第一图书网, tushu007.com

<<佛陀教你不生气>>

图书基本信息

书名：<<佛陀教你不生气>>

13位ISBN编号：9787561334010

10位ISBN编号：756133401X

出版时间：2006-8

出版时间：陕西师大

作者：明眸尼

页数：202

字数：190000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

<<佛陀教你不生气>>

内容概要

释迦牟尼说：“ 我们的心原本像是一面镜子，可以不染上烟法，可以洞察我们身边的世界，波动的情绪并不是我们真正的心，为什么还要让它来为我们的心做主呢？
” 星云法师说，只有通过自修，我们才参智慧如海，明理通达，也才能把所有的怨恨荣辱化为忍耐、宽容，这时我们便能拈花一笑，把所有的烦恼化为甘甜了。
花瓶里的花，如果不护理，很快就会凋谢，只是有时常换水，才可以保持花的新鲜，花的新鲜与我们身心清净的道理是相同的。
如果你回到家就会有烦恼，心就会不得安宁，你要用什么方法，来让你的心得到清净、来让自己不再有怒气呢？
因此在日常生活中，我们要常常自我净化、改进自新，才能保持身心的清净。
新是改过，是发自内心的一种更新，对于想要彻底改变“ 心有怒气 ”的人来说，尤其如此，向外是不能找到真正的快乐的，真正的快乐潜伏于我们的内心。
佛陀的智慧，是我们最好的EQ处方，它可以为我们心里那个愤怒的孩子疗伤。

<<佛陀教你不生气>>

书籍目录

第一章 改变愤怒的自己 源自内心的新气象 快乐和不快乐 身心一体 不和愤怒兜圈子 修行花园里的好园丁 反躬自省静人心 宁静的内心 心灵的秘密 减少痛苦 照镜子法 倾听他人 把愤怒当作一个孩子 痛苦源自内心 修养离不了善意的监督 我们的错误 谦虚和包容第二章 心平气和的修善 严格自律使人重获新生 古法的深意 把心放回心窝里 心静好磨刀 一颗感激之心 惜福 守财让我们变得疲惫 苦非苦 尊重他人 持有不动心 身处逆境须用开拓法 淡然面对世间悲苦 醒悟第三章 回到根本的自己 你在想什么呢 提醒自己勇猛精进 心残所以事残 对待痛若的态度 愁苦源于心 疼痛的自省 吃亏是在给自己积福 照管内心的油灯 迟来的惭愧 结束自己对自己的束缚 虚名阻碍了我们 内外兼顾的修养 认知自己的不完满第四章 悲天悯人的大智慧 第一个生命都很可贵 坚持做好人 心中的大世界 以已之心度人之心 温暖的爱 悲悯不是一天两天的事 人到无求品自高 德高望自重 取法天地 宽大之佛心 点亮生之灯

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com