

<<这个世界的真相>>

图书基本信息

书名：<<这个世界的真相>>

13位ISBN编号：9787807605010

10位ISBN编号：7807605014

出版时间：2010-4

出版时间：南方出版社

作者：阿姜·查

页数：214

译者：果儒

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>

## <<这个世界的真相>>

### 内容概要

继克里希那穆提、奥修之后，又一位智者之书为我们点亮人生的智慧之灯。作为风靡全球的伟大禅师，阿姜查被称为我们时代的伟大智者，他在世界各地受到广泛的欢迎，他用最通俗的语言对困扰我们的最深奥的问题进行了解答。

我们活着为了什么？

生活的真正归宿是什么？怎样才能快乐地生活？

这些近乎终极的问题，在《这个世界的真相》中都能找到答案，在阿姜查看来，这些问题只是存在于呼吸之间的简单问题。

如果你能呼吸，你就能找到这些问题的答案。

他的书超越了时间与空间的距离，能以一种格外简单的方式自然地融入我们的心灵。

与生活在都市中奔波、劳碌的人们能轻易地发生对接与碰撞。

他的书，是献给都市心灵的田园牧歌，是进入疲惫心灵的一捧甘泉。

## <<这个世界的真相>>

### 作者简介

阿姜·查，20世纪最伟大的禅师之一。

1918年6月出生于泰国东北部乌汶省的一个小村庄。

9岁剃度受沙弥戒，20岁正式受戒为比丘。

1946年通过最高级正规佛学课程考试后，开始托钵行脚，寻师访道。

1948年在森林中与20世纪伟大的森林禅师阿姜曼相遇，获得重要的启发，改变了他的修行方法。

1954年回到家乡乌汶省巴蓬森林，并建立巴蓬寺。

阿姜·查的修行方式有两大特色：头陀行与禅定体验。

他的教导方式简明深远，吸引了全世界无数信众。

## <<这个世界的真相>>

### 书籍目录

序 森林中的功课 第一章 我们为何生于此 非男非女的身体 寻找我们的归宿 暮色早已降临 从内而生的痛苦 世俗生活的牢笼 染一块肮脏的布 观察我们的心 一颗清净的心 如此而已 第二章 生活在世界的真相中 嫁接与种子 如何改变心 大苹果与小苹果 快乐的本质 世人的行为模式 日常生活中的修行 装满水的瓶子 牛车的痕迹 第三章 今生解决问题的方法 谁在痛苦 正确的想法 最伟大的法门 自我的观念 无常中的真理 没有师父的佛陀 第四章 人世间的局限 获得解脱的“圣道” 一把禅修的钥匙 为什么要训练心 肉眼与心眼 事物的本质 第五章 不确定的世界 跑来跑去的心 心是什么样子 训练心的正确方法 猴子都是一样的 圣者的“安全阀” 静止的流水 第六章 生活的佛法 与“法”同在的人 有为法与无为法 贪欲的奴隶 世俗的概念 随时随地疗救心 无法隐藏的善与恶 第七章 佛法真的很简单 正常状态下的心 亲自体验 身心内的真谛 全部放下 观察的力量 心中之贼 第八章 纠正我们的知见 歧途与正见 烦恼像老虎 猴子的骨头 稻田中的水牛 人世间的的问题 第九章 生活即修行 苦乐如捉蛇 为什么要持戒 自然生起的智慧 感官的节制 独自奋斗 请放下经典 第十章 觉醒之路 谁是真正的主人 了解每一位访客 每天的行禅 世界与镜子 忍耐与坚持 让心自由自在 学习放下 事物是如何分开的 第十一章 心的证悟 僧侣的生活 安静地修行 只有这颗心 捡芒果 证悟的时刻 第十二章 问师父的问题 附一：我们真正的归宿 附二：来自森林寺院的阿姜&#8226;查 附三：阿姜&#8226;查略传

## <<这个世界的真相>>

### 章节摘录

世人的行为模式 当你发现一切事物都是不完美时你会想要出离，心会变得无动于衷并会寻求出离之道 出离心是来自于发现事物的本质，如实知道事物和爱恨的本质，无动于衷，指我们不再执著，从执著中出离，以平静的心观察，可以去除执著，这种平静是修行所致。

大多数人仍然不知道禅修的要点，他们认为行禅、坐禅和听佛法的开示就是修行，这些只是外在形式。

当心碰到外尘时，才是真正修行的开始，这是修行之所在，此时，有感官的接触 当人们说一些我们不喜欢的事时，我们会生气；如果他们说我们喜欢的事，我们就高兴，这就是修行的地方。

我们如何修行呢？

如果我们只是跑来跑去，想追逐快乐，远离痛苦，如果这样修行，即使到了老死，我们仍然无法了解法，这是没有用的。

当苦乐生起时，我们如何用佛法来解脱痛苦烦恼？

这是修行的要点。

通常人们碰到不如意的事，他们会不开心，例如，有人会说：“不要打扰我，不要打扰我！”

为什么责备我？

”这是自我封闭的人。

这正是修行之所在：当人们批评我们时 我们应该反省他们说的是实话吗？

我们应该敞开心怀和想想他们说的内容，或许言之有理 或许我们有该责备的地方，他们可能是对的 通常我们会立刻生气。

如果有人指出我们的缺点，我们应该努力改正、改进，这是聪明人修行的方式。

混乱的地方正是让我们平静下来的地方，当我们以智慧观察混乱的外境时，心会平静下来。

有些人不能接受批评，他们自大、傲慢，他们会替自己辩护，如果你是一位教师，有时你的学生或许会告诉你不知道的事，因为你是老师，你听不下去，这不是正确的心态。

佛陀在世时，有一位弟子非常聪慧。

有一次，当佛陀在说法时，佛陀问这位弟子：“舍利弗，你相信这个吗？”

”舍利弗尊者回答说：“我还没有完全相信。

”佛陀赞许他的回答：“非常好，舍利弗，你是有智慧的人，有智慧的人不轻信，在相信或不相信。

”之前，他会敞开心怀去倾听，然后仔细思量那件事情的真相。

佛陀为为人师者做了很好的典范，舍利弗的话是真的，他只说他的真实感受。

有些人认为，说你不相信老师说的话好像是，在质疑老师的权威，他们会害怕，不敢这样说，他们会赞同老师的说法，这是世人的行为模式，然而佛陀不会生气。

佛陀说：“你无须为那些不是错误的事或恶事感到羞耻。

如果你不相信，就说：你不相信，这是对的。

在这里，佛陀的行为是为人师表的典范。

有时，你甚至可以从小孩子身上学到一些事情，不要盲目地相信权威。

无论是站是坐或是在不同的地方走动，你总是可以观察周遭的事物，我们以，自然的方式，以色、声、香、味等感受或想法来接触所有事物，聪慧的人会去思考。

真正修行时，我们不再关心任何外境。

## <<这个世界的真相>>

### 媒体关注与评论

阿姜?查的书超越了时间与空间的距离，能以一种格外简单的方式自然地融入我们的心灵。与生活在都市中奔波、劳碌的人们能轻易地发生对接与碰撞。他的书，是献给都市心灵的田园牧歌，是进入疲惫心灵的一捧甘泉。

## <<这个世界的真相>>

### 编辑推荐

继印度最伟大的灵性导师克里希那穆提、台湾佛界宗师星云大师之后，又一位智者之书为读者指导人生迷津，破解生活烦恼。

风靡全球的伟大禅师阿姜?查被称为我们时代的伟大智者。

最深奥的人生哲理，最通俗的文字表述，最经典的心灵导修著作。

<<这个世界的真相>>

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>