第一图书网, tushu007.com

<<生命不再等待>>

图书基本信息

第一图书网, tushu007.com

内容概要

情緒是什麼？
我們如何才能自情緒的雲霄飛車中全身而退，擺脫它的控制？

生活中某些時刻，我們會覺得難受異常、諸事不順。
我們覺得自己已經盡了最大的努力，但卻仍凡事碰壁、不見轉機。
於是我們開始變得憤怒、沮喪，不斷抱怨這個世界缺乏公義；我們覺得眼前的道路崎嶇難行，我們彷彿赤足走在熱沙、荊棘與石礫上，雙腳都因此而受傷流血了。
撫著受傷的腳板，我們禁不住忿忿地想，到底什麼時候才能踏上平順好走的康莊大道？

其實，我們必須認清的是，世間的人事物是不可能處處隨順己意的，我們能做的僅是面對無常，調伏自心。
這個世界不是由平坦好走的道路所鋪成的，唯一可行的對治方式，是讓自己穿上一雙好鞋，讓每一步都平穩踏實。

這個問題的答案，寂天菩薩在一千多年前便提出來了。
寂天菩薩是佛教中觀應成派開創性的思想家，他所著的《入菩薩行》是大乘佛教最重要的精神與哲學典籍之一，它也是一部萬能的「情緒處方」，記述許多對治情緒的智慧之法。

佩瑪．丘卓，是現代人身心修持的精神導師，她的暢銷著作《當生命陷落時》撫平無數人的煩惱心境，牽引眾生，體察當下，勇敢面對生命的悲苦與困窘。
《生命不再等待》以《入菩薩行》為本，配以佩瑪．丘卓既現代又平易近人的文字風格；她引用經典、事例，沖刷掉現代生活的無明與不安；她也另外調製清新的配方，撫平現代人的各種困惑與需求。
全書有著原典的精煉智慧，也有著因應世局人心的嶄新詮釋，是一本現代人的智慧生活行動指南。

古今兩大名師聯手出擊，旨在讓身處煩擾人世中的我們，回到初心，尋找到真正的智慧、平靜與深沉的喜悅。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

佩瑪．丘卓(Pema Chodron)
又名安．丘卓（Pema Chodron），是西藏金剛乘（vajrayana）比丘尼。
（Ane 是藏語對比丘尼的尊稱）。
自從一九七四年持戒以來，佩瑪．丘卓常常在歐洲、澳洲、北美主持工作室、講座、冥思避靜。
她是甘波修道院院長，該修道院是北美第一座藏密修道院。
佩瑪．丘卓也是創巴仁波切指派的住持（master teacher），著有《當生命陷落時》、《轉逆境為喜悅》、《與無常共處》、《不逃避的智慧》（心靈工坊）等書。

《生命不再等待》與佩瑪．丘卓過去著作的不同之處，在於本書是以八世紀寂天菩薩所著之《入菩薩行》為本，佩瑪．丘卓以她特有的細膩觀察、平易近人的說理方式，搭配傳統經文，與讀者分享如何領受傳統經教欲傳達的亙古智慧；同時，她也用現代語彙延伸原文精神，給出許多精采詮釋，為原經典注入另一股新鮮活力。

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