

<<科学禅定>>

图书基本信息

书名：<<科学禅定>>

13位ISBN编号：9787215072503

10位ISBN编号：7215072509

出版时间：2010-6

出版时间：河南人民出版社

作者：高月明

页数：296

字数：320000

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>

## &lt;&lt;科学禅定&gt;&gt;

## 内容概要

《科学禅定》以科学实践禅定为基础，通过今日高速发展的生命科学和物理科学新理论为工具，以前所未有的方式，对以下几点做出论述：

## 一、对于心身健康

心灵是虚无缥缈的吗？

心与身是一个整体，那么心与身是如何一体的？

今天的心身健康新理念是，“什么人会有病，比这个人有什么病更重要”，以及所谓“心悦胜百药”，那么如何证明这点是对的？

你心意中每一丝意念，都会在不到一秒钟内，影响到身体中每一个生命细胞，决定它们的死生，那么这是为什么？

又是如何发生的呢？

而最关键的是，你又该如何通过心灵控制生命机能治愈疾病和获得身体与心灵的健康呢？

本书即将带给你一个科学有效和可实际进行操作的获得心身健康的方法。

## 二、对于修习禅定

本书在彻底涤除古人在禅定上涂抹的迷幻色彩和完全清除了一切冗余、无用、导致人们迷惑不解的内容后，以“如 $1+1=2$ 的公式化”方式，将什么是禅定、如何修入禅定的“秘诀”和步骤，清楚地列式了出来。

让禅定成为如体育运动一样的，对人心身健康有帮助的“心育运动”方法。

## 三、关于领悟佛法

本书以今日之科学方式，清楚、明晰地点明了佛祖在菩提树下“睹明星而悟道”到底悟了什么？到底空是怎么个“空”？

一切如何因“心”而有，又是如何因心而“灭”的？

摸摸眼前的电脑、烫手的茶杯，再看看窗外的汽车、树、花朵、小狗、相视而笑的爱人、天上的月亮和星系，你认为这一切都是硬邦邦和实实在在的，然而你错了，这一切实际上都是虚幻不实的，都是“觉中之幻”。

时间与空间只是人们感觉出来的一种“感觉”，甚至连死亡也只是一种“假象”，实际并不存在死亡这回事。

那么这是为什么呢？

这一切“怎么会”是如此的呢？

本书将抓住你的手去“触摸实相”，呈现给你一个不得不接受的“真实”。

## <<科学禅定>>

### 作者简介

高月明，生于吉林省。  
曾因三种重疾多次直面死亡绝境，以永不绝望的刚毅努力，通过研修心理学、脑科学、物理学等，融通了佛学禅定，最终用生命实践出了科学获得禅定力量、科学激发生命机能以获得心身健康的科学禅定方法。  
在四年半时间里，彻底治愈了所有严重疾病，创造了真实的生命奇迹！

## <<科学禅定>>

### 书籍目录

前言

第一章：什么是禅定

第二章：如何不戒而戒

第三章：科学“三调”放松

第四章：如何科学修止

第五章：科学觉空入定

第六章：空、意识与波粒二相性

第七章：什么是般若

第八章：如何悟道

第九章：生命宇宙的真相（实相）

第十章：学佛有什么用

第十一章：心身健康的新革命

第十二章：如何控制生命机能

附录：专访高月明：生命涅槃绽开科学禅定之花

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>