第一图书网, tushu007.com

<<清心九书>>

图书基本信息

书名：<<清心九书>>

13位ISBN编号：9787222079762

10位ISBN编号：7222079769

出版时间：2011-6

出版时间：云南人民出版社

作者：郑石岩

页数：504

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

内容概要

从禅、悟、觉的基本要义出发，为读者提供一个简要的门径，去打开自己的法眼，看到生命实现的原貌；看到积极振作、引发创意、带来活泼悦乐的希望；用教育培养个人的自我醒觉，实现自己的人生。
禅、悟、觉正像花朵一样，绽放着清香，露出微笑与欢喜。

作者简介

郑石岩,心理学家，从事心理咨询和教学研究四十余年，七岁即接触佛法，对佛学及禅学亦素有修持，见解精辟，是集心理学、教育学及禅学于一身的作家。
每年有两百场以上的演讲，著作在海内外广受欢迎，理论与实务并举，著作超过四十本，代表作《清心九书》在海内外有巨大影响，是积极入世，以书度人的最佳见证。

书籍目录

清心九书（三）
禅?生命的微笑
第一章 生命的微笑与实现
第二章 自己即是如来
第三章 纯真便是自在
第四章 禅的悦乐
第五章 从禅定到自由
第六章 化尘劳为菩提
第七章 顿悟与参禅
第八章 空与智慧
第九章 在见性中实现生活
第十章 结语——禅与佛
悟?看出希望来
第一章　悟?看出希望活得起劲
第二章　希望的线索
第三章　希望与陷阱
第四章　生活的展现
第五章　家庭亲情
第六章　觉?有情的爱
第七章　高洁的性情
第八章　开朗的情怀
第九章　人生的希望
第十章　结语
觉?教导的智慧
第一章　教育的新希望
第二章　教导的新猷
第三章　人文智慧的启发
第四章　自动自发的性格
第五章　师生互动的空间
第六章　生活教育的体验
第七章　宗教、民俗与教育
第八章　悦乐的教师生涯
第九章　结语——对生命的敬重

章节摘录

版权页：轻松是在完成一件有价值有意义的工作时，把自己放松下来暂不工作，所体会到的快乐。
因为在那一刹那间，不但把工作本身的压力移开，同时还能从欣赏已完成的工作中获得喜悦，这种轻松是完整的轻松，是最珍贵的快乐。
当你完成了一个演讲、一篇文稿或教完了一堂课时，总是得到既轻松又充实的快乐。
每天下班回来，总是有一种万缘放下的愉快。
因此，轻松是与工作相辅相成，相伴存在的。
如果你想享受生活的快乐，不可不勤奋工作，瑞士哲学家艾弥尔说：“ 工作使你的生活更有味。”这并不只是哲学上的价值观念，同时也是心理学上可以证验的命题。
不过，勤奋工作只是轻松喜悦的条件，绝非它的充要条件。
因为勤奋工作者如果不懂得休闲，也会造成紧张和焦虑。
我们是一个标榜勤劳的民族，生活价值标准建立在“ 但问耕耘 ”上，所以有许多人都在拼命地工作，缺少适当的休闲，而导致紧张与焦虑。
有些人甚至把休闲也当做一种活动，勉强投注于“ 休闲活动 ”上，更增加了疲劳。
就我所知道的，许多人一到了星期一总是带着更疲惫的身心去上班。

编辑推荐

学禅可以给自己宽广的心理生活空间，带给自己喜悦自在。
能启发自己的性灵，让自己默契超脱的精神生活。
能促动自己对生活之微笑与实现。
它让每个人拭亮自己的"法眼"，认清真正的自己，好过活泼喜悦的生活。
人若能在失败中看出希望，很快就能恢复豪气；若能在落魄中看出希望，很快就能消除痛苦，重振锐劲。
人一旦发现了希望，即刻由消极转为积极，从悲观转为乐观。
教育的本质在于心智的启发和成长，要时时检讨教导方法的适切性，天天关心爱心与行动的妥当性。
同时要反省，自己是否用有能力的爱，去耕耘教育的园地。

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