

<<一日一禅>>

图书基本信息

书名：<<一日一禅>>

13位ISBN编号：9787542930132

10位ISBN编号：7542930133

出版时间：2011-9

出版时间：立信会计

作者：马妍姝

页数：404

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>

## <<一日一禅>>

### 内容概要

“禅”是一面镜子，可以照彻人的心性；

“禅”是一盏明灯，可以照亮人的心路。

禅的思想是空灵、豁达、开阔、明朗的人间清流；禅的生活是积极、自在、简朴、自适的安心方式；禅的理念是教人首先学着放下自欺、自怨、自慢和自我枷锁，然后才能海阔天空地任意翱翔；禅的方法是教人首先练习认识自我、肯定自我，然后再粉碎自我。

本书所撷取的佛学故事，篇篇隽永，字字珠玑，每个故事就是一道顿悟的光芒，一汪沁心的泉水，一把理解现实人生的钥匙。

以禅养性，以禅修身。

旨在帮助你借助禅这面镜子，照亮自己的心境，借助禅这盏明灯，清静自己的心灵，明心见性，去掉自心的污染，以此和谐性情，舒适身心，从而达到修身的目的。

书籍目录

第一部分 名家说禅

卷1 拈花微笑何为禅

什么是禅

禅学之真义

禅是什么

禅的意义

禅宗与中国文化

禅与西方文化

禅，禅定，禅悟

禅，禅宗，禅宗之禅

禅风·学风·文风

禅宗的“不道之道”与“无修之修

印度禅

生活禅的四个根本

.....

第二部分 禅来缠去

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>