

<<步步人生步步禅>>

图书基本信息

书名：<<步步人生步步禅>>

13位ISBN编号：9787544738385

10位ISBN编号：7544738388

出版时间：2013-6

出版时间：译林出版社

作者：陈建宇等

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>

<<步步人生步步禅>>

内容概要

这是一本心灵修行、心理解压的书。

能有效地帮助现代人减轻压力、发现自我的潜能、合理地处理自己与周围的关系，从而让人生平坦。

本书介入人生、人性种种层面的困境，小至夫妻关系，大至宇宙有我无我，进而帮助人在有限中寻求智慧的无限、生命的自由。

《步步人生步步禅》是一群诚实的男女老少，在寻求心灵解脱的道路上勇敢剖析自己的“病历表”！大家在一起互为师生，根据各人出身学养、学习能力的差异，对生活的点点滴滴、生命、宇宙的事实，做出不同的认识解读。

借助“禅”的外衣，讲解现代社会人们的种种精神层面的困惑，达到知病不病、快乐幸福的目的。

不抓 清凉月
燃烧 赴前程

<<步步人生步步禅>>

作者简介

陈建宇，1959年生，台湾云林县人。
自幼为追寻生命的答案，遍阅儒释道三家经典语西方哲学著作。

1989年同友人一起一方面为谋生计，一方面为帮助一些在现代都市生活中迷失、困惑的人发现自己、创见自己，而开办“创见堂”。

1990年倡导人生禅，为帮助现代都市人解除心灵的困惑、迷茫，开始讲授现代都市心灵修行的“人生禅”课程。

主张修行三不主义：“自我观察，不自欺；日常生活，不欺人；涅槃体验，不被欺。”

著有《步步人生步步禅》《牵骑心牛》《原味觉醒》《问津》《丽江到泸沽湖畔的八堂课》等。

本书为陈建宇讲授人生禅课程的过程中，一些参与者（或者叫学生）根据课堂实录的录音整理而成，收录了包括陈建宇在内的一共11位参与者的修行感悟与思想碰撞。

<<步步人生步步禅>>

书籍目录

前言

代序《步步人生步步禅》

黄焕君/人生同行禅同见

/天祥行

/人生禅答客问

/夫妻禅语

/我的修行方法

张惠美/人生·禅·路

/女性学禅

陈建宇/人生禅（学）开场白

/白发苍苍法界行

/我的修行方法

/静（净）心之必要

/感叹语

许文献/得个入处，就像一颗种子放入土里！

/就因为它还是一颗种子

/如果我说真理就在这口井里

王秋宝/江岭不堪持赠，风月只可自娱

张修哲/终极幸福的追寻

连秋玉/昂首唱清歌

侯北海/人生禅学手记

黄辅仁/与广法师谈我的禅修体验

吴文杰/一朵莲花的故事

雅各伯/捕风捉影三十年

人生禅学会/后记

<<步步人生步步禅>>

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>