

<<修心>>

图书基本信息

书名：<<修心>>

13位ISBN编号：9787564054854

10位ISBN编号：7564054859

出版时间：2012-3

出版时间：北京理工大学出版社

作者：墨墨

页数：248

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>

<<修心>>

前言

忧则天地皆窄，怨则到处为仇；哀则自己束缚，怒则大敌当头。

佛祖有云：苦海无边，回头是岸。

而所谓六度者，六种渡过苦海，到达彼岸的方法也。

这六种方法可以自度，也可以度他，能度一切众生，从生死苦海度过，度到涅槃究竟的彼岸。

简言之，六度就是六种修行的方法，分别是布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般若。

布施，有财施、法施和无畏施三种，通过三种布施的修行，可以施与众生利乐，对治悭吝、贪爱，远离烦恼。

持戒，包括持出家、在家、大乘、小乘一切戒法和善法，通过行为的修行，内化于心，从而根除贪、嗔、痴三毒，使心生清净光明。

忍辱，即忍受一切骂辱、击打，以及外界一切寒、热、饥渴等苦，以大慈大悲心消除嗔恚，无怨、无嗔、无恨，不生烦恼。

精进，精励身心，积极进取，保持大无畏的进取精神，可以对治懈怠、放逸，提高个人的自信心。

禅定，亦名静虑、三昧、三摩地，简言之，就是稳定的思维和心神，可以定止散乱，调伏眼、耳等诸根，从而领会寂静的妙境。

般若，即智慧，却非普通智慧，而是通达诸法体性本空的智慧，若能得到般若智慧，便可真正断除烦恼，证得真性，从而看破愚痴无明。

六度并不是独立的个体，也就是说它们之间有联系。

从修行的历程来讲，六度应该是循序渐进的六个阶段。

要做后一个阶段，必须能做到前一个阶段。

不能布施，无法施舍，便无法放下心中的贪念，这样就不能持戒。

若无法持戒，不能控制自己的行为，又如何忍辱呢？

自然后面的精进、禅定和般若，也就无法进行了。

所以，六度应该是一体的，不可分割。

若要身心圆满，得到真正的清净，就要循序渐进地修行六度。

佛法是心灵修炼的方法，善能根除心灵的烦恼，但本书并不是真正的佛经，而且以本书的篇幅，不足以尽述六度奥义，所以本书没有强求全面，而是以阐述六度的要点为主，同时对生活中常见的问题进行了有针对性地解说，这样做是为了让读者能够保持一种轻松的心情去领略佛的智慧与魅力。

本书希望通过对六度的解说，让读者更加清楚地了解佛法的奥义，从而帮助人们去掉贪、嗔、痴、慢等不良的心理状态，破迷开悟，发掘自己心灵中的智慧。

往昔所造诸恶业，皆由无始贪嗔痴。

众罪毕了三业净，其心不动念真实。

学会放下吧，放下心中的执念，从现在开始，远离贪嗔痴，勤修戒定慧，只要你能心存真诚、清净、平等、慈悲，放下是非人我，成就正等正常。

<<修心>>

内容概要

憎恨别人对自己是一种最大的损失。
你什么时候放下，什么时候就没有烦恼。
不要把生命浪费在你一定会后悔的地方上。
随缘不是得过且过、因循苟且，而是尽人事听天命。
不要在你的智慧中夹杂着傲慢，不要使你的谦虚心缺乏智慧。
仇恨永远不能化解仇恨，只有慈悲才能化解仇恨，这是永恒的至理。
愚痴的人一直想要别人了解他，有智慧的人却努力地了解自己。

<<修心>>

书籍目录

第一章 布施：学会舍得，只在一念慈祥

即使没有财富，你也可以布施
 帮助别人，就如同帮助自己
 布施不是为了炫耀，炫耀必生烦恼
 多做布施多结缘，人缘好了做事不难
 不可只取不予，取之个人要回报于人
 生命的意义不是得到，而是付出
 世间没有什么东西比爱心更珍贵
 你的爱心是鲜花，何妨让它开遍天涯
 给予才能真正快乐，奉献让人满足
 真正的布施需有平等之心
 只有放下悭贪，才能获得真正的解脱
 布施你的善之真心，成就心灵的宁静
 布施与否是你的事情，别随便劝别人
 慈悲喜舍，清净无染，救护一切众生
 量力而行，尽力而为，利益一切众生

第二章 持戒：作福莫如惜福，悔过莫如寡过

降伏自己，战胜自己，掌握自己
 不妄语，不诳语，管住自己的嘴
 莫炫己智，不论人非，去除我执
 用心听听别人说什么，不要指责别人
 扫除内心的尘埃，还自己一颗清净心
 若不想让鲜花凋谢，就要常去料理它
 欲望无边，凡事有度，适可而止吧
 勿小看贪心，哪怕是一文钱的过错
 没有歧途不可回头，无错不可改正
 生气就是用别人的过错惩罚自己
 错误不是天生的，更别推给他人
 若不能釜底抽薪，又如何彻底清凉
 饭非一人可吃尽，事非一人能做完
 人生最可怜的是嫉妒，不要有嫉妒之心
 克制骄傲与躁动的心念，保持谦虚的态度

第三章 忍辱：若能一切随他去，便是世间自在人

与其说是别人让你痛苦，不如说你的修养不够
 不看众生的过错，哪怕众生侮辱了你
 在顺境中修行，永远都不能成佛
 不必大惊小怪，人生略上处处有坎坷
 改变不了大环境，可以先改变自己
 与其抱怨连天，不如多一分投入
 人生的好与坏，还要看你的心态
 不原谅众生，最终将是苦了你自己
 欲为诸佛龙象，先做众生马牛
 感谢批评你的人，因为他帮助你除尘
 不理睬谩骂，谩骂就伤害不到你
 摔跤莫怪路不平，自心才是本来因

<<修心>>

宽容面对他人，不要让伤害变成永恒
平静对待别人的毁誉，做自己该做的
想做生命的主角，就要接受命运的折磨

.....

- 第四章 精进：纤尘不染，解开地网天罗
- 第五章 禅定：行到水穷处，坐看云起时
- 第六章 般若：一花一世界，一叶一如来

<<修心>>

章节摘录

版权页：南宋时，有位和尚名叫道济，此人疯疯癫癫，被世人称为疯和尚。

有趣的是，他总是衣衫褴褛、手拿冲天扇，游走各地。

有人说他是“降龙尊者”转世，因他从不受戒律约束，嗜好酒肉，但却是一位行善积德的得道高僧。

道济听说灵隐寺很出名，便慕名而来。

每日打坐，但还是不能戒掉酒肉，因此，得罪了监寺。

道济外出化缘时，走到了一位员外家，看见灵隐寺的和尚正在诵经祈福。

于是他就一身酒味地走进来，坐在凳子上，说：“谁这么大的排场呀！

哦！

原来是灵隐寺的和尚呀！

怎么来这里诵经祈福了呀！

”监寺愤怒地说：“道济，我们正在为老夫人祈福诵经，你别在这儿撒野，耽误正事。

”监寺让道济挑水，便把桶弄破了，让道济受寺规处罚，可是，道济用自己的智慧轻易地躲过了。

监寺再一次以失败告终，但是心里很气愤，他根本就是眼睛里揉不进沙子，便对门下的弟子说：“怎么能把道济赶出寺庙呢？

”弟子献媚地说：“师父，明日道济外出化缘，我让朋友拖住他，带他去喝酒，到时候您再处罚他。

”监寺哈哈大笑地说：“真是妙计，真不愧是我门下的徒弟。

”次日，监寺对道济说：“师弟，你等会外出化缘，多化点儿回来呀！

”道济笑着说：“是的，师兄。

”说完，他心想，此人这么说话，看来是非奸即盗，有诈，还是小心为妙。

监寺看见天渐渐地由白变黑，心里很高兴，便对门童说：“关门吧！

”次日清晨，公鸡打鸣了，僧侣们起床打坐。

道济看见监寺便高兴地说：“师兄起这么早，谢谢你昨日等我回来。

”监寺惊讶地说：“你什么时候回来的，我怎么不知道？

”道济微微一笑说：“哦！

原来师兄不是等我呀！

我真是自作多情呀！

因为我看见师兄在门口睡着了，所以没叫你。

”

<<修心>>

编辑推荐

《修心:做内心强大的自己》编辑推荐：心平何劳持戒，行直何用参禅；菩提只向心觅，何劳向外求玄！
心如工画师，能画诸世间；五蕴悉丛生，一切唯心造。
意粗，性躁，一事无成；心平，气和，千祥骈集。
——弘一法师佛曰：种如是因，收如是果，一切唯心造。

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>