第一图书网, tushu007.com

<<逆境中的自在>>

图书基本信息

书名：<<逆境中的自在>>

13位ISBN编号：9787807249139

10位ISBN编号：7807249137

出版时间：2010-8

出版时间：京华出版社

作者：桑吉卓玛

页数：237

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

第一图书网, tushu007.com

<<逆境中的自在>>

前言

人的一生，不如意者十之八九，成败、荣辱、福祸、得失可以说是如影随形。
如果总是沉溺其中，那么生活将会是一种灾难而毫无乐趣可言。
面对逆境、挫折、苦难，你是否能保持一份乐观自在的心情，是否能保持一种积极向上的人生态度？这会让你在逆境中寻找到自在轻松，既不受名利之累，也不为劣境所困。

其实，如果能放下一切，人自然轻松无比；如果能以一颗平常心去对待生活，就会祛除心中的杂念，享受一种超然的人生；如果能够苦中得乐，生活就会过得达观、洒脱。

在几千年的发展过程中，佛教积累了无数的充满睿智让人彻悟的哲理故事，留下了句句发人深省、荡涤心灵的佛语经典，使我们顿悟，让我们在尘世的喧嚣中，发现生命的意义，在精辟的禅思中咀嚼人生百味，活得自在安然。

佛不是万能的，佛不能让我们得以解脱，但从中可以学到解脱的方法，指引我们看清世间百态。这里需要强调的是，用佛解读人生，并不是诱导我们消极处世，逃避现实生活，而是启发我们通过领悟佛的智慧，参透人生的禅机，发现人生的真谛，升华人生的意义。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

领悟佛语经典，参透人生百味，看破荣辱得失，活得自在安然。
一桩桩禅宗公案，一则则佛家故事，在轻松自然的享受中，让你参透人生的禅机，发现人生的真谛，升华人生的意义。

第一图书网, tushu007.com

<<逆境中的自在>>

书籍目录

第一章　一念放下，万般自在　世间本无事　一切随缘任他去　清心寡欲则宽　失就是得　不妄求则心安　心如止水　立地成佛第二章　万事随缘，心性随境　对他人充满希望　随缘就好　逆境也是缘　得失随缘　环境决定命运　顺势而为　换个角度去看第三章　知足常乐，淡泊名利　富贵亦浮云　平常心是道　凡事有度　幸福是一种感觉　控制自己的欲望　苦乐在于自己的感觉　利欲之心无止境第四章　能忍之人，事事称心　逆境中更要静心　没有什么不能忍受的　以平和的态度面对愤怒　做些禅事，用些禅心　把自己放低　百忍成金　退一步海阔天空第五章　大肚能容，笑看人生　活得快乐　懂得休息，享受快乐　学会发现生活中的乐趣　做自己喜欢的事　快乐是一种心理状态　笑对人生　快乐在于心情第六章　无色无相，放下一切第七章　认识自己，改变自己第八章　修身养性，自律自制第九章　律已要严，待人要宽第十章　制心一处，无事不办第十一章　常无懈倦，恒求善事第十二章　平安是福，平凡是真第十三章　珍惜现在，接纳人生

第一图书网, tushu007.com

<<逆境中的自在>>

章节摘录

第一章　一念放下，万般自在　　世间本无事　　一个小和尚做了一个梦，梦见一片树叶，从半空中飘落到眼里，于是他逐渐失去了天空，失去了一切。
小和尚急了，哭了，醒了。
窗外，树上的叶子，依然在树上。
温暖的阳光，嬉戏的猫儿狗儿，天上的鸟儿，以及屋脊上的炊烟，组合成一幅快乐的风景图画。
一场虚惊！
天下本无事，小和尚却做了个煞有介事的梦。
扰乱了他的心的竟是一片平常的树叶。
“别往心上去！”他竭力扫除心障，借以安定自己。
“别往心上去！”一句极普通的劝慰人的话，现在急欲镇定住自己时，却只有用它。
小和尚平生读了不少的书，也积累了一肚子的名言警句，但到了危难之时，还得用这句极朴素的话。
“别往心上去”说起来容易，做起来却很难。
真能够做到，就能立地成佛。
一个人无烦恼，岂不快活如神仙？
纵然天大的困难，也难不倒心地宽阔的英雄汉；而哪怕芝麻点儿的小事，却能困扰住一个小心很儿的人，闹出意想不到的大事。
于是便有了友情决裂，夫妻分手，子女离散，甚或一索悬梁，身首分家……　　常说人生苦海，诚哉斯言，扛个人头在世上不容易，哪怕“诗礼簪缨之族”，而且越是“花柳繁华地，温柔富贵乡”，越是祈求慈航普渡。
谁来渡呢？
慈航在哪里？
实则，“我心即佛”。
慈航在自己的心里，靠自己来渡。
佛有佛眼，心有心眼，只要不被一叶遮拦，便会满目青山。
“窗含西岭千秋雪”，何止千秋雪，无遮拦的心灵之窗，能含容万千世象，日月星辰。
心眼之大，大到可以包容宇宙洪荒。
怕的就是自己一叶障目。
……

第一图书网, tushu007.com

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