第一图书网, tushu007.com

<<无妄念>>

图书基本信息

书名：<<无妄念>>

13位ISBN编号：9787121150074

10位ISBN编号：7121150077

出版时间：2012-1

出版时间：电子工业出版社

作者：吴正清

页数：232

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

本书针对现代人普遍存在的浮躁、嗔怒、不知足、我执等痼疾深入分析，找出最好医方，心病还须心药医，从而消除烦恼，让你过得快乐和幸福。
《无妄念(双色)》是一部修心养性的著作，让你活出最自在的自己。

作者简介

吴正清，著名身心灵作家，爱瑜伽，爱修心，爱神秘的事物。
著有《给大忙人看的佛法书》等多部著作，行销50万册。

书籍目录

第一篇 病由心生，亦由心灭
在佛的观念中，人人都是有“病”的
万病由心生，心是一切烦恼和杂念的恶源
心灵的良药——智慧与慈悲，可治愈一切的病苦
戒律是养心的根本原则
是心即佛——能够度你的佛就是你自己
清静无为，则得善终——长寿
修得六根净，淤泥也可化红莲

第二篇 静心——戒躁
毋躁——静不下来，悲苦的日子就永远停不下来
成败皆是寻常事，莫以急躁求功名
顺其自然万事成，杜绝浮躁玄机开
清除骄躁的“对症良药”——谦卑
只要有心，没有什么改不了的恶习
灭却心头燥火：心静则无处不宁静
成功没有捷径，专一就是法门

第三篇 定心——戒怒
毋怒——伤己千倍，才得伤人一分
别让他人决定你的行为，你可以选择自己的态度
慈悲比暴怒、恫吓、权位、势力更有震慑力
我们做事是为了快乐，而非为了生气
大勇若怯，忍辱是对治冲动的法宝
凡事过于计较，只会让你活在令人崩溃的环境里
制怒需要决心，切勿“说时似悟，对境生谜”

第四篇 净心——戒贪
毋贪——贪念多的人，连自己原本有的也将失去
多布施，多快乐；少索取，少烦恼
戒贪得自在——有境界的人生比富绰一世更宝贵
吝啬真的会让你变成“鬼”——懂变通的人每条路 都是通的
利令智昏，愚蠢的人都有一个病根——贪
大舍大得，小舍小得，不舍不得
幸福不在别处，知足才是快乐的真谛
淫乱都为幻影，有心皆可成佛——戒色

第五篇 博心——戒妒
毋妒——患嫉妒病的人，一生都难得安宁
嫉妒是一剂毒药——量少促动爱情，量大命毙爱情
发现自己的好，你嫉妒的人也许也在嫉妒你
比较是烦恼的开始，也是贫穷的开始
拥有赞叹、欢喜心，这是拥有幸福人生的秘诀
谁嫉妒你，就感谢谁——让他人的嫉妒成为你前进的 推动力
善恶一念间，戒妒要如“戒毒”

助他就是助己，随喜是去除嫉妒心的妙药

第六篇 宽心——戒嗔
毋嗔——一念嗔心起，百万障门开
嗔心的业因，迟早会受到来世的果报
不说破就是说破的全部
从自己身上找原因，别从他人身上找别扭
破解嗔心的佛道法门
多一分忍功，这是成佛的资粮
宽容是环环相扣的纽带——心门一宽，容人也容己
尊重自己所做的，你才能得到尊重

第七篇 明心——戒疑
毋疑——最可怕的敌人，就是没有坚定的信念
疑心生暗鬼，“暗箭”最伤人
不相信自己的意志，永远也做不成将军
可以存疑，但不要武断地怀疑
说什么都不管用，那就沉默——化解疑虑的妙方
只要心存相信，总有奇迹发生
信自信他，信因信果，信事信理

第八篇 慧心——戒痴
毋痴——痴心生妄想，妄想得恶果
认知真我，才是摆脱迷途的开始
不执即佛性——富也快乐，贫也快乐
最能创造奇迹的是真诚向善的心，最具破坏力的是 冰冷固执的心
依人不依法，让来的自来，去的自去
别被规矩束缚，随缘也是自在
保持中道平常心，才是入道之门和悟道之本

第九篇 善心——戒忧
毋忧——世上本无忧，庸人自扰之
不要自寻烦恼，开心就是最好的补药
往迹不追，未来不迎，活在当下
了悟生死——放不下生死，早晚被自己吓死
接受命运的安排，但不要排除奋斗的人生
既能解人忧，亦可除己惑，这才是真学佛者
不要创造烦恼，以最单纯的态度去应付事情本来的样子
做自己该做的事，从忘我到无我，就是禅心的显现

第十篇 平心——戒我慢
毋“我慢”——比贪嗔痴更毒，更阻碍人进步
不怕聪明就怕自作聪明
无知而自信的“佛弟子”，比不信佛者更可悲
要戒除“增上慢”的心，才会增长“多闻”
“自赞毁他”技术高明的人，可用一个字形容：“奸”
青山无处不道场：真正的道场就在我们起心动念的 那一刻

第一图书网, tushu007.com

尊重自己，也尊重别人产生意见和看法的能力
能低头的人最尊贵——以万事万物为师，则可以为师矣

编辑推荐

《无妄念》吴正清居士开给现代人的最温暖最慰贴的心灵鸡汤，比于丹朴素，比张德芬清淡。
“无妄念”就是一剂新药，彻底解决白领心病，一辈子的心病。
无妄念不是让你泯灭欲望，而是控制欲望，减少我执。
人的内心，就好像一个有很多大小破洞的瓶子，不断受欲望驱使，需求，偿索，企图注满这个心灵之瓶，结果，反倒弄得破洞愈大愈多。
我们希望内心安逸，便该控制內心贪痴。
找回都市迷失的心，没有心，便活的一塌糊涂！
人生最大的负担，从来不是身体的脂肪和毒素，而是心里的贪怨之气。
放空自己。
拒绝干扰。
超越烦恼的世俗世界！

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