

<<多么美的领悟>>

图书基本信息

书名：<<多么美的领悟>>

13位ISBN编号：9787503939808

10位ISBN编号：750393980X

出版时间：2009-11

出版时间：竹衣 文化艺术出版社 (2009-11出版)

作者：竹衣

页数：190

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>

## <<多么美的领悟>>

### 内容概要

我们太容易习惯于心的懒惰，常常被表面的活动所掩盖，看清了世事的本质是时时刻刻的变化，你就不会在它变化的时候措手不及，爱惜光阴，就要不断地努力去做有益的事情，停止无益的活动，修“心”的主要目的，是让你能够自在地创造身心，使你不再成为习性的牺牲品。

## <<多么美的领悟>>

### 作者简介

竹衣，生于70年代的南方，自幼跟随父母熟读佛教经典，坚持将自己的读经体验和生命感悟零星记录日记，读经体验不仅帮助了自己，当朋友遇到人生难题和心烦意乱时，总是向他们推荐诵读《金刚经》和《般若心经》来获得解脱自在之心。

大家奔忙在人生旅途中，希望有时间能停下来，读一读本书，洗去尘劳疲惫，是为最美的人生帮助！

## <<多么美的领悟>>

### 书籍目录

第一部分 诚实地对待自己 第二部分 放下——生命中没有任何可以永久持有并保值的东西 第三部分 随缘 第四部分 当下——用一种觉悟的方式来生活，踏踏实实地过好我们生命中的每一刻 第五部分 修行——在此生，保有完整的本性和一颗清净的心 第六部分 智慧——用智慧解决生命中的问题

## <<多么美的领悟>>

### 章节摘录

插图：第一部分 诚实地对待自己我们太容易习惯于心的懒惰，常常被表面的活动所掩盖你能懂得一沙一世界的道理吗？

事实上，时间之沙是在你的掌握之中的。

你无法看到每一粒沙中的世界，是因为你试着要抓住一大把沙。

而有智慧的人，会凝视一粒沙，聆听它内在的声音。

外在的世界的确很美，但若对内在世界不了解的话，就容易迷失自己。

我们不断搬家，旅游，改变，漫无目标地游荡，到处追寻远在天边的答案，殊不知，解答就在眼前。

我们世俗浅显的想法，是从我们的感官中产生的，并不存有实质意义。

而当你在别人看不到时候做的事，往往比正式场合的表现对你的影响更深。

愚痴的人，一直想要别人了解他有智慧的人，努力地想了解自己自我，天生缺乏安全感。

如果我们对自己真正诚实的话，就会承认自己最基本的感觉并非智慧，而是不安全。

“自我”永远都无法确定它自己的存在，天生就缺乏安全感，永远都害怕失去它的本身、领域、失去“所有物”和“关系”。

所以，我们需要别人来了解自己，通过各种“关系”来巩固自我的存在。

所以人对“出名”抱有天生的爱好。

所以人很怕独处。

各种“关系”还会鼓动强烈的情绪，这些情绪让人感到很真实，在那一段时间中，暂时逃避了没有安全感的内在焦虑。

这一切，就是烦恼的火焰——爱、恨、嫉妒等，都由此产生。

“自我”对安全和真实身份的追寻产生的这些烦恼是“我执”的一部分，“我执”就是执着有个真实存在的自我。

我们太执着于“自我”是真实的这种观念，所以抗拒去发现它只是个幻觉。

太多人努力捕捉一切需要验证它真正存在的“各种关系”，所以产生了让人非常痛苦的现象。

被“自我”奴役的人，被榨取了所有的时间和注意力，无休止地想满足自己，却永远得不到满足。

## <<多么美的领悟>>

### 编辑推荐

这本《多么美的领悟:女人应该静心体会的143条人生帮助》能驱使我们更为深入地思考，生命中最重要东西究竟是什么？

请你明确地为这些东西排出优先次序，看清世事的真相，走真正该走的路。

这是一本让人“安静”和“幸福”的书；这是一本会让人用轻松的心态拂去心灵尘土的书；这是一本让疲惫的心历经千山万水仍能回家的书。

<<多么美的领悟>>

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>