

<<听圣严法师说佛>>

图书基本信息

书名：<<听圣严法师说佛>>

13位ISBN编号：9787505727847

10位ISBN编号：7505727842

出版时间：2010-10

出版时间：中国友谊

作者：陈南

页数：230

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>

<<听圣严法师说佛>>

内容概要

佛教倡导的慈悲心、放下、舍得、包容、上进等观念，永远是我们应该深思并奉行的人生准则。在浮躁、琐碎、焦虑的现代生活中，能让人从中寻得自己的一间静温禅房，让心灵得到宁静。

鉴于此，笔者将法师对佛理的解析编撰成册，让更多人聆听法师的教诲。本书从弘一法师李叔同的对禅理的精辟见解入手，深层挖掘其中蕴含的生活哲理，并用一些经典故事加以阐释，让人们在一种轻松、愉悦的状态下，品味到禅带来的心灵洗涤与智慧指引，解除疑惑，透悟人生。

<<听圣严法师说佛>>

作者简介

陈南，专业畅销书作者、策划人，作品有近300本，代表作有：《感悟父爱》《感悟母爱》《有一种爱叫放手》《有一种情叫心痛》《活着就是幸福》《感谢折磨你的人全集》《职场潜规则》.....

<<听圣严法师说佛>>

书籍目录

第一章 知慈善爱，幸福一生

佛家弟子常念“我佛慈悲”，常怀悲悯之心则恶念不生，人便活得踏实、平和。善与恶、爱与仇在人心此消彼长，人人都必须谨慎把持，以使佛心常驻。

——圣严法师

- ? 用慈悲铸造平安人生
- ? 善行必定有善报
- ? 布施，不是施舍
- ? 种什么因，就得什么果
- ? 行孝悌者得人心
- ? 行善不必拘泥于表面形式
- ? 爱是世界的回音壁
- ? 爱与不爱只在一念间
- ? 朋友之爱贵乎知己
- ? 有一颗赞美他人的柔心
- ? 与人结怨，不如施恩
- ? 随时开启他人慈悲心
- ? 行善无所求，才能有功德
- ? 心怀感恩心不乱
- ? 待人莫失谦恭

第二章 心境自造，快乐常存

佛法中，将一切烦恼通称为“毒”，分为贪、嗔、痴、慢、疑，共五毒。

为人心做检查时，是不是能以各种指数检测中毒的程度？

例如，以对所好之物染着的黏度，量测贪毒；以头上光火的上升高度，量测嗔毒；以看待世事的颠倒角度，量测愚痴；以放大自我的倍数，量测骄慢……若超过标准指数，就得就医了。

——圣严法师

- ? 随时除却心灵的尘埃
- ? 宠辱不惊，随缘生活
- ? 烦恼都是自找的
- ? 心清净是幸福之源
- ? 只要心安，生活就有平安
- ? 不让烦恼过夜
- ? 快乐，从心灵开始
- ? 无我之乐乃真乐
- ? 自由是有选择
- ? 凡事都需量力而行
- ? 糊涂一点更快乐

第三章 修心定性，活出真实的自我

每个人都应扪心自问：我真的能够认识自我吗？

我真的能够做一个独一无二的自我吗？

如果你不能认识自我，你又怎么能够认识他人和周围的世界？

如果你不能坚守自我，你存在的意义何在？

——圣严法师

- ? 自命不凡不会有好结果
- ? 管得住自己，才能成得了大业
- ? 相信自己，才能成就自我

<<听圣严法师说佛>>

- ? 心无旁骛，才能摆脱修行的羁绊
- ? 勇于接受批评，才能完善自我
- ? 要常为自己的过错忏悔
- ? 不嫉妒，才能得救赎
- ? 卸去抱怨的心灵枷锁
- ? 撕掉虚伪的面具
- ? 正确判断并评价自己
- ? 放下你的优越感

第四章 提放自如，不必执著

习惯了“拿起”的人，让他“放下”谈何容易？

况且，他能放下手上、肩上的重负，能放得下心里的牵绊吗？

“心中有事世间小，心中无事一床宽”，欲求心灵解脱的人，须知“有舍有得，舍而后得”的人生道理。

——圣严法师

- ? 人生是一道选择题
- ? 会舍去才会活得潇洒
- ? 舍与得互为因果
- ? 舍得是生活的两面
- ? 不要为错过了的怀有遗憾
- ? 做人不要太固执
- ? 只选适合自己的
- ? 何必盯着成功不放
- ? 无病就是最大的得
- ? 舍去包袱，人生才会轻松自在
- ? 学会去掉机心

第五章 减分欲望，多分滋味

在对欲望的追逐中，人们常感觉身心俱疲，却又无法停下走向这个无底洞的脚步，正所谓“世味浓，不求忙而忙自至”。

但忙来忙去，多的是更大的贪念和对心灵的负罪，少的是人生的真滋味。

——圣严法师

- ? 知足，则幸福长存
- ? 欲望是无穷的，要学会放下
- ? 克制诱惑，回归本我
- ? 少一分所求，多一分快乐
- ? 安贫乐道，知足常乐
- ? 抛开世俗的妄念，做真实的自己
- ? 珍惜拥有，一切都不必苛求
- ? 知足是幸福的起点
- ? 见好就收大智慧
- ? 让心回到最初的澄澈

第六章 放宽心量，有情众生

如果我们能够放下我执，不以自我为中心，任何事情都能看得开、看得淡、放得下，而且能够包容所有的人、所有的事，自然而然就不会有偏见，当然就没有烦恼了。

——圣严法师

- ? 退一步会走得更远
- ? 海纳百川，有容乃大
- ? 量大则福大

<<听圣严法师说佛>>

- ? 宽恕别人，升华自己
- ? 贤者能容人之错
- ? 不要固执地否定他人
- ? 忘记那些不快的记忆
- ? 赞美别人，就是肯定自己
- ? 只有慈悲才能化解仇恨
- ? 伤害别人，其实是在伤害自己
- ? 遇谤不辩，沉默即宽容
- ? 一念嗔心起，八万障门开
- ? 先予后取，以退为进
- ? 严于律己，宽以待人

第七章 心入佛门，一切明了

修学佛法，遵循佛陀的教法，可以彻底、根本地解决心病，进一步得到解脱；当五毒攻心时，善用正统清净、智慧清凉的佛法，便能够安抚人心，安定人心。

——圣严法师

- ? 万有皆从因缘生
- ? 重要的是心灵虔诚
- ? 用一颗佛心去看世界
- ? 佛就在我们身边
- ? 心中有佛，处处是佛
- ? 众生皆平等，人人能成佛
- ? 不识本心，学法无益
- ? 人生处处有妙谛
- ? 千年暗室，一灯能破
- ? 看清生死，觉悟成佛
- ? 修行，需要信念
- ? 凡所有相，皆是虚妄

第八章 把握命运，自造福音

心是主人，所有的境界都是由心造成的。

你不必和因果争吵，因果从来就不会误人；你也不必和命运争吵，命运是最公平的审判官。

——圣严法师

- ? 坎坷能磨炼人的心智
- ? 活在当下，珍惜今天
- ? 命运要靠自己掌握
- ? 立即行动不拖延
- ? 历经磨难，才能修成正果
- ? 做事需要直面困境的勇气
- ? 每个人都有属于自己的路
- ? 永不丧失生活的勇气
- ? 把绊脚石当做垫脚石
- ? 懒惰是贫穷的根源

<<听圣严法师说佛>>

章节摘录

少一分所求，多一分快乐 现代人无时无刻不在追求快乐，但却被追求快乐的贪念压得透不过气来。

我们不断向外追求物欲的快乐，但却疏忽了真正的快乐是知足。

——圣严法师 凡人有种种的欲望，但多数人只是在为了满足自己肉体的需求而努力拼搏。

如果能够清醒地认识到这一点，不为欲望所束缚，少一分所求，就会多一分快乐。

所以，圣严法师以批评的态度对世人说：“现代人无时无刻不在追求快乐，但却被追求快乐的贪念压得透不过气来。

我们不断向外追求物欲的快乐，但却疏忽了真正的快乐是知足。

” 精舍中有四个和尚在讨论世间什么东西是最苦的。

一个说淫欲最苦，一个说饥渴最苦，一个说怨怒最苦，还有一个说灾难最苦，他们四个争执不休。

佛祖闻听他们的争执，就来到他们中间，四个和尚就请佛祖评判他们谁说的最有道理。

佛祖说：“你们所争论的都不是苦的根本。

天底下最苦的事情，莫过于不忘肉体之躯。

饥渴、寒热、怨怒、色欲、灾祸全都来自于不忘肉体之躯。

身体，乃是众苦的根本，患祸的来源。

劳心积虑的，忧郁恐惧的，万物蠢蠢欲动，相互争抢甚至仇视为敌的，自我束缚的，都是由于这血肉之躯的缘故，所以，要脱离世间的苦难，就应求得寂灭其身，收心养性，淡泊无想，能得涅槃之境，这才是最为快乐的事情。

” 欲望越多，痛苦也越多。

人心不足蛇吞象，什么都想要，最后可能什么也得不到，反而一辈子将自身置于忙忙碌碌、勾心斗角之中。

这样活着，未免太累！

如果少一些欲望，是不是也会少一些痛苦呢？

有一对即将结婚的未婚夫妻，很高兴地大喊大叫、相互拥抱，因为他们中了一张“高额彩券”，奖金是七万五千美金。

可是，这对马上要结婚的新人，在中奖后隔天，就为了“谁该拥有这笔意外之财”而闹翻了。

两人大吵一架，并不惜撕破脸、闹上法庭。

为什么呢？

因为这张彩券当时是握在未婚妻的手中，但是未婚夫则气愤地告诉法官：“那张彩券是我买的，后来她把彩券放入她的皮包内，但我也没说什么，因为她是我的未婚妻嘛！

可是，她竟然这么无耻、不要脸，居然敢说彩券是她的、是她买的！

”
……

<<听圣严法师说佛>>

编辑推荐

一部让亿万心灵受益的精神读本
超脱自在心灵 点亮智慧人生

台湾第一高僧的佛法至理

聆听大师心声 感悟佛学真义

<<听圣严法师说佛>>

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>