第一图书网, tushu007.com

<<静心>>

图书基本信息

书名：<<静心>>

13位ISBN编号：9787510427121

10位ISBN编号：7510427126

出版时间：2012-5

出版时间：弘一法师、 庆裕 新世界出版社 (2012-05出版)

作者：庆裕 著

页数：222

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

<<静心>>

前言

当你累到无力，内心深处总是渴望一份安宁与平静，随着这份渴望走下去，我们真的找到了自己想要的那个精神之家，这个家不在别处，也不是一间屋一座院，它是一种自在静心的感觉，是一种抛开浮华和纷争，回归内心的简单和宁静。

生命起始之时，最初的那颗心除了清净透明什么都没有，可是在红尘俗世中混得久了，这颗心好像什么都沾染上了。

其实只要你静下心来就能发现，这颗心原来还是什么都没有。

但是我们却误以为塞满了很多东西。

于是心念被打扰，就像石块落入水中，引起了内心的层层波澜，当人被繁杂迷了心窍，一切纷扰就会纷至沓来。

在不断地求索与挣扎中，有时候心会越锁越紧，越来越浮躁迷乱找不到方向。

于是不自觉中我们已经失去了自主能力，跟着情绪走了，或者跟着诱惑走了。

一路走去却发现烦恼越来越多。

其实很多萦绕心头的烦恼，不是因为它本身有多麻烦，而是因为我们总把它放在心里。

回头的瞬间，你会发现，原来追求外在的浮华只是一种诱惑，人在诱惑之下会离自己的内心越来越远。

红尘纷扰的人生路上，人们很容易在诱惑中辨错了方向；在名利相争中远离真实的自己，倒不如驻足片刻，调整好呼吸，聆听自己真实的内心，只有这样，我们才会更宁静，才能让内心清澈如初，生命才能重新调整平衡。

让生命回归平衡，是一种解脱生活桎梏的大智慧。

生活没有上下限，只有心静下来，才能感受到路的平坦；才能有宠辱不惊的定力；有一切顺其自然、我当宁静致远的超然。

弘一法师出家修行，修得一颗宁静之心，一份自在安闲，就让我们跟随大师的指引，一路找到灵魂的栖息之地，找到自己的精神家园吧。

第一图书网, tushu007.com

<<静心>>

内容概要

生命起始之时，最初的那颗心除了清净透明什么都没有，可是在红尘俗世中混得久了，这颗心好像什么都沾染上了。
在不断地求索与挣扎中，有时候心会越锁越紧，越来越浮躁迷乱找不到方向。
《静心：弘一法师的人生幸福课》的文字中渗透着弘一法师的风骨和智慧，给浮躁的人们一份安宁，告诉人们一切顺其自然，便能宁静致远。
它让人们在风云变幻中宠辱不惊；在岁月流逝中心清如水；让人们领悟到什么是真正的大彻大悟、禅定心安。
让我们跟随大师的指引，一路找到灵魂的栖息之地，找到自己的精神家园。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

弘一法师（1880-1942），俗名李叔同，是“二十文章惊海内”的大师，在中国近百年文化发展史中，他是学术界公认的通才和奇才，他最早将西方油画、钢琴、话剧等引入国内，而且集诗、词、书画、篆刻、音乐、戏剧、文学于一身，在多个领域，开中华灿烂文化艺术之先河。
他是近世佛教界倍受尊敬的律宗大师，也是国内外佛教界著名的高僧。
其心灵修养与智慧方面的诸多作品都经久流传，深入人心。

第一图书网, tushu007.com

<<静心>>

书籍目录

1 卸掉心头繁杂事，还内心一份宁静 没有欲念心才安宁 只需轻轻拂去灰尘 还内心一份宁静 舍弃繁杂见真谛 平和由心而生 不是生活太艰难，是你脚步不从容 死执不如放手 让人劳累的是心头的重负 心开阔你才宁静2 看淡红尘纷扰，内心自在安闲 心头的纷扰都是杂草 与人为善，要留一颗清净心 打败你的是内心的浮躁 有内涵方能泯然一笑 心静才能突破困境 心灵的皈依 让世情淡一分 不为情绪所动 放下心中的“怕” 做真实的自己最安心3 生活中自有菩提，能静心才是智慧 找到柴米油盐中的那份安详 拒绝诱惑常惜福 像佛一样静心习劳 在持戒与自尊中修-份定慧 菩提之心是一种灵悟 静心思考才能得智慧 懂得反省自己才能沉淀心性 心有挂碍不如定心明志 选择心灵的宁静 心被外物所牵你才会煎熬 贪爱容易迷惑心智 越炫耀离你想要的越远 沉静才能认清事情的根本 能说不能行，不是真智慧4 万念起于内心，断念才得清净 心有定慧才得安宁 万念起于内心，断念才得清净 低下头才能看到真相 顺从自己才能禅定心安 抬手相让只为求-份简单 迷途知返内心才安静 保持通灵的心境 追求没有的不如珍惜拥有的 丝毫必争不如通达相让 回头自省才见清静处5 人之所以痛苦，在于追求错误的东西 先度自己，再度他人 逆境顺境看襟度，临喜临怒看涵养 留一份镇静在心中 放下虚妄修自身 人之所以痛苦，在于追求错误的东西 化解内心的痛 平地起波澜，只因为心不静 像水一样至柔克刚 心如止水才能抵抗诱惑 修一颗通灵之心 好心态是一种定力 比珠宝更珍贵的是智慧 心量放宽人生通达6 心动了，行进的方向就变了 先区分善恶，再决定进退 七分理性三分情感 不慕他佛，塑造自身 流于场面和形式，心就会累 看清通往幸福的路 低调处事保留余地 开悟，C智世事洞明 行为随心而动 你的不安由心而生7 请把心调到微笑的频道 你也能在微笑中举重若轻 笑容总在杂念顿起时消失 哗众取宠让人仪态尽失 找到心中盛开的莲花 做一只快乐的蝴蝶 财富是无形的 别忽视纯真自然之心 用心去爱，才能用心微笑 最打动人的，是那份质朴 培养善根积福德 你的心可以自由伸缩 泥出莲花只因有颗宁静淡雅心 对虚幻的光环说不 天然无饰，便是本性8 抓住当下的幸福 活出生命的真谛 摒弃重负抓住现在 放下梦幻走向真实 寻找人生本来的样子 舍一份虚荣，得一份真相 做真实的自己 从容面对生死 获得真正的价值 抓住当下的幸福9 弘一法师经历概要 初到世间的慨叹 艺海畅游的乐趣 遇见精神的出生地 南闽十年之梦影 最后之□□

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

版权页： 没有欲念心才安宁 弘一法师在讲解佛经的时候曾说："行少欲者，心则坦然，无所忧畏，触事有余，常无不足。
"他也曾劝诫世人："人生在世都希望有幸福快乐的生活，然而幸福快乐由哪里来呢？
绝不是由修福而来，今天的富贵人或高官厚禄者，他们日日营求，一天到晚愁眉苦脸，并不快乐。
修福只能说财用不匮乏，修道才能得到真幸福。
少欲知足是道，欲是五欲六尘。
无忧无虑，没有牵挂，所谓心安理得，道理明白，事实真相清楚，心就安了。
六根接触，六尘境界不迷，处世待人接物恰到好处，自然快乐。
"一般来说，做事情和看待一件事情的不同想法和观点，决定了人与人内心想法的不同。
来看看这师徒二人的迥异想法吧。
一天，坦山和尚与徒弟在去某地说法的途中遇到了一条小河，河水虽不大，也不湍急，但因为刚下过大雨，河沟泥泞不堪。
师徒二人正准备渡河时，后面来了一位穿着得体、体貌端庄的年轻姑娘。
姑娘行色匆匆，好像有急事要办，但是到了河岸边后却面露犹豫之色。
看到这一情景，坦山和尚便上前对姑娘说："施主，贫僧背你过去吧！
"紧跟在他后面的小沙弥听到坦山和尚的话，心里不解，嘀咕到："平日里师父教导我们，不能接近女色，为什么今天自己却犯清规呢？
"小沙弥本想当场问师父，但是又怕惹怒师父，只得忍受九转回肠的折磨，闷闷不乐地跟在师父后面。
很多天过去了，小沙弥还在为当日师父背姑娘过河的事情冥思苦想。
一天，他终于憋不住了，于是问坦山和尚："师父，您经常教导我们，出家人不可以亲近女色，可为什么前些日子，您却背漂亮的女施主过河呢？
"坦山和尚听了小沙弥的问话，讶异地回答道："我背那位女施主过河后，就把她放下了，没想到你却一直紧紧背着她，到现在都还没放下来！
"很多萦绕心头的烦恼，不是因为它本身有多麻烦，而是因为我们总把它放在心里，弘一法师为世人指点迷途："世间烦恼都是由念而生，放下欲念是一种内心境界。
若放不下便饱受烦恼折磨，放得下内心才能坦然宁静。
"只需轻轻拂去灰尘 弘一法师在讲经说法时曾提到智者大师的一句话："世间色、声、香、味常能诳惑一切凡夫，令生爱著。
"他解释说："'色、声、香、味、触'是五尘，属于物质，再加上一个'法'，名为六尘，法属于知识。
眼所见者为色，耳所闻者为声，鼻所嗅者为香，舌所尝者为味，身所接触者为触。
这都是外面的环境，容易迷惑人，令人生起贪嗔痴慢。
为了追求物欲享受，使人生起爱著，一爱一执著，毛病就来了。
心被境界所转，即是凡夫。
"佛在一切经论中，常常提醒我们要修行，行是生活行为，在生活行为中难免发生很多错误，修正错误的行为谓之修行。
五尘都是虚假的，可以受用，不可以爱著。
佛菩萨对五欲六尘亦享受，但不执著，没有爱、取、有，没有分别执著，永远在定。
佛祖给弟子解释禅理的时候特别擅长通过故事的形式将晦涩的道理变得浅显易懂，徒弟们也是百听不厌。
一天，佛祖就给徒弟们讲了这样一个故事。
有一个皇帝想在皇宫内修建一座寺庙，于是派人去找技艺高超的设计师和工匠，希望能够把寺庙修建得华美。

第一图书网, tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

<<静心>>

编辑推荐

《静心:弘一法师的人生幸福课》说到红尘纷扰的人生路上，人们很容易在诱惑中辨错了方向；在名利相争中远离真实的自己，倒不如驻足片刻，调整好呼吸，聆听自己真实的内心，只有这样，我们才会更宁静，才能让内心清澈如初，生命才能重新调整平衡。
让生命回归平衡，是一种解脱生活桎梏的大智慧。
生活没有上下限，只有心静下来，才能感受到路的平坦；才能有宠辱不惊的定力；有一切顺其自然、我当宁静致远的超然。
弘一法师出家修行，修得一颗宁静之心，一份自在安闲，就让我们根着《静心:弘一法师的人生幸福课》的指引，一路找到灵魂的栖息之地，找到自己的精神家园吧。

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