

<<清净心>>

图书基本信息

书名：<<清净心>>

13位ISBN编号：9787543066052

10位ISBN编号：754306605X

出版时间：2012-4

出版时间：武汉出版社

作者：雅光

页数：269

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>

<<清净心>>

内容概要

“本来无一物，清净心自在”都市人于感情里糊涂，生活中忙碌，职场中沉浮，人生中迷茫，皆因没有一颗“清净”的本心。

我辈俱是凡夫俗子,红尘的多姿、世界的多彩令大家怦然心动,名利皆你我所欲,又怎能做到心如止水呢？

作者以一个普通人的角度禅述佛家中清透的灵悟、豁达的包容、淡定的智慧，带你回归真实的内心！

怎样才有一颗清净心？

在生活中寻找，在工作中、爱情中，放下执著、放下分别、放下妄想，心就清净了。

本书将人生哲理与佛家故事结合，没有高深的理论，多为暖心的忠告，感人的故事。

清净的智慧，正是要让人在纷乱的现实世界中提得起、放得下，认清事实、止息烦恼。

<<清净心>>

作者简介

本书作者雅光居士先后在大陆和台湾等多家寺院修行学法，吸收了星云大师，圣严法师等佛学大家的思想精华。

其作品抚平无数读者的烦恼心境，牵引众生体察当下，直面生活的浮华与困苦。早年修行艰辛，虽然经历曲折痛苦，思想上却依旧积极乐观，作品更符合现代人的内心需求和渴望。其心灵修养与智慧方面的诸多言论都经久流传，深入人心。

<<清净心>>

书籍目录

- 第1课 自在心——静坐无所为，春来草自青
放下是一种大智慧
活得简单一些
人心即是灵山
- 第2课 慈悲心——常行于慈心，去除怨恨想
对人慈悲即是对己慈悲
运用慈悲力，解得众生苦
善良是做人的根本
- 第3课 平常心——本来无一物，何处惹尘埃
平平淡淡才是真
心平气和打开缘分的天空
不争名夺利的幸福
- 第4课 宽容心——欺人是祸，饶人是福
因为胸怀宽广才快乐
用博大的胸襟容纳整个世界
把一切不愉快都看成过眼云烟
- 第5课 坚忍心——坚心磨琢寻龙穴，着意修持上鹫峰
别让心障隔断了成功的路
成大事者必先做好每一件小事
坚持自己的内心方可让梦想成真
- 第6课 睿智心——含灵蠢动，皆有佛性
属于自己的智慧无可替代
智慧要从自己的内心去发掘
多从别人身上去寻找人生的智慧
- 第7课 清净心——世人多重金，我爱刹那静
贪念是罪恶的源泉
唯有不贪图享受，才能得真正的清净
内心清明是获得清净的本源
- 第8课 澄明心——见性成佛，静心发慧
做一个真实的自我
在内心发掘出澄明才是真谛
心平气和地去对待泰山崩倒的事态
- 第9课 快乐心——若无闲事挂心头，便是人间好时节
快乐其实就在你的身边
活出自己的人生价值来
活着的意义在于快乐地活着

<<清净心>>

章节摘录

何谓自在？

自在即自由，心无挂碍，安闲自得，无拘无束。

杜甫有诗云：“留连戏蝶时时舞，自在娇莺恰恰啼。”

不受外界拘束，不受内心困扰，充分地去放飞心灵，享受人生。

“自在”二字说起来简单，理解起来也不难，但若想在这纷纷扰扰的现代都市中觅得一份自在，难度可想而知。

我们每一天都要在处理大事小情中度过，每一刻都在受着各种约束，学习、工作、家庭、事业……无不是不可避免的桎梏。

身处这种环境中，我们又怎么能做一只恰恰啼的娇莺？

答案是：虽身无自在，但心无约束。

所谓佛道，修的是心而非身。

当这具肉身无法突破层层障碍的时候，我们就应该去追求内心的那份自在。

正如佛曰：“心离烦恼的系缚，通达无碍，是为自在。”

“烦恼琐事都抛却，唯留欢愉在心中。”

这样才算是拥有真正的自在。

首先，别让你的心有太多的牵挂。

人生在世，我们总是有着太多的顾虑。

贫者为明朝的柴米油盐而烦忧，富者为今夜的或许失窃而添愁；学生愁考试，白领愁薪水，每个人都背负着沉重的包袱行走在人生路上，这样又何谈自在？

其实细想起来，这些烦恼都是庸人自扰，无论怎样烦恼，第二天的太阳依旧要升起。

该发生的事情不会因为你的自寻烦恼而改变，人生的道路也不会因你的彻夜无眠而平坦。

与其如此，还莫不如做好今天的事。

唐代的罗隐说得好：“得即高歌失即休，多愁多恨亦悠悠，今朝有酒今朝醉，明日愁来明日愁。”

其次，别把简单的事想得太复杂了。

世界上的绝大多数事情其实都很简单，过于复杂的事也轮不到你我来操心。

我们要做的就是别把事情想复杂了。

很多事情只要举手之劳就可以解决掉，又何必去做得百转千回？

那样的话不仅费时费力，更让内心平白增加了一份无谓的烦恼。

做人，就要活得简单一些。

不去在意他人的目光，一切流言蜚语只当作耳旁秋风，毕竟，你是在为自己活着。

最后，莫强求，随缘方是自在的真谛。

我们总是在苦苦地追求，想要的，不想要的，可要的，可不要的，这一系列来自物质、感情等上的问题几乎占满了我们整个人生的旅途。

然而，这样的追求有意义吗？

或许我们在肉体上得到了一定的享受，但却给决定整个人生的内心增添了许多许多的压力。

有句话说得好，“命里有时终须有，命里无时莫强求”，世间所需让它一切随缘，只要缘分到来的时候能够把握住，就足够了。

困了就睡，饿了就吃，吃饱睡足就以饱满的精神状态、轻松自在的心理去继续人生路。

《云门文偃禅师语录》中有一段问答：“问：‘如何是佛法大意？’

答：‘春来草自青。’

……

<<清净心>>

编辑推荐

用禅的思维感悟生活，远离浮躁。

心无执念，身无挂碍，写给都市大忙人的实用减压法。

雅光大师给都市大忙人的9堂静心课，继《宽心》《不生气》之后《清净心》再度掀起轻励志阅读热流。

水不清，如何能影射景物？

谷不空，如何能吞吐声纳？

人如果没一颗清净、感动的心，如何能与真理相应？

——星云大师 真正快乐的力量，来自心灵的富足，来自一种教养，来自于对理想的憧憬，也来自于与良朋益友的切磋与交流。

——于丹 智慧禅机，佛法偈语，经典故事，典雅装帧，带给你淡然、宁静的阅读感受。

<<清净心>>

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>