

《放下比你想得有力量》

图书基本信息

书名：《放下比你想得有力量》

13位ISBN编号：9789862297179

10位ISBN编号：9862297174

出版时间：2012-7-13

出版社：三采文化出版事業有限公司

作者：ひろさちや

页数：152

译者：王慧娥

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《放下比你想得有力量》

内容概要

《放下比你想得有力量》

作者簡介

ひろさちや (HIROSACHIYA)

1936年出生於日本大阪府。宗教評論家。

東京大學文學部印度哲學系畢業，同研究所人文科學研究科印度哲學專攻博士課程修畢。擔任過氣象大學教授、大正大學客員教授。

以「佛教原理主義者」為號召，以傳播本格佛教的寫作、演講活動為主而活躍。

能以深入淺出的方式說明佛教教義，因而深受歡迎。

書籍目錄

序章

Part 1 《般若心經》能解決煩憂，教導真理

二百六十二個字，消除所有煩惱
只要懂得第一行，即可瞭解《般若心經》
就《般若心經》中反覆說明的「空」來加以思考
「空」，就是沒有執著地看待事物
【專欄】觀音菩薩是自由自在看待事物的超凡之人
撕下心中的標籤，即可看見「空」的世界
只要修行，人人都可理解「空」為何物
苦行無法悟得「空」為何物，應從不計得失的日常生活中體悟
即使無法完全捨棄得失心，仍應盡可能不計較得失地活著
【專欄】在大乘佛教裡，人人皆平等擁有瞭解真理的機會
朝著目標，採取進一步、退兩步的速度前進
愚者一次就說：「懂了」
只要瞭解到能理解的程度即可

Part 1 總結

【煩惱諮商室】我好孤獨，活得沒有意義！
* 般若心經大解惑
玄奘、鳩摩羅什……三藏法師其實有好多位？
Part 2 實踐不計得失的教義
不是指一般的「聰明才智」，而是擁有佛教的「智慧」
想要活得無煩無憂，必須實踐「三項智慧」
【專欄】有如車子雙輪般的「六波羅蜜」，才是智慧的實踐
吃虧的智慧
想要有所「失」，就必須先有所「施」
付出時別覺得對方可憐，而應心懷「感謝」之意
即使沒有真正付出，只要抱持「付出的心意」即可
若不知如何是好，不必多想直接起身離開
只要有吃虧的心意，便能遵守道德及法規
蟑螂雖然有其存在價值，但忍耐也有限度
認同脆弱，容許他人的軟弱
不費盡心力去擁有一切
不解決問題的智慧
不管是翹課或翹班，先不解決問題、將其擱一邊
不要勉強上學或上班，一旦放下便能看見本質
痛苦時，誦念「南無阿彌陀佛，阿彌陀佛」
死是人生的一大功課，沒必要刻意延長生命
煩惱永遠不可能消失，與煩惱和平共處能輕鬆快樂
不強求世界變得更美好的智慧
因為有了比較心，世界才有好壞之分
不必設法解決霸凌，而是站在被霸凌者同一邊
如果兩兄弟面前，只有一個麵包的話？
放棄所有權，供奉給佛陀
利用三項智慧揮別一切煩憂
不計得失的生活態度，能正確看清事物本質
丈夫、兒子、弟弟都被判死刑，該就哪一個？
口號就是隨興自在、豁然開朗、不汲汲營營

《放下比你想得有力量》

「隨興自在」地選擇，「豁然開朗」後改變看法
不要焦急，快樂地以「不汲汲營營」為目標
人生就像一場戲，人人都是劇中人，就算有病人、壞人也無妨...112
一旦瞭解自己也是「空」，煩惱便能盡消

Part 2 總結

【煩惱諮商室】我想阻止女兒的婚外情

* 般若心經大解惑

最聰明的舍利子是釋迦牟尼佛的十大弟子之一，為何他總是被說教？

Part 3 用現在的語言，重讀《般若心經》

佛說摩訶般若波羅蜜多心經

觀自在菩薩。行深般若波羅蜜多時。照見五蘊皆空。度一切苦厄。

舍利子。色不異空。空不異色。

色即是空。空即是色。受想行識。亦復如是。

舍利子。是諸法空相。不生不滅。不垢不淨。不增不減。

是故空中無色。無受想行識。無眼耳鼻舌身意。無色聲香味觸法。

無眼界。乃至無意識界。無無明。亦無無明盡。

乃至無老死。亦無老死盡。無苦集滅道。無智亦無得。以無所得故。

菩提薩埵。依般若波羅蜜多故。

心無罣礙。無罣礙故。無有恐怖。

遠離一切顛倒夢想。究竟涅槃。

三世諸佛。依般若波羅蜜多故。

得阿耨多羅三藐三菩提。

故知般若波羅蜜多。是大神咒。

是大明咒。是無上咒。是無等等咒。

能除一切苦。真實不虛。故說般若波羅蜜多咒。

即說咒曰。揭諦。揭諦。波羅揭諦。

波羅僧揭諦。菩提薩婆訶。般若心經。

* 般若心經大解惑

為何《般若心經》會在日本如此廣泛地流傳呢？

終曲

《放下比你想得有力量》

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:www.tushu000.com