

《心经修心课》

图书基本信息

书名：《心经修心课》

13位ISBN编号：9787507540819

10位ISBN编号：7507540812

出版时间：2013-10-25

出版社：华文出版社

作者：[日]濑户内寂听,瀬戸内寂聴

页数：240

译者：王建新

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

《心经修心课》

内容概要

《心经》是全世界传播最广、影响最深的佛教经典！也是佛教及人生智慧的最高代表作！

《心经修心课：不烦恼的活法》是目前国内第一本最通俗易懂的《心经》解读本，识字就能读，读完马上会用！

《心经修心课：不烦恼的活法》作者濂户内寂听是日本最具影响力九十岁高龄僧尼，位居日本最高僧位——大僧正。本书是她历时一年亲自宣讲《心经》，结集而成，影响整个日本，荣获多项大奖！

《心经修心课：不烦恼的活法》作者濂户内寂听，同时也是日本著名作家，作品曾荣获谷崎润一郎奖、野间文艺奖、泉镜花文学奖、新潮同人杂志奖等多种殊荣，其佛学题材小说《人生在世便是相逢》一经出版，就被安妮宝贝等众多作家自发真诚推荐。

《心经修心课：不烦恼的活法》语言水准相当之高，字字珠玑，感人肺腑，并由国内著名翻译家、武汉大学教授同时也是佛教研究学者王建新教授翻译。

无论是持经、诵经还是抄经，都能助你平复内心，消除躁郁，获得正确判断事物的能力。本书感恩随喜乾隆皇帝《心经》珍藏手迹，并随书赠送精美的经文手抄本，方便随身携带。白话译文，全部标注拼音。

本书为什么值得阅读与收藏？读《心经》是改善情绪的第一步！当您心绪不宁或者工作、感情不如意时，它能帮您平静心绪，做出正确判断！当您没有太多时间陪父母时，您可以送给这本书，会他们陪伴渡过一段好时光！当您的好友遇到各种不如意时，您可以送给他们看清眼前的困难！本书适合各个年龄、从事各种工作的人阅读，其中所包含的智慧，能够解决我们所有的情绪问题。

本书内容：

“爱使人执着，执着却易生固执。舍弃执念，解放心灵的人，看起来都美得发光。”——仅有272个字却道尽佛家真髓的《心经》，被作者赋予了新的时代意义。作者以身说法，运用自己半个多世纪的人生智慧，向读者娓娓道来生命中到底哪些才是真正的心灵依靠。当内心苦恼、躁郁难平之时，我们可以通过持经、诵经、抄经来稳住心神，获得不被外界干扰的巨大能量。

《心经修心课》

作者简介

书籍目录

自序 《心经》改变了我的一生

《心经》全文 摩诃般若波罗蜜多心经

《心经》白话译文 指引我们渡往彼岸的、具有伟大智慧的、最重要的经文

《心经》学前课 用十分钟了解佛陀的一生

1. 因爱而生，释迦降世

2. 丢弃浮华，离家修行

3. 历经磨难，开悟得道

第一课 改变世界需要一万年，改变自己明天就可以

1. 重新开始要先从心开始

2. 一个今天胜过两个明天，活在当下方能无悔

3. 佛菩萨只保佑那些肯帮助别人的人

第二课 一切烦恼都有解决的办法

1. “空”是《心经》的核心

2. 读懂了《心经》就明白了人生

3. 被感官支配的生活，和动物没什么区别

4. 无心无物之处定无烦恼

5. “求不得”的东西就不要“求”

第三课 随缘不是得过且过

1. 消灭烦恼不能过了头

2. 为什么越在意越痛苦

第四课 改变，才能看见机会

1. 欲望无边，皆为空念

2. 佛陀最后的遗言：这世界真美，人间真美好

3. 因为无常，我们才能看到不一样的美

第五课 你可以用爱得到全世界，也可以用恨失去全世界

1. 你爱的人为什么不爱你

2. 要快乐地生活，必须抑制住“渴爱”

3. 佛陀在世时，烦恼比我们还多

4. 世人都要对因果负责

5. 无明是迷茫的根本所在

第六课 《心经》告诉我们的幸福秘诀

1. 能为别人设想的人，永远不寂寞

2. 人老了该怎么办

3. 人要活在真实里

4. 按照“八正道”的原则做事，是得到幸福的最好办法

5. “无”是更高层次的自由

第七课 幸福不是比较得来的

1. 你幸福吗

2. 如果有玄奘的精神，就没有做不成的事

3. 心无所缚就无所畏惧

4. 当失去心爱的人时，我们该怎么做

第八课 命运都是自己造的

1. 心诚则灵，如果不灵，一定是心不够诚

2. 一念愚即般若绝，一念智即般若生

3. 愿不愿成佛就看你想不想

第九课 咒语确实具有神奇的作用

1. 妈妈的咒语最灵验

《心经修心课》

2. 心经超越了宗教，是全世界都可以读的经典

第十课 人生是不断获得宽恕的过程

1. 年关时要做身心大扫除

2. 宽恕别人就是宽恕自己

3. 心诚者得庇佑

4. 真言里的力量

5. 苦才是人生，但为什么佛陀一再地说“人世真美好”

特别附录

最通俗优美的《心经》名词详解

《心经修心课》

精彩短评

- 1、太粗浅了，没什么收获。
- 2、，揭谛揭谛波罗揭谛波罗僧揭谛菩提萨婆诃

1、我们常常惧怕真相，因为我们总是乐于活在自己的“幻象”中自娱自乐。真相从来不讨喜，因为它会击碎我们的幻象，而我们，需要用自设的幻象满足自己、安慰自己，同时也麻木自己，以便让自己在“一片美梦”面前满心欢喜地打发这艰辛而无聊的日子。但是，也正因为我们不愿面对真相，害怕一切真实的东西，所以我们永远处在“无明”的状态之中。我们不明白的是，为何这世界上有人能自在安稳地度日，有人却在脸上写满了忧心忡忡；为何有人在经历过种种苦痛后反而活得更加坦然自若，可有些人稍微遇到一点打击便痛不欲生。自然，我们也想不明白，什么世上会有“开悟的人”、“得道的人”，而自己却开不得悟、得不了道，甚至有些人一辈子生活在蒙昧之中也不觉其苦，他们面对世间之苦没有丝毫觉察，反而在欲海中纵情，并以其为人生之快事。但是在纵情声色之后呢？心灵还是一片空虚，而不是虚空。空虚了，便会受不了世间之种种苦痛，于是便要更加地纵欲，以为这样便可驱赶心头的恐惧。而心内虚空了，便可包容万物，不论是苦痛，还是欣喜，世间一切，都如平常一般。能够容纳下，便是与世间悲喜打成了一片，所谓的悲喜便不再能对身心起到什么作用。因为虚空的心上，泛起的是慈悲，是对众生的无限哀悯，是对以后人生道路的无比自信。如果，在读完《心经》之后你的心上泛起了慈悲，荡起了欢喜，那么恭喜你，真心实意地恭喜您！因为濂户内寂听告诉我们，在这种心态下，人是最幸福、最快乐的。这样的快乐和幸福还可以影响到身边的人。看，一部短短二百余字的佛教经典便能给自己的生命带来如许丰盛的感受，如果我们把这样的感受传递给别人，那么岂不是更好？《心经》之所以能让我们心头喜悦，是因为它揭示出世界的真相，但是它在揭示了真相之后又给人们指出如何面对真相。因此，我们的心便不苦也不悲，因为我们知道了一切事物的存在与消失，无非是因缘的生起或坏灭，我们干涉不得，因为这事物自身是一种“空无”，我们又何必干涉呢？我们只要接受这真相便好，接受之后，我们会发现，真相其实不可怕、“真相未必都美好。因为我们每个人都是凡夫，因为我们都生来‘无明’。人心都有灰暗的成分，所以我们人生中所做的事，也没几件是了不起的大事，大都平平庸庸。这就是人生。”濂户内寂听在书中这样娓娓道来，难怪这本书被誉为是“最实用有效、通俗优美的解读书籍”呢。真实也许很残酷，但无论它多么令人难以接受，我们都要坦然面对——因为我们始终无力对抗真相，也没必要对抗。当我们认清了真实的世界，接受了真相，我们的人生反而会多几分自在，我们活得，便也像那些开悟得道的人一般喜悦、圆满、自得，这些开悟得道之人被称为菩萨，当然他们最终都会成佛，——我们也是一样。

《心经修心课》

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