

# 《南怀瑾的人生禅学课》

## 图书基本信息

书名：《南怀瑾的人生禅学课》

13位ISBN编号：978756801939X

出版时间：2016-9

作者：陈玉新

页数：280

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](http://www.tushu000.com)

# 《南怀瑾的人生禅学课》

## 内容概要

该书以南怀瑾著作为本，讲述人生苦乐、爱情、得与失、名利、幸福生活等，通过大师的人生经历、言行举止、著述，来讲述如何在尘世中修心的人生哲学。

# 《南怀瑾的人生禅学课》

## 作者简介

陈玉新，新锐作家，社会问题研究者、中国文化研究者，出版有《每天一堂北大哲学课》《老人言》等畅销书。

## 书籍目录

- "第一章 痛到肠断能耐得过\_001
- 长叹尘情世态薄，人心难似莲心清\_002
- 心静自然凉，心远地自偏\_005
- 烦恼深无底，琐事多无边\_009
- 本来无一物，何处惹尘埃\_012
- 因上努力，果上随缘\_015
- 人生最高境界是无欲\_018
- 且乐生前一杯酒，何须身后千载名\_021
- 第二章 事到纷乱能理得清\_025
- 大度看世界，从容过生活\_026
- 不迁怒，不贰过\_029
- 得意莫放纵，月过满则亏\_033
- 己所不欲，勿施于人\_037
- 以利交友，利穷则人散\_040
- 一任闲言起，稳坐钓鱼船\_043
- 无心无罪，糊涂一场\_046
- 第三章 苦到舌根能吃得消\_049
- 吃得苦中苦，方为人上人\_050
- 不避蛮瘴之苦，才得非凡人生\_053
- 虽有在陈之厄，仍要安贫乐道\_056
- 苦中作乐，忍辱待变\_059
- 千人千般苦，苦苦不相同\_062
- 酸甜苦辣全都有，成住坏空亦不休\_065
- 看透一切生死离别苦\_068
- 第四章 急到燃眉能定得住\_071
- 戒急戒躁，事缓则圆\_072
- 事欲速则不达，心越急事越艰\_075
- 给人生一个喘息，给生命一个缓冲\_078
- 克制忍耐是人生的必修课\_081
- 韬光养晦，一鸣惊人\_084
- 泰山崩于前而色不改\_087
- 自伞自度，自禅自修\_090
- 第五章 困到绝望能行得通\_093
- 千里之行，始于足下\_094
- 行到水穷处，坐看云起时\_097
- 山不转水转，境不转心转\_100
- 万事无决绝，人生无绝路\_103
- 不求畅通无阻，求之寸步难行\_106
- 卧薪尝胆，三千越甲可吞吴\_109
- 智者不惑，行者无疆\_112
- 第六章 痛到肠断能丢得开\_115
- 净空内心，丢掉痛苦\_116
- 丢弃心魔，完善自己\_119
- 接受痛苦，铁在淬炼中变精钢\_122
- 丢弃过去，方得自在\_125
- 感恩痛苦，它让我们更加强大\_128
- 读懂生命之重，才能淡看得失之轻\_132

- 第七章 屈到气苦能受得起\_135
  - 大智若愚，吃亏是福\_136
  - 受人之辱，无动于色\_139
  - 做事要方，做人要圆\_142
  - 能屈能伸，潜遁巧变\_145
  - 谦和忍辱，得饶人处且饶人\_148
  - 顺其自然，乐天知命\_151
  - 我不入地狱，谁入地狱\_154
- 第八章 恨到切齿能消得散\_157
  - 善恶只一念之间\_158
  - 冤冤相报何时了，得饶人处且饶人\_161
  - 常行于慈心，去除怨恨想\_164
  - 放下屠刀，立地成佛\_167
  - 拔除心中贼，降伏心中魔\_170
  - 海纳百川，有容乃大\_173
  - 超越憎恨是无争\_176
- 第九章 活到惬意能享得了\_179
  - 荆棘丛中下足易，月明帘下转身难\_180
  - 用平常心，做平常人\_183
  - 做平常事，得异常福\_187
  - 青目睹人少，问路白云头\_190
  - 种善因，得善果\_194
  - 和气致祥，惬意的生活不较真\_198
- 第十章 话到唇边能停得下\_203
  - 嘴上不争锋，话多不如少\_204
  - 话说嘴边留三分\_208
  - 静坐常思己过，闲谈莫论人非\_211
  - 人言可畏，三人成虎\_214
  - 逢人添岁，见货增财\_217
  - 坐而言，不如起而行\_220
- 第十一章 财到眼前能看得淡\_223
  - 不为物所诱，不为利所迷\_224
  - 君子爱财，取之有道\_227
  - 穷而不愁，潦而不倒\_230
  - 冷淡生涯，忧道不忧贫\_233
  - 私财非快乐，无愧最安心\_236
  - 利欲熏心，失掉自身\_239
  - 无病第一利，知足第一富\_243
- 第十二章 情到深处能留得住\_247
  - 且爱且敬，孝顺父母\_248
  - 滴水之恩，涌泉相报\_252
  - 花无百日红，珍惜眼前人\_255
  - 友天下士，读世间书\_259
  - 家和万事兴，齐家以感恩为先\_262
  - 人生如白驹过隙，感恩才造就永恒\_265"

# 《南怀瑾的人生禅学课》

## 精彩短评

1、这是一本南怀瑾大师关于人生的智慧体验与感悟的书。  
修养在于修心，涵养在涵心。

# 《南怀瑾的人生禅学课》

## 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](http://www.tushu000.com)