

《西藏生死书：一日一课》

图书基本信息

书名：《西藏生死书：一日一课》

13位ISBN编号：9787308155714

出版时间：2016-5

作者：索甲仁波切

页数：400

译者：郑振煌

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

《西藏生死书：一日一课》

内容概要

每天，我们如何面对世界，我们如何面对自己的内心？

一天一段灵性文字，带你走进来自西藏的活智慧

放下我执，活出每一天的自在与喜悦

·
发人深省的文字和故事，是宁静和快乐的源泉。

源自索甲仁波切的心灵经典之作《西藏生死书》

加入索甲仁波切的原创书法，蕴含扣人心弦的辩才、温暖和智慧。

·
一年365日，修行365页。

一天一篇，随春花、夏风、秋叶、冬阳一起感受心灵的宁静与平和。

它是《西藏生死书》的精华本，也是普及本。引导读者感悟智慧，摆脱烦恼，获得内心的平静。书中包含了作者对佛法的领悟、修行的指导，给人充沛的活力、广阔的心灵和直指人心的温暖。

《西藏生死书：一日一课》

作者简介

《西藏生死书：一日一课》

精彩短评

- 1、带给人专注力的好书。心乱的时候读一读，就能安静下来。
- 2、因为红本很好，所以读了绿本，可能没看懂吧，感觉比红本差很多
- 3、发人深省的文字和故事，是宁静和快乐的源泉
- 4、人生到了某个阶段，必然不能糊涂的生活，知晓生死大义，才能更好的活着。推荐给每一个人。
- 5、有模仿《生命之书》的嫌疑，牵强附会。
- 6、绝对受益匪浅。
- 7、TE BE OR NOT TO BE，在这本书里已不再是个问题。
- 8、于是在去西藏之前 开始搜索翻阅大量的有关书籍。
这一本与西藏无关 但有藏佛有关 与沉静有关。
生活的真相 用心去阅读 用身去感悟 都是归途。
- 9、关于生与死的话题，每天都要思考一下。
- 10、每天净化一点心灵。在书店一天几个月地看完，觉得写的很好，也比较有启发。以后有时间会慢慢细读。
- 11、这书要是做成日历就好了。
- 12、一日一课。小水滴，最后也可以注满大容器。
- 13、如果可以，我想每天都把这本书看一遍。
- 14、真的就是看过了！里面见解也记不太清了~
- 15、棒棒哒。准备入手
- 16、学佛的书。
- 17、2017年已读01:从现在开始觉悟
- 18、宗教给人希望和力量。作者引经据典，很有才华。
- 19、红色本西藏生死书的节选，人应该为死亡做准备，这确实很重要
- 20、一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。
- 21、每日一篇，发人深省
- 22、保持脆弱

- 23、自己被撕碎成碎片的所有部分，现在则因安住而定下来，而融化，而变成我们的朋友。在那种安定之中，我们开始更了解自己，有时候甚至还可瞥见自性的光芒。
- 24、与红皮那个《西藏生死书》形成了不错的互补关系。

《西藏生死书：一日一课》

精彩书评

1、现在的你是，是过去的你所造；未来的你，是现在的你所造的。《西藏生死书：一日一课》读完之后，我心既平静又波澜。平静的是，书里面传递的智慧与豁达让我明白了很多，看开了很多；波澜的是，发现生活中原来到处都充满着真理、充满了学问，世界需要用心、细心留意观察。人，从出生就在走向坟墓。我们身上的脑细胞正在死亡，脑中的神经元正在衰败，甚至脸上的表情也随着情绪一直在改变。事实上，我们的心就像梦那么空幻，那么无常，那么短暂。看看我们的念头：它来了，它停了，它又走了。过去的已经过去，未来的还没生起，即使是当下这一念，诚如我们所经验，也立刻变成了过去。但我们唯一真拥有的是“当下”，此时此地。由于忙碌和散乱的心，长久以来我们已经看不见内心深处的自性了，然而禅坐的寂静中，我们却可以瞥见它，回归自性。这本书并不是完全在讲生和死，它还在教你如何在这喧闹的生活的获得自己的一方净土。生活不止只有生和死两件事，生或死只是人存在的两种状态，而生活的过程却是我们可以自控的。就如四十九页介绍到，记得老母牛的例子，它安于睡在仓谷里。你总得吃、睡、拉，这些是不可避免的事，此外，其他就不干你的事了。做你该做的，永远做你自己。想要渡别人，先渡己。要挖掘自身，加深自身，强化自身，只有这样才能去承担别人对你造成的一些影响。生活中可能有一些事情当下理解不了，宽容不了，但这无形中给自己带上了一道枷锁，让你耿耿于怀、辗转反侧。换一个角度想想，放下才是通往真正自由的道路。就如三百九十九页写的：当恼羞或伤害他人时，它不是会反弹我们自身吗？生活都是由各式各样的事组成，这些事说大就大，说小就小，大或小看取决你自己怎么对待。事情不可能十全十美的，心胸豁达一些，生活也就会多些平静，内心也就多块净土。如今人们做事都在追求速度，追求激情。我们的心竟无法保持片刻的宁静，我们的心是如此焦虑不安和充满想法，有时候我们甚至不知道自己在做什么。如果这时能在喧闹的生活中能坐一坐，静一静，想一想，以旷达和慈悲的态度来对待你的思想和情绪，自然地呼吸，放下执着，让自身融入广褒的真理中，收摄起散乱的思想，回归内在，融合为一，把心带回家。

《西藏生死书：一日一课》

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