

《人生就是放下》

图书基本信息

书名：《人生就是放下》

13位ISBN编号：9787552701753

10位ISBN编号：7552701757

出版时间：2014-1-30

出版社：甘肃人民美术出版社

作者：星云大师

页数：298

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

《人生就是放下》

内容概要

这是一本让我们放下、让我们快乐、让我们幸福的书，书中讲了很多佛教中解决各种痛苦、放不下的不同方法，只要我们持之以恒，所有困难都会迎刃而解，轻而易举得到快乐。无论是事业、家庭、爱情，全都变得一帆风顺。

《人生就是放下》

精彩短评

1、星云大师

2、社会环境变幻多端，浮躁焦虑也成为城市年轻人的心理标签之一。去年有一段时间工作压力特别大，特别容易焦躁，于是朋友推荐看些禅修的书。这也是我买的第一本禅修书，都是些小而赋有禅意的故事，翻看时很容易就能获得平静。今天工作上压力甚大，翻出旧书才想着留给记录。是本个人心智修行不错的书。

3、小故事，大智慧

4、有的时候，无关乎宗教，人生哲理大抵都是相同的。不同的是，从谁口中出来，你又选择相信了谁

5、速读全书，大部分只看故事末尾讲道理的部分，有感兴趣的才看故事。也许是修行不够，我并不是太懂大部分浅显易懂的道理中的深意。让我记住的只有4句：

1.要做到比众人强，首先要做的，是体验自己比众人弱；

2.强者动手做，弱者看人做；

3.有的人太顾念自己，不顾念别人，一点小事再三地烦人；有的人太顾念别人，不肯为自己，最后就失去了好多机会；

4.一般的学者，不易专心于一道，总是“此山望见彼山高，到了彼山没柴烧”。

6、平实的写出佛法精要，先是写理后用故事来解释，再用白话写出来。这样更容易理解。

7、汪先生买给我看的，说是和这书有缘。一个章节一个章节，里面一个个短小精悍的段落，让人思考好久。适合静静看书~

8、不知道我妈会不会想看.....

9、佛。

10、18.8买的，真的很便宜，书里的哲学发人深省。

11、生活偶尔喝点鸡汤

12、例子举了好多，道理说得略浅...消化周期略长...也许是我自己修为不够吧。

13、看似平淡如水，体味五味杂陈，简单淳朴大智慧

14、内外一如，平等无二

15、用最简单的话让我们去用佛的需要来解释生活。

16、待消化

17、名气很响，但说得不对。

18、没什么用的睡前鸡汤

19、最近很长一段时间要学的都是两个字，放下。

20、自从看了这本书，我的精神病都好多了。

21、之前摘录了一段星云大师的话送给了低谷期的朋友，结果她也开始关注，就因为这本书。。。

22、人生的关键就是放下，放下金钱，功名，地位，然后是是非、善恶、得失，以及对于这些的取舍和认识。本书告诫人们要放下心中执念，专注于当下；通过修行明心见性，追求正确的东西；做事贵在坚持，要有毅力，并且勇于付诸实际行动。本书通过禅师们的一个个故事，以及禅门公案，总结禅宗修行法门，探讨人生智慧。其中盲人打灯笼公案，空杯心态，化缘改变人等故事印象深刻。

23、受益匪浅

《人生就是放下》

精彩书评

1、一念顿悟，可以放下身心，解脱自在，一念生迷，只会作茧自缚，掀风起浪，不得安宁。星云大师说：做人要当提起时提起，（我理解：该出手、负起责任时，该挺身而出，有所作为。）当放下时放下。（我理解：追求而不得时，却要懂得放下，放下是为了继续上路时更加轻松，走得更远，这是多数人在人生追求过程中忽略的，所以，背负的压力越来越大，以至于停步不前。）我想，压力就像抗在肩膀上的担子，“放下”是个形象又虚幻的过程，阅读时，我总会从故事中慢慢看到一个画面：一个人（或是自己，亦或是其他人）将一个已经将扁担压弯的重担从肩膀上慢慢放下去。然后，抖一抖身体，深呼一口气，画风会从苦涩立马转变为轻松。大家可以尝试冥想一下这个场景，你会突然觉得胸口的大石头被搬走了，心松了下来，静了下来。星云大师说：金钱不是为储藏、拥有，要去布施才会快乐。（我理解：金钱够用、用好、要用得有价值，才不枉获得金钱所付出的努力）爱情不是只为自己占有，要奉献才会快乐。（我理解：不要只想得到对方的爱，理解、包容后，你会得到更多意想不到的爱）名誉也不是用来炫耀，要服务大众才会快乐。（我理解：有了能力去改变世界，更大的目的是为世界更美好，个人只是在完成这个大目标的同时，实现了小自我！）星云大师说：一样东西是否值得拥有，不在于其本身的价值，而在于你是否需要。要懂得舍弃不必要的，用有限生命创造、获取自己需要的！我想，人生追求的基础是想清楚自己需要什么，而不是埋头行动，俗话说，磨刀不误砍柴工。星云大师说：懂得生活的人，会按自己的意愿做事。他们不会流于世俗，不因别人的品评和行为而改变自己。容易受别人思想左右的人往往情绪波动很大，你又不是人民币，不可能人人都喜欢你，都说你好。所以，获得成绩的时候，首先要懂得自我表扬。不要只期待朋友圈‘有心无心’的点赞；恒不要把期望落到某些你认为很重要的人身上。要懂得自我享受这个获得成就感的过程，这个动力源于自己，而不是周围人。同样，做得不好时，要懂得自我调节。不要因为别人的批评就心事重重，有时间去悔恨、去抱怨，还不如花时间修改、完善，做得更好。还有一类属于新生事物，一开始并不一定会得到认可，那些别人觉得你不该做的事，如果你真的放弃了，就不会有那么多大人物和新产品了。所以，选定了路，还是要坚信自己！此外，还有一点思考，解决了当下的困惑，人生要成长，就必须学会独立。任何人都不会被你永远依靠，因为生命有限，他们只可能陪你走一段。因此，你要学会一个人很好的规划生活，独立的过好每一天。当然，有人陪伴就更好，你的生活可以更加多彩，但不要因此就期待从周围人身上获取什么，这是可怕的想法，一旦失去，你就会跌入谷底。

《人生就是放下》

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