

# 《不執著,心就自由》

## 图书基本信息

书名：《不執著,心就自由》

13位ISBN编号：9789866928628

10位ISBN编号：9866928624

出版社：曼尼文化事業有限公司

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)

# 《不執著,心就自由》

## 內容概要

釋尊云：「不會拘泥之人，就不會畏縮，那些拘泥不化的人，會從這個狀態一直執著到那個狀態，永遠不能超越輪迴。」很多時候，不幸福，是因為我們心中有著太多的執著。《金剛經》有云：「應無所住，而生其心。」無所住，就是叫人不要執著；生其心，就是要生起清淨心，也就是無牽掛之心。一個我執太重、永遠「不想」放下的人，是一個沉重的人，人生也不能承受生命之重；一個太過執著、永遠「不能」放下的人，人生就難有新的收穫和新的體驗。有所得是低級快樂，無所求是高級快樂。太過執著，等於心有罣礙；心有罣礙，就等於失去了自由。太執著，容易因為求不得苦而起煩惱，也就任憑苦境捆綁了你的心，猶如活在心靈的地獄中，沒有自由可言。執著於得失、失敗勝利，是苦惱的根源，放下執著，你才能得到自在。這是一本帶領讀者如何心靈透透氣、減減壓的勵志書。書中精選一些極具人生啟示的小故事，闡釋如何放下執著、讓心自由的人生道理，啟發讀者：人活著，擁有一個好心態，無論物質上是否豐盛，幸福快樂過好每一天才是重要的。因此，不要對以往的失去過於糾纏、不要對未來產生莫明的憂慮，只要活在當下、把握當下，做人不要太過精明算計、控制好自己情緒，適時解放自己的心情，就能過簡單自在的人生。

# 《不執著,心就自由》

## 作者簡介

史榮新 一個認為人生不管是活到多大歲數，都必須時時學習新知、更新腦袋的人。他認為世界廣闊、知識浩瀚，即使窮盡一生，也只能學得皮毛。所以，認真活在當下、清醒活在當下，是他的人生宗旨。平日極愛親近大自然，跟大自然對話，夜裡看著滿天星斗，任由想像遨遊天際；白日裡躺在沙灘，望著無垠蔚藍海岸與晴空日麗，是他最大的生活享受；將生活所感化為文字，紀錄所思所想，是他最大的興趣。編著有《不執著，心就自由》、《掌握生命的高度，活出生命的寬度》、《該放下就放下，不要緊緊抓住不放》等。

# 《不執著,心就自由》

## 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)