

# 《接触：生活即道场（满亚法师佛法开示）》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2007年03月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787505723184

## 编辑推荐

我们生活在与外界的各种关系中，所以，每个人在生活中都会形成属于自己的  
一套为人处世的方法。在现实生活中，很难找到一个不想生活得平静、快乐、有深度、  
放松并且没有压力的人。然而，又有谁能宣称自己与其他人相处时总是和谐无碍呢？恐  
怕许多人都做不到这点。这本书的主旨是谈我们与外界相处时的关系及改善之道：我们  
都是从模仿他人开始，从而慢慢学习建立起自己与外界的关系。该书借用了一些东方佛  
学的观念与思想，其主旨意在于为读者引鉴一种不同的观点或者角度，让大家去更深地  
理解他人、自己和世界。

## 内容简介

我们不是孤单一个人隔绝尘世地生活。即使是在山中修行的隐士，也和周遭的  
一切相互关联，比如森林、飞鸟等山中的动物、植物，当然还有大地和天空。我们在和  
外界的交流中自然会产生快乐与痛苦。许多人发现他们与外界的交流给他们带来无尽的  
烦恼。许多人不断地为此求索，寻找答案，期望能生活得更平静、更有价值。其实这一  
人生的答案就潜藏在我们每个人对于和外界所建立的关系的理解中，如何能将这种无法  
切断的关系变得更和谐、美满，正是我们要寻找的人生答案。

## 作者简介

宋晓刚：武汉大学英文系毕业，香港大学新闻硕士，资深媒体人士，在中国和  
美国从事新闻摄影20年，曾在香港举办“一个中国记者眼中的美国”摄影展，并著有《  
虚镜头》和《从东拍到西——一个中国记者在美国》等摄影专著。 满亚法师Shih Man Ya

：美国得克萨斯州理工大学资讯管理硕士。1988年依止佛光山开山星云大师，于美国西来寺出家、受戒。历任西来寺社交组长、美国洛杉矶佛光会秘书长、美国得克萨斯州奥斯汀佛光山监寺、马来西亚佛光山主持、南非南华寺主持。目前云游参学中。博朗文：南非作家，一向关注教育、医疗及可持续发展问题。2001年与满亚法师相识，被其对生活和人生的见解与智慧所感动。

## 目录

??	????????—??????????
???	?????
???	??
???	?????
???	?????
???	??????????
???	?????
???	????????
???	????????
???	?????

## 在线试读部分章节

随着孩子的成长，问题有所变化。有许多青少年喜欢性、毒品、烟酒。身体不健康，需求也会越来越多。这就像在高速公路上，因为车多，人们根本没有时间和空间去想，只是本能地做出反应。疏导是唯一的解决方法。这点在本书第七章会详细地讲到。孩子们的这种欲望是从“营养不良”产生的。我们要分析他的食谱，包括物质和精神的，然后给他正确的物质和精神食粮。思想受到玷污，就会走错路。如果身体不通畅，就需要毒品、需要垃圾食品，因为思想上依赖它们。我们会在以后专门讨论身心和食品的关系，但是消化并不单单指消化食品，污染也不仅仅是指身体。如果你伤害自己，就会吸引那些害人的人和你接近。如果内心不平衡，就不断会碰到敌人。孩子可能在伤害自己，试图摆脱这些，但不知道该怎么办。我们应该好好去听他发自内心的呼唤。

如果我们很纯净，就会觉得其他人不是什么“别人”，他们不是“朋友”、“敌人”，他们就是你，你就是他们。我们都是有内在联系、相互关联的。有清净心的人明白这

一点，可以开发智慧。智慧不是别人教授给你的，智慧是从一个可以明心见性的心里来的，它让你一眼看到事物的本质。

这种头脑源自我们原生的家庭。谁净化了你？是原生家庭。它是我们的学校、医院、心灵辅导中心。它是我们的一切。我们先从原生家庭得到安全感，然后将整个世界扩展成自己的家庭。如果我们不在原生的家庭打下良好的基础，就可能空来世界一趟，除非我们不断地向朋友、同事学习，寻求答案，开启智能。

青少年时期，生活本应该是无忧无虑的。如果在这个阶段受过很多磨难，就会不断地遇到麻烦——会掩饰自己的感情、压抑内心的需要，也不愿向他人敞开心扉。有朝一日，这种压抑达到一定程度，就会再也忍受不了出问题。一个孩子不断地把自己的痛苦、不幸、需求压制在心灵里，就像不断地把垃圾扔进垃圾桶里，这个垃圾桶总有一天会爆满。之后如果还朝里面扔，就会溢出来。他的情绪就会控制不住。为了寻求心理安慰，他会找那些有同样问题的人为友，相互排解，从而形成帮派、团伙，一起发泄。

能及时看到这点其实不晚。解决问题要有耐心，问题的形成可能已长达十年，怎么可能一下就解决呢？所以要耐心，给予理解，慢慢靠你的理解打动他，才可以一步步靠近他。劝说、教育、惩罚都很难让他清醒地看到自身的问题，只能靠理解和耐心。要认识到每个人都是重要的，每一天都与前一天不一样，你可以从他每天细小的变化中看到希望。

和长大的孩子相处孩子一旦长大，他们就变了。作为家长要承认并理解这一事实。如果意识到孩子岁数大了，更成熟了，兴趣变了，生活也不一样了，你就该知道他的需要也不同了。要学习看到这种变化，抛开他的过去。别老想着他过去如何如何，现在为什么不这样了？你和他都不再是从前的你们了。我们都需要进步。从你孩子来说，他不再是刚出生时的他了，他已经“新生”了。我们大家都“新生”了，他和孩子时不一样了，我们也不一样了。我们会背负着过去走到今天，我们会经常拿老眼光看别人、看自己，所以看不到世界当下发生的变化。你的孩子长大成人了，你不能再用对付小孩的方法来对待你长大的孩子。如果你做不到这点，不能和孩子建立起新的关系，你就会因循守旧，作茧自缚，年纪越大，情况就越糟。

[显示全部信息](#)

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