

# 《禅门境界论平常心》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：202000

印刷时间：2012年11月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787504744623

## 内容简介

“心理上如果不再企图挣扎抗拒负面的感受，心量就会因此而拓宽，对空性的体悟也会深化，进而领会苦的真谛，发现我们与生俱来的慈爱与悲心”。《平常禅：活出真实的自己》一书的译者胡因梦老师在该书的序言里如是写道。她说的这种状态，就是在培养出平常心之后，我们应有的生命态度和内心感受。

平凡之中自有伟大之处。平常心在某些时候也可以理解成一种开悟的境界。禅宗讲求人生中的一切都应该自然，不做刻意追求，这也正是平常心内在意蕴的体现。在禅宗里有个十分著名的命题，即：“担水砍柴，无非妙道。”在如此平常的事情中，却也能悟出禅意来，可见，越是稀松平常之事，越有助于我们体悟生活，越能培养出我们的平常心来。

但愿我们能在平常的生活中活出不平常的人生，以平常的心态欣然迎接生命的挑战。如若我们能在当下就感悟到平常心，并且把平常心应用到实际生活的方方面面，那么，我们不仅将生活在幸福和喜悦之中，也可以把自己的幸福和喜悦带给身边的朋友，您说是吧？

## 目录

第一讲 佛门平常心

第二讲 烦恼的根源是什么

第三讲 执著是个贬义词

第四讲 戒除分别心

第五讲 愤怒是一种毒

第六讲 情为悄物

第七讲 梦一般的颠倒生活

第八讲 境随心转

第九讲 一念迷，转念悟

第十讲 全无闲事挂心头

后记

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)