

清凉心 菩提行



[清凉心 菩提行_下载链接1](#)

著者:郑石岩

出版者:文化艺术出版社

出版时间:1998-01

装帧:平装

isbn:9787503915918

本书是融会了佛学和心理学写出来的精神生活心理学，无论你学佛与否，都可以从中获得许多共鸣。希望它能对读者有所助益。

作者介绍:

郑石岩先生，台湾政治大学教育学硕士，现任教于台湾政治大学。从事实际心理咨商和教学研究多年，对佛学及禅学亦素有修持，见解精辟，是集心理学、教育学及禅学于一身的作家。著作丰富，包括：《清凉心·菩提行》、《禅·生命的微笑》、《觉·教导的智慧》、等十六本书，是积极入世，以书度人的最

佳见证。

清心九书

活出豪气来

清凉心菩提行

禅生命的微笑

悟看出希望来

觉教导的智慧

清心与自在

禅悟与实现

禅语空人心

优游任运过生活

目录: 目 录

自序

第一篇

清凉心与实现的生活

第一章 自我的醒觉

一、现实我——依他起性所产生的我相

二、理想我——遍计所执性所产生的我相

三、真我——入圆成实性的真我

四、自我的醒觉

（一）禅悟的醒觉

（二）华严的醒觉

（三）净土的醒觉

五、自我的困境与出路

（一）追求别人的称赞与关怀

（二）苛责与批评

（三）放弃自我肯定

（四）侵略性

（五）醒觉是精神生活的出路

第二章 意识与业力之净化

一、烦恼障——了别和思量两种意识所产生的困扰

二、所知障——法执的意识阻碍慧性的开展

三、业力之净化与实现的生活

第三章 醒觉与实现的生活

一、醒觉

(一) 了解自己·接纳自己

实现自己

(二) 了解别人·接纳别人

宽容别人

(三) 明白事理·承担是非

事事无碍

(四) 落实于生活·放下妄念

精进圆满

二、实现的生活

(一) 自我控制及生活习惯

(二) 肯定性——平直心与定

(三) 创造性——世间法的

智慧

第二篇

菩提行与精神法界

第四章 伦理的精神法界

一、佛教的人文伦理

二、信仰与精神生活

三、迈向庄严的精神法界

(一) 崇高的希望和愿力——

十住

(二) 涵养伦理的实践能力

——十行

(三) 实践大乘菩萨上弘下化

的襟怀——十回向

四、入精神法界的进阶——十地

菩萨

(一) 平等地——布施波罗蜜

为最胜

(二) 善慧地——戒波罗蜜

为最胜

(三) 光明地——忍波罗蜜

为最胜

(四) 尔焰地——精进波罗蜜

为最胜

(五) 慧照地——禅波罗蜜

最胜

(六) 华光地——般若波罗

蜜最胜

(七) 满足地——方便波罗蜜

最胜

(八) 佛吼地——愿波罗蜜

最胜

(九) 华严地——力波罗蜜

最胜

(十) 法云地——智波罗蜜

最胜

第五章 中观的生活智慧

一、精神生活的“四依”

(一) 依法不依人

(二) 依义不依语

(三) 依智不依识

(四) 依了义经不依不了义经

二、中观的生活智慧

- (一) 不生亦不灭
 - (二) 不常亦不断
 - (三) 不一亦不异
 - (四) 不来亦不去
- 第六章 信仰与实践
- • • • • [\(收起\)](#)

[清凉心 菩提行_下载链接1](#)

标签

佛学

近来

心理學

佛教

评论

[清凉心 菩提行_下载链接1](#)

书评

甲：甲方老总 乙：马来西亚著名建筑设计师，为甲做建筑设计
丙：某北京建筑设计院工程师，为甲做施工图 丁：甲方营销总监
甲下午开会前去西单拍回中国银行的建筑设计立面图数张。给乙看。
甲说：“贝聿铭设计的，看看墙砖的拼接方式。”
乙说：“别说是贝聿铭设计的，只能是...

[清凉心 菩提行_下载链接1](#)