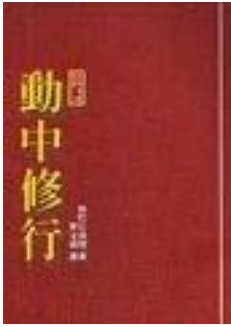


動中修行



[動中修行 下载链接1](#)

著者:邱陽·創巴仁波切

出版者:

出版时间:1999-5-1

装帧:

isbn:9789578813892

禪修一定要正襟危坐，才能與妄念抗衡嗎？其實只要打開對自我的設限，隨時隨地皆在動中修行！

本書共分七個段落，從佛陀悟道的故事說起，依次教導讀者如何追隨佛陀及成就者的腳步，經由「傳法」、「布施」、「安忍」、「禪定」、「智慧」，漸次了解禪修就在我們平時的食衣住行中。

作者介绍:

邱陽·創巴仁波切（Chögyam Trungpa, 1939-1987）出生在西藏東部，一歲時被認證為轉世祖古，是嘎舉和寧瑪兩派傳承的持有者。1959年後，創巴仁波切率眾遷徙至印度，被達賴喇嘛尊者指派為「青年喇嘛學校」的精神導師。70年代並將佛法帶入西方，傳授金剛乘佛法17餘年，是一位備受崇敬的禪修大師、學者和藝術家，同時也是美國那洛巴佛學院與香巴拉研習所的創辦者。

目录: 序
壹. 從佛陀的故事說起

離家出走的王子
興奮之後
真理，必須是實際的體驗
正念與自律
我執，最大的魔考
自然的慈悲
溝通，在言語之前就開始了
貳. 菩提田中的經驗之肥
小心！別走進死胡同
總有辦法證悟
習氣是修行的燃料
別被自我的舊把戲騙了
每個念頭都是轉心的肥料
要播種，也要除雜草
勇敢一點！別害怕向內看
答案躲在想像之中
參. 傳法
其實我們不懂上師的心
接法不過如此而已
肆. 布施
從戒律窄道通往慈悲大道
只想單純為你付出
慳貪是最強勁的敵人
請聰明地捨棄持有
隨時隨地清空心靈垃圾
教學相長是大布施
你給出的不只是東西
伍. 安忍
跟勉強忍耐不一樣
接受「不要」，才能到達「想要」
只會導致崩潰的假裝
陸. 禪定
只需「看著它」就好
看見天空般遼闊的心
學會「不刻意去做些什麼」
問答錄
柒. 智慧
聽聞學習是智慧的開端
謝絕對自己的「發現」上癮
思考是實證智慧的利器
請練習「什麼都不做」全然開放的接納一切
• • • • • [\(收起\)](#)

[動中修行_下载链接1](#)

标签

邱阳·创巴仁波切

佛学

修行

创巴仁波切

藏传佛教

佛教

禅

宗教

评论

创巴仁波切和宗萨钦哲仁波切的书相类似 都是善巧方便 以逻辑辩证取胜

好书!

读的时候像在吃糖

[動中修行 下载链接1](#)

书评

在淘宝上有卖，盗版的，蛮便宜的，可以店铺搜索益品轩，不是广告号码，只是希望喜欢创巴仁波切的人千万不要错过

难得现在有书，可以将佛教的义理以现代人可以理解的语言讲出来 我所了解到的
他们分别是 创巴仁波切 宗萨仁波切 顶果钦哲仁波切 丹津葩默 大宝法王 获益非常大...

恰好相反，我觉得书里的内容没有任何逻辑理论的说教或者意以此引导。我觉得仁波切
的一词一语都是在非常务实细腻的禅修当中以及务实的生活当中获得的生动得经验，然
而这正是活生生得法教。然而我们感受到的所谓逻辑只不过是自概念分别心的反射。
这正是没有实修的缘故。因为仁...

[動中修行_下载链接1](#)