

# 禅心：平常心



[禅心：平常心 下载链接1](#)

著者:尾关宗园

出版者:东方出版社

出版时间:2013-10

装帧:平装

isbn:9787506068765

在这本书稿中，尾关宗园围绕平常心，记录了八方面的禅修心得：包容、自主、惜时、善行、惜缘、感恩、律己、共存。通过对这八方面的阐述，指点现代人走出内心的迷茫和困惑，提高现代人承受外界压力和对抗外界干扰的定心力，摆脱无谓的烦恼和不安，于大千世界、百转人生中保持一颗平常心。

作者介绍:

[日] 尾关宗园

大德寺大仙院第十二世住持、日本最高法院家事调停委员、国立京都工艺纤维大学讲。

1932年出生于日本奈良。从奈良教育大学毕业后，曾经在京都相国寺做了长达7年的行脚僧。1956年就任奈良慈光院住持。1965年，刚33岁的他就任大德寺大仙院住持。2007年享年72岁的他，就任大德寺塔头大仙院闲栖（隐居僧）。

美国纽约日本之家说法。

法国巴黎PLMSAINT VACQUES酒店说法。

松下电器产业、夏普、三洋电机、三菱重工业、关西电力、新日铁、东北电力、北路电力、丰田汽车、富士、等各大名企以及全日本各青年会所、各狮子俱乐部（由企业家组织的为所在地作社会服务的组织）、各扶轮社（国际性交际团体）、各市町村自治体、各教育委员会、各学校、各文化演讲会等，每年近40场外地说法、大仙院内说法。

著作有《当下心》、《一体心》、《生死心》、《平常心》、《不动心》、《大安心》、《生活禅》等。

## 目录: 0 0 1 | 序言

1 对他人之批评不存芥蒂	0 0 3
2 常念以“我”为主	0 0 6
3 此时此地一决胜负	0 0 8
4 行动在先而辩理于后	0 0 9
5 有缘邂逅，本无可惧	0 1 1
6 闻者足戒	0 1 4
7 乐生	0 1 9
8 无可无不可之人生	0 2 1
9 无法改变之自己	0 2 3
10 顺应自然	0 2 6
11 本真地活	0 2 9
12 分裂之“我”	0 3 2
13 不以人生或工作为重负	0 3 4
14 主体性	0 3 9
15 生杀自在	0 4 2
16 不作算计	0 4 5
17 找回自己之“架势”	0 5 1
18 一饮而尽	0 5 4
19 活下去	0 5 7
20 惜仅有之当下	0 6 3
21 是其所是	0 6 5
22 竹篮打水	0 6 7
23 转○形之物为□形	0 7 1
24 全力以赴	0 7 4
25 羞于启齿	0 7 9
26 君子不语	
27 身随心动	
28 迷从何来	
29 咬定不放	
30 应声作响	

0 8 1	挑衅
0 8 4	彼此碰撞
0 8 8	朋友
0 9 0	全新之“我”
0 9 3	主场作战
0 9 5	一樽之水
0 9 7	有缘领导他人
6 与生俱来之恩谢	
1 0 5	今日幸福
1 0 7	切肤之痛
1 1 0	己之可贵
1 1 3	求不得之物
1 1 7	是否遗忘
1 1 9	他人之食
7 严于律己，为了笑得更开怀	
1 2 5	投资自己
1 2 7	饰智矜愚
1 3 2	强者、弱者
1 3 4	未雨绸缪
1 3 7	得不到他人赞许之人
1 3 8	挑战书
8 所求无他，唯一体之感	
1 4 7	你的不安
1 4 8	信，或不信
1 5 0	顾虑重重
1 5 4	和为贵
1 5 7	同行
1 5 9	分享快乐
1 6 2	平常心
• • •	(收起)

[禅心：平常心](#) [下载链接1](#)

## 标签

禅学

## 评论

[禅心：平常心](#) [下载链接1](#)

## 书评

---

[禅心：平常心](#) [下载链接1](#)