

如何安心



[如何安心 下载链接1](#)

著者:本性禅师

出版者:中国人民大学出版社

出版时间:2014-2

装帧:精装

isbn:9787300187563

本书通过佛教史上一些僧人学佛求法的故事，和作者对佛教经典的感悟，结合当代人面对的浮躁的世俗生活，难得安心的生活现状做了有说服力的劝导。其中充满了东方哲学的智慧，有些也是我们日常生活中要遵循的原则。比如从不同的角度看问题，要有创造力，发自信心。是值得一读的人生励志书，也是人生的大智慧。

作者介绍:

本性禅师:

1965年出生于福建霞浦县

1985年出家于江苏常熟兴福寺，剃度恩师为悉明上人

1988年受戒于广东韶关南华寺，授戒恩师为本焕长老

1988—1996年先后毕业于南京中国佛学院栖霞山分院、北京中国佛学院、斯里兰卡科伦坡凯拉尼亚大学佛学与巴利语研究院，获文学硕士学位

1996年嗣法圆瑛大师的入室弟子明旻长老，为中国汉传佛教临济正宗第42代、曹洞正宗第48代法脉传人之一

1998年任福建省佛教协会副会长兼秘书长

2000年任福建佛学院院务委员会副主任

2002年任中国佛教协会常务理事，同年作为中国大陆佛指舍利赴台湾供奉护送团成员，护送陕西西安法门寺佛指舍利赴台湾地区供奉瞻礼

2003年任福建省政协常委、省政协民族宗教委员会副主任，同年作为中国佛牙舍利赴泰国供奉护送团成员，护送北京灵光寺佛牙舍利赴泰国供奉瞻礼

2004年任福州开元寺方丈

2005年作为中国佛指舍利赴韩国供奉恭迎团成员，赴韩国恭迎在韩国供奉的中国佛指舍利圆满回归

2006年参加第一届世界佛教论坛

2007年发起、策划、组织“慈航菩萨圣像回归祖庭暨海峡两岸和平发展祈福大法会”系列活动，同年创办福建省开元佛教文化研究所，任所长

2008年兼任泰宁庆云寺住持

2009年参加第二届世界佛教论坛，同年当选为全国政协中国宗教界和平委员会委员，并应美国洛杉矶十二家寺院联合邀请，赴美国作系列禅学讲座

2012年参加第三届世界佛教论坛，同年于斯里兰卡总统府获马欣达·拉贾帕克萨总统亲自颁发的斯里兰卡总统佛教贡献奖，并应中国国务院侨办之邀，作为“文化中国·名家讲坛”主讲人，主讲“中国禅”于新加坡、印度尼西亚、马来西亚

2013年应邀参加世界佛教徒友谊会于泰国曼谷召开的环保论坛

出版专著:

禅思录：《如何安心》、《如何放下》、《如何自在》、《如何淡定》、《如何解脱》；行脚记：《孤僧万里行》、《踏破芒鞋》、《莲开一路》；译著（中译英）：《佛陀和他的十大弟子》；论文集：《佛教的基本观点》；等。

- 目录: 一、修忍辱心
二、去分别心
三、抑止暴力心
四、佛救自救者
五、十字街头好修行
六、从复杂到简单
七、发自信心
八、要有创造性
九、难施能施
十、看不见的就是没有吗
十一、息傲慢心
十二、从不同的角度看问题
十三、找回自己
十四、立大志愿
十五、抓问题关键
十六、不纠缠形而上的问题
十七、用功也须劳逸结合
十八、得理饶人
十九、看破事相
二十、不求他人平等待己
二十一、解行相应
二十二、舍弃得失的心
二十三、以平常心看平常事
二十四、盛怒之下勿与人语
二十五、天堂地狱一念间
二十六、以和为贵
二十七、沉默是金
二十八、岂可姑息坏习气
二十九、随缘不变、不变随缘
三十、对真理的坚持
三十一、发掘潜力
三十二、于水穷处看云起时
三十三、生命呼吸间
三十四、巧事总是巧发生
三十五、乐道安贫
三十六、谦受益
三十七、滴水穿石
三十八、每一种修行方法自有其妙用
三十九、一辈子专心做一件好事
四十、尊重不同的宗教信仰
四十一、退步原来是向前
四十二、两个问题
四十三、一心岂可二用
四十四、巧辨贪与非贪
四十五、放得下又拿得起
四十六、外在体现内在
四十七、恶人同样有得度的机会
四十八、不要自己缚住自己
四十九、三界唯心，万法唯识

五十、多帮助弱者
五十一、随机逗教
五十二、千金买邻
五十三、迷悟一念间
五十四、贵在天然
五十五、办好活道场
五十六、不以凡人心猜度圣人
五十七、喝茶去
五十八、淡泊物欲
五十九、什么是美
六十、少废话
六十一、理解别人的苦衷
六十二、即心是佛，即身是佛
六十三、顺应自然的生灭
六十四、法门无量，一门足够
六十五、正确看待佛陀对方设法门的应用
六十六、善待动物
六十七、从容对待迫害
六十八、多为别人想想
六十九、尊重儿童的自尊心
七十、不可因小失大
七十一、学佛人也要忠孝两全
七十二、看淡权位
七十三、下下人有上上智
七十四、为儿女树立榜样
七十五、从小中见大
七十六、报父母恩
七十七、蹲下去是为了跳得更高
七十八、战胜客观需先战胜自己
七十九、不可机械地看待因果法则
八十、不应以职业论贵贱
八十一、为人处世要讲究方法
八十二、学佛不忘爱国
八十三、自己为自己负责
八十四、勇猛精进
八十五、两个公案
• • • • • (收起)

[如何安心_下载链接1](#)

标签

佛学

苦

空

禅师

灵修

无我

无常

成长

评论

2016.5.8@图书馆

西西弗淘到的一本书、蛮喜欢的。里面很多小故事原来读过的。

鸡汤...无力。

[如何安心_下载链接1](#)

书评

[如何安心_下载链接1](#)