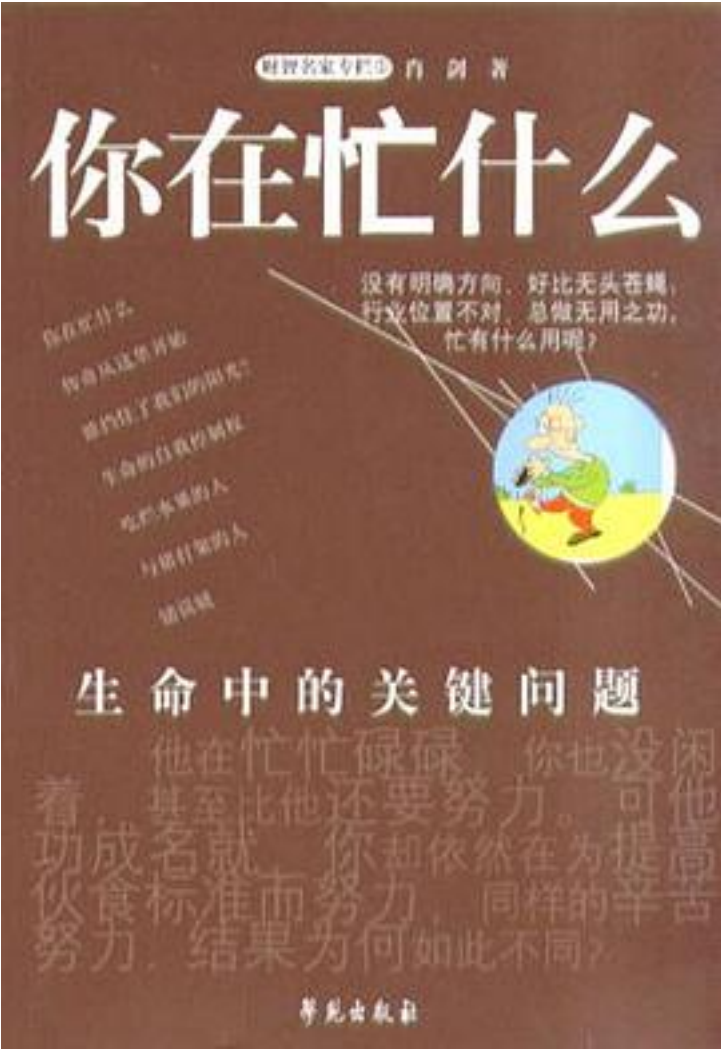


你在忙什么



[你在忙什么_下载链接1](#)

著者:索达吉堪布

出版者:浦睿文化·民主与建设出版社

出版时间:2015-5

装帧:平装

isbn:9787513905855

这不是鸡汤，而是你日复一日的迷思。

我在忙什么？——日复一日，你来不及作答，来不及发问。

你在忙什么？——堪布给你棒喝，暂停时空，逆转惯性。

《你在忙什么》是由影响力遍及全球的佛教大德索达吉堪布近年来赴哈佛、耶鲁、斯坦福、哥廷根、清华、北大、港大……等全球近百所顶尖学府的演讲精粹。堪布认为，时代在变迁，但佛教的宗旨没有变，人们可以从中找到解决现代问题的真正答案，这是应该去提醒大家的。本书以幸福、压力、财富、情感、快乐为关键词，关注当下社会现状，针对现代人的思想误区，以浅显易懂的语言，为世人打开一条光明之路。身体的忙碌，根本在心。但愿由此你能得到佛教中的宁静心灵，减少无意义的忙碌，活得更加淡定。

作者介绍:

索达吉堪布

全世界具有影响力的藏传佛教大德。

堪布对藏传佛教的传统法义学修甚深。为了让更多人了悟佛法精髓，他试图用现代方式向人们传递生命真相，是唯一在哈佛、耶鲁、斯坦福、哥廷根、清华、北大等近百所高校的讲台上留下过身影的佛教心灵导师。

30多年来，身体力行地引导大众实践佛法的学修传统，同时，利用一切空余时间互译汉藏经典，从事慈善事业。

近年参与举办过多次论坛会议，与海内外学者交流跨宗教、道德、环保、和平等问题，探讨人类的发展方向，希望提升一切生命的福祉。

他认为，时代在变迁，但佛教的宗旨没有变，人们可以从中找到解决现代问题的真正答案，这是应该去提醒大家的。

对于外界的种种赞誉，他说：“我只是一名老师，教传佛法的老师。”

已出版书籍有：《苦才是人生》《做才是得到》《残酷才是青春》《能断》《不离》《有求》等。

- 目录: 1.禅与财富
2.问佛陀情为何物
3.科技时代的佛法
4.减轻压力的智慧
5.佛陀眼中的利他
6.佛教的低贪生活
7.心地无私天地宽
8.幸福的根本是心
9.科学怎样让人更幸福
10.怎样面对痛苦
11.快乐的八个秘诀
12.只为一颗心
• • • • • [\(收起\)](#)

标签

索达吉堪布

佛教

好书，值得一读

灵修

佛学

调心之选

随笔

文化

评论

不要在一帆风顺的时候，装成修行人；不要在遇到挫折的时候，变回普通人。

我最怕的，就是对那些伤害我的人失去慈悲心。虚云老和尚：心田不长无明草，处处常开智慧花。得失从缘，心无增减。我们人生的一切苦的根源于什么？印度寂天论师：执我唯增苦。寒山问拾得：“世间谤我，欺我，辱我，笑我，轻我，贱我、恶我、骗我，如何处治乎？拾得云：只是忍他、让他、由他、避他、耐他、敬他、不要理他、再待几年你且看他。世间上最真实的东西，往往是很多人看不到的。轮回中的众生，都是贪玩的小孩。

得失从缘 心无增减

虽说讲得浅显，但师之语言自有特殊加持，数次看得热泪盈眶。

大师，你还是好好修行吧

鸡汤满满，不过可以让人心境趋向平和。

索达吉堪布近些年在各大学的演讲和交流。堪布前一刻笑嘻嘻地回答早上起不来怎么办？人都吃肉我想吃素咋办？这种问题，下一刻就在开演空性、四法印。深藏不露，随应而化。真大德也！

因为是大学讲座整理，谈论的都比较浅。看了一半。

谢谢送我这本书的人。

很有启发。

很殊胜的开示，感恩！修出离心，并随顺众生。

这还不算鸡汤？

佛学入门

最近在看

了解些佛教的东西不错，但是跟书名不符，对于带有目的性的看书，也许也是一种我执，但是我觉得它表现了诳语。。。

佛教是一套很完整的体系，很多观点需要系统的学习才能理解，书里反复提到了禅修，菩提心，利他等词，深入浅出。还是有所收获的。

感恩上师

就书本书来说，很一般。都是演讲集，劝人信佛，修禅的书。

一切，利他。

厚望有些高，还是没办法喜欢这种灵修，鸡汤类书籍。

[你在忙什么_下载链接1](#)

书评

有人说，这是个物欲横流的时代，在物质发展的同时，人类的精神世界却不能同步。因此各种光怪陆离的迷思日复一日。在忙乱的世界中，守住心的沉静，似乎很有必要。《你在忙什么》是藏传佛教大德索达吉堪布作品，收录了索达吉堪布近年来赴哈佛、耶鲁、斯坦福、哥廷根、清华、北...

——评《你在忙什么》文/葛烟如雪

很多时候我们被工作的繁忙捆住了身心，会因为一件事而埋首桌前，会因为一个烦恼而痛哭流涕，你有放下心来，打开窗，去静心的看一看蓝天吗？哪怕只是静下心来，去品读一份安宁。不知道为何，当我翻看了《你在忙什么》后，我的脑袋里，只记住...

文/夏丽柠

95岁的松下幸之助在接受记者采访时说：“像我这种才能的人在这个世界上比比皆是，我之所以能成功，其中关键一点就是对禅的领悟。”一位日本禅学家将松下的话解释为：不通禅理，生活乏味；不明禅机，难成大业。那么，什么是禅？索达吉堪布在他的新书《你在忙什么》...

第一次真正意义上接触佛学，是在自己萌生了自杀念头时，朋友劝我去看看佛经吧。抱着绝望的心情翻开了佛经。现在，回想一下，当时的黑暗时光，若不是佛经，我不知生在何处？所以，从某种意义上来说，佛经拯救了我。这本书是一个佛学大师——索达吉堪布所著，他不光...

今天，是这本书的，第二次阅读完毕。决定写个书评。这本书购买于2015.11.13——我有个习惯，都会在书的开头，标注收到时的日期，也算是一种纪念吧，日后老了，还能知道哪本书是几时购买的，那段时日的记忆，或许也会被激发。这本书应该是在实体店里购买的——如果我没记错的...

书评：

这本书基本上是作者做的讲座选集和一些问答，虽然篇幅不长，但包含的需要思考的东西不少。对我的帮助很大，希望没看过的有机会可以去看看，的确不错。佛教有些东西很不错，有些东西也会有点鸡汤。告诉你该如何，但如何执行呢？又没有具体的内容，需要自己思考，而且...

累！这是每个上班族，甚至学生族常常在心里甚至挂在嘴边的一个字。为什么会累？因为很忙。那么，你在忙什么？上班族会回答：工作、家庭、孩子……学生族会回答：学业、爱情、玩……特别是在35岁以后，每一天快得像陀螺，除了生活费，似乎没有得到别的东西。《你在忙...

买这本书的时候，其实没有什么特别的目的，凑单的热销图书而已，买回后一直放在书架。

后来，有那么一段时间，工作的问题让我很迷茫，我想要做的事情很多，我很忙，但是我很焦躁，很不快乐，然后看到书架上的这么书，被名字《你在忙什么》所吸引。是啊，我到底在忙什么？所以开...

“你在忙什么，”这书名就一下子问住了许多人，看看朋友们迷茫的眼神和思考的投入，我忽然觉得，这个社会真的病了，我也病了，是心病了。
“我”这个字，你瞅瞅，已经在短短的问句中出现了很多次，人在世间，往往执着于那个真实的自私的自我，我们在寻找的幸福，在佛陀看来都是...

忙忙碌碌的过完了一天又一天，当看到突然如题目一般的问题，你在忙什么的时候，自己不由的楞了一下。自己在想着，是不是我们花费了太多的时间去做了无用的事情。忙碌的日子不过是为了生活，若是身体一直忙碌，内心却没有一种满足感，那么也着实是有些遗憾的。解压在现...

曾经读过索达吉堪布的《有求：二十一度母给你温暖》了解到在佛教中，“度母”，全称圣救度佛母，是“三世诸佛之母”和“一切众生之母”，是观世音菩萨所化现之身，亦是救“度”众生的“母”亲。也了解到，只要找到适合自己的方法，就可以“摆脱畏惧、苦难，让内心获得不退的快...

[你在忙什么_下载链接1](#)