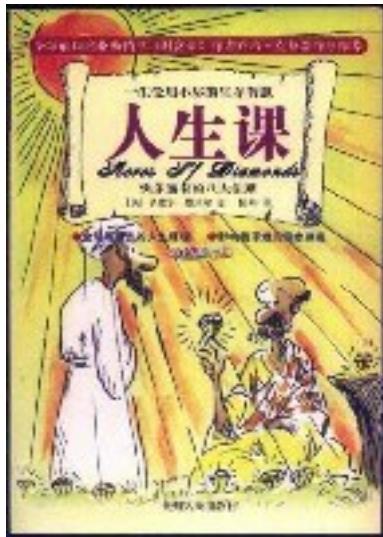


人生课



[人生课 下载链接1](#)

著者:【韩】智光

出版者:光明日报出版社

出版时间:2016-1-1

装帧:精装

isbn:9787511280756

人生的黄金时代就是现在!

《人生课》中直面很多人在生活中都会遇到的问题和苦恼，并传递智光大师的人生智慧。

本书中的内容和我们的人生经历是如此的相似，在阅读本书的过程中，我们的心灵深感震撼和共鸣，继而得到洗涤。书中也给我们遇到的问题和困扰提示了很有效的解决方案。智光大师用他敏锐的洞察力，帮助我们找寻正确的答案。并且通过大师的指引，我们还会发现此时自己所遇到的问题，远远不能对我们的人生产生任何影响。书中每一页的故事都和我们如此相似，不知不觉中，我们还会发现，问题的来源不是外界的原因，而是从我们的内心产生的。

书中那些历经时光变迁也不会褪色的人生智慧，帮助我们在繁华喧嚣的世界中找到人生真正的意义。作者在为我们解答烦恼困惑的同时，告诉我们只有放下过度的欲望和执著

才能找到幸福的人生。当我们怀念过去又对未来迷茫时，这本书可以成为我们的镇定剂和指南针。

年轻的时候要做年轻人该做的事情，上了年纪以后也要像个前辈的样子。任何时候，我们都要用积极和肯定的心态面对自己的人生，因为人生的黄金期就是当下。所以，每一个今天都尽自己最大的努力，让自己满足地生活，这才是真正幸福的人生。

不要把幸福推向明天，愿我们不再错过那辆幸福的班车。

作者介绍:

智光大师

“净土会”的创办者，当今韩国备受尊敬的人生导师，被誉为“人生烦恼的终结者”。他是向充满矛盾与纷争之地散播安宁的和平运动家，是支援第三世界的活动家，是推动人类文明进步、对世界充满责任意识的思想家，是清醒的修行者。

智光在这个思想空洞、人性缺失的社会中，通过现场答疑解惑的形式，劝人们不要随波逐流。他认为，个人的生活和修行时不可分割的，并一直致力于弃婴·疾病·扫盲、人权·和平·统一、生态环境保护等社会公益活动。并获得以下奖项：

1998年 教保环境文化奖

2000年 万海布道奖

2002年 拉蒙·麦格塞塞奖（该奖被誉为“亚洲诺贝尔和平奖”）

2007年 第五届民族和解奖

2011年 浦项青岩奖

目录:序

人生之贵还看今朝

第1章 现在，你幸福吗

为何而活？当我们再次犹疑之时

相信撑过今天，便会有不同的明天

伴随年龄增长的得与失

众人皆姻我独惱，自咎可为否

满怀惆怅的不惑之年

此情可待成追忆，只是当时已惘然

无平不陂，无往不复

蓦然回首中的人生

第2章 超脱生老病死之法

即便明日死去，我亦无悔

今后的人生已经是一种恩赐

无意识的世界中的过往

放下对死后世界的畏惧

生与死仅仅是一种变化

轻生，自我伤害行为本不该

“求死”的宣告无法掩盖“求生”的欲望

第3章 天下无不散之筵席

薤上露，何易晞

人死一去何时归
该为谁而祭奠
两三日的悲伤已足矣
遗留的礼物
破旧皮囊，何以执著
第4章 解开伤痛心结
敞开自己的心扉
婚姻并非是幸福的保证
无痛无悔的离别
期待之深，孤独之切
莫要乞求幸福
病床前的善行
年高了几何，便很难放下几许
如何赡养父母
摆脱执著之障
授渔之爱
智慧的尊长
第5章 安度晚年之法
粮多并非富足，暇余方为财富
人生诸多不如意
金钱、地位、财富莫要同步“自我”
未雨绸缪，开始经历10年后想做之事
手足之间，与其借，不如予
退休后的善行
退休享受暇余的权利
正规职业与非正规职业
彼此理解可避纷争
在工作中营造人生活力
放下“往昔”意识
第6章 丹枫烂漫锦妆成，要与春花斗眼明
丹枫烂漫锦妆成，要与春花斗眼明
辛勤的农夫也有悠闲的时光
训斥和责骂乃和睦之敌
孝子的养成之法
紧握生存之本
还尽现世恩，再去度忘川
人生在世需分享
仅需付出，不期回报
祈求改变心灵习惯的醍醐
家务事也算是一种报恩之举
驱走急躁的修行
幸与不幸皆由自我而起
结语 幸福之事，从我开始
· · · · · (收起)

[人生课 下载链接1](#)

标签

我想读这本书

人生

心灵

心灵成长

好书，值得一读

想读，一定很精彩！

朋友推荐，很想读一下

成长

评论

听长者的智慧，心生宁静。

第二人生开始

如果静下心来，你会发现书中讲到的情况还是普遍的现实，入理，分析解释到位，我觉得受用，但关键是有些问题是对立面的人怎么理解，比如不结婚的人的父母。

人生

朋友在微店上买的，很新鲜。

在韩国逛书店的时候买的，当时看了几篇觉得讲的十分在理，就买了回来，没想到国内还有翻译本。

[人生课 下载链接1](#)

书评

人在成年之前，需要接收各种各样的学校教育，这些教育为我们今后的生活提供了生存的方式与“手段”，却很少有人想过该以何种心境面对人生的困境以及如何看待生活，其实我们更应该学习的是关于人生的课程。

智光大师做为韩国现存最受尊敬的佛学大师，净土会指导法...

听说智光大师是在几年前，他的中文版《妈妈课》出版之前。拿到他的书后，我一直还很纳闷，大师没结婚没生子，怎么会写《妈妈课》呢？看了大师的书才知道，这是一本帮妈妈们排忧解难的书。大师虽然是著名的修行者、思想家、社会活动家，却一点架子也没有，书里面没有什么大道理...

书的整体设计素雅干净，插画与主题紧扣，翻译也基本遵循了“信、雅、达”的标准，语言符合国人阅读，译者对佛学也是有一定研究的。

中央美术学院院长范迪安教授评说郑勤砚的绘画求文雅古意，博采众长。“以淡雅之色渲染气息，画出木之仪态，叶之神情，花之容貌，在意境...

首先这本书真的很美很漂亮，微哲学的书做成这样也是让人能静心一直阅读下去。人生课，我觉得每个人都需要这样一本书，来跟着体会人生，反省人生。生活中有诸多不如意，切不可积郁成结。智光大师教我们如何安稳幸福地走完人生。

特别喜欢书中的这句话，“我就是命运的主人，我肩负着让自己幸福的责任，也主导着让自己幸福的权力。”生活中，我们常常追逐幸福，但却往往与它擦肩而过。我想这正是因为，我们没有正确看待自己的人生。其实生活很简单，烦恼也好，失意也好，这都是我们在人生中必须要经历的阶...

说起以前的事，我们总是喜欢说小时候，
没有人会觉得奇怪。可当一个读小学或才5、6岁的小孩说，我小时候干嘛干嘛了，却会
觉得奇怪。可那也的确是小时候。每件事都是相对的，并不是静止不动的。
读小学或初中的自己并不是现在这个样子，没心没肺，什么都不想，每...

我很喜欢智光的这本《人生课》，它适合慢读，读几页便会合书沉思一下下，播放着古
琴曲〈太极〉最好，我就是这样安排的，一边读人生课一边听太极古琴曲，感觉身心灵
放松多了，不好的情绪都走开了，而且智光的许多话，是真的听到心里去了。
“我就是命运的主人，我肩负着...

《人生课》：佛学灵光辉映下的正能量

《人生课》的作者智光是韩国现存的“最受尊敬的佛学大师”，这本书的可贵之处，是
它的作者能够与时俱进，让佛学的理念融入今天的现实生活，可以看出，作者对佛学精
神与人生哲学的结合是动了一番脑筋的，他的目的是能够让佛学走近当代人们...

[人生课 下载链接1](#)