

不乱于心，不困于情



[不乱于心，不困于情_下载链接1](#)

著者:[日] 濑户内寂听

出版者:陕西新华出版传媒集团三秦出版社

出版时间:2016-5-1

装帧:平装

isbn:9787551812429

作者以其九十年来的人生智慧和感悟，讲述人如何面对生命的无常，如何改变因渴爱而陷入苦恼深渊的境地，如何通过纯粹的慈悲善行来让自己的心获得宁静，实现与人的和谐，以及如何面对生死离别——达到“不乱于心，不困于情”，安住现世、寂然欢喜的境界。

作者介绍:

濑户内寂听，1922年5月15日出生。日本著名小说家，天台宗的尼僧，僧位是僧正。天台寺名誉主持。文化勋章获得者。旧名濑户内晴美。京都市、德岛市名誉市民。曾随丈夫在中国北京居住过一段时间。代表作《夏日终焉》《问花》《场所》《人生总要独自前行》等。近年关于《源氏物语》研究的著作多有问世。著名演员宫泽理惠曾在电视剧《女子一代记》系列中扮演过她。座右铭是“活着就是为了去爱”。

获奖作品

《女子大学生曲爱玲》获1956年新潮同人杂志奖；

《田村俊子》获1961年田村俊子文学奖；

《夏日终焉》获1963年女流文学奖；

《问花》获1992年谷崎润一郎奖；

《源氏物语现代语译》获1998年NHK放送文化奖；

《场所》获2001年野间文艺奖；

《风景》获2011年泉镜花文学奖。

目录: Chapter 1

积累善行，远离渴爱

世间一切烦恼，皆出渴爱

慈悲是通往幸福的捷径

每一段痛苦都藏着一份大智慧

为了今天不再遗憾而好好生活

Chapter 2

佛陀在世时，烦恼比我们还多

建筑的伟大，在于它聚集了志同道合的人

为何释迦牟尼被称为如来佛

从忧郁的青年到抛家弃子的“负心汉”？

“四门出游”确有其事？

志向和热爱是伟大行为的双翼

最可怕的是因不幸而生成怨恨

理想是人生的太阳，值得用一生去践行

点亮自己心中的明灯

Chapter 3

读懂了“四大真理”，便读懂了人生

不论人生多么不幸，坚强的人总会从中获得一点收益

人生必有风险，然而引人入胜亦在于此

只要你不计较得失，还有什么苦难可以打倒你？

死不是最大的损失，虽生犹死才是

智慧的骄傲在于善于利用大自然和机遇的馈赠

绝不滥发粗浅道理的释迦牟尼

Chapter 4

伟大的思想带来伟大的财富

生活是绵延不绝的渴望，烦恼伴生其间

人生最大的喜悦在于为别人带来了幸福

我们和虚无的真正界线，不是死亡而是活动的停止

所谓信仰就是完全信任托付

唯有活在当下方能无悔

信仰是心中的绿洲，行为是它的投影

修养的本质，最终要归结到美德情操上来

人与动物的区别——在于懂得反省和忏悔

认真地审视当下，忍耐至关重要

人生需要不断精进，没有什么比昨天的成功更危险

Chapter 5

诚心正意，常怀感恩，人生才会更快乐

佛的慈悲是毫不惋惜地不断给予的爱

人性中最不容亵渎的是母性的光辉

有坚定信仰的人，才能活出无畏的人生

逃了“谦虚”这堂课，生活就会让不幸来给你补

没有信念，绝不会有内心的强大

所有帮助过你的人，都是菩萨的化身

Chapter 6

为什么《心经》是伟大的经典

《心经》全文

如果有玄奘的精神，就没有做不成的事情

从6000000字到266字

内心宁静，智慧自出

心牢囚不住贪欲，我们会沦为欲望的奴隶

为什么越在意越痛苦？

做不好心如止水，很可能就成了心如死水

迷茫源自于内心对未知世界的恐惧

每个人的心中有一座富矿，等待自己去发掘

崇高的人格，在于为别人的幸福而努力付出

Chapter 7

苦才是人生，然而佛却一再强调“世界的美好”

积极探索生命意义的动力，恰恰源自于死亡驱动力

命运必会厚待热爱生活的人

最真诚的怀念是继承前人的志向

有一种成功是用自己的方式过完一生

Chapter 8

想想人和人的“缘分”

祈福

以鲜花致以崇高的敬意

将负能量转化为动力

“和颜施”——微笑是最好的礼物

想想人和人的“缘分”

．．．．．(收起)

[不乱于心，不困于情 下载链接1](#)

标签

美和佛性

心灵读物

人生智慧

感悟

佛法的智慧

佛学

爱与孤独

成长

评论

简直了这完全就像是企业找来的那种听了就睡的企管培训ppt~

买对了书名，买错了作者。

不知道是因为作者本身俗心未泯还是感觉日本人对佛教的认知跟中国人眼中还是有挺大的不同的。但是反观我自己应该远远不到可以批判的程度。

精进

醍醐灌顶

[不乱于心，不困于情_下载链接1](#)

书评

[不乱于心，不困于情_下载链接1](#)