

轻安自在



[轻安自在_下载链接1](#)

著者:李焯芬

出版者:中华书局

出版时间:2009年

装帧:

isbn:9787101070811

李焯芬教授，現任香港大學專業進修學院院長，中國工程院院士。業餘擔任香港福慧慈善基金會會長，香港中華文化促進中心理事會主席，香港東蓮覺苑董事會主席，香港大學饒宗頤學術館館長，共建維港委員會主席，獸醫管理局主席，衛奕信勳爵文物信託基金主席，西九文化區管理局董事等職務。著作有《應當如是》、《心無罣礙》、《活在當下》、《禪是一朵花》、《水的反思》、《佛智今用》等。

作者介绍:

李焯芬，香港大学副校长、香港大学专业进修学院院长、中国工程院院士。业余担任香港福慧基金会会长、香港中华文化促进中心理事会主席、共建维港委员会主席、卫奕信勋爵文物信托理事会主席、饶宗颐学术馆馆长、国际佛光会副会长等职；曾任文化委员会委员，香港佛教学院院长等职。其心灵小品系列有《活在当下》、《轻安自在》、《走出困境》等。

目录: 序 原版自序 【智慧编】 人有智慧，才会自在…… 和谐老人 调养怒中气 人天不二 养心如养花 另类地狱 障碍 别把烦恼带回家 善用生命 乌云背后有阳光 弦论与缘起说 “无常”背后的因缘 时间的考验 境由心生 人贵乎诚 理直气和 见好就收 命运之船 苦与乐 幸福的真谛 上善若水 庐山烟雨浙江潮 一半一半 忍辱法门 舍得掉了诚信以后 分别心 淡有淡的味道 诚实也是一种智慧 【自在编】 内心宁和，才会轻松…… 境随心转 调心法门 环保从自己做起 烦恼只留五分钟 路曲心直 享有和拥有 学会低头 应当如是 恩典是别人的多 命运在自己手中 活好每一个今天 笨拙的天才 寓工作于娱乐 大自然与天灾 认识自己最难 水车与水 得失之间 盛名之累 顺其自然 烦恼缠身 心中的堰塞湖 双重损失 白纸上的黑点 做自己最合适的 享受生命的过程 【慈悲编】 有慈悲心，才会安乐…… 勿以善小而不为 惜缘惜福 吃亏是福 最终得分 考验 赞美的力量 快乐的钥匙 飞行员的宽容 怨恨循环 感恩心 爱能生爱 燃点生命的烛光 善之花 茶与酒的对话 珍惜眼前人 代沟 致富之道 一念之间 忍者无敌 跨越仇恨 心香 爱情也要加油 赞美如药 给人鼓励 不能分享的快乐 敬畏生命 留有余地 唐山与汶川 给人希望 不打妄语 忘我境界 同体大悲
· · · · · · [\(收起\)](#)

[轻安自在_下载链接1](#)

标签

随笔

李焯芬

悟

禅

励志

入手书

评论

熬的一手好鸡汤

同学送的，感激心意，书好坏已不重要。但是内容实在一般。

小品文。

。

高中时读的，希望能让脑子静下来

修身养性的

悟出“禅”道的理科生，小故事，就是大人生。。

[轻安自在 下载链接1](#)

书评

一直觉得中华书局的书应该不错，但这本还是让我有点失望了
类似心灵鸡汤的一则则小故事，不过是拾人牙慧 没意思

[轻安自在_下载链接1](#)