

# 看开



[看开\\_下载链接1](#)

著者:赵伯异

出版者:人民日报

出版时间:2010-5

装帧:

isbn:9787511500779

《看开:给不听话的心上一堂佛学课》内容简介：看开，有两层含义：1、看破，看透；2、不把不如意的事情放在心上。世上之人，可分为“看不开的人”和“看得开的人”。看不开的人，很容易被世间的烦恼困惑缠缚而难以自拔；看得开的人，能够看破事物的表相，优游物外，而化解险境和忧烦。看不开的人，经常陷入拿不起放不下的两难处境；看得开的人却明白，人生本是一场空，人世间没有什么看不开的事，也没有什么放不下的物。看不开的人生，容易身心俱疲，活得拘谨和痛苦；看得开的人生，容易获得自由和解脱，拥有旷达的人生，更容易创造人生的远景运图。如何才能看开？多学点佛学智慧，让自己修炼一双“佛眼”。如何修炼佛眼？当能认识到幸福的本质、看清自己、看懂别人、看明因果、看轻得失、看透善恶、看淡荣辱、看破生死后，我们就拥有了佛眼，就很容易看得开！

作者介绍:

目录: 第一章

幸福在哪里生活原本没有痛苦聂不听话的是我们的心幸与不幸，全在于你怎么看懂得惜福，才会有福幸福就是一碗水人生要八戒，更要悟空第二章

看清自己别自扰，烦恼都是自找的别自大，知道自己有几斤几两别自惰，真聪明不在嘴巴上别自限，外面的世界大得很别自愚，你就是一座无尽宝藏别自卑，要看得起自己第三章

看懂别人别人是自己最好的镜子帮别人就是帮自己像容忍自己一样容忍别人真正爱你的人真正的朋友打开别人心门的钥匙第四章

看明因果凡有果，必有因播种善因，收获善果埋下恶种，吃到苦果先吃苦，后尝甜先付出，后回报改过积善因第五章

看轻得失人能放下身轻松人懂适度自从容人懂珍惜就拥有人到无求品自高人围贪欲戴枷锁人多施舍多福报第六章

看透善恶天堂与地狱佛与魔害人与防人砒霜与蜜糖骗你的是贪欲抑恶扬善第七章

看淡荣辱虚荣是一杯杀死快乐的毒酒生气是一把伤人伤己的刀子计较是一块吸引烦恼的磁铁随缘是一剂健康长寿的灵药心宽是一眼流出快乐的源泉低调是一把特别结实的保护伞第八章

看破生死青山遮不住，毕竟东流去坦然面对无常事，人生失意常八九苦难很肥沃，滋润人成长活出人间好时节，不去虚度好年华无非名和利，不过一碗饭百花丛中过，片叶不沾身

· · · · · · ([收起](#))

[看开\\_下载链接1](#)

标签

佛教

心灵

身心灵

放开心，用心感受生活，用积极的态度对待生活，会发现生活真的很美

生活

灵修

修行

## 评论

大国学基金会于2010年6月22日捐赠

-----  
用心感受生活，用积极的态度对待生活

-----  
去掉佛教的外衣，有些话还是很智慧的，不过还是没跳出心灵鸡汤的套路，还是一锅熬了不要熬的汤加点新的水，像是那些号称千年的汤底

-----  
扼欲而已~还需练习~

-----  
佛，就在你我，就在人家，就在平凡中

-----  
不以善小而不为，不以恶小而为之！

-----  
生命中快乐不多，珍贵，易逝。快乐是用心灵去体会的，看开的生命快乐会多一点。看见别人（或朋友，或路人，或敌人）快乐自己也能跟着快乐的人，才是真正快乐的人，也才是真正看开的人。不是消极对待，只是寂静欢喜。

-----  
吃饭的时候吃饭，睡觉的时候睡觉。

-----  
蛮好看的，就是我不大懂

-----  
看不开的人生，容易身心俱疲，活得拘谨和痛苦；看得开的人生，容易获得自由和解脱，拥有旷达的人生。

-----  
[看开\\_下载链接1](#)

## 书评

写的还不错。不过话说回来，对于人生的意义不仅仅是看开吧？看开如果只是无奈的表达，亦或者是留下的心灵的遗憾，那这种看开只是一种消极的弊端……我个人对这种消极不产生好感，也不会认同；当然，如果将看开变成一种宽恕，那另当别论……

-----  
身上附加的东西太多了 心领受累于身份 地位 权力 金钱 虚荣等等 只有放下这些才能轻松快乐起来 放开不是无为 而是告诉我们幸福的真谛不是加法 而是减法 困难和忧郁都是自己造成的。 ...

-----  
[看开\\_下载链接1](#)