

一日一禅



[一日一禅_下载链接1](#)

著者:马妍姝

出版者:立信会计

出版时间:2011-9

装帧:

isbn:9787542930132

“禅”是一面镜子，可以照彻人的心性；

“禅”是一盏明灯，可以照亮人的心路。禅的思想是空灵、豁达、开阔、明朗的人间清流；禅的生活是积极、自在、简朴、自适的安心方式；禅的理念是教人首先学着放下自欺、自怨、自慢和自我枷锁，然后才能海阔天空地任意翱翔；禅的方法是教人首先练习认识自我、肯定自我，然后再粉碎自我。

《一日一禅(超值金版)》所撷取的佛学故事，篇篇隽永，字字珠玑，每个故事就是一道顿悟的光芒，一汪沁心的泉水，一把理解现实人生的钥匙。以禅养性，以禅修身。旨在帮助你借助禅这面镜子，照亮自己的心境，借助禅这盏明灯，清静自己的心灵，明心见性，去掉自心的污染，以此和谐性情，舒适身心，从而达到修身的目的。

《一日一禅(超值金版)》由马妍姝编著。

作者介绍:

目录: 第一部分 名家说禅卷1 拈花微笑何为禅 什么是禅 禅学之真义 禅是什么 禅的意义
禅宗与中国文化 禅与西方文化 禅，禅定，禅悟 禅，禅宗，禅宗之禅 禅风，学风，文风
禅宗的“不道之道”与“无修之修 印度禅 生活禅的四个根本卷2 通往禅悟之路
中国禅学的方法 悟——禅宗的存在价值 开悟 禅悟——领悟人生的究竟
说开悟——第十课禅宗开悟(一) 开悟——生命的觉醒 如何参禅 习禅方法
钻他故纸，驴年去！ 第二部分禅来缠去卷3 开启禅智点燃心灯 修佛就是修自己
修行之本在修心 即心即佛 心在何处安 心离一切相 前念不生，后念不灭
无心无我即是禅 懒融观心 心与性 自证自悟，见心见性 无佛可求 当下见道 一念心开
起疑才能有悟 谁是禅师 你从哪里来 认识你自己 寻找失落的自我 打开自家宝藏
坐禅岂能成佛 跟着心走卷4 禅心一念间 一心有滞，诸法不通 心净，国土净
三界唯心无两样 心清如水即是佛 空由心造 心灭法灭 心地透明。无所可生
一念天堂，一念地狱 心佛则佛，心魔则魔 不争是真修 智慧的众生颠倒 无故寻愁觅恨
执著是自缚的蚕茧 心在瓶中 多一点宽恕，少一点怨恨
心地能平稳安静，处处皆青山绿水 心中有菩提。树树皆菩提 觉而不迷 滴水开悟
洗身更要洗心 为心灵除尘 莫忘心灵后花园卷5 禅眼观世界 空心看世界 参禅的三重境界
百年一梦 芥子纳须弥 用心看世界 枯萎与灿烂俱美 哪一个眼睛是正眼
看破放下，随缘知足 低头看得破 看脚下 生命之眼 没路的地方才有路
凡所有相皆为虚卷6 禅道悟人生 生死事大，无常迅速 不曾生，何来死 不要说有来有去
射穿生死 生命只在呼吸之间 生死由他 没有时间问老 “一休”禅 禅说苦乐 禅言得失
逆境与转机 山高怎碍野云飞 水温够，茶自香 以戒为师 后退原来是向前
泥泞的路才能留下脚印 迈向更高处 丢掉烦恼，多点耐心卷7 花雨满天悟禅机 一切皆禅
翠竹黄花皆般若 云在青天水在瓶 要眼珠 先把你的杯子空掉 一村菊香 茶中乾坤
贼走了才张弓 邪则总邪，正则总正 别人不是我 一切都还在 出世人世
从河面上走过去卷8 如实生活如是禅 在生活中修行，在修行中生活 禅就是生活
平常心是道 好事不如无事 随缘而行，随遇而安 明天的烦恼明天受 心宽即喜
捡走心中落叶 守宽恕之道，则心中无魔 欲望无止境 贪婪是烦恼的根本
迷己逐物，逐物迷己 一念放下，万般自在 悬崖撒手而后生 谁缚住了你 什么团团转
不要把心儿给丢了 另一种快乐 最完美的树叶 扛船赶路 咸淡有味 割舍
花儿静悄悄地开放 请衣服吃饭 不再受第二支箭的痛苦 茶杯在上，茶壶在下
缘来缘去皆是福附一 佛经名句选译附二 佛陀格言辑录附三 禅诗九首

• • • • • [\(收起\)](#)

[一日一禅 下载链接1](#)

标签

败

2014

评论

[一日一禅_下载链接1](#)

书评

[一日一禅_下载链接1](#)