

无妄念



[无妄念_下载链接1](#)

著者:吴正清

出版者:电子工业出版社

出版时间:2012-1

装帧:平装

isbn:9787121150074

《无妄念(双色)》针对现代人普遍存在的浮躁、嗔怒、不知足、我执等痼疾深入分析，

找出最好医方，心病还须心药医，从而消除烦恼，让你过得快乐和幸福。《无妄念(双色)》是一部修心养性的著作，让你活出最自在的自己。

作者介绍:

目录: 第一篇 病由心生，亦由心灭 在佛的观念中，人人都是有“病”的 002
万病由心生，心是一切烦恼和杂念的恶源 005
心灵的良药——智慧与慈悲，可治愈一切的病苦 008 戒律是养心的根本原则 010
是心即佛——能够度你的佛就是你自己 012 清静无为，则得善终——长寿 015
修得六根净，淤泥也可化红莲 017 第二篇 静心——戒躁
毋躁——静不下来，悲苦的日子就永远停不下来 022 成败皆是寻常事，莫以急躁求功名
024 顺其自然万事成，杜绝浮躁玄机开 027 清除浮躁的“对症良药”——谦卑 031
只要有心，没有什么改不了的恶习 034 灭却心头燥火：心静则无处不宁静 037
成功没有捷径，专一就是法门 039 第三篇 定心——戒怒
毋怒——伤己千倍，才得伤人一分 044 别让他人决定你的行为，你可以选择自己的态度
046 慈悲比暴怒、恫吓、权位、势力更有震慑力 049
我们做事是为了快乐，而非为了生气 052 大勇若怯，忍辱是对治冲动的法宝 055
凡事过于计较，只会让你活在令人崩溃的环境里 057
制怒需要决心，切勿“说时似悟，对境生迷” 060 第四篇 净心——戒贪
毋贪——贪念多的人，连自己原本有的也将失去 064 多布施，多快乐；少索取，少烦恼
067 戒贪得自在——有境界的人生比富绰一世更宝贵 069
吝啬真的会让你变成“鬼”——懂变通的人每条路都是通的 072
利令智昏，愚蠢的人都有一个病根——贪 074 大舍大得，小舍小得，不舍不得 077
幸福不在别处，知足才是快乐的真谛 079 淫乱都为幻影，有心皆可成佛——戒色 082
第五篇 博心——戒妒 毋妒——患嫉妒病的人，一生都难得安宁 086
嫉妒是一剂毒药——量少促动爱情，量大命毙爱情 088
发现自己的好，你嫉妒的人也许也在嫉妒你 091 比较是烦恼的开始，也是贫穷的开始
093 拥有赞叹、欢喜心，这是拥有幸福人生的秘诀 097
谁嫉妒你，就感谢谁——让他人的嫉妒成为你前进的推动力 100
善恶一念间，戒妒要如“戒毒” 102 助他就是助己，随喜是去除嫉妒心的妙药 105
第六篇 宽心——戒嗔 毋嗔——一念嗔心起，百万障门开 110
嗔心的业因，迟早会受到来世的果报 112 不说破就是说破的全部 115
从自己身上找原因，别从他人身上找别扭 117 破解嗔心的佛道法门 120
多一分忍功，这是成佛的资粮 123 宽容是环环相扣的纽带——心门一宽，容人也容己
125 尊重自己所做的，你才能得到尊重 128 第七篇 明心——戒疑
毋疑——最可怕的敌人，就是没有坚定的信念 132 疑心生暗鬼，“暗箭”最伤人 135
不相信自己的意志，永远也做不成将军 137 可以存疑，但不要武断地怀疑 140
说什么都不管用，那就沉默——化解疑虑的妙方 143 只要心存相信，总有奇迹发生 146
信自信他，信因信果，信事信理 149 第八篇 慧心——戒痴
毋痴——痴心生妄想，妄想得恶果 154 认知真我，才是摆脱迷途的开始 156
不执即佛性——富也快乐，贫也快乐 159
最能创造奇迹的是真诚向善的心，最具破坏力的是冰冷固执的心 161
依人不依法，让来的自来，去的自去 164 别被规矩束缚，随缘也是自在 166
保持中道平常心，才是入道之门和悟道之本 169 第九篇 善心——戒忧
毋忧——世上本无忧，庸人自扰之 174 不要自寻烦恼，开心就是最好的补药 176
往迹不追，未来不迎，活在当下 179 了悟生死——放不下生死，早晚被自己吓死 182
接受命运的安排，但不要排除奋斗的人生 184
既能解人忧，亦可除己惑，这才是真学佛者 187
不要创造烦恼，以最单纯的态度去应付事情本来的样子 189
做自己该做的事，从忘我到无我，就是禅心的显现 192 第十篇 平心——戒我慢
毋“我慢”——比贪嗔痴更毒，更阻碍人进步 196 不怕聪明就怕自作聪明 199
无知而自信的“佛弟子”，比不信佛者更可悲 201

要戒除“增上慢”的心，才会增长“多闻” 204
“自赞毁他”技术高明的人，可用一个字形容：“奸” 206
青山无处不道场：真正的道场就在我们起心动念的那一时刻 209
尊重自己，也尊重别人产生意见和看法的能力 212
能低头的人最尊贵——以万事万物为师，则可以为师矣 214
· · · · · · ([收起](#))

[无妄念_下载链接1_](#)

标签

灵修灵性

无妄念

吴正清

修行

灵性

灵修|哲学|心理|精神分析

灵修

成长

评论

[无妄念_下载链接1_](#)

书评

[无妄念_下载链接1](#)