

<<清心九书>>

图书基本信息

书名：<<清心九书>>

13位ISBN编号：9787222079762

10位ISBN编号：7222079769

出版时间：2011-6

出版时间：云南人民出版社

作者：郑石岩

页数：504

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<清心九书>>

内容概要

从禅、悟、觉的基本要义出发，为读者提供一个简要的门径，去打开自己的法眼，看到生命实现的原貌；看到积极振作、引发创意、带来活泼悦乐的希望；用教育培养个人的自我醒觉，实现自己的人生。

禅、悟、觉正像花朵一样，绽放着清香，露出微笑与欢喜。

<<清心九书>>

作者简介

郑石岩,心理学家,从事心理咨询和教学研究四十余年,七岁即接触佛法,对佛学及禅学亦素有修持,见解精辟,是集心理学、教育学及禅学于一身的作家。每年有两百场以上的演讲,著作在海内外广受欢迎,理论与实务并举,著作超过四十本,代表作《清心九书》在海内外有巨大影响,是积极入世,以书度人的最佳见证。

<<清心九书>>

书籍目录

清心九书（三）

禅?生命的微笑

- 第一章 生命的微笑与实现
- 第二章 自己即是如来
- 第三章 纯真便是自在
- 第四章 禅的悦乐
- 第五章 从禅定到自由
- 第六章 化尘劳为菩提
- 第七章 顿悟与参禅
- 第八章 空与智慧
- 第九章 在见性中实现生活
- 第十章 结语——禅与佛

悟?看出希望来

- 第一章 悟?看出希望活得起劲
- 第二章 希望的线索
- 第三章 希望与陷阱
- 第四章 生活的展现
- 第五章 家庭亲情
- 第六章 觉?有情的爱
- 第七章 高洁的性情
- 第八章 开朗的情怀
- 第九章 人生的希望
- 第十章 结语

觉?教导的智慧

- 第一章 教育的新希望
- 第二章 教导的新猷
- 第三章 人文智慧的启发
- 第四章 自动自发的性格
- 第五章 师生互动的空间
- 第六章 生活教育的体验
- 第七章 宗教、民俗与教育
- 第八章 悦乐的教师生涯
- 第九章 结语——对生命的敬重

章节摘录

版权页：轻松是在完成一件有价值有意义的工作时，把自己放松下来暂不工作，所体会到的快乐。因为在那一刹那间，不但把工作本身的压力移开，同时还能从欣赏已完成的工作中获得喜悦，这种轻松是完整的轻松，是最珍贵的快乐。

当你完成了一个演讲、一篇文稿或教完了一堂课时，总是得到既轻松又充实的快乐。

每天下班回来，总是有一种万缘放下的愉快。

因此，轻松是与工作相辅相成，相伴存在的。

如果你想享受生活的快乐，不可不勤奋工作，瑞士哲学家艾弥尔说：“工作使你的生活更有味。

”这并不只是哲学上的价值观念，同时也是心理学上可以证验的命题。

不过，勤奋工作只是轻松喜悦的条件，绝非它的充要条件。

因为勤奋工作者如果不懂得休闲，也会造成紧张和焦虑。

我们是一个标榜勤劳的民族，生活价值标准建立在“但问耕耘”上，所以有许多人都在拼命地工作，缺少适当的休闲，而导致紧张与焦虑。

有些人甚至把休闲也当做一种活动，勉强投注于“休闲活动”上，更增加了疲劳。

就我所知道的，许多人一到了星期一总是带着更疲惫的身心去上班。

<<清心九书>>

编辑推荐

学禅可以给自己宽广的心理生活空间，带给自己喜悦自在。

能启发自己的性灵，让自己默契超脱的精神生活。

能促动自己对生活之微笑与实现。

它让每个人拭亮自己的“法眼”，认清真正的自己，好过活泼喜悦的生活。

人若能在失败中看出希望，很快就能恢复豪气；若能在落魄中看出希望，很快就能消除痛苦，重振锐劲。

人一旦发现了希望，即刻由消极转为积极，从悲观转为乐观。

教育的本质在于心智的启发和成长，要时时检讨教导方法的適切性，天天关心爱心与行动的妥当性。

同时要反省，自己是否用有能力的爱，去耕耘教育的园地。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>