

<<职场佛>>

图书基本信息

书名：<<职场佛>>

13位ISBN编号：9787504471680

10位ISBN编号：7504471682

出版时间：2012-10

出版时间：中国商业出版社

作者：邓多

页数：231

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>

## &lt;&lt;职场佛&gt;&gt;

## 前言

工作，几乎占掉人生三分之一的时光。

职场的生涯，如同人生的缩影，不同的视角与态度，决定了人们将在工作里看到什么风景。

生活是一场试炼，占据人生三分之一时光的工作生涯，更是免不了各种考验。

面对步调快速的职场环境、同事与同业之间的竞争、因经济环境的变化而被迫调整工作形态等等，人们真的可以安住于变与不变的工作环境，度过重重的职场关卡吗？

中国十大行业优秀CEO，著名的企管顾问师张力夫说：“命运的改变，首先来自觉悟。

”我们学习佛法，研究佛法，就是要早一点悟出佛陀教育的精髓，悟出生活中的佛学道理，自觉地运用佛法来看待和对待我们的生活，善待生活、善待生命，使我们的人生更加精彩。

什么是佛法呢？

简单地说，释迦牟尼世尊住世的时候，世尊的言教就是佛法；世尊灭度后，遗留下的三藏十二部经典也是佛法。

什么又是生活呢？

可以说，在生命延续期间，吃饭睡觉、读书求知、上班工作、休闲娱乐就是生活；换句话说，我们一天到晚身、口、意三方面的行为（造作）就是生活。

佛法不离世间法，将佛法实践于生活中，融入于工作中，才是修行。

修行在一切时、一切处、一切境界中，在行、住、坐、卧处，在举手投足处。

佛法是一种自我心灵的对话和内在学习的过程，可使疲惫不堪的心灵得到净化和提纯。

透过佛法，我们能生活得更好，工作得更有效率。

工作环境就是我们的道场。

无论你从事什么职业，都要把你的修行融入到你的工作中，面对境界历事炼性，对人炼心。

要尽你的责任和义务，要尽心尽力地做好你所承担的一切，制心一处，用心去做每一项工作；把你的服务对象视为父母众生，一切为他们的利益着想，以真诚心对待每一个众生，关心他们，帮助他们，理解他们，体谅他们，做众生的公仆，全心全意地为他们服务。

当你不求任何回报地去给予、去奉献的时候，这就是你的修行，你会得到无比的快乐。

你的事业、你的工作、你的一切都会顺利。

不要怕遇到违缘障碍，他可以历练你的心性，提高你的层次，增长你的智慧。

在佛教的哲理中，不仅包含高深的人生意义的智慧，同时也不乏在现实生活中具体可行的处事方法。

本书共分四个部分，分别从改善态度、善用智慧、调整心境、广结人缘四个方面阐述佛法在工作中的应用。

真诚地希望本书能够为您焦躁的心带来一丝清凉，为您工作中的迷惘提供一点佛学的感悟与启发。

。

## <<职场佛>>

### 内容概要

在佛教的哲理中，不仅包含高深的人生意义的智慧，同时也不乏在现实生活中具体可行的处事方法。邓多编著的《职场佛(点亮职场人生)》共分四个部分，分别从改善态度、善用智慧、调整心境、广结人缘四个方面阐述佛法在工作中的应用。

《职场佛(点亮职场人生)》能够为您焦躁的心带来一丝清凉，为您工作中的迷惘提供一点佛学的感悟与启发。

## &lt;&lt;职场佛&gt;&gt;

## 书籍目录

## 第一章 勇猛精进，是正确工作态度

1. “光阴可惜”，抓紧时间创佳绩
2. 有了动力，才跑得快
3. “一水四见”——你可以热爱工作，也可以憎恨工作
4. 别把自己看扁了
5. 菩萨帮助自立的人，工作终须依靠自己
6. “今天扫掉今天的落叶”，今天做好今天的工作
7. 有诚敬之心，才能把事做好
8. 木鱼要时时敲打，工作要保持勤奋
9. 工作中要有“担当”
10. 战胜不自觉的拖延
11. 要像参禅那样忘我地工作
12. 职场生涯是在挫折中进步的
13. 像“西天取经”那样持之以恒
14. 职场逆境是你的“逆增上缘”
15. 珍惜手中的工作吧

## 第二章 善用智慧，可增加工作成效

1. 从基层做起，是以“退”为“进”
2. 随缘地工作，随缘地抓住机会
3. 适应新环境，需要“空杯心态”
4. 目标太多会分心
5. 工作无小事
6. “多几分准备，少几分麻烦”
7. 事情成败离不开时机
8. “优秀也是一种习惯”
9. 做一个用脑子工作的员工
10. 自己认为的好，不一定是真的好
11. 盲目行动不如等待一时
12. 逃脱责任，会失去信任
13. 打不到柴，你能顺手摘一个苹果吗
14. 身心应保持“中道”

## 第三章 心境平和，工作可以很快乐

1. 不要总活在别人的眼光里
2. 境随心转，坏事可能变好事
3. “心中有魔，难成正果”——驱除抱怨
4. “各有因缘莫羡人”
5. 大肚能容，就没那么多烦恼
6. “修道入不见他人过”，别总挑别人和企业的毛病
7. 凡夫都有过失，接受批评才能进步
8. 没有绝对的公平，要学会知足
9. 与其无聊地争论，不如做点实事
10. 把工作中的无奈当作忍辱的修行
11. 不要堕入“愤怒”的心灵地狱
12. “不过一碗饭”，看破职场事
13. 远离那些对你有不良影响的同事

<<职场佛>>

第四章 达观宽容，你才能广结善缘

1. 用微笑给办公室带来平和
2. 尊重是与人合作的基础
3. 要“合众”，不要“孤高”
4. 打破“我执”，尊重与他人的差异
5. “要说有意义的话，要适度地保持沉默”
6. 用温和的态度表达不满
7. 职场中吃点亏，好处多多
8. 冤冤相报，不如化敌为友
9. 心地仁厚，广结善缘
10. 用幽默给工作带来一丝轻松
11. 不说妄语，诚信待人
12. 做事要方圆并用

## &lt;&lt;职场佛&gt;&gt;

## 章节摘录

亲鸾上人是日本禅宗历史上最负盛名的禅师。

记载亲鸾上人之言教的《叹异抄》则是日本最负盛名的佛教著作，已翻译成多种语言文本。

亲鸾上人在九岁时，就已立下出家的决心，要求慈镇禅师为他剃度。

慈镇禅师问道：“你还这么年少，为什么要出家呢？”

” 亲鸾说：“我虽年仅九岁，父母却已双亡。

我不知道为什么人一定要死亡？

为什么我一定非与父母分离不可？

为了探究这层道理，我一定要出家。

” 慈镇禅师非常嘉许他的志愿，说道：“好！”

我明白了，我愿意收你为徒。

不过，今天太晚了，待明日一早，再为你剃度吧！”

” 亲鸾上人听后，非常不以为然地说：“师父！”

虽然你说明天一早为我剃度，但我终是年幼无知，不能保证自己出家的决心是否可以持续到明天。

而且师父你那么年高，也不能保证你是否在明早起床时还活着。

” 慈镇禅师听了这话以后，拍手叫好，并满心欢喜地说道：“对！”

你说的话完全没错。

现在我就马上为你剃度吧！”

” 亲鸾上人对待时间分秒必争的态度，是值得我们学习的。

在禅寺的走廊上，往往挂着一块木板，上面写着：“生死事大，光阴可惜，无常迅速，时不待人

。”意思是生死是件大事，光阴是无情的，我们要及时醒悟，珍惜光阴，好好努力，不要让光阴迅速地流逝。

我们的一天之中，饮食、排泄、睡眠、说话、走路等，已花去了许多时光，如果剩余的时间不善加利用，而做无益的事、说无益的事、想无益的事，这样虚度一生的人，是最愚蠢的。

所以，每一个人都应该多做些有意义的事，才不会浪费生命。

佛陀问弟子：“人生究竟有多长？”

” 弟子甲理所当然地答道：“在数十年间。

” 佛陀不满意地摇摇头。

弟子乙抢着说：“在饭食间。

” 佛陀还是摇头。

弟子丙若有所思地说：“在呼吸间。

” 佛陀终于点头称是。

鲜花是美丽的，但很快就会凋谢；青春是可爱的，可转眼即将衰老；鲜花与青春虽然美好，但迟早都会逝去。

事物这种无常变化的规律提醒人们，当我们还有能力支配生命资源时，应学会珍惜并善加利用，切莫等到失去时才追悔莫及。

从古至今，珍惜时间就被无数多的伟人奉为座右铭。

人的生命是有限的，工作的时间更短。

如何做到在有限的工作时间内拓展生命的宽度，如何利用有限的工作时间创造最大的生命价值，是每一个职业人需要考虑的。

时间老人给予我们的时间是公平的，是相等的。

那为什么有些人工作中很轻松，有些人却很累？

关键在于你是否把握住了时间，是否灵活运用时间。

在长期的工作中，我们对自己的工作大概已经相当熟悉。

我们要从中发现一些技巧，发现一些快捷的方法和一种合理的、统筹安排时间的方法，善于统筹时间

<<职场佛>>

, 活用技巧来节省时间。

很多人都有将一天的工作安排列清单的习惯，但是小章的做法却与众不同。

“许多人只习惯列出一天的工作安排，但是我通常都会在周五下班之前，把下一周需要安排的工作内容先做出一个简单的规划。

这样很容易对较长时间内的工作安排有一个直观的认识，可以在大致上确定工作的节奏。

”

.....

## <<职场佛>>

### 编辑推荐

工作，几乎占掉人生三分之一的时光。  
职场的生涯，如同人生的缩影，不同的视角与态度，决定了人们将在工作里看到什么风景。  
《职场佛：点亮职场人生》能够为您焦躁的心带来一丝清凉，为您工作中的迷惘提供一点佛学的感悟与启发。



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>