

<<佛家养生语录>>

图书基本信息

书名：<<佛家养生语录>>

13位ISBN编号：9787536698345

10位ISBN编号：7536698348

出版时间：2008-6

出版时间：重庆出版社

作者：易喜燕 等译注

页数：253

译者：易喜燕 注释

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>

## <<佛家养生语录>>

### 内容概要

佛学是一门博大精深的学问,是一座内容丰赡的思想宝库,思辨性极强,对养生、生活的准则等一系列重要问题更具独特的见解和精彩论述。

佛家养生吸取了中国古代医学和心理学方面的知识并加以发展,与佛家的修炼结合起来,从戒、定、慧三方面积淀修身养心之法,强调心气舒畅、神情安泰、身心健康,从而获得静虑解脱的大智慧。

本书荟萃了《金刚般若波罗蜜心经》、《大藏经》、《般若三昧经》、《禅法经集》、《大般涅槃经》等近十余部佛家经典养生名词、词条、语录共2000多条,加以语译、注释、感悟,读者可从中领悟到佛家养生的宏博智慧,体味佛家养生文化,是当代人修心养生的必备读物。

<<佛家养生语录>>

书籍目录

序卷一 修身篇 持戒 守戒积德 杀生戒 住寿成佛 妄语戒 饮酒戒 邪淫戒 去  
除情欲 拔出贪欲 斩断淫欲 克制欲望 常以二食 澄清心境 不贪欢 远离金钱  
美色 放荡六失 常喜乐 惜生命 万恶淫为首 去心魔 精进 不懈怠 忌懒惰  
修苦成道 布施 忍辱 佛家居食养生 节饮食 按时进餐 少食辛辣菜 少食荤  
食 饮食过量 调营养 食多必病 善节制 调睡眠 择住处卷二 修心篇 修心正心  
正心 是非心 观心 慈善心 清净心 自心正见 正些三昧 正观 修智慧  
大智若愚 去垢染 重机遇 调心 念佛于心 对症施治 调心志 惜时光  
除私心 解烦恼 净心 不执取 勿住色生心 断尘念 顿除妄想 见自心佛 了  
牵挂 放下思虑 立净相 显智慧 养性 行善养生 佛证佛法 止恶行善 处世养  
生 善生 施仁爱 不轻慢 修三福 普救众生 忏悔养生 忏悔法 消除罪恶  
知足养生 以慧为业 脱诸苦恼 健康是福卷三 修禅篇 修止观 止观坐养法 调身  
入禅调养 身体之养 修心调适 调身心法 病的十种因缘 调息 安心法 定  
心法 修禅定附录 佛家术语速查索引

<<佛家养生语录>>

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>