

<<人生百悟>>

图书基本信息

书名：<<人生百悟>>

13位ISBN编号：9787543220553

10位ISBN编号：7543220555

出版时间：2012-2

出版时间：格致出版社

作者：余惕君

页数：214

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>

<<人生百悟>>

内容概要

“人生不满百，常怀千年忧。
”随着年岁增长，人会越来越多地思索生命的意义。
苏格拉底曾说：“未经思索的人生不值得一过。
”“因为我活着，所以我活着”，这不是人的存在状态。
人，一定要找出活着的意义，生命的意义就在于内心的充实。

人生是所大学校，生活会教给我们一切。
这要用心。
人们常说：用第三只眼睛看世界。
这第三只眼睛正是心。
眼睛只是看见，用心才会发现。
看见的，是生活现象，发现的，是生命意义。

窗外黄花，莫非般若，庭前翠竹，尽是真如。
佛法就是活法，生活就是“禅”。
“禅”字，示、单，返璞归真，大道至简。
禅观天下，就是洞察天下的真相，慧眼观世，也是观照自己的本心。
一个人与其要别人对你“多多关照”，不如对自己“多多观照”。
当你一旦明心见性，感知本我，提升自我，你就会把人生看得清清楚楚、明明白白、真真切切。

这些年，我工作、考察、旅游、讲课，常奔走于各地，随身带着相机，看见有意思的事和景就拍下来，并及时记录下自己的所思所悟，由此成就了眼下的这本书。
所摄的一些照片，常见于我们的日常生活，但人生的一些大道理就在我们的行住坐卧处、所作所为间。

<<人生百悟>>

作者简介

余惕君，上海铭源集团董事、常务副总裁。
上海作家协会会员。

曾任上海市政府计委研究所主任，兼任国内数所大学EMBA、MBA客座教授。
现为卫生部“全国健康教育专家”、中国健康教育与促进协会企业分会副主任委员、华东健康教育研究会副会长。

籍宦海履历、学海阅历、商海经历，已先后出版《俗世方圆》、《大智若矣嚶》、《字藏玄机》、《大道至简》、《快乐其实很容易》、《你可以活得更好》、《快乐书》、《寻觅一本“正”经》、《知“余”常乐》、《凡尘悟道》、《成语禅解》、《生活禅思》等“人生感悟”随笔。
主持中国移动、中国联通发送于国内二十余省市的快乐感悟短信产品。

《字里人生》、《管理心语》、《快乐心经》、《圆满心法》、《情爱有道》“快乐系列丛书”，获星云大师推荐。

近年来，在全国各地进行人生悟道巡讲，广泛弘扬健康快乐的人生哲理，被媒体誉为“快乐大使”、“快乐先生”。

<<人生百悟>>

书籍目录

一、正信正觉

由佛珠而想到

常执中道

千手观音

慈悲同心

“不二”

拿得起，放得下，莫负这杯茶

从无字句处读书

“没了，才知道啥叫没了”

常怀感恩

随喜随缘

与日俱进天人合一

幸福像花儿一样开放

即心即佛

点燃心灯

头头是道

你真“行”

二、安守内心

敲木鱼

脸面与幸福

时时拥有好心情

满园春色关不住

快乐的圣境

万事如意

达摩vs. 自由女神

放飞你的心灵

由“看”到“观”

心脏？

心“脏”

洗脸、扫地及醒悟

莫叹命不公

“足有余”

钱：味甘、性热、有毒

福“倒”了

拿什么拯救你，我的灵魂

三、人在旅途

人生如棋

路在脚下

踏遍青山人未老

穿自己的鞋走自己的路

“一个一个来”

自由钟的裂缝

春风吹又生

宁静是美

三潭何时再印月

<<人生百悟>>

“一切都是最好的安排”

“一期一会”

船过水无痕

“达马姆，傻的噢”

幸福就是让心安住

“慢”：柔曼的心

争做好学生

走好人生路

四、回归本原

.....

五、身心健康

六、生活禅道

<<人生百悟>>

章节摘录

人人在计算，但有人算小账，有人算大账，有人算近账，有人算远账，有人算得，有人算失，有人算已有了什么，有人算还没有什么，有人计算奉献，有人计算索取。

境界不同，方法迥异。

同样是求佛，有人求命不求心，念经不修行，求福报不求佛道，求自己不求别人，也有人“只为众生脱离苦，不为自己求安乐”；有人为钱财上求下索，有人为安心上下求索。

有人越算越得“大智慧”；有人越算越有“小聪明”；而结果却往往是“机关算尽太聪明，反误了卿卿性命”。

西谚说：“一个人赚得了整个世界，却丧失了自我，又有何益？

”“九九归一”，每个人的人生要算大账、算总账。

何时算？

临终算，“秋后算账”，盘点一生的成败得失。

世上有人钱挣得很多，官当得很大，房子也多，车也大，孩子一个，情人一群，但一生中提心吊胆、唉声叹气的烦心日子不少，无忧无虑、开开心心的日子不多，既积累。

也积“累”，面对一大堆辛辛苦苦攒下的财富，更是恋恋不舍，他这一生不是赚了，而是亏了。

有的人钱不多，官不大，房也小，一个孩子，一个老婆，但一生中开心、安心的日子很多，赤条条来去无牵挂，那他这一生是赚了，而且是赚大了。

寒山禅师曾写过这样一首诗：急急忙忙苦追求，寒寒冷冷度春秋，朝朝暮暮苦计算，闷闷昏昏白了头；是是非非何日了，烦恼恼几时休……当一个人赚取了越来越多的金钱后，要问一下自己，你的快乐更多了，还是失落茫然更多了？

在任何情况下，人都要以一颗平常心对待，只在乎自己的富足和平安。

想起了曾写过的一段顺口溜：钱多钱少，够用就好；官大官小，太平就好，穷日富日，安稳就好，体胖体瘦，健康就好。

……

<<人生百悟>>

媒体关注与评论

笑能祛病，喜能忘忧，慈能与乐，悲能拔苦。

--星云大师 惕君出新书了。

善知识，弘法利生。

佛法即活法，生活中处处有禅机。

而发现禅机需要有人世如出的智慧和超凡脱俗的禅心。

--中国佛教协会副会长、弘法寺方丈印顺

余惕君是我“健康”的老朋友。

健康不仅表现在体态，更表现在心态。

如何在嘈杂的世界中让自己心安，看了《人生百悟》，你就会有所明白。

--世界卫生组织上海合作中心名誉主任胡锦涛

融身体于心灵，寓健康于文化，源思想于

生活，植深根于民众。

--世界心脏联盟中国区组委会主席胡大一

期待所有的朋友，能在分享余惕君对快乐寻觅

的知性之旅中，获得心灵的宁静，快乐的真谛。

--凤凰卫视杨锦麟

余惕君才思敏捷，立意高远，其语言风格犀利简洁，灵活幽默，寓意

深刻，自成一家，常给人以深刻的启迪。

--卫生部首席“全国健康教育专家”洪昭光

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>