

<<禅修心钥>>

图书基本信息

书名：<<禅修心钥>>

13位ISBN编号：9787544349109

10位ISBN编号：7544349101

出版时间：2013-4

出版时间：海南出版社

作者：班迪达尊者 果儒

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>

## <<禅修心钥>>

### 内容概要

搭乘寂静马车，踏上涅槃之旅

本书是本适合一般读者的禅修书，详细而精确地介绍了禅修操作技巧。

全书由六个篇章组成，其中包括禅修基本戒律与指导、坐禅与行禅，以及如何培养心中的五种良好品质。

对于读者了解作者的智慧和体悟，这是一本非常好的参考读物。

## <<禅修心钥>>

### 作者简介

班迪达尊者（Sayadaw U. Pandita），当代颇富国际声望的内观禅修大师。

1921年出生于缅甸，12岁剃度出家，20岁受具足戒。

尊者自小就在缅甸上座部佛教传统里熏习佛法。

他是已故的马哈希尊者的继承者，他训练和指导了众多的西方马哈希禅修系统老师和弟子。

他也是缅甸仰光班迪达禅修中心的住持长老。

著有《就在此生》、《解脱道上》、《宁静安乐之路》、《炎炎夏日的雨水》等。

<<禅修心钥>>

书籍目录

目录

第六章 前往涅槃城的马车195

你走过的路是笔直的，会引领你到达安全、没有烦恼的皈依处。

你会搭乘一辆完全寂静的马车，心精进与身精进是其两轮，惭愧是靠背，正念是环绕马车的装甲，正见是车夫。

不论男女，只要拥有这样的马车，只要驾驶得当，都会证得涅槃。

误生天界的比丘196

舍离的方法199

安住于修行200

直达解脱之路203

十种恶业203

八正道206

摧破生死轮回210

全然寂静的马车212

马车的两轮：心精进与身精进215

马车的靠背：惭愧217

正念是环绕马车的装甲221

正见是车夫224

拥有八正道的马车231

<<禅修心钥>>

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>