

<<我们的世界>>

图书基本信息

书名：<<我们的世界>>

13位ISBN编号：9787544349130

10位ISBN编号：7544349136

出版时间：2013-4-1

出版时间：海南出版社

作者：[法国] 一行禅师 (Thich Nhat Hanh)

译者：汪桥

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>

<<我们的世界>>

内容概要

受世人尊敬的精神导师一行禅师面对地球环境生态危机所著的观察洞见与践行，最智慧慈悲的绿色和平环保出版物。

一本文字清新，开卷启智，充满生命力指引的关爱心灵与环境保护的现代生活实用书。

一行禅师提到我们的世界正经历一场史无前例的环境危机，目前气候变化暖、森林消失、沙漠扩大、物种濒绝、江河污染、废气排放等正影响着人们的生活。

钟声已经响起，觉醒的我们可以并应该为爱护地球做一点事，给我们的后代有一个未来。

一行禅师用充满诗性的朴素话语揭示深刻洞见，籍多年参与环保的和平经验给出极为实用的环保策略，如每周一天“无车日”活动，以及地球和平公约承诺，这些方法正被越来越多的人所接受，他们积极采取行动，从自身做起，用生活方式的改变创造绿色的地球。

本书是一本环保励志书，人类与地球的关系如同我们与母亲的关系，禅师以智慧慈悲的偈颂倡导切实可行的环保正念生活，无关宗教。

<<我们的世界>>

作者简介

<<我们的世界>>

书籍目录

序

集体觉醒

第一节 正念钟声 /5

正念的钟声正在呼唤我们，想把我们唤醒，提醒我们深观人类对地球的影响。

第二节 全球道德观 /11

建立手足情谊之道，比任何思想体系或宗教更珍贵。

第三节 正念饮食，保护地球 /23

保持身体健康就是对整个宇宙、所有祖先和子孙表示感恩和忠诚。

第四节 自然和非暴力 /41

我们每个人，以至所有人类，都是大自然的一部分，我们应该和大自然和谐共处。

第五节 克服恐惧 /53

每一天，新的细胞生长，旧的细胞死去，但它们没有葬礼，也没有生日。

行动是最好的回应

第六节 美丽的延续 /75

我们可以善用时间，培养爱、慈悲和理解的能量，分享美好的言语——鼓舞、宽恕，并以行动保护、帮助大地以及其他的人。

第七节 关爱环保工作者 /83

真正的力量，并不是从权力、金钱或武器中获取，而是藏于内心深处的平和之中。

第八节 只剩下一棵树的城市 /94

树木、水和空气没有向我们索取什么，却给予我们源源不绝的爱。

第九节 转化我们的团体 /102

我们僧团的愿望，是与大地，所有植物、动物，以及所有兄弟姐妹和谐共处。

第十节 大象皇后的眼睛 /111

我们行走的每一步都有治疗和转化的能量。

我们不单能以自己的步伐治疗自己，我们的正念步伐也能帮助疗愈大地和环境。

正念生活修习

环保偈颂 /121

五念呼吸练习 /134

深度放松 /137

触摸大地 /145

地球和平约章——我的承诺 /156

<<我们的世界>>

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>