

《越空越满：善行是最好的开始》

图书基本信息

书名：《越空越满：善行是最好的开始》

13位ISBN编号：9787510834740

出版时间：2015-4-1

作者：德兰根迥仁波切

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《越空越满：善行是最好的开始》

内容概要

作者用简洁思辨的文字，给我们以启示，协助我们转化心性。指出生活中人们的痛苦烦恼的根源。通过开启心智，让困惑的自己获得自由，找回内心本来清净的自己。快乐不是一蹴而就，获得快乐自由需要降伏内心。通过重拾人伦道德，先做个善良的人，之后成办利他。放空自我，在帮助别人的同时重新发现自己的生命之光。

慈善就是生活中点点滴滴的善意行为，慈善与生活有着密不可分的关系，那是温暖快乐的源泉。

《越空越满：善行是最好的开始》

作者简介

德兰根迥仁波切

1979年出生于四川省甘孜州道孚县，1995年依止法王如意宝晋美彭措，在色达喇荣五明佛学院圣地闻思修习，期间依止丹增活佛、安敦竹巴法王学习。是金龙寺、舍龙寺活佛。

2003年，因拉萨大昭寺前一小姑娘乞讨的缘起，德兰根迥仁波切先后资助多所山区学校，帮助解决数千名贫困儿童的生活学习问题。不分民族、信仰，平等救治残疾儿童，关注街头流浪者，关注猫狗等流浪动物，至今已走过12个年头。

已出版图书《如去如来：善用属于你的幸福》。

《越空越满：善行是最好的开始》

书籍目录

第一章

解开生活里的梦
世间是苦，是梦幻
人生痛苦随逐，如梦如幻
抓不住的快乐
我执是根，是魔王
一切痛苦皆源自我执
都是我执惹的祸
快乐的逻辑
谁是无始来一直伤害我们的魔王
再说关于痛苦的来源
烦恼是一朵七彩云
执着与恋爱
大乐无我，是归宿
内在的快乐
自在是真快乐
佛的清静刹土因“无我”而产生

第二章

闻思修融入生活
次第学修，需力行
了知法之精要，决心断除无明
实修是最好的事情
佛法修行的基础与关键
修出离心，断轮回
一切想中无常想为第一
修行需要忆念无常
关于业因果
修心从重视外四加行的观修开始
修菩提心，断自私
自他相换的观修法门
菩提心的功德
从爱心开始一步步修行
实修菩提心的方法：舍弃与承担
三毒变三法
打“我”才能利益众生
修持菩提心的两个要点
感恩众生才能修行
积资净障，信三宝
忏悔才能打“我”，做朵玛也能打“我”
打击我执
关于功德、业障、信心与智慧
解脱依赖于对三宝的信心
三宝带来最好的缘起
观修空性，断戏论
空性的概念
没有了执着以后是什么样的
在生活中修持空性

《越空越满：善行是最好的开始》

第三章

看清自己，不断完善

不动道人心

戒律为基础，不动摇做慈善的决心

真正需要快乐，佛法里有最好的方法

真正的修行

人不能没有感恩之心

让你的精神知足

不认识轮回的苦，不会放下对轮回的爱

对钱不能太执着

比钱更重要的是贤善的人格

真心的朋友

油门和刹车

何为你的安乐之道——玉耶女的启示

给即将皈依的弟子

第四章

帮助别人，发现自己的生命之光

爱心带来快乐

佛法大爱与慈善

每个志愿者都很了不起

从芦山地震说起

慈善不是竞争

以慈善为趣入佛法修行之方便

爱心带来快乐

浅谈如何去爱

现代人的快乐和幸福之道

现代人的通病——精神乞丐、精神残疾

现代人的快乐和幸福之道

趁父母还在的此刻去爱

做慈善的意义

以爱相待

我们是连在一起的

有理想地生活

爱会送来整个春天的花

关于爱情

道德的重要性

写给年少的孩子

终生的教育

流浪狗小黑

爱会送来整个春天的花

请给地球多一点爱

慈善生活

幸福的方法

《越空越满：善行是最好的开始》

精彩短评

- 1、挺好的！内心的满足平静比一切要好！多舍多做好事，通俗易懂的！
- 2、这本书让我走上了培养慈悲心的第一步，布施
- 3、利他，整本书让人获益匪浅，几篇文章值得反复阅读。

《越空越满：善行是最好的开始》

章节试读

1、《越空越满：善行是最好的开始》的笔记-第9页

我们生活中总会遇到各种各样的痛苦、不顺以及所谓违缘--身体疼痛、内心苦闷、事业生活不顺、充满挫折.....当你遭遇这一切，请记住这不是你不够幸运，或是刚好倒了霉，而是因你身处轮回。轮回本身就代表了苦，痛苦原本就不留间隙地遍布于整个轮回。换言之，轮回中的我们，根本无法避免受苦。

2、《越空越满：善行是最好的开始》的笔记-第213页

爱，其实是我们这一生当中，最为珍稀的如意宝。它能够为我们带来所希求的一切。爱会带来健康。

因为爱能让我们自然地懂得理解与包容。不发脾气，不动怒，对每一个人、每一种情景都会试着去理解，甚至欣赏。拥有爱的心，就像一片沉静的大海，始终只是处在自己的温柔节奏中，轻声吟唱。而身心二者紧密关联，心的每一种强烈情绪都会对身体造成影响。所以，有爱的人，由于心境的平和快乐，身体自然会健康安乐。

3、《越空越满：善行是最好的开始》的笔记-46 佛法修行的基础与关键

《大藏经》不是用来装点门面，也不是用来作为显示我们学识渊博的工具，更不是放在那里用香灯供着的。佛法《大藏经》记录了佛陀、佛陀的弟子、大成就者们的事迹和他们宣说的道理，是我们用以闻思的法，是我们所依止的法，是要去实际修持的法。现在很多居士家里书柜上的书很多，真正看了的有多少？修了的又有多少呢？几乎没有！

4、《越空越满：善行是最好的开始》的笔记-第89页

或许有时候，在帮助众生的过程中被伤害，但这难道不正是我前世业力显现的果报吗？而我遇到他，让我修行忍辱，清除往昔业障、积累成佛资粮，所以反倒应该是我感恩他。所以，要视众生比佛陀更为珍贵；对待仇敌要比对恩人更加感恩。《入行论》说：“依敌修忍辱，消我诸多罪，愿敌依我者，堕狱久受苦。”又说：“故敌极难得，如宝现贫舍，能祝菩提行，故当喜自敌。”没有众生的责难，我们没有忍辱的对境，没有忍辱，我们如何解脱成佛呢？

5、《越空越满：善行是最好的开始》的笔记-第138页

一个人如何能够快乐？如何被后人铭记？住最大的房子，修最大的坟墓有用吗？佛法告诉我们，要懂得知足和放下，才能获得快乐，而不是通过追求外在的物质享受而获得；要即生利益他人、利益众生，才算活的有意义，才有可能被铭记。否则，本师释迦牟尼佛大可以在王宫里尽情享乐，又何必抛下财富和王位，到山林里苦行呢？还有许多伟大的修行人，比如阿底峡尊者、虚云老和尚等也是如此，他们宁愿放下高贵优越的世间生活，就是为了众生的福祉而出家修行。

6、《越空越满：善行是最好的开始》的笔记-爱心带来快乐

我执重的时候，你的我执不会下来，对众生没有感觉，就是他们被人杀了，好像跟自己没有什么关系一样的，或者看到流浪汉在流血，也无动于衷，这就是没有救了。习气太重了，是恶的缘起。

《越空越满：善行是最好的开始》

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：www.tushu111.com