

《冥想者日记》

图书基本信息

《冥想者日记》

内容概要

《冥想者日记》

作者简介

《冥想者日记》

书籍目录

推荐 冥想，而后熄灭安念

前言 奇妙的缘起：一个西方女子的禅心之旅 / 006

第1章 王官寺初见方丈 / 001

第2章 杂念来袭，如何感知平静 / 019

第3章 生活就是一场战斗 / 041

第4章 消灭了嗔恨，就能得到愉悦 / 077

第5章 抵达清迈，了然生命的不断轮回 / 085

第6章 蒙曼寺，一段不一样的内观之行 / 099

第7章 要耐心，冥想就必须耐心 / 109

第8章 这是一个苦乐参半的时刻 / 127

第9章 一个人应该活在当下，活得超脱 / 147

第10章 归来，冥想的正能量 / 159

《冥想者日记》

精彩短评

- 1、谈到冥想就离不开佛学跟瑜伽。
- 2、真正的禅修，耐心而谦卑。当修行者开始实践的时候，导师就会出现！
- 3、我觉得还可以。但是挺恐怖的，她说冥想了以后看见.....哎，好怕怕
- 4、都是幻觉
- 5、一个美国女子来到泰国学习南传上座部佛教，练习冥想，写了她在练习中遇到的各种问题，情景。我没想到禅修会在冥想中遇到这些事情，看起来不可思议，也很神奇。确实是一个日记类型的书，想学具体的方法还要从别的地方寻找
- 6、消遣
- 7、修行中我们不仅需要导师先哲的指引，更需要通过从零开始的同道在实践中的经验与感悟照见自己。我们在世间最留恋的，就是我们终生要修行的，自我探索之路不依书本，渐次实修是唯一正途。
- 8、翻译太不好了。内容有很多启发。
- 9、篇幅有点短，但是在读到作者灵修中的感悟和进步时，自己的内心也得到了平静和独处时专注面对自己的诉求。
- 10、禅修体验记录
- 11、本来想了解怎么冥想的，结果全书都是平白的叙事还有个人禅修的经历简单描述，没有冥想什么内容，不对啊啊啊！！
- 12、西方人对佛教的理解还是停留在字面教义上。

《冥想者日记》

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