

# 《当囚徒遇见佛陀》

## 图书基本信息

书名：《当囚徒遇见佛陀》

13位ISBN编号：9789867574626

10位ISBN编号：9867574621

出版社：心灵工坊

作者：图丹·却准

译者：雷叔云

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](http://www.tushu111.com)

# 《当囚徒遇见佛陀》

## 内容概要

佛法和我们的心息息相关。当我们不停抱怨、暴跳如雷、看谁都不顺眼，总以为这是别人的错，但佛法却让我们看见，打开情绪牢笼的钥匙，其实一直握在自己手中。

多年来，却准法师带著佛法，走进世界上最孤独的心灵角落：美国各地的监狱，跟狱中的学佛团体对话、交流，也跟受刑人保持通信，为他们鼓舞打气。她发现：一个人会犯下罪行，多半是情绪出问题。有的人是一时情绪失控，在冲动下犯错，有些人则是长期处在自卑、抑郁、嫉妒、憎恨的情绪阴影中，只要受到环境刺激，就一再伤害别人，不断进出监狱。受刑人看似可恨，但他们也是自己情绪的受害者，被情绪的风暴摧毁了美好人生。他们就像一面镜子，反映出人性的盲动和脆弱。

其实，日常生活中，我们每个人都是情绪的囚徒。而佛法宛若明净柔和的月光，照见我们心中的愤怒和旁徨，接纳所有的失落、愤怒和忧伤，并让我们学会将快乐的责任，重新交回到自己身上。

本书中，我们可以看到许多受刑人的心，因接触佛法而产生转变；同时，却准法师也提供一份「情绪管理」的处方笺，帮助我们打开情绪枷锁，让心灵舒放自由。

# 《当囚徒遇见佛陀》

## 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](http://www.tushu111.com)