

最新佛经治疗抑郁症的原理 临摹佛经心得体会(优质14篇)

运动会将为我们创造难忘的回忆。运动会是校园文化活动的的重要组成部分，可以丰富校园生活。运动会宣传语的艺术欣赏，让你感受运动的热潮。

佛经治疗抑郁症的原理篇一

佛经是佛教的重要文献，记录着佛陀的教义和智慧。临摹佛经是对佛教文化的一种独特的尊敬和学习方式。通过临摹佛经，我深刻体会到了佛经的深刻内涵和智慧，也加深了对佛教的认识和理解。下面，我将从四个方面展开，分享我的心得体会。

首先，临摹佛经让我感受到了佛陀的智慧和教诲。佛经中充满了智慧的箴言和思想。例如，《金刚经》中告诉我们，一切法都是虚幻的，并且万物都是相互依存的。这让我明白了生活中的烦恼和纷扰都是表面现象，背后的真相是一切无常，一切都在变化。这种智慧的教诲，让我不再将自己过多地陷入到过去的回忆或未来的焦虑中，而是学会珍惜当下，追求内心的平静和宁静。

其次，临摹佛经让我感受到了沉浸式的学习体验。在临摹佛经的过程中，我将自己完全融入到了佛经的世界中。跟随佛陀的笔迹，一笔一画地描摹经文，不仅是对文字的复制，更是对佛经思想的思考和领悟。在这个过程中，我不仅提高了对文字的细致观察和把握能力，还深入理解了佛经的内涵和精神。这种沉浸式的学习体验，让我更加专注和投入，更加深入地理解和接纳佛教的智慧。

第三，临摹佛经让我感受到了内心的净化和宁静。临摹佛经的过程需要耐心和细心，需要静坐和静心。在这个过程中，

我明白了身心的放松和冥想的重要性。临摹佛经时，我平静下来，专注于手指的动作和经文的描摹。这种专注让我忘却了外在的干扰和喧嚣，引导我进入了内心的宁静和安宁。这种平静的感受不仅带给我舒缓和放松，更使我感觉到心灵的净化和提升。临摹佛经成为了一种修行的方式，让我在繁忙的生活中找到了内心的宁静和和谐。

最后，临摹佛经让我体会到了艺术与文化的结合。佛经不仅仅是一本宗教经典，更是一种文化的传承和宝藏。通过临摹佛经，我近距离感受到了佛陀的书法艺术和佛教文化的魅力。佛经的临摹让我学会了欣赏和理解古代书法的美学价值，同时也提升了我的书写技巧。临摹佛经的过程中，我特别欣赏佛陀书写的每一个笔画，品味其中的艺术和哲理。这种艺术与文化的结合，让我在临摹佛经的过程中不仅学会了佛经的智慧，也获得了对古代文化的独特体验和品味。

总的来说，临摹佛经让我感受到佛陀的智慧和教诲，让我得到了沉浸式的学习体验，带来了内心的净化和平静，还让我体会到了艺术与文化的结合。临摹佛经的过程不仅是对佛经的学习和传承，更是对自我修行和提升的一次旅程。通过临摹佛经，我感受到了佛陀的讲道和教诲，也汲取了佛经的智慧和力量。我相信，通过临摹佛经，我会在修行的道路上越走越深远，并且让佛教的智慧在我的生活中绽放光芒。

佛经治疗抑郁症的原理篇二

1. 住相布施生天福，犹如仰箭射虚空。势力尽，箭还坠，招得来生不如意。
2. 多讲点笑话，以幽默的态度处事，这样子日子会好过一点。
3. 戒律是扣子，禅定是里慧是面，口袋装方便，穿上吧。祝你新春吉祥！

4. 别人撒盐伤不了你，除非你身上有溃烂之处。
5. 日常生活待人处世，能够恒顺众生、随喜功德，这是「权智」；自己保持清净心，一尘不染，这是「实智」。我们不要以佛法的标准，去衡量所有的人，处处看不顺眼，这是大错特错，所谓「若真修道人，不见世间过」。「佛法在世间，不坏世间法」。离开世间法，就没有佛法可言。这些我们应该认真学习。
6. 过去心不可得现在心不可得未来心不可得。
7. 离俗家与出家相应，去业障与道人相应，去习气与工夫相应，去烦恼与清净相应，此数相应，虽然觉得，不如不相应好。
8. 看到别人有过失，必须是真正的同参道友，才能够规劝，而且劝不要超过三次，以免结冤仇。与大众相处，心地要保持清净、平等，道场是佛菩萨建的，谁不如法，佛菩萨自然会迁单。即使是离开道场的同修，我们还是平等看待，一切都交给佛菩萨安排。
9. 声声的“阿弥陀佛”，是我真诚的祝福，愿你永远快乐和健康；句句的“南无文殊师利菩萨”，是我对你无限的祝愿，愿你具有文殊菩萨的智慧；念念的“观世音菩萨”，是我对你最诚挚祈祷，我最爱的佛友，愿你中秋节平安快乐，吉祥如意！
10. 三界之中，以心为主。真观心者，究竟解脱。不能观者，究竟沉沦。
11. 与其你去排斥它已成的事实，你不如去接受它。
12. 若值无道，俎醢之酷，汤火之厄，终不释正从彼妖蛊也！——源自：《六度集经》

14. 一切众川流，皆悉归大海，若饭佛及僧，福归己亦然。——源自：《大般涅槃经》

佛经治疗抑郁症的原理篇三

在课堂上引用生活中的智慧故事，可以激发学生的学习兴趣，启迪学生的数学思维，下面这些是小编为大家推荐的几篇经典佛经故事。

乡下有个熬鹰的老人，养了一白一灰两只雏鹰。老人想把它们熬成鱼鹰，他把鹰的脖子扎起来，饿的鹰嗷嗷叫了，他就端出一只盛满鲜鱼的盘子，两只鹰扑过去，叼了鱼，老人就攥紧鹰的脖子拎起来，用一只手捏紧鹰的双腿，头朝下，一抖，另一只手腾出来，狠拍鹰的后背，鹰便无奈的把鱼吐出来，就这样反反复复熬下去。

这天，老人住的泥棚被风吹塌了，老人被重重的压在废墟里。聪明的白鹰立即俯冲下来，忽闪着双翅，刮动着浮土，老人凭白鹰翅膀刮拉出的小洞，终于呼吸到新鲜的空气，后来又是白鹰引来村里人救出了老人。

此后，老人开始给白鹰喂偏饭，关键处，揭开白鹰脖子上的红布带子，小鱼就滑到白鹰的肚里去了。对灰鹰，依旧用过去的熬法，到了关口，比先前还要狠呢。

半年过去，鹰熬成了。

老人神气的划着一条旧船出征了，灰鹰真行，不断逮上鱼来，白鹰则半晌也逮不上鱼，只是围着老人转来转去，最后终于被老人挥手扫到了一边。

白鹰在老人难看的脸色中飞离了泥铺子。

几天后，当老人找到它时，它已经被蚂蚁啃的只剩下一副骨架——它是被饿死的。

而此时，灰鹰正雄壮的飞在空中。

仔细想想，人的成败荣辱又何尝不是如此呢？

有一个人到山里去旅游，他坐在山路边休息时，脚腕被一只黄蜂蜇了一下。但是，他并没有发现那只黄蜂。他摸着脚腕上那个肿胀的包，心中感到非常恐惧。

他曾经听人说过，这座山里生长着一种毒虺。它总是躲在暗处，只要有人从它旁边经过，它会突然跃起朝行人噬上一口，令人防不胜防。而且，他还知道被毒虺咬了之后，只要走出十步，便会命葬西天。

想到这儿，那人的脚腕愈加肿痛了，开始传遍全身的每一根神经。他肯定自己是被毒虺咬了。幸亏，当时他在听人说这件事情的时候，曾跟人家请教过解救的办法：只要原地不动，在心里默念“毒虺、毒虺”的咒语，到日落西山时，虺毒会自然解除。

于是，他就站在那儿，默默地念着咒语。但是，他的内心仍然非常恐惧，他不敢肯定这个咒语是否灵验。从他身旁经过的那些游客，都用诧异的眼神看着他。火辣辣的太阳烤得他头晕目眩，他不知道自己已经站了多久，念了多少遍咒语，他只是在急切地盼望着日落。结果，还未等到日落，他就晕倒在山上。

他被送入山下的医院救治，医生们经过检查后发现，他是因为中暑晕倒的，待他醒过来之后，医生问他中暑的经过。

他告诉医生，他在山上游览时，可能是被毒虺咬了，所以他就用前人传下的那个办法，默念咒语解毒。

医生听完忍不住笑了，告诉他：毒虺只是一个传说，而默念咒语解毒更没有科学依据。

那个人惊讶地问：“难道山里没有毒虺吗？”

医生说：“凡是居住在这座山里的人，包括他们的祖祖辈辈，还没有一个被毒虺咬伤的，更不用说是见到它了。”

游客听了之后，满面惭愧。他感觉脚腕不再像先前那么疼了，只是游兴全无。

恐惧，是一种极容易传染的病菌。如果你的心理稍一脆弱，它就会趁机侵入你的身躯，使一些人的生活变得忧郁和怯懦，有许多失败者就是输在内心的恐惧。一个人，只有学会抗拒恐惧，用正确的思想和自信的观念来做“解毒药”，才能够坦然面对脚下的路，给自己的人生留下一个坚强的轨迹。

有一个国王和一个波斯奴隶同坐一船。

那奴隶从来没有见过海洋，也没有尝过坐船的苦。

他一路哭哭啼啼，战栗不已。

大家百般安慰他，他仍继续哭闹。

国王被他扰得不能安静，大家始终想不出办法来。

船上有一个哲学家说道：“您若许我一试，我可以使他安静下来。”

国王说道：“这真是功德无量。”

哲学家立刻叫人把那奴隶抛到海里去。

他沉没了几次，人们才抓住他的头发把他拖到船边。

他连忙双手紧紧地抱着船舵，人们才把他拖到船上。

他上船以后，坐在一个角落里，不再作声。

国王很为赞许，便开口问道：“你这方法，奥妙何在？”哲理故事

哲学家说：“原来他不知道灭顶的痛苦，便想不到稳坐船上的可贵。一个人总要经历过忧患才知道安乐的价值。”

佛经治疗抑郁症的原理篇四

1. 在家之人多诸烦恼，父母妻子恩爱所系，常思财色贪求无厌，得已守护多诸忧虑，流转六趣违离佛法。

2. 聪明的人说：铁、木头和麻绳所做成的枷锁，并不是坚固的束缚，迷恋珠宝、耳环、妻子才是最坚固的束缚。

3. 根身器界一切镜相，皆是空花水月，迷著计较，徒增烦恼。

4. 要克服对死亡的恐惧，你必须接受世上所有的人，都会死去的观念。

5. 前世五百年的回眸才换得今世的擦肩而过

6. 尽其心知其性，知其性则知其天。

7. 有些事情本身我们无法控制，只好控制自己。

8. 荆棘习惯依附别物，你却依附它，当然自讨苦吃，别依靠不能依靠的人。

9. 明明白白无生死，去去来来不断常；是是非非如昨梦，真真实实快承当。

10. 源乎源乎，千山势到(山狱，按、'山'在上，'狱'在下)边止，万派声归海上消。
11. 一念放下，万般自在。
12. 乐天知命，无喜无忧，妙性朗然，其乐难述。
13. 妙笔难书一纸愁肠，苍白的誓言，终究抵不过岁月的遗忘。
14. 学佛不是对死亡的一种寄托，而是当下就活得自在和超越。
15. 与任何人接触时，要常常问自己，我有什么对他有用?使他得益。如果我不能以个人的道德学问和修持的力量，来使人受益，就等于欠了一份债。
16. 源乎源乎，千山势到(山狱，按：'山'在上，'狱'在下)边止，万派声归海上消。
17. 人生究竟有多长人生就在你我之间

少

佛经治疗抑郁症的原理篇五

【导语】本站的会员别烦我为你整理了“送佛经典日志”范文，希望对你有参考作用。

20**年 9月17日 星期六 天气 阵雨

送佛是我们家乡的一个习俗，通常实在佛生日的后一天，在送佛这天非常热闹。

今天，我和妈妈拿着香，加入了送佛的队伍中去，送佛的队伍犹如一条长龙，从街头排到了街尾，浩浩荡荡的。在礼炮

声响完后，便开始出发了，而此刻正式中午，太阳把它的热情洒在了大地上。后面敲锣打鼓的声音响了起来。我转过去看，发现打鼓的是村里的一位哥哥，他戴着一副眼镜，穿着一身的运动装，充满了阳光和活力。他好厉害，每个节拍和力度都把握得特别好。队伍缓缓地向前移动着，在最前面的是拿着旗子的人。风吹来，旗子就飘呀飘的。在后面的，每个人手上都拿着点燃着的香，一缕缕青烟缭绕。咳咳，空气自然也好不到哪去，我差点被训得连眼睛都睁不开。当队伍没经过一个地方，那里的人家总要放鞭炮，有一次直接弹到我身上。有种东西叫，宝宝心里苦，但宝宝不说。过了一会儿，太阳躲到云层里，难道，可以让我喘口气，以免被烤焦了。大家都走到一个屋子里，把香插好，便可以回家了。

回家的路上，我们特地走了条“田间小路”，主要是因为这条路比较近。旁边的水车，一圈一圈的转折，因为最近刮台风，又下过好几场暴雨，所以，水不止大还是泥土色的。田野上的香蕉、树等，都因为这次台风，倒了。太阳公公又出来了，我连忙撑开伞。路边长满了枯黄的草，小花已不见踪影，只是有一两片花瓣残留在地上。

佛系主持词

佛系辞职报告

佛说缘分

佛教学佛心得体会

佛说人生

佛经治疗抑郁症的原理篇六

摘要：

佛教是一种以“解脱”为目的的宗教体系，佛经故事是佛教中非常重要的一部分。通过对佛经故事的研读，可以深入了解佛教的核心思想，揭示出人生的真谛，提升自我修养。本文将采用五段式结构，以自我修养为角度，探讨佛经故事的体会与启示。

第一段：

佛教以“解脱”为宗旨，佛经故事是佛教文化的重要组成部分。佛经故事主要围绕菩萨、佛陀等佛教形象展开叙述，涉及人生伦理、心灵修持、生命意义等课题。本文将以佛经故事中的“不执着”以及“影响他人”为切入点，对佛教核心思想进行探讨。

第二段：

佛教非常强调修持，而修持的核心之一就是“不执着”。佛经故事中的“三饱”故事，告诉我们执着会使自己痛苦，只有放下执着才能体验真正的解脱。佛教中的“无常”，是永恒不变的真理，通过学习佛经故事，我们可以更深刻的理解和接受这一真理，达到超越执着的目的。

第三段：

佛教注重人际关系，而佛经故事中的“利他心”概念，更是对于我们现今社会具有非常重要的现实意义。佛经故事中的“阿耨多罗三藐三菩提”是指佛陀的菩提心。这一概念教导我们，在处理人际关系时，不应只从自己角度出发，而应时刻关注他人，用自己的行动影响他人，使他人从中获得更多的益处。

第四段：

佛教注重心灵修持，而佛经故事中的“捧水月”故事，向我

们介绍了怎样跨越物质的层面，体验到真正的心灵世界。有时候，在物质的拥有中，我们也可以感受到自己的贫穷；在物质的失去中，我们也可以体味到自己内心的力量。佛经故事推崇利用心灵力量的方式，启发自我，也影响他人，实现真正的修持。

第五段：

综上所述，佛教中蕴含着丰富的文化和思想，佛经故事是佛教思想的重要表现形式。通过研读佛经故事，我们可以更深入的了解佛教核心思想，明确自己内心所需，探索人生意义。同时，佛经故事也在启迪我们的人生态度和修养。

结论：

佛教的核心思想和文化，赋予我们希望与力量。在生活中，我们可以从佛经故事中寻找自我的方向，以“不执着”和“利他心”为方向，用心灵力量驱动自己的成长。通过理解佛经故事中隐藏的真谛，我们才能真正的修持成长，达到最终的解脱。

佛经治疗抑郁症的原理篇七

佛经故事是佛教的经典特色之一，它们教导我们正确的人生态度和道德准则，有助于培育人们健康、平和的内心和正确的行为方式。这些故事并非仅是过去发生的历史事件，而是具有普适价值和永恒意义的生命启示。本文将探讨我从佛经故事中得到的一些心得感悟，希望能与读者分享。

第二段：佛经故事之“空杯”

有一则名为“空杯故事”的佛经故事，说的是一个学生在拜访一位名师时，先来了一杯满满的茶，师傅却将茶泼到地上，然后再来一杯茶，却只倒满一半。这个故事告诉我们，当我

们对知识和经验充满自信时，我们可能无法收获新的想法和思考，因为我们的杯子已经装满了。这时候，我们需要像空杯一样保持谦虚，打破自我认知和习惯思维，才能真正“空杯”的接受新的知识和经验。

第三段：佛经故事之“菩提树下”

许多人熟悉的佛经故事中最著名的就是“菩提树下”的故事。它讲的是佛陀在菩提树下坐冥思静想的历程，最终达成了“菩提（悟道）”。这个故事告诉我们道理并不总是显而易见的，我们需要借鉴佛陀的冥思静想的方式去寻找内心的真谛。同时，这个故事也是激励我们在人生中要不断前进，探索自我，勇于直面内心的故事。

第四段：佛经故事之“慈悲为怀”

还有一则名为“白鹿洞中”的佛经故事，讲的是一位轮回转世的善良僧人，在面对恶龙时选择宽容和慈悲，最终化解了危局。这个故事告诉我们慈悲和怜悯是超越个人利益的高尚情操，如果我们以这种情操对待他人，我们就能产生内心的和平和快乐，创造更多的美好。

第五段：结论

因此，佛经故事中的经历和思想可以帮助我们走向一个更善良、更有智慧和更全面的存在，培育修养，提升人类的道德水平和文化素质。让我们在日常生活中多关注这些故事，体会其中的意义和经验，将其贯穿到我们的行为中，以创造出更加和谐的人际关系、社会关系和人与自然的的关系。

佛经治疗抑郁症的原理篇八

现在的生活节奏越来越快，心情有时也难以平静下来，这个时候应该读诵什么样的佛经呢？

第三，心本无所谓动静。或者说得具体一些，我们的心的动或者静，烦恼或者快乐，最终还是取决于我们自己。解决问题最根本的落脚点还在于我们的心。要作自己的心的主人，作自己的心的“主帅”！能不攀缘外境吗？遇到境界，是我们的心随境转还是外在环境随我们的心转？.....一个人怎么叫强者？怎么叫有力量的人？是有权势吗？权势不可能伴随我们一生。是金钱吗？再多的金钱也难以抗拒生命的无常。美貌吗？倾国倾城的容貌终究会成昨日的黄花。。。那么到底是什么，我说只有四个字，智慧，慈悲，这是最有力量的人。而佛菩萨就是具足慈悲与智慧的人，他们没有烦恼。

第四，读佛经最重要的是，是把学到的领会到心里。那就成了你自家的珍宝，谁也抢不去。佛法解决的什么问题？就是解决烦恼的问题。佛法八万四千法门，都是药方，佛菩萨和历代祖师的实际经验，这些可以解决我们的问题。关键我们要找对药方，对症下药，不能乱吃药，那会出问题的。

最后，推荐你读《〈心经〉的大智慧》这本书，我的共享资料里有。《心经》全称是《般若波罗蜜多心经》，是最短的一部佛经。我们知道，佛经很多，也许我们从现在就开始看，用时间也看不完，所以要拣重点来看。佛经中最重要的的一部分就是般若部（“般若”是什么？可以使我们究竟解脱、离苦得乐的智慧，其他任何宗教没有这种科目。有的人说佛教和其他教一样，那只能说他根本不懂什么是佛教。当然我并非刻意贬低其他宗教，毕竟什么层次的问题必须用什么层次的方法解决。），般若部的浓缩的精华就是《般若波罗蜜多心经》。你读这个就可以。读佛经我的感觉是，每一次读有每一次的感受，绝非一般的小说之类的快餐。你如果确实用心，把这二百来个字背下来，慢慢品味。

南无本师释迦牟尼佛！

佛经治疗抑郁症的原理篇九

在思想教育过程中,情节生动、内容精炼的佛经故事能起到画龙点睛的功效,下面这些是小编为大家推荐的几篇佛经故事新编。

渔夫虽然有祖传的精良设备,但他却从未出过海。湛蓝的天际线和水手们强健的背影,一直都是在他梦中频繁出现的幻影。

因为祖辈的艰辛打拼,自小渔夫的家境便比常人优越许多。于是,他再不用继承祖传的技艺,再不用像父辈们一般终日饱受烈日风雪的煎熬。渔夫的童年悠闲自在,衣来伸手,饭来张口。

渔夫的父亲到底逃不出最后的结局。翻腾的海永像一张无法逃脱的网,遮天蔽日,将他席卷而去,唯剩那条牢固的木船停泊在残阳的暖风里。他撒了一辈子的网,却不曾想到,自己其实也活在另外一张细密的网中。

渔夫的家境很快就败落下来。没了父辈的技艺,他连生存都举步维艰。更要命的是,他自小便体弱多病,此刻没了上等药材的滋补,竟瘦弱得不堪一击。

他偶然听人提及,十里之外的竹林内住着一位智慧非凡的禅师,能解世人困惑,能消百病疾苦。于是他慕名前去拜谒。

林中有石,石上有屋,屋内果然住着一位仙风道骨的禅师。渔夫喜极而泣,将一生的波折与目前的困境都告诉了禅师,请禅师帮忙解惑,并消除疾苦。

禅师问他:“你最大的愿望是什么?”

渔夫想了想说：“我最大的愿望是身体强健，既不必遭受疾病缠身之苦，又能从此自力更生。”

禅师笑了，抬手指向竹林的东方：“千里之外有一高山，名曰飘渺，直耸云霄。山顶有庙，庙中有仙，可实现你此时夙愿。你若能徒步而去，沿途又心存善念的话，他势必会答应你的一切请求。”

渔夫叩拜了禅师之后，迫不及待地上路了。从此，冬风雨雪、雷电都阻挡不了他向东行进的脚步。不管遇上什么困难，他始终心存善念，始终想着高山上的神仙。他想只要能坚持到那儿，便可以获得焕然一新的人生了。

他终于到达了山脚。抬头望去，那云霄中的山顶依稀可见。他费尽了气力爬到山顶，可奇怪的是，山顶上不但没有禅师所说的神仙，就连寺庙，也是空空如也。

渔夫发现自己受骗后，怒火中烧，决定回到林中找禅师算账。回程只用了三个月。待他到达林中时，禅师早已立在门外等候多时。

渔夫低头审视自己因跋涉而强健的身躯，终于彻悟。他无怨无悔，坚持不懈地历尽千辛万苦到达山顶，进入庙中，他自己便是那庙中的神仙。

人世万般苦难，皆源于受难者本身。能导引其脱离苦海的明灯，唯有那颗始终不忘自救的心。

一个小沙弥在一个寺庙里修行。那儿香火鼎盛，前来烧香的人络绎不绝，每天晨钟暮鼓，香客川流不息。小沙弥想静下心神，潜心修身，但寺庙的应酬太多，自己虽青灯黄卷苦苦习经多年，但谈经论道起来，自己远不如寺里的许多僧人。有人劝小沙弥说：“这个寺庙是个名满天下的名寺，水深龙多，纳集了天下的许多名僧，如果你想很快崭露头角，应该

到一些偏僻小寺中潜心修行，大量阅读经书，很快你就会高出一般僧人了。”

小沙弥想了一会儿，听着这话很有道理，就准备辞别师父，离开这个喧闹拥挤的寺庙，到一个偏僻冷清的小寺庙去。于是，小沙弥打点了经卷、包裹，去向方丈辞行。

方丈知道小沙弥的想法之后，问他：“太阳和月亮谁能量更大？”

小沙弥说：“当然是太阳了。”

方丈说：“你愿做月亮还是太阳呢？”

小沙弥想都没想回答道：“不用问也是太阳了！”

方丈微微一笑说：“我们到寺后的林子里去走走吧。”

寺庙后面是一片青翠茂盛的树林。方丈将小沙弥带到不远处的一个山头上，这座山头上树木稀疏，只有一些灌木和三两棵松树，方丈指着最粗壮的一棵问小沙弥：“这棵树最大，可它有什么价值呢？”

小沙弥围着树看了看，这棵松树乱枝纵横，树干又短又扭曲，便说：“它只能做煮粥的劈柴。”

方丈又带小沙弥到更深的林子中去，这里的树都长得枝繁叶茂，每一棵大树都笔直挺拔，像参天古木一样。方丈问道：“为什么这里的松树每一棵都这么修长、挺直呢？”

小沙弥说：“它们都有个目标，就是为了更多地承接天上的阳光吧。”

方丈语重心长地说：“这些树就像现实中的人一样，他们一起生活在这个世界上，为了一缕的阳光，为了一滴的雨露，

它们都奋力向上生长，于是它们棵棵都可能成为栋梁。而那些没有目标的三两棵树，大片大片的阳光是它们的，许许多多的雨露是它们的，但是它们在这样的奢侈生活中早已迷失了方向。”

小沙弥听后，想了一会儿，惭愧地说：“不管在什么林子里，只要有自己的方向和目标，就能长成参天大树是吗？”方丈点了点头，小沙弥对方丈说：“我决定留下来了！”

后来小沙弥苦心潜修，终于成为一代名僧。

一位年轻人向大师诉说内心的痛苦。

“长大了就不苦了。”大师说。

“可我已经长大了。”年轻人说。

“可你指的长大，是年龄的长大，是身体发育的成熟。”

“一个人，除了年龄的长大和身体发育的成熟外，难道还有别的长大和成熟吗？”

“有！那就是内心的长火和成熟。”大师说，“你内心没有长大和成熟，当然会觉得痛苦。”大师说完，拿来两枚果子，一枚成熟的，一枚青涩的，他把两枚果子从中间切开。

大师问：“你比较一下两枚果子的横截面有什么不同吗？”

年轻人仔细对照了一番，说：“青涩的果子内心是空的，成熟的果子内心是实的。另外，成熟的果子内心有果核，而青涩的却没有。”

“我们知道，成熟的果子是甜的，青涩的、未成熟的果子是苦的。”大师说，“为什么呢？因为未成熟的果子内心没有长大和成熟。内心怎样才算长大和成熟呢？就像这枚成熟的果子

一样子，内心永远是充实的。你知道这成熟果子的果核代表什么吗？”

“这果核，就是果实的种子，代表着内心的希望和信念。”大师继续说，“一枚果子内心永远是充实的，永远充满着希望和信念，那就证明这枚果子已经成熟，自然也就变得甘甜了。一个人也是如此，当他内心充实，饱含着希望和信念，他就是一个幸福的人、一个快乐的人、一个内心充满甜蜜的人。”

佛经治疗抑郁症的原理篇十

发现家乡已经变成了大都市。他们的老乡牛魔王摇身一变，成了

一个时髦的商人，开了一间牛奶公司。牛魔王告诉他们，要想在

城市生活，就只有努力赚钱。

于是，师徒四人决定各奔前程，拼命赚钱，还约两年后在此地

见面。

不久，三个徒弟各自开创了自己的事业。特别是孙悟空，他成立

了国家一级武术学院。教学质量一流，赚了不少钱。可唐僧只会念

经，每天只能靠化缘过日子。两年后，三个徒弟成了富翁，只有

唐僧还是身无分文。

后来孙悟空又闹了一次天宫，神仙们非常害怕。唐三藏教神仙念紧箍咒，唐僧也成了富翁。

佛经治疗抑郁症的原理篇十一

1、一切皆为虚幻。

2、不可说。

3、色即是空，空即是色。

4、人生在世如身处荆棘之中，心不动，人不妄动，不动则不伤，如心动则人妄动，伤其身痛其骨，于是体会到世间诸般痛苦。

5、一花一世界，一佛一如来。

6、前生500次的回眸才换得今生的一次擦肩而过。

7、大悲无泪，大悟无言，大笑无声。

8、苦海无边，回头是岸。放下屠刀，立地成佛。

9、菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃。

10、我不入地狱，谁入地狱

11、一花一世界，一叶一菩提。

12、苦海无涯，回头是岸。

13、前世五百年的'回眸才换得今世的擦肩而过

- 14、为何不必？
- 15、一切皆为虚幻
- 16、不可说，不可说
- 17、菩提并无树，明镜亦无台，世本无一物，何处染尘埃！
- 18、放下屠刀，立地成佛
- 19、救人一命，胜造七级浮屠
- 20、一念愚即般若绝，一念智即般若生。
- 21、人生有八苦：生，老，病，死，爱别离，怨长久，求不得，放不下。
- 22、命由己造，相由心生，世间万物皆是化相，心不动，万物皆不动，心不变，万物皆不变。
- 23、笑着面对，不去埋怨。悠然，随心，随性，随缘。注定让一生改变的，只在百年后，那一朵花开的时间。
- 24、刹那便是永恒。
- 25、种如是因，收如是果，一切唯心造。
- 26、爱别离，怨憎会，撒手西归，全无是类。不过是满眼空花，一片虚幻。
- 27、由爱故生忧，由爱故生怖，若离于爱者，无忧亦无怖
- 28、以物物物，则物可物；以物物非物，则物非物。物不得名之功，名不得物之实，名物不实，是以物无物也。

- 29、人无善恶，善恶存乎尔心。
- 30、声在闻中，自有生灭。非为汝闻声生声灭，令汝闻性为有为无。
- 31、华严奥藏，法华秘髓，一切诸佛之心要，菩萨万行之指南，皆不出于此也。欲广叹述，穷劫莫尽，智者自当知之。
- 32、佛言：人系于妻子舍宅，甚于牢狱。牢狱有散释之期，妻子无远离之念。情爱于色，岂惮驱驰。虽有虎口之患，心存甘伏。投泥自溺，故曰凡夫。透得此门，出尘罗汉。
- 33、迦叶佛偈一切众生性清静，从本无生无可灭。即此身心是幻生，幻化之中无罪福。
- 34、一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。
- 35、心生种种法生，心灭种种法灭。
- 36、若真修道人，不见世间过。若见世间过，即非真修者。
- 37、个个恋色贪财，尽是失人身之捷径；日日耽酒食肉，无非种地狱之深根。
- 38、真为生死，发菩提心。以深信愿，持佛名号。
- 39、菩提本无树，明镜亦非台。本来无疑物，何处染尘埃。
- 40、觉了一切法，犹如梦幻响。
- 41、缘起法身偈诸法因缘生，我说是因缘。因缘尽故灭，我作如是说。
- 42、诸余罪中，杀业最重；诸功德中，放生第一

43、溪声便是广长舌，山色岂非清净身？

44、见色起淫心，报之在妻女。

45、报君今日是十六，念佛须当戒淫欲。淫欲断时生死断，便是如来亲眷属。

46、佛言：沙门行道，无如磨牛，身虽行道，心道不行。心道若行，何用行道。

47、拘那含牟尼佛偈佛不见身知是佛，若实有知别无佛。智者能知罪性空，坦然不惧于生死。

48、毗婆尸佛偈身从无相中受生，犹如幻出诸形像。幻人心识本来无，罪福皆空无所住。

49、七佛通诫偈诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教。

50、心如工画师，能画诸世间。五蕴悉从生，无法而不造。

51、罗衣偏罩脓血囊，锦被悉遮屎尿桶。

52、若人欲了知，三世一切佛。应观法界性，一切唯心造。

53、过去心不可得现在心不可得未来心不可得。

54、若信愿坚固，临终一念十念，亦决得生。若无信愿，纵将名号持之风吹不入，雨打不湿，如铜墙铁壁相似，亦无得生之理。

55、欲知前世因，今生受者是；欲知来世果，今生作者是。

56、佛菩萨虽修六度万行，广作佛事，但视同梦幻，心无住著，远离诸相；灭度无量、无数、无边众生，实无众生得灭度者；无修而修，修即无修，终日度生，终日无度。”

57、故一声阿弥陀佛，即释迦本师于五浊恶世，所得之阿耨多罗三藐三菩提法。今以此果觉全体授与浊恶众生，乃诸佛所行境界，唯佛与佛方能究尽，非九界自力所能信解也。

58、皱者为变，不皱非变；变者受灭，彼不变者，原无生灭，云何于中受汝生死？

59、佛言：夫为道者，如被干草，火来须避。道人见欲，必当远之。

60、爱不重不生娑婆，念不一不生净土。

61、佛言，爱欲莫甚于色。色之为欲，其大无外，赖有一矣，若使二同，普天之人，无能为道者矣。

62、若人知心行，普造诸世间。是人则见佛，了佛真实性。

63、此身已在含元殿，更向何处问长安。

64、三界轮回淫为本，六道往返爱为基。

65、凡所有相，皆是虚妄。若见诸相非相，即见如来。

66、佛言。睹人施道。助之欢善。得福甚大。沙门问曰。此福尽乎。佛言。譬如一炬之火数百千人。各以炬来分取。熟食除冥。此炬如故。福亦如之。

67、若欲放下即放下，欲待了期无了期。此身不向今生度，更向何生度此身。

68、祸福无门，惟人自召；善恶之报，如影随形。

69、且破心头一点痴，十方何处不加持，圆明佛眼常相照，只是当人不自知。

70、佛言：慎勿视女色，亦莫共言语。若与语者，正心思念：我为沙门，处于浊世，当如莲华，不为泥污。想其老者如母，长者如姊，少者如妹，稚者如子。生度脱心，息灭恶念。

71、二八佳人体似酥，腰间仗剑斩愚夫。虽然不见头落地，暗里摧君骨髓枯。

72、厌离未切终难去，欣爱非深岂易生。铁围山外莲花国，掣断情缰始放行。

73、佛言：夫为道者，如牛负重，行深泥中，疲极不敢左右顾视。出离淤泥，乃可苏息。沙门当观情欲，甚于淤泥。直心念道，可免苦矣。

74、施主一粒米，重如须弥山，今生不了道，披毛戴角还。

75、我自无心于万物，何妨万物常围绕。

76、是日已过，命亦随减。如少水鱼，斯有何乐。

77、一迷为心，决定惑为色身之内，不知色身外洎山河虚空大地，咸是妙明真心中物，譬如澄清百千大海，弃之，唯认一浮沤体，目为全潮，穷尽瀛渤，汝等即是迷中倍人。

78、知见立知，即无明本。

佛经治疗抑郁症的原理篇十二

佛经是东方文学的一个象征渊源和原型库，其名句的哲理容易被人读懂，但是要想深入理解却不是那么容易。

1、菩萨不与法缚，不求法缚。

2、逆境是成长必经的过程，能勇于接受逆境的人，生命就会

日渐的茁壮。

3、从外入者不是家珍，从内发者，方谓真慧。

4、别说别人可怜，自己更可怜，自己修行又如何？自己又懂得人生多少？

5、活着一天，就是有福气，就该珍惜。当我哭泣我没有鞋子穿的时候，我发现有人却没有脚。

6、是非天天有，不听自然无，是非天天有，不听还是有，是非天天有，看你怎么办？

7、能说不行，不是真智慧。

8、不住一切处心即是佛心。

9、但于一切一切法，不作有无见，即见法也。

10、一切为天下，建立大慈意，修仁安众生，是为最吉祥。

11、学佛第一个观念，永远不去看众生的过错。你看众生的过错，你永远污染你自己，你根本不可能修行。

12、如来说世界，非世界，是名世界。

13、与其说是别人让你痛苦，不如说自己的修养不够。

14、原谅别人，就是给自己心中留下空间，以便回旋。

15、我不入地狱，谁入地狱。

16、末世众生不得成道，由有无始自他憎爱，一切种子，故未解脱，若复有人观彼怨家，如己父母，心无有二，即除诸病，于诸法中自他憎爱，亦复如是。

17、忍苦捍劳，繁兴大用，虽粗浅中皆为至实，惟贵心不易移，一往直前履践将去，生死亦不奈我何。

18、不见垢法可厌，不见净法可求，不见众生可度，不见盘可证，不作度众生心，不作不度众生心，是名最上乘。

19、若诸末世一切众生，能舍诸欲及除憎爱，永断轮回，勤求如来圆觉境界，于清净心便得开悟。

20、如来是真语者实语者如语者不诳语者不异语者。

21、色即是空，空即是色。

22、如果你能每天呐喊二十一遍“我用不着为这一点小事而烦恼”，你会发现，你心里有一种不可思议的力量，试试看，很管用的。

23、来得不明，去得正好，智人观此，未免心冷。

24、众生界即诸佛界。

25、自性发时，业识来空。

26、疾苦在身，宜善摄心，不为外境所摇，中心亦不起念。

27、多少人要离开这个世间时，都会说出同一句话，这世界真是无奈与凄凉啊！

28、不要因为小小的争执，远离了你至亲的好友，也不要因为小小的怨恨，忘记了别人的大恩。

29、由有无始本起无明，为己主宰，一切众生生无慧目，身心等性，皆是无明。

30、莫轻小恶，以为无殃，水滴虽微，渐盈大器，凡罪充满，

从小积成。莫轻小善，以为无福，水滴虽微，渐盈大器，凡福充满，从纤纤积。

31、你永远要宽恕众生，不论他有多坏，甚至他伤害过你，你一定要放下，才能得到真正的快乐。

32、如果你真的爱他，那么你必须容忍他部份的缺点。

33、一个人如果不能从内心去原谅别人，那他就永远不会心安理得。

34、息念忘虑，佛自现前。

35、沈默是毁谤最好的答覆。

36、若诸世界一切种性，卵生胎生湿生化生，皆因淫欲而正性命。当知轮回，爱为根本，由有诸欲助发爱性，是故能令生死相续。

37、菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃。

38、如果你自己明明对，别人硬说你不对，你也要向人忏悔，修行就是修这些。你什么事都能忍下来，才会进步。就是明明是你对，你也要向他人求忏悔，那就是修行了。

39、一花一世界，一佛一如来。

40、临终之际，若一毫凡圣情量未尽，纤毫思虑未忘便乃轻重五阴去也。

41、凡是能站在别人的角度为他人着想，这个就是慈悲。

42、但契本心，不用求法。

43、同样的瓶子，你为什么要装毒药呢？同样的心理，你为什

么要充满着烦恼呢？

44、你什么时候放下，什么时候就没有烦恼。

45、内心充满忌妒，心中不坦白，言语不正的人，不能算是一位五官端正的人。

46、在顺境中修行，永远不能成佛。

47、所作福德，不应贪着。

48、当你的错误显露时，可不要发脾气，别以为任性或吵闹，可以隐藏或克服你的缺点。

49、仇恨永远不能化解仇恨，只有慈悲才能化解仇恨，这是永恒的至理。

50、依无住本，立一切法无住之本本乎无住，若能彻住则万法一如。

51、真心应物，不生分别。

52、若能自识本心，念念磨练；莫住者，即自见佛性也。

53、虽然你讨厌一个人，但却又能发觉他的优点好处，像这样子有修养的人，天下真是太少了。

54、法尚应舍，何况非法。

55、所有一切众生语，悉以诸音而说法。

56、但能无心，便是究竟。若不直下无心，累劫修行，终不成道。

57、人不是坏的，只是习气罢了，每个人都有习气，只是深

浅不同罢了。只要他有向道的心，能原谅的就原谅他，不要把他看做是坏人。

58、如心动则人妄动，伤其身痛其骨，于是体会到世间诸般痛苦。

59、次于自身善起防护，不应放逸，于刹那中有少动念，应当观察，以正智钩制令正住。

60、忌妒别人，不会给自己增加任何的好处。忌妒别人，也不可能减少别人的成就。

拓展阅读

研究佛学的目的和方法

在谈本题之前，先要说清什么是佛学。佛即觉义，佛学即觉悟之学。觉悟系从智慧中来，也可以说佛学即是智慧之学，智慧达到圆满高深的水平，即是成佛。智慧的海洋，深不可测，宽广无涯。学习的次第，当依生得慧，闻所成慧，思所成慧，修所成慧，循序渐进，由浅入深。

一、菩萨为度众生而学

通常所见，研究佛学的目的，大约有三种不同。第一种人，是把佛学当作一般学问来研究。众所周知，佛学是一门实践性很强的学问。没有信根，没有实践，纵有生花之笔，悬河之辩，但对佛说的道理不会有亲切感，也得不到真实受用。第二种人，是从厌离心出发，着重了生死。虽也学了少量经论，似懂非懂，不求多闻。专重信仰，缺乏智慧。一心求佛菩萨的感应，整天在死字里翻斤斗。如解放前某法师写一死字挂在墙上，两只眼睛整天盯着死字。从纯正的大乘佛教观点看，这两利人学佛学的目的都失之偏颇。第三，研究佛学的正确目的是什么呢？《华严经》上说得好：“菩萨为度众生

而学”。也就是说，我们应该为着人类的幸福、社会的进步、国家的昌盛、民族的和睦，发菩提心，修菩萨行，于善知识处，精勤学习。为了达到正确的学习目的，必须坚持“亲近善士，听闻正法，如理思惟，法随法行”的原则。

在研究佛学中，如能坚持正信，坚持实践，坚持理论与实践一致的原则，既有别于第一利人的浅薄，又不同于第二种人的消极。只有这样，才能达到菩萨为度众生而学的目的，于佛学领域，才谈得上登堂入室，得到亲切的受用。

佛经治疗抑郁症的原理篇十三

人于浮世，独来独往，独生独死，苦乐自当，无有代者。

《无量寿经》

人在世间，爱欲之中，

独生独死，独去独来，

当行至趣，苦乐之地，

身自当之，无有代者。

《无量寿经》

远离粗言，自害害彼，彼此俱害。修习善语，自利利人，人我兼利。

《无量寿经》

三垢消灭，身意柔软，欢喜踊跃，善心生焉。

《无量寿经》

心中闭塞，意不开解。大命将终，悔惧交至。不豫修善，临时乃悔，悔之于后，将何及乎？

《无量寿经》

天道施张，自然纠举，茕茕忪忪，当入其中。古今有是，痛哉可伤。

《无量寿经》

人在爱欲中，独来独往，独生独灭，自得喜乐，无有旁代。

《无量寿经》

人有至心求道，精进不止，会当克果，何愿不得？

《无量寿经》

开彼智慧眼，灭此昏盲暗，闭塞诸恶道，通达善趣门。

《无量寿经》

切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。

——鸠摩罗什《金刚经》

凡所有相，皆是虚妄。若见诸相非相，则见如来。

《金刚经》

“人生如梦幻泡影，如露亦如电”

——鸠摩罗什《金刚经》

念起即觉，觉即不随。

《金刚经》

迷途经累劫，悟则刹那间。

《金刚经》

如筏喻者，法尚舍，何况非法。

《金刚经》

若心有住，则为非住。

《金刚经》

布施要无相，度生要无我

《金刚经》

一切有为法，如梦幻泡影

《金刚经》

无诤三昧

《金刚经》

犹如莲花不着水，亦如日月不住空。

《华严经》

——释迦牟尼佛《华严经》

一切众生，皆俱如来智慧德相，但因妄想执着，不能证得。

《华严经》

不为自己求安乐，但愿众生得离苦。（华严经）

——佛经《华严经》

净心水器，莫不影显，常现在前；但器浊心之人生，不见如来法身之影

《华严经》

时日已过 命亦随减 如少水鱼 斯有何乐

《华严经》

一花一世界，一叶一如来。

《华严经》

念起即断，念起不随，念起即觉，觉之即无。

《金刚经》

所以者何？一切贤圣皆以无为法而有差别。

《金刚经》

过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得……

——释迦牟尼佛《金刚经》

应无所住处生其心！

《金刚经》

凡所有相，皆是虚妄。

《金刚经》

三界无安，犹如火宅。众苦充满，甚可怖畏。

《法华经》

无情何必生斯世，有好终须累此身。

由心生故，种种法生；由法生故，种种心生。

未证言证，未得言得，是大妄语

《楞严经》

虽有多闻，若不修行，与不闻等，如人说食，终不能饱。

《楞严经》

淫心不除，尘不可出。

《大佛顶首楞严经》

一切众生无始以来生死相续，皆由不知常住真心，性净明体，用诸妄想。此想不真，故有轮转。

如人以手。指月示人。彼人因指。当应看月。若复观指以为月体。此人岂唯亡失月轮。亦亡其指。何以故。以所标指为明月故。岂唯亡指。亦复不识明之与暗。何以故。即以指体。为月明性。明暗二性。无所了故。

《楞严经》

“无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想。一切随缘，一生随缘，方得自在。”

□心经□

诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。

——释迦牟尼《心经》

——释迦牟尼《心经》

远离颠倒梦想，究竟涅槃。

《心经》

照见五蕴皆空，度一切苦厄。

——释迦牟尼《心经》

色不异空，空不异色，色即是空，空即是色。

——释迦牟尼《心经》

佛经治疗抑郁症的原理篇十四

高考之前，他是父母眼中的骄傲，乡里乡亲都知道他成绩斐然。可是，恰恰在人生最紧要的隘口，命运和他开了一个大玩笑。高考成绩出来了，他的分数只能上个专科学校。

从县城一中查分回家，他心若槁木，腿一直在哆嗦着。回到村里，夜幕已经降临，乡亲们劳作的田野早已空旷寂寥。然而，只有他父母还在辛勤地割着韭菜，二老配合得很默契，父亲割，母亲捆。

盛产韭菜的田野脉脉地散发着清香，可他的心却似坠入谷底。看到儿子归来，父亲目光坚毅地问：“考得怎么样？”他怯生生地回答：“480分，本科一点希望都没有了。”他的声音

很低沉，远远不如夜里游弋的虫鸣的叫声。父亲随即“嗯”了一声。

但他觉得父亲的无声比责骂更加犀利，于是再也控制不住情绪了，眼泪喷涌而出，凄厉的哭泣声徘徊在田野上空，荡漾而去。

谁知父亲突然勃然大怒起来：“哭什么？真熊包，又不是世界末日！”他被父亲高八度的嗓音镇住了，没想到平日温和的父亲会如此刚毅。父亲用男人的口吻命令道：你以后每天都跟我来田野上割韭菜。

父亲虽然没有多大本事，但种韭菜在本地却是首屈一指，尤为称道的是，当烈日炎炎的夏季来临后，别家的韭菜都开始泛黄或干尖，唯独他家的依然是嫩绿和光鲜的。

随着时间愈久，他也渐渐地发现一些端倪，父亲浇水和施肥掌握的时机和别人不同，但他知道这不是问题的核心和实质。

夏季的韭菜一茬旺过一茬，别人都着急收割上市，而父亲却迟迟不肯出手，只是任其自由地疯长。更让他费解的是，父亲居然把那些疯长的韭菜趁着黑夜全部割下，并快速处理掉了。

他看在眼里急在心里，疑惑地问：“爸爸，我们为什么不收割卖钱呢，这不是浪费吗？”父亲只是笑笑，没有作答。

不久，仲夏和雨季纷至沓来。可是，令他惊喜的事情出现了，他家的韭菜依然是嫩绿和光鲜的，而其他家的早已干枯如草。当然，这一切父亲都是秘密进行的，由于韭菜种得多很少有人发现这个机密。所以，父亲的韭菜因为成色鲜亮，总能卖上好价钱。

他不解地问：“爸爸，这是怎么回事呢？”父亲语重心长地

对他说：“我也是多年摸索出来的经验，道理其实很简单，我那样做只是想那些老韭菜养养根，只有它们根基肥壮，才能长出好韭菜。”父亲接着说：“我了解你，不是你的根基没有打好，这次高考只是因为紧张导致发挥失常，但不要气馁，人生的路还很长，有根基就能看到未来和希望，这次失败将是你人生的新起点。”

他完全没有想到，整日在田野里为自己劳顿的父亲，竟然能说出如此至深的人生哲理。他若有所思地点点头，其实胸中早已明镜了然。

他拒绝了朋友和老师让他复读的邀请，执意上了一所普通的专科学校，后来他又以优异的成绩考上了一所名校的本科。在上学期期间，他尽情地发挥自身优势，给杂志或者报刊投稿，逐渐锤炼成为一位优秀的作者。

毕业后，他被邀请到一家报社做记者，几年后就做到了城市晚报副总编的位置。在为新闻系学生上课时，学生问他成功的秘诀是什么。他深情款款地说：“是父亲，我们要做一个读懂父亲的孩子，只要你读懂了父亲，相信你离成功就不远了！”