

<<禅里禅外悟人生>>

图书基本信息

书名：<<禅里禅外悟人生>>

13位ISBN编号：9787504463487

10位ISBN编号：7504463485

出版时间：2009-3

出版时间：中国商业出版社

作者：赵文明

页数：295

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>

## <<禅里禅外悟人生>>

### 前言

当前，社会生活在显示其丰富的同时，也让人感到了它的繁杂。与此同时，许多来自工作、生活、学习上的压力，使得越来越多的人感到生活的空虚，精神的焦虑，就如同迷失于风沙中的羔羊，不知如何去面对这让人欢喜让人忧的尘世纷争。为了摆脱这种种苦恼，人们开始四处寻医问方，渴望找到治疗心灵疾苦的灵丹妙药。

作为中国哲学重要组成部分的禅学，在解决生命问题，提高生命境界等诸多方面，一直以来就备受人们重视。

它以其独特的人生态度、价值观念和审美情趣对世人的思维方式和价值取向产生了深远的影响。

禅，平淡而神奇、充满了智慧与机趣。

它是人类心灵终极的追求；它有着震撼人心的魅力；它在开拓人们心灵，启发人们智能方面超凡脱俗。

一个人如果能在现实生活与工作中理解禅的智慧，运用禅的方法，就能解除生活中存在的各种困惑、烦恼和心理障碍，使得人际关系更趋于和谐，家庭更趋向和睦，工作更加顺畅，事业更容易成功；同时，精神上更充实，道德上更圆满，心灵上更纯洁。

只要细心体会，其实在我们的现实生活中，处处都充满着禅意和禅机。

有许多人，他们往往由于不了解自己或不敢突破自我意识，因而无法体会到自身也具有感知禅的潜能。

所谓“百姓日用而不知”，说的正是这个道理。

本书精选两百多篇有关禅的小故事，同时又立足现实，适当插入部分与当前生活衔接紧密的生活实例、历史故事，从平常心态、净化心灵、认清自我、玲珑处世、成功方法、远大目标、敢于创新、日常智慧、解放思想、把握命运等十个方面加以归类整理，以此说明运用禅学处理现实生活中存在的矛盾和困惑的重要性与必要性。

在每篇小故事的后面都附有相应的人生感悟，但愿它能给我们的工作与生活带来更多的有意义的启迪，帮助我们更接近并最终达到成功。

我们之所以如此努力地编写此书，就是希望那些迷航的灵魂能在半睡半醒之后清醒地沿着正确的航线行驶。

让我们在禅的指引下，运用禅的智慧，开发我们的心智，涤荡我们心灵，共同进入超脱的自由世界，抵达生命的圣殿，抵达成功的彼岸。

以此为序。

## <<禅里禅外悟人生>>

### 内容概要

《禅里禅外悟人生》精选两百多篇有关禅的小故事，同时又立足现实，适当插入部分与当前生活衔接紧密的生活实例、历史故事，从平常心态、净化心灵、认清自我、玲珑处世、成功方法、远大目标、敢于创新、日常智慧、解放思想、把握命运等十个方面加以归类整理，以此说明运用禅学处理现实生活中存在的矛盾和困惑的重要性与必要性。

在每篇小故事的后面都附有相应的人生感悟，但愿它能给我们的工作与生活带来更多的有意义的启迪，帮助我们更接近并最终达到成功。

抛却忧虑，斩断愁苦，须从心开始，净化心灵，可以使你消除错误观念，断灭无明烦恼，从而达到身心的真正愉悦。

生命有太多遗憾，人生有太多无奈。

但透过禅的意境来看我们的现实生活，多一份禅境和哲思，凡事认真些、主动些、努力些，凡事乐观些、平和些、宽容些，只有这样才能品味到人生的浓香，“冷水泡茶慢慢香，情到深处比茶浓”。

一切随缘，一切随遇而安！

## &lt;&lt;禅里禅外悟人生&gt;&gt;

## 书籍目录

前言第一章 心如止水，宠辱不惊：保持一颗平常心法师蒙冤是你自己多管闲事消气心中的石头心不静的老和尚不同的理解走向平衡的王位一切顺其自然法师的炼金术见佛成性禅师躲鬼自觉心安普化禅师涅槃佛的烦恼改变你自己的心态“富贵不全”和“富贵无边”道是平常心快活烈汉怀着一颗平常心有黑点的珍珠不愿等待咸也好，淡也好用心去造尼姑的纸条沙弥开悟日日是好日云在青天水在瓶舍大取小两种梨佛塔上的老鼠不留平常心生死由他随心性人生要善于等待第二章 深思静虑，心境常明：剖析自己，净化心灵打扫心灵的殿堂人到无求品自高自傲的隐峰古镜未磨公平不公平拿掉颈上的铁枷快乐的生活原原本本才是真今天不方便不能只想不做点亮心灯真的扫干净了？如何修行永远跟随你的只有心灵生气时绕着房地走3圈一休万休满了吗？生活在别处坐在哪里敬钟如佛切忌心存疾病给予写字悟道除去心头火敞开封闭的心门心净是净第三章 洞明世事，认清自己：善于发现自身的价值所长无用仰之弥高让别人看见我别人不是你的镜子扭捏作态的驴两个水桶的对话慧明求法身怀宝藏却自甘堕落驴子和他的主人不受欢迎的乌鸦珍珠与沙粒最大的危险源于自身金钩钓鱼慧海求法剑短一分，险增三分葫芦的最大用途佛就在你身上牛粪与火鸡晒躯壳的人恶魔的帮手学历代表过去第四章 惜情感恩，广结善缘：以玲珑的处世之道顺势应时像螺丝钉一样婉转曲折待人如待己荔枝之缘，得到真传割肉喂鹰用技巧使对方服从白隐忍辱处在相撞的航线上出门在外心情不好相命的秘诀宁愿把肉吃下去一匹不能负重的骡子铜镜人生酒缸里的人为师胸怀一个半朋友自己射自己胸襟宽广才能成大业媳妇与女儿复仇的故事解脱的途径主动让一让一道算术题的答案你付出什么，就得到什么两匹马拉车先涂肥皂水，再刮脸菊花飘香一尊菩萨心中自有明月禅师被踩之后陷阱大碗面和小碗面珍惜你遇到的每一件东西心中要装着别人嫉妒之心害人不浅化缘多反没功德智者箴言技巧精湛的木师和画师找错了人灯的光芒没有任何损失得寸进尺的骆驼都是第一赤脚为你开门的人第五章 聚沙成塔，滴水成海：成功需要正确的方法和踏实的态度打坐不能成佛鱼骨刻的老鼠成功之路并非都是直线时刻把握住前进的方向心即是佛佛法大意危机如虫衔木贼求道穷汉和富翁束缚是为了更好地成长简单事情重复做画好自己的底线成功的秘诀你为什么是穷人站起来的次数选择伸手可及的目标身后有一只狼射箭的秘诀一点都不觉得重真正的强者一百倍和一千倍穿越沙漠处理好当下的一切第六章 参禅立志，志向高远：人的一生要有远大的志向抬头走向成功将军斩马山顶，原来并没有草学僧难咽乞丐饭老鹰的再生禅师与道士公鸡的梦想下午卖什么原妙立誓保持向上看的雄心道信的志向你到底想得到什么化整为零拥有一颗金子般的心断臂求法放弃安逸方丈的心愿简单道理山谷的起点第七章 禅机处处，不断创新：生活和工作要敢于创新老弹一首曲子的悲哀依葫芦画瓢法远活佛快乐是一种心理状态因小失大公鸡与虫子尊师而不“唯师”真正的领导方丈的继承人好好看门一下再一下地敲下去河边的苹果方丈斩蛇换一个角度看问题背麻和背金学会换位思考要有敢于突破“经验”的勇气乞丐、石块和棍子敬佛无定法园头育苗第八章 读禅悟道，转识成智：在平常小事中感悟生活的智慧你的早餐变凉了点茶急着赶路的商人生与死发挥自身的能力把握住现在的幸福父亲的遗嘱先把身边的小事做好过桥的盲人一块破旧的马蹄铁佛心天生我才必有用弄脏的盆子能盛饭吗？疯子和呆子一切皆禅完整的牛群两只青蛙随时留意我们所说的话一切都在拾海星的故事仁和和尚悟道第九章 看破放下，离苦得乐：舍弃太多的欲望，快乐地生活鬼扛和尚天帝拜访妇人信誉比任何财富都宝贵乞丐的快乐放开自己的身心苏掖的故事放下不同命运的两把宝剑请弟子开示将自己推上绝路给自己准备一个“布袋”唾沫自干执迷不悟不要被虚名所累富楼那传法修道者学会享受阳光谁在捆绑你一屁打过江杯水禅机在取得之前，要先学会付出固执的骡子贪婪的代价快乐是自己的事情绳断蛋破做什么都不能舍本逐末不是为了生气而种兰花生命之舟需轻载诚实以不变应万变去除闲名方丈的谎言谁的坐姿好佛祖第一名第十章 冲破囚笼，笑对困境：命运掌握在自己手里努力克制自己要识别真正的机会该怎样牧鹅成功的真谛最有价值的东西面对紧锁的大门每个人都应该学会选择三年与三天其实世界全都一个样沙漠经历跨越生命中的障碍枯井脱困虔诚的信徒自己的蓝天始终没有遇到过一次机会以苦为乐，化苦为乐美玉的诱惑置之死地而后生一个攀岩的女孩撑开自己的伞没有鱼鳔的鱼成功者自救现在就剃度你就是佛钢玻璃杯的故事要有一抬腿就过去的勇气困境即是赐予

<<禅里禅外悟人生>>

章节摘录

第一章 心如止水，宠辱不惊：保持一颗平常心 走向平衡的王位 有一个名叫“不平衡国”的王国，这个王国有一个相当奇特的特性——人们就如国名一样，这里的每一个人几乎都丧失了平衡感。

他们不只是身体无法平衡地走路，连心理也常因为失去平衡而互相冲突。在不平衡国里，人跟人相处永远像是歪一边的天平，这也是每一届国王都感到苦恼的问题。

“不平衡国”的历届国王，都是以传统的选拔方式选出来的。

这个选拔方式是在两个悬崖中间搭起钢索，只要能走过去的人就可以被选为国王。

而在最近的日子里，国内上上下下，弥漫着一股特别的气氛，因为五年一度的选拔将在十天之后展开！

其实对于这件事，国内的人个个都怀着不同的心态：有的人想当国王，所以非常兴奋，积极地争取名额；有的人则是害怕得要死，因为，一走上钢索，要么走过去，要么跌入万丈深渊。

并且，按照传统，每个城镇必须派出一名代表出席选拔。

规定的日期到了，每一个城镇都按时派出了一位代表，只有一个城一直找不到合适的人选，人们既不想冒死贪那个王位，也不愿意尝试横过钢索。

最后，大家在商讨时想到一个人——隋亦——不是因为这个人很会走钢索，而是这个人容易被说服。

在名单确认之后，各方人马开始展开如火如荼的训练和练习。

有的人在自己搭设的钢索下摆设钢钉床，以警惕自己即便是练习也不能疏忽；有的人则是在钢索下放弹簧软垫，让自己不会在练习时受伤；然而，隋亦从开始就完全没有任何的训练或练习，反而照常过他本来的生活。

.....

## <<禅里禅外悟人生>>

### 编辑推荐

《禅里禅外悟人生》主要内容有：心如止水，宠辱不惊：保持一颗平常心 深思静虑，心境常明：剖析自己，净化心灵 洞明世事，认清自己：善于发现自身的价值 惜情感恩，广结善缘：以玲珑的处世之道顺势应时 聚沙成塔，滴水成海：成功需要正确的方法和踏实的态度 参禅立志，志向高远：人的一生要有远大的志向 禅机处处，不断创新：生活和工作要敢于创新 读禅悟道，转识成智：在平常小事中感悟生活的智慧 看破放下，离苦得乐：舍弃太多的欲望，快乐地生活] 冲破囚笼，笑对困境：命运掌握在自己手里

<<禅里禅外悟人生>>

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>