

<<佛说有一种快乐叫放下>>

图书基本信息

书名：<<佛说有一种快乐叫放下>>

13位ISBN编号：9787504738868

10位ISBN编号：7504738867

出版时间：2011-7

出版时间：中国物资出版社

作者：夕凡

页数：259

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>

<<佛说有一种快乐叫放下>>

前言

昔日，有一叫梵志的人拿花供佛，佛叫他“放下”，梵志把左手的花放在地上，佛又说“放下”，梵志把右手的花又放下，佛又说“放下”。梵志说：“刚才手里的两束花，都放在佛的左右两边了，现在两手空空，还要放下什么呢？”佛说：“我不是让你放下手里的东西，我所说的放下，是让你放下前，放下后，也放下中间，放无所放，才能度脱生死之患，也就是说，要放下外六尘、内六根、中六识，十八界一齐放下，放到无可放之处，便是你安身立命处。

梵志即时悟道。

什么叫放下？

——不执著，不妄想，心无挂碍了就是真的放下了。

其实，“放下”是非常不容易做到的。

人有了功名，就对功名放不下；有了金钱，就对金钱放不下；有了爱情，就对爱情放不下；有了事业，就对事业放不下。

人肩上的重担、心上的压力，岂止手上的花朵？

这些重担与压力，可以说使人生过得非常辛苦。

必要的时候，佛陀指示的“放下”，不失为一条通往幸福的解脱之道！

可是我们大都或执著于这样那样的牵绊，或担当要职，或为名缠利锁，或忙于庸俗应酬，一天到晚，忙个不停，总是找不到一点时间来松弛一下，天长日久精神便把持不住，弄得恐惧烦恼，虽有亿万家财、崇高名位，也是自取其苦。

有一老和尚携小和尚游方，途遇一条河，因夜来大雨将木桥冲坏了，只能涉水而过。

当时，有一位美丽的女郎也要渡河，恐水急失足，在岸边焦急徘徊，师父见状，便助她一臂之力，将女郎背过河去。

师傅此举令小和尚闷闷不乐，数月之后，师父忍不住询问何故，徒弟回答：“师父，您犯色戒了，我心中非常气愤。

老和尚听后哈哈大笑道：“原来你为了这件事，我背她过河就放下了，你怎么把这事背在心上，一背背了几个月，你真累啊！”

确实，人们之所以被世事、物欲所累，不得解脱，是因为不知如何涵养心性。

心正则一切皆正，心净则一切皆净。

治人先治心，心治则身治，身治则一切皆治。

不是用规矩来要求人，是互相尊重、包容、平等，彼此立场互换，要让人“感动”后心甘情愿地发心奉献。

人生需要方向，生活需要智慧。

面对生活，一切皆取决于心境的高低与空实，将世间一切的利益与纷争都看淡，生活就会平实起来，简单而快乐。

当然，这种“放下”不是消极的逃避与颓废而是通过上述所言，达到一种“无为而治”。

看破、放下就会得到快乐。

多少古往今来的大智大慧人物，参悟了宇宙人生的奥秘，不为俗事系心，不被物欲所累，事事不执著，拿得起，放得下，不计较，不在意，放开心胸去容纳，自然心境平和清明，获得了人生的真快乐。

佛法无边，字字真言。

本书撷取了若干佛教典籍中的点滴妙语，结合当下的现实生活，作了进一步的阐述与解释，它以世间的故事、生活的感知让芸芸众生在纷繁喧嚣的尘世中关照自我，关照内心，从而更加深刻地体会到属于自己的人生快乐。

编者2011年2月

<<佛说有一种快乐叫放下>>

内容概要

看破、放下就会得到快乐。

多少古往今来的大智大慧人物，参悟了宇宙人生的奥秘，不为俗事系心，不被物欲所累，事事不执著，拿得起，放得下，不计较，不在意，放开心胸去容纳，自然心境平和清明，获得了人生的真快乐。

佛法无边，字字真言。

《佛说有一种快乐叫放下》撷取了若干佛教典籍中的点滴妙语，并结合当下的现实生活，作了进一步的阐述与解释，让芸芸众生在纷繁喧嚣的尘世中关照自我、关照内心，从而更加深刻地体会到属于自己的人生快乐。

《佛说有一种快乐叫放下》由夕凡编著。

<<佛说有一种快乐叫放下>>

书籍目录

第一章 放下无尽欲望，提升精神境界

人生不如意事十之八九，要学会解脱

相互攀比是虚荣心作祟

物欲膨胀，隐藏着灾祸

酒乱心性，既伤身又易惹是非

远离情色，清心寡欲

钱财乃身外之物

火大伤脾，气大伤身

君子爱财，取之有道

“财迷”“官迷”导致“心迷”

心理平衡，天地自然宽

锦衣玉食不如身心康泰

人人当学弥勒佛，笑一笑，十年少

“想得开”才能“看得透”

“放下”的最高境界是一切随缘

第二章 放下清高孤傲，见贤思齐求知

自信与自傲

不要不懂装懂，要不耻下问

三人行，必有我师

读书破万卷，才能下笔如有神

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来

学会兼听包容，才能耳聪目明

第三章 放下忧患生死，坦然面对人生

生是偶然，死是必然

生于忧患，死于安乐

简单就是快乐，没必要想得太多

耕耘与收获

走好自己的路

珍惜自己拥有的一切

幸福与快乐取决于你的内心

做追寻快乐的人

不要好高骛远，找准定位，规划人生

败不气馁胜不骄，笑看成败得失

追逐人生的意义

第四章 放下虚妄张扬，完善道德修养

把自己看低一些

学会敬人敬己

善于控制自己的情绪

己所不欲，勿施于人

高尚的人格是立德立业的根本

追求心灵的至善至美

从小事做起完善自己

严于律己，宽以待人

积德行善，快乐我心

美德与智慧

<<佛说有一种快乐叫放下>>

常思己过，有则改之无则加勉
受人滴水之恩，定当涌泉相报
做人要宽容谦和，低调处世

第五章 放下自卑自怜，磨砺决心意志
曾经自卑自怜的成功者
不吃苦中苦，难为人上人
扬长避短，正视自己性格中的弱点
好人品立身处世
积极进取的心态是成功的前提
追求进取需要心无旁骛
人生的航程需要有明确的目标
选择与坚持
适当的冒险是一种开拓
果断与义无反顾

第六章 放下思想包袱，励志创业奋斗
忍耐等待也是一种成功的开始
不经历风雨，怎能见彩虹
真诚为人，认真做事
知难而进方能水到渠成
行动起来就会有收获
事业的目标不要定得太高
做一个独特的你
自信+实力，是成功的保障
意志力决定你的未来
勤奋与智慧
超越自己

第七章 放下自私自利，坚守诚信情义
爱的情怀
感恩的心
谦虚、谦恭与谦让
人无诚信不立足
做一个有情有义的人

第八章 放下凡尘俗念，追求天人合一
由“净心”到“净土”达“和谐”
花草树木皆有灵性
虫鱼鸟兽皆有佛心
山河大地皆为佛体
日月风雷皆为佛用
结语：当放则放，快意人生

<<佛说有一种快乐叫放下>>

章节摘录

人生不如意事十之八九，要学会解脱 仓央嘉措，是第六世达赖喇嘛，同时又是一位文采飞扬的诗人。

他的身世为他的情诗增添了浪漫而神秘的色彩，经典的拉萨藏文木刻版《仓央嘉措情歌》，那就是为了爱情在青海湖迷失生命的活佛痴情的呼唤。

《仓央嘉措情歌》是青藏高原最流行的情歌，也是青藏高原最深入人心的民歌。如今他的情诗已被译成二十多种文字，几乎传遍了全世界，新的译作层出不穷。而在民间，仓央嘉措的情诗高达200多首。

在今天的西藏，很多人都会唱以他的诗改编的歌。

仓央嘉措的诗《我问佛》中有这样一段：我问佛：世间为何有那么多遗憾？

佛曰：这是一个娑婆世界，娑婆即遗憾，没有遗憾，给你再多幸福也不会体验快乐。

要学会解脱。

人生不如意事十有八九，人生不会都是春风得意、一帆风顺。

学习成绩起落不定会使你心烦意乱，朋友亲人的误会使你闷闷不乐，或者一些不经意的事情也会使你情绪低落，失落、挫折、变故等会时不时地“骚扰”你。

当你郁郁寡欢时，只要想想“世上没有解不开的结，没有跨不过的坎”，烦恼便会烟消云散。

当你遭遇挫折、困难时，想想这是人生的必修课，你就会迎难而上。

也许人生会因为这样而更多精彩。

篮球之所以吸引人，是超级运动员在“不可能投进的角度”仍然扭腰挺身、擦板得分。

人生之所以值得喝彩，是因为在艰难困苦中依然昂首挺胸、屹立不摇。

生活就像一面镜子，你对着生活愁眉苦脸，生活也会对你愁眉苦脸，如果你能笑对生活，生活也会对你微笑。

做什么工作都一样，先把困难和失败想在前面，这样你才不会有遗憾。

当成功到来时，你会得到真正的快乐；面对失败，你也不会沮丧。

小和尚三元，在化缘回来的路上被人绑架了，双手被死死地捆在身后，双脚也被绑得牢牢的，站都无法站起来。

再后来，眼也被蒙上了，嘴也被堵住了，关在一间潮湿阴暗的房间里，一种阴森森的死亡氛围笼罩着他。

他恐怖、绝望，泪流满面，想自己怎么就这么倒霉呢，老天对自己太不公了。

他哭过了一阵子，头脑渐渐地清醒起来，开始手脚并用慢慢地挣扎。

这时，他突然听到了墙角处仿佛有人的呻吟声，微弱无力，他便慢慢地挪过去，借着小窗口微弱的亮光他发现此人竟是自己同寺院的小沙弥四合。

小四合有气无力地说：“哥哥，我们的命太苦了，没别的办法了，就在这等死吧，不会有人来救我们的。”

这时的三元却不知哪来的勇气，他劝四合说：“别灰心丧气，我们死不了，即使没有别人救我们，我们自己也要想办法，总会有办法的。”

小四合在三元的鼓励下止住了哭泣。

两个人背靠背地坐在一起，四只手慢慢地摸索着揭开了绳索，又解开脚上的绳子，两个人站了起来。他们互相搀扶着摸到门边，一拉，阿弥陀佛，原来房门竟是虚掩着的。

两个人高兴至极，跑回寺院见到了师傅。

老和尚哈哈地笑了，告诉他们说：“这原本就是考验你们的。”

你们每天只是扫扫寺院化化缘，这日子太平淡了，不经历困苦和挫折，你们怎么能想到动脑筋来解脱。

现在好了，你们及格了，饿肚子挨冻等死的滋味你们也尝到了，以后再有什么艰难困苦也不会难倒你们，烦恼忧愁不如意是人生常态，重要的是良好的心态和意志。

<<佛说有一种快乐叫放下>>

”三元和四合这才明白师傅的良苦用心。

张强是我的朋友，此人工于算计，是个做买卖的好手。

那年他计划投资一家饭庄，邀我为他参谋。

酒桌上，我着实奉承了他一番，他都不以为然。

他唠唠叨叨地摆了一大堆难处，仿佛处处是陷阱。

我纳闷问他：“你这也不好那也不行的，不打算干了？”

”他说：“干呀，为什么不干，可我正估摸着这头一年到底能赔多少钱呢。”

”我大惊，这个张强，买卖还没开张，他就先想着赔钱的事情！

他却告诉我，他确实是这么想的，什么事情都不可能一帆风顺，现在把困难想全了，免得到时候烦恼忧愁干不下去。

果然，第一年他没赚到钱，但他仍然乐呵呵地信心十足，从第二年开始，饭庄越来越红火，成了老字号。

世上的事情莫不如此，纵是最强大睿智的伟人，也未必能够保证一生都是顺风满帆、春风得意，有些挫折、尴尬、困境甚至逆境、危机都是正常的。

而高人与常人、伟人与凡人之间的区别，主要就是表现在面对逆境时的策略是不是得当，能否笑对尴尬、坦然应对，并努力走出危机。

作为20世纪中国最伟大的领袖，毛泽东的人生之路并不平坦。

但他坚信“道路是曲折的，前途是光明的”，而不为各种艰难困苦所阻滞，并以其坚韧不拔的耐力、愈挫愈奋的毅力和绝处逢生的智慧走出险境，成就了一番旷世伟业。

大革命时期，毛泽东也遇到过二十八个半布尔什维克的排挤，退出党中央赋闲；井冈山后期，他更是遭到了王明“左”倾路线的打击，丧失了指挥权；长征途中，又面对了张国焘分裂红军另立中央的厄运。

改革开放的总设计师邓小平同样经历了人生事业的三起三落。

这些不如意非常人所能想象。

中国的传统文化是不赞成失败和投降的，中国的文化教育更是一味地宣传成功。

尤其是在现代人的观念中，越来越把成功奉为神灵，失败视为可耻。

其实，在许多领域，许多时候，失败与无能和错误，都不应该画等号。

而人间太多的悲剧与不幸，其实都是因为把成功当成了唯一的目标。

一旦失败，便从心理上一败涂地，认为全都完了，彻底完了！

其实，人生中埋藏着许多成功，也埋藏着许多失败。

只允许成功，不允许失败的绝对观点，反而把许多人毁了。

在一些白领阶层，失败甚至就意味着生命的毁灭。

在许多时候，不是失败毁了你，而是这种可怕的失败观念毁了你。

人生不如意之事十有八九，这才是我们要过的正常日子。

坦然面对失败，该调整时则要调整，该总结时则要总结，这才是现实的人生，这种观念才能使人保持平和、超然的心态，积极地去生活。

只想成功，不敢面对失败的人，大概真的很难成功，也很难经得起失败的打击。

……

<<佛说有一种快乐叫放下>>

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>