

<<禅悟生活>>

图书基本信息

书名：<<禅悟生活>>

13位ISBN编号：9787505427136

10位ISBN编号：750542713X

出版时间：2011-7

出版时间：朝华

作者：李世化

页数：253

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>

## &lt;&lt;禅悟生活&gt;&gt;

## 前言

禅，来自梵语“禅那”，意即打坐顿悟，启迪智慧。

释迦牟尼佛灵山法会上，“佛陀拈花，迦叶微笑”，会心会意之间，禅诞生了。

千载之后，菩提达摩一苇渡江，北登嵩岳，大乘佛法从此传遍华夏。

神秀禅师说：“菩提本无树，明镜亦非台；本来无一物，何处惹尘埃。

”他认为，心本是清净的，谈不上被尘埃污染的问题，只要明心见性，即可顿悟成佛。

这种顿悟禅认为，每个人都有佛性，与生俱来，从这个意义上讲，人人都能成佛。

禅，不是让你去敬畏，而是让你拈花微笑，让你去顿悟。

顿悟，顾名思义，就是汲取瞬间的领悟，不用整天去什么庄严宝刹参禅礼佛。

也许，不经意间的一个动静，便可让你妙悟，参透生命的玄机。

汲取瞬间的领悟，是一个求真的过程，须得放下虚幻。

有所贪恋，不会有所领悟，因为一切你贪恋的，便是你烦恼的根源。

顿悟，就是要你摆脱羈绳，自由自在地生活，那不是宗教上的意义，而是一种生活的哲学。

汲取瞬间的领悟，悠然地品味流逝的生活，在流逝中体味看似寻常实则不寻常的生活玄思。

用不着拉出架势来钻研，钻研是乏味的，而顿悟是美妙的。

也许很多事情你很长时间一直看不透想不明白，而瞬间而致的妙悟，醍醐灌顶，原来如此，从此人生一片豁然。

当然，参禅不一定是为了成佛，禅对普通人的生活也有极大的助益。

禅可以帮助人们开阔心胸、坚定毅力、开发智慧、调和精神、防护疾病、磨炼心地、锻炼理解力和思考力。

懂得了禅，就能够在富时平和、穷时快乐，工作时舒心、休息时放心，就能够生无烦恼，死无畏惧。

禅能够给人安定、彻悟、清净、智慧，这些，正是忙乱、疲惫的现代人最需要的东西。

每个人都需要禅，每个人也都能参禅。

禅悟并不难！

每个人心中都有禅的种子，只要遇到合适的土壤，这种子就会破土而出，开花结果。

参禅顿悟，犹如神来之笔，可以说，它能使你用平常之心书写着不平常的收获。

## <<禅悟生活>>

### 内容概要

《禅悟生活：明心见性的心灵禅悟》分别从平常心、感恩心、忍让心、随缘心、放下心、舍得心、因果心、幸福心这八种世俗心理出发，参透生活禅、慈悲禅、宽容禅、糊涂禅、空明禅、清净禅、功德禅、快乐禅这八种禅理，深层挖掘日常生活中蕴含的哲理，并用一些经典的禅宗故事加以阐释，让人们在一种很轻松、愉悦的状态下，品味到禅带来的心灵洗涤与智慧指引。

## &lt;&lt;禅悟生活&gt;&gt;

## 书籍目录

一、持平常心，参生活禅持一颗平常心 / 2平常心是道 / 4心定则事定 / 6任心清净 / 9常行一直心 / 12放慢生命的脚步 / 15适可而止，见好就收 / 17“退”之“进”道 / 20在金钱面前保持清醒 / 23生活求俭 / 25二、持感恩心，参慈悲禅施予是真正的慈善 / 30吝啬的人，别人对他也会吝啬 / 32给予是通往天堂的唯一路径 / 35用慈悲的心做慈悲的事 / 38与人分享幸福，会得到更多的幸福 / 41善待他人，就是善待自己 / 43常行忏悔 / 46生命有它自己的过程 / 49放下善恶 / 51爱这世间一切生命 / 53盲人点灯 / 56记住该记住的，忘记该忘记的 / 59三、持忍让心，参宽容禅忍住内心的嗔狂 / 64“摩诃”的力量 / 66宁起百千贪心，不起一嗔恚 / 68荣辱面前看修养 / 70好以口快斗，是后皆无安 / 73牛角尖钻不得 / 75从小事中磨炼心性 / 78宽容是一种美 / 81善意地对待他人的不足和缺点 / 84宽恕别人得益的是自己 / 87退一步海阔天空 / 90有容人之量才可成就大业 / 92容天下难容之事 / 95四、持随缘心，参糊涂禅难得糊涂 / 100都明白就不明白了 / 102糊涂才是大学问 / 105糊涂人最高明 / 108心清而形浊 / 111何必在小事上计较 / 114任运随缘身心无缚 / 117人生要随缘而定 / 120不要为错过了的怀有遗憾 / 122潇洒走一回 / 125参透生死心自宽 / 127五、持放下心，参空明禅“求不得”源于“放不下” / 132何不放下 / 135心中空明人自明 / 138拂去心头的妄念 / 141心无挂碍，日日都是好时节 / 144执著未必是好事 / 147思虑荣辱，难成大事 / 150放下烦恼 / 152积聚金钱并不是最重要的事情 / 154放下你的优越感 / 156六、持舍得心，参清净禅舍与得 / 160超脱尘世物欲的牵绊 / 162不因得到和失去而或喜或悲 / 165生活的两面 / 168忍小舍谋大得 / 171欲望太多才是真的贫穷 / 173舍去无益之物 / 175贪婪使人成为金钱的奴隶 / 178满足欲望的快乐永远是虚妄的 / 181何必盯着成功不放 / 183淡化利欲之心，方能得到一切 / 186七、持因果心，参功德禅勇于接受无常的人生 / 190淡然而从容地面对生死 / 193明白度人生，回首亦坦然 / 196无种不结果 / 200梅花香自苦寒来 / 203成败只在一念间 / 206平等待众生 / 209苦恼的小和尚 / 212守义而富且贵 / 214勿以恶小而为之 / 217八、持幸福心，参快乐禅幸福因恶习而远去 / 222用心体会生活的快乐 / 224让不幸的过去随风而去 / 228幸福与穷富无关 / 231内心的富足才是真正的快乐 / 234简单才能快乐 / 236无财何尝不是福 / 239知足即是福 / 241比较得来的苦恼 / 244有一双发现快乐的眼睛 / 246降低一份欲望，得到一份幸福 / 248安贫乐道，人生快哉 / 251

## &lt;&lt;禅悟生活&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：心定则事定我国古代大文豪苏东坡一向认为自己的定力很高，很是得意，他写了一道诗偈，说：稽首天中天，毫光照大千。

八风吹不动，端坐紫金莲。

苏东坡自夸一番，然后派仆人划船过江，送给佛印和尚欣赏。

不料，佛印接过一看，立即把诗偈掷地，还骂了一句：“狗屁不通！”

仆人回去跟苏东坡一说，苏东坡气得直吹胡子，马上过江来找佛印评理。

苏东坡来到佛印住地，老远就嚷道：“佛印，刚才我派人送诗偈请教。

若有不妥之处，只管明白开示，何故出言不逊，说我狗屁不通呢？”

佛印笑着问他：“你不是说‘八风吹不动’吗？”

为何我只放了一个屁，你就坐不住了，急着过江来找我算账呢？”

苏东坡一听，这才恍然大悟，心想：“我自视定力不错，故言八风吹不动，端坐紫金莲。

哪知让这和尚轻轻一扇，自己就沉不住气了，我的定力何在呢？”

苏东坡忍不住笑了，只好打趣自嘲：“只说八风吹不动，谁知一屁过江来……”留意你身边的人和事，许多时候你会发现，有些人真可谓是机关算尽太聪明，凭着那么聪明的头脑，干一番惊天动地的大事业绝对是游刃有余。

然而，他们并没有像我们猜想的那样，事业有成，反而总是在生活中屡屡受挫，最后空负了一身才华。

原因何在？

心无定力。

利特尔公司是世界上著名的科技咨询公司。

它的前身是其创始人利特尔1886年建立的一个小小的化学实验室，创立最初鲜为人知，丝毫不引人注目。

1921年的一天，在许多企业家参加的一次集会上，一位大亨高谈阔论，否定科学的作用。

而一向崇拜科学的利特尔带着轻蔑的微笑，平静地向这位大亨解释科学对企业生产的重要作用。

这位大亨听后，不屑一顾，还嘲讽了利特尔一番，最后他挑衅地说：“我的钱太多了，现有的钱袋已经不够用了，想找猪耳朵做的丝钱袋来装。

或许你的科学能帮个忙，如果做成这样的钱袋，大家都会把你当科学家的。

说完，哈哈大笑。

聪明的利特尔怎么会听不出大亨的弦外之音呢？

他气得嘴唇直抖，但还是抑制住自己，非常谦虚地说：“谢谢你的指点。

因为利特尔感到这是一个千载难逢的大好机会。

其后的一段时间里，市场上的猪耳朵被利特尔公司暗中收购一空。

购回的猪耳朵被利特尔公司的化学家分解成胶质和纤维组织，然后又把这些物质制成可纺纤维，再纺成丝线，并染上各种美丽颜色，最后编织成五光十色的丝钱袋。

这种钱袋投放市场后，顿时被一抢而空。

“用猪耳朵制丝钱袋”，这个荒诞不经的恶意挑衅被粉碎了。

那些不相信科学是企业的翅膀，从而也看不起利特尔的人，不得不对利特尔刮目相看。

利特尔公司因此名声大振。

面对挑衅，利特尔忍受轻蔑，“虚心”接受指点；不大吵大闹、争执强辩，也不义正词严地加以驳斥，他不露声色，暗中准备，将猪耳朵制成丝钱袋，从而一举成名。

利特尔的成功告诉我们一个不争的事实：一个人的成功不仅仅需要智慧，而且需要定力，假如激烈的反驳和争论可以解决问题，那么，这个世界也就无需我们用实际行动来证明什么了。

但是，生活的禅机告诉我们事实才是证明一切的最终衡量尺度。

所以，我们长了一张嘴，却长了两只眼睛，两只手。

与人做毫无意义的争论，甚至是气急败坏的争吵于你无益，更显出你的浮浅与无知。

<<禅悟生活>>

那些得道的禅师任何时候都不会与人做毫无意义的争论。

而且，他们总能以自己的禅智点化那些无知的人们。

即使他们所面临的是生死大限也不会面露惧色。

那份从容、那种决定是经过了生活的磨炼和对人生的深刻领悟所获得的。

我们都需要被放置在生活的风刀雨剑下打磨。

从一个不成熟的人向成熟的人转变。

走过人生的每一次风雨都应该有所收获，即使达不到禅师们的那种高深的禅境，也应该让自己有一些定力。

心定才能事定，否则，你只能白白枉费这一生的好时光。

无定力就无成功可言，任何时候都能保持头脑清醒冷静，是一切胜利的先决条件。

## <<禅悟生活>>

### 编辑推荐

《禅悟生活:明心见性的心灵禅悟》:禅的智慧,呈现的是大自然的客观真理,没有丝毫迷信和玄虚。禅是一种智慧的人生哲学,人人都可以参禅,人人都可悟禅。

禅是一种即心即佛的境界,它由入定到开悟,以智慧的、特殊的视角观察世界,透视人间,从而获得心灵上的解放、精神上的畅快、生活上的指导。

在轻松、愉悦的状态下,品味到禅带来的心灵洗涤与智慧指引。

《禅悟生活:明心见性的心灵禅悟》把深刻的禅理贯穿到现实生活中,只要你愿意全身心地投入进去,你的心灵必将得到升华,从而领悟到人生与生命的最高境界。

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>