

<<淡定的人生处处禅>>

图书基本信息

书名：<<淡定的人生处处禅>>

13位ISBN编号：9787508628806

10位ISBN编号：7508628802

出版时间：2011-8

出版时间：中信出版社

作者：滕征辉

页数：248

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>

<<淡定的人生处处禅>>

前言

影响了，果然是影响了，佛法影响了这位居士！

滕居士原籍东北，宏观经济学博士，为人率直豁达。

我们结识在十年前。

记得初次见面，我应邀去往夏泽红居士创办的荷塘月色素餐厅用斋，供养斋饭的，都是夏居士的善友，其中便有滕居(士)。

滕居在席间表达了对佛法的敬仰之心。

斋毕，临行前他自我感叹道：“工作、生活的压力太大了！

”当时我想：“关心生存状态，是个对生命负责的人！

”此后，我们多次见面、结缘、共处，每因佛法问题受到斧正，滕居都立刻谦谨得如履薄冰，虚心纳受，倾听请益。

往还接触中，我们共同经历过大学生夏令营、北海禅院法会、异国朝圣，甚至共同维护佛教权益……

他用最敬仰的心态去理解“江湖”，巡礼祖庭，参拜高僧，像善财童子五十三参走百城烟水，像高鹤年居士天下丛林访宿德高僧，曾分别于净慧长老、觉真长老法席前颇受教益。

在禅宗祖庭少林寺门口蹲点的算命先生问他：“外来的？

想知道你的运气吗？

来算算！

”他答道：“但行好事，莫问前程！

”转身而去。

近日，出版社将滕居参学的文稿编集成册、准备出版，当然是大好事！

滕居问序，我自念文拙勉为应承，及至读完全稿，乃心生欢喜。

参学贵在真诚重道不浮躁，我颇为滕居质厚的求道热忱感到高兴！

这份书稿全然是滕居如婴儿学步般对佛法的质朴参学；是商界、佛界人际规则之外上下求真的消息；是历次闻法后填补的思索备注；也是成长历程的简报材料，不拘旧格式，常有新思，闻思而修，此是通途。

作为一份参学的笔记，行文中可能会有不尽意、不尽理的地方，读者诸君宜予包涵，学佛不是全然懂了才需要学的；当然也必定会有一册在手默然会心的篇章，那，便是诸君“应当学”的地方了；最大的价值，作者是读者的“同学”，是所有学佛人的“同行者”，是“善友”。

人生的旅途中，有时，“友”比“师”更为“近人”！

是好书，很贴切，值得读！

偈曰：百战商圈念尝枯，无心直透虚空骨；泥牛入海绝行迹，化古开今有前途。

僧明贤草序于石门山中

<<淡定的人生处处禅>>

内容概要

将人生感悟与佛家禅理结合，没有高深的佛经理论叙述，内容多为作者多年学禅所得。作者以一个普通人的角度，阐述了如何在日常生活中达到欢喜平和，内容涉及生活故事感悟、禅门智慧、高僧小传、圣地游记等。在生活中，对贪嗔痴的戒除即为淡，处变不惊、宠辱不变即为定。所以生活禅学，无非就是淡定二字。

<<淡定的人生处处禅>>

作者简介

滕征辉，辽宁盖州人，中国社科院人口学硕士、宏观经济学博士。

曾在国家体改所负责社会分层课题研究；后下海经商，涉及领域包括进出口、信托、传媒、咨询、通信、房地产等几十种行业，担任过国企、外企、民企任主要负责人。

2000年春，于北京广济寺皈依佛教，后拜在香港觉真长老门下，现跟随明贤法师学习中观。

2010年末，发起成立1/13基金，旨在关注精神疾病人群。

曾发表百万字的文章和各类研究报告，出版《反贫困的公共政策选择》（香港名流出版社）；近年兼任“八间房丛书编委会主任”，先后担任《三十年三十人》《看花已是满眼泪》《可惜风流总闲却》等书的总编。

<<淡定的人生处处禅>>

书籍目录

淡：一句弥陀作大舟

家乡的小河

从北大出家

步步起清风

照

心量

放手

天堂与地狱

谦虚

我是谁

平常心

舍与得

浮生若茶

舌头

这就是生活

消气的故事

散落的羽毛

当道德遇上诱惑

镜子与窗户的区别

四个老婆

定：无忧亦无怖

请带好门

梦老

四大法师

异行录

寒山子和拾得

什么最贵

杯子落地

水连天碧

智者大师

最好念佛

无灯凭月照

好事不如无

最真实的故事

一梦漫言

天下本无事

禅：一花一世界

和尚的级别

王二麻子——禅宗的秘密

善哉

安金磊

六和敬

谈何容易

一村菊香

你是莲子

<<淡定的人生处处禅>>

反写的我
觉真法师
咬佛一口
太极
悟真非妄传
翻着袜法
一喝有多重
敲出来的庙
富人的定义
释永信怎么了
师傅，还是师父
法：勇猛能精进，摄心常在禅
二十五种方便
啐啄之机
不为伤虫
星辰变
法财侣地
青海湖水的味道
亲自撒尿
十三种方便
欢喜的心态
《炉香赞》的念法
摩登伽女的皈依
风雪中的行脚僧
给阿弥陀佛打电话
现世美——进入佛学的第一道障碍
丛林生活二十条
归宿
大象不游于兔径
游：有佛处匆匆过
少林寺游记
佛陀的故乡——印度游记（1）
初转法轮地——印度游记（2）
要皈依的黑狗——印度游记（3）
报应与回报——印度游记（4）
照破山河万朵——印度游记（5）
那摩喝喇达拿多喇耶夜——印度游记（6）
塞翁失马——印度游记（7）
月满万里辉——印度游记（8）
钱跟我回家——印度游记（9）
一张人民币——印度游记（10）
游泳池里的青蛙——斯里兰卡游记（1）
心诚不怕脚烫——斯里兰卡游记（2）
朝拜佛牙寺——斯里兰卡游记（3）
木鱼虫——斯里兰卡游记（4）
要裤子不要眼镜——斯里兰卡游记（5）
原来都是水啊——斯里兰卡游记（6）

<<淡定的人生处处禅>>

埃托奥他爹——斯里兰卡游记(7)

<<淡定的人生处处禅>>

章节摘录

老人家说，生活在农村的人都知道，三四十年前，每一个村落都有一条或几条小河，水清澈见底，还有少许鱼虾，孩童们在水里玩来要去，平添几许生活气息。

而如今，随着工业化的到来，这些小河大多消失不见，农村打井也越来越深，几十米、几百米，更多的地方已经打不到水。

这种情况，叫做环境污染。

中国古时候基本上是鸡犬之声相闻，乡邻不分彼此，东家借米，西家还面，最多是上个门问，而盗抢之事并不常见。

现如今家家闭户、窗窗安栏，邻居十几载，互不知姓名，各家的防盗系统，比过去的皇宫还要严实，这叫什么？

这叫社会污染，整个社会都互不信任、互不往来了。

再有现在的电视节目，不分时间和场合，什么都敢播。

几岁的孩童满嘴的大人话，什么都懂，什么都会说，这种社会公共媒介对幼小心灵的负面诱导，是非常可怕的。

这种污染叫心灵污染，是最严重的污染。

听闻佛法，就是使我们受污染的心灵重新清净起来，每个人的心灵清净了，社会就会清净；社会清净了，环境也就随之清净。

法师的话像一块块石头扔进了我的心灵之潭，这么朴实的语言，这么简单的道理，从师父的嘴里说出来，竟有一种触及灵魂般的震撼。

我十几岁离家求学，到如今最怀念的那些事儿，就是在奶奶家门前的小河电玩耍，跟着偶尔经过的汽车傻跑，天色傍黑时，同小伙伴一起玩几种捉迷藏的游戏。

长大了，那些乐趣再也没有了，家乡的小河也堆满了垃圾，家乡的人们也开始陌生。

也许是师父提到了那句——“家乡的小河”，从那一刻起，我升始了亲近佛学。

学佛以后，自己感觉变化了很多，遇到过过不去的事情，总会想：观音菩萨遇到这种情况会怎么办？如果我是观音菩萨又会怎么办？

观音菩萨化身亿万，我心中皈依的一个形象就是觉真法师。

最近一段走南闯北，与师父联系过少，但始终受其牵引，去海南带了一本他的《心的大学》，看着看着，仿佛是老人在耳提面命。

由于翻译的原因，“心”“禅”“智慧”等核心词汇，与佛学的原意有大的差异，只有反复诵读佛经原典以及身体力行，才能触摸得到真意。

比如“心”，觉真法师认为，要知道心是什么，首先要了解心不是什么：心不是心脏，即不是一种有形的肉团之物，同时也不是大脑，这些都是心的工具。

魔术大师胡迪尼擅长开锁，有一个小镇的居民们向他挑战，结果大师用了两个多小时也没有听到锁弹开的声音，精疲力竭的他靠在门上，门却自动打开了，原来那把锁只是个挂件。

觉真师父用这个故事来比喻，魔术师被自己的习惯意识所蒙蔽，打不开自己的心门，所以也就没打开铁门。

佛陀在《楞严经》中“七处征心”，阿难尊者都没答对。

从心的表现形式来看，心为一念，即一个一个连绵不断的念头；从哲学意义上看，心为“既是物质也是精神、既不是物质也不是精神、既似物质又似精神”的主客体相结合的宇宙本体；从功能上来看，心至大而无外、至小而无内；唯识宗认为，“心”是身、意、识的共同体。

心是由八识组成：眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识、末那识、阿赖耶识，其中包括了明了意、散乱意识、睡眠意识以及定中意识。

阿赖耶识是根本心识，是前七识的综合体系，它包括业力、信息和种子三大部分，过玄、现在和未来三世宇宙的一切物质、生命及精神等所有现象，都以种子的形态储存在阿赖耶识之中。

在一切种中，是因，也是信息；是果，也是能量，如果说信息即物质，那么因果不灭，也正是信息与能量不灭。

<<淡定的人生处处禅>>

西方心理学借鉴了佛学的很多观念，将人的意识分为显意识与潜意识，但永远难以懂得禅定的智慧。

道悟禅师问：“观音菩萨有千手千眼，请问哪只是正眼？”

云岩禅师答：“你睡觉时枕头掉了，不睁眼也能抓回来，请问你用哪只眼去抓的？”

道悟禅师遂道：“我懂了，遍身是眼。”

云岩师一笑：“你只懂了八成，应该说通身是眼。”

“遍”与“通”一字之差，却横跨了分别意识与无分别智那道鸿沟，心之深广由此可见一斑。

经常有人找觉真法师指点迷津，其中一个常见问题是：“破戒了怎么办？”

对居士来说，一边发心学佛、一边持戒不严是常见现象。

法师说：“破戒了，可以忏悔、改正、消除，破戒不可怕，可怕的是破见！”

“见，就是从善拒恶、知因识果的人间正见，只要一个人还有惭愧心和感恩心，就始终抱有成佛的机会和动力。”

觉真法师在《心的大学》一书中讲：“只能面对幸福、不能面对苦难的人，一定活不长久；即便活着，也活得不开心不耐烦，这样子很危险！”

” p3-5

<<淡定的人生处处禅>>

后记

刚皈依的时候，一群居士在一起谈来生的愿望，我当时胸有成竹地说：“来世当然要成佛了。

”五六年过去了，再次发生如是场景，我慎重地对师父说：“如果能有合适的机缘，我想来生给一位像您这样的师父当侍者。

”佛法虽直指人心，但更讲求修行的道次第，连凡夫都做不好，又怎么可能立地成佛呢？

我与禅宗有着殊胜的缘分，不仅皈依了净慧老和尚这样的大德，还在五台山参加了梦参长老主持的八关斋戒，尤为幸运的是，多年来一直得到觉真长老的耳提面命，还有明贤法师近十年来亲自关于中观的教授与指点。

能够将自己参学的点点滴滴，汇集成这样一本小册子，没有三宝的加持，是不可能达成的。

所以，我要表达的不仅仅是感恩，还有更加的精进，与那些对佛学感兴趣的人们共同分享我的快乐。

这本书的酝酿有两年多的时间了，我要感谢北京时代华语图书股份有限公司的朱大平董事长及马利敏总监，没有他们的慧眼，很难在许多障碍之下完成此书。

我还特别感激郑海波先生，是他将这本书精心打磨而得以成型，他的佛学造诣和清净心态也是我深为敬仰的。

当然，更要感谢中信出版社的编辑朋友，这是我们第二次合作了，谢谢你们能把我的发心介绍给读者。

由于水平所限及道次第的关系，书中难免有差错，一些观点也只是一家之言，希望有缘读到这本书的朋友，能够不吝赐教，感激不尽。

最后，我把这本书献给和我一起学佛的家人们。

阿弥陀佛！

<<淡定的人生处处禅>>

编辑推荐

香港佛学院副院长觉真法师推荐，北海禅院明贤法师手书作序。
继厚道、宽心、舍得、放下之后，淡定引领心灵回归本真生活。
第一本以禅意阐释“淡定”的书。
近百张手绘禅意插画，完美表达淡定主题，淡然、雅致的阅读感受。

<<淡定的人生处处禅>>

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>