

<<禅悟人生大全集>>

图书基本信息

书名：<<禅悟人生大全集>>

13位ISBN编号：9787511318237

10位ISBN编号：7511318231

出版时间：2012-1

出版时间：中国华侨

作者：丁鑫

页数：420

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>

<<禅悟人生大全集>>

前言

禅，与其说是宗教，不如说是一种生活的智慧；与其说是信仰，不如说是一种独特的思维方式。凝聚着无上智慧的禅宗，以其对个人生命和心灵的关注，以其对真实人生的追求，越来越引起人们的兴趣和喜爱。

人之所以痛苦，是因为追求了错误的东西，烦恼皆因自己的内心放不下那些无穷的欲望。人们辛苦地奔波，饱暖之外，又要求种种物欲；物质可以丰富生活，却也常会枯萎了心灵；口腹之欲满足了，却往往反而闭锁了本来的智慧。

渐渐地，人们的日常生活完全在一种不自觉的意识下被向前推动着，失去了最宝贵的心灵自我。

禅，是一种解脱的智慧，一种追求快乐、适意生活的心境。

唯有禅的精神和求证的方法，才真正能使人们摆脱欲望的困扰，达到精神与心灵的真实升华。

这对于被物质文明困扰的人们，理性被人欲所淹没的世界，无疑是一副绝妙的消炎剂、清凉药。

禅，既面对现实，又超越现实。

它既出世又入世。

在人世中完成内在的自身超越，引导个人在修炼中成为人世出世的自由行人。

古往今来，每一个人都需要禅的智慧，特别是生活在今天这样一个紧张、忙碌、物欲横流的现代社会中，更需要“禅心”的洗涤。

禅，是一种生活态度；禅，是一种科学精神；禅，是一种思维方式。

它要我们在生活中勇于承担责任和义务，发扬人性中善良的一面。

它将净化人性、净化社会的精神落实在生活中，落实在情感上，落实在做人的分分秒秒上。

修禅，不是逃避生活，而是将禅生活化，关怀人生、觉悟人生、奉献人生。

当你被生活中的琐碎烦恼包围的时候，当你被沉重的工作压得喘不过气来的时候，当你为各种得失魂落魄的时候，当你被纷乱复杂的人际关系搞得焦头烂额的时候，读一点充满人生智慧的禅宗语录，可以帮助你放下一切，进入一个无忧无虑的境界。

但是，禅的宗旨不是要人们逃避现实生活，而是要人们在现实生活中承担责任和义务，发扬人性中的真、善、美，抛弃狭隘和自私，增长智慧，培养爱心。

禅的终极意义是积极人世的，是面向社会人生的。

它存在于生活之中，元时不在、无处不有，吃饭着衣、担柴挑水等日常生活中无一不展现着它的风貌。

一花一世界，一叶一菩提。

心灵的花开，生命的蓬勃，有时就缘于一次次善意的馈赠或启悟。

一桩桩公案、一句句偈语、一首首禅诗，如同一道顿悟的光芒、一泓沁心的溪水，让我们在尘世的喧嚣中洗涤心灵的尘埃，发现生命的意义，在古老而精辟的禅思中咀嚼人生百味。

红尘俗子也许永远和晨钟暮鼓、习经参禅的生活保持着遥远的距离，但读一些富禅意多禅趣的故事，也许就掌握了一把理解现实人生的特殊钥匙。

本书分为修身禅、养心禅、处世禅、工作禅、财富禅、生活禅、当下禅、慈悲禅、幸福禅和生命禅十篇，用禅的智慧解答了人们在工作、生活、情感和人生中的各种困惑，用禅的境界化解人们心中挥之不去的种种烦恼，用禅的方法解决人生中遇到的尖锐难题。

以禅指导生活、点化生活、净化自心、消解生活中的困难与烦恼，使人生活得幸福、自在、洒脱、祥和，并在生活中体味修禅的乐趣，发现真正的自我。

可以说它是对禅的智慧的通俗而实用的阐释，可以作为每个人生活的指南，工作的助手，情感的寄托。

禅的智慧在读，读其语淡味长；禅的智慧更在悟，悟其意深境远。

你可以时时刻刻从本书中获得新的指引，并把得到的感悟落实在现实生活中的每一件事情上。

将禅的精神、禅的智慧、禅的力量融入生活当中，将生活、情感推向更高的意境，使你的精神生活更充实，物质生活更高雅，道德生活更圆满，感情生活更纯洁，人际关系更和谐！

<<禅悟人生大全集>>

内容概要

一花一世界，一叶一菩提。

心灵的花开，生命的蓬勃，有时就缘于一次次善意的馈赠或启悟。

一桩桩公案、一句句偈语、一首首禅诗，如同一道顿悟的光芒、一泓沁心的溪水，让人们在尘世的喧嚣中洗涤心灵的尘埃，发现生命的意义，在古老而精辟的禅思中咀嚼人生百味。

本书分为修身禅、养心禅、处世禅、工作禅、财富禅、生活禅、当下禅、慈悲禅、幸福禅和生命禅十篇，用禅的智慧解答了人们在工作、生活、情感和人生中的各种困惑，用禅的境界化解人们心中挥之不去的种种烦恼，用禅的方法解决人生中遇到的诸多难题。

以禅指导生活、点化生活、净化自心、消解生活中的困难与烦恼，使人生活得幸福、自在、洒脱、祥和，并在生活中体味修禅的乐趣，发现真正的自我。

将禅的精神、禅的智慧、禅的力量融入生活当中，将生活、情感推向更高的意境，使你的精神生活更充实，物质生活更高雅，道德生活更圆满，感情生活更纯洁，人际关系更和谐！

<<禅悟人生大全集>>

书籍目录

修身禅

常自省，留只眼睛看自己
做上品人，规规矩矩不忘形
慢行慢做，好学即能精进
凡事亲力亲为，过质朴生活
今日做牛马，明日才能做龙象

养心禅

快乐在于计较得少
放宽心，包容自己的不完美
心中藏怨，为人要厚道
悦纳一切不计较
心域要宽，眼界要矮
看得开，做事才能顺其自然

处世禅

要过中道生活，是非不挂心
带着悟性生活，将心比心做人
涵容是待人处世第一法
抛开机心，愚可胜智
眼开眼闭，糊涂不易
化繁就简，出世可做入世事

工作禅

要做一辈子的事业
压力应该做动力
被人利用才有价值
挑剔别人如同惩罚自己
与其团团转，不如安心干
沉得住气，耐烦做人

财富禅

以舍医贪，欲望恰到好处
“拥有”财力不如“用有”财力
看破名利，达观荣辱
提不起时放弃，执著处要撒手

生活禅

不惧无常，随缘心安
生活在于付出，而不是索取
忍是智慧，把辱和苦当饭吃
从放下开始，就会得收获

当下禅

经常忏悔，才能觉知不足
看脚下，活在当下
清静的福气高过功名富贵的福气
安乐还是辛苦，都是一种乐趣

慈悲禅

慈悲多情，不为小恶，不弃小善
布施就是积福和享福

<<禅悟人生大全集>>

众生无差，人人都是佛。
言传身教，度人先度心
善有善报，恶有恶惩。

幸福禅

只有相对幸福，没有绝对幸福
情不重，烦恼不生
有爱有孝有敬，就可以安家
惜物惜福惜因缘
知足是幸福的起点

生命禅

有希望，就不绝望
单纯地生活，得单纯的快乐
安时处顺，生死都能自在
要有隐于野的心境，入于市的淡泊
心安身安，从容不乱

<<禅悟人生大全集>>

章节摘录

常自省，留只眼睛看自己“知人者智，自知者明。

”观水自照，可知自身得失。

人生在世，若能时刻自省，还有什么痛苦烦恼是不能排遣、摆脱的呢？

佛说：“大海不容死尸。

”水性是至洁的，表面藏污纳垢，实质却水净沙明，至净至刚，不为外物所染。

若能时常自省，使心如水，那么品德便会如川流般不息，普及一切生物，流几百丈山涧而不惧。

认识自己才能了解外部世界 很多时候我们求“知”总是外指的，希望自己能够了解整个外部世界，却往往忽视了对自己内心的探求。

禅修的一种观念是：认识自我、肯定自我、成长自我、消融自我。

所以无论是做事还是禅修首先要做的就是认识自己。

只有认识了自己，才能了解外部的世界。

禅院里来了一个小和尚，年纪轻轻，但是人很聪明勤快，他希望能够尽快地有所觉悟，于是常常去找智闲禅师，诚恳地向他请教：“师父，我刚来到禅院，不知道应该做些什么才能更快地有所悟，请师父指点一二。

”智闲禅师看到他诚恳的表情，微笑着说：“既然你刚刚来这里，一定还不熟悉禅院里的师父和师兄们，你先去认识一下他们吧。

”小和尚听从了禅师的指教，接下来的几日里除了日常的劳作及参禅外，都积极地去结识其他的僧人。

几天之后小和尚又找到智闲禅师，说：“师父，禅院里的其他禅师和师兄们我都已经认识过了，接下来呢？

”智闲禅师看了他一眼，说：“后院菜园里的了元师兄你见过了吗？

”小和尚默默地低下了头。

智闲禅师说：“还是有遗漏啊，再去认识和了解吧！

”又过了几天，小和尚再次来见智闲禅师，充满信心地说：“师父，这次我终于把禅院里的僧人都认识了，请您教我一些其他的事情吧！

”智闲禅师走到小和尚身边，气定神闲地说：“还有一个人你没有认识，而且这个人对你来说，特别地重要！

”小和尚带有疑惑地走出智闲禅师的禅房，一个人一个人地去询问，一间房一间房地去找那个对自己很重要的人，可是始终没有找到。

甚至在深夜里，他也一个人躺在床上思考：到底这个人是谁呢？

过了很久，小和尚始终找不到对自己很重要的那个人，但是也不敢再去问禅师。

打坐完后的一天下午，他正准备烧水做饭，挑水的时候正好有一口井，在水面上他突然看见了自己的身影。

小和尚顿时明白了智闲禅师让他寻找的那个人，原来就是自己！

有个人，离自己很近也很远，很亲也很疏，很容易想起也很容易忘记，这个人就是我们自己。

其实我们很多人都像这个小和尚一样，好奇地打量着外部的世界，积极地探索着世界中的未知，但是却忽视了自己。

连自己都没有真正认识的人如何去了解这个世界呢？

只有完全认识了自己，才能更好地去接触世界，但是往往认识自己比认识世界要困难得多。

在认识自己的时候，要把眼睛生在心里，观察自己；要把嘴巴长在上，评论自己，时时刻刻都想到自己。

人唯有如此，生活才不会疏远，感情和理智也会相得益彰，也不会为自己制造麻烦。

在寻找自我的过程中，要先认识到自己的缺点，再肯定自己的优点。

这就跟我们照镜子一样，如果看到镜子里的自己一脸灰尘、油垢就不想再面对镜子里的自己。

于是，我们就再也看不清自己的长相。

<<禅悟人生大全集>>

这种拒绝面对自己缺点的行为只会让我们自我膨胀。

所以禅修之人，要能够清醒地认识自我，并不断通过反思深入地认识自己。

在现实生活中，只有认清了自己，知道自己有什么缺点需要改正，有什么优点需要保持，才能知道自己可以做什么事情，不可以做什么事情。

这样，才能在由知转行的过程中走得更稳健才能在行动过程中增加与外部世界的接触，从而在知行合一中获得禅悦。

禅诗悟人生 无为洞口作（唐·元结）无为洞口春水满，无为洞旁春云白。

爱此踟蹰不能去，令人悔作衣冠客。

洞旁山僧皆学禅，无求无欲亦忘年。

欲问其心不能问，我到山中得无闷。

有自知之明，在深浅之间权衡做人天生的圣人毕竟不多，圣人也往往是由凡人修行而成的。

在修行中，人难免会暴露出自己的种种缺点和不足。

有些人，在顺境中，自负自大，不可一世；而一旦遭遇挫折，便会觉得荆棘满地而一蹶不振。

这些人不清楚自己的缺点，也不知道自己的实力，他们缺少的一种自知之明。

所以，人要有自知之明，量力而为，才不会力不从心。

人贵有自知之明，但自知的获得，又谈何容易？

只有经历暴风骤雨的洗礼，雪压霜欺的磨砺，在无数次的跌倒中爬起，才能够找到真实的自我，才能够正确面对自己的对与错、美与丑、善与恶，从内心做到不怨天尤人，真正认识到自己的能力，再通过不断修补与完善，向完美靠近。

可见，自知之明的“贵”来得何其不易！

有自知之明，才能在深浅之间权衡做人。

无论我们做什么，虽然要尽力而为，但也要量力而行。

因为一个人无论如何强大，在能力上都会有一个“底线”。

在一座深山中藏着一座千年古刹，有一位高僧隐居在此。

听说他的名声后，人们都千里迢迢来找他，有的人想向大师求解迷津，有的人想向大师讨一些武功秘籍。

他们到达深山的时候，发现大师正从山谷里挑水。

他挑得不多，两只木桶都没有装满。

P2-3

<<禅悟人生大全集>>

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>