

<<握紧双手，里面什么都没有>>

图书基本信息

书名：<<握紧双手，里面什么都没有>>

13位ISBN编号：9787533653255

10位ISBN编号：7533653254

出版时间：2009-9

出版时间：安徽教育出版社

作者：黄桐

页数：198

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>

## <<握紧双手，里面什么都没有>>

### 前言

电影《卧虎藏龙》中的一句对白，让我印象深刻，沉吟再三：“把手握紧里面什么也没有；把手放开，你得到的是一切！”

请各位一起做个简单的试验，用最大力量握紧拳头……不需几秒，你就会发觉手指略感疲惫，紧紧顶着掌心的手指，也让人不舒服；再过一些时间，你的皮肤泛白、拳头颤抖……但只要轻轻松开手，刚才的不适，一下子就烟消云散了。

这就是放开双手能收获的：得到的是轻松喜乐，得到的是舒缓自在；不但于身，更是于心。

想起曾经读过的一则禅宗故事：一名书生为了收集冬天需要的柴火，于是对住家附近的孩童说：“请你们替我捡柴，捡得愈多的人，得到的报酬也就愈高。”

孩子们欢天喜地地往森林跑去，一开始捡柴时还有说有笑，但不久之后，就为“是谁先发现这堆枯枝”、“为什么你捡得比我多”这些小事吵了起来，最后一群孩子扭打成一团。

书生连忙喝止住这群孩子，接着他突然有所顿悟。

他感叹地说：“就算是单纯的孺子，也会为了眼前不值钱的柴枝相争，更何况是急于掌握利益的成人啊！”

”

## <<握紧双手，里面什么都没有>>

### 内容概要

人生，就像开车上路，要先松开手煞才能够起步，如果猛踩油门却不放开手煞的话，那么车子不但跑不动，还会严重磨损，甚至报废掉。

社会上，有太多人因为错误的价值观，一味追求拥有，不懂得要适时放手，明明负载过重，行李却还一件一件猛往车上堆，结果哪里都去不了；还有，许多人不懂得要知足，买了一台国产车之后，就会开始羡慕别人开进口车：有了一个名牌皮包，就再也无法使用普通的手提袋……曾经有人问过圣严法师：为什么这个世界充满烦恼与痛苦呢？

法师说得好，真正的烦恼痛苦，其实来自欲望，而活在欲海不可怕，可怕的是在欲海里淹没。

我们都知道，紧握的双手抓不住什么，如果我们愿意放开手，让该来的来，该去的去，人生这趟旅程，才有可能优游自在！

## <<握紧双手，里面什么都没有>>

### 作者简介

黄桐

办公室的逃兵，现为自由作家，勤于笔耕，冷静的外表下包藏一颗赤子之心。好奇却不博学，好读书但不求甚解，以五柳先生为偶像自勉。

与三狗三猫共住海滨，“慢活”为其最高人生准则，时常不知不觉放空。闲来无事便在家玩狗抱猫，或在沙滩遛狗、散步、晒太阳。时常自助旅行，喜爱极端，偏好人文气息浓厚或原始未过度开发之地，足迹已踏过印度、印度尼西亚、柬埔寨、非洲等地。

著有《我们都忘了，放下也是一种选择2》，该书荣获诚品书店畅销书排行榜第一名，以及《成功来自前进，快乐来自向后退》。

<<握紧双手，里面什么都没有>>

书籍目录

- 【作者序】 放下时候，花就开了PART 1 紧握拳头的人，永远无法为自己鼓掌 1.强摘的瓜不甜  
2.静坐可以成佛？  
3.盐水为什么不成了？  
4.天堂是个大鸟笼？  
5.拥有爱，就拥有一切 6.真假天堂 7.神像为什么向小偷敬礼？  
8.去除杂草的妙方 9.石头值多少钱？  
10.聪明，有时也是一种愚蠢 11.投胎的选择 12.求神不如求己 13.断线的风筝 14.黄金换死马  
15.鹅卵石的诞生 16.谁是真正的朋友？  
17.如何让一滴水永不蒸发？  
18.一文不值的夜明珠 19.真假水莲花 20.撑着不死，还是好好活着？  
PART 2 扔掉过重行李，才有余裕体会人生旅程 21.谁闻到了花香？  
22.遇到困难，低头看 23.菩萨也念佛？  
24.修行人与蛤蟆精 25.最美丽的寺庙 26.天堂与地狱 27.瞎忙的人，注定一事无成 28.自找死路的富翁 29.畸形的手 30.被遗忘的玉米 31.谁先到达天竺？  
32.当心“鸽型朋友” 33.你是石头还是砖头？  
34.“勤”不能补拙？  
35.免费的汤圆 36.月亮正在看着你 37.驴子与骏马 38.老鼠偷油 39.最后的考题 40.不存在的金币  
PART 3 人生就像热气球，卸下重担才飞得自在PART 4 愿意松开双手，才能拥抱更多

<<握紧双手，里面什么都没有>>

章节摘录

PART1紧握拳头的人，永远无法为自己鼓掌1．强摘的瓜不甜小聪明忙碌一生，大聪明宁静一世。——佚名炎炎夏日，已经好几个星期没有降雨，寺院中的草皮都枯干了。

于是老师父交给小和尚一袋草种，吩咐他去撒种。

小和尚才撒了几把种子出去，就吹起一阵强风，不少种子都被吹走了。

“师父，怎么办啊！”

种子都被吹跑了！”

”小和尚焦急不已。

师父慢条斯理地说：“别紧张，被吹跑的种子都是空的，没办法发芽，随性就好！”

”小和尚摸摸头，继续撒种子。

这时却飞来一群麻雀，吱吱喳喳地啄食起来。

小和尚想跑去赶麻雀，但被老师父制止：“别急，种子很多，麻雀吃不完，随遇就好！”

”当天晚上，突然下起大雨，小和尚一想起积水必会冲跑不少种子，便坐立难安。

老师父又安慰小和尚：“水流到哪儿，种子就会长到哪儿，随缘就好！”

”几天后，太阳再度露脸，草种吸足了水，又照射到温暖的阳光，纷纷萌发新芽。

寺院的各个角落，很快又恢复了绿意盎然。

小和尚开心不已：“师父，您说的果然没错！”

草都长出来了呢！”

”师父微笑着：“没错，这就是随喜。”

## <<握紧双手，里面什么都没有>>

### 编辑推荐

《握紧双手,里面什么都没有》：心灵理智书畅销作家黄桐著让你学会放手，顺逆成败都自在的80则寓言小故事。

台湾诚品书店畅销排行榜第一名，《我们都忘了，放下也是一种选择2》姐妹作，台湾著名作家吴淡如、张德芬倾情推荐。

<<握紧双手，里面什么都没有>>

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>