第一图书网, tushu007.com

<<生死禅书>>

图书基本信息

书名：<<生死禅书>>

13位ISBN编号：9787538724417

10位ISBN编号：7538724419

出版时间：2008-7

出版时间：28 元

作者：海繁居士

页数：242

字数：197000

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

第一图书网, tushu007.com

前言

禅是一种智慧，是生活中就能够感悟到的，在这个经济文化迅速发展的时代，人们已经难以用外在的形式抚慰自己的内心，需要智慧和精神来鼓励自己。
很多人不知道智慧到底是什么，更不知道禅是什么，有时只是感觉自己非常的聪明。
佛门有句话讲：“看清别人是聪明，看清自己才是大智慧。
”我们都在寻找属于自己的智慧。
说起禅，我们可以想到的是佛教，禅宗是佛教诸多宗派中成立比较早的宗派之一，发源地是如今的河南嵩山少林寺，禅宗的初祖达摩大师是少林寺的开山宗师，少林寺也因此而成为禅宗的祖庭，闻名于世。
古往今来，禅是佛教僧侣修行的方式之一，通常是坐禅、行禅，以这样的修行明心见性，也就是达到人生的最高境界，悟得佛法真谛，最后成佛作祖。
在这其中禅宗叉分为“南禅、北禅”，“顿悟、渐悟”，南禅有慧能法师，北禅有神秀法师，在当时并称禅宗大德。
神秀法师曾经为武则天选说佛法，深得帝王器重，封为国师。
慧能法师则成为禅宗第六代祖师。
神秀法师和慧能法师都各有自己的智慧所在。
佛教的文化源流犹如长江之水，川流不息。
从释迦牟尼佛到达摩大师等祖师大德，都靠着一种智慧，传承着佛文化，渡化芸芸众生。
佛教是智慧的宗教，但是想要获得这样的智慧也不是难事，我们要有一颗虔诚的心，良好的人生观，勇敢地面对现实生活。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书通过对生死问题的探讨，启发读者的智慧，令读者达到既自由洒脱又勇猛精进的人生状态。
一个个令人欢笑深思的故事，引发人渐悟生死之道理，而后觉察到生命的宝贵，不由得发奋图强。当今风气奢华，人心浮躁不安，唯有勇猛精进，才能摈除外部诱惑，成就一番事业。
生死问题明了后，人与生俱来的智慧便显现出来了，再来面对纷繁世间，我们就会游刃有余，进退有度，渐渐就能体悟到了“宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒”的闲适幽雅。
智慧有了，自然内心安定，无论遇到什么情况，猝然临之而不惊，无故加之而不怒，足以担当大任，“制心一处，无事不办”。
通达了生死问题，内心会自发地奉持戒律，因为他知道了那些戒律，不是在限制自己，而是在保护自己，使自己的人生避免误入歧途。
“五福齐全”里的“好德、善终”，也会因为拥有了通达生死的智慧，水到渠成，瓜熟蒂落，不求自至。
总之，这是一本令我们大开智慧的好书！
何不来翻阅？

<<生死禅书>>

书籍目录

第一章 看破生死，心得自在 缘起缘灭的无常世间 不知明镜里，何处得秋霜 对死亡的恐惧来自于无知 生死皆自然 除却生死得善终 向死而生 人身难得今已得 人应该怎样活着第二章 争得梅花扑鼻香 挫折是我们的“逆增上缘” 学会认输，天宽地阔 绝处可逢生，烦恼即菩提 生命可贵，为何不快乐 同样问题，两种思路 无为，是最高明的竞争策略 时时反省最精进 沉浮之中散清香 为何放不下第三章 身心清静方为道 活得真累吗 守住一颗宁静的心 发菩提心 放下便得自在 贪婪便生忧愁 智慧是人生的灯火 平常心最真 善待自己是真谛 宽容才是大智慧第四章 制心一处，无事不办 欲得净土，先净其心 万事随缘心不乱 看破、放下、自在 独处时的安详和宁静 简单生活就是禅 珍惜当下的缘分 认识自己，经营自己 忧喜两忘便是禅 万宗终归一第五章 有了盔甲不怕魔 以戒律为师 烦恼即菩提 一念嗔心起，火烧功德林 疑心是乌云，能遮日月光 我慢高山，法水不入 执著是烦恼的根源 名利如朝露 以随喜赞叹战胜嫉妒 减少无谓欲望第六章 千年暗室，一灯能破 谦虚者多福 相由心生 放下过多的欲求 快乐来自施与 知恩、报恩 心存善念，广结善缘 淡泊方能明志 忍耐是最有力量的武器 君子养心莫善于诚第七章 了生悟死证涅槃 百法信为先 常怀希望心 善良不需要理由 把别人当自己，把自己当别人 真实的快乐 活在当下 修行之本是修心 点燃心中的佛灯 一念即是天堂

章节摘录

第一章　看破生死，心得自在　　缘起缘灭的无常世间　　佛家认为，世间一切事物，都是因缘和合而生的，缘聚则生，缘尽则灭，处于不断的迁流转变中，没有恒常的定性。
“ 景物依旧，人事已非 ”，这是一般人对无常的感叹。
其实，世间一切有为法都是因缘和合而生起，因缘所生的诸法，空无自性，随缘聚散，它是三世迁流不住的，所以不但有情世间的众生有生、老、病、死的现象，人世间的山河大地有成、住、坏、空的演变，人的心念有生、住、异、灭的变化，自然界的时序更是春、夏、秋、冬，或冷、暖、寒、暑更替不已。
也就是说，一切法在时间上是刹那不住，念念生灭，过去的已灭，未来的未生，现在的即生即灭，正如《金刚经》所说：“ 过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。
”因为世间一切万法无一是常住不变的，因此说“ 无常 ”。
有一段时间，黄先生心情特别郁闷。
年底，一向工作业绩不俗的他，却因为不小心得罪了某位领导，被单位外派到了南方的一个分公司。
到了南方之后，母亲却因为心脏病突发住进了医院，身在南方的他得到消息后连夜搭乘飞机，却还是没能来得及见上母亲最后一面。
黄先生因为母亲的突然去世而备受打击，变得终日沉默寡语，意志消沉。
与此同时，由于与妻子两地分居，加上黄先生终日沉溺在自己没来得及见母亲最后一面的深深悔恨中，黄先生对妻子的关爱也越来越少，使得妻子感到自己备受冷落。
夫妻之间的感情于是也变得越来越冷淡，关系也出现了危机。
这段时间，黄先生总是不住地埋怨：为什么我自己这么倒霉？
事业、家庭，所有不顺心的事情偏偏都往自己头上这么砸来？
一年以前，自己在单位里面还是春风得意，家庭也是温馨和睦，自己是周围所有朋友们都羡慕的对象，而在一年之后，自己怎么会落得如此局面？
黄先生决定自己跑到山里面呆一段时间，散散心。
恰好在山里，他遇到一位僧人。
于是他把自己满腹心事都向这位僧人诉说了。
这位僧人听了他的埋怨之后，微笑着对他说：诸行无常。
在我们这个世界上，有好就会有坏，有生命就会有死亡，美好的事物也会变坏，变化是宇宙的真理。
人们之所以会去追求不死长生、出离痛苦，就是不懂得这个道理。
这位僧人的话听起来很平实，但是却深深地震撼着黄先生的内心。
僧人说：当初佛陀因为感悟人生无常，于是舍弃荣华，出家修道。
成道之后，也以苦、空、无常的人生真相来开示众生，所以原始佛教教团的成立，可以说是源于佛陀对诸行无常的体悟。
听了僧人一席话之后，黄先生顿时有种看开一切的感觉。
人世间常常会遇到很多突如其来的变故，关键是你要有一颗平常心，看开一切，心里的负担就会减轻不少。
黄先生回到了单位，把之前的那些埋怨全部抛弃掉，以一颗平常的心看待所遇到的全部挫折，重新用心对待工作，受到了上级的认可。
半年之后，黄先生因为工作业绩突出，重新被调回了公司的总部，并得到了提升。
重新和妻子团聚之后，黄先生对妻子格外地珍惜，夫妻之间的感情也越来越融洽，黄先生终于走出了那段郁闷的时光。
这就是佛家的无常心。
在佛家看来，无常依其变化的速度，分为“ 念念无常 ”与“ 一期无常 ”两种。
在世间所有事物中，变化速度最快的，莫过于人们的心念，心念的生灭，刹那不住，比闪电还要迅速，因此《宝雨经》形容，心念如流水，生灭不暂滞；如电，刹那不停。
除了心念是“ 念念无常 ”之外，其实人的生老病死、物的生住异灭、世界的成住坏空等，莫不是

由刹那刹那的渐变，累积成一期的突变。
因此，世间一切现象，乃至万事万物，可以说都只是时间性的存在而已。
因为不论精神、物质，凡一切现象无一不刹那生灭变化，而且是不断的变化，因此无常是世间实相，是永远不变的真理。
无常故苦，却最实在。
一天夜里，在一座寺庙中，有两位法师：智远和云飞。
夜很静，一闪一闪的烛光，映红了智远的半个脸颊。
望着烛光，智远不禁想起了往事…… 想当初，自己和婷青梅竹马，她家在村东，自己家在村西，两人从小就时常在一起玩耍。
有一次，为了和别的孩子争抢一个苹果，自己和婷双双出手，结果把那个孩子打得鼻孔出血。
想到这儿，智远不禁笑出了声。
童年时的恶作剧虽然至今仍让自己负有一丝歉疚，和婷在一起时的美好时光却深深地留在了记忆之中，怎么也挥不去。
后来，婷的父母因为贪财而将女儿远嫁他乡。
临走时，婷与自己抱头痛哭，婷说：“今世为了父母和兄弟姐妹不能嫁给你了，来世一定要嫁给你。”智远明白，一切都是不可能的了，所以他决定削发出家。
旁边，云飞正一手拈针一手抓鞋，用心地纳着鞋底。
智远用低沉的声音问道：“你在干什么？”
云飞一针刺穿鞋底，头也不抬地回答：“我在用即将败坏的东西，补救已经败坏的东西。”
智远不禁身子一震：是啊，现实中还有什么是不能败坏的呢？
随着时间的流逝，一切终将过去，唯有这颗禅心，将在天地中永存，直到永远，永远…… 智远闭上了眼睛，过去的一切在眼前慢慢消失，一滴眼泪滑出了他的眼睛。
世事没有恒常永久的，天下也没有不散的筵席，就算你真的能跟一个人白头到老，最终还是有告别的那一刻。
爱，真的像流星。
其实，不必企求爱到天长地久、海枯石烂一般的境地，只要抱着“就算分开，重逢时依然无愧”的心情，这样的爱，还是如流星般璀璨。
“不求天长地久，但求曾经拥有。”当一份爱逝去后，也能用宽容的心记取过往的美好，让真爱成为永恒的珍藏。
世间无常故苦。
顺遂变成困逆固然是无常，祸厄转为幸福也是无常。
因此，无常不是消极的，无常说明：好的会变坏，坏的也能转好。
例如：贫穷的人，只要努力工作、经营，也有致富的可能；人事不和谐，只要肯与人为善，广结善缘，自能赢得友谊；做事遇到挫折，只要能够愈挫愈勇，逆境终将突破。
无常对人生具有积极的激励意义，因为世事无常，才能使我们脱离不如意的现状；因为世事无常，所以得以体会法性的真实平等；因为世事无常，所以不会为神权邪说所迷惑。
尤其，修学佛法的人因为有“生死事大，无常迅速”的无常观，所以容易生起出离心，精进不懈，趣入佛道。
《大般涅槃经》说：“诸行无常，是生灭法；生灭灭已，寂灭为乐。”这是说明世间万物无一得以常住不坏，凡生者必灭，因此，唯有超脱此生灭的世界，才可达到寂静的境域。
也就是说，一切有为法的本性是空寂的，所以无常、无我，所以能实现涅槃，这就是“三法印”的思想根据，也是佛教的根本教义。
无常使生灭相续，无常带给人生无限的光明，无限的生机。
如果世间一切永恒常驻，则世界必然一片死寂，唯其一切法是由因缘和合而起，缘聚则生，缘散则灭，所以才有春夏秋冬的四时运转，才有花开花落、月圆月缺的物换星移，才有聚散穷通、悲欢离合，也才能构成一个生机无限、多彩多姿的有情世间。

无常为我们的人生开拓更宽广的空间，很多苦难都因无常而重新燃起无限的希望。
所以，无常才能进步，才能更新，才能生生不息：无常，蕴藏无限的希望与生机，是最实在、最亲切的真理。
不知明镜里，何处得秋霜　　生理的无常变化，就发生在我们每个人身上，因而我们感受也最深、最直接。
李白有诗云：“不知明镜里，何处得秋霜？
”即是对生命衰老的感叹。
而我们的心理和我们的身体一样，也无时无刻不在活动变化着，一个观念、一个愿望、一种思绪，不知不觉中产生、蔓延，随后又被新的观念、愿望和思绪所湮没代替。
历史在发展，社会的生活更是日新月异。
没有一种事物和现象能长久地维持鼎盛状态，只要产生了，即使有过极度的辉煌，最终亦不免由盛而衰，悄然湮灭。
世间的有些事物像水泡一样虚幻不实，生灭不定。
因此，唯有抱着平和的心态，坦然面对生命的变化、环境的变化，才能在生活中埋下快乐的种子。
一天，佛陀看到弟子们乞食归来了，便问：“弟子们，你们每天忙忙碌碌托钵乞食，究竟是为了什么呢？
”　　弟子们双手合十，恭声道：“为了滋养身体，以便长养色身，来求得生命的延续和解脱啊。
”　　佛陀环视弟子说：“你们说说肉体的生命究竟有多长久呢？
”　　“佛陀！
有情众生的生命，平均起来有几十年的长度。
”一个弟子充满自信地回答。
佛陀摇了摇头：“你并不了解生命的真相。
”　　另一个弟子见状，充满肃穆地说道：“人类的生命就像花草，春天萌芽发枝，灿烂似锦，冬天枯萎凋零，化为尘．土。
”　　佛陀露出了赞许的微笑：“嗯，你能够体察到生命的短暂，但对佛法的了解仍然限于表面。
”　　又有一个无限悲怆的声音说道：“佛陀！
我觉得生命就像是浮游虫一样，早晨才出来，晚上就死亡了，充其量只不过一昼夜的时间！
”　　“喔！
你对生命朝生暮死的现象能够观察入微，对佛法已有了进入肌肉的认识，但还不够深入。
”　　在佛陀不断的否定、启发下，弟子们的灵性被激发起来。
又一个弟子说：“其实我们的生命和露水没有两样。
看起来不乏美丽，可只要阳光一照射，一眨眼的功夫它就消逝了。
”　　佛陀含笑不语。
弟子们更加热烈地讨论起来。
这时，只见一个弟子站起身，语惊四座地说：“佛陀！
依弟子看来，生命只在一呼一吸之间。
”　　佛陀点头道：“嗯，不错！
人生的长度就是一呼一吸，只有这样来认识生命，才能真正体会到生命的精髓。
你们要切记，不要懈怠放逸，以为生命很长，像露水有一瞬间，像浮游有一昼夜，像花草有一季，生命只是一呼一吸！
”　　在如此短暂的宝贵生命中，我们却被种种的痛苦围绕着。
痛苦是由于我们的无明造成的，因为我们不能看清生命的实相是无常、无我的，所以我们执著于生命，并相信生命是恒常的。
由此，烦恼便产生了。
若我们明智地认识到，生命本无常，好花不常开，好景不常在，珍惜眼前所拥有的东西，那么，便更能体会生命之美。
你是否曾经为了看昙花一现而长久等待？

昙花从开放到凋谢，仅仅几个小时。
但是因为我们对于这一过程了了分明，所以我们能够欣赏它的芳香和美丽，我们能够真真切切地去感受它。
当它枯萎凋谢的时候，我们也不会悲伤、沮丧，因为我们在花开以前就知道，它的生命是多么短暂。
　　我们身边的亲人，我们周围的一切人、事、物，都是奇妙的昙花。
如果我们能够像看清它们的外表一样，看出它们的真实本性，我们就会知道怎样去珍惜它们当下的存在。
如果我们知道怎样去珍惜它们，我们就会有时间去真正地感受它们、照顾他们，使他们快乐，而我们自己也会变得更快乐。
　　佛陀不执著于任何事物，所以他总是生活在安详、喜悦和自在之中。
他的唇间总是带着微笑，他的存在为周围营造出了一种清静的气氛。
佛陀不害怕美好的事物，因为无论是美丽的事物还是丑陋的事物，他都能看清它们的无常性。
他不追逐事物，同时也不逃避它们。
　　但是，禅宗的“诸行无常”并不意味着我们该用消极懒惰的态度来对待人生。
以无常、无我的眼光来看待人生的真相，是为了让我们获得一种更高的思想境界，从对具体琐事和目标的执迷中超脱出来，从而以放松的心态和变通的方法去做每一件事。
　　同时，我们一旦明白了世事的无常，对人生境遇的逆变、社会环境的转换，就能够处变不惊，泰然处之，从而具有更强的社会适应能力。
　　更重要的是，当我们还在逆境中挣扎，还在希冀着一个幸福的目标时，如果明白了无常的道理，就不会为暂时的困顿所击倒，为眼前的挫折所蒙蔽。
今天的丑小鸭，谁知道明天就不会变成漂亮的白天鹅呢？
　　对死亡的恐惧来自于无知　　美国前总统尼克松访问苏联期间，曾经向一个小男孩提问，问他最大的愿望是什么。
小男孩的回答是：“活着！
”小男孩的回答无疑表达了世人一个最普遍、最基本、最共通的心愿。
与此相应，我们最恐惧的事，自然就是死亡。
正如专门研究死亡问题的专家贝克尔在他的《反抗死亡》一书中所讲的，“在所有动人心弦的事情中，对死的恐惧是首当其冲的”。
　　而我们对于死亡的惧怕，是由于对死亡的无知。
　　在常人眼里，死亡是一种失去。
　　人们都害怕失去，走在路上丢了钱包，尽管里面没有多少钱，但还是会郁闷半天；谈恋爱，爱人跑到别人怀抱了，感觉很失落；亲人的故去，对于你而言，还并不是害怕死亡本身，而是担心失去亲人的孤单。
但是对于每个人自己生命的终结，那是最大的失去。
失去生命，意味着你在一生中积聚起来的任何让你恋恋不舍的、美好的东西，都要与你告别，你都将永远失去！
这是我们对于死亡的恐惧的根本原因。
　　茫茫苦海，芸芸众生，匆匆过客，碌碌何为？
人们平时就在物欲里奔走忙碌、追求寻觅，无暇顾及生命的真相，直到大限来时，方知岁月不饶人，老病交加，心烦意乱。
　　孔子说：未知生，焉知死？
　　我们在活着的时候就在积攒着一些原本不重要的东西，但是我们却以为他们很重要，而对于真正重要的东西却弃之如敝屣！
这就是我们颠倒愚痴的根本原因。
也正是因为这样，我们才害怕失去，害怕死亡。
因为我们在活着的时候就没有理解生存的意义，所以也当然不会对于死亡有正确的认识。
　　在禅者的眼里，生与死是可以超越，而且是必须超越的。

那个扮演生同时又要扮演死的无相真我，若能从人生这个色相世界解脱出来，那么他对于生与死的对立和矛盾意识，将即刻消失，同时也对生命的真实有了完全的开悟。

唐朝的洞山禅师，在临终之前，就生死大事，对其弟子作了一次精彩的说法。

当时洞山卧病床上，有一位弟子问道：“师父有病，是否还有不病的体呢？”

洞山回答说：“有。”

于是弟子又问：“不病的体是否看得见师父呢？”

洞山回答说：“是我在看他。”

弟子又问：“不知老师怎样看他？”

洞山说：“当我看他时，看不到有病。”

洞山禅师显然已经参透了生与死的二分法，而那个不属于生、不属于死、不属于有病、不属于无病的真我，正是清净庄严的如来。

编辑推荐

大地山河，日月星辰，生生死死，万事万物，都是事相。
——念祖禅师　　对一个没枉过一生的人而言，死亡的确没什么可惧的地方。
——祈竹仁波切　　《生死禅书》一书告诉你：“生活的本质就是通过爱去参悟生死！”　深入浅出的文字，清新质朴的故事，愿给每一个追求生命真谛的人，每一个力求解脱的人，都带来无上的启迪，让我们的生命在透明清澈的智慧中得以纯净，让人类在永恒中找到精神的家园！
中国人常常不愿意谈生死问题，觉得不吉利，可是难道我们的内心就不考虑生死问题吗？
夫子曰：“未知生，焉知死？”，可是不知“死”，便难以明白“生”的可贵，难以策发起勇猛精进之心！
人在大病初愈之后，格外地珍惜生命，每天过得都充满着欢喜与感恩，因为他体验过了死的临近。
真正通达了生死问题，才能够看破眼前的种种迷雾，达到“不畏浮云遮望眼，只缘身在最高层”的人生状态。
把眼前的种种挫折困难，和生死问题一比较，自然而然地看淡看破，恢复轻松安宁的心。
通达了生死问题，便体会到了生命来之不易，怎能碌碌无为，醉生梦死？
在洒脱之中，勇猛地向着最高人生理想迈进，成就一番辉煌的人生。
正如普贤菩萨警众偈：“是日已过，命亦随减，如少水鱼，斯有何乐？
大众！
当勤精进，如救头燃。
但念无常，慎勿放逸！
”总之，这是一本令我们大开智慧的好书！
何不来翻阅？

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