

<<草根禅>>

图书基本信息

书名：<<草根禅>>

13位ISBN编号：9787801758361

10位ISBN编号：7801758366

出版时间：2008-10

出版时间：长安出版社发行部

作者：赵立琦

页数：222

字数：207000

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;草根禅&gt;&gt;

## 前言

说起来，禅与我们的生活相似之处颇多。

禅师参禅的目的在于开窍，人活着主要是为了实现理想。

从本质上讲，两者没有太大不同。

开悟靠什么？

“悟”字拆开分“吾心”。

没错，参禅靠的正是我们的心，人心本就是世间最宝贵的东西。

从这个角度看，禅是一种生活，生活就是一种心态。

参好生活中的禅，需要有一个好的心态，有了好的心态，我们才能活得快乐。

好心态是怎么来的呢？

无非是做到“心宽事宽”。

一件事儿是大是小，总有一定的客观标准。

对于草根老百姓来说，拿出百八十块钱请客吃饭，没有人会觉得这是多么不得了的大事，顶多有的人会心疼一两天。

但是，如果拿出几万甚至十几万的积蓄去买房或者创业，可就是天大的事了，因为这么干的结果，会影响我们现在的日子。

这种标准在世俗看来是客观的，但在不同人的心里，并不是绝对的客观——有的人花50块钱请人吃顿饭会觉得不值，但是看到好的项目却敢于下血本投资。

同样一件事，做得好不好，主要取决于我们的心态和想法。

有的人从不把小事放在心上，一心认为自己是天生做大事的人，可是活了一辈子却连一件像样的小事都不曾做过有的人执著于做好每一件小事，结果真的成了做大事的人——一位禅师开悟后云游四方，借宿在一位老妇人家里。

禅师发现老妇人面有苦色，便追问缘由。

老妇人垂泪道：“我是在为两个女儿伤心啊！”

” 禅师问：“究竟有何事让施主如此放心不下？”

” 老妇人答道：“我有两个女儿，大女儿的丈夫是卖鞋的，小女儿的丈夫是卖伞的。

天晴的时候，卖伞的小女儿日子一定不好过：下雨天，大女儿家的鞋又卖不出去。

看到两个女儿日子如此难过，我的心里怎能好受呢？”

” 禅师笑着说：“施主这么想实在不妥。

天晴时，人们都会买鞋，大女儿的鞋店生意一定很好；下雨天，人们需要用伞，小女儿的雨伞生意自然不错。

如此看来，你应该天天为她们开心才对，为何还要难过呢？”

” 视角改变了，心态调整了，坏事就变成了好事。

人生不也是如此吗？”

痛苦的反面是快乐，痛苦的反面是笑容，我们要善于从不同的角度去看待生活。

人活一世，功名利禄生不带来死不带去，真正属于自己的只有你的心。

心灵的宝藏是无穷无尽的，它只属于你自己，是任何人都拿不走的。

人心这东西很奇怪，似乎看不见摸不着，却能够决定我们的运势。

我们要驾驭心态，而不是被心态左右。

在看似困难的时候，坚信自己的意志，不动摇。

真正的危机，如果咬牙挺过去，就一定能转危为安，化险为夷。

心态决定一切，活着是快乐的，这才是真正的禅心。

禅无处不在，禅源于生活。

将禅的有益启发用生活的辩证法解读一番，让每个老百姓都能够读懂禅，养成良好的生活和工作习惯，正是本书的初衷所在。



## <<草根禅>>

### 内容概要

人心这东西很奇怪，似乎看不见摸不着，却能够决定我们的运势。

我们要驾驭心态，而不是被心态左右。

在看似困难的时候，坚信自己的意志，不动摇。

真正的危机，如果咬牙挺过去，就一定能转危为安，化险为夷。

心态决定一切，活着是快乐的，这才是真正的禅心。

禅无处不在，禅源于生活。

将禅的有益启发用生活的辩证法解读一番，让每个老百姓都能够读懂禅，养成良好的生活和工作习惯，正是本书的初衷所在。

<<草根禅>>

书籍目录

前言 平常生活平常心滚滚红尘，走过不要错过怒是地狱，容是极乐别给自己添堵诱惑面前心要净心在三界外，身在五行中人人心中有杆秤，辨别是非要公正越是草根，人越要诚实善有善报忍一时风平浪静欲多必苦，贪是毒蛇禅心就是一棵树是非只为多开口草根成功经：求人不如求己要的就是一根筋人无远虑，必有近忧做一天和尚撞一天钟把握现在草根的出头法门：百样通不如一样精说到不如做到帮别人就是帮自己以德报怨，以德服人辱人者必将自尊冤冤相报何时了保持一颗平常心身为草根不是错，英雄莫问出处不要骑驴找驴儿孙自有儿孙福有目标才能少走弯路吃苦是一种财富选择了就坚持下去困难都是纸老虎有一颗感恩的心成就之后不要炫耀附录一：禅林百科——禅的常识附录二：禅诗——灵动的韵律

## &lt;&lt;草根禅&gt;&gt;

## 章节摘录

怒是地狱，容是极乐 先来看一个关于白隐禅师的故事。

白隐禅师是个日本的得道高僧，生活在江户时代中期，也就是18世纪上半叶，是临济宗的中兴祖师。他虽然享有盛名，却一辈子都住在乡下的小庙里，以写作和说法来普度众生，他的门下弟子如东岭圆慈、峨山慈掉等，也都是禅门高僧。

一天，一位久闻白隐禅师大名的武士特地去乡下拜访禅师，见面之后，武士问：“禅师，你说这世界有地狱和极乐之分，这到底是真的还是假撰的？

如果是真的，你能不能带我去参观一下呢？

” 白隐禅师却不回答他，而是立刻摆出一幅泼妇骂街的面孔，还用非常恶毒的难听话攻击武士的品行道德，骂他是个徒有虚名的伪君子，骗钱骗色的大混蛋。

武士怎么也没想到一个久负盛名的得道高僧会是这样一番行径，一时竟然忘了生气，光顾着惊讶了。

没想到白隐禅师骂上了瘾，话越来越难听了，居然讽刺说武士是个连只老鼠都砍不死的窝囊废，竟然还有脸来问道参禅，这不是牛嚼牡丹吗？

武士的好奇劲儿已经过了，听到这些话，怒火涌上心头，他虽然只是一个身份不算高的武士，但是什么时候受过这种窝囊气，被一个老和尚骂得屁滚尿流。

武士拔出腰里的佩剑就去杀白隐禅师嘴里也是一阵大骂：“你这个老秃驴算什么高僧，简直是个流氓砸碎！

我谦虚诚恳地来问道，你不说就算了，还敢骂我，你是不是不想活了？

” 白隐禅师终究是个老和尚，无论体力还是灵活性都比正值壮年的武士差着一大截儿，很快他就被武士逼到一个角落里。

武士面露狰狞，双眼瞪得血红，带着腾腾杀气的剑尖即将刺向白隐禅师的时候，白隐禅师说话了，语调还很平静：“你不是要求我带你参观地狱吗？

你看，你现在就在地狱里了。

” 武士一愣，察觉到自己的失态，明白了禅师的苦心，连忙跪地道歉说：“对不起，大师！

刚才的确是我太过鲁莽失态了！

求大师原谅。

” 白隐禅师微微一笑，说道：“你看。

现在你在极乐世界里。

” 哪里是地狱？

哪里又是极乐？

白隐禅师以身相试给了武士答案。

人一发怒，就是身在地狱；反过来，人一能容，就是身在极乐。

这也正是这个禅门故事带给我们的启示。

人活在世上，控制自己的情绪是很重要的。

虽说这种能力看不见摸不着，不像金钱地位那样实实在在，好像随时可以装出来，可事实并不是这样的。

事情真正发生的时候，人的反应和态度是不太容易假装的。

无论是怒还是容，背后体现出来的人对自己情绪的控制能力都很真实了，而且这种能力对人的影响也远比金钱地位来得重要和长远。

怒，其实是一种冲动；容，其实是一种涵养。

遇事易冲动和遇事有涵养孰高孰低，很多故事中都有明显的体现。

在非洲草原上，吸血蝙蝠在攻击野马时，常附在马腿上，用锋利的牙齿极敏捷地刺破野马的腿，然后用尖尖的嘴吸血。

无论野马怎么蹦跳、狂奔，都无法驱逐这种蝙蝠却可以从容地吸附在野马身上，直到吸饱吸足，才满意地飞去。

## &lt;&lt;草根禅&gt;&gt;

而野马常常在暴怒、狂奔、流血中无可奈何地死去。

但害死野马的不是吸血蝙蝠，而是他们自己。

动物学家们经过研究发现，吸血蝙蝠所吸的血量是微不足道的，根本不会让野马死去，让野马死亡的真正原因是它暴怒狂奔的性格。

这就是说，冲动是会受到惩罚的，西方那民谚曰：“上帝欲使其灭亡，必先使其疯狂！”

心情一旦失控，心态一旦浮躁，那就好比推倒了多米诺骨牌，坏事连着坏事，霉运接着霉运。

喜怒哀乐本是人之常情，我们生活在充满矛盾的世界上，谁没有遇到过让人生气、令人气愤的事呢？

然而，无论从生理健康还是心理健康上讲，遇到不顺心的事动辄勃然大怒是有百弊无一利的。

因为怒气犹如人体中的一枚定时炸弹，不仅会毁灭自己，还会给他人带来灭顶之灾。

“怒从心头起，恶向胆边生”说的就是这个道理。

一碗饭填不饱肚子，一口气能把人撑死。

如果我们遇事也如同野马那样，不能控制心态，不能理智、冷静地面对一切，就很有可能自取灭亡。

当然，事情发生在别人头上时，到底该用什么样的态度面对，怎么处理，外人心里大多很清楚，因为旁观者清，一旦事情真正发生在自己身上了，还有几个人能容下去呢？

存了几个月的钱，好不容易买了一款喜欢的手机，却在公交车上被小偷偷走了；第一次站上讲台的教师，就被下面无法无天的“90后”学生搞恶作剧；辛辛苦苦加班熬出来的工作计划书，却被主管批个一文不值……面对着这些事情，第一反应是容还是怒？

所以说，想要容，没有看起来那么容易。

需要很深的涵养和开阔的心胸。

但遇事能容，又的确是我们应该做到的，容是极乐，并不只是心灵上的极乐，也能得到实在的好处和乐趣。

有一个头脑简单、爱生气发怒的二愣子，他常常听到别人家的狗叫就跺脚骂上半天。

他也知道自己脾气不好，可就是改不了，经常为自己脑袋少根筋烦恼不已。

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>