

<<每天读点禅>>

图书基本信息

书名：<<每天读点禅>>

13位ISBN编号：9787502836849

10位ISBN编号：7502836845

出版时间：2010-3

出版时间：地震

作者：沈云庵

页数：305

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>

## <<每天读点禅>>

### 内容概要

将禅的有益启示用生活的辩证法解读一番，让每个读者都能够读懂禅，形成积极乐观的生活态度，正是本书的初衷。

《每天读点禅》就是想与大家一道触及灵魂，感悟生活，用禅的精神、智慧及方法打开我们的心门，达到空灵的境界，体会豁然开朗的畅快。

如果我们能够触类旁通，做到生活中“不执著”，正是编者的一大乐事。

## &lt;&lt;每天读点禅&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 生活如糖——百味苦中都有甜 1.每天, 我们都可以心平气和 2.坦然面对, 苦难皆极乐 3.八风吹不动, 简单最快乐 4.生命才是宝藏 5.好生活需要好节奏 6.人活一世, 好事总比坏事多

第二章 放下放下——烦恼多是自找的 1.有些事情, 不见最好 2.清空自己的包袱 3.本来无一物, 何处染尘埃 4.生活难得一颗平常心 5.好事不如无事 6.内心不乱就是“定”

第三章 无处不修行——饭要好好吃, 日子好好过 1.“没时间老”是一种境界 2.身边皆禅, 修行在自身 3.好事坏事“随它去” 4.净土自在心间 5.没有付出, 怎得回报 6.做好本分就是“禅”

第四章 贪心是祸——不是你的终究得不到 1.心有旁鹜, 万般皆不通 2.钱袋无止境, 烦恼无穷尽 3.欲壑难填, 心满成灾 4.贪念一起, 害人害己 5.时机未到, 强行无益 6.追求不能脱离现实

第五章 感恩当下——别人好就是对自己好 1.珍惜当下就是禅 2.以宽容度人, 心存报恩之念 3.每一天都是为了明天 4.顺其自然才是好 5.认真一点, 活在当下 6.身心理应开怀大笑

第六章 以德服人——你的境界可以影响他人 1.有一种解脱叫“以德报怨” 2.大千世界一禅床, 何必在意那么多 3.德望总会积沙成塔 4.时间是宽恕别人的最好容器 5.侮辱你的人也是在帮助你

第七章 气大伤身——何必自己跟自己过不去 1.怒心起时细思量 2.心地透明, 自然无气可生 3.小心, 冲动是魔鬼 4.不生气的秘诀 5.猜疑是最大的心魔 6.视攻击为空气

第八章 多种善果——做好事能让自己更快乐 1.惜福之人, 自有福气 2.慈悲不是花架子 3.万事皆因果, 你想种什么果 4.置身于善者的环境 5.财多必散, 勿忘心安 6.万般带不走, 唯有善随身

第九章 不打诳语——智者说话分寸在心 1.话语谦逊, 做个受欢迎的人 2.解决问题, 只需巧言一句 3.随机应变, 化解意外 4.有时候, 学会后发制人 5.先尊重别人, 才能得到尊重 6.幽默暗示贵在恰到好处

第十章 见微知著——洞察世事有玄机 1.细节识人最可靠 2.万物皆流, 以变化之心看问题 3.不可以貌取人 4.眼睛看到的不一定正确 5.读懂人的心思 6.用心才能发现真相

第十一章 做人有度——与人相处学问多 1.做人不能“水太满” 2.自以为是最可怕 3.做人低调一点点 4.教导不能直来直去 5.超脱人事是一种境界

第十二章 人器随形——做人做事当变通 1.实践出真知 2.适应力要强 3.拘泥过度, 路不通 4.物尽其用, 人尽其才 5.拐弯抹角达成目的 6.看得远一点 7.绝望中孕育着希望

第十三章 百忍成佛——“处下” 愍一种智慧 1.忍耐是成大事的考验 2.“扮猪吃老虎”是一种策略 3.虎扑先低头 4.守住自己最重要 5.无需解释

第十四章 得道多助——与人合作好事多 1.独享不如分享 2.主动伸手, 才能得到援助 3.化敌为友 4.利人就是利己

第十五章 贵在担当——做好自己就能成正果 1.承担最可贵 2.主见最值钱 3.学悟最永恒 4.勇气最难得 5.永远向前走

## &lt;&lt;每天读点禅&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 生活如糖——百味苦中都有甜 1.每天, 我们都可以心平气和 呼吸便是梵唱, 脉搏跳动就是钟鼓, 身体便是寺宇, 两耳就是菩提。

如果我们能时时刻刻淡化我们的分别心及执著心, 不去向外求, 那么我们的本心就会显露。

梵音依旧, 心如鲜花 一位虔诚的女信徒, 每天都从自家的花园里采撷鲜花到寺院供佛。

一天, 当她正送花到佛殿时, 碰巧遇到无德禅师从法堂中出来, 无德禅师欣喜地说: “你每天都这么虔诚地以香花供佛, 依经典的记载, 常以香花供佛者, 来世当得庄严相貌的福报。

” 女信徒非常欢喜, 说: “这是应该的, 我每次来寺礼佛时, 自觉心灵如洗涤过那般清凉, 但回到家中, 心就烦乱了, 作为一个家庭主妇, 如何在喧嚣的尘世中保持一颗清净纯洁的心呢?

” 无德禅师笑着说: “你以鲜花献佛, 相信对花草总有一些认识。

我现在问你, 你如何保持花朵的新鲜呢?

” 女信徒答道: “保持花朵新鲜的方法, 莫过于每天换水, 并在换水时把花梗剪去一截, 因为花梗的一端在水里浸泡容易腐烂, 腐烂之后水分不易吸收, 就很容易凋谢!

” 无德禅师笑道: “保持一颗清净纯洁的心, 道理也是如此。

我们生活的环境就像瓶里的水, 我们就是花, 唯有不停地净化身心, 变化气质, 不断地忏悔、检讨, 改进陋习、缺点, 才能不断吸收到大自然的食粮。

” 女信徒听后, 作礼答谢说: “多谢禅师开示, 希望以后有机会过一段寺院中的生活, 享受晨钟暮鼓、菩提梵唱的宁静。

” 无德禅师说道: “你的呼吸便是梵唱, 脉搏跳动就是钟鼓, 身体便是寺宇, 两耳就是菩提, 无处不是宁静, 又何必到寺院中生活呢?

” 放下执著心 佛教把没有削发出家, 在世俗家庭中仍然能够遵守戒律、皈依佛的人叫做居士。

维摩诘是佛教中一位极其著名的在家居士。

他智慧无双, 擅长辩论。

他在毗耶离城卧病, 想借此与佛陀的弟子们探讨佛法。

佛陀派大弟们前去探视, 众弟子都因为曾经在辩论中输给了维摩诘, 怕不能完成使命, 而不敢前去。

后来文殊菩萨应命前往, 还有许多菩萨率领弟子随行。

文殊菩萨与维摩诘居士探讨佛法, 如联珠贯玉, 众人听了, 无不如醉如迷。

当时在维摩诘的丈室中, 有一位天女, 看见了这种情景, 便现出身形, 用天花纷纷抛向听法者的身上。

美丽的花雨从天而降, 构成了一幅绚丽的图景。

说来也怪, 当花瓣飘到诸菩萨的身上时, 纷纷滑落; 而当花瓣飘到各位大弟子的身上时, 便黏在那里。

各位大弟子见状, 运起神力, 想让花从身上落下。

可不论他们怎么用力, 花瓣仍牢牢黏在身上, 怎么也甩不脱。

天女问舍利弗: “为什么要将花去掉呢?”

” 舍利弗说: “这花黏在身上, 与佛教的戒律不符, 所以想办法把它抖落。

” 天女说: “不要这样说。

花的本身并没有符合、不符合教义的区别, 之所以认为它不符合教义, 是因为你自己起了分别想。

你看大菩萨们, 他们并不把花看做花。

所以花雨不沾衣。

而你们心中生起分别想, 产生了畏惧之情, 这便是黏着啊。

有了黏着的念头, 怎么能去掉黏着的花呢?

” 我们之所以迷惑、颠倒, 本有的自性之所以不能现显, 之所以烦恼, 而不得解脱, 就在于我们的分别心和执著心。

如果我们能时时刻刻淡化我们的分别心及执著心, 不去向外求, 那么我们的本心就会显露。

<<每天读点禅>>

老天，太蓝；大海，太咸；人生，太难；工作，太烦。

人生是很难，工作也的确有很多烦心之处，正因为如此，我们才要找点乐趣，苦中作乐。换个角度说，很多的烦心事，都是自己找的，一个人自己不给自己烦恼，别人很难让他烦恼。

人的一生，在世的时间也就那么几万天，快乐过也是一天，郁闷过也是一天。

因此无论是为人处世，还是工作、过日子，都要时常保持一颗平常心，好运来了淡然一笑，麻烦来了平静面对，始终保持愉快的心情。

人这一辈子，不就图一个痛快吗？

.....

<<每天读点禅>>

编辑推荐

学会在现实生活中运用禅，我们就能最大限度消除生活中的种种困惑和烦恼，使精神更充实，道德更圆满，人际关系更和谐，工作和事业更顺畅。

《每天读点禅》想与读者朋友一道领悟人生，用禅的精神、智慧及方法来打开我们的心门，以期达到那种空灵澄澈的境界，体会到那种豁然开朗的感觉。

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>