第一图书网, tushu007.com

<<看得破处处是生机>>

图书基本信息

书名：<<看得破处处是生机>>

13位ISBN编号：9787511322685

10位ISBN编号：7511322689

出版时间：2012-5

出版时间：中国华侨

作者：韦渡

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

<<看得破处处是生机>>

前言

佛家讲的“看破”，一直以来都被尘世所误。
人们常常将“看破…‘红尘”联系到一起，其实佛家不讲红尘，只讲到与眼、耳、鼻、舌、身、意六根相对的色、声、香、味、触、法等六尘。
六尘是外境，六根是内境，必须加上眼、耳、鼻、舌、身、意的六识，才能产生身心现象。
　如果六尘之内都能做到“看破、放下、自在、随缘、念佛”，那么我们才算完成了一次灵魂之旅。
然而世人多看不破，看不破就放不下，放不下就忘不了，忘不了就舍不掉，结果我们便不能追寻内心的呼唤，以至于人生处处是陷阱，步步是困境，更别说随心所欲地活着了。
　那么，我们究竟该如何看破呢？
其实，人生一世，有顺风顺水的时候，也难免有阴霾笼罩的日子。
只有经历过种种风风雨雨，饱经世间百味，人世沧桑，放下那些放不下的，看透那些看不透的，想开那些想不开的，忘掉那些忘不掉的，舍得那些舍不得的，我们的内心才能达到平静和谐，才能坦然安放心灵，从而才能为人生开辟一条宽阔平坦的道路。
　首先要学会放下。
佛说，一念放下，万般自在。
放下便能得到解脱。
放下是一种生活的智慧，是一种对命运的坦然，不是放弃，不是退缩。
人生在世，该放下的就要放下，该释怀的就要释怀，这样才能为幸福和快乐腾出一块地方。
　其次还要看透。
看透人世间一切是非之事，看透生命中的阴晴圆缺，看透生活当中的成败和输赢。
当我们彻底看透了生活的内幕时，现实中一切美好的东西就都呈现在眼前了。
于是，困境变生机，黑暗出现了光明。
　世上本无事，庸人自扰之。
世界如此之大，给我们烦恼的地方却很小，因此要学会自我化解。
如此想开了，我们便不会感到委屈和生气，更不会变得孤独而浮躁，那么我们的人生便是一个生意盎然的春天。
　佛家讲“百花丛中过，片叶不沾身”。
意思是说，穿越百花丛，只要单纯去享受这一过程就好，不要无事生非摘取些许花朵，更不要流连忘返迷失在百花之中。
这就是要人们学会淡忘，忘记那些悲惨的过去，忘记生命中所有的遗憾和不幸，忘记一切仇恨和恩怨，忘记那些无心的伤害。
只有学会忘记，我们才能看到那被乌云遮住的万里晴空。
　最后要学会舍。
有舍有得，不舍不得，大舍大得，小舍小得。
舍得不是舍与得之间的日常计较，而是出于一种人生智慧和态度。
人生在世，要有一点舍得的精神，舍得改变，这样我们才不拘于行，不为外境所束缚；只有舍得面子，摘下那面虚荣的面具，我们才能活得更加真实和自在；要舍得吃一些亏，懂得吃亏的人，反而能得到更多。
我们的青春经不起蹉跎，如果不想被种种“如果”所困扰，就舍得付出一点吧！
我付出，所以我无悔。
　星云大师常劝诫弟子道：“看得破的人，处处都是生机；看不破的人，处处都是困境。
拿得起的人，处处都是担当；拿不起的人，处处都是疏忽。
放得下的人，处处都是大道；放不下的人，处处都是迷途。
想得开的人，处处都是春天；想不开的人，处处都是凋枯。
做何人？
在自己。

第一图书网, tushu007.com

小自我，大天地。
”做人，看得破才能想得开，拿得起才能放得下，这样的人即使微小，却能收获一个大天地。
本书，从“看得破，处处是生机”立意，以“放下”、“看透”、“想开”、“忘记”、“舍得”五方面为立足点，叫人学会“看破”，从而迎来人生的转机。

<<看得破处处是生机>>

内容概要

《看得破,处处是生机》内容简介：诚如星云大师所言，做人，看得破才能想得开，拿得起才能放得下，这样的人即使卑微，却能收获一个大天地。
《看得破,处处是生机》从“看得破，处处是生机”立意，从“放下”、“看透”、“想开”、“忘记”、“舍得”五方面展开，教你领悟“看破”的真正含义，从而迎来人生的转机。

看得破的人，处处都是生机；看不破的人，处处都是困境。
拿得起的人，处处都是担当；拿不起的人，处处都是疏忽。
放得下的人，处处都是大道；放不下的人，处处都是迷途。
想得开的人，处处都是春天；想不开的人，处处都是凋枯。

<<看得破处处是生机>>

书籍目录

第一篇 放不下处处是迷途，放得下处处是大道第1章 放下计较——人生苦短，何必在意太多 放下计较心，得失又何妨 不必为生活中的琐事耿耿于怀 放下计较，别让自己活得太累 体谅他人，放下那些无谓的计较第2章 放下贪念一少一分欲望，心安理得地活着 鱼与熊掌不可兼得，该放下就得放下 别被自己的欲望引入险境 面对诱惑，给欲望设个底线 睁开被欲望蒙蔽的双眼 真正的幸福与金钱地位无关第3章 放下离情——当爱已远走，松开手给彼此自由 覆水难收时，毫不犹豫地离开 你若安好便是晴天，有一种爱叫放手 不适合的爱情，再美丽也是错 放下对方的过去，不要盲目比较第4章 放下重负——卸掉心中的行李，享受释然了的轻松 放下包袱，生命不必如此沉重 别让完美主义害了你 错过了，后悔没用 把心放开了，痛苦就少了 承受不了压力就放下第二篇看不透处处是困境，看得透处处是生机第5章 看透是非——活得“ 糊涂 ”的人，更容易幸福 做人要宽容，得饶人处且饶人 人无完人，谁都有犯错的时候 对爱人，睁一只眼闭一只眼 远离是非之事第6章 看透残缺——人生从不圆满，花开就会有花落 世界本不完美，人生当有不足 缺陷是上天的另一种恩赐 遗憾造就了生命的光彩第7章 看透成败一成败相随，绝境的隔壁是天堂 自省让我们的心灵更有力 再试一次，就能跨过失败的沼泽地 重拾自信，积攒正向能量 别人不能救你，只有你自己救自己第8章 看透输赢__成败皆非终点，退一步路更宽 失败不是终点，成功属于输得起的人 不要因为昨日的光环输掉整个人生 学会认输，才能成为最大的赢家 退一步，不要让人输得一败涂地第三篇想不开处处是凋枯，想得开处处是春天第9章 想开不委屈——嘴巴是别人的，人生是自己的 想开一些，为了自己而活 走自己的路，让人们去说吧 大智若愚，大智无语 不要以怨报怨 面对诋毁和诽谤要沉着应对第10章 想开不生气——心放宽，没什么事情过不去 宽恕别人，就是善待自己 豁达的心态让生活更美好 为小事生气的人，生命是短暂的 去除痛苦最好的方法是原谅第11章 想开不孤独——爱自己，一个人的世界也精彩 孤独的时候听听花儿的声音 品味孤独，在孤独中阅读 在孤独中做好真正的自己 为孤独中的自己松绑 换种心态，享受孤独，享受生活第12章 想开不浮躁——别再抱怨，谁都有自己的难处 让那颗浮躁的心静下来 避开浮躁才能走向成功 有一种智慧叫冷静 战胜自己的牢骚与抱怨 学会改变，不抱怨，不浮躁第四篇忘不了处处是阴霾，忘得了处处是晴天第13章 淡忘不堪的过往一只有学会遗忘，才能畅快地活着 让错误和烦恼到此为止 包容自己，就要忘记过往 看不开的，就把它遗忘 放下过去，才能重新开始第14章 淡忘所有的不幸——生命是倒计时的，日子要往前看 挫折和失败是人生的必经阶段 往前看，不幸就会被抛到脑后 要想摆脱不幸，就要战胜不幸 面对生活中的不如意，一笑而过第15章 淡忘心中的仇恨一解开心的枷锁，相逢一笑泯恩仇 淡忘仇恨，就是要学会宽容 仇恨只能伤害自己 解开仇恨的结，为自己松绑 怨恨，要用爱心去排解第16章 淡忘无心的伤害——记住别人的好处，忘记别人的坏处 以德报怨，淡化无谓的伤害 与人相处，不计旧恶 记住别人的好，忘记别人的坏 抚慰心中的伤害，要有一颗慈悲之心第五篇 舍不得处处是苦海，舍得下处处是天堂第17章 舍得改变——不拘于形，才能不被处境束缚 改变，从舍得你的思维模式开始 舍得改变方能化腐朽为神奇 无法改变世界，就改变自己 舍不得变通，就不可能成功第18章 舍得面子——摘下虚荣的面具，活得真实更自在 舍得面子，活得更实在 为人谦卑，敬人者人亦敬之 越舍不得面子，越丢面子 舍得下面子，才能耐心聆听教诲 位置越高越要舍得面子第19章 舍得吃亏——多给别人一点，你会赢得更多 吃亏是福 吃亏能使人广交朋友 舍得让三分理，赢得一片掌声 舍得后退一小步，才能上前一大步 舍得吃亏的人，从来不会失去太多第20章 舍得付出——青春经不起蹉跎，付出是得到的前提 舍不得付出的人，终将一事无成 爱就要舍得付出 舍不得付出，只会失去更多 取得之前，要先舍得付出

<<看得破处处是生机>>

章节摘录

版权页： 第1章放下计较——人生苦短，何必在意太多有时候，我们计较的东西太多，凡事都要认个死理，我们以为自己很认真，其实那只是在较真。
一切痛苦都因太过计较，放下较真的心态，其实人生苦短，何必在意太多。
泰然处之，我们就能舒心很多。
放下计较心．得失又何妨我们每天都生活在得与失里，然而天道无私，有一得必有一失，如果太计较得到，只能失去得更多。
有一首歌这样唱道：“ 不管得与失，值得去庆祝，因为心中易满足。
”一个人要想获得知足自在，就要放下得失心，万事不要斤斤计较。
不斤斤计较的人拥有豁达的胸怀，即使在他们离去之后，也能让人们深深地怀念。
不斤斤计较是种明智，这样的人看似吃一点亏，受一点累，但其实能收获更多。
这年冬天，杰克从刚刚过世的亲戚那里继承了一个大牧场。
有一天，他养的一头牛，为了偷吃玉米而冲破附近一户农家的篱笆，最后被农夫杀死。
依当地牧场的共同约定，农夫至少应该通知杰克并说明原因，但是农夫没这样做。
杰克知道这件事后，非常生气，于是带着佣人一起去找农夫理论。
可事情不巧，那天正值寒流来袭，他们只走到一半，人与马车全都挂满了冰霜，两人也几乎要冻僵了。
好不容易抵达农夫的木屋，农夫却不在家，农夫的妻子热情地邀请他们进屋等待。
杰克进屋取暖时，看见妇人十分消瘦憔悴，而且桌椅后还躲着五个瘦得像猴的孩子。
不久，农夫回来了，妻子告诉他：“ 他们可是顶着狂风严寒而来的。
”杰克本想开口与农夫理论，忽然又打住了，只是伸出了手。
农夫完全不知道他的来意，便开心地与他握手、拥抱，并热情邀请他们共进晚餐。
这时，农夫满脸歉意地说：“ 不好意思，委屈你们吃这些豆子，原本有牛肉可以吃的，但是忽然刮起了风，还没准备好。
”孩子们听见有牛肉可吃，高兴得眼睛都发亮了。
吃饭时，佣人一直等着杰克开口谈正事，以便处理杀牛的事，但是，杰克看起来似乎忘记了，只见他与这家人开心地有说有笑。
饭后，天气仍然相当差，农夫一定要两个人住下，等转天再回去，于是杰克与佣人在那里过了一晚。
第二天早上，他们吃了一顿丰盛的早餐后，就告辞回去了。
在寒流中走了这么一趟，杰克对此行的目的却闭口不提，在回家的路上，佣人忍不住问他：“ 我以为，你准备去为那头牛讨个公道呢！
”杰克微笑着说：“ 是啊，我本来是抱着这个念头的，但是，后来我又盘算了一下，决定不再追究了。
你知道吗？
我并没有白白失去一头牛啊！
因为，我得到了一点人情味。
毕竟，牛在任何时候都可以获得，然而人情味，却并不是很容易得到。
”大多数的人都在追求物质上的满足，为了小事斤斤计较，然而当物质需要得到满足之后，并没有得到内心真正的充实。
人与物之间是无从比较的，真正的无价必定表现于无形。
故事中的杰克，尽管失去了一头牛，却换得农夫一家人的笑容和幸福以及难得遇见的人情味，这段经历，更让他懂得生命中哪些才是无价的。
我们身边有一些这样的人，在与人交往中，总爱吹毛求疵，过分注重一些毫无价值的小事。
不仅常常使得别人难堪，也使得自己往往处于精神委靡、心情恶劣、疲惫不堪的状态。
这是一种浮躁的表现，这种不良的心理使得他们只顾眼下，不管将来；只计较细小事情，心中无大事也无大量；只图自己一吐为快，从不考虑别人的感受。

莉娜是一名职业校对员，曾为出版社校对过不少著名书刊著作。
莉娜对工作认真负责，一丝不苟，因此在出版编辑界也小有名气。
校队的工作做久了，在生活中，莉娜也经常会不自觉地检查单词拼写和标点符号是否准确。
听别人讲话时，她也会想着他的发音是否正确，停顿是否得当。
一天，莉娜去教堂做礼拜，听牧师朗读一篇赞美诗。
突然，她听到牧师读错了一个单词，顿时浑身不自在起来，一个校对员的声音在心里不停嘟囔：“ 他错了！
牧师竟然读错了！
”莉娜再也不能专心听讲牧师布道，正当她为这个小小的错误纠结之时，一只苍蝇从莉娜的眼前慢慢飞过。
莉娜耳边突然响起了一个声音：“ 不要因为一个飞虫，而忽视了眼前美丽的风景。
”对呀，我怎么能因为一个小小的错误而忽视整篇赞美诗？
以计较的眼光看世界，世界很小，只会盯着别人或者自己那么一点的错误，而忽视了整首“ 赞美诗 ”。
而真正的聪明的人会主动放下计较。
一般来说，持有计较心理的人，必将自己的精神世界局限于一个极小的范围，逐渐会变得自私冷漠、吝啬、苛刻，特别是在日常生活中，就连一些小小的疾病、挫折，财物上一点小小的损失，别人对自己说话一点小小的不尊重，都很容易对他们的心理活动产生极其深远的影响，甚至沉溺其中无法自拔。
因此，这种不良心理的危害是很大的，应该努力加以克服。
一位百岁老人说过这样一句话：“ 一件事情，如果想通了就是天堂，想不通就是地狱，既然活着，就一定要活好。
”有些事会不会招惹麻烦，有时完全取决于我们的心态。
不要把一些鸡毛蒜皮的小事放在心上，别太过于看重名利得失；不要总是那么猜疑敏感、任意夸大事实；也不要动辄就为了一点小事而着急上火，大动干戈，只有心里放得下了这些，才会拥有一个幸福美满的人生。

编辑推荐

《看得破,处处是生机》告诉我们一个道理：人生一世，有顺风顺水的时候，也难免有阴霾笼罩的日子。
只有经历过种种风风雨雨，饱经世间百味、人世沧桑，放下那些放不下的，看透那些看不透的，想开那些想不开的，忘掉那些忘不掉的，舍得那些舍不得的，我们的内心才能达到平静和谐，才能坦然安放心灵，才不会感到委屈和气愤，更不会变得孤独而浮躁。
如此，我们的人生才能迎来一个生机盎然的春天。

名人推荐

看得破的人，处处都是生机；看不破的人，处处都是困境。
拿得起的人，处处都能担当；拿不起的人，处处都有疏忽。
改得下的人，处处都是大道；放不下的人，处处都是迷途。
想得开的人，处处都是春天；想不开的人，处处都是严冬。
陂何人？
在自己。
小自我。
大天地。
——星云大师

第一图书网, tushu007.com

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