

<<参透人生便是禅>>

图书基本信息

书名：<<参透人生便是禅>>

13位ISBN编号：9787511322869

10位ISBN编号：7511322867

出版时间：2012-5

出版时间：中国华侨出版社

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>

<<参透人生便是禅>>

前言

禅者佛心，参悟人生 人生在世，人们常常感到不如意。

现代生活忙碌紧张，束缚身心，人们早已没有逍遥舒展的心境，揽月观花的闲情，俯仰于世的自在，于是人们常常感叹心灵的迷失，感叹生活的盲目，感叹人生只是一场艰辛的苦旅，并为此痛苦忧虑。

想要慰藉贫乏的心灵，我们需要“开悟”。

“开悟”就是靠自己的悟性让思维得以沉淀，让心灵能够清静。

只有内心没有波澜，不因苦难而痛不欲生，也不因顺境而欣喜若狂，在任何时候都保持一颗平常心，才能在纷繁人世中保持最佳的应对态度。

这种心灵上的开悟，必须求助于一种古老的智慧，这就是禅。

禅，既代表一种智慧，也是佛教的一种修身方法，即通过静思参透世情，达到自在与超脱的境界。

禅并不是一个高深玄虚的概念，更不是佛门中人的专利，我们每个人都能够修禅，通过自身努力达到自在境界。

不妨听听下面这个故事：有个医生医术好，医德高，每天都在救死扶伤。

然而，医术再好的医生也难免面对病人的死亡。

医生为此痛苦，有一次他问一位禅师：“什么是禅？”

禅能够参透生死吗？

” 禅师说：“修禅之人的确能参透生死，不再畏瞑死亡。

” 医生连忙问：“如何修禅？”

” 禅师说：“修禅不难，你是一个医生，好好对待你的病人，那就是禅。

” 医生不解，后来连续几次询问禅师，禅师都给他同一个答案。

最后一次询问，禅师无奈地回答：“有时间来寺院询问如何参禅，不如回医院好好照顾你的患者。

一个人倘若不能担负自己的责任，对他人没有爱心，怎么能参禅？

” 可见，参禅并不高深，世间每个人都可以拥有一颗佛心。

禅的要旨是教导人们活在当下，要对自己负责，对身边的人负责；修禅就是在学如何做人，如何在复杂与困难之时拥有耐性，在寂寞与矛盾之时懂得坚持，不争不求，不急不躁，得到为人处世的智慧。

《参透人生便是禅》是一本深入浅出的修禅读本，一本适合都市人提高自身修养的心灵手册。

我们无须逃离生活，不必追求超越生死的境界，也不必强求参透万事的智慧，只要懂得如何调整自己，如何陶冶性情。

顺境也许会变成逆境，欢乐转眼也许就成为失落，而拥有一颗平静的心，却能在苦难的时候为自己的得到而欣喜，在狂欢的时候为自己的不足而自省，参透人生的风风雨雨，看淡生活的是是非非，体会生活的真味，享受真正的自在。

<<参透人生便是禅>>

内容概要

《参透人生便是禅：顺逆都自在的14堂开悟课》是一本提高自身修养的心灵手册，它告诉我们，无需逃离生活，不必追求超越生死的境界，也不必强求参透万事的智慧，只要懂得如何调整自己，如何陶冶性情。

因为顺境也许会变成逆境，欢乐转眼也许就成为失落，而一颗平静的心，却能在苦难的时候为自己的得到而欣喜，在狂欢的时候为自己的不足而自省。

参透人生的风风雨雨，看淡生活的是是非非，体会生活的真味，方能享受真正的自在。

<<参透人生便是禅>>

书籍目录

第1课 凡事皆有极重大之时，沉得住的便是静者人生如处荆棘丛中，静者不伤静水流深，大音声希锋芒毕露是招惹是非的祸根流言声中过，是非不沾身静者谋定后动，临危不乱以柔克刚，以低姿态取制高点急功近利的人，往往得不偿失把事情做透是一种学问第2课 凡事皆有极复杂之时，拆得开的便是智者千头万绪总归源，智者机变心不清净，世间便无净土看问题要全面，想办法要周详想到后果，才能够谨慎行事做事细致，才不会留下破绽所谓复杂，有时是人云亦云的假象斗志不斗气，不逞一时意气方有大为处世常取舍，一得必有一失第3课 凡事皆有极关键之时，抓得住的便是明者登山者无须舟楫，明者不惑初学者不要拿两支箭看准机遇，才能走得更远认准目标，切勿因小失大没有改不掉的脾气不可在犹豫中错失良机细节是成败的关键地狱与极乐，都在一念之间第4课 凡事皆有极矛盾之时，看得透的便是悟者因境而变随情而行，悟者不乱豆荚与豆萁，都有自己的不得已感谢对手，他们的存在让你成长水至清则无鱼，较真不如双赢困则变，变则通，通则久压抑自我，不如来一次倾诉矛盾来自心魔，而不是他人的品评能忍自安，真正的成功者都是忍者第5课 凡事皆有极寂寞之时，耐得住的便是逸者众人皆醉我自醒，独处者深思接受寂寞，才能享受寂寞不要依靠不能依靠的人体味生命最重要的东西，做最好的自己人生最大的成就是从失败中站起来急流勇退，才有更自由的人生将冷板凳坐热是一种能力怀着信念前行，脚步会越来越快第6课 凡事皆有极困难之时，打得通的便是勇者脚比路长，人比山高，勇者无惧不是每朵鲜花都能成为果实抱怨于事无补，行动才是突破困境的法宝烈日过后，花朵依然美丽行百里路半九十，梦想毁于半途而废正视自我，他人并非比你优秀敢于突破，畏惧是心灵的桎梏享受过程，将困难变为甘美的回忆第7课 睿智的人看得透，故不争参透眼前心中事，淡泊者睿智不要凡事都争个明白不要太把自己当回事诉苦不如辛苦，求人不如求己一切胜利都是短暂的憎恨别人是自己的损失心中有善，就不易生恶夫惟不争，故天下莫能与之争第8课 豁达的人想得开，故不求万物法自然，豁达者不强求得与失无法分离，切莫患得患失想做大事，先要有做大事的胸襟计较太多，失去更多过多的担心，会让幸福打折走出回忆，让过去成为过去与其纠缠不清，不如果断放弃随遇而安，柳暗花明自一村第9课 得道的人晓天意，故不急平和的心才能耕种福田，得道者不急躁自我价值，只有自己能确定不幸有时也是一种财富心境不同，乐者常乐忧者常忧体谅他人，相处才有滋味能站在他人的角度为人着想，就是慈悲万事亏转盈缺，切勿庸人自扰心灯亮着，什么路都能走第10课 厚德的人重谦和，故不躁人之初如玉璞，厚德者慎独独处当自省，见贤当思齐众生无贵贱，每个人都值得你尊重自以为是之人，是没有底的玉杯低进尘埃，方能开出花朵给他人面子，就是给自己余地毁灭人只需一句话，不要口出恶言忘我的人不会被他人忘记第11课 明理的人放得下，故不痴世事无常乱纷纷，明理者心宽多一物多一心，少一物少一念人生贵在执著，错在过分执著放弃，意味着新的开始苛求是一种病态的痴迷过度的爱便成害明理的人不会给自己找压力给心灵留点空间，与世界隔点距离第12课 重义的人交天下，故不孤恭敬忠信即为大义，义者不孤一诺千金，信用是无价的财富信任，有时是对他人最大的帮助良心使双脚笔直，原则使心灵坦荡广结善缘，情多路多快乐多无人分享的人生是一种惩罚善意地看待他人，善意地对待他人于贤者交，如入芝兰之室第13课 重情的人淡名利，故不独人情如饭富贵如盐，重情者心安贪欲是人性的陷阱，不要变为物质的奴仆放下架子，矜名不若逃名趣任何时候，都要为自己的亲人骄傲爱情，就要学会付出求同存异，是友情的基础帮助是雪中送炭，而不是锦上添花给予使生命焕发无限光彩第14课 知足的人常快乐，故不老有求皆苦无求乃乐，知足者惜福忧郁者虽富而贫；快乐者虽贫而富对自己满意，就是幸福拥有现在才算拥有人生咸有咸的味道，淡有淡的味道感悟依附于心灵，快乐依附于生活远离欲望，换回身心平和慢一点，欣赏生命中的风景

<<参透人生便是禅>>

章节摘录

版权页：人生如处荆棘丛中，静者不伤气静人则平，神静人自清，心静人则悟。

一次，庄子与一位君王谈话，正看到一只猴子在树林间跳跃。

君王对庄子说：“您瞧这只猴子身手灵活，在树林之中游玩，多么自在，多么开心。

”庄子看着那不断跳跃的猴子，笑着对君王说：“这猴子现在虽然开心，但如果有一天，它误入荆棘丛中，就算有再灵活的身手，它也一筹莫展。

”有一位禅师曾说：“人生在世如身处荆棘林。

”这句话说得真好，形象贴切，让人感同身受。

我们有时候也会觉得自己像庄子口中的猴子，在荆棘丛中，全身的本事无法施展。

那位禅师又说：“心不动则人不妄动，不动则不伤；如心动则人妄动，则伤其身、痛其骨，于是体会到世间诸般痛苦。

”由此可见，每个人的生活都是苦难的历程，每个人都会受苦。

曾有哲人这样评价婴儿的啼哭：“婴儿降生为什么会啼哭？

因为他从此离开母体的呵护，独自一人在这世间漂泊，要忍受种种痛苦与煎熬，他怎么会不哭呢？

”是的，从降生到成熟，没有人能够一帆风顺，成长的每一步都伴随着困境与伤痛，这些伤痛都会变为心灵的划痕，留下大大小小的伤疤。

佛教说人生有七苦，任谁也避免不了。

生活在都市中的现代人，特别是那些为生计奔波的人，更加理解“苦”的含义。

沉重的工作，巨大的生存压力，复杂的人际关系，使他们的内心日渐疲乏，每一天都生活在焦虑与失望中。

焦虑，是因为压力得不到合理疏解，思虑越来越重；失望，是因为理想与现实差距过大，对自己、对他人、对环境产生不满。

心病还要心药医，那么，究竟什么是心药？

什么是最有效的疏解方式？

这种方式不能依靠他人，因为他人不是你，永远只能按照他自己的思维方式帮你出主意，那主意也许好，却未必适合你；也不是环境，环境从不迁就任何人，只有人适应环境才能更好地生存。

你需要领悟生存的智慧，在纷繁的人世，只有一颗禅心能让人平静；静，则不伤。

从前有位禅师，他云游四方，最后回到出家的寺院。

他每天都会坐在大殿里通宵打坐。

这一天，知事僧打开大殿的功德箱，突然大呼起来。

原来，功德箱里少了一大笔钱。

和尚们都说，昨夜并没有人进入大殿，一定是打坐的禅师偷走了这笔钱。

面对众人的指责，禅师并不解释，也拿不出那笔钱。

大家认定他就是小偷，每天都对他投以鄙夷的目光。

而禅师仍然心平气和，照常打坐，没有流露半点不满。

这样的日子过了半个月，出去办事的方丈回到寺院，听说这件事后连忙说：“那笔钱是我拿走的，你们冤枉了禅师。

”众人连忙去对禅师道歉，他们都说：“在这样的怀疑下竟然能做到不慌张，以一颗平常心生活，这才是真正的修为和境界！

”当一个人被他人冤枉，最好的办法是什么？

是拿出证据辩解。

但事有凑巧，如果刚好拿不出证据呢？

这个时候争辩毫无意义，最好的办法就是沉默。

在别人不相信你的时候，任何解释都是徒劳。

人正不怕影子歪，只要问心无愧，相信事情总有水落石出的那一天，旁人的猜测就不能损害你的内心。

<<参透人生便是禅>>

以淡定的态度对待是是非非，这就是“静者不伤”。

禅之要义是心静。

沉默，正是心静的外在体现，因为心中没有妄念，没有不合时宜的冲动，自然不会草率行动。

沉默者最初让人觉得木讷无趣，接触得久了，就会发现此类人往往有大智慧、大底蕴。

他们不说，只因深知三思而后行的重要。

在面临困境的时候，沉默的人能够容忍误解与困苦，他们并非逆来顺受，而是积蓄后劲，等待时机扭转局面。

有一首歌叫《沉默是金》，其中一句歌词说：“是错永不对，真永是真。

任你怎说，安守我本分。

”安分守己的人知道沉默的可贵，特别是在喧哗的人群中，沉默的人自有一种气度，让人不敢小觑，不愿生疑。

如果能够守住内心的坚持，不随波逐流，不人云亦云，凡事有自己的原则，久而久之，沉默就会令人信服，令人尊敬。

不必在乎外界环境的苛刻，用静与默当做保护自我的盾牌，足可抵御外界的真真假假，保持内心的平和。

静水流深，大音希声当你开口说话时，你所说的话必须比你的沉默更有价值才行。

慧远禅师与无定禅师在一起品画。

慧远禅师说：“画能够传达画师的心声，看一张画，就能够看出画画人的性格。

”无定禅师说：“那你说说，哪一位画师最有禅心。

这一张如何？

”那张画画了春日田野，春光无限。

慧远禅师说：“此人心内被春光所染，乃世俗之人。

”“那这一张如何呢？

”无定禅师又指向另一张画，那张画上深山一座，古刹一方，幽深宁静。

慧远禅师说：“此画有出世的冷僻，但太过凄清，乃避世之人。

”“那么，哪一张画的画者有禅心？

”无定禅师问。

慧远禅师指向一张画，画上风雨交加，乌云翻滚，雷电轰隆，而山崖间有一鸟巢，里边的母鸟护着小鸟，径自入睡。

“您说得没错！

”无定禅师惊叹：“这是我国最有名的高僧所画！

”

<<参透人生便是禅>>

编辑推荐

<<参透人生便是禅>>

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>