

<<一念一世界>>

图书基本信息

书名：<<一念一世界>>

13位ISBN编号：9787511329424

10位ISBN编号：751132942X

出版时间：2012-11

出版时间：中国华侨出版社

作者：文馨

页数：256

字数：255000

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>

前言

在日常生活中，幸福与不幸随时可见，快乐和烦恼亦无处不在，不过我们却常会忘记境由心生这个简单的道理。

如果你用一种乐观的心态去看待问题，那你会看到事情好的一面；但如果你用一种悲观的心态去看待问题，那你很可能只会看到事物中不好的那一面。

记得有这么一个故事，有位高僧非常喜爱兰花，他在寺庙里种了许多，每天都要抽时间去照料它们。

有一天，高僧要外出云游，就交代弟子们要精心照顾兰花。

高僧走后，弟子们有一天浇水时把架子弄倒了，所有的兰花都被砸坏了，弟子们非常恐慌，怕师傅回来责罚。

没想到高僧回来后不但没有责怪，反而安慰弟子说：“为师种兰花的目的，一是为了供佛，二是为了美化寺里环境，并不是为了生气而种兰花的，所以你们不必为此自责了！”

“不是为了生气而种兰花——这是怎样的开阔胸怀！”

高僧释怀，是因为他虽喜爱兰花，但事已至此，生气于事无补，且有违初衷。

然而，在现实生活和工作中我们有时却不明白这个道理，遇事不能释怀，看不开，放不下，情绪起伏，因此而不快乐。

如果我们能在生气之时想到：“我不是为了生气而工作的。”

“我不是为了生气而活着的。”

“我不是为了生气与你相遇的。”

“那么我们会为自己烦恼的心情开辟出另一番安详。”

其实快乐和烦恼是由我们自己的心境去调整的。

试想如果是你，一盆价值不菲的兰花被我们的孩子不小心打坏，也许孩子被你责罚，也许自己懊悔不该把兰花放在被打坏的位置，也许……有太多的也许。

但我们和高僧的差距只是一个是否释然的选择。

一个快乐的人常释怀，常宽恕，常清心，常寡欲，总能在窘境和困境中转化和培养自己的好心境，让快乐的心享受最简单的当下生活。

世界上没有一个人每一天的日子都是晴空万里的。

一个释然的人懂得去寻找快乐，并放大快乐来驱散愁云。

即使在不能制造快乐时也不会给自己和身边的人设置心灵障碍，不会把鸡毛蒜皮的小事杂陈心里。

会定期清理心理垃圾。

本书告诉我们，生命如潮涨潮落，时光的流水终要带来些什么，也要带走些什么。

带来的欣然接受，带走的不做无谓的挽留。

要学会在自己的情绪里寻求解脱。

可以潇洒地把一切恩怨情优化作岁月的云烟，于前行里轻松地追避梦想和信念。

只要能坦然面对人生的得失，又何必在乎深浅和长短。

因为计较得太多就成了一种羁绊，迷失得太久便成了一种负担。

不必太在意，拥有时珍惜，失去后不说遗憾；过多地在乎会把人生的乐趣减半，看淡了一切也就多了生命的释然——即便我们的人生不能纯美如月，也依然会有一个开阔的精神家园。

感悟快乐原本如此简单，只是取决于你我简单的心境。

过淡然的生活，以释然的心境和平稳的心态面对人生中的风风雨雨，你就会看朝日冉冉，观晚霞绚烂。

<<一念一世界>>

内容概要

《一念一世界：为人生重拾悠然的心》旨在教读者如何在自己的情绪里寻求解脱，如何潇洒地把一切恩怨情仇化作岁月的云烟，于前行里轻松地追逐梦想和信念。

《一念一世界：为人生重拾悠然的心》告诉读者，只要能坦然面对人生的得失，又何必在乎深浅和长短；计较得太多就成了一种羁绊，迷失得太久便成了一种负担。

不必太在意，拥有时珍惜，失去后不说遗憾；过多的在乎会把人生的乐趣减半，看淡了一切也就多了生命的释然——即便我们的人生不能纯美如月，也依然会有一个开阔的精神家园。

<<一念一世界>>

书籍目录

- 第一辑 分手，不是离别，而是祝福
深情，心灵深处的迷恋与彻悟
生死堪迷，逝者不可追
爱有度，过界便是伤害
万事皆缘，莫强求不属于自己的东西
不能咬合的齿轮，不能一起转
各奔东西，是为了两个人安好
不要被过去的恋情束缚
告别爱之伤，用忙碌充实自己
偶然想起，都是美好回忆
爱，永远不会结束
- 第二辑 微笑，不是表情，而是心情
- 第三辑 春天，不是季节，而是内心
- 第四辑 云水，不是景色，而是襟怀
- 第五辑 日出，不是早晨，而是朝气
- 第六辑 风雨，不是霉运，而是锤炼
- 第七辑 沧桑，不是苦难，而是经历
- 第八辑 幸福，不是状态，而是感受
- 第九辑 生命，不是躯体，而是心性
- 第十辑 人生，不是岁月，而是永恒

章节摘录

版权页：弟子们听完后，立刻去后院拿起柴刀，准备上山砍柴。

谁知近日下了暴雨，山前河水暴涨，木桥被冲断，附近找不到渡船，弟子们想了不少办法，还是没办法过河，只好无功而返。

方丈躺在床上一言不发，这时，最后一个弟子回来了，对方丈说：“师父，最近下了暴雨，我没法渡河上山，不能砍柴。

不过，我看到岸边果树经过一场秋雨，倒结了不少果子，我摘了几个顶好的给您尝尝，您一定要宽心养病。

”方丈微笑说：“万事万物讲究随缘而化，难得你如此机变，今天起，你就是这里的方丈。

”每个人都想拥有一种灵活变通的智慧，能够化绝地为坦途，化困境为机遇，这样才能在遇到困难的时候，及时寻找方法，调整目标，以期达到最初的目的，最佳的效果。

做事情的时候，坚持固然重要，更难得的是灵活。

就像故事中的小和尚，看到当时的状况，如果脑筋死不知变通，就会像他的师兄们那样空手而归。

所谓，山重水复疑无路，柳暗花明又一村。

在生活中，我们难免遇到各种各样的难关，不是每一次都需要发扬“狭路相逢勇者胜”的精神，拼死拼活地过去。

也有人绕一条路，换一个做法，就能省几倍的时间精力达到目的。

前者是勇士，后者是智士，后者总是比前者更占上风，自古以来，知识就是力量。

人们总想寻找一条通往目标的大道，这条路没有那么多崎岖坎坷，不需要劈开荆棘，也不需要防备山林里的猛兽。

可这样的道路，不是太拥挤，人人都在走，就是尚未出现，只存在于想象之中。

但也不必失望，你可以独辟蹊径，开辟一条道路，起初，它也许狭窄凌乱，越往前走，越发现它的开阔，不知不觉，你已经比别人先一步到达目的地。

这样的路其实无处不在，看你有没有那颗慧心去发现它。

有个记者问一个富翁：“别人都说，你成为富翁是因为头脑很灵活，那么，什么叫做灵活？”

”富翁说：“灵活就是做和别人不一样的事。

”“那么，能说说你是怎么做事的吗？”

”“比如，当我想投资什么的时候，我会把朋友都叫来，问问他们都在投资什么。

如果有一半以上的人都在做同样的项目，那么我绝对不会做；但如果没几个人在做某项目，我就会考虑去投资。

”

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>