

<<微语人生>>

图书基本信息

书名：<<微语人生>>

13位ISBN编号：9787546399812

10位ISBN编号：7546399815

出版时间：2012-7

出版单位：吉林出版集团有限责任公司

作者：糊涂山人

页数：303

字数：160000

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>

<<微语人生>>

内容概要

本书是一本讲述延参法师亲身经历的励志散文集。
生命总以旧的终结和新的萌生来昭示它永恒的魅力，因而我们不必过分感叹岁月的流逝、年华的易变，我们该做的，是好好把握今天，让生命中的美好，从此别再错过！
生命本身是一种思考，走过烦恼人生才能实现大爱无言。
作者通过拷问生命的意义、认清生命的价值来祝福所有人的所有明天。

<<微语人生>>

作者简介

糊涂山人，字明超，法号延参，河北省佛教协会副会长，沧州市佛教协会会长，沧州市水月寺住持，景州开福寺名誉方丈，天津南开画院名誉院长，当代著名书画僧，当代著名佛教文学作家。

<<微语人生>>

书籍目录

第一章 身与心的修行

快乐在一线之间 / 生活里没有旁观者，每个人都有一个属于自己的位置，每个人也都能找到属于自己的精彩。

你的精彩别人无法代替 / 在这世上，有多少人，就有多少条生活的道路。

人生无处不青山 / 正视现实，接受失败，经历挫折，领略四季，感受风雨，这才是完整的人生之路。

抬头看杨柳 / 生命不是没有春天，而是需要你学杨柳一样用心去妆点；生活并不缺少美，只是你没有用心去发现。

音乐与生活 / 百年人生，本身就是需要我们用一生去谱写的一曲乐章，正是因为它的跌宕起伏才显出生命的纵横开阔、雄伟壮丽。

画不圆的人生 /
自然界中所有圆，都是以无我为圆心，以利他为半径，这半径的长度尽善尽美。
人生并非画不圆，只是我们交错了圆心，更用错了半径。

改变悲伤 / 不要让悲伤成为我们生命的主旋律，快乐才是生命的真谛。

记录生活的微笑 / 逝去的事就像一阵风，未来还是充满希望的，学会保持当下的快乐与幸福最重要。

人生几回度春风 / 没有谁会因为自己停留的短暂而拒绝幸福和快乐。
不必在乎成与败，要开心地微笑，让自己活得精彩。

幸福在哪里 / 外在的物质财富决定不了幸福的取向，幸福在于我们内心的感受，只要我们自己认为快乐，这就是最大的幸福。

雾锁人间重重楼 / 不要把人生想得太难，走过生命的逆旅，经历风寒阴霾的苦砺，才会在阳光明媚的日子破茧。

往事与谁论 / 在这个世界上，每一个人都是独一无二的。
与人交往，不妨豁达一点，多理解他人就是对自己的一种解脱。

行路匆匆 / 抱定一种学习的心态去和人交往，去和人相处，生活中也就多了几分坦然和从容。

归来的笑容 / 把自己最阳光的一面展现给世界，奉献给社会，也让这个世界因为自己的开心而变得更加美丽。

蝴蝶的记忆 / 生命的历程就是一次又一次美丽的裂变，正因为经历了痛苦的裂变才有灿烂的新生。

忧伤的过往 / 人生是一场旅行，无须将所有的情感打包。
我们可以让自己的身心留一片清净，永远保持轻装上阵。

<<微语人生>>

善良真好 / 与人为善，我们会拥有一种美好的感觉，就会拥有一种亮丽的情怀，平凡的生命也会因此生动起来。

幸福有多远 / 祸福转眼间就可能发生转换，应该做的就是不以物喜、不以己悲，把握住我们的心态而已。

我愿意做你眼中的一滴泪水 / 我愿意做你眼中的一滴泪水，用真诚去迎接每一个从我们身边擦肩而过的朋友。

感谢天地 / 很多时候，当我们为找不到幸福而苦恼时，并非是幸福真的远离了我们，而是我们自己迷失了方向。

让世界充满爱 / 对生命而言，金钱不是最重要的，拥有爱的人是世界上最富有的人。

真诚宁静走人生 / 不要整天忧愁烦恼，因为失意正是得意的基础；也不要为一时的幸福而得意，因为得意正是失意的根源。

让微笑来做我们一生的名片 / 它不会使赠送的人变得拮据，却使收受的人变得富有。

给世界一片光明 /
有痛苦才懂得什么是幸福，有失才能有所得，该珍惜的好好去珍惜，该放弃的毅然放弃掉，既然痛苦无法避免，就让我们用光明的心对待人生。

做一个快乐的使者 / 人生最大的敌人是自己。
自己开心，才能传播开心；自己快乐，才能传播快乐。

善待误解 /
生活免不了坎坎坷坷，我们不妨用一种平静的心态去对待所有失误和误解，给自己的心灵留点空隙，让自己拥有一颗轻松自如的心。

第二章 放下与提起

让豁达带你走进彩虹的世界 / 实现了豁达与宽容，自然会产生轻松与幽默，从而洋溢出一种性格的魅力。

再见了，悲伤 /
有的人把生活酿成了苦酒，天天都在咀嚼自己的不幸，让岁月的长河变成了无尽的苦海；有的人把自己的生活酿成了美酒，天天都在品味生活的甘露，百年的时光被打磨得光彩熠熠。

让悲哀去漂流 / 快乐是一种心境，它和生命的形成无关，保持乐观满足和豁达，快乐就会永远围绕在我们身边。

梦里落花知多少 / 留一份坦然，持一份从容，忘记曾经的遗憾吧，内心不灭的希望加上勤奋和努力才能成就未来。

把烦恼赶出家门 / 当我们勇敢地接受烦恼，不再害怕时，烦恼往往会悄无声息地离我们远去。

<<微语人生>>

花开花谢两无言 /
只要我们不被宠辱牵绊，不因一时的成功而自鸣得意，那么，无论云卷云舒，我们都拥有一片自由自在的万里晴空。

人生如寄 / 生活在顺境里，学会沉思；生活在失意里，学会进取。
把一些无谓的痛苦扔掉，快乐才能有更多更大的空间。

梦醒时分 / 人生就是一个圆，起点亦是终点，虽然很难活出一个完美的圆周，但我们可以让人生曲折之处更加趋于完美。

心在冷暖间 / 生命里最需要的不是金钱，也不是地位，更不是声名、权势，是人与人之间的关心爱护。

人间过客 / 人生的意义并不在于如何生，而在于自己怎样活。

笑对沉浮轮回 / 这个世界没有人能事事顺心，酸甜苦辣都是生活的必需。
与其被动接纳痛苦，不如主动放弃悲伤。

为生命喝彩 / 包容一切，开心生活；心胸豁达，看淡一切。
要度过这丰富多彩的人生，需要智慧和战胜所有苦难的勇气。

凡事都往好处想 / 凡事都往好处想，不管人生有多少风浪，你也会成为一个欣赏四季风景的人。

宽容处世，雅量容人 / 一个人要想创造一番事业，就必须有恢弘的气度，能容天下的人才能为天下人所容。

笑看荣辱沉浮，静观对错得失 / 有什么愁或恨值得我们用一生去为它苦恼，值得我们为了它而丢弃这一生的开心？

幸福无声 /
不同的生活态度决定着你的快乐和幸福，健康积极的生活态度会给你的生命带来雨露的滋润，而消极悲观的生活态度会让你的生命更加的灰暗和苍凉。

相逢一笑 /
我们每个人的内心对过往的记忆都有一个过滤器，不同的是有的人过滤掉了美好，留下的是仇恨；有的人过滤掉了仇恨，留下的是感恩。

笑一笑，有多好 / 在人生的道路上，重要的不是我们的生命中经受了多少痛苦和喜悦，而是我们对生命的态度。

未来会更好 / 没有谁能许你一个美好人生，只能自己对生活拥有执着的信念。
相信未来会更好，这也是人生的动力和方向。

看红尘，品岁月 / 人生很多事情无法确定它究竟是对是错、是好是坏，所以不如锻炼自己面对一切的从容与坦然。

第三章 禅机中的智慧

<<微语人生>>

让自己的世界里永驻宽容 /
修养和智慧源于对世事思考后的洞明，对他人无私的关注和关爱；源于对生活理解后的包容，心灵经历磨难之后的从容。

快乐的钥匙 / “少”不是不足，是另一种有余；舍弃也不一定是失去，而是另一种更宽阔的拥有。

找好自己的坐标 / 世界上最珍贵的不是得不到的，也不是已失去的，而是把握住眼前的幸福。

活好这一回 / 人生的每一次付出，就像在空谷中的喊话，没有必要要谁听到，那绵长悠远的回音就是生活对你最好的回报。

人生幸福一重重 / 不当你的心对你所拥有的一切所感到满足的时候，你就是幸福的。

生命的明灯 / 快乐最大的来源就是来自对他人、对社会无我的付出。

我们赞美我们活着 /
快乐和痛苦都是人生的财富，与其消极逃避，不如勇敢一些面对。
当它们都成为记忆时，你会发现，曾经的痛苦更值得回味。

人间走一遭 / 我们不能控制机遇，却可以掌握自己；我们无法预知未来，却可以把握现在。

自由的生命 / 懂得放弃，是一种智慧，学会放弃之后，常常会收获意外的快乐。

春花秋月皆自诩 / 从世俗的烦恼中解脱出来，以洒脱、超然的态度去应付世俗的生活，人生的道路也会变得广阔。

相约明天 / 把握今天，才能拥有明天。
只要把握今天勤勤恳恳的付出，丰硕的果实必然会在未来的某一天里静静等着你去采摘。

冷暖人间 / 人生是艰难的，但如果我们以从容的心态对待，就会发现人生还有另一种更美的风景。

温暖依然 / 爱是这个世界上最真实的语言和最完美的情怀，因为有爱，所以每个生命都充满笑迎风雪的勇气和力量。

梦想的力量 / 人生从来不怕失败，向前走，哪怕只是一小步，也会有新高度。

经历就是一笔财富 / 狂风暴雨和波涛翻涌是生命的精彩，这一路所有的欢笑和泪水，成功和失败都是我们人生的财富。

经风历雨见彩虹 / 真正成就人的是那些逆境，战胜不幸，才能最终成为生命的强者。

休争闲气 / 对错得失之间本无绝对，豁达对待，体现的不是懦弱，而是一种真正的强大。

双手写人生 / 人生就应当像奔涌的海水，因为遭遇岛屿和暗礁，才更能绽放美丽的浪花，带给人视觉的冲击和心灵的震撼。

乐观与悲观 /

<<微语人生>>

悲观与乐观，不过是一颗心的两面，因为身后有光明，所以你才注意到影子的黑暗，但当你懂得回头时，就会发现，从悲观到乐观，不过是一个转身的距离。

走过寂寂的夕阳 /
存在是偶然的，离开也不是永恒，我们没必要为流动的人和岁月而感伤，如果有缘，那么请相互珍惜，如果无缘，那么请相互祝福。

轻轻问命运 / 不管命运里遇到任何磨难坎坷，我们都要坚强，坚强是让我们的生命得以更好延续的保障。

问问心情 /
不要把心停留在吝啬的角落里，心灵接纳的世界远比我们想象的要广阔；不要把心停靠在凄凉的角落里，心灵寂静的港湾不仅需要得到，更需要付出。

第四章 云在青天水在

幸福进行时 / 以从容的心看生活，天地自宽；以豁达的心待世界，得失皆好。

真正的快乐天堂 / 不懂得宽容，也就不懂得快乐。
一个人快乐，不是因为他拥有的多，而是因为他计较得少。

命运让我们学会微笑 / 只要学会了微笑，就永远不会贫穷。
微笑着的人并非没有眼泪，只不过他把眼泪变成微笑，继续前进。

荣枯难料，从容面对 / 时间能证明一切，往好的方向走，就能看到更美丽的风景。

不让烦恼隔夜 / 能找到难过的理由，就一定能找到快乐的理由。

忘却寂寞 /
忘却寂寞是一种智慧、一种气度、一种气魄。
忘记所有曾经经历的羞愧和耻辱，进而学会快乐，懂得快乐，相信快乐，我们就会拥有乐观豁达的人生。

让日子在微笑里延长 / 如果生活不够慷慨，我们也不必回报吝啬，不妨微笑着面对，随之而来的必是雪后青松、雨后彩虹。

快乐的生命才完美 / 能为世界奉上哪怕是极微小的一份美丽，这样的人生一样是有价值的，飘着快乐的芳香的生命便是完美的生命。

雨打芭蕉未必愁 /
如果真的能够积极乐观地面对人生，那么正是挫折引领我们走向更远的心灵深处。
挫折带给我们的意义是伤痛后看到了一片更宽广而蔚蓝的天空。

慈悲，就是坚持的善良 /
纵然有人可能利用和践踏了我们善良慈悲的心念，但是，他们能骗取的仅仅是有限的物质，骗不走的是我们心灵的财富。

让我们永远生活在感动中 / 当爱与被爱化作如酥的春雨融入整个时代的精神背景，感动也就有了永

<<微语人生>>

不衰竭的源泉。

不要让微笑在生活中枯竭 / 微笑总在风雨后，如果能快乐地对别人笑一笑，那我们就会获得同样的微笑和幸福。

帮他人开启一扇窗 / 用宽容帮助他人开启一扇理解的窗，也就是让自己看到更完整、更广阔的天空。

相信爱 / 有相聚就有别离，这是人生必然，抬起头，阳光一样灿烂。

学会放生 / 人的一生都是在开拓、前进中进行的，随顺自然，适应社会，才能活得更加自在，更加洒脱。

心在慈悲中重生 / 慈悲能唤醒人的良知，慈悲是人类得以延续的精华所在。
存一个善念，就会幸福每一天。

问候一下过去的岁月 / 命运的盾牌是双面的，一面是失意、困惑，翻开另一面，我们就会找到希望、快乐。

第五章 让内心获得圆满

跨越命运的栏杆 / 从懵懂无知的少年，到阅尽世事沧桑的暮年，生命的价值在于经历。

走向自己生命的完美 /
宽容别人，其实宽容的是我们自己。
理解别人，体谅别人，给别人一个生存的理由和空间，我们的天地将会更加宽广无垠。

希望挂在所有的枝头 / 只要在痛苦中不放弃希望，不放弃开启生命之花，那么，所有的磨难都是生命之花最好的养料。

点亮未来的彩虹 / 无论自己是多么平凡，都不要放弃生命的希望，既然拥有了生命，就要让生命绽放得最灿烂美丽。

相约未知的时空 / 人生当中，真正重要的不是遇到了哪些事情，而是我们如何面对所发生的一切，并创造各种不同的人生。

把握今生 / 不管人生之路有多少风和雨，我们都不要停止前进的脚步，不畏困难并勇于战胜困难的人才是生活中的强者。

又见花开 / 一个人能保持良好的心情和乐观的态度是多么重要，而保持良好的心情和乐观的态度的前提就是有一颗充满感恩的心。

欢乐与悲哀 /
悲哀和欢乐是可以相互转化的，如果你能从悲哀中走出来，那就会感受到欢乐；如果你只顾沉湎于欢乐之中，忘记前行，那就是人生的悲哀。

苦难的芬芳 / 有勇气换个角度，就多一份成功的机会；换一个角度来看人生，人生就会有不同的景致。

<<微语人生>>

感受孤独 / 在你的内心世界里，如果清净无染，对任何人没有怨也没有恨，那么，你就不会被他人所伤，也不会伤害他人。

回到原点 /
即使我们做不到每一刻都保持一种原点的状态，我们至少要学会在每一天的开始，让自己的心灵回到原点，用一种零状态的心态迎接每一天的曙光。

忘记忧伤 /
欢乐与悲伤并存于我们的生命，如果你放弃欢乐，那么你的一生注定悲哀，如果你和朋友分享欢乐，那么你的悲哀将无影无踪。

不一样的“一无所有” /
因为追求善良，于是在给予中得到心灵的快乐；因为追求包容，于是在宽容中得到情感的解脱；因为追求从容，于是在坦然中得到身心的自在。

平安是一种财富 /
当岁月如水般逝去，我们已经走到了人生的暮年时，回头再看时，会发现平安是这一生最大的财富，快乐是这一生最大的收获。

幸福零距离 / 幸福并不是一种刻意的追求，而是一种淡然，一种知足，一种个人的感觉。

幸福的底线 /
事情都有两面性，你越想得到幸福时，它可能越远离我们；当我们顺其自然，保持一种良好的心态时，幸福就会常伴随我们左右。
幸福的底线其实就是不贪婪。

幸福的坐标 / 常怀着一颗感恩的心去对待身边的每个人，磊落行事，无愧于心，幸福和快乐自会常伴在你的身边。

不迟的美好 / 生活中，美好无处不在，而细微处的美好最是扣人心弦，只要稍许留意，美好就在身边，温情触手可及。

不经意的幸福 / 千万不要因为眼前的烦恼而忽略了生活中幸福的存在。
幸福是要靠眼睛去看，需要用心去体会，更要用心去发现的。

向桃花道声感谢 / 怀着一颗感恩的心，勇敢地面对生活的坎坷和崎岖，坚强地向着未知的远方前行，幸福和快乐便会紧紧地跟随我们。

<<微语人生>>

章节摘录

雾锁人间重重楼 不要把人生想得太难，走过生命的逆旅，经历风寒 阴霾的苦砺，才会在阳光明媚的日子破茧。

人世间总有它的本来面目，有令人心怡的高山流水，有繁花似锦的现代都市，有恬淡悠闲的乡村小镇，有绵绵不断的真情，有亘古流传的文化。

但这美好的人间却被人们唤作江湖，一层又一层的名利地位、恩怨是非、爱恨情仇、忧愁烦恼迷离了人们的双眼，一层层的迷雾让人心变得流离失所，找不到归处。

世界原本如此，没有谁能给世间增添悲哀，没有谁能让人间蒙上灰色，只是我们的心蒙上了一层晦暗，才感觉到世界很复杂，让我们理不清、看不透；也只有当我们的心的时候，世间才充满了欺诈、险恶与卑鄙。

人世沧桑，不要让我们的心蒙尘，不要让彷徨阻止前进的脚步，不要让忧伤将自己捆绑，不要让有限的时间只用来闲愁，不要让岁月轻易在指尖流淌，有限的生命不允许我们挥霍那份属于人生的苦辣酸甜。

不必把人生想得太难，走过生命的逆旅，经历风寒阴霾的苦砺，我们才会在阳光明媚的日子破茧。

繁华落尽是平淡，喧嚣之后，依旧安详。

生活只有在那些内心空虚的人看来才是平淡而无味的。

没有人能完美无缺，也并非所有的事都能如愿，我们可以在平凡的人生之旅中默然前行，穿透人世间的荣辱成败、得失对错、是非恩怨的重重迷雾，从容中还人间以人间，还善良以善良，还山水以山水。

。

……

编辑推荐

延参法师佛学造诣深厚，禅风俊朗，道行高深，韵致不凡。他将修证悟入的禅理以澄澈的笔致吟咏，语意高俊，波澜层出，余味无穷，具有自在无碍的构想和强烈的艺术魅力。书中充盈着他一贯奉行的“尊重生命，传播宽容，坦然人生，开心生活”的人生理念。

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>