

<<禅生花>>

图书基本信息

书名：<<禅生花>>

13位ISBN编号：9787802497597

10位ISBN编号：7802497590

出版时间：2011-1

出版时间：工商联

作者：意林杂志社

页数：230

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>

## <<禅生花>>

### 前言

一花一世界，一叶一菩提。

大千世界，百种因缘，都在生活的点滴中折射出禅的光辉。

生命有无数种形式，活法不止一种，别人看着自然，自己活的别扭；自己活的自然，别人看着别扭又是一种。

在这个世界上，过自己喜欢过的日子，就是最好的日子，活自己喜欢的活法，就是最好的活法。

死亡不是“无常”，而是“正常”。

但当死亡降临时，活着的人就要面对失去亲人的悲痛，而无疑的，这是人生最大、最难走过的伤痛之一。

证严法师说：“一滴烛泪落下来，立刻就会被一层结出的薄膜止住，因为天地间自有一种抚慰的力量，这种力量叫‘肤’。

生死之痛，其实就像一滴烛泪落下、就像受伤了，突然被‘肤’起来。

” 生命的幸福原来不在于人的环境、人的地位、人所能享受的物质，而在于人的心灵如何与生活对应。

因此，幸福不是由外在事物决定的，贫困者有贫困者的幸福，富有者有其幸福，位尊权贵者有其幸福，身份卑微者也自有其幸福。

在生命里，人人都是有笑有泪；在生活中，人人都有幸福与烦恼，这是人间世界真实的相貌。

人间世界真实的相貌来自于人对生命的体悟，读书与思考则是体悟生命最好的方式。

阅读使人静心，静心使人思考。

温家宝总理在回答网友提问时曾说：“我非常希望提倡全民读书。

我愿意看到人们在坐地铁的时候能够手里拿上一本书，因为我一直认为，知识不仅给人力量，还给人安全，给人幸福。

” 阅读给人带来的幸福感不仅在于它给我们带来丰富的知识，使我们在面对陌生的世界的时候不至于惶恐不安，还在于它能帮我们认识自己，让我们的人生充满安宁祥和。

## <<禅生花>>

### 内容概要

意林杂志社推出的《意林》已经成为一本人生导航、解秘心灵、激励斗志、探索生活的杂志。它生动、可爱、真挚而诚恳。

读《意林》是一种人间享受。

打开它，你能寻觅到人生的意义，感受到人间的友善，找到生活中的乐趣。

它是一本有品味，值得信赖，不可多得的好杂志。

《禅生花》为“意林卫生间口袋书”之《禅生花》。

## &lt;&lt;禅生花&gt;&gt;

## 书籍目录

Chapter 1 沉静如水人生没有什么事是重要的此刻的富士的黎明发呆的美好太美的东西不敢碰人分三界富有生命人生拿趣味做根柢小S的幸福课没人比你好，你也不比别人强我们如此幸运而不知我爱三毛浪迹天涯对人生从一而终幸福“折”人穿袜子Chapter 2 心不留影放弃蜗居去听海拥有法国不需要华服修心头衔一切皆流，一切皆变易中天的幸福哲学呼吸的伟大力量我们眼中的垃圾和美好四马人生的“三层楼”如果你没有了我一声鸟或一堵墙莫须有的忧伤和恐惧你不要挤马车杯子与水采访上帝至少再活6天做一个“有意思”的人下山才算成功遇见Chapter 3 泰然处世麝月不争转念之间一粒种子，掉进一个缝里车轮与陀螺心灵需要水来灌溉没有谁是天生暴躁知足常乐讲话是修行闭上眼睛心是一把铁勺美貌从何而来太阳与月亮心灵在纸上行走Chapter 4 开启灵魂“观心”的哲学静默而奔放爱的圆规懂自己五月，一杯淡雅清茶阳光每天都来拷问灵魂的独自听到灵魂在微笑从脚底的破洞说起塔圣经密码静候死亡Chapter 5 优雅生活优雅地活着死亡真心祈祷你简单，世界就简单悲鸟时间不抱怨开心是最好的补药幸福的真谛心灵的空间空间与情感流转开启心灵的后窗一眼望得到尽头的人生国王的秃头Chapter 6 情花禅那些年轻羞涩的日子最蠢的“我可以吻你吗”爱的小夜曲真爱难求，你还高傲年华离去，后会无期80岁的女朋友锡尤尔骚河少年爱情不是奇遇亲爱的，没有比你更美好的事物了浅喜深爱谁是你拿来爱的人王谢谢你曾爱过我他的眼睛不再望你与其死去活来，不如静静相爱Chapter 7 生之壮美一条骄傲的咸鱼无法躲藏我不是千里马每一个90后都在寻找最好的自己每天豁然开朗100次“胆小鬼”创造《盗墓笔记》传奇小龙虾的竞争机制曾国藩在狱中人生巅峰无回声等死模式与穿越模式伟业如何建立生之壮美非洲神医我只是坐标我所认识的白岩松生活是自己的

## &lt;&lt;禅生花&gt;&gt;

## 章节摘录

《我爱三毛浪迹天涯》 陈鲁豫 我真的是非常喜欢三毛。

我从没有崇拜过任何人，但对三毛的欣赏大概已接近崇拜。

初二那年的某一天，班里的同学开始疯狂传阅一本薄薄的小书：红色的封面上有着骆驼和残阳的图案，书名叫《撒哈拉的故事》，友谊出版社出版，作者的名字单纯好记，三毛。

当时我们班53个人几乎都在排队等着看这本书，当它终于传到我的手上，书页的边边角角已卷了起来。

我至今记得翻开扉页看见三毛的照片时内心的那份羡慕和震动：三毛身穿大红色长裙，梳着辫子，脚上没有穿鞋，只套着洁白的毛袜，慵懒地席地而坐。

我不能肯定那本书是不是盗版，反正照片的质量并不好，三毛的脸看起来有些模糊。

可我还是无法抑制地被照片上的这个女人吸引，我觉得她是那么sophisticated（深不可测），那么优雅、纤细和富有。

那是我平生第一次由衷地羡慕一个人，并且想知道有关这个人的一切。

那时正是课间10分钟，我捧着书恍惚地沉浸在自己的世界里，对着扉页里三毛的照片发呆。

那种凝视好像是要穿透书页一直看进这个女人的内心世界。

三毛脸上的表情是淡淡的，嘴角有一丝不易察觉的微笑，那微笑很无辜但又极具诱惑力。

这个女人太清楚自己的魅力了。

她不美，但她有着致命的吸引力。

在我13岁的某一天，三毛就是这样走进了我的生活。

我觉得我读懂了她笑容背后的潜台词：我把我的大门打开了，一你能看到一部分我的世界，但你进不来。

整整10分钟，我就那样呆坐在课桌前。

接下来是英语课。

这通常是我大显身手的时候，那一堂课我却一言不发，身体紧紧贴住课桌，左手扶住摆在桌面的英语书，右手放在桌子里，手心汗津津地粘在那本《撒哈拉的故事》上。

英语老师觉得我和平时不大一样。

往常上课，我总是举手要求回答问题最积极的一个。

有时老师为了鼓励更多的同学在课堂上勇于发言，甚至会假装看不到我高举的右手。

而这堂课，我安静得有些反常。

当全班朗读课文的时候，老师特地走到我身边，弯下腰轻轻地问我：“你生病了吗？”

我冲老师笑了一下，摇摇头，开始大声地念课文。

那一天在恍惚中度过。

下午第二节课结束的铃声一响，我几乎是伴着老师“下课”两字从座位上一跃而起，抓着早就收拾好的书包冲了出去。

我归心似箭，自行车骑得快要飞起来了。

我要赶紧回家，好舒舒服服、踏踏实实地看《撒哈拉的故事》。

那时我家住在4楼，马路一边的墙上有一个小小的窗户，每到傍晚时分，总能看到窗外有一群鸽子飞过。

当我合上《撒哈拉的故事》抬起头，正好看到那群鸽子，而爸爸已经叮叮咣咣地在厨房准备晚饭了。屋子里有些昏暗，我一动不动地坐在面向小窗的沙发上，心里有一种压抑不住的冲动想要浪迹天涯。

从此，留学成了我的梦想。

我渴望到国外过一种精彩、艰苦但又富足的生活，就像三毛那样。

一个晚上，《撒哈拉的故事》我翻过来掉过去地读了近10遍，书中的内容几乎倒背如流。

第二天，我如约把书交给了排在我后面的同学。

书还了，但三毛成了我的精神偶像。

心灵小札 三毛作为流浪的代言人，充满着漂泊的自由气息，贾平凹为她写序的时候说过这样

## &lt;&lt;禅生花&gt;&gt;

的话：三毛不是美女，一个高挑着身子，披着长发，携了书和笔漫游世界的形象，年轻坚强而又孤独。三毛对于大陆年轻人的魅力，任何局外人作任何想象来估计都是不过分的。

《对人生从一而终》 周国平 我听见许多人埋怨自己的人生，那口气就像埋怨死不肯离婚的结发妻子。

他们埋怨命运的捉弄，错误的结合，失败的努力。

如果可以，他们宁肯和别人交换人生。

在他们眼里，人生如同老婆，也是别人的好。

我想起巴尔扎克笔下的一个女演员的话：“人生是件衣裳，脏了就洗洗，破了就补补，你好歹得穿上它！”

“我说得稍微文雅些：人生是个对我们从一而终的女子，我们不妨尽自己的力量打扮她，塑造她，但是，不管她终于成个什么样子，我们好歹得爱她！”

每一个人的人生都只有一次，奥斯特洛夫斯基选择了这样度过：当他回忆往事的时候，不因虚度年华而悔恨，也不因碌碌无为而羞愧。

在临死的时候，他能够说：“我的整个生命和全部精力，都已献给世界上最壮丽的事业——为人类的解放而斗争。”

我们又该怎么样选择呢？

《幸福“折”人》 宋宗桃 人生必须戒满戒盈，留有余地。

正如俗语所说的那样，福不可享尽，势不可使尽，心机不可用尽。

为此，不妨仿效商品打折销售的方法，做个“折”人。

干劲打一折。

不要满负荷工作，俗话说健康是金，但是工作和健康二者又不可偏废。

人既不可为了健康不工作，也不能拼命工作而牺牲健康。

有道是会休息才会工作，所以一般情况下，应该在疲劳之前就休息。

注意，一定要记住，是在一般情况下。

吃饭打二折。

俗话说，饭吃八成饱。

吃饭不要全吃细粮，要做到“细中有粗”，控制肉鱼荤腥。

承诺打三折。

俗话说轻诺寡信。

当然，对人一定要讲诚信，但不能说大话、空话，更不能说假话。

为了不失信于人，即便很有把握的事，也要忌口满。

更不能碍于面子就随口答应。

教子打四折。

要与子女交朋友，平等交流。

在给予他们必要关爱的同时，注意身教，教授知识不要“灌”，要注意引导、启发他们独立思考，并留给他们自由活动的空间和时间，让他们从自我的角度认知世界。

酒色打五折。

俗话说纵欲伤身。

酗酒、纵欲往往招灾惹祸，起码是损害健康，适当控制益处多多。

为啥要打五折？

因为它们都是跷跷板，不妨“左”一点，宁缺毋滥。

夸人打六折。

现代新观念提倡赏识教育，多看别人的优点，少说别人的缺点。

但是夸奖人也不能不顾实际，虚情假意，更不能怀有不良动机谄媚别人。

夸人时既要做到对别人是一种鼓励，又要不损害自己的人格，所以还是要“吝啬”一点。

评打七折。

自我评价时虽然说应该实事求是，但毕竟是“自己称自己”，总不免偏爱的成分多。

## <<禅生花>>

所以，纵然觉得自己十分好，也不要太相信自己的感觉。

别人说好才是好。

“小广告”打八折。

街上散发的小广告，啥牛都敢吹，啥愿都敢许，啥屁都敢放，除了那张纸是真的，别的都是假的。

听赞扬打九折。

爱听好话是人性的弱点，自己当然不会例外。

当别人赞扬你的时候，就像狐狸赞扬乌鸦有美丽的歌喉那样，十之八九是有求于你或者是要给你下套的时候。

这时候你就得提高警惕，这只耳朵进那只耳朵出，一笑了之。

不良嗜好打十折。

赌博、吸毒、嫖娼等不良嗜好，是社会的癌症，坚决不能沾，就是吸烟，也要坚决杜绝。

最后，还必须强调，人生不是什么都可以打折的。

理想、信念一定要像磐石那样坚定。

特别是忠孝，一点折都不能打。

心灵小札 水满则溢，月满则亏。

凡事欠三分是一种智慧，它能让你无论身处什么境地都能保证游刃有余，有一定的转圜的余地。

《穿袜子》 佚名 我儿子四五岁的时候，总爱反着穿袜子，有时帮他吧袜子好好地穿上，他还要自己脱下来，再翻个面穿上去。

有一次我生气地问他：“你为什么总要反着穿呢？”

线头露在外面，多难看！

” 没想到他竟理直气壮地说：“袜子是我在穿，不是穿给别人看的，线头在里面，会使我的脚不舒服，我当然要把袜子翻过来！”

” 这虽是童言，但也有真意。

古人说：“人实役物，非物役人。”

” “画为娱己，不为娱人。”

” “画乃吾自画，书乃吾自书。”

” 不是同样的道理吗？

心灵小札 袜子是穿在自己脚上的，舒不舒服只有自己知道。

人生也是这样，如人饮水，冷暖自知。

别人永远只是观众，自己生活的苦乐，只有自己在承受。

为了自己而活，为了自己的快乐而活，因为人生是自己的。

<<禅生花>>

媒体关注与评论

《意林》——意味深长，林林总总的小故事。  
会令你受益匪浅。

——著名演员姚晨 一篇短短的文章，一个深刻的道理，无数个文字背后，蕴含着深深的感动，感谢《意林》，给我惊喜！

——著名主持人、演员曹颖 《意林》一则，开心一生。

——著名相声演员郭德纲 用心品味，《意林》生活。

——跳水王子田亮 每次翻看《意林》，总是会被打动，禅意的芬芳、古典的浪漫、人性的善、光阴的花朵……我都会慢慢欣赏，当然，有自己的文章会更喜欢，智慧与温馨并存，朴素与华丽共舞，我喜欢《意林》，的原因很简单——它是一朵朴素的小花，开着，温暖着我们红尘中的心。

与它的情缘，我愿意是一世。

——著名女作家雪小禅 光怪陆离的世界里尚留有一片《意林》，让我们早已疲惫的身躯和心灵得以驻足停歇。

——著名演员、主持人、金钟奖影帝邱心志



<<禅生花>>

编辑推荐

一则故事改变一生！

每一个生命的到来，都是地球造化的奇迹；每一段生命的轨迹，都是一曲高昂的颂歌。

小故事大智慧，小幽默大道理，小视角大意境。

《禅生花》为意林杂志社推出的精品图书，既承袭《意林》杂志的励志核心，又拓展全新的阅读领域，以原创为根本，扶植新人，是一本引领多元化主题阅读新潮流的心灵读本。

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>