

<<放下>>

图书基本信息

书名：<<放下>>

13位ISBN编号：9787212055875

10位ISBN编号：7212055875

出版时间：2012-9

出版时间：安徽人民出版社

作者：释然 编著

页数：234

字数：194000

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>

## <<放下>>

### 内容概要

每一个人都背负着沉重的生活，茫茫的未来无可预知，压力不断增大，人们的心理承受能力却日复一日地减小。失落、孤独、痛苦、困惑都在日复一日地加深，多少人整日里抱怨重重，又有多少人消极厌世，原本纯净的心灵被蒙上一层又一层厚厚的灰尘。在这里，让禅用清透明晰的故事告诉人们处世的智慧，帮助人们祛除心灵上的尘垢，放下心灵的枷锁，回归宁静的自在世界。

<<放下>>

作者简介

释然，当代著名高僧，曾著有《谈佛说禅悟人生》《花间一枝禅》等书。

<<放下>>

书籍目录

仁爱篇 宽容是最高贵的慈悲  
放宽你的心  
铜镜里的人生  
宽容是无声的教育  
让心中充满光明  
天堂与地狱  
合作才能“双赢”  
去除心中的枷锁  
心怀仁爱便无敌  
找到生活中的天然随性  
参悟篇 百年修得菩萨心  
绕过思维的弯路  
晒躯壳的人  
参悟菩萨境界  
什么才是“我”  
找回迷失的本心  
跳出生命的圆舞曲  
岁月无情人有心  
佛心难得  
“不说破”的力量  
今天你行动了吗？

路上的风景  
一宿觉  
自在篇 珍惜现世的幸福  
活在当下  
寻找你的真心  
泥中也有莲花  
世间最珍贵的东西  
藏在心里的宝藏  
品尝人生百味  
给心灵留下转身的空间  
不能打折的人生  
活出生命的味道  
太好了！

心中有佛光  
找到未知的本性  
超越篇 一念放下便成佛  
停下欲望的脚步  
你从哪里来  
放下心灵的烦恼  
金钱里的乾坤  
金钵里的生死欲望  
只偷一次的财富

<<放下>>

扔掉手中的救命稻草  
佛说吉祥草  
瓦瓮中的珍珠  
真正的无价之宝  
放下手中瓶  
解开人生的链环  
修行篇 莲座上的忘忧岛  
菩提本无树  
剪除内心的杂草  
苦海无边，快乐为舟  
怎样才能成佛  
百年如同一梦  
修行重在修心  
不能说出的真相  
做一个“活”的佛  
忘我的境界  
禅即生活  
补好品德上的“破绽”  
智慧篇 禅意生活处处心平  
幸福是一颗平常心  
金刚不坏身  
习惯的秘密  
向上的阳光没有阴影  
拨火悟道  
让自己快乐，也让别人快乐  
难得有良师  
大智与大愚  
不要吝啬你的赞美  
真名士与不语禅  
不要为打翻的牛奶流泪  
生命的长度

## &lt;&lt;放下&gt;&gt;

## 章节摘录

放宽你的心白隐禅师一个人过着平静随和的生活，人们都说他为人纯洁，心地善良。

有一次，白隐家附近的一个女孩还没有结婚就怀孕了。

她的父母知道这件事情后非常生气，逼着她说出孩子的父亲是谁，并且发誓要严惩那个不知羞耻的人。

那个女孩死活也不肯说，在父母的逼迫下，她承认孩子的父亲是白隐。

那个女孩的父母怒火中烧，前去找白隐理论，说：“平日里以为你是一个品德高尚的人，没想到你居然做出这样的事来！”

既然做了，就出来承认，收留自己的孩子。

“白隐只说了一句话：“是这样的吗？”

“然后就答应收留那个孩子。

孩子出生后，白隐负责照顾他。

他从邻居那里得到了牛奶、食物和孩子所需要的一切东西，尽自己最大的努力来照顾那个孩子，不管别人用怎样的眼光来看他。

邻居都尽全力来帮助他，没有一个人相信白隐是那样的人，但是闲言碎语是少不了的。

时间已经过去一年了，那个孩子的妈妈因为无法忍耐思念孩子的苦痛，将真情告诉了她的父母

亲——原来孩子真正的父亲是一个贫寒的年轻人，他们相爱已经有很多年了，因为害怕父母不承认这个女婿，所以才做出那样的事来。

事情发生后，女孩因为害怕而不敢把真相说出来，就欺骗她的父母，说那个孩子的父亲是白隐。

女孩的父母知道真相后，痛斥自己女儿不该说这样毁人名声的假话，然后立刻去找白隐，并把事实的真相告诉他，向他表示深深的歉意，请求他的宽恕，然后要求把孩子带回去。

白隐把孩子送还给他们说：“是这样的吗？”

“白隐禅师还是只有这样一句简单的话，没有提任何关于这一年来蒙受的不白之冤，还有照顾孩子所受的艰辛。

世间能置个人利害得失于不顾者又有几人？

在蒙受不白之冤时，你究竟能够沉默多久？

这就看你的心胸有多宽大了。

人无完人，要善于宽容别人的过失。

有一次，道吾禅师问云岩：“观世音菩萨有千手千眼，请问你，哪一个眼睛是正眼呢？”

“如同你晚上睡觉，枕头掉到地下去时，你没睁开眼睛，手往地下一抓就抓起来了，重新睡觉，请问你，你是用什么眼去抓的？”

“道吾禅师听了之后，说：“哦！”

“师兄，我懂了！”

“你懂什么？”

“遍身是眼。”

“云岩禅师一笑，说：“你只懂了八成！”

“道吾疑惑地问：“那应该怎么说呢？”

“通身是眼！”

“逆境来时顺境因，人情疏处道情亲。

梦中何必争人我，放下身心见乾坤。

——《净宗要义》&hellip;&hellip;

## <<放下>>

### 媒体关注与评论

活着、经历着、坚持着，本就是多么的可喜。

人生就是一场艰难的跋涉，我们总要经历各种各样的苦痛折磨，没必要将苦处放大，也没必要怨天尤人。

放下心中负累，生活从没有拖欠过我们任何东西，不用总哭丧着脸。

世界很大，风景很多。

喝杯咖啡不加糖，品品苦滋味。

——延参法师

<<放下>>

编辑推荐

以清心之笔写下禅意人生，用温柔之姿俯瞰人世悲欢。  
云水禅心，自在为美。



<<放下>>

#### 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>