

<<佛心禅语悟人生>>

图书基本信息

书名：<<佛心禅语悟人生>>

13位ISBN编号：9787509003251

10位ISBN编号：7509003253

出版时间：2008-5

出版时间：穆子青 当代世界 (2008-05出版)

作者：穆子青

页数：236

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>

## <<佛心禅语悟人生>>

### 前言

世尊灵山拈花，迦叶会心一笑。

禅，就在这拈花微笑之间诞生。

及至后来，达摩东来，一苇渡江，初创宗门；六祖慧能，作狮子吼，一花五叶。

禅，以其独特的思维方式，人生目标，价值追求，尤其是其不拘一格的机锋，涤荡着世人浮躁的心灵，使愈来愈多的人得以摆脱烦恼的纠缠与束缚，蓦然回首处，寻找到那内在本自具足的宁静与祥和...

...禅，打破了时间与空间的限制，消弥了自我与外物的区分，因而在当下间便可妙用无穷：如明灯，驱散内心的蒙昧；像甘霖，滋润干涸的心田；似妙音，抚慰躁动的思绪；是醍醐，开启无穷的智慧。

它平常、平淡、平和，而又自然、泰然、超然。

它不离方寸之间，却又可横超三界；可以摧伏魔军，却又如坐看蓝天白云一般自在和逍遥。

那么，禅又从何处得来？

禅不是出家人的专利，也并非深山古庙、黄卷青灯才能得到。

“佛法在世间，不离世间觉”，对禅而言，更强调一种思维方式，更强调一种人生态度，更强调的是我们的境界与见地。

因此，诚实是禅，大度是禅，无伪是禅，乐观是禅，空灵是禅，含蓄是禅，清淡是禅，超越是禅，信任是禅，关怀是禅，适度是禅，和谐是禅。

满目青山是禅，苍茫大地是禅，绵绵细雨是禅，潺潺流水是禅.....行住坐卧，皆带禅意；时时处处，堪悟人生。

红尘滚滚，众生芸芸，我们身处俗世，面对的诱惑太多，承受的压力太大，难免会心力交瘁，苦不堪言。

更何况有的人对名耿耿于怀；对利斤斤计较；对食挑三拣四；对色不知节制，自己早已为物所役，成了生活的奴隶。

俗世的烦恼搅得我们身心烦躁，坐卧不安，又怎么可能以积极的心态对工作，以友善的微笑对朋友，以深切的关怀对家人，以感恩的想法对人生呢？

因此，我们在生活中其实是需要一点“禅味”的。

我们不可能也没必要大彻大悟，但我们可以而且也应该做一个快乐的人，一个洒脱的人，一个自在的人，一个不为物役的人。

在生活的某个当下，脑海之中灵光一现，然后豁然开朗，感到放松与超脱就足够了。

真的，这就足够了，因为这就是禅的境界。

本书以佛心禅语为着眼点，主要选取了比较有代表性的禅的故事，分别从平常境界、自在境界、旷达境界、顿悟境界、自识境界、锤炼境界、中庸境界、智慧境界、快乐境界等方面进行展开。

故事喜闻乐见，语言简洁清新，含义隽永，回味悠长。

有一首禅诗说：春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪。

若无闲事挂心头，便是人生好时节。

愿本书如春花，使您心旷神怡；如秋月，使您若有所思；如夏风，使您清凉酣畅；如冬雪，使您惬意安详。

茶余饭后，亦是学佛道场；品之读之，自然有所体证。

书中谬误之处在所难免，敬请批评指正。

## <<佛心禅语悟人生>>

### 内容概要

我们在生活中其实是需要一点“禅味”的。我们虽然不能大彻大悟，但我们可以而且也应该做一个快乐的人，一个洒脱的人，一个自在的人。在生活的某个当下，脑海之中灵光一现，然后豁然开朗，感到放松与超脱就足够了，因为这也正是佛的境界。

本书以佛与禅的故事为着眼点，分别从平常境界、自在境界、旷达境界、顿悟境界、自识境界、锤炼境界、中庸境界、智慧境界、快乐境界、幸福境界等方面展示佛禅中蕴含的人生哲理。其中有日常生活的针砭之言；有令你清醒的警句；有生命世界的道理。愿本书如一滴甘露，能净化你疲惫的心灵，尽除你内心的疑惑，荡涤你心中的尘垢，滋润你干涸的心田，使你拥有一个自在的心灵。

## &lt;&lt;佛心禅语悟人生&gt;&gt;

## 书籍目录

前言平常境界1.用心感受生命,发现平凡生活的真义 / 22.不执著于得失,平常心是悟道之本 / 33.心无杂念才能拥有一颗真正的平常心 / 44.只有心无外物才不会被世事所迷惑 / 65.无论在何时何地,都应克服过分的虚荣心 / 76.每个人都是独特的自己,没必要和别人比较 / 97.必要时,放下才是解脱之道 / 108.勿偏执一方,中道生活 / 129.容纳一切,超越一切 / 1310.不让内心被事物的表面现象所左右 / 1411.荣的任它荣,枯的任它枯 / 1512.彻见性情,自达圣境 / 1613.做人能达到心静的境界,就不会迷茫 / 1714.领会事物的本质,悟见自己的本来面目 / 1915.施恩未必图报,天天都是好日子 / 2016.淡泊名利,无所欲求 / 21自在境界1.身在局中,心在局外 / 242.感悟人生,与美好的自然融为一体 / 253.真情随意地生活,一切都自在 / 264.内心宁静才享受怡人景色 / 285.任其自然,世间没有永恒的事物 / 296.心境恬淡,绝虑忘忧 / 307.认清自己,不能超脱就做个平常人 / 318.心无杂念,凡尘也会变成天堂 / 339.活得投入,不在乎命运的刻意安排 / 3410.内心清净的人,做事只求适应自我本性 / 3511.名利就像一只皮箱,要拿得起放得下 / 3612.调整心情,随缘适意 / 3813.每个人都能制造幸福,都能与人友好相处 / 3914.过分客气是虚假的表现,繁琐礼仪是多余的形式 / 4015.不让世俗的标准束缚自己 / 4216.不把人生掌握在别人手中 / 4317.不做权势的奴隶 / 44旷达境界1.豁达的人心大、心宽 / 482.聒噪不如沉默,息谤得于无言 / 493.要真正帮助一个人,就要有容忍庸俗的气度 / 504.有些事要认真,有些事不必太认真 / 525.养心胜于治病 / 536.征服别人不能靠拳头,要靠智慧 / 547.批评你的人,是你的亲人和朋友 / 558.你的心是怎样的,你就会看到怎样的人生 / 569.善待别人就是善待自己,伤害别人就是伤害自己 / 5810.不念旧恶,以德报怨 / 5911.学会把美好的事物与人一起分享 / 6012.自制是一种境界,忍辱才能负重 / 6113.不虑饥寒,不知名位 / 6314.生死成功,一任自然 / 6415.放下架子,坦诚做人 / 6616.眼盲心不盲,助人即助己 / 67顿悟境界1.命从心生,运由心转 / 702.跨越人生的败点 / 713.不人云亦云,被别人牵着鼻子走 / 724.学习知识和掌握本领,需要自己去领悟 / 745.心虚意净,明心见性 / 756.生命的长度,只在呼吸之间 / 777.自我就是佛,佛就是自我 / 788.罪孽本空由心造,心若亡时罪亦无 / 809.敢于承认错误,不为自己开脱 / 8110.做错事不可怕,可怕的是否认自己做过 / 8211.死水不藏龙,兴云不吐雾 / 8312.在生活中慢慢积累,水到才能渠成 / 8413.文字只是工具,理解它靠的是心 / 8614.以无胜有,以不变应万变 / 8815.舍弃贪欲,自我解脱 / 8916.积极调整心态,做人生的赢家 / 9017.每个人都能自救,每个人都是一座宝藏 / 9118.种瓜得瓜,种豆得豆 / 92自识境界1.逃避责任和义务生命就没有任何价值 / 962.人生就是奉献和付出,没有付出哪来收获 / 973.责任让弱者变强,让强者更强 / 994.相信自己,做自己的主人 / 1015.命运在自己的手中,信念决定一生 / 1026.不思进取的人,生命对他是一种惩罚 / 1037.把命运转换成使命,做自己想做的事 / 1048.得意炫耀,是无知的表现 / 1069.你就是一颗珍贵的明珠,你要相信自己 / 10810.秉持本色,不要模仿别人 / 11011.认清自己,知道自己适合干什么 / 11112.挖掘自己的潜能,你就是最好的 / 11213.扔掉身边的拐杖,依靠自己成大事 / 11414.有的时候,劣势也能变成优势 / 11615.投入社会,实现生命的价值 / 11716.责任感越大,成就也越大 / 11917.自己获益,让他人获益 / 12018.不要把生命浪费在会后悔的地方 / 12119.活在当下,让生命流光溢彩 / 123锤炼境界1.在风雨中历练自己,敢于向困难挑战 / 1262.接受锤炼,生命才能茁壮 / 1283.活在掌声中的人,经不起考验 / 1294.即使有可凭借的优势,也须保持冷静 / 1305.遭遇逆境和挫折都要抬起头来向前走 / 1326.放弃跟对手硬拼,全面增强自身实力 / 1347.只要去努力,就没有克服不了的障碍 / 1358.人生没有真正的失败,意志坚强终会成功 / 1379.耐心比信心重要,不妨等到第二个春天 / 13910.对自己的信仰充满热情,就会创造奇迹 / 14111.学会将目标分解,一步一步来 / 14312.找到一个新起点,从头再来 / 14413.该今天完成的事,就不要拖到明天 / 145中庸境界1.先懂低头,然后才能出头 / 1482.对人尊敬,就是庄严自己 / 1493.做人要谦虚,不要骄傲 / 1514.做事应论是非,不能论利害 / 1525.与人打交道,不同的人不同的对付方法 / 1536.保持冷静,以平和制怒 / 1557.劝告朋友也要讲究方式 / 1568.刻意猜测别人是错误的 / 1589.为人处世切忌锋芒毕露,争强斗盛 / 15910.有时候,小人也要当君子养 / 16111.结交比自己强的朋友,结交有学问的朋友 / 16212.善恶兼容,能忍者自安 / 163智慧境界1.调和矛盾时,直接规劝不如委婉表达 / 1662.打破思维定式,解除心理枷锁 / 1673.不要用小人之心度君子之腹 / 1694.墨守成规的人,永远打不开成功的大门 / 1705.明确谁是竞争对手,奋斗才不会偏离方向 / 1726.只有思路开阔,才不会钻牛角尖 / 1737.一叶障目,不见森林 / 1748.人无远虑,必有近忧 / 1759.

<<佛心禅语悟人生>>

胜利者不是技巧最好的人，而是最肯动脑筋的人 / 17610. 宝物要知道善加利用，不利用就是废物 / 17711. 不盲从，从实际出发考虑问题 / 17912. 别拘泥，有时手段可以超越常规 / 18013. 沉默是金，君子讷于言而敏于行 / 18114. 脚踏实地，欲速则不达 / 18315. 跑得快不如长个好脑袋，学会在创新中发展 / 18416. 当直言难以奏效时，正话反说将有更大效果 / 18517. 无论干什么事情，都要掌握正确的方法 / 18618. 谨慎小心，不要鲁莽行事 / 188. 快乐境界1. 无事是最大的快乐，是最大的幸福 / 1902. 烦恼由心生，不想自然无 / 1913. 不操闲心，不说闲话，不管闲事 / 1924. 不要让眼前的事物蒙蔽心灵 / 1935. 世上一切牵绊，都是忧虑和烦恼 / 1956. 在平淡中追求快乐 / 1967. 生气时转移注意力 / 1978. 学会给自己减压 / 1989. 自珍、自爱、自敬、自重 / 20010. 正确对待环境，正确对待内心 / 20111. 功名如粪土，富贵如浮云 / 20212. 寸金难买寸光阴，生存就是最大的快乐 / 20313. 远离尘世，好心情比什么都重要 / 20414. 快乐没有统一标准，更没有可比性 / 20615. 快乐源于自身，你想快乐就会快乐 / 20716. 蔑视困难的人，在黑夜中也会露出笑容 / 20917. 打开心灵之窗，高唱快乐之歌 / 210. 幸福境界1. 财富可以证明价值，财富跟着爱心来 / 2142. 世界是互动的，接受爱时别忘给人关爱 / 2153. 慈悲和关爱让迷途者知返 / 2174. 父母对儿女的爱，是任何人也无法替代的 / 2195. 宽容是美德，是爱的最高境界 / 2206. 爱别人就是爱自己 / 2227. 友善地接纳别人，你的人际关系必能和谐 / 2238. 凭良心做事，不留遗憾在人间 / 2249. 讲禅话、听禅音、做禅事、用禅心 / 22510. 己所不欲，勿施于人 / 22711. 宽恕别人也能拯救自己的灵魂 / 22812. 舍己为人，会获得别人的尊重 / 22913. 善待他人，不忘感恩 / 23114. 夫妻是前世修来的缘，要互相珍惜 / 23215. 享受生活，拥有的就是最好的 / 23416. 仁爱胜于聪明，它让世界充满感动 / 236

## &lt;&lt;佛心禅语悟人生&gt;&gt;

## 章节摘录

4.内心宁静才享受怡人景色一天，百丈怀海陪着师父马祖道一在河边散步。河边水草萋萋，河虽不宽，但那平静的水面衬着河边的树林成了一幅美丽的风景画。师徒两人一边散步，一边欣赏着周围的景致，体悟自心的真常。突然，一群野鸭子飞过，发出嘈杂凌乱的叫声，打破了片刻的宁静和安详。师徒的讲话也都停止了。正沉醉在宁静的自然中的百丈怀海猛地抬起头来看着天空的野鸭子，马祖心中仍然沉醉于自己心中那份宁静。但他想知道自己的弟子最近参悟的功德如何，于是就问百丈怀海：“是什么声音？”怀海答道：“野鸭子的叫声。”马祖心中一叹，没有说话。怀海见师父不再发问，也紧跟在后面，静静地走着。过了好久，马祖又问百丈怀海：“刚才的声音哪里去了？”怀海答道：“飞过去了。”马祖就停下来，说道：“并没有从你的心上飞过去吧？”先祖师有言：事如春梦了无痕。你现在心中还记着，看来你的心中痕迹太重呀！”怀海感觉很是惭愧。自从六祖那首著名的偈子出现后，尘埃几乎成了心中迷误和心灵耽于外物的代名词。佛心禅语尘埃虽小，却容易阴蔽在深处。尘世中的人们对过去的事情更要“事梦了无痕”，及时扫去心头的尘埃，让内心得以解脱。只有内心宁静的人才能享受清风下的花朵随风摇曳的飘然洒脱，雪夜中的月光逐云辉映的明朗清宁这种怡人的景色。

5.任其自然，世间没有永恒的事物夏季暴雨过后的一天，佛陀和他的侍者走在路上。中午时分，太阳格外强烈，佛陀饥渴难耐，便对侍者说：“你到前面看看有没有河流，去弄些水回来。”侍者于是拿着盛水的容器去了。走了没多久，他很快就找到了一条小河。但是他刚走到那里，却发现河面上漂着不知从哪里来的杂草等，河水浑浊不堪。“这怎么喝呢？”于是他就转身回去了，告诉佛陀说：“河上漂着许多杂物，不能喝了，还是找条小溪吧！我听说前面就有一条小溪，溪水非常清澈。”佛陀说：“我们离这条小河近，而且我现在口渴难耐，就别再去找前面的那条小溪了？你还是再去一趟刚才的那条小河看看吧。”侍者满脸不悦地拿起容器，心想：刚才不是看了嘛！水那么脏，怎么能喝呢？现在又让我去，不是浪费时间白跑一趟吗？佛陀看出了他的心思，说道：“你去了就知道，这次肯定不会白跑的！”侍者只好又去了，当他再次来到那条小河旁边的时候，看到河水是那么地清澈、纯净，那些杂物都不知被冲到哪里了。侍者高兴地捧着装满水的容器，来到佛陀面前说：“刚才还污浊的河流现在却清澈见底，多神奇啊！”佛陀说：“世上的事物就是这样，任其自然，真正禅境。”这个世界上没有任何东西是永恒的，不刻意去改变，也不怨天尤人，顺气自然，掌握自然的规律，你总能得到自己想要的东西。福州罗山道闲禅师去拜会石霜禅师，说：“心灵的知觉已现，却往往会被一大堆纷乱的念头束缚住。在这种起伏不定的时候，我该如何用功呢？”

<<佛心禅语悟人生>>

”石霜禅师回答说：“最好是正视它，直接把各种念头抛弃掉。

”道闲对这个答案不满意，便又去请教严头全豁禅师，问了同样的问题。

严头禅师说：“那狂妄之心该止时便会止，顺其自然好了，管它干吗！”

<<佛心禅语悟人生>>

编辑推荐

《佛心禅语悟人生》由当代世界出版社出版。

<<佛心禅语悟人生>>

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>