

<<禅是一枝解语花>>

图书基本信息

书名：<<禅是一枝解语花>>

13位ISBN编号：9787510426094

10位ISBN编号：751042609X

出版时间：2012-8

出版时间：新世界出版社

作者：谢东

页数：218

字数：240000

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>

## <<禅是一枝解语花>>

### 前言

禅，暖人的解语花 禅，来自梵语“禅那”，即静坐冥想，参悟智慧。相传，有一天，佛陀在灵山上，登座拈起一朵花展示给众人，当时众人都不明所以，只有大迦叶微笑了一下，佛陀当时就说：“吾有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，付嘱摩诃迦叶。”禅就在这“拈花微笑”中诞生了。

禅不是枯燥的佛法教义，而是灵性的解语之花，是一枝懂得我们生老病死之苦、贪嗔痴狂之恶、苦乐悲喜之味的解语花。

当然，禅的解语并不是枯燥的注解，也不是空泛的点评，而是温柔抚慰我们心灵的暖人之语。

当我们自怨自艾时，禅会告诉我们：世间生命多种多样，有天上飞的、水中游的、陆上爬的、山中走的，所有生命都有自己的生存方式和存在价值，没有卑微的生命。

当我们趾高气扬时，禅会告诉我们：“荣华与歌笑，万事尽成空。

”一时的荣华与盛名都只是虚妄的繁影，终究无法阻挡岁月的侵蚀，随流水东去。

不如低下头来，看看低处的风景。

当我们庸庸碌碌，忙于工作、生存时，禅会告诉我们：“戒律是禅，生活是禅，劳动也是禅。

”只有悦纳自己的工作，才能一步步把它做成事业，而不仅仅是一份糊口的差事。

当我们感到无聊、抑郁时，禅会告诉我们：“月影松涛含道趣，花香鸟语透禅机。

”所有的快乐和智慧都在这个“捆绑”我们的红尘里，只要我们愿意睁眼、谛听，自然能收获满心的安宁与欢喜。

当我们为情所困、痛不欲生时，禅会告诉我们：“有缘即住无缘去，一任清风送白云。

”在因缘和合的尘网里，只要我们用心牵好手里的线，自然会有遇见真正属于自己的幸福的一天。

每种际遇，每份感情，每个困惑，每次领悟，每个微笑，每滴泪水……禅，这枝暖人的解语花，都会为我们一一解答，让我们在她的低语里顿悟或者渐悟，重新审视自己和世界，发现自心的空灵轻盈与人生的曼妙美好，从容地到达幸福的彼岸。

## <<禅是一枝解语花>>

### 内容概要

《禅是一枝解语花》由谢东编著。

《禅是一枝解语花》内容如下：

拈花一笑，且随我入禅！

真正的禅无须离世苦寂，智觉圆满的禅者既可以在山林野趣中澄澈心灵，亦可以在车水马龙中坐享世间繁华。

真正的禅无须刻意布施，慈悲为怀的佛陀既可以用三千佛法给人慰藉，亦可以用一个微笑给人温暖。

真正的禅无须执迷经典，幽默洒脱的大师之间不是互试机锋，一较高下，而是彼此共鸣、会心快乐。

真正的禅无须尽日枯坐，多情重缘的高僧修的不是老树昏鸦、枯木寒岩，而是充满灵性、活泼泼的生命。

真正的禅，就是你自己的浅吟低唱痴言妄语……

<<禅是一枝解语花>>

书籍目录

第一章 智慧法门：用佛陀的眼睛看世界

睁眼：留一只眼睛看自己  
谛听：婴儿啼哭是禅音  
明心：没有卑微的生命  
见性：化繁就简任自然  
守拙：晦而弥明，难得糊涂  
惜命：一寸时光，一寸命光  
精进：一种眼界，一种天地

第二章 烹禅煮佛：过色香味俱全的生活

看破红尘，就是走入红尘  
用平常心，做非常人  
不苦不乐，是非不挂心  
生活的圆满在于其质量  
任意生活，随喜不随性  
生活慢慢过：一杯茶喝出一池莲花

第三章 悦纳工作：没有事业的人生不完满

先握锄头，再举镰刀  
心中有钟，才能撞出天籁  
做好本分，让机遇为你留门  
没有方向的飞翔只是姿势  
时无重至，不偷浮生半日闲  
工作宜赶不宜急  
一心一意，才能登峰造极

第四章 善待钱财：让财富给幸福添砖加瓦

佛也说恭喜发财  
财富等身，但别压身  
“拥有”不如“用有”  
你不理财，什么都不理你  
净财的井水虽浅，取之不竭  
幸福不“缺钱”  
安贫乐道，居无求安

第五章 放下负累：别把贪嗔痴装进行囊

欲望的海水越喝越渴  
想抓住的太多，能抓住的太少  
除去闲名，禅师本是和尚  
幸福的本质是实现，而不是占有  
取舍都是为了心的快乐  
轻囊致远，静心久行

第六章 一心走路：用安稳的步伐丈量红尘

出发的理由：让心里的渴望给你方向  
一心走路，才能步步莲花  
不是不关心，只是不动心  
跌倒别急站起，看看低处风景  
不必远眺，彼岸此刻在脚下  
依止自己：每个人都是自己的岛屿

<<禅是一枝解语花>>

第七章 忍辱之心：把倾斜的世界在心头放平

忍是心的雕刻刀  
心不嫉，身无疾  
和你的愤怒缔一个约  
先做牛马，再做龙象  
有辱能忍，才能随意屈伸  
弯腰不是卑微，而是成熟  
宽容无法改变过去，却能改变未来

第八章 逆境试炼：苦难是最好的刻碑石

泥泞的路才能留下脚印  
平静湖面，练不出精干水手  
尊严非席，不可卷起  
装一杯满满的愿心  
置身风雨，自知冷暖  
为人不肯为，成人不能成  
面朝苦海，也有春暖花开  
沸水沉浮，方有茶香

第九章 安宁喜悦：愿一切众生以禅悦为食

心是一片欢喜田  
自然而然，才能自由恣意  
枯荣随意，坐观日落的美丽  
心平意舒，打坐到驴年  
忙着欢喜，没有时间老  
用清净之水养喜悦之心

第十章 厚道是福：一颗善心抵万般机巧

宽厚是一种自我净化  
互相温暖，才不会争吵不休  
给人留余地，自己也宽敞  
一份厚道抵万般机巧  
点一盏暖人却不耀眼的心灯

第十一章 日行慈悲：只言片语皆可布施

片语金箔，皆可布施  
宽心给予，放心接受  
送人玫瑰，手有余香  
让善恶的天平每天左倾  
智慧是慈悲的拐杖  
你重要，他重要，我不重要  
如春风般吹开他人冬眠的良心

第十二章 因缘和合：牵好自己手中的线

最细微的念头都有它的后果  
云水随缘，生命之舟顺水推  
惜缘不攀缘，所以随缘  
和合因缘，牵好手中的线  
今生业已成，何必待来生  
有缘即住无缘去，一任清风送白云

第十三章 慧心幽默：让人快乐可成佛

所有烦恼，一笑了之

<<禅是一枝解语花>>

让聪明变成一种快乐  
像东坡与佛印那样1央乐  
无心而求，尽享人生三乐  
幽死一默，为死亡欢笑

第十四章 佛本多情：参出个活泼泼的生命  
修行，只为修一个活泼泼的生命  
情根深种才是佛  
做“有情”人，惜有“情”物  
多情，花和尚的佛心  
见素抱朴，才是人生至境

第十五章 真爱之美：面朝幸福，春暖花开  
内心简约，幸福才丰满  
情不重，烦恼不生  
放手也是一种爱  
慈悲心源于孝敬心  
撒手离去时满身轻松

第十六章 圆通自在：通融万物自无碍  
自心自悟，人人心中有菩提  
万般带不去，随顺不随俗  
自知之明是条完美的底线  
分别是阻挡视线的大门  
琴弦有短长，音才有高低  
如水智慧，随物赋形  
做快活人，境不转心转

第十七章 翻然顿悟：智慧总在刹那回眸  
成不了佛，因为不承认自己是佛  
读经三千，不如灵心一现  
义玄禅师的棒喝  
喝禅骂祖，烧佛取暖  
信佛从疑佛开始  
一炷清香不如一瓣心香

第十八章 空悟超脱：看破生死始成佛  
生命仿若不系舟  
唯一能抓住的只有空无  
空悟禅音红尘听  
风过疏竹，来去自如  
一切皆空实为样样都有  
纵身大化，不喜不惧  
死亡不过一场游戏

## &lt;&lt;禅是一枝解语花&gt;&gt;

## 章节摘录

看破红尘，就是走入红尘 庐山烟雨浙江潮，不到千般恨未消； 及至归来无一事，庐山烟雨浙江潮。

——宋·苏轼《庐山烟雨》 这是苏轼在临终时留给小儿子苏过的一首偈子。苏轼在结束了长期的流放生活之后，从一个踌躇满志、一心从政报国的慷慨之士，慢慢变成一个从容面对、参透生活禅机的风烛老人。

听说小儿子将去就任中山府通判，他写下此诗。

初看之时，庐山的蒙蒙烟雨，钱塘江了无穷尽的潮汐，如滚滚红尘，令人感慨万千，百感交集却无从说起；等到自己投身社会现实，经历人情冷暖、风雨沉浮，终于归来无事，眼界已超越物相，进入禅的境界后，那烟雨江潮已不是原来的烟雨江潮，而成了佛的意境，禅的风景。

庐山依旧烟雨蒙蒙，钱塘江潮汐还是那样的宏伟壮观，但这烟雨，这潮汐，就是佛，就是禅了。这种真正走入红尘，理解红尘后的禅悟，才是真正的看破红尘。

无相禅师在行脚时，因口渴而四处寻找水源，刚好看到不远处有一个青年在池塘里踏水车，无相禅师向青年要了一杯水喝。

青年以一种羡慕的口吻说道：“禅师，如果有一天我看破红尘，我一定会跟您一样出家学道。

不过，我出家后，不想跟您一样到处行脚居无定所，我会找一个地方隐居，静心参禅打坐，不再抛头露面。

” 无相禅师含笑问道：“哦，那你什么时候能看破红尘呢？”

” 青年答道：“我们这一带就属我最了解水车，全村的人都以此为主要水源。

若找到一个能接替我照顾水车的人，没有了责任的牵绊，我就可以找自己的出路，就可以看破红尘而回家了。

” 无相禅师道：“你最了解水车，如果水车全部浸在水里，或完全离开水面会怎么样呢？”

” 青年说道：“水车的原理是靠下半部置于水中，上半部逆流而转。

如果把水车全部浸在水里，不但无法转动，甚至会被激流；中走：同样，完全离开水面也不能车上水来。

” 无相禅师道：“水车与水流的关系可说明人与世间的关系。

如果一个人完全投身江湖，难免被红尘俗世的潮流冲走：假如完全出世，自命清高，不与世间来往，则人生必是漂浮无根。

同样，一个修道的人，要出入得宜，既不袖手旁观，也不投身粉碎。

” 正如无相禅师所言，出世与入世没有绝对的界限，相辅相成，须臾不可离。

生活中许多人在遇到一些打击与磨难后，变得心灰意冷，情绪低迷，于是不愿继续努力拼搏，甚至生出出世之心。

事实上，真正的看破红尘，就是以平常的心态面对生活中所有的幸与不幸，做到宠辱不惊、怡然自得，这才是人生的真谛。

只有体悟到“悟道前，砍柴挑水；悟道后，砍柴挑水”的自在妙境才能得到充满禅意的真正幸福。

诗人白居易就深谙红尘里参禅悟道之法，他把禅融入现实生活中，用平常心习禅。

他的禅，不是躲到深山老林里，和白云明月做伴；不是抛掷现实，去追寻虚渺的境界，而是在日常习俗中求得适意、自足、忘情；在寻常的日子里求得心灵宁静，以内心的自我解脱，来化解世间的苦闷。

所以，他的诗多为感叹时世、反映民间疾苦之作，语言通俗易懂，却寄寓深刻，流传千古。

真正的禅无须离世苦寂，清净自在的禅者既可以在山水闲趣中澄澈心灵，也可以在车水马龙中坐享世间繁华。

禅花解语：出世求菩提，犹如觅兔角。

用平常心，做非常人 是动是念为二，不动则无念，无念即无分别，通达此者，是为入不二法门。

——《维摩诘经》 平常心，就是不管时空如何变化，不管人情如何转变，始终心情平静，不

## <<禅是一枝解语花>>

为琐事费尽心思，不去钩心斗角，每一天都活得轻松自在，时时都像过节一样兴致高昂。心平气和，才能长养智慧，止于至善；心气浮躁，只会蒙蔽灵台，趋向无明。

在喧嚣世事中，想要保持一颗平常心需要极大的定力和心灵力量。

面对世间的利益纷争，做到无为、无争、不贪、知足，保持对名利的淡泊心，对屈辱的忍耐心，对他人的仁爱心，做好每天当做之事，享受每件事情带来的快乐，自然会有足够的力量来承担生活中的挫折和痛苦，获得更纯粹的幸福。

面对人生，我们要选择闲看云卷云舒、花开花落的心境，选择一种从容自在的人生态度，既要正视生活中的悲欢离合，做到宠辱不惊，也要正确定位自己的人生，做到自在随意。

曾经有一个叫曾会的学士，与珊禅师是多年的好朋友。

有一次学士外出，偶然遇到雪窦禅师，于是写了封介绍信给雪窦禅师，让他到灵隐寺去找珊禅师。雪窦禅师欣然接受，拜别后就继续云游去了。

这一别就是三年，一次，曾会学士因为公事来到灵隐寺。

他突然想起三年前曾介绍雪窦禅师来这里，于是问珊禅师：“雪窦禅师现在怎么样了？”

珊禅师疑惑地说：“没有这个人呀！是不是搞错了？”

曾会学士说：“怎么会搞错呢？我亲自介绍他来的！”

珊禅师派人在寺里上千僧众中找了个遍，可找了一上午，也没有找到这个人。

曾会学士说：“你还记得拿我介绍信的那个人吗？”

珊禅师摇摇头说：“没有啊！我从来没有收到过你写的介绍信呀！”

珊禅师看学士那么着急想找到这个人，便和学士一起寻找，可是找遍寺院，就是不见雪窦禅师的踪影。

直到天快黑的时候，才在一间很破的屋子的角落里找到了正在打坐的雪窦禅师。

曾会学士高兴地喊道：“雪窦禅师！”

雪窦禅师见是曾会学士，也感到十分惊喜，他与珊禅师各自作礼。

寒暄了一阵，曾会学士问道：“三年前我亲笔写的介绍信你给丢了吗？”

为什么不给珊禅师看呢？

害得你住这样的房子！

雪窦禅师从衣袖里取出原封未动的介绍信还给曾会学士，说道：“我只是一个云游的和尚，没有什么渴求，为什么要请人介绍呢？”

雪窦禅师在名利面前保持着最本真的自我，挣脱世俗的诱惑，抛却名利的纷扰，虽默默无闻但终成正果。

很多人在春风得意时容易喜形于色，在沾沾自喜中容易迷失自我，能够始终保持平常心的人总是少数。

而那些心态平和的人在任何情况下都不显山露水，却往往能在不显不露中出头。

生命是一种缘，是一种必然与偶然互为表里的机缘，但有时命运偏偏喜欢与人作对，你越是挖空心思得到一样东西，它越是想方设法不让你如愿。

这时候，痴愚的人往往不能自拔，越想越乱，陷入自己挖的陷阱里；而明智的人明白知足常乐的道理，他们会顺其自然，不强求不属于的东西。

事实上，生活中太多东西是不可强求的，那些刻意强求的东西或许我们终生都无法得到，而那些不曾期待的往往会在我们的淡泊从容中不期而至。

因此，面对生活中的顺境与逆境，我们应当保持随时、随性、随喜的心境，顺其自然，以一种从容淡定的平常心来面对人生的种种悲欢离合。

应知平常即是福，颠沛才是苦。

在生活中看亲情如灯，品人生似棋，执一颗平常的心，持不以物喜、不以己悲的从容态度，是平淡也是浪漫，是无语也温暖的人生境界。



<<禅是一枝解语花>>

宋代无门慧开禅师曾做《颂》诗曰：“春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪。若无闲事挂心头，便是人间好时节。”

这种怡然自得的心境，日日是好日的洒脱超逸，正是非常人的平常心啊。

禅花解语：执著心即魔，平常心是道。

.....

## <<禅是一枝解语花>>

### 编辑推荐

禅，究竟是什么？  
什么是真正的智慧？  
是聪明伶俐，还是大智若愚？  
什么是真正的慈悲？  
是广施钱财，还是面带微笑？  
什么是真正的幽默？  
是令人捧腹，还是让人快乐？  
什么是真正的多情？  
是不恨不爱，还是活泼自在？  
什么，才是真正的禅？

《禅是一枝解语花》这本书，将给你答案。

<<禅是一枝解语花>>

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>