第一图书网, tushu007.com

<<欢喜无所不在>>

图书基本信息

书名：<<欢喜无所不在>>

13位ISBN编号：9787515309101

10位ISBN编号：7515309105

出版时间：2012-8

出版时间：中国青年出版社

作者：亓昕，张大诺　著

页数：188

字数：125000

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

前言

我的出家弟子和在家弟子，在我弘法的事业中，等同重要1 22年前成立佛光会，就是为了让在家信徒在佛法的弘传中扮演更重要的角色，惟有让在家信徒动起来，“法水长流五大洲”的心愿才能早日实现。
赵翠慧就是当时被我拣选的重要佛光种子之一。
当时她旅居温哥华，活跃于华人圈，并担任中华学校校长，温哥华的佛光会在她的一呼百应下快速地成立。
小慧很有人气，走到哪里，围着她说话的人总越聚越多。
她的专长是懂得广结善缘，不吝与人分享，以布施为乐，对别人的困难有求必应。
也因她与人为善的个性，累积了四面八方的好人缘。
可是好人缘、慈悲心也常被有心人利用而不自知。
吃点亏，承担过，她偶有抱怨也能放下。
我交付小慧的任务，她总能动用好人缘去完成；她的好人缘来自能“给”，别人的要求、需求，只要她能力所及，都毫不保留，只要能解决别人的困难，成就别人的梦想，她都全力以赴。
自己能力办不到的，她也会招朋引伴，替别人找关系，直到事情解决。
所以，当她有求于人，别人也就顺理成章地纳受。
她在人脉网络的连结中扩大了自己，缩小了人与人的距离；她在广结善缘、给人欢喜中忘了病痛，这是她成就别人的同时，也成就自己的最好见证。
当我让她接下国际佛光会中华总会北区协会会长的任务时，很多人怀疑她能胜任吗?那么多琐碎会务，她的健康能负担吗?我一点都不担心。
因为我知道，只要她在那个位子，很多佛光人就会来帮她忙，这就是她的功力啊。
她为人热心，不只参与佛光会务，也参与很多社团的活动，出钱出力有声有色。
这些成绩都增添了佛光会的光彩。
她到世界各地的别分院讲演，总让佛光人难忘，因为她口中都赞美，给人欢喜的功夫十足。
小慧在工作中、生活中，把佛光人的四给精神——“给人信心”、“给人欢喜”、“给人希望”、“给人方便”阐释得淋漓尽致，多年来始终如一。
这性格成就别人，也成就自己。
当她的儿女在创业的道路上，各方的力量也就聚集过来，这在证明佛法的圆融贯通。
祝愿小慧这颗佛光种子越发光亮，永续传承。
日前她告诉我，中国青年出版社邀约她将自己的生命体验整理出来，定名为《欢喜无所不在》，并要我为她写一篇序。
确实，就如同这本书一开头对她的描述：“没有痛苦能够打倒她，欢喜已经无所不在。
”她就是这样一位不吝惜用爱、慈悲、热情、欢喜鼓励他人的人。
我乐见其成，并拭目以待，是为序！

第一图书网, tushu007.com

内容概要

台湾佛光山星云大师作序推荐！

这是一个想象力之外的女人，全世界做公益演讲1000余场，宣扬“圆满生命”、“关爱他人”、“正视死亡”，两次濒临死亡，四次大手术，重病六年，许多夜晚咳到凌晨，却安之若素，“健康过生病的每一天”。
她受过巨大伤害，却替伤害她的人偿还债务。
她的夫妻感情曾发生变故，却对丈夫充满感谢，并对丈夫的成就由衷赞叹。
她经历众多的人生打击，每一天仍然欢喜无限，快乐得不得了。

她就是赵翠慧，翠竹慧心，欢喜无所不在。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

前 言 世上真有这样一个女人 亓昕 张大诺
推荐序“四给”精神的传承 佛光山星云
自 序 爱的陪伴 赵翠慧
引 子 没有“小慧”，就没有“心灵史诗”张大诺
第一章　濒死一刻，到底发生什么事？

第二章　濒死体验后，有什么改变？

第三章　15年，她终于知道我对她好
第四章 把怨恨写在沙上，让海水带走！

第五章“借钱也要捐”
第六章 没有响应，我仍然陪伴你
第七章 我们是为了一群人来到这个世界
第八章 善行“前传”
第九章 活着不是奖赏，生病不是处罚
第十章 与亲人讨论及面对死亡
第十一章 人生境遇，再无得失之心
第十二章 天天这么高兴
第十三章 哀伤，该如何化解？

第十四章 关于快乐的秘籍
尾声
附录一 只要她“有”，所有人都“有”
附录二 她是一个想象力之外的人
附录三 赵翠慧演讲实录：生命的学习
附录四 一本如此奇妙而重要的书

章节摘录

第一章　濒死一刻，到底发生什么事？
　北京西郊的一家饭店几乎是小慧阿姨在京的“行宫”，我们的许多采访就是在这里进行的。
它的“优势”是有间开放式厨房，这让小慧阿姨把采访完全变成了完美下午茶，只见她一会儿端出一壶茶，一会儿又“变出”一盘糕点，一会儿又摆好一碟水果，还配备了跟饭店借来的精致刀叉。
当然，最重要的，我们还有一个魅力四射的受访者。
　这一天，我们的主题是“濒死体验”。
　遇到小慧阿姨之前，这四个字如同外星密语般陌生缥缈，直到听完她讲述……诡谲之余让人惊叹生命如此奇妙。
　请先描述一下你奇妙的濒死体验吧。
　第一次遭遇濒临死亡是在1987年，那一次，我做了一个很大的手术。
开刀以后，我看到自己身处一个暗暗的隧道，远处是很强的强光，我在奔跑，跑向那处强光……跑的时候，回头一看，看到大哥匆匆忙忙从一楼跑上来，冲到我的手术室外，不小心还差点摔跤了。
　我看到的另外一幕，是我自己趴在手术台上，像只青蛙一样，看着下面被开刀的人，我不认得下面的人就是自己，但是我能感觉很冷很冷，后来才知道，是医生在用电击的方式在救我……　第二次濒临死亡发生在1999年。
可是那之前的6年，我病得很严重，不停地咳嗽，医生说我得的是肺腺癌。
　最不舒服的时候，连我在打瞌睡，都会“咳咳咳”地咳醒，没有办法休息。
做了核磁共振、超音波扫描……等等很多检查，发现肺上有三个黑点，还有棉絮状阴影。
医生建议进一步切片，可是我已气若游丝，根本没有体力。
我只想回家……　那天晚上，先生在家里帮我拔罐“充气”，不到三分钟，我就受不了了，太痛了。
我说，请你帮我（把罐）剥下来好不好。
结果他剥下来的时候，我就昏过去了……　半夜一点多醒过来后，我想去厕所，当我下床时，就觉得有一个人从我身体里走出去，走路东倒西歪的，走了四五步以后，那个人不见了。
　应该是我自己啊，可是我不会害怕，只是觉得：“有个人这样子就出去……好特别哦！
”便不再理会了，重新回到床上。
到了四点多，我再次起来，又迷迷糊糊去洗手间，然后我看到自己坐在马桶上……我一样不害怕。
我那段时间因为生病常觉得恍惚，会“看到”很多人在等我，尤其是我最爱的外婆，常常坐在我的床边陪着我，我也常跟先生讲述这情况，说起来其实挺吓人的。
　早上8点多，先生看我很累，便问我：“你能不能起来喝果菜汁啊？
”我说：“好啊！
”我走进厨房，先生坐在餐桌对面说：“家里吸管用完了，你自己把杯子端起来喝好不好？
”　我说好，就想端起那个杯子……但我拿不动，我摸来摸去，就是端不起来。
我想：算了吧，头好晕，人好累好累……　我想回到房间去休息。
在回房间之前，先到浴室洗把脸。
在浴室里，一看镜子里的自己肿得跟猪头一样！
眼睛也像猪眼般的单眼皮了……我心想：怎么会这样！
我那美丽的大眼睛不见啦。
于是我就用最大的声音喊我先生，请他来看我，但他没有过来，我还在想：他怎么不肯过来?　（后来我问他，我早上叫你，你怎么都没听见？
他一脸茫然地说完全没有听到，可是我当时觉得自己的声音大极了。
）　他不过来，我只好自己拖着身体慢慢走向床去，一靠到床边，整个人就瘫掉了，就像布偶被丢到地上。
然后我的头就“咚”地一声巨响，身体也不能动了，只有眼珠能转来转去的……　先生很害怕，立刻打电话给我的气功老师询问该怎么办，对方说给我喝温的盐水，可是我不会喝嘛，先生想起家里已经没有吸管了，赶快跑下楼去买吸管……　但我没有气，吸不动。

赶快再请教气功老师，老师要我把脚泡到温的盐水里。
可是我瘫在床上啊，他们必须把我抱起来，我先生把我抓起来背着我，还请楼上的邻居秀美来帮忙，她把水桶拿来，取来粗盐，把我的脚放进温水桶…… 没想到一放进去，我就大喊：“ 烫！
”尽管那是温水，但我还是觉得烫，他们去拿冷水来兑；而他们走路的声音好大，我就说：“ 吵！
”因为我的听觉也改变了，他们走路的声音像放鞭炮一样大声…… 那时我没办法讲很多话，只能单字单字地讲，当我说：“ 吵！
”他们就把鞋子脱掉，但我还说吵，因为本来是劈里啪啦的鞭炮声，当他们脱了鞋子走路时，就像大象在蹦地，震得我也受不了……后来，他们还开玩笑问我，下次你死的时候，我们该怎么走啊？
我说，你们可以用滑的啊。
当他们把水换成冷水时，我还是觉得烫。
无计可施之下，他们只好把我再放到床上去。
这个时候，最神奇的事情发生了，放我到一半的时候，我觉得自己的骨头开始剥落。
我永远无法忘怀，且是第一次碰到这种事情，印象当然深刻。
先从脊椎骨头开始，一块一块，差不多五六块都掉了。
而且，会有震动感，动一下就有“ 啵、啵 ”的声音传出来，一块一块掉到后背上，掉了五六块以后就堆在那里。
我很不舒服，那时，我就用客家话讲了一句：“ 抖一下。
” 我先生就摇了我两下，然后，很清楚地，我的骨头开始裂开……裂到差不多快到胸口了，而我竟然一点都不觉得痛。
他们把我放下后，又盖了很厚的棉被在我身上。
当时是8月份，非常热，我却极冷；他们还把窗户关了起来，连冷气也关掉了，大家都汗流浃背，而我还是冷。
秀美就把手伸进来，摸摸看我有没有暖起来。
到了晚上，我问她：“ 你早上为什么拿刀子割我？
” 她说：“ 没有啊，我只是摸你，看你有没有暖和一些啊！
”可是，当时我感觉好痛呢！
接下来，我的眼泪鼻涕开始流，不停地流，不过，没有流口水哦，眼泪流到耳朵、颈子，甚至连枕头都湿了一大片。
这时候我离开了，是的，我就“ 离开 ”了。
我看到一个人躺在床上，一个人坐在旁边，一个人跪在床前，还有我的管家抱着吸尘器在楼梯那边哭，我还看到我家的院子、花园啊、喷水池啊、游泳池啊，全部都看到了，整个大楼的情形全看到了…… 后来，我醒过来的时候问我的管家：“ 你刚才为什么抱着吸尘器哭呢？
”她说：“ 你怎么知道，那时候你不是死在床上吗？
” 我也不知道为什么就看到了，看完以后，就回到我的身体里。
最好笑的是，有一次我在新加坡演讲，一个小男孩问我：“ 阿姨，你那时候有没有看到人家洗澡啊！
”我说，小宝贝，你不要担心，不会被人家看到啊。
原来，他很介意自己洗澡时，万一有人“ 死掉 ”，就会看到他光溜溜的样子哩！
当我回到身体后，他们说我瞳孔放大，还一直望向远方。
我就说，我没有瞳孔放大，只是眼睛睁大了吧？
因为我看到了一个情景，而这个情景太吸引我了……后来永融法师来看我，并跟我说明，我才知道我经历的原来是佛经所描述的“ 四大分解 ”：火先离开，因此四肢冰冷；地的崩解，所以脊椎节节掉落；水的分离，因此泪水鼻涕不断流出，湿透枕头。
然后我的神魂离开躯体，看到了永生难忘的一幕。
我看到一个很大的银幕，闪着很亮、很强的光，我起来了，看着我的背影往前走，往强光里走。
当然还有最重要的——我听到了音乐，那音乐美得不得了，是丝竹一样的音乐；然后还看到很多美丽的布料，这些布料飘来飘去的。
不过，没有仙女，我真的没有看到仙女。

事后有人问我，看到的是古装还是时装，是长裙还是短裙，我说都不是，就是很美，泛着七彩光的布料在我面前飘。
我继续向强光走去，走到中间的时候，我就想：这里这么舒服，我要回来跟大家说…… 结果，就是这样一个念头，让我回来了…… 是的，当我想回来和大家说时，可是我很累，走不动了，于是我深深地吸了一口气…… 然后，沉沉地睡去。
噢，我好像花了10分钟跟你们讲完这个过程，但事情经过是从8点多到11点半，差不多有3个多小时。
在我临终的时候，先生打电话给星云大师，说我不行了。
大师就吩咐大家帮我助念，并把他的电话拿到我耳边，我跟大师说：“ 师父，我先走一步，您不要担心我，我先去那边看一看。
”觉得自己好大声，字正腔圆地在说话，可是师父只是一直安慰我：“ 小慧，不要怕，等我，我马上过来，你不要怕，不要怕喔！
”我说我不怕，还与他开玩笑。
当他讲了三遍“ 不要怕，等我 ”时，我才知道他听不到。
我的话轻到没有人听得见，因为我已经没有气了。
第二天，大师来看我，问我，你为什么回来？
我说，不晓得啊。
师父说： “ 因为你心无挂碍。
” “ 当你心无挂碍，就没有恐怖，也会远离颠倒梦想，这在临命终时是非常重要的。
” “ 菩萨让你重回人间必有旨意，去和大家说说你的生命体验吧！
” 于是，我发愿走遍世界，用自己“ 重回人间，活着真好 ”的生命领悟和大家结缘，也期盼大家也一起来热爱生命。
另外还需要特别提到的，在2000年8月，一股冥冥中的力量驱使我到书店去，我随意在书架上取下雷蒙?穆迪医师的书《来生》，一翻开，就被首页的诗震慑住了，它是这样写的： 老天爷捏我成形，
再用他厚重的大手， 捧住我这块皮囊， 小心翼翼的，好不容易的， 把我送到这一站。
去玩吧，去乐吧，玩累了吗？
不要紧，别忘了回家睡觉。
不要急嘛， 既然有人照顾你来， 就有人照顾你回去。
我连夜读完全书，激动不已，那时我才明白，1999年8月——我经历的意外，原来是濒死体验。
它让有过濒死经验的我明白：自己不寂寞，不怪异，所有人格上的转变也正常。
（全美地区曾经有1300万人经历过濒死，我们非但不寂寞，还有一大群朋友呢！
） 因为这种体验，我的人生观也有明显的改变：我不害怕死亡，学习谦卑恭敬，悦纳自己，了解净化的真爱，无条件地助人，日以继夜疯狂地阅读。
强烈的求知欲，带领着我走上探索心灵的领域。
后来，周大观文教基金会于2002年7月成立“ 台湾濒死研究中心 ”，提供交流平台。
我也在接下来的5年间作了近千场分享讲座。
并让大家最终懂得：不论何种类型的濒死，都在教导我们“ 慈悲宽大，自我反省 ”，明白“ 爱是一切的答案 ”。
采访感言： 濒死体验，近乎生命体验的极品，它连接生存与死亡，横跨生存与死亡，它让生死互为解释、互为证明……如此非同一般的体验，最终的归来，注定带有非常目的，其中之一，就是将生死之自然现象转化为生命的超凡意义。
一如，濒死之后的赵翠慧。
P22-P30

编辑推荐

《欢喜无所不在(倾听赵翠慧生命感悟)》编著者亓昕、张大诺。
小慧在工作中、生活中把佛光人的四给精神《给人信心》给人欢《给人希望》、《给人方便》阐释得淋漓尽致，多年来始终如一。
这性格成就别人，也成就自己。
确实，就如同这本书一开头时她的描述没有痛苦能够打倒她，欢喜已经无所不在。

第一图书网, tushu007.com

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