

<<再烦，也要拈花而笑>>

图书基本信息

书名：<<再烦，也要拈花而笑>>

13位ISBN编号：9787543056190

10位ISBN编号：7543056194

出版时间：2011-1

出版时间：武汉出版社

作者：如歌

页数：262

字数：300000

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>

## <<再烦，也要拈花而笑>>

### 前言

“拈花一笑”是禅宗的一个故事。

2700年前，释迦牟尼与众圣讲法，忽然沉寂下来，拈起一枝花，在手中转来转去，好像在暗示着什么。众圣不解其意，面面相觑，唯迦叶尊者有感于心，点头回应，与佛祖相视一笑……这就是著名的“拈花一笑”。

据说，拈花一笑，以心传心还是禅宗的起始。

传道授学，讲求心领神会，无需文字言语表达。

我不太懂禅学，但我喜欢禅宗的意境——对世间美好的领悟，世间最美好的植物莫过于花，我喜欢去默默地领悟花的语言！

拈花一笑，是一种信仰，一种积极向上的人生信仰。

我们想要活得充实，活得有意义，就应该活在光明里。

这光明就是我们的心灯，这盏心灯由我们的行为、语言、思想体现出的生命的价值来点亮。

点亮心灯，温暖自己的心，也温暖他人的心。

点亮心灯，体验活着的乐趣，亲情、友情、爱情抚慰心灵；感动、激动、冲动震撼心魄；悲伤和喜悦交织，成功与失败共存。

就这样，你把一生的光阴凝成时光长河中那一瓣恒久的心香。

笑靥如你，真情如你，希望如你，快乐亦如你。

拈花一笑，是一种态度，一种超然自得的生活态度。

生命如花，或绚烂如夏花，或如秋叶飘零。

我们生活在纷扰的社会中，与周围有着千丝万缕的联系，势必要经历生活的风霜雨雪。

面对坎坷、面对挫折，太多的人悲叹生命的有限和生活的艰辛，却只有极少数人能在有限的生命中活出自己的幸福。

人的一生，其实就是一个不断追求幸福的过程，活着，就是最大的幸福。

所谓的名利，无非是“生不带来，死不带走”的累赘。

不管是“人模”还是“狗样”，只要把持“珍惜幸福，珍惜人生”，不去攀比，做最好的自己，就无愧于“拈花一笑”的态度。

拈花一笑，是一种境界，一种勇于放弃的处世境界。

当年佛陀拈花一笑，是要告诉诸佛子，一切名利是非，皆伤本体；拈花一笑，一切荣辱皆忘。

人生不过百年，有了这种境界，面对那些恩怨情仇，我们就能在拈花一笑中使之灰飞烟灭。

放得下，就是快乐。

但“拿得起”容易，“放得下”难，要做到超凡脱俗的出世就更难了，但是心中存有“去留无意，闲看庭前花开花落；宠辱不惊，漫随天外云卷云舒”的希望又何尝不可呢？

拈花一笑，还是一种心灵力量。

一个心浮气躁的人，是无论如何也不会拈花而笑的。

佛曰：“合掌为朴素的敬礼，微笑又如莲花的纯净！”

“面对如花人生，我们拈花一笑！”

## <<再烦，也要拈花而笑>>

### 内容概要

《再烦也要拈花而笑》由如歌编著。

《再烦也要拈花而笑》内容如下：

『云在青天水在瓶』，这是一种人与世界的圆融与统一。

能把平凡的日子变得富有情趣，能把沉重的生活变得轻松活泼，能把苦难的光阴变得甜美珍贵，能把繁琐的事项变得简单可行……

去工作而不要光以挣钱为目的；去爱而忘记所有别人对我们的贬低；去跳舞而不管是否有人观看；去唱歌而不要想着有人在听。

放得下，就是快乐。

『去留无意，闲看庭前花开花落；宠辱不惊，漫随天外云卷云舒』。

<<再烦，也要拈花而笑>>

书籍目录

一、爱上烦恼，何来烦恼  
不爱痛苦，亦不爱快乐  
数花瓣，还是数钞票  
有多少钱才幸福  
快乐是不能比较的  
最愚蠢的事是无中生有的忧愁  
随遇而安，自得其乐  
我是凡人，我只追求凡人的幸福  
过程比结果更令人着迷  
快乐总是伴随在你的左右

二、心在笑，脸才笑  
发现人心的美妙  
一种想法，一种活法  
人累首先是心累  
心由事而定，事由人来做  
敞开“心窗”，笑对生活  
当你对了，世界才对  
快乐，得静下心来去感受

三、快乐，要靠自己追  
每一天都要靠自己涂色彩  
只为今天，感觉真好  
笑一笑，假亦可变成真  
微笑一次，为自己  
世界上最美的东西是欢笑  
音乐能梳理人的心情  
爱好，可为生活添加滋味  
寻找失落的童心  
寻找不寻常为乐  
出次丑也是快乐  
让简单的事情浪漫起来  
运动着，快乐着  
别错过花开的声音  
多几个闺中密友

四、今天，是最漂亮的一天  
美，通向快乐的绿色通道  
美建筑于我们的内心  
被镜子支配的女人  
美，来自于不理想  
美女不为人知的烦恼  
今天永远比明天年轻  
和谐的性生活能使人愉悦  
穿出风景，穿出自己的快乐  
快乐如其所读  
快乐生活，不能没有艺术

五、选择快乐，还是烦恼

## <<再烦，也要拈花而笑>>

放得下，就是快乐  
幻想更好的，就会失去最好的  
要爱上他的缺点  
嫁个有钱人，真的很诱惑？

给幸福做道加法  
错过他，才遇到了你  
完美，快乐的一道咒语  
过一过简单生活

六、弄伤我们的往往是自己  
自己把自己感动了  
自己把自己征服了  
自己把自己说服了150  
爱他三分，爱自己七分  
何必刻意讨好别人而压抑自己  
自己不要说自己的坏话  
学会与自己快乐相处  
自己给自己送束花  
身体是快乐的本钱  
善待自己的方法是休息  
活在自己的生命时序里  
偷得浮生半日闲  
做个会偷懒的快乐老婆  
在梦中舞动颜色

七、乐在工作，真的可以  
工作的最高境界  
爱上自己的工作  
聪明地工作，卖力地工作  
给心情一个深呼吸  
凡事都要讲究个程序  
五分钟解决手忙脚乱  
嫁得好，还要干得好

八、快乐是爱的祝福  
去爱，而不是被爱  
最重要的是他“在乎我”  
爱要经得起平淡的流年  
婚姻是一本存折  
爱，要花费心思小心打理  
男人最怕女人什么  
思念是幸福的忧伤  
换一个不想他的姿势  
爱到痛时，选择放手  
爱，是不能报复的

九、在没有阳光的日子里  
宠辱不惊的平常心  
不良的情绪会消耗快乐  
小女子也要能屈能伸

<<再烦，也要拈花而笑>>

是什么让你执迷不悟  
别人的鸡蛋有两个蛋黄吗  
自虐——没事找事，为难自己  
孤独住在心灵深处  
蒸发掉心中的怒气  
找个发泄情绪的回收站  
苦，是生命的“盐”  
昨天的痛已经过去  
天亮之前终结悲伤

## <<再烦，也要拈花而笑>>

### 章节摘录

版权页：问你一个问题：“一个人拥有多少钱，才能感到幸福？

一个年薪3万元与年薪30万元的人，对幸福有不同的感觉吗？

除了金钱，还有什么能令你幸福？

”美国的一个研究小组认为，人类70%的烦恼都跟金钱有关，但金钱并无法使人快乐。

它的本性中没有能产生快乐的东西。

如果你现在不快乐，那么无论拥有什么都不会改变你的心情，因为你总是想得到更多。

前不久，这个研究小组公布了数年来研究的结果：20年来，尽管物质生活水平提高了，但人们的幸福感并不是同步提高。

无独有偶，国家权威机构的数据也表明：幸福和物质水平并不是成正比的，相较于城市居民，相对贫困的农村人幸福感更高。

我们中的大部分人在经济方面都比我们的父辈或祖父辈好得多，可是幸福水平并没有按比例提高。

有研究说，当住房和食物这些基本需要得到满足后，额外的财富很少能增加你的幸福感。

正如夏普说的：“财富的增加绝对不会保证你的幸福也会增加，一年挣3万元的人和一年有30万元收入的人相比，在幸福感上的差别非常小，不过许多人对此并不了解。

”为什么财富的多少不与幸福感成正比呢？

有许多人生活在期望中，老是着眼于将来，完全失去了自己最有价值的东西——眼前的快乐。

高中学生盼望进大学；进了大学，盼望做工程师；做了工程师，盼望尽快结婚，成家才会幸福；如此这般……永远在盼望。

终于有一天，盼望失去了光彩。

这时候，一个人的思想、价值、动机都会有一番巨大调整；他开始呈现老态，意志消沉；从盼望将来一变而为回首当年(过去却已一去不返)。

<<再烦，也要拈花而笑>>

编辑推荐

《再烦也要拈花而笑·做个最快乐的女人》：生命如花，或绚烂如夏花，或飘零如秋叶。  
佛曰“合掌为朴素的敬礼，微笑又入莲花的纯净。”  
愿你把一生的光阴凝成时光长河中那一瓣恒久的心香。  
笑颜如你，真情如你，希望如你，快乐亦如你。



<<再烦，也要拈花而笑>>

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>