第一图书网, tushu007.com

<<听林清玄讲禅意>>

图书基本信息

书名：<<听林清玄讲禅意>>

13位ISBN编号：9787212055950

10位ISBN编号：7212055956

出版时间：2013-4

出版时间：安徽人民出版社

作者：凌龙

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

第一图书网, tushu007.com

<<听林清玄讲禅意>>

内容概要

《听林清玄讲禅意》内容简介：还记得一身轻松的感觉吗？
还记得心灵的天然本色吗？
还记得当初许下的认真享受生命的愿望吗？
也许是时候回归了，只是许多人却忘记了来路。
幸好，这世上还有一剂良药，能够帮助我们扫去这一路上的风尘，让我们重拾曾经的美好。
那便是参禅修心。

《听林清玄讲禅意》对林清玄先生的禅学思想进行了深刻解读，旨在指导现代人于身边生活中获得一份心灵的安宁与解脱。
《听林清玄讲禅意》介绍了禅学在世界上的地位，重点介绍了中国禅宗的起源、发展、影响。
这不单单是一本研究禅学历史的书，更重要的是将禅放到人们日常的生活之中，帮助人们净化心灵，感受到生活的幸福。

第一图书网, tushu007.com

<<听林清玄讲禅意>>

书籍目录

前言第一章 菩提座下禅菩提禅之义禅之心禅之境禅之祖第二章 莲花台上爱莲花爱本如莲爱之行路莲香四溢第三章 清茶壶底心清茶以茶生善以茶照人以茶洗心第四章 燃香雾中艺佛香禅艺本相通禅中寓诗情禅中怀画意第五章 四方皆禅界禅本在东方西方世界与禅附录 传记及著作概述林清玄大事年表林清玄小传林清玄著作概述参考书目

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

◎爱之行路那些没有经历过监狱的悲惨的人，不会懂得外面的世界是多么值得欢喜与感恩，你现在知道心灵监狱的悲惨，一旦你走了出来，就可以知道生命确是值得欢舞和庆祝的。
不要哭了，不要恨了，当你停止哭泣与怀恨的那一刻，我在你的脸上看到春天的光辉，那时，你是多么美，像一朵金盏花在清晨的阳光下温柔地开放。
——《失恋之必要》虽然我没有见过你，但我真的看见了你转化恨意之后，脸上流转的光辉。
释迦牟尼佛说人间有八苦：生、老、病、死、爱别离、怨憎会、求不得、五蕴炽盛。
从表面上看起来，这八苦有身体苦、有情感苦，但林清玄先生认为，若认真寻求起来，都逃不脱一个“情”字。
而芸芸众生，所能感受到的最为折磨的“情”，便是爱情。
多少痴男怨女为爱而生为爱而死，为爱苍老为爱病倒，又有多少人爱别离、怨憎会、求不得，苦苦挣扎在痛苦之中，日日不得安宁，夜夜不得入眠。
爱情折磨人的故事比比皆是，梁山伯祝英台的化蝶已经不稀奇了，就连鬼狐仙怪也逃不出为情所苦，千年修行的小白蛇，莫不是为了爱情而孤身被压在雷峰塔下了吗？
终生轮回，不管几生几世，众生皆在爱情的路上苦苦前行。
这个世界上，最著名的爱情当算得上罗密欧和朱丽叶。
林清玄先生通过他们的故事，讲出了爱的道理。
罗密欧曾指着月亮发誓，为了向朱丽叶表明他的爱情。
然而朱丽叶却制止了他，因为她不相信对着月亮发出的誓言——月亮有阴晴圆缺，总是变化无常，对着这样的物体发誓，那誓言岂能是真的吗？
所以，“根本不要发誓，如果你一定要发誓，那就指着你那惹人心动的自身发誓好了，那是我崇拜的偶像，我会相信你的”。
朱丽叶知道誓言的不可估量，因此不要无谓的誓言，只要爱人真诚地面对自己。
然而爱情，特别是年轻时候的爱情，总会令人感觉到罗密欧所说的：“我怕这一切都是梦，太快活如意，怕不是真的。
”爱情明明最令人神往，为何在它到来时却令人如此惶恐不安？
劳伦斯修道士说：“最甜的蜜固然本身是味美的，可是不免有一点腻，吃起来会倒胃口。
”大多数人的爱情都是这样，只像浸入浓浓的蜂蜜之中，甜腻又粘稠，几乎使人窒息。
每个人的心中，或多或少的都藏着罗密欧和朱丽叶那般爱的激情，心中有爱的时候，莫不要说誓言一发再发，就是生死也能置之度外，只恨不得将自己的真心掏出来，血淋淋地放到爱人手上表明心迹。
然而毫无保留地将自己的真心交出去，最后并不一定能走到爱的彼岸。
最热烈的总是形同烟花，无比灿烂地在夜空中闪耀，然而只是一瞬，就完全隐没在黑暗中。
在情感上，林清玄先生更倾向于劳伦斯修道士说的：“所以要温和地爱，这样方得久远；太快和太慢，其结果是一样迟缓。
”如同欣赏一朵花，一朵花开放的时候是美的，然而，仅仅知道欣赏它盛放时的美丽是远远称不上爱的，真正的爱就像是晨曦中路过花园的一位小姑娘，她摘取那朵花，并非只是为了装点这一段回家的路。
她本已静静等待了很久，从那朵花刚刚露出青色的尖角时便在等待，终于等到它的盛开。
于是她会连同花的盛开与凋谢一并握在手里。
对她来说，那就是她需要的花，也是需要她的花，需要她去研究花的一生。
一爱便成苦要爱一个人需要很长的时间，要恨一个人却只要一秒钟，所以把从爱到恨的过程叫“反目”，反目其实只是一眨眼的事。
爱人不易，但是使爱淡化所需要的时间很短；恨人容易，但要使恨褪色的时间却很长。
——《爱与恨》士比亚笔下的罗密欧和朱丽叶之间激烈的爱情令人升起无限向往，而最后的悲剧结局又令人唏嘘不已。
不要说只是剧作家创造出来的故事，就是在我们身边，为了爱情被折磨得痛不欲生的人又岂在少数。

第一图书网, tushu007.com

世人都说罗密欧和朱丽叶是悲剧，因为相爱的两个人无法活着在一起。
但无论生死，他们始终相爱，总是怀着一颗爱心来对待彼此。
而更多的人被爱情所苦并不是因为死亡的威胁，而是生的威胁，是为了爱挣扎在梦与醒的边缘。
两个人相遇，要产生好感很容易，有好感的时间久了，也就有了朦朦胧胧的爱情，那时的感觉只有甜蜜，只希望就这样溺死在甜蜜的监牢中；但是这样激烈的情爱往往会导致最深刻的痛苦。
在陷入爱情的时候，总想要将最好的给他，将全副身心放在他的身上，以为这样就是最好的爱，但有时候，有了爱情并不足够。
人不能明白的是：明明在爱着，为什么总感到惶恐，还有悲哀？
当爱一个人太深，就陷入了危险的境地。
因为太在乎，于是太关注。
眼睛看到的是他的行动，他一皱眉自己就心疼，他一展颜自己就高兴；耳朵听见的是他的声音，他一发怒自己就心碎，他一忧伤自己就泪流。
面对他的时候就没了自己，自己的心被埋没，再也不能坚持自己的立场。
这样的生活往往令自己觉得孤独，不论两个人如何相爱，始终无法真正地合成一体。
所以过于关注他人的后果就是失落了自己，当一个人再也无法感受自己内心的时候，便会感觉到孤独寂寞，那种感觉每个人都经历过：如同一个人在深夜，走过最喧闹的街头，身边是热闹的人群，然而那热闹永远是属于别人的，和自己一点关系都没有。
这是一种爱的痛苦。
另一种爱的痛苦，更加令人肝胆俱碎。
太过激烈的情爱导致了深刻的仇恨，很多人享受在爱情中的甜蜜，但很少有人能够在爱人离开后用一颗宽容与感激的心情对待，大多数人留下的都是痛恨，恨不得把那人切成片、磨成粉来填补自己的伤痕。
爱究竟为何会产生这样强烈的恨呢？
林清玄先生用佛经的观点来解释。
在南传《法句经》里，爱有四种转变，被分为以下四个层次：一、亲爱，即对他人的友情；二、欲乐，即对某一特定对象的爱情；三、爱欲，建立在性关系之上的情爱；四、渴爱，这是一种病症了，是因为过分执著以至成痴的爱情。
烦恼的产生正是因为这四个层次不断地加深，至最后“渴爱”处，便痛苦最深。
经上有首偈说：从爱生忧患，从爱生怖畏。
离爱无忧患，何处有怖畏。
从爱中生出了苦恼，苦恼中又出恐惧，恐惧得久了便有悲哀，悲哀又慢慢转化为嗔恨。
所以照这样往前追溯，爱与恨就如同手心和手背，是同一根源的两根分枝。
佛陀因而说：“爱可生爱，亦可生憎；憎能生憎，亦能生爱。
”爱和恨的本质实在是一样的，都出于强烈而不能自控的感情。
经典中不仅说爱恨同源，在解释恨的时候，也把它和愤连在一起，说它们源于五种障道的力量，这五种障道是指：欺、怠、嗔、恨、怨。
欺障信、怠障进、嗔障念、恨障定、怨障慧；也属于十种小随烦恼——愤、恨之意，对有情、非情产生愤怒之心，多番寻找思量，生出怨恨又无法舍弃。
佛经里又说：“生为情有。
”意思是人生在这个世界是因为有情。
由此看来，人活在这个世界上就注定要有许多情缘的纠缠，正是因为这些纠缠，使得终生要在爱海中沉浮，要一世在爱河中沉醉。
因此爱欲常常蒙蔽了我们的眼睛，我们对爱的渴求太过强烈，所以在遇到挫折时，爱不能顺利发出，所以生出恨，渴爱越强烈，受到的阻拦越大，产生的仇恨也就越强烈。
因此，愤、恨、恼、嫉、害这些都是“嗔”形成的原因，贪嗔痴在佛教中被称为“三毒”。
人有贪，再生痴，最后就形成了嗔。
嗔是人心最难突破的障碍，《大智度论》里说：“嗔其咎最深，三毒之中，无重此者；九十八使中，

第一图书网, tushu007.com

此为最坚；诸心病中，第一难治。
”一个人对于情太痴迷，为情所困，就叫做“痴”。
情困极深，先是痴迷，而后贪爱，最后只落得嗔恨以终。
贪嗔痴三毒俱现，人便不由自身。
这都因情爱所起。
爱，产生善良也产生残忍。
爱欲与嗔恨的本质是相通的。
然而尽管爱可能会转化成恨，但不是一定会转化成恨。
一段不如意的爱情确实会令人感到意志消沉，心中积郁难平；但同时也会让一些人胸怀更加广大，更加懂得爱和宽容。
莎士比亚借劳伦斯修士口说：啊！
草、木、矿石，如果使用得当，都含有很多伟大的力量。
世上没有东西是如此卑微，以至于对世界毫无贡献，同时物无全美，如果使用不善，也会失去本性，惹出祸端；误用起来，善会变成为恶，好好利用，有时恶亦有好结果。
这朵小花的嫩苞含有毒性，也能用以治疗某种疾病。
这花只要一嗅，香气贯穿全身，口尝一下便能麻痹一个人的心。
人与药草原是一样，内中有善有恶，互争短长，恶的一面如果占了上风，死亡很快地要把那植物蛀空。
若是一个人被情爱困得太深，那么当情爱无法合意时，自己迷惑痴缠，如同陷入蛛网不能自拔。
其实再深刻的感情也不过就是心灵的感受，如同大海中的波浪，并非有自己的实体，只是被缘分的风吹拂而波动，一旦风平自然浪静。
可惜的是，太多的人不能随缘，反倒是缘起即住，有爱的时候深深沉迷爱中，生恨的时候又沉沦在恨中。
不论是在爱中还是恨中，都很少有人会有检验的精神。
不去反观这种情绪的产生和变化，所以就难以改变与转换，时间久了，“因爱生恨”成了最固定的模式。
我们看到的、听到的、学习到的，都是遵循这样的模式。
这种模式渗透进了我们的生活，于是我们在爱情失败时，唯一能想到的就只有恨。
全面地看来，西方人因失恋产生的恨意要比东方人淡薄。
很多的西方人在爱情逝去之后还能与对方成为朋友。
那就是因为他们并没有这种固定的反应模式。
那么我们为什么一定要在爱情逝去的时候去憎恨呢？
林清玄先生认为，失恋的恨，主要产生于两个原因：第一，认为这是坏事；第二，我们总沉沦于过去的感受。
他曾经在笔记上写道：“为了爱，失恋是必须的；为了光明，黑暗是必须的。
”这两句话的意思是：如果没有失恋过，就不知道怎样爱是正确的；如果没有经历过黑暗，也就不知道光明的可贵。
失恋就是黎明前的黑暗，是春天到来前的冬天。
黑暗逝去后，光明一定会到来。
然而四季是轮回的，明暗是交替的。
虽然我们享受春的温暖和秋的清凉，但火热的夏天和寒冷的冬天总要到来；我们虽然热爱光明的照耀，但不能阻止黑夜将世界笼罩。
莲花盛开之时总是美妙圣洁的，然而要想种出美妙圣洁的莲花，就必须要池底的污泥才行。
而无论莲花盛开时多么美丽，无论我们多么热爱它，终有一天它会凋零。
这些都是不能控制的，寒冷、黑暗、凋零都必将到来。
过去了的，就应当让它过去，未来的就应当怀着希望等待，现在，就应当抛开一切尽情享受。
不能忘怀过去、不能期待未来也不能享受现在是种悲哀。

第一图书网, tushu007.com

爱情，没有一刻是相同的，连我们自己对一个人的爱，也是总在不断地变化着的。
我们无法永远对一个人保有同一种感情，因此，爱情一直在流逝，一直在过去，一切都在成为过去式。
在爱情中之所以烦恼，是因为不愿意面对，总是沉湎于过去。
然而过度地沉湎就失去了生活、创造和爱的能力。
只有愿意走出来，才能发现世界原来是如此美好。
此苦亦不苦我在最有限的时间内，因为敢于割舍，而有了一些比较可见的成绩，过年何尝不如此，年好年坏都无所谓，有所谓的是要勇于接受，使我们有情的命身，在新的起始发散最大的光芒。
涅槃真的不远，如果能在年节时候，少一点怀念、少一点忆旧、少一点追悔、少一点婆婆妈妈，那么穿过峭壁、踩过水势，开阔的天空就在眼前了。
——《断爱近涅槃》无论爱恨，都不是永恒的，总有一天会结束。
所以，要从爱的痛苦中走出来，就要学会放得下；要学会放得下，就要学会舍弃。
而舍弃，偏偏是人们最难以做到的事情。
聪明的一休禅师从小在安国寺修行，他的师父有一只茶杯，是稀世之宝，师父非常喜爱。
可是有一天，一休不小心把它打破了，当然觉得非常不安。
而就在他手捧碎片不知所措的时候，师父的脚步声突然传了过来。
一休灵机一动，赶忙把茶杯的碎片藏到身后。
师父一进门，一休便问：“师父，为什么人一定要死呢？
”师父便说：“这是很自然的事。
而且不仅仅是人，这世界上的一切都有一定的寿命，大限若至，就非死不可，谁也拦不住。
”听了这话，一休从身后拿出茶杯的碎片，对师父说：“师父，您这茶杯的大限到了。
”师父一见，便只得笑笑，再无话可说。
世上一切都有寿命，人死不能复生，感情既逝也再不能追回，再珍贵也已经离开。
一旦思及此，便能舍弃了。
执著，是人内心的不舍，是对某一事物坚持不放，不能超脱。
“我执”是一个佛学名词，是指人所烦恼的根源。
一般来说有“我法二执”，即“法我执”与“人我执”。
于诸见中，起于我法二执，于诸我执，略有二种：一者，俱生。
无始时来，虚妄熏习，内因力故，恒与身俱，故曰俱生，此复二种：一、常相续。
在第七识，缘第八识，起自心相，执为实我。
二、有间断。
在第六识，缘识所变五取蕴相，或总或别，起自心相，执为实我。
此二我执，细故难断，后修道中，数数修习，胜生空观，方能除灭。
二者，分别我执。
亦由现在外缘力故，要待邪教及邪分别，然后方起，故名分别。
唯在第六意识中有，此亦二种：一、缘邪教所说蕴相，起自心相，分别计度，执为实我。
二、缘邪教所说我相，起自心相，分别计度，执为实我。
此二我执，粗故易断，初见道时，观一切法，生空真如，即能除灭。
而超脱，正如林清玄先生所说：“为了光明，黑暗是必要的。
”许多的事情，总是在经历过后才懂得。
一如感情，痛过了，才懂得如何保护自己；傻过了，才懂得如何适时地坚持与放弃，在得到与失去中我们慢慢地认识自己。
其实，生活并不需要这么些无谓的执著，有什么真的不能割舍呢？
学会放弃，生活就真的容易；学会放弃，在落泪之前转身离去，留下简单的身影；学会放弃，将昨天埋在心底，留下最美好的回忆；学会放弃，让彼此都能有一个更轻松的开始。
遍体鳞伤的爱并不一定刻骨铭心，这一程情深缘浅，走到今天已是不易，轻轻地抽出手，说声再见，真的很感谢这一路有你。

第一图书网, tushu007.com

曾说过爱你，今天，仍是爱你。
只是，爱你，却不能和你在一起，一如爱那原野，爱它，却不能携它归去。
每一份感情都很美，每一程相伴都令人迷醉。
是不能拥有的遗憾让我们更感谢眷恋。
感情是一份没有答案的问卷，苦苦地追寻并不能让生活更圆满，也许一点遗憾、一丝伤感，会让这份感情更隽永，也更久远。
收拾起心情，继续走吧！
错过花，你将收获雨；错过他，我才遇到了你。
继续走吧，你终将收获自己的美丽。
一个永远不想失去你的人，未必是爱你的人，未必对你忠心耿耿。
有时正是这种头脑不清的强烈占有欲者，他们才会做出各种“损人不利己”的事情，还如此理所当然。
在心中如果有“曾经拥有就永远不要失去”的偏执狂与占有欲，越想获得爱的永久保证书，只会越走越偏离轨迹。
谁说喜欢一样东西就一定要得到它。
有时候，有些人，为了得到他喜欢的东西，殚精竭虑，费尽心机，更甚者会不择手段，以致走向极端，也许他得到了喜欢的东西，但是在追逐的过程中，失去的东西也无法计算，付出的代价是其得到的东西所无法弥补的，也许那代价是沉重的，只是直到最后才会被发现罢了。
其实喜欢一样东西，并不一定要得到它，有时候为了强求一样东西而令自己身心疲惫，是很不划算的，再者，有些东西是“可远观而不可亵玩焉”，一旦你得到了它，日子久了你可能会发现它并不如想象中那般美好，如果有一天你发现你失去的和放弃的东西更珍贵，我想你一定会懊悔不已，所以也常有这样一句话“得不到的永远是最好的”，所以当你喜欢一样东西时，得到它并不是你最明智的选择。
谁说喜欢一个人就要和他（她）在一起，有时候，有些人，为了能和自己喜欢的人在一起，他们不惜使用“一哭二闹三上吊”这种最原始的方法，想以此来挽留爱人，但是这并不能挽留住他（她）的心，更有甚者，为了这而赔上自己那年轻而又灿烂的生命，这可能会唤起爱人的回应吧，但是更多的是带给他（她）自责与内疚，还有不安，从此快乐就会和他（她）挥手告别。
其实喜欢一个人，并不一定要和他（她）在一起，虽然有人说“不在乎天长地久，只在乎曾经拥有”，但是并不是所有的人都会快乐。
喜欢一个人，最重要的是让他（她）幸福快乐，因为他的喜怒哀乐都会带来你情绪的波动，所以也常有这样一句话：你快乐，所以我快乐。
喜欢一样东西，就要学会欣赏它、珍惜它，将它保存在内心最美好的地方，才使它更弥足珍贵。
喜欢一个人，就要让他（她）幸福，使那份感情更诚挚，如果你做不到，那你还是放手吧！
所以有时候，有些人也要学会放弃，因为放弃也是一种美丽！
对于一切所遇境缘（如遇到的人、事、物），要明白本身都是虚幻的，是一个所见的幻象而已，所以不用急于去放下它，也不要把它住在心里，这样才可以保持我们的一如真心。
也就是说不加我们自己的妄想、分别、执著的念头，才是我们的真正心念。
再通俗点讲，也就是佛教导我们碰到一切事不要太执著，有时候静下心来反而能得到正确的答案。
“唯心所现，唯识所变”“命由己造，福自己求”，正是佛教破除迷信的有力证据。
“命”虽由天定，但“运”完全在自己手中掌握。
正是“人为善，福虽未至，祸已远离；人为恶，祸虽未至，福已远离”。

第一图书网, tushu007.com

媒体关注与评论

生命中有很多事，你错过一小时，很可能就错过一生了。
把全身心倾注于迎面而来的每一刻，终有一天会发现，不只春风会吹抚树叶，一片树叶也会摇动春风，带来全部的春天，春风与树叶是同时存在的。
今天扫完今天的落叶，明天的树叶不会在今天掉下来，不要为明天烦恼，要努力地活在今天这一刻。
——林清玄

第一图书网, tushu007.com

<<听林清玄讲禅意>>

编辑推荐

《听林清玄讲禅意》是写给都市大忙人的心灵解压书，在如诗如画般的语言里悟到生命真谛。放下羁绊，跟随林清玄先生展开一段人生之旅，重遇曾经的自己。

第一图书网, tushu007.com

<<听林清玄讲禅意>>

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