第一图书网, tushu007.com

<<左手宽心 右手舍得>>

图书基本信息

书名：<<左手宽心 右手舍得>>

13位ISBN编号：9787513901581

10位ISBN编号：7513901589

出版时间：2011-9

出版时间：民主与建设出版社

作者：才永发

页数：252

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

禅是一种境界，也是一种生活，如果我们细细品味，就会体味到禅的宁静。
品禅虽不求皈依佛门，但是却可以借禅来得到喧嚣尘世中的一道清泉，一道灵光。
于是也就在顿悟之时，我们获得了心灵的洗礼，如当头棒喝，让我们懂得了宽心与舍得的道理。
人心总是轻而易举地就从浮华的人世中失去自我，总是会被各种私心杂念，各种名利所诱惑，如果我们能够安静地坐下来沉思，放下那些私心与杂念，抛却名利，那么这个世界将会变得无限美好。
在人生的旅途中，我们整天忙于奔波，遭遇生活和工作中的种种压力与不如意，这已经让我们的心灵找不到一片闲适而安静的场所。
在这个尘世纷扰的环境中，我们向往、追求的东西太多，而往往忘记了我们的自身，迷失了我们的本真。
在这个世界上没有什么会永垂不朽，没有什么是真正属于我们的，但是只有一样东西是例外的，那就是我们的心灵。
茫茫尘世，形形色色，唯有心灵明净，宽心舍得，才能够忘却烦恼，忘却忧愁，让生活轻松快乐。
作为一个人，我们的力量有的时候是渺小的，渺小到我们不能改变这个世界；但是有的时候我们的力量又是伟大的，伟大到我们可以改变自己。
我们只有在茫茫尘世当中保持一颗明净而安宁的心，懂得用一颗平常心来对待生活，那么我们才有可能领悟到人生的真谛。
在这个充满了名利之争的世俗社会中，让我们找一个可以让自己安静下来的时间与地点，能够静静地来品读书中的每一个禅意十足的故事。
让你在轻松自然享受故事情节的同时领略到禅的独特思想魅力；让你知道禅虽然不可以视触，但是却可以做到心灵感悟，自人心中。
而本书的每一则禅的故事都充满了禅宗的大智慧，隐含着宽心与舍得的处世真谛，让你就此而悟，宽心舍得。

内容概要

宽心既是一种心理健康的明显标志，也是人生不可或缺的灵丹妙药，宽心就是福气。
心宽才能容万物，才能成就非凡的人生。
舍，看起来是给人，实际上是给自己。
种豆得豆，最大的“舍”是最大的“得”。
本书从佛禅的经典故事中抽取了几十个非常有代表性的故事对大众人生拓展、学业、事业、生活及修养心性诸方面进行分析和指导，启发人在成长成功的过程中把握住自己，完善自我，以和谐社会。

书籍目录

宽心篇
　第一章 心态平和，让心灵能够获得更多给养
学会忘记，拥有宽心和快乐
心态好，身体才能健康
为人处世离不开平和心态
不要忘记“洗涤”自己，净化自己的心灵
时刻保持一份淡然的心境
生活之道，拥有一颗平常心
生活虽有时不公，但却是美好的
放平心态，善待生活
不要整天为了小事情而烦恼
以闲适心态来面对生活
顺其自然是最好的心态
一时怒火，会毁掉你的全部生活
　……
舍得篇

章节摘录

有一个老和尚到了垂暮之年，想把自己的衣钵传给弟子。
在他的众多弟子当中，有三个人的悟禅都非常的高深，于是老和尚就为难起来，不知道该把衣钵传给谁。
有一天傍晚，老和尚感觉到自己的生命马上就要终止了，也就是该确定他继承人的时候了。
他叫来了三个弟子，吩咐他们出去各买一样东西，看谁买的东西又便宜，又能够把整个禅房都装满。
老和尚给了弟子们一人一枚铜钱，之后他的两个弟子就非常着急地出去了，而只有一个弟子却端坐在老和尚的身边打禅，没有任何行动。
没过多长时间，第一个弟子回来了，他告诉老和尚，他已经买了好几车的干草，足够可以填满整个禅房了，老和尚听了之后摇了摇头，感到非常的失望。
又接着，第二个弟子也回来了。
只见他从自己的衣服口袋里拿出一根蜡烛，并点燃它，老和尚看到这种情景，口中念到“阿弥陀佛”，脸上露出了非常满意的笑容。
接下来，老和尚又把自己的目光放在了最后一个弟子的身上。
只见那位弟子起身，把铜钱还给了老和尚，双手合十地说道：“师父您请看，我买的东西已经来了。”
老和尚和其他的弟子都朝外面望去，只见在东边的半边天上，有一轮满月刹那间就从地平线上跃了起来，开始冉冉升起。
银色的月光一下子就照进了禅房里，把禅房照射得是一片通明。
.
老和尚惊讶地说不出话来，过了许久他才问第三位弟子：“你是怎么想到这办法的？”
这位弟子听见师父在问自己，于是双掌合起，十分尊敬地回答道：“干草固然能够把禅房装满，但是却不能使禅房干净明亮，而且这种做法实在是一种平庸的办法。
蜡烛虽然小的就和手指头差不多，但是当我们点燃蜡烛的时候却能够让光照亮禅房，买蜡烛的师兄也算得上是有智慧的人。”
沉吟片刻，第三个弟子表情十分严肃地接着又说道：“月光继出，玉宇澄清，月光可以说是九天之中最有价值的东西，月光是什么？
俗话说，‘月明则天明，天明则地明，天明地明则心明，’然而佛明四宇，佛明我心，可见月光乃我佛也！
今天我不取一分钱得到我佛，只是因为在我们自己的心中有佛光。”
老和尚听完小和尚这番话后，立刻脱下了自己的袈裟，披在了小和尚的身上。
有一位婆罗门的教徒特意去拜访佛陀，在非常恭敬地顶礼膜拜之后，他提出了自己心中的疑惑：“尊敬的佛陀，我不是您的弟子，但是我很尊敬、仰慕您，虽然我学习了十几年的知识，．但是我的心里还是有一个结，就是我觉得人生总是处在矛盾之中的。
我心中的这个疑问能否请您给我指点一些迷津呢？”
佛陀听后非常慈祥地说道：“你有什么问题尽管提出来好了，众生都是平等的，真理更是共通的，你能够这么好学，我感到非常的高兴。”
紧接着，佛陀并没有从正面来回答教徒的问题，而是指着一盆水，说道：“你看看这盆水，如果你把一些染色的材料放进去，比如说是红的、绿的、蓝的等，等水染色之后，你能够从水里面映照出自己的脸吗？”
婆罗门教徒说道：“当然是不可能的了，因为水既然已经染成了颜色，怎么还能够看到自己的脸呢？”
佛陀又说道：“如果把这盆水放在火炉上面加热，沸腾的时候，水还是会翻滚的，而且水蒸气也会一直往上冒，你能够看到自己的脸吗？”
婆罗门教徒说道：“这样是更不可能的了，沸腾的水在滚动，而且还有一直冒出来的水蒸气，我怎么能够看到自己的脸呢？”
佛陀接着说：“再比如是池中的水，虽然是静止的，但是如果里面有许多的青苔浮物，你再探头看看，你能看出自己的脸吗？

”　　婆罗门教徒回答道：“这也是不可能的啊。
虽然池水是很干净的，但是上面有太多的杂物了，我们都看不清池底，怎么还能看到自己的脸呢？
”　　佛陀等到这个时候才说：“对的，道理是一样的，清净静止的水就好像是一面镜子，可以将人的脸形、五官都照应的清清楚楚，而且旁边的景物也会倒映在水中，因为湖水非常干净，而且清澈。
　　“所以，我们的人心也应该这样，当心中没有什么想法，没有烦恼的时候，我们的清净自性就会出现；为此，你所见到的，你所分析的都是对的。
所以，‘从心出口’所讲的道理也是非常正确的。
但是当心中有欲念和烦恼的时候，就好像是在水中加了色料，也就有了想染色这种欲望和烦恼的出现，当然我们就看不到本来面目了。
又或者是心中看起来非常平静，但是烦恼的根还是存在的，就好像是被池中的杂物给遮盖住了，当然这样我们也是看不清外界的。
”　　佛陀接着又说：“一点点的烦恼，就好像无明火一样，当‘色’燃烧起来的时候，‘水’也就会沸腾起来的，这么一来又怎么能够看清自己本来的面目呢？
”　　听完佛陀的开示，婆罗门教徒终于明白了，要想让自己内心明朗，最重要的就是心念静止、去除杂念，而欲念就好像是混浊的色彩，烦恼就好像是火。
所以，应该洗涤无明、远离烦恼，才能让我们的清净智慧展现出来。
　　……

编辑推荐

《放平心态，善待生活》、《不要整天为了小事情而烦恼》、《以闲适心态来面对生活》、《顺其自然是最好的心态》、《一时怒火，会毁掉你的全部生活》、《给自己一个心灵的滑翔伞》……在这个充满了名利之争的世俗社会中，让我们找一个可以让自己安静下来的时间与地点，能够静静地来品读《左手宽心右手舍得》中的每一个禅意十足的故事。

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