

<<百炼钢-禅味男女>>

图书基本信息

书名：<<百炼钢-禅味男女>>

13位ISBN编号：9787539032764

10位ISBN编号：7539032766

出版时间：2009-10

出版时间：江西科学技术出版社

作者：静水

页数：293

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>

## <<百炼钢-禅味男女>>

### 前言

前言 禅是什么？

当年佛陀以拈花微笑诠释禅；历代高僧以吃饭、睡觉、劳作当作禅；有人说：禅是一枝花；南怀瑾说：禅能帮助我们寻觅到心所失的乐园；赵朴初说：禅是一面镜，它可以照亮人的心境…… 禅是一种极高明的人生智慧，是打开心灵枷锁的钥匙，是放下宠辱得失的恬淡，是一切随缘的淡定，是一座通往成功和幸福的心桥。

禅不完全是生活，但禅里有生活，生活中有禅。

一个年轻人打算离开大山，去外面的世界闯一闯。

少小离家，云山苍苍，心里难免有几分惶恐。

于是他在出发前特地拜访了山上一名受人尊重的老禅师，请求指点一二。

当时，老禅师正在河边临碑练字，手中握着一根树枝在沙地上挥毫写意。

见年轻人讨问前程，就随手写了两个字“无畏”，淡然地说：“人生的四字秘诀，老朽先给你一半，已经够施主受用半生了。

” 年轻人觉得没什么收获，就失望地离开了。

三十年后，这个年轻人已有了一些成就，当然也添了很多伤心事。

归程漫漫，近乡情怯，他又去拜访那位老禅师。

可是老禅师几年前已经过世，僧人取出一个信封交给他，说：“这是师父生前留给你的，说施主日后必然来取，请施主自行打开吧！

” 年轻人一怔，慎重地接过来拆开封套，只见里面赫然两个字“无悔”。

年轻人顿感万念攒心，涕泪交加，回想自己三十年的所得所失，竟然在老禅师一念四字之间。

生命有限，人生无常，每个人一生中所经历的每件事、每个瞬间、每种滋味都是唯一的，没有人能两次踏进同样的河流。

所以一个人在年轻时要无畏，无畏能令人在机会面前不胆怯，在困难面前不退缩，在不公面前不抱怨……走完半生，步入中老年，回想年轻时的种种经历、种种错误时，不要为悔意所困，因为那都已经成为过去，人要学会豁达于人生的缺憾、不完美，在恬淡的心境中度过漫长而短暂的一生。

《禅味男女》系列丛书从千百年来流传的经典禅理小故事中精选出208个禅故事，并将禅的智慧与现代生活中的工作、爱情、婚姻相融合，对禅的智慧进行通俗的阐释，尽量使每一篇故事如同清晨时的一缕阳光，令人读时清爽、惬意，读后又能洞悟故事里隐藏的智慧、禅机。

让读者在一次次的顿悟中，不知不觉地远离了尘世的喧嚣与纷扰，使心灵勘破、放下，回归至自然本性，于豁达和恬淡中走向成功，迈向幸福。

静水 2009-6-8

## <<百炼钢-禅味男女>>

### 内容概要

禅的智慧与现代生活中的工作、爱情、婚姻相融合。

每一篇故事如同清晨的一缕阳光，令人读时感觉清爽、惬意，读后又能洞悟故事里隐藏的禅机。

让读者在一次次的顿悟中，不知不觉地远离尘世的喧嚣与纷扰，让自己勘破、放下，回归自然本性，于豁达和恬淡中走向成功与拥有幸福。

<<百炼钢-禅味男女>>

书籍目录

平视世界平视自己 同样一斤米 即心即佛 要点哪一个心 扮吉相的施主 茶道里的人生  
 大智归来 石头与砖头 失足的旅客 水中的答案 一呼一吸之间 装水的罐子  
 捉住“悟”的小沙弥 用禅心敲钟不与俗异不与俗同 不结果的麦穗 小和尚作偈子 念  
 不出三昧真火 两只水桶 参禅与打坐 柳生练剑 东西很容易乱 进京赶考的秀才  
 明天的落叶还是会飘下来 风水先生改行 随机设教的富楼那 烧成灰烬的禅书 种上庄稼  
 除杂草心容天下有忍乃济 磨不掉的印痕 一休挨打 以身为凳的禅师 五百罗汉 绅士  
 过桥 小和尚卖水果 苦工法远 宽容仇人 退步原来是向前 贫穷的沙门 被青草捆  
 住的和尚 微风吹过耳畔 遭人戏的大蛇不怕无成只怕无恒 受传衣钵的弟子 四处云游的  
 禅师 要还俗的小和尚 求菩萨中彩票 穷和尚去南海 找自己的脚印 好石头与差石头  
 三更夜练棍 糊涂的婆罗门 山高怎阻野云飞 你到哪里去 观音敲钟 小泥人过河  
 清思明日厚德载物 花开吵到你了吗 和尚比武 诚实的国王 云游四方 不敢麻烦师父  
 什么是禅院 银货两清 四个富商的儿子 以德报怨的弟弟 不说话的修炼 三个年  
 轻人拜师 结伴旅行的朋友 打败浪人的茶师不为物惑不为利迷 禅师跳楼 宰相端油  
 虔诚的异教徒 梦中悟道 不过一碗饭 背木舟的农夫 金碧峰的紫金钵 心焦的财主  
 一天十块钱 佛陀买铜像 一柄斧头 做梦的信徒 乐呵呵的老婆婆恋恋红尘家道是根  
 三位僧人 狡猾的商人 第一染坊的爱情 石头问佛 野狐精 女人的画像 挤不出  
 牛奶 买来四句偈 妻子有否决权 吵架的夫妇 搞不懂的婚姻危机 现在就剃度 水  
 车里的禅道事若常足心自常惬 可怜的青年 活在当下 种草的小和尚 凡了的烦恼 痛  
 苦如盐 夕阳落山 脱贫的樵夫 大师挑水 买马莫如卖马 最有智慧的禅师 年轻的  
 农夫 本来就是地狱 喂鸽子时的顿悟

## <<百炼钢-禅味男女>>

### 章节摘录

平视世界平视自己 同样一斤米 一青年向一禅师求救。

“大师，我有一事不明白，它使我整夜睡不好觉，也使我很迷惘，希望您能帮我指出一条光明的道路。

” 禅师没有说话，青年继续说道：“有人赞我是天才，将来必有一番作为；也有人骂我是笨蛋，一辈子不会有多大出息。

依您看呢？”

” “你是如何看待自己的？”

” 禅师反问。

青年摇摇头，一脸茫然。

“譬如同样一斤米，用不同眼光去看，它的价值也就迥然不同。

在炊妇眼中，它不过做两三碗米饭而已；在农民看来，它最多值一元钱罢了；在卖粽子的眼中，包扎成粽子后，它可卖出三元钱；在制饼者看来，它能被加工成饼干，卖五元钱；在味精厂家眼中，它可提炼出味精，卖八元钱；在制酒商看来，它能成酒，勾兑后，卖四十元钱。

不过，米还是那一斤米。

” 大师顿了顿，接着说：“同样一个人，有人将你抬得很高，有人把你贬得很低，其实，你就是你。

你究竟有多大出息，取决于你到底怎样看待自己。

” 道破禅机 从不为他人左右 别人看我们总是出于各种不同的立场和目的，因此，同样一斤米，在不同的人眼里便有了不同的价值。

面对各种不同的评价，一味地听别人怎么评价自己，只会越来越迷惘，更加找不到北。

而智者往往能够撇开这些评价，不为他人所左右，正确地看待自己，评估自我价值。

在一次讨论会上，一位著名的演说家没讲一句开场白，手里却高举着一张20美元的钞票。面对会议室里的200人，他问：“谁要这20美元？”

” 一只只手举了起来。

他接着说：“我打算把这20美元送给你们中的一位，但在这之前，请准许我做一件事。

” 他说着将钞票揉成一团，然后问：“谁还要？”

” 仍有人举起手来。

他又说：“那么，假如我这样做又会怎么样呢？”

” 他把钞票扔到地上，又踏上一只脚，并且用脚碾它。

尔后他拾起钞票，钞票已变得又脏又皱。

“现在谁还要它？”

” 还是有人举起手来。

“朋友们，你们已经上了一堂很有意义的课。

无论我如何对待那张钞票，你们还是想要它，因为它并未贬值，它依旧值20美元。

人生路上，我们会无数次被自己的决定或碰到的逆境击倒、欺凌甚至碾得粉身碎骨。

我们觉得自己似乎一文不值。

但无论发生什么，或将要发生什么，在上帝的眼中，你们永远不会丧失价值。

在他看来，肮脏或洁净，衣着齐整或不齐整，你们依然是无价之宝。

生命的价值不取决于我们的所作所为，也不仰仗于我们结交的人物，而是取决于我们本身！

你是独特的——永远不要忘记这一点！

” 一个人的价值取决于自身，除了自己，没有人能让我们贬值，也不会因为出身、境遇而改变。

我们每个人所能做的，就是靠不断的努力，提升自我的价值，让自己的人生绚丽多姿。

即心即佛 马祖禅师是中国禅宗史上一个重量级的人物，传说他相貌奇特：走路的姿势像牛，看人的眼神像老虎，能将舌头伸出来舔到自己的鼻子。

话说当年大梅禅师跟随马祖禅师参禅悟道。

## <<百炼钢-禅味男女>>

学了好多年都没有学成。

为什么呢？

因为老师每说一句话，他都当成佛旨一样绞尽脑汁地研究，这样当然离禅宗的“大道”越来越远了。

马祖看了也很着急，就主动启发他说：“佛是什么呢？”

大梅禅师想：“这该从何说起呢？”

正在着急的时候，猛然听老禅师喝道：“即心即佛！”

大梅禅师恍然大悟，马上就拜别老禅师下山弘法去了。

马祖还是有点不放心：以前他学了那么多年都没开悟，真的就能一下子完全解脱吗？于是他派自己的一个弟子去试试大梅。

那个弟子见了大梅禅师就问：“师兄是听了师父的哪句话开悟的？”

“即心即佛。”

大梅答道。

“不对，现在师父不讲什么‘即心即佛’啦，”弟子故意说，“他老人家现在天天讲‘非心非佛’，你听的那套早就已经过时了！”

大梅禅师笑道：“马祖这个老和尚，不是存心找茬吗？”

我才不管他的什么‘非心非佛’，我还是坚持我的‘即心即佛’。”

马祖听说之后，激动地说：“哎哟，我家的梅子(大梅)终于成熟了！”

道破禅机 任何时候都不要怀疑自己 大梅对自己的悟道充满自信，所以不管别人怎么考验他，都能够坚持自我。

爱因斯坦说：“自信是向成功迈出的第一步。”

罗伯森说：“相信就是强大，怀疑只会抑制能力，而信仰却是力量。”

自信是成功的必要条件，是成功的源泉，自信就是在任何时候都不要怀疑自己。

日本著名音乐指挥家小泽征尔在一次世界指挥大赛的决赛中，被安排在最后一个参赛。

在按照评委会给他的乐谱指挥乐队演奏的过程中，小泽征尔突然发觉整个乐曲中有不和谐的地方出现。

起初他以为是演奏家们演奏错了，就指挥乐队停下来重新演奏一次，但仍然有个地方让他感到很不和谐。

于是小泽征尔向评委们提出乐谱有问题。

在场的著名作曲家和评委会权威人士都说乐谱肯定没有问题，而是小泽的错觉，请他从自己身上找出原因。

小泽征尔当时还未出名，只是一个普通参赛者。

面对几百名的国际音乐权威，他不免对自己的判断力有些动摇。

但是，在考虑再三之后，小泽征尔坚信自己的判断是正确的，他非常肯定地大声说：“不，一定是乐谱错了！”

话音刚落，评判台上立刻响起了热烈的掌声，评委们全体起身祝贺他问鼎夺魁。

原来这是评委们精心设计的“圈套”，以试探指挥家们在发现了错误而权威人士又不承认的情况下，能否相信自己，坚持自己的判断。

显然，自信的小泽征尔成了最令他们满意的指挥家。

要成为自信者，就要像自信者一样去行动，任何时候都不要怀疑自己。

在生活中自信地讲了话，自信地做了事，自信心就能真正确立起来。

面对社会环境，你的每一个自信的表情、自信的手势、自信的言语都能真正培养起内心的信心。

当你对自己充满信心时，别人自然也就对你有了信心。

.....

<<百炼钢-禅味男女>>

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>