

# 《禅生花》

## 图书基本信息

书名：《禅生花》

13位ISBN编号：9787802497597

10位ISBN编号：7802497590

出版时间：2011-1

出版社：工商联

作者：意林杂志社

页数：230

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《禅生花》

## 前言

一花一世界，一叶一菩提。大千世界，百种因缘，都在生活的点滴中折射出禅的光辉。生命有无数种形式，活法不止一种，别人看着自然，自己活的别扭；自己活的自然，别人看着别扭又是一种。在这个世界上，过自己喜欢过的日子，就是最好的日子，活自己喜欢的活法，就是最好的活法。死亡不是“无常”，而是“正常”。但当死亡降临时，活着的人就要面对失去亲人的悲痛，而无疑的，这是人生最大、最难走过的伤痛之一。证严法师说：“一滴烛泪落下来，立刻就会被一层结出的薄膜止住，因为天地间自有一种抚慰的力量，这种力量叫‘肤’。生死之痛，其实就像一滴烛泪落下、就像受伤了，突然被‘肤’起来。”生命的幸福原来不在于人的环境、人的地位、人所能享受的物质，而在于人的心灵如何与生活对应。因此，幸福不是由外在事物决定的，贫困者有贫困者的幸福，富有者有其幸福，位尊权贵者有其幸福，身份卑微者也自有其幸福。在生命里，人人都是有笑有泪；在生活中，人人都有幸福与烦恼，这是人间世界真实的相貌。人间世界真实的相貌来自于人对生命的体悟，读书与思考则是体悟生命最好的方式。阅读使人静心，静心使人思考。温家宝总理在回答网友提问时曾说：“我非常希望提倡全民读书。我愿意看到人们在坐地铁的时候能够手里拿上一本书，因为我一直认为，知识不仅给人力量，还给人安全，给人幸福。”阅读给人带来的幸福感不仅在于它给我们带来丰富的知识，使我们在面对陌生的世界的时候不至于惶恐不安，还在于它能帮我们认识自己，让我们的人生充满安宁祥和。

# 《禅生花》

## 内容概要

《禅生花》主要内容：意林杂志社推出的《意林》已经成为一本人生导航、解秘心灵、激励斗志、探索生活的杂志。它生动、可爱、真挚而诚恳。读《意林》是一种人间享受。打开它，你能寻觅到人生的意义，感受到人间的友善，找到生活中的乐趣。它是一本有品味，值得信赖，不可多得的好杂志。

# 《禅生花》

## 书籍目录

Chapter 1 沉静如水 人生没有什么是重要的 此刻的富士的黎明 发呆的美好 太美的东西不敢碰 人分三界 富有 生命 人生拿趣味做根柢 小S的幸福课 没人比你好，你也不比别人强 我们如此幸运而不知我爱三毛浪迹天涯 对人生从一而终 幸福“折”人 穿袜子Chapter 2 心不留影 放弃蜗居去听海 拥有法国不需要华服 修心 头衔 一切皆流，一切皆变 易中天的幸福哲学 呼吸的伟大力量 我们眼中的垃圾和美好 四马 人生的“三层楼” 如果你没有了我 一声鸟或一堵墙 莫须有的忧伤和恐惧 你不要挤马车 杯子与水 采访上帝 至少再活6天 做一个“有意思”的人 下山才算成功 遇见Chapter 3 泰然处世 麝月不争 转念之间 一粒种子，掉进一个缝里 车轮与陀螺 心灵需要水来灌溉 没有谁是天生暴躁 知足常乐 讲话是修行 闭上眼睛 心是一把铁勺 美貌从何而来 太阳与月亮 心灵在纸上行走Chapter 4 开启灵魂 “观心”的哲学 静默而奔放 爱的圆规 懂自己 五月，一杯淡雅清茶 阳光每天都来 拷问灵魂的独自 听到灵魂在微笑 从脚底的破洞说起 塔 圣经密码 静候死亡Chapter 5 优雅生活 优雅地活着 死亡 真心祈祷 你简单，世界就简单 悲鸟时间 不抱怨 开心是最好的补药 幸福的真谛 心灵的空间 空间与情感 流转 开启心灵的后窗 一眼望得到尽头的人生 国王的秃头Chapter 6 情花禅 那些年轻羞涩的日子 最蠢的“我可以吻你吗” 爱的小夜曲 真爱难求，你还高傲 年华离去，后会无期 80岁的女朋友 锡尤尔骚河少年 爱情不是奇遇 亲爱的，没有比你更美好的事物了 浅喜深爱 谁是你拿来爱的人 王 谢谢你曾爱过我 他的眼睛不再望你 与其死去活来，不如静静相爱Chapter 7 生之壮美 一条骄傲的咸鱼 无法躲藏 我不是千里马 每一个90后都在寻找最好的自己 每天豁然开朗100次 “胆小鬼”创造《盗墓笔记》传奇 小龙虾的竞争机制 曾国藩在狱中 人生巅峰无回声 等死模式与穿越模式 伟业如何建立 生之壮美 非洲神医 我只是坐标 我所认识的白岩松 生活是自己的

《我爱三毛浪迹天涯》 陈鲁豫 我真的是非常喜欢三毛。 我从没有崇拜过任何人，但对三毛的欣赏大概已接近崇拜。 初二那年的某一天，班里的同学开始疯狂传阅一本薄薄的小书：红色的封面上有着骆驼和残阳的图案，书名叫《撒哈拉的故事》，友谊出版社出版，作者的名字单纯好记，三毛。 当时我们班53个人几乎都在排队等着看这本书，当它终于传到我的手上，书页的边边角角已卷了起来。我至今记得翻开扉页看见三毛的照片时内心的那份羡慕和震动：三毛身穿大红色长裙，梳着辫子，脚上没有穿鞋，只套着洁白的毛袜，慵懒地席地而坐。 我不能肯定那本书是不是盗版，反正照片的质量并不好，三毛的脸看起来有些模糊。可我还是无法抑制地被照片上的这个女人吸引，我觉得她是那么sophisticated（深不可测），那么优雅、纤细和富有。 那是我平生第一次由衷地羡慕一个人，并且想知道有关这个人的一切。 那时正是课间10分钟，我捧着书恍惚地沉浸在自己的世界里，对着扉页里三毛的照片发呆。那种凝视好像是要穿透书页一直看进这个女人的内心世界。三毛脸上的表情是淡淡的，嘴角有一丝不易察觉的微笑，那微笑很无辜但又极具诱惑力。这个女人太清楚自己的魅力了。她不美，但她有着致命的吸引力。在我13岁的某一天，三毛就是这样走进了我的生活。我觉得我读懂了她笑容背后的潜台词：我把我的大门打开了，一你能看到一部分我的世界，但你进不来。 整整10分钟，我就那样呆坐在课桌前。 接下来是英语课。这通常是我大显身手的时候，那一堂课我却一言不发，身体紧紧贴住课桌，左手扶住摆在桌面的英语书，右手放在桌子里，手心汗津津地粘在那本《撒哈拉的故事》上。 英语老师觉得我和平时不大一样。往常上课，我总是举手要求回答问题最积极的一个。有时老师为了鼓励更多的同学在课堂上勇于发言，甚至会假装看不到我高举的右手。而这堂课，我安静得有些反常。当全班朗读课文的时候，老师特地走到我身边，弯下腰轻轻地问我：“你生病了吗？” 我冲老师笑了一下，摇摇头，开始大声地念课文。

那一天在恍惚中度过。 下午第二节课结束的铃声一响，我几乎是伴着老师“下课”两字从座位上一跃而起，抓着早就收拾好的书包冲了出去。 我归心似箭，自行车骑得快要飞起来了。我要赶紧回家，好舒舒服服、踏踏实实地看《撒哈拉的故事》。 那时我家住在4楼，马路一边的墙上有一个小小的窗户，每到傍晚时分，总能看到窗外有一群鸽子飞过。当我合上《撒哈拉的故事》抬起头，正好看到那群鸽子，而爸爸已经叮叮咣咣地在厨房准备晚饭了。屋子里有些昏暗，我一动不动地坐在面向小窗的沙发上，心里有一种压抑不住的冲动想要浪迹天涯。 从此，留学成了我的梦想。我渴望到国外过一种精彩、艰苦但又富足的生活，就像三毛那样。一个晚上，《撒哈拉的故事》我翻过来掉过去地读了近10遍，书中的内容几乎倒背如流。第二天，我如约把书交给了排在我后面的同学。书还了，但三毛成了我的精神偶像。

心灵小札 三毛作为流浪的代言人，充满着漂泊的自由气息，贾平凹为她写序的时候说过这样的话：三毛不是美女，一个高挑着身子，披着长发，携了书和笔漫游世界的形象，年轻坚强而又孤独的三毛对于大陆年轻人的魅力，任何局外人作任何想象来估计都是不过分的。 《对人生从一而终》 周国平 我听见许多人埋怨自己的人生，那口气就像埋怨死不肯离婚的结发妻子。他们埋怨命运的捉弄，错误的结合，失败的努力。如果可以，他们宁肯和别人交换人生。在他们眼里，人生如同老婆，也是别人的好。 我想起巴尔扎克笔下的一个女演员的话：“人生是件衣裳，脏了就洗洗，破了就补补，你好歹得穿上它！” 我说得稍微文雅些：人生是个对我们从一而终的女子，我们不妨尽自己的力量打扮她，塑造她，但是，不管她终于成个什么样子，我们好歹得爱她！ 每一个人的人生都只有一次，奥斯特洛夫斯基选择了这样度过：当他回忆往事的时候，不因虚度年华而悔恨，也不因碌碌无为而羞愧。在临死的时候，他能够说：“我的整个生命和全部精力，都已献给世界上最壮丽的事业——为人类的解放而斗争。”我们又该怎么样选择呢？

《幸福“折”人》 宋宗祧 人生必须戒满戒盈，留有余地。正如俗语所说的那样，福不可享尽，势不可使尽，心机不可用尽。为此，不妨仿效商品打折销售的方法，做个“折”人。 干劲打一折。不要满负荷工作，俗话说健康是金，但是工作和健康二者又不可偏废。人既不可为了健康不工作，也不能拼命工作而牺牲健康。有道是会休息才会工作，所以一般情况下，应该在疲劳之前就休息。注意，一定要记住，是在一般情况下。 吃饭打二折。俗话说，饭吃八成饱。吃饭不要全吃细粮，要做到“细中有粗”，控制肉鱼荤腥。 承诺打三折。俗话说轻诺寡信。当然，对人一定要讲诚信，但不能说大话、空话，更不能说假话。为了不失信于人，即便很有把握的事，也要忌口满。更不能碍于面子就随口答应。 教子打四折。要与子女交朋友，平等交流。在给予他们必要关爱的同时，注意身教，教授知识不要“灌”，要注意引导、启发他们独立思考，并留给他们自由

## 《禅生花》

活动的空间和时间，让他们从自我的角度认知世界。酒色打五折。俗话说纵欲伤身。酗酒、纵欲往往招灾惹祸，起码是损害健康，适当控制益处多多。为啥要打五折？因为它们是跷跷板，不妨“左”一点，宁缺毋滥。夸人打六折。现代新观念提倡赏识教育，多看别人的优点，少说别人的缺点。但是夸奖人也不能不顾实际，虚情假意，更不能怀有不良动机谄媚别人。夸人时既要做到对别人是一种鼓励，又要不损害自己的人格，所以还是要“吝啬”一点。评打七折。自我评价时虽然说应该实事求是，但毕竟是“自己称自己”，总不免偏爱的成分多。所以，纵然觉得自己十分好，也不要太相信自己的感觉。别人说好才是好。“小广告”打八折。街上散发的小广告，啥牛都敢吹，啥愿都敢许，啥屁都敢放，除了那张纸是真的，别的都是假的。听赞扬打九折。爱听好话是人性的弱点，自己当然不会例外。当别人赞扬你的时候，就像狐狸赞扬乌鸦有美丽的歌喉那样，十之八九是有求于你或者是要给你下套的时候。这时候你就得提高警惕，这只耳朵进那只耳朵出，一笑了之。

不良嗜好打十折。赌博、吸毒、嫖娼等不良嗜好，是社会的癌症，坚决不能沾，就是吸烟，也要坚决杜绝。最后，还必须强调，人生不是什么都可以打折的。理想、信念一定要像磐石那样坚定。特别是忠孝，一点折都不能打。心灵小札 水满则溢，月满则亏。凡事欠三分是一种智慧，它能让你无论身处什么境地都能保证游刃有余，有一定的转圜的余地。《穿袜子》 佚名 我儿子四五岁的时候，总爱反着穿袜子，有时帮他把袜子好好地穿上，他还要自己脱下来，再翻个面穿上去。有一次我生气地问他：“你为什么总要反着穿呢？线头露在外面，多难看！”没想到他竟理直气壮地说：“袜子是我在穿，不是穿给别人看的，线头在里面，会使我的脚不舒服，我当然要把袜子翻过来！”这虽是童言，但也有真意。古人说：“人实役物，非物役人。”“画为娱己，不为娱人。”“画乃吾自画，书乃吾自书。”不是同样的道理吗？心灵小札 袜子是穿在自己脚上的，舒不舒服只有自己知道。人生也是这样，如人饮水，冷暖自知。别人永远只是观众，自己生活的苦乐，只有自己在承受。为了自己而活，为了自己的快乐而活，因为人生是自己的。

## 《禅生花》

### 媒体关注与评论

《意林》——意味深长，林林总总的小故事。会令你受益匪浅。——著名演员姚晨 一篇短短的文章，一个深刻的道理，无数个文字背后，蕴含着深深的感动，感谢《意林》，给我惊喜！

——著名主持人、演员曹颖 《意林》一则，开心一生。——著名相声演员郭德纲 用心品味，《意林》生活。——跳水王子田亮 每次翻看《意林》，总是会被打动，禅意的芬芳、古典的浪漫、人性的善、光阴的花朵……我都会慢慢欣赏，当然，有自己的文章会更喜欢，智慧与温馨并存，朴素与华丽共舞，我喜欢《意林》，的原因很简单——它是一朵朴素的小花，开着，温暖着我们红尘中的心。与它的情缘，我愿意是一世。——著名女作家雪小禅 光怪陆离的世界里尚留有一片《意林》，让我们早已疲惫的身躯和心灵得以驻足停歇。——著名演员、主持人、金钟奖影帝邱心志

# 《禅生花》

## 编辑推荐

一则故事改变一生！ 每一个生命的到来，都是地球造化的奇迹；每一段生命的轨迹，都是一曲高昂的颂歌。小故事大智慧，小幽默大道理，小视角大意境。 《禅生花》为意林杂志社推出的精品图书，既承袭《意林》杂志的励志核心，又拓展全新的阅读领域，以原创为根本，扶植新人，是一本引领多元化主题阅读潮流的心灵读本。

# 《禅生花》

## 精彩短评

1、在广图的流动图书车借的

# 《禅生花》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)