

延参法师

品味人生

系列丛书

延参法师
著

人生无处 不青山

山东人民出版社
（济南）

延参法师

品味人生

系列丛书

延参法师
著

人生无处 不青山

山东人民出版社

国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

人生无处不青山/延参法师著. — 济南: 山东人民出版社, 2017.6

(延参法师品味人生系列丛书)

ISBN 978-7-209-10820-1

I. ①人… II. ①延… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第133952号

人生无处不青山

延参法师 著

主管部门 山东出版传媒股份有限公司

出版发行 山东人民出版社

社 址 济南市胜利大街39号

邮 编 250001

电 话 总编室 (0531) 82098914

市场部 (0531) 82098027

网 址 <http://www.sd-book.com.cn>

印 装 青岛国彩印刷有限公司

经 销 新华书店

规 格 32开 (145mm×210mm)

印 张 13

字 数 240千字

版 次 2017年6月第1版

印 次 2017年6月第1次

印 数 1-10000

ISBN 978-7-209-10820-1

定 价 38.00元

如有印装质量问题, 请与出版社总编室联系调换。

序

愿为一滴眼中泪

亲爱的朋友，当童年的记忆一步步变得模糊与遥远，当心头的感觉一点点变得迟钝与麻木，当我们站立在这车水马龙的街头，心头就会莫名地浮起一丝孤寂与凄凉。环顾周围时刻在改变的世界，犹如霓虹那般闪烁不定。你是否感到了无助，感到了温情？你是否感觉到不远的灯火辉映处，有些人，你非常熟悉？这些人，就是与你一生相伴、一路走来的朋友，这其中有一个清瘦的身影——那就是我。

我的朋友，我愿意做你眼中的一滴泪水，伴你走过世态炎凉，春夏秋冬。我陪你走过那漆黑的夜晚，我陪你看飞翔的海鸥。我陪你去迎接所有的快乐，我陪你去忍受所有的悲伤，我陪你去挑战所有的困难，我陪你去分享世

界的美丽，我陪你送走每一个傍晚，我陪你迎来每一个今天，我陪你祈祷将来的明天……有了你，我也就拥有了生命的内涵。

我的朋友，我愿意做你眼中的一滴泪水，在你开心的时候，请尽情地把开心的泪水抛洒。我不会怨恨你，这就是我生命的全部，我实现了我的忠诚，我捍卫了我的信仰，我会化作一只开心的精灵，犹如你的影子，陪伴你走过所有的日月……我的朋友，因为我爱你。

我的朋友，我愿意做你眼中的一滴泪水，在你悲伤的时候，我请求你不要对命运哭泣，它只会加重你的悲惨。也请你不要随意把我抛弃，带着你的悲哀，我的命运会更加冰冷。我不愿意孤独地飘洒在这空旷的世界，走向没有一丝希望的归途。你坚强一些啊，我的朋友，我会更加爱你。

我的朋友，我愿意做你眼中的一滴泪水，用我们的真情感动世界，用我们的真爱庄严世界，用我们的真诚去迎接每一个从我们身边擦肩而过的朋友。

目录

第一章 心怀篇

003 / 活出一份生活的简约

每个人都有人生的低谷和烦恼，只要我们用一个好的心态去从容面对，做到随遇而安，知足而常乐，那么快乐就会与你永生相伴。

005 / 看花开赏岁月，让忧愁去漂流

世间万事没什么大不了，笑一笑，一切都会过去。

007 / 走在天地间，结些山水缘

山高地广，海阔天空，好山好水到处有，多看这些，总强过看人间的那些成败得失。

009 / 唱首快乐歌，让心不复杂

放下贪欲，少些索求，在平实简朴的生活中不挑剔，就是获得快乐的最简单方法。

011 / 花开花落

只有美丽的心情才能感受这美丽的风景，只有美丽的心灵才能拥有这美丽的世界。

014 / 直播生命的精彩

学会给自己一个快乐的心情吧，用快乐去阐释工作，人生就远离了怅恨烦恼；用柔情去打磨日子，岁月将赠予我们无比丰厚的回馈。

017 / 为生命喝彩

少一些奢求，少一些欲望，多一些知足，多一些奉献，才会使生命更加健康和有意义。

020 / 再见了悲伤

与其在烦恼中苦苦挣扎，不如洒脱地挥手再见，告别烦恼，告别悲伤，让我们阳光的笑脸依旧，阳光的心态依旧。

023 / 快乐在一线之间

也许我们不能拒绝现实生活中那些无常的发生，但是我们可以选择一份达观、包容、宽广的人生态度，来决定自己的命运，实现自己的生命价值，获得生活中的开心。

027 / 快乐的生命才完美

不是每个人都会长成参天大树，不是每个人都会成为栋梁之材，那就甘心做一丛杂草、一株野花吧！

030 / 莫向梦里寻恩仇

不管是惊涛骇浪，成败沉浮，都不过是历史轮回中的惊鸿一瞥。

032 / 人间沉浮何须问

多少荣枯成过往，人间前程是善良。

035 / 让微笑来做我们这一生的名片

倾尽我们毕生的光阴去微笑，要让微笑永远写在我们的脸上。

038 / 走过烦恼人生 实践大爱无言

慈悲无价，慈悲无限。愿慈悲之光洒满人间、普照苍生。

043 / 微笑着诠释人生

微笑是从从容容的人生态度，我们微笑着面对生活，生活也一定会微笑着面对我们。

046 / 走过那些难忘的流年

生命的意义就在于享受不断追求、不断克服、不断超越的过程。在苦难的历程里，让我们用坚强唱出生命里最嘹亮的歌声，勇敢地在人生的海洋里搏击风浪！

047 / 人间春复秋 叶叶都从容

即使地老天荒，即使风烛残年，我们总能看到生命的延续，总能看到明天的太阳照样灿烂升起。

049 / 人生就是一个人的较量

这个世界上只有一个对手，那就是我们自己，我们自己才是那座难以逾越的最高山峰。

051 / 留住生命的那份纯粹

真正的快乐可以很简单，只要留住生命的那些纯粹，就能对灵魂不断进行洗涤，让自己的生命回归那初生的纯粹。

053 / 留一颗好心走到岁月的尽头

让恬淡和充实、美好和感动时刻充盈在心灵深处，就会活得永远健康、年轻。

057 / 心与灵山咫尺之遥

不是自己的东西，不要去强求，不该坚持的时候，不要太过执着。

060 / 守候一片安详的天空

唯有保持心平气和的平常心态，才能享受这一片安详的天空。

063 / 叩问生命的意义，祝福所有的明天

天无绝人之路，老天爷从来都不会让人无路可走，除非我们自己放弃希望。

069 / 快乐的生活

生命会因为简单而快乐，因为快乐而幸福。

072 / 世界那么大，找好自己的坐标

人应当生活在今天，生活在现实中，生活在当下，不要过多地去懊悔昨天，也不要过多地去指望明天。

第二章 世情篇

079 / 眼泪遮盖不了愚蠢

能够帮助别人，给别人带去温暖和快乐，就是幸福富有的人。

081 / 留一片好心给自己

心若没有栖息之处，到哪里都是在流浪，让善良长住心间，幸福就

会伴随我们到永远。

084 / 好话一句，好心一片

好心，好话，笑脸，会给这个世界带来温暖，会给心灵带来纯净。

086 / 祝福是一种沉默

如果祝福是一种沉默，让我们选择永远。

088 / 冷漠的脸最可怕

冷漠会使我们孤独无助，冷漠会消磨我们的爱心，冷漠会使我们远离大众，而事实是，若离开大众我们将一事无成。

090 / 爱的荒漠最悲哀

爱是无私的奉献与给予，有爱的人有朋友，博爱的人朋友多。

092 / 四海之内皆兄弟

我们发现，原来世界上根本没有所谓的敌人，只要用宽容、用真诚、用爱心去走我们的人生之路，我们就会四海之内兄弟无数。

096 / 爱朦胧，恨朦胧，笑看人生烟水重重

爱恨只不过是朦胧的水中月，镜中花，一切都是泡影，本不真实。

099 / 幸福地活着

若能像棵小草，拥有它淡然安分、倔强坚韧的心境，像它一样春绿秋黄，岁枯岁荣，也是一种幸福。

100 / 笑谈生，直面死

只要有笑看人生的胸怀，成功或失败、温暖或冷漠、悲与喜、得与失，都是人生旅途中的收获。

102 / 宽容处世，雅量容人

如果说谦让是美德，那容人同样是美德。

104 / 一路微笑

微笑着的我们，要用微笑的力量，去关照周围，去感化周围，去影响周围，去庄严这一方国土，直到每一个人的脸上都挂起一片不落的灿烂笑容。

108 / 感谢天地

知福才能感知幸福，惜福方能留住幸福。

113 / 相逢一笑

微微一笑，会使我们的生活更加富有，开心的笑容会令我们的生活更加丰富多彩。

116 / 人生不老少年心

人生也应有歌曲的韵味，茶香的无穷的生机。

118 / 春风桃花

无常之物无有自性，本是无所谓好坏的，只是众生我执深重，总是以自我的善恶分别之心去看眼前的一切，这一切便随之而起善恶之分。

120 / 为生命喝彩

生命多么可贵，需要我们格外呵护和珍惜，亵渎生命是最大的无知。

123 / 生活的幽默，开心的源泉

拥有了幽默就拥有了快乐，而快乐是人生最大的财富。

128 / 日子在微笑里延长

出门时带上你的笑，阳光满怀；回家时拿出你的笑，其乐融融；高朋满座时，爽朗一笑，春风化雨；沉思默想时，微微一笑，荡气回肠。

131 / 生命如花

生命如花，绽放的时候会光芒四射、娇艳美丽，而凋谢的时候也会默默地付出着、奉献着、牺牲着，将芳香弥漫在这个世界。

第三章 归去篇

141 / 从容地活着

既然上苍给我们活着的权利，那么我们就要活出一份从容，活出一份美丽。

142 / 让生命学会包容

人生在世，大度一些，容别人所不能容，忍别人所不能忍，笑一笑，其实也没什么大不了。

144 / 学会温柔地聆听花落的声音

放下人间的是非恩怨，放下红尘的纷扰纠缠，用一种宁静和从容，朝迎晨曦，暮送晚霞，温柔地聆听花开花落的声音。

146 / 冷眼对沉浮 天凉好个秋

生活中是不会花香常漫的，但只要有一颗乐观坚强的心，本着笑对人生的原则来走人生之路，就会超然物外，洒脱无为。

150 / 命运里让我们学会微笑

微笑是一种“功德”，微笑也是一种“布施”，因为你将快乐带给大家。

154 / 如月从容

一轮明月，斜挂西楼，似乎有言，终而无语。皎皎明月，天地空明，了无纤尘，世界宽敞，纷争虚妄。

156 / 花自从容开，人间有正道

因为深知世事之艰难，明白人间正道是沧桑，所以才更要学会从容地去过这一生。

159 / 荣枯难料，从容面对

乐观豁达地对待生命中的潮起和潮落，从从容容地度过人生中的每个寒冬和春天，以积极的心态面对生活，让快乐洋溢在脸庞，让幸福充满胸膛。

162 / 生命的公敌

因为无知，我们蹉跎了许多宝贵的光阴，在爱恨情仇的恩怨中纠缠不休，在得失成败的计较中烦恼不已，在稀里糊涂中就把生命走到了尽头。

164 / 冷眼轮回，夫复何求

所谓的穷富老少、爱恨得失、是非成败，不过浮云而已，我们只是在无尽的轮回中颠倒梦想。

166 / 简简单单每一天

这世上，有时笑笑人家，有时让别人笑笑自己，放轻松，给自己快乐，也给别人快乐。

169 / 生活非常道

微笑面对人生所有的晴与雨，喜看朝霞，醉饮清露，快乐无忧地活着。

172 / 又是月满西楼，人生何苦闲愁

不要过分地追求完美，生活不会完美，人不会完美，我们自己也不会完美。

175 / 如何练习乾坤大挪移

人生在世，开心第一。千年故事，一笑了之。

180 / 做一个快乐的使者

自己开心，才能传播开心；自己快乐，才能传播快乐。让我们做一个快乐的使者吧！

183 / 让我们为宽容代言

闲庭信步笑看花开花落，宠辱不惊冷观云卷云舒。宽容是人类灵魂里最美丽的风景。

186 / 开心一年年

日出东海落西山，愁也一天，喜也一天；遇事不钻牛角尖，人也舒坦，心也舒坦。

189 / 换个心情活一下

当回首这一切的时候，我们都应感到骄傲，因为我们曾勇敢地面对这一切，坦然而从容。

192 / 平淡的微笑

平凡的人因有微笑而出众，穷苦的人因有微笑而富有。无论你多么

烦恼，多么郁闷，微笑可以使你变得乐观、开朗、豁达、文明、理智、高尚。

194 / 静静的心海

未来的日子里即使烦恼来势汹涌，用豁达的心胸轻描淡写地让它像浮云一样来去匆匆，不再斤斤计较谁对谁错，不再兜兜转转寻求因果。

195 / 给人生献一枝盛开的花朵

人生就是一次旅行，重要的不是结果，而是沿途的风景及看风景过程的心情。

197 / 向生命的每一个方向微笑

生命是高贵的，让我们给他加上一个有力的标志，向生命的每一个方向微笑。

199 / 堪破命运的背后

命运就在我们自己的手里，只要把握了命运的正面，就没有必要苦苦思索背后了。

201 / 还生命恬淡的自由

生活需要享受，不仅享受生活中的所有，更要用心灵去享受生活，从繁杂的事务中，品出恬淡、品出宁静、品出悠闲，还生命以恬淡，还心灵以自由。

203 / 生命之舟，何须烦忧

在滚滚红尘中，能让自己拥有一份淡淡的情愫，过着恬淡的生活，那是人生多么悠然自得的美丽。

205 / 幸福的方向

幸福的根本在心，幸福是人内心的一种感觉，一股韧劲。

第四章 一生篇

213 / 美丽命运

走过风雨沧桑，岁月的风霜洗净前尘往事，记忆早已遗忘了所有的忧伤愁闷，洒落的是一地淡淡的馨香。

217 / 又来人间走一遭

相信明天还会升起一轮崭新的太阳，重复也罢，轮回也罢，送给世界一个最美的微笑，收获自己希望的硕果。

220 / 春花秋月皆自诳，情仇不外梦一场

时代的变迁，世事的纷扰，恩怨的情仇，不过是过眼云烟。

222 / 自由的生命

快乐其实很简单，只要用心去体会，便会发现处处都是惊喜。

225 / 为生命骄傲

生命可贵，不仅是我们自己的生命值得珍惜，一切生命都值得我们珍惜、关心、爱护。

228 / 岁月不会为谁停留

人生最值得回味的地方并不在功成名就的时候，而是这跌宕起伏的一生中所有风风雨雨的经历，这些都值得我们久久回味。

231 / 让悲哀去漂流

把事情理清楚，才能告别烦乱；把一些无谓的痛苦扔掉，快乐就有了更多、更大的空间。

235 / 相约明天

不要气馁，因为我们的明天就叫希望，把握好每一个今天，明天会同太阳一起灿烂辉煌。

238 / 相约未知的时空

月有阴晴圆缺，人有悲欢离合，人生在世哪能事事尽如我意，倒是不如意事常八九。有的人不思八九，常想一二，因而把自己的人生经营得有滋有味。

241 / 冷暖人间炎凉难测

人有的时候就是这样，把一切看得太重了，因此，看不到经过身边的美丽风景。

244 / 人生究竟不是浮云

人生究竟不是浮云，发生在我们身边的一切是那么的真实，生命中的一切我们必须去经历、去体验。

247 / 幸福面对面

珍惜全部的拥有，就是最幸福的人。

251 / 平安是一种财富，快乐是一种收获

当岁月如水般逝去，我们已经走到了人生的暮年时，回头再看，会发现平安是这一生最大的财富，快乐是这一生最大的收获。