

让人身心安顿的禅修美文

心中若有桃花源，
何处不是水云间

云水禅心

主编

北京工业大学出版社



朋友圈 博客热传美文

让人身心安顿的禅修美文

心中若有桃花源，
何处不是水云间

云水禅心 主编

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

心中若有桃花源, 何处不是水云间 / 云水禅心主编.
—北京: 北京工业大学出版社, 2014.4
ISBN 978-7-5639-3815-5

I. ①心… II. ①云… III. ①散文集—中国—当代



中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第 033908 号

心中若有桃花源, 何处不是水云间

主 编: 云水禅心

责任编辑: 杨 青

封面设计: 王晓庆

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编: 100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出版人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 沈阳天择彩色广告印刷股份有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/32

印 张: 9

字 数: 134 千字

版 次: 2014 年 4 月第 1 版

印 次: 2014 年 4 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-3815-5

定 价: 26.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)

前言

生命里有门功课，名叫“接受”。无论活多大，每一次在“接受”面前，我们依旧像个只会号哭的孩子。而区别是，长大的自己会对自己说：“接受，是变好的开始。”

得失如云烟，转眼风吹散。人生百年，转眼成空。生不带来，死不带去。一切邂逅，悲欢喜舍皆由心定。看得透，放得开，则一切如镜中花，水中月，虽然赏心悦目，却非永恒，不如开开心心，坦坦荡荡，不让自己在悲伤中度过，别让自己在徘徊中漫步。随缘起止，生活以开心为准则，人生一世，其实活在一回心境。

自然地走，自然地忘，不牵强。自然，是万物最美的姿态。生命的节拍，不要太快，太快易疲惫；不

要太慢，太慢是蹉跎。随着岁月，如溪水般自然地流淌，到一处，看一处风景。不需要太多渴望，心若向往，就前行；感觉疲惫，就小憩。心灵走过的地方，无怨，无悔，无彷徨。毕竟，对错得失都是一种独特的美丽。

时间可以苍老一尊容颜，淡化一些记忆，改变一抹风景，但恬淡明朗的心情，你若坚守，它依然不会丢失。心平静了，世界将会变得平静，心刚毅了，困难都不会是困难，你给世界一个什么样的姿态，世界将还你一个什么样的人生。生活中，既要有闲庭信步的心态，又要有激流勇进的信念。

人生几多无奈，几多感慨，几多繁杂，几多悲哀。喧嚣浮世，想要追寻的很多，能属于我们的甚少，所以不必苦苦纠结。选择放下，坦然释怀；选择安静，摒弃尘埃。总会在无数的挣扎后，才会大彻大悟，原来生活中最快乐的状态，就是在平淡与平凡的生活里没有丢失自己，给自己一个最真实的交代，这个交代就是接受。

随缘者自适。缘，如流水一样自然，似花开一般不可勉强。随缘，并非坐等万事休，而是尽力之后的

随遇而安。人生在世，想做而可做的尽力去做，心有余而力不足的不勉强，毕竟，有太多人事非人力所能左右。缘之一字，有深有浅，缘来固然可庆，缘散何需哀怨。懂得随缘者，心无挂碍，所以拥有人生最大的自由。

心若乱了，一切就都乱了。守护你的心，胜过守护你的所有，因为你一生的收获，都是由内心所生的。不用去追问生命到底还要经历多少颠簸，因为无论是顺境还是逆境，生活始终会按它的阴晴圆缺该来时来该去时去，我们只需以一颗坦然的心，自信的面孔，乐观、豁达地去面对。

以平常之心，接受已发生的事，以宽阔之心，包容对不起我们的人。

以不变之心，坚持正确的理念，以喜悦之心，帮助需要帮助的人。

以放下之心，面对难舍的事，以美好之心，欣赏周遭的事物。

以真诚之心，对待每一个人，以愉悦之心，分享他人的快乐。

以无私之心，传承成功之经验，以感恩之心，感

心中若有桃花源，何处不是水云间

激拥有的一切!

每个人都在争取一个完满的人生，然而，世界上没有绝对完满的东西。所以，有缺憾才是恒久，不完满才叫人生。其实，最好的境界就是花未开全，月未圆。给膨胀留一点升腾的余地，给单调留一点饱满的空间。接受，让离开的离开；继续，让继续的继续；改变可以改变的，接受不可以改变的。

目录

- 心中若有桃花源，何处不是水云间 /001
- 人生似海，谁也不是你的彼岸 /005
- 当生命的列车缓缓驶去 /010
- 心灵是一棵会开花的树 /013
- 修己以清，处世以慎 /016
- 禅意入墨，淡写人生 /019
- 顺其自然是最好的活法 /025
- 善待自己 /031
- 修行与做人 /033
- 成长 /040
- 有人告诉我 /043
- 总会走远 /046
- 如果时间可以倒退，一切也就不再珍贵 /050
- 生活不是单行线 /053
- 我们能留下什么 /055
- 等待中的美丽 /058
- 自己选择的路，跪着也要把它走完 /060

心中若有桃花源，何处不是水云间

人生的真相 /064

打开是尘世烟火，关上是水云禅心 /068

笑看人生，坦荡心灵 /072

在人间，开出柔软清净的花 /077

修心 /081

为他人开一朵花 /083

谈生命 /085

放弃也是一种美 /089

有一种前进的姿态叫作退让 /093

气象 /096

生命美丽，世界才美丽 /100

低调 /102

选择淡泊，然后准备走一程崎岖 /105

行到水穷处，坐看云起时 /107

心宽一尺，路宽一丈 /112

坦然面对生活的赐予 /117

碎语 /119

距离 /123

人，守不住寂寞，就享受不了繁华 /125

懂了泪水，就懂了人生 /127

人活得要有长度、厚度、宽度和深度 /130

- 人生是一场旅行 /133
- 年轻的眼泪，别急着沧桑 /137
- 内心丰盈的人才幸福 /139
- 流年未央，安然向暖 /142
- 给自己一份幸福的感觉 /149
- 修行，让心灵回归宁静 /152
- 心中有阳光 /156
- 没人能搅你的局 /159
- 调味心情 /162
- 一个人静 /164
- 遭遇烦恼，只需拈花一笑 /167
- 一人，一心窗，一世界 /171
- 给心灵一米阳光 /174
- 乐器的身体是树的灵魂 /177
- 沉静，聆听阳光 /180
- 生活，是一滴灵动的水 /184
- 心中有风景的女人 /189
- 有一种境界，叫洗净铅华 /192
- 人·世界 /195
- 善良，是心间一朵莲花开 /198
- 人是活在心里的 /201

心中若有桃花源，何处不是水云间

态度 /203

净心 /205

非走不可的弯路 /208

情绳 /210

缘 /213

没有一种痛是单为你准备的 /215

玉想 /218

陪伴一生的的是心情 /224

人生就是读懂自己 /227

“人”字最难写 /232

常常，我想起那座山 /236

随缘自适，烦恼自去 /242

从容于心，淡定于行 /247

怨念是一个无知的牢笼 /249

大中有小，小中有大 /253

大悲 /257

简单才能不累，适度才能不悔 /261

心清净，梦自安闲 /267

以心为桨，摆渡美丽的生活 /271

心的世界，如梦，如海 /275

金钱化妆你的外表，佛法启悟你的内在。律己要严，待人要宽。征服世界，并不伟大，一个人能征服自己，才是世界上最伟大的人。平凡之人追求不平凡，智者则甘于平凡，且享受平凡。

心中若有桃花源， 何处不是水云间

有一种经年叫历尽沧桑，有一种远眺叫含泪微笑，有一种追求叫浅行静思，有一种美丽叫淡到极致。时光，如白驹过隙，弹指过往，酸甜苦辣；苍茫尽处，云卷云舒。

生命，是一树花开，或安静或热烈，或寂寞或璀璨。日子，就在岁月的年轮中渐次厚重，那些天真的、跃动的抑或沉思的灵魂，就在繁华与喧嚣中，被刻上深深浅浅、或浓或淡的印痕。

很欣赏这样一句话：生命，是一场虚妄。其实，

经年过往，每个人何尝不是在这场虚妄里跋涉？在真实的笑里哭着，在真实的哭里笑着，一笺烟雨，半帘幽梦，有许多时候，我们不得不承认：生活，不是不寂寞，只是不想说。

于无声处倾听凡尘落素，渐渐明白：人生，总会有许多无奈、希望、失望、憧憬、彷徨，苦过了，才知甜蜜；痛过了，才懂坚强；傻过了，才会成长。生命中，总有一些令人唏嘘的空白，有些人，让你牵挂，却不能相守；有些东西，让你羡慕，却不能拥有；有些错过，让你留恋，却终生遗憾。

在这喧闹的凡尘，我们都需要有适合自己的地方，用来安放灵魂，也许是一座安静宅院，也许是一本无字经书，也许是一条迷津小路。只要是自己心之所往，都是驿站，为了将来起程不再那么迷惘。

红尘三千丈，念在山水间，生活，不总是一帆风顺的。因为爱，所以放手；因为放手，所以沉默；因为一份懂得，所以安心着一个回眸。也许，有风有雨的日子，才承载了生命的厚重；风轻云淡的日子，更适于静静领悟。

深深懂得：这世界上，并不是所有的东西都符合

想象，有些时候，山是水的故事，云是风的故事；也有些时候，星不是夜的故事，情不是爱的故事。生命的旅途中，有许多人走着走着就散了，有许多事看着看着就淡了，有许多梦做着做着就断了，有许多泪流着流着就干了。人生，本身就是风尘中的沧海桑田，只是，回眸处，世态炎凉演绎成了苦辣酸甜。

喜欢那种淡到极致的美，不急不躁，不温不火，款步有声，舒缓有序；一弯浅笑，万千深情，尘烟几许，浅思淡行。于时光深处静看花开花谢，虽历尽沧桑，仍含笑一腔，温暖如初。

其实，不是不深情，是曾经情太深；不是不懂爱，是爱过知酒浓。也许，生活的阡陌中，没有人改变得了纵横交错的曾经，只是，在渐行渐远的回望里，那些痛过的、哭过的，都演绎成了坚强；那些不忍遗忘的、念念不忘的，都风干成了风景。

站在岁月之巅放牧心灵，山一程，水一程，红尘、沧桑、流年、清欢，一个人的夜晚，我们终于学会了：于一怀淡泊中，笑望两个人的白月光。

盈一抹领悟，收藏点点滴滴的快乐，经年流转，透过指尖的温度，期许岁月静好，这一路走来，你会

心中若有桃花源，何处不是水云间

发现，生活于我们，温暖，一直是一种牵引，不是吗？于生活的海洋中踏浪，云帆尽头，轻回眸，处处是别有洞天，云淡风轻。

有一种经年叫历尽沧桑，有一种远眺叫含泪微笑，有一种追求叫浅行静思，有一种美丽叫淡到极致。给生命一个微笑的理由吧，别让自己的心承载太多的负重；给自己一个取暖的方式吧，以风的执念求索，以莲的姿态恬淡，盈一抹微笑，将岁月打磨成人生枝头最美的风景。

心中若有桃花源，何处不是水云间？

(文 / 红尘一笑)

烦恼随心而生，善随心而起，罪也随心而起。心是人生中最难以突破的局限。很多人因为莫名的烦恼而耽误了大事，因为莫名的愧疚而让自己的生活处于悔恨之中。而禅，让人们超脱于心之外，随性生活。

人生似海， 谁也不是你的彼岸

1

人生的轻松，就是能在这个喧嚣的尘世，不用献媚于谁，也不必跟谁说讨好的话，他玩他的，你活你的。两不相干，然后，两相安。

你在意谁，在意到极致，就会活在这个人的阴影里。这种在意，不外乎有两种情况：想求取和怕得罪。也就是说，人生的疲惫，更多的，不是在自己这里拎不起，而是在别人那里撇不清。

别人，成了自己沉重的彼岸。

越在他人那里唯唯诺诺，就越会在自我的言行里战战兢兢。生怕说错什么，做错什么，进一步畏首畏尾，退一步左顾右盼，是进亦忧、退亦忧。

在这样的境况里，最累人的，不是做，而是拿捏着分寸去做。

一个低声下气的人，无论凭恃他人，得到过多少，繁盛也好，光鲜也罢，最终，在自我矮化的奴才人格里，冷暖自知，甘苦备尝。

2

不是一路人，就不会在一个语言系统里。不在一个语言系统，就不会在同一个世界。

知心的话，不必说给不懂的人。说了不懂还在其次，最怕的，是说了不屑。不懂已是伤害，不屑便是亵渎了。

散淡的人，只与散淡的人合得来。奸邪的人，看起来跟谁都合得来。

这个世界，有的人只认对的人，有的人似乎跟谁都对。只因为，有的人，是奔着相宜的心去的；而有