



智慧的人生 不寂寞



直面内心，靠近佛，读懂禅
心存智慧便不再畏惧寂寞

黄兴 周语◎主编

身心靈
三卷本
悅讀

智慧的人生不寂寞

黃興 周語◎主編



龍門書局

图书在版编目 (CIP) 数据

身·心·灵三卷本悦读. 第1卷, 智慧的人生不寂寞:
身之卷 / 黄兴, 周语主编. —北京: 龙门书局, 2011. 6
(新世纪励志系列丛书)
ISBN 978-7-5088-3007-0
I. ①身… II. ①黄… ②周… III. ①禅宗—人生哲
学—通俗读物 IV. ①B946. 5-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第083737号

责任编辑: 夏果果 洪文婕 赵艳丽 / 责任校对: 杨慧芳
责任印刷: 新世纪书局 / 封面设计: 异一设计

龍門書局出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

中国科学出版集团新世纪书局策划

三河市李旗庄少明装订厂印刷

中国科学出版集团新世纪书局发行 各地新华书店经销

*

2011年6月第一版

2011年6月第一次印刷

开本: 16开

印张: 14.25

字数: 193 000

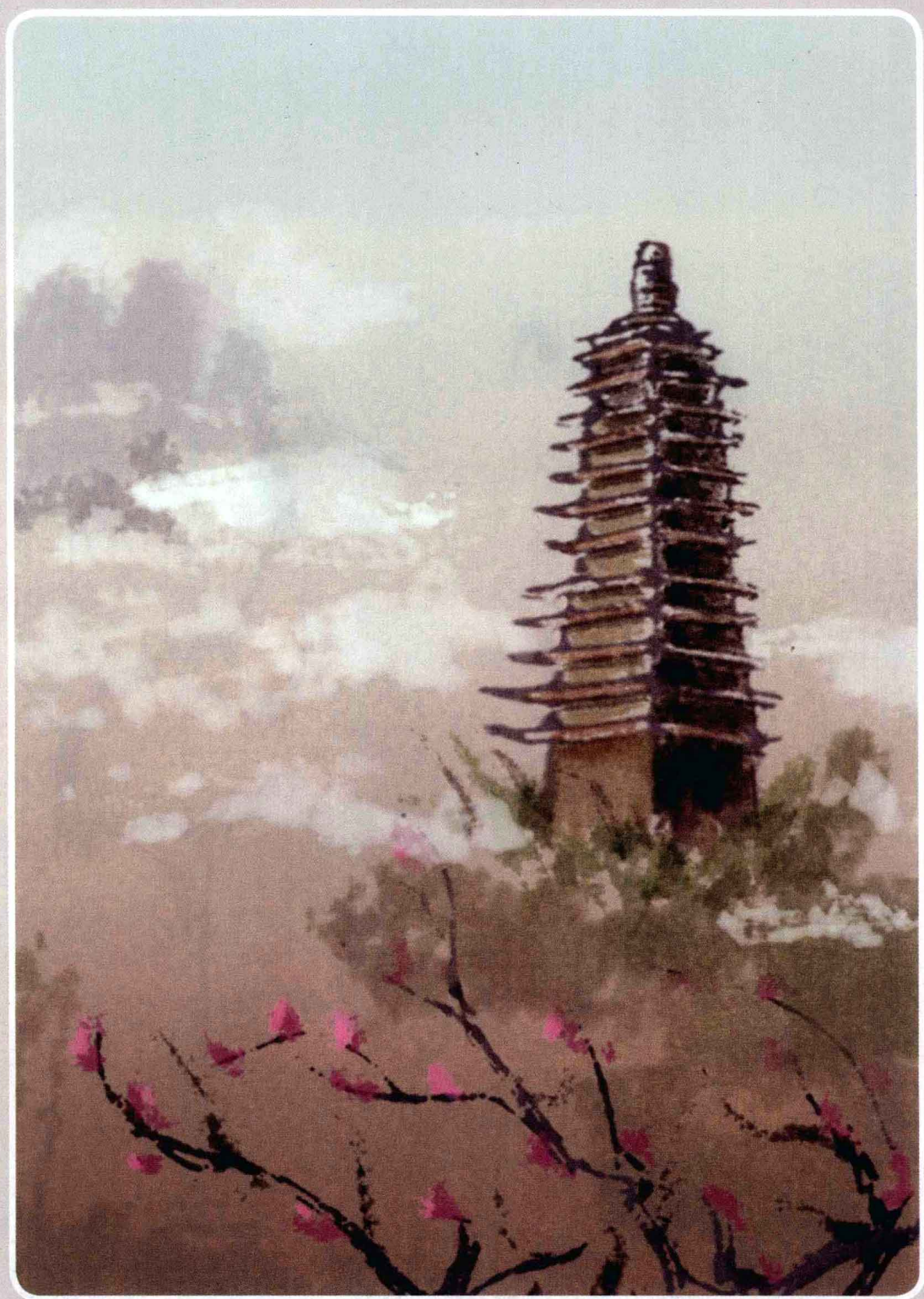
定价: 28.00元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)



禪
門









人生中的境遇并没有绝对的好坏之别，
而在常人眼里之所以有顺逆、
褒贬的种种色彩，
是缘于我们内心的染缸。
境由心生，一切唯心造。
由此，自性的清明、智慧，
才是一切意念的本源。



目录

CONTENTS

第一辑 心是绿色的菩提树

树上有多少个梨 · 003

顿悟 · 004

走不回来的小和尚 · 006

人人都是完整的人 · 008

山脚下的快乐 · 010

禅房里有什么 · 012

你还有阳光和蓝天 · 014

把自己放低 · 016

成佛不自在 · 018

大海不选尘 · 021

佛像的镜子 · 023

学会思考 · 025

为别人披一床棉被 · 026

毁灭的也是自己 · 028

心即是佛 · 030

哲学寓言 · 032

珍惜十步之内的空间 · 033

心灵之画 · 035

第二辑 每个人都是智者

祸在心里 · 039

智慧是心灵的花朵 · 041

爱的良药 · 043

笃行者，皆寂寞 · 045

佛在40年后等你 · 048

禅门龙影 · 050

变成了佛祖也无济于事 · 052

从木头到佛像的距离 · 054

每个人心里都有一根刺 · 056

忍耐的心 · 059

敲钟心态 · 061

黄金狮子 · 063

得失之间 · 069

佛桌上开出的花朵 · 071

好坏有无 · 074

成功，在路上 · 076

放下放下放下 · 078

你擦亮了我的心 · 079

一休万事休 · 081

泥泞留痕 · 083

第三辑 在寓言中醒来

你到哪里去 · 087

不争为贵 · 088

柏林禅寺吃茶去 · 090

净叶不沉 · 092

迥然不同的惩戒方式 · 094

灵魂是不拎皮箱的鱼 · 096

生命的林子 · 099

幸福像一座花园 · 101

别将大象作猎物 · 103

当上方丈的人 · 105

留有余地 · 108

莲的转化 · 110

方丈杀生 · 112

知止 · 113

沙门之忍 · 116

第四辑 淡定是一种禅乐

大师的减法 · 121

禅师的哑谜 · 124

禅师的小艳诗 · 126

智慧的灵泉 · 128

拔除心灵的杂草 · 130

饭吃过了吗 · 132

浮生若茶 · 134

不要站错你的队伍 · 136

从头再来 · 138

游戏与人生 · 140

十两黄金换落叶 · 142

成功就是不断站起 · 144

信任才是真正的原谅 · 146

得与失 · 148

目录

CONTENTS

第五辑 寂寞其实是浓酒

请先动手 · 151

生活的背篓 · 153

僧人和山匪 · 156

人生的容器 · 158

生活的力量 · 160

荆棘丛里的路 · 162

剑术是这样练成的 · 164

只有两步 · 167

墙上花开 · 168

尘缘 · 169

真正的快乐在哪里 · 171

重修你的命运 · 173

心态决定你的高度 · 175

鸟鸣无尘 · 178

吃饭也是一种修行 · 180

第六辑 在十年后等待

疯僧授艺 · 185

人生的放弃 · 187

许多人一辈子没认识自己 · 190

心灵的湖，不想长大 · 191

从容有余年 · 194

莲花的方向 · 196

大善的心 · 199

妙不可言呐 · 202

开启成功之门的钥匙 · 205

心如止水 · 207

端出自己的铜盆和清水 · 209

你还能闻到花香吗 · 210

心灵有多年轻 · 212

好坏都是福 · 214

禅道人生四题 · 216

生命中不需要电阻 · 219



第一辑

心是绿色的菩提树

在人生的过程中，那个“最初的目标”便是我们的宝贵自我——生命存在的意义和根据，丢弃了它，就只能像一个空壳人一样在这个世界上游荡。

无论遇到多少困难和曲折，也不论走出有多远，都不能忘记来时的路，因为我们必须有个家，必须回家。



| 树上有多少个梨

寺院里新栽了一棵梨树，小和尚负责每天给它浇水，第一年，梨树一个梨也没有结。到了第二年，树上已经有了一些青梨了，小和尚很高兴，虽然果实并不多。

秋天的时候，树上的梨熟了，金灿灿得很是好看。小和尚兴奋地找来了方丈，说：“树上的梨熟了！”方丈抬眼看了看，问：“树上的梨有多少个？”由于结的梨少，小和尚飞快地数了数，说：“方丈，一共有十九个梨！”方丈说：“去把梨都摘下来！”不一会儿，小和尚提着满满一筐梨交给方丈。方丈拿起梨看了看，又问：“现在树上还有多少个梨？”小和尚一愣，说：“都摘下来了，树上一个都没有了！”方丈点了点头。

第二年秋天，方丈又来到树下，问小和尚：“树上有多少个梨？”小和尚抬头数了半天，说：“方丈，今年结的梨太多，我数不过来呀！”方丈又问：“我去年问你树上有多少梨，你不是说全摘下来一个都没有了吗？”小和尚惊奇地看着方丈说：“方丈，可是梨树每年都会结果的呀！”方丈说：“那你当初怎么说一个都没有了呢？”小和尚怔怔地愣了好一会儿，忽然间心有所悟。

就像方丈，每天都要向众弟子传法，而他心中的佛法并没因此而减少。可见有时候付出并不意味着失去，而且有可能会是一种收获！

（作者 包利民）



| 顿悟

有一个小和尚，出家几年了，一直对禅理不得要领。更遗憾的是，他一直未能从世俗的心理纠葛中挣脱出来。

有一天，他在万般无奈中去找老方丈求教，老方丈听了他的诉说后，微微一笑说：“你既然能来找我，能把心里的困惑向我诉说，就说明你的虔诚和慧性，你的悟性就差一层薄纱了，这样吧，你回去蒙上被单睡一觉，估计就差不多了。”

小和尚听了老方丈的话，回到自己的卧室里蒙头就睡。就在他刚刚入睡不久，老方丈带着几个身强体壮的和尚来到他的卧室，二话不说，就用他身上的被单把他裹了个严严实实，连鼻子嘴都缠上了。他从梦中惊醒，不知发生了什么事情，懵懵懂懂地只感到憋得难受，甚至要窒息了。为了活命，他使出全身的气力一下就把被单给撑破了，由于用力过猛，他还一下子掉到了床下。

当他看到自己的卧室里站着方丈和几个僧侣时，惊讶而困惑地对方丈说：“不是您让我睡的吗？怎么又带人来捆我？”

方丈呵呵一笑说：“你挺厉害的嘛，一下就挣脱了。”

“能不挣脱吗？快憋死我了！”小和尚委屈而痛苦地说。

“是啊，遭受再厉害的束缚，只要拼命地挣扎，也是能够瞬间挣脱

的……”老方丈意味深长地说。

小和尚激灵一下打了个愣怔，马上从地上爬起来，接着又跪下来，惊喜而感激地对老方丈说：“多谢师傅开恩，弟子顿悟了！”

（作者 纪广洋）



| 走不回来的小和尚

静夜读书，一则禅门公案故事令我沉思良久。

某日，寺院要扩建殿堂，有一棵珍贵的银杏树需要移栽到别的地方。方丈命他的两个弟子去做这件事，办好后回来复命。两人来到树前开始挖土移树，但刚挖了几下，一位小和尚就对另一位说：“师兄，我这把铁镐木把坏了。你等着，我去修一下再挖。”师兄劝他移完树再修不迟，他说：“那怎么行？用这样的镐要挖到什么时候呀！”于是小和尚去找木匠借斧头，木匠说：“真是不巧，我的斧头昨天砍东西弄坏了，就让我用菜刀给你修一下吧。”小和尚听了说：“那怎么行，用刀修得又慢又不好，让我去找铁匠把你的斧头修一下吧。”小和尚带着斧头去另一个村子找到铁匠，铁匠苦笑着对他说：“我的木炭刚用完，你看……”小和尚放下斧头，又去山中找烧炭的人，烧炭的人对他说：“我已经好多天没有烧炭了，因为找不到牛车去把木料运到这里来。”小和尚又去找一位专运木料的车把式，车把式说：“你看我的牛生病了……”

几天之后，当僧人们经过四处打听找到这位小和尚时，他正提着几包草药匆匆从一个集镇向车把式的村子赶。大家问他买药干什么，他说为牛治病，又问他为牛治病干什么，他说要用牛车运木料……挖树的事，他早已忘到九霄云外了。

在我们的生活中，每个人都会遇到或者经历这样的事。认认真真忙碌，辛