

# 寻禅



[寻禅\\_下载链接1](#)

著者:

出版者:人民东方出版传媒有限公司,东方出版社

出版时间:2014-12-1

装帧:平装

isbn:9787506077903

编辑推荐

《寻禅》立意于与友人的交流，特色在于交流的形式——书信，最终的效果是探讨人生，给人以前行的正能量！通过这样一本书，可以看到人生百态，读完后，或许会对“人

人都是佛”有更直观的理解，这里有少不更事的初中生，有初识社会的大学生，有百炼成钢的成功者，也有宦海沉浮的公务员，有特立独行的同性恋，也有悔恨交加的堕胎者……他们有的人正经历激烈的家庭斗争，有的人却因为家里安排了工作而痛苦不堪，有的人因为爱情茶饭不思，有的人因为友情而难以平衡……是的，这是一本普通人的故事，但是，每个人或许都能多多少少在这里找到自己的影子，因为人无完人，而且，都要经历各种成长的痛。从书里，你看到的不是别人或许就是自己，那些你曾经想说却没说出的话，那些你曾经想做却没做到的事。在这个浮躁又功利的社会里，还有多少人愿意关照普通人的生活？作者做到了，我相信这不是信佛之人的慈悲之举，而是，对自己人生的关照，映射出的这样一种行为。何为禅？何为佛？窃以为，能认清自己就是最大的禅机，能抽离自己就是最大的佛性。寻禅，其实就是寻找自己吧。

文摘

从一个城市迈入另一个城市，

从一段旅程踏上另一段旅程，

从一个故事走进另一个故事，

是迁徙？是逃避？还是迷离？

假如行万里路，仍未遇见那个心清智明的灵魂，

那么回归吧！

它就在你最初逃离的那个原点处，等你。

迎向生命

NONO：

见信好！

我是一个活在世俗中迷路的凡夫俗女，因为世俗所以有太多的束缚把我捆绑得喘不过气来。突然有一天我姐姐在你的店里给我请送了一串佛珠，我姐姐希望佛珠能带给我好运、桃花运，呵呵。当我收到包裹时，打开看到的佛珠很漂亮，你的那封信也吸引了我，读着信有一种想认识你的冲动，我很好奇你到底是个什么样的女子，真的，我也喜欢旅行，但每一次出去都是为了暂时的逃离，因为最终还得要回来，可是回来后又想再次逃离。不断的逃离，却没有让我内心感到平静，我从小就相信佛教，但只知道佛对人是向善的，却不懂得怎样修行。曾经也经历了很多挫折，如感情、工作等。我现在三十岁了，未嫁。好像到了人生的瓶颈一样，很多时候想放下一切，离开我工作的地方，想一个人去浪迹天涯，可是却没有勇气。希望NONO能给我指点迷津。阿弥陀佛！

Hi：

十分抱歉，禅七刚刚回来，现在才读到你的来信

感谢你的信任，向我分享你的故事

你说的对，旅行的意义不是为了逃离

而是为了回来

逃避无法解决任何问题

佛陀的教诲不单单是向善，更多的是说：嘿，正面看看你自己的问题！

这方面的开示大德们比我说的圆融几万倍

建议你停下来，去进入佛陀，真正去理解他的教诲

同时真正去了解你自己

看看自己究竟迷在哪里，身处何地

想清楚你想要放下的究竟是什么

也许对你有帮助。

再美丽的花朵，都会枯萎；

再尖利的石头，都会磨平；

再绚烂的烟火，都会凋零；

但是，

再无边的黑夜，都有尾声；

再寒冷的冬天，都有结束；

再坎坷的道路，都有尽头；

最后，

如果你打开自己的心，就会发现，

我们身边还有阳光，它围绕着我们，

从未褪色。

生命的过程

NONO：

老板，你好，今天唐山是个大雨天，见惯了晴朗白云，雨季的来临夹杂着初冬即将到来的寒冷。收到您的佛珠，看到一个又一个精致的包装，先不评论物品质量，单说这份心思，已经足够细腻，让我心里有很多话想和你说。不知道远方的你，现在身处何处，又或男或女。当将这份佛珠当作礼物送给人的时候，我看到了您附赠的一封信，虽然是复印的，但是原本一定是手写，而且字迹娟秀，不像出自男人之笔。

给您回信纯属一次投机吧。我不知道这封E-mail是不是真的会被您收到，或许石沉大海，或许遭您嘲讽一笑，不过我既然写给您，就是想说说现在的自己，不怕您笑话，在这一年，过得很不顺利。我二十六岁，经历了很多事，也许已经过了张狂的年纪，不过我也有自己的梦，但，碎了。这一年，领导无缘无故地将我排斥出他的范围，现在停薪留职在家，我本来打算凭借自己的能力，也能在市政这一块土地上，争得一个位置，只是现在，我无法找到自己的方向。看着刚刚出生不久的孩子，我觉得心里挺苦涩的，不知道佛法是不是百转千回，也不懂得到底人生要经过多少次挫折才能崛起。

我知道，你一定是个有经历的人，我想我心中那团小小的愿望一直存在。

如果佛有灵性，那么我希望我的挚诚能让您了解，如果佛通伦理，我愿意专心拜读。

我喜欢菩提，因为高中时，就记得“菩提本无树，明镜亦非台。本来无一物，何处惹尘埃”。希望我能收到你的回信，希望能与你结缘，得到你不吝指导。人说，与佛结缘便能得到爱的赠予或施舍，或许我现在需要的不只是一串佛珠，而是一个信条。不求赠予，但求指明。

风雨中飘摇的我

内心世界潦倒的我

Z:

谢谢你的信任，寒意中收到你的来信，能在此静心写字，已经非常难得，不是吗？

你的问题，不在领导，也不怪人生，而是自己的内在。

仕途虽耀眼，但这个世界从来就没有什么是恒常的。

当我们参透无常这个家伙，就对这些所谓的“突然”丝毫不感到突然，有这样的心胸和视野对于你的格局或许是个提升。

我不懂官场，但我知道，生命寥寥几十年，在世间我们不过一小小尘埃，不必夸大现在的困难，现在的问题在你的生命中又是区区一个小点，你还有N多可能性，常言有云：得之我幸，不得我命。

被众人恭敬、名利双收时，没必要心生傲慢，因为这个会过去的；穷困潦倒、山穷水尽时，也不必痛苦绝望，因为这个也会过去的。

佛说的种种法，一切法都说：放下，放下。

很多人都觉得，是要放下，等我老一点的时候吧。

如果你和佛陀有缘，他马上会给你个棒喝：立刻，马上！

历史啊、人生啊，大体如此，起起落落，走走停停。

当我们有智慧的时候，这些都不过是泛起的浪花，你若当真，麻烦可真来了。

我没有智慧可赠送于你，但你可看看自己从来没有打开过的内心。

它知道答案。

作者介绍:

苏辰，心斋堂品牌创始人，“半吊子”的灵修者，曾经在艺术、传媒和互联网等领域打过酱油。2006年机缘巧合之下，和佛陀相遇，从此跌跌撞撞尝试探索那个焦虑的自己和这个世界的关系。2009年创立原创佛饰品牌心斋堂，借助这个平台用最古老的方式——书信，和若干饥饿的灵魂对话，分享种种最基本的人生际遇。

目录: 目录  
未得出离心  
心之所向  
迷失  
脚步的力量  
由己及人  
法喜充满  
生命的过程  
通往罗马的路  
迎向生命  
如是我闻，踏禅寻心  
灵魂关照  
且生且行且安心  
开一扇心门  
缘是达观，如佛待人  
一念观心  
洞察欲望  
迎难而上  
当下的美好  
从形式开始顺流而上  
探索自己  
.....  
· · · · · (收起)

[寻禅\\_下载链接1](#)

## 标签

寻找自我

禅

杂

心灵成长

## 评论

逃避，迷离，寻找那个被你遗忘的自我

-----  
[寻禅\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[寻禅\\_下载链接1](#)