

《《修得一颗柔软心》》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2014年07月01日

开本：32开

纸张：胶版纸

包装：精装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787545907698

编辑推荐

《如果会吃饭，你就会成佛》《观音的秘密》《禅遇》《愿力的奇迹》作者马明博的新生活禅悟。

四十四则禅意故事，二十二帧涵蕴水墨，情味醇厚，韧柔由心，让领悟更优美，让智慧更莹润，让人生更有情。

不再抗拒，懂得柔软，就是智慧与福报。修一颗柔软心，艺术自己，相待世界。

内容简介

本书包括充满禅意韵味的四十余篇文章和二十余幅作者亲笔水墨。从名人名家到平凡友人，作者记录下他们的慈悲欢喜、生活意趣，笔调从容蕴藉，幽静剔透。这些智慧与情怀，为身处嘈杂纷繁世相中的现代人提供了极好的休憩和启示。

作者简介

马明博

眼大，有神；个儿小，敦实；福气全看在一双厚耳垂上。他一开口，是燕赵人的“土气”，伴着爽快笑声飞扬出来。学禅拜佛、写字画画、喝茶听琴、写文章会朋友，在朋友眼里，老马的生活状态简直堪用马夫人的名字来形容——肖瑶（逍遥）。老马文章写过不少，谈禅说佛，知生话死，品茶喝酒，他都乐得精雕细琢，和你过上几招。老马爱坐茶馆，有一天，你遇见这么一位形神潇洒的中年大叔，没准儿，就是他。

著有《观音的秘密》《天下赵州生活禅》《禅门七日》《我的禅》《我的茶》等。

目录

老禅师的话

禅师与少女

望水知柔性

担泉带月归

坐看云起时

猛虎细嗅蔷薇

临济西瓜

月亮的况味

当鞋合脚时

老禅师的话

鲁迅书桌上的菩萨

一块拒绝融化的冰

55 × 40 的忧伤

人与禅的“拧巴儿”

成千上万的母亲

55 × 40 的忧伤

一头牛其实怎样

李汉荣的鸟

一根优雅的、会散步的线条

书桌上的瓦尔登湖

清凉的水，禅悦的墨

尉迟乙僧

欢喜的眼，愉悦的唇

小丁：拈“画”微笑

一只会孵蛋的熊

喜杨杨

欢喜的眼，愉悦的唇

安静，一下午的时光

兼味

一滴墨包容了整个世界

石头路滑

禅是一枝花

花藏世界

茗墨塘的味道

数鸥草堂内外

看花笑谁

安淡惜福

相忘于江湖

归零夜话

今日庵的窄门

墨磨人

冲淡

想象大朴草堂

本地风光文洁若

乔布斯的“苹果禅”

结庐在人境

相忘于江湖

寻隐者，不遇

在线试读部分章节

禅师与少女

柯说：“对女人要宠，对老人要捧，对孩子要哄。宠、捧、哄，有人说，这是快乐人生的三字诀。我知道，可惜却做不到。”

柯说：“除了喉咙管里这一口气暂时属于我之外，这世上，没有什么是属于我的。”

柯说：“彻底的悲观与盲目的乐观都不可取，故天地无言。”

柯说：“现实太沉重，所以人需要各种各样的梦想来支撑自己。梦想太多，就浪漫起来了；浪漫无法兑现，人又重新现实起来。浪漫是对现实不满的产物，现实是对浪漫失望的产物。人生如此，艺术也如此。”

柯说：“人的自私是无法自省的。如果能够自省，人就不会自私了。”

柯说：“小人说的话，大多让人听了舒服。小人不一定是坏人，他只是没有见识。”

柯说：“要淡泊，不要消极。”

柯说：“宽容不需要底线。只要不帮助他做坏事，能够帮人就帮一把，管他与我是否有过恩怨。作为人，这是我应该做的。即便他是小人，如果我不宽容他，我和他就是一样的，甚至比他还低。这是我不能容忍的。这是人与动物的根本区别。我想，佛说慈悲，大概也包含这个意思吧。”

柯说：“真正的好老师必须学会学生的长处。”

我问：“你一生追求什么？”（我以为他的答案是“美”。）柯说：“我追求的是‘

我一生能够做到一无所求’。”

柯说：“这条船终归是要沉的。我还是先到下游等着吧。或许，在那里还能捡块船板。如果在船上，可能早就连命都没有了。”

柯说：“人最容易吃饱的是肚子，比较难吃饱的是嘴，最难吃饱的是脑袋。”说着，他从下到上，依次指了指。

夏日在柯府，从窗子进来的风也是热的，问：“何不开空调？”柯说：“热就热吧，出汗就出汗吧。我喜欢自然的感觉。出汗的时候，我有时候自问：这个老头儿是谁？他在干什么？他究竟想干什么？”

他玄妙处如禅师，天真处如少女。

我却愚蠢得像个老头子。

柯说：“对女人要宠，对老人要捧，对孩子要哄。宠、捧、哄，有人说，这是快乐人生的三字诀。我知道，可惜却做不到。”

柯说：“彻底的悲观与盲目的乐观都不可取，故天地无言。”

柯说：“人的自私是无法自省的。如果能够自省，人就不会自私了。”

柯说：“要淡泊，不要消极。”

柯说：“真正的好老师必须学会学生的长处。”

柯说：“这条船终归是要沉的。我还是先到下游等着吧。或许，在那里还能捡块船板。如果在船上，可能早就连命都没有了。”

夏日在柯府，从窗子进来的风也是热的，问：“何不开空调？”柯说：“热就热吧，出汗就出汗吧。我喜欢自然的感觉。出汗的时候，我有时候自问：这个老头儿是谁？他在干什么？他究竟想干什么？”

柯说：“吴祖光读过我的剧本（指《大师之恋》）后，说了这样一句话——掌握这些技巧很难，把这些技巧掌握了再放下，更难。”

柯说：“女人走在大街上，如果有人盯着她看，她会骂人家流氓。可是她上街前，把自己打扮得花枝招展，就是希望人们能够多看她几眼。”——中央美院李少文教授曾批评说：“老柯不懂女人。在他眼里，女人要么是圣女，要么被人讨厌。在他笔下，从来没有出现过清纯如邻家女孩的女人。”

柯说：“这个时代，多的是名人，少的是大师。所以，麻雀逮老鹰，讲的讲，听的听吧。”

柯说：“得到的时候不要太当回事，失去的时候也不要太当回事。得不到的时候比失去的时候更让人痛苦，因为人有欲望。”

面对毁誉之词，柯说：“我们都匆匆而来，行将匆匆而去。在来去之间，尽量仔细地体会生命的滋味吧。说我是智者也好，说我是骗子也好，由他去，因为人生最终是无奈。”

西方有一对兄弟，哥哥为失眠而痛苦，好不容易睡着了，却把被子踹掉了。弟弟给他盖上被子，把哥哥叫醒，告诉他：“刚才，我给你盖上了你踹掉的被子。”——柯说：“一心求美，肯定不美。”

柯曾收藏弘一法师手书“南无阿弥陀佛”等书作二帧，但都被人要去。柯说：“到更喜欢的人那里去，未曾不是件好事。”有人说：多可惜啊，那些作品现在能卖好多钱。柯说：“我虽然穷，但有退休金能够维持生活，这就够了。不该要的钱，要它干什么？”

柯说：“我母亲曾说‘噩梦虽长，难挡日出’。这句话，让我知道，一切的苦难都将烟消云散。”

柯说：“茶叶最容易吸异味，所以要密封。人生如茶，善于吸收其他的味，就没有自己的味道了；如果要保持自己的味道，就要耐得住寂寞和孤独。”

有人打来电话，“柯老在吗？”他接，“柯老不在，老柯在。”——柯说：“避誉如谤。”

柯说：“要学会不拒绝硌牙的食物，这样才会真正锻炼牙齿。吃偏食太多，会坏掉胃口。”

柯说：“人最好的状态，就是让心保持空空荡荡。”

柯说：“我不见得说的都是真话，但是我努力地不说假话。”

[显示全部信息](#)

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)