

透过佛法 看人生

从佛法的视角，引领我们过好人这一辈子

星汉 著



以持戒心律己
以慈悲心待人
以清净心自处
以平常心面世



透过佛法 看人生

星汉 著

天地出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

透过佛法看人生 / 星汉著. — 成都: 天地出版社,

2016.1

ISBN 978-7-5455-1629-6

I. ①透… II. ①星… III. ①佛教—人生哲学—通俗读物 IV. ①B948-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第254900号

透过佛法看人生

著 者 星 汉
责任编辑 郭 森 沈海霞
封面设计 古润文化
电脑制作 思想工社
责任印制 李 昆

出版发行 天地出版社
(成都市三洞桥路12号 邮政编码: 610031)
网 址 <http://www.tiandiph.com>
<http://www.天地出版社.com>
电子邮箱 tiandicbs@vip.163.com
经 销 新华文轩出版传媒股份有限公司

印 刷 三河市华业印务有限公司
版 次 2016年1月第1版
印 次 2016年1月第1次印刷
成品尺寸 165mm×235mm 1/16
印 张 16
字 数 213千字
定 价 32.00元
书 号 ISBN 978-7-5455-1629-6

版权所有◆违者必究

咨询电话: (028) 87734639 (总编室)

购书热线: (010) 67692522 (市场部)

本版图书凡印刷、装订错误, 可及时向我社发行部调换

你是否常常因为别人的不理解而闷闷不乐？你是否常常因为达不到自己的目标而郁郁寡欢？你是否常常觉得自己受尽苦难而心灰意冷，你是否觉得自己付出太多未得回报而心有不甘？你是否因为放不下过往而耿耿于怀？你是否也曾想象，自己能像传说中的佛陀一样，有一颗淡定的心怀，不以物喜，不以己悲，凡事都能处之泰然，时时都能看到事物美好的一面？

佛陀不是神灵，也不是万物的主宰者，他不能决定任何人的生死，也不能掌控任何人的福祸，但他却能指引众人走上一条正确的道路。佛并不是高高在上的，一切众人，不论贫富美丑，都有平等的佛性，人人皆可领悟佛的博大智慧。而佛的本义，便是探寻人生的真谛。只有探明了真谛，才能破除心中的疑惑顾虑，不为外界事物所扰，领会万物之美好。

这是一本净化心灵、点化人生的心理励志书，书中的一桩桩公案、一句句偈语、一首首禅诗，如同一道顿悟的光芒、一泓沁心的泉水，让人们在尘世的喧嚣中洗涤心灵的尘埃，领会佛法的智慧，在精辟的禅思中咀嚼人生百味。本书分为平凡心、诚挚心、宽容心、放空心、淡泊心、慈悲心、清净心七章，通过生动活泼、丰富多彩、趣味盎然的佛教故事，传播宁静、淡泊、向善、知足等思想，帮助人们将佛法的智慧融入生活，涤除烦扰、抚平创伤，净化自心。

佛法的博大精深、广浩无边，常常令学佛者望而却步。而这本书会让人们欣喜地发现，佛学其实并没有那么难。它就在我们平凡的世间，只要有一颗虔诚淡泊的心，人人皆可修道成“佛”。未必非要大功大德，只要行到有功，哪怕是微不足道的小事，那也是佛德。

佛法不是强词夺理，不是巧言狡辩，更不是盲从和迷信，它主张人们返璞归真，体会人性之初的“真善美”，通过不断的思考，来领悟人生的真谛。“一切皮相皆虚妄”，人赤条条来，赤条条去，所有的追求都是带不走的，唯有“真善美”才可以永存。佛法便是引导人们学会思考，学会领悟，让众人自觉地付诸行动，回归本真。

如果了悟了佛法的智慧，你便会发现，原本的一切烦恼都是自找的，只要自己不再执迷，一切烦恼自然而然也就烟消云散。



第一章

平常心

世间伟大皆出于平凡

- 平凡之中孕育着伟大 _ 004
- 生活处处可修心 _ 008
- 要有海一样的谦卑之心 _ 012
- 平常心让人收获成功 _ 017
- 做好每件平凡的小事 _ 022
- 众生平等，万物皆有佛心 _ 026
- 随缘而化，佛度有缘人 _ 031
- 平凡才是人生的真谛 _ 034

第二章

诚挚心

精诚所至，金石为开

- 不忘初心，方得始终 _ 040
- 常存一颗虔诚之心 _ 044
- 修行贵在诚与敬 _ 048
- 身先士卒，先做表率 _ 054
- 心中无私心底诚 _ 058
- 保持无我的禅心 _ 062
- 会思辨才能明事理 _ 066

宽容心

海纳百川，有容乃大

- 以德报怨，化解怨恨 _ 074
宽容相处，容人之错 _ 079
忍让是人生的大智慧 _ 083
心胸开阔，豁达大度 _ 088
难得糊涂，凡事不必太较真 _ 093
得失随缘莫强求 _ 097

放空心

真实自在，长生欢喜

- 心外无物，超然处之 _ 104
放空心性，返璞归真 _ 108
活在当下，珍惜眼前 _ 113
一念放下，万般自在 _ 117
没有缺憾，何来圆满 _ 122
断绝妄念，放下执着 _ 127
本色做人，直面真心 _ 131

淡泊心

平淡是真，知足常乐

- 不溯福乐间，不惧苦祸来 _ 140
万事随缘，顺其自然 _ 144
甩掉贪念，淡泊明志 _ 149
知足常乐，平淡是真 _ 153
不为虚名所累，不为金钱所扰 _ 157
耐得住寂寞，抵得住诱惑 _ 161
取时拿得起，舍时放得下 _ 167
惜缘惜福，懂得感恩 _ 172

慈悲心

心存善念，多行善举

- 悲悯众生，布恩施惠 _ 180
诸恶莫作，众善奉行 _ 184
勿以恶小而为之 _ 188
付出爱心，必有回报 _ 192
一心向善，慈悲为怀 _ 198
普度众生，善行天下 _ 202
予人玫瑰，手有余香 _ 206

清净心

清静自然，方得自在

内心清净，幸福自来 _ 214

生命之舟需轻载 _ 218

以平静之心来面对生活 _ 222

洗净尘埃，修养心灵 _ 226

世上本无事，庸人自扰之 _ 230

清净无欲，心自坦然 _ 234

内心的安静是人生最美的风景 _ 237

以持戒心律己

以慈悲心待人

以清淨心自處

以平常心面世







第一章

平凡心

世间伟大皆出于平凡

日出，日落；花开，花谢；潮涨，潮落。
这都是世间最平凡不过的事了，但平凡才是人生的本色，因为世间的伟大皆出于平凡之中。



平凡之中孕育着伟大

在很多人的心目中，佛常常是高不可攀的。然而实际上，佛并不是一个高高在上的存在，他可能就是我们身边的某一个人，他平凡得跟每一个普通人一样，也需要吃饭、睡觉，唯一不同的是，他比我们拥有更高的觉悟。

《指月录》中讲述了这样一个故事：

有一天，释迦牟尼在静坐时，看到有两个人牵着一头猪从面前走过，于是他就问身边的人：“刚才从我面前过去的是什么？”

旁边的人回答道：“佛具备一切智慧，难道连猪都不认识吗？”

释迦牟尼则说：“那也要问过之后才知道。”

看了这则故事，我们就能明白，释迦牟尼之所以伟大，并不是因为他无所不知，而是因为他从不目空一切，勇于虚心向他人请教。这种谦卑恭敬的态度，正是他身上佛性的体现。

同时，这个故事也说明了一个道理：一个伟大的人，并不是在每一个领域都令他人不可及的人，而是能以谦卑的心态做好生活中每一件平凡小事的人。

苦难不是目的，醒悟才是开始

释迦牟尼创立了佛教，为生活在痛苦中的人们带去了信仰和光明，被人们称为佛陀。

然而，释迦牟尼的佛性并非天生的，在29岁之前，他不过是一个凡夫俗子，虽然他贵为迦毗罗卫国的王子，并先后娶了三个妃子为妻，可是除了奢华雍贵的生活之外，他并无其他了。当儿子出生以后，初为人父的释迦牟尼开始感受到人世间生老病死的痛苦，因此他经常在阎浮树下沉思。

终于，一天夜里，他骑上了一匹白马出走，开始遍访天下名师，苦行了6年，但依然无法得到解脱。

35岁时，释迦牟尼依然毫无建树。他辗转到菩提迦叶，在一棵大菩提树下打坐静思，发誓不能大彻大悟终生不起。

结果冥想了三天三夜之后，他终于洞达了人生痛苦的本源，使贪、瞋、痴、恨等烦恼不再起于内心，这标志着他大彻大悟，成为佛陀。

佛陀悟道之后，开始在鹿野苑传教。为了宣教，他走遍了印度各地，他的足迹遍布整个恒河流域。80岁时，释迦牟尼在婆罗双树下进入涅槃。

可见，伟大的事物都有一个平凡的开始，它是由平凡一点一滴累积而成的。如果说成为佛陀是伟大的，那么，他探求佛法的道路则是平凡的。

释迦牟尼能够成为佛教的创始人，来源于他多年来的苦行，来源于他历经苦难之后的静思总结。苦难不是目的，醒悟才是开始。



学会把简单的事做到最好

把每一件简单的事做好，就是不简单；把每一件平凡的事做好，就是不平凡。

很久之前，一个园艺所重金征求纯白色金盏花，高额的奖金在当地一时引起轰动。但是在自然界中，金盏花除了金色的就是棕色的，要培植出白色的，不是一件容易的事。

20年后的一天，那家园艺所意外地收到了一封热情的应征信和一粒纯白金盏花的种子。寄种子的是一位古稀老人，她只是一个爱花的老人。当她20年前偶然看到那则启事后，便决定要自己培植出白色的金盏花。

她撒下了一些最普通的种子，精心侍弄。一年之后，金盏花开了，她从那些金色的、棕色的花中挑选了一朵颜色最淡的，任其自然枯萎，以取得最好的种子。

次年，她又把种子种下去，然后，再从这些花中挑选出颜色更淡的花的种子栽种……如此日复一日，年复一年。

终于，在20年后的一天，她在那片花园中看到一朵金盏花，一朵纯白色的金盏花，这位不懂得遗传学，没有任何经验的老人成功地破解了这个连植物学专家都束手无策的难题。

这20年来，老人没有动摇过，没有气馁过，只是一门心思地去培植白色的金盏花。她每一天都向着这个目标而努力，播种、施肥、挑选、再次播种……每一天都是辛劳而平凡的。

一位年过古稀的老人竟然能够完成专家都无法完成的任务，她获得成功的原因很简单，那就是年复一年，做同一件再简单不过的事，20年之

后，她成功了。

现实生活中，大事往往都是由无数的小事构成的，即使修建长城这样浩大的工程，也得一块砖一块砖地垒，不认真对待每一件小事，又如何做得了大事呢？

不积跬步无以至千里，不积小流无以成江河。做好每一件平凡的事，那么，你将成为一个不平凡的人，这正是佛陀告诉我们的道理。



生活处处可修心

一天，三个人来找禅师，其中一个人说：“你对无知的人们编造出不存在的西方神话，这不是妄语吗？你已经破了佛戒。”

另一个人说：“我们不知道什么无量光、无量寿如来，我们只知道谁也没见过死后往生净土的情形，你这样不是骗人吗？”

最后一个人说：“对啊，如果真有你所说的西方净土，就叫阿弥陀佛来给我们看看吧！”

禅师对这些问题无法回答，因为他自己确实没见过阿弥陀佛。于是禅师闭关思考了几天几夜，他感到眼睛刺痛，就用手揉了揉眼睛。等他把手放下时，看见手指上粘了一根睫毛。“啊，原来还有睫毛这东西！为什么以前没发现呢？”想到这里，禅师顿悟，原来佛不在另外的遥远之地，而就在眼前，只是我们没看见罢了。

我们都是理性的人，所以我们常常信奉眼见为实。我们看不到佛的形体，便说佛不存在。这样说虽有一定的道理，但也并不全面。说它有一定的道理，是因为佛确实不像实物那样能为我们所感知；说它不全面，是因为这里所强调的佛，我们所信奉的佛，其实是一种信念追求——能够让心灵得到净化的信念追求。

这样讲来，佛是无处不在的。因为我们崇尚真善美，希望我们的内心能回归原始的美好与纯真。