


★★★  
超值白金  
典藏版

刘斌◎编著

# 道家做人 儒家做事 佛家修心

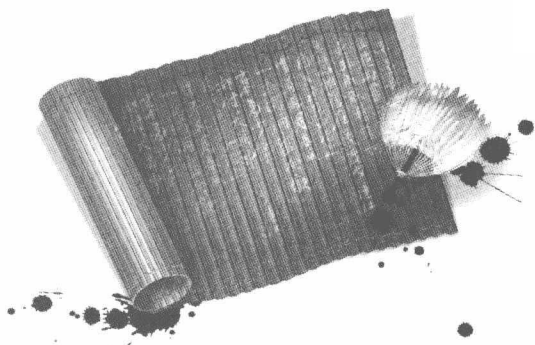
用道家之机敏做人 用儒家之中正做事 用佛家之超脱修心


 北方妇女儿童出版社

# 道家做人 儒家做事 佛家修心

用道家之机敏做人 用儒家之中正做事 用佛家之超脱修心

刘斌◎编著



 北方妇女儿童出版社  
· 长春 ·

版权所有 侵权必究

### 图书在版编目 (CIP) 数据

道家做人儒家做事佛家修心/刘斌编著. —长春:  
北方妇女儿童出版社, 2014. 12  
ISBN 978-7-5385-8905-4

I. ①道… II. ①刘… III. ①道家—人生哲学—通俗  
读物②儒家—人生哲学—通俗读物③佛教—人生哲学—通  
俗读物 IV. ①B223-49②B222-49③B948-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 271722 号

## 道家做人儒家做事佛家修心

DAOJIA ZUOREN RUJIA ZUOSHI FOJIA XIUXIN

---

出版人 刘刚  
策 划 师晓晖  
编 著 刘斌  
责任编辑 王天明  
开 本 787mm×1125mm 1/10  
印 张 60.8  
字 数 720千字  
印 刷 北京海德伟业印务有限公司  
版 次 2014年12月第1版  
印 次 2014年12月第1次印刷

---

出 版 北方妇女儿童出版社  
发 行 北方妇女儿童出版社  
地 址 长春市人民大街4646号  
邮 编: 130021  
电 话 总编办: 0431-85644803  
发行科: 0431-85640624

---

定 价 78.00元



## 前言

中国的传统文化源远流长，其中，儒、释、道三家各自发展，各有传承，衍生出众多支派，开枝散叶，并成为华夏显学，统贯着学术与文化的命脉。后世的仁人君子也都在这种文化氛围中修身立人，做着出世入世的事业。作为中国传统文化的精髓，三家思想始终是在矛盾斗争与融合渗透中发展，犹如三枝奇葩，各彰异彩，相互辉映。历代也多认为三者之间有着彼此补充的作用，故有所谓“以佛治心，以道治身，以儒治世”的说法。

道家机敏的做人学问，不是追求阴谋诡计，也不是一味圆滑世故，而是一种智慧和谋略，它既防止别人伤害自己，同时也能增强自己的竞争力，广交人脉，左右逢源，事事畅通无阻。

儒家讲究持重、勤谨、正气、担当以及自省、中庸的为人处世之道，体现了中正做事的学问。这种心态，让人圆融通达，变得具有影响力和号召力，成为社会精英。

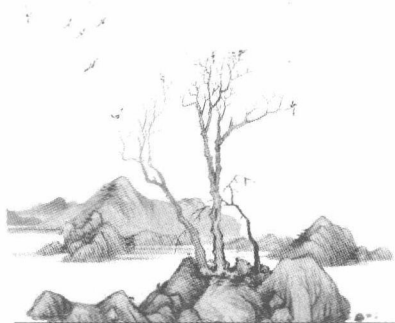
佛家慈悲宽大，忍让包容，视世间万难为无物，不怨天尤人，从自然，呈本性，体现超脱修心的学问。有了这种心境，人就会变得豁达而坚强，远离仇恨，避免灾难，获得人生的成功。

这是一个竞争的时代，也是一个成大事的时代，优胜劣汰，适者生存。如果你一心只读圣贤书，两耳不闻窗外事，那么你只不过徒有满腹经纶而无所用；如果你一味老实耿直，不懂应变之道，那么你也只能处处碰壁，逃脱不了平庸的魔掌；如果你素来争强好胜，百折不弯，不懂屈伸进退，那么你也只能吃亏在后，赔了夫人又折兵；如果你总是心直口快，不加掩饰，不知用晦于明、藏巧于拙，那么你也只能聪明反被聪明误，搬石头砸自己的脚。

大量有关道家、儒家、佛家做人做事成功与失败的生动事例告诉我们：做人要聪明不外露，做一个糊涂的精明人；要把握好做人的尺度，万事都要留有余地；要经营好自己的人脉，八面玲珑路路通；要学会低头，能屈能伸，“忍”字当先；要灵活为人，水流不腐，人“活”不输；要善于调整自己的心态，“心若改变，你的态度跟着改变，态度改变，你的人生跟着改变”；要外圆内方，行欲方而智欲圆……做事要有看待事情的特殊眼光，看到别人看不到的希望；要抓住机遇，敢于冒险；要把所有的精力集中于一点，专注突破；要学会选择，懂得放弃；要敢于决断，该出手时就出手；要从全局出发，能谋善断，运筹帷幄；要善于从不同的角度去开发思维，力求创新；在面对挫折时要力争奋发，以毅力和坚忍攀最高峰……掌握了道家、儒家、佛家做人做事的方法，必能帮助你在人际关系中如鱼得水，在人生道路上左右逢源，大大提高自己的影响力，处处受欢迎，事事皆顺利，从而成就卓越人生。学习道家、儒家、佛家三家做人、做事、修心的成功哲学，密切结合实际生活，可以解决现代人最关注的许多人生问题，诸如事业管理、婚姻家庭、为人处世、结交人脉、职场进退、修心以及养生等诸多方面。用最经典、实用的人生哲学指导自己日常的做人做事，会更顺利地成就事业和人生。

如果说中国传统文化是一本厚重的智慧书，那么，道家智慧是最机敏的一页，儒家智慧是最中正的一页，佛家智慧是最超脱的一页。本书纵贯儒、释、道三家智慧，帮你全面地解读其思想精华，把传统智慧运用于现代生活中，在做人、做事与修养心性方面为你提供帮助和借鉴。

时代在变化，如何做人、如何做事，这都需要我们去探索和思考，打开本书，也许你将会找到答案。



# 目 录

## 上篇 道家做人

<b>见素抱朴，本分做人</b> .....	<b>2</b>
质朴做人，本分做事 .....	2
务求平实胜过标榜仁义 .....	3
简单如一张白纸 .....	5
保持天然本色，做真正的自己 .....	6
贤孝世界未必清明 .....	9
老实做人，规矩做事 .....	10
<b>收好一颗机心，放好一颗初心</b> .....	<b>13</b>
机心如流毒 .....	13
小心误入伪诈人的雷区 .....	15
聪明才智也有负面效应 .....	16
势利心愈重烦恼愈多 .....	18
名心褪尽时，悠然见南山 .....	20
外曲还须内直 .....	21
彼此敞开，坦诚相待 .....	23
收好一颗机心，放好一颗初心 .....	24



<b>人生如水，游刃有余</b> .....	<b>26</b>
水中感悟做人道 .....	26
守柔如雁过无痕 .....	27
欲认识世界先认识自己 .....	29
定住本心，不为外物侵扰 .....	31
先忘我，才能技通乎神 .....	33
淡看人生浮沉 .....	34
曲到好处方为上 .....	35
灵活应变，游刃有余 .....	37
<b>先无为，再作为</b> .....	<b>39</b>
无用之中有大用 .....	39
善争者以不争取胜 .....	41
无言的教育更胜耳提面命 .....	42
无为之为才是最高明的管理 .....	44
无为不等于没主见 .....	45
与其费力不讨好，不如晓之以利害 .....	47
谨言慎行方无尤 .....	48
老子有三宝，慈俭不为先 .....	50
<b>心界要比视界宽</b> .....	<b>53</b>
心界决定境界 .....	53
不以鱼缸的心看大海 .....	54
慧眼一双不如明心一颗 .....	56
强者无域，弱者自闭 .....	58
另辟心径，别有天地 .....	59
开放思维，发现世界 .....	61
不做杀鸡取卵的事 .....	62
<b>“耐”与“恒”的境界</b> .....	<b>65</b>
沉潜是腾飞前的准备 .....	65
把眼光放长远 .....	67
笑到最后才是大赢家 .....	68
人生要耐得寂寞 .....	70

成功在于点滴的积淀 .....	72
执着于一点，成事在天缘 .....	73
凝神于心，事半功倍 .....	75
妄动易坏事，百忍能成金 .....	76
做适合的事，耐恒久的烦 .....	78
<b>虚怀若谷，得失不挂心 .....</b>	<b>81</b>
月盈自有亏，心满须归零 .....	81
心中无我，才能超越自我 .....	83
虚怀若谷，谦恭自守 .....	84
人在圈内，心在圈外 .....	86
不要落入自命不凡的陷阱 .....	88
适时放弃，得失无碍 .....	90
放下，才能看到溪头风景 .....	91
<b>大巧若拙，大智若愚 .....</b>	<b>93</b>
守拙护己，无可就是大用 .....	93
耍小聪明是一种无知 .....	94
莫让才气反伤己身 .....	96
与众不同未必是好事 .....	98
上善若水，其用不穷 .....	99
“呆气”往往是灵气 .....	100
“自污”乃保身妙方 .....	102
<b>退步原来是向前 .....</b>	<b>104</b>
守住已有的便是富足 .....	104
后退是为了向前 .....	105
头要低，腰须挺 .....	107
守住自我，不在凡尘琐事里忘形 .....	109
最低处恰是最高处 .....	111
<b>有纲有常对人，不厌不倦处世 .....</b>	<b>113</b>
生命只有一次，善待便是珍惜 .....	113
行路难，仍要行 .....	115
按住心兵，持一分镇定 .....	117



谨慎面对人生的各种脸谱 .....	118
轻率易失根本，负重才能致远 .....	120
身处苦难，不为苦难所累 .....	122
热爱生活，才能过好生活 .....	123
好命都是修养出来的 .....	125
<b>以出世心入世行走 .....</b>	<b>127</b>
不让外在世界成为心的桎梏 .....	127
简简单单，跳脱纷繁 .....	128
公而忘私故能成其私 .....	129
咸有咸的滋味，淡有淡的意境 .....	131
红尘过往客，何必斤斤计较 .....	133
清心寡欲，适可而止 .....	134
素描人生最美 .....	136
相亲相厚，不如相忘江湖 .....	137
出世入世间，做个半路人 .....	139
关注内心，参悟人生 .....	140
<b>功成身退，如鱼得水 .....</b>	<b>143</b>
抱一为天下式 .....	143
参透名利退全身 .....	145
不争功劳，不矜成就 .....	146
腾则为龙，潜则为蛇 .....	148
进有尺，退有度 .....	150
大隐隐于市的闲适生活 .....	152
<b>安贫乐道，身无分文也是“贵族” .....</b>	<b>155</b>
平民的生活，贵族的风度 .....	155
不知足，便是祸 .....	156
物来而应，物去不留 .....	158
什么是最大的快乐 .....	159
一枚金币的幸福博弈 .....	161
坦然无求一身轻 .....	163
与其期待虚有，不如安守当下 .....	164
人穷心不穷 .....	166

幸与不幸在于自己的心态 .....	167
<b>平凡心是智，逍遥心是福 .....</b>	<b>170</b>
身心的自由最可贵 .....	170
悲哀与幸运，不过是心念的选择 .....	171
看破因由，发现生活的美 .....	173
福祸一如，平常以待 .....	174
无待的境界 .....	176
幸福没有特权 .....	178
扮演好自己的角色 .....	179
智慧就在最平常的事物中 .....	181
把生活当做一门艺术 .....	182
<b>达生需无为，养身先养心 .....</b>	<b>185</b>
生命自由流转，达生只需无为 .....	185
如何达到心斋的境界 .....	186
停下疲于奔命的脚步 .....	188
何处来，何处去 .....	190
达生先养心 .....	191
摈却浮躁，心如止水 .....	192
撇开小我，放大眼界 .....	194
找到自己的心灵 .....	197

## ❀ 中篇 儒家做事 ❀

<b>清清白白做人，明明白白做事 .....</b>	<b>200</b>
推己及人，换位思考 .....	200
言必信，行必果 .....	201
德行比才能更重要 .....	203
修一颗赤子之心 .....	204
不做道貌岸然的伪君子 .....	206
做人坦荡，远离忧惧 .....	208

实践出真知，有行才有悟 .....	210
人生有三大乐事 .....	212
大爱者爱国爱天下 .....	213
<b>做人上人，养浩然气 .....</b>	<b>216</b>
顶天立地大丈夫 .....	216
生与义的博弈 .....	217
谦谦如玉，铮铮若铁 .....	219
养一腔浩然正气 .....	220
品格是最大的资本 .....	221
关键时候，做好选择 .....	223
傲而不骄，坚守气节 .....	224
忧国忘家，不畏强权 .....	225
时不我待，奋发有为 .....	227
临危不惧，才是慷慨本色 .....	228
<b>和而不流，中庸为道 .....</b>	<b>230</b>
和而不流，中庸为妙 .....	230
要方圆有度而不是圆滑世故 .....	231
做到一半刚刚好 .....	233
危行言逊，不落祸患 .....	235
正直做人，聪明讲话 .....	236
有勇无谋不是真勇 .....	238
<b>有所为有所不为：少管事，多成事 .....</b>	<b>240</b>
言多必失，不如沉默 .....	240
不拘小节方能成大事 .....	242
有所不求，才能有所得 .....	244
尽力而为还须量力而行 .....	245
反省的心胜过吵闹的嘴 .....	246
不轻易下结论 .....	248
<b>进退自如，在藏露中求稳 .....</b>	<b>250</b>
屈伸自如，进退得宜 .....	250
君子不器，左右逢源 .....	252

君子求善贾，有张有弛 .....	253
预留退路，后事无忧 .....	255
循序渐进，稳中求胜 .....	257
<b>对人圆融，行事和气 .....</b>	<b>259</b>
一味耿介未必是件好事 .....	259
低眉顺目比金刚怒目更具威严 .....	260
婉拒，不可不修的一门技术 .....	262
万事和为贵 .....	263
大度宽容得人心 .....	265
<b>处世有时糊涂有时醒 .....</b>	<b>267</b>
谣言来袭，保持清醒的心 .....	267
有时糊涂有时醒 .....	268
该出手时要出手 .....	270
睁一只眼闭一只眼最潇洒 .....	271
有机会抓住机会，没有机会等待机会 .....	273
有时不妨一笑而过 .....	275
<b>名利河畔知得失 .....</b>	<b>277</b>
阳光下的财富最受用 .....	277
富人穷人都要讲格调 .....	279
不以利害义，也不因义废利 .....	281
比名利更重要的是人格 .....	283
虚名只是个累人的噱头 .....	285
患得患失是失败的先兆 .....	286
争千秋事业，不争一时成败 .....	288
<b>谋职多算自己别算人 .....</b>	<b>290</b>
想想别人的需要 .....	290
多琢磨事，少琢磨人 .....	291
要做就做最好 .....	292
思不出其位，活在当下 .....	294
竞争要讲君子风范 .....	295
要有独当一面的才干 .....	297

人生难得是乐业 .....	298
<b>做领导一阵，做好人一世 .....</b>	<b>301</b>
做官一阵子，做人一辈子 .....	301
能推功揽过，才是领袖风范 .....	303
身正才能为表率 .....	305
要有容纳各种声音的气度 .....	306
宽厚比严苛更有力量 .....	308
唯仁德能服众 .....	309
统掌大局为要，不必事事躬亲 .....	311
人才关键看怎么用 .....	312
烧好为官“三把火” .....	313
<b>适心适意地交友 .....</b>	<b>316</b>
只身存天下的方法：别独自用餐 .....	316
君子交谊如淡茶一杯 .....	317
区分益友与损友 .....	320
道不同不相为谋 .....	321
量力而行，巧妙拒绝 .....	323
他山之石，可以攻玉 .....	324
欲得敬重，先敬他人 .....	326
助人的原则：周急不继富 .....	327
交对朋友先要识对人 .....	329
行为比言语更可靠 .....	330
真正的朋友轻财好义 .....	331
<b>安家智慧：有敬有爱 .....</b>	<b>334</b>
有爱有敬才是孝 .....	334
对父母的爱随时可以表达 .....	335
记住父母的生日 .....	337
巧妙应对父母的过错 .....	339
孝悌是人的一种本能 .....	340
能听三分唠叨，可做一等孝子 .....	342
游必有方，带着孝心去游荡 .....	343
爱父母先要爱自己 .....	345

照顾父母须要竭尽全力 .....	346
孝是向下传递的教育 .....	347
<b>为学既要好学，又要善学 .....</b>	<b>350</b>
谦虚是最高深的学问 .....	350
学问的“毛毛虫”越抓越多 .....	351
不做学问的两脚书橱 .....	353
学无止境，不进则退 .....	354
慧眼识我“一字师” .....	356
举一反三，方是学问 .....	358
“不知道”的智慧 .....	360
学、问、思，为学的三驾马车 .....	362
<b>少欲知足才能真幸福 .....</b>	<b>364</b>
知足是幸福的起点 .....	364
磊落无求，自有高品 .....	365
悟透人生“三戒” .....	367
少欲才能从心而欲 .....	369
平淡中嗅出幸福的气味 .....	370
安贫乐道也是信仰 .....	372

## ❀ 下篇 佛家修心 ❀

<b>心宽，路就宽 .....</b>	<b>376</b>
把心腾空，才能包纳万物 .....	376
悦纳自己，善待残缺 .....	378
不要被迁怒的病毒感染 .....	380
狭路相逢各让一步 .....	382
孤芳自赏时，天地便小了 .....	384
求同存异，不必强求一致 .....	385
嗔言碎语随风去 .....	387
被遗忘与被铭记的 .....	389

心旷为福门，心狭为祸根 .....	391
身处泥泞，遥看满山花开 .....	392
<b>不比较，不计较 .....</b>	<b>394</b>
修炼一颗清净心 .....	394
心里放下，才是真放下 .....	396
纷繁世界，心静如水 .....	397
不嫉妒，得救赎 .....	399
善待欲望，保持一颗清凉心 .....	401
得意不忘形，失意不失态 .....	403
相信自己，轻如尘埃也能翩然起舞 .....	404
简单本身就是幸福 .....	406
<b>以舍医贪，放下一颗尘心 .....</b>	<b>408</b>
摊开手掌，才不致财富压身 .....	408
尘世有因才有果，有耕耘才有收获 .....	410
莫让贪毒入膏肓 .....	412
钱也要能进能出 .....	413
真诚布施者得吉祥 .....	415
有钱是福报，花钱是智慧 .....	417
求财有止有度 .....	419
在名利旋涡中寻回自己 .....	420
欲望是毒，放下是唯一的解药 .....	422
<b>心存厚道，多讲人好多留情面 .....</b>	<b>425</b>
三分薄面留予人，脚下余地有七分 .....	425
心存厚道，宽容他人 .....	426
静察己过，不论人非 .....	427
美言是润人心田的甘泉 .....	428
与人为善，与己为善 .....	430
水至清则无鱼，人至察则无徒 .....	432
傲气太盛，惹祸上身 .....	434
<b>满怀一颗好心，满手都是慈悲事 .....</b>	<b>437</b>
慈悲是最大的爱 .....	437



本是仙佛种，随处可开花 .....	439
怀一颗平等心待人待己 .....	441
慈悲无处不在 .....	442
生是一连串的责任累积 .....	444
爱出者爱返，福往者福来 .....	445
慈悲没有形式 .....	447
满怀好心，多行善事 .....	449
做一辈子善事才是觉悟 .....	450
<b>耐得住烦恼，心安才能身安 .....</b>	<b>453</b>
心身不定时，烦恼不招自来 .....	453
屋宽不如心宽，身安不如心安 .....	454
脱去抱怨的心灵枷锁 .....	456
修行先修一颗韧心 .....	458
勤勉认真，充实人生 .....	459
心性专一，有始有终 .....	461
安心精进，永不停息 .....	463
学佛在自心，成佛在净心 .....	464
<b>不急不急，从容人生靠自己 .....</b>	<b>467</b>
心态平和，笑看人生 .....	467
门上写“门”字，窗上写“窗”字 .....	468
万花丛中过，片叶不沾身 .....	470
身在尘世，心在禅中 .....	473
反观真实的自己 .....	474
不做船长，可以是最好的水手 .....	476
随处是机缘 .....	478
人生无南北，泰然以自处 .....	480
人生如吃饭，要尝出味道 .....	482
<b>慢慢来，忙中安心立命 .....</b>	<b>484</b>
忙得快乐，乐得欢喜 .....	484
充实的生活才能安身立命 .....	485
撞钟时只想着撞钟 .....	486
路不通时，换一条走 .....	488

心无二念，脚踏实地 .....	490
做事忙中有序，分清轻重缓急 .....	491
从容不是安逸 .....	492
体会细微处的快乐 .....	494
<b>随心随缘不随便 .....</b>	<b>497</b>
随缘不随便 .....	497
海棠无香也是美 .....	499
四时无闲事，皆是好时节 .....	500
执着于自我等于作茧自缚 .....	501
以平常心看苦乐顺逆 .....	503
造化弄人，不必太认真 .....	505
以坦荡心境面对诽谤 .....	507
助人为乐，得助亦乐 .....	509
老拙穿破袄，淡饭腹中饱 .....	510
<b>福来不容易，惜福看本心 .....</b>	<b>512</b>
珍惜当下 .....	512
相爱是缘分，用心去经营 .....	514
不留恋过去，不执着未来 .....	515
好好活着，便是惜福 .....	517
满怀爱心，常常感恩 .....	519
日日是好日 .....	520
梵音常在清净处 .....	522
心情的颜色影响世界的颜色 .....	523
<b>忍苦忍辱是一生的修行 .....</b>	<b>526</b>
忍耐是人生必修课 .....	526
成大事者要有忍辱的胸怀 .....	528
心中无荣辱 .....	530
退到悬崖，绝处逢生 .....	531
躬行才能证得圆满 .....	533
忍让是春风化雨般的善意 .....	535
戒也是一种自由 .....	536
低头看清脚下路 .....	537
忍受磨砺才能变成珍珠 .....	539
能屈能伸，能进能退 .....	540