



21世纪最畅销的佛语典藏



佛度有缘人

王宇◎主编

拂拭你的心灵，让它在喧嚣中回归纯净，回归本位、自然。
 倾听佛语的教导，汲取人文的滋养，感悟智慧的启迪。
 以佛度日，以佛疗心。可使心灵得以平静，思想得以升华，
 智慧得以宽广，人格得以美化……不以物喜，不以己悲。感
 受名利之外的宁静、淡然、幸福、怡然自得、清幽淡雅……



中国物资出版社



佛 度 有 缘 人

王
宇
主
编



中国物资出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

佛度有缘人/王宇主编. —北京: 中国物资出版社, 2008.10

ISBN 978-7-5047-2895-1

I. 佛… II. 王… III. 佛教—通俗读物 IV. B94-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 097491 号

责任编辑 王秋萍

责任印制 方朋远

责任校对 孙会香

中国物资出版社出版发行

网址: <http://www.clph.cn>

社址: 北京市西城区月坛北街 25 号

电话: (010) 68589540 邮政编码: 100834

全国新华书店经销

利森达印务有限公司印刷

开本: 710mm × 1000mm 1/16 印张: 19 字数: 261 千字

2008 年 10 月第 1 版 2008 年 10 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5047-2895-1/B·0144

印数: 00001-13000 册

定价: 32.80 元

(图书出现印装质量问题, 本社负责调换)

前言

何为佛？

几千年前，释迦牟尼佛诞生于中印度。出家，修行，在菩提迦叶耶成佛。成佛后，四十五年间，行走于恒河两岸，为大众说法，从此，佛法才得以在人间流传。

有人问佛：为何不赐予我与别人一样闭月羞花的容颜？你真不公平！

佛曰：你怎么不知？那些只是昙花一现的东西，是用来蒙蔽世俗眼睛的障碍物，没有什么美可以抵过一颗纯净仁爱的心，我把它赐给每一个女子，可偏偏有人对它不屑一顾！

于是，人又问：世间为何有那样多的遗憾？

佛曰：这原本就是一个娑婆世界。娑婆即遗憾，没有遗憾，给你再多幸福，也体会不到快乐！

人再问：如果遇到了可以爱的人却又害怕不能把握时，应该怎么办？

佛曰：留人间多少爱，浮世千重变，和有情人做快乐事，别问是缘还是劫！

此人大惊，乞求道：如何才能如您一般睿智？

佛曰：佛是过来人，人是未来佛，我也曾如你般单纯天真。

佛语有言：“人间最美好的东西，是欢喜；最贵的善举，是结缘；最宽的心胸，是忍耐；最强的力量，是定力……”佛充满了无边的智慧与无尽的温柔，慈悲地抚慰着每一个人；佛超越了所有宗教的分别，超越了所有





佛度有缘人

Fo Du You Yuan Ren

2

苦恼的纠缠；莲花开满了所有心灵，让所有人的心被智慧所笼罩。

佛是哲学的源头，是众生万物的根本，它无所不在。

佛论人生：

“人受理性和心理支配，心灵不能统一，精神即成分裂，什么都会反应过度，造成负担。人若让内心不安，幸福便无从建立。心污浊，其道不平，因而跌倒；心清净，其道平坦，因而快乐。

内心安适，俯仰无愧，从一天至一年，从一年到一生，都能够俯仰无愧，心安理得，活得很踏实，秒秒感受安详，活在至真、至善、至美当中，这才是人生的最高幸福。”

——耕云先生

每个人的人生都是苦乐参半，知其乐，忘其苦。明其心，苦其志。追其型，忘其意。所说，所想，所做，所为，所用，所弃，所喜，所怨，所忧，所虑，皆为人之五行，心志之所发。初祖达摩说：“不谋其前，不虑其后，无恋当今。”世间万物都是两个极端，乐是苦，苦是乐；成功是失败，失败也是成功；第一是最后，最后也是第一。两者相辅相成，没有苦，你不知道什么是乐；没有失败，你不知道什么是成功；没有最后，你永远不能成为第一。这就是人生，没有真正的苦乐和成败，唯一不同的是你的心，欲望就是你的心，当你的心态平稳了，欲望就没有了，生活不变，而极乐却到来了。

做人要能随遇而安、随缘生活、随心所欲、随喜而做；以智慧灯来点亮心光，以自性佛来成就内心。

佛经有曰：你我相识皆有缘，面带笑容结人缘，布施欢喜种善缘，你对我错相惜缘，顺我逆我消孽缘，生老病死了尘缘，果报好坏皆因缘，慈悲喜舍修佛缘。愿我们心中有佛，与佛结缘。

目 录



人之第一智 心中有佛，与佛结缘

- (11) 了却凡心无尽事，心无尘念有佛缘。心中有佛，与佛结缘。
- (12) 佛坐时端庄，卧时稳健，行时从容，说时优雅，笑时吉祥，
- (13) 遇事不急不躁，处变不乱，宠辱不惊。佛最明白这个道理：宁静
- (14) 致远，宁静则博大，宁静则生灵，因此常常安心福地，处处为家。
- (15) 即使长年坐在深山也不觉寂寞，即使长年卧在岩洞也不感孤单。

- (16) 1. 用禅心化解生活中的烦恼..... (3)
- (17) 2. 笑对人生，知足常乐..... (6)
- (18) 3. 不要接受别人给予的痛苦..... (9)
4. 安静——人生的美好境界..... (12)
5. 没有永恒的快乐与痛苦..... (14)
6. 万物自有定数，故遇事不可强求而行..... (17)
7. 只有适当的舍弃，才会享受到财富..... (20)
8. 不要拿别人的思想来左右自己的生活..... (23)
9. 少嫉妒，少羡慕..... (25)
10. 既要有勇气拿得起，更要有肚量放得下..... (28)
11. 敢于放下，坦荡生活..... (31)





佛度有缘人

Fo Du You Yuan Ren

2



人之第二智 慈悲待人，尔即成佛

佛经里讲：“慈能予乐，悲能拔苦。”拔苦予乐，即为慈悲。

宇宙的精华是生命，生命的精华是人，人的精华是智慧，智慧的精华是佛，佛的精华是慈悲。那么，就让我们每一个人都本着无限的爱心，去对待所有的生物，就如慈母冒着生命危险去保护自己唯一的孩子那样，去关爱身旁的事物。

1. 爱心是生命的源泉..... (37)
2. 因为慈悲，人生路更宽..... (40)
3. 人生最善良的行为是奉献..... (42)
4. 要善于与人和谐相处..... (45)
5. 报复，等于往怨恨的烈火上浇油..... (48)
6. 赠人玫瑰，手留余香..... (51)
7. 把好的东西与别人分享，才会得到更多..... (54)
8. 用善心装点人生..... (56)
9. 以德报怨，修心是福..... (59)



人之第三智 心正成佛，心邪成魔

佛由心成，道由心学，德由心积，功由心修，福由心作，祸由心为。

佛说：“众生的一切善恶皆出自心。自心修善，令身安乐；自心造恶，令身受苦。”心能作天堂，亦可作地狱；心能作佛，亦能

(101) 作众生，是故心正成佛，心邪成魔。心慈是天人，心恶是罗刹，
(101) 心是一切罪福的种子。

- (101) 1. 一恶之念堕地狱 (65)
(101) 2. 福祸由心生 (68)
3. 放纵是人生最大的悲哀 (71)
4. 浪子回头金不换 (75)
5. 莫以恶小而为之 (77)
6. 善有善报，恶有恶报 (80)
7. 活在自己的世界里，而不是活在别人的眼睛里 (83)
8. 淡化利欲之心，方能得到一切 (87)
9. 走好人生每一步 (90)



人之第四智 珍视亲情，感受幸福

(101) 家庭，最重要的是亲情，有了亲情就能互爱，有活力，有朝
(101) 气。这样的家庭才会幸福、充满希望。

(101) 佛经中写道：“孝养父母，奉事师长。”有人说，家是补给站，
(101) 是避风港，是倦鸟的归巢。这样的想法，显然不够积极。你必须
(101) 注意，若只一味从家里补给，而不加以建设，家道会被你耗尽；
(101) 若只把它当避风港，暂时的栖息，疏离意识会使你失去归宿感，
(101) 而顿觉落寞；若只把它看做归巢而不知修葺，总有一天你会无家
(101) 可归。

- (101) 1. 真爱是佛 (95)
(101) 2. 行孝悌者得人心 (99)





佛度有缘人

Fo Du You Yuan Ren

4

3. 百善孝为先，及时尽孝心 (101)
4. 爱到深处是亲情 (104)
5. 越不珍惜的东西，往往就是最珍贵的东西 (107)
6. 回头看一下，也许爱情已经追随你千年 (110)
7. 用心构筑爱的城堡 (113)



人之第五智 持之以恒，登峰造极

成功需要顽强的毅力，而坚持，就是胜利。

佛说：“平常人做事，即使能力不够，水平不够，但如果我们以优秀的人为榜样，坚持不断学习，不断向上的原则，终有一天会有所成，而不会沦为泛泛之辈。”成功之路充满泥泞和坎坷，要想取得胜利就要有坚持不懈的努力，饱尝了许多次失败之后才能成功。成功需要顽强的毅力，而坚持就是胜利。

1. 若想改变命运，先要改变心态 (119)
2. 遇事不失望，更不绝望 (121)
3. 无论输赢，把自己的姿态调到最佳 (125)
4. 有始有终，不轻言放弃 (127)
5. 对自己有坚定的信心 (130)
6. 勤奋努力可以克服一切障碍 (133)
7. 世上无难事，只怕有心人 (135)
8. 超越自我，全力以赴心中的梦 (137)
9. 心诚则灵，功到自然成 (140)



人之第六智 知恩重义，活出真谛

感恩——来自佛的智慧，也是佛的哲学。

佛说：“感恩是福。”感恩父母给了我生命！感恩家人给予我无私关爱和亲情！感恩爱人给予我甜蜜的爱情、温暖的家！感恩上帝赐予我子女，使我深知父母恩！感恩社会赋予我多姿多彩的美好生活！感恩大地赐予我生命的力量和智慧！

每一天，我们都要怀着一颗感恩的心去面对生活，当感恩无处不在时，阳光就无所不在，快乐也就会无所不在！

1. 施惠勿念，受恩莫忘 (145)
2. 救人需要运用佛的智慧 (147)
3. 常怀感恩之心 (150)
4. 滴水之恩当涌泉相报 (152)
5. 学会感恩，尽情生活 (155)
6. 让感恩成为你生活中的一种习惯 (157)
7. 快乐源于一颗感恩的心 (160)
8. 抱怨，把感恩越抛越远 (162)



人之第七智 以德立身，宽容致福

佛说：“肚量如同藏金库，量大福大不可量；天包万象天宽大，地藏万物地无疆。”

佛说：“不宽恕众生，不原谅众生，是苦了你自己。”宽容与



佛度

有缘人

Fo Du You Yuan Ren

6

了解的精神，自始就是佛教文化与佛教文明最珍视的理想之一。宽容是一根火柴，它将照亮漫长的黑夜。宽容是人与人之间的调剂师，它调剂人的内心真诚，它使生活变成一幅五彩画，使人们享受这美好的生活。如果你够宽容，你也就迈出了超越常人的一步。

1. 佛能包容天下事 (169)
2. 宽容为怀，与人为善 (172)
3. 学会宽容，远离是非 (175)
4. 宽容别人就是善待自己 (179)
5. 宽容不是软弱 (182)
6. 学会宽容，化解矛盾 (185)
7. 宽容比仇恨更有力量 (188)
8. 你的宽容是别人的渴望 (191)
9. 斤斤计较只能降低自己的身份 (195)
10. 宽容，更是为自己创造机会 (198)



人之第八智 踏实做人，谦虚做事

佛说：“一切恶法，本是虚妄的，你不要太自卑你自己。一切善法，也是虚妄的，你也不要太狂妄你自己。”

佛说：“谦卑比慈悲更难，慈悲是把众生当成自己的子女，从心底生起自然的慈爱与关怀；谦卑则是把众生当成自己的父母，从心底生起自然的尊崇与敬爱。”我们知道，无条件地爱子女是容易的，无条件地敬父母则是很少人可以做到的。所以，谦卑比慈悲更难。即便是这样，你也要努力学习谦卑。

1. 别把自己太当回事儿 (203)
2. 谦虚能让你赢得他人的尊重 (206)
3. 露锋芒于外，伤己身于内 (209)
4. 贪满者多损，谦卑者多福 (212)
5. 平易近人者，人皆近之 (216)
6. 低处修心，高处成事 (219)
7. 富而不奢，贵而不显 (222)
8. 做人要懂得谦逊 (225)
9. 人贵有自知之明 (228)



人之第九智 减去欲望，减去负担

佛说：“修行要有耐性，要能甘于淡泊，乐于寂寞。”所谓的减去，就是祛除你的是非心、得失心、名利心……

佛经中说“欲为苦因”，即指贪欲。贪欲使人身心热恼焦躁，如被火烧，现前忧苦不安；贪欲导致将来不好的异熟果报，是为自作孽而不可活……

减去浮躁，减去欲望，减去贪念，减去心灵的负担，找到心中那个真正快乐的自己。只有减去，生活才能得到满足。

1. 平淡即真，平安是福 (235)
2. 莫让名利超重 (238)
3. 适度放弃，享受简约 (241)
4. 贪多求全要不得 (243)
5. 不过分追求完美，就是真正的完美 (246)





佛度有缘人

Fo Du You Yuan Ren

8

6. 今日不执著，明日不后悔 (249)
7. 不以物喜，不以己悲 (252)
8. 人为财死，鸟为食亡 (254)
9. 人生不只需要加，也要减 (257)



人之第十智 放弃自我，回归真我

认识自己，降伏自己，改变自己，才能改变别人。

佛不是心，也是心。放弃自我，回归真我，就是佛。但是大千世界，谁能放弃自我呢？不是佛难成，是放弃不易！放小我到太我，就见佛了。

1. 欣赏自己，乐观对事 (263)
2. 豁达洒脱，随性自然 (265)
3. 自强自立，富足人生 (268)
4. 心中不要有太多的杂念 (271)
5. 做人最好不要处处争强好胜 (273)
6. 发现真我，活出多彩人生 (276)
7. 超然物外，寻回真我 (279)
8. 摒弃目空一切，做受人瞩目的自己 (282)
9. 祸福已至，一切随缘 (285)
10. 繁华退尽，返璞归真 (288)



人之第一智

心中有佛，与佛结缘



了却凡心无尽事，心无尘念有佛缘。心中有佛，
与佛结缘。

佛坐时端庄，卧时稳健，行时从容，说时优雅，笑时吉祥，遇事不急不躁，处变不乱，宠辱不惊。佛最明白这个道理：宁静致远，宁静则博大，宁静则生灵，因此常常安心福地，处处为家。即使长年坐在深山也不觉寂寞，即使长年卧在岩洞也不感孤单。





1. 用禅心化解生活中的烦恼

海涛法师有一句名言：“生命不是用来寻找答案，也不是用来解决问题的，它是用来愉快地生活的。人生多一分烦恼，就需要有一分禅心来解救。”每个人都想拥有一个完美的生活，但往往事与愿违，快乐不起来，幸福不到来，美好的事情擦肩而过，心中的爱受到伤害。是的，人的一生不可能一帆风顺，总会碰到一些烦恼和不尽如人意的事情。这些事情如果用感觉去应对它，不是真的美好；但用禅心去体会它，或许就是真的美好。

佛家讲缘，有些东西是你的就是你的，但有些东西不是你的，你再烦恼也没有用。抛却这些对身心毫无用处的烦恼，快乐起来，做生活的智者。

快乐你的人生

佛说：“烦恼是生活，快乐也是生活，那何不快乐生活呢？”“禅心染得千山绿，烦恼场合正好修！”月亮即使有缺，也依然皎洁；人生即使有憾，也依然美丽。智慧的人随时从周围取得快乐，没智慧的人希望别人给他快乐。要得到快乐的生活，就先要有快乐的思想。快乐其实很简单，无争、无欲、无求，一切随缘。

寺院里的草地枯萎了一大片，了无生机，很难看。小和尚看不过去，就对师父说：“师父，快撒点种子吧！”师父说：“不着急，随时。”

找到种子了，师父对小和尚说：“去种吧。”不料，一阵风起，撒下去不少，也吹走不少。小和尚着急地对师父说：“师父，好多种子都被吹飞



佛度

有缘人

Fo Du You Yuan Ren

4

了。”师父说：“没关系，吹走的都是空的，撒下去也发不了芽，随性。”

刚撒完种子，就飞来几只小鸟，在土里一阵刨食。小和尚急着把小鸟都赶走了，然后向师父报告说：“糟了，种子都被鸟吃了。”师父说：“急什么，种子多着呢，吃不完，随遇。”

半夜时，又来了一阵狂风暴雨。小和尚来到师父的房间带着哭腔对师父说：“这下全完了，种子都被雨水冲走了。”师父答：“冲就冲吧，冲到哪儿都是发芽，随缘。”

几天过后，往日光秃秃的地上长出了许多绿芽，连没有播种到的地方也有小苗探出了头。小和尚高兴地说：“师父，快来看啊，都长出来了。”可师父却依然平静地说：“应该是这样吧，随喜。”

这个故事告诉我们，世界万物都是自然而然，平等平常的。任何事物的发展也是自然而然的，所以人没有必要去怨天尤人，快乐就是这样随意、简单。

智慧不起烦恼

金牛和尚经常亲自烧饭侍奉众僧。到开饭的时候，他就抬着饭桶来到食堂，跳着舞，呵呵大笑，叫道：“菩萨子，吃饭来！”金牛和尚快乐无忧，不把做饭送饭当做苦差，手舞足蹈，呵呵大笑，视众僧为“菩萨子”，真正是一位彻底摆脱了烦恼的觉者。一念成佛，一念成魔，“智慧不起烦恼”，说得真好。每个人都有烦恼，佛说烦恼太多是因为业障太深，贪、嗔、痴三念生出的烦恼，而我们之所以会烦恼也是因为无明，心中是黑暗的，那么就在心中点燃一盏智慧的明灯吧，烦恼即菩提！

佛说万事皆由心生！的确，“智慧不起烦恼”这句话，则是让人不起烦恼的方法。人生最大的痛苦就是纠缠在无日无夜的烦恼中，因为烦恼就好像是自己在跟自己过不去般愚蠢。想要从烦恼中解脱出来，就要学会运用佛法的空观智慧。有了空观的智慧，烦恼自然会烟消云散。