

宋天
天编著

「中国人的哲学、修养与智慧」

大慈悲

大胸襟

大觉悟



佛慈悲道养性

佛心慧语悟人生

即心是佛，
无心是道。

做人需要佛的慈悲心肠，与人相处需要佛的博大胸襟，做事需要佛的无上智慧。以佛的思想和理念来出世入世，我们就能使人生圆满。

宋天天 编著

「中国人的哲学、修养与智慧」

大慈悲

大胸襟

大觉悟

佛养心道养性

佛心慧语悟人生

——即心是佛，
无心是道。

做人需要佛的慈悲心肠，与人相处需要佛的博大胸襟，做事需要佛的无上智慧。以佛的思想和理念来出世入世，我们就能使人生圆满。



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(CIP)数据

佛养心 道养性 .3, 佛心慧语悟人生/宋天天编著.
北京:新世界出版社, 2008.5

ISBN 978 - 7 - 80228 - 683 - 2

I . 佛… II . 宋… III . 佛教—人生哲学—通俗读物
IV . B948 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 063368 号

佛养心 道养性——佛心慧语悟人生

策划: 杜菊

作者: 宋天天 编著

责任编辑: 慧钰 董晶晶

封面设计: 纸衣裳书装

出版发行: 新世界出版社

社址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

总编室: +86 10 6899 5424 6832 6645 (传真)

发行部: +86 10 6899 5968 6899 8705 (传真)

网址: <http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld-press.com> (英文)

电子信箱: nwpcn@public.bta.net.cn

版权部电话: 86 10 6899 6306 frank@nwp.com.cn

印刷: 三河市和达印务有限公司 经销: 新华书店

开本: 787×1092 1/16 字数: 200 千字 印张: 20

版次: 2008 年 6 月第 1 版 1 次 2008 年 6 月北京第 1 次印刷

书号: ISBN 978 - 7 - 80228 - 683 - 2

定价: 39.00 元

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

前言



越来越快的生活节奏，越来越紧张的生存环境，越来越大的压力，常让我们感到无所适从，让我们疲惫不堪，甚至让我们困惑迷茫。

人生在世，求生、求钱、求权、求欢乐、求健康长寿……凡尘俗世，芸芸众生，谁人无欲无愿，又有谁能逃离了烦恼？生命中不如意事十有八九，关键是要学会自己化解。

很多的心都处于一种喧嚣燥热的状态，对自己的现状极其不满，总觉得得到的太少，同时还害怕失去一些东西。人生对于他们来说就是一根鞭子。他们用这根鞭子时刻在抽打着自己。于是一直在争先恐后，忙忙碌碌。很少有人懂得停下来欣赏一下路边的风景。其实，仔细想一想，你再怎么努力，你能得到多少呢？有多少时间是在做无谓的拼搏呢？你得不到又能怎么样，得到又能如何呢？其实，困扰我们的不是物质的多少，而是我们自己的内心。

我们来看一个小故事。

有个年轻人有诸多的烦恼和痛苦缠身。

年轻人问佛：“我为什么会有烦恼和痛苦？”

佛说：“因为你太执著。”

年轻人问佛：“怎样才能无忧无虑呢？”

佛说：“如果你不给自己烦恼，别人也永远不可能给你烦恼。因为你自己的内心，你放不下。放下过去的不快之事，不担忧未来，不执著于现在，人生即可无忧无虑。”

年轻人似有所悟。

佛接着说：“当你快乐时，你要想，这快乐不是永恒的。当你痛苦时，你要想，这痛苦也不是永恒的。除此之外，你还要知道宽恕众生。不宽恕众生，不原谅众生，是苦了你自己。你永远要宽恕众生，不论他有多坏，甚至他伤害过你，你一定要放下，才能得到真正的快乐。”

年轻人说：“感谢佛祖的开示。我明白了，原来烦恼和痛苦都是自找的啊！”

佛笑了。

是的，相由心生。人生的一切烦恼和痛苦也由心生。佛说：“用清静之心看世间，世间即清静；用解脱之心看世间，心即解脱。”

做人需要佛的慈悲心肠，与人相处需要佛的博大胸襟，做事需要佛的无上智慧。以佛的思想和理念来出世入世，我们就能使人生圆满。

本书以佛家思想为核心，融合了道家和儒家思想的精华，对人生进行了反省与解析。通过一个个教人向善的、安抚心灵的、启迪智慧的故事，阐述了诸多为人处事的人生哲理，全方位展现了佛学的博大与精深。仔细阅读本书，你能在佛的感召下平和自己的心态，提高自己的修为，增长自己的智慧。

我们并非一定要成佛得道，但我们有必要领悟佛的大智慧，体味佛带给我们的澄清心境，以一颗佛心待人接物。如此，我们则能获得心灵上的真正解脱，享受人生的美好与欢愉。



目 录



远离贪念即是净土

心境澄明是人生的一种自在意境——抛却尘世的纷
纷扰扰，享受一种超然的洒脱，人生得以安逸和升华。



目 录

只追求属于自己的东西，人生才会轻松愉快	3
心存杂念太多，必然会形成种种羁绊	4
和谐与平静才是生活之路	6
远离贪念即是净土	7
以坦然的心境面对生命中的无常	9
知足常乐便是自在人生	11
宽容是洗心的灵丹妙药	13
不要以狂追狂，以哀悲哀	14
心中有鬼鬼自来，心中无鬼人自安	16
身心清净方为道，退步原来是向前	18
酒不醉人人自醉，花不迷人人自迷	19
心内的烦恼才是可怕的魔军	21
最快乐的事往往也是最痛苦的事	23
最值得羡慕的是我们自己	25
爱护万物生灵，可随心自在地享受每一天	27



命里有时终须有，命里无时莫强求

相由心生，命由己造。能尽人事，知天命，则无处不适，无处不安。

今生无论做什么事，都会对来生造成影响	33
命里有时终须有，命里无时莫强求	35
生命中的痛苦是盐，它的咸淡取决于盛它的容器	37
众生无定性，可以变好也可以变坏	38
幸与不幸是结伴而来的	39
自己才是自己命运的主人	41
自己的命运要自己掌握	43
活着就是幸运	44
命运是靠手来创造的，但跟手多手少没有关系	45
年少时不努力，到老后会吃苦受穷	47
广种福田可以免得后患无穷	48
每个人身上都有一颗宝珠	49
不断地接受磨炼，生活才能真正地饱满起来	50
不邪淫者，得如意眷属报	52
贫贱之交无相忘，糟糠之妻不下堂	53
拿起凿子和榔头，敲去包裹着高贵自我的泥块	55



与强者竞争才能成为强者

保持谦虚的心态，积极进取。成也好，败也罢，
只要尽力了就是强者。

只有精诚所至，才能金石为开	59
适应环境学会变通，做事情才会成功	61
做事不要拘泥于条条框框	62
遵循事物发展的规律，自然能水到渠成	63
为了明日不后悔，今朝做事当理智	65
只有和谐相处，才能把事情做好	66
在学问面前，知者为大	67
如果不改变内心，那么外表的改变是徒劳的	68
事情成败的关键在于人的信念	70
机遇是平等的，不平等的是抓没抓住	71
应将精力放在要事上	73
与强者竞争才能成为强者	74
强中自有强中手，总有强手在后头	76
千锤百炼出深山	77
一切顺自然法则则生，逆自然法则则灭	78





有智慧就会拥有财富和幸福

世上没有高于智慧的财富，也没有高于智慧的幸福。

为人处事太迂腐，是苦了自己	83
种一棵树可以吃到两种水果	84
于细微之处用心，于细微之处着力	85
不让一滴水干涸的方法，就是将水倒进大海	86
每个人都是一块被包裹着的“和氏璧”	87
前半生应无所畏惧，后半生应无怨无悔	90
有些事要看清，有些人要远离	91
鹬蚌相争，渔翁得利	92
互换所需才能各有所得	93
不要执著于美丽的表象	94
明者因境而变，智者随情而行	96
有智慧就会拥有财富和幸福	98
把话换个形式说	100
根据当时的某种需要，可以做出不同的解释	101



舍是富的因，富是舍的果

有钱不是罪过，但必须是净财、善财，才能用得
心安，用得自在。



目

录

享了多少年的福，就要受多少年的罪·····	105
积善之家，必有余庆·····	107
舍是富的因，富是舍的果·····	108
把无常的钱财带在身边，实际上是一种拖累·····	110
一个人有无善心与钱财无关·····	112
不当的财富是烦恼的根源·····	113
不要为了钱财而毁掉了自己的人格·····	115
一毛都不能拔是不会享受到福报的·····	117
事事锱铢必较是不会占到便宜的·····	119
要守住蕴含无限宝藏的无形心门·····	120
钱财可以救人，也可以害人·····	122
施舍比接受更富有·····	123



慈悲是最伟大的力量

常怀慈悲之心，做慈悲之事，才能心中太平，才能度己度人。

宽容有错的人，是帮助他分清是非善恶·····	127
无心之过是可以谅解的·····	128
慈悲是最伟大的力量·····	130
感恩之心可以化解心中的怨恨·····	132
助人一次，胜似诵经十年·····	134
做事要周全考虑，不可以给别人带来不便·····	135
守得云开雾散，忍得花开见月明·····	137
一光不是照耀一人，一光可以照耀大众·····	140
退一步，海阔天空；忍三分，逍遥自在·····	141
在天下父母的眼中，自己的孩子才是最美丽的·····	142
母亲的心是天下最慈爱、最伟大的心·····	144
家有一老，如有一宝·····	146
心灵也有漏洞，需要用心来弥补·····	149



人有善愿，天必从之

诸恶莫作，众善奉行。常怀善念，行善事，天兴从之，天兴佑之。



心存善念者方能自救·····	153
种下善因，自会收获善果·····	154
人有善愿，天必从之·····	157
即使是施以小钱，也是乐善好施·····	160
加害别人即是在加害自己·····	161
勿以恶小而为之，勿以善小而不为·····	167
善恶正反，只在一念之间·····	168
以杀生来求生命，不如多行善事·····	169
善念应长存，恶念不应起·····	171
天堂与地狱只有一墙之隔·····	172
在心存邪念时，要听取别人的劝诫·····	174
损人利己的事不可做·····	176
即使是身处险境，也应为他人着想·····	177
争斗的结果是两败俱伤·····	179
在不明真相之前，不可胡乱猜忌·····	180
面对某些诱惑，要遵从自己良心的选择·····	181



不要放纵自己的贪欲

欲念如平原跑马，易放难收。祛除欲念不是无所奢求，不是不思进取，而是一种看透人生的处世态度。

贪婪之心是一味毒药·····	185
舍去执念才能峰回路转·····	186
轻浮自大会吃大亏·····	188
生争执之心，会引来诸多麻烦·····	193
贪欲也可以将佛变成魔鬼·····	194
如要掩耳盗铃，只能贻笑大方·····	196
艰难险阻并不可怕，可怕的是心中没有希望·····	197
江山易改，本性难移·····	199
不要放纵自己的贪欲·····	201
嗔心起时细思量，放下怒火最吉祥·····	202
生气就会出现漏洞·····	204
不要在气头上说话或行动·····	206
摆脱骄傲的习气，不做孤芳自赏的人·····	207
每天少一分所求，也就会多一分快乐·····	208



不得超脱皆因绳未断

修行就修心修身。佛说，平常心即是道。以出世之心做入世之事，才能真正得解脱，获得自在。



目

录

不能征服别人，是因为福德不够·····	213
不得超脱皆因绳未断·····	215
抛开种种凡心欲念，才能获得解脱·····	216
诚信之人才有存在于世上的价值·····	217
说话前你是话的主人，说话后你是话的仆人·····	218
原谅对方的过错，是对他最好的点化·····	220
断除烦恼和不良习气·····	221
心存正念，才能战胜和超越自我·····	223
真想做成一件事，并不像说话那么容易·····	225
一匹好马，在鞭子的影子里也能跑得很快·····	228
不要依照自己的意志，去干涉别人的生活·····	229
真正能够解脱你的，只能是你自己·····	231
如果认为是正确的，就要坚持自己的主张·····	232
谦让是一种美德，过分谦让就成了一种罪过·····	233



以不思議之心，行不思議之事

以一颗禅心看世间万物，则一切皆为禅，则一切明了。

不要寻找外面的毒蛇，要观身内的毒蛇·····	237
事物都是相互联系的，有些事不要不理不睬·····	238
以不思議之心，行不思議之事·····	239
只要懂得放弃，其实回头并不难·····	240
只要懂得乱中求序，万事都能理出头绪来·····	241
答案既然是否定的，就没有必要再讨论了·····	242
不可因为其小，而生怠慢之心·····	244
不要执著于无关的细枝末节·····	246
说谎是在搬石头砸自己的脚·····	247
适当的赞美永远不嫌多·····	248
批评和赞美别人要适度·····	250
心灵的虔诚才是最重要的·····	252
对已有的东西要负有责任·····	253
之所以被别人看重，往往只是因为有用处·····	254



万有皆从因缘生

缘动则心动，心动则缘起。缘来好好珍惜，缘去
淡淡相随。万事皆缘，随遇而安。

一切的因果果报，由自己起心动念所招感·····	259
万有皆从因缘生·····	260
放得下，舍得付出，才能身轻心安·····	262
学会随缘放下，才不会有烦恼挂心头·····	264
要活在自己的世界里，不要活在别人的眼睛里·····	265
过与不及都是不完美的事·····	266
道德是对自己的要求，而不是强制要求别人·····	268
万物皆可变，唯一不变的是我们的真性·····	270
心量有多大，世界就有多大·····	272
生命就是要超越一切世俗观念·····	274
不是撑着不死，而是好好活着·····	275
人生的长度就在一呼一吸之间·····	276
把个体抛进神性生命的海洋中去·····	278



心中有佛，你就是佛

以一颗佛心去看诗世间万象，怀一颗佛心去做人
做事，你就是佛。

用佛的眼睛去看，用佛的心去想·····	283
身出家不是出家，心出家才是出家·····	285
木雕是佛祖，也是上好的柴火·····	286
心中有佛，你就是佛·····	288
处处皆有佛性，人人均能成佛·····	289
有些看似非凡的神通，其实并没有多少价值·····	290
佛在灵山莫远求，灵山就在汝心头·····	292
能够舍身忘我，才能得道成佛·····	294
无论是礼佛还是做事，都要有笃定的信念·····	296
真正的伟大在于懂得自己的渺小·····	297
世间没有不可救的生命，没有不可教的人才·····	299
一休万事休，恩怨烦恼也全休·····	300
只要佛心在，处处皆是寺庙·····	301