

fo
佛

yang
养

xin
心

dao
道

yang
养

zhi
智

佛养心道养智

李浩然
编著

佛就是众生，众生就是佛！佛要众生做，众生本是佛！
保持自性，你就是佛！
修行就像弹琴，琴弦太紧会绷断，
琴弦太松又弹不出声音，中道平常心才是悟道之本。

人生在世如身处荆棘之中，心不动，人不妄动，
不动则不伤；心若动则人妄动，伤其身痛其骨，于是
体会到世间诸般痛苦。

中国商业出版社



佛养 心道养 智

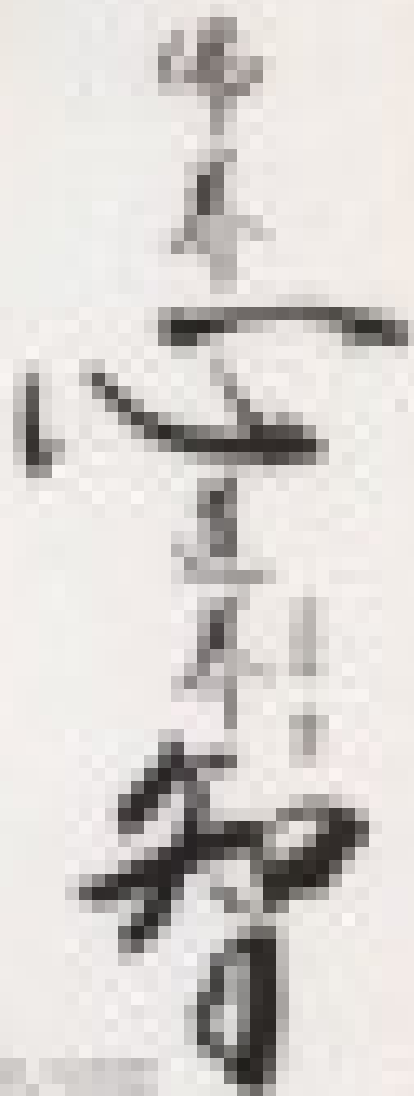
佛心道智告诉我们：不劳而获带给你的仅仅是锦衣玉食，无用的安逸未必真的是幸福。
佛心道智勉励我们：求人不如求己。
佛心道智劝谏我们：不要等失去后才后悔当初没有好好珍惜。
佛心道智激励我们：王侯将相，宁有种乎？

ISBN 978-7-5044-6285-5



9 787504 462855 >

定价：29.80 元



f o . y a n g . x i n . d a o . y a n g . z h i
佛 养 心 道 养 智

佛养心道养智

李浩然 编著

佛就是众生，众生就是佛！佛要众生做，众生本是佛！

保持自性，你就是佛！

修行就像弹琴，琴弦太紧会绷断，
琴弦太松又弹不出声音，中道平常心才是悟道之本。

人生在世如身处荆棘之中，心不动，人不妄动，
不动则不伤；心若动则人妄动，伤其身痛其骨，于是
体会到世间诸般痛苦。



中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

佛养心道养智/李浩然编著. —北京:中国商业出版社,2008. 10

ISBN 978 - 7 - 5044 - 6285 - 5

I. 佛... II. 李... III. 个人 - 修养 - 通俗读物 IV. B825 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 142929 号

责任编辑:唐伟荣

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京市业和印务有限公司印刷

*

710 × 1000mm 1/16 18 印张 290 千字

2008 年 12 月第 1 版 2008 年 12 月第 1 次印刷

定价: 29.80 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

前言



从达摩祖师千辛万苦用一叶扁舟将普度众生的佛教载到中国这片肥沃的土地上，到唐宋佛教大盛遍地开花，佛教已经在这个宽厚博大的国家兴盛了千余年。

如今佛早已超脱了不食人间烟火的外衣而入世普度众生了。所谓：“佛养心、道养性”就是要身处尘世的人们在佛道禅心的熏陶下，用一种健康豁达的心态，拥有快乐美好的人生。

佛心道智告诉我们：不劳而获带给你的仅仅是锦衣玉食，没用的安逸，未必真的是幸福。“祸兮福所倚，福兮祸所伏。”辛苦工作，任劳任怨的未必就是笨蛋；投机取巧，偷工减料的也未必就聪明。天上没有掉馅饼的事情，即使掉下来了，也可能是炸弹。贡献出自己的才干，才有资格接受回报。失去了劳动，也就没有了生存和幸福的保障。

佛心道智勉励我们：“求人不如求己。”人要自强自立，在这个世界上没有人有义务帮助你，即使是父母，在你年满十八岁以后，也不再有这项义务。他人最多给你提供一个上升的平台，凡事都要相信自己。只有你自己相信了自己，才能让别人相信你。在这个个性张扬、主张自我的年代，自信是我们真正需要和最重要的。

佛心道智劝谏我们：不要等失去后才后悔当初没有好好珍惜。世上没有卖后悔药的，时光更不会倒流。看似平淡的生活让人乏味，但一旦让你陷入动荡与不幸中，你就会领悟到生活平静的真谛。

佛心道智激励我们：“王侯将相，宁有种乎？”中国历史上历代开朝皇帝大多是赤贫小子，倒是葬送掉王朝的都是受过良好教育，也受惯了锦衣玉食的“败家子”。如今社会，早无等级贵贱之分，只要肯努力，没有什么不可以！

名人也好，凡人也罢；也许家财万贯，也许不名一文；不论春风得意，还是郁郁寡欢……这本《佛养心 道养智》都会让你体察到自己的内心，清扫你落满尘埃的心灵，你会发现，原来生活不必那么沉重，给自己留一点转身的空间、一点休息的时间，生活会更加美好。

FOREWORD



目 录

第一章 生命因淡名泊利而清澈

1. 中正平和才是悟道之本 (2)
2. 不以物喜,不以己悲 (4)
3. 节制自己的欲望 (7)
4. 真正的宝珠 (9)
5. 自性三宝 (11)
6. 珍珠门 = 欲望门 (12)
7. 用平等心去衡量自己 and 他人 (14)
8. 循序渐进,量力而行 (15)
9. 不是黄金有毒,而是人心有毒 (17)
10. 万事万物皆有佛心 (19)
11. 除去闲名之累 (21)
12. 吃亏就是占便宜 (23)
13. 不松不紧 (25)
14. 有爱就有了一切 (27)
15. 打碎玉钵 (30)
16. 一坐四十年 (31)
17. 美在心灵深处 (32)
18. 淡泊明志,宁静致远 (34)
19. 死猫的脑袋最珍贵 (35)

第二章 “放下”，生活中处处有欢乐

1. 放下木柴，学会宽容 (38)
2. 无名就是这样产生的 (40)
3. 不要为明天的落叶操心 (42)
4. 最大的困扰往往来源于自己 (44)
5. 活在当下 (47)
6. 无事是贵人，但却莫做作 (49)
7. 世上本无事，庸人自扰之 (51)
8. 知错能改，善莫大焉 (53)
9. 有理想的生活才会快乐 (55)
10. 放下 (58)
11. 在内心中寻找一份安宁 (60)
12. 只要将拥有的做好就行 (62)
13. 错是对，对是错 (65)
14. 与人方便，与己方便 (66)
15. 生气是拿别人的错误来惩罚自己 (68)
16. 一生只“偷”一次 (70)
17. 境由心生 (72)
18. 只有人才会使人幸福 (75)
19. 做回自己 (77)
20. 责任与爱同在 (79)

第三章 我佛慈悲，普度众生

1. 助人为乐，与人为善 (82)
2. 爱出者爱返，福往者福来 (84)
3. 助人即助己 (86)
4. 爱的“借口” (87)
5. 度人不分人 (89)

6. 善待他人,也就是善待自己	(91)
7. 活着就要做有用的事情	(93)
8. 我不入地狱,谁来教化你	(94)
9. 美德的涵义	(96)
10. 自私的自了汉	(98)
11. 救助苍生不为功利	(100)
12. 白隐生子	(103)
13. 重视自己的工作	(104)
14. 出家的意义	(106)
15. 善恶有报,天道好还	(107)
16. 此时无声胜有声	(111)
17. 为他人“腾出一只手”	(112)
18. 以博爱为职责,以助人为乐事	(115)
19. 既曰一切,何有除外	(117)
20. 救维割耳	(118)

第四章 禅的幽默与智慧

1. 一代奇人,其实草包	(122)
2. 二>一	(123)
3. 都不是	(124)
4. 使用月光	(125)
5. 禅师的心境	(126)
6. 我姓秤	(127)
7. 虚空可对你眨过眼	(128)
8. 八风吹不动,一屁打过江	(129)
9. 大千世界一禅床	(130)
10. 争先恐后的往生	(131)
11. 鸟雀的灵性	(132)
12. 痰该吐在哪里	(133)

13. 逞强的代价	(134)
14. 就是这个	(135)
15. 本源佛性	(135)
16. 比哭还厉害	(136)
17. 四大五蕴	(137)
18. 不像人,像佛	(138)
19. 生得洒脱,死得幽默	(139)
20. 须弥藏芥子,芥子纳须弥	(140)
21. 吃茶去	(141)
22. 狗子的佛性	(142)
23. 无中生有	(143)
24. 阴差阳错与一切皆祥	(143)
25. 通身是眼	(145)
26. 一丝不挂	(146)
27. 肉眼、心眼	(146)
28. 虱子的出处	(147)
29. 赚钱给你偷	(149)
30. 不是没人,是目中无人	(149)
31. 虚空与实在	(150)

第五章 进退之道

1. 前七步,后七步	(152)
2. 一切都会过去	(153)
3. 老和尚收徒	(154)
4. 不听老人言,吃亏在眼前	(155)
5. 两艘船	(156)
6. 流言与鹅毛	(157)
7. 释迦的劝戒	(159)
8. 苏东坡的对联	(160)

9. 鱼在上头	(161)
10. 水的形状	(162)
11. 守端怕人笑	(164)
12. 大胆超越	(165)
13. 最好的与最坏的	(166)
14. 有钱人的逻辑	(167)
15. 龙与虎的特性	(168)
16. 法明煮汤	(169)
17. 禅师和熊	(170)
18. 立地成佛	(171)
19. 学会放手	(172)
20. 师父的教诲	(172)
21. 一捆与一根	(174)
22. 舌头和牙齿	(175)
23. 知人不易	(176)
24. 大圆圈与小圆圈	(177)
25. 抽烟与休息	(178)
26. 不开花的种子	(179)
27. 不翼而飞的肉	(180)

第六章 随时、随性、随遇、随缘

1. 化缘	(182)
2. 自伞自度	(182)
3. 何为粗细	(184)
4. 让线变短	(185)
5. 农夫种萝卜	(186)
6. 两副面孔	(186)
7. 大小	(187)
8. 闭眼看清楚	(188)

9. 心动、幡动	(189)
10. 从自己心中流出	(190)
11. 漂亮的独木船	(191)
12. 敬钟如佛	(192)
13. 水中的金块	(193)
14. 交换痛苦	(194)
15. 没有时间觉得老	(195)
16. 问题太多	(196)
17. 心静则宽	(197)
18. 寻找幸福	(198)
19. 漏掉的水	(199)
20. 挑战禅师	(200)
21. 沉重的篓子	(201)
22. 富人分银	(202)
23. 以水为师	(203)
24. 空想与脚踏实地	(205)
25. 沉默是金	(205)
26. 鞋带开了	(207)
27. 和尚解围	(208)
28. 耕种、收获	(209)
29. 蚂蚁的哲学	(210)
30. 不是来做杂工的	(211)
31. 盖佛寺	(212)
32. 耆域识草	(213)
33. 千万富翁	(214)
34. 一根手指	(215)
35. 玩游戏的老和尚	(216)
36. 有些事并不像它看上去那样	(217)
37. 随时、随性、随遇、随缘	(218)

第七章 打破常规,意念便是转机

1. “无”字取胜 (220)
2. 卖财神 (221)
3. 前世已试过 (221)
4. 大佛转身 (222)
5. 温暖的“心愿石” (223)
6. 分粥 (224)
7. 万法皆一 (225)
8. 听师傅的话 (226)
9. 有智慧的人 (227)
10. 糖 (228)
11. 时间 (229)
12. 不知为不知 (230)
13. 一座佛 (231)
14. 答非所问 (232)
15. 渔王教子 (232)
16. 完美的树叶 (233)
17. 一语偶 (234)
18. 过河 (235)
19. 佛理教化 (236)
20. 肚饿所食皆美味 (237)
21. 和尚不睦 (238)
22. 忙着砍树 (239)
23. 踩冰淇淋的快乐 (240)
24. 懒得弯腰 (241)
25. 垂钓者 (241)
26. 意念便是转机 (242)
27. 背过河 (244)

28. 珠宝与石头	(245)
29. 只需要耐心	(246)
30. 走出沙漠的和尚	(247)
31. 泥路上的脚印	(248)
32. 虚掩的门	(249)

第八章 看清自己是人生头等大事

1. 珍惜你拥有的	(252)
2. 佛缘于民众	(253)
3. 从心领悟	(254)
4. 小善大道	(255)
5. 助人一次,胜似诵经十年	(256)
6. 享受有缺憾的美	(258)
7. 以小我救大我	(258)
8. 不要让情绪轻易左右你	(259)
9. 还在泥里转	(260)
10. 心宽路才宽	(261)
11. 做事,不必拘泥于表面的形式	(262)
12. 一字之差	(263)
13. 泥中莲花	(264)
14. 侍者	(265)
15. 我就是我	(267)
16. 正视别人的批评	(268)
17. 求人不如求己	(269)
18. 人的命运	(270)
19. 把自己的本职工作做好	(271)
20. 名字只是个符号而已	(273)
21. 你是如何看待自己的	(274)

第一章

生命因淡名泊利而清澈

俗话说：『雁过留声，人过留名。』俗世之人大多挣扎在名利网中，绞尽脑汁，费尽体力，为名利争得头破血流，身心疲惫。甚至在追求名利欲望的过程中迷失真我，害人害己。惟有那些淡泊名利无所奢求的大智之人，才能超脱名利之心，看透生命的真谛，于红尘之中学得心灵宁静，在岁月流转之间活得开心快乐。

1. 中正平和才是悟道之本

有一个学僧到法堂请示禅师道：“我常常打坐，时时念经，早起早睡，心无杂念。在您座下没有一个人比我更用功了，为什么就是无法开悟？”

禅师拿了一个葫芦、一把粗盐，交给学僧说道：“你拿着这个葫芦，先装满水，再把这把粗盐溶化进去，这样子你就可以开悟了！”

学僧一切照办，过了不多久，跑回来对禅师说道：“葫芦太小，盐块太多了。我装进盐去怎么搅都化不了，我还是无法开悟。”

禅师拿起葫芦倒掉了一些水，只摇了几下，盐块就溶化了。禅师慈祥地说道：“一天到晚用功，不留一些平常心，就如同装满水的葫芦，摇不动，搅不得，如何化盐，又如何开悟？”

学僧问道：“难道不用功可以开悟吗？”

禅师说：“弦太紧会断，弦太松则弹不出声音，中正平和之心才是悟道之本。”

学僧终于恍然大悟：时时刻刻急于开悟的人是永远无法开悟的。

当一个人过分执着于做某一件事情的时候，他的思维就会变得僵化、呆板，不懂得变通，没有回旋的余地，从而离自己的目标越来越远。这就是所谓的过犹不及。有这样一个故事：

一个过路的人大起胆子去问一个卖鬼的人：“你的鬼，一只卖多少钱？”