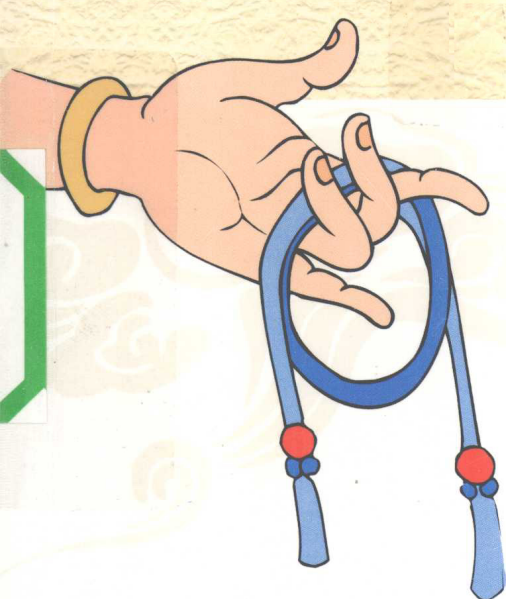


# 圆满

弘缘

心灵的平静 获取快乐的  
无恨、无憾、无疾，才能心常欢喜，  
颜色光泽，气力充盛，所作吉利。  
你修行，我修行，你我心中各有尘。  
除却尘埃性自明，何须舍近寻高人？



让我们聆听教诲，吸取智慧，感悟人生善恶因果的哲思，从而发无上之善愿，得圆满之觉悟。

传播最真切快乐  
指点最圆满的人生

中国华侨出版社

上顶外物

不假他求

心常欢喜

颜色光泽

除却尘埃性自明

圆满

弘缘

除却尘埃性自明

气力充盈

颜色光泽

气力充盈

除却尘埃性自明

心常欢喜 颜色光泽

心灵的平静 获取快乐的秘诀

无恨、无憾、无碍、无碍能心常欢喜，  
颜色光泽，气力充盈，所伴吉利。



中國華僑出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

圆满/弘缘编著. —北京: 中国华侨出版社,  
2010. 6

ISBN 978 - 7 - 5113 - 0490 - 2

I. ①圆… II. ①弘… III. ①人生哲学—通俗读物  
IV. ①B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 104620 号

## 圆满

---

编著/弘 缘

责任编辑/杨 君

经销/新华书店

开本/710 × 1010 毫米 1/16 开 印张/15 字数/150 千字

印刷/三河市祥达印装厂

版次/2010 年 7 月第 1 版 2010 年 7 月第 1 次印刷

书号/ISBN 978 - 7 - 5113 - 0490 - 2

定价/26.80 元

---

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 邮编: 100029

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 传真: (010) 64439708

发行部: (010) 64443051

网址: [www.oveaschin.com](http://www.oveaschin.com)

E-mail: [oveaschin@sina.com](mailto:oveaschin@sina.com)



传播最真切的快乐  
指点最圆满的人生

让我们聆听教诲，吸取智慧，感悟  
人生善恶因果的哲思，从而发无上之善  
愿，得圆满之觉悟。

# 圓滿



你修行，我修行，你我心中各有尘。  
除却尘埃性自明，何须舍近寻高人？



# 前言

## 莲之舟，觉之路

俗话说：“人在江湖，身不由己。”生存，人们总是忙忙碌碌地活着，即使是调整一下自己，也不过是停下来歇一口气，旋即又投身到滚滚红尘之中，根本来不及回顾、反思和体会自己一切的“所作所为”。也许，只有在难得的独处的片刻，才会感受到浮现在心底的一股不知名的惆怅——自己与天斗、与地斗、与人斗，最终得到的是自己真正希冀的圆满人生吗？

每个人都渴望生活安定、心愿得遂，但因为我们千差万别的内在的心智，才使我们走在不同的人生道路上。有歌云：“人天长夜，宇宙黯暗，谁启以光明？三界火宅，众苦煎逼，谁济以安宁？”《圆满》正是为了告诉你答案。

梁启超曾说过：“佛学广矣，大矣，深矣，微矣，切于人世，证于实用，实天地间最高尚圆满，深切著明之学说也。”弥勒佛与观音菩萨等，可以说是家喻户晓、妇孺皆知，且人人喜闻乐见，人们对于“观音莲”、“佛座莲”也并不陌生，只是有的晓得其中的寓意，有的只是知晓罢了。莲花表示清净的功德和清凉的智慧。

《圆满》一书用妙语连珠、深入浅出和清雅隽永的佛学故事讲述最闪光的哲理，传播最真切快乐，指点最圆满的人生。一句一精辟，一篇一人生，让您感受情感的炽热、心灵的跳动、尊严的高贵和人生的真谛，引领您步入人生辉煌的殿堂。当您试着以一颗平常心看世界，春夏秋冬无不是良辰美景，甚至生老病死也是自自然然。

《破迷歌》中唱道：“你修行，我修行，你我心中各有尘。除却尘埃性自明，何须舍近寻高人。寻高人，拜高人，高人常常在迷人。自称仙佛住世间，更有妙法使鬼神。地狱门前排长队，引来群迷步后尘。步后尘，实可怜，我劝朋友快回程。自古归元无二路，千古绝学心心心。倘若心地假恶丑，真佛面前难成真。于无心处真善美，方知我佛是我心。”让我们聆听教诲，吸取智慧，感悟人生善恶因果的哲思、离苦得乐的真理，从而发无上之善愿，得圆满之觉悟。

渡过莲之舟，才会走上觉之路。



前 言 莲之舟，觉之路

## 第一卷 纷嚣尘世，命由己造

百态之世原是苦海，看破红尘方为上岸。早在九、十世纪之际，印度的思想界就有所谓外道六十二见——外道对人生问题的六十二种见解，众说纷纭，但佛教的人生观总的来说是积极的、乐观的、警世育人的。人的追求决定了其圆满人生的定义，心向一旦定下来，内心的钟表自己会继续运行，让我们鉴因知果、避恶趋善，净化生命的本性、发扬人性的光辉。

快乐其实很简单	/ 003
希望之灯，照亮人生	/ 006
我行善，我快乐	/ 008
活着不是为了生气	/ 011
一切交给时间	/ 014
控制一时，换来一世	/ 016
学会感恩，享受生活	/ 019



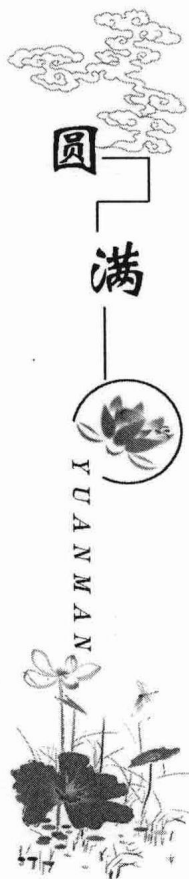
## 第二卷 目标心佛，泥多佛大

愚夫造作诸恶业，却不自知有果报，痴人以自业苦，宛如以火而自烧。圆满人生需要目标导航。目标是一盏明灯，照亮了属于你的生命；目标是一个路牌，在迷路时为你指明方向；目标是一方罗盘，给你导引人生的航向；目标是一支火把，它能燃烧每个人的潜能，牵引着你飞向梦想的天空。罗曼罗兰也说过，人生最可怕的敌人，就是没有明确的目标。一心向着自己目标前进的人，整个世界都会给他让路。

- 倒掉一些水，多备一些柴 / 029
- 心地若空，慧日自现 / 031
- 逐二兔，不得一兔 / 034
- 尽力而为，还是全力以赴？ / 037
- 你是“鸟儿”还是“虫儿”？ / 040
- 英雄莫问出处 / 043
- 心为贼王，静坐反思己过 / 046
- 听天由命，还是人定胜天？ / 048

## 第三卷 看佛做人，修所成慧

佛法修行的基础就是做人。学佛就是学做人，学做一个好人，学做一个明白人。《菜根谭》里说道：“读书不见圣贤，如铅铤诵；居官不爱子民，如衣冠盗；讲学不尚躬行，如口头禅；立业不思种德，如眼前花。”做事不做人，永远做不成事；做人不立德，永远做不成人。做人是我们终身的职业，其特殊性在于，我们无法请假、无法辞职，无法将属于自己的工作移交给别人。如何做人？做一个什么样的人？这是一门艺术，更是一门学问。



最大的敌人是自己	/ 055
欲海无涯，回头是岸	/ 057
身在福中要知福，人生缘何不知足	/ 060
心存慈悲，留点麦穗在田野	/ 062
真实与谎言，孰是孰非	/ 065
感性为人，理性做事	/ 068
忘我才有我	/ 070
尊严是最大的本钱	/ 073

## 第四卷 明心见性，相处禅机

有人说，人生来就是受苦的，与人相处也是我们痛苦的一大根源：心爱的人不能长相厮守，“相见时难别亦难”，是爱别离苦；离别的人天各一方，“思悠悠，恨悠悠，恨到归时方始休”，是求不得苦；不喜欢的人，讨厌的人，却低头不见抬头见，所谓冤家路窄，又是怨憎会苦。事实上，整个世界就是一张四通八达的人际关系网。如何增进感情、获得圆满？

众生平等	/ 079
自嘲计成就“无冕之王”	/ 082
不发芽的诚信之花	/ 084
《西游记》众僧，谁人可缺	/ 087
精诚所至，金石为开	/ 089
学会说话	/ 092
原谅别人，解脱自己	/ 095
留个缺口给别人，留点余地给自己	/ 098

## 第五卷 字轻意满，一念往生

虽说佛曰：不可说，不可说，一说即是错。但任何棘手的事



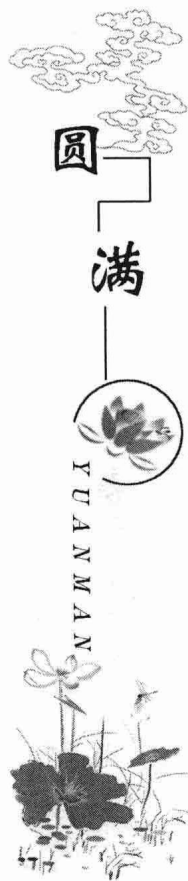
物，都可以用佛法的慧识，转化成有效的人生智慧。当你掌握了坚持、积累、认错、赞扬、兼听、礼节、关爱和平常心，也就获得了圆满人生的助推力。

为爱而生	/ 103
玄奘的坚持	/ 105
任何事情都不会一蹴而就	/ 108
坚持？动摇？	/ 111
平常心，心常平	/ 113
人间礼仪	/ 116
每天说一句赞美的话	/ 119
认错就是输吗	/ 121

## 第六卷 涅槃妙诀，大悟无言

在生命的道路上，是畏畏缩缩，还是勇往直前？是平平庸庸，还是“物有所值”？人与动物区别开来，但做人要挺直脊梁、堂堂正正、坦坦荡荡，是需要资本的，一个人有自己的事业，才能有自己的人格。欲为诸佛龙象，先做众生牛马；想要站着做人，先要跪着做事。八字诀教化众生，明心断念地修行，才能除妄破执，淡泊明心，达解脱、涅槃的圆满境界。

自字诀——做自己的主人翁	/ 127
“谦”字诀——谦虚新解	/ 129
“乐”字诀——每个人都是上上签	/ 132
“苦”字诀——华丽的冒险	/ 135
“勤”字诀——勤劳有技巧	/ 138
“实”字诀——扫地也有大学问	/ 141
“忍”字诀——屈伸的哲学	/ 144
“错”字诀——挫折也是转折	/ 146



## 第七卷 八度合一，成佛作祖

处世之道，就是处世之道。佛学讲究“功德圆满”，但在这个充满变数的现代社会中，生活就如走钢丝，重点在掌握好度，否则不是掉在左边，就是掉在右边。为人、处世都是如此。

- |                  |       |
|------------------|-------|
| 灵佑法师宽容度人——胸怀要大度  | / 153 |
| 为人切莫造口业——说话要适度   | / 155 |
| 为人莫起骄傲心——骄傲有尺度   | / 158 |
| 这里就是地狱——工作有力度    | / 161 |
| 能进能退，真正法器——勇敢有限度 | / 164 |
| 做人要能屈能伸——方圆要有度   | / 167 |
| 缘聚则聚，缘散则散——失恋有风度 | / 170 |
| 不要等到下雨再收柴——劳累勿过度 | / 173 |

## 第八卷 放下之路，无上佛道

放下，即拥有。人之所以痛苦，在于追求错误的东西，放不下屠刀，断不了情丝，悟不了菩提。帕斯卡尔说，人是会思想的芦苇，然而，人也是世界上最贪婪的动物。放下，是一条解脱之道；放下，是一种处世态度；放下，是一种人生哲学；放下，是一种生存智慧。

- |                 |       |
|-----------------|-------|
| 皆因绳未断——人生，学会放下  | / 179 |
| 侥幸非汝福——放下侥幸     | / 182 |
| 你被捆住手脚了吗？——放下架子 | / 185 |
| 从自己身上找原因——放下埋怨  | / 188 |
| 求诸人不如求诸己——放下依赖  | / 191 |
| 人生不必太周全——放下“细心” | / 194 |



单程之旅，无法重来——放下后悔 / 196

驕慢弊懈怠，难以信此法——放下狂妄 / 200

## 第九卷 “佛”晓时光，逝者如斯

一切皆流，无物永驻。我们总以为时间会等我们，容许我们从头再来，弥补缺憾，每个人都有自己的牌，是输，是赢，你没机会彩排，更不能时光倒流，选择重来。人生不过短短几十年，时间匆忙得让人来不及，我们不能存临时抱佛脚的侥幸，更不兴持“是日已过，命亦随减，如少水鱼，斯有何乐”的消极，只有知晓逝者如斯的无奈，才可得了无遗憾之圆满。

只在呼吸之间 / 205

不滞留，不挣扎——活在当下 / 208

“谬赞”的故事——自信做人 / 211

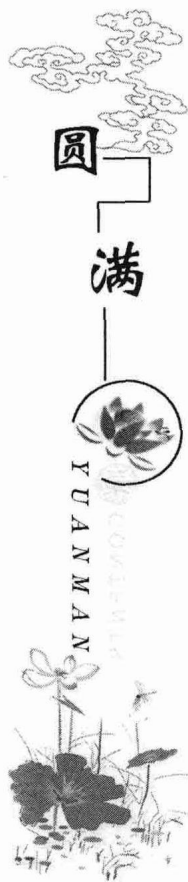
欲得爱，先付出 / 214

老虎身，老鼠心 / 217

细心生活，用心品味 / 220

把握一日的付出，即是一日的菩萨 / 222

堂前双亲你不孝，远庙拜佛有何功 / 225





## 第一卷



### 纷嚣尘世，命由己造

百态之世原是苦海，看破红尘方为上岸。早在公元前九、十世纪之际，印度的思想界就有所谓外道六十二见——外道对人生问题的六十二种见解，众说纷纭，但佛教的人生观总的来说是积极的、乐观的、警世育人的。人的追求决定了其圆满人生的定义，心向一旦定下来，内心的钟表自己会继续运行，让我们鉴因知果、避恶趋善，净化生命的本性、发扬人性的光辉。





## 快乐其实很简单

生活中人们对快乐的理解五花八门。

有的人觉得位高权重，别人对他毕恭毕敬，那种高高在上的感觉就是快乐；有的人觉得腰缠万贯，在外面财大气粗，那种挥金如土的感觉就是快乐……男人会因为事业如日中天、春风得意而神清气爽；女人会因为一件首饰或一件时髦的衣服而心情愉悦……

### 迷途问向：

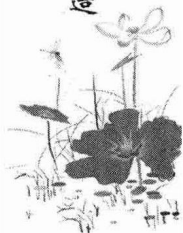
我们向往和追求的是一种常驻心间的欢喜，而世俗的快乐，总是短暂如烟花般无法长持久。究竟是快乐太难获得，还是我们误解了快乐的真正含义？

### 慧海佛光：

德远、智深两师兄弟从小一起在寺院长大，虽然常常在一起，但两人却个性迥异：德远平时看起来比较木讷，唯有和师父论道时才呈现出年轻少年活跃的一面；智深却是寺里出了名的急性子，动辄对老实的德远大声咆哮。寺里有一个扫院子的老和尚，对这两个性情相差十万八千里的小和尚总是形影不离感到十分纳闷，每每看到智深冲着德远嚷嚷，内心总会浮起一丝同情。

这一天，德远慢慢踱到后院，找到一处角落坐下便开始陷入沉思。老和尚一见火爆的智深不在，便和德远聊起天来。

“今日怎么没和智深在一起？”老和尚问道。





“智深师兄打落了一只鸟，被师父关起来闭门思过呢。”德远不无遗憾地说。

“智深平日很凶啊。”老和尚试探性地问。

“师兄每次训话，倒也师出有名。”德远神情悠然。

“可是每次他都那么大声骂你，你不生气吗？”老和尚有些不解。

“爱生气的是师兄，不是德远。”

听了这番豁达之言，老和尚不禁为自己的担心感到羞愧了。正说着，禅师走过来对德远说：“后天就是进香之日，你平日悟性最好，住持想让你向香客们讲经。”老和尚正由衷地为德远感到高兴，不料德远却说道：“得此机会是德远的荣幸，但我已答应后日随智深师兄一起下山，事情总有先后之分，还望师父见谅。”禅师还想说什么，但见德远神情坚定，便摇摇头离去了。

老和尚忍不住问道：“跟智深下山这种小事，直接和他说就好了，这样不是太因小失大了吗？”德远幽幽说道：“信用暂且不说，为虚无的荣耀担惊受怕、辛苦操劳岂能跟平静无扰相提并论呢？”

老和尚无话可说，自叹弗如。

生活中有很多人，也许从小养尊处优，受不了一点责备，更吃不得一点亏，否则便怏怏不乐，凭空滋生出许多烦心事来。可是这个小和尚，挨骂，他可以不在意；荣誉面前，他也不贪心。如果我们每个人都能这样简单地看待生活，世界应该就会少了很多纷争与悲剧，多了很多笑容与欢乐吧。

其实，许多人无法心常欢喜，正是缺乏这种恬淡的心态。生活中并不缺少让我们快乐的理由，关键是我们如何对待生活、对待人生。有些人遇事爱钻牛角尖儿、走死胡同，工作上习惯拿自己的长处比别人的短处，用自己的资历比别人的年龄，便生出许多不平衡；生活中还有些人用自己的劣势比别人的优势，偏拿自己的弱项和别人的强项比高低，于是便为处处

