



时光文库099
身心修养[03]



包容的智慧

成就圆融和谐人生的大境界

紫贤金刚◎编著



左右逢源的艺术 受人欢迎的技巧

涵容以待人；恬淡以处世。

——弘一法师

心量有多大，事业就有多大。

——星云法师

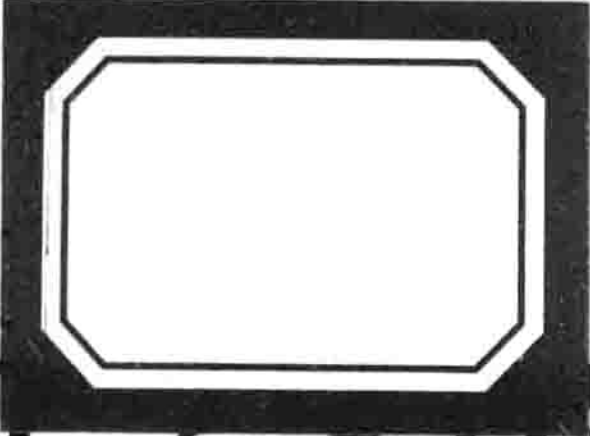
把心量放大，多接纳人，多包容人。

——圣严法师



立信会计出版社

LIXIN ACCOUNTING PUBLISHING HOUSE



包容的智慧

成就圆融和谐人生的大境界

紫贤金刚◎编著



立信会计出版社

LIXIN ACCOUNTING PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

包容的智慧：成就圆融和谐人生的大境界 / 紫贤金
刚编著. —上海：立信会计出版社，2012.7

(时光文库)

ISBN 978-7-5429-3509-0

I. ①包… II. ①紫… 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 (2012) 第081835号

策划编辑 蔡伟莉

责任编辑 蔡伟莉 周 瑜

封面设计 久品轩

包容的智慧：成就圆融和谐人生的大境界

出版发行	立信会计出版社		
地 址	上海市中山西路2230号	邮政编码	200235
电 话	(021) 64411389	传 真	(021) 64411325
网 址	www.lixinaph.com	电子邮箱	lxaph@sh163.net
网上书店	www.shlx.net	电 话	(021) 64411071
经 销	各地新华书店		

印 刷	北京彩虹伟业印刷有限公司
开 本	720毫米×920毫米 1/32
印 张	10
字 数	163千字
版 次	2012年7月第1版
印 次	2012年7月第1次
印 数	1-15000
书 号	ISBN 978-7-5429-3509-0/B
定 价	18.80元

如有印订差错，请与本社联系调换



包容的智慧

包容是我们中华民族的传统美德，是一种无私的气度和博大的胸怀，是一种智慧和境界，这种境界源自于人的道德修养，来自于人的内心“善良、慈悲、仁爱”的自然流露。

包容的精神为历代圣贤所推崇，在传统的道、儒、佛家文化中多有论述。如老子说：“孔德之容，唯道是从”，是指有淳厚的品德才能包容万物，并能与大道相应，而大德的范式就是道；老子还说：“江海之所以为百谷王者，以其善下之，是以能为百谷王”，意思是大江大海之所以浩渺深渊，是因为它们善于居下位，以接纳涓涓细流，而成为水中之王者。孔子说：“宽则得众”；《尚书》中说“有容乃大”，认为有容量的才能称为“大”，所以，大地、大山、大川、大海等都带个“大”字，表明它们有无比深厚的兼容品质。佛家讲“一念境转”、心中常存“感恩”、“善解”和“包容”，慈悲心怀，才能包容万有，心怀有多大，包容的世界就有多大。



随着生活节奏的加快、工作压力的增大以及由此带来的人际关系紧张,现代都市人的心灵在不同程度上表现出焦虑状态。究其原因,固执、偏激、浮躁等是导致心灵受腐蚀生病的根源。

在日益纷繁复杂的社会氛围中,如何克服人性的弱点,解决心理的迷惑,保持心灵的宁静?一位禅师给世人开出了一剂医治心病的“心药方”:好心肠一条,慈悲意一片,道理三分,敬人十分,道德一块,信行要紧,老实一个,中直十成,豁达全用,方便不拘多少。此十味药,用包容锅炒,用宽心炉炖,不要焦,不要躁,去火性三分(脾气不要大),于整体盆中研碎(同心协力),三思为本,鼓励做药丸,每日进三服,不限时,用关爱汤服下。如果能配出上述药方,则百病可除。

七里禅师是一位有道的高僧,每天讲经说法之余,都在佛殿里打坐参禅。

有一天半夜,七里禅师正在蒲团上打坐,一个强盗突然闯进来,把又明又亮的刀子对着他的脊背,说:“把柜里的钱全部拿出来!不然,就要你的老命!”

“钱在抽屉里,柜里没钱。”七里禅师说,“你自己拿去,但要留点儿,米已经吃光,不留点儿明天我要挨饿呢!”

没想到这么容易就得到了这么些钱,强盗非常得意地说:“算你识相,老秃驴!”

“拿了人家这么多钱,也不说声谢谢就走吗?”老

禅师突然冒出这么一句话来，“做人不要太贪，要给别人多少留点儿。”

“谢谢。”强盗说完就转身走了，但心里十分慌乱，因为他偷盗几十年，还没遇到过这样的事情。他愣了一下，才想起不该把全部的钱拿走。于是，他掏出一把钱放回抽屉。

后来，这个强盗被官府捉住。根据他的供词，差役把他押到七里禅师的寺庙去见七里禅师。

差役问道：“多日以前，这个强盗来这里抢过钱吗？”

“他没有抢我的钱，是我给他的。”七里禅师说，“他临走时还说了声谢谢呢，就这样。”

这个强盗被七里禅师的慈悲感动了，他咬紧嘴唇，泪流满面，“扑通”一声跪在七里禅师面前，要求禅师收他为弟子。七里禅师开始不答应，这个人就长跪三日，七里禅师终于收留了他。

苦海无边，回头是岸。所有悬崖勒马的人，即便是恶贯满盈也是值得原谅的。世间少一个恶人就会多一个善人，弃恶扬善不仅要自己身体力行，更要帮助别人改过自新，唯有如此，世间才能更清静，我们的生活才会更加美好。

心胸有多大

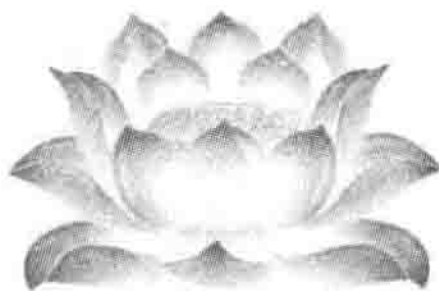
成功就有多大



包容有多少

拥有就有多少

包容是一种禅,更是一种脱胎于宗教的生活智慧,一种拯救心灵的世界观。它告诉人们,在面对逆境和挫折的时候,应该向内找原因,倾听自己的心,从而利用逆境进一步升华自己的心灵,提高自己感悟世界的能力;不要在名利场中争夺不休,该放下时得放下;当婆媳关系产生矛盾的时候,要学习跳“探戈”,彼此有进有退才能和谐;对于财富要端正心态,欲收获先播种,要发财先脚踏实地努力工作。如此,心胸开阔了,眼睛就会更明亮,得到的也会更多。





目 录

第一章 有一种智慧叫包容

万物因包容而繁荣，人生因包容而丰饶

海纳百川，有容乃大	2
豁达大度之心	5
主动适应对方	8
己所不欲，勿施于人	11
宽容是一种境界	16
爱心能造就人	21
自私自利不受欢迎	25
别为琐事耿耿于怀	28
原谅抛弃你的那个人	32
世间没有什么不能谅解	37
别苛求责难朋友	40

第二章 上善若水，厚德载物

做事先做人，雕琢品性涵养生命

尊重别人的自尊·····	44
真诚待人·····	47
诚实无欺·····	50
孔德之容，唯道是从·····	54
赠人玫瑰，手留余香·····	57
感谢别人·····	61
来而不往不是礼·····	64
与人为善·····	68
善恶一念之间·····	72
知恩图报·····	76
冤冤相报何时了·····	80

第三章 从容淡定，宠辱不惊

以包容为圆心画出一生的幸福

思想的芦苇·····	84
灾祸跟着幸福来·····	88
过着简朴的生活·····	91
挖掉欲望之根·····	95
保持平常心·····	99

除去闲名	103
嫉妒成祸	107
微笑的力量	111
打理心灵的花园	115
佛的世界宁静祥和	118

第四章 容人先容己

欣赏自己，我是自然界最伟大的奇迹

依靠自己	122
肯定自己	126
了解自己	129
相信自己	133
超越自我	137
发现自己的潜能	140
找到自身的宝藏	144
自我反省	148
做最好的自己	151

第五章 包容拒绝抱怨

参禅何须山水地，灭却心头火自凉

没什么可抱怨的	156
路要自己走	161

掌控自己的命运	166
惜 福	170
珍惜生命	173
成功是积累的过程	176
跨过自我设限的门槛	181

第六章 地低成海，人低为王

虚空包容万有，虚怀征服人心

强中更有强中手	186
切莫把事情做绝	191
佛法在恭敬中求	195
善于倾听	198
保持沉默	201
说话的艺术	205
思路决定出路	209
人人都良师益友	213
活到老，学到老	217
生有涯，而知无涯	221

第七章 包容人生的艰难困苦

以出世的精神做入世的事业

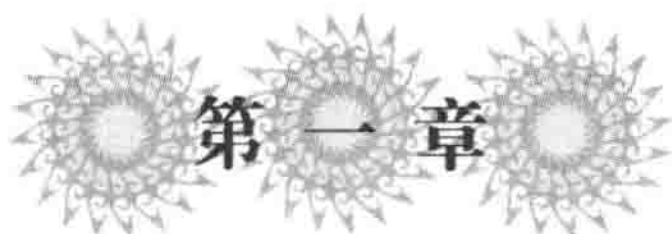
百炼成金，苦修成佛	226
-----------------	-----

修行皆苦	230
强者勇于吃苦	233
把不可能变成可能	237
不抛弃，不放弃	241
人生是跌宕起伏的	246
中庸之道	250
战胜困难	254
不怕冒险	258
路曲心直	263

第八章 忍辱负重，甘于平凡

在孤独寂寞中打造金牌人生

甘于平凡，不急功近利	268
耐得住孤独和寂寞	273
大处着眼，小处着手	278
我的时间我掌握	282
等待，寻找机会突破	287
专注，专一	290
敢于担当责任	293
不要人云亦云	297
活在当下	301
做自己擅长的事	305



第一章

有一种智慧叫包容

万物因包容而繁荣，人生因包容而丰饶



包容是原谅可容之言、饶恕可容之事、包涵可容之人。一个人心怀坦荡，包容他人，就可以到处契机应缘，和谐圆满。

生活是一面镜子，我们如何面对它，它就会如何馈赠我们。学会用超然和从容的心态包容自己所遭遇的一切，才是最佳的人生态度。我们无法左右命运，但可以选择怎样面对现实，所以，当遭遇不幸时，一定要学会包容。因为，爱比恨更伟大，宽容比惩罚更有力量！

成 就 圆 融 和 谐 人 生 的 大 境 界





海纳百川，有容乃大



:: 藏经阁 ::

一尊几百年前的弥勒佛，因年久失修有的残损了，寺里请来佛工为其修葺。当佛工根据残损程度揭开弥勒佛的腹部，准备加固翻新时，在场的方丈和僧侣们无不惊愕动容——弥勒佛祖的阔腹里居然装着十二个男女老少的陶俑！

见过、朝拜过弥勒佛的人们，往往陶醉或羡慕于佛祖无与伦比的朗笑，更为佛的超级大肚子动之以容、付之一笑。有人还铭记着有关弥勒佛的楹联：“大肚能容容天下难容之事，笑口常开笑天下可笑之人。”

可是，又有几人，能够联想到、颖悟出，弥勒佛之所以大腹便便、笑口常开的真正因由？

心中装着别人，装着衣食父母、亲情悠悠的男女老少，装着需要照顾、需要超度的芸芸众生，肚子能不大吗？笑容能不爽朗吗？

佛教以及信奉佛教的人们，能创想塑造出如此经典、如此奥妙的弥勒佛来，就是一种念及苍生、真实再现的慈悲情怀。



:: 浮世绘 ::

林则徐任两广总督，在查禁鸦片时期，曾在自己的府衙内写了一副对联：“海纳百川，有容乃大；壁立千仞，无欲则刚。”这副对联形象生动，寓意深刻。上联谆谆告诫自己，要广泛听取各种不同意见，才能把事情办好，立于不败之地；下联砥砺自己，当官必须坚决杜绝私欲，才能像大山那样刚正不阿，挺立世间。林则徐提倡的这种精神，令人钦敬，为后人之鉴。

“海纳百川，有容乃大”，就是要豁达大度、胸怀宽阔，这也是一个人有修养的表现。中国过去有句俗话，叫做“宰相肚里能行船”。姑且不论那些宰相是不是都是有度量的人，但人们都把那些具有像大海一样广泛胸怀的人视为可敬的人。

宽广的胸怀之所以难能可贵、值得尊敬，是因为它很难做到，是一种不经历千般磨难就无法修炼出的境界。在现实生活中，人们往往喜欢听美言，却漠视了“忠言逆耳利于行”的古训；人们常常崇拜名人，却无法忍受名人背后的艰辛；人们往往向往世外桃源，却忘却了“不经历风雨，怎么见彩虹”的坎坷。这就是现实中的人们，他们可以接受抬头



可见的阳光，却不去留意自己身后的阴影，他们只能看见灿烂，却不见灿烂过后的阴霾。在面对别人的批评、指责时，他们只会感到不满，认为别人尖酸刻薄、睚眦必报，却忘了审视自己，忘了再三思索、检讨自己的“记事本”，忘了“海纳百川，有容乃大”的真理。在种种忘记中，他们最终也会忘记自我的所在，囿于原地，止步不前。

雨果说得好：“世界上最宽阔的是海洋，比海洋宽阔的是天空，比天空更宽阔的是人的胸怀。”人生不过几十年的时光，与其郁郁寡欢地度过一生，倒不如凡事想得开一点，看得淡一点。当遇到令你生气的事情时，学学佛菩萨的包容和放下，使不快之气消失在忍耐与宽容之中。坦然地面对人生的不幸和磨难，你自会活出另一番人生的境界。



:: 静思语 ::

心胸狭窄的人不会快乐。心胸狭窄最简单的定义是太过分地关注个人，而容不下别人。宽容是通向自由和快乐的捷径。在当今这个张扬个性的社会，又有多少人具有这种精神呢？我们该学会的是审视自我，该接受的是批评，该拥有的是包容。

豁达大度之心



:: 藏经阁 ::

盘珪禅师备受大家尊崇。有一次，他的一个学生因为行窃被人抓住，众人纷纷要求将这个学生逐出师门，但是盘珪并没有那样做，他用自己的宽厚仁慈之心原谅了那个学生。

可是没过多久，那个学生竟然又因为偷窃而被抓住，众人认为他旧习难改，要求将他重罚，但盘珪禅师还是没有处罚他。其他学生不服，他们联合上书，表示如果再不处罚这个人，他们就集体离开。

盘珪看了他们的联合上书，然后把他的学生都叫到跟前来说：“你们都能够明辨是非，这是我感到欣慰的。你们是我的学生，如果你们认为我教的不对，完全可以去别的地方。但是我不能不管那个行窃的学生，因为他还不能明辨是非，如果我不来教他，那谁来教他呢？所以，不管怎么样，即使你们都离开我了，我也不能让他离开，因为他需要我的教诲。”

那位偷窃者听了盘珪禅师的话，感动得热泪盈