

# 最美的遇见



依靠佛法的智慧，觉悟人生和宇宙的真相，  
是我们人类生存的意义，  
也是我们追求的终极目标！



太桥旦曾堪布 著

華文出版社  
SINO-CULTURE PRESS

# 最美的遇见

太桥巨曾堪布 著



图书在版编目 ( CIP ) 数据

最美的遇见 / 太桥旦曾堪布著. —北京 : 华文出版社, 2014.1

ISBN 978-7-5075-4102-1

I . ①最… II . ①太… III . ①人生哲学—通俗读物

IV . ① B821—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 ( 2013 ) 第 284564 号

最美的遇见

---

作 者: 太桥旦曾堪布

责任编辑: 杨宁 ( kaiyu118@163.com)

出版发行: 华文出版社

地 址: 北京市西城区广外大街 305 号 8 区 2 号楼

邮政编码: 100055

网 址: <http://www.hwbs.com.cn>

电子信箱: [hwbs@263.net](mailto:hwbs@263.net)

电 话: 编辑部 010-58336258 总编室 010-58336239

发行部 010-58336266

经 销: 新华书店

印 刷: 天津新科印刷有限公司

开 本: 880 × 1230 1/32

印 张: 9

字 数: 180 千字

版 次: 2014 年 2 月第 1 版

印 次: 2014 年 2 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5075-4102-1

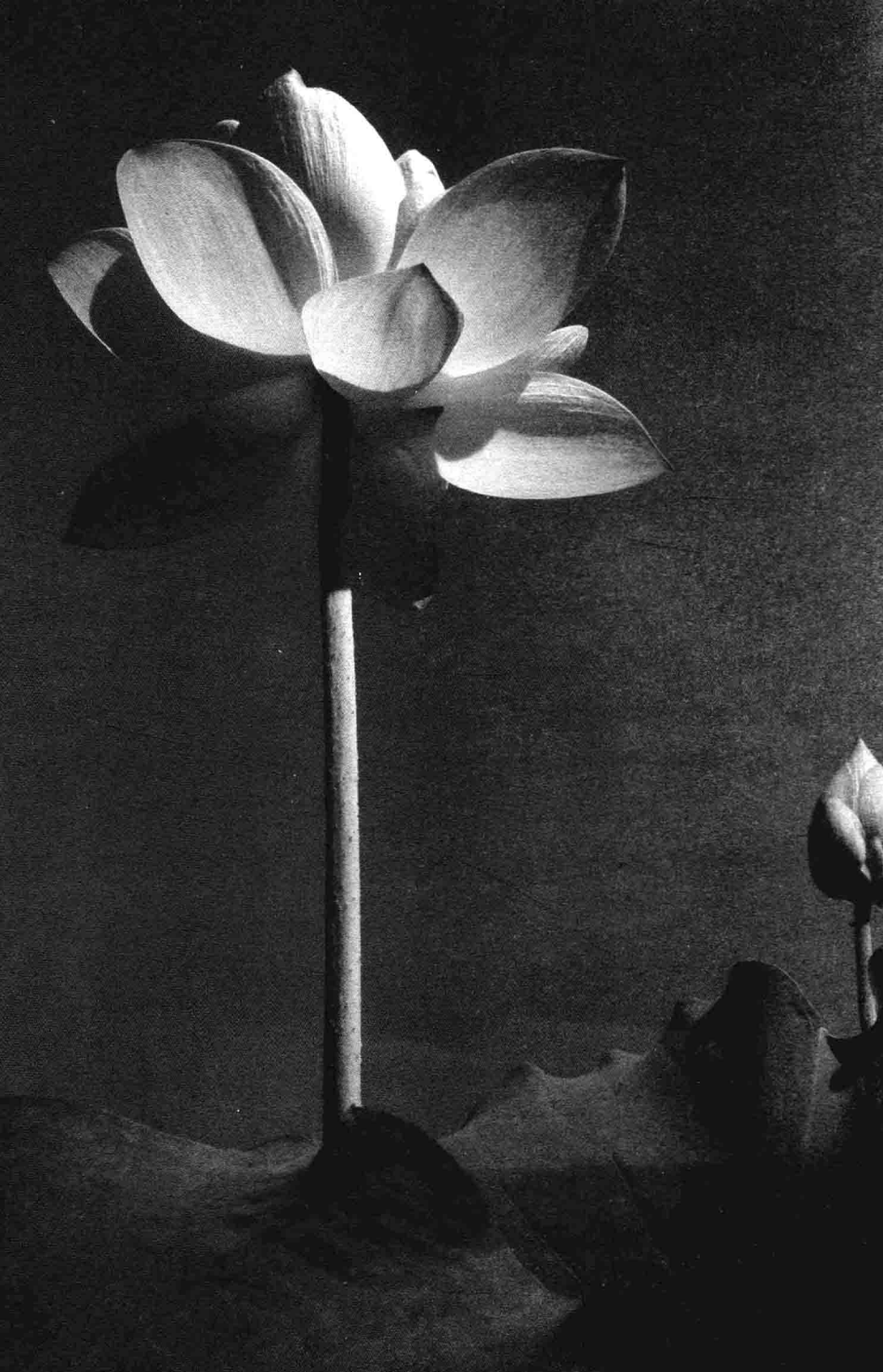
定 价: 29.80 元

---

版权所有, 侵权必究



太桥旦曾堪布



## 前 言

伴随着科技的飞速发展，地球上的生命正经历、承载着巨大的心灵转折。这些年常有弟子向我询问，身处这样的时代，什么才是心灵茁壮、喜乐清明的修行之道。在与他们的分享交流中，对于佛法、人生和无常的体悟也越发深刻，怎样圆融佛法与世间法是当代问题中较为突出的一个。

在这里感谢有缘弟子的辛劳付出，记录整理了本书。前半部分，着重以如何用正确的心态闻法和怎样入世修行等话题为主，最后一部分以诗歌的形式呈现。

能与大家分享一些修行的体悟我很高兴，真心希望本书的出版能对希求佛法的行者有所帮助，佛陀的智慧犹如太阳般光辉灿烂，并破除一切众生心中的痴暗。大悲智慧中流露出妙法甘露，是对治众生烦恼百病的殊胜灵药。我愿成为一座桥梁、一盏油灯，陪伴着您一路同行，让心灵茁壮成长。祝法喜，愿吉祥！

太桥旦曾



## 第一章

### 寻获此生最珍贵的际遇

这般遇见 心应纯净而欢喜 /2  
追寻心灵圆满 从当下开始 /8  
恶因恶果 我们应该这样解脱 /12  
相依相容才是同途之法 /16

## 第二章

### 开启心灵最纯美的旅途

离苦，寻这条正确的路 /22  
尊重生命是最大的虔诚心 /28  
三宝是导师，是明路，是友伴 /32  
因缘起时自有功德相随 /40  
明真知，让我们走得更稳 /42

## 第三章

### 领悟身心最强大的力量

直面自我，训练真实无伪之心 /54  
慈悲：不仅是愿望还需要行动 /60  
菩提心：心灵永恒的快乐与宁静 /66  
学会放下与感恩，心就能自由 /72  
强大身心正确的训练方法 /76

## 第四章

### 学习完善心灵的方法

给初学者的建议 /88  
依止上师 /96  
虔敬心最重要 /104  
修行的成就 /108  
佛教三乘如何同步修行 /122  
显密实修的要点 /123  
吃素与修行 /130  
以智慧认知自己，用慈悲接纳他人 /146

第五章

运用智慧去生活

- 佛法六度融于生活 /166
- 道德融入修行 /170
- 此生如何更有意义 /173
- 女众弟子如何修行 /182
- 给老年人在生活中修持之建议 /190
- 如何面对财产纠纷 /204
- 如水之德行 /216

第六章

浅析生活里的困惑

- 日常生活中怎样运用佛法 /222
- 什么叫“任运”？ /228
- 精神病是什么业力使然 /232
- 佛法中的任运 /234
- 佛菩萨的大能是指无所不能吗？ /235
- 关于念经持咒 /237
- 佛法中的神通 /242
- 依靠书本的修行 /244

第七章

天堂之歌

- 祈请历代上师 /250
- 礼赞雪山之王贡嘎圣山 /255
- 呼唤普陀啦 /259
- 六度祈愿文 /262
- 天堂之歌 /264
- 想做心的主人 /265
- 一个行者的心愿 /271

# 第一章

## 寻获此生最珍贵的际遇

佛法是轮回暗夜里的唯一明灯。它能解决内心的烦恼，唤醒我们沉睡的佛性。

## 这般遇见 心应纯净而欢喜



在听闻佛法之前，首先要观察自己的动机。如果闻法的动机清净且法喜充满，那所得到的法就具有不可思议的加持，功德无法估量。如果以不正确的动机听闻佛法，反而会让所闻的法被烦恼染污。因此，是否获得佛法的加持，完全取决于自己的心态。如《功德藏》中所说：

只随善恶意差别，不随善恶像大小。

所以听闻佛法之前，必须要观察自己的心，调整自己的动机，发菩提心而谛听。

即便是我们的能力微不足道，但利他之心仍然要放在首位。因为除了圆满的菩提心以外没有任何一种善行能熄灭强而有力的罪恶。《入行论》告诉我们：

菩提心正如劫末的猛火，  
能彻底烧毁各种重罪。

因此睿智慈悲的弥勒菩萨对善财说：  
菩提心的利益广大无量。



看啊！世人的善行全然脆弱，  
除了圆满的菩提心之外，  
什么也不能够抗拒  
恶念的强大力量。

《华严经》说：  
一个人若有了利他的菩提心，  
远离一切违缘、具足一切顺缘的威力就自然会  
具足。

佛陀在《王狮经》中说：  
为度诸众生，发起菩提心，  
以此摄诸法，以此得喜乐。

很多佛经当中都再三地提到关于菩提心的不可  
思议功德。

三界六道中的所有众生都是平等的，皆具备同  
一个愿望——离苦得乐。然而无明的缘故，众生的  
所为与愿求总是背道而驰。任何一个众生都想得到  
快乐，但遭遇的却无不是苦、无不是业。寂天菩萨  
在《入行论》中说：

虽然众生都想去除苦难，  
却总在自讨苦吃。  
虽然都想追求快乐，却因为愚痴，  
平白把自己的快乐当成仇敌一样给摧毁了。

众生求乐往往无法如愿以偿是因为从无始轮回以来，我们的思想和行为没有一致，自相续与佛法没有相应。即便在这个世界上曾经出现过无数的佛菩萨及其化现的善知识，他们以大慈大悲心来摄受众生，尽心尽力救渡我们，为我们传法、引导、加持、发愿，并提供了无数种方便道，但我们仍然执迷不悟、作茧自缚、以苦为乐、执我为实，就像是朝向北方的山洞永远无法被太阳照耀到一般。由于我们的我执太重、烦恼太多、罪业太深、刚强难调，过去世又错过了诸多良机，以至长久地在轮回中流转，无法成为他们所化的弟子，我们应感到遗憾、惭愧并发露忏悔！

所幸的是，在佛菩萨不可思议的愿力与加持下，我们还能够遇到佛陀的妙法，这是千载难逢的机缘。请大家好好体会并珍惜，牢牢把握这个契机。

听闻佛法的时候我们一定要以清净心、欢喜心、虔诚心、渴求心来谛听。《华严经》云：



如病思良药，如饥思美食，  
如渴思冷水，如众蜂依蜜，  
我等亦如是，愿闻甘露法。

广闻正法才会引发“闻所生慧”，有了闻所生慧才能引发“思所生慧”，在思所生慧的前提下才能开启“修所生慧”，修所生慧即可亲见一切万法的本来面目，以及宇宙与生命的真相。所以修所生慧是所有智慧当中最殊胜的，正如无与伦比的冈波巴大师在《胜道宝鬘集》中所说：

由修证所生起的一刹那智慧，  
比由闻思所生起的所有智慧殊胜。

获得解脱、圆满成佛是我们的目标。利益众生是我们共同的责任。就利益众生来说广闻正法重要，就证得佛果来说广闻正法同样重要。然而，佛法仅仅听闻还是不够的。正如《华严经》说：

比如聋乐师，能令他众乐，然自听不见，不修法亦然。河中大海上，具船之舟子，能度载他众，然自葬其中，不修法亦然。比如糖甜味，说不能感受，咀嚼可品味。如是空性味，说不能感受，以修可品味。

如果没有实修禅定，就不会获得清净智慧，无法断除有漏。《阿难入胎经》中说：

若无入定者，则无清净慧，  
不能断有漏，应当精进行。

所以实修实证非常重要，闻思的当下精进实修是达波噶举传承的特色。冈波巴大师曾说：

同时闻思修佛法是不会错的。

因此，任何时候我们所听闻的佛法，皆能成为断除烦恼的对治，能成为趋入涅槃的大道，能成为治疗烦恼的良药，能成为增上菩提心的资粮，这样才是听闻佛法的价值所在，也达到了听闻佛法的根本意义。



# 追寻心灵圆满 从当下开始



在学习佛法的时候，我们不应将佛法当作世间的知识来学习。掌握世间的知识其目的多是如何获得更好的工作、增强竞争力、得到更多的名利等等。如果我们以佛法的立场来看待世间的这些知识，除了充实物质的生活以外，对于获得内在的解脱没有任何帮助。相反，佛法是以慈悲为怀、智慧为本的菩提大道。佛法是圆满的智慧，它超越了一切宗教、哲学、科学等世间的知识。世界上很多伟人、科学家、名人全都异口同声地赞叹它。譬如，印度总统拉克斯坦曾说：

释迦牟尼佛是把智慧之光投射人类心灵的第一人。

物理学家、邮电学院教授黄念祖居士曾说：

佛教是宗教而超越宗教，

是哲学而超越哲学，

是科学而超越科学。