

— 包容的智慧II —

修好这颗心

星云大师 | 著
刘 长 乐



凤凰出版传媒集团
江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

— 包容的智慧 II —

修好这颗心

星云大师
题

星云大师 | 著
刘 长 乐



图书在版编目(CIP)数据

包容的智慧Ⅱ. 修好这颗心/星云大师, 刘长乐著. —南京: 江苏文艺出版社, 2010.7

ISBN 978-7-5399-3902-5

I. ①包… II. ①星…②刘… 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136324号

上架建议: 大众读物·人生哲学

包容的智慧Ⅱ——修好这颗心

著 者: 星云大师 刘长乐

责任编辑: 刘 霁

出版策划: 张 林

特约编辑: 王 静

封面设计: 尚书堂

版式设计: 利 锐

出版发行: 凤凰出版传媒集团

江苏文艺出版社 <http://www.jswenyi.com>

集团网址: 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>

印 刷: 北京鹏润伟业印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16

字 数: 180千字

印 张: 13.75

版 次: 2010年10月第1版

印 次: 2010年10月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5399-3902-5

定 价: 35.00元

(江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向印厂调换)



要有**惭愧心**，惭愧、知耻才能庄严身心



要有**欢喜心**，有了欢喜，人间才没有缺陷

要有**信仰心**，有了信仰，为人才有目标、才有力量

要有**柔软心**，柔软才会包容，才能克刚

要有**忍辱心**，忍辱不自卑，才是至刚至大的力量

生



水



生



生

生

这颗觉悟的心（代序）

84年前，我出生在江苏扬州一个贫苦的家庭；73年前，我很幸运地在南京栖霞山寺出家；61年前，我只身到了台湾。现在，我在84岁的时候，能够通过《修好这颗心》和各位读者见面，感到缘分是很重要的。

感谢中华文化养育了我，让我成为一个中国人，也感谢扬州的父老兄弟姐妹和我的父母能给我成长，当然更感谢佛教和世界上所有的有缘人能够成就我。

我和长乐先生结缘，始于2002年西安法门寺佛指舍利赴台供奉。2002年，大陆以“星云牵头，联合迎请，共同供奉，绝对安全”十六字授权，由我联合台湾佛教界共同达成恭请法门寺佛指真身舍利莅台供奉协议，促成了一件海峡两岸文化交流的盛事。正是凤凰卫视的全程直播，使得这一千载难逢的盛事唱响于海峡两岸四地，全球华人得以一饱眼福、同沾法乳滋养。同时也愈加感到两岸只有走和平道路，才是未来中华民族共同的希望。

此后，我俩又在不同的时空因缘下多次见面、合作。2007年冬天，我与长乐先生在佛光山的山风薄雾之中，连续用几天时间探讨包容的智慧，领悟中华文化和佛教文化的包容之美、忍耐之美、开放之美、融合之美。希望能引人思索：怎样的净化升华是人性的自然，怎样的锤炼提升是人性的回归，怎样的豁达包容是人性的解放？宽容与兼容、忍辱与精进，让社会与人心归于宁静，归于和平，归于和谐。

今年春天，当大地开始滋养万物的时候，凤凰卫视和佛光山联合拍摄

了两部纪录片《地水火风 缘起再生》和《地球的温度》，告诉人们，自然万物与人类都是“此有故彼有，此无故彼无”的自体共生关系，人类只有树立了慈爱一切生命的环保意识，地球才能得救。

近两年来，我与长乐先生在深圳、香港、南京等地多次见面、畅谈，于是有了这本《修好这颗心》。

世间的人称赞别人，往往会说：“这个人好伟大，那个人好伟大！”仔细想一想，伟大里面是多少的心酸、多少的苦难，要付出多少的牺牲、多少的忍辱，才能伟大。所以，要想做个有成就的人、伟大的人，就必须要有力量，能忍辱，能布施，能持戒，能精进，能禅定，能有般若，那么就能波罗蜜了。

心，人人都有，却人人不识。心，生生世世、永永远远跟随我们，我们却常常忽视它。佛说，“一切唯心造”，“心外无法”。宇宙间一切万象，人生中一切际遇，莫不是由这颗心所变现、所幻化。不识本心，心随物转，迷障重重；了知自心，境由心转，得大自在。凡圣间的唯一差别，就在于是否有意识、有毅力、有目标的来修正这颗心。

长乐先生曾问我，中华民族要复兴并屹立于世界民族之林，还缺什么？我觉得，道德教育、宗教教育、慈悲、包容是我们缺乏的。讲究心灵的净化，讲究内在的美，不要眼睛向钱看，世界上有比金钱比爱情更好的东西，那就是佛教讲的慈悲，儒家讲的仁义，道家讲的超脱无为，这些都比金钱和名利价值更高。

“佛说一切法，为治一切心；若无一切心，何用一切法”。

我们来到这个世间的最终目的、唯一目的就是修炼这颗心，达到心的觉悟。

这颗觉悟的心，你若能把它归入正道里，它就能发挥很大的力量。

星云 于佛光山

2010年8月

这颗觉悟的心（代序）

人生是一条激流（序章）· 001

◎人生的真相· 002

◎与生活的激流融为一体· 008

◎明知是“空”为何还要奋斗· 013

●心治· 017●

◎为了热爱而来· 018

◎“内行”管“内行”· 021

◎啐啄同时· 023

◎对属下要能懂他· 026

◎包容无心的错误· 027

◎最高明的管理· 029

◎管理学的“学分”· 033

◎女性之德，引我向上· 036

●义利· 039●

◎锐气藏于胸，和气浮于面· 040

◎孝乃成大事之本· 043

◎不是“关系”，是“因缘”· 049

◎“诚信”是金字招牌· 054

◎学习当一个勇者·056

◎一碗热汤面·060

◎将心比心，怨亲平等·064

◎“我”就是自己的贵人·068

◎我如善导，导人善路·069

●财富·071●

◎不用钱，最有钱·072

◎真正的贫穷是坐以待毙·076

◎什么都是我的，什么都不是我的·079

◎“才”与“财”·081

◎贵气，“贵”在哪里·083

◎从“拥有”到“用有”·087

◎赚钱不是最高本领·090

●格局·093●

◎人生当有大格局·094

◎拔尖精神·096

◎传播也讲“菩提心”·100

◎挨骂的气度·103

◎有信仰，心中才有主·105

◎才智越高越容易陷入自我困局·108

● 圆融 · 111 ●

- ◎ 我也可以叫“星云小师” · 112
- ◎ 与人宽得和谐 · 117
- ◎ 大直若屈，大巧若拙 · 119
- ◎ 左右逢源，五环同心 · 121
- ◎ 寻求“共生之道” · 122

● 忍辱 · 125 ●

- ◎ 忍让是一种力量 · 126
- ◎ 身体就是一座炼钢厂 · 133
- ◎ 平心静气接受压力 · 137
- ◎ 少一些无谓的争锋 · 139
- ◎ 工作越努力，运气就越好 · 143
- ◎ 不向如来行处行 · 144
- ◎ 不放弃 · 147

● 舍得 · 149 ●

- ◎ 我命在我 · 150
- ◎ 人该不该有欲望 · 153
- ◎ 习惯控制命运 · 154
- ◎ 创新，就是一种“敢”的精神 · 156
- ◎ “有”和“无” · 159

◎积极的人生、退后的人生，都是人生 · 160

◎舍得四问 · 162

● 笃学 · 165 ●

◎与书无缘最可怜 · 166

◎学习做圣贤与天命无关 · 169

◎不要做现代文盲 · 172

◎写作如同播种 · 174

◎读书是一种实力指标 · 177

◎琴棋书画皆相通 · 180

● 慈爱 · 183 ●

◎人生就像一只旅行箱 · 184

◎人与动物最大的不同是会微笑 · 190

◎“说出来” · 193

◎精进是成功之本 · 197

◎唯有宁静可安住 · 200

◎素食与慈悲 · 202

◎圣人之道为而不争 · 205

包容的智慧 ② — 修好这颗心

人生是一条激流

（序章）

人生是一条激流，每个人都是自己的舵手。凡事都不是命定的，每个人都可以自由地改变自己的命运。今日脱下袜和鞋，不知明日来不来！弱者等待时机，强者创造时机。懂得变通，不通亦通。明白无常的道理，就会肯定自己的未来，做自己因缘的主人。

◎人生的真相

长乐先生：人生是一条激流，每个人都是自己的舵手。

在无边无涯的时间空间中，人常常会有无力感和迷茫感，有时感到人如微尘，什么也无法把握；有时又觉得头顶空间太小，无法容纳冲天之志。

所以，英国诗人布莱克说，手掌盛住无限，刹那便是永劫！

他又说，在荒原的尽头，手指可以触天。

这个世界上，一定有一条路是属于你自己的，如何找到这条道路，需要由我们内心的智慧来指引。

对于媒体人来说，证明天空之中的确有路的人，不是诗人，而是科学家。

1923年，中国境内最早的广播电台——ECO广播电台开始播音，它是美国人奥斯邦在上海创办的。但不久，北洋政府以其未经政府批准为由，将这个广播电台拆除了。就在中国人对这一新技术充满疑惑，拒绝仰望天空的时候，地球那边的美国人却已经在“瓜分”天空了。

1927年，美国政府宣布肉眼看不见但又确实存在于天空中的无线电波是“国有财产”。这个决定，使美国从此把世界的信息主权牢牢地抓在自己的手中。沿着这条道路，在不到一百年的时间里，他们使数字化地球雏形显现，全球十大媒体集团美国占了七席，这艘巨大的传媒航母主导了世界传媒娱乐业的发展。今天，美国文化产业的产值达到二万八千多亿美

元，几乎接近整个中国的GDP。

谁能想到，对于一个机会的接纳与排斥，会有如此巨大的差距？

有人说，认识自己是认识一切知识的基石。真正认识自己是很难的，改造自己更难。修心是为了让自己更加专注于行动，而不是不行动，或者少行动。

如果人能够建立一种新的时空观和人生观，并由此产生新的智慧，我们能不能不再错过属于自己的机会，把握当下，成就自己呢？

“让三分，心平气和；退一步，海阔天空”，这是彻悟的人生观。

人生呼吸间，生命短暂无常，因此要以有限的时间，充实无限的生命。

“微尘映世界、瞬间含永远”，人类生命的发扬，必须有效地利用时空，在属于自己的极小空间、极短的时间中创造生命的价值。

这是一种古老而又崭新的哲学，一种神秘而又坦诚的方法。我们怎样从另外一个角度，用另外一种价值观，检讨自己的人生，“识自本心，见自本性”呢？

请大师给我们开示。

星云大师：说起来，佛陀也是一个记者，他记录人间的悲苦，传播能够离苦得乐的真理。而我只是效法佛陀，做一个传播者，传播佛教引人向善的教义，也算是刘总裁的同行吧。

人生好比一条“路”，要靠自己走出来，自己走不出自己的路，总是没有把人生活得淋漓尽致，因此每个人都要重视自己的“生涯规划”。人的一生都在追求一个圆满。圆满的人生要有许多方面的成功才能完成。但是，成功有成功的条件，想成功必须先建立良好的观念，否则可能就差之毫厘，谬以千里了。

世间的一切，我们不可以用愚痴、贪心、妄念、邪见去追求，要用智慧去拥有。

长乐先生：自古以来，做人之道首重修心。

星云大师：修心，就是为心找一个可以安顿之处。心安住在哪里呢？安住在钱财上，它可能失去；安住在情感上，它可能会变化；安住在荣耀上，它可能不长久，实在没有一个真正的安乐窝。

佛陀教我们安住在禅定上，所谓“以定安住，一切皆定”。禅的世界，充满洒脱、自在、活泼；禅的风光，可以与宇宙天地永恒并存。

修好这颗心，我开列了下面这些途径：

1. 要有惭愧心，惭愧、知耻才能庄严身心。
2. 要有慈悲心，慈悲就没有敌人。
3. 要有欢喜心，有了欢喜，人间才没有缺陷。
4. 要有孝顺心，有了孝顺，世间才有纲常纪律。
5. 要有信仰心，有了信仰，为人才有目标、才有力量。
6. 要有般若心，有了智慧，才能解决一切问题。
7. 要有柔软心，柔软才会包容，才能克刚。
8. 要有精进心，精进才能立志向前、向上。
9. 要有平等心，才能与真理相处。
10. 要有谦虚心，傲慢的人，永远敌不过谦虚的人。
11. 要有自尊心，尊严是心中的财富，是心中的宝典。
12. 要有和谐心，和谐才能团结人心。
13. 要有忍辱心，忍辱不自卑，才是至刚至大的力量。
14. 要有道德心，道德是做人的品牌。
15. 要有感恩心，有感恩心的人，是一个富贵的人。
16. 要有尊敬心，尊敬是学佛、做人所不可或缺的要素。
17. 要有包容心，能包容，才大、才多、才有。
18. 要有诚信心，有诚信才能得到别人的信赖。
19. 要有勇敢心，勇敢向前，才能开拓另外的世界。

20. 要有恒恒心，有恒恒心，才不会懊悔、犹豫。
21. 要有惜福心，惜福才会有福。
22. 要有大愿心，有愿就有力量，有愿就能突破难关。
23. 要有仁爱心，仁爱所至，无力抵挡。
24. 要有忠义心，忠肝义胆是天地间的正气。
25. 要有正直心，做人处世，正直为本。
26. 要有利人心，处处为人设想的人，必然受人尊重。
27. 要有专注心，专心注意，凡事能成。
28. 要有结缘心，广结善缘，更有人缘。
29. 要有喜舍心，喜舍是福慧增长之道。
30. 要有无我心，无我则凡事不计较、不比较。
31. 要有诚挚心，诚挚待人，即使吃亏也必得好报。
32. 要有随喜心，随喜顺人乃广交善缘之道。

长乐先生：也有学者将人的多面性概括为七种心，“上进心、正义心、责任心、自尊心、虚荣心、嫉妒心、自私心”，其中上进心是最本能和最有生机与活力的，属于众心之首，而自私心也不是完全负面的，是可以加以调整并为上进心服务的。

甘地说，他最大的敌人是自己。一个人能战胜自己的欲望就会赢得整个世界。从这个意义上说，修好自己的心，是我们与这个世界相处的最重要的事情。

我们追求成功，但是这种成功并不等同于世俗意义上的成就，而是提升自己的智慧，滋养内在的爱与善，与真实的自我、与世间的一切生命建立深刻的情谊。

星云大师：人，是为了使命感才活在这个世界上的！在动物中，狗以看家为使命，猫以捕鼠为使命，鸡以司晨为使命，蜂以酿蜜为使命。牛，