

大其心

星云大师
集卷中

星云大师谈处世和读书

星云大师 ■ 著

由于把许多事都视为「好大」、「好美」，所以，我从不将心思局限于人我比较上，而能从心灵的提升，来扩大自己；从见识的增长，来完成自我，故能知足常乐。



大其心

【交頌】
【读卷】

星云大师谈处世和读书

星云大师 ■ 著

由于把许多事都视为「好大」、「好美」，所以，我不将心思局限于人我比较上，而能从心灵的提升，来扩大自己；从建设的增长，来完成自我，故能知足常乐。



图书在版编目(CIP)数据

大其心:星云大师谈处世和读书/星云大师著. —
上海:上海人民出版社,2012
(星云大师人生修炼丛书)
ISBN 978-7-208-10207-1

I. ①大… II. ①星… III. ①佛教-人生哲学-通俗
读物 IV. ①B948-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 176704 号

责任编辑 朱慧君
封面装帧 陈晓宠

本套书由上海大觉文化传播有限公司独家授权
出版中文简体字版

大 其 心

——星云大师谈处世和读书

星云大师 著

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行

上海商务联西印刷有限公司印刷

开本 635×965 1/16 印张 24 插页 4 字数 260,000

2012 年 1 月第 1 版 2012 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-208-10207-1/B·889

定价 46.00 元

出版说明

任何一个时代的读者都有自己追捧的作家，星云大师不是一位专业的作家，但是他却以出色的智慧和不凡的才华，征服了万千的读者，成为他们人生的良师益友。

星云大师生于1927年，为禅门临济宗第48代传人。12岁于南京栖霞寺出家，1967年创建佛光山，弘扬“人间佛教”，树立“以文化弘扬佛法，以教育培养人才，以慈善福利社会，以共修净化人心”的宗旨。先后在世界各地创建200余所道场，并创办美术馆、图书馆、出版社、书局、学校、育幼院、医院、佛光精舍、慈悲基金会等各种机构，致力推动佛教教育、文化、慈善、弘法事业发展。有来自世界各地之出家弟子千余人，全球信众达百万人之多。

星云大师一生致力弘扬“人间佛教”，在广泛参与社会活动之余，笔耕不辍，著作等身，撰有《释迦牟尼佛传》、《星云大师讲演集》、《佛教丛书》、《人间佛教系列》、《人间佛教语录》等，并翻译成英、日、德、法、西、韩、泰、葡等十余种语言，流通世界各地。

此次出版的《观自在》、《尘缘悟》、《一念间》、《生存道》、《智慧心》、《大其心》这六本书，从哲学的角度为我们打开了一扇通向内心的大门，书中的每个故事都透着深深的智慧和禅意，让读者得到一种人生的补养。

希望此书的出版能受到更多读者的喜爱,走进更多人的生活
和心灵。

2011年6月22日

星云大师略传

江苏江都人，1927年生，十二岁于宜兴大觉寺礼志开上人出家。1947年焦山佛学院毕业；1949年赴台，担任《人生杂志》主编、“台湾佛教讲习会”教务主任；1953年任宜兰念佛会导师；1957年于台北创办佛教文化服务处；1962年建设寿山寺，创办寿山佛学院；1967年开创佛光山，以弘扬“人间佛教”为宗风，树立“以文化弘扬佛法，以教育培养人才，以慈善福利社会，以共修净化人心”之宗旨，致力推动佛教教育、文化、慈善、弘法事业，并融古汇今，手拟规章制度，印行“佛光山徒众手册”，将佛教带往现代化的新里程碑。

在出家一甲子以上的岁月里，陆续于世界各地创建二百余所道场，如西来、南天、南华等寺，分别为北美、澳洲、非洲第一大佛寺。并创办二十一所美术馆、二十六所图书馆、四所出版社、十二所书局、五十余所中华学校、十六所佛教丛林学院，暨智光商工、普门高中、均头中小学等。此外，先后在美国洛杉矶、中国台湾、澳洲悉尼等创办西来、佛光、南华及南天（筹办中）等四所大学。2006年西来大学正式成为美国大学西区联盟（WASC）会员，为美国首座由华人创办并获得该项荣誉之大学。

1970年起，相继成立育幼院、佛光精舍、慈悲基金会，设立云水医院、佛光诊所，协助高雄县政府开办老人公寓，并与

福慧基金会于大陆设立佛光中、小学和佛光医院数十所，育幼养老，扶弱济贫。

1976年《佛光学报》创刊，翌年成立“佛光大藏经编修委员会”，编纂《佛光大藏经》、《佛光大辞典》。1997年出版《中国佛教白话经典宝藏》、佛光大辞典光盘版，设立“佛光卫视”（现更名为“人间卫视”），并于台中协办广播电台。2000年创办台湾地区第一份佛教日报《人间福报》，2001年将发行二十余年的《普门》杂志转型为《普门学报》论文双月刊；同时成立“法藏文库”，收录海峡两岸有关佛学的硕、博士论文及世界各地汉文论文，辑成《中国佛教学术论典》、《中国佛教文化论丛》各一百册等。

大师著作等身，撰有《释迦牟尼佛传》、《星云大师讲演集》、《佛教丛书》、《佛光教科书》、《往事百语》、《佛光祈愿文》、《迷悟之间》、《当代人心思潮》、《人间佛教系列》、《人间佛教语录》等，总计近两千万言，并被翻译成英、日、西、葡等十余种文字，流通世界各地。

大师教化宏广，计有来自世界各地之出家弟子千余人，全球信众则达百万之多；一生弘扬人间佛教，倡导“地球人”思想，对“欢喜与融和，同体与共生，尊重与包容，平等与和平，自然与生命，圆满与自在，公是与公非，发心与发展，自觉与行佛”等理念多所发扬。1991年成立“国际佛光会”，被推为世界总会会长；于五大洲成立一百七十余个国家和地区协会，成为全球华人最大的社团，实践“佛光普照三千界，法水长流五大洲”的理想。创会以来，先后在世界各大名都，如洛杉矶、多伦多、巴黎、悉尼等地召开世界会员大会，每次与会代表都在五千人以上；2003年通过联合国审查肯定，正式加入“联合国非政府组织”（NGO）。

为促进世界和平,大师曾与南传佛教、藏传佛教等各领袖交换意见,世界上亦德风远播,举其荦荦大者如:1995年获全印度佛教大会颁发的佛宝奖;2000年在第二十一届世界佛教徒联谊会上,泰国总理乃川先生颁赠“佛教最佳贡献奖”,表彰大师对世界佛教的成就;2006年获香港凤凰卫视颁赠“安定身心奖”,以及世界华文作家协会颁“终身成就奖”,美国共和党亚裔总部代表布什总统颁赠“杰出成就奖”。

1978年起,先后荣膺美国东方大学、智利圣多玛斯大学、泰国朱拉隆功大学、韩国东国大学、泰国玛古德大学、中国台湾辅仁大学、澳洲葛雷菲斯(Griffith)大学等校之荣誉博士学位。

1988年,被誉为北美第一大佛寺的西来寺落成之际,除了传授“万佛三坛大戒”,为西方国家第一次传授三坛大戒外,同时主办“世界佛教徒友谊会第十六届大会”,开启海峡两岸佛教界代表同时参加会议之先例,为两岸佛教界首开平等交流之创举。

1998年2月远至印度菩提伽耶传授国际三坛大戒及多次在家五戒、菩萨戒,恢复南传佛教国家失传千余年的比丘尼戒法。2004年11月至澳洲南天寺传授国际三坛大戒,为澳洲佛教史上首度传授三坛大戒。大师并积极推动台湾地区佛诞节的设立。

1998年4月8日,大师率团从印度恭迎佛牙舍利莅台安奉;2001年10月前往美国纽约“9·11事件”地点,为罹难者祝祷;2002年元月与大陆有关方面达成佛指舍利来台协议,以“星云牵头,联合邀请,共同供奉,绝对安全”为原则,后组成“台湾佛教界恭迎佛指舍利委员会”,至西安法门寺邀请舍利莅台供奉三十七日;2003年7月,大师应邀至厦门南普陀寺

参加“海峡两岸暨港澳佛教界为降伏‘非典’国泰民安世界和平祈福大法会”；同年 11 月，应邀参加“鉴真大师东渡成功一二五〇周年纪念大会”；随后率领佛光山梵呗赞颂团，首度应邀至北京、上海演出；2004 年 2 月，两岸佛教界共同组成“中华佛教音乐展演团”，至台、港地区，以及澳、美、加等地巡回展演；2006 年 3 月，应邀到享有“千年学府”之誉的湖南长沙岳麓书院，讲说“中国文化与五乘佛法”，是为历史上第一位到此讲学的出家人。同年 4 月，应邀出席于杭州举办之首届“世界佛教论坛”，并发表主题演说“如何建设和谐社会”，写下宗教和平交流新页。

2004 年，应聘担任“中华文化复兴运动总会”宗教委员会主任委员，与基督教、天主教、伊斯兰教、道教等领袖，共同出席“和平音乐祈福大会”，促进宗教交流；11 月，与瑞典诺贝尔文学奖审查人马悦然教授，及汉学家罗多弼教授就“佛教与文学”、“佛教与世界和平”进行交流座谈。

大师自 1989 年访问大陆后，便一直心系祖国的统一，主张一个中国。近年回宜兴复兴祖庭大觉寺，并捐建扬州鉴真图书馆、接受苏州寒山寺的赠钟，期能促进中国统一，带动世界和平。

大师对佛教制度化、现代化、人间化、国际化的发展，可说厥功至伟！

台湾佛光山法堂书记室

自序 人生时空的圆



人生在世，归纳而言，就是与两种人相处，一是自己，一是他人。

自处处人，就像在画圆，以自觉、自度为圆心，以慈悲、利他为半径，所画出来的一个人生时空的圆。

自处看似简单，其实微妙难言。有的人终其一生，不曾真正认识自己、探掘自己；不曾好好处理在悲喜、起落或失衡、匮乏等等情境下的自己。我有一位伟大的师父，在我还是一个小清众时，曾经对我说过一段话：“你以为自己很穷，什么都没有，其实只要我将喝茶的钱省下一点给你，你就用不完。但我就是不给你钱，你现在不懂，将来就会慢慢明白。”

我后来真的明白了师父的苦心，他是要我在“无”中生“有”。

虽然没有完整的鞋袜，但是手脚勤奋，我习得了各种生活技能、做务功夫。

虽然没有厚软的衣服，但是佛法如衣披覆，足以身心生暖。

虽然没有顿顿饱餐，但是书香作伴，那是最香甜的酥酡妙味、精神食粮。

其实没有人是真正穷的，只要能够自我觉知，知道如何开展自己的潜能，规划自己的生涯，修养自己的身行、口说、意念，修得一份心境美，一切处境都是美。

我常对徒众说，如果我们能够打从自己的心里制造光明的见解、芬芳的思想、洁净的观念，生产阳光、花朵、净水般的语言，与他人共享，就能拥有一个丰美的人生。

所以，一个人自觉尚不够，还要利他，在人际相处中，随时随地发心去利益他人。

佛陀座下有一位专司接待宾客的陀骠比丘，每天迎送来往访者，任劳任怨；即使夜半有人敲门求宿，也都满怀欢喜地点灯领路、安顿住宿，让来人宾至如归。这般数十年如一日，终于感得手指自然放光的福报，从此，不需打着灯笼，也能为人照光引路。

虽然我们无法像陀骠比丘一样手指放光，但是，当我们面带笑容，看在对方眼中，那朵微笑是发光的；当我们口出赞叹，听在对方心底，那句赞美是发光的；当我们伸手扶持，受在对方身上，那温暖的一握是发光的；当我们静心倾听，在对方的感觉里，那对耳朵是发光的。

因为发心，凡夫众生也可以有一个发光的人生。

人生处世，处的就是这世间的悲欢离合、生老病死。我们的交友、说话、立志、情爱、财富、健康、管理……种种问题环绕四周，这是一生的修行、一辈子的功课。庞杂也罢，繁复也罢，古德有言：“今生一照面，多少香火缘”，人我关系，因缘相会，能在每一个时刻，让心灯通体明亮，从内向外烛照，就是生命的无上之价，就是对所处世间的一个光明供养。

目 录

Contents

出版说明

星云大师略传

自序 人生时空的圆

谈勤劳

- 1 懒惰之害 / 003
- 2 有永远休息的时候 / 005
- 3 拙处力行 / 006
- 4 从勤奋中打发时间 / 008

谈说话

- 5 语言,要像阳光、花朵、净水 / 013
- 6 问号的得失 / 015
- 7 斗鸡性格 / 017
- 8 讲话是修行 / 019
- 9 不妄语 / 021

谈交友

- 10 益友与损友 / 025

- 11 朋友的类型 / 026
- 12 欲长寿广交友 / 028
- 13 交友七法 / 029

谈相处

- 14 像跳探戈一样 / 033
- 15 四道桥梁 / 034
- 16 更好的礼物 / 036
- 17 合作与分工 / 038
- 18 怀念煮云法师 / 040
- 19 四互与四学 / 041
- 20 多被利用 / 044
- 21 人我相处之道 / 045

谈情爱

- 22 如何处理情爱 / 049
- 23 夫妻相处之道 / 050
- 24 植物情结 / 052

谈发愿与立志

- 25 要有企图心 / 055
- 26 发心才有力量 / 057
- 27 不立志而无愿 / 058

谈潜能

- 28 人类的潜能 / 061
- 29 创造第二个春天 / 063

谈管理

- 30 最高的管理学 / 067
- 31 当义工的义工 / 069
- 32 知人之明 / 071
- 33 用人之道 / 073

谈时间

- 34 如何利用时空 / 077
- 35 人生三间 / 079
- 36 忙的类型 / 081
- 37 珍惜时光 / 083

谈生涯规划

- 38 生涯规划 / 087
- 39 四十年人生计划 / 089

谈财富

- 40 从拥有到用有 / 093
- 41 真正的财富 / 095
- 42 赚到欢喜 / 096
- 43 用钱与藏钱 / 098

谈饮食

- 44 什么最好吃 / 101
- 45 粥的滋味 / 103
- 46 说豆腐 / 106
- 47 做菜的要诀 / 108
- 48 百味斋 / 110

49 吃饭也是修行 / 111

谈健康之道

- 50 做好身心保健 / 115
- 51 减肥 / 118
- 52 疾病就是良药 / 120
- 53 如何求得健康与长寿 / 123
- 54 少食为汤药 / 125
- 55 如何面对老病 / 126
- 56 一天的开始 / 128
- 57 五味要均衡 / 130
- 58 中药秘方 / 131

谈人生观

- 59 做什么要像什么 / 135
- 60 把自己当做坏人 / 137
- 61 影响一生的十句话 / 138
- 62 善于做补 / 140
- 63 超越残缺 / 142
- 64 肌肉是活的 / 144
- 65 不要做海豚 / 146
- 66 老二哲学 / 149
- 67 不要同归于尽 / 151
- 68 佛陀也会被人毁谤 / 152
- 69 我就这样忍了一生 / 154
- 70 生气不能解决问题 / 158
- 71 行云流水的人生 / 159

- 72 有怨无悔 / 160
73 不知道的乐趣 / 161
74 会不会算 / 162

谈结缘

- 75 结一个善缘 / 165
76 一块钱改变了一生 / 166

谈心念

- 77 月亮在看你 / 171
78 一念之间 / 172
79 大其心 / 174
80 药师如来的佛心 / 175
81 以无为有 / 176

谈生死

- 82 潇洒面对死亡 / 179
83 重视精神寿命 / 181

谈修行

- 84 感动法门 / 185
85 端茶的音乐 / 186
86 小不可轻 / 187
87 肯定自己 / 189

谈读书

- 88 享受阅读之乐 / 193
89 看小说体验人生 / 195

- 90 床头书 / 197
- 91 书的妙用 / 199
- 92 常识人生 / 201
- 93 读书“三到” / 203
- 94 关于写作 / 204
- 95 独处时的良伴 / 206
- 96 善用图书馆 / 207
- 97 三更有梦书当枕 / 209
- 98 可贵的智慧 / 211
- 99 语言的重要 / 212
- 100 知识俯拾皆是 / 213
- 101 人生康乐的最佳营养剂 / 215
- 102 读书有方法 / 217
- 103 信件的力量 / 219
- 104 座右铭 / 221
- 105 随时求进步 / 223
- 106 正确的用功法 / 225
- 107 思想的超越与融合 / 227
- 108 阅读的重要 / 229
- 109 思所成慧 / 230
- 110 学以致用 / 231
- 111 读书读心 / 232
- 112 随时随地都可以读书 / 233
- 113 发现真相 / 234
- 114 要利用零碎的时间 / 235
- 115 破铜烂铁也能成钢 / 237
- 116 为学与做人 / 239
- 117 如何学习 / 241