

一念心清静
莲花处处开

迎向自我开启
的心灵之书

金跃军

在职场中
遇见

佛陀

将禅的智慧融入工作中，以从容自在
的态度，寻求心灵的轻松和安宁，
达到工作与心灵解放的双重自由，
直面这让人欢喜让人忧的尘世纷争。

重庆出版集团



重庆出版社

金跃军 ●

在职场中遇见

佛陀

重庆出版集团  重庆出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

在职场中遇见佛陀 / 金跃军著. — 重庆: 重庆出版社, 2015.8
ISBN 978-7-229-08495-0

I. ①在… II. ①金… III. ①成功心理 - 通俗读物 IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 164368 号

在职场中遇见佛陀

ZAI ZHICHANG ZHONG YUJIAN FOTUO

金跃军 著

出 版 人: 罗小卫

责任编辑: 罗玉平 李 雯

责任校对: 刘小燕



重庆出版集团

出版

重庆出版社

重庆市南岸区南滨路162号1幢 邮政编码: 400061 <http://www.cqph.com>

重庆升光电力印务有限公司印刷

重庆出版集团图书发行有限公司发行

E-MAIL: fxchu@cqph.com 邮购电话: 023-61520646



重庆出版社天猫旗舰店
cqpbs.tmall.com

全国新华书店经销

开本: 890mm × 1240mm 1/32 印张: 6.5 字数: 157千

2015年8月第1版 2015年8月第1版第1次印刷

ISBN 978-7-229-08495-0

定价: 32.00元

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行有限公司调换: 023-61520678

版权所有 侵权必究

工作坊就是道场

在当今这个高速发展的社会，愈来愈快的工作节奏，使许多公司里的员工感到工作压力越来越大，心理承受能力也越来越脆弱，失落、彷徨、困惑伴随着他们，使他们他们的心灵充满迷惘。

如果你现在在公司里面上班，别忘了，你也是在修行。日本著名实业家铃木正三就提出了一个响亮的口号：工作坊就是道场！你可以通过对“禅”的领悟，缓解你心中的压力。

“工作坊就是道场！”这句口号含义很多，包括职业道德、敬业精神、工作心态等等。如果一个员工面对繁忙的工作、复杂的市场、

变化无常的人际关系，那么，只要有一颗禅心就足以承担这些压力。

领悟了禅，我们可以对工作有一个新的认识；领悟了禅，我们可以让自己的心灵来一次彻底的解缚；领悟了禅，我们也可以拥有一份超常的从容和自在。

禅，是治疗现代人浮躁心灵的良药。

以禅的意境去对待工作中的困惑，将禅的智慧普遍地融入工作中，你就能突破自我，超越自我！

“工作坊就是道场”就是提倡人们在工作中锻炼自己的能力，磨炼自己的心性，改造自己的世界观，并通过工作使自己的思维境界得到升华。

在工作中运用禅的方法，有助于解除员工在工作中的各种困惑、烦恼和心理障碍，使员工的精神生活更充实，物质生活更圆满，感情生活更纯洁，社会生活更祥和。

身体在做什么，心也就在做什么。员工在工作的时候，要清楚地知道自己在干些什么，以禅的那种平静、轻松的心态去做事情，才能最有效率地工作。

修炼并不限于深山古刹或寺院道场，只要你能以禅的心态去工作，就会拥有一份智慧，就会拥有一份成绩，就会拥有一份功德。

目 录

工作坊就是道场 1

认识自己 冲破囚笼 1

这世上最能影响自己的人，不是父母老师，其实只是我们自己；
这世上我们最不了解的人，不在天南地北，其实就是我们自身。只有
认识自己，才能冲破心的囚笼。

洲山拨火 1

虔诚的信徒 3

不可教化的侍者 5

慧明求法 6

小和尚写“我” 8

石块里的美玉 10

小和尚轻生 12

真谛与俗谛 14

观音拜观音 15

山不过来，我就过去 17

自信的佛陀 18

点亮心灯 20

禅者意境 心如止水 23

修禅修心。修心就是清净心。不公不正、有所偏倚的心，回归到中正的天心。中正的天心就是近乎中道、不偏不倚的心。

东坡输玉带 23

以花献佛 25

心不静的老和尚 27

定一教徒 28

真正的宝珠 30

芥子纳须弥 32

地狱与极乐之说 33

法师蒙冤 35

惜情感恩 以心对心 37

在工作当中，遇见任何事情，记住，用一颗感恩的心去面对。不

管今天的问题、困难在哪里，不管这件事讨厌也好、喜欢也好，都要用一颗感恩的心去面对。

一片菜叶 37

从悦送荔枝 39

割肉喂鹰 41

夜光忘恩 43

禅师施舍金箔 45

老和尚洗浴 46

佛陀教子 48

乞丐又变回乞丐 50

医生的抱怨 51

报佛恩 53

目
录

- 3 -

读禅悟道 用心做事 57

佛家云：修行的目标，以“无心”为最高境界；做事的原则，以“用心”为成功基石。想要成为一名优秀的员工，你必须学会用心做好每一件事。

大鹏鸟和小麻雀 57

- 亲鸾剃度 59
- 觉远学艺 61
- 点 茶 63
- 佛祖的对话 65
- 老和尚念经 67
- 小和尚的点化 69
- 小和尚敲钟 71
- 竹 漏 72
- 大力士输禅师 74

 禅机涌现 不断创新 77

禅以为，在人的潜能中本来具有一种崇高的精神力量，禅的方法就是以和“中”对应的、创造性的修行方法，来开发人的这种潜能，打开智慧。通过人自己的努力，去找真理，实现自我价值。

- 依葫芦画瓢 77
- 慧可安心 79
- 临济大喝 81
- 方丈斩蛇 83

巴罗的梦 85

小 路 86

奇特的C字桌 88

劈佛生火 89

紫柏尊者 91

祖师西来意 93

不辜负先师 95

以禅处世 广结善缘 99

目 录

- 5 -

用结善缘的心、谦和的态度处世，在工作中发挥自己的能力和实力，则可以在职场中取得更突出的业绩。不管世事如何多变，我们都可以安身立命。

龙争虎斗图 99

禅师的教育 101

禅师被踩之后 102

广圆解围 104

三种待客之道 106

最有魅力的女人 108

超度亡妻 110

高僧让路 112

装一口好牙 113

解脱的途径 115

参禅树志 万事可为 119

人没有志向，就好像没有舵的船一样，随着波涛流东流西，永不得安定。所以我们要有自己的主宰，要有自己的方向，去完成自己的人生。

本性难解 119

怀海插秧 121

寻找佛珠 123

真正法器 125

学僧难咽乞丐饭 126

梅子熟了 128

方丈的心愿 130

道信的志向 132

佛祖的恩赐 134

四种马 135

菩萨自杀 137

不辞小水 方成海洋 141

不辞小水，方能成就海洋；不积小善，无以圆满至德。在工作中，职场人士都应该保有一颗禅心，不骄不躁，踏踏实实地完成工作中的每一步，如此“滴水成海”，在工作中才会有所突破。

午餐凉了 141

大厦之材，本出幽谷 143

好一个“寸丝不挂” 144

慧丰的教学法 146

佛手 148

和尚挖井 150

有与无 152

你就是佛 153

能大能小的心 155

滴水和尚 157

目

录

- 7 -

事无完美 但能完成 159

人，无法要求“万能”，但至少做到“可能”，就能堪受担当；事，无法要求“完美”，但至少要能“完成”，才算尽到己责。

铁眼乞讨 159

胸前一抓 161

点燃一炷心香 163

清风是知音 165

般特说法 166

法演四戒 168

两匹马拉车 171

我不入地狱，谁入地狱 172

三和尚悟道 174

八风吹不动 176

放下执着 修心养性 179

凡事各有因缘，不能强求，一强求就会落入执着。执着之后就会起凡心。起了凡心，就不能定，那智慧一定不能开悟，工作自然无法有新的突破。

什么也没有	179
修禅者的秉性	181
三个和尚采药	183
一无所求	184
碧峰躲鬼	186
贪婪的猴子	188
法师的炼金术	189
禅师不像佛	191

认识自己 冲破囚笼

这世上最能影响自己的人，不是父母老师，其实只是我们自己；
这世上我们最不了解的人，不在天南地北，其实就是我们自身。只有
认识自己，才能冲破心的囚笼。

洲山拨火

有一次，百丈怀海禅师让洲山灵佑禅师去拨一拨火炉，看看有没有火。洲山在火炉中拨了一拨，却没有发现火，便照实告诉了百丈禅师。

百丈禅师听完后，立即站起身来，走到炉边，用火钳在炉中深深一拨，拨出一点火星，就取出来给洲山看，并且说道：“这个不是吗？”洲山恍然大悟。

在洲山礼谢之后，百丈禅师意味深长地说道：“你只是暂时走了弯路而已。认识佛性要看时机因缘，时机到来就可以从迷醉中顿醒。至此方知自己的东西不是从他人之处得来的。祖师说：‘悟了如同没悟，无心即是无法。’心和法本来就是一体具有的，从现在开始，你应该好好护持它。”

【智慧小语】

悟与不悟，随心自然

火炉之中本来就有火，暗示我们这个身体本来就蕴涵有佛性，只是看有没有发掘出来而已。禅机四伏，心境朗然。然而悟与不悟，也随心自然而已。

一个人要清楚地了解自己，就要证实自己，而不能欺骗自己。经常检查自我认识的状况，并不断求得验证，相信自己的能力，时时勉励自己向上走，这才是成功之道。

一个优秀的员工要明白，即使身边一些微不足道的事中，也有很

多要学习的东西。他能敏感地察觉到自己与他人认识上的差别，而且还能清楚地认识到这种差距的根源特性。要想取得成功，必须从深知自己开始，发现自己、改变自己。

作为一个职场中的人，要想在现代公司中立足，就必须抓住契机，真正认识自己，充分发挥自身的潜力，方能在公司中大展才华。

虔诚的信徒

古时候，一位虔诚的信徒在遇到水灾后，便爬到屋顶上避难。但是，洪水渐渐上涨，眼看就要淹到脚下了，信徒急忙祈求道：“大慈大悲的佛祖快来救我啊！”

不久就来了一艘独木舟，船上的人要救信徒，他却说：“我不要你来救，佛祖会来救我的。”

于是那人驾着独木舟走了。可大水还在继续上涨，很快到了他的腰部。信徒十分着急，立即又向佛祖发出祈求。

这时，又来了一艘小船，船上的人要救信徒到安全地带，他又拒绝了，并且说道：“我不喜欢这艘船，佛祖会来救我的。”

那小船只好抛下信徒开远了。没一会儿，水已经涨到了胸部，信徒继续大声地向佛祖祈求着。