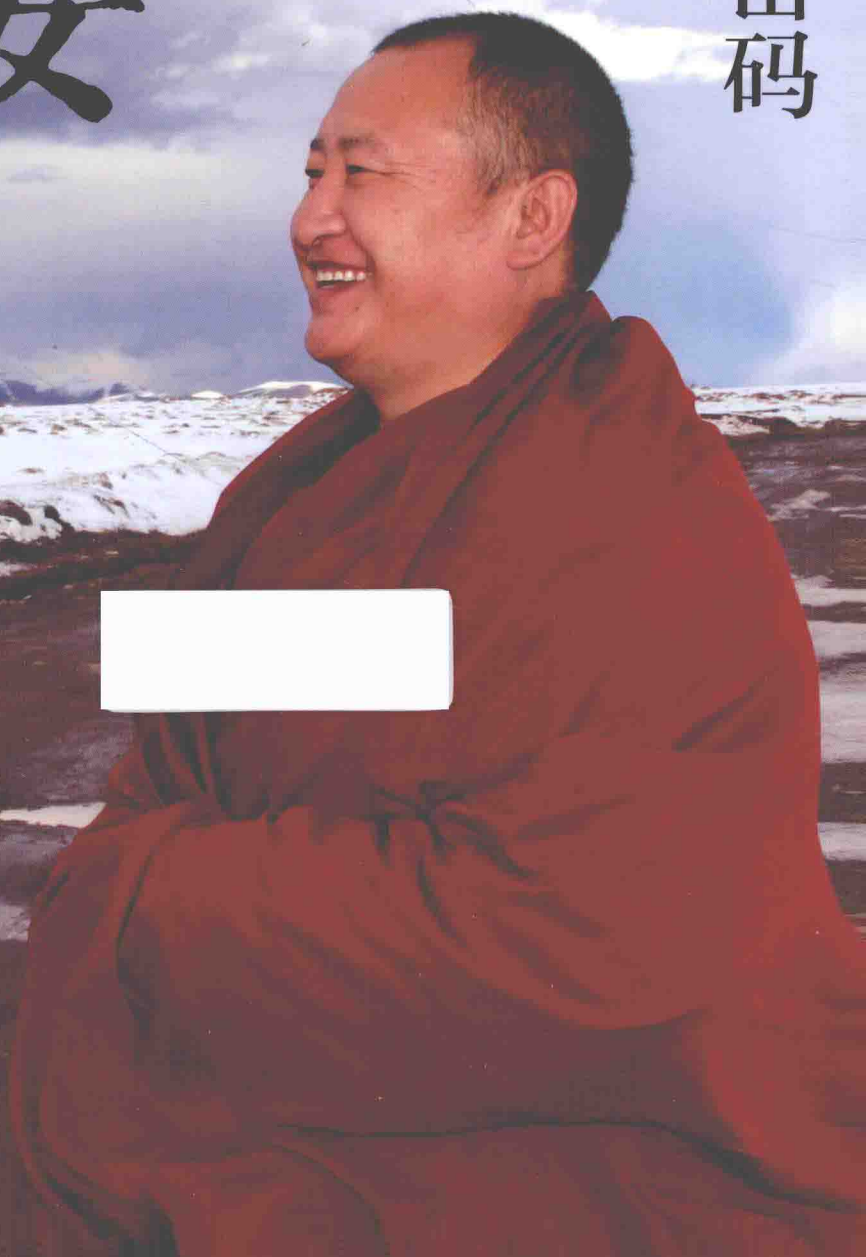


快乐的密码

仁孜尼马 著

心安

才能随遇而安



快乐的密码

仁孜尼马 著

✻ 甘肃人民美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

快乐的密码 / 仁孜尼马著. — 兰州 : 甘肃人民美术出版社, 2014. 1

ISBN 978-7-80588-853-8

I. ①快… II. ①仁… 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(2014)第016252号

快乐的密码

仁孜尼马 著

出版人: 吉西平

责任编辑: 杨继军

校 对: 郭 玲

封面设计: 王 鑫

出版发行: 甘肃人民美术出版社

地 址: 兰州市城关区读者大道568号

邮 编: 730030

电 话: 0931-8773138(编辑部)

0931-8773112 0931-8773269(发行部)

E-mail: gsart@126.com

网 址: <http://www.gansuarts.com>

印 刷: 北京雁林吉兆印刷有限公司

开 本: 787毫米×1092毫米 1/16

印 张: 17

插 页: 2

字 数: 275千

版 次: 2015年3月第1版

印 次: 2015年3月第1次印刷

印 数: 1~3000册

书 号: ISBN 978-7-80588-853-8

定 价: 36.00元

如发现印装问题, 影响阅读, 请与印厂联系调换。

本书所有内容经作者同意授权, 并许可使用。
未经许可, 不得以任何形式复制转载。

目录



第一章 烦恼之源

- ◎ 人为什么痛苦 / 2
- ◎ 自作聪明的人是个失败者 / 4
- ◎ 聪明的神仙师 / 7
- ◎ 不要看别人的缺点 / 9
- ◎ 别人作善不要嫉妒 / 11
- ◎ 化敌为友 / 13
- ◎ 自杀的悲剧 / 15
- ◎ 真的有地狱吗 / 17
- ◎ 人生最大的敌人 / 19

第二章 快乐之本

- ◎ 学会四种知识，才能快乐 / 22
- ◎ 成全别人就是成全自己 / 25
- ◎ 无求的奥秘 / 27
- ◎ 快乐就在心中 / 30
- ◎ 快乐的密码 / 32
- ◎ 爱心的良药 / 36
- ◎ 做点好事不要炫耀 / 38
- ◎ 人身就像一朵花，不要执着 / 40
- ◎ 愚者苦恼，智者快乐 / 42

- ◎人生的快乐在于选择 / 44
- ◎世界上最大的福报是什么 / 46

第三章 处世之法

- ◎不要看众生的缺点 / 50
- ◎利益一方而损害另一方 / 52
- ◎学会赞美 / 54
- ◎如何拴住男人的心 / 57
- ◎如何改变别人 / 61
- ◎道歉也不接受，我该怎么办 / 63
- ◎他如此顽固，我如何面对 / 66
- ◎父爱如山 / 69
- ◎如何面对诽谤 / 71
- ◎人为财死，鸟为食亡 / 74

第四章 养生之道

- ◎真正养生来自心灵平静 / 78
- ◎担忧、忧虑、嫉妒心与健康 / 81
- ◎淫心、法术、杀生造业与健康 / 83
- ◎不生不死的生命 / 85
- ◎心是治疗的根源 / 88
- ◎自心如何治疗疾病 / 91
- ◎神医之心 / 95
- ◎静坐对身心的调理 / 99

- ◎打坐可以开慧增智 / 104
- ◎吸烟的害处 / 105
- ◎白日梦 / 114
- ◎心态能够医治疾病 / 118
- ◎诗人解脱的不是靠知识而是靠感受 / 121
- ◎自然健身与治疗疾病的方法 / 124
- ◎禅坐治疗身体的方法 / 127
- ◎身心互相治疗 / 129

第五章 改变命运

- ◎有能够控制命运的力量吗 / 134
- ◎改变命运的方法 / 144
- ◎改变观念就可以改变命运 / 147
- ◎都说人的命天注定 / 148
- ◎行善能改变命运 / 156
- ◎菩提心的故事和力量 / 162
- ◎如何将贫穷变富贵 / 165
- ◎是缘分改变了她的命运 / 169
- ◎别想不劳而获 / 172
- ◎忍的智慧 / 174
- ◎真正的孝顺父母 / 177
- ◎惦念母恩 / 187
- ◎父母吃喝嫖赌我们如何孝敬 / 191
- ◎教育孩子应从爱还是孝开始 / 194
- ◎她是风月之人，靠持戒改变了命运 / 200

第六章 爱情与婚姻

- ◎爱情跑车 / 206
- ◎天下的男人都死光了吗 / 209
- ◎两人结婚是命中注定的，还是自己决定的 / 210
- ◎我们的缘分真的结束了吗 / 214
- ◎如何得到真正的爱情 / 219
- ◎渴望完美的爱 / 221
- ◎上师和丈夫，信心和爱情 / 227
- ◎佛菩萨为什么不赐美好的婚姻和家庭给善男信女呢 / 229
- ◎我要让爱情死 / 233
- ◎女人与狗 / 237
- ◎先生有外遇怎么办 / 239
- ◎云中的月亮，心中的真爱 / 243
- ◎离婚的罪过 / 246
- ◎放下爱情让心灵释荷 / 249
- ◎僧人拯救俗人的感情 / 253
- ◎你看得起你的先生吗 / 256
- ◎我爱上了你，求你放开我 / 260
- ◎如何走出离婚的阴影 / 263

第一章

烦恼之源



◎人为什么痛苦

印度前总理甘地夫人是一位非常出色的女性。作为领袖，她对国家做出了杰出的贡献；作为妈妈，她是孩子心目中最好的导师。有一次，12岁的大儿子拉吉夫因病要做一次手术，面对紧张恐惧的拉吉夫，医生打算说一些善意的谎言安慰孩子：“手术并不痛苦。”可是甘地夫人却阻止了医生，随后她来到儿子床边，平静地告诉他：“手术后有几天痛苦，谁也不能代替你受苦，因此你必须要有精神上的准备，哭泣和喊叫都不能减轻痛苦，可能还会引起头痛。”手术前后，拉吉夫都没有哭，也没有喊，他勇敢地承受了这一切。

随着世界的变化，科技的进步，人们的内心却越来越空虚，越来越浮躁，也越来越烦恼，追求越来越多，欲望越来越大。无形中社会给人类增加了不少的痛苦。于是，越来越多的有识之士，都开始探讨及研究“人为什么会痛苦”这个问题。

佛教认为，人的业力有大有小，所以导致了人的相貌千差万别，思想境界有高有低。藏族有句俗话说：“三十位男人有三十个想法，三十头牦牛有六十个角。”人也是如此，世界上根本找不到相貌、思想完全相同的两个人。不同情况下人们有不同的观点与不同的见解。

痛苦跟自己所造的业力息息相关，无论你相信与否，这是不争的事实。有人说痛苦与神有关，神是万能的，你尊重神，神就赐给你快乐。这种说法，除了给人一种精神寄托以外，对于能否减少痛苦，缺少事实依据。还有人说人类追求过多，所以痛苦，不同层次的人，有不同的见解；不同遭遇的人，有不同的感受，句句在理。但我认为，人之所以痛苦，是因为没有智慧。缺少智慧的人就是愚蠢，愚蠢之人必定痛苦。因为痛苦并非外来的，都是自己妄想、造

作而来。古人云：世上本无事，庸人自扰之。所以，自己创造的痛苦必须自己去承受。我把痛苦人的心理大致分为以下三点：

1. 把一切都当作永恒。人确实很傻，比如说当人们快乐时，就觉得快乐是永恒的，根本没有想到快乐稍纵即逝，所以，失去快乐时，会无比痛苦。假如能认识到世间万物没有永恒，它在刹那之中变化多端，就不会过分执着，也不会那么痛苦。

2. 把一切看成命中注定。当人们痛苦时，就觉得这都是命中注定，人在劫难逃，所以会破罐子破摔，随波逐流。他丝毫没有体察到痛苦也是无常，所以痛苦越来越深，以至于叫天天不应，叫地地不灵。

3. 把面子看得太重。当痛苦降临时，人们总怨老天太不公平，怨自己怀才不遇。其实我们做任何事情不要把结果看得太重，为了追求自己的理想，结果失败了，觉得无颜面众，使自己痛苦不堪，这不是愚蠢吗？过分重视结果实际上是太看重自己。

为了避免痛苦，难道我们就不做事了吗？不做事的人也未必就没有痛苦。事情必须要做，但不要过分看重事情的结果。只要尽力了，无愧于心就好，有道是：谋事在人，成事在天。从事相同事情的人未必就有同样的收获。当你在生活中遇到困难时，必须要扪心自问：我的要求是不是太高了，期望是不是太大了？我为什么如此痛苦，这痛苦来自哪里？是来自事情的本身，还是来自我的内心？如果是从事情当中而来，为什么有同样遭遇的人，反而没有同样的痛苦？如此这般翻来覆去地多问几遍，你就会从中领悟到很多，也会从痛苦中缓解很多。

记得儿时的我，在放牛的时候常常想：人啊，有时还不如牦牛，牦牛从来不用担心吃喝，而人每天为吃饭穿衣操劳。后来我逐渐懂得，牛不执着于吃喝，只要能填饱肚子，吃什么无所谓，而人不然，人不但要吃饱，还要吃得好，不但要穿暖，还要穿得好。对物质的追求日益膨胀，所以痛苦不堪。虽然牦牛的条件不好，很愚蠢、易受迷惑，但它们比人还快乐，没有压力，也从不与别人计较，所以它们一般不会得癌症等疾病。其实人完全可以生活得快乐，就看你自己怎么去对待生活。

有时候，我们感觉自己得到了很多，却不知我们失去的比得到的还多，关键人要活得问心无愧，要活得快乐。人是为活得更快乐而去做事，不是为了

做事而活着。所以，人没必要把事情的结果，看得那么重、那么坏，应该把它看得轻、看得好，你的感觉就变了，你就不会那么痛苦了。

上师的话：痛苦全是自己造成的，自己创造的痛苦，自己必须去承受。人不必把所有的事情都看得那么重，或者那么坏，应该把它看得轻，看得好，你的感觉就变了，你就不会那么痛苦了。

◎自作聪明的人是个失败者

春秋战国时期，晋国贵族智伯灭掉了范氏。有人趁机跑到范氏的家里想偷点东西，看见院子里吊着一口大钟。钟是用上等青铜铸成的，造型和图案都很精美。小偷心里高兴极了，想把这口精美的大钟背回自己家去。可是这钟又大又重，怎么也挪不动。想来想去只有一个办法，那就是把钟敲碎，分别带回家。

小偷找来一把大锤，拼命朝钟砸去，“咣”的一声巨响把小偷吓了一跳。小偷慌了，心想这下糟了，这响声不就等于告诉人家我正在这里偷钟吗？他心里一急，身子一下扑到钟上，张开双臂想捂住钟声，可钟声又怎么能捂得住呢？钟声依然悠悠地飘向远方。

他越听越害怕，不由自主地抽回双手，使劲捂住了自己的耳朵。“咦，钟声小了，听不见了！”小偷高兴了起来，“妙极了！把耳朵捂住不就听不到钟声了吗？”他立刻找来两个布团，把耳朵塞住，心想这下子谁也听不见响声了。于是就放手砸起钟来，一下一下，钟声响亮地传到远方，人们听到钟声蜂拥而至把小偷抓住了。

我刚满十五岁，就进入了益西寺，拜见大名鼎鼎的欧珠降泽大师。很早就听说他老人家是虹化身夏扎哇的弟子，戒律很严格，长期在山洞禅修，是个真正的大成就者。我每天去看他，他每次都满面笑容地迎接我，并且为我讲一些做人的道理和佛法的基本常识。多么慈悲啊！多么温暖啊！我越看越感觉到他是个真正的菩萨，越听越觉得佛在眼前，我学到了很多关于修心方面的法门。

于是我下定决心拜他为师，还想在老人家跟前出家受戒。

机会终于来了。有一天寺庙举行盛大的受戒法会，我高兴得彻夜难眠，就像热锅烙饼一样，翻来覆去，时不时地起来隔窗仰望天空，平日里感觉眼睛一闭一睁，天就亮了，不知今晚为什么如此漫长？在无聊的等待中，我时而诵经祈祷，时而数着天上的星星。终于天光有点放亮，我再也按捺不住自己激动的心情，一溜烟地跑到寺庙门口。怎么今天开门的和尚也跟我过不去呢？让我在门口足足恭候了一个多小时。此次受戒法会当中，全寺除了我一个年轻人以外，全部是四十岁以上的老和尚。倒不是寺庙没有年轻人，只是他们的资格还不够。

举办完受戒法会之后，我得到了全寺庙和尚的夸奖，大家七嘴八舌：“你那么年轻，就有这么大的慧根和福报。”与此同时，我也觉得自己有些与众不同，得意地想到：我如此聪明，而且还接受了戒律，在修行方面又得到了高僧的指点，不然他们怎么会如此尊重我呢？于是，我的内心产生了强大的傲慢。从此我再也没有去过欧珠降泽大师那里。是我对上师失去了信心吗？不是，在我的心中，他永远都是我的佛。只是当时觉得，上师所有的修行方法我已经接受了，再去上师那里也得不到什么法门了，还是不去打扰他老人家了。其实在这个想法的背后，应该是觉得自己已经非常了不起了。

我有一个朋友叫阿格，他平时讲话直来直去。有一天他突然急急忙忙地跑过来对我说：“欧珠降泽大师要回山洞，马上就离开寺庙了，刚才还问你哪里。你啊！连自己的师父都不送，竟然还说我不懂礼貌，你懂吗？”听阿格这么一说，我赶紧跑到上师的住处。这时上师已经骑在了马上，我以迅雷不及掩耳之势的速度，跑过去双手抓住上师的脚，哀求上师不要走。上师坐在马上，笑眯眯地对我说：“你来了，你要好好学佛修心，佛法是很博大的，修心是很深奥的，学佛要向前看，见心要往内观，祝你平安！”就这样我目送着上师的背影，直到消失在地平线上。一股凄凉之意油然而生，泪水湿润了我的眼眶。上师只是去山洞闭关了，反正以后有的是时间去看望上师，我如此安慰着自己。

在上师离开的第三天，寺庙就要重新修缮，规定所有僧人都要参加修寺，我和寺庙的所有僧人一样，白天修建寺庙，晚上学习佛法，一干就是三年。有一天，寺庙里的老管家登加对我说：“欧珠降泽大师是个真正的修行人，他有很多修心的秘密窍诀，特别是在大圆满象雄耳传方面，有很多修法传承和窍诀，

可惜呀！寺庙的事情太多了，我没有时间去求学，可以说我没有这个殊胜的法缘。你啊太年轻了，很多事情还不懂。比如，你上次所受戒律，不是出家人的戒律，而是居士五戒。因为出家的戒律，必须要在居士五戒的基础上才可以接受，受完居士戒三年以后才有资格接受出家戒。今年就已经三年了，有时间的话，你赶紧去欧珠降泽大师那里接受出家戒，要多向欧珠降泽大师求些修心的方法啊，珍惜这千载难逢的机会吧！”听登加这么一说，我才恍然大悟——原来我还不是一个真正的出家人。事不宜迟，说走就走，第二天一早我就踏上了求法的路程。

让我万万没有想到的事情发生了，与上师的那一次分别竟然成了永别。等我赶到上师的住所才知道，三天前上师就已经圆寂了。我扑通一声跪在上师的遗体前，眼泪像断了线的珍珠，悲痛欲绝。上师的音容笑貌，一幕幕浮现在我的面前。我真后悔啊，都是傲慢与无知害了我。我痛彻心扉，由心底发出真诚的忏悔。这时上师的外甥充翁嘉泽走过来，拍了拍我的肩膀，递给我一个袈裟，他说：“这个袈裟是欧珠降泽圆寂前就打算送给你的，但没有想到，他走得太突然了，临走前再三吩咐，要我一定转交给你。”我接过上师的圣物，泪水又一次模糊了我的视线。

上师啊，我的佛！在弟子的心中您永远是活的佛。只是我的福报太薄，再也不能当面聆听您老人家的教诲，再也不能亲身接受上师的修心密法，再也没有机会在您老人家跟前出家受戒。怨只怨自己没有珍惜这殊胜吉祥的法缘，一切后悔晚矣。这都是自作聪明带来的祸，从此以后我每天都对自己说，自作聪明的人，才是个真正的失败者。

上师的话：我再也听不到他老人家慈祥的谆谆教诲，再也听不到他老人家的修心密法，再也没有机会在他老人家跟前出家受戒了，但是后悔也于事无补，只能怨自己没能珍惜这殊胜的法缘。

◎聪明的神仙师

一位老画家的腿有点残疾，当他走上讲台准备作画时，由于右腿站立不稳，一个趔趄，只见他手中的笔抖落出一滴墨汁，正好溅落在画纸上。美术老师赶忙上前扶住老画家，问是否要把这张弄脏了的画纸换掉。老画家摆摆手说：“不必。”由于那点溅落的墨汁正好位于画纸中央，看得出老画家对它颇费思量，手中的狼毫在砚盘里蘸了一下又一下……突然，老画家迅速提笔、运笔，画纸上就出现了一只展翅高飞的雄鹰。原先的那点墨汁，竟成了雄鹰双爪下紧攥的一颗石子。老画家的精巧构思和布局，赢得了阵阵掌声。

最后，美术老师代表全体同学向老画家表示感谢说：“感谢老画家给我们上了生动的一课，他不仅教给了我们画画的技术，也教给了我们做人的道理。同学们，如果人生是一张画纸，如果刚刚开始的人生就有了污点，那该怎么办？”

“像老画家对待那张有墨汁的画纸那样，依然珍惜它、爱护它，永不自暴自弃。”同学们回答道。

“对！”美术老师激动起来，“同学们，人生的画纸有了污点，只要我们勇敢地面对，照样可以画出最新最美的图画，照样可以像老画家笔下的雄鹰那样展翅高飞。要知道，智慧和勇气终会帮助我们战胜污点，并把它踩在脚下。”

记得我17岁那年，是第三次来到益西寺，刚好碰到阿雍活佛在给弟子们讲故事：过去在康区有一个算命的人，他朝拜过很多高僧，读过很多经书。他能把天到人，人到鬼的事，讲得神秘，滔滔不绝，句句在理。因此他的名气越来越大，每天来朝拜他的人络绎不绝，老百姓们都尊称他为“神仙师”。

当地有一个酋长，有权有势，但为人心胸狭窄，心狠手辣，是个看到钱财就六亲不认的人。酋长虽然生活富裕，妻妾、奴仆成群，但是膝下无子，让

他心急如焚，到处寻医问药。用了很多偏方，也请了不少高僧大德，还经常拜佛烧香，朝山拜神，打卦算命，布施放生，但还是于事无补。时间一久，酋长对生儿育女之事已经失去信心，甚至绝望，性格变得越来越古怪而且非常霸道。有一天，酋长听说有位神仙师无所不知，无所不晓，便又萌发了生孩子的念头。于是他亲自登门到神仙师家里拜访，并把神仙师邀请到自己家中。

神仙师知道了酋长的目的，对酋长的恶习也早有耳闻。就暗自想道：今天，我一定要惩罚一下这个无恶不作的暴君，真是天赐良机。于是，他就对酋长说：“你知道为什么自己没有儿女吗？因为你是魔鬼转世，你的前世是个妖魔，烧杀掠夺，欺压百姓，邪淫过多。前世作恶，今世还债，此乃因果报应。”酋长听后心中怒火焚烧，但还是忍住了，故作谦虚地说：“哦！原来如此，还望大师指点迷津，如何才能让我后继有人，延续子嗣呢？”神仙师说：“此事太难，但也不是没有办法，你只要能放下一切，诚心忏悔往昔所作恶业，诚心皈依佛门，也许佛菩萨会给你一次机会，除此以外我别无他法。”酋长一听此话，就知道自己做不到，但他转念又一想：“神仙师说我是魔鬼转世，如果将此事传了出去，谁还敢亲近我呢？唉，一不做二不休，干脆干掉他杀人灭口。”正当酋长要下令之际，突然又有一丝疑惑：“不知他到底有没有神通，千万不能鲁莽，我再试他一下。”于是，他哈哈大笑，伸出大拇指说：“高明，高明，的确是业障太重。不过我还有一事请教大师，我想知道自己还能活多长时间，同时也想知道大师你能活多长时间？”

神仙师早已看出了酋长的心事，故意装出一副严肃的样子，掐了一下手指，破颜微笑：“哈哈！真是太巧了，我们两个真是有缘啊，你我不是同年同月同日生也非同日死，但在我死后的第二天，就是你的死期。今天我对你说的话，都属于天机，天机不可泄露啊，如果泄露神意，那我只能活三天，你也只能比我多活两天。我还不死，我想你也不愿死，所以你我一定要保密。”酋长一听就愣了，心理暗想，难道他知道我要下毒手？难道他真的是神仙？于是酋长彻底地放弃了杀人的念头。对神仙师说：“对啊！我们一定要保密。我定会遵从您的教导，谢谢大师！”

神仙师如释重负地走出了酋长家的门，从此再也没有人看见过这位神仙大师。但酋长这回真的信服了神仙师，他就按照神仙师的指点，放了那些被他抓来生孩子的女人，把抢来的东西还回去，并且开始改变自己的思想和行为。

奇怪的是，过了三年酋长真的生了一个儿子。于是他内心中更加感激那位神仙师，每天都为他祈祷平安，自己也开始行善积德。

讲完了故事，阿雍活佛对弟子们说：“学佛也一样，一定要听从智者和前辈的指点与教导。谦虚听课能够让人增长知识，也是佛教中提倡的闻思修中的第一次第。知识能开发自身本有的智慧，有了智慧就能拯救自己的生命，乃至改变自己的命运。”

上师的话：谦虚地听课和辩论能增长知识，知识可以改变我们的命运，有了知识才能开发智慧，有了智慧才能拯救自己的生命。

◎不要看别人的缺点

两位朋友一起在沙滩上散步，不经意间海浪扑过来了，两个人一下子都被卷入海里。马蒂游泳技术好一些，于是竭尽全力把朋友沙旺救了上来。

回头看看险些要了他们命的大海，再扭头看看为了救自己已经筋疲力尽的马蒂，沙旺满心感激，他紧紧地握了握朋友的手，然后掏出水果刀在附近的大石头上刻下这么一句话：“某年某月某日，沙旺落海，马蒂不惜自己的性命救了他。”

还是这两位朋友，在沙漠里旅游的时候，因为一点小事吵了起来，马蒂一气之下打了沙旺一个响亮的耳光。沙旺什么都没有说，蹲下身去在沙子上写道：“某年某月某日，因为争吵，马蒂打了沙旺一个耳光。”

因为沙旺的宽容，两人很快和好如初，马蒂问沙旺：“你为什么把我救你的事刻在石头上，却把我打你的事写在沙子上呢？”

沙旺笑笑，便带他来到了海边，指着那块刻有字的大石头说：“你看，半年多了，它们还在呢，就像我永远会记住你救过我一样。而沙漠里的那些字，一夜过后，就会再也没有踪影，就像我不会记住你打我一样。你不觉得，这样会更好一些吗？”

现在我们看一切人、事、物的时候，总喜欢看到人的缺点和事物不利的一面，几乎看不到优点和有价值的一面，这是为什么呢？

其一，我们没有用智慧去看待别人。一般人总是习惯用感觉和直觉去看待或评价别人，所以经常觉得为人处世力不从心。在日常生活中，每当遇到与自己的感觉相反的事时，就认为是错误的，所以自心生起无限烦恼。当遇到与自己观点一致的情况，就认为正确，所以心生欢喜。其实这种观念是错误的，因为你认为对的、好的，未必就是准确无误和一成不变的。

其二，我们要知道心就像一个容器。心，它本来非常干净。如果不从自心改变，就会把别人的缺点放在自己的心里，用别人的缺点惩罚自己，把自己变成只装坏东西的垃圾桶，同时也让自心变成了不善。因为别人的缺点，已经装满了你的容器（心），而且你总不愿意把垃圾扔掉，所以你的容器（心）里再也无法装入别人的优秀和精华。

我们应当静心思考，当看到别人的缺点时，是不是对方真的就不好呢？还是自己的分别心太大？我举个很简单的例子：在我们生活的周围，似乎总有那么几个人和自己过不去，你痛恨他们到了极点，他们的一言一行都会给你带来莫大的烦恼。他们真的就那么不可救药吗？在他们的父母、儿女、朋友心中，他们同样是孝顺的儿女，慈祥的父母，知心的朋友。因此不难看出，我们的看法和观念，存在着问题和错误，那就是对待事物不能做到一分为二，是片面的、有缺陷的、不圆满的。我们应把自己的心修炼成纯善的，没有善心你只能发现缺点。伟大的佛陀释迦牟尼曾经说过这样的一句话：“众生没有缺点，若是众生有缺点，那就是我自己的缺点。”为什么佛看不到众生的缺点呢？因为，佛心是慈悲、纯善的，所以在佛的心里看一切都是优点。

有这样一个故事：西藏有位高僧大德叫夏匝巴，他带领了很多弟子修学佛教佛法。可是，弟子们总是看到别人的缺点而互相侮辱及诽谤。有一天夏匝巴大师在一张白纸上，用毛笔点了一个黑点，然后举起这张纸问弟子们：“请问大家看到了什么？”弟子们异口同声地回答：“一个黑点。”夏匝巴微笑着说道：“大家只看到了这张纸上的一个黑点，而大部分是白纸，你们却都没有看到。”弟子们听了师父的开示，一个个哑口无言，心中若有所悟。这个故事告诉我们，看别人的缺点很清楚，而优点却往往被忽略掉了，这是凡夫的通病。假如，在与人相处的时候，多看看别人的优点，你一定会成为大众所敬佩仰慕之人。