

余惕君 / 著

任全翔 / 图

凡尘悟道

茶道 花道 剑道 柔道 道道可道
人道 商道 厚道 悟道 头头是道


文匯出版社





凡尘悟道

余惕君 / 著 任全翔 / 图

 文匯出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

凡尘悟道 / 余惕君著. — 上海: 文汇出版社, 2009. 7
ISBN 978-7-80741-605-0

I. 凡... II. 余... III. 心理保健—通俗读物
IV. R161.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 108791 号

凡尘悟道

作 者 / 余惕君

插 图 / 任全翔

责任编辑 / 何 璟

装帧设计 / 周夏萍

出版发行 / **文匯**出版社

上海市威海路 755 号 (邮政编码 200041)

经 销 / 全国新华书店

印刷装订 / 苏州日报印刷中心

版 次 / 2009 年 8 月第 1 版

印 次 / 2009 年 8 月第 1 次印刷

开 本 / 787 × 960 1/32

字 数 / 80 千

印 张 / 7

印 数 / 1-23000

书 号 / ISBN 978-7-80741-605-0

定 价 / 20.00 元

朋友，你是否知“道”？

——代序

“你知道了吗？”“知道了！”

——这一问答，在日常生活中耳熟能详。

真知“道”了吗？知是知，道是道，知什么，要知“道”。对此，不少人未必知道。正可谓：你知道，我知道，世人几个真知“道”。

道是什么？老子说：道，可道，非常道。意思是说，道，如果说清楚了，那就不是永恒的道了。

这正是：说不清，“道”不明。然，“道”又无处不在。

道德，先道后德；道理，道后有理，“道”

生一，一生二，二生三，三生万物，乃至生生不息。

人与动物之区别，在于人有悟性，人与人之区别，在于悟性不同。悟什么？悟的是“道”。人生道路漫长，道路，以“道”开路，道由心悟。有知识，只是个知识分子；有智慧，还得成为“知道”分子。

人活在地球上，每一步都脚踏实地，所以，人要做得“地道”，人与人交往之所以称为“打交道”，因为交的是“道”。摔跤有柔道，喝茶有茶道，击剑有剑道，经商有商道，成事有法道，甚至，盗亦有“道”。生活中，有同学、同事、同志，最高境界，是同道。道同，相谋；道不同，不相为谋。人之道行有深浅，人者“仁”也，助人者人助，尊人者人尊，信人者人信，爱人者人爱。得道多助，失道寡助，为人要“厚道”，切不可“大逆不道”。

“道”，上为首，下为走，凡事先谋后动。

人生也是一趟旅行，但不同的是这一趟旅行是条单行道，没有回程票。悲悲戚戚是一生，快快乐乐也是一生，糊里糊涂是一生，明明白白也是一生。或是潇洒走一回，或是茫然走一遭，就看你知“道”不知“道”。

大千世界，芸芸众生，天下熙熙皆为利来，天下攘攘皆为利往。“世人都晓神仙好，惟有金钱忘不了。”然而，离钱太远，或许就是远离幸福；靠钱太近，或许就是靠近痛苦。君不见，现今是：钱袋越来越重，心情同步沉重；收入不断增高，血压随之增高。家里房子越来越大，心灵空间越来越小；赚钱机会越来越多，知心朋友越来越少。信息多了，思想少了；寒暄多了，真情少了；花钱多了，快乐少了；拜佛多了，求己少了。火车提速得很快，火气上来得更快。经商，经常受伤；老板，老板着脸；总裁，总是裁员；经理，经常被修理。有了电脑，整日上网，自找疲劳，用眼多了，用脑少了，电脑

代替了人脑；有了手机，增加了便利，也给了别人随时使唤自己的权利，自寻烦恼，手机成了手铐。没钱时，装着有钱，有钱后，假装没钱；没钱时，想结婚，有钱后，想离婚；没钱时，想吃荤，有钱后，想吃素；没钱时，想长胖，有钱时，想瘦身……这也不行，那也不好。这真是无也烦恼，有也烦恼，烦恼无边无了。

“天地悠悠，过客匆匆，潮起又潮落；恩怨怨，生死白头，几人能看透。”人生总是在忙忙碌碌之中，有为生存而奔忙，有为奢华而繁忙。可叹的是，年复一年，徒增年龄，日复一日，未添欢笑。

“借我借我一双慧眼吧，让我把这纷扰看看清清楚楚，明明白白，真真切切。”人生苦短，何为至要？朋友，且静下心来，问问自己：忙些什么？为何而忙？你是否知“道”？

目录

朋友，你是否知“道”？(代序)	I
人生禅道	I
得失之道	55
谋略论道	105
快乐觅道	157

一本“正”经

天得一以清，

地得一以灵。

为了家家不再有难念的经，
努力寻觅人生一本“正”经。

时时自在

凡事想得开、看得透、

提得起、放得下。

宠辱不惊，毁誉不计，

豁达人生，时时自在。

人格

人格的完善：

大事不糊涂，小事不疏忽。

诞生

人再伟大，也是在无声中孕育；
人再渺小，也是在哭声中诞生。

名人

什么是名人，有名字的人。
生命本来就没有名字，
有谁生来就带着名声？！

远近安然

上下求索，左右逢源，
内外寻觅，远近安然。

自在

以助人为乐，行善会自在。

功德

内能自谦是功，
外能礼让是德，
内谦外让是功德。
内知是功，
外行是德，
知行合一是功德。

外柔内忍

外柔内忍，修心养性，利己益人；
好勇斗狠，暴躁气盛，伤己损人。

修养

修养：修心养性。
修的是心，养的是性。
于内，培植慈心，
于外，常持善行。

觉悟

自觉——完善自己，独善其身；

觉他——善待他人，自觉觉人；

圆觉——善之循环，普度众生。

积德

不仅救病解难，

更劝人心向善。

人心平则天下平，

人心乱则天下乱。

道与德

尊莫尊于道，美莫美于德。

尊于道，则心不患过，

守于德，则行不逾矩。

菩萨畏因

莫看水上无波，
须知水下漩涡。

诸恶勿作，
诸善奉行，
众生畏果，
菩萨畏因。

如来

人之初，性本善，
如其本来是如来。
反璞归真大道简，
心情保持原生态。

立体人生

长寿——生命的长度；
事业——生命的宽度；
快乐——生命的厚度。



我

“我”是什么？

一生都在寻“找”。

找到关键一撇，就找到了“我”。

这一撇是什么？

是如来的本性，是生命的感悟。

境

人生在世不离境，
或环境，或心境，
或顺境，或逆境。
何为大智慧？
不拒逆境，不求顺境，
随缘处境，以心转境。

心境

心境即心镜，
多一层烦恼，多一层雾障。
时时擦拭心镜，
方能清心寡欲，明心见性。

忘我

以“我”为中心，
并未找到“我”，快乐本原在“忘我”。
真正找到“我”，恰是丢了“我”。

人缘

人生七苦，病苦最苦，
救死扶伤，功德为上，
未成佛前，先结人缘，
广种福田，因果相连。

福慧

上求佛道，下化众生，
付出是福，无求是慧，
福慧双修，自觉觉人。

死去活来

生是死的起点，死是生的终点。
生时快乐，死时泰然，
好来好去，善始善终，
生死自由，顺其自然。

菩提苗

精育菩提苗，
常生慈悲心，
勤植功德林。

知觉

纵无先知先觉，
也当现知现觉，
不能不知不觉，
更不能木知木觉。

行善

行善，
心中念，事中现，
切莫带算盘。

大业

人生的大业 = (学业 + 事业) × 道业