

人生精进系列

好好做事

学诚法师与您分享佛陀的做事之道

学诚法师 / 著



天津出版传媒集团
天津人民出版社

人生
精进系列



好好做事

——学诚法师与您分享佛陀的做事之道——

学诚法师／著

天津出版传媒集团
天津人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

好好做事 / 学诚法师著. — 天津: 天津人民出版社, 2018.5

(人生精进系列)

ISBN 978-7-201-13283-9

I. ①好… II. ①学… 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(2018)第066279号

好好做事

HAO HAO ZUO SHI

出 版 天津人民出版社
出 版 人 黄 沛
地 址 天津市和平区西康路35号康岳大厦
邮政编码 300051
邮购电话 (022) 23332469
网 址 <http://www.tjrmcbs.com>
电子信箱 tjrmcbs@126.com

监 制 黄 利 万 夏
责任编辑 玮丽斯
特约编辑 马 松 张伟超
装帧设计 紫图图书 ZITU

制版印刷 北京嘉业印刷厂
经 销 新华书店
开 本 710毫米×1000毫米 1/16
印 张 15.5
字 数 100千字
版次印次 2018年5月第1版 2018年5月第1次印刷
定 价 49.90元

版权所有 侵权必究

图书如出现印装质量问题, 请致电联系调换 (022-23332469)



用出世的心做入世的事

佛法在两千多年的传播过程中，到了今天，大家的认识千差万别，有的人会认为经典里的文言文就是佛法，有的人会觉得烧香拜佛是佛法，有的人会认为暮鼓晨钟就是佛法，等等。

这些都是外在的形象。佛法其实就是我们活生生的生活，在我们的身体、语言、思想的每一个细节上，在每一次举手投足之间。

所有人都要面对出世和入世这两种心态。入世就是要做事，出世也要做事，关键在于如何用心。

就是大家比较熟悉的那句话，用出世的心做入世的事。

修行人的修证功夫就是要靠事业和成就展现出来，无为法离不开有为法。

少数人可以言下大悟，有些人可以通过学习经教悟道。而对更多人来说，在当代这个时空因缘下，要通过做事情来领悟、修行。

只有真的去做一件事情时，真的在事项中看到自己内心的烦恼、妄想、执着，感受到被名缰利锁系缚时的痛苦，感受到失意时的落寞、得意时的张狂，才能对自己的内心世界有更深刻和真实的了解。

多多经历，反复锤炼，才能够狂心顿歇，歇即菩提。

只有经历过风浪的水手，才懂得什么是真正的平静。

你有了一定的功夫，对外才能开显出足够的慈悲和智慧。不是为了做事而做事，是为了修道而做事。修道也是为了普度众生。

懂得缘起，掌握缘起，根据缘起随缘做事，组合更好的因缘，成就更广大的善业，而不是跟着情绪和妄想做事。

在做事情的过程中，我们慢慢体会和领悟自他不二、空有不二、依正不二的真理。

出家人通过修行得到的能量，可以通过弘法的方式传递给在家人，犹如发电一样，让在家人更有心力去处理生活中种种的困难和挫折，解决家庭中的矛盾、事业上的矛盾，以及人际关系中的各种问题，从而达到服务社会、利益社会的功用。

这和普通的社会事业是不同的，因为它的出发点就是一个出世的心。但是，作用和目的有一致的地方——让家庭和睦，事业有成，人际关系和谐，让我们生活得更好，远离烦恼和痛苦。

所以，佛法就是活生生的现实，随时可以用，让我们在这个万紫千红的大千世界里，眼所见、耳所听、鼻所闻、舌所尝、身所触、意所思这六根对六境中，不贪婪，不排斥。

让我们领悟到我们不是独立存在于这个世界的一个有自性的个体，而是不一不异的关系。

过去常常会误解，佛法就是避世的，但事实是，我们就活在这个世界上，怎么避世呢？逃到哪里能避开六根对六境的所谓现实呢？

佛教的修行有很多很多的方法，所谓八万四千法门，每一种都很可贵，目的都是为了让我们解脱。做事情也是如此。

只有真的去做了，才知道，道理是道理，现实是现实。我们懂得了道理，不一定就是真的领悟了。道理一定要融入我们的身心，才算数。

否则，我们就执着于文字，觉得文字就是真理。所以佛门有“指月”这样的说法，用手指去指月亮，误以为手指头就是月亮。

诸佛妙理，无关文字。但是没有文字，佛法也无法继承和传播。所以，我们要学习佛法，更要实践佛法。

时代在发展，社会在进步。古代农业社会农禅并举，很适应当时的社会氛围；现代社会，也是农禅并举，但现在是“码农”。在这样一个互联网时代里，如何探索出更适合现代人的修行道路，还需要更多的实践和摸索。

两千多年了，语言在变化，服饰在变化，职业在变化，生存方式在变化，山河大地种种外在都在变化，甚至于沧海桑田，但是人心还是那样的——贪、嗔、痴，一点也没变。

大家比较熟悉的佛门中的很多话，都已经成为文化生活中的一部分，比如“拿得起，放得下”，用来形容一个人心胸豁达、自在洒脱。

但事实上，世俗社会的很多痛苦都来自拿不起，放不下；该承担的没有心力去承担，该放下的不舍得放下。做事就是这样历练，要先拿起来，再放下。

在善知识的调教、点拨、指导下，那颗执着和顽劣的心，反复提起，反复放下，慢慢才真能达到宠辱不惊、云淡风轻的境界。

不然，就只是文字而已。

学渊

2018年3月12日于龙泉寺



上篇



悠悠万事，用心唯大

第一章

做事之道：你发的什么心

- 做事要做正业 003
- 做一件事先问问自己：你发的什么心 005
- 何时何地，知道自己要干吗，这就是负责任 007
- 做事应该“有所求”还是“无所求” 009
- 小事做不好，大事也就无从谈起 011
- 做事到底该重视大事还是小事 013
- 人最不自知的错，就是做什么事都只看眼前 015
- 做事不要只看眼前的结果，还要看未来的意义 017
- 对每一件事都用心做 017

- 我想要什么，我能做什么 018
- 做什么事都三分钟热度，怎么办 018
- 没有什么事是“只许成功不许失败”的 019
- 要在承担中增长能力 019
- 做事要“如救头燃” 020

第二章

把事做好，离不开因缘

- 发心要高调，做人要低调，做事讲缘起 022
- 做事要在因缘上用心 024
- 缘起改变了，结果就改变了 026
- 错会“随缘”“放下”的本意，做事就会背道而驰 029
- “放弃”与“放下”的区别在哪 032
- 不重视眼前的因缘就是妄想 032
- 为什么痛苦，正是因为你太想把事情做好了 033
- 为什么做事不要向外求，要向内求 034
- 做事总担心做不好怎么办 034
- 做事，不是看自己喜不喜欢，而要看应不应该 035

- 必须有兴趣才能坚持做一件事吗 035
- 有责任心，事情就是应不应该做，
而非喜不喜欢做的问题 036
- 做什么，不能根据兴趣来决定 036
- 多做事，才能知道自己的不足之处 037

第三章 做事执着好吗

- 世间从来没有不变的东西 039
- 为什么任劳任怨，任怨难 041
- 认为是你做的，功德再大也是小 043
- 总是静不下心来做事怎么办 045
- 不执着目标，不强求结果 045
- 做事要规划好时间，才能心不累、人不累 046
- 为什么“无论怎么努力还是不能改变” 046
- 放不下某人、某事，其实你也抓不住 047
- 什么叫“假放下” 047
- 做计划不能太多太细 048

第四章 管理禅

- 管好你自己，不要老想着管别人 050
- 当带头人，要让大家感觉你对每个人都没有分别心 052
- 少忧事，多忧人，是把任何事做好的穷诀 054
- 看一个人，要从长远的角度去看 056
- 懂得配合别人，才是真正会做事情的人 058
- 做事要发长远心、平常心 060
- 做领导，最关键的是协调关系、化解矛盾 062
- 要经常原谅别人，不然自己难受 064
- 坚持随众，服从管理，不说是非 067
- 随众：别人干什么，你就好好地跟着干什么 069
- 领导如何服众 072
- 团队做事，要抓住大方向，包容小不同 072
- 怎么能让枯燥无味的事重复做也不会厌烦 073
- 很多事，不能只指出问题，还要有好的建议 073



第五章

物忌全胜，事忌全美，人忌全盛

- 为什么做人要虚心：虚心的人拿得起，也放得下 080
- 为什么做人要慎独：让自己言行一致 082
- 为什么做人要宽厚：狭小的心，处处都是问题 084
- 为什么做人要吃亏：
学会吃亏，最终得到的比失去的更多 086
- 为什么做人要寡言：
无用的话、没有意义的话，易伤人害己 088
- 为什么要不说人过：
时时检点自己且不暇，岂有功夫检点他人 090
- 为什么要不文己过：小人才会文饰己过 092
- 为什么要不覆己过：有覆藏心的人，内心很辛苦 094
- 为什么要闻谤不辩：
丛林以无事为兴盛，是非以不辩为解脱 096
- 为什么要不嗔：一念嗔心，开百万障门 098

第六章

欢喜处处在

- 对于胜过自己的人，虚心学习；
对于不如自己的人，耐心帮助 101
- 我们的待客之道：众生欢喜佛欢喜 103
- 当别人有了错误，时机成熟了再指出来 105
- 别人做错事了，到底要不要批评 108
- 与人有矛盾，是据理力争还是隐忍 110
- “观过”前，先将心比心想一下 112
- 学会拒绝别人 114
- 世间所有的钩心斗角，都不过是为了一时之利益或脸面 116
- 谁会与人争一个“玩具”呢 118
- 在集体议事中如何用心 119
- 对于别人的错误要不要当面指出来 122
- 帮助人，要在肯定的基础上再指出问题 122
- 品诣常看胜如我者，则愧耻自增；
享用常看不如我者，则怨尤自泯 123
- 如何快乐地“兼听则明” 123
- 做好自己就不怕没朋友，内心虚弱才需要拉帮结派 124
- 如何来抉择别人的意见：闻过则喜 125

第七章

生活心经

- 做好事到底有没有好报 127
- 为什么我们经常会感觉“盲、忙、茫” 129
- 事事以自我为中心，必然活得苦上加苦 131
- “应该是什么”和“事实是什么”是不同的 133
- 你不解决问题，问题就解决你 135
- 学会关心别人，内心就能强大 137
- 不是人善被人欺，是人弱被人欺 140
- 相信你的人不用解释也会相信你，
不相信你的怎么解释也没用 140
- 付出一定有回报 141
- 人生的公平自有业果来显现 141
- 遇到困境，还需要相信因果吗 142
- 为什么说因果是一种规律 142
- 做事情只看当下的结果是不合理的 143
- 执着果相，就会“压力山大” 144
- 怎样才能改掉撒谎的毛病 144
- 看不清未来的时候，就走好脚下的每一步 145
- 当自己需要时才想起朋友，就找不到朋友 145

- 如何改变为人处世怯生生的状态 146
- 不够自信怎么办 146
- 对人只说三分话，不要轻易对一个人抛心，对不对 146
- 每一个选择都要与自己的人生大方向挂钩 147

下篇



活下去，活在当下

第八章

凡事先找自己的问题

- 找别人的问题，就会痛苦；
找自己的问题，就会幸福 151
- 和父母的关系处理不好，事业也不会好 154
- 完全顺从自己的心，一时轻松，前途却不可控 157
- 感情不是人生的唯一寄托 157
- 真正让我们不幸的是归罪思想 158
- 妈妈总是执着不好的念头怎么办 158
- 父母有错，把他们看成逆行菩萨 159

- 如何面对亲戚之间尔虞我诈的关系 159
- 和母亲三观不合怎么办 160
- 烦恼在熟悉的人面前最容易出现 161
- 把“怨气”转化为“福气” 161
- 单亲妈妈如何让孩子健康成长 162
- 亲人相继离世，如何走出悲伤 162
- 再亲近的家人，死后也是各自受报感果 163
- 人各有志，何必勉强 163

第九章

我要成为什么样的人

- 生活的本质就是无知造业、被动受报 165
- 人缺乏愿力，只好活在眼前的、短期的刺激中 165
- 我们总是害怕得罪人，却不怕“得罪”业果 166
- 自己是什么样的人，就会吸引什么样的朋友 167
- 要追求“我要成为什么样的人”，
而不是“我要得到什么” 167
- 工作的时候，要想想自己是在做事，还是在造业 168
- 大事要有决定，小事上就容易专心 168

- 活在当下不等于不管未来 169
- 离开“舒适区”，不一定是坏事 169
- 目标的达成不是结果，而是一个新的开始 170
- 身体和心的力量，如果不用，也省不下来 170
- 感觉非常迷茫的时候该怎么办 171
- 亲近优秀的人，自己就能变得优秀 172
- 是否苦头吃够了，人才会学乖 172
- 总是担心一些没有发生的事情怎么办 173
- 人生苦短，要做就做对生命有帮助的事 173
- 大方向没搞清楚，小地方就会处处纠结 174
- 念头跑错了路，人就会做错事 174
- 不要整天幻想干大事 175

第十章

最强不过平常心

- 平常心，就是把无常当作正常的心 177
- 无论他人造什么业，自己都要造善业 177
- 压力大，因为妄想太多 178
- 有一种妄想叫“结果还没出来，就幻想会失败” 178