

慈悲的力量

龙泽 黄结业

著

参悟人性 大彻大悟

拥有一颗悲天悯人的慈悲之心，热爱生命是幸福之本，同情生命是道德之本，敬畏生命是信仰之本。

- 一部让你少走很多人生弯路的智慧之书！
- 一部让你直通成功之门的捷径之书！
- 一部让你静下心来看完之后就能改变家族命运之书！

慈悲的力量

——参悟人性 大彻大悟

一部让你少走很多人生弯路的智慧之书

一部让你直通成功之门的捷径之书

一部让你静下心来看完之后就能改变家族命运之书

龙 泽 黄结业 著



民主与建设出版社

Democracy & Construction Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

慈悲的力量 / 龙泽 黄结业 著. — 北京 : 民主与建设出版社, 2016. 5

ISBN 978 - 7 - 5139 - 1085 - 9

I. ①慈… II. ①龙… ②黄… 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(2016)第 091990 号

慈悲的力量

CIBEI DE LILIANG

出 版 人：许久文

责任编辑：李保华

策划编辑：张 杰

出版发行：民主与建设出版社有限责任公司

电 话：(010) 59419778 59417745

社 址：北京市朝阳区阜通东大街融科望京中心 B 座 601 室

邮 编：100102

印 刷：北京旭丰源印刷技术有限公司

版 次：2016 年 6 月第 1 版 2016 年 6 月第 1 次印刷

开 本：16

印 张：13.5

书 号：ISBN 978 - 7 - 5139 - 1085 - 9

定 价：35.00 元

注：如有印、装质量问题，请与出版社联系。

序 言

一位国学大师在谈及英雄与圣贤的区别时，曾经说过这样一段话：英雄是把自己的痛苦转嫁到他人身上，通过征服他人而征服世界；但是他征服了世界，却没有能够征服自己。而圣贤则是通过征服自己，最终征服了世界，而且是皆大欢喜的征服。因为，圣贤有一颗悲天悯人的慈悲之心。

北师大第二附属小学原来有一位霍懋征老师。关于霍老师的教学，有这样一个小故事：

她在课堂提问的时候，一个学习成绩很差的学生也举手，但是问到他，他却回答不上来。

当霍老师把这个学生叫到办公室后，这个学生哭着说：“老师，别人都会，如果我不举手，别人会笑话我。”

于是，霍懋征就私下和这个学生约定，再提问时，如果会答就举左手，如果不会就举右手。

以后提问中，如果看到他举左手，霍老师就让他回答，举右手就不提问他。既保护了学生稚嫩的自尊心，也给了他表现的机会。一段时间后，这个学生的成绩就有了

很大的进步。

这个带一点狡黠又蕴涵着深沉教育理念的小故事，正是霍懋征老师炉火纯青教育艺术的一个生动写照。

很多人都知道“伟大的人民教育家”陶行知先生，我们再来看一段有关他的故事。

陶行知先生在做校长时，一天，在校园里看到一名男生正想用砖头砸另一个同学，陶行知及时予以制止，又令这个学生去自己的办公室。

陶行知在外了解情况后回到办公室，发现那名男生正在等他，便掏出第一颗糖递给他：“这是奖励你的，因为你很准时，比我先到了。”

接着又掏出第二颗糖：“这也是奖励你的，我不让你打人，你立刻就住手，说明你很尊重我。”该男生将信将疑地接过糖。

陶行知先生又掏出第三颗：“据了解，你打同学是因为他欺负女生，说明你有正义感。”

这时那名男生已经泣不成声了：“校长，我错了。不管怎么说，我用砖头打人是不对的。”

陶校长这时掏出第四颗糖：“你已经认错，我们的谈话也该结束了。”

其实，陶行知先生和霍懋征老师的境界，就是慈悲的境界；陶行知先生和霍懋征老师教育的力量，就是慈悲的

力量。

有人这样解释慈悲：慈就是给予众生快乐，悲就是解除众生痛苦。看到任何众生痛苦时，会想尽办法让他远离痛苦、获得快乐，以众生之苦为己苦，以众生之乐为己乐。范仲淹所说“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”，是这个意思；古人所说“圣人无心，以百姓心为心”，是这个意思；孟子所说“乐以天下，忧以天下”，也是这个意思。

如果我们追根溯源，就会发现，人类需要两条腿来走路：一条腿是智慧，一条腿是慈悲。慈悲要以智慧为指导，智慧要用慈悲去贯彻。而现实的情况则是，随着人类道德心性的急剧滑坡，人类正在与慈悲渐行渐远。现在，很多人连智慧都不怎么挂心了，已经直奔智商而去，甚至直奔名利而去了。

正是因为把两条腿变成了一条腿，所以失去了平衡，于是我们这个社会充斥着暴戾之气和互害之氛，各种各样的问题接踵而至。我们自己种下了诸多不利的因，所以就结出了诸多不利的果。

在春秋时代，曾经辅佐齐桓公“九合诸侯，一匡天下”的管仲说过：“圣人畏微，而愚人畏明。”意思是说，圣贤高人在事物微细之时就知道畏惧，所以不会做错事情；而愚昧之人在事情险象环生时才知道恐惧，但是已经

无济于事了。

那么，我们为什么不去从根本处下手呢？况且，慈悲他人就是慈悲自己。把这个因果法则理顺了，才能谈得上播种牡丹、收获牡丹的实际效益。

是为序。

序 言	1
第一章 慈悲之含义：万善之基，众德之藏	1
1. 悲天悯人，慈悲理念的核心内涵	3
2. 此岸与彼岸，对人生苦乐的深思	7
3. 希望与期待，对生命脆弱性的关切	11
4. 尊重生灵，敬畏万物的生命哲学	14
5. 利他思想，致力行善的慈悲观念	18
6. 宽恕美德，慈悲的道德体现	22
第二章 慈悲之智慧：彰显理性，抚慰心灵	27
1. 放下的智慧，放下贪婪之心	29
2. 无欲则刚，别让物欲填满心灵	33
3. 诸多烦恼，皆因一个“我”	37

4. 善待自己，负面情绪自然与你无缘·····	40
5. 心灵的净土，是修炼当下·····	43
第三章 慈悲之本心：道德原则，行为准则 ·····	47
1. 人之初，性本善·····	49
2. 善良之人，内心宁静·····	54
3. 待人处事，重在心存善良·····	59
4. 对待自己，应该独善其身·····	63
5. 播种善良，就收获了友情·····	66
6. 做好事心里会舒服·····	70
第四章 慈悲之能量：慈悲无敌，无坚不摧 ·····	73
1. 心怀慈悲，凝聚和谐“正能量” ·····	75
2. 拥有慈悲能量，获得内心淡定·····	79
3. 长存慈悲之心，心量大如宇宙·····	82
4. 心存美好，幸福紧随·····	86
5. 目光收纵，淡视波谲云诡·····	89
6. 正气内存，身正心安梦稳·····	93
第五章 慈悲之善行：大爱无疆，上善若水 ·····	97
1. 善行源自内心深处的善念·····	99
2. 爱的善行打开了人生视窗 ·····	103
3. 上善若水，最高境界的善行 ·····	106
4. 善行，并非以昭告天下为标准 ·····	110

第六章 慈悲之人际：和谐人际，以德服人	115
1. 心有慈悲，对人的态度自然不同	117
2. 与人为善，本着善心与人交流	120
3. 利他的人，才会拥有更大财富	124
4. 不与人争强斗气，就是慈悲	128
5. 心境开朗，人际关系自然就好	131
第七章 慈悲之宽容：严于律己，宽于待人	135
1. 宽恕是良药，怨恨是毒酒	138
2. 宽容别人就是善待自己	141
3. 以宽容与忍让对待对方的攻击	145
4. 以包容对待他人的误解与过失	149
5. 以微笑回应俗人的讽刺与挖苦	152
第八章 慈悲之众生：参悟生命，传递爱心	157
1. 博大胸怀，能容天下不平之事	160
2. 以积极乐观的心态主动付出爱	164
3. 博爱奉献，要战胜自私	167
4. 爱这个世界的人，才会怜悯自己	171
5. 多为别人着想，多帮别人做事	175
第九章 慈悲之感恩：滴水之恩，涌泉相报	179
1. 至诚恭敬，感恩是人的本性	182
2. 构建和谐社会，应从感恩开始	186

3. 常怀感恩之心，会使你忘却许多烦恼	191
4. 感恩伴随我们一路成长的所有人	195
5. 常做感恩之事，时时心存感恩	198
6. 永远不要忘记每一个曾经给你帮助的人	201
后 记	205

第一章

慈悲之含义：

万善之基，
众德之藏



题记：不论美善，还是道德，皆以慈悲为基石。

当今社会，经济腾飞，物质丰富，但不少人却精神空虚，心无所依。社会上急功近利，见利忘义成风，官场贪污腐败，商场制假贩假，医院唯利是图，学术剽盗成群，富商拒绝慈善，下岗失业严重，仇富心理滋长，社会治安恶化，公德意识淡漠，环境污染严重，人与自然和人与人之间的关系紧张，社会问题层出不穷。

中国传统文化重视对个人身心行为的约束，强调勿以恶小而为之，勿以善小而不为。在有些人看来，这些似乎已经时过境迁，不合与时俱进精神，不提也罢。

众所周知，佛教讲慈悲，基督教讲博爱，孔子讲仁者爱人。这些讲法都有相通之处，可谓万善之基，众德之藏。做人也好，做事也罢，离开了慈悲便失去了最为必要的基础。

慈悲为怀，乃是为人做事、福国利民之本。

1. 悲天悯人，慈悲理念的核心内涵

(1)

慈悲一词出自佛家，慈是指带给他人利益与幸福，悲是指扫除他人心中的不利与悲伤。佛经上说：“大慈与一切众生乐，大悲拔一切众生苦。”我们一般所认为的慈悲，亦泛指慈爱与怜悯。

一般而言，慈悲与同情很是相近，但是二者的确是有区别的：因为恐惧而怜悯是同情，因为爱而怜悯是慈悲。仔细推敲起来，这个区别还是蛮大的。

其实，慈悲理念的核心内涵就是悲天悯人。悲天，是哀叹时世；悯人，是怜惜众生。悲天悯人，就是指哀叹时世的艰难，怜惜人们的痛苦。

(2)

当然，对于一般人来说，一下子做到悲天悯人的境界也不现实，需要从现在的基础一步一步做起。有一段孟子与齐宣王之间的故事，就把这个道理讲得格外清楚。

当年，孟子见齐宣王时谈及一件事。一天，齐宣王坐在大殿上，有个人牵牛从殿下走过。齐宣王问道：“把牛牵到哪里去啊？”那人回答说：“准备用它来祭钟。”齐宣王说：“放了它吧！我不忍看到它那恐惧战栗的样子，没有罪过却走向死地。”那人问道：“那要废除祭钟的仪式吗？”齐宣王说：“怎么可以废除呢？用羊来换它吧。”

有的百姓认为齐宣王吝啬，孟子却认为这是因为于心不忍。对此，齐

宣王说：“我们齐国虽然不大，但是我又怎么能舍不得一头牛呢？我真是因为不忍心看那头牛恐惧哆嗦的样子，才换成羊的。”孟子接着说：“大王也别怪百姓误会您吝啬，您的做法不过是以小换大而已。如果真是于心不忍，那牛和羊有什么区别呢？”齐宣王笑着说：“真是的，我这是什么心理呢！我虽然不是吝啬一头牛，而以羊来替换，但是这个做法，也不怪百姓误会我。”

孟子安慰道：“这也不是什么大问题，而且也是一片仁心，不过见牛未见羊而已。君子远庖厨，为的是守住自己的心，不让自己见惯了血腥而变得残忍。”

齐宣王非常感慨而且高兴地说：“《诗》云：‘他人有心，予忖度之。’就是说您这样的人吧。就说我吧，自己做了的事情，却不知道自己在想什么；而经过您这样一分析，一下子就说到了我心里去了！”

你看，连齐宣王自己都搞不明白的心理活动，孟子凭什么搞得如此透彻呢？这显然也是大家都非常感兴趣的事情。

因为孟子的境界！有孟子那样的境界，才能真正谈得上将心比心。当然，不是只有孟子才能有那样的境界，而是人人都可以有那样的境界。

上面所说的怜悯心理，在平时看起来，似乎人人都具有，并没有什么了不起。但是假如真正研究心理学，不论政治心理学，或者宗教心理学，齐宣王这个以羊易牛的故事，可以用一句后世人人引用，大家都知道的俗语——“妇人之仁”来形容。因为女人容易掉眼泪，只要一点点鸡毛蒜皮的小事情，就难过掉泪。我们认为，古人说“妇人之仁”这句话的意思，是要人们的慈悲，不要走小路线，要发大慈悲，具大仁大爱，所以才用妇人之仁——看见一滴血就尖声惊叫的“仁”来作反面的衬托。实际上，妇人之仁也是慈悲的表露。正如齐宣王看见一头牛发抖不忍宰杀，扩而充之，就是大慈大悲，大仁大爱。只可惜没有扩而充之而已。

一般的妇人之仁，如果扩而充之，就是仁者爱人那样的爱，自然非常伟大。我们看看不同宗教中的几位代表人物，就可知母性仁爱的伟大了。佛教里最受欢迎的是观世音菩萨，虽然在佛经的原始记载上，他是一位男性，但是他却常以女身出现，而后世人们也都喜欢膜拜他以女性姿态出现的化身，代代相传，如今他已成为母性慈爱的象征。天主教的圣母玛丽亚，是伟大母爱的表征。至于道教标榜的，则有瑶池圣母。尽管人类不少宗教的教规、教条、教义，都是重男轻女，但最后还是推崇女性的伟大。这也是蛮有意思的事情。

(3)

我们还是把目光拉回来，打量一番人世间，是不是也真正存在悲天悯人的人呢？事实上，还真的不会让我们失望。

1979年12月，被人们称为“慈悲天使”的仁爱修女会创始人特蕾莎圣女（又称作德兰修女、特里莎修女、泰瑞莎修女）被授予了“诺贝尔和平奖”。评奖委员会认为，她成功地弥合了富国与穷国之际的鸿沟，以尊重人类尊严的观念在两者之间建起了一座桥梁，为克服世界的贫困做出了卓绝的贡献。

对于被授予了如此至高的奖项，特蕾莎圣女并没有特别开心，相反她还有些犹豫和矛盾，因为她选择终生为穷人服务，并不是为了博取世间的荣耀，而是为了让世人见证上帝的大爱。但是，最终她还是选择了前去领奖——代表穷人去领这个在世人看来拥有无上荣耀的奖项。

1979年12月8日，特蕾莎圣女乘飞机来到了挪威的奥斯陆。和平奖评奖委员会主席萨涅斯先生亲自到机场迎接。他告诉圣女，国王殿下期望在典礼宴会上与她见面。圣女当即反问道：“宴会？什么宴会？”萨涅斯先生告诉她，他们将在10号晚上照例举办一个典礼宴会。

特蕾莎圣女马上说道：“请把宴会取消吧！”萨涅斯先生非常吃惊，因为这是自1901年诺贝尔奖设立以来，还是第一次有人提出这样的请求。他不解地问道：“取消？为什么？”圣女答道：“请把这笔餐费捐给加尔各答的穷人，好吗？”萨涅斯先生犹豫了一会儿，最终同意了圣女的请求。

在特蕾莎圣女看来，这顿花费7000美金的豪华国宴只能供135人享用，但如果把这笔钱捐给仁爱修女会，修女们就可以让1.5万印度穷人饱餐一天。

特蕾莎圣女的善举很快通过媒体传遍了世界。在颁奖仪式结束后，挪威的邻国瑞典立即发起了全国性的捐助活动，一次募集的款项就达40多万瑞典克朗，而这却是圣女完全没有料到的。

至于那笔19万美元的奖金，特蕾莎圣女也全部交给了修女会，并用这笔钱为印度的麻风病人设立了一个防治基金。此外，她还卖掉了那枚在世人看来无比珍贵的“诺贝尔和平奖”金质奖章，并将所得如数用在了穷人身上。

正如特蕾莎圣女在颁奖典礼中的致辞中所言：“请记住，上帝赐给我们的礼物，就是要我们相互关爱。我们都可以用上帝的礼物做我们能做到的事情。让我们为了基督施予他人爱心吧，让我们像他爱我们一样相互爱戴吧。”

像特蕾莎圣女这样的人，她已经把善心和德性发挥到了极致，不禁让我们的内心感到温暖和颤栗，这样的世界才美好啊！

按照佛教的观点，慈从悲来，悲必为慈。悲原意为痛苦，由痛苦而生悲情。一个人深刻感受到自身的痛苦，也就能对他人的痛苦感同身受，产生悲情，自然而然地由衷地衍生出对他人的友情，并扩展为对一切众生的普遍的平等的慈爱。悲天悯人并不是悲悲切切，而是一种博大的胸襟。