

秦浦◎编著

道家做人

低调做人 高处成事



儒家做事

方正为人 圆融处世



佛家修心

自在修心 厚德治世



低调做人 圆融处世 自在修心

秦浦◎编著

道家做人， 儒家做事， 佛家修心

中國華僑出版社



图书在版编目(CIP)数据

道家做人,儒家做事,佛家修心/秦浦编著.—北京:中国
华侨出版社,2012.10

ISBN 978-7-5113-2949-3

I.①道… II.①秦… III.①道家—人生哲学—通俗读物
②儒家—人生哲学—通俗读物③佛家—人生哲学—通俗读物
IV.①B948-4②B223-49③B222-449

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 251060 号

道家做人,儒家做事,佛家修心

编 著: 秦 浦

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 茶 靡

封面设计: 异一设计 QQ:164085572

版式设计: 王明贵

文字编辑: 李翠香

图文制作: 北京东方视点数据技术有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787mm × 1092mm 1/16 印张: 32 字数: 512 千字

印 刷: 北京中创彩色印刷有限公司

版 次: 2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-2949-3

定 价: 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦三层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010)58815875 传 真: (010)58815857

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

前言



我国传统文化中，有儒家、道家、佛家三大文化体系，在长期的发展过程中，它们最后形成了既各竖旗帜又合力互补的局面。道家本着顺应自然的态度，是实现之后的自我超越。儒家教人进取，用积极的态度去认同和构建社会规则，力争在社会上能够建功立业、生活圆满。而佛家是讲究放下与自我修为，进而普度众生。这三者能够让人们时时刻刻找到可以慰藉的理论依托。

道家以“善利万物而不争”的宽阔胸怀，以祸福相倚、有无相生的深邃智慧，引导人们从更高、更广的角度来看待物质利益和眼前得失，告诫人们，不要为声名、财货这些世俗的物质利益而丧失了自我、扰乱宁静的心灵、损害自己的身心健康，而应“抱朴守真”、“安时处顺”。这就促使人们以这些思想原则及时地调节心理失衡，从容坦荡地对待人生历程中的成败得失。它既防止别人伤害自己，同时也能增强自己的竞争力。

儒家讲究持重、勤谨、正气、担当以及自省、中庸的为人处世之道。这种心态让人们的人格圆融通达，变得具有影响力和号召力，成为社会精英。

佛家慈悲宽大，忍让包容，视世间万难为无物，不怨天尤人，从自然，呈本性；倡导助人弃苦得乐，让心灵得到自由的智慧；奉行修炼自身，减少欲念，远离罪恶的智慧。有了这种心境，人就会变得豁达而坚强，远离仇恨，避免灾难，获得人生的成功。



对于道家、儒家、佛家，国学大师南怀瑾先生曾经这样打比方：儒家好比粮食店，为人们提供必不可少的精神食粮；释家是百货店，日常用品，林林总总，一应俱全；道家则是药店，灵丹妙药，用以济世救人。现代人都希望找到一套有效、实用的为人处世之道，其实我们的前人已经形成了这样一套系统的成功智慧，我们完全可以从前人的经验中寻找，事半功倍地摸索自己成功的做人、做事、修心之道。

这是一个竞争的时代，也是一个成大事的时代，优胜劣汰，适者生存。如果你一心只读圣贤书，两耳不闻窗外事，那么你只不过徒有满腹经纶而无所用；如果你一味老实耿直，不懂应变之道，那么你也只能处处碰壁，逃脱不了平庸的魔掌；如果你素来争强好胜，百折不弯，不懂屈伸进退，那么你也只能吃亏在后，赔了夫人又折兵；如果你总是心直口快，不加掩饰，不知用晦于明、藏巧于拙，那么你也只能聪明反被聪明误，搬石头砸自己的脚。

大量有关道家、儒家、佛家做人做事成功与失败的生动事例告诉我们：做人要聪明不外露，做一个糊涂的精明人；要把握好做人的尺度，万事都要留有余地；要学会低头，能屈能伸，“忍”字当先；要善于调整自己的心态，“心若改变，你的态度跟着改变，态度改变，你的人生跟着改变”；要抓住机遇，敢于冒险；要学会选择，懂得放弃；要敢于决断，该出手时就出手；要从全局出发，能谋善断，运筹帷幄；要善于从不同的角度去开发思维，力求创新；在面对挫折时要力争奋发，以毅力和坚忍攀最高峰……

学习道家、儒家、佛家三家做人、做事、修心的成功哲学，密切结合实际生活，可以解决现代人最关注的许多人生问题，诸如事业管理、婚姻家庭、为人处世、结交朋友、职场进退、修心以及养生等诸多方面。用最经典、实用的人生哲学指导自己日常的做人做事，会更顺利地成就事业和人生。

目录



上篇 道家做人

见素抱朴，本分做人	3
质朴做人，本分做事	3
务求平实胜过标榜仁义	5
简单如一张白纸	7
保持天然本色，做真正的自己	8
贤孝世界未必清明	11
老实做人，规矩做事	12
收好一颗机心，放好一颗初心	15
机心如流毒	15
小心误入伪诈人的雷区	17
聪明才智也有负面效应	19
势利心愈重烦恼愈多	21
名心褪尽时，悠然见南山	23
外曲还须内直	24
彼此敞开，坦诚相待	26
收好一颗机心，放好一颗初心	27
人生如水，游刃有余	30
水中感悟做人道	30



守柔如雁过无痕	32
欲认识世界先认识自己	34
定住本心，不为外物侵扰	36
先忘我，才能技通乎神	38
淡看人生浮沉	39
曲到好处方为上	40
灵活应变，游刃有余	42
先无为，再作为	45
无用之中有大用	45
善争者以不争取胜	47
无言的教育更胜耳提面命	49
无为之为才是最高明的管理	51
无为不等于没主见	52
与其费力不讨好，不如晓之以利害	54
谨言慎行方无尤	56
老子有三宝，慈俭不为先	58
“耐”与“恒”的境界	60
沉潜是腾飞前的准备	60
把眼光放长远	62
笑到最后才是大赢家	64
人生要耐得寂寞	66
成功在于点滴的积淀	68
执著于一点，成事在天缘	69
凝神于心，事半功倍	71
妄动易坏事，百忍能成金	73
做适合的事，耐恒久的烦	75
大巧若拙，大智若愚	77
守拙护己，无可就是大用	77
耍小聪明是一种无知	79



莫让才气反伤己身	81
与众不同未必是好事	82
上善若水，其用不穷	83
“呆气”往往是灵气	85
“自污”乃保身妙方	87
退步原来是向前	89
守住已有的便是富足	89
后退是为了向前	91
头要低，腰须挺	93
守住自我，不在凡尘琐事里忘形	95
最低处恰是最高处	97
以出世心入世行走	100
不让外在世界成为心的桎梏	100
简简单单，跳脱纷繁	101
公而忘私故能成其私	103
咸有咸的滋味，淡有淡的意境	105
红尘过往客，何必斤斤计较	106
清心寡欲，适可而止	108
素描人生最美	110
相亲相厚，不如相忘江湖	111
出世人世间，做个半路人	113
关注内心，参悟人生	115
功成身退，如鱼得水	118
抱一为天下式	118
参透名利退全身	120
不争功劳，不矜成就	122
腾则为龙，潜则为蛇	124
进有尺，退有度	126
大隐隐于市的闲适生活	128



平凡心是智，逍遥心是福	131
身心的自由最可贵	131
悲哀与幸运，不过是心念的选择	133
看破因由，发现生活的美	134
福祸一如，平常以待	136
无待的境界	138
幸福不是特权	140
扮演好自己的角色	142
智慧就在最平常的事物中	144
把生活当做一门艺术	145
达生需无为，养身先养心	148
生命自由流转，达生只需无为	148
如何达到心斋的境界	150
停下疲于奔命的脚步	151
何处来，何处去	153
达生先养心	155
摈却浮躁，心如止水	156
撇开小我，放大眼界	158
找到自己的心灵	161

中篇 儒家做事

清清白白做人，明明白白做事	165
推己及人，换位思考	165
言必信，行必果	167
德行比才能更重要	168
修一颗赤子之心	170
不做道貌岸然的伪君子	172
做人坦荡，远离忧惧	174
实践出真知，有行才有悟	176



人生有三大乐事	178
大爱者爱国爱天下	180
做人上人，养浩然气	182
顶天立地大丈夫	182
生与义的博弈	183
谦谦如玉，铮铮若铁	185
养一腔浩然正气	186
品格是最大的资本	188
关键时候，做好选择	190
傲而不骄，坚守气节	191
忧国忘家，不畏强权	193
时不我待，奋发有为	194
临危不惧，才是慷慨本色	196
和而不流，中庸为道	198
和而不流，中庸为妙	198
要方圆有度而不是圆滑世故	200
做到一半刚刚好	201
危行言逊，不落祸患	203
正直做人，聪明讲话	205
有勇无谋不是真勇	207
有所为有所不为	209
言多必失，不如沉默	209
不拘小节方能成大事	212
有所不求，才能有所得	213
尽力而为还须量力而行	215
反省的心胜过吵闹的嘴	216
不轻易下结论	218
进退自如，在藏露中求稳	220
屈伸自如，进退得宜	220





君子不器，左右逢源	222
君子求善贾，有张有弛	224
预留退路，后事无忧	225
循序渐进，稳中求胜	227
对人圆融，行事和气	230
一味耿介未必是件好事	230
低眉顺目比金刚怒目更具威严	232
婉拒，不可不修的一门技术	233
万事和为贵	235
大度宽容得人心	237
处世有时糊涂有时醒	239
谣言来袭，保持清醒的心	239
有时糊涂有时醒	241
该出手时要出手	243
睁一只眼闭一只眼最潇洒	244
有机会抓住机会，没有机会等待机会	246
有时不妨一笑而过	248
名利河畔知得失	250
阳光下的财富最适用	250
富人穷人都要讲格调	252
不以利害义，也不因义废利	254
比名利更重要的是人格	256
虚名只是个累人的噱头	258
患得患失是失败的先兆	260
争千秋事业，不争一时成败	261
适心适意地交友	264
只身存天下的方法：别独自用餐	264
君子交谊如淡茶一杯	265



区分益友与损友	268
道不同不相为谋	270
量力而行，巧妙拒绝	272
欲得敬重，先敬他人	273
助人的原则：周急不继富	275
交对朋友先要识对人	276
行为比言语更可靠	278
真正的朋友轻财好义	280
安家智慧：有敬有爱	282
有爱有敬才是孝	282
对父母的爱随时可以表达	284
记住父母的生日	285
巧妙应对父母的过错	287
孝悌是人的一种本能	289
能听三分唠叨，可做一等孝子	291
游必有方，带着孝心去游荡	293
爱父母先要爱自己	295
照顾父母须要竭尽全力	296
孝是向下传递的教育	297
为学既要好学，又要善学	300
谦虚是最高深的学问	300
学问的“毛毛虫”越抓越多	302
不做学问的两脚书橱	303
学无止境，不进则退	305
慧眼识我“一字师”	307
举一反三，方是学问	309
“不知道”的智慧	310
学、问、思，为学的三驾马车	313





下篇 佛家修心

心宽，路就宽	317
把心腾空，才能包纳万物	317
悦纳自己，善待残缺	320
不要被迁怒的病毒感染	321
狭路相逢各让一步	324
孤芳自赏时，天地便小了	326
求同存异，不必强求一致	327
嗔言碎语随风去	329
被遗忘的与被铭记的	331
心旷为福门，心狭为祸根	333
身处泥泞，遥看满山花开	335
不比较，不计较	337
修炼一颗清净心	337
心里放下，才是真放下	339
纷繁世界，心静如水	341
不嫉妒，得救赎	342
善待欲望，保持一颗清凉心	345
得意不忘形，失意不失态	347
相信自己，轻如尘埃也能翩然起舞	348
简单本身就是幸福	350
以舍医贪，放下一颗尘心	352
摊开手掌，才不致财富压身	352
有耕耘才有收获	354
莫让贪毒入膏肓	356
财富也要能进能出	358
真诚布施者得吉祥	360
拥有是福报，给予是智慧	363



求财有止有度	364
在名利旋涡中寻回自己	365
欲望是毒，放下是唯一的解药	367
满怀一颗好心，满手都是慈悲事	370
慈悲是最大的爱	370
本是仙佛种，随处可开花	372
怀一颗平等心待人待己	374
慈悲无处不在	376
生是一连串的责任累积	378
爱出者爱返，福往者福来	379
慈悲没有形式	381
满怀好心，多行善事	383
做一辈子善事才是觉悟	385
耐得住烦恼，心安才能身安	388
心身不定时，烦恼不招自来	388
屋宽不如心宽，身安不如心安	390
脱去抱怨的心灵枷锁	392
修行先修一颗初心	394
勤勉认真，充实人生	395
心性专一，有始有终	397
安心精进，永不停息	399
学佛在自心，成佛在净心	401
慢慢来，忙中安心立命	404
忙得快乐，乐得欢喜	404
充实的生活才能安身立命	405
撞钟时只想着撞钟	407
路不通时，换一条走	409
心无二念，脚踏实地	411
做事忙中有序，分清轻重缓急	412



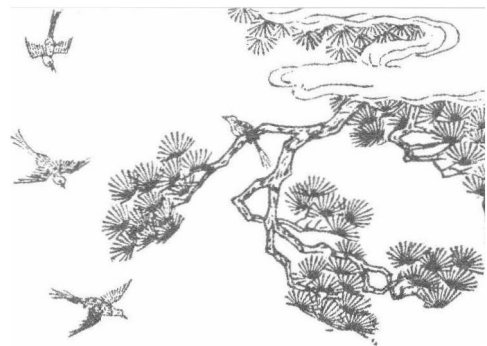


从容不是安逸	414
体会细微处的快乐	415
随心随缘不随便	419
随缘不随便	419
海棠无香也是美	421
四时无闲事，皆是好时节	423
执著于自我等于作茧自缚	424
以平常心看苦乐顺逆	426
造化弄人，不必太认真	428
以坦荡心境面对诽谤	430
助人为乐，得助亦乐	432
老拙穿破袄，淡饭腹中饱	434
随处是机缘	435
人生无南北，泰然以自处	437
忍苦忍辱是一生的修行	440
忍耐是人生必修课	440
忍辱的力量大无穷	443
退到悬崖，绝处逢生	444
躬行才能证得圆满	446
忍让是春风化雨般的善意	448
戒也是一种自由	449
低头看清脚下路	451
忍受磨砺才能变成珍珠	452
能屈能伸，能进能退	453
忏悔是福分，吃“悔”药当做吃补药	456
对一切心存感激	456
最难是浪子回头	458
要有自省的力量	460
忏悔也是一种福分	461



给别人悔过的机会	463
常忏悔，常清心	465
活在当下，解脱在当下	467
活在当下，过去事不追究	467
不要预支明天的烦恼	468
平实之间，处处都是净土	470
心中明亮，何须点灯	471
一念放下，即登彼岸	473
如何经营自己	475
生死不挂心，泰然度一世	478
人生犹如不系舟	478
看清浮生的本质	480
活出生命的真意	481
以平常心看无常事	483
何须挂心死后之事	485
心境是无界的	487
在行动中自悟自证	488
把精力投入到有意义的生活	489
活着是寄宿，死了是回家	491





上篇·道家做人

源于老子的道家思想，高屋建筑，从宇宙天地和人的完整生命的宏观角度来思考人应当度过一个怎样的生命征途。超越了知识体系和意识形态的局限，站在天道的中心和人生的边缘来反思人生，深入人性，为人们构建了一片朴素自然的自由天地，帮助人们在出世和入世之间找到平衡点，既取得世俗的成功，又不失去自我的精神家园。