

佛家养心 道家静心 儒家正心
修心 行善 积福

在浩如烟海的佛学典籍中，提炼出具有代表性的佛理禅语，通过通俗生动，又蕴涵人生哲理的小故事，以佛家禅学思想全面解读人生。



大彻大悟

杜大宁◎编著

佛禅思想
全面解读人生

两千多年都在用的东方智慧精华

佛家禅学是一种解脱的智慧，追求快乐适意的生活，以非凡的智慧道出超脱的人生心境，点破世俗迷障，以睿智的机锋给世人以明示，为世人指明前进的方向。



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

杜大宁◎编著

佛禅思想
全面解读人生

大彻大悟



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

大彻大悟 / 杜大宁编著. — 北京: 新世界出版社,
2011.10

(品读国学)

ISBN 978-7-5104-2253-9

I. ①大… II. ①杜… 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(2011)第200920号

大彻大悟

作 者: 杜大宁 编著

责任编辑: 董晶晶

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街24号 (100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

http: //www.nwp.cn

http: //www.newworld-press.com

版 权 部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 三河市祥达印装厂

经 销: 新华书店

开 本: 710mm×1010mm 1/16

字 数: 220千字

印 张: 18.75

版 次: 2011年10月北京第1版 2011年10月北京第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-2253-9

定 价: 36.00元

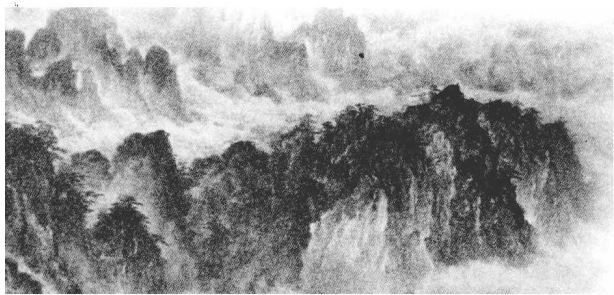
版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

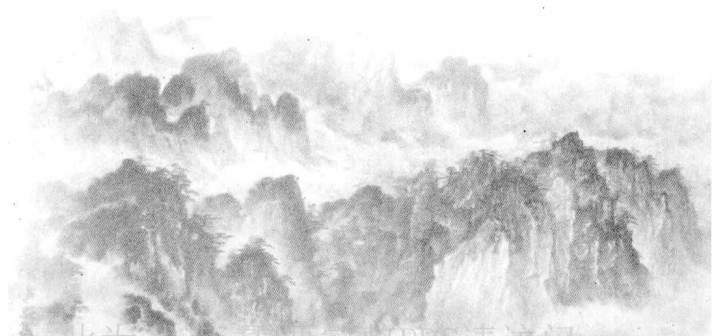


在浩如烟海的佛学典籍中，提炼出具有代表性的佛理
禅语，通过通俗生动，又蕴涵人生哲理的小故事，以佛
家禅学思想全面解读人生。





两千多年都在用的东方智慧精华
佛家养心 道家静心 儒家正心
修心 行善 积福





前言

在如今的社会中，人们已经无暇去探究人生存在的意义和价值，一步步成为了物质的奴隶。这个时候，佛法展现了它智慧的灵光。对佛法有所领悟的人，心灵得到了净化，人格得到了美化，力量得到了强化。那些佛思禅悟，犹如指路的灯塔，让迷失航向的船只归于正途；仿若汨汨甘泉，流入干涸的心灵之湖；好似猎猎清风，吹散了遮盖思想天空的乌云。

佛是一种解脱的智慧，追求快乐适意的生活，佛以非凡的智慧道出超脱的人生心境，点破世俗迷障，以睿智的机锋给世人以明示，为世人指明人生的方向。佛法的作用是如此之巨大，它值得人们去探索研究。佛法离我们的生活如此之近，生活之中处处有佛法奥义，山川风物、日月星辰都富有禅机，只要有心，则时时有佛，处处有法。佛法藏于生活，又超脱于生活之外。佛是什么？佛是生命的减法，直说之，它就是生命的归零。既然是归零，就是放下一切。有一句话是“无一物中无尽藏，有花有月有楼台”，所讲的正





是修佛者的生命风华。

哲学有千万种，处事却只能以不变应万变；道理无穷尽，早在千年以前就被圣人说尽道破。圣人也是人，不过从平常事悟千秋道；圣人也有喜怒哀乐，不过随性而发，随遇而安，随风而止。

今人只要拿来读的便是：佛法佛心悟人生，即心是佛，无心是道。人生岁月，坎坷不平，欲养心怡性，需返璞归真；风尘世界，歧路纵横，欲世事洞明，唯佛道心智。

这样的佛法禅意时至今日依旧桃李芬芳，字字读来仿若再现了霎那的芳华。

本书中，我们不讲佛理，只引偈诗，从而迁出一个个故事、一段段公案，不敢说能让您参透生活的禅机，只想引您会心一笑，足矣。

就当这是一处依山傍水的清凉之所在，炎炎夏日走得紧了，请小坐一会儿，浅酌一口清茶，沉淀一下太过忙碌疲惫的心灵，足矣。



| 目 录 |



第一篇

菩提种子——学习生活的佛法



佛法中，将基本的佛理奥义视为种子，因为释迦牟尼佛是在菩提树下悟道成佛的，因此又可称为菩提种子。佛在传道时都会将菩提种子比喻为一滴水，而佛法则是大海，正所谓滴水来自于大海，最终又回归于大海，因此佛法才能够源远流长，永不干涸。往往这种浅显薄白的佛理，却是处世之正理。

- 口说得走千里路，不如脚踏前一步 / 3
- 莫以恶小而为之，莫以善小而不为 / 8
- 酒不醉人人自醉，花不迷人入自迷 / 14
- 命里有时终须有，命里无时莫强求 / 20
- 前半生若能无畏，后半生则可无悔 / 25
- 若以外物为持重，行为显呆板无用 / 30
- 人无品行之不好，却需改正坏习惯 / 35
- 胸壑中藏有莲花，方能够心如莲花 / 39
- 山高自有客行路，水深自有渡船人 / 44
- 忍得一时之怒气，能免百日之烦忧 / 47
- 脚下的地势不同，眼界就会不一样 / 53
- 处处皆能逢归路，道道亦可达故乡 / 57





第二篇

佛前挑灯——点燃生命的铜灯



正所谓师父领进门，修行在个人，从师父处传承了佛理奥义后，仅仅求甚解却不是处世之正道，还需打开智慧之门、思想之眼来观察生活。这正如佛前那恍恍惚惚、光焰如豆却千年不灭的佛灯，我们所需的正是挑灯之勇气、挑灯之智慧。

- 强中自有强中手，一山更比一山高 / 67
- 心中有鬼鬼自来，心中有佛人自安 / 71
- 我今一切皆虚怀，谦虚无上自有得 / 76
- 滔滔一点无依处，举足方知尽道场 / 80
- 做人低调立于世，才能处处得保全 / 85
- 勇于突破不求人，成功还得靠自身 / 89
- 无包容世界之心，便无圆满的人生 / 93
- 唯有心存紧迫感，方能立足于未来 / 98
- 身在福中不知福，失去福时方知迟 / 103
- 一休万事皆能休，恩怨烦恼也全休 / 107
- 身心清净方为道，退步原来是向前 / 112
- 抛百般凡心欲念，获万种正道解脱 / 118





第三篇

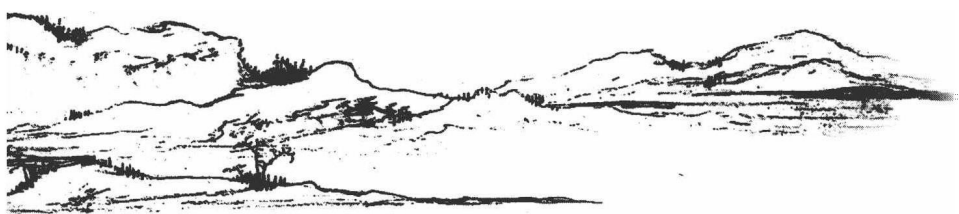
悟法人生——感悟禅意的人生



佛法藏于生活，又超脱于生活之外。佛经上所讲的：“佛法在世间，不离世间觉，离世求菩提，恰如觅兔角。”就是说明修行要在人间，觉悟也要在人间。

- 四大由来造化功，有声全贵里头空 / 127
眼内有尘三界窄，心头无事一床宽 / 133
锲而不舍贵有恒，金石可镂意料中 / 137
静坐常思自己过，闲谈莫论他人非 / 142
高山不过来就我，我便主动就高山 / 145
有时当思无时苦，好天要积雨来粮 / 149
吃些亏处原无害，退让三分也不妨 / 153
要有勇气拿得起，也有肚量放得下 / 157
竹密岂妨流水过，山高怎阻野云飞 / 161
高高山顶徐徐立，深深海底缓缓行 / 165
苦乐皆由自心生，退一步海阔天空 / 169
修其善则为善人，修其恶则为恶人 / 173





第四篇

执法问心——修习佛禅的智慧



静夜无言，自在问心，这是对生活、对人生的反思，是思想上的总结与革命。我们并非一定要成佛得道，但我们有必要领悟佛法中的大智慧，体味佛法带给我们的澄清心境，以一颗佛心待人接物。如此，我们则能获得心灵上的真正解脱，享受人生的美好与欢愉。

- 欲为诸佛前龙象，先做众生之马牛 / 181
持平常心处于世，永立于不败之地 / 185
智者能改过迁善，愚者却文过饰非 / 190
心境若不常清扫，思想就会蒙尘埃 / 195
待人贵在用真心，水滴石穿因有恒 / 200
不畏浮云遮望眼，只缘身在最高层 / 205
不动如如万事休，澄潭彻底未曾流 / 210
春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪 / 214
好向枝头采春色，不知春色在篮中 / 219
人前事后皆念忍，便能入快乐之门 / 224
混混红尘身如镜，喜怒哀乐省自身 / 228
山不让土而成高，海不择流则得深 / 233





第五篇

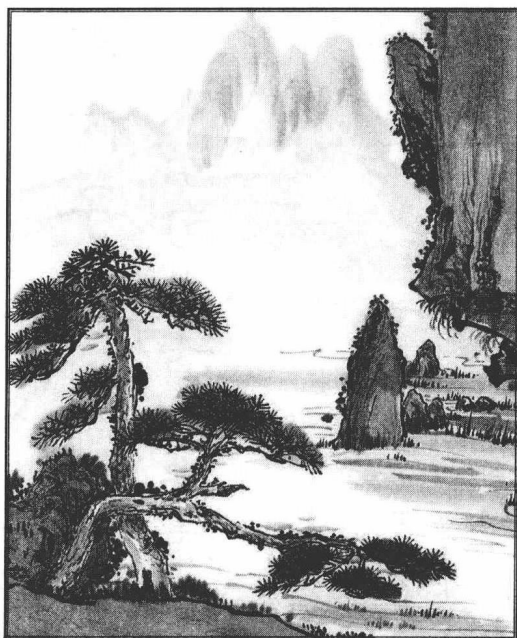
自由来去——升华心灵得自在



心灵的自由和解脱才是真正的自由。来去自由，可以说是心来去自由，也可以说是性来去自由，还可以说是生死自由了。参禅的人，不受任何限制。一切随缘法，方能得自在。

- 无事莫把闲话聊，是非皆因闲话生 / 241
各人得失都是缘，最宜淡然相处之 / 245
睡起有茶饥有饭，行看流水坐看云 / 249
无来无去本湛然，不居内外与中间 / 252
春日才看杨柳绿，秋风又见菊花黄 / 256
日月都从肩上过，山河尽向掌中看 / 261
白驹过隙人生短，只争朝夕有意义 / 265
忽然撞着来时路，始觉半生被眼瞒 / 269
千江有水千江月，万里无云万里天 / 273
溪水至清则无鱼，世人至察则无徒 / 275
慈悲之心不树敌，智慧之光无烦恼 / 279
人生处处有禅机，生老病死皆禅意 / 283





第一篇

菩提种子

——学习生活的佛法



佛法中，将基本的佛理奥义视为种子，因为释迦牟尼佛是在菩提树下悟道成佛的，因此又可称为菩提种子。佛在传道时都会将菩提种子比喻为一滴水，而佛法则是大海，正所谓滴水来自于大海，最终又回归于大海，因此佛法才能够源远流长，永不干涸。往往这种浅显薄白的佛理，却是处世之正理。





口说得走千里路，不如脚踏前一步



佛家故事

从前，有两个和尚，一个是皇家寺院的住持，另一个则是云游四海、只是暂时借住在皇家寺院的云游僧。一天，云游僧向往持告别，说要到佛教的发源地——古印度去拜佛求经。

住持笑曰：“此去路途遥远，您有何打算那？”云游僧说：“我只需要一个饭钵、一个水壶、两条腿就够了。”住持听了，说到：“路途太过遥远，要跟商队了解情况，准备路上需要用到的东西啊，我很多年前就想去了，一直没去成的原因就是需要准备的事情太多，我又身为寺院住持，需要处理寺院事务啊。你看，我的条件比你多很多，我都去不成，你也要多计划一下呢！”云游僧没再说什么，转身告辞。

多年后，云游僧从印度回来了，不仅曾在当地与僧人们交流佛法，到处讲经，回来时还带来了不少原版的经书。而住持依然只是住持，仍然没有实现自己的愿望。

老子曾说过：“合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。”

这句话的意思是：任何事情的成功都是由小而大逐渐积累的，如果不前进那小小的一步，又如何能够获得巨大的成功呢？古往今来，能够在事业上取得成就的人很多，他们的成就和荣誉令人敬





佩、羡慕，而且人们也非常渴望着能取得同样的成就，伟人之所以伪伟人，并不是说他们所取得的成就是别人实现不了的，区别只是在于，他们确定了自己的目标就开始着手去做了。

其实，认准方向，朝着理想，从小处做起，从现在做起，一点一滴地积累着，走下去，这就是成功的秘诀。

要想达到目标，使理想成为现实，积累是绝不可少的，而人们却往往忽视这一点。古人说“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海”，讲的也是这个道理。

无论多么远大的理想、多么伟大的事业，都必须从小处做起，从平凡处做起。

首先，我们需要做的就是确定一个努力的目标。这个目标的确定是非常有技巧性的。我们需要的并不是一个宏伟的蓝图，看上去那么的遥不可及，恰恰相反的是，我们需要确定一个看起来不那么困难、似乎伸手可及的目标。

曾经听说过这样一个故事：有两位朋友同时毕业于同一所大学，所学的都是电子计算机专业。在工作之后，面对当时IT行业的繁荣景象，两人都不安于现状，感叹自己怀才不遇。第一位朋友的唯一目标就是变成比尔·盖茨，创建一个像微软那样的公司，成为世界首富。于是他买来所有有关比尔·盖茨的书籍，精心研读；并且每天早出晚归，结交朋友，忙于应酬，寻找着所有可能变成比尔·盖茨的机遇。

第二位朋友的目标就现实得多。他所就职的公司对面有一家小电脑店，他觉得自己只要能够拥有这样一家小店就心满意足了。

尔后，他真的辞职开起了一家这样的小店。由于经营有方，专业过硬，生意非常红火。一段时间后，第一位朋友仍然在想方设法地变成比尔·盖茨，而第二位朋友则把目标的台阶提高了一些，将



自己经营的小店拓展成一个电脑公司。

多年以后，第一位朋友被“成为比尔·盖茨”这个宏伟的目标压得透不过气来，没有取得任何实质性的进展，仍然在原来的公司打工；而第二位朋友的事业却蒸蒸日上，将一家小小的电脑店创办成了连锁店。

这只是一个很普通的故事，就发生在我们身边，但还是让人感触颇深。第一位朋友开始的目标就太过理想，好高骛远，妄想“一步登天”，最终只能原地踏步，一无所成。

如果能够像第二位朋友那样，将自己的理想分成一个一个阶段性的目标，脚踏实地，每前进一步都可以感觉到自己是在向目标靠近，不仅能够增大成功的几率，而且就算某一天遇到了人力不能够抗拒的阻碍时，也有以前成功的事业作为基础，一旦有了适当的环境和机会，就能够比别人的起点更高，起步更快，更有效率，而能否成功往往就是由这些因素所决定的。

越是遥远和高不可攀的目标，越容易摧毁一个人的信心。而把目标定得低一点，你会发现，成功变得容易起来。

但是，积累的过程是痛苦而又漫长的，在这个过程中，不仅要沉得住气，还要能够耐得住寂寞。

著名的大提琴演奏家卡萨尔斯被人们称为“大提琴之父”。他是西班牙人，1876年诞生在加泰罗尼亚省一个偏僻的乡村，早在4岁时就会演奏钢琴、小提琴和长笛，11岁时恋上大提琴后终身不渝，如果上天要给大提琴一个名字，那必然就是卡萨尔斯。即使这样，他在93岁高龄时还坚持每天练琴3个小时。记者问他为何孜孜不倦，他回答道：“我到现在才发现自己还有点进步。”他不仅是开创大提琴独奏辉煌时代的第一人；也是第一个把大提琴的地位提高到和小提琴、钢琴并驾齐驱的音乐家。他对久被埋没的巴赫六首