

智者 人际

佛 经 故 事 启 示 录

谢镇泽 著



当代世界出版社

佛经故事启示录

智者人际

谢镇泽 著

当代世界出版社

图书再版编目(CIP)数据

智者人际 / 谢镇泽著. — 北京: 当代世界出版社, 2004.7

ISBN 7-80115-764-8/B.52

I. 智... II. 谢... III 佛经 - 故事 IV. B94

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 054154

书 名: 智者人际

出版发行: 当代世界出版社

地 址: 北京复兴路 4 号(100860)

网 址: <http://www.worldpress.com.cn>

编务电话: (010)83908403

发行电话: (010)83908410(传真)

(010)83908408

(010)83908409

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京市优美印刷有限责任公司

开 本: 880×1230 毫米 1/32

印 张: 9.125

字 数: 200 千字

版 次: 2004 年 7 月第 1 版

印 次: 2004 年 7 月第 1 次印刷

印 数: 10000 册

书 号: ISBN 7-80115-764-8/B.52

定 价: 20.00 元

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系调换。

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载!



序 言

龙树菩萨在《大智度论》卷五十中讲：“净佛世界者，有二种净，一者菩萨自净其身，二者净众生心，令行清净道。以彼我因缘清净故，随所愿得清净世界。”

自净是净他的前提。通过利他而自净，通过自净而净他。这是六波罗密的基本思路。要净他，除了首先得自净之外，还必须亲近他，调服他，摄受他。这就涉及到如何处理好人际关系的问题，也就是如何使“彼我因缘清净”的问题。古人讲：“未结法缘，先结人缘。”可见，结人缘是非常重要的，它是净化众生的前提条件。先结人缘，后结法缘，用法缘统摄、提升和净化人缘，最后达到人缘与法缘的不二。这是菩萨度化众生的方便法门。

佛教特别强调摄受众生，亲和众生，与众生为友。其摄受的方法就是一种人际关系学。佛教就如何处理好人际关系的问题，提出了一系列极富智慧、极有价值的方法和原则。这些方法和原则是指导我们为人处世的宝贵精神财富。我们若能如法地去生活，必定会拥有一个和谐、



智·者·人·际

健康、良好的人际关系。

佛教的人际关系学是以四摄为中心的，即布施、爱语、利行、同事。佛法中经常讲“布施结缘”，并且说布施时应该三轮体空，即没有施者、受者、所施物的相，即没有图回报的心。

其实，现代情绪管理学对布施是极为重视的，即是培养一个人的爱心，一个充满爱心的人，才能快乐地生活。而且这种爱心是无所求地给予，只问耕耘，不问收获。

美国加州心理治疗师维史考特医生说：“有期望的爱就是有条件的爱，你若需要别人的爱，才会觉得好过，你便迫切地期望他，你是在‘害怕’的心情下付出你的爱，你不断担心他会不爱你。这不是爱，是依赖，其快乐和喜悦是有限的。”

佛法中经常提到的一句话“施比受更有福”，如果你想借付出获得回馈，那么不必了。付出者真正的收获来自心中的善，而非需求。只有心胸宽大的人才能快乐，在助人时能引发自己对生活的热爱，于是能安妥度过逆境。

布施不限金钱布施，还有劳力、欢喜、智慧等布施。唯有懂得布施的人，才是最富有的人。用语言、力量、精神、物质来布施，都叫做布施结缘，是人际间最好的善意表现。

智者人际

对于自私的人来说，即是在谈话中经常提到“我”的人，较易得冠心病。自私的人，过度注意自己，可能使孤独感和隔离感加强，而寂寞对人来说，是最致命的。

一个拥有爱心的人，要从各个方面能关心别人，爱语即是用柔和语、无争语、质实语等，以鼓励代替责难，使人能从语言中得到益处。每一个人都喜欢别人的赞助、别人的爱护，所不幸的是社会上人与人之间常会发生吵架和误会，乃是不懂爱语所致，如果能善用爱护人的话语，不但可以与人结缘，还会增进人与人之间的关系。

同事即是要设身处地为别人着想。慈爱的母亲，喂自己的小孩，本来是要把放置汤匙内的食物喂至小孩的口中，可是自己的嘴巴也跟着张开，这是由于内心的慈悲，引发出来同事的现象。多站在别人的立场上思考问题，也就是心理学里所说的“换位思考”，往往对问题的解决、人际的拓展大有裨益。

利行即是尽自己的能力，去做利益他人的行为。俗语说，给人方便，就是给自己方便，帮助别人就是帮助自己。有时候说一句话帮助别人，别人也会帮助你。我们从帮助别人中获得对自己的信心，从而更能爱自己。现代社会学指出，利他主义可能是我们生存本能的一部分。

佛陀在《善生经》中对人际关系给我们更清楚的指



智 者 人 际

导,而且将父母、师长、妻儿、亲友邻居、奴仆、沙门六种关系,列为佛教徒应该敬仰的对象。

第一,父母与子女的关系。父母对子女的责任在于,避免子女堕入邪恶,教令子女从事有益的劳动,予以良好的教育,给予他们良好的家庭氛围,并于适当时机付与家财。子女在双亲年老时则应负起赡养之责,代表双亲尽他们应尽的本分,保持家庭传统于不坠而光大门庭,守护双亲辛苦积聚的财富,双亲死后妥为殡葬。

第二,师长与弟子的关系。弟子对师长必须恭敬服从,并应努力学习。另一方面,老师必须谆谆善诱,教益弟子,并以身作则。

第三,夫妇关系。夫妇之爱在佛经中称为“居家梵行”,这种关系是应当付予最高敬意的。夫妇应当彼此忠诚,互敬互谅,向对方尽其应尽的义务。丈夫应当礼遇其妻,决不可对她不敬。佛陀甚至不忘记提醒丈夫应以礼物赠与妻子,足见他对凡夫的情感是何等了解,同情而具有人情味。妻子应当照顾家务,接待宾客、亲友和受雇的佣工;对丈夫爱护、忠实,守护他的收入,并在一切活动中保持机智与精勤。

第四,亲邻关系。对于亲友邻居,彼此之间均应殷勤款待,宽大慈惠。交谈时应当态度愉快,谈吐优雅。应为彼



智·者·人·际

此之福祉而努力,并应平等相待,不可争论。遇有所需,应互为周济,危难不相背弃。

第五,主仆关系。主人或雇主对他的雇工或奴仆也有多种义务,应视其人的能力才干而分配工作及给以恰当的工资,并应提供相应的福利。雇工应勤勿惰,诚实服从,不可欺主,尤其应该忠于所事。

第六,僧俗关系。在家众应当敬爱出家众及供养他们的物质需要。出家人应以慈心教在家众,以智识学问灌输他们,引导他们远离邪恶而走向善道。

所以,在人际关系上,佛法与现代情绪管理学,结果与方法都有一定的相同之处。但在本质上,现代情绪管理学是从自我的快乐出发,因为我们能从帮助别人而获得快乐;而佛法则从他人出发,这是同体大悲的表现。

这种同体大悲的利他人际关系,就是我们“解脱”的现实体现,就是我们“回家”的象征。无论人们在理论上把“解脱”和“回家”说得怎样玄乎其玄,但落实到实际生活中去,无非就是表现为拥有一个和谐、圆融的人际关系;在这种关系中,人的平等性、差别性和统一性得到了充分的实现。因此,当我们从“解脱”和“回家”这一终极层次来审视人际关系的时候,它的重要性才真正地被我们认识到。



智者人際

我们不能想象，在一个充满瞋恚、仇杀和暗算的社会关系中，人们怎么会拥有一种解脱感和家园感。





目 录

序 言

第一章 人际关系意义何在	1
安详的人际环境	1
礼拜六方	5
第二章 与人相处的大忌	8
颜面之气	8
谄媚无益	11
反复小人最可怕	13
小心背后那一刀	16
不求上进亦可悲	19
忘恩负义	22
钉子钉进人的心	25
贪财害人	28
邯郸学步	30
撒谎	33



目 录

猜疑	37
祸从口出	44
欺骗骗不来真情	46
误听小人言	49
损人不利己	51
以偏概全	54
克服虚荣	58
 第三章 与人相处的原则	 61
众生平等	61
入乡随俗,摒弃偏见	64
爱心万能	68
感恩	71
“诚信”二字	74
信任的爱	78
诚信的人格力量	81
每个人都有自己的王国	85
三人行必有我师	87
百忍成金	90



目 录

大肚能容	93
微笑的力量	96
宽恕比仇恨更快乐	98
以退为进	102
给人说话的权利	105
欣赏别人的成功	108
学会放弃	111
获得以放弃为前提	114
受与授	116
正视错误	119
人贵有自知之明	122
同情他人	126
用心中明月照亮他人	128
务实为本,直面问题	130
自身修为不可废	132
鉴人	136
智者当明辨	139
第四章 与各种人的具体相处	142



目 录

亲恩不可忘	142
兄弟同心,其利断金	145
苏轼的兄弟亲情	148
爱情的真面目	154
保持感情的新鲜度	158
感情不是一天半天的事	161
让爱情之花常开不败	164
赏识孩子	170
营造和谐的家庭氛围	174
谁是你的朋友?	178
上司与下属的相处	180
物尽其用,人尽其才	183
职场如战场	186
师恩重如山	189
尊敬长辈	191
与小人相处	195
与冤枉自己的人相处	198
与有所求的人相处	201
面对消极的人	204



目 录

与被称作“呆子”的人	207
与欺辱自己的人	211
互欺与互信	214
从众还是自我	217
爱不分血缘	220
 第五章 人际关系随感	 223
相处是缘	223
快乐相处	226
获得快乐的方法	229
牺牲小我,成就大我	231
心境与环境	234
顿悟	237
透视老年人受骗现象	240
发财致富八要素	243
欲望和摆脱欲望	247
吃小亏占大便宜	250
见危不救的代价	254
做一个有感召力的人	256



目 录

面对诱惑怎么办	260
宽容有度	265
以君子之心度小人之腹	268
让世界充满爱	272
后 记	275



第一章 人际关系意义何在

安详的人际环境

生活得愉快、美满、充实、潇洒，是每一个人终身不懈追求的目标。那么，怎样才能达此人生佳境呢？我们通常较多地只是强调外部社会环境、主体智慧体格、工作成就、社会尊重、生活条件等的改善，却忽视了对于主体安祥心境、安祥人际环境的关注 and 建设。到头来，致使许多人非但未能从提高了的社会地位，增加了的荣誉、财富中品尝到幸福的滋味，反倒视生活为不堪忍受的累赘。安祥，对人生幸福来说，始终是一个必须具备的条件。

安祥，通常是有关人的某种外部特征的肯定描述，即指表情庄重恬静、豁达和蔼，动作镇定从容、自信专注，人际环境和谐统一、宁静安适。众所周知，人是受理性、受心理支配的高等动物。其表情动作如何，无不是心态的直接或间接的外在展现，而一个人的表情动作，则很大程度决定着他人的人际环境。怎样的人际环境可称为是安祥的呢？

1. 安祥的人际关系是统一和谐的

我们对这个世界的态度如何，通常取决于个人的观念、情绪、欲望怎样。当它们主次分明，条理清晰，沟通协调时，心就没有矛盾，就一致和连贯，人际关系也得到了统一和谐。人际关系处在了统一和谐之中，主体行动起来，必然表现出坚定、果断，一



旦目标确定下来,便会始终不渝地为之奋斗,并必然会得到众多的支持。相反,若纠缠不休,割不断、理还乱的人际环境,心就纷乱无绪,犹如多头马车,彼此牵制,各奔西东。多元的心,阴晴不定。在这样的心态下,主体为人处事总是患得患失,犹豫不决。有时你明明想做某事,没过几分钟就自己反对自己;明明理智告诉你这样做是对的,情感却使你厌恶;你理智上坚信某人不可为友,可情感则鼓励、怂恿你去接近。

2. 安祥的人际环境是宁静安适的

所谓宁静安适,即是指稳定平和、无愧无悔、踏实饱满、纯真畅达。如果说统一和谐是关于观念、情绪欲望之间合理协调人际结构状态的话,那么,平衡安适则是由所产生的良好人际环境属性。现实生活中,每一个人都能明确无误地感受到,只要我们的人际关系统一、和谐,人际环境就宁静安适了。当我们的人际环境宁静安适了,一个人在生活中往往就会表现得自信但不目空一切;有理性但不过份;有主见而不强加于人;有才干却总谦虚有礼。

3. 安祥的人际环境是明彻透悟的

所谓明彻透悟,从哲学认识论的角度来讲,就是在与人交往过程中,对各种各样的事物和现象都能自觉真谛,识达必然的境界。人们对理穷了,对源彻了,也就心明如镜,不再有问题,不再有疑难。内心不困不惑,就能从纷乱中理出头绪,从对立中看到和谐,从失败中想到成功,从黑暗中看到光明。气度宽广,胸怀坦荡,凡事提得起、放得下,临危不惧,处险不惊。明彻透悟,是安祥