

佛 养心



宋天天◎编著



拔除众生的痛苦，给众生以快乐，是为慈悲。

我佛慈悲 佛即慈悲 慈悲即佛

慈悲为怀，福报自然来。

放下执著心，得轻松之福报

保持心中安宁，得清静之福报

用心做正事，得心安之福报

懂宽容知忍让，得和谐之福报

拥有真智慧大智慧，得幸运之福报

保持平常心，得快乐之福报

一切随缘，得自在之福报

道 养性

修得慈悲心，福报自然来

当你落魄时，请保持慈悲之心，你会得天佑之福报；当你功成名就时，请保持慈悲之心，你会得仁爱之福报。



佛
养
心



佛家认为，心是万物的本源，心净则国土净。佛家强调修心养性，通过禅定、诵经等方式，达到心灵的净化和升华。佛家认为，心是万物的本源，心净则国土净。佛家强调修心养性，通过禅定、诵经等方式，达到心灵的净化和升华。

道
养
性

佛家养心之道

道家养性之道



佛
养心



宋天天◎编著

道
养性

修得慈悲心，福报自然来



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(C I P)数据

修得慈悲心，福报自然来 / 宋天天编著. —北京：新世界出版社
2009.5

(佛养心道养性)

ISBN 978-7-5104-0251-7

I. 修… II. 宋… III. 佛教—人生哲学—通俗读物
IV. B948-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 056229 号

修得慈悲心，福报自然来

作 者：宋天天 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：787 × 1092 1/16

字数：200 千字 印张：20

版次：2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月北京第 1 次印刷

书号：ISBN 978-7-5104-0251-7

定价：39.00 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



慈悲为怀，福报自然来
放下执著心，得轻松之福报
保持心中安宁，得清静之福报
用心做正事，得心安之福报
懂宽容知忍让，得和谐之福报
拥有真智慧大智慧，得幸运之福报
保持平常心，得快乐之福报
一切随缘，得自在之福报



前言

人人都与佛有缘，人人都有慈悲之心，就看怎样让慈悲之心体现出来。慈悲心是修来的——广行布施是慈悲，救人于危难是慈悲，伸出援助之手是慈悲，心生善念是慈悲，心生同情与怜悯也是慈悲。从礼貌待人到帮助弱小，从为行人指路到给老人让座，都是慈悲心的体现。慈悲心体现在我们日常生活的点点滴滴中。

佛说，修得慈悲心，福报自然来。

佛说，诸恶莫作，众善奉行。拔除众生的痛苦，给众生以快乐，是为慈悲。宽容待人，以德报怨，懂得感恩，广行布施，就是在修福。佛说，心存善念，慈悲为怀，福报自然来。

佛说，人之所以有痛苦和烦恼，是因为放不下执著心。放下不是放弃，放下是放下不该有的恶念和贪欲，放下让自己感到沉重的东西，放下不该属于自己的东西。佛说，放下执著心，得轻松之福报。

佛说，清静即是福报。世人饱受尘世喧嚣之侵扰，遭受嗔怒怨恨之毒害，难以享受清静之福。只有保持心中安宁，方能摆脱私心杂念，方能修身养性，得清静之福。

佛说，用心做正事即是慈悲。正事即是正常之事，是该做之事，是利人利己的

修得慈悲心



我佛慈悲
佛即慈悲
慈悲即佛

好事。用心做正事，贵在恒，重在变通。用心做正事，则心无亏无愧无惧，心自安然。佛说，用心做正事，得心安之福报。

佛说，懂宽容知忍让是大慈悲，能得和谐之福报。懂宽容知忍让，和谐地与人相处，别人会因你的存在而生活得快乐而顺心，你也会因为有良好的的人际关系而顺风顺水。

佛说，拥有真智慧大智慧者，必得幸运之福报。真智慧是财，大智慧是福。真智慧是真才实学，是能说能做，故能创造财富。大智慧是一种积极乐观的心态，是一种洞明世事后的超然，故能获得福气。

佛说，平常心即是快乐。保持平常心，不以物喜，不以己悲，坦然面对人生中的坎坎坷坷、是是非非、悲欢离合，自能远离烦恼与痛苦。佛说，保持平常心，得快乐之福报。

佛说，万事万物皆有缘，人生当随缘。一个人如果强求做事，必然会有违慈悲之心，不可取，不可行。惟有一切随缘——随遇而安，随缘生活，随心所欲，随喜而作，随善而行，才能活得自在。佛说，一切随缘，得自在之福报。

佛说，善念改变心智，善行改变命运。当你落魄时，请保持慈悲之心，你会得天佑之福报；当你功成名就时，请保持慈悲之心，你会得仁爱之福报。

……

我佛慈悲。慈悲即佛。佛即慈悲。

目 录

第一篇 慈悲为怀，福报自然来

佛说，诸恶莫作，众善奉行。拔除众生的痛苦，给众生以快乐，是为慈悲。宽容待人，以德报怨，懂得感恩，广行布施，就是在修福。佛说，心存善念，慈悲为怀，福报自然来。

- 慈悲是你最好的武器 /2
- 只有慈悲才能化解仇恨 /5
- 你永远要感谢给你逆境的众生 /8
- 宽恕别人的过失，就是善待自己 /11
- 不为小事而执著，是对自己的一种宽容 /13
- 分享是一种很好的布施 /16
- 爱整个世界，爱所有的人 /19
- 莫以恶小而为之，莫以善小而不为 /22

福报自然来

善念改变心智

善行改变命运



- 善恶无绝对，仙魔一念间 /25
- 怀着感恩心过日子 /28
- 有扇门永远为我们敞开 /34

第二篇 放下执著心，得轻松之福报

佛说，人之所以有痛苦和烦恼，是因为放不下执著心。放下不是放弃，放下是放下不该有的恶念和贪欲，放下让自己感到沉重的东西，放下不该属于自己的东西。佛说，放下执著心，得轻松之福报。

- 一念放下，万般自在 /40
- 你什么时候放下，什么时候就没有烦恼 /42
- 人之所以痛苦，在于追求错误的东西 /45
- 今日的执著，会造成明日的后悔 /47
- 人痛苦的根源在于欲望太多 /50
- 学会忘记一些事 /54
- 欲望无边，凡事要有度 /56
- 贪欲是一种毒药 /59
- 除去自私的欲望，便可以治好痛苦 /62
- 得失心不放下，难解忧烦 /65

第三篇 保持心中安宁，得清静之福报

佛说，清静即是福报。世人饱受尘世喧嚣之困扰，遭受嗔怒怨恨之毒害，难以享受清静之福。只有保持心中安宁，方能摆脱私心杂念，方能修身养性，得清静之福。

- 心地不扫空扫地 /70
- 大事清楚，小事糊涂 /73
- 反省是一面明澈的镜子 /75
- 切不可狂妄自大 /78
- 发脾气危害大，莫要发脾气 /81
- 没必要看轻自己 /84
- 生气发怒，会导致败亡 /88
- 做个有修养的人 /91
- 宁静来自内心 /94
- 名声与尊贵来自于真才实学 /96

第四篇 用心做正事，得心安之福报

佛说，用心做正事即是慈悲。正事即是正常之事，是该做之事，是利人利己的好事。用心做正事，贵在恒，重在变通。用心做正事，则心无亏无愧无惧，心自安然。佛说，用心做正事，得心安之福报。

- 制心一处，无事不办 /100

福报自然来

善念改变心智

善行改变命运



- 立志才能成才 /104
- 不怕不成，只怕无恒 /107
- 凡事不要急于求成 /109
- 恒心最为重要 /112
- 为什么不求自己呢 /114
- 相信自己，会有奇迹发生 /117
- 诚信是永恒的美德 /119
- 贫穷就住在懒惰的隔壁 /123
- 说得千里路，不如走一步 /126

第五篇 懂宽容知忍让，得和谐之福报

佛说，懂宽容知忍让是大慈悲，能得和谐之福报。懂宽容知忍让，和谐地与人相处，别人会因你的存在而生活得快乐而顺心，你也会因为有良好的人际关系而顺风顺水。

- 忍一时之气，免百日之忧 /130
- 设身处地地为他人想一想 /133
- 伤人之语，如水覆地 /135
- 与他人友好地相处 /137
- 律己要严，待人以宽 /142
- 背后说人坏话是不道德的 /144
- 学会责备自己 /147
- 用赞美照亮他人和自己 /150

- 诽谤他人会先污染自己的嘴巴 /153
- 为别人点一盏灯 /155
- 学会倾听会给你带来福气 /159
- 换种眼光看问题 /162

第六篇 拥有真智慧大智慧，得幸运之福报

佛说，拥有真智慧大智慧者，必得幸运之福报。真智慧是财，大智慧是福。真智慧是真才实学，是能说能做，故能创造财富。大智慧是一种积极乐观的心态，是一种洞明世事后的超然，故能获得福气。

- 拥有财富不如拥有智慧 /166
- 把精力放在要事上 /168
- 在智慧面前，任何问题都能解决 /171
- 学会运用智慧 /173
- 创造机会的人是智者 /176
- 不要轻易为别人的想法所影响 /180
- 征服百万雄师，远不如战胜自己 /182
- 毁誉从来不可听 /185
- 平平淡淡才是真 /187
- 能说不能行，不是真智慧 /190

福报自然来

善念积累之智

学河改变命运



第七篇 保持平常心，得快乐之福报

佛说，平常心即是快乐。保持平常心，不以物喜，不以己悲，坦然面对人生中的坎坎坷坷、是是非非、悲欢离合，自能远离烦恼与痛苦。佛说，保持平常心，得快乐之福报。

- 世上最难得的是平常心 / 194
- 祛除心中的杂念 / 196
- 不宽恕别人，是在折磨你自己 / 198
- 必须永远面对现实 / 201
- 珍惜现在就是掌握未来 / 203
- 在勤奋中保持平常心 / 206
- 改变别人不如改变自己 / 209
- 远离嫉妒的伤害 / 211
- 与其害怕死亡，不如珍惜生命 / 215
- 顺境不一定好，逆境不一定坏 / 219
- 我们只能把握今天 / 223
- 身在福中不知福，失去福时方知迟 / 226

第八篇 一切随缘，得自在之福报

佛说，万事万物皆有缘，人生当随缘。一个人如果强求做事，必然会有违慈悲之心，不可取，不可行。惟有一切随缘——随遇而安，随缘生活，随心所欲，随喜而作，随善而行，才能活得自在。佛说，一切随缘，得自在之福报。

- 活在当下，你才是你自己 /232
- 随缘不是得过且过，而是尽人事听天命 /236
- 让一切随它去，做世间自在人 /238
- 惟有现在才是最实实在在的 /240
- 快乐和痛苦都不是永恒的 /243
- 烦恼是自找的 /246
- 有生必有死，无生即无死 /248
- 惜缘方是有缘人 /252
- 过自己想要的生活 /257

第九篇 心中有佛，福报自然来

佛说，心中有佛即是佛。佛不在别处，就在我们身边，就在我们心里。行善、宽容、感恩、知足等，都是佛的化身。心中有佛，必得佛光普照，受佛恩泽，福报自然来。

- 佛不在别处，就在我们身边 /262

福报自然来

善念改变心智

善行改变命运

修得慈悲心



我佛慈悲
佛即慈悲
慈悲即佛

- 做人要做个善良的人 /265
- 满足藏在付出的怀抱里 /269
- 成人之美，也是成己之美 /272
- 助人不求回报是最大的回报 /275
- 留三分余地与人 /279
- 凡事用心必有收获 /283
- 要想改变命运，先要改变心态 /286
- 理想、信念和责任是重要的 /288
- 羡慕别人不如羡慕自己 /291
- 活着就是幸运 /294
- 一切都是最好的安排 /296
- 知足才能常乐 /301
- 心中有慈悲，魅力自然来 /303



第一篇

慈悲为怀，福报自然来

佛说，诸恶莫作，众善奉行。拔除众生的痛苦，给众生以快乐，是为慈悲。宽容待人，以德报怨，懂得感恩，广行布施，就是在修福。佛说，心存善念，慈悲为怀，福报自然来。



修得慈悲心



我佛慈悲

佛即慈悲

慈悲即佛

慈悲是你最好的武器

恒顺禅师在佛殿打坐时，一个小偷蹑手蹑脚走进佛殿，小偷看到大殿上摆有一袋供僧的米，就伸手拿米。正当他要举步离开时，禅师突然睁开眼睛大喝一声：“站住！”

小偷惊诧地站在原地，不知如何是好。禅师说：“你拿走佛祖的米，不道声谢谢就走吗？”

小偷一听，转身向佛祖圣像漫不经心地应了一声：“谢谢！”然后扛着那一袋米大摇大摆地走了。

不久，小偷被官府抓到了。招供之后，衙役把他押来见禅师，问道：“他是否偷了寺庙里的东西？”

“没有呀。”禅师平静地回答。

“和尚，你不用为他隐瞒，他已经一五一十对我们招供了。”

“这个人确实到寺庙拿了一袋米。但是他不是偷窃，而是向佛陀借用的，因为他临走时向佛祖说了声谢谢。”

这个小偷听到禅师如此为他辩白，心里很感动。服完刑后，他就跟着恒顺禅师出家，成了一位很好的修道者。

是什么力量降服了这位小偷？是慈悲的力量。慈悲的力量可以化嗔恨为和平，转暴戾为祥瑞。