

# 生存道

星云大师谈智慧和幸福

星云大师 ■ 著

有智慧的人，对于任何事物都有正确的认识与了解；「别人看到外，我看到内；别人看到相，我看到理；别人知道点，我知道面。」这就是智慧。



# 生存道

星云大师谈智慧和幸福

星云大师 ■ 著

有智慧的人，对于任何事物都有正确的认识与了解；「别人看到外，我看到内；别人看到相，我看到理；别人知道点，我知道面。」这就是智慧



**图书在版编目(CIP)数据**

生存道:星云大师谈智慧和幸福/星云大师著. —  
上海:上海人民出版社,2012

(星云大师人生修炼丛书)

ISBN 978-7-208-10204-0

I. ①生… II. ①星… 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 176228 号

责任编辑 朱慧君

封面装帧 蓝月亮工作室

本套书由上海大觉文化传播有限公司独家授权  
出版中文简体字版

**生存道**

——星云大师谈智慧和幸福

星云大师 著

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行

上海商务联西印刷有限公司印刷

开本 635×965 1/16 印张 21.25 插页 4 字数 230,000

2012 年 1 月第 1 版 2012 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-208-10204-0/B·886

定价 45.00 元

# 出版说明

任何一个时代的读者都有自己追捧的作家，星云大师不是一位专业的作家，但是他却以出色的智慧和不凡的才华，征服了万千的读者，成为他们人生的良师益友。

星云大师生于1927年，为禅门临济宗第48代传人。12岁于南京栖霞寺出家，1967年创建佛光山，弘扬“人间佛教”，树立“以文化弘扬佛法，以教育培养人才，以慈善福利社会，以共修净化人心”的宗旨。先后在世界各地创建200余所道场，并创办美术馆、图书馆、出版社、书局、学校、育幼院、医院、佛光精舍、慈悲基金会等各种机构，致力推动佛教教育、文化、慈善、弘法事业发展。有来自世界各地之出家弟子千余人，全球信众达百万人之多。

此次出版的《观自在》、《尘缘悟》、《一念间》、《生存道》、《智慧心》、《大其心》这六本书，从哲学的角度为我们打开了一扇通向内心的大门，书中的每个故事都透着深深的智慧和禅意，让读者得到一种人生的补养。

希望此书的出版能受到更多读者的喜爱，走进更多人的生活 and 心灵。

2011年6月22日

# 星云大师略传

江苏江都人，1927年生，十二岁于宜兴大觉寺礼志开上人出家。1947年焦山佛学院毕业；1949年赴台，担任《人生杂志》主编、“台湾佛教讲习会”教务主任；1953年任宜兰念佛会导师；1957年于台北创办佛教文化服务处；1962年建设寿山寺，创办寿山佛学院；1967年开创佛光山，以弘扬“人间佛教”为宗风，树立“以文化弘扬佛法，以教育培养人才，以慈善福利社会，以共修净化人心”之宗旨，致力推动佛教教育、文化、慈善、弘法事业，并融古汇今，手拟规章制度，印行“佛光山徒众手册”，将佛教带往现代化的新里程碑。

在出家一甲子以上的岁月里，陆续于世界各地创建二百余所道场，如西来、南天、南华等寺，分别为北美、澳洲、非洲第一大佛寺。并创办二十一所美术馆、二十六所图书馆、四所出版社、十二所书局、五十余所中华学校、十六所佛教丛林学院，暨智光商工、普门高中、均头中小学等。此外，先后在美国洛杉矶、中国台湾、澳洲悉尼等创办西来、佛光、南华及南天（筹办中）等四所大学。2006年西来大学正式成为美国大学西区联盟（WASC）会员，为美国首座由华人创办并获得该项荣誉之大学。

1970年起，相继成立育幼院、佛光精舍、慈悲基金会，设立云水医院、佛光诊所，协助高雄县政府开办老人公寓，并与

福慧基金会于大陆设立佛光中、小学和佛光医院数十所，育幼养老，扶弱济贫。

1976年《佛光学报》创刊，翌年成立“佛光大藏经编修委员会”，编纂《佛光大藏经》、《佛光大辞典》。1997年出版《中国佛教白话经典宝藏》、佛光大辞典光盘版，设立“佛光卫视”（现更名为“人间卫视”），并于台中协办广播电台。2000年创办台湾地区第一份佛教日报《人间福报》，2001年将发行二十余年的《普门》杂志转型为《普门学报》论文双月刊；同时成立“法藏文库”，收录海峡两岸有关佛学的硕、博士论文及世界各地汉文论文，辑成《中国佛教学术论典》、《中国佛教文化论丛》各一百册等。

大师著作等身，撰有《释迦牟尼佛传》、《星云大师讲演集》、《佛教丛书》、《佛光教科书》、《往事百语》、《佛光祈愿文》、《迷悟之间》、《当代人心思潮》、《人间佛教系列》、《人间佛教语录》等，总计近两千万言，并被翻译成英、日、西、葡等十余种文字，流通世界各地。

大师教化宏广，计有来自世界各地之出家弟子千余人，全球信众则达百万之多；一生弘扬人间佛教，倡导“地球人”思想，对“欢喜与融和，同体与共生，尊重与包容，平等与和平，自然与生命，圆满与自在，公是与公非，发心与发展，自觉与行佛”等理念多所发扬。1991年成立“国际佛光会”，被推为世界总会会长；于五大洲成立一百七十余个国家地区协会，成为全球华人最大的社团，实践“佛光普照三千界，法水长流五大洲”的理想。创会以来，先后在世界各大名都，如洛杉矶、多伦多、巴黎、悉尼等地召开世界会员大会，每次与会代表都在五千人以上；2003年通过联合国审查肯定，正式加入“联合国非政府组织”（NGO）。

为促进世界和平,大师曾与南传佛教、藏传佛教等各领袖交换意见,世界上亦德风远播,举其荦荦大者如:1995年获全印度佛教大会颁发的佛宝奖;2000年在第二十一届世界佛教徒联谊会上,泰国总理乃川先生颁赠“佛教最佳贡献奖”,表彰大师对世界佛教的成就;2006年获香港凤凰卫视颁赠“安定身心奖”,以及世界华文作家协会颁“终身成就奖”,美国共和党亚裔总部代表布什总统颁赠“杰出成就奖”。

1978年起,先后荣膺美国东方大学、智利圣多玛斯大学、泰国朱拉隆功大学、韩国东国大学、泰国玛古德大学、中国台湾辅仁大学、澳洲葛雷菲斯(Griffith)大学等校之荣誉博士学位。

1988年,被誉为北美第一大佛寺的西来寺落成之际,除了传授“万佛三坛大戒”,为西方国家第一次传授三坛大戒外,同时主办“世界佛教徒友谊会第十六届大会”,开启海峡两岸佛教界代表同时参加会议之先例,为两岸佛教界首开平等交流之创举。

1998年2月远至印度菩提伽耶传授国际三坛大戒,及多次在家五戒、菩萨戒,恢复南传佛教国家失传千余年的比丘尼戒法。2004年11月至澳洲南天寺传授国际三坛大戒,为澳洲佛教史上首度传授三坛大戒。大师并积极推动台湾地区佛诞节的设立。

1998年4月8日,大师率团从印度恭迎佛牙舍利莅台安奉;2001年10月前往美国纽约“9·11事件”地点,为罹难者祝祷;2002年元月与大陆有关方面达成佛指舍利来台协议,以“星云牵头,联合迎请,共同供奉,绝对安全”为原则,后组成“台湾佛教界恭迎佛指舍利委员会”,至西安法门寺迎请舍利莅台供奉三十七日;2003年7月,大师应邀至厦门南普陀寺

参加“海峡两岸暨港澳佛教界为降伏‘非典’国泰民安世界和平祈福大法会”；同年11月，应邀参加“鉴真大师东渡成功一二五〇周年纪念大会”；随后率领佛光山梵呗赞颂团，首度应邀至北京、上海演出；2004年2月，两岸佛教界共同组成“中华佛教音乐展演团”，至台、港地区，以及澳、美、加等地巡回展演；2006年3月，应邀到享有“千年学府”之誉的湖南长沙岳麓书院，讲说“中国文化与五乘佛法”，是为历史上第一位到此讲学的出家人。同年4月，应邀出席于杭州举办之首届“世界佛教论坛”，并发表主题演说“如何建设和谐社会”，写下宗教和平交流新页。

2004年，应聘担任“中华文化复兴运动总会”宗教委员会主任委员，与基督教、天主教、伊斯兰教、道教等领袖，共同出席“和平音乐祈福大会”，促进宗教交流；11月，与瑞典诺贝尔文学奖审查人马悦然教授，及汉学家罗多弼教授就“佛教与文学”、“佛教与世界和平”进行交流座谈。

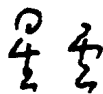
大师自1989年访问大陆后，便一直心系祖国的统一，主张一个中国。近年回宜兴复兴祖庭大觉寺，并捐建扬州鉴真图书馆、接受苏州寒山寺的赠钟，期能促进中国统一，带动世界和平。

大师对佛教制度化、现代化、人间化、国际化的发展，可说厥功至伟！

台湾佛光山法堂书记室



# 自序 幸福境界



2003年是唐朝鉴真大师东渡日本成功的一千二百五十周年，这个光照中日的伟绩，着实来之不易。公元七四三年，鉴真大师起行东渡，前往日本弘扬律宗，历经六次航行，直到六十六岁高龄且双目失明才顺利到达日本。其“为佛法也，何惜生命”的伟大宗教情操，使得日本文化与艺术全盘唐化，被称誉为“传灯大法师”。

在一般人看来，垂老高龄还如此艰险航行，最后竟至双目失明，这真是辛苦至极的人生。但我觉得，这是一个幸福的人生。因为，他充分地拼搏过、激涌过，影响所及，生命的空间跨越国界，生命的时间纵贯千年。

幸福，是人们终其一生的追求，从小到大，勤奋求学、成家立业、力争上游，莫不是为着幸福在孜孜矻矻、向上攀升。其实，幸福的境界，有多种层次。

如果，追求幸福如登山，从人生的山脚下往高处走，有朝一日富裕了，入口珍馐、一身锦绣、居有华夏、出入名车，这些属于物质范畴的享受，才只是第一层的幸福。

幸福必须连锁，因为人是群体的存在，再大的荣华富贵若只一人独尝，毫无滋味。所以幸福的第二个层次是与外在互

动,比如人际关系。拥有和乐的家庭、相契的知己、上下融洽的工作发挥、不断学习与付出的环境,才能真正在人际网络里构筑幸福的基地。有的人固守自身,不愿把自己的所有分享别人,不愿让生命与大地众生共同活跃,这就宛若一滩不动之水,终将腐臭。

当然,向外的联系尚且不足,向内找寻自己的本来面目,才能开发自我的慈悲心、欢喜心、感恩心、信仰心等等的无穷宝藏。生活的修行其实就在行住坐卧、起心动念里。也许粗茶淡饭,仍觉别有滋味;也许衣着朴素,也轻安自在,小屋恬适,安步当车,这修行的欢喜,是幸福的更高层次。

“人人都有观自在,何必他方远处求?”观照境界,观照人事,我心自在,一切自在。“观自在”是菩萨名号,“无量寿”是阿弥陀佛名号,修得佛眼来观世间,就超越了时间,超越了空间。人,躯体有生有灭,但生命期无限;如果我们能把精神、智慧、贡献,都流入无限的时空中,不就是无量光、无量寿了吗?以今生的光华去结福缘、积福德,连接到来世而得福报,当是幸福的最高境界。

# 目 录

## Contents

出版说明

星云大师略传

自序 幸福境界

### 成功与智慧

- 1 人生的能源 / 003
- 2 再创生机 / 004
- 3 忍的智慧 / 005
- 4 培养勇气 / 006
- 5 有容乃大 / 007
- 6 全力以赴 / 008
- 7 骄傲与傲骨 / 009
- 8 念念分明 / 010
- 9 本性能改 / 011
- 10 人脉与实力 / 012
- 11 心能转境 / 013
- 12 工作换跑道 / 014
- 13 怨谤随人 / 015
- 14 称职的主管 / 016

- 15 用人之道 / 017
- 16 领导与服从 / 018
- 17 建立“人相” / 019
- 18 照顾脚下 / 020
- 19 我只有挨家挨户 / 021
- 20 灵巧的人 / 022
- 21 琢磨琢磨 / 024
- 22 荣耀与成就 / 025
- 23 休息力 / 026
- 24 你要做哪种人 / 027

### 慈悲生智慧

- 25 严与爱的教育 / 033
- 26 慈悲可贵 / 034
- 27 三个大哉问 / 035
- 28 将心比心 / 036
- 29 增智慧远恐惧 / 037
- 30 阳光与和风 / 038
- 31 识大体 / 039
- 32 举重若轻 / 040
- 33 过河的瞎子 / 041
- 34 行善应及时 / 042
- 35 愚痴最可怕 / 043
- 36 爱与惜 / 045
- 37 不倒翁哲学 / 046
- 38 登山,征服自己 / 047
- 39 闻思修,得智慧 / 048

- 40 听话与闻法 / 049
- 41 良心与妄语 / 050
- 42 良言爱语三春暖 / 051
- 43 法的胜利 / 052

## 大师智慧法语

- 44 大地山河在说法 / 057
- 45 心灵钟声 / 059
- 46 力量的来源 / 060
- 47 不贪才是宝 / 061
- 48 山水人生 / 063
- 49 加持的真义 / 064
- 50 静心与思维 / 065
- 51 思想·禅·悟 / 066
- 52 真空妙有 / 068
- 53 朋友与知音 / 070
- 54 公是公非 / 072
- 55 绝不姑息歪理 / 074
- 56 螃蟹行为 / 076
- 57 把握时间 / 077
- 58 四种人生 / 079
- 59 命运,就在脸上 / 080
- 60 人生的棋盘 / 082
- 61 身心安顿 / 083
- 62 旅人与过客 / 084

## 听故事，开智慧

- 63 鸿雁与蝙蝠 / 089
- 64 生死操之在己 / 090
- 65 乐观与悲观 / 091
- 66 真假的颠倒 / 092
- 67 正见的重要 / 093
- 68 可怜的众生 / 094
- 69 器官移植 / 095
- 70 吃饭文化 / 096
- 71 邪不能胜正 / 097
- 72 小的有用 / 098
- 73 文字罪 / 099
- 74 中国字的奇妙 / 100
- 75 礼敬僧众 / 101
- 76 真正的财富 / 102
- 77 缺点也能善用 / 103
- 78 杯子满了吗? / 104
- 79 马马虎虎 / 105
- 80 刮“我们的”胡子 / 106
- 81 推诿无益 / 107
- 82 准备的重要 / 108
- 83 名医扁鹊 / 109
- 84 有功何需居 / 110
- 85 禅师的智慧 / 111
- 86 内外一如 / 112
- 87 低姿态处世哲学 / 113
- 88 画家的异想 / 114

- 89 我也是第一 / 115  
90 丘吉尔的智慧 / 116  
91 机智对话 / 117  
92 做白日梦 / 118  
93 自信不是自负 / 119  
94 向传统挑战的勇者 / 120  
95 船夫与哲学家 / 121  
96 做最适当的事 / 122  
97 生存之道 / 123  
98 处境不同 / 124  
99 好马要吃草 / 125  
100 错误的推论 / 126  
101 生于忧患 / 127  
102 杀亦有道 / 128  
103 为官之要 / 129  
104 知人之明 / 130  
105 一点即透 / 132  
106 惟恐属下不如己 / 133  
107 互尊互重 / 134  
108 孝顺要趁早 / 135

## 智慧珠玑

- 109 励志 / 139  
110 信仰 / 144  
111 读书 / 148  
112 修身 / 151

## 做幸福人

- 113 想法改变人生 / 165
- 114 一样米养百种人 / 166
- 115 心甘情愿,一定快乐 / 168
- 116 好好做自己 / 170
- 117 谁第一名 / 171
- 118 丰裕之后的省思 / 172
- 119 能忙能闲皆是福 / 174
- 120 眼睛以睡眠为食 / 176
- 121 礼貌与人缘 / 177
- 122 独处的幸福 / 179
- 123 放风筝的体悟 / 181
- 124 有书真富贵 / 182
- 125 “半人”与“非人” / 183
- 126 反观自己 / 184
- 127 大家尊重 / 186
- 128 立志做喜鹊 / 187
- 129 有用的人 / 188
- 130 人际沟通法门 / 190
- 131 人情世故 / 191
- 132 不做旁观者 / 192
- 133 留些余地 / 193
- 134 分一杯羹 / 194
- 135 小兵也可立大功 / 195
- 136 放下身段 / 197
- 137 一切总会过去 / 199
- 138 名枷利锁 / 200



139 搬开石头 / 201

## 人生三昧

- 140 人生之路 / 205
- 141 身心安住 / 206
- 142 解脱自在 / 208
- 143 拥有与享有 / 209
- 144 感恩最美 / 211
- 145 马拉松竞赛 / 212
- 146 停·听·看 / 213
- 147 淡中有味 / 214
- 148 四季人生 / 215
- 149 欣赏缺陷美 / 216
- 150 莫护短 / 217
- 151 婚姻幸福之道 / 218
- 152 快乐空巢期 / 219
- 153 欢度老年生活 / 220
- 154 做老来子 / 221
- 155 人命无常 / 222
- 156 人体四大 / 223
- 157 追求圆满 / 225
- 158 生命如水 / 226

## 幸福配方

- 159 心药方 / 231
- 160 提升心灵之美 / 234
- 161 不求神通 / 235