



大师开释人生系列

日生云大师



开释人生

宽心，滚滚红尘中听星云大师讲包容的智慧

舍得，拈花微笑间随星云大师点亮一盏心灯

震聋启聩的心灵诊疗书，照进现实的人生经营课

李倩◎编著

星云大师开释人生

李倩◎编著

北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

星云大师开释人生 / 李倩 编著. —北京: 北京工业大学出版社, 2010.7

ISBN 978-7-5639-2406-6

I. ①星… II. ①李… III. ①佛教—人生哲学 IV. ①B948

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第101414号

星云大师开释人生

编 著: 李 倩

责任编辑: 王 曙

封面设计: 蒋宏工作室

出版发行: 北京工业大学出版社

地 址: 北京市朝阳区平乐园100号

邮政编码: 100124

电 话: 010-67391106 010-67392308 (传真)

电子信箱: bgdcbsfxb@163.net

承印单位: 北京晨旭印刷厂

经销单位: 全国各地新华书店

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 17.5

字 数: 241千字

版 次: 2010年8月第1版

印 次: 2010年8月第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-2406-6

定 价: 28.00元

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误, 请寄回本社调换



——舍得的智慧，宽心的幸福

他是佛教作家、出版家、教育家、传媒事业家；

他是自谦“没有音乐天分”的曲作者、“没有学过建筑”的建筑师、“不擅长书法”的书法家；

他是某种意义上的大企业家、慈善家、心怀苍生的社会观察家；

他是佛教改革家、海峡两岸“宗教统一”的重要推手、使佛教国际化、从高雄一隅播散全球的国际宗教大师。

以上诸多称谓都是《南方人物周刊》对星云大师的评价，这本文风一向含蓄深刻的杂志在专访星云大师后，用了一个极为高调的标题——“人间星云台湾奇迹”。

从1939年出家至今，易逝的韶华早已凋零，星云从一个懵懂的小沙弥成长为睿智深沉的佛学宗师，佛光山也从一片荒芜之地变成了如今的人间佛国。

星云大师的弘法利生从来都没有离开普通大众，这既源于他救助众生离苦得乐的菩萨心肠，也源于他对“人间佛教”理想的坚持。从中国大陆到中国台湾、从宜兰雷音寺到高雄佛光山寺，他虔诚的向佛之心从未改变，建设人间净土的愿望也从未动摇。

佛教一旦离开了生活，就不是我们所需要的佛法，不是指导我们人生方向的指针，佛教如果不能充实我们的生活内涵，那么佛教的存在是

没有意义的。正因为如此，星云大师才自始至终坚持佛教不离众生，以出世的心性行入世的事业。

时至今日，星云大师所创办的杂志刊物，创建的道场寺院，以及电台电视台、美术馆、出版社、基金会、医院等等各种组织遍布世界五大洲，信众更是百万有余。他极力提倡太虚大师的“人间佛教”理念，却用了一种前所未有却又通俗易懂的方式——借助电视、电台、书籍、报刊等现代传媒手段，融合音乐、书法、建筑等传统艺术，将佛光山的理念传播到世界各地，真正地将佛教带向了人间。

星云大师真正做到了将佛法世俗化，他将佛教经典与现实生活融合在一起，用极其朴素的语言讲述了简单实用的道理，从心灵的提纯到人生场景的运用尽数囊括其中。星云大师对人生经验的总结与提炼如同一汪泉水，清澈透亮，饮之甘甜，不造作、不虚荣，只用一颗清净的菩萨心给人们指引方向。

品读法师的智慧心语，不难发现包容、宽心、舍得乃是大师思想宝库中的精髓。他用自己的慈悲安抚了多情的众生，用自己的智慧开导着烦恼的俗人。他思想中绽放出的智慧并不像三伏天正午的太阳那样耀眼，而是恰如仲秋那一轮美丽的圆月，柔和、圆润、纯净，能够抚去人们心灵上蒙蔽的尘埃。

本书采撷了星云大师的禅心佛语，锤炼出一本智慧的结集，将星云大师的人生感悟、生活经历、智慧心得与读者共同分享，希望每个读者都能以此为心径，抵达自己心灵的那块福田，洒上几颗莲花的种子，等待净莲绽放的日子。

在此，特为读者奉上星云大师开出的一剂生命药方：“好心肠一条，慈悲意一片，道理三分，敬人十分，道德一块，信行要紧，老实一个，中直十成，豁达全用，方便不拘多少。此十味药，用包容锅炒，用宽心炉炖，不要焦，不要躁，去火性三分（脾气不要大），于整体盆中研碎（同心协力），三思为本，鼓励做药丸，每日进三服，不限时，用关爱汤服下。”果能如此，百病俱除。





目 录

序篇 轻叩禅门，观似海佛法

薪火传灯，星云大师的弘法岁月	002
佛光山：以虚空包容万有	004
佛法没有知识产权	006
你可以不信，但不必排斥	009
参禅未必非到庙宇之中	012
智慧绝非刹那芳华	014

上篇 修心禅

迷中参悟，留一只眼睛看自己	018
真正的平等是起点的平等	018
92%的烦恼是自己寻来的	021
有人看到殿上佛，有人看到脚下泥	023
自省如明镜，观照己身	026

自觉心安就是幸福	028
认识诸世间，还要认识自己	031
看得破才能放得下	034
远看画则美，遥望山更幽	036
星云法语	039
淡看得失，经营舍得的智慧	041
想抓住的太多，能抓住的太少	041
钱花出去才是自己的	043
耐烦做事好商量	046
多求则穷，喜舍致富	049
君子之过如日月之食	051
可以平凡，不能平庸	054
你所拥有的，才是真正的财富	056
星云法语	059
不畏苦乐，品味宽心的幸福	062
深刻体验苦，才能透彻体会乐	062
不是不关心，只是不动心	065
把吃苦当做进补	068
人生没有绝对的苦乐	070
皆大欢喜才是真正的快乐	073
不苦不乐的中道生活	075
抱怨生活，不如经营生活	078



金钱与幸福不成正比 081

星云法语 083

洞察善恶，在黑暗中点亮心灯..... 086

慈悲是生命的最高道德 086

片语金箔，皆可布施 089

自由的心不拘泥于形式 091

以力折服，也是慈悲 094

救人急难等于救己 096

为他人点亮一盏心灯 099

无明业火三千丈，唯伤人害己 102

你不讨厌，可是全无用处 104

星云法语 107

从容进退，举重若轻闲读人生..... 109

沉心静气，有快有慢 109

剪修心灵原野中的荒芜 111

山不转路转，境不转心转 114

忍是人生的必要修行课 116

身后的世界是“回头”的世界 119

好运气，等不来就去创造 122

懂得变通，不通亦通 124

包容不完美，才有完美的心境 126

星云法语 129

勘破生死，最好的养生是养心.....	131
食素的本质是养心	131
疾病本是人生的一剂良药	134
生即意味着责任	137
欲为佛门龙象，先做众生马牛	140
人生本无意义，需要自己确立	142
生命只在一呼一吸之间	145
生死乃人生第一大事	147
自杀是苦上加苦的行为	151
星云法语	154

下篇  处世禅

禅说职场：职场就是修行道场.....	158
理想可以不远大，却不能缺少	158
忙是人生的滋养剂	161
别让工作热情成为负数	163
以勤为本，喜看财富滚雪球	166
做“十项全能式”职员	169
工作不能“单打独斗”	172
危机=危险+机遇.....	174
在不显不露中出头	177
星云法语	180

禅说社交：人际探戈，你进我退	182
将心比心就是佛心	182
拒绝他人应有所替代	184
微笑是世间最美的表情	187
毁谤也是一种肥料	190
人际交往中的“伸缩缝”	192
你重要，他重要，我不重要	195
最好的语言，就是不说	197
钳住别人就会堵住自己的出路	200
星云法语	202
禅说家庭：惜福惜缘者尽享和乐	205
唯有惜福的人才会有福	205
慈严并施才是菩萨的教育	208
孝之三品，切不可等	210
婆媳关系不是难解的“三角题”	212
爱情，抓得越紧漏得越多	215
正当的爱是绿灯，不正当的爱是红灯	218
不做爱情中的昏头盲者	220
星云法语	223
禅说学业：人生有涯而学海无涯	226
对自己要有不满之心	226
向往圣贤才能成为圣贤	229



学习当参“问道禅”	232
积财万贯，无过读书	234
巧用零碎时间，如同善于储蓄	237
一切过程必结束于实践之中	239
学习做人是一辈子的事情	242
安逸之人需守住本心	245
星云法语	248
禅说管理：善管人者必善管心	250
最好的管理者会先管理自己	250
性格也是一场艰难的修行	252
每天讲三句赞美的话	255
欲刚可以柔守，欲强可以弱保	257
让对方认识到自己的佛性	261
现代管理中的菩萨心肠	263
用人之长，容人之短	266
星云法语	269



序 篇 轻叩禅门，观似海佛法



薪火传灯，星云大师的弘法岁月

大彻大悟很难，但每天有一点点小小的开悟是可能的，我每天都在努力，要想通一些小小的道理，一生中，就是不断用心去开悟。

——星云大师

不论是酷暑天晨风清凉的拂晓，还是寒冬里风雪相伴的清晨，每次早课讽诵《楞严咒》读到“愿将身心奉尘刹，是则名为报佛恩”一句时，年纪尚幼的小沙弥都会在心中暗暗发愿：“将来，我一定要把全部的身心奉献于弘法利生。”

日月如梭成白首，甲子轮回六十春，当年的小沙弥早已成为受人尊敬的佛学大师。他就是佛光山的开创者星云法师，他为弟子信徒推崇备至，但法师为人依旧谦和低调。他的每一场演讲都吸引了很多人，虽不至夹道欢迎，但众人虔心求教的场面也蔚为壮观。

从一个食不果腹、六年间只有两身衣服、鞋子破了拿纸垫的小沙弥，成长为屹立在两千多年佛教历史长河中的一座丰碑，他把“人间佛教”的火种洒满了五洲大地。媒体评论说：“如今的星云大师，不只属于佛光山，不只属于台湾，不只属于中国，已经是全世界、全人类的宝藏。”

星云大师俗姓李，名国深，法名悟彻，号今觉，1927年他出生在江苏省江都县，12岁时在宜兴大觉寺出家，随志开上人修行。

1941年，他受具足戒，并入栖霞律学院攻读。

1945年，入焦山佛学院修学，1947年毕业后返回大觉寺担任监院，兼任当地白塔小学校长，并任《怒涛》月刊主编。

1948年，出任南京华藏寺住持。

1949年春，星云大师前往台湾，初驻锡中坜圆光寺，并于次年开始主编《人生》杂志。

1952年，他到宜兰雷音寺，成立念佛会、弘法会、歌咏队等组织，奠定了以后弘法事业的基础。

1955年，他在高雄创建高雄佛教堂，两年以后在台北创办了佛教文化服务处。

1962年，他任《觉世旬刊》发行人，并在高雄创建寿山寺，设立寿山佛学院。

1967年5月16日，他在高雄大树乡麻竹园山地开创佛光山，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”的宗旨，开始致力于推动佛教教育、文化、慈善、弘法事业，并融古汇今，手拟规章制度，将佛教带往现代化的新里程。

从12岁出家，到如今已是耄耋之年，七十年佛门生活让星云大师拥有了慈悲的心肠、平和的心态、积极的人生观。他教化宏广，有来自世界各地的出家弟子千余人，信众更是多达百万。他一生弘扬佛教，倡导“欢喜与融合、同体与共生、尊重与包容、平等与和平、圆满与自在”等观念。

“大彻大悟很难，但每天有一点小小的开悟是可能的，我每天都在努力，要想通一些小小的道理，一生中，就是不断用心去开悟。”星云大师这样说，他从大陆到台湾，从宜兰雷音寺到高雄佛光山寺，他积聚众人的愿力，遍弘佛法于五大洲。当年的一个平凡和尚，如今成就了不凡的志业。

一路走来，荆棘遍地，有快乐亦有痛苦，有喜悦也有忧愁，晴天朗日、雨天滴水，都成为一路走来不曾错过的美丽风景。他将佛法的真谛一点一滴地向世人普及，他把佛门的慈悲与智慧之光洒向所有路人。星云法师曾说：“我只想尽一点心力，不妄想，不僭越，只想慢慢把弘法利生的事业做起来，直到现在，也从来没觉得自己做了很多事情，我只想像爬楼梯一样，一步步往上爬，而非一步登天。”

世事绝无偶然，星云大师之所以能成为佛学大师，正得益于他那平和质朴的性格和勤奋不懈的态度。他倾尽心力，所行所思皆为弘法利



生，指导世人离苦得乐。星云大师这一世云水岁月，已然成为后人不可多得的宝贵财富。



佛光山：以虚空包容万有

虚空才能容万物，茶杯空了才能装茶，口袋空了才能放得下钱。

——星云大师

佛光山本是一座荒山，短短数十年间，星云大师与座下弟子一起将其建成了中外闻名的佛教圣地，成为中国台湾地区最大的佛教道场，也成为星云大师弘扬其“人间佛教”理想的宝地。

在佛光大佛城有一个与众不同的现象：佛殿里既有密宗佛像，又有显宗佛像。一般来说，佛教的派系之别是明显的，依照不同的标准，或分显密^①，或分南北，或分汉藏。但星云大师向来不认同这种分门别

① 显密：指佛教中的显宗和密宗，亦称显教和密教。佛教自创立后，经过长期的流传，不同的佛教传人对教义体会不同，因而衍生出不同的教派。认为能以语言文字阐明佛教义的教派称“显教”，如佛教中的天台宗，华严宗、净土宗属之；认为教义深奥难测者为密教，如佛教的真言宗（密宗）属之。

派，一则他认为这会削弱佛教本身的影响力，再则他认为佛教诸法其实并没有本质上的区别，诸法自性平等，就像世间生命原本并无善恶、美丑、高低、贵贱的分别。

所以，星云大师在弘法之初就立下了“解在一切佛法，行在禅净双修”的原则，并通过多年来的努力将佛光山建成了八宗兼弘的道场——“显密要融合，禅净要融合，南北传佛教要融合，在家出家要融合”。事实上，这其中渗透着一个非常重要的关键词——包容。

八宗佛法之所以能在佛光山融合在一起，就是因为星云大师倡导“包容”。虚空能够包容万物，这也正是佛教中“真空妙有”的真谛所在。

星云大师与凤凰卫视的总裁刘长乐先生曾就“包容”一词做过多次探讨。在讨论中，星云大师对“包容”的妙处做了这般解释：

人的心，是高山、海洋所不能比的，所谓“心如虚空”，就是放下顽强固执的己见，解除心中的框框，把心放空，让心柔软，这样我们才能包容万物、洞察世间，达到真正心中万有，有人有我、有事有物、有天有地、有是有非、有古有今，一切随心通达，运用自如。

正是放下了个人对佛教宗派的执著，星云大师才能将八宗精髓融会贯通，正是放下了个人的顽固己见，星云大师才能率众建立起佛光圣地。在佛教中，“包容”一词所对应的正是“空”字，星云大师说：“空是因缘，是正见，是般若^①，是不二法门^②。空的无限，就如数字的‘0’，你把它放在1的后面，它就是10；放在100的后面，它就变成了1000。”把自己放空了，竟然就拥有了无限多的可能。

在禅宗的观念中，空与有并非两个完全对立的概念，宇宙万物，因为虚空含纳包容，所以能拥有日月星河的环绕；因为高山不拣择沙石草木，所以成其崇峻伟大。

①：般若：佛教术语。意为脱离妄想，归于请静。

②：不二法门：佛教术语。意为直接入道，不可言传的法门。

星云大师常说，佛光山之所以能建立起来，就在于他坚持“不要”，最后反而“不要而有”。

大师为人淡泊，平时但凡有稿费或者信徒的捐赠，他很少会像其他人一样存入银行，而是会把这些钱全都花出去，或建寺庙，或建学校，或添置法器，或布施给需要的人。他说：“我认为个人可以不要，但是大众要，要给大众。”

就这样，星云大师不仅建起了佛光山的庙宇，更使佛光山的精神深入人心。

出家人要“以无为有，以不要而有”，这是星云大师修行的心得，更是裨益他人的教诲。佛光山成于“空”，致力于包容万法、普度众生，这其中的点点滴滴都会对他人有所启发。



佛法没有知识产权

佛法没有本位主义，没有知识产权，知识不能私藏，应该和大家分享。

——星云大师