



非常禅道

知足常足，终身不辱。知止常止，终身不耻。

• 弘一法师 •

不烦恼

星云大师：聪明的人，凡事都往好处想，以欢喜的心想欢喜的事，自然成就欢喜的人生；愚痴的人，凡事都朝坏处想，愈想愈苦，终成烦恼的人生。

圣严法师：喜爱的就想占有，讨厌的就会排斥，患得患失烦恼就来了。





非常禅道

知足常足，终身不辱。知止常止，终身不耻。

•弘一法师•

不烦恼



编 著：宽 心

编 委：马成瑞 秦艳红 张玉侠 孙少良 马艳秋 邹贵生 安秋霞 尤凤英 贺永辉
张艳秋 霍进生 朱义启 郭 武 申浩利 何 涛 赵 悦 李树森 张志强
张玉江 董秀平 李凤元 周泽辉 司立芝 付丽鸽 费伟伟 张玉凤 王秀芹
毛颖军

凤 凰 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

不烦恼/宽心主编. — 南京:凤凰出版社,
2012.2

ISBN 978-7-5506-1071-2

I. ①不… II. ①宽… III. ①禅宗—人生哲学—通俗
读物 IV. ①B946.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 271168 号

书 名	不烦恼
著 者	宽 心
责 任 编 辑	闫韧民
出 版 发 行	凤凰出版传媒集团 凤凰出版传媒股份有限公司 凤凰出版社 北京凤凰天下文化发展有限公司
出版社地址	南京市中央路 165 号, 邮编:210009
公 司 网 址	北京凤凰天下网 http://www.bookfh.cn
印 刷	北京鹏润伟业印刷有限公司 北京市大兴长子营镇李家务村委会南200米, 邮编: 102615
开 本	787×1092mm 1/16
印 张	16.5
字 数	360 千字
版 次	2012 年 3 月第 1 版 2012 年 3 月第 1 次印刷
标 准 书 号	ISBN 978-7-5506-1071-2
定 价	25.00 元

(本图书凡印装错误可向发行部调换, 联系电话:010-58572106)

放下就是快乐

一团乌烟瘴气，这就证明地狱在你面前。因为你内心污染得厉害，自己的光明被遮盖住了，佛光想灌都灌不进来。念佛念了半天，只有一脑子杂念，怎么能见到光明呢？

一个人一定不要被社会污染得太严重了，保持内心的纯洁，保持自我的灵性，就能获得一个幸福的人生。

如果你想成为一个成功的人，那么，请为“最好的自己”加油吧，让积极打败消极，让高尚打败鄙陋，让真诚打败虚伪，让宽容打败褊狭，让快乐打败忧郁，让勤奋打败懒惰，让坚强打败脆弱，让伟大打败猥琐……只要你愿意，你完全可以一辈子都做最好的自己。

佛经上说，“如何向上，唯有放下。”烦恼如手中气球，放开才能使其自由和奔放；人生就如一杯清茶，放下才能品出其清甜和香郁。得之，我幸，不得，我命。从容的人面对生活的诸多变故，心灵总是云淡风清；即使生活总是风生水起，内心也依然波澜不惊。

放下的过程，也是得到的过程。

当你紧握双手，里面什么都没有。当你松开双手，世界就在你手中。这便是放下的智慧。

要修禅，要有一颗禅心，首先我们要做到第一无忧，第二无悔，第三无怨。希望我们记住这禅心“三无”。在平时经常反观内照，现在心里是不是有忧了？是不是有悔了？是不是有怨了？经常反照，经常的自净其意。自净其意就是不断的反照，不断地把自己心里面忧、悔、怨净化，转化，放下。

放下就是快乐，但在生活中，真正能够“放下”却并非易事。它至少需要两个条件：一是心胸要豁达，能有一颗

理解和宽容的心，能放得下；二是要有高尚的精神追求，不为名利所累，不明知不可而强为之。能否“放下”，实在是一个在生活实践中不断学习修养的长期过程。

怀雄心壮志，当然能做到；但怀平常心，有时能把事做得更多更好，因为他心无滞碍，自然能发挥出全部潜力。综观古今中外，真正的高手，都是那些能以平



常心之缰牢牢地驾驭雄心壮志这匹烈马的人。所谓“像一个凡人那样活着，像一个诗人那样体验，像一个哲人那样思考”。

面对浮躁喧嚣的社会，面对这物欲横流的人世，有一种行为叫做坚守，坚守自我。它是人生的意志和智慧所在，是人立于天地之间最后一份责任所在。

坚守自我是一种透彻人生的智慧。始终如一地坚守自己，需要一份人生的智慧，唯其如此，才能使自己无愧于生命。

佛家讲：活在世上，常讲要“修德”。什么叫修德？就是一切事情都要想得开。德是什么？德就是顺其自然，万事不执迷、不计较，拿得起放得下。一旦这样，就心地宽阔，就心中清静，就天地透明，就通通畅畅。

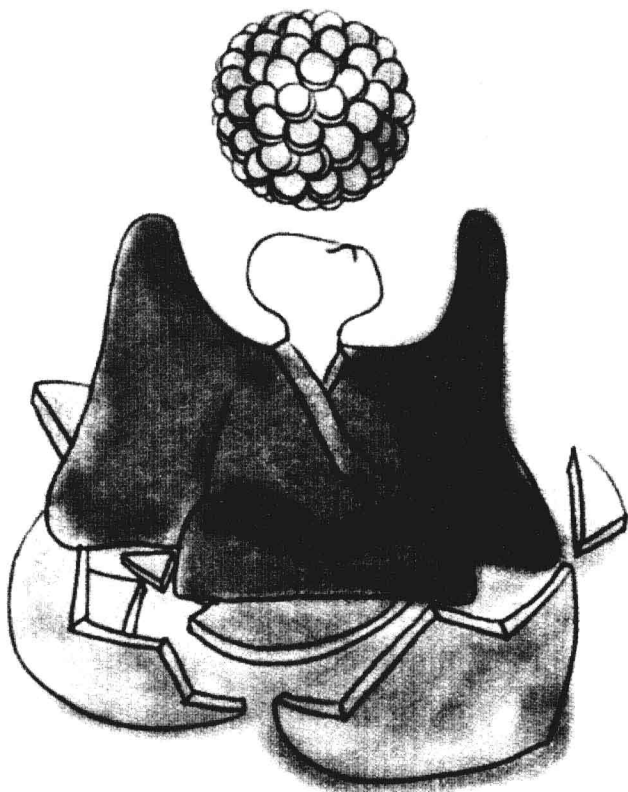
心无杂念，才能行动自如、潇洒畅

快。道家追求的大都是“清静无为”、“无为而治”、“味无味”的人生境界。其目的便是要舍却尘世凡事的扰乱。烦恼因凡事而起，故而退而以求“无为”避免争端之起，以求得心灵的明净。佛教与道教虽似各奔东西，实则殊途同归，佛教所谓“去七情、断六俗”并将之作为首要戒条，实则正是以避开尘事来求得心灵的空明。

以一颗宁静、祥和的心去发现、去寻找，那么找到的也一定是幸福和快乐；否则，便是失望与痛苦。当我们以欣赏的眼光去看待别人、看待世界、看待生活，那么你便能收尽无限风光，感受无穷乐趣。而以挑剔与指责的心态去面对，那生活回报给我们的也一定是灰暗与苍白。

禅在对待人生上，特别注重“自然”和“真实”。禅是什么？用最简单的话说，禅就是自然的生活，是人的精神世界，是宇宙与人生的总体。禅又是一种宁静明澈、大彻大悟的精神世界。它不需要任何修饰和包装，它就是它。正如现代日本禅学大师铃木大佐所云：“禅是大海、是空气、是高山、是雷鸣闪电、是春花、是夏日、是冬雪，不！它在这一切之上。它就是：‘人’！”多么美妙啊，铃木大佐所说的这个“人”，是去掉一切修饰和包装的实实在在的人！

如果你想让自己活得轻松、活得快乐、活得有幸福感，你一定要站在阳光下，让满眼都是灿烂辉煌的景色，这时你的视角才会让你感知到色彩斑斓的快乐氛围。即使遇到阴雨天，你也要面朝东方，让透亮的天空，照射到你心灵的深处。这样，你就会感知到：世界真的很美好。





目录



|||||

第一章 空心看世界

护持纯净本心 002

护持我们的纯净本心 002

心静自然凉 002

空心看世界 003

回归真实的自我 005

修炼童真的心灵 005

心怀平常 006

随遇而安,才能品出生活的真滋味 007

回归真实的自我 008

坚持宁静 009

坚持宁静 009

平常中孕有幸福 009

“出世”做人 010

烦恼淡然处之 010

不生攀比心 011

从容淡定 013

欲速则不达 013

有缘则生,无缘则灭 013

人生只在呼吸之间 014

想开了就是天堂 015

轻嗅心香 016

在自己的内心开花溢香 016

感念人生的幸福 017

去除机心 018

生命拒绝炫耀 018

难得糊涂去机心 019

以坦然的心看待他人的品评 020

抱怨世界不如改变自己 021

找到自己 022

从“没有自己”到“找到自己” 022

红花还需绿叶衬 022

恢复直率之心 023

让自己的心得到平静 024

取平常心,做非常事 025

让内心宁静安适 025

善于驾驭外物 027

生命的最佳状态在于驾驭外物 027

坦然面对 027

那就算了 028

我并没有答应送你一座玫瑰园 029

不要被表面所迷惑 029

改善心情 030

求己不如求心 030

身在龙潭 030

嫉妒伤害的是自己 031

■禅思馆 安妮宝贝悟语 033



第二章 心是快乐的根

把心放宽大 036

- 你是一道风景 036
- 心胸要像大海一样宽广 036
- 掌控自己的快乐人生 037
- 把心放宽大,便有无穷喜乐 038
- 留钱做什么 039
- 留下车辙算得了什么 040
- 永远有利息在人间 040

凡事要看开 041

- 没有什么可以羁绊你 041
- 天不设牢,而人自在心中建牢 042
- 凡事要看开 043
- 扔掉烦恼 044

笑对人生 045

笑口常开 046

心灵修炼 049

- 承担也是一种修行 049
- 学会分享 050
- 清心识道 051

快乐的根源 052

- 心是快乐的根 052
- 烦恼的根源 052
- 心无挂碍 053
- 不为侮辱埋单 054
- 寻找健康泉源,要从心做起 054

■禅思馆 季羨林的佛心禅语 056



第三章 保持自己的水准

守住自己的心 059

- 求人不如求己 059
- 守住自己的心 059
- 保持自己的水准 060
- 一尘不染,我自做我的阳光 061
- 适合自己的最重要 062
- 自助者,天助之 063

不被俗务纠缠 065

- 真性如明镜,不为外界所扰 065
- 心被俗务纠缠而不得超脱 065
- 远离诱惑 066
- 避开盲从 067
- 不争,是最好的争取 068
- 烧好自己的火 069

尊重心灵 071

- 让心灵站立 071
- 签订心灵的契约 071
- 心里有阳光,前面就是光明 071
- 施舍,也不忘给人尊严 073

守住自我 074

- 我非众生 074
- 坚守的美丽 074

模仿出不了精彩 075

自己建造的房子 075

内质美,永放光华 076

人格之鼎 076

坚守自我的美丽 076

不变应万变 077

- 方中有圆,圆中存方 077
- 不变应万变 077
- 快乐来源于自己的付出 078
- 掌握在手中的命运 079

坦然面对 080

- 勇于面对 080
- 还原本来面貌 081
- 世间呼吁“傻子” 081
- 等待,是一种智慧 082

别丢失了自己 084

- 相信自己 084
- 别丢失了自己 084
- 珍惜现在 085
- 把时间抛在身后 086

■禅思馆 林清玄谈禅 087



第四章 欣赏世间美好

世界在我心中 090

- 心中有什么,世界便有什么 090
- 快乐在默默耕耘中 090
- 以一颗欣赏与感激的心去领悟 091
- 拥有平常心就拥有了天堂 092
- 心的温度决定世界的冷暖 092

收获生活趣味 093

- 寻找生活中的趣味 093
- 生命的意义在于过程 094
- 变换角度,欣赏世间美好 096
- 对他人有用,才能活出味道 096
- 活着的幸福 098

放慢脚步,学会欣赏 099

活得自由 100

- 生活在今天 100
- 活得简单才能活得自由 101
- 享受生活的快乐 101
- 享受当前的乐趣 102

享受人生 104

- 为微笑找个理由 104
- 享受人生 105
- 带给别人愉快 106

■禅思馆 佛语禅思 108



第五章 以自己生命的燃烧,照亮世界

本性不可失 111

- 为自己开一朵花 111
- 弃恶就是天堂 111
- 淡泊宁静,方能与天地万物融为一体 112
- 遍地佛语 113
- 只有本性不可失 115

保持内心的洁净 116

- 内心的洁净才是真正的洁净 116
- 时间会冲走一切的烦恼 116
- 不要让疑神疑鬼毁坏美好 117
- 佛不是刻意修来的 119
- 色即是空,空即是色 120

成全别人就是成全自己 121

- 以自己生命的燃烧,照亮世界 121

只求给予,不求回报 122

只支付公道的价钱 123

换个角度看到海阔天空 124

- 适合自己的,才是最好的 124
- 换个角度看到海阔天空 124
- 思路决定出路 125

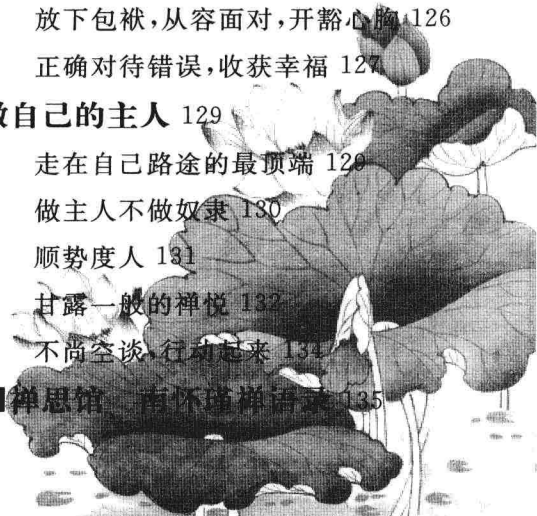
放下包袱,从容面对,开阔心胸 126

正确对待错误,收获幸福 127

做自己的主人 129

- 走在自己路途的最顶端 129
- 做主人不做奴隶 130
- 顺势度人 131
- 甘露一般的禅悦 132
- 不尚空谈,行动起来 134

■禅思馆 南怀瑾禅语录 135



第六章 无忧是佛

修行在心 138

- 真正谦卑的人 138
- 成为自己心中的佛 138
- 保持超越的心 139
- 平淡安然 140
- 心底荷花 141
- 看也无益 141
- 修行在心 142
- 任风吹雨打不动声色 143

快乐种在心里 145

- 快乐由自己决定 145
- 快乐种在心里 145
- 快乐是个过程 146
- 快乐是面镜子 148
- 不要扰乱欢喜心 150
- 演奏什么音乐完全要靠自己 150
- 坦对痛苦,拥抱快乐 153

去除心中烦恼 155

- 无忧是佛 155
- 射去心中的烦恼 155
- 强大的人,懂得如何治疗伤痛 156
- 无惧结局 157
- 拒绝厌世情绪 158
- 精神不饿 158
- 祛除心中的抱怨 159

心境不同,景色各异 160

- 脾气是自己造就出来的 160
- 一样幸福 161
- 心境不同,景色各异 161
- 喜者心中有喜,悲者心里有悲 163
- 用热情构筑未来 164

■禅思馆 贾平凹的禅意 165

第七章 学会放下

心灵自由 168

- 心能自由,则无处不安 168
- 只追求属于自己的东西 169
- 若无闲事挂心头 170
- 宽广的胸怀,更加纯净 171
- 人生不用太多条件 171
- 达观看待祸患 172
- 不要自己迷惑自己 173
- 自己迷惑了自己 173
- 有什么不能放手 173

- 在得到中失去,在失去中得到 174
- 胆汁入水,味则变淡 175
- 失去的是浮华,得到的是宁静 176
- 水自流,云自飞 176
- 不必在意那些得失与纷扰 177

全部放下 178

- 全部放下 178
- 真放得下 179
- 只要放下,烦恼自然离开 180
- 放下金银珠宝,就会快乐 180

放下执著心 181

卸下心灵的负重 183

舍弃 183

卸下心灵的负重 184

扔掉昂贵的手镯 185

放下人生的石头 186

放下过去,轻松赶路 187

流过泪的眼睛才能看到人间彩虹 188

不生气就赢 189

抛却一份功利之心 190

感恩生活 191

感恩生活 191

放下荣耀,尊重别人 192

不幸是自己造成的 193

放下,心中一片海阔天空 193

低头,并不意味着屈服 194

余下的都是利润 194

知足才能常乐 196

一休万事休 196

知足才能常乐 197

■禅思馆 佛法微博 198



第八章 退步原来是向前

完美是一种伤害 201

卑湿水中生莲花 201

完美是一种伤害 202

风流很近风流很远 202

不存在绝对的是,也不存在绝对的非 203

和尚下地狱,屠夫上天堂 204

退步原来是向前 206

退步原来是向前 206

最重要的是当下 207

参悟真相 208

该执著时执著,该放弃时放弃 209

多贪多欲是穷人 210

不时之需 210

多贪多欲永远是穷人 210

■禅思馆 时代禅思 211



第九章 坚持,自然就成功了

调理心态 214

抬头向前,走向成功 214

受到挫折,迅速回归平常心 215

感谢对手 216

心地真诚便是大供养 217

重要的是方向 218

重要的是方向 218

选择卓越 218

重新提起,是更高明的智慧 219

退步原来是向前 220

从当下做起 221

小事决定大命运 221

从当下做起 221

一步一步地实现自我 222

坚持的美丽 223

种瓜得瓜,种豆得豆 223



路是走出来的 223

坚持,自然就成功了 224

一生做好一件事 225

等待也是一种美 226

选择了放弃,而成功也放弃了你 227

■禅思馆 刘墉禅语录 228

第十章 用心做事,成就自己

跟随自己的心 231

有渴求,才能有收获 231

忘我境界 231

一字药,不后悔 232

跟随自己的心 233

忘却不适 234

我命在我,不在天 234

攀上你自己的高处 235

做事需要沉住气 236

坚持才能修成正果 238

专一而行,专心而攻 238

用心做事成就自己 239

用心做好每一件事情 240

坚持才能修成正果 241

功夫到了自然成 242

心量大,幸福大 243

心量能大能小 243

解脱取决于自己的心 244

静下一颗心,拒绝诱惑 245

做事全心全意 246

苦中有乐,乐中有苦 248

踩得实即为走得轻 248

苦中求乐,其乐无穷 249

如水一样柔而至刚 250

看到实质 251

等待也是一种智慧 251

用坚持磨性,用执著成事 251

■禅思馆 李敖谈佛 253

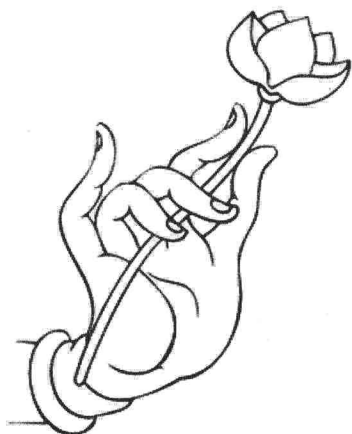




空心看世界

净化身心不必非要在寺院修行，这些外在的东西并不重要，重要的是心里面不被现实的烦恼缠绕，这样，即使身居闹市，心中仍然可以清净。

一个人是否能摆脱烦恼的困扰，完全取决于自己的意志，只要内心清静、无杂念介入，即使身居闹市也空如一片净土。反之，即使手持一琴一鹤，屋内屋外摆满名花奇卉，而内心不能平静，烦恼还会困扰身心。所以佛说：能摆脱尘世的烦恼就等于达到真实境界，否则即使身穿袈裟住在寺院里，却和俗人毫无二致。





护持我们的纯净本心

每人都有一颗与生带来的纯净本心，成人后变得不纯净，是因为受外界侵扰。

善于护持我们的心，让它免受杂念、私欲等的侵扰，使它淡定安然，就能让这颗心的拥有者幸福安康；这颗纯净的心比任何奇异的珍宝都有价值，因为它是钱财买不到的“无价之宝”，它可以让自己一生平安，受用终生。

有一位学僧请教禅师：“我脾气暴躁、气短心急，以前参禅时师父曾经屡次批评我，我也知道这是出家人的大忌，很想改掉它。但这是一个人天生的毛病，已成为习气，根本无法控制，所以始终没有办法纠正。请问禅师，您有什么办法帮我改正这个缺点吗？”

禅师非常认真地回答道：“好，把你心急的习气拿出来，我一定能够帮你改正。”

学僧不禁失笑，说：“现在我没有事情，不会心急，有时候遇到事情它就会自然跑出来。”

禅师微微一笑，说：“你看，你的心急有时候存在，有时候不存在，这哪里是习性？更不是天性了。它本来没有，是你因事情而生，因境而发

护持纯净本心

善于护持我们的心，让它免受杂念、私欲等的侵扰，使它淡定安然，就能让这颗心的拥有者幸福安康。

的。你无法控制自己，还把责任推到父母身上，你不认为自己太不孝了吗？父母给你的，只有佛心，没有其他的。”

学僧惭愧而退。

大多数人也也许像故事中的学僧那样，认为自己“脾气暴躁、气短心急”的品性是父母所生，是不可能改变的遗传。

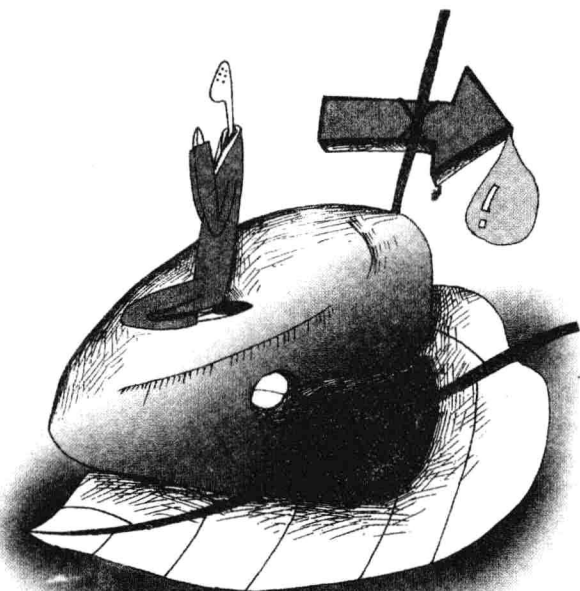
其实，正如禅师所说，那样的品性根本不是来源于父母，而是源自自身后天的习性，是一种外在的侵入的毒素，因此，绝不是不可改变的，而是需要我们一点一滴地好好清除。这就需要我们拥有像关云长刮骨疗伤那样的大勇气和超乎寻常的毅力。

心静自然凉

“心静自然凉”是一种境界，而要达到这种境界就要学会“放下”，即要达到解脱自在、了无牵挂的境界，便要把杂念与妄执等烦恼放下。

从前有位佛教徒，天天手持鲜花到寺院去供拜佛像，坚持不懈，从不间断。

寺院里的无法禅师看在眼里，喜在心间，称赞他道：“你常用鲜花供佛，来世一定会得端庄福报。”



这位佛教徒听了非常高兴，便问无法禅师：“大师，我到寺院用鲜花供佛，每次心中如同甘露冲洗般的清净。可是，在家中我又往往被冗杂的家事搅得心神不定，在街市间往往被尘器搅得神志不清。请大师启迪，怎样才能使我常保清净呢？”

无法禅师反问他：“那么你知道如何使鲜花长期保持鲜活吗？”

“那容易呀！只要天天换水，去掉烂梗，花朵就能保持鲜活了。”

无法禅师满面笑容：“那就对了，要让自己常保清净，就要保持心灵的宁静空明；要想净化身心，更要时时清扫内心的世界。”

这位佛教徒顶礼谢过大师：“大师德高望重，能够让我顿悟，我今后一定常来寺院向大师请教，还想搬到寺院，住上一段时间，过过修行生活，并分享鼓钟梵呗的清静日子。”

无法禅师敛住笑容，指着这位信徒说：“你的身体就如同寺院，你的双耳就如同菩提，你跳动的脉搏就如同钟鼓，你的胸腔呼吸就如同梵呗，你的言词举止无处不可以清净。为什么一定要执著于寺院的形似，非要住在寺院修行呢？修行重在修心呀！”

是啊，净化身心不必非要在寺院修行，这些外在的东西并不重要，重要的是心里面不被现实的烦恼缠绕，这样，即使身居闹市，心中仍

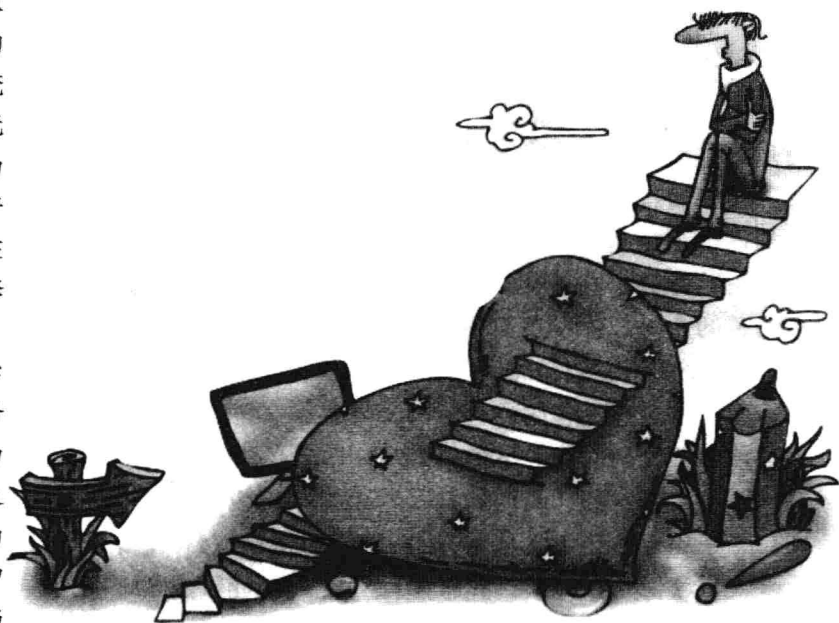
然可以清净。

一个人是否能摆脱烦恼的困扰，完全取决于自己的意志，只要内心清静、无杂念介入，即使身居闹市也空如一片净土。反之，即使手持一琴一鹤，屋内屋外摆满名花奇卉，而内心不能平静，烦恼还会困扰身心。所以佛说：能摆脱尘世的烦恼就等于达到真实境界，否则即使身穿袈裟住在寺院里，却和俗人毫无二致。

空心看世界

一个人的气节和正义可以傲视一切，但当没有高深品德来配合，那也就失去意义了。当一个人的思想品德达到炉火纯青的境界时，和普通人并没有什么不同的地方，只是达到自然的本身面貌。正像那空心菜，表现出纯真的自然本性。

看到水田边一片纯白的花，形似百合，却开得比百合花还要繁盛，姿态非常优美，我当场就被那雄浑的美震慑了。





“这是什么花？”我拉着田边的农夫问道。

“这是空心菜呀！”老农夫说。

原来空心菜可以开出这么美丽明艳的花，真是做梦也想不到。我问农夫：“可是我也种过空心菜，怎么没有开过花呢？”他说：“一般人种空心菜，都是还没有开花就摘来吃，怎么会看到花呢？我这些是为了做种，才留到开花呀！”

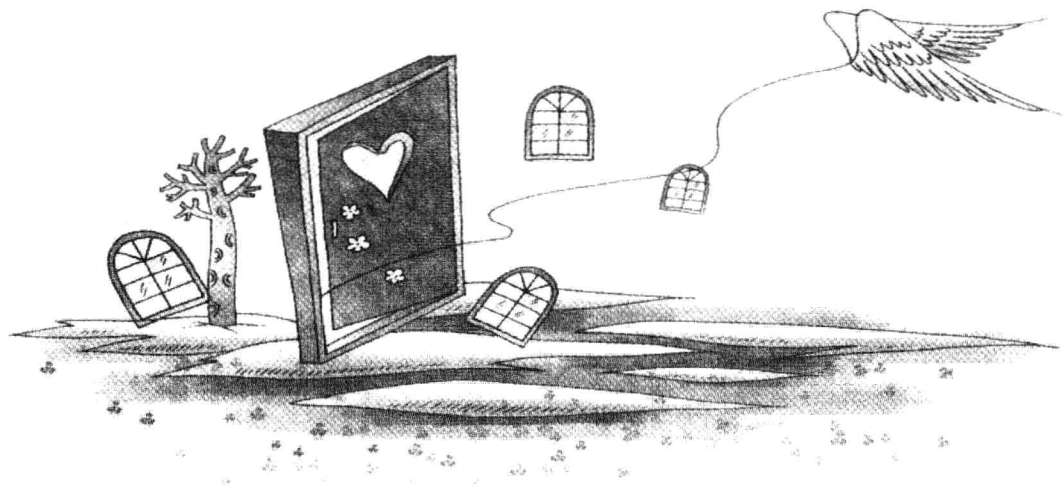
我仔细看水田中的空心菜，花形很像百合，美丽也不输给百合，并且散发一种非常好闻的香气。如果拿来作为瓶花，也不会输给其他的名花呢！可惜，空心菜是菜，总是等不到开花就被摘掉，一般人总难以知道它开花是那么美。纵使有一些

做种的空心菜能熬到开花，人们也难以改变观点来看它。

我们只有完全破除对空心菜的概念，才能真正看见空心菜的美，这正是从空心菜来看世界。

但是，人要空心来面对世界，真比空心菜还难呀！

人们把这洁白、空心的大花作为神的化身。佛法里修的就是要像这样的万相皆空，才能达到心灵的完整。于空心来看世界，无心才能安心。要想空心看世界那很不易，那就像曼陀罗一样，只在夜里独自芬芳吧。



修炼童真的心灵

孩子的心是纯真无瑕的，是天真可爱的。是可以用天底下最美的语言去描述的。但是却不能用金钱去衡量。因为童心是无价的。一个童心未泯的人，才是感悟生活真谛的人。只要拥有童心，你就会用积极的心态面对人生，面对生活中的每一次的失败和挫折。你就会发现这个世界到处充满了爱。也许我们不再拥有天真烂漫的童年，但一定要保持那颗童心，只有保持一颗童心的人，才是一个真正意义上的人。

从前有座寺庙，老方丈为了使香火更旺盛，特地从京城请来一位著名的王艺人，在正殿上塑起一座八米高的佛祖金像。

佛像塑好那天，举寺欢庆。方丈问王艺人要多少工钱，王艺人傲慢地说：“不如以三日为限，如果有人在大佛身上挑出一处毛病，我分文不取，没有的话，请赏赐黄金百两，作为工钱吧。”

百两黄金可不是个小数目，方丈无

回归真实的自我

人所有痛苦的根源就是来自于不清楚自己是谁，而盲目地去攀附、追求那些不能代表我们的东西。

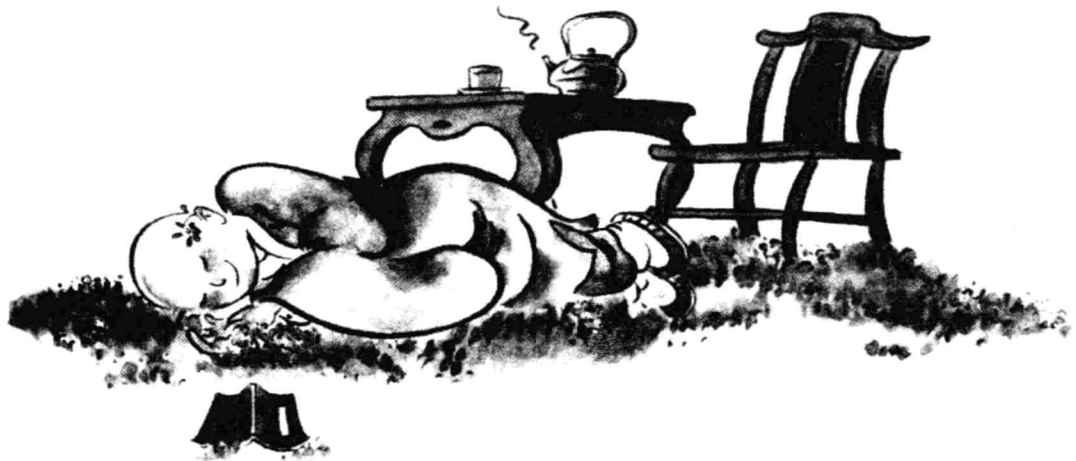
奈，召集全寺僧人，宣布了王艺人的话，让众弟子去给佛像挑毛病。可众僧侣看着看着，都不知不觉地夸奖起佛像雕

塑得好来，一天下来，竟无一人能挑出毛病。方丈心里一沉，于是又去请附近的村民一同来挑毛病。可是大家看了佛像都交口称赞，别说毛病，连半点批评的话都没有。

很快，第三天到了，老方丈已经不抱什么希望了。转眼夕阳西下，大厅里只剩下一位抱着儿子的村妇。就在母亲抱起儿子也准备离去时，儿子突然说：“这佛像有个毛病。”

本在大厅一侧坐禅的方丈猛地睁开眼睛，看了看那小孩，只不过四五岁模样，牙都没长齐，方丈遂半信半疑地问道：“孩子，这个佛像哪里有毛病？”

小孩子看了看方丈，又看了看他母亲，说：“那个大佛像的手指有毛病。”方丈给逗乐了，问道：“你倒说说看，手指有什么毛病？”小孩说：“佛像的手指太粗啦。”他母亲在一旁摇头说：“手指粗也算毛病？”





像一个凡人那样活着，像一个诗人那样体验，像一个哲人那样思考。

你这孩子真不懂事！”方丈也失望地叹了口气，准备离去。小孩子见两个大人都不信他，生气地大声说道：“佛像的手指就是太粗了嘛！它怎么把手指伸进鼻孔挖鼻屎呢？挖耳屎也不行呀。”

方丈和小孩子的母亲都愣住了。老方丈扭头，仔细看了看那尊佛像，发现手指确实比鼻孔大出好多！他喜出望外，说：“啊，这确实是个毛病，还是个大毛病！”他一边谢过母子二人，一边对着佛像感叹道：“这么多大人都挑不出的毛病，竟被一个小孩子给发现了。”

说完这句话，老方丈突然沉默了。良久，自言自语道：“阿弥陀佛，原来人的眼睛看到的都是不同的，面对信仰崇拜的事物，大人又怎么会想到挖鼻孔的爱好呢？”

童心是最珍贵的，通过一颗童心看世界，这世界就一定不同于我们眼中的世界。

习惯了用寻常的眼光看世界，习惯了世俗，我们的目光和心灵便蒙上了变色镜，看不出世界的画意和人生的诗意的了。

有一颗未泯的童心，用童心去看世界，世界永远是真实而精彩的。

童真是美丽，就像钻石，在繁华浮躁的生活里发出动人的光泽，也许世事的沧桑，人心的变幻，生活的无奈，会使很多人戴上世故虚假的面具，但一颗晶莹的童心，依然不事雕

饰，一袭淡妆，一如清水中的芙蓉亭亭玉立。拥有一颗水晶颗粒般的童心，拥有一份纯净美好的生活。

心怀平常

一个人怀雄心壮志，当然能做好事；但怀平常心，有时能把事做得更多更好，因为他心无滞碍，自然能发挥出全部潜力。综观古今中外，真正的高手，都是那些能以平常心之缰牢牢地驾驭雄心壮志这匹烈马的人。所谓“像一个凡人那样活着，像一个诗人那样体验，像一个哲人那样思考”。

如果一个人，真的能放下急功近利的浮躁，顺应自然之道，以关心、服务他人为己任，认真地做好力所能及的事，抱着互惠互利的原则，与周边环境协调发展，而不是片面地急于从别人那里索取利益和关注，他还会在快速多变的竞争环境中，动辄患得患失，以致如秋雨中瑟瑟的叶子般，宠辱“皆”惊，阵脚纷乱吗？

三伏天，禅院的草地枯黄了一大片。

“快撒点草籽吧！好看哪！”小和尚说。

“等天凉了。”师父挥挥手，“随时！”

中秋，师父买了一包草籽，叫小和尚去播种。

秋风起，草籽边撒边飘。“不好了！好多草籽都被吹飞了。”小和尚喊。

“没关系，吹走的多半是空的，撒下去也发不了芽。”

