

快樂禪師 九戒居士著

做人的佛法

學會感恩、學會愛、學會生活

心中有陽光，生活便處處都燦爛；
心中有愛，便處處有溫暖；
心中有善，處處是善；
心中有佛，處處是佛。

推薦

陳琴富(水月蘭若執行長)



資源如學

PDF

做人的佛法： 學會感恩、學會愛、學會生活

作 者 九戒居士
編 輯 李欣善
行銷企劃 謝玟儀
社 長 郭重興
副社長 曾大福
總 編 輯 汪若蘭
出 版 木馬文化事業股份有限公司
發 行 遠足文化事業股份有限公司
地 址 231台北縣新店市中正路506號4樓
電 話 02-22181417
傳 真 02-22188057
E m a i l service@sino-books.com.tw
郵撥帳號 19588272 木馬文化事業股份有限公司
客服專線 0800221029
法律顧問 華陽國際專利商標事務所 蘇文生律師
印 刷 成陽印刷股份有限公司
初 版 2010年02月
定 價 240元

中文繁體字版(c)《做人的佛法》2009年本書經天津華文天下圖書有限公司
正式授權，同意經由木馬文化事業股份有限公司，出版中文繁體字版本。非經書面同意，
不得以任何形式重制、轉載。



做人的佛法

快樂禪師 九戒居士 著

序言 佛在身邊

很久以前，有個年輕人和母親相依為命。因為生活貧窮，年輕人迷上了求仙拜佛。母親見兒子整天神神道道、不務正業，整日苦口婆心地規勸，但終究管不住長成大成人的孩子。年輕人甚至把母親當成求佛成仙的障礙。

一天，年輕人聽說遠方無名山上有一位得道的高僧，便瞞著母親跋涉千裡去找高僧討教成佛之道。

他一路上歷盡艱辛，終於找到了那位高僧。高僧熱情地接待了他，高僧聽完他的一番訴說後，沈默良久，開口道：「你想修道，我可以給你指條明路。」

年輕人太高興了：「太好了，我願拜師父為師，專心修道。」

高僧不以為然地說：「與其拜我為師，還不如去找佛。」

年輕人頓時來了興趣，忙問：「請問哪裡有佛？」

高僧說：「你現在回家去，在路上有個人會披著衣服，反穿著鞋子來接你，那個人就是佛。」年輕人聽後大喜，拜謝了老和尚，開始返程回家，路上他不停的留意著老和尚說的那個人。

第一天，他投宿在一戶貧寒農家，男主人為他開門時，他仔細看了看，他沒有赤腳。第二天，他又投宿在一富有人家，更沒有人赤腳為他開門，他不免有些灰心。

第三天，第四天……一路走來，投宿無數，卻一直沒有遇到高僧所說的那樣的赤腳開門的人。眼看快到家了，佛還沒有出現。年輕人又氣又悔，以為是老和尚欺騙了她。

等他回到家時，夜已經很深了。他灰心喪氣的敲門。「誰呀？」屋內傳來母親蒼老驚悸的聲音。「我，是你兒子。」他沮喪地答道。

他的母親知道自己的兒子回來了，急忙抓起衣服披在身上，燈也來不及點著就去開門，慌忙中鞋子都穿反了。年輕人看到母親狼狽的樣子，不禁熱淚盈眶，立刻覺悟了。

佛本是人，而不是神。佛不在別處，他其實就在我們身邊。

人們都在苦苦地求索，夢想著找到自己的歸宿。其實思念著我們的人，就是我們要去的地方，就是我們的家，我們的歸宿。

高僧幫助年輕人認清了人生的歸宿，著實令人感動，那我們是不是也該想一想自己的歸宿呢？想一想那些思念著我們的人，那些處處為我們著想的人，那些對我們從未放棄過愛的人。

每每讀到佛的東西，總有很多感動。

佛就像母親一樣，永遠都是一顆大慈大悲的心，念念為眾生著想——我不入地獄，誰入地獄！

由此我想，佛一定就是我們每個人的歸宿吧。三千大世界，一切眾生他都視如己出，心生慈悲，哪怕再十惡不赦的人，都願度化，規勸人們放下屠刀，立地成佛。

無論何時，無論何地，佛都在你的身邊，唯願天下蒼生平安健康、幸福快樂。不論你身在何方，不管你曾經有過多少罪惡，只要你在心裡輕聲呼喚，佛都將守護在你身邊，讓你得到救贖！

目錄

第一章 人生可以很圓滿

人活一世，都應該追求更多的境界，因為每個人只有一生，同樣是活，
為什麼不活得圓滿一點呢？

- 活著就要好好活 12
- 人生短暫，只爭朝夕 15
- 弱水三千，只取一瓢 18
- 活出人間好時節 22
- 自己的路自己走 26
- 我的人生我做主 30
- 活著，就要順其自然 35
- 追求多元的人生 38
- 不要畫地自限 41
- 從夢想照進現實 45
- 人生，從設定目標開始 50
- 浮生若茶 53
- 看山是山，看水是水 56

第二章 讓快樂成為天性

人快樂不需要理由，因為快樂本身就是生命的意義和價值。快樂在哪裡？放下就是快樂，知足就能快樂。

活著不是為生氣 60

隨喜而喜 63

放下才能得解脫 66

煩惱都是自找的 70

快樂無非常知足 73

何必在意小過 78

不幸之中有萬幸 81

懂得付出才能收穫快樂 84

把握當下的幸福 87

善意地去解釋一切 90

第三章 學佛就是學做人

佛法是一種積極的語法，是要人們活得更健康、更理智、更聰明的生存道理。

善解人意也是慈悲 96

善待自己，享受人生 100

保持一顆平常心 103

學會寬容，收穫一生 107

忍辱是種大修養 110

寬容是最好的教育 114

善緣就是財富 117

低調做人，處事謙恭 120

做人只求無愧於心 124

不見他人過 127

真心做事，真誠做人 130

寬恕他人就是善待自己 133

與人無爭 136

常常檢點自己 139

第四章 佛法是種活法

佛法是一種語法，用佛法這個活法來活著，才能活得輕鬆自在，才能活得有意義，有價值。

- 佛法是種活法 144
生活就是修行 148
生命只在呼吸間 152
心中有佛，處處是佛 155
本來都是緣 159
莫使心靈蒙塵埃 165
萬法由心生 168
人人都是佛 173
得失寸心知 177
煩惱是因為修養不夠 180
凡事不可太執著 183
透識真假 186

第五章 善哉，善在

「諸惡莫作，為善奉行。」佛法之善，就是要我們遠離「惡」，而通向「善」的一種生活方式。

- 用善心溫暖世道 192
- 善心就是顆平常心 195
- 善惡存乎一念間 198
- 幫助別人也是幫助自己 202
- 善待生命 205
- 莫以惡小而為之 209
- 佈施不倦，求善不厭 213
- 善良成就未來 217
- 浪子回頭金不換 221
- 放下屠刀立地成佛 224
- 捨己渡人，善莫大焉 226

第六章 持戒渡心魔

「對於一般人來說，行一切善，斷一切惡，就是最好的戒。如果能將棄惡揚善做為人生的準則，必將得到最好的回報。

貪欲就是一切煩惱 232

不要圖口舌之快 235

世界上最愚蠢的事情莫過於生氣 239

衝動是魔鬼 243

節儉生活的意義 246

別讓貪心毀掉一生 250

以戒為師 256

代後記 青年人學佛應注意的四項 260

第一章 人生可以很圓滿

人們常拿「人生不如意十之八九」來安慰自己，開導別人。是的，誰都不可能得到想要的一切。然而，誰說人生沒有圓滿呢？人生在世，苦苦追求的無非兩個字：值得！一個人在世上走一遭，如果能不白活一回，那就值得。

值得的人生不就是圓滿的人生？

人生苦短，誰都不可能擁有一切，學會珍惜，懂得付出，把命運掌握在自己手中，那麼這段人生就是值得的，就是圓滿的。

活著就要好好活

不要計算你過的日子，要使這些日子算數。

——禪語

如果把「活著」和「好好活」比喻成天堂和地獄，那麼「做有意義的事」就是連接兩者的一把梯子，爬上去就是天堂，墮下去就是地獄。

有人活了一輩子，都不明白什麼才算是有意義的事情，在很多人看來，自己實在太渺小了，做不了什麼驚天動地的大事。其實一件事有沒有意義，並不在於這件事的大小。任何一件事情，哪怕再小，只要是你該做的，你用心把它做好了，這就是有意義的。

佛光禪師門下有個叫大智的弟子，出外參學二十年後，回到了師傅身邊。

在佛光禪師的禪丈裡，大智述說了自己在外遊學二十年的種種見聞和感悟，最後大智問道：「師傅，這二十年來，您一個人還好嗎？」

佛光禪師道：「很好！很好！講學、說法、著作、寫經，每天在法海裡泛遊，世上沒有比這更快活的生活了，每天，我忙得好快樂。」

看著年邁的師傅，大智關心地說道：「老師，您應該多一些時間休息！」

夜深了，佛光禪師對大智說道：「你休息吧！有話我們以後慢慢談。」

第二天一早，大智就被一陣木魚聲敲醒了。大智走出禪房，發現敲魚誦經的聲音正是從佛光禪師的禪帳裡傳出來的。原來佛光禪師每天都是這樣早起晚睡，忙個不停。

白天，佛光禪師不厭其煩地對一批批來禮佛的信眾說禪講法，之後禪丈不是批閱學僧心得報告，便是擬定授課的教材，每天總有忙不完的事。

好不容易看到佛光禪師剛與信徒談話告一段落，大智搶著問佛光禪師道：「老師！分別這二十年來，您每天的生活仍然這麼忙著，怎麼都不覺得您老了呢？」

佛光禪師道：「我沒有時間老呀！」

「沒有時間老」，這句話後來一直在大智的耳邊響著。

看完這個故事，我忽然想到了幾千年前的孔子。在《論語》裡記錄了這樣一個故事：孔子帶領學生周遊列國，這一天就來到了楚國的葉城，葉公沈諸梁熱情地接待了他們，但他對孔子不怎麼瞭解，看著孔子忙來忙去，就悄悄地問子路，你們老師怎麼都不休息呢？子路一時不知怎麼回答他。孔子事後得知，就對子路說：「你為什麼不這麼說呢？其他人也，發憤忘食，樂以忘憂，不知老之將至。」

「不知老之將至」和「沒有時間老」雖遠隔千年，但卻有種高山流水遇知音的味道，這難道是佛法和儒學的心心相惜？而我更願意稱之為兩種文化對於生命感悟的殊途同歸。

我們說人生在世一定要好好活著，怎麼樣才算好好活著呢？「發憤忘食，樂以忘憂」而已！別聞著，做你該做的事兒去，這就是活著的最高境界，就是好好活著。

人生短暫，只爭朝夕

永遠不要浪費你的一分一秒。

——禪語

一個人所擁有的最好的東西是什麼？不是昨天的輝煌，也不是明天的希望，而是現在。

永平寺裡，有一位八十多歲的老禪師，在大太陽下曬香菇，住持道元禪師看到以後，忍不住地說：「長老！您年紀這麼大了，為什麼還要做這種事呢？請老人家不必這樣辛苦！我可以找個人替您代勞呀！」

老禪師毫不猶豫地道：「別人並不是我！」

道元禪師說：「話是不錯！可是要工作也不必挑這種大太陽的時候呀！」

老禪師說道：「大太陽不曬香菇，難道要等陰天或雨天再來曬嗎？」

道遠禪師一時語塞。

人們常說「今日事今日畢」「自己的事情自己做」，話雖簡單，但做起來卻很難。人們總能找到各式各樣的理由為自己開脫，但結果是不會欺騙人的，到頭來欺騙的還不是自己？