

菩提树下



沐浴佛法

慈悲为怀

中国物资出版社



王宇主 编

《观无量寿佛经》中说：『佛心者，大慈悲是。』所以，大慈大悲，是三世诸佛的本怀。
大慈，予一切众生乐；大悲，拔一切众生苦。

——《大智度论》

让我们聚集到菩提树下，倾听佛陀穿越时空的睿智教诲，沐浴在佛法的无上光明和极乐之中。

为了给予一切众生清净无为的快乐，佛陀遁入深山中修行；
为了解除一切众生死轮回的痛苦，佛陀在菩提树下证果。

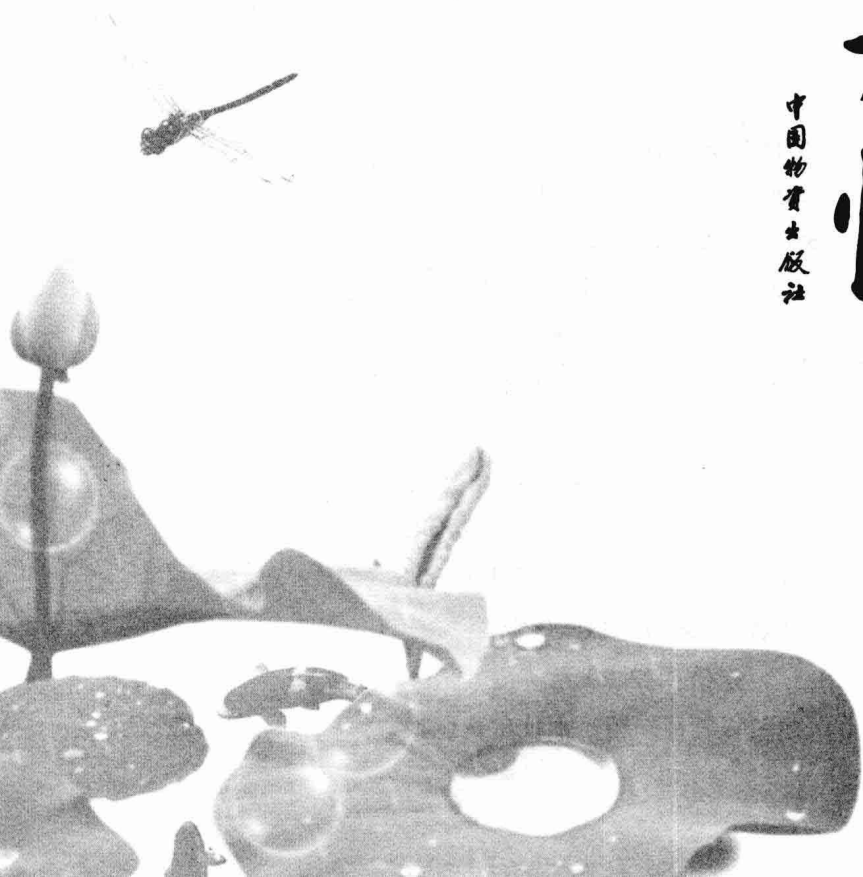


菩提树下○沐浴佛法

慈悲为怀

王宇○主编

中国物资出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

慈悲为怀：菩提树下 沐浴佛法/王宇主编. —北京：中国物资出版社，2010.7

ISBN 978-7-5047-3458-7

I. ①慈… II. ①王… 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 (2010) 第 123170 号

策划编辑 王秋萍

责任编辑 王秋萍

责任印制 方朋远

责任校对 孙会香 杨小静

中国物资出版社出版发行

网址：<http://www.clph.cn>

社址：北京市西城区月坛北街 25 号

电话：(010) 68589540 邮政编码：100834

全国新华书店经销

北京京都六环印刷厂印刷

开本：710mm×1000mm 1/16 印张：18 字数：295 千字

2010 年 7 月第 1 版 2010 年 7 月第 1 次印刷

书号：ISBN 978-7-5047-3458-7/B·0228

印数：00001—11000 册

定价：32.80 元

(图书出现印装质量问题，本社负责调换)



序

一个信佛者曾说过这样一句话：“佛曰，放下。却难倒了众世人。”

的确，人世间有太多的东西与念想不为人们所控制，放下谈何容易。然而，既信佛，就需尽心修行，放下难，却不是不能，最起码我们可以从最恶之处放下，如放下仇恨，放下忧愁，放下猜忌，放下嫉妒，放下痛苦……这样我们才有空间来装载“善”的东西，如快乐、宁静、幸福，还有慈悲。

慈悲之心，是佛者至高境界，也是修佛之根本。

有人问佛：造物主为何不给人间所有女子羞花闭月的容颜？

佛曰：那只是昙花一现，用来蒙蔽世俗的眼，没有什么美可以抵过一颗纯净仁爱的心，我把它赐给每一个女子，可有人让它蒙上了灰尘。

有人问佛：为何世间要有那么多的遗憾？

佛曰：这是一个娑婆世界，娑婆即遗憾。没有遗憾，给再多幸福，你也体会不到。

有人问佛：如何让人们的心不再感到孤单？

佛曰：每一颗心生来就是孤单而残缺的，多数人带着这种残缺度过一生，只因与能使它圆满的另一半相遇时，不是疏忽错过就是已失去拥有它的资格。

有人问佛：如果遇到了可以爱的人，却又怕不能把握怎么办？

佛曰：留人间多少爱，迎浮世千重变；和有情人，做快乐事，别问是劫是缘。

有人问佛：如何才能如你般睿智？

佛曰：佛是过来人，人是未来佛，我也曾如你般天真。

有人问佛：何以慈悲为怀呢？



慈

悲为怀

——菩提树下 沐浴佛法

佛曰：一切诸佛法中，慈悲为大。对人心存慈念，对物应有悲悯之心，天下万物苍生皆平等，爱人即为爱自己，对人慈悲，即是对己慈悲。

佛教弘扬于世间已经两千五百多年，传入中国亦有两千年之久，义理博大，文字深奥，是人类文明与思想的一大宝藏。佛家以慈悲为最基本教诲，以热爱生命、热爱人生的博爱为核心。慈悲是一种以非种族、非国界为基础的对人类的博爱，它不同于自私和针对特定对象的“小爱”，它不仅爱世人，也爱自然万物。慈悲造就了人的伟大人格。佛见众生为生老病死苦、身苦、心苦、今世苦、后世苦等诸多痛苦而烦恼，生出大慈悲心加以拯救。因此，一切诸佛法中，慈悲为大。

佛家讲慈悲，对慈与悲做了明确的区分。慈与悲所指是不同的，包含了不同的意思。佛家对“慈悲”二字给出的解释是，慈指“与乐”，悲指“拔苦”。如《大智度论》说：“大慈与一切众生乐，大悲拔一切众生苦；大慈以喜乐因缘与众生，大悲以离苦因缘与众生。”

人人想要一生无憾，人人想要一生幸福，人人想要一生安康……人的一生需要的不多，想要的却太多，因此人人都有着太多的障碍，做事时往往事与愿违。

佛法，为人们带来福音，使人净心、静心，使人看透凡尘，更易享受生命，享受生活，享受救别人脱离苦海的过程。

《慈悲为怀——菩提树下 沐浴佛法》告诉人们：心怀慈悲，心中无愧，自然可以生活得无所挂碍，自然可以怡然自得。

《慈悲为怀——菩提树下 沐浴佛法》告诉人们：在佛学的世界里，你会了解忍耐不是压抑，你会懂得慈悲不需伪装。体验佛学的智慧，你也可以拥有自在欢喜，欢喜自在。

《慈悲为怀——菩提树下 沐浴佛法》告诉人们：心中有佛，处处法喜充满。心中有佛，时时心安自在。

愿天下众生，慈悲为怀，善莫大焉。

编者

2010年3月



目 录



第一章 佛性——心中有佛，处处皆菩提

何为佛？佛在哪里？世界上真的有佛国世界吗？真的有所谓的西方极乐世界吗？

很多人对佛大都是持仰视的态度，看着天空，脖子都酸了也看不到佛所在的天国有多远、有多高，伤透了脑筋也猜不到一个形容距离的数字。

其实，佛距离我们并不远，它就在我们心中。只要心中有佛，那就是天国，处处皆菩提。

1. 佛，近在咫尺 (3)
2. 每个人心中都可以有佛国 (6)
3. 活着，本就是一种幸运 (9)
4. 知足方能心安常乐 (12)
5. 羡慕别人不如善待自己 (15)
6. 心怀慈悲，广结善缘 (18)
7. 助人不求回报是最大的回报 (21)
8. 凡事留三分余地 (24)
9. 自己修行，才能度脱自己 (27)
10. 用心地生活、做事 (29)
11. 一切都是最好的安排 (32)
12. 佛法在人间，菩提心中求 (35)
13. 将生活本身当成目的 (38)



慈

悲考怀

——菩提树下 沐浴佛法



第二章 功德——一毛钱与一万元的功德

善心加功德等于贤者，悟道加自净等于小圣。人们常说，一辈子多积功德，就可以赎上辈子造下的孽，或是此生之前一时糊涂犯下的罪过。功德大，死后就可以不用下地狱，甚至可以上天堂，成仙成佛，因此人们也称之为“积阴德”。

功德之说在于行动，但更在乎心诚，功德的大小在于付出多少，但更在乎心之所念。比如一富人捐一万元钱，但是他只求己过得更好，另一穷人只捐了一毛钱，但是他希望全世界都离苦得乐，很明显，捐一毛钱的人功德要大，因为他心系全世界。

1. 真正的功德在于心 (45)
2. 一毛功德可胜一万 (47)
3. 救人一命胜造七级浮屠 (50)
4. 朴素的平等主张 (52)
5. 送佛送到西 (54)
6. 一切诸佛法中，慈悲为大 (56)
7. 慈悲教人去爱 (58)
8. 慈悲重在践行 (62)
9. 为别人点一盏灯 (64)
10. 布施的人有福，行善的人快乐 (67)



第三章 修行——人世的苦乐皆为修行

佛家重视修行，认为人活在这个世界上就是来经历喜怒哀乐、悲欢离合、生老病死的，伤痛、挫折、快乐、幸福等都是一
种修行。

释迦牟尼在菩提树下顿悟是修行，鉴真东渡也是修行。那我们凡人在世间怎样才真正叫修行？怎样才能提高境界？其实，一切皆在人心，喜乐、荣辱……学会用一种修行者的心去对待，心



境自然会有所提高，自然可以获得平静、祥和。

1. 多忏悔，多改错	(73)
2. 苦与乐的关怀	(76)
3. 打你骂你的人，是让你修忍辱	(80)
4. 慈悲的三种表现形式	(83)
5. 天生就有缺陷需苦修	(86)
6. 慈悲喜舍——化解负面情绪之宝	(89)
7. 不要搬弄是非	(92)
8. 换种眼光看问题	(95)
9. 伤人之语，如覆水难收	(98)
10. 律己要严，待人要宽	(101)
11. 忍一时之气，免百日之忧	(104)



第四章 普济——众生平等，慈济可达极乐

彼土何故名为极乐？其国众生，无有众苦，但受诸乐，故名极乐。人们耳熟能详的佛家语“阿弥陀佛”，其实“阿弥陀”是梵语，译成中文就是“无量寿”，又叫“无量光”。所谓无量寿的“寿”就是福德，因为有寿就有福了，所以福德无量。无量光，光就是智慧光，也就是智慧光明无量。阿弥陀佛的寿命、智慧、功德、道力，都是无量无边的，因为阿弥陀佛的福德无量，智慧也无量。

普天之下，皆为众生，只有心中平等了；才能慈济众生，早得极乐。

1. 草木皆众生	(111)
2. 蚊子、蚂蚁与人平等	(113)
3. 敬父母就是敬佛	(116)
4. 儿孙自有儿孙福	(120)



5. 旧的不去，新的不来 (122)
6. 孝顺父母，慈悲儿女 (125)
7. 慈颜常笑，悲心化辱 (128)
8. 学会解脱，可登极乐 (130)
9. 博大的人道情怀 (133)
10. 做一个善良的人 (135)
11. 心是恶源，形为罪藪 (138)
12. “无漏”的福报 (141)



第五章 善心——意念苍生情

善思如母众，难忍无量苦，意念苍生情，世世永不离……

人的思想皆是以自我为主导，于是人们就很容易有自私的思想。人人只为自己，在维护或者是扩大自己的利益的同时，难免会伤害到他人。人们通常将那些六亲不认、忘恩负义、恩将仇报的人称为大恶之人，其实这些人只是因为苍生情太弱，心中的情只系着自己，不会因为别人的痛而痛。

综观身边的众生，他们都在苦，为钱，为欲望，为轮回……

所以，我们心里必须随时意念着苍生的想法，想着如何去帮助他们，只有众生成佛，才能处处皆菩提。

1. 待人以善心自宽 (147)
2. 用赞美照亮他人和自己 (150)
3. 慈悲无敌人 (154)
4. 享福不忘造福 (156)
5. 善心可化解怨恨 (159)
6. 知恩，感恩，报恩 (162)
7. 珍惜身边有缘人 (165)
8. 学会倾听，会给你带来福气 (169)
9. 你是微笑的，世界就是微笑的 (173)



- 10. 设身处地为他人想一想 (176)
- 11. 体恤别人的苦难 (179)
- 12. 待他人的孩子像自己的孩子一样 (182)



第六章 斋戒——戒生以修德性

佛者皆有戒制，也就是人们常说的“佛戒”。最初为了使习染深重的佛家修行者在修行佛道的过程中，可以有效防止身、口、意三业的越轨，于诸尘境上容易发生过失的缘故而制定的戒律清规。使弟子们有章可循，为调伏三业，远离恶行，随顺菩提正道，直趣佛果，而无障碍，故名佛戒。

佛戒乃正顺解脱之本，是每一个修行者皆不可缺少的、最重要、最根本的必备条件。故《华严经》云：“戒为无上菩提本，应当具足持净戒。”

- 1. 戒杀 (189)
- 2. 戒盗 (192)
- 3. 戒淫 (195)
- 4. 戒妄语 (197)
- 5. 戒饮酒 (200)
- 6. 戒荤腥 (203)
- 7. 戒暴力 (206)
- 8. 戒抢劫 (209)



第七章 放下——成魔，成佛，只在一念间

佛家有云：“放下屠刀，立地成佛。”“苦海无涯，回头是岸。”这里所指的就是教人如何学会放下。

放下，就是要人们放下心中的执著，不要过于执著名利，执



著权位，执著钱财，执著爱情……修佛要放下执著心，无欲无求，心静自然。从六祖惠能大师将“身是菩提树，心如明镜台，时时勤拂拭，勿使惹尘埃”改为“菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃”，就可以看出佛心的差别了。修佛心，就需从放下执著心、放下诸多欲念开始。

1. 一念放下，万般自在 (215)
2. 有所舍，才会有所得 (218)
3. 苦海无涯，回头是岸 (220)
4. 平平淡淡才是真 (222)
5. 贪欲是一种毒药 (225)
6. 放下就是快乐 (228)
7. 活在当下 (230)
8. 学会忘记 (233)
9. 放弃也是一种美丽 (235)
10. 淡然面对得与失 (238)
11. 学会宽恕，才能真正打开心结 (240)



第八章 静心——心性清净得福报

人生在世，难免会有些烦恼，这些就犹如风浪，人们控制不了，于是就产生了修行上的障碍。心净则佛土净，如果心不清净，念佛念得再多也是枉然。无风不起浪，只要心静，修行便不难。

《大智度论》中说：“净佛世界者，有两种净：一者，菩萨自净其身。二者，净众生心，令行清净道。以彼我因缘清净故，随所愿得清净故，随所愿得清净世界。”

佛者，心净，心静，心境也！

1. 静心才能专心 (247)



2. 情感纠葛，一切随缘	(249)
3. 淡泊以明智	(252)
4. 保持空杯的心态	(255)
5. 把心头的火压一压	(258)
6. 不以物喜，不以己悲	(260)
7. 不要庸人自扰	(263)
8. 以平常心处世	(265)
9. 顺境不一定好，逆境不一定坏	(268)
10. 祛除心中的浮躁	(270)
11. 品味清茶人生	(272)

第一章

佛性

心中有佛，
处处皆菩提



何为佛？佛在哪里？世界上真的有佛国世界吗？真的有所谓的西方极乐世界吗？

很多人对佛大都是持仰视的态度，看着天空，脖子都酸了也看不到佛所在的天国有多远、有多高，伤透了脑筋也猜不到一个形容距离的数字。

其实，佛距离我们并不远，它就在我们心中。只要心中有佛，那就是天国，处处皆菩提。



1. 佛，近在咫尺

世人为了得到解脱而苦苦寻佛，他们四处奔波、到处寻找，却最终一无所获，访遍了寺庙，拜完了菩萨，为何还不见佛？佛到底何在？人们发出了声声叹息。

其实，佛不是那修于高高寺院中的巨大泥塑，更非传说中的无所不能者。佛本平常人，得道者即是佛。心中无佛何处去寻佛？心中有佛，佛便存于人间，近在咫尺。

佛如平常者

《金刚般若波罗蜜经》中有如此一段描写：“世尊食时，着衣持钵，入舍卫大城乞食。于其城中，次第乞已，还至本处。饭食讫，收衣钵，洗足已，敷座而坐。”

这段话的意思是：佛在外出化缘的时候，会将袈裟穿戴整齐，拿上钵，到舍卫大城，不分贫富，次第进行乞食，等待好心之人将钵装满之后再返回到住处，然后进食。吃完之后佛将钵收好，将外出弄脏的脚洗干净后，将坐垫放好，开始做功课。

读完之后，世人皆惊：这是佛？佛为什么像一个平凡的老者一样穿衣吃饭、一样收碗洗脚。这与凡人何异？

世人皆认为佛远在天边，佛乃是那高高寺院中供奉着的金像，佛乃是端坐于西天莲台上的俯视众生者。他金光灿灿，法力无边；他可以整日不食不饮，却依然笑对人世；他可以腾云驾雾，救苦救难。佛在我们心中是如此遥不可及，因此世人皆认为，除了膜拜佛，除了赞叹佛，毫无他路可以接近佛。但是，《金刚般若波罗蜜经》中的记述是如此鲜活，不容世人质疑。其实并非是佛太过于平凡，实乃佛本就近在咫尺，从未远离。

世人心中的佛与真实的佛有着天壤之别，而在最为原始的佛教经典



慈

悲为怀

——菩提树下 沐浴佛法

《阿含经》中，佛的形象更是平易近人。

佛如细心的母亲，对弟子体贴又关怀；佛善解人意，但也有自身无法解决的困难。这让身为凡人的我们无法想象：佛乃万能之人，岂可被难倒？但是，事实如此，佛经中记载着，佛在面对教化众生的问题时，也会遇到无法度化之人。我们总以为佛总是用最谦卑的形象说话与行事，但是佛在面对众生之时，也会显示出凌厉之色。

佛本为人，只是在感悟了佛法之后才变为了佛，佛的说话行事与我们普通人没有多大区别，只是比我们存有更多的智慧、更博大的胸怀而已。

佛在人间

年轻人从小与母亲相依为命，长大之后，年轻人迷上了求仙拜佛，放弃了学业与务农，一心想要成佛。母亲见儿子不务正业，便苦劝他，但儿大不由娘，年轻人不但没有听从母亲的劝告，反而将母亲当成了成佛的障碍。

某天，年轻人听说遥远的山上有位得道高僧，便将年迈体弱的母亲留在家中，跋涉千里去拜访高僧，以期获得成佛之法。

一路艰辛之后，年轻人终于在数月后到达无名之山，寻得高僧。高僧端坐于寺中，听完年轻人的诉说，沉默不语。年轻人苦苦追问，高僧终于开口道：“若要成佛，贫僧可以指点于你。”

年轻人大喜：“果真如此，那便遂了弟子的心愿！我愿追随大师，一心礼佛！”

高僧却不以为然：“贫僧道行尚浅，且与你无缘，与其追随于我，不如亲去寻佛！”

“果真有佛？那佛在何处？”

高僧言道：“佛需你用心寻找，投宿之时，若有一人披衣、反穿鞋子迎接于你，那人便是佛。”

年轻人将高僧的话牢记于心，拜谢了高僧后，踏上了寻佛之途。一路上投宿无数，他不停地寻找高僧所说之人，却总是一无所获。在外奔波多日之后，佛影也没看见。年轻人既气又悔，认定高僧是在欺骗他。于是，他只好返程回家。

到家时已是深夜，他沮丧地抬手敲门。



“谁？”屋内传来老母苍老的声音。

“我，你的儿子。”年轻人沮丧地说。

母亲听到日思夜盼的儿子回来了，抓起衣服披于身上，无暇点灯，反穿着鞋子奔出屋。儿子看到了母亲的狼狈模样，再想起高僧所言，恍然大悟：原来佛即母亲。他不禁热泪直流。

佛本为人，而非生来即神。佛并不在他处，而是近在我们身边，近到伸手便可以触摸，近到转脸便可以看到。

世人总是在苦苦地向佛求索，梦想着可以在佛的帮助之下找到自己最终的归宿。殊不知，身边那些无时不在牵挂着我们、无时不在思念着我们的人就是我们的家人，家才是我们的最终归宿。

佛乃母亲，面对痴顽的孩子永远笑颜以对，拥有一颗大慈大悲的心，时时想着为我们遮风挡雨；佛乃父亲，一脸的严厉，却总是在暗地里为我们默默付出着爱与年华，以双鬓的白发换得儿女的花样年华；佛乃朋友，在最需要的时候伸出双手帮助落难的我们，分担我们的悲伤，分享我们的快乐。

佛劝我们一心向善，佛让我们得到救赎。无论何时，佛都在我们身边，一心期盼我们可以平安健康、幸福快乐。不论我们身在何处，不管我们曾犯下多少错误，只要翻然悔悟，总会发现：佛，近在人间，守护在我们身边。



佛度有缘人

佛曰：“我不入地狱，谁入地狱。”于是众生便得到了救赎。世人皆说：“平常心即佛。”但多数世人只是说说，无法真正明白什么是平常心。其实，佛近在咫尺，佛用慈爱的目光关心着我们，用宽容守护着我们。想寻佛何须远赴万里？只需回首，只需关爱身边人，便可发现，佛存心中，佛在人间。