

齐欣 玉辉 编

心灵妙境丛书

佛心 慧语

用佛的智慧平和自己

禪

大众文艺出版社

心灵妙境丛书

佛心慧语

齐欣 玉辉编

用佛的智慧平和自己

禪

大众文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

佛心慧语 / 齐欣, 玉辉编. —北京: 大众文艺出版社,
2005.9

(心灵妙境 / 齐欣 玉辉编)

ISBN 7-80171-743-0

I. 佛... II. ①齐...②玉... III. 散文—作品集—
中国—当代 IV. 1267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 090717 号

心灵妙境丛书

佛心慧语

齐欣 玉辉编

大众文艺出版社出版发行

(北京市东城区府学胡同甲 1 号 邮编:100007)

河北衡水冀峰印刷股份有限公司印刷 新华书店经销

开本 787 × 1092 1/16 印张 15 字数 250 千字

2005 年 9 月河北第 1 版 2005 年 9 月河北第 1 次印刷

ISBN 7-80171-743-0 / I·453

定价: 112.00 (全四册)

版权所有, 翻版必究。

大众文艺出版社发行部 电话: 84040746

北京市东城区府学胡同甲 1 号 邮编: 100007

目 录

佛 心 处 世	1
天堂·地狱	3
欣赏他人·庄严自己	6
亲近一切生命	8
培养自己美好的气质	16
烦恼即是菩提	22
培养一份清静无染的爱	36
寻求永恒的幸福	41
实现生命的价值	47
加紧脚步·走过有限的时间	53
欣赏自己·接纳自己	56
放弃自我·出现真我	58
培养安详不二的心态	62

无边·陈仲华·陈仲华

佛
心
慧
语

无边·陈仲华·陈仲华

1





佛 语 开 慧 77

处处是禅	79
人人皆有善根种子	86
皈依禅就是皈依自己	88
修道天成	114
六根清净·一尘不染	131
除祛一切恶念和妄想痴迷	141
自参自悟	147
心苦最苦	159
人在时间中匆匆走过	160
道本无定·万法本闲	166
智如日·慧如月	171
不可言状·不可有身	173
境由心造	182
功夫做到转身处	198

法 师 解 惑 209

佛心处世

天

堂和地狱是用心和行为造作的。不要怕天堂与地狱,要怕的是心的偏向。

——证严法师

若

一念心起,则有善恶二业,有天堂地狱。若一念心不起,即无善恶二业,亦无天堂地狱。

——《达摩大师悟性论》

佛
心
慧
语

3

若

不以心生心,则心心入空,念念归静,从一佛国至一佛国。若以心生心,则心心不静,念念归动,从一地狱历一地狱。

——《达摩大师悟性论》



青

山几度变黄山,世事纷飞总不干;
眼内有尘三界窄,心头无事一床宽。

——梦窗国师

无

妄想时，一心是一佛国。有妄想时，一心是一地狱。众生造作妄想，以心生心，故常在地狱。菩萨观察妄想，不以心生心，常在佛国。

——《达摩大师悟性论》

所

有的境界都是以心为引导者。心是主人，所有的境界都是由心造成的。

——《佛陀的格言》

如

不思量，自性便空寂不变；思量便造成自性的变化。思量恶事，化为地狱；思量善事，化为天堂。

——《宗教箴言录》

心

生毒害化为畜生，心生慈悲化为菩萨，心生智慧化为上界乐土，心生愚痴化为下方苦海。心中善念集在一起，就会产生智慧。

——《宗教箴言录》



境

地缘无好丑,好丑起于心。愚人除境不除心,智人除心不除境。心即除矣,境岂实有?

——《法语四》

心

灵的统一、调和非常难,如果我们心里不调和,紊乱得很,即使是在美好的环境里也不能够去领会、享受。

——耕云先生

佛
心
慧
语

贫

困并不使人痛苦,人却苦于贫困。

——卖茶翁

5



你

不缺少东西,正是你没有的东西;你没有的东西,恰恰就是你本来不缺的东西。

——赵州禅师

欣赏他人·庄严自己

欣

赏他人，即是庄严自己。

——证严法师

佛
心
慧
语

没

有“自尊心”的人，即近于“自卑”。而对人“恭敬”的人，就是在“庄严”自己。

——海涛法师

6



人

必须把心中的贡高和我相放下，才可能发展出宽容、忍辱和尊重别人的谦和，从而发展圆融的人际关系。

——郑石岩

心

中有佛，即看他人如佛；
心中有粪，即看他人如粪。

——《宗教箴言录》

欣赏他人·庄严自己

退

一步才能冲得更远，谦卑的反省之后才能爬得更高。

——无德禅师

手

把青秧插满田，低头便见水中天；
身心清净方为道，退步原来是向前。

——无德禅师

佛
心
慧
语

佛

陀常常警惕弟子，即使已经智慧圆融，更应含蓄谦虚，像稻穗一样，米粒愈饱满垂得愈低。

——证严法师



7

谦

卑并不意味着多顾他人少顾自己，也不意味着承认自己是个无能之辈，而是意味着从根本上把自己置之度外。

——海涛法师

亲近一切生命

佛

陀的教育不只是教我们如何了生脱死，更是教我们如何去包容人，不生计较。

——证严法师

佛
心
慧
语

是

非憎爱世偏多，仔细思量奈我何。
宽却肚肠心忍辱，豁开心地任从他。

——布袋和尚

8



在

利益有情的过程中，纵是遇到恶劣的众生损害了我们的利益，也还应将自身所修之善回向众生，是菩萨行。

——妙峰法师

在

利益面前，不贪得无厌，时刻想到还有别人，将心比心，这样就容易感到满足。

——净 慧

在

这个世界上，永远不可用仇恨来止息仇恨，仇恨只可以慈爱来止息，这是一个永恒的真理。

——《佛陀的格言》

永

远不可欺骗别人，不可轻视任何地方的人们。在充满愤怒和恶意的地方，让我们用慈爱对待他们，使他们不受丝毫的损伤。

——《佛陀的格言》

不

讲粗恶的话，不伤所有的众生。

——《佛陀的格言》

以

慈爱来感化怨恨，以良善来感化邪恶。以施舍来感化吝啬，以真实来感化谎言。

——《佛陀的格言》



你

们看待世间一切众生，应该把年老者当做自己的父母去孝敬他；年龄与己相近者，就当做兄弟姐妹去敬爱他；年龄比较幼小的，则当做自己的子女一般去爱护他……

——菩萨道行者

你

、我、他就像三个水分子，是全同，是不二的。若说有差别、若说是异化，那只不过是假象罢了。

——耕云先生



当

我们彻底确认了自他不二，的确无可疑时，对于人我的界限，自然就不会那么凸显，自我意识也不会那么突出了。

——耕云先生

当

我们彻底确认了自他不二，从此对于任何人，乃至任何生命现象，都会油然产生一份亲切感，而不会有强烈的疏离感和排斥性。

——耕云先生

做

事并不是为求名，也不是为求功德；抱着“尽本分”的心去做好事，才是真正的好事、才是至诚无私的善事。

——证严法师

贡

献自己所学、所能，多为利益众生而尽一分心力，这才实在，因为一个人所能留给别人的，就是他曾付出的一切。

——海涛法师

心

如大海无边际，广植净莲养身心；
自有一双无事手，为作世间慈悲人。

——黄 瑩



并

没有任何方法去修，只要切切实实地认清真假，珍护此心不令污染，做自己本分应该做的事：为人父，止于慈；为人子，止于孝……

——耕云先生

没

有数字的代价即为“无量”。
不辞劳苦的付出便是“大慈悲”。
付出劳力服务，又服务得很欢喜便叫做“喜舍”。

——证严法师

我

们积功德莫过于救人，救人最好是救他的心。

——耕云先生

救

人最好是救他的心。你要救他的心，把他的颠倒心变成安祥心，你就彻底地救了他。

——耕云先生

能

救人的人就作菩萨。把握一日的付出，即是一日的菩萨。

——证严法师

