

海濤法師／人生開悟叢書

一天一点禅意

自在一生

生命的归宿，其实是自己初发的愿心。

(台湾) 海濤法師◎著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

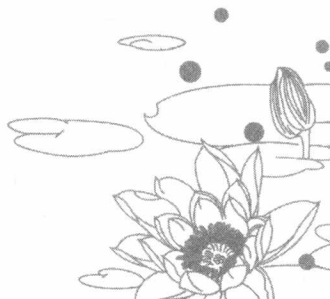
海/涛/法/师/人/生/开/悟/丛/书

一天一点

禅意

自在一生

(台湾) 海涛法师◎著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

一天一点禅意:自在一生/海涛法师著. —北京:九州出版社,2009.5

(海涛法师人生开悟系列)

ISBN 978-7-5108-0070-2

I. 一… II. 海… III. 禅宗—人生哲学—通俗读物
IV. B946.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 074166 号

著作权合同登记号:图字 01-2009-3369
本书由海涛法师独家授权出版中文简体字版

一天一点禅意:自在一生

作 者 (台湾)海涛法师 著
出版发行 九州出版社
出 版 人 徐尚定
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号(100037)
发行电话 (010)68992190/2/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 北京中印联印务有限公司
开 本 889×1194 毫米 1/32 开
印 张 7
字 数 50 千字
版 次 2009 年 9 月第 1 版
印 次 2009 年 9 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5108-0070-2
定 价 24.00 元

★版权所有 侵权必究★

如沐春风的心灵洗礼，期待已久的开示
答案。

目录



开悟小故事

昨天骂的是昨天的我	3
忍辱仙人的故事	5
一段因果	9
阿难度老菩萨	15
放生的功德	18
卖素食的老人家	20
一切众生皆有佛性	22

目录



母亲的爱	23
月圆日	25

答问·开示

没有慈悲心,生命就没有力量	31
做儿女什么最开心	34
佛教的见地和行为	35
我们为什么要穿衣、吃饭、睡觉?	38
菩提心	40
释迦牟尼佛的生命告诉我们什么?	42
打坐的老禅师	44

目录



眼泪不要乱流	46
佛陀对水也有慈悲心	48
为什么读佛学院?	49
一切事情都要透过冷静的观察才决定去做 ...	51
没有“我”，就当下解脱了	53
苦是自己招来的	54
生命可以改造	56
恨不能止恨，唯爱能止恨	58
无道德者只使自己快乐	60
人世间最美丽的情景	61
讲孝先要顺	62
此世常说谢谢	64

目录



人身是花,而爱与慈悲是花蜜	65
史怀哲医生说	66
用恨,心灵的毒药就来了	67
去承担别人的苦难,那是我们的福气	68
随缘	69
我们出家人理光头要干嘛?	71
放鸟的快乐与谈恋爱的快乐	72
释迦牟尼佛的两句话	74
学佛法最高的目标	76
什么是神?	77
拜天公要不要烧纸钱?	78
打妄语	79

目录



不要买六合彩	80
不要勉强对方跟自己的观念一样	81
天气冷的时候,手脚发麻变白,怎么办?	83
皈依三宝	84
现在人念阿弥陀佛有什么利益?	86
顿悟与渐悟之间的差别	87
做事情总是受到周围人的破坏该怎么做? ...	88
用心度众生	89
慈悲的力量	91
不要做欲望的奴隶	93
外在缘于内在	94
只有一句话	96

目录



生命最大的危机	97
要好好把心照顾好	99
第一次学到的爱	101

心语·心灯

智慧语录

贪心是最猛烈的火,憎恨是最坏的执著,迷惑和错误的见解是最难脱逃的网,爱欲是最难渡过的河流。

智慧语录	107
习气	114
心法	119
我执	127
舍得	133

目录



平等心

正见的根本意义是：没有分别，视所有的人都是平等的。

平等心	143
正觉之道	148
永恒的生命	153
以爱来奋斗	158
出离红尘	162
生命之歌	166
命运共同体	172
生命课本	176
掌握生命	183
用行动去爱	187
心好命就好	191
心的修行	199

开悟小故事





昨天骂的是昨天的我

有一次，释迦牟尼佛在路边走，有一个人看到佛陀，很不服气，“我的信徒都变你的信徒”，就一直骂，一直骂，佛陀就一直看他，他越骂越大声，他骂得实在没力气了就不骂了。佛陀就跟阿难说，这个人声音洪亮，好耶。佛陀一点都不生气，结果，那个人听说他骂的是一个伟大的佛陀，将来可能下地狱，哇，这下惨了。他就跑来跟佛陀跪，一直跪佛陀，“你原谅我，我昨天失控了，骂你，你原谅



一天一点禅意：自在一生

我啊”，佛陀说，“昨天骂的是昨天的我，今天的我跟昨天不一样了，而且我敢保证昨天那一个我早就原谅你了”。

佛陀讲过一句话：身为佛陀，心中不携带任何东西。携带就是把东西放在心里面，这就是执著，我恨你，我爱你，就带着走，那你就苦了，所以身为解脱者，内心里面不带任何东西，清清净净的。



忍辱仙人的故事

以前释迦牟尼佛做国王，佛陀还没有成佛以前做过年轻的国王，但是他不想做国王。做别人的国王有什么意思呢？又不能做自己生命的国王。所以他就不想做国王，就去出家了。出家以后他只有一个弟弟，很小，现在还不能接王位，但是他还是去出家了。他出家就在皇宫的后花园修苦行，修什么？修忍辱。所以人家都叫他忍辱仙人。后来他的弟弟长大了，接国王了。



接国王以后，有一天这个年轻的国王，带了几个宫女到后花园去散步，宫女还唱歌给他听。国王听得很快乐，就在树下睡着了。宫女们感觉无聊，就去采摘漂亮的花，到处走走。发现远远的树下，有一个男人坐在那边，仔细看长得很端正。她们很感兴趣，就走了过去。

我们的忍辱仙人眼睛一打开，看到这些小姐。这些小姐说：“你坐在这边干嘛？”他说：“我在这边修忍辱啊！你们这些漂亮的小姐，美丽就像你手上的花一样，花开花谢，很快就不见了。如果你要修真正的美丽，要经常修忍辱喔。”

这些小姐听了很有意思，见那忍辱仙人又长得很端正，大家就坐下来听他讲话，学这个忍辱仙人。正在跟她们开示的时候，国王就醒过来了。国