



低调



才好

星云大师 著



上海人民出版社
上海書店出版社



低调才好

星云大师



上海人民出版社
上海书店出版社

图书在版编目(CIP)数据

低调才好 / 星云大师著. —上海: 上海书店出版社,
2009. 10

(星云大师谈人间万事)

ISBN 978 - 7 - 5458 - 0137 - 8

I. 低… II. 星… III. 佛教—人生哲学—通俗读物
IV. B948 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 154367 号

责任编辑: 梁健民

封面设计: 王 慧

技术编辑: 吴 放

本套书由上海大觉文化传播有限公司
独家授权出版中文简体字版

低调才好

星云大师 著

世纪出版股份有限公司

上海书店出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www. ewen. cc)

世纪出版股份有限公司发行中心发行

上海叶大印务发展有限公司印刷

开本 890 × 1240 1/32 印张 8.75 字数 180,000

2009 年 10 月第 1 版 2009 年 10 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5458 - 0137 - 8/B · 16

定价 25.00 元

目 录

CONTENTS

人生的加油站	1
乱流	3
窗子	6
专家	8
枷锁	10
突破	13
真相	16
关系	18
伪装	21
女人的烦恼	24
女人怨	26
男人心	29
女人谈话	31
名人的烦恼	33
婆媳关系	35
共识	37
规矩	39
感官	41
困难	43
气	46
相对说	49

折扣	51
情报	54
待人	57
印象	59
扎根	62
尊严	64
选	67
流亡	70
无奈	73
低调才好	75
挑战(一)	78
挑战(二)	80
挑战(三)	82
归属感	84
本能	87
“知音”之交	90
面对死亡	93
幸福	96
请客之道	98
化解仇敌	101
化解	103

目 录

CONTENTS

听话	106	聊天	154
幕僚	108	两种人	156
左右的人	111	四种臣子	158
用人	113	四种田	160
主管的盲点	115	脚印	162
养成习惯	117	四依止	165
上瘾	119	乞士	167
评价	122	众	169
假期	124	最好的享受	172
履历表	126	病人百态	175
跳	128	病患家属	177
保健	130	演变	179
过敏	132	调“气”	182
眼光	134	台风过后	184
修正	137	女人的一生	186
秘诀	139	难	189
老师	141	理则	192
镜子	144	防骗	194
拼经济	147	有关出家	197
大人物	149	一日	199
沟通之要	151	先后	202

目 录

CONTENTS

诸神	204
双手万能	207
大与小	209
怀抱	211
门的意义	214
门	216
拯救	218
限	221
你满意吗	223
结局	225
暖化	228
忙	231
微笑	233
活力	235
阅读	237
流动	239

放光	242
寿命	245
五不能	247
升降	250
感同身受	252
心	254
角度	257
题目	259
死前交待	261
六通	263
消灾免难	266
英雄	268
和而不流	270
崛起	272
二十一世纪	274



人生的加油站

李白的《春夜宴桃李园序》说：“天地者，万物之逆旅；光阴者，百代之过客。”人生都是世间的过客，是孤独的旅人，在人生的旅途上，有资粮才能走长远的路。就等于汽车可以开往世界各地，但是如果油料不继，也是无可奈何。所以人生百年，你想要到达自己所定的目标，就必须事先预备好加油站，才能供你长途旅行。什么是人生的加油站呢？

一、善知识的指导：我们出外旅行，首先要知道前途的地理方位，要认识当地的历史风情，要了解有关的食宿信息，所以善知识是我们旅途上最要具备的加油站。我们从善知识那里得到指导、指引，才不至于盲目、莽撞而走岔了路。善知识在哪里？凡是能提升我们的信心、道德，能鼓舞我们的勇气、毅力，能为我们确定前途的目标、方针，就如佛陀说“我如善导，导人善路”，这就是我们的善知识。世间上的良师益友，都是我们的善知识，世间上的好因好缘，都是我们的善知识；在善知识的善缘好缘引导下，我们加足了油料，前途就没有什么可畏惧的了。

二、家人的合力：我们在人生旅途上创业、发展，首先要取得



家人的支持,要注重家庭成员的同心协力,因为父母的一句鼓励,兄弟们的一个意见,家族的一个拥护,都是我们前进的力量,都是我们的油料能源。当然,除了家人以外,社会上善心人士的助缘、社会信息的指引,也都是我们人生重要的油料。

三、社会的因缘:大自然里,从太阳能到水力、风力、石油,都能供给我们能源。此外,社会也可以成为每一个人的加油站,例如图书馆提供我们图书、信息,充实我们的知识,增加我们精神、心灵的能量。我们的大众媒体每日提供新闻,演艺人员提供娱乐,工商大众提供生活所需,这一切可以说都是我们能源的补给站,我们应该感谢一切大众提供的因缘,因为有他们,才能让我们的人生处处都有加油站。

四、学校的教育:从小,我们进入学校读书,老师就像园丁一样,小心翼翼地灌溉、照顾每一株幼苗。我们有了错误,老师纠正我们;我们有了不足,老师帮助我们增补。我们开车进了加油站,就知道要加三十公升、六十公升;我们到学校里加油,小学、中学、大学、研究所,加的油愈多,在人生道路上的马力愈足,走得也就愈远、愈快,所以人生的旅途要把油料加足,未来才能放眼天下。

“油料”是人生的能源,是人生的动力,是人生的营养;它不只是世界强国赖以强大的后盾,也是每个人所应具备的能源。你走路走不动了,有人鼓励你要“加油”;你说话说得不好,做事做得不当,也有人叫你要“加油”,“加油”就是对我们的勉励。其实,一个人能发挥自己的潜能,训练自己的灵巧,跟平常的加油一样,都是同等重要。



乱 流

大自然里,万事万物的运行都有一定的规则,违反常规,例如水流遇到漩涡,就会出现乱流;气流受到冲击,也会出现乱流。甚至战争时,民众匆忙逃难,那也是人的乱流。现在出外旅行搭飞机的人,最怕遇到乱流。此外,人间还有些什么乱流呢?

一、气候的乱流:大自然里,所谓“天有不测风云,人有旦夕祸福”。大自然的气候,忽冷忽热,甚至有的地方冻死人,有的地方热死人。在气候寒热交替,或是高气压、低气压相互冲击之下,发展成为台风,或是造成气候的乱流。气象局对气候的预报,大部分都能准确掌握,但对“乱流”就无法预报,可能只有凭经验、常识,知道那里的地形、气候,比较容易产生乱流,你尽量不要靠近乱流地带,才能确保安全。

二、人事的乱流:历史上,所谓“一朝天子一朝臣”,改朝换代时,都会遇到人事的乱流。一个国家社会,要想维持安定,先要在人事上力求公平、公正,否则出现了人事的乱流,则政治斗争、社会动乱,其结果都很难逆料。

三、经济的乱流:经济是一个国家的民生命脉之所系,有时候



股市被有权力的人操纵,股票暴涨暴跌,这也是经济的乱流。尤其当社会不安定时,哄抬物价,囤积居奇,造成社会经济的乱流。经济乱流一旦发生,诈欺、盗骗、侵吞、谋夺等不好的乱象一一浮现,弄得民不聊生,可怜的人民被卷到这种乱流里,有的倾家荡产,有的走上绝路,真是非常不幸。

四、流水的乱流:水是有生命的,流动的水都是洁净而可爱的。但是一旦遇到山洪暴发,洪水泛滥时,水流湍急,水量急速增长,一时宣泄不及,或是遇到阻碍,水的乱流就会发生。在湍急的乱流里,即使再善泳的人,都有遭到灭顶的危险,甚至船只遇到乱流,也难以安全。尤其水的乱流产生海啸,其力量足以冲毁整间房屋,乃至淹没整个城市,甚至相邻的国家都会因为海啸波及而灾情惨重。

五、思想的乱流:所谓思想的乱流,例如政治上出现不同的思想,宗教里出现异端邪见,乃至不同的学说、主义等。很多国家的领导人想要控制人民,都先控制他们的思想。很多宗教,如古代的天主教,也限制人民思想的自由,所以这个世界上,政治上的政争,宗教上的战争,短则几十年,长则几百年,都是因为思想的乱流所造成。不过,思想的乱流不是用压制的方法所能控制,应该如大禹治水,要用疏通的方法,才能化解思想的乱流。

六、人心的乱流:人心如虚空,虚空里有星球的互撞,有雷电的打击,有风霜雨雪的泛滥,有各种温差的变化;这些就如人心里有贪嗔、愚痴、嫉妒等烦恼,一样让人生活得不安稳。有人说:人心如海洋,海洋里布满暗礁,海洋里暗潮汹涌,海洋里弱肉强食,海洋里的风险也如人心一样,不知道何时会发生乱流,危及生命。所以自古以来,圣人都主张要正人心;在哲学的世界里,要引导人的正

思,在科学的世界里,要降伏自然的灾害,这一切无非都是为了不让乱流继续发展而已。

总说乱流,自然界有乱流,社会上也有很多的乱流。一个公司团体里,一个不当的人、一句不当的言论,都可能造成许多乱流。乱流最可怕的,其实还是自己身体官能所造成的乱流。呼吸不正常,就是乱流;血液不流畅,就是乱流;心肺功能衰退,也都是乱流;人生乱看、乱听、乱说、乱做、乱想,都是人生的乱流。吾人对于乱流,怎能不小心注意,加以拨乱反正呢?



窗 子

一栋美轮美奂的房屋，窗子的价值、功用，至关重要。窗子不但能采光，还可以眺望窗外的景色，而且能让空气流通。所以一个好的居家，因为有了窗子，能够让人住得更舒适，更愉悦。

人体的眼耳鼻舌，其实就像身体的窗子。眼睛能欣赏风景，耳朵能聆听声音，鼻子能维持呼吸，舌头能饱尝美味。其中尤以鼻子能让气息进出，人体才能健康，人命才能维持，所以“窗子”也是人类生存不可或缺的重要设备。窗子的重要，略述如下：

一、房屋的窗子：一栋房屋，因为有了窗子，可以提升生活质量，不过窗子有时也会造成居家的危险。例如，平时蚊虫可以自由出入，甚至小偷也可以借助窗户，成为下手的方便。尤其现代的高楼大厦，窗户成为寻短自杀者跳楼的窗口，所以窗户虽然功用很大，但也不能不有所防范。现代的公寓大楼，窗户都加装铁条、栏杆，使得现代人过着如囚犯般的“铁窗”生活。可悲的是，牢狱里的囚犯，有时还能借用窗户越狱逃亡；一般住家的铁窗，则往往在发生火灾危急时，让里面的人逃生无门，所以住家的窗子，利弊难论。不过尽管如此，窗户仍是住屋不可少的设备。

二、人情的窗子：人与人之间，谈交情，论事业，相互之间都要找到一个可以保持畅通的窗口。一般说，秘书人员或是各种专员，都是最好的人选，他们成为老板对外的商业窗口、谈判窗口，甚至是人情的窗口。有时候人情的窗口难以打通，就得借助别的管道，利用另外的窗口，达到交流的目的。三国时诸葛亮访问东吴，能够舌战群儒，就是靠鲁肃为窗口；汉高祖传位于刘盈，“商山四皓”是发挥助力的最大窗口。古来两军对阵，向有“不斩来使”的成规，就是懂得重视窗口的重要。人与人之间，多建立一些人情的窗口，尽量保持人情窗子的通达，对自己的事业必有很大的帮助。

三、历史的窗子：历史是时间的记录，历史里有很多的层次，关系复杂；打开历史的窗户，我们才能看到历史的真相。古今许多皓首经史的学者专家，埋首在古籍书堆里，就是为了找寻历史的窗子，希望能研究出历史的真相。例如，明朝建文帝逃出失火的地宫，出家为僧，这是真实的吗？康熙是不是传位于四子雍正？乾隆帝究竟是汉人还是旗人？这都要打开历史的窗子，才能找出事实的真相。

四、心灵的窗子：知名作家林清玄先生，曾经出版一套有声书，书名叫《打开心内的门窗》。我们每个人都有不为人知的内心世界，因为平常我们把心灵的门窗紧闭，所以别人难以知晓。所谓“知人知面不知心”，假如我们能打开心灵的窗子，相互交流，彼此才能成为知心之交。

窗子有时候需要紧闭，以免风寒侵袭，隐私曝光；但是有时候也不能把窗子关得太紧，尤其心灵的窗子密不通风，没有人知道你内心的想法，如此不但交不到知心朋友，也会产生自我封闭的毛病。因此，窗子当紧闭时要紧闭，当开启时要开启，窗子能活用，才能于人有益。



专 家

社会上,凡是在学术乃至百工技艺等方面有专门研究或特长的人,都可称为“专家”。一个人能被人称为专家,就能为人所尊敬,所以大家莫不孜孜不倦地研究,希望自己能成为经济学家、农业专家、水利专家、教育专家、外交专家、谈判专家等。

关于专家的条件,略述如下:

一、学有专门的人:做学问能一门深入,举凡对文学、哲学、科学、历史等学科,甚至对儿童、青年、妇女,乃至经济、环保、教育等领域,都有专门研究、专业论述的人,就可以成为专家学者。学有专门的专家,古代的不谈,就说现当代的,钱穆、唐君毅、牟宗三、方东美、钱钟书等,称得上是文史哲的专家。其他如艺术界的黄君璧、张大千、溥心畬,乃至荣获诺贝尔奖的李政道、杨振宁、丁肇中、朱棣文等,甚至刑案鉴定权威李昌钰,都是值得尊崇、赞美的专家。

二、技有专长的人:除了学术专家以外,现在各种技术的发展,都能带动社会的繁荣。例如台湾地区的电脑研发,一度执世界之牛耳;台湾地区的加工出口业兴盛一时,各种产品代工都成为世界的模范。谈到技术专家,塑料业的王永庆、电子业的张忠谋、化

工业的许文龙、电脑界的林百里等,都是企业界知名的龙头老大。其他各行各业,如农产品的接枝改良,水产、畜牧业的技术进步等,因为有许多技术专家,使中国人的科学研究、技术应用,都能受到世界重视。尤其中国近年来长江三峡的大坝工程、青藏铁路的建筑技术,以及人造卫星航天科学技术的研发,都让举世刮目相看。

三、著有专攻的人:俗语说,“化当代莫若口,传来世莫若书”,中国的四书、五经、十三经,甚至四大才子书、六大才子书等,都是中国人引以为傲的文化资产。乃至近现代查良镛(金庸)的武侠小说,柏杨、高阳、黎东方、唐德刚等人的历史专著,以及章太炎、汤用彤、欧阳竟无、吕秋逸、太虚大师、印顺大师等人的佛学著作等,都是人类智慧的精华,因为他们著有专攻,使得学术界百花绽放,花香满人间。其实中国的奇才异士,各种著作之多,真是令人目不暇接。以上只是列举一二,由此可见一斑。

四、见有专精的人:我们的社会,有许多所谓“意见领袖”,他们的思想、见解、观点,都能引领时代的思潮,影响社会的发展。例如毛泽东、陈独秀、胡适之、梁漱溟、马寅初等,这许多思想家、著作家、评论家、意见家,他们的思想、言论,如火花般闪耀万丈光芒,他们都是中华民族的顶尖人物。可惜因篇幅有限,只能点到为止,难免挂一漏万。不过可以肯定的是,我们的国家,各行各业都有专家,专家多了,这是社会进步的好现象。因为站在专家的立场,对其专门研究的领域,所知总会高人一等,所以能被全民引为参考,成为知识的来源,实在是值得庆贺、赞美的好事。





枷 锁

监狱里的囚犯,尤其一些重刑犯,整天披枷带锁,让人看了心有不忍。其实,监狱外的社会大众,每个人无不是带着无形的枷锁,无不是忍受着很大的生活压力。例如:

一、婚姻的枷锁:婚姻是人伦的纲常,结婚以后,男女双方都要负起持家的责任,都要生儿育女,都要守成创业。有时候夫妻性格不同,文化背景、生活习惯各异,人家必须压低自己的身段,迁就对方,才能家和平安。夫妻之间,尤其要互相尊重,给予对方生活的空间,否则婚姻就如枷锁上身一样,真是所谓“家”庭者,“枷”锁也。

二、子女的枷锁:人类为了传宗接代,都要生儿育女。抚养儿女的辛苦,如《父母恩重难报经》说:三年的婴儿期,父母推干就湿;十年的幼儿成长期,儿女无知,父母都得凭着天性忍耐包容,完全以忘我的精神,肩负着枷锁、压力,陪着儿女一步一步成长。所以,子女是开心果,是希望,但也是枷锁。

三、宠物的枷锁:现代人喜欢养宠物,虽然有快乐,但也无异是自找麻烦。动物因你爱护它、饲养它,当然会喜欢亲近你,让你

觉得贴心、可爱,因此就会更加喜爱它,把它当成儿女一般的宠爱。如此一来,你出门办事要带着宠物,远行出差,心中挂念着家中的宠物。有的年轻人养了宠物以后,为了喂食问题,十年、二十年不敢到外面旅行、住宿,所以宠物不但制造麻烦,也成了枷锁。

四、名利的枷锁:所谓“名枷利锁”,名利更是枷锁。世间上,许多人做了名利的奴隶,被名利紧紧束缚,所以到最后,究竟是人利用了名和利,还是名和利利用了人?由于人都有好名慕利的心理,名利对个人的生活,对家人亲族的重要,致使每个人不得不甘心情愿地被名和利所困住。

五、时空的枷锁:人为了赶时间,要戴手表,甚至晚上睡觉,要设定闹钟,隔天才能准时叫醒自己起床,免得误了时间。上班族,为了上班要准时,开会要出席,朋友约会要应酬,每天都在忙着赶场。就是一般家庭主妇,也要忙着三餐,忙着家务。儿童从小赶着上学,赶着时间游玩。即使到了老年,还要赶着到医院排队挂号,忙着看诊、吃药。所以人的一生,就为了赶时间,时时在与时间赛跑。可是时间是无限的,人生是有限的,在有限的人生岁月里,到最后都如弃权的运动员,不容易到达自己的目的地,良可慨叹。除了时间的枷锁限制以外,空间也是负担,每天这里、那里,此地、他方,都在计较行程多少。火车站、飞机场,高速公路上、会议场所里,甚至菜市场、百货公司;空间的来去,就需要时间的帮助,时间就这样慢慢被空间消磨了,所以人生受到时间、空间的枷锁所限制,实在也是不得自由。

六、身心的枷锁:身心在有限的时间里,慢慢地也被枷锁控制而失去自由。眼睛要戴眼镜才能看清前方,耳朵要戴助听器才能听到对方讲话。牙齿是自己的,但因动摇了,只得拔除,然后装上

