

[总有些沒有爱心的人对身边见义勇为、
助人为乐的行为嗤之以鼻]

◎ 总有些奸商认为守法经营的“老实”人是傻帽；总有些贪官视两袖清风的人迂腐；总有些无情冷漠、心胸狭隘的人不懂得宽容，对别人的劳动成果和成就缺乏应有的尊重。

善心做人 凡心做事



比起他们来，我们“心无挂碍”，吃得舒心，睡得踏实；
我们用自己的双手和汗水改善自己的生活，
我们力所能及的帮助别人，
同时享受别人的关爱，我们堂堂正正行走在天地间，无忧无虑地享受着清新的阳光。
难道这不是幸福？

**[善心是对人生的奖赏 凡心是
获得幸福的源泉]**

孙郡锴 / 编著

*Shanxin Zuoren
Fanxin Zuoshi*

中國華僑出版社

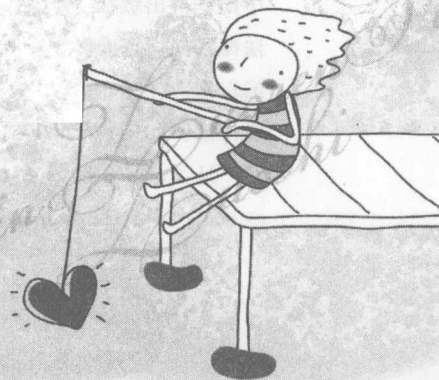
善心是对人生的奖赏 凡心是获得幸福的源泉

孙郡镅/编著

善心做人 凡心做事

汗江

中国华侨出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

善心做人 凡心做事/孙郡锴编著. —北京: 中国华侨出版社,
2009. 4

ISBN 978 - 7 - 80222 - 870 - 2

I. 善… II. 孙… III. 个人—修养—通俗读物 IV. B825 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 028410 号

● 善心做人 凡心做事

编 著/孙郡锴

责任编辑/文 喆

封面设计/纸衣裳书装

责任校对/钱志刚

经 销/新华书店

开 本/710 × 1000 毫米 1/16 印张 18 字数 260 千字

印 刷/北京东方圣雅印刷有限公司

版 次/2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 次印刷

印 数/5000 册

书 号/ISBN 978 - 7 - 80222 - 870 - 2

定 价/32.00 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 305 室 邮编 100029

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: 64439708

网 址: www.oveaschin.com

e-mail: oveaschin@sina.com



前言 PREFACE >>

在很久以前，曾看到过一个小故事，多少年过去了，依然深受其感动：

一个小男孩，从他有了意识的那一刻起，他的爸爸妈妈就通过各种方式教导他去做一个善良稳重、品格高尚的人。从幼儿园到小学，爸爸妈妈经常问的几句话就是：今天有没有帮助其他的小朋友？今天有没有给别人添麻烦？今天有没有自食其力地做好自己的事？

随着小男孩的一天天长大，他也开始有了迷惑。因为身边总会有一些孩子自私自利，甚至损人利己，他们娇生惯养，自己的事情总要别人代劳，对身边需要帮助的人漠不关心。时间长了，小男孩开始怀疑爸爸妈妈的话是否正确。

于是，他不止一次地问：

“妈妈，为什么一定要做一个善良的人？”

“爸爸，帮助别人真的是最明智的选择吗？”

开始的时候，爸爸妈妈也找不出更好的答案，就对他说：

“善良的人才能赢得他人的尊重。”

“正直的人问心无愧。”

“好人才能得到上帝的奖赏。”

.....

小男孩听后对“上帝的奖赏”最感兴趣：“上帝会给好人什么样的奖赏呢？”爸爸妈妈不想骗孩子，可是又找不到更好的答案，只能敷衍了事：“总有一天上帝会亲自告诉你的。”



直到有一天，爸爸妈妈和当地一位很有威望的神职人员聊天，他们探讨了小男孩的问题，神职人员沉思了一下，说：“其实，从你们做好人的那一刻起，上帝已经把最珍贵的礼物送给了你们——善良，是的，能做一个善良的人，踏踏实实、顶天立地地过一生，这就是上帝赐予你们的最好的奖赏。”

爸爸妈妈听后茅塞顿开，他们不仅很好地解决了孩子心中的疑问，更重要的是，他们真正地理解了人生的真谛——做一个善良的人，本身就是一件无比幸福的事，还有什么比这件事更让人欣慰？

这个小故事发生在一个西方国家，文化背景可以有差异，但是善良的本质是没有国籍之分的，不管在哪里，那些安分守己的好人都是幸福的。

如果用我们传统的东方文化也可以很好地诠释这一层含义。

比如，我们常说：“不做亏心事，不怕鬼敲门”，“好人一生平安”，“好人有好报”，“不求事事如意，但求问心无愧”，“堂堂正正做人，踏踏实实做事”，等等。这些经常挂在嘴边的谚语，你有没有细细品过它们的含义？想想那些偷鸡摸狗、损人利己的龌龊小人吧，他们整日提心吊胆、战战兢兢，良心尚未完全泯灭的还要遭受精神上的折磨，他们吃不好睡不香，时常被噩梦惊醒。外面虽然阳光普照，可他们的世界却灰暗肮脏。比起他们来，我们“心无挂碍”，吃得舒心，睡得踏实；我们用自己的双手和汗水改善自己的生活，我们不贪不占，勤劳朴实，力所能及地帮助别人，同时享受别人的关爱，我们堂堂正正行走天地间，无忧无虑地享受着清新的阳光。难道这不是幸福？

当然，就像上面的小故事中那个小男孩遇到的困惑一样，我们也承认，不和谐的音符总是存在的。

总有些没有爱心的人对身边见义勇为、助人为乐的行为嗤之以鼻；总有些奸商骂守法经营的“老实”人傻帽；总有些贪官视两袖清风的人迂腐；总有些无情冷漠、心胸狭隘的人不懂得宽容，对别人的劳动果实和成就肆意践踏，缺乏应有的尊重……对于这些“脑残”人士，我们能说什么呢？由他去吧！用一颗善心做人，以一颗凡心做事，踏踏实实过此生，就算我“傻帽”又怎样？我对得起天地良心，我幸福，我快乐，这就足够了。

目录 CONTENTS>>

第一章 与人为善 好人一生平安

无论做人还是做事,与人为善都是一个最基本的出发点。而可悲的是,在这个急功近利浮躁不堪的时代,有一些人竟然错把善良当作迂腐和犯傻。这些人自以为聪明,其实是身在苦中不知苦。所谓“苦海无边,回头是岸”,让我们做一个善良的人,这是我们做人的底线。因为好人一生平安,因为善良这种品质正是上天给我们的最珍贵的奖赏。

以无所求之心培养善心善行	2
善良是一缕最美丽的人性光辉	3
点一盏照亮心灵的灯	5
爱这世间一切生命	7
善恶无大小	10
善恶到头终有报	12
一视同仁度世人	14
施予是真正的慈善	16
给予是通往天堂的唯一路径	18
用慈悲的心做慈悲的事	20



与人分享幸福,会得到更多的幸福	23
善待他人,就是善待自己	24

第二章 净化心灵 清清爽爽一生

好人不是装出来的,一个真正善良的、受人尊敬的人首先要有一颗纤尘不染的心。外面的环境可以藏污纳垢,但我们的内心不能同流合污。心静则明白事理,心净则无愧己心。轻轻松松、清清爽爽的好人,先从净化自己的内心开始。

莫让洁净的心灵蒙尘	28
任心清净	30
忏悔是净化心灵的力量	32
天然去雕饰,结果自然成	35
尊重自己的本性	37
幸福因恶习而远去	39
用心体会生活的快乐	41
别人不是我们的镜子	44
心中空明人自明	46
拂去心头的妄念	49
心无挂碍,日日都是好时节	51
让不幸的过去随风而去	53
学会忘却	55

第三章 无怒无敌 好脾气好人生

怒,对人有百害而无一利,首先它对人的生理有伤害,现代医学证明:生气会导致人的血压非正常升高,燃烧筋骨里的脂肪,致



使排泄困难。其次,嗔怒,难免也会对别人造成伤害,这种伤害一旦形成将很难消除,时间久了,容易到处树敌,使自己处于孤立的状态。无论何时何地,以平常心泰然处之,遇事不嗔不怒,体谅他人,善待自己。做人做事如能达到这种境界,你就能在俗世的纷纷扰扰中体味到人生幸福的真谛。

平常心是道	60
天堂与地狱	61
善意的微笑	63
心定则事定	65
从小事中磨炼心性	67
常行一直心	69
“摩诃”的力量	72
宁起百千贪心,不起一嗔恚	73
荣辱面前看修养	76
好以口快斗,是后皆无安	78
牛角尖钻不得	80
忍住内心的嗔狂	82

第四章 善待他人 诚心换来真心

你怎样对待别人,别人就会怎样对待你,这是一条人际交往上的黄金定律。只有用你的诚心才能换来别人的真心,这是广结善缘的白金法则。宽容别人,别人就会宽容你;给对方留下台阶,对方便会给你留下台阶,甚至搭桥铺路;给竞争对手留条退路,对手也会给你留条退路。又是一个善因和善果的关系。不管怎样,不管走到哪里,做个好人,是永远不会吃亏的。

宽容是一种美	86
--------------	----



凡心是获得幸福的源泉

善心做人 凡心做事

ShanXin ZuoRen
FanXin ZuoShi

善意地对待他人的不足和缺点	88
宽恕别人得益的是自己	91
有容人之量才可成就大业	93
容天下难容之事	96
何必在小事上计较	99
严于律己,宽以待人	101
不满人家,是苦了自己	103
不要固执地否定他人	105
毁谤他人就是挖自己的墙根	107
学会宽恕而不是怨恨	109
赞美别人,就是肯定自己	111
吝啬的人,别人对他也会吝啬	114

第五章 情义无价 把爱撒向人间

在佛学讲义中,经常会提到“善根”这个概念。在这里我们不必深入地探讨它在佛学中的深奥定义,通俗地讲,善根就是善良的“根”,就是我们心中的爱。没有爱的人是不会起闪念的人,更没有资格做好人。天地之间有真爱,爱你身边的人,你的爱人,你的亲人,让他们幸福,你就是个好人。

真心真意爱一回	118
用爱赢得永恒	119
爱是一条流动的河	120
放爱一条生路	121
心与心的共鸣	122
随爱“远行”	123
沉默之中有大爱	125
让爱的细节里多些理解	127

管得太多不是爱	129
夫妻之间要有空间	132
长相知,不相疑	133
家庭的幸福是忍让出来的	134
不痴不聋,不做阿翁	136
糊涂婆媳,互相宽容	138
在孩子心里种下爱的种子	140
善待穷亲戚	141
远亲不如近邻	142

第六章 清白做人 不贪不占是福

钱是万恶的根源,这话虽然过于绝对,但也不是没有道理。有些人守不住自己良心道德的底线,不择手段地捞取不义之财,有了钱更是忘乎所以恣意妄为,结果要么深陷大狱失去自由,要么穷得只剩下钱,没有亲情关怀,孤苦伶仃一生。这样的例子太多了,这些人迷失了自己善良博爱的心,误解了幸福的含义。不义之财不贪,不是自己的不占,利人利己,知足常乐,这才是真正的福。

知足即是福	146
满足欲望的快乐永远是虚妄的	148
幸福与穷富无关	150
淡化利欲之心,方能得到一切	152
积聚金钱并不是最重要的事情	154
内心的富足才是真正的快乐	156
简单地活着	158
不要落入财富的陷阱	160
超脱尘世物欲的牵绊	163
无财何尝不是福	165





钱因人而有罪	167
欲望太多才是真的贫穷	169
在金钱面前保持清醒	171
贪婪使人成为金钱的奴隶	173
放慢生命的脚步	175
适可而止见好就收	177

第七章 凡事随缘 得失何必强求

潮涨潮落，阴晴圆缺；成败得失，悲欢离合。世间万事万物自有其自身的发展规律，许多时候并不是人力所能转移的，如果你固执于此，岂不是自己给自己添堵？“深信高禅知此意 闲行闲坐任荣枯”，看看这是一种多么洒脱的境界，做人做事当能及此一二，人生必是另一番皆大欢喜的大好局面。

任运随缘身心无缚	182
“求不得”源于“放不下”	184
勇于接受无常的人生	187
淡然而从容地面对生死	189
人生要随缘而定	192
聚散离合皆是缘	194
不要期待完美的爱情	195
不因得到和失去而或喜或悲	198
生活的两面	200
不要为错过了的怀有遗憾	203
何必盯着成功不放	206
潇洒走一回	208



第八章 踏实做人 心态决定命运

心比天高的人往往命比纸薄,欲速则不达,越是浮躁成功就越远。人生的道路没有什么捷径可走,唯有脚踏实地,不断地思考,不断地虚心学习。用一颗平凡的心去做平凡的事,而结果却可以收获一段不平凡的人生旅程。

活着为了一个过程	212
怎能混混沌沌混一世	214
以一颗虚心去走脚下实实在在的路	217
人生所有的成就都来自于真才实学	220
从现实出发 走一条适合自己的路	221
以勤作桨让人生之船远航	224
珍惜活着的每一秒	227
光阴不等人 重要的是立即行动	229
纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行	231
说一丈,不如行一尺	235
成就来自于专注	237
欲速则不达	239
有心人,无难事	242
持之以恒善始还要善终	244

第九章 聚敛善财 经商诚信为本

善恶一念,神魔一体。钱就是这么个东西。不义之财不贪不占,并不代表善良的人都跟钱有仇,相反,好人更有权利和资格去过物质充裕的好日子。只要心中有善念,通过合法经营,聚敛善



凡善心是获得幸福的源泉
ShanXin ZuoRen FanXin ZuoShi

善心做人 凡心做事

财,那么,做为一个好人,你挣再多的钱也不为过。事实也证明,善良的人经商更能挣大钱,这也正好体现了老天对好人的偏爱。

讲求诚信,仁义经商	248
守义者“而富且贵”	250
赚取钱财要问心	253
诚实不欺是立业之本	254
信誉是不变的承诺	255
社会责任感比利润更重要	258
乐于做善事也是一种生意经	261
达则兼济天下	263
“善心”就是财富之源	268
财聚人散,财散人聚	270
义在利前善待下属和员工	272

目 录 CONTENTS



第一章

与人为善 好人一生平安

无论做人还是做事，与人为善都是一个最基本的出发点。而可悲的是，在这个急功近利浮躁不堪的时代，有一些人竟然错把善良当作迂腐和犯傻。这些人自以为聪明，其实是身在苦中不知苦。所谓“苦海无边，回头是岸”，让我们做一个善良的人，这是我们做人的底线。因为好人一生平安，因为善良这种品质正是上天给我们的最珍贵的奖赏。



以无所求之心培养善心善行

人之善恶，犹如人之生死，是与生俱来的。

赫拉克利特说：“神就是生命和死亡；夏天和冬天；饥饿和饱足；善和恶。它一直都是两者，神就是真实的存在。”

我们每个人的本来，没有恶也没有善。善恶是孪生兄弟，是互相对立而成立的。当我们弃绝了恶时，恶的对立面善也就不复成立了。

倡导善良，只是为了让我们以最小的成本进行生活；以恶相报自然是恶恶相报成本陡然增大。奉行善心善行，其实是减少人生成本，让我们好过一些，这并非就是真理本身。

所以，禅要求我们超越于善恶这种分别心之上，直接明白我们心灵的真实情况，如此才是契入禅机的要点。

六祖慧能辞别了五祖，开始向南奔去。过了两个半月，到达大庾岭。后面追来了数百人，欲夺衣钵。有一名叫慧明的僧人，出家前是四品将军，性情粗暴，极力寻找六祖，他抢在众人前面，赶上了六祖。

六祖不得已，将衣钵放在石头上，说：“这衣钵是传法的信物，怎么能凭武力来抢呢？”然后隐藏在草莽中。

慧明赶来拿，却无论如何也拿不动法衣。于是他大声喊道：“行者，行者，我是为得到佛法而来，不是为此法衣而来。”

六祖就从草间出来，盘坐在石头上。慧明行礼后说：“望行者能为我说说佛法。”六祖说：“既然你是为了佛法而来，那你就摒弃一切俗念，不要再有任何念头，我为你说法。”

慧明静坐了良久，六祖说：“不思善，不思恶，正在这个时候，哪个是明上座的本来面目？”

慧明听了，顿时大悟。

禅要求我们超越于善恶的分别心之上，直接明白我们心灵的真实情

况。以无所依、无所求之心而培养善心善行，才是最好的生活状态。

一个人可以在一念之间变成耶稣也可以变成魔鬼，那是因为人性中本就存在光明与黑暗的两面。当妄念太过执著时，人便舍弃了光明的那一面，而走向黑暗。其结果也必将是黑暗的。人生如过眼云烟，最终必是一切成空。为恶一生所得的所有益处都无法带走。只有以无所求之心培养善心善行，方能得到“极乐”的赠予。

善良是一缕最美丽的人性光辉

善良是人性光辉中最美丽、最暖人的一缕。没有善良、没有一个人给予另一个人的真正发自肺腑的温暖与关爱，就不可能有精神上的富有。我们居住的星球，犹如一条漂泊于惊涛骇浪中的航船，团结对于全人类的生存是至关重要的，我们为了人类未来的航船不至于在惊涛骇浪中颠覆，使我们成为“地球之舟”合格的船员，我们应该培养成勇敢的、坚定的人，更要有一颗善良的心。

《三字经》讲道：“人之初，性本善。”由此可见，人生来都是善良的，只是由于后天环境的影响，人才开始变化的。关于人的善良，佛经中论述的最多，就如《梵网经》中就强调：“而菩萨见一切贫穷人来乞者，随前人所需，一切给与。而菩萨以恶心、嗔心，乃至不施一钱、一针、一草。有求法者，不为说一句、一偈、一微尘法，而反更骂辱者，是菩萨波罗夷罪。”

有个水鬼，到了该找替身的日子，但他看到遭遇悲苦、心灰意冷，到河边来寻短见的人，不但设法迷惑人家，反倒心里不忍，爬上岸去帮助他，劝他不要做糊涂事。这样，他一次又一次失去了找替身的好机会，一拖就是一百年，他还是个受苦的水鬼。管理阴阳转换的天神气得把他叫来大骂：“像你心肠这么软，怎么配做水鬼！”话刚说完，那水鬼就变成了神。

慈悲的心肠一定能为别人和自己带来幸运，善有善报是千古不变的道





凡善心是获得幸福的源泉

ShanXinZuoRenFanXinZuoShi

善心做人 凡心做事

理。想一想，在过去的三个月中，你曾为别人作了哪些善事？

还有一则《长者与蝎子》的故事，相信你看完后一定会感动。

一位长者看见一只即将被淹死的蝎子，当他用手去救蝎子的时候，蝎子却狠狠地咬了他一口。他疼痛难忍，不得不收回被蜇的手。看着还在水里挣扎的蝎子，他再次伸手相救，却又一次被蜇。有人对他说：“您太固执了，难道您不知道每次去救它都被蜇吗？”他回答说：“蜇人是蝎子的天性，但这改变不了我乐于助人的人的本性呀。”最后长者找到一片叶子将蝎子从水中捞了上来，救了蝎子一命。

我们先不说蝎子的命是否重要，但长者“乐于助人的人之本性”，却值得我们这些自称为“人”的人好好地深思反省！在追求经济利益高于一切的今天，人们的一切活动无不与利益牵扯在一起。大至国与国之间的外交，小到身边的人际交往。许多不该发生的悲剧日复一日地重演；国际上，国与国之间的战争，种族的屠杀、恐怖活动等，让无辜的人们在炮火声中血肉横飞，许多人在痛苦中，过早地萎谢了生命之花……在我们的身边，许多丑恶的违反人性的事件也层出不穷：面对即将淹死的人，几百人围观却无人出手相救；生活还算富裕的子女拒绝赡养年迈的父母，最后亲情反目，乃至法庭相见……善良在这里遭到践踏，看到或听到这些人与人之间的丑恶和悲剧，确实让人愤怒、沮丧和无奈。

但我们也应该看到人性善良的一面，许多善良的人们，为了世界和平、公民的平等，不断地努力争取；在国内的贫困地区，有些老师为了适龄儿童不再失学，用他们微弱的身躯，微薄的收入，支撑着一个村乃至几个村的教育；为了拯救病中的生命，许多不相识的人们捐献爱心等，这一切无不体现着人们的善良，人类的前景也因人们的善良充满着希望。

我们常常听到有人抱怨自己的朋友，如今发了财，做了大事，原来是我怎样怎样帮助的，到现在却忘恩负义。可以说，一个人假若没有善良，他的聪明、勇敢、坚强、无所畏惧等品质越是卓越，将来对社会构成的危险就越可怕。没有良心的朋友，到头来不会有好的结果。社会上有一些人，到处献爱心，并能固执地坚持自己善良的心，到处播撒善良的种子，一时被人认为是傻瓜。最后，才发觉这才是真正的大智慧，是一个无法用