

《听星云大师讲人生智慧》

图书基本信息

书名：《听星云大师讲人生智慧》

13位ISBN编号：9787210044987

10位ISBN编号：7210044981

出版时间：2010-9

出版社：江西人民

作者：史慧莉

页数：302

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《听星云大师讲人生智慧》

前言

开垦一亩心田 给人欢喜，给人方便，给人希望，给人信心。——星云大师 “你未看此花时，此花与汝同归于寂；你来看此花时，则此花颜色一时明白起来，便知此花不在你的心外。”明代哲学家王阳明如是说，一如著名作家龙应台所说：“跟风景约会的时间长了，行云流水间，万物映在眼底，突然悟到：真正能看懂这世界的，难道竟是那机器（相机），不是你自己的眼睛、自己的心？”确实，在佛家看来，心是万事之源，一恶念起，人生如地狱；一善念起，人生就是极乐世界。点亮心灯，我们才能看清自我，看清世间万物。 有一位小尼姑去见师父，悲哀地对师父说：“师父！我已经看破红尘，遁入空门多年，每天在这青山白云之间，茹素礼佛，暮鼓晨钟，经读得愈多，心中的个念不但不减，反而增加，怎么办啊？” 师父对她说：“点一盏灯，使它不但能照亮你，而且不会留下你的身影，就可以体悟了！” 几十年之后，有一所尼姑庵远近驰名，大家都称之为万灯庵。因为庵中点满了灯，成千上万的灯，人们走入其间，仿佛步入一片灯海，灿烂辉煌。 这所万灯庵的住持就是当年的那位小尼姑，虽然年事已高，并拥有上百个徒弟，但是她仍然不快乐。因为尽管她每做一桩功德，都点一盏灯，却无论把灯放在脚边，悬在顶上，乃至以一片灯海将自己团团围住，还是会见到自己的影子。灯愈亮，影子愈显；灯愈多，影子也愈多。她困惑了，却已经没有师父可以问，因为师父早已去世，自己也将不久于人世。 后来，她圆寂了。据说就在圆寂前她终于体悟到禅理的机要。 她没有在万灯之间找到一生寻求的东西，却在黑暗的禅房里悟道。她发觉身外的成就愈高，如同灯愈亮一样，只能造成身后的影子。唯有一个方法，能使自己皎然澄澈，心无挂碍，那就是，点亮一盏心灵之灯。 点亮菩提心灯，才能反观自己的心灵，其实真实的安乐永远来自解脱贪嗔痴后内心的清静，清净光明的佛性则是我们解脱自在的源头活水。正如宋代柴陵郁禅师的这首偈语所说：“我有明珠一颗，久被尘劳关锁，今朝尘尽光生，照破山河万朵。”虽然这颗明珠暂时被各式烦恼尘劳所遮掩，却丝毫不减它圆润无瑕的本质，只待“尘尽光生”，照破山河万朵！ 星云大师就是为我们拂去心灵灰尘的一位佛家使者，他12岁出家，誓愿将自己的一生奉献于弘法利生，于是他在中国台湾佛光山建普度众生的道场，在全世界弘扬佛教精神，用自己的努力把佛家的慈悲精神洒向人间，抚慰世人的苦难。 在弘法过程中，星云大师曾为当下人开出了一剂在世界上适意而居的“心药方”：“好心肠一条，慈悲意一片，道理三分，敬人十分，道德一块，信行要紧，老实一个，中直十成，豁达全用，方便不拘多少。此十味药，用包容锅炒，用宽心炉炖，不要焦，不要躁，去火性三分（脾气不要大），于整体盆中研碎（同心协力），三思为本，鼓励做药丸，每日进三服，不限时，用关爱汤服下。” 看这剂“心药方”，我们也许会发现净心的难处，同时也会悟得“尘尽光生”的方法。而本书就是在星云大师所有开示的基础上，将这则“心药方”制成方便的丸剂，让大家在茶余饭后方便时，服上一丸，无论你是心灵有疾，还是精神多苦，都可药到病除，杂念不生。 在这里，我们可以倾听星云大师谈自知、谈包容、谈随缘自在、谈幸福、谈工作、谈处世、谈生死等等，每一处都是佛家精神的升华，每一处都是大师苦心的慈悲，每一处都是修炼清净心的智慧。只要我们发心去感受，去践行…… 现在，就让我们在心中开垦一亩方田，用“心药方”做种子，以虔诚做肥料，培育出一颗“照破山河万朵”的净心，让禅意在每个毛孔里绽放。

《听星云大师讲人生智慧》

内容概要

《听星云大师讲人生智慧(精华版)》主要内容：在弘法过程中，星云大师曾为当下人开出了一剂在世界上适意而居的“心药方”：“好心肠一条，慈悲意一片，道理三分，敬人十分，道德一块，信行要紧，老实一个，中直十成，豁达全用，方便不拘多少。此十味药，用包容锅炒，用宽心炉炖，不要焦，不要躁，去火性三分（脾气不要大），于整体盆中研碎（同心协力），三思为本，鼓励做药丸，每日进三服，不限时，用关爱汤服下。”

看这剂“心药方”，我们也许会发现净心的难处，同时也会悟得“尘尽光生”的方法。而《听星云大师讲人生智慧(精华版)》就是在星云大师所有开示的基础上，将这则“心药方”制成方便的丸剂，让大家在茶余饭后方便时，服上一丸，无论你是心灵有疾，还是精神多苦，都可药到病除，杂念不生。

《听星云大师讲人生智慧(精华版)》中，我们可以倾听星云大师谈自知、谈包容、谈随缘自在、谈幸福、谈工作、谈处世、谈生死等等，每一处都是佛家精神的升华，每一处都是大师苦心的慈悲，每一处都是修炼清净心的智慧。只要我们发心去感受，去践行。

《听星云大师讲人生智慧》

书籍目录

第一章 做人要拿起放得下——星云大师谈舍得 很多人是最放不下的是“我” 做不成青松，可以做最好的灌木 以“舍”医“贫” 挣脱名利绳、欲望牢 有毒的不只是曼陀罗，还有欲望 心常在静处，谁能差遣我 不做物质的奴隶 天堂，地狱，唯在一心第二章 如何以欢喜心过生活——星云大师谈欢喜 看得破是生机，看不破是困境 日日是好日 世间最美皆从内心出发 发现自己，经营自己 人生如秤，称准自己的重量 再小的生命，也不必妄自菲薄第三章 幸福不是感觉，而是状态——星云大师谈幸福 追逐快乐的过程最幸福 以平常心做非常人 像光一般照耀对方，像火一样温暖 另一半 心安理得处，即风幸福 情不重，烦恼不生 生时不养父母，死后万事皆空 爱情斑马线，看清红绿灯 简单是福 活出真我，莫恋繁华第四章 离苦得乐的生活哲学——星云大师谈随缘 佛法就在你心中 人生总是“一半一半” 没有痛苦也就是无所谓快乐 不苦不乐的中道生活 随缘不等于放弃原则 万般烦恼皆因动心 一炷清香不如一瓣心香 做个生活的有心人 闲世人之所忙，方能忙世人之所闲第五章 宽恕无法改变过去，却能改变未来——星云大师谈包容 心旷为福门，心狭为祸根 比天空更宽阔的是人的心灵 性格也是一场修行 “知和而和”的好处 嫉妒是插在心头的一把刀 耐心储存能量，静候滴水穿石 忍是一种人生策略 不迁怒，不贰过 坦然对待众生的优缺点第六章 持花而行，厚载裙报——星云大师谈厚道 “真实”更能赢得人们的尊重 真诚的布施是一种厚道 微笑示人，待人以心换心 留三分余地给他入 先做牛马，再做龙象 所有的分享都可以带来快乐第七章 心宽，路才宽——星云大师谈宽心 星云大师的“净心药方” 心安，然后身安 人生哪有时间老 山不转路转，境不转心转 “空心”才能容万物 遇到顺境不动，遇到逆境也不动 放宽心，把嗔言碎语当耳边风 心净无瑕，世界将晶莹剔透第八章 慈悲心可以降服原子弹——星云大师谈慈悲 一滴水中的慈悲心 至善无痕 你大我小你有我无，你乐我苦你对我错 守住心戒的布施不必拘泥于形式 以爱去温暖，以力来折服 唯有因果不辜负人第九章 如何于忧患中立人——星云大师谈应变 方便有多门 一味拼杀是莽士，懂得变通才是智者 进是前，退也是前 求人不如求己 安逸是人生的软陷阱 婉拒是一道善意的门缝 临危不乱是大勇者 处于岔道口，应该如何选择第十章 因缘愈多，成就愈大——星云大师谈界缘 讲话要喜鹊报喜，待人要凤凰来仪 人情在于预留修正的空间 少傲多谦，少拒多容 摒弃单独而活，过“群我”的生活 尊重比黄金更重要 孤芳自赏时，天地就变小了 机缘也需争取第十一章 内财与外财兼具才是真富——星云大师谈财富 摊开手掌，才不致财富压身 “财”是静心的拦路虎 取财之道，正直为上 想抓住得越多，抓得住的越少 “乐透生悲”，不贪横财 知足是人间第一富 钱花出去才是自己的 拥有不如“用有” 心富，是真富第十二章 一点头一微笑都是无限恩典——星云大师谈做人 学习做人是一辈子的修行 行道如水，立志如山 成功就是坚持完最后五分钟 戒也是一种自由 做人要耐烦有恒 以跪射俑的精神立足当下 柔和比风暴更强大 坚韧地跑完人生马拉松第十三章 学习在于做人明理、悟缘懂心——星云大师谈学习 谁对时间最吝啬，时间对谁越慷慨 只有鹰和蜗牛才能登上金字塔尖 宁做藏书阁里的穷人，不当不读书的国王 没人能代替你成长 最是书香能致远 不偷浮生半日闲 卓越者从不说“我不能” 学习需要一种“偏执”的精神第十四章 人生大病，不在无用而在无明——星云大师谈人生规划 人生需要“慢慢来” 只说好话不做好事，好话等于废话 唯有在工作里，生命才能安住 真正的灵巧从笨拙中长出来 人忙，心不忙 停下来，慢活 今日的苟且会成为日后的散漫 拥有今天，并抓住明天后天 流出自己的理想曲线第十五章 生命不是躯体，而是心性——星云大师谈生死 生是一连串的责任累积 灯的意义在于燃烧的过程 在看花中悟道，在品景中成佛 生命的价值并不在长短，而在怎样用它 与群石对话，看顽石点头 死亡不过是“另有去处” 死是另一场轮回的开始 生命平凡但不平庸 放宽胸怀，体悟人生真谛 活在当下

章节摘录

放宽心，把嗔言碎语当耳边风 【菩提心灯】 一个人如果能够将外界的嗔言碎语当做耳边的一阵风一样，任它吹来，任它吹去，不为所动，就会省却很多烦恼，拥有一个清静圆满的人生。

【一日一禅】 在修禅的道路上深有体会的高僧多以“遇谤不辩”为自己的修行准则之一，即便被冠以恶名，仍能泰然自若，不加辩驳。于修行者来说，不妄语、不多嘴，自会令修行更进一步，即便遭人非议，但清者自清，随着时间的推移，真相是不可能被掩盖的，只要自己行得正坐得直，人格好坏立见，何必在意别人的背后私语。星云大师对待毁谤的态度，正是一面深省自己，一面保持沉默。深省的目的是看清自己的实力和本质；保持沉默、不去辩白，是对自己人格的信任。星云大师的这种处世态度无疑为我们提供了一种解决问题的方法。

很久以前，有一归省禅师，在担任住持期间，由于天旱，很少有人能拿粮食来养活这些僧人，僧人们只能每天喝粥吃野菜，个个面黄肌瘦。

有一日，住持外出化缘，法远就召集大家取出柜里储藏的面做起粥来。粥还没做好，归省禅师就回来了，小师弟们一下就消失得无影无踪。归省禅师看到法远居然把应急用的面都用了，生气地说：“谁让你这么做的？”法远毫无惧色地说：“弟子觉得大家面如枯槁，无精打采，于是就把应急用的面拿出来煮了，请师父原谅。”归省严厉地说：“依清规打三十大板，驱逐出寺！”法远默默离开了寺院，但他没有下山，而是在院外的走廊觅了个角落栖息下来。无论刮风下雨，都不曾动摇他向佛的决心。归省禅师有一次偶然看见他在寺院的角落睡觉，十分吃惊地问道：“你住这里多久了？”

“已半年多了！”“给房钱了吗？”“没有。”“没给房钱你怎么敢住这里？你要住，就去交钱！”

法远默默托着钵走向市集，开始为人诵经、化缘，赚来的钱全部用来交房钱。

归省禅师笑着对大众宣示：“法远乃肉身佛也！”后来法远继承了归省禅师的衣钵，将佛学发扬光大。

佛陀教导弟子，不要妄生“嗔”念，其实就是面对别人的怨怼和怒骂不要计较太多，太计较就会平添怨气，那烦恼就会不请自来，那还何谈清静无为？星云大师言之凿凿，对别人的闲言碎语从不予以辩护，其实正是修养的功夫所在。如果别人依然纠缠不清，装聋作哑或指东打西，也是很好的应对之法，这样会使对方的攻击无所适从，最后对方也只能怏怏而退。

一个学僧问赵州禅师：“听说你曾亲见过南泉禅师，是真的吗？”赵州禅师回答说：“镇州出产大梦萝卜头。”

一个学僧问九峰禅师：“听说你亲自参拜过延寿禅师，是真的吗？”九峰禅师回答说：“山前的麦子熟了吗？”

赵州、九峰禅师，英雄所见略同。一个学僧问赵州禅师：“佛经上说，‘万法归一’，那么一归何处？”

赵州禅师回答说：“我在青州缝了一件青布衣服，有七斤重。”

又有一个学僧问赵州：“当身体死亡归于尘土时，有一个东西却永久留下。我知道这个东西，但这个东西留在什么地方呢？”

赵州禅师回答说：“今天早晨刮风。”

有学僧问香林远禅师：“什么是祖师西来意？”他回答道：“唉，坐久了，真感到疲劳啊！”

学僧问憨山禅师：“佛是什么？”他回答说：“嘿！我知道怎样打鼓。”

学僧问睦州禅师：“谁是各位佛祖的老师？”他哼起了小调：“叮咚咚咚……”

学僧又问他：“禅是什么？”他合掌念道：“南无阿弥陀佛。”

但这学僧迷惘地眨着眼睛，不了解他的意思。于是睦州禅师大喝道：“你这可怜的孩子，你的恶业从何而来呢？”

这学僧仍无所悟。睦州就说：“我的衣衫穿过多年之后，现在完全旧了，松松地挂在身上的碎片，已吹上天空了。”

又有一次，一个学僧问睦州禅师：“什么是超佛越祖之说？”

禅师立刻举起手中的杖子对大家说：“我说这是杖，你们说它是什么？”

没有人回答。于是他再举起手杖问这个学僧：“你不是问我什么是超佛越祖之说吗？”

一个学僧问洞山良价禅师：“谁是佛？”洞山随口答道：“麻三斤。”

诗曰：“不智之智，名曰真智。蠢然其容，灵辉内炽。用察为明，古人所忌。’学道之士，晦以混世。

不巧之巧，名曰极巧。一事无能，万法俱了。露才扬己，古人所少。学道之士，朴以自保。”

人与人的言语交锋里，“麻三斤”这样的回答才是最好的回答。上面这段看似驴唇不对马嘴的一段问答，几位禅师皆讲述了一个道理——有些话不必说得明确，佛在心中，道就在心中，用语言是无法阐述清楚的，要看修行者的真心如何，只有不断反省不断领悟，答案才在修行者的心中。

其实，“佛”和“道”就好比一个人的品质，别人不断地对这人的品格质疑，这人答什么都是有主观因素的，在别人看来都是辩驳，但如果这人什么都不说，或者说些风马牛不相及的话，让别人自己去猜测。那么，时间一久，这人的品格就会被世人慢慢看清，他是好是坏也就不必多加解释了。

佛光开示 毁谤是打倒不了一个人的，除非自己本身不行，没有实力。

《听星云大师讲人生智慧》

《听星云大师讲人生智慧》

编辑推荐

作为佛教界的高僧，星云大师一生致力于弘扬“人间佛教”，在广泛参与社会活动之余笔耕不辍，著作等身。这些作品透过最生活、最浅明的禅语故事，为人生解惑，并且言简意赅，字字珠肌，蕴藏深远的意义。《听星云大师讲人生智慧（精华版）》全面系统地梳理了星云大师书中最实用的观点，以谈人生、谈幸福、谈职场、谈学业、谈教育、谈家庭等构架全书，重新解读这些人生问题，告诉年青人如何在当下的社会摆脱浮躁和表象，获得事业和人生的真正幸福。

1、自我与我的 人被牵着走，被别人的看法牵着走，被别人的做法激怒，被别人的评价伤害，为失去的东西耿耿于怀，就是因为执着于自我和我的。人有了自我和我的这两种意识，就会保护自己、依赖自己的感觉、凭自己的经验行事，而将自己抓得紧紧的，生怕‘自我’不是原来的自我，或者就此失去存在感。舍 舍字可以治疗贪婪。‘为何团团转？皆因绳未断’，当生活当中需要守护、担当、追逐的名欲利越来越复杂，人生就变得团团转。不断，不舍，就无法过的自在。控制欲望，控制贪婪，就一定要避免‘起心动心’。其实很多事物在追逐的时候勾起欲望，得到了之后却反而会有新的更强烈的欲望。对外外物的引诱，应该做到‘物来而应，过去不留’。苦与悲 要以一个完整的人生观来看看到苦与悲，这是人生中不可缺少的经历，得失沉浮都是人生的历练和赐予。人的平常心包括四点：失意事来，治之以忍；快心事来，处之以淡；荣宠事来，置之以让；怨恨事来，安之以退。人生都是一半一半，一半是好的，另一半是不好的，完美时常不可见，要认清人生的实相才能看穿看破，懂得去面对缺陷回合不完美，从而体验生命的各种味道。没有一个完整的苦乐观，只是因为我们只沉浸在苦与乐的矛盾中，却没有跳出苦乐本身，寻求更高的意义。只有拥有了正确的价值观，人生观，才可能看清人生的种种不幸，这是一种人生观念的超脱和升华。宽容 宽容是心与心的交融，狭隘是心与心之间的屏障。而易感动的心也是宽容心的土壤。

《听星云大师讲人生智慧》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com