

# 《佛说人性与心灵感悟》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2012年07月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787507426021

## 编辑推荐

佛所说的思想理念，都是从人心出发，然后又回归人心。“万法唯心”，人心支配人性，意识决定行为。在社会生活中，佛在修心养性、道德规范、家庭伦理、社会和谐等方面，发挥了不可低估的作用。何诚斌编著的《佛说人性与心灵感悟》帮助读者从自我认识、自我净化、自我觉悟、自我改变等方面加强自身修养。

## 内容简介

《佛说人性与心灵感悟》简介：如今，人们通过对禅宗的认识和掌握，达到了修身养性、自利利他的目的，并对人生观、世界观发挥出积极作用。企业家乔布斯、稻盛和夫等，都对佛教有着深刻的研究和体验。二十一世纪，佛教在解决人类的自我认识、自我净化、自我觉悟、自我改变和加强人类自身建设上，必然发出更加灿烂的光辉。何诚斌编著的《佛说人性与心灵感悟》即是帮助人类解决自身建设的问题。

## 目录

第一章 有因必有果 种下善因，结出善果 不求回报，自有回报 心怀“喜舍”，助人为乐  
注意言行造成的后果 不可有害人之心 出了问题向自己找原因  
自省为什么“吃苦果” 第二章 众生皆平等 众生平等，没有差别 不歧视弱势群体  
不鄙视普通劳动者 依附别人，得不到平等 尊重女性的权利 每个人的人格平等 第三章  
报恩彰显善心 父母之恩重如山 伉俪相敬，美满幸福 铭记老师的培育之恩  
滴水之恩，当涌泉相报 善待人生知遇之恩 对待生活也要感恩 第四章 惜福赢得永福  
把握现有的幸福 拥有绵长的幸福 绝不暴殄天物 节俭是为未来造福 控制营养更健康  
世间是万物共有的 第五章 忍辱转为同情人的一生离不开“忍” 忍辱是胜人的一种力量  
“慈忍”避灾息祸 不必处处占人上风 忍耐中寻找翻身机会 忍小节，成大事 第六章  
执著产生烦恼 放下心中的包袱 学会给自己松绑 懂得必要的忘记 放弃是为了成功

摆好自己的位置 随缘任运的平常心第七章 解脱心灵枷锁 精神自由最快乐  
摆脱对死亡的恐惧 疾病缠身心放宽 老年人要有乐观的心态 不能陷人精神的空虚  
不让抑郁伴随自己第八章 万事讲缘分 对任何事都要随缘 得失由缘莫计较  
相识是一种缘分 把握男女情缘 善待与人合作的缘分 赢得“贵人缘”第九章  
贪欲引来苦恼 追求正当的需要 淡泊少欲比纵情嗜欲好 不可膨胀发财的欲望  
不因物欲起盗心 对女色要戒邪淫 仕途升迁戒钻营 不能为“名”而累  
口腹适量，不做饕餮之徒第十章 慈悲创造和谐 慈悲是无私真爱 对残疾人大慈大悲  
怜悯和帮助苦难者 对老人多些体贴照顾 对临终者予以关怀  
热爱和平，反对暴力第十一章 发愿实现目标 发上等愿，结中等缘 发圆满愿，远离烦恼  
发愿之后须实行 发有能力实现的愿 但愿别人得到好处 为他人祈福光明第十二章  
保持内心清净 不受他人言论左右 不受他人行为影响 不被自己欺骗 清楚行动的方向  
乱说坏话自污身心 嫉妒会自损心智 不受虚荣心的折磨 心安才能免受干扰第十三章  
用诚心忏悔 忏悔的态度要诚恳 要有忏悔的勇气 为人为己忏悔 避免悔过再犯错  
忏悔是对灵魂的一种交待 接受别人的忏悔 不在忏悔中摧残自己第十四章 真心看待真实  
一切发自内心 来不得半点虚假 真学没有学不会的 向别人真诚请教 不掺假的传授与帮助  
以己之“真”度他人第十五章 精进不懈 在困难中磨炼意志 从小事开始努力  
惰性是成功的障碍 用力做有信心事情 让精神处于最佳状态 培养积极的意志  
想好了就不要等待第十六章 境界不断超越 追求心灵的高度 给予精神一定位置  
如何做到“不动心” 境界高，格局大 给自己一块快乐净土 保持身心宁静和谐  
经常检查一下自己第十七章 自性显现悟性 灵光一闪的“顿悟” 慢慢明白的“渐悟”  
在生活中悟出道理 不昧于未见之物 在观察中提高悟性 打破常规，拓展思路  
内心单纯“悟”得更快 每个人的悟性不一样第十八章 可说与不可说 不说是一种大智慧  
心传胜于言传 沉默当更有说服力 可说的事要认真思考 说的时候不能说透

[显示全部信息](#)

## 前言

佛教进入中国后，与中国本土文化相融合，形成了一种新的文化形态，它的宗教属性被教育公益所占据，也就是说在弘扬佛法的过程带着浓郁的“人世”色彩，乃至它的很多思想起到了普世教化的功效，具有积极的意义。历史上，人们对佛教抱持一种复杂的情感，从统治阶层到社会底层，从知识精英到民间草根，不同时期人们对佛教存在不尽相同的理解与看法，但一次次分歧与整合，冲突与包容，佛教思想俨然与儒家思想、道家思想彼此影响，相互交融，成为中国文化的重要组成部分。文化对人类的影响是否深远，主要取决于它的思想价值。佛教文化对历史与社会的重要贡献，体现在它揭示了生命本质上的一些东西，提出了一些有利于人类生存的主张，并在实践中身体力行。佛教的平等观、惜福观等等都是对生命本身的尊重与关怀，产生了积极的人格心理效应。只有在平等的前提下，众生才能和谐地生活在同一个世界；只有珍惜今天的生活，才能创造美好的未来。世界本来平等而没有做到平等，于是需要规范、自律个人行为，力求达到平等；人生充满苦难和诸多不如意，于是必须相互施舍报答，在苦难中共同寻求人间福

祉。佛教的禅宗思想，尤其能体现儒道释三家融合的重大思想成果，在思想史、文化史上起过很大的作用，影响了整个中国人的思维。中华禅宗文化代代相传，通过历代文人士大夫的参与和弘扬，对中国哲学、伦理、诗词书画都曾产生过深刻的影响。禅宗真于性情又脱俗超逸，融入中国文化深层，成为宋明理学的重要质素，把中国文化带入了一个注重自然、和谐、灵性和气韵生动的崭新意境。已故中国佛教协会前任会长赵朴初先生曾经说：禅宗文化与儒、道等相结合、相融会、相激荡，然后汇入了中华文化源远流长的大海，形成了中华文化的主流之一，为中华文化放射出灿烂辉煌的光芒。它过去对东方的文明和人类的精神世界曾经做出过积极的贡献；现在对我国社会主义精神文明建设仍然起着有益的作用，并对世界产生着广泛的影响；二十一世纪，它将在解决人类的自我认识、自我净化、自我觉悟、自我改变和加强人类自身建设上，发出更加灿烂的光辉。佛教及禅宗是一种教育，它是智慧的教育，是觉悟宇宙人生的教育。在社会生活中，禅宗对于修心养性、道德规范、家庭伦理、社会和谐等方面，发挥出不可低估的作用。禅宗并且成为世界教育。企业家乔布斯、稻盛和夫等，都对禅宗有着深刻的研究和体验。禅宗文化传至日本、韩国之后，成为一种重要的教育，发挥着功效，人们通过对禅宗的认识和掌握，达到了修身养性，自利利他的目的。日本著名禅学大师铃木大拙在美、英各大学讲授《禅与日本文化》等课，影响特别大。2011年9月25日至27日，“国际禅文化交流盛会”于韩国庆北龟尾市朴正熙体育馆举行，吸引了无数文化人士。20世纪70年代，一些日本僧人到法国教授禅法，在巴黎建造了法国禅寺；在接近比利时的边境上，建立北法禅寺；又在巴黎以南300公里处的阿瓦隆建世界禅文化交流中心。美国著名禅学大师艾伦·瓦茨从1947年开始就陆续出版了《禅学新纲要》、《禅》等书，在美国掀起了对禅学的广泛兴趣。而1957年出版的《禅之道》受到了垮掉派诗人和读者们的欢迎，一时轰动无比。受禅文化影响的美国文化名人包括爱默生、梭罗、惠特曼、庞德、塞林格、金斯堡、凯鲁亚克等。可见，禅宗的教育变成了世界的教育，禅宗的精神变成了世界的精神，这是一种文化现象，也是一种文化力量。

[显示全部信息](#)

## 在线试读部分章节

第一章 有因必有果因果又叫业因果报，又叫因果报应，是佛教基本原理之一。因就是原因，果就是结果。业是指一切身心活动，分为身、口、意三业；报就是业的报应，即由三业的善恶导致的后果。种下善因，结出善果此有故彼有，此生故彼生。——《杂阿含经》“有因，必有果。”佛教简单明了地阐述了因果的本质。宇宙间不存在绝对的事物，任何事物都具有相对性，既有同时的依存关系，又有异时的依存关系，从而构成各种因缘。什么是同时依存的因果关系？例如以师父为主，那么师父就是因，弟子就是果。相反的，如以弟子为主，那么弟子就是因，师父就是果。这种因果关系，非常错综复杂，从这一角度来看，这一因会产生这一果，但是从另一角度来看，这一因会产生另一果。什么是异时依存的因果关系？例如种子是因，芽就是果，因为先有种子，然后才有芽的发展。世界上的万事万物，都是这样的，从时间上来说，由于无数的异时因果连续的关系，从空间上来说，无数的互相依存的关系，组织成为一个极其复杂的罗网，相互交

错。这就是因因果果，果果因因，相续不断的“因果规律”。佛教说“因果报应”，凡事你种什么样的因，就结出什么样的果，每个人在世间犹如农夫一般，都有一亩田，你种下什么，就会结出什么。若是种了恶因，就会结出恶果。在佛经中，有一则故事：中印度懦萨罗国国王波斯匿王，与佛陀同龄，曾和佛陀辩论而结成好友，视佛陀如师。某天黄昏时，波斯匿王前往一个名叫“祇树给孤独园”的地方，拜访佛陀。佛陀看到波斯匿王全身都是尘垢，就问：“国王，您从哪里来？为什么全身都是尘垢呢？”波斯匿王回答：“佛陀，我刚从婆提老者的家里过来。他不久前去世了，由于家产无人继承，必须归入国库，我专程去清点他的财产。光是黄金就有八万斤，其余不用说了。可是，他平时为人十分吝啬，生活过得很寒酸，生前虽然有很多财产，可现在却两手空空地走了。”佛陀叹息了一声，说：“真可惜啊！”波斯匿王问：“佛陀，婆提老者孤单一人，平时守着家产，生活很节俭，住的环境不好，穿的衣服很破旧，吃的更不用说有多差了。佛陀，依您的慧眼看，他离开人间之后，现在去了哪里？”佛陀说：“他已经堕落啼哭地狱！”波斯匿王听了，叹了口气，说：“他那么有钱，死后却堕落在啼哭地狱，岂不是一天到晚在那里痛哭了吗？”佛陀说：“是啊！我才说很可惜啊！”波斯匿王又问：“佛陀，婆提老者，有那么多财产和金钱，应该是很有福气的人才对，可是，他为什么要过着苛刻寒酸的日子呢？死后又为什么会堕落到啼哭地狱呢？”佛陀说：“他的财富，是‘过去生’造福得来的。在辟支佛(无师友教导，而以智能独自悟道)的时代，有一位务农的地主，有一天，他看到一位辟支佛出来托钵乞食，一时心生欢喜，就供养饭食，并说：‘日后若有需要的话，我都会布施给您。’因此，辟支佛有时也会再去向他托钵乞食，但是过了一段时间，这位地主起了吝啬之心，他想，为什么要供养这位出家人呢？从此，他再也不肯布施了。那位地主就是已经过世的婆提老者，因为他曾有布施辟支佛的因缘，所以有福。可是他后来生起吝啬的心，因此，虽然有福，却不得自用，而且他又没做什么好事，现在堕落了，心里很后悔，所以每天啼哭。”事物的因果关系，科学上已经给出清晰的解释，有一定哲学思想的人都会接受，但“报应”之说，不深解佛法内在逻辑的人不会相信，甚至视其为“迷信”之说。实际上，人类是个“活动场”，人与人相处，就是互相作用，互相影响。一个人做善事，为别人带来好处，自然会产生“效应”。善事做得多，作用力越大，影响越强，对自己的回报也就越多。所谓好人缘，就是由于播种了诸多善因而结了善果形成的。证严法师说：“心田要多播善的种子，多一粒善的种子，就减少一棵杂草。”有这样一个有趣的故事：一个小孩不懂得见了大人要主动问好、对伙伴要团结友好，也就是说他缺少礼貌意识。聪明的妈妈为了纠正他这个缺点，把他领到一个山谷中，对着周围的群山喊：“你好——你好——”山谷回应：“你好——你好——”妈妈又领着小孩喊：“我爱你——我爱你——”不用说，山谷也回应道：“我爱你——我爱你——”小孩惊奇地问妈妈，这是为什么？妈妈告诉他：“朝天空吐唾沫的人，唾沫会落在他的脸上；尊敬别人的人，别人也会尊敬他。因此，不管是与人时常见面，还是与人远隔千里，都要心怀敬意……”小孩明白了这个道理，从此处处尊敬他人。于是，有了回报，他成为一个人见人爱的小孩。有付出才有回报，差不多已成为朴实的哲理。一个人不付出而想得到，即使真的得到了，也只是一种偶然，所以我们决不可抱此侥幸。我们来看一个禅宗故事，一定会从中得到启示：一个商人生意越做越小，遇到了难处，他便去请教智尚禅师。禅师说：“禅院后面有一架压水井，你去给我打一桶水来！”半晌，商人汗流浹背地跑来，说：“压水井下面是枯井。”禅师说：“那你就到山下给我买一桶水来吧！”商人去了，回来后仅仅拎了半桶水。禅师说：“我不是让你买一桶水吗？你怎么才拿来半桶水呢？”商人尴尬地脸红了，

他连忙解释：“不是我怕花钱，山高路远，实在不容易。”“可是我需要的是一桶水，你再跑一趟吧！”禅师有些不高兴。商人只得又到山下买了一桶水回来。 P1-3

[显示全部信息](#)

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)