

<<幸福人生的原理>>

图书基本信息

书名：<<幸福人生的原理>>

13位ISBN编号：9787105033584

10位ISBN编号：7105033584

出版时间：2001-3

出版时间：民族出版社

作者：济群法师

页数：234

字数：160000

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：<http://www.tushu007.com>

## <<幸福人生的原理>>

### 内容概要

人类生存的目的就是为了得到幸福，可是高度物质文明发达的今天，许多人在充分享受物质生活的同时，却依然活得不幸福。

这是为什么？

(1) 不知幸福为何物；(2) 不了解建立幸福人生的原理。

因为人类所作所为与幸福人生背道而驰，所以尽管人们拼命追求幸福，但却总是得不到人生的幸福。

一、何谓幸福 人类追求幸福，首先要知道何为幸福。

所谓幸福究竟是一种客观实体？

抑是一种主观的感觉？

幸福是物质的？

还是精神的？

假如不了解幸福的实质，却努力地去追求幸福，岂非太盲目了？

1、幸福不是一个固定的实体 通常人们以财富、地位、美满的婚姻、长寿、健康、美貌、事业成功、吃得好、穿得好、住得好等为幸福人生的实质，以为得到其中任何一种，便得到了人生的幸福。

这种看法是错误的，因为幸福并不是某种固定的实体。

假如是的话：(1) 幸福应该比较容易得到；(2) 人类一旦得到某种“幸福实体”（如财富、地位等），就意味着得到幸福了，而事实不然；(3) 有财富、地位的人多得很，他们未必过的幸福。

由此可见幸福并非某种客观的固定实体。

2、幸福是相对的 一般人总是喜欢执著拥有某种条件为幸福，其实世间的幸福是相对的：(1) 人类的愿望不同，对幸福的要求也往往因人而异。

或以有钱为幸福、或以有地位为幸福、或以长寿为幸福、或以健康为幸福，或以成家为幸福、或以独身为幸福、或以居住在繁华的闹市为幸福，或以居住在清静的乡村为幸福。

因为人们的观念不同，对幸福的境界要求也不一样。

(2) 幸福从比较中产生：自己和自己比，现在处境不好，回忆过去的美好生活，会有幸福感；现在处境好，回想过去的痛苦遭遇，就会觉得现在很幸福。

幸福也会从和他人的比较中产生。

比如想想自己舒适的生活条件，再看看他人的贫穷，就会感到满足，觉得自己活得很幸福。

(3) 幸福的感受，如人饮水冷暖自知；又如鞋穿在脚上舒服与不舒服，只有自己知道。

3、幸福由众多的幸福因素构成 当我们偏爱某种东西（财富、地位等）时，以为得到这些东西就是得到幸福。

其实，财富、地位等任何一种实体，它本身都不是幸福的实质，只是引发人生幸福的某一种因缘。

幸福人生由众多的因素构成，中国古代有五福之说：即长寿、富贵、康宁、好德、善终等，做为幸福人生而言，这些因素都是不可缺少的。

4、幸福是物质与精神的统一 幸福是物质的？

抑是精神的？

有人以为物质条件优越就能活得幸福，这是把幸福看成是物质的；有人以为只要精神愉快就幸福，这是把幸福看成是精神的。

其实，幸福是物质与精神的统一。

(1) 凡人心随境转，舒适的环境是产生幸福的基础，如事业的成功、家庭的和谐等，这说明幸福需要物质的基础。

(2) 幸福由心感受，只有健康的心境，才有幸福可言。

心情不好，即使贵为皇帝，拥有天下的权力、地位和财富，依然会活得痛苦不堪的。

二、幸福与不幸 世间由顺境和逆境组成。

通常人们以健康为幸运，疾病为不幸；成功为幸运，失败为不幸；富有为幸运，贫穷为不幸……。

生活在顺境中的人，大家都觉得他很幸运，很幸福；相反，有些人时运不佳，遇到逆境，人们就会认

## <<幸福人生的原理>>

为那是不幸，是痛苦。

然而社会或个人总是存在顺境和逆境，有顺境必然有逆境，这是一种普遍的现象，人类应该正确的认识它。

1、平等而客观的看待幸福与不幸 顺境与逆境既然是构成社会人生的两个方面，那么它的存在必然是合理的。

(1) 我们应该正视顺境与逆境的客观存在。

就如白天和黑夜、春夏秋冬的自然规律一样。

(2) 在顺境、逆境面前，不应该生起爱嗔之心。

2、痛苦使快乐更快乐，不幸使幸运变得幸福 世间的痛苦与快乐是相互依赖的，谁也离不开谁。

有些人只要快乐，不要痛苦；只要顺境，不要逆境。

可是假如没有痛苦就没有快乐；没有经历逆境，就无法认识到顺境的可贵，就像长期享有顺境的人，很难生起幸福感。

因此，痛苦使快乐更快乐，不幸使幸运变得幸福。

就如疾病使健康变得快乐，贫穷使富有变得幸福。

3、幸福与不幸相互转换 幸运与不幸不是绝对的，会相互转换。

(1) 幸运会转为不幸，比如手握大权是幸运的，但以权谋私，干出违法乱纪的行为，却造成不幸的结局；有父母溺爱的子女是幸运的，但在父母溺爱中成长起来的小孩，走上社会难以独立却是不幸的；生在富有之家是幸运的，但过去许多纨绔子弟，不知珍惜财富，吃喝嫖赌，养成浑身都是恶习却是不幸的。

(2) 不幸会转为幸运，如逆境，使人奋发向上，将来对社会能大有作为。

顺境使人陶醉，忘乎所以；逆境使人清醒，能引起对自身的反思，使人们对人生的认识更有深度。

另外因祸得福，塞翁失马，都说明了幸运与不幸会相互转换。

4、不幸中的幸福，幸福中的不幸 人因为偏爱于某一点，才觉得自己幸运或不幸。

喜欢当官的人，一旦获得官位，就会觉得幸运；假如没有机会当官，那就是不幸了。

希望成家的人，谈上合适的对象，觉得幸运；找不到理想的对象，就觉得不幸。

其实(1) 幸运中包含着不幸。

比如财富多，担心黑社会绑架；社会地位高，行动不自由；事业做得大，闲功夫就没有了。

(2) 不幸中包含着幸运，比如没有地位、名誉，就不会被地位、名誉所累；没有事业，就不会被事业所累；没有家庭，就不会被家庭所累。

三、建立幸福人生的方法 人类在无明的驱使下，盲目地追求幸福，结果得不到幸福，反而引来无尽的痛苦。

要想得到幸福，就得有合理的方法。

1、消除不幸福的因缘 建立幸福的人生，首先要消除不幸福的因素。

(1) 错误的认识，颠倒的观念：如不信因果，胡作非为；或不了无常，执著永恒等。

(2) 强烈的我执：以自我为中心，去面对世间的一切；或执著自己拥有的一切为我，如执身为我、执名为我、执财富为我等。

(3) 贪嗔痴：假如让这些烦恼支配自己的人生，就会害己害人。

(4) 不善的行为：种不善因，招感苦果。

这些都是造成人生不幸福的因素。

假如希望拥有幸福的人生，就应该努力地消除它。

2、无所得、不受 有漏的世间，必然会存在种种不幸。

可是有时面对同样的环境，人们痛苦的程度却不一样，这是为什么呢？

(1) 世间的幸，因为你在意了，才会对你构成伤害；假如你不在乎，天大的不幸也没什么了不起的。

(2) 摆脱个人的情绪，正确认清人生的现实，观诸法空、无所得，就能坦然的面对人生的不幸。

3、广种福田 行善 幸运与不幸，都有它的因缘因果。

## <<幸福人生的原理>>

幸福人生的获得：（1）不种不幸之因，就是摆脱各种造成人生不幸的因缘。

（2）广种幸福之因。

多行善事，如修十善等，开发生命中幸福快乐的源泉，就能得到无穷无尽的幸福。

4、生活简单、思想单纯 现在的都市人，大多觉得活的很累，原因是什么呢？  
社会太复杂了，生活太复杂了，心理太复杂了。

身体的疲惫，睡上一觉就能解决，如果思想太复杂了，想睡都睡不着。

人类的痛苦有身苦与心苦，身体有痛苦的人只是少数，而心理上存在痛苦的人是普遍的。

复杂的社会、复杂的生活，使人活得很累；而复杂的思想，会滋生种种烦恼、妄想。

相反生活简单、思想单纯，使人轻松、自在。

5、知足 幸福是一种感觉，一个人只有当他自己觉得幸福的时候，那才是幸福的；相反他自己不觉得幸福，你能说他幸福吗？

获得幸福感，知足是一种廉价的方式。

一个贪得无厌的人，即使拥有再多的财富、再高的地位，总是不满足，生不起幸福感；而知足者，却能在极为简单的物质条件中，得到满足和快乐。

四、结说 幸福人生的建立，首先要正确地认识什么是幸福；其次要探讨幸运与不幸的因缘因果，一方面从根本上消除造成人生不幸的原因，另一方面努力培植幸福人生的因缘，只有这样才能究竟获得幸福人生的结果。

## <<幸福人生的原理>>

### 作者简介

济群法师，1962年生，福建福安人。

1984年毕业于中国佛学院。

随后到福建佛学院、闽南佛学院参学任教。

现任闽南佛学院研究生导师及戒幢佛学研究所所长，并被聘请为苏州大学政治与公共管理学院兼职教授，厦门大学宗教研究所高级顾问、客座教授。

长期从事唯识、戒律的研究及

## <<幸福人生的原理>>

### 书籍目录

前言一、绪论二、如何看待一部经典三、谁是创世者四、心物现象的透视五、有情命运差别与业力六、学佛的基本德行七、建立幸福人生的十种因素八、成佛的途径九、菩萨的精神十、摄化众生的方便十一、趋向解脱的法门十二、结说

<<幸福人生的原理>>

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:<http://www.tushu007.com>