

<<佛养心道养性>>

图书基本信息

书名：<<佛养心道养性>>

13位ISBN编号：9787802286399

10位ISBN编号：7802286395

出版时间：2008-4

出版时间：新世界出版社

作者：宋天天

页数：304

字数：220000

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>

## <<佛养心道养性>>

### 内容概要

佛说，憎恨心、傲慢心、冷淡心、愤怒心、不安暴躁心、夺取心、猜疑心、忧愁心、固执心、偏狭心、恐怖心、利己心、忘恩心、鄙视心、悲伤心、不平不满心是招来疾病、贫穷、混乱、不幸的念波；宽恕心、尊敬心、明朗心、无我心、自在心、和平心、信仰心、欢喜心、虔诚心、深切心、赦免心、抱恩心、感恩心、施舍心、爱心、勇往直前心是招来和平、安详、健康、幸福的念波。  
天堂与地狱，就在一念间。  
心中有佛人自安。

本书共分十篇，分别是：慈悲为本，为善心安；诸恶莫作，无恶心安；放下诸多事，心中自然安；无求则无敌，无敌则心安；平常心是道，道在心自安；超然洒脱，豁达心安；宽容即是福，度大心安；常怀感恩情，心中自然安；看透释然，自在心安；随缘而行，随遇而安。  
本书以佛的理念通俗而又深刻地阐述了“心中有佛人自安”这个主题。  
书中还着重例举了一些生活中让人难以心安的，就发生在我们身边的世俗之事，并指出了解决之道。  
另外，为了让读者更好地了解佛理知识，书中还穿插了“拈花一笑”、“佛心慧语”、“世俗佛理”、“佛心故事”、“佛语今译”、“佛趣轶事”等板块内容。  
通过阅读本书，你会感到：只要我们心中有佛，佛就与我们同在。

<<佛养心道养性>>

书籍目录

第一篇 慈悲为本，为善心安

发慈悲之心行善，是佛的旨意  
活用慈悲心，不必拘于形式  
先天下之忧而忧，后天下之乐而乐  
最简便易行的慈悲之法，就是放生  
为众生利，不惜布施身体及生命  
积善之家必有余庆，上善若水成就功名

第二篇 诸恶莫作，无恶心安

只要起心起恶念就会有恶业  
抢了别人的东西，东西也会被别人抢去  
最凶恶的毒蛇是黄金  
心魔由心而起，也能由心而灭  
感觉有鬼是因为心中有鬼念  
只要诚心改过，也可成佛得道

第三篇 放下诸多事，心中自然安

放下的越多，越觉得拥有的更多  
困来睡觉，饿来吃饭  
任何一个外在因缘而使我们波动都是无明  
只要将一天中最重要的事情做完就很好了  
万语与千言，不外吃茶去  
放下就是释，放不下就是住

第四篇 无求则无敌，无敌则心安

高尚的道德品质、完美的精神生活，才是无价之宝  
要想让灵魂无纷扰，惟一的方法是用美德去占据它  
物欲之心太过，无疑是害人害己  
宽容并拯救仇人，是最高尚的事情  
“正当”二字乃人生在世修身养性的至高境界  
不是风动，不是幡动，而是心动

第五篇 平常心是道，道在心自安

让本性回归自然，照顾好六根门即为平常心  
保持谦卑之心，不可恃才傲物  
随心所欲，才能享受你所拥有的一切  
怀阳光心态，就能看到别人身上的亮点  
在繁杂的尘世中，养德是祛病益寿的良药  
真正的美是不需要刻意装饰的

第六篇 超然洒脱。

豁达心安

世间的事物变化无常，失去的就让它失去吧  
不要好高骛远，人应该务实一点儿比较好  
只有豁达了，障碍自然也就不存在了  
量力而行，给自己画好一条合适的底线  
人生是一道题，保持豁达之心才能做好这道题  
没有人捆绑着我们，我们是自由的

第七篇 宽容即是福，度大心自安

恢宏大度，送人一轮明月

<<佛养心道养性>>

宽恕可忍之事，容纳可饶之人  
给别人让路，就是给自己让路  
无争无辩是宽容误解的上上之策  
不和别人攀比计较，就会减少许多烦恼  
心胸宽阔的人，是不可战胜的

第八篇 常怀感恩情，心中自然安  
怀感恩之心，人生才能愈走愈光明  
不但要知恩感恩，还要懂得报恩  
如能感同身受，往往可止造恶业  
纵使修行成佛，也要对自己的言行负责  
抛开使我们受伤害的碎片  
不要抱怨生活和羡慕别人  
在最困难的时候，你并不是孤立无援的

第九篇 看透释然，自在心安  
要追求“我是谁”，而非“我像谁”  
要想让自己轻松起来，就要果断地放弃一切包袱  
有些事不要急，慢慢来  
不要让形式上的差异，掩盖了本质上的相同  
人人都是优秀的，差别在于如何认识、发掘和重用自己  
聪明也有受局限的地方，智慧也有照应不到的漏洞  
活在希望中，才能找到快乐

第十篇 随缘而行，随遇而安  
学道的人总是很多，但得道的人总是很少  
不论什么时候，都要守住自己的信念  
不提过去，过去已过去；不问将来，将来还未来  
苦，莫忘提起内心之乐；乐，亦应明白人生之苦涩  
遇缘则随行，遇居则随安  
碌碌无为地混日子，就失去了活着的意义  
前世500次的回眸，换得今生一次的擦肩而过

## &lt;&lt;佛养心道养性&gt;&gt;

## 章节摘录

【人间世态】 生活需要小小的善 一天晚上，有两个人去肯德基吃饭。他们看见两个打工的农民正端着汉堡包和饮料，显得有点不知所措。

他们猜测这两个民工是第一次来尝新。

可能是这两个民工看见了别的用餐客人杯中的吸管，于是他们小声地商量了几句，其中一个便自告奋勇地来到垃圾边徘徊了一圈又折回座位上，显然他不知道吸管该从何处取。

这时，他们其中的一个叫服务生过去，只听服务生客气但是大声地回答说：“对不起，我们这里没有汤匙，更没有筷子！”

“周围有不屑的目光飘向那两个农民工。”

这时，来此正在用餐的两个人中的一个突然站了起来，朗声对他朋友说：“吸管掉在地上了，我再拿一根……” 当这个善意的人夸张地慢腾腾地取下一根吸管时，那两个民工中有一个也跟着冲上去拿了两根吸管，好像担心慢了一步，那“机关”就会失灵似的！

无论谁都会为有这样的善举所感动。

善良如果与智慧结合在一起，很美。

这只是日常生活当中一个动人的，小小的，善的片断。

其实我们不仅仅需要像捐资助学、铺路架桥、见义勇为那样的大善之举，更需要的是像那位进餐的客人那样的，帮人于实处，助人于无形。

如春夜喜雨般润物无声，于微细处见慈悲！

安心释语 “做善事、种福因”的门路固然广泛，但很多善事是要遇到机会才能做的，如救护病危的人，成全他人，扶盲人过马路等等，而这些机会也不可能每日都有。

当然，有心去“种福”的人，平时都不会放过每一个“种福”的机会。

如果怀有一颗慈善之心，不停地播撒慈悲的种子，为自己不停地“种福”，就会拥有为善心安的心态与祥和踏实的生活。

那么，应该如何选择自己既可以常常主动去做，而且又不花钱，或花很少的钱，效果又较好的“种福”之门呢？

这里介绍几种既省钱而又简单易做的方法。

1.直接施济孤贫 这个方法虽然需付出财物，但不一定就要很多，可量力而为，种无量之福。

我们时常可在报纸上看到报社呼吁市民义解善囊的新闻；或某某地某某人因意外死亡而造成全家老幼顿失生计之悲惨；又或某某人年老伤残无依而致乞卧街头，受饥寒风雨之苦；又或某某人长年卧病不起，六亲无靠，两餐不继，贫病交迫，苦不堪言。

不少慈善人士义解善囊，汇款由报社转交到孤贫者的手中。

这些慈善人士正在广种福田，为自己之将来种下无量无边之福。

为善所种“福德”之大小并非视“善款”之多寡来衡量，而是视“出心”之深浅来衡量。

“出心”即是“发心”，发什么心？

慈悲心，菩萨心是也。

因此，善款之付出，可量力而为。

只要“种福”者时时培养这种慈悲心，不放过每一个行善的机会，善款之多寡不拘，量力为之，则福德之功不可量矣。

2.探访老人院 这个方法最好是由数人组成一个小组。

每人善款不拘多寡，量力自便，将善款全部买食品，如水果、饼干、奶粉、日用品等，然后送到老人院，分给老人。

老人院(或安老院、护理院)里的老人，很多是六亲无靠，孤独无依的，更有不少是身患疾病的。

他们内心的寂寞和悲哀是可想而知的。

他们需要亲情、温暖和照顾。

由于人体筋骨气血的衰老退化，他们手脚不灵活，行动、穿衣、饮食等种种不便。

## &lt;&lt;佛养心道养性&gt;&gt;

尤其是一些病人，穿衣参差不齐或倒翻，须人帮忙，饮水喝汤流出嘴角，流湿衫襟，须人照顾，尤其是心灵上的寂寞和悲哀，更加需要得到温暖的慰问。

因此，探访慰问老人是慈悲无量的善德，可种无量之福田。

3.探访孤儿院 独自一人或数人同行皆可。

携带物品范围较广，食品、玩具、衣物、益智儿童读物等等。

在探访时间内前往，分给孤儿。

孤儿失去了父母的扶养，得不到普通儿童所拥有的母爱和家庭温暖，生下来就饱尝孤苦伶仃的辛酸，童稚的心灵受到了永难平复的创伤。

他们的境遇是人生一大不幸。

他们需要母爱般的怀抱，心灵上的安慰和良好的教育。

我们以己所能，加上一颗“爱心”，使孤儿得到心灵上所需要的温暖，在无形中已经种下了福因。

感受着孤儿的欢笑和自己心灵的快乐，不是种福的最好引证吗？

4.原谅别人 古语云：“不责人小过，不发人阴私，不念人旧恶。”

这三点，如果能做到，就可以在修德为善的路上前进一大步。

许多宗教都教育人要宽恕、容忍别人。

别人对不起你，往往有他自己的原因或苦衷，设身处地为他们着想，多看人的好，少念人的恶，就会自然而然生发出一种同情心。

如是观之，自然心平气和许多。

君子量大，小人气大。

5.学习忍辱 忍辱是佛门六度之一，对我们普通人也很有价值。

别人对我们的批评还不算是辱骂，我们应该抱着谦虚谨慎的态度接受，“有则改之，无则加勉”，把批评当成别人对我们的关心，当成我们进步的动力。

别人对我们的无理的辱骂，其实是在磨练我们的心态和脾气。

而做大事者，不惟有超世之才，也需要有过人的度量和承受力。

匹夫见辱，拔剑而起，此不足为勇也。

猝然加之而不惊，无故临之而不怒，正是我们增福的机会。

承受过无理的辱骂后，德随量长，福随量进。

这能为自己的慈悲为善修得最好的基础。

6.常怀感恩之心谦虚之心 一些青年人，家庭富足，自身学业有成，工作优越，便自视胜人一筹，而生出骄傲之心，以为自己可以凭自己的能力享受荣华富贵，而这些往往成为日后的障碍，一旦失败，方才醒悟自身的渺小。

也有一些英才，自身能力过人，却时常存感恩心态和谦虚心态，待人平等。

愿意怀慈悲之心、带感恩的心态，用博爱的情怀回馈社会，这样，反而更能家庭和睦，事业发达。

其实，上天赐人智慧、财富，不是让人去自顾享乐、骄奢淫逸的，乃是借这些人之手，去帮助那些穷困之人。

越能与人分享福气，福气会越绵长悠久，生生不息。

古人云，惟谦方能受福。

常怀谦虚，感恩之心，为自己多种“福源”，因果相倚，命运也会随之改善。

7.常常吃亏 人生没有完满的，一个人的生命中总会遇到起落，即使是皇帝巨富也有自己的不如意。

从命相的原理来看，这个道理也是对的。

人生不要去争夺，如果不是你的，即使争来了，也没有福气享受。

而吃亏是一个很好的，为善修德的，播撒慈悲的方法。

把利益让给别人，不去争斗，即使你生命中缺少了这些，上天也会给你另外的补偿。

吃亏是利益上让别人多得一些，是一种美好的心态。

要意识到这个世界本来不完美，自己和别人都是有缺点的，懂得开心接纳自己和他人，接受不如意，

<<佛养心道养性>>

这样，生活才会越来越快乐。

8.面带微笑 在生活中常常面带微笑，把好意和善意传递给身边的人，就会与周围的人结下善缘

。&ldquo;未修佛道，先结人缘。

&rdquo;熟悉的人，陌生人都能感受到你的善意，如此，你生活中自然少了许多矛盾冲突，变得更加顺畅通达。

&hellip;&hellip;

<<佛养心道养性>>

编辑推荐

在世俗的生活中，我们牵挂太多，思虑太多，太在意个人得失与形象，太在意旁人的目光与议论，这导致我们活得紧张，活得劳累。

活得紧张，活得劳累，原因何在？

原因在于缺乏安全感，或者说心难安。

如何让自己拥有安全感，让心真正“安”下来。

那就让我们先来看看本书，学学这世间第一等大学问佛，用心感受佛恩，以佛洗礼心灵。



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>