第一图书网, tushu007.com

# <<举重若轻>>

## 图书基本信息

书名：<<举重若轻>>

13位ISBN编号：9787213040245

10位ISBN编号：7213040243

出版时间：2009-4

出版时间：浙江人民出版社

作者：星云大师

页数：209

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

## 前言

“ 语录 ”为记录一个人或众人的言论，例如《论语》一书，就是中国早期的语录的代表作，门徒们为孔子录其周游列国的思想及言论等，到了宋朝儒者讲学所记下的语言笔录，亦称为语录，《朱子语录》、《兵家语录》等，语录的涵盖层面，扩而论之，为哲学人生的记录或宗教典籍。
虽然语录体的起源可追溯到《论语》，但有语录之称，却始于禅宗的《六祖坛经》，以后日益发展，成为禅家的专门文体。
语录的内容为禅师说法开示，并不强调文词的工整华丽，多以日常的俗语直说宗旨，其侍者与参随弟子予以记录，搜集成册。
其中以临济《慧照禅师语录》、《黄檗禅师传心法要》等最为著名。
此外，五家七宗亦流传有各语录的代表作，至今禅宗语录不下300余种。
语录也不限于中国禅家的讲说、开示等，像《尼采语录》、《海明威语录》、《叔本华思想语录》等，都是个人哲学理论的作品。
大师弘法一甲子以上，留下的精彩言论立说，超过数千万字，编辑群搜罗大师各地弘法的讲演、开示、随缘小参等，历时一年，辑为三册，本书为第一册。
一、《举重若轻——星云大师谈人生》：此篇辑有12类。
大师对生活、伦理、修持、教育、处世、经济、世界、生命观等，提出他依据佛陀的言说及弘法多年的教化经验，对大家面临的现实生活的问题，有详尽的说明。
二、《风轻云净——星云大师谈禅》：禅宗、净土为修持的两大主流。
大师为临济正宗出身的法脉，对禅有他的精辟的见地；大师到台湾第一个驻锡的宜兰雷音寺，就是成立念佛会。
在禅门净土篇，对禅是什么、如何参禅、禅者的生活修持等，都有一贯清晰的解说。
对于念佛法门，如何从持名念佛到肯定去建立“ 唯心净土 ”，大师为大家提出很明确的指导：解在一切佛法，行在禅净共修。
三、《心灵神悟——星云大师谈佛学》：由于大师倡导及亲身实践“ 人间佛教 ”，而人间佛教已成为20世纪后的佛学思想的主流，因此有必要把大师对人间佛教的理念作有系统地收集。
此篇从大师的思想体系破题，旁涉他一生弘法利生的给人利用、图利他人……“ 给 ”的无量无边的生命哲学观。
此外，人间佛教的法门修持、人间净土的建立等，在此篇内容，皆有大师恢宏的思维模式及弘法传教的风格。
大师的法语崇高如峻岭，深广如大海，三册语录不过是取大海之一沤、树林之一木，必有疏失不足之处，望诸位仁者见谅。
人心需要善美，烦恼需要净化，这都必须依着佛陀慈悲与智慧的言教，大师的“ 语录 ”本着佛陀的慈悲智慧的言论，做为推动人间佛教的根本思想核心，并且愿与大家共同努力建设一个现世法乐的人间净土。
祈望这法海之一滴，令大众见汪洋之浩瀚。
编辑搜录成册，恐只字片语多有疏失，再者于篇章撷取一二，怕难以周全。
唯愿诸位仁者能从三言两语的“ 语录 ”中，开卷有益，与大师接心，福慧增上。
满济

第一图书网, tushu007.com



## 内容概要

无论多久以前定下来的日程，总会到来；无论多苦多乐的事，也会过去。
所以，只要有“一切总会过去”的认知，就不会去执著快乐，太苦也不会去计较。
该来的总是会来，与其推托不如面对现实承担下来。
　做人做事要能有不变的原则及随缘的方式。
所谓不变，就是在面对与道德、信仰、慈悲有关的事时，原则不可变更；事务性的事则可随缘，不但随缘还要随喜，更要随遇嚼安，随心自在。
　生命之所以有力量，在于能为生命留下历史，为社会留下慈悲，为自己留下信仰，为人间留下贡献。
人生的意义不在子寿命的久长，乃在于对人间能有所贡献、有所利益。

## 作者简介

星云大师，当今佛教界的高僧大德，也是知名教育家和慈善家。
书中内容选自大师各地弘法的精彩言论与生平著作，以浅白亲切的的文字，揭示佛教的哲学内涵，阐述人生处世的智慧，鼓励人们在平和中进取，在和谐中奋发向上。

第一图书网, tushu007.com



## 书籍目录

星云大师略传编辑缘起生活观伦理观修持观处世观仪礼观教育观经济观管理观世界观生命观宗教观附录

## 章节摘录

有的人发生困难，遭遇挫折，却不去检讨原因，只在果报上计较，于是怨天尤人，忿恨不平。
殊不知凡事有因有缘，才会有果，自己所受的果报，正是自己植下的因，所产生的结果。
如能了此真理，就会甘心受报，坦然自在，纵使受苦，也只是今生。
否则今生再造苦因，来世还要再受苦果，如此轮回不已，生生世世受苦，终将永远不得解脱。
因此，了解佛教的缘起、业报、因果、无常、苦空等义理，可以帮助我们认识人生，了悟人生，进而掌握人生，开创人生。
——《佛教丛书·教用·佛教与人生》所谓生活的佛教，就是说话、走路、吃饭，不论做任何事，都应该合乎佛陀律仪的教化，例如：佛法中的发心，可以运用于我们的生活中，敦亲睦邻、孝敬亲长、友爱手足、帮助朋友。
佛法不是画饼充饥、说食数宝，应该身体力行，彻底去实践，进而扩充运用于家庭、学校、社会，不可以把生活与佛法分开。
——《人间佛教系列·宗教与体验·我的宗教体验》佛教的出世生活，不是要我们离开人间，到他方去过生活，也不是等我们死了以后，才有出世的生活，更不是只为自己了生脱死，不管世间的灾难困苦。
所谓出世的生活，一样在世间上生活，只是要把佛教出世的思想、无边深广的悲智，运用于救度众生的事业上。
期使每一个人能发出离心，了脱生死，更促进世界繁荣，国家富强，社会安和，到处充满着佛法的真理与和平。
——《人间佛教系列·缘起与还灭·从入世的生活说到佛教出世的生活》一般不了解佛教的人，以为研究佛法之后，世间的一切都要放弃。
其实，佛教并未要求每个人都出家，一样许可男婚女嫁；吃荤、吃素，也不会对学佛构成太大的问题；三藏十二部经典，甚至各家经论、宗派，不仅不会成为日常生活的束缚，更能帮助我们了解佛法，实践受益。
所谓“山高岂碍白云飞，竹密不妨流水过”；有了佛法，不会被任何知见的高山所阻挡；有了佛法，也不会被烦恼的绳索所系缚。
有了佛法，人生才能无往不利。
——《人间佛教系列·学佛与求法·学佛前后》一般人大多过着以下的生活：1.以物质为主的生活，因为物质占了我们生活的主要部分。
2.以感情为主的生活，因为人是感情的动物，所以佛说“众生”为有情。
3.以人群为主的生活，因为人不能离群而独居。
4.以根身为主的生活，因为一般人都是依靠眼、耳、鼻、舌、身、意(六根)去追求色、声、香、味、触、法(六尘)的快乐。
人虽然过着物质、感情、群居、根身为主的生活，但是：1.物质是有限的，不能满足我们无限的欲望，所以我们要有“合理的经济生活”。
2.感情是多变的，不能永远令我们满意，所以我们要有“净化的感情生活”。
3.人群是利益冲突的，不能长久和平相处，所以我们要有“六和的处世生活”。
4.根身是无常的，因缘会招感聚合离散，所以我们要有“法乐的信仰生活”。
——《普门学报·人间佛教的蓝图》一天有二十四小时，我们除了吃饭、睡觉、工作之外，借由正当的娱乐来调剂生活，是极为重要的一环。
一般社会的娱乐，重在感官刺激，佛教则重视内心的调和，例如：禅师教人栽松、除草、耕耘、种植，让身心与田园自然融和，享受宁静的禅悦法喜，或在坐禅之后，利用跑香、经行来调节身心。
而念佛的人，念佛之外，也要绕佛、拜愿，这些都是身心的娱乐。
——《普门学报·人间佛教的蓝图》在家信众如何规划自己的娱乐生活？
只要不是纵欲，不是沉溺于伤神妄念的酒色财气之中，只要是正当的娱乐，都是可以追求的，例如：晨起的运动，睡前的音乐欣赏，白天定时的散步，或是闲暇时，三两好友相约旅游、座谈、喝茶、谈

道，乃至抄经、烹饪、琴艺，即使是参加朋友之间的舞会、聚餐等，也无不可。
不过，娱乐生活也应有其条件与注意事项：1.参与的分子，必须是“ 诸上善人 ”。
2.参与时间分配要适当，例如：一天二十四小时当中，工作八小时、睡眠八小时，另外的八小时吃饭、盥洗、娱乐等，要平均分配。
3.活动的地点要注意安全。
社会上常有山难、水难等意外频传，故外出应注意安全。
甚至玩火、赌博、酗酒等，这些都不是正当的娱乐，应该避免。
4.参加活动时，最好夫妻一起出席，不但彼此可以认识共同的朋友，培养共同的话题，同时也能避免感情出轨的机会。
——《普门学报 · 人间佛教的蓝图》人间佛教的生活观，主张生活必须佛法化，也就是除了金钱、爱情以外，还要增加一些慈悲、结缘、惜福、感恩的观念。
有了佛法，生活更为充实。
——《普门学报 · 人间佛教的蓝图》人生不必只追求享乐、富有；人生不要做金钱的奴隶，应该增加生活的情趣、提高生活的品位。
例如住家环境的整洁美化，有助于生活品质的提升，因此，每日勤于打扫庭院，把家里整理得窗明几净、舒适，院中亦可莳花植草，以增进生活意趣。
乃至偶尔与三五好友到郊外游山玩水，也会提升生活的品位。
尤其能把自我融人工作或大自然之中，如花朵般给人欢喜，如山水般给人欣赏，如桥梁般供人沟通，如树荫般让人乘凉，如甘泉般解人饥渴；能够自我创造生命的价值，这才是吾人所应该追求的生活品位。
——《普门学报 · 人间佛教的蓝图》人都想要自由，假如能将感情淡化一点，就可以求得人生的自由自在。
倘若只在二人的感情世界里徘徊、周转，天天过着被感情诱惑、束缚的日子，还有什么独立的人生可言呢？
因此，每天净化自己的身心，扩大心胸去关心更多人、更多事，生活才能过得安乐富有。
——《普门学报 · 佛教对“ 青少年问题 ”的看法》生活的体验在充实人生：生活重在体验，要有体验，就要充实人生。
如何充实？
认识自己的不足，加强新观念、新技术、新知识，开发潜能，与时俱进，厚植生命的资粮，这都是充实人生的方法。
除此，还要发挥才能，积极投入社会，服务人群，使自己为众人所用，成为大众生命的一部分。
充实人生，才能开创人生。
——《星云法语 · 生活的健康》佛法说人身难得，所以我们要爱惜生命。
爱惜生命，就要珍惜人生、爱惜生活，有以下四点：1.省嗜好以养心：人都有良好、适度的嗜好，可以怡情养性；不良的嗜好，成为癖性，甚至嗜好太过强烈，就会变成贪心，变成执著，成为烦恼的根源，因此生活中省一省嗜好，可以长养自己清廉的心。
2.崇退让以和众：忍与退，是与人相处不可少的法门，如果说“ 忍 ”是一种担当，那么“ 退 ”就是一种涵养。
所谓“ 耐一时，火坑变作白莲池；退一步，便是人间修行路 ”。
一个人能够谦退、不比较、不计较，自然就有人缘，自然就能和众。
3.减耗费以惜福：滴水如金，丝缕似银。
世间无论什么东西，都来之不易，因此要懂得珍惜。
生活中能减少一点浪费，减少过度消耗，就是爱惜自己的福报。
福报如同银行里的存款，懂得惜福，才不至于耗费用尽。
4.重实践以成事：一个人事业能成功，努力实践是很重要的因素。
修行也是如此，如果没有实践，漫天的理论，犹如空中泡影，也是徒劳无用。
——《星云法语 · 爱惜生活》P6-9

## 编辑推荐

一代宗师的人生感悟，举重若轻，如流水载物般，处处无碍，遇事承担，如狮子奋迅般，冲破难关。
拥有金钱是神气，会用钱是智慧，所以我们不一定要做个拥有多少财富的人，能够做一个善用财富的人更重要。

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