第一图书网, tushu007.com

<<做才是得到>>

图书基本信息

书名：<<做才是得到>>

13位ISBN编号：9787552700497

10位ISBN编号：7552700491

出版时间：2012-11

出版时间：甘肃人民美术出版社

作者：索达吉堪布 著

页数：270

字数：299000

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

<<做才是得到>>

前言

今年因为偶然的机会，写了一本《苦才是人生》，得到不少人的认可和支持，说看后多了一分坦然面对痛苦的力量，对生活、对工作、对人生挺有帮助，这让我非常欣慰！
不过，也有人问我：“这些道理虽好，我也都懂，但平常遇事还是用不上，该怎么办呢？”其实，这就是知道与做到之间的差距。
在唐朝，自居易曾去拜访鸟窠道林禅师，问：“什么是佛法大意？”禅师说：“诸恶莫作，诸善奉行。”自居易听了十分失望：大名鼎鼎的乌窠禅师，竟然会如此平常，毫无玄妙高超之处。于是不悦地说：“这个道理，三岁小孩也知道。”禅师答言：“三岁小孩虽晓得，八十老翁行不得。”的确，道理再高妙，如果只停留在字面上，认为自己已经懂了，却从来没有在现实中用过一次。那么，道理就是道理，你就是你，你与道理之间的距离可以跑一匹马。
现在许多人常抱怨生活太苦，想从佛法中寻求解脱之道。
实际上，就算有人告诉你最好的方法，可你从来不去做的话，到头来也于事无补。
就像医生给你治病，你若拿着药方却不吃药，这药再可以起死回生，你的病也好不了。
陆游也说：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”从书本上得来的，始终很表面，要想知道它对自己究竟有没有用，只有亲自做一做才会明白。
所以，这本书的名字叫《做才是得到》。
里面的很多殊胜窍诀，只有当你真正去做了、尝试了，依靠佛法无形的加持，你的身体上、心灵上，才会或多或少得到不同的利益。
不过，饭要一口一口吃，不可能一口就吃成胖子；路要一步一步走，不可能一步就跨过千里。
同样，调心也要一点一点来，不可能修了几天就想超凡入圣。
只要你今天比昨天有一点进步，这就值得欢喜了。
如此日积月累，滴水才可以穿石。
当然，书中的有些内容，也许超出了有些人的认知范畴，一下子似乎很难接受。
但不要因为跟自己的教育相反，就一概排斥、否认，“我觉得这在忽悠人”、“我觉得这不可能”……要知道，我们的分别念并不可靠，佛陀也曾说：“慎勿信汝意，汝意不可信。”尤其对于比较陌生的领域，最好是以理性智慧来抉择、观察，而不能单凭“我觉得”来下定论。
毕竟，我们已被自己的分别念欺骗很多次了。
如今在西方，越来越多的学者，开始接受并认同佛教的理念，并将之应用于临床治疗、临终关怀等方面，取得了令人惊讶的成果。
以前对佛教抱有成见的人，也不得不以全新的视角，对深奥的佛教理论重新探讨。
所以，佛教到底是迷信，还是智信？
相信时间会慢慢给出一个清晰的答案。
其实，你信不信佛教，这个并不强求。
然而，人生在世，你我都难免生老病死，而佛教中，正好有面对这一切的殊胜窍诀。
假如你用了别的方法都于事无补，那么，试一试佛教又有何妨呢？
索迭吉　于中秋月夜有感而发　2012年9月30日

内容概要

现在，许多人常抱怨生活太苦，想尽各种方法寻求解脱之道。
实际上，就算有人告诉了你苦的真相，以及改变逆境、离苦得乐的究竟智慧和方法，但你不相信，就是不去做，最后还是只有在人生中高一脚、低一脚地跋涉，从一种苦陷到别一种苦中，对快乐只有望洋兴叹。

继《苦才是人生》出版后，无数读者依此点亮了自己的心灯，在生活、工作中，或多或少地得到了不同的利益。
同时，他们也希望滋润到更多的佛法甘露。
因缘具足，上师索达吉堪布又为大家奉上这本《做才是得到》。

如果说《苦才是人生》让大家洞察了活也苦、死也苦，世间一切皆无常的真相，那《做才是得到》这本书，则在此基础上更近一步开示我们：唯有敬畏因果、感恩无常，依靠佛法的殊胜加持，方能挣脱逆境，不怕苦、不怕死，享受人间各种福报利益。

如此，人生不同年龄段的所谓“难关”，也只不过是通往解脱的阶梯而已。

作者简介

索达吉堪布，生于1962年。
依止法王如意宝晋美彭措为根本上师，驻锡于喇荣五明佛学院主管汉僧，因感汉地佛子因语言障碍无缘接触藏传佛教，故将大量藏文经论译成汉语，并以窍诀方式传讲。
二十多年日不缺讲，夜不乏译。

1990至1999年，曾前往欧美及东南亚等多国弘法。
近年来，应邀前往清华、北大、人大、复旦、浙大、港大等高校，与众多知识分子进行交流，深入浅出地展示佛教奥秘，令莘莘学子受益匪浅。

<<做才是得到>>

书籍目录

作者序：愿大家以此得到点滴的利益/
第一章做，就是得到
　人的一切快乐，都是从利益他人中产生的；一切痛苦，都是由只为自己而引起的。
你若能明白这一点，并试着去慢慢改变，其实得到幸福很快，并且很长久。

1. 学佛能为我带来什么好处
2. 多做利他的事就不苦
3. 想除苦，修“ 自他相换 ”就行
4. 有些病，请交给佛来医
5. 改变一种观念，就可能新生
6. 怕老是没用的
7. 有归宿感的人，晚年不会苦
8. 人老了，投靠阿弥陀佛可能最有意义
9. 念一声佛号，功德无法估量
10. 死是大苦，请佛来帮您解脱
11. 他若死时你救他，你若死时天救你
12. 爱护物命，从点滴做起
13. 孤独无援时，不妨试一试佛法

第二章笑谈人间几多苦
　总是叫着“ 我要、我要 ”的人，往往什么都得不到，最后一贫如洗；总是慷慨布施的人，有“ 舍 ”才有“ 得 ”，财富会自然而然涌现。

1. 苦才是人生
2. 快乐并不可靠
3. 祸不单行很正常
4. 有钱有地位，苦就会少吗
5. “ 人有财发疯，牛有草发疯 ”
6. 不过分追求金钱，财富才可能不期而至
7. 你是那个总叫着“ 我要、我要 ”的人吗
8. 布施不是非钱不可
9. 天高不算高，心贪第一高
10. 获取财富，不要盲目跟风
11. “ 得便宜处失便宜，贪什么 ”
12. 其实，你并不穷
13. 苦与乐的真谛

第三章把无常变成人生的正能量
　如今很多人不安于现状，拼命追求地位、名声。
但就算你拥有了这一切，内心也仍然不会知足，这种无厌的追求终将毁了自己。
正如有些教言中所说：“ 欲望毁希望。
”

1. 无论自己身上发生什么，都不必觉得很倒霉
2. 懂得无常，才不为感情所伤
3. 珍惜感情，绝不贪执
4. 痴情不是奇迹
5. 感情执著，必来自于前世怨仇

6. 珍惜现在，比妄想未来更重要
7. 把一天的生活当一生来观修
8. 多修无常，得佛安慰
9. 如果想专修一法，无常最为重要
10. 警惕无常
11.无常绝不会按常理出牌
12. 请为来世找寻方向

第四章懂因果的人有福

如果你是狮子，别人骂你是狗，你不会真的变成狗，故不用为此而伤心；如果你是狗，别人赞叹你是狮子，你也不会真的变成狮子，故不必为此而欣喜。

1. 嫉妒别人，只能害了自己
2. “ 名誉，是魔鬼对你的奉承 ”
3. 骂人的果报相当可怕
4. 做人要厚道
5. “ 害心是地狱的使者 ”
6. 不要随便发恶愿
7. 随喜恶人，恶报更大
8. 一念之差，福报顿消
9. 善心能带来最大的福报
10. 心善的话，做什么都会积功累德
11. 任何苦乐都不会无因无缘
12. 有就享受，没有就坦然接受

第五章佛的加持不可思议

我们在祈求诸佛菩萨时，要坚信他们就在面前，这一点很重要。倘若没有这种信心，只是将信将疑，则很难得到真实的利益。

1. 学佛后，有些感应非常奇妙
2. 一丝善念，胜过万千灵丹妙药
3. 若想孝敬老人，教他用转经轮
4. 转经轮可以让你心想事成
5. 供佛就有大福报
6. 右绕佛塔，功德无量
7. 转绕佛塔时要有想法
8. 有信心，狗牙也是佛牙
9. “ 我的妈妈叫绿度母 ”
10. 当你的生活出现障碍时，祈祷莲师十分重要。

11. 观修莲师，别的佛会不会生气
12. 想除去负罪感，就念金刚萨卅心咒
13. 积福是不是一种执著

第六章孝顺父母的智慧

要知道，在这个世界上，从世俗角度而言，比父母更重要的事情是没有的。

1. 父母之恩，深似大海、高如须弥
2. 尊敬长辈，连动物也懂
3. 不要指使父母为自己做事

4.不恭敬父母，佛也曾遭报应
5. 父母需要你时，你在哪里
6. 绝对不敢轻视老年人
7. 听老人言没错
8. 最大的孝顺是让父母不再怕死
第七章 佛是这样关怀临终者的
当今时代，人们对临终者的关怀远远不够。
如果谁家生了个宝宝，全家人有一套娴熟的“育儿经”；可是家里有位老人濒临死亡，许多人只有哀伤、无助，想帮他却不知从何做起。

1. 再放不下就晚了
2. 念“阿弥陀佛”，老少咸宜
3. 极乐世界要经常想
4. 睡觉时要吉祥卧
5. “生前拥有再多的财产，都比不上死后的一句观音心咒”
6. 亡者已逝，请别再给他添苦
7. 愿人人都掌握“刹那往生法”
8. 别把“文武百尊”当泥菩萨
9. 临终一念至关重要
10. 人死后并非一了百了
第八章看法决定活法
有些人做的事就像芝麻一样小，但到处表功的声音，却像雷声一样大。
就如同被淋湿的木柴，燃火的能力非常微弱，但冒出的滚滚黑烟，却四处弥漫。

1. 关爱可怜人，比供养菩萨的功德大
2. 要想获得快乐，必须要有产生快乐的因
3. 永远牢记自轻他重
4. 纵有十分福气，也只享受三分
5. 忘恩负义，天人也会嫌弃
6. 挑剔别人前，请先挑剔自己
7. 挑拨离间，来世变成哑巴鬼
8. 谗言最容易让人轻信
9. 善于倾听就是智者
10. “货物要过秤，方知其轻重”
11. 有信仰，就能活出奇迹
12. 敬畏后世，就能避灾远祸
13. 每个人的生命都将不朽
14. 幸福如此辽阔
附录 愿人人都能成就所愿：索达吉堪布精彩开示录

章节摘录

1、愿大家以此得到点滴的利益现在许多人常抱怨生活太苦，想从佛法中寻求解脱之道。
实际上，就算有人告诉你最好的方法，可你从来不去做的话，到头来也于事无补。
就像医生给你治病，你若拿着药方却不吃药，这药再可以起死回生，你的病也好不了。
《做才是得到》。
里面的很多殊胜窍诀，只有当你真正去做了、尝试了，依靠佛法无形的加持，你的身体上、心灵上，才会或多或少得到不同的利益。
其实，你信不信佛教，这个并不强求。
然而，人生在世，你我都难免生老病死，而佛教中，正好有面对这一切的殊胜窍诀。
假如你用了别的方法都于事无补，那么，试一试佛教又有何妨呢？
2、学佛能为我带来什么好处我经常想：学佛最大的优点是什么？
就是对生老病死有所准备，一旦出现疾病、死亡，不会觉得特别不幸，反而有勇气从容面对。
不学佛的人不是这样，一旦出现天灾人祸，或者遇到生老病死的痛苦，就会抱怨命运不公，自己实在太倒霉了。
对他们而言，平时几乎很少考虑：“我病了怎么办？
死了怎么办？
”即使偶尔考虑一下，也只是给自己买一份保险。
其实这些并不保险，医疗保险不能保证你不生病，养老保险不能保证你不衰老，保险公司再怎么厉害，也解决不了你的生死大事。
一个人只有学了佛，面对这些才会轻而易举、游刃有余：快乐时突然出现痛苦了，这没什么，苦乐本就是无常的；健康时突然出现疾病了，这也很正常，轮回的本性就是生老病死；亲朋好友忽然离去了，这就是聚际必散的规律。
可见，佛教对于人生种种，有着不同于常人的认识。
3、念一声佛号，功德无法估量不同的佛号有不同的功德，就像这个世间上，不同的药可以治疗不同的病一样。
其实，念佛号的话，不管老年人也好、年轻人也好，有地位也好、有钱财也好，黄种人也好、白种人也好，什么样的人都能得到利益。
哪怕是动物，正在挣扎着死去时，你在它耳边念一声“南无宝髻如来”，它也能得到巨大的助益。
有些人特别怕魔、怕鬼，晚上不敢一个人上厕所，此时就念“南无日月灯如来”。
还有人特别爱漂亮，渴望相貌端严，那可以长期念“南无步莲如来”。
……今生能遇到这些佛号，不管是用眼睛看、用嘴巴念，还是别人念时自己在听，都是十分有福报的。
4、有些病，请交给佛来医佛教中讲过，疾病的成因有两种：一是前世的业力，二是今生的外缘。
后者治疗起来相对容易；但前者的话，单靠求医问药很难治愈，此时就需要向佛法求助了。
生活里，有些病，药物是无能为力的，甚至还能带来严重的副作用，这时，你可以试着去念咒、转绕、顶礼、忏悔、发愿，通过祈求诸佛菩萨加持等途径，或许会有意想不到的效果。
这方面的事例，古往今来发生得实在太多了。
佛法是不可思议的，在现世里，当你身心遇到解决不了的病苦时，不妨去求求佛的加持，说不定会给你带来意外的惊喜。
5、苦才是人生有些人喜欢追求财富，却不知道腰缠万贯的富人有谋财、守财、失财的痛苦，身无分文的穷人有无财、求财的痛苦。
换句话说，大人物有大人物的痛苦，小人物也有小人物的痛苦。
这正像《中观四百论》所说的：“胜者为意苦，劣者从身生，即由此二苦，日日坏世间。
”根登群佩大师曾说：“高官心里有大苦，小民身上有小苦。
”确实，作为凡夫俗子，不被痛苦折磨的一个也没有。
生活中，我们身上还经常发生这样的事：想见的亲友见不到，怨恨的敌人却总是狭路相逢；想听的喜

讯听不到，不愿意听的噩耗却时时传来；非常希望身体健健康康的，可往往是病魔缠身，没有自由快乐之时……总之，做什么、想什么，结果往往事与愿违。
纵观整个世间，身与心的痛苦无处不在，一个人不论高贵、低贱，恒时都被这两种苦所损恼，就像同一苦海中的浅水鱼、深水鱼，无时无刻不在为苦水浸泡着。
6、祸不单行很正常一个人在众多业力的激发下，种种痛苦层出不穷，从苦中又产生苦，或者苦上又加苦，这就是“苦苦”，也是世人常说的“祸不单行”。
不过，佛陀认为，世间之苦本就如此。
无论我们生于什么地方，都会一个痛苦接着一个痛苦，这个痛苦还没消失，那个痛苦又出现了，连一刹那安安稳稳、快快乐乐的机会也没有。
了知这一点，我们就会心里有数，面对起来也比较容易。
7、当你不过分追求金钱时，财富才可能不期而至佛教认为，每个人的钱财，真的是够用就好。
如果想赚钱的欲望太大了，只会给自己带来层出不穷的烦恼。
其实，只有当你不过分追求金钱时，财富才可能不期而至，并且带来内心的自在与安乐。
8、你是那个总叫着“我要、我要”的人吗总是叫着“我要、我要”的人，往往什么都得不到，最后一贫如洗；总是慷慨布施的人，有“舍”才有“得”，财富会自然而然涌现。
从前有一则寓言：两个小鬼要到人间投胎，阎罗王对他们说：“让你们去做人的话，一个要一生布施东西给别人，一个要一生从别人那里获得东西，你们愿意做什么样的人？
”小鬼甲一听，赶紧跪下来说：“阎王老爷，我要做一生从别人那里获得东西的人。
”小鬼乙则默默无言，静静听候阎罗王的安排。
阎罗王把抚尺一拍，判道：“令小鬼甲投胎到人间做乞丐，可以处处向人乞讨东西；小鬼乙投胎富裕人家，时常布施周济别人。
”这则寓言，实际上反映了“舍”与“得”的微妙关系。
9、懂得无常，才不为感情所伤现在你对感情的执著，相当于孩童时代对玩具的执著一样，小时候玩具一旦被别人抢了，自己就哭得天崩地裂，可是当你长大之后，回想当年的幼稚无知，就会觉得特别可笑。
10、珍惜现在，比妄想未来更重要有亲人围绕、好友欢聚的日子，对很多人来说，是非常温馨、美好的。
但这一切也会示现无常，聚际必散是亘古不变的规律。
所以，我们应当珍惜眼前的缘分，不要等到失去了才发现它的宝贵。
珍惜现在，比不切实际地妄想未来更重要。
现在，给予我们的实在太多了，可惜大多数人都看不懂，一生始终在寻寻觅觅，为很多实现不了的愿望，劳苦终日、行色匆匆。
这样的人，或许到了弥留之际也找不到自己想要的东西，因为这些早已与你擦肩而过。

后记

曾有一个小故事很打动我： 暴风雨过后，在沙滩的浅水洼里，有许多被卷上岸的小鱼。
它们都困在那里，虽然近在咫尺，却回不了大海。
这些小鱼，有几百条，甚至几千条。
用不了多久，浅水洼里的水就会被沙粒吸干，被太阳蒸干，小鱼们都会干死。
此时，出现了一个小孩的身影，他不停地蹲下捞起小鱼，并用力把它扔回大海。
大人见后，忍不住嘲笑道：“ 小鱼这么多，哪里救得完？
你这样做谁在乎？
” 小孩一边扔一边回答：“ 这条在乎！
这条也在乎！
还有这一条、这一条、这一条…… ” 同样，如今在这个世间上，迷惑、苦恼的人数不胜数，当你看完了这本书后，假如内心有一丝丝收获和感悟，请用这份力量去帮助他们，哪怕只有一个也行。
因为，他在乎！
索迭吉 2012年9月30日

媒体关注与评论

在通俗易懂的道理中却隐藏着解脱的大道，福报小的人不会看到此书的。
能有幸得此书者，此人必有大福报！
若能照书中的方法去做，调整自己的生活，必得身心轻安，烦恼日减，善根增长。
——zebrahead这本书太好了！
我妈60岁了，原本不信佛，但看到这本书后，竟然喜欢得不行，戴着老花镜看了三天就看完了，说早几年看到这本书就好了，至少知道怎么说话、怎么做事、怎么面对痛苦！
——喇嘛钦有诸学人，说应乐观人生，并去质疑与批评大德为什么会写苦才是人生?朋友可知，佛法的目标就是让众生离苦得乐，故佛陀首先讲的即苦谛；众生想离苦得乐，必须把“苦”的真面目认清，而众生带着“苦”满世界跑，以求离苦，可能吗？
只有认知苦，才能生起真正的乐观心，感恩心。
善思念之！
南无阿弥陀佛！
——佛教人生平台这十几年都有读过很多心理学的书和励志的书，现在发现没有比佛法更殊胜的了，阐述问题的根本以及解决问题的根本所在，不像有些书，读起来觉得很有道理，但就是在生活中无法应用。
——农***园上师，您总知道我们的弱点在哪里，最需要的是什么，愿您诸事吉祥！
——时差S

编辑推荐

名人推荐

在通俗易懂的道理中却隐藏着解脱的大道，福报小的人不会看到此书的。
能有幸得此书者，此人必有大福报！
若能照书中的方法去做，调整自己的生活，必得身心轻安，烦恼日减，善根增长。
——zebrahead这本书太好了！
我妈60岁了，原本不信佛，但看到这本书后，竟然喜欢得不行，戴着老花镜看了三天就看完了，说早几年看到这本书就好了，至少知道怎么说话、怎么做事、怎么面对痛苦！
——喇嘛钦有诸学人，说应乐观人生，并去质疑与批评大德为什么会写苦才是人生? 朋友可知，佛法的目标就是让众生离苦得乐，故佛陀首先讲的即苦谛；众生想离苦得乐，必须把“ 苦 ”的真面目认清，而众生带着“ 苦 ”满世界跑，以求离苦，可能吗？
只有认知苦，才能生起真正的乐观心，感恩心。
善思念之！
南无阿弥陀佛！
——佛教人生平台这十几年都有读过很多心理学的书和励志的书，现在发现没有比佛法更殊胜的了，阐述问题的根本以及解决问题的根本所在，不像有些书，读起来觉得很有道理，但就是在生活中无法应用。
——农***园上师，您总知道我们的弱点在哪里，最需要的是什么，愿您诸事吉祥！
——时差S

第一图书网, tushu007.com

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