



## 序一：哲理入畫更動人

認識家春先生，可以說，是我們福慧慈善基金會同人的福份。

多年來，在他的幫助下，我們在陝西做了一點助學的工作。他公事繁忙，給我們安排好助學行程後，其實是不需要「御駕親征」的，可他每次都擠出時間和我們一起去每家接收捐助的學校，為同學們做一場特別發人深省、特別感人的講話，讓同學們深受啟發，獲益良多。這也是我們每次助學活動的高潮、主菜了。家春先生在百忙之中還來給同學們講課，顯示了他對清貧學子的關愛之心，也就是他的慈悲心。我在一旁聽着他給同學們講的話，言簡意賅，字字珠璣，閃耀着智慧的光芒。這慈悲加上智慧，不就是佛家講的「悲智雙運」？

及後，我又有機緣欣賞到他的哲理中國畫。每一幅都充滿了空靈與智慧，能讓人在煩囂的生活中安靜下來，好好洗滌一下自己的心靈，好好靜思一下。儘管他的哲理畫與豐子愷的畫異曲同工，

我倒認為他那樸拙的哲理畫更能契合現代人的生活，更能讓現代人有所反思。喜愛他的畫、向他求畫或收藏他的畫的人甚多，可家春先生卻把他的畫作拿來義賣，所得悉數用諸慈善公益事業。這也當然反映了他的大愛之心、慈悲之心。這樣一來，每一幅畫其實也是「悲智雙運」的最佳寫照。

我衷心祝願讀者諸君能從這本佳作中感受到和學習到家春先生的「悲智雙運」，從中有所感悟，進而令自己生活得更快樂自在。

**李焯芬**

香港大學副校長

中國工程院院士

香港福慧慈善基金會會長

國際佛光會副會長

二〇一一年夏



## 目錄

序一：哲理入畫更動人

序二：太陽每一天都是新的（摘錄）

序三：心靈補品

序四：勵志人生的畫集

## 把心放寬

18 寬心沒煩惱

20 縮小自己

22 放大快樂

24 撐大胸懷和肚量

26 人生如河

28 船到橋頭自然直

30 陰鬱的日子也有風景



32 人比人氣死人

34 萬物皆有兩面

36 凡事向前看

38 是晴是雨全在自己

40 花開自美

42 知足為福

44 只求問心無愧

46 一捨一得

48 天塌不下來

50 庸人自擾

54 生活是面鏡子

56 改變心態

58 一花一世界

60 心靜才有花美

62 幸福就像一隻蝴蝶

64 隨遇而安

66 月是故鄉明

68 今天，你微笑了嗎？

70 愈簡單愈幸福



## 大膽唱出自己的歌

74 生命在一擺一擺間流逝

76 生命在於運動

78 人無再少年

80 陰影總在身後

82 只要加柴水總會開

84 行動就會有機會

86 機會總是留給有準備的人

90 臨淵羨魚

92 立志從來不晚



- |               |                |
|---------------|----------------|
| 94 讀書改變命運     | 126 大水漫不過鴨子背   |
| 96 用知識提升      | 128 把平凡的事做得不平凡 |
| 98 三日不讀書，言語無味 | 130 抵住外在干擾     |
| 100 故作堅強就會堅強  | 132 與孤獨為伍      |
| 102 自信是人生的支點  | 134 開弓沒有回頭箭    |
| 104 做人要敢大手筆   | 136 放飛夢想       |
| 106 敢在高山寫文章   |                |
| 108 志高沒難事     |                |
| 110 再往前幾步就是成功 |                |
| 112 一屋不掃何以掃天下 |                |
| 114 合抱之木生於毫末  |                |
| 116 山不辭石      |                |
| 118 百事可為      |                |
| 120 人比山高      |                |
| 122 懂得選擇      |                |
| 124 過程和結果一起享受 |                |



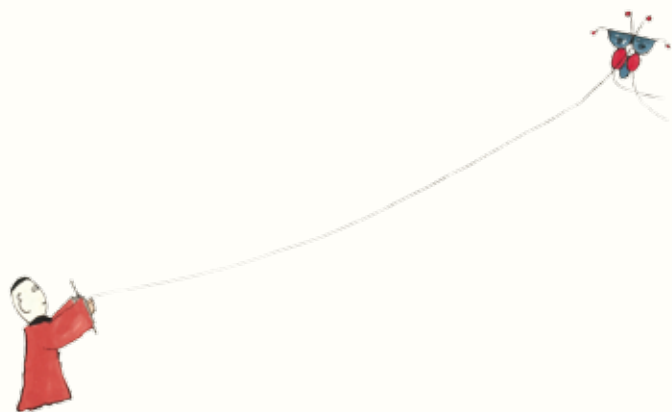
## 不爭是一種大智慧

- |                |
|----------------|
| 140 智慧值多少錢？    |
| 142 門檻         |
| 144 能收能放       |
| 146 等待和忍耐是一種智慧 |
| 148 酒香不怕巷子深    |
| 150 實有我師       |

- |                 |              |
|-----------------|--------------|
| 152 強中自有強中手     | 186 好心未必有好結果 |
| 154 天下皆有用之才     |              |
| 156 做人不要太把自己當回事 |              |
| 158 無人欣賞，無所謂美   |              |
| 160 一笑而過        |              |
| 162 一切會更美好      |              |
| 164 停下來看風景      |              |
| 166 要有發現美的眼睛    |              |
| 168 欣賞比佔有更幸福    |              |
| 170 快樂每一天       |              |
| 172 贈人玫瑰手留餘香    |              |
| 176 酒逢知己也要量力而行  |              |
| 178 吃得好了，健康卻少了  |              |
| 180 吃酒要有度，品茶須豪情 |              |
| 182 束縛，有時是一種愛   |              |
| 184 盡孝的機會       |              |

## 後記





## 把心放寬

把心放寬，所有的煩惱就不再是煩惱，  
只是人生大河中的一片枯葉，  
靜靜地讓它飄過就是。

## 寬心沒煩惱

一個老和尚正在抄經，小和尚來了，說道，師傅，為什麼同樣的一件不開心的事，對於有些人來說，是特大的煩事，對於另一些人來說，卻像沒有發生過一樣，請師傅開示。

老和尚說，你端一碗水過來。小和尚遵命，一會兒，把水端來了。老和尚不動聲色，用毛筆蘸了一滴墨，滴在碗裏，瞬間，一碗水變黑了。

在小和尚詫異的目光中，老和尚說，請跟我來。

他們一塊走到院子中，院子裏正好有一個水塘，老和尚把一碗水一下子潑到了池塘中，剛變黑的一碗水在剎那間，溶入到水池中不見了。

小和尚詫異的目光，突然變得明亮：師傅，我明白了，煩惱就如墨汁，人的心有的如碗，有的如池塘，容量不一樣，對煩惱的感覺也就不一樣了。



## 縮小自己



站在高山，面對大海。其實，我們只是山上的一粒沙石、海中的一點水滴。

我們沒有什麼可炫耀，即使我們有偉大的成就。面對自然，我們也那麼的渺小。

把自己放到一個渺小的位置上吧！在這個位置，再去看你的得得失失，再去面對周圍的一切。你會驚異，其實好多煩惱，不應該是煩惱；好多開心，在你身邊圍繞。



## 放大快樂

有時候，沒由來忽然感覺特別的鬱悶，追根查詢，原來只是一件小小的小事。有時候，一天感覺特別開心，是有什麼大好事嗎，也追根查詢，原來只是因為一個好朋友來了一個有趣的短信。

人生就是這麼無常，便想起了一個笑話，一位農婦不小心打碎了一隻雞蛋，這本是一件生活中的小事，可是農婦想的卻是：這可是一隻雞蛋呀，它可以孵化成一隻小雞，小雞長大後是一隻母雞，母雞又可以下很多蛋，蛋又可以變好多雞。農婦愈想愈痛苦，天啊，我打碎的哪是雞蛋，分明是一個養雞場啊！

相信大家會笑農婦太傻了，其實我們每個人反思一下生活中我們的煩惱，是不是都有農婦的影子呢？

早有古訓說，人生不如意十有八九，我不認為不如意之事有這麼多，權當如此吧。台灣作家林青玄從這個古訓，擬了一幅對聯：常想一二，不思八九。橫批：如意。把一二之事放大，把八九之事放下，人生就會多好多快樂了。



## 撐大胸懷和肚量

一個有博大胸懷的人，若在家中，家人愛戴；若在社會，眾人敬重。只是有一個秘密，眾人也許不知，其實人之初，胸懷的大小都是一樣的。用物理學的概念，容積相當。

在人生道路上行走的時候，總是免不了有這樣那樣的不公和不平，面對不公和不平，有的人從大局出發，永遠地放在心的最底層，而有的人剛到心口，就忿忿地趕了出來。

心中存放的委屈多了，胸懷自然就「撐」大了，如文王姬昌、越王勾踐。

若一點委屈也不存放，容積怎會變化呢？於家庭、於社會、於友誼、於事業。其實都是一樣的道理！





## 人生如河

人生總是有很多無奈。不想要的，想擋也擋不住，偏偏會來；想留住的，怎拉也拉不住，總會走開。

其實，人生如河，在我們的生命之河裏，無論我們喜歡還是不喜歡，總會有很多東西流過。淡定地面對，高高地俯瞰，靜靜地接受而不是抵觸，無論喜煩，其實都僅僅只是當時的一種「觀點」。

換一個角度，活在當下，人生，其實非常豪邁！

