**佛教启蒙钞**

第一册

安稳文集

2017

获闻启蒙钞

至心皈三宝

共遵如来戒

同成无上道

# 关于如何恭敬法宝的开示

何谓恭敬？印光大师云：“净手洁案，主敬存诚，如面佛天，如临师保，则无边利益自可亲得。”凡欲阅读经典，须先洗手漱口，洁净几案，端身正坐，合起双掌，然后以拇指与二指翻开经本。慎重小心保护经文，勿令染污，勿使损毁。一则保持经文寿命；二则保持经文完整；三则能生福德及智慧性；四则远离诸过也。

何谓不恭敬？印光大师云：“若肆无忌惮，任意亵渎，及固执管见，妄生毁谤，则罪过弥天，苦报无尽也。”例如将经典放置不净几案上，或置于世间杂乱书中，或放置最底处，或床头上，或置衣物中。或用指甲划经页翻阅，令经篇上有指甲划痕；或用口涎沾于指上来翻经页；或用二指及中指夹起经文翻阅；或穿鞋时用手指提鞋，再用此手翻阅经典。或眼看经文、心思经文，双手无事，则闲摩其脚及脚指隙，然后再用手翻阅经典。或正在观阅经时，咳嗽、打喷嚏、打呵欠不用手掩口。或正阅经时，未将经覆盖便与人谈话及大说大笑。或不端身正坐，及半坐半卧，并斜身翘起脚来阅读。或将经置于腿上翻阅。或将经书卷起，当小说唱本看等等。以上各举不敬经典有十五种，若详举则无量矣。

经文法宝、智慧典籍，可以让人明白宇宙真相、因果禁忌，通达天地规律、人生事理，使人心智启迪，自知趋吉避凶之法，身心安乐，六时吉祥。故而字字句句皆是功德无量，不可污损。祈愿缁素（僧俗）大德等，于观览经文之时，要生稀有难得想，一字一句，仔细思量。若果能恭敬对待，顶礼受持，必可智慧增上，罪灭福生，现生得福，死生安养。正如印光大师所云“佛法从恭敬中求。一分恭敬，一分利益；十分恭敬，十分利益”也。

# 前 言

人生在世，天灾人祸不可避免，爱恨情仇萦绕身心，生离死别无人可免，求不得苦羁绊终生。只因不知罪福有方，生死之道，一生终在浑浑噩噩和他人的经验中生活着。有的人为了生存，有的人为了生活，有的人为了理想，有的人为了名誉；但却都难以逃脱世态炎凉和无常变幻，因为没有一样东西是可以真实存在并拥有的。这些苦，有的人能够认识到，有的人却认识不到。

当深入佛法的时候，我整个灵魂都被震撼了。佛陀的智慧是超越时间和空间的，他真实地揭示了生命和宇宙的真谛，真实地给了我坚固而永恒的依靠。他指出了彼岸的方向，指出了修行的法门，让我获得了源源不断、用之不尽的精神动力。我深深地认识到只有“六度万行”、“自觉觉他”，这才是我应该做的。当明白了这些道理的时候，我体悟到所有的苦难并不再是单纯的“苦难”，它只是一个佛教行者的逆增上缘而已，它将磨练我成就坚毅的人生。对我而言，除了立志自我觉悟和帮助他人觉悟外，我不知道还有什么真正有意义的事情可以去做。所以，我把所有的精力，所有的生命都奉献给了佛教，奉献给了一切众生。惟愿他们早日得闻佛法，觉悟一切，从此究竟离苦得乐。这——也将是我永恒的使命！

——安稳僧

# 目 录

[关于如何恭敬法宝的开示 2](#_Toc518374547)

[前 言 2](#_Toc518374548)

[人生悟语 修行智慧 9](#_Toc518374549)

[为人处世 9](#_Toc518374550)

[做人做事 10](#_Toc518374551)

[待人接物 10](#_Toc518374552)

[深信因果 10](#_Toc518374553)

[诸罪业中 杀业最重 11](#_Toc518374554)

[某居士问能不能算命的问答 11](#_Toc518374555)

[“三宝”简述 13](#_Toc518374556)

[父母恩深 15](#_Toc518374557)

[戒肉歌 15](#_Toc518374558)

[《寄居士偈》 15](#_Toc518374559)

[生命在呼吸间 15](#_Toc518374560)

[十一奈何事 15](#_Toc518374561)

[世间三饱和修道三宝 16](#_Toc518374562)

[为什么环境越治理，各地雾霾、灾异越厉害呢？ 16](#_Toc518374563)

[植物也有生命，为什么我们能吃呢？不是说不能杀生吗？ 17](#_Toc518374564)

[应该称呼出家人为“师父”而不是“师傅” 18](#_Toc518374565)

[佛弟子不可盲目崇学世间“大师” 18](#_Toc518374566)

[莫要盲目崇拜活佛喇嘛 19](#_Toc518374567)

[现代佛教的两种新兴而又不容易察觉的外道 21](#_Toc518374568)

[大学可不读，道德不可不立 21](#_Toc518374569)

[不可单以能治病、会算命，怪力乱神，故意放光示异等的人为依止！ 22](#_Toc518374570)

[愿度众生苦 23](#_Toc518374571)

[清净无为 23](#_Toc518374572)

[无为而为 23](#_Toc518374573)

[佛子应当知恩报恩 23](#_Toc518374574)

[谦虚随喜 善修五悔 24](#_Toc518374575)

[善分别善恶 无私奉献 24](#_Toc518374576)

[放下万缘 找回天真 24](#_Toc518374577)

[莫要忘了自己一怀的清凉 24](#_Toc518374578)

[《醉菩提》 25](#_Toc518374579)

[《梦与醒》 25](#_Toc518374580)

[愿居幽静兰若 25](#_Toc518374581)

[汝若无短，何惧人揭，汝若无我，何怕丢脸！ 25](#_Toc518374582)

[一切的批评和意见，都是在成长自己。 25](#_Toc518374583)

[发微博、日记等的常识 26](#_Toc518374584)

[恭请法宝之来往信函摘录 26](#_Toc518374585)

[病苦不可怕 27](#_Toc518374586)

[身体多病、贪生怕死的良方 27](#_Toc518374587)

[德披四海 人人无往而不利 27](#_Toc518374588)

[博学三藏 步履先贤之迹 28](#_Toc518374589)

[简说学习 28](#_Toc518374590)

[儒释道是一家吗？ 29](#_Toc518374591)

[圣人用教，不专自立身德言教 30](#_Toc518374592)

[依止善知识学习佛法应注意 33](#_Toc518374593)

[四种根性之行人 35](#_Toc518374594)

[正视人生，直面生死，依靠真实的信心，修学佛法 35](#_Toc518374595)

[认清什么是“慈悲”、“智慧”…… 35](#_Toc518374596)

[具足二十五方便，历练熏修 36](#_Toc518374597)

[凡事成与不成，先看发心，若发心清净必得善果 36](#_Toc518374598)

[老实去做，用心去做，久久妄想自然冥伏，真心自然涌现 37](#_Toc518374599)

[一个修行人要在无人问津的苦难中，修行下去、坚持下去 37](#_Toc518374600)

[爱情、亲情与友情，除了觉悟的彼岸，一切都不是我们真正的方向 38](#_Toc518374601)

[出家的目的 38](#_Toc518374602)

[我们需要打坐参禅吗？定慧力庄严，以此度众生 39](#_Toc518374603)

[什么是菩提心 39](#_Toc518374604)

[什么是直心 39](#_Toc518374605)

[什么是分别心 39](#_Toc518374606)

[如何扩大心量 40](#_Toc518374607)

[真智慧和真慈悲的含义 40](#_Toc518374608)

[嗔性即佛性，莫再罔受虚妄之苦，错用本心 40](#_Toc518374609)

[一切礼佛、供养之事相，正乃心之体现 41](#_Toc518374610)

[白话版的佛经祖论可以看吗？ 41](#_Toc518374611)

[学佛七问 43](#_Toc518374612)

[山僧眼里的“幸福”是什么？ 44](#_Toc518374613)

[礼赞阿弥陀佛发愿忏悔文 46](#_Toc518374614)

[问：末法时代学佛，可否只念一佛、一经，不用学习经教？ 47](#_Toc518374615)

[佛门讲生病之缘由、如何治疗及辨症 49](#_Toc518374616)

[佛弟子居家修行准则 53](#_Toc518374617)

[佛教修学次第推荐及注意事项 54](#_Toc518374618)

[一、佛教启蒙养正 54](#_Toc518374619)

[二、佛教修学正行 56](#_Toc518374620)

[三、广学部分 59](#_Toc518374621)

[四、经典读诵推荐 59](#_Toc518374622)

[祖师大德推荐 60](#_Toc518374623)

[结 语 61](#_Toc518374624)

[山东大学毕业发言稿 62](#_Toc518374625)

[善信参访记——初学佛浅谈 64](#_Toc518374626)

[佛教修学初机浅谈录音杂记卷一 90](#_Toc518374627)

[佛教修学初机浅谈录音杂记卷二 101](#_Toc518374628)

[附录：修法前后通用忏愿回向文 116](#_Toc518374629)

[第一部分：修法前行 116](#_Toc518374630)

[第二部分：修法正行 117](#_Toc518374631)

[第三部分：结愿回向 118](#_Toc518374632)

[修法前后必诵真言出处及功德 119](#_Toc518374633)

[十善十恶因果表 124](#_Toc518374634)

[雪相法师网络平台 125](#_Toc518374635)

[明静讲堂（网络共修讲堂） 125](#_Toc518374636)

[妙莲华稀有讲堂缘起： 126](#_Toc518374637)

[妙稀有弘法小组已编定法宝书目： 127](#_Toc518374638)

[读奉经文应注意 128](#_Toc518374639)

[佛经安置须知 128](#_Toc518374640)

[读诵佛经须知 128](#_Toc518374641)

[佛经破损处理方法 128](#_Toc518374642)

[普劝发心印造经像文 130](#_Toc518374643)

[印造经像之功德 130](#_Toc518374644)

[印造经像之机会 132](#_Toc518374645)

[印造经像之方法 135](#_Toc518374646)

[发愿文之程式 135](#_Toc518374647)

[写时、画时之注意 136](#_Toc518374648)

[结　论 136](#_Toc518374649)

[附：阅览佛学经书翻动时减少罪过之注意 137](#_Toc518374650)

[唐义净三藏法师西域取经诗 137](#_Toc518374651)

## 人生悟语 修行智慧

智慧刀遇上大逆境才知利钝！

有些人需要千难万难、打骂毁辱，方磨得出，心如止水。

成就别人就是成就自己。不论是他想帮你，还是需要你帮助，你都应欢喜地接受。要多结善缘，忏悔恶缘，惟愿以后同为法侣，互成道业。

心是那么强大，强大到可以征服一切；心是那么脆弱，脆弱到可以被一句话摧毁。善于把握这颗狂躁的心，让它安稳下来，不浮不沉，不骄不躁。不要轻易地被情绪左右，被外境摆布，你才会得到真正的快乐。愿人人皆有一颗真诚的心、慈悲的心，善待一切。

有四类书必看，应找寻来看，见之则阅：一者，因果报应类；二者，三宝感应类；三者，祖师大德训诫语录类；四者，祖师大德传记类。

无始劫来，我们都是用贪嗔痴在熏习自己。而现在有些人刚学了几年的佛法，还没有学透，还没有真正对治烦恼的智慧，或者学了以后没有反复地起观照，或者虽然起观照，但是却没有坚定的毅力，所以往往境界来了就随他去了。而有些人却总是问我，是不是有什么好的迅速的捷径解决烦恼；那我只能告诉他，远离这一切境界，躲到深山里去吧。

有些在家学佛的人，学得一身佛气，在亲人朋友不接受的情况下，还是我行我素，这样便搞得家里鸡犬不宁，还自认为学佛学得很有定力——不知道这完全是颠倒的行为。学佛是一种智慧。在别人不接受佛法的情况下，要用善巧方便去引导，自己要默默地去行持，要让身边的人感受到一个佛子的慈悲与宽容，而不是让所有的人都要随顺自己、接受佛教。否则，不用说修行、弘扬佛法，要是能让人不诽谤佛教，这就已经算不错的了。

听过一个中医博士讲过一个统计数据：“小孩子一天平均笑170次，发自内心的喜悦，而成年人一天平均笑7次，有的时候还是皮笑肉不笑，甚至有的人一年也没有发自内心地喜悦过几次。”我想快乐其实很简单，只是人心变得复杂了。

## 为人处世

为人处世，当怀着一颗真诚的心、感恩的心，时刻忏悔自己的过失与不足，对一切善恶好坏境界都不要去执着。莫要怨天尤人，一切无非都是自己业力的感召。往昔不论做过什么，现在得到什么样的——好的、坏的乃至极其恶劣的果报，都不要再去执着，因为一切都会过去。勇敢而默默地去承受，真诚感恩每一位众生乃至花草树木。随其心净则国土净，慢慢你会发现一切本来都是如此的美好。只要我们明白事理、善于把握，一切都会随心变造，因其心净而业转，一切都会吉祥如意。所以我们要善护其心、亲近贤善、不贪不诳，做一个真实而勇敢的人。

2013癸巳年正月

## 做人做事

做人做事不要想着要让多少人来理解我们，而是应该想着怎样去理解别人。不论做任何事情，只要做到问心无愧，自己的行为能与祖师大德、君子贤达所做的相吻合，此则足矣！即使是别人误会我们也好，理解我们也好，都无所谓。我们要不断地更正自己的缺点，虚心接受别人的意见与批评。对自己要有自知之明，对他人要像虚空一样包容万物。这样我们才能每天活在阳光里面，也不会因为一切的误解而委屈心伤，从而发起真正的慈悲心，不断完善自己，利益他人。不与一切处在无明之中的众生父母，斤斤计较。永远以他人利益为先，直至令他得到永恒究竟的安乐，毕竟成佛。

2012壬辰年腊月

## 待人接物

别人若待我好，我则至诚感念；

别人待我不好，自问是否有亏。

我若冰清玉洁，管他是是非非；

宁可受人毁辱，不可失却慈悲。

2014甲午年四月

## 深信因果

“欲知前世因，今生受者是；欲知来世果，今生作者是。”吾等日之所受所用，无不即是前世所造之业；吾等日之所思所行，无不即是将来所受之果。因果有三世之别：有今生作，今生报者；有今生作，来世报者；有今生作，不定何时报者。然因果微细，毫无错缪，绝无不报之理，正所谓：“纵经百千劫，所作业不亡，因缘会遇时，果报还自受。”

故释迦成佛后，神通道力再大，亦救不了释迦族被屠杀之因果，自己亦示现头疼三天之果报。历史感应统计中，亦有许多本应中状元，而关键时刻起了邪念邪行，临时被天帝销去名禄者。诸如此类之事，不在少数。故若深信因果之人，念念必不敢造恶，独处亦必行有轨则，深信自己现前所作之种种行持，必是将来受报之果。又善恶之因，犹如种子，故因小而果大，正如《罪福报应经》云：“施一得万倍。”由此可知造罪受果亦必重于初造之时。

若深明于此，则自可断恶修善，不敢再做害生、损德、悖理之事。往昔所作种种过错，亦必竭诚忏悔，以做罪灭之因。须知若犯罪后及时忏悔，则罪必清净，或得轻报。若行善时，心生欢喜清净之心，则必福德广大，施少得多。若见他人行善，而至诚随喜，亦必得全部功德也。忏悔一法，的乃救命之甘露，不论作何罪业，只要如理如法竭诚忏悔，的可清净。随喜无求之心行善，虽少为而必得广大福德也。此即名为断恶修善，改往修来，时时善护其心，吉祥如意之方，吾等当谨记也！

2013癸巳年四月

## 诸罪业中 杀业最重

大师慈悲至极，博引典故，论其杀生之大害，诫勉后学，令吾等深警于此。《大智度论》云：“诸罪业中，杀业最重；诸功德中，放生第一。”出家者，修诸梵行，淫为障道根本，故列淫戒为第一；在家者，自恣口欲，多轻物命，故列杀戒为第一。

一切众生，下至蝼蚁，无不好生而畏死。其临死之时，愤怒恐惧，尸毒淤于体内，肝脏怨裂，犹如糖衣之毒药。仁者寿者，又怎可食之？正如现代医学者研究，高血压、高血脂、各种流感等诸多疾病，皆乃多由食肉所致。故又提出新四类食物——水果、蔬菜、全谷类、豆类，其皆无肉食也。

经典云：“杀生食肉者，短命多病报”，是人应知，因果报应绝无错谬。今若只为贪一时之口感，而不惜换来生生世世之冤家，辗转轮回，互相仇杀，此真乃愚痴也！正如古德所云：“欲知世上刀兵劫，当听夜半屠门声。”又《楞严经》云：“汝等当知，是食肉人，纵得心开似三摩地，皆大罗刹，报终必沉生死苦海。”“阿难！又诸世界六道众生，其心不杀，则不随其生死相续。汝修三昧，本出尘劳，杀心不除，尘不可出。纵有多智禅定现前，如不断杀，必落神道。”“我灭度后，末法之中，多此神鬼，炽盛世间，自言食肉得菩提路……”又如《梵网经》所云：“食肉者断大慈悲种性，一切众生见而舍去。”故知诸佛之阿耨多罗三藐三菩提法，亦绝无有杀生食肉而可成者。好食肉者，非佛子、非释门、非大乘行人也。

然律中记载小乘声闻之准许吃三净肉，则在随佛入灭后，于诸《华严经》《楞伽经》《涅槃经》《楞严经》《梵网经》《央掘魔罗经》《佛医经》等大乘经文中，增制戒法，不再开许也。（大小乘佛法同行于世，然佛在世之时，小乘断肉之制尚未奉行，大乘始唱断肉之制则为佛临涅槃时增制，故说“在随佛入灭后，增制戒法，不再开许”。今为防初学者误解此段话的意思，误认为大乘佛法乃佛入灭后始兴起，故作此小注略以申明。）正如《涅槃经》所云：“善男子，从今日始不听声闻弟子食肉。”“一切现肉悉不应食，食者得罪。我今唱是断肉之制。”大师之警示正如此也，如经所云：“食肉者得无量罪”，故吾等佛子不当不知。如此等文经律有证，需者更当往寻也。

2012壬辰年11月 论文摘录

## 某居士问能不能算命的问答

居士：师父您能帮我看看这个人的八字吗？

答：命自我造，一切皆乃唯心所造，唯业所感，不要执著这个。

居士：师父，您就帮忙看看吧……师父，您就看看吧……

答：那好吧，看你再三请求，我就帮你看看……

这个人一生变化迁流，漂浮不定，有苦有乐，但最终都逃不过一个“死”字，去到一个小盒子里。

居士：师父……我明白了。

答：命相的确是有，此皆乃往昔所造善恶业力的显现。可以像袁了凡碰上的那个道士一样，把别人的寿限、每年的俸禄和官职大小等等，算得丝毫不差的人已经很少了。因为现在文化的演变和人们福报的关系，已经很少有人能如此精通命相之术了。就如佛陀降生时，净饭王让一些命相术士给佛陀看相，他们都能准确地看出：佛陀在家便是转轮圣王，出家便是法王、一切智觉悟者。

佛陀时代的王子、外道等等，都会学习星象占卜、骑马射箭一类的，但是出家以后，就不允许再以此谋取供养邪命养活了。为别人看命相者，不论僧俗，若为名利，或为逞能，则必逃不掉邪命自活。若为化度众生之方便，则无不可了，正如藏地的文殊菩萨占筮法、六字大明咒打卦法、汉地一行禅师的达摩一掌经（大藏经有收录，但已失传，只存大概）、观世音菩萨灵感课（印光大师推荐）等等皆有祖师创编弘扬。

然而先天命运可以被推算出来，但是命由心造，后天的命运就难以了知了。例如一个大善人和大恶人是不易受命运约束的，而且他每天的起心动念，一举一动，也都会影响他的命运。故一个人命运的好坏都无所谓，只要有一颗善良真诚的心，至诚改过，诸恶莫作，众善奉行，则一定会得到好的果报。正所谓：“人为善，福虽未至，祸已远矣；人为恶，祸虽未至，福已远矣。”

而一个人做了好事或者坏事，不能只看到一时没有受报，或者一生都没有受报，就认为因果不存在——正如一句俗语所讲：“好人不长命，恶人活万年。”而是应该知道因果的成熟与否，是与往昔福报罪报的大小有密切关系的，其受报的次第也是有一定顺序的。

假使有的人，往昔做了很大的善业，故今生的福报非常之大，但是今生迷掉后，又造作很多的恶业。所以有可能他要享受几世的福报，但由于造恶的缘故折损了福德，这一生虽然非常富裕，非常顺利，有可能仅此一生便会享完。所以表面看起来，他没有得到恶的报应，其实已经是大大折损了自己的福报了，而且后患无穷。等到来世，等待自己的将是非常痛苦的报应，或者穷困潦倒、羸病下贱，或者在地狱畜生三恶道中轮回。这时候凡夫俗子就不一定能看到了，但是绝无不报之理也。正如经所云：假使经百劫，所做业不亡，因缘会遇时，果报还自受。（《大宝积经》卷第五十七·佛说入胎藏会第十四之二）

因果报应是丝毫不差的，是三世如来也无法改变的定律。六祖大师云：“一切福田不离方寸”，《涅槃经》云：“善恶之报，如影随形，三世因果，循环不失。”所以一个人根本不用去算命，只要看看现在所感受的果报，看看自己的所作所为，就会知道自己的旦夕祸福了。正所谓：“欲知前世因，今生受者是；欲知来世果，今生作者是。”

所以佛门不主张算命，因为命运是掌握在每个人自己手中的。只要明白因果道理，就可以像袁了凡一样立命、造命，从而改变命运了。如《增广贤文》所云；“善恶随人作，祸福自己招”。又如《心命歌》所云：“命自我作，福自我求。心好命又好，富贵直到老。命好心不好，福变为祸兆。心好命不好，祸转为福报。心命俱不好，遭殃且贫夭。心可挽乎命，最要存仁道。命实造于心，吉凶惟人召。信命不修心，阴阳恐虚矫。修心一听命，天地自相保。”

若是真想知道自己的命运，在知道自己准确的生辰八字后，用袁天罡的称骨论命就可以知道今生命运之大概，完全不必去找人算命。若是命运好的，就应该好好珍惜，从而更加努力地勤修善法。要是命运不好的，那就应该稽首佛前，求哀忏悔，断恶修善，皈依三宝。若是已造善恶诸业，命运不定者，则可以依照印光大师推荐的观世音菩萨灵感课，虔诚忏悔，用做占卜。但是切不可执着，或以此为生，若不然又失其本意，继增颠倒。

人的一生，无论好坏善恶，福报恶报，都是虚幻不实，没有什么好执着的。衣食之余，最好能反省其事，及时醒悟，痛念无常生死、人情虚幻，皈依三宝，上求佛道，这样才能真正地离苦得乐。

2013癸巳年五月

## “三宝”简述

“三宝”者，佛、法、僧也。若论出现之次第，则为先佛，后法，后僧。然缘何立名为“宝”耶？

因佛出世，百千万亿劫难得值遇。有佛出世曰“光明劫”，无佛出世则名“暗劫”。二者比较，如《俱舍论》所云：“过去的现喜大劫是个明劫，有三万三千佛出世。此明劫过了以后，出现一百个暗劫。后于具圆劫中，有八十俱胝佛出世。随即又有一百个边鄙劫。其后具贤劫中，有八十四俱胝佛出世。在此之后又有五百暗劫。接着在见喜劫中，有八十俱胝佛出世。其后又出现七百暗劫。随之具喜劫中，有六万佛出世。”总而算之，则仅有五个明劫，暗劫则有一千四百个，故佛难值遇。然有佛出世时，我却沉沦，轮转六趣不见佛身，不闻佛教——或盲聋喑哑，或生恶道中。故佛甚难值遇，因此立名为“宝”，意乃指佛法僧者如世间如意宝珠甚难得也。此即约稀有义而立名为宝。世宝贫穷所无，三宝薄福不遇。

进而又有五义立此名也：二、离垢义，世宝体无瑕秽，三宝绝离诸漏。三、势力义，世宝除贫去毒，三宝六通难思。四、庄严义，世宝严身令好，三宝能严法身。五、最胜义，世宝诸物中胜，三宝诸有无上。六、不改义，世宝炼磨不变，三宝八法不动也。

佛住世时，所讲之教名为“法”，所诠之理名为“法”。此法者乃世间真实之理，乃明了真实相之方便法门也。

又依佛出家，受具足戒，具众威仪，清净和合之众，乃名为“僧”。又“僧”者，有圣贤僧、凡夫僧之别：圣贤僧者，诸如修行证果之圣人，罗汉菩萨是；凡夫僧者，乃依佛出家之博地凡夫，四人以上者为僧众也，此皆为传佛教化之弟子。“僧”者，为印度话，此翻为“和合众”，故四人以上乃可称“僧”。

若佛在世时：释迦牟尼佛为佛宝；佛陀日常所说之四谛、六度、十二因缘等法为法宝；依佛出家的罗汉、声闻僧为僧宝——此为世间之“化相三宝”。自佛入灭后：弟子集结之经书言教，乃至大殿内金银铜铁之佛像和僧人和尚为“住持三宝”。又，此三宝之意义，人人具足，皆可觉悟、皆可正行、皆可和合，故一体具足，为人人本具之“自性三宝”。

又“佛”者，亦乃梵语，全称“佛陀耶”，华言“觉者”，为自觉、觉他、觉行圆满之人。可令一切有情觉悟，得一切种智；对世间一切万物生起，人之因果罪福，乃至宇宙人生之真理无不明了。“法”为“正”义，所行无碍，通达真理，令人不邪，对世间技艺、出世间之种种神通三昧，无不自在任用。“僧”为“净”义，清净无染，和合不乖，令人统领大众，使一切人天、鬼神，无不信服归仰。

然欲返本归源，证此本具之正觉清净自在、无量功德之身，则必先皈依投靠外之三宝，进而开发自性之三宝。故若欲成佛，觉行圆满，究竟离苦得乐，则必皈依三宝。皈依有如儿时需母、行则需足，为吾等法身慧命之真实依靠。又自性三宝，乃吾等日用迷失之物，故吾等反投自心，为所依靠。

其欲皈依者，千里之内应寻一出家僧人，为做证明，说三皈依文。内心至诚发愿，在师前合掌口言：“皈依佛，皈依法，皈依僧”三遍。若实无出家僧者，当自于佛前或于清净处，口念称言，身心皈依也。

有人曰：心皈依即可，何必搞个仪式？答曰：此乃不真切语，身心不一之体现。此实乃心有所忌，自欺欺人。此虽则仅为仪式，然如人饮水，但想不能解渴，必须因想而取，取来畅饮方可解渴。故欲皈依者，必须内心发起、口称身行，方为真正皈依三宝之弟子。

修行成佛之路，亦乃皈依三宝之过程。中间再进趣受戒、灌顶，以作乘船划桨之助力，则其功勋，又甚难测也。然若论其本，则只为悟入法界之究竟真理，成就诸佛之一切种智，显现本有之无量功德，自在任运也。

2013癸巳年三月

## 父母恩深

愚僧戒不精严，三业不勤，罔受信施，惶惶度日。愧对如来，愧对父母师僧乃至一切檀越大德。今日幸同学提醒，忽忆乃俗家生日，母亲大人苦难之日，愚更是万分感慨。出家几年来，仍道业无成，惭愧至极。唯有虔诚稽首佛前，求哀忏悔，普愿所作种种功德，普施法界一切众生父母，得闻一乘，皈依三宝，圆成佛道尔。

2012壬辰年四月

## 戒肉歌

自爱皮囊不忍伤，为何将它向刀汤。

只贪一时三寸味，它却性命从此亡。

劝君常思自身苦，莫把仁心变虎狼。

亲暂游去数数思，可知它伴尽悲凉。

2013癸巳年腊月

## 寄居士偈

常以佛法修心

诚敬谦和处世

无贪诸苦无种

忍辱最为第一

2010庚寅年中秋

## 生命在呼吸间

常听某些人谈起什么2012、世界末日。我想这些人大概是电影看多了，故意惑乱众生，制造混乱。佛说：“人命在呼吸间”，人寿长短、天灾人祸等这都是个人往昔善恶业力的招感，若是寿命已尽，哪天不是末日！作为一个修行人，应该树立正知正见，在呼吸间生存、修行，把握住当下，才能决定解脱也。

2012壬辰年二月初六

## 十一奈何事

奈何生老离别苦，奈何情仇轮回深。

奈何醉生梦死真，奈何久劫堕沉沦。

奈何佛法难得闻，奈何明师难觅寻。

奈何难得开彻悟，奈何三毒习染深。

奈何难彻本源真，奈何难御法性身。

奈何诸多奈何事，不忘初心许世尊。

莫辜三宝父母恩，莫负己灵照乾坤。

早向菩提付孤人，一灯可济法界魂。

2011辛卯年九月初一

## 世间三饱和修道三宝

世求三饱，还要吃好，华衣覆体，璎珞缠绕，

财色名食，囊中揽罗，见利忘义，贞德蠲抛。

道有三宝，不求吃好，素麻遮体，清风缭绕，

慈悲真诚，尽满膺怀，见苦不忍，普成佛道。

2013癸巳年腊月

## 为什么环境越治理，各地雾霾、灾异越厉害呢？

为什么环境越治理，各地雾霾、灾异越厉害呢？其实是治理的方向不全面。在佛门看来，这个器世间其实就是人类内心世界的完整体现。现今世道晦暗，人伦不彰，人多自危自私，不信因果，欲望炽盛，不择手段；故在如此强大的心力共念之下，感召的多是黑业笼罩。你想想这个世界会是什么样子呢？

佛陀出世，宣扬宇宙真相，使我们明白了一切万事万物、六道轮回都是唯心所造，唯业所感。故今现在人之所以不能见地狱，乃是其业力尚未显现。正如《地藏经》婆罗门女以佛力故至地狱中，问无毒鬼王曰：“我今云何得到狱所？”无毒答曰：“若非威神，即须业力；非此二事，终不能到。”若是地狱恶业已经成熟，然尚未命终之人，其实自己之神识早已经在地狱之中，遭受婴罚，受大苦恼，而别人看到的有可能只是得了恶疾而已。所以一切的境界，无非只是自己业报的显现而已。

以前我也亲耳听人说起，一个人出门后闷绝倒地，在送往医院的过程中，还口吐鲜血。后来到了医院不治而愈，醒了以后道出了实情。他说自己一出门就被二鬼抓到地狱了，见到鬼王不知礼拜，故被小鬼一脚踢倒，后来还踹了肚子一脚；而在人间看到的就是闷声倒地，口吐鲜血。这样的事听起来感觉很神奇，但若是有识之士，把历史感应统计、佛教因果实证、乃至《宋史》、《唐书》、《东周列国志》等正史看一下的话，就会发现像这样的轮回公案，其实有很多。

所以我们明白了这个道理那就应该知道，欲要治理这个世间，第一应该先治理人心，教化人心。要是人心正了，自然人人都会保护环境，爱惜大自然；要是人心醇善好德，自然人人不会猥琐污秽，恣意行淫纵欲。那么我们相处的这个世界，在大众善念的感召下，也就会自然清净明亮了。

《佛为首迦长者说业报差别经》云：“复有十业，得外恶报。若有众生，于十不善业，多修习故，感诸外物，悉不具足：

“一者，以杀业故，令诸外报，大地咸卤，药草无力。

“二者，以盗业故，感外霜雹螽蝗虫等，令世饥馑。

“三者，邪淫业故，感恶风雨，及诸尘埃（雾霾）。

“四者，妄语业故，感生外物，皆悉臭秽。

“五者，两舌业故，感外大地，高下不平，峻崖崄谷，株杌槎菜。

“六者，恶口业故，感生外报，瓦石沙砾，麤涩恶物，不可触近。

“七者，绮语业故，感生外报，令草木稠林，枝条棘刺。

“八者，以贪业故，感生外报，令诸苗稼子实微细。

“九者，以瞋业故，感生外报，令诸树木果实苦涩。

“十者，以邪见业故，感生外报，苗稼不实，收获尟少。

“以是十业，得外恶报。”

2014甲午年

## 植物也有生命，为什么我们能吃呢？不是说不能杀生吗？

幼学问：请问师父，植物也有生命，为什么我们能吃呢？不是说不能杀生吗？

答：佛门讲的生命有两种形态，一种是有情众生，一种是无情众生。有情的生命是贪生畏死的，而且还有喜怒哀乐等精神上的感受，所以不能去伤害他。若是伤害他，就会造下杀业，辗转相报。而无情众生却不一样，虽然同样是生命，但却没有这些思想上的情感。甚至像一些树木花卉，则需要减掉一些杂枝残叶，才会长得更旺盛，所以是可以吃的。

之所以不能杀生，《楞严经》上讲：“汝负我命，我还汝债，以是因缘，经千百劫，常在生死。”所以从修道解脱的角度来看，佛门是不允许杀生的。

况且杀生的罪业又是极其深重的，正如《大智度论》所云：“诸罪业中，杀业最重。”纵观历史上最惨烈的灾难无非战争，其杀戮之悲惨，血流成河，哀鸿遍野，不知多么令人痛心。又不知多少人因此而流离失所，家破人亡，致使生产荒废，灾祸踵至，这也都是因为杀生而引起的。所以从人类和平与和谐安定的角度来讲，佛门是坚决不允许杀生的。

又《心地观经》上讲：“一切众生，轮转五道，经百千劫，于多生中互为父母。以互为父母故，一切男子即是慈父，一切女人即是悲母。”所以从感恩的心态来讲也是不应该杀生的，此为不顺孝道。又很多人杀生的目的就是为了吃肉，由此可知，虽然表面上是在吃畜生肉，实则是在杀食父母之肉。

又陆游有一首诗讲：“血肉淋漓味足珍，一般痛苦怨难申，设身处地扪心想，谁肯将刀割自身。”一切众生在被杀害时，都遭受了极大的痛苦，内心充满怨恨和惊恐，有可能还有嗷嗷待哺的幼儿不能照顾。所以从慈悲心的角度来看，也不能杀害众生，更何况为了自己一时口腹之欲而去吃肉了。

关于吃肉的种种弊端，现在中西医，也都已经证明：人是平齿动物，本来就是吃素的。况且现在的肉类含有大量的激素和寄生虫，人吃了会得各种各样的疾病。所以从健康的角度来看，也是不能杀生吃肉的。

而我们再看看跟人类一样的哺乳动物，像世界上最大的陆地哺乳类动物，最强壮的大象、野牛等等，也都是素食的。而他们所吃的大都比较单一，并不像人类一样，还有五谷杂粮、蔬菜瓜果比较丰富。所以从强壮体魄的角度来看，素食的营养也是完全足够的，也是不用杀生食肉的。

还有中外历史上像孔子、孟子、爱因斯坦、莎士比亚、毕达哥拉斯等这些著名的思想家、教育家、科学家、戏剧家，也都为我们做了模范，不去轻易吃肉。还有像李吉理·艾伯（Ridgely Abele）（空手道八项全国冠军得主）、罗杰·休斯（Roger Hughes）（威尔斯全国滑雪冠军）、卡尔·刘易斯（Carl Lewis）（9枚奥运会金牌获得者）等世界剧烈运动名将，乃至影星李连杰、歌星王菲、苹果公司总裁乔布斯、斯洛维尼亚共和国的总统雅奈兹·德尔诺夫舍克等也都是素食的，也都为我们做了表率。而像这样的人物可能列举成百上千位都不止。所以从这些各行各业的领军人物来看，充分肯定了一点，那就是素食的营养是十分全面的，人类完全可以不用通过杀生害命来滋养口腹。

所以从全人类的道德文明角度来看，我们也实在是不应该杀生食肉的。而且在佛教的许多大乘经典中，我们也能看到，伟大的佛陀释迦牟尼，早在几千年前就已经谆谆教导不应该杀生食肉了。而且很多经典中，也已经细细阐述了杀生食肉的种种过失。所以尤其是以我们佛教为主，尤其是以大乘佛教为主，是坚决不主张杀生食肉的。

2013癸巳年十月

## 应该称呼出家人为“师父”而不是“师傅”

居士：顶礼师傅!

答：是“师父”，不是“师傅”。现代人对这个“师傅”的称谓，一般是对司机、木工等技工人员的称呼；而“师父”是指以师为父，长养法身慧命。四大之生身无非业缘，依法之依止乃为真父母。因能开发法身之秘藏故，生起本具之种智故，复其清净之本性故，故名为“师父”也。

2013癸巳年腊月

## 佛弟子不可盲目崇学世间“大师”

有些佛弟子盲目地崇拜一些世间所谓的大师，例如一些儒家贤人、道家高士、世间大善人、其他宗教领袖、政治领袖，甚至是一些拳师、气功师、商人、画家、歌星、影星、艺术家、文学家、科学家等等。在极力崇拜他们某些特长的情况下，进而扩展到方方面面，并以他们的言行或者处世的态度、方式等作为自己的准则。这对于佛弟子来说，是不可取的。虽然他们在某些方面，的确出类拔萃，但是佛法与世间法不同，佛法的解脱是不共法，并不以世间的善恶成就来衡量一个人。

比如世间人喜好杀生吃肉，并不以这是罪恶。即使是动物保护协会一类的，也只是保护一些濒临灭种的珍稀动物；再广泛一点的，也最多保护一些小狗小猫。但是他们还是会毫不犹豫地杀死鱼儿、家禽、老鼠、苍蝇、蚊子等等。这与佛教所讲的众生平等、一切有情生命皆有权利生存的态度，是截然不同的。

或许有的世间善人虽然广行善事，但是他却根本不了解真正的善恶之因，只是凭着自己的人生观，在做一些与世间道德相符合的事情而已。就像我以前看到的一个公案，大概是这样的：说一个犹太人生前乐善好施，经常买鱼送给穷人。而当他死后，就堕落做鱼去了。后来当被抓来宰杀时，却能因往昔善业力故，而说人话道出了实情。

所以世间善恶和佛教的五戒十善，其立足点和衡量标准是不一样的，世间道德与佛教的善恶是非观还是有差别的。此只对善恶来讲，而像真理、解脱、永恒一类话题就更不用谈了。所以对于佛法来说，虽然行善可以得善报，但是一旦轮回，就会迷掉，不再了知往昔的发心，于是有可能还会造恶。而佛法讲一切善恶都是虚幻不实的，都是缘起性空了不可得的。

佛法所讲的一切道理，是释迦牟尼佛经过累劫修行，后来投胎为王子，然后再毅然出家修道，六年苦行，最后在菩提树下，夜睹启明星而觉悟一切宇宙人生真相的，这是最究竟圆满的觉悟。而世间人却总不出五种不正知见和五毒烦恼，例如：以我为主的身见；执着有无的边见；非善恶解脱因而以为是善恶解脱因的戒禁取见；非究竟解脱或善报而以为是究竟解脱或善报的见取见；或拨无因果的邪见，乃至贪嗔痴慢疑等五毒烦恼。

所以若是一个皈依三宝的正信佛教徒，连这最基本的概念都分不清，盲目弘扬宣传外道之法，则必会失毁皈依戒，不名佛弟子。所以大家一定要认清楚佛教与儒家、道教、基督教等一切世间宗教的区别，不可有第二个依止的对象。如最初皈依三宝时所发的大愿一样：自皈依三宝以后，从今以往，以佛法僧为师，永不皈依外道天魔等。正如《瑜伽师地论》所言：“更不说有馀大师”也。

2014甲午年春

## 莫要盲目崇拜活佛喇嘛

今时许多人，一提到或见到某某活佛、仁波切，便谓得遇圣者菩萨一样，盲目崇拜。须知“活佛”者，乃是汉人对其之大称，其藏语为“祖古”或“珠古”，意为转世的修行人。而仁波切意为“珍宝”或“宝贝”，即是人中之宝，修行颇有成就的人。须知即使未被认证活佛之人，今生若能一闻千悟，修行大有成就，何尝不是转世的修行人呢！例如像汉地虚云老和尚、印光法师、弘一法师等诸多高僧大德，从未有人给什么认证，言乃某某圣者活佛转世，然其皆是有修有证，一生颇有成就之人。而白教十七世大宝法王，亦曾认证一位现世修行非常精进的人为仁波切。

依止活佛之标准是看其成就而言，而非只是转世，因罗汉、菩萨尚有隔阴、出胎之迷，况于前世未证圣位者。故除非大菩萨应世，即使是上世之修行人转世，今生若未重新熏修启发，亦只是愚蒙凡夫尔！例如汉地亦有五祖戒转世为白衣诗人苏东坡，（印光《文钞》云：五祖戒，乃非常之人，为云门偃之法孙，为宋大觉琏国师之法祖。）草堂清后身又作曾公亮等。故虽是转世之修行人，今生若不继续学习，或未能遇到善知识，抑或未能被认取，今生亦是不能为人导师的，甚至亦有不如前世之可能。

须知其活佛者，有大有小、有胜有劣、有真有假，甚至也有修行懈怠，在今生之中没有多大成就的，还有一些活佛在还没有学成之时就已经圆寂了，还有被认证错误，受不了那么严格的教育而私自逃跑的；所以说并不是所有的活佛都可以作为修学之依止。要知道，不论什么位次的活佛，今生再回来，若是从七八岁被认证，又重新学习熏修，起码也得一二十年。所以即使是被认证错了，要是能够这么严格、这么长时间地修学过来，那也是可以作为大家修学的依止了。所以即使是大活佛转世，机缘不成熟或者修学未完成的话，那也是不能广泛利益众生的。如藏地达赖喇嘛，蒙古哲布尊丹巴等大喇嘛，其中几次转世，仅几岁或者十几岁时就去世了，要是这样的话，那又怎么能为众生作依止，学习佛法呢？反而言之，若是有修有证，博学多闻的大堪布、大法师，即使没有被认证为活佛，那也是可以为众生作依止的。

就像除释迦佛传记外，现世能听到的极为殊胜、不可思议的传记中，伟大的密勒日巴尊者一样，其弟子问其今生能有如此不可思议的事迹，是不是某尊金刚持的化身，或者是无量劫来修行的大菩萨时，密勒日巴尊者却回答说自己是从博地凡夫而修行成就的，前世有可能是三恶道再来的。就像他的弟子所描述的那样：“像尊者这样的苦行和忍耐，在我们这些凡夫弟子来说，不用说做不到，就连想都不敢想！就是想要学，身体也受不了。”而大师却说：“我曾不顾名闻和衣食发大勇猛，忍大痛苦，独自住在无人的山中修行，因而获得觉受和证解的功德。希望你们也学我一样去好好修行。”“我自己也不知道是谁的化身，最可能的恐怕还是三恶道的化身吧！”

由此可知，我们学习佛法，依止善知识：不应看其表面或前世虚高之光环；不应观察法师种姓、年龄大小、学历高低，或者是不是名山古刹的方丈，乃至是不是誉满天下的名僧——而是应看今生今世，其修证是否真实地精通佛法、严持戒律；不应该只是盲目地搞偶像崇拜。

2012壬辰年腊月

## 现代佛教的两种新兴而又不容易察觉的外道

（注：此处所指外道者，乃心外求法之意，非是邪法也。因其未把佛陀所讲之教言，作为自己修身、立业、了生脱死的行为准则，未能依闻思修入三摩地，不能汇归心性，起大妙用，只作为理论研究，故名“外道”也。）

一个是无信仰的佛教学术外道，以各种大学的哲学为体系，只把佛教的理论当做世间概念性的哲学。

特点是：对历代祖师直呼其名，对其经典论著的反复考证，否定大乘和诸佛菩萨不思议神通道力的化现。对佛经教义自我思量，没有师承，其论述皆是建立在讲究活跃创新的学术论证里面。

而佛教讲的是超情离见，是完全继承式的，因为佛陀是真正彻悟究竟而又圆满无碍的。就像佛说一切有为的事物都会生住异灭、一切有情的生命都是生老病死、一切众生的佛性是真实常住的真理一样，是不能被创新的。

其代表有：一类像支那学院、欧阳竟无等留学日本的佛教学术化白衣外道，否定《大乘起信论》和《楞严经》的魔子魔孙。

二是有信仰的学术化外道。此类人是一开始没有明师的引导，而盲目地学习研究了一些所谓的佛学专家和白衣的学术论著，而误以为佛法就是这样的、传承就是这样的，这一类人是最可怜的。

特点是：对三宝、祖师非常恭敬，相信人人都能成佛，但是思想完全学术化，没有遇到真正的善知识。在没有根本正见和坚固正见的基础下，就去学了这些论述著作，从而把自己的正知见扼杀在了摇篮里。

其代表：诸大学宗教系皈依三宝的学者，佛学院初出家的沙弥或者皈依三宝的居士，没有师承地学法而直接学习继承了佛教学术化外道理论的广大信士。

2012壬辰年11月

## 大学可不读，道德不可不立

近来看了一些新闻，对有些大学生的行为感觉非常的难过。大学者，乃修身立德之意，是乃大人之学。何谓“大人”？即明明德，亲民而止于至善者，意即为觉悟人世真相，救度黎民百姓，自他同成正觉者。而有些人读大学，却只是为了学习技艺，为了能谋一份好职业，为了取得一些学术的成就，或者是为了赚钱，这真是非常可怜的行为。

吾认为大学之校可以不读，但是知识不能不学；虽然知识重要，而道德才是基础。但看今之毒奶粉、毒馒头、毒大米等，此皆乃有知识而无道德之人为社会作出的“贡献”，此即是有术无德之人，斯实殆矣！

记得电视上有一则新闻报道，是说一位留学日本的研究生，当回国到机场时第一件事就是拿刀把母亲捅了。为什么呢？原因是要钱不给。这真是骇人听闻的事情，可知道乌鸦尚知反哺，羊羔还会跪乳，而这样的人，做为一名知识分子，读了这多书，尚且不如畜类，这真是非常可悲的事情啊！试问这样的人即使有再高的学历又能怎么样呢？这样的人有知识而没有道德，岂不是成了潜在社会大众中的恐怖分子了吗？

所以教子读书，不能只为了让他学知识、谋出路，而是要让他学圣贤，做一个正人君子，穷则独善其身，达则兼济天下。这样的人，才是最受人尊敬的，这样的人才是社会大众最喜好乐见的，而这完全是跟学历和算数没关系的，完全跟富贵贫贱没有关系的。正如孔子赞叹颜回的那样：“一箪食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也不改其乐。”也正如刘禹锡说的那样：“山不在高，有仙则名；水不在深，有龙则灵。斯是陋室，惟吾德馨。”

人生在世，大家都是互相依赖而生存的。行行出状元，行行之人都是平等的，行业有好坏，而人是没有高下贵贱之分的。即使是掌管天下的君主：若没有农民种地，照样没得吃；若没有工人生产，照样没得用；若没有医生看病，照样也是要病死的。所以行行不可缺，行行都很重要。

我认为作为父母的，是孩子最好的老师。只要树立了孩子高尚的品格，忠孝仁义的道德，那他就已经具备了成就一切的资粮。余再随其所好，当医生也好、老师也罢、唱歌也行，哪怕是清洁工，那他在我看来也是一个成功的人，对社会有贡献的人，对人类文明有影响、有传承的人。此些人，我敬畏之。若再有志求出世之法，那也是无不自知，无不谦卑，德学兼备了！

2013癸巳年五月

## 不可单以能治病、会算命，怪力乱神，故意放光示异等的人为依止！

不可单以能治病、会算命，而且能治好病、可以算准命，还会看风水，有些小神通，故意放光示异，学问超胜等的人而为依止。而是应该以他对佛教的传承，对祖师大德的恭敬，对佛陀教法之会理起行，是否通达戒律，是否博学三藏，是否智德具足而为依止的根本，这样才是修学般若智慧之正抉择。

若能自不以算命、看病、自称或借他口妄称得道、故意或暗示自己是某佛某菩萨转世，乃至怪力乱神、自我崇拜等为摄受弟子、建身立业的幌子，而是以破除我执、无我利人、弘扬大乘、盛赞祖德为修行之圭臬，这样方是修学般若智慧之正发心。

进之若能在依止三藏教理和祖师训诲的同时，严持净戒，勤学好问，谦下求教于善知识，知行合一，慈悲忍让，终而方是修学般若智慧之正行持也！

2014甲午年四月

## 愿度众生苦

愿我的仇人冤家悉得安乐；愿我有意无意伤害过的众生身心怡悦；愿我生生世世的父母早得解脱；愿一切法界众生，我皆代受其苦；愿九界一切有情同圆种智。我向如来忏悔；我向一切众生忏悔；我向一切冤亲债主忏悔；我向自性忏悔。普愿佛陀的光明遍照法界，无尽的智慧与慈悲，融入每一个人心中。

2012壬辰年六月廿二

## 清净无为

圣人“混兮，其若浊”。圣人之所以为圣，是乃不以清净而自居；凡夫之所以为凡夫，是乃总以绳墨而量他。凡事（一切好坏境界）切莫执着，若执着则定招魔境；凡事但自修心，修心则万境俱闲。

2012壬辰年八月

## 无为而为

能读其人皆共晓之警文不难，能读其古德之奇文则难。能知其人皆不知之知识不难，能不起一念盗心，谓出自之口者，此则为难。正如古德云：“独处之时，戒一偷字也。”又于其小人恶人，能远不难，能和则难。能忍不难，不憎则难也。又一生不为其恶者不难，为其善则难。能建其功名者不难，能甘其庸碌者则难。又深明大体，崇敬道德仁义者不难；能于此淡然无计，无为而为者，则为难难难也。

2013癸巳年二月

## 佛子应当知恩报恩

或有人，受人恩惠，已如常事，得人法益，而又不屑其人。只因不屑法师种姓，或知法师种种罪过，而障自诚心，此实在可惜也。

诸佛因地求道之时，仅为一句一偈，皆可舍身肉以供养，而向持佛偈之罗刹鬼求之，亦不生一丝轻慢后悔之心。而今佛子焉可受佛法乳之施，得法师开示之恩，不求报答，而轻易忘乎？

君子者不可因人废言，而今佛子焉可因自之分别，不喜此人而废其真知灼见，不如君子乎？

古来之人，不论辈分，不论出身，但得受人之救，则必全身而报，鞠躬礼让，以恩人为最上座。而今佛子焉可受恩不报，不如庶民乎？

吾见诸感应统纪中，象马牛羊、蜎飞蠕动，皆有受恩而图报者；而今佛子焉可枉称为人，不如畜类乎？

若能知恩求报，人人皆愿救人于水火，济人于贫乏。若能得法施者，而皆愿报于四恩，则诸行人，皆可于上善地得不退转。如此为之，世间则现正义明镜之象。互帮互助，人人皆不自危，人人皆有仁心，天下可不太平乎？

故知恩报恩，意义深远，四无量心亦依此而行也。吾诸佛子，切不可以他人知见，长自身骄慢。更不得有恩不报，轻视三宝、善知识之大恩大德也！正如经所云：“其有众生，不知报恩，多遭横死，生于地狱。”

2014甲午年春

## 谦虚随喜 善修五悔

比自己入道早的人，看到他的功德或成就，便会很容易生起随喜赞叹之心；但是见到自己的晚辈或同辈有成就的时候，往往都是不屑一顾，或者心生轻慢。这都是自己内心卑微、嫉妒的体现。故当善修五悔，内心随喜他人世出世间一切善根，破除骄慢怀疑。深心随喜即得全部功德，不可悖理行事也！

2012壬辰年十月

## 善分别善恶 无私奉献

有些长辈感觉我很傲气，有些同学感觉我很慈悲；我从不会阿谀奉承，也不会轻毁低微；我能善分别其曲正，而不惧强软权卑。我虽然年轻，但我的心似沧桑；我虽然初担尺牍，但我从不懈怠思维。我会把一片赤胆诚心，学三宝般无私遍照，绝不苟一点颜面为自之美。即使无人体会甚至讥嫌，但我心却安稳无悔。

2012壬辰年腊月

## 放下万缘 找回天真

天若眷恋垂垂老，终难将繁华落幕。

人若舍得寻寻真，疾可把万缘凋零。

一席梵籁般的寄风之语啊，惊醒了那已经沉沦的心灵。愿把那生生世世追寻的深情，随风飘扬到空谷之中。只愿再回首，看看那已经逝去的童年，找回本来无邪的天真。

2012壬辰年六月

## 莫要忘了自己一怀的清凉

放无所放，灭无所灭，修无所修，得无所得。用那看不见的利刀，斩断那无形的绳索。灵魂的飞扬，又何在那古老的经幢。把本来洒脱的性情，放到那大海中自由飘荡。汹涌起伏的浪花，原来只是在厮守情觞。一滴一滴赤裸的甘露啊，莫要忘了自己一怀的清凉。

2013癸巳年正月

## 醉菩提

北山鸿鹄驾云端，宇宙淫飞天华畔，

八嶂屏中揽日月，一溪湫水定江澜。

幽幽古寺青灯照，浩浩苍穹鬼神喧，

不独悠然安乐去，倾心共醉莲漪间。

2012壬辰年十一月

## 梦与醒

是梦！是醒！梦里觉着是醒，醒后才知是梦。

在梦里寻你千百度，寤然间，才发现一直在眼前。

是醒！是梦！醒时万千皆是镜像，梦时却是生死之间。

为醒一场旷古幽然，回眸间，依旧一轮秋月高悬。

2012壬辰年五月端午

## 愿居幽静兰若

静静的幽兰，我在期盼你！喧嚣在尘世里批判不羁的放逸，孤独中扮演着一张一张不可告人的面具。你在哪啊，我在期盼你！你可否听到我在诉说的泪滴，你可否看到这天的哭泣。不愿在浑流中逐逆，我想回去，回到那最纯真的故里！

2013癸巳年四月

## 汝若无短，何惧人揭，汝若无我，何怕丢脸！

众人谈话，一人曰：骂人不揭短，打人不打脸。吾闻之，随言道：汝若无短，何惧人揭；汝若无我，何怕丢脸！众皆曰：如是，如是，当勤修之。

2014甲午年四月

## 一切的批评和意见，都是在成长自己

一切的批评和意见，都是在成长自己，激励的言辞也是在时时唤醒自己。有时候觉着自己像是个愤青一样，只是在突兀地呻吟，有时候才发现“此一时”的真正含义。勇敢的性情中充满着良知，用心感知着世界的沉浮。古圣先德的精神在振奋着自己，充满了鼓舞与自信的力量。应对着瞬息万变的境遇，千差万别的根机只是在等待真理。没有什么可以畏惧，用般若正见的航标指出方向，用慈悲的心态拥抱世界，用忍辱的铠甲作为防护，直心而为，真实便是菩提。

2013癸巳年十月

## 发微博、日记等的常识

发微博、日记等的常识：一般发表签名、说说、微博、日记等各种言论文章，除直接转载以外，若未署名的言论，皆为个人观点。若是转贴请署名作者尊号，或经典出处。正所谓做人要厚道，切莫以他人之珠玑，充自家之堂奥也。

2012壬辰年四月

## 恭请法宝之来往信函摘录

法宝流通处：

法师字珠，甚合吾意，文字般若，末世罕有，法师常住，人复何虑？

末学不敢，启请法师，行何大愿，以何门入，回入劳尘，设几方便。

开示未学，广种菩提，于世得闻，为真摩尼，令我增进，有缘顶礼。

**雪相：**愚乃一凡夫僧也，无德无能，偷生浊世，惶惶而受信施。然宿世幸植微薄善根，得遇正法，薙染法王坐下。又闻法华，师承天台。如来一代时教、十二部真净法宝，唯有法华纯圆独妙，实是释迦本怀，随闻一句一偈，即蒙如来授记。又如印祖所云：“法华奥典，位冠群经，闻即往生，位齐等觉。”此方世界，最透其奥者，莫如智者也！历代祖德，皆尊其为“东土释迦”。圆悟法华三昧，华顶降伏强软二魔，于实相地流出三大部，开宗立派，为东土之圭臬、像末之明灯。然此末世，众生根机陋劣，福薄慧浅，于其无上法乳，难尝其味；故如来巧设念佛一法，导归西方，普利九界一切凡圣，同圆种智。然释迦老人别无他事，西方慈尊更再称扬，唯演法华秘藏、诸法实相。故愚别无他愿：一者，尽生弘扬法华，普令一切众生，悉能普结妙法之缘，同入法性；二者，亦愿诸行人同生西方，得三不退，永离二死苦海，一生成就也！

法宝流通处：

释雪相法师，您好：

赞叹顶礼法师的法华大愿！

末学已先行寄出留存的《法华经》最后一部，请先参阅。新印制的《法华经》约在1月后可出书，到时将按照法师所需一并奉上。

有机会还希望能够亲近法师，供养承事，令法华永存！

归法界顶礼

2011辛卯年十一月

## 病苦不可怕

其实人生病苦没什么可怕，一切无非都是因缘果报所致。例如害生、业障、四大不调等等，无非都是假借身体的因缘受报而已。只要勤加礼佛忏悔，如法医治，平常心处之，身体自然安泰。只是有的人，我执身见弥重，唯恐命不久矣，再加上仗恃有些财力，不花掉总觉着对自己未尽周全，故而自己找罪受，不肯静思其源罢了。

2011辛卯年

## 身体多病、贪生怕死的良方

居士：师父您好，弟子和家人身体多病，去医院检查时心中非常害怕，无比紧张。请问该怎么办？

答：该死的时候活不了，该活的时候死不了。往昔所造之业，即是现世受报之因。唯有勤加忏悔，如法医治，安然处之，才是最好之方。给你开一药方回去服用吧：

1.十分放松；2.用心忏悔；3.多行放生；4.斋素清净；5.真诚朴实；6.满怀慈悲；7.满面慈容；8.广积阴德。

此药早上醒后服用，亥时前必须入睡，睡中慢慢消化。临睡前最好辅佐半小时静坐念佛。一日三时，各运动半小时（日近黄昏不宜剧烈运动，晚上只宜散步）。六度万行常伴常行，一日之中勤加念佛。

做法：用极乐灶、心宽锅加柔和水煎熬。忌用躁火，应用智慧焰烧烦恼柴，随缘善顺，慢慢熬制。

禁忌：切忌多虑、劳心伤神、郁闷忧恐、妄生是非。

此方专治：体弱多病、神魂颠倒、提心吊胆、贪生怕死。

疗效：一切都不要执着。

居士：感动！感谢师父开的如此妙的药方！感谢师恩！再拜顶礼师父！

2014甲午年正月

## 德披四海 人人无往而不利

德披四海，人人无往而不利；万世崇德，天下不治而太平。一家之乱，始之于欲，乱之淫度，因之于无德。无德则筑基全毁，无道可成，人之痼弊，永不超生。欲顺世者，德则为尊；欲超世者，德则为基。德之初始，发之朴实，终极而平；平心则大智发，感通四海。顺性而无为，虽不治而众归，万世觉醒，化化无尽矣。

2013癸巳年八月

## 博学三藏 步履先贤之迹

好学者、博学者、厚德者，一般都比较谦卑，而且多喜欢聆听。因为他总觉得自己的见识太少、学识不够，所以不会轻易地发表自己的看法。正所谓海善其下而为百谷王。

不好学者、学少者、自我者，一般都比较轻浮，而且非常喜欢发表自己的观点。因为他总觉着自己的见识很多、学识超胜，自谓有一套高妙的理论。正所谓唯恐他人不知自己有德有学问者，小人是也。

所以我们要多告诫自己：胸中本无半点墨，何必装作学问多；胸中若富五车书，不如清风无言说。更何况修行人，更当博学三藏，紧随先贤之迹，谦卑好德，多弘扬祖德之芳典遗著，内怀胜功德而潜耀，外密菩萨行而随缘化人也。

2014甲午年

## 简说学习

古德云：“世上没有天生的释迦、自然的弥勒。”大圣垂教，一切众生皆有佛性，皆可作佛，人人亦皆可成为尧舜；然没有生而知之者。恐非大圣临凡，应机垂教，余皆都乃博地凡夫。故唯有勤学苦参，几十年内近善知识，方能悟得本有之灵性，本自妙明常住，灵光不昧。

人之初生，呱呱坠地之时，必假学习，方可成才。若任其自性，奚啻拙劣之辈，恐早成无知之废也。又学习必有目的，每个人学习方向之不同，亦必导致学习范围之广狭。若非聪颖过人者，匪可在众领域皆放光辉，不然者，必当一门深入而从严。

愚人学习之目的，正是为了生脱死，自利利人同成正觉，亦即令一切众生同登涅槃彼岸。此正是大乘修行之极，大乘修行之道。虽行路漫漫、法海广博，若究其网纲，则不出“教观”二字。正如藕益大师云：“佛祖之要，教观而已。”教者，世尊四十九年所说一代时教，十二部真净法宝，吾等禀遵之法；观者，依教行持之方，空假中圆融三观，吾等日之所行。

古来成就之人，学习之刻苦，修持之精深，实令今时之凡我，望尘莫及。其寒暑不畏，兢兢业业之精神，实令学人弥仰赞叹，自愧不如。而今时所生，物欲繁华，光怪陆离，其自身又定力浅薄，驰骋欲海，故欲想歇心修行，欲想穷其所学，实在甚难！然若先明学习之要，取其捷正，则无不可少废光阴，学少得多。故总结学而有成之方，四点可收：一者，亲近明师；二者，反复熏修；三者，勤劳刻苦；四者，学修并进。以此而行，虽蜗行牛步，然不入曲径，必可积少成多，尅证所期。

古有祖师开悟后，继续近侍恩师熏修历练十几年、几十年、终身依止者，不乏其人，此足以可见善知识之重要。正如《法华经》云：“善知识者是大因缘，所以化导令得见佛。”若没有善知识之教授，一切无非惘然，不得亲见佛也。故学必有善知识之教育方可成为正修，否则一切皆成盲修瞎练。

《楞严经》云：“因地不真，果招迂曲。”初发心学习不得正理，即因不正，如种豆欲得瓜，纵徒劳辛苦，亦不可得也。又如《三字经》所云“人之初，性本善。性相近，习相远。苟不教，性乃迁。教之道，贵以专。昔孟母，择邻处。子不学，断机杼。”其孟母岂非良师也？三迁以定其居，无不为其熏修得处，习相为善；假若近墨之者，恐非早入歧途，无有是处。又有古德所云：“欲知山下事，须问过来人”，所以唯有依止明师之引导，方可进一步勤学参究，止观并进，此乃世出世间学习之通法。

于此之后，更应“学而时习之”，反复熏修。无始劫来，吾等升沉六道，六根如猿，处处贪着；烦恼业习，障蔽心源，故使神识昏昧，暂读又忘。若未能反复熏习，岂可熏修成性，时时起用，势胜恶习？如孔夫子者，学而大承三皇周礼之道，传千秋功业，深明伦常，世道之理，教诲人心，敦伦不乱。其功勋难当，岂是天赋之智？追其所由，仅在于学，实非生而知之、过目不忘。子韦编三绝而时习千百，六十耳顺，随心所欲而不逾矩，此正乃善习熏修而复本心性矣。故学而时习，必可熏修妄心转成净念，此乃串习成性，逆生死流矣！

又“工欲善其事，必先利其器”，欲成其一事，必先利其器，即利其忍力、利其耐劳刻苦之意志、利其聪明智慧也。圣教虽彰，若不勤学修习，则竟成摆设。故烦恼起时，无定无慧，大限来临，定随业逐。正如经云：“生命在呼吸间”，世人寿百岁者，万中罕一，芸芸之者，寿夭难测。又时光荏苒，岁月如梭。若不精进，虽遇明师，听闻正法，无奈无常迅速，道业未成身则先卒，一生所学岂不可惜。故诸学人，当时时勤念普贤菩萨示警偈，曰：“是日已过，命亦随减，如少水鱼，斯有何乐？当勤精进，如救头然，但念无常，慎勿放逸！”

若少学多行，必如人云：“书到用时方恨少”，遇着烦恼之事而无照了之功；若多学少行，又如纸上谈兵，皆无实益。故须学修并进，知行合一。此则纵闻一四句偈，亦不成空废，念念观照，念念随行，四法具备，诸事可办矣！

宗其所述，欲疾可臻至涅槃彼岸者，必先访明师广学正理，继而如理思维勤学熏修，则道终可速成矣。

## 依止善知识学习佛法应注意

居士：师父，我想依止您学习佛法，请您慈悲接受。

答：山僧年轻人微，未广学问，业障深重，修学无果，难为依止，请另寻他去。

居士：师父，我大概了解过您了，您是天台山的，您的一些论文我看过，您就慈悲一下吧。

答：你参阅多少经论，见我多少文字，就了解了？生死事大，善知识乃成佛之根本，不可如此随意。吾亦不知现代哪位菩萨住世，哪位祖师接物，故难于为人推举，你还是去祈求佛菩萨吧。

居士：师父，我是真心求道，佛门不是讲缘分吗？我也祈求观世音菩萨了。

答：吾曾殷切劝导随山僧学法之有缘信徒，当仔细考察，寻找经论中所讲善知识之标准要求，看看能否如法如律，符合其标准。或最好直接依止随学诸如《印光法师文钞》《虚云老和尚语录》《谛闲法师文集》等古来大德之遗著，最为稳靠。若久久熟玩《文钞》等文，老实一心求生净土，佛道定可速成也。

然若有发广大心，求道心切，欲弘佛法者，亦可单独求得传承依止。正如《华严经》云：“善男子！若欲成就一切智智，应决定求真善知识。善男子！求善知识勿生疲懈，见善知识勿生厌足，于善知识所有教诲皆应随顺，于善知识善巧方便勿见过失。”《法华经》云：“善知识者是大因缘，所以化导令得见佛。”

故我今教汝如法依止之理，亦可防止三种弊端也：一、为防后学之人，盲目效仿，不加抉择，而入偏邪；二、防有人夜郎自大，好为人师，不通教理，蛊惑人心；三、为法付有缘，传灯护教，不废行持，不滥宗教。

居士：阿弥陀佛，愿意遵照师父所教的修学。

答：欲寻依止者须知：众生根机千差万别，行人法缘各有不同。若有依止者，当依善知识用心学习；然切不可有“唯有我师高，他师皆下品”之心态，更不可抑他扬己，向人偏赞吹嘘自宗之高妙。

须知善知识者，除根本依止外，非止一师。只要持戒清净（不犯四根本，深明开遮持犯，谦卑有德，非邪命养活者），具正知见（若未开悟，则不妄称得道开悟；依经论而善解，除精通本宗外，又学五宗八派，不自赞毁他者），发大悲心（杜绝名利，不求自身安乐，以苦为师，愿利他人者），则皆可为吾等教授善知识，皆可参学。

假若无有依止者，切莫盲目寻求依止，或只听闻三两句之“高妙”见解，只见识几次举手投足之“威仪洒脱”，即发心依止。行人应当仔细抉择，谨慎而为，或求诸佛菩萨加持，至诚祈求。何以然？正如佛所教导阿难所示，善知识乃化导见佛之全部因缘。故若稍有不慎，必当去佛远矣，或因见解不真而谤正法轮。非但于己无益，后必因此堕落，害人害己矣。正如古德所云，宁可千劫不悟，不可一朝错路。若深明此理，则佛法传承当不滥也！

汝若详加深思，惟愿随学，后再议依止之事。若成依止，汝当行弟子礼，随师发愿、依教奉行、严于律己、敦伦尽分、老实修学、自利利人。若不成依止，汝亦勿烦恼，当好好依止祖师经论修学。因人之法缘各别，虽未成一家师徒之名，汝亦可随心修学。

居士：感恩法师！至诚顶礼！

2014甲午年春

## 四种根性之行人

上根人，一丝不苟战战兢兢，从不做任何毁犯律仪之事；中根人，虽有毁犯律仪之事，但时常生大惭愧、大忏悔之心，后不复造。此二种人可为同行善友。

下根人，时常毁犯律仪，亦少有悔过之心，又不能自制，常悔常犯；下下根人，毁犯禁戒，无惭无愧，不行忏悔之法，我慢愚痴，种种戏论、放逸。此两种人应常远离。

2012壬辰年二月十六

## 正视人生，直面生死，依靠真实的信心，修学佛法

一个修行人若是不具备正知正见，就像是盲人赶路，不但有南辕北辙之过，而且还有许多未知的灾难。一个具足正知见的人，若是不能持戒，依理起行，仍然只是停留在想象和言说上，那也只是根本的惑业。如同一个饥饿的人，看到丰盛的宴席，而不去享用，这样自己也根本得不到佛法的实益。

佛法是一个大宝藏，可以满足世出世间一切人的愿望，出生无量无边的功德利益。但是如果我们只把佛法用来满足世间的欲乐，那也就像是用能治疗万病的灵丹妙药，医好了一次普通感冒一样，这是非常可惜的。

所有跟佛教有缘的人，都不应该把佛法拿来只是满足一些世间之愿，甚至用做消遣或者追赶时尚。而是应该认认真真地考虑一下宇宙人生的真谛，对自己生从何来、死向何处的生命本质做一个了解。从而正视人生，直面生死，依靠真实的信心，修学佛法。从而发大悲心，自觉觉他。这样才能得到究竟永恒的快乐，圆满成佛。

2014甲午年四月十五

## 认清什么是“慈悲”、“智慧”……

盲目地滥发慈悲，即是祸害。

不与菩提心相应的方便，即是下流。

不向佛道的善行，即是有为坏灭。

不与质直心相应的宣说，即是妄语。

福智不同，得到的不同，即是平等。

凡夫而学圣者的行持，即是愚狂。

努力而为之事，却未成功，然心不怨悔，即是随缘。

不去刻意装饰，不矫揉造作，即是自在。

广学多闻而不杂乱，即是智慧。

有才而不矜夸，即是德品。

有智而不好为人师，即是谦虚。

不妄动身口意，即是修行。

所有功德回向菩提，即是专一。

惟愿求生净土，诵经持咒回向西方，即是念佛。

2013癸巳年五月

## 具足二十五方便，历练熏修

在日常的修行当中，当碰到一些善恶好坏逆顺境界现前的时候，看看是不是能做到心不被境转。若是心能不被境转，还可以直观生死之源、诸法实相，或正念生死过患、净土殊胜的话，那便具足定慧，解脱有望。

进一步当睡觉做梦的时候，看看自己能不能在梦里做得了主。若是还能做得了主，那就说明，平日里对佛法的观照与熏修，已经潜移默化，深深地种在了意地里，修行功夫则是更上一层楼了。

再进一步，当我们正睡觉，又没有做梦的时候，看看自己能不能做得了主。若是此时再做得了主，那便是生死自在之人了。当然这些的前提是，必须具备正知正见，通达横竖之法。

然又应明了，是佛法不可思议，众生业力亦不可思议。蕅益大师，已通达佛法，深谙佛心，的可考究十方诸佛，尚且在病苦面前，不得自在，惟愿志生西方，老实念佛。所以当自己确实什么情况都很难做得了主的时候，修学佛法就应该注意，要谦虚谨慎。不能因为看了几本书，得了几句相应的法后，就好像乍得心开，大彻大悟一样，不知天高地厚了。而是应该注意：祖师说有说无、说常说断之时，都已经证到，或者少分相应了，都已经看了不知道多少经卷，用了不知道多少的精力，或不知道有多少修行和磨练的沉淀了。所以自己应该反观自己，歇下心来，反复思维，而不应该拿别人的悟处，当作自己的知见。而是应该具足二十五方便，历练熏修，期许一日可以做到跟祖师一样。又跟别人探讨佛法时：亦应多劝人念佛，求生净土；除了为破除人天二乘的邪执外，余则不应该一味地谈玄称妙，徒增戏论。若能如此，那今生便解脱有望了。

2013癸巳年九月

## 凡事成与不成，先看发心，若发心清净必得善果

凡事成与不成，先看发心：若发心清净，必得善果。此为正因。其次再看修为：若是只发了善心却未用心去做，或自之德行有亏，或者做得很不够，付出得少而希求多，或是急于求成，不择时机，此事亦不成就也。此用心去做即为缘。若发心正，修为到位，事情仍未成就，那就说明因缘不在此，或者此事若成，则会带来恶果。此时应听之任之，随它而去。若具此二法，再有至诚祈祷三宝护法者，则无论成与不成，一切皆乃最好之安排。

一切切莫执着，若执意而行者，则必成灾祸。倘若此时，再埋怨三宝护法不灵，那可真是冤枉三宝也。或有人问：我也发了清净心，也付出了十分的努力，也猛烈祈祷了三宝，为何还不成？答曰：此则有二因——

一者，知见不正，行持不符。如欲想成就事业财富，却始终悭贪吝啬，不肯布施。正当贫苦当头时，却不了知此乃往昔偷盗悭贪之果报，不去用心忏悔，广培福德。故虽发心利益他人，又努力经营种种买卖，亦不成也。

二者，能力不堪。如预想做国家主席，或想成佛作祖者，既无雄才韬略，又无广大智慧，自家尚不能治，自苦尚不能拔，又如何能成就他人？故虽如法祈求，十分努力，亦不成也。

2014甲午年春

## 老实去做，用心去做，久久妄想自然冥伏，真心自然涌现

初一上午十一点左右，一个多苦多难的弟子发来信息，说从除夕夜里一点多，一直哭到现在，问我怎么能不哭了。见她如此伤心，我就立马告诉她：“你笑，就不哭了。”一会儿她便回复说：“师父，您真厉害。我真哭不出来了。”

唉，其实哪里是我厉害，只是当时正好有事，与其高谈阔论讲清楚，不如管她想通不想通，直接让她去做。修行何尝不是如此？嘴上说再多，不如直接依佛所教去做：佛说一切是虚幻的，那我就不执着；佛说要修忍辱，那我就修忍辱；佛说要修布施，我就修布施；佛说要求生西方，那我就一心求生；佛说持诵《法华》可以授记作佛，那我就老老实实念经。这样老实去做，用心去做，久久妄想自然冥伏，真心自然涌现啊！一句话头参破了，也不过如此去做嘛！

2013甲午年正月初二

## 一个修行人要在无人问津的苦难中，修行下去、坚持下去

近来身体很不舒服，本想安居期间多用用功，而现在这个样子，搞得做什么都用不上力，心念微弱。其实修行就是如此，愈要用功，障碍越重。作为博地凡夫，在没有破掉见思惑业以前，对疾病、痛苦等业力，毫无把握与操控的能力。但是作为一个修行人来讲，对因果、空性要有反复清晰的观照力才行。又对于出家人来说，可能经常面对的还有孤独。

一个修行人要能在无人问津的苦难中，修行下去、坚持下去，那就要对三宝有坚定的信心，对轮回过患有痛彻的反思，对众生又要有无比的悲心才好。否则谁都会想找一个温暖的依靠，一个充满亲情的家。但若是为了这些美丽而又短暂的快乐，那只能加深对红尘的眷顾，流露出来的只有内心的脆弱和对无上菩提的畏惧而已。

所以，修行的路虽然很长，但是只要往前迈一步，苦难就会少一点。加油吧！此时正是考验的时候，也正是修行的时候。给自己打打气，把痛苦忘掉，把快乐、智慧与坚强，传递给每一个人，牵朋携侣，我们一路走下去！因为一切诸佛的庄严、自在、安乐，都是我们本来的家底，这是绝不能放弃的！

2013庚寅年七月

## 爱情、亲情与友情，除了觉悟的彼岸，一切都不是我们真正的方向

爱情、亲情与友情，背叛、仇恨和出卖，那只是一个词汇的延伸，它就是——“贪欲”。当爱情来的时候，那只是一种冲动和责任；或许它会在诱惑面前变成了背叛，或许它会在柴米油盐中成长为祝福。当亲情安抚的时候，那只是一种血统和占有；或许它会在世态炎凉里结成了仇恨，或许它会在灾难面前升华为承担。当友情建立的同时，那只是共同利益的绸缪；或许它会在铜臭中瓦解为出卖，或许它会在金钱面前坚守为信任。

无论怎样，请你看清，这就是人生的百态，这就是三界的迷魂，在幽幽暗暗中迷醉，在昏昏沉沉中摆渡。不要贪怨，不要恐怖，除了觉悟的彼岸，一切都不是我们真正的方向。安之若素，我们要在淡泊中奋起；空无一物，我们应在梦幻中救度。孩子啊，看！那是回家的路，让我们一起踏上，这条征途！

2013癸巳年腊月初三

## 出家的目的

居士：师父，家是情的承诺，家是情的牢狱，所以才要“出家”吗？

答：出家是为了出离虚妄之束缚，无明之牢狱。又三衣一钵乃三世如来住持佛法之幢相；故发心出家，是为彰显佛法之相貌，报四重之恩德，令诸众生，广种福田，广结善缘也。

而情的承诺与牢狱是心，而不是家。维摩诘居士、庞居士，妻儿都有，但都是住甚深解脱的圣者，以居士身而化度群迷。故出家者，无家可出，只为识自本心，知家非家，非不家也。正如《法华经》所云：“但离虚妄，名为解脱，其实未得，一切解脱。”

2013癸巳年腊月

## 我们需要打坐参禅吗？定慧力庄严，以此度众生

居士：请问师父，我们也需要参禅吗?

答：你不是随时都在参吗？不然学法干什么？

居士：噢！明白啦！我们行动坐卧都是禅!

答：禅是什么意思?

居士：就是去除心中的妄念，让心去观照佛理。

答：禅原名“禅那”，为印度话，一般译为“思维修”，或者“静虑”。禅就是告诉你无时无刻，都要用你所学的法理，去观照这个世界的实质是什么。所以说参禅不拘一格，行住坐卧都可以。然有些人所说的禅修，一般是指静坐，而静坐的目的无非有助于思维修。所以不一定坐下来打坐才叫参禅，但是打坐参禅，会更得力，更容易入定。有了定力和智慧，才更有能力断惑。

居士：啊！这样啊！那我们平时所做的都是在参禅啊！这就是我们的修行。

答：定慧力庄严，以此度众生。

居士：顶礼师父！

2013癸巳年腊月

## 什么是菩提心

善信：师父，菩提心具体一点是什么呢？

答：无我利他，同成正觉。

2013癸巳年腊月

## 什么是直心

居士：师父，“直心是道场”，但直心非心直口快，有人说直心就是无心，该如何正解？

答：直心就是不虚伪心、正直心、慈悲心、菩提心、正觉心、善分别心、不疑悔心、一切智心。

2013癸巳年腊月

## 什么是分别心

善信：什么是分别心？

答：善分别于一切，于第一义而不动。

2013癸巳年腊月

## 如何扩大心量

居士：请问师父，对修行而言，心量是如此重要，怎样才是扩大心量的最佳方法？

答：不锁深密，而与人交；不与悲欢，而与事为。心如明镜，普应一切，不分好丑，来去不留。

居士：如何才能如同诸佛菩萨一样，有如此大的心量发深重大愿呢？

答：一切男人是我父，一切女人是我母，此父母等，皆不离吾之自性、清净法身。此自性法身者，亦乃诸佛本体，如来藏心。然吾等无始劫来错用此心，不明此理，不达本性。幸今闻佛说教，而信受之。故即为父母，即自本性；自性若迷，岂可不救？

若深达此理，自可发起无作道心，誓愿救度一切众生父母，誓愿彻证本来心相，誓愿成就无上菩提也。若未达此理，依善根力，仰信已证此理之释迦本师，诚无虚言，亦可发起四弘誓愿，普利自他同成正觉也。

居士：师父发一切诸佛的愿都是自己的愿，请问师父您这么大的心量是怎么生发出来的？

答：法界无尽，众生无尽，悲心无尽，愿力无尽故。

2013癸巳年腊月

## 真智慧和真慈悲的含义

智慧就是谦虚好学，博学多闻但不妄自尊大，是为真智慧。慈悲就是不以亲情、利益等世间感情，乃至一切贪爱和我执之心建立起来的无我利人、同成正觉的精神，是为真慈悲。

2014甲午年

## 嗔性即佛性，莫再罔受虚妄之苦，错用本心

来看望一个老居士，晚上聊了一会，因急着上厕所，没带手电就出去了。一开门一脚踩下去，感觉有东西触动了一下脚踝，开灯一看，哇！一条一米多长黑白相间的蛇，让山僧一刹惊恐。问了一下老居士，他说叫寸白蛇，剧毒。于是我便拎起这厮尾巴晃了晃，念了几声六字大明咒后，让老居士丢出去了。

这厮，与牛儿同为畜类，只因临终时，一念嗔恶，便转生为蛇。喝水成毒，竟食鼠蛙之类，难见天日，难得解脱；而牛儿生性慈悲，吃草饮水，却产牛奶。真是一念之差，形殊报横，辗转造业，慎可思畏！尔今先放它一条性命，唯待他日，脱此横皮，再还此物本来面目，嗔性即佛性，深达实相，莫再罔受虚妄之苦，错用本心，阿弥陀佛！

2013癸巳年九月

## 一切礼佛、供养之事相，正乃心之体现

佛门修行主张修心，然一切礼佛、供养之事相，正乃心之体现。心境一如，不可废也。

若心澄意净之人，言语行为必符威仪，动成轨则，无有杂乱。除非大圣之人权现世间，为与人广结善缘，接引初机；或显佛法之圆融自在，游戏人间，故而外显随意，或现颠倒。而初学之人，则万不可效其行也！如黄髫小儿而妄学大力巧工之耍刀弄剑，则必伤及自身，戕害无辜也。

须知权巧终归方便，非圣贤之本行。其通途之正行者，乃应与普贤菩萨十大愿王般，礼敬诸佛，称赞如来，上供三宝，下施群生，六度万行，终不可暂废也。正如普贤菩萨所云，一一佛所，皆现极微尘数身，一一身遍礼极微尘数佛；我此礼敬，无有穷尽，念念相续，无有间断，身语意业，无有疲厌也。

又如我佛释迦，因难那律眼盲，无法缝补衣物，故亲自为其穿针引线。福德圆满之佛陀，于此微福，尚不劳余人，鞠躬亲为。故此而知，佛陀尚不舍穿针之福，故吾等曷敢独废！

正所谓如来于六法，无有厌足：一者，施；二者，教诫；三者，忍；四者，法说义说；五者，将护众生；六者，求无上正真之道。（《增一阿含》）功德圆满之佛陀于此六法尚无有厌足，而吾等曷敢厌足？

又如《佛藏经》云：“如来灭后，白毫相中百千亿分，其中一分供养舍利及诸弟子……设使一切世间人皆共出家，随顺法行，于白毫相百千亿分，不尽其一。”须知一人出家之福即超七朝天子，况此阎浮提万万亿人皆共出家，随顺法行，其所获福，尚于如来白毫百千万亿分之福不尽其一。而吾等福报，更是微乎其微，少之又少，其智慧光犹如微微萤火，难比煌煌慧日。故又曷敢越过普贤，超过佛陀，而废其六度万行焉？

2014甲午年二月

## 白话版的佛经祖论可以看吗？

善信：请问法师，现在有很多翻译的白话版的经论，可以看吗？

答：这个要因机而定。古来大德从梵文翻译过来的经典，乃至汉地大德造的许多论藏，言简义丰，蕴义深刻。秦、汉、唐、宋等文言文字多有转变，又今文辞组织更异于前，故若非通达透彻古文的文人秀才，不能读懂，况再理会。而古文经典，对于现代人来说，虽然文辞晦涩，佶屈聱牙，但一字多解，文约义广，随人悟入深浅，广略所解，也是有所不同。若不谙古语，不深达法源之人，必有错解，轻则丢失文意，重则谬悟佛心。其历代祖师大德注释经典，皆是随文入观，称心而解，对其文字、文义无不通达，但仍是只做注解。这样可以让后来玄悟之人，另有所演。若一味翻译，则意义定型，而且极易失去玄旨，其罪过亦是无量无边，十分惨烈。

然而今天这个时代，民国之时的白话文运动，在全国上下掀起一番文学革命，使得现代的很多年轻人读不懂古文，或是很多人看到经文论藏就望而生畏，失其大益。故近代很多高僧大德、佛教团体等，悲心深切，发大菩提心翻为白话。然其中不免玉、石相掺，毒、蜜难分。

故为令其初学者少走弯路，我还是劝诸位，多看多读原文经典为好，久玩必熟，渐渐就习惯了。再加上善知识引导讲解，慢慢就会读懂文意，有所领悟。

然古文翻白一事，古代的时候就已经有了，像西汉史官司马迁就把商周先秦的文字翻为当时的语言。近代亦是如此，图书馆内基本上所有的古典文献，全部皆有译白。然古代的译经场，非同现在一般。鸠摩罗什大师的译场多则两千多人，例译《法华经》时，“于长安大寺集四方义学沙门二千余人，更出新经。”玄奘大师的译场亦乃五百八百。而且参与此些译场的人，皆乃教内大德，智慧渊博之大德法师，如僧肇、僧睿、道融、昙影、慧远等等。用今时之话，此皆乃博士教授一类；故今时即使倾其整个大学之师资亦难以企及。可见古人对翻译事业之谨慎。

然为了顺应世间的方轨，度化众生的方便，则非一味不得译白。我也见到过许多翻译得很好的白话文，但仅限于因果、感应和训诫类；亦读过已经变了味的白话翻译。所以说，虽然是汉汉相译，也要应该具足十项必要的条件，方可为之。

然山僧亦不建议直接翻译经藏，何以然？此三藏教者，皆乃如来金口所说所制，或由法王子等，借佛威神所说，如上妙醍醐，纯乳无杂。后传此方翻之，由梵汉之明僧大德而译。虽符佛义，然由于梵字其义多含，又与汉文语势有别，传入此方之时，文字或有残缺，翻者或有删补等等，故与原典，文必稍略，如浇水乳。又历代解经者，于一词、一字尚解有异，故今若再翻为白话，必使后来好简懒惰之人，烦于参阅原文，从而直接领会所翻白话之狭义。使得难于领会经文之奥义，甚至乖张大义，使得读者难以受益，委屈经典。若再辗转教他，则使翻者、流通者更是罪过无边，后患无穷也。

佛教古典经论翻译白话文的要求：

1.是一个虔诚的出家僧众或者皈依弟子；

2.要有一定的佛学资质和深透的见解；

3.最好学大小乘戒，各宗派法五年以上；

4.要有一定的古文功底；

5.要直译，不能像某些现代翻文一样，添加许多修饰词等；

6.古人用笔，言词简略，或多省去主语，或一语多意，或旁引博证，故若有补译等文，应加括号或标记；

7.不能发挥自己的理解，要尊重原文，字字句句直接译白；

8.白文表达不准确的，要保留原文，只添加适当的注解；

9.原文应与译文交叉：一句原文，一句译文；或一段原文，一段译文；或全白附原文（短篇）。不得单独流通整本白话翻译，要使看的人能有所对照。

10.要注明翻白的人物和团体名字，最好注以短小的简介和翻译过程中遇到的问题等等。

有此十条则可尝试翻译，即便这样，也实在是不容易的事。前四条是对翻者的要求，后五条是对译文的要求，最后一条就是对学习的人的要求，让大家对译文有所抉择。但还是应该十分谨慎，十分仔细。正所谓一时教人以口，一世乃至世世教人以文，切不可草率而为，害人害己，否则苦报定是无量无边。

若稍有信仰或者欲深入佛法的人，还是应该尊重原典为妙，多读多诵，不懂的词语可以查查词典。至于一些经论的白话翻译，若是已有正知正见的佛弟子，用作词意的参考也未尝不可。

学习佛法时，可以先看像虚云老和尚、印光大师、弘一法师、谛闲法师等近代比较容易读懂的高僧大德的论述；然后再去学习像蕅益大师、莲池大师、传灯大师、延寿大师等明宋高僧的论述；最后再慢慢往前推看知礼大师、湛然大师、智者大师等历代祖师的论述。总之，历来公认的高僧大德的著述，已经是汗牛充栋，浩如烟海，今生的可研习有余，而且不会走弯路，获益甚大。所以初入法海之人，最好不要图一时之快，大量地阅读现代学者，缁素四众的读物。自己又无法眼，真假难辨，稍有不慎，则适得其反，故诸学人不得不谨慎啊！

2013癸巳年六月

## 儒释道是一家吗？

某尼僧问：请问法师，儒释道是一家吗？

答：儒释道是中华民族文化的基石，是不可分的，但也是不能互相取代的。最早夏周礼制，再之孔老布道，最后佛教传入，为适应此方众生的根机，也经过了一段对立不容到各得其所的阶段，中间的确也有一定的掺糅。然其三教，有共通处，亦有不共之处。

憨山大师云：“为学有三要，所谓：不知《春秋》，不能涉世；不精老庄，不能忘世；不参禅，不能出世。此三者，经世出世之学备矣！”佛法者又有五乘之说，实则同为一乘实相，其中人天乘者，儒、道亦与之相合，不相违背也（有相通之处而非等同）。何以然？佛门讲为人之本，当受持五戒不犯。儒家者，乃敦其五伦不犯，正所谓仁者不杀、义者不盗、礼者不邪淫、信者不妄语、智者不饮酒也。儒家道教极重孝道，佛教亦然，例如目连救母、光目救母等等。又道教之吞气化精，修行成仙，乃升天之法。佛门亦讲持好五戒之外，应行十善，进修四禅八定，此亦乃往生天道之法。此所谓三教相共之处。

然儒教主张三纲八目，建功立业，平定天下为其宗旨；道教主张，舍世修行，炼丹羽化，飞仙成神为其宗旨。而佛家则认为：世间功名再大，终如梦幻；天道之寿命快乐再长，终不免堕落，继续轮回。故佛门主张离俗出家，弃欲修行，普度众生，令一切有情同得解脱为其最终目的。

然佛门修行，初心之人，凡情易动，故居于山林旷野者多。苦修办道，谢绝一切世缘，待得道证果后，则入世救度生身父母，乃至一切六亲眷属、芸芸众生，同出苦海。非为俗人所说，厌世消极，不求上进；而是蓄积德养智慧，以作佛事之资粮也。此则乃是与儒道不共之处也。

又佛门讲一切法皆乃佛法，若是已悟之人，行住坐卧，无不是在示现佛法——世间之中经商做官也罢，居于深山修行也好，都乃度化众生之方便。若是佛法尚且不明，生死大事又无着落，而却偏于研究世俗外典、琴棋书画，修炼身体，妄求神通，乃至看风水算卦等，此则皆乃生死轮回之法，去道甚远，与佛教半不相干也！若狂妄自大，明明自己贪染爱欲不舍，却大放厥词，肆言此乃方便摄受众生之法，此则更是无惭无愧之人，不足为信。若死后，亦必去地府报到，分分偿还，百劫千生，做牛做马，不得出离也。

2013癸巳年六月

## 圣人用教，不专自立身德言教

问：法师您好，有人说，老子和孔子都是佛菩萨的化身，为什么您说他们讲的法只是人天乘，不应大加受学呢？

答：山僧曾见阅资料所明，确有记载，例《冢墓因缘经》、《万善同归集》、《竹窗随笔》、《广弘明集》、《辩正论》等经论，皆有引用记载，孔子、颜回和老子乃菩萨所化，既诸祖有引，吾等后学自当凭信。凭信者，乃是凭信祖师智慧，持戒清净，绝无欺诳之言，至乎考究一事，则唯佛究竟了知。

古来儒释道三教互有争论，亦各有说辞，如儒家之博取佛教之奥，自立心学，然却反毁佛教，道教之伪作《老子化胡经》显自宗胜，亦是污蔑佛陀，此皆乃古来好诤之嫉妒愚人自赞毁他之言，实不足凭信。然诸佛菩萨方便无量，应机说法，绝无虚妄之言，亦无欺诳之事，虽经文之所引，名曰孔老为菩萨所化，然经本多已散失，至乎后人创编，或确乎其事，今则无由考证。故佛氏门人，自当化诤于理，更不可虚添妄事，以显自胜，缘何？佛法清净，如来金口教诲，佛子当如实而为，以戒为师，方可不负佛恩，不滥圣教。

然吾等须知，诸佛如来度化众生，虽不拘一格随类应化，然其所宣，则有开蒙、立法、显理、标德、修道、证果之别。虽其同为大圣所出，然由所对根机不同，虽出一处，诚不可不辨其权实曲正也。何以然？例如父母对其三岁小儿所讲，走路要绕过水沟，吃饭要洗手等，虽菩萨大人早已决明，然所对物机愚蒙故，其所讲者亦为浅下。

儒道之法，正是如此，二圣于未化之人民，先施开蒙决道之法，为行佛事而成熟众根也。若已顺化者，则不可执此而废行于无上菩提。又如调达尊者，亦乃菩萨所化，然所示现，则与孔老大相径庭，自立僧团，破僧害佛，犯下五逆重罪，堕入无间地狱，此即反面教材，警之后学莫犯其尤，然吾等可学其行乎！例举则明，圣人用教，不专自立身德言教，而是唯有慈愍蒙昧，辅佐大觉之弘化。故吾等切不可轻言孔老之小。正如子曰：“无思也，无为也，寂然不动，感而遂通天下之故”，寂然而感通者，正乃真空之妙用也。老曰：“道可道，非常道”，道之实道，不可以言宣，又老子五千文出，无法而不立也。

由此可知，二师之智德秘密而伟大，然其所传，则极为隐晦，内之性德，只微显露。其弘宣之法，则以开其愚蒙，立其伦常，幽显自然无为，为其宗也。若详其所教，则未尽解脱之良方；未立戒德之仪式；未详行持之浅深；未显自性之万德，正如子曰：“未知生，焉知死”，老曰：“吾有大患，及吾有身”，本来生死、吾身，迷之即为大患，悟之反成妙用。故知其二师所示，则未详尽生死之源，未普施真如之慧观。

故吾等佛子当知，切不可执其开化之教，而令行人大加受学，颠倒本末。若如此而行，则真是陷没孔老应化之功也。又前之所说道者，应知有三，老子之所传，名为道学；其所注疏，或依其所论者，名为诸子百家之道家；若供奉三清神祇，方术炼丹，求长生，谥老之名曰“太上老君”，道祖名者，名为道教。其名虽三，然皆以老子为主尊，老子因由道教，而妇孺皆知，道教因其老子，而玄理有依，故其三者，统名为道也。

2014甲午年

引用：

《万善同归集》

永明延寿大师著

《起世界经》云：『佛言：「我遣二圣，往震旦行化：一者、老子，是迦叶菩萨。二者、[孔](" \l "0_0)[子](#0_0)，是儒童菩萨。」』明知自古及今，但有利益于人间者，皆是密化菩萨；惟大士之所明，非常情之所测。遂使寡闻浅识，起谤如烟；并是不了本宗，妄生愚执。

《佛祖统纪》

宋景定四明东湖沙门志磐撰

冢墓因缘经○止观我遣三圣化彼振旦。辅行仁义先驱真道后启。清净法行经。光净菩萨彼称[孔子](#0_0)。迦叶菩萨彼称老子。月光菩萨彼称颜回。

贞定王(介元王子)元年。郑列御寇隐居郑圃著书称。[孔子](#0_2)答商太宰曰。西方之人有圣者焉。不治而不乱。不言而自信。不化而自行。荡荡乎民无能名焉。其书八篇名列子。

张无尽论曰。列子学[孔子](#0_3)者。[孔子](#0_0)圣人也。尚知尊西方之教而学者未读其书。便以排佛为务者何也。

《观无量寿佛经》义疏卷上

西湖灵芝崇福寺释元照

“又列子云昔商太宰嚭问[孔](" \l "0_2)[子](#0_2)执为圣人。[孔](" \l "0_0)[子](" \l "0_0)对曰西方有圣者焉。不治而不乱不言而自信不化而自行等。文中子曰佛法西方之教中国则泥。以至后世儒者多以佛教为西方者乃此土西天竺国非今经所谓西方也。”

**《**护法论**》**等亦云之

《大般涅槃经疏》卷第十二

隋章安顶法师撰

如清净法行经云。迦叶为老子。儒童为愿回。光净为[孔子](#0_0)。若如前解佛则认归。若如后解方便施与。若开一切文字。皆佛正法。

《释迦方志》卷下

唐道宣撰

史录曰。商太宰嚭问[孔子](#0_2)曰。孰为圣人。[孔子](#0_0)曰。西方之人有圣者焉。不治而不乱。不言而自信。不化而自行。荡荡乎民无能名焉。老子西升经云。吾师化游天竺。善入泥洹。

《广弘明集》卷第四

大唐西明寺沙门释道宣撰 归正篇第一之四

老子周公[孔子](#0_2)等。虽是如来弟子而化迹既邪。止是世间之善。不能革凡成圣。其公卿百官侯王宗族。宜反伪就真舍邪入正。故经教成实论云。若事外道心重佛法心轻。即是邪见。

**《**辩正录**》**亦云之

《法苑珠林》卷第五十五

西明寺沙门释道世撰 辩圣真伪第一

故史录。太宰嚭问[孔子](#0_2)曰。夫子圣人与。对曰。博识强记非圣人也。又问。三王圣人与。对曰。三王善用智勇。圣非丘所知。又问。五帝圣人与。对曰。五帝善用仁义。圣非丘所知。又问。三皇圣人与。对曰。三皇善用时政。圣非丘所知。太宰大骇曰。然则孰为圣人乎。夫子动容而答曰。丘闻西方有圣者焉。不治而不乱。不言而自信。不化而自行。荡荡乎人无能名焉。据斯以言。[孔子](#0_3)深知佛为大圣也。

《佛说灌顶冢墓因缘四方神呪经》卷第六

东晋西域沙门帛尸梨蜜多罗译

阎浮界内有震旦国。我遣三圣在中化导。人民慈哀礼义具足。上下相率无逆忤者。震旦国中人民葬法庄严之具。金银珍宝刻镂车乘。飞天仙人以为庄严。众伎鼓乐铃锺之音。歌咏赞叹用为哀乐。终亡者身衣服具足。棺椁微妙香烟芬芬。百千万众送于山野。

## 学佛七问

1.你真诚吗？说任何话，做任何事情以前，看看你能否做到心口一致，否则一切的言语行为都是谄曲心、虚伪心在作怪。

2.你善良吗？在起心动念、说话做事的时候，看看是不是都是自私自利，有没有真正地为别人着想，自己所做的一切是不是会伤害到众生，而不是一味地我行我素，自以为是。

3.你平等吗？有的人看到一只虫蚁，一只小动物都会发起慈悲心，知道他是未来佛；但是看到一个贫贱的人和一个富贵的人的时候，心里却是轻慢和攀援。完全两种不同的心态，那是为什么呢？这都是我执在作怪，名利心在作怪。

4.你慈悲吗？有的人口上总是说“我是佛弟子”，还经常劝导别人要不杀生、不吃肉；但是自己却从来什么也不忌讳，认为这是圆融，认为佛陀开许我们吃三净肉。其实并不是这样的，三净肉是为了能够完全斋戒而设的一个善巧方便。若是你真正有慈悲心，知道这一切都是你的亲生父母，你还能忍心吃得下去吗？佛入灭后，在《楞伽经》《涅槃经》里也是谆谆劝导一切佛子不应该吃肉的。

5.你快乐吗？有的人刚学佛的时候充满信心，但是时间久了反而越加烦恼。这是为什么呢？很简单，就是他总是执着一切好坏善恶——别人做得顺眼的，他就欢喜；做得不顺眼，他就要生烦恼。自己从来不去检点自己，总是喜欢看别人的好坏；修行也是总去修理别人，不去修理自己。那么即使他学得再多、懂得再多，那是一点用也没有的，那不过是一些佛学知识罢了！

我们修行人，应该是学佛，学佛的身口意，去包容一切善的、恶的。我跟他有缘，我有能力劝导他，那我们就应该柔和善顺地告诉他，让他明白。若是没有缘分，或者自己没有智慧，他根本就不信服我们，那么就应该好好地反省自己，多与人结善缘；多忏悔，学习经教，长养福德智慧；而不是盲目地去呵斥别人，引起争论。那样即使你讲得再对，也失去了学佛的意义。佛法是无诤法，有时候，默然一笑，比讲再多都有智慧。

6.你充实吗？有的人耐不住寂寞，总是喜欢到人多的地方，聚在一起就是谈论人我好坏，是非不断。总以为自己是做得最好的，别人都有毛病，或者就是喜欢议论别人这点不如法、那点不到位。其实这都是自己内心不充实的表现。他不管别人爱听不爱听，就是只知道倾诉自己的苦恼，倾诉完了，自己还是周而复始。很少时间静下心来反思自己，或者读读书、念念佛，反而却是把自己辛辛苦苦修行来的一点点功德福报都损掉了。

我们修行人，应该善护口业，学会去赞叹别人，学会聆听，学会安静，多思维修。这样我们才能慢慢地与佛法相应，内心也会充实起来。而不是只去宣讲给别人，而自己不去受用。

7.你健康吗？阿难问佛，我们的病应该如何得到治疗？世尊说：“有十二种药可令我们的病痊愈：第一，慈悲喜舍是药；第二，谦让作小是药；第三，赞叹大乘是药；第四，有恶能改是药；第五，有过能悔是药；第六，毁骂不动是药；第七，敬上念下是药；第八，爱念他人是药；第九，敬老怜贫是药；第十，低声软语是药；十一，具足正见是药；十二，誓度众生是药。”请问，这些药你都服用了吗？

2012庚寅年八月

## 山僧眼里的“幸福”是什么？

曾经听到有人问道：什么是幸福？很多人的回答，无非是升官发财、健康长寿、家庭和睦之类的话语；简单地来说，无非都是为了实现自己追求名利的欲望。但若是依我来看的话，概括起来则有三件事可被称为幸福。

### 一、孝养父母

父母为养育子女受尽辛劳，正所谓“可怜天下父母心”。十月怀胎，日日如同重物附身；还在襁褓的时候，则时时需要照顾呵护，不能暂刻离开；幼儿的时候，则时时需要看守，如影随行地跟在身边。当还是婴儿的时候，慈母总是躺在自己尿湿污秽的地方，却让孩子躺在干燥洁净的地方。母亲用自己的乳汁养活婴孩的生命，而这乳汁却是由母亲的血液变成的。父母给孩子喂食的时候，必定先亲自尝一下冷热，是否适宜。为儿女洗濯屎尿等不净秽物的时候，从来不畏惧辛苦劳累；等到儿女成年的时候，又整日为其劳心费神，而且任劳任怨，时时祈祷神灵，为子女赐福；又经常倚在家里的门槛边守望着，等着子女早日回家。父母操劳一生，只为儿女一切都能平安；不求得到任何回报，只愿儿女早日能够成才。

所以我们最大的幸福，莫过于父母还能健在人世间。若不孝顺父母的话，则天地之大都不能容受，纵使死一万次也都不觉着多，而且死后一定会招来地狱的果报。如果能够孝养父母，就像富豪显贵的人一样，还可以积累更深厚的福德，一生都会感觉幸福吉祥，天堂大门都为之敞开。因此，如果能够孝养父母，这才是第一幸福的事情啊！

### 二、听闻佛法

从无始久远以来，我们都在生死中沉沦，在六道中轮回，不停辗转，不能出离，真正是苦多乐少。刚得到片刻的欢喜，转眼又是忧愁；当得到想要的东西时，却又唯恐失去，喜爱的东西总是不能长久。很多人，一生都在奔波劳苦，却总是得不到满足。即使刚得到一点名利，却又把福禄给损耗了。虽然家里有妻子儿女，谁能料到子女却都不孝顺。一生之中，难以遇到良善的人，却总是碰到冤家对头，乃至各种难以预料的天灾人祸。面临病痛死亡的折磨，更是苦不堪言；这份苦楚煎熬，财势是无法解决，儿女也是难以替代的。刚刚还是气宇轩昂、翩翩潇洒的少年，转眼间又白了头发；等到快要死的时候，看到的只是一番假哭假闹。这不是跟一场梦幻一样吗？其中的无奈又向谁来哭诉呢？仔细想想真是苦不堪言、痛不欲生！

而这一切，都是因为不明真相、颠倒执着的缘故！不知道善有善报，恶有恶报，丝毫都不会差错。动了什么样的念头，就会感招什么样的果报，是分毫不差的；即使这一世不会报，那也一定逃不过来世。红尘俗世如同梦幻泡影一样，不应该再继续贪恋执了啊！仅仅简朴的衣服，简单的饮食，就可以通过修行得到永久的清闲自在。所以能够听闻到佛法的道理，才是最幸福的事。

### 三、出家修行

虽然能够听闻佛法，但却身处红尘俗世，每日便少不了为柴米油盐操心，为事业家庭等奔波忙碌。本想着修身养性，无奈事业还没有着落；本想着静下心来，无奈却放心不下子女。最后到了晚年，却又时日无多，人老珠黄、神志不清，谁人见了都不再喜爱。操劳了一生，未得到片刻的清闲，身心尽被各种琐事杂务牵绊着。这种日子叫人心里难以安稳，实在是有苦说不出啊！一生的爱恨情仇，都是为了那个红颜佳丽，谁知道甜言蜜语的背后，却又换来了多少心酸。贪爱嫉恨，如影随形一样地伴随着终生，哪里比得上僧人半日的悠闲啊！

所以出家修行，放下儿女情长，过着一钵万家饭的生活；穿着一身简单的僧衣，即可随意游历千山万水；一生之中悠闲自在，则可阅览万卷的经典——这是何等洒脱的事情啊！这样才叫英姿飒爽，风度翩翩。

当道业成就的时候，身心自然也就安乐了。这样生死大事有了着落，只等着世间缘分尽了的时候，便可以进入永恒安乐的涅槃境界。即便今生没有成就，也可以在临终的时候，得以往生西方极乐世界，从莲花里化生，得到不退转地，永远脱离六道轮回的痛苦。所以，若是能够出家，这才是最最幸福的事情啊！

2013癸巳年二月 随心日记

## 礼赞阿弥陀佛发愿忏悔文

无比尊贵的阿弥陀佛啊，我祈祷您！我赞美您！

无比尊贵的阿弥陀佛啊！

您是在这阴风凛冷，苍茫巨夜之中，一盏灿烂无比的明灯。让我在这荆棘满地，沟壑林离的黑暗中，看到了光明的希望。

极为殊胜的阿弥陀佛啊！

您是在这无边无际，茫无方向的航海之中，一座璀璨闪耀的灯塔。让我在这浩浩无垠，黑风怒涛的波澜里，看到了彼岸的方向。

大慈大悲的阿弥陀佛啊！

您是那正在嗷嗷待哺，需要乳水喂养的婴儿时，一位细心呵护的慈母。让我在这刚刚坠地，不能自理的岁月里，找到了温暖的臂膀。

您那巍巍浩瀚，无尽无边的功德，是我用尽这世间所有华丽的语言，用尽我毕生的生命，不停地演说，也无法称赞得了的。

愿您记忆那初行菩萨道时，所发下雷霆般震彻法界的大愿，加持我，护佑我。

愿我能往生到您的国度，聆听您宣讲一切经藏、法界真理，究竟证得圆融无碍的智慧。

愿我能往生到您的国度，聆听您宣扬一切诸佛的大愿、一切菩萨的行持，我愿随学，直至证得圆满无上的佛果。

愿我往生到您的国度后，能在您的加持下，分身无量百千万亿，到十方佛国，十方浊恶无佛的世界中，不知疲倦、无有间歇地称扬您的名号、赞叹您的功德！愿他们都能求生到您的国度中，证得无生法忍。

愿我往生到您的国度后，能在您的加持下，不舍大悲，回入娑婆，报答父母、国家、众生和佛陀三宝的恩德。让一切俱缚的凡夫，仍然轮转在六道中的众生父母，早得解脱。

我是您那任性而又冥顽不灵的小儿。我真诚地发露，至诚地忏悔，往昔一切身语意的罪业，一切前念现念后念，念念生起的贪嗔痴，一切违背誓言，屡忏屡犯的恶习。

若是没有您的庇护，我将继续沉沦；若是没有您的救拔，我将痛苦轮回。请您护念我吧！请您摄持我吧！伟大而恩德深重的阿弥陀佛啊！

我涕泪交流地祈祷您，我心髓肺腑之中，无时无刻不在祈祷您。

请您恒时地加持我，恒时地愍念还在无边苦海之中，一切无助的众生。只要有任何众生发愿往生您的国度，请您千万不要舍弃他，请您悲愿无尽地加持他。愿我代受他们应受的一切罪业，愿他们皆能往生您的国度，证得无生法忍。

请您保佑我、加持我这罪障深重、流浪他乡、迷失本性的故子吧！我无时无刻不在想念的慈父啊！

南无西方极乐世界大慈大悲阿弥陀佛！

2013癸巳年三月十七

## 问：末法时代学佛，可否只念一佛、一经，不用学习经教？

问：末法时代学佛，可否只念一佛、一经，不用学习经教？

答：在回答这个问题前，我们先来看看这个时代的现状。其实末法并不是法末，而是人业障深重的年代，烦恼炽盛，我见犹重。很多修行人不是二宝居士，就是在家法师。一些在家居士得少为足，贡高我慢，不恭敬三宝，轻慢僧众。有些修行人亦是缺乏持戒意识，驰名骛利的又很多。这都是读了一两本书，看了几则禅机，甚至学了几年经教的人，都会犯的毛病。为什么呢？其实原因很简单，概括来说即为三条：

一是自己根本没有学透。若真是彻悟，就不会有一切人我是非、好为人师的过失。从而独悟本真，长养圣胎。若龙天推出，因缘成熟，亦可随缘度生。

二是没有博览经教。说东偏到西，说西偏到东，智光忽明忽暗，自己不知道的就认为没有，自己没见过就以为不存在。不知道诸佛如来法门无量，度化众生的方便亦是无数。正如《法华经》云：“种种方便，引导众生。”不知诸佛接引众生，可谓慈悲广大，可、不可说之方便，实难思议。经又云：“日月灯明佛，能六十小劫不起于座。时会听者亦坐一处，六十小劫身心不动，听佛所说，谓如食顷。”又龙树菩萨，到龙宫里，见到《华严经》上本有十三千大千世界微尘数偈四天下微尘数品；中本有四十九万八千八百偈一千二百品；下本有十万偈四十八品。其上、中二本都不是凡人的心力能够受持，何况其他方等、般若等部的经典呢！由此可知，我们这个世界所能见到的经典，也不过连大千世界中的一粒微尘都不到。故知如来之方便设教重重无尽，广大无涯也。假若一个佛弟子，连我们这个世界仅有的部分经典，都没有广学博览的话，讲说经教又怎么能尽善尽美呢！

三则就是很多人，根本没有持戒修行的意识。只是嘴上说，而不去行持，解行偏功、执理废事的多。如印光大师所云：“出言则高于九天之上，行事则卑入九地之下。”故自己都做不好，又何谈利益别人呢？比如一个人生了病，自己的病都不会治，还去治疗别人，只怕是到头来，损己而不利人啊。

故知既然是人末，那就要诚敬谦和，博学经论，以身作则，学修并进。否则好坏是非都不分了，单持一句佛号，念一部经有啥用！到临命终时，财富名利、家庭子女都放不下，耐得阿弥陀佛有再大的愿力、神通道力，也拉你不走啊！况且在没命终时，又不明理，烦恼一起来，没有佛法的观照力，又去造恶。甚至因无知而诽谤正法，护持邪师，流通刊印邪书，还以为作了很多功德。只恐怕临命终时，神魂颠倒，又入轮回，至于何时再能解脱，就不得而知了。正所谓：“一失人身，则万劫难复”啊！

谛闲大师之弟子，显荫法师，精通天台教理，得密宗传承。到头来还不是佛也不会念，咒也不能持，一切学习岂非枉然？况不如显荫者，更是芸芸。若学而未及，行又偏废的话，倘若一场横祸罹临，那就一命呜呼了，又谈什么往生呢？所以我劝一些年轻有能力的佛弟子，要不断地学习经教。起码得把《佛学基础》、《教观纲宗》《印光文钞》等都给学透了，才能把如来说法的仪式和一些宗、教现象等了解清楚，不至于夜郎自大也。

然而，法无定法，要择机而用。比如一个八九十的老头老太太，你还要单执此理，让他博学的话，那可真是本末倒置了。这个时候，应该用各种方便让她生起对阿弥陀佛的信心、对极乐世界的信心，一心念佛而希冀往生净土，到那时便可以一生成佛了。

关于印光大师，有些无知人，妄加评判。不知一代律祖弘一律师，盛赞其为三百年来仅此一人而已。近代诸多大德亦皆不吝褒赞之词。海内外四众弟子，一致公认推崇其为净土宗第十三代祖师。故吾等无智无德、无修无证之人，有何资格妄加评论祖师的本迹，而不去效仿祖师勤学佛法、严持净戒、独厚吾德之精神呢？

若是自己平时修持的种种善根，都做三种殊胜的回向，来成就往生的资粮；到时候就可以功到自然成，花开见佛，悟无生忍，证入实相境界，得三种不退，一生定可成佛。要是人人皆能如此，不去自命不凡、超佛越祖，而老实求生西方的话，则没有比这样更殊胜的行持了。

正如智者大师，临命终时弟子智朗请曰：“不审师入何位？没此何生？谁可宗仰？”师曰：“汝等懒种善根，问他功德，如盲问乳，告实何益？吾今当为破除汝疑：吾不领众，必净六根；为他损己，只五品耳。吾诸师友侍从观音皆来迎我。波罗提木叉是汝之师，吾常说四种三昧是汝明导。”（《佛祖统纪》卷第六下）

简单地说，就是弟子智朗问大师证入什么位次，此后生到何方净土，以后我们以谁我们的宗仰导师。大师回答说：你们平日懒于培植善根，而问别人的功德，就像一个瞎子问牛的乳水是什么颜色一样，告诉了他也是毫无意义的。但是我今天为了破除你的疑问而告诉你：我若是不领众修行的话，就可以证入六根清净位，超凡入圣；而为了能够更多地利益他人，故而减损了自己的修行，只是五品凡夫而已。我的老师和同学道友观世音菩萨已经都来迎接我了。别解脱戒是你们的导师，还有我常说的四种三昧是你们修行的明导。

我们暂不论大师的本门，有少数人多喜欢在这里，不择时机地故意称玄，其实是为标榜自己知见卓绝，智慧超胜。我们只看祖师的示现，是如此地谦卑，只告诉大家自己还是个五品凡夫（佛在法华经里说的余佛，四依大士也），并没有断除惑业而求生西方。而且殷勤地告诉大家要有修有证，切莫只是空谈。后来大师的弟子智晞法师，在兜率内院又见到大师，由此可见，大师实非凡夫也！其所示现之圆教五品观行，亦非通途所论烦恼未断之凡夫位。若有深入天台者，亦无不知晓，今则暂不细论也。大师之境界由此可知，的可分身百界——非但西方有其人，兜率内院有其人，三界火宅中智者亦正在说法也。然大师本高示浅，示现往生，正是为了照顾此时众生之根机，折服众生之增上慢。令其自知惭愧，莫要狂傲自大，得少便休，而应一心求生净土，亲见阿弥陀佛，以期圆满佛道也。

须知，诸如文殊、普贤、马鸣、龙树等诸佛菩萨，乃至智者、永明等禅教大德，无不精通三藏而又志生西方。故吾等博地凡夫，又怎可再懈怠修学，舍却西方呢！

雪相

2012壬辰年六月 万年禅寺

## 佛门讲生病之缘由、如何治疗及辨症

古人粗茶淡饭，填饱肚子就可以了，而大多数都很健康；现代人饮食讲究，不仅吃各种美味，还服用贵重补品滋养身体，却依然身体虚弱。这是什么原因呢？因为现代人大多不信因果报应，放纵自己对五欲（色、声、香、味、触）的享受，不明白生命长寿健康的种种道理而任意妄为。

本来我们的法身，是真实不虚伪而且自在安乐的，但却由于迷惑，不了知法身的自性是什么，从而遭受各种苦楚。生病的缘由，是众多因缘交互的作用，所以难以辨症；但如果不辨症清楚，那么就会久治不愈，苦不堪言。古代三国时期的张飞大将军，千军万马都不惧怕，却在一个“病”字面前无可奈何，败下阵来。看到这些情况，我也非常的感慨，于是就对疾病的种种原因稍作阐述。愿众生都能身体强健，并为此努力勤修善业，自利利他。

### 一、由业障导致的疾病

现世短命多病的人，都是因为前世今生造了各种杀业，或违逆父母，或诽谤佛、法、僧三宝，或鞭打众生等各种业力的感招。这类人应该多多拜忏，忏悔自己的罪业，转变自己的心念，疾病便可随自己真诚悔罪的程度而改善，甚至痊愈。

还有宿世以来的罪业轻一点的，也可引发今世的恶缘，旧业新业掺杂在一起。这些情况也都应礼佛忏悔，不再造这类的恶业，加以正确的治疗，端正身心，注意避开寒热风邪，知晓各种禁忌，自己适当防护，那么病就会痊愈了。

又或者有破戒犯戒而引发业障的情况。这种情况主要表现为生病、意外死亡，那这就是恶有恶报了。如经典中记载，佛在世时，宝莲香比丘尼虽受持菩萨戒，私底下却行淫，并称行淫不属杀生、不属偷盗，没有业报。说完这话，她下身便生出猛火，将其节节烧尽，后坠入无间地狱。

又或者有严格持戒、精进修行而引发业障，病苦缠身的情况，这是由重罪转变为轻报的相。正如玄奘法师的师父，印度那烂陀寺的戒贤论师，大病缠身，苦不堪言，甚至想要自杀。后来文殊菩萨等大士显现在他面前，告诉他这病是因为他过去生当国王时杀人作恶太多了，而显现重罪轻报的相，他这才不自杀。

辨症：病理简单，但是久治不愈，经常反复发作。或者疑难杂症，无从下手，各种药都无疗效。

### 二、德行卑劣，触怒鬼神而被打，或者由于过去世的怨债导致冤家附体

对于这一类病，应该念佛持咒，内心观想佛、法、僧三宝的神圣形象，端正自己的身心，祷告三宝加被，祈求诸位护法神护持，那么这类由魔患导致的疾病自然就好了。

辨症：无缘无故犯病，忽然癫狂，像中了邪一样。

### 三、四大不调和而产生的疾病

这种病说起来就非常多了，这也是引发业障或者鬼神类疾病的助缘。患者自己不注意，从很冷的地方一下子去到很热的地方，或者从很热的地方一下去到很冷的地方，或者寒热湿邪侵入体内、邪风侵入全身，骨节酸拔、湿热上火、炎症化脓等，这些现象都是四大不调和的表现。

如果能知道病因与对治的药方，那么通过正确的治疗就可以痊愈。如果没有良医良药，在治病的期间也可以将注意力集中在脚下、肚脐间，乃至在任何时候都可将注意力集中在脚下。因为人的六识：眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识，其中五识都作用在头部，因而，若平时六根攀缘外物太多，就容易虚火上炎，失眠多梦，目赤烦躁。这时，如果行住坐卧，多把心安住在脚上，就可以治疗百病了。

又有不顺应自然规律、天地之道而导致疾病的情况，比如多淫多欲。在家的男女，到了三十而立的年纪，身体调达，脏气充盈，肾精脏气七天就可化育，所以在第八天可行一次夫妻房事。到了四十岁，身体渐渐衰弱，精力不足了，半个月才行一次。到了五十岁则每月一次。过了六十岁，或者大病初愈，身体先天精气已经不足，或者受重伤没有治愈，没有恢复元气的人，就应该完全断除淫欲，以便让剩余的精气滋养自己的天命。这样既可以保全性命，众多疾病也不得而入了。

另外行夫妻房事应注意避开日食月食之类的天地异象、日月星三光的露天场所、风雨冰雹的天气，以及客堂大殿等洁净的地方，还有父母的祭日、三宝圣诞日或斋戒日。否则恣意放纵的话，轻的身体受到损害，重则就会丢掉性命了。

例如印光大师曾劝一个在家大病初愈的居士，一定要清静自守，意思是要他在一百天甚至一年之内禁欲独居，在身体彻底恢复元气之前，不可行夫妻房事。当时并未直白地说明，后来又想寄一封书信告诉他。然而机缘不巧，这个居士没有慎重对待，不知道防护，最终还是因自己犯了淫欲，从而丧命。我又听说一个老者，古稀之年仍然身体强壮。人们问他有什么秘诀，老人便回答说：吃五十年的独睡丸。（宋朝包宏斋，八十八岁依然体健神旺，受封作枢密使的官。有一次朝廷官吏宴会，贾似道猜想包必有特殊的养生术，在席间问包。包说：“我有一服丸药，但这是不传秘方。”贾似道欢喜请教，包缓缓地说：“因为我吃了五十年独睡丸。”满座宾客听了大笑，但也都敬佩包宏斋能戒淫五十年，因而到老依然精神强健。）

所以，既然知道了这个道理，就应该慎重对待，不要犯同样的毛病。清净不淫的人即便独处的时候，也应该杜绝想入非非，并且不要做猥亵的事。为什么呢？因为天地鬼神都能察觉，因果也是非常微细，这都是不能被欺瞒的。如果心里不能自守、行为乖张，就会导致肾精化为淫气，助长欲望，使自己无法控制，这个时候又怎么能养护自己的身体呢？而如果神智清静的人，精气就会转化为生命的元气，来滋养脏腑，先天之本的肾，便会根深蒂固，这样就可以对治各种病邪了。

或者有的人容易生嗔恨心，容易发怒，脾气很大，为人处事缺少祥和之气，没有平常心，心胸不开阔，心量比较小等等。这种情况也能使身体的气力耗散，元神不固，肝气郁结，轻的因此而患疾病，重的可能因此而毙命。比如受到大的惊吓、大喜大悲、好生闷气、爱烦恼、喜欢骂人、亏孝（不是不孝，而是没有尽善尽美，没有让父母心生欢喜，反而让父母担忧。比如顶撞父母，或者让父母为子劳作等一切有损福德的事情），比如故意打断别人说话，以及一切不符合礼仪、威仪的情况，都可导致百病丛生。

又或者吃得太多不消化，要么狼吞虎咽，要么边吃边看，谈话聊天，心思没放在吃饭上，原来吃的食物还没消化，而又去吃一顿，以及过多地食用肉类（动物临死时怒怨愤恨，导致尸毒遍身，即便高温烧煮也不能去除）、激素药物、零食、快餐等等。

又或者劳形劳神，身体受到了损害，思虑过多，六神不得安宁，工作没有节制，或久行或久睡，神志昏沉身体困乏。早上卯时以前不起床（卯时以前即当地时间五点以前。五点后大肠经运行，如果不起床大小便不能及时排泄，导致淤堵），晚上戌亥时还不睡眠（11点以后是胆肝经换血排毒的时间，这时应该熟睡）；神情郁闷，气脉淤滞郁结；或者故意憋大小便，上气下气隐蔽在体内，得不到正常的运行和排泄；或不听医生的嘱咐，不遵守各种禁忌。

总之，由于五劳七伤（五劳：《素问》五劳所伤，久视伤血，久卧伤气，久坐伤肉，久立伤骨，久行伤筋，是谓五劳所伤。七伤：大饱伤脾，大怒气逆伤肝，强力举重、久坐湿地伤肾，形寒饮冷伤肺，形劳意损伤神，风雨寒暑伤形，恐惧不节伤志）而使体力衰竭，未老先衰，提早丧命。比如很多现代人，事业、感情、学业的压力非常大，悲苦忧愁，有的甚至自杀，让亲人悲痛不已。一生虚幻，仿佛一场噩梦，让人不得不惋惜啊！这种种疾病，能得到良医良药就可以治愈。

辨症：自己不注意而外感风寒湿热，内燥火旺，或者自己不节制，由于种种欲望而触发病因，因此而得病。

### 四、禅病

这类病智者大师在大小《止观》、《次第禅门》中有详细说明，这里就不录入了。

除此四点之外，致病的原因细细说来还有很多，比如缺乏运动。古人说：流动的水不容易腐坏，经常开关门的门轴则不招虫蛀。所以说无论是年轻人还是老年人，都应该多锻炼身体，比如打打太极拳、八段锦等传统养生的拳法。

每天晚上临睡前，静坐半小时，这样就可以安顿一天的疲劳烦躁了。果真能够这样坚持的话，一定能有助于健康长寿。一切诸法都是心的造作，一切境界都是业的感招，所以设法调制自己的心念，透彻明了般若智慧，也能使疾病痊愈。

天台宗三祖慧思大师，修行法华三昧忏，他所居住的山洞经常下雨，湿热熏蒸，导致浑身浮肿；然而大师还是毅力坚强，继续拜经，不久就痊愈了。所以，如果礼敬三宝，怎么会得不到诸佛的护念，得不到良医良药呢？我在众多古代感应录的书中，看到因深心至诚祈祷三宝，而感应到各位菩萨护法等圣贤天众送药救治的事例也有很多。所以，如果虔诚依靠仰止三宝的威力，也是可以令疾病痊愈的。（建议多念“南无阿弥陀佛”，阿弥陀佛愿力洪深，能治疗众生身心疾病。《月灯三昧经》云：“非但身疮平复，一切病苦痛患，专心念佛病苦总除。”所以通过这部经得知，若遇到重大疾病，病苦逼迫，无法医治的情况，行念佛三昧不间断，一切病苦都是可去除的。）

后来大师入夏安居，二十一日内，便得到了宿命通，于是便更加倍勇猛用功，忽然在禅定中遇到障碍，四肢软弱，身体不能自主。于是心里便作意念观照：“病从业生，业悉心起，心缘不起，外境何伏，病业于心，都如云影。”这样观察，便消除了颠倒妄想，像从前一样身心轻安了。由此可见，不但外力能治疗疾病，如果能靠自己的力量深观诸法皆空，透达实相，那么疾病也能得到痊愈。追根溯源，一切无非是业力感招，千万种境界无非是自心所生的幻象而已。

然而修行的人，或已近黄昏的老人，或即将死亡的重病之人，则不应再过分执著于健康长寿。为什么呢？寿命再长，终会死亡；身体再好，也必然会衰竭败坏。如果只求健康长寿，便滋生了贪欲；由于增强了贪欲，那么修道的念头就会减弱。因此在这种情况下，应该持有平常心，经常想到人生的无常、因果报应的可怕。从而发起自利利他的大菩提心，精进修行，并且老实念佛，求生西方。如果寿命已尽的话，那么即刻便可以往生西方极乐世界，超凡成圣，一生的生死大事也就从此了脱了。如果还未到寿终的时候，则可以承蒙阿弥陀佛的愿力加被，得到佛光照耀，从而获得安乐，身心自得康泰了。

总之，一切疾病多是由于自己不注意，或者由于过去世的业障深重而引发的。所以无论如何，都应该时时忏悔罪业，念念守住内心的清净。有病就求良医良药对症下药，并且深切祈求三宝加被，以及护法神的加持。平常则应多读圣贤书，使自己的志向清明，多做好事，不做恶事，那么身（种种病苦）、心（颠倒妄想）的各种疾病就都可以去除了。

安隐僧雪相

时维 2012壬辰年11月 书于寂静地

## 佛弟子居家修行准则

宗旨：勤学诸法 严持净戒 老实修行 同生净土

信念：慈悲喜舍修心 诚敬谦和处世 无贪诸苦无种 忍辱最为第一

准则：

1.真诚做人，凡事以他人利益为先。

2.杜绝名利，不贪财，不贪虚名。

3.杜绝口业，不骗人，不骂人，不讲他人过失，不传是非。

4.不浮夸，实话实说，言出必行，诚实守信。

5.不随便与人谈玄说妙，而应多诵持祖师语录，互相激励道心。

6.多读多结缘因果类、祖师传记类、感应类之书籍，长养道心。

7.随缘劝化有缘人，多念佛，多诵经，求生西方。

8.不好为人师，讲说佛法，不以奇门经咒，显异惑众。

9.不诽谤持戒、破戒、无戒之僧宝，亲近贤善，远离弊恶之人。

10.不诽谤议论国家政治，遵守国家法律，热爱祖国。

11.不诽谤议论其他宗教经典，不抑他扬己，不赞叹外道。

12.不悭贪小气，随时随力做一切世间善事和出世间善行，上供三宝，下济群生。不以善小而不为，不以恶小而为之。

13.做错事情，真诚发露，不与他人产生隔阂，若有隔阂当力求婉和。

14.每日忏悔业障，具足威仪，柔和善顺，不恼乱别人。

15.不多疑他人做事发心好坏，不求他人理解自己，一心但自反省，而去理解他人。

16.勇敢而虚心地接受他人的批评与意见，但不可随便去批评与指责他人。

17.同参道友，互相帮助，增进道业。依止指导法师或依止《法华经·安乐行品》、印光大师等祖师语录、经典定期学习修行。

18.不到处参加集会、法会，应于随缘所居处老实修行，听闻正法，积极护持三宝事业，做一个正直慈悲的修道人。

19.万事要有平常心，大事小事难事敢于承当，随缘处理，不攀缘，不迁怒于人。

20.做事不应总记得为别人付出了多少，希求他人能知恩图报，而是应时刻省察自己哪里付出得还不够。若受别人恩惠，当涌泉相报。

21.初学佛者，应及时依止善知识，应仔细考察，谨慎抉择。或直接依止经藏，例《印光法师文钞》《虚云和尚语录》《藕益大师全集》《莲池大师全集》等（至少仔细看两遍，或熟记者可成依止），为自己日常行为之绳墨。若已依止善知识修学时，则不应再怀疑思量善知识一切如法不如法之言语行为，应尊重承侍自己的善知识，不辞劳苦，无私奉献。

23.除历代各宗派公认的祖师传记、语录、经论外，禁止阅读现代僧俗论著，除依止之善知识审阅允许流通之现代读物。

24.准则所立者，恪守不废；章程未立之善行，尽力而为。

安隐僧2012年

## 山东大学毕业发言稿

尊敬的各位来宾：

大家上午好！

在发言之前，请允许我以最挚诚的心，代表本届所有学生，向我们山东大学哲社学院哲学系佛学社的指导教授陈坚老师，还有每次上课也好、考试呀、登记啊等等，为我们忙里忙外不辞劳苦的许老师，还有辛勤为我们讲过课的各位法师、各位老师、各位善知识，致以最真诚的感恩和祝福！祝愿大家安安稳稳，莫急莫燥，知足常乐，吉祥如意，阿弥陀佛！

因为在接到学校通知要发言的时候，正好在路上，还有好多事情，也没有用心准备。就在刚刚赶到山东的时候，在一个居士那里，用他家的电脑，用了十几分钟，草草打了一份发言稿。可能话语笨拙，文辞粗糙，还望诸位老师，同学莫要耻笑，多加包容。

时光荏苒，岁月如梭，在山东大学的学习，仿佛只在一眨眼间便悄然而逝。我们在这个秋高气爽的季节，一个收获的季节，又重新相聚在这里。或许这是大家最后一次相见，或许这又是一个新的开始……

庄子云“吾生也有涯，而知也无涯。”学院的学习的确是已经告一段落，但是佛法的修学才刚刚开始。初学者，以纲要性、总体性的鸟瞰式学习，更容易使我们了解佛教大概，从而投其所好，任凭有缘而专一深入。学院里我们的陈坚教授、许老师慈悲，正是为我们了解佛法大概和相关思想的联系做了充分的导引。从教外之老庄思想、佛教文学与考古，到教内各宗各派，例如天台、华严、唯识、净土、密宗等主要宗派的认识与深入，奠定了很好的基础，在一个完整的平面上，给与了大家任意抉择的平台。

俗话说：万丈高楼平地起。我们都是博地凡夫，而佛法也不是知识。我们不是看一个人懂得多少佛理，念过多少经，就说明他已经大事已办了、就是大修行了。佛法只是标月指，佛法只是地图，如果学习了而不去实践，那一切皆是枉然，在烦恼面前，毫无观照能力。

比如只要大家接触过佛法的人，大都读过《金刚经》。《金刚经》有一句话叫“凡所有相，皆是虚妄”，意思是说，我们这个世界也好，有情众生也罢，还是任何喜怒哀乐的情感、令人羡慕的事业、爱情，乃至一切苦难、灾祸，这都是虚幻不实的，都是了不可得的，都是没有一个实体存在的。要是有实体的话，那快乐的将永远快乐，烦恼的也就永远烦恼，谁也不会得到解脱了。

明白这个道理的人很多，但是真正遇到一切好坏境界的时候，才发现并不是把这些遇到的境界“虚妄”掉了，而是把刚才讲到的道理给“虚妄”掉了。所以，佛法不是知识，但也离不开知识，正所谓天台宗有句话叫“教观双运”，如车之双轮，鸟之双翼，不能偏废也。所以我们既然学习了这么多，就不能辜负老师们的辛勤培养，应该身体力行才好。

大家虽然有不同的生活环境，有不同的身份，但是既然来到这里学习，那都是抱有一个共同的目标，就是对佛陀的信仰，对解脱的渴望。所以既然有坚定的信仰，那就要好好学习教理，找准方向，然后身心力行，从而契入实相，自觉觉他，觉行圆满。

法不孤起，仗境方生，我们能够在这里学习不是一个人的力量，也不是一个老师的力量，也不是一个学院的力量，而是学院提供环境、老师提供指导、同学们互相陪侍、社会给予支持，哪怕是一砖一瓦、一草一木、还有我们学习的教室等等——种种因缘才促成了我们学习的因缘。所以说，每间教室、每位老师、每位同学，对我们的帮助都是不可估量的。所以我们要学会感恩，正如《华严经》云：“其有众生，不知报恩，多遭横死，生于地狱。”

那我们应该怎样去感恩呢？是去给老师送礼，还是给学校送锦旗？我想这些都不是，这都是形式主义。纵观当今士商之俯仰，社会生产GDP之“大跃进”，和我们老百姓实际生活之“怪现状”，我深切地体会到一句话，那就是——形式主义害死人啊！所以我们感恩的体现应该是学以致用，做一个有学识、有道德、有修为的出家佛子或在家居士。各自在自己的位置上，扮演好自己的角色，“诚敬谦和处世，慈悲喜舍修心”，让身边的外道、亲人、朋友，感受到一个佛子的慈悲与宽容，感受到佛法之伟大。这才是真正的回报学院、回报老师大德们的辛勤培养，这才是对佛教弘扬做出真正的贡献。

在此毕业之机缘，雪相在此愿与每一位同学、每一位佛子共同努力，做一个对老师负责，对自己负责，对众生负责，对社会负责，对整个人类负责的新时代的佛弟子。最后衷心地祝愿大家，在以后的日子里继续努力，为我们学院添加光彩、为我们佛教添加光彩、为我们赖以生存的伟大祖国的和谐与强大做出贡献。

我们要用实际行动去做，而不是只喊口号。就像是这段时间中央电视台的民生互动栏目，所提出的问题：爱国的体现是什么？我认为作为一个中国人，作为一个佛弟子，就应该一言一语关心别人，一举一动影响大家，持好五戒——不杀生、不偷盗、不乱搞男女关系、不欺骗他人、不肆意酗酒，慈悲、真诚、宽容、大度，不给别人添堵，不给国家添乱，这就是爱国的体现，从而尽显匹夫之责、佛子之责。希望我们共同努力，以身作则，穷则独善其身，达则兼济天下，兼济芸芸众生。

阿弥陀佛！感谢大家！

2013年10月13日 雪相 山东大学知新楼

## 善信参访记——初学佛浅谈

居士：（前面录音残缺）

师父：我也上网，主要发表一些说说，很简短性的。因为想靠网络弘扬佛法，即使弘扬得再深，只是让人起到一种引导性的作用，也只是让人明白一些很表面的意思。真正的佛法的学习，是需要师承的；没有师承的话，是很难得到佛法真谛的。

就像在网上学习修理计算机，或是修理汽车一类的。即使查再多的资料，就如同纸上谈兵一样，真正去实战操作的时候，往往很多问题找不到答案。或者看看它明明写的就是这样，为什么达不到我预期的效果。然而，若是有经验很丰富的，很有资历的维修专家指导你，你就明白了：噢！原来是这个问题。还有些手法的熟悉等等，那都是在实践中产生的。

佛法也是这样，很多人都可以讲得头头是道，天花乱坠，有些人一讲让人感觉好像他已经大彻大悟了一样。但是你实际看看他的言语行为，就可以看出来他到底有多少修为，或许通过一件小事，立马就能显现出来。开车的人可能都有这种经验：假使你在路上开着，突然有一辆车，很无理地就把你挤到一边，或者撞了你的车尾，还赖你的不是；或者你在晚上开车的时候，他开强光不停地照你，让你什么都看不见。这时候，我们赶快自我拣择一下，看看第一念生起的是什么？是抱怨？还是同情？是理解？还是无奈？通过这些小事就可以看出自己的修为。然而这都是很肤浅的修为。进一步来讲，如果有人觉着自己很有修为了，我要是“啪”给他一个耳光的话，有可能什么修为也没了，非和我打架不可。

讲这些的目的，其实就是为了让我们明白一个道理，那就是修行不是看你懂多少知识。但修行也离不开知识，佛法是可以拿出来交流的，但是你自己的实修实证却是讲不出来的。佛门讲一句话叫“如人饮水，冷暖自知”，比如说我喝的这杯热水，我感觉并不是很热，但我要给她家那个小宝宝，他一喝的话，有可能感觉就是“啊呀，烫死了”。他的感受是，这个水是很烫的；然而对我这种特别爱喝热水的人来说，因为经常受这个热水的洗礼，可能感觉已经很一般了，麻木了。

佛法也是这样。刚学佛的人，才学了三天两天就感慨地说：“哇，师父，我现在感觉像遇到了春天一样，生活真美好。”最后越学越困惑，越学越倒霉，甚至越学越感觉不舒服。为什么？这是因为没有一个真正的老师在引导你，佛法是靠影响的。中国古人讲：“三岁看大，七岁看老。”小孩你看他以后有没有成就，你看他小时候，他身边是什么样的人。小孩子小时候没有辨别好坏的能力，很容易受到外界的影响，所以才有孟母三迁嘛。我看孟母真是一个有智慧的人，只是给他孩子创造了一个良好的环境来影响他，就成就了一位圣贤之人。

人先天的业力改变不了，因为他先天的业力已经成就了。如果他生下来，就已经成就男儿身，那就是男身了，若生为女身，那就是女身了。但是后天这个环境是可以改变的，这个有很大的抉择性。所以佛门讲不能认命，即使是坏的命，又怎么样！你可以改变、可以创造，只要你找到一个如法的方法，就一定能改变命运。就像《了凡四训》上那个袁了凡一样，不就是很好的例子吗。

也有人学佛学得很迷信。刚学了两天三天，没有达到预期的效果，就说没有因果报应，认为自己做了好事为什么没有回报。其实这个很简单，这是因为你付出的太少了，刚做了一点点事情，就想得到丰厚的果报。还有一些人本来就是个“业障鬼”，对佛法，对三世因果一点信心也没有，根本没有正知正见。不知道一切的修行，不论遇到任何情况，曾付出过多少努力，甚至换来了恶的果报，也都要深信：三世因果真实不虚、佛陀的教诲绝无虚言。只是自己往昔的罪障深重，还没有受完，或者现在做的努力还不够，或者是自己做得不到位；但是因果无谬，一定会得到回报。

这个都是要靠对佛法坚定的信心建立起来的。因为从一开始，无始劫来，我们凡夫的脑子里没有佛法这个东西，要是有的话，你自己就觉悟了。这是给你一种新的思想，指导你重新建立人生价值观，给你重新定位。在自我的历练中，是完全没有一个先见的经验给你做指导的。比如女人生孩子，若是生过孩子的话，第二次就有经验了。但这个修行成佛的“孩子”你从来没有生过，生错了就下地狱啦。所以说修行佛法，一定要有善知识做引导才好。而一些傲慢的人啊，或是自以为了不起的人，都会远离善知识，然后自以为是，以为自己学到了很多，其实都是世智辩聪而已，一点实义都没有。

你要看看自己有没有按佛说的去做。人本来有五毒：贪、嗔、痴、慢、疑。我们先来看看这个贪念：贪财、贪名、贪色，你看看你这个贪心，到底有多少心量。以前为一块钱我能和别人打架，现在十块钱了，这就是进步。

即使作为我们出家人来说，虽然方外之人，但是我们一样也要生活。出家人也只是一个凡夫，并不是说，出了家他就是圣人了。而不是像有的人一样，处处看出家人的缺点——师父你怎么这样，师父你怎么那样。他不知道师父也是人啊！师父也是一个凡夫啊！只是有的师父修行好，有的师父修行差一点，量的大小不一样而已。当你量大到一定程度的时候，才能从量变到质变；你的心跟虚空一样大的时候，那就不用变了，当下就是。

所以说，学佛要找准方向，首先要找准方向。《楞严经》讲“因地不真，果招迂曲”，你先看看自己学佛的目的是什么？我是为了得到财富，还是为了得到长寿？还是为了得到自己解脱？还是为了成佛？根据你发心的目标不同，会决定你这个修法力量的不同。如果你只发了一个贪图名利的心，那哪怕是诵《法华经》，这部具有无上利益的圆顿妙法，也会成为世间名利之法、地狱之法。为什么？发心不正啊，方向搞错了。大乘佛法讲什么啊？唯在发心，看看自己发什么心。就我来说，普渡一切众生，跟地藏王菩萨一样，地狱不空，誓不成佛，众生度尽，方证菩提。因为我发一切诸佛的愿，都是我的愿——既然他能发出这个愿来，我也能做到。他也是从凡夫过来的，他能做到，为什么我做不到？只有你心量不够大。

居士：师父啊，像我们，大都是发的名利之心啊。以后做任何事，还真是得看看自己发的什么心。真是惭愧啊。

师父：这一点能做到就是贵有自知之明啊，你能认识到自己发心的正确与否以后，就可以学习佛法了，就可以看看自己是不是一个修行人了。而有的人发心大小，邪正偏曲，他自己都认识不到，那有什么用？你若是认识到了，那就不用怕了，即使你发了名利心、发了恶心，也不用怕。为什么？当你造了恶，得到恶果报的时候，自己就觉醒了。因为你自己知道，你一开始发心就不正，跟别人没关系。假如一个出家人，他教理学得很好，但他犯戒了，这个不可怕。为什么？因为他知道自己犯戒的结果是什么：毁害了佛教的声誉，让自己堕落，让正法速速衰亡，罪过很大，日后还要去地狱受苦。所以就不会去怨天尤人，因为这是他自己发的。

所以说，先鉴别一下自己的发心，当你发大心的时候，福德、财富一类的，那都是一个小的利益。好像你去超市里买了一万块钱的东西，人家矿泉水白送给你。有的人却是拿了一块金砖：“来，给我来瓶矿泉水”，就好像是用佛法在做一些大材小用的事。佛法本来最基本可以让你了生脱死，而你非要做一些世间的事情，那就有点大材小用了。若我们用功修行，当想做世间事情的时候，就会自然成就，而且可以得到更大的利益。所以说，人这个发心是非常关键的。

居士：以前我想到的都是功利心，为了儿子。我下定决心，有这个信念，我信这个肯定什么都会好起来。但是，总的还是功利心的。

师父：这个慢慢来，因为每个人进门的深浅不一样，一开始学佛的最初因缘也不一样。有的人学佛是因为感觉这个生活太苦，后来他学了佛以后，他的目标就是为了离开这些苦就好，当然这个满足点就很低。有的人一开始学佛就想成就一番事业，他事业没有成就，他永远觉得佛法没有学到位啊，虽然是扭曲了佛法的真义。

而对我们来说，这个佛法，那是永无尽头的，因为我们发了度尽众生的大愿，而这个法界众生是无量无边的，所以我们这个事业也是永无尽头的。虽然我们的菩提心，不断地发，然后又时常退失，还没有圆满又退掉，但我们会不断重发，因为凡夫就是这样，心性意志薄弱。因为菩萨道难行能行，难忍能忍，难舍能舍，要彻底无私地利益众生，满足众生，那是非常不容易的。

但是不怕你退，就怕你不发。只要是发了大心，虽然暂时退了，但是你可以继续发，一点一点的不断地坚固自己的愿力，这样终有一天会成就。就好像这个种子一样，你要先把它种下去，它才会有开花结果的那一天；你不种下这个种子去，那即使阳光水分再充足，那也长不出什么来，因为没有种子啊！要是这颗种子非常的强大，虽然这个土地再贫瘠，环境再恶劣，一旦机缘成熟，它就会成长。你应该知道，即使是一颗植物的种子，都可以几百万年不坏。而我们种下的这颗“菩提心”的种子，是金刚种子，只要你种下去，就永远不会坏，总有一天会开花结果。即使现在你舍不得这个世间，贪着名利，贪着这个世间感情，但总有一天你会在这里边觉悟的。

人在生命最后的时候，有再多的金钱也用不上了。因为即使是一个人再有钱的人，当在生命和财产之间二选一的话，他也会毫不犹豫地选择生命，他不会选择金钱。比如一边是一千万，另一边要你的命，没有说给我一千万，不要命的。因为什么人都知道，要钱不要命有什么用啊？没命享受，要那么多钱干嘛，所以一定是我要这个命。你看电视上也经常演，皇帝一旦将一些犯了错的宰相啊，或官吏贬为贫民的时候，啊呀，他立马就会跪下，哭哭啼啼地喊“谢主隆恩啊！”因为他认为能做平民也不错，死不了就行，他认为生命是最重要的。这也是我们无始劫来的一个坚固我执，这就是你痛苦轮回的因缘。所以说一定要找准方向。现在发这个心，你要知道这个发心是不究竟的。

佛法这个宝藏是非常大的，如果只去做那么一点点事情，拿佛法来做这一点点事情，那就有点舍本逐末了。就像是佛门里的一句话，叫“入宝山而空回”，光在里面转了一圈又回来了，再一世继续轮回啊。有些人就说了：“哎，师父，你看有的经文讲了，我只要读过一四句偈，日后总会解脱。”是啊，道理没错啊，但是日后这段时间长着哩！别说你了，就是没有结过缘的，他日后总会解脱，总有一天会结缘，因为菩萨的愿力是无尽的呀！而你是不是在这个无尽的众生里，再落到无尽的时间里头，无量百千万亿劫过去了，还只是去结缘呢。

所以说没事的时候，自己多思维一下生活之苦啊！生活是没有一个真正的快乐的，你所有的快乐都是短暂的。短暂的快乐就是一种苦，我们叫坏苦。人的苦就这么三类：行苦、坏苦，还有苦苦。我们所感受到的离别啊，伤心哪，死亡啊，还有冷啊，热啊，疾病啊，这些苦它本质是苦；所以，我们把它叫做“苦苦”。还有我们感受到所谓的快乐呀，天伦之乐呀，朋友之乐呀，这都叫“坏苦”，因为这都是不究竟的。一般来说，其实人是没有一个真正朋友的。为什么呢？你想想之所以大家成为朋友，是因为都是在相互利益，在没有受到很大损害的情况下是朋友。而你今天把他的母亲给杀了，那立马就会变成仇人了；今天我把你企业整垮台了，那朋友情也不存在了。

那天我们还讲嘛，假如一个人生了一个儿子，天天抱着，感觉这小宝贝真好啊！突然有一天知道，这儿子不是他的，然后上医院一检查，啊呀，真不是。接着他就会想把那孩子丢掉，就会赶快跑到家里，跟老婆吼道：这是你跟谁生的？这不是我儿子，赶紧给我丢出去。所以我们看看这个父子之爱是什么？它也是一种坚固的我执，因为孩子是我的。我们昨天不是看电视嘛，有个人养了十年的孩子，突然发现有一天不像自己了，两个人一查，真不是自己孩子，那感情立马淡了一半，然后就赶快去找自己的孩子跑哪里去了。其实这就是一种坚固的我执，因为根本没有这个真感情存在。

父子之间哪有真感情啊？父慈子孝，我们认为挺好，但要是父不慈，子不孝呢？能出几个舜帝哪。跟舜帝一样，他父亲要杀他、害他，他还孝顺父亲，现在哪有这样的？你要杀我，害我，把我丢出去，那儿子还会回来报仇呢，现在弑父弑母的太多了。孩子对父亲也是这样：我对父亲很孝顺，他特别喜欢我；要是我每天回去揍他一顿，那他会怎么样？很有可能他就会大喊：“你这个逆子再也不要给我回来！”我有很多同修，他出家了，他家里就都不要他了。为什么啊？因为父母认为让他们颜面扫地啊！让他们颜面扫地，听到没有？

所以说，佛看透了人情世态，才给了人一个究竟觉悟的方法，让你修行得解脱，不要执著这个虚假的东西。但你们要会听，并不是说一讲这个，大家以后不孝敬父母了，这样可是大愚痴之人啊！讲这个的目的，是告诉你不要再起颠倒了，不要去妄加执着。但是父母的养育之恩，那是比海深、比山高啊！所以作为子女的，一定要孝敬父母，尤其是在家人更应该承欢膝下，体贴孝顺父母，为世人做表率啊！

居士 ：…… 这就是定位要定好。

师父：这就是自己小的利益面前，再定一个大目标，只有究竟成佛才能得到真正的快乐。

居士：定位要定好，不要纠结一块钱的利益。

师父：对。当你有一个宏远的目标的时候啊，即使你小的利益发生了一点点的变化，或者是不如意，甚至是完全没有实现，那你的心还是很坦然的，因为我有很伟大的目标在这里摆着。要是一个没有目标的人，或者是他所有的目标就是要这个企业一年创收100万，而如果最后变成赔款100万，那他目标全部粉碎了，于是就自杀了。因为自己没有更大的目标啊，所有目标和希望都成负的了，那他自然就承受不住了。假使这个人，有一个更远大的目标，比如他想我做这一切的目的，就是想到了晚年的时候，和儿女们享受天伦之乐，这是我根本追求的目标，最终就是要幸福快乐些。那他做这个事业，今年要创收100万，最后赔了100万，刚要自杀，再一想：我还要创造美好的生活，到晚年享受天伦之乐呢，这个目标还没实现，不行，不行。于是就会继续再想办法。

而怎么能让人永远没有失望？那就是把目标定到最终极。什么是终极目标？就是成佛。这个目标是最宏远的，永远不会破灭的。所以说每一个人跟我有缘的来到这里，我并不会告诉你，说你这个事业以后会多么赚钱，让你身体多么好；在我这里，只有一个法能告诉你，那就是什么是真正的、永恒的快乐。你追求这个快乐，才能得到真正的快乐。这也是我们佛法的根本，是我们大乘佛法的根本。这个摆清楚了，你再问我：“啊呀，师父我们再谈点什么事”，那样就有意义了；否则的话，我就是个半仙了，成了个点子公司了。

以前有人经常找我说：“师父，你看我这个公司，或者是我儿子起什么名字好呢，师父慈悲给起个名字吧？”一开始我很讨厌的，后来想了想，罢了、罢了，还是跟你结个缘吧，哪一天你儿子知道是个和尚起的名字，当他来找我，我把他度出家了，学佛度众生去了，哈哈，那么起这个名还是有意义的。

所以说，当我们的目标正确的时候，我们所做的一切才叫“方便”。如果你的目标是为了得名利，那所谓的方便，即使是做得再高尚，也是龌龊的。假设我就是想让你，以后怎么怎么供养我，或者让我得到多么清高的名声啊。我来给你讲这个，我的心发歪了，那这就是不正确的。而你一来，我发一个心，你来的目的就是让你明白什么是佛法，什么是大乘佛法，让你发起对大乘佛法的好乐之心。哇，那这个功德是无尽的。我不要这个名声，名声自然就来了；我不要这个供养，天神自然感动。人家感动的不是你多么棒的口才啊，或者多么好的东西，而是你这种精神是值得的，这就是我们僧人应该有的本职。

用现在的话说，我感觉自己有时就是个佛门愤青啊，看到一切与律文祖制背道而驰的，就想告诉有缘人，不要去犯类似的错误。但有些人就觉着太意气用事了，真是个愤青。但是在我看来，历史上很多祖师都是愤青。没有愤青的话，佛法怎么前进？你看现在的人，看到有的人一去发言，讲一些感觉社会太腐败啦，或者这个社会太庸俗之类的话，就大吼道：你怎么这么愤青？但没有这样的愤青，社会怎么改革？我觉得现在的国家主席习近平就是个大愤青，只不过人家是一个有智慧、有胆识的愤青，所以他才能抓得那么紧，有条理、有计划地进行改革。仅仅短短不到一年的时间，就看出来了，其效果是有目共睹的，非常显著的，因为他的理想很纯真、很高尚。而有一类愤青是无知的、茫然的，是没有一点智慧的，这种人叫盲目的愤青，那的确是不可取的，只是给自己徒增烦恼罢了。还有一种愤青，他是有理想、有抱负、有高瞻远瞩的智慧的，像这样的愤青，那真是应该多一点。

我们想创造一个安定和谐、文明昌盛的社会，目标定得非常得高，即使做不到，那也会非常的不错。就像是学习游泳一样：今年学游泳，我规定自己能游20米就行了，那你游15米有可能就受不了，有可能18米就放弃了，还有2米就很难坚持。但是今天发心，我一定要游过长江去，有可能已经游了200米，还会觉得自己还能再游一点。所以说把目标定得长远，用榜样的力量来激励我们，自然就会勇往直前。

我的榜样是祖师，你的榜样自己可以找一个。要想做一番事业的话，那也去找一个品德兼优的好的企业家作为榜样，他们大大小小都有一些能令人学习的地方，因为有许多人，也没有很好的基础，有可能一开始的平台更低，但他做得非常好。所以说，自己有一个很好的榜样，就会给自己一种激励，从而影响自己。

还有，自己心中要有一杆秤，不要随波逐流，别人说什么就偏到什么地方去，要把这个根本的原则坚持住。我们佛法的原则就是一个菩提心；世间人经常讲的原则，那就是诚实守信。

居士：（修学）佛法没有大的（发心）……？只发善心不做坏事，就这么一点点狭隘的发心，也还是不懂佛法。我是王居士带我入门的，又遇到这么好的师父，所以我的心念还算比较坚定。

师父：一个人学佛，他对佛教有这种好乐之心，这是一个宿世的善根，所以他能坚持一些事情，或者他有一个很好的性格。这个时候，虽然先天有那么好的一个品质，但还是需要有后天环境的熏陶。假如你碰到一些邪师邪友，那永远是以盲导盲，相继入火坑，一路走到黑了。这就是虽然学佛了，却是从光明走向了黑暗，学了佛法，本来是光明的，但是由于学偏了，所以就越走越黑了。

居士：但是我现在有一点比较明确，就是以前他们说到哪里算命啊，道教的那个地方，我亲戚经常到道教的某个地方去询梦，做什么事都要到那里去询，我就坚持不去。

师父：对，这样还好。但是这种坚持啊，在不明理的情况下，就会坚持得很无奈，很彷徨。就像这个算命一样的，命到底有没有啊？有的。命我们叫什么？叫“业”，就是你先天的造作。比如你这一世造的一切善恶，就会决定你来世的好坏，是人、是鬼、是畜牲、还是地狱、还是天道的众生。

比如持好五戒，下一辈子做人的人，这五戒持得精严与否，就会决定他为人贫富贵贱的高下。如果兼修下品十善，就是不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语、不两舌、不绮语、不贪、不嗔、不痴，行这个十善，虽然做得不是很好，但他也在去做，有可能下一辈子为人的时候就非常好，因为这十善是往生天道的因。所以即使我们做下品十善，那转生为人，还是非常好的。

如果我们在为人的时候，虽然不杀大的众生，但经常杀蚊子，杀苍蝇，那下一世身体健康就可能非常差。然后我们老偷盗，下世就比较贫，或者是偷税漏税、捡便宜，这些原因，都可能导致下世贫穷。如果我们这世嗔恨心非常重，别人一说什么，我就不满。我们说“一念不满即为嗔”，心里老是怀着一个不平、愤恨的心，那下世就会长得比较丑陋，生下来就青面獠牙的，长得很难看。

人长得庄严，佛经上讲是从什么地方来的？是从忍辱中来的。他长得庄严，就是说这个人前世心性非常温和，非常忍辱。假如这个人面相非常慈祥，我们第一次见到他，一般人都会心生欢喜，下一次还想见到他、亲近他，无形之中这个人，人缘自然就好，机遇自然也就多了。

而另一种人，一脸横肉，横眉怒目的，当我们每次见到他的时候，他都板着个脸，看起来气势汹汹的，若是去到他家里也会感觉很难受。为什么？因为磁场不好。而磁场是什么呢？其实就是一种气啊，一种心气。气不好呢，风水也不好，什么都不好，到他家里很拘谨，越坐越难受，我是亲身体会过的。这样的话，那他自己的家庭生活，也会非常不祥和。正所谓家和万事兴嘛！心中没有一团祥和之气，生活怎么会美满？因为即使是再亲的亲人，再好的朋友，谁也不愿意跟这样的人接触。那大家生活在一起，家庭怎么会好，人缘怎么会好，生活又怎么会美满呢？所以说就这么一个简单的道理：能修忍辱的人，下一世自然庄严；能修布施的人，下一世自然富足。

为什么是下一世啊？这是一个三世因果。为什么有的人这一世行善积德，反而遭受恶报呢？有一句古话叫“好人不长命，坏人活万年”。就是他即使做了很多好事，为什么还会被车撞死了？这是因为他上一世造恶太多了，这一世显现的只是上一世的业。这一世他行善积德，下一世才会成熟——就像是种瓜得瓜，种豆得豆，他种的因有早有晚，那就会成熟得有早有晚，先种的有可能先成熟。但这个也不一定的，这个还是跟你发心的猛烈与否、机缘条件是不是成熟有关系的。有的业力不用等到来世，今生就会成熟；有的业力可能来世成熟；而有的业力有可能要经历无量百千万亿劫才会成熟。这个是不一定的。

现世成熟的，我给你举个例子，现世立马得到回报的。比如我到街上去，看到一个身体健壮的人，我过去“咣”给他一拳，有可能他立马会把我稀里哗啦打一顿——这是现报，谁让你去找他麻烦？这叫现世现报，因为它这个机缘条件很成熟。什么条件？他比你强壮，你还找他麻烦，他比你能打，你还想去揍他，所以说你会立马得到回报。

还有可能这一世造了业，下一世成熟。我们也是看这个人临死了，他特别地痛苦，然后我们给他买了很多药啊，给了他很多帮助，后来他死掉了。那他来报恩帮助你的这个善报，就不可能立马就成熟。有可能当你下一世为人的时候，然后他再投生为人的话，那他就会来帮助你。假使他作恶多端下一世不为人的话，那这个业力就不知道什么时候成熟了，这就是不确定什么时候成熟的。

还有种下了以后，也有确定今世晚些时候成熟的。很著名的一个例子：

一对外国的老夫妇去一个小旅馆投宿，旅馆满员了。当时有个服务员就跟他们说，你们不要着急，就你们两个人吗？我给你们开了一个房间去睡吧。然后呢，这一对夫妇在那里睡了一晚上。第二天去结账的时候呢，这个小伙子说你们睡的是我的房间，不属于客房，所以不用付钱。后来这位老先生就告诉他，像你这样的好员工，是每个老板都想要的，或许以后我会帮你盖一栋旅馆。过了几年，这个小伙子就收到一张飞往美国纽约的飞机票，后来又给他一个地址。去了以后，他又碰到了那一对夫妇。然后那对夫妇，指着一栋大楼说：“这个以后就由你来管理，以后你就是这儿的经理。”其实那一对老夫妇是富豪，而这个年轻人就成为了这家酒店——华尔道夫饭店的经理。而这座酒店在纽约是非常尊荣的、很有地位的，也是各国高层政要访问纽约时下榻的首选。

你看这就是现世造了善业，就成就了福德显现的机缘，条件是他自己创造的。这说明现世种下的善因，现世就报。

总之，就是说人种了这个因啊，他这个果报是不一定什么时候成熟。有的是现世报，但大部分是来世。

其实因果报应，每时每刻都体现在我们身上。我对你笑，你也欢喜。你一进来我把你骂一顿，有可能你就会说：“啊呀，你这个师父怎么这个样？快走了，快走了。”报应随时随地都在显现的，只是愚痴的人看不到而已。就像是牛顿吧，他不是发现苹果从树上掉下来（发现了万有引力）了。这个苹果从树上掉下来谁看不见？农民天天看见，看了好几千年了，为什么他没发现地球引力啊？这就是人有智慧和没有智慧的区别，所以说我们要做一个有智慧的人。

你明理了以后，才不会被这个东西所迷惑：这一切都是我造作的，该发生的躲不掉，不该发生的我遇不到。只要现在做好了这个人，我不给这些恶因恶缘创造条件，就不会成熟。你现在做不好人，你说想去通过算命啊，得到点什么好报啊，那是不可能的啊，你这个因不正啊。

就像是我们经常举些例子，学佛的人，你对家中父母不孝顺，那你说你是一个学佛的修行人，这根本是毫无利益的。为什么？因为你跟佛说的是背道而驰的。佛说要孝养父母，你不听佛的话，你敬什么佛呀，这是对佛的一种污辱。就好像我见了刘德华，然后跟他说：“刘德华我很崇拜你，但是你唱的歌真是够垃圾。”你说你这是骂他还是崇拜他？

我们去拜佛、信佛，就是因为佛说的真理，能让我们明白人生的道理，我们能去做，这就是信。并不是我们去拜那些金银铜铁，那块石头。因为那些铜块、石头能让你干什么？什么都干不了。我们崇拜他，是崇敬他的那种精神。佛是成就的圣者，我向他礼拜，只是通过一个塑像来表现一种形式而已。所以说即使没有佛，你向着虚空礼拜，观想佛，那也是拜佛。你心中没佛，那你去拜那个佛像，头捣烂了，磕了满头的包，老佛爷也是不屑一顾的。当然，这只是一个比喻，老佛爷怎么可能会不屑一顾，因为他不可能有这种世间的烦恼。

所以说我们先摆正自己的心态，摆正自己的位置。首先确定一点，人生世事无常，这一切关系的维合都是很脆弱的，我所追求的这些世间幸福也是很短暂的。如果你继续想沉迷在里面，那我说的这些话只能对你产生很远的影响，但并不是没有影响。如果你立马悟到，我真的想修行佛法，我想要离开这些，那就起到现世的利益。这也是我说这句话的果报，举一反三，触类旁通，其中的道理就是这样的。

所以说，佛法是什么？佛法就是让你明白宇宙人生的道理，不是让你想得到什么。佛门天天讲，无所得，无所得，其实每个人得的都不少，都是有所得。最后即使你明白了这个佛法，也要把佛法放下。佛法只是一张地图，就像是告诉你往北京怎么走，也就是《金刚经》上讲的那样：“一切法如筏喻者，法尚应舍，何况非法。”什么意思啊？就是说这个佛法就像是运载你到彼岸的船一样，上岸以后就要舍掉了，不能再背在身上了；否则就是有所得，只是空谈论道，而行为与其不相符合了。而且还会因为自己懂得多，从而为自己的烦恼，找一个很圆满的理由，糊弄自己，糊弄别人了。这样自己的烦恼看起来比谁都重，那真正有识之士，谁会跟你去学习佛法呢？你又怎么能去度化众生呢？恐怕只能是忽悠一批无知之徒，损人而不利己了。更何况执着世间名利财色等这些非法之事呢！还不赶快舍。所以听了我说的这些话，一定要发起出离之心，念念觉悟世间是苦的。

但是你们作为在家人，并不是让你完全抛下这些。既然已经是生活在世间，那就要好好地生活着，继续创造你的财富，继续创造你的价值。但是你不执着这个，一切结果的好坏，爱怎样怎样，因为你已经努力了。即使这一世创造再好的生活，在我眼里只不过是你自己造作一个果报，一个梦幻泡影而已。也就是说你自己所做的一切善恶因果，决定了你的财富和事业，你如果不学佛，是难以改变的。

就像是以前听老和尚讲故事，说那个崇祯皇帝一样，说他就是要吊死的。他上一世为寺庙里做沙弥，罪业还没消完，天天干苦工，最后修房顶的时候，掉下来摔死了。但他那个师父有能力啊，跟他的徒弟们说，把他的尸体五马分尸，把尸体丢掉，喂这些众生就可以了，省得买棺材了。后来他的这些师兄弟不知道这是他有恶业未了啊，就哀悯他，把他埋掉了，使他的罪业就没有消尽。所以这一世当皇帝，就做得很辛苦，最后就死得不明不白。

人的这一世，有两种人是不受命运约束的，是很容易突破那个约束的。哪两种人？第一种就是大恶人，十恶不赦的。因为作恶多端，有可能全家就会出车祸死了，被火烧死了。这是因为虽然上一世福报也大，但是作恶折福，急剧地就耗完了，因为他没有足够大的福德能让他再继续生存了。还有一种人就是大善人。大善人又分为两种，一种是世间的大善人，还有一种就是出世的大善人，那就是出家的人，修道的人。

世间的大善人就像是《了凡四训》里讲的袁了凡一样。他是明朝末年的一个秀才，他一开始算命，被别人算准了，哪一年中举人，哪一年得多少担粮食，到了那天就发生，后来他就对人生失去信心了。最后和云谷禅师对坐了三天三夜，云谷禅师说，哇，小伙子你真有定力。他说，不是这样的，他就把先前发生的事告诉了禅师。云谷禅师说，一开始我以为你是个勇士，没想到你是个懦夫，其实人这个命运是可以改变的，你怎么能去消极认命呢！然后就告诉他怎么去改。后来他答应行三千件好事，然后念准提咒，最后就儿孙满堂，高官厚禄了。于是后来自己就写了一本书叫《了凡四训》，告诉他的学生，告诉他的后人，让人明白命运是可以改造的。

还有一种就是出世的修行人，他也是不受命运约束的。为什么？很简单的例子，假如我这一世修行，我的目的是跳出六道轮回。虽然以前种的都是六道轮回的因，因为修行的缘故，就没有成熟的条件了，现在的发心变了，就像是以前的种子变质了，所以就入不了轮回了。而财富呢？太简单了，用某位大德的话来说，我一手一抓一千万，这个手再抓一千万，来钱容易的。为什么？因为他知道怎么来钱，知道在世间中怎么能真正求得福报，所以他只要照着去做就可以了。包括你去追求一些东西，你先明白我做什么才能得到这个果报。就像健康，我做什么样的努力才能得到真正的健康，或者做什么才能得到财富。这样你才是明明白白地活着，死的时候也是明明白白地死去。修行人，就是要明明白白地成就，明明白白往生极乐世界。

学了佛法但不去修行的人，只想下一世过得好一点，那是最愚痴的，因为你只想下一世好一点，万一下一世不学佛呢？岂不是又起颠倒，又开始造恶。修行应该是发愿即使今生成就不了的话，下一世我也一定要投生到三宝家，下一世一定要明白这些道理，继续修行，一定要超越轮回不可。只有这样，才能真正解决这些无尽的痛苦。但修行人最好呢，不要求来世，而是要发愿求生极乐世界，去亲近阿弥陀佛，因为人有隔阴之谜，下一世一投胎什么也全都忘了，又开始造恶了。

而当你的福报越大的时候，能力也就越大，万一学坏了，那岂不是造恶更厉害吗？其后果那才真是叫苦不堪言呢！比如，假使你是个乞丐，即使再造恶又有多少能力造恶啊？你打人也不敢打，你偷东西又偷不来，这样你造什么恶？但你若是是个亿万富翁呢？那你想要造恶就简单了。你偷税就是偷全国人民的，你想杀生的话也很容易杀生，因为你有的是钱。比如你开个渔业公司，天天捕鱼杀生，那可真是造大业了。所以说真正福报的大小，在我看来，最根本是看他明不明白佛法。不明白的话，再大的福报有可能也是罪恶之因。

居士：师父的话让我更加坚定。但是我知道凭我现在这个能力，这个目标达不到，很宏远，但我肯定是很坚定地朝这条路去走。

师父：我讲法的目的，一是让你明白这个世间的道理和出世的道理，二是为你学佛指引一个正确的方向，三是为给你的这个发心找一面镜子。就像一个人给我发信息说：“师父，我感觉这个佛法也很对，但是生活中我就放不下，我总感觉很矛盾。”我看他的根机并不是很好的根机，我就跟他说，你吃的苦太少了，真的，你吃的苦太少了。

佛法经常讲什么？讲让人离苦得乐，就是知苦断集，慕灭修道。意思就是说，让人知道世间是苦，然后断除令人苦的烦恼的集合，再去歆慕不生不灭的真理，最后朝着这个永恒的真理去修道，去证道，从而得到解脱。所以说，只有让他明白世间是苦，让他感受到苦，他才能出离。你太快乐以后，就不想出离了。

我们说这个三途八难啊，就是说这些众生都不会去学佛，不会去修行。这个八难之中，有佛前佛后，盲聋喑哑等，只要生在这种地方，或者处在这个时间段，那就难以听闻佛法，不会去修行。（八难：地狱难、畜生难、饿鬼难、长寿天难、边地难、盲聋喑哑难、世智辩聪难、佛前佛后难。）八难之中有一个叫什么呢？叫“世智辩聪”。什么是世智辩聪啊？就是说世间的智慧他懂得很多，觉得自己很了不起了，于是这些小聪明就障住了他真正的智慧。他只是对世间的这些名利很贪恋，尤其是一些大学者啊，大领袖啊，他在某些方面的成就很高，他就很自负，这种人就是世智辩聪的一类。而在佛门里用两个字的道理就可以把他的成就全部给泯灭了，那就是“无常”。哈哈！不论你有再大的成就，一切终归幻灭。

居士：这不叫贪吗？

师父：贪，是贪，我说两个字，全部就可以给他否定了，那就是“无常”。用无常的道理去观照，你所得的这些成就只不过是些梦幻泡影，没有一个是真实的。这是佛门里讲的最基础的道理。所以说佛法的起始点，就是让你明白这些东西不可得，没有一个能真正得到的。

若是那种根性很差的人，不明白这个道理的话，那就只有不停地受苦了，求不得苦、爱别离苦、怨憎会苦、五阴炽盛苦，种种苦恼缠身啊。而你去到医院里，尤其是一些肿瘤医院或者是专治癌症医院。啊呀！你看那些人，在承受巨大痛苦的患者，他在临死的时候，他认为这是一种解脱啊！一旦死了，他会认为终于解脱了！为什么？因为他真的彻底地感受到太苦了，所以他认为死是一种解脱。一般的人，对死亡是恐惧的，而这种人对死亡的感觉是一种解脱，可见他对苦的认识有多么深。所以说，一般人只有对苦认识不深，才会产生贪恋；若是真正有智慧的人，不用等到自己感受到这些苦，当听到这些道理，或者看到别人受苦，自己就会马上觉悟，然后老实修行去了。

刚才讲的三途八难，还有一难就是长寿天。佛门讲有一层天叫长寿天，那里的天人，因为处在无想定，以为什么都不想就是涅槃，就很快乐了，所以也不会去学佛修行。人呢，也是会这样，若是很贪着这些世间的快乐，也不想学佛了。你想想，假如一个人的生活太如意，要钱有钱，要势有势，身体也很好，今天坐飞机到欧洲去逛一圈，后天到新马泰去玩玩，夏天再去一趟夏威夷岛，他就会感觉生活很惬意，什么都能办到，那也就不会有修行之心了。

我们不可能每个人都像佛陀啊或者是顺治皇帝那样，当太子、当皇帝的时候，就能深深地感受到世事的无常，而且对五欲的追求，并不感兴趣，知道这一切都是转瞬即逝、虚幻不实的。他们都是那种有超常智慧的人。虽然是名利财色都已经达到顶尖的人，是世人追求的物质享受处在顶点的人，但是，他们并不安于这些短暂的快乐之中，而是选择了出家修道。这些人真是大丈夫，他们是最积极的人，积极地面对人生和死亡，这才是最勇敢的人啊。

我们中国的这个社会阶级，士、农、工、商，在古代，读书人的地位最高，再是农民，再是工人，再是商人。而印度最高的是婆罗门，就是宗教人士，就是真理的追求者，这个地位是最高的。这个婆罗门和我们中国的知识分子，在某些方面是相通的。人们对知识、对真理的追求，他永远认为是最高尚的。比如当社会很浮华的时候，人们就会追求真理，因为感觉生活确实太浮华了，一点意思也没有。还有就是感觉生活很痛苦的时候，也会追求真理，因为世间太苦了，要想办法解脱才行。

像佛陀，还有这位皇帝啊，他们能够追求真理，就是因为，他们认为生活的享受虽然达到了一个顶点，但这一切太浮华了，太虚幻不实了，这些享受没有任何真实的意义。其实说到底还是没有得到真正的快乐，因为死亡的问题没解决。古往今来，多少皇帝想长生不老，炼丹采药，但是方法用错了，最后反而死得比一般人还惨。所以说只有通过修行，追求真实的道理，才会得到解脱。而后者，像一般老百姓，当遭受连年战争，或者奴役压制的时候，他也是会追求解脱，追求永恒的依靠的。

佛教所讲述的就是宇宙人生的真相，学佛的目的就是为了让人离苦得乐，得到永恒的解脱。所以说，只有学佛修行，才会从根本解决问题，因为命运掌握在自己手里，个人吃饭个人饱。佛陀是过来人，是和我们一样实实在在的人，是发现了世间的真相，然后修行解脱成就的圣人。所以只要我们按照佛陀说的方法去做，谁都可以觉悟，谁都可以成佛。

而现在很多人对出家人的认识，还是非常片面的。因为受了唯物教育的禁锢，盲目地迷信科学，认为科学是万能的，用几百年的文明，否定了传承了几千年的文明，这是非常盲目与冲动的。就像是我们国家近代受到西方列强欺侮的时候，很多人对西方的崇拜，那简直是到了疯狂的程度。而当现在全世界的人们，尤其是近几年联合国教科文组织，发起的拯救21世纪人类的话题时，又把很多希望都寄托和指归在中国传统文化上了。就像是近代最著名的历史学家和智者，英国的汤恩比博士在《展望21世纪》中说的那样：“拯救21世纪人类社会的只有中国的儒家思想和大乘佛法，所以21世纪是中国的世纪。”汤恩比博士还说：“如果有来生，我将在中国。”而与此同时的中国，却还是处在一种思想禁锢的年代，这是多么可悲的事情。而这样的期望，是多么公平与客观的，是没有任何政治色彩的，这是回顾历史、展望世界史、纵观全人类文明与发展史后的一种真实总结啊。所以说，古人处世的智慧，还有对大乘佛法的真知灼见，是具有科学考验性的，是经得住时间和历史反思的，这的的确确是一门伟大的科学啊。

若不是近几年，尤其是党内开明领导人，像习近平主席、李克强总理的正确决定，在工作会议中，对党内人士和全国人民呼吁，鼓励学习和弘扬古圣先贤智慧的话，有可能受文革毒害最深的儒释道之圣贤还不能昭雪。记得在山东大学听课时候，给我们主讲的陈坚教授引用了习主席在一次电视新闻中所讲的那番话一样，是足以看出，佛法是经受得住历史考验的。意思大概是这样的：“我们不能把中国近百年的失败，全部推在古人身上，而是应该学习和继承古圣先贤的智慧。”

而现在，当我们这些年轻的和尚在外面的时候，有些人甚至还会用惊讶的眼光、不屑的口气问道：“师父，你是不是受了什么刺激啊？你是不是跟你女朋友有什么感情上的决裂？还是你事业上出了什么什么样的情况？”他说这些话的意思是什么？他认为你是消极避世的，他没有一种尊重修行人的概念。这种人，也是一种悲哀，他总是用一些狭隘的思想去思维事情。有些人对一件事情从来没有了解过，也没有调查过，就随便的发言，甚至发表定论，这真的是很可悲的事情。有些人对佛法一点认识都没有，对出家一点也不了解，就去质疑别人，贬低别人，这样是不可取的，也是非常危险的。正如莎士比亚说过的一句话：“千万不可妄自评论你所不知道的道理，否则你可能会用生命的代价来补偿你所犯过的错误。”而一个出家人，一个修行人，要是在国外的话，比如亚洲其他国家啊，还有欧洲啊，或者是美洲这些国家，他们会把你看作一个很神圣的人：哇，您是一个牧师，teacher，神父，您是来传授真理的。他认为你是很高尚的；而在中国，它是相反的，他认为你就是社会的寄生虫。这是近百年来的中国人思想的转变，当然这也是受了西方一些精神垃圾的毒害，还有清朝末年闭关锁国自高自大后，天天挨打的一种错误反省。

虽然在以前，佛教和儒教的思想，有一点的不融合，但是以前的佛教修行人，他是很受人尊崇的。比如一些皇室啊、宰相和官吏等，对禅师的崇敬那更是极致，其学习和交流在历史上太多太多了。像南朝梁武帝的老师是志公和尚，隋炀帝的老师是智者大师，唐朝的玄奘法师也是属于皇室供养的，还有七帝之师清凉国师，乃至宋朝、元朝、清朝等几个朝代基本上都是非常崇敬佛法的，其国师好多也都是僧人，其藏地法王的封号，也都是历代皇帝追封的，像明朝永乐皇帝追封的大宝法王，还有现在达-赖喇嘛、班禅大师的转世，也都是历届中央政府认证的。更不用说像苏东坡啊，白居易啊，这些文人达士了，这些人的禅理佛学有可能比一些出家人都还要好。

而现在人的这个价值观改变了。近一百年来，西方社会入侵中国，靠强大的军事力量打进来，让所有的中国人，都为之屈服。你看电视媒体也好，现在的教育也好，就是告诉人一切往钱看，就是告诉你怎么去赚钱，到处的广告，都为了钱服务。金钱蒙蔽了人的眼睛，使人唯利是图，把道德和伦理放到了一边。整个社会出现了一种虚浮，表面上经济蓬勃发展，实则是社会腐败到底的一种衰相。人与人之间缺乏了一种信任感，存在着极大的危机，仇恨和欺诈充斥着整个世界，太没有安全感了。

以前做好人都是光荣的，雷锋同志，是要大力表彰的；近几十年来，做好事的人，那是迂腐的。你做了好事救了人，甚至有的人却说这个人真是个傻瓜、无知，你怎么能去救他呢？这不是自找麻烦、惹火上身吗？但这也没办法，因为的确存在这种被欺诈，到处碰瓷的现象。一个大学生救了一个人，反而被讹了，惹了一身官司，还要赔钱。要不是中国好人网资助他，对他来说这不是一种很大的污辱吗？全中国人到处在坑蒙拐骗，这能有好吗？到最后，不都是害了自己人，害了下一代吗？整个社会，这个国家又怎么能长治久安呢。

还有现在的旅游经济，把全人类共同的资产，都给圈起来，只要是个稍好点的名胜古迹、佛门寺庙、风景秀丽的自然风景，都要收门票。其实这是不正常的，这是一种扭曲的社会现象，都是被金钱催化的。

以前我回到我住的那个城市，走到山村里的时候，两边就是树，没什么别的；现在回去以后，却多了很多东西。是什么？多的是摄像头，好多的摄像头。其实我看到的并不是经济多么好了，社会多么安全、多么和谐了，我看到的却是一种悲哀，感觉人们都活在一种被监视的状态下。这就是因为人与人之间的不信任、不诚实和百般狡诈导致的。但是你要知道这个世界上的监视都是有死角的，即使是法律也是有死角的，有空子的；这就会让很多人都去走这条灰色地带，钻这些死角。这还是好的啊，我估计现在百分之八九十想要犯罪的人，连灰色地带都不走了，而是直接走黑色地带，过老鼠的生活。那即使是安装再多的监控，又有什么意义呢？

一件很有讽刺意义的事情：有一次电视上播放了一则新闻，某个领导人被抓了。被抓的时候呢，有一台电视上，正好放着他在义正言辞地演讲：“我们要反腐！我们要抵制不正之风！”自己的正面形象还在那里宣扬着。那个画面真是滑稽，简直是一个笑话。而古人讲，君子必慎其独，就是要人自我约束，用道德和良知去自我防范，我想这才是既廉价又没有死角的监控啊。

居士：那您觉得我们这一类思想很肤浅的人，思想比较狭隘的人，我们平时该怎么做比较好一点？

师父：其实并不是你的思想肤浅与狭隘，你只是在这么一个过程里，从一开始你并没有学太多圣贤道理。你没有学这个东西，我怎么能说你肤浅？就像是一个婴儿，我指着他说：你真肤浅，你真狭隘。呵呵，那我才是肤浅与狭隘的。因为他就是无知，无知是他的天性，因为他本身就没有学习过这些。就像是我在佛陀面前，岂不是更狭隘，更无知了？若是我们已经知道了这些道理，却还是一意孤行、不学无术的话，那就是认识太肤浅了。你知道这样不好还去做，那就是有点肤浅，因为没有认识到这个事情的实质。前面我给你举了这么多例子，举一反三的例子，若是还不去觉悟，不去学习修行的话，那才叫真狭隘、真无知。

那我们第一步应该怎样去做呢？首先我们要懂得学习，如同以前我用的电子书上的开机画面引用温家宝总理说的一样：“一个不读书的人、不读书的民族，是没有希望的。”所以我们要去正确地学习，有次第、有条理地去学习，慢慢地了解这些道理。在学习的过程中，明白了这些道理，再学着去发心。根据自己的情况，看看能做到什么程度。若是一开始我就让你什么都不要管了，跟着我去出家，那不可能的呀，因为你还没有到这个境界。所以就在自己能做到的最大程度上，尽量做一些真正有意义的事情。

首先你要明白因果报应，善有善报，恶有恶报，这是一定要报的，而且因小果大。就像现在网上报道的一些案件，什么一个馒头引起的血案哪，或者一个什么什么引起的血案，都是一些个很小的因，然后得到一个很惨烈的果报。比如有一次我看到一则报道，一个小区里两个开车的，不小心摩擦了一下，后来两个人叫来家族成员，拿着菜刀互砍，死伤好多人。这就是一个因小果大的例子，这个因很小，这个果报非常强大。就像前面讲过的那个旅馆里的小伙子一样，他只是请人住了一晚上，就可以得到事业上一个很大的发展。这个因，就是我做的这个善事、恶事，做了就会得到类似的这个果报，而且这个果报是倍增的，是往大的方面发展的。（这只是用人们所能见到的表面现象来比况因果，其因果报应的事迹是非常微细复杂的，这个道理只有佛陀才能究竟的了知）所以我们一定要诸恶莫作，众善奉行才好，因为人都是不喜欢痛苦的，都喜欢快乐。

你说说谁喜欢痛苦啊？我们学佛也是不喜欢痛苦的，之所以不喜欢痛苦才学佛。我学佛只是想追求那个永恒的快乐，永恒的快乐是什么呀？那就是成佛，成为一切智觉悟者。正因为这样才去学这个佛法。

有了这个远大的方向和目标了，才不会再被路上的风景给迷住了。就像禅门里面一句话：“百花丛里过，片叶不沾身。”但是现在很多人都拿这个当借口，都是百花丛里过，处处在留恋。除非你有超强的定力，或者有很高的觉悟，否则还是万缘放下，一心学法修行才好。切切不可去试探自己的定力，半途而废。正如经文上讲的“汝意不可信，可信非汝意啊”。因为人的根本烦恼——贪心，是无处不在的，所以我们很容易被环境和情感所迷惑。而当这个贪心真正不在的时候，也就成为圣人了，也就不用修行了。所以现在既然是博地凡夫，那就尽量远离恶缘才好，正所谓非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿行啊。

居士：现在社会，很难做到，听师父说，给自己下一个很大的决心，然后回到我们那个环境当中去，难免会受干扰，受其他方面的影响，但是总的心我不要去变。

另一个居士：不要执着咯，不是我一定要做到什么，都是虚幻的嘛。有些东西，不是你强求就能求到，有个因果的嘛，前世、今生、下生。好比我很虔诚地去修，到最后怎么这些我都得不到呢？一下子就灰心了，现在有好多人都是这样子。

师父：只要有心就好。心里想改变，就不要怕犯错误，但是一定要发勇猛心，至诚心，发愿一定要改掉。因为我们都是凡夫，所以犯错误很正常，但是一定发愿下次不能再犯了。若是习气重，犯了就再这样去忏悔！大家都是凡夫，虽然道理是很高尚的，但是我们没有自制力，这个自制力是需要一点一点成就的。

平常要多亲近善友，远离邪僻之人、邪僻之事、邪僻之处，不生邪僻之念头，这样循序渐进，一定会有所成就的。我们佛门里讲了有四条成就涅槃的因（涅槃就是不生不灭，究竟解脱的意思）：

首先是听闻正法。就是说方向和方法要找对。

然后再亲近善友。你要多亲近善知识，若是你身边全是好的同参道友，这就是说有一个好的环境，这样才能让你不断地坚固发心。有身边的善友互相激励，互相分享自己的修行成果，才会更加强烈地坚定你的信念。

还有一个就是如理思维。你听闻了这些道理，然后就全部抛到脑后，都成了些记忆，那也没有用，你要不断地去思维它。

再有就是如说修行。思维了以后你要去行啊，这样你才能得到真实的果报。

居士：那像我这样子，就是很简单的去做，就是自己首先要发一种善心，然后多学习。

师父：对，主要是学习。你明白了这些道理以后，才知道该怎么去做，不明白的话一切白搭。我之所以要让你断恶行善，只是因为人怕苦，所以才让你不要造恶。因为造恶的结果是受苦，在没有觉悟苦即法身的情况下，那就不要盲目去做。

佛法是不讲善恶的，大乘佛法讲烦恼即菩提，苦即法身，地狱与佛道是如如不二的，轮回与涅槃是无二无别的。你在没有完全证悟这个平等法性、清净法身的微妙佛法之前，往往就会在烦恼和地狱中承受着巨大的虚妄之苦。所以说对于这些根性的人，就要断恶修善，要修解脱道。从解脱道开始，进而再求大乘的圆顿修法。

修行的人有三乘根性：

一、声闻乘。就是以自修为主，我自己修行成就了就好，所以叫小乘法，以自己解脱为主。小乘的佛果就是阿罗汉，也叫自了汉。

再就是缘觉乘。缘觉乘也是一个小乘法，他就是比阿罗汉智慧敏锐了一些。他不仅仅自己解脱了，有缘的话，他也会帮助别人，利益别人。但是他认识的真理并不是很深，还是证入偏空的法性。无非是智慧明利了一些，平常看到春去秋来，花开花落就悟道了。但还是发心自己解脱就行了，证悟到空性，入到偏空涅槃里，就不会再度化众生了。

再就是菩萨乘。菩萨修行就是在自己修行的情况下，还要兼度一切众生，要让大家统统觉悟。这种思想是最圆满的，最无私的。

还有一种根性是超出三乘之外的——那就是佛乘。前三种若说是解脱道的话，那就是小乘解脱道和大乘解脱道。而佛乘的话就属于圆顿乘，主要是讲烦恼即菩提，苦即法身，生死即涅槃，就是讲如如相，一切法界的本来面目。这就是圆乘，这个圆乘，我们《法华经》里讲就是“大白牛车”。这个是需要你深入佛法以后，才能接受的，才能理解的；要么你有宿世的善根，例如我跟你讲到这些时，你就会对大乘佛法发起好乐之心来。像六祖大师一样，他听到《金刚经》里那句话：“应无所住而生其心”，他立马就对大乘佛法有所悟入，那就是宿世的善根。

大乘佛法并不是要舍离苦，舍离世间，或者是舍离什么，这是对立的，佛法是绝对的。一切法的本来面目就是即空即假即中，它都是因缘假合，了不可得的。虽然是因缘假合，了不可得，但是已经现起了，历历宛然；虽然是历历宛然，当下又是了不可得。它是即空即假，非空非假，而空而假的。这就是非常微妙的佛法道理。

就像是一个很简单的例子，比如大海水：我在说浪的时候，有没有离开过海水啊？我在说水的时候有没有离开过海浪？要是离开这个水的话，能找到这个浪吗？我们说解脱道就像是把这个浪歇下来，这么叫得道。而圆顿乘的话，就是直接告诉你，浪就是水，水就是浪，水浪无别，它们共同的本性就是湿性的、流动性的，一切都是圆满现成的。这是不经尘劫的修行方法，就是圆顿。

我们汉传佛教主要是修学大乘，大乘又分为次第修、次第证的解脱乘和当下即是的圆顿乘，当下圆成，本来具足圆满的。佛有种种神通自在，你都不缺；你有的这些烦恼，佛已经彻底照破。你修这个圆顿乘的时候，就有这么日劫千倍的好处。比如我修圆顿法一天，就比解脱道修三大阿僧祇劫还要来得快。因为在因地修行之时，我就已经深信心、佛、众生三无差别的实相之理，以此为初门，到了果地无非还是诸法实相，它是因果不二的。那这个修法就非常地快。如果是解脱乘的话，那他就要一步一步来，慢慢地才能走到那个地方，那就有可能是旷劫深远的。

举一个很简单的例子——因为这个世界的众生，他是需要比喻才能很深地悟入进去——就像是挖井一样：假如一开始你不知道这个地方有水，就挖呀挖呀挖，一心想找到水。但是又根本不确定这个地方到底有没有水，心里只是想着挖水利益大家。但是要是挖的时间很久了，做的努力也很多了，发现还没有的话，那他有可能就退心了，就会认为自己根本没有这个能力，或者这个地方根本没有水。若是有信心的人呢？虽然挖挖还没有，但是因为自己还有很坚定的信念，一定要找到水，于是会继续努力。最后看到一点湿土了，啊呀，这次保证有水了，再去拼命挖。最后挖到水了，真高兴。但他也只是有坚定的信念而已，自己心里也不一定有底。

而修圆顿乘是什么啊？我给你们打个比喻，就像这个勘测水：一个老居士曾告诉我一个奇人，他不用仪器，自己到山脉那个地方走走，他说哪个地方有水，哪个地方就有水。我以前住的那个寺里，这些专业的团队过去啊，都说那儿没有水；但是找他去后，他却说150米内肯定有水。后来又找了另一个专业勘测水的团队，就是一个科学小组，他们过去勘测完就说，这个地方有水，在150米到200米左右。啊呀，和这个小伙子说的一模一样。

这个小伙子就像是那个圆顿乘的人：我在修的时候就知道这个地方有水，即使是慢点，或者艰难点，难挖一点，但是他这个信心是绝对不会退掉的。而一开始那个不确定的人，不知道自己本来就是佛，以为佛是需要修成的。当他发现修行很艰难，或者时间很久远的时候，那他就可能退心了。而大乘圆顿之人，一开始他就知道，自己本来是佛，与佛无二无别，佛有的我一点也不缺，只是自己被烦恼覆蔽了心性，不能显现而已。所以不论前路多么艰难，修行多么辛苦，他都不会退心，就是有个保票一样，绝不会退心。

居士：说他圆顿，他肯定不是天生，肯定前面有基础的，但他智慧肯定比别人要高。

师父：什么是真正的智慧？只要你信就是有智慧。我跟你讲圆顿乘的时候，你首先信了，那就好办了。佛是过来人，因为他已经成就了，已经成佛了，已经彻底离苦得乐了，所以你只要深信他说的就可以了。就像是你信这个地方有水，那么你挖就行了，因为这个地方是绝对有水。佛就像是知道水源的那个小伙子，那个专业的科学小组，他们说那个地方有水，那就肯定有水。你听他们的就好了，你只要有坚定的意志，挖就行了，绝对有水。在其中的过程中，你就永远不会停下来，虽然挖得很深了还没有水，但是你也不会放弃，因为你深信那个地方有水。即使累了，休息一下，休息好了，你还会继续挖。而若是不知道有没有水的人，就不一定有这个信心了。挖一会，怎么还没水啊，心生恐惧了，就有可能退心了。当然比喻永远是比喻哦。圆顿乘就是有这点好处，初心修行就知道自己是佛：我跟释迦佛无二无别，他有的我都有，只是他比我幸运，他先成佛啦，下一个我也可以成就。

释迦牟尼佛的名号怎么来的，你知道吧？他以前是一个陶瓷匠，有一次看到一尊佛，那尊佛叫什么？叫释迦牟尼。当时释迦牟尼佛的一个弟子叫阿难，另一个弟子叫迦叶。这个陶瓷匠看到这尊佛真是殊胜，无比庄严，所以他就发愿以后成佛后，我也叫释迦牟尼，我的大弟子也要叫阿难，也叫迦叶。后来，他的愿力真的成就了，就是现在我们的导师，释迦牟尼佛。所以我们一定要发大菩提心，一定要发愿成佛。

居士：发的心越大，成就就越大。

师父：是的，所以说我们先不要想太多，先不要管能不能挖到水，或者怕半路停下来，即使是挖到一半不想挖了，也得要一点一点地坚定这个信念。我们先发大乘心，一定要发愿成佛！与此同时，即使再去追求世间的利益，就会变得有意义了，那这一切就都是在为修行服务了。

真的！修行很简单的。比如马路上有个老太太要过马路，自己心里就发愿：我得帮助她，把她搀过去。你这一念叫什么？叫世间善心，只是想帮助她。而如果你发愿想要自我解脱，但是感觉自己这个福报太薄啦，所以我要把她搀过去，这样小的福德我也要积累，成就我解脱的因，那你这个就是属于二乘的发心。但是如果你发一个大乘的心，广修六度万行的心：我得把她搀过去，以此福德回向成佛，回向法界一切众生，希望与她结下善缘！她会成佛，我也会成佛，佛佛相助啊！本来应该去做的，这一切无非都是为了成就万德庄严的法身，为了利益一切众生究竟离苦得乐。好了，那你这个发心的力量就强大了，虽然是做了这么一件小的善事，那功德可是不可思议了，这就是叫行小事而得大功德啊。

你要知道发菩提心有什么好处？菩提心真是不可思议，不知道佛在多少经文上都赞叹菩提心。你若是有菩提心做加持，一切法的功德都是无量无边啊！你发了大乘的菩提心，别人用恶眼视你，看你一眼都会得到多少世没有眼睛的果报。那你本身就庄严起来了，就像是皇帝的儿子一样，你是太子，谁也不敢轻慢你。但你若是个乞丐种，就没办法了，谁也敢欺负你。所以我们要做佛种啊。

居士：发心，就像自己的心态一样。我看到可怜的人，虽然帮助他，但是就想着有回报，不如他那个大弟子不想回报，他就想着去做。

师父：对，就这一点，心量越大，烦恼越少。但你也要知道，心里什么都不想不一定就是智慧。有的人心里只是无记的心，他也不知道自己在做什么，也不知道为什么要做，只知道要帮助别人，要积德向善，这样还是不行的。因为这还是暗昧的心，是属于无记心，不是《金刚经》里讲的“无住生心”，不是大智慧。无住生心是要没有我相、人相、众生相、寿者相，不住色声香味触法生的心。所以在自己还没有破除我相人相，没有大智慧以前，最好发愿是为了成佛去做事，做了善事就把善根回向给一切众生都成佛。

居士：你付出不求回报的话，就不会有什么烦恼了。

师父：有些人，他是发心大乘的人，或者他是心量很大的人，他往往就不会为生活琐事而烦恼。有的人心量很小，烦恼就会很多。有些人今天给我发个信息：师父啊！我儿子结婚该怎么弄，他俩合不合啊，以后会不会孝顺我呀——马上就生烦恼了。明天又发个信息：师父啊，我爸嫌我学佛学得不够好，做得不到位。再有一天就说：我今天被车撞了一下，师父我该怎么办？——他每天就是在纠缠这些小事。

居士：（前面听不清）孩子的问题，考试没有考好，自己压力好像很大。

另一个居士：这也是执著。

师父：这些都是自己给予自己的。首先是我们没有明白，或许是我们没有给他一个很好的教育，或是我一开始就没有很正确地去引导孩子。

另一个居士：像你这么唠叨，会把你的情绪带给儿子，儿子这个性情就和你一样了。

师父：这段时间我看到很多孩子与家长的矛盾，很可怜。一些父母不会教育孩子，感觉很痛苦。虽然作为一个出家人不该多管俗事，但是为了能够让天下的父母能够省心，所以就收集了一些怎么教育子女的资料，从幼儿到青年的教育，精选了一些文章啊，或者是格言，把它摘录起来了，到时候打印一份给你。我也希望你学会教育，孩子人格的培养是靠良好的教育。中国古人也讲：“建国君民，教学为先”。你给他一个很好的教育之后，他才会有一个很健康的成长。

一些人总是向我反映他孩子的问题，问我怎么办，但是他孩子都长大了，已经很难再重新定位和塑造了。这属于亡羊补牢，亡羊补牢虽然为时不晚，但是已经损失了很多机会。比如有的人亡羊补牢，一共100只羊，损失了99只了再补，还有1只，那就很难办了，希望就很渺茫了。有的人1只也没有了，长大成人了，而且不再听你话了，那就完全不会再改变了。除非父母接受他这个样子，只能自己改变，接受自己的儿子。还有一种办法就是，除非你发大菩提心，把他纠正过来。那就需要很高的智慧和很大的毅力去影响他，因为你一开始就没有做好教育，不懂得教育。对了，你儿子几岁啊？

居士：十五岁。

师父：那基本上已经成型了，基本上他的思想概念已经成熟了。但是，还是要给他一个好的影响，并不是完全没有希望的。为什么？我的这个人生观也是从二十二三岁才开始改变的。那时候对我来说已经很成熟了，但是，我还是改变了。所以只是他没有碰到一个更坚定的、更有说服力的人。

往往一开始父母的形象，假使自己没有树立好的话，那你便不是孩子心目中的榜样，那你也根本改变不了孩子。因为他讨厌你，他不喜欢跟你交流，即使你好心跟他讲道理，他也觉着你是一个爱发牢骚的人、爱瞎叨叨的人。往往小孩子崇拜谁，他就会向他去学习，模仿他的样子去做。这就是要看这个父母对孩子有没有影响力了，若是没有影响力的话，那你就不要妄想自己去改变他，而是想想找别的做得好的人去改变他，或者给他创造一个被改变的环境。那这个讲起来就长了。以后想改变孩子、教育孩子的话，那还是得要好好学习，从基础学起，从婴儿教育看起，看看自己到底犯了哪些错误，有哪些漏洞。然后自己彻底改变恶习，改变心态，学会跟孩子交朋友，尊重孩子，慢慢的有可能还会影响到孩子。

只要作为父母的有信心，那就没有改变不了的人。正像是佛门讲的那样，无不可度化之人哪！只有你没有想度化他的心，而只要你想度他，想改变他的话还是很有希望的。既然父母和孩子走到一起了，那就是因缘。只要自己做到足够好，方法用得恰当，时间一点点来，那就有希望。只有父母自己不会做人了，或者没有做好，或者是不懂得教育孩子了，所以他才做不好。

居士：我儿子自制力不强，然后做事情没有长性。有时候我跟他说，他也知道，知道自己怎么样，但是要做起来，他就没有这个自制力，没有这个毅力了。

师父：其实这也不是年龄大小的问题。一是他宿世的一个习性；二是在他小时候，你就没有注意他这个缺点。就像是现在很多孩子，一点的不如意，就怨天尤人，凡事都怪父母。比如我经常举的一个例子就是，一个小孩摔倒了，一些父母或者是看护他的姥姥、姥爷、爷爷、奶奶的居然这样说：“这个地板真不好，这个地板真坏，摔到我的宝宝了，咱打它！”你看看，从小就教他怨天尤人，这给这个孩子树立了一个什么概念？把他当做小皇帝、小祖宗，这样以后不论做错了什么事，他都会认为：哪儿有我做错了？都是你们做错了！

这种教育是坚决不可取的，不能认为他小可以顺着他。不论他懂事不懂事，从幼儿时就要告诉他，凡事都是自己的毛病，都要从自身找缺点。若是他摔倒了，就问他：“谁让你摔倒的？我从这里过怎么没摔倒，你怎么摔倒了？说明你没有好好走路。以后要注意，慢慢地走，扎扎实实地走路。”就这样教育他，做错了就是自己没做好。这样等他以后到了社会上，不论做了任何错事，都会说：妈妈我错了，社会我错了。什么事他都从自身找原因。

居士：我儿子就是不会向自己身上找。

师父：那你能怪他吗？你从他小时候就没有给他这种良好的教育。是疏忽了吧？孩子的一些习惯，都是父母给他潜移默化的影响，或者是置之不理造成的。

另一个居士：（前面听不清）若是盲目去做，自己只会累死。

师父：你只要想真正地学习佛法，真正地想改变生活的话，那以后我就告诉你，先看哪一本书，再看哪一本书，慢慢学习。这本书叫你看三遍，你就看三遍，叫你做多少你就做多少。这样的话，你的生活就会有方向。

有一些学习佛法的人，能够按照我提供的次第去学习，他自己就不会生起情见来。大概有十几个人，我让他去怎么行持，他就怎么行持，让他去学什么他就会去学什么，这样就不会有差错。虽然我并不是什么圣者菩萨，但是我系统地学习了这些道理。我告诉了他们，只要照着去做，就一定能够有所成就。这样才是很有福报，我以前走的那些弯路，他们也绝对不会再走了。因为我碰壁也很多，后来我找到经验后，就再告诉他们。还有就是我从祖师大德们，还有一些成功人士那里借鉴一些经验过来，分享给他们，这样一直在经验和真理的铺垫下，照直走就行了。我把这些很好的修行经验摆到你面前，还有别人失败的经历，你明白了这些道理，你就能觉悟了。所以说能有人引导的话，这才是最有福报的。

我之所以这样去做，是因为我也有这样的一个福报，就是在我初学佛的时候，就没有走弯路，一下子遇到了善知识。我的善知识从来不讲这些偏小的东西，直接就告诉你无上佛乘。这就给自己一种很大的影响，自己就找准了方向。因为一开始善知识给你的方向就是正确的，你不要管师父做不做，他做得好不好，起码你自己要有抉择能力——他给我们的这个东西是好的，那我们就照着去做就行。

他这个恩德是无以伦比的。我都是这么认为的，就是师父骂我也好，打我也罢，甚至要杀我、害我，到处损毁我，我也不会动摇对师父的这种信心，不会动摇对师父的这种感恩之情。你想想，如果我的徒弟看到了，那不就是教给了他怎么为人子弟了吗？虽然我现在还没有徒弟，没有出家的徒弟，那以后若是有有缘的弟子，他们也能感受到这种精神，这样佛法就能传承下去，人人都有感恩之心。

你教育孩子也应该是这样的呀！以身作则，想想怎么去孝敬自己的父母。以前有一个居士，他的行为，很让我感动：一次住到他家里去，那时我还没有出家，我跟那个居士是好朋友，在他家里住着玩。有一次他儿子跟他奶奶闹矛盾，他儿子是一个很好的孩子，学习也好，长得也帅气，又很听话。然后呢，因为一点事情就跟他奶奶发生了口角，于是就吵了那么两句。而他说了一番话，让我很震惊，虽然说的是很粗狂、很野蛮的，但是可以看出他的那种精神，现在的父母是少有了。他跟他儿子说：“某某某啊，你记住啊，这是我妈，妈我只有一个，儿子打死了可以再生，你要再跟我妈吵架，我弄死你。”我们乍一听这话，感觉会很不中听，但是我们可以看到一种精神，就是他父亲孝敬他妈妈的这份孝心真是很强大。

当时我就被深深地震撼到。一开始我认为，他这人又小气，又牢骚的，难怪事业这么不顺利。但我说他这个小气并不是对朋友的小气，而是对家人的这种放不开。他有时候会因为爱人接一个电话声音大点了，就过来骂她一顿，或是他儿子一道题做错了，就不停地发牢骚，生嗔心。而当这件事发生后，我就感觉这个人单凭他对母亲的这个大孝，也是很了不起的一份福德。他儿子呢，从小就潜移默化，我老爸是这样做的，反而不但不会恨他老爸，他也会感觉老爹只有一个，我得好好孝敬他。这样万一他以后遇到这种情况，他也有可能这样对待他儿子，这就是传承。

居士：这点我特别想改变。我儿子小的时候，他爸爸对他奶奶说话就没有尊重，就很随便的，他奶奶也是不管他的，我妈他们对我是很宠的。然后我嫁到他家之后呢，他们家的生活习惯完全不一样，完全是两回事，然后我对他奶奶心生不好。现在认识到，以前没有这种意识，包括我跟我妈有时候说话啦，特别是我在家庭变故的时候，跟我妈闹矛盾。后来我儿子很大的时候，跟我说了一句话：“妈妈你对外婆的态度不是也很差嘛！”对我说了这么一句话，然后我就意识到，自己不应该这样，所以有时候克制住，在他面前我就再也不跟我妈说很重的话了。然后，包括他奶奶，尽管我现在是跟他爸分开来的，我对他奶奶也是尊重的。我跟儿子说：“她是你长辈，无论奶奶做得怎么样，她总是你奶奶。”我说他了，但是他以前这种自我的东西，还是存在的。

师父：就是啊，你看父母对孩子的影响多么大。你看我出家了以后，上面还有个哥哥。我有时候给我哥哥打电话，每次都是从我哥哥这里询问我父母的情况。我完全是可以直接问我父母的，但是我一直不断地向我哥哥询问：“父母过得怎么样？妈妈过得好不好？老爸身体怎么样？我说你要多回去啊！”其实我也是想告诉我哥，我走得太远，希望他能对父母多关爱，多照顾一点。昨天晚上我还跟王居士聊起在家时的一些事情。虽然我不是一个很孝顺的孩子，但是我感觉我对父母还是很有感情的。我哥买房子的时候，那时我还没有出家，他买房子缺钱。记得当时不知道是我热血沸腾啊，还是怎么地，我就跟他说：“哥，我什么都不要，家里的所有这些钱啊，家里所有的房子啊，你可以全部拿去；但是你得答应我，你一定要把父母留给我，这是我人生最大的财富啊！”那是我内心的一种真实写照。当时我就觉得自己，这儿子做得还是很正确的。

后来，我出了家以后啊，一直感觉，你再怎么对父母尽孝，用世间的尽孝来说还是做得不够的。但是既然出了家了，就不能像世俗一样，天天承欢膝下，去为父母做这个、做那个，因为那还是一种贪爱。我认为真正的孝顺，就是自己去做好一个僧人，去改变身边所有的人，去学习佛法，弘扬佛法，让每个人都得到安宁，让每个人都懂得孝顺父母，那就是尽孝了。正如释迦佛告诉我们：“一切男人是我父，一切女人是我母”，我把对父母的这种感情，扩展到每一个众生身上，我认为这就是报恩，这就是感恩。

当时给我哥打电话，我也是希望他能够做好，做好了以后，再来影响我侄儿。他也刚有小孩子啊！其实我也想告诉他，你现在对父母所做的这一切，就是你儿子以后对你的态度。你如果每天都能对父母嘘寒问暖，每天做的事很多，你儿子都会看到的。你对父母不管不顾，你只对他好；作为我侄儿，他有可能也会感觉到对我付出的，比对你妈付出的要多很多，这个时候他也会这样对待下一代的。所以说，他对我父母的关切程度和平常的嘘寒问暖，会直接影响他儿子。而我是希望，在他真正关心父母的情况下，做好自己来影响下一代。这也是我尽孝的一种方式，就是让自己的小侄儿以后也能做得更好，来兴旺这个家族。

因为我已经是跳出来的人了，从这个家族跳出来的，我认为我的家族就是整个法界的众生。而让他们这个家族的优良的传统传下去，这也是对我父母的另一种致孝和感恩，因为他们也是芸芸法界众生里的，跟我最有缘的，而且是能够教诲的。所以只要拿着一个平等的心来看待，就无所谓亲疏之分了，只要有缘，能够教化，那就去做。

我也是希望现在所有的小孩都能够教育好，教育好了之后也会有很多佛种。他学佛了，那他师父们也会省了很多事，不用再重新教他做人的道理了。一开始他就知道怎么为人弟子了，那么即使是师父怎么骂他，他也会感恩：师父对我们都是好的，都是为了要成就我。就像父母对自己一样，父母再骂我也好，再打我也罢，他也都是为了我好，这样他思想观念就正确了。不像是现在很多年轻的出家人，师父一说一骂就跑了。不如以前的修行人了，师父打都打不走的，一旦做错了，就立马忏悔，师父叫我去跪香就去跪香，三天不吃饭就不敢吃饭。那时候，再多毛病也都会改正了，佛法也就自然兴盛了。

所以说要先学会做好自己，再能去教导别人。

居士：有时候我儿子，老师对他稍微有什么，他就很反感，反抗的。我就对他说：“老师无论怎么样，老师就是老师，一日为师，终身为父。哪怕他再怎样，他都是你的长辈。”他这种心就很重。

师父：一是你不教他怎么去做，不去教，他就不懂这个；教了以后呢，自己做不到，他也很难改变。言教不如身教啊，只有自己去做到，去影响他，多跟孩子交流才可以。比如周末或平常没事陪他出去玩的时候，在为人处事方面一定要显示出自己那种非常坚定的态度来。你做给孩子看，他就会受感动的，会受感化的。就像是我看有一个企业家，他在回忆自己小时候的时候，他说他的父母怎么去对待他身边的人，他的父母多么善良，别人对他不好，他父母怎么去帮助别人。他从小就学到了这个，他就以此为标准。

我也是这样的，从父母身边学到很多。有一次，我邻居家盖房子，在给工人做饭时，不小心把我们家一间房子给烧掉了。正好当时有个朋友也在我家，他跟我父母说，让他重新给你盖个新的，然后怎么怎么样。而我母亲却说：“啊呀，人家这么忙，咱自己盖就行，又没有烧什么值钱的东西。”所以她对我的这种影响就很大。她并不是教导我：啊呀，孩子你要怎么怎么样。没有的，我只是从父母身上学到了这种身教，不去找人家麻烦，这个是很简单的事情。她认为那只是我们的一个杂物间，也没有烧太多东西，他盖房子，也不是故意的。她这种心态，我以后到了社会上，我跟身边人也好，我也是这样，别人无心碰坏的，我说他又不是故意的。这种印象就会很深。

所以说我们在做一些事情的时候，言语上的教诲固然要说，但是一定要知道，身教重于言教。比如今天你带孩子去姥姥家一趟，那你一定要做好一个儿女的本分，多嘘寒问暖，尽力照顾父母，要尽责的同时，做给孩子看，哪怕是给父母洗洗脚。对了，你有没有做过？没有，那你孩子怎么会给你洗脚？

然后你跟父母说话要温柔。不能像有些人一样不懂得孝顺，认为给父母钱就是孝顺，这不是真正的孝顺。什么叫孝顺呢？由孝而顺，就是要让父母感到幸福和快乐，不是说我只给他钱，给他吃的就行。你想想即使是养个小猫小狗的，你也会给它吃的呀，父母不缺这个，父母要的是那种快乐，那种天伦之乐。古人讲什么？即使父母做错了，你也要非常和颜悦色地来告诉父母，您这样不对。他如果还在气头上的话，你就不要顶着说。他若是打你骂你，你就听着，等他气消了以后，你再跟他讲：“父母啊，您这样不太好啊，这样做不对啊。”并不是不告诉他正确的观念，而是要把是非好坏搞清楚的；但是，方式一定要对。不能说是呵责父母啊，跟父母发生冲突，这个是坚决不允许的。

只有自己做好了，才能影响孩子。

居士：我以后有机会把我孩子带过来，多听您的教诲。

师父：带过来不如自己教啊，你明白了这个道理以后自己学习，尽量自己做好。

另一个居士：我说她猛是很猛的，她那个心比我还坚定，我挺佩服她的。但是我觉得，虽然我自己也没学好，但是我觉得她都是偏激，弄得很多时间就白白浪费了，觉得太可惜了。今天正好师父有空，我们就来了。

师父：一切都是因缘。刚好这段时间身体不舒服，需要调治，有点空。虽然身体不应该去执着它，但是我们还是要借假修真哪，在没有成就以前，这个色壳子还是要的。

居士：师父，打扰您一下午了。我看一下这几天没事的话，我再过来拜访。

师父：回去慢慢学就行了，见不见我都无所谓，有方向就好了。

2013癸巳年冬 恩师雪相法师随缘开示

妙稀有讲堂弘法小组整理

## 佛教修学初机浅谈录音杂记卷一

[扶律和学戒]

到了末法时代，众生比较狂妄，所以就要把戒律给扶起来，依戒律为本，再来谈微妙的常住本性，这样才不会肆意而为，自大颠狂。这个时代，最重要的就是学习戒律。一切法不以戒律为根，就是舍本逐末，很容易成为邪见。所以要先学戒、持戒，进而再听闻实相妙法，这样才能彻悟本性。正如律论中所说的那样：“初心不守戒律，放旷总成邪见；后心不达实相，勤修终属有为。”

若是只是受戒而不发心去学戒，那么犯戒的时候，就犯了三重罪：性罪、不学罪、犯戒罪。只要出家人能按佛说的去做，按照戒律去行持，那他表现出来的，就都是很威严、很有智慧的。而现在很多出家人敢胡来，行为放逸，很多原因就是因为不学戒，因此就不懂得什么该做，什么不该做，而任臆行持了。

[结缘]

佛法是无尽藏，能满足人的一切愿望。若是想求财的可以得财，想治病的能治病。即使是不想解脱生死的，那也能结下缘分，要是缘分结下了，那总有一天就会解脱。哪怕你心生诽谤，结下恶缘，那也会解脱，只不过要先受一番苦。所以真正的佛弟子，不怕你打、不怕你骂，就怕你跟我没缘，救不了你。

[建庙与修心]

修行就是要历境炼心，即便寺庙建不成，在这过程中也会磨练自己的修为。会修心的人，每一个境界都可以拿来用；不会修心的人，非要等到庙建好了才能修。佛说“生命在呼吸间”，有可能庙没盖好人就死了。所以我们要怀有平常心，时时历境修心，这样才能与佛说的相应。如果为了建庙而建庙，没有一个正确的精神依托，那就舍本求末了。我们建寺的目的，是让广大的修行人以后能有一个如法修行的地方，是为了以后的常住师父们服务的。怀着这样的目的，我们做事就会很有力量，即便遇到困难，也无所谓，什么困难也不怕。

[佛气]

如果一个修行人，天天端着个架子，只能显得非常高尚的样子，俗不下来，那就不接地气。如果有“至高点”就会有“至低点”，心不平等，就不能圆融无碍。为什么要对善知识有大信心，对一切众生有恭敬心，就是要降服这种“高尚的”我慢。这是种增上慢，未得谓得，以为自己比别人有修行。一般修行人，若是没有被善知识钳锤过，一般就会有一身佛气。要知道真正的高僧，为了度化的方便，有时也会示现一种俗不可耐的样子。一个人俗很正常，要高尚起来很难；若是高尚很正常的话，那由高尚而俗下来很难。

修行人不要以自己所认为的“修行人”自居。你要是和别人接触，总觉得自己是修行人，别人是俗人，那样就很没有亲和力，跟你在一起的人也感觉很别扭、很拘束，这都是自己修行不到位。当然，在你没有这种智慧的时候，宁愿让别人觉得不舒服，也要坚持自己的原则。高僧是从低俗到高尚，再示现得很低俗。如果一个人，从来没有到达过至高点，就表现出很俗的样子，那可不是大智若愚，那是真愚。修行人应该没有一个自我的相。我当居士时曾写过“我与二傻一道人”的话，为什么要与二傻一道？因为二傻比较傻，比较憨厚，但是人人却都喜欢他。所以我们一定要把持好自己的心态，降服我慢、我执。

[不可妄测]

我们的眼睛时刻都在欺骗我们。在你不知道一个师父的修为以前，千万不要妄测；在不知道一个人的发心以前，也不要只看他做了什么。智者大师讲：“不可以牛羊眼观视众生”，我们不要学牛羊眼，眼中看到的尽是些草；要学印光大师，见到一切众生都是佛。

学习佛法就是把我们这些缺点，慢慢地消磨掉（不是掩盖掉）。人非圣贤，一般人都会有缺点，包括居士、出家人，乃至诸山长老大德等，对佛菩萨而言都不是很圆满。所以我们不应该紧紧抓住一个人的缺点不放，而是应该放大他的优点，对他的恩德铭记在心，常常忆念。这样你的心里充满的全是感恩，全是温暖。那你说你这样快乐不快乐，幸福不幸福？所以我们要包容所有人的缺点，发掘每个人的优点，这样的人才最有亲和力，谁都喜欢和他在一起。

俗话说知人知面不知心，你不要看他的言行，而要看他的发心。有的人心很坏，但却伪装得特别深。你耳听眼见的往往都不一定是自己联想的那样，因为你看不到这个人的用心。看着表面好的人，有可能只是在掩人耳目，比如很多势利小人，对人好其实是对这个人有所图而已；而有些人表面对人连打带骂，但却不一定真对他不好，就像父母打骂孩子一样，很多都是恨铁不成钢，爱之入骨罢了。佛门注重的就是你的发心，只要你发心清净，那么所做的这一切就都是清净的。所以如果一个人做错事情，但并不是有心做错，那就千万不要过分责备他。

比如，过去有一位禅师，弄了个女的到他寮房里去了。这个禅师每天也不按时上殿，也不坐禅，全寺上下对此议论纷纷。最后众人就要检举他，揭发他，把他弄走。但当进他寮房一看，却发现那个女子是麻风病人，是会传染人的。原来禅师遇见她，升起了大悲怜悯之心，就把她弄回来，给她治疗。因为禅师发心清净，并不张扬，只知道默默去做，所以就不会顾及自己的形象。像禅师这种悲悯心、忍辱心，真的是大心量、大风范，是属于大人做事，不拘小节，不去计较个人得失。菩萨大人做事，往往就会隐藏自己的功德，显现自己的缺点；而小人做事，却只是在小事上斤斤计较，自己有一点点贡献，就要全讲出来。比如捐了一万块钱，就会想方设法想要讲出来，让人知道；别人说“你真了不起”，就生起喜悦之心。其实自己的福德就这样损掉了，没有阴德。现在人缺乏阴德。

再举个身边的例子：有一个小孩，他爸爸刚新买了一辆好车，小孩拿了石子就把车划了。他爸爸当时就给他一耳光，拿起扳手一下子就打在他手指上，当时就给打断了。他爸爸赶紧带他去医院，很心疼。他儿子还安慰他，说“爸爸，你别伤心，我这个会好起来的。”他爸爸当时就感觉很惭愧。当他怀着忐忑的心情回家，去擦车的时候，他一看孩子写的是：爸爸我爱你。他一刹那泪水就下来了，当下反省都是自己太鲁莽了，但事情却无法挽回了。

所以，我们在判断一些事情的时候，如果不去看他的发心，我们根本不知道他在干什么。而且人心隔肚皮，你又怎么能知道别人的发心呢？我在《佛弟子居家修行准则》中讲过，不要管别人的发心，他要对你好，即便假装对你好，你也要真心领取。不管他是否真心对我好，我都真诚地感恩他，这样即便他假对我好，那他也会慢慢不好意思，变成真对我好了。所以说罪过在你，不在他人，只能要求自己好好忏悔。

[做事的观照法]

为什么很多事情，师父亲自去做都能办成，而我自己却办不成？这就要深深忏悔自己，看看是不是自己业障太重了，这样想才是一种善思惟。我们通过一些障碍和磨难，得到了历练，消除了我们自己的业障。你发心为三宝做事，上至天龙八部，下至土地鬼神都会知道。谁在参与，谁发了什么心，哪怕只有一点点小私心，天上天下的鬼神都会传。况且即使你能骗过所有人，那你也骗不了自己不是吗？所以我们瞒得了谁啊？谁也瞒不了。

若是我遇到一个人，他在很多人面前给我难堪，甚至是侮辱我，把我骂得一文不值。我的心态是：他是通过这种方式在钳锤我、历练我，我要感恩他，这是我善知识，逆增上缘，他是来成就我的，考验我修为的；所以他越对我不好，我就越要对他好。哪怕是自己最好的朋友，最爱的亲人，当他们起了颠倒，来伤害我的时候。这个时候一定要提起正念，一切往“道”上会；千万不要计较什么儿女情长，人情世故，觉得为什么老天会这样。我告诉你，老天倒不会怎样，关键是他们都是凡夫俗子，贪嗔痴都未断，做什么样的事，都很正常。况且你就能一定保证，这不是你往昔的业力感召？你就这么不相信因果报应？世间的一切，一定都会有一个最公正的裁决，那就是因果铁律。不论你拥有什么，乃至有多么大的神通也没用，因为这是宇宙法则，是永恒不变的。

[重罪轻报]

修行人就是不断忏悔自己的罪业，好好闻思修。本来你要受很多苦，然后通过修行，就会把大的苦难零碎地切开，让你一点一点地去承受。有的人越学佛觉得越吃苦，其实这是一种重罪轻报相。

[要做早课]

一定要记住，自己要如法修为，经常祈祷三宝。临出门念上师三宝护念咒一类的，那么今天这一切都会给你延到最巧、最好，这就是为什么一定要做早课。你平常没修为，起码今天做了早课，积累了一点福德，又加之祈求三宝护佑，这样就会遣除你今天的违缘，这就挺好。所以你要每天坚持做早课，要认真做，虔诚祈祷，这样就能每天吉祥如意。比如你今天做完早课后，本来出门要倒霉的，有可能这倒霉事你就赶不上，比如飞机误点、汽车抛锚，总要给你耽误了，其实这是在帮你。

[关于轮回和时间]

善信：去了一个地方很熟悉，原来是梦中去过。

师父：以后送给你一本《因果轮回的科学证明》，上面有很多这样的案例。我也见过很多中外研究轮回的公案，比如有个小孩子，到了一个地方，说这是我前世的老婆，这是我的孩子等等，对那个地方的人和事都记忆犹新，而他上世的老婆都已经成为老太太了，他儿子也比他大好多了。这就是你曾经往昔在那个地方轮回过、生活过，所以你对这个地方记忆犹新。而且近几世就轮回过，因为这个地势还没变。

我还没出家的时候就写过一个偈颂：“清明上坟不知，还给自己上香。”其中有一层现实意义的呢？就是一个人死了以后，很快再轮回到这个家族。那是他死了之后，舍不得他这个小孙子，他就会轮回投胎做这个孙子的孩子，或者做他的亲人。然后清明节，他再去上香的时候呢，还去给自己上香——“哦，我来祭奠祖先了”，其实他已经轮回过来了。

从佛法上来讲，我们无始劫来一直在轮回，我们的本性是如如不动的，我们生灭的背后，就有这么一个不生不灭的性质。我们这个生命是分段生死的，一段生下来，百岁死掉，然后再投胎，继续经历出生、死亡，就是这样一段一段的死，不是真死。我们去上坟的时候，就是去怀念以前的时候，其实只是追忆自己往昔轮回的一些幻影而已。

我们讲没有现在、过去、未来这么一个三世的概念，这是一个假象。时间是怎么产生的？它是念念不住而产生的。如果你的心住在一念上不动，你对于时间的感觉就会停止了。比如一个人睡觉，他晚上睡再长的时间，当他醒来的时候，感觉就是一刹那。哪怕他昏迷两天，醒来，还是如此。你看虚云老和尚，有一次他煮地瓜，没事就想打个坐，一打坐就入定了。然后别人找到他以后，一看他在打坐，就敲引磬，引他出定。这时候他一下子想起来自己正在煮的地瓜，就招呼大家来吃地瓜，掀开锅一看，都长毛发霉了，一算时间，已经入定半个月了。再举个例子：如果你今天和你最爱的人、最亲的人在一起，时光很欢快的话，即使过了很长的时间，过了好多天，而你都会觉得时间怎么过得这么快，很快就要分手了。所以时间只是一个妄想分别而已，不要太执着。

善信：我觉得时间过得好快，一年好像只有几个月。

师父：我教你很简单的观照方法，你不要论年过，也不要论月过，你也不要论天过，你就活在当下。不要整天计算时间——今天又过去了，今年又过了，我又老了一岁了，不要有这些观念。而是要用当下的这些时间，去做当下现前的事情，做完了一件，再做下一件，不论时间过了多久，我只有当下这一念。没有过去、现在、未来，没有多么长的一个时间，我活在当下，把心安住在当下。

不要安住在过去，也不要狂想着未来。若是你安在过去，就会有很多回忆，就总是分别过去的好坏是非，这样就会有很多不实在的东西生起来，胡思乱想。如果过去挺好，你就会老觉得很幸福，总沉浸在过去的喜悦之中，埋怨现在。若是过去有过什么不好的经历，就会生烦恼，嗔恨心，甚至想要做出一些事情来，报复一下，偿还一下；这种人很危险，也很记仇。还有你也不要老想着未来怎样，光想未来，这个人的心就得特别高，特别虚浮，老觉得未来我要怎么样。其实只要目标定好了，就不要总是憧憬一些没用的东西，那些都是些幻想，因为你还没有实现。这个只有你做好了现在的事情，才能成就未来的梦想，现在决定未来。所以没事你也不要老想未来成功以后的幸福生活，而是要把握好现在。

过去的已经过去了，就不要再执着它；未来的还没有到，也不要过分地攀缘它。当下的，念念成为过去，念念在实现未来。虽然安住在当下，但也不要执著于当下。这样心不住在过、现、未来三际之中，就没有一个时间的概念，这样你的心才能平静下来。一天过了也好，一年过了也罢，你也会感觉无所谓。

比如我今年要是25岁的话，明年我也25岁，后年还是25岁，反正活多少年我心里永远25岁，我心态的年龄，就定在这个时间。你不要管容颜迁流变化，这是世间的一个定律，无法改变，所以一切随它去就好了。很多人都在尝受这种虚妄之苦，尤其是过了50岁以后的人，我经常听到的是——哎呀，又过了一年，一年又一年，最怕过年。小时候盼过年，老了怕过年。

生命是个虚妄相，时间和寿命也是虚妄相。如果我们按世俗的心态生活，被业力所牵，假使你的寿命这么长，一定是这么长，不会改变的。但佛门自有安心法、延寿法，你只要能遇到殊胜的修行法门，这个很容易，想活多少就活多少，只要不是活得太久，都有可能，太久就和这个世间整体的业力不协调了。比如这个大劫要结束了，地球今天就要爆炸，而你却非要想活到后天，那是不可能的。

我们在行持佛的事业，就像《法华经》上《如来寿量品》，我与佛合光同尘，哪有什么寿命的障碍？只有你不用心做事，你的缘结束了，你就死了，那是你对这个世界应化的缘结束了。你只要对这个世界有缘，只要你用心护持佛教，用心想忏悔自己的过失，那你就寿命自在。死没什么可怕，但不能偏，八正道正见第一，这个不能邪。凡夫脱离不了分段死，菩萨脱离不了变异死，佛是二死永亡。

《法华经》有一句话非常好：“众生处处着，引之令得出。”不了解甚深法性，不了解第一义，不了解“我”的本质，就会狂妄。佛一悟道了，就感叹“奇哉！奇哉！一切众生皆具如来智慧德相”，这个时候他彻悟了，泯灭了一切的人我相，寿命相也当下消殒。这是从他的悟道来讲，我们悟道也是这样，无生智现前，寿命相就灭尽了。寿命就是生死，就是我相、人相、众生相。

凡夫的开悟，也只是理性上的一个契入而已，但理性上的契入，你没有无量劫来培植善根也是不可能的。你可以证到初果、二果、三果、四果阿罗汉，但你不一定能悟到这个真实相，诸法实相。你就听闻一个般若经典——《金刚经》，都要经过无量百千亿劫培植善根才能听闻，而且还不一定解脱，只是结缘；更何况《法华经》！

《法华经》是最壮观的一部经，他的参会众简直不可思议。佛陀三变净土，十方诸佛都来这儿，释迦牟尼佛所有分身现前，这个世界都装不了，那多少众生啊，数不过来。经文里光讲一小段的一小段，一小品中的一小节里的一个情景就要经历多少劫，多少劫。但是我们现在看到的法华经，已经在流通了，讲完了，这真是不可思议！最后一品普贤菩萨发愿护持，但佛陀还长居灵鹫山，还在讲法华经。这就是佛的不可思议妙用，没有时间的概念，时间是个虚妄相。能听闻《法华经》，想修学《法华经》，也是你们的福德，这比世间一切都珍贵。《法华经》是佛出世的第一秘密，这是释迦牟尼佛出世的第一大事因缘。

[做事莫怀得失之心]

只要我们心里不怀着得失的心，只是努力做事，做成功了我也不要过分欢喜。当然欢喜是一定的，但是不要执著这个欢喜，因为你一执著就有痛苦。这个欢喜我们佛门叫“坏苦”，你所有的快乐，都叫坏苦。为什么叫坏苦呢？因为这个快乐是不究竟的，是会坏掉的。比如今天我很高兴，你不能不停地高兴，不停地把这个高兴延续下去，你只能高兴一会儿。所以如果你非常执著这个高兴，你放不下它，那就会出现问题。做人要荣辱不惊，勿有得失之心，你有得失就会有痛苦。你努力去做了，做不成那就随缘。随缘不是你什么都不去干，是我们努力干没干成，那我们没办法了，只能随缘，这样心态就平和了。

[结缘]

如果你和这个人没缘，就要修缘，就像济公活佛叫“李修缘”。缘是可以修来的，你可以多与他为善，这样就会结下善缘。佛说有七种不花钱的布施，都可以与人结缘，人人又皆可实行，既简单，结缘也最方便。

这第一种就是“颜施”，你给他好的颜色，向他微笑，这个缘就结下了。如果你对一个人横眉冷对，恶言相加，那就结下恶缘了，到时候就会惹来很多麻烦，从此冤冤相报。所以第一次结缘很重要，一定要给人好的脸色，不要一脸横肉。人人都喜欢面善的人，憨态可掬的人。这样的人福报大，因为经常喜欢微笑的人，所在的地方也一团和气，人人都愿意与他接触，这样成功的机缘也多，善缘也多，所以说这样的人福德大，和气生财。

引用：七种不花钱的布施

第一，和颜施，就是用微笑与别人相处；

第二，言施，就是要对别人多说鼓励的话、安慰的话、称赞的话、谦让的话、温柔的话；

第三，心施，就是要敞开心扉，对别人诚恳；

第四，眼施，就是以善意的眼光去看别人；

第五，身施，就是以行动去帮助别人；

第六，座施，就是乘船坐车时，将自己的座位让给老弱妇孺；

第七，房施，就是将自己有空下来的房子提供出来，供别人来休息。

[不能未悟言悟]

通达佛理，就像是地图线路正确了，你知道北京在什么地方了。但并不意味着你已经到北京了，你只是知道往北京怎么走，大略的路线知道而已，细微的并不一定很清楚，因为你还没有真正走过。古人讲：“宁愿千劫不悟，不愿一朝错路”“失之毫厘，谬以千里”。如果一开始就偏了，即使只是偏了一点点，但往下会一直偏下去，这样就会越偏越大，与目标相去愈远。

所以我们一定要把握好方向，坚守好原则，树立起正确的知见。这样即使像蜗牛一样慢慢爬，虽然慢，但是总是离目标越来越近。只要扎扎实实在学佛，扎扎实实在做人，这样才不会造恶。虽然没有听闻微妙的佛法，或者听不懂微妙的佛法，但若是往生西方极乐世界，那就一定会成就。但是切不可未悟言悟，未得言得。学了一段时间佛法后，就觉得你们都是俗人，或是你们知见太低，我应该悲悯你们，这个心态不要有。

你跟小孩子接触不可能谈有关钓鱼岛的事，或者国家的政治经济，而你若是跟他谈谈动画片，什么地球超人啊，葫芦娃一类的，他才会喜欢和你接触，这样才可以彼此拉近距离。而有很多大人总是吓唬小孩，不是说把他卖掉，就是抱他跟自己走，说爸爸妈妈不要你了一类的话，吓得这个小孩子哇哇叫，这样觉着逗小孩，自己好像很聪明一样。其实在我看来，这是很愚蠢的行为，因为小孩子的世界是天真的，他都会信以为真，这样他下次再也不敢见你了，也不想见到你。虽然你是哄他玩，但是在他眼里，你真真实实是一个大坏蛋，因为你高高在上，不能与他的世界相融合。一些小孩子经常喜欢和我待在一起，他舍不得你走，哪怕是和三岁的小孩，我们也能玩得来，这是为什么？因为我在和他们接触的时候，就用相同年龄段的心态和他们接触，跟他们交流，向他们微笑，这样你就跟他们对机，这样才能很好地接触。我要和一个八十岁的老头讲葫芦娃多么厉害，人家就会觉得这个人是个傻子吧，要么觉着这孩子太幼稚了，而你和老人接触最好的方式可以多听他讲故事。

[与人接触]

其实佛陀早就告诉我们如何与人相处了，他说菩萨有四种方式来摄受众生，众生一定喜欢跟你接触。哪四种？

第一种就叫“布施”：所有的众生都喜欢见到财神爷，你送他东西，他一定很高兴，很希望再次见到你，小孩子也是这样，所以要多做布施。

第二种是“爱语”：你不要说刺激人的话，你要说柔和善顺的话，爱语就是怀爱的心态去说话——我说这句话是为了保护你，是对你有利的。不讲粗口，不讲恶口，要知道恶口如刀，要语气柔和，多赞美人，当然不能虚伪地说，阿谀奉承。

第三种叫“利行”：要做有利于他人的行为，这与世间法是相通的。他是做生意的，比如卖伞的，你不能在他面前说：啊呀，我最讨厌下雨了，老天不要下雨。但你也不能说天天下雨吧，下雨你的伞卖得好，人家一听就知道你不是说的真心话。但是你若真有能力，真想帮助他的话，可以逢年过节多定些伞，做成有个性的，或者作为礼品、纪念品发给员工，这样他一定很欢喜。

第四种叫“同事”：同事就是合光同尘。比如若是老百姓对你有抱怨，那你就应该深入他的生活，去了解他。跟他一起干活，一起吃饭，好好地对待人家，用心地帮助他，共同去完成他想要完成的事情。这样他就会很感激你，即使你有什么要求，他也不好意思不满足你。很多人都是这样，你跟我来硬的我不怕，但就是受不了你对我好。毕竟大多数人都有惭愧心，都为一口气活着。

[佛门的道德观是靠菩提心建立起来的，是靠因果来维护的]

佛门的道德观是靠菩提心建立起来的，是靠因果来维护的，不需要任何人监督。我看到一则报道，在英国这个基督教国家，其中最大的州郡肯特郡教育部通过一项决议——所有的中小学都要选择佛教为必修课。近几百年来，西方的确兴起了很高的科学文明，从而也慢慢验证了佛陀说的很多道理，所以现在很多西方国家，尤其是特别发达的欧美，对佛教密宗、禅修等产生了很大的兴趣。佛法是佛陀完全理性沉静的思维，人类越是文明，科学越是发达，就越能印证佛法的真实不虚。

[所知障比无知障要厉害]

学习佛法就像深入法海。如果你有善知识引导，就会一条直线，垂直到底，但是你不一定有广度。有的人学一辈子，也只在20米，他只是在一个横面上学，没有深度。而六祖大师是一脚踩到底的，他玄悟的时候，一下子彻悟了宇宙人生的真谛，佛陀的心法，然后他就能旋一切世间法、出世间法到自己内心里，最后以佛法的形式呈现出来。开悟的人，并不一定学了所有的经典，但他能理解所有的经典。如果是不悟的人，就像哲学教授讲佛法，他也能按教义讲。但是他本身是学术化外道，他不相信，只当作哲学思辨，用哲学的概念，对立或统一等来理解佛法，他不跟我们实际修学一样。一个没有信仰的大学教授讲得再好，也不如一个少学少悟八十岁的老和尚，因为老和尚是在实践，他完全相信佛的教言。有些大学教授越学越觉得自己很聪明，反而被自己的知见而障碍了，这就是所知障。众生住所知障中，比无知障还要厉害：无知可以再学，可以重新树立一个；而所知有障就完了，他执著这个就错误了。这就是“世智辩聪”，佛所说的八难之一。

[一个人一天之内怎么能做好100件事]

最简单的方法，就是你要把握住当下——当我在做这一件事情的时候，就要把其余99件事情，全部忘掉，那在你的眼里永远只有一件事。一件事做完了才有下一件事，这就是我做事的一个原则。虽然每天我要处理很多事情，其实在我眼里只有一件事。

首先我把所有这些事都安排好，什么时候做这件事，什么时候做另一件事。我在做这件事的时候，就不会去考虑另一件。若是正在做的这件事没有做好，缘份就已经没有了，那就不要管他了。比如刚才我正在诵经，突然来人了，那我就停下了。不能还想着经还没诵完，而是应该立马处理现前的这件事。再比如我和你聊天，那我就不能胡思乱想其他的事，我就应该和你好好聊。我要把聊天聊得有意义，让你明白很多道理，度化你，这是出家人的本份。诵经，坐禅，劝化，我要让你觉悟。自觉觉他，觉行圆满，这才叫佛。

所以不论一天有多少繁琐的事，你只要做好当下这一件事就好。当你拿起书的时候，你说我今天看20页，那就要看20页，这是你的计划。中间突然有人找你了，你就把书放起来，今天这个缘消失了，就暂时不看了，然后你就处理另一件事。这样你的时间，你的安排，井然有序，绝对不会有烦恼。

这一百件事到了晚上，全部清零。今天做了什么，我只回忆做错的事，不留恋做成功的事，这样就会更正不足，内心安稳。做错的事我一般会在佛前忏悔，比如今天说话说多了，言语中有失，或者这话说得稍微有点虚浮、不严谨，或者今天做了一件事，做得不到位，那我就要忏悔。忏悔完了，我就会感觉内心释怀了，充满安慰，这样我再睡觉，然后半夜谁敲我的门我都不怕，这叫“心中无愧”。你要自己心有挂碍，或心中有鬼，做了昧良心的事，种种烦恼思虑，担惊受怕就会萦绕着你。而且有很强的焦虑感，心情越来越不好，你的身体状况、精神状况、家庭状况啊，都会受到影响。

[佛不是创造者，而是发现者]

佛不是创造者，不是上帝；佛陀是发现者，他发现了这些规律，发现了这些真理，不论你学不学佛都是这样的。佛法有二个层面，一个叫世间法，一个出世间法。要加上道家那就是三个层次，因为道家超越了世间法，讲衍生迁流，虚无恬静。这和佛门不一样，佛门是超世之法，普度众生同成正觉。

儒家讲你如何更好地活在这个世间，怎么对待上司，怎么对待亲人，怎么教育子女、孝敬父母，要讲仁义礼智信，修身齐家治国平天下；道家是离世之法，是怎么离开这个世间，讲无为而治，人天合一，顺天道而为之；而佛门是讲合光同尘，超世之法，发菩提心，与众生同一流转，度化一切众生，让他们都明白这个宇宙人生的真理。所以说佛门讲人人都有佛性，人人都可以成佛，因为佛是发现者，只要我们发觉了这个道理，我们也是佛。

怎么超世呢？就是以出世的心态，做入世的事情。佛菩萨不会示现活一万年不死，释迦牟尼佛应化到这个世间，示现80岁入灭，就是与众生同一起居，给众生做一个引导。假如人世间的寿命是2万岁的话，他也会示现2万岁。他也是示现从小出家、修道，让人看到佛是一个活生生的人修成的，不是那么虚无缥缈的东西，也不是万能的上帝，所有的人都能成佛，这才是佛的亲切感所在。你既能看到佛陀悟道的经过，也能感受到佛陀的为人处世。你按伟大教主修行的方式、彻证真理的方法去修行，你也能证道。这个教主告诉你：我不是先知，我也不是上帝，我以前是不知，我曾经是太子，我也是学过来，通过刻苦修行悟道的。人不学不能成材，佛门讲没有天生的释迦，没有自然的弥勒，一切都是要闻思修的——听闻佛法，如理思维，如理修行，方能证道。

[佛法要不断熏修]

无始劫来你都是用贪嗔痴在熏习自己，现在听我讲法，有可能有三分钟热度，过几天习气又来了，你敌不过这个。你说一切恶缘都不要现前了，什么生活琐事都处理好了，这样我就解脱了。我看算了，不要欺骗自己了，这叫逃避好吧？你若是想这样快速地解决烦恼的话，我以前说过，你最好还是躲到深山里吧，那儿清净。

佛法要找到一个好的圈子，经常熏修才能起到作用。我也有弟子虽然熏修得少，但听过就能起惭愧，做错了立马反思的，这是根机好点的。如果你听得多，而不去运用的话，照样还会烦恼。修行要经常闻思修。涅槃四因，有一条就是如理修行，你不去修，只是去散漫地听闻，那只能三分钟热度。你不能光看别人活得很轻松，知见超胜，你不知道人家背后也是用了很多功夫的。

为什么我以前说：如果联系不到我了，或者我若是闭关了怎样的，就不要再找我了，自己好好去修吧；那就是要告诉你，师父讲的话你要及时消化，并去运用，不要老想着依赖别人。有些人找我，每次都哭诉一样的事情，千篇一律，全是些鸡毛蒜皮的事。我都重复讲好多遍的道理了，他还是只顾自己去说，说完他痛快了，我讲的白费了，把师父这里当垃圾桶了，不是怀着诚意来学法。这样消遣佛法，只能浪费他人的时间，损人不利己。

[要勤教授弟子，善巧教育孩子]

佛告诉我们要勤教授弟子。对于承受能力差的，就在独处之时教育他；承受能力强的，就可以当众喝斥他：这都是善巧方便。教育孩子也要根据他的根性来，不能一意孤行，老用“我的”方式去教育，这不起作用。

我觉得有的孩子压抑感特别重，他在家里压力很大，老想往外跑，学校又只知道盯着他的作业成绩看，这样使很多孩子活得很委屈。这时你应该用父母的身份、交朋友的心态，去跟他交流，要多理解他，多鼓励他；不应该有“你是我生的，我就有权利打你、骂你”，用这种错误的、野蛮的教育方式。你要知道，你有生他的权利，但是没有霸占他的权利，你应该把他奉献给社会，奉献给国家，教他好好做人，这样才是对孩子负责。

有的居士说，师父我永远不会违背你的，你随便批，随便骂；即便这样的弟子，我都不敢直接去喝斥他、批判他。因为众生心念变化很快，再说他的承受能力的确有限，有可能只是一时兴起，满腔热血。所以我还是用善巧方便的方式，从来不当面指责他，而是旁敲侧击；除非他真的有点智慧、承受能力真的很强了，我才会当面喝斥他。这还是佛弟子、佛教徒，还是有修为的。而一个正在长大，还没有承受能力的一个孩子？父母怎么能不择手段，不择言语地惩罚他、埋怨他呢？

[随喜要发至诚心]

随喜的时候一定要发至诚心：我愿意随喜某某法师、某某人的善行，尽力而为。比如师父发愿供养十万盏灯，你若是用心随喜了之后，那这十万盏灯的功德，你就全部有了。这叫至诚随喜，虽少得多的道理。不管多少钱，只要发至诚心，哪怕就给一块钱，这个分量还是很重的。

以前一个贫女非常穷，但她对佛陀有极大的信仰，看到很多国王大臣都去供佛供僧，于是她也想去供养。但是深感自己罪业深重，今生一出生就非常贫贱，所以她非常追悔，没有能力供养。于是就去乞讨，但是辛苦了一天也才只得到一个钱，想了想，那就去买灯油吧。而卖灯的人就告诉她：一个钱只能买一点点呀。贫女说：我以前罪业深重，生来就很贫贱，现在遇到无上的佛陀三宝，却没有能力培福。然后深感自责，深深忏悔。那个卖灯的人被感动了，于是就给了她双倍的油，足够一盏灯用的。于是她就到佛前，把灯油供到众灯之中，然后发了一个大心：愿以此供佛的功德，将来能成就大智慧，灭除一切众生的无明黑暗。

第二天，目犍连尊者要把燃着的灯灭了，但是用手扇，用衣服扇，这盏灯怎么也灭不掉。你要知道目犍连尊者是神通第一，他能把整个太阳放到嘴里去，但他用尽任何神通都没法把这个灯灭掉。佛陀见到后就告诉他，佛陀说：“目连啊，你只是个阿罗汉，功德太小了，这是一个发大心的人供的灯。她发了广济众生的愿力，即使你用四大海水，用大风吹也不会灭掉的，这个你二乘声闻的力量是灭不掉的。”

还有佛的弟子阿那律尊者，天眼第一。他往昔是个盗贼，他到寺庙里去偷东西，晚上黑灯瞎火的看不见，他见佛前有一盏灯，他就挑挑灯芯，为了能看清后偷东西。但当他一看到大殿里的佛像时，感觉真是庄严啊。而他不是有心如何供养三宝，只是为了偷东西，挑了挑灯芯，之后就以此善根，遇到了释迦牟尼佛，证得阿罗汉，得天眼第一。由此可知：无心供养三宝尚且功德巍巍，更何况一个人发了至诚心，去供养三宝，去供灯，那功德就更大了。

根据恩师雪相法师甲午年四月随缘开示录音整理

妙稀有讲堂弘法小组

2014甲午年四月廿五

## 佛教修学初机浅谈录音杂记卷二

[“空”非顽空，非断灭空]

善信：佛门讲四大皆空，什么都空了，那啥都不用做了吗？

师父：我们说的空，并不是偏空——偏空就是执着这个空性，什么也不干了，以为这就是清净，这就是解脱了。也不是以把某个东西消灭为空，这个叫“断灭空”，不是佛门所讲的空。

而我们说的空，是缘起性空。打一个比喻：比如这个房子，这是因缘假合而来的。如果单独拿一个窗户，我们不能叫它房子；单独拿一扇门、一块砖、一张瓦，我们都不能说它是个房子；但是这个房子又离不开这些东西——所以从性质上来讲，这个房子只是一个众缘和合而来，只是个假名字而已，并不是真实存在的，所以我们叫它是空的。我们把这种观法叫“析空观”。若是从时间的角度来讲，一切事物都是成、住、坏、空的——这个房子造出来，住一段时间，然后慢慢坏掉，再到最后就消失了。这个是“无常观”。不光一切事物，乃至所有的花草树木、人情世故、爱恨情仇、乃至整个宇宙万物，都可以用析空观和无常观来观照。所有的事物、事业、财富也都是缘起性空的，也是无常的。一切的生命，都是四大假合，缘起性空的，也都是生、老、病、死，无常的。

包括我们日常所起的念头，都是因缘假合的。这个可能大家不好理解：这么小的一个念头，变化这么迅速，怎么去观照？很简单，我给你打一个比喻你就明白了：

比如当一个人口渴了的时候，见到自己爱吃的西瓜，生起了一个想吃一块西瓜的念头。我们来分析一下：其中口渴是因，西瓜是缘，想吃的念头就是因缘假合的，是空的。怎么讲呢？这个念头是缺了哪个条件也不行的，例如不口渴见了也不想吃，不爱吃西瓜见了也不想吃，只口渴却看到一杯茶，也不会生起想吃西瓜的念头来。所以这个念头也是在各种因缘下产生的，所以我们说它是空的。

触类旁通，所有的贪爱、嗔恨的念头也都是如此，都是因缘假合的，也都是生、成、异、灭变化无常的。这样我们时时观照这个世间，就可以了解，所有的人、所有的事物、所有的感情，都是因缘假合而来，也都是无常变幻的，没有一个是真实存在的。

这样经常起观照的话，渐渐地我们的执着越来越轻，烦恼就会越来越少，也就越来越有智慧，越来越清净了。进而我们应该从空出假，再发起无我利人的菩提心来。知道这一切虽然是缘起性空，无常变化的，但是我们的真如佛性，还有我们的法身，是微妙庄严，清净自在的。所以我们还要好好学习佛法，觉悟人生，觉悟佛陀的万德庄严、究竟圆满，这是我们人人本具的。只要我们按照佛陀说的去做，我们都可以成佛，到那时才会超越一切人我，二死永亡，永远不会再苦了。

善信：我觉得出家真是不可思议，一般人很难做到。

师父：出家者，非帝王将相所能为。一般人，即便家庭不是很好的，让他舍弃他都不肯舍弃，他还在想：我的老婆，我的孩子，我还要过我的生活。而真正想要出家的话，那真是不容易的。他要舍弃世俗的家，一个人去修道，在其中要经历很多苦闷、孤独等等。你看我们现在聊得再好，等你们走了，我就是孤家寡人。当你生病的时候，所有的世间人都有父母去问候，而出家人是无人问津的，最多几个和尚来问问你：“噢，你生病啦，那好好养着”，然后就走了。这些都需要出家人自己去承受的。

善信：原来对你们来说，也有孤独的一面。等我退休了的话，我想我也能静下来。我目前活在社会上还是要养家糊口的，还是要面对现实，佛门的那种空好像离我还比较遥远。

师父：虽然是这样，但是你还要明白两点：第一，出家人如果没有修为的话，那叫孤独，如果有修为的话，那叫享受清净，就像中国古人讲的“享清福”。第二，我们这个空，并不是没有对境的空。即使很多事需要我去做，我要面对所有家庭琐事，我也能面对这些而不起颠倒，不去执着，这才叫空。并不是我躲到深山老林里去，什么都不干了叫空。这个空没有力量，当任何一个境界现前时，你还会起烦恼。

但是在完全没有定力或者意志力薄弱的话，那最好修道的地方就是深山老林。比如一开始修行的人，还是只在路上，那就一定要选择一个清净的环境，最好是深山里的伽蓝寺庙等，那样可以安心，没有太多的杂缘。而对于一位智慧和定力具足的菩萨来说，那到哪里也都无所谓了。但是你要知道，高僧传记里很多开悟得道的祖师大德，当被人要请出山来弘扬佛法的时候，大都是自愧道力不圆满，从而幽居用功，长养圣胎。所以对于初心办道的凡夫来说，唯有远离喧嚣，远离聚众，清净修行，才是最好的。

[神识不生不灭]

我们讲人的灵魂，也就是这个神识，是不生不灭的，我们经历的这个死叫“分段生死”。你这世行善比较多，下一世就比较好；如果你这世造恶比较多，下一世就可能堕落到畜牲道，或者地狱道。虽然灵魂不死，但会有隔阴之迷。道教讲喝了孟婆汤就忘了；佛门讲人的生命形态换成另一种生命形态的时候，自然而然就把上一世的记忆清零了，因为他要感受业力流转，入胎、住胎、出胎之苦。

比如在母亲肚子里的时候，如同在一个暗室里一样：母亲喝了凉的，就如同处在寒冰之室；母亲喝了热的，就感觉像是火烧一样；若是母亲弯腰，就会感觉如同巨石压身——总之被种种苦恼缠缚着。当从母胎出来的时候，经过产道，屎尿臭秽不净；一出胎又被风刀所割，稚嫩的幼体被抓起来，乃至外界种种刺激，苦不堪言。在这种种苦恼的缠缚下，也就不知道往昔做过什么了；但是上一世的习气会延续过来。有的小孩生下来就很温和，有的就很暴躁，有的就很聪明，有的就很愚笨，这还是跟他上一世的习气有关系。比如这个人上一世是畜牲道来的，那么他会又脏又臭，而且很顽劣；如果上一世是人道或者天道来的，那他就非常高尚，非常文雅，非常厚道。

[因小果大]

这一世造的善恶决定了你下一世，或者明天，或者当下的果报，你的一切言语行为都逃不过因果。你对人好，别人就会对你好；你对人不好，就有人想来算计你。所以佛门的道德基准点，不需要摄像头，也不需要法律，只需要自己监督自己的内心。

你不怕报应你就干呗，你杀他1次，他有可能就要杀你500次，因小果大。这个因就像种树一样，虽然是小种子，长出来的却是参天大树。善恶也是这样的，你救了他一顿饭的命，以后他有可能要倾囊相助。所以行善的动力是无尽的，而造恶是一定要畏惧的。

有一次看到一则新闻：两个人因为停车发生一点磨擦，起了口角。就因为恶口骂人这么个小罪过，却引得双方棍棒相加，伤亡很多人，这就是因小果大。忍一时风平浪静，退一步海阔天空，这才是智者处理事情的方式。正如古人讲的，多一事不如少一事，凡事一定要大事化小，小事化了。而能化解这些事的，那就是宽容和大度。你不要认为这个是吃亏了，你要知道这是君子的行为，不与小人计较，这是菩萨的行持，要体谅众生的愚执。

[向三宝行善功德最大]

在行善之中，向三宝行善的功德是最大的。为什么向佛法僧行善，功德最大？

比如盖寺庙，因为寺庙不但是供奉佛宝的地方，也是出家人饮食起居的地方，而且还能教化人心，净化社会，能让很多人离苦得乐，解脱生死。这个功德的延续性是很大的——既对佛宝做了供养，又对僧宝做了布施，也对法宝的弘扬提供了道场，又可以成就很多人的道业。这个力量真是很殊胜，所以功德也很大，不可思议。释迦牟尼佛是经过累劫修行的，他是大圣人，他的弟子也都是清净出家的，所以供养他们的功德，就比一般人要大。

造恶也是这样：你把一个乞丐打一顿，最多会惹得很多人骂你不道德；要是你把国家主席打一顿，那你就倒霉了，因为你是在危害国家安全，蓄意伤害国家领导人，罪过不轻，弄不好还得坐牢，终身监禁。

所以，对三宝行善，这个对境是最殊胜的，功德最不可思议的。你来护持三宝、供养三宝，所得到的善报，也是不可估量的。反过来也是一样：你骂一般人没那么大的罪过；但如果你辱骂三宝、毁坏佛像、讥毁出家人，那就要下地狱了。不光来世，我看到很多资料，是讲文革时期捣毁寺庙、佛像的人，他们的报应，那简直是太惨烈的——浑身烂疮，眼睛瞎掉，口里出脓，死相恐怖。那真是现世报应，见者闻者，无不心生畏惧啊。

[拜山]

善信：师父，我看到路上有人三步拜一下，这是什么意思？

师父：这叫朝圣。比如他想拜观世音菩萨的道场普陀山，他就从他住的地方出发，三步一拜，一直拜到那里。这象征着自己对菩萨的恭敬、虔诚，或者是求忏悔，或者是炼心修行。当年虚云老和尚，三步一拜，从五台山拜往普陀山，拜了二十多个月，三个年头。这个我们汉地比较少，藏地每年都有朝拜拉萨的，他们十几个人或五六个人结伴，拜几个月或拜几年。他们很多藏人发愿，就是这一辈子一定要有一次机会拜着去拉萨。因为布达拉宫是观世音菩萨的宫殿，是观世音菩萨在藏地的第二个道场，所以一定要拜过去，这象征对观世音菩萨的虔诚。

有人问那些拜山的人有什么愿望？据我了解和他们的一些采访，很多人就是希望世界和平，希望所有的人都能向善，或者临终往生佛国净土。也有求来世能过得好一点的，但是这样发心的很少，一般他们的心量是非常大的，非常纯朴。不像现在人拜佛，拜下去之后，心里想的都是为了早发大财，希望找到好的帅哥美女，自私自利的比较多，比起他们的朝拜来讲，那功德真是差远了。

你与其为求自私自利而去拜佛，还不如好好忏悔。你罪业忏悔清净了，你的福报自然就显现了。因为你要知道，佛菩萨可不是贪污犯，也不是包庇犯，你给他供养三五个水果，或者往功德箱塞几块钱，就许一大堆愿望，你把佛菩萨当什么了？还有好点的，发愿发了财，再来帮佛重塑金身，盖盖寺庙啊，干点什么功德。要是真的这么简单，还用你去做？我是个和尚，天天伺候老佛爷，我直接发愿不得了：老佛爷你帮我赚十亿，除了日常所需，我可以全部拿来盖庙，弘扬佛法。那还用得着你来捐钱吗？你要知道，你越没钱那是因为你往昔不肯布施，不知道修福报，所以这一世才贫穷。你应该先捐钱，再发愿有了钱再捐钱，那样才好。平常则要多拜佛，求忏悔。

善信：我觉得不可思议，这个毅力……

师父：这就显示了他们信仰的力量。近代也有老外出家的，那也是三步一拜，朝礼圣地。路上很多西方人讥讽他们，他们也是毫无怨言的。

善信：我以为是在寺庙里犯过失了才这样的呢。

师父：不是的。比如现在世界上打仗，死了很多人。他是出家人，生了怜悯之心，他愿三步一拜朝礼普陀山，愿他拜佛的所有的功德，回向给那些在战争中死去的众生，愿他们都能往生极乐世界，可能他就以这个动力去拜山了。他的这个精神是非常高尚的。还有很多发大心的，比如发愿所有的众生能离苦得乐而朝礼哪座佛菩萨道场。

善信：就是不为自己，而为大众。

师父：这一般都看自己的，每个人拜山的愿望不一样，有的是为了成就某一件事，有的是为了磨练自己的意志。我也拜过山，但是没那么长距离拜过，我发愿是所有的众生都能早日成佛，离苦得乐，因为成佛了才能真正离苦得乐。

[心无邪念自能降魔]

善信：我遇到一个女的出家，白天香火旺时人很多，晚上连尼姑师父一共才三个人。她晚上也会害怕鬼神。我就很奇怪，她为什么怕鬼神呢？她都为佛菩萨做事了，还怕什么？

师父：出家人很多，但并不一定所有的出家人都有修行；修行人很多，并不是所有的修行人都能修好。人有所畏惧这也是正常的，但如果她自己没有一个正确的知见，自己不了解佛法真谛的话，虽然出了家，但还是会很烦恼。有一句话叫“心无邪念自能降魔，你有真修我必护法”，一切的恶念，一切的恐惧都是从你内心生起来的。中国有一句话说得非常好——平日不做亏心事，夜半不怕鬼敲门。

善信：我知道的佛教是从《西游记》来的。

师父：呵呵，我们要分清《三国志》和《三国演义》的区别，《大唐西域记》和《西游记》的区别，一个是历史，一个是小说。一些有关描述佛教内容的小说，大部分只是借用了一些佛教的人物和词汇而已，跟佛教没有多少关系。而《西游记》里描述的，倒是跟鬼神教关系不少，全是些神鬼妖怪的，作为电视剧那又更是演绎化了。

[解脱才是真正的快乐]

善信：为什么我们要寻求佛所说的解脱呢？

师父：因为即便你拥有全世界最完美的生活状态，比如高官厚禄，父慈子孝，家庭幸福，生活美满，但是这一切在两个字面前都会变得黯然失色，那就是“无常”。这个是谁也无法避免的，春有百花、秋有落叶、生离死别、岁月流转。此些种种要是比起超越无常的解脱来说，那真是无法比较的。

佛门讲世间有八种苦：

人生下来就是苦的，你从产道出来，冷热都不知道表达，只知道哭，这是“生苦”。

当你过了四五十岁以后“老苦”就明显了，因为你的容颜衰老了，快要死掉了。

再有权势再厉害的人，一点小病，哪怕牙疼，也会被折磨得死去活来。想当年张飞大将军天不怕地不怕，诸葛亮说我给你写个字你就怕。什么字？一个“病”字，他就害怕了。这就是“病苦”。

还有的人，活着的时候无所畏惧，就像有些杀人犯什么都不怕，但真正一听到自己要被行刑了，他整个腿都软了，大小便失禁。他的恐惧无以伦比，你给他最好一餐，不论任何好吃的，他都生不起欢喜心来，他真的感觉非常恐怖。

生老病死，这个谁也免不掉。还有你想生活如意，但你有“求不得苦”，很想得却得不到。

还有“爱别离苦”：你越贪爱这个，你的苦就越大。因为再爱的人，也总有离开你的时候；再爱的孩子也总有长大离开的时候；再体贴的父母也都会有死的时候。这个是很悲凉的事情，这就是“爱别离苦”。

还有我们中国有句话叫“不是冤家不聚头”，这个就叫“怨憎会苦”。总有怨家会给你碰上，碰上就是苦，正所谓：“仇人相见，分外眼红”，这时候做什么事都没心情了。

还有“五阴炽盛苦”：我们这个身体，稍不注意就难受了。我们中医讲的，五劳七伤——坐久了不行、站久了不行、走久了不行、卧久了不行、睡久了也不行。你觉得干一天活，出一身汗，洗个澡很舒服；但让你连着洗上五六个小时，就不舒服了。

所以说生活是苦的。你要能认识到这些苦，就是有智慧的，就要发起修道的心来。由这八种过患，可以引发出无量过患。皇帝衣食住行完全满足，那还有无明苦，还有寿命苦，他想长生得不到。乃至一些神仙等，他也想多积福德，即便神通广大，但他也有种种烦恼在，躲不过无常，难以了解宇宙真相的奥秘，各有其苦。

有这些过患，怎么能和解脱相比呢？解脱的人，像观世音菩萨，他想受生就受生，想离世就离世，想建立家庭就建立家庭，想做什么就做什么。他完全神通自在，身心解脱，世间任何的过去、现在、未来，一切万物的生起与变化他都了知，他没有无明苦，种种的烦恼他都没有。那你说世间的快乐怎么能和他相比呢？

世间的快乐叫“坏苦”，因为这个快乐是不究竟的。今天你和你爱的人在一起，你感觉很快乐，他走了，你就痛苦，那你说世间哪有什么真正的快乐？怎么能跟解脱比？所以真正有智慧的人，像我们的教主释迦牟尼佛，他们就出家求解脱。还有受了极大苦难的人，他也会出家，他完全了知人世间的苦。还有非常非常有智慧的人，他经历得多了，学得多了，自然就会觉得世间如梦如幻，虚无缥缈，他也会寻求解脱。

只有正在路上的人，他会说我还想奋斗，我还想得到些什么。他不是不想解脱，而是暂时被小的利益蒙蔽了他的眼睛。人的欲望是无尽的，当他像帝王一样的时候，他就错误地想追求长生了。但是不用说帝王，他要真能想衣食无忧，生活如意，资财丰厚的话，那也不容易。

佛门讲一切生命都有生老病死，那是长不了的，而有些人却异想天开，想求长生不老，那就只有徒费功夫了。也正是由于得不到，因而就会产生烦恼。像秦始皇、晋哀帝等，他们想长生不老，但他们寻求的解脱之道都是错误的，那是不可能长生的。所以说目标错了，方法也自然错了，到头来只有越求越苦。

我们要知道只有解脱才是真正的快乐，就是佛门讲的“般若波罗蜜多”，大智慧到彼岸。只有觉悟到宇宙人生的真谛后，才不会对一切好坏变幻的境界起颠倒。这样如实了知这些真相以后，再如法修行，就能证悟到不生不灭的大般涅槃，远离一切虚妄执着，这样才会真正地离苦得乐。

在一些人眼里感觉出家人修行是很苦的，但是我们虽苦犹乐。因为我们的目标是很清静的，很究竟的，没有一切人我是非，没有一切名利缠缚。这样虽然孤家寡人地在外面，但是只要我如理思维，如法修行，尊重因果，以诚待人，就一定会得到比亲人还要亲的温暖。如是因，如是果，这是真实不虚的。

善信：虽然到了寂灭的境界，比如观世音菩萨如果示现有家庭了，她也会对家庭有责任心吧。

师父：那是肯定的，只是他做得会比我们更有智慧；而你若是认为他跟世间人一样，缠绵这些夫妻情爱、人伦之乐，那就不对了。佛如果还有我相、人相、众生相、寿者相的话，他就不名为佛了。

佛是什么？全称叫“佛陀耶”，中国人喜欢简称，就简称为“佛”，梵文的全称叫“布达呀”，翻译成中文就是“觉悟的人”。佛是一个觉悟的人，不是虚无缥缈的神，不是万能的上帝，他是通过实实在的六年苦行，觉悟宇宙人生真相的。这世间的一切人情世故都是不实在的，究竟是痛苦的。他通过自己修行，觉悟到所有的人都可以成佛，一切众生皆有佛性。也就是说不管他想不想成佛，他本身就是佛，只是迷掉了而已。只要他肯修行，就可以返本归源，认识到自己的本来面目。而佛就是通过自己觉悟以后，再去觉悟别人的。

但是佛门讲无缘不能度，你要与佛教无缘，那也不会强求，不会强拉你信教；你要是缘分到了，自然就会找到师父；或者你生活痛苦，经历苦难了，你就想找解脱的方式了。佛门从来就是不强求的，因为人生是把握在你自己手里的。

[六道轮回的证明]

善信：因果我能认可，但六道轮回我不认可。

师父：两千年前，你说水里有微生物，当时的人会不会相信？五百年前你说地球不是宇宙的中心你相信吗？布鲁诺支持哥白尼的日心说，他就被基督教定为异端邪说给烧死了，你说到底是谁的错。而这些早在佛陀时代，佛就告诉我们了：“佛观一钵水，八万四千虫”；一日一月，一铁围山，四大海水为一小世界，一千个小世界就是中千世界，一千个中千世界是大千世界，而这三千大千世界，才是一个佛的国土，就像是现在的银河系。你说佛陀有没有智慧？

佛说的六道不认可，只能证明你没有见到，但不能说它不存在。比如狗能听到人听不到的，你能说不存在？猫能见到人见不到的，你能说它不存在？还有风、磁场、电波等等，你既见不到，又摸不着，但你能说它不存在？很多人的观念，还只是停留在迷信科学的时代。科学是可以物质化，眼见耳听地来解释世间，但是你要知道它的认识是有局限的，是不究竟的啊！比如从微观理论来讲，从认识细胞到原子，再到原子核、电子、质子，再到上帝粒子，这只是仪器越来越先进了而已；但在没有继续分割以前，你不能说它不存在。

我可以用大量现在的科学资料，而且是站在世界科学发展最前沿的欧美科学家的研究资料，来证明轮回是存在的。而且国内也有很多科学院的博士的声明，证明轮回、灵魂都是存在的。我也见过一份资料，记载了八九十位博士教授对佛教的态度，都是积极地认可和褒赞的。也并不是只把佛陀所讲的道理定义为空泛的哲学，和盲目的偶像崇拜；他们都认可佛教在科学、文学、道德、艺术、生活等等各个方面的现实意义。比如大物理学家爱因斯坦曾说过的那句话一样：“如果有一个能够应付现代科学需求，又能与科学相依共存的宗教，那必定是佛教。”

还有现在台湾大学，近几年在搞的灵魂、特异功能研究等，都比国内其它的一些大学搞得要好。虽然我们不能说他的研究就一定是权威，但是起码证明一点，就是轻率地否定你所不知道的道理，这是很盲目的。

而你所认证的一些所谓的科学，包括还有现在很多项科学实验，像亚里士多德的一些力学理论，还有地球是宇宙中心一类的论证，近代以来早已经不知道推翻多少了。而你如果只是还用以前书本上学到的知识，不去参考现在的科研成果，只用这种特定的、僵化的眼光在定位现在你所认知的东西的话，那就太狭隘了。当然还有六道轮回也并不是所有的人都看不到，而是人只能看到人道、鬼道和畜生道。鬼道也只是极少数人能看到，我们中国叫阴阳眼，西方叫通灵人。这是拿到科学层面，不是宗教层面上来讲的，这个在欧美研究得比较多。

善信：因为统治需要，我们这方面的研究好像不是很开放。

师父：这是文化认同的问题。你看中国很多朝代都是靠佛教为主导来教化国人的：整个大清王朝都是佛教作为皇室信仰，元朝佛教也很兴盛，唐朝更是八大宗派兴盛，南北朝佛教经典大量翻译。佛教传入中国之前，就有诸子百家；但是佛教一进来就能慢慢的与当地的文化相融合，很快便扎根到民间，而且受到历代尊崇。要知道一个外来的文化能被认同，而且还可以普遍弘扬，要没有超胜的理论，没有实际的修为，那是不能与中华民族如此强大的文化、如此思想活跃的诸子百家来论衡的。

而现在的中国，在清末年间经过闭关锁国，被西方列强打开国门以后，就有一批盲目的激进派，从一开始师夷制夷到后来完全西化，认为中国的就是落后的，就应该被推翻，这是非常盲目的。而像孙中山先生也算是西洋东洋到处跑过的人，也学习过很多先进的西方理论，但你看他的三民主义里讲的那句话：“除机器设备和科学技术这两样东西，西方世界在政治文化等其他任何领域，都与中国无法相比，他们要向中国好好学习。”这就就很值得一味崇拜西学的人反思。还有清朝末年的辜鸿铭，学贯中西，精通英、法、德、马来等九种语言，获13个博士学位，人称“清末怪杰”，被印度圣雄甘地称为“最尊贵的中国人”。这么有成就的一个人他是怎么做的？你要知道，他曾发表过一百七十多则的《中国札记》，反复强调东方文明的价值，由此可见一斑。

当然我说这个也并不是说西方的东西就没有好的了，而是要告诉大家，如果一个人没有了解过佛教，没有精研过佛教的理论，没有读过三藏十二部经典的话，那是不能盲目地否定和批判的。这个要客观而言，切不可人云亦云，不知言知。否则这样的人只是无理取闹，是真愚痴的。

善信：我听过《心经》，但有些地方还是有疑惑。我想人要信仰一样东西，就要解决了这些疑惑，才会去信仰。

师父：因为人认识的局限，导致了人无法相信轮回真实存在，而并不是轮回真的不存在。人对这个空间的认识还只停留在三维空间，就算再加上时间的话，也只是四维。狗、猪、猫头鹰、蝙蝠，他们的维次就和我们不一样，而蚂蚁只能在平面生活，它没有高这个概念，它不会跳。人在三维空间，能跳、能坐、能躺，人还有时间的概念。而佛教能讲到的维次就更不可思议了。人的认知是极为有限的，我们怎么有能力去印证佛的智慧呢？

佛在2000多年前就讲了这些，我们现在的科学正反过来去验证佛教。这不光是中国人在验证，而且还有西方的科学家也在验证。爱因斯坦说：“佛教是一切科学的源动力”，他还曾说过：他不是一名宗教徒，但如果是的话，他愿成为一名佛教徒。（1954年普林斯顿大学出版社出版的《Albert Einstein： The Human Side》） 他是近代科学领域中，颇为有影响力的科学家之一，所以他的话，并不是凭空而谈，而是的确认识到了科学与佛教的理论相比，还是有诸多不足的。一位三千多年前的智者和当今最先进的科学家，能够达成共识，可见佛学对宇宙科学阐述的先见，是十分客观的，是经得住检验的。智慧越高，科学越昌明，佛陀所阐述的真理也是越容易得到印证的。

我们很多人在研究的都是一些枝末。比如有个人到树林里，突然一只箭射过来，射到他身上，我们的第一反应是：赶紧拔出来，止血，然后送医院。对不对呀？你有没有见过一个人，被箭射了，还在问：“谁射我？这是什么材料的？它上面会有什么毒呢？”然后他就分析分析，最后他死掉了。所以说，你不要因为一些似是而非的、没有实际意义的疑问，而把大部分时间和精力都用在其中，对佛教也只是停留在观望上，或者纠结在一些没有意义的问题上。而当你真正想要去实际修学的时候，就会发现人到黄昏，没有精力了。

佛是过来人，而且不光他老人家是过来人，依照释牟尼佛的指引修行，历朝历代，有很多的祖师大德都已经成就。况且现在很多科学资料都在佐证佛教，我们只需要稍花点功夫就能找到这些资料。而有善根的人则不需要这些资料，他从小就对佛教有善根，你一跟他讲缘起性空、五欲之苦他就信。因为佛陀所讲的这些道理都是非常朴素的真理，只要你没有过多的所知障，不自以为是的话，一般人一听就知道，这都是些真理。

就是像是佛陀时代智慧第一的舍利弗尊者，他一开始是一个外道，八岁时就辩才无碍，参学过很多修行人，自己也带领着一百人修行。而后来见到马胜比丘以后，就被他的举止威仪所感染，于是他就问：是什么样的老师能让你有如此的举止？他曾跟你说过什么样的法要？马胜比丘就告诉他说，我的老师是释迦牟尼佛，一切智觉悟者，是人天的导师，佛陀曾如是说：“诸法因缘生，缘灭法亦灭。”舍利弗听后，立马就对因缘法有了很深的悟入，立马就对佛陀生起了无上的信心，然后就带领弟子还有同行修学的目犍连，二百多人就都随佛出家证得了解脱。

我们在每个领域中，在那些光环闪耀，众所周知的世间名人中，都能找到佛教徒。比如政治家，古代有雍正、顺治、忽必烈、梁武帝，近代有周恩来、刘少奇、李先念、蒋介石，这都是佛教的大居士、大护法。再比如影视界，刘德华、王菲、李连杰等等也都是佛教徒，他们都是非常优秀的在家的弟子。比如我看到中央电视台“开讲啦”栏目时，讲了这么一个故事：李连杰有一次在过安检的时候，去按指纹，按了几次都没有用。因为他戴着帽子，别人都不认识他，后面人就骂他：“你傻啊，你不会慢慢按！”他就慢慢按，还是不行。又有一个人骂道：“你傻啊，你不会快点！”他呢，就再试一下，可是还不行。最后安检人员来了以后说：“不好意思，李先生，这台机器坏了。”李连杰也没多说什么，就笑笑。后面人一看是李连杰，立马不好意思了。后来记者就问李连杰：“你为什么不生气，你不是拳脚功夫很好吗？为什么不去打那个人？”他说：“令他人不高兴，我就会不高兴。”他说“这是我的信仰”。所以我们看完这个故事就知道：为什么他有福报？为什么他能成为国际影帝？他一定有自己最发光的一点。

所以，若是看到这些政治家、企业家、科学家、文学家，他们这些很有智慧的人，自己比不过他们，而他们都信仰佛教。他们都已经佐证过了，能有这个立场，我们就不要去浪费过多的时间，停留在自己的疑问上。（可以借鉴他们的经历和论证来帮助自己树立信心）如果我们能消解掉这些烦恼，消解掉这些疑问，然后投入到真正的修行之中，我们就能得到巨大的利益。

据1999年《佛教文化》第41期载文：

据全国劳模、党委书记出身的灵岩寺（位于江西省大余县的灵岩寺）副主持法安法师（参加过淮海战役，解放后在核工业部某铀矿工作，总支书记兼坑长。曾被评为全国劳动模范和学毛著标兵，后提拔当党委副书记兼第一副矿长，一直干到退休，副局级。后出家）说，李先念是在少林寺皈依的，刘少奇是在菩陀山皈依的，提起周恩来的皈依又生出一段故事。

有一次在武汉，毛泽东问周恩来：“为什么你办事总是那么圆满？”周答：“主席，我除了马列，还有佛法。”

“你皈依了那一个？”“虚云老和尚。”“这虚云老和尚何许人也？”“虚云老和尚是当代高僧，他父亲是泉州知府。父亲和叔叔就他一个男儿，给他讨了两个老婆，可他出了家，拾树叶充饥，忍人所不能忍，行人所不能行……”

毛泽东被周恩来说得心动，要周将虚老叫来武汉，虚老不肯：“自古法王大于人王，毛泽东要皈依，叫他到南华来。”毛泽东听后也气得一倔，皈依就此告吹。

[佛教是和平的宗教]

去年我看过一个国际新闻，日内瓦论坛报曾经报导，在国际联合宗教会，二百多名各宗教领袖投票，佛教获得全球“最佳宗教世界”奖。这些基督教、伊斯兰教、犹太教领袖们，一致表决佛教是“世界上最好的宗教”，他们把这个奖颁给了我们佛教。联合宗教会的主管说，之所以大家都能投票给佛教，很大的原因是佛教从来没有发动过战争，是一个真正和平的宗教。

我们知道历史上基督教十字军东征，伊斯兰教圣战，一些扭曲教义的宗教徒为了私利，直接间接地杀害了很多众生。而佛教是在历朝历代中，当被压迫的时候，从来没有过激的反抗和战斗。在文革的时候，老和尚们被斗得很惨，但他们从来没有起来反抗，没有埋怨国家。等批斗他们的人走了，他们就穿上僧衣继续拜佛念经；要是人来了，他们就不拜。所以，佛教是从来不与政治家为敌，与人民为敌的。不论用多么高尚的理由发动侵略，发动战争，受苦的都是黎民百姓。

[学佛的开始]

现在很多人学佛，刚开始他就去听《金刚经》《心经》《法华经》这些很微妙的经典，他往往找不到一个依止。佛门最基础的是要从因果、六道轮回开始：我们怎么去敬畏天地鬼神，为人应该怎么样……只有从基础做起，才能感受到佛教的亲切感。其实学佛就是让你学会做人，明明白白做人。当你累积到一定程度的时候，再去听《心经》这类微妙的经典，才能真正体会到佛法。比如，你跟一个小孩讲美国白宫里的事，他根本就没概念；但如果你从政几十年，再跟你讲一些国家政策一类的，你立马就能领会。

[功德不可思量]

想当年阿育王是怎么成为阿育王的？佛陀在世时，他是一个小孩，在玩过家家，用沙盖了一个粮仓。释迦牟尼佛经过那里，他看到之后，从粮仓里抓了一把沙，就是他的一把“粮食”，说：“佛！我供养你。”佛就把这个沙子收下，对他的弟子说：把这个沙撒到我经行的路上。之后，这个孩子因为供养佛一把沙的功德，佛就为他授记，来世可以成为转轮圣王——转轮圣王的意思就是可以统领四天下。他来世就成为了阿育王，把整个印度都统一了。所以，为什么我们要盖庙啊？因为盖寺庙的功德非常大，不但可以给布施者积福报，又可以给僧人和居士提供一个修行的场所，就是这个道理。因为捐献给寺院的一砖一瓦功不唐捐，都会成就很大的福德。

[学佛的态度]

学佛要秉持的态度是：要么毫无缘分，我们不去学它；要学了我们就要正视它，然后宁可信其有，不可信其无，不要半信半疑的信。半信半疑的信，既得不到佛法的真实利益，还浪费时间；与其将信将疑，还不如扎扎实实、真真切切地信。佛说的利益如果真有的话，那一定存在，我们一定会证到；如果真没有的话，我们也损失不了什么，而且生活安康、吉祥如意。我们有信仰的人，在任何困境下，在任何苦难下，都有一个心灵的依托，祈祷三宝、佛菩萨，内心很平实、很安稳。你说信佛我们损失了什么？没有损失什么，而是得到了很多美好的东西。佛所说的真实的道理，随着你修学的深入，你都会发现，你都会知道，也就不再怀疑了。

[整个法界有无量无边的佛]

善信：我想知道在如来佛以前有没有比他更早的佛。

师父：整个法界有无量无边的佛，释迦牟尼佛也不是唯一的一尊佛：佛陀往昔行菩萨道时，他的老师叫燃灯佛，过去还有迦叶佛、拘那含佛、拘留孙佛、毗舍浮佛、尸弃佛、毗婆尸佛，这是过去七佛。乃至更久远的还有大通智胜佛，威音王如来等；而在威音王如来以前还有无量无边的佛。

释迦牟尼佛也不是这一世成佛，而是久远劫来早就成佛。是因为他与这个世间众生的缘分成熟了，所以再重新示现在这个世间。而这个世界的人，人寿百岁，寿命短促，国土危脆，人不修解脱，种种苦恼。所以他示现人间，投胎为人，结婚生子，然后出家修道，最后八十岁入涅槃。这只是示现，在佛陀的法界中，是没有生死的，是随意受生的。

[学戒律]

弟子：作为在家修行人，不能学习出家人的戒律，怎么能最大程度将戒律学好？

师父：这个发心很好，你可以“随学”，向持戒非常好的师父学习。你可以学居士五戒、八关斋戒，这些学好就很容易影射到出家人的戒律。菩萨戒和比丘戒也有相通的，我以前整理的《菩萨戒戒相辑要》上写七众共遵的，就是在家出家人都要持守的。你虽然不能学比丘戒，但你一看这句，就明白了，出家人也是依照这个的。只是比起比丘戒的几百条来，这个相对比较少、粗略一点，而比丘戒更细腻；但是全部都能含摄的。

虽然威仪戒的戒条方面，菩萨戒好像少一点，但是菩萨戒更为严格，因为菩萨大士是直接从心来判的，而小乘只是以身口七支来判。所以，你学好了菩萨戒也是非常好的。《梵网经》菩萨戒有十重四十八轻戒。现在给居士授戒一般以《优婆塞戒经》菩萨戒比较多，那是六重二十八轻，

弟子：自授八关斋戒有一段时间了，但是一直担心是不是如法。

师父：自授八关斋戒是开缘。虽然有这个开缘，但各个律派开遮的情况不一样：像萨婆多部是讲要从出家五众那里去受；而我们四分律，是依《成实论》，若是无出家师父授的话，还是可以开缘自己授戒的，因为四分律是分通大乘的。南山律祖按照法华和唯识的思想，来解释小乘戒法，然后让它通到大乘上去，也开无师自授。因为大乘以法界实相为体，它以真如缘起为体，一切众生的真如佛性是恒常而然的，佛的法身也是遍一切处的；所以这个开缘比较多，正所谓众生烦恼无量，方便也无量。

这个时代最重要的就是要学习戒律。一切法不依戒律讲的话，讲得再圆融，也是邪见，这是根本。因为他还是个凡夫，他的圆融不是和济公活佛一样的圆融，能吃下死鸡，吐出活的来。你看电视剧有一点还算是比较贴近的描述，一个小和尚去喝他的酒，一喝怎么变成醋了，一吃鸡腿怎么变成萝卜了。济公活佛是用障眼法来化度众生，他可能真吃吗？他吃一个死的，吐出来活的，而你吐出来都是污秽之物了。你学不来而妄学，这就是狂妄之徒。

你没有戒律作基础，那就都是邪念所发，因为这些戒律就是止恶防非的。你不依戒律，那不就是在随顺烦恼，随顺贪嗔痴吗，这个谁也骗不了。《沙弥律仪要略述义》上讲 “初心不守戒律，放旷总成邪见；后心不达实相，勤修终属有为。”所以说你要先持戒，再达实相，这样你才能彻悟本性。你光盲目地圆融了，你不持戒了，也是不能彻悟本性的。

[知事看事]

真正学佛懂法的居士，一定懂这四个字——“知事看事”。比如到了寺庙里以后，有的居士跟着师父出去散步，师父说这边草太多了，然后就走了。居士第二天就把这些草都锄掉了，这就是知事看事。因为出家人不能做这个，这是有违佛制的；但是这件事情是需要做的，而出家人的身份不能做。佛说你要让护法居士明白，要让他知事看事，知道这个事情，看明白这个事情。也就是说，当你要听到这四个字的时候，你就要知道师父什么意思了，就是出家人不能干，而在家人可以干的事。

所以经常在如法的戒律道场呆着的居士，一般都能潜移默化懂得很多出家人的东西，而且做事也很如法。而若是不在寺庙中住的人，或在一个不持戒的道场，居士们都不懂这个。所以我们尽量学戒，学好后就会明白，就不会误以为师父怎么心机那么重，就不会诽谤师父。如果你觉得师父怎么老是卖关子呢？那就大错特错了，因为这恰恰是佛陀的智慧。

有一个持戒律非常精严的师父，人家供养他一些水果，这个水果种到地下是可以成长的，所以他就自己不能吃了。但是他口渴了，想吃这个水果，然后他就说：“真口渴，这个水果真好。”居士说：“师父你吃吧。”师父就坐那里一动不动。过了一会儿，师父又说：“这个水果真好。”居士说：“师父您别光嘴上说啊，您吃啊。”这个师父呢，还是不动。最后边上另一个法师见了，实在没办法，就马上把水果切开、弄好，送到那师父面前，说“师父你吃”，师父就吃了。那个居士就生恶心了，觉得现在的出家人一点都不想劳动，还想让别人伺候——这就叫颠倒了。

你要知道很多出家人的悲心和做法，要比很多在家人大得多。大到什么地步？大到可以针对一切有情无情境，不论花草树木，都不会去伤害它，所以他的悲心是遍一切处的。如果你明白了，你替师父做了，你就是遍一切境地在维护他人持戒，功德实在也是无量。这就是因为身份不一样的缘故，这两种完全不同的法，看似背道而驰，但都是完全正确的。

其实戒律也是非常微妙的，你不去学戒，不去持戒，就不懂得佛陀的悲心了。当我一开始学习出家戒律的时候，感觉：哇！佛陀简直是太伟大了，连出家人上厕所、睡觉、缝衣服，全都讲得一清二楚，什么该做，什么不该做。就像是一个无微不至的母亲一样，这个真是不可思议！我完全没有认为这些繁琐的戒律是束缚，我认为这是佛陀的悲心，是遍一切处的，是防护一些恶法生起的。这真是大智慧、大慈悲，这是一切九法界众生，不能与佛相及的。而像刚才的例子一样，若是你帮忙做了，就说明你有智慧，善于拥护佛法，善于拥护僧宝。

[福报和功德]

有一个公案，大意是这样的：以前有一个皇帝长得很庄严，但他听说一个出家师父长得比他还庄严，他就很想见这个师父，就找人把这个师父找来。他一看，的确比他还庄严。因为这个法师已经是成就圣位的阿罗汉了，这个皇帝就向他问自己的因缘。法师说，你知道你为什么当皇帝吗？他说不知道。法师就说，往昔你是个乞丐，你快饿死的时候，到寺庙里去讨东西吃。因为看你很可怜，寺庙里的出家人就给了你一点吃的，又跟你说：“出家人的东西是十方供养，你吃这个东西无福消受，你就给寺庙里干点工吧。”他就和这位师父一起发心为寺庙盖了个厕所，来庄严寺庙，清洁垃圾和脏东西。后来，乞丐因为帮寺庙盖厕所的功德，这一世就当了皇帝，而且面相庄严；而那个出家人，在这一世就通过努力修行证得了圣人的果位。

这位尊者就对皇帝说，你当皇帝，是因为你有这个福报。那个皇帝一听，原来为寺庙做事有那么大的功德，他当乞丐时就为寺庙盖了一个厕所，就有这么大的功德，那我就出家好了。法师说，你没出家这个福报。皇帝说，那我就在寺庙里做义工；法师说，也没有做义工的福德。皇帝说，那我给寺里当苦力总行了吧？法师说，也没有当苦力的福报。

你可见能到寺庙里发心，那可真是不一般的福报啊！而为什么讲当国王都没有福报去寺里呢？他直接去不就可以了？呵呵，那你真是小看业力了，有可能他去这个寺庙里，他就死掉了，或者生重病了，就是他没有福报在这个三宝福地上呆着。所以能当皇帝简单，要是能为寺庙做事，再能够出家修行，那个真是不简单！所以你千万不要小看为一个如法的寺庙做贡献的行为，这个功德真是不可思议啊！

佛陀讲的经藏留下来，谁的功德？阿难尊者和这些结集者。没有他们，这些东西谁能留下来？智者大师讲完了，他就入灭了；没有灌顶大师，他的东西我们哪儿能听闻到？六祖大师，没有法海禅师的话，我们也听不到。所以讲法的人和结集的人功德是一样的。就像是我们盖一个寺庙，我们希望后来的人能如法修行，我们护持的功德和他们修行的功德是一样的。只要你发真诚心去做事，去护持佛教，一切都是不可思议的，功德也是不可估量的。

根据恩师雪相法师甲午年四月随缘开示录音整理

妙稀有讲堂弘法小组

2014甲午年四月廿七

## 佛教修学次第推荐及注意事项

### 一、佛教启蒙养正

请次第查找资料阅读

1．《出离苦海的起航》《礼敬佛陀》《入寺法式》；

2．《因果事例明镜集》《佛教启蒙钞》《善恶辨正录第一册》；

3．《学佛行仪》《居士学佛不如法言行面面观》；

4．《了凡四训》《俞净意遇灶神记》[[1]](#footnote-1)（或直接阅读这两本书的讲记《改造命运的诀窍》）；

5．《寿康宝鉴白话》《五福临门》《安士全书今译》《历史感应统纪语译》[[2]](#footnote-2)；

6．《佛学基础》界诠法师、《佛教常识问答》赵朴初、《佛法概要》明旸法师；

7．《善恶辨正录第二册》；

8．《劝发菩提心文》《净土宗教程》《饬终须知》；

9．《自我教言》《二规教言论》（可参阅诸大德讲记）；

10．《印光大师全集净土法要》《印光法师嘉言录》《竹窗随笔白话解》；

11．《守护大乘》（又名《驳斥大乘非佛说论文选集》《善恶辨正录第三册》）；

12．《一个苦和尚的旷世传奇》《释迦牟尼佛传》《密勒日巴尊者传》；

13．《佛说十善业道经》（可参阅诸大德讲记）；

14．《天台九祖传》《弘一法师法汇》《虚云老和尚开示录》；

15．《遗教三经》、《遗教三经解》（蕅益大师所著，若难理解，可莫究义理，认真阅读，多看几遍，以做熏修。）；

16．《佛子行三十七颂》（可参阅大德讲记，并熟读或背诵）；

17．《贤愚因缘经》《百业经》。

第一篇《出离苦海的起航》中所包含的内容

前言：

第一章：觉海慈航

第二章：可许则许

第三章：浅谈三皈五戒

第四章：念佛的功德利益

第五章：放生的功德利益

第六章：居士须知五十条

第七章：

一、印光大师简介

二、十来偈

三、心地和命运

四、地藏菩萨本愿经（摘录）

五、德育启蒙

六、憨山大师醒世歌

七、名人论佛教

八、印造经文佛像之功德利益

九、结语

十、读奉经文佛像应该注意什么？

若有善知识教授者，可从善知识求学；若无依止者，可参阅近代大德之讲记。本篇“佛教启蒙养正”学完后，请将主要的内容：《佛教启蒙钞》《佛学基础》《十善业道经讲记》《劝发菩提心文》《遗教三经》《佛子行》等，再学习几遍，要基本掌握所学内容的大意和内涵。

### 二、佛教修学正行

1．《佛说优婆塞五戒相经笺要》《南山律在家备览》、在家菩萨戒学习；

2.佛教历史的学习（注意拣择相关资料，避免大乘非佛说，及考证学的曲解。）；

3.《沙弥律仪要略》《梵网经菩萨戒》《僧训日纪》（出家众及净信优婆塞、优婆夷）；

4.《佛教基本知识》正果法师、《法界次第初门》《佛教问答750题》谛闲法师；

5.祖师言行的学习：《禅林宝训》《影尘回忆录》《寒笳集》；

6.《南山律学教程》《释门自镜录》《释门法戒录》；

7.比丘（尼）戒、梵网经菩萨戒等律论的学习：《四分律含注戒本疏行宗记》（限：出家比丘僧）、《四分律随机羯磨疏济缘记》（限：出家比丘僧）、《四分律删繁补阙行钞资持记》（限：出家比丘僧）《毗尼日用切要香乳记》（出家众及净信优婆塞、优婆夷）、研学律藏（四分律藏、五分律等诸部律藏）（限：出家比丘僧）；

8.《菩提道次第广论》《大乘入道次第》；

9.《缁门崇行录》《一梦漫言》《净土圣贤录》《高僧传》；

10.《天台九祖传》《教观纲宗科释》《天台四教仪注汇补辅宏记》《修习止观坐禅法要讲述》《始终心要》；

11.《俱舍论》《阿含经选编》；

12.《天台教学史》；

13.《地藏菩萨圣德大观》（弘一法师）、《地藏菩萨本愿经略解》《金刚经注解》《始终心要》；

14.唯识宗的学习：《百法明门论》《八识规矩颂》《唯识三十颂》；

15.《入菩萨行论》《大乘起信论》《大智度论》；

16.《无量寿佛经疏》（善导大师）、《大佛顶楞严经文句》（蕅益大师）、《楞严经通议》《六祖坛经》；

17.《弥陀要解》《普贤行愿品辑要疏》《释禅波罗蜜次第法门》《天台传佛心印记注释要》《十不二门指要钞》《性善恶论》《法华三大部读教记》；

18.《南岳大乘止观》《法华文句疏记》《法华玄义释签》《摩诃止观辅行传弘决》。

此些推荐的文章，以天台宗为主，其所列举的题目为大纲导读。欲深入修学亦可查阅其它祖师的相关注释参考学习，并在下载的资料“同步学习参考资料”中学习历代祖师之其他著作等等。自古至今，其法宝颇为丰富，兹不繁举。

天台宗，又名法华宗，隋朝智者大师于浙江天台山创立。是佛法传入中国后，第一个成立的宗派，以《妙法莲华经》为主要所依经典。智者大师畅怀台宗三大事，以大苏妙悟发旋陀罗尼，华顶实证，入法华三昧，为佛境界。判释如来一代时教为五时八教，四根普被，其所著述，究竟圆满，被盛赞为“东土释迦”。故可见其所阐之教理的可与佛同俦，其灵山亲承之法华实相法印，代代传承，佛灯常明，照彻古今。

此些大部分文章皆乃历代祖师大德之著作，若按此次第修学的可大彻大悟，即生成就。若有不懂的名相可以查寻佛教词典等。拙衲障重慧浅，无有圆明之佛眼，故不能遍查当今法师之本迹。又近时之人，多好高骛远，解高行低，难以为众生做圆满之教授；又未知日后毕竟如何，或否邪谬。故除了历代公认之大德祖师，余则不为推荐当代一些法师之言教，作为准则，奉为圭臬。然此语所出，非一概否定当代大德法师之悟证，实则如前所说，衲所不知也。故一则为护持正法传承故，非祖师大德不能为准；二则为不断众生慧命故，非严加详查不可依止；三则为防法缘广大之邪辈妄充善知识，故不得一概揽列也。文中所推荐之近现代法师及其著述，亦只是为吾等初学者作为参考，辅助学习经律论三藏典籍。

正行之修学，首先是关于戒律威仪和基础知识的研究。“戒律若不存，当处法随灭”，戒律者乃佛法之寿命，故为令正法久住，各宗各派四众弟子皆应研究学习，护持如来正教。

欲有真正想修学佛法者，还是应该依止一个明理的善知识虚心学习才好，否则自己学习极易产生偏差。在此末法时代，盲修瞎练，最后入魔道，各各自谓已得无上道者比比皆是。正如《楞严经》云：“彼诸鬼神，亦有徒众，各各自谓成无上道。我灭度后，末法之中，多此鬼神，炽盛世间”。而一但自己知见上有了偏差，害人害己却不知，要想再回头，实在甚难。恐至命终之时，泥犁地狱种种刑具现前，后悔晚矣。故古代大德有“宁可千劫不悟，不可一朝错路”的豪愿。况且佛法微妙，靠的是代代传承，自己的脑子里所思量出来的永远是见思分别。否则随便看几本书就能开悟得道，便不用历代祖师呕心沥血、损己利人地弘扬讲学了。正如古德所云：“佛法无人讲，虽慧不能了。”

智者大师云：“吾不领众，必净六根；为他损己，只五品耳。”所以当珍惜正法来之不易。若无祖师大德慈悲利物，降魔辩邪，今欲想修学更是投门无路，步步皆错尔。故吾等当自省察，稽首佛前，忏悔发愿：祈愿三宝加被，祈愿观世音菩萨加被，早日能找到一位真正明理的善知识教授，或者是具有正知正见，不妄称开悟得道，实修实证的法师修学才好。

若实是机缘不熟，没有人教，吾力荐诸佛子穷研民国四大高僧的论述，尤其是《印光法师文钞》，并按照上面所指示的去修学。印光大师实乃法身大士倒驾娑婆，末法之明灯，群魔之伏杵，邪伪之明鉴，得文字三昧，儒释道悉能通晓。其所著之《文钞》，上至成佛妙理，下至家庭教育、妇女哺乳、妊娠生子等悉皆全备。故若久久研学，必可成一大修行、大通家，穷则可独善其身，达则更可兼济芸芸众生尔。至此，方不枉得人身、徒闻佛法，亦必得厚益无穷欤！

若是精力学识富足之人，进而再可研究明末清初四大高僧之论著，乃至古来禅门教下大德宗匠之论著，今生的可受学无穷，受用无边尔！若从略而学，一祖之著述即一祖一生之心境，学人一生研究效学，的可有余。

故诸行人，切不可只为参长知识，而希求博学。而是应学而受用，忘其文字之束缚，及早痛念生死无常，放下万缘扰动，精进修行！须知时不待人，“逝者如斯夫，不舍昼夜”，若把人生仅剩之岁月，用在无意义的闲谈戏乐、增长知识之中，可知一旦无常来临，未知有何保命神符、后世资粮？唯恐等待我们的，将是万劫难复之三涂恶道？抑或暂得即失之人生？吾等则未尝可知也！

欲穷源达底者，在明师之教诲下，应潜心修学，每一部著作细细研究。上根者非十五六年不能尽其奥义，二三十载不能脱其桶底；更何况末法时代吾等皆是下下根人，于其法性大海，怎堪任运疾驰哉！故望诸佛子选其当机，穷读之、思辨之、受用之、力宏之。平日多思维人身之难得，无常之迅速，因果之可怕，轮回之路远，一切犹如火光电影，如梦如幻，实在无有真正可乐，唯有早日听闻佛法，求得解脱，此方为人生第一要事也。

四众弟子更应在次第深入佛法的过程中，增上对戒律之研究与信心，积极学戒，明了戒律之开遮持犯。在严格的戒律规范下，培养内心的慈悲与方便，精进修持，随缘利人。进而应使自身正知正见的积累不断增长，我执我见的傲慢态度逐渐减少。在修行日益增上的基础上，居士益加恭敬有德无德之僧宝，僧人益加疏远名利权贵之世缘，这样四众各斯其职，佛教自然也就清明高尚了。如此而为，佛法亦必会日益昌明，正法自然久住世间，众生便有人法可依。此可谓护持佛教，利益众生之第一枢要也！

### 三、广学部分

《中论》《瑜伽师地论》《密宗概论》《成就胜道宝鬘集》《大圆满前行》《宗镜录》《虚云老和尚全集》《来果禅师语录》《蕅益大师全集》《莲池大师全集》《大般涅槃经玄义》《金光明经玄义》《金光明经文句》《观音玄义》《观音义疏》《观无量寿佛经疏》……

正陆续添加整理中，学人亦可根据个人受学教派之不同，学习祖师大德的著作。

### 四、经典读诵推荐

第一部分：《吉祥经》《八大人觉经》《佛遗教经》《四十二章经》《随念三宝经》《佛说十善业道经》《阿难问事佛吉凶经》《佛说轮转五道罪福报应经》《善生经》《优婆塞戒经》。

第二部分：《地藏菩萨本愿经》《药师琉璃光如来本愿功德经》《金刚般若波罗蜜经》《普贤行愿品》《佛说阿弥陀经》《无量寿经》《观无量寿经》《楞严经》《圆觉经》《维摩诘经》《楞伽经》《金光明经》《六祖坛经》《妙法莲华经》《大般涅槃经》《华严经》。

以上经典最好每部读诵三遍五遍乃至十遍，基本熟悉以后，再可以选择与自己相应的定为日常功课（可第二部分中选定有缘法宝）。初入佛门者，则应为自己的现世父母、冤亲债主等，读诵《地藏菩萨本愿经》至少四十九遍乃至一百零八遍，利益自己过去不学佛时有心无心杀害的众生。这样不但可以解冤释结，遣除生活中的一切不吉祥事，又可以冥阳两利，其功勋甚是广大也。若有富余精力者，继而再阅读蕅益大师所著《阅藏知津》一书，次第阅览大藏经。

若有发愿每日持诵经典作为定课者，亦可选择《大乘念诵辑要》一书中收录的经文，作为日常持诵的法宝。行者可以根据自己的时间，每日念诵一部，或者九卷、八卷、七卷、六卷、五卷、四卷、乃至一卷作为定课。此法宝乃拙衲选录经藏中，从古至今最常持诵的《大佛顶首楞严咒》《大悲咒》《十小咒》《般若波罗蜜多心经》《楞严经·清净明诲》《观世音菩萨普门品》《地藏菩萨本愿经》《药师琉璃光如来本愿功德经》《金刚般若波罗蜜经》《妙法莲华经方便品》《妙法莲华经安乐行品》《无量寿经》《普贤行愿品》，依次编订为十卷，作为行者日常修持之方便。此法宝收入之经文，圆摄三乘权实教法，楷定降魔显正法印，叹发深广菩提大愿，开示无住般若之由，圆显一乘之究竟实相。日日持诵，必可疾入萨婆若海，速证微妙本心。

此仅为拙衲为初学者从经典中选录的某一部，或一经中之某一卷、某一品，其主要目的乃令初入佛门者做一方便，熟悉佛门中几部比较常诵的经文。若持诵一段时间后，亦可单独选择如《楞严经》或《法华经》之全部经文具足持诵，不断熏修。

### 祖师大德推荐

汉地之佛法，自隋唐八大宗相继兴起，至今之五宗独胜，皆各有传承、各有耆德菩萨普利群生。最近依然兴旺的宗派中，所能楷定的实修实证之祖师大德，如：禅宗之虚云老和尚、来果禅师等，悟证颇深，道业卓绝，为禅宗之尊宿；教门中天台之谛闲法师，华严座主应慈老法师，皆乃辩才无碍，通达教理，皆有证悟之行迹可考，可为依止；律宗之弘一法师，行持严谨，见解清净，可为依止；净宗之印光法师，念佛三昧，文字般若，道德悟证悉高，可为依止；藏传密宗之能海上师、清定上师，以律扶教，深入密法，知见证悟，悉皆如理，可为依止也。其余如唯识、俱舍、三论等宗派，亦有诸多学院法师等开演讲解，弘扬不坠。（唯识宗的学习可以参考太虚大师的著作）。此为汉地诸宗派中，离吾等最近，有据可考，见行修证悉皆如理，可为四众弟子所尊奉效学之硕德也。

明末四大高僧：云栖祩宏法师、紫柏真可法师、憨山德清法师、藕益智旭法师。

民国四大高僧：虚云老和尚、印光法师、谛闲法师、弘一律师。除此还有太虚大师、宝静法师、静权法师、倓虚法师、来果法师、圆瑛法师、兴慈法师、广钦法师、守培法师、法尊法师、月霞法师、慈航法师、慈舟法师、茗山法师等大德。

净土宗十三代祖师：慧远、善导、承远、法照、少康、延寿、省常、莲池、智旭、截流、实贤、际醒、印光大师。

此只是明末至今之极少部分，明师倍多，兹不繁举。在其阅读以上大德之论著时，祖师亦多有推荐，亦应参照修学也。除列名推荐之历代祖师、缁素行者乃至开悟大德之著作外，若有单独推荐之某一部著作、某一篇论文，亦是拙衲，对此书作者本部著述之肯定。因其作者或是博地凡夫？或知见未深？故推荐此书时，并非推荐其作者及其所有著作为依止处，学者当谨察也。

### 结 语

此仅代表山僧一人之拙见，其所推举之次第，亦乃一家之式。若有善知识教授者，当按照善知识所列出的次第，精进闻思修学。

以上修学资料，可直接网上搜索，或到以下博客、公众号或QQ空间中《佛教修学次第推荐及注意事项》这篇文章中查找新的链接，亦可在线查找阅读博客内的学习资料。本篇文章会定期调整修改，大家可以随时上网查询并下载，更新后的文章会上传至以下博客和空间。若有转载发布者，请勿删除以下网址，以便大家查询最新内容。若有在其他弘法著作中见到此文者，即可按照修学内容，找寻资料，次第学习。

注：敬请转载者请勿随便删添，若有劝道友弟子参学其他善书者，可另附一文或单独标明新的推荐内容。

2011辛卯年七月十一雪相整理

2018年6月修定

请问法师，在您的“佛教修学次第推荐及注意事项”一文中，提到了外典的参学，您建议大家看一下世间的四书五经、中医历史等，而听您以前说过，佛弟子不是不能参学外典吗？

答：你应该了解，在此段文之前，还有佛教启蒙养正、佛教修学正行，及广学部分等，若是你把这些学完，看看还能不能问出这个问题了。佛弟子不是不能了解外道典籍，而是在内典尚未通达以前，不应以主要精力参学，更不能深信皈依。而若是你真的把前面我推荐的，大约一百种，成百上千卷的内典经论学习完后，估计会出现两种情况，第一，自利已足，不再参学。第二，发大慈悲，如《菩萨地持经》所说，三分之二的时间学内典，三分之一分时间学外典。明了世间芳规，通达此方文化，知彼知己，更好利人。

但若是见到初学之人在学法之余，偶尔看些课外书、世俗经论，也不必大惊小怪，只要对方已经完全归信三宝的话，那也是未尝不可。毕竟作为中国人、作为社会中的一份子，起码要对中华文化和世间流行知识多少有些了解，才可以更好的生活在这个世界上，才能更好的与人交流。但初学人切不可颠倒本末，有失主次。否则一开始道心未坚，智眼不明，就大加受学世俗经典，一不小心就有可能随世俗聪明辩解而心意飘荡，以为高妙。从而舍本逐末，与如来正法失之交臂，转入世间名言戏论之中，不得解脱。而真正于佛法中却是浅尝辄止，难以受用，从而荒废宝贵人身，错失深入机缘。更有甚者，被世智辩聪所迷惑，误解佛法，以为佛教的道理与世间的圣贤之学没有什么区别，从而轻视圣教，诽谤般若，造下地狱之业，甚是可惜。这都是对佛法尚未深入就广泛“参学”外典的弊端，学人不可不慎啊。

## 附录：修法前后通用忏愿回向文

一切业障海，皆由妄想生。若把此妄心回向一真法界、无上佛道，则罪灭福生，功德圆满。欲修一切法、灭一切罪，乃至消除一切业障、一切短命、贫穷、下贱、丑陋等等罪障，则应具足四力、五悔，方可成就一切善法，灭除一切现罪。念忏悔文时，不应图快，应历历明了，一字一句，至诚恳切，方为如法也。（四力：深悔往昔所造罪障之追悔力；誓愿断恶修善，誓不再造之遮止力；对诸佛、妙法、僧宝之无上依止力；乃至广修六度万行、诵经、念佛、持咒、拜忏之大乘对治力。五悔：忏悔、劝请、随喜、回向、发愿。）

### 第一部分：修法前行

**1.净法界真言：**嗡 冉母（母字读法为轻声闭口音）七遍至二十一遍。观想种子字放红光，遍照法界悉皆清净。



**2.净身业真言：**嗡 须达利 须达利 须吗利 须吗利 司哇哈 三遍至七遍（小司字为半个音节）

**3.净语业真言：**嗡 须利须利 嘛哈- 须利 须须利 司哇哈（字后面划横线的为拉长音）三遍至七遍

**4.净意业真言：**嗡 瓦加ra 大哈-哈 吼喝 三遍至七遍

**5.净三业真言：**嗡 司哇巴-瓦 须达-喝 萨ra瓦 达ra 嘛-喝 司哇巴-瓦 须逗哈母 三遍至七遍

**6.安土地真言：**拿嘛喝 萨曼达 布达南母 嗡 嘟噜 嘟噜 梯喂- 司哇哈 三遍至七遍

**7.不空宝珠供云咒：**嗡 阿牟噶 布-佳玛尼 巴德玛 瓦加累 打他-噶达 微楼给得 萨满达 波ra 萨ra 吽 三遍至七遍

**8.礼敬十方三宝**

南无十方常住佛 南无十方常住法 南无十方常住僧

南无本师释迦牟尼佛（一遍或三遍）

南无——（自己平日祈祷供养之本尊，三称三拜）

**9.加持咒（变亿咒）：**嗡 三拔ra 三拔ra 微嘛那 萨ra 嘛哈 佳瓦 吽 七遍

10.嗡 萨嘛呀 萨达湾m 七遍至二十一遍



观想种子字在头顶放光，加持自己乃至一切众生皆得三昧耶戒，所有犯戒之罪悉皆清净，戒体光洁如初。

至心顶礼妙法传承之无上恩德大善知识（三称三拜）

皈依：

诸佛正法贤圣三宝尊 从今直至菩提永皈依

我以所修施等诸资粮 为利有情故愿大觉成（三称三拜）

皈依佛 皈依法 皈依僧 （三称三拜）

皈依佛 两足尊 皈依法 离欲尊 皈依僧 众中尊 （三称三拜）

皈依佛 以佛为师 从今以往 永不皈依外道天魔 （一称一拜）

皈依法 以法为师 从今以往 永不皈依外道经典 （一称一拜）

皈依僧 以僧为师 从今以往 永不皈依外道邪众 （一称一拜）

皈依佛竟 皈依法竟 皈依僧竟（三称三拜）

忏悔：

往昔所造诸恶业 皆由无始贪嗔痴

从身语意之所生 一切我今皆忏悔 （三称三拜）

罪从心起将心忏 心若灭时罪亦亡

心亡罪灭两俱空 是则名为真忏悔（三称三拜）

发愿：

众生无边誓愿度 烦恼无尽誓愿断

法门无量誓愿学 佛道无上誓愿成（三称三拜）

自性众生誓愿度 自性烦恼誓愿断

自性法门誓愿学 自性佛道誓愿成（三称三拜）

愿诸众生永具安乐及安乐因 愿诸众生永离众苦及众苦因

愿诸众生永具无苦之乐我心怡悦 愿诸众生远离贪嗔之心住平等舍（三称三拜）

（以上礼敬、皈依、发心、忏悔各三遍，亦可再添加各自所传承之三宝护念咒、变亿咒、加被咒、净三业真言、供养咒等。若平日较忙者，可以各称念礼拜一遍；若实在繁忙者，可做少少礼拜，或仅仅读诵一、三遍。行者可根据自己的具体的情况而做安排。）

为成就无上佛道故，祈愿上师三宝，慈悲护念，令我与诸行人，远离一切障道因缘，亲近善知识，获闻圆妙常住之法，令我与一切法界众生，速速圆满成就世出世间无边功德利益，入佛智海。

### 第二部分：修法正行

诵经、持咒、念佛等所修之法。

**11.补缺圆满真言：**嗡 呼噜呼噜 佳雅 目kei 司哇-哈- 七遍

**12.普回向真言：**嗡 斯嘛ra 斯嘛ra 微嘛-呐 萨ra 嘛哈- 佳嘎ra 哇 吽 八遍

### 第三部分：结愿回向

回向一

至心忏悔，弟子某某，与一切众生，从无始来，迷失真心，流转生死，六根罪障无量无边，圆妙佛乘无以开解，一切所愿不得现前。我今以此（所修功德）善根，发露黑恶，过、现、未来，三业所造无边重罪皆得消灭。身心清净，惑障蠲除，福智庄严，净因增长，自他行愿，速得圆成。愿诸如来常在说法。所有功德起随喜心。（愿我三业所修一切功德善根，回向西方极乐世界）回向菩提，（回向一切法界众生）证常乐果。命终之日，正念现前，面奉弥陀及诸圣众，一刹那顷生莲华中。普愿众生，俱成佛道。（摘自《法华经》前《发愿忏悔回向文》，此文具足五悔功德，圆满成就，请虔诚一心读诵。）

回向二

愿我与诸法界众 善根资粮皆具足 障道人法悉远离 大乘善友常围护

恶咒毒害皆回遮 远离一切有为苦 具正知见震群魔 智德庄严所居处

身心疾苦速康健 誓不贪恋世间福 此为最胜之加持 一切悉以道为主

誓愿求生极乐界 随时随地希彼处 花开见佛永安乐 不于世间求满足

愿以所作诸功德 回向西方极乐界 临终身心无障碍 蒙佛接引生净土

回向常住三宝尊 弘宗演教善知识 常住世间无有余 恒演佛法不休息

回向父母及师长 天地国家全世界 长寿安宁为道业 和谐兴盛永太平

回向天龙护法众 檀越居士伽蓝神 誓愿拥护出家僧 降服魔邪之恼乱

回向过现冤家众 所结恶缘悉消除 早闻正法消宿怨 皆成善缘并增长

回向亲友有缘众 灾难消除福慧增 摒弃苦因贪嗔痴 皈依三宝发菩提

回向本地土地神 坚住护持诸善人 邪魔鬼魅不能侵 利益有情皆安稳

回向三途诸众生 罪报遣除息苦轮 往生善趣闻正法 早向极乐悟无生

回向无量有情众 广结善缘离恶因 皆发菩提闻妙法 悟入实相归寂灭

十方诸佛所回向 我亦如实尽回向 随学普贤大愿王 所有功德悉圆满

念诵回向完毕后，加诵此咒可令善愿成就

13.成就所愿誓言：

以佛所获三身之加持 法性不变真谛之加持

僧众不退意乐之加持 如是回向发愿悉成就

14.成就所愿咒：达雅塔 班赞哲雅阿瓦波达呢耶所哈 七遍

注：此回向文，于2012壬辰年八月雪相写于寂静地。此中具足五悔、三种回向（理事、自他、因果），可圆满一切功德。亦可再随用各自所传承之普回向真言等密咒加持，成就殊胜圆满回向。亦可再加单独回向。若平时做任何善事，或事情繁忙时，可用“愿以此功德，庄严佛净土，上报四重恩，下济三途苦，若有见闻者，悉发菩提心，尽此一报身，同生极乐国”做回向。

### 修法前后必诵真言出处及功德

注：本篇所有咒语转换成汉字的读法：为下划横线的，为连读快读；小号行楷字，为半个音节；字后有小的短横线，表示此字为拉长音；其余者正常速度。“母”字读法为轻声闭口音。因为汉语有多音字，底下附录的拼音仅为标示此字的读法，其读音规则应以汉字标示的符号为准。

**1.净法界真言：**嗡 冉母（母字读法为轻声闭口音）

以下字母均为汉语拼音的发音：Ong ra mu

本咒出自《尊胜佛顶修瑜伽法轨仪》

“复次，若欲作法念诵时，先须入净法界三摩地，于顶上想有嚂（）字，三角智火形，色如日初出时，遍身为智火焚烧四大五蕴，唯有空寂。其法界真言曰：娜摩 三曼多 勃驮喃 嚂”

——唐善无畏法师《尊胜佛顶修瑜伽法轨仪》

“若触秽处，当观顶上有法界生嚂字，放赤色光。所谓嚂字，于所食物皆加持此字，即不成秽触。于一切供养香华，皆加持此字放白色光，即无秽触。所供养物，皆遍法界。”

——《瑜伽莲华部念诵法》

此净法界字，若想若诵，能令三业悉皆清净，一切罪障尽得消除，又能成办一切胜事。随所住处悉得清净，衣服不净便成净衣，身不澡浴便当澡浴。若用水作净，不名真净；若用此法界心嚂字净之，即名毕竟清净。

**2.净身业真言：**嗡 须达利 须达利 须吗利 须吗利 司哇哈（小司字为半个音节）

Ong xudari xudari xumari xumari siwaha（因为汉语拼音里ri读日，这里要拼出利的音，但是不是拼音声母L的音，而是r的音，故ri读法为舍抵上颚弹出利的音）

本咒出自《妙吉祥平等秘密最上观门大教王经》卷二

**3.净语业真言：**嗡 须利须利 嘛哈- 须利 须须利 司哇哈（字后面划横线的为拉长音）

Ong xurixuri maha xuri xuxuri siwaha

本咒出自《妙吉祥平等秘密最上观门大教王经》卷二

**4.净意业真言：**嗡 瓦加ra 大哈-哈 吼喝

Ong wajiara dahaha hou he

本咒出自《妙吉祥平等秘密最上观门大教王经》卷二

**5.净三业真言：**嗡 司哇巴-瓦 须达-喝 萨ra瓦 达ra 嘛-喝 司哇巴-瓦 须逗哈母

Ong siwaba-wa xuda-h sarawa darama-h siwaba-wa xudou ha mu

本咒于《佛说大摩利支菩萨经》、《金刚顶经瑜伽文殊师利菩萨仪轨供养法》、《佛说一切佛摄相应大教王经圣观自在菩萨念诵仪轨》等均有收录

一切众生，佛性圆满，具足一切。自性本净，本无垢秽；然彼众生，逆性而修，一念染着，造九法界。自身口意三业污秽，所处器世间亦皆不净，故虽诵经拜佛少有感应也。故若诵此净法界、净三业真言，可令身口意三业悉皆清净，一切器世间清净，一切供养清净。解除污秽，令彼不净得净，未洗浴者得洗浴也。从而除屎尿秽、经血秽、死尸秽、犯戒秽等，悉令清净，速与诸佛感通也。经律所云：“（大小便利）若不洗者，不应绕塔、礼佛、诵经，不礼他人，不受他礼，不应啖食、坐僧床榻，不得入众。由身不净故，能令诸天，见不生喜，所持咒法，皆无灵验。若违，得恶作罪。”

《药师如来观行仪轨法》云：“一切有情，本性清净；为诸客尘之所覆蔽，不悟真如。是故说此三密加持，令自他皆得清净。”

《佛顶尊胜陀罗尼念诵仪轨法》云：“念诵人应净澡浴。澡浴法如苏悉地中说：或以法澡浴，观法实相以为澡浴。或以在家出家护持，本律仪戒无所毁犯，以为澡浴。或每日三时，佛前礼佛，发露忏悔，随喜劝请，发愿回向，以为澡浴。或以清净真言加持七遍，以为清净。澡浴正诵之时，观一切法本性清净，我亦得清净。如是作意，即诵澡浴真言曰：

唵（引） 娑嚩（二合）婆（引）嚩 秫驮（引） 萨嚩 达摩（入） 娑嚩（二合）婆（引）嚩 戍（引）度 憾”

《成就妙法莲花经王瑜伽观智仪轨》：“是修行者，每日四时澡浴、四时换衣。如其不及时别澡浴者，即诵清净真言，加持衣服，此即名为胜义澡浴。”（若因缘实在不具足，或者未能及时洗浴者，可以速速念此澡浴真言，即净三业真言。若因懒惰或轻忽取巧而不能洗浴身体，妄谓只诵真言即可代替者，行者不敬三宝，染污得罪。）

《圣贺野纥哩缚大威怒王立成大神验供养念诵仪轨法品》云：“修瑜伽者，不应执着外清净，常以胜义自性清净法水洗涤身心，如理相应诵清净真言三遍。”

**6.安土地真言：**拿嘛喝 萨曼达 布达南母 嗡 嘟噜 嘟噜 梯喂- 司哇哈

Namah samanda buda-nan-mu ong duruduru tiwei- siwaha

（真言）即“南无三满哆，母驮喃，唵，度噜度噜，地尾萨婆诃。”十八字也。《销释金刚科仪会要注解》二曰：“此言土地者，即坚牢地神也。凡有三宝建立道场，诵经坐禅讲解之处，此坚牢地神禀报上天，常来拥护故，乃诵此真言也。”

——《丁福保佛学大词典》

法性大地，含藏一切功德。诵此真言，可令坚牢地神护持诵经人。

“尔时，坚牢地天及大功德天，俱共从座而起，白佛言：‘世尊，若有比丘、比丘尼、优婆塞、优婆夷、童男、童女等，常摄五根系念至心，我地天及功德天，礼拜恭敬供养，及念诵我真言者。我恒常出地味资润彼人，令其身中增益寿命。是地精气充溢，行者身中得色力，得念，得喜，得精进，得大智慧，得辩财，得三明六通，人天爱敬，得无比无尽大福德——譬如轮王圣主福德，得在在处处行者所住之处——譬如忉利天园观，此生彼生及千生万生无极，得巨多广大福，得日日千万眷属掬养，亦无量无数有情艰难之类，活备资生，库仓充溢七珍，无限象宝、马宝及轮宝、随心女宝，即不呼自来限死生。如是法行比丘，或以种种金银宝珠、种种资生、种种谷米具足供给。如是系念从初夜至中后夜，坐卧行立念法，心无彼外缘。行者为营寺舍，或造一屋，或一树林，或复衣食坐卧床铺，于病患汤药，种种资生常供给之，彼得如是无乏少。已身得安稳，无有忧愁。心常欢喜，得好福田，成就法器。如是施已，当来之世得大果报，深心乐法，不生恶道，不造恶法。我如是护彼人，即得修慈悲心，如是种种胜妙善根增长不减。’佛言：‘善哉！善哉！此是汝等精进之心，于大乘中速能增长福之力。’尔时，地神坚牢及功德天，相与白佛言：‘为欲利益安乐，故说心真言。’尔时佛告地神功德言：‘汝等善哉！为利益一切众生欲说神咒，随汝恣意说。’即说咒曰：‘曩莫三曼多母驮南（一）唵（二）钵罗（二合）婆（三）啰怛你（四）设哩三曼多（五）阿驮阿驮（六）阿豆阿豆（七）比里底毗比里底毗曳（八）莎诃’”

此地天仪轨中之咒语与安土地真有略有不同，但同为地神咒语，功德类通。

——善无畏奉诏译《坚牢地天仪轨》

**7.不空宝珠供云咒：**嗡 阿牟噶 布-佳玛尼 巴德玛 瓦加累 打他-噶达 微楼给得 萨满达 波ra 萨ra 吽

本咒出自《不空罥索神变真言经》

◎据《不空罥索神变真言经》所载功德利益如下：

1.于任何修法之前，持诵此咒，可令法界虚空之中，现出不可思议无量无边供养圣物。

2.早晚各七遍，无间罪业亦解脱。

3.众生死后一千年之骨骸，若持咒一遍吹气，亦得脱离三途，往生净土。

4.得满愿、除病，恢复清净戒，圆满六度波罗蜜。

5.常持此咒，得成为三世佛陀之心子，得授记，观音菩萨欢喜现身摸顶。

6.临终见诸佛现身，得到“善男子！善来极乐剎”的安慰；于一切善逝前获得不退转无上菩提授记；莲花化生，永不胎生，并能回忆宿世。

7.缮写、刻石、持诵令众生见闻，众障净除，往生净土，功德无量。

8.此陀罗尼咒是所有持明咒者殊胜悉地的大宝藏，能满一切父母众生的心愿，赐予安慰，令得解脱。

9.能灭尽一切疾病、痛苦、罪障烦恼、给所有持咒者带来吉祥，令他们心满意足。

10.能劝请诸佛，一切菩萨赐安慰，迎请所有明咒天尊，勾招一切，遣除所有妖魔鬼神。

11.能赐予一切众生殊胜悉地，作为无依处者的依处，成为未受斋戒、梵行者的斋戒与梵行等。

12.遣除一切死亡、饥荒、陷途等畏惧衰败，对于不精通咒语、手印、明咒者给予咒语等。

**8.加持咒（变亿咒）：**嗡 三拔ra 三拔ra 微嘛那 萨ra 嘛哈 佳瓦 吽

本咒出自《噶当祖师问道语录》、《水陆供施法引导文》，又名变亿咒。

加持咒的传承是由度母传予阿底峡尊者，阿底峡尊者来到藏地，又将此咒传予藏地，各教派都持诵此咒。诵经持咒前，先持诵此咒，可使念诵功德增上一千万倍。如法念诵，可以快速消除业障，积累福报。

“嗡桑巴惹 桑巴惹 比母拿萨拿马哈杂瓦吽；嗡桑惹 桑惹 比母拿嘠惹 马哈杂瓦吽。

“据经中记载，由念诵此咒，可使供物増多増广；所念诵的其它陀罗尼咒，亦会由此咒的力量，増多十万倍；修何善法都能倍复増长；而且亦存在于古德的修持传承中——所以我们应依此而行。”

——雍增·耶喜坚赞 著 缘宗译 《水陆供施法引导文》

**9.三昧耶戒真言：**嗡 萨嘛呀 萨达湾m



本咒出自《金刚顶经》

“若诵此咒一遍，如入坛轮证三摩提，一切善法皆悉满足，三聚净戒俱时圆满，身同普贤坐大月轮，一切诸佛忆昔本誓观察护念。设有人曾受佛戒，恶心破毁不复清净者，若诵此咒一七遍已，破戒罪垢悉得清净，一切戒品还得如故。一切坛法未经师受，诵咒七遍即许行作不成盗法。”

**10.补缺圆满真言：**嗡 呼噜呼噜 佳雅 目kei 司哇-哈-

本咒出自：《菩提场庄严陀罗尼经》。可以补缺圆满修法的功德。

“若有比丘、比丘尼、优婆塞、优婆夷，及余净信善男女等，造塔之时，书此陀罗尼句置于塔中，便得具足造百千塔殊胜功德无异。”

“若有善男子善女人，欲求种植善根，修无上菩提道资粮者，苾刍、苾刍尼、优婆塞、优婆夷，或善男子善女人净信善心者，应受持此陀罗尼，以此积集善根……复次，金刚手第二校量福德，以少善根因缘，能成就广善根果报。……此陀罗尼能成办一切事业，能与一切悉地，能消灭一切罪障，所作一切事业通达无碍。应身器清净，澡浴着新净衣，每日诵一百八遍，即见一切诸佛，寿命百岁，远离一切疾病。……真言教法悉皆成就，日满一切愿，由作此法先行成就。”

——《大正藏》第十九册页674中

**11.普回向真言：**嗡 斯嘛ra 斯嘛ra 微嘛-呐 萨ra 嘛哈- 佳嘎ra 哇 吽

本咒出自《守护国界主陀罗尼经》

“佛言：如上所说种种供具，以此回向陀罗尼力，于诸佛前悉得成就真实供养，一切诸佛皆悉摄受。若善男子及善女人，有能于此大回向轮陀罗尼门，若时、非时，若昼若夜，默念一遍，观察运想，以前供具恭敬供养诸佛菩萨。由此力故，五无间等极重罪业皆得消灭；何况轻罪，而不除灭？一切烦恼皆得轻微，如前所说，十力无畏诸功德等皆悉具足。若人暂于此陀罗尼思惟一遍：便得百转生帝释宫，复得百转生梵王宫；于夜梦中见佛菩萨为说妙法，无诸恶梦；于诸总持皆得成就；执金刚菩萨护念摄受；随愿往生诸佛净土。”

**12.成就所愿咒：**达雅塔 班赞哲雅阿瓦波达呢耶所哈

本咒出自《显密念诵集》。念诵回向完毕后，加诵此咒可令善愿成就。

**成就所愿誓言：**以佛所获三身之加持 法性不变真谛之加持 僧众不退意乐之加持 如是回向发愿悉成就

此是藏地普传的咒语，是愿五根完全得以清净的增变咒。

2012壬辰年 安稳僧雪相编集 丁酉年七月增订

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 十善十恶因果表 | | | | | | | | | | |
| 三业 | 身业 | | | 口业 | | | | 意业 | | |
| 十恶业 | 杀生 | 偷盗 | 邪淫 | 妄言 | 绮语 | 恶口 | 两舌 | 悭贪 | 嗔恚 | 愚痴 |
| 正报 | 三恶道 | 三恶道 | 三恶道 | 三恶道 | 三恶道 | 三恶道 | 三恶道 | 三恶道 | 三恶道 | 三恶道 |
| 余报 | 短命多病 | 贫穷耗散 | 不得如意眷属　　　　妻不贞良 | 人不信从被人欺诳 | 言无人受语不明了 | 言多诤讼常闻恶声 | 眷属乖离被人搬弄 | 多欲、贫贱所求违愿 | 多怀恨忿丑陋人厌 | 其心谄曲生邪见家 |
| 十善业 | 不杀生 | 不偷盗 | 不邪淫 | 不妄言 | 不绮语 | 不恶口 | 不两舌 | 不悭贪 | 不嗔恚 | 不愚痴 |
| 正报 | 三善道 | 三善道 | 三善道 | 三善道 | 三善道 | 三善道 | 三善道 | 三善道 | 三善道 | 三善道 |
| 余报 | 长寿少病 | 富裕  人不侵损 | 得如意眷属  妻室贞良 | 发言人信不被欺诳 | 言有威信口才优胜 | 不闻恶声  言词和雅 | 眷属欢乐不受挑拨离间 | 富贵  恬淡寡欲 | 心常喜乐容貌端正 | 聪明智慧 |
| 止恶行善之法 | 放生护生救护一切有情 | 广行布施兴办善举 | 清心寡欲  毁淫书淫画  印送戒淫书 | 出言忠良  心口如一  言出必行 | 言皆有益广行劝化 | 言词温和  隐恶扬善 | 不讦人过背面如一排难解纷 | 常怀惠施  恬淡廉洁 | 慈悲博爱救度一切 | 因果正见般若智照 |

## 雪相法师网络平台

新浪微博：四生道人 QQ号：635374166

新浪博客：[**http://blog.sina.com.cn/shijiaxuexiang**](http://blog.sina.com.cn/shijiaxuexiang)

### 明静讲堂（网络共修讲堂）

**微信公众号：**明静讲堂 **QQ号：**1131694042

其分享的资料中，为更好的适应大家的需要，内容或有重新删添，故应以上传的最新资料为准。

讲堂公众号、雪相法师专用公众号

 

有关雪相法师文集、影音资料等，网络关键词：雪相法师、四生道人、安稳僧、天真妙心、安稳文集、四生语录、四生法音。

明静讲堂是天台山翠屏寺雪相法师发起建立的弘法机构，此群为讲堂在网上专用之佛学交流群。讲堂内所讲所学，以三藏十二部经典为所学处，历代祖师为善知识，天台宗理论为依止。所有学习内容，将由指导法师推荐历代祖师大德之典籍为准要，以《佛教修学次第推荐及注意事项》所列之提纲为教材，共同修学佛法，护持佛教，普利一切众生同成正觉。

此书为明静讲堂内部学习资料，后期或会更新调整。若有需要者，请与QQ1574914389、635374166联系，索取最新电子档。其法宝之更新内容，均以法师博客和QQ空间为准。

### 妙莲华稀有讲堂缘起[[3]](#footnote-3)

在这个世界上，不论成功还是失败，不论辉煌还是没落，一切都是转瞬即逝，虚幻不实的。要想解脱一切苦难，唯一的方式就是证悟宇宙人生的真谛，从此不再迷惘——佛陀正是如实觉悟的。然而，即使在佛陀出世的时代，也有九十多种外道；而现在到了末法时代，更是邪教纵行，思想混乱。

由于现在大量的信息爆炸，使得很多人一不小心，就会被各种各样“神奇的”理论所迷惑。虽然佛教在中国的影响非常深广，并且家喻户晓，但是由于文化的断层，很多人对佛教的基本教义缺乏了解，分不清影视演绎、小说、世间学问、偶像崇拜、算命、看风水等与佛教的区别。很多人对佛教产生了误解，甚至诽谤，误以为佛教就是空洞的哲学思辨，或者是烧香拜佛、求神扶乩一类的低级迷信。所以就使得很多真正想解脱的人，很容易就被外道、邪教，还有一些跟佛教人物和教义词汇等稍沾边的附佛外道所接引。这是很可惜的。

不光如此，甚至是很多已经皈依多年的佛弟子，虽然已经完全信佛学佛了，但却又迟迟徘徊在三藏十二部和各宗派之间，找不到下手处。或者这山望着那山高，盲目修学，不能一门深入；或者到处地追逐于开法会、求加持之中，抓不住学佛的宗旨，不了解佛教的实质，不知道怎样才能找到一个真正适合自己的法门。所以有些人往往都是劳心费神，获益甚少，甚至很多人越学越烦恼，越学越迷信。这也是非常令人惋惜的。

作为佛弟子的我们，是谁也不愿意看到正法衰微的。所以我也非常希望能够尽己之力，上报四恩，为国家、为佛教、为所有的修行人略尽绵薄之力。所以在自己修学之时，我把觉得适合现代人看的一些祖师大德的经典之作，由浅入深次第修学的资料选集了一些，希望能给大家一个明确的方向，不至于走偏。

进而在此基础上，为了能够更好地维护正法道场，影印传播佛学资料，弘扬佛法，乃至积累一切世出世间的福慧资粮，于是便发心成立了这个讲堂。希望能建立一个如法的道场，也希望能有一群可以互相激励道心的道友，来一起完成自觉觉他、普度众生的伟大事业！

或许我的力量很小，或许我不能像佛陀一样神通广大，但是我却可以“不断完善自己，随力化度有缘”。只要我们每个人，都能秉持这样的信念坚持去做，我相信这种理念就会不断地传递下去，从而使得无数人获益。就像是大海一样深广无比，波澜壮阔，但它也是因为海纳百川，由一滴滴的小水珠组成的；所以我们不能忽视个体的力量，不能忽视每个人的力量。一根细小的绳子，它的力量很微小，但是把它千丝万缕地拧成在一起，那它就有无穷的力量。

所以只要我们讲堂里的每一位成员都能认真去修为，远离名利贪染之心，用真诚慈悲和无我利人的精神把佛法有条理、有次第地传递给身边的人；那样就会使得很多还在迷失的人，不再走弯路，使得很多还在继续徘徊的人，找到方向！所以为了自他觉悟的菩提大愿，希望我们都能尽己之力，携手并进，同心同德，同成佛道。

安稳僧 释雪相

2014甲午年

## 读奉经文应注意

### 佛经安置须知

1.经典应放在其他书籍的上面，经书有它的层次，由上而下依次为：原文经典、经典注释、一般佛学名相常识、课诵等佛学书籍、圣者言论集、教育性书籍、一般性书籍。

2.经书应恭敬放于清净高处，不可随意扔放床上、座椅上等不净处。

3.如手捧或装于口袋携带时，不得低于腰部，不可挟腋下。男居士更不可将佛书卷起放入裤袋中，女居士不可将佛书塞入女用皮包中，女用皮包杂物太多，此皆不如法。小本佛经只宜放入上衣口袋，否则犯失敬意。虽细微小节，也不可不知，知即改正，不应再犯。

4.不得口吹经上灰尘，应以专用净布拭去。

5.不可在经典所在的地方，有种种污秽行为。

6.凡经书等法宝阅毕，可辗转流通，赠送其他莲友，不可任意烧毁或丢弃。

### 读诵佛经须知

1.经典乃三世诸佛之师、如来法身舍利，亦当作真佛看，不可作纸墨等看。礼诵持念，种种修持，皆当以诚敬为主。

2.必须端身正坐，如对圣容，亲聆圆音，不敢萌一念懈怠，不敢起一念分别。从首至尾，一直阅去，无论若文若义，一概不加理会。凡情妄想，卜度思量，将见亵慢之罪。

3.不可以口水沾指翻经页。

4.不可躺着看经书，更不可以污手触经。

5.经书上不可涂写。不得一边谈说杂话、吃东西，一边看经书。其他经论善书亦复如是。

6.中断不看时，应夹放纸条做记号。不可折页、折角，或经书面朝下，作“人”字形搁置。

7.不可在洗手间内看经。

8.若自己有数本相同的经书，可以广为流传。务须告知对方应当十分尊重恭敬，方可予以恭请，则功德无量。

### 佛经破损处理方法

1.佛经是法宝，为众生离苦的指南，应尊重恭敬。若有破损，应速修补，经典所在之处皆有龙天护佑，若任其损坏废置，罪过无量。

2.以前请到过一些印刷不精美的经书，或有缺字、漏字的情况，后来又请到了精美的经书；您可以把前者的错别字找出来，用不干胶、即时贴等修正过来，以后再结缘给需要的莲友。

3.对破损比较严重，无法修复的经书或者错误比较多的经书，可以焚化，但不可以作一般字纸化，须另设化器，严加防守，不使灰飞它处。以其灰取而装于极密致之布袋中，又加以净沙或净石，俾入水即沉，不致漂于两岸。有过海者，到深处投之海中，或大江深处则可，小沟小河断不可投。如是行者，是为如法。

果能依如上所说而行者，无论奉持经书、恭诵经书、助印佛书乃至佛像，均能培植福慧资粮，增长菩提善根，以期于此生中，径证佛果，不退成佛。

## 普劝发心印造经像文

弘一释演音示纲　弘实尤惜阴演译　清凉书屋校订

### 印造经像之功德

众生沉沦于苦海，必赖慈航救济，而后度脱有期。佛法化导于世间，全仗经像住持，而后灯传无尽。以是之故，凡能发心，对于佛经佛像，或刻或写，或雕或塑，或装金，或绘画。如是种种印造等法，或竭尽己心，独力营办；或自力不足，广劝众人；或将他人之已印造者，为之流通，为之供养；或见他人之方印造者，为之赞助，为之欢喜。其人功德，皆至广至大，不可以寻常算数计。何以故？佛力无边，善拔诸苦。众生无量，闻法为难。今作此印造功德者，开通法桥，宏扬大化，遍施宝筏，普济有缘。其心量之广大，实不可思议。故其功德之广大，亦复不可思议也。敬本诸经所说，略举十大利益。谨用浅文，诠次如左：

一、从前所作种种罪过，轻者立即消灭，重者亦得转轻。

贪瞋痴，为造孽种子。身口意，为作恶机关。清夜自检，此生所犯者已多不可计。若合多生所犯者言之，所造罪业，多于寒地之冰山，能勿骇惧？虽然，罪性本空，苟一动赎罪心机，誓愿流通圣经、庄严佛像。罪恶冰山，一遇慧日，有不消灭于无形者乎。

二、常得吉神拥护。一切瘟疫、水火、寇盗、刀兵、牢狱之灾，悉皆不受。

人间种种恶报，无往而非多生恶业所感。一念之善，力可回天。修行善业，而从最方便易行之印造经像之殊胜功德上做去，其感动吉神，而蒙护卫，此中实有相互获益之关系。盖神道、天道，自佛法言之，均为夙业所驱，未脱长劫轮转之苦因。所以如来说法，常有无数天神，恭敬拥护。阿难集经，四大天王，为之捧案。印造经像，为诸天龙神，非常欢喜之事。以此功德，而感吉神，常为拥护。终此报身，离诸灾厄，宜也，非幸也。

三、夙生怨对，咸蒙法益，而得解脱，永免寻仇报复之苦。

人间一切争持、嫉妒、诈欺、诬陷、掠夺、残杀等种种构怨行为，莫不起因于自私自利之一念。佛法以破除我执，为救苦雪难第一工程。印造经像，普益人间，为不可思议之法施功德，所及至广。法雨一滴，熄灭多生怨对之瞋火而有余。化仇而为恩，转祸而为福。其权何尝不操之自我也。

四、夜叉恶鬼，不能侵犯。毒蛇饿虎，不能为害。

悭贪丑行，为堕落鬼道之深因。瞋火无明，为降作毒虫之征兆。结怨多生，寻仇百劫。恶缘未熟，任尔逍遥。时会已来，凭谁解救。鬼魅相侵，虎蛇见逼。孽由自作，事非偶然。修士惕之，印造经像，预行忏罪。于是纵有恶缘，悉皆消释。倘临险地，胥化坦途矣。

五、心得安慰，日无险事，夜无恶梦。颜色光泽，气力充盛，所作吉利。

尘世多众，十之七八，在惊忧、疑闷、懊怨、痛苦中。吾人一生，十之七八，在惊忧、疑闷、懊怨、痛苦中。盖为我计者，我以外各各皆立于敌对之地位。孤与众抗，危孰甚焉。况乎欲心难餍，有如深谷。无事自扰，不风亦波。此所以形为罪薮，身为苦本也。佛法善灭诸苦本。彼印造经像者，或以亲沾法味而开明，或则暗受加被而通利。诸障雪消，心安神怡。润及色身，有断然者。

六、至心奉法，虽无希求，自然衣食丰足、家庭和睦、福寿绵长。

至人行事，所见独真。事机一至，急起直追做去。无顾虑，无希求，发心至真切，用力至肫挚，自然成就至超卓。印造经像之事，以如是肫切恳挚、至诚格天、至心奉法之人为之，虽不计功德，而所得功德，实无限量。即仅就其人所得一部分之世间福言之，自然一一具足，而无少欠缺。苟或有人，心存希望，而始行善，发心不真切，结果即微薄，可决言焉。虽然，一念之善，一文之细，皆不虚弃，皆有无量胜果。譬之粒谷播于肥地，一传化百，五传而后得百万兆。作宏法功德者，乌可无此大计、无此决心哉！

七、所言所行，人天欢喜。任到何方，常为多众倾诚爱戴、恭敬礼拜。

夙生存嫉妒心，造诽谤语，扬人恶事，暴人短处，称快一时者。殁后沉沦百劫，惨苦万状，备受一切恶报。一旦出生人间，因缘恶劣。任至何地，动遭厌恶。任作何事，都无结果。而宏扬佛法之人，善因夙植。存报恩之心，充利群之念。或净三业，作写经画像功德；或舍多金，作印经造像功德。所得胜福，不可称量。现在一切受大众欢敬之人，原从夙生宏法功德中来。往后一切令大众欢敬之人，实从现今宏法功德中出。植荆得刺，栽莲得藕。一一后果，胥由自艺也。

八、愚者转智，病者转健，困者转亨。为妇女者，报谢之日，捷转男身。

夙生吝于教导，以及肆口谤法，肆意毁谤有德之人者，沉沦重罪毕受后，还得多生蠢愚无知报。夙生为贪口腹，恣杀牲禽，以及曾为渔夫、屠夫、猎户、庖丁，与曾操制造凶器、火器、毒药等权，助成他人凶杀之业者，沉沦重罪毕受后，还得多生恶疾残废报。夙生贪欲无厌，止知剥人以肥己，悭吝鄙啬，不肯周急而解囊者。沉沦重罪毕受后，还得多生贫穷困厄报。夙生知见狭劣，心存谄曲；巧言令色，掩饰行欺；逐境攀援，容量浅窄；因循怠惰，倚赖性成；烦恼垢重，怨愤易发；妒忌心深，情欲炽盛者。沉沦重罪毕受后，还得多生女身报。惟有佛法，善解诸缚。苦海无边，回头即岸。罪山万仞，息念便空。是以虔作流布佛经、庄严佛像之无上功德者。过去积罪，自然逐渐铲除。未来胜福，稳教圆满成就。

九、永离恶道，受生善道。相貌端正，天资超越，福禄殊胜。

一切含灵，舍身受身，往返六道，如车转轮。千生万劫，常在梦境。作善不已，罪毕斯升。骄纵忘本，种堕落因。作恶多端，福削寿倾。百千万倍，恶报堪惊。地狱饿鬼，以及畜生。堕三恶道，万劫沉沦。难得易失，如此人身。作十善业，修五戒行。生人天道，夙福非轻。诸佛如来，悲悯同深。广为说法，首重摄心。正念无作，离垢超尘。是故印造经像，上契佛心。仅此微愿，已种福因。自是厥后，做再来人。诸福圆具，出类超群。

十、能为一切众生，种植善根。以众生心，作大福田，获无量胜果。所生之处，常得见佛闻法。直至三慧宏开，六通亲证，速得成佛。

佛世有一城人众，难于摄化。佛言此辈人众，与目连有缘。因遣目连往，全城人众，果皆倾心向化。诸弟子问佛因缘。佛言目连往劫，曾为樵夫。一日入山伐木，惊起无数乱蜂。其势汹汹，欲来相犯。目连戒勿行凶，且慰之曰：“汝等皆有佛性。他年我若成道，当来度汝等。”今此城人众，乃当日群蜂之后身也。因目连曾发一普度之念，故与有缘。种因于多劫之前，一旦机缘成熟，而收此不可思议之胜果。由此观之，吾人生生所经过之时代，在在所接触之万类，一一皆与我有缘。一一众生至灵妙之心地，皆可作为自他兼利之无上福田。我既于一一众生心田中，散播福德种子。一一众生，皆与我有大缘。一一众生心田中，所结无量大数之福果。虽谓此无量大数生生不已之福果，即为播因者道果成熟时期之妙庄严品，亦无不可。且吾人能先行洁治自己之心田，接受十方三世诸佛如来之无上法宝，作为脱胎换骨、转凡成圣之种子。吾身即与十方三世诸佛如来，有大因缘。诸佛愿海胜功德，一一摄于我心中。我愿与佛无差别，诸佛慈愿互相摄。因该果海，果彻因源。无边胜福，即缔造于此日印造经像、宏法利生之一真心中矣。普愿现在未来一切有缘，善觅福田，善结胜缘。勿任妙用现前之大好光阴，如滔滔逝水之在眼前足底飞过也。

### 印造经像之机会

印造经像者之所得功德，已略如上述。但何时何处，足以适用此种植福之举，特为研究，以便力行。今谨约述如次：

一、祝寿

生本无生，无生而生。法身寿算，本来无有限量。其现在幻躯，乃从业报中来。报尽便休，无异昙花一现，何寿之足云？今为随顺俗情故，姑且开此祝寿方便门。

凡自己家中，或长者，或侪辈，或自身，举行祝典时。切勿杀生宴客，浪掷金钱，妄造怨业。亦勿贪恋无足重轻之虚誉，征文征诗，接收过情之称许。作此虚文，对众即为欺饰，问心适足惭汗。以故莫善于扫除一切俗尚，而从事于印造经像（有力则刻经造像，无力则写经画像）。仰以报四重恩，俯以济三途苦。既能获无量福庆，又可留永久纪念。此种胜举，尊者居士，尤宜悉心提倡，留良榜样与多众看。若亲戚朋友家，举行庆祝时，亦劝准此行之，为造胜福。双方所得功德，不可称量。

二、贺喜

一念妄动，而起欲爱。于本空中，幻出色身。终此天年，但见百苦交煎，诸怨环逼。闻法而觉醒者，方惭愧痛苦之不暇，又何喜之足云？夫妻父子，无非夙债牵缠。安富尊荣，尽是生埋境界。是以觉王眼底，在在可悲。今为多方汲引故，姑且开此贺喜方便门。

凡男娶女嫁时，生儿育女时，职位升迁时，新屋落成时，公司行号开张时，凡百营业获利时，以及其他一切世俗所认为欢喜之事。事而在己，应省下欢喜钱财，作此刻经造像之殊胜功德。其戚友之表情道贺者，宜预向声明所定意旨，俾知所遵循。群以宏法范围内事，为多众示范。由知识阶级，开此风气。转移俗尚，响应至捷而至宏远，可以断言。事在戚友，亦宜迎机利导，免作无谓之举。省下金钱，作此自他兼益之图。

三、免灾

天灾人祸，无代蔑有。灾分大小，胥由一切众生别业、同业，感召而至。“災”字从水从火，示其来势猛烈，有一发而不易收拾之概。灾殃之种别，若刀兵，若瘟疫，若饥馑，若牢狱。若洪水为患，田庐淹没。若大地震裂，城邑为陷。此外如毁灭一切所有之风灾、火灾，以及其他猝不及防之一切悲惨之结果，皆得以灾祸之名目括之。触目而惊心，思患而预防。讲求避免之方，不可一日缓。今为饶益一切有情故，特别开此免灾方便门。

无论山居、水居、平壤居，所有种种因境而生之特异灾厄。以及刀兵、寇盗、疫疠、火患、牢狱。与多生怨对，寻仇报复之一切祸灾。或为父母师长，及诸眷属，与诸戚友，祈祷免祸。或为并世而生之一切众生，发大慈悲心，代为祈祷免祸。或为过现未来四生六道中一切众生，发大菩提心，代为祈祷免祸。其最实际最有效之胜举，当以流通佛经、庄严佛像，为第一美举。是何为者？以十方三世诸佛，悯念众生故。三界灾厄，惟佛威神力善能消除故。矢诚宏法之人，与诸佛慈悲救拔之深心宏愿，默相感通故。

四、祈求

动若不休，止水皆化波涛。静而不扰，波涛悉为止水。水相如此，心境亦然。不变随缘，真如当体成生灭。随缘不变，生灭当体即真如。一迷则梦想颠倒，触处障碍。一悟则究竟涅槃，当下清凉。不动道场中，本来一切具足，又何欠缺驰求之有？今为多众劝进故，特别开此祈求方便门。

凡为自己，及六亲眷属之忧年寿短促者求延寿，为子嗣艰难者求诞育，以迄疾病之求速愈，家宅之求平安，怨仇之求解释，营业之求顺遂，一切作为之求如意（但有伤道德之行为及职业，与佛道不相应故，均在屏除之例），求国内平和，求世界平和，求现在未来一切法界众生回心向善、离诸魔难，以至一切闻法之人，求增长智慧，求证念佛三昧，求临终时无诸苦厄，心不颠倒，往生极乐。皆宜作此写经印经造像画像功德。至诚祈祷，终能一一满其所愿。

五、忏悔

省庵法师《劝发菩提心文》有云：“我释迦如来，最初发心，为我等故，行菩萨道。经无量劫，备受诸苦。我造业时，佛则哀怜，方便教化。而我愚痴，不知信受。我堕地狱，佛复悲痛，欲代我苦。而我业重，不能救拔。我生人道，佛以方便，令种善根。世世生生，随逐于我，心无暂舍。佛初出世，我尚沉沦。今得人身，佛已灭度。何罪而竟生末法？何障而不见金身？”抚躬自问，能不惶悚无地？今为消除罪障故，特别开此忏悔方便门。

修持戒行，为末世众生，度脱生死苦海，最重要、最切用之一方法。欲修戒行，当向律藏诸法典参求。在家弟子，宜读《十善业道经》、《在家律要广集》、《优婆塞戒经》、《菩萨戒本经笺要》、《梵网经合注》。出家戒律不备录。夫然后了知一切过咎所在。对于自己前此曾作诸不善事，深自追悔，而欲以忏悔开灭罪之门、辟自新之路者。当以流通佛经、庄严佛像，为最有效。作此功德时，至诚忏悔，以赎前愆。前此所作诸不善业，可以立即消灭。若代为他人忏悔者，亦适用此方法。

六、荐拔

树欲静而风不息，子能养而亲不在。此普天下为子女者，对于父母养育之恩，酬报无从，而抱无限之悲痛者也。然而吾父吾母，躯体虽殁，尚有不与躯体俱殁者在。是何物？曰灵性是。此灵性者，舍身受身，被夙业所驱，重处偏堕，自难作主。循环往复，三途六趣。从劫至劫，了无出期。吁嗟乎！三界火宅，岂得留恋。善哉莲池大师有云：“亲得离尘垢，子道方成就。”是以善报亲恩者，当虔修出世法。使我今生之生身父母，仗我不可思议之愿力，脱离生死苦海，为第一要图。并使我百劫千生之生身父母，现尚滞留于六道中受苦无量者，咸得仗我不可思议之愿力，方便脱离生死苦海，为第一要图。以念多生父母深恩故，作彻底酬报想。以念多生父母沉沦六道故，视六道众生皆父母，作六道众生未度尽时，誓不成佛想。无论先觉后觉，人人皆有一亲恩未报之大事因缘在。今求浅近易行故，特别开此荐拔方便门。

凡值父母丧亡，或亡后七七纪念、一周年纪念，以至数周年、无数周年纪念。或死期，或诞辰，或冥寿，作诸纪念。皆宜举行印造经像之殊胜功德。其祖父母，及外祖父母，与其他一切平辈、幼辈，亦宜作此功德，以资冥福。若亲戚朋友丧亡之时，亦宜以此类宏法功德，代却一切无益之礼数。其所获功德，至无限量。

以上所述，不过仅就大概言之。此外植福机会，不胜枚举。欲悉其详，广诵一切经典自知。

### 印造经像之方法

一、写经

凡大藏经中诸经，及诸律论。以至古今来一切大德之著作。长篇短段，集联题颂，皆可恭敬书写。或与通达佛法之人商量，酌定一切，尤为妥善。若自己不能写者，可以托人为之。若自己能写，则以自写为是。书法虽不必如何精美，但须工整，不可苟且潦草。普陀山印光法师云：“写经，宜如进士写策，一笔不容苟简。其体必须依正式体。”又谓古人“写一字，礼三拜，绕三匝，称十二声佛名”。慈训殷勤，感人至深。敬录之，为作写经功德者劝。

二、画像

凡佛菩萨像，皆可绘画。或大或小，或坐或立，或墨画，或着色，均好。长于作画，长于画人物，而又熟览内典者，尤易得法。如于画学毫无根柢，下笔之宜忌漫无把握者，勿轻易为此，致惹亵慢而招过咎。

三、刻经印经

或刻木版，或排印，或石印，均可酌量行之。或出资向流通处，指请现成经典，赠送有缘，以广流布，而宏劝化。或于他人劝募之时，出资赞助，作见闻随喜功德。悉可种植善根，获大利益。有光纸，落墨不可用，若贪贱用之，所得功德，较用本国纸，当减十倍，不可不知。

四、刻像印像

得名画家画就之佛菩萨像，求其流传久远，广行摄化者，莫善于制版刷印。或倩名手，镌刻坚质木板。或勒石，或制铜版、锌版，及玻璃版，均佳。

### 发愿文之程式

此种发愿文，应附书于经像之后。格式甚多，不胜具述，今略举六例如下：

一、写经

某年月日，弟子某，敬写某经若干部。以此功德，愿我震旦国中，以及世界各国，风调雨顺，物阜时雍，灾难消除，干戈永息，共沐佛化，同证菩提。（祝愿辞，尽可随意活变，此特备一格式而已。）

二、画像

某年月日，弟子某，敬舍微赀，请画师某，恭画某佛某菩萨像若干纸。愿我身体安康，资生具足，现世永离衰恼，临终往生西方。并愿以此功德，回向法界众生，同度迷津，齐成佛道。

三、刻经

某年月日，某居士（或其他相宜之名称）几旬生辰。弟子某某等，咸以戚好，窃援昔人写经祝寿之例。敬刻某经，并印送若干部。以广弘愿，亦祈难老。伏唯三宝证知。

四、印经

某年月日，第几男某诞生。弟子某敬施资印送某经若干部，以结法缘。并愿法界无子众生，皆得诞生福德智慧之男，绍隆家业。弘宣佛法，普利有情。绵衍相承，尽未来际。

五、刻像

某年月日，弟子某某等。舍资合刊某佛像，或某菩萨像，并印送若干纸。惟愿我等罪障消除，福慧增长，早证念佛三昧，共生极乐莲邦，普度众生，同圆种智。

六、印像

某年月日，弟子某，敬施资印送某佛像，或某菩萨像若干纸。伏愿仗此功德，为母某氏（若为他人者，可随改他名称），忏某罪某罪。诸如此罪，愿悉消除。或不可除，愿皆代受。令现前病苦，速得安痊。若大限难逃，竟登安养。仰乞三宝，证明摄受。

如欲广览愿文格式者，可请阅《灵峰宗论》。此书系扬州东乡砖桥法藏寺刻版。价两元。上海有正书局，及上海北泥城桥北京路佛经流通处，北京卧佛寺佛经流通处，以及他处著名之佛经流通处，皆有寄售。价约二元左右。此书首卷，全载愿文。如能熟读此愿文，不仅能通愿文之格式，并能贯通佛法之精义。奉劝有志之士，其毋忽焉。又发愿虽为自己之事，必须附以普及众生等语。如是，则愿力普遍，功德更大矣。

### 写时、画时之注意

写经画像之时，宜断荤酒。沐浴，着净衣。拂拭几案，焚香礼佛，然后落笔。如是乃能获胜功德，得大利益。故印光法师云：“欲得佛法实益，须向恭敬中求。有一分恭敬，则消一分罪业，增一分福慧。”又《印光法师文钞》中，有《竭诚方获实益论》，言此事最为详明，宜请阅之。《印光法师文钞》，系上海中华书局排印增广本。各埠分局皆有，可就近请之。

### 结　论

观以上所说写画刻印佛经佛像，有如是等胜妙作用，及如是等种种应用方法。以是，吾人应随时随力，依此方法，欢喜奉行。其家境富裕者，可以任刊刻经像等事。即资用不充者，亦可自己抄写映画，及量己力所及，请已经印就之经像等，转施他人，以结善缘而增福德。虽施经一部、施像一纸，倘出以至诚恳切之心，其功德亦无量也。

又无论男女老幼，得见此文，而能欢喜踊跃，出至诚心、广大心，随时随处，向人宣说流布佛经、庄严佛像，如上所述种种消灾救难、种福获益之事。开导大众，不厌不倦。虽遇无知谤阻，不较不馁。此一团宏扬大法之真诚，如纯粹之黄金然。愈经烈火锻炼，光彩愈焕发。精诚所至，天地鬼神，皆将感格。何况无知之人，天良同具，而终无感化之机乎？又乐成人美、奖人为善之道，尽人可行。不论何时何处，随见随闻，有人偶尔发心，作宏法功德，不问已作、现作、将作，一一出吾欢喜赞叹之语，以温慰之、策进之。使当人向善之心愈坚壮，余人慕善之心咸热烈。此不费分文之无上功德，尽人可为。此《普劝发心印造经像文》，传达之处，无论见者闻者，皆得方便为之。彼盛倡手无斧柯，为之奈何之说者，乃自暴自弃、自误误人之言也。如来舌相，薄净广长，能覆面轮。此希有之福德舌相，实从万劫千生赞叹随喜之功德中来。至诚宏法之人，随时随处，迎机利导，方便善巧。勤作赞叹随喜功德之人，善于运用其广长舌相。谁谓不可以此胜妙功德，革除众生罪业之相，而获福无量哉。

### 附：阅览佛学经书翻动时减少罪过之注意

学人阅览寻常书本，每于翻动页角时，往往用指甲掠划，以致纸质伤损，指印纵横，殊失尊重保护之道。此种恶习，施之于寻常有益身心之书籍，已有罪过。何况佛学经书，为超出生死苦海之宝筏。天神地祇，咸皆恭敬拥护。而可任意亵慢，不加爱护哉？且末世众生，福量渐薄。享用各物，得之弥艰。物质日劣。近时所出之纸，亦远不如前。若常常划翻，纸易破裂。以此积习，施之佛学经籍，乃大不敬，急宜切戒。旁观者能善言劝导，使之悔改，功德甚大。

又有以指尖蘸口中津液，黏纸翻掀。虽纸质未必损伤，然墨色及纸角纯白之色，易致污染。又以污秽口液，抹于佛经之上，亵渎之罪，实无可逃。况乎有病之人，口津沾书，易使后来展诵之人，得传染之病。以己累人，尤为损德，所当切戒。窃谓佛书流通世间，为养人慧命、度人出苦之无上宝典。阅者宜加意保存爱惜，期其传之久远。救拔多众，普利有缘。各页翻动之时，当用指肚从旁轻轻掀起。不可卤莽，宜加慎重。其始虽觉未惯，久之自能得心应手也。

又临开卷时，案头尘垢，先须揩抹干净。经籍面页、底页外，能加外护，或纸或巾，均佳。

### 唐义净三藏法师西域取经诗

（附此以见闻法之幸）

晋宋齐梁唐代间，高僧求法离长安。

去人成百归无十，后者安知前者难。

远路碧天唯冷结，砂河遮日力疲殚。

后贤如未谙斯旨，往往将经容易看。



本讲堂仅编订电子档，以供内部参考，个人需要者，请自行打印。

编订日期：2014年6月

2015年3月第二版

2017年10月



明静讲堂

1. 印光法师：窃以袁了凡四训，为改过迁善之嘉言，俞净意一记，为至诚格天之懿行。其发挥事理，操持工夫，最为严厉纯笃，精详曲尽 。 [↑](#footnote-ref-1)
2. 雪相法师：世间善书，必不能尽因果缘起之事相。然流传已久，人多诵学，故民国时印光大师，多有推荐（《安士全书》、《寿康宝鉴》、《历史感应统纪》），大有淑世化民之功，即今已蔚然成风。故山僧敬慕印老之慈恩，不忍世俗之浇漓，不舍方便，例为初学警策。而后又开显正理，加之如法引导，亦可令学人，破迷开悟，同悟真因。 [↑](#footnote-ref-2)
3. 本讲堂已于2018年6月改名为“明静讲堂”。 [↑](#footnote-ref-3)