



问心
WENXIN

学诚法师
答问录

问心

乙未卷



学诚
编著

九州出版社 | 全国百佳
JIUZHOU PRESS



学诚法师
问答录

问心

乙未卷

成蹊
编著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

问心：学诚法师问答录·乙未卷 / 成蹊编著. —
北京：九州出版社，2015.9
ISBN 978-7-5108-3982-5

I. ①问… II. ①成… III. ①佛教—人生哲学—问题
解答 IV. ①B948-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 241914 号



問
心

问心：学诚法师问答录（乙未卷）

作 者	成 蹊 编著
出版发行	九州出版社
出 版 人	黄宪华
地 址	北京市西城区阜外大街甲 35 号 (100037)
发行电话	(010) 68992190/3/5/6
网 址	www.jiuzhoupress.com
电子信箱	jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷	三河市东方印刷有限公司
开 本	787 毫米 × 1092 毫米 16 开
印 张	16
字 数	198 千字
版 次	2016 年 2 月第 1 版
印 次	2016 年 2 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5108-3982-5
定 价	58.00 元

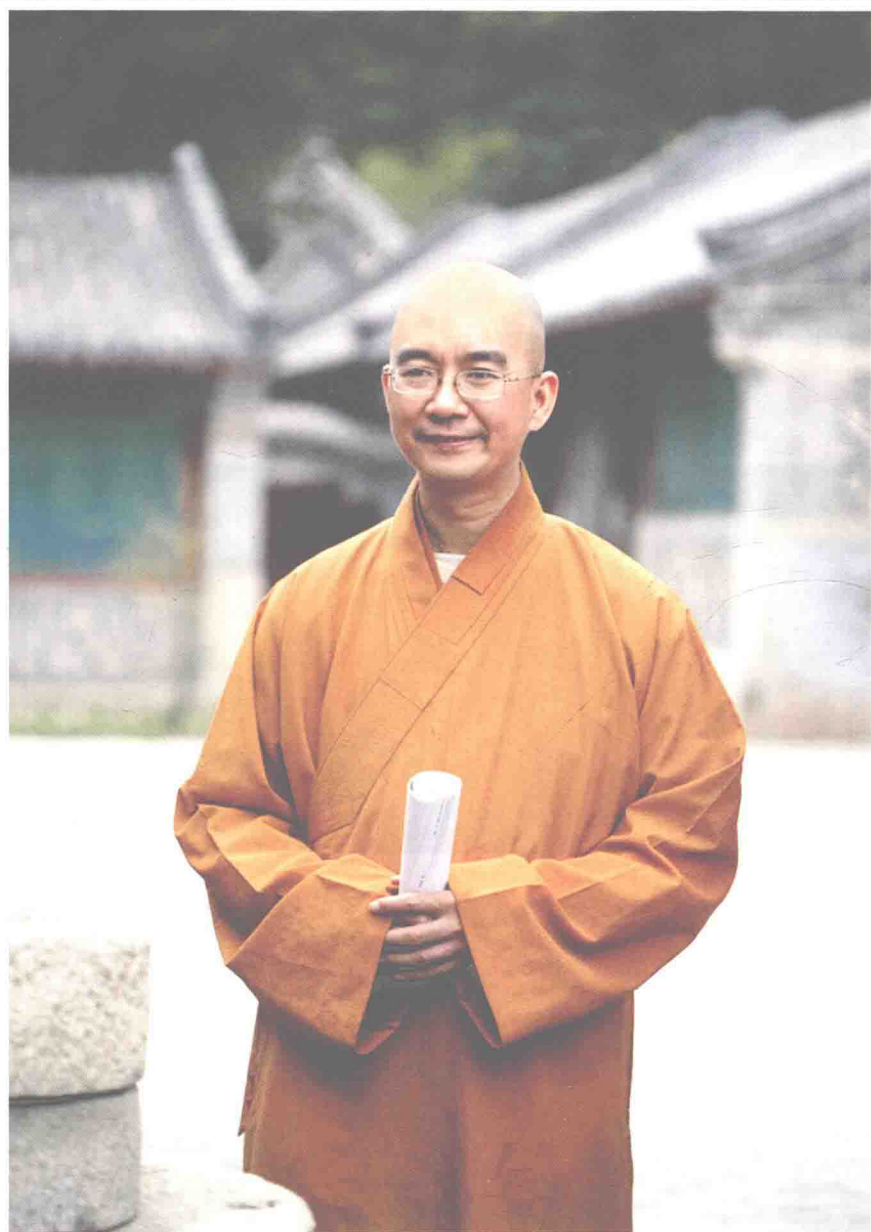
問心

問心



问名利心
问孝悌心
问贪嗔心
问得失心
问执着心
问诸我心
关照善心

怀惭愧心
怀精进心
怀慈悲心
怀感恩心
怀智慧心
找回自心
烛照人心



不为自己求安乐 但愿众生得离苦



問心

苦乐都在人的内心。
感悟人生，认识人生，
觉悟人生。

◇法师，您常说要用心去感悟生活，体会生命。可是现在我很迷茫，什么才是心？又如何去用它来体悟？和平常有什么不同呢？



○学诚法师：心，就是当下这一念。面对身边的人，可以多去观察他的优点和对自己的付出，例如父母；对于身边的物，可以去思考它与自己的关系，例如看到一棵树，可以想到环境的重要性；对于身边的事，可以去观察方方面面的因缘……如此，便能在生命的一切时处培养自己的感恩心、慈悲心、智慧心。



問心

通过开放便捷的微博平台，借由一问一答的交流方式，我和广大众生有了真实的连接。

小微博，大缘起。

序

小微博，大缘起。

2006年，由于一位朋友的因缘，我开通了个人博客，开始利用网络与大众交流。2009年4月，我到台湾参加第二届世界佛教论坛，法鼓山的惠敏法师向我推荐了“微博”，他说微博比博客更简便。由此因缘，我开通了中英文微博，2011年又陆续开通了法、德、俄、日、韩、西、泰、藏等多语种微博。

在微博上，我向大众介绍中国现代寺院的日常学修生活，分享传统文化名言警句以及佛法修行体悟。与此同时，来自世界各地、数以万计的网友、“粉丝”，也开始通过微博留言，向我寻求种种问题的答案。

除了佛法修行的疑问外，他们问的多是与个人切身相关的难题：工作上如何抉择，家庭矛盾如何解决，如何消除内心的孤独、焦虑，人生应该何去何从……在世间遍寻答案不得其解之后，他们希望从一位出家人那里获得指导，从流传两千多年的古老佛教中汲取灵感。

这几年来，一有闲暇时间，我就会亲自回答“粉丝”的提问，微博上的问答到现在已经累积有两万多条。众生并不是虚无缥缈的概念，而是一个一个真实的人，只要有提问，我都会作答。向我提问的，既有佛教徒，也有其他宗教的，还有不少并没有宗教信仰。虽然绝大多

数人与我未曾谋面，却因小小的微博而结下善缘。通过开放便捷的微博平台，借由一问一答的交流方式，我和广大众生有了真实的连接。

回答大家的问题，对我来说也是一种很好的学习，帮助我这样的出家人了解所处的这个时代。在答疑解惑的过程中，我也在努力探寻在当下时空因缘中利益众生的方法。

从林林总总的微博留言中，我看到现代人挥之不去、层出不穷的迷惑、烦恼和痛苦，就连十几岁的高中生也满心忧愁，这些又大多是精神层面的。精神信仰的日益淡化，经济生活的快速发展，功利主义、个人主义的不断冲击，构成了信息化时代的群体性孤独。物质生活越来越丰富，信息技术越来越发达，人们心中的阴霾却是与日俱增，社会价值观的多元化让人们无所适从，找不到解决内心问题的方法。

佛法的理念，旨在于引导众生究竟离苦得乐，八万四千法门，无不是消除烦恼、净化心灵的良方。以慈悲和智慧为本怀的佛教，从印度传来后，与中国本土社会不断融合，已成为中国传统文化三大主干之一，千百年来安顿着无数炎黄子孙的身心，起着传递正能量、精神化导的重要作用。但是，现在不少人对佛教却存在不少误解，认为佛法是落后的、是迷信、是消极避世的。佛法真实的内涵如果不能广为人所知、广为人所明，也就无法产生真实的利益。

在总结、提炼后，我把微博中具有共性的问题列出来，将佛法的道理，用简明易懂的现代语言与大众分享，通过新媒体的渠道给予提问者关注、安慰和鼓励。在我这样去尝试后，越来越多的人又把觉得受益的内容转发到自己的微博、微信上，帮助更多的人。而这次将微博上的问答编辑成书，也是期待把这种安慰和鼓励的作用辐射到更多的人群。

在与网友的互动过程中，我也深刻地体会到：我们要弘扬佛法，需要利用现代传媒的方法、利用现代化的手段。我们不是生活在古代的人，在现代的情景下，佛法的传播，不能照搬过去的办法。这也是我从2006年开通博客后，2008年又建立龙泉之声传统文化网，后来再开微博的原因所在。

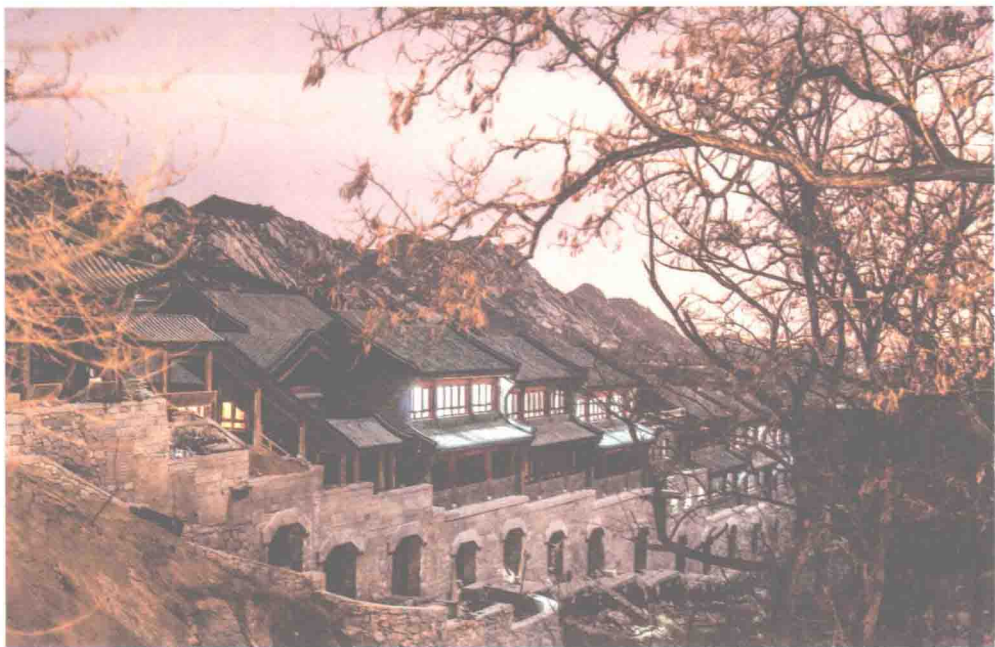
《杂阿含经》说，“此有故彼有，此生故彼生；此无故彼无，此灭故彼灭”。这个时代是网络时代，孤立肯定没有力量。在万马奔腾的信息洪流中，不利用现代信息技术的优势，正法之音就传播不出去；不采用大众喜闻乐见的方式，佛法就不能为民所用。我想，如果在现代，玄奘大师也好，鸠摩罗什大师也好，鉴真大师也好，他们也会开博客、微博。

在此，我也祝福每一位读者都能从这本书中得到饶益，通过佛法

的智慧解决人生的种种困惑，进而启发自身灵性的感悟，寻找到生命的
圆满答案！

学诚

2015年8月





問心

心向外追逐，就容易隨外境轉，
心向內緣，則自輕安。

