

证严法师 著

人有生老病死，大自然的氣候有春夏秋冬，兩者之間息息相關；
生老病死是人生的過程，就像宇宙的時序，四季輪替不斷。

美的循環

——谈生生世世

凤凰出版传媒集团
江苏人民出版社



美的循環

证严法师 著

——谈生生世世

凤凰出版传媒集团
江苏人民出版社

数字图书馆
PDG

图书在版编目(CIP)数据

美的循环——谈生生世世/证严法师著. —南京:江苏人民出版社,2009.1
(静思文化)

ISBN 978-7-214-05440-1

I. 美... II. 证... III. 佛教-人生哲学 IV. B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第184093号

出版人 刘健屏
出版统筹 刘卫
策划编辑 杨建平
装帧设计 黄炜

书 名 美的循环——谈生生世世
著 者 证严法师
责任编辑 戴亦梁
责任监制 王列丹
出版发行 江苏人民出版社(南京中央路165号 邮编:210009)
网 址 <http://www.book-wind.com>
集团地址 凤凰出版传媒集团(南京中央路165号 邮编:210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京奥能制版有限公司
印 刷 者 扬州鑫华印刷有限公司
开 本 880×1230毫米 1/32
印 张 6.75 插页4
印 数 1—6000册
字 数 100千字
版 次 2009年1月第1版 2009年1月第1次印刷
标准书号 ISBN 978-7-214-05440-1
定 价 18.00元
(江苏人民版图书凡印装错误可向本社调换)



出版说明

证严法师是台湾著名僧人和社会慈善家，他于1966年创办了佛教慈济慈善事业基金会。四十多年来，证严法师与其弟子，奉行一日不做、一日不食、自立清修的生活，并以出世的精神，积极投入入世的社会救助工作。

1991年大陆华中、华东地区发生大水灾，证严法师发起了对受灾同胞的赈灾活动。从粮食、谷种、衣被、慰问金的援助到房屋、学校、敬老院、福利院、海堤、集水窖的援建，乃至文化交流、骨髓捐赠等等，只要力量所及，慈济人无不全力以赴，其慈悲的足迹已遍布安徽、江苏、河南、湖南、广东、广西、云南、河北、江西、辽宁、青海、福建、湖北、浙江、贵州、甘肃、宁夏、四川、内蒙古、新疆等省、自治区。现在，援助工作仍在各地持续进行中，慈济人以“直接、重点、尊重、及时、务实”的原则，透过实践力行的力量，在一步一脚印中，深蕴着同为中国人的浓郁乡土情、同胞爱，亦传达出大爱的普世价值。

“净化人心”是证严法师一生的宏愿，其思想与著

作,对世人有着深刻的影响,法师的“人生系列”丛书自1989年在台湾出版以来,以深入浅出的智慧话语,解除了无数烦恼心灵的苦痛与焦躁,深受读者的喜爱。为了便于大陆读者了解和研究证严法师及其思想,我社经静思文化志业公司授权,独家出版了这套书的中文简体字本。

江苏人民出版社

2006年6月



前 言

生是死的开端，死是生的肇始，一个生命的诞生，多半受到喜悦的迎接与呵护，也象征一个新的希望与开展。然而，也有的是一来到世间，非但未受欢迎与祝福，还饱受摧残。佛家强调生命的根源来自心识，其维系力量是一切因缘业力所感召，生命就在业缘中来去，并不只有今生今世，而是不断地生死相续。

生命是什么

生命是什么？古今中外东西方诸多哲人，也深层次地探索。东方儒家以现世、积极的心境看待生命。孔子言：“未知生，焉知死？”死固然为必经之途，但生而为人更应善尽本分，是故大倡孝悌仁义的理念，教导大众如何学做人。庄子言：“死生，命也；其有夜旦之常，天也。”一言以蔽之，生死是极其自然不过的事，人应处之而安然自在。

西方古希腊哲学家苏格拉底(Socrates, 前 469—

前 399)认为:身体只是心灵实现其目的之必要条件,心灵才是行动的真正原因。此外,他的学生柏拉图(Plato,前 427—前 347)认为:人的灵魂是独立实体,与理念同类,灵魂是先于肉体而存在的,是不死的,且降临于肉体之前。

东西方哲学历经不同阶段演变的观点,自对宇宙本质的探讨,乃至对人和信仰的关注,因层面的不同,对生命的定义与价值观也迥然不同。无论辩证如何,真理却是恒常不变的。

佛教主张人身由地水火风“四大”所组成。地大,如人身皮肉、筋骨;水大,如人之血液、涕唾;火大,如人之体温;风大,如人之呼吸。由于业力的关系,生命才继续存在。佛典《父母恩重难报经》中描述,有一回佛陀领众南行,在路边见一堆枯骨,便五体投地恭敬地礼拜,并向满是疑惑的阿难尊者解释:“此堆枯骨,或是我前世祖先、多生父母,以是因缘,我今礼拜。”

从中可明了,佛陀已往返人世许多回,并且告诫众人:生命,并非只有一生的老死之后就全然断灭,而是不断地在生死中轮转不息。生命的起缘来自一切因缘,一如大地万物因生命的流转而显出萌芽与凋零,一年四季轮替不息,犹如无声的说法。



世间真相与真理

《八大人觉经》中，第一觉知“世间无常，国土危脆，四大苦空，五阴无我，生灭变异，虚伪无主，心是恶源，形为罪藪，如是观察，渐离生死”。即剴切指出，世间成住坏空皆是无常，心是造作一切的根本源头。综观今日天灾人祸时有所闻，证严上人曾言及人生无常：“四大调和就是平安。宇宙的四大若不调和就会发生灾难。例如：地不调有地震，水不调有水灾，风不调有台风，火不调有旱灾。当今人为的破坏，更造成诸多不调的现象，如空气污染、土地污染等等。”

放眼天下，现代工业科技发展如异军突起，大大改善了人类的物质生活，但是人心并未因此而满足，在不断地追求物欲下，心灵益显空虚；因过度开发而直接、间接地戕害了环境生态，致令天候异常，“圣婴现象”、“反圣婴现象”日趋严重。

但见一九九八年阿富汗发生震灾、中南美受飓风袭击；一九九九年科索沃因种族争战死伤惨重，土耳其发生大地震。天灾人祸的巨大浩劫，一次次夺去多少无辜的生灵，摧毁了多少家园！即使生长在台湾宝

岛,近年或因台风引发水灾、土石流,还有惨痛的空难事件,更严重的是“九二一”大地震造成全台近百年来最大的伤亡……让人不禁忧心忡忡,大地反扑何时休?世间的悲剧何时止息?

现今道统日渐式微,社会乱象频仍。过去如《礼记·礼运篇》所述:“故人不独亲其亲,不独子其子,使老有所终,壮有所用,幼有所长,矜寡孤独废疾者,皆有所养。男有分,女有归。货恶其弃于地也,不必藏于己;力恶其不出于身也,不必为己……”现今,这种伦理观念逐日被“速食文化”啃食殆尽。

究竟社会发生了什么问题?让孩子们不想留在家里,也漠视父母亲的感受;让老人族群蜷缩社会一隅,更是常被人忽视。其实,人伦道德,是生而为人最纯真、朴素的爱,是世间的基石;若人伦道德不彰,则家庭紊乱不安,社会也将动荡失序。如何恢复固有的伦理道德,实乃当务之急。

二十世纪最负盛名的教育家、哲学家杜威博士(John Dewey, 1859—1952)认为:人生来具有“分化”、“结合”两种天性,分别产生利己与利他心,社会是否稳定与发展,端视此二者的协调与平衡。的确如此,上人言:“人与人之间,若有善的互动、爱的力量,这个



社会一定和睦且充满温暖。世间是福是祸，就看人心向善或向恶，人人向良善的道路走，世间才有平安幸福可言。”

以积极的态度面对生死

在本书上篇《心香处处闻》中，年幼的孩童日日投硬币存扑满，为的是“帮忙师公盖医院”，在幼小的心灵开启一扇爱的窗，延续到他们成长后，心中的善依旧不断增长；像慈青在医院当志工服务病患，于生活中体悟生命的意义与价值，因而能更积极发挥良能，净化自心；还有许多善心人士，默默地在社会上奉献心力，一如浊世清莲，非但不受外在环境的染着，还能散发馨香，美化人间。

佛陀言：“心、佛、众生，三无差别。”人人皆有佛性，但是心也是起惑造业的源头。《楞严经》云：“一切众生从无始来生死相续，皆由不知常住真心，性净明体，用诸妄想，此想不真，故有轮转。”回归清净本性，还诸本来面目，正是我们亟须修学之所在。

本书中篇《自我的淬炼》中，提及佛陀在世时，有位长者请示佛陀，如何去除病苦。佛陀告诉他，若能

身病而心不病，病痛即可解脱。凡夫都有五蕴（色、受、想、行、识）的烦恼，一旦生病，更使生活笼罩在痛楚与死的恐惧中；若能彻底了知身体是假色，使老、病、死的一切归于自然，身体的病痛自然不会如此强烈。上人尝言：“把身心的执著放开，在日常生活中尽本分事，才能发挥人生真正的价值。”如能体悟真谛而不迷乱，自然心境清明，不受无明烦恼系缚。

佛经云：“人命在呼吸间。”我们身处的世界，佛经称为堪忍的世界——三界无安、苦多乐少；许多欲乐皆构筑于虚幻的感受上，待乐境过后，随之而来的即是倾巢的种种苦受。西哲叔本华（Arthur Schopenhauer, 1788—1860）认为：人的生命历程，本就是一部痛苦史，因欲求无止境，即使获得满足也是短暂的。上人尝言：“人生没有所有权，只有使用权。”身体既是四大假合所组成，唯有善用生命的良能，才能迸发出璀璨的光辉，哪怕是走到人生终点站，依旧可以欢喜自在。

古人云：“人固有一死，或重于泰山，或轻于鸿毛，用之所趋异也。”死亡，是每个人无法逃避的必经之途，国人常讳之不谈，总觉得不吉利。而且一旦濒临人生的终点站时，无论老幼，很多人对往生后的去处



皆感到茫然与恐惧。世界主要的宗教，如基督教、佛教、回教、印度教及犹太教的教义中，均教导人们以积极的态度面对死亡。而佛教如何引导临终之人，以安然自在的豁达心境面对生命的终点站呢？弘一大师曾言：“临终虽恃他人助念，诸事如法，但自己亦须平日修持，乃可临终自在。”上人曾教大家要认清生死：“生命乃随着业力轮转不息，最重要的是必须去除烦恼；烦恼不除，生死不了。”

本书下篇《自在的终点》即以诸多实例，呈现出纵使到了生命的尽头，只要能放下执著就能超越生死的烦恼。其中或有癌症患者，忍住病痛不做化疗，为的是捐出大体供医学研究；也有老人们在临终时，以安详自在的心境，谱下生命的休止符。

上人言：“面对坎坷无常的人生，还好有一群人间的活菩萨，以爱心投入拔苦予乐的工作，不只在台湾，而且遍布全球。人生一切都是从心开始，净化人心、自立立他的工作，犹如攀登高山，虽然山路难行，若能一步步持续向前迈进，即可达到目标。”

如何在短短数十寒暑的生命历程中，烙下无悔的历史足迹？这一切端视我们如何看待生命、尊重生命，发挥良能而无忝所生。

目 录

前言 001

上篇 心香处处闻

小菩萨的故事 003

清新的人生 007

看优点的人生 010

真诚的爱 014

“容易懂事” 017

心灵的阳光 020

一分使命 024

环保老菩萨 027

圆形的运动场 030

有愿就有力 034

知足的夫妇 037

快乐之源	040
救人的感觉真好	044
越洋送髓一家亲	048
老者的春天	052
人道关怀无国界	055

中篇 自我的淬炼

太子坚守自心	061
发挥大爱之心	065
白头难返青丝	068
苦乐由心	071
花开花谢	074
状元梦	077
寻找证人	080
五蕴皆空	083
心静即明	087
恒河沙	091
三粒玉米团	095

人生的色彩	099
钻石人生	102
自爱爱人	106
人生四宝	110
回馈众生恩	113
爱心总动员	116
维护生命共同体	120
善的心力	124

下篇 自在的终点

生命广角镜	129
少年菩萨	132
意外的收获	135
真正的女强人	139
因祸得福	142
由医院看人生	145
生命与慧命的泉源	148
身病心不病	151

落难小天使	155
返璞归真	158
寻找一颗芥菜子	161
洒脱的人生	164
彻悟生命的真谛	167
生死因缘观	170
梦幻人生	173
再来做救人的人	177
真心的陪伴	180
生命的勇士	183
心莲病房的李居士	187
欢喜到终点	191
留下典范在人间	195



心香处处闻

【上篇】