

从心开始

妙华 著

宗教文化出版社

从心开始

从心开始



烦恼加业障等于凡夫，
善心加功德等于贤者。
悟道加自净等于小圣。
大智加利他等于菩萨，
三明加四智等于圆满。
二十岁学好加法，
四十岁当学乘法，
六十岁可用除法，
八十岁牢记减法

——妙华心语



从心开始

妙华

著

宗教文化出版社

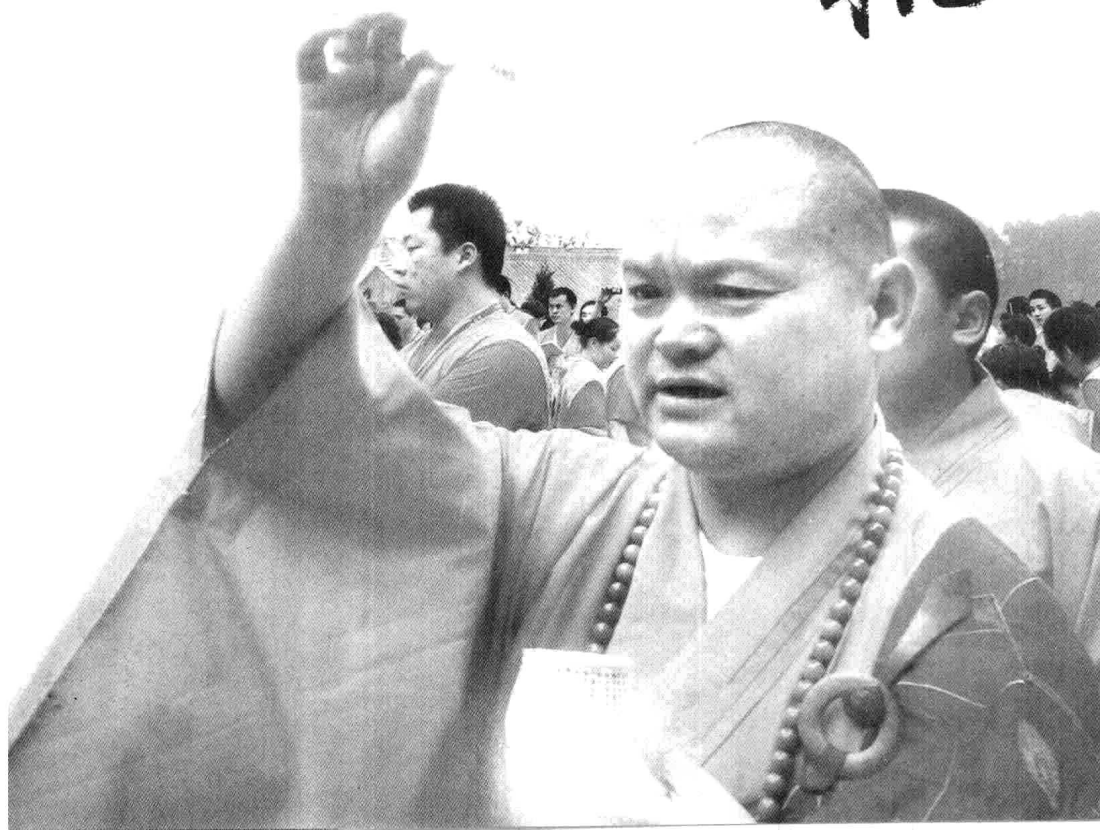
從心開始

妙華題



烦恼加业障等于凡夫，
善心加功德等于贤者。
悟道加自净等于小圣。
大智加利他等于菩萨，
三明加四智等于圆满。
二十岁学好加法，
四十岁当学乘法，
六十岁可用除法，
八十岁牢记减法

——妙华心语



图书在版编目 (CIP) 数据

从心开始/妙华著. - 北京: 宗教文化出版社, 2008.3

ISBN 978 - 7 - 80123 - 984 - 6

I. 从… II. 妙… III. 禅宗 - 通俗读物 IV. B946.5 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 022745 号

从 心 开 始

妙 华 著

出版发行: 宗教文化出版社

地 址: 北京市西城区后海北沿 44 号 (100009)

电 话: 64095215 (发行部) 64073175 (编辑部)

责任编辑: 霍克功

版式设计: 陶 静

印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

版权专有 不得翻印

版本记录: 880 × 1230 毫米 32 开本 8 印张 160 千字

2008 年 3 月第 1 版 2008 年 3 月第 1 次印刷

印 数: 1—4000

书 号: ISBN 978 - 7 - 80123 - 984 - 6

定 价: 16.00 元

问 心

(代序)

一

你到寺庙烧过香吗？

“烧过！”

你到寺庙拜过佛吗？

“拜过！”

你在求什么？

“平安！吉祥！”

你是对的，人之所求

我也一样。

可是，平安、吉祥、官运、财运，真能求来吗？

你问我？

我问谁？

唔！佛曾经说过

“心为法王”

你我为何不扪心自问：

活人一世

心安吗？

做人做事



序





心平心净吗？

其实《吉祥经》

很短

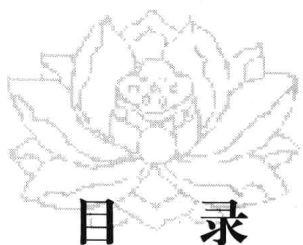
就说了这些事。

二

普贤是个大菩萨，
峨眉山是他成道的地方。
他有十个心愿
每条愿都指向众生。
什么是众生？
烦恼是众生，
迷惑是众生
众缘所生是众生。
众生不快乐，不幸福
普贤菩萨问我们
你的心够大吗？
你的心够明吗？
心大事才大！
心明路才宽，
问心，并从心开始！

妙 华

2008年1月8日



问心(代序) /1

第一章 法缘——《吉祥经》讲解 /1

1. 佛经是佛成佛的经验 /4
2. 吉祥由心 /5
3. 佛说吉祥 /9
4. 朋友是一面镜子 /19
5. 环境是心的投影 /21
6. 好语三冬暖 /25
7. 了解经典的结构 /27
8. 慈济双亲 /28
9. 惜缘家人 /30
10. 生存要善待环境 /31
11. 给予是快乐 /33
12. 吉祥蕴藉在行为中 /37
13. 法会问答 /39



目
录





14. 百忍成金 /40

15. 悟道得心安 /41

16. 心净处处安乐 /44

第二章 禅与心脑的体验 /45

1. 引言 /46

2. 禅定有利于人的修养 /46

3. 通过禅定的修行所获得的定力可以改良性格 /51

4. 禅定和心的健康 /58

5. 通过禅定的修习来改变业力 /61

6. 课堂提问 /61

第三章 有愿必成——《普贤菩萨行愿品》讲记 /69

1. 佛法的好处 /70

2. 有志者事竟成 /71

3. 我们的榜样 /74

4. 智慧很重要 /84

5. 导入经文 /87

6. 养成拜佛的习惯——第一愿 /92

7. 养成赞扬的美德——第二愿 /97

8. 给是乐,受是苦——第三愿 /98

9. 忏悔法门——第四愿 /103

10. 随喜功德——第五愿 /104

11. 弘法利生——第六愿 /104

12. 佛为良医——第七愿 /109

13. 佛为导师——第八愿	/110
14. 血脉相连——第九愿	/112
15. 功德归于大众——第十愿	/116
16. 童子发问	/118
17. 佛陀解答	/25
18. 忏悔——得解脱	/132
19. 功德在心	/138
20. 传播真理	/145
21. 法王传世	/147
22. 佛印我心	/149
23. 随缘度生	/163
24. 回向众生	/175
25. 大愿成就	/184
26. 重提大愿	/192
27. 导归极乐	/217
28. 法喜之乐	/224

后 记	/229
-----	------



第

一

章

法缘

《吉祥经》讲解

吉祥经

【藏文】

如是我闻一时佛住舍卫国
祇陀园给孤独精舍时日夜
课有一天神殊胜光明通照
园中来到佛所恭敬礼拜
站立一旁以偈白佛言：云天
神与人渴望得利益思虑
求幸福请示最吉祥

世尊如是答言：

勿近愚痴人应与智者交
尊敬有德者是为最吉祥
居住适宜处往昔有德行
置身于正道是为最吉祥
多用工艺精严持诸禁戒
言谈悦人心是为最吉祥
奉养父母亲爱护妻与子

从生要无害是为最吉祥
布施好品德帮助众亲眷
行为无瑕疵是为最吉祥
邪外须禁止克己不饮酒
美德坚不移是为最吉祥
恭敬与谦让知足并感恩
及时闻教法是为最吉祥
忍耐与顺从得见众沙门
适时论信仰是为最吉祥
自剃净生活领悟八正道
实证涅槃法是为最吉祥
八风不动心无忧无污染
宁静无烦恼是为最吉祥
依此行持者无往而不胜
一切处得福是为最吉祥

齐牟牛国泰沐手敬书





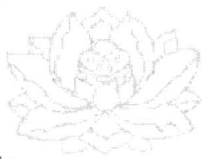
各位同修：一年一度，我们再一次见面了。2006年十月，在这里为大家结了一个法缘，那么，今年四月初八又如约而至。这次为大家讲《吉祥经》。朝阳地区十年九旱，我在从哈尔滨来的路上，动了一个念头：要赶上农忙就不能听经闻法，下雨就好了。一方面可以缓解春旱，另一方面，你们大家下不了地了，就可以来听我讲经啊。（众笑）天下雨，可以滋养禾苗，我们大家到秋天可以丰收，佛法的法雨呢，可以营养你们的法身慧命，让各位善根增长，所以说呢，我们智慧的根苗和我们的庄稼可以两不误，一起收获。四月初八的前夕我为大家讲《吉祥经》。



1 佛经是佛成佛的经验

南传佛教当中，《吉祥经》可以说是家喻户晓，无人不知，无人不晓啊，但是佛法传到我们中国以后，我们常常喜欢谈真空妙有。佛法的道理领悟得很高、很深，问题是在我们具体的修行当中和我们生活的时候，我们把握不了，不知道从什么地方下手。所以为了让大家学了就能会，听了就能懂，回家就能用，我选择了《吉祥经》。大家都知道，生活在大千世界的芸芸众生都要求吉祥，不管他内心深处懂不懂什么是吉祥，大江南北你们大家去看一看，香是越烧越高，越来越粗，越来越大，而且价格也越来越贵啊，几百块钱一支香，现在在南方已经不奇怪了。北方也有这样的苗头，还有上千块钱的香。甚至在寺庙，到了年三十，大家争着抢着烧头香，在南方某一个城市某一个寺庙，一支头香几十万。大家在求什么呢，大家在求平安，在求幸福，在求菩萨保佑他们，这一切的一

切的内容都是在求吉祥啊。那么怎样才能吉祥呢？你们大家来到寺庙里头，就把心歇下来，放下万缘，真正了解一下什么叫吉祥。这是佛金口亲宣。在没有讲吉祥的具体内容和方法以前，你们一定要了解《吉祥经》的结构。

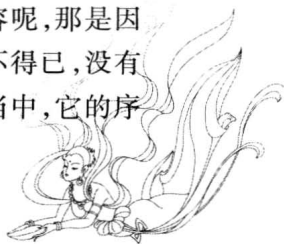


2 吉祥由心

《吉祥经》的结构从如是我闻，一直到请求最吉祥，这一部分叫序分。一个正信正行的佛教徒，如果对佛法要有正见的话，那正确的修行就必须要了解佛经的基本结构，这样大家在诵经的时候，看经的时候，就懂得了经的大意了。经文的序分像人的脑袋一样。一个人不管有多么健康，有多么坚强的心脏，如果他没有一个发达的头脑，这个人就是废人。佛经前面这一部分叫经的序分，这经的序分有两部分的内容：一部分是佛对他所说的法盖的六个印章，在什么时候，对什么人，说的是什么法，当时听的有哪些人，叫六种成就，又叫六种证信。原因是什么呢，佛在双树间，涅槃以后，行将火化，阿难就问佛说：你若涅槃以后，我们怎么来证明经是您讲呢？是您亲口亲宣的呢？佛说，在经的前面加上六种证信，或者叫六种成就，这六种因缘成就了佛讲经说法。用这六种情况来证明这部经是佛所说的。所以说经的序分很重要，犹如人的头一样，你们平时念《金刚经》，你们都知道，从如是我闻，到洗足已，其实《金刚经》已经讲完了。那为什么后面还有那么多内容呢，那是因为我们大家智慧不够，我们听不懂佛在说什么，所以不得已，没有办法，然后条条款款来为我们分析说明，像《金刚经》当中，它的序

佛

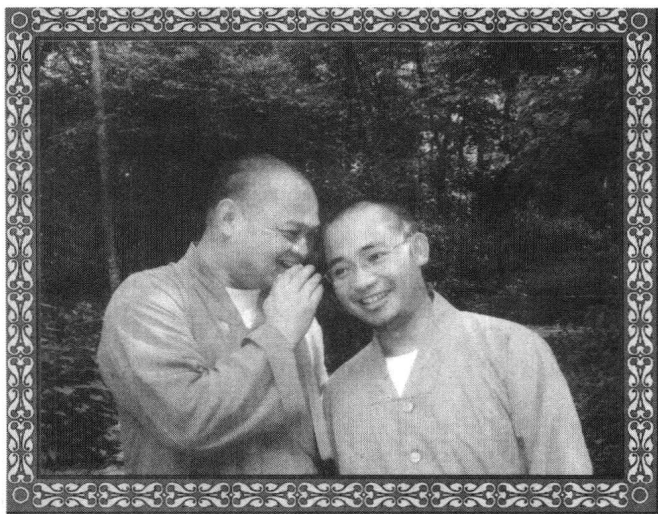
第一章
法缘





分包含了戒定慧。衣食住行全都有了,佛演示说我是这样修行的,你们大家也这样修行;我的内心是这样的没有挂碍。你们也应当这样没有挂碍,但是,唯有少年利智的人能够明了,一般人是做不到的。所以经的序分非常重要。

那么什么叫经呢?有三方面的内容,不是所有的人讲话都叫经,在中国,只有六祖慧能讲了一部经,叫《六祖坛经》。他把印度的佛教,完全让中国人能够接受,非常简单明了,对于启发我们的智慧,启发我们的心智有很大的帮助。六祖以后没有哪一个人讲的经,说的法,能够称为经。今天我们将要讲的《吉祥经》,只是对佛经进行阐释,让大家能够明了,或者说把自己修行《吉祥经》的心得告诉大家,和大家交流,让大家明白它的内容。经是佛从大智慧海中流出,也必须是佛金口亲宣。那么它有三方面的内容,你们大家也要了解。什么是经呢?第一是方法,是什么方法呢,是开智慧的方法,是成佛的方法。开智慧要不要方法呢,你们大家在世间为人处



世,要成功任何一项事业都必须有恰当的方法,没有恰当的方法,你就是发的愿再大,你的想法再好,成就不了!所以方法非常重要。

那么,什么是成佛的方法呢?三藏十二部用三个字来概括,就叫戒定慧。很多的出家人,出了家二十年,三十年,因为不懂得或者说没有掌握修行的方法,没有掌握学佛的方法,头发变白了,胡子也变白了,人老了,但是不得其门而入啊!入不到里头去,修行就不能够上路。在家也是这样,有一颗虔诚的向佛之心,到庙里,又烧又拜啊,见到三宝也知道恭敬供养,但是自己的习气、业障、毛病一点没有改,这样学佛就好冤枉。有一句话叫“身至宝所,空手而归”。到了金库银库,不知道什么是金子、银子,拿不到手里。我们为什么要学习《吉祥经》呢?就是要大家明白什么是吉祥,吉祥不是求来的。释迦牟尼佛身为大医王,开了很多药方,但他绝对不是百货公司的董事长,你去学佛,跟他交换:“我给你烧了高香了,你就应该让我生个胖小子,你就应该让我官升一等,你就应该让我不种庄稼就有收获。”可能吗?不可能!自己不明白,反倒拿去说佛教是迷信。求之不灵啊,下回不信了。所以说,我们大家要放下万缘,听听佛在吉祥经里是怎么说的,怎么样才能让我们吉祥啊。把自己脑子安顿得清清爽爽,书中自有黄金屋啊。不要面朝黄土背朝天啊,钞票很多啊,书中自有黄金屋啊,知识、智慧,就是力量。释迦牟尼佛没有必要骗大家,也没有必要说谎,佛经中的每一字,每一句中都包含着对人生、宇宙的觉悟。你们大家如果觉悟了人生和宇宙,自然而然生发了智慧,那你们大家在人世间做起事情来或者在修行的道路上去修行就容易得多了。很多时候是因为我们没有智慧,没有智慧,我们什么事都做不了,都做不好。所以佛经的第一个意思是方法。第二个意思是道路。是什么道路呢?是成佛的道路。我们有朋友想到北京去看看天安门,坐飞机去还是坐火车去,还是两条腿跑着去,不管你怎样去,总得有道路。有人说,那飞机在天上飞没有道





路可走啊，有航线！有高速公路，有铁路，成佛一定是有道路的。所以说这是佛经的第二个意思。第三个意思，佛经里面装的是什么呢？是释迦牟尼佛的思想，佛的思想条条款款，从天到地，到东到西，乃至人世间，无所不包，无所不知啊。在世界文化史上，佛经被称为东方文化的文库。里头的内容非常多，你们大家为什么不到里面拿点东西回去呢？没有智慧，使得我们不能深入佛经，不了解佛的思想、佛的观念。我在这里讲，你们在座的很多人，要讲修行啊不一定要到庙里头来，一个没有智慧的人，一个对佛法没有正见的人，就算你到庙里来，我大胆地对你说，你白来！因为你不懂什么是佛法，反之，一个懂得佛法的人，就是在家当老农民，他同样可以成佛。为什么这样说呢，因为他对佛法有正见、正信、正行，这“正”是什么呢？就是正确的观念。我还可以告诉大家简单的一句话，一个人的烦恼、智慧再多，只要你的观念正确了，修行就成功了一半。你就是出家，披着袈裟，如果没有领会佛的思想和方法，观念不正确，出家也冤枉了，也白出。所以说，佛的思想就是观念，改变我们的观念，就改变了我们的生活态度，改变了生活的态度，就改变了生活的活法，改变了活法，就改变了业习。富人要是信佛，可以让他长久富裕。穷人也要信佛，可以改变穷的面貌，挖掉穷的根子，这一切的内容都在戒、定、慧三学当中。所以佛经这三方面的内容与大家的生活和修行密切相关。

还要牢记一条就可以了，不是引导大家做学问，是要解决学佛者内心的疑惑。什么是佛经呢？“释迦牟尼佛成佛的经验。”你们想一想，这个经验宝不宝贵？要不要掌握这个经验，要不要学呀？应当学！释迦牟尼佛的什么经验呢？他觉悟到人生、宇宙，他把这一切毫无遮掩的，毫不保守的讲给我们大家。可是我们大家呢，你送本佛经给他，白送了，他看不懂，不想看，那我问大家，做官有没有经验呢？官场上也有经验，有的人有经验，就能立于不败之地。经商要不

要经验呢？你们到新华书店去看看，经营之道、经营原理和法则经验一套一套的。很多年轻人，要读工商管理的大学、研究生，要去学习人家的工商管理经验，有了经验在社会上可以挣钱，回到家可以理财。比如说，就在我们讲经的此时此刻，中国现在炒股票很热，有的人拿着大把的钱扔进股市上去，一夜之间就能挣很多的钱，这是经验！一方面是运气，一方面是经验，没有经验，你把钱扔进去，像一把盐撒到海里，那就不是你的了。社会当中有很多很多人因为不注重经验的学习，做人失败了、买卖失败了、官场上失败了。所以诸位，经验非常重要。我们在这里谈的是什么经验呢？谈的不是做官的经验，不是做买卖的经验，是成佛的经验。任何一个与佛有缘的人一定要虚下心来，静下心来好好地了解一下释迦牟尼佛总结了什么样的经验给我们。我们不是求吉祥，求平安吗？佛的理论会告诉我们，什么才是真正的吉祥。



3 佛说吉祥

如是我闻，

翻译成白话文是“我当时是这样听佛说的”，是谁在说这句话呢？是佛的十个弟子中多闻第一的阿难，他老在佛的身边伺候佛，佛每次讲经的时候他都跟着。场场法会他都不落下，所以说他听闻的佛法最多。如是我闻，我当时是听佛这样说的，这是翻译成白话了。如果我给大家往深里讲，如者真如，我们讲的如如、一如、如来、真如、如是，“如”之一字给我们大家揭示了人生和宇宙的真理。人生和宇宙的真理是什么呢？不管大家能不能听得懂，什么是如呢？不生不灭、不垢不净、不增不减。在美国西海岸涨潮了，在中

