

觉群丛书

觉醒◆主编

无悔人生

佛教忏悔

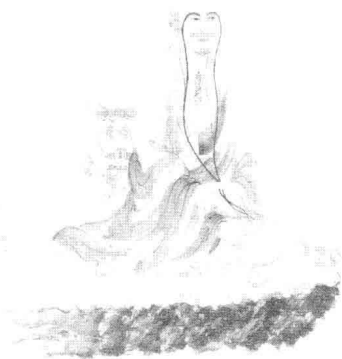
觀



圣凯◆著

宗教文化出版社

无悔人生



佛教忏悔观

圣
凯
◆
著

图书在版编目(CIP)数据

无悔人生:佛教忏悔观/圣凯著. —北京:宗教文化出版社,2005
(觉群丛书·第4辑/觉醒主编)

ISBN 7-80123-735-8

I. 无... II. 圣... III. 佛教-研究 IV. B948

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 146287 号

无悔人生:佛教忏悔观

圣 凯 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) 64095211(编辑部)

责任编辑: 王志宏

印 刷: 北京秋豪印刷有限责任公司

版权专有 不得翻印

版本记录: 850×1168 毫米 32 开本 5.25 印张 90 千字
2005 年 12 月第 1 版 2005 年 12 月第 1 次印刷

印 数: 1—4000

书 号: ISBN 7-80123-735-8/B·328

定 价: 96.00 元(全六册)

觉群丛书系列

主 编：觉 醒

执行编辑：慧 觉 曹曙红

统 稿：孙晓莹

编 委(按姓氏笔划为序)：

圣 凯 刘元春 罗 颢 姚南强

夏金华 徐东来 黄夏年 曹曙红

慧 觉

总

序



总 序

在漫漫的历史长河中,佛教犹如一道闪亮的光芒,照耀着印度、中国、东南亚乃至世界各地,在启迪昏蒙、开启智慧、指导人生、净化社会等方面发挥着巨大的作用。2500余年的辉煌和沧桑,铸就了佛教坚毅而独特的性格,不畏艰难、积极入世、化导群生、保持位格是佛教在应对世俗、提升社会过程中一贯坚持的坚定信念,正是靠着这种信念的策励,佛教才逐步扩大了自己的传播区域,加深了世界各国人民对佛教的了解,从而进一步巩固了其世界性宗教的地位。伴随着世界各国人民的欢呼雀跃,新

千年的曙光照彻着地球的每一个角落,新世纪的钟声催人奋进、引人向上。在这种前进向上的氛围中,佛教作为古老宗教的一支,应该如何在新世纪勃发生机,融入人们日常生活的各个方面,从而体现出佛法的现代意义和价值呢?

佛教素以其哲学思辨色彩浓厚、人本智信特征明显著称,在古代乃至近现代哲学史上享有崇高的地位,为中外众多哲学家所推崇。佛教哲学内涵丰富,既有世界观、人生观、实践论等基本哲学范畴,又有辩证法的理性思辨方法,四谛、十二因缘、八正道、三法印、六度、四摄、中道等基本名相支撑着佛教的理论大厦,吸引着众多佛法爱好者深入其中汲取养料。明辨善恶、勘破是非,珍惜人生、热爱生命,广行慈悲、泽被生灵是佛教所大力宣扬的大乘菩萨精神的主要内容。毋庸置疑,在世界哲学大家庭中,佛教哲学的深刻性、生动性、实用性、实践性非常突出。佛教哲学不讲唯经是崇、唯人是瞻,而是十分强调灵活性,注重应时应机、应理应事,主张因时制宜、因事制宜、因人制宜。“佛以一音演说法,众生随类各得解”、“依法不依人”、“依智不依识”的古训展示了佛教民主、自由、理性的开放型性



格。佛教力主开发人类潜在的无上智慧,将人类思想中丑陋、污秽的成分彻底清除,从而以纯洁、美妙、清净的智慧去观照世间的一切,既能视一切如同己出,又能视一切如同他出,从而推己及人,设身处地地替他人着想,以慈悲之心与乐拔苦,以行“八正道”严以律己。佛教在适应社会、包容异说、重塑自我、奉献社会等方面展现着强大的生命力。

佛法重在生活,重在寻常日用,佛教教理中蕴蓄着与时俱进的理论成分。在当今社会飞速发展、信息技术日新月异的时代,佛教想要重焕生机、再现活力,首先必须从理论到表述都能紧密结合时代的需要,以现代人所喜闻乐见的形式进行传播。要想传播佛法,最基础的工作就是要理解佛法,准确把握佛法的深刻内涵和积极意义。对佛法的理解与表述是两个相辅相成的概念,理解是正确表述的基础,表述则是正确理解后通过语言载体进行传达的能力。表述的方式有深有浅、有繁有简、有古有新,深、繁、古的表述给人以深厚、艰涩、丰富的感觉,而浅显、简明、新颖的表述方式更适合现代人的需求。借助浅近语言和全面而集中的专题介绍,一定能够回应现实的需求,为现实人生提供有益的指

导。《觉群小丛书》正是本着浅、简、新的原则编写的，丛书从不同的视角入手，通过对一些艰深的佛学命题的专门探讨，旨在推动传统佛教在新的历史条件下的现代化阐释，突出佛陀关注社会、关注人生的本怀。丛书用语体文、简体字写作，行文流畅，文字优美，生动活泼，内容与生活紧密结合，具有通俗性、趣味性、可读性的特点。丛书拟分辑出版，每辑五、六本，每本约为八万字，由丛书编委会约请海内外著名的法师、居士、学者主笔，计划出满一百本，撰写群体普遍具有较高的佛教学识和语言表达能力，能够用浅显易懂、生动活泼的语言对佛教的义理进行深入浅出的梳理，以独特的视角把握佛教精深渊博的哲学内涵，相信定能给读者以耳目一新的感觉。

文章千古事，得失寸心知。作为本丛书的主编，我谨代表丛书编委会向所有的作者朋友表示衷心的感谢，向所有关心和支持本丛书编辑出版工作的同志们致以崇高的敬意。由于时间及水平等方面的原因，书中如有不足或欠妥之处，尚祈读者朋友见宥并多提宝贵意见。欢迎读者朋友踊跃加入到通俗弘法的行列中来，积极投身于佛教文化的传

播事业,为佛教的振兴和发展,为繁荣社会文化、丰富人民的精神需求而不懈努力。

觉 醒

2002 年秋于上海玉佛禅寺



总
序



引

言



引
言

反思自己与无悔人生

人,是很容易犯错误的,俗话说:“人非圣贤,孰能无过”,关键在于能不能正视自己的错误与过失。我们对圣贤的崇敬,可以跪拜在他们的脚下,表达自己的虔诚与恭敬。但是,我们是否有勇气跪倒在自己的脚下,这并不是把自己作为敌人或被自己打倒,这是理性地分析自己的过错,在我们的内心世界里,能够真正明白什么是对的,什么是不应该做的。最后,我们能够勇敢地承认错误,改正错误,安安心心走在明天里,能够过着无悔的人生。

当我们稍懂人事时,我们知道自己的错误会带来别人的斥责,于是我们在掩饰自己的过错,学会了撒谎,过着心

惊胆怯的日子。所以,我们需要一种敢于面对自己、面对人生,敢于面对社会,能够反思自己的勇气。忏悔就是一种勇气,只有把自己毫不留情地层层剥开,坦坦荡荡地把胸襟敞开时,才能算得上一个真正的人。忏悔者没有胆怯,因为对生命的真诚,对自己负责,是一种高尚而又坚强的勇气。

往昔的岁月如静水般流逝,我们无法回到过去,我们只能生活在当下,而且面对着未来。我们从儿童的天真与纯洁中,逐渐地失去了“本真”的自己,于是我们被种种虚伪的颜色所包围。佛陀说:“有罪当忏悔,忏悔则安乐”,曾子也说:“吾日三省吾身”,所以我们首先要承认自己不是一个完美的人,我们的人生是一种有“缺陷”的人生;其次,能够真正反思自己、反省自己,能够在日常生活里保持着一颗警觉的心,观照当下的每一念;最后,我们能够改正自己的错误,和那灰色的过去说“永别”,不会再覆前辙。

是啊,我们日常生活中,身、口、意三业在有心无心之间,不知做错了多少事情,说错了多少言语,动过多少妄念,只是我们没有觉察而已。少年时的无知,曾经杀死很多只青蛙,而且自己还吃过青蛙肉,每每想起此事,自己的胃便是无端地恶心,仿佛有无数只青蛙在里面跳动;偷过邻居家的地瓜;为了使自己能够有钱去租武打小说,骗自己的父母,自己的生活费就是需要多一点,唉,淳朴的母亲哪知道自己的孩子会骗她啊,自己又哪里会体会到父母的辛苦与



艰难！长大后，为了自己的私欲，因为自己的贪、瞋、痴，不知说了多少谎话，欺骗自己，欺骗别人……

一般人平居无事的时候，总是轻忽怠惰，不容易生起忏悔的心。我们常常在噩运降临时，才懊恼自己的种种错误；等到病魔缠身的时候，才嗟叹自己的荒唐无度；在经济拮据的关头，才正视自己的挥霍浪费；到了山穷水尽、四面楚歌的地步，才怨恨自己的鲁莽；活到年老力衰、齿危发秃的时候了，才后悔少壮不知发奋向上，老大徒然伤悲。佛经上说“菩萨畏因，众生畏果”，菩萨和众生的差别，在于菩萨有前瞻远见，不会迷惑于一时的贪欲，造作万劫难复的恶因；而众生短视浅见，只看到刀锋上甜美的蜜汁，却浑然不顾森寒锐利的锋刃，等到蜜汁尝到了，舌头也割破了的时候，已经种下无尽的苦果，后悔莫及了。人生短暂，我们应及早抗心高望，未雨绸缪，趁着年轻力壮的时候勤奋垦拓，趁着富贵丰裕的时候常行布施，趁着因缘凑泊的时候广结善缘，创造自己未来光明而美满的人生。

所以，忏悔是内心觉醒反照的工夫，“不怕无明起，只怕觉照迟”，清醒地面对自己的人生，能够认识到自己的罪业。有时，这种反省不仅是为了自己，也是在总结人类的经验，用一颗真诚的心，坦诚面对生活中的风风雨雨，哪怕是千次摔倒也要有勇气战胜自己。有时，我们可能一时冲动而盲目自大，其实我们非常渺小，我们只是宇宙中的一粒尘

埃,风雨与岁月,随时将带走我们所拥有的一切。所以,忏悔不是让我们生活在悔恨中,而是让我们过着无悔的人生。

可能因为我们的年轻,更可能是因为我们的无知,如果我们年老时,您知道吗,您看过许多老人老泪纵横时的痛心反思,那是多么的心酸!我们的生命非常脆弱,我们无法承受生命中的许多负担,尤其是愧疚与不安。

一切内心的观照,是为了自在。

有时,我们在回忆我们以前的过错,在一次次忏悔中,我们在不断成长,生命会从此不再平凡与寂寞。当我们在忏悔时,我们放下了过去的自己,一切的煎熬与不安都会放下,于是超越了自己,不断地前进。虽然,有时别人永远都不会原谅自己,但是我们自己原谅了自己,从此走向新生与繁荣。

一切的忏悔,都是为了无悔。

忏悔,不仅是流露自己内心的歉疚和羞愧,更是展示生命的纯洁与无染。把尘埃与虚饰一同拂去,让真我显示无与伦比的光芒,这是一种曲折而又伟大的过程。从悲剧与噩梦中走出的人们,在经历了这种跪倒在自己面前的过程反思之后,自己将恢复本来面目,将是一个“本真”的自己。

所以,忏悔不但是一种勇气,更是认识罪业的良心,是去恶向善的方法,是净化身心的力量。忏悔是法水,洗净罪业;忏悔是船筏,运载众生到解脱的涅槃彼岸;忏悔是药草,



治疗烦恼百病；忏悔是明灯，照破无明黑暗；忏悔是城墙，摄护身心六根；忏悔是桥梁，导引通往成佛之道；忏悔是衣服，庄严菩提道果。

人贵在有自知之明，肯认自己是罪恶凡夫，从而能够去恶向善，这是最伟大的自知；同时，又能够信仰自己的清净佛性，有成圣成贤的信心与勇气，这是最伟大的愿望。所以，有自知者的愿望，才是真信切愿；若不能认识到自己的根机，不能肯认自己的罪业，则我们的愿望有可能是盲信瞎愿。所以，忏悔与佛性，自知与愿望，二者只有相辅相成，才能够使修道者从忏悔走向无悔。

因此，宗教修行生活都有这样的信念：现实的世俗世界都是不完美的，在世俗生活中，人的精神和灵魂总是受到罪恶、无知、物欲的污染和系缚，必须由于罪而得到恶报或者在生死苦海中轮回或者受到上帝的惩罚，死后进入地狱受苦受难。所以，“忏悔”是宗教修行生活的重要内容，在世界各大宗教中，我们都可以发现“忏悔”的修行活动与仪式。

佛教的“忏悔”首先来源于印度的宗教与文明，佛教吸收了早期婆罗门教的许多修行方式，所以我们必须首先考察来自早期印度的婆罗门教对“罪”与“忏悔”的看法。原始佛教对婆罗门教既有继承，又有批判，佛陀将“忏悔”引入僧团的戒律生活中，使忏悔成为了持戒清净的保证与前提。同时，在修行生活中，忏悔业障是入道的前方便，同时忏悔

的对象亦在逐渐地扩大,忏悔的功能与方式亦在逐渐增多,于是念佛、持咒等其他修行方式亦具有了忏悔的作用。随着大乘佛教的发展,般若性空思想与忏悔相连接,于是“罪性本空”与“无生忏”,成为大乘佛教忏悔思想的最大特色。

佛教传入中国,中国的“礼”文化对佛教的“忏悔”给予了重要的影响。中国的祖师根据各种经论,编集了各种忏法,对印度佛教原有的“忏悔”思想与仪式再进一步的融合、提升与创新。忏法的制作与实践,在中国已经有一千多年的历史,而且在当代佛教的宗教生活中,仍然发挥着重要的作用。所以,我们必须对忏法给予现实意义的观照。

“人心不古,世道衰微”,我们的物质生活水平在不断地进步,科学技术在不断地发展,而我们的社会风俗道德却在衰退。打开电视新闻、翻开报纸,媒体所报道的多是负面的消息,杀、盗、淫、妄,实在易于感受到这股恶业的气氛。同时,我们在招感恶业的果报,生存环境的退化,空气质量的下降,生态平衡的破坏,奇症怪病的层出不穷……恶业在我们的生命境界中,其实随时已在不定时地逼迫着我们。

儒家讲:“羞耻之心,人皆有之”,拥有一颗惭愧、羞耻的心,披露我们的恶业,积极地净化我们多苦多难的身心,才是面对恶业的正道——忏悔。

目 录



目 录

I	总 序 / 觉醒
I	引言:反思自己与无悔人生
I	悔过宽容与忏悔仪式
	1、告白悔过与请求容忍
	2、忏悔仪式与心性体验
	3、祭祀仪式与苦行赎罪
21	持戒清净与忏悔业障
	1、纳受戒体与业障清净
	2、持戒清净与作法忏悔
	3、忏悔业障与转变业缘
47	取相忏悔与无生忏悔
	1、向佛忏悔与虔诚对话
	2、总忏诸罪与心性转变
	3、六时忏悔与五悔法门