

济群法师 著

问道

济群法师修学问答录



善
—
提
—
书
—
院



华东师范大学出版社
EAST CHINA NORMAL UNIVERSITY PRESS

济群法师 著

问道

济群法师修学问答录



善一
提一
书一
院



華東師範大學出版社
EAST CHINA NORMAL UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

问道——济群法师修学问答录/济群法师著. —上海: 华东师范大学出版社, 2013. 3
ISBN 978 - 7 - 5675 - 0426 - 4

I. ①问… II. ①济… III. ①佛教—人生哲学—通俗读物 IV. ①B948 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 047401 号

问道

——济群法师修学问答录

著 者 济群法师
策划编辑 许 静 储德天 贺群星
审读编辑 郑英旻
责任校对 时东明
装帧设计 邵宏庚

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
网 址 www.ecnupress.com.cn
电 话 021 - 60821666 行政传真 021 - 62572105
客服电话 021 - 62865537 门市(邮购)电话 021 - 62869887
地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 店 http://hdsdcbs.tmall.com/

印 刷 者 苏州工业园区美柯乐制版印务有限公司
开 本 890 × 1240 32 开
插 页 6
印 张 7
字 数 114 千字
版 次 2014 年 4 月第 1 版
印 次 2014 年 4 月第 1 次
书 号 ISBN 978 - 7 - 5675 - 0426 - 4/B · 761
定 价 32.00 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题, 请寄回本社客服中心调换或电话 021 - 62865537 联系)



自序

在许多人心目中，佛教只是烧香、拜佛、求平安、求保佑，除此之外，不知道佛法跟生活有什么关系；也有人觉得佛法是高深的哲理，距离现实人生很遥远，不知道对当下的生活有什么帮助。

我觉得佛法这么好，了解的人却这么少，实在很遗憾！这种想法不光是佛法能不能得到广泛传播的问题，而是这个社会太需要佛法了。我一向比较讲究实用，倘若佛法缺少实用的价值，我想我应该不会选择佛教作为我的信仰，更不会献身于佛法的弘扬。

佛法的智慧，对中国人来说有两个重大意义：一是继承传统文化的意义。说到中国传统文化，人们比较容易想到儒家、道家思想，认为佛教是外来的。其实佛教传到中国两千多年了，自汉魏以来儒释道三家思想已经成为中国文化的主流。佛教思想也渗透到中国文化的各个领域，如文学、哲学、艺术、民俗等，和中国文化水乳交融，成为中国文化的重要组成部分。不了解佛学，就不能很好地继承中国传统文化。



问道

另外，佛法是人生的大智慧，对于了解心性，了悟生命真相，具有非常重要的意义。当今社会，许多人都生活在浮躁、混乱中，内心总有许多困惑、许多烦恼，虽然拥有丰富的物质条件，但活得并不幸福、并不自在。原因在哪里呢？

这个世界由两大因素组成的，一是物质，一是心灵。当物质极大丰富却不能给人们带来快乐时，那原因一定是出在心灵上，于是人们开始关心心理问题。这几年，心理学逐渐受到重视，涌现出一大批心理学的从业者。本人也经常应邀参加心理学界高层论坛的对话，以及一些心理高端培训的讲座，这些活动让我对心理学有了更多的了解，同时也和心理学界结下很深的因缘。

其实，佛法就是东方的心理学。中国传统文化中儒释道三家，儒家是做人、治理国家的哲学；道家是养身，追求长生不老的学问；佛家是心性之学。佛教传到中国以来，一直承担着中国人心理辅导的角色，帮助中国人了解自己的心性，乃至明心见性，解除生死轮回。从实现心灵的安宁，到解决生命永恒的困惑。

西方心理学虽然源于古希腊哲学，但主要还是立足于唯物科学的基础上，在佛教看来，其对于心理问题的解决是不究竟的。在东西文化交流的过程中，许多西方心理学家，纷纷把目光转向东方的佛教。学习南传的禅修，汉传的禅宗，以及藏传佛教，把佛法的智



慧运用到心理学的理论建设和心理治疗，这方面的成果也频繁被翻译到国内，在许多书店中都能看到。国内也有不少心理学的从业者开始学佛，参加禅修。

在这个充满浮躁、混乱的时代，佛法的觉醒之光，是这个时代的希望。佛陀对我们这个世界众生的最大贡献，是他在菩提树下明心见性，发现了一切众生都有佛性，都有觉悟的潜质。也就是众生都有自我拯救的能力，这无疑是我们人类生命带来光明和希望。

人类因为无明，看不清自己，也不认识世界，产生对自我的错误设定，对世界的错误认识，由此发展出贪嗔痴烦恼，形成了凡夫心的迷惑系统。人类深陷在这样的生命系统中，长久地轮回着，看不到方向，找不到出路。在烦恼中挣扎，在痛苦中煎熬。

佛陀的教法，便是帮助我们开发觉悟潜质的智慧和方法，它可以帮助我们认清生命的真相，走出迷惘，走向觉醒。佛教所说的解脱，似乎离我们很遥远，其实跟我们关系非常密切，因为我们的内心有许多困惑、许多焦虑、许多烦恼，通过戒定慧的修行，这些都是可以究竟解除的。佛教所说的涅槃，便是代表着烦恼彻底的平息和寂静。

佛法既能够帮助我们解决生命的永恒困惑，也能给我们的现实生活做智慧的指导。学佛并非要放弃一切，它可以帮助我们更有智



问道

慧地过红尘生活。从上个世纪九十年代以来，我一直立足于对人生问题的关注，从佛法的角度，对现实人生存在的各种问题，提供思考和解决方法，先后在高校、企业界、佛教界、心理学界等，参加各种专题演讲或讨论交流，这些内容也都陆续整理成书，收集在这套丛书中。

我希望这套丛书的出版，能够帮助更多的人正确认识佛法，走进佛法。让生命的觉醒之光在这个时代发扬光大。

济群

2012 年秋写于阿兰若

目 录

[皈戒篇]	001
皈依，通往佛国的护照	003
信佛必须皈依吗？	003
内心皈依三宝却不举行仪式，可以吗？	004
皈依时，如何才能得到皈依体？	004
皈依僧，是皈依所有僧人吗？怎样才能如法依止？	005
戒律，身处红尘的铠甲	007
对家居士来说，需要受持哪些戒律？	007
不受戒能否得到戒体？破了戒，对戒体有什么影响？	008
为什么要受八关斋戒？可以自受吗？	008
过午不食的“午”，到底是几点？持八戒到后半夜时，可否休息一下？	009
十斋和六斋有什么区别？	010
为了不麻烦别人，可以不说实话吗？	011
怎样看待不妄语？	011
看到有人准备行凶，作为学佛者当如何应对？	013
被杀者如不被杀，以后也可能变好。若不能预知未来变化，怎样判断他是否应该受到这一惩处？	013
受菩萨戒后，能否做买卖烟酒的业务？	014
在家人可否受具足戒？比丘和比丘尼所持戒条数量有别，是否体现性别的不平等？	015
如果出家人做了错事，在家人可否指出其过失？	015



- 在家居士不可读比丘戒一说有根据吗？ 015
- 未能持好戒，又厌离凡夫心而发菩提心，能否了脱生死？ 016
- 五戒的前四戒和十善的前四善之间有什么区别？ 016
- 戒杀·护生·素食 018
- 消灭“四害”也算杀生吗？ 018
- 无意中杀死虫类，是否属于犯戒？ 019
- 搞卫生时，难免对一些小生命造成伤害，该如何处理？ 020
- 总是习惯性地打死蚊蝇，多念些往生咒可否弥补过失？ 020
- 农业生产中，为了增产而杀死害虫，这和信佛矛盾吗？ 021
- 可否带着超度的心杀死蚊蝇？ 021
- 家人大量杀生，当如何善巧劝说？ 022
- 为照顾家人饮食，可否让别人代杀？ 023
- 孩子要吃活物，怎么办？ 023
- 吃素已经六年，现在有病需要吃肉，是否可以？ 024
- 吃素后，蛋类能不能吃？ 024
- 学佛是否一定要素食呢？ 025
- 学佛后，家中可否饲养小动物？ 026
- 如果外族侵略中国，我们是否也应该任其杀害呢？ 026
- 动物界相互残杀，是否也造下很多罪业呢？ 027
- 植物、真菌也是生物，吃素是否也意味着杀生呢？ 028



[人生篇]	029
情为何物	031
如何在修行中根治情执?	031
对某人理智分析后绝不会动情，却不由自主地陷入情感中， 是业力还是无明?	032
夫妻是缘，儿女是债，兄弟姐妹又是什么呢?	032
修行是否应做到绝情、绝法、绝交?	033
若友人病重濒死，以佛法观点劝他看破生死，不会显得冷漠 无情吗?	033
分辨善恶与处世之道	035
佛法是如何判断是非的呢?	035
佛法是如何定义善恶行为的呢?	035
我们应怎样和众生结缘?	036
如何面对欺骗行为? 是否无条件地接受?	037
对于欠钱不还、冤枉诽谤等伤害，是否不该计较?	037
以慈悲心帮助处于困境的人，但其中有不劳而获者，岂不是滋生 他们的贪心吗?	038
若不按习俗生活，往往对亲人构成伤害，如何抉择?	039
学佛与未学佛，生活观念有很大差别，甚至出现矛盾， 该如何处理?	039
发牢骚与不平则鸣一样吗? 保持沉默、一味忍耐是否近乎沉沦?	040
自尊是建立在什么之上?	041



- 怎样才能对他人生起同情心？ 041
- “见财不贪著才是财布施”的说法对吗？ 042
- 学佛后除做好本职工作，对一切看得很淡，这样对吗？ 042
- 看破无常是不是逃避现实？不执著是否过于消极？ 043
- 如何看待欲望？欲望不也是促进社会发展的动力吗？ 044
- 佛经中提到的功德，和凡夫的功利有何不同？ 045
- 是否应该随性地做事？ 046
- 知苦·离苦 048
- 解脱痛苦必须从“心”开始，那是被动适应环境变化吗？ 048
- 人生的痛苦在于错误追求。请问，哪些是错误追求呢？ 049
- 一无所有时曾苦苦追求，可拥有后还是空虚，该怎么办？ 049
- 逆境现前，比如下岗，是否要违心接受？ 049
- 工作收入低、家庭不和谐，是否是前世所造的业？
该如何消除此业？ 050
- 如何消除我执、贪欲和妄想？ 051
- 略知佛法义理，但遇到障碍时仍不能自拔，怎么办？ 052
- 明白道理后，怎样才能解行并重？ 052
- 生气、生病时非常痛苦，如何克服？ 053
- 佛教中将“生气”称作什么？怎样面对生气？ 054
- 嫉妒心是一种什么状态？当别人嫉妒你时，该如何应对？ 055
- 每天都会想一些乱七八糟的事情，如何才能使心平静下来？ 055



作为一个二十多岁的年轻人，怎样破除对色的执著和欲望？	056
法师说做人要中观，乐观难道不更好吗？	057
很多人生活优越，为什么仍会悲观？	057
如何忘记过去曾受过的重大挫折和别人对自己的伤害？	058
因缘·因果·命运	059
什么是因缘？常常听人说随缘，这种说法是否正确？	059
什么是随缘不变？	060
万法皆是缘起，第一缘如何而起？谁来决定因果报应？	060
从佛法角度来说，先有鸡还是先有蛋？	061
假如今生有两人因口角而起争斗，最后甲杀了乙，种下恶因。来世还是甲和乙相遇，而乙已是颇有修为的佛子。这时，乙该怎么处理两人的关系？一方面，要守不杀生的戒律；一方面，因果报应，丝毫不爽。乙是否该把对方杀掉才符合因果原理？	061
自然灾害也是由因果决定的吗？	062
通过改变基因，可能使人活到200岁。这种科学上的因果，符合佛教的因果观吗？	062
为什么会发生不该发生的事？是否命中注定？	063
既然佛教承认命运，那和法师同时出生的人今天在哪里讲经呢？	064
承认命运，和佛教的无我观是否矛盾？	065
古印度为什么会产生宿命观？人们因何接受这一观点？	065
如果病人强烈要求安乐死，医生该怎么做？如果疾病是业障现前，病人却因安乐死而未还清业报，又会导致什么结果？	065
三世因果的“三世”是时间概念吗？	066



出家·在家	067
在家学佛是否影响正常的家庭生活？如何使学佛与生活、工作相适应？	067
建立佛化家庭应该注意哪些事情？	068
老人学佛有没有用？晚年犯了错误如何弥补？	068
有家庭会对从事弘法工作带来影响吗？	069
出家是对现实人生的逃避吗？	070
出家后是否就没有烦恼了？长期吃素会有障碍吗？	070
您是受到挫折才遁入佛门的吗？平时又是怎样处理人生中的逆境？	071
请法师现身说法，谈谈出家学佛后命运起了什么变化？	072
出家有什么条件？	073
出家后，户口、医疗、生活费用等问题怎么解决？	074
出家是否太没有人情味了？	075
对出家人来说，怎样实践孝道？	075
[信仰篇]	077
学佛目的	079
为什么要学佛？求佛保佑是学佛吗？	079
学佛与不学佛到底有什么差别？	080
学佛是为了成佛，是否也是一种执著？	081
何为“心即是佛”？既然如此，为何还要学佛？	082
倘若世间所有人都信佛的话，社会是怎样的呢？	082



为什么在非佛教人士看来，佛学那么深奥？	082
正信·迷信	
人们常常将佛当做神来拜，或将佛教等同于迷信，根本不愿进一步了解，怎么办？	084
每个人都有很多缺点，为什么我们学佛要靠自己呢？	085
我总在敬香，为什么还会生病？	086
为考试来寺院求菩萨保佑，有效果吗？	086
礼敬诸佛	
礼拜佛菩萨时，应如何观想？	087
能否同时诵两个佛菩萨名号？	088
为什么大殿中只供释迦佛、阿弥陀佛和药师佛？	089
家中同时供着许多佛菩萨像，烧香时应烧几支？怎样称念佛号？	089
为什么要给佛像开光？	089
佛与菩萨的区别是什么？	090
每片佛土是一尊佛的教化区域，为什么娑婆世界还有很多佛呢？	090
请了佛像、经书，存放在哪里最合适？	091
佛菩萨普度众生，是否也在这一行为中得到某种满足呢？	091
观想供养和实物供养有什么不同？	092
“礼敬诸佛”是否应当恒长尊敬一切众生？	093
在家诵经，是否一定要燃香、礼拜，或按经中说的仪轨进行？	093



问道

[闻思篇]	095
法及说法	097
为什么佛陀要有大因缘才说法?	097
既然大乘法最究竟，佛陀为什么要说其他几乘?	098
认识生命	099
什么是贪、嗔、痴?	099
何为心、意、识?	100
为什么有阿赖耶识?	100
阿赖耶识与业力、佛性各有什么关系?	101
什么是转依?	102
如何理解佛教所说的无我?	102
佛教怎么看待人的梦?	103
智慧·知识	104
什么是“般若”?	104
佛教怎么看待知识?	105
何谓无漏智? 怎样理解“烦恼即菩提”?	106
闻思经教	107
受持《心经》有何功德?	107
经云“不可以少善根福德因缘得生彼国”，为什么又能带业往生呢?	107

什么是《菩提道次第论》?	108
为什么法布施大于财布施?	108
佛法是“唯心主义”吗?	109
等流习气和异熟习气的区别何在?	109
真常唯心系和唯识宗的理论是否对立?	110
生灭与永恒	111
缘起是否定永恒的, 那缘起规律的本身是不是永恒的呢?	111
“诸法因缘生, 诸法因缘灭”的本身也是一法, 那么它何时灭呢?	111
涅槃是否为求得永恒?	112
释迦佛在地球涅槃后, 是否会在其他世界度化众生?	112
宇宙有成、住、坏、空、空劫时, 有情住在何处?	113
[修证篇]	115
真履实践	117
修行的本质是什么? 为什么通过修行能认识宇宙真理?	117
对修行来说, 应当先悟道, 还是先以所学救度众生?	118
律宗的修行和开悟是怎样的?	118
自依止、法依止的“止”, 当作何解?	119
从理上能够理解“心能转物”, 但有没有实例呢?	119
“放下屠刀, 立地成佛”是何义? 那样成佛太容易了吧?	120
怎样发愿才如法?	121



如何发起菩提心？	122
发菩提心和持咒的关系如何？	122
怎样才能不退初心？	123
精进就是苦修吗？	123
定中出现的景象是否可信？	124
如何增强自主意识？	124
当五欲六尘现前时，怎样调整？	124
静坐时如何静下心来？念起时是否要用力压住？	125
是否只有通过坐禅才能观察自己的内心？	126
修行要念念分明，却不能解决实际问题，这样的观照有必要吗？	126
供养与布施有何区别？	127
佛教讲究真修实证，请法师开示一下基本的实修方法。	127
忏悔与除障	129
为什么学佛后反而有很多障碍？	129
什么是魔障显现？怎样对治？	130
如何才能破除我执，尤其对性格基本定型的成年人？	130
定业可以改变吗？为什么又说“定业不可转，果报还自受”呢？	131
怎样去除贪心和嗔心？	131
在修行中遇到退步，怎样调整自己的心态？	132
听经时很清净，但回到工作中烦恼还是很多，如何才能摆脱凡夫心，保持内心清净呢？	133