

The top portion of the cover features a complex arrangement of black gears of various sizes and two analog clocks with white faces and black hands. The gears are interlocked, creating a sense of mechanical motion and time.

给大忙人看的 佛教书

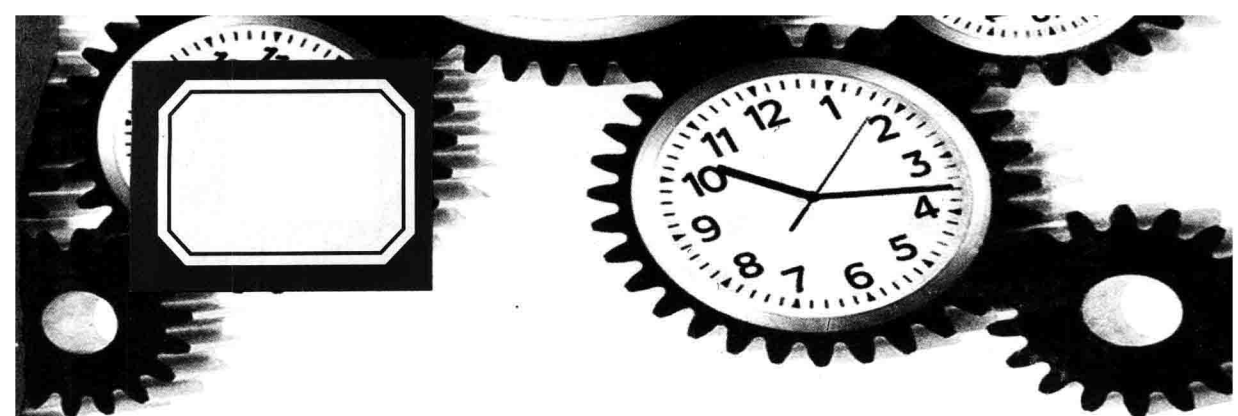
缘起◎主编

**走进佛学殿堂，
体悟佛教智慧，
做轻松快乐的都市人！**

众生皆为佛，求佛即为修心。心宽则眼界宽，心和则万事和，心净则国土净。
此书揭秘佛教的古老与神秘，让你倾听佛教高僧的不朽传奇！

A large, detailed golden Buddha statue is the central focus of the lower half of the cover. The Buddha has a serene expression, closed eyes, and a crown of intricate, beaded patterns. The lighting highlights the metallic texture and the peaceful aura of the figure.

红 旗 出 版 社



给大忙人看的 佛教书

缘起◎主编



图书在版编目 (CIP) 数据

给大忙人看的佛教书 / 缘起主编.
—北京: 红旗出版社, 2012. 1

ISBN 978 - 7 - 5051 - 2144 - 7

I. ①给… II. ①缘… III. ①佛教 - 通俗读物
IV. ①B94 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 278360 号

书 名: 给大忙人看的佛教书
主 编: 缘 起

出 品 人: 高海浩
总 监 制: 徐永新
责任编辑: 陈 豪

责任校对: 藏杨文
封面设计: 博雅工坊
版式设计: 博雅工坊

出版发行: 红旗出版社

地 址: 北京市沙滩北街 2 号

邮 编: 100727

编 辑 部: 010 - 82061212

E - mail: hongqi1608@126.com

发 行 部: 010 - 64024637

欢迎品牌图书项目合作

项目电话: 010 - 84026619

印 刷: 香河利华文化发展有限公司

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

字 数: 167 千字 印 张: 14

版 次: 2012 年 4 月河北第 1 版 2012 年 4 月河北第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5051 - 2144 - 7 定 价: 32.00 元

版权所有 翻印必究 印装有误 负责调换

前言

未来的宗教将是宇宙的宗教。它应当超越个人化的神，避免教条和神学，涵盖自然和精神两方面。它的根基，应建立在某种宗教意识上，这种宗教意识来源于宇宙万物合而为一的体验。佛教正是以上所描述的那种宗教。若问哪种宗教可以应付现代科学进展的需求，那么这个宗教便是佛教。

——阿尔伯特·爱因斯坦

佛教是一个世界性的宗教。它大约发源于公元前5、6世纪的古印度。公元前2世纪左右，佛教开始沿着贯通亚洲大陆的丝绸之路传到中国现在的新疆地区，然后经过玉门关，沿河西走廊传到内地，在中原地区开始传播，渐渐扩展到全国各地区，并深入到民间，遍布社会各阶层。

佛教传入中国已经历了两千余年。传入中国后经过的漫长岁月里，佛教渐渐与中国传统文化思想和本土宗教习俗相融会，最终演变成了中华民族的宗教之一，成为了中国传统文化的重要组成部分，并对中国的其他文化产生了深远的影响。

著名国学大师章太炎曾评论佛教说：“佛教的理论，使上智人不能不信；佛教的戒律，使下愚者不能不信。通彻上下，这是最可用的。”

从这一评价里，我们可以看出佛教理论的高妙以及佛教戒律的普适性。不仅东方的学者推崇佛教，西方的人本主义大师弗里德里希·尼采也曾称赞佛教说：“佛教是历史上唯一真正实证的宗教。它视善良和慈悲为促进健康，不可以仇止仇。”

如此博大精深的佛教，有如此众多的法门，因材施教，适应于万物众生。现代社会发展迅速，人们的生活节奏普遍加快。生活的快节奏，似乎与佛教讲究的清静相悖相冲突，其实并非如此。佛门广大，总有那么几个法门是适合大忙人来修习的。佛法如药，如果身为大忙人的你有些诸如“烦恼病”之类的症状，不妨问问佛法这个医者。



（历史篇）

第一章 佛教的产生

- 百家争鸣——佛教产生的历史背景/3
- 佛的故事——释迦牟尼的一生/6
- 佛说世界——最初的教义/8

第二章 佛教的流传

- 流派纷呈——佛教在印度的发展/16
- 早期佛教/17
- 小乘佛教/18
- 大乘佛教/21
- 后期佛教/23
- 新的莲花瓣——佛教传入中国/24
- 佛教在中国的初传/25
- 佛教在魏晋南北朝时期的传播/27

- 佛教在中国隋唐时期的传播/29
- 佛教在宋、元、明、清及近代的传播/32

（人物篇）

第一章 佛

- 创始人——释迦牟尼佛/39
- 佛有三世——过去佛和未来佛/46
- 众生皆是佛——诸方世界之佛/47

第二章 佛弟子

- 初传弟子——五比丘/50
- 释迦十圣——十大弟子/51

第三章 菩萨

- 慈悲济世——观音菩萨/57
- 大智无上——文殊菩萨/59
- 行愿笃行——普贤菩萨/60
- 大愿之尊——地藏菩萨/64
- 光明智慧——大势至菩萨/66

第四章 著名高僧

- 印度著名高僧——百花齐放/68
- 中国著名高僧——袈裟名士/81

（义理篇）

第一章 佛教的主要义理

- 一切事物都是运动变化的——空/93
- 心之别名——识/95
- 凡事不要极端——中道/97
- 真谛与俗谛——二谛/99
- 众生皆有佛性/101
- 缘起缘灭——因果/103
- 生命的流转运动——轮回/105
- 佛教伦理中的善与恶/106
- 佛徒追求的终极目标——涅槃/109

第二章 中国佛教的主要宗派

- 禅宗/111
- 天台宗/114
- 三论宗/118
- 华严宗/120
- 临济宗/125
- 法相宗/128
- 净土宗/130
- 密宗/133
- 律宗/137



目

录

第三章 佛教的经典文献

- 印度主要佛典——熠熠生辉/142
- 中国主要佛典——洋为中用/146

（文化篇）

第一章 中国佛教的名山名寺

- 金五台、银普陀、铜峨眉、铁九华——中国佛教四大名山/153
- 西藏瑰宝——藏传佛教六大寺/161
- 世界屋脊上的明珠——布达拉宫/182

第二章 佛教主要节日

- 无忧树下佛降生——佛诞节/186
- 苦竹林中佛成道——佛成道节/187
- 目连救母——盂兰盆节/189
- 藏传佛教“大祈愿”——传大召/191
- 藏传佛教小法会——传小召/192

第三章 佛教与中国文化

- 佛寺、佛塔与石窟——佛教与建筑艺术/193
- 心与智的融合——佛教与诗歌艺术/203
- 五彩斑斓——佛教与书画艺术/208



给大忙人看的佛教书

(历史篇)



同世界上其他宗教一样，佛教的产生与发展有着自己的历史曲线。从公元前6世纪释迦牟尼创教以来，这一历史曲线已经延续了2500余年。在这漫长的时间里，佛教不仅在它的发源地——印度经历了起起落落的生命周期，在中国、日本、朝鲜、斯里兰卡、越南等国的发展也是各具特色，南传佛教、北传佛教、藏传佛教等佛教历史的分支更是给佛教增添了不少的光辉。由于它的普适性，佛教已经发展成为了世界性的宗教，回顾佛教悠长的历史则是我们了解佛教的第一步。

第一章 佛教的产生

佛教是世界三大宗教之一，它得名于其创始人释迦牟尼在修行圆满后被称为“佛陀”，“佛”是“佛陀”的简称。佛教产生于印度，公元前5、6世纪，古印度迦毗罗卫国的王子悉达多·乔达摩（Siddhārtha Gautama）因看到人间生、老、病、死而带来的痛苦，为求宇宙人生真理与解脱生老病死的痛苦而修行悟道，创立了佛教，迄今为止已有2500余年的历史。

●百家争鸣——佛教产生的历史背景

佛教产生于公元前6世纪的印度，当时的印度已经进入了封建主统治的农奴社会，生产力已发展到普遍使用铁器，随着农业生产水平的提高，手工业和商业也发达起来，一批城镇小邦兴起（迦毗罗卫国就是当时的一个小邦）。国家就以城市作为统治的中心，发散至周围的聚落、村落等农牧业地区。王权由此被上升至无限崇高，国王被认为是“人中最上者”，具有很大权势，当时的智者甚至有“智者下劣，有权者优越”这一说法。

社会财富的增长与各国王权的上升，促使兼并战争不断发生。佛教开始活动的年代，正值印度国内各城邦逐鹿争霸的时期。长期的兼并战争，使其中的一国——刹帝利王权得到进一步加强。与此相对应



的是，印度社会开始分化成不同的阶层，种姓制度就此形成。在印度的“种姓制”中，处于最高层的种姓即是婆罗门（祭司），然后依次是刹帝利（武士或王室贵族）、吠舍（农民、商人或手工业者）、首陀罗（奴隶），处于最低阶层的首陀罗受到了极其野蛮的压迫。这种不平等的种姓制度，不仅被订在法律中，还被神圣不可动摇地规定在当时占统治地位的婆罗门教义中，激化了当时的阶级矛盾、民族矛盾。这也造成了印度社会的动荡，人民处于水深火热之中，得不到温饱和安定。痛苦、失意、无望、颓废是弥漫在整个社会空气中的情绪。

与当时的种姓制度相对应的是，在印度的宗教中影响最大的就是婆罗门教。“婆罗门至上”是婆罗门教最基本的主张，婆罗门教以“吠陀天启”、“祭祀万能”、“婆罗门至上”为纲领，主张用四种姓制度来严格规范社会各个等级的社会职责。它还宣称这四种姓是天定不可变更，婆罗门是“人中之神，世界之首”，力图用这种说法维持社会的稳定与婆罗门的特权地位。此教的创立者和信众都是婆罗门的祭司或者婆罗门种姓，因此，他们以宗教来维护婆罗门的特权地位也是很自然的。

但是这种主导地位在公元前8世纪产生了变化，这个变化首先来自婆罗门教内部，不少人对教义中宣称的祭司万能表示怀疑和不满，由此一种新的思想——《奥义书》思潮在婆罗门教内开始孕育成熟。古印度早期宗教哲学的大量内容都可见之于《奥义书》中，《奥义书》中最突出的理论就是“梵我同一”和“轮回与解脱”。

“梵我同一”的理论认为：万有的根本是“梵”，“梵”是唯一不变的；“我”则是人的生命现象的主体，它使人具有意识、情感等生命现象，并对人的善恶行为负责；“我”在现象上虽然有许多种表现，但在

实质上仍然是“梵”，所以说我与梵是同一的。

“轮回与解脱”的理论认为：人的行为会产生业力，这种业力将对人死后的“我”的趋向（即来生）有影响。轮回的状态有好坏之分，人死后的“我”所获得的新的形态的好坏直接取决于其生前行为的好坏，善有善报，恶有恶报。但是，再好的轮回状态也不能最终脱离痛苦，轮回实质上就是人的无知的产物。只有依靠智慧，跳出轮回，才能真正脱离痛苦，获得解脱。

另一种对婆罗门教主导地位造成威胁的思潮则来自婆罗门教的外部，即沙门思潮在印度的兴起。沙门（Samana），意为勤息、息心、净志，是对非婆罗门教的宗教教派和思想流派的总称。沙门思潮最初兴起于恒河中下游地区，当时婆罗门教在这一地区虽然已经流传，但还没有占据绝对的主导地位，这一地区的土著文化仍然有很大的势力。婆罗门教的传入，尽管对土著文化及其原有的社会结构产生了巨大的冲击，但也受到土著文化的强烈抵制，从而在思想文化领域引起激烈的震荡，促使了思想文化上争鸣局面的出现。

沙门思潮的兴起和当时印度社会的现实是紧密相连的。从宗教方面来说，古代印度影响最大的婆罗门教流传甚广，但它自身有很大的局限性。婆罗门教的组织结构松散，教义僵化，而且随着社会的发展越来越不能让人信服。从社会现实来说，婆罗门教的基本教义婆罗门至上与列国时代政治经济的发展也不相适应。在当时的印度，战争不断，王权随之增强，但是国王仍属于刹帝利种姓，居于婆罗门种姓之下，他们对自己的地位当然是不满意的。另一方面，属于吠舍种姓的商人，积累了大量的财富，他们对婆罗门的特权地位也表示强烈的不满，力图提高自己的社会地位。所以，沙门思潮诸派兴起后，都不同



程度地得到国王和大商人的支持。

据文献记载，沙门思潮兴起后发展迅速，派别竟达 64 派之多。它们尽管在宗教主张上重点不一，具体内容有异，但都有一个鲜明的特点，即反对婆罗门教，猛烈抨击婆罗门教的纲领。这也使得当时印度思想界异常活跃，出现了类似中国春秋战国时期百家争鸣的局面。

佛教产生时的印度就是这样一幅图景：种姓制度森严，除了婆罗门种姓之外的其他种姓都对自己的社会地位感到不满、怨愤，宗教流派繁多，百家争鸣，新兴的沙门思潮对婆罗门教造成巨大冲击。就是在这样的环境下，释迦牟尼开始了自己的悟道之旅，经历了种种艰辛，最终创立了一个在世界文化史上极具生命力的宗教——佛教。

●佛的故事——释迦牟尼的一生

释迦牟尼是历史上真正存在过的人物。他创立佛教是古印度历史上的一个重大事件。关于他的生平，有关的资料极多，但是由于没有专史记载，很多流传下来的内容都是历史与传说糅杂的。通过现存的佛教经典《阿含经》和其他佛典，可以对释迦牟尼的生平和创教事迹作出比较可信的介绍。

释迦牟尼本姓乔达摩，名悉达多，意译“吉财”或“一切义成”。因为释迦牟尼出生于释迦族，并且成就了非凡的事业，佛教徒就尊称他为释迦牟尼，意为“释迦族的圣人”。大约公元前 6 世纪，释迦牟尼出生在王家，父亲是古印度北部迦毗罗卫国的净饭王，母亲是摩耶夫人。降生后 7 天，母亲逝世，他是由姨母摩诃波闍波提抚养长大的。这个姨母后来成为佛教僧伽中的第一个尼姑。据说在他幼年时期，曾有人预言：他如果不出家，就会成为转轮圣王。净饭王为了阻止这个



预言成真，就给他提供了极端奢侈的享用，希望以此将他留在宫中。在成年之后，他娶了来自拘利族的表妹耶输陀罗为妃，“贤妃美容貌，窈窕淑女姿，瑰艳若天后，同处日夜欢”，婚后他们生下一子，取名罗睺罗。

释迦牟尼虽然是王室子弟，但他经常深入社会，观察到人世间的生、老、病、死等现象，对人生和自然都产生了无数的疑问。当时古印度就流行出家修行，释迦牟尼在积累了一定的人生感悟之后，也产生了离家出走、到山间林下修行的念头。在29岁那年，他终于将这一念头付诸实践，离家出走。他的父亲净饭王费尽心思也没能将他留在宫中，迫于无奈，只好派人随行侍奉他。

释迦牟尼出家后最初是跟随当时的数论先驱阿罗达和乌陀迦学习禅定。禅定在当时的印度广泛流行，很多出家人都会修习。但是这并未能解决释迦牟尼心中的疑问，于是他又来到菩提伽耶城附近的林中修苦行，在6年的时间里，他严格遵守苦行的要求，减少吃饭的次数，睡在动物的粪便或者树皮之上，希望这样的苦行能够磨练意志，并找到最后的解脱。但是令他失望的是，苦行对他也没有任何效果，还使他的身体变得十分虚弱。于是他放弃了苦行，开始调养身体，据说他吃了牧女进奉的乳汁才逐步恢复了体力。

这个时候，净饭王派来侍奉他的人以为他放弃了出家，遂失望离去。释迦牟尼则来到菩提伽耶，坐在菩提树下，发出誓言：如不成佛，决不站起。凭着这种信念和对最终解脱的追求，释迦牟尼开始静坐思考。在当时，宗教人士中间有这样一种想法：精神可以突然发亮，豁然贯通，悟得至道。也许就是在静坐的过程中，这种精神的突然发亮、不期而至，释迦牟尼终于大彻大悟，悟道成功，佛教的基本观念在他

的头脑里成形。那一年，释迦牟尼 35 岁。

成佛之后，释迦牟尼立即开始说法传教，最先传教的对象就是父亲安排陪同服侍他的五位侍者。他得知这五人在鹿野苑修苦行，遂赶往那里，开始了他的第一次说法。五人听完说法之后无不拜服，便皈依了释迦牟尼，成为佛教最初的信众，即“五比丘”。他们也是佛教初创时期信众中的骨干。佛陀的第一次说法被称为“初转法轮”。在此之后，他开始在印度北部、中部恒河流域传教，历时 45 年，在此期间，他到处传教说法，不仅创立了佛教，还使得它的影响不断扩大。在漫长的传教生涯中，他几十年如一日，坚持用佛法普度众生，他的足迹甚至到达了斯里兰卡和缅甸。

80 岁那年，释迦牟尼自知年老体衰，在对弟子作了嘱咐之后，他来到了拘尸那罗城外的一片娑罗树林里，在那里他度了最后一个弟子——须跋陀罗，然后圆寂。他涅槃时对弟子的要求就是一定不要放弃修行佛法，一定要通过一代一代的修习使佛法流传下去。

1978 年，美国著名学者麦克·哈特出版了一部《人类百位名人排座次》的论著。在这部论著中，他把人类自创世纪以来的第 4 把伟人交椅给了释迦牟尼，位列耶稣之后，孔丘之前。且不论他的排列正确与否，但有一点却是不争的事实，即在人类文化的发展史上，释迦牟尼是一个举足轻重的人物。

●佛说世界——最初的教义

佛教诞生之初，由于创始人释迦牟尼所处的社会环境，它的教义和婆罗门教以及沙门思潮息息相关。但是这种相关并不是相等或者相近，佛教的教义是在批判地吸收和改进婆罗门教以及沙门思潮中相关