

惜福

佛学大师开示幸福的智慧



弘一法师

星云大师

学诚法师



惜

福

佛学大师开示幸福的智慧



弘一法师

星云大师

学诚法师

时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

图书在版编目 (CIP) 数据

惜福 / 弘一法师, 星云大师, 学诚法师著. -- 北京: 北京时代华文书局, 2014.7
ISBN 978-7-80769-712-1

I. ①惜… II. ①弘… ②星… ③学… 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 (2014) 第 139230 号

惜 福

著 者 | 弘一法师 星云大师 学诚法师

出 版 人 | 田海明 朱智润

选题策划 | 陈丽杰

责任编辑 | 李 争

装帧设计 | 程 慧

版式设计 | 聿 落

责任印制 | 刘 银 范玉洁

出版发行 | 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>

北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编: 100011 电话: 010-64267120 64267397

印 刷 | 北京卡乐富印刷有限公司 010-60200572

(如发现印装质量问题, 请与印刷厂联系调换)

开 本 | 710×1000mm 1/16

印 张 | 15

字 数 | 200 千字

版 次 | 2014 年 9 月第 1 版 2014 年 9 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-80769-712-1

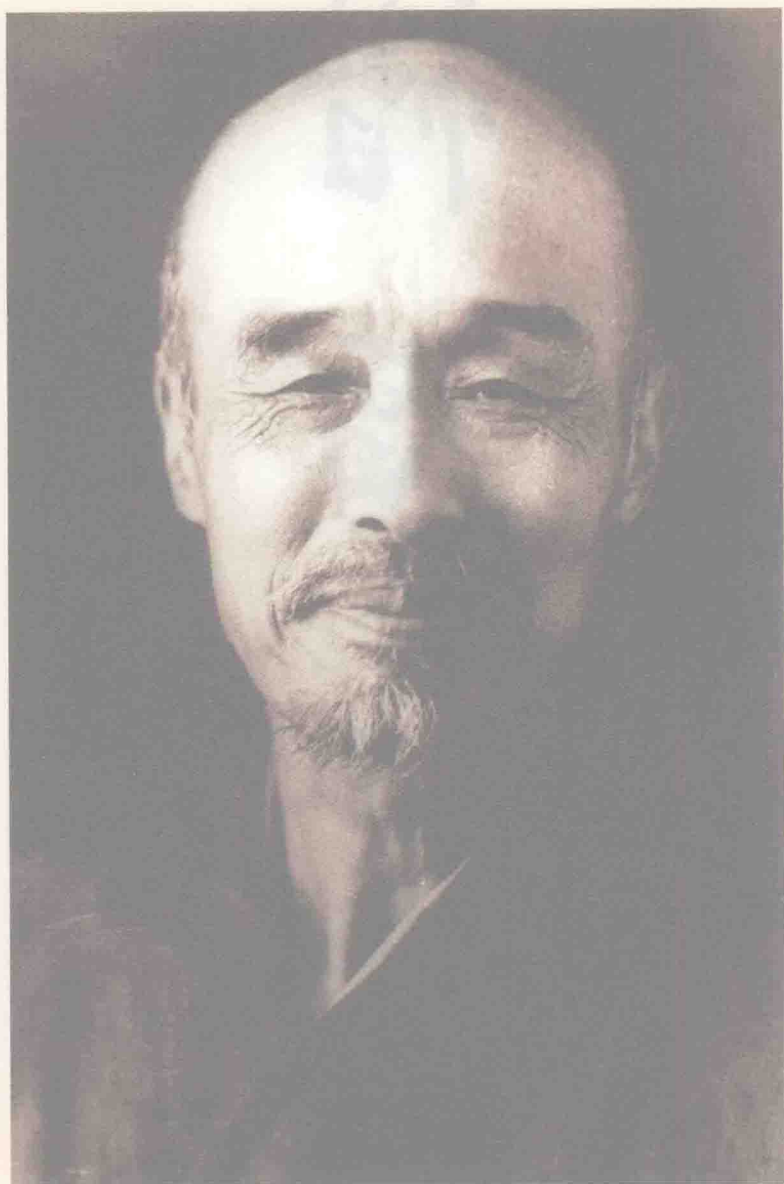
定 价 | 42.00 元

版权所有, 侵权必究

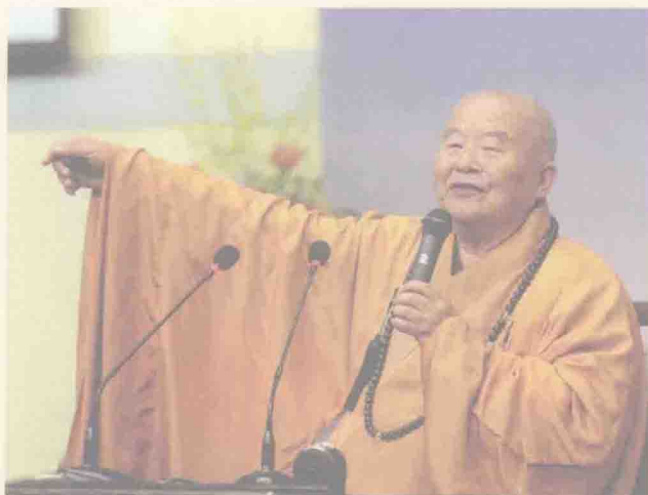
惜
福

學
誠

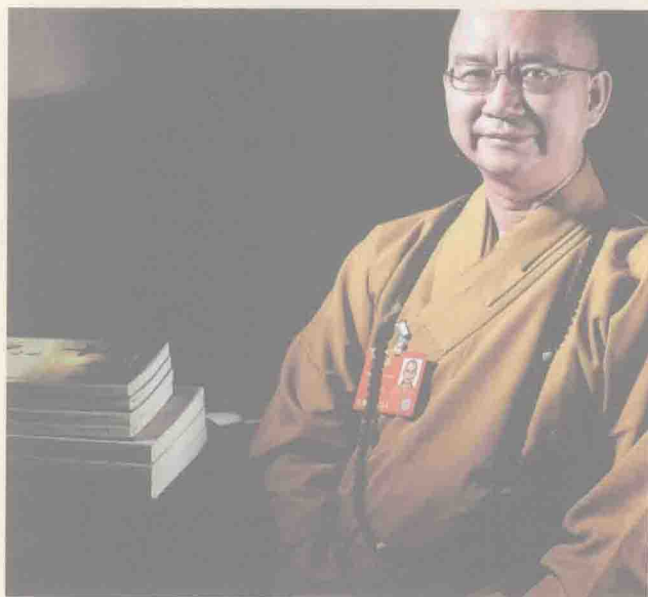




弘一法师慈像（摄于1937年·上海）



星云大师，佛光山开山宗长，国际佛光会世界总会会长。1967年创建佛光山，以弘扬“人间佛教”为宗风。



学诚法师，中国佛教协会副会长，莆田广化寺、扶风法门寺、北京龙泉寺方丈。



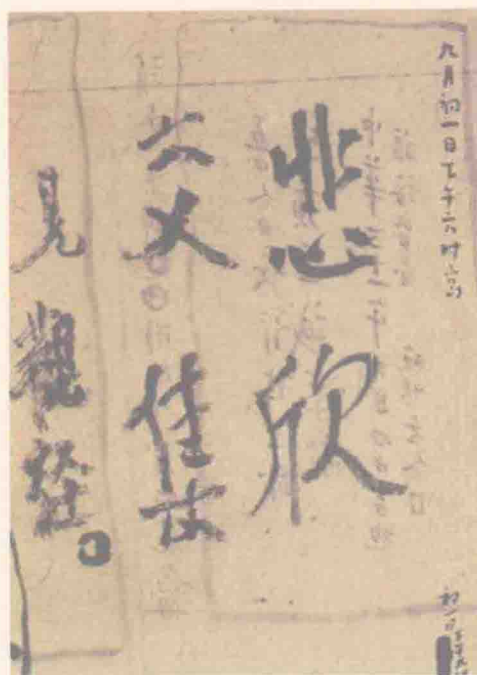
弘一法师在浙江师范学校时留影



弘一法師在泉州時的一張老照片（翻拍）



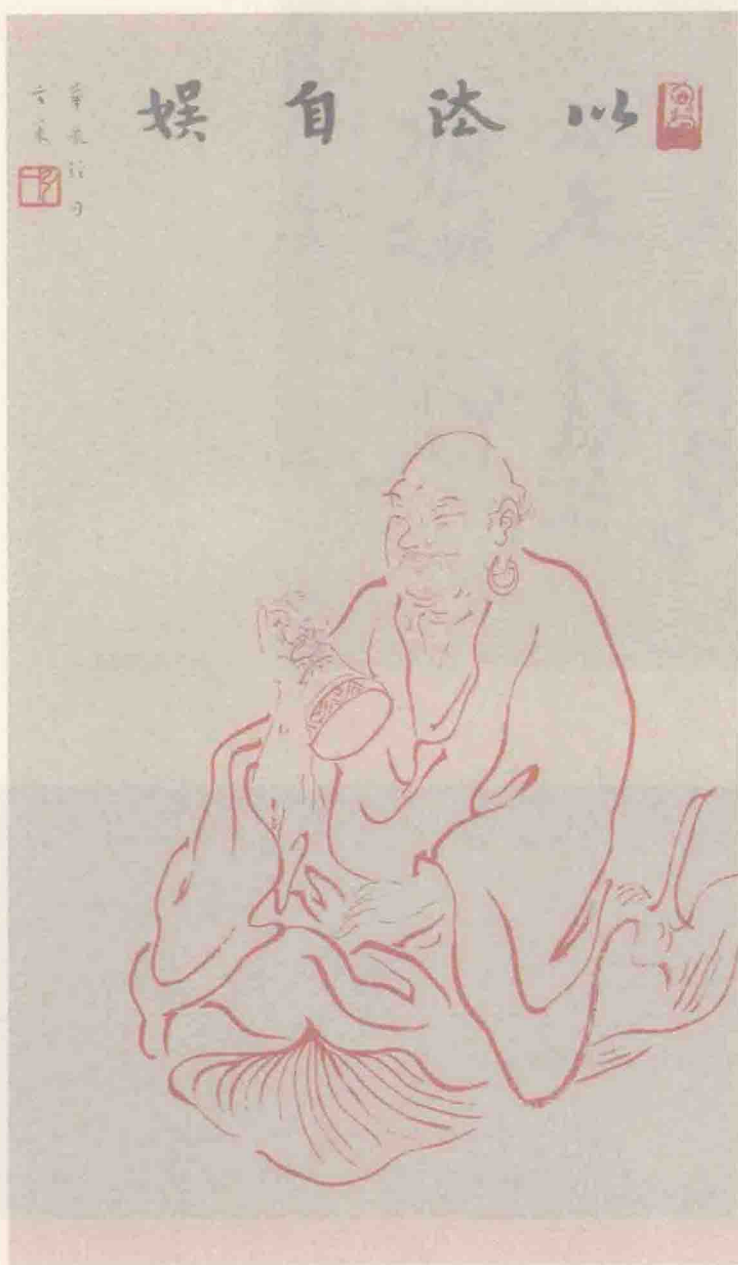
弘一法師出家前與最親近的两个學生劉質平(左)、豐子愷(右)合影留念



弘一法師遺墨



弘一法師涅槃瑞相（1942年秋·泉州）



弘一法师绘《罗汉图》及手书“以法自娱”墨迹

序言

纵有十分福气，也只享受三分

索达吉堪布

人一生的福报是有限的，它就像银行里的存款，如果不珍惜而肆意浪费，一旦福报享尽了，就要遭受莫大的痛苦，甚至命不久矣。

元朝曾有两个太学生，同年、同月、同日、同时出生，八字完全相同。他们同中乡试，也同日做官，一个在鄂州，一个在黄州。

没多久黄州官去世了，鄂州官非常恐惧，赶紧交代后事，以为自己也快死了。但过了七日，他仍身体健康，就前往吊祭老同学，哭着说：“我与你出生的年月日时一样，出生地点也一样，但你比我早去了，我即使现在死，也比你晚了数日。这是为什么呢？若有神灵，请托梦告知我。”

当天夜里，他梦到死去的黄州官说：“你凡事都节俭，所以能享长寿。而我享用过度，福报早用尽，所以寿命短促啊！”

俗话说：“禄尽人亡。”所以，我们若想在非常短暂的人生里，快乐长一点，活得久一点，就一定要惜福。

佛教中的历代高僧大德，对珍惜福报尤为重视，他们吃饭能果腹即可，穿衣能避寒就行，其他的并不是特别讲究。

像汉地的弘一法师就是这样：

有一次，大教育家夏丏尊先生前去拜访弘一法师。中午吃饭时，见他只吃一道咸菜，夏先生不忍地说：“难道您不嫌这咸菜太咸吗？”

弘一法师回答：“咸有咸的味道。”

过了一会儿，法师吃好后，手里端着一杯开水。夏先生又皱皱眉头道：“您没有茶叶吗？怎么每天都喝这平淡的开水？”

弘一法师又笑笑说：“开水虽淡，淡有淡的味道。”

懂得惜福，才会福泽绵长。其实，不管是什么人，拥有的一切就算无人能及，享受的也是寥寥无几。俗话说得好：“纵有良田万顷，不过日食三斗；纵有广厦万间，不过夜宿一床。”所以，每个人只要能维持必要的生活就好，不要轻易糟蹋自己来之不易的福报。即使你有十分福气，也应只享受三分，剩下的留待来日再用。

倘若你能发大心，将福气布施一切众生，无形之中，自己的福报也会更为增上，安乐不会有穷尽之时。

序言	001
惜福就是惜命：青年佛徒应注意的四项	001
略述印光大师之盛德	008
我在西湖出家的经过	012
南闽十年之梦影	018
佛法大意	026
佛法十疑略释	030
佛法宗派大概	037
佛法学习初步	041
授三皈依大意	048
敬三宝	052
放生与杀生之果报	056
常随佛学	060
佛教之简易修持法	063
改过实验谈	067
改习惯	071
泉州开元慈儿院讲录	074
最后之□□	078
万寿岩念佛堂开堂演词	082
人生之最后	085

净土法门大意	091
净宗问辨	094
劝念佛菩萨求生西方	099
劝人听钟念佛文	101
普劝净宗道侣兼持诵《地藏经》	105
为性常法师掩关笔示法则	108
药师如来法门略录	111
药师法门修持课仪略录	114
药师如来法门一斑	118
余弘律之因缘	121
弘律愿文	124
律学要略	125
南山律苑住众学律发愿文	136
在家律要之开示	138
问答十章	139
征辨学律义八则	144
新集受三皈五戒八戒法式凡例	148
持非时食戒者应注意日中之时	153
佛说无常经叙	156
生活中如何自我提升	160
因为不认识自己的心，才觉得人生茫然	165
观功念恩生福报	169
认识烦恼是修行的开始	174
附录一 弘一法师格言别录	188
附录二 弘一法师《晚晴集》	198
附录三 弘一法师诗词选	207

惜福就是惜命：青年佛徒应注意的四项

丙子正月开学日在南普陀寺佛教养正院讲

弘一法师

养正院从开办到现在，已是一年多了。外面的名誉很好，这因为由瑞金法师主办，又得各位法师热心爱护，所以能有这样的成绩。

我这次到厦门，得来这里参观，心里非常欢喜。各方面的布置都很完美，就是地上也扫得干干净净的，这样，在别的地方，很不容易看到。

我在泉州草庵大病的时候，承诸位写一封信来，各人都签了名，慰问我的病状；并且又承诸位念佛七天，代我忏悔，还有像这样别的事，都使我感激万分！

再过几个月，我就要到鼓浪屿日光岩，去方便闭关了。时期大约颇长久，怕不能时时会到，所以特地发心来和诸位叙谈叙谈。

今天所要和诸位谈的，共有四项：一是惜福，二是习劳，三是持戒，四是自尊，都是青年佛徒应该注意的。

一、惜福

“惜”是爱惜，“福”是福气。就是我们纵有福气，也要加以爱惜，切不可把它浪费。诸位要晓得：末法时代，人的福气是很微薄

的；若不爱惜，将这很薄的福享尽了，就要受莫大的痛苦。古人所说“乐极生悲”，就是这意思啊！我记得从前小孩子的时候，我父亲请人写了一副大对联，是清朝刘文定公的句子，高高地挂在大厅的抱柱上，上联是“惜食，惜衣，非为惜财缘惜福”。我的哥哥时常教我念这句话，我念熟了，以后凡是临到穿衣或是饮食的当儿，我都十分注意，就是一粒米饭，也不敢随意糟掉。而且我母亲也常常教我，身上所穿的衣服，当时时小心，不可损坏或污染。这因为母亲和哥哥怕我不爱惜衣食，损失福报，以致短命而死，所以常常这样叮嘱着。

诸位可晓得，我五岁的时候，父亲就不在世了！七岁我练习写字，拿整张的纸瞎写，一点不知爱惜。我母亲看到，就正颜厉色地说：

“孩子！你要知道呀！你父亲在世时，莫说这样大的整张的纸不肯糟蹋，就连寸把长的纸条，也不肯随便丢掉哩！”母亲这话，也是惜福的意思啊！

我因为有这样的家庭教育，深深地印在脑里，后来年纪大了，也没一时不爱惜衣食。就是出家以后，一直到现在，也还保守着这样的习惯。诸位请看我脚上穿的一双黄鞋子，还是民国九年在杭州时候，一位打念七佛的出家人送给我的。又诸位有空，可以到我房间里来看看，我的棉被面子，还是出家以前所用的；又有一把洋伞，也是民国初年买的。这些东西，即使有破烂的地方，请人用针线缝缝，仍旧同新的一样了。简直可尽我形寿受用着哩！不过，我所穿的小衫裤和罗汉草鞋一类的东西，却须五六年一换。除此以外，一切衣物，大都是在家时候或是初出家时候制的。从前常有人送我好的衣服或别的珍贵之物，但我大半都转送别人。因为我知道我的福薄，好的东西是没有胆量受用的。又如吃东西，只生病时候吃一些好的，除此以外，从不敢随便乱买好的东西吃。

惜福并不是我一个人的主张，就是净土宗大德印光老法师也是这样，有人送他白木耳等补品，他自己总不愿意吃，转送到观宗寺去供