

闻尽



倾听内心的声音

释心道 著



台湾灵鹫山佛教教团开山住持启发心灵大乘之作
参悟智慧人生 找回内心静默

人民东方出版传媒



东方出版社

闻 尽



倾听内心的声音

释心道



人民东方出版传媒
东方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

闻尽: 倾听内心的声音/ 释心道著. — 北京: 东方出版社, 2014.3

ISBN 978-7-5060-7312-7

I. ①闻… II. ①释… 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037568号

本书中文简体字版权由北京汉和文化传播有限公司代理
中文简体字版专有权属东方出版社
著作权合同登记号 图字: 01-2013-4048号

闻尽: 倾听内心的声音

(WENJIN: QINGTING NEIXIN DE SHENGYIN)

作 者: 释心道

责任编辑: 杨颖 贺方

出 版: 东方出版社

发 行: 人民东方出版传媒有限公司

地 址: 北京市东城区朝阳门内大街166号

邮政编码: 100706

印 刷: 北京智力达印刷有限公司

版 次: 2014年4月第1版

印 次: 2014年4月第1次印刷

印 数: 1—5 000册

开 本: 880毫米×1230毫米 1/32

印 张: 7.625

字 数: 105千字

书 号: ISBN 978-7-5060-7312-7

定 价: 36.00元

发行电话: (010) 65210056 65210060 65210062 65210063

版权所有, 违者必究 本书观点并不代表本社立场
如有印装质量问题, 请拨打电话: (010) 65210004

【自序】

寂静之门

这本书，是我的亲身体谈，其中也包含着观音法门的概要。

观音菩萨一直都是我最亲最近的人，也是我的偶像，她指引着我的修道世界。思及观音，我确定了一生追求的目标。

从战场到坟场，从坟场到道场，我的大半生从缅甸到台湾，从筹设世界宗教博物馆，再到世界各地，一路都被观音菩萨照顾着、启发着。我内心觉得，我这一生是来替观音打工的，尽力做点接引的任务。

现在的时代已经大不如前，地球环境也大为恶化，所谓热恼加倍，五毒炽盛。人们的善念也不够，在资讯爆炸的生活中，我们缺乏正念引导，疑心太重，没有自信，更无法互信，很多善业福报都在快速消损，很多恶因恶缘的共业都在快速累积中。除了找回信仰的力量，

我们没有更好的方法改善恶性循环的世界，以及找到平安吉祥的道路。

我们要用观音的慈悲把地球家庭照顾好！灾难劫难愈多，愈是观音菩萨救苦救难的时代。我们需要学习观音的悲心愿力，本着互益共生的精神，互相救难救劫，当众人都像观音，地球的平安就会呈现。

我希望透过自己的分享，传播观音菩萨的救世福音，带给大家一帖清凉的解药，重新回归灵性的大寂静、大圆满。

心道

目 录

寂静之门 心道法师 自序 / 1

闻部：失落的娑婆

《失落的娑婆：环境恶业》

失落的娑婆 / 2

《失落的娑婆：灵识蒙尘》

生灭的须弥 / 15

《失落的娑婆：生命轮回》

怜君入生死 / 27

《失落的娑婆：战火浩劫》

一百年的忏悔 / 41

思部：呼唤观音

不忘初愿 / 58

观其音声，皆得解脱 / 62

柔美的观音 / 68

跟猫一样的禅 / 73

在内心的发光处 / 90

闻尽 / 102

修部：心内那烂陀

- 身心和谐平安禅 / 116
- 我梦想一所佛教大学 / 122
- 百年佛教——“孤僧” / 129
- 印度观音 / 137
- 绕着菩萨走一圈 / 146

传部：穷和尚的大梦

- 上主荣光 诸佛心意——访王荣和神父 / 154
- 宇宙旅人，行过华严世界——韩金科 / 163
- 包容，非仅是一个石窟——访汉宝德 / 170
- 发现宗博的惊叹号——访林保尧 / 179
- 这个和尚有点“怪”——访吕理政 / 185
- 停不了的慈悲——访江韶莹 / 195
- 红尘点灯方外友——访蔡信夫 / 201
- 他把自己献给世界——访陈松根 / 212
- 佛说·师父说·我听见——张慰慈 / 220
- 春天从闭关处走来——吕政达 / 228

闻部：失落的娑婆

《失落的娑婆：环境恶业》

失落的娑婆

当善心生起的时候，就是这个世界能够改变的时候。

有人说，这个世界很苦，语气哀怨悲观，仿佛道尽他们沧桑颠簸的生命历程。但是我也常遇见人们用着充满阳光般的神情告诉我：“这是个美丽的世界。”我会对他微笑，诚心地祝福：“一定要幸福喔。”

那么，这是苦海，还是净土呢？

娑婆世界里面，意思是堪忍，是一个处处要忍受的世界。虽然现在人们看起来享有那么尊贵的生活，那么的富裕，对待大地万物一副高高在上的方式，短短百年间，不论物质上、资讯上都很方便充裕，和上个世纪或更早的人类比较，生活条件大大改进了，但是反观我们的生命态度、人生境遇并无二致。我们想要的往往

失去，不想要的总是碰上，总是无常苦空、生老病死、悲欢离合，总是遇到这些事情，生活其中，什么都抓不到，活在这个世界觉得很辛苦，必须一再忍受。

这个时代，环境也在迅速地恶化，已经逐渐显现出坏劫的征兆。最明显的，就是地球暖化，造成各种气候的灾变，三灾八难一起报到，几乎每个季节，地球的某个角落都会传出严重的风灾、水灾、火灾、地震。气候暖化的缘故，南极的冰大块大块的融化了，漂流到纽西兰去了。地球热的也越来越严重，太阳光透过破坏的臭氧层，将大量热能照到海水，海水又变成云，云跟着气流跑。现在的气流变得极不稳定，不下雨的地方永远干旱，下雨的地方泛滥成灾，一下就一千多公里、两千多公里，破了以前的纪录，豪雨这样下，山也受不了，被雨冲泡了，人和房子也被冲跑了。

暖化进入这个阶段，南北极的冰不可能再复原，因为地磁现在已经偏斜了角度，除非，另外再重整一个南北极，再偏出一个极点，再下雪积成冰原，要不然我们很难回复到像以前那个四季分明、风调雨顺的

时节。那时太阳晒起来不会有病，是健康的，现在阳光晒多了，对健康不好，就有人警告你会得皮肤癌，而且当太阳光把水蒸发，蒸发以后形成的气旋，又造成了台风、风灾。

灾难愈来愈多、愈来愈大，地球到处传来此起彼落的天灾，而且都以破纪录的方式逼临，台湾各地政府手忙脚乱，救援系统来不及完全启动，然而复原之日遥遥无期，下一波灾难却又发生了。灾难一波又一波，像骨牌效应一样。当环境万劫不复后，人们该怎么办？

末法乱世，环境依报

我们一定听人形容过，这是个末法的乱世。

佛陀说，当人寿近百岁时，将有佛出世，从他涅槃以后，每过一百年时间，人寿当减一岁，递减到现在，平均人寿约六七十岁，当继续减到人寿只有十岁的时候，整个地球上将不再生长东西，环境极度恶劣贫瘠，只剩下干枯的大地，长出些干枯植物皆有刺有毒，刺到

会要人命。

为什么会这样子呢？因为，人心不善了，已经到了互不相信，连父母、子女都无法信任的阶段，这时候因为恶性循环，“依报”也坏了，佛法讲的“依报”就是生命依存的地方，会产生跟人心相应的业报现象，地球暖化、气候极端、环境生态逐渐破坏了。依据佛陀的说法，人寿过百年减一岁，五百年就减五岁，一千年减十岁，大概再过个五千年，人在地球的福报差不都用尽了。

我们都亲历这个世界败坏的过程，想避难都难，要避到哪里去才安全？怎么避？唯一办法就是赶紧脱离这个娑婆。脱离娑婆的一切方法中，佛说观音法门接引众生最相应，因为娑婆世界恶因苦缘太多，一不小心就堕落。而观音曾经这样发愿：众生若遇险求救，他一定显化为各种可能的方式，以合适的身份来接引，而且这样接济毫不迟疑，无有代价，只要你一念祈求，并且深信不疑。

我们不必等到临险才试炼，有时灾难来得太快

太猛，连祈求都来不及。所以，平日就要持诵《大悲咒》，练习跟观音菩萨的本愿相应，这样不只累积福德，也让自己保持身心安定柔软。持诵《大悲咒》，让起心动念都吉祥，脱离痛苦厄业的因果环扣，纵有灾难来到，一心专精祈祷，无形的念力往往会回遮掉无常的伤害。希望大家善用此心，时时刻刻发出慈悲的心念，创造善因果。

佛法一直强调依止三宝，依止善业，诸恶莫作、众善奉行，这个是最简单的“心法”，可以消灾免难。当善心生起时，也就是这个世界能够改变的时候；如果我们连自己的善心都生不起来，那我们对改善这个世界，就真的一点办法也没有了。

心净土净，灭贪嗔痴

不可轻忽任何一个心念，一切现象都是心念的反映。佛法说“心净则国土净”，实在世界要和平，唯有心和平了。要摆平自己的这颗心，的确不容易，尤其当

恶业来袭的时候，我们总是怪这怪那，把自己当成“单纯的”、“单向的”受害者，很难反省到自己平日的所作所为，以及应该防微杜渐的心念，还有那些隐藏在人类社会背后的发展价值观，现在环境恶化成这样，跟社会集体的那些价值观有关联，这些共业结构就是环环相扣的因果链锁，这都是心念所导致。

这二十年来，在筹办世界宗教博物馆的过程中，我们希望信仰之间互相尊重，族群之间互相包容、生命之间互相博爱，这个信念大家很容易认同，但是在现实中，每个人内心的盘算却不尽如此。我在世界各地奔走，和各个宗教人士积极接触、对话，看到大家对世界的关心都有一致性，不外乎化解冲突与促进和平实践。我注意到：所有宗教人士在解释世界为什么变成这样的的时候，几乎都有一致看法，都提起了人心的贪瞋痴。

因为贪心，人们肆无忌惮地破坏地球原有的循环体系；因为瞋心，引发战争、恐怖攻击，无数核子弹、氢弹试爆，都会让地球受伤，让地壳摇动，然后造成空前未见的地震；因为我们的痴、我们的迷惑，造成我们的

错觉，迷惑痴心造成更多邪知邪见，扭曲事实或漠视真相的情况，时有所闻。

佛教的办法是这样的，若能够依止三宝——佛法僧，佛是真理的证悟者，法是证悟之道，僧代表真理的实践者、传承者与教化者，皈依三宝代表一套从个人到社会的生活信念，用来引导我们的正知正见，从而发出正念，善化自己的生活，善化这个世界，让自己及地球都能智慧具足、福德具足，不制造或扩大灾难的循环。这就是我们生生世世依止而追随的。

佛陀也被称为福慧两足尊，但活在这个世间，我们都欠福、欠慧，无奈地轮回六道，一会儿善道，一会儿恶道，我们在好好坏坏里打滚，在善恶是非中打滚，翻来覆去地打滚，没办法出离。你看，人们的杀业太重，社会又暴戾，怎么不招引战争、瘟疫、饥荒等灾难？你看，自己每天吃了什么、用了什么、做了什么，就知道我们的业在哪里。

对这样的命运，感到无奈过吗？感叹一声，“这一切都是业力”吗？业力就是前因后果、因果交缠，让

我们今生陷在业力里面，这无奈，无解吗？还是有机缘遇到佛法，就要虔诚反省，好好学习。学习佛法是净化我们的身口意，让身不造杀、盗、邪淫三业；口不造四业——恶口、妄语、绮语、两舌。

其中，口业很容易犯到，因为现在是一个资讯传播的时代，需要频繁的人际沟通。两舌就是挑拨，恶口就是以恶毒之言骂人，很多人满口三字经照样骂到老、到死。有些小孩受到环境影响，五六岁就很会骂人，种了这个骂人的因，这是很不好的。还有说些虚妄不实的谎言，或是奉承阿谀地讨好，这些口业都是平常很容易犯的。口业改掉，福气就有；口业如果不改，不仅福气不够，还会无事生波，牵连出一堆恶业。

要把口德修好，用嘴来赞叹，不说是非，不道长短，还有口腹之欲要节制，提倡多吃素，少吃荤，又能环保、又能减碳，又能够对地球有帮助。常常要知道守口起善、守身起善、守意起善。意就是贪瞋痴，要转换贪念，成为布施，布施就是给予善业。

瞋恨之心起时，要转换成慈悲，怜悯拔苦，帮助弱

势团体，救灾救难，时时做这些善的循环。对于内心的痴，要转换成正见，我们就要参与法会，听闻佛法、读诵经典，让智慧像太阳一样光明灿烂，不要乌云密布，造成心情的忧愁陷落。

造业无数，轮回难越

生死轮回当然苦，这个世间里，生老病死如影随形。造业既多——过去造的业很多，现在也造了不少的业，包括杀业，破坏大自然也是造杀业，这么久以来，科学愈发达，我们愈破坏了大自然的协调性，累积了很多不好的业。

比如说采矿，滥采各种的矿后，造成我们整个南、北极的不协调，灾难也就变多。本来，南、北极是两个大磁场，靠的是地质的矿石，当人类开采过度，也破坏了南、北极的磁场，结果磁极偏失了，不灵了。地球的天气运行，整个四季调节，要靠南、北极磁场的动力，现在这个动力，乱掉了。