

济群法师 著

如是觀

济群法师微博禅语



甘肃人民美术出版社

如是觀

济群法师微博禅语

施夏明 摄影
济群法师 著

图书在版编目 (CIP) 数据

如是观/济群法师著. — 兰州: 甘肃人民美术出版社, 2012.4

ISBN 978-7-5527-0004-6

I. ①如… II. ①济… III. ①随笔-作品集-中国-当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第080075号

如是观

济群法师 著

责任编辑: 马吉庆

封面设计: 马顾本

出版发行: 甘肃人民美术出版社

地 址: 兰州市读者大道568号

邮 编: 730030

电 话: 0931-8773224 8773148 (编辑部)

0931-8773269 (发行部)

E - mail: gsart@126.com

网 址: <http://www.duzhe.com>

印 刷: 小森印刷 (北京) 有限公司印刷

开 本: 870毫米 × 640毫米 1/32

印 张: 6

字 数: 250千

版 次: 2012年7月第1版

印 次: 2012年7月第1次印刷

印 数: 1 ~ 12000册

书 号: ISBN 978-7-5527-0004-6

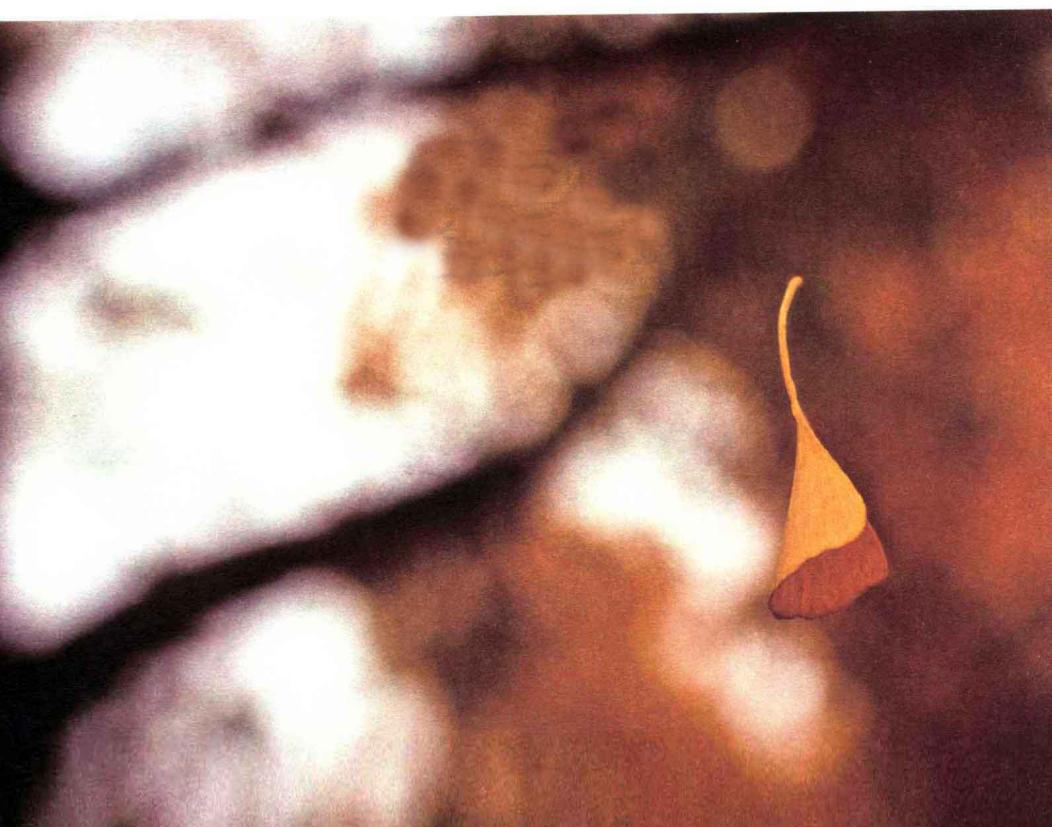
定 价: 35.00元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

本书所有内容经作者同意授权, 并许可使用。

未经同意, 不得以任何形式复制转载。

目 录



处事篇

信 仰 / 001

禅的本质，是觉醒的心。

禅修，就是帮助我们开发觉醒的心。

因 果 / 027

每个起心动念都在编写生命程序，它决定了未来生命的发展，决定了我们将会成为什么。

良 心 / 049

唯有找到内心深层的宁静，才不会被妄念的波涛所影响。

道 德 / 069

如果人死如灯灭，对个人而言，流芳千古和遗臭万年确实没有太大差别，道德也很难找到强有力的依据。



做人篇

分 享 / 081

世上本来没有孤独，因为在乎这个“我”，就把自己独自孤立起来了。

包 容 / 111

包容，就是容纳了别人，也给自己留下心灵自由的空间。

结 缘 / 127

看不清人际关系中的善恶因缘，容易活在一相情愿中。

解 脱 / 141

解脱不是出家人的专利，每一个被无明烦恼折磨的众生都有解脱的需求，同时也具足解脱的潜力。

【 处事篇 · 信仰 】

禅的本质，是觉醒的心。

禅修，就是帮助我们开发觉醒的心。





对于每一种想法和情绪的生起，我们都要保持观照，而不是盲目地跟着跑。

禅的本质，是觉醒的心。禅修，就是帮助我们开发觉醒的心。

生命的意义在于从无明中觉醒。所以，我们应该为觉醒而活着。

从自我感觉很好，到逐步意识到自身不足，正是修行的开始。

轮回，是需求、执著的发展和重复。

菩提是觉悟的意思，发菩提心是代表完整开发并发展觉悟的本性。

死亡不是结束，爱会继续，恨也会继续。

你的认识能力，决定了你所认识的世界。

发菩提心是发展觉醒的心，不仅要自己走向觉醒，还要帮助一切众生走出迷惑，走向觉醒。

当今社会会有一些垃圾文化，受此影响，很多人的心态和人格都是由垃圾碎片组成的。通过禅修可以清理垃圾碎片，终止不良程序的运行，提高心灵反应速度。

时时觉醒，分分安详。

佛教中所说的业，很像是一种电脑程序，每个人都是活在自己编写的程序中。

发菩提心虽然辛苦，却是走在解脱道上。实在累了，歇一下也没关系。如果不发菩提心，永远都生活在无明烦恼的暗夜中，看不到痛苦的尽头。

学佛并不只是祈求菩萨保佑，事事顺利，关键是学习佛法智慧，正视人间是非得失，宠辱不惊，超然物外。

觉醒和无尽的悲愿，是如来使应该具备的两大素质。

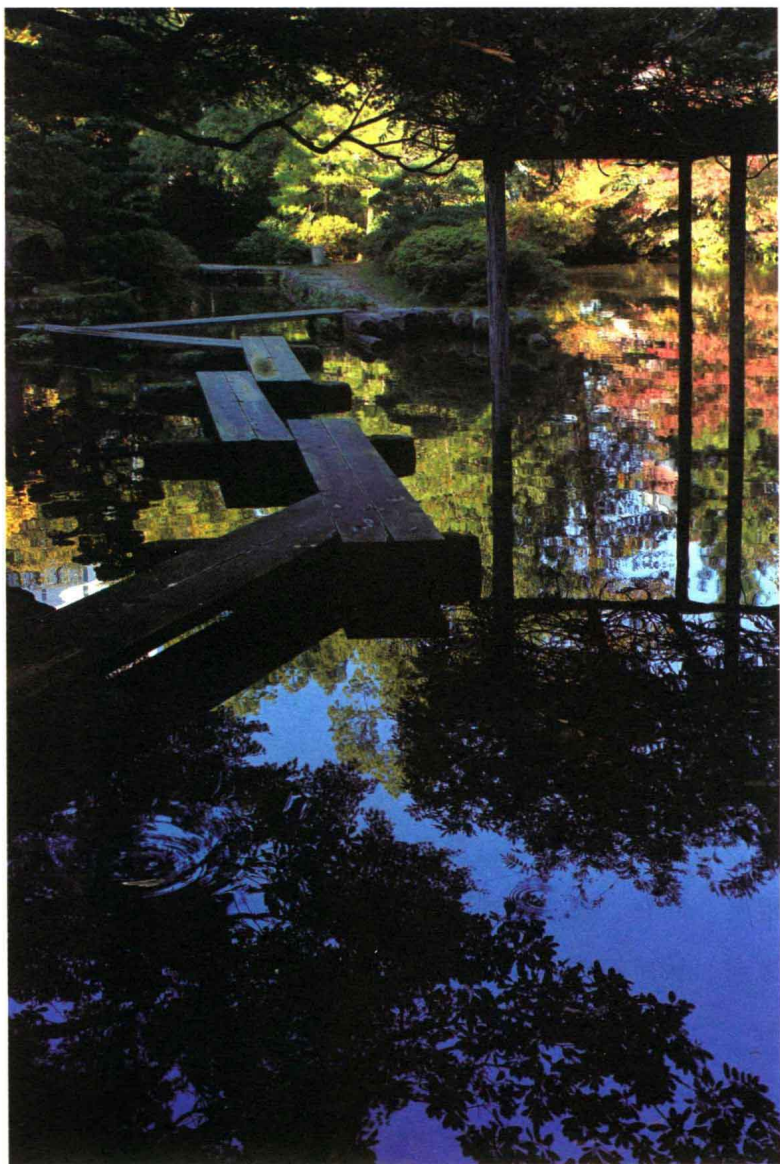
有一件事值得我们尽未来际地努力，那就是追求觉醒和引导更多的人走向觉醒。

有些人信佛只是想和三宝建立一种关系，点缀一下，或是万一下了地狱能帮点忙，却没有想要改变自己，真心实践佛法。

无明，就是内心失去明的作用。通过禅修可以培养觉察力，逐渐开显明觉的作用，无明也将随之消失。

有人说吃进去的是财产，留着的是遗产。而佛教认为，财富享受了就没了，保存着也未必属于你。唯有用于利于大众的事业，才会长久地属于你，并且不断增值。

佛法和心理学都是要解决人的心理问题。佛教讲明心见性，开发人的觉悟潜质，从根本解除贪嗔痴的病根。心理学则通过科学手段，了解人的心理现象及规律，解决异常的心理问题，而人类正常的贪嗔痴则不在解决范围。



成佛，是自身佛性的圆满开显。成魔，也是内在魔性的外化。所谓佛由心造，魔由心生。一念成佛，一念成魔。了解这个道理，才能选择生命发展的正确方向。

修行如逆水行舟，不进则退。

学了再多理论，做了再多功课，如果没能把佛法变成自己的观念，进而落实于正念，都不过是替人数羊或机械运动而已。学的方式不同，产生的影响也大不一样。

每个行业都有自己的标准，否则就会制造次品，带来混乱。同样，修学佛法如果没有正见为标准，就会看不清方向，从而偏离正道。所以，八正道是以正见为首。

一个国家、一个民族，倘若不选择一种高尚文化作为民众心灵的依归，作为社会建立的基础，这个民族就没有情神，没有灵魂。这样的社会是看不到希望的。

一花一世界，一叶一如来。

每个生命的内在，既有制造不安全的心理因素，也潜藏着令心灵获得安全和稳定的力量。佛教可以帮助我们解除不安的心理因素，开启安全而稳定的心理力量。

正视苦的现实，了解苦的根源，以及究竟平息痛苦的方法，从而体认到生命内在的宁静和喜悦。

