

星云大师……著

人间佛教语录 ①

举重若轻 · 星云大师谈人生

一代宗师的人生感悟



举重若轻，

如流水载物般，处处无碍

遇事承担，

如狮子奋迅般，冲破难关



浙江人民出版社
ZHEJIANG PEOPLE'S PUBLISHING HOUSE

举重若轻 · 星云大师谈人生



浙江人民出版社
ZHEJIANG PEOPLE'S PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

举重若轻:星云大师谈人生/星云大师著.—杭州:浙江人民出版社,2009.4

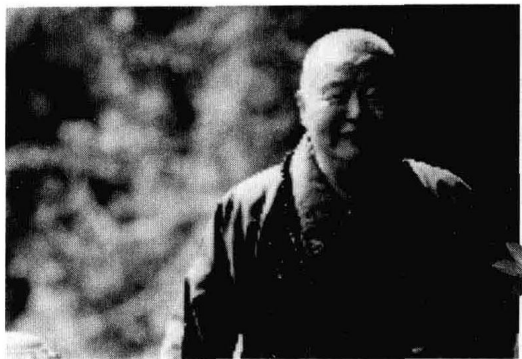
ISBN 978-7-213-04024-5

I. 举… II. 星… III. 人生哲学-通俗读物
IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 041632 号

书 名	举重若轻·星云大师谈人生		
作 者	星云大师 著		
出版发行	浙江人民出版社		
	杭州市体育场路347号		
	市场部电话:(0571)85061682 85176516		
责任编辑	毛江良		
责任校对	张谷年		
封面设计	孙晓亮		
电脑制版	杭州兴邦电子印务有限公司		
印 刷	浙江新华印刷技术有限公司		
开 本	710×1000毫米	1/16	
印 张	13.75		
字 数	18万		
插 页	2		
版 次	2009年4月第1版·第1次印刷		
书 号	ISBN 978-7-213-04024-5		
定 价	25.00元		

如发现印装质量问题,影响阅读,请与市场部联系调换。



星云大师略传

星云大师，中国江苏江都人，1927年生，12岁于宜兴大觉寺礼志开上人出家。1947年焦山佛学院毕业；1949年到台湾，担任《人生杂志》主编、台湾佛教讲习会教务主任；1953年任宜兰念佛会导师；1957年于台北创办佛教文化服务处；1962年建设寿山寺，创办寿山佛学院；1967年开创佛光山，以弘扬“人间佛教”为宗风，树立“以文化弘扬佛法，以教育培养人才，以慈善福利社会，以共修净化人心”之宗旨，致力推动佛教教育、文化、慈善、弘法事业，并融古汇今，手拟规章制度，印行“佛光山徒众手册”，将佛教带往现代化的新里程。

在出家一甲子以上的岁月里，大师陆续在世界各地创建200余所道场，如西来、南天、南华等寺，分别为北美、澳洲、非洲第一大佛寺。并创办18所美术馆，26所图书馆、出版社，12所书局，50余所中华学校，16所佛教丛林学院及智光商工、普门高中、均头中小学等。此外，先后在美国、中国台湾、澳洲创办西来、佛光、南华及筹办中的南天等四所大学。2006年西来大学正式成为美国大学西区联盟(WASC)会员，为美国首座由华人创办并获得该项荣誉之大学。

1970年起，相继成立育幼院、佛光精舍、慈悲基金会，设立云水医

院、佛光诊所,协助高雄县政府开办老人公寓,并与福慧基金会在大陆捐献佛光中、小学和佛光医院数十所,育幼养老,扶弱济贫。

1970年起,相继成立育幼院、佛光精舍、慈悲基金会,设立云水医院、佛光诊所,协助“高雄县政府”开办老人公寓,并与福慧基金会于大陆捐献佛光中、小学和佛光医院数十所,育幼养老,扶弱济贫。

1976年《佛光学报》创刊,翌年成立“佛光大藏经编修委员会”编纂《佛光大藏经》、《佛光大辞典》。1997年出版《中国佛教白话经典宝藏》、佛光大辞典光碟版,设立佛光卫视(现更名为人间卫视),并于台中协办“全国广播电台”。2000年创办佛教第一份日报《人间福报》,2001年将发行20余年的《普门》杂志转型为《普门学报》论文双月刊;同时成立“法藏文库”,收录海峡两岸有关佛学的硕、博士论文及世界各地汉文论文,辑成《中国佛教学术论典》、《中国佛教文化论丛》各100册等。

大师著作等身,撰有《释迦牟尼佛传》、《星云大师讲演集》、《佛教丛书》、《佛光教科书》、《往事百语》、《佛光祈愿文》、《迷悟之间》、《当代人心思潮》、《人间佛教系列》、《人间佛教语录》等,总计近2000万言,并翻译成英、日、西、葡等十余种文字,流传世界各地。

大师教化宏广,计有来自世界各地之出家弟子千余人,全球信众则达数百万之多;一生弘扬人间佛教,倡导“地球人”思想,对“欢喜与融和、同体与共生、尊重与包容、平等与和平、自然与生命、圆满与自在、公是公非、发心与发展、自觉与行佛”等理念多所发扬。1991年成立国际佛光会,被推为世界总会会长;于五大洲成立170余个国家(地区)协会,成为全球华人最大的社团,实践“佛光普照三千界,法水长流五大洲”的理想。创会以来,先后在世界各大名都,如洛杉矶、多伦多、巴黎、悉尼等地召开世界会员大会,每次与会代表都在5000人以

上;2003年国际佛光会通过联合国审查肯定,正式加入“联合国非政府组织”(NGO)。

为促进世界和平,大师曾与南传佛教、藏传佛教等各领袖交换意见,1997年与天主教教宗约翰·保罗二世晤谈;是年5月获台湾地区“内政部”、“外交部”一等奖;2000年获颁台湾地区“‘国家’公益奖”,2002年获颁台湾地区“十大杰出教育事业家奖”,2005年获台湾地区“‘总统’文化奖—菩提奖”,肯定大师对国家、社会及佛教的贡献。



大师除屡获台湾地区各级颁奖表扬外,国际上亦德风远播,举其荦荦大者如:1995年获全印度佛教大会颁发佛宝奖;2000年在第21届世界佛教徒友谊会上,泰国总理川·立派先生颁赠“佛教最佳贡献奖”,表彰大师对世界佛教的成就。2006年获香港凤凰卫视颁赠“安定身心奖”,以及世界华文作家协会颁“终身成就奖”,美国共和党亚裔总部代表布什总统颁赠“杰出成就奖”。

1978年起,先后荣膺美国东方大学、智利圣多玛斯大学、泰国朱拉隆功大学、韩国东国大学、泰国玛古德大学、中国台湾辅仁大学、澳洲葛雷菲斯(Griffith)大学等校颁赠的荣誉博士学位。

1988年,在被誉为北美洲第一大佛寺的西来寺落成之际,大师除了传授“万佛三坛大戒”,为西方国家第一次传授三坛大戒之外,同时主办“世界佛教徒友谊会第十六届大会”,会中写下海峡两岸代表同时参加会议之先例,为两岸佛教首开平等交流之创举。

1998年2月,远至印度菩提伽耶传授国际三坛大戒及多次在家五



戒、菩萨戒,恢复南传佛教国家失传千余年的比丘尼戒法。2004年11月至澳洲南天寺传授国际三坛大戒,为澳洲佛教史上首度传授三坛大戒。

大师自1989年访问大陆后,便一直心系祖国的统一,主张一个中国。近年回大陆宜兴复兴祖庭大觉寺,并捐献扬州鉴真图书馆、接受苏州寒山寺的赠钟,期能促进中国统一,带动世界和平。

大师对佛教制度化、现代化、人间化、国际化的发展,可说厥功至伟!

编辑缘起

“语录”为记录一个人或众人的言论，例如《论语》一书，就是中国早期的语录的代表作，门徒们为孔子录其周游列国的思想及言论等，到了宋朝儒者讲学所记下的语言笔录，亦称为语录，《朱子语录》、《兵家语录》等，语录的涵盖层面，扩而论之，为哲学人生的记录或宗教典籍。

虽然语录体的起源可追溯到《论语》，但有语录之称，却始于禅宗的《六祖坛经》，以后日益发展，成为禅家的专门文体。语录的内容为禅师说法开示，并不强调文词的工整华丽，多以日常的俗语直说宗旨，其侍者与参随弟子予以记录，搜集成册。其中以临济《慧照禅师语录》、《黄檗禅师传心法要》等最为著名。

此外，五家七宗^①亦流传有各语录的代表作，至今禅宗语录不下300余种。语录也不限于中国禅家的讲说、开示等，像《尼采语录》、《海明威语录》、《叔本华思想语录》等，都是个人哲学理论的作品。

大师弘法一甲子以上，留下的精彩言论立说，超过数千万字，编辑群搜罗大师各地弘法的讲演、开示、随缘小参等，历时一年，辑为三册，本书为第一册。

一、《举重若轻——星云大师谈人生》：此篇辑有12类。大师对生活、伦理、修持、教育、处世、经济、世界、生命观等，提出他依据佛陀的言说及弘法多年的教化经验，对大家面临的现实生活的问题，有详尽的说明。

二、《风轻云净——星云大师谈禅》：禅宗、净土为修持的两大主



流。大师为临济正宗出身的法脉,对禅有他的精辟的见地;大师到台湾第一个驻锡的宜兰雷音寺,就是成立念佛会。在禅门净土篇,对禅是什么、如何参禅、禅者的生活修持等,都有一贯清晰的解说。对于念佛法门,如何从持名念佛到肯定去建立“唯心净土”,大师为大家提出很明确的指导:解在一切佛法,行在禅净共修。

三、《心灵神悟——星云大师谈佛学》:由于大师倡导及亲身实践“人间佛教”,而人间佛教已成为20世纪后的佛学思想的主流,因此有必要把大师对人间佛教的理念作有系统地收集。此篇从大师的思想体系破题,旁涉他一生弘法利生的给人利用、图利他人……“给”的无量无边的生命哲学观。此外,人间佛教的法门修持、人间净土的建立等,在此篇内容,皆有大师恢宏的思维模式及弘法传教的风格。

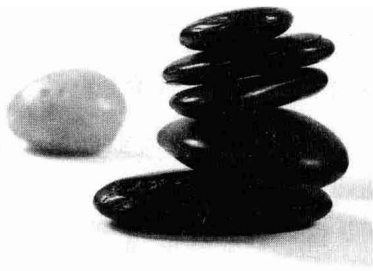
大师的法语崇高如峻岭,深广如大海,三册语录不过是取大海之一沚、树林之一木,必有疏失不足之处,望诸位仁者见谅。

人心需要善美,烦恼需要净化,这都必须依着佛陀慈悲与智慧的言教,大师的“语录”本着佛陀的慈悲智慧的言论,做为推动人间佛教的根本思想核心,并且愿与大家共同努力建设一个现世法乐的人间净土。

祈望这法海之一滴,令大众见汪洋之浩瀚。编辑搜录成册,恐只字片语多有疏失,再者于篇章撷取一二,怕难以周全。唯愿诸位仁者能从三言两语的“语录”中,开卷有益,与大师接心,福慧增上。

满济

注释① 五家七宗:又称五派七流,即临济、沩仰、曹洞、云门、法眼等五家,加上出自临济之杨岐派、黄龙派,合称七宗。





目录

星云大师略传	1
编辑缘起	5

生活观	1
-----	---

无论多久以前定下来的日程,总会到来;无论多苦多乐的事,也会过去。所以,只要有“一切总会过去”的认知,就不会去执著快乐,太苦也不会去计较。该来的总是会来,与其推托不如面对现实承担下来。

伦理观	17
-----	----

孝是对亲人一种至真感情的流露;孝是人我之间应有的一份责任;孝是人伦之际的一种密切关系。扩而充之,对兄弟的孝就是悌,对朋友的孝就是义,对国家的孝就是忠,乃至对众生的孝就是仁。

修持观	33
-----	----

一炷清香不如一瓣心香,一束鲜花不如一脸微笑,一杯净水不如一念净信,一串念珠不如一句好话。

处世观	53
-----	----

做人做事要能有不变的原则及随缘的方式。所谓不变,就是在面对与道德、信仰、慈悲有关的事时,原则不可变更;事务性的事则可随缘,不但随缘还要随喜,更要随遇而安、随心所欲。

仪礼观

71

学佛的目的,不是只为了吃素;“吃”并不是重要的问题,心意清静才是最重要的。如果满口的慈悲、仁爱,心里却充满着贪、嗔、邪见,即便终日吃素也无益。

教育观

87

生活里,有因果观念就是教育;懂得感恩图报、发心回馈,就是教育。有了生活的教育,就与单纯获取知识的教育不一样了。

经济观

101

拥有金钱是福气,会用钱是智慧,所以我们不一定要做个拥有多少财富的人,能够做一个善用财富的人更重要。

政治观

117

从政者应知自己是公仆,不要官僚;从事教育者,要知道身教重于言教;医护人员要“视病如亲”,工人要“除私从公”,商人要“童叟无欺”……如果整个社会民众都能公而忘私,讲信修诚,惭愧感恩,相互爱语赞叹,彼此有情有义,则必能促进社会的和谐,必能增加国家的动力。

管理观

127

做一个领导人,除要具备领导人的气质,还要懂得领导之道:

1. 做一个领导人,要能讲能做;
2. 做一个领导人,要无怨无悔;
3. 做一个领导人,要有慈有智;
4. 做一个领导人,要不私不傲。

世界观

145

如何做一个地球人呢?

1. 做一个平等的地球人;
2. 做一个共生的地球人;
3. 做一个尊重的地球人;
4. 做一个包容的地球人。

生命观 155

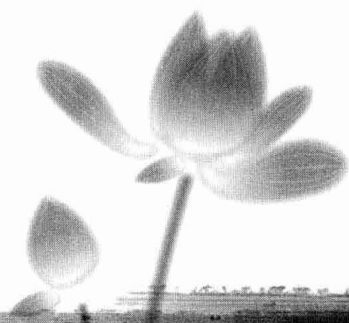
生命之所以有力量,在于能为生命留下历史,为社会留下慈悲,为自己留下信仰,为人间留下贡献。人生的意义不在于寿命的久长,乃在于对人间能有所贡献、有所利益。

宗教观 175

世间的宗教很多,信仰宗教要能增加道德、要能消除烦恼、要能安心立命;能使生活有安定力,能增加做人的智慧、道德、勇气,这才是正当的宗教。

附录

人生百事	187
人间佛教现代律仪	193
密行百事	204



生活观

Shenghuo guan



无论多久以前定下来的日程，总会到来；无论多苦多乐的事，也会过去。所以，只要有“一切总会过去”的认知，就不会去执著快乐，太苦也不会去计较。该来的总是会来，与其推托不如面对现实承担下来。

生活观

生活在这个忙碌的工业社会里,如果不能随时利用零碎的时间,一定会觉得时间不够用,生活无所适从。因为日出而作、日入而息的悠闲农耕社会已经过去了,随着社会结构的改变,我们必须拾掇零碎的时间用心思考,把握“浮生半日闲”的片刻,才能完成许多的心愿和事业。

——《人间佛教系列·佛教与生活·佛教与生活(一)》

只要是对大众有利的事,对佛教有贡献的事,应该及时把握时机,努力去创造,不要等待机缘错失,造成终生憾事。尤其是年轻人,更应该珍惜英年大好时光,发愤图强,不要等到白发皤皤,才唉声慨叹“空负少年时”。聪明的人,不会缅怀过去,也不憧憬未来,而是及时把握现在,努力振作。

——《人间佛教系列·佛教与生活·佛教与生活(一)》

一个信仰佛教的人,最重要的是把握自己的心,驾驭自己的心。唯有用心去体会佛法,将佛法用诸于平常生活,这种生活才是最幸福、最快乐的。

——《人间佛教系列·佛教与生活·佛教与生活(二)》





有许多很有学问的人，他们进入佛门几十年，却不能与佛法相应，原因在哪里？就是他不能把自己信奉的佛法应用在生活中。所以，在信仰的历程上，把所信仰的佛法和生活打成一片是很重要的。

——《人间佛教系列·佛教与生活·佛教与生活(一)》

所谓五乘，即人、天、声闻、缘觉、菩萨，这是学佛的五种阶位。在人天乘的佛法里，非常重视物质生活；在声闻、缘觉的阶段里，则较重视精神生活。人天乘的对象，是在家众；声闻、缘觉的对象，是出家众。时下一般弘法者，常有一种错误的观念，就是常常将对声闻、缘觉的要求，用来要求人天的广大众。譬如素食、苦行，是声闻、缘觉的修行方式，如果用这些方法来要求在家人，似乎不太合理。

——《人间佛教系列·佛教与生活·佛教与生活(二)》

《阿弥陀经》虽讲丰富的物质生活，却在物质生活中实行佛法；《金刚经》讲“应无所住而生其心”，不是要我们放弃所有，而是强调佛法的中道。在苦乐之间的中道生活，才是真正的佛教生活。

——《人间佛教系列·佛教与生活·佛教与生活(二)》

佛陀说法四十九年，目的是要将他所悟得的真理遍告世人。佛法的真理在何处？就在世间的衣食住行上，就在人我的处事经验上，如果能将佛法付诸于生活上实行，则一生受用无穷。

——《人间佛教系列·佛教与生活·佛教与生活(二)》





《金刚经》说：“尔时世尊食时著衣持钵，入舍卫大城乞食。于其中次第乞已，还至本处，饭食訖，收衣钵，洗足已，敷座而坐。”这一段经文是描写佛陀的日常生活，乍看之下，与一般人完全一样，但是，如果我们深入体会，则可以发觉它具有完全不同的意义。“食时著衣持钵”，象征佛陀的“持戒”生活；“入舍卫大城乞食”，是信众供养“布施”，佛陀布施佛法给供养者；“次第乞已”，是“忍辱”的表现，因为佛陀乞食按着次序，逐家挨户而去，并不因为某条街有较好的供养，就特别舍近求远，而是随缘次第托钵，即使所乞得的食物粗劣难咽，也需要忍耐，这是佛陀所行的“忍辱”波罗蜜。乞食回来，“还至本处”，“收衣钵”，“洗足已”，“敷座而坐”，这些是表示佛陀的“精进”波罗蜜、“禅定”波罗蜜。佛陀日常生活中，穿衣、吃饭、行路、静坐，哪一样不是佛法？佛法就在日常生活中。

——《人间佛教系列·佛教与生活·佛教与生活(二)》

学佛的人，应拥有怎样的精神生活？

必须以八正道^①作为生活的准绳，而八正道又以“正见”为首要。有了正确的思想见解，才能过着真正富足的精神生活。一个信佛的人，在日常生活中，凡事要求心安，仰不愧于天，俯不忤于人，这就是正确的思想见解。

——《人间佛教系列·佛教与生活·佛教与生活(二)》

一般人总喜欢把苦和乐、难和易，分得很清楚，因此，苦的时候难过，乐的时候欢喜；有收获的时候雀跃鼓舞，困难的时候伤心颓丧。

假如我们能把这些相对的观念调和厘清，不偏激、不极端，那么不论生也好、死也好，苦也好、乐也好，难也好、易也好，都不相妨碍，这就是洒脱自在的生活。

——《人间佛教系列·佛教与生活·佛教与生活(二)》