

李霞 / 著

佛

语

人

生



安徽大学出版社

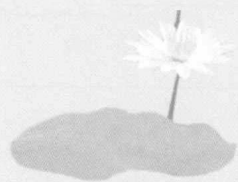
李霞 / 著

佛

语

人

生



安徽大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

佛语人生 / 李霞著. —合肥:安徽大学出版社,
2008.4

ISBN 978-7-81110-433-2

I. 佛… II. 李… III. 佛教—人生哲学—通俗读物
IV. B948-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 055753 号

佛语人生

李霞 著

出版发行	安徽大学出版社	经 销	新华书店
	(合肥市肥西路3号 邮编 230039)	印 刷	中国科学技术大学印刷厂
联系电话	编辑部 0551-5108272	开 本	670×970 1/16
	发行部 0551-5107784	印 张	17.25
电子信箱	ahdxchps@mail.hf.ah.cn	字 数	208 千
责任编辑	程忠业	版 次	2008 年 12 月第 1 版
封面设计	孟献辉	印 次	2008 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-81110-433-2

定价 29.50 元

如有影响阅读的印装质量问题,请与出版社发行部联系调换

自序

随着一声清脆的啼哭，一个生命降生了。来到这陌生的人间以后，他要慢慢熟悉身边的人，慢慢了解周围的事，慢慢接受眼前的世界。他会抬起脚一步一步往前走，从幼儿走向少年、从青年走向中年、从老年走向暮年，然后再回到他所由来之处。在这期间，他有喜悦、有幸福、有收获、有成功，也有悲伤、有烦恼、有失落、有挫败。他希望自己的人生只有前者而无后者，然而事实上却不可能。于是，他不解，他困惑，他反问自己：人生为什么会如此？人生究竟是怎么一回事？我该怎样度过一生？……这些就是所谓的人生问题。

一个人有这样的问題，千千万万个人同样有这样的问題；凡人会出现这样的困惑，伟杰也不例外。于是，这些问題便构成了一个具有普遍意义的问题——哲学问题。

有问题，便会有人去反思、去探讨、去求索。古今中外，有多少文人雅士在咏叹人生之调、又有多少往圣先哲在追索人生之路！中国古代有高唱“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”之壮歌的屈原，西方古代亦有终身自省、至死不忘“认识自己”的苏格拉底；中国古代有矢志塑造“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”之大丈夫品格的孔孟，西方古代同样有试图以人类



之理性构筑一个理想世界的柏拉图；中国人发出过“对酒当歌，人生几何”的叹息，西方人也曾有过“人生如悲剧”的伤感；中国人有过“老夫聊发少年狂”的浪漫，西方人也有“人是万物之尺度”的豪情。这些深沉的或浪漫的人生感悟、这些低落的或高昂的人生格调、这些求善的或求美的人生境界，便构成了人类理性思维的结晶——哲学大厦的一部分，这就是我们所说的“人生哲学”。

不同的人有着不同的人生态度，不同的文化会滋生不同的人生哲学。就在上述中西文人雅士和往圣先哲孜孜追求人生之路的同时，在古印度这块神秘的土地上，也有一位神秘而又真实的伟人在进行着同样的甚至是更艰难、更执著的追求，他就是佛教创始人释迦牟尼。

释迦牟尼原名悉达多·乔答摩，本是古印度迦毗罗卫国的王子。按照常规，他原本可以像历史上绝大多数王子那样，继承父业，君临天下，手握重权，享尽荣华。若是这样的话，悉达多便永远只能是悉达多，而绝不可能成为千万个乃至千万代人崇奉的释迦牟尼。然而，悉达多没有选择这条常人趋之若鹜的人生之路，而是走上了一条天下最艰难、最辛苦的人生轨道。这一轨道的开启始于他的沉思。尚在青少年时代，这位天生伟岸而又充满仁心的王子即养成了沉思的习惯。农夫的艰辛、耕牛的血汗会引起他的沉思，人世间的纠葛、禽兽间的厮杀也会引起他的沉思；人的降生与衰老会引起他的沉思，人的疾病与死亡更会引起他的沉思。他沉思着人为什么会有生老病死之苦、人间为什么会有这么多的纷纷争争；他沉思着人如何才能从这些痛苦中解脱起来，人类又如何才能走上和平之路。从古书上，他找不到答案；在宫廷中，他理不清头绪。于是，他抛下古书，离开宫廷，告别美丽的王妃和富贵的生活，丢弃本属于他的倾国的权力和财富，毅然出家了。



悉达多出家后，来到一片树林中苦修。这期间，他餐风饮露，食草卧薪，受尽了风霜雪雨的洗练、酷暑严寒的煎熬以及野兽蚊虫的侵害，他刚健的体魄被折磨得瘦弱不堪、奄奄一息。这样的苦行，他整整修了六年！然而，六年过去了，人生解脱之道究竟在哪里？他仍然是茫无所知。这时，他猛然醒悟到自己走错了路，认识到苦行并不能使他走上解脱之道。因此，他果断地放弃了这种苦行，决心重新寻找一条解脱之道。于是，他跳进尼连禅河洗了个澡。六年积垢，一朝洗去，他感觉一身轻松。在饮下了一位牧女献上的奶汁后，他又恢复了元气，增加了体力。这时，他端坐在一棵毕钵罗树下，静静地思索着，思索着人生的本质和究竟，思索着人生解脱的道路与方法。思索中，时间的间隔在他眼前消逝，空间的藩篱在他脑中化解。他用明净的双眼寻找着众生过去、现在与未来之间的联系，用智慧的大脑求索着众生从地狱来到人间、从此岸通向彼岸、从世俗世界走向佛国净土的道路。终于，他找到了这种联系，他求出了这条道路！与此同时，他的身份也发生了根本变化：由过去的悉达多变成了现在的释迦牟尼，由过去的王子变成了当下的佛陀，由过去的储君变成了眼前的佛教始祖！

也许有人会问，释迦牟尼当时究竟悟出了什么道理而能使他的身份发生如此重大的变化？应该说，无论是站在佛教立场还是站在世俗文化的立场来看，他悟出的道理都的确具有划时代的意义。因为他悟出的不是关于某一问题的小道理，而是关于整个人生的大道理，是关于人生的本原和本质问题的道理，是关于人生解脱的道路与方法的道理。这个道理就是“四圣谛”。

“四圣谛”是指四种人生真理，即苦谛、集谛、灭谛、道谛。它们揭示了人生之苦的本质，挖掘了人生之苦的根源，指出了灭除诸苦的途径以及灭苦后的境界。它们的展开则构成了佛



教人生哲学的完整体系。

“苦谛”展示了人生的本质与状况。佛教认为,人生的本质为苦,人生的状况是诸苦相续。任何人的一生都要经受无尽的苦难,诸如生苦、老苦、病苦、死苦、爱别离苦、怨憎会苦、求不得苦,等等。人生如海,海水的味道是苦涩的。众生就浸泡在这个苦海中,时时品尝着海水的苦味,日复一日,年复一年。有的人是清醒地品尝着,他本不想品尝,却又无可奈何;有的人则是糊里糊涂地喝了一肚子苦水,到头来尚不自知;也有的人原本可以少喝些苦水,可他非要多喝。俗话说,人生的真味是三分甜,七分苦;佛教说,七分苦是真的,三分甜则是假的,因为甜中亦有苦。

那么,苦从何处而来呢?“集谛”回答了这一问题。它指出,人生之苦的形成有很多原因,但主要的根源是众生的“贪”、“嗔”、“痴”,佛教谓之“三毒”。“贪”即贪得无厌,“嗔”指怨憎意识,“痴”指愚痴无明。人人都有贪得之欲,人人都产生过怨憎之心,人人也都做过愚痴之事;而贪得之欲会引来烦恼,怨憎之心会使人痛苦,愚痴之事会招致灾祸。因此,众生降临人世之后,品尝人生之苦是不可避免的。

如此看来,难道说人生之苦是无法摆脱的,众生只有长沉苦海永远也不得解脱吗?在佛教来说:绝非如此!众生原本可以不入苦海、不尝苦水;已入苦海、已尝苦水者,也并非永远不能上岸,而是完全可以拥有另一块生存天地、另一种生存状况、另一番生存境界。这就是涅槃境界、解脱境界、“常乐我净”境界——这便是“灭谛”的主要内容。

那么,这种境界如何达到?佛教认为,这要靠信仰、靠修行、靠智慧、靠觉悟。信仰的对象不应是旁门邪教,而应是佛教真理;修行的方法不应是苦修苦行,而应是“八正道”,即正见、正思、正语、正业、正命、正精进、正念、正定;依靠的智慧不是俗



智俗慧,而是般若智慧;企求的觉悟不是小觉小悟,而是大觉大悟。一旦大觉大悟,便能跳出苦海,步入涅槃,便会断除诸苦,快乐永恒。

简言之,在佛教人生哲学体系中,“四圣谛”中的前二谛揭示了现实人生的本质及其根源,后二谛则指明了理想人生的境界与途径。就现实状况来说,人生是苦,苦源自“心”,源自心中的无明贪爱;而由心中的无明贪爱所制造的人生之苦以及整个人生,归根到底又只是一场梦,所谓“人生如梦”。何以言此呢?佛教指出,因为人生的主体是虚假的,人生的环境是空幻的,人生的内容是多变的,所谓人生不过是虚假的主体在空幻的环境中所做的一件件变动不居之事的聚合体,这些事的形成过程就构成了一场场梦。倘若这梦是甜蜜的,那也就罢了;可这梦偏偏是苦涩的。人人都不愿吃苦,因而人人都想从梦境中醒来。遗憾的是,很多人挣扎了一辈子,也仍然醒不过来。两千多年前的那位古印度王子正是悲悯于天下众生之苦,才以自己的巨大牺牲为代价而创造出的一套人生解脱之道。他指出,众生要想从梦境中醒来,要想从苦海中跳出来,就必须了悟人生的究竟,掌握解脱的方法。而他认为自己所创立的佛教正是通过向人们介绍一套人生觉悟之理与解脱之方法而架起了此岸与彼岸、现实与理想、苦海与佛国之间的桥梁;人们只要踏上这座桥梁,就能由此岸走向彼岸、由现实进到理想、由苦海跳入佛国。

主要由“四谛”说所构成的这套佛教人生哲学虽产生于过去、流行于过去,但它的影响却并未终止于过去。从人生实践上说,古人会做梦,今人同样会做梦,有的梦比古人之梦更聪明,而有的梦则比古人之梦更糊涂;古人有烦恼、有迷惑、有痛苦,今人的烦恼、迷惑与痛苦可能比古人更多;古人梦醒时分的到来需要有大师的开示和智者的指点,今人的醒悟岂同样需要良师益友的点拨和真知灼见的启迪?良师益友者,并不限于



现实生活中的老师和朋友，亦应包括早已逝去的智者与哲人；有真知灼见者，也不仅仅存在于现代的高科技中，而是同样存在于那些线装古书、那些光辉灿烂的古代文化中。而在众多的往圣先哲中，被人们视为世界第四大名人之的释迦牟尼理应得到人们应有的重视；在数不清的线装古书和无比丰富的古代文化中，佛教的典籍、佛教的文化亦应有其独特的位置。释迦牟尼当年的谆谆教导、佛教文化中的人生哲理在今天并非全无价值。当你春风得意、事事顺心的时候，当你穷愁潦倒、倍感失落的时候，当你遭遇挫折、一蹶不振的时候，朋友，你不妨坐下来翻开佛祖禅师的语录读上一二页，相信你狂热的心绪会慢慢平静下来，你失衡的心态会重新平稳起来，你冷暗的心灵也会感觉到一丝光亮、一息热气。尽管其中不全是真理、不全是精华，但也绝非毫无真理、毫无精华。究竟哪些是真理、哪些是谬误，哪些是精华、哪些是糟粕，还要靠你自己去鉴别。

李 霞

2006 年 10 月于幽兰书屋

目 录

自 序	1
-----------	---

上篇 人生之梦的剖析

第一章 人生如梦	3
一、人生如梦	3
二、人生之梦是一场戏剧	6
三、人生之梦是一次旅行	8
第二章 人生之梦的形成	15
一、心识在宇宙万法中的地位	17
二、心识的作用与人生之梦的形成	23
第三章 主体的虚假性	32
一、人从何处来	32
二、人的本质是什么	37
三、觉者的忠告：当悟身空	47

第四章 环境的空幻性	50
一、人类的生存环境：三千大千世界	50
二、人类环境的结构：世俗世界与佛国净土	53
三、人类环境的产生：法的缘起	59
四、人类环境的本质：法的空幻性	65
第五章 梦境的痛苦性	75
一、王子的体悟	75
二、生老病死苦	77
三、爱离怨会苦	85
四、欲求不得苦	88
五、三受皆苦	92
第六章 人生之苦的根源：贪爱与无明	97
一、人生的因果链条	98
二、善恶之业各有报	103
三、人生流转的过程：十二因缘	109
四、人生之苦的根源：贪爱与无明	113

下篇 人生之苦的解脱

第七章 苦海无边 回头是岸	123
一、梦破人应醒	123
二、梦破了，生命尚存，生活还在	130
三、调整人生之舟的航向	135

第八章 人生解脱 主宰在我	142
一、解脱的可能性:佛性常存	143
二、解脱的普遍性:佛性遍在	148
三、解脱的自主性:佛性本有	154
四、人生之路有两条,看你往哪儿走	160
第九章 信仰与正观	166
一、信仰与解脱	167
二、正观与解脱	174
第十章 道路与方法	190
一、三十七道品	191
二、戒、定、慧三学	199
三、六度	213
第十一章 智慧与觉悟	221
一、五花八门的佛教智慧	222
二、菩提觉悟	230
第十二章 现世解脱 现世成佛	240
一、解脱就是生于斯世、超于斯世	241
二、解脱就是活得不累、活得自在	249
三、千佛万佛不是佛	253
四、佛在世间,佛在心中	259
后 记	265

上篇



人生之梦的剖析



第一章

人生如梦

顿觉了，如来禅，六度万行体中圆。梦里明明有六趣，觉后空空无大千。

——《永嘉证道歌》

一、人生如梦

中国禅宗有一位著名禅师名叫方会，他说过这样几句话：“释迦老子说梦，三世诸佛说梦，天下老和尚说梦。且问诸人，还曾作梦么？若也作梦，向半夜里道将一句来。”（《杨歧方会和尚语录》）我们知道，释迦牟尼、三世诸佛、天下和尚说的原都是关于人生解脱的大道理，方会作为一代名师，为何却道他们是在说梦呢？其实，道理很简单。因为在佛教看来，人生原本就如梦，就是梦。

说到梦，人人都会陌生；说到人生，人人也都曾经过或正在经历着。至于这两者之间的联系，醒着的人已经明了，而睡



着的人并不全知。不过,不管是明了还是不知,这两者之间的联系毕竟存在着。

每一种生灵来到世间以后都要度过自己的一生,作为万物之灵的人所度过的一生便是人生。每个人的一生都与“梦”有着不解之缘,因为每个人都会做梦,既会做自然的生理学意义上的梦,也会做人生的哲学意义上的梦。并且,几乎每个人在一生中都做过无数的梦:美梦、噩梦、甜蜜的梦、苦涩的梦、憧憬的梦、怀旧的梦、令人发笑的梦、让人流泪的梦……梦是什么?用科学术语来说,梦是人们在睡眠状况下局部大脑皮层仍处于兴奋状态时所表现的一种现象。就是说,它是人们在既不完全清醒而又并非完全不清醒的状态下所发生的现象。人生现象亦情同于此:它也是人们在既不完全清醒而又并非完全不清醒的状态下所作所为的一份记录。同自然之梦一样,这份有关人生之梦的记录既有美好的部分,也有遗憾的成分;既有令人发笑的东西,也有让人流泪的故事,甚至还有令人啼笑皆非的内容。自然的梦,有的人醒来了还想再接着做下去;而有的梦,人们却希望从来不曾做过。同样,有的人人生之梦让人流连忘返,而有的人人生之梦却令人毛骨悚然。自然的梦不全是偶然产生的,而是必然性与偶然性相结合的产物,现代心理学甚至更强调其中的必然性,弗洛伊德对梦的看法即是如此。他认为:“梦的内容在于愿望的达成,其动机在于某种愿望。”(《梦的解析》)同样,人生之梦也是由某种愿望促成的。作为一个有意识、有意志的人,他的任何梦想都不是无缘无故产生的,而是代表了一种愿望或欲求。如此说来,人生与梦确是极为相像。难怪人们常说:“人生如梦。”

正因为生活中有了人生如梦的体验与感慨,那些文人学者才从这种体验与感慨中得到了丰富的创作与思索的素材或主题。请看历史上有多少文人雅士在咏梦吟梦、感梦叹梦!文人笔下的梦固然不乏豪放豁达的情感,但更多的还是表达了人



生的无奈与悲凉。“世乱遭飘荡，生还偶然遂。邻人满墙头，感叹亦唏嘘。夜阑更秉烛，相对如梦寐”（杜甫《羌村三首》），这是杜甫对战乱年代流亡生活的感叹；“夜深忽梦少年事，梦啼妆泪红阑干”（白居易《琵琶行》），这是白居易对下层人民不幸人生的写照；“梦里不知身是客，一晌贪欢”（李煜《浪淘沙》），这是李煜对国破家亡之境遇的叹喟；“人似秋鸿来有信，事如春梦了无痕”（苏轼《寻春》），这是苏轼对世事人生的禅悟；“二十余年如一梦，此身虽在堪惊”（陈与义《临江仙》），这是陈与义对人生无常的感慨；“梦魂纵有也成虚，那堪和梦无”（晏几道《阮郎归》），这表达了多少凄婉之情；“眼前名利同春梦，醉里风情敌少年”（刘禹锡《春日书怀》），这虽表现了刘禹锡的豁达，但其中也不乏几分伤感。至于“南柯之梦”、“黄粱之梦”、“红楼之梦”，更是使人在梦境中得意适意，在梦醒后徒然感伤。

不惟常人感叹人生如梦，不惟文人唱吟往事如梦，即使是具有深邃的理性思维和深沉的理性精神的佛教也认为：人生如梦。它似有而无，似无而有，真真假假，虚虚实实，它的复杂多变有时让人觉得不知自己究竟是在梦中还是在醒着。中国佛教天台宗的著名大师智顗说过这样一段话：

当知有而不有，不有而有，惑心尚尔，况不思議一心耶？又如眠梦见百千万事，豁寤无一，况复百千。未眠不梦不觉，不多不一。眠力故谓多，觉力故谓少。庄周梦为胡蝶，翱翔百千，寤知非蝶，亦非积岁。无明法法性，一心一切心，如彼昏眠，达无明即法性，一切心一心，如彼醒寤云云。又行安乐行人，一眠梦初发心，乃至作佛坐道场转法轮度众生入涅槃，豁寤只是一梦事。（《摩诃止观》）

这是说，世间万法万事犹如梦境一般，人在做梦时觉得梦境中的一切都是真实的；及至醒悟过来后，才知一切皆空。即使是佛教生活的一切内容，诸如修作佛、坐道场、转法轮、度众生、入