

濟群

著

幸福人生的原理

語。隨時籌量決定語。是菩薩。乃至戲笑。尚
恆思審。何況放出散亂之言。性不貪欲。菩薩於他財
物。他所資用。不生貪心。不願不求。性離瞋恚。菩薩於
一切眾生。恆起慈心。利益心。哀愍心。歡喜心。和潤心。
直。無誑無諂。於佛法僧。起決定信。佛子。菩薩摩訶薩。
如是護持十善業道。常無間斷。復作是念。一切眾生。
墮惡趣者。莫不皆以十不善業。是故我當自修正行。

BP4-51

112

7.11.15

济群

著

幸福人生的原理

前言

『十善业道经』启示

『生命的痛苦及其解脱』



民族出版社

责任编辑：李有明
装帧设计：洪顺章

图书在版编目（CIP）数据

幸福人生的原理：《十善业道经》启示/济群法师著．-
北京：民族出版社，1998.12
ISBN7-105-03358-4

I．幸… II．济… III．佛经-普及读物 N．B94-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字（98）第 38952 号

民族出版社出版发行

（北京市和平里北街 14 号 邮编：100013）

中央民族大学印刷厂印刷

各地新华书店经销

1999 年 10 月第 1 版 1999 年 10 月北京第 1 次印刷

开本：850×1168 毫米 1/32 印张：7.75 字数 160 千字

印数：0001—10000 册 定价：16.80 元

该书如有印装质量问题，请与本社发行部联系退换

（总编室电话：64212794；发行部电话：64211734）

前 言

人类生存的目的就是为了得到幸福，可是物质文明高度发达的今天，许多人在充分享受物质生活的同时，却依然活得不幸福。这是为什么？原因是，第一，不知幸福为何物；第二，不了解建立幸福人生的原理。因为人类所作所为与幸福人生背道而驰，所以尽管人们拼命追求幸福，但却总是得不到人生的幸福。

一、何谓幸福

我们追求幸福，首先要知道何为幸福。幸福究竟是一种客观实体？抑是一种主观的感觉？幸福是物质的？还是精神的？假如不了解幸福的实质，却努力地去追求幸福，岂不是太盲目了？

1.幸福不是一个固定的实体

通常人们以财富、地位、美满的婚姻、长寿、健康、美貌、事业成功、吃得好、穿得好、住得好等为幸福人生

2 / 幸福人生的原理

的实质，以为得到其中任何一种，便得到了人生的幸福。其实，这种看法是错误的，因为幸福并不是某种固定的实体。假如是的话，第一，幸福应该比较容易得到；第二，人类一旦得到某种“幸福实体”（如财富、地位等），就意味着得到幸福，而事实不然。第三，有财富、地位的人虽然多得很，但他们未必过得幸福。由此可见幸福并非某种客观的固定实体。

2.幸福是相对的

一般人总是执著拥有某种条件为幸福，其实世间的幸福是相对的。人的愿望不同，对幸福的要求也往往因人而异。有的人以拥有财富为幸福；有的人以拥有地位为幸福；有的人以长寿为幸福；有的人以健康为幸福；有的人以美满生活为幸福；有的人以居住在繁华的闹市为幸福；甚至有的人以独身为幸福、以居住在清静的乡村为幸福。因为观念不同，所以人们对幸福的境界要求也不一样。

幸福可以从比较中产生。有的人自己和自己比，现在处境不好，回忆过去的美好生活，对过去有幸福感；现在处境好，回想过去的痛苦遭遇，就会觉得现在

很幸福。幸福也可以从和他人的比较中产生。想想自己舒适的生活条件，再看看他人的贫苦，就会感到满足，觉得自己活得很幸福。

幸福是一种自身的感受。幸福的感受，如人饮水冷暖自知；又如鞋穿在脚上，舒服与不舒服，只有自己知道。

3.幸福由众多的因素构成

当我们偏爱某种东西（财富、地位、声誉等）时，以为得到这些东西就是得到幸福。其实，财富、地位等任何一种实体，它本身并不是幸福的实质，只是引发人生幸福的某一种因缘。幸福人生由众多的因素构成，中国古代有五福之说：即长寿、富贵、康宁、好德、善终等。对幸福人生而言，这些因素是不可缺少的。

4.幸福是物质与精神的统一

幸福是物质的？抑或是精神的？有的人以为物质条件优越就能活得幸福，这是把幸福看成是物质的；有的人以为只要精神愉快就幸福，这是把幸福看成是精神的。其实，幸福是物质与精神的统一。在现实生活中，人心随境转。舒适的生活环境是产生幸福的

基础,如事业的成功、家庭的和谐等,这说明幸福需要物质的基础;另一方面,幸福又由心灵来感受,只有健康的心境,才有幸福可言。心情不好,即使贵为皇帝,拥有天下的权力、地位和财富,依然会活得痛苦不堪。

二、幸福与不幸福

人的一生,总是会遇到顺境和逆境。通常人们以健康为幸运,疾病为不幸;成功为幸运,失败为不幸;富有为幸运,贫穷为不幸……生活在顺境中的人,大家都觉得他很幸运,很幸福;相反,有些人时运不佳,遇到逆境,人们就会认为那是不幸,是痛苦。然而世间本来就存在顺境和逆境,有顺境必然有逆境,这是一种普遍的现象,人类应该正确地认识它。

1.平等而客观地看待幸福与不幸

顺境与逆境既然是构成社会人生的两个方面,那么它的存在必然是合理的。我们应该正视顺境与逆境的客观存在,就如正视白天黑夜、春夏秋冬的自然规律

一样,在顺境、逆境面前,不应该生起爱憎之心。

2.痛苦使快乐更快乐,不幸使幸运变得幸福

世间的痛苦与快乐是相互依存的,谁也离不开谁。有些人只要快乐,不要痛苦;只要顺境,不要逆境。可是,没有痛苦就没有快乐,没有经历逆境,就无法认识到顺境的可贵,就像长期享有顺境的人,很难生起幸福感。因此,痛苦使快乐更快乐,不幸使幸运变得幸福。就如疾病使健康变得快乐,贫穷使富有变得幸福。

3.幸福与不幸相互转换

幸运与不幸不是绝对的,会相互转换。幸运往往会转为不幸,比如手握大权是幸运的,但以权谋私,干违法乱纪的行为,结果却造成不幸的结局;有父母溺爱的子女是幸运的,但在父母溺爱中成长起来的小孩,走上社会难以独立却是不幸的;生在富有之家是幸运的,但过去许多纨绔子弟,不知珍惜财富,吃喝嫖赌,养成浑身恶习却是不幸的。不幸有时也会转为幸运,如逆境使人奋发向上,努力造就自己,将来对社会能大有作为。顺境使人陶醉,忘乎所以;逆境使人清醒,能引起自身的反思,使人们对人生的认识更有深度。另外因

祸得福,塞翁失马,都说明了幸运与不幸会相互转换。

4.不幸中的幸福,幸福中的不幸

人因为偏爱于某一点,才觉得自己幸运或不幸。喜欢当官的人,一旦获得官位,就会觉得幸运;假如没有机会当官,那就是不幸了。希望成家的人,找到合适的对象,觉得幸运;找不到理想的对象,就觉得不幸。其实,在幸运中包含着不幸,比如财富多,担心黑社会绑架;社会地位高,行动不自由;事业做得大,闲功夫就没有了。而在不幸中也往往包含着幸运,比如没有地位、名誉,就不会被地位、名誉所累;没有事业,就不会被事业所累;没有家庭,就不会被家庭所累。

三、建立幸福人生的方法

人类在无明的驱使下,盲目地追求幸福,结果得不到幸福,反而引来无尽的痛苦。要想得到幸福,就得有合理的方法。

1.消除不幸福的因缘

建立幸福的人生,首先要消除不幸福的因素。不幸福的因素主要有:(1)错误的认识,颠倒的观念。如

不信因果,胡作非为;或不了解无常,执著永恒等。(2)强烈的我执。以自我为中心,去面对世间的一切;或执著自己拥有的一切为我,如执身为我、执名为我、执财富为我等。(3)贪嗔痴:假如让这些烦恼支配自己的人生,就会害己害人。(4)不善的行为。种不善因,招感苦果。这些都是造成人生不幸福的因素。假如希望拥有幸福的人生,就应该努力地消除它。

2.无所得、不受

有漏的世间,必然会存在种种不幸。可是有时面对同样的环境,人们痛苦的程度却不一样,这是为什么呢?就世间的不幸来说,因为你在意了,才会对你构成伤害;假如你不在乎,天大的不幸也没什么了不起的。就个人的情绪来说,正确认清人生的现实,观诸法空、无所得,就能坦然地面对人生的不幸,摆脱低落情绪。

3.广种福田——行善

幸运与不幸,都有它的因缘因果。幸福人生的获得,首先是不种不幸之因,也就是摆脱各种造成人生不幸的因缘。其次是广种幸福之因,多行善事,如修十善等,开发生命中幸福快乐的源泉,就能得到无穷无尽的

幸福。

4.生活简单、思想单纯

现在的都市人，大多觉得活得很累，原因是什么呢？社会太复杂了，生活太复杂了，心理太复杂了。身体的疲惫，睡上一觉就能解决，如果思想太复杂了，想睡也睡不着。人类的痛苦有身苦与心苦，身体有痛苦的人只是少数，而心理上存在痛苦的人普遍存在。复杂的社会、复杂的生活，使人活得很累；而复杂的思想，滋生种种烦恼、妄想，让你不得安宁。相反，生活简单、思想单纯，使人轻松、自在。

5.知足

幸福是一种感觉，一个人只有当他自己觉得幸福的时候，那才是幸福的；相反他自己不觉得幸福，你能说他幸福吗？获得幸福感，知足是一种廉价的方式。一个贪得无厌的人，即使拥有再多的财富、再高的地位，总是不满足，生不起幸福感；而知足者，却能在极为简单的物质条件中，得到满足和快乐。

四、结 说

幸福人生的建立，首先要正确地认识什么是幸福；其次要探讨幸运与不幸的因缘因果，一方面从根本上消除造成人生不幸的原因，另一方面努力培植幸福人生的因缘，只有这样才能究竟获得幸福人生的结果。

1999 年春写于厦门南普陀阿兰若

探究世界形成的因素，
考察心物现象的实质，分析
有情命运的原理，建立幸福
人生的方法。学佛的基本德
行，三乘圣贤解脱的法门，尽
在此中。

-- 《十善业道经》的启示

目 录

前言	1
一、绪论	1
二、如何看待一部经典	31
三、谁是创世者	39
四、心物现象的透视	53
五、有情命运差别与业力	61
六、学佛的基本德行	73
七、建立幸福人生的十种因素	81
八、成佛的途径	131
九、菩萨的精神	157
十、摄化众生的方便	163
十一、趋向解脱的法门	167
十二、结说	175

一、绪 论

(一)、学习本经的意义

今天,我要讲的经典是《佛说十善业道经》。这是一部大家比较陌生的经典。有人可能会问:佛教的经典很多,就我们平常比较熟悉的如《普贤行愿品》、《金刚经》、《地藏经》、《弥陀经》等,都是人们喜闻乐诵的。为什么要选择讲《十善业道经》呢?因为这部经典是所有经典中,最根本的一部经典。也就是说,我们修学一切佛法,都要以此经的核心内容“十善业道”作为基础。而十善业道呢?通常又是被我们所不重视的,总觉得它很简单。然而,恰恰在我们修学佛法中,它又是最重要的。所以,我们要宣讲《十善业道经》。学习这部经典的意义,有五个方面:

1.明了人生的因果

因果,是宇宙人生的规律,也是佛法建立的根本。整个佛法的理论体系,都以因果为基础。世界上的宗

教、哲学、科学也都谈到因果,但由于缺乏般若智慧,所以对因果的问题总是不能正确地认识。说到因果,首先比较容易让我们想到宿命论的因果。宿命论的因果,从佛法的角度来看是错误的。因为宿命论的因果是机械的因果,它认为人的命运是冥冥之中注定的。假如说,人的命运都是冥冥之中注定的,那人们现生的努力就没有用了。它否定了人们现生行为的价值。而佛法既讲因果又讲因缘,就像在田里播下一粒种子,它需要肥沃的土地、阳光、水分,这粒种子才能发芽、生根、开花、结果。同样的,人虽然在前生种下了因,但从因到招感果报,还要取决于因缘的和合。

我们的命运虽然有既定的因素,但通过现生的努力,还是可以改变的。而宿命论者则认为,人的一切都是命中注定了。这个结论,仔细推敲起来确实很有问题。比如说,有一个人他本来可以活到 80 岁,由于遭到意外的打击,气不过,怎么想都想不通,于是在 30 岁或 40 岁就去跳楼了。他的跳楼,是不是前生注定的呢? 一个小孩本来可以很健康地活着,由于父母不懂得照顾,一天到晚给他吃一些不好的东西,弄得小孩三天两头不是发高烧,就是拉肚子,面黄肌瘦。这是不是前生注定的呢? 又比如说: 一个人干坏事是不是前生注定