

ZHONGGUO

FOJIAOWENHUA

DITU



佛教文化 地图

中国文化地图书系
拓展您的视野
启迪您的智慧
阅读文化精品
吸取佛教文化精华
中国佛教文化地图



国环境科学出版社
苑音像出版社

傅斯年



中国文化地图书系

中国佛教

文化地图

张昱昕 主编

中国环境科学出版社
学苑音像出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国文化地图书系/张罡昕著—北京:中国环境科学出版社,2005.12

ISBN 7-80163-367-9

I. 中… II. 张… III. 中国文化—读物—历代
IV. 122

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 093529 号

中国文化地图书系

中国环境科学出版社 出版发行
学苑音像出版社

北京一鑫印务有限公司

2006 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

开本:1/32(850×1168) 印张:122 字数:3358 千字

ISBN 7-80163-367-9

全十六册定价:448.00 元(册均 28.00 元)

(ADD:北京市朝阳区三间房邮局 10 号信箱)

P.C:100024 Tel:010-65477339 010-65740218(带 Fax)

E-mail:webmaster@BTE-book.com Http://www.BTE-book.com

目 录

第一章 佛的生命	(1)
一、佛的诞生	(1)
二、年轻太子的苦恼	(3)
三、菩萨树下	(10)
第二章 佛的教育与意义	(21)
一、法的发现	(21)
二、弘法的方法	(24)
三、一切归空	(28)
四、普渡众生	(32)
第三章 佛的入世观念	(38)
一、中国佛教的入世	(38)
二、一念三千	(40)
三、一切现成	(48)
四、人生佛教	(53)
第四章 佛看人生	(62)
一、苦是人生的本质	(62)
二、生命的痛苦之源	(67)
三、人生的理想境界——涅槃	(84)
四、人生幸福的追求	(90)
第五章 佛看人性	(105)
一、止恶扬善	(105)

二、大慈大悲	(112)
三、自利利他	(117)
第六章 佛与处世	(123)
一、正视生活	(123)
二、烦恼即菩提	(131)
三、摆脱烦恼	(135)
四、善待真理	(139)
五、面对灾祸	(145)
第七章 佛与修身	(149)
一、正确的金钱观	(149)
二、拒绝诱惑	(153)
三、财迷心性	(161)
四、勇于面对错误	(166)
五、善待你周围的人	(170)
六、与人方便	(178)
第八章 佛与做人	(181)
一、坦然面对逆境	(181)
二、幸福就在当下	(186)
三、面对成功	(188)
四、平常心是道	(192)
第九章 佛与戒欲	(200)
一、欲望与本能	(200)
二、美色的诱惑	(206)
三、无求便是安心法	(209)
四、万恶淫为首	(211)
五、节制情欲	(214)
六、舍身成仁	(217)

第一章 佛的生命

一、佛的诞生

四月八日是佛的誕生日。他跟我们不一样，因他并非在娘胎里待过 280 天，据称他在母亲——摩耶夫人的胎里待了 400 多天才诞生。此外，他在娘胎时的情况也非比寻常。

《本生吼雀经》和《佛本生经》里也谈及这件事。这些经典里说，佛基于前生的善因，才得到善果，故降生为释迦族的王子。

在佛的诞生里，据说最与众不同，就是生下后能够立刻走路。

释迦的母亲是摩耶夫人——净饭王的王后，当她要生产时，刚好想回娘家做月子，结果在归途中，到达卡比拉国境内的一间别墅里，适逢百花盛开，她一看到百花灿烂的情景，忽然触动胎气。根据当地的习惯，只要胎气一动，树枝下垂，婴儿自然会诞生。于是，她在这个花园里，手持树枝，等待生产了。

但是，佛在娘胎里待了一年半，实在是极大的难产。摩耶夫人在产后一星期，就遗下太子去世了。反之，佛在娘胎里似乎发育得非常良好。

根据经典上说，佛是从母亲右肋的腹部附近落地。当时的情景曾用铜像制造出来。当他从右边肋腹出来时，产婆从下面接住，

五位女官就用开水冲洗，此情此景，铜像上栩栩如生。

经典上说，太子出生时，走了六步，踏出余下半步时，自己说：“天上天下惟我独尊，三界皆苦，我一人拯救”。如果照现在人的判断，天下那有这样荒谬的事情呢？事实上，我们只能做人为主的判断，此外别无他法。

总之，佛的诞生情形是与众不同的。

据说，摩耶夫人怀胎的时候，曾经碰见过几件事情。原来，摩耶夫人跟净饭大王起初都没有子女，于是，他们极想生得一男半女，天天向天祈愿，有一天晚上，摩耶夫人得到神圣的梦言，因为，她梦见一条白象突然闯进自己肚子里，她来自忉利天（净居天），也就是佛住的世界。

据说，从忉利天搭坐白象下凡时，呈现普贤菩萨。普贤经行愿品这部经典中这样记载的。例如怎样下凡，怎样寓宿于娘胎里。

在《佛本生经》里，叙述各种以前的事，也就是出生在忉利天，成为普贤菩萨以前的种种事迹。佛的本生经在南方很流行，也叫作本生谭。

佛诞生时，立刻说话“三界皆苦”，这个三界就是指我们生活的世界。

我们居住的世界叫做三界——欲界、色界、无色界。其中以欲界——欲念极深的世界，和我们的因缘最深。五感（即眼、耳、鼻、舌、身等五感官）、六感（即是意识），会引发我的欲念。眼指眼睛，耳是耳朵，鼻为鼻子，口是嘴巴（舌），身指身体，心为心意，彼此互相关连，聚合重叠，而构成我们的身体。一看见东西就想占为己有，一直就想听好事，想吃美食，想要快乐，想要玩乐，诸如此事，全都靠眼、耳、鼻、舌、身和意等来追求欲望，此即我们的生活实态。

若能稍稍修行，就可从欲界转生到色界，再从色界上升到无色界。

这些世界到底是什么样的世界呢？那就是“三界六道”。我们生活在这个六道世界里，六道就是地狱、饿鬼、畜牲、修罗、人间、天人的世界，即此六个世界。

欲界是由六道世界一步跃过的世界，叫做声闻世界。此外，有缘觉世界、菩萨世界，直到佛的世界，这些合称十界。

佛要解救三界中受苦受难的众生，只要跃过这个痛苦世界，应该能到声闻、缘觉、菩萨、如来的世界，佛预言我们可藉六步半步，或“天上天下惟我独尊”到达那种世界。

二、年轻太子的苦恼

1. 妻儿团聚、生活幸福

佛在 29 岁以前，体验了跟世人一样的生活，以此成了新生活的基础，在经典里记述各种有关佛从少年到青年时期的记录。

他到了 29 岁的年纪，当然结婚生子了。他的妻子是亚梭达拉公主，夫妻俩和儿子生活得十分幸福，每天的生活跟常人没有什么两样。

印度贵族的结婚条件非常繁杂。例如，一族人聚集一块儿，男人如要向其中一位女郎求婚，一旦碰到许多追求者，首先得从竞技中获胜利，通过测验才能得到那位女郎，这是当时的印度习俗。

佛当然也跟其他释迦族人较量，依照祖传顺序，最后才娶到亚梭达拉公主。不久又喜获麟儿，他对妻儿的爱自然与日俱增，那么他为何要切断这条爱的绳子呢？这是一个很重要的问题。

2. 业与烦恼

人生有业与烦恼的存在。我们的日常生活全是“发业润生”的一种业的结果，才会出生在不能如愿以偿的世界。如果我们全都能生活得很满意，当然再好不过了。实际上，我们全都不能生活得很幸福。这种无法如愿以偿的生活，为什么会如此呢？又要怎样努力才好呢？努力的结果，好坏如何，一定要仔细研究才行。总之，我们的生活不能事事如意，而且徒劳无功，那些努力全由于错误引起。

因为做事不能如愿以偿，一切想要依照自己的意思去做，殊不知后者本身就不合理。

不用说，人类必须体验生老病死的四苦。然而，我们总得想办法避免，可惜，不论怎样努力避免，也难逃死亡的命运。

因此，这是无谓的努力。因为前有人类无法避免的谛法、理法，以致引起不想得到的欲念（惑），为了要满足它，才努力活动（业）。诸如此类的业和烦恼的相互交织，操纵着人类，这就是人类生存的实态。

尤其是，年轻人的体力旺盛，同样地，他们也有旺盛的意欲，而且过分相信自己，这就是业——释尊所说身、心的活动——十分旺盛。由于欲念旺盛，就会引发连锁性的相互反应。业于烦恼的交互作用，和互相联系，促使生活更加复杂。何况，年轻人根本不曾想到有关四苦的苦恼，这可以说是年轻人的优点和缺点。目前世人正沉迷在实验主义的时代。

3. 四 苦

我们不分男女老少，无不想要永远年轻，但都徒劳无功。经过三年，身体当然会衰老三年，这是无可挽回的事。不论怎样努力，

或费尽心机，都无法逃避这个事实。而且，努力一百次或二百次，也无补于事，由于自己无法自觉，致使一直为生老病死的四苦所烦恼。所谓四苦者，就是出生、衰老、疾病和死亡，这是人们的必经之路。但是，许多人却一直设法反抗这个事实，例如，长生不老，或早除病患，甚至也想逃避死亡。

因为死的问题是与我们的生命连续有关，所以，死虽然能够解决一切，但人们却尽力要反抗死亡，极力不想死。回顾人类千万年的历史，可知人类全都难逃一死，怎么可能只有自己能免去一死呢？人们不断在反叛大自然的理法，凡反抗或反叛心越强的人，其所感受的苦恼就越大。如果死亡来临，改以欢迎的态度，只能陷入平静的精神状态，照样也无法长生的。大家费尽心机想要长生不老，殊不知这种努力却在反抗自然定律。

4. 八 苦

爱别离苦的烦恼，又何尝不是如此呢？我们不得不离开所爱的亲人事物。我们乐于拥有名誉、财产和地位，或要生活得锦上添花，其实，时间一到还是必须要弃它而去。

不料，我们却对于这些满怀执着，迷恋不舍，依赖着名誉、财产、地位或自己的身体，拘泥于苦恼。同时，想尽办法要战胜苦恼。

此外，尚有求之不得苦。因为大家都活在贪欲世界里，所以，贪婪之心极强。再三追求，仍然不会满足。要求无限，所得有限。其间出现很大的差距，想要多多益善，结果都不能如愿以偿。这个误差就成为苦恼的根源。其实，给予者是根据自己的业，所以，所得的限度跟自己所造成的业是相等程度。

自己的业早已决定自己该得多少，一点儿也不能强求，大家不知自业自得的原则，结果总想得了还要得，以至烦恼丛生。

由此看来，惑(欲)、业、苦，一直在我们心里蚕食着。然而，我

们一定得在生活上感受苦痛。有时为爱别离苦，有时为怨憎会苦。怨憎会苦就是苦于会晤讨厌的人，苦于碰到讨厌的事情。

甚至在家庭里会发生讨厌的事情。不论怎样和睦的家庭，有时也会发生不愉快。反正各个家庭都有问题发生，这就是怨憎会苦的烦恼。

至于五阴盛苦，就是人人都会增加年岁，逐渐衰老。感受衰老，就叫做五阴盛苦。五阴系指耳朵、眼睛、鼻孔、口(舌)、身体等五项感官而言。

眼睛不好，会表现愚痴，头发斑白时也会表现愚痴，牙齿脱落，耳朵重听，身体陷入半身不遂，因缘成熟，最后就是寂灭为乐了。总之，部份感官逐渐衰退，以至面临死亡。倘若不懂寂灭为乐的因缘，也会出现各种愚痴。这叫做五阴盛苦。眼见自己逐渐老态龙钟，心里简直无法接受这种残酷的事实。大家总想永远年轻、健壮、成功，保持昔日的风彩。这也是感受痛苦的原因之一。

佛把这些全都归纳起来，称为“四苦八苦”(生老病死的四苦，加上爱别离苦，怨憎会苦，求不得苦，五阴盛苦)。反正我们已经诞生人间，若不经历四苦八苦，这一辈子就休想混过去。不论愚痴或圣贤，都应有备尝这些苦痛的勇气。

反抗苦痛会碰到麻烦，碰到麻烦或困难，就会引起业的问题。

5. 自我批判的重要性

我们对于事物只会下客观的判断，但是，佛却以为我们应有主观的判断。所以，佛教导我们如何从事主观的判断。倘若我们一直能够主观地判断事物，那就能很简单地了解事物，由于我们只能客观地下判断，以致产生各种矛盾。

佛所说的主观判断，譬如对生老病死而言，佛怎样下判断呢？其间有一段著名的传说。

佛因为四门出游，而悟出四苦的道理，刚好有一次带着侍从从四方之门出外游玩。这时候，他明白各个区域的状态。有时会碰到病人，有时逢到别人出葬，甚至有时也会遇到老态龙钟的人。那时候，他立刻会产生主观判断。

如果遇见老人，他马上就产生如下的判断：我将来也会像他一样，变成老态龙钟的人吗？弯腰驼背，病人姿态，四大不调和（古代印度人以为人的身体由地、水、火、风等四项要素构成，倘若四项调和，就能保持健康）。

如果看见别人出殡，他就会判断：我也会像他一样有死期来临吗？他意识到葬式的情形，必然会出现在自己身上。反之，当我们看见别人的出殡仪式，也许暗忖又死了一个多余的家伙。今天算自己倒霉，碰到这种不祥的事情。

总之，我们只能客观地判断人事。倘若能够视别人的事情为自己的事情来判断，那么，别人生病也觉得像自己生病一样苦恼。同时，只要死是我们的自业，我们就非承受不可。不论病人，或老人，只要看见他们衰老的姿态，都会这样判断：“已经是驼背弯腰的老公公，走路慢吞吞”，“真是呆头呆脑的黄脸婆”，倘若知道自己有一天也会变成那个样子，恐怕就没有理由嘲笑他们的老态了。

佛说爱别离苦，是必须要别离心爱的人和喜欢的事物，诸如此类也得有主观判断。怨憎会苦也得有主观判断。至于五阴盛苦方面，不妨看看自己的眼睛、鼻子、耳朵、口（舌）和身体憔悴与衰老的情形，就会主观地产生一种自觉——那是自己所造的业。总之，我们要好好自觉自己的业和苦。这样一来，对于现实中的自己所做的感受方式，自然会非常满足。可惜，我们却极难这样做，因为我们一直在客观地观察事物。

佛反复告诫我们，不论对任何事物，都得有主观和客观的观察训练。我们所处的世界，乃是三界皆苦，而我们全是苦难的众生，

也是四苦八苦的世界,更是业的世界。今天,我们必须在日常生活里受尽苦痛,也是由于业的缘故。

由于过去的业,才会感受现在的苦恼,因为我们常常对于苦有某种错误的认识,并以此来理解事物,结果才会反抗这些苦恼,而无法接受现实,愤恨不平、满肚牢骚,为了克服现实生活的矛盾与束缚,在不停地努力之际,就导致各种错误。这叫做“三界皆苦”。谁会拯救三界皆苦的人间社会呢?佛说:“由我一人来救。”他怎样解救众生之苦呢?

6. 舍家弃欲

现在不妨再看看佛的生活,他年届 29 岁,已经拥有妻儿,净饭王尚在人世,自己又是堂堂太子,生活得非常快活。此外,尚有多位仆从和侍女,日子过得自由自在。生活在这种环境下,只要能够习惯,真是有权有势,而且有地位、有名誉、有财产、有亲人和妻儿。惟一不幸的是,因为母亲当年怀胎一年半,招致难产,一周后离世而去。后来,才由姨妈抚育释尊长大成人。这是他终身最大的不幸之一,此外,在生活上简直没有什么不幸。后来,他居然肯抛弃名誉、家庭、欲望、父亲、妻子家人,而入山修行,如果没有真正的自觉是做不到的。

虽然,我们过着无聊的日子,但也仍执着于这样的生活。许多人尚沾沾自喜家世的显赫,也有不少人不断在夸耀自己家财万贯,更有人津津乐道自己家庭能够数代相续。其实,我们全都在无始无终之间,拥有远源流长的祖先,何以不谈这些,而只夸耀几代的家传呢?

如果耿耿于怀那点滴的财产和官位福禄,那么这些都会控制我们的生活。我们要以正确的看法和心得来评价自己才好。可惜,正确的观点无法左右自己,反而生活在我执的情境里(对于某

件事过份执着，而忘却自己），由于我所执，致使自己被俘掳于执着的生活。那些束缚我们的东西，也就是打扰我们修养之物，即是无聊的名誉和财产，由于过份相信自己，总以为自己精力旺盛，致使自己不能步入正途，也就是不能进入寂灭为乐之境。

然而，佛的作风却不是如此。他的生活建立在现实上面，并把是非善恶建立于主观判断上面，并且而全力去实践，其间毫无妥协之处，他完全过着实践的生活。所谓自觉的生活，就是自己只要觉得那些好，那些不好，就立刻择善实行，全力以赴，这是佛的生活态度。

不论好坏，只要我们觉得不行或除此以外，没有其他方法时，就习惯于妥协。生活于惰性之中，这是我们的态度。反观佛的生活态度，跟我们就大不相同。他慎重地把是非善恶的标准，放在自己心中下判断，根据这项判断，不把自己的生活硬塞进现实里，所以，他能常常迈向新价值的生活境界。

正因为如此，佛才能抛弃妻儿眷属，到山里去修行，过着不同往昔的新生活。他抛弃家庭和欲望，成了沙门。当时，印度的修行生活可以说是禁欲，或者舍弃一切肉体欲望，而专心追求精神生活。所谓肉体欲望，是没有际限的。我们的脑海里经常会呈现肉体欲望，以致失去求真的意念，这正是我们的实际情形。

7. 三界里没有家

佛觉悟到现实世界里的肉体欲望，不论获得怎样满足，也不是大不了的事。因此，他总想追求某些精神上的东西，这就是他宁愿抛弃妻儿和眷属，以及名誉地位，而毅然到山里修行的原因。他努力苦修六年，其间，他啃树皮和果实，待在擅特山里修行。虽然历经六个年头，他仍觉得三界皆苦。

三界如束缚，好像手脚被人绑住似的，所以，引发我执和法执

二种欲望的心，就自然成为三界的束缚。

人们都有子女和少许财产。由于有了家庭，那怕是旧房子，也有必须回家的执着。俗话说，好坏总是自己的家，不论家在那里，只要一想到是自己家，就一定会回到那里去。一旦回到家里，就会忍不住说，还是自己的家好。但是，佛却说：“三界里没有家。”这是指执着于家庭的意思。有人住在高楼大厦里，有人的家居仅有二间矮房，不论如何，两者都是同样的家庭，即使是深山一间茅房，也不例外。纵使自己的家是间旧房子，或者肮脏极了，依然是好住家，打扫修饰一番就好了。虽然，有时想搬到好地方去住，但其中也不一定方便，只要家居习惯，照样是好家庭，继而执着于此。佛说舍家弃欲，二舍沙门；即舍弃家庭和欲望，就可成沙门。

三、菩萨树下

1. 常随的弟子

释迦牟尼的弟子，为数众多，最先追随他的弟子，是五比丘，即有五个人始终追随在他的身边，也叫做常随弟子。当年，佛要入山修行时，他的父亲净饭大王非常担忧，就从自己的侍从里挑选五位最得力的人，跟随佛入山去修行，他们就是常随的五比丘。

诚如上述，佛从 29 岁起到 35 岁，一直在擅特山里修行。当他在修行时，那几位侍从也一块儿在山上修行。他们的修行正是当时印度人所崇尚的修行。

开始修行是怎么回事呢？用目前的话说，就是禁欲生活。总之，舍弃欲念，先得舍弃食欲、穿着欲望，以及对一切事物的欲望，他们刚好遇见名叫阿拉拉、卡拉拉等仙人，于是老老实实仿效仙人

们的修行。

因为印度的天气温暖，衣着简单，食物为树皮和树根，他在山上采果实为食。居住场所是在树下静观，坐在树下修行。佛从一开始一直持续这种修行。不过，一般人会觉得如此禁欲生活苦不堪言，既无食物，又无衣服，睡在树皮上，或聚杂草而卧的生活，令人天天觉得疲劳，身体也会逐渐瘦弱。

2. 释迦下山

所谓仙人的修行，就是少吃食物，为了尽可能避免紧张的生活，对衣食住就很不在意。

有一次，我们攀登庐山时，不禁大吃一惊，竟然看见有人靠吞吐气息和云霞过日子。起初，还以为是吹嘘之言，等到自己上山一看，才知他们果真以云霞为食物，或喝水过日子。在印度入山修行的生活，延续至今，已经成为几千年来的一种修行形式了。

但是，这种肉体性的苦痛，加诸于自己的身体上面，到底有什么效果呢？佛一直很关注这个问题。

当时，大家都像仙人一样进入山林，减少衣食住的欲望，只维持最低限度的生活而已。他们刻苦修行，力求效果，但是，这样对于自己的大彻大悟，也就是对于开悟果真很有效吗？佛在绝望之余，终于停止六年来的修行生活。这种苦修方式对于自己的身体，似乎没有什么功效。再这样苦行下去，只会徒然增加肉体的苦痛。为了寻找更好的新生命，他毅然下山，离开苦行的生活行列了。

他下山的时候，只剩下皮包骨。“下山的释迦牟尼”，其实只是一副骨瘦如柴的图形、或雕刻像。

下山的时候，他明白自己本想追求某种精神上的东西，结果反而得到肉体的苦痛。为了找寻新生命，他深切感到一定要在精神上修行。