

佛说◎我说◎你说

律已◎修炼◎功德篇



四川民族出版社



佛说◎我说◎你说



律已◎修炼◎功德篇

铁适 编著

四川民族出版社

(川) 新登字 022 号

益州软科学研究所策划

责任编辑：杨 凌

封面设计：邹小工

技术设计：成礼才

佛说·我说·你说

律己·修炼·功德篇

铁适 编

四川民族出版社出版发行
新华书店经销

(成都盐道街三号)
自贡新华印刷厂印刷

开本 787×960 1/32
1993 年 2 月第 1 版

印张 5 插页 1 字数 70 千
1993 年 2 月第 1 次印刷

印数 1—5000 册

ISBN7—5409—0957—9/G·385

定价：14.80 元（套） 每册：3.70 元

卷 首 语

古人常说，学贵心悟，守旧无功。用自己的心去参悟人生真谛，觅求新解，乃人生之必须。人在这林林总总、苦乐参半的世界上，总不免有心行两歧、困惑不解的时候。然而，正是在上下求索的过程中，人才能领悟人生要义，找到精神的家园。我们之所以组织编写这套《悟的心》丛书，倒并非是发下了拯救世道人心的宏愿，而是想和广大读者朋友一道去领悟人生之道，以期让自己的心田充满人生的大智慧，达到一种空灵澄澈的境界。

所谓人生真义，远在云霞明天间，近在伸手可及处，像沐浴在月光下的一片朦胧而又清晰的森林，像森林中那爬满青藤又布满珠丝的小屋，像小屋中那神奇虚幻而又平凡实在的秘密。日月更替，天运消长，衣食住行，交游玩乐，悟心所到，则云开日出，见大光明。假如你在人生阅历中偶有心得，或是在爬梳优秀思想文化遗产时扪及精义，旁涉正解，不妨拿起你的笔，为这套小丛书增添一二个品种。倘若广大读者朋友能在阅读中受到点滴启迪，并能由此及彼，触类旁通，于会心处颌首一笑，以至终于悟出了一个世界之外的世界、自己之外的自己，则《悟的心》便算是不枉来人间一遭了。

悟的心编委会

律己·修炼·功德篇

●“我忏悔。自元始以来，我为妄想所迷而犯众罪。因身口意之业常颠倒，而误犯无量之善业障。”这则引自《忏悔文》的名言表达了僧人时刻不忘自己的罪孽，严于律己的诚挚心情。这种严肃的生活态度和勇于解剖自己的精神不是很值得我们借鉴吗？

●日本高僧圆尔辩图对修行僧说过这样一番语重心长的话：“坐禅一时，一时为佛；坐禅一日，一日为佛；坐禅一生，一生为佛。”人生在世，总要做些有意义的事。不管人生的旅途多么漫长，只要一步一步走下去，总会到达目的地。

●梁武帝在位时，达摩大师为了传播禅教，不远万里从印度来到中国。武帝问：“朕建寺养僧，有何功德？”达摩大师毫不客气地答道：“并无功德！”可见为求功德而行善是假行善，不仅是虚伪的，也是丑恶的。只有那种鲜为人知的善举才是值得推崇的。

佛说 我说 你说

目 录

律己·修炼·功德篇

- | | | |
|-------|-----------|--------|
| [226] | 一日三省，严于律己 | (1) |
| [227] | 他人盛名，假借不得 | (3) |
| [228] | 慎思熟虑，功高悟深 | (5) |
| [229] | 一步得失，差之千里 | (7) |
| [230] | 事事装懂，其实不懂 | (9) |
| [231] | 光阴珍贵，转瞬即逝 | (11) |
| [232] | 游戏三昧，堪称佳境 | (13) |
| [233] | 旦夕祸福，享受人生 | (15) |
| [234] | 面对恶行，拿出勇气 | (17) |
| [235] | 无佛无我，最终境界 | (19) |
| [236] | 勇于实践，增长见识 | (21) |
| [237] | 寻找宁静，反省自我 | (23) |
| [238] | 姿容娇艳，并非美女 | (25) |
| [239] | 多提疑问，能获真知 | (27) |
| [240] | 生不带来，死不带去 | (29) |
| [241] | 初志确立，贯彻一生 | (31) |
| [242] | 羡慕嫉妒，不能得道 | (33) |
| [243] | 不懂之事，虚心求教 | (35) |
| [244] | 喜新厌旧，学术大忌 | (37) |
| [245] | 荣华富贵，过眼云烟 | (39) |
| [246] | 能说能干，国家栋梁 | (41) |
| [247] | 动机不良，结局必悲 | (43) |
| [248] | 管中窥豹，抓住本质 | (45) |
| [249] | 奋斗追求，务要专精 | (47) |
| [250] | 说话办事，要留余地 | (49) |

- [251] 珍宝非宝，人才为宝 (51)
- [252] 一生悬命，功德昭著 (53)
- [253] 收获甚少，亦勿轻视 (55)
- [254] 严师高徒，雷轰电奔 (57)
- [255] 天地无常，本质依旧 (59)
- [256] 不懂休息，不会工作 (61)
- [257] 身外之物，弃之不惜 (63)
- [258] 他人才能，不要妒嫉 (65)
- [259] 信仰宗教，不能盲从 (67)
- [260] 传播法理，应无保留 (69)
- [261] 施教于人，要讲方法 (71)
- [262] 误信邪道，身败名裂 (73)
- [263] 大众疾苦，即我之苦 (75)
- [264] 矫揉造作，难保自然 (77)
- [265] 点铁成金，发掘人才 (79)
- [266] 生时独来，死时独往 (81)
- [267] 撒谎劳神，缩短寿命 (83)
- [268] 娇宠孩子，有害无益 (85)
- [269] 弱肉强食，生灵悲剧 (87)
- [270] 借故强辩，事业大敌 (89)
- [271] 礼让三先，贤士风范 (91)
- [272] 事必躬亲，口碑载道 (93)
- [273] 虔诚修行，云行雨施 (95)
- [274] 为人处世，应有雅量 (97)
- [275] 纳忠言难，逢益友难 (99)
- [276] 私情断绝，真正报恩 (101)
- [277] 固执己见，动失人心 (103)
- [278] 贪得无厌，定吃大亏 (105)
- [279] 集中精力，做好一事 (107)
- [280] 虚荣之心，不入禅门 (109)
- [281] 头脑清醒，不受蒙蔽 (111)
- [282] 他人命运，莫予干涉 (113)
- [283] 自己的路，自己走完 (115)
- [284] 正襟危坐，陶冶性格 (117)
- [285] 不识羞耻，准入地狱 (119)
- [286] 信念不移，青春永葆 (121)

- [287] 心如铁石，绝意寡情 (123)
- [288] 嘲弄别人，嘲弄自己 (125)
- [289] 往者已矣，冷暖何妨 (127)
- [290] 不骄不欺，心自坦然 (129)
- [291] 人虽贫贱，志不可短 (131)
- [292] 百尺竿头，更进一步 (133)
- [293] 近朱者赤，近墨者黑 (135)
- [294] 修身养性，靠拢佛祖 (137)
- [295] 苦炼修行，至死不悔 (139)
- [296] 业精于勤，业精于专 (141)
- [297] 妖言惑众，定遭报应 (143)
- [298] 注意识别，花言巧语 (145)
- [299] 所学学问，派上用场 (147)
- [300] 正确判断，他人价值 (149)

〔226〕 一日三省，严于律己

人若知自爱，则应慎护自己。有心者应于三时之一，严以自我反省。

——《法句经·一五七》

名言大意 一个人如果真正地知道自爱，那么他就应该谨慎地保护自己，至少每天三次反省自己的过失。

旁白 位于日本京都东北方向的比睿山由于两点原因而非常出名：一是因为它是天台宗之祖最澄禅师的寺庙所在地，二是因为后来曾有不少名僧高徒来这儿苦修。这些年，由于旅游事业的迅速发展，到此山的延历寺参拜和观光的人越来越多，因而这块净土就日益显得世俗化。虽然如此，目前仍有僧人在那里苦苦修行。

修行的方式如下：

分为两种，一种是1000天的绕峰行，另一种

是12年的居山行。所谓1000天的绕峰行，就是每天按照规定的路程，沿着山路行走40公里，并且在沿途所设置的260个参拜处逐一许愿。七年中，要反复进行这1000天的修行法。通常是：开始三年，每年进行100天；第四、五年，每年进行200天；第六年，100天；第七年，又进行200天。

这种苦苦的修行对习惯于舒适生活的人来说，当然纯粹是自讨苦吃；但对于那些一心要用佛意净化自己的人来讲，那就完全是另外一回事了。



〔227〕 他人盛名，假借不得

如果有人问起，你信奉哪一种佛法？
也不可明确回答说是本派的信徒。

——莲如《御文》

名言大意 即使你已成为真正的佛教信徒，你也不应该假借这佛教信徒的名称来炫耀自己。

旁白 这句名言，是日本净土真宗本愿寺第八代法主莲如和尚（公元1415~1499年）的遗文中的一节。在他说了这句法言后，他又说：

“你不妨回答你，我不属于佛教的任何一派，我只知道念佛的可贵。”

这番话，也是莲如和尚用来勉励其弟子的，要他们以更谦虚、虔诚的态度致力于修行。

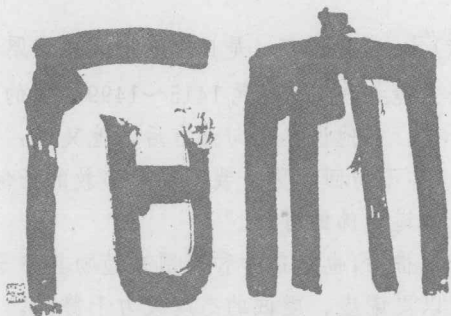
不论在哪一种宗派中，都有那么一些只听了一点教言就洋洋自得，认为自己已经获得了佛教

的全部真谛。曾有这么一个人，他只是在偶然中到过四川乐山，参见了端坐于江边，双手置膝，脚踩莲花，仪态庄重的凌云大佛。回到家乡后，他就大吹大擂，仿佛他就是大佛的真正弟子，真正是亵渎了这座世界第一大佛慈祥的气度和佛性的威严。

日本有位文学博士，想体验一下永平寺的坐禅修行，于是就请高岛大师“开后门”给予帮助。

高岛大师冷淡地回答：“你要去尽管去，想要我去当说客，这在我们禅门完全行不通。”

我们何必假借他人的威名来装门面呢？



〔228〕 慎思熟虑，功高悟深

志密，行亦密；功深，悟亦深。

——中峰明本《中峰广录》

名言大意 在采取行动前如能先慎思熟虑，做起事来就会有条不紊；做事时下的功夫越深，获得的成果就越大。

旁白 这则名言出自中国禅僧中峰明本的一本言行录——《中峰广录》，此书于公元1334年汇编而成。

在佛教看来，“三昧”是其重要修行方法之一，它使人的心神平静，杂念止息。“志密，行亦密；功深，悟亦深”就达到了“三昧”这种境界。据说人一到了这种境界，思维活动便随意自如，能一眼看透事物的本质。

就我们凡人而言，通常只能简单地将事物一分为二：非好即坏，非敌即友、非损即益、非恶

即善，等等。但对达到“三昧”境界的人来说就不同，事物的那种简单相对性的区别将完全消失，他们处理事情，全凭事物的本质而定，而不作“非黑即白”那样的简单断定。

“胸有成竹”这个成语就恰如其分地说明了这种境界：一流画家创造作品时心中已有作品的完整形象，画时剔除形象周围的杂物，杰出作品便产生了；普通画家则最多只能做到“照猫画虎”。

要做到“胸有成竹”，必须坚持手脑并用。这样，他就必定会有成功的一天。



〔229〕 一步得失，差之千里

犹如水滴之滴满水缸，愚蠢的人，总有恶贯满盈的一天。

——《法句经·一二一》

名言大意 无论做什么事，以起步的第一步最重要，一定要经过反复思考后再走出第一步。

旁白 古人讲：“凡事三思而后行。”

什么事都是从第一步开始的。千万不要认为这第一步无所谓。如果第一步走错了，随着你的双脚向前，在无形中你便会掉进泥塘，等你发现想再往回走时已经晚了，已是身不由己了。

假如一个向东，一个向西各走一步，那还无所谓，因为毕竟只有两步之差。可是再走，很快就会相差千里了。这就是通常所讲的“差之毫厘，失之千里”。不论我们向正义或邪恶，不论我们向真善美或假丑恶，只要你迈出第一步，要不了多

久，就会产生相当大的差距。

人世间的事本来就不是那么简单和单纯，所以一定要三思后再行动。一般地讲，做行善的事不那么简单、容易，但做恶却相当容易。千万不要认为只做一次恶无所谓，这就是陷阱，这就是染缸，很快就可使人堕落、染黑。不论是说谎也好，偷盗也好，只要有第一次，就必然有第二次，第三次……

做事之前，一定要三思。



〔230〕 事事装懂，其实不懂

以为自己懂，乃表示不懂。以为自己不懂，才是真懂。

——莲如《御一代记闻书》

名言 把别人的言论囫囵吞枣，实际上是不懂，
大意 而这种人却处处表示自己什么都懂。

旁白 被誉为净土真宗中兴之祖的莲如和尚，在《御一代记闻书》中用自我批判的方式叙述了真正信仰生活的乐趣。

俗话说：“对什么事都不要自以为是。”可是，在我们生活中，处处都可以遇见那种把别人说的话囫囵吞枣，自以为什么都对，什么都懂的人。也可以说，这种人的特征就是：“对什么事都自以为是。”

有不少人，他们自称是评论家、专家、学者，或标榜自己是什么“新星”。在很多情况下，他们