


慧人生三昧：



如何解脫

本性禪師
一著

智慧人生三昧：

如 何 解 脱



本性禅师◎著



廈門大學出版社
XIAMEN UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

智慧人生三昧:如何解脱/释本性著 —厦门:厦门大学出版社,2009 11
ISBN 978-7-5615-2949-2/B·90

I 智… II. 释… III. 禅宗-人生哲学-通俗读物 IV B946 5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 202473 号

责任编辑:薛鹏志

装帧设计:季凯闻

厦门大学出版社出版发行

(地址:厦门市软件园二期望海路 39 号 邮编:361008)

<http://www.xmupress.com>

xmup@public.xm.fj.cn

福州万达印刷有限公司印刷

2009 年 11 月第 1 版 2009 年 11 月第 1 次印刷

开本:787×1092 1/32 印张:20.875 插页:6

字数:330 千字 印数:1~8 000 册

定价:60.00 元(全三册)

本书如有印装质量问题请直接寄承印厂调换



本性禅师

本性禅师：

- 1965 年 出生于福建霞浦县
- 1985 年 出家于江苏常熟兴福寺，剃度恩师为悉明上人
- 1988 年 受戒于广东韶关南华寺，授戒恩师为本焕长老
- 1988—1996 年 先后毕业于南京中国佛学院栖霞山分院、
北京中国佛学院、斯里兰卡科伦坡凯拉尼亚大
学佛学与巴利语研究院，获文学硕士学位
- 1996 年 嗣法圆瑛大师的入室弟子明旻长老，为中国汉
传佛教临济正宗第 42 代、曹洞正宗第 48 代法
脉传人之一
- 1998 年 任福建省佛教协会副会长兼秘书长
- 2002 年 任中国佛教协会常务理事
- 同 年 作为中国大陆佛指舍利赴台湾供奉护送团成员，
护送陕西西安法门寺佛指舍利赴台湾地区
供奉瞻礼

2003年 任福建省政协常委、省政协民族宗教委员会副主任

同 年 作为中国佛牙舍利赴泰国供奉护送团成员，护送北京灵光寺佛牙舍利赴泰国供奉瞻礼

2004年 任福州开元寺方丈

2006年 参加第一届世界佛教论坛

2007年 发起组织“慈航菩萨圣像回归祖庭暨海峡两岸和平发展祈福大法会”系列活动

同 年 创办福建省开元佛教文化研究所，任所长

2008年 兼任泰宁庆云寺住持

2009年 参加第二届世界佛教论坛

出版专著：

中译英的《佛陀和他的十大弟子》

行脚记《孤僧万里行》

论文集《佛教的基本观点》等

半座人生

(自序)

有一次，佛陀在说法。演说中，他见大弟子迦叶于人群中听讲，便停了下来，与迦叶打招呼，叫迦叶到他身边，他还挪了座凳之半请迦叶上座。迦叶坚辞，但佛陀还是请他坐，并请之为众说法，此即佛陀分座迦叶的故事。分座也叫半座，比喻前辈请晚辈弘法，也比喻恭请者礼贤下士，予受请者与自己同等的地位，该公案载在《杂阿含经》中。在《法华经》中，也有类似公案，讲的是多宝如来分半座予释迦佛的事。佛陀曾经受前贤半座，自己又分半座后辈，说明了佛陀重视弘法，希望重视弘法的传统代代相传。



佛陀教化的一生就是弘法的一生，从初转法轮到嘱咐遗教，浩如烟海的三藏十二部经典，由此而出。可以说，佛教有今天，除了修证的功德之外，重要的是千百年来，有历代高僧大德踏着佛陀的神圣足迹，不断弘法。

弘法的意义，在于使佛法之脉绵延不绝，在于使众生的慧命不断得到解救。法脉不绝，便是正法久住。救人一命胜造七级浮屠，何况救人慧命。

弘法的对象，并不限于人。其实，在我们的弘法中，在场的就有许多其他的包括六道的众生。因为，一切有情众生皆有佛性，皆会闻法啊。

有人会说，我刚入佛门，或以前从未接触过佛法，弘法内容我听不懂，怎么办？别担心，是否听懂看懂并不重要，重要的在于是否听了读了诵了。一旦听了读了诵了，不管你懂不懂意思，皆已入了你的阿赖耶识，皆已种下了佛法的种子，这是个美好的转识成智的过程。你的善业由此积累，你的善果由此产生。见过转经轮吗？轮上有经文，一圈一圈转着，只要一眼望去，也许，你未必看清其文，明了其意，但佛法已转入了你脑你心你识，必将转识成智了。

我常在想，佛陀涅槃 2500 多年后的今天，我们还有佛法可以弘，可以听可以说可以读可以诵，多么难得！多么稀有啊！因为，佛陀证法不易，佛陀上首弟子们结集不易，祖师们取来的不

易，历代流传下来的不易啊！可以说，中国佛法堪称中国化的优秀历史文脉与民族精魂。

佛在世时我沉沦，佛灭度后我出生。忏悔此身多业障，不见如来金色身。

人生难得今已得，佛法难闻今已闻。此身不向今生度，更向何生度此生？

因此，作为佛陀的内围弟子——僧人们，一定要弘扬佛法啊。作为外围弟子——居士们，一定要听闻阅看念诵佛法啊。作为社会大众，一定要尊重、包容、理解佛法啊。

众生慧命，系汝一人。汝若不为，罪在汝身。

衲本性，作为僧团之一员，承前贤加被，有幸常得半座，很是感恩，当不会忘记自己的身份及义务与责任。但祈因缘常俱足，成就毕生弘法愿。期望与四众同仁共同精进，众志成城。

在中国，关于弘法，有许多有趣的传说，如：生公说法，顽石点头；神光说法，天花乱坠。而佛教，更有许多有趣的经典故事，内容包括：人生非人生的、生老病死的、爱情婚姻家庭的、学业事业的、为人处世的、伦理道德的、文学艺术的、哲学宗教的……种类之齐全、内容之丰富，有如一部百科全书，有兴趣的话，在听我说的阅我写的之外，大家还可以去查找看看，美妙着呢。

目 录

自序：半座人生/1

一、有佛法 就有办法/1

二、生存 为了尊严和拯救/6

三、生命如昙花/8

四、用因缘法透析人生/11

五、立法制戒的基准是人性的善或恶/14

六、我们都是死刑犯/17

七、修素食法门 救众生命/20

八、由象入质方可明辨善恶/24

九、生日要做 生月也要做/28

十、由杀戒想到堕胎与安乐死/32

十一、药师信仰是人间佛教的推进器/35

十二、以出世精神怎么能做入世的事业/39

十三、僧团的主业是什么/41

十四、弥勒佛的新时代是否已经到来/46

十五、戒酒无异于禁毒/50

十六、没有神圣化 要什么世俗化/52

十七、闭门思过/56

十八、方外之人 岂在方外/60

十九、佛教艺术的魅力/63

二十、为赈灾改修慈悲观/66

二十一、疲劳的对治/68

二十二、端午节的几个心愿/70

二十三、佛教对和谐的理解/72

二十四、佛教的革命性精神/74

二十五、明天的科学会是佛教吗/79

二十六、禅茶一味/81

二十七、科学的两翼应是伦理与规则/85

二十八、平等的横向与竖向/88

- 二十九、让宗教与科学齐头并进/91
- 三十、好话不可说尽/94
- 三十一、平安活着 该有多好/96
- 三十二、我是平民的法师平民的师父吗/99
- 三十三、六祖慧能的说法秘诀/104
- 三十四、佛教对病的认识/107
- 三十五、我的奥运征程/109
- 三十六、我借的高利贷何时可以还完/112
- 三十七、以佛心纠正人心 以佛道辅正世道/114
- 三十八、回归信仰 重建道德/116
- 三十九、我们的寺标/120
- 四十、我的修证方法/123
- 四十一、有勇气死 还没勇气生吗/126
- 四十二、我也上网/129
- 四十三、自力与他力的互动/131

- 四十四、学佛 18 关键词/135
- 四十五、没有信仰 还信什么/137
- 四十六、空性的现实意义/140
- 四十七、蚊声也扰禅心啊/142
- 四十八、病源自身/144
- 四十九、生命是如此的脆弱与顽强/149
- 五十、少些分别 多些平等/152
- 五十一、日行三事/155
- 五十二、快乐的慈善/159
- 五十三、救救老年僧尼/162
- 五十四、生命的真实与虚幻/167
- 五十五、理性的学佛四依止/169
- 五十六、以德报怨/173
- 五十七、有惭有悔 无怨无悔/176
- 五十八、生死一线分/178

- 五十九、寿庆的致命误区/180
- 六十、佛法 教你轻松炒股/182
- 六十一、以平常心看待福祸/185
- 六十二、小事一桩 何必生气/189
- 六十三、一赌明天吧/192

一、有佛法 就有办法

星云法师有名句：有佛法，就有办法。

昨天，有信士来寺，愁眉苦脸地叙述：他家遇大麻烦，而且祸不单行——公司破产，妻子离婚。现在，只剩一个儿子，什么也没有了。他说：“真羡慕师父您呀。”

我对他说：“您还不算惨，我更惨。”

信士惊讶地问我：“师父，您也遇到什么麻烦事吗？”

我说：“是啊，我都40多岁了，既无公司，也无娶



妻，更无儿子。好歹，您年纪比我轻点，还有个儿子啊。”

信士一听，笑了，说：“师父，我明白了，我不烦恼了。春节期间，我来作义工。”

“诸法因缘生，诸法因缘灭，我师大沙门，常作如是说。”既是因缘，便无常，便有缺陷，便有苦恼，就看我们如何对待。

因缘未生前，信士本无公司，也无妻子，说破产也不算什么破产，说离婚也谈不上离婚。

就是破产，就是离婚，又怎么样呢？因缘已散，不可挽留，挽之才强求才烦恼呢。

常听人言：不破不立。此话，虽以偏概全，但也未必一无道理呀！对信士而言，公司既已过去，妻子既已过去，未尝没有新的开始。也许，这新的开始，由于轻装上阵，一路能走得更好更远。

谁能说，祸福不相倚呢？

况且，苦难往往磨炼人，使人坚强，使人智慧。儒家就认为，上天要成就一个人，就会先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。佛教不也说，我不入地狱，谁入地狱

吗？苦难，是为消除我们业障而来的。

因缘的道理，一方面是灭，另一方面则是生。灭是毁坏、消失；而生，不正是新的生机吗？中国人说，大难不死，必有后福；绝处可以逢生。有诗也说：山重水复疑无路，柳暗花明又一村。

是啊，大自然的规律，也向我们提示了这一点，您看：月缺了，也就要圆了；夜暗了，也就意味着天要明了；冬天来了，春天还会远吗？

退一步说，反正已经够倒霉的了，还能再倒霉到哪里去？正行好运的人才需要警惕、提防、紧张、烦恼呢。

曾看过雨中小河里的蚂蚁，无助地在水流中飘荡着，但从未见它停止过挣扎，这挣扎难道不是一种对命运的抗争吗？我相信，总会有草木或岸土被它抓住的时候。“天行健，君子以自强不息。”我们人类在困境面前，会不如一只蚂蚁吗？

于佛门中熏习历练 20 多年，我很相信一点：众生是被自己打倒的。佛性于身，只要自己不趴下去，谁人也无法永远踩在您的身上。即使踩上了，那也只是表象