

智慧人生三昧：



如何自在

本性禅师

〔著〕

图书在版编目(CIP)数据

智慧人生三昧:如何自在/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202474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:1~8000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旸长老，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、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、把悲痛与哀怨抛到脑后/1

二、信仰与不信仰的区别/4

三、你可知道你是谁/7

四、你不见佛 佛却见你/11

五、信仰 无须科学论证/16

六、以得为失 以失为得/18

七、无须责难科学/20

八、皈依法 离欲尊/23

九、真空不异妙有/26

十、别以安全名义毁灭安全/29

十一、佛教对苦的理解/32

十二、从核武器开发想到杀戒/35

十三、语言的巨人不如行动的矮子/37

- 十四、宜敏于行讷于言/41
- 十五、不妄语戒的实质就是诚信/44
- 十六、什么是真正的自由/46
- 十七、佛教的理论建设/49
- 十八、还回动物权/51
- 十九、恶习如风 偏见如石/53
- 二十、名僧 高僧 圣僧/55
- 二十一、不知者不罪吗/57
- 二十二、人的最初意识从哪里来/59
- 二十三、和谐的佛教之于战乱的社会意味着什么/62
- 二十四、业余爱好是佛法修证的绊脚石吗/65
- 二十五、莫高窟飞天的忏悔/70
- 二十六、宗教对话促进世界和平/73
- 二十七、有敬畏 没有妄为/78
- 二十八、中国古代的宗教和睦之道/80

- 二十九、看到轿夫不忍坐轿/82
- 三十、宗教哲学的二种传统模式和正在发生的演化/85
- 三十一、门前乞丐是我师/90
- 三十二、强化精神性功能还是物质性功能/96
- 三十三、佛教也说做人难/100
- 三十四、从达摩面壁说起/102
- 三十五、寺院门票与佛国门票大比拼/104
- 三十六、祖师诞生的三大要素/108
- 三十七、避开人生的陷阱/110
- 三十八、修证的异象说明了什么/112
- 三十九、我们教育的重中之重/116
- 四十、佛教人生的至高点/119
- 四十一、道业 学业 事业/123
- 四十二、修学佛法可从五大菩萨的特质入手/125
- 四十三、不要从人间化堕到娱乐化/128

四十四、行脚参学是否关乎交通工具/131

四十五、人不应退化为大猩猩/133

四十六、清静僧也有烦恼/136

四十七、佛教反对自杀/139

四十八、佛教可以从圣诞节学到什么/143

四十九、恩则孝养父母/146

五十、送佛陀回故乡/151

五十一、福州开元寺的三兔/154

五十二、宗教信仰的源泉在哪/157

五十三、禅师的语言/159

五十四、佛教发展的空间有多大/163

五十五、自我和谐/165

五十六、理顺政教关系/168

五十七、我的行脚人生/171

五十八、金钱无关善恶/174

五十九、放生还是放死/176

六十、法显的委屈/179

六十一、道德的沙丘需要信仰的加固/181

六十二、人生有苦难也有幸福/185

六十三、昨天 今天 明天/187

一、把悲痛与哀怨抛到脑后

悲痛与哀怨，虽不是人生的写照却也是人生的写照。

佛陀早就说过，人生有八苦：生、老、病、死、怨憎会、爱别离、求不得、五取蕴。

如果，人生妄为，陷于轮回流转，超脱无日，更是苦海无边啊！

谈苦，不是消极与逃避，我认为，是一种觉醒。如果说，你曾经受苦，这是自然的；你企图现在充满幸福，那是不切实际的；你可以寄希望未来，但未来未必



可靠，除非，你给出了可靠的理由。尽管如此，但无论如何，你不应当把哀怨与悲痛留在身边，要把其抛到脑后。起码，你应当给予面对，自己舔自己的伤口。否则，你会被它的苦汁淹没。

有个女人的故事：她原是富家女，父母为之招赘了夫婿。不久，父亲去世，寡母便与丈夫私通。一气之下，她便弃亲生女儿外出漂泊了。几年后，她改嫁另一丈夫。这丈夫常在外经商，在外瞒着她娶了个小妾。她知道后闹死闹活，要把小妾赶走，前去一看，竟是自己和前夫所生的女儿。遭遇这些，她是多么哀伤与悲痛啊！从此，玩世不恭，自暴自弃，作妓为娼。后来，由于目犍连尊者的开导与度化，终于如梦初醒，出家去了，通过精进修行，成为了比丘尼的模范。她就是佛经中提起的莲花色姑娘。

还有个男人的故事：有个男人，被囚大西洋一个小岛，遭虐待整整 27 年。出狱后，命运使他当上了总统。就职典礼上，他礼请了各国政要，也恭请了曾经在监狱一直虐待他的三个狱卒。他恭敬地当众向大家介绍狱卒并赞美他们的优点，还向他们敬礼。事后，有知情者问

他为何这么做，他说：自己年轻时脾气很急，狱中的恶劣生活令他学会了如何在困境中控制情绪，并且从容地接受磨难。因此，他感谢那三位狱卒。他还说：当我迈出囚室迈向自由的那一刻，我就已经清楚，若自己不能把悲痛与哀怨留在身后，那么，我就仍然如同囚在狱中。这个男人，就是曾为南非总统的曼德拉。

佛陀早就指点我们，过去的已经过去，未来的未来，最珍贵的不是已经失去的，也不是未得到的，人生要把握的是现在，要珍视的是正在拥有的，哪怕对你来说这些还都是逆缘。

有两小孩，见室内暗，外面阳光灿烂，便持具不断扫啊扫，要把阳光扫进室内，但怎么做，皆徒劳无功。其母见此，告诉他们，把窗门打开看看。一开，光明满室。是啊，把心灵打开，乌云便会散去。

因此，让我们抛开悲怨与哀伤吧，不要让那些成为我们的负担，以使我们有更充分的理由轻装向前。



二、信仰与不信仰的区别

信仰者与不信仰者的不同在哪？

佛陀当年就此告诉提问的弟子：不信仰者，中第一支箭，心里便执著于该箭，迷惑、恐惧、伤痛永远缠着他。这无异于前箭未拔又中了第二支箭。佛陀接着告诉弟子：而信仰者，中箭后，会平静地去体察前因后果，尽可能地去消除伤痛，并且很快给予忘却。这无异于中了第一支箭以后，不再中第二支箭，而且拔掉了第一支箭。

记得，有个句子曰：“大风起兮云飞扬，威加海内