

佛教与人生

◎ 人间佛教书系 ◎

星云大师 ◆ 著

上海辞书出版社



人间佛教书系

星云大师 ◆ 著

佛教与人生

上海辞书出版社

图书在版编目(CIP)数据

佛教与人生/星云大师著. —上海:上海辞书出版社, 2008. 12
(人间佛教书系)

ISBN 978 - 7 - 5326 - 2631 - 1

I. 佛... II. 星... III. 佛教—人生哲学—通俗读物
IV. B948 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 135720 号

本套书由上海大觉文化传播有限公司独家授权
出版中文简体字版

责任编辑 金柯 邓越
统 筹 秦志华 蒋惠雍
整体设计 周晨
藏书票绘制 陈大利

人间佛教书系

佛教与人生

上海世纪出版股份有限公司 出版、发行
上海辞书出版社

(上海陕西北路 457 号 邮政编码 200040)

电话: 021—62472088

www.ewen.cc www.cishu.com.cn

上海书刊印刷有限公司印刷

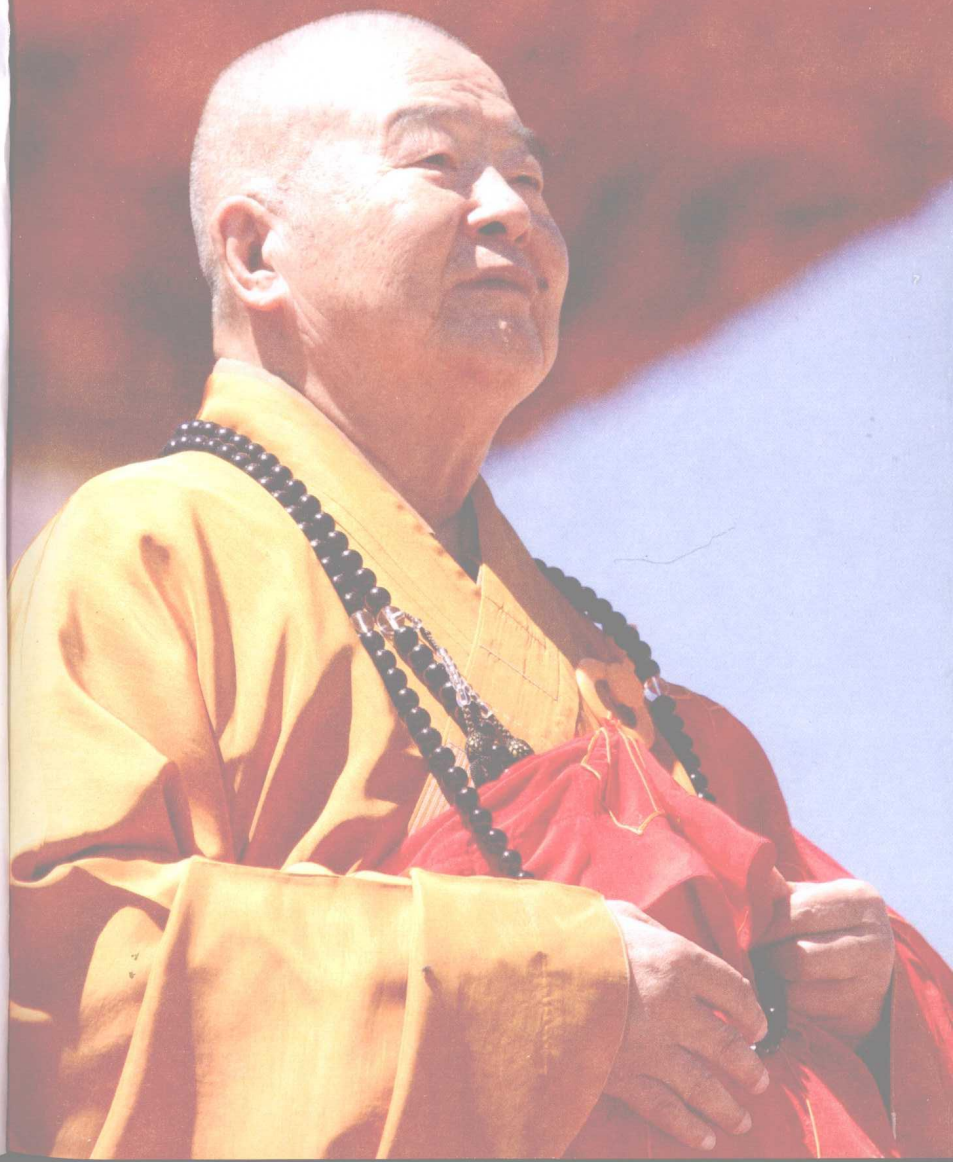
开本 787 × 1092 1/32 印张 8.25 插页 3 字数 165 000

2008 年 12 月第 1 版 2008 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5326 - 2631 - 1/B · 134

定价: 20.00 元

如发生印刷、装订质量问题,读者可向工厂调换
联系电话: 021—36162648



【总序：人间佛教正法久住】

我们生活在人间，人间有男女老少，人间有五欲六尘，人间有生老病死，人间有悲欢离合。在缺憾的世间里，我们如何获得欢喜自在？如何发挥生命的价值？如何拥有安乐的生活？这是我们要探讨的课题。

佛陀降诞人间，示教利喜，为人间开启了光明与希望；佛陀依五乘佛法，建立了“五戒十善”、“中道缘起”、“因果果报”、“四无量心”、“六度四摄”等人间佛教的基本思想。

为了适应时代的发展，我们创办文化、教育、慈善等事业，提出“传统与现代融和”、“僧众与信众共有”、“修持与慧解并重”、“佛教与艺文合一”等弘法方向。多年来，以“佛法为体、世学为用”作为宗旨，人间佛教渐渐蔚然而成，欣见大家高举人间佛教的旗帜，纷纷走出山林，投入社会公益，实践佛教慈悲利他的本怀。

2004年，我在香港和台北作例行的年度“佛学讲座”，三天的讲题分别为“佛教的生命学”、“佛教的生死

学”、“佛教的生活学”。我言：生命为“体”，作为本体的生命，是不增不减、永恒存在、绝对、无限、真常的；生死为“相”，每个生命所显露的现象，是有生有灭、变化无常、相对、有限、非常的；生活是“用”，生命从生到死，其中的食衣住行、言行举止、身心活动等等，无一不是生命的作用。因此，体、相、用，三者密不可分。我们既来到世间生活，就有生命，有生命就有生死，三者是一体的，其关系极为密切。因此，整个人间佛教可以说就是“生命学”、“生死学”、“生活学”。

今后，我预定在世界各地讲演《人间佛教的戒、定、慧三学》。所谓戒定慧，有谓由戒生定，由定发慧，由慧趣入解脱，是学佛的次第；在人间生活，更需要断除烦恼才能获得究竟的妙智，才能自在悠游于人间！

1949年，我从中国大陆来到台湾之后，为了适应广大民众的需求，毅然采取面对面的讲说弘法。从宜兰乡村的弘法，到城市各处的聚会；从监狱的开示，到工厂的布教。1975年，在台北艺术馆举行佛学讲座。接下来，我弘法的脚步，由北至南，由西至东，从学校到军营，从国内到国外。近二十年来，随着弘法的国际化，我更是终年在世界各地云水行脚，奔波结缘。

讲演的对象，有一般男女老少的信众，也有大专青年、企业界精英、教师、警察等特定对象。讲说的内容更是包罗万象，经典方面有《六祖坛经》、《金刚经》、《维摩诘经》、《法华经》等，也讲说佛教的义理、特质与现代生活的种种关系，以及佛教对社会、政治、伦理、经济、心

理、民俗、命运、神通、知见、因缘、轮回、死亡、涅槃等各种问题的看法。

三十年前，佛光山的弟子们将我历年来讲演的内容，陆续结集成书，并定名为《星云大师讲演集》，共有四册，二十多年来不知再版了多少次！许多读者将此套书视为认识佛教、研究佛学必读之书，也有不少出家、在家弟子，以此讲演集作为讲经说法的教材。

这套讲演集已缺书好一段时间，不时有人询问、催促再版。我重新翻阅，觉得此套讲演集讲说时隔已近三十年，虽然佛法真理不变，人心善美依然，但是环境变迁有之，人事递嬗有之。因此，决定将此书全新改版，不以演讲方式呈现，去除与现今社会略微差异之处，重新校正、修订、增删，并依内容性质，分类为《佛教与人生》、《佛法与义理》、《佛教与社会》、《禅学与净土》、《生死与解脱》、《宗教与体验》、《学佛与求法》、《人间与实践》八册，总字数一百余万字，因内容多与人生有关，故取名为《人间佛教书系》。为保存、珍重历史，同时又为方便后人参考、查询，仍将讲演的时间、地点记于每篇文章之后。

我之所以将此套书名为《人间佛教书系》，是因佛陀出生在人间，修道、成佛、说法度众都在人间；佛教本来就是佛陀所说，本来就是“人间佛教”！因此，我依循佛陀的教诲，无论所写、所言、所行，心中不时系念众生的福祉。我出家已超过一甲子，毕生竭力于人间佛教的弘扬与实践，主要是希望全世界各族群能相互尊重，人我能相互包容，社会彼此和谐进步。《人间佛教书系》是为我初

期弘法历程，以及一以贯之的人间佛教思想理念的鲜明见证。

这八册是《人间佛教书系》第一套的结集，以后尚有第二套，甚至第三、第四套的结集。由于，人的生命在不停地和事业、时间赛跑，我一生也与著作、讲说、服务人间在竞赛，所以，一切就随顺因缘了！

出版在即，为文略说弘法因缘，并以心香一瓣祝祷人间佛教正法久住，所有众生皆能身心自在，共生吉祥。

星云

2005年7月 于佛光山法堂

【星云大师略传】

江苏江都人，1927年生，12岁于宜兴大觉寺礼志开上人出家。1947年焦山佛学院毕业；1949年赴台，担任《人生杂志》主编、“台湾佛教讲习会”教务主任；1953年任宜兰念佛会导师；1957年于台北创办佛教文化服务处；1962年建设寿山寺，创办寿山佛学院；1967年开创佛光山，以弘扬“人间佛教”为宗风，树立“以文化弘扬佛法，以教育培养人才，以慈善福利社会，以共修净化人心”之宗旨，致力推动佛教教育、文化、慈善、弘法事业，并融古汇今，手拟规章制度，印行“佛光山徒众手册”，将佛教带往现代化的新进程。

在出家一甲子以上的岁月里，陆续于世界各地创建二百余所道场，如西来、南天、南华等寺，分别为北美、澳洲、非洲第一大佛寺。并创办十八所美术馆、二十六所图书馆、四所出版社、十二所书局、五十余所中华学校、十六所佛教丛林学院，暨智光商工、普门高中、均头中小学等。此外，先后在美国洛杉矶、中国台湾、澳洲悉尼等创

办西来、佛光、南华及南天（筹办中）等四所大学。2006年西来大学正式成为美国大学西区联盟（WASC）会员，为美国首座由华人创办并获得该项荣誉之大学。

1970年起，相继成立育幼院、佛光精舍、慈悲基金会，设立云水医院、佛光诊所，协助高雄县政府开办老人公寓，并与福慧基金会于大陆捐建佛光中小学和佛光医院数十所，育幼养老，扶弱济贫。

1976年《佛光学报》创刊，翌年成立“佛光大藏经编修委员会”，编纂《佛光大藏经》、《佛光大辞典》。1997年出版《中国佛教白话经典宝藏》、佛光大辞典光盘版，设立“佛光卫视”（现更名为“人间卫视”），并于台中协办广播电台。2000年创办台湾地区第一份佛教日报《人间福报》，2001年将发行二十余年的《普门》杂志转型为《普门学报》论文双月刊；同时成立“法藏文库”，收录海峡两岸有关佛学的硕、博士论文及世界各地汉文论文，辑成《中国佛教学术论典》、《中国佛教文化论丛》各一百册等。

大师著作等身，撰有《释迦牟尼佛传》、《星云大师讲演集》、《佛教丛书》、《佛光教科书》、《往事百语》、《佛光祈愿文》、《迷悟之间》、《当代人心思潮》、《人间佛教系列》、《人间佛教语录》等，总计近两千万言，并被翻译成英、日、西、葡等十余种文字，流通世界各地。

大师教化宏广，计有来自世界各地之出家弟子千余人，全球信众则达数百万之多；一生弘扬人间佛教，倡导“地球人”思想，对“欢喜与融和，同体与共生，尊重与

包容，平等与和平，自然与生命，圆满与自在，公是与公非，发心与发展，自觉与行佛”等理念多所发扬。1991年成立“国际佛光会”，被推为世界总会会长；于五大洲成立一百七十多个国家地区协会，成为全球华人最大的社团，实践“佛光普照三千界，法水长流五大洲”的理想。创会以来，先后在世界各大名都，如洛杉矶、多伦多、巴黎、悉尼等地召开世界会员大会，每次与会代表都在五千人以上；2003年通过联合国审查肯定，正式加入“联合国非政府组织”（NGO）。

为促进世界和平，大师曾与南传佛教、藏传佛教等各领域领袖交换意见，世界上亦德风远播，举其荦荦大者如：1995年获全印度佛教大会颁发佛宝奖；2000年在第二十一届世界佛教徒联谊会上，泰国总理乃川先生颁赠“佛教最佳贡献奖”，表彰大师对世界佛教的成就。2006年获香港凤凰卫视颁赠“安定身心奖”，以及世界华文作家协会颁“终身成就奖”，美国共和党亚裔总部代表布什总统颁赠“杰出成就奖”。

1978年起，先后荣膺美国东方大学、智利圣多玛斯大学、泰国朱拉隆功大学、韩国东国大学、泰国玛古德大学、中国台湾辅仁大学、澳洲葛雷菲斯大学等校之荣誉博士学位。

1988年，被誉为北美第一大佛寺的西来寺落成之际，除了传授“万佛三坛大戒”，为西方国家第一次传授三坛大戒外，同时主办“世界佛教徒友谊会第十六届大会”，开启海峡两岸佛教界代表同时参加会议之先例，为两岸佛

教界首开平等交流之创举。

1998年2月远至印度菩提伽耶传授国际三坛大戒及多次在家五戒、菩萨戒，恢复南传佛教国家失传千余年的比丘尼戒法。2004年11月至澳洲南天寺传授国际三坛大戒，为澳洲佛教史上首度传授三坛大戒。大师并积极推动台湾地区佛诞节的设立。

1998年4月8日，大师率团从印度恭迎佛牙舍利莅台安奉；2001年10月前往美国纽约“9·11事件”地点，为罹难者祝祷；2002年元月与大陆有关方面达成佛指舍利来台协议，以“星云牵头，联合迎请，共同供奉，绝对安全”为原则，后组成“台湾佛教界恭迎佛指舍利委员会”，至西安法门寺迎请舍利莅台供奉三十七日；2003年7月，大师应邀至厦门南普陀寺参加“海峡两岸暨港澳佛教界为降伏‘非典’国泰民安世界和平祈福大法会”；同年11月，应邀参加“鉴真大师东渡成功一二五〇周年纪念大会”；随后率领佛光山梵呗赞颂团，首度应邀至北京、上海演出；2004年2月，两岸佛教界共同组成“中华佛教音乐展演团”，至台、港地区，以及澳、美、加等地巡回展演；2006年3月，应邀到享有“千年学府”之誉的湖南长沙岳麓书院，讲说“中国文化与五乘佛法”，是为历史上第一位到此讲学的出家人。同年4月应邀出席于杭州举办之首届“世界佛教论坛”，并发表主题演说“如何建设和谐社会”，写下宗教和平交流新页。

2004年应聘担任“中华文化复兴运动总会”宗教委员会主任委员，与基督教、天主教、伊斯兰教、道教等领

袖，共同出席“和平音乐祈福大会”，促进宗教交流；11月，与瑞典诺贝尔文学奖审查人马悦然教授及汉学家罗多弼教授就“佛教与文学”、“佛教与世界和平”进行交流座谈。

大师自1989年访问大陆后，便一直心系祖国的统一，主张一个中国。近年回宜兴复兴祖庭大觉寺，并捐建扬州鉴真图书馆、接受苏州寒山寺的赠钟，期能促进中国统一，带动世界和平。

大师对佛教制度化、现代化、人间化、国际化的发展，可说厥功至伟！

台湾佛光山法堂书记室



目 录

- 总序：人间佛教正法久住 / 1
- 星云大师略传 / 5
- 佛教与生活（一） / 1
- 佛教与生活（二） / 20
- 佛教与生活（三） / 35
- 生活与信仰 / 59
- 生活与道德 / 84
- 生活与修持 / 108
- 生活与般若 / 139
- 行为平坦的道路 / 149
- 身心安住的家园 / 168
- 人生十问 / 184
- 如何美化人生 / 202
- 谈你说我 / 211
- 谈情说爱 / 231

【佛教与生活（一）】

“佛教”与日常生活有着不可分离的密切关系，因此，我们不可完全把它当作学问来研究。佛教是一种宗教，我们的日常生活里不能缺少宗教，而生活须要用佛法来指导。

在佛教界，有许多很有学问的人，他们进入佛门几十年，可是却不能与佛法相应。佛教讲慈悲，而他不慈悲；佛教讲忍耐，而他不忍耐。其原因在哪里？就是他不能把自己信奉的佛法应用在生活中。所以，在信仰的历程上，把所信仰的佛法和生活打成一片是很重要的。

我们生活在世界上，离开不了空间、时间、人间三者的关系。什么是“生活的空间”？一只小鸟，到了傍晚时分，飞倦的时候，它要回到窝里栖止；一个人经过了整天的劳累工作，也需要个温暖的家养息疲惫的身心。不论“窝”也好，“家”也好，都是生活的空间。如果这个空间没有安排妥当，生活就不能舒适。历史上有不少的战争，起因都是为了争夺土地，即“空间的争夺”，由此可知，

空间对于人类的重要性。如果对于“空间”不能妥当处理，则人类的生活将是痛苦不堪，纠纷不息。

什么是“生活的时间”？晋朝田园诗人陶渊明有一首诗说：“盛年不重来，一日难再晨；及时宜自勉，岁月不待人。”人生几十寒暑，如白驹过隙，如过眼烟云。佛陀曾说：“人命在呼吸间。”我们如何运用有限的生命，发挥无限的事业？古人也说：“吾生也有涯，学也无涯。”学无止境，佛道遥远，如何利用短暂的时间，去充分发挥生命的意义？所以我们在生活中不能忽视分秒的时间。

什么是“生活的人间”？就是人与人之间的相处问题，这是人生历程中不容忽略的问题。人是群居动物，不能离群独居，人与人在社会上有着极密切的关系，如何才能和谐相处呢？

这些问题皆为古今圣哲所注意探讨的，以下针对这三个问题分别阐明解说：

一、生活的空间——以退为进的佛教生活

（一）从心外的空间说到心内的空间

心外的空间，是指我们生存的外在环境。譬如我们居住的房舍、活动的场所，甚至宇宙自然界，都是我们心外的空间。对于外在的空间，我们必须清楚认识各种情况，才能活动自如，运用得当。假如我们要从甲地到乙地去，应该先了解路线如何走，乘坐什么交通工具，需要花费多少时间，应准备些什么装备，以及各种安全问题等，如果

这些问题都能够掌握清楚，那就可以享受愉快的旅行了。所以我们对于心外的世界，只要多用点心去探求一些知识，小心谨慎的去了解、去适应，就能得其所安。例如环游世界，甚至登陆月球，准备、了解妥当之后，不论再大再远，都不是难事。

最困难的是心内的空间，它是无形无相，不可捉摸，最令人不易了解的。一个人平常活动的心外世界，不论是君王诸侯或将相百官，不论有多大的权势威力或聪明才智，他们所能到达的空间仍然是有限的。尽管现在科学文明已发展至太空时代，美国人也已率先把人类送至月球。但是这个宇宙虚空之中，除了月球，其他还有如恒河沙数般的星球，人类还不曾见闻过，更遑论登陆了。

外在的虚空世界，一个人穷其一生，所能到达的不过如微尘一般。“拥有大厦千间，夜眠不过八尺。”佛法告诉我们：心内的空间，比心外的空间还大。所以对于心外的空间，不必去争执、占取，能体会心内的空间才是更重要的。

所谓心内的空间就是要不断地开扩我们的心胸。平常描写一个人心里量大，说是“宰相肚里能撑船”。佛教说一个人心内的空间之大，是三千大千世界都可以容纳其中。如果我们能把自己的心内空间放大，就能像大海一般容纳百川，不拣巨细；如泰山一般承受土壤，不拣精粗。心内有了宽阔的空间，就能包容宇宙虚空。人事的纠纷，世俗的困扰，也都能包容而不计较。甚至大千世界就是我们的禅床，可以任性逍遥，随遇而安。