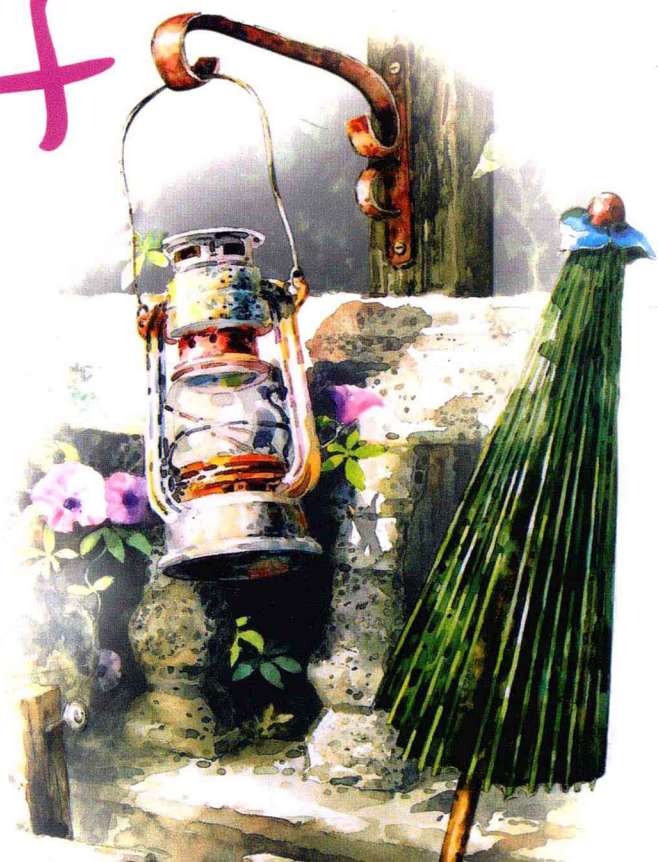


日日  
是  
好日子  
日日

Everyday  
is a *good* day!

星云大师◎著

好时辰、好地理，  
不是在心外；  
只要心好，  
日日都好，处处都好。



——迷悟之间简体字版④  
Between Ignorance And Enlightenment

Everyday  
is a good day!

星云大师◎著

日  
日  
是  
好  
日



## 日日是好日 ~ 迷悟之间 简体字版④

- 作者 / 星云大师  
绘图 / 周吉祥  
社长 / 释觉诚  
执行长 / 释如昇  
总编辑 / 沈明信  
责任编辑 / 苏欣怡  
美术编辑 / 观喜  
出版者 / 佛光文化事业(马)有限公司  
Fo Guang Publications Sdn. Bhd. (478427-U)  
发行 / 佛光文化事业(马)有限公司  
Fo Guang Publications Sdn. Bhd. (478427-U)  
地址 / No.43, Jalan SS3/29, Taman University,  
47300 Petaling Jaya, Selangor, Malaysia.  
电话 / +603-7877 2246 / 0246  
传真 / +603-7877 8246  
电邮 / fgspublications@gmail.com  
印刷 / 永联印务有限公司  
ISBN / 978 - 983 - 3478 - 224  
编号 / MB004  
定价 / 半岛·马币15元  
沙巴/砂拉越·马币17元  
2007年3月初版一刷 5000本  
2008年1月 二刷 3000本  
2009年12月 三刷 2000本  
2011年12月 四刷 1000本

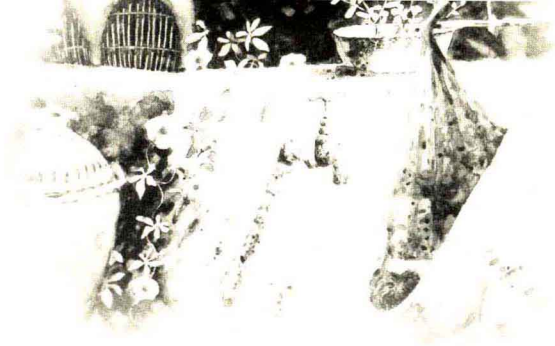
本书如有缺页、破损、装订错误，请寄回本公司调换。

## 第一部 观念播种

- 12. 设定目标
- 14. 心香一瓣
- 16. 教育的爱与严
- 18. 和自己竞赛
- 20. 千锤百炼
- 22. 真正的财富
- 24. 此岸彼岸
- 26. 挨家挨户
- 28. 应世无畏
- 30. 心灵的门窗
- 32. 无车日
- 34. 认错的美德
- 36. 习气与习惯
- 38. 气质芬芳
- 40. 不知道的快乐
- 42. 沉默是金
- 46. 浮生若梦
- 48. 学习灵巧
- 52. 观念播种
- 55. 多元文化

## 第二部 学习接受

- 60. 福气与福报
- 62. 借口之害
- 64. 学徒制
- 66. 魔鬼与天使
- 68. 留下什么
- 70. 家和万事兴
- 72. 嫉妒心理
- 74. 以身作则
- 76. 月亮的启示
- 78. 蒲团上的体验
- 80. 神佛之间
- 82. 心灵净化
- 84. 清白人生
- 86. 自知之明
- 88. 不二法门的哲学
- 90. 学习接受
- 92. 缺陷美
- 94. 公平与不公平
- 97. 知足与能忍
- 100. 惜缘



### 第三部 征服自己

- 104. 公鸡性格
- 106. 面对问题
- 108. 蜈蚣论
- 110. 分一杯羹
- 112. 豁达人生
- 114. 闻过则喜
- 116. 选对象的缺点
- 118. 朋友的种类
- 120. 瞌睡种种
- 122. 社会是学校
- 124. 征服自己
- 126. 人要活多少岁
- 128. 以疾病为良乐
- 130. 发掘内心之宝
- 132. 学会处众
- 134. 你给我
- 137. 苦甘的先后
- 140. 话说七月
- 142. 无可奈何
- 144. 你我之间

### 第四部 日日是好日

- 148. 生活中的修行
- 150. 名牌
- 152. 熏习的力量
- 154. 供养的用心
- 156. 递增上缘
- 158. 未来学
- 160. 心平气和
- 162. 生命马拉松
- 164. 独家新闻
- 166. 流行文化
- 168. 微尘与世界
- 170. 日日是好日
- 172. 早晚课
- 174. 艺术的人生
- 176. 自制的力量
- 180. 磁场与能量
- 182. 谈判高手
- 187. 从过去到未来
- 190. 疏解郁卒
- 193. 信心是宝藏

——迷悟之间简体字版④  
Between Ignorance And Enlightenment

*Everyday  
is a good day!*

星云大师◎著

日  
日  
是  
好  
日



## 一念转悟，众生是佛

星云大师

从 2000年4月1日开始，我每日提供一篇「迷悟之间」的短文给《人间福报》，写了近四年，共一千一百廿四篇。今佛光文化将之出版简体字版，出版在即，向我索取一篇序文。

这二、三年来陆续结集的六集《迷悟之间》，截至目前发行量已近两百万册。每集皆获得热烈的回响，如持续被金石堂、诚品等大书局列为畅销书排行榜；荣获国军指定为优良读物；诺贝尔文学奖得主高行健先生，和卅一所高中校长联合推荐，以及许多读书会以此书作为研读讨论的教材、不少学生因看了《迷悟之间》而提升写作能力等等。

由于此书具有人间性和普遍性，也深受海外人士的喜爱，除了中文版，其它国家语言的版本有：英文、西班牙



文、韩文、日文……全球各种译本的发行量突破了五十万册。尤其难得的是，中国大陆已有多家出版社来洽谈《迷悟之间》与《佛光菜根谭》之版权授与事宜，相信不久，这些著作也能在中国正式出版发行。

曾有一位作家疑惑地问我：「每日一篇的专栏，要持续三、四年，实非易事！您又云水行脚，法务倥偬，是怎么做到的呢？」

回顾这些年写《迷悟之间》的情形，确实，我一年到头在四处弘法，极少有完整的、特定的写作时间。有时利用会议或活动前的少许空档，完成一、两篇；有时在跑香、行进间，思绪随着脚步不停的流动；长途旅行时，飞机舱、车厢里，更常是我思考、写作的好场所。

每天见报，是一种不可推卸的责任；读者的期待，则



是不忍辜负的使命。虽然不见得如陆机的〈文赋〉所言：「思风发于胸臆，言泉流于唇齿」，但因平时养成读书、思考的习惯，加上心中恒存对国家社会、宇宙人生、自然生命、生活现象、人事问题等等的留意与关怀，所以，写这些文章并不是太困难的事。倒是篇数写多了，想「题目」成了最让我费心的！因此，每当集会、闲谈时，我就请弟子们或学生们脑力激荡，提出各种题目。只要题目有了，我稍作思考，往往只要三、五分钟，顶多廿分钟，就能完成一篇或讲理述事、或谈事论理的文章。

在此也要说明，由于年纪大了，我的右手常会颤抖，握笔不易，这一千余则的文章大都是由我口述，弟子满意等记录。尤其满意认真耐烦，担任书记工作十多年，熟悉我的口音，也比较明白我所要表达的内涵。他交过来的稿子，我常是稍作修润即可付印。

犹记当初为此专栏定名时，第一个想到的名称是「正邪之间」，继而一想，「正邪」二字，无论是文字或

意涵，都嫌极端与偏颇，实在不符合佛教的中道的精神，遂改为「迷悟之间」。我们一生当中，谁不曾迷？谁不曾悟？迷惑时，无明生起，烦恼痛苦；觉悟后，心开意解，欢喜自在。

曾经有些读者因为看了《迷悟之间》而戒掉嚼槟榔、赌博、酗酒的坏习惯；也有人因读了《迷悟之间》而心性变柔软，能体贴他人，或改善家庭生活质量，甚至有人因而打消自杀的念头……凡此，都是令人欣慰的回响。

《六祖坛经》里写道：「不悟，佛是众生；一念转悟，众生是佛。」迷与悟，常常只在一念之间！祈愿这一千余篇的短文，能轻轻点拨每个人本自具足的清净佛性，让阅读者皆能转迷为悟、转苦为乐、转凡为圣。

星云

2004年9月 于佛光山法堂

# 序

马来西亚高等教育部副部长拿督翁诗杰撰

去年趁着星云大师80大寿之喜，身为皈依大师的弟子，我与马来西亚佛光人一同到高雄为大师祝寿。看见已过古稀之年的星云大师依旧气色红润、容光焕发、精神奕奕地为我们开示说法，让可以亲炙大师教诲的我，心中除了感恩，也向佛陀请愿，希望大师能长命百岁。

我所选择的事业让我无法度过「结庐在人间，而无车马喧」的悠闲生活，在平日政务繁忙的日子里，我都记得把每一期的《人间福报》放在车子上，以便我在长途的车程中阅读。大师每一期的《迷悟之间》，就在这些零碎的时间，让我得以静思及反刍人生的况味。

在政海中翻滚多年，许多时候，让我体会至深的不是时事的瞬息万变，而更多的是夹杂在其中的价值颠覆、是非不分、真假混淆的情况。我曾在最艰难的时刻，依旧坚持

「真的假不了，假的真不了」，纵然这样的坚持将会使得我面临一无所有的结局。但是非黑白、公理正义，终究是不能被抹煞的。在迷与悟之间，我虽走得颠簸，但我行得坦然。

青年时，我喜吟于谦的《石灰吟》，所钟爱的是那「粉身碎骨都无怨，留得清白在人间」的豪迈及壮烈；乃近中年，郑燮的《竹石》：「千磨万击还坚劲，任尔东西南北风」是挂在我案头上的字句，所向往的已是那千锤百炼的毅力与坚韧。

每当夜阑人静的时候，所有日间的琐事、烦恼都如摊在阳光下般的清晰，一览无遗。我一一检视这些俗事的原委，企图为它们寻找个中的理序脉络，但往往只有掩卷叹息。但想起大师直指人性、拨云见日的智慧甘露之语，在人生的旅程中，迷悟之间的反复辩证与转折，我可以走得更踏实。

## 第一部 观念播种

- 12. 设定目标
- 14. 心香一瓣
- 16. 教育的爱与严
- 18. 和自己竞赛
- 20. 千锤百炼
- 22. 真正的财富
- 24. 此岸彼岸
- 26. 挨家挨户
- 28. 应世无畏
- 30. 心灵的门窗
- 32. 无车日
- 34. 认错的美德
- 36. 习气与习惯
- 38. 气质芬芳
- 40. 不知道的快乐
- 42. 沉默是金
- 46. 浮生若梦
- 48. 学习灵巧
- 52. 观念播种
- 55. 多元文化

## 第二部 学习接受

- 60. 福气与福报
- 62. 借口之害
- 64. 学徒制
- 66. 魔鬼与天使
- 68. 留下什么
- 70. 家和万事兴
- 72. 嫉妒心理
- 74. 以身作则
- 76. 月亮的启示
- 78. 蒲团上的体验
- 80. 神佛之间
- 82. 心灵净化
- 84. 清白人生
- 86. 自知之明
- 88. 不二法门的哲学
- 90. 学习接受
- 92. 缺陷美
- 94. 公平与不公平
- 97. 知足与能忍
- 100. 惜缘



### 第三部 征服自己

- 104. 公鸡性格
- 106. 面对问题
- 108. 蜈蚣论
- 110. 分一杯羹
- 112. 豁达人生
- 114. 闻过则喜
- 116. 选对象的缺点
- 118. 朋友的种类
- 120. 瞌睡种种
- 122. 社会是学校
- 124. 征服自己
- 126. 人要活多少岁
- 128. 以疾病为良乐
- 130. 发掘内心之宝
- 132. 学会处众
- 134. 你给我
- 137. 苦甘的先后
- 140. 话说七月
- 142. 无可奈何
- 144. 你我之间

### 第四部 日日是好日

- 148. 生活中的修行
- 150. 名牌
- 152. 熏习的力量
- 154. 供养的用心
- 156. 递增上缘
- 158. 未来学
- 160. 心平气和
- 162. 生命马拉松
- 164. 独家新闻
- 166. 流行文化
- 168. 微尘与世界
- 170. 日日是好日
- 172. 早晚课
- 174. 艺术的人生
- 176. 自制的力量
- 180. 磁场与能量
- 182. 谈判高手
- 187. 从过去到未来
- 190. 疏解郁卒
- 193. 信心是宝藏



第 1 部

**观念播种**

「观念」就像播种，  
播了什么样的种子，就结什么样的果。  
好的观念能够成功致富，成圣成贤，  
一生受用无穷。



## 设定目标

船只在一片汪洋的大海里航行，因为它设定了目标，不必挂念它找不到前途；飞机在万里无垠的空中飞行，因为它设定了目标，按照航线，它会安全降落。人生的旅途中，我们的目标在哪里呢？

你看！道路上熙来攘往的车辆，你不必为它挂念，它必有它的目标；路上穿梭不停的行人各自在奔走，他们也是为了赶往他们的目标。目标是每一个人、每一件事的终点。人不能少了自己的目标啊！

中国古人在童蒙的时候，父母师长就鼓励他要立定志向，设定目标；今日青年，读书选择科系，要填第一志愿、第二志愿，这也是选择自己的目标。有的青少年在人海里随波逐流，随缘浪荡，没有目标，醉生梦死地一日复过一日；也有的青年目标太大，不切实际，就如工厂里的机器，它一天只能生产两万吨的产品，你硬要它生产十万吨，你超越目标，就等于没有目标；一部耕耘机，每日只能耕种二十亩地，你要它每日为你耕种一百亩，不但达不到目标，而且机器也会因为不胜负荷而损坏，这就是欲速则不达。就算是电脑吧，它可以收藏许多的信息，但是过多过量，超越了负荷的标准，它也会不听话。

所以，设定目标要量力，要衡量条件，按部就班，