

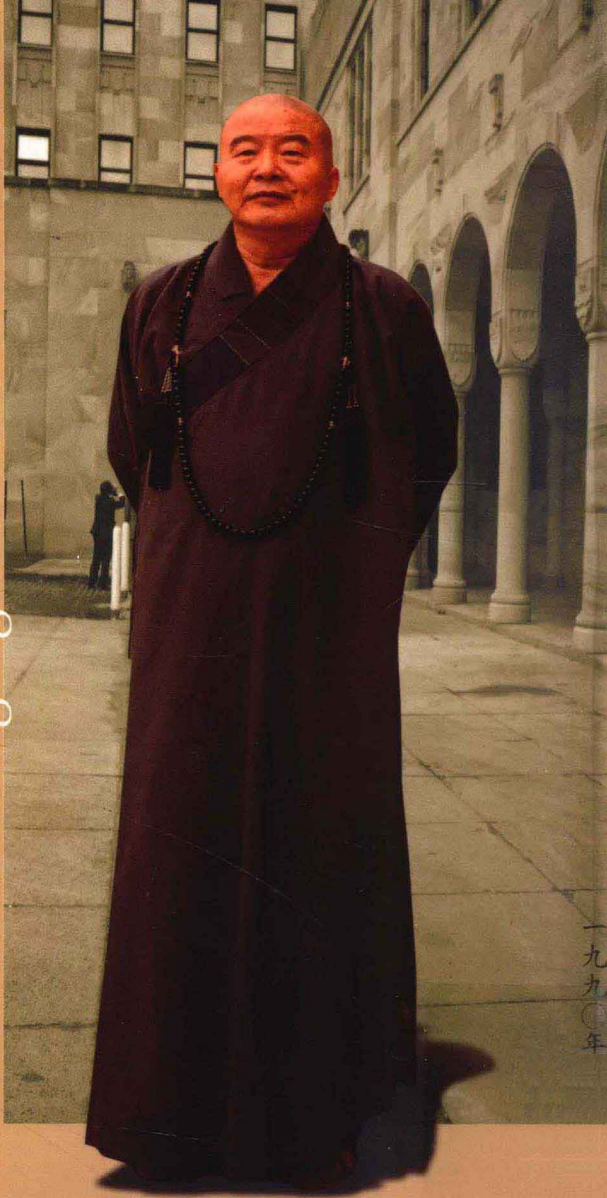
和自己競賽

迷悟之間

6

Racing Against Oneself

星雲大師◎著



一九九〇年

和自己競賽

迷悟之間⑥

典藏版



星海文化

和自己競賽／星雲大師著。---初版---臺北市：
香海文化出版，2004〔民93〕
面：公分。——（迷悟之間典藏版；6）
ISBN 978-957-2973-79-0（精裝）

1.佛教—語錄

225.4

93013826

和自己競賽迷悟之間典藏版⑥

作者／星雲大師

發行人／吳素真（慈容）

主編／佛光山法堂書記室

香海文化編輯部

責任編輯／蔡孟樺

封面設計／妙松

美術編輯／鄭美玲

圖片提供／陳士侯、世界佛教美術圖典

出版者／香海文化事業有限公司

地址／台北市110信義區松隆路327號9樓

電話／02-27483302 傳真／02-27605594

劃撥帳號／19110467 香海文化事業有限公司

網址／<http://www.gandha.com.tw>

e-mail:gandha@ms34.hinet.net

總經銷／時報文化出版企業股份有限公司

地址／台北縣中和市連城路134巷16號5樓

電話／02-23066842

法律顧問／舒建中、毛英富

登記證／局版北市業字第1107號

2004年09月初版一刷 2005年07月初版四刷

2009年01月初版五刷 2013年05月初版六刷

全套定價／3000元整 單本定價／300元整

ISBN／978-957-2973-79-0

版權所有・翻印必究



目錄

43	40	36	33	29	26	23	20	16	12	6	2
· 時空定位	· 學徒制	· 承先啟後	· 低頭	· 宏觀與微觀	· 磁場與能量	· 擁有美德	· 預算	· 琢磨琢磨	· 聰明的爭議	· 編者序	· 總序
87	84	80	76	72	68	64	60	56	53	50	46
· 增加能力	· 眼睛與嘴巴	· 一時與一世	· 肅靜	· 公難性格	· 抵制誘惑	· 老人的春天	· 知識社會	· 謠言惑眾	· 設定目標	· 挨家挨戶	· 沈默是金

- 91 · 社會新鮮人
- 95 · 多元文化
- 99 · 人人做警察
- 103 · 成佛以後
- 107 · 處事禮貌
- 111 · 要檢舉黑手
- 114 · 茶果文化
- 117 · 和自己競賽
- 120 · 種族融和
- 123 · 黑函與黑心
- 126 · 時間的長短
- 129 · 攜手同圓

- 133 · 馬上辦
- 136 · 有我一份
- 140 · 神奇的妄語
- 143 · 創造歡喜心
- 146 · 算賬
- 149 · 老大與大老
- 152 · 心能轉境
- 156 · 與我沒有關係
- 160 · 重新出發
- 164 · 人性的善惡
- 167 · 要服氣
- 170 · 創造生命力

- 173 · 去蕪存菁
- 176 · 供養心
- 180 · 固執已見
- 184 · 無底坑
- 187 · 找尋快樂
- 190 · 心鎖
- 193 · 開通理路
- 196 · 慶生會
- 199 · 突破與看破
- 202 · 中陰身
- 205 · 學歷的迷思
- 209 · 困境

- 213 · 千里馬
- 216 · 硬體與軟體
- 220 · 一顆種子
- 223 · 用餐時間
- 226 · 生命的字典
- 229 · 畏己——九一七台北水災有感
- 233 · 職業之外
- 237 · 生活教育
- 241 · 處理問題
- 245 · 人生第二春
- 249 · 計劃與變化
- 252 · 一半一半
- 255 · 過程與結果
- 258 · 人脈關係
- 261 · 清理垃圾
- 264 · 空間安排
- 268 · 養量
- 272 · 送禮
- 275 · 生命學
- 279 · 舉重若輕
- 282 · 眼不見為淨
- 286 · 高效益
- 289 · 生命的春天
- 293 · 噪音
- 297 · 世界公民
- 300 · 找到了
- 303 · 莫存定見
- 306 · 床頭書
- 309 · 加減人生
- 312 · 廁所文化
- 316 · 道氣與俗氣
- 319 · 生命的流轉
- 323 · 溝通的妙法
- 327 · 戰勝心魔
- 330 · 學習聽話
- 333 · 勇於嘗試

和自己競賽

迷悟之間⑥

典藏版



香海文化



總序

卷一

從二〇〇〇年四月一日開始，我每日提供一篇「迷悟之間」的短文給《人間福報》，寫了近四年，共一一二四篇。今香海文化將之結集編成十二本書，出版在即，向我索取一篇總序。

這兩三年來陸續結集的前六集《迷悟之間》，截至目前發行量已近兩百萬冊。每集皆獲得熱烈的迴響，如：持續被金石堂、誠品等大書局列為暢銷書排行榜；榮獲國軍指定為優良讀物；諾貝爾文學獎得主高行健先生，和三十一所高中校長聯合推薦，以及許多讀書會以此書作為研讀討論的教材、不少學生因看了《迷悟之間》而提升寫作能力等等。

由於此書具有人間性和普遍性，也深受海外人士的喜愛，除了中文版，其他國家語言的版本有：英文、德文、西班牙文、韓文、日文……，全球各種譯本的發行人量突破了五十萬冊。尤其難得的，中國大陸已有多家出版社來洽談《迷悟之間》與《佛光菜根譚》之版權授與事宜，相信不久，這些著作也能在中國大陸正式出版發行。

曾有幾位作家疑惑的問我：「每日一篇的專欄，要持續三、四年，實非易事！您又雲水行腳，法務倥傯，是怎麼做到的呢？」

回顧這些年寫《迷悟之間》的情形，確實，我一年到頭在四處弘法，極少有完整的、特定的寫作時間。有時利用會議或活動前的少許空檔，完成一、兩篇；有時在跑香、行進間，思緒隨著腳步不停的流動；長途旅行時，飛機艙、車廂裡，更常是我思考、寫作的好場所。





每天見報，是一種不可推卸的責任；讀者的期待，則是不忍辜負的使命。雖然不見得如陸機的〈文賦〉所言「思風發於胸臆，言泉流於唇齒」，但因平時養成讀書、思考的習慣，加上心中恆存對國家社會、宇宙人生、自然生命、生活現象、人事問題等等的留意與關懷，所以，寫這些文章並不是太困難的事。倒是篇數寫多了，想「題目」成了最讓我費心的！因此，每當集會、閒談時，我就請弟子們或學生們腦力激盪，提出各種題目。只要題目有了，我稍作思考，往往只要三、五分鐘，頂多二十分鐘，就能完成一篇或講理述事、或談事論理的文章。

在此也要說明，由於年紀大了，我的右手常會顫抖，握筆不易，這一千餘則的文章大都是由我口述，弟子滿義等紀錄。尤其滿義認真耐煩，擔任書記工作十多年，熟悉我的口音，也比較明白我所要表達的內

涵。他交過來的稿子，我常是稍作修潤即可付印。

猶記當初為此專欄定名時，第一個想到的名稱是「正邪之間」，繼而一想，「正邪」二字，無論是文字或意涵，都嫌極端與偏頗，實在不符合佛教的中道的精神，遂改為「迷悟之間」。我們一生當中，誰不曾迷？誰不曾悟？迷惑時，無明生起，煩惱痛苦；覺悟後，心開意解，歡喜自在。

曾經有些讀者因為看了《迷悟之間》而戒掉嚼檳榔、賭博、酗酒的壞習慣；也有人因讀了《迷悟之間》而心性變柔軟，能體貼他人，或改善家庭生活品質，甚至有人因而打消自殺的念頭，凡此，都是令人欣慰的迴響。

《六祖壇經》裡寫道：「不悟，佛是眾生；一念轉悟，眾生是佛。」迷與悟，常常只在一念之間！祈願這一千餘篇的短文，能輕輕點撥每個人本自具足的清淨佛性，讓閱讀者皆能轉迷為悟、轉苦為樂、轉凡為聖。

二〇〇四年七月 於佛光山法堂



作者總序



編者序

◎蔡孟樺

星雲大師著作等身，作品除佛學理論與佛教哲學為主，也有純文學和散文類的創作，可說大師是一位融和世出世法、貫通古今人世、獨具慧眼觀瞻、了達宗教行解的文學大家。

《迷悟之間》曾是星雲大師所創辦之《人間福報》的頭版專欄，每篇針對人世間的「迷」與「悟」，剖析社會問題的癥結，以及人心的種種善

惡好壞。主題充滿多元性，不論是個人的立身處世、勵志修行，到居家的親子之道、婆媳相處或家庭倫理，亦有對社會時事的評析，對世界和平的建言，尤其是人生哲學、信仰生活、佛法義理、自然生命等，大師都有其充滿智慧的洞見與深具新意的觀點。

有人這麼描述自己閱讀大師《迷悟之間》的心情：

我每日早上起床，就會先到門外將《人間福報》收到房裡，然後迫不及待地先將星雲大師「迷悟之間」專欄默讀一遍。在漱洗清潔後，把早餐準備好，就和先生一起邊喝著咖啡，邊談「迷悟之間」的義理哲思。在出門之前，我會陪小孩朗誦一篇「迷悟之間」，期許孩子將大師的話作為一日思想的準依。每日就在「迷悟之間三部曲」中度過充實的早晨。





相信不少人閱讀大師的專欄文章，皆有相同的體會與歡喜。

在星雲大師弘法五十年、筆耕一甲子的紀念之期，為了讓普羅大眾共霑法益，香海文化特將大師四年來所撰寫的「迷悟之間」專欄結集成套書十二冊，共計一二四篇文章，依《人間福報》刊載日期順序編排，並全彩精裝印刷及別致的書盒包裝，內容還附有千餘張精美圖照，使這套「精裝典藏版」的《迷悟之間》成為佛光檀家的傳家寶藏、人人行佛的修行寶典。

香海文化非常榮幸能編輯這套書，期望透過《迷悟之間》給人明白善惡、懂得是非、驅邪顯正、轉迷為悟；將「悟」心找回來，更能讀做一個人、讀明一點理、讀悟一點緣、讀懂一顆心。

（本文作者為香海文化執行長）



目錄

43	40	36	33	29	26	23	20	16	12	6	2
· 時空定位	· 學徒制	· 承先啟後	· 低頭	· 宏觀與微觀	· 磁場與能量	· 擁有美德	· 預算	· 琢磨琢磨	· 聰明的爭議	· 編者序	· 總序
87	84	80	76	72	68	64	60	56	53	50	46
· 增加能力	· 眼睛與嘴巴	· 一時與一世	· 肅靜	· 公難性格	· 抵制誘惑	· 老人的春天	· 知識社會	· 謠言惑眾	· 設定目標	· 挨家挨戶	· 沈默是金

- 91 · 社會新鮮人
95 · 多元文化
99 · 人人做警察
103 · 成佛以後
107 · 處事禮貌
111 · 要檢舉黑手
114 · 茶果文化
117 · 和自己競賽
120 · 種族融和
123 · 黑函與黑心
126 · 時間的長短
129 · 攜手同圓

- 133 · 馬上辦
136 · 有我一份
140 · 神奇的妄語
143 · 創造歡喜心
146 · 算賬
149 · 老大與大老
152 · 心能轉境
156 · 與我沒有關係
160 · 重新出發
164 · 人性的善惡
167 · 要服氣
170 · 創造生命力

- 173 · 去蕪存菁
176 · 供養心
180 · 固執已見
184 · 無底坑
187 · 找尋快樂
190 · 心鎖
193 · 開通理路
196 · 慶生會
199 · 突破與看破
202 · 中陰身
205 · 學歷的迷思
209 · 困境

252	249	245	241	237	233	229	226	223	220	216	213
· 一半一半	· 計劃與變化	· 人生第二春	· 處理問題	· 生活教育	· 職業之外	· 畏己——九一七台北水災有感	· 生命的字典	· 用餐時間	· 一顆種子	· 硬體與軟體	· 千里馬
293	289	286	282	279	275	272	268	264	261	258	255
· 噪音	· 生命的春天	· 高效益	· 眼不見為淨	· 舉重若輕	· 生命學	· 送禮	· 養量	· 空間安排	· 清理垃圾	· 人脈關係	· 過程與結果
333	330	327	323	319	316	312	309	306	303	300	297
· 勇於嘗試	· 學習聽話	· 戰勝心魔	· 溝通的妙法	· 生命的流轉	· 道氣與俗氣	· 廁所文化	· 加減人生	· 床頭書	· 莫存定見	· 找到了	· 世界公民