

<<佛眼观生死>>

图书基本信息

书名：<<佛眼观生死>>

13位ISBN编号：9787535443984

10位ISBN编号：7535443982

出版时间：2010-5

出版时间：湖北长江出版集团，长江文艺出版社

作者：妙皇，黄敏，李明 编

页数：201

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;佛眼观生死&gt;&gt;

## 前言

人活在这个世上，最关心的事情莫过于生死。

人从哪里来，又将往哪里去，这是一个相当具有诱惑力，但是又常常被人避忌的课题。

佛教利用其精妙的“缘生观”为我们解读了生命的密码——“一切有情，因缘生成；人身难得，佛法难闻；人生无常，不必执着；生生死死，死死生生；珍惜眼前，活在当下；父母是佛，提早尽孝；生命是宝，务必珍惜；众生平等，慈悲为怀；把握自己，把握人生；临终关怀，直面死亡：涅槃境界，得大自在。

”只要参透了这些道理，就可以自在地活在世上，不悔地走完人生旅程。

佛教是一个对生死格外关注的宗教。

正是因为解开了“一切有为法，如梦幻泡影”，“一切有情，皆是缘生”的奥秘，才明白了生命的宝贵和生死的重要。

佛陀尤其劝诫世人，把握现在，一切从今天开始，不要虚度光阴。

佛教关注一切生命的存在，无论是提倡戒杀、素食，还是反对自杀、堕胎，都体现了佛教对生命存在的爱护和关心。

一个人，如果连自己的生命都不爱惜，谈何爱别人、爱家庭、爱国家、爱社会？

爱自己，是一切爱的前提。

但是，如果一个人只爱自己，宁可牺牲别人的生命也要保全自己，那么最后也只能落得生灵涂炭，自身难保。

佛陀告诫世人，一切都在因缘之中，大爱无疆，小爱只能是困住自己。

身体是存在的载体，健康是生命的本钱。

佛教十分注重养生。

无论是坐禅调息，还是素食主义，都有其健康学的道理。

佛陀特别要求世人要从心态上调整好自己，只有心态对了，才能达到真的健康。

死亡是人生必经的阶段，那么当我们面对疾病、意外，直至死亡的时候，我们又应该怀有一种怎样的心态呢？

佛陀告诉我们面对疾病、意外的时候，要坚强乐观，真正面对死亡的时候要坦然微笑，因为生命并没有结束，一切都有希望。

只要我们认识了自己，突破了自己，就能达到不生不灭的涅槃境界，超越死亡。

佛教的生死智慧是通过一系列意义深刻的佛经和许多佛学大师的开示表达出来的，本书从佛教经典的阐述、佛学大师的讲话和专著，以及佛学界人士的研究中，精心挑选了百余篇关于生死问题的章节，分门别类，集合成书，教化大众。

其中既包括当前广受信众欢迎的星云大师、圣严大师等人的文章，也包括对生死问题有专门研究的达照法师、证严法师等人的文章；既有《大藏经》中的原始经文，也不乏寓意深刻的佛教故事。

总之，笔者希望可以令读者在这些佛学大师的经典论述中得到一次心灵的洗礼，在参究生命中享受生活，在享受生活中领悟人生，在领悟人生中超越生死，在超越生死中达到圆满。

囿于时间，本书中定有许多不尽人意之处。

特别是佛教关于生死的著述十分丰富，却不可能一一收入，笔者只能删繁就简，挑选其中精到而有意义的见解选择性收入。

尽管如此，还是会遗漏一些有价值的论述，对此实在是深感遗憾。

凡是引用的演讲和篇目，均将出处标出。

不足之处，还请读者见谅。

人生有涯，然佛法无边。

佛陀教导世人：人活着，就要认真地活；人走了，便要洒脱地走。

只有坦然面对生死，超越生死，才能使你的一生变得丰富而长久。

## <<佛眼观生死>>

### 内容概要

人活在这个世上，最关心的事情莫过于生死。

人从哪里来，又将往哪里去，这是一个相当具有诱惑力，但是又常常被人避忌的课题。

佛教利用其精妙的“缘生观”为我们解读了生命的密码——“一切有情，因缘生成；人身难得，佛法难闻；人生无常，不必执着；生生死死，死死生生；珍惜眼前，活在当下；父母是佛，提早尽孝；生命是宝，务必珍惜；众生平等，慈悲为怀；把握自己，把握人生；临终关怀，直面死亡：涅槃境界，得大自在。

”只要参透了这些道理，就可以自在地活在世上，不悔地走完人生旅程。

《佛眼观生死：大师谈世事》从佛教经典的阐述、佛学大师的讲话和专著，以及佛学界人士的研究中，精心挑选了百余篇关于生死问题的章节，分门别类，集成成书，教化大众。

其中既包括当前广受信众欢迎的星云大师、圣严大师等人的文章，也包括对生死问题有专门研究的达照法师、证严法师等人的文章；既有《大藏经》中的原始经文，也不乏寓意深刻的佛教故事。

<<佛眼观生死>>

作者简介

妙皇法师，台湾佛光山法师，佛学大师星云的女弟子，现在是武汉大学佛教系的博士，师从佛学专家麻天祥教授，对佛理有较深的研究和悟性。  
本丛书的另外几位编撰者都是妙皇法师的师妹师弟。

<<佛眼观生死>>

书籍目录

第一章 解读生命 生命的奥秘 生命是什么 生命从何来 认识你自己 生命之维系 易逝的生命  
第二章 生死之间 必然的归宿 佛教生死观 生死的痛苦 生死之抉择 生死几层次 坦然对生死  
第三章 无常人生 一切行无常 无常的人生 无常是正常 无常不可怕 加减的人生 无常的价值  
第四章 活在当下 易逝的时间 一呼一吸问 从今天开始 现在最可贵 安住于当下  
第五章 父母是佛 佛教孝道观 父母家中佛 父母恩难报 怎样尽孝道 对众生尽孝  
第六章 生命是宝 健康饮食观 长寿自己求 当面对病痛 生命是宝贝 不要杀自己 心灵的环保  
第七章 众生平等 佛教平等观 杀生的定义 杀生乃恶业 众生皆怕刑 培养慈悲心  
第八章 改变命运 佛教命运观 一切靠自己 小草的精神 度一切苦厄 将命运改变  
第九章 告别生命 在死亡面前 死亡的艺术 死前之交代 临终之切要 反向之关怀 死后的生命  
第十章 超越生死 生命“无量寿” 有没有来生 生命的解脱 涅槃的境界 真正的幸福

## &lt;&lt;佛眼观生死&gt;&gt;

## 章节摘录

两个人在昨天吵架了，在今天，他们仍然怒气相对——他们这时没有活在今天，而是活在昨天。

活着的人，有活在过去的，有活在未来的，但能真正的活在当下，少！

还需要快乐地活着，不要想太多，快乐就行，如此，许多困扰自身的问题就可以迎刃而解。

“活在当下”是四念处修行的要诀之一。

学习者当体会这其中的神韵，而不只是依文生解。

人为什么会“不在当下”，是一个复杂而有趣的问题，而且往往并不是因为人是否聪明、有能力，或接受过高等教育等，而决定他是否有活在当下的个性。

几乎一切职业、年龄、教育程度及智商的人，皆一样有可能会因种种原因，而有不在当下的倾向。

我自从修四念处以来，曾于上下班的时间特地去观察纽约市“上班族”的面部表情，看看有几个人像是“活在当下”，结果却是相当的少。

许多人在走路或坐车时，皆很明显地在想心事，表情凝重，有人甚至皱着眉头，不知道在担心什么；又有些人不一定是在想某一件事，但他们整体的精神状态，会让人觉得他们存在于另一个遥远的地方，飘飘荡荡的。

另外有些人总是要找一些事做，来分散注意力。

如有人总是浑身是劲似的，不住地摇头摆尾，作跳舞状；也有人像是不能够仅停留在一节车厢似的，总是在作车厢间的“旅行”。

总而言之，越看越会令人觉得实在很少有人是活在清楚明白的当下，是在享受眼前的风光。

同时，我也就越能体会佛陀当初创立教法深刻的智慧与慈悲，觉得他所以会提出这样一个“活在当下”的修行方法，实在是深解人性的。

人往往会把自己保护在有重重防卫墙的内心世界里，而不肯出来面对真实的人生及世界。

事实上许多“创造行为”的产生，就是想要在自己心中创立一个自己想要存在的理想世界，而不愿生活在真实的世界里。

另外像有人老是会把自己弄得“很忙”，连一刻闲暇的时间都没有，或一有空闲就会打电话找人聊天，一聊就是几小时，事实上都是一种形式的不在当下。

换句话说，也就是一种形式的“逃避自我”。

四念处的修行人当在一切时中培养自己一种活在当下的修行个性，去深观自己的行为及身心，由自己的内心世界中走出来。

人若不能走出自己的心之牢笼，谈什么修行、解脱，总是不着边际的。

无论那个心之世界谈的是禅定也好，是佛法也好，以四念处的观点而言，牢笼就是牢笼。

生存在佛法的心之牢笼中，和生存在学问艺术的心之牢笼之中，皆一样是自我囚禁的受苦者，是不能体会到佛法中风清月白的自在无碍的！

活在当下意味着无忧无虑。

对未来会发生什么不去作无谓的想象与担心，所以无忧；对过去已发生的事也不作无谓的思维与计较得失，所以无悔。

人能无忧无虑地活在当下，喜悦而不为一切由心所生的东西所束缚，就是当时修道成就者的写照了。

这件事说来简单，但实行起来就没有那么容易；而且修行人若没有掌握这其中的神韵，通常皆易走入一些极端。

要把这些弄清楚，就必须较深入地了解四念处的内涵与精神。

人通常对未来多少都有一些忧虑的，这中间包括自己及家庭未来的生活，及社会国家的前途等。

人应当努力工作，赚取自己的衣、食，这是当然的事。

但工作的同时，“忧虑”是不是必然会随工作及谋生而并存的现象呢？

这就是佛法所要讨论的课题了。

佛法所提供的答案是否定的。

修行有成者，能喜悦自在地做许多事，甚至十分努力及忙碌地做许多事，但却没有忧虑或压力沉重的感觉。

## &lt;&lt;佛眼观生死&gt;&gt;

以正见观之，忙碌是由缘所生的事，那些缘在“近”来说大多是外来的，但忧虑及压力的产生，除了那些外来之缘外，最主要的缘仍是自己内在的执着，是因为当事人没有把四念处修好，充分看清外缘与内缘的分际，故为境所转却不了知。

一旦了知（透过身念处、心念处及受念处），才知道真正使自己苦恼者不光是生活、工作或老板，最主要的还是“自己”。

紧张或心情沉重地做事情，不但于事无补，反而容易把事情弄糟。

只有用冷静的头脑去分析判断情况，作出决定后再专注地投入工作，才能把事情做好。

而专注地投入工作，活在当下，正是四念处修行的范围。

人如果能专注地投入一件工作，就算这个工作是很繁琐的，只要他能活在当下，就能在其中体会到一种喜悦。

但如果他无法专注地投入工作，不管是因为没有兴趣或无法专心，只要他不能活在当下，就算是简单轻松的工作也会令人觉得度日如年的。

有人以为“活在当下”意味着对未来的不思考、不计划，这是对修行的误解。

修行是要人对未来不忧虑，不是不计划。

人如果根据自己及环境目前的情形作分析及整理，并对未来种种作预测及计划，这正是“活在当下”

。因为他是根据“现在”的种种评估未来，他采取的态度是实际的，他的头脑是清楚的。

就算他评估错了，那只是因为他的聪明不够或资料不全等因素。

预测及评估本身并非执着。

但若有人不是根据自己及环境目前实际的情形去想象未来，而是在作一种纯粹由心所生的空想，想象自己“如果是那个样子”该多好！

或者如果不是那个样子就糟了！

这样就容易产生执着，忧悲苦恼也会由此而生。

佛曾在《一切漏经》中指出人如果作不智的思维之事，忧悲苦恼就会滋生或增长。

这些不智的思维包括：我在过去存在，还是不存在？

过去我曾是谁？

我曾怎么样？

后来我又曾如何？

我于未来将存在，还是将不存在？

未来我会是谁？

我会怎么样？

然后我又会成为什么，变得怎么样？

如果老是想自己会成为什么，变得怎么样，他就不是“活在当下”了，而是把自己凭空想象在一个未来不可知，但却如梦一般的世界里。

这个梦的世界虽然美丽，但它是一吹就散，一碰就破的。

人如果老是希望呆在一个梦里，不仅会精神恍惚、神不守舍，而且会紧张、神经质，容易疲劳且健忘

。这种人是不实际的幻想者，能“说故事”但头脑不清。

许多有文学及艺术倾向的人都有这一面的性格，常常觉得忧愁、沮丧，心情像天空的浮云一般，时晴时阴，不可捉摸控制，执着较严重者甚至可能自杀。

但可惜的是他们中很少有人知道为什么自己有杰出的天赋，却无法摆脱心中那股莫名其妙的哀愁。

有人甚至自嘲地认为那是艺术家不可避免的“悲剧命运”。

其实问题非常简单——这人没有“活在当下”。

不活在当下而活在另一个自我创立的世界里，无论那个世界有多美、多好，过这种生活的人毕竟是痛苦的。

依佛法的理论看来道理很明显，因为那个世界“不真”的缘故。

不真则处处和现实的世界及人生相冲突。

## &lt;&lt;佛眼观生死&gt;&gt;

如何跨越这一个梦与现实的鸿沟，很少人能处理得很圆满。而要用自己的“心力”去维持一个不真的世界，本质上就是一件很累的事。故执着地活在假想的世界而不活在当下的人，想要不忧恐怕也很难的！

的确，活在当下是一个人生命力的自然展现。

当一个人能由自己种种的“心之世界”中走出来，不忧不惧地面对并观察真正的自我及人生时，他一定会是个有“能力”而能饶益这个世界的人。

他不一定能成大功、立大业，但他一定能善巧地把自己潜在的能力发挥出来，利益自己及他人，这就是儒家所谓的“惟至诚者能尽其性”了。

人能够“尽其性”而发挥自己的能力饶益众生，才是个快乐的人。

今世众生之命，没有定相，不知能活多久，它悲寂、苦短，为苦恼所系缚。

凡是活着的，都无法逃避死亡。

一旦衰老，死亡就将来临。

生命的规律，其实就是这样。

熟透的果实，往往会过早落下枝头。

同样，活着的生命也必定死去，死的恐惧总是围绕着他们。

仿佛陶工烧制的陶器终将全部坏损一样，众生的命也是如此。

年轻人也好，壮年也好，愚者也罢，智者也罢，都将为死所征服。

一切必走向死亡。

——《释迦牟尼妙语录》人的死亡不外乎两种，一种是死得过早，一种是死得太晚。

不过，任何人的一生都会有了结，死亡就是一生的了结。

正因为死亡之线横在前方，在佛陀时代，有一位妇人，她只生了一个儿子，因此，她对这唯一的孩子百般呵护，特别关爱。

可是天有不测风云，人有旦夕祸福；妇人的独生子忽然染上恶疾，虽然妇人尽其所能邀请各方名医来给她的儿子看病，但是，医师们诊视以后都相继摇头叹息，束手无策。

不久，妇人的独生子就离开了人世。

这突然而至的打击，就像晴天霹雳，妇人完全无法接受这个事实。

她天天守在儿子的坟前，夜以继日地哀伤哭泣。

她形若槁木，面如死灰，悲伤地喃喃自语：“在这个世间，儿子是我唯一的亲人，现在他竟然舍下了我先走了，留下我孤苦伶仃地活着，有什么意思啊？

今后我要依靠谁啊？

……唉！

我活着还有什么意义呢？

”妇人决定不再离开坟前一步，她要和自己心爱的儿子死在一起！

四天、五天过去了，妇人一粒米也没有吃，她哀伤地守在坟前哭泣，爱子就此永别的事实如锥刺心，实在是让妇人痛不欲生啊！

这时，远方的佛陀在定中观察到这个情形，就带领了五百位清净比丘前往墓冢。

佛陀与比丘们是这样的安详、庄严，当这一行清净的队伍宁静地从远处走过来时，妇人远远地就感受到佛陀的慈光摄受，她认出了佛陀！

她忽然想到世尊的大威德力，正可以解除她的烦忧。

于是她迎上前去，向佛陀五体投地行接足礼。

佛陀慈愍地望着她，缓缓地问道：“你为什么一个人孤单地在这墓冢之间呢？”

”妇人忍住悲痛回答：“伟大的世尊啊！

我唯一的儿子带着我一生的希望走了，他走了，我活下去的勇气也随着他走了！

”佛陀听了妇人哀痛的叙述，便问道：“你想让你的儿子死而复生吗？”

”“世尊！

那是我的希望！

”妇人仿佛是水中的溺者抓到浮木一般。



## <<佛眼观生死>>

“只要你点着上好的香来到这里，我便能咒愿，使你的儿子复活。

”佛陀接着嘱咐：“但是，记住！

这上好的香要用从来没有死过的人家的火来点燃。

”妇人听了，二话不说，赶紧准备上好的香，拿着香立刻去寻找从来没有死过的人家的火。她见人就问：“您家中是否从来没有人过世呢？

”“妹妹一个月前走了。

”“您家中是否从来没有人过世呢？

”“家中祖先乃至与我同辈的兄弟姊妹都一个接着一个过世了。

”妇人始终不死心，然而，问遍了村里的人家，没有一家是没死过人的，她找不到这种火来点香，失望地走回坟前，向佛陀说：“大德世尊，我走遍了整个村落，每一家都有家人去世，没有家里不死人的啊……”佛陀见因缘成熟，就对妇人说：“这个娑婆世界的万事万物，都是遵循着生灭、无常的道理在运行；春天，百花盛开，树木抽芽，到了秋天，树叶飘落，乃至草木枯萎，这就是无常相。人也是一样的，有生必有死，谁也不能避免生、老、病、死、苦，并不是只有你心爱的儿子才经历这变化无常的过程啊！

所以，你又何必执迷不悟，一心寻死呢？

能活着，就要珍惜可贵的生命，运用这个人身来修行，体悟无常的真理，从苦中解脱。

”老妇人听了佛陀为她宣说无常的真谛立刻扭转了自己错误的观念知见，此时围绕在冢间观看的数千人群，在听闻佛法真理的当下，也一起发起了无上菩提心。

——《佛教故事》

## <<佛眼观生死>>

### 编辑推荐

用佛的智慧透悟人生真谛，解答当下困惑，指引人生出路；用佛的视角揭示生命真相，坦然面对生死，积极把握今生。

《大师谈世事：佛眼观生死》从佛教经典的阐述、佛学大师的讲话和专著，以及佛学界人士的研究中，精心挑选了百余篇关于生死问题的章节，分门别类，集成成书，教化大众。其中既包括当前广受信众欢迎的星云大师、圣严大师等人的文章，也包括对生死问题有专门研究的达照法师、证严法师等人的文章；既有《大藏经》中的原始经文，也不乏寓意深刻的佛教故事。

<<佛眼观生死>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>