

<<星云禅语>>

图书基本信息

书名：<<星云禅语>>

13位ISBN编号：9787807407614

10位ISBN编号：7807407611

出版时间：2011-11

出版时间：上海文化出版社

作者：星云大师

页数：312

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;星云禅语&gt;&gt;

## 前言

序弘法利生我是在一个偶然的因缘下出家的，当时是栖霞律学院里年龄最小的沙弥。有一天读到“僧伽应以弘法为家务，利生为事业”，少不更事的我，这才知道出家人原来背负着如此神圣的使命。

此后，每当早课讽诵楞严咒，唱到“愿将身心奉尘刹，是则名为报佛恩”时，我都在心中发愿：“我将来一定要将全部的身心奉献在弘法利生上。

”时至今日，我乐说不怠，也建立了各种佛教事业。

在佛陀的加被下，我一生所作所为，无一不是为了达到“弘法利生”这个愿心，而力行实践。

我一生弘法无数，感到最难的是如何契理契机。

往往为了一篇讲稿，而日夜揣摩听众心理；常常为了一句名相，而反复思考其中深意，为的是希望大家都能听懂受用，并将佛法妙谛运用在生活上，以作为现实人生的指南。

一九九一年岁暮，我在台北开大座，宣讲“维摩经”，《经济日报》副刊的主编到后台趋访，提及该报为了嘉惠读者，企划在副刊企业生活增辟“星云禅语”专栏，每逢周六定期刊登一次；基于“弘法利生”的理念，当然愿意共襄盛举乐观其成，但是我因为云游四海，恐怕不能按期供稿。

后经协调研讨决定，由皈依弟子禅如依据我的演讲、言行与思想脉络代笔整理，经我审阅辅导认可送刊。

没有想到“星云禅语”逐期出刊后，尚获读者嘉许，并获甚多海内外报刊转载。

旅居菲律宾的作家张放先生更致函佛光山，表示说：您以通俗化的佛理软化人心，鼓舞大众向上，确为我们海外华侨带来无限激励，春风化雨普润众生……恳请您将在报刊发表的励志小品，早日结集出书，俾广流传，区区心意，敬请参考是盼。

联经出版事业公司，印行了很多有价值的好书，有意将连载年余的“星云禅语”结集出版，并嘱撰序，禅如亦认为能将代笔的文稿印成书，是一件极有意义的好事。

“弘法利生”是我力行实践的愿心，“恒顺众生”是我广结善缘的态度，谨撰述以上因缘，序《星云禅语》问世。

星云大师

## <<星云禅语>>

### 内容概要

持平常心 修生活禅

勘破纷扰表象，指向自省自在的人生幸福，  
一如清躁甘霖，入世洞明，让人身心善美。

本书精心挑选出了两百余篇至理散文。

从佛经到事理，从人生经历到普罗故事，字字珠玑，句句参悟，娓娓道来，不觉醍醐灌顶，找到般若宝藏。

本书稿原在台湾报纸上专栏连载，受到了众多读者的喜爱，随后结集出版。

<<星云禅语>>

作者简介

星云大师，1927年出生于江苏扬州，12岁剃度出家，21岁时出任南京华藏寺住持，授记为临济宗第48代传人。

1949年赴台湾，1967年创建佛光山，主张以出世的思想做入世的事业。

1991年成立国际佛光会，被推为世界总会会长。

于五大洲成立170余个国家和地区协会，成为全球华人最大的社团。

出版过多本图书，销量过百万，并翻译成英、日、德、法、西、韩、泰、葡等十余种语言，是受到众多读者喜爱的智慧禅师。

禅如为星云大师弟子，负责整理发布《星云禅语》专栏和结集出版。

<<星云禅语>>

书籍目录

序 弘法利生

第一章 禅与生活

禅与现代人的生活

持平常心 参生活禅

“平常心”即是道

日日皆是好日

世间知见 似是而非

脱离邪非 清净自在

浮生若梦 何须计较

脚踏实地 好梦成真

坚定理想 实践抱负

第二章 观自在

高贵的祈求

自在常乐

随遇而安

熄灭贪瞋痴

光明磊落 自在解脱

何苦庸人自扰

禅悦法喜的健康人生

第三章 般若智

点亮希望的灯

勤读好书

学海无边 唯勤是岸

增进般若智慧

妙用现代科技

认识忍的真谛

残缺也是美

“莲心”解众惑

第四章 正心诚意

天堂地狱如何去？

人在做 天在看

命运靠自己开创

改变命运的方法

握紧身心的缰绳

心病还需心药医

正心诚意何惧鬼

开创幸福的人生

逍遥人生自在求

第五章 圆融无碍

人不能离群索居

苦与乐一念之间

愿成就人间净土

享有而不拥有的理财观

人生“施比受更有福”

<<星云禅语>>

取其当取 舍其当舍  
如如不动 事事圆融  
广结善缘有妙方  
益友损友的品格  
悲智愿行结人缘  
柔和安忍 法喜充满

百善孝为先  
打球与修行  
做人并不难  
七诫净化人心  
善缘愈结愈广  
随缘 修缘  
感恩 惜福  
团结之道

结人缘  
觅知音  
待人与修己  
先他人后自己  
结善缘少纷争

第六章 息烦恼无是非

勤耕得丰收  
和平处事  
说不得“诀窍”  
说话的“艺术”  
对治恶人的方法  
息烦恼无是非  
结福缘离恶果  
心胸开展 智慧显发  
开启您的如来智慧

第七章 离苦得乐

发心  
愿力  
反省  
忏悔  
无聪之慧  
大慈大悲  
不怨不尤自求多福  
豁达心胸 息灭烦恼  
认真修行 利益良多  
消除业障 离苦得乐

第八章 调身 调息 调心

禅诗禅趣  
荣枯自随意  
疾病本是帖良药  
调身 调息 调心  
生活愈简单 心灵愈纯净  
发心做功德 必得好福报

<<星云禅语>>

第九章 富贵贫穷一念间

佛教的真理

空 能容乃大

佛教的理财观

富贵贫穷一念间

知足心安乐无比

如何才能“知足”

第十章 追求美好明天

花与人生

追求美好明天

先有出世思想再做入世事业

心生万物随识变

心有所主自能安

人生十最

人生际遇 视己经营

第十一章 小故事大道理

江山易改 本性难移？

舍得舍得 有舍才有得

天堂地狱何处去？

相互合作团结才有力量

彼此尊重无用也有大用

八风吹不动 心净国土净

知足常乐 平安就是福！

生命有定数 要好好珍惜

持平常心 修生活禅

净化身心 时时勤拂拭

活在当下 食睡皆修行

不念旧恶 化阻力为助力

乐观奋斗 转烦恼为菩提

以无为有 享有更胜于拥有

改过迁善 才能得道多助

## &lt;&lt;星云禅语&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 禅与生活01 禅与现代人的生活明心见性，悟道归源；自我观照，反求诸己。

现代人的生活，普遍倾向追求感官的刺激以为快乐。

其实，如果能够放下外缘观照禅心，那才是快乐的泉源；进一步实践自在淡泊的生活，更可以体悟禅悦法喜。

禅是什么？

“妙高顶上，不可言传；第二峰头，略容话会。

”禅，是智慧、是真心、是人间的奇葩，更是人类的宝藏。

因为“禅”可以帮助我们认识自己，特列举四点来说明“禅与现代人的生活”：禅的人间社会性。

禅有人间的社会性，因为禅不是少数人的，佛陀在灵山会上，把禅法传给了拈花微笑的大迦叶尊者，但把禅心交给了佛性本具的每一众生。

“春城无处不飞花”，同样的“人间到处有禅机”，仅从禅的名称，就可看出禅的社会性，诸如禅诗、禅话、禅心、禅悦、禅味、禅行等，人间社会到处有禅者，山林水边、陋巷闹市，不分僧俗、不计男女，人人可参禅，处处可问道，所谓“一钵千家饭，禅僧万里游”。

禅者的云游行脚，就是那么的人间化、社会化。

现今人间现实社会，到处充溢功利、自私、狭窄、执著、贪戾与暴力，更亟需真正的禅者以安详、放下、大公、宽广、空无与慈悲的良方来对治。

禅的时空普遍性。

禅如万古长空、一朝风月。

在禅里，没有时间的长短，没有空间的远近，没有人我的是非，刹那之中有永恒，一念之中有三千；也就是说“心中有事虚空小，心中无事一床宽”，因为真正的禅者，对时空有普遍性的悟入。

参禅学佛首重开悟，只要一悟，就能开窍（一点通万事灵），说到“悟”，必须透过禅定才可以体验，一旦开悟，就可以领略到时间的永恒、体会出空间的无边，“悟”在人我里，完全生佛平等，在时空里，完全法界一如，换句话说：真正证悟，诸法普遍平等，了然平常心即是道。

禅的自尊规范性。

“魔来魔斩、佛来佛斩”“不着佛求，不着法求，不着僧求”，禅是绝对的超越、绝对的自尊。

真正的禅者，具有“虽千万人吾往矣”的自尊精神，他的修行是“自我观照，反求诸己”“自我更新，不断净化”“自我实践，不向外求”与“自我离相，不计内外”。

因为真正的禅者，重视生活规范与自尊自爱，在现今这个脱序、自私自利的现实社会，有正见良知的现代人，实在应该学习禅者“自我观照、反求诸己”的风范。

禅的生活实践性。

自古以来，禅者都重视生活，诸如百丈禅师“一日不作，一日不食”，雪峰的饭头、洞山的香灯、道元的种菜、鸿山的粉墙……说明禅者非常重视生活实践，离开了生活，固然没有禅，离开了工作，更无法深入禅心。

现今社会分工合作，士农工商各有所业，我们能以“感恩”“惜福”的心情，专心做好工作也就是参禅；所以禅与现代人的生活是息息相关的，陈履安居士提倡“在工作中修行”，就是最好的见证。

02 持平常心 参生活禅佛在灵山莫远求，灵山只在汝心头；人人有个灵山塔，好向灵山塔下修。

上引佛偈是说：我们的心是一座充满宝藏的灵山，储蕴着无比丰富的资源，而众生愚痴，不知道开采自身的宝藏，反而舍本逐末，一味盲目地去向外寻找。

莲池大师也有一首禅诗：“赵州八十犹行脚，只为心头未悄然，及至归来无一事，始知空费草鞋钱。”

就是诠释我们学佛求道，不要盲目到处攀缘奔波，最重要的应该持平常心，参生活禅。

有人常常慨叹：“画虎画皮难画骨，知人知面不知心。”

”别人的“心”固然不容易了解，我们自己的“心”自我又能掌握几分？

“心猿意马”就是指我们的心瞬息万变、捉摸不透，如何才能使我们这颗浮荡的心安定下来呢？

“春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪，若无闲事挂心头，便是人间好时节。”

”无门禅师这首诗偈提示我们，尽管时序上有春、夏、秋、冬的递嬗更替，众生有东、南、西、北的



## &lt;&lt;星云禅语&gt;&gt;

奔波离异，如果我们能够将一切万缘放下，心中坦荡无物，自然有一番自在、潇洒的悠游境界。在佛经上记载一则故事说：有一天，“心”向主人提出抗议表示--你每天清晨起床，我这颗心就为你睁开眼睛，观看浮生百态；你想穿衣，我就为你穿衣避寒；你想漱洗沐浴，我就为你净身；甚至大小便溺，我都毫无怨尤地帮助你。

我们的关系如同唇齿一般密切，凡事你应该跟我有个商量，但是一旦要学佛求道，你却背个臭皮囊东奔西跑，忙忙碌碌地向外攀缘寻找，而不知道返求于我，其实你要追寻的“道”并不在别的地方，道就在自己的心中啊！

唐朝景岑禅师说：“平常心即是道”，所谓平常心就是“累了应该休息，饿了应该吃饭”（原文为：“要眠即眠，要坐即坐；热即取凉，寒即向火”）。

而现代人则往往累了不知道要休息，饿了没有好好吃饭。

平常生活所表现的衣、食、住、行本来应该是喜悦的事，但是往往因为心中另有所系，以致不能享受它的情趣，而把生活变成勉强。

当然，工作中也同样有许多情趣，但又有多少人能在工作中体验到那就是生命之美呢？

《金刚经》上说：“应无所住而生其心”，无非是教人回归到生活，不要在生活上添加丝毫的勉强和造作。

那时，所发出来的心智才是真心，在真心观照之下，一切都会感到亲切自在。

所以我们要学佛求道，应该“持平常心，参生活禅”。

03 “平常心”即是道青青翠竹尽是法身，郁郁黄花无非般若。

一般人谈到修行，常将范围局限在打坐、念佛、诵经、持午、闭关等在名相上的修行。

诚然，念佛与诵经等，当然也是修行的法门，但是，却忽略了发心、弘法、讲学、著作、创业、利众，乃至随喜、随缘，一切善行义举都是修持。

在圣者的境界中，“青青翠竹尽是法身、郁郁黄花无非般若”，认为搬柴运水无非参禅，平素行住坐卧皆有佛法；而持平常心，修生活禅，更是禅者倡导的。

佛经中有段记载说，律宗的有源和尚，向大珠慧海禅师请教：“如何修持用功？”

慧海禅师简要地回答：“用功要持平常心，平常心即是道。”

更进一步地诠释所谓平常心，即是“肚子饿时吃饭，身体困时睡觉”。

因为一般人执著于五味六尘，所以吃饭时百般挑剔，挑肥拣瘦，食不甘味；睡觉时辗转反侧，胡思乱想，千般计较。

而禅者已经体悟“万法皆空”之法性，了知五味六尘一切不可得，所以能够平平常常吃饭，安安逸逸睡觉。

这也就是说，修行要在生活中修行，要在无功中修行。

现在有些初发学佛修行的人，妄想“了脱生死”的问题，却不顾“处理生活”的问题。

经常一知半解地闹着“闭关”“住山”“持午”（即过午不食）……借口修行，而逃避弘法利生的责任，甚至有些走火入魔的所谓修行者，借口“不理红尘琐事，闭关黄卷青灯”，这一小撮“修行者”，纵使能解脱入道，也不过是个“自了汉”。

有两位佛教长老的诤言，值得我们学佛的人省思--印顺长老说：“放弃弘法利生甚或修学佛法的责任，只是借口修行，那是懒惰的代名词罢了！”

另一位道源长老说：“只是口头说修行的人，佛教都快给他们修完了！”

（不容讳言，中国佛教亟需振兴现代化。）

现在社会（末法时代）有许多人自称开悟得道，标榜自己修行过人，甚至还会“显示卖弄神通，企求哗众取宠”，其实都是不可思议的；大凡一个真正的证悟者，从不自高自大，从不标新立异，所谓平常心即是道。

在过往的高僧大德的典范中，我们发现：赵州禅师八十犹行脚；道元禅师老年任杂务；佛陀晚年仍托钵行化；维摩病中亦不忘说法。

如来常说：“我是僧中的一个！”

这种风范是值得我们学习的。

六百卷《大般若经》，其实可以用十六个字概括它的中心思想，即“无相布施、无我度生、无修行持”

## &lt;&lt;星云禅语&gt;&gt;

、无证悟道”。

说明了悟道是无功之事，甚至布施、度生、修行都是无功之事，因为“真如界内，总生佛之假名；实相门里，无自他之形象”。

亦即所谓：“言语道断、心行处绝。”

”总之，我们参禅学佛，一定要真修实学，不要自我标榜、不要自赞毁他。

修行，要修无功之行。

04 日日皆是好日说好话，行善事；常反省，多欢喜。

“春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪，若无闲事挂心头，日日皆是好时节。”

”禅宗说：“日日皆是好日”，芸芸众生如果把每一天都生活得很实在，天天过得好，月月过得好，年年过得好，一生也就不算虚度。

我们如何过一日的的生活，这里有四点建议：每日多说好话。

先贤袁了凡先生，他每天都要用“功过格”检讨自己的功过，反省一天之中有多少功过得失，并且老实地做成记录。

我们也可以自己盘算一下，每天自己说了多少好话，譬如说：“你早！”

”“你好！”

”“谢谢你！”

”“对不起！”

”以及“我有什么能为你服务的吗？”

”常说一些赞美别人的好话，自然能广结善缘、化解烦恼，使自己每天的日子过得美好。

每日多行善事。

童子军“日行一善”，我们一天之中有没有错过多行善事的机会呢？

看到垃圾果屑，随手捡起来，搭乘公车让座老弱妇孺，乃至在工作上多给别人一点协助与服务……每天多做一点好事，自己的生活会更加充实。

每日常常反省。

曾子说：“吾日三省吾身”，我们一般人常喜欢指责、批评别人，疏于检讨、反省自己，如果能够自己经常反省：“我今天讲的话适当吗？”

做的事周全吗？”

有没有什么地方伤害了别人……”人只要能够经常自我反省，就会改过迁善，多积功德。

每日常常欢喜。

你对镜子笑、镜中会出现笑脸。

如果一个人整天忧愁满面，一副非常烦恼的样子，冷漠的态度会疏远别人，使自己的日子更难过；常持“平常心”，多从好的方面去设想，吃饭时放开肚皮吃饭，睡觉时安心坦然睡觉，“一切随缘、随喜；力求自在、自然”。

那么，你就会有颗喜乐的心，微笑的脸，带给自己快乐，也使别人分享你的喜悦，日子岂不是很好过了？

总而言之，每个人每天都要生活，每天我们能够“多说好话、多行善事；经常反省，常常欢喜”，深信，你每天就会生活得充实而美好。

05 世间知见 似是而非邪知邪见，似是而非，使人沉沦；正知正见，明心见性，使人自在。

阳光下的万事万物，千差万别，世间上的芸芸众生，对于事物的看法，也有种种不同的见解。

一般凡俗“以五欲六尘为乐”“以立德立功为实”“以百年长寿为久”“以迷信执我为真”，世间这些似是而非的知见，由于众口铄金，积非成是，源于理念不清，进而污染了我们的心性，使我们沉沦堕落。

世间以五欲六尘为乐。

不容讳言，世间大部分的人，常以物质感官的享受为快乐，追逐于声色犬马；事实上，这种肉体上的享受并不是最终的快乐，心灵上的舒坦自在才是真正的快乐。

有的人拥有万贯家财，娇妻美妾；住富丽的高楼大厦，穿名贵的绫罗绸缎，入室有僮仆服侍，出门有轿车代步，但是却没有一颗灵悟的“真心”，去体会生命的真正意义所在。

## &lt;&lt;星云禅语&gt;&gt;

欠缺这种真心的人，即使拥有全世界的财富，仍然是一个贫乏的人。

冷眼静观，在我们这个金权挂帅的现实社会中，却到处充满了这种贫乏的富人。

佛经说：五欲六尘的享乐，是有濡有染的；有濡是有缺憾，有染是有私心，有缺憾有私心即有烦恼。

例如有人贪恋饮食之美、男女之欢而不知节制，仿佛飞蛾扑火，春蚕作茧，自陷于痛苦的深渊而浑然不知。

世俗的享乐犹如剑上涂蜜，虽说味道甘美，却有杀身殒命的危险。

我们参禅学佛，首先要运用般若智慧，去透视五欲六尘的虚假，才能追求真实清净的法乐禅悦。

世间以立德立功为实。

有的人对于物质享受，虽然能够不伎不求，超然随缘；但是却以建立功勋、留名青史作为人生奋斗的目标。

立功立德固然为人生努力的方向，但是仅止于世间的成就；除此之外，身心的清净、人格的升华，乃至出世慧命的证成更为重要。

常听到这样似是而非的论调：宗教是劝人向善的，只要心地善良就够了，不必信奉什么宗教。

其实这种观念是一种偏差愚痴的看法，心好就不必信仰宗教，心好就不要吃饭行吗？

心好是为人处世的基本条件，生命的真正意义不仅如此，立功立德纵能留名千古，但是，如果我们能够发挥普度众生的菩提大愿，从事服务大众的事业，我们的生命，不就更能够扩充，更具价值吗？

世间以百年长寿为久。

长命百岁是一般人热切的希望，现今医药发达，更有许多增长生命的方法手段，究竟多少春秋才算是长寿呢？

世间的寿命纵然长寿如彭祖，充其量也不过八百岁月，和宇宙的亘古悠久相比，实在太短暂了；我们人生应该追求的是永恒无限的无量寿，证悟永远不生不灭的真实生命，而不仅仅是蜉蝣若寄的数十载寒暑；人生的意义不在于活了多少岁数，而在于是否真实地活过，如果一个人已经充分发挥了生命的内涵，纵然是刹那，也是永恒。

世间以迷信执我为真。

有人讥讽信仰宗教为迷信，而不知自己在日常生活中却常有迷信的行为：诸如每逢结婚寿诞，大事铺张，杀鸡宰羊，滥杀生灵，饮宴作乐，不但违背了庆生的心意，更悖逆了慈悲的精神；更有些人发生争执时，到寺庙斩鸡头赌重咒，这种迷信的行为既愚昧又残忍；遇到难题时，会算命问卜祈求指点，吃香灰烧金纸，望消灾化厄……这种种迷信执我的盲目知见，是令人不能苟同的。

总而言之，世间的知见大抵似是而非，其原因导源于理念不清，心性污染；由于无明造化，无法明心见性：“身似菩提树，心如明镜台，时时勤拂拭，勿使惹尘埃。”

我们只要勤加拂拭，以般若智慧涤净知见，就能使心灵清静，清凉自在。

06 脱离邪非 清净自在观身不净，观受是苦，观心无常，观法无我。

世间现象千差万别，众生对万象的见解看法，也有种种层次的分别。

如同小学生有他幼稚纯真的看法，中学生有他年轻浪漫的想法，大学生有他深远超迈的见地，随着每个人年龄、阅历、根基的不同，知见也有深浅高下的不同境界。

佛教对知见抱持什么样的看法？

什么才是佛教的知见？

佛教常讲正知正见，也就是说要培养正确的见识，作为追求真理的启门砖。

佛陀常讲“四念住”“四依法”“三法印”“八正道”，也就是佛教正见的菁华，这些道理在佛经中有详尽的阐扬，以下仅简略加以扼要说明：四念住。

四念住又称为四念处，意思是告诉我们，要把心念系着于“观身不净”“观受是苦”“观心无常”“观法无我”这四个法门之上，从苦、空、无常、无我去认识宇宙人生的真相。

在凡夫俗子的思想观念里，总以为肉躯是实在的，因此为滋养、妆扮而劳苦烦恼，“观身不净”能破除我们对身体的执著，了解色身的虚幻不实，从而去追求真实不灭的法身慧命；“观受是苦”提示我们人生苦多于乐，而我们却无明造作，制造更多的痛苦，不知道自求多福，利益他人；“观心无常”告诉我们心念如瀑布湍流，念念不停，瞬间即逝，而我们却不知小心摄护，任意让它在生死海中浮沉生灭；“观法无我”说明世间万法变化无常，没有一法是一成不变的，不能稍有执著，如果执持有我

## &lt;&lt;星云禅语&gt;&gt;

，痛苦烦恼就接踵而至。

能够以“四念住”的法门去认识宇宙真相，我们的身心才能清净自在。

四依法。

所谓四依法就是“依法不依人”“依义不依语”“依智不依识”“依了义不依不了义”。

“依法不依人”，是要我们依止永恒不变的真理，而不依靠有生灭现象的某一个人；“依义不依语”，是要我们从义理本身去把握真理的内涵，而不执著满足于语言文字的游戏；“依智不依识”，是要我们依据般若智能为人生行为的规范，而不依顺一般的俗知俗见；“依了义不依不了义”，是要我们依持宇宙真理，而不盲从方便邪说。

“四依法”是我们了解宇宙人生真相的指南，能够依止四依法，才能探骊得珠，深入真理。

三法印。

三法印就是“诸行无常”“诸法无我”“涅槃寂静”，这些都是佛法的基本常识，也是宇宙人生的真理。

“诸行无常”意谓一切行为、一切语言，万事万物都是无常，唯有脱离世间法，到了出世法的境界才是真常；“诸法无我”即指世间没有任何东西是永远如此不变的，譬如我们的身体，仿佛一栋房屋，仅仅供给我们“行住坐卧”暂时居住，房子住久了一定会败坏，等到人生大限来临，我们这幢住久了的老屋也会殒灭无存；肉身如此，财富、名利、感情……一切迟早都会舍离我们而去。

“涅槃寂静”的世界就是极乐净土的世界，只有安乐，没有痛苦烦恼，一般人学佛总以为是“了生脱死”，因此消极避俗，实在曲解佛教，涅槃最高境界是“以大智故，不住生死；以大悲故，不住涅槃”。

”八正道。

八正道就是“正见”“正思唯”“正语”“正业”“正命”“正精进”“正念”和“正定”。

由“正见”可以了然“苦、集、灭、道”四谛的道理，这是八正道的主体；再由“正思唯”以增长真智；然后“正语”，就是修口业不妄语；其次“正业”以大智般若灭除一切邪业，使身心安住清净正业之中；进而“正命”使身、口、意三业都能合乎正法而行止；“正精进”就是要发心修习涅槃之道；至于“正念”则以真智忆念正道，并且没有丝毫邪念；最后是“正定”即必须做到清净的禅定。

这八个方法教导我们脱离邪非，所以是“正”。

最后进至涅槃的境界，也就是“道”。

如果我们能够体悟“四念住”“四依法”“三法印”与“八正道”，坚定正知正见，努力信受奉行，定能脱离邪非、清净自在。

## <<星云禅语>>

### 编辑推荐

《星云禅语(第1辑)》编辑推荐：星云大师以佛教精义为根底，对世俗社会万千的人和事，即人生观、财富观、爱情婚姻、家庭教育、人际交往、成功励志等诸方面进行阐释。

《星云禅语(第1辑)》的故事幽默且意义深远，勘破纷扰表象，指向自省自在的人生幸福，一如清躁甘霖，入世洞明，让人身心善美。

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>