



# 济群法师谈修行

济群法师

毕业于中国佛学院,随后至福建佛学院、闽南佛学院参学任教。多年来,教书育人,学修并重,为功仰宗第十代传人。现任戒幢佛学研究所所长,闽南佛学院研究生导师,并受聘为苏州大学政治与公共管理学院兼职教授,厦门大学宗教研究所高级顾问、客座教授。长期从事唯识、戒律的研究及讲授。

## 佛教到底是什么?

**法师:**如何来定义佛教?我个人在学习的过程中,认为可以用这样几句话来概括:佛法是人生的智慧,是真理的指南,是完善的道德,是解脱的途径。

说佛法是人生的智慧,是因为佛法能使我们如实认识世界,解决人生的各种困惑,而唯有智慧能使我们摆脱无明和蒙昧的状态,使人生趋向光明。

说佛法是真理的指南,是因为通过对经教的学习,能使我们树立正确的人生观。修学佛法,非常重视正见和如实见,无明使人类无始以来沉溺在生死流转中,要改变自己的命运,首先就要改变对生命的错误认识,而闻思经教、树立正见就是使我们通达真理的基础。修行中的见道位,便是体证宇宙人生真相的过程。

说佛法是完善的道德,是因为学佛修行的最终目的是趋向解脱,而这个目标的到达是要以善行为基础。佛教所说的善行不同于神教的以神为本,也不像唯物主义者那样,仅仅是基于社会安定的需要。佛教的道德是建立在真理的基础上,依因果规律的规律建立德行。

说佛法是解脱的途径,是因为佛法归根结底是为了解决人生的问题,人生有种种困惑、烦恼和痛苦,所以才需要修学佛法,才需要通过对佛法的实践来获得究竟解脱。

试图解决人生的痛苦,是人类文明发展的原动力。从原始社会的刀耕火种到当今

这个高科技时代,人类的一切努力都是为了寻求更幸福的生活。但这些努力只能使外在的世界得到改变,使我们的物质生活得到提高。而其他宗教,则是通过对神的祈祷获得救度,通过对神的信仰最终获得幸福。和一般宗教不同,佛教认为人类问题的根源在于我们自身,在于我们对人生的困惑,在于我们的错误认识和观念,在于我们无始以来的贪、嗔、痴烦恼。因而,对生命的正确认识才是解决问题的唯一途径。在解决方式上,佛教的着重点是自力,虽然也有他力的成分,但他力也是建立在自力的基础上。

很多人认为,信仰只是为了寻找死后的归宿。若年轻时就信仰佛教,难免与生活 and 事业发生抵触,不妨等老了再考虑这个问题,这样的想法是否正确?

**法师:**人们在年轻时往往会有许多理想和追求,当他们将全部精力投入其中时,或许还意识不到信仰的意义。随着人生阅历的丰富,对世俗生活的虚幻才会有深切体会。尤其是到“老来岁月增作减”的时候,名利地位也好,家庭事业也好,与即将到来的死亡相比,似乎都显得不再重要。所以,人们在晚年更需要信仰的支撑,这也是信徒中老年人居多的主要原因。也因此有人认为,信仰只是老来的安慰,年轻时关注信仰还为时过早。

就佛教来说,既有出世的层面,也有入世的层面,绝非消极避世。它所关注的不仅

是生死大事,也包括对现实人生的改善。佛陀在《善生经》中,就对世人如何处理家庭关系、如何看待财富等问题作了非常具体的开示。如果我们年轻时就依教奉行,会少走很多弯路。反之,若一生为欲望奔忙操劳,且不论结果如何,难免沾染许多不良习气,老来想要改变也往往力不从心。同时,对信仰的实践也需在年富力强的时候进行。历代祖师大德多是在年轻时便开始修道,佛陀更是在35岁便已觉悟。同样是接受教育,是在年轻时开始更好,还是到晚年开始更好呢?

现在有一些人对佛教很感兴趣,但因为身份、地位等种种原因或因为工作繁忙没有时间和精力学佛,或碍于面子不愿意公开学佛。虽然有向善之心,有时却基于习气做一些不对的事,他们不能学佛?怎样学佛?他们学佛后也可以成佛吗?

**法师:**人人都能学佛,没有人会被排斥在佛门外,这是首先要肯定的。其次,人人都能成佛,没有人天生就注定不能成佛,这也是我们要肯定的。

当然,每个人又是不同的。对于学佛,也同样存在发心及信仰深浅的不同。所以,在处理学佛和工作之间的关系时,会出现不同选择。学佛较浅的人,学佛只是工作之余的生活点缀;学佛较深的人,则将学佛作为人生的重心,工作只是生存的方便。所以,我们一定要明确,什么摆在第一,什么摆在第二;什么是主要的,什么是次要的。当然,

也有些人是由浅入深,随着学佛时间的增长,对佛法认识的加深,从而提升对佛法的需求。一旦知道自己真正要的是什么,其它问题便不重要了。

学佛究竟为了什么?不是为了求保佑,保平安,这些只是学佛的副产品。学佛的真正目的,是为了成佛。所谓成佛,就是成就佛陀的生命品质。

我们现在为什么只是凡夫?因为我们具有凡夫的生命品质,即是无明、我执、贪嗔痴。佛陀为什么成为佛陀?是因为他们具备了佛陀的生命品质,那就是大解脱、大自在,那就是无限的慈悲、无限的智慧。学佛的过程,是改变生命品质的过程。因此,佛法是心地法门,得用心去实践。

真正想要学佛,应该从基础做起,如三皈、五戒。三皈,是通过宣誓建立对三宝的信心;皈依后还应不断修习皈依,培养对三宝的信心,强化三宝在心目中的地位。唯有三宝在我们心目中具有绝对的权威性,佛法才可能真正的影响并改变我们的人生。此外,五戒也很重要。戒具有止恶的作用,从表面上看,五戒是禁止杀、盗、淫、妄、酒,实质而言,是在止息我们内心的贪、嗔、痴,止息生命妄流的相续,这正是解除烦恼,明心见性不可缺少的基础。

## 佛与众生的根本差别在哪里?如何跨越?

**法师:**佛与众生之间,在一般人的感觉中,似乎有着天渊之别。事实上,距离并不是那么遥远。《六祖坛经》有句话,叫做“前念迷即凡夫,后念悟即佛。”佛,为觉悟之义。在迷的状态,就是众生;而在悟的状态,那就是佛。

从迷到悟,虽是一念间,但要跨越这一念,转变这一念,并不是那么容易的。很多人都知道“放下屠刀,立地成佛”一说,难道只是把手中的屠刀放下,就能解决问题吗?

佛经记载:有位梵志求见佛陀,两手各拿一朵花。佛陀说,放下,他就把左手的花放下。佛陀又说,再放下,他就把右手的花放下。但是,佛陀还让他放下……两手空无一物时,还要放下什么?就是放下内心的执著,这才是我们要放下的关键。如果内心还有执著,即使将外在的一切都放下,仍是不能解决问题的。佛法修行,重点是解决心理问题,所谓转迷成悟,转染成净,转识成智。所以说,佛与众生之间的平等,是本质上的平等;差别,则是显现上的差别。

很多人觉得发菩提心很难,因而产生退缩情绪。您觉得发菩提心是不是很难?难在哪里?

**法师:**发起“我要利益众生”这一念并不难。人的一生成有无数愿望,如“我要吃饭”或“我要买房子”等等。从某种意义上而言,愿菩提心的心行特征也是同样,只是所缘改变了,变成了“我要成佛”,“我要利益一切众生”。所以,无须将愿菩提心想得太复杂,太高深,这是首先要了解的。

当然,困难也是存在的。难就难在,这念心生起后,面对不同众生和种种考验时,能否将这念心落实为具体行动。当我们在房间里观想“我要利益一切众生”,是很容易做到的,因为此时并不涉及具体的所缘对象。但在生活中,会有很多违缘和逆境,如果愿心不坚固,就很难经受住现实的考验。

另一个困难在于,使这念愿心相续不断。以前有句话,叫做“做一件好事容易,难的是一辈子做好事”。发心也是同样,发一念愿菩提心不难,难的是发长远心、坚固心,难的是尽未来际地保持这一发心。

佛经中提到的功德,和凡夫的功利有何不同?

**法师:**功德,也是一种利益。那么,可否带着功利心修行呢?对于凡夫来说,若没有任何利益,恐怕无人愿意修行。所以,修行何法门前应明确:我们能从中得到什么利

益?这是非常有必要的。明确之后,我们才会有动力。也正因为凡夫的这一特点,经中才不厌其烦地告诫我们,修这一法门有多大功德,修那一法门又有多大功德。

但若停留在功利心的基础上,我们就不能摆脱对功德相的执著。那么,修行境界是不会提高的。所以还要修空观,了知一切如梦如幻,以此超越我执和功利心。只有超越这些局限,才能真正成就无量功德。否则,虽然我们希望能得到许多功德,却往往事与愿违。

我们的心就如容纳功德的器皿,若它本身的容量有限,自然也装不下多少功德。就像一个杯子,只能装一杯水;一个桶,也只能装一桶水。如果心量完全打开,就能像虚空那样,容纳日月星辰,容纳山河大地。所以说,心无所住才能获得无量功德。

## 怎样看待出世修行和入世修行?

**法师:**当我们说到出世修行时,往往会联想到出家这种修行方式。若是这么定义的话,似乎与在家居士无关,其实不然。出世可以指出家修行,也可以指出世的超然心态。

作为在家居士,虽不能在寺院、山林过一种远离尘世的清修生活,同样要具备超然物外的出世心态,不为世间种种名利声色所染,这就是佛教所说的出离心。有了这种心态,我们才会过得更自在。

菩萨道,是以入世的悲心修行。但我们要知道,这种入世仍须以出世的心态为基础。只有这样,入世时才不会陷入对世事的执著中。若无出世的超然,很可能入到哪里就陷到哪里。不仅陷入世事中,同时也陷入生命内在的世俗心中。那时,自顾尚且不暇,遑论利益他人?所以说,入世修行必须以出离心为基础,否则就会随世俗心所转。

至于说到出家及在家的修行方式,我觉得,出家当然是最好的选择。但也是有前提的,必须找到一个如法道场,找到一位堪为依止的善知识。如果找不到合适的修学道场,出家后也可能会忙于应酬,和世俗生活并无太大差别。

若是因缘具足,自己也有纯正坚定的发心,走上出家之路,就可放下一切负担,全身心奉献于追求真理、传播佛法。在社会上,毕竟有太多牵挂,太多羁绊,必须完成各种责任后,才有时间修行或弘法利生。但人生几十年是很短暂的,如果我们在尽义务的同时又继续不断地制造责任,可能永远都会身陷其中而不能自拔。比较而言,出家确实比在家的修行条件优越很多。

## 佛教怎么看待知识?

**法师:**知识对人类究竟意味着什么?自古以来,一直有两种不同的看法。比如,儒家推崇知识,老庄就比较反对知识。《庄子》讲,浑沌因为有了知识就死掉了。佛教对此也有两种不同看法,既有“知之一字,众妙之门”的赞誉,也有“知之一字,众祸之根”的警示。为什么会产生两种截然不同的态度呢?因为知识本身就存在两种不同类型,有健康、正确的知识,也有颓废、错误的知识。有些知识能导人以道德,导人以智慧;有些知识却导人以犯罪,导人以愚痴、妄想和烦恼。在这个信息时代,人们掌握的知识远远超过以往。从生存角度来说,知识技能越多,越容易在社会上谋取职业。但从心灵健康的角度来说,我们就需要有所选择。否则,太多的知识会使心变得复杂,使妄想乃至烦恼、痛苦随之增多。所以,对知识要一分为二地看待。

其实,佛教也很重视知识技能的掌握,大乘佛教就鼓励我们从五明处学。作为一个菩萨,甚至要掌握世间的一切知识,包括各种生存技能。这样,我们才有能力帮助、度化更多的众生。但对那些导人以愚痴、犯罪的错误知识,我们又远离。如果能以佛法智慧处理所学知识,那么,知识也会成为自利和利他的工具,而不是修行障碍。

## 济群法师法语

◆没有福报的人,很辛苦;有福报,如果缺乏智慧,也会为福报所累。当我们在消费福报的时候,福报往往也在消耗我们的生命。

◆看到别人身上的问题深恶痛绝,赶紧检查一下自己身上有没有类似的毛病,免得被别人深恶痛绝。

◆心的本质,即是宇宙的本质。一个人只要没有活在狭窄的设定和执著中,他就能体验到生命的无限性;同时也能具足心包太虚,量周沙界的胸怀。

◆寺院在人心,佛也在人心。心清净,随处都是道场;心清净,佛就在放光。