

《惜福：佛学大师开示幸福的智慧》

图书基本信息

书名：《惜福：佛学大师开示幸福的智慧》

13位ISBN编号：9787807697121

出版时间：2014-9-1

作者：弘一法师,星云大师,学诚法师

页数：240

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《惜福：佛学大师开示幸福的智慧》

内容概要

弘一法师、星云大师、学诚法师三位佛学大师人生体悟和学佛心得的集大成之作，向常人揭示了幸福的真谛和“惜福”的真义。

人贵惜福，每个人都得积攒自己的福报。通过大师的开示和点拨，能够带给浮躁的人们一份安宁，从而活在当下，收获平安、喜乐和幸福的人生。

喇荣五明佛学院上师、《苦才是人生》作者索达吉堪布作序推荐，学诚法师题写书名。

随书附赠弘一法师手书《波若波罗密多心经》，弘一法师嫡孙女手书“惜福”条幅。

何谓“惜福”？惜是爱惜，福是福气。

人贵惜福，每个人都得积攒自己的福报。

一个人的福报好比银行的存款，如果只取不存，就会有透支的时候。

假如你用惜福的心对待友情，那么你会拥有很多朋友，每个人都会带给你快乐，你永不会孤寂；

假如你用惜福的心对待亲人，对待家庭，你就会拥有一个幸福的家庭；

假如你用惜福的心对待工作，你就能够少生抱怨，精进向上。

让我们跟随弘一法师、星云大师、学诚法师的指引，一路找到灵魂的栖息之地，找到自己的精神家园。活在当下，收获平安、喜乐和幸福的人生。

《惜福：佛学大师开示幸福的智慧》

作者简介

弘一法师（1880—1942），一生63载，前半生的39年，与艺术结缘，在诗、词、书、画、篆刻、音乐、戏剧、文学等领域都占据一席之地，开近代文化艺术之先河；后半生修佛24年，重振佛教律宗，虔诚弘扬佛法，为佛教律宗第十一世祖师。

星云大师，国际著名佛学大师，佛光山开山宗长，国际佛光会世界总会会长。1967年创建佛光山，以弘扬“人间佛教”为宗风，佛光山寺第一、二、三任住持。

学诚法师，1982于莆田广化寺定海长老座下剃度，并依止圆拙老法师（近代高僧印光、弘一大师的弟子）修学。现任中国宗教界和平委员会秘书长，中国佛教协会副会长，中国佛学院副院长，福建莆田广化寺方丈，陕西扶风法门寺方丈，北京龙泉寺方丈等。

《惜福：佛学大师开示幸福的智慧》

书籍目录

序言 纵有十分福气，也只享受三分 索达吉堪布
惜福就是惜命：青年佛徒应注意的四项
略述印光大师之盛德
我在西湖出家的经过
南闽十年之梦影
佛法大意
佛法十疑略释
佛法宗派大概
佛法学习初步
授三皈依大意
敬三宝
放生与杀生之果报
常随佛学
佛教之简易修持法
改过实验谈
改习惯
泉州开元慈儿院讲录
最后之
万寿岩念佛堂开堂演词
人生之最后
净土法门大意
净宗问辨
劝念佛菩萨求生西方
劝人听钟念佛文
普劝净宗道侣兼持诵《地藏经》
为性常法师掩关笔示法则
药师如来法门略录
药师法门修持课仪略录
药师如来法门一斑
余弘律之因缘
弘律愿文
律学要略
南山律苑住众学律发愿文
在家律要之开示
问答十章
征辨学律义八则
新集受三皈五戒八戒法式凡例
持非时食戒者应注意日中之时
佛说无常经叙
生活中如何自我提升
因为不认识自己的心，才觉得人生茫然
观功念恩生福报
认识烦恼是修行的开始
附录一 弘一法师格言别录
附录二 弘一法师《晚晴集》
附录三 弘一法师诗词选

《惜福：佛学大师开示幸福的智慧》

1、/索达吉堪布人一生的福报是有限的，它就像银行里的存款，如果不珍惜而肆意浪费，一旦福报享尽了，就要遭受莫大的痛苦。元朝曾有两个太学生，同年、同月、同日、同时出生，八字完全相同。他们同中乡试，也同日做官，一个在鄂州，一个在黄州。没多久黄州官去世了，鄂州官非常恐惧，赶紧交代后事，以为自己也快死了。但过了七日，他仍身体健康，就前往吊祭老同学，哭着说：“我与你出生的年月日时一样，出生地点也一样，但你比我早去了，我即使现在死，也比你晚了数日。这是为什么呢？若有神灵，请托梦告知我。”当天夜里，他梦到死去的黄州官说：“你凡事都节俭，所以能享长寿。而我享用过度，福报早用尽，所以寿命短促啊！”俗话说：“禄尽人亡。”所以，我们若想在非常短暂的人生里，快乐长一点，活得久一点，就一定要惜福。佛教中的历代高僧大德，对珍惜福报尤为重视，他们吃饭能果腹即可，穿衣能避寒就行，其他的并不是特别讲究。像汉地的弘一法师就是这样：有一次，大教育家夏丏尊先生前去拜访弘一法师。中午吃饭时，见他只吃一道咸菜，夏先生不忍地说：“难道您不嫌这咸菜太咸吗？”弘一法师回答：“咸有咸的味道。”过了一会儿，法师吃好后，手里端着一杯开水。夏先生又皱皱眉头道：“您没有茶叶吗？怎么每天都喝这平淡的开水？”弘一法师又笑笑说：“开水虽淡，淡有淡的味道。”懂得惜福，才会福泽绵长。其实，不管是什么人，拥有的一切就算无人能及，享受的也是寥寥无几。俗话说得好：“纵有良田万顷，不过日食三斗；纵有广厦万间，不过夜宿一床。”所以，每个人只要能维持必要的生活就好，不要轻易糟蹋自己来之不易的福报。即使你有十分福气，也应只享受三分，剩下的留待来日再用。倘若你能发大心，将福气布施一切众生，无形之中，自己的福报也会更为增上，安乐不会有穷尽之时。

2、受苦即了苦，惜福即可增福作者：中国社会科学院农村发展研究所/学者若干年前，我对李叔同的认识还仅限于那首著名的《送别》。当时除了朦胧感受到歌词中物是人非的悲戚意境，甚至不知道李叔同就是弘一，更不知道李叔同出家前后从博学多才的教授到高僧大德的巨大变化。后来，有一次偶然看到濮存昕主演的电影《一轮明月》，看到小叔同四岁时幼稚地诵读《金刚经》，看到瘦削的他穿着破旧僧衣，在河边用树枝刷牙，将涮碗的开水喝下，弘一法师的形象一下子深深植入我的内心，从此不再抹去。乃至家里小孩出生以后，在两岁以内，我时时哼唱着那首《送别》哄其入睡。近日，拿到这册由时代华文书局倾力制作的《惜福》一书，一下子深深地喜欢上，简直可以与圣严的《学佛三书》以及星云的《舍得》《宽心》《放下》相媲美，更有过之而无不及。如此之说，并非爱屋及乌，乃是因为这本书从内到外每个细节都能体味到精雕细琢的痕迹，可长久保藏并时时拿出来品读，内容与制作相得益彰。全书以弘一法师的演讲、文稿为主体，并收星云大师和学诚法师的几篇主题相关的文稿，以极为通俗的话语开示如何认识佛学、如何修佛，尤其是如何在现实中以佛的智慧积极地过好当下的生活。“惜福”便是全书主题的关键词，是指引幸福生活的一盏明灯。“惜”是爱惜，“福”是福气。弘一指出，我们即使有十分福气，也只要享受三分便可。我甚至觉得，所余的福气甚至不必留到以后去享受。当下爱惜、节省下了福气，可能已经不知不觉地替你消灾和减除了烦恼，避免了贪图享受过程中可能产生的佞气以及无常带来的以外打击。所以，其实非常简单的是，在享受愉悦和快乐时，既以平常心待之，又要想到这并非永久和常态，可任其自然来去之，不过是一种不执著罢了。“惜福”乃是佛学原理所开示的人生智慧。一些人难免由于不能接受或者抵制佛学思想从而对于“惜福”的意义有所怀疑，也有人尚不了解基本的佛学思想便盲目地接受哪些浮于表面的来自佛学的开示。这两种情况都不利于真正领会和在生活中践行这些智慧。书中有一篇《佛法十疑略释》，虽极简洁，却很好地解答了种种困惑，例如佛法非迷信、佛法非宗教、佛法非违背于科学、佛法非厌世等。我相信，愿力能产生强大的力量，却非玄幻，而是聚集各种细微力量产生的结果。近期我有一位要好朋友罹患癌症，却因家人信仰基督教而对佛教有所畏惧。我只能大致地将上述意思转述于她，她很坚强，希望她也能接受，产生强大的对抗癌细胞的愿力！对于我这样一个只是在接近佛的人而言，坦白地说，完全接受佛学乃至这本通俗的书中的所有观点是有困难的。例如，放生与杀生的果报、求生西方的追求等，我都难以接受。尽管如此，我认为这并不妨碍我接受佛学中很多与现实相联系的看法。我不放生，却也要尽可能地爱惜生物；我不追求往生西方，却也要力求在当下不做坏事，以求得内心的宁静。不执著、无常、空性，这些简单的佛学原理，一旦认识到，便可享受无穷的好处。而这些知识，无不闪现在书中各篇演说词中。例如，其中一篇《改过实验谈》，实为在新年辞旧迎新之际，以个人实际人生经验，开示如何改过自新。要想改过，必需学习、自省而后改过；改过还需要虚心、慎独、宽厚、吃亏等至少十类品质。这些日常言行规范，体现的是内外兼修、不张扬、诚实、尊重关爱他

《惜福：佛学大师开示幸福的智慧》

人等，与“惜福”的原理是相同的。更妙的是，弘一指出，改过乃儒家里的修身原理，却相当于佛学里的“修证”，也就是儒佛相同，岂不是更可以打消不少人的疑虑？我等平常人，生活在当下不容易。借鉴近代自然科学原理发展起来的社会科学原理，以其强大的自有逻辑力量建构起理论王国，竟然使得一些基本的理论假设被社会乃至个人执为圭臬。最为典型的就追求收入、财富、享受的最大化，由此导致拜金主义、人际疏离、精神虚空，浑然不知奋力追求的目标其实很可能只是虚构的比较之下的虚妄目标。唯有静下心来，认真思考人生乃至生命的真谛，才有可能拜托那些海市蜃楼、南柯一梦式的生活，从此过上脚踏实地的生活。《惜福》中有不少入门式的通俗短文，如《佛法学习初步》、《佛教之简易修持法》、《改习惯等》，都是可以信手拈来、容易接受的好文。如此写下来，对这本书真的是更加爱不释手了！（完）

3、这些天以来，看了一些心灵鸡汤类的书，有时候不免想到：真有那么多人需要安慰吗？后来看到充斥在网络上的负面新闻以及暴戾之气，才觉得，心灵鸡汤还是有一定作用的，至少，它们都是在传播正能量。这两天眼看中秋了，走亲串友送礼之事免不了又多了起来，也有人送我礼了，就是这本《惜福》。送礼本不是我所喜欢的事，但是这本书我很喜欢，因为很合我的理念，并且赠品真的很好。《惜福》因为是辑录的弘一法师、学诚法师、星云大师的文章，所以其主旨一定是佛教的价值观，也就是在我看来的佛教心灵鸡汤。心灵鸡汤都是教人向善的，这没什么不好，而《惜福》尤其好的地方在于，不仅仅是教人向善，而是教人保持一种好的生活习惯，好的生活态度，这种习惯和态度在法师们看来叫做惜福，在我看来，用当下流行的概念来说，叫做淡定。惜福为什么可以叫淡定呢？惜福所倡导的是节约和低调，纵有十分福气，也只享受三分。这在我看来便是不炫耀，不奢侈浪费，不心浮气躁，与淡定的核心价值是一致的。要知道，当下的中国人相当不淡定，非但不会低调，反而高调到无以复加的程度了。吃个小吃买个衣服都要迫不及待地发到微博和朋友圈去炫耀，有钱的没钱的，各有各的炫耀方式。这还不算，更为不淡定的是透支明天享受今天。因为信用卡的大量滥发，透支式生活在年轻人中迅速流行起来，他们被五光十色的世界所迷，被琳琅满目的商品所诱惑，不顾自己的现在和未来，只是买买买。何止是不惜福，甚至在透支未来的幸福。真可谓今朝有酒今朝醉，管他明天谁是谁。我觉得这是这个时代里很多人的病，也就是不惜福，不淡定。不淡定，就会与人争，争好看，争名气，争面子，你晒我也晒，你炫耀我也炫耀，哪怕我没你好看，我可以买化妆品，可以整容，哪怕我没你有钱，但我可以透支信用卡，反正你有的我也要有，拼了命也要有。这就是不惜福，这就是不淡定。我无法统计这样生活的年轻人最后是否都过得幸福，但我却真真切切地知道几个不惜福以致不幸福的案例。我为此感到悲哀，更认识到多一些《惜福》这样的书其实是很好的事。不管是佛教的价值观，还是世俗的价值观，只要能教人变好的，就是好的价值观。在这一点上，《惜福》非常适合当下的年轻人甚至更多人阅读，可以算是正能量的佼佼者。我在读《惜福》的时候是非常有感触的，不仅仅是对于弘一法师他们的慈悲高尚之心，也是因为他们的学识，众所周知，弘一法师是民国乃至现代第一高僧，真正的全才。看他的文章，不仅能得到心灵的洗礼，更能得到艺术的享受。何况，还有附赠的弘一法师的心经，以及他嫡孙女手书的惜福条幅。现在正值中秋节之际，我觉得如果送礼的话，送惜福这样的书其实很别具一格更有价值。眼看也要到国庆节了，送礼总是免不了的。真心建议可以从俗套的送礼中走出来，互相多送书，多读书。这不止于惜福，更可以扩及到更多的书。愿更多人惜福，愿更多人认可淡定的幸福。

《惜福：佛学大师开示幸福的智慧》

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：www.tushu111.com