

轮回中的 最后之衣

只要身披袈裟，就要时刻提醒自己是一位出家人。

同时既是信众修习功德和崇高生活的典范，

也是解脱轮回前的最后一身衣服。



轮回中的 最后之夜



前言

身披袈裟的出家生活，被誉为最崇高、最殊胜的生活。它是一种巨大的牺牲与决心，放弃了世俗的安逸，旨在训练身、口、意，学习佛陀的教法，以求证得内在的三宝，并从漫长的生死轮回之苦中解脱。

本书集结了法身寺住持法胜大师（หลวงพ่อดำรงโชโต）的珍贵开示，旨在教导僧团弟子们，认识到身披袈裟——“轮回中的最后之衣”的重大意义和价值。这套袈裟不仅是简单的衣物，更是阿罗汉胜利的旗帜，是出家人的崇高象征，时刻提醒比丘和沙弥保持身心清净，是佛教住世的象征。

书中的内容将阐明自在的出家生活与世俗的束缚之间的根本区别，并强调出家人最核心的使命：战胜自身的烦恼，全身心地投入到证入内在法身的修行中，因为法身才是自身乃至众生真正







的依靠。同时，书中也提及了身披这套袈裟所获得的殊胜功德，以及达成人生最终目标——涅槃所需的正行。

愿所有读者，特别是比丘和沙弥们，能将本书中的开示作为自我省察的镜子，获得如战象般坚定的信心，并以此作为持续精进修行的动力。唯愿人人都能不退转地修持，不负此最高尚的身份，最终成为那些正在寻求生命真相的世人的依靠。

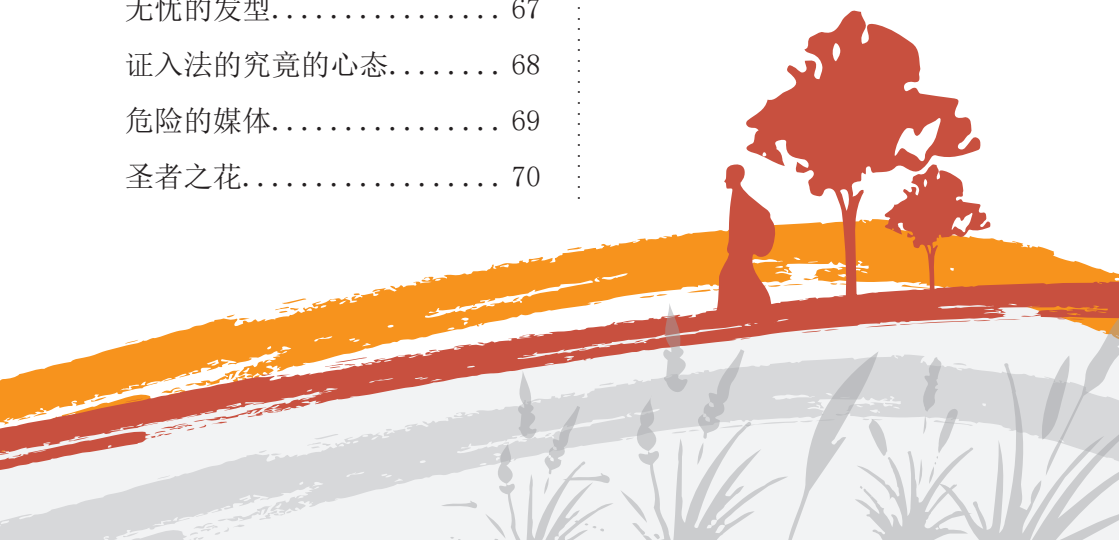


目录

出家人的生活.....	9	负面情绪不会持续太久.....	30
时刻提醒比丘.....	10	出家人有世人所没有的.....	31
最崇高的生活.....	12	最后的言语.....	32
实现出家的目标.....	13	圣者之道——中道.....	33
自我省察.....	14	以智慧发光.....	35
世人的依靠.....	15	全心投入唯求终极目标.....	35
供养出家人袈裟之功德.....	16	世俗生活的真相.....	36
衡量功德多寡的方法.....	19	犹如牢笼.....	37
佛陀的最后衣.....	20	回报的礼物是快乐.....	41
何谓不放逸者.....	21	和合安乐的生活.....	42
出家人的使命.....	22	努力提升自己.....	43
乐于消除烦恼.....	23	干净的功德利益.....	44
最后之衣——袈裟.....	24	一切皆为小事.....	44
袈裟的设计.....	26	忆念人生目标.....	46
最终发型.....	26	如战象般坚强.....	47
为现在的身份感到自豪.....	28	激励心灵脆弱者.....	48
用心奋斗之路.....	28	不畏惧困难.....	49



知足少欲者的感受.....	50	最美的画面.....	71
学习佛传的目的.....	52	与内在法身合一.....	72
观身不净.....	52	对治烦恼.....	73
人人都想了解生命的真相....	55	袈裟的价值.....	74
世人都想了解之事.....	56	礼敬有德之人.....	75
认真学习人生真正的知识....	57	显著的效果.....	76
全世界所有人一起打坐.....	58	充满力量的心.....	77
仿佛将快乐往前扔.....	59	世上百分之一的人.....	78
不要等年老才禅修.....	60	一切皆有可能.....	79
不要有还俗的念头.....	61	世上有一个人.....	80
降魔（烦恼）的方法.....	62	严但不紧.....	81
细腻的快乐.....	62	让持戒修行成为一种习惯....	82
最高尚的身份.....	64	袈裟的由来.....	83
为披上袈裟而自豪.....	65	沙门想的价值.....	86
袈裟是自由的象征.....	66		
无忧的发型.....	67		
证入法的究竟的心态.....	68		
危险的媒体.....	69		
圣者之花.....	70		





出家人的生活

身披袈裟的出家人，他们的生活是一种崇高的生活，对世人具有深远的意义。因为他们不仅要有坚定的意志，付出巨大的牺牲，还要放弃世俗舒适的生活，入佛门训练身、口、意，学习佛陀的教法，以证得内在三宝。进而以身作则，为世人树立榜样，带领众生寻找生命的真谛，脱离生死轮回的危险。



时刻提醒比丘

袈裟不仅是为了蔽体防止羞耻，抵御严寒和炎热，防御昆虫和有毒的动物，也是依律受戒成为比丘后的重要资具。

比丘和沙弥只要身披袈裟，就要时刻提醒自己是一位出家人，是佛陀的弟子，是佛教住世的象征。同时既是信众修习功德和崇高生活的典范，也是解脱轮回前的最后一身衣服。





最崇高的生活

出家人的生活是最崇高、最殊胜、最如法的生活，其他生活皆无法比拟。从过去的智者或博学之士的经历就可以得看出，无论是国王、将军，还是富翁、平民，各个阶层都有人曾放弃世俗的安逸，剃度出家为僧，身披的袈裟是最后一身衣服，最后一种颜色，是阿罗汉胜利的旗帜，为的就是能寻找到内在的圣财，获得真正的快乐。



实现出家的目标

我们既然决定来出家，就要认真修行，实现出家的目标。按照佛陀的教导修持佛法，严格训练自己，勤修波罗蜜，努力实现当初立下的目标。



自我省察

时光飞逝，我们要分秒必争努力提升自己，养成良好的道德品质。既懂得照顾好自己，还要常常从内而外省察自己，保持心灵和思想的纯洁，远离负能量的东西，让我们的心时刻保持明亮。同时要审视自己的言行举止，使之清静得体。

检视爱护周围的一切，无论是环境、衣物、住所，还是摄入身体的食物都要干净卫生。任何与我们的身、口、意相关的事物都必须清静无暇，这样才符合进入清静之道的要求。



世人的依靠

当我们的 心清静明亮，可以成为自己的依靠后，才能成为世人的依靠。如果未来世人缺乏依靠、孤独无助，不知道人生该往哪儿走才能安全远离轮回之苦时，他们就会去寻找能够给予自己依靠的智者。



供养出家人袈裟之功德

供养出家人袈裟的人被誉为续佛慧命的善者，他们将寿命长久，仪表端庄，肤色皓洁，是众人坚定信仰的榜样，永远生于佛国，得到佛庇佑。供养袈裟最殊胜的利益是：

如果是男性，将会得到佛陀亲自为其授戒出家。

如果是女性，若未出家，则会得到名为“大珠宝”的珍贵饰品，这是属于护持佛教善心大富翁的装饰品，就如毘舍佉大宝优婆夷一样，布施卓越之物。







衡量功德多寡的方法

在佛教中，衡量功德多寡的方法，主要取决于谁能够远离诸苦，成为清净者，断尽烦恼，证得涅槃。这样的人为功德最多者，而不是取决于谁是国家元首、世界首富或帝王将相。每个人的功德不尽相同，但证得涅槃的人为功德最多者。



佛陀的最后衣

佛陀经历了无数世轮回，无论转世为国王或平民，最终还是毅然放弃继承王位出家修行。佛陀在般涅槃前的最后身披上袈裟，这套袈裟仿佛是由所有功德、波罗蜜和美德汇聚而成，就像所有河流、湖泊和小溪汇入大海一样。



何谓不放逸者

严守戒律，守护诸根，饮食知量，专修警寤，勤勉精进，不懈怠懒惰，为解脱增上善法。如此修持佛法的比丘，称为不放逸的比丘。如实了知放逸的危害，必将成为不堕落的人，即为亲近涅槃者。



出家人的使命

应当修习有助于断尽烦恼之事，因为这是出家人的职责与使命。通过不断省察身、口、意，使之始终保持纯洁与清静，进而守护我们的心，不让心变得软弱或消沉。当心清静时，就会感到快乐，这种快乐会激励我们不断地勤修善行。



乐于消除烦恼

深入内在中道就是在消除烦恼，而烦恼会导致身、口、意浑浊，所以要乐于消除烦恼。我们要精进修习有助于战胜烦恼之事，因为这是我们的职责与使命。

通过不断省察身、口、意，使之始终保持纯洁与清净，进而守护我们的心，不让它变得软弱或消沉。当心清净时，就会感到快乐，这种快乐会激励我们不断地勤修善行。



最后之衣——袈裟

如果谁有缘穿上袈裟，以涅槃为目标，意味着他在无尽的轮回中累积了无量的波罗蜜，袈裟将是最后一套衣服。如果仍在穿着各种服饰，意味着他仍要在轮回中流转，继续累积功德波罗蜜。





袈裟的设计

出家人穿着的袈裟，由佛陀命阿难仿照田相设计而成，且古时候布料稀缺，当袈裟破旧时，也方便找来小块布料修补。袈裟设计精良不过时，既可当作睡衣，也可当作日常服饰。相反，世人的衣服款式却多种多样，颜色也是五彩斑斓，有时都不知该如何选择。

最终的发型

对于有大福报的人而言，他们的最终发型将是出家人的发型。佛陀说这是最佳发型，以剃刀为法器，每个月才使用一至两次，可世俗的发型却每天都要梳理。因此，出家人的发型是最终的发型。

对于一般人来说，他们会时常变换发型，时而长，时而短，时而卷，时而直，不确定什么发型最为适合自己。





为现在的身份感到自豪

天人和梵天人都没有机会出家，更不用谈及畜生、饿鬼、阿修罗和地狱众生了。这些在三界中流转的众生都不具足出家的善缘，而我们现在已经是出家人，我们应该为此感到法喜和自豪。

用心奋斗之路

出家之路是一条始终要保持奋斗、忍耐和克制的道路。我们需要调伏心中的种种欲望，这个非常重要。不要因为沉迷于享乐而厌倦艰苦的奋斗，不要因为摩擦争吵而心生气馁，千万不要让这些阻碍我们趣向法的究竟。





负面情绪不会持续太久

任何对我们的身份和目标有益的事情要尽力而为，不要轻易气馁。当自己被某件事情影响，进而心生厌倦，想舍戒还俗时，我们要努力去克服，不轻言放弃，坚信佛陀。这种负面情绪不会持续太久，很快会过去。时光荏苒，岁月如梭，时间稍纵即逝。



出家人有世人所没有的

获得学士、硕士、博士学位，仅是佛学的一部分或分支而已。学成后可以维持生计，通过工作获得薪水，又用薪水养活自己，如此日复一日，年复一年。无论是博士或将军，若是卖食物或其他商品，他们的薪水都差不多，师父看不出有何区别。

但有一种生活更为殊胜，即出家人的生活。我们每天有相同的时间，也同样都要吃饭，但不同之处在于修行能让我们获得无量智慧。这些智慧不仅可以自利利他，甚至还可以帮助世界乃至整个三界。因此，不要羡慕世人拥有的东西，应满足于自己所拥有而他们却没有的东西。我们要安住当下，每天精进修行趣向法的究竟。



最后的言语

仍在轮回中流转的人类、天人、梵天、无色界
梵天临终前最后的话应该是：三玛阿罗汉。

当心停止后，便不再心生焦虑，也不再有诸
事烦身。我生已尽，梵行已立，所作已办，不受后
有。因为我们已经实现了生命的最终目标。



圣者之道——中道

持续默念“三玛阿罗汉”，当心停止时，默念也随之停止，可“三玛阿罗汉”的声音却犹如将心送至彼岸的载具。即深入身体中心第七处，沿着圣者之道——中道，顺利抵达目的地。

“三玛阿罗汉”是最后的话，不要再回头重新开始。当世人还在沉迷于欲乐时，我们却已透过智慧安静的修行。

当知道后，看见后，证得后，就可以自利利他，将佛法传授给世人，让他们也像我们一样证得内在的智慧，证得无上的依靠——内在三宝。





以智慧发光

散发宜人芳香的莲花生长于淤泥之中，开花时绚丽夺目，令人欢喜。佛陀的弟子犹如从淤泥中绽放出来的莲花，其智慧必将超越一般众生。

全身心投入唯求终极目标

师父希望每一位弟子都能够全身心投入到证入法身的修行中，而不是去追求那些非生命本质之物。这样才能解脱诸苦，并带领其他众生一起解脱。



世俗生活的真相

世俗的普通人透过见闻来认知世界，生来看见别人怎么做就跟着照做，最终对实现真正的人生目标并没有好处，反而带来痛苦、愤怒、压力、烦躁和沮丧。这些负面情绪整日在心中徘徊，却无人倾诉。想离开家庭也不行，因为要承担相应的家庭责任与义务，必须努力谋生，在这过程中难免遇到激烈的竞争，也难免会互相比较或互相嫉妒。每天起早贪黑，却依然过得很艰辛。睡不安稳，醒来也不快乐，一直在生活中挣扎，因为自己就身处于这样的社会，所见也是如此，所以只能跟着照做。



犹如牢笼

导向衰败的路口看似十分华丽，引人入胜，像蛇窟或鳖洞一般光滑，很容易陷进去。许多人都争相进入，可陷进去后就很难出来了。

生活的牢笼亦是如此。世俗中的人既有房子车子，也有妻子孩子，来寺院欢声笑语，面带笑容，有人接待，随从侍奉左右，看似十分幸福快乐。而我们出家人却只能常住寺院，严守清规戒律，既持守不非时食，也要持守不歌舞观听，做什么都不方便。

我们看似在牢笼中，世人在牢笼外，但事实却恰恰相反。我们虽处在一个相对狭小之地，却能去到一个无边无际、自由自在之地。世人看似处在一个宽广之地，却被生活束缚，无论去何处都有牵挂，担心家人孩子。以为去到遥远的国外



就可以无牵无挂，但依旧还是放不下，到头来一生都生活在狭小之地，失去了自由。

无论我们身处何处，每一种生活都有其条件。作为出家人，要得到别人的尊敬与礼拜，或者要获得行善和禅修的机会同样也有条件，即要遵守清规戒律，这会让我们有别于世人，让我们变得更好，心更加清净明亮。

在世俗中，要想成家、旅行或享乐同样也有条件，即被生活束缚，需要谋生养家，无法像出家人那样全心全意地行善修行。







回报的礼物是快乐

无论是出家或从军都有其条件，亦无论身处何处也同样有条件。在军中服役，有其军人的条件，身为公民，亦有其公民的条件。

在世俗中有许多破戒者，我们很难清净持戒。若身处于世俗，我们可能会在不知不觉中成为破戒者。可出家修行后，需要遵守清规戒律，若我们持戒清净，心自然安稳，法喜快乐将作为礼物回报给我们。



和合安乐的生活

戒律指引我们向善，走向光明，使我们有别于世人，让世人对我们心生净信与敬仰。当我们持戒清净时，必将给团体生活带来和合与安乐，使已生信仰的人更加信仰，使尚未生信仰的人心生信仰。因此，不要对持戒感到厌烦，应当把它看作是生活的一部分，就像起床后要洗澡、刷牙、洗脸、如厕一样。没人强迫我们去做这些，但却是我们的日常行为习惯。

如果我们持戒清净，带来的利益将是使我们的心愉悦爽朗，不会感到压抑、狭隘或心烦意乱。



努力提升自己

我们都是有福报的人，身为出家人，过着高尚的出家人生活，就要努力克服各种障碍，无论是面对指导建议还是清规戒律，这些都是小事，我们只要认真持守实践，就不会有任何问题。与此同时，还要努力训练提升自己，精进修行证得内在之法。



干净的功德利益

对于那些热爱干净的人，将会获得的功德利益是肮脏之物无法靠近他们。无论将来投生何处，若投生为天人，将拥有比其他天人更加光芒万丈的天宫；若投生为人，肮脏的东西将无法靠近自己，去哪里都是整洁干净、井然有序。这个功德利益将随我们趣向来世。

一切皆为小事

当我们遇到那些激发情欲之事，并透过眼、耳、鼻、舌、身、意导致人迷失时，我们应当维持正念，将心静定在身体中央，那么一切皆为小事。当我们对这些事无动于衷，它们也就失去了意义，很难影响到我们。因此，身体中心第七点是最重要的地方，我们应该让心一直安住在那里，与内在的佛合二为一。





忆念人生目标

每当感到沮丧、厌烦或遇到障碍时，应该忆念人生的目标或志愿，即是证得法的究竟。



如战象般坚强

当我们内心产生动摇，应当忆念自己立下的目标或志愿，然后继续奋力前行，就像倒下的战象听到战鼓声后振作起身继续战斗。不论遇到什么障碍，都将它们看作是微小的挑战。



激励心灵脆弱者

每个人每天的行为活动各不相同，我们只需确保自身的行为活动如法即可。当我们始终如一地实践如法的行为时，我们将会激励心灵脆弱的人，成为他们效仿的榜样。他们将从我们身上汲取经验，成为像我们一样坚强的人。



不畏惧困难

我们现在正站在至高点上，努力趣向法的究竟。那里是智者的最高境界，我们只需勇往直前，不气馁退缩，不畏惧困难，不论发生什么都勇敢面对，努力走到胜利的彼岸。所以，我们要持之以恒精进修行，证得内在细腻之法。



知足少欲者的感受

我们必须战胜情欲、享乐、安逸和欲望，因为倘若自己感觉还缺乏财富、名望、赞美和尊敬，说明我们的心还处于贫困的状态。

可当我们感觉不再需要除四事以外的任何东西，就可以满足日常生活所需，即有食物滋养身体。有袈裟遮蔽身体，防止身体裸露而心生羞愧，并起到保暖、避风、遮阳、防雨和防御野兽的作用。有一个小住所，节省管理的时间，进而有充足的时间禅修。有充足的药物预防和治疗疾病，从而拥有健康的身体，精勤修习沙门法。

如果满足上述的条件后，感觉自己已不再缺乏，并感到充实和快乐，这样才算是“不贫困者、不缺乏者”。我们可以自力更生，成为接近道果涅槃的人，成为接近法的究竟的人，成为人天敬重和供养的人。





学习佛传的目的

在学习佛陀传的过程中，我们应该心怀渴望去了解佛陀勤修十阿僧祇又十万大劫波罗蜜的详尽历史。从最初的发心，到立誓成就佛果，再到被佛陀授记，以及觉悟的过程和证悟之法。这些内容都值得我们深入研究并了然于胸，最后以佛陀为榜样，依教奉行。

观身不净

要学会以全面的眼光看待事物，例如当我们看到美丽的异性，若没有以全面的眼光去看，我们可能会对她心生爱慕，想得到她，想和她接触，但若以全面的眼光去看，从出生到死亡，要历经生、老、病、死，而且既要看外表，也要看内在，若把肝、肾、肠等内脏翻出来看，试问谁想看？







人人都想了解生命的真相

师父出家到现在，来拜见师父的人无论是教授或其他身份，都没有人问师父上学所学的知识，大多数人都会问体内真的有佛吗？归依处在哪里？如何证入？怎样才能让心静止？善恶、地狱、天界真的存在吗？诸如此类的问题。但从未有人问过师父有关政治、经济或科学方面的问题，只问有关佛学的问题。



世人都想了解之事

世人希望看到的出家人能够告诉他们：做功德会得到什么功德利益？往生后去哪里？有怎样的生活？他们真的想了解这些事情，但这却是世俗方面所欠缺的知识。



认真学习人生真正的知识

师父希望每位弟子都能认真学习人生真正的知识，这些知识可以指引世人，让他们明白人类真正的依靠在哪里？如何才能证入？生命的目标是什么？当我们理解并领悟后，就可以将这些知识传授给世人。



全世界所有人一起打坐

世上仍然缺少教导世人入法身之法门的人，而每个人体内的法身才是自己真正的依靠。如果人人都证入法身，那么所有人将打开相同的通道，即身体中心第七点。这样一来，每个人的思考、言语和行为将会一致，所有人一起进入法身时间，全天24小时轮流打坐。当世界的一边处于白昼时，另一边则处于黑夜，我们就轮流精进打坐。人生在世，一转眼就过去了，我们应该有一个充满价值的人生。



仿佛将快乐往前扔

师父曾和一位富商交谈，千万不要以为有钱人就快乐，他们擅长投资，就像拳击手擅长打拳，投资者则擅长做投资。当他们投资收购一个项目后，只有短暂的满足感，一旦资金回流，他们会忍不住再次投资。他们反而担心钱一直放着，没遇到好的投资项目。钱一旦投出去，就必须有利润，他们不接受无效的投资。不要以为投资下去后就简单了，事实上一旦扩展业务，就必须扩展团队，一旦扩展团队，就必须增加成本，增加成本则借贷的利息也会增加，利息增加的同时风险也会增大，风险增大会无形增大压力，这些压力会伴随着他们，直至生命的尽头。

每次师父和这位富商交谈都能看出他闷闷不乐。师父问他：“赚那么多钱来做什么？”奇怪的是他答不出来。但如果问他如何赚钱时，他的回答滔滔不绝，但言语中也伴随着抱怨和失落。他仿佛在将快乐往前扔，最终随着时间的流逝，什么也没留下。

不要等年老才禅修

有一位亿万富翁告诉师父，等老了再来寺院禅修。不知道他是否已老，只知道他还没来得及禅修却已经往生。生命就是这样转瞬即逝，一转眼一生就过去了。



不要有还俗的念头

应该坚持出家修行，不要有是否还俗的念头。
舍戒还俗后无外乎就是娶妻生子，然后养育子女，
接着再帮他们带孩子，直至生命的尽头，一生就这样过去了。



降魔（烦恼）的方法

北榄寺祖师证实除了静止以外，没有其他方法可以降魔。我们不能用坦克、大炮或其他武器来降魔，也不能用金钱来收买它，唯一能与之对抗的方法就是静止。因此，当我们掌握方法后，接下来就是如法精进修习，这比生命更为重要。

细腻的快乐

世俗的生活并不是真正的快乐，证入内在之法所带来的快乐更加细腻美妙。因此，我们要努力证入内在之法，修习达至明了与通达，然后再去教导世人，让他们也能够达到相同的境界。





最高尚的身份

我们现在拥有最高尚的身份，轮回中的最后身应当是出家人。在生死流转中最后一个身份是出家为僧，无论是穷人、富人或帝王将相，最终都会出家披上袈裟，这是轮回中始终不变的规律。



为披上袈裟而自豪

这套袈裟是最后一身衣服，人天都敬拜它，穿上它的人会感到快乐和幸福。这套袈裟仅经过一次设计就使用了两千多年，始终没有过时。佛陀是最初的构思者，阿难尊者则是设计者，因为是智者所设计，所以它是一套完美的衣服。我们应该为穿上这套袈裟而感到自豪，无需去改变它，更应该改变的是我们的心。如果有人穿上了这套袈裟，就应该鼓励他不要轻易脱下，因为它象征着内在的法身，它能让人成为智者、觉者和喜悦者。



袈裟是自由的象征

穿着五彩缤纷的服装需要条件，必须谋生赚钱，还要承担生活的责任与义务，总被各种束缚所缠绕，没有自由，也没有时间修行。但是这套袈裟却没有生活的束缚和牵挂，可以全心全意地修行。



无忧的发型

最终的发型就是这个发型，一旦剃度后就是这个样子。那些尚未完成的发型，有的长，有的短，有的卷，有的直，有的遮脸，有的露脸，有的编成辫子，有的披肩散发，各种不同的发型，不知意义何在？这些发型都不是最终的发型，意味着还要继续生死流转。这种最终的发型，每个月只需梳理两次，且是用没有齿的剃刀完成，这是轮回中最后的发型。



证入法的究竟的心态

证入法的究竟的心态，一定是一种无忧无虑的心态，不执着于人、事、物，一直保持宁静、清凉、纯洁、明亮、快乐的状态。无论处于何种姿态都会无比快乐，心中不再生起任何渴望。只需一张坐垫，面积不超过1平方米，睡觉的地方不超过2平方米，所需食物也仅仅能维持生存，不再考虑色香味。此外，不以物喜，不以己悲，无论外界如何干扰都不受影响，心平气和，身心清爽。当我们观察事物时，也只是单纯地观察，没有任何牵挂和执念，这样的心态最适合证入法的究竟。

危险的媒体

当下这个时代，各行各业的竞争都十分激烈，其中也包括媒体行业，无论是纸质媒体、电视、视频网站、广播还是其他媒体，生产出来的内容都需要迎合市场的需求，必须能卖得出去。在这个欲望泛滥的时代，为了企业的生存，媒体往往会发布一些引发焦虑或滋长欲望的图片。



圣者之花

出家人的花长在森林中，世俗人的花长在花瓶、酒吧或夜总会中。世俗人的花看起来赏心悦目，出家人的花则让人感到舒服清新，需要去森林中观察。森林中的景象既有尸体、蠕虫，也有各类昆虫，而不是只有遍布各地的马蜂。观察这些景象可以消除烦恼，调伏各种欲望，从而到达悟道的境界。在佛陀时代，人们就是这样做的。



最美的画面

心要常常忆念佛宝、法宝和僧宝，使之成为我们孤独、寂寞、郁闷、焦虑、厌倦和烦恼时的依靠，并能够时刻提醒自己。三宝是世间无上之宝，忆念三宝能让我们身心舒畅。



与内在法身合一

如果我们整天将佛宝、法宝、僧宝安住心中，不久之后，心必定变得越来越细腻，证入内在的光亮，与法身融为一体。我即是佛，佛即是我，两者合二为一。这时威德力将显现，见所未见之物，知所未知之事，疑惑也会逐渐消除。



对治烦恼

这最后一身相同颜色的袈裟，犹如真金不怕火炼。穿上这套袈裟的人将不畏惧艰难险阻，遇到的困难越多，这套袈裟越光亮，就像黄金遇到火一样，越来越纯净明亮。这身袈裟蕴含着无穷的力量，穿上它的人能够抵挡种种欲望和烦恼的诱惑，以及风雨烈日的考验。



袈裟的价值

金色是纯净的象征。黄金不仅有价格，还极具价值。即使是小块的黄金，被工匠加工制成金箔后，贴在哪里都会极具价值。这套袈裟也是如此，它是一条无尽的向善之路。



礼敬有德之人

别人礼敬我们，并不是因为年龄，而是我们的德行和内在的修养。因此，不要做缺德的事，也不要让心灵沾染污垢。要学会自我提醒，若被他人提醒也不要生气或心怀怨恨，应及时改正并感谢对方。我们最好是不要有过失，努力成为世人的依靠，将佛教发扬光大。



显著的效果

无论是摆正鞋子或其他良好的习惯，记住要继续保持下去。虽然实践这些习惯用不到一分钟，但其效果却十分显著。例如我们俯身把鞋子摆放整齐，然后再起身也用不到一分钟，但鞋子已整齐有序。大家看到整齐的鞋子会舒心悦，而尊敬心也会油然而生。



充满力量的心

有条理的心是充满力量的心。当我们通过摆正鞋子净化自己的心，看见的人不仅感到舒心，还会心生尊敬，并赞赏将鞋子摆正的人是有德行之人。这种尊重有德之人的行为会被效仿，最终将利益佛教。仅仅是摆正鞋子就能产生这样大的影响，而我们现在所做的事情必将影响整个世界，不要认为我们在台前或幕后所做的事情不会对世人产生影响。



世上百分之一的人

世上超过90%的人心中都有一个词，即是“做不到”。这个世界上很多的事情似乎都“不可能”。当有人说要做某件事时，总会先有人说“做不到”。然而，你们是否相信世上还有1%的人坚信“一切皆有可能”。如果我们想要做某件事，它一定能做得到，譬如想要证入法身或想成为成功的人都是可以实现的。尤其是利益世人的事情，即使面临极大的障碍，师父也认为一定会成功。



一切皆有可能

释迦牟尼佛为觉悟真理应现于世，因为世尊相信人一定可以找到离苦之道。当时，整个世界并没有这种思想，但世尊始终坚信它一定存在，所以毅然决然地离开皇宫去寻找离苦之道。最终，世尊找到了这条道路并觉悟成佛。



世上有一个人

当世界上有一个人坚信某件事是有可能的，那么其他人也会开始相信，然后经过不断地努力，最终这件绝大多数人都认为不可能的事还是变成了可能。

譬如师父相信世界就像我们这个房间，而世人就像现在房间里修行寻找内在安宁的人。这个画面一直存在师父的脑海里，同时也向其他人传递这个想法，认为总有一天全世界的人都会加入进来一起修行。尽管大多数人对这种想法持怀疑态度，说出来反而被嘲笑，但师父始终相信任何利益世人的事，即便面临巨大的障碍也一定会成功。只要我们相信这一点，然后一起努力就会越来越好。与此同时，我们也要相信自己可以证入法身，相信自己一定可以做到，这是一种积极的追求，而不是盲目的幻想。



严但不紧

如果希望世人获得内在的安宁，希望佛教成为世人的依靠，希望泰国成为佛教的中心，希望贤友们有信心成为出家人，希望众善信在布施福田中收获快乐。那么希望每位弟子要严格持守戒律，但也不必为此紧张或向他人炫耀。理应以快乐的心态持戒、诵经、礼佛、打坐。弟子们要严格持守每一条戒律，不要遗漏。



让持戒修行成为一种习惯

如果我们没有勉强去做一件事情，心就会快乐，但如果我们勉强去做一件事情，心就会痛苦。

我们持戒修行是为了净化和磨练心灵，有助于证得道果涅槃，带来真正的快乐，所以我们持戒修行并不会感到勉强。当我们让持戒修行成为一种习惯，那么看到的人也会心生敬畏和倍受鼓舞。



袈裟的由来

一时，佛陀常住王舍城弘法。有一天，佛陀前往南山村的途中，看见一片摩竭陀人耕种的田地，这些田地被泥土筑成的田埂隔开，长方形的田埂中间用短田埂隔开，像一个十字路口。佛陀便对阿难说：

“阿难，你看到摩竭陀人用长方形的田埂隔开田地了吗？长和宽都很长，中间用短田埂隔开，像十字路口一样。”

阿难答道：“看见了，世尊。”

佛陀问：“你可以将僧众的袈裟缝制成这样吗？”

阿难答：“可以，世尊。”

佛陀在南山村住了一段时间后再次返回王舍城。

阿难已为僧众缝制好袈裟，便





来拜见佛陀并请示道：

“请世尊检查一下我缝制的袈裟。”

随后，佛陀对众比丘说：

“众比丘，阿难是智者，非常有智慧，能够详尽理解如来简短地教导。他能够缝制各种类型的袈裟，例如：普通的袈裟、优质的袈裟、特质的袈裟等。根据规定，制作袈裟的布料应当是裁剪好的，经过一定的加工，适合僧人使用且不被盗贼所垂涎。诸比丘，如来允许裁剪僧伽梨衣、郁多罗僧衣和安陀会衣。”



沙门想的价值

要成为一位优秀的出家人，必须具备“沙门想”。这意味着无论思考、言语或行为都必须符合沙门的威仪。佛陀在法与律中早有明确的教导，而这些教法正是代表了佛陀。

如果是刚出家不久的比丘，对法与律的研习尚未全面深入，那么有一个简单易行的方法可以帮助我们生起“沙门想”。那就是每天清晨醒来时，首先要忆念的是安住在我们身体中央的三宝。我们可以观想晶莹剔透的佛像来代表佛宝；或观想透明的水晶球来代表法宝；或观想北榄寺祖师的法相来代表僧宝。任选其一，让它安住在我们的中心。

从清晨醒来、起身、站立，到走向洗手间洗漱，乃至屈伸手臂、转身回眸，或在做任何事情，如用餐、沐浴、打扫寮房或履行僧团赋予的各项职责时，都应将外在的行动与内在的观想并行，直到夜晚入眠。



当我们每天都能如此精进修持时，便可以称得上是一位内外皆圆满的出家人，成为世间殊胜的福田，值得人天恭敬顶礼。同时，内心也会油然而生起无上的法喜，真切感受到内在充满了殊胜的善德。

这份法喜将引导我们证得身心轻安，不再焦躁或胡思乱想，而是充满清净的善法。这将进一步引导我们证得“心一境性”，即心完全安住于单一所缘上，不散乱的状态。我们的心也将随着精进的力量与坚定的发心，变得越来越清净明亮。

法胜大师法语







出家人的生活是一种崇高的生活，这是具足福德的人才能拥有的人生状态。他们往往已经历过足够多的世俗生活，已达到某种满足，并生出离心后才决定迈向新的旅程，去提升生命的层次。

