

# 真正的修行

2018-7-2



南怀瑾

真正的修行不只在山上，也不只在庙里，更在社会中。要在修行中生活，在生活中修行。有的人整天打坐、磕头、拨念珠，修了好多年，可是习气、烦恼依旧，性格、心态依旧，没有任何改变，这不是真正的修行。

你的工作环境也是你的道场，你的坛城。无论你从事什么职业，都要把你的修行融入到你的工作中，面对境界历事炼性，对人炼心。要尽你的责任和义务，要尽心尽力地做好你所承担的一切，要制心一处，用心去做每一项工作。

把你的服务对象视为父母众生，一切为他们的利益着想，以真诚心对待每一个众生，关心他们，帮助他们，理解他们，体谅他们，做众生的公仆，全心全意地为他们服务。当你不求任何回报地去给予、去奉献的时候，这就是你的修行，你会得到无比的快乐。你的事业、你的工作、你的一切都会顺利。不要怕遇到违缘障碍，他可以历练你的心性，提高你的层次，增长你的智能。

你的家庭就是净土，就是你的寂静处。要把你的净土打扫的干干净净，布置的清静庄严，要任劳任怨的尽你的责任和义务，擦掉灰尘就是擦掉你的业障，扫除垃圾就是扫除你的烦恼。你的家人都是你的亲人，都是你的父母众生、儿女众生，都是你的金刚道友，要关心他们，照顾他们，尊重他们，不要伤害他们，怨恨他们。

各有各的因缘，各有各的福报，你执着什么，什么就会伤害你，你执着谁，谁就会让你伤心，一切都要看成如梦如幻，放下所有的妄念，但放下不是放弃，该做的还要去做，还要做好。人生如同一场戏，戏已经开场了，你就要演下去，但是你要明明白白、清清楚楚地知道，你是在演戏，哪里有真的夫妻？哪里有真的儿女？

既要演好你的角色，又不要假戏当真，其实人间并不是我们的老家，众生只不过是匆匆过客而已，有什么可执着的，有什么可计较的，少说一句又能怎样？退一步又能怎样？

凡事不要只考虑自己，要为对方考虑。只有去掉了自私、自利、自爱，你才能够自在。你真正有了慈悲心、菩提心，你如理如法地修，真心诚意地去做，别人自然会尊重你，喜欢你。你怎样对待别人，别人也会怎样对待你，不要总是怨天尤人，不要总是挑别人的毛病，看别人不顺眼，不要总想去改变别人，先调整好自己的心态，修好自己的心，一切境都会随心转。如果你以宽阔的胸怀容纳一切，包容一切的时候，你就不会有想不通的事，看一切人都是好人，看一切事都是好事，看一切境都是好境，能经常查找自己的缺点，能不断地去掉我执，这就是修行，否则修什么呢？

其实，修行和生活、工作并不矛盾，佛性是我们每个人都具有的，然而人们陷入了繁忙的事务，到处奔走寻求，忘记、失落了自我，不知道最重要的、最宝贵的东西应该从自心中寻找。佛就在心中，真正的佛就是自己的心。我们一定要有信心，信心有多大，成就有多大。认真学，坚持修，好好学，好好修，今生一定能够解脱，今生一定能够成佛。

生病的人，要找回健康；失业的人，要找份工作；伤心的人，要找到快乐；失望的人，要找到希望。我们一生几乎都在为找事业、找朋友、找财富、找功名而忙碌，甚至一生一世都在找寻，仍然找不到自己想要的。其实找来找去，找自己的心最重要。怎样找到自己的心？

第一、成就内心的真佛：有句偈云：“佛在灵山莫远求，灵山就在汝心头；人人有个灵山塔，好向灵山塔下修。”每个人心中都有一尊本来佛、自性佛，却在耳娱声色里追逐迷失，找遍外在一切，忽略自家珍宝，空在世上几十年找不到真正的自己，很是可惜。因此，我们要作一个有智能的人，向心内觅佛，成就内心的真佛。

第二、点亮内心的灯光：现代人强调净化环保、净化社会，其实最主要的，还是要先从净化自己、净化心灵做起。因为我们的内心，经常被愚痴、黑暗、无明、烦恼所遮蔽。我们每个人的自性里，都有一盏心灯，点亮这盏智能的灯、般若的灯，就能赶走无明、烦恼。有谓美容、美颜、美姿，不如美心，点亮内心的灯光，就是美心。

第三、治疗内心的病患：身体生病了要看医生，心理生病了怎么办？有人求神问卜，有人看心理医生，不过最究竟的，还是自己做自己的医生，因为自己内心的病，自己最了解。“佛说一切法，为治一切心；若无一切心，何用一切法？”佛陀说法，就是要治众生的八万四千种烦恼病，所谓“勤修戒定慧，息灭贪嗔痴”，用戒来治贪，用定来治嗔，用慧来治痴，身心才会解脱清凉。

第四、发掘内心的财富：外在的财富，随时可能因为水、火、盗贼、贪官及不肖子孙等而消失。然而我们内心的财富，是偷不去，也失不了的。比方：信仰、般若、慈悲、道德、精进、喜舍、惭愧等等，都是心中的财富，这是取之不尽、用之不竭的。你想拥有多少财富，就得看自我发掘多少了。

生活在世间，有人专找门路，有人爱找碴儿，找来找去，只有自找苦吃，自找罪受。唯有找到自家宝藏，心里才会开朗，才会踏实，无论什么样的生活，都得自在。