

## 第3课 佛教与中国传统文化



问一问

佛教对中国传统文化的影响，我了解多少？佛教离我的现实人生遥远吗？它对于我获得幸福人生能提供哪些智慧呢？



学一学

阅读《佛教与中国传统文化》，三遍以上



记一记

1. **摘抄金句：**在各章节摘抄金句。
2. **完成思维导图：**根据本课内容，完成思维导图。

（以上两种方式任选）



想一想

1. 佛教对于中国哲学、文学、艺术创作分别有哪些方面的影响？在此之前，我有多少了解？学习之后，我有哪些收获？佛教对中国哲学、文学、艺术的影响之深，我自己有哪些体会和感受？
2. 现实生活中的哪些民间习俗与佛教有关？佛教对于中国人的道德观念有着怎样的影响？佛教道德观的殊胜之处在哪里？
3. 佛教是如何看待幸福的？幸福的根本是什么？为什么说“未来能否获得幸福，关键取决于心理素质”？这对我的现实人生有怎样的启发？
4. 对于“空”的智慧，法义中是如何阐述的？为什么说“每个人都有属于自己的世界，都是活在属于自己的世界中”？学习“空”的智慧对我获得良好心态有何帮助？
5. 为什么说“如果不懂得如何做人，要把今生几十年过好也不容易”？怎样才能建立正确的人生观念？



辨一辨

1. 有人担心：“万一善有善报只是空洞的安慰，是永不兑现的承诺，那我牺牲个人利益去帮助他人，是不是太亏了？”我有这样的想法吗？佛教的道德观与现代社会的道德观有什么不同？当代社会道德滑坡的原因是什么？信奉佛教的道德观对我个人和社会有什么好处？
2. 近两年新冠疫情影响全球，面对生命中随时存在的各种不确定性，什么才是真正的人生幸福？“空”的智慧，对我获得幸福人生有什么帮助？
3. 对于本课的学习，我还有哪些疑惑想要和大家一起讨论？



用一用

1. 我是否能用本课中学到内容消除自己或者身边家人、朋友关于“佛法离我很远，或佛法与我无关”的误解？
2. 尝试运用“空”的智慧观察自己和身边发生的一切，体会内心的感受与以前有何不同。



赞一赞

在交流中，用心聆听。结束前，每人用一两句话随喜赞叹同学们带给自己的启发和触动，培养感恩心、随喜心。



念一念

### 【观念的禅修】

#### 观察修

思维：佛教与中国传统文化水乳交融，密不可分，对中国的哲学、文学、艺术、民俗、道德观念等有广泛、深入的影响，我的生活及人生观念也早已得到佛法的滋养。因此，我要改变佛教离普通人的生活很远及佛教与我没有关系、可有可无的错误观念。佛法作为一种智慧文化的教育，它对幸福的认识和独特的“空”的智慧，能帮助我化解烦恼，拥有良好的心态，获得真正的幸福。我要学习佛法智慧，运用因缘因果的道理，建立幸福人生。

### 安住修

数数思维上述观念，安住于“我要学习佛法智慧，运用因缘因果的正见，建立幸福人生”，越久越好。

### 【心态的禅修】

#### 观察修

思维：当我面对“佛法是过时的、与我无关”的看法时，我要重温佛法早已融入传统文化，其“空”的智慧对幸福人生有独特价值，摆脱对佛法视而不见、浅尝辄止的心态，建立并培养对深入学习佛法智慧、构建幸福人生的希求心。

#### 安住修

数数思维上述观念，安住于“对深入学习佛法智慧、构建幸福人生的希求心”，越久越好。

---



检一检

1. 认识到佛教对中国的传统文化和社会生活影响深远，消除了对佛教文化的陌生感，对于学习佛法生起了信心和欢喜心。
2. 认识到“空”的智慧对我获得幸福人生具有重要意义，决心认真学习佛法，开启自己的幸福人生。