

# Buddha-Dharma: Pure and Simple

## 佛法真義

Livre 1

## Table des matières

1.	026	自序	4
2.	038	皈依三寶	8
3.	041	受持五戒	9
4.	045	布施	11
5.	048	持戒	12
6.	051	忍辱	14
7.	054	精進	15
8.	057	禪定	16
9.	060	般若	18
10.	063	慈悲	19
11.	068	苦	20
12.	072	空	22
13.	075	無常	24
14.	078	無我	25
15.	082	中道	27
16.	085	四大不空	28
17.	089	四聖諦	29
18.	092	四無量心	31
19.	095	四攝法	32
20.	100	四依止	34
21.	103	四法界	35
22.	105	四弘誓願	36
23.	108	三世因果	37
24.	111	十二因緣	38
25.	114	涅槃	39
26.	117	解脫道	40
27.	122	菩提心	42
28.	125	畢竟空	43
29.	128	煩惱即菩提	45
30.	131	一即是多	46
31.	134	動靜一如	47
32.	137	聞思修	48
33.	140	轉識成智	50
34.	143	豎窮三際，橫遍十方	51
35.	145	「體相用」的真義	52

36.	149	平等.....	54
37.	152	信仰.....	55
38.	155	發心.....	56
39.	157	慚愧.....	57
40.	159	懺悔.....	58
41.	162	發願.....	59
42.	164	回向.....	60
43.	167	因緣果報.....	61
44.	170	不二法門.....	63
45.	174	如是我聞.....	65
46.	176	福慧共修.....	66
47.	178	老病死生.....	67
48.	181	了生脫死.....	68
49.	184	佛光四句偈.....	70
50.	187	唯我獨尊.....	71
51.	189	施無畏.....	72
52.	191	兩足尊.....	73
53.	193	阿彌陀佛.....	74
54.	196	佛母是誰.....	75
55.	199	輪迴的譬喻.....	76
56.	201	自依止，法依止.....	77
57.	204	諦聽.....	79
58.	206	信受奉行.....	80
59.	208	施受平等.....	81
60.	212	八正道.....	82
61.	215	八風.....	83
62.	218	六和敬.....	85
63.	221	法同舍.....	86
64.	223	一滴水.....	87
65.	225	心的譬喻.....	88
66.	229	心如工廠.....	90
67.	231	平常心.....	90
68.	233	心外無法.....	91
69.	236	方便.....	93
70.	239	悟.....	94
71.	242	三好.....	95

72.	245	四給.....	97
73.	248	六根.....	98
74.	251	修行.....	100
75.	256	感應.....	101
76.	259	放下.....	103
77.	261	捨得.....	104
78.	263	福田.....	105
79.	266	財富.....	106
80.	269	普賢十大願.....	107
81.	273	四經中的四不.....	109
82.	277	四小不可輕.....	111
83.	280	生公說法.....	112
84.	282	言語道斷.....	113
85.	285	生死事小.....	114
86.	288	戒的真義.....	115
87.	291	忍的真義.....	117
88.	294	因果的意義.....	118
89.	298	如來十號的意義.....	120
90.	301	苦行的意義.....	121
91.	304	愛欲的昇華.....	123
92.	308	命運與因緣.....	125
93.	310	祈福與消業.....	126
94.	313	加持和救護.....	127
95.	315	疑問與戲論.....	127
96.	317	善惡業報.....	128
97.	320	基因改造.....	130
98.	322	非法布施.....	131
99.	324	不當的「依止」.....	132
100.	328	胡說八道.....	133
101.	331	人創造神明.....	135
102.	334	關於靈魂.....	136

## 1.026 自序

佛法如經典上說，三鳥飛空，空無遠近，跡有遠近；三獸渡河，水無深淺，跡有深淺。意思是說，天空上的老鷹、鴿子、麻雀，三隻鳥在空中飛翔，老鷹一個展翅，飛行幾十里，鴿子用力拍翅，一、兩里路，小麻雀振翅，也只是幾十丈的距離。這表示，虛空本來就沒有遠近，因為三隻鳥的程度不同，飛行有了遠近的差別。

又如地上的大象、馬、兔子三獸要過河，大象身強體壯，一踏到底，橫過河水到達對岸；馬、兔子因為體型、體力不同，過河也不一定踏得到河底，但是一樣游到對岸。

佛法如大海、虛空，我們在大海、虛空裡面，每個人因信仰、根性的層次不同，對識見的深、淺必定有所分別，你不要執著自以為是。有謂見深見淺由他見，誰是誰非很難說，三獸渡河，你是大象？是馬？還是兔子呢？三鳥飛空，你在虛空裡面，是一隻小麻雀？還是一隻鴿子？或是一隻老鷹呢？你應該自己要檢討。

佛陀的教法慈悲、智慧、平等，但所謂「燕雀安知鴻鵠之志」？如同布有多長，需要用尺來測量一下才會曉得，物有多重，也必須用秤來秤一下就會知道。每一個人知道的佛法，自己要知道你的信仰多長、多短、多輕、多重；不然，就像是在幼稚園的學習，硬要講說大學裡的課程，這是給別人笑話自己無知。

我們今天的佛教界，究竟能不能把佛法真義講出來而不去違背佛陀的本義呢？例如，對於天堂地獄，是供給我們在修學上勉勵自己昇華，不要墮落；但是一些少數的無知人士，都用地獄來嚇唬人，用恐怖來度眾，為什麼不能用天堂的美好來讓人家嚮往呢？

還有，一些信徒對佛教的奉獻，對我們的支持與供養，應該由我來感謝，但是卻都推給了阿彌陀佛，告訴信徒說：「你的發心，阿彌陀佛會感謝。」為什麼要讓阿彌陀佛來代替我們感謝他呢？我們又怎能推諉呢？不是要由我們來感恩報德嗎？

就連佛陀講的根本佛法——苦，是激勵我們要能吃苦，有刻苦的精神，所以要用苦行來砥礪自己。因為苦能增上、能堅強；就等於讀書人，也要十載寒窗才能金榜題名。因此，苦，對我們人生是有意義的，也就是所謂「吃得苦中苦，方為人上人」。

但是，現在的佛教徒見到人就喊：「苦啊，苦啊！不要活了，趕快往生，趕快

求來生吧！」失去了佛陀講苦，進而超越苦、解脫苦的意義。這些不都是一種錯誤的示範嗎？

像佛法裡一個「空」字，千百年來，讓社會上的人士認為佛教「四大皆空」，就是空空如也，什麼都不要、什麼都沒有了，這種斷滅見，我們傳教的法師，講這樣無知的道理，能讓人家增加信仰嗎？

「空」是有建設性的，空了才會有。好比，沒有空的房間，你睡在哪裡？沒有空的辦公桌，你怎麼可以做事？沒有空地，你怎麼來建房子？你口袋不空，錢財放在哪裡？你腸胃不空，又怎麼能活下去？「空」，太好了、太妙了，為什麼要把「空」講得都沒有了呢？空，不但不是沒有，它是有積極性、有建設性、有成就性的。

再說「無常」，這很好啊，因為沒有定型，可以改變自己，可以再進步，可以再上升，可以更善、更美、更好。為什麼要把「無常」講成好像世間一切都是末日來臨，讓人這樣感到沒有希望呢？實際上「無常」是給予佛教徒學習中道的希望。我們辜負了佛法的真義，我們錯會了佛陀的苦心。所以，對於這些佛法的真義，我們不能不重新來加以探究，加以宣揚。

佛教兩千多年來，由於個人的私見、個人的繆誤、個人的迷信，統統都借用「佛說」的名義，讓佛陀承擔了這許多的邪見、虛妄，實在違背了佛陀的本懷。

例如「布施」，有的時候可以給人一句話、一個笑容、一些服務，這都是布施。但是現在佛教的解釋，都是要人出錢。而且「布施」二個字，是叫我們自己要捨得、要給，不是光叫人家來給我們那才叫布施。

學佛過程常說「持戒」，都是要求人家守持，要人家應該要怎麼樣，而自己的行為、自己的身心、自己的說話，完全不合佛法；都沒有自覺的教育，也不知道自己要慚愧，不知道自己要苦惱，在佛法裡面怎麼會有進步呢？

省庵大師在《勸發菩提心文》中說：「嘗聞入道要門，發心為首……」發心就是要有正信、有正見。簡單的說，學佛就是要學習慈悲喜捨、學習四攝法、六度萬行等；但是現在我們寺廟裡的六度法，都只是鼓勵信徒來我的寺廟燒香禮拜，認為出功德就能消災。所以，六祖惠能大師提出了呵叱，他在〈無相頌〉裡面說「成道非由施錢」，可是究竟有多少的佛教徒聽到六祖大師的聲音呢？

對於佛教一些錯誤的說法，失去了本來的真義，總要提出來做一些修正，體會佛陀的心懷是什麼。好比，不當的放生，反而成了殺生的愚行；例如求長壽的

人要放生，就讓人來捕魚、捉鳥，捉放之間不知死了多少，這樣怎麼會長壽呢？對因果沒有正確的了解，吃素只為了要身體健康，拜佛是為了要發財，這都是違背了因果。發財有發財的因果，健康有健康的因果，信仰有信仰的因果，種瓜怎麼要求得豆，種豆怎麼要求長瓜呢？

不如法的撞頭鐘、燒頭香，假借這許多迷信來招搖撞騙，殊不知，鐘聲是警醒之用，不是要錢的；燒香是敬佛之意，不是買賣的。求籤、問卜、斷人的吉凶，不重視行佛，只重視祈求，這怎麼符合因果呢？

又例如，風水地理原本應該是有的，人有人理，情有情理，物有物理，地怎麼會沒有理呢？但是，地理不是我們解釋一定要哪個方向才是好風水，只要你的通風良好，環境清淨，景觀開闊，建築勻稱，就是最好的地理。否則，像大陸山西的懸空寺，你說它有什麼地理呢？

佛教講天龍八部，天在哪裡？龍在哪裡？八部究竟是什麼？當然他也是一種人間的民族，可是我們都把他解釋成天神、天將。佛陀右脇而生，你有見到嗎？為什麼要用這許多不可能的神話，加諸於佛陀的身上呢？甚至佛教的結集經典，歷代都有一些別有用心的人，假借佛陀的名義宣說，所以現在在大藏經裡面，偽經、偽論多得不勝其數。

佛教給人譏為多神教，那麼多的菩薩、那麼多的羅漢，甚至都有經文根據，但是沒有歷史啊！誰是他們的父母？他們生長在什麼地方？像龍樹、無著、世親尊者，這許多都是有歷史的。那許多沒有歷史的，我們也不是說否認他，實在說，他們都是佛陀的千百億化身哦。你為什麼不把信仰集中在佛陀身上，還要創造出財神、城隍、土地公、王爺、註生娘娘、月下老人等等這許多神明？說上帝創造人，其實人也創造了上帝。佛教不同於一般的宗教，佛陀是最偉大的，他是人間的覺者，他是有歷史的，是真真實實的，他是人，不是玄想出來的神明、神仙，佛教徒為什麼不還給佛陀一個本來面目呢？

可憐的佛陀，兩千多年來給很多不當的信徒，披上了多少迷信的外衣、神鬼的面具，讓佛陀失去了本來的樣子，不禁令人深為浩嘆。

例如，佛教講四弘誓願，它是要我們發願去實踐的，但現在佛教徒敢唱，不敢做，當然就沒有人做了。那四弘誓願還有什麼用呢？

又如：佛陀說的六度萬行，是我們自己要去學習菩薩道，要找這六種方法去實踐，是自度度人的。要布施、要持戒、要忍辱、要精進、要禪定、要有般若，但出家人現在都用六度來要求別人，自己不布施，只想接受。實在說，反而讓

信徒行佛得度了，我們不能到彼岸，那怎麼辦呢？僧侶只是在佛陀的經論裡面，只想以佛法來獲得利益。這種顛倒的思想行為，任其個人自行發展，除了將來因果來制裁以外，現在又有什麼法制來為佛陀行使他本懷的意義呢？

佛教講的「八正道」，這是人間最重要的行為。當時由西域的胡人幫忙講說，我們卻把它變成罵人的話「胡說八道」，這對得起那許多北方的民族嗎？隋唐之間，一些青年學道，都是跟隨佛教的大師們學習。不是到江西的馬祖參學，就是到湖南的希遷問道，所謂江湖來往，表示他們參學的意義；但現在把這麼好的詞，流落為街頭藝人耍猴把戲的叫「走江湖」。這又有誰來糾正呢？

在經典裡，有《維摩詰經》、有《勝鬘經》等，你能說維摩居士、勝鬘夫人他們是白衣上座嗎？為什麼到了現在，對於在家的教授、信徒，都被人認為白衣上座、當作末法來臨，讓廣大優秀的佛教徒不能助佛宣揚，豈不是那許多倡說這種邪說的人的罪過呢？

比方，「永生」一詞，本來是佛教用來說明生命只有輪迴不會死亡，是「永生」的意義，卻因為基督教徒倡導「信者永生」，佛教就不敢用「永生」一詞。佛陀他確實是一位救世主，到人間來是為了救度眾生的；但是由於天主教徒說耶穌是救主，佛教就不敢稱佛陀為救主了。這麼好的詞句，都給其他的宗教來採用，卻把一些不當的信仰、神奇靈異、妄想邪見，加到佛教的身上。

如律典說「以手觸酒，五百世無手」，有這麼嚴重的罪罰嗎？這是由哪位大德結集的呢？他因不知道佛陀的本義，只是個人不當的認知、沒有常識，而造成的邪說。再有，「沙彌十戒」，你可以去調查，佛教的長老都能奉行嗎？長老不能奉行的沙彌十戒，卻叫才入門的沙彌來奉行，這豈不是很顛倒嗎？

又如「八敬法」一詞，據我的了解，佛陀倡導平等，所謂「四姓出家，同為釋氏」，怎麼會有男女不平等的八敬法呢？不知道是由哪位大德把它結集成戒律，假借佛陀的名義要人來奉行？佛教三皈依的精神是「民主」，五戒的意義是「自由」，佛陀倡導四眾弟子平等，為什麼不把這樣美好的佛法，與今天這個時代自由、民主、平等的普世價值，合而為一呢？

今天佛教裡面很多都說是佛說、佛說，真的是佛說嗎？我們也可以說，佛沒有說、佛沒有說。佛說過的，要我們做的，我們要依教奉行；現在我們叫大家要行佛、要學佛，要真正的做佛，要承認「我是佛」，但不能冤枉佛陀，用自己的執著、邪見，假借佛陀的名義來宣說，這是會有嚴重的因果的。

今日的佛教信徒，為佛教做義工，為佛教布施，為佛教護法，他們認養了佛教



，佛教又給予信徒什麼回報呢？

我有一次傳授三皈五戒，有一位信徒不敢來受戒。問他為什麼？其中「妄語」一戒，他不敢受。他聽過有一個禪師因為「不『昧』因果」、「不『落』因果」，一字之差，墮五百世狐身的故事，他擔心自己會妄語而心生恐懼。我想佛教的人如果聽到了，就會說那你就不要受這個戒了吧。

事實上，與其你擔心妄語，你可以正語啊。因為那位信徒是開布店，有人要買布了，就會問他：「布多少錢一尺？」「五塊錢。」「褪色不褪色？」為了要能賣出去，他只有說謊：「不褪色。」

後來我告訴他，你不要這樣說，你可以說：「五塊錢的會褪色，另外有個八塊錢的不褪色。」後來這位信徒蓋了大樓，就是因為他的誠信，不妄語，讓他生意興隆。我只是覺得奇怪，這麼好的佛法，為什麼不把它作為積極的解說，讓信徒受到佛法的利益呢？

本書收羅了逾三百個主題，這只是平時所遇偶感，其實佛教的問題，豈止於這麼簡單。希望有志者，來為佛教重新做一次結集，正本清源，讓佛陀真正的教化，普現在人間。

當然我們也知道，佛教的發展遍滿世界，由於各地的地理、文化、語言、風俗、民情、氣候，都各有不同，需要一些方便，這些都可以說明。

在中國佛教裡，只有歷代的禪師們還有一些正見、還有一些佛法，其他像三論宗真正佛法的「緣起中道」，反而少人去研究、宣說了。所謂「正道不昌，邪教橫行」，所以，不得不用這一本小書，來提供大家作一點另類的思考。或者有些說得不完全，只有慚愧、懺悔，唯願契合佛心，希望大家對佛法的真義要重新估定價值，也請有心人與諸方大德諒解我的苦心，給予多多指教。是為序。

## 2.038 皈依三寶

佛、法、僧三寶是佛教徒信仰的中心，是超越世間的聖財。

佛是教主，法是真理，僧是導師，三者都是讓眾生得度的重要因緣。經典譬喻：佛如良醫，法如妙藥，僧如看護。對於患病的人來說，唯有同時擁有三者，才能病癒；人生也是如此，唯有依靠佛、法、僧三寶的力量，才能離苦得樂，才能獲得自在解脫。

佛如光，能圓熟眾生。光有照耀、溫暖、成熟三個功用。因為有光，黑暗中有了光明，我才不會恐懼；因為有光，溫暖的熱度讓我不怕寒冷；因為有光，太陽能夠成熟萬物。所以佛光普照，讓心中有了光明，使心燈亮起來；也可以說，皈依佛，就在自己心中建立了一座發電廠，慈悲、智慧、信心的善法，就能源源不斷。

法如水，能滋潤眾生。水有洗滌的功用，能去除我們的汙穢業障；水有解渴的功能，能解除人的飢渴；水有生長的能量，一花一草，要靠水澆灌。水能讓我們健康、成長；皈依法，就好像在我們心田裡建設了一座自來水公司，法水滋養我們的身心，洗滌我們的煩惱塵垢。

僧如田，能植福種德。僧是老師，像觀音菩薩、彌勒菩薩、地藏菩薩、高僧大德等善知識一樣，都是我們的老師，能夠教育我們、指導我們，傳授我們知識、為我們服務、給我們方便。所謂福田僧，我若皈依他們，就如擁有很多的田地，可以種植耕作，讓作物五穀豐收；有了田地，建大樓也好，種植五穀也好，都可以發展、成長。

擁有世間上的金銀財寶，我們的生活比較好過；佛法僧三寶是精神內在的財寶，我們得到以後，平安、幸福、解脫、自在自然能不求而得。就如老人家走路不方便，有根柺棍就會安全；一個孩子被欺負，即使父母不在他身邊，只要大叫一聲「媽媽！」欺負他的人心想：「喔，他有媽媽。」就不敢輕舉妄動了。同樣的，世間上有許多邪魔外道的災難，就是三寶不在我身邊，只要我想到它、我念它，也會發揮很大的力量。

皈依三寶的真正意義，是從最初三寶、常住三寶進而皈依自性三寶。佛陀說人人皆有佛性，因此，皈依佛、法、僧三寶，就是皈依自己。所謂「心佛眾生，三無差別」，所以對於三寶，心中一定要具備恭敬與肯定，才能從中得到利益。

皈依三寶後，雖然沒有戒條約束，但皈依信仰，本身就是一條戒律。尤其信仰，代表的是自己的心、自己的人格，更不應違犯。所以皈依三寶並不是拜師父，而是要皈依自己的信心，皈依自己的本性，應該要自我期許，自我尊重，遵守佛陀開示的做人基本道德，守護自己做人處世的根本。要正行、正語、正念，奉行「三好運動」——身做好事，口說好話，心存好念，身口意三業就能獲得淨化，如此才算是真正了解皈依三寶的意義。

### 3.041 受持五戒

在佛教裡，各宗各派對佛陀所開示的教法，儘管在義理思想上各有主張，但對佛陀所制定的戒法，則是一體共遵的。

佛教徒受持戒法，就好比學生遵守校規，人民恪守法律一般。不同的是，校規、法律是來自外在的約束，屬於他律；而佛教的戒律是發自內心的自我要求，屬於自律。

皈依三寶是學佛的入門，受持五戒則是信仰的實踐。戒的本質是不侵犯，從不侵犯中，完成身口意三業的清淨。因此，戒為一切善法的根本，受持五戒可以增長信心、智慧，生出功德，人身平安，增加道念，防非止惡，獲得尊重，人我和諧。五戒即：

第一、不殺生。主要是不侵犯人的生命，進而尊重他人的生命自由。佛教雖然不強制人人吃素，但要能做到不輕易殺生，所謂「勸君莫打三春鳥，子在巢中望母歸」。所以，不殺生就是不能侵略、傷害他人的生命，進而從「人權」而及於對「生權」的保護。

第二、不偷盜。不可以非法將別人的財物占為己有，即「不予而取」，要尊重他人的財產自由。不予而取，不管自取、教他取、見取隨喜，皆為不當。如：順手牽羊、違法貪汙、吞沒寄存、欺罔共財、經營非法、詐騙投機等，都是佛教所不容許的非法所得。

第三、不邪淫。邪淫，指的是夫妻正常關係之外的感情生活，會造成家庭不幸、社會混亂，因此不邪淫而能尊重他人身體、名節的自由，不但家庭能幸福美滿，國家社會也能因此安定、和諧。

第四、不妄語。妄語有惡口、兩舌、綺語、說謊等，如果因為自己的一句話造謠生事、毀謗他人名譽，破壞別人的好事，讓別人因此受到極大的傷害，就是妄語。所以不妄語就是要尊重而不侵犯他人的名譽與信用。

第五、不飲酒。五戒裡的「不飲酒」，廣義來說，就是不亂吃、不接近會傷害自己身體健康、使自己心智迷亂的物品，像嗎啡等毒品，不但會侵害自己的身心，也會將個人的名聲、金錢、人緣吃光；又如喝酒，酒是刺激性飲料，飲酒過量，酒也等於是毒品。所以，不飲酒就是要尊重自己與他人的健康及智慧。

五戒分開來講有五條，但從根本上來看，只有一條戒，即「不侵犯」；不侵犯而尊重他人，自己更能自由。持守五戒，其實就是體現自由民主的真義。綜觀那些身陷牢獄失去自由的人，探究其原因，大都是觸犯了五戒才被判罪坐監；

所以受戒是守法，能夠受持五戒的人，才能免除身心的恐怖憂惱，進而享有真正的自由、平安、喜樂和尊嚴。

一般佛教徒都曉得布施修福，這是以身外之物來利人，只要有施捨心的人都可以做得到。受持五戒，是以止惡行善的戒行來達到自心的清淨，進而尊重他人，能帶給社會一股無形的內在穩定力量，每個人都能享受最大的自由，此不侵犯他人的功德，比布施還要來得更大，所以佛陀常讚歎五戒為「五大施」。

此外，佛教的「五戒」，禁止殺、盜、淫、妄、酒，和中國儒家的仁、義、禮、智、信「五常」，也有共通之處，如：不殺生曰仁、不偷盜曰義、不邪淫曰禮、不妄語曰信、不亂吃曰智；只是儒家的「五常」僅止於勉人律己，而佛教的「五戒」，則從消極的持守不犯，進而積極的尊重利他，根本精神即尊重他人的自由、不侵犯他人。如此，不殺生而護生，自然健康長壽；不偷盜而喜捨，自然能發財富貴；不邪淫而尊重他人名節，自然家庭和諧美滿；不妄語而讚歎他人，自然能獲得善名美譽；不喝酒而遠離毒品，自然身體健康。

所以，受持五戒，從自利來說，如同在福田裡播種，縱使不求，自然有許多利益加身，能享有無盡的功德善果；從利他來講，五戒是淨化人心的良藥，一人受持，一人得益；萬人受持，萬人得益；如果全國人民共同受持五戒，這個國家必定是個安和樂利、自由民主的國家。

## 4.045 布施

在佛教裡，「六度」是人生度脫煩惱、成就佛道所實踐的六種修行法門，透過六度的修行，不只發心度人，自己也能因而得度，所以六度是「自度度他，自利利人」的一種修行。

從自度到樂意度人，自他得度是一體兩面的。或許有人會問：自己都還沒有成佛、解脫，怎麼有能力去度人？其實，未成佛道先度人是菩薩發心，菩薩在發心度人的過程中圓滿成就自己的佛道；因此，先度人，累積福德資糧，最後自己當然也就得度了。

所謂「六度」，即：布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若。但一般人對於六度未能真正了解，只從膚淺的表面來認識，總以為佛教只是單單叫人要布施喜捨，要持戒自律，要忍辱負重，要精進不息，要枯坐入定而已；這樣的說詞往往不能契合眾生的根機，因此讓人對佛教產生誤解。其實，「六度」不是這個意思，以下是我以「布施」為例，對於佛法真義所做的說明。

所謂「布施」，有財布施、法布施、無畏布施，但現在的人常常把布施局限在金錢的施捨上，其實佛教對布施不是那麼狹隘的見解。從廣義來說，布施不光只是給錢，有錢出錢，這是初等的；比金錢布施再高一點的是出力，我願意布施時間、勞力、專業的技能或智慧，到寺院做義工。再者，你就算沒錢，也沒有時間做義工，沒關係，可以說好話，把善美之舉散播開來，這是說好話的布施。如果，你不擅言詞，那也不要緊，別人在布施、說好話、做好事，你能存好心，心生歡喜，功德是一樣的。

法布施呢？有人不明白道理，就布施佛法、道理給他，給他知識、教他技術，如此不但能改善他人的生活，還能開發他人的智慧，利益更多的人。不過，錢財布施，人人都能接受；發心傳播佛法、道理給人，卻不見得每個人都願意接受。

無畏布施，就是讓他人不要恐懼、掛礙。例如，遇到有人被欺負了，你主動向前，「沒關係，有我在，我來幫助你！」仗義而為，讓他不感到害怕，就是無畏布施。

假定我問：布施究竟是給人呢？還是給自己？

布施看起來是給人，實際上真正受益的是自己。這就如同將種子播種到田裡，將來收成的當然是自己。布施又如佛經裡一個比喻，一顆尼拘陀樹的種子種在土裡，長大後結出萬千的果實，所以布施有「種一收十，種十收百」的利益。

布施也像深井汲水，你愈捨得提起桶水，給人灌溉，給人飲用，井裡的水就愈是源源不斷。這就是所謂「捨得、捨得」，能捨才能得，從布施中能捨去內心的慳貪，廣結善因好緣，自然能獲得無限的法喜和自在。

人生不要只看到黃金白銀，比黃金白銀更寶貴的還有布施溫暖、與人結緣的感動。布施不全然以金錢為主，我們說好話讚歎他人，心存慈悲、隨喜隨緣的給人一個點頭、一個小小招呼、一個隨手幫忙，你能把歡喜布施給人，這就是結緣，這些人間的溫暖、美好，意義遠勝過金錢的布施。

## 5.048 持戒

社會上的人士，一聽到佛教的戒律就心有顧忌，總以為「持戒」就是這個不能做、那個不能做，不論做什麼都會受到戒條的種種限制，非常不自由。因此，

有些本來有心想要學佛的人，一聽到持戒就退縮了，認為「我還是不要信佛教比較好，免得學佛以後，生活受到更多的限制，增加許多不便和麻煩」。

其實，持戒不是束縛我們，反而因為持戒，可以讓我們身心獲得究竟的自由。因為就算你不受戒，但是你殺人、偷盜、妄語、邪淫、吸毒等等，這不但違反了佛教的根本五戒，而且觸犯了國家的刑法，違反了社會的人倫道德規範，必然會受到國家的法律制裁，失去人身的自由。即使你一時僥倖，逃過法律，卻逃不過因果；因為造下惡因，必然感招惡果，這個因果報應才是人間最公平的仲裁者。

所以，不持戒如同不守法，犯了國家的法律，就要被關到牢獄裡，失去自由；相反的，如果大家都能持戒、守法，不但不用擔心身繫囹圄，而且「平常不做虧心事，夜半敲門心不驚」。生平不做不好的事情，身心就不會有所畏懼，生活就能享有真正的自在安樂了。

雖然也有人擔心受戒後，難免會犯戒；但其實你不受戒，難道就不必擔心犯戒的問題嗎？你想想，不受戒，就可以殺人嗎？不受戒，就可以偷東西、非禮、造謠、胡作非為、放任自己的身心迷亂了嗎？當然不可以！所以我們不要等到違犯過失，讓世間法律來制裁時，才知道犯了戒，這時後悔，為時已晚。不如先受持五戒，讓自己有防非止惡的觀念，自然不容易犯過失；即使犯戒，因為有慚愧心，懂得懺悔，你還是比不受戒的人，擁有更多改過向上、重新做人的因緣。

不過受戒後，真要犯戒也並不容易。因為戒有輕重之分，一種是極重戒，稱「波羅夷」，即「不可救」的意思。以殺生來說，殺人才會犯「波羅夷」罪，這是不通懺悔的，一般人並不容易違犯。

還有一種輕垢戒，稱「突吉羅」，日常生活中不小心殺死蚊蟲、蟑螂、老鼠，就是犯「突吉羅」，屬於「惡作」，雖然一樣有罪，只要心生慚愧，是可以透過懺悔、認錯而得到補救，罪過會減輕。

持戒可以說是修行一切善法的基礎，也是一切修行的根本。戒不是用來「讀誦」的，而是要去實踐「奉行」。比方說，日常生活中，時時「做好事、說好話、存好心」，就是淨化三業，就是在實踐〈七佛通戒〉的「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意」了。甚至「待人好」，處處為人設想，凡事都能了解「因緣果報」的真理，這就是持戒。

戒的意義，在於不侵犯別人。所以，五戒中的不殺生，就是不侵犯他人的性命

；不偷盜，就是不侵犯他人的財產；不邪淫，就是不侵犯他人的身體和名節；不妄語，就是不侵犯他人的名譽和信用；不吸毒，就是不侵犯自他的智慧與安全。

戒可以說是我們的老師，指導我們什麼能做，什麼不能做。戒是我們的圍牆，保護我們的安全；戒是一本善書，讓我們增加道德內涵，讓人家樂於接近我們。戒是建造宮殿的基礎，一個人若沒有戒法的保護，難以抵擋人生的風雨、強震。因此，希望大家不要怕受戒，我們要守護戒法，如護眼中珠，從不侵犯別人做起，再擴大而能進一步愛護一切眾生，這就是積極的持戒。

## 6.051 忍辱

在我們一生的行事當中，「忍」對一個人是很重要的。夫妻不能忍，就要離婚；朋友不能忍，絕交不來往；工作不能忍，就想辭職，最後只有失業。佛經講：「不能忍受毀謗、批評、惡罵如飲甘露者，不能名之為有力大人也！」一般人以為「忍」就是打不還手、罵不還口，是懦弱無能的表現；其實「忍」是力量、是智慧，忍具有認識、擔當、負責、化解之意。

人家說話批評我一句，我沒有力量克制自己，就要跟他吵架；人家討我便宜，我不甘願，我要跟他討回來。對於一切人、一切事、一切錢財，我們都沒有一點力量，都不能承擔、不能接受，不能忍的人生難道就會快樂嗎？忍，有時候不只是為自己，更是為了利益他人。有益於人的，即使自己受委屈也要忍；無益於人的，就算犧牲自己的利益也不計較。

有一則故事：信徒到寺院裡拜佛，都會敲磬、上香、獻花。有一天，銅鑄的大磬很不高興，向銅鑄的佛祖抗議：「佛陀啊！你我同樣都是銅做的，為什麼信徒來了就給你磕頭、獻香花、燈燭；而我不但沒有受到同等待遇，還敲打我，說什麼『拜佛不敲磬，佛祖不相信』，這點我實在不能服氣。」

佛祖一聽，就說：「大磬啊！你不要不平、不服氣。當初工匠要鑄造我的時候，頭上不平整就敲呀、鎚的；耳朵太長太短就不斷的挖啊、削啊；我是經過多少敲敲打打，千錘百鍊之後才成為受人禮拜的佛祖，這些榮耀都歸功於忍耐而來的，因為忍耐修得的福報因緣，才有民眾願意來朝拜我啊！反觀大磬你，不堪別人一擊，一點也不能忍耐，人家一敲，你就『嗡嗡……』的叫了起來，當然我們的待遇就不一樣了！」

王陽明先生有一天帶學生出去參學，街上看到二個婦人家在吵架，一個罵對方

：「你沒有良心。」另一個罵：「你才沒有天理。」王陽明先生聽到了就跟學生說：「來，來，來！大家快來聽呀，這裡在講學、講道喔！」學生們一聽，「老師！這哪裡在講道？他們是在互罵啊！」王陽明先生說：「要求別人就是罵人；要求自己就是道。」

「忍一口氣，風平浪靜；退一步想，海闊天空。」在修學忍的法門時，遇到被人謾罵，我不回罵，實在忍不下這口氣，那要怎麼辦呢？初期，可能在臉上表現出生氣的樣子，但至少學習忍之於口，不開口說惡意的語言，不謾罵、批評別人；之後又進一步，忍的功夫加強了，即使人家欺負我、批評我、說我不好，雖然心裡不高興，但臉上還是可以保持微笑；到最後，人家欺負我、打擊我，口上、臉上、心上都能泰然處之，不比較、不計較，淡定面對，這已經達到忍的最高段了。

「面上無瞋是供養，口中無瞋出妙香」，保持微笑是供養，口中沒有壞話，多說好話，人家才會尊敬你。

如果我問：忍辱是討便宜，還是吃虧呢？當然是討便宜，不是吃虧。或許你認為忍辱是委屈自己，其實不然，從忍讓裡能增加人緣、智慧、慈悲、力量；忍辱所獲得的利益，無與倫比。

忍，並不是消極的讓步，也不是吃虧受氣，而是寬容的慈悲。能懷忍行慈的人，是真正體會到人我平等一如，明白「若以諍止諍，畢竟不得止；唯忍能止諍，是法真尊上」。所以，視一切為理所當然，對人我是非能夠用寬容的心接受，不比較、不計較，那麼世間的一切，不管有理無理，都會成為增加我們福德資糧的增上緣，這就是修行忍辱的最大利益與功德。

## 7.054 精進

世間上任何一個成功的人，哪一個不是從苦幹中成功的呢？你喜歡安逸，討厭服務勞動，就算黃金隨潮水流下來，都給人撈走了，也沒你的分。「要怎麼收穫，就先怎麼栽。」這是必然不變的因果道理。

俗話也說：「勤有益，戲無功。」勤勞、精進是為了對治懈怠、懶惰。懈怠是眾行之累，是人生之病，所謂「在家懶惰，失於俗利；出家懈怠，喪於法寶」，所以精勤的人生，才能有成就。

當然，精進必須是正當而有益於人我的行為，才是正精進。佛經有四種正精進



，即：「未生惡令不生，已生惡令斷除；未生善令生起，已生善令增長。」意思是說，還沒有犯的惡事、惡念，要用智慧去糾正，不讓它生起；已犯的惡行，要勇敢的懺悔、斷除；好的念頭、沒有做的善事，要有勇氣、力量讓它萌芽；已行的善事、好念，要能保任它，讓它成長、茁壯。總之，對於斷惡修善的事，必須要精進、勤勞地去做，不能稍有懈怠、放逸的心。

如寺廟裡，出家僧眾早晚課誦經都會敲打木魚，這是什麼原因？因為不論白天黑夜，魚在水中雙眼都不曾閉上。佛教以此象徵出家人行道的勇猛精進。當敲打木魚或看到木魚時，應深觀魚的精進力，效法魚的精神。佛經也提到：「是日已過，命亦隨滅；如少水魚，斯有何樂？眾等當勤精進，如救頭燃；但念無常，慎勿放逸。」主要是警惕、勉勵我們，人生要常行精進，不要輕易空過。

佛教裡有許多菩薩的名號，如：不休息菩薩、常精進菩薩，也是在鼓勵修道人不可以過分地懈怠、懶散，應當精進辦道。如觀世音菩薩遊諸國土、地藏王菩薩到地獄度眾生，乃至歷代祖師甘願為眾生作牛作馬，諸菩薩大德甘願布施頭目腦髓，他們也是為了完成自我的願力而精進不息。

過去，雍正皇帝非常景仰康熙皇帝在位時的國師玉琳國師，可惜他已圓寂。後來四處訪尋，找到國師的一位後代；但雍正皇帝見他容貌不揚，言不達意，未能深悟禪機，大為不滿，說他有辱祖先之名。於是設一靜室，並在門口掛一寶劍，限他七天開悟，否則殺頭；最終在利劍之下，這位法師，精進忘我，終於開悟。

因此，精進能策發一切善行，與一切功德相應，六度波羅蜜中若缺少了「精進」，則其餘五者皆不能完成波羅蜜（圓滿）。如《大智度論》說，精進法是諸善法之根本，能出生諸道法，乃至阿耨多羅三藐三菩提。

所以，精進是辛苦呢？還是快樂呢？看起來精進是辛苦，實際上是快樂的。如《勸發菩提心文》說：「修行則勤勞暫時，安樂永劫；懈怠則偷安一世，受苦多生。」

## 8.057 禪定

佛教常教人要「都攝六根」，要「攝心守意」；攝心一處，這就是禪定。

說到禪定，禪是活潑的呢？還是呆板的呢？是活潑的，不是呆板的。一般人以為坐禪要眼觀鼻，鼻觀心，所謂「老僧入定」，如如不動，否則不容易入定。

實際上，打坐只是過程和方法，藉此幫助我們心生定慧；而禪的真義，是活活潑潑的，所謂搬柴運水是禪，喝茶吃飯是禪，行住坐臥是禪，語默動靜、揚眉瞬目都是禪。

禪是一種應對人間萬事的瀟灑自在，是面對逆境考驗所展現的幽默風趣。趙州禪師跟徒弟文遠禪師有一天在論道，信徒拿了一塊燒餅來供養。趙州禪師說：「一塊燒餅，我們哪一個人吃呢？」徒弟說：「師父！當然是您吃。」「不公平，這樣吧，我們來打賭，對輸不對贏，輸的人吃。」「師父！怎麼打賭呢？」「把自己比的最髒、最臭就贏了。」「請師父先說。」

趙州禪師說：「我是一頭驢子。」文遠禪師一聽，師父把自己比喻成畜生，又是驢子，那我怎麼比呢？想一想，說：「我是驢子的屁股。」「我是屁股裡的大便。」徒弟很快又說，「我是大便裡的蛆蟲。」趙州禪師心想，這再比下去，要比什麼呢？他就問徒弟：「你這隻蛆蟲在大便裡幹什麼呢？」「在大便裡乘涼啊！」

我覺得，「在大便裡乘涼」這句話就是禪。現代人住在高樓大廈，有沙發、有冷氣空調，也沒有覺得舒服；但禪師在大便裡面乘涼，多舒服、多自在啊！

有人問，「禪師你怎麼修行？」「我每天吃飯、睡覺。」「我也每天吃飯、睡覺，那我也在修行囉！」「你吃飯、睡覺跟我不一樣，我每一樣菜都很好吃，我一躺到床上就睡著，吃得很好，睡得很甜蜜；而你挑肥揀瘦，不合口味，睡時翻來覆去，睡不著，哪裡是修行？」

禪並不是佛教，或是某一個人的專屬，禪是誰？是我們每一個人自己心內的寶藏。參禪主要的是把禪心活用起來，生活中如果可以活用禪心，那麼我們處世便有靈巧、智慧。禪的妙用，就如同菜裡加了一撮鹽，味道更加可口；如客廳裡掛了一幅畫，能美化環境；如綻放的一朵花，為平淡的生活增添色彩。你要能找到自己的禪心，你的生活、動作、說話就不一樣了。

禪是悟的，不是學的，也不是從知識上去理解的；它必須從生活中去修行、體驗。一個人有禪定的修養、功夫，他的心會很寧靜，不會因為別人的一句話、一件事而起伏、動亂，受到影響。所以有了禪心，就能隨遇而安；有了禪心，就不會斤斤計較於世間上的人我是非、權勢名位。

在日常生活中，我們要怎樣參禪悟道呢？只要經常保持精神統一，意志集中，也就是令心專注一處，負責任，把工作做好，愛人愛事，有一天也會悟道的。

因此，習禪的人要把「禪心」提煉出來，有了禪，你在人間就能安然自在，就能隨緣放曠。

## 9.060 般若

六度以般若為眼睛，所謂「五度如盲，般若為導」，可見般若的重要性。

般若是向內求呢？還是向外求呢？你向外求得科學、哲學等知識，總是世智辯聰，不若向內悟得的般若。般若是內自證的功夫，是透過「正見緣起，了悟諸法空性」所獲得的「內外圓成」智慧。人生有了般若，就能泯除人我對待，跳脫無明煩惱。

般若甚深微妙，它是諸佛證悟的境界，為了方便大家了解，我將它分為四個層次，即：眾生所了解的般若是「正見」，聲聞、緣覺二乘人的般若是「緣起」，菩薩的般若是「空」，而真正的「般若」，唯有三世諸佛知道，也就是要到成佛之後，才能真正認識的般若。

《般若心經》說：「觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空……」這就是悟，就是般若。般若與智慧不同，更不等於知識。因為智慧、知識有善有惡、有正有邪、有利有弊。而般若的人生，則具諸正見，不容易被外境煩惱所轉，因而起惑、造業、受苦。因此，只要我們對世間的看法正確了，這就具備凡夫的般若智慧了。

而聲聞、緣覺等聖者，看世間一切都是緣起而有。緣起說明世間上的事事物物、一切有為法都不是憑空而有，也不能單獨存在，必須藉由各種因緣條件和合之下，才能現起和存在。

因此，想要獲得快樂的人生，就須培植好因好緣；想要擁有和諧的人際關係，就應該廣結善緣、改善因緣，而不是一味在果報上計較、怨天尤人，使自己陷入無明、煩惱的流轉中。

再下來，菩薩所體會的般若就是「空」。空是我們本來的面目，所謂「真空生妙有」，因為空才能有。宇宙世間因為有虛空，才能容納萬有，如口袋空了才能放錢，鼻子空了就能呼吸，腸胃空了，才能活得很健康。

能了解正見、緣起、空，已經不容易了，要認識「般若」就更困難了。般若究竟是什麼呢？

般若是諸佛親證諸法實相的一種「圓明本覺智」，是離一切迷情妄想的「清淨無分別智」，是通達一切法自性本空、本無所得的「真實無相智」。

般若不僅在徹悟諸法實相，離一切虛妄得解脫，更重要的是，菩薩行六度波羅蜜時，以般若為眼，則能喜捨不作施想，持戒不著戒相，忍辱離於我執，精進不生驕慢，禪修不戀定境。所謂「般若為導，五度為伴；若無般若，五度如盲」。意思是，五度是世間法，有了般若才能成為出世間法。

例如，布施有了般若，就能三輪體空；持戒有了般若，就能饒益眾生；忍辱有了般若，才能無生法忍；精進有了般若，才能奮而不懈；禪定有了般若，就能證悟覺道。因此五度要能成就「波羅蜜多」，一定要以「無所得」的般若為方便而修。

總說「六度」的修行，修布施行，不但自度慳貪，亦令人受惠受益；修持戒行，不但自不毀犯，亦不毀犯他人；修忍辱行，不但自不瞋恚，亦不瞋恚傷害他人；修精進行，不但自不懈怠，亦教人不懈怠；修禪定行，不但自不散亂，亦教人不散亂；修智慧行，不但自不愚痴、邪見，亦教人不愚痴、邪見。所以，菩薩的六度精神是積極且意義深遠的，是能幫助我們建立美好人生的善法，是保持生命不斷學習的熱情，終而邁向圓滿的究竟之地。

## 10. 063 慈悲

慈悲是一切眾生共有的財富，人間有了慈悲的光明，世界才能充滿溫暖的希望。「慈悲」二字，慈，是把快樂給人；悲，是替人拔除痛苦。你有痛苦，我願意為你拔除、願意帶給你快樂，這就叫做慈悲。

「佛教以慈悲為懷」，所謂「無緣大慈，同體大悲」，這是人人耳熟能詳的話語。但是慈悲並不是佛教徒的專利，也不是要求別人給予我們慈悲，而是我們要給人慈悲。

所謂「無緣大慈」，即慈悲不一定要彼此有緣，並非因為你是我的家人、朋友，我才愛你，我才對你慈悲；真正的慈悲是不管你認不認識我，你有苦難我就要幫助你，不一定要有血緣關係。

而「同體大悲」，是我把你看作跟我是一樣的。其實，奉行慈悲並不難，重點是要學習立場互換。你受苦難，我幫忙你；假如我有了苦難，我也需要人家的幫忙。因此，立場調換了以後，慈悲心自然就油然而生起了。

我常常告訴徒弟：「一個人寧可以什麼都沒有，但是不能沒有慈悲。」因為慈悲是佛法的根本，也是做人本來就應該具備的條件。但是慈悲如果運用不當，也會淪為罪惡。例如，父母縱容子女，造成社會問題；姑息惡作，導致社會失序；濫施金錢，助長貪婪心態；濫行放生，反而傷生害命……這些都源於沒有正確的知見，缺乏道德的勇氣。所以，真正的慈悲必須以智慧、以正見為前導，否則你的濫慈悲，可能失去原有的善心美意。

真正的慈悲也不一定是和顏悅色的讚美鼓勵，有的時候用金剛之力來降魔伏惡，更是難行能行的大慈大悲。如我們到寺院禮佛時，一進山門，會先看到一尊笑容滿面的彌勒佛，坐在山門口歡迎我們，這叫做慈悲的攝受。但是進了山門之後，會見到一位手拿金剛降魔杵，身穿盔甲，看起來很勇猛威武的韋陀護法天將，就是以威力的慈悲來折服我們的煩惱。

有的人在愛的慈悲鼓勵中可以進步，有的人在嚴厲的折服裡心生警惕。好比春天的和風、夏天的雨水，雖然能使萬物生長；秋天的嚴霜、冬天的寒雪，也能使萬物成熟。

然而，一般人做到的慈悲大都是「一時的慈悲」、「熱鬧的慈悲」，很少做到「寂寞的慈悲」、「永恆的慈悲」。什麼是「一時的慈悲」？例如濟苦救貧，這種只能濟人於燃眉之急。「熱鬧的慈悲」，如你去參加一場齋戒法會，以莊嚴肅穆的場面來攝受他人，這也是無法久長的。那麼，什麼是「寂寞的慈悲」呢？就像社會那些從事文化事業的人，他們默默耕耘，默默承受寂寞之苦，雖然沒有受到太多人的關注，但是它的影響力卻是無遠弗屆的。什麼是「永恆的慈悲」？興學辦道，以教育方式，從根本上啟發眾生的慧命；著書立說，傳播善美的思想，這就是「永恆的慈悲」。

總之，如果我們能用慈悲的心，對人體貼關懷；用慈悲的眼神，看待萬事萬物；用慈悲的愛語，隨喜讚歎；用慈悲的雙手，常行佛事，使自心與慈悲合為一體，不但自身的慈悲力增長，更進一步使整個宇宙都充滿慈悲。慈悲是一張無價的「通行證」，無論我們走到哪裡，即使一無所有，也可以時時擁有歡喜，處處得以安身立命。

## 11. 068 苦

我童年出家，就常聽到人家講「人生是苦」、「人生如苦海」、「人生多苦難」。佛教講「苦」，有所謂二苦、三苦、四苦、八苦、無量諸苦；即使人生是

快樂的，樂受也會壞苦。當時心中很不以為然，總覺得難道大家只是為了苦才來學佛的嗎？為什麼人要來吃苦呢？人生的意義很苦，學佛要受苦消業；由於傳統佛教過於重視「苦修」的思想，讓學佛的人，身心都苦，每天的生活搞得愁雲慘霧。

我認為，苦不可以完全從消極上來解釋，苦對人生有更為積極的意義。人要能接受苦，才能成長，不能吃得苦中苦，哪能做得人上人？不吃苦、不辛苦，哪裡能有成果？

實際上，苦是「樂」，但是「苦」怎麼變快「樂」呢？苦是教我們要怎麼透過苦、降伏苦、衝破苦，進而得到安樂；因為快樂沒有不從苦後而得來的。就是良田裡長滿了稻穀，你不辛苦的去收成，也難以供應所需的糧食；黃金隨潮水流下來，你不起早去把它撈起來，它也不是你的。就是經商獲利，那也是辛苦賺來的；工廠工人領取薪水，那也要辛勤努力才能獲得。因此，沒有辛苦，哪有所得、哪有富樂？天下的事情，沒有說不經過苦，便能獲得的。

所以說，苦是一種教育。小時候讀書會覺得很苦，但如果你接受這樣的訓練，就能汲取到知識的養分；童年的時候做事，會感到辛苦，如果你不偷懶，能面對苦，接受苦的訓練，就能獲得生命的養分。

苦，是一種力量。你能吃多少苦，將來就得多少快樂。好比挑擔，有的人能挑二十斤，三十斤就挑不動了，不能吃苦；有的人能挑五十斤、一百斤，感覺還很輕鬆自在。不怕苦、能吃苦，將來的人生就不同。

苦，是一種營養。人的生活之中，如果沒有天災的苦難，就不知如何適應大自然的變化；如果不能體會人禍的苦難，就不知道防備苦難的壓迫，所以人要知苦。

苦，是一種磨鍊。在佛教裡，有很多修行者特地要去修苦行，用苦來訓練自己；運動員參加奧林匹克運動會，想要獲得金牌，如果不經一番苦練，怎麼能獲得呢？

飢餓是苦、寒冷是苦，被人家欺負、打罵、委屈、冤枉都是苦，如果你有擔當這許多苦的力量，就能降伏苦，不為苦而苦。也就是說，如果我們能懂得苦，想要停止苦，就要找到降伏苦的力量、遠離苦的方法。

人生是苦，我想觀念要改變。這個觀念對我們人生的成就有關係、很重要。過去有一個老婆婆老是哭，法師問他：「老太太你怎麼老是哭？」

他說：「法師你不懂，我有二個女兒，大女兒嫁給賣傘的人家做媳婦，我看到天天出太陽，就想到雨傘沒有人買，大女兒的日子怎麼過呢？就為他掛念，所以哭啊。我的二女兒呢？嫁給賣米粉的人家做媳婦，看到下雨，沒有太陽曬米粉，米粉怎麼能賣呢？我就為二女兒哭。」

「老太太不要這麼想嘛！想法可以改變。」

「怎麼改變法？」

「以後看到下雨了，不要想二女兒，想大女兒，喔，下雨了！我的大女兒雨傘店生意很好喔；出太陽了，想二女兒，今天太陽這麼好，我的女兒米粉曬得很多，生意一定很賺錢。你這樣改變想法，苦樂就不同了啊。」

「可以改變啊。」老婆婆就這麼改變，不哭了，每天笑。下雨天為大女兒笑，出太陽就為二女兒笑；從此他不叫哭婆，變成笑婆了。

所以我要改變佛教的說法，讓大家不要天天喊：「煩惱啊！煩惱啊！苦啊！苦啊！」人來到世界上才多少春秋，你為什麼來的？你是為了苦來的嗎？我們是為歡喜到人間來的，我們是為快樂到人間來的。

為了歡喜、為了快樂；苦只是一個暫時的過程，我們不能把這個過程當成我們人生的全部。因此，苦對人生有積極的作用，我們大可不必怕苦；不怕苦、不怕難的人才能有成就，否則在苦難之前畏縮不前，也就一事無成了。

## 12. 072 空

世間上的人都生活在「空」裡，但是一般人對於「空」多半不了解，認為世間一切皆空，哪裡還有什麼希望，哪裡還有什麼未來？因此大家都不喜歡「空」，甚至害怕「空」。

其實，懂得佛法的人就知道，「空」才能建設「有」，如果沒有空，就什麼也沒有了。例如，口袋不空，如何裝錢？飯碗、茶杯不空，怎麼能裝入飯菜和茶水？沒有空地，怎麼能建房子？房屋不空，人怎麼住進去？人的腸胃、五臟六腑沒有空間，怎麼能存活？因為空，世間才有未來，生活才有希望，人體才能正常運作。

只是，人在日常生活中，往往為了要爭取空間，不惜和人打官司以爭取三尺地

、一道牆，但心中卻又怕空。事實上，「空」不是沒有才叫空，反而「空」了才能讓我們「擁有」。所以「空」並不是「沒有」，空是「無」，「無」就是無量無邊、無窮無盡，「空」的「容量」無限。

佛教自古以來，把這一個道理翻譯成空，讓很多人對佛教誤解，造成很多人聽到空，天也空、地也空、人也空、我也空；以為什麼都沒有了，而不敢學佛，其實要空才能有，不空就沒有了。

「空」是對人生很重要的真理，那麼到底什麼是「空」，如何才能認識「空」呢？以桌子為例，如果我問：「這是什麼？」有人會說：「桌子。」「錯了。」這人聽了一定不高興，怎麼說錯了？明明是桌子。其實，你說的桌子是假相，我把它的真相告訴你，它的真相是木材。你把木材釘成桌子，它就叫做桌子，釘成椅子，就叫椅子，所以桌子只是假相，往前推究，它其實是一塊木材。

現在我再問：「這是什麼？」「木材嘛。」「又說錯了，這木材也是假相。」「它的真相是什麼？」「它是一棵樹啊。」再問：「這是什麼？」「大樹嘛。」「又說錯了，這不是樹，這是一顆種子在土壤裡面，受到陽光、空氣、水分、肥料的滋養，它結合宇宙萬有的力量成長。而後成為大樹、成為木材、成為桌子。」所以，這張桌子是「緣起」而有，它的真相其實是「空」。

我寫一筆字時，有時候寫到空，旁邊的徒弟就說，師父您不要老是寫空，人家不喜歡。我說空是財富，怎麼不喜歡？一坪空間的土地，要幾百萬啊！空是很有價碼、很高貴的。

另外，我自己也寫了一個對聯：「四大皆空示現有，五蘊和合亦非真。」四大，就是地、水、火、風。地，普載我們，生長萬物供應我們所需，所以我們要環保，要愛護地球。水，沒有水，世間萬物都不能存活，有水的地方才有植物，才有生物賴以生存。火，有陽光、有火，才能成熟萬物，在人間才能生存。風，就是空氣，一口氣不來就完了。地、水、火、風四大調和，就能讓我們健康，讓我們健全，讓我們活得有意義。所以，四大皆空可說就是四大皆有。

「五蘊和合亦非真」，五蘊即色、受、想、行、識，這是構成我人身心的五個元素，可見人也是靠因緣和合才能生存，不是單一存在的；既是因緣和合而有，其本性自然也是空。

所以，假如把「四大皆空」換為「四大皆有」，並沒有違背佛意，又未嘗不可。四大和合不就是「有」嗎？你講到「有」，有即是空，空即是有，何必一定要把它說成空，讓人對空有成見、有誤解。不如從「有」慢慢地知道「空」義



佛法有時候先說有，後說空；有時候先說空，後說有；有時候說空有不二；有時候說空有一體。「四大皆空」其實也是「四大皆有」，「空」「有」就像白天黑夜的輪替，錢幣正反面的樣貌，兩者是同體而不是分別二邊的。

### 13. 075 無常

大家都懼怕無常，以為世間一切都是無常、不實在，例如：金錢有了也是無常，感情有了也是無常。世間上任何東西都不能永遠為我們所有，都是會變化，所以一談到無常，往往認為是消極、悲觀、沒有意義的。事實上，無常不是這麼解釋，從另一個層面來看，無常蘊含著積極奮發的思想。

石器時代民智未開，人類茹毛飲血，如果不是無常，而是一成不變，現在人類還停留在蠻荒時代。過去帝王時代，王權專制，人民沒有自由可言，假如不是無常，而是恆久不變，哪裡會有今日民主政治的社會？

地震颱風等天災，造成房子倒塌，不少人受傷、死亡，災情慘重。因為世間無常，從無常中，我們可以重新建設，重建家園；經過重建後的許多大樓、學校，比以前的陳舊設備更好、更新、更齊全、更先進。

人類因為無常而沮喪，也從無常裡，學習重新站起來的勇氣，所以活著就有希望，生存就是力量。如果世間一切永恆不變，則世界必然一片死寂；唯其一切法是由因緣和合而起，緣聚則生，緣散則滅，所以能不斷更新，才能生生不息，才能在殘破中看到一線生機。

無常使生滅相續，如花開花謝、日出日落、月圓月缺，四季冷暖的變化，白天黑夜的輪轉，這些都是無常帶給世間不同的美景。因為無常，大自然顯得多彩多姿，人間也充滿奮鬥的力量。因此，我們不要害怕無常，應該感謝無常，讓我們的人生有更高的視野，讓我們的事業有更遠大的發展空間。

所以，「無常」從壞的上面想，他是好的會變壞；但是「無常」也可以幫助我們變好。比方說：我雖然貧窮，只要努力奮鬥、多廣結善緣，就可能慢慢會富貴；我雖然愚笨，只要我勤勞閱讀，就可能漸漸變得聰明。如果不是「無常」，那麼窮、笨都不能改變，我就定型，就註定窮困一生一世了。

因為人生沒有定型，只要我們修正、改善自己的行為，努力奮發，自然就能改

造自己的前途、命運。因此，無常，讓人珍惜擁有；無常，讓人珍惜因緣；無常，讓人珍惜關係。所以應該感謝「無常」。

再進一步說，你想要過怎樣的生活，只要肯投資對等的本錢，就有可能改變，自己就可以做自己的主人。無常是不變的真理，我們在無常裡面，學習正面思考，學習勇於改變現狀，也讓自我不斷超越、不斷進步。我們不必恐懼無常，只怕自己不能了解無常與人生的相互關係。因此，佛法的「無常觀」帶給我們有歡喜的期待，也帶給我們有無窮的希望。

## 14. 078 無我

佛教講「無我」，一般人聽了會害怕，以為「無我」就是沒有「我」了，因為人最關心的就是我。但我們所關心的這個「我」，是真的嗎？佛經有一個譬喻：

有一個有錢人，娶了四個太太，富翁最喜歡的就是四太太，最年輕、美麗。但到了百年，富翁即將去世時，想到黃泉路上很寂寞，就想到平時最愛的四太太，希望他來陪著一起死，「你陪我一起走吧。」四太太一聽，花容失色，「我年紀這麼輕，這麼漂亮，怎麼能陪你一起死呢？」

大富翁不得辦法，想到三太太平常自己也很愛他，也歡喜和他在一起，就跟三太太表明心意。哪知對方一聽，「陪你死，不能。」「為什麼？」「雖然承蒙你愛我、關心我，但是你死了以後，我還年輕，還可以改嫁，所以我不能跟你死。」

大富翁又失望了，找二太太，平常雖然不跟你多來往，總之你是我的老婆，我現在要死了，你就陪我吧。老二想一想，「不行，這個家平時都是我在當家，你死了以後，還要料理後事；不過你放心，看在夫妻一場，你死了以後，我會為你送葬，送你到墓地。」

大富翁很無奈，只有找大老婆，「你願意跟我一起死嗎？」大太太很了不起，他說：「我們女人嫁雞隨雞，嫁狗隨狗，你要死了，當然我們一起死。」到這時候富翁才真正看出，大太太是最愛他的人。所謂患難見真情，路遙知馬力，人心的真假，要經過時間的考驗。

這個大老婆是誰？就是我們的心。所謂「萬般帶不去，唯有業隨身」。當我們一期的生命結束後，唯有這顆心是自己的，能跟著自己走。四老婆代表什麼？

四老婆是我們的身體，每日化妝、吃營養品，愛的不得了；但是死的時候，身體也不是我們的。第三個太太年紀輕，能改嫁他人，他要去追求他的歸宿和未來；他象徵的是金銀財寶，平時我們也是愈多愈好，到了你要死了，也帶不走。二老婆是什麼？就是我們的親戚朋友、我們的家人，他也不能陪我們死，我們死的時候，他來幫忙後事、來祭拜，最後送我們到墓地。大老婆就是我們這顆心，一旦無常到來，平時造的善業、惡業，好的、壞的；這時候，也只有它跟隨我們去流轉。

其實，佛教講的「無我」，不是說現在的這個我是沒有的、空無的；佛教講「無我」的「我」是變化的。就是六尺之軀的人，在一生的歲月裡，也是時時刻刻都在變化裡。

例如，一個女人的成長，經過歲月的流轉，不斷的變化，從女嬰、女童、女學生、小姐，到媽媽、老太婆，究竟哪一個是「我」呢？既然如此，那還有什麼真實不變的東西呢？一個人的健康、疾病，歡樂、煩惱都是「我」的變化，因此，「我」不是不變的實有，是由許多因緣和合，緣生緣滅；在生滅之間，昨天的我，今日的我，明日的我，哪裡是固定不變的呢？

無我也不是說什麼都沒有，而是指能苦能樂、能多能少、能大能小、能早能晚；無所不能、無所不是的我，這就叫做「無我」。

其實「我」，還有一個涅槃的世界，就是常、樂、我、淨的真我，這個世界裡，生命是恆常的、不死的、安樂的、寂靜的。實在說，人的生命是不死的，你要死都死不了，死的只是形體；生命就像是一江春水向東流，不論流到哪裡去，還會再流轉回來，這叫輪迴。

就像季節有春、夏、秋、冬的輪替，冬天你不用怕，春天馬上就來了；物質也有成、住、壞、空的循環，這棟大樓壞了、倒了，沒關係，倒了還有空間、有空地，可以再重建高樓；又如時鐘一、二、三、四、五、六、七、八、九、十、十一、十二，走完「十二」，它又會再從「一」循環回來。

因為「無我」，所以「我」不是受神明所控制，不是上帝創造，我可以自我改變、自我修正，自己可以做自己的醫師，做自己的雕刻師，做自己的畫家。要想把自己變成一個什麼樣子的人，可以自己做主；也正因為人生並非有一個一成不變的「我」，而是可以透過現在的「我」改變未來的「我」，所以「無我」的真義是蘊含無限價值。因為懂得「無我」，才能去除自私自利；也因為明白「無我」的意義，當我們面對人生各種困難，也才能生起超越的心態。

## 15. 082 中道

世間法都是對待的，善和惡、是和非、好和壞、事和理，甚至於對與錯、難與易、高與低、大與小、男與女等等。佛法就不同了，佛法不講對立，講究中道。中道，是超越有無、增減、善惡、愛憎等二邊的極端，但是，「中道」並非折中之道或中庸之道，而是以般若智慧來調和事理，融和有無，以便趨向解脫之道。

佛世時，當時的印度有六師外道，在修行上有順世派的極端享樂主義者，有尼乾陀的極端苦行主義者；對於宇宙人生問題的看法上，有著極端的「宿命論」與「無因論」等。他們各執一端的說法，佛陀認為不可取；為不落於偏見，因此佛陀「離於二邊，而說中道」。

佛陀的弟子二十億耳，過去是一名琴師。隨佛出家後，急於證果；日夜不懈精進修行，卻久久沒有開悟，反而把身心弄得疲憊不堪，因此萌生退心。佛陀知道了，就來到他修行的地方，指點他：「你用音樂來幫助我宣化，長養你和大家的信心，這個很好。你在彈琴時，假若琴絃太緊了會怎樣呢？」

「琴絃太緊是會斷的！」二十億耳回答。

「那太鬆呢？」

「沒有聲音！」

「太緊太鬆都彈不成調，唯有急緩得中，才能彈出美妙的聲音；修行也是如此，過分急躁或是懈怠，都不是正常之道。」二十億耳聽佛陀教誨後，調整自己的修行方式，不久便證得阿羅漢果。

中道的思想，是空有融和的智慧，可以直接契入世間實相。有中道的般若智慧，就能在現世生活中幸福快樂。因此，不只修行要合於中道，做任何事情，過與不及都不好。例如，生活中有人過於追逐物欲，有人過分刻苦自勵，有人對金錢的使用浪費無度，有人則一毛不拔，這都不是正常之道。就像一隻手，始終緊握拳頭是畸形；只張不合也是畸形，一定要拳掌舒卷自如，才是正常。

中道是中觀的般若智慧，有了智慧，遇到事情就懂得事待理成，懂得把握其中的原則；看到果，就知道果從因生，種什麼因得什麼果，因而不會怨天尤人。佛陀告訴我們「緣起性空」，就是要我們明白「有」因「空」立，所以能真正明白緣起者，於諸法則不執著實有，亦不執著全無。所謂「色即是空，空即是

色」，如此體悟非空、非有，就是「中道」。

人間佛教有擁有的生活，也有空無的生活；有群居的生活，也有獨處的生活。如能把世間所有的一切都調和起來，過著中道的生活，思想不要偏激，不要走極端，不要用二分法，用圓融才能中道。中道，世間才會太平；中道，世間才沒有紛爭；中道，人生才能有樂趣；中道，才有美好的生活。

## 16. 085 四大不空

我在童年時，常聽到社會人士揶揄出家人說：「和尚是財色酒氣，四大皆空啊！」其實，這個社會把「四大皆空」誤會了。不說「四大」非關「財色酒氣」，而是指「地水火風」；就以《心經》所說「色即是空，空即是色」，可見「四大皆空」實際上是「四大皆有」。

「空」和「有」是體和相關係，空是體，有是相，二者相即不二。比方說，當我們把手握起來是拳頭，張開來是手掌。但是一下握拳，一下張開，又是什麼呢？它是手掌，也是拳頭；它既不是手掌，也不是拳頭。拳頭、手掌看似不同，其實它們來自同一個本體——手。

「空」就好比這隻手，「無」和「有」好比拳頭和手掌。本來是「無」的，因緣聚合成為「有」；本來是「有」的，因緣離散成為「無」。「空」的本質統合了「有」與「無」的表相；「空」與「有」不一不異，就好比手和手掌不一不異的道理是一樣的。

所以，有了「空」才可以建設「有」。像茶杯空了才能裝茶，房間清空才能住人，身體的器官，如鼻子不通、血管阻塞等等，就是體內的空間狀況異常。甚至在人我的相處與國家的發展上，如果民眾的心中不「空」，充滿了成見、怨恨，不能包容彼此，則不僅經濟的成長停滯，社會的建設萎縮，個人的生命、財產也有危險之虞。

以此觀之，「空」與人生的各種現象（有）關係至深。所謂「空容萬象是吾家」，佛教說「空」說「有」，原本是為了讓世人正確地認識「有」，從而放下對於「有」的執著，回歸「空」容萬象的本來面目。然而一般人不解「空」義，或望之卻步，或以此詬病佛教為消極之教，認為信仰佛教，則天也空，地也空，人也空，事也空，什麼都是空的，這樣的世界不是很可怕嗎？

有鑑於此，我將「四大皆空」解釋為「四大皆有」，並寫了一首對聯：「四大

皆空示現有，五蘊和合亦非真。」所謂「四大皆空示現有」，說明沒有「四大」——地、水、火、風，就無法成就世間的事物，因為每一個東西裡面都含有地、水、火、風四大，而每個單一的元素裡面，又涵蓋有四大元素，重重無盡的彼此含攝、相容。

例如：堅硬性的骨頭是地大，潤澤性的血液是水大，溫暖性的體溫是火大，流動性的呼吸是風大，四大結合成為人的身體。如果「四大不調」，亦即地、水、火、風其中一大有缺失，就會產生疾病，甚至如果體溫過低，或是沒有了呼吸，人就無法生存。所以說四大假合的人體，本性是「空」。

又如，一朵花的生長需要土壤，就是地大；需要水分，就是水大；需要陽光，就是火大；需要流通的空氣，就是風大。假如沒有四大，花朵就不能成長。因此，因緣聚合才能存在，因緣離散就不能存在。因緣聚散無常是什麼意思？就是「空」。「空」，不是沒有了以後才「空」，而是在「有」的時候就是「空」。「空」才能「有」，不「空」就不能「有」。

所謂「五蘊和合亦非真」，「五蘊」是「我」的代名詞，因為我人的生命是由色、受、想、行、識五種元素積聚而成。儘管五蘊身心時時刻刻都在變化，並非實有，然而在變動不已的表相下，流轉的生命形體，本質的佛性卻是恆久不變的。佛教以生命本質無以名之，取其能建設萬有，勉強稱之為「空」。

所以，不認識「空」的人，以為人死之後，什麼都沒有了；但真正了解「空」的人，對於生死並不畏懼。因為「空」裡面有死也有生，有生也有死；不要以為死了就沒了，死了還會輪迴再生。生命的本質如同虛空一般，豎窮三際，橫遍十方，生命是不死的！

讓眾生從輪迴不息的生命現象（有）中，探究本來具足的真如自性（空），是佛陀示教利喜的目的。可惜的是，後代佛弟子或曲解佛意，或不識機理，將生氣盎然、能生妙有的「真空」，說成死氣沉沉、一無所有的「頑空」，以致上焉者一進佛門便急著遁世避俗，下焉者因不明空理而毀佛謗教。

因此，我說「四大不空」，是為了回歸佛陀的本懷，希望世人能學習佛陀空有不二的智慧，深觀宇宙萬「有」的真理，奉行佛陀的慈悲喜捨、六度萬行，從自利利他的實踐中，體現「空」之無限的建設性、包容性、不變性與平等性。

## 17. 089 四聖諦

佛陀因證悟「緣起法」而成就佛道，但是緣起法深奧難解，佛陀唯恐驟然宣說，會讓還沒有起信的眾生望而生畏，於是在鹿野苑初轉法輪時，先為五比丘宣說四聖諦法——苦、集、滅、道。這可說是佛法的綱要，說明了人生如何從「苦空無常」的此岸，邁向「常樂我淨」的彼岸之修道次第。

苦、集二諦是迷界的世間因果，是流轉門，集是因，苦是果；滅、道二諦是悟界的出世間因果，是還滅門，道是因，滅是果。若依因果順序來說，四聖諦應為集、苦、道、滅，但因眾生的根性，「果」易明而「因」難曉，為了方便化導，佛陀因此不得不先明示苦相，令眾生生起厭離之心，再示業因，使之斷集，繼而示以涅槃樂相，令其欣慕，然後再說修道之法，令其行持，目的就是要使眾生「知苦、斷集、慕滅、修道」。

四聖諦就像治病的過程，一個人生病了，痛苦不堪，是苦諦；知道病因，是集諦；對症下藥，施以各種醫療方法，是道諦；藥到病除，恢復健康，是滅諦。我們身體的疾病要接受醫生治療，我們心裡的病毒，則要依靠佛法的藥方來醫治。其藥方就是指「八正道」——正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定。循此八正道，可以讓我們煩惱永斷，解脫生死輪迴之苦。

「正見」是指正當的見解、正當的信仰，對於是非善惡、真偽虛實有正確的判斷，做正確的行為，這也是八正道的主體；而「正思惟」就是正當的思想，不貪欲、不瞋恚、不愚痴，遠離邪、妄，以智慧去思量分別；與人交談以慈顏愛語，令人生起信心、歡喜，就是「正語」；平日所行，不違犯五戒，合於道德禮法，不會為一己之私欲而侵犯、傷害他人，是「正業」、「正命」；進而主動樂善好施，行善止惡，濟弱扶傾，就是「正精進」、「正念」；若遇到困難挫折，能冷靜沉著，用智慧去判斷，解決處理，即「正定」。

而佛教的四大菩薩可說是四聖諦「苦集」的解決者，也是「滅道」的完成者。例如：觀音菩薩因慈悲，遊化諸方國土，見到眾生受三毒、七難的苦，即尋聲救苦，就是實踐「眾生無邊誓願度」的大願。

地藏菩薩以大願力，發心到地獄度眾生；其地獄的痛苦，就是貪、瞋、痴、慢等聚集，而產生痛苦，地藏王菩薩發願予以救助，讓地獄有了佛日的光輝，所以是「煩惱無盡誓願斷」。

文殊菩薩因為有大智慧，具足種種不可思議功德，讓人從迷取覺、從苦得樂，給予種種的方便、所學，所以是「法門無量誓願學」。

普賢菩薩因為有大行力，鼓勵對人格的尊重，要讚美他人的美德，有施捨眾生

歡喜、慚愧自謙的實力，所以他能導萬行而歸淨土，讓所有苦難的眾生都能得救，這就是「佛道無上誓願成」。

總之，佛法不只是以苦、集、滅、道來解釋宇宙人生的現象，最主要還是解決宇宙人生的問題，所以必須具有願力、修行、實踐。因此，從四聖諦而開展四弘誓願、六度行門，就是提供一個人人生解脫的方便。而我們在通達、了知四聖諦的真理之後，還要學菩薩不捨一法，以四聖諦的佛法基礎，實踐四攝六度的行門，來完成菩薩道。

## 18. 092 四無量心

《華嚴經》說：「常行柔和忍辱法，安住慈悲喜捨中。」慈、悲、喜、捨就是四無量心，也是我們依止安住的所在。四無量心的實踐，能降伏我們內心的貪、瞋、痴、慢等煩惱。

四無量心和我為佛光山制定的「佛光人工作信條」理念，更是不謀而合。如：慈無量心可說是「給人信心」，悲無量心則是「給人希望」，喜無量心是「給人歡喜」，捨無量心就是「給人方便」。修習四無量心，能夠改善我們的人際關係；修習四無量心，能培植福德智慧，能利益安樂無量眾生。

在我們日常生活中，如何以四無量心作為立身處世的根本呢？

一、慈無量心：在世間生活，待人處世方面，應該要具有一顆仁慈的心。所謂仁慈的心就是給人安樂的心，而且是能體諒他人、肯為別人服務的心。

有一位棋手，在家門口掛了一個「天下無敵手」的牌子。有一天，左宗棠帶兵出戰經過，看到了這個牌子，就與他對決，結果對方三盤皆輸。左宗棠得意的說：「你三盤都輸，牌子可以拿下來了！」

幾個月後，左宗棠打勝仗回來，再次經過，怎麼「天下無敵手」的牌子還在？就問他為什麼牌子還在？對方說：「請將軍再來對弈一局如何？」結果左宗棠連輸三盤。此時，這人就說：「將軍前次即將出戰，我不願意打擊您的銳氣，所以輸給您；現在您打勝仗回來，情況不一樣，所以我就不再手下留情了。」

這位棋手，明白什麼時候該贏、什麼時候該輸。有時候輸即是贏，贏即是輸；他才是真正的高手，也是給人信心的展現。



二、悲無量心：悲心就是幫助他人離苦得樂的心，如觀世音菩薩救苦救難的心；當你有悲天憫人的心時，對於世間一切痛苦，才能沒有貴賤怨親的分別，而以平等之心施以救濟，就像太陽，不求回饋而無私的普照世間。

從早期我在宜蘭開始弘法，就有一些年輕人跟隨我；及至現在有了一千多位徒眾、百萬佛光人，願意同我為人間佛教而努力。我自覺並沒有什麼奇異的才能，或是特殊的教化；我只是讓他們覺得明天有希望。從給別人希望當中，對自己的未來也充滿了希望；雖然不一定實現，但擁有了希望，人生就會很富有，未來就有目標。就如佛陀的弟子舍利弗、富樓那等，不畏艱難，對眾生充滿希望，以悲心投身蠻地化導愚迷、折服外道、弘揚正法。

我想，當我們在幫助別人時，能保有一顆悲心，給予人希望，才能不在乎個人的利害得失，才能全心全力為眾生去除困難，讓人離苦得樂。

三、喜無量心：具有喜心的人，看到他人努力有成，不管冤親、親疏、有緣無緣的人，都會為對方的成功，生起歡喜之心；當我們用歡喜待人處事，就能讓人感到親切與安心。

世間上，沒有比歡喜更寶貴的東西了。錢多了，用在不正當的用途，可能招禍；東西囤積太多，可能煩惱沒有空間存放。世間的財物過多，終究不免煩惱叢生；唯有把歡喜給人，你給的再多，雙方都是皆大歡喜。

四、捨無量心：捨是捨掉自己的分別與執著，捨掉自己的貪愛與束縛；捨就是將歡喜給人、將希望給人，甚至自己最喜歡的東西，都能捨得給人。如此，就能克制貪欲，得到自在解脫。俗話說「有捨才能得」，如果你能主動的給人一個微笑，主動的去幫助別人、服務他人，比方說：在昏暗的地方，點亮一盞明燈；在路邊施一壺茶水等等，這些給人方便的善舉，必定也可以得到相同的善意回應。

所謂「未成佛道，先結人緣」，在世間生活，應該要廣結善緣。學佛者，若能奉行「慈悲喜捨」四無量心，不僅是增長福慧、斷除煩惱，更是人生路上四個成功的錦囊妙方。

## 19. 095 四攝法

佛教度化眾生的方法很多，其中有所謂的「四攝法」，就是以布施、愛語、利行、同事等四種方法來攝受眾生。

《華嚴經》說：「若能成就四攝法，則與眾生無限利。」四攝法門是菩薩度眾時的權巧方便，視眾生根器、喜好的不同，讓他能夠轉迷成悟。比方說，我布施給你，讓你產生好感；我對你讚美，讓你歡喜和我相處；我給你種種利行，給你方便；我以同理心與你相處，得到你的信任。如此就能度對方到佛門，這就是所謂的「先以欲鉤牽，後令入佛智」的意思。

所謂布施，就是廣結善緣。佛門裡常對布施者讚歎說：「功德無量！」此「無量」意，不在數字的多寡，而在發心的大小。你心量有多大，結的緣就有多廣。如《金剛經》說：「若菩薩不住相布施，其福德不可思量。」也就是說，布施時不執著有布施的我、布施的物，以及受布施的人，更不心存回報的念頭，如此「三輪體空」的布施，才是真正清淨的布施。

愛語，就是語言的巧妙。有的人講話，總是話中帶刺，或是言不由衷，缺少真誠，無法讓人感動。「愛語」並不是說一些諂媚、奉承、虛偽、言不及義的語言；即使是讚美的語言，也要能得體，讓人如沐春風。若是開示、教訓的言詞，也要讓對方堪受，聽後心開意解，並且歡喜奉行。如仙崖禪師的「夜涼了，多加一件衣服」，感動夜遊沙彌，不再貪玩，安心辦道；良寬禪師的「年紀大了，鞋帶都繫不動」，讓他的外甥洗心革面。因此，說話要讓人感受到你的真心善意，才能為人所接受。

利行，就是助其增上。中國有句俗語說：「欲意取之，先要予之。」你要攝受他人歸心，先要給他用，先要幫助他成長、進步，給他一些助緣，也就是讓他不斷增上，幫助他成就諸事。甚至身做好事，口說好話，心存好念，也是利行的表現。比方說：有人對工作不了解，指導他一點；有人遭遇困難，幫助他一下.....只要是真心為人服務，以誠懇、歡喜心去從事利益他人的行為，就能成就好因好緣。

同事，就是同行共事。社會上，有些人所以成為同黨、同派、同道，必然是由於理念上彼此有契合之處；當我們想要攝受他人，成為朋友、幹部，也必須攝受一些在思想、價值觀上與我們相近的人，並以對方能接受的立場來和他往來、共事。比方說，當他是一位老農時，就以老農熟悉的事物來與他交往；當他是一個兒童時，就談論小朋友能懂、有興趣的事情。對方需要什麼、歡喜什麼，我們針對他的需要，設身處地為他設想。

人與人之間要靠緣分，靠志同道合才能共事、共處。我們待人處世，要給對方感動，讓他對我們生起歡喜之心；要能給人利益，給人有表現的機會，那麼人家才肯得為你所用。無論朋友、同事，甚至家人、夫妻、兄弟姊妹，不要求對

方與自己完全一樣。四攝法，以慈悲、方便來攝受他人，是增進人際關係的妙法，也是我們為人立身處世應遵循的準則。

## 20. 100 四依止

我曾經在我的文章〈我們住在哪裡？〉中說過，佛陀告訴我們，不可以住於色、聲、香、味、觸、法等六塵裡，不可以住於財、色、名、食、睡等五欲之中；因為五欲六塵會蒙蔽我們的心性，不能自在，不能解脫，只有增加煩惱。

那我們要住在哪裡呢？當然，佛法是我們信仰的，我們要住在信仰裡，住在佛法裡。但是廣大無邊的佛法很多，你能住在「四依止」裡，大概就能成為標準的佛教信徒了。所謂「四依止」，就是：

第一、依法不依人：現在的人，有的依神不依佛，有的依師不依佛，有的人依於異說，不依佛法；尤其，佛教裡依人入道的太多了。佛弟子對大德敬重，這當然很重要；最初依人學法，也不能否定這個過程。但是，真理最後要「依法不依人」，佛陀本身也是如此。所以我們要注重「依法不依人」，其意義最為正確。

第二、依智不依識：「識」，有所謂六識，眼、耳、鼻、舌、身、意，再加末那識、阿賴耶識共八識，或者還有更多微細的唯識學說法。

「識」雖然是生命的根本，但是生活中的「識」是分別意識，裡面有很多的差異、雜亂；等於一張過分的五彩圖畫，已經分不清主題了；也如一個女人濃妝豔抹，已分辨不出細膩的氣質了。「智」是般若，所謂大圓鏡智，你是什麼樣子，就還給你一個本來面目，所以我們倡導「依智不依識」。

第三、依義不依語：全世界的各種語言不只百種之多，哪一種語言才是佛法？其實，語言只是一種符號，不值得說我依英文、依法文、依日文、依華文；最重要的，不管哪種語言，都是用來詮釋佛法義理的，我們最終還是要「依義不依語」，也就是要依個中的道理、意義。

比方說因果、緣起、佛性、三法印、四聖諦，不論用什麼語言闡述，它都是佛陀親口說出，意義都同一個。南北傳的佛教也好，原始、現代的佛教也好，真理、真義是不會改變；語言只是工具，如標月之指，當你得月時要忘指，不能不「依義不依語」。

第四、依了義不依不了義：佛法在佛世時，也有接引眾生的方便法，我們承認方便的重要。但是這些方便，等於是小學、中學的程度，還不夠高，只能用這種簡單的道理來接引他，給他利益，給他歡喜。換句話說，佛法有了義、不了義；不了義是方便道，了義才是究竟的解脫道。所謂般若是解脫道、菩提心是解脫道，這許多佛法修行的究竟目標，就是讓人解脫煩惱，離苦得樂。萬種的方便，歸根究柢，就是人生要喜悅、要解脫、要超越，要讓每一個眾生都能得度，和我佛如來同樣地把精神、心胸擴大到虛空，那才是真正的佛心佛意。

所以四依止：一、依法不依人，二、依智不依識，三、依義不依語，四、依了義不依不了義，我認為佛教徒應該以此作為學佛的準則、信仰的準則。

## 21. 103 四法界

對於宇宙人生，一切萬有的事理、精神、物質等等，佛教將它通稱為「法界」，這些森羅萬象有種種的名稱，各有不同的功用和界限。比方說，佛教把六根，六塵，六識，稱為十八界，在《華嚴經》中對世間萬法的界限，用四法界來概括說明它的意義。

第一、「事法界」，宇宙間的太陽、月亮、陰陽、山水，就有不同的界限，山是山，水是水，你是你，我是我，所有萬事萬法各有差別和特色。比方說，我們人類的眼睛不是耳朵、耳朵不是鼻子；張三不是李四、李四不是王五，這些萬事萬物的千差萬別現象，就是事法界。

第二、「理法界」，雖然宇宙萬物在事相上各自不同，但是在思想、真理上，真如本體只有一個；宇宙法界唯有一心，這是我們共尊的一種美德。人有人理、天有天理、情有情理、事有事理、物有物理，因而有各自的性質和不同的現象，所以一切諸法，雖是眾緣和合、萬物一體，但它還是彼此有分別界限；一切道理，它都有各自的規範、原則組成，這個世間根本的動源和動力就是我們的真如、佛性，我們稱為理法界。

第三、「理事無礙法界」，理和事二者互不妨礙，理要事來顯，事要理來明，事理相互交融，都有關係。做一張桌子，沒有理則，就沒有桌子的形狀。起一棟房子，假如沒有建設這個房子的計畫，就難以成就。所以理中有事，事中要有理，事待理成，理藉事現，這個稱作「理事無礙法界」。

第四、「事事無礙法界」，世間一切萬法、萬事萬物，雖然各有不同的現象，實際上是一致的，沒有矛盾、沒有衝突，因此我們不必妄自分別這個那個、東

邊西邊，一切諸法都是萬有圓融。過去中國的儒家講「天地人」合而為一，佛教更進一步地講「法界緣起」，一多相即，大小互融，重重無盡，這就是事事無礙法界。

法界唯心，華嚴用「四法界」，對於宇宙萬有的一切，提供了正確的認識，讓我們不至於在世間萬法上妄自生出執著、偏見，對立、衝突，把一切理事用緣起來看，用平等來看，用和諧來看，這就是華嚴「四法界」給我們基本的啟示！

## 22. 105 四弘誓願

根據經典記載，過去諸佛成就佛道，皆因發願而成。如：阿彌陀佛發四十八大願，成就西方極樂世界；釋迦牟尼佛發五百大願，成就佛道；藥師如來為滅除眾生病苦，發十二大願成就琉璃佛國。甚至觀世音菩薩發十二大願，千處祈求千處應；文殊菩薩發十二大願，用智慧活水潤澤世間；普賢菩薩發十大願，願願歸入華嚴願海；地藏菩薩更發「地獄不空、誓不成佛；眾生度盡，方證菩提」的弘願。

從以上諸佛菩薩所發的願，歸納起來其實都離不開「四弘誓願」。例如普賢十大願：六者請轉法輪、九者恆順眾生，即「眾生無邊誓願度」；四者懺悔業障，就是「煩惱無盡誓願斷」；五者隨喜功德、八者常隨佛學，就是「法門無量誓願學」；一者禮敬諸佛、二者稱讚如來、三者廣修供養、七者請佛住世、十者普皆回向，即「佛道無上誓願成」。

四弘誓願可說是一切菩薩的「總願」，因此《勸發菩提心文》說：「入道要門，發心為首；修行急務，立願居先。願立則眾生可度，心發則佛道堪成。」所謂「四弘誓願」的真義，即：

一、眾生無邊誓願度：度眾生不是喊口號，必須從日常生活中身體力行，比方說愛惜時間、不浪費時間，就是度生；愛惜金錢、不奢侈浪費，進而節約勤儉，就是度生；乃至大自然的生態，能夠保護它，不汙染它、破壞它，這就是護生。像過去有的修行者不是拜佛，不妄走一步；不是看經，不隨便點一支蠟燭。保護生態、愛惜資源，可說都是「眾生無邊誓願度」的基礎。

二、煩惱無盡誓願斷：經典把煩惱譬喻為「火燄、毒箭、虎狼、險坑」等，不但惱害我們，讓我們不得安寧；尤其煩惱能障蔽我們的真如佛性，如貪瞋痴三毒，侵擾著我們的身心，蒙蔽我們的智慧，使我們不能走上正道。因此，唯有

透過不斷的反省、懺悔，才能洗淨我們的煩惱，淨化我們的心靈，也才能解脫、自在。

三、法門無量誓願學：俗話說「萬貫家財，不及一技隨身」。一般在家人，為了生活，必須具備各種知識、技能，而修道人既然發心要度眾生，除了要具備各種知識、技術以外，還要有佛法，所以無量法門都要學；一個真正學佛求道的人，要像「泰山不辭土壤，大海不拒細流」，才能成其高，成其大。

四、佛道無上誓願成：成佛要經過「百劫修相好，三祇修福慧」等千辛萬苦的修行才能成就，雖說不容易，但只要我們能難行能行，發心立願，勇往直前，並發願度盡一切眾生，共成佛道，就是真正的「佛道無上誓願成」。

「四弘誓願」一般人大都用在做早晚課時於佛前唱誦，平時不敢講出來，認為這是菩薩偉大的作為，凡夫的我們哪裡有能力去實踐呢？但六祖惠能大師勉勵我們「佛法在世間，不離世間覺」，要覺悟成道，必須依靠四弘誓願作為我們前進佛道的力量。我所提倡的人間佛教，也希望佛教徒都能「求佛不如行佛」，也就是要從「求佛」、「信佛」、「拜佛」，進而「行佛」。

今後，佛弟子要重新估定「四弘誓願」對我們生命的價值，不只是唱給佛菩薩聽的，還要敢講、敢說，並在生活中去實踐、落實。

## 23. 108 三世因果

常聽人說：「種瓜得瓜，種豆得豆。」又說：「善有善報，惡有惡報。」可是為什麼偏偏作惡多端的人，富貴一生；良善有德的人，卻窮困潦倒。這個世間真的有因果報應嗎？真的是種什麼因，就會得什麼果嗎？行善的人真的一定會有善報，為惡的人一定會有惡報嗎？

要想明白因果業報，就必須先懂得，所謂「欲知前世因，今生受者是；欲知來世果，今生作者是」。一個人今生的禍福貧富，都是自己前世造作下來的結果；今生所做的善惡行為，又會決定來生的命運好壞。

就像一個人過去在銀行裡有很多存款，現在雖然作奸犯科犯了法，你能說不准他把銀行裡的存款提出來用嗎？一個人過去欠債累累，能夠因為他現在很有道德修養，就不用還債了嗎？即便是「神通第一」的目犍連，也還敵不過宿業，被外道以瓦石擊死；成道後的佛陀，為酬前業，也還有六年苦行、空鉢而返、九十日食麻麥等災難出現。

《三世因果經》也有「有衣有食為何因？前世茶飯施貧人。無食無穿為何因？前世未施半分文。相貌端嚴為何因？前世採花供佛前。聰明智慧為何因？前世誦經念佛人」，可以說，所有的業，都不是命中注定的，也非由他人所操控，自作還得自受，僥倖不得，也錯亂不得。因果之前，人人平等，因果是人世間最公平的仲裁者。

因此，因果不能只看一時，或只看一事，因果是通於三世，互相影響的：過去影響現在，現在決定未來，未來又牽引未來。過去已逝，未來未至，只有現在最真實；現在又存乎於一心，可以說，三世都在我的這一念中。一念之間的善惡，也牽動了三世因果，乃至影響我們的命運；所以要想改變因果、改變命運，回到當下，才有辦法。

一念慚愧，一念善根，一念美善，一念慈悲，一念感恩，一念反省；一念之間，哭婆變笑婆；一念之間，地獄是天堂；一念之間，立地能成佛；一念之間，上窮碧落下黃泉。當下一念，對我們的言行舉止，影響深遠。肯在一念之間「自我改革」的人，就能把握當下，修身養德，用好的、善的、美的一念，淨化我們的三世，莊嚴我們的因果，創造人生無限的可能。

相信因果的人，因果就能在我們的生活中受用；一個明因識果的人，則不管過去、現在，還是未來，行走於天地之間，必定坦蕩無畏，積極樂觀，懂得在淨念相繼中創造因果，而不畏懼因果。因此，一個人可以什麼都不信，但不能不信因果！

## 24. 111 十二因緣

人有三世，過去、現在、未來，這個三世生命流轉的過程，佛教透過「十二因緣」，也就是「無明、行、識、名色、六入、觸、受、愛、取、有、生、老死」的循環相續來作說明。換句話說，人之所以會有三世生命的不斷生死流轉，就是「十二因緣」相續循環的結果。

所謂「無明」，就是不明白「緣起性空」的宇宙人生真理；因為不明理，所以本具的佛性被煩惱的黑暗覆蓋，稱為「無明」。

眾生生命流轉的源頭，就是因為最初的一念「無明」，因此在身、口、意上造作種種的「行」為，於是產生了業「識」；隨著業識投胎而有了「名色」；藉由母親懷胎，「名」（精神作用）和「色」（物質體）結合，就長出了「眼耳

鼻舌身意」等六根，稱為「六入」。

一旦六入成形，母親懷胎足月誕生後，透過六根（六入）接「觸」外境，對世間的各種苦樂有了感「受」，就會生起「愛」染欲望，進而有了執「取」的行動。例如，我喜歡的，我就要得到；我不喜歡的，我就排斥。於是又造作出很多的業，成為未來的因；有了業因，又會感招果報，於是再度「有」了下一期生命的「生老病死」。生命就是這樣的生死重複，不斷的輪轉。

一般人常會問：「生從何來？」「從無明來的。」「死到何處去？」「隨業往生。」過去、現在、未來，其實是一個環型的關係，十二因緣會一直不斷的重複循環，因為煩惱造業，而產生苦的果報，週而復始。過去的會影響現在，現在的會成為過去，未來的也會成為現在；過去、現在、未來，這三者是互為因果的關係。

《三世因果經》說：「欲知前世因，今生受者是；欲知來世果，今生作者是。」意思是說，我們今生所遭遇的，都是來自過去所做的因；要知道未來是什麼結果，就要看我們現在做什麼。所謂過去、現在、未來，不一定要等到來世，我們每一天都活在過去、現在、未來裡面，每一天都活在因緣果報的循環裡，因中有果，果中有因。

這「三世因果」足以說明，生命應該當下就知道：生從何來？死到何去？不用求神問卜、抽籤卜卦。我們要知道，自己「造了什麼業？做了什麼事？最後會得到什麼結果？」

這些都可以從現在人生的際遇中明白；我們現在播撒了什麼善、惡種子，都會成為我們未來的果。所以，凡是真正學習佛法的人，要懂得一切但求諸己，我們才是能夠掌握前途未來，才是自己生命的創造者。

## 25. 114 涅槃

一般人講到「涅槃」，往往與死亡劃上等號，甚至連自殺或槍斃而死的人，也稱「涅槃」；即使是佛教人士，對於大德長老辭世，也常用「涅槃」來形容，實在曲解了「涅槃」的真義。涅槃不是死了以後叫做涅槃；活著、開悟，就叫做涅槃。涅槃它是一個不生不滅的境界，所謂「去一分無明，就得一分智慧；去十分無明，就得十分智慧」。

如釋迦牟尼佛在菩提樹下、金剛座上，證悟宇宙人生的真理，成就正等正覺，



這就是涅槃。他泯除人我關係的對立，超越時空的障礙，而證悟生命永恆無限的境界；但因身體尚有依報在，所以稱為「有餘依涅槃」。他八十歲時在娑羅雙樹下寂滅證入的是「無餘依涅槃」，此外五十年間行化各地，接應群機，過的是無著無染的「無住涅槃」生活；像這種住而不住，應化自在的生活，才是真正的「大涅槃」。

涅槃，不是舊有生命的結束，而是新生命的開始。涅槃是不生不死的境界，是圓滿、永恆的生命，是超越時間和空間，不在生死中流轉，因此佛教的「三法印」裡，最後一個法印即是「涅槃寂靜」。當一個人證悟到「涅槃」境界，即代表他已經得到解脫自在。

試想，人活在世間上，為什麼不能自在？別人的一句話、一個眼神不合己意，就不自在；吃飯時挑肥揀瘦，睡覺時輾轉反側，都是由於人心的貪瞋愚痴、種種煩惱妄想而讓我們不得自在。如果能體證世間實相，做得了自己的主人，便能處處自在無礙。

當然，涅槃境界也有深淺。在佛教裡，二乘羅漢開悟證果，只是證到「有餘涅槃」，必須是大乘菩薩經過百千萬劫的修行，才能證得「無餘涅槃」。「有餘涅槃」表示還有一些世間依靠，如依於精神、心理，依於悟道、智慧；能到達「無餘涅槃」，就是一個慧日朗照虛空，似無依靠卻又光輝普照的平等世界。那是一個真常、真樂、真我、真淨的世界，是沒有生死的法身實相，也是最究竟圓滿的境界。

其實佛教裡面，有很多同義不同詞的名相，它只是為了解釋某一個佛法義理，形容某一種證悟的法界實相，所延伸出來的不同名稱。比方說：如來、寂滅、真如、自性、法身、實相、本體.....其實都和涅槃、般若一樣，是同一個意義。這都是佛教的大德們，為了解釋一個人生圓滿的境界，用般若、實相、法身、理體來說明最高的境界是什麼、最高的涅槃是什麼。但是一些初學佛法的人，一下不容易進入佛法大海之中，聽到這許多名相，就生起了疑難，產生了疑惑、錯誤的解釋。

因此，人人要了解，涅槃不是死的意思，涅槃是一種圓滿，證悟法身，進入到一種沒有動盪、是非、好壞、對立，是不染一塵的寂滅境界，就像光照大千、胸懷法界一樣。所以，涅槃是生命最究竟、最圓滿的境界。

## 26. 117 解脫道

一般出家人，你問他：「為什麼要出家？」他都說：「要了生脫死。」假如你真的有修行，能了生脫死，你知道了生脫死以後住在哪裡嗎？了生脫死以後是怎麼樣的生活情況呢？

同樣的，你也問一般人：「你為什麼要學佛？」他也都說：「為了要求解脫。」為什麼要求解脫呢？誰束縛你了呢？假如說，你被囚禁在監獄裡，現在把你放出來，你說：「我解脫了。」假如說，你被土匪綁票，把你救出來，你會說：「我解脫了。」或者，你貧窮、三餐無以為繼，我在經濟上幫助你，你說：「我解脫了。」或者說，你在政治上受到迫害，我為你仗義執言，讓政治不再給你施加壓力，你說：「我現在解脫了。」

但是，普世的人都不是被囚禁在監獄裡，也不是被土匪綁票，也不是因為貧乏、三餐不繼，也不是遭到政治壓迫。那為什麼每一個人都感覺到被束縛，都希望求得解脫呢？現在，普世大眾你們要想學佛，要求得解脫，我也要問一句：「是誰束縛你了？」你指出是王姓、張姓，還是什麼人來綑綁你、束縛你？如果你舉不出是什麼人束縛你，那你要求什麼解脫呢？

其實，認真說起來，並沒有什麼人束縛你，可以說，都是自己束縛自己。自己束縛自己的是什麼呢？比方名枷利鎖，名和利就像柙械枷鎖般束縛了我們，或者是貪、瞋、嫉妒、忿恨；這就等於吊掛在梁上，需要人解救，才能脫離束縛，才能獲得解脫。但是，現在並沒有人把你懸吊在梁上，也沒有人給你柙械枷鎖，你還是要求解脫，可見得在精神上、思想上、你的心靈上，有一些看不見的東西，把你束縛了。

例如榮華富貴，例如不公不義，例如委屈不平，例如自己的畏懼、嫉妒，心中種種的無明煩惱都束縛了自己；但是，這個要求助於人，別人也不能幫助你內心的解脫。所以，怎麼樣解脫？還是要靠自己。

所謂解脫，只要自己把貪欲變成布施喜捨，那你不是從貪欲裡面解脫了嗎？你生氣忿怒，假如能轉為心平氣和，不起瞋心、忿怒，你不是當下就解脫了嗎？假如你這時候內心的無明、怨恨，自己可以用佛法智慧，把心上的這些塵埃拂拭，你不就解脫了嗎？

你要別人幫忙你解脫，別人要怎麼樣才能幫助你呢？有形的，可以幫助你；無形的，好比內心的貪瞋煩惱的束縛，別人又怎麼能幫助你解脫呢？再說，就是你解脫以後，你要住在什麼地方呢？你住在寺院裡面，你能解脫嗎？你回到家庭裡面，你能解脫嗎？你在社會上的機關工作，人我應酬，你能解脫嗎？

假如說你都能解脫，那為什麼你不能不要無明、不要怨恨、不要不平、不要氣惱？不管你在什麼地方，只要你能放下，當下不就都可以解脫了嗎？你要到什麼地方才能解脫呢？你要到什麼時候才能解脫呢？你要找什麼人才能幫你解脫呢？那都是不可能的。

人要求得解脫，只有自己看得破、想得開、不計較、不比較，不在人我是非裡面打滾，不在貪瞋愚痴裡面居住，不在無明煩惱裡面與之為伍，那麼天下之大，你在哪裡都可以解脫，你又何必要求助別人來幫忙呢？你何必還要再找另外一個什麼解脫的地方呢？解脫，不在別人，在自己；解脫，不在他方，在當下。

## 27. 122 菩提心

佛教的教化中，一再鼓勵信者要發心：發慈悲心、發忍耐心、發無我心等，總說一句，都要信徒發菩提心。

佛教把「心」比喻為一塊田地，你要有收成，就必須先開發，這個田地裡才能生長五穀禾苗。或是山坡地，你也要去開發，要做好水土保持，再種植果樹，你才有花果可以享用。甚至於河川地，你也要去開發，這片河川地才能為你使用。

同樣的，對於我們心中的這片田地，假如你不開發它，就不能生長功德，不能生長慈悲，不能生長你的財富；因為我們的心田裡有無限的寶藏，不經過開發，寶藏就無法出土，所以佛教鼓勵人要發心，要開發心田，要開發心地。

現在大家可以自我檢討一下，我們的心田裡，到底擁有了什麼？是雜草叢生的荒地呢？還是堆滿雜物，髒亂不堪呢？你到了那種骯髒不淨的地上，連個下腳之處都沒有，當然不容易立足；就等於我們的心地上有了自私、嫉妒、怨恨、鬥爭、貪欲等等，在我們的心地上，有這許多骯髒、紛亂的雜物，它怎麼能成長美好的功德呢？

所以，佛教一再告訴信徒，學佛修行，所謂「修行要修心」，我們要把自己不當的行為、不好的心念，先做修正。就等於房子漏水了，你要修理一下；衣服破了、壞了，你要把它修補一下。你的心地自私，要把它修成大公無私；你的心裡充滿嫉妒，要把它修成對人尊重、包容；你的心中滿是怨恨，要把它修成慈悲平等；你的心田充滿貪欲，要把它修成喜捨布施。你能把無明黑暗的心地，修補成一個光天化日的世界，你的人生才會充滿光明。

佛陀的這許多教示，都是告訴我們修補身心的方法，只要我們肯得信仰、使用，還怕自己不能成長、不能進步、不能成功立業嗎？

當然，發心也有等級，有的人發心孝順父母，有的人發心為社區造福，有的人發心為國家效勞，有的人發心要普利群生等。其實，什麼叫「發菩提心」？發菩提心的定義，就是「上求下化」。

對上，我們要「上求佛道」；對下，我們要「下化眾生」。如果我們有菩提心，對上要修學佛法，不怕風霜雨雪、艱難困苦，我們都要勇敢的去追求真理、修學真理。

如果是對一般的後學子弟，我們要布施給他們慈悲、般若、智慧，讓他們在優良的環境中，成長為一個有道德、有品格的人生。這就是我們佛教徒應該要發的菩提心。

但是，關於發菩提心，有人說「露水道心好發，菩提心難發」。其實菩提心是勇敢的意思，你只要有道德勇氣，你有俠義的心腸，見義勇為，為維護世間的公平正義，你要勇敢的去主持公道；你對人間的諸多糾紛、貧苦，你能解決他們的問題，這個就是菩提心對世間的重要。所以從古以來，多少人成為菩薩、成為大德高僧、成為大慈善家，原因就是他們都能發菩提心。

現在我們所有的社會大眾，不管士農工商、婦孺老幼，大家不妨問一問自己，你有發心嗎？你有發心，你自己就有功用，家庭就能受你的利益，社會就可以受到你的貢獻，國家也會獲得你的幫助。如果你沒有發心，就是只有享受國家的福利、享受社會給你的施捨，你就會成為一個消費分子。

你因為沒有發心，心田裡就長不出禾苗；你的心地沒有經過開墾，能源、寶藏就無法開發出來，那麼你就會成為一個一貧如洗的窮人；相反的，你能發心，尤其能發「自度度人」的菩提心，那麼不僅能自利，也能利人。所以，這就是佛教重視發菩提心的原因，這也是我們今日學佛修行的人，所要學習的第一要務。

## 28. 125 畢竟空

「空」，是佛教最重要的思想之一。「空」說明了宇宙人生的真理；但也因為佛教講「空」，所以為佛教帶來了一些不能讓人接受的地方。

一般人都認為，「空」就是「空空如也」，就是「四大皆空」；把世間說成「什麼都沒有了」，才名為空。所謂天也空、地也空、人也空、財也空，金錢、愛情都是空，讓人因為空，而不敢親近佛教。

其實，佛教應該把「空」的積極意義，向普世的人宣講；「空」是諸法所以成就的根據，因為空，才會有。

例如，沒有空地，你怎麼能建大樓呢？沒有空的房間，你怎麼有地方睡覺呢？沒有空地，你又怎麼能種植糧食、果樹？又怎麼能生活呢？

甚至假如沒有虛空、沒有空氣，你能生存嗎？腸胃如果不空、鼻孔如果不空，你還能活著嗎？「空」是讓你生存，讓你存在，讓你擁有。虛空這麼大，不就能擁有萬物嗎？不空，哪裡有萬物呢？

又例如，你沒有客廳的空間，你的沙發放在哪裡？你沒有飯廳的空間，你的飯桌放在哪裡？你沒有房間，你晚上睡覺要露宿街頭嗎？就是露宿街頭，也還是要空間啊。

所以，「空」是我們人生少不了的。我要喝茶，必須要有空的茶杯；我要吃飯，要有空的碗；我要坐下來，必須要有空的位置。我的口袋空了，我才能放錢；我有空間，我才能放辦公桌辦公。假如沒有「空」，我就被逼得只有絕路一條了，可見「空」對我們是多麼的重要。

有的人為了一點空地，可以打官司，到法院爭取空間；既然爭取空間，卻又畏懼空，這不是矛盾嗎？因此，空才能有，不空就沒有。所謂「真空生妙有」，《般若心經》也說「色即是空，空即是色」，意思就是說，「空」和「有」是不二的，要空了才能有，但有了也是空。

所以佛教講「畢竟空」，「畢竟」就是究極、至極、最終的意思。在佛教裡面，講到空，有所謂的內空、外空、內外空、空空、大空、第一義空、有為空、無為空、畢竟空等，總共有「十八空」。

這個意思就是說，即使你能空去內六根（內空）、外六境（外空），甚至六根、六境都能空（內外空），也還不夠究竟，還要空了你的「空」的觀念（空空）；連「空」的觀念都沒有（大空），於一切都無所著（第一義空），乃至不僅能勘透有為法是因緣和合的假有，本無自性（有為空），就是涅槃的無為法，你也能不去執著（無為空）；能夠了悟諸法究竟不可得，而不執著於一物，這就叫「畢竟空」。

所以，若能對這個「畢竟空」有所了解，自能超越時空，與萬物同化，自能體會到真理的一個最高、最究竟的境界，那是其大無邊、其久無限的世界。就像「阿彌陀佛」的「無量光、無量壽」，在時間上是無限的長，在空間上是無邊的廣，這個才是「真空妙有」，這有什麼不好呢？

## 29. 128 煩惱即菩提

佛教講「煩惱即菩提，菩提即煩惱」。這句話一般人不容易了解，菩提是清淨的正覺，為什麼清淨的正覺又說是染汙的煩惱？煩惱是妄想、無明，為什麼又說妄想、無明的煩惱就是正覺的菩提？

一般凡夫的認識裡，宇宙世間萬法，森羅萬象，無一不是對待法，是非、善惡、好壞、得失、染淨，分得很清楚，但這是世間法；然而在真如的自性裡面，卻是「生死自家明」，沒有分別。佛法講的「不二」，是出世法，因此「煩惱即菩提」，理上是不二的。

舉例來說：鳳梨、柿子沒有成熟就摘下來，吃起來是酸的，但經過和風的吹拂、太陽的照射之後，味道就會轉變為甜，這甜度是從酸而來。因此，甜和酸並不是兩個東西，而是同一個。

又如海水與波浪，波浪由水而來，離開了水，就沒有波浪。波浪就像煩惱，在洶湧澎湃的波浪裡面，可以知道水的本性是平靜的。由此可知，在煩惱的裡面，也是有一個清淨的自性菩提。

再如黃金，黃金可以做成戒指、耳環、手鐲等，相上雖有種種的差別，但是黃金的本質是不變的；我們本自具足的真如佛性，雖在五趣六道裡輪迴，其清淨的真如、菩提、自性，永遠不會改變，不會損失分毫。

以出世法看世間，是從理上來解悟，但在未覺悟前，不可以理廢事，而是用理來解事，因事而明理，才能夠「理事圓融」，才是真正的「不二」。所以說，煩惱和菩提是一體不二的；煩惱可以長養菩提，正如汙泥裡可以生長蓮花一樣。迷就是煩惱，悟就是菩提，離開煩惱之外，別無菩提可求；眾生因為有煩惱，因此流轉六道，人們從煩惱的磨鍊、觀照中，也才能看到菩提的顯現。

佛經說：「不怕妄想起，只怕覺照遲。」一個人能覺察出煩惱，就離覺悟不遠。學佛的人不要怕煩惱，重要的是，如何轉煩惱為菩提。「哭婆變笑婆」的故

事，點出了哭和笑，只在一念之間；同樣的，苦和樂、聖和凡、迷和悟、佛與魔，也是在一念之間。在日常生活之中，無論遇到什麼困難挫折，只要我們懂得轉念，情況就會改變。

話說回來，雖說佛教重視轉凡成聖、轉迷為悟，但是佛法裡也有這麼一個譬喻：鐵鍊子可以鎖人，金鍊子一樣可以束縛人。意思是說，煩惱妄想的烏雲固然會遮蔽心靈，菩提正見的白雲也一樣會成為執著、成為障礙。因此，真正的悟道，真正禪的境界，鐵鍊子的煩惱要捨，金鍊子的菩提也不能執著。

總之，學佛的人要能超越一切。所謂不即不離、不空不有、亦空亦有，能夠認識「緣起性空」，就能夠從煩惱中，看到覺悟的希望。

### 30. 131 一即是多

《華嚴經》的四法界思想，其中「事事無礙」法界，不但事理無礙、人我無礙、一多也無礙；以華嚴的觀點來看，可說是「一個不算少，萬億個不算多」。你認為一只是一，我認為一就是多，沒有錯；你認為多就是多，我認為多是一，這也沒有錯。一就是多，多就是一，一多不二也。

舉例說，我們在這裡講學，用粉筆寫字，粉筆的灰塵飛下來了，這一粒微塵很小，一點也不起眼。這空中的微塵，到處都是；但粉筆中的一粒微塵，也是經過了多少工人製作、分裝後，送到商店裡來販賣，才有這一支粉筆，才有這一粒灰塵。這一粒灰塵，它不是一，它是結合了許多的因緣、許多的力量而有的。

又例如，我在這裡，人是一個，教室是一間，學院也是一所；甚至台灣也是一個，地球也是一個，虛空也是一個，你說我有說錯嗎？從一粒微塵到一個虛空，所謂大小，是一大呢？還是虛空大呢？是一多呢？還是多才是多呢？

所以一粒微塵裡包含了三千大千世界，一就是多，一個三千大千世界也是一，它也沒有少，也沒有小。因此在大乘佛法的思想裡，對於宇宙人生的看法，跟一般人的所知、所見，跟人一般的分別心不同。

因為你存有你好他壞、你大我小、你高我低、你貧我富，種種的對立、種種的分別，所以世界才有是非，才有恐怖、煩惱。假如，把世間上的「一」和「多」都統一起來，把「多」和「少」也統一起來，把你和我、是和非，都視為一體，我中有你，你中有我，那又何必要對立、何必要仇恨？天下都是有緣人啊

，有緣就相聚，無緣就分開，緣生緣滅，不必計較是非、好壞。

所以我們學佛，要從一粒微塵中，去看三千大千世界，所謂「佛觀一粒米，大如須彌山」，一粒米才多大，哪裡能跟須彌山比？但是，你從另外一方面來想，這一粒米從哪裡來的？從商人販賣、農夫種田等種種的辛苦，乃至從天地日月、氣候冷暖、雨水甘露，或是人工灌溉等，它結合了天地的力量，才成為這一粒米。它所具足的因緣條件，不能超過須彌山嗎？

因此，小即是大，一就是多。由此可知，我們在人世間不要太有分別心，不要太跟人家對立，你能包容異己，你的心量有多大，你的視野就有多大，你的成就自然也會有多大。

我們在讀文疏時，不也念到「心包太虛，量周沙界」？因此我們要開闊心胸，讓心比虛空還要大；虛空、法界都在我心中，我的心量能普遍到虛空法界，一切都在我的包容之內，那就是「量周沙界」了。

所以人間佛教的修行不重視談玄說妙，重在你做人處世時，你有肚量嗎？你的心胸有擴大嗎？你能認知到這一個宇宙彼此之間都是因緣關係的存在、都和你有關係嗎？如果你知道這許多都和你有關係，你要感謝因緣成就我，不要破壞因緣，進而要珍惜因緣、把握因緣、創造因緣，甚至給人因緣，這才是學佛的要義。

## 31. 134 動靜一如

有人問我：「佛教常常講要攝心守意，制心一處，如如不動，但是您卻又常說：『感動是最美的世界。』這是不是互相矛盾？怎麼要『不動』，又要『感動』呢？」

其實不動有不動的感動，動也有動的感動，彼此是不相衝突的。如《大乘起信論》說：「一心開二門。」我們的「一心」能含攝萬法；相反的，宇宙萬有也都出於「一心」，所以對於虛實、動靜，不用強加分別。虛有虛的妙處，實有實的趣味，不要那麼對立；動和靜也是不二的，動如靜，靜如動，不要把動靜劃分開來。動，比如感動，都是因為對於慈悲、仁愛、道義、忍耐等事相有感而發，像捨身飼虎、割肉餵鷹，這是動態的慈悲行，你能不感動嗎？有人想靜坐，他這一坐就好多天，輕安禪悅、一心靜止，你能不感動嗎？動的要感動，靜的也要感動，動靜皆如。



佛教的「止觀法門」有謂「由定生慧」，一般人解釋這句話有一個錯誤的觀念，他把定和慧分開，說是有了靜定才產生智慧，這是二分法，不能這樣說。其實定中有慧，慧中有定，定慧本是不二；就如有人會說修行的最高境界是如如不動，一直靜止。但是佛法是要濟度眾生，是要出去行化的，那麼究竟是要動呢，還是不動呢？釋迦牟尼佛在菩提樹下金剛座上靜坐悟道，已達到如如不動的境界，已不住生死，但他還是要去度眾生，所謂慈悲不住涅槃，這不就是在靜裡面有動，動裡面有靜，動靜一如嗎？

又好比佛陀說法四十九年，談經三百餘會，但他卻說「一字都沒說」，這不也是如如不動、動靜皆如嗎？眾生與佛的境界就是高低有別，颱風天你看到大海波濤洶湧，但以佛眼來看，水一直是平靜的；而平常你看到湖水很平靜，但是水的能量可以載舟、可以灌溉、可以潤澤群生、滋養萬物，這不正是動靜不離、動靜不二的奧妙所在嗎？

《維摩經·不二法門品》中有一段很經典的問答，三十二位菩薩各自表述了對不二法門的理解後，文殊菩薩總結性地說：「於一切法無言無說，無示無識，離諸問答，是為入不二法門。」接著又反問維摩詰什麼是入不二法門，時維摩詰默然無言。這維摩一默，其聲如雷啊！

再說，靈山會上，佛陀拈花，迦葉微笑，佛陀說：「吾有正法眼藏，涅槃妙心，實相無相，微妙法門，不立文字，教外別傳，付囑摩訶迦葉。」禪也就在這一默如雷的「拈花微笑」中產生了，這不也是動不離靜，靜中蘊含無限的動能嗎？

很多人問禪師，什麼是佛法？禪師眼睛一閉，一句話不說，「唉喲，我懂了，我悟了！」這揚眉瞬目、無有一語，不是靜不是動，是靜也是動，就看你怎麼悟道了。

聽了這麼多故事，你平靜的心湖中是否有了感動呢？

## 32. 137 聞思修

現在的人喜歡「快」，辦事情要快，坐火車要快，搭飛機要快，電腦、手機更是愈快愈好。快，很重要，但有的事情，欲速則不達。譬如做學問，古人有所謂「十年磨一劍」、「十年寒窗苦讀」；甚至經中也云，佛陀開悟的時候，他也在悟道的地方，苦思、醞釀自己證悟的道理達二十一天。這都在說明：學習必須經過深刻的醞釀，才有辦法成就，要求速成，只會一事無成。

尤其思想的醞釀，快不得，一步一腳印，需要機緣慢慢成熟。所以佛教提出，要「依聞、思、修」，才能「入三摩地」，肯得多聞薰習、內正思惟、確實踐履，才能成就極致。思想到了極致，獲得了證悟、證道，就叫做三摩地。

如開採來的金礦，進一步琢磨，才能做成各式金飾，莊嚴世間；播入土裡的種子，要發了芽、長了莖，才能孕育枝葉花果，饒益行人。聞，如採礦、如播種；思，如煉金、如抽芽；修，如莊嚴金飾、如繁枝茂果。聞、思、修三者，相互成就，缺一不可。

聽聞，除了善聽、諦聽，還要聽所謂「隻手之聲」、「無聲之聲」，能傾聽心裡的声音，才是真正會聽之人。另外，廣義的「聞」，還包括了閱讀，除了博覽群籍、遍讀經書，更重要的，還必須讀做一個人，讀明一點理，讀悟一點緣，讀懂一顆心，讓閱讀「活」起來，從書本擴大到生活，才不至於成為書呆子。

聽聞之後，就需要進一步思惟，反復溫習，融會於心，才會有所獲益；不然，即便廣學多聞，直如沙灘上的腳印，海水一沖，痕跡沒了，什麼都沒有留下，就很可惜。

因此，佛陀說法，總是叮嚀弟子：「諦聽！諦聽！善思念之。」諦聽，是第一層工夫，善思念之，是第二層；為了能不誤解、錯解，尤其需要正思、善思、淨思、細思，才能正確理解，獲得正見。

可是，「知」道不難，「行」道難；慧解不難，修證實踐難。再好的道理，沒有親自實踐、體證，也無法悟道，無法真正受用。所以聞思之後，一定要修，才能自覺自悟，利益眾生。

例如，聽聞了「慈悲」，就要將慈悲用來感染人間，增加人生的善美；學了禪定，就要將禪定用來待人接物，觀照自己；問道於前人所得到的智慧，就要用來行佛，利濟群生，發揮學問的作用。可以說，慈悲、忍耐、般若都非常重要。

所以，把聞、思的悟道，再去實踐、傳達人間，讓普世的人等，都能受到你聞思的利益，知道要跟隨你慢慢參透人生宇宙的內涵。佛陀四十九年說法、三百餘會的度眾，讓佛陀功成圓滿，就是以聞思修才能入三摩地。

有了聞思修，何患智慧不生？能聞法、思法、修法，法界即在我心，眾生也在我心，夫復何求？

### 33. 140 轉識成智

一般人都以為「我」最懂自己，我是自己的「主人」，然而這個「主人」卻無法控制自己的喜怒哀樂，終日煩惱不斷，為境所轉，不得辦法，這樣又哪裡稱得上是最認識自己的人呢？其實，我們的煩惱、痛苦正是來自於對「我」的不認識。

這個「我」就好比一座村莊，裡頭住了眼、耳、鼻、舌、身五個村民，心是村長，也就是我們的第六識。心好，村民就跟著好；心不好，村民就跟著使壞。此外，在村的更深處還住有「第七末那識」以及「第八阿賴耶識」，它們平日裡並不出來活動，卻操控著我們心的好與不好，由於太過微細，不容易為人所察覺。

這八個識共居一村，合作分工，各司其職。眼、耳、鼻、舌、身忙於追逐色、聲、香、味、觸，到處攀緣打交道；第六識負責計較分別，指使前五識挑肥揀瘦、挑三揀四，片刻也不得閒；第七識專門執著第八識是「我」，並傳達給第六識，讓第六識依著「我」的意思去喜歡或者討厭；第八識則負責接收一切善惡種子，決定我們要往哪裡去輪迴。這八個識合起來，就稱為是「我」；認識這八個識，就等於認識了「我」。

但「識」是不究竟的，它是生死的根本，「智」是佛性，假如轉成智，智如明鏡一樣，是光明的、照耀的，它可能看清自己，所以轉識成智，才能解決「我」的問題。

大多數的人，不懂得要好好來認識八識，創造自己更好的未來，反而誤用八識，造業受苦，實在得不償失。如果能夠加以透澈了解，隨時隨地就能「轉識成智」。

八識要如何才能轉識成智呢？眼睛看人，要能慈眼視眾生，這是眼睛放光；耳朵聽聞，能可以諦聽、善聽、兼聽、全聽，就是耳朵放光；營造美好的環境，鼻子吸收新鮮空氣，就是鼻子放光；說話，語言給人歡喜，就是舌頭放光；身體做好事，幫人服務，就是身體放光；心裡頭存善念、善心，都是想幫人的忙，就是心裡放光。所以，六識都放光了，七識當然就加強六識，八識也就受用了。八識的「我」受用了，基因就能改變了。

另外，像迷惑的人，轉迷成悟；小心小意的人，轉小為大；邪見的人，轉邪為正；悲觀沮喪的人，轉苦為樂；心中充滿惡念的人，轉惡為正；妄想紛飛的人，轉妄為真.....也是一種轉識成智。念頭一轉，人生就能柳暗花明；心念一改，世界自能海闊天空。因此，轉識成智就是一種轉念的修行，能夠轉念，等於生命裡有了活水，就能妥善經營生活中的每一個因緣，也才能慢慢放下人我分別，用般若智慧來超越人生。

### 34. 143 豎窮三際，橫遍十方

常有人問我：「佛光山是怎麼樣管理的？」我都說：「佛光山不管而管，自己自我管理。」這就是佛光山五十年來的管理學。也有人問我：「怎麼樣行政辦事，才能周全？如何舉辦活動，才會皆大歡喜？」我就告訴他：「豎窮三際，橫遍十方。」他聽了這個話，表情一片茫然，這二句話，與我們做行政工作、舉辦活動有什麼關係呢？

「橫遍十方，豎窮三際」這兩句話，一般是形容佛陀的法身境界橫遍十方，沒有邊際；豎窮三際，沒有時間的限制，所謂「盡虛空、遍法界」，無量無邊的意思。這個佛法真理很偉大、很高，就是它能幫助我們做事很圓融、很歡喜。

比方說「橫遍十方」，今天要開會，一個請帖、一個通知、一個聯繫，如果你不能橫遍十方，把你周遭的人事關係照顧周全，只告訴小部分的人，沒有告知所有相關的人，對方會生氣，認為你嫌棄他、不尊重他。像你在上班，吃飯的時間到了，你對旁邊的人，張先生、王先生.....都能關心招呼大家一起來吃，你會想到我的老師還沒有吃，我的學生還沒有吃，通知他們都來吃飯，就是上下交流，你做人還不周全、周到嗎？他們會很高興，這就是你能「橫遍十方」。

「豎窮三際」就是人我的溝通，對上面要報告，對下面要通知；讓上面的人知道後可以指導我們，下面的人明白後，準備相關的材料，大家建立共識，萬眾一心，那麼你的行政工作，必定會獲得大家的支持。所以「橫遍十方，豎窮三際」，對一個行政工作的人來說，怎麼能說不重要呢？做人做事「橫遍十方，豎窮三際」，這也就是廣結善緣，每一個緣分都關照到了，眾緣和合，凡事也就能成就了。

因此，我們就想到，佛教裡面有很多的法寶，如四攝法、六度萬行、四弘誓願、四聖諦、十二因緣等等，都可以用於生活，都可以用於行政；佛法是重視「知行合一」的，講出來的佛法，要能在生活裡面去落實。

以此類推，你在你的工作行政中，無論你做企業家開大公司，或者你開一個小飯店，哪怕只是一個小攤販，對於你的親戚朋友、周遭的因緣，你都不能忘記；每一個人都是我們成就的緣分，只要懂得落實「橫遍十方，豎窮三際」，還怕事業做不成嗎？

### 35. 145 「體相用」的真義

常有人問：佛有三身「法身、報身、應身」，是什麼意義？也有人問：佛教常說「體相用」，這又有什麼意義？

在佛教裡，用「三」來表示的名相為數很多。如：「三學」戒定慧，戒為體，定為相，慧為用，彼此互有密切的關聯；再如：「三藏」經律論，經為體，律為相，論為用，三者也有互通的意義。

現在，我們把佛陀的三身「法身、報身、應身」，和「體相用」合而為一。佛的法身，遍滿虛空，充塞法界，這就是佛陀的真如理體，是「體大」；佛的報身，萬德莊嚴，相好圓滿，讓人尊敬，這就表示「相大」；釋迦牟尼佛千百億化身，不論阿彌陀佛、藥師佛，乃至諸大菩薩、諸大羅漢、諸大聖賢，甚至世間的「青青翠竹，無非般若；鬱鬱黃花，皆是法身」，這不就是「用大」嗎？

所以，佛陀的法身、報身、應身，就是體大、相大、用大。三身雖有差別，雖有層次上的不同，但是合而為一：一個佛陀，一種信仰；一層真理，一種解脫。我想，「體相用」應該用這樣來解釋。

甚至，我們從佛陀，再說到凡夫眾生。根據《大乘起信論》說，我們的心，它的本體、相狀、作用，廣大無限，所以稱為體大、相大、用大。心的「體大」，大如虛空，甚至比虛空還要大，所以佛經裡說「心包太虛，量周沙界」。一個人如果有容納宇宙虛空的心量，必定能做大事。

在我認為，心的「體大」就是生命，如果萬物沒有生命，就沒有作用了。作為本體的生命，是不增不減，是永恆存在，是絕對的、無限的、真常的；心的「相大」就是生死，是生命的階段性轉換，是有生滅、去來的無常變化，是相對的、有限的、非常的。而心的「用大」，就是生活。我們活在世間上，生命從生到死，其中的食衣住行、言行舉止、身心活動等等，無一不是生命的作用。

因此，我們既然來到世間「生活」，就有「生命」，雖然生命有「生死」的無

常變化，但我們可以利用有生之年，好好發揮生命的本體，把它的精神、意義、能量，隨機、隨緣、隨宜的權巧應用，如此就能發揮生命的價值。

說到生命，人的生命是無法單獨存在的，必須要靠很多的因緣成就，所以宇宙世間是一個大我的生命，是共同的，是同體共生的。例如，我們出生之後，需要父母的照顧，需要師長的教導，需要社會各種人士給我們的緣分，我們才能活下去；沒有他們，我們的生命就沒有辦法維持。因此，生命是彼此相互關聯的，當別人給了我們存在的因緣時，我們也要給人家一些因緣，讓他們的生命也能存活下去。

再說到「生死」，有生必然有死，這是世間最自然的現象，也是最平等、最公平的事情。舉凡是人，不論帝王將相，或是販夫走卒，都有生死。但是有的人好生惡死，也有人活得無趣、無奈，就以自殺來結束生命，這都是過於極端。

其實生死就如同睡覺，睡著了就像死去一般；睡醒後，好比又再重新活過來。生死也好像日出日落，早晨太陽從東邊出來，到了傍晚從西邊落下；明天一早，它又會再度重新升起。所以生死是圓形的，生了就會死，死了又會再生，生命是不死的。所謂「生也未嘗生，死也未嘗死」，死亡在佛教稱為「往生」，往生不是死，只是生到別處去。死亡，其實就如衣服破了、房子壞了，要換新的一樣，是值得歡喜的事情。

最後談到「生活」。人打從一出生，就開始學習喝奶、走路、被愛；長大以後，學習讀書、交朋友；成年了，開始學習各項技能。為了在這個世間上生存，每個人都要承受許多的壓力。尤其人際之間的相處，彼此的因緣很重要，所以我們都得學習讓人家願意接受我，讓人家認同我，讓別人欣賞我；若我的所行所做，都不能被人接受，只怕生存就會產生障礙了。

所以，生命、生死、生活，都是人間佛教所關心、重視的。我曾經說過：「人間佛教包括生命、生死、生活；生命是人間佛教的體，生死是人間佛教的相，生活是人間佛教的用；乃至人間萬有環環相扣的關係，就是人間佛教。」這就是人間佛教對「體相用」的看法。

說到人間佛教，今天全世界儘管佛陀說法有所謂「八萬四千法門」，但是合而歸一，我們只有一個佛陀。所以，人間佛教回歸佛陀本懷，希望流傳了二千六百年的佛法，大家能夠共同合作，齊聚一起，歸投在佛陀的懷抱裡，以佛陀為中心，再來創造佛教的輝煌時代，讓全世界千百萬化身的諸佛，都能為真理而共同努力，這就是「體相用」的真義。

## 36. 149 平等

孫中山先生提倡革命時，曾對世界發出「以平等待我之民族」的宣言。但世間真的能做到平等嗎？我們常說「法律之前，人人平等」，但沒有錢，能打官司嗎？在勢利權威的前面，有理的小民能爭得平等嗎？世間上多少人在假平等的口號之下犧牲了，造成人間許多的不美滿。如何才能真正平等呢？

佛教的《法華經》裡說到，有一位常不輕菩薩，見到人就說：「我不敢輕視汝等，你們將來都是偉大的聖賢，都要成佛的。」還有一位睽子菩薩，很重視生態環保，他說：「我每走一步路，都不敢重踏，怕踩痛了大地；我每一次講話，都不敢大聲，怕驚醒熟睡的大地；我也不敢亂丟東西在地上，怕污染了大地。」由此可知，菩薩看待別人都如同對待自己一樣。

平等是要從思想上建立的，有智慧、有仁慈心，慢慢的觀念就會不同。舉個例子說：小孩子吵鬧，被大人處罰是很平常的事。有一個家庭，小孩子吵鬧不休，祖父終於忍不住打了他。小孩的父親看到這一幕，就自己打自己。祖父驚訝地問道：「你怎麼自己打自己？」他說：「因為你打我的兒子，我就打你的兒子。」這個叫做愚痴，不是平等。

平等是合乎理性的，是放諸四海而皆準的真理。所謂「真理」，必須要有平等性、必然性、普遍性、永恆性，這才是真理。假如你有錢，說話就有理，我沒有錢，說話就沒有理，這就不平等；你是男人講話就有力量，我是女人講話就沒有力量，這也不平等。

佛教的七眾弟子中，有男眾、女眾，大家都是平等，不必說我大你小，你們都要聽命於我。我一生都在倡導男女平等，因為「平等」才是佛法。當初佛教教主釋迦牟尼佛也倡導平等，想要打破階級制度，因此提出「百川入海，同一鹹味；四姓出家，同為釋氏」的平等觀。

佛陀初成道時，在菩提樹下也說：「大地眾生皆有如來智慧德相。」這正說明，「心、佛、眾生三無差別」的同體平等精神。佛教不但要人我平等，還要男女平等、生佛平等、聖凡平等、理事平等，佛是覺悟的眾生，眾生是沒有覺悟的佛，兩者都是一樣的。

所謂平等，不是用強制的手段逼迫對方就範，而是立場互換，視人如己。當然，平等也不是盲目、任性、齊頭式的要求，而是在理性的立足點下，彼此尊重，不分大小、你我，不分貧富、貴賤，不分種族、國籍，能夠顧及對方的尊嚴

、權益，才是真正的平等。

「願將佛手雙垂下，撫得人心一樣平。」人的心千差萬別，如果大家不起分別之見，在平等的法界裡面，那真是一個美好的人間。

## 37. 152 信仰

中國人對於信仰宗教，大部分是建立在祈求保佑上；即使一般的佛教徒，也不容易懂得真正的信仰是要建立在「無我」、「不著相」的慈悲上，要具備正見、誠信、不邪見的思想，要有為人奉獻而不為己求的宗教情操。

說到「信仰」，常聽到有人說：「只要心好就好了，何必要信仰宗教？」既然心好，為什麼不信宗教呢？也有人說：「我不信宗教，我沒有信仰。」他以沒有信仰為榮。但事實上，一旦他的人生遇到重大的苦難，例如經商失敗、感情不順、人生失意，或是為病苦所折磨時，很自然的就會想要找一個宗教來依靠。尤其家中有人往生，也會想找個法師來誦經。所以人只要有生死問題，就離不開宗教。

記得有一次，知名作家司馬中原先生在講演時提到，他雖是天主教徒，但是身上流有佛教的血液。他說，在中國，一個人不管信什麼宗教，血液裡都有佛教的成分。因為幾千年來，從祖先代代流傳下來的習慣，人只要有了疾病，或是面臨苦難的時刻，不是稱念「阿彌陀佛」，就是祈求「觀音菩薩」，這是一種很自然而深刻的佛教信仰。

其實，在佛教裡，諸佛菩薩你信不信不重要。你信他，他也不多長一塊肉；你不信他，他也不會少一塊肉。不過你自己如果沒有信心，那就太可惜了！自己沒有信心就表示我不能、不會、不懂，因為我沒有信心。

假如你有信心的話，我能做很多的善事；假如你有信心的話，我有力量可以幫助人；假如你有信心的話，我會有智慧去分別善惡；你有信心的話，我能、我會、我可以，人生不是很有價值嗎？

當然，信仰等於學校一樣，小學、中學、大學，有一年級、二年級、三年級；信仰也有初學、初信，一級一級的昇華、超越。

關於信仰的層次，我曾經說過：「邪信」不如「不信」，「不信」不如「迷信」，「迷信」不如「正信」，所以信仰最終還是要建立「正信」。正確的信仰



可以讓我們獲得無比的利益，我們不但要建立正信，要信仰正信的宗教；尤其，我們每個人最好都要建立對自己的信心，都要信仰自己。在佛教裡指示我們，信仰最重要的，是自我要相信，比方說「我能成佛」、「我能做好人」，你說這個信仰會不重要嗎？

信仰如海洋，你能把心胸開闊如海洋，不好嗎？信仰如山中的寶藏，你心內所謂的智慧、懺悔、仁義的美德，你能說你不信仰嗎？所以不管你是什麼人，你都必須承認，你也有信仰！你有了信仰，才有完整的生命；你有了信仰，才有自我的靈魂。信仰才是我們追求的目標，有了信仰，就能擴大自己；有了信仰，才能成就自己的未來。

### 38. 155 發心

經典說：「惡盡曰功，善滿稱德。」功德就是從發心中成就、增長，所以佛教的百千法門中，「發心」最為重要。

佛教將「心」比喻為「田」、「地」；發心就是開發我們的心地。世間的土地經過開發，就可以建築，就能利用；世間的田地經過耕耘，就能播種，就有收成。同樣的，我們只要懂得開發心田，內心的寶藏就能一一出土；心的田地不開發，就是外緣、福德具足，也不能長出菩提之苗。就像一粒種子，如果沒有好的田地，它就不能結出好的花果。

省庵大師說：「入道要門，發心為首；心發，則佛道堪成。」世間上，發心有多大，成就就有多大，發心的力量不可思議。儒家的學者叫人要立志，佛教的行者要人發願；立志、發願，就是發心。心一發，則志可立；心一發，則願可成。

有一位證得阿羅漢果的修行人，有一天帶弟子外出，徒弟背了包袱跟隨在後面，突然心裡起一念：「世界如此的多災多難，眾生如此的多苦多障，我應該有菩薩大慈大悲的發心，來救度眾生。」證得阿羅漢果的師父，因為有「他心通」，知道跟隨在後面的徒弟，發起度人的菩薩心，立刻停下來對徒弟說：「包袱給我，你走在前面。」徒弟也不知道什麼原因，把包袱給師父，師父則背包袱在後面跟著。

走了一段路後，徒弟看到腳下有一個水塘，成千上萬的螞蟻被水圍困，又興起一個念頭：「唉！世界之大，眾生之多，我連這水塘裡的螞蟻也沒有辦法救度，哪裡還能救度天下的眾生呢？」

走在後面的師父，知道了徒弟心意，就說：「包袱拿去，走到後面去！」可見初發心後，要維持到完成是非常不容易的。

發心的力量很微妙，例如：我發心吃飯，飯菜就會很好吃；我發心睡覺，就會睡得很甜蜜、安然；我發心做一個好人、做一件好事，就會心甘情願。心好像田地、沙灘、海埔新生地，開發後，就能發揮它的作用。心一發，所做的事情，品質就會不一樣，這正是所謂「平常一樣窗前月，才有梅花便不同」。

只可惜一般人只懂得要把荒地、山坡地，開發成為農地、建地，不斷心外求法，卻不知道我們心裡有無限的寶藏、無限的能源。聰明的人，應該反求諸己，應該由外向內來開發我們自己心裡的能源和寶藏；因為心裡的田地開發了，才能播種、才能生長、才能收成。

### 39. 157 慚愧

人間最好的美德就是慚愧。所謂慚愧，慚者慚己，常覺自己學問不夠、發心不夠、慈悲不夠，因而感到羞慚；愧者愧他，常懷對不起別人、對不起父母、對不起朋友之念，為此而覺愧疚。所以，慚愧不是罵人的話，慚愧是對自己不好的行為、心念，感覺羞恥，知道懺悔、改正；有了慚恥之心，可以激發一個人奮發向上。

每個人一生當中，難免會有做錯事、說錯話的時候，但是不要怕犯錯，只怕不知羞恥、不知慚愧；能知慚愧、羞恥，就會有改過的力量，就能堅強的重新做人。所以儒家講：「人非聖賢，孰能無過？知錯能改，善莫大焉。」佛教的祖師也常勸勉弟子，要恥有所不知，恥有所不能，恥有所不會，恥有所不淨；人有了慚恥心，就如同身披莊嚴華服，散發高貴氣質。所以佛經上說「慚恥之服，無上莊嚴」；甚至儒家所講的「四維八德」，也是要大家不忘羞恥之心。

人有慚愧，才懂得奮發圖強；人有慚愧，才會力爭上游，因此說慚愧、羞恥是一種美德。我在主持三皈五戒時，常舉例說：一個學佛的人喝酒，比一般人喝酒罪過要輕。為什麼？受戒的人他敢在你面前喝酒嗎？不敢。他會躲到沒有人的地方喝，喝了之後，「唉！慚愧，慚愧，我受戒了還喝酒，實在是罪過。」有了懺悔心，罪過就會輕。若是一般的人，除了醉酒、酗酒外，還會勸酒，「來！再來一杯。」這樣罪過就更重了。所以學習認錯，對我們的道德人格必定能增上。

過去慈航法師再心愛的東西都願意送給人，他曾對我說：「有感於今生的福德因緣不夠，深覺慚愧，因此不能錯過廣結善緣的機會。」大醒法師曾結集一本專門評論佛教界長短的文章，後來印光法師指責他「造口業」，他自覺慚愧，就將這本書定名為「口業集」，以表示懺悔之意。

看到這些大德們反求諸己，自承過失的風範，假如我們一個人從懂事開始，就經常生起「慚愧」心，我相信就不會得罪人，也不會侵犯別人，就能改過向上，增加道德勇氣，並且懂得尊敬別人，進而滅除罪業，獲得解脫。所以，過去印光法師自稱「常慚愧僧」；今天的後學，應該要把「慚愧」奉為做人處世的基本信條。懂得「慚愧」，才能自我惕勵、自我反省，身心自能不斷的淨化，不斷的進步、昇華。

## 40. 159 懺悔

懺悔，是佛教重要的修行法門之一，也是一種反省的功夫。六祖惠能大師說：「懺者，懺其前愆，永不復起；悔者，悔其後過，更不復作，故稱懺悔。」意思就是要我們認錯、改過，從反省中，使自己的人格、道德向善。

平時我們的衣服髒了，身體有了汗垢，都需要清洗，才會舒服自在；茶杯髒了，也要洗淨，才能裝水飲用；家裡布滿灰塵，也需要打掃清潔，住起來才會舒適。懺悔能讓人獲得重生的力量，如同陳年的汗垢，於一朝洗滌清淨；如密布的烏雲，因陽光出現而消失。身心骯髒了，也須要用懺悔的法水，才可以重獲清淨。

懺悔又如一杯水，把整包鹽巴放進水杯，就會鹹得無法飲用；如果把這杯鹽水倒進大水缸裡，加滿一缸清水，鹹味會沖淡，就能飲用。我們犯了錯，就如水中加了鹽巴，只要我們用懺悔的願力，就能沖淡罪業。

人生在世，雖只有數十寒暑，但是為了事業、家庭，難免會與人爭執計較，因而造作身、口、意的惡業；若能反省懺悔，則善業增長，惡業消除。

佛教常講：「不怕無明起，只怕覺照遲。」無明煩惱生起現行，只要及時覺悟懺悔，仍然是一個清淨善良的人。就像佛世時，阿闍世王犯下弑父篡位的彌天罪業，後來因為懺悔，終能得救；中國的悟達國師，累劫冤業因一念驕慢而生人面瘡，透過懺悔，最終冰釋多生仇恨。

不過，一般人平常時都不會想到要懺悔，一定要等到病苦折磨、做事不如意、

遇到困難了，或是到了年老時回想過去年輕的種種非法，或是感到自己沒有力量了，甚至於進入牢獄裡，才知道自己做錯了而懊悔不已，這時才會生起懺悔之心。

人有過錯，就要懂得懺悔，懺悔要發心，並且要至誠懇切，罪業才能減輕、消除。日常生活中，從行為上來懺悔的法門有很多，譬如：說好話來懺悔，無論對什麼人事，都抱著慈悲喜捨的心，用好話去讚美，這就是懺悔；捐善款來懺悔，多行布施，多做功德，既能降伏貪愛，又可惠施眾生，也是一種懺悔；勤服務來懺悔，發心為大眾服務，來懺悔自己罪業，這不但是懺悔的方式，更是廣植福田的妙法，乃至平時多為別人著想，成就他人的好事，也是一種懺悔法門。

透過發露懺悔，增長自我改過的力量，藉由這分善美清淨的力量，回饋、服務社會，以行動來奉行佛法，這便是懺悔最大的功德。

總之，藉由禮拜、讚歎、誦經、布施、行善等行為而行懺悔，就如同去除銅器上面的鐵鏽，用一分力量擦拭，就潔淨一分；有一分的懺悔，就減一分的罪業。而最究竟的懺悔，是要能明白一切的罪業，源自於自己的無明妄念，所以說「罪業本空由心造，心若滅時罪亦亡；心亡罪滅兩俱空，是則名為真懺悔」。一切的是非、得失、好壞、榮辱都放下了，甚至連真妄也都泯滅了，哪裡還有什麼罪業要懺的呢？

## 41. 162 發願

一般佛教徒都知道，諸佛菩薩都是因為發願而有成，如觀音菩薩十二大願、普賢菩薩十大願、阿彌陀佛四十八願，特別是地藏菩薩「我不入地獄，誰入地獄；地獄不空，誓不成佛」，還有釋迦牟尼佛在菩提樹下、金剛座上所發的大願：「若不成正覺，誓不起此座。」佛要入涅槃的時候，阿那律說：「日可令冷，月可令熱，佛說四諦，不可令異。」這是佛陀的願力和信心。

儒家重在「立志」，佛教叫做「發願」。做人不能不立志；成就菩薩的道行，不能不發願。以淨土宗來說，往生西方極樂淨土，也要具備有信、願、行等修道的三資糧。

但是，所謂「願心」，並不是要我們說佛菩薩的願心，是要問諸佛弟子，我們的願心在哪裡呢？

我們的願：要弘法利生；我們的願：要佛教興隆；我們的願：要眾生安樂。但我們有確實從事這許多工作嗎？佛陀批評小乘修行者為「焦芽敗種」，就是不發大乘心，沒有普利天下的心。

修學佛法，在家的信眾知道要布施，那我們的願心、願力是什麼呢？過去所謂「割肉餵鷹，捨身飼虎」，當然不是一定要發這種願力，我們應該要發像觀世音菩薩的十二大願、普賢菩薩的十大願、阿彌陀佛的四十八願。

以四弘誓願為例，佛教徒敢在佛殿上唱：「眾生無邊誓願度，煩惱無盡誓願斷，法門無量誓願學，佛道無上誓願成。」但要他在台上講，他敢講「我眾生無邊誓願度，我煩惱無盡誓願斷.....」？都不敢講！修道的人應該要慚愧，應該要常講才是。

在社會上，一個人將來的事業成就有多大，就看他童年的志願如何；在佛教裡，一個修行者的功行有多深，也看他的願力大小。發願就如同時鐘上緊了發條，汽車加足了汽油，能產生前進的動力；又如船隻裝了羅盤，學生訂了功課表，有了前進的目標。所以《勸發菩提心文》說：「金剛非堅，願力最堅；虛空非大，心王最大。」一個人的心量有多大，成就就有多大；願力有多堅，力量就有多強。

發願也像求學一樣，要不斷升級。剛開始從小願先發，但漸漸的願要能擴大，要讓願力不斷昇華。例如，我發願在這一生中，要為多少眾生服務，要能傳播佛法度多少眾生；我發願做眾生的馬牛，做社會的明燈.....能夠發願「行佛」，確實「行佛所行」，才更為了不起。

## 42. 164 回向

在佛教的寺院道場裡，每天早、晚課誦後都會以「三皈依、回向」作為結束；早、中午過堂吃飯後，也會「結齋回向」；平時為信徒所做的往生佛事有往生的回向偈，祈願祝禱有祈福的回向偈。

為什麼寺院的一日行事，最後都要來個圓滿的「回向」呢？「回向」的意義又是什麼呢？所謂回向，就是「寄存」的意思，譬如你有錢放在家裡不安全，要把它存到銀行裡；你做了功德，希望帶給父母健康、家人平安，這就是「回向」的意義。回向如同播種，小心照顧，讓它發芽、開花，而結成纍纍果實；以小小的因，成就豐碩的果。回向又如一根蠟燭點燃另一根，燈燈相傳，自身的燭光不會減弱，反而更亮。

回向也是一種「光榮歸於佛陀，成就歸於大眾，利益歸於常住，功德歸於檀那」的廣大心量，因此，回向含有「回小向大、回自向他、回事向理、回因向果、回有向空」等諸多意義。

所謂「回小向大」，如同我們布施一塊小小的麵包，普願回向天下蒼生都能得到溫飽；一百元樂捐大學建校基金，普願回向天下莘莘學子安住身心，學業進步。本來只是一塊小小的麵包、一百元，經過我們的回向，普天之下的人都能獲得這個功德。

而「回自向他」，就好像我把誦經拜佛的功德，回向給父母，希望父母長命百歲；參加助印藏經的功德，回向給兒女，讓他有聰明智慧。所謂自他兩利，這就是「回自向他」的意義。

什麼是「回事向理」？可以這樣的解釋，我願意化成一杯水讓人止渴；我願意鋪成一條路讓大家通行無阻；我願做一棵大樹給大眾消暑乘涼；我願做一個孝順的兒女，讓父母富足歡喜；我願做一個好的父母，成為兒女的模範。凡此種種，雖然「事相」上只是那麼一點點，但由於「心量無限」，這個「理則」即能普施一切。

還有「回因向果」，我們現世今生，所行所做，都是在「因地」；但是現世今生既然有了「因」，當然未來或來生必定會結「果」。就如春天播種，秋天收成；今年播種，明年收成。今生種了善因善緣，未來就會有豐富的果實，這就是「回因向果」。

另外「回有向空」，回向一定都有一個目標，但卻是有限的；你能從有限變為無限，就是「回有向空」。如虛空能包容萬有；照見五蘊皆空，就能「度一切苦厄」。所以「有形歸無形、有為歸無為」，回向的心理，等同虛空，等同法界。

在我們的日常生活中，隨時隨地都可以修持「回向」法門。只要有了一點善美的念頭，或者哪怕只是做了一點點的好事，也都可以回向。我們能以自己的能力所及回向給別人，就像再渺小的水滴，也能成為巨大海洋；再微弱的燭光，也能劃破千年暗室。回向是無私的給予，如果人人都能抱持如此善美的意念，必能為這個人間增添無比的和諧與快樂。

## 43. 167 因緣果報

當初釋迦牟尼佛在菩提樹下成等正覺，悟到宇宙人生的真理，就是「緣起」。而人間萬事萬物也都是仗「因」托「緣」，才有「果」的生起；此「果」又成為「因」，待「緣」聚集又生他「果」。因此，佛教認為，宇宙人生都離不開因緣果報。

講到「緣」，所謂「因、緣、果」，在「因」成為「果」的過程中，要有「緣」。如一顆種子擺到桌子上，它不能生長，因為桌子不是它的「緣」；種子種在土地裡，還需要有陽光、空氣、水分等種種的眾緣和合，才能生長、結果。所謂「因中有果」、「果中有因」，但是因果之間，「緣」是很重要的一個必要條件。

世間上，你可以什麼都不信，但是不能不信因緣果報，因為宇宙人生彼此都有相互的關係，都是互為因緣的存在。自然界中，小到一隻昆蟲，也都需要有花草作為食物；一個人的存在，也需要士、農、工、商供給生活所需；甚至人的身體，也是四大和合所成。

如果你認識因緣果報，就能認識宇宙人生的真理，就會懂得在世間上做人，必須要成就眾生、成就好的因緣，不要破壞、嫉妒他人；因為你打倒別人，自己也不能獨存。

尤其，當你懂得因緣果報，就能明白人生的一切，都是其來有自，就能自我負責。如《三世因果經》說：「有衣有食為何因？前世茶飯施貧人；無食無穿為何因？前世未施半分文。穿綢穿緞為何因？前世施衣濟僧人；相貌端嚴為何因？前世採花供佛前。」又說：「欲知前世因，今生受者是；欲知來世果，今生作者是。」

因此，因果是通三世的，不能只看一時。就如有人一出生就住在繁華的都市裡，享受文明的生活；有人終其一生，都在荒山野地、窮鄉僻壤營生，這不是命運不公平，或是有神明主宰，而是因緣果報不同。但只要肯努力向上，肯廣結善緣，不論你生長在哪裡，也都能夠獲得善報，有所成就。

其實，因緣果報的原理很簡單，就好比一個人過去在銀行裡存款很多，今生雖然造惡多端，你不能不准他提用存款；如果有人往昔負債過多，雖然現在做人善良，但欠債還錢是必然的道理，你能因為他現在很有道德修養，就不用還錢了嗎？

善因增添功德，猶如存款；惡因減損功德，猶如負債。所以善惡因果，每一筆存入支出都是清清楚楚。惡人作惡還未受報應，是由於時候未到，不能光看這

一世或這一個段落，就妄說沒有因果存在。

再者，因果也有因果的理則。例如，健康有健康的因果，你要健康，就要保持身心的愉快、要過正常的生活、要有保健的習慣；如果你日夜顛倒、暴飲暴食，卻祈求佛祖來保佑你健康，則無異緣木求魚，因為不合乎「如是因，招感如是果」的真理。

若想要發財，就必須勤勞努力；想要有好人緣，就要多為人服務；想要有好的名譽，就必須有人格、有道德。須知經濟有經濟的因果、信仰有信仰的因果；佛教不是保險公司，因果也不容錯亂。

佛教並不是「宿命論」，而是「緣起論」。佛教雖然說過去、現在、未來「三世因果」，但更重視現世和未來的因果。而因緣本身空無自性，若從「諸行無常」、「緣起性空」的真理來看，過去的惡因雖已造成，但可以透過今生的努力來改變它，未來的善果，也可以靠今世的修持而獲得。

## 44. 170 不二法門

常有人問我，佛光山有一座「不二門」，為什麼叫「不二」？其實，「不二」是取自《維摩詰經》中「維摩一默一聲雷」的典故。

有一天，維摩居士示疾，佛陀要文殊菩薩率領諸大菩薩前去探病，於是雙方就在維摩丈室裡，展開了一場「不二法門」的討論會。

首先，在場的三十餘位菩薩，各就所見，提出發言。最後文殊菩薩說：「依我見，於一切法無言無說，無示無識，離諸問答，才是入不二法門。」說完以後，文殊菩薩就反問維摩詰居士：「菩薩如何進入不二法門？」

這時，維摩詰默然！眾人茫然，相視而對。只有文殊菩薩懂得此中奧祕，於是讚歎：「善哉！善哉！乃至無有語言文字，是真入不二法門。」

所謂「不二」，指的是佛法的出世法，佛法講「煩惱即菩提」，理上是不二的。例如，原本酸澀的水果，經過和風及太陽的吹拂照耀後，就能成熟，轉酸澀為甜美，可見酸即是甜，甜離不開酸；酸中有甜，甜中有酸，酸甜是不二的。

又如，人有生，也有死。太陽從東方升起，就像人之生；從西方落下，如人之死。生也未曾生，生了要死；死也未曾死，因為死了又會再生。可說，人生也是「生死不二」。



以出世法來看世間，是從理上來解悟；但是在還沒有覺悟之前，不可以理上廢事，還是需要用理來解事，才可以因事而明理，因理而顯事，才能夠「理事圓融」，那才是真正的「不二」。

唐朝江州刺史李渤，年輕得志，意氣風發。有一次，他問智常禪師道：「佛經上所說的『須彌藏芥子，芥子納須彌』，未免失之玄奇了，小小的芥子，怎麼可能容納那麼大的一座須彌山呢？這是騙人的吧？」

智常禪師聞言而笑，反問道：「人家說你『讀書破萬卷』，可有這回事？」

「當然！當然！我讀書豈止破萬卷？」李渤一派得意洋洋的樣子。

「那麼你讀過的萬卷書，如今何在？」

李渤抬手指著頭腦說：「都在這裡了！」

智常禪師道：「奇怪，我看你的頭顱只有一粒椰子那麼大，怎麼可能裝得下萬卷書？莫非你也是騙人的？」

李渤聽後，腦中轟然一聲，當下深有省悟。

「須彌藏芥子」是事，「芥子納須彌」是理，如果我們能夠明白理事無礙，那麼就能把宇宙的本體和現象融合在一起，把人我融合在一起了。

有一天，趙州禪師和弟子文遠禪師在論道，正巧一位信徒送來一塊餅。文遠馬上說：「請老師吃吧！」

「這不公平，這樣吧，我們來比賽，贏的人可以吃這塊餅。」趙州禪師說。

「怎麼比賽法呢？」文遠問。

「誰把自己說的最骯髒、最無用，那一個人就贏了。」趙州首先說：「我是一頭驢子。」

文遠說：「我是驢子的屁股。」

趙州禪師馬上接著說：「我是屁股裡解出來的大便。」

文遠一聽，這下我還比什麼呢？想了想就說：「我是大便裡的蛆。」

趙州聽了，知道自己輸了，就問：「你這隻蛆在大便裡面做什麼呢？」

文遠禪師說：「我在裡面乘涼。」

人常常有分別心，但在禪者的心中，卻是淨穢不二，毫無分別。在一位真正開悟的禪師心中，他肯定自己的見道，不管他是與非、有與無、好與壞，在他心中都是一個，這才是真正懂得「法無二法」真義的人。一般人若能將「不二法門」的哲學應用在生活上，就能「人我一如」、「自他不二」了。

## 45. 174 如是我聞

在佛教裡，只要讀過佛經的人都知道，幾乎每一部經典的開頭，都有一句「如是我聞」。那是佛陀臨涅槃前，弟子阿難請問佛陀，您講的經藏，我們結集以後，未來要怎樣才能讓人生起信心呢？佛陀就說，我所有的言說，應該在一個專論之前，安上「如是我聞」。意思是說，這一部經，是我阿難親自聽佛陀如是宣說，我把它如實記錄下來的。

因為有「如是我聞」，才有三藏十二部的佛法留傳後世。因此，佛教以音聲做佛事，所謂「此方真教體，清淨在音聞；欲取三摩提，實以聞中入」。佛教的修行法門雖然很多，但是對於世間眾生來說，透過耳根來聽聞佛陀教法最深刻。像觀世音菩薩是「聞」聲救苦，以耳根來聽聞眾生求救的音聲，無論在哪個地方，觀音菩薩都能「千處祈求千處應」，了知眾生的心念，救度眾生的悲苦。

也有人問，為什麼是「如是我聞」，而不叫「如是我看」呢？因為聽聞比看更有價值。比方說，以前發生過的事，過去就看不到了，但是歷史可以回憶，可以重述；遠處的我看不到，但聲音大一點，甚至透過電台轉播，我可以聽得到；隔一道牆，你在那邊，我在這邊，看不到，但是你講話，我可以聽到。眼看耳聽，各有功用，但是耳根的功用超越眼看，因此經典裡都用「如是我聞」，不用「如是我看」。

佛教的修行法門也非常重視「多聞薰習」，何況佛陀的言教既然都是「如是我聞」，我們就應該要懂得「諦聽、善聽、全聽」。尤其在佛教裡，讚美修行的人，要以聞、思、修而入三摩地。意思是聽聞了以後，還要懂得思想、思考，把所聽聞的從遠處、大處、好處去想，思考了以後，要去實踐修行；當聞、思

、修皆具足了，他就能獲得證悟、證道、證覺，就叫做三摩地。

因此，一句「如是我聞」，在過去的解釋，只表示聽經，在現在的意思是聞法。其中還包含有恭敬、供養、思考、修持等等的內容；尤其最後要能夠「信受奉行」，能如是，才能稱作「如是我聞」。

## 46. 176 福慧共修

《大寶積經》裡有一則很有趣的故事，師兄弟二人，一人修福，一人修慧，各有所長。修福的師弟，每天行善、布施、修橋、鋪路、救濟貧窮、為人服務，卻不求理解經義，開發智慧；修慧的師兄，只顧研究經典、探索真理、宣揚佛法，卻不勤勞作務，不肯為人服務。師兄弟二人各有專修，得到的結果卻大不相同。

師弟修福，往生後生到王宮作了大象。雖在畜生道，卻很有福報，每天珍饈美味，披金掛銀，還有很多象奴伺候，比人間的福報勝過許多倍。師兄修慧不修福，雖證得阿羅漢果，但過去生對人沒有服務貢獻，未與人結緣，沒有福德因緣，因此雖然思想超越，智慧過人，但是生活困頓，到處托鉢，不得人供養。

有一天，師兄走到皇宮化緣。見到一頭大象，證得「天眼通」的師兄一看：「唉呦！這不是我轉世的師弟嗎？」因此，他悟出一個道理，原來我們師兄弟二人，過去世修行的時候，一個只修福，一個只修慧，所以這個福慧因果，也就各自不同了。於是，他做了一首偈語：「修福不修慧，大象披瓔珞；修慧不修福，羅漢應供薄。」意思是說，師弟修福不修慧，雖投胎在皇宮，儘管享受富貴榮華，卻還是在畜生道，不得聽聞佛法；我修慧不修福，雖已證得阿羅漢，卻生活艱難，連衣食都不得溫飽。

從這段故事可以看出，佛法的修行，最重要的是要「福慧共修」。什麼是修福呢？譬如修橋鋪路，在路上施茶、施水、架設路燈，這是修福；像重視環保，不亂丟垃圾，照顧過往行人的安全，這也是修福。還有平日節約、不浪費，當然也是修福；為人解決問題、助人脫困，都是修福。此外，恭敬禮拜佛菩薩，更是修福。

什麼是修慧呢？閱讀經典、研究佛法，就是修慧。你聽聞佛法、思惟佛法、實踐佛法，正是所謂「以聞思修，入三摩地」，便是修慧了。

修菩薩道的人，不可以偏於一法，要行解並重、知行合一、聽聞一如，要把佛

法圓融，在慈悲的時候要慈悲，在布施的時候要布施，在結緣的時候要結緣，在有人需要我們幫助的時候，給予幫助。若能福慧共修，行解並重，從此一切佛法具足、圓融，還怕未來沒有圓滿的人生嗎？

## 47. 178 老病死生

平常聽人講「生老病死」很習慣，也常有人說：「人生是苦呀！生也苦、老也苦、病也苦、死也苦。」因為這樣的消極說法，讓佛教的發展、傳道受到了很多阻礙。

我想人間佛教是提倡歡喜的，因此在面對「生老病死」也要能歡喜。但面對生、老、病、死要如何轉念，才會感到歡喜？

在《雜寶藏經·棄老國緣》中提到，有一個國家，只要是老人都必須驅逐到遠方拋棄；因為國王認為老人是多餘的，既不能做事又浪費米糧。有一位大臣很孝順，不忍心把年老的父親流放山林，就偷偷挖了一個地窖，把父親藏在裡面奉養。

後來國家的作為觸怒了天神，想要施以懲罰，就提出四個問題來為難國王。一時舉國上下，無人能解答問題，眼看著即將受到天降災難。所幸後來靠這位老人的智慧拯救了全國，國王因此下令，全國不得棄養老人，要尊敬、孝順、奉養老人。

老，雖然有很多的不方便，但由於老成持重，思慮縝密，能夠提供許多良策；因為年老的人，人生經驗豐富，這些都是處世的智慧。

病，就算老年有病在身，也是很自然的事，要學習與病為友、以病為樂。雖然身體生病了，但更重要的是，自己的心理要很健康；即使有病，也要像沒有病，做到像佛陀所說的「身苦心不苦」，不要因為一點小病就被病魔打倒，人生因此而頹廢。

說到死，有生必有死，這是必然的法則。死亡如睡覺一樣，很舒服，也是一種安息。佛教對死亡稱為「往生」，讓人感到生命不是死亡就算結束，因為在佛教看來，死亡只是肉體老朽後的淘汰，生命可以依其心念、願力，往生到更善、更美的去處。

信仰淨土宗的信徒，相信往生以後還可以乘願再來，所以「往生」一詞，讓人

對生命懷有無限的希望。因此，對於往生，早也好、遲也好，生也好、死也好；因為生了必然要死，死了還會再重生，能夠有此體認，生死也就沒有什麼值得掛礙的了。

雖然，苦是人間的實相，但是認識了苦的真義，我們可以轉苦為樂，可以轉迷為悟，重點是我們要會轉。所以我現在把「生老病死」，改為「老病死生」。因為把「死」擺到最後，意味著生了會老，老了會病，病了會死，死了以後似乎就沒有了，讓人感到毫無希望，人生淒慘，也讓大家都怕死。

反之，「老病死生」的意義就不一樣了，老了會生病，病了會死，死了會生；生了就有希望，就有未來，生了會更好。我覺得「老病死生」只是順序換一下，但對人生的觀念會有幫助、有貢獻。

總之，佛教告訴我們「人生是苦」並不是目的，苦只是一種過程、一種學習、一種挑戰、一種生命向上提升的因緣。當我們能夠正視人生是苦，就會去找尋苦的原因，不再自找苦吃；透澈苦的原因，就會去找尋滅苦的方法。可見透過苦的磨鍊與學習，能讓我們轉苦為樂，這才是真正的目的。

因此，我提倡「老病死生」，讓人重新發現生命是有希望、有未來的；只要懂得回頭轉身，人生仍然可以脫離老病死亡的困境，從中獲得幸福與安樂。

## 48. 181 了生脫死

在佛門裡，常聽人問：「你為什麼來學佛？」回答總是：「要了生脫死。」或者問道：「你為什麼要出家？」回答也是：「為了了生脫死。」了生脫死固然是學佛出家的目標，但是要怎麼「了生」、怎麼「脫死」呢？了生脫死又是什麼樣的境界？了生脫死以後，要到哪裡去呢？佛教史上，有什麼人了生脫死了？什麼人在了生脫死後，還有什麼積極利他的活動，你能舉出一些例子來嗎？

說到「生死」，其實我們每天都在生死裡打轉，生死應該跟平常的生活息息相關。比方，早上起來，不就是生了嗎？晚上睡覺，不就是死了嗎？或者，你感到人生有希望、有前途、有光明、有喜樂，不就是生嗎？當你感到人生只有苦難、悲傷、消沉、灰心喪志，這不就是死嗎？

世間上，有的人為國犧牲、為眾犧牲、為正義犧牲，大家都說他們「雖死猶生」，可見他們沒有死；但有的人活著，整天飯來張口，茶來伸手，不但對社會人群沒有貢獻，甚至還做出非法的事，那不是等於死亡了嗎？

生死不是二個，人不是活著的時候才叫生，死的時候才叫死。根據科學家研究，人體的細胞時時都在新陳代謝，每七天或七年就是一個週期，尤其七年一次的新陳代謝，能使我們完全脫胎換骨，變成另一個人，這不就是一番生死了嗎？

佛法說，生死有二種：一是「分段生死」；二是「變異生死」。我覺得，如果把「變異生死」擺在前面，人每天的心情都是在「變異生死」中；而現在開始修行學道，慢慢進步、淨化了，倒可以成為一個階段、一個階段的「分段生死」。

我對於「了生脫死」這一句話，感慨很深，想到過去傳統佛教裡，一個沙彌才剛進入佛門修道，就要他忙著了生脫死，他連穿衣、吃飯、排班、走路等等的威儀、規矩都還不會，就要他忙著去死，真的是顛倒。所以有一次我寫文章提到「生活第一，生死第二」，就是鼓勵佛教徒，要先把生活的問題解決了再來修道，才能減少生死苦惱。可是佛教界一些保守人士不容許我這樣的看法，認為我不談了生脫死，是離佛妄說，但是你不吃飯、不穿衣，不在人間生活、不和人相處，怎麼修行、做功德，又怎麼能了生脫死呢？

記得幾十年前，有二十位男眾青年才剛跟隨我出家，住在台北普門寺，隔天一位功德主的家人過世了，需要法師到殯儀館誦經，我就跟他們講：「我們去替那位亡者念個經，結個緣。」我看大家面有難色，心裡一定想：「怎麼才剛出家就去做經懺佛事？」

不過，當他們從殯儀館回來以後，看起來臉上都很歡喜，我就跟大家說：「剛才我們去殯儀館誦經，為他們『了生脫死』了。你看，亡者的家屬見到我們心生感動，好像救星來了，為他們增加力量，像這樣讓生者得到安慰，就是『了生』；我們祝福亡者上生，讓死者得到冥福，就是『脫死』；我們剛才正是做了一場『了生脫死』的佛事。」

因此，了生脫死不是空無的，不是了生脫死以後什麼都沒有了。了生脫死的意義應該是：生，不為生的苦所束縛、困擾，而能突破生的困難、挑戰；死，也不為死亡而傷心難過不已，而能了知有個不死的佛性。生時不苦不惱，死前不憂不悲，用平常心看待生死如花開葉落的自然，如此即為「了生脫死」；懂得「了生脫死」的真義，才能真正擁有一個大自在的解脫境界。

## 49. 184 佛光四句偈

古德常用四句偈來表達經義，讓大眾在生活上奉行，像〈七佛通戒偈〉、〈回向偈〉等，都是佛教徒熟悉的四句偈。四句偈簡明易記，就像中國的詩歌，容易朗朗上口。但隨著時代的改變，大家需要一個融古匯今、與時俱進的四句偈，以便在日常生活中奉行無礙，所以我也學習古德，擬定了〈佛光人四句偈〉來表達佛法，其義如下：

一、慈悲喜捨遍法界：《華嚴經》說：「忘失菩提心修諸善法，是名魔業。」佛法無量義，應以慈悲為本，若一切行事失去了慈悲，就是魔業。像觀世音菩薩之所以給人尊重、稱念、膜拜，就是因為觀世音菩薩有大慈大悲。

再者，學佛就是要學出歡喜心。你能帶給別人歡喜，自己也會獲得無比的歡喜，所以做人要捨得布施一句好話給人歡喜、布施一點善緣給人歡喜；就像寺院裡總是將笑口常開的彌勒菩薩供奉在山門口，讓信徒遊客一進山門就會生起歡喜心一樣。

二、惜福結緣利人天：在世間上，我們每一個人的日用享受，都有一定的數量；好比我們在銀行裡的存款，每個人都不一樣，這就是「福報」。揮霍無度的人，福報銀行的存款一直在減少；積功累德的人，福報銀行的存款也會日漸增多。平時修橋鋪路、救人苦難，甚至心存厚道、口中留德，都是積福的方法。

說到結緣，世界上任何一個人都不能單獨存在，必須仰賴相互的法緣關係才能生存。廣結善緣的方法很多，如：語言上的鼓勵安慰、技術上的教導幫忙、知識上的傳授布施，乃至一個點頭、一抹微笑、一句問好、一瓣心香等等，都能與人結緣。

三、禪淨戒行平等忍：現代人的修行，不是參禪，就是念佛，當然也有不少人是禪淨共修。其實禪淨二門，殊途同歸，永明延壽禪師在〈禪淨四料簡〉中說：「有禪有淨土，猶如戴角虎，現世為人師，來世作佛祖。」人人若能在日用中習禪修淨，兩者兼修，等於是角的老虎，定慧等持增上，現世來生都必然獲得難以思議的功德。

戒律能夠規範身心，百千法門都以持戒為根本的修行。像汽車依照交通規則，火車循著軌道而走，就能保障人車安全。同樣地，我們遵守戒律，就能維護身心清淨，避免觸犯過失。

佛陀常提到男女平等、眾生平等、事理平等、生佛平等，就是要我們在生活中，能學習以平等心、忍耐力來面對人間的是非、好壞；能夠在逆境中利益別人、成就自己，就是最大的修行。

四、慚愧感恩大願心：人間最好的美德就是慚愧、感恩、願力。儒家的四維八德，就是要大家不忘羞恥之心；人有慚愧作為莊嚴之服，就能成聖成賢，也能懂得奮發圖強，力爭上游。因此，慚愧羞恥是我們應該具備的美德。

再說感恩，感恩的人生最富有，你有感恩心，就是一個心靈富有的人；一個人若沒有感恩的心，只知貪圖別人的利益，就是貧窮的弱者。菩薩發心時時度化眾生，就是感謝國家恩、父母恩、朋友恩、眾生恩。

所謂願力者，等於執行力、實踐力，諸佛菩薩都是以願力來成就功業；一切的諸佛聖賢，如果沒有發心立願，怎能成就佛道呢？

佛光人四句偈可說是合乎菩薩道的修持，內蘊六波羅蜜等一切佛法；如果我們能夠信受奉行，就能在自覺中走上成佛大道，最終得以圓滿佛果。

## 50. 187 唯我獨尊

在我二十多歲的時候，發心寫了一部《釋迦牟尼佛傳》，讓大家對佛教的教主佛陀能可以多一些認識，當然我就找一些參考書，了解佛陀一生的事蹟。

在一開始，我就遇到一些困難，譬如摩耶夫人從右脇生下了悉達多太子，人間會有這個道理嗎？摩耶夫人右脇的傷口，誰來替他復原呢？太子出生後，就能行走七步，步步蓮花，又有九龍吐水，沐浴其身.....剛生下來的嬰孩，馬上就能行走自如嗎？醫學上好像不能成立；龍在哪裡？我也沒有看過。

不過，世間上的名人，像文天祥，因為出生時天降祥瑞，所以叫文天祥。這類的事蹟也很多，何況佛陀出生，百花齊放，芳香撲鼻，一切順利，這都是很當然的事情。

不過這當中，有一句話，佛陀一手指天，一手指地說：「天上天下，唯我獨尊。」它真正的意思，應該是「天上天下，唯佛最尊」。因為一切眾生本自具有尊貴的佛性，和佛無二無別；佛陀發現了這個事實，所以說「天上天下無如佛，十方世界亦無比，世間所有我盡見，一切無有如佛者」。



至於「唯我獨尊」，過去佛教裡有些傲慢的比丘，認為這句話的意思是「只有自己最了不起」，還說這是佛說的，陷佛陀於不義，我認為是不應該的。佛陀是一位很自謙、很本分的覺者，他不會那麼傲慢的說這句話。我就想問：誰聽到佛陀這樣講呢？

所以現在人間佛教，我們要回歸佛陀的本懷，把一些不當、不對，神化、迷信，神鬼的佛教、迷信的佛教，跟人間的佛陀要分開，人間佛陀他偉大的地方，就是他的佛法。尤其佛經裡說：「自依止，法依止，莫異依止。」佛陀從不標榜自己，反而鼓勵眾生靠自己，因為自己有佛性，自己能成佛，除了佛法，其他都靠不住的。

我出家近八十年了，對佛陀其他的一些事蹟，也因為寫《釋迦傳》的關係，有更多一分的了解。我覺得現在的一些人，不要再把迷信、神鬼的知見，求籤、卜卦的外衣，都加到佛陀的身上，讓佛陀負擔很重哦。

## 51. 189 施無畏

布施是學佛入道之後，修行的一個初步實踐。對於布施，我們不要以為只有金錢的布施；除了金錢以外，你給人一句語言的安慰、一個笑容的鼓舞、一個點頭的認同、一個舉手的示意，讓人家歡喜、感念，其實你就是布施了。

在佛經裡面，把布施分為三種，即：財布施、法布施、無畏布施。所以布施的範圍很廣。除了財施以外，還有物質的布施，還有時間的布施，還有為你服務的布施，甚至心意的布施，這些都是布施。

當然，法布施也很重要，因為「諸供養當中，法供養最為第一」。無論什麼東西布施給你，很快都會有用完的時候；只有佛法真理給你，在你的精神、心理上，讓你增上，讓你超越，讓你可以受用一生，甚至生生世世受用不盡。可以說，佛法的一言一語，你如果產生了信仰，那就是最大的布施。

不過，在佛教裡還有一個「無畏」布施，平常好像很少人會談到。一些佛教的人士，大都寄望信徒布施金錢來建寺廟、造佛像、印經書等等，頂多幫忙佛教救苦救難，所以一般都是鼓勵信徒做這些布施。其實，布施不一定只用財布施，用力量布施、用語言布施、用心意布施的功德也是很大。但是，除了最大的法布施以外，最高的布施應該就是「無畏施」。

說到「無畏布施」，就是要讓一切社會大眾都能得到平安，都能得到和樂；不要有危險，不要有畏懼，不要讓人受到欺壓，不要有不公不義的事情，我們要布施給所有一切眾生「無畏」。

因為世間上所有的眾生，大部分都是非常膽怯的。比方說，有的人怕貧窮，有的人怕被欺負，有的人怕忙碌，有的人怕受壓迫；甚至畏懼警察、畏懼軍人、畏懼暴力、畏懼不公不義的事情。我們能布施給這許多眾生力量，讓他不要畏懼，這就要靠我們弘法人士的道德勇氣。

有道德勇氣，所謂行俠仗義，等於一些俠義人士路見不平，拔刀相助。如果佛教裡面，對於社會上的一些弱勢、弱小的眾生施予無畏，讓大家不懼怕，讓所有的信徒能認為，寺院是他們的庇護所，法師、僧侶是他們的保護者，如父母、師長一樣；如果真正能做到「無畏」布施的時候，佛教就會興旺了。

## 52. 191 兩足尊

皈依三寶的時候，我們都要念一句「皈依佛，兩足尊」；一般的信者，可能也不知道這是什麼意思。為什麼佛要我們皈依他，讚美他是兩足尊呢？這是很深的意義和內容的。

一者，佛陀的福德與智慧，都已經修行圓滿，所謂「三祇修福慧，百劫修相好」，佛陀福慧雙全，兩皆具足，還不尊貴嗎？

說到福德與智慧，在佛教裡有一句話說：「修福不修慧，大象披瓔珞；修慧不修福，羅漢應供薄。」學佛不但要「解行並重」，尤其要「福慧共修」。「福慧」就如一隻鳥的雙翼，缺一不可；「福德」要「智慧」來引導，「智慧」要「福德」來積成。所以在經典中，可以說處處都在闡明，修行要福慧共修，才能有所成；不但往生西方極樂世界，不可以少善根福德因緣，尤其成佛，更沒有什麼特別的法門，就是福慧共修而已。佛陀因為「福慧共修，圓滿具足」，故稱為「兩足尊」。

再者，世間上的一切眾生，不論是兩隻腳的、四隻腳的、幾十隻腳的，或是百腳的，甚至沒有腳的；在很多有腳、沒有腳的眾生當中，以有兩隻腳的人類最為尊貴，唯有人類才可以用兩隻腳站起來，頭頂天，腳踩地。其他的眾生，都是背朝天，頭不能頂天。

「佛是人成」，佛陀降誕人間修行悟道，佛陀所宣說的真理，可以解救眾生的

苦難，因此在人間所有兩隻腳的人類當中，再沒有比佛更尊貴的了，所以我們禮拜佛陀的時候，才說「皈依佛，兩足尊」。

因此，如果你能自知，自己與佛陀一樣具足兩隻腳，自覺自己的尊貴、尊嚴，你也能修福修慧，把福慧修得具足，你不也是可以成為兩足尊嗎？

## 53. 193 阿彌陀佛

不論大家有沒有信仰佛教，都會隨口而出「阿彌陀佛」；在寺院道場相遇了，不管認不認識，彼此之間都會互道一句「阿彌陀佛」。社會上哪一個人升官發財了，「阿彌陀佛」；哪一個人生意倒閉了，「阿彌陀佛」；你跌了一跤，「阿彌陀佛」，跌痛了沒有？你送東西給我，「阿彌陀佛」，表示謝謝。對於不善言詞的人，只要講一句「阿彌陀佛」，都能表達心中的意思。

可以說，宇宙間一切的語言文字，沒有比「阿彌陀佛」這句話更好、更有意義，也沒有比這句話更能通行無礙了。但是很多人卻都不知道，「阿彌陀佛」是什麼意思？

「阿彌陀佛」是梵文音譯，意譯為「無量光」、「無量壽」，是超越時空對待，代表永恆的生命、真理、無限的力量、福慧共修、了生脫死的意思。

過去有一個年輕人，聽一位老和尚開示念佛的功德很大，他非常不服氣：「老和尚，『阿彌陀佛』四個字，念了會開悟、可以消災、會增福報，哪裡有那麼大的效果？」

老和尚聽到這種無理的問話，也很不客氣，很大聲的回他：「混蛋！」

青年一聽，生氣的說：「你是出家人，怎麼罵人！」

老和尚淡淡的說：「『混蛋』才二個字，你就反應這麼大；『阿彌陀佛』四個字，功德當然更強、更大了。」

念佛可以用正念對治邪念，繼而從正念到無念，所謂「心中有佛將心念，念得心空及第歸」，就能見到功效了。

其實，「阿彌陀佛」並不只限於修淨土法門的人可以稱念，或只是為了求往生西方極樂世界而稱念。「阿彌陀佛」萬德洪名，具有無限的功德，和「空」一

樣，具有無限的意義。假如你的名字叫張三，人家喊你：「張三！」張三是什麼？這個「張三」與自己不見得有必然關係；但是對你說一聲「阿彌陀佛」，你也像阿彌陀佛一樣，與空義相印，與空義相合，這個利益、價值就很大了。

過去有一位晉平居士信仰淨土宗，精進修持，二六時中口裡總是離不開「阿彌陀佛」四個字。可惜這位居士雖然敬信佛法，但慧心並沒有增長。仙崖禪師知道他的情況，就想助他一臂之力。

有一天，晉平居士又到寺院來禮佛，仙崖禪師看到了，就喊：「晉平先生！」晉平看到禪師，馬上說：「阿彌陀佛！」仙崖禪師再次叫他：「晉平先生！」晉平一樣回答：「阿彌陀佛！」仙崖禪師再喊：「晉平先生！」晉平心裡覺得奇怪，但還是回答：「阿彌陀佛！」

仙崖禪師就問：「你每句話都有『阿彌陀佛』，不覺得太煩阿彌陀佛了嗎？」晉平回答：「阿彌陀佛！我是念佛的人，當然佛不離口，佛不離心。」這次，仙崖禪師只說了一句：「阿彌陀佛！」轉身就離開了。

其實仙崖禪師的用意，是要告訴晉平，修行不能只是依賴阿彌陀佛，假如把阿彌陀佛深植在心中，自己做阿彌陀佛，不是更好嗎？所以我常說，真正的念佛是念而不念，不念而念。念佛，要自我承擔，與其念佛，不如學佛、行佛，為大眾服務；能夠效法阿彌陀佛四十八大願，願願都是度眾生的慈悲智慧，這才是稱念「阿彌陀佛」的真正意義。

## 54. 196 佛母是誰

人的一身，孕育自「各種」父母：生我、養我、育我的，是我「生養的父母」；士農工商，使我賴以為生的，是我「衣食的父母」；善知識的拉拔提攜、循循善誘，是我「再生的父母」；大地普載萬物、化育群生，是我「大地的父母」；諸法因緣生，因緣滋潤我們、造就我們，是我「因緣的父母」。此外，《阿含經》說，輪迴中的眾生，皆以「無明為父、貪愛為母」，因此，痴愛也是我的父母。

佛陀呢，也有父母嗎？誰是佛陀的父母呢？佛傳裡記載，佛陀的父親是淨飯王，母親是摩耶夫人。事實上，淨飯王與摩耶夫人，他們是悉達多太子的父母；而佛陀的父母，則是「般若」。也就是說，佛陀的色身雖是人間父母所生，佛陀的法身卻由般若而生，般若才是佛陀真正的父母。三世一切諸佛，皆依般若而遠離顛倒夢想，證得無上菩提。

什麼是般若呢？般若是人人本具的真如佛性，沒有生死、沒有來去、沒有時空、沒有對待，是我們每一個人的本來面目。缺少了般若，不知自家風光，看不清事物的真相，一切法都成了世法；有了般若，才是佛法。就像「布施」有了般若，才能三輪體空；「持戒」有了般若，才能饒益眾生；「忍辱」有了般若，才能無生法忍；「精進」有了般若，才能奮發不懈；「禪定」有了般若，才能證悟覺道。般若的重要，可見一斑。

如此重要的般若，哪裡才有呢？般若雖然圓融究竟，出生諸佛，但是般若並非「玄之又玄」，般若要在生活當中體會，離開了生活，就沒有般若。《金剛經》中，「爾時，世尊食時著衣持鉢，入舍衛大城乞食……」，即是佛陀般若放光的生活：禪門中，穿衣吃飯、搬柴運水，乃至揚眉瞬目、舉手投足，也都是般若的體現。

所謂「平常一樣窗前月，才有梅花便不同」，平凡一般的生活，有了般若，就能享有解脫自在的人生。

因此，教師能觀機逗教、作育英才，就是般若；醫護人員善用醫藥、守護病苦，就是般若；消防人員奮不顧身、救苦救難，也是般若；清道夫清掃街道、為民服務，也是般若；資源回收者默默付出、護佑大地，更是般若。能做好事，是「般若手」；能說好話，是「般若口」；能慈眼看人，是「般若眼」；巧智慧心，是「般若心」……

何處有般若，何處尊貴！能可以體會般若、實踐般若、分享般若，即是人間第一尊貴之人！

## 55. 199 輪迴的譬喻

世間一切的現象，都離不開輪迴循環的道理，例如：世界有成、住、壞、空的輪轉，心念有生、住、異、滅的起伏，四季有春、夏、秋、冬的更迭，這些都是輪迴；甚至三世時空的流轉是輪迴、善惡六道的受生更是輪迴。在循環相續的輪迴之中，存在著固定的法則，它是有次序，且有因果關係的。「因」會成為「果」，「果」又成為「因」，因果循環猶如時辰鐘從一走到十二，它不會停擺，而會再從一開始，一直走，走到十二，如此週而復始，就叫做「輪迴」。

如果有人問：人從哪裡來？一般的宗教回答都是直線的，從這裡到那裡，都是

有始有終的。佛教講的因果輪迴，它是圓形，是無始無終的。輪迴只是生命的轉換，就像人有「老病死生」，死了之後不是沒有，死了還會再生。

佛教講生命有所謂的「三世輪迴」，也就是說，眾生無始以來由於身、口、意造作的業力，形成了因果相續、無始無終的生命之流，而現起了天、人、鬼、畜等六種多樣性的生命現象，佛教稱之為「五趣流轉，六道輪迴」。

輪迴使我們從神權的控制中超脫出來，讓我們清楚明白，主宰命運的是我們自身的業力，而不是上帝天神，祂既無法賜福給我們，也不能降禍給我們，一切的禍福還是我們自作自受。因為從輪迴的觀點來看，有情眾生的幸福快樂人生，或是不幸悲慘的命運，都是由我們自己所造成的。

當我們相信有輪迴受生，人生就有了延續，不僅是短暫的百年歲月而已。有了輪迴，生命可說充滿無窮無盡的生機，因為這一期生命結束了，下一期生命又開始，就像一顆種子，種到泥土裡，還會再開花結果；生了又死，死了又生，生生死死，死死生生，綿延不斷，希望無限。好比燃燒薪木，一根木柴燃盡了，再加上一根，一根一根地添加，雖然木柴各不相同，但是火焰不停地延續下去，就能薪盡火傳。好比點燃油燈，一盞油盡燈枯，再點上一盞，就能燈燈相續，為人間照破黑暗長夜。

因為有輪迴，生命還有改變與重新開始的因緣，未來的心願終有實現的一天，過去犯下的錯誤也有了彌補的機會。輪迴的意義並非折磨壞人、補償好人，輪迴的目的在於認清自己，從中開發覺性，在每次的輪迴，不斷提升、淨化我們的生命，學習以慈悲待人，用智慧處世。

一個具有正見的佛教徒，必須要勘破輪迴、超越輪迴、不害怕輪迴，安然在輪迴之中的磨鍊，而不為輪迴的煩惱所染汙。

## **56. 201 自依止，法依止**

我們經常喊出一句口號「偉大的佛教」！

但佛教怎麼偉大呢？當然，佛教的歷史悠久，佛教的信徒眾多，佛教的文化豐富，佛教成為普世的信仰；佛教裡出家、在家，都各有依歸；佛教對國家不干涉，對世道人心給予教化；佛教為社會增加道德，對人我秩序加以維護，所以說佛教偉大。

但真正佛教的偉大，在於它的教理、教義，最偉大的是經論言教。《阿含經》說：「自依止，法依止，莫異依止。」這幾句話如果只是輕描淡寫地念過，不知其義，還是不知佛教的偉大之處。

就是佛陀，他也是說佛教偉大，他不以自己偉大；他認為成佛，也要依法，有法才有佛，才有僧，才有僧團。所謂「諸供養中，法為第一」；就是佛，他也要依法才能修持。

在佛法裡，佛陀說的教法，闡揚宇宙人生真理的種類很多，如：緣起中道、真如自性、因果業報、三界唯心、萬法唯識、空有不二等等；但是在我的感覺，佛陀對宇宙的真理，或者對自我的定位，有兩句話，就是「自依止，法依止」，這兩句話在我聽來，真是石破天驚，讓人欽佩頂禮。

所謂「自依止」，佛陀並沒有叫每一個人要依照他、跟隨他、效法他，他還給我們眾生本來的、自由的真如自性。佛陀告訴我們要「自依止」，自己皈依自己，自己肯定自己，自己發展自己，要自我超越，才是佛陀心中的希望。

「自依止」之外，還要「法依止」。佛陀沒有說世間最偉大的是我（佛），他認為世間最偉大的是法，是真理，要皈依法，皈依真理；所以在佛教裡，到處都說要「依法不依人」。如果我們佛教徒懂得自依止、法依止，對自我的提升，對自我的超越，對於宇宙人生的真理，對於自己的未來究竟何去何從，必定有一個真正的體悟。

世間上的人，最可憐的，就是不知道自己的偉大，不肯把自我提升。有的給金錢誘惑，有的給愛情支配，有的給世間上的六塵，所謂色聲香味觸法，或者給五欲——財色名食睡左右。依止這許多世間的物質，只有束縛不能解脫；依止這世間的功名富貴，都是虛榮，如過眼雲煙，最後什麼都沒有。

甚至，也有的人依靠神權，讓神權來束縛自己，那就更不能解脫了。假如說，我們能夠依照佛陀的指示，皈依自己。比方，自我要想解脫，你不能靠神明，也不能靠其他外力，一定要靠自己；你要慈悲，你要有般若智慧；你要悟道，你要與世間的真理相應。你要懂得「道無古今，悟在當下」，你當下承認我自己就是佛、就是法、就是僧，我自己就是真理的榜樣、真理的代表、真理的示範。你能這樣的把自我提升，就不必靠神明、迷信，那是不能解脫的。甚至不必靠佛祖，佛祖也不會賞賜你什麼利益，他給我們最大的利益，就是告訴我們自我解脫之道。

「自依止，法依止」，我對佛法無限的真理，真是陶醉其中。「自依止，法依

止」，對於我們自我的精進、自我的超越，對我們未來的解脫，都是無比的重要。在當今這個世界的人類，被戰爭、政治所壓制，被神權、迷信所迷惑，不能見到光明，沒有看到自我的未來，如果我們能把佛陀的這兩句「自依止，法依止」的真理，了解其真義，並且如實的實踐，那麼比起佛教的因果業報、緣起中道、真如自性等等的真理，我覺得又有不同的意義啊。

## 57. 204 諦聽

在佛教裡面，有一句話說：「佛法清淨在音聞。」因此經典的開頭，都是說「如是我聞」。現在的佛教徒，也總是說：我們到哪裡去「聽」經、到哪裡去「聞」法，很少聽到說，到哪裡去「寫」經、到哪裡去「看」經。當然，寫經也可以，看經也可以，不過，就是不如聽經聞法那麼樣的普遍。

《金剛經》裡面，須菩提向佛陀請法，佛陀就告訴須菩提：我現在回答你的問題，你要諦聽！諦聽！

所謂「諦聽」，意思就是：你要用心聽、注意聽，聽後還要用心思惟、記憶。除了「諦聽」以外，還要學會全聽、兼聽、善聽；聽話不能斷章取義，要能全聽，還要兼聽，也就是要多方面的聽，不能偏聽，要懂得往好處想，這就是善聽。所以經典說，要以聞、思、修，才能入三摩地。

但是，如果我在講說，你卻沒有認真的聽，就等於印刷機，不好的印刷機印出的文字圖片就會很模糊，或者印不上去；又如再好的種子，沒有播在良田土地裡，就會雜草叢生，或者撒在道路上，就不能成長。因此，聞法、聽聞，你不能只聽一，不聽二，不能把聽聞的道理執著、妄自解釋，這都是辜負了佛法的好意，你要對佛法有真正的信心。

對的，你要常常去聽經聞法，要諦聽、諦聽。但是現在的人，不懂得「諦聽」的重要，等於學生在課堂裡沒有很認真地的聽老師講課，法水沒有灌注到他的心田裡，要考試了，怎麼回答得出答案呢？所以，會聽的學生，就會考試；懂得「諦聽」的信徒，對真理就容易契合、了解。

對於今日信徒去聽聞佛法的心態，也有待商榷。現在很多的人，你問他：「到哪裡去？」「我去聽經。」「講的什麼呢？」「哎呀！我沒注意，也記不得了。」記不得，代表大法沒有在你的心田裡面生根；不能在你的心田裡生根，就不能生長，你就是聽經聞法再多，又有什麼用呢？



所以今天學佛法的人，不是只做表面的形象，你要真正的誠心誠意，遇到有聽經聞法的機會，就要諦聽、諦聽，才有功用啊！

## 58. 206 信受奉行

在我出家弘法的數十年期間，經常到各地講經；不管講說《法華經》也好，《金剛經》也好，《阿彌陀經》也好，乃至其他的各部經典，經文一開始，幾乎都是以「如是我聞」開頭；到了最後整部經結束的時候，則是說：大眾歡喜踴躍，「信受奉行」！

但是就我多年來講經的經驗來看，我發現一般的信徒，大多只有受持「半部經」。也就是說，他有前面的「如是我聞」，但沒有後面的「信受奉行」，這是一個很大的遺憾。所謂「知行合一」、「行解並重」、「福慧共修」，無論做什麼事情，都是要有始有終、有頭有尾，不能只有一半。

好比，你穿衣服只穿半身；你盥洗只洗一半；你建房子只有半邊；你寫文章只有半篇，這樣能嗎？沒有恆心毅力把一件事情從頭到尾、從始至終完成，都是一種遺憾。

民初楊仁山居士，寫了一部《佛教三字經》，一開頭就說「無始終，無內外，強立名，為法界」。這是從修行的境界來說，當你修行有所證悟的時候，時間上是無始無終的；空間上也沒裡外、遠近之分。但是當你還在修行的階段，還是要從「有始有終」做起，完成了以後，才能到達「無始無終」；從有內有外，到了修證功力夠的時候，自然就「內外一如」了。

因此，對於聽經聞法，「如是我聞」固然重要；聽聞以後，更要「信受奉行」。所謂「好的開始，是成功的一半」，但後面的圓滿，才更是我們的目的；我們唯有聞法之後，如實的踐行自己的理想、自己的發心、自己的願力，才能有所受益。

只是現在許多信仰宗教的人士，可以說都只想要佛祖、神明賜福給我們，為我們消災增福慧，卻不知道自己要先去力行實踐；你有所付出，才能有所收穫。就好比你不播種，哪裡有收成？你不結緣，哪裡會有好的待遇？所以，無論我們做什麼事情，頭尾要相顧，前後要一致，所謂「全始全終」；能夠「信受奉行」，才是學佛的要務。

## 59. 208 施受平等

在佛教裡，講到修行，有所謂「六度萬行」；「六度」就是六種自度度人的方法。第一度就是布施，又分為三類，例如，你肯得把金錢、財物布施給人，這就是「財施」；你把道理、法義布施給人，就是「法施」；或者你從精神上給予支持、施予力量，讓人不畏懼，就是「無畏施」。這三種布施的內容，都能讓人受益，進而得度。

除了六度法以外，佛教裡還有四種攝受眾生的法門，稱為「四攝法」，即：布施、愛語、利行、同事。這四法也是以布施為首，所以「布施」就成為佛教廣結善緣的最佳方法，也是接引眾生進入佛門的重要方便。

但是布施有一個先決的條件，你想布施給人，必須要有人接受。就一般人的想法，都以為布施的人重要，接受的人渺小；因為我是能布施的，你是接受我利益的。認為我布施的人有辦法，你接受布施的人沒有辦法，這其實是錯誤的想法；佛教裡的「施」與「受」，是同等的利益。你布施，有功德；我接受，同樣也有功德。

就例如，你請我吃飯，我吃過飯以後，你還要謝謝我的光臨，肯得賞光。因此，受者不也是很重要嗎？像在佛門裡，齋主打齋供僧，供養僧眾珍饈美味外，齋主還要拜齋，在大齋堂裡禮拜。意思就是感謝大家的光臨，讓自己有機會能供養，這說明了「施」、「受」之間，是沒有分別的。

現在的人常有一些錯誤的看法，認為我能布施，我就是老大，你接受我的布施，就應該對我感恩；如果是這樣的想法，就不符合佛教布施的原理。你發心布施，也要我發心接受；你發心布施，我卻不肯接受，你又能奈何。佛教裡的布施，是「施者、受者，等無差別」，相互尊重，沒有彼此，不分人我的。

《金剛經》裡講到布施，要「三輪體空」，不能對「施者、受者、施物」三者生起分別、執著。也就是說，布施者不能有我執，不可以認為我是能布施的人；也不可以覺得你是受我恩惠、受我布施的人；更不可執著自己布施了什麼物品、價值如何，那就成了世間法，是不合佛法的。就是一般社會的人我交際，也都是你謝謝我、我謝謝你，這就合乎佛教的「三輪體空」：施者、受者、所施物品，一切平等，相互都有關係。

二〇〇八年，四川汶川大地震的時候，我曾經代表佛光山，前往捐獻兩所學校、兩所醫院、七十二部醫護車及其他物品等等。當地民眾對我這樣的布施很感謝，希望我講講話，我就在千人大眾面前講：「各位四川的同胞們，我今天來到這裡，不是做施捨的，我是來報恩的！」

為什麼呢？因為我的成長受益於四川很多。例如詩人杜甫、李白、蘇東坡，都是四川人，他們的詩文孕育我成長，給我很大的恩惠。另外，在我青少年的時期，對於桃園三結義的關雲長等人，他們的行為、舉止、智慧，都讓我非常的欣賞。如劉備在四川立國，當時魏蜀吳三國鼎立，諸葛亮在此貢獻多少的計策，三國時期精彩的空城計、連環計、美人計，讓青少年的我，真是廢寢忘食的閱讀這許多歷史書籍。

在那個時候，沒有報紙可看，也沒有電視可看，只有這許多與四川有關的才子書，陪我度過青少年時期。所以仔細算來，我的人生，四川人對於我的恩惠，可說奇大無比。

因此，現在四川人受災難了，我是來報恩的，並不是來救災的。我如果是來救災的，就有我大你小、我有你無的這許多分別，那便不符合佛法了。

由於我出家數十年，我是以報恩的心情前來，並不感覺四川需要救濟，而是我需要回報四川人。甚至我對於過去全國同胞們施捨給我的恩惠，我都應該有所回報。我們大家，應該你來我往，彼此關聯一體，施者與受者，同等功德，我是這樣子的想法。就如佛門中的修行，是無我相，無人相，無眾生相，無壽者相；能夠做到「布施無相，度生無我」，平等對待一切眾生，這才合乎佛法。

## 60. 212 八正道

在佛教裡，一切諸佛都是因為「發願」而成就佛道；發願就像一般所說的「立志」，你能立定志向，就有努力的目標，就有前進的動力。

同樣的，佛教鼓勵人要發願，也是因為信仰需要有目標，需要有走向目標的動力。

在過去，佛教都是叫人要做好事；做好事就會有好報。但是什麼叫做好事？做了好事會得到什麼樣的好報？甚至做好事的主張和目標是什麼？如何才能提起大家做好事的動力，這些都沒有具體的方法。再例如，說好話，什麼叫做好話？怎麼說法？說了以後結果會如何？也沒有明確的指導信徒，所以減少了實踐的動力。

其實，在佛教裡，「目標」就是指可以解脫、不要煩惱、不要痛苦；而實踐的方法，則從「八正道」裡可以得到明確的指導，獲得具體行動的力量。

所謂「八正道」，就是八條可以讓你的的人生「向前有路」的正道，這八條道路，條條大路通長安，條條大路都可以幫助你通往解脫之道。

哪八條道路呢？就是：

一、正見：就是正確的見解、觀念；正見就像一部照相機，拍照時必須調好光圈、焦距，畫面才能清晰，不致於模糊不清。

二、正思：心無邪念，遠離邪妄、貪欲，作真理智慧的思量分別。

三、正語：指言無虛妄，就是離誹謗、傲慢、辱罵、刻薄、花言巧語，和虛妄不實的語言。

四、正業：住於清淨善業，遠離殺生、偷盜、邪淫等一切不當的行為。

五、正命：指正當的經濟生活與正當的謀生方式。

六、正精進：朝真理的目標勇猛邁進。

七、正念：能專心憶念善法。

八、正定：正確的禪定，集中意志和精神，使散亂的身心住於一境。

行此八正道，可以讓我們不至於走入邪道，不但今生的人生道上無憂自在，甚至保障我們生生世世都能向成佛之道邁進。

其實，一般的信徒也都希望能在信仰之中，找到自己的人生目標；但「道」要怎麼走法，並不知道。佛教裡光是叫人念佛、參禪、禮拜，卻沒有指導方法，沒有申明個中原委。

八正道就是明確指引我們通往涅槃之境八條正道。我們常常聽人說「胡說八道」，其實這不是罵人的話，而是教你如何行道；如果你能奉行胡人說的八道，這八條正道必定能引導你到達解脫的目標。

## 61. 215 八風

世間上的人，經常為了別人的一個眼神、一個表情、一個手勢，或者為了一個空間、一點利益，稍不合己意，內心就颯起了颯風、激起了地震，瞬間把自己推進羅剎鬼國受苦。例如：多少人在股票的漲跌之間團團轉，多少人在官職的升降中痛苦不已；就是現在你意外中獎了、升官了，試問自己：我的心動不動呢？過去所謂「八風吹不動」，到了現代，恐怕已經不只「八風」而已，而是海風、山風、口風、權風、空穴來風、平地起風波……人間能吹動我們煩惱的風，真是太多了。

宋朝蘇東坡在江北瓜州地方任職時，與江南的金山寺只有一江之隔，他常和金山寺住持佛印禪師談禪論道。有一天，蘇東坡自覺修持有得，就撰寫了一首詩，派遣書僮過江，送給佛印禪師印證，詩云：「稽首天中天，毫光照大千；八風吹不動，端坐紫金蓮。」意思是說，我頂禮偉大的佛陀，蒙受佛光的普照，現在我的心已不再受外在的八風所牽動了，好比佛陀端坐在蓮花座上一樣。

佛印禪師看完後，一語不發，只批了兩個字——「放屁」，就叫書僮帶回。蘇東坡一看，氣得七孔生煙，連忙叫書僮備船。船到金山寺時，看到佛印禪師正站在岸邊笑著迎接他，蘇東坡氣得衝上前理論：「禪師！我的詩偈哪裡不對？你怎麼可以開口就罵人呢？」佛印禪師大笑說：「你不是八風吹不動了嗎？怎麼我一句『放屁』就把你打過江來了呢？」

「八風」是指我們在生活上所遇到的稱、譏、毀、譽、利、衰、苦、樂等八種境界，能影響我們的情緒，所以稱為「風」。蘇東坡認為自己的心早已不受外在的八風所牽動，想不到還是忍不住一句「放屁」兩個字的考驗。可見不識本心，活在「妄想狂風」的飄搖中，身心何能解脫、自在？

人生在世，難免有好有壞，有毀有譽，所以，我提出「一半一半」的人生哲學。有一半光明的白天，必然也有一半黑夜的存在；有百花開放溫煦的春天，也會有酷寒嚴冬的來臨。

有一次寒山問拾得說：「如果有人謗我、欺我、辱我、笑我、輕我、賤我、惡我、騙我，我應該怎麼辦呢？」拾得回答說：「那麼只有忍他、讓他、由他、避他、耐他、敬他、不要理他，過幾年你且看他如何？」忍他、耐他是培養心量；避他、由他是減去紛爭的妙方；敬他、不理他則是尊敬你的對手，讓自己更茁壯、強大。就像打籃球，在球場上若沒有敵手，球賽也無法舉行。

人生活在這個世間上，必定要面對榮辱得失的考驗，得意時會感到榮耀，但是失意時也不用患得患失、自我否定。因為世間無常，榮辱得失只是一時的，對於榮辱太過計較，就會受到榮辱所牽制；對於得失太過計較，就會被得失所桎

梛。因此，我們應該要學習「風來疏竹，風過而竹不留聲；雁渡寒潭，雁去而潭不留影」。當毒箭惡語傷害不了我們，毀譽榮辱動搖不了我們時，就是「八風吹不動」的自在逍遙人了。

## 62. 218 六和敬

自古以來，聖賢們一直都很重視「人和」，例如儒家主張「以和為貴」、「和氣致祥」、「和顏悅色」、「和而不流」等；佛門裡常說：「叢林以無事為興隆。」人和，才能無事。僧團裡，平時依「六和敬」來維繫人事的和諧、往來與運作。所以出家人又稱「和尚」，即「以和為尚」。

佛教的僧團裡，彼此在相處上、見解上、生活上，乃至修道等各方面，都要奉行佛法，共同行持「六和敬」；因為有此共識與實踐，因此能夠和樂清淨、和合無諍。

所謂「和合」，指的就是「理和」與「事和」，即僧眾在真理與行事方面都能和諧相處的意思。「六和」即：

第一、見和同解：即思想的統一。就是大家的思想、見解要有共識，意見不同，相處、共事會障礙重重，所以見解要和，要建立共識。

第二、戒和同修：即法制的平等。對於戒律、規矩，大家都是一樣平等的共同守持戒法，沒有特權，也就是在法律上人人平等。

第三、利和同均：即經濟的均衡、共享。寺院僧團的生活所需都是平均分配，不分職務高低，人人享有的權利是均等的。

第四、意和同悅：即心意的和諧。大家共同住在一起，要有禮貌、有威儀，相互和平、尊重，和諧共處。

第五、口和無諍：即語言的喜悅。大家沒有爭論、吵架，人我之間說的都是叢林的語言，比方說，「請問法師上下」、「請長老開示」、「學人不敢當」、「學人慚愧、苦惱，請多賜教」，彼此有佛法就不會有爭論。

第六、身和同住：即居住的安樂。在寺院裡，大家都是共同生活，都為歡喜來修行，用歡喜心和大家在一起。

六和敬中，見和同解、戒和同修、利和同均，是和合的本質；意和同悅、口和

無諍、身和同住是和合的表現。我覺得「和」很好，每一個人穿的衣服，顏色雖然各有不同，但和諧就漂亮；五官外貌雖然不一，和諧就美麗；五臟六腑的功能不同，但只要各司其職，和諧就健康。

僧團因為奉行「六和敬」，因此能和樂清淨。廣義而言，一個家庭若能共同行持「六和敬」，就能和合無諍、美滿快樂；一個團體若能共同行持「六和敬」，就能發揮團體的力量；一個社會若能共同行持「六和敬」，就能成為一個安和樂利的社會；一個國家若能行持「六和敬」，就能成為一個富強康樂的禮儀之邦。

六和敬也是世間的「和諧六法」，人人能奉行，社會自然能和諧無諍，國家必然能安定與富足。

## 63. 221 法同舍

佛法，一般人都把它當作是經書，當成道理，甚至把它當作講經，才叫弘揚佛法。佛法在哪裡？在藏經樓上，不能普及大眾啊。佛法在哪裡？在老和尚的心裡，人家也不知道啊。佛法在哪裡？在深山寺廟裡，人家也不容易求得啊！佛法究竟在哪裡？

佛法，在世間的虛空之中，萬有萬象的世界都是佛法；甚至於一切有生命的、有生機的，所謂「青青翠竹皆是妙諦，鬱鬱黃花無非般若」，我們說它都有佛法。所有佛法，就是佛說的道理，可以解脫煩惱、痛苦，可以增加智慧、增加對自己的依靠，所以佛陀叫我們要「自依止，法依止，莫異依止」。

你能可以受三皈五戒，三皈五戒就是佛法。也不要將佛法當作是什麼抽象的道理，要把它當作是虛空、無相的真理。佛法的內容，也有種種的層次，世間有世間法，出世間有出世間法；做信徒的有在家法，出家僧眾有僧伽法。所以像戒律，就等同法律；像佛經的道理，一句話都可以作為老師，那都是法。

法同舍，就是佛法跟我住的房子一樣。我們住在哪裡？你說住在洋房裡面、住在高樓裡面、住在公寓裡面，但它沒有佛法。所謂「三界如火宅」，你住在五欲六塵的世間，如同住在火窟裡一樣，不能得度。你必須住到佛法的家園裡面來，因此有信仰的人，信仰就是房屋；你經常誦經，經書就是你的房子。

所以「法同舍」意思是，佛法就是我的家，就是我的房舍，我住在佛法裡，以法為家。講了很多的佛法，你也不知道對你的重要；講到你有一個家，家對你

就重要了。所謂「金角落、銀角落，不及自己一個窮角落」，雖然佛法是無邊、無限、無量的，假如我能得到一點佛法，是我的，我就有受用。就像一塊錢也能買一個燒餅，充當一餐，就能止住飢餓。

所以布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若等六度，任何一法，只要你會用，只要你懂得去實踐，你都能得度的。比如日常生活中以慈悲的語言應人，用慈悲的眼光看人，用慈悲的面孔待人，用慈悲的手助人，用慈悲的心祝福人；只要會用，都能獲得自在。

法是我的家，我可愛的甜蜜家庭。我有了佛法作為生命成長、安住的家園，這就是「以法為家」，就是「法同舍」的意義。

## 64. 223 一滴水

有人對於佛法一無所知，甚至於輕慢佛法、排斥佛法。不過，佛如光、法如水；你想過光明對你的重要嗎？沒有光明，生活在黑暗中，你受得了嗎？佛光普照，佛陀就是光明，你有光明照耀的時候，你不知道光的可貴；但是一旦沒有了光明，黑暗來臨的時候，你會很恐懼的。

法如水，水可以洗滌你的汙穢，解除你的飢渴；水能成長萬物，平時你不重視，隨意浪費，假如沒有了水，你還能存活下去嗎？沒有真理、沒有佛法，就如魚離開了水；沒有水，生命將會遭遇如何的苦難，你有想過嗎？

法如水，佛法就是甘露法水；一滴水，可以解除你的飢渴；一滴水，澆在花草樹木上，能讓生命成長；一滴水，能調解空氣；一滴水，可以救活生命；一滴水，可以成為海洋；一滴水，可以流於無限；一滴水，是三千大千世界的力量所積聚。因此，我們不能以滴水可輕，也不要以善小而不為。所謂「滴水如金」，你知道滴水的可貴，你還能輕視它嗎？所以「佛光常照，法水甘露」，有光明的時候，你要愛惜光明，見光就如同見佛；有水的時候，你要知道水的寶貴，見水如佛法甘露，可以滋潤我們乾枯的心田，可以成長心裡的禾苗，讓我們對佛法的信心能可以再生、再起，再有無限的未來。一滴水，你不可以小視。

日本有一位禪師，就是為了將一盆剩餘的水隨意倒在地上，師父呵斥他：「你要愛惜滴水，滴水如金！」所以後來他就自己改名為「滴水」，人稱「滴水和尚」。



在中國也有一句話說：「滴水之恩，湧泉以報。」做人要懂得感恩，每一個人的存在，都要感謝社會大眾的因緣。因此，佛法的恩典、恩惠，我們也要如光、如水一般來恭敬、信奉，這對於自己的現在、未來，都有極大的幫助與利益。

## 65. 225 心的譬喻

二千多年前，釋迦牟尼佛在靈山會上，把「涅槃妙心」付囑給摩訶迦葉。所謂「妙心」，就是我們的真如自性，也就是宇宙人生的真理。這個意思就是說，佛陀把這一種詮釋法界的寶藏，付囑給了大迦葉，由他來傳播。

說到這顆「心」，《雜阿含經》說「心惱故眾生惱，心淨故眾生淨」。我們凡夫眾生因有種種的無明煩惱，所以產生諸多的憂悲苦惱，都是因為我們除了有一顆「肉團心」之外，我們還有「緣慮心」、「思量心」、「積聚心」，甚至還有瞋恨的心、嫉妒的心、愚痴的心、虛偽的心、自私的心、執著的心……我們的心每天都在一些人我是非的事相上，自我分別、比較、計較，如此一來，所謂「心生則種種法生」，心裡生起了愚痴無明，自然種種的煩惱痛苦也會隨之而來。

所幸，我們每一個人與生俱來的，還有一顆「真如心」，只是長期被煩惱的烏雲覆蓋，無法顯現；只要我們能透過佛法的修持，把這顆「真心」，也就是我們永恆不死的真如佛性開顯出來，那麼每一個人都能成佛有望。

因此，學佛修行，所謂「修行要修心」主要的就是要修我們的這一顆心。例如，我們要以好心對壞心，以信心對疑心，以大心對小心，以靜心對動心，以真心對妄心；甚至最高的境界，就是要以「無心」對「有心」，也就是《金剛經》所謂的「無住生心」。

我們的身體上，有眼睛、鼻子、耳朵，有頭和手腳，這些我們自己都能看得到，但是我們沒有辦法看到「心」。我們的這顆心，每天的變化千奇百怪，甚至心的內容、心的層次之多、之高，真是難以敘述。因此，我們只有間接的透過譬喻，才能稍稍的認識一下我們的這顆心，看看它到底是什麼樣子。

在佛經裡，形容心的譬喻不勝枚舉，以下只舉出十個，略窺一斑。

一、心如猿猴難控制：我們的心像猿猴，每天跳動不停，一刻不能安靜。他可以上下翻滾、前後跳躍，給人捉摸不定，讓人無法控制。

二、心如電光剎那間：世間上光速最快，比電光更快的是我們的心。一個閃電在一秒之間，百千萬里；心念一動，即刻可以在世界各地遨遊，快如電光。

三、心如野鹿逐聲色：山中的野鹿無所事事，吃飽以後只想追逐聲色之娛。人心也是如此，如野鹿追逐聲色，不肯停留。

四、心如盜賊劫功德：人生有一件可怕的事，就是自己養在身體裡的心，好像盜賊一樣，在竊取我們的功德，為非作歹，肆無忌憚。

五、心如冤家身受苦：心也像我們的冤家仇人，有時會保護我們，有時也會出賣我們；心念一動，有了不正的行為，就會讓我們的人生受苦。

六、心如僮僕諸惱使：心也像我們的僮僕，雖然供我們差遣、使喚，但僮僕間的是非煩惱，我們也要概括承受。

七、心如國王能行令：心如國王，高高在上，他的所有臣民「眼耳鼻舌身」都要聽命於他。如果心的國王是一個仁王，他可以領導臣民做好事；如果是一個惡王，臣民就會遭殃。如古代印度的阿育王，被人稱作「黑阿育」、「白阿育」，因為他在學佛前後有不一樣的領導風格。

八、心如泉水流不盡：我們的心好像泉源，可以流出清澈的淨水，也可以流出汙濁的黑水。如果心的泉源不斷流出淨水，則我們的社區、同事、親友，都會同享淨水之惠。

九、心如畫師描不盡：「心如工畫師，能畫種種物」，我們每一個人都是雕刻師，可以把自己雕刻成自己想要的形象，因為心就是我們的雕刻家。我們要想讓自己成為什麼樣子，也可以自己彩繪，因為心就是我們的畫師。我們的心裡有什麼毛病，也可以自己醫療，做自己的心理醫師，因為心就是我們的醫王。總之，我們要把自己塑成什麼形象，心就是主事者。

十、心如虛空大無邊：真正的心像什麼？在我們的意識形態裡，當然可以像猿猴、電光、野鹿、盜賊、冤家、僮僕、國王、泉水、畫師。但我們真正的真心、性靈，大如虛空，無邊無際。真心的生命，是無生滅的法身，真心的生命沒有生死，是永恆的涅槃。

因此，心也和一個人一樣，可以成為壞人，也可以成為好人；心可以成為盜賊、猿猴，也可成為諸佛菩薩，就看我們如何主宰自己的心。

所謂：「佛說一切法，為治一切心；若無一切心，何用一切法？」上面所舉的這許多心，有的是妄心，有的是壞心，這些當然都不可以有，所以我們要把他加以轉化、淨化；只要我們能把這顆心一轉，讓它「轉惡為善、轉迷為悟、轉妄為真、轉識成智」，那麼有了真心，還怕不能成辦一切事嗎？

## 66. 229 心如工廠

人有眼睛，自己看不到，不過摸得到；人有耳朵、有鼻子、有嘴巴、有身體，這自己也知道。可是人有心，自己知道嗎？心看不到、摸不到，但是心才是我們每個人自己的主人。眼睛沒有心，就視而不見；耳朵沒有心，就聽而不聞。沒有心，就是有眼耳鼻舌身，都沒有用啊！心是王，他可以運用眼耳鼻舌身，做各種的服務。

心，是我們的主宰，是我們的主人翁。如果你不認識心，你不知道心，甚至好壞都任由心來妄為，這是不對的。若以「心如工廠」來舉例，工廠內的產品，品質優良，自然就生意興隆。反之，工廠出產的產品，都是不良的貪、瞋、愚痴、邪見，經常排黑煙汗水，品質不好，當然就難以存在。所以要想了解我們的心，舉「心如工廠」這樣的譬喻，最容易讓人了解。

心的功能很多：心如國王、心如盜賊、心如閃電、心如猿猴、心如天地。我們的人生，是好人、壞人，是善人、惡人，是君子、小人，都是心的造作。因此，我們對於自己心的工廠，要好好來管理。

現在世間上都講究管理，有學校管理、工廠管理、社會管理、國家管理、圖書管理；那麼，你自己心的工廠，要怎樣管理呢？你可以用法治管理，你可以用慈悲管理，你可以用道德管理，你可以用誠信管理，你可以用平等管理，或者可以用一切都尊重來管理。你能有這許多管理的方便，還怕心不聽你的話嗎？

## 67. 231 平常心

在這個世間上，有很多的悲歡離合、聚散無常，也有很多千奇百怪的事情，甚至還有很多不公不義的事情在發生；每當遇到不合情理，讓人看了不能接受、不能容忍的事，一些佛教人士都會說：「好啦！你就用平常心看待吧！」

平常心，不是說沒有是非，不是說不管它。平常心，有時候是不和他太過計較

，不要太過認真，要大事化小，小事化無。

何謂「平常心」？我想，就是要有平和的心，要有平等的心，要有平均的心。這個要從修養、雅量、忍耐、慈悲……種種集合起來，才能把平常心提升、擴大，才有內涵。

就像人死了，不能挽回了，你光是哭泣、傷心，也沒有用，所以要用平常心看待。像夫妻離婚、子女離散，也是出乎常情，讓人不能忍耐；但也只有告訴對方，要能看破、看淡，要以平常心去面對。

因此，平常心，需要有智慧，也要有力量，要能息事寧人。平常心，也不是叫我們不分善惡好壞、不問青紅皂白；一切善惡都由它，那也不能叫做平常心，那是糊塗心。

世間上的平常心，還是要有善惡的分別、好壞的揀擇，於人於己，往好處去想，往好處去做，大家不要兩敗俱傷，不要仇上加仇，但並非壞事由它。我想，平常心是智慧、忍耐、慈悲、修養的綜合，有道德，有解脫，這樣才是平常心。

如果說，一點小事就斤斤計較，一句話就跟人互不相讓，一點利益就爭得你死我活，一點出乎意料之外的人事，就放不下、放不開、看不破，那當然就不叫做平常心了。

在五花八門的社會裡，平常心對於一個修行的人而言，對己是保全之道，對他是尊重包容之道；對於萬事、萬物、萬人，都要能雲淡風輕，這樣子的修養，才是平常心的意義！

此外，處理許多人事的問題，你要有智慧認清得失關係，你要有慈悲寬容的心胸，所謂「猶如木人看花鳥，何妨萬物假圍繞」，只要不是太過分的問題，就不要斤斤計較，放不下；該放下就放下，該提起就提起，那就是有平常心了！

## 68. 233 心外無法

佛教講「外道」，指的是「心外求道」；一般人大多心外求法，而不知自家有無限的寶藏。其實，學佛的人應該「反求諸己」，而不是一直心外求法；心外求道，則離道漸遠，所以說「菩提只向心覓」，而非向外找尋。

人稱「趙州古佛」的趙州從諗禪師，他為了尋找自己的佛性，即使已過八十高

齡，仍然四處行腳參學；直到在外面繞了一圈，最後回來才知道原來是「空費草鞋錢」。唐朝無盡藏比丘尼曾作過一首偈：「終日尋春不見春，芒鞋踏破嶺頭雲；歸來偶把梅花嗅，春在枝頭已十分。」一個人若是終日向外追求，是不容易找到自己的，真如佛性本來就在我們心中。

有一天裴休宰相到寺院禮佛，看到殿外的牆上有一幅畫像，就問：「這畫的是誰呢？」知客師就說：「是高僧真儀。」

「畫像我是看到了，可是高僧在哪裡呢？」知客師不知如何回答。

裴休再問：「寺裡有參禪的人嗎？」

「有一位黃檗希運禪師。」

黃檗禪師出來後，裴休就問：「高僧畫像我已經見到了，高僧在哪裡？」

黃檗立刻大叫一聲：「裴休！」

裴休驚訝地應聲：「我在！」

這時黃檗大笑：「高僧已在此，何必往別處尋求？」

許多宗教徒總是想從所信仰的對象中求得靈感，例如禮拜觀世音就希望觀音菩薩能給他摩頂、灑甘露；向耶穌祈禱的人也希望耶穌顯靈，其實這些都是心外求法。靈感出自於內心，唯有心中的佛菩薩、心中的耶穌、心中的智慧，才是真正的靈感。

現代的人每天為追逐六塵而忙碌不已，眼睛喜愛追求美麗的東西，耳朵喜歡聽各類的音聲，鼻子歡喜聞香嗅辣，舌頭喜嘗甘甜滋味，身體喜愛柔軟觸覺，心裡喜歡分別、計較。如此向外追求，何時才能找到自己的本心呢？反觀禪師們只要眼睛一閉，不看、不聽、不說，當下整個宇宙就都在他的心中了。

所以六祖惠能大師的〈無相頌〉說：「心平何勞持戒，行直何用修禪……菩提只向心覓，何勞向外求玄，聽說依此修行，天堂只在目前。」佛法不假外求，要向內心求；不向遠求，要向近處求。我們能夠時時反觀自心，天堂就在眼前，菩提就在心裡。

我過去常說：每一個人自己都有「本尊」，也可以有很多的「分身」（代表）

來為他做事；若是忘失自己的本能（本尊），向外尋找本尊，那就是心外求法，就是非法。

因此，如果我們能很肯定地說：「我找到了自己！」那就很妙了。找到本性，就是認識了自己，這是很不容易的。世間上的人，不認識自己，常常愚昧、苦惱，才會生活得不自在。

## 69. 236 方便

佛教講：「方便有多門，歸源無二路。」方便、隨緣是一種智慧的運用。佛經裡常教我們要廣結人緣，不侵犯他人，不辜負他人，並且要多多給人方便，因為給人方便就是給自己方便。

曾經，我為佛光山訂定了「佛光人的信條」：給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便。前面三點都容易、好懂，唯有「方便」二字，一般人不容易了解其真義。

所謂「方便」，比方讚美人一句好話，就是給人的方便；在路上設一個指路牌，不讓人走錯路，就是給人方便；施茶給人解渴，就是給人方便；為人解決疑惑，都是給人方便。過去佛教講慈悲，儒家講仁義，基督教講博愛，都是為了給人方便。只是方便上面要加上「善方便」，那才是真的「方便」。

因此，「方便」其實就是一種智慧權巧，是菩薩度眾、成佛不可缺少的重要資糧；一個實踐菩薩道的行者，除了必須具備般若智慧以外，還要有度眾生的方便。歷代以來，各寺院道場為了因應眾生不同根器的需求，莫不廣設各種法門，方便接引。像隋唐佛教寺院附設碾坊、倉庫促進民生發展；宿坊、車坊便利商旅往來；義學、譯經提升社會的文教；僧祇戶、寺庫穩定國家的金融；病坊、當舖照顧貧者的需要……這些公益的推行，都是「給人方便」的施設。

當然，方便有多門，六根也可以是眾生入道的方便，例如：有人見到莊嚴的佛殿而入道、有人聆聽梵唄鐘鼓而入道、有人嗅聞壇場馨香而入道、有人品嚐酥酪妙味而入道、有人朝山禮拜而入道、有人感悟生命無常而入道。

《維摩詰經》說：「慈悲為父，方便為母。」慈悲與方便，都是令眾生入佛知見的最佳要道。但是方便不是隨便，「給人方便」是給人因緣，給人助力，不要讓人感到困難，進而解決人的難題。

「給人方便」看似利他，實則利己；「給人方便」是一種很好的美德，身處世間，人人都應該要能廣行「方便」才好。只不過方便也有好壞之分，你提供金錢給他，是要給他一些生活上的方便；但他有了金錢，卻去吃喝玩樂，這是方便出下流。你給他時間，讓他去修持、參學，他不知道要珍惜生命、時間，利用機會到處去遊蕩、為非作歹，這也是方便出下流。東西隨手亂丟、隨處亂放，他說為了方便；甚至說錯話、做錯事，也說是方便，這種方便就很難讓人苟同了。

所以方便，也要有般若智慧引導，如此才能懂得善巧運用。方便就是靈巧、活用，凡是對人有利益、有幫助的事，都要能有方便權巧，讓人受用。比方老師教授的內容太深，對方聽不懂，我可以用淺顯的譬喻讓人聽懂，這就是方便法門。

我們要能給人善方便、善護念，幫助他向上，幫助他發展，幫助他走向真、善、美的世界；甚至幫助他成就菩薩道，成就菩提心，這才是給他最好、最大的「方便」。

## 70. 239 悟

人生有很多的迷，產生許多的問題疑惑，不能解答；假如「悟」了，什麼問題都懂得、都明白，你說成佛還有什麼困難呢？因此，自古以來禪師們只求開「悟」，不求成佛。

有人把「悟」看得很玄妙、很困難，其實悟也有層次。我們平常求知識，我懂了、我明白了，這也是一種悟。佛法講小疑小悟，大疑大悟，不疑不悟，你要提起疑情，要有問題；有了問題，才能啟發思想，才能產生智慧，問題才能解決、才會懂了，這才是開悟。

世界上好多的科學家，如：發明電燈的愛迪生，發明飛機的萊特兄弟，發現地心引力的牛頓，發現電的富蘭克林，這些發明、發現也是悟。不過他們悟的都是世間法，是一套貢獻世人的學問理論，還是點滴的悟，不像禪門的禪師們大徹大悟，悟到人「生從何來，死到何處去」。

修道者悟道了以後，不管多久以前的事情，都會向他集中而來，不論再遠的地方，也都一一浮現在他的眼前。因此，一個悟道者，時間上，過去、現在、未來，都在他的一念之間；空間上，東、南、西、北等十方世界，在他也只是方寸之間，當下他就擁有了虛空三千大千世界。

宋朝蘇東坡曾經做過三首詩偈來表明參禪悟道的三個過程：

第一個階段尚未參禪：「橫看成嶺側成峰，遠近高低各不同；不識廬山真面目，只緣身在此山中。」即「看山是山，看水是水」，這是從分別心上建立的虛妄認識。

第二階段是參禪尚未開悟的心情：「廬山煙雨浙江潮，未到千般恨不消；及至到來無一物，廬山煙雨浙江潮。」進入到「看山不是山，看水不是水」，這時是透過智慧看到的山水，它已不是本來的樣子。

第三個階段即是悟道後的心境：「溪聲盡是廣長舌，山色無非清淨身；夜來八萬四千偈，他日如何舉似人？」去除了內心貪求執著後，體會到「看山還是山，看水還是水」，此時見到的山水已是我心內所流露出來的智慧活泉，能以平常心看待了。

所以無論出家、在家的修道者，不必去求消災免難，應該要求開悟。人家說「一醉解千愁」那是個迷的世界；「一悟明大千」才是一個證道的境界。

我們拜佛要求開悟，念佛要求開悟，做善事要求開悟，參禪當然也要求開悟。悟是學佛人應有的一種希望，人生最苦的事情就是迷惑，在迷惑裡面生生世世，生生世世，沒有「了生」；假如悟道了以後，那真的是生也好，死也好，他都能明白。

六祖惠能大師不識字，但是他開悟了；太虛大師十九歲在普陀山閉關，他也沒有上過學，他開悟了。當今學佛的人，開悟的還是很多，只是他自己不好說，也沒有人為他印證；不像過去佛世的時候，哪一個弟子開悟了，佛陀一聽，只要你一開口，他就知道你有沒有開悟？一印心就知道你悟境如何？

今天佛教的行者，不要把「悟」看成很困難的事情，開悟不是難事，有修有德，有修有證，開悟不為難也。

## 71. 242 三好

佛教講：「萬般帶不去，唯有業隨身。」「業」就是透過「身口意」三者所造作的行為，所以造業的主人翁就是身、口、意「三業」。

修行用功，必須從身、口、意三業修起；三業要淨化，就是要身行善事，口出



善言，心存善念。為此，一九九八年四月，我在中正紀念堂恭迎佛牙舍利來台的祈福法會上，邀請當時的副總統連戰先生，共同提倡宣誓「三好運動」——做好事、說好話、存好心。經過多年的推行，目前「三好活動」已經從佛教徒擴及到校園、社會上，大家也都在說三好、行三好。

所謂做好事，就是修身，淨化身業。把侵犯、傷害人的惡行，換成利益大眾的佛行，例如：不殺生、不偷盜、不邪淫、不為非作歹，而能做一些利益人的善行、懿行、利行，這就是做好事，也就是身行善事。

所謂說好話，就是修口，淨化口業。把瞋恨、嫉妒人的惡口，換成柔軟讚歎的佛口，不說妄語、不可兩舌、不講綺語、不能惡口。與人往來，要說慈悲的話、智慧的話、真誠的話，多說誠信、正直的話，可以為我們帶來好的人緣。

所謂存好心，就是修心，淨化我們的意念。把愚痴的邪心，換成慈悲智慧的佛心，例如：不要有疑心、嫉心、貪心、瞋心、惡心，而要懷著慈心、悲心、願心、善心、發心等，「照顧念頭」，念念是慈心，自然所遇的都是善緣。

其實人的身、口、意行為，無論善惡，都會產生一股力量，驅使我們去造作新的行為，新的行為又會產生新的力量，形成不斷的循環、流轉。我們所造下的善業、惡業，待因緣成熟，一切果報，還得自受。因此，一般人都知道，生存在世間要多行善，不可造惡業，佛教徒也都了知因果輪迴的道理。而二十一世紀的今天，科學家也證明了佛教所說的業力，就是他們研究出來的基因，也就是生命的密碼。

以佛教的立場而言，生命的密碼所展現的相是因果輪迴，簡單的說就是「種什麼因，得什麼果」。因果，是宇宙萬有、生滅變化的普遍法則，是宇宙人生的實相。有些人以為算命可以改運，實在說，人若心念不正，看什麼都是邪的；如果不想被命運束縛，就要改變自己的心念。把汙穢的心，改為清淨的心；把邪惡的念頭，改為純正的念頭。改掉情緒化的脾氣、改掉逞強好鬥的個性，運氣也會跟著好轉起來。

所以說，你造了惡業，不但親人救不了你，甚至佛菩薩也幫不了忙；同樣的，你造了善業，不需要另外的外力幫助，自己必然會享受善緣善果。如果說不幸造了惡業，還有補救的方法，如：

第一是懺悔。正如衣服上的塵埃、身體上的垢穢，你可以用清潔劑、肥皂來清洗；造了惡業，要懂得真心的懺悔認錯，才能減輕、消除惡業。

第二是發願。你要懂得發願，願做好事、願說好話、願存好心等，要能發善美廣大的願。當然，不能只有願力，還要付諸實踐，自然有願必成。

歷史上的聖賢君子，因為他們做好事、說好話、存好心而美名流傳。佛教也早就昭示人要行善，要能「諸惡莫作，眾善奉行」。所以行「三好」看似簡單，實是蘊含甚深佛法的真義，更是合乎佛陀的本懷；人人行三好，社會和諧，世界必定更美好。

## 72. 245 四給

在人間生存，無法離群索居，因為世間一切都要靠因緣和合才能成就，離開人群就沒有因緣，所以人間佛教以「人」為本，要重視他人的存在、需要、苦樂、安危等。太虛大師曾說：「人成即佛成，是名真現實。」人道圓滿，佛道必能慢慢成就。以人為本、以眾為我的修行，也就是我一貫主張的「四給」之佛法意涵——給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便。早在佛光山開山之初，我就將「四給」訂為佛光人的工作信條。今略述此中心要：

一、給人信心：《華嚴經》說：「信為道元功德母，長養一切諸善法。」信心是力量的泉源，是進步、發展的基礎；凡事具足信心，即使排山倒海之難，也能迎刃而解。如目犍連尊者本著「不捨一人」的慈悲，讓對人生已萬念俱灰的蓮華色女，再次生起了堅定的信心，這分鼓勵給予的信心助力，讓他出家修行不久後，即證得阿羅漢果。

一般人講話，常常令人感到挫折，讓人喪失信心；其實講話只要多注意修辭，就能給人信心。比方，你罵人「沒有出息」，若改為「你只要努力，就會有前途，就能成功」，對方聽起來必會信心增長，對你心生感謝。因此，在待人處世方面，不妨多給予別人慈悲愛語，一者增加他人的信心，二者也增加自己的人緣。

二、給人歡喜：人間最寶貴的就是一顆「歡喜心」，諸佛菩薩當中，以「歡喜」成就佛道的，除了眾所熟悉的彌勒佛外，還有歡喜光佛、歡喜自在佛、歡喜王菩薩、歡喜念菩薩等，從中可知歡喜也是重要的修持法門。

佛教裡除了法布施以外，還有心意布施、微笑布施，這些給人歡喜的「密行」我一直都很努力在實踐。直到現在，不論走到何處，不管年齡老少，我都樂於親近，因為每個人都值得我們真誠對待。我更發願要把歡喜布滿人間，畢竟，人是為歡喜而來人間的，不是為了苦惱而來。

三、給人希望：阿彌陀佛的四十八願、藥師如來的十二大願，這些諸佛許下的誓願，都是建立在給予一切眾生的希望上，從給予中也莊嚴了佛國淨土；普賢菩薩十大願、彌勒菩薩三大弘願，也都是在實踐給人希望，從中成就了無上菩提。

人，活在希望當中，只要有一線希望，哪怕是赴湯蹈火，犧牲性命，也在所不惜，這就是希望的可貴。而人生的希望，就是要不斷與時俱進的往前走，舉例來說，地屬長形的佛陀紀念館，館內的環館道路可以環繞佛館一圈，但是一般人看到永無止境的道路會感到遲疑，不知前方通往何處？因此，我請人豎立了「向前有路」的指標，除了提醒大家往前走還有路之外，也告訴大家，只要一直往前走，就會有希望，只要你肯得向前，必能追求到屬於自己的人生希望。

四、給人方便：中國歷代佛寺附設的碾坊、倉庫，促進民生的發展；宿坊、車坊便利商旅的往來；義學、譯經提升社會的文教；僧祇戶、寺庫穩定國家的金融；病坊、當舖照顧貧者的需要。這些「給人方便」的設施，都是公益措施的推行，對民眾苦難的救助及國富民安的增進，都具有莫大的貢獻。

「給」看似利他，實則利己。只要我們常存慈悲之心，處處與人為善，時時給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便、給人一點因緣、給人一個微笑……就能讓我們的心形成一座美好的橋梁，不但方便了別人，也讓人我溝通無有障礙；從「給」的佛法實踐中，我們的生活必定也會充滿歡喜、希望，在追求佛道的路上也能獲得諸多善緣。

## 73. 248 六根

人體上，眼、耳、鼻、舌、身雖然各有不同的樣子，彼此職司的功用也不同，但都是為了維護一個人體的功能。一個人的肝、肺、腸、胃，也有不同的機能，所有的作用也都是為了維持人體的正常運作。

人的眼、耳、鼻、舌、身、心等六根，每天接觸六塵，攀緣外境，引誘我們造作種種的惡業，因此，佛經形容六根如同六個盜賊，時時在竊取我們的功德法財。而這六個盜賊平時以「心」為首腦，「心」是總司令，統領著六根，它叫眼睛看、耳朵聽、鼻子嗅、舌頭嘗、手腳做。為了避免受到「六根」盲目造作所害，六根就應好好的修行。六根要如何修行呢？

人體，就像一部機器。其中，眼睛有如照相機。一般的照相機，都是捕捉美好

的鏡頭拍攝，當然我們的眼睛，也要往好的地方看，如看佛像的莊嚴、看好人好事……然而一般人的眼睛，都是用來看到別人的過錯，卻看不到自己的缺失，因此整天討厭這個、不滿那個。如果我們能改變自己，不再只是看到別人的不是，而能「反觀自照」，看到自己的過失、不是，這就是眼睛的修行。

耳朵，就像收音機。俗話說：「良藥苦口，忠言逆耳。」一般人的耳朵，只喜歡聽讚美的好話、聽悅耳的音樂，但對朋友誠懇的忠告，卻是心生反感。如果我們能歡喜接受別人的勸諫之聲，甚至「聞過則喜」，這就是耳朵的修行。

鼻子，就像探測機。有人形容，鼻子追逐香臭之味，就像「探子」打聽軍情一樣，可見鼻子的敏銳。不過一般人的鼻子，只喜愛追逐飲食的香味，如果我們能進一步嗅到聖賢道德的芬芳之味，這就是鼻子的修行。

舌頭，就像語言機，又像擴音器。舌頭不但可以分辨酸、甜、苦、辣等各種味道，尤其善用舌頭的人，所謂「舌燦蓮花」；口能宣說真理、好話，帶給人信心、力量。但是相對的，有的人專門說話破壞好事，所以「十惡業」裡，口就占了四項，因此我們要善護口業，要隱惡揚善，常說鼓舞別人的好話，自然能讓人感到歡喜，音聲也會嘹亮悅耳。

一般人以能夠嘗盡天下的珍饈美味，是為莫大的福報，但所謂「病從口入，禍從口出」，這也是人盡皆知的道理。所以，我們要讓舌頭經常咀嚼真理的法味，進而能以口宣揚佛法真理，這就是舌頭的修行。

身體是一個活動機。腳就像走路機，過去的修行者為了明心見性，不畏辛勞雲水天下，都是靠著雙腳行走各地；手就像萬能機，可以做善做惡，拳頭替人撻背就是善，打人就是惡。身體可以感觸外境，一般人喜歡接觸冷熱適中、柔軟細滑的東西，所以要坐沙發、睡床鋪、吹冷氣，過著舒適的生活。如果我們能偶爾到寺院道場去禪坐、禮拜、端身、正直，讓身體感觸清淨的境界，這就是身體的修行。

我們的頭腦就像個司令部，心是總司令。一般人每天心心念念想到的，都是自己如何獲利、如何揚名、如何發財、如何成功。如果我們能進而想到：我要慈悲、我要公正、我要和平、我要助人，尤其能有「但願眾生得離苦，不為自己求安樂」之念，這就是心的修行。

其實，修行不是只在口頭上的宣揚而已，更不是消極的不看、不聽、不說，而是要能真正去實修、實行。例如：眼不亂看，還要將逆境轉成可以成長自我的

助緣；耳不亂聽，把是非閒話轉成自我改進的良言；口不亂說，滿口都是讚美別人、激勵人心的善美好話。若能六根實修，才是真正人間的正道修行。

## 74. 251 修行

在這個世間上，很多宗教都講究靈修。在佛教裡，不論是出家人、在家人，也應該要有一點靈修的功課；透過修行得到一些宗教體驗，才能建立起自己的信心。

佛教修行的法門很多，有禪坐、念佛、持咒、禮拜、止觀等等，甚至一些發心為人祝福的行為，都可以稱為修行。

但是就「修行」這件事來說，長久以來，大家只有把「修行」掛在口頭上，或是把修行當作健身運動，好比我禮佛多少拜、我經行多少步等等，甚至只在事相上、數量上計較，如：我念佛多少聲、我禪坐多少天。因為只是強調事相上的修行，卻沒有用心去改變自己的習性，沒有直指本心、改變氣質，如此，即使經過長久時間的修行，心性仍是蒙塵，現實生活還是被煩惱所壓制、束縛，所以修行的人多，悟道的人少。

一個人如果缺少悟道的體驗，如何能享有禪悅法喜的妙樂呢？對於悟道的體驗，例如：初學道的人，由於他根機不夠深厚，基礎也沒有打穩，可能堅持不久又回到世俗世界，沉迷於五欲六塵之中。假使他安住在佛門裡，長時間深入經藏，在修持上有所體驗，你要他回頭、捨道，他怎麼樣也不肯，因為他已經嘗到靈修的味道，心裡面已經感受到修行的妙意。當學道者獲得了修行的自在、輕安、舒適，住在禪悅法喜中，他對世間的五欲六塵就不再感興趣了。

真正的修行，就是要我們「時時勤拂拭」，把心中明鏡上的灰塵去除。雖說每個人心性本淨，但是你不把心上的塵垢除盡，清淨的本體自性就不能發光。我們常看到一些念佛的人，口中一邊念佛，一邊罵人，即「口念彌陀心散亂，喊破喉嚨也徒然」。念佛就是要念到「即心即佛，即佛即心」，轉「凡心為聖心」，如此才能真正的認識實相的真我。

說到參禪，就要參透機密，找到悟道的玄關，而不是一面打坐，一面妄想紛飛；所謂：「坐破蒲團不用功，何時及第悟心空？」一個人光在形式上修行，即使做足了表面功夫，也是沒有用。就如衣服破了要補，桌子壞了也要修理；我們內心有諸多煩惱、妄想的毛病，不花時間去淨除，只在表面上極盡粉飾之能事，終究是徒勞無功。

一般人的修行，由於著重在形象上、功德上，著重在有所求、有所得上，終究是難以入道。而人間佛教的修行，強調生活即是修行。例如：在生活中，你對於衣、食、住、行，還是那麼的貪著嗎？在人我是非裡，你還是那麼計較嗎？你在事相上是不是常常患得患失呢？六祖惠能大師說：「心平何勞持戒？行直何用參禪？」在人間佛教的修行裡，要我們在日用生活裡，舉心動念都不要起貪著，不要傲慢，不要瞋亂，不要對立，要把慈、悲、喜、捨四無量心、諸佛菩薩的心要，用在自己的修行功夫裡面。

我們的一顆心，具足自我的清淨本性，也充滿了無始以來的無明煩惱，如何「轉識成智」？如何「去妄歸真」？就需要有各種的法門來對治。傳統佛教有所謂的「五停心觀」，即以「不淨觀」對治貪欲，以「慈悲觀」對治瞋恚，以「緣起觀」對治愚痴，以「念佛觀」對治多障，以「數息觀」對治散亂。

人間佛教建立在深刻的內在修行，以積極入世的法門來淨化身口意的汙濁。例如，佛光會推行的「三好運動」，即：身做好事、口說好話、心存好念，要我們在生活中，無時無刻不是散播慈悲、傳遞喜悅、服務人群，不斷的發心發願：「但願眾生得離苦，不為自己求安樂。」以佛法的力量克制自己的貪、瞋、愚痴，這才算是真正的修行！

## 75. 256 感應

關於感應，在《普門品》中，有「顯益」及「冥益」二說。所謂「顯益」，就像觀世音菩薩的三十二應化身，應以何身得度者，即現何身而為說法；現世就能讓人獲得佛菩薩的功德利益。至於「冥益」，是由於人的真心誠意，在不知不覺中獲得佛菩薩的加持。例如，生氣煩惱的時候，稱念「南無觀世音菩薩」聖號，怒意自然會逐漸平息下來。

許多佛教徒虔誠誦經拜佛，就是希望佛菩薩能給予靈感，給予感應。一般人也以為，感應是從求佛、念佛、拜佛中獲得。其實不盡然。

元朝的不魯罕皇后，平時信佛虔誠。有一天，他的獨生子不幸死了，皇后心裡不免埋怨起他的皈依上師：「我師事上師這麼虔誠，為什麼僅有的一個兒子也庇佑不了？」

上師：「佛法就像燈籠，外界的風雨來時，或許可以遮蔽一陣；但如果蠟燭自己

燒光了，燈籠又能奈它何呢？」

這個故事說明，儘管佛菩薩再怎麼「法力無邊」，也要自己有佛法，才能與佛「感應道交」；自己不修行、不行善，要想求得佛菩薩的感應、加持，這是不可能的，因為感應也要合乎因果。

有一首詩偈說：「千江有水千江月，萬里無雲萬里天。」感應就像天上的月亮，當它映照在一盆水裡，水中就會現出月亮的樣子；映照在江、河、湖、海裡，也都能映現出月亮。但是有時儘管月亮高掛天空，江、河、湖、海卻沒有顯現月亮，這是為什麼？因為水面渾濁不清，所以無法映現。

換句話說，即使有月光照射，如果沒有對等的淨水，就不能獲得感應。因此，所謂「菩薩清涼月，常遊畢竟空；眾生心垢淨，菩提月現前」，菩薩就好像天上的月亮，他的心常遊於畢竟空裡，對眾生沒有分別心；只要眾生內心清淨無染，心湖如清澈無波的水面，月亮就會映現於其中。所以，怨怪沒有感應的人，不能怪罪天上沒有月亮，應該反省自己的心地不清淨，才不能顯現月亮本體的光明。

感應是水到渠成，有感則應；就像叩鐘必響，擊鼓即得洪音。或者日常的飲水止渴、飢食飯飽；乃至呼喚一聲媽媽，媽媽就回應；你去讚歎別人，也會得到他人的讚美、肯定等等，這些都算是「感應」。

《阿含經》有一則譬喻說：有一個人對著即將沉到水裡的石頭，向神明祈求：「神明啊！神明啊！請讓石頭浮起來吧！」神明怎能因為你的祈求，就讓石頭浮起來呢？也有人對神明祈求：「神明啊！神明啊！請你讓水面上的油都沉下去吧！」油又怎能沉到水裡呢？

感應不光是祈求就能生效的，祈求確實會有力量，但只是「助緣之一」，萬事還需因緣具足。一個人如果不辛勤播種，只是天天求佛祖、神明給我發財，這種「妄想貪求」，哪裡能得到佛菩薩的感應呢？

「感應」的原理，其實就像電台，頻率要調對，才有聲音。我們每一個人平時心裡念什麼，就會有什麼感應。例如念佛，會有成佛的感應；念時間，會有守時的感應；念清淨，會有禪悅法喜的感應。只要自己心存善念、口出善言，並且堅守「自淨其意」；感應，其實無時無刻不在我們的身邊。

因此，感應是天地萬物、宇宙眾生之間的互動、呼應；若你有一顆清淨的心，

自然能與真理相應，與諸佛菩薩感應道交。每個人從眼、耳、鼻、舌、身、意六根「淨化」，反求自己心中的佛法，讓自性放光，自然時時有感應。

## 76. 259 放下

人之性在於「有所得」，對於一向習慣了「擁有」的人來說，你叫他要「放下」，他當然會感到害怕。想到要將功名放下、金錢放下、愛情放下、利益放下.....當所有一切都放下了以後，自己還能擁有什麼呢？

其實，「放下」不是沒有，放下才能自在，放下才能解脫。好比一只皮箱，需要用的時候就提起，不需要用時就把它放下，如此才能減輕負擔。

有一個故事，很具有啟示性。一名鄉下老人到都市探親，家人為了孝順老人，就拿了一個裝滿糖果的糖罐給他。老人手一伸進去，就拿不出來了。家人很著急，想盡各種方法，都不能讓老人把手從糖罐裡抽出手。後來不得辦法，只好把糖罐打破。原來，老人太過貪心，手裡抓滿了糖，所以才拿不出來。因為不能放下，反而被束縛了。

人，實在說，生活得很辛苦。為了一個人，我心裡放不下；為了一件事，我心裡放不下；為了一句話，我心裡放不下；為了一樣東西，我心裡放不下。因為放不下，心裡的負擔就很重，整個人就因此被壓得喘不過氣來。

有一個外道帶了兩盆花來拜訪佛陀，佛陀一見到他從門外進來，就說：「放下！」於是他把一個花盆放下來。佛陀再說：「放下！」外道只好將另外的一盆花也放下來。佛陀接著又說：「放下！」外道就問了：「佛陀！兩盆花都放下了，還要放下什麼東西呢？」佛陀回答：「需要放下的東西可多了！你的傲慢、邪見、執著、狐疑、愚痴.....統統都要放下。」不放下，就算是功名、富貴、金錢、愛情，再多、再好也會成為壓力和苦惱的來源。

一般人，你要他放下功名富貴就已經很難了；要他放下心中的喜怒哀樂，更是不容易。其實，人生要能大能小、能屈能伸、能有能無、能高能低；可惜現在的人，往往為了一句話、一件事、一個人放不下，這都是因為心中沒有承載力。如果心中寬大，能夠「放得下、提得起」，就能成就大事業。

布袋和尚每天背著一個布袋，他常說的，「行也布袋，坐也布袋；放下布袋，何等自在？」布袋，指的就是背負在心的大大小小的包袱。放下布袋，何等自在！一個人要學習放下背負的大小包袱，才能真正體會到逍遙自在的人生。



## 77. 261 捨得

佛教講「喜捨」，一般人總以為「捨」給人家，自己就沒有了。其實他沒有懂得所謂的「捨得、捨得」，你「捨」了，「得」就跟著而來。如我們肯捨得布施、愛語、利行、同事等四攝法，就能得到歡喜、人緣、朋友。所以，「捨」和「得」的關係，就如「因」和「果」；因果是相連的，捨與得也是互動的。能夠「捨」的人，一定擁有富者的心胸；如果他的內心沒有感恩、結緣的性格，又怎麼肯「捨」給人，怎麼能讓人有所「得」呢？

捨，在佛教裡就是布施的意思。布施，就如尼拘陀樹，種一收十、種十收百、種百可以結果千千萬萬。一個人若希望長命百歲、榮華富貴、眷屬和諧、身體健康、聰明智慧，首先要問：你有在春天播下種子嗎？否則秋天怎麼會有收成呢？

現在的人常常不事播種，只希望不勞而獲！但天上不會突然掉下財富來，地下也不會忽然長出黃金來；沒有辛苦、沒有勞動，哪能有收穫呢？要想擁有什麼樣的收穫，就應該先出力耕耘。

捨，看起來是給人，實際上是給自己。給人也不一定是給金銀財寶，給人一句好話，你也能得到別人一句讚美；給人一個笑容，別人也會對你微笑。我給你一個服務，我幫助你，表示我富有。如果每一個人內心富有，不貪圖、掠奪別人的財富，反而能喜捨、能播種，就能夠有所收成。

有一個趣談說：在地獄裡，閻羅王正在審判：「張三！你過去在人間樂善好施，到人間做人。李四！你過去在人間修橋鋪路，到人間做人。」這個做人，那個也做人，旁邊一隻猴子看到了，就拜託閻羅王說：「你也給我到人間做人一次嘛！」

閻羅王心想，猴子也想要做人？「來！來！來！」就叫獄卒從牠身上把毛一根一根拔起來。但是才拔了幾根，猴子就痛得大叫，在地上翻滾。這時候，閻羅王開玩笑說：「你一毛不拔，怎麼能做人呢？」

走路時，不「捨」去後面的一步，便無法跨出向前的一步；庭院裡的花草樹木，如果「捨」不得剪去枯枝敗葉，就無法長出青嫩的新芽；都市中，如果「捨」不得拆除違章建築，便無法建設新的市容，呈現現代大都會的水準。所以，以捨為得，妙用無窮。捨給別人好的，會得到好的；捨去性格上壞的部分，就

容易獲得成功。當我們把煩惱、悲傷、無明、妄想都捨了，自然就會得到人生另外的一番新境界。

## 78. 263 福田

中國過去以農立國，要種田才有收成，有收成才能生活。可以說，從早期先民的打獵，殺生害命為生，慢慢到了農田種植的生活，這是人類道德的一大進步。

耕種時，好田、良田，收成才會好；貧瘠的田，播種下去，收成不多。所以過去的大富之家，有良田千頃、良田萬畝，當然就豐收了。佛門中，田也代表我們的心，在田地裡面播種，就會有收成；我們的心田，就等於土地，在我們的田地裡播種，當然也必有收成。

在佛教裡，一般稱出家僧人為福田僧。意思是說，出家人清淨自己的德行，堪受人天供養，信施供養僧眾，可得大福德。而出家僧人身披袈裟，又稱福田衣，這是模仿田地畦畔；喻指僧眾受信施供養，可以滋養色身，而僧眾為施者說法，增長其慧命，共同成就福德。

佛教所謂的「福慧共修」、「解行並重」，了解佛教各種的宗派、教義、歷史，是解門，那需要有學問；修行、念佛、參禪、禮拜，是行門。修福修慧是種福田，解行也是福田，等於為自己播種，肥沃心田。

佛經裡說有八種福田，即：佛、聖人、僧、和尚、闍黎、父、母、病人。在八福田中，你奉事三寶，孝順父母，敬重師長，和睦朋友，隱惡揚善，當然都有功德，都是福田。但是在佛教裡更強調對於有病、苦難的眾生，要多一分的照顧，所謂「八福田中，看病是第一福田」。

因此，我們對於邊疆的、貧窮的、苦難的兒童、民眾，我認為他們更應得到我們的幫助。我們看到一些小孩子失怙、看到一些有病的人，住在醫院裡面，在病床上呻吟，能給予一些照顧、照料，這就是種福田。

佛教裡談修行，也不一定說要到遠處燒香、朝山，不用到遠處的寺廟去參拜；在我們的左近，哪一個人不是我們的福田呢？也可以說，今天的社會都是我們的福田，我幫助他，在他的身上也能得到一些利益，就等於種田一樣。

過去有信徒布施給佛光山，有的人就心生嫉妒地說：「為什麼老是給佛光山，

不給我們一點呢？」這位信徒就對他說：「我們賺錢也不容易，捐獻也等於種福田，我們也要看看這一塊田，能收成多少，我們怎麼樣來投資。只要佛教的道場，領導的僧侶發心弘法利生，做社會的福利事業，都是在種福田，我們就要跟隨他，護持、幫助他一起來求福。」

求福，要先結緣，所謂「要學佛道，先結人緣」。人緣結的多了，田地裡的收成就會多，你想要成就其他的事業，還怕不會順利嗎？等於你播種，播在路上不能生長；播在草堆裡面，它生長也不能發育良好。你要有一塊好的良田，才能收成，所以「佛、法、僧」都是很好的福田，大家就選擇一塊好的福田來種植吧。

## 79. 266 財富

每逢春節過年，大家見面都會互道「恭喜發財」。財富是人人所希求，它是一般人所共同的願望。佛教也非常重視財富，主張發展淨財、善財，重視均富、共有、施他、利濟。

當初佛陀制定托鉢制度，提出對財富更深一層的新觀念，就是希望讓信徒富有，所以我代為提出「儲財於信眾」的主張，我想佛陀應該不會反對。出家人在托鉢時，心懷平等觀，為信眾說法；信徒布施飲食，也獲得出家人的法施、祝福，如此施與受謂之「財法二施，等無差別」。

「鉢」就是一塊「田地」，我們投到鉢裡的雖然只是微少的一點善款，就像播下的種子，在未來的時間，一粒種子，卻能一收百、千收萬，成長無限的果實。

人的財富可分為：一時的財富與永久的財富、共有的財富與私有的財富、物質的財富與精神的財富、心外的財富與心內的財富、日減的財富與日增的財富、有形的財富與無形的財富、天然的財富與創造的財富。佛教認為財富從前世到今生，再到來世，是一體連貫的；財富不能只看一時，要看各種因緣關係。所以人在開發自己的財富之餘，更要創造全民的財富。

一般人的歡喜，大都建立在發財之上。但財富的意義要擴大，因為財富不僅限於美金、鈔票而已。能與人結緣、行慈悲、發心、服務，給人一個親切的微笑、點頭，說好話讚美人，對他人行善能生起隨喜的善心，所謂的「隱惡揚善」，口業的清淨，也能為我們積下人緣、福德的財富。

此外，願意喜捨自己的物品、金錢，接濟有需要的人，這是積集慈悲的內心財富。再者，身體健康、事業順利、出入平安、交到真心朋友、心中有信仰，這都是我們的財富。又如：你建了大樓，我就可以在屋簷下躲雨；你建了公園，我可以在裡面散步；你買了電視，我可以站在旁邊看……這些不是我的，但我可以享用。所以，財富要從很多方面去發掘，而不要只限於「金錢」。

由此而知，世間上根本就沒有真正的窮人，每一個人都可以自我生產出無量的財富，如：腦生智慧的財富、心生歡喜的財富、雙手生勤勞的財富。一個擁有萬貫家產的人，若不歡喜，一樣很貧窮；擁有智慧、常懷歡喜心才是我們真正的財富。有限的財富總有用完的時候，天天跟著我們的腦、身、手、心的財富是永遠用不完。

我曾應邀到日本市中心的朝日新聞紀念館（朝日ニュース紀念館）舉行一場以「人心、命運、金錢」為主題的佛學講座。我說：一般人普遍關心前途、命運、金錢，較少重視心靈淨化。其實這三者是互為因果關係的，心好命就好，命好錢就多，真正的財富在身體的健康、內心的滿足、正確的信仰、包容的心胸、前途的美好、生活的幸福、眷屬的和諧、靈巧的智慧及發掘自我本性的能源，只要心靈能夠淨化，這些內財自然具備。

佛教認為真正的財富，不是指銀行裡的存款，也不一定指土地、房屋、黃金、白銀，因為這些都是五家所共有，即：水、火、天災，能讓你傾家蕩產；強盜土匪，會劫奪我們的財富；貪官汙吏以種種的手段侵奪百姓的財產；不孝子孫，浪蕩家財；國家的苛政賦稅，使民不聊生。人生唯有佛法、信仰、慈悲、發心、滿足、歡喜、慚愧、人緣、平安、健康、智慧等，才是人生真正的財富。

## 80. 269 普賢十大願

在佛門修行，將來能不能成道，就看你是否有發心和願力。當初悉達多太子在菩提樹下、金剛座上，曾發「若不證悟菩提，誓不起此座」金剛般的誓願；阿彌陀佛以四十八願莊嚴極樂淨土；藥師如來、觀音菩薩各發十二大願，以其願心莊嚴琉璃世界，尋聲救苦，解救苦難眾生，可說發願是成就一切事業的重要助緣。

在叢林寺院裡，出家人每天做早晚課時，會發「普賢十大願」，作為修行的目標，期能圓滿佛果。普賢十大願真正的意涵是什麼？我以現代語言來詮釋，即：

一者、禮敬諸佛——是人格的尊重。一切眾生皆有佛性，禮敬諸佛就是尊重一切眾生的人格。若我們能夠人我互調，體會「人同此心，心同此理」，自然會尊重對方。《法華經》提到一位常不輕菩薩，逢人就說：「我不敢輕視汝等，汝等皆當作佛。」禮敬諸佛雖說是對他人人格的尊重，但學習尊重對方的同時，自己的人格必然也能向上提升。

二者、稱讚如來——是語言的布施。如來也不一定指佛，因為一切眾生皆有如來智慧德相。如果我們對每一個人，能多一點語言的布施，那就是稱讚如來。當初釋迦牟尼佛和彌勒佛一起修行，釋迦牟尼佛卻早十劫成佛，就是多修了讚歎法門。讚美不僅讓我們在為人處世上多一些方便和助緣，同時也是修行得道的重要關鍵。

三者、廣修供養——是結緣的實踐。佛教裡的供養，種類很多，而最好的供養是清淨的身、口、意三業供養，即：「面上無瞋是供養，口裡無瞋出妙香，心中無瞋無價寶，不斷不滅是真常。」當我們以語言讚美，以真心誠意、歡喜尊重為供養，就是最好的結緣。

四者、懺悔業障——是生活的反省。佛教不怕人犯戒，就怕犯過而不懺悔。我們穿的衣服髒了，用水清洗就會乾淨；內心煩惱，有了業障，用懺悔的法水可以洗除乾淨。佛世時，造下五逆重罪的提婆達多，也是因懺悔而得救。所以，反省、懺悔能讓我們從心的牢獄中釋放，得到安心、自由、寧靜。

五者、隨喜功德——是心意的淨化。修學佛法者，希望將來福田能有所收成，也要隨時播種，但聚集功德需要用歡喜清淨的發心。比方說隨口讚歎、隨手服務、隨喜微笑、隨財布施、隨力支援、隨心歡喜。像佛世時，毗舍佉因聞法心生歡喜，隨喜布施一件珍珠衫，而成就了精舍的建造，嘉惠僧信四眾有一個聽經聞法、修學佛道的地方。隨緣、隨喜就是佛法；隨喜，自己並沒有減少什麼，反而能獲得更多善緣好運。

六者、請轉法輪——是真理的傳播。佛法是救世的舟航，當初佛陀在鹿野苑三轉法輪，所謂「示相轉」、「勸修轉」、「作證轉」，層次清楚分明，許多眾生皆蒙其利。如今佛陀雖已不在，我們每一個佛教徒也可以做真理的化身，自己隨時隨地也可以轉法輪，隨時隨地、隨緣隨喜地為人說法布施。

七者、請佛住世——是聖賢的禮遇。「佛在世時我沉淪，佛滅度後我出生；懺悔此生多業障，不見如來金色身。」雖然現在已無法見到佛的真身，不過，如果你能懂得世間人人都有佛性，人人都是諸佛菩薩，那麼護持有佛法的大德常常在世間弘法，這也是功德一件。

八者、常隨佛學——是智者的追隨。十大弟子以及一千二百五十位大比丘，都是佛陀的常隨眾，因經常跟隨佛陀左右修學，所以速證聖果。如今佛已入滅，我要怎麼常隨佛學呢？我要如何去追隨智者、善知識呢？要發四弘誓願：「眾生無邊誓願度，煩惱無盡誓願斷，法門無量誓願學，佛道無上誓願成。」要發慈、悲、喜、捨四無量心；自己有佛法就有辦法，就是常隨佛學。

九者、恆順眾生——是民意的重視。學佛就是要放棄自己的執著，以方便善巧來化導，讓身邊的人感到和悅，願意隨你學習佛法。像佛教的「隨類應化、同事攝受」、儒家的「有教無類、因材施教」，都是化世的慈悲與智慧，如此才能應機說法，觀機逗教。

十者、普皆回向——是法界的平和。所謂回向，就像把錢存到銀行裡，有「寄存」之意。「回向」的原理正如手持蠟燭去引燃其他蠟燭，不但蠟燭本身的光明不會減弱，反而因點燃其他的燭光，使室內更加光明。

普賢菩薩是大乘佛教「行」願的象徵，是實踐菩薩道的行為典範。佛菩薩發了願，正如學生訂了功課表，有了目標、動力，才能循序漸進的逐步實現理想。因此，做人必須要立志發願，立志才有目標，發願才有持續前進的動力。

## 81. 273 四經中的四不

在學習的過程中，有的人以古今聖賢為效法的典範，有的人以一句話作為自我勵志的格言。在佛教經典中，所謂持誦四句偈的功德，勝過布施恆河沙的珍寶。原因就是，一句一偈，可以讓人得度，從迷到悟，從黑暗到光明。佛教的經典浩瀚無邊，當然有許多至理名言，都是佛陀智慧的言教，值得作為我們省思、奉行。我列舉四部經裡的偈頌，提供大家作為待人處世的參考，簡述如下：

一、《華嚴經》的「不忘初心」：《華嚴經》說的「不忘初心」，就是要我們不可忘失最初的心意，這是菩薩學道最需具備的精神。有的人雖然發心立志與聖賢看齊，一遇到困難卻又畏縮不前，退失信心。如現在經濟蕭條，經商不易就改為務農；作家收入不定，就改當公務員。人生一直在換跑道，一直從頭再來，浪費時光，到最後一無所成。

如果我們能夠不忘最初的發心，自然就會有一股力量，鼓勵你向上、向前；如果忘記了最初的發心，則很容易被境界打倒。若能發願，不達目的死不休，誓言學不成功誓不回，如此堅持下去，再遠的路總會走到目的地。

二、《維摩經》的「不請之友」：一般人都是需要別人請託才肯幫忙；受人請託，給予助緣，這很正常。其實，在世間生活，很多時候我們都要靠父母、親戚、師長、朋友，乃至社會大眾給予我們的支助，才能衝過重重的難關，因此我們也應該學習《維摩詰經》所說的「眾人不請，友而安之」，做一位「不請之友」，不必等人家來請託，只要我有力量，就隨喜隨緣的奉獻、幫助，給予人間一些因緣。

佛教常說「未成佛道，先結人緣」，懂得廣結善緣，才會有人緣，才能得道多助。諸佛菩薩為讓眾生得度而做不請之友，眾生也應該效法諸佛菩薩的精神，主動走向社會，做大眾的義工。所謂「助人者，人恆助之；敬人者，人恆敬之」，你若平時不願意先主動付出，樂於做「不請之友」，等到你需要人家幫助，怎麼會有因緣呢？

三、《八大人覺經》的「不念舊惡」：朋友當中，善善惡惡、好好壞壞，都是難免的。但是一般人的陋習，總是記壞不記好，記仇不記恩。有德之人，如唐睢跟信陵君說：「人之有德於我也，不可忘也；吾有德於人也，不可不忘也。」吾人受恩德於人，要銘記在心，並且知恩圖報；反之，別人偶有對不起我的地方，不可記仇。

《八大人覺經》說對朋友要能「不念舊惡」，因為我們的親戚好友，都不是聖賢，為人處世總有不周之處，我們應該寬厚原諒，因為自己也會有得罪於人的地方，如果每見他人之過，即念念難忘，則心底何能清淨？要學習佛教講「比丘沒有隔宿之仇」，所以不要把仇恨帶到明天。

四、《大乘起信論》的「不變隨緣」：所謂「隨緣」，就是要隨順因緣。世間萬法，都是因緣和合而存在，每個人都離不開因緣法而存活；同樣的，每一個人的思想觀念、言行舉止，也會成為影響別人的相互因緣。因此，人與人相處，應該要隨順好因好緣，要有「結緣總比結怨好」的觀念，能夠隨緣，才能成事。但是重要的是，在利害得失之前，則要能如《大乘起信論》所說的「不變隨緣」，凡事能有所為，有所不為。

「隨緣」並不是沒有原則、沒有規矩，也不是要你隨波逐流、隨世浮沉；「不變」也不是要你墨守成規、泥古不化。過分堅持原則，不能融通，反而成為執著，喪失人緣，也會使事業的發展受到阻礙。其實「不變隨緣」，就是在真理之前要有不變的原則，但在人情世故上，也要能有隨緣的性格；做人做事方法要圓融，但心中不能沒有原則。也就是說，大原則應該堅持，小地方則可以方便權宜行事，這就是「人圓心方」。

總之，我們立身處世若能奉行「四句偈」的智慧，便能隨心自在，隨遇而安，隨緣生活，隨喜而作了。

## 82. 277 四小不可輕

世間上的人，最大的煩惱根源，就是來自於人有「分別心」。因為有分別心，就有不平，就會抱怨；因為有分別心，就會產生不滿，就可能造成對立；因為有分別心，就有貧富、貴賤、大小、高低、好壞、善惡，乃至對錯、有無等等的比較、計較。

尤其，大人欺負小孩、富人欺負弱勢等社會的不公不義，造成了人間很多的罪惡、很多的悲劇、很多人間不可愛的現狀。所以佛教裡提出「四小不可輕」：星星之火不可輕、小水滴不可輕、小王子不可輕、小沙彌不可輕，以此來提醒我們，即便是一般平常最被忽視、輕視的小東西，我們不但不可以輕忽他，不可以小看他，甚至更要正視他，更要看重他。

因為，一點小小的星星之火，就可以形成燎原之勢，燒掉一大座森林；一滴小小的水滴，也可以匯聚成海洋，潤澤群生，滋養萬物。而一個小王子長大以後，可能成為一國之君，統領天下；一個小沙彌，假以時日，學有所成，他也可以成為真理的使者，成為人天師範的大法王。你說，這些你能輕視他嗎？

所以，小，不容輕忽！有些東西很小，卻是有大大的作用。一顆小小的鑽石，就抵得過幾噸的石頭；一粒種子，可以長出滿樹的果實；一根小螺絲釘，可以影響一部機器的正常運轉。小的威力，其大無比。

我們看一個針孔、一粒老鼠屎、一些細菌，你不注意，可能就會致人於死，乃至壞了整體的成就。所以，我們做人處世也一樣，不要漫不經心的隨便說一句話，或是率性的任意做一件事，更不可以隨便輕易的傷害一個人；一句話、一件事、一個人，可能就是我們的致命傷。

在《法華經》裡提到常不輕菩薩，他見到人就恭敬禮拜，因為在他眼中看來，一切眾生都是未來佛，都不可以輕視；他謙卑的對待一切眾生，這不正是今日我們應當學習的風範嗎？

今日的「很小」，來日可能變成「很大」，因此我們對待人，不要在他很小的時候輕視，等到大的時候再來尊重，所謂「前倨後恭」，這是很不智、很冒險



的。但是有些人就是沒有這個遠見，所以，「四小不可輕」就是告訴我們，對於世間的一切，你要看出他的平等法性，你要用同理心，你要懂得尊重；對於小的都能尊重，其他一切好的、善的，甚至不管什麼，你都能有一顆尊敬心、包容心，隨喜讚歎，那麼你凡事不必臨時抱佛腳，你在平時就給予人一些因緣，還怕將來沒有善的果報嗎？

### 83. 280 生公說法

「生公說法，頑石點頭」，真有這樣的事嗎？

「生公」也就是東晉的竺道生大師。他自幼聰穎、悟力高強，八歲出家，十五歲就登壇說法，受到大家的讚譽。二十歲上江西廬山，七年後北遊長安，隨鳩羅摩什大師助譯經典，關中地區的僧眾都說他是神悟之人。與道融、僧睿、僧肇被譽為「什門四傑」、「關中四聖」；也可以說，鳩羅摩什大師翻譯的佛經讀起來那麼流暢，道生大師不是沒有功勞的。

結束北遊參學，道生大師返回建康（南京），著書立說，精研涅槃學。當時法顯大師在建康譯出了六卷《大般泥洹經》。經文中多處提到「一切眾生皆有佛性，皆得成佛」，唯獨「一闍提」，也就是「斷絕一切善根的人」除外。

道生大師悟性非凡，他實在無法認同這個說法，他認為一切眾生皆有佛性，自然不應該排除一闍提人。因此，豎起涅槃新說大旗，石破天驚地喊出「一闍提也能成佛」之說，結果立刻受到守舊的主流派激烈批評和圍攻，說他離經叛道、邪說惑眾，要將他逐出僧團。

陷入孤立的道生，在眾人指摘下，仍然堅守自己的理念，正色無畏的發下重誓說：「如果我的說法違背了佛教教義，就讓我現世身受惡報；如果我講的是真理，唯願死的時候高坐講壇上！」說完就拂袖而去。

不得辦法黯然離開建康的道生大師，來到了蘇州虎丘山，不禁傷感起來，老淚縱橫的對著面前的那許多石頭問：「你們說，一切眾生皆有佛性，一闍提也能成佛，我講的有錯嗎？」或者他當時淚眼模糊，朦朧中望過去，看到那些石頭真的都在向他點頭。

法由心生，他心裡有了那樣的感覺，所以「生公說法，頑石點頭」是不是事實，石頭究竟有沒有點頭，都不是那麼重要；所謂「心生萬法」，萬法由心而生，這是絕對不錯的。

最後附帶一提，事件發生數年後，北涼曇無讖所譯的四十卷北本《大般涅槃經》輾轉傳到了建康，經文內容不僅更加完整的宣說了「如來常住、眾生悉有佛性」的思想，最重要的是，「一闡提也可成佛」的論點被詳盡而肯定的闡述，證明道生大師當年的論斷實在一點無誤，是完全契合佛理的。這時候南方的僧眾，也才終於被道生大師的先覺智慧、高見卓識所深深折服。

## 84. 282 言語道斷

佛教講「言語道斷」，禪宗更主張「不立文字」。然而佛陀住世說法四十九年，佛教留有三藏十二部經、一百多卷的大藏經傳世；乃至禪宗的語錄、公案，也是不計其數。這豈非矛盾？

其實，一點也不矛盾，一點也沒有衝突。所謂「言語道斷」，主要是佛教有一些第一義諦的義理，尤其是關於證悟的境界，那是「如人飲水，冷暖自知」，必須透過自己親證，才能體會其中的奧妙，不是語言所能形容的。而禪宗的「不立文字」，也不是說不要文字，只是叫人不要執著於文字。因為語言文字只是「標月指」，是指引我們見到月亮的方便，但手指畢竟不是月亮，因此佛陀及古德們才要苦口婆心的叮嚀，深怕我們「因指忘月」。

只不過語言文字雖然不究竟，所謂「一落言筌，便成謬誤；一經道破，已非真實」。然而佛法還是要透過語言文字的傳播，才能流傳後世，所以藏經被視為法寶，無比珍貴。

甚至不只學佛需要語言文字為方便，就是日常生活裡的待人接物，也要靠語言文字來傳達思想、溝通意見。所謂「活到老、學到老」，我們的一生，時時刻刻都需要依賴語言文字，才能與人互動，才能不斷學習、成長；沒有了語言文字，我們可能就會束手無策，寸步難行。

尤其，語言文字的力量很大，所謂「一言令人生，一言令人死」、「一言以興邦，一言以喪邦」，語言如果運用得體，則處世潤洽，和合無諍；表達不當，就容易引起誤會，傷人又不利己。

不過，語言文字雖然重要，但有些時候卻是話說得愈少愈好。像佛教徒做什麼事都喜歡說「阿彌陀佛」；打招呼，「阿彌陀佛」；表示感謝，「阿彌陀佛」；來了，「阿彌陀佛」；走了，也「阿彌陀佛」。一句阿彌陀，勝過千言萬語。

另外還有一種語言，叫做「無言」，也有一種聲音，稱為「無聲」；當語言文字都無法傳達心聲，無法表情達意的時候，只好「無聲勝有聲、無言勝有言」，「無」就成了最好的語言。無言的抗議、無言的關懷、無言的教化、無言的說法……「無」比「有」，境界更高，力量更強。

因此，靈山會上，佛陀「拈花示眾」，迦葉尊者「破顏微笑」，涅槃妙心，於焉付囑；維摩居士「一默一聲雷」，一個沉默，如雷貫耳，千古傳響。都在說明，無上妙道，不可以言說，不可以文詮；超越語言文字的限制，看見「青青翠竹無非般若，鬱鬱黃花皆是妙諦」時，就能進入真理的智慧之門。

禪宗語錄裡，常常可見禪師之間，不按牌理出牌，似乎沒有邏輯可言。例如：丹霞禪師「燒佛取暖」、石屋禪師「教人偷心」、文遠禪師「在大便中乘涼」、洞山禪師「往熱處去避暑」……乃至祖師們棒喝責罵、逼問話頭等，都是為了打斷我們的分別，所謂「言語道斷，心行處滅」，看見「道」在自己心裡，不在妄想分別中。

不過，究竟真理固然不可說，一說即不中；但是對於一般人如果不說，豈不是永遠無門可入了嗎？這就好比還沒有過河，哪裡能捨船呢？一旦過了河、上了岸，當然就不需要把船背著走。因此，語言文字雖然只是方便善巧，你能善用它，而不執著它，能可以藉此了悟心性，那又何愁大道不辦呢？

## 85. 285 生死事小

在佛教裡，很多的大德長老，平時在跟出家弟子或在家信徒開示時，經常都會提到「生死事大」這句話，好像世間上什麼事都不重要，就是忙著「了生脫死」最為重要。甚至一般人來跟我談佛法，問他為什麼學佛？大部分也都是說因為「生死事大」、因為要「了生脫死」等等。我認為，期期不可以有這種觀念。

生死，是自然的法則，既然修道了，對生生死死、死死生生還放不下嗎？生死隨緣，當死就死，當活就活，生了要死，死了要生，這也沒有什麼了不起。今生修行不成，還有來生；過去多少諸佛菩薩的成就，不是都要經過三大阿僧祇劫才能成功嗎？

所以，生也好，死也好，是無須過於著意的。我覺得修道的人，應該視生死事小，度眾事大；要有佛教興隆事大、弘法利生事大的想法。如果你天天掛念著

生死，對於現在的度生、度眾都不去講究，只望自己能了生脫死，你不覺得自己太自私了嗎？你把它看得那麼重要，太過重視生死，太過分渲染，其他事都不用做了嗎？你過於強調生死事大，那世間上什麼才是小事呢？這是很隨順人間的事情，為什麼要高喊「生死事大」呢？

你以為你不度眾、不結緣，自我修行就能了生脫死嗎？如果每一個修道者，都不要把自己的生死看得那麼嚴重，而能多做一點福利社會的工作，多做一些弘法利生的事業，多辦一些人間佛教宣揚的佛事，讓佛法傳遍三千大千世界，讓人人都能接受佛法，人人都能知曉真理，大家共同修行、共同成就；也就是說，要了生脫死，應該是你成就我，我成就你，彼此互相成為助緣。我想，這樣比較能了生脫死。

甚至說到「了生脫死」，現在我要請問各位修行者，你了生脫死以後，你住在哪裡？你了生脫死以後，你做什麼事業？你了生脫死以後，你還要修行嗎？你了生脫死以後，你還要工作嗎？

所謂「了生」，是讓世間上的人，沒有生活的悲苦、沒有生活的艱難，能生活得很平安自在，如此，你不但替他了生，你自己也了生了。

假如他的世緣已了，要辭別世間，你也幫他處理後事，讓他安安靜靜的、無牽無掛的放下，等於出國，移民到他方去，讓他放心，這就是讓他「脫死」了。

生死是一貫的，就像旅行一樣，從這個地方到那個地方去，所以叫「往生」。只不過往生後到哪裡去？大抵要往生有三個條件：隨重、隨習、隨念。我們要想往生後有好的去處，平常生活中就要多做好事、多說好話、多存好心。我主張要「先生活，後生死」，只要平常活的有意義、有價值，往生時，自然可以安然自在，生死解脫。

所以，在人間你就可以「了生脫死」了，不然，你了生脫死以後，你又做什麼呢？難道你要做無業遊民嗎？假如真的讓你沒有生死了，好比沒有靈魂了，沒有依歸了，你知道那是什麼滋味嗎？現在，你在世間這個階段還有工作，還有活動，還有生存的意義，你為什麼要討厭生死呢？

生命，無限的循環，無限的希望，這就是人生的意義。

## 86. 288 戒的真義

佛教講：「戒住則僧住，僧住則法住。」當初佛陀制戒，就是為了維護僧團的和樂清淨，為了讓正法久住，所以戒是僧團的基石。但是戒律也不是只有出家眾才須要受持，戒是一切善法的根本，人人都需要有戒來規範自己，人生的道路才會安全。

戒不是拿來講說的，而是要去實踐。尤其，戒是活用的，不是呆板的。就拿大乘佛教的「三聚淨戒」來說，第一是攝律儀戒，教你行住坐臥都要合乎威儀；第二是攝善法戒，凡一切行事都要以慈善為根本；第三是饒益有情戒，就是主動的關懷眾生，利益有情，這才是積極的持戒。

在佛教裡有一則記載，古印度有一位波斯匿王，他的皇后人稱「末利夫人」。國王和皇后平日感情很好，但是自從夫人皈信佛教、受持五戒以後，嚴格遵守不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒。

有一次，波斯匿王征戰歸來，因為對廚子準備的飯菜不滿意，大發雷霆，下令要將廚師處死。

末利夫人聽說此事，心想：該怎麼救廚師呢？於是他想了一個辦法。當他和波斯匿王見面時，就說：「大王，你回來了，我好高興！今天我要擺設酒席，陪你喝酒，表示對你的歡迎。」

波斯匿王一聽，非常高興，但是心中不免又有些懷疑，就問末利夫人：「你不是受過戒了嗎？」

末利夫人回答：「為了迎接大王，今天破例一次不要緊！但是大王，我有一個請求，好酒要有美膳相配，我希望御廚能親手做我喜歡的菜色。」

國王聽後，想到：不得了！最會做那道菜的廚師，我剛才已經下令要砍他的頭了。於是大喊：「刀下留人！刀下留人！」趕快又派人前往刑場，把廚師給救了回來。

現在我們要問，末利夫人這樣的行為，究竟是有犯戒呢，還是沒有犯戒？戒是心中的一念，不應該拘泥在戒的條文表相裡。若你是因為貪瞋愚痴而造作不當的行為，那你就會犯戒；若你是為了救人救世，即使行為有所違犯，也不能等同一般的犯戒來看待。

中國也有這樣的一個事件，明朝末年，張獻忠起兵作亂，山賊進入到一個寺廟裡，裡面除了出家人，還有許多入寺避難的老百姓。住持破山和尚為了保護寺

中所有人等，於是挺身而出，要求山賊不要傷害人命。因為破山和尚平日持戒嚴謹，山賊故意要刁難他，就叫人端來一碗肉，對著他說：「好，大和尚，你把這碗肉吃了，我就不殺他們；如果你不吃，我就把大家統統都殺光。」破山和尚當下毫不猶豫的，把一碗肉都給吃完，山賊果然也很遵守約定，就把大家給放了。所以你說，破山和尚是犯戒呢，還是持戒呢？

其實，我們的心如果是出於救人救世的話，那都是菩薩饒益有情戒，都是比丘的根本自性戒。持戒不是拘泥於戒相，而是要活用戒體；戒是講究行持，講究行道的，所以我們的佛教徒，對於戒律要有這種正確的看法。

不過，假如有人要偷東西，叫我幫他拿；不拿他就要殺了我，那我就幫他偷盜。或是有一個人追求我，他說如果我不從，他就要自殺；我為了他，不得不犯戒。像這一些都是「一對一」，是個人自私的行為，這是沒有理由的，這是犯戒的。所謂「戒」，就是眾善奉行，你要能愛大眾、愛社會，要能為眾人犧牲奉獻，那麼即使是「割肉餵鷹，捨身飼虎」，也都不算犯戒。

## 87. 291 忍的真義

佛教將我們居住的世界，稱為「娑婆」，即「堪忍」、「能忍」的意思。因為人活著，不但要忍苦、忍難、忍窮、忍飢、忍冷、忍熱、忍氣、忍怨，也要忍富、忍樂、忍利、忍譽，因此人生在世，不能沒有「忍」的修養與功力。

忍，要具備高度的智慧，才能做到「難忍能忍，難行能行」，所以佛陀讚歎忍辱的功德，是布施、持戒所不能及，能忍辱者，方可名為「有力大人」。

有人認為，佛教所說的忍，就是要人「打不還手、罵不還口」，覺得學佛都是叫人要忍耐，所以很吃虧。其實，「忍」是能認清世出世間的真相，而施以因應之道。忍是認識、接受、擔當、處理、化解；忍是內心的智慧，是道德的勇氣，是寬容的慈悲，是見性的菩提，是一種無上的力量。

佛教所說的「忍」，有三種層次：生忍、法忍、無生法忍。

第一、生忍。一個人要維持生命，必須忍受生活中的各種酸甜苦辣、飢渴苦樂。如：為了工作，必須早起趕車、忍耐天氣寒熱、忍耐睡眠不足等身體上的疲累之苦，乃至人事上的意見不和、恩怨情仇等。可以說，生忍是為了生存在人間所醞釀的耐力、勇氣，是一種從生活、人際關係的歷練中，自我提升，從中淬鍊出面對困難的智慧與力量。

第二、法忍。對於心理上的貪、瞋、痴、成見，能自我克制、自我疏通、自我調適，把心安住在真理之中，不為生滅所動。例如，對於世間上的憂悲苦惱、功名利祿、人情冷暖等，不但不為所動，而且要能真正的認知、處理、化解、消除，進而轉化。法忍就是一種體悟「緣起性空」，明白因緣果報，通達事理人情的般若智慧。

第三、無生法忍。即了知一切法本來不生不滅，平等不二，故能達到忍而不忍的最高境界，若能隨處隨緣地覺悟到無生之理，則無所謂忍或不忍，一切都是法爾如是。

有一天，寒山問拾得：「世人謗我、欺我、辱我、笑我、輕我、賤我、惡我、騙我，我該如何？」拾得回答道：「那只有忍他、讓他、由他、避他、耐他、敬他、不要理他，再過幾年，你且看他！」

所以，忍耐是勇氣，是力量；做人要爭氣，而不要生氣。當我們受到了傷害、屈辱時，只要自己本身有力量，就能夠把屈辱、傷害都忍受下來，進而心無掛礙，勉勵自己增加實力，等待好的因緣到來，讓人生獲得重新出發的機會。

佛陀在過去生中，身為忍辱仙人時，曾被歌利王割截身體；雖然遭到節節支解，但他絲毫沒有生起瞋恨心。因為他已洞察到身體是假合之相，心意的愛憎喜惡也不過是瞬間生滅；由於沒有我相、人相、眾生相、壽者相，故能泯除執相的黏著，而能如如不動，安然受報，可見「無我無相」是最上乘的忍力。佛陀就是因為修行忍辱波羅蜜，甚至圓滿六度萬行，所以能夠成就三十二相、八十種好，成為福慧俱全、相好圓滿的佛陀，可見「忍」是學佛不可缺少的修行。

## 88. 294 因果的意義

世間上，所有的一切事事物物，必然都有前因後果的「因果」關係；也就是說，有「因」有「緣」，才會有「果」，這是自然的定律。

說到「因果」，世間上的人其實也不是說不信因果，而是錯亂了因果。對於因果的定律，所謂「種瓜得瓜，種豆得豆」，此理簡單易明，但是一般人卻是種瓜想要得豆，種豆想要得瓜；因為錯亂了因果，那就是不明因果了。

每一個人在世間上所做的行為，甚至於口頭所說的話、心裡所想的種種念頭，必然都有因果的關係；善惡有善惡的因果，是非有是非的因果，空有有空有的

因果，事理有事理的因果，這許多因果也是「如是因，招感如是果」，不能錯亂。

但是一般人以為，我孝順父母，可以發財；我愛護兒女，可以增加榮譽；我拜佛，可以得到長壽；我布施，可以升官，這些都是錯亂了因果。你孝順父母，這是倫理道德，與發財沒有關係；發財有發財的因果，你要想發財，就要勤勞、要有本金、要會經營，那才是發財的因果，孝順父母只是倫理道德的因果。

你教育兒女，愛護兒女，是身為父母的責任，你不能因為兒女有好的教育，就想要揚名天下，這也不合乎因果；要想揚名天下，你必須要有科學上的發明、要對人類、對國家社會有所貢獻等等，如此才能留名於世。

其他如：拜佛只是信仰上的因果，你不能求長壽；布施是廣結善緣，你不能要求身體要健康，身體要想健康，就要運動、要營養、要保健。

有人問：我信佛了，怎麼出車禍呢？所謂十次車禍九次快，快有快的因果；或者自己粗心大意，造成的不良後果，你不能怪信仰的佛祖不保佑你。你開車佛祖要保佑，他開車佛祖也要保佑，世界上至少幾十億的人口都在開車，佛祖要保佑這麼多的駕駛人平安，任誰也忙不過來，那就得自己保護自己，這才是因果。

所以，一般人把因果都錯亂了。在春天，百花盛開，他希望萬物凋零，這不合因果；春天的氣候是萬物生長的時節，這是它們的因果。秋冬，你希望百花盛開，這也不合道理；秋冬大雪飄飄，耐寒的植物，它可以接受寒冷因果的考驗，不耐寒的，它就不能接受這種霜寒雨雪的滋潤，只有隨因緣生滅。

所謂因果，你要怎麼收成，就要怎麼種植。你種竹子，當然長筍子；你種桃李樹，當然長桃李；你種稻米，田裡不會長小麥；你種小麥，也長不出黃豆。因果的道理，是很容易明白的，但人類就是不明理，把這麼一個好的、容易懂的道理，都把他錯亂的張冠李戴、李代桃僵，就這麼的不按牌理出牌，這是混亂了因果，還怪因果不準。

當然，有人說：那個人無惡不做、貪汙、舞弊，可是過著榮華富貴的生活，老天也沒有懲罰他。不是老天不懲罰他，是他在銀行裡還有存款，他過去的福德因緣還沒有用完；用完了以後，自然要受果報的。你有見過世間富過三代、五代的嗎？因果來得很快的。

你說：某人吃齋念佛、修橋鋪路，做了多少善事，但是他生活窮愁潦倒，這個



老天太不公平了，哪裡有什麼因果呢？這也不對，你吃齋念佛、修橋鋪路，自然會有好的果報；但你過去欠人的債務，銀行不能不追討，不能說因為你做善事了，銀行的債務就可以一筆勾銷，他還是要你償還的，你償還了以後，你所做的善事，自然會有善因善果。

佛教裡的因果，所謂經濟有經濟的因果，道德有道德的因果，健康有健康的因果，人緣有人緣的因果；你要怎麼收成，就必須怎麼栽種，此理自明。所以佛教裡的因果，也不是只講一世，他講三世因果。

就拿世間上的植物來說明：春天種植，秋天收成，這是現世的因果；今年種植，到明年才有收成，這是來世的因果；今年種植，要五年、八年以後才能開花結果，這是多生的因果。因果絕對不會錯亂的，所謂「善有善報，惡有惡報，不是不報，時辰未到」。

佛教講因果是通三世的，有一首偈語說得很明白：「欲知前世因，今生受者是；欲知來世果，今生作者是。」你現在所受的各種榮華富貴、貧窮潦倒……這是過去的因果關係，才有現在產生的結果。你要想來生是榮華富貴？還是窮愁潦倒？就看你現在的行為、作風，就可以知道來生會有什麼結果了。

世間上，人可以欺騙你，甚至天氣冷暖不一，太陽、月亮明暗不定，都讓你不容易預測；但是因果，簡單易明。

希望世間上的人要明白，因和果之間還有一個緣。你把黃豆擺在桌子上，希望它開花結果，這是不可能的，它中間少了緣；你把稻麥放在乾燥的沙漠上，要它長出豐富的結果，那也不可能的，沒有緣助長它，因果也不能完成。所以因緣果報，這當中的相互關係，不能不通盤的了解。

## 89. 298 如來十號的意義

世間上，父母生下兒女，總希望找一位能人、賢者，為兒女起個好名字；就是佛陀降誕的時候，父親淨飯王也找了城中的飽學之士，為他取名為「悉達多」，意思是「一切義成」。

但是佛陀證悟以後，成為一位大覺者、大智人，跟一般普通的人相比，有了不同的成就。因此後代的弟子，基於對佛陀的尊敬，就為他取了一些名號，總共有十個，稱為「如來十號」；這就等於過去皇帝敕封某某國師，或是敕封對國家有貢獻的人，給他賜名號一樣。

所謂如來十號，即：如來、應供、正遍知、明行足、善逝、世間解、無上士、調御丈夫、天人師、佛、世尊。這些稱號雖然不知道是哪一個時代、哪一位大德替佛陀取的；但是我們知道，取這「如來十號」的本意，是為了彰顯佛陀的聖德，是為了讚美佛陀的偉大。

例如：「如來」表示佛陀是從真如實相而來人間度化；「應供」表示佛陀的智德圓滿，應受人天供養；「正遍知」表示佛陀能正確遍知諸法之理；「明行足」表示佛陀具足妙行，神通廣大；「善逝」表示佛陀以無量智慧，斷諸煩惱，以趣佛果；「世間解」表示佛陀對世間一切事相無不了解；「無上士」表示佛陀超出一切有情，最勝無上；「調御丈夫」表示佛陀善於教化、調順眾生；「天人師」表示佛陀為一切人、天的導師；「佛」、「世尊」表示佛陀是覺悟的智者，於世出世間最尊無上。

以上這「如來十號」，你覺得有真正讚美到佛陀嗎？有真正把佛陀的人格、行誼都表達出來嗎？甚至你覺得這些稱呼有普遍性嗎？有普為大家所熟知、稱念嗎？這當中，除了「如來」在一般佛教徒裡，還有人傳頌，還有人知道；「應供」恐怕就少有人知道了！你可曾聽過人家說：我們要去禮拜「應供」，我們要去向「應供」獻花？或是你有聽人家說：我們要到寺院裡去禮拜「正遍知」、「明行足」、「善逝」、「世間解」？至於「無上士」、「調御丈夫」，那就更是少有人稱念了！因此，佛陀十號這樣傳說下來，既不合乎口語，又沒有合乎人心，那這十號又有什麼意思呢？

所以，我覺得「佛陀」就是他唯一的稱號，不必再有十號、八號的了。一般人除了名字以外，也會有字號；佛陀當然也可以，你若尊敬他，就說，我們的大覺者、我們的大智慧者、我們的大圓滿者，這些都可以；但是在一般通用、形式上，還是以「佛陀」作為統一的名稱就好。

其實，現在佛教界對佛陀的稱呼，已經慢慢統一了，就是「佛陀」這一句名號！因此我們希望以後大家不要再妄自賣弄聰明，不要再把佛陀分立成很多不當、不能普遍通行的稱呼，我們還是還給「佛陀」本來的意義就好。

## 90. 301 苦行的意義

佛教講人生是苦，其目的不是要人吃苦；但是人生要吃苦，才能達到自己要求的目標，這是必然的。因為天上不會掉下金銀財寶給我，地上也不會長出我的幸福、快樂來，我的一切、我的未來，必須透過我的學習、我的投資、我的苦

行，才能有一個不一樣的未來。

例如，春天如果不去勤勞種植，秋天怎麼能有收成呢？一個人賴在床上睡覺，你說家裡面要想窗明几淨，它會自然清潔嗎？沒有十載寒窗，怎麼能金榜題名？所以「苦」的意義，實在是太微妙了。

苦，是我們的良師益友，它會助長我們成功，它會增強我們的力量，所以「吃得苦中苦，方為人上人」。苦，是我們的營養，是我們的能源，應該好好的利用苦，作為我們投資人生的資本。

苦，我們要好好把它用來強化我們忍耐、辛勤、發心的力量。無論什麼富貴的人生，你都要感謝苦，讓你懂得辛勤、努力，你才能富貴，才能智慧超倫、學貫中西、通達事理。所以，有的人畏懼苦，這是錯誤的，我們要利用苦，要用苦忍、苦行、苦工、苦難，來鍛鍊身心；苦等於肥料，能成長我們的人生，讓它百花盛開，芬芳襲人。

過去出家修道的人，自己發心修行，辛勤苦行，在寺院裡面，為大眾服務，煮飯、挑水、擔柴……十年歲月，苦行的結果，寺院的大眾能不賞識嗎？我為我們的團體在田園裡播種了多少的穀食，增加了多少的收成，我的團體、我的老闆不會給我獎牌嗎？

世間上的一切成就從哪裡來？當然智慧、勤勞、明理、緣分是其中一個因緣，但基本上苦行是最重要的助力。一般人說，這個人在台上講演得很精彩，讓人聽了非常喜悅；如果你沒有台下十年功，能登台表演五分鐘嗎？

當然，「苦」也有不當的，例如：外道也有苦行，但那不合理，也不值得去推廣；正當的努力、勤勞、禮貌、負責、擔當，能夠起早待晚，能夠比別人加倍努力，你有這許多苦行投資，必定會有收成。

外道修苦行，有的吃飯不用手，只動口，那這樣鳥雀都可以成道啦；有的住在懸崖、住在洞窟，他認為可以悟道，那麼昆蟲、蟻獸牠們都悟道啦。所以不合苦行的原理，是不能達到成功的目標。

當初釋迦牟尼佛經過六年苦行後，離開苦行林，在菩提樹下、金剛座上夜睹明星而開悟成佛；苦行對後來的開悟有沒有幫助？一定有幫助。只是當時佛陀認為苦行不是究竟，只是過程。所以苦行也是有價值的，只是修行苦行需要有智慧，苦行也要與世間上的天理人和、與種種的因緣果報結合一起，你的苦行才是加功用行，才能成為助道的資糧。

## 91. 304 愛欲的昇華

在佛經裡，形容娑婆世界是「人欲橫流」，這確實不錯。世間的人以食欲、淫欲、睡眠欲等來維持生命，假如沒有欲，就沒有人生；連天界的六欲天都有欲，到了色界天，還有精神上的欲望，你說人間的凡夫眾生，怎麼會沒有欲呢？

欲有好，有不好；有善法欲，有染汙欲。佛教不是禁欲主義，在《八大人覺經》講：「少欲知足。」如果不少欲、不對治欲，一再發洩欲望，則所謂「欲海狂瀾」，這個人就會不知廉恥、不知義理、不知純淨的善法，將會淪落成為禽獸一樣。

人之所以不同於禽獸，懂得知恥，就是因為對「欲」有節制。佛教的戒律裡，出家必須對情欲要斷除；如果不能斷除，沒有關係，要還俗，佛教也不認為你有罪惡。

欲，每一個人有所不同，有的人厭惡；有的人棄欲；有的人會克制自己禁欲；有的人少欲；但也有人無欲。我認為在人間，「欲」是不能免除的，只是「欲」的問題，是人生一個最大的善惡交會點，你是要追求善法欲呢？還是要追逐染汙欲呢？你在哪一種「欲」裡面來生存、生活，才能滿意呢？

像世間上，有的人想要做聖賢，那也是欲；有的人要想參與士、農、工、商，各行職業，他的希望，就是欲望。但也有的人厭惡世間上的榮華富貴、聲色貨利，他只喜歡簡單，他就想要離欲、厭欲、少欲、無欲。其實，真正要到無欲，必須超越三界以外；在出世法裡，要成佛、要成為菩薩，與這個虛空整個世界融會了以後，對於欲的衝動，才會完全免除。

人生最大的欲望就是愛情，所謂財、色、名、食、睡五欲；五欲沒有，那人生的生命又寄託在哪裡呢？人生又怎麼能活著呢？所以欲是生存、欲是生活、欲是希望、欲有未來，你沒有求法的欲望，怎麼能通達真理呢？你沒有希聖成賢的欲望，又怎麼能成為菩薩、羅漢呢？因此，善法欲要增上，染汙欲要減少，有好多的方法。以下謹提供幾點處理之道，供大家參考。

一、讓愛欲昇華成為慈悲。一個大的愛欲等於洪水氾濫，要有去處、要流通；不流通，堵塞氾濫，就會成災。所以要能昇華，慈悲就是大愛，慈悲就不自私，慈悲就能愛人，因此「慈能與樂，悲能拔苦」，可以有愛心去救苦救難，能有愛心去服務他人，能有愛心去助長世間的善美，讓愛欲能正當的發展，也

不是不好啊！

二、愛欲可以代替。你對於男女的情欲執著，是因為你太過偏激，其實代替愛欲的東西很多。例如：你可以用讀書，或追求新知，以求知欲來代替情欲。你也可以用興趣來代替，我的興趣要做哲學家、科學家、文學家；你著書立說，安定身心，可以代替情欲。甚至你可以用苦行，在勤勞辛苦裡，可以減少情欲；或是用運動，讓身體疲勞，心裡的情欲就會減少，都有這許多代替的方法。

三、用思想、意念，化解情欲、愛欲。你思想裡面多往善法去想，多往好事去想，多為眾生服務去想，多向利樂有情去想；你滿心的思想觀念，都想為人服務，為世間奉獻，那麼欲念、情欲，自然就會減少。

所以，有時候你可以用禪坐，會減少欲念；用拜佛，會減少欲念。你在佛前，還會想著要去談論情愛嗎？你在讀經，還再想要那些情欲嗎？所以你的思想、善念，可以幫助你驅除情欲；你把時間用來讀經、用來做善事、用來走正道，這對情欲都有驅除的作用。

四、用勞動服務，可以減少欲望。做工十小時、十二小時，你疲倦了，欲望會減少；你發心服務，體力都用盡了，汗水都流光了，身心輕安，情欲就會減少了。

五、假如你說以上那許多方法都不靈，你的情欲，如同心猿意馬、情欲衝動；那麼，你可以唱一首歌曲，可能就會發洩情欲；你可以出去吹一陣涼風，可能就會減少情欲；你可以投入大眾裡，跟大眾一起活動，你可能就沒有情欲了。

六、對欲的成長，是因為智慧不明，或者對方美麗、對方姿態動人、對方語言甜蜜、對方勾引起你的情欲。如果你能正念，對治身體的邪念、歪念，也能少欲知足。

當然，情欲不能完全去除，但可以減少欲的衝動，尤其從對佛法的信仰，讓正法增上。以善法欲來對治染汙，如修不淨觀，或有盡忠報國，仁、義、禮、智、信的念頭，都屬於善法。

佛教傳播信仰，就是希望一切眾生，對於世間的五欲六塵，能少欲知足。進而在善法欲裡能成長、能提升、能昇華、能擴大，過著「吾有法樂，不樂世俗之樂」的生活，能夠如此，自然會有「超凡入聖」的一天。

## 92. 308 命運與因緣

世間上的人，有的遇到挫折災難，或運氣不佳，就到處算命、改運、求神問卜，希望可以改變命運。也有人自認天生命運多舛，相信命運是前世註定，既然天生命不好，就認命而活；像這種宿命論者，對自己的未來不抱希望，對自己人生不積極去創造，把前途交給命運，甚為可惜。

佛經上說：「有衣有食為何因？前世茶飯施貧人；無食無穿為何因？前世未施半分文；穿綢穿緞為何因？前世施衣濟僧人；相貌端嚴為何因？前世採花供佛前。」

古德也有詩偈說：「欲知前世因，今生受者是；欲知來世果，今生作者是。」六祖惠能大師也說：「心好命又好，富貴直到老；命好心不好，福變為禍兆；心好命不好，禍轉為福報；心命俱不好，遭殃且貧夭。心可挽乎命，最要存仁道；命實造於心，吉凶惟人召；信命不修心，陰陽恐虛矯；修心一聽命，天地自相保。」

其實，人的命運掌握在自己手中，自己的前途要靠自己創造，只要肯努力奮鬥，必能改變命運。

《雜寶藏經》提到，有一位證得阿羅漢的出家人，知道自己十二歲的徒弟只剩七天壽命，就讓他回家探望父母。想不到七天後，小沙彌安然回到寺裡，師父看了很驚訝，就試探的問：「你在回家的七天當中，有沒有遇到什麼事？」沙彌認真回想後告訴師父：「在回家的途中，經過一個水塘，發現一群螞蟻被困在水中，於心不忍，就放了一片樹葉，幫助螞蟻從水塘裡逃生。」師父一聽，知道本來應夭壽的沙彌，因為一念慈悲救了螞蟻，所以延長了自己的壽命。

所謂「禍福無門，唯人自招」，一個人命運的好壞，與平常自心的善惡、積德結緣有關。因此，每個人的命運都不是別人所能控制的，也不是定型的，舉凡習慣、信仰、感情、權勢、欲望等，都可以改變、轉化、左右我們的命運。所以說：重複的舉止，會變成習慣；定型的習慣，會變成個性；個性的好壞，則往往會決定命運的好壞。

有些人遇到困難，就歸罪為祖墳的風水或是自己的名字不好；但是風水換了，名字改了，思想、行為不改變，結果還是一樣的。我認為與其相信命運，不如改心——將嫉妒心改成尊重心，將瞋恨心改成慈悲心，將貪欲心改成喜捨心，將排斥心改成包容心，將計較心改為隨喜心；心念改變，當下就已改變我們命運的方向了。

## 93. 310 祈福與消業

祈福，是人類與生俱來的一種本能與渴求。為了永保安康，有人向大自然山川祈求，有人向日月星辰祈求，也有人向天神地祇、諸佛菩薩祈求，或者放生祈福、誦經祈福、點燈祈福、叩鐘祈福、抄經祈福，乃至線上祈福、雲端祈福等等。有時候到廟裡抽籤，如果不滿意，還能將籤條綁在繩子上，表示厄運從此不再跟著自己走。

祈福是好事，但有許多人，不想付出努力，只想投機取巧，坐享其成，即使真有「好事」降臨，轉眼也會成空。而佛教和其他宗教最大的不同，就是在種種方便善巧之外，積極引導我們：與其寄望別人能為我們消災免難，不如努力淨化自己、開啟自我內心的智慧寶藏；只要心中有佛法的慈悲智慧，就能消除障礙，得到好的果報。因此，解鈴還須繫鈴人，祈福雖然好，消業更為重要。

消業就像衣服髒了，要用肥皂粉刷洗；身體髒了，要用沐浴乳洗滌。同樣的，要想消業，也要有工具、要有武器才行；沒有武器，僅是赤手空拳，想要消除業障，只怕徒勞無益。

就像《阿含經》裡說，一塊石頭丟進水裡，自然往下沉，不會因為祈求神明，石頭就會浮上來；一滴油倒進水裡，必然浮於水面上，即使再怎麼祈求，也不會沉到水裡。祈福與消業，也是如此；沒有武器，只管祈求，改變是不大的。

什麼才是我們消業的武器呢？做好事、說好話、存好心是我們的武器，懺悔發願、廣結善緣、參禪打坐、抄經定心、作務培福、誦經拜佛，乃至受持五戒十善、行六波羅蜜等，都是我們的武器；只要能增加我們內心的善法，使我們懂得與人為善的，都是武器。

就像一把鹽，放在水杯裡，味道會很鹹；放進恆河裡，鹹味就會轉淡。滔滔恆河，就像我們的善念，只要內心善的力量增強了，惡業自然會轉弱；惡業弱了，福報也就來了。但是過去所造的業要一下子消除乾淨，並不容易，所以要發大心及恆長心；只要肯發心，凡事無所不能。

消業，也像在播種。過去播下的「惡種子」，固然會遇緣受報；一旦播下「善種子」，也不會憑空消失，必定會有收成的一天。因此，只要播種慈悲，未來就一定收成慈悲；播種歡喜，未來也一定會收成歡喜。用慈悲、歡喜等來祈福，必能獲得世間無量大福。

尤其，現代人注重「基因改造」，實際上「基因改造」就是佛教的「消業」，

雖然名稱不同，但意義是一樣的。舊的業障消除了，並且從此行善不再造惡業，善的能量增加了，基因不就改造了嗎？因此，祈福的同時，應該力求「身心改造」，只要業障能消，性格和命運必定會隨著改變！

## 94. 313 加持和救護

一般佛教徒誦經、拜佛，都希望獲得佛菩薩的加持。所謂「加持」，就是心靈上的力量、心靈上的感受，有了這種力量、感受，就是加持。例如：小孩子在外面受到欺負了，媽媽給他一個擁抱、安慰，那就是加持；到寺院禮佛、聽聞善知識的勉勵，恐怖感消失，就是得到加持；發生災難了，政府派員前來救護，把受災民眾送到安全的地方，保證其生命安全，有了這種幫助、因緣，就是得到了加持。

所以，心性怯懦的眾生，力量不夠，就需要信仰，需要他人的力量、思想、慈悲、精神力的加持，如我們禮拜、信仰佛菩薩，他會給我們指導，會給我們加持，幫助我們安定身心，提振我們的信心、力量，給我們智慧，給我們自己去解決問題的能力。

但信仰佛教的信徒們，對於佛陀、菩薩禮拜恭敬，想要得到他的感應、護佑，不可以有過分的要求，佛菩薩不是人間的刑事警察、不是檢察官，他不是參與賞罰，不是執行法令，這點我們要給佛菩薩超然的地位。我們在人間所做的惡行，都要受到法律的制裁，就是佛菩薩也不能干預；佛菩薩既然是真理的體現，他必定順從真理，不能違背真理。

加持最主要的，要從他力（佛菩薩）加持，到自我加持；自己的信仰、慈悲、智慧、忍耐、修行，都能自己加持自己。所以佛經裡面，佛菩薩講說那麼多的道理，都是叫我們自己做自己的主人，自己的業力、善惡、好壞，都要自己承受；佛菩薩只是指示我們、告訴我們，我們聽了以後要能信受奉行，但是不可以要求佛菩薩，不能什麼事都要依靠他來賞賜我們，那世間就沒有善惡因果了。

因此，大家應該信受諸佛菩薩的加持力，但不可以要求佛菩薩給予我們過度違背因果的保護，那是錯誤的想法，也是不當的要求。

## 95. 315 疑問與戲論



從小到大，我們都有很多的疑問，會問很多的「為什麼」，可以說，知識的累積，都是從「為什麼」激發而來的。父母、師長、善知識等，常常告訴我們「為什麼」；坊間也有許多書籍，幫助我們了解「為什麼」。生活當下，處處都有「為什麼」，勇於發問，問出竅門，就能增長知識，開闊思想。

世間法如此，出世法更是如此。尤其，佛教並非一味的只是要人相信，而是要我們建立在理智上、慧解上，甚至可以建立在疑情上，所謂「大疑大悟，小疑小悟，不疑不悟」。藉由疑情，迷惑解除了，信仰就會堅固；信仰一旦堅固不移，就能獲得利益，這樣的宗教也才是我們所要選擇的，是值得我們信仰的宗教。

像佛教教主釋迦牟尼佛，還是太子時，遊歷四城門，困惑人間何以會有生老病死，因而出家尋道，終於證悟成佛；善財童子五十三參，問遍天下善知識，最後證入無生法忍；妙慧童女十問佛陀，震驚四座，連文殊菩薩都來頂禮……疑問正是開悟的契機，甚至簡單的問題，能連續問三個「為什麼」，就會成為很大的學問。

不過，佛教雖然鼓勵大家發問，但是形而上的戲論，佛陀卻置之不理、默然不答；《中阿含經》裡著名的「十四問難」即是此例。佛教重視實踐，其中縱有高妙哲理，也是為了契入真理，方便實踐用的；凡是不著邊際、不切實際的討論，無益於人生問題的解決，都為佛陀所呵斥；佛陀甚至還引「毒箭」為喻，表明談玄說妙、偏離生活，皆非究竟。

因此，佛教是重視人間性的，離開了人間的佛教，既不能指導我們人生的方向，又不能充實我們生活的內涵，那樣的佛教是沒有存在意義的。我們學佛，可以懷疑，但要避免無謂的戲論，藉由虛心請教，將疑心昇華為信心，讓自己每天都有一悟，累積許多的小悟，就會有將來的大徹大悟；如果只是以文字遊戲為滿足，不僅徒勞無益，只怕與道相去更遠，那就得不償失了。

## 96. 317 善惡業報

「善惡業報」，這是佛教根本的教義。所謂「善惡因果、有業有報」，說明世間上任何一件事情，都不會是無因無緣就形成；也不可能說造了業因，卻不會產生結果。我們的一舉一動、揚眉瞬目，乃至心的一念，不論好壞、善惡念頭，都會產生結果，都有回報的。

我也經常講，每一個人一天當中，早晨起來，我發願今天要幫人家什麼忙、做

些什麼服務，起了善念、好心，他就是上天堂了；到了中午、下午，看到很多不滿意的人，就起了煩惱，甚至生氣、瞋恨，這時又下地獄了。所以我們的心，每天一下子上天堂，一下子下地獄，在天堂、地獄裡面不知來回多少次，這其中都有善惡業報的關係。

所謂「善有善報，惡有惡報，不愁不報，時辰未到」。善惡因果業報，在佛教裡是通三世的。從過去到現在，從現在到未來，未來又再回轉；等於惑、業、苦，起惑、造業、受苦；受苦了又再煩惱，又再起惑、造業、受苦，這是輪迴不斷的。

「作如是因，感如是果」，因果業報的關係雖然複雜，卻又有條不紊，毫釐不差。但是世間上的人不明白其中的道理，只見有的人做了善事，沒有得到好報，他就生起怨恨的心，這是不對的。就像你的銀行定期存款沒有到期，當然銀行不給你提領；有的人做盡壞事，可是他卻過著富貴榮華的生活，那是他過去在銀行裡的存款還沒有用完，銀行不能說你是壞人，我就不給你領錢了。所以自造業、自受報，誰也免不了的。

善惡報應就等於世間上的農耕，有春天種、秋天收，這是一年的因果業報，稱為順現受業；有的今年種、明年收，這是兩年的業報，稱為順次受業；有的今年種，三年、五年、八年、十年以後，它才能成長、才能收成，那就是多年生，稱為順後受業。

就像花草樹木開花結果的道理一樣，都有時間、季節成長的不同；人生的善惡報應，當然也有時間長短的區分，有現報、來生報、後世報，但都一定會受報的。

不過一般人不容易懂得因果的真義，比方說，我吃齋、念佛、做善事，希望能發財，這是錯誤的。吃齋、念佛、做善事的因，不會有發財的結果，那是道德上的因果、信仰上的因果；你想想發財，那麼你就要勤勞、要工作、要發展事業、要結緣、要為人服務，那才會有發財的因果業報。

你想想身體健康，你說我去修橋鋪路、施茶、施燈，我的身體怎麼都不好呢？這是錯誤的。你要身體好，必須要有營養、要運動，要懂得養生之道，這才是健康的因果；你修橋鋪路，只是說你為善，做好人、做善事，那會有另外的因果報應。

所以，種黃豆要長西瓜，種西瓜要長黃豆，這叫錯亂因果。對於善惡業報，很多人都誤會了；因為在時間上的不了解，在彼此關係上的不了解，都怪善惡業

報不靈、不準；實際上，善惡報應比現在的電腦，乃至一些精密的儀器都還要準確，絲毫不差的。

你可以欺騙別人、欺騙自己，你欺騙不了善惡因果報應；你可以矇騙世人，但未來的善惡因果報應，是逃不了的。你以為我做的這件事情，別人不知道；不會，我們做的任何事情，天在看啊！因其在為我們記錄啊！哪裡說會有不知道的呢？

所謂善惡業，這個「業」，指的就是行為，它必定有結果的。因此，做善事的人，要相信因果，不要著急，會有因果業報的。就是做了善事，卻還是受到一點不好的報應，也不要緊，等於我把債還清了，所做的善業就如同所賺的錢，以後還是會屬於我的。所以我們做善事的人，對於善惡業報要有正確的了解，不可以道聽塗說，誤會因果，錯怪因果，那就是自己的愚痴啊！

## 97. 320 基因改造

在人類的科學研究裡，有一項基因改造，這應該是非常先進的科學知識，也是人間最偉大的發現。可是如果就佛教來講，早在兩千年前，佛教的「業力論」就已經告訴我們，每個人的命運好壞、幸與不幸，包括自己的性格、思想、健康、智愚、人生際遇等，都和自己前世、今生的行為造作有關，也就是「業報」所致。

「業」就是生命的密碼，如同現代醫學所稱的「基因」，所以佛教提出要消業解厄、要懺除業障、要淨化身心等，這許多的言論不也就是基因改造嗎？所以「基因改造」這一門科學，我們拿來弘揚佛法，與佛法共同宣說，可說有「異曲同工」之妙；科學講「基因改造」，佛教講「消除罪業」，名詞雖然不同，但意義目標都是一樣。

說起基因改造，將來的人類會因為基因改造，更能進步，更能成長，更能發展。同樣地，佛教說消除罪業，就是消除身體所犯的殺、盜、邪淫，口舌所犯的妄言、惡口、兩舌、綺語，心意所犯的貪欲、愚痴、瞋恨、嫉妒。佛教改造這許多身口意的業力，把惡業改成善業，淨化身口意、美化身口意、改善身口意，這就是基因改造。

雖然目前科學已經高度發展，也不能推翻佛教的學說與佛陀的教法；反而科學的種種發現，更證明了佛陀所說的佛法，更合乎真理，更合乎人道，更合乎人性。佛教一再提升人性為佛性，想要從人到佛，如果沒有基因的改善，沒有去

除惡業、增加善業，又怎麼能登如來地呢？

除了「基因改造」之外，還有「基因複製」，比方說人造牛、人造羊；不過，我想最重要的，還是要把基因加以改良。這就像佛教的六道輪迴，一切的罪業性，都是可以改變的，壞的可以懺除，好的可以增加。可見佛法的業力學說，與基因改造是沒有衝突的。我們希望科學家，對基因改造有更進一步的研究；當然，我們也希望佛教的修行者，對自己的業力也要改造，把惡業都改成善業，把地獄、餓鬼、畜生都改善為人、天、菩薩。

感謝科學界裡，有這一種「基因改造」的學說，可以說非常合乎佛法的主張。

## 98. 322 非法布施

在佛教裡，流傳一部《太子須達拏經》，敘述須達拏太子性情仁慈，樂善好施，他在修道的時候，發心什麼都布施給人。你要他的衣服，他衣服給你；你要他的食物，他食物給你；你要他的房舍田產，他把房舍田產給你；甚至於你要他的妻子，他也把妻子給你；你要他的兒子，他把兩個兒子都給你。為什麼？因為他的布施要全部如你所求，不會違背你的意思。

我覺得這一部經典這樣的翻譯，這種思想與我們當代的精神不合。這本經典真的是佛陀如此宣說的嗎？一個太子，把自己的財富全部布施，甚至真理、法的布施都可以；但妻子、兒女不是你的財產，他有他的人格，他有他的生存價值，你怎麼可以拿他來作為你的布施呢？這一種不通人情、不合事理的情況，不也可以說是等於現在的販賣人口嗎？

我們不知道須達拏太子的行為，是否真是如此。假如真的是這樣，現在我們要提出討論，這個世間上每一個人都有人權，甚至現在都在提倡「生權」，連豬、馬、牛、羊、鳥獸都有生存的權利，為什麼須達拏太子的妻兒沒有生命的自主權呢？

你隨便把他當作物品來布施，可以嗎？你這麼做，第一，喪失了為夫之道，不能保護妻子兒女，你還配做個丈夫嗎？第二，拿妻子兒女做人情，布施給人，你這不是是非顛倒嗎？所以，我們認為，對於須達拏太子的行為，有研究的必要。

主要的，我們要尊重人權，這種違反人權的事情，在佛教裡不可以發生。甚至佛陀說「眾生皆有佛性」，一切生命都是平等的，不但人有人權，眾生都有生

存的權利。尤其現在這個自由民主的時代，個人的權益不斷在上升，我們對於這一本經典的來源、思想，希望佛教界人士能再多做一些研究。不當的思想、不合時代的精神，等於身體上的一塊爛肉，去之而後才能健康吧。

## 99. 324 不當的「依止」

在佛教裡，不管僧眾、信眾，最初想要學佛修行、發心入道的時候，都會尋找一個自己景仰、相應的善知識，「依止」他學習。「依止」，就是「依存」而「止住」的意思，也就是依賴有德、有力的人，跟著他學習而不輕言離開。

在佛經裡，佛陀曾在涅槃前囑咐弟子，學佛要「依法不依人，依義不依語，依智不依識，依了義不依不了義」。但是今日有一些佛教徒，往往不能依照佛陀指示的「四依止」去學習，反而因為對佛教教義產生了偏頗的認知，或是一味的盲從追求，因此做了不當的依止，以致帶來信仰的危機。以下舉出數點錯誤的依止，作為佛教徒的省思，並且加以改進。

### 一、依神不依佛

佛教徒既然名曰「學佛」，首先要對「佛」有所認識和了解。佛是由人修行成道，是人格圓滿、福慧具足的覺者；佛所證悟的真理，能夠指引眾生如何消除煩惱、獲得身心安樂的究竟解脫。

相對的，神祇跟人一樣，都是六道眾生之一，或許祂們具有一些超乎常人的能力，但是仍然難免五衰相現，輪迴生死。所以佛教雖然承認神祇的存在，但不以神祇為信仰、皈依的對象，因為信仰神祇並非究竟解脫之道。

因此，學佛不能「依神」，而要「依佛」所說，佛陀告訴我們：業力自作自受，凡事有因有果，人才是真正決定禍福的主宰；我們唯有信仰佛教，才能從神權中解脫出來，回復心靈的自由，從而建立對自我的信心。

### 二、依人不依法

所謂「法」，就是真理，真理是亙古今而不變，歷萬劫而常新，是放諸四海而皆準的，我們依法而修，才能明理悟道；相對的，人有喜怒哀樂，有生死去來，學佛如果「依人不依法」，有朝一日，善知識往生，或感情關係發生變化時，不是增加自己的煩惱嗎？本來依止善知識，是為了淨化心靈、增長智慧，到頭來煩惱沒有減少，反而增加困擾，真是得不償失！因此，學佛之初，固然需

要靠善知識的接引；但是一旦入了門，就要依法而修，依法而行，如此才是正道，才能進入佛法的堂奧。

### 三、依迷不依智

學佛最大的好處，就是能夠「轉迷為悟，轉識成智」。迷，就是不能如實覺知事物的真實性，而執著於錯誤的事理；智，是理性的，具有籌量、分別善惡的能力。

學佛如果「依迷不依智」，就會一直耽溺在五欲六塵之中，以苦為樂，不知出離。相反的，懂得「依智不依迷」，就知道學佛要從淡化物欲開始，慢慢脫離世俗塵勞的束縛，這時智慧就會漸次開啟，法喜禪悅也會不斷從心中湧出；若能進而發心將此法喜、法益布施給人，透過服務奉獻、發心利人的菩薩道實踐，最終必能「轉識成智」，這就是般若現前，才是學佛最大的利益。

### 四、依求不依行

人之性，在於「有所得」，因此一般人都把信仰建立在「有所求」之上。但是有所求，就會有所限；反之，無所求，才能無限無量。所以我們學佛，要從信佛、求佛，進而要「行佛」；你能行佛所行，就是在為自己累積功德資糧，為自己培養各種福德因緣。這就如同在田地裡耕耘、播種一樣，你播了種，還怕沒有收成嗎？當你透過「行佛」，力行佛的慈悲、智慧、平等、無我、忍耐、喜捨等佛法後，你所培植的各種福德因緣具足時，所謂「善緣好運」，這時即使「不求」，也會「自然而得」，所以學佛要「依行不依求」。

除了以上幾點之外，有的人依邪不依正、依寺不依教、依個人不依團體、依事不依理，這些都是不當的依止，也是不明智的行為；依止錯誤，不但無法引導我們走上成佛之道，甚至可能誤入歧途，所以學佛修行，如何選擇正確的依止對象，不可不慎。

## 100. 328 胡說八道

我們現在對於別人講的話，覺得不高興的時候，都是批評他「胡說八道」。意思就是罵他亂講、隨便講，講的不合理、不正派。但實際上，「胡說八道」是很正當、很正派、很重要的歷史。

當初，佛教從印度傳來中國的時候，經過西域胡人居住的地方，胡人對佛教的

信奉特別虔誠。他們經常助佛宣揚，講說佛教裡面「四聖諦——苦集滅道」中的「八正道」，就是正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定。

胡人講說這「八道」，或者那個時候是佛教初傳，有很多不同的翻譯、解釋；或者那個時候胡人的語言、音聲，讓其他地區的人不容易聽懂，大家聽到胡人傳授的八正道，就說「胡人說的八道」。

但是有的人不知其意，沒有深加研究，就把「胡人說的八道」，講成「胡說八道」，於是就這樣形成一句流行的話。後來語意的改變，批評別人講話，不喜歡聽的都叫做「胡說八道」，因而成為一句變了質的風行語言。

實際上「胡說八道」有它的歷史，有它的意義，有當初佛教盛行的狀況描述。而今，「胡說八道」中，真正的「八道」已經沒有人去深思了解；不要說「胡說」——胡人說的八道，就是現在的大德長者、權威的法師講授八道，實在講，這是人生的指南針，人生如果對這八道有了認識、行持，人生是可以非常的超越、非常的智慧、非常的解脫。

可惜，現在恐怕這一個八道，不必胡人說，哪怕什麼樣的正派人士來說，大家也不容易申明其義，都認為這是他不能理解、不要聽的八正道。其實「八正道」是幫助我們走向人生坦途，甚至是指引我們步上成佛大道的正確指南。今列舉八道的內容、意義如下：

第一、正見：因緣果報，善惡業力，無常苦空，佛道永恆。

第二、正思惟：觀身不淨，觀受是苦，觀心無常，觀法無我。

第三、正語：真實的語言，慈悲的語言，讚歎的語言，利行的語言。

第四、正業：不殺生為業，不偷盜為生，不邪淫為事，不邪業為命。

第五、正命：合理的經濟生活，淨化的感情生活，慈悲的社會生活，道德的政治生活。

第六、正精進：未生惡令不生，已生惡令斷除，未生善令生起，已生善令增長。

第七、正念：念佛覺行圓滿，念法法界圓融，念僧清淨功德，念天仁至義盡。

第八、正定：健康的禪定，定心的禪定，悟道的禪定，見性的禪定。

## 101. 331 人創造神明

舉世之間，每個國家幾乎多少都有一些地方性的神明信仰，叫做民間信仰。除此之外，他們也信仰一些國際性的、世界性的宗教。所謂「世界性」的宗教，它不是限於一國、一地的信仰，而是跨國際的，所以說「宗教無國界」。

目前被稱為世界性的宗教，有佛教、天主教、基督教、伊斯蘭教、猶太教、道教、儒教等。要成為一個國際性的宗教，要讓全世界的國家公認你、接受你，才算是名門正派；相反的，一些附佛外道來立宗立派的，都只是短暫的過程，很快就會煙消雲散，不能成為氣候。

在一些地方性的民間宗教信仰當中，大都是以神明為中心；甚至於不入流的仙狐鬼怪，也都有人信仰。其實，這許多的神明、仙狐鬼怪，都不是舉世所公認的，而是一些少數人，為了人心、人性的需要而創造的。

例如：跟人起了爭執，警察、公安來調解，但他認為公安、警察調解不公，於是就建個土地公廟，請土地公來坐鎮；因為土地公就是我心中的派出所，祂會來幫我主持正義的。跟人打官司訴訟，也討不到公道；法律既然不能給我保障，我只有建個城隍廟了，城隍爺是最公平無私的，祂會來幫我主持公道。

因此，以這樣子的情況來推演，每一個人都可以創造他個人需要的宗教。例如：耕農的，他會相信神農大帝；做工的，他把魯班奉為祖師爺；經商的，他視關公為武財神。就這樣，王爺、仙女、娘娘、太子.....各種神明就應運而生。

當然，也有的人相信大自然的雷電雲雨，因此，雷電雲雨就是他敬畏的神明；有的人相信自然界的山河大地，因此，山河大地就是他崇拜的宗教。甚至於為了感念過去勤政愛民的帝王，或者是曾經建立功勳的英雄，人們也設立祠堂供奉他們。還有一般人對地方稍有貢獻、功勞的，大家為了感德報恩，都把他當作神明在崇拜。所以，世間的宗教信仰，與其說是上帝造萬物，不如說是眾人創造神明。

但是正信的佛教不同，佛教教主釋迦牟尼佛，他不是神明，他是人；他出生在印度迦毗羅衛國，他有生養的父母淨飯王、摩耶夫人；他有修學的宮廷生活，有入道苦修的記錄歷程。他是經過多年勤修、苦行，最後悟道的覺者，所以宇宙無限的空間，都在他的心裡，無限的時間和他並壽，他超越了時空，以一個大覺者、大自在、大悟道者來為眾生說法。



佛陀跟神明不同，他不能賞賜你什麼，但他可以開導你因緣果報等佛法真理；他沒有什麼權威來處罰你，他都說自己的行為要自己負責。他是一位覺者、智者，他超越所有的宗教，超越所有的神明；他以佛法真理來教化你、加持你，而不是施捨給你平安、幸福、發財、富貴。

跟著佛陀的信仰，你要能尊重他，信仰他的道德，信仰佛陀是實在有的，信仰佛陀的教化是能讓我受益的，這就是傳統的佛教；與現在的人間佛教，是有所對應，是古今一致的。因此，我們信奉佛教，就要回歸佛陀的本懷。

佛沒有創造人，人也不能創造佛；各人自業自受，因果自己承擔。所謂「自依止，法依止，莫異依止」，這就是佛教最高的信仰理念。

## 102. 334 關於靈魂

人在世間活動，必然得有個身體，身體裡住著一個「靈魂」，在佛教裡就稱為「第八識」。第八識並非單獨活動的個體，它與眼、耳、鼻、舌、身、第六識及第七識合起來，就是我們平常所謂的「心識」。當中的第八識，最為深層細微，影響著前面的七個識，所以稱為「根本識」；前七識，則經常隨著第八識而轉，就被稱為「七轉識」。

人一生中，受前七識影響，嘗盡各種酸甜苦辣、喜怒哀樂；一期生命結束了，前七識都沒有了作用，但第八識還是在的，它是生命的根源，是我們投胎轉世的依據。一般社會上，或其他的學說，就稱它作「靈魂」；只是佛教不講靈魂，佛教講「神識」。

不過，稱為神識的這個第八識，要宣揚到世界讓人了解，恐怕還要相當的努力。尤其，第八識無形無相、高深莫測，而「靈魂」一詞，普世皆知、普世皆用，通俗易懂。如果「佛法在世間，不離世間覺」，為什麼不隨順世間，讓第八識也稱作「靈魂」，方便大家理解，這有什麼不可以呢？

佛教裡本來就有很多的方便善巧，所謂「先以欲勾牽，後令入佛智」，為了讓大眾能夠認識佛教、理解佛教，要想讓佛教在全世界傳播，勢必要運用很多的世間法，所以不必去排斥它；對於一些難解的現象，有時候解釋它、承認它，但不是崇拜它、迷信它。只要尺度拿捏得宜，任何世法都可以拿來為佛法所用。

比方說，現在科學界發現宇宙虛空，所謂「天外有天」，有多少的星球；佛教在解釋時，也不一定要說有多少世界，也可以跟他說有多少星球，這又有什麼關係呢？另外，關於外星人的存在與否，大家也議論紛紛，事實上，佛陀說法時，很多菩薩都是來自他方佛國，阿彌陀佛和十方諸佛都可以說是外星人，這不是一下子就讓大家會意了嗎？

所以，我覺得佛法的弘傳，要講究契理契機，除了契合眾生的根機，還要契合時代的發展，更要與當時的文化、思想、潮流配合，不必分歧，不必另唱其他的調門；等於是歌曲，調門太多不容易學習，簡單易懂的、與人民生活接觸的，都可以運用。因此，我們講說「靈魂」，又有何不可呢？