



般若波羅蜜多心經—第〇二講

普力金剛上師講於大乘講堂

一九八九、八、二十

我們前次說到「般若」。般若為什麼不翻，我們前一次說過了翻譯佛經時，五種不翻譯的規則與意義。前一次也說過「般若」有幾種說法，在傳統佛學方面來說，有「三般若」、「五般若」。在我們研究佛法方面來看，不僅有「三般若」、「五般若」，而且有「十種般若」。我們不要怕浪費時間，重要的是，要言之有物。說「三般若」以前，我們先認識，究竟什麼東西叫「般若」？前一次我們說過「般若」，古代翻譯作「智慧」。根據智者大師說，智慧是照了一切法的「實相」，這個智慧是天台宗的說法。根據我的老師——圓公老人，他說「般若」的翻譯，應該叫「妙智

淨慧」；從微妙的智體所發生清淨慧，這種慧能夠讓我們消除煩惱，得大解脫。既然這樣，為什麼我們不翻譯叫做「智慧」呢？因為智慧有很多種，世間法有很多道理，都叫作智慧。例如這個人很會讀書，也叫做有智慧；某某人很會辦事，也叫作有智慧；像曹操的心理學，能夠讓士兵「望梅止渴」，這個才智，也叫作有智慧。這樣的話，佛法的般若智慧，就變成和它們攪混在一起，變得混淆不清了！所以我們把這種「妙智淨慧」，不叫作一般的智慧，我們直接叫「般若」。這在「五種不翻」裡面，叫做「尊重不翻」，也叫做「生善不翻」。尊重「般若」本身，能夠生無漏善，能夠得大解脫，這種智慧不翻譯成一般的「智慧」，而它的意義又很相似於

發行者：財團法人
普力宏文教基金會
顧問：劉發泉
策劃：張榮珠
編輯：張現能
校對：洪秀蜜
電話：(02)27524519
(02)27400877
傳真：(02)27117139
地址：台北市復興南路
1段127號8樓A座
劃撥：19619626
戶名：財團法人
普力宏文教基金會

普力宏文教簡訊目次 起始頁數

般若波羅蜜多心經—第〇二講……一

生活禪小品（力發老師蒐集整理）

不勞而獲……	十四
未雨綢繆……	十五
如果，下次……	十六
梟獍之心……	十六
放下與慈悲……	十七
惻隱之心……	十七
底線……	十八
無為而治……	十九
無數個晉惠帝……	二〇
認真打好每一鍾……	二二
生與死就如同一場遊戲……	二二



智慧。

古代的智者常講，能夠統率三軍很容易，但是能夠統領自己的心性卻很難！統率三軍可以執行嚴厲的軍法，對所有的將士具有威嚇的作用。大家都聽說過春秋時代一部經典性軍事學的著作——《孫子兵法》，它的作者是孫武；孫臏為孫武的後世子孫。有一段孫臏練兵的故事，正說明統率三軍可以執行嚴厲的軍法，是很容易做到的：剛開始的時候，孫臏用皇帝內宮的宮女來進行軍事訓練，這些女子以為是在開玩笑，訓練時不聽號令指揮，孫臏就把兩個領頭的宮女抓出去砍頭，這一砍大家都嚇破膽了，知道玩笑開不得，非聽從號令不可！所以，執行軍法、指揮大軍很容易！但是想要將我們內心裡面許多的煩惱、妄想統一起來，那真是太難啦！我們的頭腦裡面煩惱很多，但總不能夠為了解決問題，就把頭砍下來吧！況且即使把頭砍下來，也沒有用啊！內心的煩惱，即使當我們死掉做鬼了，煩惱還是在裡面，還是有許多雜七雜八的妄想、煩惱，源源

相續不斷地產生，所以要想將我們內心裡面的許多煩惱、妄想統一起來，實在太難啦！總之，治理外面的世事容易，而治理自己內心的煩惱，就困難多啦！但如果我們有了「般若」，就能治理內心的種種煩惱、妄想。

可見，治理自己的內心是最困難的問題，同時也是解脫的問題。許多煩惱繫縛我們的內心，使令我們內心有感到不自由的問題，有感受壓迫的問題，有了「般若」以後，這些問題都能夠一一加以解決，這是「般若」本身的一個任務。佛教經典告訴我們：「般若」是菩提之因，菩提是「般若」之果；「般若」是菩提的開始，菩提是「般若」的目的。如果我們想要成就諸佛的阿耨多羅三藐三菩提，成就佛果的無上正等正覺的話，不修習「般若」，是絕對得不到的！因為「般若」是菩提之因啊！佛果，約智來說，是菩提；約果來說，是涅槃。如果我們不開始努力修習「般若」，能夠成就無上正等正覺嗎？絕對不可能的！所以大乘佛經裡面，處處都講：

「般若為三世諸佛之母，三世諸佛都依般若，得阿耨多羅三藐三菩提！」可見，般若有多麼重要！這是修行者內心裡面高度自我反省的智慧；它不是世間法普通自我反省的智慧，而是得大解脫的自我內觀反省的智慧。我們先從名義上了解好，我們就可以進一步了解它的內容。

一般法師講的《心經》，講「三般若」就夠了：第一個是「實相般若」，第二個是「觀照般若」，第三個是「文字般若」。實相般若，什麼叫做「實相」？世間上有沒有一個事物是不會被破壞毀滅的呢？沒有！《金剛經》講「凡所有相，皆是虛妄」，也就是說，沒有一個事物不是在「生、住、異、滅」的不斷變化當中；也沒有一個生物不是在「生、老、病、死」的不斷變化當中。一說到世間諸法的相，我們就感覺諸法在世間上生滅變異的無常。以我們現在的認知來說，「金剛鑽」是世間最堅固的固體，但如果到了世界末日，劫火燃燒的時候，地球發生熾熱的烈火燃燒，那個熱度可能超過攝氏幾萬度的

溫度，相信金剛鑽也會被融化掉，甚至也會變成氣體而完全被破壞了。所以，我們說諸法的「實相」是什麼呢？實在地說，從世間法上面去找，真的找不到有一個所謂的「真實」之相。什麼是「般若」的真實之相呢？當然不是一切我們在外面所看到、所聽到的、所想到的、有形相的事物。所謂「實相」，它有「無相實相」的甚深意義，「般若」應該是在這個地方來講。什麼才叫作真實可靠之相呢？只有「無相」才是真實可靠之相。無相就沒有生，既然沒有生相，就不會有滅相。或者說如果沒有生相，就不會有死相；所以有生相，就必定有死相。佛經裡面說，悉達多太子在外道修學五年，有些外道就叫他打坐，認為靜坐練成了，馬上就可以得到長生不老。我們中國的道家也有一樣的說法，西藏的外道裡面也有這種說法；認為我們打坐下去，將來我們的生命會變得特別長久。悉達多太子就問他：

「你打坐下去，你說生命會變得長久，會得到一個超越身體的生命，這個生

命是有生還是無生呢？」

外道說：「當然有生啊！」

悉達多太子就到別處參訪了。因為他知道，既然有生必定有滅，他在世間到處找，就是想要找到一個不生的道理，哪個才是不生不滅呢？在他跟外道參訪修學五年中，找來找去都找不到一個不生的道理。他什麼時候找到不生的道理呢？悉達多太子參訪外道五年之後，回到雪山，在雪山修苦行六年，希望能夠找到不生的道理；修了六年的時間，還是沒有修成功，甚至一天只吃一粒麥子。如果長期吃一頓只有一粒麥子的餐食，會不會變瘦呢？我曾試驗過一個禮拜，因為我肚子餓就喝一點開水，喝開水也會維持生命的存在，但光是飢腸轆轆的折磨，就實在叫人煎熬的！而且還一天只吃一頓，甚至說一天只吃一粒麥。古印度的麥沒有很大吧！不要說一粒麥，就說吃一個水餃好了，或說他吃的麥子像一個水餃那麼大，又如何呢？苦修六年下來，身體瘦成皮包骨頭，這樣維持身體的熱量是不夠的。悉達多太子打

坐的時候，根本就沒有辦法用心辦道，天心靈和身體在掙扎著；因為沒有吃飽就沒有精神，如果提不起精神修觀，又怎麼去悟道呢？可見，悟道也需要靠吃飯來幫助，雖然吃飯不是直接悟道的因素；但吃飯是幫助我們悟道的條件！六年苦修下來，也沒有洗澡，也沒有吃得好，實行最嚴格的苦行，一天只吃一粒麥子。所以，悉達多太子最後認為這種苦修的方式是不對的！這時候，他走到雪山下面的阿耨達池，就到阿耨達池裡面去洗澡。現在有人到印度觀光，去看阿耨達池；看到現在的尼連禪河，只是一條小小的水溝而已，而阿耨達池的水都枯乾了，裡面連一點水都沒有了。悉達多太子洗完澡之後，竟然沒有氣力爬上來！

悉達多太子經過六年的苦行，明白苦行並不能使自己內心解脫。執著無益的苦行，怎麼能夠解脫呢？真正的道是應該超越苦樂兩邊、超越一切的；這一念心若不能超越一切，又如何解脫呢？於是悉達多太子放棄了無益的苦行生活，接受牧羊

女的供養，逐漸恢復了氣力。後來祂走到山邊一棵枝葉繁茂的菩提樹下，發下堅固的誓願：「若不成就無上正等正覺，誓不起此座！」

據說，當時太子沒有氣力爬上岸時，是大梵天王把悉達多太子從尼連禪河拉上來的；或有人認為是毘紐天拉祂上來的。但在正統佛教的說法，不是毘紐天，而是七佛裡面的毘婆尸佛（註○），但毘婆尸佛是第一個賢劫的佛，不可能去拉祂。色界諸天裡面有淨居天，淨居天是許多倒駕慈航的菩薩，還有許多已經涅槃的諸佛所居住的地方，三果羅漢也住在上面，這是我對大藏經研究的一個大發現；古代祖師從來沒有這樣說過。古代祖師沒有意見，可能怕說好這些話，會讓我們大家認為諸佛就是住在毘紐天（義譯遍淨天）；其實，諸佛的大涅槃就是住在淨居天，可能是怕我們誤會，才不提出來。現在說，天人把祂拉上來；可見，當時悉達多太子因瘦成皮包骨頭，雖然洗澡洗好，但身體虛弱、沒有氣力，連想從尼連禪河爬上岸的

力量都沒有，困難到舉步唯艱的地步。天人把悉達多太子拉上岸之後，悉達多太子心想：「我應該先把身體恢復健康，才能有足夠的精神去悟道。如果身心不能調和，心靈天天和身體掙扎，沒有體力去思想，哪裡有辦法悟道？哪裡有多餘的精神在智慧上面作觀？」我們應當知道，內心的智慧不是在書本上面可以鑽研得來的，而是要在內心裡面不斷地迴光返照。這時候，有一個牧羊女經過，看到悉達多太子瘦弱不堪的身體，就發心供養祂一碗羊乳粥。牧羊女看著悉達多太子吃下去，感到很高興；於是每天都來供養悉達多太子羊乳粥。這樣，悉達多太子的身體就逐漸恢復了健康。

當悉達多太子覺得自己的身體恢復健康之後，就走到尼連禪河邊的菩提樹下，用茅草敷設了靜坐的蒲團。悉達多太子在金剛座上發下了堅固的誓願：如果我没有證得無上正等正覺，成就阿耨多羅三藐三菩提，我誓不起此座（註○）！也就是說，悉達多太子自誓，如果沒有成就圓滿

覺悟的佛果，絕對不離開這個蒲團。這裡就有一點小問題，有些修行人就問我說：「悉達多太子發下誓願，如果沒有悟道，沒有成就無上正等正覺，絕對不起身離開這個法座。難到悉達多太子不用去上一號嗎？」

我了解他說這些話的意思，是說生活在金剛座上，並不是說連上一號也不要。平常人吃了食物，一定就會去一號，不可能不去，這是我們身體生理上的一種自然反應。那表示太子那個時段的生活，除了全心全意在法座上修觀，絕對不跑到其他地方；好比身體端坐在世間如金剛般最堅固的法座上面，只在這個地方靜坐，用功辦道。

請問：祂的法座是什麼樣的呢？現在有人去印度看，只不過是一大塊石頭打磨稍平整而已！其實，在佛陀的那個年代，哪裡有打磨得很好的法座？不過一塊大石頭而已，稍微寬敞平整罷了！靜坐在上面，可以安頓身心！

悉達多太子在金剛座上七七四十九

天，參透宇宙人生的一切真理，從外面色、聲、香、味、觸、法等六塵，到祂身體的色、受、想、行、識等五蘊，都做一種很大的覺照。在色、聲、香、味、觸、法等六塵裡面，有沒有不生滅的相呢？沒有！由色、受、想、行、識等五蘊和合而有的身體，有沒有不生滅的相呢？沒有！凡是有動，就是為法，凡是有為法就有生有滅。有感受就是有生有滅，有感受就是為法，都不是不生滅法。悉達多太子在內心用智慧來作觀，在七七四十九天裡面，找遍了整個世界，也找遍了自己的生命，還是找不到不生的真理。但最後祂終於找到了，怎麼找到的呢？原來宇宙、世界、我們人的生命，以及生命中的心理，祂認為都有共同點！什麼共同點？祂看到天上的星星很亮，心想：星星怎麼樣會有呢？地球怎麼樣會有呢？環境怎麼樣會有呢？人的生命怎麼樣會有呢？人的身體怎麼會有呢？祂已經參透，宇宙、人生絕對不是神造作的；絕對不是單單一個神造作的，也不是很多神造作的，也絕對

不是一個因素、兩個因素造作的。那麼是由多少物質造作的呢？是由多少個神祕的力量在後面支配它呢？最後參透了，祂認為沒有神祕的力量。所有萬事萬物的本身，都是從種種的條件、種種的關係、種種的時間、種種的空間，集合而形成的；絕對沒有天生下來就是完成的，都是由許多多因緣條件和合而有的。這時候，祂看到天上的星星很亮，祂認為星星也是如此，我們的地球也是如此。星星裡面如果有人人的話，星星的人也是如此；地球裡的人也是如此，都是依託很多很多的因緣條件和合而有的，祂是這樣悟道的。既然一切人事物等宇宙萬法，都依眾因多緣和合而有，請問：能夠容納這些集合體的是什麼呢？是空性！所以，這些集合體本身是有生有滅的，而能約容納這些集合體的空性，卻是不生不滅的！

在金剛座上悉達多太子悟到：「喔！我的智慧只有證到不生不滅的空性真理，我才能夠得到涅槃。因此，如果我的智慧不能證到這不生不滅的空性真理，是

沒有辦法到達涅槃的，也沒有辦法到達究竟圓滿的覺悟。只有以般若智慧親證到不生不滅的空性真理，才是究竟的解脫之道。」佛陀悟了！祂所悟到的是什麼？由於宇宙中有無量的星球，下至無量星球之一的地球，無量星球裡面的人事物，一直到我們地球裡面的一切人事物，也都是依託眾因多緣而有的！凡是依託眾因多緣而有的萬法，都是安住在空性真理之中。佛陀悟到：只有證到空性的真理，才是真正的無我；只有證到空性的真理，才是真正的涅槃。再深刻一點地悟：只有證到不生不滅的空性，才是大涅槃；只有證到不生不滅的空性，才是究竟的佛道；只有證到不生不滅的空性，才是究竟的不退轉。

佛陀覺悟宇宙人生的真理，不僅親證自己五蘊和合的身心，具足不生不滅的空性，而且一切眾生也都具足不生不滅的空性。所以佛陀三嘆：「奇哉！奇哉！一切眾生都具有如來的智慧德相！」請問：如來的智慧德相，是有相還是無相呢？是無相！「無相」的「實相」就是在這個地方，

它能夠容納一切眾因多緣而有的萬法，這「無相」是最真實之相。這時候，佛教的很多術語還沒有出來，例如「真如」一詞，「真如」是以後從「無相實相」變化出來的一個名詞，這時只有「無相」這句話。無相就是最真實之相，如來就是證到這個實相，如來覺悟就覺悟這個實相，如來親證真理的菩提智慧就是這個實相，如來所親證的菩提智果一大般涅槃，就是這個實相。

縮小一點範圍來看，小乘的無我觀，這種無我觀只包括到自己身心的五蘊；但大乘佛法所說的「實相無相」，通達一切萬法。大乘佛法的無我觀，不僅是人無我，而且一切法也是由眾因多緣和合而有的，也就是說，任何一個主要的原因或次要的條件本身，也是由眾因多緣和合而有的。所以不僅我們所說的人事物的個體是無相，一切因緣、條件也是無相。所以，阿羅漢只有證得「我空」，沒有證得「法空」；他認為「我」在真理上面不能說是「有」，因為這個「我」是由色、受、想、

行、識等五蘊和合而有的，所以它是不實在的，因而證得了「我空」。但是他並沒有再進一步去覺悟：這色、受、想、行、識等五蘊，一一都是這個「假我」組成的條件，這些條件本身也是一種組合體。也就是說，眾因多緣和合而有的諸法，一一的因緣條件，各各都是由許多因緣條件和合而有的！這種觀察到什麼地步呢？大到三千大千世界、盡虛空遍法界，小至一粒微塵，全都是在眾因多緣和合而有的聚合體裡面。所以根據佛教的覺悟來講，應該說這個世界上的粒子，絕對沒有一個實在的粒子；一一粒子的存在，應該也都是其他的條件支配之下，不能說有一個最後的、最微小的粒子。現在人所講的「基本粒子」，丁肇中先生發現的基原子（「粒子」），認為它是組成物質的最小物質單位。也就是說，以佛法來看，沒有一個實在的、最小的一個粒子。雖然他所謂最小最小的一個基本粒子來講，它還是依靠眾因多緣而有，而任何因緣條件還是依靠許多其他因緣條件而有。

因此，佛所斷除的煩惱，不僅是見、思二惑，而且還斷除塵沙惑以及無明惑，祂完全透徹地覺悟宇宙人生的真理。阿羅漢只透徹地證到自己不實在的、假我的人，只證得了「我空」；他還沒有透徹到整個宇宙，沒有透徹證到人生所有因緣條件的關係。所以說，雖然阿羅漢也是證得空性的真理，但是只證得了「我空」，並沒有證得「法空」。證得「我空」也算「實相般若」的一部分；而真正的「實相般若」，應該包括「法空」。「法空」的名義，當初般若並沒有把它的意義表現出來，而只是說所有的萬事萬物都是眾因多緣的集合體，但集合體沒有離開空性，這一種畢竟的空性，是最徹底的、最真實的相，但它是「無相」的，這「無相」卻是最可靠的「實相」！這是初期的大乘佛法和小乘佛法可以打成一片的一種說法。但是到了後期的大乘佛法，擴大來講，什麼叫做「實相般若」？第一個叫「無相實相」，這一句話應該怎麼解釋呢？就是在「無不相實相」。因為宇宙萬法由眾因多緣和合

而生的體都是從實相而現——無不由於實相而現，無不由於實相而有。「實相」是「無相」的，這「無相」的空性真理，能夠讓眾緣和合而生的萬法顯現，並且一切眾因多緣都能成功和合。所有大大小小的、緣生的萬法，沒有一個相不歸於實相，所以能夠在「有」的方面來說。這「無相實相」是從「有」的方面來體悟實相本體，是從外而內的體悟；「無相實相」到達第二個階段，是「無相無不相」的實相，這是從內到外的覺悟。一切諸法所具有空性，通通沒有離開萬事萬物眾因多緣的緣生之相，以這樣來觀察的話，就是「無相無不相」的實相。「無相」的真理無所不在，它就在所有因緣所生法的眾相上面，這樣叫「無不相」的實相——無不在因緣所生法上。這是進入大般若慧觀的第二個階段觀察，觀察到極點的時候，恐怕我們對整個宇宙真理的體悟有偏差。好比有些修行人悟到空的方面去，就是悟到「實相無相」方面去，雖然不一定是證到阿羅漢，不是單單證得我空，但是他會歸於「無相

實相」的菩薩，專門注重於取證空性的菩薩。又有些修行人從第一階段到第二階段，知道說這個「實相無相」是在「無不相」上面，這些菩薩修觀的時候，就會偏於「無不相」上面，取著於緣生的「假有」，甚至說「假有」只是「名字有」。這樣子的話，都不能夠顯出佛陀用般若對宇宙真理徹底圓滿證得的真理本體。天台宗智者大師說，所謂的「中道」(註③)究竟應該是什麼？應該包括「無相」、「無不相」、「無相無不相」的實相。「無相」的實相是第一個，「無不相」的實相是第二個，「無相無不相」的實相是第三個。這樣，才能顯出佛陀最高、最無上的體悟，不是偏於內的「無相」的實相，也不偏於外的「無不相」的實相，它是內外一體、空假不二，即空即假、即假即中、即假即空，這一種形式的實相，總稱叫做「無相無不相」的實相。這種說法是用天台宗的方法來講；事實上，這種說法也合乎我們中國傳統佛法「五教」的說法。

所以如果一般人沒有時間廣泛研究

佛法的話，能夠把一部《心經》研究好，就等於把佛教的心理理論抓住了。雖然不是很豐富的、很完整，但可以說把最重要的、最中心扼要的抓到了。釋迦牟尼佛之所以能夠成就阿耨多羅三藐三菩提，他就是悟到宇宙人生「無相實相」的真理。「無相實相」的真理，應該是包括：「無相」實相真理、「無不相」實相真理、「無相無不相」實相真理等三重義理，這顯示佛陀的覺悟是「無上正等正覺」。如果我們把無上正等正覺，用這三種實相來解釋就很好、很完備，「正覺」是「無相」的實相，是二乘聖者所證的真理。「正等正覺」是「無不相」的無相實相，是菩薩乘所證的真理。而「無上正等正覺」是「無相無不相」的實相，是唯佛所證得的、究竟圓滿的真理。請問：阿羅漢所證得的真理，算不算「正覺」呢？阿羅漢所證得的真理，應該算是正覺，所以我們說他是「偏空涅槃」。菩薩，破一分無明、證一分法身，證得初地菩薩階位，也算是正覺，但尚未圓滿究竟，所以是正等正覺。正等正覺包

括有後得智，後得智就是無不相實相。到成佛時就徹底圓滿了，觀察一切法理事無礙、事事無礙、有無不二、非有非無、即有即無。所以成佛之後，才堪稱無上正等正覺，是圓滿的、究竟的覺悟。不會講「空」時，就失去了假「有」的存在；講「有」時，就迷於事相，失去了它所具有的「空」性。佛陀說法時，講「空」就包括「有」，講「有」就包括「空」，空有圓融無礙，所以才叫做「無上正等正覺」、「無相無不相實相」。

佛教徒如果連這一點都不懂的話，請問我們學佛、拜佛幾十年，那真是白白拜了。拜什麼呢？有些人說：「我拜佛就是拜自心啊！」龍華菜友常常套用我們歷代祖師留下來的首頌，就是我常常講的：「佛在靈山莫遠求，靈山只在汝心頭，

人人有個靈山塔，好向靈山塔下修。」

佛教禪宗講的是「直指人心，見性成佛」，就在我們心中去求就好了。我們如果不能修學、體悟自己心性的願理，那麼，內心到底要求什麼東西呢？老實說，

那能求的，只是糊塗心、妄想心。我們所求的也是妄想，不是「靈山塔」。如果說「心中有佛」，並不是我們認為的這種。

我們要能夠在一念心中，悟得一念之心是「無相實相」、是「無不相實相」、是「無相無不相實相」，這才是我們心中的佛。

我們如果對「實相般若」的道理，不能夠了解這一點的話，說「心中有佛」這個話，就是說大話！我們不妨問問一貫道朋友：「是啊！你很了不起，你知道什麼叫

作『實相』嗎？什麼叫『無相』嗎？」他們都不懂！什麼叫『無相無不相』實相，更是不懂！光用嘴巴說自己的心中本來有佛，那真是說大話啊！所以我們佛教徒，發起修行最重要的目的，是要了解自己心中有成佛的可能性，並且知道應該怎麼生正確的信解行證。

《大乘起信論》說，我們內心裡有「生滅門」和「不生滅門」。我們修行是從「生滅門」，進入「不生滅門」。「不生滅門」是什麼？是我們真如妙心。《大乘起信論》讓我們追求「空如來藏」、「不空

如來藏」、「空不空如來藏」；《楞嚴經》也說「空如來藏」、「不空如來藏」、「空不空如來藏」。《大乘起信論》裡面說有多少境界？有「如實空境」、「因熏習境」、「法出離境」、「緣熏習境」。《大乘起信論》裡重要的內容要把它背起來；這四種境，沒有離開我們現在所要了解的「實相般若」，我們要修證的就是這個實相。《大乘起信論》中，部分還有馬鳴菩薩修行的經驗在裡面；換一句話說，還是沒有離開「空如來藏」、「不空如來藏」、「空不空如來藏」。

無論講「如來藏」也好，講「實相」也好，只是換一個角度、換個名字來闡說真理。因此，日本人對中國人有關《大般若經》思想的闡說有意見。他們說：「中國的士大夫說，佛教《大般若經》所說的是『空門』，進入佛教修行，就叫作『入空門』。」以日本人研究佛法來說，他們不認為佛教是「空門」，他們認為佛教《大般若經》，叫做「實在論」。它本來是「實相論」，實相論就是實在論。如果沒有相當的研究，我們還以為《大般若經》是講

實在的，其實，它是講「無相實相」。日本人就偏在這一方面來說，認為是實在論，「實在」是指這個「無相實相」。日本人所說的實在論，是無相實相而已；但只不過是第一步，對真理的證悟，應該還有第二步、第三步，這是我們學佛的目的。（第二步、第三步，稍後或下一次再詳說。）

我們今天講「實相般若」，就是說萬事萬物所具足的理性，講清楚一句話，就是「般若理體」。般若理體，可以從幾方面來看，從「有」的方面來看，它是不實在的，是空無自性的。從「空」的方面來看，它是假有的，有一個假相的存在。從「圓滿」的方面來看，它是「空不離有」、「有不離空」，般若的理體就是這樣。我們要更進一步，用更現代化的說法，來闡述「實相般若」。當然我們用般若去觀察的結果，竟然是「一無所得」！老實說，我們只在文字上面去看，我講了半天，大家體會得到嗎？「實相般若」，一個是從有的方面來看，它是空；一個是從空的方面來看，它是有；一個是從更高層次來

看，它是有不離空、空不離有，空有不二。

如果我們聽好佛法，又能夠像「鸚鵡學舌」那樣把它說出去，老實說，仍然是毫無用處！佛法是要在內心做工夫的；如果不在內心做工夫的話，永遠得不到佛法的法味！修學佛法最重要的，是要成就佛教「三十七道品」的「八正道」其中的「正思惟」。如果我們只有「正見」，而沒有「正思惟」，也是沒有用的！所以，要先去了解什麼樣子，才叫做「實相無相」，然後每天一個一個去做思惟，作如理的思惟。當然，每一個人都有自己的事業；我們將事業做好，在休息的時候，或下班回到家裡靜坐的時候，就要常常去思惟：「什麼是實相無相？」就從我手上拿的這串念珠來說，請問：「珠子是實相嗎？」珠子說：「我不是！」為什麼不是呢？念珠上的珠子，是星月菩提樹所結的子，用線把許多珠子貫穿起來，還需要工人的加工。還需要有串念珠的線。過去大陸串念珠的線是用麻做成的線，工人先將麻從山上割下來，然後將它浸泡在水中一段時間，再將

它放在太陽下曝曬，最後收集纖維、製成麻線。台灣現在串念珠的線，不是天然的麻線，而是化學尼龍的纖維，把它製成繩子，工人用繩子貫穿一個一個的星月菩提珠子。雖然星月菩提子是樹上摘下來了，但是還需要工人在車床上加工，將它磨得大小一致、渾圓光滑的星月菩提子。這樣，經過這麼多的人工採集材料，用時間去製成材料，再加工貫穿成一百零八顆的念珠；你們看到的是星月菩提念珠，我看則沒有星月菩提念珠。大家先要做這種觀察與思惟。也許有人會說：「唉！你這個人不是很『番』嗎？」你怎麼會沒有看到星月菩提念珠呢？因為我看到的星月菩提念珠是由許許多多的關係所形成的，我是看到眾因多緣的關係。能夠這樣觀察的話，就不錯了！這樣觀察成功的話，就等於證得阿羅漢啦！那麼，什麼是菩薩境界呢？我們要更進一步做工夫，不僅看到這個星月菩提念珠離開繩子不可得，離開一粒一粒的珠子也不可得，星月菩提念珠拿在手上就是不可得的！再看看繩子也是

不可得的；繩子是由許多化學尼龍絲所成的，而尼龍絲是從塑膠原料裡抽出來的，抽出來的絲再經過人工製作，集合許多條細絲，成為一條稍粗的線繩。其間經過化學的處理，經過時間的因素，經過冷熱的處理，以後才成為尼龍繩，這一連串的因緣條件和合，所以依我的這種看法，連繩子都是不可得的。這樣，我們才能更徹底地體悟一切法都無自性，比阿羅漢悟得更徹底！如果我們靜坐時，能夠這樣做觀察，就是「空觀智」，這就已經是「無相實相」的功夫了。但這樣來講，只是菩薩初步的體悟，但是我們要先從這裡做起；第二步我們才做「無不相實相」的覺觀，最後再學佛陀最高的「無相無不相實相」的覺觀。這種內心的功夫，一定要時時刻去作「正思惟」的功夫。這樣，「從聞、思、修，入三摩地」，直到能入定為止；能夠由正確的「聞思修」入定的話，就是入「金剛定」了。我剛剛所講的，從「正思惟」進入禪定，心定下來，這個定是整個的般若慧觀，是初步的「實相般若」觀。

這個定，猶如世間最堅固、最強硬的金剛鑽，能破壞一切，而不為一切所破壞！所謂「破壞一切」，是指破壞一切煩惱、破壞一切障礙，而不為一切所障礙。能夠修行成就這種定的人，他本身有宿世以來的善根、智慧，肯定都具足，才能夠修行成就，沒有障礙！如果他有煩惱障、果報障、諸業障的話，宿世以來許多障礙就會來阻擋他修習這個功夫。好比他本來今天想發心來聽「實相般若」這一堂課，但是冤親債主就讓他的時間安排上有障礙，沒有時間過來講堂。或是等到他要修空觀的時候，不是頭痛，就是胃痛，不然就是身體的某個地方不舒服，就有這些煩惱瑣事來搗亂他的修行，讓他有種種障礙。因此，我才方便傳授大家密宗法門，教大家持咒法門，先消除宿世的煩惱障、果報障、諸業障等種種障礙，這樣大家才能夠修習「實相般若」。

學佛的人有出家、在家之別，有菩薩、聲聞之別，有老人、小孩之別，有男女之別，但是修「無相實相」般若，就沒

有這些問題；我們先從這個地方修起，以後才說到第二步——「無不相實相」般若。「無不相實相」般若，也是要做這種正思惟的功夫。但是如果第一步「無相實相」般若的功夫沒有做好，就沒有資格講第二步「無不相實相」般若；同理，第二步的功夫沒有做好，也沒有資格講第三步「無相無不相實相」般若，這個非常重要！所以我們一方面講「實相般若」，一方面我們還講如何修證？要講修證「實相般若」，就不能夠不講第二種般若，叫「觀照般若」。我們剛剛所講的內容都是「實相般若」之理，它是實相「無相」之理，包括實相裡面「無不相」之理，也包括實相裡面「無相無不相」之理。請問：如何才能夠進入這個理體呢？用什麼方法才能進入？老實說，起初還是要運用我們第六意識的分別心。佛法不是說第六意識最毒嗎？它是生死的根本嗎？如《楞嚴經》說分別心是生死的根本！但是我們不能夠不利用這生死根本的分別心。我們利用分別心來承受佛法，佛法可以寄託在我們

分別心裡面，讓它發生妙用，讓我們的內心除開佛法，沒有其他的五欲苦樂等分別。所以，佛法所說的許多道理，都是讓我們能夠承受佛法，並把這些道理說出來，這叫作「文字般若」。「文字般若」，都是觀念；由於這些觀念所表達的般若道理，就蘊涵在語言文字裡面；我們再依從「文字般若」的含意而生起內心「覺照」的功夫。這功夫怎麼做呢？從內心的第六意識來觀察，先觀察到外面的某一個相，尤其是我們最愛的相。我們對於世界上最愛的相是什麼呢？一般來說，是財、色、名、食、睡；總括來講，是色、聲、香、味、觸、法。有許多年紀稍大的人，他們的主觀意識通常都很強，總認為自己有財富、能力強、經驗多，可以左右世界的一切；那麼，他就可以從「觀照」自己的內心做起，觀照自己的一念之心，是否那麼容易讓自己所左右？是否很容易聽從自己的號令？

年輕人對世界充滿好奇感，所以不怕麻煩，我有這種感覺。好比小朋友在兩

歲、三歲的時候，似乎懂得事情了，眼睛特別亮，感覺這個世界都是新鮮的，眼睛可以看到好遠的地方，好好玩喔！他看得很遠的地方，爺爺、奶奶看不到的，他都看得到。那很遠的地方有許多男男女女，跑來跑去、走來走去，有人哭，也有人笑。他的眼睛特別愛看，小孩子有那麼好的六根，我們叫他不去看、不去聽，能夠嗎？不可能！看、聽之後，如果沒有衍生煩惱，就沒有關係。所以，我小時候在念佛堂打七、四十九天的念佛七，天天二十四小時都沒有間斷地念佛，如果不是一群死心踏地的大人在裡面一起用功的話，老實說，普通人如果不是多年修學念佛法門，長時間念佛會念到心理吃不消，也有疲勞感；尤其是小孩子，會比大人更有疲勞感。當時，我念到第一七，還在跟著大家念佛，忍耐到第二七時，我就無法再忍下去了。晚上趁大家都睡覺了，還有一班人輪值念佛，它讓大家的耳朵二十四小時都有佛號的薰習——「南無阿彌陀佛」……！我常常告訴大家，我那個時候

還小，我偷偷跑出去，跑到山上，眼睛看那遠遠的山巒，想讓耳朵聽那山上的涼風吹過來自然的聲音，涼快一下、舒服一下，耳朵不要老是盤旋在念佛堂裡佛號的聲音，沒有一點變化！我的眼睛看那遠遠的山巒，感覺風景很美，一片翠綠色的松樹林，風一吹過來，松葉會生起像一種海濤的聲音，叫「松濤」，呼……呼……嘩……，就像海上潮水的聲音，這松濤聽起來真是太好了！可是我仔細再聽，這不是松濤的聲音，而是有更多的人在念「阿彌陀佛」，更多的人在「阿彌陀佛」的聲音一下，像波濤一陣一陣地湧過來。我說：「這下糟糕了，我被阿彌陀佛包圍了！」我已經離開念佛堂這麼遠，怎麼還有「阿彌陀佛」的聲音呢？我的眼睛雖然沒有看到阿彌陀佛，但耳朵所聽到的都是「阿彌陀佛」，滿山遍野自然風吹的聲音，都是「阿彌陀佛」的聲音。等到七七四十九天念佛念好後，我們平常在法堂也念佛，當念到中間，忽然止靜，我就靜坐；法堂有個鐘在滴答、滴答、滴答……，在我聽來，還

是阿、彌、陀、佛、阿、彌、陀、佛、……，聽到連鐘都在念阿彌陀佛，當時，我想該怎麼辦才好啊？我就跑到山上，去聽那鳥兒叫的聲音，感覺好好聽，起初聽起來是鳥兒啼叫的聲音，可是再聽下去，鳥兒也是在念「阿彌陀佛」、「阿彌陀佛」……經過七、七、四十九天的薰陶之後，竟然把我耳識的世界整個改造過來了！請問：這是什麼道理？這就是由「文字般若」變成「觀照般若」初步的一種薰習，薰習到我們的六根都變得習以為常！所以有人對我說：「唉呀！我用功的時候都會打妄想啊！妄想打到哪裡去呢？去外面玩啦！」如果是這樣，就表示第一步「觀照般若」的薰習還不夠，還要繼續努力。

我們今天還沒有把「觀照般若」作更詳細地講解，不過，我們說要如何進入「實相般若」呢？就是必須經過「觀照般若」。那要如何修「觀照般若」呢？必須經過「文字般若」，才能夠生起正確的「觀照般若」。我們今天才說了三種般若之一的「實相般若」。下次繼續。

【註釋】

註①毘婆尸佛：是過去七佛的第一佛。過去七佛，是指出現於世間最近的過去世之七佛，即：

①毘婆尸佛，意譯為勝觀佛、淨觀佛、勝見佛、種種見佛。在過去九十一劫，毘婆尸佛、應供、正等覺，出現世間。

②尸棄佛，意譯頂髻、有髻、火首、最上。是過去三十一劫，應供、正等覺，出現世間。

③毘舍浮佛，即一切勝、一切自在、廣生之義。是過去三十一劫，應供、正等覺，出現世間。（以上三佛是過去莊嚴劫千佛的最後三尊古佛。）

④拘留孫佛，意譯領持、滅累、所應斷已斷、成就美妙。是現在賢劫中第六劫，應供、正等覺，出現世間。（是現在賢劫千佛的第一尊古佛。）

⑤拘那含牟尼佛，意譯金色仙、金儒、金寂。是於賢劫第七劫，應供、正等覺，出現世間。

⑥迦葉佛，譯作飲光佛，現在賢劫第八劫，應供、正等覺，出現世間。

⑦釋迦牟尼佛，意譯作能仁、能忍、能寂、寂默、能滿，是現在賢劫第九劫，應供、正等覺，出現世間。

毘婆尸佛是過去莊嚴劫中出現之

佛，釋迦牟尼佛於因位菩薩道中，修百劫相好業時，偶逢毘婆尸佛坐於寶龕中，相好莊嚴、威光赫赫，於是七日七夜單腳翹足站立，讚歎毗婆尸佛的種種功德。

註⑧不起此座：每一尊佛陀出現世間都現八相成道：一、降生兜率。二、入胎。三、出胎。四、出家。五、降魔。六、成道。七、說法。八、涅槃。

大乘佛法對於成佛之道的修行，從初發菩提心到究竟成就佛果，天台宗立了五十二個修行的階位：十信、十住、十行、十回向、十地、等覺、妙覺（就是佛）。（各經論說法稍異）

釋迦牟尼佛經過三大阿僧祇劫的修行，前一身已位登等覺菩薩位，今生從

兜率內院降生娑婆世界，一切都是隨緣方便示現罷了！一切法如幻如化啊！請問：悉達多太子內心對宇宙還有迷惑嗎？一切都是隨緣方便示現！

當初悉達多太子要出家修道時，他的父王並不同意，所以太子就趁著夜晚悄悄地離開王城。淨飯王因為擔心太子的生活，就派了五個人當太子的侍者，並且要他們去尋找太子，並且把太子勸回來，否則就別回來相見！但是太子出家的心願很堅定，他們只好跟著太子一起修行。

太子出家後，四處尋師訪道，曾拜外道仙人阿羅邏仙與優陀羅仙修習禪定，可以進入無色界的甚深禪定——非想非非想定。太子覺得這種禪定使得身心如木石，是無法斷除煩惱、了脫生死

的。於是放棄了禪修，來到尼連禪河畔附近的苦行林，勤修斷食的苦行。悉達多太子苦行到極點，日食一麻一麥，經過六年苦行之後，體會到修苦行是無益

的，悟道應當是在自己的一念心上用功才對！因此太子放棄了無益的苦行，離開苦行林，到尼連禪河沐浴後，並接受了牧羊女的乳糜供養，恢復精神、體力，才能繼續修覺悟之道。五位侍者看到悉達多太子捨棄了苦行，又接受了牧羊女的供養，認為太子已經退失了道心，就相約離開了太子，到鹿野苑繼續修行。

悉達多太子在菩提樹下，坐在吉祥草敷設的蒲團上，發大誓願：「若不成正覺，終不起此座！」釋迦牟尼過去經過三大阿僧祇劫修福德、智慧，如今因緣成熟了，於最後一世在人間示現成道。

終於在第七七日，天將破曉之際，悉達多徹悟宇宙人生的實相，睹明星而悟道。三嘆：「奇哉！奇哉！一切眾生皆具如來智慧德相，只因妄想執著不能證得。」

釋迦牟尼佛悟到自己的一念心中，本來就是清淨的、微妙的、不動的、具智慧光明的、圓滿的、周遍十方三世的，

本來就具足一切稱性功德；三大阿僧祇劫的修行，就在自己的一念心中，一念頓超過、現、未三世，一切本自具足、本自現成，不假外求。諸佛即使證得阿耨多羅三藐三菩提，實相真理並不增加一分。眾生雖沒有證得阿耨多羅三藐三菩提，實相真理也不減少一分。

我等凡夫眾生，總是在生活的小細節上起計較！上師過去曾講虛雲老和尚住茅蓬閉關的故事：老和尚有一次煮芋頭吃，心想芋頭煮好燙嘴，靜坐休息一會兒，等起來的時候，芋頭可能冷熱剛好。哪知這一靜坐，竟然入定了，而且一入定就是整整十七天，鍋裡的芋頭已經長毛發霉了！可是老和尚自己才感覺靜坐了五分鐘而已！

可見，時間是虛妄不實的！高僧大德靜坐的情況是如此，已經超乎我等凡情的認知了！高僧大德的身體巍巍不動，呼吸似有似無，甚至連心跳都暫停！何況是最後身等覺菩薩的禪定境界呢？我們怎麼可能去思議得到呢？

所以，我們不要在生活中吃喝拉撒的小細節上，去作計較才是。

上師對弟子的發問，往往是隨緣或隨弟子的根性而回答。所謂，「法無高下，應機者妙」！我們要有「法無定法」的正確認知。

註◎中觀：天台宗智者大師立圓教「一心三觀」的法門，為教義與實踐之骨架。係對一切存在作三種觀想，即空觀、假觀、中觀，稱為空假中三觀。

一、空觀，又作從假入空觀、二諦觀。空者，離性離相之義。謂觀一念之心，不在內、不在外、不在中間，稱之為空；由觀一念空之故，而一空一切空，無假無中而不空；此因空、假、中三觀能蕩除三惑之相，以空觀蕩除見思之相，以假觀蕩除塵沙之相，以中觀蕩除無明之相，三相皆蕩，即畢竟空，是為空觀。簡而言之，自世俗常識之立場（假），進入宗教立場之真理（空），是為空觀。

二、假觀，又作從空入假觀、平等觀。假者，無法不備之義。謂觀一念之心，具

足一切諸法，稱之為假；由觀一念之假故，而一假一切假，無空無中而不假；

此因空、假、中三觀皆能立法，以空觀立真諦之法，以假觀立俗諦之法，以中觀立中諦之法，三法皆立，即為妙假，是為假觀。簡而言之，不停滯於空，而進入佛智遍照之世俗境界，是為假觀。

三、中觀，又作中道第一義諦觀。中即中正、泯絕二邊對待之義。謂觀一念之心，非空非假，即空即假，稱之為中；由觀一念中之故，而一中一切中，無空無假而不中；此因空、假、中三觀皆能泯絕對待，言空則空外無法，言假則假外無法，言中則中外無法，三者皆絕待，即為圓中，是為中觀。簡而言之，不執空觀，不執假觀，空假圓融之大悲菩薩行，是為中道觀。

所謂一心三觀者，即於一念心中而能圓觀三諦，謂觀一念心畢竟無有，淨若虛空，稱為空觀；能觀之心，所觀之境皆歷歷分明，稱為假觀；雖歷歷分明，然性常自空，空不定於空，假不定於

假，稱為中觀。即三而一，即一而三，是為一心三觀。



不勞而獲

道謙禪師與宗圓禪師結伴同行，四處雲遊參學，風餐露宿，跋山涉水，非常辛苦。宗圓禪師疲憊不堪，吃不了這個苦頭，三番兩次鬧著要回家。道謙禪師想了想，就安慰他說：

「我們決心出來參學，而且也走了這麼遠的路，現在半途放棄回去，實在可惜！這樣吧，從現在起，一路上如果可以替你做的事，我一定為你代勞。」

宗圓禪師很高興地說：

「那我可輕鬆多了。」

道謙禪師卻說：

「那可不一定，有五件事情我幫不上忙。」

宗圓禪師問道：

「哪五件事呢？」

道謙禪師說：

「穿衣、吃飯、拉屎、撒尿、走路。」

宗圓禪師終於大悟，從此再也不說辛苦了。

【附註】

人生的道路，無論是崎嶇或平坦，都要靠自己去走；人生的滋味，無論是酸甜苦辣，都要自己去品嚐。沒有一個人是永遠的贏家，也沒有一個人是真正的失敗者。只要我們有信心，能抱持和氣、安忍的態度，就能做到「無欲則剛」。

在佛家看來，勞動是每個人分內的事，也是一種修煉，所謂「天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚，空乏其身。」縱觀天下富貴子弟大多成不了才，因為他們只顧著享受，不願意磨煉自己；這樣的人，等到「大樹一倒」，又怎麼能獨自「撐起一片天空」呢？冬天曬太陽是一件很愜意的事情，但我們不能指望別人替代我們去曬，而必須

自己走到陽光下，世上根本就沒有「不勞而獲」的道理。我們要想成就一番事業，就必須親力親為，有些事情是別人無法幫助的；即使別人給我們幫助，我們若不去消化，也是枉然。

未雨綢繆

在一個漆黑的晚上，老鼠們出來覓食；牠們的首領帶領著小老鼠們來到一家人的廚房內，垃圾桶中有很多剩餘的飯菜，對於老鼠來說，這些就好像人類發現的寶藏。

正當一大群老鼠在垃圾桶裡大挖一頓之際，突然傳來一陣令牠們肝膽俱裂的聲音，那就是一頭大花貓的叫聲。牠們震驚之餘，便各自四處逃命，但大花貓卻毫不留情，對牠們窮追不捨。終於有兩隻小老鼠走避不及，被大花貓捉到。當大花貓正要將牠們吞噬之際，突然傳來一連串兇惡的狗吠聲，令大花貓大吃一驚，狼狽逃

走。

大花貓走後，老鼠首領迤迤然從垃圾桶後面走出來說：（註）迤迤，音同儀儀，舒緩前進的樣子。）

「我早就對你們說，多學一種語言有利無害，這次我就因此救了你們一命。」

【附註】

這個故事告訴我們：做事要未雨綢繆，居安思危，這樣在危險突然降臨時，才能應付自如，不致於手忙腳亂。時代發展得這樣迅速，不想讓時代淘汰，就必須不斷地學習新知識，不斷地充實自己，只有這樣，才能讓自己跟上前進的步伐。

曾經有人說過：「第一等人，是創造機會的人；第二等人，是掌握機會的人；第三等人，是等待機會的人；第四等人，是錯失機會的人。」你是第幾等人呢？沒有人能夠預知明天會是怎樣，為未來預先準備，才是當務之急！



如果，下次

一位有臨床經驗的心理醫生，撰寫了一本醫治心理疾病的書。有一次，他受邀到一所大學講學，課堂上，他拿出了厚厚的著作，說：

「這本書有一千多頁，裡面有三千多種治療方法，一萬多種藥物，但所有的內容其實只有四個字。」

說完，他在黑板上寫下了：

「如果，下次。」

醫生接著說：

「很多時候，造成人們精神消耗和折磨的就是『如果』這兩個字。『如果我考進了大學』、『如果我當年不放棄他』、『如果我當年換了其他的工作』：這些是我這麼多年來聽到最多的話語。治療心理疾病的方法有很多，但最終的辦法只有一種，就是把『如果』改成『下次』：『下次我有機會再去進修』、『下次我不會放棄所愛的人』：只有這樣，人們才能真正地從痛苦中走出來。」

【附註】

令人後悔的事情在生活中經常出

現，好比許多事情我們做了，後悔；不做的也後悔。許多人相遇了，後悔；錯過了，更後悔。許多話說出來，後悔；不說也後悔。：人生沒有回頭路，也沒有後悔的特效藥！過去的已經過去了，我們再也無法挽回。後悔，只會消弭未來的美好，給未來的生活蒙上陰影而已！

只有心無掛礙，「看得開、放得下」，何愁沒有快樂的春鶯在啼鳴？何愁沒有快樂的泉溪在歌唱？何愁沒有快樂的白雲在飄盪？何愁沒有快樂的鮮花在綻放？所以，放下就是快樂；不要被過去糾纏，才是幸福的人生。

梟獍之心



在《史記·孝武本紀》裡提到，古代有一種鳥，名為「梟」，牠在出生後，因為飢餓，就會將辛苦抱卵又哺育牠而疲憊不堪的母親吃掉。另外，還有一種獸名叫「破鏡」，又名「獍」，它的外貌像虎豹而

體形略小；也是在出生後不久，就會將牠的父母親吃掉。黃帝為了要滅絕這兩種惡心的禽獸，於是規定，舉凡天下祭祀，都要拿這兩種禽獸來作犧牲品。

由於這樣的典故，後人將不肖子女或忘恩負義、兇殘無道的人，形容為「衣冠梟獍」，或指他們的心態是「梟獍之心」。

【附註】

孝順，是中國的傳統美德，孝道思想幾千年來深深影響著中國社會。過去為了表揚孝行，有二十四孝的典範，而動物中的「羔羊跪乳」、「烏鴉反哺」，也常作為孝親的教材，提醒人們不要忘記父母的養育之恩。

除了對父母盡孝，更要擴大孝親的範圍，對宗族、對國家民族，甚至對一切眾生盡孝。孝的意義，是對國家、親人的一種至真感情的流露，是吾人應有的一份責任，是人倫之間的一種密切關係。

在佛教的經典中，不難看出佛教對孝道的重視。佛陀教育弟子，孝順父母不僅限於今世的父母，更要擴及七世父母，乃

至一切眾生皆曾是我的父母，而佛陀本身在多生累世，更是孝道的實踐者。因此在《涅槃經》裡提到，釋尊因累世以來恭敬三寶、孝養父母，因此可以感得三十二相、八十種隨形好的莊嚴身相。

孝親、敬親乃基本的人倫之道。如果人人都能孝順父母、奉行十善業，不僅可化解世間的暴戾之氣，更可為來生種下圓滿佛道的因緣，吾人怎能不欣喜去力行實踐呢？

放下與慈悲

有一個大修行人，他有兩個弟子，都是「開悟」了的。其中一個在經過一堆屍骨時，看了一眼，就走過去了；另一個則在經過那一堆屍骨時，停了下來，將那堆屍骨埋了起來，然後才離開。這件事被一個旁人看在眼裡，感到十分疑惑，於是跑去請問那個大修行人：

「咦！您那兩個徒弟不是都開悟了嗎？怎麼遇到同一件事，會有不同的處理

方式呢？」

那位大修行人這麼回答說：

「走過去是『放下』，停下來是『慈悲』。」

【附註】

佛門裡也有個故事，那就是在一艘船上，有個大壞蛋要害死全船的人，當時有一修行人在船上，知道他的計謀，卻又無法阻止。此時修行人想起，此壞人在殺死全船的人後，勢必墮入無間地獄，無有出期，於是起了「大悲心」，情願自己墮地獄，於是先將那大壞蛋殺死了。這個故事的前提有三：①當時在船上，無外援；②當時沒有其他阻止那壞蛋的方法；③修行人是真實地發起大悲心。

在中國歷史上，古代有「濟公活佛」的示現，民國時期則有偉大的「金山活佛」，他們雖然看似瘋瘋癲癲，卻是智慧、神通具足的大修行者。他們以「逆行」示現，意在破眾生的執著，他們度世的悲心，往往令人動容。佛不許佛弟子批評出家法師，因為每個法師有其度眾的手法，

非凡夫所能理解；若是妄加批評，因而斷人慧命，或是破壞眾人對佛法的信心，則將是無邊的罪過，不可不慎！

同樣的，這也說明了「法無定法」這句話，然而，像這樣的「逆行」示現，並非如我般凡夫所能學習的，如果硬是學習，只怕是「畫虎不成反類犬」，後果不堪設想，宜深思！

惻隱之心

載：《韓非子·說林上》有下列一段記

魯國大夫孟孫打獵時，獵得一隻小鹿，他要秦西巴把小鹿先帶回宮。一路上母鹿悲淒地跟在後面，秦西巴心生不忍，便把小鹿還給母鹿。

孟孫回到宮裡不見小鹿，問：

「我的獵物呢？」

秦西巴不由得想起當時的景象，皺了皺眉，說：

「母鹿一路悲啼，我實在不忍心，就

把小鹿放回去了。」

孟孫大怒，指著秦西巴，說：

「你好大的膽子，竟敢自作主張放了小鹿！於是把秦西巴趕走。」

三個月後，孟孫卻禮請秦西巴做他兒子的老師。有人不解地問道：

「先前你懲罰他，現在又用他做你兒子的老師，這是什麼道理？」

孟孫略略笑了一下：

「秦西巴連小鹿都不忍心讓它受苦，怎麼會忍心讓我的兒子受苦呢？所以我很放心把兒子交給他。」

秦西巴不顧自身的安危，只因為悲憫小鹿心裡的恐怖和母鹿的悲苦；縱使被孟孫趕出宮，但實際上，卻已獲得孟孫對他人格的肯定與尊重。

【附註】

何謂慈悲？能夠觀照到他人的處境和心情，願意拔其痛苦、助其脫離苦海，得到究竟解脫的快樂，便是慈悲！對於誤會，能不生惱怒，對於別人的困苦，能心懷憐愛，對於別人淒苦，能心具悲憫，就

是慈悲。學習原諒別人的錯誤，並且輕聲細語、不擾亂他人，主動給予關懷，讓人心安無畏懼，就是慈悲。於己則能安忍於苦痛中，積極面對人生，認真工作、全力學習，更是對自己慈悲。

慈悲看似柔軟，其實內藏更大的力量。因為行慈悲需要願力、智慧力；行慈悲能夠減少眾多苦迫、眾多憂患！只要我們多一份心，伸出一雙慈悲手，便能創造處處有溫暖的歡樂人間。



底線

在一座深山中，藏著一座千年古剎，有一位高僧隱居在此。聽到他的名聲，人們都千里迢迢來找他，有的人想來向大師求解人生迷津；有的人想來向大師討一些武功秘笈。

他們到達深山的時候，發現大師正從山谷裡挑水，他挑得不多，兩個木桶都沒有裝滿。按他們的想像，大師應該能夠挑很大的桶，而且挑得滿滿的。他們不解地

問：

「大師，這是什麼道理？」

大師說：

「挑水之道並不在於挑多，而在於挑得夠用。一味貪多，會適得其反。」

眾人越發不解，大師從他們中拉了一個人，讓他重新從山谷裡打了兩桶滿滿的水。那人挑得非常吃力，搖搖晃晃，沒走幾步，就跌倒在地，水全都灑了，那人的膝蓋也摔破了。

大師笑著說：

「水灑了，豈不是還得回頭重打一桶嗎？膝蓋破了，走路艱難，豈不是比剛才挑得更少嗎？」

「那麼大師，請問具體挑多少，怎麼估計呢？」

「你們看這個桶。」

眾人望去，桶裡畫了一條線。大師接著說：

「這條線是底線，水絕對不能高於這條線，高於這條線就超過了自己的能力和需要。起初還需要畫一條線，挑的次數多

了，就不用看那條線了，憑感覺就知道是多是少。有這條線，可以提醒我們，凡事要盡力而為，也要量力而行。」

眾人又問：

「那麼，底線應該定多少呢？」

大師說：

「一般來說，越低越好，因為低的目标容易實現，而且人的勇氣也比較不容易受到挫折，如此反而會培養起更大的興趣和熱情；長期下來，循序漸進，自然會挑得更多、挑得更穩。」

【附註】

人貴有自知之明！真正瞭解自己，才能戰勝自己、駕馭自己。自以為「自知」同真正「自知」不同！自以為瞭解自己是大多數人容易犯的毛病；而真正瞭解自己是少數人的明智。人生如秤，對自己的評價稱輕了，容易自卑；稱重了，又容易自大；只有稱準了，才能實事求是，恰如其分地感知自我，完善自我。

但「自知」的獲得，又談何容易！只有經歷暴風驟雨的洗禮，雪壓霜欺的磨

礪，在無數次的跌倒中爬起，才能夠找到真實的自我，才能夠正確面對自己的對與錯、美與醜、善與惡，從內心做到不怨天不尤人，真正認識到自己的能力；再通過不斷地修補與完善，向更加完美的人生靠近。

無為而治

《涇野子·內篇》有一個故事，這麼說：

一西鄰人，生有五子，卻有三個殘疾：長子老實，次子聰明，三子目盲，四子背駝，五子腳跛。一般的家庭遇到這種情況，必是苦不堪言。尤其是他的人力資源狀況太差了，與那些健康的家庭相比，不是被急死、氣死，就是被餓死。可是這位西鄰人，用創新的方式去思考問題、配置資源，反而讓他們一家比周圍的人家生活得都好。

長子老實，西鄰人便讓其務農，老實人總是不誤農時，年年豐收；次子聰明，

讓其經商，經營有術，財源廣進；三子目盲，學習按摩卜卦；四子背駝，讓其搓繩，勝過常人；五子腳跛，讓其紡線，一點也不誤事。

西鄰人由於能短中見長，以長避短，所以讓五子各展其長、各得其所，將現有資源的優勢和潛力充分發揮，因而能夠「不患於食，且樂。」

【附註】

什麼是管理？有人說管理是一門科學，有人說管理是一種技術，有人說管理是綜合的藝術，但是仔細研究、對比分析就會發現，陽光之下無新鮮事。對管理的表述，表面上眾說紛紜，實質上大同小異。

管理的最高境界大家公認的，就是老子告誡的「無為而治」。所謂「人盡其才，物盡其用，時盡其效」、「最大限度地解放生產力，以最低的成本，創造最高的效益」；這些都是管理者共同追求的目標。

上面故事中的西鄰人，對有限資源的合理開發和充分利用，為企業管理者提供

了一種富於創造性的思維方式。歸根究柢，管理源於思惟，思惟是管理的根，理念是管理的莖，方法是管理的枝，效益是管理的果。員工只有找準了自己的位置，明確了自己的任務，才能各盡所能地去實現企業的總目標。否則，就會降低管理的效率，浪費企業的資源，錯過發展的機會。



無數個晉惠帝

作家黃春明說起不久前發生在他身上的小故事，如下：

有一次我從宜蘭搭火車回台北，瑞芳那站上來一群高中生，他們擠在廁所外說笑、打鬧。我從廁所出來，車一轉彎，撞到一個學生，他很不高興地說：

「你怎麼搞的？」

我說：

「對不起，車子搖晃得很厲害。」

他看看我，說：

「反正你快要死了。」

我心裡好痛，回家說給太太聽，我說：

「台灣的囡仔怎麼變這樣？我就算快死了，也不用他這樣講！」

剛退休的暨南大學教授李家同，今年初對菁英高中生演講時，談到印度窮人飢餓到必須跟猴子要食物的景況，台下學生大笑。李家同生氣了，斥責年輕學生：

「我不是小丑，不是來愉悅大家；這國家總要有人告訴年輕人嚴肅的事，讓他們看見世界的真相！」

黃春明、李家同的心情，是許多人共同的憂慮：在優渥的生活中，在考試掛帥的競爭環境下，我們會不會養出了「沒有同理心」的下一代？

中央大學認知神經科學研究所所長洪蘭說，有個國小學生指著桌上的水果說：

「媽媽說那些個頭小的檳柑，不好吃，是給菲傭吃的。」

洪蘭很吃驚，便當場剝了一個小柑橘，並和小學生一人分一半；她吃了以後

說：

「你看，又甜又多汁啊！為什麼不好吃的，是該給菲傭吃呢？」

洪蘭感嘆：

「我們對弱勢者太不夠同理心了，身處優勢的人，還視為理所當然。大人教孩子對人有差別待遇，從小就學會看不起人。」

嘉義一位國小女老師投書聯合報，感嘆說：

「我們總是給孩子最好的，卻不在乎他沒有悲天憫人的觀念。看到沒鞋的小妹，就說：『再買就好啦！』」

原來，女老師在上課時，放影片給學生觀看，片中有一對小兄妹買不起鞋子，母親要臨盆了，小女孩得到對面山頭去叫產婆；光著腳的她，咬牙跑過尖石路面。班上有個孩子看完之後的感想是：

「再買一雙就好了，幹嘛那麼辛苦？」

女老師看著學生，他腳上穿的是NIKE，用的是名牌，暑假去美國度假一個

月，會有這樣的感想一點都不為過，他是真的不懂啊！

女老師指出，大人在孩子面前嘲笑那些付出勞力掙錢的人說：

「你不好好讀書，將來就會像這樣辛苦工作賺錢，沒有前途！」

言語中對階級歧視沒有自覺，所以我們在培養無數的晉惠帝。他們也許很聰明，功課很好，但沒有同情心。

高雄大學應用數學系副教授游森棚有類似的擔心。他曾在建中任教數理資優班，大部分孩子都體貼善良，但讓他擔心的是：那些M型社會右端、身處優渥的孩子，對另一端孩子的苦難，缺乏理解與同情。

有一年，土石流毀了部落小女孩的家，她原本每天走一小時山路去上學，但現在課本沒了，作業簿沒了，路也沒了，有一頓沒一頓的。富小孩不解，有一位叫「祖辰」的資優生，在周記裡這樣評論：「誰叫他們住在那裡，他們可以搬家啊！」

游森棚非常驚訝，建議學生要設身處地想一想，但祖辰回他：

「我又不往山上。」

游森棚思考：

「祖辰家境富裕，一路順遂，『他這樣聰明幸運的小孩，一輩子都不需體會有一頓沒一頓的恐懼，也不可能體會拚命想卡住一個小小位置的辛苦。』」

游森棚說：

「祖辰並不是個案，許多名校學生的家庭社經地位，遠高於社會平均值，對他們來說，土石流女孩是生活在另一個世界。未來的菁英了解世界嗎？」

游森棚憂慮地說：

「像這樣把優渥視為理所當然的孩子長大之後，當他們站上社會的決策位置時，他們的決策與思考，也摒除了他們所不了解的真實世界。將來，會是什麼樣子？他們可能為社會不同際遇的人設想嗎？如果沒有教會學生『同理心』，來看這個世界，那麼，教育是失敗的！」

【附註】

台灣，一位號稱民主、自由、法治的國家，或許是因為經濟奇蹟讓人民生活水準一下提升得太快，人民的素質卻跟不上吧！再加上民主、自由過了頭，父母因為年輕時吃過太多苦而寵溺小孩，才會養育出一些「自視甚高、自以為是，且毫無『將心比心』的下一代。」

而父母本身也因為經濟起飛太快，一下從貧窮變成百萬富翁，瞬間被財富衝昏頭，變得自以為是！人愈是有錢，就愈會搞一些花樣，吃的、用的、穿的、坐的：什麼都要講究，也不想想在四〇、五〇年代那種三餐能溫飽就要偷笑的日子，如今的生活真的已經太過幸福了。

人若不懂得珍惜幸福，那麼上天便會將幸福收回，或許這次的金融風暴，就是上天要人們靜下心來思考，看看這個社會環境因為人的私慾而變成什麼樣子？我們若還不能改變「自以為是」的傲慢心態，那苦日子就真要來囉！

認真打好每一錘

從前有個老鐵匠，他打的鐵鏈比誰都要結實，但他賺的錢並不比同行多。因為打一條好鐵鏈花的時間會更多；但他仍堅持一絲不苟地把鐵鏈打得結結實實。

有一次，他精心製造的巨鏈被安裝在一艘大海輪上，做了主錨鏈。那天晚上，海上風暴驟起，巨浪濤天，船上所有的錨鏈都放下了，可是那些劣質的鐵鏈就像紙做的一樣，全都折斷了。只有老鐵匠打製的鐵鏈經得起海浪的考驗，保住了全船一千多位乘客的生命。

風浪過去，黎明到來。全船的人都為此熱淚盈眶，歡騰不已。他們自發性地聚集在老鐵匠的店鋪前，向他表示誠摯的感謝。自此，老鐵匠打製的鐵鏈成了名品。

【附註】

《大學》裡面說：「君子必慎其獨也。」我們為什麼要提倡「慎其獨」呢？原因在於品德是自用品，而不是展覽品。好比一輛私人小車，在獨自一人開時，把它整理得乾乾淨淨，維修到一點毛病也沒有，這

並不是一件多餘的事。在個人品德修養方面，即使無人監督時，也要堅持做正確的事，其價值比維修小車更大。「慎其獨」可以包括兩個方面來說：

第一、是做人的誠意。真心誠意地希望別人好，並且對自己的言行負完全責任。

第二、是做事的誠意。有的員工這樣解釋工作不負責任的原因：「老闆有眼無珠，我做給誰看？」事情首先是做給自己看的，至少要做到自己滿意的程度，才算有誠意；如果我們有誠意，別人遲早也會看到的。

世上無數災難的發生，都是粗率、馬虎、不負責任造成的；同樣的，世上無數失敗的發生，也都是不能有效控制自己的言行所造成的。所以，「慎獨」不僅對他人有利，對自己也同樣有利。孔子說：「君子德風，小人德草。」是說君子的品格就像風一樣，迅速傳遍每一個地方；而小人的品格就像草一樣，風吹雨邊倒！我們做事如果能像上面故事中的老鐵匠一樣，始

終認真真真地打好每一錘，又怎麼可能默默無聞呢？而君子「慎其獨」，並不是想向世人證明自己的傑出，而是以自己的美好言行，感化周圍的人，營造一個和諧安樂的世界。



生與死就如同一場遊戲

宋朝德普禪師性情豪放，幼年隨富樂山靜禪師出家，十八歲受完具戒後，就大開講席弘揚佛法。兩川緇素無人敢於辯難，又因為他的為人急公好義，當時時人們譽稱他為「義虎」。（註兩川：唐肅宗至德二年，在今四川設置劍南道東川、西川兩節度使，因而有兩川之稱。）

宋哲宗元佑五年十月十五日，德普禪師對弟子們說：

「諸方叢林的高僧大德死時，叢林必定備禮祭奠，我以為這是徒然虛設的，因為人死了之後，是否吃得到，誰能知道呢？我如果死了，你們大可不必如此做這

些虛應故事的事，應當在我死之前就先來祭拜我。從現在起，你們就可以辦祭了。」

大眾以為他是在開玩笑，因而順便也開玩笑地問他：

「禪師，你幾時要遷化呢？」

德普禪師回答：

「等你們依序祭完，我就決定去了。」

從這天起，大眾真的煞有介事地假戲真做起來。準備往生的帳寢堂設好，禪師端坐於帳中，弟子們致祭如儀，上香、上食、誦讀祭文，禪師也一一領受饗餐自如。

門人弟子們一一獻祭完畢，又換各方信徒排定日期依次獻祭，並呈上種種供養，直到元佑六年正月初一日，前後經過四十多天，大家才獻祭完畢。

於是德普禪師對大家說：

「明天，雪停了我便走了！」

當時，天上正在飄著鵝毛般的雪花。

到了第二天清晨，漫天的雪花忽然停止了，德普禪師焚香盤坐，怡然化去。

悟道的禪師，有一些言行舉止，給人一種遊戲人間的感覺，其實，高僧大德豈僅是遊戲人間，連生死大事都視同遊戲。

在悟道者眼中，生固未可喜，死亦不必悲，生和死，不是兩回事，而是一件事——生死乃一如也；因為既然有生，怎能無死？要緊的是，要超越生死，不受生死輪回。如德普禪師，不但能預知生死，而且在生死中，留下這一段勘破生死的美談！

（註）饗，音ㄅㄞ。饗，音ㄅㄞ一ㄗㄞ。

饗為貪財，饗為貪食。饗饗比喻貪吃的人，大吃大喝的意思。）

【附註】

德普禪師是開悟者，性情豪放、不矯揉造作，一切的身口意三密平等一如，無不從真性情流露出來，不搞假象、不做假事、不巴結諂媚，也不裝可愛或裝可憐，人前人後兩個模樣。

在如今科技發達的時代，在我們日常生活中，彼此交流非常方便，更能增加彼此的情誼。可是有些人卻不會利用電話或社交網路，對親友發出問候或有正能量的

訊息，增進親友間的情誼。我們偶而會聽到「我好忙！」的推托之詞，其實，即使再忙再累，發出一個「你好棒！」、「你真好！」、「讚！」、「請保重！」、

「加油！」……等簡短的回饋，這會難嗎？也許只花個三、五秒就搞定了，不難的！但看我們的那顆心是否保持永遠溫暖與關懷？別人送來一個訊息，他就是希望獲得一些回饋或互動，我們實在不宜「已讀不回！」較好；但是，如果利用電話或社交網路彼此爭執或吵架，互不相讓，甚至更加撕裂彼此的情誼，那就太過受害於電子產品的副作用了！如果等到親友辦喜慶宴會或喪禮時，或許迫於人情壓力，才親臨參加聚會，實在說，也算不錯啦！

在群組裡傳來兩段話，真是好棒！

「男人的美在於大度；女人的美在於善良；孩子之美在於天真；家庭之美在於和諧；生活之美在於品味；朋友之美在於真誠。」

「看的是書，讀的卻是世界；品的是

茶，嚐的卻是生活；走的是路，歷練的卻是人生。

生命，就好像一張有去無回的單程票，把握好每天的生活，照顧好獨一無二的身體，就是最好的珍惜！」

中國人面對親人往生時，往往大費周章，大辦隆重的告別儀式，總是耗費好長的時日，讓家人親友勞累地應對許多祭奠的禮儀，處理好多煩瑣的大小事宜，還要花費幾十萬、甚至幾百萬的錢財，真是太打擾在世的親朋好友了！以我們學佛人的角度來看，這些瑣事對死者將來能夠投生善趣或往生淨土有任何幫助嗎？我們呱呱地來的人間，就靜悄悄地一路走好吧！我們如果將喪葬的開銷降到最低，把節省下來的錢供養三寶，或遺愛子孫，或救濟孤苦弱勢族群，……都是美事一樁！更能提昇亡者的福德！



死
學道之人念念
不忘此字則道
業自成
釋印光書
八十

五祖傳法六祖偈
有情來下種
因地果還生
無情既無種
無性亦無生

生
若生西方應可
與佛光壽同一
元量無邊矣
智生鑑
印光書



五祖傳法六祖偈 淺釋（《六祖壇經》〈行由品第一〉） 宏能

菩薩，又稱作「覺有情」，能將內心澎湃的熱情，轉化為對眾生無盡的大慈大悲。譬如農夫在田地撒播種子，在天時、地利等因緣成就時，就能敷枝、散葉、開花、結果。同理，菩薩以種種善巧方便，在眾生的心田間撒播菩提種子，當眾生的善根福德增長、因緣成熟時，就會逐漸生長覺芽，最後乃至成就佛果。

反之，如果菩薩沒有成就大慈大悲，內心如無情般木石，那麼就沒有將自己內心的佛性開發出來，這樣又怎麼堪稱「菩薩」種性呢？因為煩惱眾生的內心，就是菩薩的良田。如果菩薩不在眾生的心田撒播菩提種子，那麼，自己就有失大慈悲、大方便，不但將來自己不可能成就佛果，也不可能引導眾生成就佛果。

《大日經》云：「菩提心為因，大悲為根，方便為究竟！」善哉！善哉！又如 上師常舉《大般若經》的要義：眾生對菩薩有大恩德！如果沒有眾生讓菩薩在心田間撒播菩提種子，共同修六度萬行，菩薩與眾生將來都不可能成就福德與智慧圓滿的兩足尊！