

## 《佛陀的啟示》讀書心得

本文榮獲九十九年度大學院校佛學論文徵文——范道南居士獎學金

◆ 江嫻書 國立清華大學資訊工程學系

因為是人，即使再堅強，總有疲憊無力的時候。當筋骨痠軟時，我們倚著堅實的柱子，得到支撐的力量；當我們內心徬徨時，但願有神——一位能人，陪我們挑起沉重的擔子。因為有幸接觸到佛法，心靈有所寄託，我的生命一路走來並不寂寞。不過，從前的我，視野較狹，每天只是埋首於國英數自社等教科書，看了「佛陀的啟示」後，我才發現，佛法是如此奧妙，發人深省。「佛陀的啟示」為我闢了一條蹊徑，引領我開始了解：佛陀的理念、佛陀想對我們闡釋什麼。

### 佛教的態度～佛陀陪著我們實現真理

以前的我，一直以為佛是神明，一位遙遠而崇高的聖者，但其實，「佛陀是唯一不以非人自居的導師」。書中許多詞句，明白地告訴我：佛並非站在遠處遙望著我們，他就如同我們的朋友，一位總是站在我們身邊，陪著我們成長的知己，遇到困難時，他同我們一起面對；世間聲色犬馬的誘惑，紛沓而至，佛總是叮嚀我們，囑咐我們警惕。

佛並沒有自居高位統領我們，「每個人身內都潛伏有成佛的勢能」，佛對我們闡釋真理，教我們實現真理，他期許我們也能悟出真理，並身體力行。佛理引導我們找出生命的道理，使我明白：神的旨意並非鐵律，重點是我們要將真理履行於日常生活中，激發我們心中潛藏的佛性。我們有如璞玉，等待雕琢而發光。佛宛若伯樂，但他意不在找尋千里馬，而是感化芸芸眾生，使人人能成為千里良駒，離苦得樂。

### 佛教的中心思想～佛陀教我們自主思考

二十一世紀的今天，無論東方、西方，佛教已然成了普遍被接受的宗教，生長在台灣的我，可說是自幼即對佛教耳濡目染，然而，在看到「我們應當勇敢誠懇的去正視自己的心念，就像在鏡中看自己的臉一樣。」這句敘述引起我深刻的感受。佛陀是智慧的仁者，他推己及人，對我們、對芸芸眾生都以同等心相待，他相信我們能思考，能辨別，能擇善而從。他並不嚴令我們，他給我們空間，去慎思我們的

行為，讓我們省思自己的是非對錯。是的，唯有對著生命的鏡子細細思索，我們才能由衷地檢討自我的所作所為，改過曾經犯下的不是，警醒不經意所造成的傷害，佛陀要我們坦然面對一路走來的種種，我想佛陀並非要我們自責、故步自封，他是教我們教育自我，讓我們一步一腳印，精益求精，我們自己也能成為自我的良師益友。儘管造化總愛捉弄人，但我們卻可以讓自己成為我們人生的貴人。誦友難尋，佛陀的金玉良言，使我受益匪淺。

### 佛教願世界和平～和諧的珍貴

記得國中時，我讀過一段歷史：十六世紀的歐亞大陸，是一片經濟繁榮的沃土，然而，由於金錢名利的誘惑，貴族平民間的爭鬥，引發宗教嚴重的鬥爭，甚至導致國與國之間交相征討，桃花源成了陰影下的亂世。世界並不大，現今裝下七十億的人口，已無法再承載更多不滿、更多火氣。有先見之明的佛陀，提醒我們寬容忍讓，即使遇到與我們志趣不相同的人，也要敞開心胸，悉心聆聽，少一些摩擦的火花，我們都能過得輕鬆開心。如果要替自己立一則座右銘，我想我正要好好告訴自己，時時提醒自

己：用一個寬廣的心面對生活。可能是因為我生活於典型的小家庭，自幼就由父母捧在手心疼愛，我有如一粒稜角甚多的尖石，有著太多任性、太多執著，常常碰傷生活周遭的朋友、家人，在我斷定自己理直氣壯時，往往忽略他人的感受。佛陀的忠告點醒了我：多元社會下，我們應該集思廣益，不同的宗教，提供我們更多面向的省思，相左的意見，也使我們的思慮更縝密，在和諧的社會下，欣欣向榮是所有世人共同的期盼。佛陀領著我們實現理想，若將我們比作汪洋中的珠蚌，佛陀教我們吞下粗糙的沙礫，將其化作顆顆圓潤的珍珠，社會將因我們的體諒而美麗。

### 佛教的獨特思維～佔有是一條導火線

世上為什麼有恐慌、懼怕、患得患失呢？或許是因為我們太在乎、太想守住自己的一些什麼。以前我並沒有深思過這方面的疑問，總是憑著直覺，憑著反射的感受，去爭取以為被奪走的事物，一直到看見書中「無我性乃是事實」這句話，我才深深陷入思索。有人會說：倘若心中有了「無」的想法，會呈現消極懶散的態度，然而，我想了很久：我們忽視物質的佔

有，是因為我們捍衛的是「道」的本質，守著真理，使我們覺得是否擁有並不重要，遵循真理讓我們過得充實。「無」的思維，可說是佛教的一項獨特見解，何必佔有？佛陀說：「有我、無我都是桎梏，一切都因『我存在』的妄見而起。」這句話意境之深，令我細細思索：或許我們生活中的許多紛紛擾擾，其實均出自自我的執著，個性的確主宰我們人生的方針，佛學中有句話：「身是菩提樹，心如明鏡台，時時勤拂拭，莫使惹塵埃。」心靈的明淨是如此不容小覷。

### 佛陀所言的心智～身與心的健康

醫學科技的發達，醫療技術的突飛猛進，使我們以為人類可以長命百歲。挑戰命運，其實我們忽略了心靈的潔淨，聲色犬馬等諸般滋擾，已於無形中將我們的心蒙上灰影，在不自覺中，我們的心靈世界已是一派渾濁。佛陀帶我們反觀內心，教我們專注於呼吸，體驗當下生命的脈動，我依言而為，起初以為那是一項輕而易舉的事，猶如睡眠一般，輕鬆自然，身體力行之後，我才知道其中的難處：每當我設法使腦袋放空，不管身周發生了什麼事，響起了什麼聲音，總會

有突如其來的想法竄入腦中，擾亂我原本波瀾不起的思緒，甚至使我忘了注意呼氣與吸氣。我強迫自己再次放空腦海，凝神定氣，幾次之後，我終於體驗到那分心靈的祥和：那時的我，甚麼也不想，什麼也不做，只是靜靜地感受當下時間的流逝。我不去追悔過往，更不擔憂未來，我感覺自己是如此幸福、寧靜，誠如佛陀所言：「一個生活在眼前的瞬間中的人，所過的才是真正的人生，而他也是最快樂的人。」我心中深切地認同。

### 佛教的如實觀～誠懇談人生

有人排斥宗教，對其避之唯恐不及，他們怕自我盲從、迷信、瘋狂而無法做出冷靜的判斷，其實，以前的我，也曾有過如此的疑慮：我真的能客觀思考真理嗎？然而，佛陀解除我的顧慮，佛教以客觀的角度著眼人生，教我們如何憑藉自我的力量，解除身上的枷鎖，這層面向的思考，使我獲益良多。一直以來，我是一個容易悲觀思考的人，每當遭逢瓶頸，我就成了受驚的小鹿，徬徨無助，心中急謀脫困，卻往往一無所獲。那時的我，總是不自禁地自怨自艾，陷入悲觀的思維。佛陀的理念，給我一股安定的力量，佛

陀並不情緒化地評斷事務，他客觀剖析生命中的起起伏伏，當我感到脆弱時，佛陀中肯的想法，如一劑強心針，賜予我力量，使我能抬頭挺胸地面對眼前的疑難雜症。

### 佛教的寬大～佛教允許我們自由思考

佛教的特色——自由思考，應該是讓佛教日益興盛的一項主要原因，佛教讓信眾可以保留自我的見解，並聽取人們的心聲，這使得佛教的理念，更貼近我們的生活，更能協助我們，解決生命中遇到的諸般困擾。教育專家指出：西方國家能發展出別出心裁的科技，不斷創新、突破，其中一大原因，是他們有開放的教育體制，教育範圍並不侷限於課本內容，舉凡日常生活的所見所聞，均能成為學習的題材。佛教亦有如此寬大的胸襟，從佛陀與優婆塞辯論，勸優婆塞慎重考慮等事例，使我深深體會：佛陀鼓勵我們有獨特的見解，嚴師能教出優秀的學生，而循循善誘的明師，卻能激發學生們思考，開發我們心中的悟性，使我們更上一層樓。佛陀真可稱是位明見的生命老師，佛教之寬大，有若汪洋廣納源自四方的真知灼見。

### 佛教的修行～出與離

「結廬在人境，而無車馬喧」，是東晉陶潛發自肺腑的感嘆！心靈的波光雲影，是最彌足珍貴的。佛陀更闡述：「真正的出離，並不就是將此身離開塵世。」曾經，我有一種狹隘的想法：若要專注於學業，在課業上取得好成績，必須終日埋首於圖書館，處於「針落亦能聞」的環境下，才可辦得到。其實並非如此，依照佛陀大弟子所言之精神：倘若端坐圖書館，卻心猿意馬，想入非非，仍舊將一無所獲，學業毫無起色；反之，社會上有許多學子半工半讀，只能於滿滿的行事表中，擠出零碎的時間來學習，他們依然成績優異，心念之重要，在此已然表露無遺了。看了這段佛陀的啟示後，我提醒自己：儘管身處塵囂，只要好好呵護心靈的平靜，我們仍舊可能領悟生命的真理，一切外務將不能在我們身前設下屏障，它們是一項考驗，給機會我們提攜自我，達到佛陀所說：「人世修行、人世服務」的境界。

### 佛教的永恆～「能」的不滅

相信人人都曾經想過：人往生後究竟去了什麼地方？就消逝得杳然無

蹤嗎？抑或是以某種型態進入輪迴？其實，各家論述，眾說紛紜，科學家們講究證據論，他們往往語帶保留地表示：並未有確切數據佐證，可是，根據大自然物質不滅的循環模式，物質終將被分解者分解成為小粒子，而再次被生產者（如植物等）吸收利用。就各種宗教學說而言，說法均不盡相同，生命結束後的延續和去向，至今依舊成謎。然而，佛陀提出的此番說法，可說是與科學相關，於思想方面亦令我心有共鳴。我是個喜歡思考的提問學生，有時心中亦受這個不解之謎所困擾，佛陀一方面對這個謎提出較為合理的闡釋：「能」的不滅。更重要的是：佛陀開導我們，別受生死所苦，使我豁然開悟，緣起緣滅，自有一定的韻律，我又何必庸人自擾呢？人生有若一趟乘風破浪的航海歷險，浪起浪碎，前波甫跌，後浪已成，我只需把握當下，闖出自己精彩的生命，生死就交由緣分來決定。

### 佛教之道～八正道

這一章節，可說是大增我對佛學的認知，由於不常接觸佛教書籍，我對八正道可說是從未聽聞，看了「佛陀的啟示」後，我發現佛教知性的面

向：佛陀教導我們要先有「正」的學問及思維，進而有「正」的行為及職業，最後晉升為擁有「正」的意念及禪定。佛陀為我們設計一系列循序漸進的修行次第，使我們逐步成熟穩重。佛陀處處為芸芸眾生設想，這套修行次第，不僅適用於出社會的長輩們，對於我這個成年未久的大學生也是一般受用，我很幸運，現在有機會能窺探佛學門徑，將之運用於生涯規劃，及早導正自己的人生目標。依循「八正道」，一切由「正」出發，逐步提升自我，佛陀用心良苦，這番教導，將使無數人們受益無窮，佛陀如我們的老師，於學問上和生活上都是。

「佛陀的啟示」給了我許多發人深省的感悟，我也初步了解佛學的精髓，以及佛陀所布施的人生道理。這本書可說是一個開端，它以親切的文字闡釋真理，更舉出許多故事例證，使我這個初窺佛學的學子，能跟隨他的筆觸，一步步地深入了解佛理，「佛陀的啟示」為我鋪出一道學佛的坦途，相信以後我逛書局時，將不再侷限於教科書、科幻小說等書籍。佛學是一門淵博精深的學問，值得我們認真體會，用心感受佛陀的大愛。🕉