



作為判教的人間佛教及其實踐途徑 ——《人間佛教佛陀本懷》讀後

廖俊裕

南華大學生死學系副教授兼系主任

一、前言

一般人常會注意到星雲大師所建立的佛光山系統之宏偉，誠然，佛光山如今全球近 300 個道場，橫亙五大洲，這種實業成績，前無古人，稱星雲大師是佛教傳入中國以來最偉大的佛教實業家並不為過。但星雲大師的特色之處，不只於此，而在於他為佛教開出一條不同以往的判教原則與修行方法——立基佛陀本懷，實踐慈心三昧的人間佛教。

在台灣，乃至華人，甚至國際化的社會中，「人間佛教」已經是不容忽視的社會現象。如昭慧法師的觀察：

星雲、聖嚴、證嚴等三大宗師，莫不提倡「人間佛教」，形成了佛光、法鼓、慈濟三大教團，並且已經各自立宗，掀起了台灣社會的學佛風潮，形成了台灣佛教的鮮明特色。甚至就某種程度而言，廣義的「人間佛教」，已是台灣社會引以自豪的「台灣經驗」，也引起了國際佛教與學界的矚目與考察。¹

1. 釋昭慧：〈印順學與人間佛教——由「無諍之辯」到「求同存異」〉，《玄奘佛學研究》第 17 期，2012 年，頁 7-8。

作為判教的人間佛教及其實踐途徑——《人間佛教佛陀本懷》讀後

昭慧法師從學者、教團、台灣學佛風潮興盛，來判斷人間佛教的興起，算是教界的觀察。

學界中，龔鵬程先生的觀察也相差不多：

人間佛教之所以可稱為一種運動，是因為它代表一個思想及行動的動向，亦有不少提倡推動者及其活動。從太虛大師的人生佛教、廟產改革，到佛光山星雲大師的人間佛教，乃至現今法鼓山、慈濟功德會……，到處都在講人間佛教。可說回應時代變遷的新佛教運動，業已開花結果。²

龔先生的視野和昭慧法師不同，他從歷史上看，佛教的發展因應現代社會與時代特色，而產生回應時代變遷的「新佛教運動」——「人間佛教」，再以一個「文化運動」視之，認為這個人間佛教的文化運動已經開花結果，蔚為風潮，「到處」都在講人間佛教了。

陳劍鎧先生從佛光山人間佛教性格的六大特色「人間性、利他性、喜樂性、生活性、時代性、普濟性」來看，認為星雲大師的「人間佛教」性格與諸家大德有鮮明差異，³不過陳先生沒指出更重要的一點，就是星雲大師的人間佛教思想是站在判教的立場上，以「佛陀本懷」為判教的原則，將複雜的各式各樣佛教宗派「萬法歸一／一生萬法」；然後在此佛陀本懷原則下，開創三好四給的慈心三昧修證原則，建設人間淨土。這是大師最重要的特色之一。

底下先論述佛陀本懷的判教原則，再申論三好、四給的慈心三昧修證方法如何建設人間淨土。

2. 龔鵬程：〈人間佛教與生活儒學〉，《普門學報》第1期，2001年，頁16。

3. 參見陳劍鎧：〈星雲大師對人間佛教性格的詮釋及建立人間淨土之思想〉，《2013 星雲大師人間佛教理論實踐研究》上，高雄：佛光文化，2013年，頁190、201-202。

二、作為判教原則的人間佛教佛陀本懷

二十世紀交通發達，對於想要學習佛陀離苦得樂解脫輪迴的佛教徒而言，各種佛教琳瑯滿目，目不暇給，莫衷一是，不知從哪入手。二十世紀初，陳健民先生學佛便發現佛教間彼此攻擊，分崩離析。以地域來說，中國、日本、西藏、錫蘭、泰國的佛教差異甚大，而且常自讚毀他。⁴ 在這樣的情形下，一般人不知如何找到佛學或佛教的入手處。

同樣地，星雲大師青年時期，也有同樣的感觸。他說：

佛教有原始佛教、部派佛教、北傳佛教、南傳佛教等不同；在中國，有華嚴的佛教，有天台的佛教，有唯識的佛教，有淨土的佛教等等宗派。說來信仰的種類那麼多，其實也信不來。像我們是禪門的弟子，但在禪門裡，也有一花五葉、五宗七派，我究竟是哪一宗、哪一派的佛教呢？這時候，我又慢慢體會到，世間的人，關於他的信仰，這個人執著信仰淨土，那個人執著信仰唯識，這個人堅持信仰禪宗，那個人堅持信仰三論宗，所以各人有各人的信仰。你說我的不好，我說你的不對，每個人都覺得自己信仰的最好。其實，這一切都是佛教，是我們信徒在自我毀謗佛法。⁵

大師的描述放到現實生活上，是很真實的，關於個人堅持信仰哪宗派而攻擊對方確實常常發生。如李炳南老居士的弟子便曾經燒毀印

4. 陳健民：《漢譯佛法精要原理實修之體系表》，台北：圓明出版社，1994年，頁18-19。

5. 星雲大師：《人間佛教佛陀本懷》，高雄：佛光文化，2016年，頁313-314。

作為判教的人間佛教及其實踐途徑——《人間佛教佛陀本懷》讀後

順法師的《淨土新論》等書，⁶我們在其中總感到佛教信仰「這麼複雜」，⁷可不可以找到一個入手處，互相尊重，「大家互相不要詆毀，大家不要嫌三道四」呢？⁸

星雲大師先不從經論入手，因為在上面引文中，他就說到如中國佛教也有天台宗、華嚴宗、唯識宗、淨土宗、三論宗等不同，各有各所重視的經典而開宗立派，如果從經論出發，只要是立基在哪幾部經典，一定會有同樣的情形發生；即使是站在聲聞的《阿含經》等基礎經典上，也曾引起大小乘佛教的爭論。那麼，北傳佛教、南傳佛教、原始佛教、部派佛教；華嚴宗，天台宗，唯識宗、淨土宗、禪宗等，有沒有共同的因素而能夠彼此無諍呢？看來必須從經典外另尋管道。

星雲大師最後回歸到佛教各宗絕對不會反對的基礎上——佛陀。他說：

在中國人的信仰裡面，我最初信仰的是觀世音菩薩的佛教，後來也信仰阿彌陀佛的佛教，之後信仰地藏王、普賢王的佛教。當我知道了釋迦牟尼佛是娑婆世界佛教的教主以後，我漸漸感覺到，原來我的信仰這麼複雜。慢慢懂得一點信仰後，我把這許多信仰的對象，不論什麼佛、什麼菩薩也好，我都把他回歸到佛陀，我信仰的是佛教的教主釋迦牟尼佛。佛陀，有千百億化身，可能所有這許多諸佛菩薩的名號，都是他的化身，這樣說來，我所信仰是沒有

6. 同註5，頁280-281。

7. 同註5，頁312。

8. 同註5，頁315。

錯的。我信仰了這許多諸佛菩薩，並且把他回歸到偉大至尊的釋迦牟尼佛，應該也沒有錯。所以，當我明白這個道理，在觀世音菩薩的聖像前面，我禮拜釋迦牟尼佛；在阿彌陀佛聖像的前面，我也一樣禮拜釋迦牟尼佛；而在釋迦牟尼佛聖像前面，我也可以禮拜阿彌陀佛、藥師如來。我曉得，我這樣做是正確的，因為佛教講「佛佛道同，光光無礙」，一佛就是一切佛，一切佛就是一佛，這許多佛菩薩都是我信仰的至尊——釋迦牟尼佛……人間佛教，就是佛陀的佛教。⁹



釋迦牟尼佛是佛教的教主，人間佛教，就是佛陀的佛教。

星雲大師從他的學思與信仰經驗出發。引文中說到他的信仰歷程，一開始並不是從佛教教主釋迦牟尼佛入門，而是觀世音菩薩信仰，這在漢傳佛教很普遍，很多佛教徒都是先知道並且信仰觀世音菩薩開始的。

在星雲大師生命歷程中，也有一個著名的事件，他 15 歲時曾經因為燒戒疤燒得太深，使得腦神經受傷，變得很笨拙。後來聽得

9. 星雲大師：《人間佛教佛陀本懷》，頁 312-313。

作為判教的人間佛教及其實踐途徑——《人間佛教佛陀本懷》讀後

老師說求觀世音菩薩可以變聰明，所以他每天晚上等大家都睡熟了，就悄悄地起來拜觀音菩薩，虔誠地拜了兩個月，恢復了聰明，甚至更敏慧。從這裡也可以看出，早期觀世音菩薩信仰對大師的影響。乃至後來星雲大師到宜蘭成立「宜蘭念佛會」，都可以看出引文中所說的生命歷程。¹⁰ 這說明了在中國佛教中，大部分佛教徒熟悉觀世音、阿彌陀佛，確實比釋迦牟尼佛來得更多些。不過後來，大師漸漸知道娑婆世界佛教教主是釋迦牟尼佛，便把確實在人間成佛、沒有人可以否定的釋迦牟尼佛，作為複雜的佛教信仰現象中的共識。

佛有三身「法身、報身、應化身」，就法身而言，「佛佛道同，光光無礙」，一佛就是一切佛，一切佛就是一佛，於是所有的佛都可以會歸到佛陀身上，這就把許多不同的、複雜的佛教的共識基礎找到了。人間的釋迦牟尼佛，其教法就是人間佛教，所以最後總結「人間佛教，就是佛陀的佛教」。但這不是極權心態地要把所有統一在「人間佛教」上，而是有共識後，百花齊放，一生萬法。星雲大師說：

參禪的人看不起念佛的人，認為念佛的人沒有知識；念佛的人不歡喜參禪的人，說禪宗都是在胡思亂想？有的說要靠「自力」，有的說要靠「他力」，互相輕視，這都是傷害佛教……為什麼不把這許多信仰單純化，讓它萬法歸一或是一生萬法呢？你信你的，我信我的，大家互相不必詆毀，大家不要嫌三道四，這才具備一個信者的風度。就好比我們的眼睛管看，耳朵管聽，嘴巴管說話，各司其用，

10. 林清玄：《浩瀚星雲》，台北：圓神出版社，2001年，頁91。

《人間佛教》學報・藝文 | 第三十二期

你何必一定要說他不如你呢？假如眼、耳、鼻不分工合作，哪裡能成為一個完整的人呢？我們佛教一個釋迦牟尼佛，有千百億化身，你要信仰這個，我要信仰那個，其實，彼此包容就好了，也不必計較。當我了解這個道理，我就更加肯定我信仰的至尊——釋迦牟尼佛了。¹¹

從這裡可以看出人間佛教佛陀本懷的包容性、平等性，它不是主張只有某個宗派才是正信佛教，排斥他者，而是在佛陀的基礎上，佛陀有其「千百億化身」，不要彼此傷害、輕視，這樣都是傷害佛教。先回歸到「佛陀」上，「萬法歸一」，然後再「一生萬法」。「萬法歸一／一生萬法」，彼此包容，就像一個完整的人，眼睛、耳朵、嘴巴各有其分工合作的任務，不要互相輕視、詆毀、計較。

星雲大師轉而論述「佛陀的人間生活」，其中更充滿了「人間性」，從「出家求法」到「教團成立」，再考察佛陀之「一日生活」，從「吉祥睡臥」起床後，托鉢乞食，飯食經行，「傳教弘道，重視人間生活，度化弟子，利生服務」，¹² 星雲大師的結論是：

在眾多的佛教當中，佛教應該以人為主，重視人的幸福，人的平安，人的超越，人的完成。於是，我就注重以人性為佛性，以佛性為人性，所謂「佛是人成」、「人是未來的諸佛」，人和佛應該是不一不二的「人間佛教」。所以，我認為「人間佛教」可以統攝二千多年來，複雜的佛教、複雜的信仰、複雜的種種名稱，把所有在地理上不同的佛教，把時間上分別的佛教，在各人自己本心裡執著的佛教，

11. 星雲大師：《人間佛教佛陀本懷》，頁 315。

12. 同註 11，頁 52-93。

作為判教的人間佛教及其實踐途徑——《人間佛教佛陀本懷》讀後

都歸於自己、歸於人、歸於佛，就這樣，不知不覺的，我就走上「人間佛教」這條道路，也被別人認為我傳播的是「人間佛教」。人間佛教實在合乎今後大眾的需要；我想，唯有「人間佛教」這個方向，是佛教為未來世界點亮的一道光明。¹³

大師從佛陀平常、平等、生活化、人間化的本來面目，說明佛也是從肉身的人開始修行成佛，強調人的超越、人的完成，「佛是人成」，「人是未來的諸佛」，最後以「人間佛教」為判教原則，把複雜的佛教宗派，不管是時間上、地理上的不同宗派，都統攝在人間性之佛陀本懷上的「人間佛教」。

星雲大師在引文後面說到，「唯有『人間佛教』這個方向，是佛教為未來世界點亮的一道光明」，把這點放在「後現代主義」盛行的當下時空更能看出，人間佛教確實有其未來發展的基礎。因為重視人間、佛陀本懷，所以「出家／在家」、「出世／入世」、「寺院／家庭」、「山林／都市」、「男眾／女眾」的二分對立，都被融合、完整、圓滿了，¹⁴ 這實在很有「後現代」及未來的眼光。

三、人間佛教的實踐途徑——三好四給

星雲大師人間佛教的推展在戒定慧三學之中，而不是只注重禪定修證的功夫，他走的是不同於一般道場的修證法門。相對於中台禪寺不間斷地舉辦「禪七」或者其他藏傳佛教教派不時地舉辦「閉關禪修」，人間佛教的修證方法確實不同，而且更顯出其人人可行的「人間性」。

13. 同註 11，頁 321。

14. 同註 11，頁 311。

《人間佛教》學報・藝文 | 第三十二期



紐西蘭北島佛光山 2020 年三好四給兒童快樂營，小學員學習以感恩心實踐三好四給。（Wawa/攝）

一般說來，星雲大師強調「八宗兼弘」，不單隸屬哪一宗派。表面上，星雲大師為禪宗臨濟宗法脈第四十八代傳人，但是在修證上，他並不太標榜禪宗。¹⁵ 所以周慶華先生評為「超越八宗，建另一宗」，但沒有具體表名，康樂先生乾脆以「佛光宗」稱之，¹⁶ 星雲大師則說：「目前佛光山不屬某一宗派，假如有人一定要問什麼宗派，我們就說它是『釋迦宗』吧。」¹⁷ 後面那句「釋迦宗」，自我消遣意味強，並不是真要成立宗派，卻有人間佛教回歸佛陀或佛陀本懷的意思。

15. 周慶華：《佛教的文化事業——佛光山個案探討》，台北：秀威出版，2007年，頁29。

16. 康樂、簡惠美：《信仰與社會——北台灣的佛教團體》，台北：台北縣立文化中心，1995年，頁115。

17. 星雲大師：《星雲大師演講集1》，高雄：佛光出版社，1991年，頁136。

作為判教的人間佛教及其實踐途徑——《人間佛教佛陀本懷》讀後

星雲大師人間佛教的這種風格，讓人想到《佛說觀彌勒菩薩上生兜率天經》等經中所說的彌勒菩薩修行法門，以「慈心」為主，「不修禪定、不斷煩惱，而入慈心三昧」。¹⁸

不修禪定，為何又能進入禪定呢？這正是奧妙處。「制心一處，無事不辦」，制心於何處？我們來看星雲大師倡導之人間佛教原則，就是一般簡稱的四給：給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便。¹⁹除了四給外，還強調三好：做好事、說好話、存好心。通稱為「三好四給」。²⁰佛光山大力推動三好四給，幾乎是以「三好四給運動」的精神為之，也與各大民間團體一起推動，如光泉文教基金會等。²¹星雲大師說：「『三好』、『四給』都是人間佛教的思想原則。」²²

18. 《佛說觀彌勒菩薩上生兜率天經》，T14n452, p.418；〈觀彌勒菩薩上兜率天經題序〉，T38n1771, p.268；《觀彌勒上生兜率天經贊卷下》，T38n1772, p.286。

19. 星雲大師：《人間佛教佛陀本懷》，頁330。

20. 有時候，「三好四給」還會配上「五和」，五和即：自心和悅、家庭和順、人我和敬、社會和諧、世界和平。但「三好四給五和」出現頻率比較少，絕大部分都是「三好四給」。就時序上來說，星雲大師先倡導「四給」，後來才有「三好」、「五和」等。參星雲大師口述、佛光山法堂書記室妙廣法師等記錄：《人間佛教佛陀本懷》，頁330。底下大致上以「三好四給」立論。

21. 光泉文教基金會除了推廣「日行萬步，健康保固」健康理念外，在心理健康方面也與佛光山共同推動星雲大師的「三好四給」運動。光泉文教基金會執行長陳淑雲表示，人可以靠健走維持身體的健康，而所謂的三好四給「做好事、說好話、存好心；給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便」可以讓人們心理健康，身體也跟著健康起來，社會更和諧！參 <http://www.kuang-chuan.org/%E5%85%89%E6%B3%89%E6%96%87%E6%95%99%E6%96%B0%E9%AE%AE%E4%BA%8B/%E5%85%89%E6%B3%89%E6%96%87%E6%95%99%E5%9F%BA%E9%87%91%E6%9C%83VS%E6%98%9F%E9%9B%B2%E5%A4%A7%E5%B8%AB%E7%9A%84%E4%B8%89%E5%A5%BD%E5%9B%9B%E7%B5%A6%E9%81%8B%E5%8B%95/tabid/112/language/zh-TW/Default.aspx> (2020.3.24 查詢)。

22. 同註19，頁34。

《人間佛教》學報・藝文 | 第三十二期

星雲大師深入淺出，綜合歸納成三好四給，人們易於理解，容易接受，容易實踐。但為何這樣就是覺悟的過程中重要的操持功夫呢？三好四給，一言以蔽之，就是「慈」。

「四無量心」慈悲喜捨中，「悲」的定義是「拔苦」，「慈」的定義為「與樂」。而在四給中，「給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便」，全部合乎「慈」的精神。星雲大師說：「給人就是給己，佛光山就是從『給』裡成就出來的。」²³

佛光山的修證方法就是由「慈」入手，也修禪定，但不特別強調、也不強調斷煩惱。本來在彌勒菩薩的修法是「不修禪定、不斷煩惱，進入慈心三昧」，但因為佛光山的體系是八宗兼弘，不專弘某宗，因此不會純然不修禪定，不斷煩惱，而是星雲大師把這些放在主軸外，主軸功夫就是「三好四給」。

強調「慈」的精神與實踐，如印順法師在〈契理契機之人間佛教〉也提出：

不斷煩惱（瞋、忿、恨、惱、嫉、害等，與慈悲相違反的，一定要伏除不起），也不致作出重大惡業。時時以眾生的苦痛為苦痛，眾生的利樂為利樂；我見一天天的薄劣，慈悲一天天的深厚，怕什麼墮落！惟有專為自己打算的，才隨時有墮落的憂慮。發願在生死中，常得見佛，常得聞法，世世常行菩薩道，這是初期大乘的共義，也是中觀與瑜伽的共義。²⁴

23. 滿義法師：〈導讀〉，《星雲模式的人間佛教》，台北：天下文化，2005年，頁2。

24. 印順法師：〈契理契機之人間佛教〉，《華雨集（四）》，台北：正聞出版社，1993年，頁68-69。

作為判教的人間佛教及其實踐途徑——《人間佛教佛陀本懷》讀後

上段引文中說到，當我們功夫不專門放在斷煩惱（如瞋、忿、恨、惱、嫉、害等），而是放在與煩惱相對反的慈悲上時，有兩個效果產生。一個是光明來了，黑暗就消失。純從黑暗的瞋、忿、恨、惱、嫉、害等來直接面對，不容易看到內在主體的力量；從正面的慈悲出發，就像光明來了，黑暗就消失的正向心理學一般，就不致於做出重大惡業。另一個產生的效果是「我見」、「我執」會愈來愈淡薄，慈悲心一天天深厚，也就不怕墮落，對於黑暗面有抵抗力，甚至還能徹底解消黑暗面；如果只是專門為自己打算，「我見」堅固，不易解消，瞋、忿、恨、惱、嫉、害等會更增上，不容易斷煩惱。

從慈心出發，就容易進入三昧，但這樣的三昧，並不像其他修證方法以直接修定來進入，而是在日常生活中，以不專修禪定而進入禪定。這有它的善巧部分。因為禪定可以專修，但也可以放入「六度」的脈絡中來修。「慈心三昧」走的就是這個路數。當我們有慈心，願意幫助別人，以「三好四給成就佛法布施」，²⁵ 這樣布施就做得好，然後次第地完成持戒、忍辱、精進、禪定、般若，²⁶ 便可達成慈心三昧境界。星雲大師認為，這樣的三好四給就有其神聖性存在。他說：

我肯得給人布施，肯得給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便，這不是神聖嗎？甚至於現在提倡的「三好運動」，就是讓我們的身、口、意三業，能可以做到「身做好事、口說好話、心存好念」，這還不夠神聖嗎？信仰就

25. 星雲大師：《人間佛教佛陀本懷》，頁 330。

26. 關於六度的次第實踐過程，可參考星雲大師：《人間佛教佛陀本懷》，頁 119-129，有詳細解說。另可參陳健民：《漢譯佛法精要原理實修之體系表》，台北：圓明出版社，1992 年，頁 217-222。

《人間佛教》學報・藝文 | 第三十二期

是神聖，修行就是神聖，自己從凡夫慢慢的淨化，到成聖、成賢，就是神聖的信仰之功。²⁷

透過三好四給的實踐，也可達成聖成賢的神聖境界。這樣我們就在「慈心與樂」的起點上，一步步透過三好「存好心、說好話、做好事」；四給「給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便」，而進入「慈心三昧」的境界，開出般若智。有了般若智，對於世法、出世法就開通不執著，因為般若智就是「通達世間法出世間法，融通無礙，恰到好處，而又不執取諸法的大智慧」。²⁸

星雲大師認為，佛法與世法是不二的，²⁹這也是星雲大師強調的「有佛法就有辦法」之所在。³⁰從三好四給擴大自己，進入慈心三昧，也有其時空證量。星雲大師說：「今日講人間佛教，我們應該從人到佛，應該依住佛陀的這種次第，慢慢地擴大自己。所謂擴大自己，就是自他一體，物我兩忘，古今同體。」³¹

透過三好四給的次第實踐，其境界是神聖的，也有其時空證量，這種時空觀，時間上當下是「古今同體」，超越了一般人斷裂的、直線型時間觀；空間上就是當體，當體就是「自他一體，物我兩忘」，超越了一般人人我對立、物我分裂的空間觀，而能造就「三好四給、五戒十善、六度四攝的人間淨土」。³²

27. 陳健民：《漢譯佛法精要原理實修之體系表》，頁 129-130。

28. 王驤陸：《王驤陸居士全集》上冊，北京：宗教文化出版社，2009 年，頁 120。

29. 滿義法師：《星雲模式的人間佛教》，頁 320。

30. 「有佛法就有辦法」是在佛光山體系中常常聽到的一句話，參滿義法師：《星雲模式的人間佛教》，頁 159。

31. 星雲大師：《人間佛教佛陀本懷》，頁 137。

32. 同註 31，頁 311。

作為判教的人間佛教及其實踐途徑——《人間佛教佛陀本懷》讀後

四、結論

以上，是筆者讀完《人間佛教佛陀本懷》後的感想。星雲大師不僅在弘法利生、濟世度人的實業成果上，有其巨大成就，堪稱是世界佛教史上，目前最偉大的佛教實業家，前無古人。此外，他所提倡的「人間佛教回歸佛陀本懷」，還有判教的作用，將宗派林立的佛教現象，「萬法歸一／一生萬法」，彼此不互相攻擊傷害計較，而是成為一個整體，再百花齊放，互相包容。並透過三好四給的實踐途徑，建設一個慈心三昧、「自他一體，物我兩忘，古今同體」的人間淨土，深具「後現代」意義及未來的發展性。



淨土不在他方世界，也不必求來世往生。如果大家都能從心裡上自我健全，自我清淨，自我反省，自我進步，進而擴及到家庭、社區、國家，那麼整個世界就是佛光普照的人間淨土。

——《人間佛教語錄》