



## 生活與般若

星雲大師

般若是什麼？鬱鬱黃花皆是般若，如果懂的話，世界上什麼都是般若；如果不懂，什麼都不是般若，甚至念經拜佛都不是般若。

我們住的房子裡，掛幾幅畫、擺幾盆花，這個家庭裡的美感就不一樣。般若之於生活，就好比有了畫、有了花那般美麗。

長得漂亮的女子，抹上淡淡的胭脂更增加嫵媚，般若對人生也像胭脂的功用。以下分幾點來說明般若與我們生活的關係。

### 一、什麼是般若？

#### （一）「般若」和「非般若」

世間什麼都是般若，什麼也都不是般若。比方念經、拜佛、修行，都是般若的顯現，但是當我們念經拜佛時，妄想紛飛，妄念不斷，那念經拜佛就不是般若了。罵人、打人，是很粗魯、很不應該的行為，可是老師、慈母，他本著愛心、慈悲心打他的學生，罵他的孩子，希望他成長；如此罵也好，打也好，也未嘗不是般若。

一般人都以為般若就是智慧，或者是知識。事實上，並不是這麼簡單。一般的知識是從事相上去認識世間，那是分別意識，不究竟；般若即大圓鏡智，普照世間，還我們的本來面目，從本體上來認識世界。所以般若和智慧有所不同。知識有利、有弊；有好的知

識，有不好的知識。從中國的造字來看，當「知」識生病就變成愚「痴」了。

般若不容易解釋，也是言語道斷，說出來就不是般若了，可是又不能不說，以下我用智、情、意，三者總合起來，或許能說到一點相似般若的意味。

所謂「智」，是透過自己的心靈、智慧，而能對世間萬事萬物的真相，有了正確的了解。

要看清世間一切真相並不容易。一本書、一張桌子、一個茶杯……它們的真相是什麼？人我是非、感情苦樂……各種心識活動的真相又是什麼？對這一切的外境、內相，我們都能清楚明白嗎？就是因為不能認識真相，把一切看錯了，才有顛倒妄想，才有是非煩惱，假如有般若智慧，對世間一切都能認出真相，就沒有痛苦煩惱。

有一位老太太，每天很虔誠的到寺院去做早課，一天早晨，天還沒全亮，他走在路上不小心踏到一個東西，「是一隻青蛙！」老太太心想：「糟糕！佛教講不殺生，我今天踩死一隻青蛙，這個罪過很大呀！」他心裡很難過，憂憂愁愁地做完早課。回家路上，他特地去找尋那隻被他踩死的青蛙，此時天色已明，他仔細一看，哪是青蛙，原來是一顆茄子！認出了真相，他就不再憂傷煩惱了。

我們世間往往也是只知其一，不知其二，假如知其一，也知其二，認識真相，認識諸法因緣，何有這些顛倒妄想、是非煩惱呢？

「情」是一種不為苦樂所動的真情實義。人間的有情眾生，所擁有的都是是非好壞，患得患失，苦樂交雜的感情。假如能超脫這種人我的感情而能淨化昇華，不為苦樂、好壞所動，就是般若了。

所謂「意」指止惡向善的意志，對於止惡向善，有著永遠不灰

《人間佛教》學報・藝文 | 第三十三期

心、永遠不懈怠的意志。能認識諸法真相，情緒上能不為苦樂所動，並恆向善道，如此即體得般若的妙義。

## （二）般若的層次

般若是有深淺的不同，可分成四個層次：一年級、二年級、三年級、四年級，或者小學、中學、大學、研究所。初步小學的般若是「正見」，是我們凡夫的般若。什麼是「正見」？正見有善有惡、正見有業有報、正見有聖人有凡夫、正見有過去有未來。

中學的般若是「緣起」，是二乘羅漢的般若。所謂「緣起」，就是宇宙的一切都是關係的存在，都是條件的聚合。如我們看到周遭所有的房屋、大眾、桌子、地板、花草樹木，就曉得這個「結果」，必定有它潛在的「原因」，如有鋼筋水泥等因緣條件，才能聚合成房子；有種子土壤，才能成為花草樹木。所以我們要從結果上面去



世間萬法皆是緣起，比如一顆種子，需要很多條件和合才能發芽成長。

推求尋找原因，看到花開，就知道花農要付出多少的辛苦；看到一所大學，就想到這麼偉大堂皇的建築，當初是投入多少的智慧、多少的金錢來建設的。

佛教的教主釋迦牟尼佛，在印度菩提樹下的金剛座上悟道，覺悟的就是緣起真理。所以見緣起即見法，見法即見佛。

大學的般若是「空」，是菩薩所認知的般若。「緣起」真理的法則，是「果從因生」、「有依空立」、「事待理成」。而宇宙萬有的現象就建立在「空」的上面。空才有，不空就沒有。「空」是菩薩才能體會了解的境界，「空」不是沒有，「空」是建設有的。所謂空即是色，色即是空，在真空裡才能顯現妙有。

一般人很害怕談空，以為「空空如也」、「四大皆空」，其實不然，假如懂得「空」，心如虛空，世界是我心中的世界，一切萬有是我心中的萬有，這是多麼富貴，多麼富有。

有了凡夫的「正見」、羅漢的「緣起」、菩薩「空」的認識，再往上高升，就如同到了研究所，此時的「般若」，就是佛的境界了。

## 二、般若的妙用

### （一）能知苦、滅苦

有了般若就能知苦、滅苦，沒有般若，不知道苦，因為苦中作樂是我們的人生。或許有人不覺得人生苦；青春美貌、身體健康，吃得好、穿得好，家裡錢財多，日日過得很快活，不感到苦呀！但是這許多東西能永久存在嗎？百年大限一到，能不苦嗎？人生的苦，有時是苦處的苦苦，有時是快樂會消失的壞苦，還有那不樂不苦的會變異的行苦。現在有了般若，明白我們苦的來源，是由我而

《人間佛教》學報・藝文 | 第三十三期

生，由我才有苦，我與人的關係不協調、我與物質的關係不協調，自然界天災、水災、震災，社會上的貪官、汙吏，政治……種種的痛苦，無不是由於「我」的存在。

## （二）能觀空

《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，度一切苦厄。」五蘊就是我，五蘊一空就可以度一切苦了。

「一切皆空」意調整個宇宙世間都是我們的，何必去紛爭那幾坪的土地呢？所看到的一切人，都是我的心上人；一切萬物，宇宙虛空都是我心內的東西。所以真正講起來，世間上沒有一個貧窮的人。只要有佛法、有般若，就有辦法。有佛法、有般若，就擁有富有的、真善美的人生。若能如此，即到達「是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減」的不生不死的境界了。

一般人最怕的兩件事情，一是「怕鬼」，二是「怕死」。其實，有了般若，鬼並不可怕，死更不必怕。

有了般若，會認識「死不是沒有」，死了之後還會再生。如花凋謝了，種子還會再生長，繼續開花結果；房子壞了，拆除之後，將來還可以建一個更高的大樓；衣服壞了、身體壞了，再換一件衣服、換一個身體就可以了。

生命如一串的念珠，一粒叫張三，一粒叫李四、趙二、王五，在生死的輪迴中，天上、地獄、餓鬼、畜牲，生生世世流轉不息，不會少一點的。因為業力把我們生命的過去、現在、未來連線，生生世世給串連在一起。所以說，人是死不了的，死的是「身體」，「生命」永遠不死；色身有時間性，慧命在般若裡，則可以證悟無限的壽命，可以獲得永恆自在。

有了般若，可以觀空自在。空是不定形的，擺到茶杯裡的空是圓形的，紙箱裡的空是方形的；空沒有相，給它什麼樣的空間，它就是什麼樣子。空也好像是拳頭，拳頭是「有」，一張開就「沒有」了；其實，五根手指是拳頭，拳頭也是五根手指。所謂空即是色，色即是空，是變化無礙的。這個拳頭，打你一拳，你會告我打人；幫你捶背，你會感謝我；同一個拳頭，用法不同，意義就不一樣了。所以，般若有什麼用？端在它的巧妙運用！

### 三、般若與生活

思想、觀念、心念，對人的一生影響重大。假如我們的觀念裡，看到每一個人都存有感謝的心，會覺得這個世界很美好。所以說：「心如工畫師，能畫諸世間。」心可以畫出美麗的世界，美好的人間。

我們想過一個怎樣的人生？心裡時時地念著別人的好處，念著別人的善處，念著慈悲，念著友愛，念著感恩，念著真實，就能成就當下的淨土。以下分四點說明般若和生活的關係。

#### （一）般若的處世

我們常說「做人難，人難做」，處世確實不簡單，不過，有了般若，處世就不艱難。比方說，有了般若，你和我不是對待的，你我原來是一體的。我身上流血、流膿，我不會嫌棄，我會用心的洗滌、敷藥、包紮保護，因為這是我身上的瘡。如果把一切眾生，好或不好都視為我的兄弟姐妹一樣，就不會有你我對待的痛苦；或者和別人的立場調換，設身處地為對方著想，也很容易起慈悲心。

我經常提倡的「你大我小、你對我錯、你好我壞、你有我無、

《人間佛教》學報・藝文 | 第三十三期

你樂我苦」，即是般若的妙用，能夠實行則受用無窮，運用如此的般若處世，自然能事事順遂、做人成功。

## （二）般若的思想

心中所想都是美好的，則所見世間人都很美好，都是有緣人，而會生起報答回饋、廣結善緣的歡喜心，這就是般若的思想。

有三個愁雲滿面的信徒，去請教無德禪師，如何才能使自己活得快樂？

無德禪師問：「你們先說說自己活著是為了什麼？」

甲信徒說：「因為我不願意死，所以我活著。」

乙信徒說：「因為我希望我老年的時候，兒孫滿堂，會比今天好，所以我活著。」

丙信徒說：「因為我有一家老小靠我撫養，我不能死，所以我活著。」

無德禪師告訴他們：「你們當然都不會快樂，因為你們的活，只是由於恐懼死亡，由於等待年老，由於不得已的責任，卻不是由於理想、責任。人若失去了理想和責任，就不可能活得快樂。」

甲乙丙三位信徒齊聲道：「那請問禪師，我們要怎樣生活才能快樂呢？」

無德禪師：「你們認為得到什麼才會快樂呢？」

甲信徒說：「有了金錢，我就會快樂了。」

乙信徒說：「有了愛情，我就會快樂了。」

丙信徒說：「有了名譽，我就會快樂了。」

無德禪師聽後，深深不以為然，就告誡信徒：「你們這種想法，當然永遠不會快樂。當你們有了金錢、愛情、名譽以後，煩惱憂鬱



就會隨著後面占有了你。」

三位信徒無可奈何的說：「那我們怎麼辦呢？」

無德禪師：「首先，你們須改變觀念，金錢要能布施才有快樂，愛情要肯奉獻才有快樂，名譽要用來服務大眾才會快樂。」

外在的一切，終不是究竟、長久的快樂。改變觀念，擁有般若的思想，才是生活快樂之道。

### （三）般若的生活

所謂般若的生活，是一個人能大能小、能有能無、能多能少、能早能晚、能忙能閒、能高能低、能退能進、能苦能樂、能富能窮。每一個人都有其本性的性能，有的人性能很好，有的人性能不好。有用的人生，是無所不能的。

人人具有般若的本性，也應該能過般若的生活，有了般若，一杯茶的味道就不一樣；有了般若，別人罵我，是在替我消災；有了般若，錢被人家倒閉了，當作是過去欠他的。般若會讓我們在生活中不瞋不怒，安然自在。

### （四）般若的教化

有了般若，教化自然不同。

在妙善禪師的金山寺旁，有一條小街，住了一個貧窮的老婆婆，與獨生子相依為命。偏偏這兒子忤逆兇橫，經常呵罵母親。妙善禪師



有了般若，一杯茶的味道就不一樣了。



《人間佛教》學報・藝文 | 第三十三期

知道這件事後，便常去安慰這老婆婆，和他說些因果輪迴的道理。逆子非常討厭禪師常來家裡，有一天起了惡念，悄悄拿著糞桶躲在門外，等妙善禪師走出來，便將糞桶向禪師兜頭一蓋，剎那腥臭汗穢的糞尿淋滿禪師全身，引來一大群人看熱鬧。

妙善禪師卻不氣不怒，一直頂著馬桶跑到金山寺前的河邊，才緩緩的把馬桶取下來，旁觀的人看到此狼狽相，更加哄然大笑，妙善禪師毫不在意的說道：「這有什麼可笑的？人身本來就是眾穢所集的大糞桶，大糞桶上面加個小糞桶，有什麼值得大驚小怪的？」

有人問他：「禪師你不覺得難過嗎？」

妙善禪師道：「我一點也不難過，老婆婆的兒子慈悲我，給我醍醐灌頂，我正覺得自在哩！」

後來那忤逆的兒子為禪師的慈悲感動，改過自新，就向禪師懺悔謝罪，禪師歡歡喜喜地對他開示：「父母養育之恩山高水深，不能好好孝養，反而打罵犯上，如此不孝，何以為人？」

受了禪師的感化，逆子從此痛改前非，竟以孝名聲聞鄉里。

禪師把人體看作是大的糞桶，並且不嫌棄糞尿之臭之恥，是他的般若智慧，因此而感化逆子痛改前非，更是他般若的教化。

常有人問我：「佛陀現在在哪裡呀？」有緣佛出世，無緣佛入滅。佛在哪裡？佛是無處不在，無處不遍。心中有佛，佛就在我心中，所以有佛法，就會有般若。因此，以般若智慧來看人生，沒有生死，沒有生滅。在般若、涅槃的世界裡，沒有你我的對待，沒有時空的限制，沒有生死的輪迴，不在三界內，超脫於無形中，這就是般若的人生，是真正的解脫自在。如果能認識空，證悟般若，那就是我們永恆的人生。

生活與般若



星雲大師一筆字《般若》