《人間佛教》學報 · 藝文｜第三十七期

人間佛教的修行
——以星雲大師「四給」思想為核心的探討

韓國茹
中國社會科學出版社副編審

摘要

人間佛教經過百餘年的構建和實踐，已經成為佛教在現代社會生存和發展的主要形態，這一點已經成為學界和教界的共識。但是，對於人間佛教修行觀及其修行實踐的批判仍舊不絕於耳。本文以佛光人工作信條——四給思想為核心，認為，四給是一個邏輯起點即其實踐起點（信心），既注重當下（歡喜）又指向未來（希望），以與般若相應的方便貫穿其中的嚴密框架。這個框架以「給人」為導向，把修行置於工作和生活中，具有強烈的社會性。並因此認為，人間佛教的修行並不排除自修和共修，甚至說還相當重視共修的意義和修行方式，但是在此基礎之上，人間佛教更加注重眾中的修行，更加注重在眾中、在結緣中、在服務中檢驗自修和共修的成果，努力打破「把方法當成清靜之所」，從而超脫出「自己腦袋創造出的修行的那個境界」，因此提倡各種社會運動，社會活動也在此意義上而具有了修行的價值。

關鍵字：四給　佛光人工作信條　眾中的修行　結緣的修行　布施

一，引言

人間佛教經過百餘年的構建、實踐，已經成為佛教在現代社會發展、實踐的主要形態，是佛教現代轉化的重要理論成果，這一點，學界已基本達成共識。但是，對於人間佛教的批判，尤其是對於人間佛教缺乏修行的批評仍然不絕於耳，這一點，不管是在教界還是在學界都有一些反應。星雲大師在《貧僧有話要說》中曾經談及這一批評：「在貧僧的生命中，一般人都以為我只會寫文章，只會辦活動，只會建寺廟，只會講經說法，只會寫一筆字，只會接待高官顯赫人士，只會出國旅行——但這些舉辦活動、建寺、講經說法，不算修行嗎？」[1] 一年後，他在《人間佛教佛陀本懷》中提到 8 條對於人間佛教不了解的人關於人間佛教的疑義，其中 6 條都與上述問題有關，包括：

> 1. 人間佛教是庸俗的、世俗的，是人乘的，沒有到達最高成佛的境界。2. 人間佛教都是重視世俗的活動，而這許多活動與學佛沒有什麼關係。3. 人間佛教沒有修行，頂多是個人的做人處事，這與學佛的超越、增上、成佛作祖等可能扯不上關係。4. 人間佛教是在家的，對於出家眾的叢林生活、對於苦修悟道，沒有神聖性。5. 人間佛教傳承內容是什麼呢？沒有感到哪個人修行上有成就。由於大家不知道，所以不容易推動。……8. 人間佛教沒有解脫道，沒有證悟的境界，傳統的佛教不容易接受。[2]

1. 星雲大師：《貧僧有話要說》，北京：中信出版集團，2015 年，頁 448。
2. 星雲大師：《人間佛教回歸佛陀本懷》，北京：人民出版社、宗教文化出版社，2016 年，頁 7-8。

妙凡法師也說：

> 談到佛教的修行，一般人常認為就是深山叢林、青燈古佛、打坐參禪、自修自了、不問世事的修持方式，這樣『固化的』形象，幾百年來經由小說、戲劇、電影的傳播，早已深植人心，並視為理所當然，至於這真的是佛教的修行內涵嗎？這樣真的會覺悟、會解脫、會平安嗎？一般人並不會去深究。然而，錯誤的觀念不調整，久而久之便積非成是，以非為是，以是為非。[3]

而學界則如鄧子美說：

> 有人批評人間佛教重視社會，輕忽了修行。[4]

程恭讓也說：

> 一般人對於人間佛教的質疑中，其中一項質疑，就是對於人間佛教行者修行生活的質疑。很多人在不太瞭解人間佛教具體思想、實踐的情況下，會傾向想當然地認定：人間佛教既然積極入世，所以強於舉辦活動，而短於個人修行。[5]

從上述引文中可以看出，對於人間佛教缺乏修行的批評和質疑，基

3. 妙凡法師：〈人間佛教的佛陀觀——以星雲大師《人間佛教佛陀本懷》為探討〉，《人間佛教》學報．藝文第 34 期，高雄：財團法人佛光山人間佛教研究院，2021 年，頁 41-42。

4. 鄧子美：〈星雲大師之人間佛教修行觀實踐與推進〉，載《2014 星雲大師人間佛教理論實踐研究》上，高雄：佛光出版社，2015 年，頁 68。

5. 程恭讓：〈從《貧僧有話要說》看星雲大師人間佛教思想最近期論定學說〉，《人間佛教》學報．藝文第 1 期，高雄：財團法人佛光山人間佛教研究院，2016 年，頁 76。

本上是站在傳統修行觀的基礎上，而無視或者不承認人間佛教多元化修行方式的合法性。

以星雲大師為代表的佛光山僧團對於人間佛教行者具有修行的回護和確證，則基於人間佛教的修行觀。與傳統的修行觀相比，人間佛教的修行觀已經發生了根本性的變化，而這一點也是人間佛教整體藍圖的題中應有之義。正如程恭讓所言：「筆者將『人間佛教的修行學』列為大師人間佛教最近期論定學說中的一項重要內容，不僅是因為大師在這部著作中確實富有深意地專題回應了這樣的一種質疑，也是因為這一問題對於我們深入理解人間佛教的性質，乃至對於人間佛教今後進一步的持續穩定發展，都具有十分重要的現實意義。」[6] 人間佛教的修行觀也需要進行仔細的檢視、反思和梳理，這一方面是回應教界和學界質疑的需要，另一方面則是人間佛教宏大藍圖中重要的一環，特別是對於有著實踐轉向的佛光山僧團而言，更具有重大的理論意義。

星雲大師對於修行問題相當重視，他曾說：

> 佛教與一般哲學不同，佛教不只是講知識、講理論，佛教更注重虔敬的信仰，完美的道德。但是，佛教最主要的卻是重視實踐，也就是我們所說的「修持」。[7]

他還說：

> 今日佛教最令人悲痛的事，並不是沒有人信仰，也不是沒有人研究，而是真正修持的人太少，真正有證悟的人太少。

6. 同註 5。

7. 星雲大師：〈壹、修行資糧篇〉，《佛教叢書 7・儀制》，高雄：佛光出版社，1997 年初版，頁 1。

> 儘管有很多人將佛法的道理說得天花亂墜，但卻沒有人真正將佛法的理論付諸實踐。[8]

因此，早在 1976 年 11 月，星雲大師第二次在台北國立藝術館佛學講座時，第三天的講題就是「從古德的行誼說到今日吾人修持的態度」；1977 年 11 月更是在台北中山堂連續 3 天以「從佛教各宗各派說到各種修持的方法」為題進行演說；1978 年 10 月在台北國父紀念館舉行為期 3 天的佛學講座，第三天的題目為「生活與修持」；1979 年 11 月於國父紀念館以「佛陀的宗教體驗」「阿羅漢的宗教體驗」和「菩薩的宗教體驗」為題進行了 3 場佛學講座，等等。而在大師對於佛經的現代詮釋中，有兩部直接貫以「修行」為題名，即《在人間自在修行——八識講話》和《在人間歡喜修行——維摩詰經》。

星雲大師早年在台北中山堂講演側影。1977.11.4
（圖 / 佛光山宗史館提供）

除了進行佛教修行理念的各種反思和演講外，佛光山僧團還實踐星雲大師注重修持和實踐的理念，如 1980 年「二月一日至十五日，首度實行封山。這半個月的

8. 星雲大師：〈生活與修持〉，載《星雲大師講演集 2》，高雄：佛光出版社，1982 年初版，頁 214。

時間，佛光山所有僧眾閉關靜修，沉潛學習。除了日常功課外，每晚安排有共修時間，由我親自指導徒眾各種修持法門。我認為一個弘法者，唯有精進於自我修持，在度眾上，才有源源不絕的力量與資糧。」[9] 可以說，修行是星雲大師人間佛教藍圖中最重要的一環。

如何修行、如何落實人間佛教的理念於我們的生活之中，關涉到人間佛教的本質。下面，我們將以「四給」思想為核心，來展示星雲大師人間佛教修行觀的內涵、特質以及意義。

二、「四給」的歷史脈絡梳理和內涵

（一）「四給」的脈絡

「四給」思想自佛光山開山以來，就成為星雲大師人間佛教修行觀中的重要一環，甚至可以說是星雲大師自覺轉化傳統修行方式的第一個重要成果。星雲大師說，佛光山開山伊始，他就把「給人信心，給人歡喜，給人希望，給人方便」作為佛光人的工作信條。檢索星雲大師已發表的著述，最早的文字記載出現於 1986 年 8 月 1 日的〈西來飛鴻——大師慈訓〉，[10] 其中說：「『弘法是家務，利生為事業』，一個修行的人要有『給人信心、給人歡喜、給人希望、

9. 星雲大師：〈一九八一年新春告白〉，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle10733。

10. 《星雲大師全集》電子版中有一條紀錄早於這一條，即 1986 年 5 月 27 日講於高雄中正文化中心的〈淨土思想與現代生活（一）〉，其中有：「在淨土裡的人際關係是不疑惑、不嫉妒、不欺、不侮、不妄語、不騙人、不打、不鬥，沒有煩惱是非；淨土裡人與人之間相處，會給人信心，給人歡喜，給人希望，給人方便。」但是這一條在較早的版本中卻是：「在淨土裡的人際關係是不疑惑、不嫉妒、不妄語、不騙人、不欺、不侮、不打、不鬥，沒有煩惱是非。淨土裡，人與人之間相處，無不是給人信心，給人歡喜，給人力量，給人方便。」見《人間佛教語錄》上冊，台北：香海文化，2008 年，頁 190。

給人方便』的佛光人信條。」[11]2010 年元旦的〈二〇一〇新春告白〉中，星雲大師在給佛陀紀念館的八座寶塔命名的時候，第一次出現了「四給」這一更加簡練的概念，並且把它放在了「三好、四給、五和、六度、七誡、八道」這一修行序列和結構中，並借由佛陀紀念館的巨大影響力而廣為人知。

在「三好、四給、五和、六度、七誡、八道」的序列和結構中，只有六度和八道是傳統佛教原有的修持概念，「三好」、「四給」、「五和」、「七誡」都是星雲大師為了現代人修行的方便，對於傳統佛教修改觀念所做的通俗化、社會化、現代化的詮釋。張家成認為，在「三好」、「四給」、「五和」中，尤以「四給」思想最能體現大乘菩薩道的慈悲精神。[12] 李聖俊認為，「三好」是對五戒十善等人天善法的善巧總結，「四給」是對六度四攝、四無量心等大乘菩薩願行的轉化。[13] 除了上述區別，「四給」首先是作為佛光人的工作信條而提出的，這一點與其後提出的「三好」（1998 年）、

11. 星雲大師：《人間佛教書信選》，台北：香海文化，2008 年，頁 786。在《星雲大師全集》電子版中，這一處的表達有所不同。這封信在《全集》中叫〈給徒眾的一封信〉，其中的表達方式為：「給人信心、給人歡喜、給人方便、給人服務」，這種表達在大師的著作中凡四見，另見於〈星雲禪話序〉（《佛教叢書 9・藝文》，高雄：佛光出版社，1995 年，頁 698）、〈佛教對社會病態的療法〉（《星雲大師講演集 4》，高雄：佛光出版社，1991 年，頁 322）和〈六種神通〉（《星雲法語 02》，北京：生活・讀書・新知三聯書店，2015 年，頁 141）。在此，我們採取以先出版之著作為準的原則，權且認為 1986 年 8 月 1 日這封信為見於文字的「四給」的正式表述。在星雲大師已發表的著作中，還有另外兩種表達：「給人信心，給人歡喜，給人力量，給人方便」（見註 10）；「給人信心、給人歡喜、給人希望、給人服務」（《人間佛教的戒定慧》，高雄：佛光文化，2013 年，頁 66）。

12. 張家成：《回到「生活世界」的人間佛教——以星雲大師「行佛」思想為中心》，《人間佛教》學報・藝文第 35 期，高雄：財團法人佛光山人間佛教研究院，2021 年，頁 140。

13. 李聖俊：《在娑婆建設淨土——星雲大師的人間佛教淨土觀》，香港：香港中文大學人間佛教研究中心，2020 年，頁 364。

「五和」（2010 年左右）以及「七誡」（1993 年）還在三個方面存在差異。

第一，四給的實踐或修行主體首先是佛光人，甚至在《人間佛教的戒定慧》中，「給人信心、給人歡喜、給人希望、給人服務」這一稍微不同的表達方法還被專門放在了「僧眾應行（二十條）」中，而其他三個則首先是作為社會運動來提倡的，修行主體更加廣泛。當然，在佛光山的弘法中，「四給」因通俗化、社會化及其無盡的慈悲精神，也逐漸被更多的人所接受和踐行。

第二，「四給」乃是作為佛光人的工作信條提出的。這一點在星雲大師的人間佛教思想中絕對不是無足輕重的，甚至是佛光山僧團的重要標誌。重視佛教事業，主張佛教經濟獨立自主，乃是佛教現在轉化的重要任務之一。星雲大師在其建構人間佛教的藍圖之初就非常重視這一點。他曾經感慨佛教留不住人才，就是因為當時的佛教沒有任何事業可做。他舉例說：「有位長老比丘，數十年前收了不少青年出家，他將一半送去國內佛學院讀書，另一半送去日本去學。……到日本留學的僧青年，回國後因不甘每日抹桌掃地，紛紛改裝走入社會。」大師隨後感慨道：「佛教為什麼收不住這些人才？原因是佛教裡沒什麼可做！」因此，大師疾呼：「希望佛教長老們，你們要愛護青年，請你們多創辦些佛教事業吧！例如學校、醫院、工廠、農場、公司等，給青年們能有服務的機會，佛教人才固然不會外流，社會有用之才，將會紛紛走進佛教大門！」[14]

大師設想，當時的佛教應該要辦大學、組織籃球隊、辦電台要求：「我過去常有這麼一個想法，即是對出家的資格要限制，如有

14. 星雲大師：〈做什麼〉，刊於 1963 年 5 月《覺世》旬刊，後收於《星雲大師全集》，電子版網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle9124。

男人想出家做比丘，先問他能做醫生嗎？能在大中小各學校教書嗎？如果能教書或做醫生，即可允予出家。如有女人想出家做比丘尼，先問他能做護士嗎？能做孤兒院、幼稚園的老師嗎？如果能做護士，能當老師，即可允予出家。」[15] 佛教不要做社會的寄生蟲，因此要有自己的事業;僧眾不可寄佛偷生，而要以教師、護士、幼教、音樂師、美術師、語文師、文教、行政、講說、編輯、寫作、慈善、禪修、淨念等為方便。[16] 因此，在星雲大師的人間行者的觀念中，工作並不是可有可無的，人間行者必須有一定的工作技能；也就是說，人間行者不僅要具備濟度眾生的慈悲願心，而且必須具備服務眾生的能力。人間行者的修行方式也就因此與傳統的修行方式產生了本質的差別。打坐參禪、念佛拜佛固然是修行，而在工作中建立人間佛教的事業，在工作中服務眾生、濟度眾生，在工作中提升自己、昇華自己也是修行，而且是人間佛教修行觀念的重大革新。

第三，「四給」作為佛光人的工作信條，強調的是人間行者在工作中的修行，工作即修行。而工作中的修行則降低了個人獨修的色彩，甚至與共修也存在一定的區別，它強調分工合作，強調在眾中的服務，強調在因緣中自度度人。

（二）「給」的內涵

「給」或者說布施在星雲大師人間佛教修行觀中是非常重要的概念，他曾經用「給」來解釋人間佛教的自度度人。「學佛最重要的是自度度人，所謂『自度』，就是自我健全，讓人接受;『度人』，

15. 星雲大師:〈當前的佛教應做些什麼？〉，1960 年 4 月刊於《人生》，後收在《雲水樓拾語》，《星雲大師全集》，電子版網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle15369。
16. 星雲大師：《人間佛教的戒定慧》，高雄：佛光文化，2013 年，頁 66。

就是給人因緣，讓他成功。」[17] 讓人接受也就是給人接受，是星雲大師經常開示的一個重要概念。

「四給」作為佛光人的工作信條，其重點在「給」。正如星雲大師所言：「給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便。以上信條，以給為重心。無論是奉行菩薩道的四攝或六度，都以布施——給，作為度化之首要方便。」[18] 星雲大師總結自己的一生就是給的一生，就連佛光山也是給出來的。大師早在二十世紀五〇年代的《八大人覺經十講》中就說過「布施為度人的根本」，因此他對於布施——給尤其看重。總結來說，大師一方面強調傳統布施——「給」的理念和實踐中所蘊含的慈悲、無我和三輪體空的含義，另一方面也做了現代化的詮釋，主要包含以下三個方面。

星雲大師一筆字《給人因緣》

1. 強調布施實際上是給自己

在一般人的觀念中，布施、給人是自己吃虧的，星雲大師以播種為例扭轉了這種錯誤的觀念：

17. 星雲大師：〈佛法的管理法〉，《佛教管理學 2》，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle9671。

18. 星雲大師：〈第十四課 佛光人的工作信條〉，《佛光教科書 11・佛光學》，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle4630。

> 說到布施，第一個要問的是：布施是給人呢？還是給自己呢？如果我們認為布施是給人，當然是很難實踐，假如想到布施是給自己，就很容易做了。但有的人會覺得奇怪：「布施不是給人家嗎？怎麼會說是給自己呢？」
>
> 其實，布施不完全是給別人，也是給自己。你不播種，哪裡會有收成呢？你沒有布施，哪裡能有所得呢？所以布施看起來是給人，實際上是給自己。我們行布施時要想到，布施是發財的方法，我想要發財，就要布施；我想要有人緣，就要行布施。[19]

在這裡，星雲大師首先說明了布施的真相，即布施一方面是給人，另一方面則更是給自己。猶如不播種就不會你有收成，如果不布施則亦不會有收穫。大師在此善巧地說明布施的本質，則可以在相當程度上對治眾生的貪欲，消除大家畏難的心理，從而積極地通過布施為自己種福田。

其次，這也絕對不代表大師鼓勵大家為了發財、為了人緣、為了自己而踐行布施。從動機來講，真正的布施出自無我、出自無緣大慈，而不能為了自己發財、為了好人緣、為了別人的讚美、為了別人的答謝等等，即無相布施；但是從結果來講，恰恰是出自無我和無緣大慈的無相布施，反而是真正給自己，這是由佛教的因果法則所決定的。最後，雖然無相布施很難得，但是大師並沒有否定有相布施，並且肯定了有相布施也有功德，可得人天福報。星雲大師認為，根據因果法則，布施是富貴的原因。在某種意義上，這種肯

19. 星雲大師：《般若心經的生活觀》上卷，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle1002。

定也是相應於現代人的心理實際的。

2. 擴大了布施的外延——增加布施的可操作性

佛教講布施，通常講財布施、法布施和無畏布施。對於一般人而言，這三者都有一定的難度。星雲大師在其青年時期就對布施的內容進行了擴展：

> 說起布施，「善財難捨」，很多人總怕別人勸他布施，其實布施是很多方面的，並不一定非要把金錢物質給人才叫做布施，就是我們貧窮得一無所有，仍可以布施。比方，見到人的時候，就先對他打招呼，向他說：「你早呀！」或是：「吃過飯了嗎？」「你從哪裡來？你過得很好！」「謝謝您！」「請坐吧！」「阿彌陀佛！」如能把這些話掛在口邊，不但會有很好的人緣，而且這就是在行「語言的布施」。
>
> 除此之外，見到人時含笑、慈顏、注目，這就是「容顏的布施」。見到人迷路時，指引他帶他去；見到有人東西拿不動，事情做不了，你說你來幫助他，代他做，這就是「身行的布施」。見人受苦心生憐憫，見人布施心生歡喜，這就是「心意的布施」。[20]

星雲大師在傳統布施內容的基礎上，又增加了語言的布施、容顏的布施、身行的布施和心意的布施，總的來講，生活中的一言一行、發心起意皆可成為布施的內容，如此則人人均可踐行布施，大大增加了踐行布施的可操作性，降低了眾人的畏難心理。所以星雲

20. 星雲大師：〈第七講 布施為度人的根本〉，《八大人覺經十講》，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle2053。

大師還講：

> 在平常的生活裡，布施的法門隨處可行。例如：隨手布施，倒杯茶給人喝；隨口布施，讚歎人「你很偉大」、「很有成就」、「很有道」、「很講信用」、「很莊嚴」、「很發心」；隨力布施，在你需要我說明時，或許是寫一封介紹信、打一通電話、給一份紀念品，只要我的能力做得到，我都願意助你一臂之力；隨心布施，即使我不會說好話、沒有能力助人，也不要緊，當人家做好事時，我心裡為他歡喜，不嫉妒、不障礙，這也是布施。[21]

大師對於布施的現代詮釋，使其成為日常生活中最容易踐行的法門。

3. 互相添油香——強調僧眾對信眾的布施

星雲大師認為，過去有些佛教寺院乃是靠著信眾的布施——添油香來維持，人間佛教則提倡僧眾和信眾互相添油香：

> 有一次，我在巡視佛光山的各別分院後，問弟子們一個問題：「傳統寺院都是信徒到道場添油香，我們出家人有什麼可以為信徒添油香呢？」記得當時大家面面相覷，有一個弟子不解地問：「信徒來到寺院聽經、禮佛、用餐、喝茶後，總想要添油香，作為他們與佛祖之間的往來，為什麼現在反而需要僧眾為他們添油香呢？」我告訴他們：「佛教的發展固然需要信徒添油香，但是信徒給予寺院贊助支

21. 星雲大師：〈佛法的管理法〉，《佛教管理學 2》，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle9671。

持，不論是奉獻他們的時間、體力、金錢，這些功德都是他們一片善美的心意，因此，我們也要有所回報，用心意為信徒添油香。」[22]

這一點尤其與「四給」作為佛光人的工作信條具有相關性。大師說，過去的信徒只是信佛、念佛、拜佛、求佛，因此而養成了一種貪心；但是現在的信徒則是行佛，佛教界要是經常講「三好」、「四給」，信徒但凡可以做到其中的一點，就可以說是從佛教受到了很大的利益，也就可以說是僧眾為信眾添油香了。另外，互相添油香還是僧信平等的一種體現。

（三）「四給」的含義

「給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便」在星雲大師的著述中，有兩個相互關聯且相互補充的闡釋，一者著重於實踐主體，一者著重於實踐內容，共同構成了「四給」完整的闡釋結構。最早的詳細闡釋見於 1997 年的《佛光教科書．佛光學》：

「給」人信心，首先要開發本身無盡的信心內涵，才能在利眾、教眾、度眾上，成為眾生的加油站，鼓舞其向前邁進的勇氣和決心。

「給」人歡喜，首先知覺本身具足無盡歡喜的條件，才給得起歡喜。諸佛成佛皆因歡喜，諸大菩薩普度眾生也因歡喜，輪轉聖王福佑全民也因歡喜。

……

22. 星雲大師：〈互相添油香〉，《佛法真義 2》，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle9406。

> 「給」人希望，這是文明世紀最大的功德。古云：「哀莫大於心死。」希望就是一切成就的動力。……
>
> 「給」人方便，「方便」二字具有波羅蜜的意思。又十波羅蜜之七，即是方便波羅蜜，是菩薩應眾生根機，用種種方法施以教化、接引善巧與勝智。簡單的說，就是能通權達變的意思。此方便與般若相應，知其緣，明其機，能給予得當的接引。[23]

星雲大師在這一詮釋中，著重於「給」的主體應該具備什麼樣的素質，即佛光人應該具備無盡的信心、無盡的歡喜、希望和方便波羅蜜。這一詮釋中內含著佛光人自我修行的必然性和必要性。我們在詮釋「四給」的時候，會比較容易看到布施的行為和布施的內容，而容易忽視「四給」所蘊含的佛光人在信心、歡喜、希望和方便上的自我開發和提升。

在《佛法真義》的〈四給〉和〈四無量心〉2 篇文章中，星雲大師以四無量心為經證，認為慈無量心就是給人信心，悲無量心就是給人希望，喜無量心就是給人歡喜，捨無量心就是給人方便，著重闡釋了給人信心、歡喜、希望、方便的重要性。

信心、信仰是宗教的核心，對於佛教而言也是如此。對於信仰，星雲大師經常講：邪信比如不信，不信不如迷信，迷信不如正信。對於佛法僧三寶的正信是一切修行的基礎和起點，因此，在佛光人工作信條中首要的就是要給人信心，給人對於佛法僧的正信。大師

23. 星雲大師：〈第十四課 佛光人的工作信條〉，《佛光教科書 11・佛光學》，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle4630。

說：「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？」[24] 所以「給人信心」首要的就指向了對於「我是佛」的信心，是對於「行佛」的信心，只有對於「我是佛」的肯認和信仰，才能有「行佛」的自覺。當然，「給人信心」還可以在更廣泛的意義上應用於生活中對於一切善法的信心。

佛教認為人生有三苦、四苦、八苦、無量苦，還有苦行的修行方式，因此傳統上甚至現代很多人都認為佛教是苦的，信仰佛教也是苦的。星雲大師因應現代人的根機，重新詮釋佛教中「苦」的意義，認為，佛教「苦」的教義只是揭示了人生的真相，並且正是為了改變「苦」的事實而提出了四萬八千法門。同時，苦本身也有其積極的意義，是我們的增上緣、營養劑。但是，因應現代人追求喜樂的根機，星雲大師除了轉變人們對苦的認識，更積極宣傳歡喜的佛教。「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。」[25]「將歡喜布滿人間」是大師從小到大對自己一貫的期許，他認為，唯有人人布施歡喜，才能實現人間淨土。

1992 年，大師在國際佛光會第一次世界會員代表大會上做了「歡喜與融和」的主題演講，引經據典論證了諸佛菩薩早就以「歡

24. 星雲大師：〈信仰〉，《佛法真義 1》，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle9305。
25. 星雲大師：〈四給〉，《佛法真義 1》，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle9340。

喜人生」作為修行入佛的常道，並提出：國際佛光會全體會員，所期許的共同願望：「我們要把歡喜佈滿人間！」[26] 對於歡喜、幸福、安樂的強調是現代社會的重要特徵，對於內在性的論證與發展是現代性的重要內容，佛光人工作信條中的「給人歡喜」正是對於這一時代要求的回應，也是對於佛法契理契機的現代詮釋。因此，大師也說：「歡喜是佛教真理的本質，歡喜是佛法修行的精髓。」

佛光山所宣導的人間佛教具有歡喜的性格，也能給人帶來歡喜，對於這一點學界也多有公認。例如，李海波在《人間佛教回歸佛陀本懷》的讀後感裡面寫到：「讀到這樣的句子，歡喜、希望、信心如一瓣心香在心田悠然而起，期待在自我及他人的生命中實現這樣的願景，實現自我及他人生命的超越！」[27]

希望，就是有目標，有未來。「人活在世間最大的意義，就是對未來有希望、有目標，假如沒有希望、沒有企圖心，如同行屍走肉，那也就雖生猶死了。」[28] 大師在關於「自殺問題」、「憂鬱症」等問題的對治中，都強調了希望和未來的重要性。例如，大師認為憂鬱症的原因可能有：一、生命沒有抗力；二、心中沒有歡喜；三、生活沒有目標；四、行事沒有積極；五、眼中沒有他人；六、前途沒有希望。[29] 從大師給予憂鬱症的這 6 條診治而言，佛光人的工作信條——四給，在一定意義上是可以有效緩解憂鬱症的。

---

26. 星雲大師：〈歡喜與融和〉，《人間佛教論文集》上冊，台北：香海文化，2008 年，頁 635。
27. 李海波：〈歡喜、希望和信心——讀〈人間佛教回歸佛陀本懷〉的一點清思〉，《人間佛教》學報・藝文第 30 期，高雄：財團法人佛光山人間佛教研究院，2020 年，頁 127。
28. 星雲大師：〈佛法的管理法〉，《佛教管理學 2》，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle9671。
29. 星雲大師：〈憂鬱症〉，《人間福報》2007 年 5 月 19 日。

如星雲大師在前述引文中所言，方便是與般若相應的接引眾生的善巧和勝智。程恭讓教授認為：

> 第七度即善巧方便波羅蜜多的明白揭顯，是佛教思想史尤其是大乘佛教思想史上的以一個重大事件，善巧方便被提升為波羅蜜多，與大乘佛教以救度眾生為職志的菩薩理想實現具有極其密切的關係；般若與善巧方便兩個波羅蜜多平等並舉，各司其職，且又互為統攝，相輔相成，是佛教思想，尤其是大乘佛教思想的重大關鍵、核心樞紐，這一理論的建置不僅保證大乘救度眾生的崇高理想獲得實踐的知識、工具，而且保證這種救度的實踐一點都不會偏離轉染為淨、轉迷為悟的佛教修學之正確軌道。[30]

在此意義上，程教授認為星雲大師是一位深具般若與善巧方便的現代人間佛教導師。[31]

「給人方便」可以保證「給人信心、給人歡喜、給人希望」是適應眾生的根機和因緣的，而不會把自我的信心、歡喜、歡喜和希望強加在別人的身上。正如覺培法師所說：「『給人歡喜』不是把自己的歡喜給人，而是回頭觀察每一個男女老少的需要，觀察到最細微的部分。」[32] 因此，方便是以般若的智慧，根據眾生的根機，分別給他們帶來信心、歡喜和希望的重要保障。

信心——歡喜——希望——方便組成了一個嚴密的修行結構，

30. 程恭讓：《星雲大師人間佛教思想研究》，高雄：佛光文化，2015 年初版，頁 737。

31. 同註 30。

32. 覺培：〈弟子談大師：滿人所願〉，載《往事百語 1》，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle6447。

信心是一切修行的起點，也是一切修行的核心；歡喜則既是修行的目標，也是修行當下的本真狀態，表明我們的修行本身就是歡喜的；而希望則指向未來，我們靠著正信在人間歡喜地修行，是有未來的，而不是如過眼雲煙；而要達到上述的目標，佛光人則要具有與般若相應的方便波羅蜜。因此，四給是一個邏輯起點即其實踐起點（信心），既注重當下（歡喜）又指向未來（希望），以與般若相應的方便貫穿其中的嚴密框架。這個框架以「給人」為導向，把修行置於工作和生活中，具有強烈的社會性。我們既可以在日常生活中隨時隨地地踐行其中的某一點，也可以將其作為一個整體修行。

77 歲的三好媽媽張淑娟，因為歡喜當義工，生活更精采。（陳孝芸 / 攝）

三、從「四給」看人間佛教修行觀——眾中的修行

正如我們在引言中所言，目前社會上對於人間佛教的批評，很大一部分集中在人間佛教沒有修行上，而問題的關鍵則在於人間佛教的修行觀念以及修行實踐已經發生了重大而深刻的變化，我們下面簡要地從三個方面進行論述。

（一）修行目標的轉變

佛教有大乘有小乘，有菩薩道有聲聞道。自太虛大師開始，人間佛教就提倡菩薩道。太虛大師說：「使一切眾生各各授記作佛，於因地中各發菩提心、修菩薩行，方是佛之出世惟一大因緣也。」[33]

33. 太虛大師：《真佛教徒——即俗即真的大乘行者》，《太虛大師全書》第 3 卷，北京：宗教文化出版社，2004 年，頁 166。

星雲大師認為，佛陀依眾生根性的不同而設置了 5 種不同的實踐法門，即「五乘佛法」，並以其判釋世界上的五大宗教。儒家講三綱五常，近於人乘；耶教和回教提倡生天，近於天乘；老莊道家講返璞歸真、清靜無為、任性逍遙，相當於聲聞、緣覺乘。但是佛教除了這四乘外，還有一個「菩薩乘」。大師最後講：「佛教雖然方便講佛陀一代教法分為五乘，為的是不捨棄任何根器的眾生，但是慈悲濟眾的菩薩乘，才會說佛教所致力弘揚的法門。」[34]

也就是說，雖然佛陀教導眾生有四萬八千法門，有五乘佛法等等，但是人間佛教要回歸佛陀的本懷，人間行者修行的目的不能只是求得自己解脫煩惱，不能只是自己開悟，而必然也要求要利濟眾生、淨化社會人心。所以大師說：「以慈悲、智慧、結緣、忍耐、慚愧、感恩、知足等佛法來教化世道人心、淨化社會風氣，這才是佛教的真正主旨所在。」[35] 因此，人間佛教踐行的是菩薩道，菩薩道指向的是佛教的社會性。

慧東法師在採訪中也說：

> 佛教已經不僅僅是在管自己解脫、精進、生存的問題，而是開始看到社會需要什麼，社會有什麼樣的問題，我們積極投身於社會當中去，跟所有的人一起去改變社會、去建設社會，去發揮自己的這麼一個功效。所以我覺得人間佛教已經完全擺脫了人們對於佛教的傳統形象——那種好像佛教只是誦經、打坐的這麼一個形象——，已經積極地投

34. 星雲大師：〈中國文化與五乘佛法〉，《人間佛教論文集》上冊，頁 486-490。

35. 星雲大師：〈佛教興學的往事與未來〉，《人間佛教論文集》下冊，台北：香海文化，2008 年，頁 129-130。

身到社會的活動、工作當中去了。在這一點上，它還是不是佛教原來的一部分呢？它絕對是佛教原來的一部分！[36]

人間佛教就是佛教，佛教之功能除了對治個人的煩惱、個人的了生脫死等問題以外，還有其更加深廣的社會關懷。社會性也是佛教的題中應有之意。因此，人間佛教的行者之修行目的如果僅僅著重在自我的解脫上，也就不足以稱為人間佛教的行者了。

（二）修行方式的改變

著重於佛教的社會性，重視淨化社會人心的修行，在修行方式上必然相應發生重要的改變。這種改變主要體現在人間佛教的修行是眾中的修行，是結緣的修行。

星雲大師特別強調人不能離群索居，而必須生活在大眾之中，靠因緣生存，靠眾緣成就。「未成佛道，先結人緣」以及「廣結善緣」是星雲大師開示人間行者最重要的修行方式。

1993 年，星雲大師在國際佛光會第二次世界會員代表大會上做了「同體與共生」的演講。同體之說，雖然法界眾生有種種差別之相，但都是眾緣的生命體，因此含有平等、包容的意思；共生，「含有慈悲，融和的意思。法界一切眾生是彼此互相依附，賴以生存的生命共同體」。[37] 在同體共生的世界觀——即佛教緣起的世界觀中，因緣具足才能成就，世間法是這樣，出世間法也是這樣。所以人間佛教強調成佛不離眾生，要依眾生而成佛。「離開大眾，固然生命無法生存，失去大眾，也無佛道可成。」[38] 個人的修行實踐只能融

36. 轉引自程恭讓：《星雲大師人間佛教思想研究》，頁 584。
37. 星雲大師：〈同體與共生〉，《人間佛教論文集》上冊，頁 644。
38. 星雲大師：〈化世與益人〉，《人間佛教論文集》上冊，頁 805。

入大眾之中才具有真實的意義。

慧東法師曾經批評到：

> 有時候有些人可能自己喜歡研究義理，自己喜歡去打坐，但是他不喜歡跟別人接觸，不關心社會上別人的疾苦，他也不適合出來跟人家一起工作，他可能一出來工作，就會煩惱一大堆，所以他想：「我還是回去讀我自己的經，自己去打坐，這樣比較簡單，我也比較清靜。」這說明什麼？這是另一種執著，已經偏到把方法當成清靜之所，他隱藏在其中，這跟佛陀要讓我們心解脫的宗旨已經出現偏差了。[39]

社會群體的生活是一種實踐性，個體的修持是一種實踐性，這兩個方面是一個整體，離開了社會生活去進行個人的修行，這時候他只是按照自己的想法去做，實際上還是生活在自己腦袋創造的小世界裡，或者是生活在修持的一個境界裡面，腦子裡創造的世界還沒被打破而已。[40]

禪七司茶，體會服務他人的快樂。
（覺皇法師 / 攝）

在某種意義上，慧東法師認為，單純的誦經、打坐是一種修行上的偏差，既無體也無用。人間佛教的修行必然是在眾中、在活動中、在工作中、在結緣中進行的。大師說：「我們在家的弟子、出家的弟子，你要知道，你

39. 轉引自程恭讓：《星雲大師人間佛教思想研究》，頁 585。
40. 同註 39，頁 586-587。

不能離世而獨立，你不能離開群眾而生存，你時時要感覺到『我在眾中，眾中有我』。我需要有眾，我就要對他們尊敬，我就要對他們包容，我就要對他們服務，我就要讓他們接受我。」[41] 這就是星雲大師提倡三好、四給、五和、七誡等思想和運動的根本所在。

（三）修行次第的翻轉

先自度再度人，先度人再自度，是兩種修行次第。人間佛教的修行次第必然是先度人，同時在度人中完成度己。二十世紀五〇年代，星雲大師在《八大人覺經十講》中就說過：

> 講到普濟一切眾生的苦難，度脫一切眾生的苦厄，就有兩種不同的做法。一種是先救度自己，然後再救度他人；一種是先救度他人，自己尚未得度不要緊。
>
> 發心先救度自己然後救度他人，這是說己未得度，焉能度人？像苦海中，沉溺的苦惱眾生，自己不識水性，不會游泳，如何度法？所以要想普濟一切眾生，必先自己了脫生死，沒有憂悲苦惱才行。另一種先度人，己未得度，先來度人，這才是菩薩發心。學菩薩是在眾生的身上學，菩薩離開眾生，也不名為菩薩了。救度眾生的工作完成的時候，也就是自己的菩薩道完成的時候。[42]

星雲大師對於修行次第的這一翻轉，具有重大的理論意義和實踐意義。人間佛教的行者只有在度人、度眾中才能實現自度，只有先發

41. 星雲大師：〈我在眾中〉，《佛法真義 2》，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle9403。
42. 星雲大師：〈第九講 大乘心為普濟的根本〉，《八大人覺經十講》，《星雲大師全集》電子版，網址 http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle2055。

心度眾才能完成真正意義上的自度。

現在，我們可以回答本文開頭對於人間佛教修行的質疑了。只要是本著無我、慈悲、般若的智慧進行的度眾活動，諸如舉辦活動、建寺、講經說法都可以說是修行。

四、結語

佛教的修行方式可以分為自修、共修和眾中修行三種形式。星雲大師說：「真正的人間佛教，是入世重於出世、生活重於生死、利他重於自利、普濟重於獨修。」[43] 人間佛教的修行並不排除自修和共修，甚至說還相當重視共修的意義和修行方式，但是在此基礎之上，人間佛教更加注重眾中的修行，更加注重在眾中、在結緣中、在服務中檢驗自修和共修的成果，努力打破「把方法當成清靜之所」，從而超脫出「自己腦袋創造出的修行的那個境界」，因此提倡各種社會運動，諸如佛光山的七誡運動、三好運動、慈悲愛心列車、把心找回來、百萬人興學運動等等；法鼓山的心靈環保、四種環保、心五四運動、心六倫等社會運動；都是旨在淨化社會人心，建設人間淨土。

佛光人的工作信條——四給思想，是指導眾生在眾中修行的簡易法門，我們只要在生活中本著無我和慈悲的心，盡己所能地給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便，我們就是在廣結人緣，就是在積累福德資糧，就是走在成佛的大道上。

43. 星雲大師：〈人間佛教的基本思想〉，《佛教叢書 27・人間佛教（1）》，《星雲大師全集》電子版，http://books.masterhsingyun.org/ArticleDetail/artcle5013。