

略談修身齊家的大道—— 新竹市大專女生暑期齋戒學會講辭

◆周宣德



我今天承懺老法師的邀約，在這裡跟諸位同學作一次簡單的談話，看到諸位同學精神飽滿，態度安和，心裡覺得非常愉快。我最近因為身體關係，遵照醫師的囑咐不能多講話，不能太勞累，本來是不能來的；但由於懺老法師一再函邀，而且他是律淨兩宗的大師，盛情難卻，難得有機會親近這種善知識，所以樂意前來。我所講的「修身齊家大道」因限於時間，只能提出一些端緒，還希望諸位同學都能舉一反三，作進一步的探討。

轉迷成覺 離苦得樂

諸位同學都是大專院校的優秀青年，對於世間各種學問都已有良好的基礎，大部分同學對於佛法也已有精深的了解和認識。大家都知道，佛法是釋迦牟尼佛十二年勤苦修行，所證悟的宇宙人生至高無上的真理。他四十九年說法度生，便是以這種真理教導人類，使人們轉迷成覺，離苦得樂，精

神到達最高的理想境界。佛陀所啟示的人生真理、大道，雖是人人本具，個個不欠毫髮，但由於無始以來，妄想情慮，習染深厚，將我們原有的妙明真性障蔽，不能夠真實受用。佛法裡頭雖然也談到宇宙哲學、人生哲學、形而上學和邏輯、辯證法，乃至於醫藥、天文……種種學理，但這些學理只不過是一種方便度生的作用，用來引導人類，使我們能

夠自動、自發地走進自覺的大道。佛法和世間的科學、文學最大的不同，就是佛法不僅在使人們了解、認識宇宙人生的真理，並且是要人躬行實踐於日常生活中，更不是僅僅把它當做一種學問、一種知識來研究而已。

開拓德慧 徹悟真理

佛法對於人生的啟示、教導很多，小之如身心的健康，大之如齊家、治國、平天下，乃至超越世間的道德學問，幾乎沒有那一方面不曾談到。佛法所涉及、所接觸的範圍非常的廣大，但最主要的一點，不論那一派，都是要人類徹悟人性的本源，從人性的本源上去開拓自己的智慧、德性，所以佛陀在《華嚴經》裡告訴我們：「一切眾生皆有諸神佛如來智慧德相，但由妄想執著而不能證得。」

我們要想徹悟人生的真理，從人性的本源上開拓自己

的智慧、德性，就必須依照佛法所啟示的實踐、修持法門，腳踏實地，切切實實的去修持。世尊說過「機前無教」，佛陀教導人類的法門，廣到八萬四千，隨著每一個人的資質、性情、根機和所處環境、地位的不同，而予以種種不同的提示、指導和教誨；在他未明白你的根機以前，他是不輕易教導的。一切眾生本來都具有佛性，人人都可以成佛。這種佛性，是「在聖不增，在凡不減」的。佛陀所發現宇宙人生的真理，並不是佛陀有意的安排，所以說：他所說的道，所說的法，不論諸佛如來出世不出世，都是「法爾如是」。所謂「法爾」，用現代的話說，便是「自然而然，本來這樣」的意思。既然人人都有佛性，都可以成佛，為什麼修學佛法的人這麼多，而真正成佛的卻很少很少？這就由於人類自無始以來，障惑過深，習染過重，不是一時就可以轉過來的，所以必須要經常切實的修持。

佛教主張 實踐修持

佛陀教我們實踐、修持的法門雖然很多，中國大乘、小乘，和禪、淨、密、律等各宗，各有其修行的方法，但可以總括為「頓」、「漸」兩門。性宗重視「頓悟」法門，以「聞圓法，起圓信，立圓行，住圓位，以圓功德，而自莊嚴」，以圓力用建立眾生，一超直入如來地，確認「煩惱即菩提，結業即解脫」、「心淨即土淨」、「青青翠竹盡是法身，鬱鬱黃花無非般若」，「直下明空，空到極處」，真性自然顯現，智慧、德性自然豁然開朗。相宗注重「漸修」，先破我法，後明圓實。相宗講三性：依他起性，即我們常說的「因緣所生法」；徧計所執性，和一般人所說的「概念」相當，都是不實在的；只有圓成實性，才是真實的。但要證悟圓成實性，先要破除我執、法執。沒有我法二執，才能漸漸斷除所

知障而證無上菩提的勝果，斷除煩惱障而證大涅槃果。至此，人生本來具有的圓成實性才能全體顯豁，我們的智慧、德性，也才能完全開拓、明朗。相宗的漸修，是要經歷五十二位、三大阿僧祇劫，才能到達人生的最高理想境界，而獲得常、樂、我、淨的真實生命——成佛，安住於真實世界——常寂光土。

知行並重 解行一致

不論頓悟、漸修，都是要力行、實踐的。佛法是知行並重、解行一致的。所謂實踐、力行，必須身口意三業完全清淨，完全一致，也就是必須實踐於日常生活中。我們日常生活，除了行、住、坐、臥四大威儀，以及動、靜、語、默以外，就是對朋友、對家庭、對社會、對國家、對人類的思想、言論、意念和行為。佛法對於個人的思想、意念、言論、行為、動靜

語默的修養和軌範，都有很多的指示、教誨和規定。對於如何處友、處群、齊家、治國、平天下，也都有極高明而又切實可行的辦法。歐陽竟無先生曾經編了一本「在家必讀內典」，就是在家學佛的男女信徒人人必讀的佛經；其中女子必讀的佛經有七種：一、《佛說鹿母經》；二、《銀色女經》；三、《玉耶女經》；四、《佛說長者法志妻經》；五、《佛說七女經》；六、《佛說月上女經》；七、《優婆夷淨行法門經》。希望諸位同學於課餘時間拿來詳細讀一讀。

正心誠意 而後身修

日常生活不外對自己的立身言行，對社會國家人類和歷史盡到所應盡的義務職責。諸位都是女同學，都是正在受高等教育的人。大家都知道一個人立身處世，最重要的就是完成自己完美的人格。完美

的人格在儒家叫聖人、賢人，在佛家來說，就叫佛、菩薩。從起點上說，都是要先修身，修身並不是只把這血肉之軀，束斂得謹慎端莊，像小學生面對嚴厲的老師的樣子。真正的修身，是要在心地上做功夫。

《大學》說誠意、正心，而後才能身修。大專院校的女同學，將來學成，一方面是社會領導人物，一方面是家庭主體力量。中國儒家和佛法同樣的重視修身；佛法雖說是出世法，但也和儒家同樣重視齊家、治國、平天下的事。佛經裡有關於齊家、治國、平天下的話很多，不過散見於各種經論中，還沒有把它編輯成專集；像《大學》、《中庸》從《禮記》裡取出來，和《論語》、《孟子》合編成《四書》一樣。

齊家治國 移風易俗

雖然人人對於國家、社會、世界人類

都有責任，卻不是人人都有機會可以發揮抱負，發展才能，去治國平天下的。

但修身、齊家是人人都能夠盡的本分，人人都可以盡到的義務與責任。家是中國社會的基本組織，齊家的功夫大部分要靠女人。諸位同學中，有的學教育，對於兒童心理學、教育心理學都已有深刻的研究。齊家的工作，大部分要應用兒童心理學和教育心理學。齊家一方面是繼往的，我們要從家庭方面，發揚東方文化的精神，使佛法和儒學的真精神、真生命在家庭裡生根；一方面是開來的，要對下一代的國民盡責，使所有兒童、少年和青年，都能得到良好的家庭教育，培養他們德業和身心健康的良好基礎。同時也要以家庭為基礎，為社會風氣、國民道德樹立良好的模範。東漢和宋明儒家對於移風易俗，都曾有卓越的表現；漢魏南北朝隋唐的佛家，對於家庭教育也有很多的貢獻。

父慈子孝 兄友弟恭

今天社會上為什麼會有「問題兒童」、「少年犯罪」的問題產生？推究它的基本原因，固然是由於宿生的業力，有些則是受社會風氣、不良的思想和邪說對心靈的汙染所致；但大部分還是因家庭教育的失調。要家庭教育走上正大而健全的道路，就要本著佛陀的啟示、教誨，清淨自心，真修定慧戒律，發揚慈無量、悲無量的真情純愛，破除我執、法執，使一家之中真正做到父慈、子孝、兄友、弟恭、夫婦和睦；進而敦親睦鄰，大家和樂相處。我深信以諸位同學平日的學養，只要能遵照佛陀的教訓，對於這一點定會有重大的成就。

發心學佛 以戒為師

佛法修持的法門雖廣到八萬四千，但可約而為戒、

定、慧三無漏學。三無漏學又可約為定慧，定慧又總歸於戒律，這是大家周知的事。佛陀在涅槃時，敦囑弟子於佛滅度要「以戒為師」，又說：「毘尼住世，即佛法住世」。我們不學佛法則已，要發心修學佛法，首先就要嚴淨戒律。在家五戒，除飲酒是遮戒外，嚴戒殺、盜、婬、妄是大小乘各種戒律的根本，也是做一個人必須具備的基本條件。如果一個人連這四者都不能嚴守、清淨，他做人的基本條件就有了問題。律宗衰落很久，到弘一法師才重振起來，我希望大家都能效法懺雲法師持律的精神，至少嚴淨五戒。

淨土念佛法門是這個時代最可靠的修行途徑。永明大師所謂「萬修萬人去」，只要我們能夠一心一意地勤謹修持，我們最後的歸宿——往生極樂，是可以由自己來作主的。這一點，諸位同學經過這

麼多天的講習，應當都已有確切的認識，無須我來多說。

勤謹修行 弘揚正法

我希望，也相信諸位同學，現在都已成為佛門的前驅，在家都是模範的子女，在校都是模範的學生，參加社團多作重要的幹部，將來學成到社會，也都是社會的中堅，能改善社會風俗習慣。

修學佛法的最終目的就是成佛。佛就是「覺」——自覺、覺他、覺行圓滿，如此才能成佛。諸位同學今後除了平日要自己勤謹修行以外，還要隨時、隨地、隨事，弘揚正法，才能切實做到自覺覺他，毋負佛陀垂教度生的深恩大德，也才無負懺雲法師給諸位同學苦心孤詣，循循善誘的教誨，和舉辦這一次講習的德意。◎

民國六十二年九月，於淨廬

