

《佛陀的啟示》讀書心得

本文榮獲九十七年度江鳳程·江林嬌居士獎學金

◆ 陳岫涓

圓光佛學院佛學系四年級

壹、前言

末學選擇佛教為最究竟的皈依處，乃因佛教是有別於其他的宗教。佛陀是唯一不以非人自居的導師。佛陀將他的覺悟、成就、造詣，完全歸功於努力與才智，一個人只要肯努力，學習佛陀的思想言行、生活方式，依循佛陀所教導的方法，也可以息滅貪瞋癡，增長智慧，求證覺悟，證悟成佛。

佛教是智信的宗教，注重「解行並重」，不僅只是知，更重要的是行，實踐力行，才能求證，實踐力行就是我們平常說的「修行」。

貳、讀書心得

本章將末學閱讀《佛陀的啟示》所得的心得歸納為以下數點：

一、人格化的佛陀

從佛陀略傳中所呈現出的佛陀一生——出生、結婚生子、出家、尋師學道、證悟、轉法輪、涅槃，就是一位那麼「平易近人」的導師。此書對於佛陀並沒有太多神格化、聖化、超人化、神化的描述，而是平鋪直敘的著墨。佛陀自認只是一位單純的人類，從不以神靈自居，或自詡為神的各種化身，或者



自命受了聖靈的感動，也從不自稱曾受任何神靈或外力的感應。

佛陀是一代聖哲，是人間偉大的導師。佛陀成道之後，四十五年遊行佈教，席不暇暖，汲汲於宣示所證悟的真理。佛陀遊化期間，身著壞色之衣，手持乞食之鉢，千里遠行，赤足徒步，直到八十歲最後一次遊化仍是如此。佛陀不用權勢，不用武力，更沒有財力，但是卻在當時諸國林立的印度社會中，上至國王大臣，中至工商人士，下至賤民奴隸，都對佛陀有著至高無上的崇敬與信仰。

二、佛陀是教育家

佛陀一生貢獻其慈愛和智慧，詳說了無數偉大的真理，教導了無盡的眾生，但佛陀從不以「教主」或「主宰」自居。佛陀認為他來到人間，只是盡他承先啟後的責任——發揚過去無數諸佛所發現的真理，啟發後知後覺的人。佛陀確信宇宙的所有眾生，將透過他們本身的努力與磨鍊，而達到和佛一樣睿智、偉大的境地。

佛陀最懂得因材施教，能把握不同的時機，對不同資質的眾生說最好的道理。佛陀對弟子一直和顏悅色，諄諄教誨，的確是「有教無類」——不論老、少、貧、富、貴、賤，同時包括宇宙間每一類眾生在內。佛陀從不生氣，或處罰弟子，在佛教經典中，絕對找不到佛陀因發怒而用洪水、瘟疫或任何災難來處罰人類的過失。佛陀永遠以愛心和耐心來教導弟子，因為佛陀不認為有愚笨到不可教育的人，有凶惡到不會悔悟的人。

佛陀平常教化眾生，在回答弟子疑問時，認為要採取下列四種方法：（一）某些問題必須直截了當的答覆；（二）某些問題須以分析的方法解答；（三）另有一些問題須以反問為答覆；（四）有一類問題須予以擱置。

這種回答問題的方式，就是應機說法，也就是因材施教的意思。若吾人能學習佛陀這種偉大高尚的教育方式、理念，將之落實在教育領域上，必定能培養具備品德與智慧具足的新一代。



三、佛教是思想自由的宗教

佛教是智信的宗教。佛陀准許弟子們自由的思想，因為佛陀認為人類的解脫全賴個人對真理的自覺，此由佛陀教誡迦摩羅人的事例中可茲證明。「迦摩羅人啊！你們要注意不可被流言、傳說、及耳食之言所左右，也不可依據宗教典籍，也不可單靠論理或推測，也不可單看事物的表象，也不可溺好由揣測而得的臆見，也不可因某事物之似有可能而信以為實，也不可作如此想：『他是我們的導師。』迦摩羅人啊！只有在你自己確知某事是不善、錯誤、邪惡的時候，你才可以革除他們……而當你自己確知某事是善良的、美好的，那時你再信受奉行。」

縱然如此，佛陀卻不鼓勵弟子們追問與修練身心的梵行無關的問題，如詢問有關宇宙永恒與否等十四難，此乃因為凡夫眾生無法從中厭離、去執、入滅、得寧靜、深觀、圓覺、涅槃也。佛陀的教誡是用以度人，使他得到安全、和平、快樂、寧靜的涅槃。佛的整個教義

都以此為目的，他的說法，從來不是僅為了滿足求知的好奇。他是一位現實的導師，只教導能為人類帶來和平與快樂的學問。

四、佛教是自重重他的宗教

在兩千五百多年漫長的佛教史中，佛教從未為了護教或任何因素而與其他宗教發生爭執或迫害他教的例子。佛教也從來不曾因為弘法或勸人信佛而流過一滴血。這主要是因為任何形式的暴力，不論以什麼為藉口，都是絕對與佛的教誡相違背的。

在印度仍留下的佛教遺跡中，阿育王所雕刻於岩石上的其中一則誥文，即遵照了佛陀寬容諒解的模範，恭敬供養他廣袤幅員內所有的宗教的思想及胸襟。刻文為：「不可只尊敬自己的宗教，而菲薄他人的宗教。應如理尊重他教，這樣做，不但可幫助自己宗教的成長，而且也對別的宗教盡了義務。反過來做，則不但替自己的宗教掘了墳墓，也傷害了別的宗教。凡是尊重自教而非難他教的人，當然是為了忠於自教，以為『我將光

大自宗』，但是，相反的，他更嚴重地傷害了他自己的宗教。因此，和諧才是好的。大家都應該諦聽，而且心甘情願地諦聽其他宗教的教義。」

佛陀不只尊重其他宗教，甚至對曾是異教徒而如今皈依佛的弟子，也要求他繼續一如往昔的恭敬供養他以前的宗教導師們。這從優婆離的事例即可證明佛陀對異教的寬容尊重。這種寬容與了解的精神，自始就是佛教文化與佛教文明最珍視的理想之一。

由於佛教是自重重他的宗教精神，所以不會阻礙弟子們認識與了解其他的宗教。在末學就讀的學院中，大學四年級所安排的一門課中，院長每年都會要求學生到臺灣各地去參訪不同的宗教，從中增廣學生們的視野，取他人之長，更培養學生包容異己的胸襟。

五、佛教可以培養健全的人格

若有健全的人格，必定具有自重、自信和獨立自主的人品特質。佛陀勸導弟子要靠自己的努力求解脫，故佛陀訓誡弟子要自皈依，而且佛

說：「工作須你們自己去做，因為如來只能教你們該走的路。」佛陀發現及指點我們解脫之道——涅槃，而這道是要靠我們自己去踐履的。

佛教肯定每一個人都是自己的主人，有決定自己命運和前途的權利，不是神或權威者的奴僕。佛教認為人人皆本具佛性，所以沒有誰可以駕馭人類，可以奴役人類。人的成敗福禍全在乎自己，所以不必仰賴神或佛的控制。因此修行證果，自我完成偉大的人格——成佛，也是人類自己的努力，不是神的恩典，也不是佛的救拔，只要努力照樣可以成佛。這可以培養吾人獨立自主的人格，並鼓舞吾人的自信與自尊心。

佛教認為，人除了為「自己」而活著，也要為「一切眾生」而活著（為了使宇宙的眾生都能幸福快樂），同時一切努力的成果是自己奮鬥來的，榮耀歸於人類自己，如果失敗了，這是自己努力不夠，還要更加勤奮不怠，朝目標邁進。

佛教這種思想提醒了人類，對自己的行為要自我負責，不能歸罪於



天或埋怨別人。佛教反對命運操縱在他人或神的手中，自己做的自己承擔，因此人人要克苦耐勞，努力奮鬥，為了明日，必須獻出今天，沒有辛勤的耕耘，就不有豐碩的收穫。

六、無常的啟發

四聖諦，是佛陀證道後，到波羅捺國鹿野苑初轉法輪，度化五比丘時所說的法。苦是人生的實相，佛陀觀察世間人生真相，發覺人生充滿了苦惱和缺陷，他如實的說出來，使世人了知，所以佛教是「實觀」的宗教。人生是「身心皆苦」，佛教中以老、病、死三者為基本的「身苦」，以貪、瞋、痴三者為基本的「心苦」，這二者是諸苦的代表。

「無常即是苦」。無常，是宇宙間普遍的、必然的真理，沒有任何特權者可以避免。無常，不僅指有情心識的生滅，或社會人事的變遷，在物質世界也是如此。故，有情的生老病死，萬法的生住異滅，世界的成住壞空，全是剎那剎那的遷流變化。

由於無常的變遷為吾人帶來了

種種煩惱、痛苦，所以對它有所認識是必要的。當吾人認清無常的真相之後，也就找出了苦惱的根源——對「常」的執著。如此了解，即可坦然接受、面對這無常變化的人生。所以，認識無常是為了活得更好。

說到無常，似乎易使吾人感到頹喪、悲觀，但事實上卻不然。所謂無常，並不僅是由好變壞，反過來說，由壞變好也是無常。由存在到壞滅，由生長到老死，由盛至衰，由聚至散，固然是無常；但是反過來說，由空無到生起，由幼小到壯大，由賤而貴，由貧而富，由衰至盛，由離至合，由愚而智，由迷而悟，又何嘗不是無常？

由於無常，苦難眾生才有了光明和希望的人生。自人事來說，富有者以奢侈而淪為貧賤，顯貴者以驕橫而失去權勢，固然是無常；但貧困者刻苦向上而成為富有，微賤者發奮立志而至於顯貴，又何嘗不是無常？如果萬法常住，則富者永富，貧者恆貧；貴者永貴，賤者恆賤，那貧困、微賤的人，人生豈有希望呢？萬法必須受因緣法則的支

配，因緣的和合與相續，則有生起與存在的現象。因緣的種種變化，而有了花開花落、寒來暑往、陰晴圓缺、生老病死、悲歡離合、生死流轉、遷流變異的人生。

無常使樂轉苦，同時也使苦轉樂；無常的轉變是自然演變的一種現象。使吾人生起痛苦、煩惱的，並非「無常」本身，而是吾人對「無常」的拒絕接受和對常的執著、不捨。苦惱是由於吾人對無常的無知所引起的，因此，只要真實認識無常、坦然接受、面對無常，並且，努力地把握眼前的每一個「當下」，把心安住在每一個「現在」——不去眷戀、追悔過往，也不欣求、擔憂未來；那麼，吾人一定可以活得比從前更好。

無常即苦是人生的真相，是佛陀深入觀察抉擇證得的真理。佛教勸人要瞭解人生無常，生命短暫的道理，叫人不可渾渾噩噩，不要等閒白了少年頭，這樣吾人才會愛惜光陰，努力去做一番有益世道人心、自利利他的工作。在無常的法則下，吾人才擁有了為自己在未來的日子，創

造更有智慧、覺性的人生。而這也從活在當下，把握當下的讓自己時時保持內心的安然、平靜，不要被外在的種種擾亂吾人內在的安樂、寧靜。所以認識無常，那是為了更了解生命的真相；而洞悉生命的實相，則是為了使自己活得更好！唯其諸行無常，唯其諸法無我，也唯其一切皆苦，才促使吾人有向道之心，自苦、空、無常、無我的世間，去追求常、樂、我、淨的涅槃境界。

七、八正道

佛陀在菩提樹下所證悟的真理，是澈見緣起法。而四聖諦是體悟緣起的方便法門，所以佛陀一生教化，以四聖諦為教法綱要。而四聖諦中尤為重要的，是道之實踐，由修八正道而達於涅槃。

八正道兼顧世間善法及出世間解脫法。八正道的中心，以正見為主。正見是對善、惡、淨、染的分別。如《雜阿含經》謂：「正見者能生起正志、正語、正業、正命、正方便、





正念、正定……」正見即正確的見解，正確的人生觀。自世間法來說，它是一種倫理學，引導世間信徒去惡向善。世間一般的價值觀，如孝順父母、敬老尊賢、謙卑、勤奮、不損人利己、有正當的職業等等。而佛法中所建立的正見，更是浩瀚無邊，從敬信三寶、守五戒十善、淨化身口意三業等；自出世間法來說，由八正道就可建立解脫的知見、斷煩惱、了生死而證得涅槃。如果一個人有了正確的知見，最起碼就會做個對社會有貢獻的人物，不會去做傷天害理，有違道德倫理之行為，讓這世間是個和諧、和平、安全的住處。而當一個人更懂得深入的應用佛法於其一生中，從修行的角度棄除我見、我愛、我慢、我癡，繼而行菩薩道利益他人，就能建立一個祥和、寧靜、充滿大愛的人間。

正思維即是由正見所引起的正確的思量分別。這是指三業中的意業而言，指在身、語行為以前的正確意志或決定。吾人須時刻以正思保持著覺性，恆時憶念正法，讓吾

人的生命境界得能如法如律。

正語是正確的、如法的語言。這是指三業中的語業而說的。經典上說，妄語、綺語、兩舌、惡口，是十惡業中的四種語業。但正語不僅在消極的不作為，而須積極的以真誠語、真實語、柔軟語、愛語，并就事實的需要以引導教化他人，啟發他人的向道之心。任何一個團體、社會、乃至國家之間，迫切的需要善意的瞭解與溝通，而彼此能夠有良好的溝通，皆必須以正語為溝通的基礎。

正業是正當的、如法的行為，這是三業中的身業而說的。經典上說，正業為遠離殺生、偷盜、邪淫的三種惡業。但正業不僅是消極的不為惡，更要於「護生」、「慈悲」、「布施」或者是「引人向善」的積極面裡，努力實踐。

正命是正當的生計，也即是遠離邪命。吾人遠離了惡語與非法行為，而住於正業與正語的生活，便是正命的典範。這即是指不應從事非法職業或為道德所禁戒之事。

正精進為正當的努力。依正

見、正思維、正語、正業、正命來修行，相續無間，勇猛策進，是正精進。《大智度論》中以「四正勤」為精進目標，即已生惡為斷除，未生惡使不生，未生善為生起，已生善使增長。如果以此四種而精進，不僅修道而努力精進，善法日益滋長，惡法必不復生。在世間法上說，或研究學問，或經營事業，或從事任何正當職業，都應該精進不懈，始能有所成就。如此則個人乃至國家才能邁向光明，進步不已。

正念是正淨的憶念。每個人必須時刻顧念自己與周遭的事物，懂得關心別人，亦可視之為反觀自身與積極的負責。修道的人以「四念處」為正念，即觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我。

正定，是精神集中、與心境平靜，亦即是使自己的心能安在自己控制之下的境界。但這並不一定非要在打坐、禪定之中不可。當然，通過禪定，在寂靜中沉思或回憶，吾人可控制自己的心理，讓心理變得更靈敏、更精細，同時也訓練提起自己的覺性。唯有正定，制心一

處才能統一吾人的心靈境界。

八正道的主要目的，在促進及完成佛教的基本訓練，就是所謂戒、定、慧的三學。「戒」學是建立在對一切眾生普遍愛護、慈悲攝持的廣大觀念之上，「定」是心智的鍛鍊，而「慧」則代表著理智方面或思想方面的品質。

叁、結語

我們沒有佛陀圓滿的智慧，也沒有佛陀圓滿的慈悲，故在處理許多事物上不可能事事圓滿。但是我們學佛，學的就是佛陀的智慧與慈悲，學的就是佛陀的言行與人格，特別是在調伏我們的感情，啟發我們的理智，以讓吾人理事圓融。

修行，並不是立竿見影的事。但如果吾人持之以恆，不退失道心，絕對日有進境。修行，也是一種薰習——一種行為習慣上的薰習，一種身心淨化的過程。佛法不只是一套理論，而是踏實依循著佛陀所教導的步驟，以達到身心淨化，心靈超越的最終目標。☉