



從佛法看人生苦樂

竹園

從佛法來看人生，人生和佛法的關係，是非常親切的。佛陀設教，旨在普渡衆生，凡是有生命的動物，不光是人類，乃至蠢動含靈，都在普渡之列；其所度的中心對象，却是注重在人類，佛陀出生在人間，成道說法亦在人間，這便是佛法與人生關係親切最好的說明。有些人以為佛教主張念阿彌陀佛，希望將來往生極樂世界，才受到佛法。似乎佛法要到死了才用到，與現實人生是無多大用處。這完全是未明佛理的一種錯覺。六祖說：「佛法在世間，不離世間覺，離世求菩提，恰似覓兔角。」太虛大師說：「仰止惟佛陀，成就在人格，人成佛即成，是名眞現寶。」在這兩首著名的偈語中，都是證實了佛法與人生的親切關係。

一、人生的共同目標

人生在世，各有目標，也即是說各人的志趣不同，目標亦不相同，但亦有共同的目标，就是同爲追求人生快樂。先從不同的志趣說：有些人對人生，抱有很大的志願，忠於所事，愛國愛人。如馬援的「男兒志在四方，大丈夫當死於疆場，以馬革裹屍」；梁任公所謂「學者當死於講台，勇士當死於疆場」。范仲淹的「先天下之憂而憂，後天下之樂而樂」。唐玄奘大師出家的志願在「近光遺法，遠紹如來」。亦有爲功名富貴而懷有大志的，如宗慤之「乘長風破萬里浪」。劉邦未發達時，見人家駟馬高車而過，慨然嘆曰：「大丈夫當如此」。亦有些人志願很小，以衣食溫飽爲目的；如好食之徒，「過屠門而大嚼」。看人家吃的美食，垂涎三尺，得嘗一瓣，也就大快朵頤，於願已足。好酒之徒，三杯落肚，高談濶論，口如懸河，什裏諸葛亮隴中高臥，劉備三顧茅廬，趙子龍長坂坡救主，張飛喝斷瀾陵橋，關公過五關斬六

將，孫悟空大鬧天宮，滔滔不絕，口沫橫飛，目的亦止於是而已。綜之，人生不論少年、中年、老年，各有他們不同的志趣，而各從所好，各行其事，就造成了這個萬花筒似的社會，出現了五花八門，或多采多姿的人生狀態。

可是從另一個意義來看，人生應只有一個共同目標，那就是同在追求快樂。所不同的是因志趣各別，所追求的快樂，有正當的，也有不正當的。如追求酒色財氣的快樂，當然是不大正當的；正當的快樂追求，應是求其理之所得，心之所安。如果不能心安理得，雖然快樂，非眞快樂。如杜甫的「安得廣廈千萬間，大庇天下寒士盡開顏」；如未得之，雖有吾樂，心終未安。亦如地藏大士的「衆生度盡，方證菩提」。衆生未盡，責任未完，樂亦不得，得亦難安。梁任公說得好：人生最苦的事是責任未了；最快樂的事是盡了責任。華嚴經說：「不爲自己求安樂，但願衆生得離苦。」這便是大乘佛教，對人生所負的職責，也是所抱持的同一目標。認爲按照這個目標來做，才具人生最高的意義與價值。

二、人生苦多而樂少

人生到底是苦的？抑是樂的？依照佛教的觀察，佛陀開始說法，就先說苦諦，看來人生是苦的。其實是人生有苦的一面，亦有樂的一面。在苦的方面，有三苦八苦，無量諸苦。在樂的方面，有人間富貴樂，天上禪定樂，出世涅槃樂。我們現在都是人，就人說人，人間雖有富貴的快樂，可是境遇變遷無常，快樂暫有還無，結果還是苦多樂少。如中國晉朝的石崇，日食萬錢，猶嫌無下箸處。所謂「富貴一餐飯，貧窮半年糧」，而他猶以爲苦。

後來綠珠墜樓，遭到殺身之禍，其苦更甚。又如秦始皇併吞六國，統一中原，自以為功蓋三皇，德超五帝，自稱始皇帝；且高築長城，北禦匈奴，焚書坑儒，溲溺儒冠，禁止思想自由，收天下兵器集成陽鑄鼎，希望金甌不缺，基業萬年。命方士徐福入海求仙丹，希望長生不老，誰知會幾何時，陳勝吳廣揭竿而起，未二世而秦亡，便是人生苦多樂少，樂極生悲的道理。

從西方的人來說：貪求快樂，也有同樣的情形。如法國的拿破崙，武功極盛一時，而滑鐵盧慘敗被俘，困死於荒島。他以勇悍善戰為樂，而痛苦隨之。又如英女皇伊麗沙白一世，每日必換一套新裝，還嫌苦於沒有新的花樣。這也證明人生無論從衣食住行那一方面說，都是沒有真正的快樂。

三、人生苦樂唯心造

人生的境界有苦有樂，平常看起來，都是由環境的好壞而造成的，其實亦不盡然，依佛法研究，一切的苦樂，都是惟心所造的。華嚴經說：「應觀法界性，一切唯心造。」怎麼知由心造出來呢？因我們每個人的心中，都有一種慾望，這慾望與現實頗有距離，有時甚至會發生相反的矛盾，所以慾望愈高，距離現實愈遠，痛苦亦愈深。反之，慾望低於現實的人，容易接近理想的現實，快樂也愈多。故說苦樂在心而不在境，隨心中的慾望高低，決定了外境的苦樂，並不是因外境的好壞而決定內心的苦樂的。如過去的顏子，陋巷窮居，簞瓢屢空，而其樂不改。宋朝的高峯禪師，懸崖獨居，少欲知足，不以為苦，立願三年不沾床櫬，遂得悟道，心意快然。印度的脇尊者，與環境搏鬥，為了找得心靈上的解放，三拾年脇不着席，粗布麻衣，與道為隣，用功至八拾多歲，尚且白天看經，夜間坐禪，不倒單，不休息，終於明心見性，找得娘生面目。這些古德，都是由於內心向道心切，不以外境為苦，獲得內心高度的怡悅，決定了外境的一切苦樂。

這個道理，可用比喻來說明：如一個人希望自己發大財，而大財未發，反而破財，苦惱就來了；或者一個做小官的人希望自己升做大官，而境遇偏偏相反，大官不能升，反而嘗了降職丟官

的苦惱。如果他們物慾不高，希望不大，有了小官少財，亦可以快樂一時，不必造成失望的苦惱。所以說苦樂唯心決定，不是由外境來決定的。人生為了有一個生存慾，就會發生各種不同的鬥爭，原始時代，人與獸爭，進至人與人爭，到現在科學時代，人與天爭，都為了欲望的滿足而使然。但這個慾望是難填的，縱使爭到天堂，登上月表，甚至將來爭到其他的星球，享受更高的物質，人類到那時就沒有痛苦嗎？事實上是難以辦到，佛經會說：「欲平大地，當先平心地，心地若平，則世界一切地皆平」。爲了人有物慾爭鬥，心地不平，世界是永遠不能和平，所以佛陀教人淡泊寧靜，少慾知足，才會從禪悅中得真正的快樂。

四、人生絕對的快樂

依佛教的看法，人生最高的快樂，是由相對快樂，而到達絕對的快樂。相對的快樂，是如上面所講的「人間富貴樂，天上禪定樂」。因這些快樂還都是相對的境界，到「人間四大分離，天上五衰相現」，快樂暫有還無的時候，縱使生在天堂，仍會跌入苦悶底深淵，甚至跌入地獄，泥足愈陷愈深，終至拔不出來。

照佛教的道理，要獲得絕對的快樂，還是在人心向內反省，從種種痛苦的境界中覺醒過來，重新檢討過去的認識不真，起惑造業，從錯誤中造成現實的苦惱。現在要解除這些苦惱，須從佛法的理解，觀破物質的虛幻，追求精神上的安定，捨離，放下，才能獲得心靈的解脫自在。能夠有這種修養的體驗，那麼在現實紛爭的社會中，自可「君子安貧，達人知命」，以無爭而息爭，人生才會產生真正的快樂，也即是「苦海無邊，回頭是岸」了。

從現實修養中得到無我無爭，無爲無欲，是佛法的絕對快樂的第一步；進一步達到涅槃的境界，才能真正得到絕對的快樂，涅槃義爲圓寂，圓滿一切智德，寂滅一切惑業，心境雙亡，物我合一，到達究竟的解脫，才是絕對快樂的境界。所謂「無病便是福，涅槃第一樂」。我們要得到這個境界，它的方法是「從聞思修，入三摩地」，開發無漏覺慧，才會契證人生真理，而獲得人生最高的、絕對的快樂。