

星雲大師《佛光菜根譚·慈悲智慧忍耐篇》 的閱讀心得

杜保瑞

上海交通大學哲學系教授

中文摘要

星雲大師所撰寫的《佛光菜根譚》，以般若智、菩提心述說成佛的智慧。本文之作，是以第一冊中〈慈悲智慧忍耐〉篇的文字節選作為闡釋與發揮的材料，文中申明，星雲大師正是最能將深奧的佛法以平易近人的文字予以彰顯的大家，筆者受益良多，為之疏解，作為自己的成長資糧。

關鍵詞：慈悲 智慧 忍耐 星雲大師 佛光菜根譚



Reflection on the Chapter “Compassion, Wisdom, and Patience” of Venerable Master Hsing Yun’s *Humble Table, Wise Fare*

Duh Bau-Ruei

Professor, Department of Philosophy, Shanghai Jiao Tong University

Abstract

Humble Table, Wise Fare, written by Venerable Master Hsing Yun, offers an account on the wisdom of becoming a buddha with *prajñā* wisdom and bodhicitta. This paper references the chapter “Compassion, Wisdom, and Patience” in Volume One for interpretation and investigation. It also states that Venerable Master Hsing Yun is one able to render the depth and profoundness of the Dharma into common parlance so it is easily understood. Having benefited substantially from this publication, the author has chosen its content for discussion, as well as personal growth.

Keywords: compassion, wisdom, patience, Venerable Master Hsing Yun, *Humble Table, Wise Fare*

一、前言

星雲大師的《佛光菜根譚》，是他隨手寫來的人生小品，明朝洪應明的《菜根譚》之作，以精鍊的語言，道盡人間世的深刻體驗，是讀書人不可或缺的人事智慧寶典，是以儒道智慧為究竟的世間法哲學。而星雲大師《佛光菜根譚》則是以佛教的思想教導為人處事的智慧，以出世的智慧做入世的事業。兩者之間，語言的表現形式是極為相同的，而文字上的差異也不大，若非熟知儒釋道三教的義理同異者，也不易察覺。

本文之作，以對大師文字的閱讀心得為寫作的形式，落實大師文字的義理，展現筆者個人的悟解程度，內容以《佛光菜根譚》第一冊〈慈悲智慧忍耐〉篇為主。然此篇文句眾多，本文之作，選錄其中筆者較有感悟的句子進行討論疏解，俾使自己受益，並與大眾分享。

二、星雲大師《佛光菜根譚》第一冊〈慈悲智慧忍耐〉篇閱讀心得

以下之標題及其編號是筆者為之，《佛光菜根譚》文後的阿拉伯數字編號是原著本身的編號，所引用文字來自網路上的《星雲大師文集》。¹

（一）說人的成長與擴大

「人」，須經過「人事」的歷練，才能成長，

「人」，須尊重「別人」的存在，才能擴大。（001）

人要成長，這是生命的軌道，必走之路。若不想成長，只是年歲的增加，逐漸老去，這一生就浪費了。但所謂的成長，就是能力的提升，能力就是做事情的能力，事情都是「人事」，也有技術的面向，技術也是為人服務的，

1. 星雲大師：《星雲大師文集》，網址：<http://www.masterhsingyun.org/>。



最後還是人際關係的處理，人事的歷練是不容易的，因為它就是我們自己內心世界的反映，沒有處理好內心，就不能處理好他人。所以說：「『人』，須經過『人事』的歷練，才能成長。」這裡，有深刻的智慧蘊藏。

人要做事，要成長，最後就是要有影響力，影響力就是美化社會的能量，社會就是不圓滿的，不圓滿就是因為人們的心不潔淨，惹麻煩，但你要美化它，責備是不行的，只有尊重，善待，不傷害「別人」，以自己的淨化的心，安定於事情上，自己能成就的就自己成就，別人能參與時就給他機會，別人能成就的就一定讓別人去成就，這樣，美化社會的效益才會擴大。所以說：「『人』，須尊重『別人』的存在，才能擴大。」

（二）找尋人生真正的意義

時間是人生真正的資產，學問是人生真正的財富，
智慧是人生真正的力量，健康是人生真正的快樂，
自由是人生真正的幸福，慈悲是人生真正的寶藏。（003）

「時間是人生真正的資產」：人要做事、要成長、要服務，很多的事情，需要「時間」來完成，時間就那麼多，如何規劃就很重要，但說到底，不是規劃時間，而是規劃心力，心力鎮定，專注於做事，不放逸，時間就出來了，想做的事情就可以完成了。但是，時間還是固定的，年歲還是在增長的，生命還是有限的，在有限的生命時間裡，善用它，它就是創造無限資源的真正資產。

「學問是人生真正的財富」：人要追求財富，但財富是什麼？是你生活的憑藉，更是你做事的資源，但是財富本身的資源又是什麼呢？是什麼讓你擁有財富的呢？是「學問」，學問就是思想的內涵，就是主觀的能力，擁有學問才能做事，做事的結果就是「財富」，所以，人要想的不是有形的財富

資源，那只是結果，要想的是無形的學問能力，那才是真正創造資源的根本。而「學問」從何而來？做事用心就得來了，讀書用心就得來了，待人用心就得來了。用什麼心呢？慈悲心，利益眾人的心。

「智慧是人生真正的力量」：人活在世間，遭受種種橫逆，沒有心力是挺不過去的，挺不過去的時候，人生就走下坡了，沒有勇氣沒有信心沒有力量。拯救自己的方法就是要把事情看清楚，這就需要「智慧」了，智慧就是把事情做好而心中沒有掛礙，沒有憂愁煩惱，關鍵就是找到人生的目標，朝向目標，完成理想。做什麼事情都有一個標準在衡量，這樣就不會行動不一致。節奏不混亂，面對困難，就有了處置的方向，不會患得患失，進三步退兩步。但是，智慧要伴隨勇氣，也要伴隨慈悲之心，實際上，慈悲是智慧的內涵，智慧就是知道要待人慈悲，而勇氣就是落實慈悲的能量，否則，空有智慧而沒有勇氣和慈悲，也不會有真正的應世的力量。

「健康是人生真正的快樂」：人生以服務為目的，但是服務以能力和體力為前提，沒有了「健康」，什麼事情也做不成功，但是健康如何獲得呢？正常的作息、節制的飲食、心態的美好，才是身體健康的關鍵。人可以做一個有用的人，才會快樂。老是故意不做事，一定是有什麼原因，通常就是有煩惱的事情，有麻煩的事情，有生氣的事情，人在煩惱、憂愁、生氣的時候自然是不快樂的，這時候當然也不必做事情了，為了不必做事情，甚至必須故意假裝不快樂，這樣人家就不會找他麻煩，但是，這樣的不快樂的狀態，不是把好好的身體搞壞了嗎？人要身體健康，心理快樂，陽光地面對社會上的每一件事情，讓生命有意義。所以，「健康」才是真正的快樂，千萬不要為了偷懶、懈怠、逃避而故意不快樂，結果搞壞了身體，就什麼快樂也沒有了。

「自由是人生真正的幸福」：幸福是心理的主觀感受，但人們的感受卻



是上下差距無窮的，人以「擁有」為幸福，但是擁有什麼才是幸福的呢？擁有永遠可以掌握的東西才是幸福的，所有短暫的東西都將在擁有之後又失去了，所以擁有什麼東西都無妨，但要占有就不行了，因為占有不了。為什麼要占有呢？這當然是執著，可不可以擁有呢？可以的。懂得擁有卻不占有，這就是「自由」了。既能夠享受擁有的幸福，又不會陷入失去的痛苦，所以，幸福是可以擁有的，只要懂得不要占有。

「慈悲是人生真正的寶藏」：慈悲的力量是最大的，慈悲不會計較，慈悲懂得給予，慈悲能夠忍耐橫逆，慈悲可以創造事業。所以，「慈悲」才是真正的寶藏。

（三）談進步與成長

不墨守成規，不故步自封，才能在變化中求進步；

不短視近利，不好大喜功，才能在守成中求成長。（009）

人有了理想，有了目標，就會一往直前。但人是有惰性的，也是會驕傲的，在前進的道路上，難免會執著於自己的既有成果，這樣就不能面對環境的變化，事情是延續的，事業是無止境的，能力是活的，要在環境的變化中不斷前進，才是真正的能力。所以，不能墨守成規，故步自封，過往的成功是可喜的，但未來的成功是要繼續付出的，執著於過往的作法，一定會讓事業變小。所以說：「不墨守成規，不故步自封，才能在變化中求進步。」

做事業要長久，影響力要擴大，前進的動力不能止息，但是，也不能貪多求快。短視近利，會影響未來的道路，人際關係搞壞了，未來就沒有出路了。好大喜功，會付出無以為繼的代價，事情辦壞了，比沒辦還糟糕。改掉這樣的缺點，凡事看長遠，不短視近利，保護好自己的信用與形象，合作的機會才不會終止；凡事量力而為，一步步腳踏實地，就能在守成中成長。所

以說：「不短視近利，不好大喜功，才能在守成中求成長。」

所以，人要能適應變化積極進步，也要能謹守分寸穩定成長。

（四）治心四要

做人要有慈心，處事要有耐心，
公務要有道心，治學要有慧心。（010）

「做人要有慈心」，這樣所做的事情才是利益社會、增長自己的福報慧命的事情。「處事要有耐心」，這樣事情才會保持前進成長的狀態，而不是遇到困難就退縮了。「公務要有道心」，這樣公家的事情才會做得好，而不是在計較利害得失，關鍵就是人生是來服務的，既然有公務在身，怎能不發心做好，而只是一味地在計較好壞，這樣的人是沒有求道之心的。「治學要有慧心」，是說讀書是為了追求知識、了解道理，然後去做事，不是只是陷在書本裡面玩弄文字炫耀知識而已，所以，學了就是要對自己有用，但怎麼用？這就要用心了。用心理解知識的架構，用心理解觀念的道理，道理清楚，知識有系統，所學才是真的。不然，學了卻講不出個所以然來，學了卻不能應用到生活現實世界，這樣等於沒學了，等於利用求學消耗生命呀！

（五）少煩惱與多助緣

不懷恨，不怨尤，就會少煩少惱；
不計較，不比較，必然多助多緣。（011）

「不懷恨，不怨尤，就會少煩少惱」：為什麼不懷恨、不怨尤就會少煩惱呢？因為煩惱來自計較，來自分別心，來自好勝心，來自貪欲，這些東西不能滿足了，就會產生怨恨，所以破除懷恨、怨尤的方式，就是不計較、不分別、不好勝、不貪求。但這是不容易做到的，要做到這樣，人非要有清楚



的人生觀不可，那就是有自己明確的目標，也就是要有理想才可以。

「不計較，不比較，必然多助多緣」：助緣是來成就我們的事業的，沒有助緣，一個人是辦不了事情的，但如何讓人家願意協助呢？這就是在合作的過程中，尊重他人的權利，甚至是利益。不要在權利、利益的事情上和別人太過計較。人都是有目的才做事的，不是每個人都已經準備好了做聖人，只給而不取，人是渺小的，有營生的需求，有照顧家人的需要，有維護自己利益的念頭，在合作的過程中，為了事業順利，權益可以多分些給別人，人家樂意做事情了，事情就容易辦成了。助緣不是都不需要付出代價的，不必付出代價的助緣是你的福報，但你的福報還是來自於過去的分多潤少，過去積累了對別人的助緣，現在人家無條件地來協助你。至於過去沒有積累的合作夥伴，現在要求人家協助你，那就一定需要你的「不計較」啦！人家想要的給他，人家需要的為他辦好，在合作的時候，大家一定都盡心盡力，事情辦好才是最重要的，事情辦好就促成更多更好的因緣，自己的福報就會不斷擴大。

（六）增進智慧與福報

內在的思維，增進我們的智慧；

外在的苦難，增進我們的福報。（013）

「內在的思維，增進我們的智慧」：處事是需要智慧的，智慧是心靈的力量，心靈是要運作的，但是要有內在的思維，而思維必須要清明，凡事大小多少想清楚，而想清楚事情的能力來自用心，用心於分辨是非對錯、利害得失，用心於透視人性、洞察世事。若不用心，一件事情只有半件事情的效果，肯用心，一件事情有無數件事情的效果。不用心，事情做得有一搭沒一搭，只是應付了事，除了叫你做事情的人不滿意以外，被你服務的人也被你增添了麻煩，事情的效果很小，自己的形象搞壞，也就沒有未來和人家合作

的機會了。肯用心，事情做得圓滿，服務到位，請你做事情的人滿意，以後還給你更多的事情做，被你服務的人滿意，以後還要讓你來服務，你做事務的機會又增多了，這就是做一件事情有無數件事情的效果，這就是用心的結果，這就是「內在的思維」，思維什麼呢？當然是做人做事的意義。想清楚了，事情做得好，受到人家的尊敬，做什麼事情都有人幫助，這就是有智慧的人。

「外在的苦難，增進我們的福報」：苦難有時候是社會國家的外在環境造成的，這樣的苦難天下人都一起承受；苦難有時候是自己的家庭個人的因素造成的，這時候就是自己在承受。天下人的苦難，天下人都想要改變它，這時候就是大家一起努力；個人自己的苦難，個人自己努力改變它，自己就要努力。如果不改變它，個人與社會永遠陷於泥淖之中，就算個人能接受，社會也不能接受。歷史事實告訴我們，任何一個時代的苦難終將過去，但那都是眾人努力的結果，因為沒有人喜歡苦難。既然社會願意突破苦難追求幸福，個人何嘗不願意呢？但是，個人的苦難如何突破呢？個人的苦難有因為自己的家庭個人因素造成的，也有因為社會環境造成的。個人的原因只有靠砥礪志節努力工作改善生活而突破，突破了，個人就沒有苦難了。

但是，還有另外一種個人的苦難會發生，那就是為了改善社會的環境而追求理想卻遭遇艱難的苦難之事，這樣的苦難固然是眾人在共同面對的，但涉及自己的部分還是要自己去面對，你所面對的是因為在讓社會變好的過程中，過去的不好的結構因素對你的逼迫威脅，但你勇於面對努力改善的結果，是大眾獲得了利益，能讓大眾獲得利益，自己的心願獲得滿足，社會大眾會尊敬你，感謝你，善待你，這就是你的福報了。苦難的結束象徵了福報的來臨，問題是你要不要去面對、解決，只要願意面對，努力解決，就是福報獲得的時候了。



（七）從永恆的時間中看待眾生緣

六道眾生，無非過去生中父母親朋，故要無緣大慈、同體大悲；
凡愚智聖，皆是未來生中善友眷屬，故應包容異己、尊重自他。

（016）

依照輪迴的生命觀，眾生輪轉於六道，誰都與自己有關，所以都要善待，這樣就變成要善待動物，甚至地獄、餓鬼、畜生道的眾生了，這樣一個人的慈悲心量就無限地擴大了，只要有情的眾生，都要善待，都與自己有緣，碰到了就以慈悲心待之，沒有殺生的念頭，沒有厭惡的想法，都是一個慈心而已，自己的心境與樣態也跟著轉變了。

與人相處，只要碰到了，就是在建立因緣，眼前是什麼因緣，未來就是什麼業緣，所以都要安置好，善人、惡人、愚者、智者，都要以智慧善待之，愚者啟迪他，讓他成長；智者協助他，助他實現理想；善人增益他，回報他的付出；惡人教化他，不使為惡卻助其向善。這樣，所有的因緣都會是善助緣，在未來生中，繼續輾轉好因緣。

（八）怎麼做聖賢

聖賢不在相好，在慈悲的給予；聖賢不在神通，在智慧的辨別；
聖賢不在靈感，在方便的妙用；聖賢不在廟堂，在人間的行化。

（027）

「聖賢」人人尊敬，但什麼是聖賢？聖賢自然是有智慧的人，自然是能助人的人，自然是能承擔社會責任的人。歷史上有很多古代的聖賢，人人稱讚，那麼現實生活呢？如果你的身邊有聖賢，他希望你改過，你會改過嗎？他希望你努力工作，你會努力工作嗎？他希望你不要懶散，你就能變得勤勞嗎？所以如果你身邊有聖賢，你會喜歡他嗎？不一定的。所以聖賢不是沒有，

而是你跟他不相應。然而，真正是聖賢的人，其實也不會覺得自己是聖賢，何謂聖賢？自然是冰清玉潔而能引領大眾做大事業的人，這種人，心中充滿了理想，且認為永遠都做不夠，所以從來不會以聖賢的姿態示於人前，而是實實在在地做事，也許也會犯錯誤，但絕不會固執不化，一心為社會的變好而付出，絕不會損人利己。這樣的人，在社會上還是很多的。但你要會看。如何看？

「聖賢不在相好，在慈悲的給予」：他未必有華麗的裝飾，其實通常不會有華麗的裝飾，他只是心懷善念，慈心護眾，能有什麼機緣碰到什麼人什麼事情，他就是主動去幫助，身邊有這樣的人，就是聖賢。你自己能做到這樣，你也是聖賢。

「聖賢不在神通，在智慧的辨別」：古人修鍊是會有神通的，今人修鍊會不會有神通呢？神通不示現的好，心術不正的話，會惹來極大的麻煩。聖賢不追求神通，重點是能把人照顧好，能把事辦理好，這樣才是對社會有用的能力，那他需要的就是「智慧的辨別」，辨別是非對錯，辨別做事的方法，會做事，比有神通更重要，看清事實，把事做好，就是神通。

「聖賢不在靈感，在方便的妙用」：人都有直觀的能力，靈感一來，下筆如神，一時靈感，心心相映，但靈感還要伴隨做事的意志力，而做事的意志力還要落實在處事的技巧上，所以，有沒有靈感不是一定必要的，有意願，有意志力，有方便善巧的處事能力，才是做好事情的重點。靈感是個人的特殊能力，但是若沒有善意，靈感只是雪泥鴻爪，必須要有服務的心，能把事情善巧地做好，皆大歡喜，這樣才是聖賢。能做到這樣的人是聖賢，你自己可以這樣，你就是聖賢。

「聖賢不在廟堂，在人間的行化」：聖賢是天下人的保母，愛護天下人，自己又有能力，但能力是用來做事的，不是用來坐位子的，在廟堂之上的人，



都是有能力、有權力、有資源可以為百姓做事情的人，但是不是每個高官心裡想的都是百姓的福祉呢？綜觀歷史，顯然不是。然而，只要真心為百姓做事，建立了功業，都可以堪稱是聖賢，可惜人多不然。所以，位居廟堂不是重點，能行化天下才是聖賢。但世人都要廟堂高位，卻鮮少有人真正用心於民。所以，廟堂之上的不一定是聖賢，能行化愛民的，才是聖賢。行化就是以具體的行動做出事業改變社會讓世界變得美好，能做這樣的事情的人就是聖賢，你能做到這樣的境界你就是聖賢。

（九）布施的不同境界

施捨真理是上等施，急公好義是中等施，
濟貧救苦是下等施，施不甘願是劣等施。（034）

佛教六度法門中的布施，有財布施、法布施、無畏布施三種，在沒有分別心的情況下，所有的布施都是高貴的，沒有上中下的分別。沒有分別心的意思就是，布施而沒有布施相，這就是《金剛經》常講的意思。但是，星雲大師這裡說的上、中、下、劣四等，講的是從施者的布施境界來說的，指的不是有沒有分別心的問題，而是施者自己的生命境界、應世能力的問題。人的能力有高下，這是事實，一時無法改變，但努力終有所成。布施是美德，旨在化除自己的貪念，除去了貪念，生命境界就提升了，而且又能助人，個人的能力也提升了。所以，相信佛法的人，無不以能布施為修行的途徑。只是，人的境界有高低之別，這也就表現在布施的境界上。

「施捨真理是上等施」：能夠透澈人間萬事者，當然是智慧過人的人，他能夠對於有迷惘的人提出生命出路的指點，解決他所有的觀念的問題。如果自己智慧不通透，給的建議盡是一些利害得失的考慮，這不是在幫助別人，反而是製造更多的問題，所以身邊一些叫你爭權奪利的建言，都是存著看好

戲的心理，想看到你和別人爭得頭破血流、天下大亂，他們這樣不但不是法布施，甚至就是在兩舌、綺語而已。真正能夠好好給人家建議的，一定給的是能夠長久安心、弭平災難的建議，這是上等施，這就是法布施。

「急公好義是中等施」：人有急難，碰上了大麻煩，自己能力不足，無法應付，扛不起來，需要有人幫助，能幫助他的人，自然是比他有能力的人，幫他疏通人際的糾葛，助他度過難關，讓他可以站起來走下去，否則就被眼前的困難打倒了，這樣的幫助就是無畏布施。「急公」為的是公事，「好義」為的是對的事，都是為了社會、為了他人好的事情，為什麼是中等施呢？因為它解決的是眼前的事情，而不是人心永恆的觀念，事情是解決了，這絕對是好事，但是，智慧不開啟的話，以後還會惹事而有事，也許不久之後就需要幫助了。當然，急公好義的人是沒錯的，有問題的人是總是陷入困境而需要別人救助的人，所以只能在事上助人的人，還是沒有解決根本的問題。然而，事上能急公好義、撥亂反正的人還是最棒的，他是有擔當的，有能力有愛心的，我們要讚美他們，如果事情結束後，又能夠在觀念上指導眾人，啟迪智慧，能作法布施，這樣就更好了。

「濟貧救苦是下等施」：人有一時無法度過的金錢難關，有人能夠施以金錢救助，這人一定是心腸好的人，世上的事情多數可以用金錢解決，當然也有金錢完全無用武之地的事情，這就需要用智慧來面對了。至於金錢可以解決的事情，只能說是人生當中的一小部分的事情，解決了這一部分，人生的問題還是很多，需要勇氣，更需要智慧。所以對別人的幫助，要開啟他的智慧才是根本之道。智慧打開之後，原先需要用金錢解決的問題也許並不需要解決了，原先的人際糾紛也許也就自己化解了，所以法布施還是更根本的。時常，金錢布施了以後，對方食髓知味，還來索要，結果親家變冤家。又或者，一時的金錢難關度過了，惡習卻還是不改，不久之後又會再度碰到金錢



的難關，這樣問題永遠沒有解決，財布施是一時的，法布施才是永恆的。當然，能夠施以財布施的人就是好人，捨得給，在紛紜的世間裡，捨得自己的錢財，這就是有高貴的人品的人，只不過，就幫助別人而言，這只是最微薄的幫助，不是金錢不值錢，而是對對方的境遇改善的助力是最淺的，改善的只是極為微小的一部分，更重要的心靈空間並沒有打理，就效用而言，算是下等的。當然，施者心善，但在布施之際，可能心裡也在感嘆，這個人究竟有救沒救？

「施不甘願是劣等施」：不論是法布施、無畏布施、財布施，都是在助人的，都是菩薩心腸，這三項的上中下是指對被施者的功效，但是「施而不甘」，講的卻是對施者的評價。只要是自己認同，樂意為之、行之的布施，施者都是有功德、有福報的。但通常是，布施的價值固然是認同的，卻不見得做得到，雖然心理做不到，卻行為上要勉強自己去做，這就是沽名釣譽的布施，施得不甘心，等於不是在布施，而是在買賣，一旦好處得不到，幾乎要惡口傷人，所以說是劣等，給是給了，但心裡想要的卻更多，施是施了，但是是劣等的。人為什麼會「施而不甘」呢？這就是智慧不通的結果，根本不明白布施的真諦，只是一味隨人世俗一番而已，想要躋身名流，獲得讚譽，想的都不是減少貪欲執著，都不是改變社會使其美好，空有形式沒有靈魂，很可惜，世人卻多半是如此的。

（十）成大事者需要的個性

苦難要受得了，受得了苦難才能堪受大任；
氣憤要忍得下，忍得下氣憤才能共謀要事；
私情要擋得住，擋得住私情才能交付重託。（044）

成就大事的人，必須有過人的性格，第一，困難打不倒他，「苦難要受

得了，受得了苦難才能堪受大任」；人在困難中不只是事情難做，還會受苦，事情難就心裡苦，這苦要受得住，不是不苦，而是不能被擊倒，也就是不能放棄，不論理想如何渺茫，就是不會退縮，恰恰是這一股與苦難搏鬥的意志，才会有終於成功的一天。

要突破困難艱苦，必須要有策略，有方案，而且常常是常人所不能做到的方法才是有勝算的方法，那就是要能夠忍得下常人所忍不下的難堪，這個難堪，是對手加諸於你的，是讓你麻煩難受的人加諸於你的，他就是要讓你吃盡苦頭，你如果生氣了，表現出來了，暴怒了，破口大罵了，把局面搞壞了，人際關係衝破了，眼前的事情就不會有迴轉的餘地了，那麼你的苦難就會繼續下去，而你的人生格局，就無法改變，永遠被限縮網綁在目前的狀態中。你要突破它，就要受得住氣，能忍得下氣憤，你的辦法才會成功，所以說「氣憤要忍得下，忍得下氣憤才能共謀要事」，才能正確扮演角色。

在角色扮演中，會有任務需要執行的，在執行任務中，必須全力以赴的，必須拋棄個人私己的關係，私己的情感，否則可能因為受到牽絆而無法全力以赴，因為受到干擾而不能正確處置，如此一來，事情還是做不準確，「私情要擋得住，擋得住私情才能交付重託」。所以，成就大事的人，個性要剛毅，只有事情的完成是唯一重要的，自己的內心困苦，委屈受辱，感情羈絆，都要放下，只以事情成功為唯一重要的目標，這樣的性格，才有成就大事的可能。

（十一）產生真理和智慧的方法

真理產生在寂寞中，耐得住寂寞，才有真理的產生；

智慧產生在忙碌裡，捱得過忙碌，才有智慧的產生。（046）

「真理產生在寂寞中，耐得住寂寞，才有真理的產生」：「真理」是



什麼？當然是正確地看事情，準確地做事情。但何謂正確？何謂準確？其實就是針對做事的正確與準確，而所謂的事情必須是有關乎大眾的福利的事情，能夠正確準確地做事，那麼你做的事就絕對是真理了。但這跟「耐得住寂寞」有什麼關係呢？這是因為，做事情是與團隊合作的，做事情是要愉快地做事的。你想清楚的事情，別人未必想清楚，你願意付出的勞動，別人未必願意付出，於是在追求事業的過程中，肯定有踽踽獨行的時刻，這就需要「耐得住寂寞」啦！人為什麼「耐不住寂寞」呢？因為求好心切、求勝心強，一句話，就是急功近利。但這樣的結果，事情辦不圓滿，甚至半途而廢，總想一步登天、一蹴可幾的話，就會沒有耐心，碰到障礙，就會捨棄，這樣，事情是到不了最後的關頭的。

你要做事，就是要讓事情圓滿，事情辦成了，合作的夥伴高興了，這就是辦事情的真理。夥伴不一定心胸和你一樣寬大，他有私心利益的需求，不看到榮譽就不肯付出，不看到利益就不肯投入，你不先把環境布置好，不先把氣氛培養好，人家還是不能投入，這些都需要自己先做好前面的工作才行，這一段路，勢必是要自己先走上去的。這就是擔當，這就是「耐得住寂寞」，這樣才能圓滿任何事情，所以，耐得住寂寞是能者必備的武器，前提是，看清楚，想明白，追求真理的心念絕不動搖，最後一定能夠招集眾人完成事業。

「智慧產生在忙碌裡，捱得過忙碌，才有智慧的產生」：「智慧」是什麼？處事的圓熟，處事的圓熟需要的是心智的成熟，心智的成熟是有等級的，等級愈高，反應愈快。人都有智慧處事，但事情多了以後，不見得能夠事事圓融了。兩件一樣的事情加起來不只是一件事情的難度的兩倍，四件一樣的事情加起來不只是一件事情的難度的四倍，可能是等比級數的增加，關鍵就是找到融通不碰撞的技巧。至於不同等級難度的事情碰到一起，那又是難上加難了，如何應付得當？這當然是需要智慧的，而愈複雜、愈繁多的事物搞

在一起，還能處置妥當，這就是智慧的不斷升級。

所以，忙碌是智慧提升的法寶，每件事情在能力提升之後只需要更少的時間、精力就能完成，就像小孩一次只能搬一個磚頭，大人就能搬十個，舉重選手甚至能搬一百個，關鍵就是能力的提升，所以，要增長智慧，就不要怕事多，事多，把握原則，專注心力，每件事情都能調理妥當，這就是智慧。智慧不是靜止的，智慧是活動的，智慧不是水平線，智慧是爬升線，智慧不流動就會衰退，事情不忙碌就會懈怠，不怕忙，不只會成就更大的事業，關鍵是，會增長智慧，因為它強迫你成長。

（十二）慈悲的面貌

慈悲不是用來衡量別人的尺度，而是身體力行的道德；

慈悲不是用來沽名釣譽的工具，而是真心關懷的流露。（067）

「慈悲不是用來衡量別人的尺度，而是身體力行的道德」：「慈悲」是什麼？是對別人的關懷憐憫之心？是自己的胸襟度量之心？是的，但也不只是如此，慈悲是人之所以為人、可以成就圓滿終極智慧的心。簡言之，成己成佛之心。成佛當然是度化眾生而成佛，但是眾生願不願意得度還是眾生自己的事情，當然菩薩要不要度化眾生也還是菩薩自己的事情。所以，真正的慈悲，是自己在做一件成就自己、也成就他人的事業，不論他人的境界如何，只管自己的願力為何，所以才說是身體力行的道德。

然而，慈悲總是善待別人的事情，善待別人總是有道德的事情，有道德的事情總是有美名的事情，有美名的事情總是人們想要做的事情，但是，人都是好自己的美名，或嫉妒別人的美名，於是，人們以別人是否慈悲為度人的工具，其實就是好勝心而已，沒有一點慈悲心。所以說「慈悲不是用來衡量別人的尺度，而是身體力行的道德」，「慈悲」只是自己待人的態度，是



為了自己成就智慧圓滿的道路，不是衡量別人、批評別人的科目，如果別人正在傷害弱者，那麼我們要勇於制止，事後，對這位傷害別人的人也是要有慈悲心，要教育他，還要和顏悅色，而不是任何時候都可以去指責別人沒有慈悲心，這樣做只會增加別人的瞋恨心，只是增長自己的傲慢心，這都是遺忘了慈悲的真諦。

慈悲就是無我地關愛別人，是自己的心量的輻射，從來不是外在的評價，更不是對他人的妄議。所以又說「慈悲不是用來沽名釣譽的工具，而是真心關懷的流露」，原來，慈悲也會被異化的，就像儒家的仁義道德一樣，所以老子才說「絕聖棄智」、「絕仁棄義」，任何事情不到本質上做事，而只在外圍做表面工作，就像《孟子》講的「義襲而取之」、《論語》「色取仁而行違」，所以，要成佛，就是自己成佛，而不是做一些事情讓人家覺得你像是個佛，這種工夫，是要念念反思才能落實的，每一個當下的選擇、作為、言說而鍛鍊出來的。

（十三）慈悲等於智慧

慈悲而無智慧，恐將淪為邪惡；

智慧而無慈悲，終將流於執著。（069）

儒家講「智仁勇三達德」，這三達德是三德一體的，一體的結果才能成就一件有價值的事情，儒家的三德一起，就像這裡的慈悲與智慧。

「慈悲而無智慧，恐將淪為邪惡」：慈悲就是要度人的，但度人是以度人向上為方向，把握不準的時候，可能變成責備別人、懲罰別人、炫耀自己、利用他人，這就變成惡事了。為什麼會這樣呢？慈悲是一個價值方向的立場，但當操作者的個人習性太強時，做任何事情都是會以習性出發，這時候就會把慈悲變成成就習性的工具，而不是目標的本身，這時候所做的慈悲的事情，

往往把好事變壞事，而傷了人。要避免這種過失，就要伴以智慧，智慧就是知道事情的本質，對準本質而做事，不讓自己的習氣跑出來，摒除自私自利的心態，否則，慈悲易流於表面，骨子裡還是好勝的習氣在作祟。

「智慧而無慈悲，終將流於執著」：任何事情都要理解透澈，任何德性都會被習氣所奪，智慧是處事的圓融，處事是利益大眾之事，事情固然是利益大眾，但做事情的時候還是要關注於個人的感受，這就需要慈悲心的濟度，也就是尊重個體，否則，做事一味以方向對錯為考量，而不關心個人的承受，很有可能流於犧牲別人的情境，也就是執著於事而忽視了人。智慧就是慈悲，慈悲就是智慧，善待眾人，善成眾事，悲智雙運，才是有悲有智。

（十四）從小事看智慧

煩惱者，會把小事變成複雜，好事變化成壞事；

智慧者，會把小事做成大事，壞人感化成好人。（079）

「煩惱者，會把小事變成複雜，好事變化成壞事」：「煩惱」和「沒有智慧」是同義詞，「智慧」和「煩惱」是矛盾詞，沒有一個有智慧的人是陷在煩惱中的，沒有一個有煩惱的人稱得上是有智慧的。「煩惱」是在煩惱什麼？利害得失的搞不定，是非對錯的分不清，不知何去何從，既患得又患失，這都是因為要得太多所致的，就是欲望太多，這也要，那也要，一件事就沒個定準，一旦讓他負責事情，就會把小事變成複雜，因為他做一件事情，不看在這件事情的本身，而是看在這件事情對自己的附加效益，小小的提一桶水，也要想著有沒有被人家看到他在辛苦的工作，於是就要等到眾人經過時才去提水，廚房等著用水的需要就被耽擱了，他還理由一大堆，這就是「小事變複雜」。



「好事變壞事」呢？公家的事情，大家等著完成它，他做事情考慮自己的利益，結果公家的事情沒做好，自己的利益緊緊握在手上，因為資源有限，結果犧牲了公家的利益，只維護了自己的利益，這就是「好事變壞事」。煩惱就是對自己的私欲的執著，私欲難以滿足，於是就會煩惱，為了滿足私欲，把小事變大，把好事變壞，只會給自己的人生添加過多無謂的煩惱。所以，人做事，要想好它的意義，是為了什麼而做？為私利爭奪的煩惱是無止境的，為公益承擔的責任也是無止境的，但這兩件事情方向不同，結果個人的心境也全然不同了，選錯了，煩惱叢生。所以說，「煩惱者，會把小事變成複雜，好事變化成壞事」。

「智慧者，會把小事做成大事，壞人感化成好人」：智慧是什麼？把身邊的事情做好而沒有煩惱。關鍵就是事情做的方向是利人利己的，進德修業是利己的，服務社會是利他的，做這兩件事情，都會使自己快樂，困難是一定有的，忍耐不生氣，堅定不退縮，困難就會向你低頭，結果還是快樂的。如果在利他的時候頭腦不清楚，把私利的搶奪夾雜進去，這樣就又有煩惱了。如果做公益只想著公益，一件小事，在你手上，因為心量無限，就會把它變成大事，變成對眾人有益的事情，因為小事情認真做，把它做得好，人家心裡歡喜，樂於和你親近，繼續委託你做事，你把理想的宏圖拿出來，他支持你，你一件一件地做，愈做愈多，愈做愈大，將來你手上握有的資源，可以發揮的影響力，就是無限擴大了，這就是智慧的功效，而這個功效的獲得，無非就是做事的動機與方向，只是利他，不夾雜私利，就會小事變大事。

「壞人」呢？在我們做人做事的過程中，「壞人」是一直存在的，「壞人」無非就是自私的人，還會為了私利而傷害別人的人。「壞人」也是有良知的，也是有佛性的。他過去人生的經驗裡面都是大欺小、強凌弱，他以為不這樣日子不能過，惡劣的習氣積重難返，對任何人都不懷好意。一般的人跟他相

處只有吃虧，除非比他強大的人，才能擋得住他的衝撞，或者，他會轉而討好賣乖。面對這樣的人，不從內心感化他是不可能改變的，問題是，人都有極限，也有私心，總是被壞人欺負的人也有忍耐的極限，極限到了，情緒就無法控制了，肯定要去衝撞壞人，這樣只有更加麻煩而已了。

所以，處理壞人，處理有心為惡的人，不是一般人能處理得了的，是要有大智慧的菩薩才有辦法的。他無禮，也笑笑，他貪欲，也笑笑，他暴力，也笑笑，不論對方做什麼，菩薩既不動怒也不退縮，以無限的慈悲面對，他也許會感動，也許不會。問題是，「壞人」的路是沒有永遠的，菩薩得罪不了，小人可是得罪光了，「壞人」總會惹到所有的小人都聯合起來對付他一個人，這個時候，他獨自與眾人為敵，誰還能救他呢？只有擁有菩薩心腸的人，救也未必救得了，苦果還是自己要吃下去的，至少，有菩薩心腸的人可以給他一個人格的尊重，一個安心休養的庇護所，這就是感化他的因緣了。「壞人感化成好人」是不容易的，必須讓他看到好人的堅持，必須讓他感受到關愛，必須他自己吃盡了苦頭，想要回頭了，有菩薩心腸的人還是等在那裡迎接他，這時候才有感化他的可能。這件事情何等艱難呀！但這就是「智慧」。所以說，「智慧者，會把小事做成大事，壞人感化成好人」。

（十五）人間路怎麼走

世風日下正是吾人向上之階，世路風霜正是吾人練心之境，
世情冷暖正是吾人忍性之德，世事顛倒正是吾人修行之資。（092）

這四句話其實就是一個意思，外在的壞環境就是造就內心好境界的途徑。

「世風日下正是吾人向上之階」：世風日下，人們隨波逐流，而我們自己，有自己的目標，不隨眾而去，願意奮發向上，我們就和別人不同了，這就是向上之階。



「世路風霜正是吾人練心之境」：當我們要走自己的道路的時候，肯定要遇到麻煩、難做事的情況，這就是「世路風霜」給我們的考驗，要經得起考驗，通過挑戰，把自己的心力練得強大，不會一遇麻煩就畏難而退，這就是練心之境。

「世情冷暖正是吾人忍性之德」：我們愈努力，就和眾人的境界差距愈大，人情冷暖就出來了，這就是別人對我們的不關心，甚或嫉妒中傷，你有理想，別人譏笑，你沒地位，別人踐踏，你有資源，別人來搶，你善待他，他忤逆你。人情冷暖都是來刺激你發怒的，讓你覺得世間不值得奉獻的，但你要忍耐，世間非全是無情自私之人，只是你做事的時候碰到的人，能遷化改善他們最好，不能的話，就避開忍下，目標高遠的人，還是繼續前進。

「世事顛倒正是吾人修行之資」：人情冷暖還只是你身邊碰到的人，世事顛倒就是你所處的整個社會環境時代氛圍都不對了，這就像是穢土了，菩薩淨化穢土，這就是為什麼你要立志改善社會的絕對原因了，你不去面對，世界就不會變好，你要修行，就是要改變社會，你這是在求道，帶領世人成長。「世事顛倒」反而使人沒有退縮的理由，反而看清楚了事實，明確地找到了自己的人生目標。

（十六）面對過失

有過，遭人批評，固然要欣然接受，真心地改過就好；

無過，受人冤枉，也無須辯駁糾正，確實地自省即可。（099）

「有過，遭人批評，固然要欣然接受，真心地改過就好」：有過要承認，要認錯，這樣人生才會進步，如果一直不認錯，所有的人際關係就會僵在那裡，彼此之間就沒有未來了。而自己，也必須永遠地緊抱那個過錯，用生氣來討生活，不許別人指責你，否則你就翻臉，這樣把自己的心揪在一個黑洞

裡，所有的能量精力都消耗在裡面了，所以人生不再成長了。過是什麼？思慮不周、努力不夠、態度不佳，以致壞了大家的事情，耽擱了公事，造成大家的麻煩，甚至損害了別人或眾人的利益，這是阻礙社會進步的事情，一定要把它改過來。自己不改，別人也會去改。自己改了，大家諒解了。自己不改，增加別人的負擔，別人去改，而已還不認錯，這當然就把自己的人生道路堵死了。為什麼不改？缺乏承擔的勇氣，死要面子、好勝心強，但是這樣自己的人生就沒有意義了。

「無過，受人冤枉，也無須辯駁糾正，確實地自省即可」：無過受冤枉，為什麼會受冤枉？別人的誤會，別人的無知，甚至，別人的惡意。為什麼「無須辯駁糾正」？因為這個冤枉只發生在別人內心的世界裡而已，只是別人的混濁不清的狀態的展現，並不是世間事被亂搞了，而只是他人的人心亂了。如果對方態度良好，確實是誤解，你也態度良好地溝通就好。如果別人態度不好，又是死要面子好勝心，甚至是惡意的，你就無需處理了，處理它只會使情況更為複雜，口業會更重，就讓它留在別人心中待一待，自己反省，確實沒有過錯，就繼續做自己的事情就好了。

有時候的冤枉，只是一時的資訊不明，真相大白之後，你就獲得澄清了，只是時間的問題，沒有什麼好擔心的。能夠如此豁達地面對，是因為你很忙，有很多有意義的事情要去做，所以把它放著就好。有時候的冤枉，是夾雜著愛恨情仇，情緒濃烈，怎麼說都說不清楚，那你更要放一放，不去衝撞，也許永遠也說不清楚，因為問題的癥結也不是這件冤枉你的事情本身，而是其他的事情。

有時候的冤枉，是人家的惡意，也許目的是來傷害你，也許目的是來破壞社會建設和秩序的，這你雖然可以不必和對方正面衝突，但對於相關的主事者，你還是要清清楚楚、明明白白地去解釋，也不可以自己態度高傲，因



為是被冤枉的，所以不屑於去辯解，只要有人可以主持仲裁，或是主事者必須知道真相的時候，你還是要勇敢地去說明。對人，可以放下，對事，還是要負責任地處理好，不可以讓錯誤的事情一直下去，這也是我們自己的責任。所以，事情的範圍只是在於別人的心裡的冤枉，你就讓一讓過去了。事情的範圍是涉及眾人的未來的時候，你還是要去說明的，如果，這時候說明也沒有用，這就表示整個環境是壞的，你會有孤寂的感受，但這就是砥礪志節的時機，既然說了也沒有用，那就自己堅定自己，路繼續走，人繼續活，但一定要有理想，否則就被這個世界調教成也是是非不明的人了。

（十七）面對人生的苦

苦是人生的真相，知苦、受苦、忍苦，更要懂得除苦：

苦可以成為我們的逆增上緣；苦可以成為我們的修持法門。（102）

為什麼「苦是人生的真相」？樂不是人生的真相嗎？捫心自問，自從有了生命，有了需求，就有不滿足的一刻，為了自己的需求而爭取，未必事事如意，大自社會，小至家庭，都不會心滿意足，面對需求的不滿足，這就是苦。但人生沒有樂嗎？也是有的。需求滿足了，就樂了。但滿足之後還有別的更高更多的需求需要被滿足，這就又是苦了。除非沒有需求，否則就有苦。但需求是什麼？自己色身的需求，自己心理的需求？都是，也都有。如何面對？就是要謹慎處理我們的需求。自己色身的感官需求、心理的情感需求，有了就好，夠了就好，這本身是無止境的，一味用力於此，永無滿足的一日。但是，理想是另一回事，理想是眾人的生活的改善，這也是無止境的，但做這些事，自己心裡不會有苦，只會有喜樂，做這些事情，會面對困難，面對困難也是苦，對於這種苦，就要「知苦、受苦、忍苦，更要懂得除苦」，這其實就是面對社會的艱難，問題是我們自己是以什麼態度來面對社會的？為

了自己的私利私欲的滿足？還是為了大眾的利益去追求？若是前者，其苦自招，放下就沒事了。若是後者，就要忍苦，必須堅持不懈。把困難克服了，心裡就樂了。

「苦可以成為我們的逆增上緣；苦可以成為我們的修持法門」。這句話講的就是面對社會困境的苦，恰恰是社會不理想，所以我們要努力改善社會，就是這些難堪難忍的事情，才是造就我們砥勵志節的途徑，就是要解除這些障礙，完成建設社會的目標，才是我們修持的法門。修持就是動心忍性、堅毅志節、朝向目標、克服困難，在困難的一步步化解的過程中，在事情的一件件解決的歷程裡，我們的修為就這樣增長了，修持的功力境界就這樣提升了。

三、結論

《佛光菜根譚·慈悲智慧忍耐篇》的句子，都是直接在人間與人互動的智慧，這不是自己怎樣打坐修行，怎樣出三界、入諸地的知識，而是生活在人間做佛弟子的日常生活智慧，所面對的都是人間萬事，所提出的就是應世的智慧，沒有高高在上的言論，沒有抽象難懂的语言，只有活生生的人的動心忍性的磨鍊，可以說是任何人都可以做到的，但也是難以做到的。星雲大師以佛教高僧的境界，講述在人間做人的道理，平常簡單，這就是人間佛教，不是甚麼深奧難懂的法，而是真正運用般若智、菩提心的世間心法，不打高空，不避艱難，正是我們可以學習的心法。



參考書目

一、網路資料

1. 佛光山全球資訊網，《星雲大師文集》，網址：<http://www.masterhsingyun.org/>。