

佛教對「修行問題」的看法

佛光山開山祖師星雲大師

2001年11月23日，星雲大師在香港一年一度的「佛學講座」於紅磡香港體育館連續舉行3天。講座圓滿後，大師又應香港理工大學校長潘宗光先生之邀請，於11月27日晚間7點30分，到該校的李嘉誠樓與智度會的學員舉行座談。

智度會是由潘宗光校長所發起，成員包括該校的學者教授，及工商界的精英，大家有志一同研習佛法，因此定期聚會。當他們得知星雲大師蒞港講演，特別把握機會，邀請大師開示。大師透過座談方式，與聽眾之間上下交流，許多嚴肅、難懂的話題，如「往生淨土」、「業報輪迴」、「不二法門」、「居家修行」等，經過大師幽默智慧的舉喻說譬，一下變得輕鬆有趣。全場就在你問我回答、我說你會意之下，不時傳出掌聲與笑聲，前後歷時2個鐘頭，欲罷不能。以下是當天的問答紀錄。

一、請問大師，信仰人間佛教的人，對淨土有什麼看法？

答：佛教在中國，有大乘八宗。當中，重視修行的有禪宗、淨土宗、密宗和律宗四個宗派；偏重學理的也有四個宗派，即華嚴宗、天台宗、唯識宗、三論宗。

人間佛教沒有宗派，人間佛教就是佛陀本來的教示；佛陀本來的教化就是人間佛教。佛陀當初說法49年，他不是對鬼神傳教，

也沒有對畜生、地獄說法，完全是針對人間而說；對人所說的佛法，當然叫做「人間佛教」。

一般說淨土，不管極樂淨土、華嚴淨土、彌陀淨土，乃至各宗各派所主張的淨土，都是佛陀所說。不過現在如果反問大家一個問題，佛陀現在究竟到哪個世界，或者哪個淨土去了呢？阿彌陀佛有住在極樂淨土嗎？到底他現在在哪裡呢？你們會說：他當然在淨土裡！

其實，淨土不一定只有阿彌陀佛才有淨土，每一個人的心如果是清淨的，每一個人都有淨土。只是在佛教裡講「淨土」，在基督教則講「天堂」。

也許有人會比較，天堂和淨土有什麼不同？甚至在淨土當中，也有華嚴淨土、琉璃淨土、極樂淨土、唯心淨土、兜率淨土、自性清淨的淨土、五乘共法的淨土、大乘不共的淨土，以及有餘涅槃的淨土、無餘涅槃的淨土，乃至人間淨土等，在這麼多的淨土當中，哪個最殊勝？

所謂「佛佛道同」，在很多的經典裡，如《藥師經》說：若有人稱念東方藥師琉璃光如來的名號，一樣可以往生極樂淨土。這個道理就如同在香港大學念書，可以到香港的政府單位任職，在中文大學、



佛佛道同，每個佛國淨土都很殊勝。

理工大學讀書，一樣也可以進入政府單位做事。所以佛教徒不必一定要計較這個淨土、那個淨土，只要你修行的功夫到達一定的程度，你要往生哪個淨土，就可以到哪個淨土去。

也常有人問：「淨土和地獄究竟在哪裡？」當然，淨土在淨土的地方，地獄在地獄的地方，這是第一種說法。第二種，所謂淨土、天堂、地獄、畜生，都在人間裡。如果我們到市場去買菜，看到那些雞鴨魚肉，穿腸破肚，勾的、掛的、倒吊的，那不就是地獄裡的刀山劍樹、油鍋地獄嗎？反之，住在豪宅華屋裡的人，享受物質上的冷氣、冰箱等等的富樂，那不就像是在天堂淨土一樣嗎？所以，地獄、淨土在人間就可以看得到。

其實，要知道淨土、地獄在哪裡，第三種說法是：就在我們的心裡。我們每個人的心，一天當中，時而天堂，時而地獄。例如，早上起床，心裡面無憂無慮，到公園去運動、慢跑、享受新鮮空氣，這不就是人間天堂嗎？但是，回到家裡，往飯桌上一坐，「有什麼好吃的嗎」？生起貪欲的心，那就是餓鬼的心。假如吃的東西不合口味，筷子一擯，碗一推，生氣了；瞋恨心，那不就是地獄嗎？有時還要罵人、打人；愚痴，這不就像畜生的行為嗎？所以，在我們日常生活當中，心裡時而天堂，時而地獄、餓鬼、畜生。可以說，一天二六時中，天堂、地獄不曉得來回多少次。

甚至天台宗主張「一念三千」，十法界都在我們的一心之中。

總之，我們的心生起了一念的清淨心、慈悲心、喜捨心，那就是淨土；如果你貪瞋、惡毒、邪見，那就是地獄。如此說來，我們不是每天都在善惡、是非、好壞當中來來去去嗎？所以「人間佛教」是包括佛陀所說的一切教法，凡是佛陀的教法都是「人間佛教」。套用佛陀的話來說：離開了人間，離開了眾生，哪裡還有什麼佛道

可求呢？

人間佛教也不是哪一個人創造的，既不是六祖大師，也不是太虛大師的佛教，基本上應該把人間佛教回歸到佛陀的本懷去。人間佛教很能適應現代人的根機，因為過去所弘揚的佛法，有偏差，多數的人都是宣揚出家的佛教，例如叫人要看破世間、要放下一切，又說「夫妻不是冤家不聚頭」、「兒女都是討債鬼」、「黃金是毒蛇」等等。這種論調對出家人來說可以，但是對在家人而言，如果這一切統統不可以擁有，那不是不要生活、不要過日子了嗎？離開了妻子、兒女，離開了金錢、名利、富樂，這樣的人生生活著有什麼意思呢？

所以，所謂「人間佛教」，就是要我們從對佛陀的信仰和崇拜，從對佛菩薩或對神明的依賴，進而關懷社會眾生。人間佛教應該從關懷人間做起，現在如果不推行人間佛教，不從事有利人間的事業，每天光是念佛，每個人到了佛堂裡，只是拜佛、念佛，你們肯嗎？所以佛教不能只重視念佛、拜佛，否則會失去度眾的功能。

佛教旨在普度眾生，普度眾生首先要順應眾生的根機與需要。例如，你不喜歡念佛，那就禪坐；你不習慣禪坐，可以拜佛；你不要拜佛，也沒有關係，你來吃素菜；你說素菜我也吃不習慣，沒關係，我們可以談禪論道，講說佛法，甚至也可以來唱梵唄、聽音樂。乃至你不信佛也沒有關係，你可以行佛，替佛教動員社會大眾一起來行佛做善事。

所以，現在所提倡的人間佛教，是依大家的根機需要而設，是多元化、多功能的；隨你適合哪一種法門，就順應你。能夠實踐佛陀「觀機逗教」的佛教，就是人間佛教，就能建設人間淨土。

二、信仰佛教的人相信有輪迴的存在，可以投胎轉世，所以要精進修行，才能投生善道，免得將來淪落三惡道。請問大師：如果不信佛教的人，他們有沒有輪迴？如何證明輪迴的存在？

答：相信輪迴，對自己比較有利；不相信輪迴，就表示我們沒有未來，這是很可悲的事。我們現在所以甘願辛苦，就是因為相信生命有輪迴，所以對未來懷抱希望。

輪迴就是「因果」的循環，「因」會成為「果」，「果」又成為「因」，因果循環，就是輪迴。就如時辰鐘從一走到十二，它不會停擺，而會再從一開始，一直走，走到十二，如此周而復始，就叫做「輪迴」。

一般的宗教，講到人生，若問：人從哪裡來？回答都是直線的——從這裡到那裡，都是有始有終的。佛教講因果輪迴，它是圓形的，是無始無終的。例如，人有生老病死，死了也不必怕，死了又會再生；生了也不要太歡喜，生了還會死去！

一粒種子，把它埋到泥土裡，遇因緣就會開花結果，這就是「因緣果報」。所以，我們現在講因果，講輪迴，這當中「緣」很重要。也就是說，不管我們做了什麼，得到了什麼，這當中還會受到「緣」的影響，這就是「因、緣、果」的關係。

人為什麼要喝水？因為口渴；口渴，喝了水以後會有什麼結果呢？喝水就不再口渴了，這就是因果輪迴。

宇宙之間，不管你信不信輪迴，它都存在；因果輪迴，是一個必然而真實的現象，這個現象合乎真理。真理，就是要有普遍性、必然性、平等性。例如，輪迴，並非男人有輪迴，女人就沒有輪迴；

不管男女老少、貧富貴賤，大家都在輪迴之中；不管你有錢沒錢、有地位沒地位，大家都要輪迴，所以它有普遍性、平等性、必然性，這就是真理。

「種瓜得瓜，種豆得豆」，這是因果輪迴的思想。世界有成住壞空的輪轉，時間有春夏秋冬的更替，人生有生老病死的階段，這一切都是輪迴。人吃了青菜五穀，排泄成為肥料；肥料再滋潤草木，又供人所需。人餵食豬羊，豬羊又供人食用，彼此輪迴。水被太陽蒸發為蒸氣，遇冷凝結致雨；花果枯萎成為種子，經過播種又再開花結果。一江春水向東流，流到哪裡去呢？還是有再回來的時刻。

輪迴是圓的，輪迴是希望。輪迴可以有好的未來，可是也有不幸的降臨，例如現在的政黨輪替，家族的興亡，在在都說明了現世的輪迴。

世間上所謂「成者為王，敗者為寇」，都是各有前因莫羨人。富貴不過三代，帝王朝代很少超過千年的；所謂：「眼看他人死，我心急如焚；不是傷他人，看看輪到我。」因為輪迴，知道有因果；因為輪迴，可以看出無常。

火車的車輪輾轉不停，這是向前；輪船的輪機，不但向前，還可以左右。吾人因為起惑、造業、受苦；「惑業苦」的框框一直緊緊的束縛住人生。在這生死輪迴中流轉，雖不畏於滅亡，但終難免有輪迴之苦！

有一首四句偈說：「欲知前世因，今生受者是；欲知未來果，今生做者是。」這就是輪迴的最好說明。

三、請大師開示，何謂「不二法門」？

答：「不二法門」是出自《維摩經》，是維摩居士和許多菩薩、

羅漢們論道的公案。

在《維摩詰所說經·入不二法門品》記載，有一天，維摩居士示疾，文殊菩薩率領諸大菩薩前往探病。雙方幾番對答後，突然話鋒一轉，維摩詰問道：「諸位！菩薩是怎樣進入不二法門的？依照各人所知，各自述說吧！」

一時有 31 位菩薩，先後各就所見，一一回答這個問題。最後沒有人再發言了，維摩詰於是問文殊菩薩：「文殊師利！菩薩是怎樣進入不二法門的？」

文殊菩薩回答：「照我的見解，於一切法無言無說，無示無識，離諸問答，這才是入不二法門。」意思是說，一實妙道，不可以用推理、比較、歸納、演繹等方法去揣度探尋，必須直觀體驗，向內發掘，能夠這樣實踐，才能夠進入不二法門。

文殊菩薩說後，反問維摩詰說：「現在換我來請問你，菩薩是怎樣進入不二法門的？」此時維摩詰默然無對，眾皆愕然，唯獨文殊菩薩智慧超人，懂得此中奧祕，乃讚歎地向大家說道：「善哉！善哉！乃至無有語言文字，是真入不二法門。」

意思是說，不二法門離言絕相，如何用語言表達？如果可用語言文字表達出來的，就不是真的不二法門了。所以維摩詰的「默然」，意味著無上妙道不可以言說，不可以文詮，超越這些有形的障礙，直探本源，這才是菩薩的入不二法門。

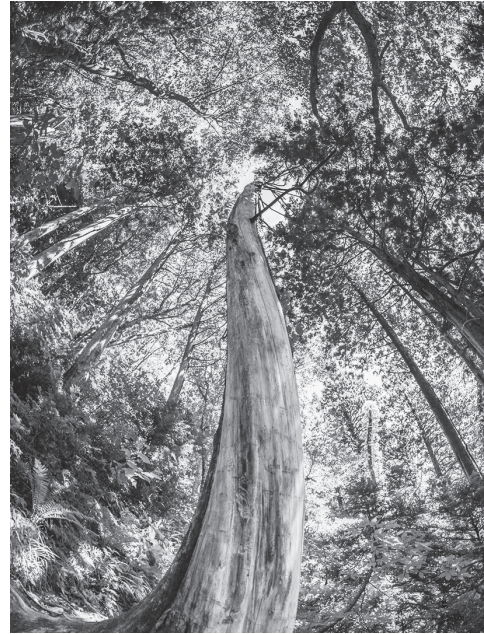
在現實生活裡，我們如何實踐「不二法門」？所謂「不二」，生和死是二個嗎？從不二法門來看，生死是一個；生了必定要死，死了還會再生，生死是一體不二的。有和無是二個嗎？其實有、無也是一個。一個茶杯，裝了一杯水，這是有，大家看得到。但是大家所看到的茶杯是假相。茶杯是紙漿做的，紙漿取自木材，木材來

自大樹，大樹要集合宇宙間的陽光、空氣、水分、泥土等因緣才能成長。所以，宇宙之間其實只有一個，叫做「緣起」——有因緣才能生起，沒有因緣，連世界都沒有。因緣，就是真理，就是不二。

我們看到大海裡的水，一遇到颶風就起波浪；水和波浪看似二個，實際上是一個，水是波浪，波浪即是水。耳環、手鐲、項鍊、金錶，都是黃金所做的，黃金本體是一，但是做成各種飾物，就有各種不同的假相。

張小姐、李小妹、王先生、趙女士……在不二法門中，只有一個心，沒有那麼多分別。我愛你，願意為你而死；我恨你，希望你即刻就死。愛和恨是因為我們的分別心而造成巨大的偏差，但是在真理裡，無愛無恨，法界平等，都是一樣，這就是不二法門。

中國文化講究禮義廉恥，重視精神本體的價值，香港理工大學接受西方的思潮，發展物理、化工等應用科學。其實體和用要結合，體用是一而不二，不是分開的。乃至世間、出世間也是不二，煩惱和涅槃也是不二，有和無也是不二。有的未嘗有，無也不是無，所謂「空中生妙有」，要「無」才能「有」，要「空」才能「有」。例如房子不空，就不能住人；虛空不空，如何容納森羅萬象？所以，要從「空」裡面才能顯現勝義的「有」，我們要把「空」、「有」的兩頭截斷，把它歸於中道，中道就是一真法界，這才是真正的真理。



有因緣才能生起。因緣就是真理，就是不二。

何謂「不二法門」？維摩詰的「一默一聲雷」就是不二法門。所謂「不二」，是佛法上的出世法，佛法講「煩惱即菩提」，理上是不二的。例如，原本酸澀的鳳梨、柿子，經過和風的吹拂，陽光的照耀，就能成熟而變成滋味甜美的水果，可見酸即是甜，甜離不開酸。所以「煩惱即菩提」，這是出世法。

出世法看世間，是從理上來解悟，但是在還沒有覺悟的時候，不可在理上廢事。我們可以用理來解事，可以因事而明理，能夠「理事圓融」，那才是真正的「不二」。吾人若能將「不二法門」的哲學應用在生活上，自能「人我一如」、「自他不二」！

四、有時聽聞佛法，覺得道理非常好，但在日常生活中，遇到境界的時候，卻派不上用場，請教大師，怎麼辦才好？

答：佛教講「說時似悟，對境生迷」。有時候自己想要這樣、想要那樣，但是境界一來，就無法自主。所以修行就是要慢慢的增加自己的力量，要能說得到、做得到。

修行是人生很重要的一件事情。衣服破了，要修補一下；傢俱壞了，要修理一下；頭髮亂了，要修整一下；指甲長了，要修剪一下。不管日用、儀容，都需要修理、修補、修飾、修正。乃至鍋碗壞了，也要修鍋補碗；鞋襪壞了，也要修鞋補襪；人的行為有了偏差、過失的時候，更需要修行。

修行，就是修正行為。修行不一定要到深山裡去苦思冥想，修行也不一定要眼觀鼻、鼻觀心地自我獨修；甚至修行也不只是誦經、持咒、念佛、參禪。如果天天誦經拜佛，卻是滿心的貪瞋愚痴、自私執著；不如法的修行，如何會有如法的結果？

修行，固然需要；修心，更為重要。行正心不正，有外無內，這就叫做修行不修心，如此不能解決根本問題。修行，也能修心，內外一如，所謂「誠於中，形於外」，則必能凡事皆辦，凡修必成。

不管修行或修心，應該從生活裡確實來修。食衣住行、行住坐臥之間，乃至做人處事、交友往來、舉心動念、晨昏日夜，都可以修行。例如：穿著衣服，莊嚴整齊固然需要，但是即使破舊敗壞，只要清潔淡雅，也無不好，這就是穿衣的修行。飲食三餐，美味可口，人之所欲；所謂粗茶淡飯，也覺得別有滋味，這就是飲食的修行。居住房屋，深宅大院，固然很好；簡陋小屋，也如天堂，這就是居住的修行。出門有汽車代步，快速敏捷；無車無船，也能安步當車，這就是行走的修行。

做事勤勞負責，求全求成；做人誠實正直，求真求圓，都是修行。凡是交往，情真意切；凡是接物，至誠懇切，就是生活中的修行。其他諸如經商的人，將本求利，貨真價實，老少無欺；當官的人，為民服務，守信守法，就是生活中的修行。

過去禪門大德們，搬柴運水、典座行堂、種植山林、牧牛墾荒，甚至米坊篩米、修鞋補衣等，都是生活中的修行。

所謂修行，就是先要把人做好。做人如果尖酸刻薄、無信無義、無道無德、慳貪吝嗇、陰謀算計；心性品德上的缺點不去除，正如碗盤未洗，骯髒垢穢，如此怎麼能用來盛裝美味的佳肴供人受食呢？

所謂「人成即佛成」！生活中的修行，就是要讓自己做人無虧於天理、無負於人道。如一般人講，做人要誠實、信用，要孝順父母，要忠於朋友；能說到做到，培養自己的力量，慢慢就可以「心能轉境」，自然就能發揮力量。

我們平時老是重視外在的力量，如胡適之說：被人牽著鼻子走。假如我們能慢慢訓練自己的心，心中的所思、所想，你肯定它、主宰它，而不要「心隨境轉」，讓心裡的力量強大起來，不隨外境動搖，那就有力量了。

五、有人說，養豬本來就是要提供給人吃的，所以殺豬其實是幫助牠早日投胎轉世。請問大師，這種說法合理嗎？

答：這種說法不合乎佛法，我們不能認定豬生來就是要給人吃，因此就能任意殺生；就如老虎也會吃人，難道我們會同意人本來就是要給老虎吃的說法嗎？過去人好吃牛肉，現在有了狂牛症；過去人好吃豬肉，現在有了口蹄疫；過去人好吃雞鴨，現在有了禽流感。這何嘗不可以說，動物是在用自己的生命，來保護自己的生存呢？

長期以來，人類肆無忌憚地破壞地球的生態環境，現在大自然不是也在對人類逐一反撲嗎？例如沙塵暴、臭氧層破洞、溫室效應，乃至地震、洪水、土石流等，難道人類對這一切威脅到我們生存的警訊，還不能有所自覺嗎？難道人類為了生存，還能理所當然地對宇宙的動植物加以殘害嗎？

所以，傷害生命的行為，都不能視為是合理而應該的事。佛教提倡不殺生，不殺生是一種慈悲；不殺生而護生，進而倡導生權平等，這是最合乎現代舉世所關心的生態保育，也是最積極的重視環保。

佛教對生命的尊重關懷，從一些偈語可以得到印證。諸如：「我肉眾生肉，名殊體不殊；原同一種姓，只為別形軀；苦痛由他受，甘肥任我需；莫叫閻老斷，自揣應如何？」「誰道群生性命微，一

般骨肉一般皮；勸君莫打枝頭鳥，子在巢中望母歸」等。

不殺生就是不侵犯他人的生命。儒家有謂：「見其生，不忍見其死；聞其聲，不忍食其肉，是以君子遠庖廚。」古人的「愛鼠常留飯，憐蛾不點燈」，這都是對生命的珍惜愛護。

根據佛教《六度集經》記載，佛陀在過去世為鹿王時，曾代替母鹿捨身，感動國王制定動物保護區，禁止獵殺。佛滅度後不久，阿育王更廣植樹林，庇蔭眾生，設立動物醫院，規定宮廷御廚不得殺生等，凡此都是佛教對於護生的最好示範。今人若能設立動物之家，讓動物養老、醫療等，都是積極的護生行動。

現代素食風氣興盛，素食不僅有益健康，而且可以長養慈悲心。慈悲心就是不忍眾生苦之心；平時我們在日常生活中，偶一不小心割傷或燙傷手指，即感痛楚，然而有些人卻為了一己口腹之欲，殺雞拔毛，宰豬殺牛，活魚生吃等。在

此之時，可曾體會牠們垂死之痛？所謂：「一指納沸湯，渾身驚欲裂；一針刺己肉，遍體如刀割；魚死向人哀，雞死臨刀泣；哀泣各分明，聽者自不識。」

豢養寵物也是現代人的時尚；然而所謂：「人在牢獄，終日愁歎；鳥在樊籠，終日悲啼；聆此哀音，淒入心脾；何如放捨，任彼高飛。」把鳥雀關在牢籠裡，形同囚犯；如此虐待動物，亦不合護生之道。因此，不虐待動物也是護



佛光山佛陀紀念館護生浮雕 -- 誰道群生性命微，一般骨肉一般皮。勸君莫打枝頭鳥，子在巢中望母歸。

生，例如：不倒提雞鴨、不鞭笞牛馬、不彈射鳥雀，不垂釣魚蝦等。只是現代的社會，釣魚、釣蝦場到處林立，有的人雖然「醉翁之意不在酒」，純粹以垂釣為樂，但是儘管釣上來之後又再放生，當下卻已對魚蝦造成傷害；如此誘殺弱小，把痛苦加諸在其他生命之上，何樂之有？

其實，不殺生之外，還應積極地護生。護生最大的意義就是放人一條生路；給人方便、給人救濟、給人離苦，給人善因好緣，助成別人的好事等，就是放生。放生、護生，才是對生命的尊重，也才有自我生命的尊嚴。

六、請問大師，「人間佛教」相信有靈魂存在這回事嗎？

答：人當然有靈魂的存在，一個人的生存，除了肉體之外，就是要靠內在的精神力當支柱，精神就是一般俗稱的「靈魂」。不過佛教不名之曰「靈魂」，而稱為第八識。其實，人的生命層次還可以更高，第八識再往上，還有如來藏，甚至還講到佛性。所以，對第八識的心識慧解，只是日常生活上的一些聰明才智；心靈之上，還有一個真我的本體，這才是真正生命的主體，所以佛教不講究靈魂，靈魂是最膚淺的說法，佛教講究真心。

其實，不只是佛教，就以道教來說，認為「天人合一」，人死了，精神不滅，這就是有靈魂。有些人曾經聽過、看過，或者感受過死去的親人半夜回家的情形。像這類的經驗，我想許多人都有，但這不是普遍的。你聽到了，我沒有聽到，你跟我講，我就說：「哪裡有這樣的事？」這就會變成一種爭論。但這是個人的體會，個人的經驗，你聽到了，必定會相信確有其事，而且很執著。

關於靈魂的研究，現在東西方都在熱烈地探討，相信未來必然

會有真相大白的一天。不過，不管有沒有靈魂，我們寧可信其有。有，還有一個未來、還有一個希望、還有一個精神世界；你說沒有，那就表示人死後什麼都沒有，也就沒有希望、沒有未來，這太可怕了。所以佛教講：「寧可起有見如妙高山，不可起空見如芥子許。」

佛教講靈魂，但是不要迷信，如孔老夫子說：「不語怪力亂神。」其實佛教本來就不講「怪力亂神」，真正迷信的，是一般社會人士。佛教對於一些難解的現象，有時候解釋它、承認它，但不是崇拜它，像靈魂的有和無，就不是去崇拜它。有無靈魂，就等於有一個茶杯、有一張桌子、有一棟房子，有沒有對我不是那麼重要，沒有太密切的關係。

不過話又說回來，我們要承認世間，要承認它而不要破壞它。例如，一般社會人士的居家生活，離不開金錢、物質，所以人間佛教不認為「金錢是毒蛇」，反而鼓勵信眾要從事正業來發財致富，也就是贊成信徒擁有淨財，因為有了淨財，才能行善做好事。佛教也不排斥正當的情愛生活，不但希望夫妻要相親相愛，並願天下有情人皆成眷屬。所以，人間佛教希望每個人都能奉行三好運動，要「做好事、說好話、存好心」，讓心中充滿真善美，繼而把自己的心量擴大起來，不要嫉妒，不要怨恨，自然而然就能心包太虛，就能與宇宙同在。

雖然有人說「靈魂不滅，精神不死」，這是對人生的探討，但還是不夠究竟；求其究竟，應該「真常唯心」、「涅槃寂靜」，也就是要把第八識轉為大圓鏡智，那才是我們的本來面目。

認識第八識，並不是從知識上就能容易了解的，第八識的大圓鏡智，必須靠修持、體驗，才能證得。假如吾人能將「八識」轉成「四智」：轉前五識為「成所作智」，轉第六識為「妙觀察智」，

轉第七識為「平等性智」，轉第八識為「大圓鏡智」，那時候，吾人不但擁有靈魂，而且佛性都能現前，還怕人生不圓滿嗎？

七、如果打死一隻蚊子，是為了不要讓牠再去叮咬別人，基於這樣的出發點就可以打死蚊子嗎？請問大師，您的看法如何？

答：有人說，殺豬將來變豬，殺雞將來變雞，我殺人將來就能投胎做人。其實這樣的理論是不合乎因果，是一種可怕的邪見，因果的內容絕不是如此的刻板。你把飯吃到肚子裡，排泄出來的還會是米飯嗎？學生犯了錯，老師處罰他面壁，甚至罰站、罰跪，難道講因果，學生也可以罰老師面壁，要老師罰站、罰跪嗎？

動物裡有一種螟蛉子，牠與蝴蝶有因緣關係，但不一定就是蝴蝶。一畝田地裡，同時播下的種子，長出來的禾苗，也有高矮不同。所以，「因緣果報」的關係，從「因」到「果」，其中「緣」的關係輕重，不能不注意。

剛才你說，打死蚊子是為了不要讓牠再去咬別人；牠去咬別人，別人一滴血就能維持牠的生命，而你為了一滴血卻要了牠的命，如此說來，是讓牠維持生命好呢？還是為了免去別人少一滴血就去打死一隻蚊子好呢？二者之間如何算法？我想最好還是不要多管閒事。

話說有一群人大清早在河邊等渡船，準備要到對岸辦事。船夫來了，把渡船從沙灘上推到河裡去，結果沙堆裡有很多小魚、小蝦、小螃蟹，都被船壓死了。

船夫撐船把大家載過河，由於船小人多，因此留下一些人等著下一班船過河。留下的人當中有一位秀才及一位禪師，當在等船的

時候，秀才問禪師：「和尚、和尚，你看到了嗎？剛才船夫把船推下水的時候，壓死了好多的小螃蟹、小魚、小蝦，請您說說看，這到底是乘客的罪過呢？還是船夫的罪過？」

這一個問題坦白說並不容易回答，因為如果說是船夫的罪過，船夫是為了要渡人到對岸去，他並沒有想要殺生；如果說是乘客的罪過，他們是為了過河，也沒有想要殺生。可是明明船下確實是壓死了那麼多條生命，這究竟是誰的罪過呢？

禪師的回答很妙，他說：「是秀才你的罪過。」

秀才一聽很生氣：「怎麼會是我的罪過呢？我又不是船夫，我也沒有坐船，怎麼會是我的罪過呢？」

禪師說：「因為你多管閒事。」

禪師的說法很有道理，這個世間常常是本來沒有事，但就因為有一些人多管閒事，因此惹出許多的是非來。很多時候，只要我們不要多心，就什麼事也沒有，但是我們常常把很自然的事，想得太多，畫蛇添足，因此研究得太深，反而不正常。例如，佛經說「佛觀一鉢水，八萬四千蟲」，是否我們就不要喝水了呢？這是不對的，因為我是喝水，並沒有想到水裡面有八萬四千蟲。

有人感冒打針，一針下去，多少細胞、微生物都會沒命，你怎麼忍心呢？其實不是，我們打針時，並沒有想到會殺死病菌，只想到我要健康。以人為本的佛教，人的健康很重要；以心為重的佛教，心淨國土淨。因此，縱有殺生的行為，但沒有殺生的念頭，此與瞋心而殺，果報是迥然不同的。

人死後舉行火葬，火葬的時候，火柴、身體裡面都有很多的寄生蟲，一把火把牠們都燒死了，是否犯了殺生戒呢？沒有，因為我的出發點只是為了不願看到屍體腐爛，我的目的是火葬，是舉行葬

禮，不是為了燒死這許多寄生蟲。我沒有殺心，這是很重要的，我的心中沒有殺生的念頭，縱使有殺生之行，就像法律上，即使過失殺人，罪過也會輕一些。所以，有時候心的造業，心所表現的力量是很重要的；沒有心念的發動，縱使行為上有罪，也會減輕。

八、我多次聆聽大師講說人間佛教，現在祖國大陸開放了，有許多人也希望聆聽大師的佛法，不知大師什麼時候也能到大陸去講經說法？

答：這個問題恐怕要中共的領導階層對宗教重視才行，因為大陸最高領導人的一句話，就能決定事情的成與否；成也一句話，不成也一句話。不過，我雖然很久沒有到大陸，但是我知道大陸的人民都對我很好，未來只要有佛緣，就有希望。

不過，既然有人關心這個問題，我也在想，自從中共成立政府以來，至今已有 50 多年歷史，現在的政治已經穩定，經濟不但開放，而且急速成長，人民的生活也改善了，在國際間的地位更是倍受重視。只是，要建設一個富強安樂的國家，除了政治的安定，經濟的富樂以外，其他如社會秩序的維繫、道德人心的提升，都是不可或缺的要素，宗教在這些方面，都能扮演重要的角色。

宗教的重要，如孫中山先生說：「佛教乃救世之仁，佛學是哲學之母，佛法可以補法律之不足。法律防患於已然，佛法防患於未然。」佛教本身具有教化社會的功能，佛教的教義如「因緣果報」、「三世輪迴」、「五戒十善」、「慈悲喜捨」等，都在輔助社會的秩序，發揮「以正驅邪」、「以悟去迷」的功效，對治療社會病態具有正面的影響力，這份影響力將帶給社會國家一股無形的內在穩定力量。

我曾經到泰國的金三角、熱水塘去弘法救濟，當地有一群因受戰爭之害而流離失所的中國人，他們跟我說：「我們可以沒有飯吃，但不能沒有信仰，精神上的貧乏、空虛，比飢餓更難忍受。」

所以，未來十幾億人口的中國大陸，如有佛法來輔國安民，幫助教化，這比有形的財富更為重要。希望中共領導人能重視宗教，能用佛教做為淨化社會人心的良方，這是非常重要的。

九、有的人說，生病是殺業的果報。現在有很多人用氣功治病，但是從因果法來看，以氣功等方法治病，對果報而言，是延遲的，是化解的，還是等到下輩子再去受？請問大師，這應該如何解釋？

答：人有了生命，有了身體，當然就會有病苦。有的人活到七、八十歲，身體還很健康；有的人二、三十歲就衰弱不堪，這當中當然是有因緣果報的關係。

不過，運用氣功把病治好了，這也合乎因果報應的原理，因為這正說明，人生雖然難免會有一些苦難，但是苦難也有化解的方法。所以一個人生病了，如果服用藥物，把病治好了，這也是說明行為的業報是有方法消除的。

關於消業的原理，我舉個譬喻來說，一把鹽，放在茶杯裡，水會很鹹；如果把一把鹽放在一盆水裡，不但不鹹，而且味道會更好。所以，一面有業障，一面也有我的願力；水的多少，就如我的慈悲心大或小。我有功德，我的功德能把業障減少。

再舉一個例子，我有一塊田，田裡的種子長了禾苗，草也跟著成長（草就是惡業），那該怎麼辦呢？必須慢慢把草拔除。但是「斬



有業障不必怕，只要多行善事，好好的積德培福，還是有辦法消業。

草不除根，春風吹又生」，雜草拔了又生，永遠也拔不完。沒有關係，等到禾苗長大以後，下面縱有一些雜草存在，已經不妨礙禾苗的生長了。

這也就是說，我們過去所造的業，要一下子就消除竟盡，並不容易，但是只要我的功德禾苗長大了，何必在乎下面的一些罪業之草呢？

所以，有了業障不必怕，只要多行善事，好好的積德培福，還是有辦法消業。只是，人很多時候積了功德，又把功德給漏了，就如茶杯破了洞，水都流走了，功德也不存在了。

為什麼功德會漏了呢？漏，就是煩惱、情緒、惡念、貪瞋愚痴。也就是當我們在做功德的時候，忽然為了一些令自己不滿意的小事，就口出惡言、心存惡念，如此縱有布施，功德也會大大減少。

因此，每個人對於身口意三業，要時時謹慎，莫令造業，否則讓功德漏了，不是很可惜嗎？

剛才說到身體有病，也不一定只有用氣功來治療，有的人用藥物治療，有的人用物理治療、化學治療，或是心理治療、飲食治療，甚至水療法、熱療法、蒸氣療法等，只要能對症下藥，所謂「方便有多門」，一些的病痛有這麼多方法可以治療，又有何不可呢？所以，如果透過氣功等各種方法來治病，這也是合乎因緣果報的原理，只要方法正當，不必做過多的聯想。

十、請問大師，想在家中自己修行，有什麼簡易的修行法門可行？

答：居家修行，可依自己的時間、環境等時空因緣而訂定簡易、相應的修行法。例如，喜歡打坐的人，早上醒來，不要急著下床，可以在床上靜坐五分鐘。或者晚上臨睡前，不要忙著躺下來，也可以在床上靜坐五分鐘。五分鐘做什麼呢？最好什麼都不想；有時坐著坐著，又再打瞌睡，那也沒有關係。有的人說，什麼都不想，很難；那就把念頭集中，專注觀想，想光明、想佛祖、想好事。

如果你覺得坐在床上，靜靜的，沒有動作不好，那就念一卷《般若心經》，或是念一遍〈大悲咒〉，二、三分鐘，很容易。或者如果你躺在床上睡不著，也可以來個「十口氣念佛」，也就是連聲稱念「南無阿彌陀佛」或「阿彌陀佛」，念十口氣。隨各人一口氣的極度稱念，不限制佛號的次數多少，以及念佛的聲音高低緩急，隨自己的氣息而念。如此連續稱念十口氣，叫做十念法，目的在藉氣息調伏內心的散亂。

最近我為了讓在家信徒容易修行，撰寫了一百篇的〈佛光祈願

文〉，前幾天我在紅磡香港體育館講演的時候，每天都念一篇〈佛光祈願文〉，每篇大概念上四、五分鐘。你們可以在早上或晚間，為一百種不同行業的人祈願祝福，你的慈悲心散播到他們的行業裡，跟他們結緣，也是一種修行，這是在家庭裡自我修行最好的辦法。

此外，家中如果有佛堂，早上一炷香，禮佛三拜，或者問個訊，或者獻一朵花，都可以。但重要的是，要持之以恆，每天即使再忙，也不能缺課，這表示心中有佛。當你養成習慣以後，自己就會覺得時時與佛同在，時時心中有佛，久而久之，就會產生很大的信心與力量，這就是修行。

十一、病人在醫院治療，各種藥物、儀器都無法幫他完全康復，只有增加痛苦；但不醫治，就會死亡。請問大師，在這種情況下，醫生應該如何做才是慈悲？

答：在病人無法被救活，不救活，又覺得何能見死不救的情況下，最好是順乎自然。我看過醫院裡有許多病人，實在是無法活下去了，氧氣筒、打針、輸血等種種的方法，想要讓他活命，實際上是增加他的痛苦。

我覺得死亡是很自然的事，沒有什麼大不了；因為生命是死不了的，死的是軀體，等於移民一樣。一般中國人的觀念，好死不如歹活，就是寧可痛苦一生，也不要死，這是錯誤的觀念。

現在在台灣，如南華大學首創「生死學研究所」，目前台灣對於生死的研究很熱門，甚至我們的學生志願到殯儀館為亡者服務；由研究生來為亡者服務，今後必能提升死亡的品質，讓死亡不再讓人感到那麼可怕。

有人問，不信宗教的人會死，信仰宗教的人一樣也會死，那麼為什麼要信仰宗教呢？要知道，一個有宗教信仰的人，他有信仰宗教的情操，有信仰宗教的修行，就能增加自己面對生死的智慧與力量，他能認識生死是很自然的事，例如死亡就如回家，所謂「視死如歸」，不是很安然，很快樂嗎？所以，自古以來種種的修行法門，如果應用得巧妙，不但生活沒有憂悲苦惱，而且面臨死亡，也能無憂無懼。因此，剛才談到居家修行，能夠應用得習慣，自然有百益而無一弊。

總之，老病衰殘是自然的現象，死亡有時如油盡燈乾，所以不必為死亡害怕。生死是一如的，生也未嘗生，死也未嘗死，就如佛陀，也是「有緣佛出世，無緣佛入滅」，一切都要看緣分。因此，凡事不必強求，順乎自然最好。

十二、怎樣才算是正信的佛教徒，請大師開示。

答：皈依三寶是成為正信佛教徒的第一課，一個學佛的人，如果沒有經過皈依三寶的儀式，即使上香禮拜，也只不過是一個對佛教尊重而有興趣的人，不能算是真正的佛教徒；就好比一個學生，如果不曾辦理註冊手續，永遠只是一個旁聽生罷了。皈依三寶以後，就表示自己從此信奉佛教，成為三寶佛法僧的弟子，不再信仰其他宗教，所以皈依三寶是確定信仰目標的表示。

為什麼我們要皈依「三寶」呢？簡單的說，三寶是冥冥闇夜裡的燈燭，是滔滔苦海內的舟航，是燄燄火宅中的雨澤。「皈依」三寶，是「皈投」、「依靠」佛法僧的意思。

世間上，小孩子需要依靠父母，生命才得安全；老人需要依靠拐杖，走路才能安穩；航海的人需要依靠指南針，船隻才能平安返



皈依三寶是成為正信佛教徒的第一步

航；黑夜中需要依靠明燈，行人才能看清方向。三寶就像我們的父母，當一個小孩被人欺侮時，雖然父母不在身邊，但是只要他叫一聲「媽媽」，別人就不敢再欺負他了，因為他有母親。同樣的，世間上邪魔外道、壞人壞事很多，有了三寶做為依靠，生命就有了安全的依怙。

三寶又像指南針，可以引導我們在茫茫的人海中航向平安的避風港。每個人到了晚上都知道要回家；皈依三寶、常念三寶的功德，可以讓我們仰仗三寶功德的加被，藉此寶筏，出生死流，勇渡苦海，回歸真實的自我，回到自己真正的本來之家。所以皈依三寶可以讓我們現世找到安身立命之處，讓我們未來有家可歸！

皈依三寶成為一個正信佛教徒以後，還要有修行的信仰生活，有修行才有體驗，有信仰才有力量。

說到信仰、皈依，事實上，佛陀並不要我們信仰、皈依；我們所以信仰佛教、皈依三寶，重要的是要肯定自己、找到自己，因為人人有佛性。所以，佛法裡有一句偉大的名言：「自依止、法依止，莫異依止。」就是要我們皈依自己、找到自己，而不要皈依其他，不要被人牽著鼻子走。

佛教徒皈念佛、法、僧三寶：皈念佛，佛如光明，有了光明，就能驅走黑暗，帶來希望；皈依法，法如淨水，有了淨水，可以滋

潤大地，生長萬物；皈依僧，僧如福田，有了福田，可以給人播種，廣植福德。

不過，一般佛教徒皈依以後，平常並不去親近善知識聽經聞法，只是祈求佛祖保佑，他就只有皈依「佛寶」；有些知識分子，只要研究佛法，但是他不拜佛，也不敬僧，他就只有皈依「法寶」；有的人學佛只看那個法師跟他投緣，他就去親近，既不聽經，也不拜佛，他也是只有皈依「僧伽」一寶。嚴格說來，這些都不是真正的「三寶」弟子；真正的三寶弟子，皈依以後，應該禮佛、聞法、敬僧，尤其要有正知正見，要深信因果，要能「諸惡莫作，眾善奉行」，如此才能獲得佛法的受用，才能得到信仰的利益。

總之，佛教講人人有佛性，佛教徒可以什麼都不信，但不能不信因果；可以什麼都沒有，但不能沒有慈悲。所以，信了佛教以後，可以讓我們的心靈擴大，可以讓我們的生命昇華，讓我們懂得廣結善緣、慈悲友愛。學佛修行，皈依三寶，成為正信的佛教徒，可以獲得無上的利益、功德，這是不容置疑的。

