

佛教對人生的看法

對人生的看法

每一個人都有自己獨特的造化，彼此的遭遇不同，對環境的感受互異，其因緣更是迥異，所以說，每一個人的命運都不相同，連雙胞胎也彼此不同。這種導致彼此互異的力量，佛教經典稱之為「業力」，而現代心理學把它稱作「潛能」。相信，每一個人都有他自己的潛能，其發展與人生，受到這個潛能的影響，除非你使用智慧，依聖哲們的啟發，透過修持和「轉識成智」的法門，你很難脫離業力的支配，佛法之所以珍貴，正是因為它能幫助你從失敗到圓滿，從脆弱到堅強，從失敗到成功。

各位！請你想想，某甲為什麼要出生在貧困的家庭？遭受諸多匱乏的折磨？某乙為什麼會出生在富裕的家庭，從小就享受良好的教養環境？請你再想想，張三為什麼讀起書來那麼吃力，而李四何以過目不忘？為什麼有人天生就有健康的身體，有人卻注定一輩子受殘障的折磨？這些我們稱為業力所導致的先天定數。但是好的定數未必使一個人順利一輩子，如果不在信仰、道德、性格、知識、技能各方面，接受良好的啟發和訓練，再好的定數也要坐吃山空，他的運途就要一蟹不如一蟹；反之，有些人雖然先天不好，但是靠著自己的努力和修持，也能扭轉自己的命運，有個成功的人生。這個命運的轉捩點就在於自己是否接受正信佛教的洗滌，因為佛法能給你人生的智慧。

看出圓滿的人生

我們必須承認，每個人都都有自己的業力，它正是自己的本質，也是自己用來活出意義的資糧。生活的本質是接納自己，而不是排拒自己；是按照自己現在的情

況，好好地活出意義，看出生命的愉快；而不是否定自己，怨天尤人，而導致自己的沮喪。你要注意，看出愉快的是你自己，感受沮喪的也是你自己。反正你要為自己生活，為什麼不從光明面去看？

請注意！你的潛能正是你自己。如果你能把它實現出來，就有了快樂；你就覺得自己有用，生活有了意義。你注意跟別人不同，因此只有接納自己，用自己的能力去工作，去生活，去實現自己的生活，而不與別人比較時，才能肯定生命的價值。



佛教人的觀生

於講授教岩石鄭
營佛學年青女專大光香年八十七

有些人從小開做起，可以創造一番大事業；有的人並沒有什麼高學歷而能創造成功的事業和人。只有這樣，才能離苦得樂，得大自在。

佛陀在靈山法會上拈花微笑，無非是告訴世人，每一個人都像一朵花，每一朵花都不相同，他們開出來的顏色、花瓣、香氣都不一樣，但是他們綻放時那種喜悅是相同的，是值得報以欣然和微笑的。

我們把自己的潛能實現出來，也許自己是一位工人，是一位教師、工程師，乃至是一位計程車司機或小商販，我們用不著跟別人比較，而只是去實現它和承擔它。我們承擔的是生活的艱苦，我們實現的是把業力轉變成服務社會和布施的資糧，我們就在實現與布施當中，看到解脫成佛的本質。

每個人透過自己的實現，把能力發揮出來，各盡所能，成就自己的人生，這就是「成所作智」。我們接納自己，不去跟別人比較，無需追求別人的讚美和羨慕，自己就會生活得清心自在，那就是「妙觀察智」。每一個人依自己的根性去實現自己的生活，彼此對社會都有貢獻，都在實現中得到自我肯定，這就是「平等性智」。當一個人實現了自己的潛能，把業力轉變成福德和功德，從而布施與服務社會，從業力中解脫出來，便是一種圓滿，所以叫做「大圓鏡智」，它意味著生命的圓滿和實現。

在佛的眼中，每一個人都很尊貴，都很重要，都具有佛性，都是社會上的菩薩。工程師設計了藍圖，但工程是由工人完成的，兩種人在生命歷程中，表現不同的布施，但卻一樣的重要。企業經理的待遇也許比業務員要多些，但是就生命的實現而言，卻沒有兩般，明白到這一點，就能發現生命的意義，從而獲得喜悅和滿足；如不能體驗到這一點，一頭栽進比較熱的鍋，不滿和怨尤將破壞幸福的生活。一個人是否幸福，完全決定於自己是否對生命有「正見」。

有些日子進斗金，月賺幾萬，他們坐高級的轎車，住最華麗的

房屋，穿最美的衣裳，但是並不快樂。因為他生活在得失、不安、貪婪和慾望之中，他以佔有代替布施；他沒有轉識成智，把潛能真正地展現為光輝和慈悲，反而把它變成更複雜的業力。他們與生活的真理背道而馳，不是為了實現而生活，而是為了追求與囤積而生活。請注意！不停地渴求和追逐，在心理生活上就是一種匱乏。他注定生活在貧窮之中。

這裡並非意味著不該發展事業，一展自己的長才，而是要注意任何事業都要建立在服務與布施之上。人只要違背這項真理，他就註定在精神生活上有了殘廢，即令是再富有，也只是貧窮的富人罷了。

人生貴在實現，只有實現者才能發揮自己的潛能，珍惜自己的生活，欣賞生活的點點滴滴。只要你不與生活的實現疏離，不把實現變為貪婪與佔有，那麼生活就變得幸福起來。

參透人生 一齣戲

從佛教的觀點來看，人生有如披上業力的外衣，在演一齣戲。你得意時，也只不過在戲台上得意而已，當你放下戲袍，你還是你自己，所以禪家常說「畢竟是你自己」，你千萬不要被戲中的得意沖昏了頭，這會使你迷失。當然，在你失敗的時候，也用不著過於沮喪看不開，你要想想那些演苦且的人，一上了戲就表演得悽苦無比，但一下了戲還是喜樂自在。當你看出這一點時，你就知道老和尚要人參悟「人生如戲」的本義。

我認為人生如戲還有更積極的意義，那就是要把人生這齣戲演好，接納並愛惜自己的角色，在學校做一個好學生，在家裡做一個好子女，在社會上要當一個好國民，將來在子女面前要當一個慈愛的父母，無論扮演什麼角色，都要把它做好。

光明的 人生 開拓

各位！如果你有個光明精進的人生，過著豐足自在的生活，就需要皈依三寶。皈依佛、皈依法、皈依僧就是皈依三寶。皈依三寶不但在正信的佛教上，得到虔誠信仰的宗教情操，更能滿足超感性的人性需求。在皈依之後，自己便有了崇高的價值理念，看出生命的意義，也給自己的人生帶來活力和希望。它給你一種安和寧靜的歸宿感，也讓自己接觸到宇宙間「存在」的法體。那高級的精神世界，正是我們努力嚮往的希望。那是一個佛的精神世界。

皈依給予自己一個期許，給自己立下一個承繼佛陀新得的開端，它使我們從許多心理障礙中解脫出來，徹底獲得自由；一種能自我控制，並發揮創造力的智慧，讓我們在這塵世中活得有朝氣，有一番好的作為，而不虛度此生；同時，為自己的圓滿人生，締造成佛的資糧。現在讓我們來了解三皈依的涵義。

人生最根本的問題是如何面對自己，如何看待自己。如果成天拿自己跟別人比較，要在別人面前炫耀，甚至期望別人的讚美，那就註定要迷失。一個向外追求的人，必然把自己的本質和對別人的情分，當做達成私慾的手段，他否定了自己，也踐踏了別人。

皈依佛表示皈依了自性佛。對法界而言，我們皈依佛的慈暉，得到佛的加持；對自己而言，是誠懇地接納自己，實現自己。一個不能接納自己的人，會覺得空虛，經常隨著外界的變動而隨波逐流，他們是無根的，是漂泊的，隨時隨地都可能被慾望引誘入彀，成為物慾的奴隸。各位想想，奴隸怎麼會有自由與快樂呢？自我醒覺表示自己能做自己的主人，他的感情和理智不會因為心理生活上的疏離而分了家，在思想和情感上是一致的，所以他們的心中沒有矛盾，也沒有困擾。他們不以挑剔的眼光去看生活，所以生活的愉悅是一切現成的，他們不以不滿之心去嫉恨別人，因為自己的生活已使他滿足。他們珍惜的是自己手上有東西，發揮它、享用它，所以能腳踏實地地成長，在事業上如此，在情感上如此，在生活上更是如此。

就心理層面上，醒覺意味著一種心智成長與協調。這在佛經上稱為圓滿。心理學和研究告訴我們，人的大腦分為左半球和右半球，左半球職司分別、系統、邏輯、語文、計量等；右半球職司直覺、創意、美感、調和等。現代人的生活，整天浸淫於數量、財富、競爭和比較之中，左腦用得太多了，所以精神生活變得緊張，生活的視野變得狹隘，而屬於生活的直觀與創意，則漸漸衰退，這是現代人精神生活的危機。佛教告訴我們，「皈依佛，兩足尊」。我們唯有能自我醒覺，才能讓左腦和右腦得到平衡和協調，也唯有皈依佛，才能使自己自己的生活智慧得到開展。

科學與科技不斷的發展，能為我們帶來許多物質上的方便和滿足，但是人類是否有能力去善用

助印芳名

- 張中堅
- 參仟元整：曾和宮 蕭榮演
- 伍仟元整：陳延 張欽培
- 陳安順 王智宏
- 曾綠
- 參仟陸佰元整：壹仟伍佰元整：

- 林依晴
- 壹仟貳佰元整：林金記 許保旺
- 參仟元整：朱怡璇 陳惠蘭
- 蔡金成 林清福 林千惠
- 壹仟元整：許銘燦 林照坤
- 黃惠美 張惠華
- 沈芳融 徐文雄
- 陳東財 魏雅恭

- 何陳格 李茂男
- 溫美純
- 伍佰元整：呂登輝 劉招君
- 劉廷秀 吳芳華
- 鄭海東 周芳如
- 何佩貞 莊淑菁

- 陳木樹 盧金良
- 梁瑞陽 蔡秀琴 賈春生
- 邱炳寬 黃美琳 蘇宜銘
- 蘇容宜 陳地利
- 卓春金 陳志鋒 黃群芳
- 顏黃爽 陳金利 陳俊宏
- 王正義 陳俊忠 陳碧櫻
- 侯明材 陳慶松

- 肆佰元整：施文樹 蕭炳榮
- 邱依恩 何憲龍
- 無名氏 王瑞源
- 陳俊郎 凌迎曦 吳福榮
- 參佰元整：貳佰伍拾元整：
- 林麗華 蔡江漢
- 李錦暉 徐小鷗
- 林秋金 曾春雄

- 徐月子 黃盛雄
- 林聰陸 王明富
- 盧素微 賴靜華
- 王乃玉 許淑娥
- 馬裕豐 吳勉
- 吳金花 段宏昌
- 張志民 謝春英

- 陳俊銘 黃淑桂
- 陳俊維 侯素雪
- 劉木隆
- 壹佰伍拾元整：黃姿桂
- 壹佰元整：林峰村 林世原

- 馮澤文 石福島
- 吳曼靜 王秋
- 曾五妹 呂信雄
- 江景淵 蔣瓊姬
- 葉方月英
- 伍拾元整：陳彥璋

(下轉第四版)

● 歌之泉湧 ●

誦經一思
——或者，開悟的歷程就是：去發現生命原來 All is good.

兩個希望來代替失望，但是馬上又懼怕第二個希望又會變成失望...

但每個存在卻已是因緣下，相對的完美。把「期待」放下，接受自己...

如實觀察
修行的確只是平常事，開悟也必定是平常事...

許多事在未發生之際，我們總對它充滿焦慮、期待、計劃、擔心...

只要細心經過就會懂得：不過如此，但是，如果你一直拿某一個「結果」衡量、比較...

啊！我終於比上一刻更清楚「它」是什麼了！

生命沒有究竟的完美！

如我是思

弘見

修行的真相是什麼？情緒的真相是什麼？奉獻的真相是什麼？...

第一次拜訪香光寺，就被寺前一畦畦翠綠的菜圃吸引住...

聽說她放棄了兒女的奉養，自願到這山裡種菜供養出家師父...

聽說由於她的虔心向學，從目不識丁而能自己誦誦經典...

聽說：許多有關她的種種，就這樣在師父及山居士的口中流傳著...

聽說：許多有關她的種種，就這樣在師父及山居士的口中流傳著...

聽說：許多有關她的種種，就這樣在師父及山居士的口中流傳著...

聽說：許多有關她的種種，就這樣在師父及山居士的口中流傳著...

橫看成嶺側成峰

芳庭賀

霧鬱的山層層疊疊，連綿，自車窗外映入眼簾...

的寫生者，巴望一妳是大姊，要學好窮；事實上在做這...

以前，我是不屑與那些水平層次較低的同學探討問題...

歡！小時候父母親教兄弟姊妹養成好習慣，該說就說...

也更有價值。廣欽老和尚說：「要結緣不要貪緣。」...

「如果說我真正有善根，我知道，那些善根的累積，是藉知識去觀察體會...

老菩薩

安日



不但可以不用擔心它們被雨、水沖到土裡去，也可以讓它們長得快又壯呀！...

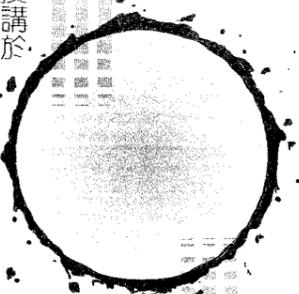
接過那繩子，依樣劃葫蘆地正要將大約手臂長的嫩豆芽綁上去時...

我慚愧地模倣著老菩薩的動作，並且細細咀嚼著她的話...

此時，我感到老菩薩全心耕耘著的，不再只是供養大眾的果蔬...

佛教的人生觀

鄭石岩教授講於
七十八年香光女青年學佛營



(上承第二版)

實踐 在皈依法中

佛教指出，要想開拓光明的人生，就必須奉行「實踐倫理」。倫理不是拿來討論的，是要身體力行的，倫理也不是刻板的教條，而是一種智慧的判斷和指引。佛教的倫理是智慧的，是實踐的，它的目的在於精神生活的圓滿，並及於世間生活的福報。

佛法的倫理包括兩個部分，其一是規範，包括生活的戒律以及種種行願，如普賢行願的十大願、八正道等。其二是佛法的實踐理性，講「蕩相遺執」，從「破相」中解脫種種成見、偏見、刻板印象和知識，而用智慧去作判斷。同時，要更進一步把自己的慾望「轉識成智」，化為實踐倫理的願力。

礙，人只有清楚障礙，才可能有清楚的見地和醒覺。

人類的精神生活，最容易受五種毒素所污染破壞。這五種毒素是貪、嗔、癡、慢、疑。佛教的倫理是要做到：

- 化貪婪為寬容
- 化嗔怒為覺察
- 化愚癡為醒覺
- 化傲慢為謙卑
- 化疑心為信心

佛法的倫理即是菩提行，它是人類所發展出來最完美的人文倫理，透過它的陶冶，我們才有健全的精神和圓滿的人生；經過它的歷練，我們才發展出「無緣大慈、同體大悲」的襟懷。

3 在皈依法中 看到 人性的尊嚴

皈依法是指「皈依佛、法、僧」的意思，是要淨化自己的心理，展現自性淨土。我們皈依佛門，以僧人為導師，去除心中的種種煩惱、憂傷和牽掛。人類精神生活所以發生困擾，是因為有了障礙的緣故。精神生活的障礙，大別可分為三種，那就是缺乏倫理觀念所導致的「業障」，也就是說，當人做了不正常的行為，或者不能為自己的行為負起道德責任時，就會帶來嚴重的業障。特別是不能負起責任，最容易造成空虛和落寞，而許多錯誤都在百般無聊時鑄成的。

第二種障礙是「煩惱障」，是人有了種種虛妄的念頭，這通常是由貪、嗔、癡、慢、疑五毒所誘發出來的。此外，當一個人不能接納自己，而時時想逃避自己，一味要追求做一個別人眼中的強者，也會導致強烈的不安，衍生心理防衛的機制，這都是嚴重的煩惱。

1 以生活格律 培養 自我控制

人的生活必須有規範可循，如果沒有規範就會紊亂，就會失去控制，起摩擦，釀災難。一場車禍的發生往往由於駕駛人不守交通規則，或者缺乏正確的駕駛及保養習慣所致。一般生活的起居，乃至事業上的各類工作，如果缺乏好的生活習慣和工作習慣，都會導致失敗。

事業的成敗，先要確定目標，再分析達成目標所需要的能力，然後把這些能力，培養起來，變成生活和工作的習慣，這是成功的原因。時下，有許多青年朋友，只知道有目標，卻不知道培養能力，養成應有的工作習慣和生活習慣，往往造成眼高手低，最後一事無成。殊不知，戒律是一種行為的指引，是能力的表徵，沒有戒律就註定要失控，要失敗。所以佛陀在圓寂之前，特別交代他的弟子，要「以戒為師」。

在精神生活上，佛教徒必須遵守最根本的五戒。那就是戒殺、戒盜、戒淫、戒酒、戒妄語。這五個基本格律是：

- 戒殺是為了培養慈悲之心，好服務社會，布施有情眾生。
- 戒盜是為了培養恬淡、清淨知足，好孕育真正的智慧。
- 戒淫是為了避免淫亂，培養單純之心，使自己精進有活力。
- 戒酒是為了防範錯亂，能清楚地思考，才有醒覺的心智。
- 戒妄語是為了面對真理，實事求是，這是科學的精神。

戒律是一種生活的法則，它與智慧密不可分，所以也是一種實踐智慧，它具有判斷和調適，有開闊、有方便，所以嚴格地說，戒律是智慧的表现。

戒律是智慧的表现。佛教所以把戒律視為一種智慧是顯而易見的。在工作上，任何一項事務都應該有一定的流程，無論是行政或會計，乃至生產線上，都有一定的程序。如果把程序弄亂，必然造成錯誤，人生又何嘗不是呢？所以不好的生活習慣一定要改正，不適當的工作習慣一定要戒除，更重要的是要為自己建立良好的生活格律和正確的法則。

2 在禪定中 培養 肯定性

什麼叫「定」？各位，請不要誤將禪定當做打坐，打坐固然是訓練禪定的法門，每天抽出時間打坐，淨化自己是必要的，這對於適應繁忙的現代生活，當然很有幫助。但是，更重要的是要維持心中的禪定，不論外界怎麼變化，我們都能維持一個相當的心理平衡和冷靜。這樣你的情感、情緒、思想也就穩定清晰，那就是「禪定」。

禪定能使自己表現出好的肯定性。所謂肯定性就是能誠實地識出一個是或不是，沒有虛偽，這種真誠的態度，一方面表現了內心的安定，一方面表現了婉轉表達意見的和諧。有些人不敢表達自己的意見，有些人羞於接受別人的讚美和批評，這都是缺乏肯定性的緣故。

一個人過於堅持己見，而以批評或攻訐的態度對待朋友，在心理學上稱為侵略性。侵略性的背後隱藏著不安和焦慮，隱藏著敵意和對立，所以那是一種錯亂。這與不敢表達意見和屈意奉承，同樣失去內在的安定力量。禪定，就是要建立一個人的肯定性，讓自己在做人處事上，發揮真正的智慧，維護心理健康，成就幸福愉悅的人生。

禪定不是枯坐或百事不思；唐朝慧能大師的弟子，有一天念一首偈子說：「臥輪有伎倆，能斷百思想，對境心不起，菩提日日長。」慧能聽了即告訴他，這樣修行是錯誤的，他說：「慧能無伎倆，不斷有思想，對境心數起，菩提怎麼長。」可見佛教所說的定，是一種心智的清醒與穩定，只有透過這樣的定，才能肯定生命，肯定生活，肯定真理。

3 以智慧 去過 實現的生活

在佛教的經典裡，無時無刻不告訴弟子「慧即定之用」，有了定和淨的能力，就能孕育出光明的智慧。透過定的洗滌，一個人能看清自己，依照自己的根性因緣，好好去拓展自己的人生，那就叫做實現的生活。實現的法門，如果套用華嚴宗哲學所謂的四

法界加以延伸，可以分為：

- 理無礙；學習通達道理，培養清醒的心智。
- 事無礙；有豐富的知識，具備處事的能力。
- 理事無礙；融合通達道理和廣博知識，成為實踐性智慧。
- 事事無礙；過成功的生活。

美國蓋洛普測驗，於一九八六年對一千五百位成功的美國人作調查，發現他們獲得成功人生的特質，最主要的有五點，即明白事理、廣博知識、多方面能力、幹練的工作和堅定的毅力。這次調查和上述華嚴宗哲學所揭櫫的四個範疇，有許多相似處。

佛教所重視的生活智慧建立在「悟」上，也就是說智慧必須用在生活，解決生活上所遭遇的問題。當然，也包括對生命究竟義的領悟和最後精神生活的圓滿出路。

每一個人都有自己的業力，這是你之所以為你的原因。因此，無論順逆苦樂，都要接納，都要承擔。佛的教誡是每一個人都要依自己的業力轉識成智，把它化為成功的福德時，就要以慈悲心，把自己的收穫跟別人分享，這就是布施。相對的，當我們的業力經過實現而淨化時，我們便從業力解脫出來，而獲得喜悅，這正是實現與布施能帶來快樂的原因。

結論—— 實現 與 解脫

禪宗指出「萬古長空，一朝風月」，一朝風月就是轉識成智的福報，萬古長空代表如來禪，它的大悲精神，空代表如來禪，它給我們有生之年一個圓滿的實現。空是修慧之機，有心納福之門。佛教的人生觀，就建立在真空妙有之上，一方面實現世間的生活，一方面成就精神法界，證菩薩大乘果位。所以說，佛教是世出世間法圓融不二的。

每一個人都有自己的業力，這是你之所以為你的原因。因此，無論順逆苦樂，都要接納，都要承擔。佛的教誡是每一個人都要依自己的業力轉識成智，把它化為成功的福德時，就要以慈悲心，把自己的收穫跟別人分享，這就是布施。相對的，當我們的業力經過實現而淨化時，我們便從業力解脫出來，而獲得喜悅，這正是實現與布施能帶來快樂的原因。