

## 活出生命的光彩與價值

### To Reveal the Brightness and Value of Life

人要怎麼確定自己是活的？生命價值在哪裡？如何活出生命的光彩與價值？

醫生判斷一個人是否存活，都是以心跳、呼吸、腦波為依據。然而，這些方式都是在判斷他人；我的問題是：怎麼知道自己是死是活？關鍵就在：覺知能力——你如有覺知，就是活的；反之，則不是。

什麼是覺知能力？各位正在閱讀這篇文章，就代表你有覺知能力。所有的生命體，都有覺知能力，不論多麼細微。覺知能力必然與被知被覺的對象互相對應；換言之，有能覺，就必然有被覺。生命在能覺；被覺，則是沒有你的生命——能覺才是你的生命。

面對世界，被我們所知、所見、所聽、所觸的任何東西，全都是被覺，能覺並不在其中。因此，你的生命也不在被你覺知的一切中。然而，日日夜夜我們關注的，全都是被知，生命所繫的覺性卻被我們忘失了！我們遺忘了生命本身，卻又希望活出生命的光彩與價值，這不是捨本逐末嗎！要怎樣才是活？首先，要把自己的覺性喚醒；之後，才能探討如何活出生命的光彩與價值。

如何喚醒覺性？我從一個人的角度，將宇宙分為四個層次：世界、身體、識心、覺性。世界就是我們存在的環境；身體就是肉體；識心就是想東想西的心；覺性是什麼呢？祂無法被知，但能知一切，祂不需要思惟，就能清楚明白。佛法名之為自性或是佛性。

為什麼我要把宇宙分成四個部份？因為我要利用這個分法，來讓你看清楚能覺和被覺之間的關係。當你看到、聽到、嚐到、摸到外在世界的事物時，你的能覺和被覺的界線就劃在身體和世界之間。當你閉上眼睛感覺自己的身體時，你的身體成了被覺，而能覺必然是在身體之外，那麼，能覺在那裡呢？在識心這邊。此時，界線變成在識心和身體之間。當你感覺到自己在想東想西時，那個想東想西的想，就是識心。而識心被你知道了，所以，它又變成被知。此時，識心、身體、世界全都被覺了，那麼，就只剩下覺性是能知。此時，界線便在覺性和識心之間。

喚醒覺性，就是能覺和被覺的界線不斷地往覺性移動、靠近的過程。

什麼情況就是界線移動了呢？只要發現一個對象被你覺知了，它就被覺了，你的能覺就不在那裡。這個方法很簡單，很清楚，每個人都能夠執行。

界線到了覺性和識心之間，是否還能繼續往下移動呢？也就是覺性有一半被覺了，一半還是能覺；而剩下的能覺，仍然一半一半不斷地移動下去？如此一來，就永遠做不完了。因此，我們規定，覺性一旦被覺，被覺的部份就併到識心那邊。——意即：覺性是不可被知的，一點點被覺的成份都沒有！

身體和識心，有時是能覺，有時是被覺，因此這兩者是混合區。而世界一直都是被覺，故為純粹的被知。只有覺性，才是純粹的能知、純粹的生命——這是每個人都有的！——而凡是被知、被覺、被想、被說的，都不是覺性！

根據「不可被覺」，可以導出覺性的許多性質。因不可被覺，所以祂不可能被網綁，因此，祂是自由的——即佛法的解脫自在。因不可被覺，所以你的覺性、我的覺性、釋迦牟尼佛的覺性，無法分辨！所以祂是平等的。因所有生命的覺性都不能分辨，因此祂是同體的。當一群生命同體時，自然就會展現出博愛——即佛法的慈悲。因不可被覺，故任何人都無法將之摧毀，所以，祂是不朽的——即佛法的不生不滅。此外，覺性還有一個性質：主動——即佛法的衆中尊。綜言之，我們的覺性（生命）有著自由、平等、博愛、不朽、主動等特質。這不是自古以來人們不斷在追尋的理想嗎！而這些理想，就在我們的生命裡面。

這些美好的特性，要如何展現出來呢？覺性的性質，一定要透過被覺才能顯露！如果沒有呈現在被覺，就無法被人知道。能覺與被覺二者是關連、互動的——有它就有祂，有祂也就有它，二者是同時並存的。他們就像一個太極圖，一陰一陽，永遠是一體的；他們特性各異，卻又不能分開。當能覺與被覺完整地合一時，這個世界就會呈現出真善美、慈悲喜捨、莊嚴、完美、圓滿等諸多生命的光彩與奧妙。

菩薩又名「覺有情」。「覺有情」怎麼做？以上所述，並非人人能懂；一旦有人懂時，便可以運用他的覺知能力，去影響、引導、釐清、排解一些不懂的人的困擾——他們也許做了錯誤、不妥的行為，或是陷於情感與情緒的糾結之中。

想要處理層層糾結纏繞的衆生心，理性思惟不見得有多大用處；最重要的，是要有feeling——運用覺知能力，不透過思維而清楚明白的能力。從覺性直接流出來的feeling，力量是很大的，它可以化解人們心中重重

的糾結、纏繞；它可以看清楚人心之間許多細微的芥蒂與隔閡。當祂展現時，再怎麼冷酷堅硬的心，也會像被春陽融化的冰雪一般，感動涕泣。

當覺性的特質呈現於世間時，會感動其他有覺性的生命也朝著真善美、完美、圓滿的路上一起演化、進步。肉身的結束，並不是生命的句點，因覺性不滅。菩薩再來世間時，過去他對衆生所做的教化，就成爲他的功德、福德、資糧；而這些就是菩薩每一次人生都能再度朝向圓滿趨近的基石。我們的能覺、被覺，就是在一次又一次的人生歷練中，不斷地演化和提升——就在這過程中，生命的光彩與價值同比日月星輝。

梁乃崇  
圓覺文教基金會  
台北，台灣  
〈蘇莉華 整理〉

圓覺文教基金會 出版  
臺大佛學數位圖書館暨博物館 數位化