

# 從天台「一念三千」 論析星雲大師人間佛教的修行觀

釋妙凡  
佛光山人間佛教研究院研究員

---

## 中文摘要

佛法再好，無非平常生活受用。一念三千，是天台宗智者大師個人悟境的終極體驗，晚期思想的集大成，其教觀雙美一直為後人所稱譽。

作為一個宗教師，此篇論文不在資料的比對和差異上著墨，而以天台智者大師一念三千圓教思想的詮釋「低頭舉手，皆成佛道」一即全體，全體即一，不捨任何一法的成佛修行觀，說明生命的提昇與墮落，天堂與地獄，即於當下生活的那一念心而成就，論析星雲大師一生推動的人間佛教，以佛法生活化，生活佛法化的實踐，如何展現天台圓教自他不二的精神，「自行唯在空中，度他三千赴物」的自在超然、大開大闢，希望提供給大家一條人人都看得懂、做得到的成佛之道。

**關鍵字：**天台宗 智者大師 一念三千 人間佛教 星雲大師



# An Analysis of Humanistic Buddhist Practices by Venerable Master Hsing Yun from the Perspective of the Tiantai Thought of the “Three Thousand Dharmas Inherently Contained in Each Moment of Thought”

Miao Fan

M.A., Nanhua University Graduate Institute of Buddhist Studies

---

## Abstract

The significance of the Dharma lies in its applicability to daily life. Yi-nian-san-qian (the three thousand dharmas inherently contained in each moment of thought) is the ultimate attainment of the Tiantai Master Zhiyi in his later days.

The purpose of this paper is not to do a comparative textual analysis, but to interpret Zhiyi's exegesis of the complete teaching on Yi-nian-san-qian, where a movement as simple as lowering the head and raising one's hand is sufficient to become the cause of buddhahood. In saying that one is all, and all is one, the all-inclusive practice of not neglecting any single teaching means that the uplifting or falling of life, heaven or hell are all attained in one single thought. From this point of view, Humanistic Buddhism, as advocated by Venerable Master Hsing Yun throughout his entire life, aims to bring the Dharma into one's daily life. Also to ensure that one's daily life is filled with the Dharma. This paper aims to see how the non-dualistic teaching of the Tiantai complete teaching, is demonstrated. That is, it is carefree, transcending, and open, so as to offer a view of the Buddha path where people can relate to and accomplish.

**Keywords:** Tiantai, Zhiyi, yi-nian-san-qian (the three thousand dharmas inherently contained in each moment of thought), Humanistic Buddhism, Venerable Master Hsing Yun

## 前言

天台智顛大師於《法華玄義》中說明《法華經》：「當知此經唯論如來設教大綱，不委微細綱目。」<sup>1</sup>意為《法華經》不是要談佛陀所欲教導的內容問題——這是微細綱目；而是要談佛陀教育眾生的宗旨以及佛陀教育的基本方法等原則性的問題——這即是所謂的「如來設教大綱」。<sup>2</sup>

就此，天台九祖荆溪湛然在《止觀義例》中提到智者的思想：「一家教門所用義旨，以《法華》為宗骨，以《智論》為指南，以《大經》為扶疏，以《大品》為觀法。引諸經以增信，引諸論以助成。觀心為經，諸法為緯，織成部帙，不與他同。」<sup>3</sup>智者融攝佛陀一代時教，直暢佛陀本懷，即欲令一切眾生成佛「開示悟入佛之知見」，各種方便施設都是為了使眾生成佛的必經過程，權實不二的圓攝佛陀一代時教，天台乃判《法華經》為眾經之王，圓滿成佛之旨歸。

其中百界千如，一念三千的宇宙生命觀：「介爾有心，即具三千」，更是天台智者大師晚年，就其心中所行觀行，深得法華三昧境界所倡說之《摩訶止觀》的思想精華。

順此，星雲大師於《佛教》叢書的「天台宗」中，指出百界、千如，都在我們的自心裡。常有人問：人，生從何來？死又往何處去？宇宙人生是怎樣形成的？未來會是怎樣？我們的心，就時間來說是「豎窮三際」，就空間來說是「橫遍十方」，所以能「心包太虛，量周沙界」，宇宙萬有的根源，都在我們的心中。成功與失敗，在一念之間；快樂與痛苦，也是在一念之間；富貴與貧窮，更是在一念之間。<sup>4</sup>

此篇論文嚐試從一念三千的角度，試論星雲大師人間佛教的修行觀，希望提供給大家一條立基在天台圓教的義理上，不論凡聖，都可以實踐修行的



方法，而此方法跳脫佛教繁複的名相，方便大家理解，人人隨時、隨地，走在成佛之道上，人成即佛成，是名真現實，逐步完成自己的佛國淨土。

## 一、天台「一念三千」之意涵

「一念三千」，出自《摩訶止觀》十乘觀法的「第一觀不思議境」：

夫一心具十法界，一法界又具十法界、百法界。一界具三十種世間，百法界即具三千種世間，此三千在一念心，若無心而已，介爾有心，即具三千。<sup>5</sup>

智者於《摩訶止觀》中所言的不可思議境，是指一念心是三千大千世間，三千大千世間是我們的心。

而智者的「終窮究竟極說」，<sup>6</sup>形構的一念三千世界觀，主要根據以下的思想而成。

1、依《華嚴經·十地品》，一切法可分為地獄、餓鬼、畜生、阿修羅、天、人六凡與聲聞、緣覺、菩薩、佛四聖，共為十法界。

2、十法界中的每一法界又與其餘九法界，互具互融，以十乘十，便成百法界。

3、又此百界皆具足《法華經·方便品》中所的「十如是」，如此百界乘十如，便成百界千如。

4、此百界千如再配合《大智度論》卷四十七所提的三種世間，「五陰世間、眾生世間、國土世間」，即成了三千世間。

5、而眾生當下每一念必屬於十法界中任一法界，每一法界必具三千世間，三千世間在一念，一念即是三千世間。

一念三千展現了宇宙、法界生命整體、同體的圓融觀，基於此立場，牽一髮而動全身，無人可以避免身邊所發生的任何一件事，每一件事都和我們有關，而我們的每一個念頭和行為也都會影響全體生命，一即全體，全體即一，換言之，每個念頭、行為都有影響力，而且此一影響力，震動三千世界，不容小覷。

一念三千的概念，初期於《法華文句》和《法華玄義》中分別就已提出「十界互具」與「百界千如」，而「一念三千」，則是在《摩訶止觀》一書中才提出，是智者大師思想見解、悟境的集大成。以下就一念三千之思想形成，做如下說明。

十法界的概念，在《華嚴經·十地品》敘述第十地「法雲地」時說明：

是菩薩坐大蓮華上，即時足下出百萬阿僧祇光明，照十方阿鼻地獄等，滅眾生苦惱；兩膝上放若干光明，照十方一切畜生，滅除苦惱；臍放若干光明，照十方一切餓鬼，滅除苦惱；左右脇放若干光明，照十方人安隱快樂；兩手放若干光明，照十方諸天阿脩羅宮；兩肩放若干光明，照十方聲聞眾；項放若干光明，照十方辟支佛；口放若干光明，照十方菩薩乃至住九地者；白毫放若干光明，照十方得位菩薩，一切魔宮隱蔽不現；頂上放百萬阿僧祇三千大千世界微塵數光明，照於十方諸佛大會。<sup>7</sup>

此外，結合《華嚴經·光明覺品》的：「一中解無量，無量中解一。」<sup>8</sup>華嚴思想的「一即一切，一切即一」的觀念，智者大師《法華文句》中做如是詮釋：

約十法界者，謂六道四聖是為十法也。法雖無量，數不出十。……一中具無量，無量中具一，所以名不可思議。<sup>9</sup>



以「十」法界來代表無量法，於此，智者大師並將原來《華嚴經》「一中解無量，無量中解一」之「解」字換成了「具」字，連接「一法」與「無量法」之間的關係，《法華玄義》詮釋「遊心法界」時，也提出「具」的概念：

觀根塵相對，一念心起，於十法界中必屬一界。若屬一界，即具百界千法，於一念中，悉皆備足。<sup>10</sup>

此外，智者大師融攝《法華經·方便品》的十如是：

佛所成就第一稀有難解之法，唯佛與佛乃能究盡諸法實相：所謂諸法如是相、如是性、如是體、如是力、如是作、如是因、如是緣、如是果、如是報、如是本末究竟等。<sup>11</sup>

順此《法華玄義》提出百界千如：

一法界具十如是，十法界具百如是。又一法界具九法界，則有百法界千如是。<sup>12</sup>

而眾生每一心念與根塵相合的當下，實即蘊涵了《大智度論》所提出的「三世間」，說明眾生正報、依報及組合眾生之要素：

能照一切世間者，得是三昧故，能照三種世間，即眾生世間、依處世間、五陰世間。<sup>13</sup>

百界千法融攝三世間，則是三千法，以此三千法代表整體宇宙現象，都在吾人當下之一念心，一念心即具三千法，以此說明一法即一切法，一切法即一法。

由上述所說的「十法界」、「十界互具」、「十如是」、「三種世間」，構成一念三千的思想，在「一念」之中，即本具著「有漏的諸法界」與「無漏的佛法界」三千法。

然此「一念」與「三千」的關係，是同時俱顯，當起一念時，即是一切法，一切法即心，《摩訶止觀》云：

此三千在一念心，若無心而已，介爾有心，即具三千，亦不可言一心在前，一切法在後，亦不可言一切法在前，一心在後。祇心是一切法，一切法是心，故非縱非橫，非一非異，玄妙深絕，非識所識，非言所言，所以稱為不可思議境。<sup>14</sup>

一念與三千之間的關係，是「介爾有心，即具三千」，一念和三千「非前非後」、「非縱非橫」、「非一非異」，此當下全體即是宇宙生命觀，十界互具的開展出天台圓教性具的教觀雙美，而智者大師的修行成就，亦被喻為「東土小釋迦」，從一念三千對整體佛教思想中的重要性，及天台何以在判教中，定位為佛陀一代時教中，最圓滿的教法，以及天台宗為大乘八宗之一的歷史地位，都可看出一念三千思想對吾人修證、成佛之重要性。

## 二、星雲大師人間佛教的意涵

什麼是人間佛教？星雲大師說：

人間佛教是每一個人的心、每一個人的道、每一個人的理。人間佛教是佛陀的本懷，是每一個人生命的淨化、昇華，凡能圓滿涅槃之道的教示，都是人間佛教。<sup>15</sup>

三藏十二部經，都在講我們的心，在人間佛教的定義上，星雲大師一語道破「人間佛教是每一個人個的心，每一個人的道、每一個人的理」。在《人間佛教的思想》一文中，以佛教的教主——釋迦牟尼佛，出生在人間，修行在人間，成道在人間，度化眾生在人間，一切都以人間為主，來說明佛陀，是人間的佛陀；佛教，是人間的佛教，而修行是不管你在什麼時空裡，都在



此一心中修行，而每一個人的心，就是人間佛教。

對於「佛教」，為什麼星雲大師要特別強調人間佛教？佛教經歷了戰亂、法難、人為等各因素，於19、20世紀已然成為山林、自了、老人、經懺的佛教，普遍社會認同度低，誤解佛教是消極避世的信仰，有鑑於此，星雲大師以出生、成道、說法、涅槃都在人間的佛陀為指標，倡導佛教應該回歸佛陀示教利喜，慈悲濟世的精神理念，他說：

所謂的「人間佛教」，不是哪個地區、哪個個人的佛教；追本溯源，人間佛教就是佛陀之教，是佛陀專為人而說法的宗教。人間佛教重在對整個世間的教化。一個人或一個團體，要能夠在政治上或在經濟上對社會有所貢獻，才會被大眾所接受；同樣的，佛教也一定要與時代配合，要能給人歡喜，給人幸福，要對社會國家有所貢獻，如此才有存在的價值，否則一定會遭到社會淘汰。<sup>16</sup>

星雲大師認為人間佛教，應該具備六個特性：1.人間性、2.生活性、3.利他性、4.喜樂性、5.時代性、6.普濟性。<sup>17</sup>佛教是以人為本的佛教，在各種經論中，佛陀也一直強調：「我是眾中的一個」《維摩詰經》云：「菩薩隨其方便，則成就眾生；隨成就眾生，則佛土淨。」<sup>18</sup>六祖慧能大師也說：「佛法在世間，不離世間覺，離世求菩提，猶如覓兔角。」<sup>19</sup>由此可知佛教對於眾生及現世生活的重視，離開了眾生，就沒有佛道；離開了人間，枉論成佛。

因此，人間佛教是「現實重於玄談、大眾重於個人、社會重於山林、利他重於自利」，<sup>20</sup>所以他一生中，以深入淺出的語言和行動力，將原來束之高閣，艱澀難懂的佛法，以社會化、生活化、現代化的方式，分別以文化、教育、慈善、共修的事業體系，普及性的讓佛法走進生活，走入廣大社會人心。

他主張「先度生，後度死；先生活，後生死」<sup>21</sup>的觀念，重視現世生活的每個當下，提倡人間佛教是實用的佛法，行住坐臥、衣食住行、舉心動念，都因為佛法的受用，提升生活的品質，生命的淨化。為了讓大家瞭解人間佛教的受用資生，星雲大師就其佛教各經論、古德懿行中，如何於生活中實踐佛法，在〈人間佛教藍圖〉一書中，從各種不同面向，提出人人都做得到的修行方式，如：

倫理觀（居家之道）、道德觀（修養之道）、生活觀（資用之道）、感情觀（情愛之道）、社會觀（群我之道）、忠孝觀（立身之道）、財富觀（理財之道）、福壽觀（擁有之道）、保健觀（醫療之道）、慈悲觀（結緣之道）、因果觀（緣起之道）、宗教觀（信仰之道）、生命觀（生死之道）、知識觀（進修之道）、育樂觀（正命之道）、喪慶觀（正見之道）、自然觀（環保之道）、政治觀（參政之道）、國際觀（包容之道）、未來觀（發展之道），希冀以此建立人間佛教的藍圖與理念。<sup>22</sup>

從這些標題中，我們可以看到星雲大師推動弘揚人間佛教，涵蓋的層面非常的廣，生活中、道德上、政治、經濟，乃至人際關係，都是佛法的落腳處和個人生命昇華的契機因緣，由於內容非常的豐富，讀者可自行參考〈人間佛教藍圖〉一書。

佛教傳來中國，經由各地的文化適應，以及個人對佛陀所體證的教法，而有大小乘之分，星雲大師認為法雖有千差萬別，只要符合「諸行無常、諸法無我、涅槃寂靜」的三法印，能夠受用、淨化、昇華我們的生活的，就是人間佛教，所以他提出：1、五乘共法是人間佛教。2、五戒十善是人間佛教。3、四無量心是人間佛教。4、六度四攝是人間佛教。5、因緣果報是人間佛教。6、禪淨中道是人間佛教。<sup>23</sup>



五乘共法、五戒十善、四無量心、六度四攝、因緣果報、禪淨中道都是人間佛教，只要利他、利己的善法，有助於增進人間幸福的教法，無一不是人間佛教，都是通向成佛之道的資糧，如《法華經》云：「無二亦無三，唯有一乘法。」<sup>24</sup>

由於深知人生離不開金錢、愛情、名位、權力，因此，順此欲念、需求，他一生提倡「要過合理的經濟生活、正義的政治生活、服務的社會生活、藝術的道德生活、尊重的倫理生活、淨化的感情生活。」<sup>25</sup>人間佛教提倡佛法的受益，在於改善我們的生活，淨化我們的心靈，在〈如何建設人間佛教〉中，星雲大師提出：

- 1、建設生活樂趣的人間佛教。
- 2、建設財富豐足的人間佛教。
- 3、建設慈悲道德的人間佛教。
- 4、建設眷屬和敬的人間佛教。
- 5、建設大乘普濟的人間佛教。
- 6、建設佛國淨土的人間佛教。<sup>26</sup>

佛教講苦的目的，無非是希望每個人都能夠離苦得樂，立基於幸福安樂的立場，星雲大師建設人人都想要「生活樂趣」，經濟的一生可以「財富豐足」，無後顧之憂後，於五欲都能得到滿足時，進一步樹立「慈悲道德」社會典範，才能彼此「眷屬和敬」身心和諧，並積極的實踐「大乘普濟」的觀念，實現「佛國淨土」的理想。

如何在短短六十年內，立足台灣，放眼全球，「佛法一切法，為治一切心」，俗話說：「一種米養百樣人。」人心不同，各如其面，如何面面觀照

每個人的需求，從心出發，在《星雲模式的人間佛教》一書中，以四個面向來詮釋此現象：

- 1、闡揚妙諦：說法的語言不同。
- 2、弘法利生：弘化的方式不同。
- 3、慈心悲願：為教的願心不同。
- 4、人間淨土：證悟的目標不同。<sup>27</sup>

「說法的語言不同」，例如：一般人詮釋戒律，總是從否定面去講「這個不可以、那個不行」，形成佛教徒人人害怕受戒，唯恐受戒、犯戒，但是星雲大師說：「戒的根本是不侵犯：不侵犯而尊重別人，便能自由。」「不殺生而護生，自然能獲得健康長壽；不偷盜而布施，自然能發財享受富貴；不邪淫而尊重他人的名節，自然家庭和諧美滿；不妄語而讚歎他人，自然獲得美名善譽；不喝酒而遠離毒品的誘惑，自然身體健康，智慧清明。」<sup>28</sup>他積極、正面的佛法詮釋學，一如他一生的主張，佛教不是給人恐懼、害怕，而是給人歡喜、給人信心、給人希望、給人方便。<sup>29</sup>

「弘化的方式不同」，星雲大師以「弘法為家務，利生為事業」的使命感，樹立佛光山四大宗旨「以教育培養人才，以文化弘揚佛法，以慈善福利社會，以共修淨化人心。」因此，佛光山創辦事業的版圖，廣及全球五大洲弘法利生的因緣，菩提種子遍撒十方，佛學院、幼稚園、中小學、大學及社區大學近五十所；文化弘揚有出版社、翻譯中心、編藏處、美術館、佛光人文教基金會、辦報紙、電視台等近五十個單位；慈善福利部份，設立慈善院，轄下有慈悲基金會、佛光診所、老人精舍、大慈育幼院、萬壽園等，讓人一生的生老病死都能在佛光山完成；而共修的道場，遍及全球二百多間，每天同步在世界各地，發揮弘法利生的功能。他弘法的善巧方便和多元化，



從古至今，無人能出其右。

「為教的願心不同」，星雲大師力主以「出世的思想，做入世的事業」，他以身作則，帶動千二百出家弟子，及百萬信眾，三心增上，四弘誓願，發菩提心，眾生無邊誓願度；發出離心，煩惱無盡誓願斷；發增上生心，法門無量誓願學，為完成此心此願，他說不要讓修行成為懶惰的代名詞，他一生沒有假期，一天當五天用，提倡人生三百歲，毅力超於常人，四大菩薩為榜樣，以六度四攝為舟航，期勉大眾共同～佛道無上誓願成。

「證悟的目標不同」，在給佛光會員信條中，他寫下「我們現證法喜安樂，永斷煩惱遠離無明；我們發願普度眾生，人間淨土佛國現前。」<sup>30</sup>傳統佛教總是希冀了生脫死，往生西方極樂世界，然而大師認為正信的佛教要重視「此時、此地、此人」、「現世淨土」、「以人為本」，人間佛教改變了以往寄託來生重於建設現世，以及薦亡度死重於弘法利生、自了思想重於大乘普濟的錯誤觀念，彰顯人成佛成，是為佛法真實義的理念。<sup>31</sup>

以佛說為主軸，人要為方便，善美為內涵，淨化為目的，人間佛教是21世紀復興佛教的主流，星雲大師以無我的精神，將佛法大意「諸惡莫作、眾善奉行、自淨其意、是諸佛教」，一一付諸佛光普照三千界，法水長流五大洲，這些力量的發展源頭，正如他書寫一筆字時，所言：「不要看我的字，請看我的心。」

### 三、從「一念三千」論人間佛教的修行觀

天台智者大師和佛光山星雲大師雖然表達佛法義理方式不同，卻都以其對於佛法大義的見解和體悟，在生活中，都以當下那一念心修行，以眾生為資糧，成為當代佛教弘法的標竿，開展出一條人人都能就其生活中那一念心的修行，邁向成佛之道。

在《法華玄義》中，智顛對「一念心」的不可思議性，做此說明：

心如幻焰，但有名字，名之為心。適言其有，不見色質；適言其無，復起慮想。不可以有無思度故，故名心為妙。<sup>32</sup>

所言妙者，妙名不可思議也。<sup>33</sup>

「不可用有無思度，故名心為妙。」不能用有無來思量測度，人一分別，就有限制，所以智者用「妙」及「不可思議」來說明我們這一念心。我嘗試從星雲大師一生中，將其一生所推動的人間佛教的修行觀，相應於天台一念三千所展現的性具善惡的思想，開展其不可思議的弘法度眾「佛光普照三千界，法水長流五大洲」的修行實踐。

一念三千，意謂生命是善惡兼具，凡聖一如，好壞一起的同體共生命觀、宇宙觀，就此，我提出四點，來論述人間佛教如何就此一念心，於生活中落實修證：

### （一）我是佛

佛陀於菩提樹下證悟時，說：「奇哉！奇哉！大地眾生皆有智慧德相，只因妄想執著不能證得。」眾生皆有佛性，人人皆能成佛，鼓勵了學佛之人，有一個實踐的終極目標，然而如何理解？如何落實？進而邁向成佛之道呢？智者在《法華玄義》針對「心、佛、眾生」三法中，提出：

眾生法太廣，佛法太高，於初學為難。然心佛及眾生，是三無差別者，但自觀心則為易。<sup>34</sup>

智者大師認為「眾生法太廣，佛法太高，但自觀心則為易。」從一念三千的思想中，心、佛、眾生，本來就是一體的，由我們最切身的一念心觀起，一心具十法界，觀心的同時，就是走向眾生，通向佛道的正道。



如何透過這平常一念心，來修行成佛《摩訶止觀》云：

若人性多貪欲，穢濁熾盛，雖對治折伏，彌更增劇，但恣趣向。何以故？敬若不起，不得修觀。譬如綸釣，魚強繩弱，不可爭牽。但令鈎餌入口，隨其遠近，任縱沉浮，不久收獲。……幻化與空及以法性不相妨礙，所以者何？若蔽礙法性，法性應破壞；若法性礙蔽，蔽應不得起，當知蔽即法性，蔽起即法性起，蔽息即法性息。《無行經》云：「貪欲即是道，恚痴亦如是。如是三法中，具一切佛法。若人離貪欲，而更求菩提，譬如天與地。」貪欲即菩提，《淨名》云：「行於非道，通達佛道。」一切眾生，即菩提相，不可復得；即涅槃相，不可復滅。為增上慢，說離姪怒痴，名為解脫。無增上慢者，說姪怒痴性，即是解脫。一切塵勞，是如來種，山海色味，無二無別，即觀諸惡不可思議理也。<sup>35</sup>

雖然「人性多貪欲，穢濁熾盛」，但是，如果刻意「對治折伏，彌更增劇，但恣趣向。」刻意去對治他，只是造成反感，不如接納這些現象「貪欲即是道，恚痴亦如是。如是三法中，具一切佛法。……一切眾生，即菩提相；一切塵勞，是如來種。」在《法華玄義》中，智者提出：

佛性即中道，因緣生法，一色一香無不中道，此則從凡至聖，悉皆是中道，第一義諦。<sup>36</sup>

佛性即中道，對於天台而言，任何「因緣所生法」，不管是善、是惡、是好、是壞，「一色一香無不中道」，甚至「從凡至聖，悉皆是中道，第一義諦」，修行不是離開了生活，而是當下的認識和承擔，煩惱升起的時候，也正是人的智慧展開的契機。

無明與明都內涵於我們的心中，人人都有佛性，人人也都有習性。欲望，原是自然的事，欲樂，是世人所需求的，這是業力習氣因緣，在佛教裡，聲聞、緣覺的小乘講究離欲，人乘的佛教講究節欲，而大乘菩薩面對財、色、名、食、睡五欲時，是加以化導、化欲。

人生的欲望很多，大體而言，有對財物的要求、身體美貌壯健的期望、家庭與親族朋友的和諧相處，以及情感的如意等，如何就此人人每天都要面對和需要的事情，既能夠在欲中自在？又能善用所欲？對於金錢的看法，星雲大師說：「有錢是福報，會用錢是智慧，錢用了，才是自己的。」<sup>37</sup>說到感情，大師認為愛是生命的來源，要「用理智來淨化感情、用慈悲來運作感情、用禮法來規範感情、用道德來引導感情。」<sup>38</sup>煩惱即菩提，念起，正是轉念成就的因緣。

把握此一念心「是心是佛，是心作佛」，以己心為出發，以眾生為資糧，成佛便是每一個當下，如《法華玄義·卷二》云：

心法妙者，如安樂行中，修攝其心，觀一切法，不動不退；又一念隨喜等，普賢觀云：我心自空，罪福無主，觀心無心，法不住法；又心純是法，淨名云：觀身實相，觀佛亦然，諸佛解脫當於眾生心行中求。華嚴云：心佛及眾生，是三無差別，破心微塵，出大千經卷。<sup>39</sup>

身心安樂，要「修攝其心，觀一切法，不動不退。」觀此一念心的成就，必需是「諸佛解脫，當於眾生心行中求」<sup>40</sup>，如何於眾生心行中求呢？有別於傳統念佛、拜佛、學佛的觀念，星雲大師提出「行佛」的修行，如：

- 1.慈悲喜捨是行佛
- 2.救苦救難是行佛
- 3.奉獻服務是行佛
- 4.義行仁道是行佛



- 5.端正身心是行佛
- 6.生活密行是行佛
- 7.尊重包容是行佛
- 8.與人為善是行佛
- 9.慚愧感恩是行佛
- 10.吃虧委屈是行佛
- 11.忍耐接受是行佛
- 12.四不壞信是行佛
- 13.與時俱進是行佛
- 14.胸懷法界是行佛
- 15.同體共生是行佛
- 16.佛化人間是行佛<sup>41</sup>

貪瞋痴的習氣像雪球一樣，彌覆在我們的自性上，要能常常提起「我是佛」的正念「慈悲喜捨、慚愧感恩、救苦救難、吃虧委屈、奉獻服務、忍耐接受……」，日復一日的實踐，養成正面思考的習慣，便是日日佛光普照，習氣的雪球就算再硬再厚，久而久之，也會自然而然的融化於中，正如經典所云：「破心微塵，出大千經卷。」

以「行佛」做為實踐，星雲大師也倡導，人人當下承擔「我是佛」。每次主持皈依三寶典禮時，星雲大師會開示大家一起念：「我是佛。」接著他會說：「好，既然大家都已經承認自己是佛，那麼你們皈依典禮完畢回家的時候，夫妻就不能吵架，因為佛陀不會吵架；你們以後也不能吸煙，你們有看過佛祖叼著煙斗嗎？」<sup>42</sup>修行在自覺，自我健全，逐漸完成自己的人格，開發自己的佛性。

一心十法界，明即無明，無明即明，人雖有習氣煩惱，也有自覺、自我開發的能力，星雲大師認為：一個人「心中有佛」，眼裡看到的必定都是佛的世界，耳朵聽到的必定都是佛的音聲，鼻中嗅到的必定都是佛的氣息，口裡所說的必定都是佛的語言，身體所做的必定都是佛的事情；如果人人如此，這就是一個佛的世界，家庭怎能不幸福安樂呢？治安怎能不安全良好

呢？國家怎能不富強康樂呢？<sup>43</sup>

佛陀是已經證悟成佛的眾生，眾生是未修證的佛陀，一心十法界，成佛作祖、六道輪回都在此一念心，「行佛所行」、「學佛所學」，以人為本，是心是佛，心、佛、眾生，三無差別的走在成佛之道上，則必定可以離苦得樂，解脫自在，人人成就我是佛。

## （二）發心就發展

心的力量，到底有多大呢？〈勸發菩提心文〉云：「心發則佛道堪成，願立則眾生可度。」在《法華玄義》中智者大師引證諸經論，說明心的力量：

觀心引證者，釋論云，一陰名色，四陰名名，心但是名也。大經云：能觀心性，名為上定，上定者第一義定。證心是體，大經云：夫有心者，皆當得三菩提心，是宗也。遺教云：制心一處，無事不辦，心是用也。釋論云：三界無別法，唯是一心作，心能地獄，心能天堂，心能凡夫，心能賢聖，覺觀心是語本，以心分別於心，證心是教相也。<sup>44</sup>

在《大涅槃經》中提到：「能觀心性名為上定，上定者第一義定。」眾生的心性，是修觀證悟的法體，有心者都能證悟，「皆當得三菩提心。」要成就任何一事，只要「制心一處，無事不辦。」世間千萬因緣的變現，都是「三界無別法，唯是一心。」能觀、所觀此不思議境一念三千，萬事萬物都會共同成就，如星雲大師說：

心量有多大，成就才能有多大，一個的人心量能夠容納一個家庭，他可以當家長；能容納一個村莊，可以當村長；能容納一個國家，就能當一個國家的領袖。做人要能放大心量，能有佛陀



「心包太虛，量周沙界」的心量，才能容納世界眾生，才能與宇宙同在。<sup>45</sup>

### 《法華玄義》論觀心：

若心生起者，以心觀心，由能觀心有所觀境。以觀契境故，從心得解脫故。若一心得解脫，能令一切數皆得解脫故。<sup>46</sup>

「若心生起者，以心觀心」，我們當下的一念心，觀此心所造之一切境界，能觀所觀二而不二。從環境而言，星雲大師就其心中對人間佛教的藍圖，將荒山野嶺建設為佛光淨土，從佛光山開山到2011年落成的佛陀紀念館以及2013年的佛光大道等等，沒有限制、障礙的發展，一如「以觀契境故，從心得解脫故。」

從人事的角度，他的發心更是異於常人，平常家裏有二、三個兒女，教育、養育便是生活的壓力了，再加上每個人的個性、脾氣不同，都是父母的負擔，然而，星雲大師出家弟子千餘人，在家信徒百餘萬，有人就有事，有事就有人，憑借其度眾的發心，有容乃大的廣結善緣，成就開山以來，從總本山高雄佛光山到全球二百多間道場、遍及五大洲的國際佛光會、人間衛視、人間福報、幼稚園到大學的興學教育、23所遍及海內外的美術館，如同智者所言「若一心得解脫，能令一切數皆得解脫故」。創造力、行動力、影響力，一如一念三千的無遠弗屆。

信仰的真義，不是求佛菩薩施捨，而是發心為人服務奉獻，只要肯發心為人服務，我為人人，人人為我，十界互具，互為因緣，各項事業的發展，就會無止盡的延申，遍及三千世界。如《摩訶止觀》云：

心與緣合，則三種世間，三千性相，皆從心起。……一即一切，一切即一，非一非一切，遍歷一切，皆是不可思議境。<sup>47</sup>

一念三千，善惡並俱，星雲大師罹患糖尿病四十餘載，導致近年視力模糊，其樂愛閱讀因緣嘎然改變，他以耳代眼，以傾聽、善聽的特長，繼續關心時勢，廣涉各家學說思想；同時，他順此因緣，每日潛心書法，揮毫不輟，日日法水長流，佛光普照，其書法有：「福由心生」、「向前有路」、「知道就好」、「宇宙為心」、「善緣好運」、「心無罣礙」等數萬幅，提供在家、出家修行的座右銘，鼓勵大家向上、向善，現在已為社會大眾廣為收藏，做為個人修心養性或傳家之寶。

目視不明，原是痛苦、難過的因緣，但是，星雲大師善用發心、一以貫之的精神、毅力，不為病苦所障，超越肉體的限制，持續弘法利生的創造因緣，使一筆字因緣，成為美談，也成就了獨門「一筆字」書法絕學，真正發揮「心與緣合，則三種世間，三千性相，皆從心起。」遍歷一切，處處皆是不可思議境。

一念心，具含三千無量因緣，眾即是我，我即是眾，萬象雖有千差萬別，然而「心安，則身體安；心通，則諸事通；心明，則諸事明；心開，則法門開；心空，則萬象空；心平，則萬世平，心淨，則國土淨」。<sup>48</sup>

只要願意發心，時節因緣成熟，則三千大千世間的因緣，便會追隨而至，一般人因為習氣障礙，自我設限，不能成就「此不可思議境」，曾有人問筆者：心有多大，事業就有多大？我的心如何變大？觀心，關心也，事事關心，有容乃大，一念三千，在時間上超越三大阿僧祇劫，在空間上超越東西南北十方，一念，可以跨越時空，沒有「界」限的無可限量。

### （三）建設淨土在人間

淨土人人嚮往，但是，只能寄望來世嗎？現世可以成就嗎？



《法華文句》卷四云：

若眾生行不善心時，與不善界俱；行善心時，與善界俱；行勝心時，與勝界俱；行鄙心時，與鄙界俱。<sup>49</sup>

《法華玄義》卷一云：

心能地獄，心能天堂，心能凡夫，心能賢聖。<sup>50</sup>

《法華玄義》卷二云：

此心幻師，于一日夜常造種種眾生、種種五陰、種種國土，所謂地獄假實國土，乃至佛界假實國土。行人當自選擇何道可從！<sup>51</sup>

「若眾生行不善心時，與不善界俱；行善心時，與善界俱。」心善與不善時，境界也會因應心念而起，所以智者提出「心能地獄，心能天堂，心能凡夫，心能賢聖。」甚至更具體明白的指出「所謂地獄假實國土，乃至佛界假實國土，行人當自選擇何道可從！」我們的心中具足一切法，天堂地獄都在我們的心裡，一念善就是天堂，一念惡就是地獄，三千世界、大地山河、無量阿僧祇劫、無數芸芸眾生，乃至天堂地獄都在我們的一念，<sup>52</sup>心好一切好，心平一切平，當我們心裡有罣礙和障礙時，一切也會森羅萬象的因應而生，都看我們怎麼想、怎麼看、怎麼做。

前文中有提到，一般佛教徒將淨土寄託於來世，說到淨土，就會讓人聯想到西方極樂世界的彌陀淨土，所謂「家家彌陀，戶戶觀音」，阿彌陀佛的淨土思想長期以來深植人心，卻也讓大家忽視現世的建設，因而消極避世，自修自了，活著便等待往生淨土的錯誤觀念，星雲大師為扭轉大家這些不當認知，以其深厚的佛學素養、體證，主張「建設人間淨土」，並且以身體力行現世人間淨土的建設：

要把幸福、快樂在當下成就，不必將希望寄託於未來，今生所有一切的行善、修持、修福，在現生就可以得到回報，不必寄望於來生。<sup>53</sup>

他所開創的佛光山，由五座山頭所組合而成，猶如人的五根手指頭，中指為中軸線，放生池，經過不二門，是五百羅漢的靈山勝境，再往前走是朝山會館、華藏玄門、成佛大道、大雄寶殿、如來殿，此中軸線貫穿佛光山脈；食指，東山處，男眾佛學院、大智殿、大佛城、地藏殿；大姆指的地方則是萬壽園、佛光診所。無名指則是西山處，女眾佛學院、大悲殿；小指處則是大慈育幼院和佛光精舍、普賢殿。從以上建築的規劃，可以看到幾個面向：

1、大乘思想：中軸線有大雄寶殿供奉三寶佛：釋迦牟尼佛、東方藥師佛、西方阿彌陀佛，二邊分別是悲智願行四大菩薩的殿堂，建築說法，不言而喻呈現佛光山是一個大乘菩薩、上弘下化的菩薩道場。

2、眾生平等：一個健全的僧團，必要有男女兩序大眾方為健全，在建築的規劃上，男女二眾，不是上和下，而是東、西兩邊，呈現一個僧團平衡的生態，眾生平等的觀念。

3、生老病死：生有大慈育幼院，老有佛光精舍，病有佛光診所，死有萬壽園，人的一生都可以在佛光淨土中，得到安養、終老。

其它相關的建設，有寶橋度佛、七重欄楯、同登法界、藍毗尼園、放生池等等，大師就其對佛經的領悟，在荒山野嶺裏，順其自然的山林形勢，在有限的資源裏，一一闢出清淨的淨土。在〈不要讓阿彌陀佛幫我們報恩〉中，星雲大師提到創建佛光山的理念：



建道場殿堂時，非常注重式樣格局，總是力求外部的大方莊嚴，內部美觀舒適，怡人心脾。雖然無法做到行樹羅網、水鳥說法的境地，但是我購苗植林，愛護禽獸，使來山遊客都能享受林園風光；我搬砂運土，移山倒水，建設淨土洞窟、佛教文物陳列館、展覽館，讓朝山信徒均能領略文化之美；我恪遵古制，取法現代，成立禪堂、念佛堂、禮懺堂，令佛子們都能在此獲得法喜禪悅；我用心擘劃一桌一凳、一瓦一石，希望凡是來這裡的一切眾生，均能滌盡塵慮，增長菩提。<sup>54</sup>

然而西方極樂世界，之為極樂，乃因無有眾苦，但受諸樂，思衣得衣，思食得食，諸上善人聚會一處。因此，佛光山除了硬體的建設外，軟體的設備、待人處世的處處「給」人，才是淨土最大的本質：為了讓來山遊客能徜徉在淨土的氛圍裏，在佛光山或佛陀紀念館，你肚子餓了，有熱騰騰的平安粥；你口渴了，有佛光茶；想要談禪論道，客堂、殿堂有法師為你解除迷惑；刮風下雨，有風雨走廊，為你遮風避雨，在這裏，如同淨土般，輕安喜樂，自在隨緣。

娑婆世界儘是五欲塵勞，淨土世界人人都想追求，在西方有極樂淨土，在東方有琉璃淨土，彌勒菩薩有兜率淨土，《維摩詰經》也有：「隨其心淨，則國土淨。」<sup>55</sup>的唯心淨土。淨土，到底在那裏？慈航菩薩說：「只要自覺心安，東西南北都好。」正如星雲大師於《佛光菜根譚》中云：

我看花，花自繽紛；我見樹，樹自婆娑；

我覽境，境自去來；我觀心，心自如如。<sup>56</sup>

從佛光山的建設，到全球各地的道場，建在山明水秀之中者固然有之，也有設在喧囂鬧市的高樓大廈裡，例如，佛光山台北道場，樓下就是K T V，

星雲大師認為：幽蘭長在深谷裡，因此只能孤芳自賞；牡丹性喜南地，所以北地之人無緣親炙。如果太堅持表面的清淨，反而無法對一切萬物發揮正面的力量，了解佛法廣大無邊，包容萬象的真諦，和光同塵，不執不拒，如蓮花一般出污泥而不染，在暑熱中吐露芬芳。<sup>57</sup>

真正的淨土，不是逃避世俗覓得清涼地，佛道在眾生身上求，依尋眾生的需求，星雲大師提倡三好運動，人人「做好事、說好話、存好心」，身口意三業逐日自我淨化，你好、我好、大家好，佛國淨土就在現世，只要大家願意付出、奉獻，我為人人，人人為我，人間處處都是淨土。

#### （四）包容，人生就圓滿

一心十法界，四聖和六凡、習性和佛性，貪瞋痴慢癡和慈悲喜捨，交織在我們的生命裡，一旦遇緣便隨順其發揮，愛別離苦、怨憎會苦、五蘊熾盛苦，相繼而來，人生就在這苦樂參半中，起起伏伏，古人說：「人心不足蛇吞象。」也說：「知足第一富。」幸福安樂、煩惱痛苦，天堂和地獄盡在一心中。

《法華玄義》卷五說：

今但明凡心一念，即皆具十法界，一一界，悉有煩惱性相、惡業性相、苦道性相。若有無明煩惱性相，即是智能觀照性相。何者？以迷明，故起無明，若解無明，即是於明。《大經》云：無明轉，即變為明。《淨名》云：無明即是明。當知，不離無明，而有於明，如冰是水，如冰是水。又凡夫心一念，即具十界，悉有惡業性相，惡性相，即善性相。由惡有善，離惡無善，翻於諸惡，即善資成，如竹中有火性，未即是火事，故有而不燒，遇緣事成，即能燒物，惡即善性，未即是事，遇緣成事，即能翻惡，



如竹有火，火出還燒竹，惡中有善，善成還破惡，故即惡性相是善性相也。<sup>58</sup>

智者在文中指出，「若有無明煩惱性相，即是智能觀照性相」，無明煩惱正是智慧觀照因緣，「以迷明，故起無明，若解無明，即是於明」，會有無明，是因為有其明慧智照，如果可以通達無明，便是慧日當空。「又凡夫心一念，即具十界，悉有惡業性相，惡性相，即善性相。」凡夫一念心具足十法界，十界互具，四聖六凡的因緣果報，重重無盡的圓融生命觀，盡在其中，善惡相即相入，惡是善、善是惡，相輔相成。

以十界互具的理念，傳遞善惡一體，因此好壞一半的世間是自然、正常的，就其一念心，如何觀此不思境，進而落實修行，星雲大師於〈尊重與包容〉一文中具體提出：

娑婆穢土是個一半一半的世界；佛一半，魔一半；男一半，女一半；善人一半，惡人一半；智者一半，愚者一半……，我們生活在這一半一半的世界裏，不能只要這一半有利我的天地，拒絕那一半障礙我的世界。唯有通通包容，接納一切，我們才能擁有全面的人生。揚湯不能止沸，以恨更不能消恨，面對一半不如意的人事，我們唯有以無緣同體的慈悲心、自他不二的平等心來包容對方，才能化解干戈，消弭怨懟，贏得更多的敬愛，獲得美滿的人生。<sup>59</sup>

善的發生時，也可能會連帶惡的因緣；看起來是惡的事情，卻可能會引發善動機，譬如說：現代的年輕人，父母保護太好，凡事都代為解決，看似好命，卻喪失與人相處和做事的能力。然而若是心存感恩，事事用心，積極向上，也會別有一番風光；而有人從小孤苦零丁，凡事靠自己努力，增加信

心、抗壓力，激發積極向上的一面，但是，若是處處抱怨，事事放棄，再好機緣也會錯身而過。一心十法界，好壞是一體的二面，能好也能壞，能壞也能好，此世間的實相，全看我們怎麼想。

如智者大師在《法華玄義·卷二上》，所謂「遊心法界者」：

觀根塵相對，一念心起，於十法界中必屬一界。若屬一界，即具百界千法，於一念中，悉皆備足。<sup>60</sup>

一念心具足一切因緣、法門，不能離善而言惡，不能離惡而言善，然而就一般人而言，好壞、善惡是一種對立的關係。星雲大師最新鉅著《百年佛緣》2013年4月2日在台北國家圖書館舉行新書發表會時，有記者問台灣興建核四，到底好不好？他說：「世間事沒有絕對好壞，就像拳頭，打你一拳，好痛，可是用來捶背，卻是好舒服。」

拳頭是好是壞，就看我們心思放在哪裡，功用在哪裡。一心十法界的性具思想，好壞一如的生命共同體，我們不能去包容那不好的一半，排斥彼此，挑三揀四的結果，無非自斷手腳，人生處世，就會舉步唯艱，在一半一半的世間，看似千差萬別的一心十法界，實際是共生共融的生命觀，歡喜對方的優點，也要接納對方的缺點，一旦包容等視眾生，娑婆世界也就是常寂光淨土的理想境界，如，《摩訶止觀》云：

離凡法更求實相，如避此空彼處求空；即凡法是實法，不須舍凡向聖，經言，生死即涅槃，一色一香皆是中道。<sup>61</sup>

星雲大師於〈人間佛教的基本思想〉中也提到：

擴大心內的世界，則人間所有一切眾生、所有一切世界，都離開不了我們的心。以眾為我，心、佛、眾生，等無差別時，才是真



正幸福圓滿的人生，也才是人間佛教的真正精神所在。<sup>62</sup>

如《法華經·普門品》云：「慈眼視眾生，福聚海無量。」<sup>63</sup>一心十法界，一念三千的圓融世界觀，是如此的浩瀚遼闊，無遠弗屆，若能事事包容、接納、享有，山河大地，萬千生靈，都與我們同在，有容乃大；一切因緣，無不成就，此一念心「有佛法就會有辦法」，如高雄中山大學榮譽教授，名詩人余光中先生所言：「星雲大師從一無所有，到無所不有」，無我，而無所不能。

#### 四、結語

從一念心到人間佛教的修行觀「我是佛」、「發心就發展」、「建設現世人間淨土」、「包容，人生就圓滿」，從中可以看到，一念三千，提供每一個生命無遠弗屆的生命觀、宇宙觀，此心，是人人本具的佛性，人人成佛的依據，百界千如，相融相入，沒有「界限」，自由而又圓融，內在，而又超越。

在十界互具的觀念中，彰顯生命彼此的關係是環環相扣、互相關連的成就和牽制，因此，修行不能捨棄任何一法，任何一法都是牽一髮而動全身；而也因為在修行中，不捨棄任何一法，進而開發我人的般若智慧，沒有不能相處的人，沒有做不到的事，如《法華經·普門品》：「應以何身得度者，即現何身而為說法。」應機契物，自在超然。

「心即一切法，一切法即心」，在一念心的修行中，所有度眾法門一一被喚醒，如湛然大師在《十不二門論》所云：「自行唯在空中，利他三千赴物；物機無量，不出三千，能應雖多，不出十界；界轉現，不出一念；土土互生，不出寂光；眾生由理具三千，故能感；諸佛由三千理滿，故能應；應遍機遍，欣赴不差。」<sup>64</sup>

筆者從閱讀星雲大師人間佛教的書籍及觀察中，深感星雲大師所推動的「生活佛法化，佛法生活化」人間佛教的修行，正是應證此一念三千，觀不思議境法門最好的實踐，他的修行成就、弘法事業，亦如湛然大師所言「自行唯在空中，利他三千赴物。」可以說是現代大乘菩薩道，理論與實踐的代行者。

最後，謹以星雲大師在《佛光菜根譚》〈勵志修行證悟〉篇，云：「人間的佛陀，不捨棄一個眾生，因為人人都有佛性；人間的佛教，不捨棄一點世法，因為處處都真理。」<sup>65</sup>做為此篇的總結。

---

## 注 釋

1. 《大正藏》冊33，頁800中。
2. 郭朝順：〈法華經的主題與精神〉，<http://www.zgs.org.tw/epaperSystem/periodical/9603/epaper3-4.htm>
3. 《大正藏》冊46，頁452下。
4. 星雲大師：《宗派》，《佛教》叢書，佛光山宗務委員會、國際佛光會世界總會印行，頁499。
5. 《大正藏》冊46，頁54上。
6. 《大正藏》冊46，頁296上。
7. 《大正藏》冊9，頁572上。
8. 《大正藏》冊9，頁423上。
9. 《大正藏》冊34，頁43上。
10. 《大正藏》冊33，頁696上。
11. 《大正藏》冊9，頁5下。
12. 《大正藏》冊33，頁693下。
13. 《大正藏》冊25，頁402上。
14. 《大正藏》冊46，頁54上。



15. 星雲大師：《普門學報》第1期〈中國佛教階段性的發展芻議〉，佛光山文教基金會出版，民國90年，頁47。
16. 星雲大師：《人間佛教論文集（下）》，香海文化出版，2008年，頁323。
17. 星雲大師：〈人間佛教的基本思想〉，《人間佛教叢書·人間與實踐》，香海文化出版，2008年，頁183。
18. 《大正藏》冊14，頁538下。
19. 《大正藏》冊48，頁351下。
20. 星雲大師：《普門學報》第1期〈中國佛教階段性的發展芻議〉，頁56。
21. 〈怎樣做個佛光人〉，《星雲大師講演集（二）》，佛光文化出版，民國80年，頁7。
22. 《人間佛教論文集（下）》，頁321。
23. 《星雲大師講演集（一）》，頁258。
24. 《大正藏》冊9，頁8上。
25. 滿義法師著、高希均導讀：《星雲模式的人間佛教》，天下遠見出版，2005年，頁4。
26. 《星雲大師講演集（一）》，頁260-280。
27. 《星雲模式的人間佛教》，目錄頁。
28. 星雲大師：〈怎樣做一個佛教徒〉，《佛教》叢書《教理》，頁22。
29. 星雲大師：〈佛光人的工作信條〉，《佛光教科書·佛光學第14課》，佛光文化出版，1997年，頁139。
30. 〈佛光會員信條〉，《佛光教科書·佛光學第14課》，頁142。
31. 滿義法師：《星雲模式的人間佛教》。
32. 《大正藏》冊33，頁685下。
33. 《大正藏》冊33，頁681上。
34. 《大正藏》冊33，頁696上。
35. 《大正藏》冊46，頁17下。
36. 《大正藏》冊33，頁761中。
37. 星雲大師：〈錢，用了才是自己的〉，《往事百語·心甘情願》，佛光文化出版，1999年，頁8。
38. 星雲大師：〈佛教對感情的處理〉，《佛光教科書·實用佛教》，頁124。
39. 《大正藏》冊33，頁693上。
40. 《大正藏》冊14，《維摩詰經·文殊師問疾品》，頁544下。

41. 星雲大師：《人間佛教法要·自覺與行佛》，國際佛光會世界總會發行，2012年，頁130。
42. 〈我是佛〉，《往事百語·皆大歡喜》，頁198。
43. 〈我是佛〉，《往事百語·皆大歡喜》，頁203。
44. 《大正藏》冊33，頁685下。
45. 星雲大師：《人間萬事·放大》，香海文化出版，2009年，頁143。
46. 《大正藏》冊33，頁685下。
47. 《大正藏》冊46，頁55上。
48. 星雲大師：《人間萬事·心的妙用》，頁16。
49. 《大正藏》冊34，頁60下。
50. 《大正藏》冊33，頁685下。
51. 《大正藏》冊33，頁696上。
52. 星雲大師：《人間萬事·一念之間》，頁26。
53. 《普門學報》第29期，頁2。
54. 《往事百語》，頁129。
55. 《大正藏》冊14，頁538下。
56. 星雲大師：〈自然因果法則〉篇，《佛光菜根譚（二）》，佛光文化出版，2000年，頁157。
57. 《往事百語·有佛法就有辦法》，頁101。
58. 《大正藏》冊33，頁743下-頁744上。
59. 星雲大師：《人間佛教的法要》，頁29。
60. 《大正藏》冊33，頁696上。
61. 《大正藏》冊46，頁6上中。
62. 〈人間佛教的基本思想〉，《佛教叢書·人間佛教》，頁202。
63. 《大正藏》冊9，頁58中。
64. 《大正藏》冊33，頁919中。
65. 星雲大師：《佛光菜根譚（一）》，佛光文化出版，1998年，頁57。



## 參考書目

- 1、隋·智顛：《妙法蓮華經玄義》，《大正藏》冊33，編號1761。
- 2、隋·智顛：《妙法蓮華經文句》，《大正藏》冊34，編號1718。
- 3、隋·智顛：《摩訶止觀》，《大正藏》冊46，54頁上，編號1911。
- 4、唐·湛然：《止觀止例》，《大正藏》冊46，編號1913。
- 5、唐·湛然：《十不二門論》，《大正藏》冊46，編號1927。
- 6、東晉·佛馱跋陀羅譯：《大方廣佛華嚴經》，《大正藏》冊9，編號395。
- 7、姚秦·鳩摩羅什譯：《妙法蓮華經》，《大正藏》冊9，頁8上，編號262。
- 8、龍樹菩薩造 後秦 鳩摩羅什譯：《大智度論》，《大正藏》冊25，編號1509。
- 9、吳 支謙譯：《佛說維摩詰經》，《大正藏》冊14，編號519。
- 10、元·宗寶編：《六祖大師法寶壇經》，《大正藏》冊48，編號2008。
- 11、星雲大師：《星雲大師講演集（二）》，高雄：佛光文化出版，1991年。
- 12、星雲大師：《佛光教科書》，佛光文化出版，1997年。
- 13、星雲大師：《佛教》叢書，高雄：佛光文化出版，1997年。
- 14、星雲大師：《佛光菜根譚》，佛光文化出版，1998、2000年。
- 15、星雲大師：《往事百語》，佛光文化出版，1999年。
- 16、星雲大師：《普門學報》，高雄：佛光山文教基金會出版，2001年。
- 17、星雲大師：《人間佛教論文集》，台北：香海文化出版，2008年。
- 18、星雲大師：《人間萬事》，台北：香海文化出版，2009年。
- 19、星雲大師：《人間佛教法要》，國際佛光會世界總會發行，2012年。
- 20、滿義法師：《星雲模式的人間佛教》，台北：天下遠見出版有限公司，2005年。
- 21、郭朝順〈法華經的主題與精神〉，<http://www.zgs.org.tw/epaperSystem/periodical/9603/epaper3-4.htm>