

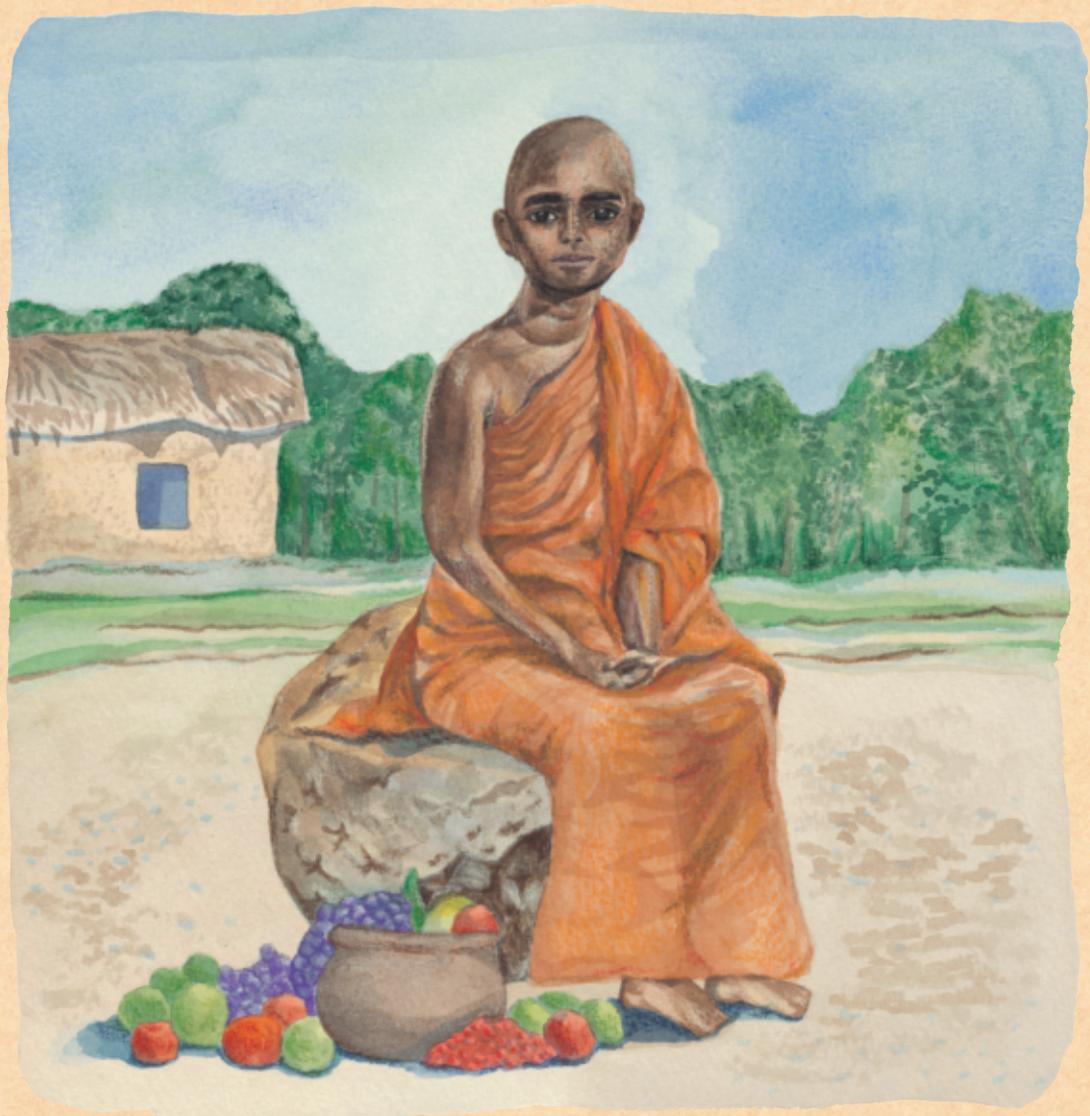
哪些事令人喜悅？

彌蘭陀王問：「有哪六件事，能讓人內心愉悅？」

那先答：「一是見到美好事物，心中生出喜樂感受，想一看再看；二是聽到美妙音聲，心中生出喜樂感受，想一聽再聽；三是聞到高雅香氣，心中生出喜樂感受，想一聞再聞；四是品嚐美味，心中生出喜樂感受，想一嚐再嚐；五是摸到細滑柔軟，心中生出喜樂感受，想繼續碰觸；六是人情順遂，心中生出喜樂感受，想要一直都如此順遂。以上這六件事都會讓人內心喜悅。」

「有哪六件事，讓人有外在的幸福感？」

那先：「見到美物、聽到美聲、聞到香味、嚐到好味、觸到細柔、外境順遂，遇到這六件事時，心想：這都是無常，應當放下。放下後，心情平靜，產生順應佛法的喜悅。以上是六件因外在情境而轉念，所引發的幸福感。」



【啟示】

「內六事」讓我們愉悅，但我們還渴望繼續持有，已經動心了，所以是「內喜」。這不是貪瞋癡，是人對於外境順利、如意的喜悅感受；

「外六事」是見到欣喜的事物，卻從中見到無常，因而轉念，所以是「外喜」。這是從修行的心境來認識自己的行為。

「內喜」、「外喜」是十二因緣法中的「觸」與「受」，與「善法」或「不善法」無關，卻警醒我們要學習善法。修行佛法不離開人世

間，就在當下的變動中來體會。當生活轉折多變的時候，正是增強心力，用功的契機，修法就從這裡著手。