

## 第一講 佛法就在日常生活中

諸位同修，承佛陀教育基金會林總幹事的邀約，來華藏講堂與同修們結緣。這一次講座報告的題目，是《佛法與生活》，也就即是說，佛法與我們日常生活的關係。而今天要講的，則是《佛法就在日常生活中》。在未報告正題之前，先要解釋兩個名詞：一者什麼是佛法？二者什麼又是生活？什麼是佛法呢，簡單的說，釋迦牟尼世尊的言教——佛陀說的話就是佛法。佛陀滅度後，遺留下的三藏十二部經典就是佛法。什麼又是生活呢，可以說：在生命延續期間，吃飯睡覺、讀書求知、上班工作、休閒娛樂就是生活。我們一天到晚，身、口、意三業的活動就是生活。

為什麼說，佛法就在生活中呢？原來「佛者覺也」，佛陀二字，只是印度梵語的音譯，如果意譯的話，意思是「覺者」、「智者」。一個覺悟的人，或一個有大智慧的人，他说的话，含有「軌範」的意義，所以稱為佛法。換句話說，佛法就是要我們增長智慧之法，也是我們要我們求證覺悟之法，試問，我們要增長智慧，求證覺悟，不在生活中增長求證，又向何處增長求證呢？

信仰佛陀的人，通俗的說是「信佛」，正確的說是「學佛」。學佛的什麼呢，學佛的思想言行，學佛的生活方式，希望自己也能增長智慧，求證覺悟。現在台灣佛法昌隆，學佛的人千千萬萬。他們怎麼學佛呢，多數人無非是跑道場、訪名師、讀佛書、聽演講，但這一切只是求知，不是實行，學佛要「解行並重」，不僅只是知，更重要的是行！！！實踐力行，才能求證，這也就是我們平常說的「修行」。修行在何處修呢，就在我們日常生活中。於此介紹一首「禪詩」，這是唐代一位無名尼師，於「悟道」時所作，流傳到現在，許多學佛的人都會耳熟能詳。詩曰：

盡日尋春不見春，芒鞋踏遍隴頭雲，

歸來偶拈梅花嗅，春在技頭已十分。

「盡日尋春不見春」，是說歷經長久時日，踏遍雲封霧鎖的山頭，去尋那春意。春意在那兒呢？遍尋不得，最後掩不住茫然失望的心情，回到自己的家中。就在百無聊賴之餘，無意中拈起案頭瓶中插的梅花，放在鼻端輕嗅，一陣冷香沁人，啊，「踏破鐵鞋無覓處，得來全不費工夫。」原來技頭上春意盈然，春不就是在這兒嗎？

其實，說的是尋春，事實上尋的不是春，而是「道」——尋的是開悟之道。也可以說，尋的是證悟佛法的方法。為了尋求證悟之道，行腳參訪，遍歷各方，最後尋到了，原來就在自己的心中。證道，要用自己的心證悟，不假外求。而我們學佛的人，不也是參訪名山，尋師學道。其實，佛法就在日常生活中，不一定要到深山古寺中，黃卷青燈的修行。所以六祖慧能大師說：

佛法在世間，不離世間覺，離世覓菩提，恰是覓兔角。

佛法就在世間，就在日常生活中。離開世間，離開生活，何來的佛法呢？孔子說：「道不遠人」，孟子說：「道在爾而求諸遠」。道就在我們身邊，也就在我人心中，我們「對焉不察」，不注意，反而忽略了。所以孫中山先說：「知難行易」，他認為「道」不易知，能知則必能行，甚至於不知亦能行。道在我們心中，我們生於道、行於道，而我們不知道，反而向心外、遠方去求。

原來佛法中所指的道，事實上就是「覺悟之道」。我們身體的主宰——心識，本來具足理性、良知，但因以私欲覆蔽，心靈物化，所以我們迷昧顛倒。受著欲望的支配，去追水攫取；未求到時感到痛苦，求到了又恐怕失去，也感到痛苦。這患得患失的煩惱，是任誰都免不掉的。

而佛法就是求智慧、證覺悟之法。如何求得智慧、證得覺悟呢，就是我們前面說的「

修行」。修行、修些什麼「行」呢？舉個例子說，譬如種花種樹，我們要使花美觀，要使樹成材，就必須要修剪。生為一個人，誰能是天生的完人呢？不是完人，就要修——修正我們的行為，修正我們的生活方式。藉著修行的力量，淨化我們的心靈，圓滿我們的人格。果然能心靈清淨、行為端正，就是為求智慧、證覺悟奠定了基礎。

佛經上說，眾生的行為有三種，即是身行、語行、意行，也就是身體的行為，口頭的語言，心中的思想，這叫做「身、語、意」三行。而行為的後果——行為對未來的影響，就是「業」，佛經上稱為身、語、意三業。在以上三行之中，實以心行為主，三業之中，也實以意業最重，所以《華嚴經》說：「三界唯心」，《唯識論》說：「萬法唯識」。因為我們心中有貪、瞋、痴的煩惱，身體才有殺、盜、淫的惡行，嘴巴才有妄語、綺語、兩舌、惡口的惡語。所以要修行，先要修心。果能學佛修行，淨化心靈，則十惡業即轉為十善業。所以認真的說，修行就是修心。

心是什麼呢？此心，不是我人胸腔中的肉團心，肉團心只是身體內壓迫血液的工具；此心也不是大腦——離開大腦沒有心識的作用，但大腦並不是心識。比如離開燈泡電不會發光，但燈泡並不是電。此心又名為識，是我人精神作用的主體。《大乘義章》曰：「識者心之別名」，所以識就心、心就是識。心識的作用，就是緣慮色、聲、香、味、觸、法等外境，去「了解」、去「分別」。心識雖然「了別」外境的作用，幫助我們吸取資訊，獲得知識，表達感情；但同時也因為它有與生俱來的無明——貪婪、瞋恚、愚痴等煩惱，又使我們造作惡業，增長罪衍。在許多煩惱中，尤以貪、瞋、痴三種煩惱為眾煩惱的根本，所以又稱為「三毒」，也稱為「三火」。有了這些煩惱，使我們欲望熾盛，患得患失，經常生活在困惑不安中。

因此，我們修行，要先從熄滅三火修起，即是在日常生活行為中，時時反省，時時觀照，熄滅心中的三毒之火，修正我們貪婪、瞋恚、愚痴的行為。果然熄滅了心中的三種根本煩惱，當然也就不會再有殺、盜、淫的身業，也不會再有妄語、綺語、兩舌、惡口的語業。俗語說：「射人先射馬，擒賊先擒王。」就是這個意思。

在三毒或三火之中，以貪婪之火在心中燃燒的最為熾烈，認真的說，有情世間，人人都貪，事事都貪，只有程度上的不同，而其為貪也則一。貪的範圍極為寬泛，它不僅指貪財食物、佔便宜，而是包括著欲望、情愛，對權力的把持，對理念的執著，都在貪的範圍內。所以《八大人覺經》上說：「多欲為苦，生死疲勞，從貪欲起。」又說：「心無厭足，唯得多求，增長罪惡。」舉例來說，有一位苦學出身的優秀官員，在居高位、抓大權之後，不僅貪錢，對金銀珠寶、古董字畫，樣樣皆要；清季乾隆朝的權相和坤，嘉慶皇帝登位，賜和坤死，清理財產，相當於國家多年的總預算。一個人如何能用完這麼多的錢呢？因為貪婪有如飲鹽水止渴，逾飲逾渴，逾渴逾飲，只有不停的飲下去。

較貪婪之火尤為明顯、猛烈的，是瞋恚之火。瞋恚之火不是隨時都有，在發作的時候，也有其程度上的差別。由輕微的不悅、慍、惱，到進一步的忿、恨，以至於到怒、大怒、爆怒。怒到極點，失去理智，有如火山爆發，不可遏止。佛書上解釋忿、惱、恨等名詞，說是：「結怨為性，惱熱為業。」；「憤發為性，執杖為業。」；「狠戾為性，蛆螫為業。」尤其可怕的是，怒火燃燒到極點，由無形的怒火化為有形的現實之火，點燃汽油，引爆瓦斯，燒機車、燒房屋，以至於燒人。這些事件在新聞媒體上屢屢出現，由此可見瞋恚之火較貪婪之火尤為猛烈，尤為可怕。

瞋恚之火顯而易見，極為猛烈；貪婪之火範圍寬泛，與時俱有；而潛隱在我心中，不為我們所覺知的，就是愚痴之火。愚痴就是「無明」，也就是迷闇不明、沒有智慧。可是，唯其我們愚痴，所以才不承認我們愚痴。每一個人都以為自己聰明無比，計算周密，誰承認自己愚痴呢？而事實上，我們日常生活中卻是以假為真，以真為假，迷昧顛倒，不辨是非。由於愚痴，所以才貪而無厭，唯得多求；由於愚痴，所以才心無慈愍，瞋恚慳嫉。

世人都認為、人之有七情六欲，是理所當然的事。有誰去反省、探討，這些都是惑、都是煩惱、也都是「一切果報的」業因。

古代西洋哲學家蘇格拉地說：「我現在唯一知道的，就是我一無所知。」當真是，我們對宇宙、人生，實在是所知有限。而我人卻妄自尊大，自以為是萬物之靈，是地球主宰，什麼都知道。就是由於我們愚痴，所以起惑造業，生死輪迴。如何才能不愚痴呢？那就求智慧。如何才能求得智慧呢？仍是前面那句話、「修行」，在修行中求智慧，來度愚痴。怎麼修呢？佛教中的修行，有所謂「戒、定、慧」三學！！！！以戒資定，由定生慧。我們在家學佛的人，固然不必像出家人似的，持戒、修定、生慧。但我們過著正常的、守法守分的生活，也算是戒；保持心境的寧靜，保持感情與理智平衡，也近乎定。如果進一步守五戒、行十善，那就算是「精進修行」了。由這種生活中就可增長智慧。

智慧之為用，在於抉擇！！！！就是辨別善惡、是非、邪正。我們想想看，縱逸放蕩的行爲（如吸毒、酗酒），能保持生活的規律嗎？街頭抗爭，或狂歌酣舞，能保持心境寧靜嗎？在心神陶醉、或情緒激動的時候，還能做出正可確的判斷與抉擇嗎？智慧不是向別人求來的，是在生活中修來的——還沒有人發明出般若湯、智慧丸，使有錢的人可以買到智慧。我們心靈有如一面鏡子，但為貪、瞋、痴等煩惱污染，像鏡子蒙上塵垢，修行，做的是拂拭鏡面塵垢的工作。鏡子明亮了，智慧也就生出了。正如神秀大師的偈子：

身是菩提樹，心如明鏡台，時時勤拂拭，勿使惹塵埃。

不過，修行也不是易事，所謂「去山中賊易，去心中賊難。」貪、瞋、痴等煩惱，是多生多劫的薰習，與生俱有的塵垢，它有如濾過性病毒似的，滲透在我們的心靈裡，不是輕輕拂拭就可去得掉，而是以練氣功的方法與毅力，把心靈中的病毒逼出來。逼出病毒，還我心靈的清淨，這就叫做「轉染成淨」。當然，果能心靈清淨，自然也就「轉迷成悟」，「離苦得樂」了。