



# 智慧的遺產

佛使尊者 著

樟基、王靜蓉 合譯

這些法語，都是我曾經研究、學習、探索和實際體證過，而從中獲得滿意的成果。因此，才編成一則一則的法語，留給大家作為繼續傳承下去的「遺產」。

# 智慧的遺產

佛使尊者留給世人的禮物

佛使尊者 著



樟基、王靜蓉 合譯



# 自序

我除了寫下佛教的法語之外，實在沒有什麼可以留給佛教的四眾弟子——生老病死的朋友們。我的心願是：不論何時，只要還有「遺產」的傳承，那時，解脫自在園的法務仍然會持續運行，並且「佛陀的使者（奴僕）」也會永遠地存在於解脫自在園。

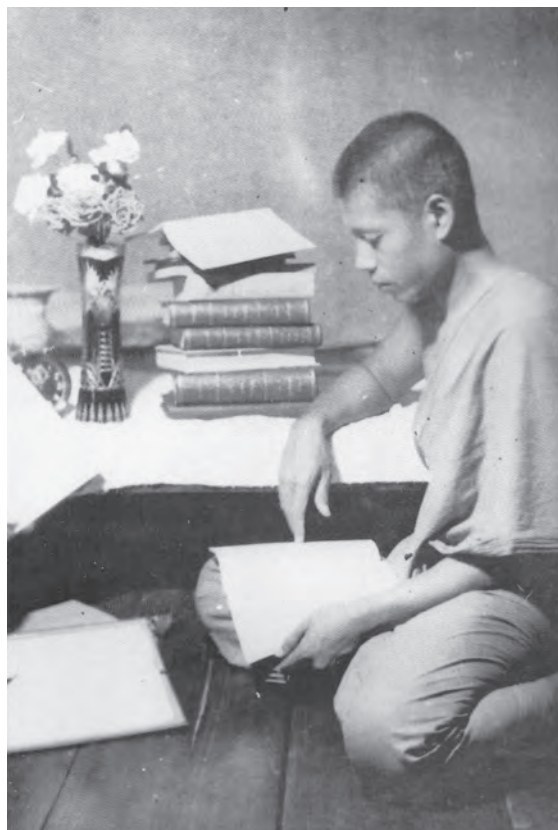
為了方便遺產的傳承，請各位一起來思惟，把這些法語當做是「佛法的遺產」罷。這也是為佛教慧命的延續，和為普及利益世間人類，而奉獻生命的朋友們的共同遺產，所以，它並非屬於

「個人」的遺產。

在未來歲月，不論何時，若還有人拿起此書來閱讀，那麼，在那個時刻，可以說「佛陀的使者」還沒有「入涅槃」（死亡），還有生命與大家同在。在此，得先感恩並祝福各位，因為你們現在已經開始實踐佛法了。

我永遠永遠，全心全意地以佛法和慈悲來祝福大家。

佛使尊者



# 前言

在本書的智慧法語中，區分為二部份：

- (1) 第一則至第四十一則是有關物質上、以及形式儀式上的佛法遺產。
- (2) 從第四十二則至第一八九則，是有關心法（名法）的佛法遺產。

這些法語，都是我曾經研究、學習、探索和實際體證過，而從中獲得滿意的成果。因此，才編成一則一則的法

語，留給大家作為繼續傳承下去的「遺產」。







'ก่อนไปถึง  
กรุงเทพฯ  
เราก็เคยคิดว่า  
พระที่กรุงเทพฯ  
ไม่เหมือนที่บ้านเรา  
พระกรุงเทพฯ จะดี  
เคยคิดว่า  
คนที่ได้เปรียญ ๔  
คือคนที่ เป็น  
พระอวหันต์  
ด้วยซ้ำไป..'

# 1

如果能以清淨之欲來做，那麼人人皆可成為佛陀的奴僕（或佛陀的使者）；也就是說，為弘揚佛法而付出。那麼，自己的弘法要以身作則、要展現法喜，直到他們依著去做。

每位發心做佛陀使者（奴僕）的人，應該具有三個大願，這是在利益世界的責任中，要當作主要原則：

- （一）盡量地讓自己契入所信仰的宗教的核心。
- （二）盡量在互助之下，讓自己擺脫了唯物主義。
- （三）盡量地讓每個宗教能互相理解。



### 3

第一個心願：盡量讓每個人契入佛教的核心，以便在修行中契合於善向、正向、直向、等向而得解脫；這也是直接、又真實地圓滿了佛的心意。

# 4

第二個心願：讓這個世界從唯物主義的力量中脫離出來，或是從肉體感官的情趣中脫離出來。這應該是世界上每個人、每個宗教，如同在一個合作社的事業；這會把眼前的世界，變成「清淨、光明、寂靜的世界」。

第三個心願：讓宗教之間能互相瞭解。因為，世界上存在許許多多的宗教，不同教徒間應該如不同種族的人們般，可以和平相處，我們不能不去實現這個心願。同時，每個宗教都在教導「無私」，或許教導的方式有所不同，但終究是殊途同歸。

解脫自在園（譯註），是方便我們全副身心能與大自然為伍的場所。隨處隨地都應該有如此的場所，以便直接地學習「大自然」、認識自然法則、並品嚐自然法味，直到懂得愛護大自然。這一切，純粹是在協助我們容易地瞭解「法」。

- 譯註：Suan Mokkh，解脫自在園是佛使尊者的道場。



解脫自在園是精神娛樂園。對於具有本能的生物來說，心靈的娛樂、撫慰是必要的，它也是精神的必需品。身體方面有四種必需品（四事）（譯註），加上一種精神的必需品，共有五種。希望大家努力建設精神娛樂園，以供大家使用，如此地利益每個人。

- 譯註：就是供給資養佛、僧等日常生活所需的四種必需品，佛教稱之為「四事」——食（飲食）、衣（衣服）、住（房舍）、藥（湯藥），是維持生命的四種必需品。

解脫自在園的國際叢林，是專為外國朋友、或使用外國語言的朋友，提供了一個心靈光明的場所。我眼見外國朋友們追求著、奮鬥著，想要悟見自己的本來，於是萌生了成立國際叢林的意願。拜託大家，一起來管理、維護，讓它得以持續下去。

精神娛樂園，是以佛法的情趣來消遣自己；這是人類必要的東西，它可以取代感官的娛樂。肉體上的娛樂，經常使人變成某種「魔鬼」。人類必須要有娛樂，讓這種精神的娛樂成為生命的第五事。我們得尋獲這種娛樂，而且要更好，更美好。

在解脫自在園的屋頂上的五根柱子，象徵著五蓋、五取蘊、五根、五力、五分法身（譯註一）、五種道果涅槃（譯註二）；甚至在自己手掌上的五根手指，都是一種警惕的工具，提醒我們要徹底消除煩惱。

- 譯註一：五分法身：戒、定、慧、解脫、解脫知見。參看「六祖壇經」的懺悔品第六。
- 譯註二：須陀洹道及果、斯陀含道及果、阿那含道及果、阿羅漢道及果，再加上涅槃。

解脫自在園的生活口號是：用貓盤吃飯、在溝渠中洗澡、在豬圈中睡覺、傾聽蚊子唱歌……等等。這是在物質生活上的修行原則，以便減少物質上的干擾，如此將適合於心靈上的昇華。我們以大自然的法則，來提升心靈，進行簡樸的生活、崇高的工作。

解脫自在園的學位是：「死亡前的死亡」。也就是在身體還沒有死亡之前，心靈上的「我」、「我所有」已消滅了，剩下來的只是清淨、正念正知的生命，我們現在就可達到的境界。因此，愈早「死亡」，生命就愈有價值。

日常用語與法的語言，各自的用途是在於正確地解說物質和精神上的狀況，使我們可以正確、深入和有利地明白真相。不要把世間語言和佛法語言顛倒互用，混淆他們的功能，否則會把自己弄得頭昏腦脹。

有系統地使用世間語言和佛法語言，對於佛法的學習和教導，是非常必要的事。因為一切的佛法：有對一般人的佛法語言，以物質現象來解說佛法（Puggladhitthana）；有對見法者的佛法語言，是以精神境界來表達佛法（Dhammadhitthana）。所以，在我們的學習、教導和探討佛法中，必須要好好地觀察，否則將會引起暈頭暈腦的混亂。



在解脫自在園中，佛使的生日及給予生日的禮物（譯註），將令我們心靈昇華、不放逸，並更進一步的認識自己。希望各位將這個傳承維持下去，讓每個人的心靈昇華。

- 譯註：佛使尊者的生日這一天，信徒給予的生日禮物，即大家為尊者斷食一天，也有三場：早上、中午、下午的弘法會，也印佛書結緣。尊者更強調，隨著年齡的增長，智慧也隨之增加。

真正的佛教徒，即使是頭痛的事，也不應該會有，更不用說到會有精神病或心理的疾病。這一切，都是心有所依歸、依著佛法，其核心原則是：本來就如此、就是這樣子。也就是說，一切事物會隨順其因緣而變化，所以我們也得從其因緣來處理，這沒有什麼特別。我把「如是」當成智慧的遺產留給大家。

泰文中的三個「S」：「Saat——清淨」，「Sewang——光明」，「Segab——寂靜」，即是聖人的特質，也是佛教中三寶的核心性質。把「清淨、光明、寂靜」當成常住在心中的歸依文吧！我把這份智慧的遺產留給大家。

由我與一些佛教弟子正確地依據佛教的原理，一起編輯的「佛教徒憲章」，它有利於佛教徒，以便能正確地修行的原則；同時，也方便使我們成為智者、覺者、悅樂的人。如此，就不會落入外道的泥坑和唯物主義。這是我留給大家的永恆的智慧遺產。

在法音集（譯註）的著作中，如是我聞系列、浮蓮華系列、轉法輪系列；這些系列留給修心的人，作為紀念的遺產；修行者的心被這些系列所貫串和扶持著。讓他們流入法的海水中：即佛法之水流進所有人的內心深處；亦即大地上的人在法水中得到滋潤，以便能茁壯。永永遠遠無休止！

- 譯註：「法音集」是一套集結佛使尊者一生中重要的演講和著作的叢書。

在解脫自在園，泰、巴對照的課誦本，是我們從核心法義中，已盡力地篩選、編輯出最簡潔、最重要的佛法原理。讓我們誦唸起來能感到優美動聽，文字流暢，可以用來修習止定和慧觀的所緣（對象）。我把它遺留給大家，讓大家可以永遠地誦唸。

解脫自在園的供僧法會，它本身是一種學習。可以學習到如何供養眾多的僧侶，如何方便地供養僧侶，也學習知道以什麼方法來對治煩惱。希望大家能一起來維持這種供僧的法務，以利益大眾。

但願佛教徒一起以這種簡單、節省和傳統（從佛世以來）的方式來護衛佛教。

「水池中央的椰子樹」，是從民間一首給孩子的催眠曲為題材，創作出來的詩詞。它展現出古老人民如何地通達至高無上的法，甚至把無上法——涅槃，編成一首孩子的催眠曲。希望大家來維護祖先們的榮耀，同時也讓自己有資格成為他們的好子孫。（參考104則）



在不違背正法、律的前題下，可以用方便、適應時代、或以站立的方式來弘法（譯註）。如此，弘揚佛法將大有收成且能順利地進行，不需要太執著於文字、名相，可以因應不同時代的文化體系而有其方便。

- 譯註：在那個時代，泰國的僧人，在演講佛法時，都是坐的姿勢，站著弘法是被視為不夠莊嚴。

解脫自在園的規則之一：「這裡不歡迎不會洗碗的人」——吃飽飯後，就讓別人來幫忙洗碗（譯註）；這種規則沒有違背佛法。從這種規則裡，我們可以篩選出適合居住下來修習佛法的人；因為，他們的心，符合於不自私或不佔他人便宜。希望大家一起來維持這規則，當成「遺產」傳承下去。

- 譯註：泰國習俗，出家人常由在家人幫忙洗碗，佛使尊者打破這種習慣。

睡在木枕頭上，是佛陀所鼓勵的。為了訓練自己，不貪圖睡覺。對於不貪圖睡覺，身心堅定的人，魔鬼沒有機會控制他們。佛陀時代的梵行者和戰士，也是睡在木枕頭上，尤其是剎帝利（國王、王族和武士）。

我反對「工作是金錢，金錢帶來快樂」的論調，這種說法不符合佛教的原則。我們應該教導大眾：要知道，每一個生命的正確責任是「工作」。工作並不是為了賺錢，賺錢不是為了沈溺在感官中尋歡作樂，或是沈溺於酒色財氣中，來滿足生命，這一切只是「一時的瘋狂」而已。這個智慧遺產，是用來反對「工作是金錢」的論調。

禪宗的修行，是佛教原來的修行法門。禪宗的要訣是定慧並行，即在定中，集中心力去作觀照，以便迅速地、即刻地契入心的本性——遠離煩惱。所以，不要因為有所偏執，而把定與慧分開，然後個別去修習。這裡有個原理：沒有智慧的人，絕對沒有禪那；沒有禪那的人，也絕對沒有智慧。

以毒攻毒的原理，可以用在佛教的修行中，例如：以貪的動力來行善，貪功德；以瞋的動力，來痛恨煩惱，毀滅這個敵人；以癡的動力，來醉心於初級的善行，取代惡行。因為這三種習性，是具體且強而有力地在我們心中紮了根。

我們要求自己整天整夜都得具足佛法，這並不是困難的事。這也就是說：在我們內心中意識到「責任是佛法」的真理，而且以這種心態來履行日常生活中的每一項任務。因為，責任可以解決每種問題，並帶來非常滿意的結果。這是符合「佛法」的定義——協助行者，不陷入苦惱中，因此，一整天在盡本分中，也都是具足了佛法；甚至是在休息中，也是在履行「必要的責任」；也就是休息了，這也就有足夠的力量繼續來履行責任了。

在四大教法（Mahapadesa）中，有關「律」的部分，希望大家都能給予重視；而且，我們也得在這個充滿著物質繁榮的今日世界中，使用四大教法；因為這種進步，已造成在家人或出家人在道德、戒律方面出現諸多問題了。希望大家學習、精通四大教法（譯註），方能遠離愚昧無知。

- 譯註：「四大教法」是指任何說法不論是傳說從佛陀那兒親聽親受的，或從僧團多聞長老，或從眾多善知法律或一善知法律的長老聽來的都好，應把它與「經」、「律」相比較對照；如果合經依律，便確定「此言是真佛陀所說」；



如果離經違律，便可斷定「此言確非佛陀所說。」參看（生活中的緣起）第37頁、39頁。

大般涅槃經的四大教法中，在「法」的這個部分，要與大愛道經（Gotami Sutta）（譯註）中判斷正法、律的原則一起使用，以確定我們對正法、律的判斷是否完全正確、圓滿。對於現今充滿著問題，而且問題也逐日增加的佛教徒而言，必須要如此運用。我曾使用過這種判斷正法、律的方法，效果顯著，所以才交給大家，可以當作繼續運用的智慧遺產。

- 譯註：參看《現在佛教的醒思》，第57頁。

大愛道經（Gotami）的原則——在佛教的法和戒律中，大愛道經是最重要、最核心的，其主要是判斷自己或他人的身、口、意，是否符合戒律、佛法，及符合世尊的教誨；我們無論是修行或研究皆需以此做為準則。在家眾或出家眾，如果能夠依照這個原則去實行，在修行上就絕對不會有所偏差、走錯方向、錯解或是誤導別人。根據這個原則，我們就可知道何者應該摒棄、何者應該持續。

大愛道比丘尼聽啊！請認清這些法（身行、語言、意想），如果是：

1. 會使你升起欲望、沈迷過癮。
2. 會使你升起苦惱。
3. 會使你的身心聚積煩惱。
4. 會使你起貢高我慢心。
5. 會使你的心不滿足。
6. 會使你喜歡和眾人閒混。

7. 會使你懶惰懈怠。
8. 會使你成為不好養的人。

你要透徹的明瞭，此不是法、此不是戒，此不是佛陀的教誨。

大愛道比丘尼聽啊！你來認清這些法（身行、語言、意想），如果是：

1. 會使你厭離欲望。
2. 會使你平息苦惱。
3. 會使你的心不再聚積煩惱。
4. 會使你成為謙讓的人。
5. 會使你自知足量。
6. 會使你喜歡幽僻之地。
7. 會使你精進不懈。
8. 會使你成為好養的人。

你要透徹的明瞭，這是法、這是戒，這是我所教的教誨。

在六處相應經中，採用如「哼曲子」（譯註一）般的說法來了解十二因緣，其說法比起普遍十二因緣（譯註二）的說法更為容易明白和修行。應當先來明白這種十二因緣的說法，然後才去理解其他普遍的說法。然而，不論哪種說法，修行的法門都是一致的，就是在接觸時，要保持「正念」（詳細的內容，可以參看法音集中的佛說緣起）。

- 譯註一：將十二因緣編成曲子在早課哼唱；也就是說，當下一次苦的緣生及苦的緣滅的十二支緣起。

- 譯註二：普遍十二因緣的說法，即是三世輪迴的十二因緣。

我們使用「此故彼」、「十二因緣」和「空」來做為仙丹（萬靈丹），這是可以讓我們超越死亡、生死輪迴的。這是因為它可以熄滅「我、我所有」，這樣的修習，是佛教徒真正的日常功課，也是捷徑，它會帶來最大的效果。我也曾經如此用功，因此把這個智慧遺產交付給大家。

我們應當特別注意巴利文解脫處經（Vimuttayatana Sutta）。它告訴我們，可以在五種時機中開悟證果：

- (1) 正在「聽聞佛法」時。
- (2) 正在「向他人弘揚正法」時。
- (3) 正在「背誦正法」時。
- (4) 正在集中精神，「專注觀照佛法」時。
- (5) 正在「思惟正法」時。

如此可見，我們有很多時機可以開



悟；然而，大家卻忽略了，甚至連其中  
任何一個機會都無法把握。

我們得要正確和圓滿地使用「噶拉瑪經」的十種原則（譯註）。這十種原則和方法一定可以護持佛教。同時，噶拉瑪（Kalama）經也是我們真正的依止；它是在符合佛陀的宗旨下，來延續佛教的生命。我時常使用這十種方法來修行，從中獲得圓滿的成果。所以，我才把十種原則，當成智慧的遺產，留給大家。

- 譯註：參見《一問一智慧》51～56頁。在噶拉瑪經（Kalama Sutta）裡，佛陀說：
  1. 不可因為口口相傳就信以為真。

2. 不可因為奉行傳統就信以為真。
3. 不可因為轟動一時，流傳廣遠，就信以為真。
4. 不可因為引經據典就信以為真。
5. 不可因為符合邏輯就信以為真。
6. 不可因為根據哲理就信以為真。
7. 不可因為引證常識就信以為真。
8. 不可因為符合先入為主的觀念就信以為真。
9. 不可因為說者的威信就信以為真。
10. 不可因為他是導師就信以為真。

從安那般那守意經（Anapanasati Sutta）（譯註）中來學習四念處，比起從大念住經來學習四念處更有效果。大念住經太過冗長，模糊不清，次第不夠清楚，只是閱讀一遍就得花費好幾個小時了。

至於安那般那守意經的內容，從開始直到修成證果，有著十六次第相續不斷。

佛陀自己作證：安那般那念是我開悟證果的修行依止原則。希望大家都能好好地省思，我把這個真理當成智慧遺

產留給大家。

- 譯註：安那般那守意經的十六個次第（十六殊勝行）：
  1. 入息時，覺知入息；出息時，覺知出息。
  2. 入息時，覺知短或長；出息時，覺知短或長。
  3. 入息時，認識呼吸是身行；出息時，認識呼吸是身行。
  4. 入息時，覺知平息身行；出息時，覺知平息身行。
  5. 入息時，覺知喜受；出息時，覺知喜受。
  6. 入息時，覺知樂受；出息時，覺知樂受。
  7. 入息時，認識喜樂是心行；出息時，認識喜樂是心行。
  8. 入息時，覺知平息心行；出息時，覺知平息心行。

9. 入息時，認識「心」；出息時，認識「心」。
10. 入息時，讓心喜悅；出息時，讓心喜悅。
11. 入息時，讓心等持；出息時，讓心等持。
12. 入息時，讓心解脫；出息時，讓心解脫。
13. 入息時，觀察無常；出息時，觀察無常。
14. 入息時，觀察離欲；出息時，觀察離欲。
15. 入息時，觀察寂滅；出息時，觀察寂滅。
16. 入息時，觀察棄捨「我」（回歸心的自然）；  
出息時，觀察棄捨「我」（回歸心的自然）。

提供給在家人，甚至是婦女和小孩的空之教法：即是保持正念正知——不產生任何的執著，不會由於感覺是我、是我所有的力量，進而引生貪、瞋、恨、懼怕、擔心掛念、依戀不捨、忌妒、吃醋……等等情緒。我可以保證，修習空觀是人人能力所及的，而且「空」是人人應當修習的。空的教法，是我特別留給在家人的智慧遺產。

在家人和出家人所共同執持的，便是跟隨著阿羅漢的足跡。其原則就是——過著根除煩惱和減輕習性——一種已習慣（隨眠煩惱）了時常生起煩惱的生活。也就是說，在接觸情境時，有著正念正知，不要放任自我造作，引生貪、瞋、癡；如果已引起造作了，就得提起正念，停止繼續造作下去。



「死屍中見美色，  
施捨中見善行，  
真誠中見天神，  
死亡前的死亡見涅槃。」

這些詩句雖是陳舊的東西，但我們將它拂去塵埃，就可以重新使用，如此，也可以維護祖先們的智慧。我們的祖先具足了那麼銳利和深奧的智慧，後代子孫的智慧，也別亞於祖先，如此，才算是位完全合格的佛教徒。各位，不要把涅槃埋藏起來，等待未來世、幾千

幾萬世後才獲得涅槃；其實，死亡前就可以得到涅槃。希望大家一起來維護祖先們的智慧遺產吧！

希望大家能懷抱這樣一個殊勝的志願：「願在未來的時代中，這個世界能成為佛法圓滿的世界——每個人都以正念正知來實行自己的責任，心裡能夠意識到：正確地盡責任，就是實踐佛法——協助我們，超越一切問題。」這種願望，是會成真的；因為，在這因緣變化不停的世界中，讓我們把「好因緣」放進去吧！那麼，圓滿的世界將會出現。

如果全世界的人都不同意來創造一個具有佛法的世界，只因他們認為：「這是不可能的」，那也罷了！然而，我們就得孤軍奮戰，以佛法來徹底消除自己的「苦」。因此，不要由於大多數的人不關心，不重視佛法而感到退心、氣餒、消沈。

佛陀：即是智者、覺者、悅樂的人；相反的，信巫術的人（神教信仰者），即是時時都在沈睡、疑惑、恐懼、驚嚇中的人。所以，佛教與神教（巫術），他們是完全相反的事。

對民間信仰，拜神的信徒而言，神壇上被人禮拜的佛像、或懸掛在頸項間的佛牌，都被視為是神奇靈物、是避邪之物，可以保佑平安。然而，對於信佛的人，這些佛像或佛牌，都是一種勾起對佛陀的憶念；頂多，也只是個「神聖的紀念物」。所以，佛教徒必須要非常地小心謹慎，不要損傷佛教的名譽和光彩，而演變成祭拜靈異、靈物的信仰者。

我們必須要更加地注意這個重點：  
「我們有佛陀為法友。」我們得要符合  
佛陀的教法——「如果依靠佛陀為法友  
了，在生、老、病、死中的眾生，便  
可脫離生、老、病、死。」可是大家常  
相反地認為：「生、老、病、死是自然  
的，怎麼可能超越生、老、病、死呢！  
真是無可奈何啊！」

依據凡夫俗子的角度來看佛陀、或佛像，他們便是一座遮蓋著佛法的喜馬拉雅山；這是由於凡夫的執着、著佛相的緣故。因此，我們一定要正確地瞭解真正的佛陀。



佛陀所教的法，包含有兩種語義：即是日常用語和法的語言。我們必須好好地傾聽佛法。舉個例子：佛陀以日常用語來教說：「自我是自己的依止」；然而，佛陀也以佛法語言來教說：「在自己生命中，根本沒有自我。」因此，如果沒有好好地聽聞佛法，將不會了解其中的意義，也就認為兩者互相矛盾。如果我們以日常用語和法的語言來傾聽佛法，就不會有互相矛盾的情況發生。

佛陀說：「比丘們，現在和從前一樣，我只有教導苦和苦的止息。」

因此，我們不必浪費時間在學習、詢問、互相討論其他無關「苦和苦的止息」的佛法。

佛陀不會浪費時間與以前古老的學說、宗教起衝突，也不會去廢除、取消古老的教義與信仰。

佛陀只是在以自己的教法——更為真實、美好和有益——來教導他人。佛陀讓聽眾用自己的理智去做選擇。所以，才不會引生任何嚴重的不幸事件：如同有些宗教發生互相衝突的不幸事故一樣。

在凡人的觀念、想像中，所構造出來的佛、法、僧，只是在徒增問題罷了，並未契入佛、法、僧的實相。佛、法、僧的核心精神，是清淨、光明、寂靜，這是因為其中沒有「我」、「我所有」的臭氣味，沒有「我」、「我所有」的意義。

神教即是無明的學說和教義；佛教則是智慧的學說和教義——也就是從睡眠中醒悟過來的意思。所以，我們在涉及佛像或是佛教文物時，得萬分地謹慎自己的所作所為；因為，如果是無明執取佛像，就是神教；如果是智慧地了解佛像的意義，就是佛教。

真正的修行原則是：不需要死後才可以修行、或是利用一世又一世的時間來修行。修行純粹就在當下直接體證（sanditthiko），當下可得成果（akaliko）（譯註）。也就是說，在修行的當下，內心就有所體會，和做的成果；至於未來的果報，也只是一般凡夫想像中物質方面的附屬福報而已。

- 譯註：參看《一問一智慧》第98頁、《生活中的緣起》第109頁至110頁。

所謂的「自我」，只是一種「虛幻的感覺」，即是從貪欲的造作中所引起的「意識、感覺」；或者是，內心由於無明的力量，而有欲念，如此的自然、自動地產生的「我的意識」。（「我」是從欲望、執取中而來的「錯覺」。）自我並不是個「實體或主體」的東西；「我」只是一個虛幻不實的感覺。然而這個「我的感覺」，卻是非常的強烈，直到感覺到真的「是我」。

把「法」分析為四種定義，這能方便大家全面地學習佛法，這四種內容是：認識大自然、認識自然法則、遵守自然法則的責任，和履行責任的果報。如此學佛，直到可以過著與「大自然」融為一體的生活，那麼就遠離一切問題了。



「法」含有多重意義，然而，「法」的核心定義就是「責任」。也就是說，在依據自然法則，又符合修行者的樣子，正確地實踐「責任」，以便在每個時空下，都能為眾生帶來和平安樂。

佛法的實修內容，可分為兩部分，  
即是：

- (一) 修習佛法的工具
- (二) 修習佛法的成果

戒、定、慧即是修習佛法的工具；  
道果、涅槃即是修習佛法的成果。

然而，在修習佛法的工具上，也還可以區分為兩部分：1. 主要的修行，如四念處。2. 次要的修行（助緣），如四如意足、四正勤……等等。

我們一定要依據實況，正確地認識  
實修的佛法。

如果我們能以正念正知來工作，並且在內心中，感受到「責任是佛法」，那麼，做每一種工作，就是佛法。履行責任就是修習佛法；如此，我們就能在一舉一動中，在每個時空下，都具足佛法。這樣一來，工作中，就可以獲得快樂，就如在玩遊戲、運動一般。在工作的當下，就獲得了快樂，因此，也不必再去娛樂場所、風月場所或去吸食麻醉品了。

在泰文中，把「Dhamma」（法）字稱為生命的天職、本份：這是每個生命必須要履行的天職，以便讓自己的身體與精神得以存活，讓社會脫離危難。

雖然這個「法」字，也被譯為教法、學習、修行；然而，最重要的解釋仍然是「責任」：讓生命活著的責任。因此，何時在實行責任，那時便是在「修行佛法」了。

當我們的作業，是一種正當的任務，以便能真正的生存下去時，在佛堂中的「法」，或田園中的「法」，兩者皆是相同的佛法。

所謂的永恆、無量壽、無量光、不死、非行法（譯註），所指的就是這三種真理：（1）自然法則，（2）空性，（3）涅槃。這三種真理是不能被創造的，甚至是上帝、神仙也無法創造真理；因為真理本身就是神、老天爺、上帝了。

- 譯註：非「行」法，指沒有因緣和合所呈現的法。非行法是涅槃，相對於「諸行」而說。

佛教真正的藝術，並不是世人所理解的形式上的藝術，而是正念正知——可神奇地消除苦惱的行為律儀。如佛所說：「眾生的內心裡，在初、中、後一律皆是優美動人的。」（譯註）

- 譯註：佛說：「去！到處去！去宣揚妙法，初、中、後時法味一如。」這是叮嚀我們要去作利他的事。我喜歡把這教導詮釋成佛陀囑咐我們都去教導「無執無著」——初級的對孩童說，中級的對成年人說，高級的對即將了悟無上法的人說，此外別無可說了。參看「一問一智慧」第167頁。



「法」：即是人類正確地執行任務的體系和制度。也就是，做為人類的自己，從生到死的生命中，每一個層次的進化——「自己都在自利利他」。

「法」簡稱責任：責任就是拯救自己的真實天神。

「法」的存在，是在輔助我們住在世間，且能夠戰勝世間、超越世間、脫離世間的一切影響；卻不是逃避世間，也不是沈溺於世間。然而，他們常常在誤導眾生說：「修行便得放棄世間，離開世間」。若是如此的話，不論對誰都沒有益處。

「法」難以用語言文字來解釋。因為，人類的文字有限：也就是說，對於人類從來不曾知道的東西，就沒有這類的語言。因此，我們便得盡量地去敘說和傾聽佛法，一直到，可以知道和清楚明瞭這兩者：「日常用語和佛法語言」的意義。

佛法不是在「文字」上，也不是在「說法」中；「佛法」是在我們正確地履行責任中；「佛法」在每一位行者的每個時空、每個舉止中，都能正確地實踐「自己是人類的責任」，並且正當地待人處事。這才是佛教的正法：「正法真的能帶來平和安樂。」

道德回到人間，世間就和平安樂；  
第一義諦回到人間，世間就一片光明。  
如果世間沒有道德，世間將會毀滅；如  
果人間沒有第一義諦，世間將是一片黑  
暗。因此，要把「道德和第一義諦」視  
為世間不可或缺的東西，而且，人人都  
必須要互助合作，把道德和第一義諦帶  
回人間。

我們不必留戀過去，也不必憂慮未來；只要能安住當下，正確地實行自己的責任，就能足以做到「沒有苦惱」了。這樣，也不會成為「常見」——有個「我」在輪迴中流轉不息的助緣。

佛教的「甲乙丙丁」，並不是在歸依三寶上開始，而是從六根——眼、耳、鼻、舌、身和意上著手學習：去認識在根塵相遇後，如何引生「愛、取」而滋生「苦」。控制住這一連串的「生」，就可「滅苦」；隨之，就在此時，佛、法、僧將會自動地呈現。

世間的一切都在六根——眼、耳、鼻、舌、身、意上實現，因為有六根，所以才有世間。只因為我們不能正確且真正地認識「世間」——六根的真相，因此也才滋生了各式各樣、千奇百怪的問題。



每當心中有愛欲，就會產生順流緣起的苦：即是由於無明的動力，而引生愚癡的觸、愚癡的受，直到產生「渴愛」或是被煩惱所控制住了。因此，任何的接觸都要小心，不可愚蠢，使得順流緣起的苦產生了。

每次無明地接觸外境，就出現了一次十二因緣的流轉。換句話說，每次因無明的造作，而引生的煩惱心，即是十二支緣起的一次流轉，並非貫通三世。

然而當今普遍的教導是，每次生起十二因緣得要貫通三世（譯註），如此，往往會落入「常見」的思維中。

- 譯註：過去世、現在世、未來世的三世輪迴。

外表看來似乎沒有修行的修行，即是心地上的修行：讓自己滿足於空掉「我」、「我所有」。也就是讓自己融入自然法則中去履行一切的責任。為了責任而工作，而不是為了「自私自利」的「我」、「我所有」而工作。

即使是最高層次的佛法語言，還全都得借助日常用語來表達。所以，我們必須要盡量地去掌握一般語意；那麼就可以容易，且正確圓滿的瞭解佛法的語意了。例如：「涅槃」即是清涼，「道」即是道路，「果」即是果實，「煩惱」即是污染的東西，「結」即是束縛，「漏」是從積壓中溢出來的東西，「佛陀」是從睡覺中醒悟過來的人，「法」是責任，「僧」是人類所嚮往的群眾社會。

空心人，他們的內心脫離了以無明為動力而去執取「我」、「我所有」，沒有了「我」、「我所有」的任何意義。

大家一起來成為「空心人」吧！如此，將是多麼的輕安、舒暢、靈活，而且遠離一切的偏見；他的心識自然而然地適合實行一切的任務。

當我們的心脫離了「執取」，也就是不執著名相上的「價值」；這些「價值觀」，是讓我們執著於世俗真理中我相的基地。脫離了「我相」，也就不起善與惡、功與罪、煩惱與菩提的分別心；一切相對的名相，同樣都是諸行，同樣是約定俗成的名相。

我們在六根的接觸中，便有現見（直接體證）的天堂、地獄或是涅槃了，比起死後的更為真實。所以佛陀才說：「六觸處所屬之天堂、六觸處所屬之地獄和現見涅槃。」希望大家都能好好地認識天堂、地獄和涅槃的真理，如此才是名副其實的佛教徒。

- 參看《生活中的緣起》第33頁。

佛陀在這片大地上誕生，佛陀在大地上修行、成道、轉法輪、居住及入大涅槃。佛陀的一生，都在大地之上度過。因此，大地是適合我們學習與修行的場所；與現今的大學相比，大地可說是比「世上第一學院」更為優越。因此，我們應該坐在這片大地上學習佛法；在大地上學法，比起在華麗高尚的大廈中學法，會更有效果。



有漏——習氣——煩惱惑——五蓋，這個有著次第的原理，是我們應該要知道的。也就是，生起貪染一次，則將累積多一組的「貪」習性；生起瞋恚一次，則將累積多一組的「瞋」習性；生起愚癡一次，則將累積多一組的「癡」習性。如此，一次一次的生，會讓煩惱更加容易現形；同時，它們被轉化為有漏，而儲存在內心深處中；之後，會再變回煩惱，或者是五蓋，就得視情況而定。

慾樂就是大自然用的「報酬」，讓眾生進行繁殖的工作。事實上，這是件令人疲憊、麻煩、討厭、污穢的事。雖然，「性慾之樂」僅是大自然給予眾生的酬勞，又只是一個「一時瘋狂」的現象，然而眾生卻難以擺脫。

空性、空心、以空心來工作、照見世間的空性、過著空的生活；這些，全部都是佛教的核心。對於真正的佛教徒而言，這就是在學習，在修行，以及體證修行的成果。但是，相信大部分的人，難以如此肯定。

我們不要用充滿著神教色彩的方式，去祭拜佛陀；因為，這是連佛陀都接受不了，和深感無奈的事。而且，這種祭拜，具有「我」、「我所有」；其中的「我」，嚴重到自我標榜，這也意味著「自讚毀他」。

即使全部的「阿毗達磨」都被扔入大海裡，我們也不會缺乏修行滅苦的智慧。因為，阿毗達磨只是多餘的知識；同時，也會使智慧的發展緩慢下來。因此，誰都不必因為沒機會學習、或沒有能力學習阿毗達磨，而感到氣餒或悲傷。

一切境界的第四度空間，指的是在接觸時所佔據的「時間和空間」。如果有誰可以及時察覺這個真相，他將不會沈迷在美色、悅耳的聲音、香氣味、美食、舒適的接觸；也不會愚蠢地陷入相對的嗔恚、厭惡之中。

一切形式的情慾之樂，僅僅是件「一時瘋狂」的事情。但是，人類和天人卻迷惑地崇尚著慾樂，甚至把它當成是愛神來看待；他們認為慾樂如同某位神仙，是真的那一回事。然而，其他的動物、畜生，牠們會如此地瘋狂嗎？這是值得大家好好地省思的。

我們一舉手、一投足都可以是天堂。只要我們能在一舉一動中，都正當地修習佛法；同時，對於自己的每個動作皆歡喜滿意。甚至可以在每次、在回憶時，都合掌禮敬自己。如此的話，此時此地，正是真實的天堂。至於其他種類的天堂，都依此而出現。



樹會說法，樹無時無刻都在說法；  
但是，人類本身卻沒有聽到。所說的  
法：有關於責任、三法印、寂靜，以及  
在說：「人類啊！不要過份猖狂啦！」  
樹在說法，只是人類自己完全沒有聽  
到。

如果，我們善於觀察一切，那麼，將只有收穫，不會損失。不管發生什麼事情，即使是最終的死亡，也不例外，更不必提到小小東西的損失或消失了。只不過，愚癡的人類，不懂得從觀察中來產生智慧——即所發生的事，它是如何地在開導著我們；事實上，所發生一切的一切，全都在教導著我們。

屬於佛教中真正、正當的業，即是非黑非白業——黑業與白業的結束；也就是超越善惡，超越功德罪孽，超越苦樂，唯有傾向於涅槃。

若只是在教導著「修善則善，行惡則惡」，那麼，還不是佛陀真正的教法。在佛陀之前，已經有此種業的教法了。雖然如此，仍然可被納入為業的教法，但卻只能算是教一半，並不圓滿。

第一義諦，必須重新回到人間，以作為人品道德的基礎。在道德上，只教導我們如何去做，但卻沒有說明做此事的因緣所以。

第一義諦說明了做事的因緣所以，還會告訴我們很多，以便不去執著於所作所為。所以，我們得充分地重視第一義諦，以便能具足圓滿的品行道德。

我們是可以在，不知不覺中做到與世上的每個人，在心靈上成親的。這是要透過修習無緣大慈：在「生、老、病、死」之中，把自己看成是大家的朋友。

人之所以缺乏道德、缺乏了第一義諦，問題的根源是自私心。因為自私，所以才會很自信地認為所做的一切邪惡與罪過，皆是正當與合法的。因此，每個宗教都在教導人類消除自私，否則就不是宗教了。

以佛法的原則來看，正當我們著手於某種工作時，就可以有著真正快樂的心。然而，卻沒有人注意到這種真實的「樂」。那是因為，我們時常伸脖張望著，尋求那感官的刺激。這種感官之樂，是以血汗換取來的，但是，卻在迷惑著自己。

在十二因緣中，精神上的「生」，是一般人有所不知的。每一次，當無明相應的「觸」引生了「愛」，就已具有了「生」，非如一般人所以為的，把「生」認定是色身上一回合的生與死，如此，將不可能了解「十二因緣」。



一個人要具足佛法或是開悟，並不一定要去學習阿毗達磨、持素吃齋、穿上褐色袈裟、過著傘下生活、拄著手杖、輕聲細語、緩慢步行、掛著念珠……等等才算數。然而，具足佛法或是抵達開悟，是必須要透過正確地修習戒、定、慧中緣起法則的。(譯註)

- 譯註：褐色袈裟：嚴格修行比丘所穿的袈裟；拄著手杖：即老修行者的樣子。

菩薩的法，總的來說具足了這四法，就是：清淨、智慧、慈悲、忍辱。我們可以在藝術家所雕刻出來的——觀世音菩薩藝術雕像中臉部發現這四法，這將是藝術創作的極高水準。

苦與樂相比之下，苦對於我們的教誡更好，也就是更直接、更多、更有力道。快樂只會讓我們在不知不覺中得意忘形、放縱自己、沈醉於其中；快樂——它不曾教導我們什麼的。要對「苦」感恩，它便是蟾蜍額頭上的鑽石。（譯註）

- 譯註：參看「生活中的緣起」第151頁。

蟾蜍額頭上的鑽石，即是在苦中見到滅苦的意思，猶如要在火上才得滅火。希望各位一定要明白這個秘訣；否則，將尋覓不到自然界中所應發現的東西。

在我們修習滅盡無餘的最後階段，就像是從樓梯跌下時順勢跳下（隨順入滅）。也就是說，當自己很清楚已避免不了死亡時，心中便不再有任何妄念；而且要下定決心，願意從生死輪迴中滅盡無餘（譯註），絕對沒有任何再來人世的意念。

- 譯註：指已徹底斷除煩惱，沒有任何疑惑和再來輪迴的意念。

請允許我再次強調：佛教真正的天堂與地獄，即在此時此地的六根——眼、耳、鼻、舌、身、意裡，有著正確或錯誤接觸外境時，內心所產生的果報。在佛陀之前，所說的人死後在天空上的天堂、地底下的地獄都取決於當下——「真實的天堂與地獄。」

每一種道理的教導，必須要圓滿，其中具備著一對一對的——即是在教導如何去實踐（道德本身），同時又教導為何要這麼實踐（第一義諦，作為道德的因緣所以）。如果，能再補充地教導如何獲得真正的果報，將會更好。希望我們，不要在這準則上，有所缺漏。

給予所有人——正在修習佛法和已證得佛法的人。佛教的核心，就是這個「真相」：「一切事物都不應該被執取為『我』、『我所有』。」大家都必須如此修習和成就其果位。



十二緣起中的「生」，即是心靈上、意識上的「生」，每一次心中意識到是「我」、「我所有」時，就已引起「生」了，且每一次的「生」，都是心靈上極大的苦痛。

至於我們肉身上的「生」，從生下來直到進入棺材，也只有這麼一次的「生」而已。身體上的苦，是可以忍受的，不會像心靈上那樣地飽受折磨。

以語言行善（法施），比起以物質行善（財施）的功德來得大。

但是，多數的人無法做到法施，因為他們充滿著苦惱，而且比盲人更為黑暗；他們不懂得傳遞滅苦的佛法，只會談論世俗的東西。他們所說的，都不是法施；「法施可令身陷世間者，其心靈得以超越。」但願各位能提昇自己的布施，昇華至法施的層次。

我們可以用佛法來填充這個生命，直到生命充滿著佛法。所謂的「填滿」，就是在生命中「每個層次的進化」，都在正確地實踐自己為人的責任，直到終點——開悟、證果、涅槃。

在小孩的催眠曲中，可以看出我們的祖先已經具有相當的佛法，像是這首：

「大海中央的椰樹啊！  
這是功與罪的大海，  
唯有脫離功與罪的人，  
才能抵達大海中的椰樹！  
然後接觸輪迴當中遇到的涅槃。」

人類（甚至是動物）每個「作業」當中，就已含藏著自然界的戒、定、慧了。也就是說，在自己的本份中，就具足正當的生活、充足的心力和相當的智慧了。在每個生命中，就是在名色（身心）中，自己有責任去開發自己。

我們應該來認識一下，自然地出現的「無間定」；這種「定」，它能滿足我們每次的需求。同時，無論做什麼都好，我們也都能具有正念正知、與正見。然而，卻沒有什麼人注意到這種無間定。

如果，人與人無法從肉身上來成親，其實是可以心與心來成親的；甚至是與佛成親。雖然佛陀已被認定入大涅槃二千五百多年了，然而佛陀的德行仍然存在著，由此可見，我們還是可與佛陀結為一體的。也就是說，我們要百分之百地依照佛陀的旨意，正確地修行，這便是「與佛成親」了。

依我看來，所謂的「學習」  
（Sikkha〈巴利文〉）：即是「自己為  
了自己，而在自己本身中，以自己來認  
識自己、看見自己」；而且這種認識、  
這種看見是正確、清晰和圓滿——「為  
每一個生命帶來最大的利益」。



「忌妒」就如靜悄悄的火，在燃燒著忌妒者的心；猶如活生生陷入地獄，由始至終都在地獄中。然而，被忌妒的人，卻一點也感覺不到。既然如此，為何我們還要這樣呢？那裡值得呢？

當今，社會越發展，就會越加混亂。而且，越高度發展，就越是超過人們的需要。造成這個現象的原因是——人們缺乏智慧。智慧讓我們知道「正確及恰到好處」的中道。我們必須重新發展，往心靈方面來提昇，才能同時滅除自己的苦惱！

我們一定要善加守好眼、耳、鼻、舌、身、意六根。在有著錯誤的接觸時，這兒就是地獄；而在正當的接觸時，這裡便是天堂。所以在接觸外境時，務必要正當地管好自己的眼、耳、鼻、舌、身和意。要做到，就在這裡，始終在天堂中！這便符合初級佛教徒了。

如果在心靈上「沒有『生』了」，如果內心裡的意識中：「沒有感覺到『我』、『我所有』了」。那麼，這個「身體」的出生——只有這麼的一次生、一次死，就再也不會製造出任何的苦惱了。即使是身體上的老、病、死，也不可能再引生苦惱了；因為，這時已經不會把老、病、死當做是「我的老」、「我的病」、「我的死」了。

開悟、證果、涅槃，並不是用來宣告他人的。即使自己想要知道，也不必特意去知道證悟到什麼次第了。自己只是清清楚楚地知道：苦正在逐漸地熄滅、熄滅……，一直到徹底平息，這也就夠了。

就好比：鞋子的磨損，我們清楚地知道鞋子已經磨損了（直到不能再使用為止），這樣就夠了，並不需要每天知道——今天磨損了幾吋啊！

真正的快樂，並不必花費一分一毛錢，就可以免費獲得了。如佛陀所說：「拔除了『自我的感覺』，不必有任何的投資，就可以免費地獲得涅槃。」至於，不真實的樂，或迷惑人類的娛樂；這類的快樂，無論花費多少的金錢，也都無法知足；直到死亡，都還不能獲得真正的快樂。

諸行無常，這個「無常」，它時時刻刻都在喊叫著、告狀著「無常」。然而，是我們自己耳聾，傾聽不到無常的法音，就認為無常很深奧。這種說法，似乎是在為自己的無知辯護，然後跟隨著「我」長期地迷惘下去。

這個世界，必須有著各式各樣的宗教，以適合不同類型的人。努力使世界只有單一宗教的做法，是件瘋狂的事，和不可能實現的事。相反地，這是在製造紛亂，如此，將導致更多的人適應不了這個世界。



真正的佛教徒，不可把食物定義為吃「葷」或吃「素」。只是，清楚自己只吃清淨，且適當的食物而已。吃的，只不過是自然界的元素而已，而且只是適度的吃。猶如把油滴在車軸上，為的是滋潤。或是像迷失在沙漠中的人，為了生命的存活，只得吃兒子的屍體。

每一個人的身與心，已經是一部純正的三藏經典了，它供給我們學習。這部三藏經典，將不可能再增加或是抽離，即使只是一個文字。懇請各位，務必要用心閱讀這部經典中的苦、集、滅，和道。

我們必須在活生生的身體上來學習滅苦，而不是從書櫃中的經典來學習。這種說法是有所依據的。佛陀說：世間、世間的起因、世間的滅盡、以及到達世間滅盡的修行之道，就已經完全地存在這活生生的六尺之軀內了。（譯註）

- 譯註：見〈一問一智慧〉，第37頁。

我們越是研讀三藏經典，就越是輪迴不止，而且不能證悟佛法。所以，一定要直接地轉來學習五蘊，直到，了解五蘊中執著的「『我』、『我所有』的生與滅」，進而「修所成慧」，而能中斷「執取」。

我們得調整所有的三藏經典，以便適應現今的原子時代。對優秀的大學生、知識分子來說，要抽掉百分之三十的經文；對出色的科學家及考古學家來說，再抽掉百分之三十的經文。如此，所剩的只有百分之四十而已，這才是屬於直接「滅苦」的佛法。雖然如此，還是比其他宗教的經典多出好多好多。

以上所說的一切，不是對三藏出言不遜，而是在修整經典，讓它能適應時代的需求。

在生命中學習，比起從經典中來學習生命會更加好；因為，經典只是在說明學習生命的方法，是如何如何的。之後，還是得運用在生命的本身中來學習。當我們還活著的時候，特別是在「滅苦」的事，已經足以讓我們學習了。也就是「在苦上學習滅苦」；同時，「就在『苦』中，發現到『苦的滅盡』。」

他必需是個清淨和大無畏的人，有足夠的膽識使用噶拉瑪經，才能來篩選經典，以便做好準備，提供給這個先進的原子時代。而且，將這些經典，只留住佛教的精髓，然後才傳授他人。如此，才能使大眾獲得利益。

真正的涅槃必須是現見的：即是當下生命的清涼。任何時候，只要是不生起煩惱，沒有執著「是我」，就在此時此地，便是清涼，然後，接受一切的好壞，承受任何的善惡業報。所以，真實的涅槃，根本就與死亡不相關的。



我們越是隨著物質主義的習性來發展，就會越瘋狂。然而，人們卻認為那是更加的繁榮。也就是說，人類自己不了解做人的意義，所以才製造出複雜的問題，自己卻又逆而衝向這雜亂的叢林裡。

與大自然為伍的生活，將方便我們契入自然界的真諦，這也將結束我們從大自然中所引生的一切問題。因為，我們已有本事真正地克服這些問題了。

雖然，我們隨時隨地都在目睹應該認識的事相，然而，我們還是不明白那是什麼，這就是「凡夫」。不認識的——正是「五蓋」。

五蓋，即是貪欲、瞋恚、昏沈、掉舉、愚癡，他們破壞心靈的寂靜與安樂，也更加不曉得苦惱的起源是貪、瞋、癡，不懼怕這三毒。所以「凡夫」——即是眼睛被濃厚塵埃所覆蓋的人。

這些厭惡道場，又崇尚不良嗜好的人，他們都活在精神病的虐待中，原因是他們崇拜金錢。對他們能起自我反省、警惕的佛法——那讓他們知道出生為「人」，不是為煩惱的奴隸，更不是為眼、耳、鼻、舌、肉體的奴隸。一旦成了奴隸，將會陷入世俗的苦惱泥沼中而無法自拔。

五戒的究竟意義，可歸納為「五種不害」。

即是：

- (1) 不危害生命。
- (2) 不破壞他人的財物。
- (3) 不危害他人的最愛。
- (4) 不破壞正義。
- (5) 不損害自己的理智。

如此的話，就不會有任何的漏洞，所以也不必再為自己辯護，不必迴避，也不用推卸。

依著第一義諦了，就會：「沒有『人』出生，沒有『人』活著，沒有『人』死亡。」，只有隨順自然界的元素，隨著「此有故彼有」的定律，有著諸行、諸行的流轉而已。一旦沒有人死，那麼，那有什麼人出生呢！所以，依據佛教的原則——「就沒有那種識、或這種識去投生了」。在還沒有知道「這真相」的時代時，人們只會以人類的日常用語來談這種事情，隨後，便流傳至今。

請允許我再次強調，所謂的「我」，只是個感覺而已。當內心裡，由於無明的力量，而有了某種的渴望，起了「造作」時，「我」才因此出現，就是這樣而已。

因為「我」，正是從欲望所反應出來的感覺，所以「我」，是虛幻不實的，那裡會有實實在在的本體呢。雖然如此，「我」還是具有過多的力量，繼續不停地引生煩惱和苦痛。

真正的地獄，即是自己對自己感到無聊、厭煩、心灰意冷，甚至已無法合掌禮敬、尊重自己。相反的，天堂即是在此時此地，自己對自己感到稱心滿意，甚至可以歡喜地合掌禮敬、尊重自己。其他，不管還有多少種類的天堂與地獄，也都依這兩種「天堂與地獄」而決定。



見到「如來」，指的是一切事相的「法爾如是」，這是聖人無上的智見——有能力超脫對一切事情的「好奇心」。也超越了貪愛、瞋恨、發怒、畏懼、擔憂、依戀不捨、嫉妒、吃醋、掛念、疑心、散亂心……等等。這些煩惱心，完完全全就是凡夫俗子的特性。

即將要產生的苦或樂，或將會做對、做錯的事，都決定於對外境的接觸，是「明還是無明」；亦即，有或者沒有正念正知。如果具有正念正知，就可以守好心，不讓心生起「行」，處在於沒有煩惱和苦的狀態下。如果失去正念正知，就會產生相反的狀態。

以聖人的心眼來看，將可見到真相；以凡夫的肉眼，將見到假相。所以，兩者是天壤之別的。他們，依據自己的感覺，而有各自的信念、相信；同時，又從自己的心境中，各自直接獲得其果報。

在佛教中，用來判斷對與錯、好與壞、善與惡的原則，是簡單易懂的，並不像哲學或邏輯學那麼地繁雜而麻煩。原則是：如果我們的所作所為，其結果是不損害任何人，且能為各個方面帶來利益的，那麼，就是「對或是善」；相反地，就是「錯或是惡」。如此，就不必再辛苦地引據其他的大道理了。

在做任何事時，不要以執取或要求的心去做，卻應以正念正知、或是正念正知的志向去做事。並非有所「執著」——「含著『滿足私我而做事』的意義」。以正念正知來做事：即是「為法而做」。可以說，為了「責任」而履行責任，為了全球的人類，或每個世界而做事，絕對不是「徇私」。

「本我主義」的教育，往往都會導致某種程度上的自私；因此，才無法徹底滅苦。因為，就在自私自我當中，已經具備了煩惱，或自我本身即是煩惱了。我們必須為「法」著想：也就是得正確地實踐滅苦的責任；由於「我」的滅盡，所以，苦也就完全地滅除。

什麼都不執取為「我、我所有」；存在的，只是事物隨順其因緣在變化著；這樣，並不涉及到死後虛無、或是死後斷滅的任何學說；它們的差異，更甚於天壤之別。希望大家，努力去正確的理解吧！如此，將能契入佛教的核心——一切皆無我，而無誤點。

真實的快樂，是不需花費金錢的；  
反而，錢是多餘的。迷惑我們的快樂，  
卻得花很多錢，再多的錢也不夠用。  
真正的快樂，是來自「滿意於所作的工作」；甚至就在工作中，便生起了快樂；如此，就不必再有其他的快樂了。工作得來的報酬——金錢，就是多餘下來的。至於，那些不實的快樂，是人類用來滿足自己的渴望，那是不會滿意、知足的；所以，也不會有多餘的金錢。



希望大家從認識五蓋開始來學習佛法。「五蓋」存在每個人的日常生活中，我們從學習認識內心是有五蓋或沒有五蓋的狀態，如此，將讓我們更容易且清楚地認識煩惱。並且，更容易地修到沒有煩惱、或是獲得涅槃功德的生活。

不論信仰什麼宗教，他的「新生命」是：「正確地履行自己為人的責任」；從生到死的生命中，每一個層次的進化——「自己都在自利利他。」

無餘涅槃 (Anupadisesa-nibbana)，這不關係到死亡；其意義是——已經到達煩惱徹底地寂滅、絕對地清涼的境界，如此，還活著的五蘊，就只在享受著清涼的法味。一輩子，也都如此，一直到生命的盡頭——生命、名色的因緣滅盡。所以，我們可以堅持的說：「在佛教中，涅槃的每個定義都與死亡不相關。」

我們不需要花費金錢，只要做到放下自我的抓取，便可免費得到涅槃，就在當下，生命便是無上的清涼安詳，也是身為人類的究竟圓滿。但是，身為佛教徒自己依舊不去注意當下的涅槃；而卻去關心未來久遠死後的涅槃。同時，為了具備能去涅槃的資糧，又心甘情願地花費一大筆錢！

我能證實——「涅槃」並不是歸屬於誰的東西，更不是屬於涅槃自己的。既然如此，涅槃怎麼可能是屬於什麼人的資產呢？每一個人，只要能把自己的心房打開來接受涅槃——清涼的磁場，這是能從「沒有自我」中產生，直至，一生都如此，這就夠了。也就是說，不讓自己歸屬於誰，甚至是自己。

在苦中去滅苦，在火中去滅火。別把「苦」和「滅苦」分別放置在不同的地方、不同的身世，那就是——今生的苦，得等到來生、幾百世、或幾千世後才可滅苦或涅槃。如此，將不可能滅苦，而滅苦的事，也只是個妄想、在做夢而已！滅苦，必須在苦中去滅，而且要及時做到。在生起「觸」的當下，正念正知的及時到來，馬上來處理「觸」，直到「苦」不再現身、或讓其滅盡。當今的人，卻把苦與滅苦放在不同的身世中。

「善與惡」，都是不好的事；在善與惡力量的推動下，令我們不得不在輪迴中打滾。來吧！尋求且安住於寂靜——不善又不惡中，這是最好不過了。也不必再亂跑，而去製造混亂。只是，為了責任而去履行責任，並安住在寂靜、清涼之中。

修行，得先具有智慧，這是正確的原則。猶如在八正道中，正見做為先導；否則，從一開始的修行在三歸依、持戒，就已經誤入歧途，目標完全地偏離了，正如現在普遍存在的現象。



在「應常思維的五事」經文中：  
「我們自然會生、會老、會病、會死，  
也不可能脫離生、老、病、死。」這念  
誦的經文，只說出真相的一半而已。  
因為佛陀說：「如果以佛為法友（善知  
識）了，眾生就可以脫離生、老、病、  
死。」又說：「修習八正道，佛陀便是  
你的法友。」但是，我們念誦的經，卻  
只在欺騙自己，讓自己無意義地畏懼著  
生老病死，這根本就是佛教徒自己在胡  
說瞎扯罷了。

在正法上，真正的空心，不同於愚人的空心。因為，愚人不明白真正的空心，所以他們說「心空了」，就什麼都做不成，負不起任何責任。其實，真正的空心，是可以聰明伶俐，正當、且不自私地實行責任。各位，務必要重新來認識「空心」！

我再三地強調：涅槃可以在輪迴當中獲得。因為，我們得在輪迴上來滅除輪迴；猶如要滅火，就得在火上去滅火。涅槃即是輪迴的止息，所以，涅槃就得在輪迴中尋獲。這個真理，將比阿毗達磨更為阿毗達磨！

苦是因為「執著」的說法，比起苦是因為貪愛，來得更正確且容易明白。因為，當我們執著某種東西時，就會對這個東西感到心情沈重，憂心忡忡。同時，依據十二因緣：愛緣取、取緣有、有緣生、生緣苦。也就是，有了「愛」的造作，才形成「取」；有了「取」後，才會生出憂、悲、惱、苦。如在經文中：「五蘊是極重的啊！揹起這麼重的東西是世間的苦（Bhara Have Pancakkhandha, Bharadanam Dukkham Loke）。」

有關「我、我所有」，這個語言文字，涵蓋了日常用語和佛法語言的意義。小孩和愚人，他們使用的是日常用語，依著一般人的感覺——「執著自我」來說話。然而，對於聖人來說，他們使用佛法語言，心中「沒有執著」地說話；凡夫聽了法的語言，當然是難以明白。

只要我們人類懂得「感恩」，這個世界就得以存活下來。也就是說，當我們了解到人與人之間互有恩惠，就不會彼此互相傷害。並了解到地球對我們人類有恩，地球提供我們人類生存的因緣條件，那麼我們也就不會去破壞地球。我們人類一旦懂得感恩，這個世間就遠離人為災難。

天堂，出現在人的心中——就在自己遵循佛法，正確地實行責任時，自己能對自己合掌禮敬的當下，就是「天堂」。對於自己，要是感到無比的稱心滿意；那麼，此刻的時間，此地的空間，會是「真實的天堂」。其他形式的天堂，都取決於此。

我們得特別去認識這兩組：三個「K」和三個「S」。三個「K」——吃（Kin）、色（Kam）、名（Kret）；人們在愚昧糊塗下，與它們有關係，就一定會被咬住，而引起煩惱。解除三個「K」的禍害，就會呈現三個「S」——清淨（Saat）、光明（Sewang）、寂靜（Segab）。因為我們難以認識其真相，所以得特別去了解它們。人們所認識的，往往是表現在外的假相；這是因為，接觸的人，他的愚昧無知。



生命的「忠實伴侶」，就是正確修習而得的佛法——就在自己的身上，協助生命可以生存下去，並遠離一切問題。生命的伴侶，並不是陪伴我們吃飯、睡覺的人；這種伴侶將會助長煩惱，和製造各種互相束縛的問題，每天不停地像狗吼聲般地互動；那麼，就得再運用佛法來止息問題。希望大家能認識生命的忠實伴侶；如此，鬼便不會嘲笑我們了。

女性真正及應有的天職和權力，是在拯救世人，並不是與男性爭取平等的權力。如果能心甘情願地接受養育孩子的天職，讓孩子具足正確且圓滿的人格。且不必像一般人一樣，與先生競爭職權；一旦如此，我們的世界將不會缺乏真正的母親。

為何要去找算命先生而浪費時間呢？因為不論相士怎樣去占卜，命運是好或是歹，我們都得不放逸且盡心地行善，就是這樣。佛教徒不必去找算命先生，而白白地浪費時間、金錢，因為我們已知道某種東西具有超越一切命運的力量：也就是正當地依循緣起法則來修習，這將會令我們完全地超越命運和業力。

在我們成長的過程中，如果完全沒有接受過道德制度的薰習，而只是一味地接受原子時代先進體系的生活方式，那麼，就會形成自私自利的性格，而且很自負、傲慢和放肆。這樣的人，不只不會關心自己的同胞，更不會去關懷世上其他人。

當今世上充斥著形形色色的繁榮，  
這種的進步只有讓鬼嘲笑我們——只會  
做出一些沒用的東西。然後，給自己和  
他人，帶來在經濟及道德方面的複雜問  
題，甚至會導致精神病；同時，國家也  
充滿著各種犯罪和罪行。

世間林立的聲色場所，就是資本家的大財窟。他們唯利是圖地剝削這些愚人、這些著魔的人——為此作樂，幾乎把整個世界弄得雞犬不寧。這一切都來自自私，而卻不是為了世間應有的正法而奉獻。

在Philosophy（哲學）中的研究成果，只不過是一些觀念而已；而不像印度語文中的哲學意義，即是「看得透徹」。然而，當今之人顯然過於依賴Philosophy（哲學），以至於到了無法自拔的地步。

我邀請各位一起勇敢地站在正義、公理上；為了世上的正義、公理的永住（永垂不朽），甚至是犧牲自己，也在所不惜。正道才是拯救人類唯一的路。可惜，當今的教育，已不再給予如此重要的價值了。



執著於只吃肉，就是夜叉；執著於只吃素，就是葉猴。因此，佛教徒「只是吃清淨的食物」，沒有任何「吃這種，吃那種」的執取。我們只是吃自然的元素（四大），這是從煩惱中得以自由的行者，所應當吃的食物。

我們應該注意：在家人佛法的生活之道，即在生活中一舉手一投足間，都具足正念正知，使自己在盡各種責任時都有佛法。如此，佛法將會保護我們，讓我們的身體和心靈都可以活下來。同時，當我們履行責任時，我們就能得到歡樂；根本毋需耗費金錢，尋找其他快樂——迷惑人心的東西。

動物不怕鬼，鬼相對地不存在；人類懼怕鬼，就有著鬼的存在。這是不是滿諷刺的事？這種事情，與動物相比，真為丟人，是不是？這些愚蠢的人，自己虛構出鬼怪，然後自己又在畏怕著鬼，是不是啊？我們一定要好好思惟，如此，才能完全地解決一切有關鬼的問題。

在這個世界上，他們只是在互相交換著魔鬼的文化。（例如：祖先們看到現今的舞蹈，一定會昏倒。）

這種瘋狂的文化，沒有為世界帶來和平；相反地，助長了「煩惱」。煩惱，是世界上各種禍害和危機的根源。這種國際性魔鬼文化的交流，比起共產黨我們需要更加小心！然而，我們卻怕生怕死地擔心共產黨。要小心！不然，會被共產主義者嘲笑啊！

我再次強調：「在正義、公理上勇敢，這將可以解除社會上的問題。」即是，勇敢的離惡、行善、幫助他人行善、及消滅惡行。總的來說，就是為了正法的永住，而願意犧牲所有的一切；必要時，甚至會為了正法的存在，而犧牲生命、獻出生命；這就是，「勇猛的最高境界」。

現今的世界，充滿著戰爭的災難；  
人們一邊進行爭戰，一邊還能交流著  
「道義」，這還算是可取的做法。切  
莫，沈迷在魔鬼文化的交流中，那只在  
滋長著貪婪、自私自利，切莫一直這個  
樣子！

現在的聯合國組織，在處理世界上的各種災難時，他們如同四面八臂的梵天神（Taimalivarak），正在捉蟹入簍，弄得手忙腳亂，這是沒完沒了的。聯合國組織，不採用各個宗教的核心原則，作為工具，去徹底地解決問題的根源。

泰國（譯註）的大地上，有著不受煩惱所奴僕的人民；甚至，他們也不會被無明所覆蓋，而崇拜不良的嗜好；在這泰國佛法土地上，我們得以此佛法國土來創造黃金時代。這樣，才能成就了黃金時代。

- 譯註：泰國的「泰」（Thai），在泰文中，有著「自由」、「自在」之意。



讓宗教與宗教之間的相互瞭解任務，不應該只是落在某些特定的國家上。這是國際組織的責任（如聯合國等等）。他們可以使用各個宗教的共同核心，來解決世界的問題，才能不必花費金錢，解決世上的問題。其實，花錢也是徒勞無益的，然而，卻是目前做某些事的情況。

佛教也有上帝、神、天公。但是，佛教的上帝、天公，並不是個人化的，也不是夾雜著人類情感的心理意識。只是說，祂是自然定律，稱之為「此有故彼有」、「十二支緣起」；對於那些無法認識真實上帝的人，這個定律，就在他們的心裡面，創造出上帝。切勿，一味地說佛教中沒有上帝、神、天公哦！

在佛法語言中的上帝、神、天公，即是法則、定律、力量——「祂依隨自然定律來創造一切」。至於日常用語所指的「上帝」，則是被假設為「創造者」、「維護者」、「毀滅者」。這樣的上帝，留給那些人，不管做什麼、怎樣做也無法進入佛法語言中的上帝。

佛教有著科學的體系；佛教以自然法則做為上帝、神，而非人化的上帝、神。這種「自然法則」，能融入宇宙萬物的每個原子中，同時主宰著宇宙萬物，令萬物依隨自然法則來運行。

以真理、美德的觀點看「上帝或神」，指的是人類自身的職責或天職。這種「上帝或神」，從兩方面（使生命得以存活，以及使人類脫離苦惱）救度人類。事實上，這便是「做為人類的自己，必須要正確地去實踐的『真理』」。我們得以「做好自己的責任」——事事無缺失中來供奉上帝。如此一來，每個人一定會有著幫助他、保護他的上帝了。

英文的「God」（上帝或神），與泰文的「Kod」（法則或定律），兩者的讀音非常相似；也算是語音上的巧合，這可說是滿有趣的。如此，可以使科學家也好、不是科學家也好，他們都有「God」。這樣，也可以促使每個宗教的信徒，回過頭來面對面互動。

所謂的「Religion」（宗教），事實上，就是修行的體系，使人類與至高無上的東西——「無上法」有所關聯、或是進入其中。在佛教中，把無上法叫做「涅槃」；這也是人生真正的終點；比起和上帝——具有人類情感，住在一起，更為卓越。

在基督聖經中，翻開前幾頁，就有著佛法的核心精神——即是人一旦認識了善惡，繼而產生「執取」，就會開始引生苦痛與罪惡了。這是因為人們偷吃了禁果（禁果使人類進化），且已到了可以分別是非善惡。當然——這是比之前的物種更為進化的。



基督教的象徵——「十字架」，也可被視為佛教核心，即是「消除自我」之意，也就是刪除The「I」（十）。如果，我們具有此觀念，就可與基督教合作，一起來協助這個世界，讓世界得以脫離「自私自利」——一個永遠造成世間禍害的根源。

佛教徒喜歡傾聽耶穌教誨，有——  
「『駱駝穿過針孔比無知者進上帝的國還容易呢。』『人活著，不是單靠食物，乃是靠神嘴裏所說出的一切話。』  
『先要把眼睛裡的灰塵挑出來。』」以及其他的教誨。

我把全世界的教育比喻為「斷尾狗」(譯註)的教育；也就是說，只在紙上做學問，和只學習生活上的技能；卻沒有學習宗教或是佛法，來教導大家如何做個正人君子。懇請大家，儘快打開眼睛，在世界還沒發生毀滅之前，就先趕緊把事情處理好。

- 譯註：尊者說「斷尾狗」是指不平衡的教育，太過重視物質發展的教育，卻忽略心靈昇華的教育。

所有的孩子，都是未來世界的建設者。所以，我們就得從現在起，一起來努力，透過正確的培育孩子來建設世界！不要放任孩子隨意發展。這樣，才算是對自己——「現代的父母和老師」的工作負責到底。如此，便是「智慧的時代」。

善德中的六善：

1. 父母親的好孩子。
2. 老師的好學生。
3. 朋友的好朋友。
4. 國家的好公民。
5. 宗教的好信徒。
6. 具足圓滿人性的人類。

這六種善德，便是人類教育中，正確又真正的目標。

老師是打開人類心靈大門的精神引導者。也就是說，老師透過教導孩子，而成為未來世界的建設者——這是「聖賢者的工作」。我們，一定要認識「這種特質」的老師；然後與老師攜手合作，一起來實行老師的真實義務。

教師節時，在泰國某些區域，老師們就在今日，狂歡地喝酒，喝得比平時多，喝得醉薰薰，樂以忘形。因為，平時沒有這麼多老師相聚在一起。我們應該改善這種奇怪的風氣，讓這一天，成為真正的教師節。這個日子是老師——合格的聖賢者，出來接受大眾清淨心的禮敬。

世間的人，浪費許多時間在與滅苦無關的教育上。

諸如：藝術、考古學、歷史學、地理學、經濟學、科學、以及物質文明上的學科……等等；這些學問與滅苦沒有直接的關連，可是人們卻一直往那無關滅苦的教育去。我們應該重新地、正確地探討和學習：特別是在關於「人類苦惱的止息」。



法的社會主義，是佛法和其他宗教的核心；可惜，卻極少人重視。法的社會主義，目的是為所有人——雇主和員工，帶來益處。並且普遍地利益一切眾生，甚至是花草樹木。法的社會主義，其基本原則是：一切眾生都是「生老病死的朋友」。(譯註)

- 譯註：參看〈法的社會主義〉，香光書鄉出版。





.....



.....



.....



.....

# 智慧的遺產

——佛使尊者留給世人的禮物

---

作者：佛使尊者（泰文）

樟基、王靜蓉 合譯

中華民國八十五年十二月初版

中華民國一〇一年三月第二版第一刷 2000冊



---

# 智慧的遺產

---



---

佛使尊者著

---

佛使尊者留給世人的禮物

---