

## 禪與人生

主講法師：惠空法師

各位諸山長老、台北佛教會會長明光法師、東和禪寺的源靈長老、厚賢法師、台北市的各位理監事，以及平光寺的住持如輝法師，各位法師各位居士，大家晚安，阿彌陀佛！今天能夠在這麼清淨莊嚴的殿堂，跟這麼多的法師居士一起談論佛法，實在是人生非常快樂、享受的一件事情。

首先要感謝是明光法師，他主持台北市佛教會，非常努力舉辦各式各樣帶動台北市佛教會的活動。也很感謝平光寺住持如輝法師做這麼好的準備，提供這麼好的場地，使這個法會能夠舉行順利。

為什麼會講到能夠坐在這邊談論佛法是人生一大樂事？最近為了準備教材，在看一些中國歷史資料的書，尤其看到從漢末到唐四、五百年魏晉南北朝的時代，看完以後，一個感想就是「每天都有戰爭」四百多年每天都在打仗。以前聽說，二二八多麼的殘忍、日本南京大屠殺多麼的殘忍、日據時代日本人對抗日的英雄多麼的殘忍—所謂西來庵、霧社事件，我也看過這些故事，看過這些資料，可是看到歷史上戰爭的頻繁，真的要對於現在台灣，可以說從二二八以後，六十年沒有刀槍的戰爭真的要非常的珍惜，或許有一些政治的鬥爭，至少沒有人頭落地、沒有抄家滅族。

看了這一段歷史以後，對於這種太平的時光，不去比較歷史上曾經發生過的一些事情，真的沒辦法感受到，我們現在真的是生長在一個非常有福報的社會，如果我們不懂得珍惜，不懂得好好利用現有的因緣，那就很可惜。所以很感謝明光法師邀請我，來跟大家談談佛法，感謝平光寺如輝法師提供，這麼好的一個清淨的場地，以及所有成就這場講座的眾善因緣及善知識。

今天的題目是「禪與人生」，我是個教書匠，從廿幾歲開始，教到現在五十出頭，都是在佛學院裡面教書。講課跟講演是不一樣的，講課我一點都不擔心；講演，說實在話我準備了兩個禮拜。要講十天的課，不用怎麼準備，我就可以上台。講演則傷腦筋，為什麼？沒有教本。選「禪與人生」作為演講主題，是因為禪代表佛法的核心價值，藉著這個題目，跟大家談談一些問題。我們先把題目的義涵確認，再根據題目的確認，思考今天的內容。

首先是禪的種類，一般對於禪都覺得它是很玄妙的，一個祖師講一個公案就開悟了，那個禪，離我們很遙遠，今天不是講那個禪。我把禪的定義列出了三類來介紹：

第一個，禪定的禪。禪定就是四禪八定。

第二個，感應的禪。什麼是感應的禪？可能這個名詞比較生疏。比如念佛能夠見佛，能夠往生極樂世界；或是持咒能夠得到一些感應，得到鬼神的擁護；或是拜懺能夠消災，這些都是感應。如何把這些感應的力量用到生活當中，用到我們的人生當中，這就是感應之禪。

第三個，般若空性的禪。般若空性的禪比較接近禪宗開悟的概念。

簡單把禪列舉出三個種類，等一下再詳細說明它的特性，它怎麼樣落實在生命。接下來談所謂的「人生」。

「人生」就是從出生一直到老死的過程。「人生」可以從很多不同的角度來看待，今天就舉兩個人生裡面需要面對的問題，就是所謂「待人、處世」。可以說每一個人的人生不出這兩件事情——待人、處世。如果能夠把身邊的人際關係理順、調和好，能夠把生活中所碰到每件事情把它做好，那麼人生還有什麼可以憂慮的事情？沒有值得憂慮的事情。這樣一個人生，中國儒家講得最徹底，孟子講所謂的「仰不愧天，俯不作於人」這就是人生最大的快樂。

「待人、處世」，從儒家立場來講，待人不出於倫理，就是中國人講的五倫——君臣、父子、夫婦、兄弟、朋友，中國人講：父慈子孝、兄友弟恭、夫和妻順等等，當然現在沒有君臣之倫。沒有君臣之倫，也有所謂的長幼，長官與部屬的倫理。比如在一個公司裡，我們不能把公司的資料拿出去賣掉，不能把公司的機密拿出去賣給別的公司，這就是一個倫理。所謂君臣的倫理應該改成上下的倫理，長官跟僚屬之間的一種倫理。其實對於人與人的相處，中國儒家的道理已經講得很透徹了。

那麼怎麼樣做事情？孔子講：「盡己之謂忠」，盡我們的能力、盡我們的心去做事情，這就是辦事情。我的能力就這麼多，明光法師說：「惠空法師，你到平光寺作一場講演吧！」我準備兩個禮拜，已經很用心了，我就這個能力，對不對？這個事情算是圓滿了。所以做事情講一個誠意，很努力地去，很用心地去，相信即使我們做得不是很好，我今天講得不是很如意，相信明光法師不會怪我，如輝法師也不會怨我，因為我很努力去做。做事情就是要很誠懇努力地去，盡自己的能力去做。

在倫理跟誠意之間，中國人還講一個怎樣待人處世的觀念，有一句很好的話「世事洞明皆學問，人情練達即文章」。「世事」，就是我們辦事情，把事情的一個部分、每一個環節都處理得很清楚；「洞明」，就是很清楚，這就是有學問。「人情練達」，就是人的情感關係，我們非常的熟悉，因為我們很熟悉，懂得該怎樣地柔軟、調和，練達就是非常柔軟、熟悉、調和。表示這個人很有文采、有才華，這是中國人的文化，中國人講的法。其實能夠做到這樣的地步真的不容易，可說是中國人所謂的「彬彬君子」。

我們可以看到周圍的人，如果真的能夠把人際關係按照倫理的態度去處理好，對父母非常孝順，對子女非常慈愛，夫妻之間做妻子的對先生非常柔和順從，先生對妻子非常信義，對別人做事情非常的努力，相信這個人一定是非常優秀的一個人才，走到那裡做到那裡都是一個了不起的人才，可以說這樣就是一個覺悟的人生。

禪，什麼是禪？禪就是覺悟。太虛大師講「人成即佛成」，人是做人，是修行出離解脫生死，乃至成修菩薩行的一個基礎。人乘、天乘、聲聞、緣覺、菩薩。我們不要小看倫理跟儒家做人的這種誠意，這個已經不容易了，站在這個基礎之上，看一看佛法是怎麼看待我們生活上的事物。

剛剛講有三種禪，第一個是「禪定的禪」。所謂的禪定，指四禪八定。四禪八定，在佛

教的理論體系裡面，是修行解脫最基本的禪定，有了禪定之後，就能夠產生神通。當今之世，不要說在家人，出家人要修到這個禪定也是不容易。今天只能擷取禪定的精神來談這個問題，必須把是用禪定精神，還是用禪定的本質在談問題作一釐清。如果是一個已經證得四禪八定的人，他的人生是截然跟一般人不一樣的。今天我們不談那個部分，我們是談怎樣擷取禪定的精神，讓它能夠使我們在生活當中得到一點功用。

禪定，四禪八定有兩個特質，還沒講特質之前，先要講「禪在什麼地方？」禪就是覺，禪在我們的心，在講禪之前一定要知道，整個的禪都是在談我們這顆心。比如心在哪裡？各位！現在你的耳朵在聽我講話、眼睛在看著講台，你這個人坐那邊，這個時候，你的眼睛、耳朵，你所接受到所有的訊息就落在你的意識的心上面。不管是什麼禪，那一個宗派的禪，它都必需要落在我們所說的心上，以下所談的所有的禪，就是落在那個心的上面。各位聽我講，聽到我的話，眼睛看我的手勢，看講台，看著佛菩薩，你那個能夠看、能夠聽、能夠感覺、能夠了知的，那就是禪的位置、禪的處所，這是先要提出來的。

再講禪定的特質。從第一類禪定裡面看心有什麼特質？禪定有兩個特質，第一、是心的純淨，心非常的清淨；第二、是心的統一。

怎麼講心的純淨？比如這杯水，這杯水是非常清澈透底的，裡面沒有一粒沙子，可是這兩天下梅雨，看水溝的水都是混濁濁的、黃黃的，河溝裡的水可能的含沙量，是百分之二十、三十，甚至五十。一杯水放下去以後，過一陣子裡面一層泥巴結在下面，也就是現在河溝裡的水不純，因為它裡面有很多的泥沙。

水在佛法中，常常比喻為我們的心，我們心裡面有很多的泥巴，就是污垢雜質，那就是我們的煩惱。什麼煩惱？「貪、瞋、癡、慢、疑」。我們有沒有貪心？有；有沒有瞋心？有；有沒有驕慢的心？有；有沒有懷疑心？有。有種種的煩惱，這時候我們的心就不純淨，就像梅雨中河溝裡面的水，就不像茶杯裡的這杯水沒有沙、沒有污泥一樣，這表示我們心的內涵心的特質是有染污的，它沒有辦法凝聚起來。

舉個例子，如果水泥全部是水泥，它就會凝固，如果水泥裡面放了很多的竹子、塑膠布的，這水泥有沒有力量？就沒有力量了，如果用水泥灌柱子、樑柱，裡面有很多的竹葉、紙、沙、塑膠布，這個柱子是不是很脆弱？因為它都分裂開了就沒有力量。如果柱子裡面水泥的成分非常純的話，這個柱子就牢固，道理是一樣的，我們心的力量被雜染的煩惱吃掉了，破解、裂開了，心就沒有力量。

所以做事情、待人、處世，第一個要分清楚是非善惡，分清楚什麼事情該做，什麼事情不該做，做到什麼尺寸。所以心需要兩個力量：第一個是要有抉擇的力量，就是你要去選擇。第二個要有力量能夠選擇你要去做。拿一個大家比較熟悉的王建民投球這個例子來談。

你說：「師父！你有看電視。」我沒看電視，我看報紙。他投伸卡球—滑球，我沒看他投伸卡球，小時候看過少棒賽倒是真的，在那種國際的場合要贏真的不容易，不是你贏就是我輸，誰都不願意讓的。你要把對方三振，他要打你的全壘打，所以不容易。今天王建民要怎樣投球讓別人打不到，讓別人打成滾地球接殺出局，他是不是也要動腦筋？球投出去要不要有力道？要不要轉到他想要轉的位置？一樣要很用心的去投。好像前幾天一個報導，他投了

一個差點完投的一局，後來被打出一個全壘打就沒有了。後來報紙說他不知道自己快要完投了，就是他已經非常的專注，他只是投球。場中間要投到什麼地步？就是全場只有打擊者跟我的球，其它什麼都看不到，就到這個地步，就只有看到本壘板、那個好球帶，我的球怎樣通過好球帶，然後它要怎麼轉，眼睛裡面只看到這一點，相信要投到這個地方才能夠成功。

我講課的時候，不可以有一絲一毫的妄想，我的經驗是一個妄想進來，嘴巴講不出來了，為什麼？因為思路非常清楚，一個觀念一個邏輯推理接著下去，一個妄想進來「啪！」邏輯推理就斷掉，心沒有力量了，相信這個道理是所有事情都是一樣的。要辦事情，心要很純淨，能夠分辨出是非善惡，所以要有禪定的力量。禪定的力量意涵是什麼？就是專注。要專注，要有能夠分辨是非善惡黑白的能力，這就是我們能夠擷取禪定的精神，來放入我們的生命、人生當中，放入生活中間來幫助我們，這就是禪定的人生。

第二個是「感應之禪」。什麼叫感應之禪？就是念阿彌陀佛的時候，阿彌陀佛現在前；念佛，一直持續念佛，臨終的時候，阿彌陀佛、觀世音菩薩來接我，感應了；我拜懺，冤業、惡業解除；我誦咒，很多鬼神護法擁護，這就是感應。這個感應也叫做禪？也叫禪。如果不專心念佛，他能夠感應？不專心持咒，他能感應？不誠心拜佛，他能感應？專一就是禪。

除了專一以外，感應之禪還有一個非常重要的成分，就是信仰。信仰什麼東西？信仰因果，信仰三寶。記得小時候，大概是五歲到十歲之間，民國四、五十年左右，學佛聽經的風氣還沒有這麼盛，那個時候都說拜拜，去菜堂拜拜。那個時候佛教的群眾，他們就是信仰。那個時候牆上常常有什麼破除迷信，所以小時候會覺得拿香拜拜很愚蠢，有這種觀念是因為接收到不良的訊息，所以我學佛不是從信仰入門，是從理解佛教的理論入門的。可是學佛到了後面這十多年來，慢慢覺得信仰，在學佛的過程中間是非常重要的，它不只是一個環節，而且是一個基礎。

社會上所講的信用跟這邊所講的信仰是不同的，信仰裡面是對於這個思想可以不了解它的義涵，可以沒有完全的方法去做到某個程度，可是你相信它是真實的。這有三個層次：

第一個是，你相信它是真實的。我相信有因果，可是我常常幹壞事。有沒有這種人？很多；我相信有因果，可是我不了解它的道理；我相信有阿彌陀佛，可是我不念阿彌陀佛。有沒有這種人？有。很多人只是相信阿彌陀佛，念不念阿彌陀佛？他不念；瞭不瞭解阿彌陀佛的道理？也不瞭解。有的人瞭解，可是他不念。這裡面三個層次：第一個你相信，你相信；第二個你瞭解了理論；第三個你實際去念阿彌陀佛。你相信因果，你也瞭解為什麼會有因果的道理，這是所謂三世業感的理論，也很誠懇很虔誠的去行善去惡，這是三個層次。可是有一點，這個層次都必須要以信為基礎。所以《華嚴經》云：「信為道源功德母」，所有一切的功德，所有一切的修道都從信做為一個基石。

中國佛教淨土宗的淨土三資糧「信、願、行」，第一個就是要你信，信有彌陀、信彌陀的願力，信彌陀會來接引你、信你可以往生極樂世界，你要相信。基督教也講信，要信上帝。基督教叫「信、望、愛」，什麼叫信望愛？我沒讀過聖經，我也不太懂，我猜想「信」就是信仰，跟佛教講的，「信為道源功德母」的信，淨土講的「信、願、行」的信，完全是一個東西。什麼是「望」？不知道解釋得對不對？望就是願，希望，因為願已經被佛教用了，所以他們

不能用願，用願就變成佛教了，叫信願了。最後一個「愛」，什麼愛？愛就是慈悲，上帝愛世人，愛就是慈悲，跟我們講的一樣。

大家要瞭解到學佛，要把佛法的法門納入我們的生命。第一個要信仰，信仰什麼？信仰佛陀、信仰三寶、信仰因果。你說：「這樣就有好的人生？」如果信仰因果，你會不會去幹壞事？你就不會去幹壞事，縱使你幹了壞事以後，你心裡面會皮皮剝，會覺得好像不舒服。這個跟「殺他活該，他笨，所以他被我偷」這不一樣，你偷人家、搶人家、打人家，心裡面老覺得不安，跟你打了以後，你覺得我就是比他行，所以活該他被我偷、被我打，這個是不一樣的。今天對於在人生的生命旅途中，我們有一些正確的知見、正確的人生價值觀念，我們能夠堅定的信仰，這就是一個禪的生命、禪的人生，這就是一個有覺悟的人生。

各位！不要小看信仰的力量，信仰是一個非常重要的生命元素，很多人為什麼會自殺？各位知道嗎？因為他沒有信仰，或者他的信仰被粉碎了，所以他的人生就失掉了意義和價值，所以他會自殺。我們看到很多母親很苦，可是她去賺錢養活她的子女，因為她有一個信念「要把小孩子帶大、養大」，母愛的信念支持她的生命，再辛苦她都願意，受多大的委屈她都能夠承擔。可是一旦如果小孩學壞，不聽話或者是死掉，她整个人生就會崩潰掉，因為她的信念沒有了，她的人生價值沒有了。

大家一定要把我們的人生放入一個深刻的、有價值的信念裡面，這就是一個所謂「禪的人生」。

第三個是「般若空性的禪」。它是對人生、對生活的運用，換另外一個角度就是「怎樣建立起一個超越於世間價值的人生觀」。

儒家對於人生有一套的理論，像剛剛講的五倫或者是誠信，這就是它的人生價值。今天佛法的特質就是「覺性」，「覺性」就是覺般若的空性，覺我們自性佛性的特質，怎樣把這個特質納入到我們的人生的生活中來運用。同樣我也要強調，我們沒有證到境界，沒有見到空性，只是把空性的思想引入到我們生活的思惟裡面來，把空性運心的方法放到生活中、放到內心裡面來調整我們的人生。

曾經看到一幅圖畫叫「調心圖」，它畫什麼東西呢？畫著一個和尚，一個出家人趴在那邊睡覺，他趴在一隻老虎的背上，老虎是標本？不是，是活的老虎。這一幅圖畫義涵著什麼問題？這幅圖畫原名叫二祖調心圖，是禪宗的二祖。它說明這個禪師的內心已經沒有了瞋恨，甚至他已經沒有人我的對立，所以老虎的毒害、瞋害之心發不起來，牠不會去咬這個禪師，所以叫調心圖。就是你的心已經完全的清淨，甚至可以說沒有了老虎、沒有了自己，這個時候老虎兇狠的心就發不出來，這幅圖的意涵，就是這個意思。你們誰敢趴在老虎身上睡覺？舉手！不要說趴在老虎身上睡覺，跟老虎握握手都不敢，因為我們的心裡面有很多的煩惱。

再講另外一個類似的故事，有一天佛陀帶著舍利弗等弟子們出去托鉢，突然有一隻老鷹追著一隻鴿子，鴿子對老鷹很恐懼，就飛！飛！飛到佛陀的肩膀，牠停在佛陀的肩膀上就不恐懼，很安詳就停在那邊。當舍利弗走過佛的肩膀，他的影子照到了鴿子以後，鴿子就發抖，大家就很奇怪為什麼舍利弗走過去，影子碰到鴿子，鴿子就發抖？佛就說，因為舍利弗是阿羅漢，他的內心已經沒有瞋恨心了，可是還有習性。就像馬桶，馬桶洗乾淨以後，裡面沒有

了屎尿了，可是味道還有，那就是習氣，道理是一樣，裡面沒有髒東西了，沒有大小便了，可是還有那個味道，那就是習氣。因為舍利弗還有那個習氣，所以鴿子就會恐懼。因為佛已經清淨了，所以鴿子沒有恐懼心。這個就對應剛剛講的「二祖調心圖」，說明我們生命心的理念是一個非常重要的特質，它跟外在事物的關係。

再講一個大家比較熟悉，佛印禪師與蘇東坡的故事。蘇東坡是宋朝的大文豪，佛印是一位禪師，兩個是好朋友，有一天兩個在喝茶的時候，蘇東坡就想跟佛印禪師開玩笑，就說：「老和尚！我今天怎麼看你，你坐那邊像一坨狗屎，一堆大糞一樣。」佛印就說：「我看你像一尊佛一樣的。」蘇東坡很高興就回去了。回去以後就跟蘇小妹講：「我今天總算是贏了佛印一回了。」「你怎麼贏佛印？」他就把這故事講一下，蘇小妹聽完以後；「哥哥你今天輸得可慘了！」「怎麼輸很慘？他像坨大糞 我像尊佛，當然是我贏。」「因為你心裡面有一坨大糞，所以你看起來像大糞，人家心裡面有一尊佛，所以看你像尊佛。你是真大糞，人家是假大便，所以誰贏誰輸就看出來了。」蘇東坡這下知道自己又輸掉了。從這個故事可以看出來，一個人的心是根本關鍵。

再講一個故事，有一個人他很會畫畫，沒事的時候他就畫花、鳥、鸚鵡，有一天他就想：「今天我畫一個鬼看看。」他就畫了一個鬼，並且貼在牆上，因為很會畫，越看那個鬼越像，看到最後，趕快跑！跑掉了，因為看那個鬼就像活的一樣，就是畫鬼自縛。那裡有沒有鬼？沒有鬼，他心裡面有鬼，心裡有鬼以後，那個鬼就真的變成鬼了，人的心差別真的是很大。

還有一個人也很會畫馬，後來有一天，他太太看到他躺在床上就是一匹馬，不是一個人，因為他天天想著馬，就變成一匹馬了。中國人還講一個「胸有成竹」的成語故事，就是有一個人他很會畫圖，他怎麼會畫？只要心裡面有圖，就畫得出來。確實是這樣子，心裡面是什麼，呈現出來的東西就是什麼。

講了幾則小小的故事，我們來分析這幾則故事背後的道理。外在的事物是一個客觀存在的東西，可是人的觀察判斷，最後還是落在自己心裡面所觀察出來的東西，什麼意思？中國人有一句話「情人眼裡出西施」，其實他的女朋友很醜啊！可是他就是情人眼裡出西施，認為他女朋友最漂亮。這句話就是說，其實外在客觀的事物，落在人的心裡面，可能不是那麼一回事。所以，重點還是人內心所取的那個境界，那個才是真實的東西，外在的客觀或許它是做為我們判斷的一個依據，如果自己心裡面不是這樣取，那麼它就不一樣了。這個問題就是，「我們的心怎麼去取這個境？」這就變成了所有事情的關鍵點。

在佛法裡面有這麼一句話，「愚人除境不除心，智者除心不除境。」一個愚昧的人，他看到不順的事情「張三老是講我不好，把他調職，把他調職就好了」、「這個居士老是給我提意見，叫他下次不要來了。」我們就除境，關鍵是我們內心不調和，所以「愚人除境不除心」。「智者除心不除境」，聰明、有智慧的人是把內心調和好，境界是另外一回事，重點是自己的心，怎樣去把境界伏順，把它轉化、調和好。

再進一步講，智者見境「如夢幻泡影」，凡夫認境「真實有」，這個講到佛法的理論上面了。諸佛菩薩，乃至羅漢，所證到真實的聖境，就是般若空性所照見，《般若心經》講的「觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空。」五蘊就是我們的身心。《金剛經》說：「一

切有為法，如夢幻泡影」，有為法就是一切萬法像夢幻泡影一樣，這是一個宇宙真實的境界，我們凡人執著是真實的。禪宗的祖師就提出了一句話「非境礙心」，不是境界來妨礙你的心，「實心礙境」，事實上是心執著了境，這是禪宗祖師的話。非境礙心，不是境界染污了你的心，不是境界遮蔽了你的心，不是外在的環境、外在的事物干擾了你的心，不是的！事實上是自己的心去執著了，虛妄去認取這個境界，重點是這個地方，這是禪宗的祖師所提出來的問題。各位要記住這個話，「非境礙心，乃心礙境」，這是所謂般若空性禪的結論。

從「非境礙心，實心礙境」這個論點來看，怎麼樣把心提昇，不要讓心礙境？我們提出下面三點，我們要問：「心裡面有什麼東西？怎樣把心提昇上來？怎麼樣把心提昇超越世間的價值？」從心的提昇去建立起佛法的生命價值的體系，我們提出三點，這三點是從心的成分來看：

一般凡夫的心有什麼東西？什麼樣的東西礙了我們的心？因為心有什麼東西錯誤了，有什麼不好的東西使我們礙了這個境？第一個「煩惱」，社會人所謂的七情六慾，佛教講人我是非，再用更道地準確的名詞講，就是貪、瞋、癡、慢、疑，五個根本的煩惱。貪慾心，喜歡錢、喜歡名、喜歡男女的情慾，就是貪；瞋，人家對我不好的就起不高興的心、起仇恨的心、起破壞的心；癡，對事情看不清楚，愚昧顛倒；慢、就是驕慢，總是覺得人家不好，自己好；疑，對什麼事情都沒有一個正確的確認，對事情都是「也好像這個，也好像那個」，自己沒有主見。這就是根本煩惱，所有的煩惱，都從這五個開展出來的。

所以，首先要「降服煩惱」，第一個是貪，要淡泊我們的生活。佛陀告訴我們「金錢、女色是毒蛇」，其實就是要我們把對世間的貪著放下，唯有把貪放下以後，才能夠真正把其它煩惱降服。

第二個是空，這世間的一切，站在世間的立場，站在儒家立場，是真實不虛的，可是站在佛法立場、站在聖者立場，它是如夢幻泡影，不真實的。歷史上再多的帝王、將相、英雄、豪傑，今安在哉！在哪裡？今天這一堂講經的講座，再過半個鐘頭之後，也曲終人散，在哪裡去找呢？沒有了。經上講，過去已經過去了，未來還沒有來，現在不住，現在有沒有停留啊？有沒有一秒鐘會停留在這個地方的？沒有嘛！剛剛七點開始，到現在已經兩個鐘頭了，有沒有一秒停留的？沒有一秒會停留等你，「我還沒欣賞好，你停一下，讓我再看仔細一點。」「你剛講那一段，我還沒聽清楚，停一下，我聽清楚一點。」可不可以？有那一回事嗎？它會停下來嗎？你說：「怎麼不停下來？」「我把電視機倒轉一下，暫停一下」，那是你自己癡人說夢話，電視機可以停，生命境界可以停？不可能的。

所以，很簡單的一句話「過去已逝，未來未至，現在不住。」講明了這個世間沒有一剎那是真實的，不用講很多，就這一句話就夠了。哪一個世間是真實的？沒有！今天我們看到是一個長河般的巨流，看到我們七、八十年的人生像一條河流一樣。我們看到是一條河，我們沒有看到河都是很多水形成的，有河沒有錯，有河，可是河不真實，河是很多水，而且這水沒有一秒會停留在那個地方，哪裡有一條河？道理是一樣的。我們要把這樣一個宇宙人生價值的智慧，落實到我們生命裡面來，這就是所謂般若空性的智慧。所以要空掉，要把生命境界空掉。

不過話說回來，空掉生命絕對不是一般人可以做到的事情，把這樣一個理論思想引到人生的價值裡面來，這就很有力量。我們常常地去想，宇宙人生一切都是無常的，都是如夢幻泡影一樣，那份競爭、爭奪、執著的心就會放淡一點，這樣就能夠幫助我們銷解很多的不平，銷解很多的貪欲與驕慢，它是一個很好的思惟。所以，《金剛經》為什麼這麼有價值？就是「一切有為法，如夢幻泡影。」

第三個是「成平等利益眾生之心」。剛剛講到，觀察一切的有為都是如夢幻泡影，是從空的角度來看。另外再從幻化角度來看，《大智度論》講過一個比喻，菩薩利益眾生，就好像在夢中划船，從東岸划到西岸，把東岸的人划到西岸，一直不停地當擺渡的船夫在載人，可是他知道他是在作夢裡面做擺渡的船夫。菩薩知道自己是夢中，可是不捨夢中的眾生，去做擺渡利益這些眾生。記得在慈航堂彌勒內院——以前台灣第一尊肉身的慈航菩薩，慈航遺訓裡面講過：雖然一切世間是虛假的，可是還是要做好空花佛事水月道場，這個道場、寺廟就像水中月亮一樣的不真實。像今天的講經，一、兩百個法師、居士，大家一起來談論佛法，剛剛敦煌的佛舞，天花散下來，就好像是虛空中的花沒有了一樣，不真實，再過半個鐘頭之後，到哪裡再去找這一個講座？民國九十六年六月十日，中華民國台北市平光寺，晚上七點到九點半的講經法會到哪裡去找？找得到嗎？沒有！這就是所謂的「空花佛事水月道場」。雖然知道這是「空花佛事水月」，可是要時時顧好、處處建好。道場是像水月，佛事像空花，可是還是要去做，還是要去觀照，這就說明了一個菩薩的心情。

禪宗的祖師也講到，一個禪的生命，其實就是一個放捨的「捨」，就是你捨掉多少，我們捨掉煩惱，我們捨掉身心，捨掉周圍的生命境界，一切都把它捨掉、放掉。翻過來，要把空的境界放捨，轉換成在空中去建立一切，去利益一切眾生；可是在做一切，知道是空花佛事水月道場，卻處處建好、時時顧好，這就是一個禪者的生命境界。在這個過程中間，我一再提醒各位，所講的這些東西，不是一個凡夫的境界，它是一個菩薩的境界。那麼，你說：「惠空法師！你講那麼多幹什麼？」我一直在強調，我們雖然不是菩薩，可是我們學習菩薩；我們不是真菩薩，我們是假菩薩，我們是名字菩薩，我們裝一裝菩薩，我們學習當菩薩。我們不是要學佛？我們都要學佛了，為什麼不可以學菩薩？以一種學習菩薩的心情來思考這個問題、這樣一個道理。聽懂很容易，結論就是禪的人生、禪的道理「知易」，了解很容易，「行難」，要做很難。

現在佛教界流行講生活禪，大陸講生活禪，台灣也講生活禪，哪個地方講生活禪？我跟各位講，證嚴法師講生活禪。你們聽過證嚴法師講生活禪？沒有啊！有沒有聽過？誰聽過他的生活禪？他不是用這個名詞，他叫《靜思語》。星雲法師也講生活禪，他叫《菜根譚》。聖嚴法師也講生活禪，他講《自在語》。那個都是生活中的禪意，他們把生活跟禪的佛法思想融會在一起，我們都應該要讚歎這幾位法師，他們真的是菩薩的心懷、菩薩的情，他們把佛法中非常好的義涵融會在很精要的語句裡面，他們還出了好多的小冊子，這個跟以前林清玄的菩提系列很接近。翻開《靜思語》，每一則都是非常令人讚賞，翻開《菜根譚》，每一則文采都是非常美麗，翻開《自在語》，每一則都是這麼真實貼切，可是做起來不容易，做，不容易做。不要說各位不能做，我覺得要我做，也覺得很不容易。

大家除了在知上面要理解以外，更進一步要知道怎麼樣去做。最後，把自己在這方面一

點點想法提供給各位：

第一個要常常反省。要常常反省對所做的每一件事、所說的每一句話，常常去反省「我這句話講得對不對？這句話裡面有沒有瞋恨心？有沒有嫉妒心？」我自己反省過，我做得還是很差勁，因為我們還是很多煩惱，我們還是凡夫，常常心裡面充滿了不平、嫉妒、瞋恨，講出來的話就酸溜溜的，都有一股不平的氣氛，這就不對了，這就得反省。我們做錯沒有關係，可是要承認，要能夠理解自己的錯誤，這個就很難得，這就很可貴。真正的反省很重要。

第二個反省以後要持戒、忍辱。佛法講持戒、忍辱是兩個雙胞胎，是一樣的。忍辱比持戒更難，我不去侵犯別人，我只管我自己，可是別人侵犯我，能夠忍下來，這個就比較難。我們要常常的忍辱，這個觀念很重要，我們常會覺得「他欺負我，我就要討回公道」，你就不忍辱。人家告訴你，欺負你沒有關係，你能夠忍下來，這就是大丈夫，這才是最光彩的。我們常常會有一種心，「為什麼要讓他欺負？他憑什麼欺負我？我比他強！」這種心態出來以後就不忍辱了。有了「忍辱是真正的大丈夫，忍辱是真正超越了最高道德。忍辱不是孬種，忍辱不是沒有用。」這個觀念以後，就覺得「我做忍辱很好」，我們就會願意去忍辱。很多人有錯誤的觀念，認為「忍辱很孬種，為什麼要被欺負？我比他強，為什麼他要欺負我？」就是這種錯誤的觀念。沒有關係嘛！「你比他好，他欺負你，你更好。」就好了嘛！有了忍辱的觀念以後，再去做就很容易了。

第三個提議，各位還是要常常打坐。因為我們在生活中都還是散心，散亂心，心是沒有力量的。舉個比喻，「水刀」，現在挖煤不是用鏟子，不是用鑽，是用水刀，用很強的壓力把水快速的衝出去，那個衝力很大 像刀子一樣，可以把石頭切割下來。如果是水，它就是在一秒鐘之內有多少的力量壓下去；如果一秒鐘同樣的力量，它分成十秒鐘就沒有力量，這就是剛剛所講的禪定的力量，因為禪定中，心集中起來了，你心有力量，反省的能力、實際忍辱能力就會增強，就有能力去持戒、有能力去忍辱、有能力去反省。如果在散亂中的話，力量就會弱，天下沒有白吃的午餐，沒有不勞而獲的事情，今天我們想要真正的把禪覺性的力量放到人生當中，來增強我們生命的力量、美化我們的生命。美化我們人生很簡單，你必須要付出。各位如果想到，我只要聽聽惠空法師一個講演二個鐘頭以後，我就懂得怎麼過禪的人生了，你是做白日夢，我可沒有這樣的能力，請明光法師另請高明好了。

大家必須要常常地努力，要努力不懈，多看《靜思語》，多看《菜根譚》，多看《自在語》，這樣幫助各位能夠在思想方面澄清，常常鍛鍊，相信大家都會有一個很有覺性的人生。非常謝謝明光法師，平光寺住持如輝法師，還有所有成就這次法會因緣的各位大眾，謝謝大家！阿彌陀佛！