

劉發泉編輯

但盡凡心
(六)

佛陀教育基金會 印贈

一切佛經，及闡揚佛法諸書，無不令人趨吉避凶，改過遷善。明三世之因果，識本具之佛性。出生死之苦海，生極樂之蓮邦。讀者必須生感恩心，作難遭想。淨手潔案，主敬存誠。如面佛天，如臨師保。則無邊利益，自可親得。若肆無忌憚，任意褻瀆。及固執管見，妄生毀謗，則罪過彌天，苦報無盡。奉勸世人，當遠罪求益，離苦得樂也。

一 目 錄

| | |
|-------------|-----|
| 自序 | 一〇二 |
| 一百元的價值 | 三〇五 |
| 人人都有財產「三千億」 | 六〇九 |
| 力量與雅量 | 一〇一 |
| 三個篩子的過濾 | 一二一 |
| 三夢奇解 | 一五七 |
| 大千世界 | 一八九 |
| 大道顛倒顛 | 二〇二 |
| 大夢誰先覺？ | 二三六 |

| | |
|------------------|-------|
| 大糞桶頂著小糞桶..... | 二七～二九 |
| 工欲善其事，必先利其器..... | 三〇～三三 |
| 不住神通妙境..... | 三四～三七 |
| 不為生氣而活..... | 三八～四〇 |
| 互信互助..... | 四一～四三 |
| 內心的傷痕..... | 四四～四六 |
| 六字箴言..... | 四七～四九 |
| 公平分配..... | 五〇～五一 |
| 天底下的三件事..... | 五二～五四 |
| 心存感恩..... | 五五～五八 |
| 心淡如水福自多..... | 五九～六一 |
| 心眼..... | 六二～六四 |

| | |
|-------------|---------|
| 水泡花環 | 六五～六八 |
| 半的學問 | 六九～七〇 |
| 只有你能欣賞我 | 七一～七六 |
| 同理心 | 七七～七九 |
| 妄相惑心 | 八〇～八二 |
| 有與無 | 八三～八五 |
| 自我管理 | 八六～八八 |
| 行善改命要有恆心、耐心 | 八九～九三 |
| 低頭看得破 | 九四～九七 |
| 秀才與禪師 | 九八～一〇〇 |
| 抱殘守缺 | 一〇一～一〇三 |
| 放棄每一念的執著 | 一〇四～一〇七 |

| | |
|----------|-----|
| 明師無相 | 一〇八 |
| 朋友相處之道 | 一一四 |
| 杯子與水 | 一一七 |
| 狗告狀 | 一二一 |
| 勇於承認自己的錯 | 一二五 |
| 冥陽同道 | 一二九 |
| 蚌的胸襟 | 一三三 |
| 逆境來時轉心境 | 一三七 |
| 逆鱗 | 一三九 |
| 漏水的水桶 | 一四二 |
| 做一個真正的你 | 一四四 |
| 唯一的準則 | 一四七 |

| | |
|----------------|---------|
| 唯有你自己知道，自己是什麼？ | 一五〇～一五二 |
| 清淨的法水 | 一五三～一五五 |
| 處中得道 | 一五六～一五八 |
| 最棒的玉米 | 一五九～一六〇 |
| 割愛去貪 | 一六一～一六四 |
| 無生法忍 | 一六五～一七五 |
| 善惡之報，如影隨形 | 一七六～一七九 |
| 菩薩的相 | 一八〇～一八三 |
| 菩薩難為 | 一八四～一八九 |
| 黑風 | 一九〇～一九一 |
| 揠苗助長 | 一九二～一九四 |
| 傳統 | 一九五～一九八 |

| | |
|------------|---------|
| 楞嚴經傳入中國的因緣 | 一九九～二〇三 |
| 禍福之門 | 二〇四～二〇六 |
| 認錯未必輸 | 二〇七～二〇九 |
| 寬大 | 二一〇～二一二 |
| 緘默是金 | 二一三～二一五 |
| 靠自己 | 二一六～二一九 |
| 積德累功 | 二二〇～二二二 |
| 隨緣自在 | 二二三～二二五 |
| 隨緣隨喜 | 二二六～二二八 |
| 龍鬚草 | 二二九～二三一 |
| 還我本來面目 | 二三二～二三五 |
| 斷器三過 | 二三六～二三八 |

| | |
|--------------------|---------|
| 讓心歸零····· | 二三九～二四一 |
| 觀花見人生····· | 二四二～二四五 |
| 觀世音菩薩說的話····· | 二四六～二四八 |
| 原來很簡單····· | 二四九～二五一 |
| 神通妙化····· | 二五二～二五四 |
| 附表：三大阿僧祇劫的修行過程表(二) | |

「但盡凡心」第六集自序

據史學家的研究，在眾多古文明中，始終保存自己的古文化，最爲完整的首推猶太人。除了猶太人本身的民族性比較保守外，還有一個很重要的因素，就是在猶太人的社會裡，有一個不成文的傳統：小孩從四歲到十四歲間，每天睡覺前，父母有義務爲小孩說一個屬於猶太人的歷史故事。小孩在心思最單純，吸收力又最強的時候，便在腦海裡種下了根深蒂固的傳統文化思想，故讓他們的文化得以保存得如此久遠，所謂：「少成若天性，習慣成自然。」

佛陀的思想與教育，既圓滿又實用，我們若能將佛陀的德行言說，化作童孺易懂又樂學的寓言故事，讓天下的父母們，願於床前說給自己的小孩聽；在潛移默化中，因緣果報的思想必能深植於每一個人的心中，則社會必定漸趨和樂；就

像「小故事大道理」一樣，由微小的點，連成一條線，再由線擴大爲面；由個人到家庭、社會、國家，最後影響全人類，果能如此，則婆婆必將轉成淨土，佛陀的大願也能實現於今世。末學自忖鄙陋，然願盡棉薄之力，向淨化人心的「枕邊書」邁進！

民國九十五年（丙戌年）十二月二十一日寫於新店寓所

一百元的價值

有一次，參加一個婚禮，證婚人突然手持一張新的百元鈔票，問大家：

「有誰想要這張百元新鈔？」

結果，你看我，我看你，沒人出聲。證婚人又說：

「不要害羞，真的，有誰想要就舉手啦！……」

經這麼一說，全場大約三分之一的人舉手。證婚人隨即將這張百元新鈔揉成一團，再打開來，又問一次：

「現在還有誰想要？」

仍然有人舉手，但比之前少了一半的人舉手。證婚人再將這張紙鈔放在地上，用力地踩了幾下，撿起來再問大家：

「這樣子還有人要嗎？」

全場只有稀疏的兩、三個人舉手。這時證婚人請了其中一位男士上台，把這張百元鈔給了這位男士，說：

「這位男士是三次都舉手的。」

結果，全場哄堂大笑，證婚人用手示意大家安靜，並向新郎說：

「你今天迎娶的這位心愛的女士，就如同同一張新版的百元鈔票，歲月加上持家的辛勞，就如同被踐踏過的百元鈔票一樣，令起初寵愛的人，變了心。事實上，這張百元鈔票，它的價值全沒有改變，希望你像這位男士一樣，懂得真正的價值和意義，不要讓外表影響你最初的心願，好好彼此珍惜，共同走出美好的人生之路！」

附註：新舊鈔的外表雖有所變異，然一百元的價值，並沒有改變；就好比諸法雖

隨染淨之緣，而顯現千差萬別之相，然其體則不生不滅、常住不變；又雖然一百元的價值，沒有變異，但新鈔勝過舊鈔的差別相，宛然存在；就好比真如體雖不變，然觸緣則生起森羅萬相。世人不知真如「不變隨緣、隨緣不變」之理，以為緣生的假相是真實的，心被假相所迷惑，而不知自己本來具足絕對清淨而永遠不變之覺性，猶如故事中人，取新鈔、棄舊鈔之心態，誤認新鈔的價值遠勝過舊鈔，而不知一百元的價值，實不會因外表的新舊而有變異。

世間的夫妻緣，如夢幻泡影，緣聚則合，緣散則離，此乃有為法之通則；然在短暫幾十年的相聚因緣下，如何以摯誠之心，彼此相愛、互相扶持，共度美滿幸福之人生，則需要夫妻兩人，共同用心去經營，才能讓兩人最初「愛的誓言」歷久彌堅，白頭偕老。

「人人都有財產『三千億』」

《阿含經》裡有一段故事：

一位國王出宮巡視人民的生活，來到城中，放眼望去多是富麗堂皇的樓房和熱鬧富裕的市集，國王心想：

「我的國家真的很富有，百姓生活得很好、物質豐富。」

於是他想進一步了解：國內有多少富人？而這些富人又有多少財產？有一天，他到一位號稱全國最富有的長者家，請問長者有多少財產？長者回答道：

「內外的財產總共有四千億。」

國王說：

「我擁有整個國家，財產也只有四千億；為什麼您能夠擁有四千億呢？內外

又是什麼呢？」

長者回答道：

「國王！我外在的財產有一千億。我能擁有這些財產首先要感恩您，因為在您的國土上，我能自由地從事貿易；再來要感恩人民，因為他們提供我有形的財產；我也要感恩我的奴僕眷屬，因為他們為我努力付出。所以，我有形的財產是來自貿易、人民、國家，合起來大約有一千億。」

國王問：

「那另外的三千億呢？」

長者說：

「另外的三千億是內在無形的。因為我『心中有佛』，佛陀的莊嚴以及慈悲、智慧豐富了我的心，這值一千億；此外，我『口中有法』，口說好話，所以又有一千億的價值；還有，我天天『身行好事』，也值一千億。所以內

在價值總共三千億，加上外在的財物一千億，所以，我的人生內外財產共有四千億。」

附註：這個故事告訴我們，只要「心中有佛」、「口中有法」、「身行好事」，就是我們內在的豐富資產啊！這是人人都可以具有的「三千億」財產，而且是用之不盡、取之不竭的財富。

「心中有佛」就是我們常說的「以佛心為己心」，佛心是大慈悲心，這份慈悲表現出來的就是無我無私的大愛；常說柔和善順的好話，就是「口中有法」，口說好話就是莊嚴自己。不過單是「心中有佛」、「口中有法」還不夠，最重要的是要「身行好事」！自耕福田，才能自得福緣。

佛陀發現了宇宙人生的真理，又把這份清淨光明的智慧傳授給我們，我們從佛的口中接受了法，而後如法修行，成就道業；再用心把佛的教法傳遞



出去，令眾生同得清淨解脫，這就是續佛慧命。

力量與雅量

艾森豪將軍曾有個參謀，經常與他意見相左，看法迥異。有一天，這位參謀決定請辭。艾森豪問他：

「爲什麼突然要走呢？」

參謀老實地回答：

「我和你常意見衝突，你大概不喜歡我，與其等著被你開除，還不如我另謀出路算了。」

艾森豪聽後很驚訝，說：

「你怎麼會有這種想法？如果我有個跟我意見一模一樣的參謀，那麼我們兩人當中，不就有一個人是多出來的嗎！那還有什麼意義呢？」

最後，艾森豪把參謀給勸留下來！

附註：中國人造字頗奇妙，「包容」的「容」，底下硬是加上了個大大的「口」字，彷彿叮嚀著世人：「要接納不同意見，要接納不同的聲音，不要只會杜絕眾口，否則將失去許多寶貴的觀點與見解。」

一個人能否成功，關鍵不在「力量」，而在於是否有「雅量」，能理性、冷靜地聆聽那些與自己不同的意見，並進一步接納它；相信這對許多人來說，真是「知易行難」啊！請您問問自己：「我有辦法跳脫自以為是的這個框框嗎？我能接受別人對自己的批評嗎？」問題的答案，將決定您日後能否成功的關鍵所在。

「三個篩子的過濾」

聽說有一次蘇格拉底的一位門生，匆匆忙忙地跑來找蘇格拉底，一邊喘氣一邊興奮地說：

「報告老師一件事，讓您絕對想像不到的……」

蘇格拉底卻毫不留情地制止他道：

「等一下！你要告訴我的話，有沒有先用三個篩子過濾過了呢？」

他的學生不解地搖了搖頭說：

「那三個篩子？」

「當你要告訴別人一件事時，至少應該用三個篩子過濾一遍！第一個篩子叫真實，你要告訴我的事是真實的嗎？」

「我是從街上聽來的，大家都這麼說，我也不知道是不是真的。」

「如果不是真的，那就應該再用第二個篩子來檢驗，至少也應該是善意的，你要告訴我的事是善意的嗎？」

「不！正好相反。」

他的學生羞愧地低下頭來，蘇格拉底仍不厭其煩地繼續說：

「那麼我們再用第三個篩子檢查看看，你這麼急著想要告訴我的事，是很重要的嗎？」

「並不是很重要……」

蘇格拉底打斷了他的話：

「既然這個消息並不重要，又不是出自善意，更不知道它的來源是真是假，那你又何必說呢！說了也只會造成我們兩個人的困擾罷了！」

附註：說話可以反應出一個人的智慧，「謹言慎行」、「言之有物」是說話智慧的最高指導原則，也會讓你一生都受用無窮。俗話說：「謠言止於智者」，有智慧的人，不會隨便聽信搬弄是非者、或誹謗者的話，因為「說人是非者，即是是非人」；通常喜歡傳播是非、八卦的人，多半不是出自善意告訴你這件事，因為他會揭發別人的隱私，當然也會以同樣的手段對待你。

「流言」比劍更可怕，它可以傷害一個人於無形；道聽塗說的人，等於是把自己的快樂，加在別人的痛苦之上；因此，蘇格拉底才會訂出了三個篩子來加以過濾。

我們千萬不要做搬弄是非的「始作俑者」；當然，也不要受人利用，成了是非的傳播者！

一三夢奇解

有一位赴京趕考的年輕人，雖說他已落榜兩次了，但是，這次他還是相信自己可以金榜題名。就在考試的前一天，他做了三個奇怪的夢，在百思不解之下，只好去請教解夢專家，解夢專家告訴他說：

「第一個夢，牆壁種白菜，牆壁怎能種菜呢？當然是白種了。第二個夢，雨天穿雨衣又撐傘，既然穿了雨衣，又何必再撐傘呢？根本就是多此一舉嘛！第三個夢，跟心愛的人背對背睡覺，這豈不是沒戲唱啦！你可以收拾行李回家，今年考試沒指望了。」

當他在旅館收拾行李時，老闆來問他：

「試都還沒考，幹嘛現在就在收拾行李？」

他告訴旅館老闆，他昨晚做了三個夢，解夢專家說他今年考試沒指望了，只好準備回家種田。沒想到老闆說：

「我也是解夢專家，不妨說出你的夢境，讓我來替你解夢。」

當老闆聽完三個夢後，告訴他說：

「牆上種白菜，表示高種（高中）；穿雨衣又撐傘，正是有備無患；跟心愛的人背對背睡覺，就是準備翻身。今年考試，保證你金榜題名！而且婚姻也會如願以償。」

這位考生，聽了很高興，第二天考得很順利。放榜時，果真高中探花！

附註：據《大毘婆沙論》卷三十七之說：「於睡眠時，心與心所法於所緣而轉，而於睡醒之後，隨所記憶而能對他人轉述睡時所見者，稱之為夢。」夢本來就是虛妄無實的，可是，人們每每喜歡解夢中事，以探夢境之究竟。

「有需求就有市場」，因此應運而生「解夢專家」。但是，同樣一個夢境，由於解夢者的用心不同，對當事者會產生極大的影響。吾人遇事若能多做正面性、光明性、鼓勵性、積極性的思考，對人生才有意義！為人解夢者，千萬不要做不當的暗示，讓聽者心灰意冷，對人生失去鬥志，以致自我沈淪，甚至走上絕路，那可害人不淺！前面的故事，就是一個最好的例子。



「大千世界」

國畫大師張大千，回國內定居時，經由房屋仲介公司，在台北市外雙溪購得一處視野良好的房子，亦即後來命名為「摩耶精舍」者。有一天，他的好友張群去拜訪他，他拿起量尺丈量著說：

「這些仲介公司實在不老實，尺寸竟然縮水！」

張群先生此時剛好打開窗戶往外看，外面的遠山、近處的小溪，全映入眼裡，美不勝收。於是張群先生便向他打趣道：

「外面美麗的風景，有沒有算在買賣契約裡？」

「屋內的尺寸都不足了，怎能顧及外頭的景色？」

「其實窗外大千世界之美，遠勝於屋內的小千世界！」

張大千聽了張群的一番話後，莞然而笑，盡釋胸中不快之事。

附註：有一回，從台北坐飛機到高雄，當飛機在松山機場剛起飛時，我從窗戶往下看，只見高樓大廈林立，人來人往，男女老少，大小汽車穿梭在這個平面上，好不熱鬧！待飛機繼續往上拉升，由平面轉成垂直，這些現象即起了很大的變化。首先房子變小了，吵雜聲變小了，車子也看不出什麼名牌號碼，人們更分不出男女老幼，只成一個小點罷了；而且，整個山河大地縮小了，可以看到的範圍愈來愈廣闊，心胸也隨之愈來愈寬大，在雲端上，這個世界是那麼地寧靜與安祥。此時，讓我體悟到一個人，對於「空理」的體悟愈徹底，他的眼光就會愈開闊，分別心、妄想心、執著心就愈低，那時才能「心包太虛、量周沙界」，看待一切眾生，皆是平等一如，毫無差別相可言，就如同佛陀一般，「等視一切眾生，猶如羅睺羅」。

一 大道顛倒顛 一

有一位老禪師，受人之託，收留了一個頑劣小童。自從那惡童入寺院以後，不但不知悔改，還變本加厲地偷東西，盜賣僧物，其他的弟子們實在是看不下去了，多次要求師父將這個劣徒逐出門外，老禪師每次都點點頭表示知道，卻遲遲沒有行動。

這天劣徒又偷東西被逮個正著，就有一個弟子堅持要師父執行驅逐令，老禪師對那群弟子緩緩地說：

「那你們離開這個寺院好了……」

弟子們聽了大吃一驚，師父繼續說道：

「你們個個都修行有成，人格都很健全，出寺去不成問題，但這孩子不一

樣，如果我們硬將他趕出去，他可能就無容身之地了。」

原來老禪師不是徇私，而是一顆慈悲心呀！弟子們個個深覺慚愧，連忙跟師父道歉，而那位劣徒也終於頑石點頭，痛哭出聲，向師父及眾師兄懺悔，從此改邪歸正，重新做人。

附註：據專家說，人的眼球就像一面凸透鏡，映在網膜上的物象是顛倒的；也就是說我們眼中所見的外界影像，其實應該是上下顛倒、左右顛倒才對。

這說來好像不可思議，但我們每個人都安穩穩地生活了幾十年了，也不覺得有何奇怪。有一位心理學家史卓拉頓靈機一動，就做了一個有趣的實驗，他製作了一副可以顛倒看外界的特殊眼鏡，戴上了它，外面的影像就呈現上下倒反、左右倒反的情形。剛開始時，他的確覺得非常的不能適應，走路時藍天在下，黃土在上，左右景象也都反轉來了，怎麼可能習慣

呢？可是經過多日的適應後，他逐漸變得習慣了，最後「追趕跑跳」樣樣都行；到了第八天實驗期滿，當他取下這副「怪眼鏡」時，外境全回復正常了，他反而覺得非常的不適應，就跟當初剛戴上「顛倒眼鏡」時一般的情形。

這個實驗告訴了我們，外境本無改變，改變的只是我們那顆「執著」的心眼罷了。生活中有太多的「我執」，可會讓我們的心靈相機失焦喔！懂得「智慧觀照」，人生就會一下子豁然開朗；有時候事情的「真相」跟我們表面上所「見到」的恰恰相反，唯有懂得活潑思維、返觀自照的人，才真正算是一個有智慧的人，俗話說得好「大道顛倒顛，有人顛得轉，便是大羅金仙。」

「大夢誰先覺？」

昔日有一位潦倒的書生名叫盧生，在邯鄲道上的旅館，正爲了貧困而嘆惜。湊巧道士呂洞賓也在旅館裡居住，他聽到盧生的嘆惜後，便交給盧生一個睡枕，囑咐盧生枕著睡覺，自然就會順遂如意。那時旅館的主人正在煮黃粱，盧生也覺得很困倦，於是就枕在呂洞賓給他的睡枕上睡去。

此時，盧生竟做了一個美夢。在夢境中，盧生走到一個不知名的國家，娶了一個姓崔的女子爲妻，功名很得意，俸祿極爲豐厚。崔氏所生的兒子，個個孝順又進取，高官厚祿不在話下。盧生享受了五十年的榮華富貴，才因生了一場病而死去。

當盧生在夢中病逝時，即在枕上欠伸醒來，看見道士呂洞賓仍站在他身旁，

旅館主人還沒將黃梁煮熟，這時盧生才知道，剛才享受了五十年富貴榮華的生涯，不過是一場短暫的夢境。因此，後人使用「黃梁一夢」來比喻人生富貴的短促無常，警醒人們不要貪圖榮華富貴，到頭來還是空忙一場，兩手空空，任何東西也帶不走，只有「業」隨身！

附註：就夢之性質言，可將夢分為如下四種：

(一)無明習氣夢：乃因自己往昔所積習的無明煩惱，覆蔽本具的真如性，令心無所明了而精神顛倒，故形於夢想，此為一般夢想之「總相」。

(二)善惡先徵夢：謂人凡有善惡吉凶之事，則先形於夢寐，以為徵驗。若修善，則感天人為現善夢，令其增長善根；若人作惡，亦感天人為現惡夢，令其怖惡生善。

(三)四大偏增夢：謂人體內之地、水、火、風等四大不調，則身心不安，

如地大增多，則身體沈重；水大增多，則身體浮腫；火大增多，則身體壯熱；風大增多，則身體急脹，以致形於夢寐。

(四)巡遊舊識夢：謂人於曾遊歷之處或曾見聞之人事物，心繫念不捨，而常思想者，多現夢中，如想善事則現善夢，如禮佛、誦經、持戒、供養、施捨等善夢；反之，想惡事則現惡夢。俗話說「日有所思，夜有所夢」，就是指這種夢境。

三界之中，夢僅發生於欲界，不見於色界、無色界。而於欲界中，凡夫眾生、預流果等之聖者皆有夢，唯有佛無夢。依「唯識宗」之說，睡眠深時意識全無；淺時仍有獨頭意識起作用，所以有夢；此在「唯識三性」中屬「遍計所執性」，乃是空無虛妄的。《大智度論》卷六亦稱「夢非實事，盡屬妄見」。

因為我們執著在五顏六色的花花世界中，不知覺悟，所謂「不識廬山真面

目，只緣身在此山中。」世人都在幻化無常中作著他的「人生大夢」；若能警覺到「夢裡明明有六趣，覺後空空無大千。」那還追求什麼？計較什麼？執著什麼？世間一切只不過是「夢中說夢兩重虛」罷了！佛法勸人要
看開世間的財色名食睡，積極息滅貪瞋癡，勤修戒定慧，並學習佛陀的度
生事業，「以弘法為家務，利生為事業」，廣建「水月道場」，大作「夢
中佛事」，這樣才是真正究竟覺悟「生死大夢」者！「大夢誰先覺？」你
覺悟了嗎？

一大糞桶頂著小糞桶

有個老和尚到村莊去化緣，來到一戶人家門前，向主人化緣，豈知這家主人不但不供養，反而要把老和尚趕出去，這時他的母親出來道歉，說是孩子不懂事，不要見怪；這兒子見此情景，就在門上放了一個糞桶，想讓老和尚出洋相。老和尚向老婆婆告辭後，當一打開門時，糞桶正好蓋在老和尚的頭上，他心裡明白，卻不發一言的走出去。

一路上跟著許多看熱鬧的人，要看看老和尚的反應如何？老和尚走到了河岸，進了河裡，將全身清洗乾淨。老和尚便開口說：

「衣服髒了可用水清洗乾淨，可是心髒了要用什麼清洗？要懺悔，慚愧自身不淨；若不知道將心清理乾淨，那就如同我一般，大糞桶頂著小糞桶。」

附註：經云：「人身從頭至足，有三十六種常流不淨：如髮、毛、爪、齒、津液、膿血、痰淚、精氣、大小便利等……種種不淨，細察自知。」我們對於自己的身體，可說是呵護備至，為了避免讓它風吹日曬，保養品琳琅滿目；滿櫥子的衣服、鞋子，仍嫌不夠，一輩子用盡心思來裝扮它、討好它；殊不知這副臭皮囊，再怎麼妝扮，只要稍為動一下，便是臭汗淋漓；若幾天不洗澡、不刷牙，便臭氣沖天，令人作噁！可曾仔細想想我們要用什麼來莊嚴自身，才能究竟呢？

有首偈語：「面上無瞋是供養，口上無瞋出妙香，心上無瞋無價寶；不斷不滅是真常。」心中常生歡喜心，面上自然就會有和煦的春風，全身散發著一種令人易於親近的氣息；就算犯錯了，只要勇於認錯、真心懺悔，也就不會背負著懊悔痛苦的包袱。如此身心自在，自然面孔莊嚴，全身散發

出天然之體香，何需依賴人為化妝品與衣物來偽裝呢？

《佛遺教經》云：「慚恥之服，於諸莊嚴，最為第一；慚如鐵鉤，能制人非法。是故，常當慚恥，勿得暫替；若離慚恥，則失諸功德。有愧之人，則有善法；若無愧者，與諸禽獸無相異也。」願大家都懺悔諸業障，遠離糞垢身，常念身口意，莊嚴佛淨土。



「工欲善其事，必先利其器」

有一個年輕人，他的工作就是每天到森林裡面去砍木材。他工作非常努力，別人在休息的時候，他依然認真地砍材，直到天黑，才肯罷休。他希望趁年輕時多賺一些錢；可是，工作半個多月以來，他砍的木材數量，總是不如那些老前輩。

年輕人百思不解，以為自己不夠努力，下定決心明天要更賣力工作才行；結果，隔天的成績，反而比前幾天還差。這時候，有一個老前輩叫這個年輕人過去喝茶，年輕人心想：

「成績那麼爛！那來多餘的時間休息啊？」

便大聲回答：

「謝謝！我沒有時間！」

老前輩笑著搖頭說：

「傻小子！一直在砍材都不磨斧頭，成績當然不好，你遲早要放棄的，真是精力過剩！」

原來，老前輩利用泡茶、聊天、休息的時候，也一邊在磨斧頭，難怪他們很快的就能夠把樹砍倒。於是，老前輩走過來拍拍年輕人的肩膀說道：

「年輕人的確是要努力！但是要記得省力，可千萬別用蠻力啊！哈哈……」

老前輩一面說著，一面閃著他那把剛磨好發亮的斧頭！

附註：看完這個故事，我們不妨檢視一下，我們是否也犯了這位年輕人的毛病而不自知？只知埋頭苦幹而不講求效率，當然也就不知道要提昇自己的技巧和能力！千萬不要以為有事情做就好，除非提昇你的技巧和能力，你才會

有時間將事情做好，甚至做更多想做的事情；不然，就會常常覺得「沒有時間」！

然而，學習解壓，提昇工作效率，是達到「事半功倍」的重要方法之一。以下提供幾個「舒緩壓力」的要訣，供大家參考：

(一)深呼吸：當自己覺得有壓力時，先做幾個深呼吸，讓自己稍微平靜一下。

(二)暫時離開：有時短暫的離開壓力情境，事情反而更容易處理。

(三)笑一笑：不管目前狀況如何，都讓自己笑一笑，不管是假笑、苦笑都好，讓自己看看微笑的自己。

(四)動一動：讓自己活動一下，身心是一體的，藉由運動放鬆身體，心理也會有同樣的效果。如果能讓自己養成運動的習慣，則自己的健康及抗壓指數，都會大幅提升喔！

(五) 一次一件事：一般人常會因為同時要面對很多事情，而陷入困擾之中，覺得壓力很大。此時，應讓自己一次只想一件事，一次只處理一件事。

(六) 整理一下再出發：有時事情無法處理，常常是因為自己心裡慌亂，這時，不妨靜一靜、想一想，究竟發生什麼事？在過程中，有哪些方法是有幫助的？整理一下自己不知所措的情緒後再出發，事情或許會迎刃而解。

我們用功修行又何嘗不是這樣？諸如「樹下經行」、「午後的辯經」、「與師父的小參」等等，無不是藉著「靜心反觀」，才會有些許意想不到的「心得」哩！

「不住神通妙境」

在《傳燈錄》「慧忠國師傳」中，記載著一個有趣的故事：

有一位從西域來到長安的大耳三藏，自稱已證得了「他心通」及「慧眼通」，在長安城裡很有名氣。當時皇帝想試驗他的真假，就請了國師慧忠和尚前來測試。大耳三藏見到慧忠國師，很有禮貌地禮拜後，便站立在一邊。慧忠國師就問他說：

「聽說你已證得他心通？」

「不敢當。」

「你說說看，老衲現在人在什麼地方？」

「和尚是一國之師，為何到西川去看划龍舟比賽呢？」

「你再說說看，老衲現在又在什麼地方？」

「和尚是高貴的國師，怎麼還到天津橋上去看戲仔耍猴戲呢？」

慧忠國師又第三次用同樣的語氣，問了大耳三藏：

「你再一次說說看，老衲現在又在什麼地方？」

結果大耳三藏停了好久，說不出國師現在什麼地方。慧忠國師就大聲地呵叱道：

「你這野狐禪，他心通在什麼地方？」

大耳三藏竟無言以對。

附註：以後禪林裡，常以此故事來相問難。如有位僧人就問仰山禪師：「大耳三藏第三度為什麼不見國師呢？」仰山說：「前兩次是涉境心，後一次是入自受用三昧，所以不見。」也有人以同一個問題，請教趙州和尚：「大耳

三藏第三度不見國師，未知國師到什麼地方去了？」趙州說：「就在大耳三藏的鼻孔上。」「既然在鼻孔上，為什麼會看不到呢？」「只因為太近了！學者試著參參看！」

在《楞嚴經》裡，佛曾開示阿難：復有些眾生，初得人身，在人道中不是不肯修行，只是不依照「菩提正覺」來修，就是不修「明心見性」波羅蜜多法門——「反聞聞自性，性成無上道」的「首楞嚴大定」；而是依第六意識的妄想心來修，一心想固守色身，期望能長生不死，故常遊蹤於深山穹谷、名山洞穴等人跡不到的地方。這些仙人境界都很高，為何還要墮入生死輪迴而不得解脫呢？就是不見佛性，只在「無始無明」之間徘徊，患上見聞覺知四病，不知妙化四相（我相、人相、眾生相、壽者相），以破「無始無明」。

自古以來，各祖師大德雖見性得六神通，但不執著於六神通，故說：「正

法眼藏，不住神通妙境，亦名無神通。」最大的神通乃是「無相」的神通，不可思、不可議！



「不爲生氣而活」

有一位金代禪師非常喜愛蘭花，在平日弘法講經之餘，花費了許多的時間栽種蘭花。有一天，他要外出雲遊一段時間，臨行前交代弟子：要好好照顧寺裡的蘭花。在這段期間，弟子們總是細心照顧蘭花，但有一天在澆水時，卻不小心將蘭花架碰倒了，所有的蘭花盆都跌碎了，蘭花散了滿地。弟子們都非常恐慌，打算等師父回來後，向師父賠罪領罰。俟金代禪師回來，聞知此事，不但沒有責怪，反而對弟子們說道：

「我種蘭花，一來是希望用來供佛，二來是爲了美化寺廟環境，不是爲了生氣而種蘭花的。」

附註：金代禪師說得好：「不是為了生氣而種蘭花的。」禪師之所以看得開，是因為他雖然喜歡蘭花，但心中卻無蘭花這個罣礙。因此，蘭花的得失，並不影響他心中的喜怒。相反地，我們在日常生活中，常因牽掛太多，太在意得失，以致影響情緒起伏，使我們不快樂。如果我們在生氣之際，能多想想：

「我不是為了生氣而工作的。」

「我不是為了生氣而教書的。」

「我不是為了生氣而旅遊的。」

「我不是為了生氣而交朋友的。」

「我不是為了生氣而結為夫妻的。」

「我不是為了生氣而生兒育女的。」

那麼，煩惱的心情自能轉成安祥、平靜。《靜思語》有句話說：「生氣是

拿別人的過錯來懲罰自己。」此語說得再貼切不過了！下次，當你要生氣時，請您記得：「別再當傻瓜了！為何要拿別人的過錯來懲罰自己呢！」



一互信互助一

有一個人人在沙漠中行走了兩天，途中遇到沙塵暴，一陣狂沙吹過之後，他已認不得正確的方向。當快撐不住時，突然，他發現了一棟廢棄的小屋，他拖著疲憊的身子走進了屋內；這是一間不通風的小屋子，裡面堆了一些枯朽的木材，他幾近絕望地走到後院，卻意外地發現了一架抽水機。他興奮地上前汲水，可是怎麼抽也抽不出半滴水來，當他頹然坐地，打算放棄時，卻發現抽水機旁有一個用軟木塞堵住瓶口的小瓶子，瓶上貼了一張泛黃的紙條，紙條上寫著：

「你必須用水灌入抽水機才能引水，但是不要忘了，在你離開前，請將水裝滿這個小瓶子！」

他急忙拔開瓶塞，發現瓶子裡果然裝滿了水。但是，他的內心卻開始交戰，

如果自私點，只要將瓶子裡的水喝掉，他就不會渴死，就能活著走出這間屋子；如果照紙條上所說的來做，把瓶子裡僅有的水倒入抽水機內，萬一水抽不出來，他就會渴死在這地方了……到底要不要冒險？

最後，他決定把瓶子裡僅有的水，全部灌入那架看起來破舊不堪的抽水機，然後用顫抖的雙手汲水，水果真大量地涌了出來！這個旅人喝足了水，又將瓶子裝滿水，用軟木塞封好，然後在原來那張紙條後面，加了他自己的留言：「相信我，真的有用，在取得之前，要先學會付出。」

附註：人們在生死攸關的當頭，往往都只為自己一私著想；然而，自私自利的結果，或許自己暫時得到眼前的一些好處；但是，對整個社會來說，可能造成很大的遺憾與損失。試想想：假若故事中的旅人，只求自己活命，而將瓶中的水喝光，那麼後來與他同樣遭遇的人，都要渴死在這片沙漠中了。

因此，在作決定之前，若能多為別人著想，或許正在幫助自己哩！俗話說：「給別人方便，就是給自己方便。」「吃虧就是佔便宜。」

人生好比一趟旅程，任誰都有在旅程中口渴的時候，都有在旅程中迷失方向的的時候；社會本是一個生命共同體，沒有人可以遺世而獨居，每個人都需要別人的幫助，然而在別人幫助我們之後，要學會幫助其他需要我們幫助的人。唯有像故事中的旅人這般，以「接力棒」的方式，將此「互信互助」的精神傳遞下去，才能創造出一個進步而文明的社會；也只有這樣，人類的生活才會更加美好，更有意義！

「內心的傷痕」

有一個男孩，有著很壞的脾氣，於是他的父親就給了他一袋釘子，並且告訴他：

「每當你發脾氣的時候，就釘一根釘子在後院的圍籬上！」

第一天，這個男孩總共釘下了三十七根釘子，慢慢地每天釘下的數量減少了，他發現控制自己的脾氣，要比釘下那些釘子來得容易些。終於有一天，這個男孩再也不會失去耐性亂發脾氣了，他很高興地將這件事告訴他的父親，父親聽完之後便告訴他：

「從現在開始，每當你能控制自己脾氣的時候，就拔出一根釘子吧！」

一天天地過去了，最後男孩告訴他的父親，他終於把所有釘子都拔出來了。

父親握著他的手來到後院說：

「你做得很好，我的好孩子！但是，看看那些圍籬上釘子拔出後的洞，這些圍籬將永遠不能回復成從前完好的樣子。你生氣的時候所說的氣話，就像這些釘子一樣，在別人的心裡已留下傷痕！這就好比你拿刀子捅別人一刀，不管你說了多少次對不起，那個傷口將永遠存在。」

附註：人與人之間，常常因為一些彼此無法釋懷的堅持，而造成永遠的傷害。如果我們都能從自己做起，開始寬容地看待他人，相信你一定能收到許多意想不到的結果；幫別人開啟一扇窗，也就是讓自己看到更完整的天空。

尤其在生氣時，往往說不出什麼好話來。因此，要想避免造口業，甚至因說錯話而惹禍上身，平常就應在修養上多下點功夫，下面提供大德們一點點經驗，讓大家都參考：

①生氣時，先深呼吸三次，再說話。（一般人皆適用）

②生氣時，先念阿彌陀佛三次，再說話。（學佛者最適用）

③生氣時，前面兩種方法，任用一種後若無效時，重新再深呼吸，然後念佛十次，之後再說話，保證有效。

為什麼要如此這般複雜地請諸位大德注意呢？因為話語的傷痛，就像真實的傷口一樣，令人無法承受。俗話說得好：「話到口中留三分」，所以生氣時更要謹言慎行！

一六字箴言一

三十年前，一個年輕人想要離開故鄉，去開創自己的前途。由於年少離家，心裏難免有幾分惶恐；於是在出發之前，特地去拜訪一位老禪師，請求指點。老禪師正在臨帖練字，見年輕人請問前程，就隨手寫了三個字：「不要怕」，然後擡起頭來，對他說：

「人生的秘訣只有六個字，我先給你三個字，供你半生受用。」

三十年後，這個年輕人已有了一些成就，當然也增添了許多傷心事。歸程漫漫，近鄉情怯，他又去拜訪那位老禪師。可是老禪師幾年前已經圓寂，隨侍老禪師的沙彌取出一個信封交給他，說：

「這是老禪師生前交代，要親自交給你的，你自己打開吧！」

他慎重地將信封接過來，並拆開封套，只見裏面赫然寫著三個大字：「不要悔」。

人生在世，年輕時要有敢拼、敢闖、不懼怕困難的精神，用自己的勇氣征服生活；然而當年老回首往事時，則要有「不後悔」的心態。因為人生如幻如化，緣起緣滅，都是一場空，何必太過認真呢？

附註：有一年，英國牛津大學 辦一次「成功秘訣」講座，受邀的是當時已經譽滿天下的邱吉爾，人山人海的人潮，把會場擠得水泄不通，等到演講開始時，邱吉爾用手勢止住大家雷動的掌聲後，說：「我成功秘訣有三個：第一是決不放棄；第二是決不、決不放棄；第三是決不、決不、決不放棄！我的演講結束了。」說完就走下講台，會場上沈寂了一分鐘後，才爆發出熱烈的掌聲，經久不息。

邱吉爾的「決不放棄」，足以觸動人的心靈，「世上無難事，只怕有心人」。世上沒有失敗，只有放棄，不放棄就不會失敗。成功絕不是靠運氣，成功永遠屬於歷經挫折而能不屈不撓的人，所以禪師鼓勵年輕人「不要怕」，要勇於實現夢想；一旦走過的歲月，不管是苦是樂，就「不要」再去回首，「後悔」往事。因為活在過去的人，永遠不會進步，只有向前邁進，勇往直前的人，才能繼續創造生命的奇蹟，為人生開出燦爛的花朵！

「公平分配」

有一位家財萬貫的富商，在臨命終前，交代族裏一位長老，爲他分配遺產給兩個兒子。結果，不管這位長老怎麼分，兩個兄弟就是大喊「分配不公」。長老心生一計：

「既然我再怎麼公平分配，都會有人喊『分配不公』，好吧！我就將計就計！」

於是這位長老，將每樣東西都平分成兩份：桌子鋸成兩半、碗及盤子敲成兩半、衣服剪成兩半……，所有的東西都分割成兩半，以示公平。

兩兄弟看到如此分法，最後豈有能用的東西存在？只好請求長老秉公處理，不再爭執了！

附註：想想看：為了要爭到完全公平，最後的結果居然是兩敗俱傷，這是真正的公平嗎？這是愚癡啊！人再怎麼追求，都是求一缺九啊！人世間要求與人平等，實在很難！因為每個人所造作的因緣不同，果報當然也不一樣，如何能令事事物物皆相同、平等呢？

再者，就是相同的東西，只因人心有所分別，所以才有不同的價值。何謂公平？何謂不公平？真的很難定論。只要我們的心知足了，就會覺得一切公平。學佛就是要求得「時時心安」，了解「知足常樂」的道理；這個道理若能看透，就沒什麼好爭的了。

一天底下的三件事

有人說：「天底下只有三件事：一件是自己的事，另一件是別人的事，第三件是老天爺的事。」

「自己的事」：諸如不上班、吃什麼東西、開不開心、結不結婚、要不要幫助別人等，這些自己能安排的事皆屬之。

「別人的事」：諸如小張好吃懶做、小陳婚姻不幸福、老李對我很不滿、我幫助別人，別人卻不感激我等，這些別人在主導的事情皆屬之。

「老天爺的事」：諸如會不會颶風、地震、戰爭、開悟、成道等，凡是人類能力範圍以外的事情，都屬於老天爺的管轄範圍。

人的煩惱就是來自於：忘了「自己的事」、愛管「別人的事」、擔心「老

「天爺的事」。所以，要輕鬆自在很簡單：打理好「自己的事」、不管「別人的事」、不操心「老天爺的事」。下次心情不好時，趕快問自己，那件事到底是「誰」的事？

附註：以上只是「哲學」上的詮釋，雖然比較消極，但若能做到，也算是逍遙自在的人生。可是仍不夠圓滿，若能更進一步，過著積極的人生，譬如：不操心「自己的事」，儘管去做利益「別人的事」，進而將人性中的劣根性——貪、瞋、癡，轉化為慈、悲、喜、捨，創造更多的社會福利，同約人間淨土，「老天爺的事」就會轉變成你、我、他共同的事。

有人說：「畫，遠看則美；山，遠眺則幽；名利，遠觀則能灑脫；小人，遠避則少是非；思想，遠慮則能洞察事物本末；心，遠放則少憂少惱。

『遠』字，妙用無窮！」「遠」的意思就是要我們參與其事，但不要執

著，
才能自在灑脫。



「心存感恩」

日本有一位諷刺性明星兼導演名叫北原武，他一直不太喜歡母親，因為母親總是不斷向他要錢，只要他一個月沒有寄錢回去，母親就打電話來破口大罵，真是所謂的「死要錢」！而且北原武越是出名，母親索取的錢就越多。後來母親去世了，他趕回家奔喪，等辦完喪事，他的大哥把一個小包袱交給他，說：

「這是媽媽臨終前，要我一定要交給你的。」

北原武很納悶，小心翼翼地打開小包袱，看到一本存摺，上面寫著他的名字，存款金額高達數千萬日幣；另外有一封信，母親寫著：

「孩子，在幾個兒女當中，我最擔憂就是你。從小你就不太喜歡唸書，為人海派慷慨，常常亂花錢；當你到東京打拼時，我實在很擔心有一天你會變成

一個落魄的窮光蛋，因此我每個月不斷地要你寄錢回家，一方面刺激你去賺更多的錢，另一方面也是爲了替你存錢；你給我的錢我一毛也沒花，你大哥把我照顧得很好，你的錢就是你的錢，現在就拿去好好運用吧！」

看完了信，北原武哭倒在地，久久都站不起來……再多的悔恨與感傷，也無法道盡此時此刻北原武的心情，這樣的誤解，讓母親情何以堪！又有多少孩子，真正了解父母的用心良苦？

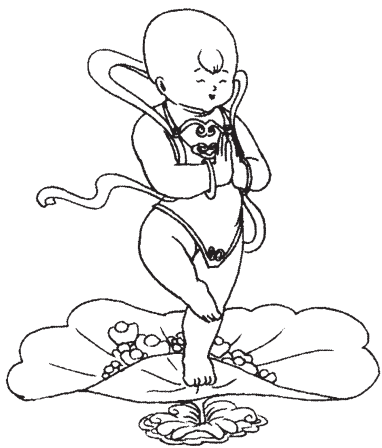
附註：有個愛計較的小男孩，總是不滿現狀，常常跟父母要東要西，若得不到便亂發脾氣，實在很不懂事。有一天晚上，當媽媽在廚房裡張羅晚餐，小男孩手裡拿了一張自己寫的清單遞給媽媽，媽媽用圍裙擦乾手，仔細一看，上面寫著：澆花十元，打掃我的房間二十元，幫忙買醬油十元，照顧弟弟二十元，倒垃圾二十元，得到好孩子獎章三十元，總共你欠我一一〇元。

媽媽抬起頭，看到那充滿期待的臉龐，回想起他小時候可愛的模樣，往事歷歷如昨，於是拿著筆，把紙翻到背面，寫下：我懷胎十個月，供給你一切營養、帶著你到處跑，免費。從你呱呱落地，哄你、疼你、懷抱著你、為你擔憂、為你落淚，免費。生病的漫漫長夜，陪著你、照顧你、徹夜未眠，免費。你所有的玩具、衣服、食物還有學費，也是免費。為你擦鼻涕、把屎把尿，一樣免費。所有的愛加起來，統統免費。

當小男孩看完媽媽所寫的清單，沈默了一會兒，大顆的淚水在眼中打轉，他抬起頭看著媽媽說：「對不起！媽媽，直到今天才明白您是多麼地愛我！」然後，他拿起筆大大一揮「全付了」。小男孩的及時醒悟，點亮了未來幸福的燭光；這個媽媽能善用時機教育孩子的智慧，值得大家學習。奉勸普天下父母，別只是一味的為孩子付出，而應該教導孩子心存感恩，讓他知道一切都不是理所當然，知道失去父母的愛，所有的幸福都將不存

在；知道沒有了眾人的鼎力協助，生活的舒適便利也會化為烏有，要感謝的實在太多了，那來的躊躇與埋怨呢！孩子由於心存感恩，所以特別懂得珍惜，不是嗎？

懂得感恩的人，便什麼都有了；不懂得感恩的人，則什麼都沒有。富足的人，不在擁有多少，而是珍惜多少；因此「心存感恩」，是攀登幸福的第
一步！



一心淡如水福自多

相傳古代有一位神仙下凡閒遊，正好遇見一個凡人在趕路，於是就與這個凡人結伴同行。凡人走到半途時，突然感覺口渴，他並不知道旁邊的同伴是神仙，只看見這位同伴的腰間掛著一個葫蘆，於是就開口問道：

「你的葫蘆裡面有沒有裝水？」

神仙解下腰間的葫蘆回答說：

「這裡有滿滿的一葫蘆水，你要喝就儘管喝吧！」

凡人喝了葫蘆裡的水之後，不但止了渴，還覺得精神百倍，趕路的疲勞似乎都消除了。過了一會兒，凡人突然異想天開的看著葫蘆說：

「如果你的葫蘆裡裝的是酒，那該多好啊！」

神仙笑著把葫蘆晃了一下說：

「裡面是一葫蘆的酒！你想喝就喝吧！」

凡人半信半疑的接過葫蘆，一喝之下，發現裡面的水果然都變成了酒，而且香醇無比。凡人非常驚訝，心裡暗自想道，自己一定是遇上神仙了，不然怎麼可能要什麼就有什麼呢？凡人覺得機不可失，應該把自己的要求提得更高更多，於是他對神仙說：

「你的葫蘆裡面要是裝著可以長生不老的仙丹，那該多好！」

神仙聽了凡人的話，便笑著打開葫蘆的塞子。凡人以為神仙要把仙丹倒進自己的口中，就張開嘴等著接，沒想到神仙什麼也沒有倒出來，搖搖葫蘆就消失得無影無蹤了。

附註：有位哲人說過：「生命是一團欲望，欲望不滿足便痛苦，滿足便無聊。」

在現實中，我們很少去想自己已有的東西，往往竭盡全力去追尋得不到的東西，好像那裡有幸福和快樂等著我們；而我們就在「力不從心」的追尋過程中，失去了眼前的快樂。人世間的物質財富是非常有限的；然而，人對物質財富擁有的慾望卻是無止境的。世人雖然都知道「知足常樂」的道理，但是明白「心淡如水」的人仍然很少。一個人要想生活得幸福灑脫，放淡自己的欲望是一項不可缺少的智慧。唯有「清心寡欲」，才能「知足常樂」。

「貪心的人想把什麼都弄到手，結果卻是什麼都失掉了。」貪得無厭者，不懂得控制自己的欲望，一味盲目追求，結果必將顧此失彼。心淡如水的智者，則明白「無求而自得」的道理，反而能達成更多的願望。所謂「意閑而少欲，心安而不懼」，少一份欲望，便多一份快樂。

一心眼

有一位從美國南方到北方念書的學生，從小因環境的關係，對黑人就帶有歧視的心理，不跟黑人共同進餐，不跟黑人一同上學，更不可能跟黑人談戀愛、結婚，可說是一個種族偏見很深的人。所以，當他來到北方時，就更不習慣了。

可是，當他在波士頓念研究所時，發生了一次車禍。雖然大難不死，可是眼睛卻完全失明，什麼也看不見了。他進入一家盲人重建院，在那裡學習如何用點字的技巧，如何靠手杖走路等等，慢慢地也終於能夠獨立生活了。他自己認為唯一最苦惱的事就是：「弄不清楚對方是不是黑人。」

在復建期間，他將自己所有的心事，向心理輔導員全盤說出，輔導員也盡量向他開導，結果兩個人變成了良師益友。有一天，那位輔導員告訴他，自己是一

位黑人；從此以後，他的偏見就漸漸地消失了，因為他已看不出對方是白人還是黑人，但他卻知道對方是一個好人還是壞人，所以膚色對他來說，已毫無意義了！他感嘆地說：

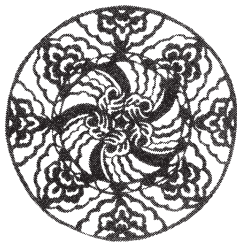
「我失去了視力，也失去了偏見，這是多麼幸福的事！」

附註：世上最有價值的事物，不是眼睛能夠看到的事物，而是你是否「用心去感受」周遭的一切，凡是聽到的、看到的，都不能盡信；唯有以寬大無私的心，去看待一切，人生才會幸福美滿！

在一次法會上，有人問法師：「他是外國人，生前並不信佛，死後替他超渡會有效嗎？」法師告訴他：「人活著的時候，因為有眼、耳、鼻、舌、身、意六識，對於善惡分辨得很嚴重；人死後，前六識漸漸退去，只剩下七、八兩識，它已失去了前六識的『了別』能力；因此，對亡者來說，只

剩下類似磁波的感受，若是對他有益的磁波，他都會樂於接受的。所以，對亡者的超渡，本國人或是外國人，並沒有太大的差別。」

正如上面的那個故事，對一個眼盲人來說，黑人或是白人已不是重要的事了，心靈的善惡與否，才是他最關心的事！



水泡花環

以前有一位國王，很疼愛他唯一的寶貝女兒，從早到晚都讓她陪伴在自己的身邊。

有一天下了一場大雨，地面上起了許多漂浮的水泡；公主看見水泡，心裡很喜歡，就對國王說：

「水泡很漂亮，我要用水泡，做成一個花環戴在頭上。」

國王告訴女兒說：

「這水泡不能用手抓住，怎麼能拿來做成花環呢？」

「如果沒有水泡做成的花環，我就絕食自殺！」

國王聽了女兒的話，趕快召集國內的能工巧匠，對他們說：

「你們的手藝都很精巧，沒有什麼做不成的事。現在趕快拿水泡來，給公主做個水泡花環；要是做不成，就殺了你們！」

工匠們聽了，個個惶恐又無奈，回稟國王：

「我們無法拿水泡做花環。」

正當國王要下令處死這些工匠時，走出一位老工匠，上前稟告國王：

「只要公主肯合作，我就能用水泡做成花環。」

國王聽了很高興，馬上叫公主到老工匠前面。那位老工匠就對公主說：

「我不懂水泡的好壞，請公主拿來自己喜歡的水泡，我馬上替妳做花環。」

公主就去取水泡，但每當她手一碰觸到水泡，水泡就破滅了。費了一整天的時間，連一個水泡也沒撈到；最後，公主放棄撈取水泡的念頭，若有所悟地對國王說：

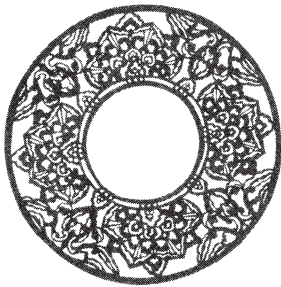
「水泡是不實在的，它會乍現乍滅，無法長久存在，還是給我一個紫金花環

吧！」

附註：「水泡」乃是水中暫起的現象，風拂便滅，虛妄不實，猶如世間諸法的虛假不實與人身之空幻無常。凡夫都害怕「生命會消失」、「情感會落空」、「理想會幻滅」，不知世間萬象都是我們一念妄想識心，所虛構出來的；我們凡夫卻執著我的身體，以及我身所依存的種種名相、地位、權勢、財利、感情等，所建構而成的身心世界，認為都是實在的，因此就會起惑、造業、受果，生生世世在六道中輪迴不已；如果以「空觀」來解析，不過是因緣和合，暫時生起的幻相罷了；猶如故事中要水泡花環的公主一樣，只看到水面漾著雲色彩光的美好影像，不知水泡是因緣集成的幻相，故認假為真！

其實，世間所有諸法，都是因緣和合所成，當體即空，並非恆常而不變

的；猶如虛而不實，瞬間消失的「水上泡」，所以《金剛經》上說：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」



一半的學問

有位老人家，年過七十，但身體仍相當健康，聲如洪鐘，雙目有神。有一天，我向他請教養生之道，他送了我一個字：「半」，當時心中正在納悶：這個「半」字到底有甚麼玄機？老人家隨即解釋道：

「『半』的內涵，就是凡事不可做『盡』。例如吃飯，不要吃得太飽，半飽是最理想的；做事情，不要做到殘，才休息。所以中午小睡片刻、三點半喝杯下午茶、黃昏時光輕鬆一下，都是很好的安排；要讓身體的狀況永遠得到調整，猶如一輛汽車的油電，要經常保持半滿的狀態，切勿等到亮起紅燈時，才去添油加水，否則會很傷車（傷身）。『半』還可放到做人處世的心態上。例如『知足常樂』，不強求十全十美的心態；世間事，豈能盡如人意，

有一半幸事，也應了無遺憾了。又如『得饒人處且饒人』的處世態度；人無完人，凡事給人留半條後路，積半點福，何樂而不爲？」

附註：老人家這「半」字學問，的確有道理；我認識一些朋友，他們活得很不開
心，整天怨天尤人，唉聲嘆氣，原因多數是對人對事「過度執著」，一定
要最好，一定要完美，一定要十分，半點塵埃也容不下；如此做人態度，
必然「事倍功半」，本來可以活到一百，也會變成五十。而那些抱著「半
日安」的心態，笑玩人間，輕鬆自在的過活者，反而可活得更長久！

—只有你能欣賞我—

下面這個故事，是朋友告訴我有關她的經驗：

第一次參加家長會時，幼稚園的老師說：

「你的兒子有過動症，在板凳上連三分鐘都坐不住，你最好帶他去醫院看一看。」

回家的路上，兒子問她：

「老師都說了些什麼？」

她鼻子一酸，差點流下淚來。因為全班三十位小朋友，惟有他表現最差；惟有對他，老師表現出不屑。然而她還是告訴兒子：

「老師表揚你了，說寶寶原來在板凳上坐不了一分鐘，現在能坐三分鐘了。」

其他的媽媽都非常羨慕媽媽，因為全班只有寶寶進步了！」

那天晚上，她兒子破天荒吃了兩碗飯，並且沒讓她餵。兒子上小學了，家長會上，老師說：

「全班五十名同學，這次數學考試，你兒子排第四十名，我們懷疑他的智力有些障礙，你最好能帶他去醫院查一查。」

在回家的路上，她流下了眼淚。然而，當她回到家裡，卻對坐在桌前的兒子說：

「老師對你充滿信心，他說你並不是個笨孩子，只要能細心些，會超過你的。同桌排名在二十一名的同學。」

說這話時，她發現，兒子黯淡的眼神，一下子充滿了光芒；沮喪的臉，也一下子舒展開來。她甚至發現，兒子溫順得讓她吃驚，好像長大了許多，第二天上學時，去得比平時都要早。

孩子上了國中，又一次家長會。她坐在兒子的座位上，等著老師點她兒子的名字，因為每次家長會，她兒子的名字，在較差學生行列中，總是被點到名。然而，這次卻出乎她的預料，直到結束，都沒聽到。她有些不習慣，臨別時，去問導師，導師告訴她：

「按你兒子現在的成績，若想考上一所較好的高中，實在是還有一段距離！」

她懷著驚喜的心情走出校門，此時她發現兒子在等她。路上她扶著兒子的肩，心裡有一種說不出的甜蜜，她告訴兒子：

「班導師對你非常滿意，他說只要你努力一點，很有希望考上前幾個志願的高中。」

高中畢業了，第一次的大學學測，他放棄參加甄試，只拼指定考科，等收到成績單時，填完志願後，她有一種預感，她兒子會考上清華；因為在報考時，她

曾對兒子說，她相信他能考取這所學校。當兒子從郵差手中，拿到一封印有清華大學招生辦公室的掛號信交到她的手時，突然轉身跑到自己的房間裡大哭起來，邊哭邊說：

「媽媽，我知道我不是個聰明的孩子，可是，這個世界上只有你能欣賞我……」

這時，她悲喜交加，再也按捺不住十幾年來凝聚在心中的淚水，任它滴落在手中的信封上。

附註：大多數的媽媽都過份擔憂子女的課業、工作、婚姻、健康……等，幾乎沒有一件事情不擔心，試想這樣的媽媽會快樂嗎？用超心理學的潛意識說法，這就是所謂的「心想事成」。一件事情如果你用很大的「念力」去相信它，它就會如你所希望的去「實現」你所相信的一切；一個媽媽如果相

信：她的孩子有能力去面對他自己的生活困境與難題，那麼這個相信就是一個「祝福」，而她的孩子也會因著這樣的祝福而蒙福的。相反的，如果一個母親老是「覺得」她的孩子不懂事、不會照顧自己、一定會吃虧上當，那麼這個「擔心」很可能就成了「詛咒」，以後你的孩子果然就會如你之前所擔心的那樣，老是出狀況令你擔心。

你的願有多大，實踐的力量就有多大。從今天起，我們要慎重檢查自己的每一個「念頭」，我們對孩子是擔心多？還是祝福多呢？與其為孩子擔心，不如將它化為祝福吧！甚至擴大到對於我們所關心的人，不管是家人、朋友、情人、恩人、師長、同學、同事等，也都要給予全部的「祝福」來取代「擔心」，這樣，我們所關心的對象，會因我們的祝福，而得到福報；我們自己也不會因擔心掛念而睡不著覺，豈不是雙贏嗎！

願大家記住：一句鼓勵的話，可改變一個人的觀念與行為，甚至改變一個



人的命運！一句負面的話，可刺傷一個人的心靈與身體，甚至毀滅一個人的未來！因此，多說好話，多予人正面的鼓勵，少作負面的責備，這是「口業」的起碼修養，大家不可不慎重啊！

「同理心」

有個人在棺木店裡，碰到地方上一位頗有名氣的有錢人，當他們一同走出棺木店時，這位有錢人趾高氣揚的看了他一眼，然後語氣高傲的問他說：

「你訂了甚麼樣的棺木？」

他神色自若的答著：

「我訂了一個普通的棺木，老闆說只要兩萬塊就可以了。」

有錢人更加神氣的說：

「我訂了一個最好的棺木，價值五萬塊喔！」

他很清楚有錢人話中的意思，不愠不火的說：

「我是沒甚麼錢，可是當走到人生盡頭時，你的財富也只不過比我多出三萬

塊錢而已！」

附註：懂得布施的人，是世上最富有的；無論在經濟上、學識上、或精神上，能夠幫助他人，都叫做「布施」。你將財力、學力、體力幫助他人，對方受了你的恩惠，對你自然就會發生好感。人是感情的動物，幫助他人是最能聯絡感情的，有了感情，做事就會順利多了；所以說，在度化眾生的四攝法當中，最需要做的，就是「布施」攝。「布施」，翻成英文為「empathy」，即是指「同理心」；在「人飢己飢，人溺己溺」的感同身受之下，它無上下尊卑的差別，無憐憫施捨的心態。

因為地球是圓的，人情事故總是循環不已；不論你傷害誰，就長遠來看，你都是傷害到你自己，或許你現在並沒有覺知，但它一定會繞回來。所以，如果你佔了別人什麼便宜，先別得意，很快你就會為此付出代價；反

過來，若是別人對你做了什麼，你也無需氣憤，不必去報復，任何他們所做的，他們都將自食惡果，所謂「反作用力」、「自作還自受」即是此義。換句話說，不管你對別人做了什麼，那個真正接收的人，並不是別人，而是你自己；同理，當你為別人付出，那個真正獲利的人，並不是別人，而是你自己！

所以說，有錢的人最怕恃「財」傲物，仗勢欺人，甚至慳吝到「拔一毛以利天下」，他都不肯做。如此再多的錢，能帶入棺材裡去享用嗎？活著時，他也只有一張嘴，一個胃，又能比別人多吃多少呢？再有錢的人，即使同時擁有好幾棟房子，他也只能住在其中的一間啊！

真正富有的人，並不是將財富據為己有，來顯耀自己的地位，而是要能懂得割捨、布施。畢竟！當我們走入棺木時，其間的財富差距已是微乎其微了。炫耀自己亮麗的棺木，又有多少的意義呢？

一妄相惑心一

從前有一位讀書人，去拜訪寺裡的老和尚，老和尚隨緣轉述西方極樂世界的殊勝，並希望他能發願往生，可是這位讀書人卻回答說：

「我三餐最喜歡喝杯米酒，吃點花生米，想請教大師，極樂世界有沒有米酒、花生米？如果沒有，我可不願往生！」

老和尚實在很難正面回答這個問題，只好說個故事給他聽。老和尚說：

「西方極樂世界我尚未去過，有沒有酒、花生米，我不知道；但我可以先講一個故事給你聽。從前，有一隻黑狗跟一隻白狗，在狗的世界裡，傳說白狗下輩子可以轉世投胎做人，因此，黑狗便對白狗說：『恭喜你下輩子可以當人了，可以穿著漂亮的衣服，還可以用兩條腿走路，真令我羨慕。』白狗聽

了卻黯然答道：『下輩子能做人當然高興，不過我擔心一件事，我最喜歡吃那些菜渣肉屑，一旦投胎做人以後，不知道還能不能吃到那些東西？』」

附註：有一回同學會，在清水舉行，大家帶著小孩來參加，傍晚就在西部海濱看「夕陽西下」，一群小孩玩在一起好開心。其中有位住在南投山區的小孩，一直注視著正往西邊海面沈下去的太陽，並好奇地向住在當地的小孩問說：「你們家的太陽好奇怪哦！傍晚的太陽怎麼會往海沈下去呢？我家的太陽，早上是從山的這一頭出來，到了傍晚，它會向山的另外一頭沈下去！」住在澎湖的小孩卻抗議著說：「不對！不對！我家的太陽早上是從海的一端升上來，到了傍晚又會在海的另一端沈下去！」住在清水的小孩，這時理直氣壯地說：「事實勝於雄辯，我家的太陽最正確了，早上它是從山的那一邊升起，傍晚它一定會向海的這一邊下沈！」

我們又何嘗不像這群小孩一般，往往被眼前的現象所惑而不自知；太陽何曾有起落過？唯地球自轉而產生的妄相罷了！我們的六根常被六塵所迷惑，以致忘失了自己清淨的本性，生起貪、瞋、癡、疑、慢、邪見，故流浪在生死輪迴中而不自知，更遑論進德修業，欲求跳出三界，登上自在的彼岸呢！吾人若不能當下認清自己的習氣毛病，對娑婆世界仍有幾分的戀棧不捨，不能放下一切執著，如何往生西方極樂世界？

淨土宗說，要想往生西方極樂世界，有三個必備條件，即是深信、切願、力行；尤其要強烈的欣慕西方極樂世界的莊嚴殊勝，厭惡娑婆世界的痛苦污穢，精進念佛到一心不亂，往生西方淨土才有希望，否則只是隨便發個虛妄心而已；既然信不深、願不切、行不力，如何往生呢？

「有與無」

有一天，一位在家居士，向智藏禪師請教說：

「禪師！有沒有天堂、地獄？有沒有佛和菩薩？有沒有因果報應？」

居士連著問幾個問題，禪師都一一回答說：

「有呀！有呀！」

這位居士聽後，搔搔頭，不以為然地說：

「禪師！您答錯了！我請教過徑山禪師相同的問題，他都說：『沒有呀！沒有呀！』您怎麼說『有』呢？」

智藏禪師知道這位居士的根性，於是反問他：

「你有老婆嗎？你有金銀財寶嗎？你有房舍田產嗎？」

居士答說：

「這些我當然都有！」

禪師附在這位居士的耳邊說：

「你擁有妻兒家小、財寶田產，徑山禪師有嗎？」

「當然沒有。」

智藏禪師於是正色地說：

「所以，徑山禪師跟你說無，我跟你說有！」

附註：禪師們常在此時說無，又在他時說有，說有說無，都是在破除眾生心地中的迷闇、執著。正如溥畹大師所說的：「妙有不有，故將真空而遣有；真空不空，特假妙有以除空。」就如同禪門慈悲的示教，你沒有拄杖子，我给你拄杖子；你有了拄杖子，我就奪取你的拄杖子！

徑山說「無」，是指覺者所覺悟的湛然空寂的法界，亦即是講法性；智藏說「有」，是指凡夫執迷於耳聞眼見的虛假世界，亦即指法相。其實相不離性，性不離相，性相一如，何嘗有別？正如《金剛經》中所說的：「如我解佛所說義，無有定法名阿耨多羅三藐三菩提，亦無有定法如來可說。」



一 自我管理 一

大概五年前吧！一位老友突然猛學算命，由生辰八字、紫微斗數、姓名學到占星術，沒有一樣不研究。他學算命，當然不是覺得算命靈驗，而是想證明算命是騙人的東西。原因是有一位非常著名的大師爲他算命，算他活不到四十七，他發誓，非打爛那大師的招牌不可。你猜怎樣？他愈學愈怕，因爲他發現自己算自己，也確實活不長。這時候，他改變了自己，很積極去做慈善工作，並且每天抽空打打坐、念念佛，他告訴我說：

「反正活不久了嘛！就好好運用剩下的歲月，做點有意義的事吧！」

他很積極地投入，人人都說他本是一個焦躁勢利的小人，今已變成敦厚慈愛的君子。不知不覺，他過了四十七、四十八，而今年已經五十三，仍舊紅光滿

面、生氣勃勃，比誰都活得健康。我有一天開他玩笑說：

「你可以去砸那大師的招牌了！」

他眼睛一亮，回問我：

「爲什麼？」

又笑了一笑說：

「要不是那人警告我，依照我以前的個性，確實四十七歲非犯心臟病不可，他沒有什麼不對啊！」

附註：各位年輕朋友！你喜歡逞強鬥狠嗎？你總是心有不平嗎？你有「此仇不報非君子」的憤恨嗎？謹以少許心得供養大家：敵人、仇人，都可以激發我們的潛能，成為我們的貴人。其實我們的許多怨恨、不平，問題都出在我們自己。這世間最好的「報復」，就是運用那股不平之氣，使自己邁向

成功，以那成功和「成功之後的胸懷」，去對待當年的敵人，且把敵人變成朋友。當「冤冤相報何時了」的雙輪，能成為「相逢一笑泯恩仇」的雙贏，不是人生最大的成功嗎？如果我們的心態是正確的，則我們的世界必定是祥和、安樂的，這就是所謂的「三界唯心，萬法唯識」啊！《六祖壇經》說：「心平何勞持戒，行直何須參禪」，則是更上一層樓的境界；人生如幻如化，一轉眼即是百年身，凡事何必太過計較。「得饒人處且饒人」吧！

一行善改命要有恆心、耐心

《寄夢續錄》一書中，記載著下面這個故事：

湖州有位孫邵先生，與寫「了凡四訓」的袁了凡先生感情很好。袁先生曾經將【感應篇】、【功過格】等勸善的書相贈；孫邵先生因而日日以善行自勉，可以說做到兢兢業業，不敢違背準繩的地步。

當年辛辛苦苦參加拔貢考試而得到的縣令職位，在他四十多歲時，竟然因為不小心忤逆長官的意思，而落職回家，因此家境不再富裕。

有一天，他自覺一生謹慎言行，從未作奸犯科、造作罪惡，居然會落到如此地步，天理還有什麼值得倚仗的地方呢？因此在憤恨不滿的心境下，寫了一首詩貼在城隍廟的柱子上，抒發心中的抑鬱。詩是這麼寫著：「寡過多年不記功，老

天何苦令予窮？有談報應津津者，此後聽如過耳風。」

過了幾天，竟生病了。在病中昏瞶時，夢見二位士卒來引他去見冥官，冥官對他說：

「你前生並未種福田，此生理本貧困；目前你所得到的福份，已是上天的厚賜、祖德的轉移，何能埋怨呢？」

接著命旁邊的官吏，取來簿冊給孫紹看；孫紹看了之後，發現生平所做的善惡諸事，纖毫未漏地記載其中。方知目前所享有的福份，都是本來沒有而轉增的；所有的順適之境，都是原本危殆轉賜平安的；至此，方才相信報應一點也不差謬。冥官又告諭他說：

「砥礪自己的行爲，要做到善行周廣的境地；做人要想到：比自己命運更苦的人還很多。以後要更加力行善德，不要懈怠。皈依佛門，聽經聞法，千萬不可以隨便妄加猜測，認爲神明不公，佛天不慈，否則必會招來天譴。」

說完用手一揮，孫邵先生就醒過來了。從此加倍修持自省，子孫果然富貴不絕，自己也活到八十多歲，親見兩個兒子當了大官。

附註：一般學佛之人，若是對因果之理誠信不移，則心中自可一片清明，對力行善德之事，自然不會產生懷疑，而且會盡一切力去布施；清淨一切心去忍辱、包容，並愛護、寬恕怨仇之眾；絕不會在受到厄運之時，心生懷疑，萌生退意。

如此經過一段長時間的積累善行，忍辱受屈之後，當然可以如同弓弦拉滿了，就射出穿楊之箭一般，感得發福消災之應。因此，有的人，在學佛行德之後，心地開闊了，怨心消融了；人際關係和悅起來了，六親眷屬轉過來護持、讚歎他了；原本不順的事業，貧蹇的財運通順、富裕起來了；以前動輒得咎、荊天棘地的法緣，也興盛起來了；甚至，原本多病的身體，

竟在不知不覺間變得健康、強壯起來了；這都是堅持金剛之智，長期行善、弘法的必然感應。如同走過冬寒的酷苦之後，自然重現春暖的生機。此等同修，內心對佛法、對恩師、對道場，無不生起說不出的感恩與喜悅，誓願生生世世：「不離恩師、不離佛法、不離道場。」

反之，少部份的行者，由於宿福不厚，對因果之理未能深信；因此，一論行善布施總是慳吝不捨，無法盡力。每每扣除一切生活的開銷後，才略微布施一些；深恐一布施出去，就吃虧貧窮，生活無寄了。以致雖然來往道場數十年，總計所施的功德，所行的善行，皆是食用之餘，實在區區可數。如此，不只無法招福，連個人的宿業也無法消除；因此修行數年，了無感應，轉而怨恨佛、菩薩不慈悲，懷疑天理並非昭彰，唸唸怨天詈地，再造無邊的口業；一旦業障現前，自然又是天瘠地貧，一身無托。可知：千劫的輪迴與無邊的貧困，肇生於一念對真理的懷疑。

其實，天地無私，唯德是親；一點德善，自招一點福應。再者，萬物尚且需要經過秋金之肅殺，冬水之寒藏，方能再萌春夏蓬勃的生機。修行若無捨盡一切以布施的大德，何能感招脫胎換骨的福份？萬物尚且要經寒往暑來的更迭，方才轉現出生生不息的生命，人之行善也要歡心承受宿業的報應後，才有福樂的感生，何能期求速成的善感呢？

祈我大德深體此義，耐心行善、盡心布施、清心等待、寬心受苦受辱，若能久久持之以恆，上天與佛菩薩必不會辜負此一片冰心善意的。

一低頭看得破

在禪宗裡有這樣的一個故事：

有一位高僧，是一座大寺廟的方丈，因年事已高，心中急著找接班人。一日，他將兩個得意弟子叫到面前，這兩個弟子一個叫慧明，一個叫塵元。高僧對他們說：

「你們倆誰能憑自己的力量，從寺院後面懸崖的下面攀爬上來，誰將是我的接班人。」

於是慧明和塵元一同來到懸崖下，準備接受考驗。那真是一面令人望之生畏的懸崖，崖壁極其險峻陡峭；首先由身體健壯的慧明開始攀爬。只見他信心滿滿地往上使勁地爬，但是不一會兒，他就從上面滑了下來；慧明並不灰心，馬上爬

起來又重新開始，儘管這一次他小心翼翼，但還是從山坡上面滾落到原地。

慧明稍事休息之後，又開始攀爬，雖然摔得鼻青臉腫，但他絕不放棄……讓人感到遺憾的是，慧明屢爬屢摔，最後一次他拼盡全身之力，爬到半山腰時，因氣力已盡，又無處歇息，重重地摔到一塊大石頭上，當場昏了過去。高僧不得不讓幾個僧人用繩索，將他救了回去。

接著輪到塵元了，他一開始也是和慧明一樣，竭盡全力地向崖頂攀爬，結果也是屢爬屢摔。塵元緊握繩索站在一塊山石上面，他打算再試一次，但是當他不經意地向下看了一眼以後，突然放下了用來攀上崖頂的繩索；然後他整了整衣衫，拍了拍身上的泥土，扭頭向著山下走去。

旁觀的眾僧都十分不解，難道塵元就這麼輕易的放棄了？大家對此議論紛紛；只有高僧默然無語地看著塵元的去向。塵元到了山下，沿著一條小溪流順水而上，穿過樹林，越過山谷……最後沒費什麼力氣就到達了崖頂。當塵元重新站

到高僧面前時，眾人還以為高僧會痛罵他貪生怕死，膽小怯弱，甚至會將他逐出寺門；誰知高僧卻微笑著宣佈塵元為新一任住持。眾僧皆面面相覷，不知所以；塵元向同修們解釋：

「寺後懸崖乃是人力不能攀登上去的；但是只要於山腰處低頭下看，便可見一條上山之路。師父經常對我們說『明者因境而變，智者隨情而行』，就是教導我們要知伸縮應變啊！」

高僧滿意地點了點頭說：

「若為名利所誘，心中則只有面前的懸崖絕壁；天不設牢，然而人們卻往往在自己心中建起牢籠。在名利的牢籠裡，徒勞苦爭，輕者苦惱傷心，重者傷身損肢，極重者粉身碎骨。」

於是高僧便將衣鉢錫杖傳交給了塵元，並語重心長地對大家說：

「攀爬懸崖，意在勘驗你們的心境；能不入名利牢籠，心中無礙，順天而行

者，便是我中意之人！」

附註：世間痴情之人，執著於勇氣和頑強者不在少數，他們往往如故事中的慧明一樣，並不能如願地到達心中所嚮往的那個地方，只是摔得鼻青臉腫，最終一無所獲。在「己之所欲」面前，我們缺少的是一份「低頭看」的淡泊和從容。低頭看，並不意味著信念的不堅定和放棄，只是讓我們擁有更多的選擇和迴旋的餘地。「手把青秧插滿田，低頭便見水中天；六根清淨方為道，退步原來是向前。」這首詩的意境，不正是此義嗎？

一 秀才與禪師

有一群人等著要過河，船夫把渡船從沙灘上推到河裡，河邊上的小魚、小蝦、小螃蟹，因為兩岸船隻的往來，都給壓死了。等候乘船的人很多，其中有一位秀才和一位禪師。秀才看到渡船壓死魚蝦的情況，就問禪師：

「和尚，你看船夫把船推下水的時候，壓死那麼多魚、蝦、螃蟹，你說這是誰的罪過呢？是乘船的人，還是船夫的罪過？將來這個殺生的罪業，是要歸於乘船的人，還是船夫？」

禪師指著秀才說：

「是你的罪過。」

秀才很生氣的說：

「怎麼會是我的罪過？我不是船夫，我也沒有乘船，怎麼會是我的罪過呢？」

禪師喝斥說：

「因為你多管閒事！」

附註：船夫為渡人到河岸，心裡沒有殺意；乘船的旅客，只是過河辦事，也沒有瞋恨殺生的惡念，他們的無心，像虛空一樣，任憑白雲烏雲遮蔽，一點也不妨礙原本淨朗的天色。持戒的人要從慈悲的本懷去思量，例如佛陀制定「過午不食戒」，原本是要我們減少對食物的貪求，用心在修行辦道上；但是現在道場上的修行人，為了「持午」，卻要麻煩別人為他忙著打果汁、熬米湯，他高高在上修行，卻要別人為他庸庸碌碌的打點雜務，此種行為並不可取。古代的祖師大德，搬柴運水，為眾生做一隻老牯牛，我們

何德何能，又有多少福慧，可以如此浪擲？

這位秀才妄生是非分別，平添煩惱閒事；人世間也有不少像這位秀才的人，歡喜評論他人的長短善惡，卻不自知這好壞是非，反讓自己的身心不得自在。罪業由心造，吾人這顆心像精於丹青的畫師，在潔白無染的畫布上，塗滿青紅紫綠的色彩；若想要回復清淨無染的本心，只要停止內心繪畫的雙手，那些五顏六色自然消褪。誰的罪過，甲也好，乙也罷，都不干我們的事，何必平地起風波，讓自己的心，朝也寒雨，晚也冷風，不得寧靜清明呢！

一抱殘守缺

有個老人在快速行駛的火車上，一不小心從窗口把剛買來的新鞋弄掉了一隻，周圍的人都爲他惋惜。不料，那老人立即把第二隻鞋也從窗口扔了出去，讓人大吃一驚，老人解釋道：

「這一隻鞋無論多麼昂貴，對我來說也沒有用了，如果有誰檢到一隻鞋，說不定還能穿呢！」

老人的行爲顯然已作了價值判斷，他啓示我們：與其抱殘守缺，不如斷然放棄！

附註：我們都曾有失去某種重要東西的經驗，且大都在心裡面留下不愉快的陰

影；追究其原因，就是我們並沒有調整心態，去面對「失去」的事實，沒有打從心裡承認「失去」的現象，總是沉湎於已經不存在的東西，而懊惱不已。事實上，與其為失去的事物而懊惱，不如正視現實，換一個角度來想問題，也許你失去的，正是他人應該得到的！

有位外國詩人普希金，在他的一首詩中寫道：「一切都是暫時的，一切都會消逝；讓失去的變為可愛。有時，失去不一定是憂傷，反而成為一種美麗；失去不一定是損失，也可能是奉獻。只要我們抱著積極樂觀的心態，失去也會變為可愛！」

很多人都在選擇及猶豫中，錯過許多機會；其實大膽地面對現實，勇敢地尋找真相，才能有所收穫。佛法告訴我們：「諸法因緣生，諸法因緣滅」，此時此刻該是你的東西，就不會失去！一旦緣盡，則隨它而去，不必強留，更無須執著；如此以「應無所住，而生其心」的態度生活，人生



才會過得自在、解脫。願與大家共勉之！

「放棄每一念的執著」

古代有一個和尚，聽說其居住的村莊遭強盜洗劫，和尚有感平日村民們的照顧，決定要救渡村民，便獨自前往強盜的巢穴，結果被強盜捉了起來。當強盜要砍他的頭時，和尚說道：

「你們要殺我可以，但總要讓我吃飽啊！和尚死了沒人祭拜，會變成孤魂野鬼，騷擾你們的。」

強盜們心想：

「反正活不成了！戲弄你一下也好！我就拿雞鴨魚肉給你吃，看你敢不敢吃？」

沒想到這位和尚也不在意，將所有食物統統吃光了。強盜們看了很高興，打

從心底歡喜，心想：

「我們這些強盜是壞人，沒想到你這個和尚也是壞和尚！」

和尚吃完飯後又對強盜要求：

「雖然我現在不會變成餓死鬼，但死後還是沒有人祭拜啊！你們拿紙墨硯台來，我自己寫祭文自己念。」

那些強盜認為反正有好戲看，也就順著他的意思。和尚念完祭文後，對強盜說：

「你們可以殺我了！」

結果強盜說：

「你很可愛，我們不想殺你了！」

於是和尚順應時機說：

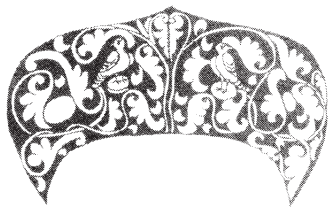
「不殺我有個條件，你們要做我的徒弟。」

結果，每個強盜都很歡喜地拜他為師，也平息了村莊的災難。

附註：這位和尚深知「緣生性空」的道理，凡事不執著，才能善用其巧智，臨機應變，化險為夷。假若他當時死守戒律，不能變通，就無法自救救人了。我們凡夫處世做人，往往都過於執著，不只對財色名食睡等物質上的享受緊抓不放，就連精神上的創痛也不放過，才會導致煩惱無盡，痛苦不堪，真是愚癡啊！

古時候，有一位驍勇善戰的將軍，非常喜歡古玩。有一天，他在家中把玩他最喜歡的瓷杯。突然一不小心，瓷杯溜了手，好在將軍身手矯健，即時把它接住；不過，它也因此嚇出一身冷汗。將軍心想：「我統領百萬大軍，出生入死，從未害怕過，今天為何只為一個小小的瓷杯就嚇得如此呢！」一剎那間，它開悟了：原來自己的心念「已被瓷杯操縱」。

這種對外物的執著，妨礙了內心原本的清明和自在；本來想要控制的身外財物，卻反過來繫縛了自己的生命。除非我們學會捨棄「每一念的執著」，讓心扉自然敞開，不再緊抓不放或全力抗拒，我們的生活才能遠離憂怖，身心自然自在無礙。



一明師無相一

唐代杜順和尚，收了一個徒弟，跟隨著他學習佛法。杜順和尚有時講經說法、有時教人打坐、有時教人唸佛，隨信眾的性向不同，用種種不同的方法教化眾生。他這個出家徒弟也跟著學了十幾年，但他總覺得師父平平無奇，人家吃飯他也吃飯，人家穿衣他也穿衣，人家睡覺他也睡覺，和一般人沒有分別。因此，他認為師父既不是佛，也不是菩薩，連羅漢都不像。於是就向師父告假，要去五台山拜文殊菩薩，以便求聰明、開智慧。杜順和尚微笑著向他說道：

「遊子漫波波，台山禮土坡；文殊祇這是，何處覓彌陀。」

這個弟子並沒有會得杜順和尚詩中所暗示的秘意，還是堅持要去，於是和尚說：

「好吧！你既然決意要去朝五台山，那就順路替我帶兩封信給我的兩個朋友。」

這個徒弟接過信一看，一封是給青娘子，一封是給豬老母。按地址的前後，首先他找到了青娘子，原來青娘子是個妓女。徒弟心裡想著：

「我師父怎麼會和這個妓女有來往，莫非她是我師父以前的舊情人？」

等青娘子看完了杜順和尚的信後，就喃喃自語地說：

「好啦！你走了我也跟你走了！」

說完話後，就在原地盤坐，圓寂了！徒弟覺得很奇怪，師父在信裡到底寫了什麼，讓青娘子看完信就坐化了。拿過來一看，信上寫著：

「觀音！我現在事情辦完了，我要走了，你要不要跟我走？」

原來青娘子是觀世音菩薩的化身；這個徒弟懊惱自己有眼無珠，當面錯過了向觀世音菩薩求聰明、開智慧的機會。

第二封信徒弟按址找到的地方，竟是一戶人家的豬圈，這更奇怪了，只好大聲喊道：

「哪個是豬老母，我師父有信要給你！」

說起來真叫人難以置信，豬圈內竟然有一隻母豬開口說道：

「我就是豬老母，誰在找我？」

徒弟只好一五一十地告訴牠，師父有信要給牠。豬老母打開信後，好像識字又好像不識字，但是還是口中唸唸有詞，看完信後，也嘆口氣說：

「喔！他事情辦完了，我也該回去了！」

就坐在原地圓寂了！徒弟更好奇地把信拿來看。哇！不得了！原來這隻豬老母，竟是普賢菩薩的化身，在畜生道裡度眾生。徒弟一肚子的狐疑，他的師父老是告訴人家：事情辦完了。究竟是什麼意思？

終於有一天，他來到了五台山，見到了一位老和尚，就很恭敬地向他行禮。

老和尚問他：

「你來五台山幹什麼？」

「我來五台山想拜文殊菩薩，請求大智慧的文殊菩薩幫我開智慧，讓我開悟。」

「文殊菩薩不在五台山，他已到長安城講經說法度眾生去了。」

「我就是剛從長安城來的，怎麼沒聽說過有一位文殊菩薩在講經呢？」

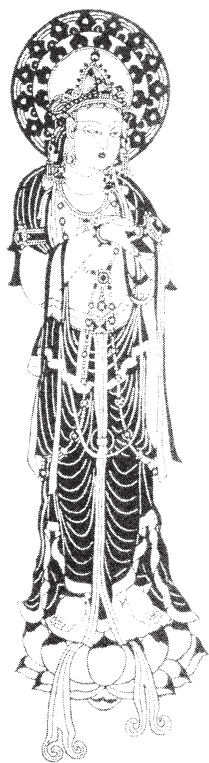
此時老和尚微笑地告訴他說：

「你真是有眼無珠，長安城裡的杜順和尚就是文殊菩薩的化身！」

這位徒弟正想告訴老和尚，杜順和尚是自己的師父，怎麼會是文殊菩薩呢？就在這時，老和尚也不見了。於是他連忙趕回去，想要虔誠地再拜一拜真正的文殊菩薩——自己皈依多年的杜順和尚。適巧瀋水暴漲三日，等他回到寺中時，師父已在前一天夜裡入化了！

附註：無論是佛、菩薩、阿羅漢來到這個世界上，都是「終不言己」。為什麼？不應該隨便洩漏佛的秘密因。自己的來歷，要等到死的時候，若有入室弟子提問，才可以方便說，但說完就要立即化去，因為明師無相。若是有名無實未開悟，誑稱自己是某某佛、菩薩、阿羅漢轉世的再來人，以博得廣大群眾的名利供養，這就是魔王的眷屬，來迷惑眾生，這種罪過是無邊無量的。即使是今世開悟，或已證得道果的人，也必須深明因果，妙化人間，讓十方有緣之人親近，以顯佛法的寶貴。

世人多著相見佛，然真正的賢聖，實則無相可得，故佛陀在《金剛經》中已有明示：「須菩提！於意云何？可以三十二相見如來不？」「不也。世尊！不可以三十二相得見如來。」「何以故？」「如來說三十二相，即是非相，是名三十二相。」由這段經文，讓我們學佛之人，看了有所警惕，



明心見性之人是無相可得的；學佛之人，必須破四相，見般若佛性，才是真佛子、真菩薩！故無相即是實相、莊嚴相，也是末法時期最好的照妖鏡，能讓眾生歸入佛性大海，無罣無礙，來去自如。

朋友相處之道

在阿拉伯的傳說中，有一則故事，如下所述：

有兩個好朋友在沙漠中旅行。有一天，他們因事吵起架來，其中一個賞了另一個耳光；被打的那位覺得很受辱，一言不語，即在沙子上寫下：

「今天我的好朋友打了我一巴掌。」

他們繼續往前走，來到一處綠洲；在渡河時，被打巴掌的那位差點淹死，幸好被朋友救了起來；在被救起後，他拿了一把小劍在石頭上刻下：

「今天我的好朋友救了我一命。」

一旁好奇的朋友問說：

「爲什麼我打了你，你要寫在沙子上，而現在卻要刻在石頭上呢？」

刻字的朋友笑笑地回答說：

「當被朋友傷害時，要寫在容易忘記的地方，風會負責抹去它；相反的，如果受朋友幫助時，我們要小心存感恩；所以，我把它刻在最容易被風吹雨打抹滅的石頭上，以示永恆的感激。」

附註：我們常會為了好朋友一句「無心的話」而生氣，甚至與他斷絕往來，卻忘記以往他曾經對我們的種種鼓勵與幫助。所謂「愛之深，責之切」，大概是因為我們太在乎對方，彼此之間沒有互給對方緩衝的空間，都以高標準來要求對方；因此，只要對方有一點小毛病，就無法忍受。

俗話說：「君子之交淡如水」，這是朋友相處的最佳之道，唯有淡如水，才能讓這份友誼長久，就像每天粗茶淡飯，令人身體健康一般；若天天大魚大肉，身體絕對無法負荷！

如膠似漆般的感情，非你不能活，這樣的濃情，只會增加彼此的煩惱，讓彼此都無法輕鬆自在，做一個完整的自己；唯有互相尊重，彼此欣賞，給自己空間，也給對方空間，才能算是真正的好朋友。

朋友的相處，傷害往往是無心的，幫助卻是真心的。讓我們忘記那些無心的傷害，然對那些曾經幫助、扶持、勉勵我們的朋友，則要永遠銘記在心；如此，吾人將會發現在這個世界上，我們有很多真心的朋友……



「杯子與水」

有一次，約了幾個分別多年的同學，一起去拜訪大學時代的老師。老師很高興，問我們：

「生活過得怎麼樣？」

不料，這句話竟勾起了大家的滿腹牢騷，紛紛訴說著生活中的不如意，諸如：工作壓力大啦，生活煩惱多啦，做生意失利啦，官途受阻啦……彷彿大家都成了時代的棄兒。老師笑而不語，從廚房拿出一大堆杯子，擺在茶几上。這些杯子，形態、材質各各不同，有瓷器的，有玻璃的，有塑膠的；有的杯子看起來豪華而高貴，有的則顯得普通而簡陋……，老師說：

「大家都是我的學生，我就不把你們當客人看待了。你們要是渴了，就自己

倒水喝吧！」

大家七嘴八舌，說得口乾舌燥，便紛紛拿了自己看中的杯子倒水喝。等大家手裏都端了一杯水時，老師又發言了。他指著茶几上剩下的杯子說：

「你們有沒有發現，你們手裏拿的都是最好看、最別緻的杯子，這些塑膠杯，就沒有人選中它們！」

當然，我們並不覺得奇怪，誰都希望自己拿的是一個既好看又精緻的杯子。

老師說：

「這就是我們煩惱的根源，大家需要的是水，而非杯子，但我們有意無意地會去選擇漂亮的杯子。若將我們的生活，比喻水的話，那麼，我們所追求的工作、金錢、地位等就是杯子，它們只是我們盛起生活之水的工具。其實，杯子的好壞，並不會影響水的品質。如果我們將太多心思花在杯子上，那麼大家就不會用心去品嘗水的甘甜，這不是自尋煩惱嗎？」

附註：一般人大多是為了自己而活，希望擁有自己的一片天地，發展自己的抱負，追求自己的理想，希望自己是個成功的人，對自己及家人都能有所交代。大多數人從小到大都有這樣的期待，也養成這樣的習慣。結果，未必能夠盡如人意；自己想做到的事、想要達成的目標，往往不能實現，反而步上自己料想不到的人生旅程。

因為生命之中，有太多無法預料的變數。有些來自於主觀的自我，如在成長過程中，不同的階段有不同的身心狀態；有些則來自客觀的條件，如不同時代有不同的環境，便會有不同的遭遇，因而產生各種不同的因緣。但是，就佛教的觀點而言，正報莊嚴，依報一定莊嚴，一切都是主觀的心態造作所成，客觀的條件，只是助緣而已。這可從過去世，乃至過去無量世來看，現實生命中的種種，都是來自過去生中所造作的善惡業種子，在因

緣際會時，呈現出來的果報現行；所以，我們不必太強求事情的結果。如果事情不盡人意時，即表示因緣尚未成熟，應該繼續努力，不必因此而失望！

但是，我們可以確定，一個能處處「利他」的人，必定是個快樂的人。因為你隨時隨地都在利益別人、幫助別人，都在為別人著想，別人跟你在一起不會吃虧，所以你的同事、朋友、家人都會喜歡你，都願意和你在一起，大家也會樂於幫助你，提供你很多機會。如此一來，不管是在家中或工作場合裡，你都會受到歡迎。所以，不論升遷是否如意，錢是否賺得多，你都會是個快樂的人！

一 狗告狀 一

過去有一條狗，主人一向很疼牠；有一天，牠因為在外面溜達太久，感覺肚子很餓，就隨便跑到一戶人家門口去乞討東西來吃。哪知這家人並不富有，而且主人又不喜歡狗，所以看到狗來了，就拿出棍子打了牠。討不到東西吃不打緊，反而挨打，這隻狗非常氣憤，馬上到衙門找法官控訴道：

「有一戶人家，我向他們討飯吃，他們不但不給我，反而用棍子打我，我並沒有破壞狗的規矩。」

法官覺得很奇怪，就問牠：

「狗有什麼規矩？」

狗兒搖搖尾巴地說：

「我在自己家裡，可以隨便出入、自由起坐，主人很愛護我。今天我到別人家乞討，只把頭和前腳伸進門內，而後腳和尾巴仍放在門外，我不敢隨意的亂闖進去，難道這樣也犯規矩嗎？」

這時，法官就派人叫打狗的人來，並問他是否不給吃又打了牠，來人承認說是。法官就問狗說：

「那麼依你的意思，該怎麼罰他？」

狗不加思索就說道：

「罰他做本城的大富翁！」

法官聽了哈哈大笑地說道：

「給他做大富翁，那是賞他，而不是罰他，你這是什麼意思？」

「法官！你有所不知，我的前世也是一個大富豪，因為憑藉自己有錢、有勢，造下無數的罪業，所以今生才淪落為狗，受種種的痛苦。現在罰這個人

做富翁，他一定也是貪求享受之樂，只管自己的富貴，不會想到修持佛法，發大悲心去行布施。這樣，等他死後，也會像我一樣，墮落到惡道受大苦惱！」

附註：在世間上，我們能生為人，是多麼幸福啊！若生為狗或牛羊等畜生，無論就那一方面而言，都不能和人類相比，因為畜牲都是受苦果多，少有樂趣可言，且愚痴，無法增長智慧；人類雖也有苦受，然人類能經由教育的培養，累積前人的經驗和智慧，懂得禮儀，知道羞恥、反省，讓心性不斷向上、向善提升，故遠勝於畜生道。可是，一個人若不能好好地修身養性、持戒布施，那比生為畜牲更加危險。尤其是有財有勢的人家，因為能力大，所造作出來的惡業，就更大、更可怕。

凡有修行之人都不願意過奢侈的生活，因為放縱五欲，只會更增加人的欲

望和貪求，造作更多的惡業；但大部份有財富的人，都容易犯此毛病。如
此篇「狗告狀」的內容，富豪者聽了，不知能否聞到這警鐘弦外之音！



「勇於承認自己的錯」

有一個喝醉的男人，用手機打電話到派出所報案說道：

「真是太過份了！死小偷，居然把我車上的儀錶板、方向盤、冷氣、衛星導航全都偷光了！」

醉漢繼續生氣地對警察說：

「天哪，連煞車板、排檔桿、離合器也都被拔光了！」

醉漢掛完電話後，沒多久，他清醒過來，想一想「嗯？不對啊！」於是他趕緊又打通電話給派出所說：

「沒事，沒事，你們不用過來了！」

「怎麼啦？」警察不解地問。

「是我……是我自己不小心，坐到後座了！」醉漢打嗝地說。

附註：這醉漢還不錯，清醒之後，知道是自己錯了，趕快認錯。可是，不一定每個人都看得到自己的過錯啊！有時候，我們常看不見自己的過失，也經常「擴大別人的缺失，縮小別人的優點」。所以，經典上有句話說：「驕慢如山」，意指我們心中的驕氣傲慢，就像山一樣高，因此看不見身旁周遭的事物和危機，也看不見自己的不是。

人真是「當局者迷」，我們往往看不到自己的迷思和缺點。也因此，在作品中，我們需要一個「敢指出我們缺點」的長官、下屬或朋友；古人也不說：「友直、友諒、友多聞」嗎？

同時，更要勇於認錯，勇敢接受別人的指正，或虛心感謝別人的指正，才不會一錯再錯。所以，蘇格拉底說：「怨己一過，則萬過由此而生。」我

們若常寬容自己的過錯，則必過過相生，後患無窮啊！

所以，我們每個人都要學習「聆聽的能力」，傾聽別人的忠告和建言。一個領導人最怕的是，身邊的人全部都是「yes men」。如果，領導人身邊的人，都只會說「好聽的話、虛假的話、恭維的話」而不願聽反對、批評的聲音，那這個領導人就完了；因為，不好聽的話、正直的話，常是「逆耳的」，也可能是糾正我們錯誤的，但，只有虛心地聽進去，才會對我們有幫助。

李遠哲博士在領取諾貝爾化學獎時，主持人曾告訴他說：「在化學的領域上，你是頂尖的專家，但請記住，在其他領域上，你並不是！」哇，這是多麼發人深省的一句話！我們或許在某方面是優秀的專家，但，其他方面很可能是一無所知呀！

所以，有人說：「反省是勇敢，改過是智慧！」在工作上，人人都會有犯

錯的時候，但，我們需要一位勇敢指出我們錯誤的朋友，並真心地感謝他！而且，「認錯，是一場和自己的競賽，對手是自己，要征服的也是自己！」人只要虛心接受別人的指教，改正錯誤，就可以征服自己、戰勝自己。



一 冥陽同道

在明朝智旭法師《隨筆見聞錄》裡，有一則很有趣的故事：

兩湖地方有個讀書人，心地很正直。剛好陰曹地府第七殿缺人，玉皇大帝就請他暫時代缺。每隔幾天，他就像在入定一樣，必須去陰間處理事情。他的工作只是檢查登記簿，並不需要判案。

他看到每個人，由於所造的業因不同，因此受罪罰或受福報，也隨之而異。每次他看到有人自己上刀山、劍樹時，就趕快叫左右的人去救。結果是越救那人，那人卻反而上得越快，因此都無法挽救那些人。

有一天，他看到簿子上，登記著他太太的一條罪狀，說是偷了鄰居一隻雞，連雞毛一共重一斤十二兩。於是他就把這頁折起來作記號。回到陽間後，他就問

太太是否偷鄰居的雞。起先他太太還抵賴，後來他就把在陰間所見告知，這時他太太才自首說，是因爲鄰居的雞，吃她曬的食物，她失手誤把雞給打死，她怕鄰居會凶狠辱罵，只好先把雞藏起來，至今尚無人發現。

夫妻倆就把死雞拿出來秤，不多也不少，剛好一斤十二兩。他們十分驚訝，簿子上登記得實在太準了。於是他們就折合市價，並連同死雞，拿去賠償鄰居，並謝罪。

不久之後，他又到陰間上班。他把那本紀錄簿打開來看，所折的痕跡依舊在，而他太太的罪狀已消失得無影無踪。

附註：由上面的故事，讓我們了解到：「陰陽雖兩隔，原來是同道。」陽間所做所為的痕跡，到陰間去時，仍舊是歷歷分明。下面再提到一個相類似的境遇：

江北有位隱圓法師，因前世與人有冤情，需到陰間去做證。在回陽前，請求冥吏帶他遊地府。結果他來到一個大廳堂，扁額上寫著：「補經堂」三個字，裡面有幾百位僧人及道士，他們藉著亮光在誦經；然而，不一會兒，廳堂就暗了。隱圓法師請問冥吏：「這是什麼地方？」冥吏告訴他說：「這些人在陽間時，是包攬施主誦經做功德的僧人和道士。不過他們在拿了施主的錢財之後，卻未如約誦經，因此在這兒補誦。」隱圓又問：「為什麼一下子就暗了呢？」冥吏回答說：「因為他們業力深厚，所以，不能讓他們一下子就補誦完，因此要隔很久之後，才會有須臾的光出現。光一現馬上就收，要讓他們長久待在黑暗的牢獄之中。」

不說以前，即使在現代，也有收錢替人誦經做功德的法師，他們並沒有逐字誦讀經文，只是拿起法本，對著亡者肖像，凌空迅速翻頁，就算誦完這部經典了；實在很讓人擔心這些誦經法師，死後是不是也會來到陰間的

「補經堂」補誦經典呢？



一蚌的胸襟

有一天，上生物實驗課，老師把全班同學，依座位次序分成十二個人一組，結果有一位同學要求調換到別組去，因為他很討厭同組中的某一個人，老師並沒有為難他，就答應讓他換了組。只是順口問了他：

「其他的組員你也都討厭嗎？」

學生回答說：

「不會啊！都蠻喜歡的。」

老師納悶地問：

「那你所討厭的這個人，在你生命中重不重要？」

這位學生回答說：

「重要個鬼啦！討厭死他了！」

此時，老師藉機會向這位同學說：

「十個好朋友留不住你，你卻爲了他一個人而離開？你說這個人，重不重要呢？如果在生命裡的重量沒那麼重的話，你又爲什麼要這麼在乎他呢？與其爲了一個不重要的人離開，還不如爲了十個喜歡你，而你也喜歡的朋友們留下來！」

接著，老師又舉一個例子向這位同學說明：

「你知道珍珠是怎麼來的嗎？因爲有一粒沙子，突然掉進蚌的殼內，蚌覺得非常不舒服，但是又無力把沙子吐出去，這時蚌面臨兩種選擇：一種是抱怨，讓自己的日子很不好過；另一種是想辦法把這粒沙子同化，使它跟自己和平共處。於是蚌選擇不做無益的抱怨，它開始分出一部分的營養，將沙子包裹起來。當沙子的外表裹上蚌的成分時，蚌就覺得它是自己的一部分，不

再是異物了。如此，日積月累，沙子裏上的蚌成分越多，蚌就越把它當作自己，就越能心平氣和地和沙子相處。蚌並沒有大腦，它是無脊椎動物，在演化的層次上很低，但是連一個沒有大腦的低等動物，都知道要想辦法去適應一個自己無法改變的環境。把一個令自己不愉快的異己，轉變為自身的一部分，人的智慧怎麼會連蚌都不如呢？」

附註：人們通常都會一廂情願地認為：「全世界的每個人，都應該喜歡我。」試想想在一個團體中，往往會有我們特別討厭和喜歡的人；同理，自己也會被某些人討厭或喜歡。因此，如何和討厭的人一起工作，一起唸書，一起生活……是我們要去努力學習的。

上面的故事，給予我們一個啟示：唯有放下自己的成見，去包容別人，原諒別人，並和別人打成一片，才能在團體中，與人和樂相處，畢竟我們大

家都是生命中的共同體。



一 逆境來時轉心境

洞庭湖每於冬天乾季來臨時，部分的湖面就會乾涸，大部份的魚蝦會被漁夫打撈走。可是湖裡有一種泥魚，卻有其獨門的求生之道。這時，泥魚會將全身滾進濕泥裡，然後口銜泥水，靜止不動。漁夫乍見時，往往會誤以為是泥巴，讓牠幸運逃過一劫，等到來年夏天雨水來時，泥魚就洗盡身上的泥巴，快樂地游入水底。

附註：牛頓曾說：「愉快的生活，是由愉快的思想所造成的。」我們每天早上醒來，就好像只有兩個選擇：希望這一天過得快樂？還是不快樂？其實這只是一種心境的差別，就看我們自己如何決定了！

在我們的生活裡，是需要一些壓力的，就如一艘船，必須要有東西來壓艙底，才能航行得平穩。人生中，也許我們輕輕跌了一跤，就賴著膝蓋疼，要別人扶我們起來；可是我們看看擂台賽上，拳王泰森被擊倒，又有誰來扶他呢？他必須靠著自己努力站起來，而且只有短短十秒鐘而已。能再站起來，就可以再戰，可以再成為拳王；如果倒下去，機會就沒有了。人活著就應該是個不屈撓、鬥不垮的強者，就連洞庭湖裡這麼微小的泥魚，都知道要順應環境求生存，身為萬物之靈的我們，又怎能受挫於逆境，而一蹶不振呢！

一 逆鱗

龍，是我們中國古代傳說中的一種神蟲，有鱗、角、鬚和五爪，能飛、能走、能游、能興雲致雨，極具靈性。因此龍在中國歷史上，常被作為帝王的象徵；或被用來稱頌聖哲及才德出眾的人，而且龍也是佛教中重要的護法者之一。

在傳說中，龍的喉部之下，約一尺的部位上有「逆鱗」，全身只有這個部位的鱗是反向生長的，如果吾人不小心觸摸到龍的這一個部位，必會被激怒的龍所殺。因此，即使對再馴良的龍，也不可掉以輕心。

附註：由龍的「逆鱗」，我們可以進一步聯想到人類，無論人格多高尚、多偉大的人，其身上都有「逆鱗」存在。所謂「逆鱗」，就是我們所說的「痛

處」，也就是缺點、自卑感。在人際關係中，我們有必要事先研究，找出對方的「逆鱗」所在，只要我們夠小心謹慎，不去觸及對方的「逆鱗」，就不會惹禍上身，甚至還能平步青雲。

雖說「誰人背後無人說，那個人前不說人？」但是「病從口入，禍從口出。」卻是不爭之事實。我們不能小看口舌的禍害及危險性，一句不負責任的話，弄不好會使人喪失生命，這絕不是危言聳聽。對任何人來說，被人揭瘡疤，都不是令人愉快的事；盡量不去提及他人弱點，才是待人應有的禮儀。

在談人論事中，切記要口下留情，常言道「話到口中留三分」，這是一個重要的經驗之談。尤其與人交談時，不嘲笑對方的一時失態，不批評對方的一時失誤；經常口下留情，才是真正的君子之風。能如此，久而久之，和你交往的人，都會認為你是一個寬宏仁厚、胸襟坦蕩的人；有了良好的



人際關係，腳下的路才能越走越寬。

一 漏水的水桶

從前有一位富翁請了一位管家，這管家每天都要爲主人到兩里外的水井打水。他所用的兩個水桶，其中一個完美無缺，另一個則有一條小裂縫；因此每次即使管家把兩個水桶盛滿，等他挑回到主人家時，往往只剩一桶半的水。

過了一段時間，那個有缺陷的水桶一直悶悶不樂，於是對管家說：

「我感到非常過意不去，因爲每天你打的水，都是從我身上漏掉一半的，害你不是遭主人責備，便是被主人罰走好幾趟路；我這樣沒用，爲什麼你還要
用我？」

於是管家在下次去挑水時，就請有缺陷的水桶看看，原來在路邊長滿了漂亮的鮮花；這些鮮花都是依賴管家在挑水回家的路上，由漏水的水桶中滴落下來

的水，所滋潤生長出來的。許多時候，管家都會採擷這些鮮花去點綴一下主人的房間，令主人高興。

附註：愛默生：「人生觀是由個性所造成的，同樣的材料，有人造出了宮殿，也有人只建成了臥室。」生命中許許多多的缺憾與阻力，只要懂得善加利用，往往能成為極有價值的助力。千萬別對自己失去信心，只要找到自己的努力的方向，人人都可以有成功的人生；就像故事中「漏水的水桶」般，也能澆出一片美麗的花朵啊！

一做一個真正的你

有一個寓言故事這麼說：

有一隻小麻雀飛到森林裡，看到了一隻孔雀，牠覺得孔雀的翅膀是如此美麗，而自己的翅膀卻是既小又醜，自卑感不禁油然而生。到了晚上，小麻雀作了一個夢，在夢裡變成了一隻美麗的孔雀，正興高采烈地展現自己的翅膀時，突然有一隻老虎迎面撲來，小麻雀努力地振翅想逃，卻發現自己已經不能飛翔，嚇得驚醒過來，小麻雀心想還好這只是個夢。

又有一天，小麻雀飛到一座高山上，牠看到老鷹飛得好高好高，又好威風，自己跟老鷹比起來，真是太渺小了。不久，小麻雀靠著枝幹睡著了，夢見自己變成了老鷹，任意飛馳；但是，他以前的好友卻都離牠而去，不敢再與牠為伍了；

牠突然覺得好孤單，還是當小麻雀的日子比較快樂。等牠醒來之後，牠好慶幸自己還是一隻小麻雀。

附註：看重自己，你就會發現，其實自己並非全是一無是處；保有自己的特性，做個充滿自信的人，你將會是一個獨一無二的你！想要成為甚麼樣的人，就要認真去做，不要只會想像。我們無法獨自體驗人生，須分享四周的人生經驗；就像浪濤必須參與海洋的潮汐，才能怒濤澎湃。

成熟的人不問過去；

聰明的人不問現在；

豁達的人不問未來。

唯有把握當下，看清自己，相信自己，並尊重每一個生命的人，才是既成熟又聰明、豁達的快樂人。距離，不是相隔天涯海角才叫做距離，而是當

你站在鏡子前面，望著鏡子裡的自己，竟產生陌生感時，這才叫做真距離！上蒼給我們一顆漂亮的心，是希望我們能找到真正的自己！更是要我們在浩瀚宇宙中，於短暫的生命裡，能在夜深人靜時，捫心自問：「忙忙碌碌所為何來？」「生命到底在追求甚麼？」這些問題的答案，不外下面三種：是為自己快樂呢？還是給別人快樂？還是讓彼此都能快樂呢？你適合哪一種？通常你的想法會成為你的個性，甚至讓你夢想成真，而轉世投胎為那一道。所謂「觀念影響行為，行為形成習慣，習慣成為性格，性格左右命運。」因此，想要扭轉命運，就得先從自己的觀念下手；讓我們找回自信心，做真正的自己吧！

一 唯一的準則

有一次，義大利的一個電信公司，招考重要幹部，招考部的筆試結束後，這家公司發給所有甄選通過的人一袋綠豆種子，並且要求他們在指定時間，帶著發芽的綠豆回來，誰的綠豆種得最好，誰就能獲得那份競爭激烈、待遇優渥的工作。

果然，當指定時間來臨，每個人都帶著一大盆生意盎然、欣欣向榮的綠豆芽回來，只有一個人缺席。總經理親自打電話問這個人：「爲何不現身？」這個人語帶抱歉、懊惱與不解說道：

「我感到抱歉，因爲我的種子還沒發芽，雖然在過去那段時間，我已費盡心血全力照顧，可是種子依然毫無動靜！我想，我大概失去這個工作機會

了。」

據說，這是那位唯一的缺席者，在準備放下電話前所說的一句話。但經理卻告訴這位孵不出綠豆芽的男子說：

「你，才是唯一被我們錄用的新人！」

原來，那些種子都是被處理過的，不可能發芽。種不出綠豆芽，正證明了這位男子是一個不做假的人；公司高層認為，這樣的人必也是一個有道德操守的人。總經理坦誠地告訴他說：

「你這種誠實不做假的操守，就是我們用人的唯一準則！」

附註：有一句西方諺語說：「如果表現卓越是魚的話，那麼操守就是保鮮劑！」

這話的意思是，工作追求卓越固然重要，但不講道德操守，一切都可能落空。就像一條死魚，再怎麼新鮮美味，若沒有保鮮劑，最後還是會腐爛

的。同樣，那些志在必得的應徵者，所捧出的綠豆芽雖然無比美麗茂盛，但他們不能以誠實做為人格的保鮮劑，因此，終究還是失去了那份夢寐以求的工作。

我們處世做人，甚至修行，都要以誠實的態度面對自己和他人，切勿自欺欺人，「未得謂得，未證謂證」，否則將自食惡果。在世間法，必得不到世人的尊敬；在出世間法，則犯下「大妄語」，必招下地獄的果報，我們絕不可不加以謹慎防犯啊！

「唯有你自己知道，自己是什麼？」

在遙遠的西藏雪域高原上，住了一位德高望重的老喇嘛。有一天，老喇嘛救了一隻小老鼠，從此小老鼠就陪伴在老喇嘛的身邊，但牠卻日漸感到不安與憂愁……。

原來，小老鼠一直對老喇嘛的家貓感到很懼怕，因此牠希望老喇嘛能夠把牠變得比貓還強壯，這樣他就不會再害怕貓了。老喇嘛沉思之後，決定幫小老鼠達成心願；於是，小老鼠就搖身一變成爲一隻漂亮的大灰狗。可是沒想到，這隻小老鼠變成的大灰狗，一瞥見那隻家貓，還是嚇壞了，趕緊躲回老喇嘛的房裡。

於是，小老鼠希望老喇嘛能夠再把牠變成更兇猛威武的動物，牠相信唯有這樣才可以解決牠所有的問題。

老喇嘛了解小老鼠的恐懼後，就再次把牠變成一隻雄健的金色老虎。起初，牠在房裡閒逛漫步，很滿意自己的威武能夠嚇壞所有人，直到他又看見那隻家貓時……，便不由自主地逃回老喇嘛身邊去。

老喇嘛最後終於明白了小老鼠內心深處的恐懼，因此告訴小老鼠：

「一個人的外表如何並不重要，重要的是他的『心』；他的內心深處是一個什麼樣的人，那就是真正的他，至於那些花花綠綠的外表與掩飾，或許騙得了別人，但卻騙不了自己……。」

附註：這個故事提醒我們，在追求名利富貴的這條路上，我們可以穿著很體面、可以打扮得很高尚；荷包裝得飽飽、外表光鮮亮麗；在別人面前，我們可以裝、可以騙、可以假……，但我們的內心，就會因此而相對富足了嗎？我們可曾靜下心來，往自己的內心去探求，試著更了解自己是一個什麼樣

的人？打開內心的百寶箱，我們是否看見了自己的自信、坦率、平靜、寬容、謙和、柔軟的本性？唯有自己，才真正知道自己是什麼！



「清淨的法水」

有一天，佛陀來到孫陀利河邊。當時，有一位水淨婆羅門住在附近，他以爲佛陀要去河中洗浴，急忙跑向佛陀問道：

「你是要到孫陀利河中洗浴嗎？」

佛陀反問：

「到河中洗浴，可有什麼利益？」

婆羅門歡喜地答道：

「久遠以前，有仙人在孫陀利河度化眾生，如果你以此聖水洗浴，即能消除一切罪業，獲得清淨和吉祥。」

佛陀微笑說道：

「世間的河水，只能洗淨我們身體上的污濁，即使跳進聖河洗浴，歷經百千年，也無法祛除內心的煩惱塵垢；要想消除內心的罪業，只能靠清淨的法水才可以做到。」

「那什麼是清淨的法水？」

「保持清淨的心，受持不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒的淨戒；以此深信因果罪福之力，對他人不貪、不瞋、不癡，如此清淨的法水，才可以為我們洗淨內心的塵垢。」

附註：佛陀猶如大醫王，所說的法如療病的藥方，因眾生的病情不同而有差別。

比如：說布施法治貪欲病，說持戒法治毀犯病，說忍辱法治瞋恚病，說精進法治放逸病，說禪定法治散亂病，說般若法治愚癡病。在《大方等頂王經》說：「佛猶良醫，經法如藥，因疾病故，而有醫藥；無病，則無藥。」

一切本空，無形無名，亦無假號。心等如空，無比無侶，忽然無際，爾乃應道。」

向河水求得內心的清淨安穩，是了不可得的！猶如一個人想要開發覺性，證知人人本具不增不減的菩提自性，而去追求聖教言說，找尋佛法諸相，反而徒增心魔妄念。佛陀說有證悟的果，說有證悟的法，乃是為滿足眾生種種的欲求；然在法性平等中，所謂「因中修，果上證」，不過是「借路返鄉」的假名罷了！所以《金剛經》說：「法尚應捨，何況非法？」佛法不過是指導我們修行的一條道路，切勿執著於名相而忘記作反觀內心的功夫。《楞嚴經》也說：「反聞聞自性，性成無上道」。唯有回歸自性，還我本來面目，才算真修行。

一處中得道

佛在世時，僧團中有一位沙門，因為學道心切，徹夜不休地讀誦《迦葉佛遺教經》。他一面誦，一面思考自己的學道境界，深深感覺到自己離《遺教經》中的境界還差得遠。因此越讀內心越悲切，以為自己的智慧無法接納佛陀的教法，因而退失道心。佛陀知道這位沙門有這樣的苦惱後，就安慰他，並問道：

「你以前在家時，喜歡做什麼事呢？」

「愛彈琴。」

「琴弦如果太鬆了，彈出來的音樂會如何呢？」

「琴弦如果太鬆，就彈不出聲音來。」

「如果琴弦調得太緊了，又會如何呢？」

「弦如果調得太緊，彈太急時會斷掉！」

「既然太鬆彈不出聲音，太緊了又會斷掉；那麼，若琴弦調得鬆緊適中，彈出來的音樂又會如何？」

「彈出來的聲音就會很美、很動聽！」

佛陀此時，便藉機告訴這位修道沙門說：

「我們學道也要像彈琴一樣，弦不可調得太鬆或太緊；同樣的道理，沙門若將身心調得適中，不久的將來必可以得道。」

這位沙門聽了佛陀的開示後，苦惱解除了，身心得以調和，很快就證得阿羅漢果。

附註：有一些人一發心，就捨身忘命地追求佛法，但是往往道還沒有求得，身體就先壞滅了，甚或因承受不了壓力而中途退失道心；如此，將永遠得不

到佛法的益處。所以，在得道之前，一定要好好地調養身心，若能身心輕安，得道就不困難了。

要知道，凡夫的習氣很難在一朝一夕間除掉。如果因求好心切而過度要求自己，則不但對道業無益，對身體也很不利。一旦身體有病痛或疲累不堪，內心必會不耐煩，不但智慧無法開啟；而且，因內心愈不平靜，煩惱就愈多；煩惱愈多，就會生起退心。有人說：「發心容易，修道難；修道容易，證道難。」因為「勇猛心易發，恆長心難持。」學道一定要折衷，不要過急，也不要怠慢；如果心急，反而會退步。所以，發心學道者，一定要時時保持身心的平衡，才能在菩提大道上，繼續勇往邁進。

「最棒的玉米」

一個老婆婆在屋子後面種了一大片玉米。其中一穗顆粒飽滿的玉米說道：

「收穫那天，老婆婆肯定先摘我，因為我是今年長得最好的玉米！」

可是，收穫那天，老婆婆並沒有把它摘走，這穗玉米自我安慰著：

「明天，她一定會把我摘走！」

第二天，老婆婆又收走了其他一些玉米，惟獨沒有摘走這穗玉米。

「明天，老婆婆一定會把我摘走的！」

這穗玉米仍然自我安慰著……

從此以後，老婆婆再也沒有來過。直到有一天，玉米絕望了，原本飽滿的顆粒變得乾癟堅硬，整個身體像要炸裂一般，它準備和玉米稈一起爛在地裡了。就

在這個時候，老婆婆來了，一邊摘下它，一邊說：

「這可是今年最好的玉米，用它作種子，明年肯定能種出更棒的玉米！」

附註：也許你一直都很相信自己，但你是否有信心在絕望的時候再等一下！不管世間法或出世間法，都是要靠忍耐才能成功；所以，忍耐是我們學佛的第一步。十波羅蜜中，無不與忍辱波羅蜜相結合；譬如盤腿打坐、念佛、拜佛等修行，都要靠忍耐的功夫才能持久。肯忍耐才有力量；肯忍耐才有道行，也才能解脫各種障礙。所謂「苦盡甘來」，就是說能將一切苦忍耐下去的人，才能享受究竟解脫的快樂；所以，肯忍耐才能高人一等，就如同故事中「最棒的玉米」一樣。

一割愛去貪一

有位樂善好施的善人，非常護持佛法，經常供養出家眾。有一天，他卻因急病而昏迷不醒；在昏迷中，他感覺到自己的神識脫離了身體，輕飄飄地來到閻羅殿。閻羅王告訴他：

「你的陽壽雖然已盡，但由於你在世間做了許多善業，所以還可以再回人間去做人。」

他一聽到要再做人，就一直搖手說：

「我不要再做人了！」

「做人並不容易！一定要在世間做過善事才能投胎做人，你為什麼不要呢？」

「做人固然很好，但卻容易造業而墮入三惡道，所以我不要再做人。」

「那讓你生天好嗎？」

「我也不要生天。因為天福享盡後，同樣要墮落的。」

「那麼你究竟要去那裡呢？」

這位善人想一想說：

「我想到人間做出家人。」

「出家不是那麼容易的事。以你在世間所做的善業，還不夠資格出家。」

於是善人又說：

「既然要行大清淨善業才能出家，我做不成大法師，那做個火頭僧我也甘願！」

「就算你只想在爐灶邊做個燒柴、煮飯的火頭僧，你所行的善業也不夠呀！這樣好了，讓你再到人間做個百家富（一個人享有一百戶人家的福報），你

可以再繼續行善而成爲千家富！」

可是，這位善人仍覺得百家富、千家富都不及一個火頭僧，因此再三地請求閻羅王讓他如願。

附註：此篇故事，首先在告訴我們：人之所以必須「修行」，是因為我們的心地已經受到污染，所以要用「佛法」來抹拭，心地才能發光；若不抹、不拭，將永遠透不出光明，永遠處在黑暗中。縱使我們有成佛的本質，不修行仍然得不到法益；就像礦山蘊含著金玉，如果沒有經過探採、切磨，也無法顯露本質的光明。

人的本性與佛相同，但是，為什麼釋尊已經「成佛」，而我們仍是「眾生」呢？因為佛有「清淨智」，而我們卻有「愚蔽」。為什麼會有愚蔽呢？因為有愛欲故，若能將愛欲去除，則一切愚昧、染著也能去除；如

此，就能達到轉凡成聖的境界。故事後面強調，即使在人間當個家財萬貫的富貴人家，仍不如出家在寺廟中，當個火頭僧的功德大。這是為了防止修行人的偏見、曲解，特意破除「執理廢事」的「自障礙」，讓我們學佛能事理圓融。

「人身難得今已得，佛法難聞今已聞；此身不向今生度，更待何生度此身？」我們現在既然已在菩薩道上修行，就要時時刻刻莊重自己、守住本分，愛惜本具的佛性，好好接受佛陀的教法，才不辜負這麼好的修學因緣。

一 無生法忍

有一天，小沙彌天佑從外面跑回寺院，走到頓智和尚的面前，兩隻手握著拳頭，淚汪汪地向頓智和尚問道：

「師父！你告訴我，我娘到底是誰？為什麼大家都笑我是野和尚生的小雜種？」

頓智和尚看到天佑頭破血流，知道又是被村子裡的小孩欺負了。他撫摩著天佑的臉頰，擦乾他的淚水，說：

「天佑！你是一個堂堂正正的男子漢，不管遇到什麼事情，都要堅強才對，怎麼可以被別人罵幾句，就哭哭啼啼！」

天佑一股不服氣地反駁說：

「師父！他們用石頭丟我，我一個人打得過他們嘛！師父！你一定要告訴我，我娘是誰？我不要當小雜種！讓別人欺負我！」

頓智和尚深深地嘆了一口氣，拉著天佑回寮房裡幫他敷藥。晚課裡，頓智和尚在佛前燃香頂禮，心中默禱著：

「但願眾生得離苦，不爲個人求安樂。」

心中難免想起往事，那是十幾年前的一個清晨，平時對頓智和尚很客氣的王員外，不知何種緣故，抱著一個嬰兒，氣呼呼地告訴頓智和尚說：

「這就是你的孽種，拿去吧！」

王員外把嬰兒丟給頓智和尚後，掉頭就走。頓智和尚看著懷中的嬰兒，頓時一頭霧水，茫茫然地自言自語：

「孩子！這也許就是你的命！或許是我們的緣吧！」

日月如梭，一轉眼已十幾年了；天佑也算乖巧，隨著頓智和尚的木魚聲，在

佛前誦著《普門品》、《大悲咒》。他常感覺到觀世音菩薩，突然化成他的母親，走到他的跟前，輕輕地撫摸著他的頭頂；但每當他抬頭要去擁抱母親時，卻都是如夢初醒般的失望。

有一天，用過早齋後，頓智和尚叫天佑來到跟前，向他叮嚀道：

「天佑！今天我有要事到城裡去辦，你就待在寺院裡掃掃地、練練毛筆字，不要亂跑，黃昏的時候我就回來。」

天佑睜大了眼睛向師父說：

「我也要跟你去！」

「不行！你要留在寺裡，因為今天會有一個人來找你。」

「會有誰要來看我？」

頓智和尚摸摸天佑的頭，然後帶點神秘地說：

「到時候你就知道了！」

頓智和尚下了山之後，天佑實在沒有心思去寫字、掃地，只坐在山門口的石階上，等待著來看他的人。每當聽到吹過松樹上的風聲，就以爲是來找他的人的腳步聲，急忙迎向前去，結果都讓他失望。時間一分一秒地過去，天佑等得極爲疲倦，竟睡著了。在夢裡，他看到來找他的就是長得像寺裡觀世音菩薩的母親，他緊緊地抱著她不放，但不一會兒，母親又消失了，他哭得淚流滿面——。

「小和尚！你醒一醒！」

天佑在夢中，感覺到有人在搖著他的肩膀，他揉一揉惺忪的眼睛，睜大眼睛看去，是一位美麗的少婦，那慈祥的面孔就像夢裡的觀世音，他不敢確定自己是不是在夢裡。

「不好意思把你吵醒了，我是要請問你頓智和尚在不在？」

「師父下山去了！」

「那他什麼時候回來？」

「大概黃昏就會回來。」

「小和尚你幾歲了？」

「十一歲。」

少婦沈默地望了天佑好一會兒，屈指算一算，突然兩行淚水直流。天佑看了覺得很好奇，便問：

「妳怎麼哭了？」

少婦撫摩著天佑的臉頰又問：

「你爹娘是什麼人？」

「我沒有爹娘，我從小就是師父養大的。」

少婦聽完之後，身不由己地將他摟進懷裡，兩行淚水更是不聽使喚。

「妳怎麼又哭了？」

天佑突然感覺到，好像有什麼重大的事情，要發生在他的身上。少婦又以無

限慈愛的眼神望著天佑說：

「你叫什麼名字？」

「我叫天佑。」

「天佑！你這幾年和師父過得好不好？」

天佑第一次聽到，有人這麼關心問他的往事，內心一陣的感動，淚汪汪地邊哭邊訴苦：

「以前我很小時，師父不放心把我留在寺裡，就天天背著我去托鉢，那時沿路不但化緣不到東西，而且每個人還罵師父是野和尚，罵我是野和尚生的小雜種……。」

天佑愈哭愈傷心地說：

「有人還用石頭丟我們，師父怕我受到傷害，總是把我緊緊地抱在懷裡，然而他自己卻被石頭打得頭破血流……。」

少婦聽著聽著，自己早已泣不成聲了，並將天佑摟得更緊。過了半晌，少婦低頭問道：

「天佑！師父有沒有告訴你，你的爹娘是什麼人？」

天佑搖搖頭說：

「師父不肯說，他總是說，等我長大了就會知道。」

少婦凝視著天佑良久，然後欲言又止。天佑心中有不安的感覺。

「天佑！我是你娘。」

少婦不說還好，一說完，天佑便用力從她的懷中掙脫而出，然後奔向寺院而去，他一邊跑還一邊哭喊著：

「妳騙人！妳騙人！妳不是我娘！妳走開！我恨妳！我恨妳！」

少婦茫然地佇立在山門口，往事一幕幕地湧上心頭，她想起自己以前的罪過，不由得跪了下來，臉上的淚水溼了又乾，乾了又溼。在她內心深處，有著一

個隱藏了十幾年的秘密，她不知該如何懺悔，才能減輕自己內心的愧疚。

話說當年，王員外和頓智和尚兩人是無所不談的好友，王員外一生最敬重的人就是頓智和尚。但是後來卻發生了一件事，使得頓智從此遭人唾棄。原來王員外有個女兒正值豆蔻年華，在外和一男子相戀而有身孕，王小姐不敢告訴父親真情，怕父親在盛怒之下會殺了她的愛人，但又怕父親逼問她，於是心生一計：因為頓智和尚是家中的常客，父親又最敬重他，所以決定把罪過推給他。當王員外知道女兒和頓智有了孩子，在悲憤之餘也莫可奈何，只好和頓智絕交，並將生下來的嬰兒交給他撫養。而頓智任憑別人如何辱罵，始終沒有作過一句辯白，甚至無怨無尤地將孩子養大。

少婦不知跪了多久，只見夕陽已染紅了寺前的山頭；樹林中小鳥，皆已歸巢準備安寢。這時頓智的身影，終於出現在寺前，看見王小姐跪在山門口，就將她扶起來，說：

「妳明天再來帶天佑，我晚上會跟他談談！」

王小姐眼中帶著無限的愧疚與感激，最後依依不捨，傷心地離開了！

第二天清晨，王小姐依約前來，頓智將天佑交給她。

「恩公！我不知該如何報答您的恩情，這些年來害您受這麼多的苦，

……。」

王小姐跪在頓智面前，流著淚懺悔，天佑也跪在一旁掉眼淚。

「你們都起來，哭什麼，母子團圓應該歡歡喜喜才對啊！」

天佑站起身來，撲進頓智的懷裡，哭得更傷心了：

「師父！我不要離開您，您跟我們一起走好不好？」

「天佑！你是個男孩子，要堅強一點才對，怎能賴著師父不走。如果你想念師父，隨時都可以回來，不要再哭哭啼啼了！」

天佑擦乾了眼淚，走到王小姐的身邊，說：

「娘！您一定要帶我回來看師父！」

王小姐點點頭，然後母子兩人叩別頓智和尚，走下山去了。

一陣山風吹來，迎風飄落了幾片樹葉，頓智拿起掃帚在寺院門前掃著落葉，不一會兒，一顆顆亮晶晶的汗水，沿著頓智的面頰滑落下來。望著他那沒有愛憎的眼神，無限安祥的心態，或許他不用開口說些什麼大道理，但他卻用生命去驗證「無生法忍」，詮釋著宇宙間至高無上的佛法妙理。

附註：在《大智度論》卷五十云：「無生法忍者，於無生滅諸法實相中，信受通達，無礙不退，是名無生法忍。」亦即指對於諸法無生無滅的道理，能精準確認，且安住之而不動心。

對阿羅漢來說，由於了解眾因多緣所生的「我」，當下即是空性的本體，因此生起「我空」的解脫，得「無生忍」，而證得「我空」的真理。對菩

薩來說，則由眾因多緣中，不僅體悟「我」是眾因多緣而有，一切「萬法」也是眾因多緣而有，因此更進一步了解，一切萬法不離空性，連「我空」所悟的心性智慧也是空性。所以，菩薩所證得的是「法空」的解脫，此種「法空」真理的現前，才是證得「無生法忍」的境地。

很多人害了病，就怨天尤人，說：「我這一生沒有做壞事，為什麼偏偏要我害這種病？那些做了壞事的人，為什麼他們不會害這種病？」好像是老天不公平。但是從佛法的立場，一切的果報必定有其原因。受報之後，不必再問「為什麼我得到這樣的果報？」重要的是，如何改善我們現在已經得到的果報。我們已經得到的果報，應該無怨無尤地承擔，同時想辦法改善既有的命運、環境。如此，經由我們的努力，來改變既有的事實環境，也算是改變果報，這或可作為「無生法忍」道理的一種淺釋。

「善惡之報，如影隨形」

在歷史上父子連中狀元者，寥寥無幾，惟明朝的王陽明與父親王華（字德輝），傳為歷史上的佳話。據說王華常在龍泉山中讀書，學問為鄰村的王員外所賞識，被王員外聘為私塾老師，並住宿員外家。

王員外因連娶三房妻室，都無子嗣，自知問題可能出在自己，他見王華長得一表人材，又是同姓，於是慫恿才十八歲的三夫人，向王華借個種。有一天，王員外拿出一把扇子，然後在扇子上寫著：「欲借人間種」，交給三夫人。是日半夜時分，三夫人來敲王華的門，王華還在讀書，問是誰？三夫人答說：

「員外有事相求，詳情寫在扇子上，請過目。」

王華不敢開門，只透過門縫拿了扇子，打開一看，當即明白她的來意，王華

提筆在扇子的另一面寫著：「唯恐天神怒。」遞還回去，三夫人看了字，只好回去照實秉報員外。此時，王華心裡忐忑不安，連夜收拾行李，不告而別，趕回家去了。

次日中午，王華午睡時作了一個夢，夢見忉利天宮的玉皇大帝，正在迎接新科狀元，他在人山人海的歡迎群眾中，擠不進去，只遙見前導的兩柱旛，右邊寫著：「欲借人間種。」是王員外的字跡；左邊則是自己寫的：「唯恐天神怒。」執旛者還高喊著：

「王華本為今年科考第四名，今因他守『不邪淫戒』有德，玉帝親點為第一名。」

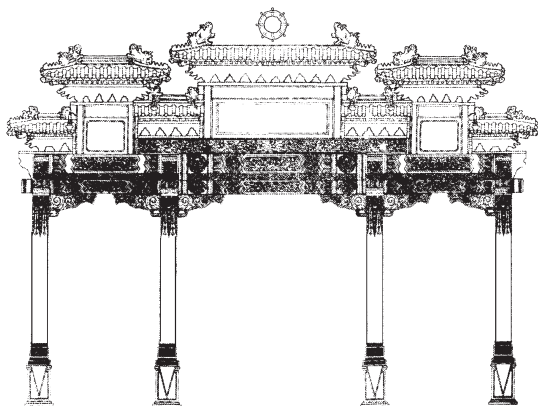
後來王華進京科考，果真狀元及第，如夢中之預言。在《太上感應篇》裡，開頭就說道：「禍福無門，惟人自召；善惡之報，如影隨形。」誰說：「人間事，未得天帝聞？」

附註：前面的故事，可說是王華「不邪淫」的陰德，感動了帝釋天主，不但為自己召感此生的榮華富貴，且福蔭子孫，故日後其子王陽明，不論在品德修養或學術成就，都深受世人肯定。由此可知，世間上的功名利祿，需要守「不邪淫戒」才能辦到，更何況佛教出世間法的修行呢？

坊間有「附佛外道」倡導男女雙修法，謂可達到最高的修養境界。果真如此，則欲界那些縱欲者，豈不個個都是達到涅槃境界的高手了。佛經上說，即使想要修到色界四禪天，也需守清淨梵行，不行淫、瞋才能辦到，更何況究竟解脫的涅槃境界，豈有不守清淨戒行而能達到的呢？

記得當兵時，身經百戰的老士官長，告誡我們：「因軍人手上有槍，平時犯強姦罪不難；犯罪者，雖未被當場發現治罪，但很奇怪，在戰場上，敵人的子彈好像都有長眼睛似的，很快就會找上他們。」由此更可佐證，守

「不邪淫戒」的重要性！



一菩薩的相

曾經聽長輩說過一則故事：

古早以前，在一個偏遠山區的村落裡，住著一位小有名氣的雕刻師傅；因為這位師傅的雕刻技巧不錯，所以鄰近村莊的寺廟，就邀請他去雕刻一尊「菩薩」。可是，要到達那村莊，必須越過山頭與森林；偏偏這座山傳說「鬧鬼」，有些想翻越山頭的人，若夜晚仍滯留在山區，就會被極為恐怖的女鬼殺死。因此，許多親人、朋友就力勸雕刻師傅，等隔日天亮時再啓程，免得遇到不測。不過，師傅深怕太晚動身會誤了和別人約定的時辰，即感謝大家的好意而隻身赴約。

走啊走，天色逐漸暗淡，月亮、星星也都出來了，這師傅突然隱約發現一女

子坐在路旁，草鞋也磨破了，似乎十分疲倦、狼狽。師傅便向前詢問這女子，是否需要幫忙？當師傅得知該女子也是要翻越山頭到鄰村去，就自告奮勇地揹她一程。月夜中，師傅揹著她，走得汗流浹背，停下休息。此時，女子問師傅：

「難道你不怕傳說中的女鬼嗎？爲什麼不自己快點趕路，還要爲了我而耽擱時辰？」

師傅回答：

「我是想趕路呀！可是如果我把妳一個人留在山區，萬一妳碰到危險怎麼辦？我揹妳走，雖然累，但至少有個照應，可以互相幫忙啊！」

在明亮的月色中，這師傅看到身旁有塊大木頭，就拿出隨身攜帶的鑿刀工具，看著這女子，一斧一刀地雕刻出一尊「人像」來。

「師傅啊！你在雕什麼啊？」

「我在雕刻菩薩的像啊！」

師傅心情愉悅地說：

「我覺得妳的容貌很慈祥，很像菩薩，所以就按照妳的容貌來雕刻一尊菩薩！」

坐在一旁的女子聽到這話，即哭得淚如雨下，因為她就是傳說中的「恐怖女鬼」。多年前，她隻身帶著女兒翻越山頭時，遇上一群強盜，但她無力抵抗，除了被姦污外，女兒也被殺害；悲痛的她，縱身跳下山谷，化爲「厲鬼」，專門在夜間取過路人性命。可是，這「滿心仇恨」的女子，萬萬也沒想到，竟會有人說她「容貌很慈祥、很像菩薩」！剎那間，這女子突然化爲一道光芒，消失在月夜山谷裡。

隔天，師傅到達鄰村後，大家都很驚訝他竟能在半夜中，活著越過山頭。而從那天後，再也沒有夜行旅人，遇見傳說中的「女厲鬼」了。

附註：有一句廣告詞說得好：「握緊拳頭時，好像抓住了許多東西，其實連空氣都沒抓到！張開雙臂時，好像雙手空空，但全世界都在你的手心！」是的，當我們「推開心窗」，陽光與清新的空氣就會流淌進來；屋子裡，就會豁然開朗。「接納別人、待人如己」，就像是張開雙臂；此時，你我之間的人際關係，必能溫暖且祥和，世界也就全在我們的手心啊！

西班牙有句諺語：「山不需要依靠山；但是，人需要依靠人。」是的，人都需要朋友，若能「關懷他人」，就能夠「贏得友誼」。因此，讓我們學習減少「防衛性的溝通」，多採取「支持性的溝通」；也問問自己：「最近有沒有關心過什麼人？是不是該主動表示關懷？」這麼一來，當我們走夜路時，就不怕女鬼了！願菩薩保佑所有看到這篇文章的朋友，一切平安、美好、健康。

一 菩薩難爲 一

有一間供奉觀世音菩薩的寺廟，因為有求必應，所以香火鼎盛，來朝拜的善男信女，絡繹不絕，不外求財、求子、求進爵、求長壽。寺中一位坐服務台的志工師姑，每天看到觀世音菩薩站在大殿上，實在太辛苦了，乃祈求觀世音菩薩能讓她來替代這個位置，以便菩薩能稍作休息。

觀世音菩薩有感於她的真誠，於是從大殿上走了下來，與這位師姑互換了角色，但觀世音菩薩還是有一點不放心，所以一再地叮嚀這位師姑：

「不管來祈求的善男信女，說些什麼、做些什麼，一定要記得：不可以說話。」

這位志工師姑聽後，覺得觀世音菩薩太多慮了，不說話有什麼困難？便爽快

地向觀世音菩薩承諾下來。這時，適巧一位身材胖胖的男子，來向觀世音菩薩頂禮道：

「我現在雖然家財萬貫，但願觀世音菩薩繼續保佑我，能賺更多的錢！」

在頂禮時，裝得滿滿的錢包，一不小心掉了下來，這位胖男子並未查覺，拜完轉身就離開。後面又來了一位乞丐，看到觀世音菩薩，便跪地猛磕頭說：

「觀世音菩薩！我已經好幾天沒吃飽了，祈請菩薩幫個忙，讓我得到一頓飽食，我就心滿意足了！」

正當他拜下時，忽然看到拜墊旁有一個錢包，喜出望外地撿起，向觀世音菩薩拜謝說：

「觀世音菩薩！您真的很靈驗，有求必應！很感謝您老人家的賞賜！」

這位乞丐拿著錢包拜謝後，轉身就走。師姑看到這一幕，本想開口阻止乞丐的貪心行爲，但礙於先前對菩薩的承諾，故強忍下來，不動聲色。隨後又來了一

位溫文儒雅的書生，因乘船時間還早，也來廟裡，合十拜禱道：

「觀世音菩薩！我知道您老人家很慈悲，有求必應，特來向您祈求，保佑我這次出航旅遊，能一帆風順，平安無事！」

正當要跪拜時，有人從後面扭住他，並大聲吼叫：

「還我錢包來！」

這位書生聽了莫名其妙，辯解道：

「我是來拜菩薩的，並沒有拿你的錢包啊！」

原來是先前來過的那位胖富人，發現自己的錢包不見了，隨即回來尋找，見此情景，更生氣地說：

「我剛才在此拜佛時掉了錢包，今你在我後面隨到，錢包不是你拿的，難道是鬼拿走的！」

胖富人仗著人壯氣粗，扭著這位書生要到衙門去理論。此時的志工師姑，實

在看不下去這檔「冤枉」事，於是開口向胖富人大聲吼道：

「你的皮包是被那位乞丐撿走的！不要冤枉這位書生啦！」

胖富人聽到有人告訴他真相，便朝著志工師姑所指的方向，迅速追上那個乞丐，並搶回自己的皮包；這位書生也倖倖然地走回碼頭坐船去了。此時，坐在服務台的觀世音菩薩，再也受不了，便走過來，對著志工師姑說：

「你可以下來了！我千叮嚀萬叮嚀，要你不管發生什麼事，都不可說話，你卻破壞了我們之間的約定，你已不能再站在這個位置了！」

志工師姑理直氣壯地說：

「我主持了一件人世間公道事，可說是善事一樁，難道錯了嗎？」

觀世音菩薩嘆了一口氣說：

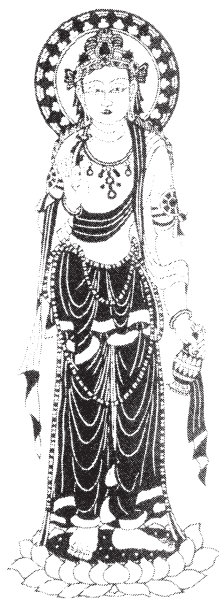
「方才那位胖富人皮包裡的錢，是要拿去吃喝嫖賭用的，你讓他拿回去，只會令他多造罪孽；若讓乞丐撿去，最起碼可以令他一家人得到溫飽，有益於

眾生；至於那位書生，若讓他跟胖富人到衙門去理論一番，就會誤了那班船期，因為那班船一出海就會被大風浪吹翻，船上將無一人能倖免於難。這是我故意巧安排，以救他一命，你卻壞了此救生之事，還敢說是做善事？」

附註：這個故事告訴我們，菩薩不好當；在修行道上，菩薩必需修：音響忍、柔順忍、無生法忍；還要修布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧等六度萬行；更要修成：天眼通、天耳通、他心通、宿命通、神足通、漏盡通；雖然「無所住著於煩惱事」，但需「生妙度眾生之心」。如此，才能順應時勢，不漏度眾生。

這位志工師姑，只因未得通達因緣果報的智慧，才看不透眼前的是非曲直。吾等凡夫未具慧眼，故無法透視事實的真相，肉眼極易被眼前的現象所蒙蔽；因此，所作所為常會犯下錯誤而不自知。若徒具小慈小悲，而不

修智慧、禪定，不識因緣果報之理，往往幫了倒忙，害人又不利己，故菩薩行者，宜謹慎行事為要！



一 黑風 一

唐朝代宗時，佛教很盛行，宦官魚朝恩爲了趕時尚，也想去學禪，特地去拜訪當時的高僧藥山禪師。有一天，魚朝恩問藥山禪師說：

「禪師！在《觀世音菩薩普門品》這部經中，有一段話說：『黑風吹其船舫，漂落羅刹鬼國』，請問什麼是黑風？」

禪師聽了，卻在大庭廣眾面前說：

「魚朝恩！你怎麼會愚蠢到連黑風是什麼都不知道？」

當時魚朝恩非常憤怒地站了起來，正要罵出來時，藥山禪師及時制止說：

「停！停！這就是黑風。」

於是藥山禪師爲他指出，人若要運籌帷幄，決勝千里之外，就必須避免黑風

的吹襲，「黑風」就是憤怒的情緒。

附註：大部分的人都喜歡批評別人，卻不喜歡自己被批評，正因為如此，人們經常讓批評化成一陣黑風，以致老羞成怒，沖昏了頭，雙方你來我往，反唇相譏，互相傷害。此時，憤怒讓人失去了理性，敵意就像烈火般，在心中蔓延著。假若雙方都能心平氣和，低下身段，虛心受教，並冷靜思考，也許會發現別人對我們的批評，未必全無道理。

因此，對付批評最好的方法就是「冷靜」，而不是一味的憤怒失控，唯有冷靜才能從別人的批評中，咀嚼出一些道理，從中學到新知，以避免重蹈覆轍；即使面對別人惡意的攻訐，也要保持冷靜的態度，再設法去澄清，如此才能以理服人。

一 揠苗助長 一

有一個人，無意中檢到一個蝴蝶蛹，便帶回家隨意擺在書桌上。幾天後，他留意到蛹出現了一個小孔，他很好奇，就放下工作，專心觀察牠的發展。過了幾個小時，他看到裡面的蝴蝶，用牠弱小的身體，想從小孔中掙扎出來。他看了很久之後，發現小蝴蝶好像盡了最大的努力，仍然沒有辦法出來。這個人於是決定幫牠一把，找來一把剪刀，將蛹的盡頭剪開，這樣蝴蝶就很容易出來了。但是，這隻蝴蝶的形態有一點特別，它的身體肥腫，翅膀又細又弱。這人繼續觀察蝴蝶，因為他相信，牠的身體會越來越小，翅膀會愈變愈大；可是這種預測並沒有發生，整個小蝴蝶的餘生，就只是托著牠肥腫的大身體和細弱的翅膀，在地上爬著走，牠永遠也飛不起來。

這個善良的人只好去請教了生物學家，專家告訴他說：

「蝴蝶必須用牠自己細小的身體，從小孔中掙扎出來；在這個過程中，蝴蝶才可以將身體裡的體液，壓進它的翅膀裡；因此，身體自然會慢慢變小，而翅膀就會愈來愈變得強壯有力，自然能在空中自由地飛翔著。」

附註：在大自然中，有一個很奇妙的設計，就像蝴蝶從蛹中掙扎出來，是為了預備它將來飛行需要的裝備。人類生命裡面的掙扎是我們必須具備的，如果老天允許我們順利地過一生，我們也許因此就不會堅強，也不會成長。

所以，當你碰到有逼迫或苦難時，這些經歷的逼迫和苦難，正是為你而設計的。所謂：「天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚，空乏其身，所以動心忍性，增益其所不能。」尤其在教養孩子時，絕不可揠苗助長，否則就會像那剪蛹的人一樣！

天下的每一位父母，都是望子成龍、望女成鳳，所以無不用盡心思，讓自己的孩子，不要輸在起跑點上。於是，請家教輔導課業，在成績上，用盡了金錢與物質雙重的誘導，希望能名列前茅，而常常忽略了人格教育的培養，及好習慣的養成。等到子女人格成長後，才發現諸多缺失，為時已晚矣！

古人說：「君子務本，本立而後道生。」今天整個社會問題、教育問題，都是出在我們不知道「本」之所在。其實，為人處世最重要的根本是：孝順父母、尊敬師長、兄友弟恭；推而廣之，還要恭敬一般的尊長，就是「老吾老以及人之老」。其次是做事要謹慎，說話要有信用，本著博愛的精神愛護大眾，並親近有仁德的人，以上種種都做到了，還有多餘的時間和心力，才用來學習智育上的種種知能、才藝。可見品德教育宜在智育之上，切不可本末顛倒，否則我們將會自食惡果！

一傳統一

有一組心理學專家做了一個實驗，他們把五隻猴子關在一個籠子裡，籠子上面掛了一串香蕉。實驗人員裝了一個自動裝置：只要偵測到有猴子要去拿香蕉時，馬上就會有水柱噴向籠子，這五隻猴子馬上會被淋溼。

首先，有一隻猴子想去拿香蕉，馬上水就噴出來，每隻猴子都淋溼了；其他的四隻猴子也都去做同樣的嘗試，但是，都發現：香蕉還沒拿到手，大家已經被淋得全身溼透。於是，猴子們達成一個共識：不要去拿香蕉，以免水柱會噴出水來。

後來，實驗人員把其中的一隻猴子帶走，換成一隻新猴子A；當它被關進籠子後，看到籠子頂上的香蕉，馬上想要去拿，結果被其他的四隻舊猴子，拖來打

了一頓，因為那四隻舊猴子認為這隻新猴子A的舉動，會害他們被水淋溼，所以制止這隻新猴子A去拿香蕉。這隻新猴子A嘗試了幾次，都被打得滿頭包，還是沒有拿到香蕉，當然這五隻猴子就沒有被水噴到。

接著，實驗人員又帶走一隻舊猴子，換另外一隻新猴子B進來；同樣的，當它剛被關進籠子時，看到那串香蕉，馬上急著要去拿，結果，也是被其他四隻猴子打了一頓，尤其是那隻A猴子打得特別用力，就好像軍中老兵欺負新兵一樣。B猴子試了幾次，總是被打得很慘，只好作罷。

直到所有舊猴子都一一被更換成新猴子，此時，儘管他們去拿香蕉，已經不再有水噴出來；但是，大家都不敢去動那串籠頂上的香蕉。他們只知道去動香蕉會被打，至於為什麼會被打，他們都不會去探討，而習以為常，這就是「傳統」的由來。

附註：由歷史沿革流傳而來，具有一定特點的某種風俗、習慣、道德、信仰、思想等，我們稱之為「傳統」。有的傳統是人類智慧的結晶，如：中國儒家的四維與八德，就是人本的基礎，社會秩序維持的守護者；更有甚者，如佛法中的般若智慧，不但能解開世間、出世間的煩惱，且能而達到究竟的覺悟與解脫。但有許多傳統是無厘頭的，只是一種「人云亦云」的說法，但卻被當地所有人奉為行為的主臬。猶如在臺灣常聽到的禁忌：情侶不能到仙公廟參拜，否則就會分手，因為呂洞賓會戲弄情侶的感情；又有人說：蕃茄、蕃石榴不能供佛，因其種子經人們吃後，再從屎中拉出來的種子種了可以再生，所以不能供佛……諸如此類，均屬無稽之談。其實，真情豈怕他人從中做梗？試想人類之身，最初即由父精母血所形成的，已是種子不淨，生處不淨，加上全身充滿涕唾屎尿，何處是淨？以此污穢之身，又豈可誦經禮佛？可見淨穢的內涵不在外表，而是在內心的誠敬、純

潔與否？

有人說：印度、埃及、中國等古老的地區，科學之所以不易發達的原因，就是有太多傳統上的禁忌與風水之說，限制了人們的創意。所以，傳統文化雖歷經幾千年的傳承考驗，但仍是有好有壞，有些甚至不符合現代人的生活需要，我們在面對這些傳統的禁錮時，要用智慧去做揀擇與取捨。凡是對人類心靈與物質有真正助益的，不僅要將它保存下來，並要加以發揚光大；若是不合理的傳統，則要將它廢除，才不致於阻礙吾人智慧的開啟！

一 楞嚴經傳入中國的因緣

《楞嚴經》的傳入，頗多因緣。隋朝智者大師，曾註疏《法華經》；當他寫到「法師功德品」時，發現經文中有「六根功德」之說。他不明白，為什麼眼根只有八百功德，而耳根竟有一千二百功德呢？他想到深處時，不覺入了禪定，在禪定之中，看見一個金甲神對他說：

「等待《楞嚴經》來到中國以後，你就會明白了！」

大師出定以後，便天天向著西方禮拜，祈求《楞嚴經》快快傳入中國。他拜了一十八年，直到他圓寂之日，《楞嚴經》還是沒有傳到中國；後人爲紀念他拜經之虔誠，就地建了一座拜經台。直至唐中宗神龍元年，其間相隔一百零八年，梵僧般刺密諦，才從海道帶來此經。

但其中仍有些波折，原來此經印度人尊爲國寶，不許人民攜帶此經到國外；因此，印度邊界的關卡檢查甚嚴。梵僧般刺密諦第一次攜帶此經出關時，即被守關的人查獲沒收，未能如願；後來，他想出了一個辦法，亦即將經文縮寫在絲綢上面，割開臂膀塞進去，用針線縫合起來，等待肌肉長好，再度出國；如此，才得以平安渡過關卡，一帆風順到達廣州。此時，適巧房玄齡宰相被貶於欽州和高州之間，正當他途經廣州時，聞知梵僧帶來寶典，不勝歡喜，擬在光孝寺翻譯，怎曉得此經因爲收藏在臂膀裡，經過好些時日，不免被血水浸蝕，凝成血塊；因此，當經卷被取出時，上下均粘著血肉，字跡模糊難辨，怎可以翻譯呢？房玄齡非常失望，連日寢食難安。

有一天，夜深時分，他獨自一人在走廊上踱來踱去，時而一個跺腳，時而一聲嘆息。這時，隨他南遷的女兒，正在哺育幼兒，聽到父親的腳步聲與嘆息聲，便問道：

「夜深了，爸爸爲什麼還不休息？有啥心事？可以告訴我嗎？」

房玄齡無精打采地說：

「這事不是妳們婦道人家所能解決的，告訴妳也沒有用！」

「爸爸！智者千慮也有一失，愚者千慮也可一得；或者男人家所不能解決的事，女人家可以解決啊！」

於是，房玄齡就把梵僧帶來經典，無法翻譯的事情告訴她，沒想到女兒竟說：

「爸爸！這事容易解決，我想：乳者血之餘，如果用乳汁泡經卷，應該可以將沾在經卷上的血塊溶解，請爸爸准許女兒明天試試看！」

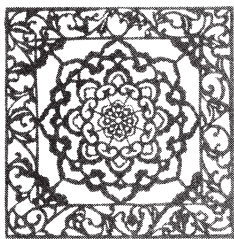
房玄齡一經提醒，認爲或有可能。到了天亮，取來那部「血漬經」，交給女兒親自處理，果然血跡溶解了；她又細心地逐頁洗淨，不久就現出字跡來。房玄齡立即敦請梵僧般剌密諦和彌伽釋迦擔任翻譯，還有幾位高僧參與譯場工作，由

房玄齡筆受，從頭至尾校閱和潤筆，經過一年之久，全經翻譯完成，名之為《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》，一般簡稱為《楞嚴經》；又因它是從血塊裡譯出來的，所以又有人叫它做《血漬經》。

附註：近代有很多考古學家，因為找不到《楞嚴經》的貝多羅（梵語 patra 其學名為 Laurus oassia）樹葉梵本，又發現《楞嚴經》的詞句優美，字句排列整齊（四字一句），解說詳實，悟證方式不同於一般的佛經，所以就說《楞嚴經》是一部中國人自創的「偽經」。殊不知此經來處不易，翻譯又多波折，吾今能恭讀此經，實應發珍貴難得之心，好好依教奉行，不應該為其真偽作無意義的爭論。

又此經專破五十種陰魔及諸外道，所以諸天魔外道最痛恨此經的存在。在諸佛經中，滅絕最早的就是《楞嚴經》；因此，大家要趁此經還在世間流

傳的殊勝機緣，好好熟讀此經；尤其對七處徵心及二十五位聖者的圓通法門，更要下功夫研讀，並深加體會，如此對我們的修行，定能有莫大的助益！



「禍福之門」

宋朝有一位衛仲達，在翰林院裡做官。有一次，在半睡半醒中，魂被一位鬼差引到陰間。陰間的主審判官，吩咐手下的書辦，把他在陽間所做的善惡事分成兩種冊子送上來。等冊子送到一看，他的惡事冊子，多得竟攤滿了一院子；而善事的冊子，只不過像一根筷子那樣的小。主審官又吩咐拿秤來量，結果，那攤滿院子的惡冊子倒反而輕，像筷子那樣小卷的善冊子則重得多。衛仲達問道：

「我年紀還不到四十歲，那會犯這樣多的過失罪惡呢？」

主審官道：

「只要一個念頭不正，就是罪惡，不必等到你去犯。譬如：看見女色，動了壞念頭，即是犯過。」

因此，衛仲達就問這善冊子裡記的是什麼？主審官道：

「皇帝有一次曾想要興建大工程，修三山地方的石橋。你上奏勸皇帝不要修，免得勞民傷財，這就是你的奏章底稿。」

衛仲達說：

「我雖說過，但皇帝不聽，還是興工；對那件事情的進行，我的這份疏表並沒有發生作用，怎麼還能有這樣大的力量呢？」

主審官道：

「皇帝雖然沒聽你的建議，但是你這個念頭用得很真誠，目的在使千萬的百姓免去勞役；倘若皇帝聽你的建議，那麼你的功德就更大了！如果你肯用這個心來度化世人，也並不難呀！可惜的是你的惡念頭太多，所以善的力量，因此減少了一半，而你的官位也就沒有指望升到宰相了。」

後來衛仲達做官，果然只做到了吏部尚書，而沒有做到宰相。

附註：衛仲達的惡，只是空有惡的念頭而已，並沒有去做，尚且折損了他現世的福報；而衛仲達的善，只是空有其言，並未被皇帝採行，但是他這個善的力量，卻勝過了堆滿整個庭院惡冊子的力量！看到這個例子，就知道如果真的去做了善事或惡事，那麼善或惡的力量就更大了。

古聖賢云：「行善如春園之草，不見其長，日有所增；行惡如磨刀之石，不見其損，日有所虧。」禍福都在不知不覺中移動增減，沒有智慧的人，是不容易覺察出來的。六祖慧能大師說道：「一切福田，不離方寸。」佛經上也講：「吉凶禍福，皆由心造。」

可見念頭的起動處，也就是禍福之門，吾人舉心動念豈可不慎！

「認錯未必輸」

曾聽過一個故事，山上有二間和尚廟，甲廟的和尚經常吵架，互相敵視，生活痛苦；乙廟的和尚，卻一團和氣，個個笑容滿面，生活快樂。於是，甲廟的住持便好奇的前來請教乙廟的小和尚：

「你們如何能讓廟裡，永遠保持愉快的氣氛呢？」

小和尚回答：

「因為我們常做錯事。」

甲廟住持正感疑惑時，忽見一名和尚匆匆由外歸來，走進大廳時不慎滑了一跤，正在拖地的和尚立刻跑了過去，扶起他說：

「都是我的錯，把地擦得太濕了！」

站在大門口的和尚，也跟著進來懊惱的說：

「都是我的錯，沒告訴你大廳正在擦地。」

被扶起的和尚則愧疚自責的說：

「不！不！是我的錯，都怪我自己太不小心了！」

前來請教的甲廟住持看了這一幕，心領神會，他已經知道答案了。

附註：我們往往為了保護自己而推卸責任或與人爭吵，殊不知認錯未必是輸，因為認錯不但能表現出個人修養，反省自己激勵向上，甚至可以化暴戾為祥和。

朋友間發生衝突，如有一方能先認錯，戰火必然馬上平息一半。人的一生，總會扮演各種不同的角色：家庭中，當子女不肖時，我們應該檢討自己是否未盡教養之責；公司裡，當屬下績效不佳時，我們應該檢討自己在

教導管理方法上，是否出了問題；社會上，當大家責怪環境惡劣時，我們應該檢討自己是否就是那個破壞環境的人。轉換一下角色，今日的你或許是來日的我，設身處地為對方著想，也反省自己，那麼，處理事情的模式將會是另外一番風貌。

渺小的你我，或許並無能力為世局扭轉乾坤，但若每個生命個體，能培養勇於認錯，對自己的行為負責的態度，相信那股內心的平安與喜樂，將會不斷的擴散。

一寬大

這是一個甫自越戰歸來的士兵的故事。他從舊金山打電話給他的父母，告訴他們：

「爸媽，我回來了！可是我有個不情之請，我想帶一個朋友同我一起回家。」

「當然好啊！」他們回答。

「我們會很高興見到的。」

不過兒子又繼續下去：

「可是有件事我想先告訴你們，他在越戰裡受了重傷，少了一條胳膊和一隻腳，他現在走投無路，我想請他回來和我們一起生活。」

「兒子，我很遺憾，不過或許我們可以幫他找個安身之處。」

父親又接著說：

「兒子，你不知道自己在說些什麼。像他這樣殘障的人會對我們的生活造成很大的負擔。我們還有自己的生活要過，不能就讓他這樣破壞了。我建議你先回家，然後忘了他，他會找到自己的一片天空的。」

就在此時，他掛上了電話，他的父母再也沒有他的消息了。

幾天後，這對父母接到了來自舊金山警局的電話，告訴他們親愛的兒子已經墜樓身亡了，警方相信這只是單純的自殺案件。於是他們傷心欲絕地飛往舊金山，並在警方帶領之下到停屍間去辨認兒子的遺體。那的確是他們的兒子沒錯，但驚訝的是：兒子居然只有一條胳膊和一隻腿。

附註：故事中的父母就和我們大多數人一樣，喜愛面貌姣好或談吐風趣的人很容

易，但是要我們去喜歡那些造成我們生活不便和不快的人卻太難了；試想如果我們的親人有朝一日也因意外而失去四肢，行動不便，需要我們予以幫助時，我們是否會無怨無悔地愛護他、照顧他？人們總是寧願和那些不如我們健康、美麗或聰明的人保持距離。

要訓練我們放大心胸，無條件的付出愛心，唯有「相信因果」、「相信業力」，並接受佛法「無緣大慈」、「同體大悲」的教誨，我們才能「甘願作，歡喜受」，欣然接受眼前所遭遇的一切不幸與折磨，無怨亦無悔，並能將之化為一股積極的力量，去幫助更多同遭苦難的眾生。因為人生如幻、如夢，轉眼即逝，我們要及时把握這虛幻的人生，多多造福人群，利益眾生，才不虛此生啊！

一 緘默是金 一

有一則寓言故事，是這麼說的：

很久以前，湖濱住了兩隻雁，雁和湖裡的烏龜是好朋友。有一年夏季，久旱未雨，湖水乾涸，烏龜心裡著急，實在無法支撐下去。

兩隻雁很同情烏龜的處境，想幫忙牠遷移到有水的住處，雁想到一個辦法，就是用一根樹枝，叫烏龜銜在口中，兩隻雁各執一端，並囑咐烏龜，在未到達目的地時，千萬不能開口講話，以免從空中摔落。

於是雁帶著烏龜向高空飛行著。正當經過一個村莊的上空時，恰好被一群孩童看見了，他們驚訝地指著天空，大聲喊叫：

「烏龜被大雁銜去，大家快來看呀！」

烏龜聽到下面孩童的喊叫，心裡十分生氣，認為自己受到羞辱，不禁怒火中燒，就開口怒罵道：

「你們懂什麼？我才不是被雁子銜去的！」

剎那間，開口爭辯的烏龜，從高空跌落，粉身碎骨而亡。

附註：下面也有一個相類似的寓言故事，正說明因不能忍而多話的害處：

有一隻烏鴉，口中銜著一塊剛偷來的肥肉，站在枝頭上，正準備大快朵頤時，被佇立在樹底下一隻眼尖的狐狸看到了，狐狸肚子正餓得嘖哩咕嚕，心想：如何才能騙到烏鴉口中的那塊肥肉來吃。於是狐狸抬起頭來，就大聲地對烏鴉說：「樹上美麗的烏鴉，聽說您唱的歌可以比美您身上的羽毛，如果現在您能唱首美妙的歌，讓我們聽一下，真是配得上做鳥中的皇后了！」烏鴉對自己的羽毛和歌聲，一向受到人們的鄙視和唾棄，正自感

慚愧不已；如今卻聽到狐狸如此這般的讚嘆，高興得急於表現一番，竟忘了口中還銜著一塊肥肉，於是開口唱起歌來；就在這個時候，口中的那塊肥肉，很自然地掉落到樹下，狐狸叼起那塊肥肉，狼吞虎嚥地下了肚，頭也不回地走了！

當自己的才華，被別人漠視或受到委屈時，我們會失去冷靜思考的能力，而急於展現或申辯，此時，正是最容易出差錯的時刻；如上述兩個故事，就是告訴我們「緘默是金」，能「忍得住」暫時的委屈，才能得到安身立命之處。

「靠自己」

有一個寓言故事說：

小蝸牛問媽媽：

「爲什麼我們從生下來，就要背負這個又硬又重的殼呢？」

媽媽回答說：

「因爲我們的身體沒有骨骼的支撐，只能爬，又爬不快，所以需要這個殼來保護！」

小蝸牛又問說：

「毛毛蟲姊姊沒有骨頭，也爬不快，爲什麼她卻不用背這個又硬又重的殼呢？」

媽媽說：

「因為毛毛蟲姊姊能變成蝴蝶，天空會保護她啊！」

小蝸牛又問：

「可是蚯蚓弟弟也沒骨頭，又爬不快，也不會變成蝴蝶，他為什麼不必背這個又硬又重的殼呢？」

媽媽說：

「因為蚯蚓弟弟會鑽土，大地會保護他啊！」

小蝸牛聽後，哭了起來：

「我們好可憐，天空不保護，大地也不保護。」

媽媽安慰他：

「所以我們有殼啊！我們不靠天，也不靠地，我們靠自己。」

附註：我們常聽說：「靠天，天會變；靠地，地會陷；靠人，人會翻臉。」靠

天、靠地、靠人，都不如自己靠得住；當然，這是一句很有自信的心聲。

我們自己真的靠得住嗎？試想：這個身體是四大（地、水、火、風）、五蘊（色、受、想、行、識）因緣的假合而有，這個生命也只在呼吸間而已！那裡有永恆不變的呢？彭祖八百歲，也難免一死；天仙也有火劫、水劫、風劫來折磨；即使修到最高的非想非非想天，壽命長達八萬大劫，若未了知「諸法不自生，亦不從他生；不共不無因，是故知無生。」的道理，仍舊要重返三界內輪迴不已！這病源就是有一個「我執」的存在罷了！想要「跳出三界外，不在五行中」，最重要的關鍵就在「無我」！初學者唯有賴一句佛號或一句咒語的「法執」，鍥而不捨地來取代這個根深蒂固的「我執」，以楔出楔，算是最為穩當的方法了！我們不靠色身求解脫，而是靠內心本具的覺性來勤修戒、定、慧，息滅貪、瞋、痴，唯有如

此，才有資格說是真正的「相信自己、靠自己」！



「積德累功」

宋朝的時候，鎮江有位太守名叫葛繁，每天都做幾件善事，四十年都不曾間斷過。某天，有人向他請教，葛繁說：

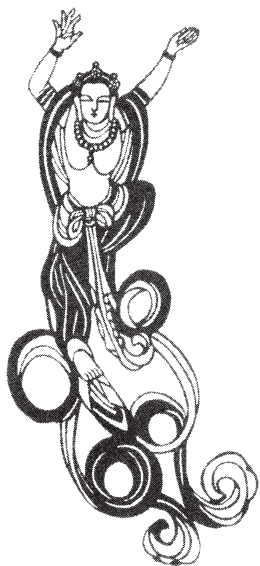
「我並沒有什麼奇妙的方法，只是每天做一、兩件利益別人的事情而已。」然後就用手指著座椅間的踏板說道：

「如果這個踏板放的不正，就會碰傷人的腳，所以我就將它擺正；別人口渴了，我就請他喝杯水，這些利益人的事，從宰相到乞丐，也都能輕而易舉地做到，但是一定要持之以恆，行之長久，對自己品德的修養才有真正的助益。」

附註：一個人的品德若不去累積，他的德行就不會崇高；我們如果能夠像農夫盼望秋收一樣的認真行善，能夠像商人想賺大錢一樣的努力布施；今天積了一德，明天又積了一德；今天累了一功，明天又累了一功，如此想要修成神仙，並不是件難事啊！譬如欲修成「天仙」，必須行一千三百條的善事，若以每天做一件來算，只要四年的時間就可以成功；而修成「地仙」，只要行三百條的善事，以每天行一件來算，則只須一年的時間，即可成功！若更能以「無我心」，行無相布施，則功德更大！只怕不能發心去做，或是做到一半，就中途而廢了！所以我們一旦發了「善願」，就要具備一片真誠心、勇猛心、精進心、堅固心；千萬不可因為吝嗇錢財而中止，或因為怕人譏笑而懷疑，或習慣於安逸而不能夠奮發；更不可被私慾牽絆而影響了果決，或因為事大難為而退縮，或因為善小而忽略，或以事情忙為理由而推諉，或為了矜惜自己的名節而不救患難。總之，要勿避

嫌、勿避怨、勿因循、勿間斷、勿鹵莽、勿圖報、勿沽名釣譽。凡是遇到一切的善事，都要歡喜去做，不計名利，以「無我」心，不求回報心，利益眾生，這樣才是真正的積德累功啊！

明朝袁了凡所做的「了凡四訓」一書，其中的積善篇，對於積德功累，有詳細的說明和舉例，想進一步了解學習的人，可請一部來研讀參考。



一 隨緣自在

有一個房東，孩子都已長大成家，二樓空著，想出租，但因年紀大，不易入睡，一旦睡著，只要一點小聲音，就會被吵醒，則整夜就再也無法入眠了。於是他與房客約法三章，晚上十一點以後，樓板絕不能有雜音，若違反規定，將立即解約。因房租低廉，所以很快就租出去了。

經過一段時日，房客總能配合，大家相安無事。有一天，同事請喝喜酒，這位房客幾杯黃湯下肚之後，帶著幾分醉意，回到臥室時，竟忘了約定，躺在床上，便用腳踢去皮鞋，「咚！咚！」響了兩聲。第二天清晨，房東即來敲門，告訴房客說：

「昨晚你違反了租房的最重要約定，請你搬出去！」

房客一再地陪不是，並說明自己因酒醉，一時疏忽才忘了約定，希望房東再給他一次機會，最後房東撙下一句狠話：

「下不爲例！」

事隔多時，某天房客又喝醉了酒，回到房間後再次忘了這個重要的約定，依舊躺在床上，用腳踢去一隻鞋子，「咚！」一聲，才猛然想起與房東的約定，於是小心翼翼地從床上爬起來，用手脫下另一隻皮鞋，輕輕地放在地板上，才安心睡覺。第二天清晨，房東又氣呼呼地來敲門，抱怨說：

「你昨晚怎麼只踢掉一隻鞋子，害我整晚都在等你踢掉第二隻鞋，一直等到天亮，都沒睡覺！」

附註：前監察院長于右任先生，有一把長長的白鬍鬚。有一次到大學演講，講演內容結束後，留下一點時間供在場人士提問題。有位女學生問到：「于院

長，您的白鬚鬚長得很漂亮，只不知晚上睡覺時，您是把它放在被子裡？還是被子外？」據說，于院長從那天以後，都睡得很不安穩，他因為太在意自己的鬚鬚，到底應放在棉被裡或棉被外而傷透腦筋！

這就是我們的心，在觸對外境時，所引起的執著、放不下。《般若波羅蜜多心經》說：「依般若波羅蜜多故，心無罣礙，無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。」可見心中一有罣礙，就無法心安，恐怖即隨之而來，事事均不得自在，生活秩序因之大亂。因此，唯有依「般若波羅蜜多」，了知緣生無性，心不取著，才能心無罣礙；對於萬法，才能看破、放下，而隨緣自在，這對於我們的修行或平常的生活，非常重要啊！願和大家共勉！

一隨緣隨喜一

從前有個書生，和未婚妻約好在某年某月某日結婚。到那一天，未婚妻卻嫁給了別人，書生受此打擊，一病不起。家人用盡各種辦法都無能為力，眼看奄奄一息。這時，路過一遊方僧人，得知情況，決定點化他。

僧人來到他床前，從懷裡摸出一面鏡子叫書生看，書生看到茫茫大海中，一名遇害的女子一絲不掛地躺在海灘上。

一人路過，看一眼，搖搖頭，走了……

又一人路過，將衣服脫下，給女屍蓋上，走了……

又再一人路過，他看後，過去挖個坑，小心翼翼地將屍體掩埋了……

疑惑間，畫面切換，書生看到自己未婚妻的洞房花燭夜，被她丈夫掀起蓋頭

的瞬間……書生不明所以。僧人解釋道：

「那具海灘上的女屍就是你未婚妻的前世，你是第二個路過的人，曾給過他一件衣服，她今生和你相戀，只爲還你一個情。但是，她最終要報答一生一世的人，是最後那個把她掩埋的人，那人就是她現在的丈夫。」

書生大悟，唸地從床上坐起來，病癒了！

附註：佛陀有一次弘法回程中，路經一片西瓜園，覺得有點口渴，就叫阿難到西瓜園，向正在耕作中的瓜農，化緣一個西瓜來解解渴。阿難到了瓜田，想開口向瓜農化緣時，哪知那位瓜農不分青紅皂白，就對阿難罵了一頓，還把他趕出瓜園。阿難很沒面子地回到佛陀身邊，一五一十地向佛陀稟報。佛陀再叫大迦葉：「你去走一趟，化個西瓜回來解渴。」說也奇怪，大迦葉一到，那位瓜農的態度竟一百八十度轉變，既客氣又恭敬，並且選了一

個又大又甜的西瓜，供養大迦葉。阿難大惑不解，同樣是佛陀的弟子，為何會有如此不同的待遇，請求佛陀開示。佛陀說：「以前，有一隻死狗暴屍在路旁，有一人路過，聞到腐屍味，掩鼻而過，口中罵道：『臭死狗！好臭哦！』隨即匆匆離去。後面又來了一個人，也聞到腐屍味，看到是一條死狗，他起了悲憫心，拿了鏟子挖了一個洞，把死屍埋了，並雙手合十向牠祝禱了一番。第一位經過的人，就是阿難你的前身；而第二位經過的人，就是大迦葉的前身；現在那位瓜農的前身，正是當時的那隻死狗。因為大迦葉與狗結了這個善緣，所以才有今天這個回報。」

有一句佛堂語：「未成佛，先結眾生緣。」要成佛，則需度盡有緣眾生，才能功德圓滿；對「有緣」的眾生，若不與之先結「善緣」，則在因緣會遇時，你尚未開口，就已被拒於千里之外，如何能「度得」？

一龍鬚草一

傳說中，龍樹菩薩有一位當國王的弟子，因為老當益壯，所以王子年紀雖然很老，卻還不能繼承王位，王子實在等得不耐煩。後來有人跟王子說：

「老國王遲遲不駕崩，皆是龍樹之過，因為他活到兩百歲都不死，所以老國王得其傳授才能如此長壽；如果希望老國王早日死去，最好先幹掉龍樹菩薩。」

王子聽了這個人的話，也相信確有這種可能，所以派了一個刺客去行刺龍樹菩薩。結果不管用什麼手段：刀砍、劍劈、毒藥、繩索，甚至火燒、水淹，都無法傷害龍樹菩薩的生命。到頭來不但下不了手，而且還將王子派他來行刺的理由招供出來。龍樹知道這個理由後，心中放光一算，也知道彼此宿命上的因由，覺

得自己壽命也的確太長，應該趕快入涅槃了。所以他就告訴刺客說：

「我這一生中，大部分的業力已經還清，只有一個打蒼蠅的業報還未償還。

那是因為我龍樹未出家前，很喜歡用龍鬚草打蒼蠅，每次一打就會把蒼蠅的頭打掉，而且是百發百中。所以，如果要取我的性命，唯一的方法，就是去找有沾過蒼蠅的龍鬚草，來割我的脖子。」

刺客知道龍樹菩薩的剋星就是龍鬚草，於是就照著龍樹的話去做，摘了一把龍鬚草，往龍樹菩薩的脖子砍下去，說也奇怪，龍樹菩薩的頭就這樣子掉了下來，償還累世的業報，結束了生命。

附註：這個故事告訴我們，深知「因果不昧」，才是真懺悔；發大菩提心，見般若佛性，業障才能全消。惟有「漏盡」成佛者，才能妙化因果，而不是沒有因果。須知諸漏未盡，業障未消，仍受因果輪迴的支配，無法脫離三

界，所謂種如是因，得如是果。已見性者，雖行於非道而無礙；未見性者，一句「不落因果」，便墮五百世野狐身，豈可不謹慎！

近代的慈航法師，也曾因被誣陷，關了十三天才釋放出獄。他對弟子開示說：「我坐牢與閉關差不多，又有什麼好憂慮的。我一定是前生捉了鳥類，將牠關在籠裡十三天，今生才會受牢獄之災十三天；幸好當時沒把牠弄死，否則今生必遭槍斃。」這就是深明因果，懂得逆來順受，妙化逆境，償還前業的好例子。

一還我本來面目

有一位皇帝想要整修京城裡的一座寺廟，他派人去找技藝高超的設計師，希望能夠將寺廟整修得既美麗又莊嚴。後來有兩組人員被找來了，其中一組是京城裡很有名的工匠與畫師，另外一組是幾位和尚。

由於皇帝沒有辦法馬上判斷哪一組人員的手藝比較好，於是他決定要給他們演示的機會，以便作一個比較。皇帝要求這兩組人員，各自去整修一個小寺廟，而這兩個寺廟互相面對面；三天之後，皇帝要來驗收成果。

工匠們向皇帝要了一百多種顏色的顏料（漆），又要求了很多的工具；而讓皇帝很奇怪的是，和尚們居然只要了一些抹布與水桶等等簡單的清潔用具。三天之後，皇帝來驗收兩組人員裝修寺廟的結果；他首先去看工匠們所裝飾的寺廟，

工匠們敲鑼打鼓地慶祝著工程的完成，他們用了非常多的顏料，以非常精巧的手藝把寺廟裝飾得五顏六色，皇帝很滿意地點點頭。

接著來看和尚們負責整修的寺廟，他乍看之下就愣住了！和尚們所整修的寺廟沒有塗上任何的顏料，他們只是把所有的牆壁、桌椅、窗戶等擦拭得非常乾淨，寺廟中所有的物品，都顯出了它們原來的顏色；而它們光澤的表面就像鏡子一般，無瑕地反射出從外面而來的色彩；那天邊多變的雲彩、隨風搖曳的樹影，甚至是對面五顏六色的寺廟，都變成了這個寺廟美麗色彩的一部份，而這座寺廟只是寧靜地接受這一切。

皇帝被這莊嚴的寺廟深深地感動了，當然我們也知道最後的勝負。我們的心就像是這座原本莊嚴清淨的寺廟，我們不需要用各種精巧的裝飾，來美化我們的心靈，我們需要的只是讓內在原有的真、善、美，無瑕地顯現出來罷了！

附註：什麼是真正的美？五顏六色美嗎？穿金戴銀美嗎？或是俗話中說的：「數大就是美，自然就是美。」在禪宗的修行目的，即是要「見自本性、識自本心、還我本來面目。」吾人的本來面目就是人人心中本具的真、善、美，這是至高無上的境界，不是文字所能描述，言語可以道盡的。在《大乘起信論》中說：「一切法，從本已來，離言說相，離名字相，離心緣相，畢竟平等，無有變異，不可破壞，唯是一心，故名真如。」《大乘入楞伽經》中也說：「謂法本性，如金等在礦。若佛出世，若不出世，法住法位，法界法性，皆悉常住。」

寺廟的美，不在於它的雕樑畫棟，也不於金碧輝煌，而是在於它的古樸優雅、安逸寧靜，讓我們一投入它的懷抱中，自然就會放鬆自己的身心；猶如頓入禪定之中，儼然參預靈山會上，聆聽釋迦牟尼佛的法教，領悟佛法中的微言大義。原來如來之藏，不變隨緣，隨緣不變。隨拈一法，無非法



界，心、佛、眾生三無差別，在凡不減，在聖不增。若有增有減；皆因凡夫眾生心不平等所致。吾人只要起始覺智，當下反觀自己，即可由不覺、相似覺、分證覺、究竟覺，回歸本覺之體，就路回家，別無外面彎彎曲曲、枝枝節節的瑣碎事，千萬不要被炫麗的外境所騙了！

「斷器三過」

有一天，講經法師在台上放著三個茶杯，告訴大家說：

「講台上的三個茶杯，一個是杯口向下，另外二個雖然杯口向上，但是其中一個是杯子裡面不乾淨，另外一個則是杯底有個漏洞。眾生聽經聞法時，常有下面三種過失，猶如這三個杯子：

第一種人：就像覆口杯；身體雖在法會上聽法，但他的心不是妄想紛飛，就是昏昏欲睡，像獅子聽琵琶聲，獵人已扣下箭弦，牠都沒聽到；或是聽法時，在座中看其他書籍。這就是將自己的清淨智慧蓋覆掉的人。

第二種人：就像不淨的杯子；吾人修學佛法本來是爲了斷煩惱，而他卻發心求現世樂，因此他所聽到的佛法，反而成爲煩惱的助伴。或雖聽聞大乘佛法，卻

不發大乘心，只求自己解脫；甚至存心要來考驗說法的法師，有沒有說錯或說漏的地方，這就是發心不淨的人。

第三種人：就像杯底有漏洞；他雖來會場很專心聽聞佛法，發心也很純淨，但在法會散後，卻忘得一乾二淨，這也是不能信受奉行佛法的人。」

附註：佛法的修習，都要經過聞、思、修的階段，而聞慧、思慧、修慧，即是經由聞、思、修而成的智慧，此三慧乃佛法修行的次第。聞慧者，是指聽聞他人說教法而得的智慧；思慧者，是自我思惟而得到的智慧；修慧者，實地修行後，所得到的智慧。

前面法師所講的三種過失，正是障礙吾人聞、思、修三慧最甚者。第一種「覆口杯」的譬喻，障礙聞慧；第二種「杯不淨」的譬喻，障礙修慧；第三種「杯底有漏洞」的譬喻，障礙思慧。所以佛陀常常對第一種人，會一

再地說：「注意聽！注意聽！」；對第二種人會說：「好好地思惟！不要發錯心了！」；至於對第三種人時，佛陀會說：「千萬記得！不要忘失了！」吾人若能記住佛陀所說的聞法三要訣，何患學佛不成呢？



一讓心歸零一

有一位國王，他曾經非常寵幸一位大臣；有一次，那位大臣的母親生了重病，情急之下，大臣便擅自乘著國王的馬車趕回鄉里，這在當時是很嚴重的罪，但國王卻說：

「他真有孝心啊！竟甘冒犯大罪的風險去救母親，這樣的孝子必是賢臣。」

又有一次，國王與那位大臣微服出巡，那位大臣在路邊摘了一個剛熟的桃子，一嚐之下，覺得太美味了！便遞給國王，說：

「陛下，您也嚐嚐吧！」

國王說：

「你能在第一時間就想到要與我分享，足見你的忠心啊！」

幾年後，這位大臣失寵了！國王便常在新的寵臣們面前數落他：

「哼！那傢伙，當年擅自乘我的馬車回家，難道自己的家比朝廷還重要嗎？這樣的人必是庸臣。又有一次，他竟然把自己吃過的桃子給我吃，足見他對我的輕蔑啊！」

附註：故事中那位國王的行為，不也常是現代人的寫照嗎？因為主觀意識，常是我們不自知的通病啊！同樣的考量，你我這樣籌算，叫做「慎謀遠慮」；別人那樣籌算，卻稱之為「心機太重」。同樣的動作，你我喜歡的政治人物做了，叫做「真情流露」；你我所不喜歡的政治人物做了，卻叫「惺惺作態」。同樣是嘻嘻哈哈，自己喜歡的人嘻皮笑臉，是因為他「充滿活力與朝氣」；若是自己看不順眼的人嘻皮笑臉，卻認為他「過於輕浮」。同樣一句話，若出自與自己有嫌隙者的口中，是「別有用心」；待與對方

盡釋前嫌之後，再回想起來，卻是「自己多心」。

我們的心，就像一個天秤，這個天秤很容易隨著自己對人、事、物：的好惡而偏倚，使自己說出許多缺乏智慧的言語，做出許多不理智的舉動，和不夠客觀的決定，真是損人又不利己啊！

親愛的朋友，讓我們一起學習讓心中的天秤「歸零」，不要用情緒去看世界，不要讓自己的心被主觀的好惡給蒙蔽，而要用客觀、公正、冷靜的心去分析、判斷，這樣我們周遭的人、事、物，才不致有所遺憾！

「觀花見人生」

有一位花販告訴我：

「幾乎所有的白花都很香，反而顏色愈豔麗的花，愈是缺乏芬芳。」

他的結論是：

「人也一樣，愈樸素單純的人，愈有內在的芳香。」

他又說：

「夜來香其實白天也很香，但是很少人聞得到。」

「因為白天人的心太浮了，聞不到夜來香的香氣。如果一個人白天的心也很沉靜，就會發現夜來香、桂花、七里香，連酷熱的中午也是香的。」

他愈說愈起勁，愈說愈有哲理：

「清晨買蓮花，一定要挑那些盛開的。」

「因為早上是蓮花開放最好的時間，如果一朵蓮花早上不開，可能中午和晚上都不開了。我們看人也是一樣，一個人在年輕的時候沒有志氣，中年或晚年就更難有志氣了。」

又說：

「愈是昂貴的花愈容易凋謝。」

「那是爲了要向買花的人說明：『要珍惜青春呀！因為青春是最名貴的花，也最容易凋謝。』」

並且又說：

「每一株玫瑰都有刺。」

「正如每一個人的性格中，都有令人不能容忍的部份。我們只能學習如何不被它（他）的刺，刺傷。還有，學習如何不讓自己的刺，去刺傷任何一個

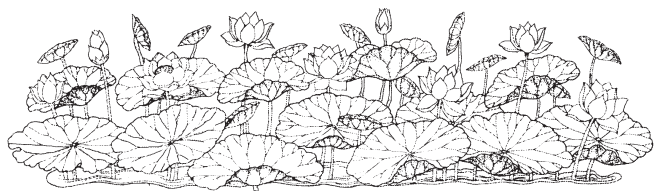
人。」

附註：俗話說：「一樣的米，養出百樣的人。」我們也可套句話說：「一樣的土地，長出百樣的花。」人生像花的百態叢生，花又何嘗不像人生的善變呢？

佛說：「一花一世界，一葉一如來。」由器世間的一草一木，一花一葉，都可領悟宇宙人生的真理。所以說：「無情說法，有情聽。」密宗說：「一切形色皆為身密，一切音聲皆為語密，一切理性皆為意密。」禪宗也說：「溪聲便是廣長舌，山色豈非妙法身？」或說：「青青翠竹盡是法身，鬱鬱黃花無非般若。」

《阿含經》云：「有佛無佛，法位常住。」故獨覺辟支佛，春觀百花開，即悟「生如逢春百花開」；秋睹黃葉落，便悟「死同黃葉落秋風」，他們

看到萬物榮枯的情景，就能覺悟不生不滅的真理，這也就是密宗所謂的「即事而真，當相即道」，就看吾人之心悟與不悟罷了！



一觀世音菩薩說的話

有一個人正在屋簷下避雨，突然間看到觀世音菩薩撐著傘走過來。他非常高興，急忙說：

「普度眾生的觀世音菩薩，您能否度我回家？」

觀世音回答道：

「你在屋簷下，我在雨中，簷下無雨，何需我度？」

這個人一聽，立即跑到雨裡說：

「現在，我已經在雨中了，這下您可以度我了吧！」

「你在雨中，我也在雨中。你被雨淋，是因為你沒有帶傘；我沒被雨淋，是因為我有帶傘。可見，是傘度我；你沒有傘，應該去找傘，而不是找我。」

說完，觀世音菩薩就消失了。

過了一段時間，這個人遇到了困難，便到寺廟中去求觀世音。他走進寺廟，見到一個正在求觀世音菩薩的人，竟然跟以前他所見過的觀世音菩薩，長得一模一樣，便問：

「您是觀世音菩薩嗎？」

「我正是觀世音菩薩。」

這個人更感到驚奇地問：

「既然您是觀世音菩薩，那為什麼還要拜自己呢？」

觀世音菩薩微微一笑：

「跟你一樣，我也遇到了難事；但我知道，求人不如求己！」

附註：一般人遇到困境，都不去思考困境的起因和經過，只想把這個責任推卸給

佛、菩薩來承擔，希望佛、菩薩來替他解憂，自己卻想坐享其成、不勞而獲。他想：佛、菩薩是「萬能」的，可以解決眾生一切困難，然而他卻萬萬沒想到，佛、菩薩只是「大能」，並非「萬能」。祂們只能「助你一臂之力」，並不能「主導你的一切」。你自己出多少力，佛、菩薩也在旁為你加多少力，若自己不肯努力，只想不勞而獲，抱歉！佛、菩薩也無能為力，因為主導的手，永遠是操在你自己，並不是別人。

有一句偈說得很好：「菩薩清涼月，常遊畢竟空；眾生心垢淨，菩提影現中。」眾生有善根感動之機緣，佛應之而來，稱為感應。感，屬於眾生；應，屬於佛。《大明三藏法數》卷三十七云：「感即眾生，應即佛也；謂眾生能以圓機感佛，佛即以妙應應之，如水不上升，月不下降，而一月普現眾水。」

「原來很簡單」

有一隻新組裝好的小鐘，放在兩隻舊鐘當中。兩隻舊鐘「滴答」、「滴答」一分一秒地走著。其中一隻舊鐘對新的小鐘說：

「來吧！你也該工作了。可是，我有點擔心，當你走完三千二百萬次以後，恐怕便吃不消了。」

小鐘聽了大吃一驚地說：

「天哪！三千二百萬次，要我做這麼大的事？辦不到，辦不到。」

另一隻舊鐘卻對它說道：

「別聽它胡說八道，不用害怕，你只要每秒滴答擺一下就行了。」

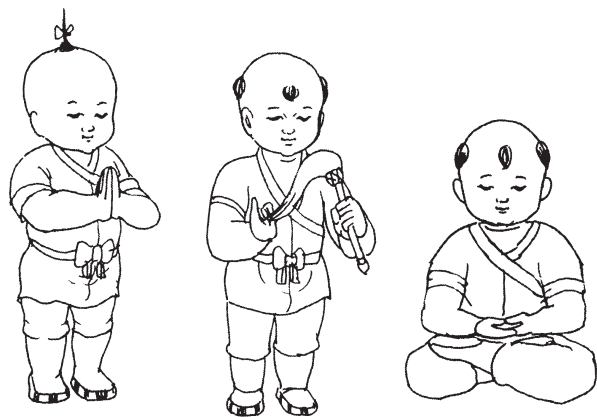
小鐘半信半疑地說：

「天下哪有這樣簡單的事情？如果這樣，我就試試吧！」

小鐘果真很輕鬆地每秒鐘「滴答」擺一下，不知不覺中，一年過去了，它擺了三千二百萬次。

附註：有幾個小孩很想當天使，玉皇大帝就給了他們一人一個燭臺，叫他們必須時時要保持光亮，以待玉皇大帝的抽驗。結果一天、兩天過去了，玉皇大帝都沒來，所有小孩已不再擦拭那燭臺。有一天，玉皇大帝突然造訪，每個人的燭臺都蒙上厚厚的灰塵；只有一個被大家叫做「笨小孩」的孩子，即使玉皇大帝沒來，他照樣每天都將燭台擦拭得乾乾淨淨，結果這個「笨小孩」成了天使。原來當天使很簡單，只要實實在在去做就可以了。

往生西方極樂世界阿彌陀佛的淨土，有三個要件：深信、切願、力行，若能如實做到，臨命終時，只要念佛念到一心不亂，決定可以往生淨土。原



來往西方極樂土也是很簡單，只怕你信不過、願不切、行不專罷了！

神通妙化

在《莊嚴論》中說：迦旃延尊者，有位弟子是希羅王，捨棄王位出家，在山林中修行。當時有一位鄰國國王叫阿盤地，遊獵到希羅王修行的山中；中午時分，阿盤地王在山中午休，他的宮女們卻去拜訪希羅王比丘，聆聽他演說佛法。阿盤地王醒來之後，發現宮女們都不在身邊，便派人四處尋找，後來發現宮女們，竟圍繞在希羅王身邊，嫉妒心大發，便對希羅王比丘罵道：

「你這個不守清規的野比丘，竟然敢來勾引我的宮女，我現在就讓你吃點苦頭。」

不分青紅皂白，拿起皮鞭就向希羅王比丘身上抽打，比丘痛苦難當；因無緣無故受辱鞭撻，心生怨恨，便想還俗回國作國王，聚集兵馬來報此奇恥大辱。迦

旃延尊者勸他好幾次，他仍舊執意不聽，最後迦旃延尊者告訴他說：

「如果今晚你能在此留宿一夜，明天之後，你愛怎麼作都隨你便！」

希羅王比丘果真再留宿一夜，夜中，迦旃延尊者以夢境來告訴他，人世間的虛幻不實。於是希羅王比丘果真夢見自己還國，受到國人夾道迎接，仍舊做了國王，就積極與諸大臣商議，如何興兵攻打阿盤地王，以雪此心中大恨。不料，戰爭失敗，失去民心，結果被阿盤地王活擒，正要送上斷頭台。此時，迦旃延尊者來到他的跟前，告訴他說：

「以前苦苦勸告你，你都不聽，現在才會落得如此下場！」

希羅王比丘在夢中嚎啕大哭，大喊著：

「師父！救救我！」

正喊得嘶聲力竭中，終於夢醒，悲泣地向迦旃延尊者說：

「我不回家了，決定留在此地跟隨師父繼續修行。」

附註：夢中所見的境界，人人都知道是虛假的，但是那是在睡醒了之後才知道；正在眠夢的當兒，也是不知道的。然而，現在一切的眾生，也都沈睡在昏迷長夜之中，皆還未曾醒覺，何嘗能真正悟知呢？直到破「二執」（我執、法執），證「二空」（我空、法空），親見「真如法性」時，方才了悟本來無一物；此時，返觀從前未悟的時候，方知彼時所見的境界，都是迷情妄執，何嘗是真實呢？即因為現在所見的和夢中所見的，同是在昏迷的境相，當然自己都認為，所見到的都是實有，這兩種道理，是一樣的。我們都知道，凡夫眾生因為我執很重，正面向他講說佛法，他未必會接受，甚至還會當場頂撞、諷刺一番，若能借由夢境無常的顯示，當可收到立竿見影之效。迦旃延尊者為希羅王比丘示現夢境，使他能從夢中迅速體悟到人生虛幻的真理，可說是善說法要的法師。

(二) 表程過行修的劫祇僧阿大三

第三大阿僧祇劫

第二回 大阿僧祇劫

第一 大阿僧祇劫

[illegible]