

## 作者簡介

郭韻玲

金色蓮花 創辦人  
Zen 禪月刊、空慧雜誌、素食愛地球月刊 總編輯  
金色蓮花表演坊 製作人、編劇、導演、編舞家

## 作品

### ■ 書籍

優美散文解讀心經  
心靈散文解讀金剛經  
清心小語 風之卷  
維摩詰居士  
玄奘大師(唐三藏)  
佛陀八相成道 戲劇小說  
法華經 戲劇小說  
愛的治療力量  
2015清心小語日誌

### ■ 善美正知見

### ■ 雜誌 連載

大般若經講記 於空慧雜誌長期連載  
(逐品講解大般若經連續十年)

### ■ 金色蓮花表演坊舞台劇製作與編劇

一代苦行高僧廣欽傳  
密勒日巴尊者傳  
太虛大師  
維摩詰居士  
蓮花生大士  
唐三藏  
佛陀八相成道  
法華經  
文學拈花·演出之夜

### ■ 詞曲創作

#### 作詞：

廣欽傳劇中曲：純真  
敦煌寶卷劇中曲：大漠旅人、敦煌石窟、天宮盛舞、  
工匠傳奇、供養人相、伎樂飛天  
密勒日巴劇中曲：身世、無常、精進、  
修行的快樂、密勒證道歌、臨別的贈言  
蓮花生大士劇中曲：善良的心、雪鄉之哭、無上願  
唐三藏劇中曲：隋末動盪、揮淚別兄、玄奘好、生死之歌  
蓮花天唱演唱會：新世紀之願、萬朵蓮花、蓮花樣男子、寧靜之心、  
愛の晶瑩小語、佛菩薩愛你、紅塵漫漫、眾生傷  
佛誕快樂演唱會：佛誕節快樂、禮讚佛陀、寄一張佛誕卡給你、  
佛誕煙火、清香滿心田、Vege佛誕大餐、心燈祈願

其他：結緣、無常曲、送愛、禪

#### 作曲：

佛誕節快樂、生死之歌、釋迦聖號、佛誕煙火、心燈祈願、禪

### ■ 編舞創作

敦煌美舞：敦煌石窟、天宮盛舞、白衣觀音、莊嚴僧寶、四大天王、  
飛天巾舞、日月光天人、綠度母、曼陀羅之舞、伎樂飛天

禪舞：悟

[作者簡介整理撰稿者~政大公行政碩士·黃連盛]

# 善美正知見

郭韻玲 著

# 善美正知見

郭韻玲 著

Golden Lotus  
金色蓮花

GB005

# 善美正知見

郭韻玲—著

*Purely Right Views*



善  
美  
正  
知  
見

—— 修行與人生的導引手冊

如何活出生命光與熱的智慧寶藏

善美正知見

如光亮的明鏡

讓我們的心

晶瑩澄澈

無折射的

映照一切清淨萬有

並消融一切缺點

走出勝利人生！



# 目次

第一章：誠心	14
第二章：直心	18
第三章：先作一個好人	22
第四章：老實修行人	24
第五章：老老實實的修行	28
第六章：修行人的備忘錄	32
第七章：人身寶	34
第八章：家	38



第九章：發願	40
第十章：全部的交託	44
第十一章：謙虛	48
第十二章：戒慎恐懼	52
第十三章：心契正法	56
第十四章：一切都是為了法	60
第十五章：不放棄一切上升的可能	64
第十六章：不放棄成就的每一個可能	68
第十七章：業	72
第十八章：定業	76



第十九章：一定要行善	80
第二十章：懺悔的好處	84
第二十一章：累積與相加	88
第二十二章：正確的行為	90
第二十三章：精進必定成就！	94
第二十四章：布施	98
第二十五章：持戒	102
第二十六章：忍辱	104
第二十七章：精進	110
第二十八章：禪定	114



第二十九章：般若……	118
第三十章：慈悲……	122
第三十一章：慈悲的重要……	126
第三十二章：慈悲與自度……	130
第三十三章：無限的慈悲……	134
第三十四章：無緣大慈……	136
第三十五章：同體大悲……	140
第三十六章：發四無量心……	144
第三十七章：平等心……	148
第三十八章：菩薩摩訶薩……	152





第三十九章：大乘菩薩道的真義	156
第四十章：菩薩道的準則	160
第四十一章：長遠的菩薩道	164
第四十二章：如何以智慧面對繁重的菩薩事業	168
第四十三章：沒有目的的服務	172
第四十四章：大壇城	176
第四十五章：無我	180
第四十六章：無常	184
第四十七章：五蘊	188
第四十八章：無憂無懼	192



第四十九章：隨緣而安	196
第五十章：隨喜	200
第五十一章：福報	204
第五十二章：全力以赴的重要	210
第五十三章：法喜	214
第五十四章：中道的生活	218
第五十五章：藝術弘法的意義	222
第五十六章：一切都是幻相	226
第五十七章：解脫	230
第五十八章：開悟	234



第五十九章：空	238
第六十章：平等見	242
第六十一章：寬恕	246
第六十二章：無盡的包容	250
第六十三章：無量的愛	254
第六十四章：澈底的原諒	258
第六十五章：佛菩薩永遠等候你	262
第六十六章：重生	268





第一章：誠心



誠心，是一個修行人的優良特質。

怎麼說呢？

因為誠心誠意是處於一種專注與珍惜的狀態，  
如果以這種狀態去做任何事，都容易成功。

而修行人所面對的是

生命中最困難與艱鉅的一件事——成佛。

如果沒有付出全部生命力的專注與珍惜，

是無法完成這件宇宙間最浩大的生命工程。

因此，一個良好的修行人，

當他在面對自己的修行時，

誠心就變成一個非常重要的特質。

連世間法都說：「精誠所至，金石為開」，

可見誠心一旦到達了精純的境界，

便會產生不可思議的力量，化腐朽為神奇。

而修行正是

化生命的種種黑暗腐朽為光明喜樂，  
故修行人的誠心宜用精用純，  
則不但自度的品質會非常優秀，  
度人的品質也會非常優秀；  
而既已覺悟生命實有改進提升的必要，  
才做了修行人，  
那麼就做一個優秀的修行人吧！

優秀的修行人就是：

誠心面對自己的生命、

誠心的改進自己的缺點、

誠心的幫助別人、

誠心的邁向生命更高、更美、更好的境界……

第一章：誠心





第二章：  
直心



直心就是一顆單純的心。

單純的心的特色是什麼呢？

就是不作多餘的想法；什麼是多餘的想法？

就是對於人事物並沒有任何好處的想法，

例如別人已經在讚美自己的優點，

一個直心的人，

不會多餘的想到

自己是否更應該把優點再多表現一些；

而是自然而然的維持原有的狀態，

讚美之前，該作的事就作，

讚美之後，對於該作的事還是一樣的態度，

因為作該作的事並不是為了讚美，

而是單純的該作就去做。

所以，如果是一個修行人的話，

直心就是一個很好的根器，

因為他可以直接了解佛法的重點，

而不要小看了解重點的重要；  
因為我們的生命實在太短促，  
如果不把握重點的去修，是很難成就的，  
而自己修行的成就是服務眾生的保障；  
只有自己有成就了，才有能力繼而去愛眾生；  
因為連愛人的能力都是不容易養成的，  
例如穩定的、無私的、智慧的愛人品質，  
就需要相當好的成就才能保住。  
故“直心是道場”是千萬萬確的，  
一個修行人如果想要有成就，  
這就是很重要的心態——直心，  
只要有一顆單純的、質樸的、  
不拐彎抹角的直心，這個人離成就不遠了。

## 第二章：直心

21



第三章：先作一個好人



想成佛嗎？

當然，這是每一個佛子的衷心願望。

但其實不忙，為什麼呢？

因為如果連一個好人都還未作到的話，這個人是不可能成佛的。

一個好人是什麼樣的人呢？

一個好人是善良的，是懂得愛別人的。

一個好人不會在別人辛辛苦苦指導他很久以後，突然翻臉無情的指責。

一個好人不會看不到別人對他的好，而故意心存誤會。

一個好人不會總是抱怨別人不關心他，而會主動的去關心別人。

一個好人是處處疼惜一切人事物……

想作一個大修行人嗎？

其實不難，先從作一個大好人開始吧！

第四章：老實修行人



一個人如果作人不老實，其實連一個好人都作不到，遑論作一個好的修行人。

所以，除非不想當一個好的修行人；如果想的話，還真的必須作一個老實人。

什麼是老實？

也可以說就是誠懇，亦即對一切人事物皆心存一份尊重，由於尊重，就不忍心欺騙，尤其不忍心欺騙另一個好人。

但有的修行人由於過去生的業力障蔽，一開始修行就沒有導正成一個老實的人，那麼這樣的人真的是很難很難成就的。

因為只有老實的修行人，會以自己的真面目去真誠的待人，也會以真誠的真心去面對修行，這樣就奠定了一個很好的基礎，一個澈悟諸法實相的紮



實基礎。

因為，只有一切誠誠懇懇、老老實實、真真切切，才能不違背良知，才能真正慈愛眾生，故作一個“老實”的修行人還真是重要啊！



第五章：老老實實的修行



什麼是老老實實的修行？

就是平平實實，

實實在在的面對修行這件大事。

因為修行是生命改造工程，

是非常艱鉅的一件事，

沒有全力以赴，是難以克竟全功的。

但在全力以赴的當中，

我們面對修行這件事的態度是十分重要的。

也就是說，由於修行十分重要，也十分困難，

故一定要有實事求是的踏實精神，

也就是絕對不作好高騖遠的奢想；

例如並未下足功夫於靜坐，

卻一味觀察身心為何還不起巨大變化？

因此好的反省能力，是一個好的修行人必備的，

如果沒有這樣反省觀照的能力，

一個人會注重一些外表的改變，

而不肯下死功夫。

什麼是死功夫？

就是作了很久，完全沒有任何改變，還是繼續作。

以世間法的例子，就可以明白，

例如對別人心存善良，

即使常常都未得到同樣的回應，

可是還是繼續作下去，

這就是對於作人的善良下了死功夫，

不會因為外在的獲得與否而改變自己的態度。

以修行的例子而言，

例如拜佛很多年，沒有任何的改變，

還是繼續拜下去。

這就是老實修行，這樣的修行，

才能達到涓水穿石的功夫，

那麼，以這樣的堅持與毅力，而且不受外在影響的定力，此人必定成就，等到功夫下足了，因緣時至，身心必定產生極大的變化與提昇。但在這莊嚴的提昇之前，如果因為一直沒有結果而放棄了努力，那麼這就不是老實修行，就是不踏實，就是好高騖遠，這樣的人，成就甚難。

所以，就從今天起，要好好的修，要腳踏實地的修，作一個老實的修行人；

那麼，成就是必定總有一天能夠自然而豐收的果實。

第六章：  
修行人的  
備忘錄



(一) 善良：

只要永遠堅持善良，就永遠不會退轉。

(二) 感恩：

對於有恩於己的人，常存感恩之心。

(三) 崇高：

擁有崇高的理想，人格就會偉大。

(四) 努力：

落實的努力，是修行成就的保障。

(五) 堅持：

具備“滴水穿石”的堅持精神，必定成就。





第七章：  
人身寶



「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。」

人身確實是寶，是得度到彼岸的寶筏，是解脫三界的珍貴工具。

每獲得一次人身，都是十善業功德的累積與感召，所以人身寶也可以叫做功德身，就是因為必定是過去生曾修十善業，今生因緣成熟，才能夠得到一個人身，故人身寶難得，絕非虛言。就以十善業的功德而言，其實要累積到這樣大的功德，並非易事，有時要好幾世的行善功德相加，才能在未來生再感召一次人身，故一定要珍惜人身寶，因為實在得來不易。

人身既然如此珍貴，我們真的是要好好的愛惜，並賦予更有意義的使用方式，我們每個人每天都在過日子，但大多數人的生活方式都是在糟蹋人身寶，不是飲食不當，就是縱欲過度，這裡的欲，不只是指色欲，也包括一切聲、香、味、觸等的過度貪著與放逸，這些都是讓人身寶容易損壞及衰老的生活方式，所以愛惜人身寶的第一步就是要過健康的生活，否則人身

寶很快就會失去，到時再後悔就來不及了。

有了健康的人身寶，就宜好好的聽聞、修行佛法，因為佛法是生命的真理，是讓生命得到圓滿的究竟方法。佛法，其實不只是宗教，更是人類追求真、善、美的生命法則，只要實踐這些法則，生命就能得到最大的擴展與提昇，而人身寶就扮演了達成這些偉大目標的橋樑角色，故人身不是讓我們來這短暫的人世造業的工具，相反的，是讓我們完成自度度人弘大生命目的之寶筏，故人身實為寶，宜多愛護之、善加利用之，方不辜負過去生所種下的十善業功德，也方不辜負諸佛菩薩的加持。





第八章：  
家



對在家居士而言；家，是安身立命的地方。家人，是因緣甚深的眷屬。個人的成長，就是家人的成長，家人的成長，就是個人的成長。

而一個佛子，自度之外，還要度人；則家人就是最需要度的人；因為，因緣甚深，才能成為家人，所以，要愛眾生，先從自己的家人愛起，要照顧眾生，先從自己的家人照顧起。但是，所謂法無定法，如果度家人的因緣不具足，也不用執著；可以先去服務其他的眾生。

要深愛家人，要為他們祈福，祈求諸佛菩薩賜予全家平安、幸福、喜樂；當然，也要同時祈求全天下的家庭都平安、幸福、喜樂。

至於，如果有出家的因緣，亦是一件殊勝無比的事，要隨善讚歎！



第九章：  
發願



什麼是發願？

發願就是修行人還未成就，可是先立定成佛的志向，並且說明成就後將利益眾生種種。

例如常唸的四弘願：

眾生無邊誓願度

煩惱無盡誓願斷

法門無量誓願學

佛道無上誓願成

如果仔細研究，會發現這四句話雖然簡潔，可是簡直是太難達成了，那麼發願為什麼要發如此難達成的願，為什麼不發簡單一點或容易達成的願呢？

事實上，是因為不了解發願的好處，只要了解發願的好處，就明白為什麼



要發得如此大了。

發願到底有什麼好處呢？

最起碼有三個好處：

(一) 福報廣大

因為佛深深明白這個世間其實是唯心所造，一切的一切都源自於心，如果我們的心廣大了，而且是光明的廣大，那麼這樣的心念，一定會感召無量無邊的福報，因為，福禍無門，唯「心」自招。

(二) 必定成就

既然都源自於心，那麼只要心願意成就，總有一天會成就，因為「是心作佛，是心是佛」。

(三) 立定志向

一切源自心，心念必須導正，才會往光明面不斷的擴展，發願即是清楚的導正心念，讓心念朝最圓滿的境界不斷的成長，那麼總有一天，會一切圓滿、一切具足。

故發願要發得越大越好，這樣表示心量廣大，而且勇於承擔「佛與眾生，無二無別」的事實。

不過，發願當然還是要落實在大精進修行，否則等於只有了開始，而無以為繼，故發願要發得大，修行要行得深，如此兩相配合，則必定成就。

第十章：  
全部的交託



什麼是全部的交託？

就是身、口、意完完全全的相信與給予。

對什麼事情交託出來？

就是對修行這件了生脫死、偉大莊嚴、人生必修之事全部的交託出來。

對誰交託出來？

就是對悲智圓融、自利利他、自愛愛他的佛菩薩完全的交託出來。

為什麼修行必須對於佛菩薩全部的交託？

因為修行成就是生命百分之百的成長與圓滿，而既然要百分之百的獲得，當然就必須百分之百的付出。

而最重要的付出，就是心；就是一顆沒有絲毫懷疑、沒有絲毫猶豫、沒有絲毫瞻前顧後的誠誠懇懇、清清白白、明明朗朗的一顆心。

因此，除非不想成就，如果真的想成就的話，真的就必須對於這世上最殊勝、最珍貴、最偉大、最圓滿的佛法以及佛菩薩——完全的交託，這樣才是最睿智、最利己、最利他的抉擇，甚深思惟！





第十一章：  
謙虛



真正的謙虛，來自內在對於別人的尊重。

只有懂得了尊重別人，才懂得自我謙虛。

謙虛的人，由於這樣內在的美德，能夠自然而然的得到別人的喜愛以及尊重。這正是一個度眾的菩薩宜擁有的「廣結善緣」。

所以，如果想要度人順利，先要作一個謙虛的人；因為謙虛的人不但脾氣也較溫和，對於自己的學習也容易得到較大的進步。

因為，驕傲就是進步最大的障礙，只有覺得自己已經學得很夠了，才會起驕傲的心理，但事實上，什麼是夠了呢？

只有謙虛的人，才能甚深明白，學海無涯，



一切的學習，都可能還只是開始而已，  
怎能自滿？怎能驕傲？

菩薩是自明明人，  
是自照照他。

用什麼來照明？

就是用如實的智慧

故謙虛是與如實智慧相應，

宜努力篤行之。





第十二章：戒慎恐懼



為什麼要戒慎恐懼

什麼事需要戒慎恐懼？

可以說如果想要成功，就必須戒慎恐懼。

接著可以說修行這件事最需要戒慎恐懼。

連接起來可以說，如果想要修行成功，就必須養成戒慎恐懼的正確態度。

為什麼戒慎恐懼是正確的態度呢？

因為修行的目的就是在於滅盡生命中的一切苦；而生命到底苦到什麼程度呢？就以三界眾生無人能倖免的生老病死而言，就已經苦到無法形容的地步；僅以死而言，那種四大崩離的過程，可以說有多苦就有多苦；而人生的苦，又何止這些，精神的苦悶、沒有出路、為惡……都是苦中之苦、苦

不堪言。

而一切的千苦、萬苦、億苦，只有修行能夠澈底的解決，但由於面對的問題太巨大，也就是苦的數量太龐大，克服不了的失敗機率也極大；所以只有以戒慎恐懼的如臨深淵、如履薄冰的正確態度，才能克竟全功，成為一個解脫自由、快樂自在的大丈夫。

因此，除非想繼續無奈的與苦長遠相伴，如果我們真的想永遠的離開生死輪迴巨大的苦痛，我們真的宜早日養成正確的修行態度——戒慎恐懼！





第十三章：心契正法



心如果與正法相應

就是一個修行人

如果不能與正法相應

表面做得再完美，都不能算是一個修行人

佛是如實的教導

教導我們做一個真實的人

而真正真實的重點就在內心

如果不是如此

濟顛和尚根本不可能為佛門所接受

甚至成為家喻戶曉的人物

故守戒亦然

真正最高守戒在守心戒

心如如不動即是守戒

外現莊嚴清淨戒律相

可是內在卻常常起分別、批判

這樣並不是真正的守戒



光明與黑暗是不能並存的  
一個菩薩只能與光明為伍

絕對要離開黑暗

因為如果自己都無法堅持在光明之中

是不可能帶領別人走向光明

但是堅守在光明的陣營裡

是一件千辛萬苦的事

必須時時刻刻觀照自己

看得清楚明白

而且永遠不離開慈悲與智慧

這樣就是——心契正法

而心恆契正法的人，必定成就！



第十四章：一切都是為了法



這無常的世間，無一是永恆，唯有一心向道，才能脫離牢籠般的三界，獲得生命的自由解脫。

當一個修行人明白了這個甚深大道理之後，就必須身體力行的去實踐，才能最終達成這個偉大的目標，甚至進而與無量的眾生分享達成目標後的圓滿與幸福。

所以，如果想要完成這個偉大的目標，就必須遵循佛法的一切教導與開示，因為唯有佛法能夠幫助我們一步一步、準確無誤的達成偉大的目標：斷生死、出三界！

既然唯有佛法能夠讓我們達成這偉大的目標，所以每一個修行人都宜趁早養成正確的生命態度——一切都是為了法！

是的，唯有這樣正確的生命風格確立以後，一個修行人才有可能成就，也才有可能在幻相逼真、業境催逼之中，永遠作出正確的回應。



更進一步的說，什麼是正確的回應？就是一切的一切，包括任何的所思所想所行所為，都是以法作為依皈！這就是正確的回應，也就是生命通往幸福喜樂的唯一之路！

因此，不用再想太多了，當我們遇到世法與出世法衝突時，毫不考慮的選擇出世法吧！當我們遇到菩薩道的挫折時，毫不考慮的衝破一切難關吧！當我們遇到愛情與佛法似乎扞格不入時，揮慧劍斬去情絲吧！

總而言之，只因為佛法實在太尊貴、太偉大、太圓滿，所以遇到一切的抉擇、一切的思想、一切的作為時，請心無妄念的——

一切都是為了——法！





第十五章：  
不放棄一切  
上升的可能

三界之中，充滿了各種的下墮與黑暗；而修行就是要對治一切的下墮與黑暗，也就是抓住每一個上升的機會與可能。

因為，下墮是容易的，例如一個人傷害了我們，嗔恨他是容易的，原諒則是不容易的；而嗔恨就是下墮，原諒就是上升；由此簡易常見的例子即可明白：上升是多麼的不容易！

所以，有鑒於上升是這麼的不容易，我們可要不放棄任何一絲絲上升的可能；更何況，生命的真相永遠是：下墮是無邊的苦痛，上升是無上的喜樂！

讓我們渴慕上升，讓我們珍惜上升，讓我們抓住生命中任何上升的可能性，那怕是一絲絲而已；因為，唯有上升，生命才有出路，才可能幸福、光明、喜樂。



所以，你面臨悲劇嗎？那麼，拼命把它變成喜劇吧！你面臨沮喪嗎？拼命



把它變成積極吧！你面臨失敗嗎？拼命把它變成成功吧！……

生命是可貴的，佛法是殊勝的，生命有了佛法，就是可貴加上殊勝，這樣的相加，就是無限的上升、上升、上升……





第十六章：  
不放棄成就的  
每一個可能

成就就是殊勝的，殊勝到世間沒有任何一樣東西可以超越或比擬，由於如此殊勝難得；想當然耳，成就這件偉大的生命工程，是極為困難達成的。

所以，在成就的路上，可以說充滿了各種艱辛、苦痛、挫折、危難……其中的辛酸，非筆墨所能形容；但是由於成就的果實實在太豐美，就算過程中要付出極大的代價，其實也是值得的，更何況，並沒有付出什麼代價，那大部份是我們過去生種種的負面力量要平衡，也就是說在這三界之中，我們不能虧欠任何眾生，只要還有一絲虧欠，我們就務必得三界受生，務必得一五一十的還得乾乾淨淨，才能清清白白的、沒有負擔的、沒有虧欠的離開這個痛苦輪迴的三界。

更何況當我們了解了大慈大悲的大愛之後，其實，不但是不能虧欠任何眾生，甚至給予眾生不夠，我們都還不能離開，但其實眾生就是自己，自己就是眾生，如果我們給予眾生還不夠多，也就是給予自己不夠多，亦即還不夠愛眾生，也不夠愛自己。

所以，其實成就就是澈底的愛自己，如果我們尚未學會，我們就得再經各種的辛苦、困頓……所以，如果想放棄任何成就的可能，也就是不放棄任何愛自己的機會，亦即不放棄任何愛眾生的機會。

成就甚難，但一旦明白了愛的真諦，其實成就之路走來也就不那麼艱辛了，真的、真的；愛是如此的深奧，卻又如此的簡易，端看我們心中那朵美麗的、溫柔的、莊嚴的慈悲之花盛開了沒有？盛開了沒有？？





第十七章：  
業



業，是造作，有黑業，也有白業。

黑業必報，白業也必報。

黑業受報的時候，充滿了無邊的苦痛，白業受報的時候，則充滿快樂與幸福。

業，必定要報，這就是因果。

無始劫來，眾生在六道輪迴，都造了無量無邊的業，業有多少，輪迴就有多長，故業與輪迴是息息相關的。

除非不再造業，否則必得永無止盡的繼續流浪生死。

不再造業的根源在於心，只要心停止了妄念，當妄念全部止息，輪迴就跟著止息。



所以，我們要找到輪迴的根本原因——妄念。然後透過各種修行來止息它，那麼，總有一天，我們的心就不再製造任何的妄念，也不再受任何妄念的干擾，這時，就是解脫輪迴，就是究竟成就。





第十八章：  
定業

什麼是定業？

就是因果已定，無法改變的決定果報。

例如一個人過去世欠別人錢不還，那麼此人一旦業報成熟，就一定會遇到別人也不還錢給他的狀況，又例如過去生殺人，那麼也是一旦業報成熟，也一定會被人所殺。

這就是因果循環，絲毫不爽。

嚴格的說起來，每一個因果，都是定業；因為種如是因，必得如是果；這是必然的，必定的，不是定業是什麼呢？

但是進一步來看，會發現由於一個人不可能只造了一個因；相反的，每個人都是造了無量無邊、不可勝數的因，也可以說每一個人都會得到無量無邊，不可勝數的果；而其中又牽涉到善與惡的問題，種善因，必得善果，

種惡因，必得惡果，而且其中有一個因果法則對於修行人來說真是充滿了無限的希望，怎麼說呢？即善惡可以相抵，就是種了一個惡因，如果再造一個善因，那麼善惡就可以互抵，而不會受報。可是善惡相抵又非我們所想像的這麼簡單，因為又牽涉到時間的因素，例如造了一個惡因，如果在惡果尚未成熟前再造善因，是來得及相抵的，然而一旦過了一個相抵的時間，那麼這個果報就一定是受報的。

故嚴格的說起來，到底什麼是定業呢？

應該是說比較難相抵的業是屬於定業。

故其實是不是定業，是因人而異的，一個大精進的人，再大的定惡業也是可以化解的，一個不精進的人，再小的定惡業，也是必定受報的。

所以我們可以得到一個清楚的結論：定業可轉。而且越精進就能夠轉變得越大；也就是說定惡業可在精進下，大事化小，小事化無；定善業也可以

在精進下，小福變中福，中福變大福，故轉定業的關鍵在於精進，而方法則不勝枚舉，例如多唸「地藏菩薩滅定業真言」。事實上一切精進的老實修行，絕對都能夠改變定業。

第十九章：一定要行善



一定要行善？

這是從什麼角度來成立的呢？

事實上，任何的角度都能成立這個宇宙至極的真理。

怎麼說呢？

就以建設自己幸福快樂的角度而言，就是非成立不可的；因為只有一個行善的人，才有可能幸福，也才有可能快樂；這顛撲不破的真理，是佛法中最淺也同時最深奧的因果法則，就是當我們行善，這個善的力量一定會回到我們的身上；也許有時一時看不到行善的效果，那是因為過去的負面力量，也就是行惡的果報尚未淨除的緣故；所以千萬不要因為長時期的行善，卻還無法大幅度的改善一切就失去了信心與耐心，因為「為山九仞，功虧一篑」，真的、真的往往就差最後一步，我們的罪業就將淨除乾淨，我們的幸福快樂就將接踵而至！



另外再以整個大環境而言，就更加凸顯行善的必要！

因為我們每一個人都希望生活得舒適、安全、優美，這樣的環境是每個生命體都會感到如魚得水的；但是你知道嗎？一切美好的外境其實都只有美好的心才能感召；也就是說，如果內心美善，才能感召美善的環境；相反的，如果內心醜陋，也勢必感召醜陋的環境；只是這一世的美善，可能下一世才顯現果報；上一世的醜陋，這一世正在受報，所以許多人就看懂了；所以，絕對不要忘記這有利於所有生命的重要真理——一定要行善！

所以，只要我們相信、力行、持續這樣的真理，不但自己將過得幸福快樂，也將幫助廣大的眾生幸福快樂。



第二十章：  
懺悔的好處



為什麼要懺悔？

因為作錯事，所以要懺悔。

而且不只為了今生的錯、還要為了過去生許許多多的錯而懺悔。

懺悔有什麼好處呢？

最起碼有三個好處：

(一) 減少惡報

只要作錯事，一定會受報，大錯受大的惡報，小錯受小的惡報，而如果經過懺悔，小的惡報一定可以免除，大的惡報只要再大精進，也一定可以減少惡報。

(二) 不輕易造惡因

經過虔誠的懺悔，只要再配合決心，則可以不再造新殃，那麼惡因不造，未來也必不會結惡果。

(三) 容易行善

常常懺悔的人，是有自知之明的人，也是有行善能力的人，唯有知道錯，才能改進，唯有改進了錯，才容易行善。

故懺悔，消極可止惡，積極可揚善，更是每一個修行人不可或缺的基本功，只要常常懺悔，必能保持戒衣的清淨，如此才能成為清淨的法器，才能修得究竟成就。



第二十一章：  
累積與相加



每一樣事情的成功，都是靠平時日積月累的努力，千萬不要小看每一日的努力；因為，如果每一天都努力；三百六十五天下來，就是一年的可觀成績單。

所以，浩瀚的大海，是由一滴水、一滴水的累積；千年的古木，是一吋一吋的長高；萬丈的高樓，是由一公斤一公斤的水泥累積；那麼，偉大的成佛之路亦然，每一世的努力修行，累積起來就是無量無邊的功德，所以，如果要作一個成功的修行人，千萬不要忽視每一天的努力；如果每天靜坐二小時，一年就靜坐了七百三十個小時，十年就靜坐了七千三百個小時，可是如果每天都不努力修行，一年的光陰過去了，十年的光陰過去了，修行的成績單上就將打上很差的分數，精進的修行人絕對不願意面對這樣的成績單，也絕對不捨得如此浪費寶貴的光陰。

所以，一點一滴的努力，累積起來就是一個大的成功，自度如是，度人亦復如是。如果不甘於與草木同朽，如果嚮往佛菩薩偉大莊嚴的境界，那麼，千萬不要小看一分一秒的努力，成佛，就從這一分一秒的修行開始！



第二十二章：  
正確的行為



學佛，其實只不過是在學習正確的行為而已。

這該怎麼說呢？難道我們原本的行為並不正確嗎？

是的，如果我們沒有學佛，我們就沒有辦法建立正確的知見，也就是正確的想法與看法；如果沒有正確的想法與看法，其實我們不可能有正確的行為。

例如對於全人類的看法，如果我們沒有學佛，我們不是冷漠的不關心，就是相當有分別心；但是如果我們學習到佛法的正確知見，我們就會對全人類產生正確的看法：眾生平等，萬物一體。

這樣，種種偏差的行為就不會產生，沒有偏差的行為，就不會造業，也就不會種下不好的因，等待將來受報——即使是小小的瞧不起他人的臉色，如果作了，將來必定會得到別人對自己也擺出瞧不起的臉色。但試問，這樣被對待，內心舒服嗎？

所以，一切的正確行為，都會種下善因，將來都會感召善果。因此，由舉例當中，我們更深切的明白：學佛，不過是在學習正確的行為。所以，這是一個很基本與必要的學習，可以說是全人類的必修課程。



第二十三章：  
精進必定成就



為何要精進？

精進是一個修行人成就的保障，如果精進，這個修行人無論再怎麼糟糕，都會有成就的一天；相反的，如果不精進，這個修行人無論再怎麼優秀，都不會有成就的一天。

為什麼呢？

因為糟糕是現在的狀態，只要精進，再大的糟糕也會進步，最終進步到圓滿的境界；相反的，即使現在多麼的優秀，可是由於不肯精進，則好的狀態也會每況愈下，終至很糟糕的狀態。

故修行人不要在意自己現在是什麼狀況，因為現世的狀況就是過去世努力或不努力的果報，再怎麼不滿都是沒用的，而今世現在開始的未來才是最需要打拚的部份，一切都充滿了希望，只要肯精進，必定會有圓滿的結果。

故除非不想成就，否則每一個修行人都宜精進，而且是有恆心的精進，則再大的考驗，也會通過；再多的磨難，也會克服；終至一切圓滿，一切成就。





第二十四章：  
布施



布施是六度之一。

也就是菩薩道的布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若的一部分。

為什麼要布施呢？

布施到底有什麼好處呢？

相信許多尚未深入佛法的人  
都會有這樣的問號。

布施是愛的具體表現，  
無論我們把錢布施給乞丐、  
或是把關懷布施給老人，  
這都是具體的在表達我們心中的愛。  
而布施能夠帶來的好處實在很多，

最起碼以因果的法則來觀察，  
只要作過如是布施，  
將來一定會獲得如是的好報。

例如布施錢財給貧窮的人，  
因為曾經幫助人免於貧窮之苦，  
那麼將來一定會感召免於貧窮的好報。

又例如布施關懷給病人，  
因為曾經幫助人減輕精神上的痛苦，  
那麼將來一定會感召精神愉快的好報。

所以不論是物質或精神，都是可布施給別人，  
而將來所感召的果報，  
絕對只會超過你所布施出去的。  
為什麼呢？

因為其實眾生是息息相關的，  
如果你讓一個人免於貧窮的痛苦，事實上，  
你往往是讓一家人都免於貧窮的痛苦，  
因為幫助一個人，等於幫助了一群相關的人，  
最起碼也可以減輕其家人的負擔。

所以善與善的相加，

未來得的好處也就必定大於現今的布施

所以，布施是感召功德福報最快的辦法，

越慈悲的人越喜歡布施，事實上也可以說，

越有智慧的人就越喜歡布施

——因為今日你歡歡喜喜送給別人的，

他日會收到加倍奉送的大禮。

那麼，何樂而不為呢？

第二十五章：  
持戒



學佛三總綱即：戒、定、慧

戒是定慧的基石，是學佛的開始。

守戒，是每一位佛子都必須作到的基本法則。守戒清淨，才能確保定慧的成就。否則地基不穩，也無法讓定慧鞏固。

最基本的戒律即：不殺、不盜、不淫、不妄、不酒。

最好還能多守到八關齋戒，或者十戒。不過，守戒如調弦，宜慢慢增加，則必能守得輕鬆自在，如魚得水。

戒律，是修行的必修課程，但請記得，戒律的目的在於陶冶，而非束縛，讓戒律自然而然的養成，便將是終生受用不盡的好習慣。

而且，最重要的守戒是——守心戒。

第二十六章：  
忍辱



忍辱，是六度之一。

也就是菩薩道六度波羅蜜多中布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若的一部份。

為什麼要忍辱？

忍辱，從表面字義來看，就知道是一件不容易做到的事。

凡是跟忍合在一起的事，多半是比較難做到的事，例如忍耐、忍飢、忍渴、忍受……

那麼，忍辱當然也是一件相當不容易做到的事。

忍辱就是當別人對自己不禮貌時，甚至輕視、詆毀、打罵……等等時，自己完全不為所動，甚至不做出任何反擊。



至於為什麼要如此，至少有三個理由：

### 第一、因果必報

從因果的角度來觀察，如果受到別人的侮辱，

多半是過去生曾經對待別人如此，

這是一報還一報；

如果今生不忍辱，予以反擊，

則非但沒有還清欠別人的債，更可能債上加債，來日會感召更多的被侮辱。

所以忍辱不但可以還債，更可以預防果中生因，也就是達摩祖師所說的「報冤行」。

### 第二、慈悲眾生

所有的眾生，在過去生都曾經互為眷屬，

故每一個眾生其實都是無可分別，如父母子女般親近，故今日的敵人，過去生也都做過眷屬，

所以站在這個角度來觀察，

則不論今日此人給了自己怎麼樣的難堪，都可以被原諒，

因為只有慈悲是生命的出路，如果我們不原諒侮辱自己的人，

其實是傷害自己的行為，因為眾生本一體，

不原諒別人就是不原諒自己，

這股不原諒的傷害力一定會回到自己的身上，

所以站在慈悲的立場，忍辱也是慈悲的具體表現。

### 第三、智慧抉擇

我們的一生當中，都是在作各種不同的抉擇，

當我們被別人侮辱時，我們的反應就是面臨了兩個抉擇，

一個是與嗔恨相應，一個是與原諒相應。

而如果與嗔恨相應，這個過去生惡因感召，於今生起現行的惡果，

就可能不但不能償還，還可能果中生因，但如果與原諒相應，則不但能夠了業，還可能轉化惡緣為善緣，故站在智慧的角度來觀察，忍辱是最明智的抉擇。

忍辱，真的很難。

但是，忍辱會帶來數說不完的好處；

忍辱的人，所到之處，都是一片祥和；

忍辱的人，能感召如意吉祥；

忍辱的人，容貌會越來越莊嚴；

忍辱，真的會帶來比我們想像還要多的利益。

因此，為了自己好，為了別人好，為了眾生好，多多修忍辱，那麼菩薩道也才能更廣大，光照十方。



第二十七章：  
精進



三界火宅，速求脫離。

這是法華經中的名句，但是我們真的聽懂了嗎？我們真的聽進了八識田中嗎？

如果答案是肯定的，那麼恭喜你，你已經可以上路了。因為只有真正明白三界的無法安居，我們才會真正的擁有出離心，也才會真正的開始精進。

為什麼修行必須精進？

先從世間法來觀察，如果一個人想要成為一個成功的企業家，請問是一件容易的事嗎？想當然耳他必須非常精進，他必須精進於企管方法的了解、認知與實踐，他必須念茲在茲的把一個企業經營好，加班、熬夜，都是在所難免，只有經過這樣許許多多的付出，一個企業才有可能上軌道，進而成為一個成功的企業，故知不論那一件事情的成功，背後絕對少不了一個因素——精進。

如果再繼續從出世法來觀察，若一個人想要出離三界、究竟成佛的話，他更必須精進，為什麼呢？因為事實上，出世法比世間法的成就獲得還要難上千百萬倍，因為一個人必須擁有完整的慈悲與智慧，他才有資格離開這無明的三界，到達常寂光淨土，而我們都知道完整的慈悲與智慧，就是分分秒秒都不能離開慈悲以及空性。

想一想就知道有多麼困難了。慈悲，每一個人都會有悲心流露的時候，但是要每一分每一秒都保持在慈悲的狀態，那可真是難啊！智慧，每一個人也都有他放得下、看得開、做得好之處，但是要每一分每一秒都保持在智慧的状态，那可真是難啊！

由此可知，出世法的圓滿成就，是相當難的，但是由於這是出三界唯一的一條路，所以我們沒有選擇，只有面對，那麼該如何面對呢？就是——精進！

唯有精進，才可能走完這條千辛萬苦之路；唯有精進，才能作一個不畏一

切挫折、橫逆、考驗的大丈夫；唯有精進，才能一點一滴的修正一切的惡行；唯有精進，才能累積無量無邊的功德；唯有精進，才能感召佛菩薩的大力加持；唯有精進才能感動龍天護法大力護持；唯有精進，才能擁有圓滿的慈悲與智慧。

所以，除非不欲出離三界，如果想圓滿的自度度人，唯有精進，沒有第二個選擇，敬請深思！



第二十八章：  
禪定



什麼是禪定？

內心安定是禪，離開外在的束縛是定。

禪定，是每一個修行人的必修課程，  
為什麼呢？

因為定力是非常重要的，

例如一個人在慌亂之中，

往往會失去清明的觀察力，

既然失去觀察，

則往往作出錯誤的抉擇或反應，

故定力不只是對出世法甚為重要，

連世間法想要有成就，

定力都是不可或缺的要素。

禪定，不可能一蹴而成，

必須經過日積月累的功夫，才能有所成就。

所以，修習禪定，需要極大的耐性與毅力，日復一日，沒有厭倦的坐下去。

那麼，禪定到底對修行有什麼意義呢？

可以說，守好戒律，要有禪定；

也可以說，增長智慧，要有禪定；

那麼我們都知道，戒、定、慧是學佛三總綱，缺一不可，

禪定居中，正表示了下可以鞏固戒律，

上可以開發智慧的重心位置。

所以，禪定就如同不倒翁的重心，

只要重心掌握對了，

也許表面看起來東搖西晃，事實上，

他的內在是永恆的平靜，

絕對不會受到外在變化的影響或干擾。

禪定，不但能帶來內心的平靜，

還能為身體帶來莫大的好處，

只要持之以恆的練習禪定，  
身體一定極少生病，而且能延年益壽，  
故禪定對身心皆有益處，  
實在值得每一個修行人持之以恆的修習、鞏固、長養，  
而只要禪定功夫不斷增長，  
則修行之路將走得更平坦、更順利。

禪定，一旦日久功深，必能進入定境，  
而定境正是開悟不可或缺的条件，  
故解脫的關鍵在於開悟，  
而禪定正是開悟的溫床，  
所以怎能不予以重視，  
並予以長久而耐心的訓練呢？



第二十九章：  
般若



什麼是般若？

般若就是了生脫死的大智慧。

般若為何能了生脫死呢？

因為生死輪迴的原因就在於無明；而般若正是無明的相反狀態，故只要證得般若，當然就能遠離無明，也就是遠離了生死輪迴。

要如何才能證得般若呢？

般若雖然無形無相，但證入的方法卻非無迹可尋，一切可以了解的方法不勝枚舉，例如靜坐，只要好好的靜坐，全力以赴加上日積月累的靜坐，這個修行人自然而然的會證入般若。又例如布施，只要是全力以赴加上日積月累而且不執著的布施，這個修行人也自然而然的會證入般若。

故般若其實並不真的完全難以企及，只要我們肯下足了功夫，一定可以親證般若，永斷生死輪迴。





第三十章：  
慈悲



慈悲是予樂，悲是拔苦。

慈悲是每一個佛子必須學習的課程。

為什麼要慈悲呢？

慈悲到底能為自己或別人

帶來什麼樣的好處呢？

這就牽涉到輪迴的事實；

即在漫長的輪迴路上，

其實每一個人都曾經互相作過眷屬。

所以今日的敵人，

過去生却曾經作過親愛的眷屬；

今日的眷屬，更可能已經多生多世作過眷屬。

一切的眾生，真的如父、如母、如子、如女，

所以從這個角度來觀察的話，

因為真的千真萬確如此接近過，

所以站在每一個人

一定愛自己家人的角度再來觀察，

便會明白為什麼人要對別人慈悲，

因為如同每一個人

都希望自己的家人沒有痛苦，只有快樂，

那麼這正是慈悲的精神所在。

而且，更重要的一點是，慈悲別人，

就是慈悲自己，為什麼呢？

這可以從因果的角度來觀察，

所謂的因果法則即是：種如是因，得如是果；

也可以說是作用力與反作用力。

那麼對別人慈悲，

這個慈悲的力量一定會回到自己的身上，

當然相反的，如果嗔恨別人，

這個嗔恨的力量也一定會回到自己的身上；

而世上沒有一個人喜歡別人對自己不好，  
每一個人都希望別人對待自己很好，

那麼，如果真的是如此的希望著，  
就從今天開始，慈悲每一個人吧！

慈悲，是高貴的情操，是佛法的重心，  
是每一個人必修的人生科目。

無緣大慈，同體大悲。

請讓慈悲盈溢在你的心中，  
你的生命一定會因而變得更平安、更幸福、更喜樂。

第三十一章：  
慈悲的重要



修行人

不論自度或度人

最重要的美德就是——慈悲

唯有慈悲

能夠自度圓滿

怎麼說呢？

一個對自己不慈悲的人，表示不夠對自己好

一個對自己不夠好的人，不可能圓滿成就

故唯有慈悲，才能自度圓滿

唯有慈悲

能夠度人圓滿

怎麼說呢？

一個對別人不慈悲的人，

是不可能感召無量無邊的功德福報

因為以因果律來看

唯有對別人好，才能感召功德福報

故只有對每一個眾生都慈悲的人，才能度人圓滿

所以，在修行的路上，慈悲實在是太重要了

可以說是一分一秒都不能離開

故除非不想成就

如果想自度度人都得到圓滿的成就

就必須深刻體認到慈悲的重要

而且分分秒秒與之長相左右





第三十二章：  
慈悲與自度



慈悲，是對眾生拔苦予樂。

但是，自度時需不需要慈悲呢？

當然需要！

因為慈悲的實踐就是讓自己作盡一切善事，

如果對自己不夠慈悲，

那麼也不會讓自己作盡一切善事，

故只有對自己慈悲，才能作盡一切善事。

什麼是對自己不慈悲？

就是為惡，為惡必定要受果報，

故一個對自己殘忍的人就是一個不行善而為惡的人，

故慈悲不只是對別人，對自己一樣要慈悲，

只有對自己慈悲，才會對別人慈悲，

因為自己如果都沒有行善，如何要別人也行善？

故一個對自己慈悲的人，  
才能自度圓滿，也才能度人圓滿。



第三十三章：  
無限的慈悲



慈悲能夠無限嗎？

能的；只要我們不斷長養、不斷長養我們的慈悲

就會不斷的廣大、不斷的廣大，直至無量無邊

如何長養呢？

就從當下開始，對每一個遇到的人，生起無限的慈悲，

他的好、替他歡喜；他的不好、包容他；

每一個人都如是對待，

慈悲自然而然的變得非常的、非常的廣大

久而久之，面對每一個人，

甚至完全沒有見過的人，也甚至其他的物種，

也都能夠生起了無限的慈悲，

而無限的慈悲是什麼樣的狀態呢？

是無限的光明、是無限的喜悅，

是無限的能量、是無限的美好！

第三十四章：  
無緣大慈



什麼是無緣？

就是沒有緣份，以佛法而言，就是沒有得度因緣。

但是，佛菩薩的慈悲是驚人的，是不可思議的，更是沒有邊際的。

既然佛菩薩的慈悲是沒有邊際的，自然連沒有得度因緣的人也就被包含進來了；也就是說，由於悲心的無量，原本沒有得度因緣或很少得度因緣的人，也都因此而得度了。

因此，當一個修行人在行菩薩道時，一定會遇到難度或無得度因緣之人，這時，無緣大慈的胸懷就變得非常重要了；也就是說，對於一個慈悲無量的菩薩而言，到最後不論有緣或無緣，都會大力的救度。

當然，以一般從空性的角度來說無緣大慈時，即指大乘佛教所言空之思想，完全無自他之對立；乃絕對之慈悲，真實之慈悲，為最高之慈悲，亦



即最完整悲智之澈底展現。

因此，看懂了無緣大慈，就看懂了佛法的最精髓部份，一旦作到，也就是大成就了。



第三十五章：  
同體大悲



什麼是同體？

就是眾生一體的意思。

這是宇宙的真相、生命的真理，無論我們相不相信，其都是影響我們至深至遠的一件事。

為什麼呢？

因為如果我們澈底的認知了、接納了這個事實，我們對別人的態度一定會翻然改變；因為如果是一體，實在就再也不用分別，如果是一體，對別人好就是對自己好；相對的，對別人壞就是對自己壞；所以別無選擇的我們真的必須對別人好，這即是同體大悲的真開端。

然而如果我們不了解或不接納眾生一體的這個事實，我們就會愚癡的去分別你我，愚癡的去對待別人壞，對自己特別的好；這真的是很愚癡的一件

事；因為，對別人很壞，其實真的就是對自己很壞，因為真的、真的，眾生是一體，是無法二分的。

基於這樣深刻的了解，我們真的要睿智的調整自己整個人生的態度，就是要服務大眾的精神，而事實上，當我們服務了別人，也就是服務了自己；當我們愛了別人，也就是愛了自己，這就是同體大悲的精神主旨。



第三十六章：發四無量心



慈、悲、喜、捨無量心，是名四無量心。

為什麼要發四無量心？

因為要感召無量無邊的功德福報，以因果律來看，只有無量能夠感召無量，而成佛是宇宙間最艱鉅的一件事，必須累積無量無邊的功德福報才能夠如願以償。

故慈無量可以感召無量無邊的功德福報；悲、喜、捨亦然。

以自度的角度來看，發四無量心能夠讓自度圓滿，因為一個圓滿的人，就是一個慈悲完全展開並且具足的人，慈悲具足以後，自然而然法喜充滿，到達無量無邊的境界；到達無量無邊的法喜後，也才有無盡藏與眾生分享，故也才能捨無盡。

故慈悲喜捨可以齊頭並進，也可以有次第的開展，但無論自度或度人皆可



發四無量心，尤其是發菩提願的大乘菩薩，更應虔誠的發四無量心，並早日努力證得，方能真正利益一切一切的眾生。

第三十六章：發四無量心



第三十七章：平等心



什麼是平等心？

這是一個修行人行菩薩道時，非常重要的美德。

怎麼說呢？就是對待眾生一律平等。

當自度時，因為面對的對象只有自己，所以沒有比較，

也就沒有平等或不平等的問題。

但是當度人時就不同了，

一個行菩薩道的人，馬上會遇到這個問題：

有沒有平等心？

為什麼平等心這麼重要？

因為當一個人行菩薩道時，會遇見很多很多的眾生，

這其中，有的是善緣來相見，

但也有的是惡緣來相見，

但不論過去生的因緣好壞，

只要是有法緣，都要以平等心去對待，  
也就是都要以慈悲心去對待。  
最起碼，

也不能以自己的喜惡來決定對別人的態度，  
如果不能膺服此點，

那麼任你是多大的修行人來轉，  
也要開始造業，

因為沒有這樣的菩薩，  
更沒有這樣的善知識。

會對眾生作下極壞的示範與引導。

所以，平等心是菩薩必備的胸懷，  
有了平等心，

我們才不會對有錢的、有地位的、  
美貌的眾生特別好，

也才不會對沒錢的、沒地位的、  
不好看的眾生特別壞。

作到這樣平等心對待，  
才是真正的菩薩，才能真正利益眾生，  
也才能繼而開展大公無私、  
清淨無染的菩薩道業。

第三十八章：  
菩薩摩訶薩



菩薩

是菩提薩埵的簡稱，

菩薩摩訶薩是大菩薩的意思。

什麼是大菩薩？

就是發願廣大要自度度人的修行人。

大是指願大、心量大、慈悲大，

願發得大，心量就自然大；

心量廣大，表示容易包容別人，

自然也就慈悲廣大。

所以大菩薩的開始在於發願廣大，

發願對於一個大菩薩來說，

是不可或缺的步驟。



為什麼呢？

因為

願力大於業力，

只要我們虔誠的發下了自度度人的大願，

在那個當下，諸佛菩薩都為我們作證，

龍天護法也都無盡的禮讚，

所以當一個人發願的那一剎那，

他就已經成為菩薩。

但是一個大菩薩的資格檢定是非常嚴格的，

即作到完全不執著的自度度人，

故一個大菩薩一定是一個悲智雙運的人，

自度度人就是慈悲，

不執著就是智慧，

而唯有悲智圓融，

一個大菩薩才能真正完成艱鉅的使命——

自己究竟成就，也令有緣眾生究竟成就。

菩薩摩訶薩，

乘願力而誕生在娑婆世界，

在這無邊的苦海，

代眾生受盡無量劇苦，作度人的津梁，

菩薩摩訶薩，

是眾生的福田，是三界的導師，

值得禮讚，值得尊崇。

第三十九章：  
大乘菩薩道的真義



大乘就是大的車子

既然是大的車子，則不只能夠坐自己，還能夠坐許多人，

這就是佛法大乘生動的比喻。

菩薩道，是利他之事業。

大乘菩薩道，就是能夠利益眾生的大車。

這輛大車，能夠同時載著菩薩與眾生，

一同到達佛國淨土。

什麼是大乘菩薩道的真義？

即自利利他。

佛法之偉大，就在於此，

每一件事的思考與實踐，

都同時兼顧了自與他，也同時利益了自與他，

故大乘菩薩道的座右銘，即：

自他不二，自度度人。

要如何實踐大乘菩薩道呢？

六度

即是實踐的方法：

布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若。

只要好好實踐這六度，

便能完成偉大的菩薩道事業。

但無論菩薩道實踐得多麼成功，

都不能忘記的是金剛經的開示：

如是滅度無量、無數、無邊眾生。

實無眾生得滅度者。

何以故？

若菩薩有我相、人相、眾生相、壽者相，即非菩薩。

故大乘菩薩道的真義即是：

完全不執著的

自利利他。



第四十章：菩薩道的準則

菩薩道難行難忍，但是只要按照一些準則，也能較順利的行弘法利生的菩薩道事業，哪些是菩薩道宜注意的準則呢？

### 一、慈悲

行菩薩道最重要的一個準則就是慈悲，不論在任何狀況下都不要忘記，才能真正行菩薩道，因為慈悲不但是整個菩薩道的內涵，也是菩薩道的動機與目的，當然是無比重要。

### 二、努力

只有努力，才能實現一切的理想，世間法如此，出世法更是如此，只有不懈怠的努力，才能完成菩薩道艱鉅的使命。

### 三、變通

也可以說是方便善巧，菩薩道中要完成的事相當龐雜，如果沒有充份的變通能力，不是過就是不及，故要有相當多的聰明才智以及變通能力，才能在瞬息萬變的緣起中，作最適當的回應，行最圓滿的菩薩道。



以上三項準則，是菩薩道圓滿成就的保證，只要再善巧的配合六度波羅蜜，所謂的布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若，那麼一定可以成為一個優秀的菩薩道行者，作出利益眾生的偉大菩薩道事業。



第四十一章：  
長遠的菩薩道



菩薩道難行難忍。

最難的部分在於勇猛心易發，長遠心難。

一時的慈悲，一時的放下，一時的精進……，其實不是頂難的，難的是長遠的慈悲，長遠的放下，長遠的精進……。

但是什麼樣的菩薩道，才會成就呢？

那當然就只有長遠的菩薩道能夠成就，因為既然難行難忍，只有不斷的  
行、長遠的行，才有辦法克竟全功。

所以一個菩薩道行者，不論遇到了什麼樣的挫折、因難、險阻、打擊……，都要勇敢的面對與承擔。當然，這是相當因難的一件事，但是一個智慧的菩薩必須作這樣的抉擇，因為這是唯一智慧的抉擇，除了面對與承擔，沒有第二條路可以通往成就，故只要是發過菩提心的修行人，就要

不斷的訓練自己的勇氣與承擔力，也就是說必須不斷的長養慈悲與空性，因為只有圓滿的悲與智能夠讓我們永不停止的行菩薩道。

什麼是菩薩道？



自度度人，自利利他，成己成人。

用什麼度己？悲與智而已。

用什麼度人？悲與智而已。

故長遠的菩薩道，絕對是永遠與悲智在一起，伴隨著悲與智的成長，菩薩道也就越長、越韌、越廣。





第四十二章：  
如何以智慧面對  
繁重的菩薩事業

什麼是菩薩事業？

就是服務眾生。

什麼是智慧？

可以由體與用二大方面來說明。

(一) 體：

即空，亦即萬事萬物的本來狀態。體的安立是智慧最重要的部分，也就是說一個行菩薩道的修行人必須對於萬事萬物的本質有所了悟與掌握。因為這樣才能確保他不會在龐雜繁重的菩薩事業中失去了重心，迷失了方向。

(二) 用：

當一個修行人內在有了空的智慧以後，他還得善巧的學習一切運用智慧的種種方便善巧，例如現代化的菩薩最好也懂得管理學、人際關係甚至電



腦、網路等等，也就是一切對弘法利生有助益的技巧，都不妨具備越多越好。

但體與用而言，永遠都是體最重要，必須一直在安立的狀態，也就是說，要在了悟的狀態，但起碼也要一直維持在明白本體最重要的正知見狀態中，因為唯有如此，我們才能真正鞏固無所得慧，才能真正以無私的、廣大的、深遠的視野去服務眾生。

而「用」的方便善巧，又以人最重要，就是要確立人比事重要的處理原則。因為一切的事都是人作出來的，如果連第一步驟的人際關係都未處理和諧或得當；那麼其實事情是永遠作不好的。因為表面看，也許事情都如期完成了，但是如果其中卻付出了得罪人或讓眾生不悅的代價，那麼這其實是對眾生提供了一個本末倒置的服務。

故所有的方便善巧都要圍繞著人這個中心主題去運作，這樣才能恆順眾生，也才能繼而廣結善緣，如此才是真正成功的菩薩事業。

太虛大師說：「仰止唯佛陀，完成在人格，人成即佛成，是名真現實」。這是一段看似平淡卻充滿真知灼見的菩薩事業座右銘；因為行菩薩道的是人，被行菩薩道的也是人；而如果人沒有把人處理好，是不會成就圓滿的菩薩事業的。故行菩薩道的人要把人做好，尤其以現代眼光而言，要做到理性、開明、愛心、智慧的四大重點，才能成為一個成熟的現代菩薩，也才能繼而完成成功的菩薩事業。

第四十三章：  
沒有目的的服務



一個人活在這個世界上，其實並不是只為了自己而活；相反的，我們是為所有的眾生而活。

也就是說，我們要為了所有的眾生而打算，亦即一切的所思所想所行動都宜從眾生的角度去執行。

說得更清楚一些，就是我們實應早日養成正確的生存態度——服務眾生。這是生命內在進化的最後層次，就是一個圓熟的生靈，會為了所有生靈的幸福著想與行動，這就是服務的人生，也就是菩薩行。

而且這樣的服務，最必要的核心態度就是——沒有目的。

因為，只有沒有目的的服務，才能一直服務下去，如果我們有了任何的目的，例如為了榮譽、為了地位等等，當有一天，我們服務了別人，別人卻狠狠的予以污辱，那就是我們服務不下去的時候了。

所以，為了確保正確的幸福人生，為了確保服務的品質，我們在服務任何  
人時，都必須沒有任何的目的；這樣，我們就能夠永恆的、快樂的、幸福  
的過著正確的人生。





第四十四章：  
大壇城



什麼是大壇城？

就是菩薩摩訶薩在歷經一切嚴苛的考驗之後  
到達了不退轉地

也就是對於眾生的大慈大悲

永不退墮

此時，在莊嚴的法界

自然而然，就會現出一座萬德莊嚴的大壇城  
與這位菩薩的悲心與證量相應

大壇城中

一切圓滿 一切具足

可以說

你所想得到的一切

都在大壇城中圓滿具足了



因此，這樣擁有大壇城的大菩薩  
也就擁有了度眾的無量法身財  
以法界才是真實的眼光而言  
這樣的大菩薩才是真正的富者  
而非三界之中的大財主

因為，這樣的法身財是永恆不滅的  
而非像人間的財富

享用一世或一段時日之後  
就無福再享受了

所以，一旦擁有了大壇城  
就是法界中最富有的人了  
所以，一個擁有大壇城的菩薩  
是福德資糧豐厚的人  
可以與眾生分享他無量無邊的法身財

因此所謂的法布施

在法界而言

也可以說是法身財的布施

因此，大壇城的證得

絕對是自利利他、自益益人

故每一個修行人皆宜大精進，早日證得！

第四十五章：  
無我



佛法中最令人難以了解的觀念，無我算是其中最重要的一個觀念。

為什麼「無我」呢？很多人實在想不明白。

明明就有一個我的存在，卻說無我，這到底是怎麼一回事呢？

事實上，很多佛法的名詞，都不能只從字面上來解釋或瞭解，就如同佛法中極重要的「空」一樣，如果只是按照字面來解釋，那得到的瞭解，絕對是大錯特錯，「空」絕對不是字面意義。空無一物的意思，而是更有超過語言文字所能負載功能的更深奧義。

“無我”與“空”的情形是一樣的，無我絕非表面字義。沒有我”就交待完了；那麼，既然“無我”非“無我”，為何要用無我來表達呢？難道就不能換一個形容詞嗎？是的，確實可以馬上換一個詞，但問題的重點不在這裡，而是在於無論代換成什麼詞，都無法突破語言文字的拘束與限制，因為佛法要傳遞的訊息，確實是超乎語言文字之上的；“無我”即如是。

“無我”其實是以第一義的眼光觀察所得到的結論，因為一切本空，“我”亦然，無論從色受想行識來觀察，或從時空來觀察，都沒有一個永遠不變的所謂的“我”，所以才說“無我”。這是從本質來觀察所得到的答案。但是如果從現象來觀察的話，當然還是有一個我的存在，有這樣一個我的五蘊身存在，並非沒有了我這個人。

故讀佛經宜注意這些看似矛盾實無矛盾的部份，如果只是以一個僵化的角度去看佛經，不知變通的話，則不只會誤會“無我”之真義，連最重要之“空”義，也會因為嚴重的誤會而一直不得要領。

故知須人轉經，非經轉人，無我之知見如是，空見如是，其他佛法知見亦如是。



第四十六章：  
無常



無常，是宇宙的真理，佛法只是發現了這個真理，然後宣揚了這個真理而已。

為什麼說無常是真理呢？既然是真理，就表示放諸四海皆準，是顛撲不破的永恆道理。而無常的意涵到底是什麼呢？即一切都不是永恆，一切都在變動，這個真理，當我們仔細觀察之後，你會發現，你沒有辦法駁倒它，不用舉別的例子，請問只要誕生在這個世界上的人，是不是必定有死亡的一天？你聽過、看過那一個人例外了嗎？所以，有生必有死，沒有人能夠永遠停留在生，而永遠不死，因為「無常」。

另外，從來沒有一朵花能夠永遠盛開，從來沒有一朵雲能夠停駐不飄盪，從來沒有不變的天氣，也從來沒有不變的人事物……一切都在變動遷流之中，生生滅滅、物換星移、滄海桑田，在一切的一切中，我們都同時看到了“無常”。

無常，是遍一切的真理，沒有人能反駁，沒有人能例外。所以，佛法只是



深刻的來教導我們、提醒我們：一切無常，我們不要把無常當作常，因為，只要這一點認知上的錯誤，就足以讓我們走錯追求的方向，我們不是不要追求，而是不要走錯方向，永恆才值得我們追求，無常就不值得我們追求。

所以，什麼才是無常的相反——就是永恆！生命的本質是空，空即永恆，空即不生不滅，但空並非一無所有，甚至是一切圓滿、一切具足的狀態，故我們宜認清無常，尤其要離開對於無常世間的執著，這樣，我們才是真正的會活，真正的走對了生命的方向。



第四十七章：  
五蘊



五蘊即色蘊、受蘊、想蘊、行蘊、識蘊。

色蘊是指肉身，凡屬於物質的身體種種一切都屬於色蘊，例如五臟六腑，又例如頭目手足。

受蘊是指感受，凡是一切的感受都屬於受蘊，例如悲傷的感受、痛苦的感受、快樂的感受等等。

想蘊是指思想，凡是一切的想法都屬於想蘊，例如對於世界的想法，對於人類的想法，對於工作的想法等等。

行蘊是指造作，凡是一切的作為都屬於行蘊，例如布施的行為、害人的行為、修行的行為等等。

識蘊是指意識，凡是一切意識的活動都屬於識蘊，例如眼耳鼻舌身意六識，又例如第七識、第八識、都是識蘊。

五蘊是構成人類身心的五項要件，可以說人類的一切身心活動皆由五蘊交互作用而產生，但是有一個嚴重的問題是：五蘊所認知、接收、反應的一切，其實是錯誤的，並不是宇宙的真理與真相，也可以說五蘊如同一個有色眼鏡，當我們透過這個有色眼鏡去看這個宇宙時，一切的事物都被染色了，既然被染色了，表示不是宇宙的真相。所以我們修行就是要遠離五蘊的錯誤訊息，以真心及本心來直接領受真相——萬事萬物的本來面目，這就是修行最大的重心所在。





第四十八章：  
無憂無懼



五濁惡世，眾苦催逼，  
珍貴偉大的佛法就是來解救眾生的種種痛苦。

在種種痛苦中，  
擔憂與害怕的情緒也是相當大的痛苦，  
而且是根深蒂固埋藏在意識深處的一種痛苦。

如果只是這樣也就罷了，  
而是這擔憂與害怕的痛苦會製造更多無謂的痛苦。

例如弘揚正法的人，  
被誤解已經夠痛苦了，  
萬一自己再陷入擔憂與害怕則更痛苦。

所以一個行菩薩道的人，  
在遭受到任何挫折與磨難時，



都要非常警惕的遠離一切的擔憂與害怕。

因為，一切本空。

順境的本質是空，逆境的本質又何嘗不是呢？

一個行菩薩道的人，只有早日證入空性，才能澈底遠離一切憂懼的陷阱泥淖，真正作到順逆無二、苦樂一如。

因為，就是因為眾苦催逼才要學法弘法的，如果因此真正對面遭受到巨大的痛苦，那麼更要堅定的學法弘法，因為這切膚之痛的經驗，也唯有繼續學法弘法，才能以空性面對，以慈悲昇華。

故無憂無懼，是多麼好的生命境界，  
正是佛法要我們去證得的境界。

而在這黑暗的末法時代，眾生福薄，  
要穿越一切憂懼去了解與承擔佛法的真理，  
則需要更大的毅力與耐心。

但是無論多麼艱難險阻，  
這條路都是一條可貴而偉大的光明之路，  
願眾生都能無憂無懼的行走下去！

第四十九章：  
隨緣而安



一切都是因緣所生，這是佛法真理，無論我們相信或不相信，萬事萬物就在這樣的遊戲規則下運作生滅著。

緣起緣滅，一切的人事事物都逃離不了這樣的過程，所以無論我們多麼想留住什麼，不放棄什麼，其實以因緣必定生滅的角度而言，這都是不可能如願以償的。

所以如果洞悉了這樣的宇宙真理之後，我們真的得睿智的早日養成一種正確的生命態度——隨緣而安。

是的，只有隨緣而安，才是最聰慧的、最省力的；只是有一個必須提醒的重點是：盡完一切最大的努力，才有資格隨緣！

這是再清楚不過了，就是過程必須努力，結果才能隨緣。

所以這是最正確、最積極、最奮鬥的人生，絕非消極式的、放任式的任由

因緣的發展。

因為所謂的因緣，就是大的條件與小的條件，對於一件事如果經過努力，給予它最多的大的成功條件與小的成功條件，那麼這件事當然是傾向於容易成功的；相反的，如果放任式的不努力，則等於消極的提供了最多大的不成功條件與小的不成功條件；那麼這件事當然是傾向於容易失敗的。

所以，隨緣、隨緣、真的必須盡份以後才能談及隨緣，而且是一旦盡份努力之後，也才能真正的放下，真正心安，這才是「隨緣而安」的真義。

而當然，由於悲智善巧的緣故，我們不能對生命中的每一件事都盡份，所以有一個大致的準則就是：管管得了的，不管管不了的；也就是說雖然服務眾事宜廣大、宜博愛；但畢竟還是有時節因緣之甚深緣起啊！





第五十章：  
隨喜



什麼是隨喜？

就是看到別人的好而感到滿心歡喜。

這是一件自利利他的事。

為什麼呢？

因為心歡喜是一種快樂的狀態，而當快樂時，身心都會得到很大的滋養，心方面是不造業，而且有功德；身方面則是容易健康；由於快樂能夠讓每一個細胞放鬆，而且為別人歡喜是一種愛人的行為，這種無私的愛，最能滋潤細胞，讓細胞健康，進而身體健康；所以，隨喜是件自利的事。

至於利他，就是善念相待，愛心相待，這樣的心理狀態，如果敏銳的人，一定會明白，也會為你的歡喜，感到更歡喜，故心念對別人好，就是利他。



隨喜是相當易修的法門，自己完全不需費半分力氣，只要看到別人得到了成功，做了善行，獲得利益或進升等等，就可以隨緣隨喜歡喜，所以何樂而不為呢？



第五十一章：  
福報



什麼是福報？  
可以說就是好報。

每一個人都希望自己有好報、有福報，  
誰也不希望自己沒好報、沒福報。

那麼，怎樣才會有好報呢？

很簡單，只要作一個好人，就一定會有好報。

答案確實很簡單，但要確實作到好人，  
就不是那麼容易的一件事了。

好人必須從身、口、意三方面來檢查，  
如果只是身行善，可是口、意不行善，  
不能算真正的好人；

如果身、口都行善，意不行善，

也不能算真正的好人，  
必須身、口、意三者皆行善，  
才能算是真正的好人。

所以，如果想要有好報，  
就一定要身、口、意皆行善。

而其中以意的行善為先為要為重！

只要身、口、意皆行善，以因果律來說，  
這個人必定獲得好報，  
因為唯有善能感召善，  
唯有善能感召無量無邊的福報。

故唯有行善，才能感召福報，  
如果行惡，

福報當然是不可能違背因果律而無端降臨的。

所以，不斷行善的人，

也許一時還不能看到福報現前，

但只要耐心的繼續作下去，

一定會發現一切都開始變得比較順利，

這就是福報開始降臨的現象。

福報，當然是越多越好，

如果想如此，只有拼命為善，

而且要完全不執著的拼命為善。

福報，不只是世間法的成就需要靠它，

就連出世間法的成就，更是少不了它，

故福慧雙修是方便善巧的修行，

每一個修行人在修行的路上，

都需要有福報來化解許多的障礙，  
故累積福報是很重要的事，  
那麼，重點就是：多多行善。







第五十二章：全力以赴的重要



天下無難事，只怕有心人。

天下到底有沒有難事？

有，如果一個不夠努力的人，不要說難事是難，其實連簡單的事也會變難；因為不夠努力，就沒有辦法解決難事，連簡單的事也往往無法解決。

天下到底有沒有易事？

有，如果一個全力以赴的人，易事本來就是易事，難事也在努力解決下，漸漸獲得了改觀，漸漸達成了效果，也就漸漸由難事轉變為易事。

行菩薩道是難事還是易事？

對於一個不努力的人，行菩薩道當然是難上加難，簡直比登天還難，因為菩薩是自度有餘，再去幫助無量無邊的眾生；而一個不努力的人，自度都

會出現嚴重的問題，更遑論去額外的擔負別人的問題。相反的，一個全力以赴的人，行菩薩道固然難行難忍，但在強大的前進力之下，路也漸漸變寬，黑暗也漸漸縮小，能力也漸漸變大……

故天下事的難易與否，其實是因人而異。

一個不努力的人，天下無易事。

一個全力以赴的人，天下無難事。

故成佛的宇宙大事，可謂天下第一難，對於不努力的人而言，確實是遙遙無期；而相反的，對於一個全力以赴的人，所謂聚沙成塔、滴水穿石，成佛之期，指日可待！





第五十三章：  
法喜



我們身處的這個世界，充滿了無量無邊的苦，可以說是：「苦海無邊」一點都不為過。

偉大的佛法就是教導我們如何離苦得樂，

而且最難能可貴的是我們一樣可以以肉身存在的方式離苦得樂。

因為，解脫的重點在於心，

當我們的心自由了，不再對任何人事物迷戀不已，

那麼不論我們身處何方，我們都是幸福快樂的。

這樣的幸福快樂是不會改變的，

因為快樂的泉源不依靠會改變的外在，而是向內尋求自性，當自性覺醒後，本俱的法喜就會開始伴隨而來。

所以，佛法是教導我們快樂的方法，而不是讓我們愁眉苦臉；有些苦修的方法，只是過程，而不是目的；

所以成就者都是喜悅的，  
而且是來自內心源源不絕的喜悅，  
這種的喜悅，就是法喜。





第五十四章：中道的生活



佛法，不過是教導我們正確的生活。

什麼是正確的生活？就是智慧的生活。

以佛法智慧的生活而言，也可以說是——中道的生活。

什麼是中道？

就是遠離一切執著，完全因應客觀需要而回應的生活方式。

例如生活中如何面對食物？

以中道而言，就是為了維持身體的健康而進食，

只要是違反這個原則都宜改進。

當原則確立以後，還牽涉到方便善巧，才能符合真正的中道；  
例如自己一個人進食時，

可以說宜百分之百的要求自己遵守進食是為了健康這個原則；

但是如果和家人一起進食，則宜多加入家人的口味、習慣及看法等條件，而不能再一味堅持自己的原則；

又如果宴請朋友或生意上的伙伴，

則更需要加入場合、氣氛等條件，而作出賓主盡歡的正確回應。

由此例即可明白，中道的生活是客觀的考量人、事、時、地、物不同而作出的最正確、最適當、最圓滿的回應；

這樣的生活，是活潑而不僵化、利己而利他的，

所以中道的生活，同時包含了簡樸與繁複，苦行與樂修……

一切的可能都可能發生，但絕對是來自於慈悲與智慧，

故中道的生活，就是悲智雙運的生活，

值得每一位修行人努力行之，則“生活即道場”，何樂不為？





第十五章：藝術弘法的意義



佛法，是生命的真理。

藝術，是生命的美學。

真理透過美學來傳達，會更生動活潑，最重要的是真理更容易被了解。

菩薩道是神聖莊嚴的，這是其永遠不變的本質；但是方法則是可以方便善巧，可以千變萬化；而藝術正是相當契合現代的弘法方式。

所以，一個菩薩可以透過藝術的美學把佛法的真理，感動更多有緣人，一起分享佛法的清新、喜悅、光明。

而大乘菩薩道的特質是恆順眾生，如果眾生喜歡在輕鬆的方式下接受真理，那麼一個菩薩道行者就不妨好好的研究一下音樂、文學、美術、舞蹈、戲劇……因為佛法的真理可以多出許多管道。

所以，藝術弘法對一個方便善巧的菩薩道行者而言，是一條更寬廣之路；但一切的弘法，永遠都不能離開的就是——慈悲與智慧，因為我們所要傳達即此，如果離此，豈不有違初衷？

所以，請牢牢記在八識田中，無論在唱歌、在寫稿、在跳舞、在演戲，都是為了傳遞悲與智。

如果每一個大乘菩薩道行者皆如是，則必能開展真正有益眾生的菩薩事業，才能真正履行自己千百劫以來不滅的願力。

不忍聖教衰、不忍眾生苦。菩薩的悲願，在越艱難的時代越顯得可貴，願大家都能澈底的明白藝術弘法的意義，方能於五光十色中展現佛法真理，而不致迷失方向，作濁世之清流，作污泥之蓮花，則佛法幸甚！眾生幸甚！







第五十六章：一切都是幻相



佛法最偉大的精義就是深刻的告知我們：一切都是幻相！

這是一定要努力明白的正知見，因為如果我們沒有辦法明白這個真理，我們一定會在幻相中打轉，不但沒有能力醒過來，還會被幻相矇蔽的迷失了自我。

為什麼“一切都是幻相”？

其實這是被發現的真理，而不是被發明的真理；可以說所有的佛法都是被發現，而不是被發明；意思也就是說真相就是如此自然而然的的存在著，不會因為我們的明白或不明白而有所改變；所以如果越了解真相，就越知道如何活得正確；因為生命的存在也是真相的展現，如果我們只擁有生命，而不了解真相；那麼我們的生命也不可能活得更好。

因此，為讓我們的生命活得更好，我們真的有這個必要了解一切的真相，因為一切的真相都與我們的生命有著密切的關聯；而生命中真相中最重要

的真相就是——一切都是幻相。

此句話的含義就是我們的眼耳鼻舌身意是有限制的，試想用這個有限制的工具搜集來的訊息，會全部正確嗎？就以眼睛而言，科學已經證明有許多東西實非我們肉眼所能看見的，例如過濾性病毒、紅外線、甚至其他空間的存有……而如果我們由於習慣相信眼睛所看一切就是全部的一切真實，這樣的習慣性相信，顯然是有問題的。

所以，就僅以眼所看十分有限的事實來觀察，我們就能夠明白眼所看得到的一切都是不夠正確的，最起碼是不完整的；更何況再加上其他耳鼻舌身意的同時不夠正確或不完整的交識作用，試想離開全部的真相是否越來越遠了呢？

故一切之所以是幻相的原因再清楚不過了，是由於我們的工具真的太不完備了，所以從現在開始，我們真的不能完全依賴自己的眼耳鼻舌身意了，這就是明白了一切都是幻相，也就是開始離開了幻相。

而唯有離開了幻相，我們才有可能離開幻相對於我們造成的強大束縛，成為一個自由自在的人——解脫成就者！

第五十七章：  
解脫



為什麼需要解脫？

解脫什麼？

這是許多未深入佛法的人，會不約而同提出的問題。

那麼，我們可以這樣回答？

佛法可貴之處，即在於對於人生真相的觀察。

因為佛法觀察到人是不自由的，換句話說，人是處於一種被束縛，甚至被細綁的狀態。

是嗎？人是被束縛的嗎？

很多人馬上會產生這樣的疑問。

答案是肯定的，人真真實實、明明確確是被束縛的。

隨便仔細觀察一點，就能讓我們無從辯駁。例如，生死的束縛。

既然有生，何必有死？是許多人的大疑與不解，但這永遠得不到答案，因為太少人能真正得到，這個生命最終的問題之珍貴稀有答案，除非他究竟成就了，所以，只是一個生死問題，人就無所逃避，也不明究裡，只有無明的生，又無明的死。

又例如：欲念的束縛。

沒有人能從欲念的干擾中，真正理性、清明、平衡。飢餓時，對於食物的渴望，不是任何學問可以讓其止餓的；口渴時，對於水的渴望，不是任何感情可以止渴的；欲望高漲時，不是任何教條可以真正讓其馬上平靜下來……各種各樣的欲念都是我們的束縛。

所以，我們真的是不自由的，被束縛的；所以我們真的需要珍貴的佛法教導我們如何解脫。





第五十八章：  
開悟



什麼是開悟？

開悟即悟空，如何悟？

努力的行善，努力的止惡，自然而然就會悟。

空是什麼？

空是生命的本質，是一切的答案。

只有悟空，才能出離三界，解脫生死。

開悟只是剎那明白空，但並沒有辦法時時刻刻安住於空，故開悟其實是修行的真正開始，只有完全懂得空，才不再在「有」的千變萬化中打轉，浪費寶貴的生命。

故所謂的「長養聖胎」，指的就是開悟後，將悟境不斷深化、廣化的過程，必須修至分分秒秒不離空，才是真正的成就。

但是，事實上開悟都非常不容易，更遑論分秒安住於空。因為開悟必須累積無量無邊的功德福報，必須非常努力於生命的成長，否則開悟也是一件難以達成的美夢。

一旦開悟，就躋身聖者行列，因為他已經澈底明白一切森羅萬象之後的永恆，他已經能夠片刻出三界，只要不斷的全面化，總有一天，他一定能夠完全出三界，得到究竟的成就。

故開悟是修行的階段中非常重要的一個里程碑，但是事實上並沒有頓悟這回事，一切的剎那開悟，絕對來自日久功深的薰習，所以，真的，老實修行是達到開悟的唯一一條路。





第五十九章：  
空



到底什麼是空？

這是每一個佛子必須面對的問題，也可以說是必須解決的問題。

為什麼空這麼重要？

因為，佛法本來就是為了解決生命的種種問題而存在，而空正是生命本質的答案，牽涉到生命大事，那麼你說重要不重要呢？

空，是解脫的狀態，所以它可以稱作涅槃、常寂光淨土、佛國、究竟成就。

空，是一切的答案，所以它可以稱作本來面目、本地風光、父母未生之前。

空，是生命圓滿的達成，所以它可以稱作大圓滿、自性寶藏。

空，還有許許多多的名稱，但是不論它叫什麼，最重要的是——你究竟認識了它沒有？

空，確實很難認識，因為它無形無相，超越一切感官及語言文字。

那麼，到底有沒有方法可以到達空？

有的，整個佛法的知見到修行都是指向這個最終的目的與答案。

所以，到達無形無相的空，其實可以從有形有相腳踏實地的修行開始，念佛可以到達、持咒可以到達、靜坐可以到達……所以，老實修行是証入空性的唯一條路。

空，從來沒有離開過我們，只要我們肯認識它，總有一天，在我們歷經風霜雨雪的考驗之後，我們會與永恆的春天相逢——空。





第六十章：平等見



佛法的偉大特質

除了不可思議的大慈大悲以外

另一個偉大的特質

就是——公平公正！

即以“平等見”而言

——實在是太了不起了！

因為

這樣的見地就是——

對於別人的價值觀與評斷標準

當放到自己身上時

絕對是同樣的一套價值觀與評斷標準

絲毫不差！

也就是說

當評斷別人為惡不對時

不會到了自己身上

便偏袒自己

就認為自己很對

也就是說

自他不同評價的不平等知見

絕對不可能出現在

佛法的“平等見”裡

所以偉哉平等見！

而除了已經夠偉大的世間平等以外

還有超越世間的出世法觀點

亦即萬事萬物的背後

都有著平等一如的實相

——空

這是究極的平等見！

第六十一章：  
寬恕



什麼是寬恕？

就是原諒、包容、接納、體恤、同情自己與別人的缺點或過失。

無始劫以來，自己與眾生，皆被業力纏牽、無明障蔽，每一個人都曾經作過無量無邊的壞事、傷害過無量無邊的眾生，所以只要是凡夫眾生，尚未成佛，就沒有一個人是完美的，每一個人或多或少都有他的缺點，都曾經作過不對的事。

但是，面對這些生命的污點或黑暗面，我們到底該採取什麼樣的態度呢？

嗔恨或憎惡這些缺點或過失嗎？

不！這是一個最沒有效用的選擇，這只是讓我們不敢面對真相，刻意逃避，躲到短暫美好的幻相裡，但是一旦業境催逼，這些缺點或過失，終究還是要去面對的，無論怎樣的逃躲都是沒有用的。

所以，寬恕是最好的面對之道。

只有原諒、包容、接納、體恤、同情這些缺點或過失，我們才有可能離開這些缺點與過失。

這是千真萬確的，只有愛才是真正的建設，而原諒、包容、接納、體恤、同情等都是愛的同義詞。

只有愛，能夠真正解決生命的問題。

相反的，嗔恨或憎惡是恨的同義詞，恨不能建設，只會破壞，甚至毀滅。

所以，只有光明能夠驅散黑暗，只有愛能化解恨，面對屬於黑暗面以及恨的力量時候，最佳的選擇，也是唯一的選擇，就是——寬恕。

寬恕自己，寬恕別人，寬恕一切眾生，寬恕一切的一切。

在寬恕之中，愛成長，慈悲成長，智慧成長，一切成長。



第六十二章：  
無盡的包容



普天之下，誰不曾犯過錯？

是的，每一個人都曾犯過錯；而且肯定的是，未來也都可能會犯很多的錯，最起碼很多的小錯。

所以，其實錯誤是一種常態，很少犯錯是非常態，也可以說是非常的稀有難得。

因此，基於這樣正確的觀察，對於犯錯就要有正確的回應。那麼，什麼是正確的回應呢？

就是——包容。

而且是——無盡的包容，為什麼只是包容還不夠，還要作到無盡的包容呢？

因為，事實的真相是，我們之所以會犯錯，是因為八識田中還有許多黑色的業力種子，只要每一個黑色種子成熟，就是我們造業的時候，也就是犯錯的時候。

而且，同樣的黑色種子是無量無邊的，也就是說同樣的錯誤也是無量無邊的。

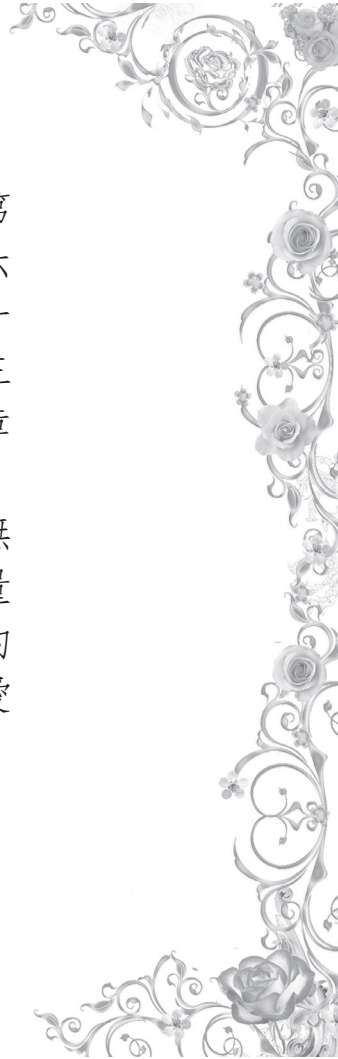
也許這樣的事實會讓人沮喪，但切莫如此錯誤的回應；因為事實上要消除一個黑色的種子也是很容易的；例如只要唸一聲佛號就可以消除例如“不同情別人”的這樣的一個黑色種子。

所以，事實真相大白，由於業力無邊，所以我們不可能不犯錯，所以我們要正確的無盡的包容錯誤；這是消極的基本態度；但佛法是完整的，所以我們還要進一步積極的行善；那麼，行善日久功深，八識田中黑色的種子自然消除殆盡，那就是錯誤自然而全部消失的一天，也就是修行證果的一天！





第六十三章：無量的愛



一個修行人如何才是成就呢？

有一個準則也相當的清楚：

就是心中充滿了無量的愛。

為什麼心中充滿了無量的愛

是修行成就的準則呢？

因為大乘菩薩道是修行的崇高境界

行菩薩道的人就是要不斷朝

「無緣大慈，同體大悲」的偉大精神領域

不斷的邁進！

而所謂的大慈大悲

說得白話一點也就是——無量的愛。

所以，也可以說一個大乘菩薩到達了成就的狀態時，

就是一個心中充滿無量的愛的人。

因為，菩薩愛眾生如子，  
而且是愛每一位眾生  
都如自己的獨生子一般；  
試想這樣的愛是不是無量無邊呢？

所以，讓我們的心中  
充滿無量的愛吧！  
則所有的恨都自然而然而煙消雲散，  
當恨全部消逝無踪，  
當愛全部顯現時，  
一個修行人也就自然而然的成就了！





第六十四章：  
澈底的原諒



原諒一個對不起自己的人，是不容易的一件事，尤其是澈底的原諒。

但是原諒別人對於自己而言，到底是不是一種必要呢？

答案是肯定的。

為什麼呢？

因為不原諒別人就等於不愛別人，而不愛別人就等於不愛自己。

怎麼說呢？

因為宇宙的真理是：當我們愛別人時，這個愛的力量就會回到我們身上；

相反的，當我們不愛別人也就是不喜歡別人、甚至是恨別人時，這個負面的力量也會一五一十、涓滴不少的回到我們身上。

這就是因果，這就是作用力與反作用力。

當我們澈底的明白這個道理時，

我們就會澈底的明白為何我們必須澈底的原諒別人。

因為事實已經再清楚不過，

只要還有一絲的不原諒，

這一絲負面的力量就會回到我們的身上，

對我們珍貴的生命產生負面的影響，

而這卻是我們多麼不願樂見的一件事呢？

所以，就從現在起，  
把心中還不肯原諒的人事物大清掃一次吧！  
因為就在我們澈底原諒別人的剎那，  
我們也澈底的愛了自己。

第六十五章：  
佛菩薩永遠等候你



每一個人

都曾在黑暗的森林裡

迷了路

而看到了妖艷的野花

就貪香貪美的

閒逛了起來……

可是

多半的人們

終會

驚覺不能再閒逛

於是乖乖的

迷途知返

回家去了

但是

貪意過度的小孩  
就會在夕陽西沉  
最後一線陽光  
即將被黑暗吞噬時  
也還是不肯回家  
繼續在黑暗森林裡閒逛  
於是  
貪玩的小孩  
忘了歸家的路  
於是  
黑暗森林  
同化了他  
而  
當他有一天

回到人間

他也將

同化 很多 貪玩的小孩

所以

一時的迷途

一定要知返

誰都會犯錯

但貴在回頭

只要願意折返

願意重新開始

那麼？

光明永遠不會捨棄我們

悲智的佛菩薩

永遠都在光明溫暖的家園



等著——  
遊子返家！



第六十六章：  
重生



在修行這條長遠的路上，  
跌倒是一件正常的事。

所以，跌倒時的態度就變得非常重要，  
一切負面的情緒都要避免，例如  
受傷、氣餒、畏難、恐懼、沮喪、自責、怨天尤人、憎恨、  
自暴自棄、放棄努力……  
都是毫無益處的，不但毫無益處，  
反而會帶來更多的障礙與停頓。

而行走再漫長的成佛之路上，  
能避免障礙就避免障礙，  
能不停頓就不停頓；

所以，  
一切負面的情緒都應極力防止發生；

否則，就如同在跌倒的傷口上灑把鹽、  
在厚重的雪上加霜，

這是非常對不起自己的一件事。

事實上，面對修行，

很多事情的回應其實都是相當單純的；

像跌倒這件事——爬起來就是了！

而爬起來這個動作，一點都不難看，

一點都沒有出糗；

因為這是一個很自然的動作，

要不然要一直跌坐在地上嗎？

所以，一旦跌倒了，很簡單，

馬上爬起來。

其實，這個爬起來的回應，

是修行的重新開始，  
是法身慧命的重生！

所以，

非但不要悲傷難過，反而要歡喜雀躍！

因為，我們作了最正確的回應；

因為，

我們在跌倒的創痛中學到了珍貴的教訓；

因為，重新上路，

是修行人莫大的幸福、喜悅、至樂！

國家圖書館出版品預行編目資料

善美正知見/ 郭韻玲著. -- 初版. -- 臺北市 :  
金色蓮花雜誌, 2014.12  
面 ; 公分

ISBN 978-986-86612-5-7(平裝)

103024523

## 善美正知見

著 者：郭韻玲

發行人：鄭鴻祺

封面設計·美學指導·總編輯：韻玲 *Kuo*

攝影·版面美學：鄭秉忠

整合：蔡承訓 文字編輯：黃連盛

印刷編務：賴信仲 專案編輯：彭聖芬 協調：李初春

執行美編：李秀英 華美娟 邱炳煌 謝婕縈

出版者：金色蓮花雜誌社

地 址：台北市忠孝東路四段153號5樓

網 址：<http://www.glotus.com.tw>

E-mail：[glotus.art@msa.hinet.net](mailto:glotus.art@msa.hinet.net)

電 話：886-2-2731-0099 傳真：886-2-8771-9157

郵 撥：17029118 金色蓮花雜誌社

印 刷：福慧文物印刷有限公司

登記證：行政院新聞局局版北市業字第145號

總經銷：飛鴻國際行銷股份有限公司

地 址：新北市新店區中正路501之9號2樓

電 話：886-2-8218-6688 傳真：886-2-8218-6458

網 址：<http://www.fh6688.com.tw>

2014年12月初版 定 價：280元

ISBN 978-986-86612-5-7

版權及著作權所有·歡迎助印

(本書如有破損缺頁，敬請寄回本社更換)

## 讀者真心推薦！

善美的文字流露，是生命實相的禮讚，讓心沉澱於美善的文字，讓生活更至善至美的綻放於每一刻。

藉由文字互動著純淨善美，感受文字的真摯美感，詮釋出善美的心境。

善良的心，締造美麗的境，本書以詩歌散文的形式，描繪了每一頁的心靈美境，願你我一同共享。

生花妙筆，極致美善，翻開頁頁書香，感受真實美麗。

此書可以說，是入世的生命寶典，循序漸進的引領我們，從基本的好人做起，再繼續談生命的修行，用心去修行，用心去感召，最後希望我們都能有願必成。

善能感召善，眾人都喜歡美善的事物，而行善甚至是我們每個人的天職。

文字淺白，結構完整，層層遞進，詮釋了最真實的道理。

迷失的靈魂，流浪的生命，人身寶難得，而佛法更難得，能在這世間得遇真理，是百千萬劫的福報。

本書淺顯易懂，明確引導著我們行善積福的修行之路，使心得到滋養與大利益的出世聖典。

以最真摯的心感召最善美的境，字字真如的美麗辭藻，感動了每個讀者的當下，願我們每個人都能看到那璀璨的曠世奇花。

在這無常苦痛的世間，苦多樂少，看到了此書，就等於找到了希望，光明的未來，就在我們實修實證，行善積福之間，利益眾生，成就自他。

善美的心，以書本文字的形式展現出，讓我們成為完美的圓，愛盡天下蒼生。



ISBN 978-986-86612-5-7  
280元



## 愛的治療力量

愛的力量能夠治癒人生中一切的煩惱與痛苦，透過本書，我們可以更深入的了解這份來自生命禮物的奧秘。

愛的力量無遠弗屆，無邊無際，廣大無垠，愛的治療力量，啟發了生命的自然療癒能力，是幸福珍貴的寶藏。

購書專線：02-27310099  
各大書局熱賣中！



## 2015清心小語日誌

二零一五年 清心文創日誌 值得典藏！  
嶄新願景 就從此開始發夢啟航！  
洗滌塵勞、療癒心情、幸福生涯

全新的開始·全新的你  
給予自己無盡的更新機會  
每一日開始 每一次珍貴的契機  
日日是好日 從清心閱覽開始……

購書專線：02-27310099  
各大書局熱賣中！



## 歷史小說 唐三藏

在久遠的世紀，一顆熾熱的心，一份堅卓的意，成就了歷史上的美名，造福了無數的人群。那滾滾萬里狂沙阻擋不了西行取經的雄心壯志，那皓皓窮山惡水嚇阻不了向前邁進的堅決毅力……就讓我們用戲劇小說，帶領大家進入玄奘大師的殿堂，讓他崇高無私的精神，喚起蟄伏在我們心中已久的——純真與感動。

購書專線：02-27310099  
各大書局熱賣中！