



著作：正觉的启示

## 从佛法看人生苦乐

从佛法来看人生，人生和佛法的关系，是非常亲切的。佛陀设教，旨在普渡众生，凡是有生命的动物，不光是人类，乃至蠢动含灵，都在普渡之列；而其所度的中心对象，重点却是在人类，佛陀出生在人间，成道说法亦在人间，这便是佛法与人生关系亲切最好的说明。有些人以为佛教主张念阿弥陀佛，希望将来往生极乐世界，才受用到佛法。似乎佛法要到死了才用到，与现实人生是无多大用处。这完全是未明佛理的一种错觉。六祖说：「佛法在世间，不离世间觉，离世求菩提，恰是觅兔角。」在这一首著名的偈语中，都是证实了佛法与人生的亲切关系。

### 一、人生的共同目标

18

人生在世，各有目标，也即是说各人的志趣不同，目标亦不相同，但亦有共同的目标，就是同为追求人生快乐。先从不同的志趣说：有些人对人生，抱有很大的志愿，忠於所事，爱国爱人。如马援的「男儿志在四方大丈夫当死於疆场，以马革裹尸」；梁任公所谓「学者当死於讲台，勇士当死於疆场」。范仲淹的「先天下之忧而忧，後天下之乐而乐」。唐玄奘大师出家的志愿在「近光遗法，远绍如来」。亦有为功名富贵而怀有大志的，如宗应殷之「乘长风破万里浪」。刘邦未发达时，见人驷马高车而过，慨然叹曰：「大丈夫当如此」。亦有些人志愿很小，以衣食温饱为目的；如好食之徒，「过屠门而大嚼」。看人家吃的美食，垂涎三尺，得尝一脔，也就大快朵颐，於愿已足。好酒之徒，三杯落肚，高谈阔论，口如悬河，什 诸葛亮陇中高卧，刘备三顾茅庐，赵子龙长坂坡救主，张飞喊断坝陵桥，关公过五关斩大将，孙悟空大闹天宫，滔滔不绝，口沫横飞，目的亦止於是而已。综之，人生不论少年、中年、老年，各有他们不同的志趣而各从所好，各行其事，就造成了这个万花筒似的社会，出现了五花八门，或多彩多姿的人生状态。

可是从另一个意义来看，人生应只有一个共同的目标，那就是同在追

求快乐。所不同的是因志趣各别，所追求的快乐，有正当的，也有不正当的。如追求酒色财气的快乐，当然是不大正当的；正当的快乐追求，应是求真理之所得，心之所安。如果是不能心安理得，虽然快乐，非真快乐。如杜甫的「安得广厦千万间，大庇天下寒士尽开颜；如未得之，吾虽有乐，心终未安。亦如地藏大士的「众生度尽，才证菩提」。众生未尽，责任未完，乐亦不得，得亦难安。梁任公说得好：人生最苦的事是责任未了；最快乐的事是尽了责任。华严经说：「不为自己求安乐，但愿众生得离苦」。这便是大乘佛教，对人生所负的职责，也是所抱持的同一目标。认为按照这个目标来做，才具人生最高的意义与价值。

## 二、人生苦多而乐少

人生到底是苦的？抑是乐的？依照佛教的观察，佛陀开始说法，就先说苦谛，看来人生是苦的，其实是人生有苦的一面，亦有乐的一面。在苦的方面，有三苦八苦，无量诸苦。在乐的方面，有人间富贵乐，天上禅定乐，出世涅槃乐。我们现在都是人，就人说人，人间虽有富贵的快乐，可

是环境变迁无常，快乐暂有还无，结果还是苦多乐少。如中国晋朝的石崇，日食万钱，犹嫌无下箸处。所谓「富贵一餐饭，贫穷十年粮」，而他犹以为苦。后来绿珠坠楼，遭到杀身之祸，其苦更甚。又如秦始皇并吞六国，统一中原，自以为功盖三皇，德超五帝，自称始皇帝，且高筑长城，北御匈奴，焚书坑儒，溷溺儒冠，禁止思想自由，收天下兵器集咸阳铸鼎，希望金融不缺，基业万年。命方士徐福入海求仙丹，希望长生不老。谁知曾几何时，陈胜吴广揭竿而起，未二世而秦亡，便是人生苦多乐少，乐极生悲的明证。

从西方的人来说：贪求快乐，也有同样的情形。如法国的拿破仑，武功极盛一时，而滑铁卢惨败被俘，因死於荒岛。他以勇悍善战为乐，而痛苦随之。又如英女皇伊丽莎白一世，每日必换一套新装，还嫌苦於没有新的花样。这也证明人生无论从衣食住行那一方面说，都是没有真正的快乐。

## 三、人生苦乐唯心造

人生的境界有苦有乐，平常看起来，都是由环境的好坏而造成的，其实亦不尽然，依佛法研究，一切的苦乐，都是惟心所造的。华严经说：「应观法界性，一切唯心造。」怎知由心造出来呢？因我们每个人的心中，都有一种欲望，这欲望与现实颇有距离，有时甚至会发生相反的矛盾，所以欲望愈高，距离现实愈远，痛苦亦愈深。反之，欲望低於现实的人，容易接近理想的现实，快乐也愈多。故说苦乐在心而不在境，随心中的欲望高低，决定了外境的苦乐，并不是因外境的好坏而决定内心的苦乐的。如过去中国的颜子，陋巷穷居，箪瓢屡空，而其乐不改；宋朝的高峰禅师，少欲知足，立愿三年不沾床凳，遂得悟道，心意快然。印度的胁尊者，三十年胁不著席，粗衣淡饭，不以环境清简为苦，用功至八十多岁，尚且白天看经，夜间坐禅，不眠不休，终於明心见性。这些古德，都是由於内心向道心切，法善充满，并不以外境的苦乐为苦乐的，而是由内心高度的愉悦，转变了外境的一切好坏。

这个道理，可用比喻来说明：如一个人希望自己发大财，而大财未发，反而破财，苦恼就来了；或者一个做小官的人希望自己升做大官，而境遇偏偏相反，官运不亨通，反而有降职丢官的苦恼。如果他们物欲不高，

希望不大，有了小官少财，方可以快乐一时，不必造成失望的苦恼。所以说苦乐唯心决定，不是由外境来决定的。人生为了有一个生存欲，就会发生各种不同的斗争，原始时代，人与兽争，进至人与人争，到现在科学时代，人与人争，都为了欲望的满足而使然。但这个欲望是难填的，纵使争到天宫，登上月表，甚至将来争到其他的星球，享受更高的物质，人类到那时就没有痛苦吗？事实上是难以办到，佛经曾说：「欲平大地，当先平心地，心地若平，则世界一切地皆平」。为了人有物欲争斗，心地不平，世界是永远不能和平，所以佛陀教人淡泊宁静，少欲知足，才会从禅悦中得真正的快乐。

#### 四、人生绝对的快乐

依佛教的看法，人生最高的快乐，是由相对的快乐，而到达绝对的快乐。相对的快乐，是如上面所讲的「人间富贵乐，天上禅定乐」。因这些快乐还都是相对的境界，到「人间四大分离，天上五衰相现」，快乐暂有还无的时候，纵使生在天堂，仍会跌入苦闷的深渊，甚至或跌入地狱，泥

足愈陷愈深，终至拔不出来。

照佛教的道理，要获得绝对的快乐，还是在人心向内反省，从种种痛苦的境界中觉醒过来，重新检讨过去的认识不真，起惑造业，从错误中造成现实的苦恼。现在要解除这些苦恼，须从佛法的理解，觑破物质的虚幻，追求精神上的安定、舍离、放下，才能获得心灵的解脱自在。能够有这种修养的体验，那在现实纷争的社会中，自可「君子安贫，达人知命」，以无争而息争，人生才会产生真正的快乐，也即是「苦海无边，回头是岸」了。

从现实修养中得到无我无争，无为无欲，是佛法的绝对快乐的第一步：进一步达到涅槃的境界。才能真正得到绝对的快乐。涅槃义为圆寂，圆满一切智德，寂灭一切惑业，心境双亡，物我合一，到达究竟的解脱，才是绝对快乐的境界。所谓「无病便是福，涅槃第一乐」。我们要得到这个境界，它的方法是「从闻思修，入三摩地」，开发无漏觉慧，才会契证人生真理，而获得人生最高的绝对的快乐。