



心的能量 - 推荐序



开舍法师 ■ 本期特约



佛教专栏



向来

比较喜欢讲一些"知识性"的课题。如果被邀请通俗弘法，常被告知内容要易懂且"生活化"。这，即是通俗吗？蕴涵辨析，通俗可比之"俗化"（非神圣）、"易懂"，即没有艰涩、诸多学理或讳莫如深的名相。神圣与通俗是相对的吗？佛法是"神圣不可侵犯吗？"



许多人误以为佛法跟生活没有直接的关系。其实，佛陀常告诫弟子们不要说超过五语、六语的言论；五或六语的内容指的是五蕴法、六入法的经验层次。经验性的课题不就等于生活化吗？佛法是人生宇宙真理。尊严居士说："生活的重心，其实就是落在真理的顺序中。。。"（见一一谈因说果话人生），这一见解，突出了"佛法就是生活，生活就是佛法"此一旨意。

佛法以为每一个人都有佛性，而佛性中蕴藏着无限的能量与潜能。可惜的是，生活中的种种挫折、失败与创伤，导致不少的人画地自限。关于这一点，尊严居士在"生存的信心"一文中清楚地指出：在现实生活中，有不少人宁可放弃幸福、快乐与成功，只为了坚持自己的认知、信仰、经验与感受是对的、真实的。又说：执着於传统的仪礼或迷信之宗教教条，往往使我们束缚得动弹不得、理智全失。（见一一从心出发）。这是多么令人爱莫能助呀！



人生难免会有无奈、低落、沮丧与不知所措的处境。尊严居士对心的体悟，恰好为你我找出一条心灵大道。他以佛法、人性、科学和实践的智慧来探讨生活与人生，并且深入浅出地把佛法带进生活，使人很容易就达到正确、积极与精进的理念。

诚如尊严居士所说：生命中的一切，都可以变得更崭新美妙，如果我们肯改变思维方式，用眼细察观赏、用耳专注倾听。。。。用

心去体会当下的因缘与际遇。（见——用心体会）这不就是佛陀所说的正念吗？

我个人认为这是一本不可多得的好书，且可成为生活的宝典。书中穿插了数十个令人振奋和发省的故事，内容丰富、精彩、生动，让人读来兴味盎然、爱不释手。若能细心咀嚼与品鉴，必能尝到每一文辞中的无限法味。



此书付梓之际，尊严来电要我写序缀语，仅此诚心推荐并献上深深的祝福。让我们共同赴一趟心灵的飨宴吧！

相关文章：[心的能量](#)



■ **开舍法师** 马佛青总会卸任总会长

[马佛总资讯网](#) 21-10-2004