

圖解 佛家人生智慧

王春永 著

你不一定信佛，
但應該知道佛的智慧。
佛的智慧，
就是告訴你生活得更快樂圓滿的秘密。



圖解 佛家人生智慧

王春永 著

中華書局

□ 繪 圖 徐 峰
□ 裝 幀 設 計 雙 城
□ 責 任 編 輯 映 川

圖解佛家人生智慧

□

著者

王春永

□

出版

中華書局（香港）有限公司

香港鯉魚涌英皇道 1065 號東達中心 1306 室

電話：(852) 2525 0102 傳真：(852) 2713 8202

電子郵件：info@chunghwabook.com.hk

網址：http://www.chunghwabook.com.hk

□

發行

香港聯合書刊物流有限公司

香港新界大埔汀麗路 36 號

中華商務印刷大廈 3 字樓

電話：(852) 2150 2100 傳真：(852) 2407 3062

電子郵件：info@suplogistics.com.hk

□

印刷

深圳恆特美印刷有限公司

深圳市寶安區龍華民治橫嶺村恆特美印刷工業園

□

版次

2010 年 7 月初版

2011 年 1 月再版

© 2010 2011 中華書局（香港）有限公司

□

規格

特 16 開 (223 mm × 170 mm)

□

ISBN：978-962-8931-05-7

序：佛法改變活法

佛陀說法四十九年，留下的浩如煙海的言教，包括三法印、四諦、十二因緣、六度萬行等核心的思想，又包括了對宇宙和人生的觀照和認識，形成了一門系統分明、組織嚴謹的學問。根據他的言教所整理出的浩如煙海的經卷，一般人很難全部涉獵。但在佛陀自己看來，這些都不過是一根手指，一根指向代表世界實相的明月的手指。

手指不是月亮，路標也不是路。也許，我們不應盯着手指去詢問、思考月亮是什麼樣子，而應順手指（佛法）所指的方向去看，順路標向前行進，這才是真正的修持。

古往今來描寫月亮的詩詞歌賦數不勝數，但是又有哪一首，能夠讓我們準確描繪出月亮的樣子呢？

在無終亦無始的長流上，

在旋轉復旋轉的虛空中。

天上的月何如水中的月？

水中的月何如夢中的月？

（周夢蝶《十三朵白菊花·月河》）

文學大師梁實秋說：世人所謂“釋迦拈花，迦葉微笑”不過是佛理的萬般法門之一罷了，佛門百喻，更是歷久彌新的經典。佛經中的種種短篇寓言，讓人在會心一笑之間體會生活的真諦。尤其是《百喻經》中那近百則精彩比喻，更是足以讓人受用終身。

筆者傾注了心血的這本小書，正是以《百喻經》和《阿含經》這些佛經中最生動的典籍中所記載的故事為原型，結合近現代大德們對於佛法的精彩探討，剖析每個人都會遇到的生與死、苦與樂、有與無、禍與福等問題，使深奧的理論通俗化，告訴讀者離苦得樂，獲得自在、安詳與成功的策略智慧。

儘管如此，它也充其量不過是指向月亮（甚或只是指向佛法這根手指）的一根微不足道的手指。我們只是把手指稍微裝飾一下，將抽象的佛門智慧用手繪圖表來表現，把一些精深的概念加以形象化，讓快節奏的現代人能以最少的時間和精力，獲得一些收穫，產生修持佛法的興趣。

有朋友會問，修持佛法會有什麼好處呢？

試想一下，假如有這樣一個人，所有的佛菩薩和歷代的大德高僧都皈依他，那麼還有什麼能夠傷害得了他，還有什麼能夠讓他煩惱或擔心呢？事實上，你就可以是一個人。當你修持佛法的時候，實際上也就相當於佛、法、僧皈依你，以你的身心言行為道。佛菩薩的智慧和慈悲，只有通過你才能在生活中再現。

禪如明月照大千。希望這本書幫助大家了解：在“月亮”照耀下的生活是何等清朗、何等快樂。

本書創作過程中，深圳弘法寺方丈印順大和尚撥冗為它題寫了序名，張白楊居士、汪君豔小姐也都傾注了很多心血，在此一併表示感謝！

王春永

2010年6月

目錄

上篇：佛教及中國佛教

- 1 釋迦牟尼與佛教的創立 2
- 2 佛教主要講些什麼？ 5
- 3 佛陀之後的佛教 7
- 4 佛教在中國的弘傳 10
- 5 中國化的佛教 13
- 6 中國佛教的宗派 16
- 7 中國特色的禪宗 21
- 8 修行重在知見 30
- 9 人應當自作皈依 35
- 10 你是否已被“殺掉” 38
- 11 慈悲乃包容之源 41
- 12 從科學角度看佛教 43

下篇：佛家的人生智慧

壹 生與死

直面生死的智慧

- 1 在生命的曠野上 52
- 2 她們不會陪我們 55
- 3 一定要善用此生 57
- 4 生命的意義何在 60
- 5 追求值得追求的 62
- 6 生命的本質是緣起 65
- 7 理智地面對生死 69
- 8 淡定地看待死亡 72
- 9 學會活在當下 75
- 10 每天練習死亡 78

貳 苦與樂

離苦得樂的法門

- 1 佛是最開心的人 82
- 2 佛教不主張禁欲 85
- 3 八正道化解欲望 88
- 4 放縱並不就是快樂 91

- 5 情愛生憂愁恐怖 ····· 94
- 6 對治心裏的煩惱 ····· 96
- 7 避開第二支箭 ····· 99
- 8 不嗔勝過嗔恚 ····· 102
- 9 一念即是天堂 ····· 105
- 10 離苦得樂的心法 ····· 108



福與禍

福禍自招的法則

- 1 命運線在你手中 ····· 114
- 2 別用甘蔗汁澆田 ····· 117
- 3 一張一弛為正道 ····· 119
- 4 心殘造成事殘 ····· 122
- 5 放下方得大自在 ····· 125
- 6 要學會隨緣佈施 ····· 128
- 7 境隨心轉的方式 ····· 131
- 8 因緣果報的法則 ····· 134
- 9 習氣的種子 ····· 137

肆 智與愚

由愚而智的方法

- 1 自燈明，法燈明 142
- 2 走出困境的智慧 145
- 3 面對財富的智慧 148
- 4 智慧從慈悲生起 151
- 5 飄送人格的芬芳 153
- 6 如何認識身相 156
- 7 小鳥為什麼遠離 159
- 8 佛教的身心藥方 162
- 9 牛角尖裏無真理 165
- 10 遠離莫須有的問題 168
- 11 不要負筏趕路 171

伍 有與無

有無相生的辯證

- 1 有我與無我 176
- 2 有用與無用 179
- 3 有心與無心 181
- 4 有罪與無罪 184

- 5 有錯與無錯 ····· 187
- 6 有巧與無巧 ····· 190



法與行

依教奉行的道路

- 1 一瓢即可解渴 ····· 196
- 2 如實讚歎如來 ····· 199
- 3 什麼是佛法大意 ····· 202
- 4 重在受用行持 ····· 205
- 5 學會擇而後交 ····· 209
- 6 真正的勇猛精進 ····· 210
- 7 修行的次第 ····· 212
- 8 用戒律馴服自己 ····· 215
- 9 隨處都是道場 ····· 228
- 10 自護與護他的結合 ····· 221
- 11 世間事與世間意 ····· 224
- 12 真正的愛到處有 ····· 228

附錄

- 常見名詞 ····· 232
- 參考文獻 ····· 234

1 釋迦牟尼與佛教的創立

歲月如電光火石，青春不常在，想到將來，真是讓人感覺恐怖無比啊！

佛教是與基督教和伊斯蘭教並列的世界三大宗教之一，起源於公元前六世紀的古印度。

佛教的創始人釋迦牟尼姓喬達摩（古譯為瞿曇），名悉達多（意思是“吉祥”和“成就一切”），公元前六世紀生於北印度。他的父親是迦毗羅衛的國王，名首圖駄那（漢譯為淨飯王）。母親名叫摩訶摩耶，是與迦毗羅衛城隔河相對的天臂城善覺王的長女。

摩耶夫人懷孕後，根據當時的風俗，需要回娘家分娩。在回家的路上，她途經藍毗尼花園（即今天尼泊爾南部波陀利耶村的羅美德寺院），生下了悉達多王子。太子誕生的時間是公元前 565 年，中國農曆的四月八日。佛教將這一天定為“佛誕節”，也稱“浴佛節”。

王子十九歲時，目睹了人生、老、病、死的情景，想到世人不拘富貴貧賤，都逃不過這幾關，不由歎息道：“歲月如電光火石，青春不常在，人轉眼間就會變老，體弱不支，氣力衰竭，行動極度痛苦。我雖然出身富貴，但又哪裏能避免呢？想到將來，真是讓人感覺恐怖無比啊！”

於是，王子捨棄了王位繼承權，出家修行。在恆河流域的六年間，他參訪了許多宗教界的名師，研習他們的理論與方法，修持最嚴格的苦行。然而，這一切都不能使他滿意，於是他放棄了傳統的宗教和修煉方法，決定另闢蹊徑。

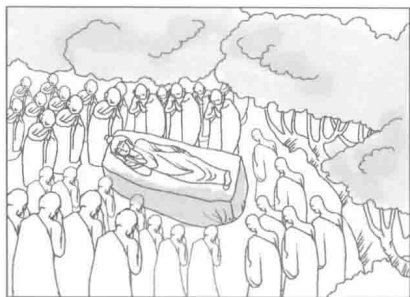
後來，王子在距尼連禪河十里之遙的一棵畢波羅樹——即菩提樹下，觀見三世實相，洞見三世因果，成就無上正等正覺——這一年他二十九歲。

得道以後，王子被尊稱為釋迦牟尼。釋迦是種族名，意譯為強勇；牟尼意譯為寂默，是稱讚之號，釋迦牟尼的意思為釋迦族之聖者。此外，他又有如來、應



釋迦牟尼出生在王室，卻因苦惱於人世的生、老、病、死，出家修行，最終在菩提樹下悟道。

他看透世相，教化人們覺悟之道，被尊稱為佛。



佛的十種尊稱

- 如來** Tathagata，音譯達他噶答，謂從“如”（真實不變者）而來，或乘如實之道來而成正覺。
- 應供** Arhat，音譯阿羅訶、阿羅漢，應於人天之供養。
- 正遍知** Samyaksambuddha，音譯三藐三菩提，正遍知一切之法。
- 明行足** Vidyacaranasampanna，音譯鞞多遮羅那三般那，具足宿命、天眼、漏盡三明者。
- 善逝** Sugata，音譯修伽陀，謂善入於涅槃。
- 世間解** Lokavid，音譯路伽備，能解世間之有情非情事，從世間獲得解脫。
- 無上士** Anuttara，音譯阿耨多羅，意謂至高無上者。
- 調御丈夫** Purusadamyasarathi，音譯富樓沙曇藐婆羅提，謂善於教化、引導眾人令入善道者。
- 天人師** Sastadevamanusyanam，音譯舍多提婆魔菟沙喃，即人及天之導師。
- 佛世尊** Buddhalokanatha，音譯佛陀路迦那他，即佛陀與世尊合稱。世尊，謂為世間一切所尊。
- （也有將“世間解”與“無上士”合為一號，而將“佛”與“世尊”分為二號者。）

供、正遍知、明行足、善逝、世間解、無上士、調御丈夫、天人師、佛世尊等十種德號，而最為常用的是佛陀和世尊。

得道後，釋迦牟尼先在波羅奈斯城外的鹿野苑，向阿若憍陳如等五人，宣說四諦、十二因緣、三十七菩提分、五蘊、四禪和三明等教說，收五人為弟子。

此後，他又度波羅奈斯長者之子耶舍及其親友出家。此外，他化度了原先祀火的婆羅門迦葉三兄弟以及沙門“六師”之一的懷疑論者散惹夷（刪闍耶）的學生舍利弗和目犍連。此後在故鄉，他又說服了很多親屬如堂弟提婆達多、兒子羅睺羅皈依了佛教。

八十歲時，佛陀在拘屍那羅（在今印度烏塔卜拉達希邦內）去世。

佛陀滅度後，佛教在兩千餘年來向外傳播，成為世界性的宗教。目前，全世界佛教徒的人數已超過五億。

佛教主要講些什麼？

2

人生是由十二個環節組成的，它們依次流轉，在過去、現在、未來的三世因果中如水相續，如輪循環，無始無終。

在歷史上，從公元前六世紀至公元前四世紀中葉傳佈的佛教，一般被稱為原始佛教。它的主要經典是《阿含經》，包括“四諦”、“十二因緣”和“八正道”等理論。

“諦”是實在或真理的意思，四諦指的是苦、集、滅、道。

苦諦揭示“一切皆苦”。人生最根本的痛苦，就是遭受無明煩惱的折磨，在生死苦海中流轉。

集諦是探求造成人生種種不幸、種種痛苦的原因和根據，這就是十二因緣理論。

滅諦揭示人回歸生命真實，從而獲得空明清靜、至樂無苦的境界。

道諦所顯示的是人由痛苦入涅槃，由煩惱入清靜的正確手段和方法。

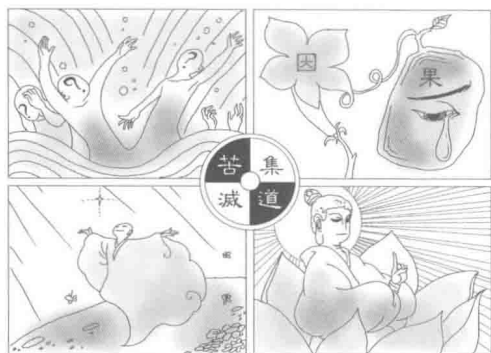
十二因緣理論認為，整個人生是由十二個環節構成的：無明、行、識、名色、六處、觸、受、愛、取、有、生、死。這十二個環節依次流轉，在過去、現在、未來的三世因果中如水相續，如輪循環，無始無終。

無明，既指人處於黑暗中的茫然狀況，也指人沒有解脫生死流轉的超越智慧。由無明支引起各種善與不善的行為，這就是行支。由行支引起規定凡俗生命的精神種子，這就是識支。由識支引起構成具體生命的精神（名）和肉體（色）兩面。有了名色，就有了眼、耳、鼻、舌、身、意六處。六處作用於外界事物就是觸。由觸支引起苦樂的感受，進而引起貪愛之心。貪愛之心是驅使人不停地索取、佔有的強大動力，從而也產生了人自身之有與外境之有。

有了“有”，也就有了生死流轉，落入了無終期的煩惱痛苦之中。

佛家就是要我們認識痛苦的根源，徹悟無明的迷暗力量的作用。只有滅除無明，才能沐浴在光明清澈中。

四諦



世間的流轉

苦諦 一切皆苦——迷的果

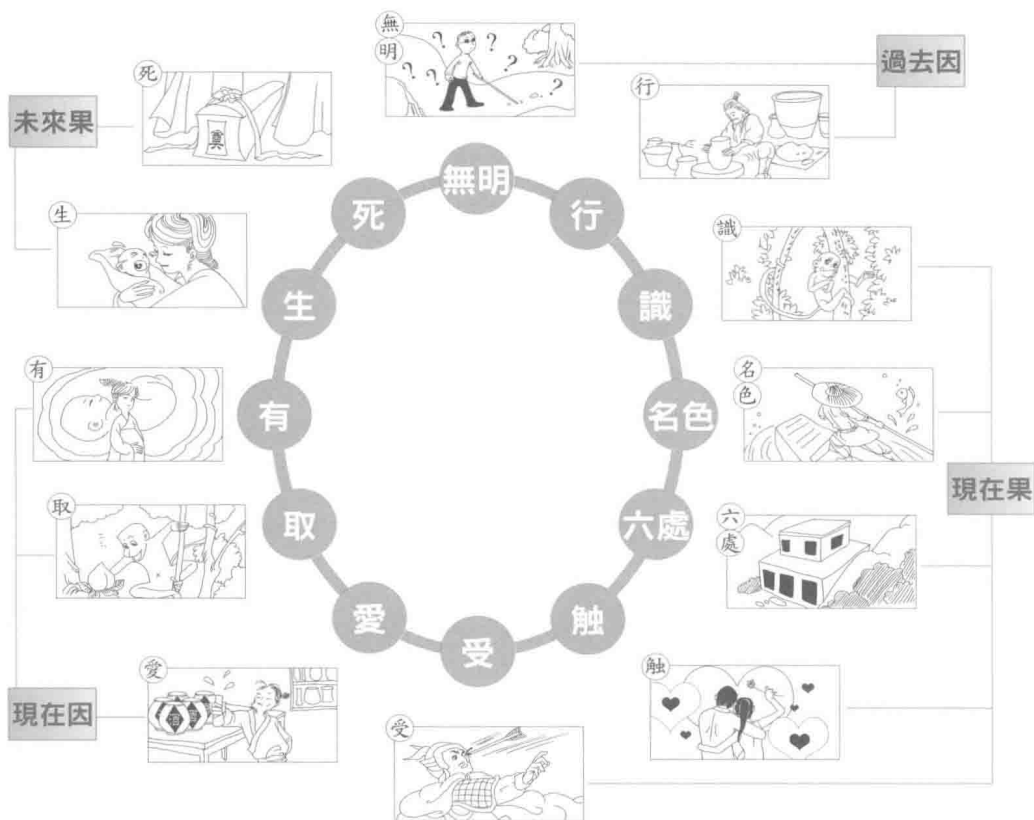
集諦 人生不幸與痛苦的根源，即十二因緣論——迷的因

出世的解脫

滅諦 揭示如何回歸生命真實，達致空明、至樂的境界——悟的果

道諦 闡明由痛苦入涅槃，由煩惱入清靜的手段和方法——悟的因

十二因緣



佛陀之後的佛教

3

世界上的森羅萬象都是因緣和合而生，也都將隨因緣分散而滅。

唐朝有一位大徹大悟的開悟聖僧，就是斷際禪師希運，又稱黃檗禪師。

有一次他遊天台山時，碰到一個舉止奇怪的同參。兩人一見如故，談笑風生地結伴而行。當他們走到一條小溪前面時，正好溪水暴漲，那個同參叫黃檗一起渡河，黃檗便說道：“溪水這麼深，能渡過去嗎？”

那個同參便提高褲腳走到水面上，好像在平地上行走一樣自然。他邊走邊回過頭來說：“來呀！來呀！”

黃檗便叫道：“嘿！你這小乘自了漢，如果我知道你是有神通的小乘人，早把你的腳跟砍斷了。”

那同參被這一罵所震動，歎道：“你真是位大乘的法器，我不如你啊！”

這個故事裏的“小乘自了漢”和“大乘法器”，是怎麼一回事呢？

原來，佛陀圓寂後約百年，佛教內部發生分化，產生了上座和大眾兩部，並從中演化出許多教團，總稱十八部或二十部。由此，進入部派佛教階段。

公元一世紀左右，隨着大乘佛教興起，又出現了大乘、小乘之分。

自認普度眾生為己任的大乘派認為，重自度的小乘聖者縱然能得道，也不及初發心的大乘行者。“拔一毛而利天下吾不為也”的作風，永遠不能成佛。“自己未度，先能度人，才是菩薩發心。”

從地理分佈來說，通常說北傳的梵文系佛教是大乘佛教，南傳的巴利文系佛教是小乘佛教。不過，這只是北傳佛教徒一廂情願的分法，南傳佛教徒根本不予承認。

近代的太虛大師，根據佛經原典和中國歷代祖師的判教，又將所有的教法判為人乘、天乘、聲聞乘、緣覺乘和菩薩乘。這裏的“乘”，本來是車輛、乘載的意思，用以象徵佛陀給我們的五輛車。

具體來說，人乘法講的是應該如何做人；天乘法是講怎樣修行才能上升到天