

人生錦囊

佛使尊者 著

鄭振煌 譯

HANDBOOK FOR MANKIND

by Buddhadasa Bhikkhu



人生錦囊

佛使尊者·著

鄭振煌·譯

HANDBOOK FOR MANKIND

by Buddhadasa Bhikkhu

Translated into Chinese by Cheng Chen-huang

惟是師法家
慈寧三書
九九年一月十日

財團法人台北市慧炬出版社 印行
TORCH OF WISDOM PUBLISHING HOUSE

人生錦囊

作者：佛使尊者

譯者：鄭振煌

發行人：劉勝欽

出版者：財團法人臺北市慧炬出版社

地址：臺市106建國南路一段270巷10號

電話：(02)7026772 (發行部)

(02)7075802 (會計部)

(02)7031014 (編輯部)

傳真：(886-2)7085054

Email：tow@MS2.hinet.net

郵政畫撥：0003484-5 慧炬雜誌社

登記證：行政院新聞局局版臺業字第1415號

承印者：善恩印刷公司

版次：中華民國85年12月初版

定價：新臺幣150元整

版權所有・請勿翻印

TORCH OF WISDOM

10, Lane 270, Chien Kuo S. Road Sec. 1,
Taipei, Taiwan 106, R.O.C.

Tel：(886-2) 7026772 · 7075802 · 7031014

Fax：(886-2) 7085054

Email：tow@MS2.hinet.net

ISBN 957-518-085-2

《人生錦囊》中譯序

一九八八年，我將佛使尊者的《菩提樹的心木》譯成中文出版，序文提到他的另外兩本演講記錄《人類手冊》和《觀呼吸》很快會問世。想不到一隔五年，才完成這項諾言的一半。

其實，當時這兩本書都已經譯出一部分，如果持續做下去，早就出版了。只是世間事很難逆料，因緣使我忙得像無頭蒼蠅，始終無法專注於翻譯事業。古人常有未竟之志的遺憾，原來是「吾生也有涯，吾志也無涯，以有涯逐無涯，殆矣！」

這些年來，我在很多場合裏介紹南傳佛教，也譯出很多篇佛使尊者的開示，有人竟因而把我歸類為南傳佛教的學者。這是太抬舉了，因緣使我做不了學者，只好俟諸來生，這輩子老實一點，於願足矣。

目前台灣興起研究原始佛教和南傳佛教的熱潮，這本《人類手冊》或《給人類的一本手冊》在我中斷翻譯的期間，已經有中譯本問世。我順水推舟，不想繼續譯完它。後來有一位台南的陌生讀者再三鼓勵，認為我的翻譯還有出版的價值，我才把書名改為《人生錦囊》，以免魚目混珠之嫌。本書的出版，也算是報知音。

一九九一年元宵前一天，我與慧炬同事參拜佛使尊者於他的「解脫自在園」，流連忘返，感觸良多。此後，老和尚就經常託人轉來他的著作，鼓勵我將之譯成中文，我也屢次介紹台灣的道友前往泰國親近他。孺慕

之情，使我數度興起再訪的念頭，奈何塵網重重，福德不足，再三蹉跎，終成千古恨。今年七月十日，我有新加坡之行，列席「世界佛教僧伽會青年學術會議」，計畫順道前往泰國，不意佛使尊者於七月八日圓寂，一代高僧千古絕響。我慚愧萬分，不能於老和尚生前呈上所有中譯本，亦是此生一憾。

至今，我已出版了佛使尊者的三本書《菩提樹的心木》、《何來宗教》、《人生錦囊》和《法味》一書中的若干篇文章。但願在未來幾年，我能夠譯出他的所有著作，讓中文讀者也能沐浴在他的直樸道風之中。

一九九三年十月十一日鄭振煌謹識

作者簡介

佛使尊者於一九二六年出家。時年二十歲。在曼谷讀過幾年書之後，他發願生活在大自然中，以探討佛法。一九三二年，他在家鄉附近成立了今天「椿林」（或譯「解脫自在園」）的前身「森林佛法中心」，是泰國南部少數幾個內觀禪中心之一。佛使尊者的演講和著作，還有「椿林」的名聲，這些年來廣為流傳，被稱為「暹羅佛教史上最有影響力的事件之一」。以下介紹幾項他對佛教的有趣貢獻。

佛使尊者殫思極力要建立和詮釋原始佛教的純正要義。他精研巴利三藏（尤其是經藏），再根據教法從事個人的實驗和修行，然後把他所證得的任何減苦方法開示給眾生。他的目標，一直是要為目前和未來的研究和修行，制定一套完整的參考系統。他的方法，總是那麼合乎科學、直截了當、實際可行。

雖然他只受過七年的正式教育和初級的巴利文教育，卻榮獲泰國各大學頒贈五個榮譽博士。他的著作和演講紀錄，擺滿了泰國國立圖書館的一個房間，影響著所有認真修行的泰國佛教徒。

泰國社會中的進步派，尤其是年輕人，深深受到他的教法和大公無私的典範所啟示。自從一九六〇年代以來，教育、社會福利和農村發展等各界的推動者和思想家，都在接受著他的教法和開示。

自從成立「椿林」以來，他研究了佛教的一切法門，並涉獵主要的宗教傳統。這種興趣著重在實務上，而非學術上。他有意整合一切具有宗教情操的人們，共同奮鬥摧毀自私心，以挽救全體人類。這種開闊的心胸，為他贏得了來自世界各地的朋友和學生，包括基督教徒、回教徒、印度教徒和錫克教徒。

目前，他正傾全力推動最後一個計畫——建立「國際佛法修習中心」，預定工作目標有三項：

- 開授課程，讓外國和泰國的朋友認識佛法中所解釋的自然真理，引導他們修行佛法。
- 召集泰國(將來推廣到全世界)各宗教代表會議，促進彼此了解，共同推動世界和平。
- 邀請世界各地佛教徒集會討論，擬出「佛教的中心要旨」。

目錄

中譯序

作者簡介

第一講	看看佛教	1
第二講	諸法實相	11
第三講	三法印	19
第四講	攀緣執取	29
第五講	三學	35
第六講	我們執著什麼	41
第七講	以自然方式證得觀慧	51
第八講	以組織化的訓練證得觀慧	63
第九講	從世間解脫	75

第一講 看看佛教

打開任何一本有關宗教起源的書，我們可以發現所有作者都認為：宗教起源於恐懼。居住在樹林中的原始人，恐懼雷電、黑暗、暴風雨等他無法了解或控制的種種事物。在這些情況下，避免危險的方法有二：一是屈服，二是尊敬。完全視他的感覺而定。

後來，人類的知識增多了，這種對自然力量的恐懼，變成對更難理解之現象的恐懼。宗教如果來自對自然現象、鬼、神等恐懼對象的尊敬，就被視為不合乎理性和荒誕不經。然後，人類的恐懼變得越加細膩，譬如說，恐懼無法用物質予以減輕的苦。他開始恐懼生老病死苦，或者由貪瞋癡所產生的失望和絕望，這些都不是任何權力或財富所能解除的苦。古時候的印度，思想家和研究者輩出，有智慧的人不再盲目禮拜超自然的鬼神，開始尋求克服生老病死和去除貪瞋癡的方法。佛教於焉產生，這是以智慧為基礎的宗教，克服生老病死的途徑，摧毀煩惱的方法。佛陀發現徹底克服人類恐懼的方法，目前稱之為佛法，這是去苦的實際方法。

佛法的意義是「開悟者的教法」。佛是開悟的人，他了解萬事萬物的真理，了解一切真相，所以能夠隨心所欲而不逾矩。佛教是一個以智慧、科學和知識為基礎的宗教，其目標在摧毀苦和苦因。凡是以儀式、供養或祈禱來禮拜神明的，都不算是佛教。佛陀認為這些都是愚蠢、荒謬和錯誤的。當時有些人認為神是造物主，有些人認為天上每顆星都住有一位神，佛陀也勸人們不可以這些神為皈依的對象。他說：

「知識、技術和能力將帶來成功和利益，都是吉兆，它

們本身就是良善的，不管星體如何運轉。一個人只要具備這些修養，就可以超越整天卜卦算命的愚人。」他又說：

「如果河水（如恆河水）確能洗清罪惡和痛苦，那麼活在聖河中的烏龜、魚蝦、蛤蜊等水族，應該早就沒有罪惡和痛苦了。」又說：

「如果供養、禮拜和祈禱就能解除痛苦，那麼世間人都沒有痛苦了，因為每個人都可以禮拜和祈禱。正因為皈依、禮拜和儀式仍然不能解除痛苦，所以這些顯然不是解脫之道。」

（譯註：請讀者特別小心，一般的禮拜、供養或祈禱僅止於事相，故佛陀有此警語。必須至心禮拜、供養或祈禱，才能消除業障。）

解脫的第一步是仔細檢查，以便了解事物的真正本質。其次，配合事物的真正本質而行爲。這就是佛法，我們必須徹底了解，牢記在心。佛教無關乎五體投地的禮拜，也不作興禮敬可怕的事物。佛教不談祭聖水或祭祀外在的對象，包括鬼神在內。相反的，佛教建立在理性和智慧之上。它不要求臆測或假設，它要求我們依智慧而行爲，不可人云亦云。如果有人跑來告訴我們某件事，千萬不可照單全收。我們必須察言觀色，仔細考量。如果發現他的話不無道理，不妨暫時相信，然後親自加以驗證。這是佛教的主要特色，與其他宗教截然不同。

宗教有很多層面，從不同的角度看宗教，自然會呈現不同的面貌。許多人從錯誤的角度看宗教，必然會產生錯誤的見解，佛教也不例外。不同的人，以不同的心態看佛教，一定會有不同的觀點。因為我們每一個人都自以爲是，我們所

認定的真理，完全離不開我們個人的了解和觀點。因此，「真理」也就因人而異了。人類的聰明才智相去甚遠，又以不同的方法來探討問題，所以了解的程度也就千差萬別。每一個人都根據自己對真理的認知，來判斷某樣東西是不是真理，如果某樣東西超出他的智慧和了解，就不承認它是真理。即使他在表面上會附和別人的看法，承認某樣東西是真理，心裏卻深不以為然。每一個人對真理的觀念隨時會改變，由於智慧、知識和了解的增長，對真理的體會也會越來越深，直到證得最高真理為止。我們每一個人在相信某種真理之前，也有不同的檢驗方法。所以，如果佛教以不同的智慧來看它，就會呈現不同的圖像，因為佛教可從各種角度來觀察。

前面說過，佛教藉著體悟萬事萬物的真正本質，來解除人類的痛苦，佛陀就是一個例子。任何宗教的書籍，一定都含有後人增添的部分，佛教三藏也不例外。後代人根據當時的思潮，增加了某些段落，或者是為了增強人們的信心，或者是出於宗教狂熱。很遺憾的，後代所發展出來而與宗教混雜在一起的儀式，竟然也被視為佛教的內涵。因此，倣效齋僧的方式，陳設供養佛陀「靈魂」的甜點和水果盤，絕不符合佛教的原則。可是某些團體卻認為這才是真正的佛教作法，如是教，如是遵守，一絲不苟。

諸如此類的儀式氾濫成災，已經完全抹黑了佛教的真面目和真精神。就以傳授比丘戒來說吧！向來都有供養戒子的儀式。賓客接受邀請帶來食品和觀禮，結果像吃拜拜一樣，鬧成一團。（譯註：這種情形偶見於泰國）戒子受戒後沒多久就返回俗家（譯註：指短期出家者），可能變得比以前還要憎恨佛寺。請大家記住，在佛陀的時代，完全沒有這種情

形，這是後期所發展出來的流弊。在佛陀的時代，受比丘戒只是指某個人在獲得父母親的同意後，出家修行。他是一個能夠捨棄俗務、追隨佛陀和加入僧團的人。在某些方便的情況下，他就出家受戒，終其一生可能就不再見到他的父母親或家人。雖然某些比丘會在適當的場合，回家探望父母親，但這種情形並不普遍。目前確實有戒條允許比丘如果有充分理由，也可以回家，但在佛陀的時代並非如此。戒子受戒時，父母親不得在場，也不把受戒當成一樁大事來慶祝，如果出家後覺得不合適，可以再返俗，就像今天的情形一樣。

不管是贈送禮物給新戒子、種種儀式或慶祝活動——如果我們認為這就是佛教，那就愚蠢之至了！而且我們還得意洋洋呢！一擲千金，面不改色，從來沒有想到我們是在揮霍自己或別人的錢。這種「新佛教」非常盛行，幾乎普天下皆是。佛法，那一度是至高無上的教法，已經被儀式所淹沒了，使得佛教的整個目標變成模糊不清，甚至被曲解和改變。譬如，受戒已經變成年輕人的面子問題，未受過戒的人就會被指指點點；受戒也變成找對象的先決條件，因為出家當和尚被當作成熟的象徵；此外，受戒還有其他隱祕的動機。（譯註：泰國有短期出家的制度，每一位男子都必須出家為僧，故云。）有些地方，受戒被認為是收錢的機會，一談到收錢，總是有很多人樂意幫忙。這也就變成致富之道。即使是這樣，他們還稱它為佛教！如果有人挺身而出，指出批評，就會被認為不了解佛教或反對佛教。

另一個例子是供養袈裟布。佛陀的本意是同時把袈裟布供養給所有出家眾，讓他們自己能夠以最少的時間合作縫製袈裟。如果只能製成一件袈裟，就分配給大家公認最值得接

受供養或最需要的人，不一定分配給最年長的比丘，而且還是以整個僧團的名義贈送給他。佛陀這麼做，是爲了避免任何比丘產生貢高我慢的心理。贈布的那一天，任何人不管階級多高，都要謙卑恭敬，接受贈布。任何人都必須參與裁布、縫衣、蒸樹汁製染料等工作，在接受供布的同一天，就必須把布製成袈裟。這是一項分工合作，佛陀要求比丘自己動手做，不須勞煩在家衆。但今天卻變成一項集儀式、嬉戲、喧鬧和歛財之大成的事情。贈布變成一項郊遊野餐，佛陀的本意蕩然無存。（譯註：他山之石，可以攻錯。泰國如此，台灣雖無供養僧布的傳統，但其他作爲，是否也失去了佛陀的本意？）

諸如此類，都是在佛教中滋長的瘤。瘤的樣子形形色色，多得不勝枚舉。這是一種危險、惡性的發展，已經嚴重到抹殺和扭曲佛教真義的地步。結果是各種宗派如雨後春筍般地出現，有的人多勢衆，有的微不足道。有些宗派甚至追逐五官之欲。請大家務必睜開眼睛，才能分辨什麼才是貨真價實、如假包換的佛教。我們千萬不可以糊塗到執著外殼，或熱衷於各種儀式，反而把學佛的真正目標給忽視了。真正修持佛法，必須先清淨身業和口業，然後清淨意業，最後可以產生智慧和正知正見。不要因爲每一個人都說如此如此是佛教，就跟著人云亦云。自從佛陀入滅後，瘤就一直在往四面八方擴散，直到今天已經變得很難收拾了。我們不能把佛教的瘤當作佛教。其他宗教人士跑來指著這些可恥和不光榮的發展就是佛教，實在有欠公允，因爲這些只是瘤，絕非佛教。有志宏揚佛法的我們，不論是爲了自行或化他，都必須知道如何把握佛法的真正本質，不可以執取一文不值的瘤。

即使是佛教，也有很多面，許多人因而看不清它的廬山真面目。譬如，從道德哲學的角度來看，佛教是倫理的宗教，因為佛教講善惡、是非、誠實、感恩、和諧、寬宏大量等。三藏處處都在講道德，初入佛門的人，往往從這個角度來看佛教，深深嚮往。

從更高一層來看，佛教是真理的宗教，深奧的真理隱藏在佛教的表面下，一般人視而不見。見到真理，就是體悟諸法空性；體悟諸行無常、一切皆苦、諸法無我；體悟苦集滅道四聖諦；體悟這些是第一義諦，顛撲不破，人生至寶。這就是真理的佛教。

如果從宗教的角度來看佛教，它是以戒定慧為基礎的宗教，終極目標在顯發人人本具的如來智慧德相，離苦得樂。這就是宗教的佛教。

接下來是從心理學的角度看佛教，屬於三藏中的論，把心的性質分析得淋漓盡致。一直到今天，心理學者仍然對佛教心理學著迷不已，嘆為觀止。現代心理學知識，不管是在廣度或深度方面，都望塵莫及。

佛教的另一個面是哲學。哲學建立在從推理所獲得的證據上，卻無法以實驗顯示。它與科學不同，科學知識來自觀察、實驗或甚至直覺的「內眼」。像空性之類的高深知識，對尚未悟入真理的人來說，只是一種哲學；對證得無上正等正覺的佛來說，則是科學。佛教有許多層面，尤其是四聖諦，是非常合乎科學的，可以用內省的方法加以實驗證明。任何有智慧的人，只要對研究感興趣，因果關係就是道地的科學。佛教並非霧中花，也不只是一種哲學而已，它像人類所製造的產品，具體可見。

有些人把佛教當成文化。強調文化的人都可以發現，佛教有許多方面是一切文化所共有的，也有許多方面是佛教所特有的，遠比其他文化殊勝。

在所有這些層面中，正信佛教徒最應當注意的是把佛教看成宗教。我們必須把佛教看成是可以證得諸法實相的有效途徑，可以讓我們放下一切攀緣執著，不再迷惑顛倒，變得自在無礙。如此，才算是洞見佛教的本質，也才能凸顯佛教的價值。如果把佛教看成是倫理，則平淡無奇；如果把佛教看成是真理，妙則妙矣，卻不實際；如果把佛教看成是哲學，固然可以談玄說妙，引人入勝，卻無助於解脫煩惱；如果把佛教看成是文化，頂多只能博得社會學家的讚嘆而已。

至少，我們應該把佛教看成是藝術——生活藝術。換句話說，學佛就是學習如何做好一個人，如何活得可欽可敬，為人表率。我們應該做的，就是培養「三光」——首先，清淨戒行；其次，修心入定，承辦諸事；最後，開大智慧，證法實相，滅煩惱苦。任何人的生命如果有了這三光，就算深得生活藝術的三昧。西方人對生活藝術的佛教最感興趣，對這方面的討論也比別人多。如果我們能夠徹底把握佛教的真正本質，奉為生活指南，就可以法喜充滿，遠離沮喪和無明。也可以掃除種種恐懼，不再害怕神清氣爽會使生活變得枯燥無味；不再害怕去除貪念會凍結一切思想和行動，反而可以圓融無礙，運用自如。他是勝利者，周遭的一切人事物，不管是經由眼耳鼻舌身意那一根進入他的意識，都將聞風披靡，再也無法迷惑他、污染他、干擾他。能夠隨心所欲掌握一切，才是真正的極樂。

只要心向佛法，就可以獲得安樂吉祥。我們也可以把佛

法看成是不可或缺的营养。不错，人只要还有烦恼，就会不断地以眼耳鼻舌身摄取营养，做自己情欲的奴隶。但人之所以异於禽兽者几希，他还有良知，渴望获得精神养分的喜悦，首先就是从戒行清淨所产生的喜悦。开悟者心境安詳，烦恼不侵；他也洞澈诸法实相，不伎不求。因此，他能够泰然自若，举重若轻，不会栖栖惶惶忙得像佛陀所譬喻的「晚上冒烟，白天发火」。

「晚上冒烟」的意思是失眠或焦躁不安。「晚上冒烟」者整个晚上都把手搁在额头上，想东想西，要这个要那个，思量如何发财，如何一夕致富，如何满足欲望。他的心是「烟」，辗转反侧，无法入睡，好不容易捱到天亮，一骨碌下床，就往外衝，追逐他整个晚上所思量出来的计画，「烟」变成了「火」。这些都是乱心的癥候，严重缺乏营养。这是一种病理饥饿，来自于「贪」。整个晚上病人把烟和热压抑下来，天一亮就发了火，在心中燃烧，热气腾腾。如果我们的一生都是在「晚上冒烟，白天发火」，怎能求得安詳冷静？请大家好好观照！只因为我们缺少可以全然熄烟减火的智慧，就得一生痛苦煎熬。治病的方法，惟有利用佛陀所提供的知识。减少烟和火的程度，与了解诸法实相的程度成正比。

上面提过，佛教有很多不同的层面。就像山，横看成岭侧成峰，远近高低各不同，我们怎么看佛教，就会获得怎样的利益。即使说佛教起源于恐惧，但这种恐惧绝非无知者对偶像或怪异现象跪拜的愚蠢恐惧，而是担心无法解脱生老病死等人生众苦的恐惧。真正的佛教绝不是书，绝不是手册，绝不是讲说三藏，绝不是繁文缛节。真正的佛教是修行，身

口意三業清淨。我們可以不讀經看書，可以不繁文縟節，可以不拜鬼神，卻必須留心身口意三業，堅苦卓絕，淬勵奮發，去煩惱，開智慧。惟有如此，才能夠任運自在，無往而不利，永離衆苦。

這就是真正的佛教，請大眾認識清楚。千萬不要糊裏糊塗地追逐毒害佛教的瘤，以假當真。