



永不低頭

■ 凡突破逆境者，必揮淚收割



● 淺尾法燈 著 ● 江芬蘭 譯

作者以悲慘的際遇，深刻的體悟，誠摯的吶喊：「學習」是活潑人生的指南
全書智慧語錄，值得成爲您生活中的一部份，提供您生活科學。

永不低頭

凡突破逆境者，必揮淚收割

淺尾法燈 著

江芬蘭 譯

永不低頭 / 淺尾法燈著 ; 江芬蘭譯. -- 初版.
-- 臺北市 : 新苗文化, 1996[民85]
面 ; 公分. -- (智慧文庫 ; 12)
ISBN 957-8942-50-8(平裝)

1. 修身

192

85001346

智慧文庫 ⑫ **永不低頭**

作 者 / 淺尾法燈

譯 者 / 江芬蘭

發行人 / 王聖毅

出版者 / 新苗文化事業有限公司

台北市和平西路1段150號9F之5

電話 : (02)3320430

傳真 : (02)3329817

劃撥 : 18324544

排 版 / 華馥電腦排版有限公司

印 刷 / 久裕印刷事業股份有限公司

版 次 / 1996年3月初版

出版登記 / 局版台業字第6017號

定 價 / 160 元

(本書如有缺頁破損請寄回更換)

序

淺尾法燈

迄今爲止，我藉由演講與寫作，不斷呼籲「學習人生」乃爲活潑人生的生活指南。自一九六〇年起，我即在山口縣宇部市一隅辦學習人生的道場——「自然之泉」，在此二三十年裏，我會晤了幾十萬人，遺憾的是，我遇到的人，多半對自己的生活方式欠缺信心，對自律懵懂無知，而且這些人，多爲人生無常而拋淚，爲內心矛盾而訴苦，爲憤懣不平而嗟嘆。

對於這些人的心情，我都能刻骨錐心地體會到，因爲，在我的童年時代，也曾經陷溺在如此的煩惱困惑之中，我曾經爲了追求真理，甚至企圖自殺，我曾經罹患白血病，而被醫師宣佈「無藥可救」。雖然面臨死亡，我在自己內心一直重覆發問：「人生究竟爲何？」我站在死亡邊緣獲得了真理，因此開辦了「自然之泉」。

機械文明的進步，促使了人心變得機械化，失去了原有的靜謐、安穩、喜悅的心境。人們一味地追求物質生活的豐盈，忽視了人生的精神支柱及生命價值。

對那些爲人生而煩惱、對家庭不滿、對子女教育痛心、對人際關係絕望……的人，我願提供以下的箴言：

「當問人生是什麼、幸福在哪裏之前，請先健全自己的心，同時，愉快地生活！」
心境健全開朗、精神抖擻地踏上人生之路的快樂，能使自律神經鎮靜、促進頭腦的靈活，並使人意志堅定、勇氣百倍、身心健康。

處於詭譎多變的現代社會中，對於有意克服精神的抑鬱、規律一顆忐忑不安的心、希望能以穩健信念生活的人，本書倘能略盡棉薄之力，扮演心的「指針」，則筆者亦感與有榮焉。

目錄

序 3

第一章 強韌的意志

突破逆境 14

- 口琴長屋
- 灰暗的生活
- 祖母的淚水與未遂的心願
- 「那小孩有傳染病」——受蔑視的生活
- 和死青蛙遊戲的「不祥小孩」
- 父親的信仰與齋戒沐浴
- 空襲警報仍然悠遊自若
- 「不要把奶奶帶走」——祖母之死
- 父親的續絃——繼母，僅一個月即離去
- 懷錶與蘿蔔

- 空襲——身無分文的父子
- 六法樣的住持
- 煤礦宿舍的生活
- 運動會時孤獨的午餐
- 第三個母親
- 組織兒童會

探求真理的歷程

46

- 求道行腳之旅
- 一碗飯的可貴
- 在稻草堆中與蛇共寢
- 寺院的修行生活
- 為食色之慾所苦惱
- 終日絕望——決心一死
- 聯絡站的工作
- 失戀，再度至大阪
- 以政治改革社會——婦女參選的選舉運動
- 被醉漢打昏
- 遇到藤中富子

• 罹患白血病

「自然之泉」的創辦 70

• 親令法燈降臨

• 首度的演講——只有三人到席

• 做事的魄力

第二章
人之一生在於學習爲人

實在親相 76

• 人不能離群索居

• 宇宙根源的能

• 真理永恆常新

• 「七生行」——親切、慈悲、博愛

• 關於「德」與「業」

芸芸衆生 88

• 承受磨練

• 堅忍不拔的耐性

• 心存感謝的愉悅生活

• 親切播種

• 愛的喜悅

• 與朋友同在

• 平靜的心境

• 智慧的語言

第三章

人生爲行

摩訶般若波羅蜜多心經 126

知、即立、即行的心 129

• 由「般若心經」到「般苦心行」

• 「般若波羅蜜多」即「行」之意

• 經驗所得

• 實踐的重要

知識、智慧

133

• 知識與智慧

• 「睿智」與「分別知」之區別

• 渡河完成人的精髓

· 以最高的睿智活於不切實的現代社會

努力是美好的

138

- 不拘泥於物，而應「觀自在」
- 「色即是空」之真義
- 智慧的運用從理解「存在」展開
- 以心擦拭淚水
- 長嶋茂雄的至理名言

「空」為生命

145

- 「空」並非「無」
- 看不見的「心病」才可怕
- 零為「有」
- 日本列島存在嗎？
- 「空」為永恆的生命
- 學習「般若之村」污水處理的方式
- 叢林人是「不垢不淨」
- 做平凡的事

「空」是互相找麻煩，也是相互幫助

153

- 心經的價值在於「不增不減」
- 財盡時亦是緣盡時
- 真實的「空」是互助的精神
- 斥退惡德之法是「可靠的自我」

六根皆露之世作爲自我磨練的磨刀石

158

- 超越十八界
- 真正的教育在何處？
- 展露六根、擠出根性

生命的真實無因緣

163

- 被稱為「惡魔」的大誤解
- 結合「無明」與「老死」的十二因緣
- 並無所謂的前世作祟
- 十二因緣只不過是連結過去、現在與未來的鏈條而已
- 超越煩惱及迷惑的般若心經真義
- 活得坦直、脫離因果關係
- 大慾遠勝我慾
- 心的罣礙會製造病人

• 鬆弛的心阻礙身體的發展

• 心快活、病就好

• 去除罣礙，病自然可治癒

• 「行的價值」消除心的阻礙

禪悟使人明朗 177

• 所謂「悟」乃不受現象世界影響的境界

• 無法以道理計算的幸福感

• 懺悔為開悟之門

幸福沒有定義 182

• 原文所沒有的「度一切苦厄」

• 苦的真象為「把苦視為苦」的痛苦

• 有苦才有人生

• 嚴以待己、寬以待人

• 超越逆境而獲得諾貝爾獎的例子

成爲懂得孤獨之「長」 187

• 認清孤獨與孤立之差異

• 智慧與力的「偉大真言」

- 般若心經的根本精神為般若心行
- 即將達到目的的般若親行
- 人生無盡頭

永不低頭

凡突破逆境者，必揮淚收割

淺尾法燈 著

江芬蘭 譯

迄今爲止，我藉由演講與寫作，不斷呼籲「學習人生」乃爲活潑人生的生活指南。自一九六〇年起，我即在山口縣宇部市一隅辦學習人生的道場——「自然之泉」，在此二三十年裏，我會晤了幾十萬人，遺憾的是，我遇到的人，多半對自己的生活方式欠缺信心，對自律懵懂無知，而且這些人，多爲人生無常而拋淚，爲內心矛盾而訴苦，爲憤懣不平而嗟嘆。

對於這些人的心情，我都能刻骨錐心地體會到，因爲，在我的童年時代，也曾經陷溺在如此的煩惱困惑之中，我曾經爲了追求真理，甚至企圖自殺，我曾經罹患白血病，而被醫師宣佈「無藥可救」。雖然面臨死亡，我在自己內心一直重覆發問：「人生究竟爲何？」我站在死亡邊緣獲得了真理，因此開辦了「自然之泉」。

機械文明的進步，促使了人心變得機械化，失去了原有的靜謐、安穩、喜悅的心境。人們一味地追求物質生活的豐盈，忽視了人生的精神支柱及生命價值。

對那些爲人生而煩惱、對家庭不滿、對子女教育痛心、對人際關係絕望……的人，我願提供以下的箴言：

「當問人生是什麼、幸福在哪裏之前，請先健全自己的心，同時，愉快地生活！」
心境健全開朗、精神抖擻地踏上人生之路的快樂，能使自律神經鎮靜、促進頭腦的
靈活，並使人意志堅定、勇氣百倍、身心健康。

處於詭譎多變的現代社會中，對於有意克服精神的抑鬱、規律一顆忐忑不安的心、
希望能以穩健信念生活的人，本書倘能略盡棉薄之力，扮演心的「指針」，則筆者亦感
與有榮焉。