

心靈雅集 15

釋迦名言智慧

開拓今日生計
明日希望的指針



松濤弘道 著 ■ 心靈雅集編譯組

釋迦名言智慧

原著者：松濤弘道

翻譯者：心靈雅集編譯組

發行人：蔡森明

出版者：大展出版社有限公司

台北市北投區致遠一路二段十二巷一號

電話：(〇二) 八三四六〇三一

傳真：(〇二) 八三三二〇六九

郵政劃撥：〇一六六九五五

登記證：局版臺業字第二一七一號

承印者：高星企業有限公司

台北市西園路二段三三〇巷五五弄二八號

法律顧問：劉鈞男 律師

電話：(〇二) 三六一九〇八〇

中華民國八十年五月出版

版權所有



不准翻印

(如有破損或缺頁請寄回調換)

售價180元

▲經銷處：全省各大書局
ISBN 957-557-112-6

698848

B948
934

心靈雅集
15

釋迦名言智慧

松濤弘道 著 ■ 心靈雅集編輯組 譯



90086392

大展 出版社有限公司
DAH-JAAN PUBLISHING CO., LTD.

〈作者簡紹〉：

松濤弘道，一九三三年出生，日本大正大學，美國哈佛大學碩士。

畢業後，至夏威夷淨土宗別院傳授七年佛教、在留美十二年期間研究國際派佛教。

現代淨土宗近龍寺住持，兼任上野女子大學教授。主要著作有：『佛教入門（上、下二冊）』、『佛經入門』、『阿彌陀經之心』、『佛學名言智慧』、『佛教名言三六五日』、『佛事、法事之大成』、『禪言佛語看人生』、『活用佛學於經營』。

前言——今日的作為，是未來希望的方向

在從前的觀念中，認為佛教是指導人們做死後祭拜的工作，對我們在世時的生活，並未指引任何方向。

佛教令人聯想到古老的寺院與莊嚴的佛像，還有衣著光潔的僧侶與艱澀的經文。這些都與我們生活有著相當的隔離，至多也只是在葬儀、法事或參觀寺廟時才有接觸的機會。作者本人也僅將佛教看成是一種陳舊的習俗或文化遺風而已。

但是，在這充滿古舊色彩表面下，卻蘊藏著許多現代生活富有助益且具體的教導在內，使人不禁為之訝異。

佛教約在二千五百年前，由印度釋迦，即歌達瑪·釋達魯達所創始。其教義主張衆生平等，亦非如一般人所認為的必須強制歸依，或強制隸屬某一宗教組織。

大部分有宗教信仰的人，都自認信教的動機是為了解脫「貪、病、爭」等世上的痛苦。「遇到困難時，臨時抱佛腳」，但盼神助一臂

之力的這種近乎功利的佛教方式，往往不一定如其所願。因此產生一種現象，即對所求有所靈驗的宗教，便奉為真理、神明，加以膜拜奉祭，否則便棄而不信。

英國歷史學家愛德華·基伯說過：「在古代羅馬帝國時，有各形各色的宗教儀式，民衆都趨之若鶩，奉為真理而敬拜，卻對哲學理論棄如敝履。當時的行政官都可假藉宗教之名挾制百姓。」

在『羅馬帝國衰亡史』中也有此種記述。而我們今日宗教風潮的盛行，也彷彿與羅馬時代的宗教狂熱同出一轍。

但，佛教不是一個迎合衆人趨向的宗教，它超越私人偏狹的「貪、病、爭」的範疇，以研究人生根本問題為依歸，並以普渡衆生為其使命。

在對人生有所醒悟前，釋迦原本也是一個充滿苦惱的人，他常自忖：「人生在世為何總是苦惱重重，脫離不了生、老、病、死的束縛。如何才能獲得解脫呢？」

釋迦雖貴為王子，過著豐裕的生活，擁有崇高的地位，但他在二十九歲時察覺到人生的無情與幻滅，便毅然捨下周遭的榮華富貴，

踏上求道之途。歷經七年的苦修。在三十五歲之秋，於布達該亞的來因迦納河邊求得徹悟之道，成為佛陀、先知先覺者。

雖已是二千五百年前的歷史陳跡，但卻與現今種種思潮、宗教觀、價值觀日趨複雜、混迷的社會環境有頗多相似之處，現代人也如同年輕時代的釋迦沈溺於歡愉享樂之中。

由以上種種跡象觀之，作者以為這似乎也意味著，我們亦將跟隨釋迦的腳踪，踏上他曾走過的道路。

本書以釋迦的誕生至入滅的生涯為背景與觀點，解說佛教中所謂人間一百零八種煩惱為主，並引用由釋迦直述的原始經典為註解。作者希望能藉著釋迦在世時的印度社會反映出今日的現代社會實像，並以探究釋迦的生活方式與其體驗，尋找出人生種種問題的解答。

作者的此番觀點與期望是否得宜，尚須仰賴各位賢明讀者的賜教與指正。

目錄

前言

第一章 學 在求道之路上的明光

1 失敗為人生的轉機	——	《增支部經典·一一三》	一八
2 欺瞞自己的瞬息歡樂	——	《阿含正行經》	二〇
3 超越成敗的幸福	——	《法句經·二〇二》	二二
4 虛空的快樂	——	《法句經·七》	二四
5 斷滅驕傲的心	——	《釋達·尼巴達（經集）》	二六
6 鳥瞰人生	——	《法句經·八五》	二八
7 遠大真理勝於微小的現實世界	——	《釋迦自說經》	三〇
8 超越理論的道理	——	《法句經·一〇〇》	三二
9 以美善製造的陷阱	——	《法句經·四一七》	三五

第二章 知 認識自己的原點

- | | | | |
|--------------------|----|--------------|----|
| 10 辨認大事與小事 | —— | 《釋迦自說經》 | 三八 |
| 11 做一個獨立的人 | —— | 《法句經·三〇五》 | 四〇 |
| 12 極限的里程 | —— | 《法句經·六八》 | 四二 |
| 13 怎樣才是有智慧的人 | —— | 《法句經·二三四》 | 四四 |
| 14 心與身是車的兩輪 | —— | 《法句經·二一七》 | 四六 |
| 15 互相依靠的世人 | —— | 《相應部經典》 | 四八 |
| 16 好種子始能種出美好的花朵與果實 | —— | 《大般涅槃經》 | 五〇 |
| 17 以苦惱作為原點 | —— | 《法句經·九三》 | 五二 |
| 18 身心健康的處方 | —— | 《法句經·九〇》 | 五五 |
| 19 既強且深又廣 | —— | 《雜阿含經·一〇一七》 | 五七 |
| 20 生存與放生的自覺 | —— | 《法句經·二七〇》 | 六〇 |
| 21 悉心傾聽 | —— | 《釋達·尼巴達（經集）》 | 六二 |
| 22 教、學之間 | —— | 《法句經·七二》 | 六六 |
| 23 人生如水車 | —— | 《法句經·八六》 | 六八 |

24 從欲望的束縛中解脫	——	▲律大品▼	七〇
25 長遠的眼光與廣闊的胸襟	——	▲相應部經典▼	七二
26 人生須常磨練	——	▲法句經・二二▼	七四
27 可悲的差別心態	——	▲大般涅槃經▼	七七
28 阿吽的呼吸	——	▲法句經・二五六▼	七九
29 卑賤的妒忌心	——	▲法句經・二六五▼	八一
30 為善終得回報	——	▲法句經・一一九▼	八三
31 不可自欺	——	▲中部經典▼	八五
32 愛欲的彼方	——	▲法句經・三五五▼	八八
33 不可輕忽小事	——	▲雜阿含經・四六▼	九〇
34 為對方設想	——	▲法句經・一二九▼	九二
35 孩童心中的濁點	——	▲釋迦自說經▼	九四
36 不自知的愚笨	——	▲增一阿含經・一一▼	九六
37 尋求完全的幸福	——	▲法句經・四八▼	九八
38 安居地在心中	——	▲法句經・八五▼	一〇〇
39 奉獻心態的重要	——	▲釋迦・尼巴達（經集）▼	一〇二

第三章

聞 以恢宏大度待人

- | | | | | |
|----------------|----|--------------|----|-----|
| 40 為一瞬間燃燒的生命火花 | —— | 《法句經·一二五》 | —— | 一〇四 |
| 41 洞悉真偽的目光 | —— | 《釋達·尼巴達（經集）》 | —— | 一〇六 |
| 42 秉持率直的心 | —— | 《大智度論》 | —— | 一〇八 |
| 43 怨恨不能解決問題 | —— | 《法句經·五》 | —— | 一一一 |
| 44 耽溺愛欲招致滅亡 | —— | 《法句經·二二五》 | —— | 一一六 |
| 45 學習先人的智慧 | —— | 《法句經·三三二》 | —— | 一一八 |
| 46 過分相信外表的陷阱 | —— | 《玉耶經》 | —— | 一二一 |
| 47 可貴的體諒之心 | —— | 《相應部經典》 | —— | 一二三 |
| 48 成為背影受人尊敬的人 | —— | 《釋達·尼巴達（經集）》 | —— | 一二五 |
| 49 施捨不求回報 | —— | 《法句經·一八》 | —— | 一二八 |
| 50 一發即中，無二矢也 | —— | 《長老偈》 | —— | 一三〇 |
| 51 忍耐分離之苦 | —— | 《法句經·一四八》 | —— | 一三二 |
| 52 探究施愛之福 | —— | 《法句經·二一二》 | —— | 一三四 |
| 53 心中的節制 | —— | 《雜阿含經·四二》 | —— | 一三七 |

第四章 行 培養獨立的人格

54 沈默與雄辯同價	——	《釋迦自說經》	一三九
55 洗淨污心	——	《法句譬喻經》	一四一
56 認輸有時是必要的	——	《法句經·八一》	一四三
57 朋友不在多，貴在真誠	——	《六方禮經》	一四五
58 利他心	——	《法句經·一六六》	一四七
59 分別事實與真實的差異	——	《法句經·一六五》	一四九
60 切斷惡的根源	——	《法句經·二八三》	一五二
61 只見他人田地美	——	《法句經·三四九》	一五五
62 生命的承擔	——	《法句經·一八二》	一五七
63 心平氣和	——	《法句經·九六》	一六〇
64 堅守約束	——	《大般涅槃經》	一六二
65 寬宏大量的效用	——	《長部經典·一六》	一六六
66 精進律已，以免人生的鐵鏽	——	《四十二章經》	一六八
67 為善應急不為速	——	《法句經·一二六》	一七〇

68 自身的調整	——	《法句經·一四五》	一七二
69 行為重於地位與頭銜	——	《釋達·尼巴達（經集）》	一七四
70 不可瞥目而視	——	《優婆塞戒經》	一七六
71 注視永恆，莫眩於瞬間	——	《法句經·九》	一七八
72 主體性的人生	——	《法句經·一七九》	一八〇
73 看清事物的本質	——	《中部經典·七二》	一八三
74 智慧優於知識	——	《法句譬喻經》	一八五
75 埋首專注於目標	——	《法句經·三一》	一八七
76 避免就易之愚	——	《法句經·六〇》	一八九
77 不懼批評與責難	——	《法句經·二二八》	一九二
78 對自己言行負全責	——	《法句經·五〇》	一九四
79 金錢豈是人生的切	——	《法句經·六二》	一九六
80 不言而行	——	《釋達·尼巴達（經集）》	一九八
81 懂得分際與分寸	——	《相應部經典》	二〇〇
82 狐假虎威	——	《法句經·一六〇》	二〇二
83 了解情性的可怕	——	《法句經·二二三》	二〇四

第五章 悟 如何活出心地豐沃的人生

- 84 不可憎恨他人——
 ▲釋達·尼巴達（經集）▼……………二〇六
- 85 務須具備律己的信條——
 ▲心地觀經▼……………二〇八
- 86 身、心皆寄存之物——
 ▲法句譬喻經▼……………二一〇
- 87 死——嚴肅的事實——
 ▲大般涅槃經▼……………二一四
- 88 處世泰然自若——
 ▲釋迦自說經▼……………二一六
- 89 終極之美——
 ▲律大品▼……………二一九
- 90 順境不醉、逆境不餒——
 ▲法句經·一〇四▼……………二二二
- 91 相隨心生——
 ▲法句經·三七九▼……………二二四
- 92 奉獻的心是尊貴的——
 ▲長部經典·一六▼……………二二七
- 93 入寶山，不可空手回——
 ▲法句經·六四▼……………二二九
- 94 強莫強如實踐者——
 ▲中部經典·一〇七▼……………二三一
- 95 嚴格區分善惡——
 ▲法句經·四〇三▼……………二三四
- 96 奠定正確的目標——
 ▲法句經·三一▼……………二三六
- 97 遵從佛、法、僧三寶——
 ▲法句經·一九〇▼……………二三八

98 應視事物全貌	——	△衆育摸象經▽	二四一
99 捨棄高慢之心	——	△德那·加達（長老偈）▽	二四三
100 成為一個可自我批判的人	——	△法句經·一五八▽	二四五
101 失敗不氣餒	——	△增一含經·三一▽	二四七
102 心存感謝	——	△法句經·二〇四▽	二四九
103 重尋生存的目標	——	△法句經·一五一▽	二五一
104 親身體驗的教導	——	△法句經·二五九▽	二五三
105 生活在創造的人生中	——	△法句經·二五▽	二五五
106 知足的重要	——	△法句經·三六六▽	二五七
107 死而後生	——	△大般涅槃經▽	二五九
108 以笑顏回顧人生	——	△法句經·二九六▽	二六二

釋迦的 印度關連地圖

