

時報出版

天大

的笑話

走出牛馬鼠兔相

釋見介
釋見澈◎合著
釋見參

當你看到人生真相的
虛幻無常時，
便會發現自己的
自以為是、
怨天尤人、
貪愛瞋恚……
原來只是笑話一場



天 大

的笑話

走出生命與真相

釋見介
釋見澈
釋見參
◎合著



人生顧問⑦

天大的笑話——走出生命的幻相

作者——釋見介、釋見澈、釋見參

董事長——孫思照
發行人——

社長——莊展信

出版者——時報文化出版企業股份有限公司

台北市106和平西路三段二四〇號四F

發行專線——(〇二)二三〇六一六八四二

讀者免費服務專線——(〇八〇)——三三一七〇五

(如果您對本書品質與服務有任何不滿意的地方，請打這支電話)

郵撥——〇一〇三八五四〇〇時報出版公司

信箱——台北郵政七九〇九九信箱

電子郵件信箱 cliving@mail.chinatimes.com.tw

網址——<http://publish.chinatimes.com.tw>

主編——心岱

編輯——閒雲

美術編輯——管綠冬

繪圖——曲曲

校對——釋見介、釋見澈

排版——鴻霖國際事業有限公司

製版——源耕製版有限公司

印刷——富昇印刷有限公司

初版印刷——一九九九年十二月十三日

定價——新台幣二二〇元



◎行政院新聞局版北市業字第八〇號
版權所有 翻印必究

(缺頁或破損的書，請寄回更換)

ISBN 957-13-3035-3

Printed in Taiwan



序

一場由自己寫出的笑話

釋悟因

《天大的笑話——走出生命的幻相》一書是見參、見澈、見介法師於《中國時報》〈浮世繪〉版「天大的笑話」專欄的結集。

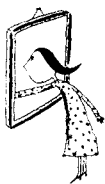
「天大的笑話」是一場怎樣的笑話呢？它訴說著人生的千姿百態，其中的點點滴滴都是我們自己以喜怒哀樂的心情所寫出來的，然而好笑的是我們常身在其中而不自覺。

人們總是期待著未來，就如〈匆趕下的悠閒〉一文中的主角，希望自己可以很從容，為了能有「悠閒感」，而急急「匆趕」，最後才發覺於過程中根本沒有任何悠閒可言。人們也不免咀嚼過去，就如〈我是「受害者」〉一文中，那個背負著過去



「受傷」的感覺，無法面對現在的「受害者」，讓自己不斷陷在「受傷」、「療傷」的輪迴中。人更避免不了耽溺於現在，就如〈被打腫臉的胖子〉一文中的女強人，認為「我是很能幹的，我的管理怎麼可能有問題？」為了維持自己的能幹形象，而弄得身心俱疲。除此之外，我們也可以看到人藉著各種理由——「我是為你著想」、「這是上輩子欠的債」、「我不是這樣的人」等，來為自己的所作所為或人我關係尋找出路；或認為自己及其他事物都有一個堅實、永恆的實體，於是用盡心力想要維持這個「真實」，殊不知所有的努力都只是彰顯出無常與苦的生命本質。

閱讀這些文章時，我們或許會嘲笑那些永遠想著「媽媽是為了你好」，而強為孩子亂弄偏方或求神加持的母親；或憤怒那個假借「算命的說我有兩個老婆的命」，而光明正大外遇的薄情漢。但是當我們在評斷他們的行為時，是否能見到母親那種不問孩子真正需要的盲目心態，或外遇宿命論者推託自己行為的逃避心理？當反觀自己時，我們可以自問，盲目與宿命是否也是自己在不知所措時曾掉入的陷阱？於是我們就在追逐與逃避之間不斷地徘徊，終究無法得到心靈的平靜。



有人曾問佛陀：「具有什麼看法和什麼德行的人，才能稱為平靜的人？」佛陀回答說：「在身體毀滅之前就已擺脫貪愛，不執著開頭和結尾，也不考慮中間；他不崇拜任何事物。」「不期望未來，不悲傷過去，無視諸觸，不受任何觀點引導。」

心靈的平靜來自於不幻想未來，不悲傷過去，不執著於現在。不論未來、過去或現在，生命中一切笑話的源頭，都可以追溯到「我執」，由「我執」開始，我們建構了屬於自己的世界。《天大的笑話》只是一個引子，引導我們去看見由「我執」所製造出的笑話本身的困境，在這樣的因緣中，我們可能要具備某種看法，而在另外的因緣中，這種看法或許會招引來其他的困擾。你可以發現，經歷了生命中的各種情境，或許會使我們更通情達理，但不一定能使我們變得更有智慧；智慧的發展是因為我們能在這些經驗當中去覺知，並進而從貪愛、愚痴的陷阱中跳脫出來。

「覺知」是智慧發展的動力，如果沒有在經驗中覺知生命無常、苦的本質，那麼我們的經驗充其量就只是數量的累積，只是從陌生到熟悉而已，不具任何意義。如果我們能夠覺知身心世間都無時無刻不在變動當中，就會發現根本沒有一個不變



的「我」存在，也沒有「我」能夠永遠持有一件事物，哪怕只是一個概念。

不論過去、現在或未來，時間都不曾為誰停留，心念總是剎那變化，人生沒有一定的軌則可循，只有以正見觀照當下的因緣，我們才不會成為笑話的製造者。



自序

遠離顛倒夢想，不再製造笑話

釋見介
釋見澈
釋見參

一個微雨的冬天，《中國時報》〈浮世繪〉版主編夏瑞紅小姐偕同她的母親、妹妹以及孩子來香光寺禮佛。由於之前〈浮世繪〉版轉載《香光莊嚴》雜誌文章的因緣，我們與瑞紅有過接觸，對她明快幹練的行事風格、細膩體貼的心印象深刻。但當她提出邀請，希望我們能在〈浮世繪〉版撰寫「天大的笑話」專欄時，我們真的有些遲疑，畢竟每週寫專欄是多麼不容易的一件事啊！

而瑞紅會提出這個邀請，也是導源於《香光莊嚴》。《香光莊嚴》季刊曾經刊登了見參的「天大的笑話」演講稿，瑞紅覺得還不錯，便希望在〈浮世繪〉版開闢這樣一個專欄，名稱就叫「天大的笑話」。在瑞紅的鼓勵下，這個專欄便由《香光



莊嚴》兩位編輯見澈、見介以及原「天大的笑話」講稿的講者——見參，三人一起合力完成。

在專欄最初發表時，很多讀者反應以為這是個笑話專欄，但後來一看內文，才知道並不好笑。「博君一笑」並不是我們的寫作目的，因此它不是一部笑話大全，其中沒有虛構、顯說、隱喻的笑話，而是訴說著我們在人生舞台上所製造的種種幻相。取名「笑話」，是因為我們常常活在自己製造的幻相中，不能如實地看到生命的真相；假如你看到人生真相的虛幻無常時，便會發現自己的自以為是、怨天尤人、貪愛瞋恚……，原來只是笑話一場，而這場笑話之所以成為「天大的」，正是由於笑話的製造者往往不是別人，而是自己。

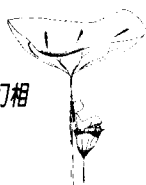
有人問我們：「法師們怎麼會有這麼多的題材可以寫呢？」其實除了聽到、看到的故事故之外，有更多是來自於對自己的檢視：當我們反省自己或潛藏於內在、或表現於外在的種種思想與行為，以及對外境的各種反應時，我們發現自己在很多時候真的就是那個笑話的製造者，如果不自覺，人生是多麼容易變成一場笑話！有句



話說：「你可以一輩子不走進寺院、教堂，但你不能不面對自己。」每個人都必須面對自己生命的問題，這是誰也無法代勞的。一旦我們認識到自己原來是「天大的笑話」的製造者時，也不必悲傷、自責，只要我們不斷地自覺、修正，生命永遠都有無限的可能。

而有時候當我們看到別人成為「笑話」的主角時，也不必自滿，因為人生處處是陷阱，若無法時時保有正念，下一個製造幻相的人就會是我。時時覺知，處處醒察，不讓自己身陷幻相的牢籠而不自知，是我們在生命的成長過程中所必須學習的課題。因此，這些「笑話」表面上好笑，但背後卻隱藏著許多辛酸，它代表人的無知與有限，也訴說著人不敢面對自己與現實的虛弱面，只有透過不斷地覺照，才能使自己活得更好。「遠離顛倒夢想」是這個主題對現代人生活反省的註腳。

除此之外，在寫作的過程中，我們發現性別可以不同，年齡可以有差距，身分、地位也可以有別，但人的煩惱本質卻是一樣的，只是展現在不同的事相中罷了！這些事相的發生原因、過程與結果都有軌跡可尋；因事相而帶來的苦迫，其產



生與息滅也有理則可印證，如何正觀世間，遠離苦迫，那就是要有「正見」，如實了知「四諦」（四種真理）：

苦——人生苦迫的現實，因為世間一切是有限、不斷變化的，沒有永恆性，無法獨自存在（現象）；

集——苦的根源，如貪欲、瞋恚等煩惱（原因）；

滅——滅除煩惱，證得真理的境界（目標）；

道——對治煩惱的滅苦之道（方法）。

如實地了知四諦，可以幫助我們從熱惱的此岸渡到清涼的彼岸。而在我們日常生活中，最常犯的毛病是迷失在苦的現象中，不知尋找苦的根源，或錯解苦的根源，以至於苦上加苦，產生更多的煩惱。正確地找出苦的根源，才能放下幻相，找到對治的方法，達到苦的止息。

因此，本書雖然描寫的內容涉及夫妻、親子、人際、兩性相處等層面，但重點不在探討夫妻、親子、人際、兩性等關係；我們也不是輔導專家，不諳輔導的知



能，而是秉著一顆分享的心，提供讀者一些佛法的思惟方式，去看待人生中所面臨的各種遭遇——最重要的是以「緣起觀」正確地找到苦的癥結。寫作時我們儘量用貼近讀者生活的事例，及淺顯易懂的字眼來表達佛教的義理，儘量避免深奧的佛法名相，造成彼此的距離。期盼藉著這樣的分享，我們能長養更多的自覺、更深刻的觀照力，讓心湖逐漸清澈，清楚地映現每個生起過的心念，讓因境波動的漣漪慢慢趨向平靜，過自在安穩的人生。同時也能以更同理的心看待他人的行為，在看到「笑話」會心一笑後，能深刻地自我警惕、反省，不要製造幻相，對自己與他人有更多真誠的包容與等待。

本書的出版，要感謝中國時報夏瑞紅小姐給予機會，並且不斷鼓勵，還有在《中國時報》刊出期間所有讀者的支持，以及時報出版公司心岱小姐、郭玢玢小姐的策劃編輯，最後還要感謝我們的師父——香光尼僧團方丈悟因法師為本書作序，以及香光尼僧團所有法師、居士，還有家人的護持，這些都是促使本書和大家見面的因緣。



暮春山上，梅雨初探的步伐剛剛踩過，天空乍晴，碧藍如洗，菩提樹心形的葉尖上還掛著顆顆晶瑩的水珠，在風裡娉婷。想起那個微雨的冬日午后，瑞紅的邀約，以及後來的點滴因緣，我們深深祈願著：《天大的笑話》的出版能利益更多眾生，但願藉著對四諦真理的覺察與實踐，我們都能走出幻相，見到真實。

CONTENTS

序

一場由自己寫出的笑話

釋悟因

01

自序

遠離顛倒夢想，不再製造笑話

——釋見介、釋見澈、釋見參

05

開場白

人生就這樣變成一場笑話

001

笑話因緣一

無法掙脫假相的魅惑

衆生相 1

天下「癡情」奇女子

008

衆生相 2

名師追追追！

011

衆生相 3

誰知道我的字不好看？

014

衆生相 4

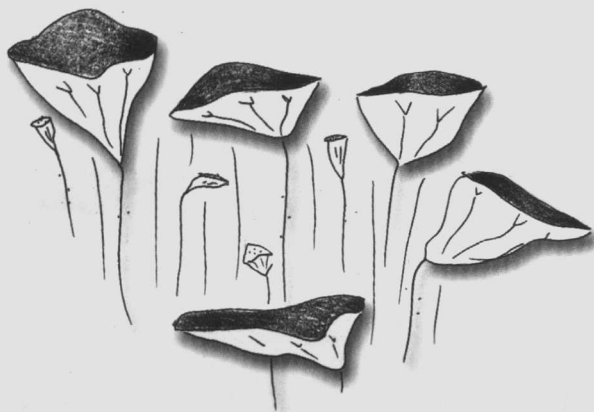
法門收藏家

017

衆生相 5

隱藏在長髮下的長脖子

020



CONTENTS

笑話因緣二

凡事以「我」為出發點

衆生相 6

那是你（們）的問題

024

衆生相 7

只是為了自我滿足

027

衆生相 8

我的感覺不會錯

030

衆生相 9

最愛是我

033

衆生相 10

太太真「嘈噏」！

037

衆生相 11

你的成功沒什麼了不起

040

衆生相 12

只清別人垃圾的環保義工

043

衆生相 13

面對過錯的怪招

045

衆生相 14

最在意的是自己

049

衆生相 15

像他這樣主觀的人

052

笑話因緣三

忽視別人的感受

衆生相 16

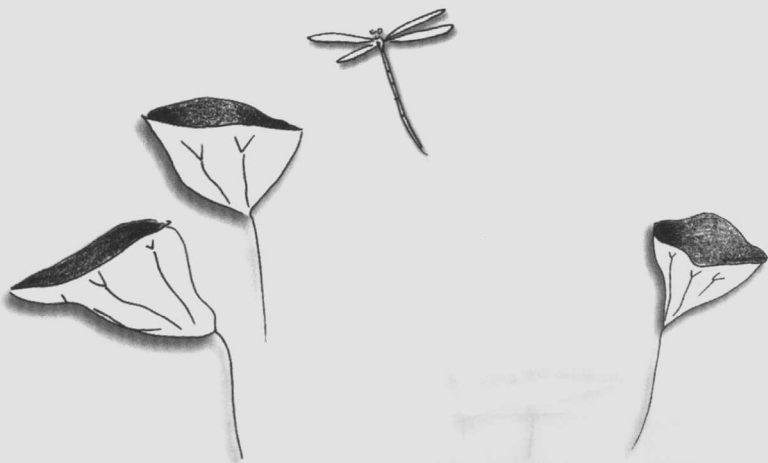
我要給你更多

056

衆生相 17

媽媽是為你好

059

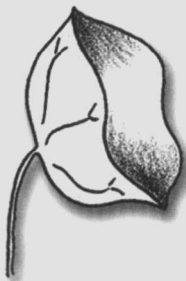


CONTENTS

笑話因緣四

沉溺在執著的囚牢中

衆生相 18	沒有關係，你可以的！	062
衆生相 19	正義的化身	065
衆生相 20	我和我的風格不一樣	068
衆生相 21	我的世界沒有這些東西	072
衆生相 22	孩子，你變了！	075
衆生相 23	只因為冷漠	078
衆生相 24	質同形異的兩種囚牢	082
衆生相 25	「二分法」式的思惟	085
衆生相 26	堅持純正的血統	089
衆生相 27	面子最重要	092
衆生相 28	女子無才便是德	095
衆生相 29	習慣像一條繩子	098
衆生相 30	心中預設的框框	101
衆生相 31	不布施、不當義工的原則	105



CONTENTS



笑話因緣五

盲目與宿命

衆生相 32

只相信權威

衆生相 33

超自然的病因

衆生相 34

加持處處求

衆生相 35

我愛名牌

衆生相 36

殺父仇人在我家

衆生相 37

婚姻專家的婚姻

衆生相 38

尋求與別人一致的表現

笑話因緣六

喜歡找藉口推託

衆生相 39

宿世情緣論

衆生相 40

等我有空再……

衆生相 41

我很醜，可是我很溫柔

衆生相 42

我已經……

衆生相 43

別人的兒子更笨

1 1 1 1 1
4 4 3 3 3
4 1 8 5 2

1 1 1 1 1
2 2 2 1 1
8 5 2 0 3 0

