

# 人有三十難

证严上人 讲述

行难、言难、意难  
尽管此身处婆世间  
此命如悬丝傀儡  
如能不役放外境  
谨守份际  
红尘处处  
皆是修行道场



復旦大學出版社



# 人有二十难



证严上人 讲述

复旦大学出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

人有二十难/证严上人讲述. —上海:复旦大学出版社,2011.1

(证严上人作品系列)

ISBN 978-7-309-07476-5

I. 人… II. 证… III. 佛教-人生哲学-通俗读物 IV. B948-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第139493号

原版权所有:静思人文志业股份有限公司授权复旦大学出版社独家出版发行简体字版

慈济全球信息网:<http://www.tzuchi.org.tw/>

台湾静思书轩:<http://www.jingsi.com.tw/>

苏州静思书轩:<http://www.jingsi.js.cn/>

版权所有 翻印必究

上海市版权局著作权合同登记号 图字:09-2010-549

人有二十难

证严上人 讲述

出品人/贺圣遂 责任编辑/邵丹

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路579号 邮编:200433

网址:[fupnet@fudanpress.com](mailto:fupnet@fudanpress.com) <http://www.fudanpress.com>

门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853

外埠邮购:86-21-65109143

常熟市华顺印刷有限公司

开本 890×1240 1/32 印张 7 字数 68 千

2011年1月第1版第1次印刷

ISBN 978-7-309-07476-5/B·360

定价:20.00元

---

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。

版权所有 侵权必究

# 出版说明

《人有二十难》最初由台湾慈济文化出版社在台湾出版发行。

证严上人，台湾著名宗教家、慈善家，一九三七年出生于台湾台中的清水镇。一九六三年，依印顺导师为亲教师出家，师训“为佛教，为众生”。是全球志工人数最多的慈善组织——慈济基金会的创始人与领导人，开创慈济世界“慈善”、“医疗”、“教育”、“人文”四大志业。二〇一〇年，被台湾民众推选为“最受信赖的人”。如今遍布全球的慈济人，出现在全世界许许多多灾难与苦痛的地方，通过亲手拔除人们的苦与

痛,实践上人三愿:人心净化,社会祥和,天下无灾。

证严上人及慈济基金会的各种义举,得到国家有关部门的重视和肯定。二〇〇六年,慈济基金会获得“中华慈善奖”。二〇〇八年,海峡两岸关系协会会长陈云林访台期间,特意前去拜访证严上人,并对慈济基金会在大陆的各项慈善行为,做出了高度的评价。二〇一〇年八月,经国务院批准,慈济慈善事业基金会在江苏省苏州市挂牌成立,成为大陆第一家,也是唯一的一家由境外非营利组织成立的全国性基金会。

一九八九年,证严上人发表了第一本著作《静思语》(第一集);此后的数十年来,证严上人的著作,涵盖讲说佛陀教育的佛典系列,以及引

导人生方向与实践经验的结集；这些坚定与柔美的智慧话语，解除了众多烦恼心灵的苦痛与焦躁。台湾民众有这样的说法——

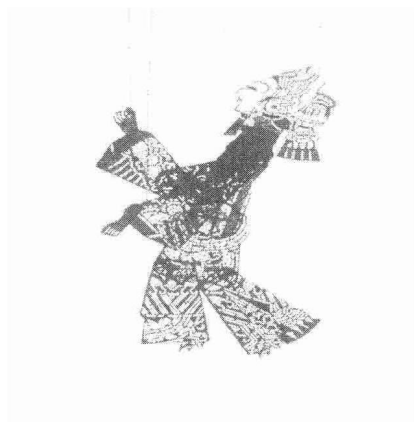
无数的失望生命，因展读上人的书而回头；  
无数的禁锢心灵，因展读上人的书而开放；  
许多的破碎家庭，因展读上人的书而和乐；  
许多的美善因缘，因展读上人的书而具足。

证严上人的著作问世后，在海内外均产生广泛且持久的影响。最近复旦大学出版社获得静思人文志业股份有限公司授权，在中国大陆推出“证严上人作品系列丛书”的简体字版，包括：静思语系列、人生系列、佛典系列三大书系。《人有二十难》属于佛典系列，讲述如何破解人生二十大难关。不但有鞭辟入里的事理，也有证严上人

# 目录



忍色忍欲难	5
生值佛世难	4
得睹佛经难	3
弃命必死难	2
富贵学道难	1
贫穷布施难	1



心行平等难

1  
2  
7

不轻未学难

1  
1  
9

除灭我慢难

1  
1  
3

广学博究难

1  
0  
1

触事无心难

9  
3

有势不临难

8  
5

被辱不瞋难

7  
3

见好不求难

6  
5





菩萨的道路

2  
0  
3

善解方便难

1  
9  
5

睹境不动难

1  
8  
3

随化度人难

1  
7  
3

见性学道难

1  
6  
1

会善知识难

1  
4  
7

不说是非难

1  
4  
1



■  
贫穷布施难  
■

在这片静寂的虚空中，远处却渐渐地传来悠扬的念佛声，佛号声划破了这静寂的时刻。外面是朝山的行者，里面是早课修持静坐、自我反省的闻思行者；内外融合，这些无不是道场修行处。

修行，不管在任何地方，只要自我心静、行正，便能念虑稳定。心能静、行能正均是修行的形态。世事本已多难，况为学佛者难事更多，有的是“行”难，有的是“说”难，而“心意诚敬”更难；佛陀于《四十二章经》的第十二章说：“人有二十难。”这二十难，即包括行难、言难、心意难。

## 布施路上多荆棘

“二十难”，其第一难是“贫穷布施难”。

布施，是佛教的修行方法——六度法门的第一条，表示“爱”的方式；布施是一种“付出”，又表示缩小自己、扩大心胸而关怀天下之人。布施两

字听起来很简单,但是对某些人而言,做起来却  
不甚容易。普天之下,无论哪个国家或哪个角  
落,都无法缺少布施的运作;如果缺少布施互助  
的运作,那个国家社会就不是“人类”生活的社会。

学佛者,追求清净的爱,讲究付出的艺术,这  
便是“布施”。佛陀在经文中说:“贫穷布施难。”  
确实是如此。因为贫穷的人,自己资生之物已经  
很匮乏,哪还有余物布施? 尽管很有爱心,也很  
愿意付出,却苦于缺少生活的物质。所以,贫穷  
布施难!

然而,贫穷果真布施“难”吗? 慈济医院曾有  
一位年轻的病人,因严重的车祸伤到脊椎骨,全  
身无法动弹。医师诊察后宣布说,已无法让他的  
手脚恢复原来灵活的功能。虽然如此,医师还是  
很用心地诊治,护士和志工也都很细心地照顾  
他、鼓励他;我也常常去看他,给予他精神上的

鼓舞。

他有位很好的嫂子，像妈妈一样地看护这位年轻的小叔；在周围这么多人的关怀之下，这位年轻人终于勇敢地接受事实。大家爱的布施和细心的医疗，使他恢复了信心和毅力。

他心情乐观开朗后，奇迹出现了，两只畸型的手可以动了，因此他发愿：“如果我可以坐上轮椅，我也要做一个帮助别人的人，我也要当个快乐的志工！”历经无数的挣扎和努力，他终于能够坐上轮椅，于是计划组织一个“脊髓损伤联谊会”。因为他深深体会到脊髓受伤的人，尤其是年轻人，那分心灵上的打击是多么痛苦！

他希望组织这样的团体，由残障者鼓励残障者，让残障的人也能勇敢地面对社会人群，使每位伤残的人，仍然能和平常人一样，过着快乐的生活。这个“联谊会”在慈济社工同仁的爱心协

助下,已经成立了。他很用心地设计了一张“会讯”,每个月都寄发一份给会友。

虽然他的手已变成畸型了,也不能写字,却不因此而放弃自己想做的事。他拜托复健科的医护人员帮他想办法,于是复健科同仁用爱心与耐心教他用指套。后来他带上指套,凭着毅力用心学习打电脑,以代替写字的功能,很困难地一字一字输入电脑,极为“艰巨”地完成那张会讯。我看到他这份“会讯”,心里非常感动。很多健康的人,根本就没有心要学电脑,而他却有这分耐心与毅力!由于他的热心付出,现在已有更多的会友加入“脊髓损伤联谊会”。

他看到一些会友只能整天躺着,无法翻身又无亲属照应,不禁慨叹:“久病无孝子”。可是病人躺久了,会得褥疮;因此,他发愿购买能自动翻身的病床送给需要的会友。

于是在某年年底时，他去卖春联来筹钱。但是一张自动病床需要几十万元，他想或许可多卖些春联来完成这个心愿，结果只赚了一万多元，离目标还很远。因此，他又挨家挨户到人家的店里募捐，可是反应很冷淡！像他这么有心想帮助病友，但毕竟不容易，这也是“贫穷布施难”。

身心健康者，有力量行善，想做什么都可以，手脚很灵活；日常生活中，只要少吃一些、少用一些，将大家的力量汇集起来，就可帮忙需要救助的人；而一位脊髓损伤者，做起来就没那么简单。所以，我们要懂得珍惜现有的一切。社会人间有诸多困难阻碍，而我们竟然在这么多困难的几率中，还能毫无阻碍地行善，更应好好把握今日，及时行善布施；莫待时日迁移、福缘尽时才想要布施，那才真是难啊！

修行是为了突破诸多困难，在过程中不可能都是顺境；遇到困境时，应拿出毅力、信心去克服。佛陀的修行过程，也经历十几年的磨练，其心灵同样也经过一番彻底的挣扎，最后才降伏魔军而成道。

“魔”就是障碍，学佛难免会遇到障碍；不是外来的障碍，便是自我内心的迷障。

佛说人有二十难，第一是“贫穷布施难”。顺者易、逆者难；于顺境中想做什么，都可以依照自己的心意，做起事来就容易得多。比如：有钱的人发心行布施，就可马上做到；有力的人想办任何事，只要付诸行动，也是很容易达成；但是情况若相反，则困难重重。

## 顺于生死，沉沦自障

什么是顺？什么是逆？“顺于生死易，逆于



生死难”。一般的凡夫迷于生死——为何生于人间,自己都不知道,而且也不想探究“生从何来”的道理;既然无心探究,那么天天便过着糊里糊涂、懵懵懂懂的生活,顺着社会的潮流而沉迷于生死之中。有些人醉生梦死,纵然他们财物富有,却不肯拿出点滴施舍帮助别人、做些有意义的事,或根本就没有这种机缘。

我曾听一位委员说,他有一位非常有钱的朋友,这位朋友的财产多得不知如何计算。他问这位朋友:“你可知道慈济这个团体在做什么吗?”

朋友说:“慈济做的事,我曾听过啊!”

“那你想参加吗?”

这位富有的人说:“我已经做很多了呀!佛教讲广结善缘,我也结了很多缘啊!你想想,我一天到晚请客,那一桌桌的酒席,光一桌就一万