

无价的宝藏——缘起正法（一）

缘起正法是佛教的精髓，是无价的宝藏。佛陀花了许多时间，了解缘起正法，并且慈悲的告诉众生，我们能够听闻缘起正法，应该对佛陀感恩与尊敬；若是闻法而感动流泪，那么对自己或是未来世都是非常好的。

一、要相信自己吗？

例：有一年到吉隆坡弘法，有一个人问：「平常在修行当中，会碰到一些事情，有时觉得很顺利，有时很不顺利，应该怎么办？我要不要相信自己？」

法师很慎重的告诉居士：「不要相信你自已。」

「不要相信我自已？那么要相信谁？」

「要相信佛说的。」

「我怎么相信佛说？要怎么去信？从哪里找得到？」

「从佛经里面找，从佛法里面了解。」

「为什么不要相信自己？什么是「我」？」

「我」是无明、烦恼、欲望、习性的集合体。报纸一翻开，里面都是为了钱财、男女、饮食在争斗。为了工作、为了成绩，你争我夺，你要相信自己的想法吗？相信欲望吗？再将自己合理化，说我这样做是为了家庭，为了孩子、妻小、父母，为了朋友两肋插刀，因为这些理由，我相信我自己。

如此的行为会有什么结果产生？在这种情形之下，为了烦恼、为了欲望、为了这个身体而去造业。有人告诉你：「没关系！这个身体要先照顾好，才能够修行。」如果为了照顾这个身体，吃药的时候，要拿众生的生命来维持自己的生命。你要相信自己这种看法吗？当然不要。

若是不要相信自己，那要相信谁？

相信佛陀所说的。佛陀不会骗我们、不会害我们；佛陀的目的是要让我们能够离苦解脱，不要在这个世间受苦。佛经有三藏十二部，在那么多的佛经当中，我们要了解到什么，才能够真的说我相信佛陀所说的？在浩瀚的佛法当中，我们基本上要先掌握到佛陀告诉我们的无价宝藏，叫做缘起正法。

平时我们要听闻正信的法师说法，也要去了解佛经所说，这样在人生的路上就

不会走偏；如果能看到缘起正法，我们就会有正见。

二、外道与佛门的差别

外道与佛门有很大的差别，而且是根本的差别。

外道是心外求法，所谓的以灭止生；而佛法是从内心去了解，不生不灭。

◎以灭止生：当我有欲望起来的时候，会用什么方式把这个欲望熄灭掉？

例一：当你心里很烦闷、心情不好，会用什么方式把这个心情处理掉？

一般人的处理方式，有的人会去 shopping，反正我有钱，去百货公司逛一逛，买个东西，将自己烦闷的心情消除掉，这个叫做以灭止生。

心情不好，透过这种方式把它处理掉，看起来好像心情真的好了，事实上心情不好的根本问题还在。为什么？心情不好可能是与朋友吵架、可能是夫妻意见不合、可能是与老板或主管相处不愉快、可能是失恋，这样不好的心情，只是靠着 shopping 能够解决问题吗？当然没办法。

心情好像好一点，但是一回到房间，还是会回想那些苦恼事情，照样苦恼。所以根本没有解决问题，这就是外道的以灭止生，它想用一個方式把苦恼

灭除掉，事实上并没有止住那个苦恼，它还是会再生起来。

例二：若是男众心情不好，就会用借酒浇愁的方式来消除烦恼，但是借酒浇愁更愁！或者有人上班的压力很大，白天工作的很辛苦，晚上去喝酒想要消除一下苦恼，结果喝了以后更累更痛苦，躺在床上反覆难眠，隔天早上起来还是要面对工作，还是有那么大的压力。

有的人会去声色场所，吃饭、唱歌、跳舞，精神好像松懈了，但是事实上又瘫在那里累得要死！也有人可能工作没有什么绩效，不晓得怎么处理，情绪烦恼的时候，就会使用毒品让自己松懈。

在媒体上，我们看到很多这种问题产生，为什么？因为不了解佛法、不信仰三宝、不修行。想要从外面让自己的苦恼消除掉，这种方式其实是无法解决的，这叫做外道法。

例三：有些人在追求名利，或是在夫妻之间、男女之间，无法掌握对方的时候，会去求助于神坛或其他人，希望藉着他们的力量，让先生或是太太回到自己的身边，但是常常都会因此而人财两失。

例四：有的政治人物怕失去权利、官位，所以想要拉拢哪一个人才能够安心。

结果还是无法保住官位，人与人之间还是相处不来，甚至夫妻反目，结果问题仍然存在。所以想要利用外物，来达到熄灭烦恼的目的，是不可能的，这个叫做以灭止生。

例五：当我们与人发生冲突时，心里非常生气，但是身材比别人小、朋友比别人少、权力比别人小，所以只能忍气吞声，精神压力很大，忍到最后就会生病。

如果是比较有力量的人，就会骂对方，骂完了好像气也消了，但是问题并没有解决。这种以骂人的方式来泄恨、消除瞋恚，就是以灭止生，不是真正的佛法。

◎不生不灭：是什么不生？什么不灭？因不生，果就不用灭。

为什么不用灭？因为没有果可灭。有因才有果，如果有苦因，就会有苦果，苦果是因为苦因而生起，所以当我们在种下苦因，以后就要面对苦果。若不想要有苦果，就不要种下苦因；也就是当我们没有烦恼，就不会造业，没有造业就不会受苦。这样就能掌握佛法的根本，然后再将它展开，去思惟比较微细的部分。

例一：欲望的问题：以前说过当眼睛想要看综艺节目的时候，那是眼睛在痒！当眼睛在痒的时候，就想要赶快去抓痒，把电视打开，看到唱歌跳舞好高兴；但是再看下去，眼睛好累、好酸。如果年纪轻还好，四十岁、五十岁就会瘫在那里，这个叫做抓痒。身体会累是喜欢看综艺节目或是影集造成的，所以因就是贪爱电视节目，果就是身体很累，隔天无法工作。

要如何才能将工作做好，又不会累？必须要没有因，才没有那些累的果。所以虽然眼睛想要看综艺节目、看影集，如果将这个欲望控制下来、忍下来，不贪爱这种欲望，不去抓痒，不打开电视，一次、两次、三次、四次，这个欲望就会消失。欲望没了就不会再去，身体也会好好的，这就是不生则不灭。若能掌握到佛门里的智慧，生活一定会很快乐！

例二：心情不好是何因何缘？当心情不好的时候，要找出它不好的原因，先将因果的关系找出来，不要让因变成果。因要成为果之前，还要很多因缘才会产生。因如果去除掉，果就不会有，这是缘起正法的一个略说。

如果别人在骂我的时候，应该要怎么办？当别人在骂我、批评我的时候，我

要想：如果生气会有什么结果？会开始骂人，甚至会打人。今天我打他、骂他，他再找他的家人、朋友来打我，我也找亲友去打他，然后愈打愈厉害，在现世里大家吵吵闹闹、你争我夺。如果在争斗当中造成伤亡，下一世就会到地狱去了。当你看到这个结果时，还要不要打？不要打了。忍一时风平浪静；退一步海阔天空。

所以我們必須要知道因果，才能够忍辱，然后从根本着手，修慈心观，将内心的瞋恨去除掉。当你面对事情时，就不会再起瞋，而且会原谅对方。这是慈悲对方，其实也是在慈悲自己。瞋恚心不生，就不会骂人、打人，这时风平浪静，身心安乐，如此无论是对自己或是对家庭、国家都是好的。

例三：有一个人与家人一起修行、学佛时，受到别人的批评；连家人从罹癌到死亡的过程中，也遭受到冷言冷语的对待。家人往生后，他的心就一直起瞋。过了一段时间，他心想：「我是修行人，怎么可以一直起瞋？」

当他面对自己的瞋恨心时，心想：「要如何去除瞋恨心？」

于是他开始礼拜梁皇宝忏。在礼拜梁皇宝忏的时候，发现了一个很重要的关

键点。梁皇宝忏里面说，如果与人结怨，会在三恶道里相见。

譬如我这一生与人有瞋、有怨，那么未来世可能会堕恶道做一只猫，而对方是一只老鼠。当这只猫抓住老鼠时，会将它玩弄在手掌间，然后将它丢在半空中，让它掉下来摔死，这是有因有缘的。当这只老鼠被摔死时也起瞋，下一世可能会转世成为其它比较大只的众生，来抓这只猫。冤冤相报何时了？在三恶道里没完没了。这个人看到梁皇宝忏这一段时，他知道因果关系太厉害了，不可以再瞋下去了！

再来看忍辱的功德，如果能够忍下来，就能风平浪静；但是不能硬忍，我们众生常硬忍着不生气，但是这样会忍出病来，应该怎么办？有一次他听到一位法师讲慈心观，他听了以后很喜欢，就将慈心观的内容背下来。平常就这样练习，对自己、对敬爱的人、对一般人、对怨敌，一个一个这样观，观到最后，心中所有的怨敌通通解开，内心不再瞋恨任何一个人。他放下了心中所有瞋恨的大石头。所以这个时候，他的内心没有敌人，而且是充满了慈悲，这就是我们所谓的仁者无敌。

然后，他还做了很多事情，他去见他所瞋恨的人，并且问他：「我在与你相处的这一段时间里，有没有触恼你？让你生气？」当对方不讲话的时候，他就对他顶礼三拜。为什么要拜？对方曾经做了种种伤害他与他家人的事，现在他不仅原谅对方还对他慈悲，将心中那块石头放下。

最后，他又去向所有曾经与他有结过怨的人道歉，解除他心中的瞋恨心。这种方式与外道所采取的方式不一样。外道是我看你不顺眼，就骂你、打你，但是佛门中是不生则不灭。

消除心中的瞋恨，去向别人道歉，这时才真的叫天下无敌。如果处处要与人对立，对别人起瞋，那么就会处处都是障碍，烦恼没完没了。

例四：当我们欲望起来的时候，应该如何面对？要用佛法来观。

有一日，多耆多尊者与阿难尊者去托钵，出家人托钵的时候是要守护六根的，但是多耆多尊者看到一位美丽的小姐对他嫣然一笑，尊者的心就开始乱跳，心里产生了欲望。但是尊者很专心在修行，所以看到自己的心已经动了，心在痒了！怎么办？于是多耆多尊者告诉阿难尊者：「我现在的心的那位小

姐身上，请你帮我一下！」阿难尊者是他的善知识，就告诉他：「这个时候你要赶快守护六根，不要再看下去了，并且赶快修不净观。」

于是多耆多尊者就不再看那位小姐，开始观：「我现在的欲望放在哪里？放在她的头发吗？头发美不美？头发不美。放在她的眉毛吗？眉毛有什么美？眉毛也不美。放在睫毛吗？睫毛不美。放在皮肤吗？皮肤只是一张皮而已。放在眼睛吗？眼睛美吗？不美。鼻子美吗？鼻子里面都是鼻屎。耳朵美吗？耳朵里有耳屎。口美吗？口里面有唾液，将它吐在手掌上，自己都不敢吃下去，还敢吃对方的吗？然后再看看身体里，任何一个地方拿出来，只是血与肉而已，还有骨头与屎尿。我这样爱她，我的欲望到底是放在她的哪一个地方？看一看都没有，不应该放在任何一个地方。我刚刚为什么会对她有一点欲望，心里在痒，原来这是一种错觉，我放错地方了。」

尊者观完了以后，欲望就已经熄灭了。所以他就念了一首偈：「欲我知汝本，欲以思想生，我不思想汝，则汝何由生？」

意思是：欲望，我知道你的根本在哪里？是因为我的心攀着你，想着你，我

已经知道你的根本，是因为我在无明之中，心一直在想你，所以你像火一样慢慢的烧起来。现在我不想你，你就没辄了。当他再看到女众，心里的火就熄灭下来。一熄灭下来，再回来看自己的身体，只是头发、眉毛，皮肤、指甲、牙齿、骨头、肌肉、肌腱、内脏、屎尿、口腔唾液、血液等等，就是这一些的总合，里面没有一样是清净的，没有一样是好的，到底这个「我」是谁？「我」不存在哪里，只是因缘和合假名而已，所以对小姐也没什么欲望，对自己也没什么执着，于是欲望就熄灭了，这就是不生则不灭。

如果我们看到喜欢的小姐，欲望起来的时候，就会赶快追过去与她搭讪、聊天，让自己很累。但是尊者没有，他将自己的欲望熄灭以后，就回去精舍静坐思惟，于是证得阿罗汉。我们的心里如果有欲望，会要求对方与我们在一起，会有求不得苦；得到了，就会要守着他，不让他变心，希望能与他常相厮守，但是这是不可能的，所以会有很多苦。

佛法是不生则不灭，外道是以灭止生，看到的、拥有的都会失去，这个叫做「诸行无常，是生灭法」。既然它是因缘生因缘灭，所以因缘不要让它生起。

「生灭灭已，寂灭为乐」。生，如果灭了，那灭本身就灭了；生灭灭已，不生不灭，这个是最快乐的。修慈心观的人是很快乐的，修不净观的人也是很快乐的，无我观则是最快乐的，所以寂灭为乐。我们平常如果没有痒的时候，是最好的，因为不会生气，也不会有欲望。

三、世间的正法

正法有世间正见与出世间正见，既然说正见正法，就一定有邪法邪见。

邪法邪见指的就是：尊佑论、宿命论与无因无缘论。在这三种论当中，我们看到的四种颠倒：以不净为净、以苦为乐、以无我为我、以无常为常。

◎世间正见：世间正见就是有善有恶。可能连一般的世间人，也都弄不清楚，什么叫有善有恶？

社会上常常会听到一些说法：「我心好就好了，何必要拜佛、信佛？」

像这样的说法，是不晓得什么是善？什么是恶？善心恶心都弄不清楚。

所谓的善心，基本上就是能够利益他人、不为自己。

善心恶心有四种情形：

1. 利益别人、自己也能得到利益，是善心。
2. 利益别人、自己损失，是善心。
3. 伤害别人、自己得到利益，是恶心。
4. 伤害别人、自己也没有得到利益，是恶心。

我们在利益别人的时候，可能自己受益，可能自己不受益，都是一种善心。

什么是恶心？就是损恼别人、让别人受苦，自己可能有得到好处，可能没得到好处。

例一：我们常常看到日本或是美国的摔角影片，你觉得制作这个影片的人是善还是

恶？从事摔角的演员是善是恶？还是不善不恶？我们说过不要相信自己，要相信佛陀所说的，为什么？通常我们会相信自己，因为我们在看影片的时候会觉得很快乐，所以就会认为制作这个影片是一个善法。但是佛陀说这是恶法，它不是善的，为什么？当我们看别人在打斗、摔角的时候，我们的心也像火一样在打，如此就是在增长我们的瞋恚心，所以这个影片是邪的、是恶法。我们不要去看不好的东西，因为会增加我们的瞋恨心，看多了以后就会学他与别人打斗；而制作或是参与演出的人，他们会到三恶道受苦。

例二：社会上有一些演艺人员是专门从事限制级演出的女优，她们是善的还是恶的？有人说看了她们的演出会觉得很快快乐，那么是善的还是恶的？

在佛时代，也有人问佛：「听说从事女妓表演的人，死了以后会生天，因为她们让人觉得欢喜、快乐，所以死了以后，会生到天上去。」

佛陀说：「她们死了以后会下地狱，到三恶道里受苦。」「为什么会这样？」佛陀说：「如果将我们的手绑起来，然后请女优在前面表演色情动作，这时你的心充满了欲望却无法得到满足，是不是非常苦？那么她是让你快乐或是痛苦？她带给你的是痛苦，所以她会下地狱。」

这些从事暴力色情演出的人，以后是要到三恶道受苦的，因为他们不懂得什么是善？什么是恶？以后的果报会很严重，我们佛弟子不要看这种影片。

例三：在社会上听到有人说：「哪有来世？哪有过去？只有现在这样而已。」

如果真是这样，为什么人一生下来，就会哭、会笑、知道要吃、要大便？他不是自己会的，一定是过去生有学习，这一世才能够这样。

所以有过去生、有现在世。既然有过去生、有现在世，就一定会有来世。

就像动物生下来，雄与雌自然会交配，不必教它。那不是无因无缘，一定是过去生有学习，然后延续到这一世。

我们人也是一样，你将他放到山里，年龄一到，生理发展到某种程度，他也会做这种事情，这些都是过去世有，现在世有，未来世还是会继续下去。

所以我们知道有三世，有因果业报，而且是自己做恶自己受苦，自己做善自己受乐，如此我们就有了善恶的因果观念。当我们在帮父母做善事的时候，譬如布施、护持道场、护持弘法、护持出家人修行、护持三宝的时候，最好能让父母知道，虽然你帮他做，叫做思己业，但是你要让他有心，这时候的因果关系是他有这种善因，以后会得善果，要自作自受。如果都是我们帮父母做，他自己本身都不晓得，那怎么会生起业果关系？

所以我们在帮父母、家人做好事的时候，要让他也能够起欢喜心。人都有侧隐之心，都有善心，我们可以用很多方式，提起家人、朋友之间的善心。

◎出世间正见：在这个世间里，我们知道凡夫有过去生轮回，现在又轮回，下辈子还是继续轮回，但是我们看到佛陀、观十二因缘、观四圣谛就解脱了。

佛陀说法以后，也有很多人证阿罗汉，从这个世间里解脱出来，所以我们要恭敬三宝，以后就会有因缘形成果报。我也可以成佛，成为三宝之一。

九二一地震，震垮了许多寺院与学校，有人说：「某某人，你为什么不去盖寺院的钱财，拿去布施给学校？」

这是不了解布施三宝与布施学校的功德差别在哪里？当我们的心向着三宝的时候，有一天我们会成为三宝；如果我的心想要去当女优、想要去演摔角，你就会一直往那个地方去。当我们的心放在三宝门中，有一天我们会成为三宝，也可能成佛、做阿罗汉，所以布施的对象不一样，结果也会不一样。

世间正见里，我们知道有三世、有轮回；既然有轮回就会有解脱，所以我们要恭敬解脱人，希望我们也能从轮回里跳脱出来。世间的一切都是生生死灭，生生死灭当中，没有什么可爱，也没有一个东西可以掌握。它是苦的，在苦当中，我们不要停留在快乐里而执着造业。在没有自我当中，不要有自我，要熄灭烦恼，那才是最快乐的。要让自己不生则不灭，这样我们的心就能够安稳下来，在人生当中才会得自在、得快乐。

离苦得乐的妙法 (二)

出版者 / 释大势

编辑 / 妙有菩提园 法宝编辑组

通讯处 / 中华民国台湾 540 南投市八卦路 292 巷 26 号

电话 / 886-49-2291838

传真 / 886-49-2291848

法宝结缘专线 / 886-933-523972 陈居士 886-912-743038 林居士

网址 / www.deerbridge.idv.tw

E - m a i l / nothing.mail@msa.hinet.net

新加坡网址 / www.mypty.sg

简体版流通处 / No.15 Lorong 29 Geylang #02-01

PTH Bldg (彭氏大厦) Singapore 388069

普轩居士 (65) 97657881 净觉居士 (65) 97879508

中国 / 山西省太原市小店区亲贤北街 94 号

宇智写字楼七室 如居士 (86) 03517043682

出版日期 / 2009 年 9 月初版



结缘品

免费结缘，欢迎随喜护持助印，
利益大众，功德无量。

本园一切法宝、免费结缘、绝无托人义卖募款，敬请明察。