

《金剛經》導讀 第一講 生命的意義（一）

胡健財/112. 2. 12

爾時，世尊食時，著衣持鉢，入舍衛大城乞食；於其城中，次第乞已，還至本處。

飯食訖，收衣鉢，洗足已，敷座而坐。

善男子、善女人，發阿耨多羅三藐三菩提心，云何應住？云何降伏其心？

◆ 問題討論：

1. 《金剛經》講些甚麼？我們為何要學習《金剛經》？
2. 須菩提向佛問了哪兩個問題？

◆ 論述：

1. 為甚麼要講《金剛經》？《金剛經》怎麼講？這是理解《金剛經》的重要關鍵。本課程是從生命實踐的角度，探討生命追求意義的努力，以見《金剛經》的智慧所在，即以佛法與人生為扣問的開端，說明修行的功德、原理與知見。
2. 所謂「生命實踐」，平凡的說，是就「生命」對於「求生」的努力而言，只不過，當中有凡夫與修行人的不同而已。
3. 凡夫的付出，是為了獲得，稱為「追求」；而修行人的付出，是為了奉獻，稱為「布施」。但是，修行人不過是發了菩提心的凡夫，因此，也有失望的時候，個人理解《金剛經》的道理，是從這裡開始。
4. 《金剛經》全名為《金剛般若波羅蜜經》，金剛是用來比喻佛法的堅硬，能斷一切煩惱；般若是佛法的智慧，稱之為「空」；波羅蜜是度彼岸，是藉著佛法的智慧脫離一切苦厄，離苦得樂。完整的說，「般若波羅蜜」是一句話，前者是「體」，後者是「用」。
5. 《金剛經》是一部講「空」的經典，但全經找不到一個「空」字。梁昭明太子分為三十二分，即三十二章。
6. 《金剛經》有一個特別的表達方式，例如：「如來說三十二相，即是非相，是名三十二相。」它是辯證法的運用：正→反→合，這是先說正面的，再說反面，最後是正、反合起來說，才是真理之所在。佛法是一種特殊的智慧，不能用普通的分別心來認知，常常意在言外，需要仔細品味，在語言上，也有它獨到的用法，上述辯證法的表達方式，在《金剛經》是比比皆是，需要首先認識。

7. 本課程介紹《金剛經》的基礎認識，將依聖嚴法師《金剛經講記——福慧自在》，個人在佛陀亦曾以「金剛經講記」講過一次，請參考。
8. 除此之外，個人在法鼓講堂亦曾講了一次四講的「《金剛經》的生命智慧」，以及在法鼓山中山精舍與華梵文教基金會各有一次完整與不完整的課程。本次上課，是第五次。
9. 基本上，講《金剛經》就是從「福慧雙修」來談，但個人更偏重於從「物我關係」中認識「自己」，是從發了一點點菩提心這個凡夫菩薩來談修行的心得，逼著大家反省：「生命是以追求為目標，還是以付出為方向」？《金剛經》以「般若」為法門，「般若」法門對生命價值的實踐，有何幫助？
10. 大乘佛法仿照小乘佛典的方式，據《大智度論》記載，每部經典都必具六緣，乃能成就。但是，這部《金剛經》是《大般若經》的一部分，而般若經典是佛滅後約七百年間才出現，因此，不可能是佛親口所說。
11. 其實，佛的追隨者，在佛圓寂之後，繼續發揚他的學說，佛法的範圍一再擴充，形成小乘與大乘佛教的不同，這些由佛所開創而發展出來的佛教內容，一律稱為「佛法」，那麼，佛法的內容就不一定於佛親口所說才算數，佛弟子基於佛的本懷而講出來的話，以及後來歷代祖師根據佛的意旨而發展出來的講法，也都稱為「佛法」，「佛法」之意，便是一套具有思想內涵與傳承根據，經由歷史不斷演變下來的一個對宇宙人生具有獨特看法的思想，這個思想所形成的教法，稱為「佛教」。
12. 但這部《金剛經》仍然保持著原始佛法樸素的精神，因為它是大乘佛法早期的經典。經典發起之端是敘述這個般若法會興起的原因，佛與往常一樣，在一個清晨跟隨大家前往舍衛城去乞食，乞食回來後，便收拾好衣鉢，結跏趺而坐。以上，是「法會因由」的內容。
13. 善現是須菩提的名字，起身啟請佛法，問了兩個問題：已發菩提心的善男子與善女人，該如何安住這顆菩提心？讓它不變質！其次，修行人如何降伏自己的煩惱？
14. 何謂「菩提心」？菩提心的全稱是「阿耨多羅三藐三菩提心」，這是音譯，若翻譯為中文，它的意思是「無上正等正覺」的心。
15. 「云何應住」是問這個菩提心應當如何安住？而如果在實踐過程中，心不能安住，應該如何降伏煩惱？
16. 已發心的菩薩何以仍有「云何應住」的問題？須知這裡所謂的「菩薩」仍是初發心的菩薩，初發心菩薩會有退心嗎？佛連說兩個「如是」，表示肯定這兩個問題。
17. 「云何應住」，應當如何安住？（王日休曰：云何應住，謂當住於何處也。）一般以為是應當安住於佛法的真理，但佛法的真理是甚麼？該如何理解？

18. 安住於佛法，須對佛法有感，而感同身受，必須有所付出，體驗佛法的意義。例如：「布施的人有福。」付出的人何以有福？須有付出的經驗，以及對「福」有所體會。因此，佛法的知見須從付出中印證，但這個知見為何？也就是佛法的正見是甚麼？依《般若經》的講法為何？這是有待如來的回答。
19. 其次，「云何降伏其心」，是說發心學佛，需要面對自己的煩惱問題。開始學佛，不是煩惱就此消失，而是逐步發現自己的煩惱問題，逐步對治。
20. 煩惱如春草，漸行漸遠漸生。已發心的菩薩，會有哪些煩惱呢？您是否已是發心的菩薩，請您來說明。
21. 煩惱是從生命的幽暗處生起，心中一片光明，煩惱不生。
22. 對別人不要輕易失望，也許是自己想太多。凡事多往好處想，待人以寬，也給自己一點空間。
23. 避免「批判」心態的出現，講話時，注意自己的心態與口德。
24. 對於別人的指教，有則改之，無則加勉，不必產生負面情緒。
25. 寡欲知足，享受眼前片刻的寧靜。
26. 樂於分享，快樂可以經由創造而增加它的價值。
27. 負面情緒需要療傷的時間，給自己一點空間，也接受自己的不足，接納自己，好的、壞的，都接受，生命需要成長。
28. 發起菩提心，就是利他之行，利他者，處處與人為善，避免結惡緣。
29. 處處為人設想，廣結善緣，不做損人利己之事。
30. 利他之行是對善法的認同、嚮往、投入與努力。
31. 生命需要懂得發心，不斷發心，發心之後是全力以赴的完成。
32. 生命需要有革命性的改變，從無常的肉身到不朽的法身之追求。法身者，以法為身，是謂「學佛」。
33. 以佛法為追求的目標，徹底改變滿身習氣的自己。
34. 最後，請問大家：心中有哪些煩惱？一旦您把它說出來，煩惱即可被定位，再觀察一下，您看看，它在哪裡？若是還在，把它寫下來，通過藝術，對它昇華與超越，您可以對它作藝術的觀照，原來，它可以是客觀的存在，而您就是觀察者，您可以跟它分離，您即是您，它就是它，您可以扮演一個觀察者。
35. 附錄：聖嚴法師「生活·生命·人生」

生命、生活、人生的定義是什麼？

生活是眾生以活動來維持生命的現象，生活是生命在空間的環境中求生存的活動方式，生活是生命在眾生群中造作善業與惡業的行為。這些關於生活的定義，請各位要瞭解。

一般人對於「生活」究竟是在為什麼，多半不清楚。以佛法的立場來看，生活本身即是造業，所造有善業、有惡業。如果是一位修行人或是大修行人，是造無漏的善業；普通的凡夫是造惡業以及有漏的善業。看看我們平常生活中是造善業或是惡業？造善業很好，造惡業會很麻煩；怎麼麻煩法，後面會提到。

生命是眾生維繫身體生存的現象，生命是眾生在時間過程中繼續存在的事實，生命亦是眾生在眾生群中接受福報及罪報的現象。所謂生命就是我們活著時所呈現的動態，生命的事實是為了什麼？是由於過去世造了種種善業及惡業，現在世便受福報及苦報。

人生是人類在時空中生存的現象，人生是人類從出生到死亡的全部過程。人類的生命是眾生之中最難得的果報。

人身難得，佛法難聞

眾生可分有形的和無形的兩大類，在佛法中有六道眾生的分類法，人及畜生等動物是有形的，其餘四類均非肉眼所能觀察，所以是無形的。人在六道中不是最好的，也不是最高的，但人類的身體是最可貴的。因為佛說：「人身難得，佛法難聞。」在六道眾生中唯有人是能修行佛法的法器，即修道的工具。當我們還擁有人的身體時，要加以把握修行佛法；有朝一日變成為其他動物，或變成無形的眾生時，就難得有機會修行佛法了。

我們法鼓山養了一隻狗，牠在我們做早晚課時一定參加，但是牠只能坐在大殿門外，不能進大殿來。有人講我們那隻狗懂佛法、有善根，我卻不這麼認為。那是因為我們大家都在大殿上，牠很孤單，所以就在大殿外等我們、陪我們。我們念〈大悲咒〉及《心經》，牠會念嗎？我相信牠不會，最多覺得喜歡，已是善根福報。所以，做了人以外的眾生是很可憐的。

簡單說，《心經》的內容是在說明人生的根源出自無明，生命的目的是為了成佛，生活的態度是要達到心無罣礙。因為有無明的煩惱，故而生死不已。如果無明盡，那就能成就阿耨多羅三藐三菩提，也就是成佛。而欲成佛，一定要在日常生活中做到心無罣礙。

……（摘自《心的經典》第三篇〈心經禪解〉）