

修行佛法的目的

法增比丘

一. 充实精神的生活

人生在世，短短几十年，一下子就过去了，想一想，每一个人生下后，经过几年的孩童生活，接下来就要上学过学习的生活，小学六年，中学六年，然后幸运的进入大学四年，接下来就要为生活奋斗了，成家立业，天天都是为生活而努力，维持家庭，经营事业，忙得不可透支，然后身体渐渐老了，开始有毛病，最后病入膏肓，不能治疗，眼巴巴的看着家人，以及自己一生奋斗的财物，万般不舍，但却无耐的放弃。

每一个人都是这样子过一生，你们想想到底有什么意义？

作为一门宗教，佛教能提供给我们人生的正确方向，充实我们精神的粮食。并使我们在家庭与事业上，注入精神的生命，带来一个平衡的生活方针。数千年来，世上许多的国家，帝国，朝代，民族，家族都衰亡了，唯独佛教，印度教，犹太教，基督教还能长存不朽，这说明了宗教的精神价值；因为佛教是以入世的方式，教导信众修到出世的目的。

我们的人生应从两方面来看：一是物质的生活，二是精神的生活。物质的需求是每一个人赖以生存的基本要求，但愚痴凡夫会把它当成是生活的全部，成日成年的把所有的时间精力花在争取更多更好的金钱与物质上。我们人类有天赋的智慧，因此我们还需要在精神上得到满足，才不至於心灵空虚，要平衡我们的生活，避免产生偏差。佛教就能这方面提供给予我们精神的粮食。

二. 培养道德

道德是人类生存之道，它是人与人之间得以互相信赖，共同和平相处的原则。当一个社会人民普遍具有崇高的道德水平，有贤明的领袖，不需要用严酷的刑法，人民都能安居乐业。但是当道德沦丧，领袖腐败无能时，就算以严法治理国家，人民却得不到保障，生活在恐惧与水深火热之境。基本的物质生活都达不到，精神上却只是恐惧与不安。

在《相应部》里提到佛陀曾慨叹政治与道德低落，魔王就诱惑佛陀说：「佛陀呀！亲自操纵政治吧！亲自统治，实现没有杀和被杀，没有征服和被征服，没有悲伤和令人悲伤的遵随道德的政治吧！」但是魔王受到佛陀严峻的拒绝。因为圣者之道，是朝向真理与理想迈进的，而王者之道，是充满贪欲和污浊的行为。两者刚好相反。（《相应部》4.30，《杂阿含》1098经）

佛教里教导我们的是止恶修善，奉持诸佛所共同宣说的戒：「诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教。」奉守佛陀宣说的五条在家戒法和六斋日的八关斋戒，以实现崇高的社会道德水平。

三. 寻求真理

佛住在舍卫国祇树给孤独园时。有一次世尊告诉比丘们：「比丘们！有一个人在森林中迷失了，偶然发现一条古人的道路，就沿着走下去。终于发现了一座古城邑。这古城为园林所围绕，池塘里浮着美丽的莲花，那是一座令人心旷神怡的古城邑。

这个人就去禀告国王说：大王！我在森林中迷失了，偶然发现一条古人的道路，就沿着走下去。终于发现了一座古城邑。这古城为园林所围绕，池塘里浮着美丽的莲花，那是一座令人心旷神怡的古城邑。大王可以在那边重建一个城邑。国王听了，很感兴趣，就派大臣到那里建造。后来那个城邑，人口增加，极为繁荣。

比丘们！同样的道理，我也发现正觉者所走的古道。古时正觉者所走的古道是怎样的呢？那即是八正道：正见、正思、正语、正业、正命、正精进、正念、正定。

比丘们！我从这道路走，不久，就知道了老病死，也知道了老病死的缘因，灭除了老病死，和实现灭除老病死之道。

比丘们！我知道了这方法，就将这方法教示比丘、比丘尼，以及在家的优婆塞、优婆夷。所以这方法为许多人所知道，人口增加，极为繁荣，以至今日」（《相应部》12.65 城邑）

老病死的缘因是什么？「我忆宿命未成正觉时，独一静处，专精禅思。作是念，何法有故老死有？何法缘故老死有？即正思惟，生如实无间等，生有故老死有，生缘故老死有，如是有、取、爱、受、触、六入处、名色。何法有故名色有？何法缘故名色有？即正思惟，如实无间等生，识有故名色有，识缘故有名色有。我作是思惟时，齐识而还，不能过彼。谓缘识名色，缘名色六入处，缘六入处触，缘触受，缘受爱，缘爱取，缘取有，缘有生，缘生老、病、死、忧、悲、恼苦。如是如是纯大苦聚集。」（《杂阿含 287 经》）

如何灭除了老病死呢？「我时作是念，何法无故则老死无？何法灭故老死灭？即正思惟，生如实无间等，生无故老死无，生灭故老死灭。如是生、有、取、爱、受、触、六入处、名色、识、行广说。

我复作是思惟，何法无故行无？何法灭故行灭？即正思惟，如实无间等，无明无故行无，无明灭故行灭，行灭故识灭，识灭故名色灭，名色灭故六入处灭，六入处灭故触灭，触灭故受灭，受灭故爱灭，爱灭故取灭，取灭故有灭，有灭故生灭，生灭故老、病、死、忧、悲、恼苦灭。如是如是纯大苦聚灭。」（《杂阿含 287 经》）

四. 解除苦恼

凡夫都是被众多的人事与物所困，因为执著於这些为我或我所拥有，对变易的现象产生强烈的执取，而生起苦恼。因此佛说：「於色爱喜者，则於苦爱喜，於苦爱喜者，则於苦不得解脱。（於色不知、）不明、不离欲。如是受、想、行、识爱喜者，则爱喜苦，爱喜苦者，则於苦不得解脱。」（《杂阿含 5 经》）

在《杂阿含 4 经》里记载佛言：「比丘！於色若知、若明、若断、若离欲，则能越生、老、病、死怖。诸比丘！若知、若明、若离欲贪，心解脱者，则能越生、老、病、死怖。如是受、想、行、识。若知、若明、若断、若离欲贪，心解脱者，则能越生、老、病、死怖。」

五. 培养慈悲

佛陀听到波斯匿王和他王妃茉莉的谈论关于‘在世上没有比自己更可爱的人’后，告诉他们：「人的心思，随处可到。但无论到达那里，却不能发现比自己更可爱的人。同样的，别人都是以自己为最可爱的人，因此，知道自爱的人，就不要害别人。」（《相应部》3.8 茉莉）

然后佛陀告诉波斯匿王：「大王！诚然，如您所说，一个人若以身口意做恶事，此人则不是真正地爱自己。一个人若以身口意做善事，此人则是真正地爱自己。」（《相应部》3.4 爱着）

六. 生起正见

修行佛法先要有正信，这是通过理解教法之后所生的智慧的信，不是迷信。迷信者信鬼神的力量，占卜问吉凶，求签问乩童，不去听闻佛法，不研读佛经，更不修八正道。

《杂阿含 22 经》里佛言：「当观知诸所有色，若过去、若未来、若现在、若内、若外、若麤、若细、若好、若丑、若远、若近；彼一切悉皆无常。正观无常已，色爱即除，色爱除已，心善解脱。」

正见是要能明白现象无常的真理，由观察周遭的人、事与物的变化而领悟生、老、病、死；或生、住、异、灭；或成、住、坏、空的变化过程。佛法概括地说‘诸行无常’，佛陀是要我们明白世间的一切皆是无常，没有永恒不变的真理。

佛对波斯匿王言：死亡像四座大山(老、衰、病、死)从四方面压来，无人能倖免。（[相应部 3.25 山之比喻] Pabbatopama Sutta）就算波斯匿王出动象军、马军、步兵、军师、或以国库藏金来贿赂等，亦无能制止死王。波斯匿王听了，对世尊说：「世尊！面临这种情况，没有什么待办的事。唯有信奉三宝，但愿尽有生之日，布施行善，累积功德。」

佛陀告诉询问的婆罗门伤歌逻说：「假使有一个水盆，若水染有红色或青色，就不能把原来的脸色反映出来。同样的，人心若为贪欲所染，因为心不清净，将无法洞察真相。若水被烧开而沸腾，也不能把原来的脸色反映出来。同样的，人心若为瞋恚所烧，因为心不清净，将无法洞察真相。若水盆浮满水草，也不能把原来的脸色反映出来。同样的，人心若为愚痴所盖，因为心不清净，将无法洞察真相。……同样的，人心若不为贪欲所染，不为瞋恚所烧，不为愚痴所盖，随时都能把真相反映出来。」（《相应部》46.55 伤歌逻）要能对诸现象有正见，我们必须消除内心的污垢。

七. 净化三业

佛陀告诉波斯匿王说：「大王！这世上有四种人：从黑暗到黑暗的人；从黑暗到光明的人；从光明到黑暗的人；从光明到光明的人。」

大王！那一种人是从黑暗到黑暗呢？大王！好比有人出生卑贱，过着贫穷的生活，这个人做身恶行，做口恶行，做意恶行。你想结果会如何？这个人，在人间，继续做恶行，身坏命终，生於恶趣。这种人是从黑暗到黑暗。

大王！那一种人是从黑暗到光明呢？大王！好比有人出生卑贱，过着贫穷的生活，但这个人做身善行，做口善行，做意善行。你想结果会如何？这个人，在人间，继续做善行，身坏命终，生於善趣。这种人是从黑暗到光明。

大王！那一种人是从光明到黑暗呢？大王！好比有人出生富贵，过着富裕而幸福的生活。但这个人做身恶行，做口恶行，做意恶行。你想结果会如何？这个人，在人间，继续做恶行，身坏命终，生於恶趣。这种人是从光明到黑暗。

大王！那一种人是从光明到光明呢？大王！好比有人出生富贵，过着富裕而幸福的生活。这个人做身善行，做口善行，做意善行。你想结果会如何？这个人，在人间，继续做善行，身坏命终，生於善趣。这种人是从光明到光明。」（《相应部》3.21）

生而为人，人身难得已得，应该思惟做恶业的果报，继续做善行，净化自己的身口意三业，增长功德，这样才能保证继续生在人中，从光明到光明。

佛陀以布的比喻告诉比丘众说：「比丘们！你们知道贪欲是心的污染，就必须努力捨离它；知道瞋恚是心的污染，就必须清净它。即使是脏布放在清水中洗，也能成为清洁的布。金矿石必须放在溶炉里溶化，才能得到纯净的黄金。」（《中部》7，《布喻经》）

八. 认识自我的真相

在《一切都在燃烧经 *Āditta Pariyaya Sutta*》里佛为事火的三位迦叶兄弟和他们的一千位徒众这么说：「比丘们！一切都在燃烧！是什么在燃烧呢？眼在燃烧、色相在燃烧、眼识在燃烧、眼触在燃烧、眼触生受，若苦若乐不苦不乐在燃

烧。它是如何点燃起来呢？我宣示它是由贪欲、瞋恚、愚痴、生、老、死、愁、悲、苦、忧、恼而点燃起来。

比丘们应如是观，圣弟子于眼生厌、于色相生厌、于眼识生厌、眼触生厌、眼触生受若苦若乐不苦不乐生厌。耳、声；鼻、香；舌、味；身、触；意、法、意识、意触、意触生受，若苦若乐不苦不乐生厌。生厌故远离，远离故解脱，解脱故自知生已尽，梵行已立，所作已办，自知不受后有。」他们听完后都证得阿罗汉果。

知道这一切都在燃烧，若能断欲念，则一切连带而来的不善心所亦得断，那么燃烧之火就熄灭了。

九. 找回自己

佛陀在优留毘罗森林里独坐时，有三十位良家子弟带了妻子到林中游玩，其中一位还未结婚的带了一个妓女来参加，当他们在玩的时候，这个妓女乘机偷了财物逃走了。当大家在找这女人时，看到佛陀，就向他打听，佛陀问他们说：「年青人呀！你们认为如何？寻找逃去的女人要紧，还是寻找自己要紧？」这群年青人给佛陀问后就发呆了，其中一位答道是寻找自己要紧，佛陀於是就向他们说法，这群年青人就跟佛陀出家去找自己了。（《律藏》小品. 1. 14）

法增比丘，沙劳越老越市（Lawas）老越佛教会。

愿众生安乐！

欢迎翻印，请先联络作者。请勿删改。

dhammavaro@hotmail.com

<http://chinesetheravadabuddhists.community.officelive.com/> 中华南传上座部佛友协会

<http://groups.google.com/group/learning-buddhism> 学习佛法

<http://ti-sarana.blogspot.com> 皈依三宝

<http://buddha-middle-path.blogspot.com/> 佛陀中道

<http://buddhist-practice.blogspot.com> 修习佛法