

滇津明就格西談「布施」的真諦

●本刊編輯室採訪整理

編者按：滇津明就格西於一九六四年生於西藏康區，十八歲至南印度色拉寺學習經論。經過數十年努力不懈地學習，於四十歲完成藏傳佛教五部大論的修學，並通過六次格魯巴僧伽大學的考試。二〇〇三年通過最後一次考試，獲頒第一等「拉然巴」格西學位。

「布施」與「布施波羅蜜」

佛陀透過六波羅蜜（即：六度）的修行達到佛果之後，告訴我們，若希望能達到究竟涅槃，一定要先從布施著手，從布施開始學習。

以中觀應成派的見解來說，六度中的「布施波羅蜜」，從大乘的菩薩資糧道到佛地之間，都是具有這個修持的。「布施波羅蜜」在六度當中，比較起來相對容易做到，所以將它放在第一講。

所謂「波羅蜜」，就是「到達彼岸」的意思。「波羅蜜」具足了到達彼岸、產生佛果的能力，是能夠達成佛果的因素，其主要的方便法，就是大悲心與菩提心。我們一般所說的「布施」與「布施波羅蜜」，雖皆為布施，但兩者的助伴與功德、實修法與實修者，都不相同。菩薩聖者所行的布施，是為不造作的大悲心與菩提心所攝持的「布施波羅蜜」，它具足了產生佛果的能力；凡夫所行的布施，還未被不造作的大悲心與菩提心所攝持。這就是「布施」與「布施波羅蜜」的差別。

若在實修上，能夠在行布施的同時生起大悲心及菩提心——布施的心增長，菩提心也跟著增長；菩提心增長，布施的心也跟著增長——兩者互相饒益；那麼從這裡開始，就叫做「布施波羅蜜」。行布施波羅蜜的菩薩，是能夠同時修六度的。彌勒菩薩在《現觀莊嚴論》裡提到：布施的布施、布施的持戒、布施的忍辱、布施的精進、布施的禪定、布施的智慧——一個布施波羅蜜中同時包含了六度，這就是菩薩們所修持的。

布施的真義與發心

「布施」真正的意義，就是「捨棄」，所指的是自己那分「捨棄的心」；布施的體現，就是「捨棄的心」。比如說，你捨棄了一百元，想要捐助他人，內心裡完全捨棄這一百元的心，就叫做「布施」。

然而，為什麼要行布施，培養捨棄的心？培養捨棄心，對自己有什麼好處呢？

我們從無始以來，累積了許多吝嗇、慳吝的習氣；慳吝有多強，貪著就有多強。貪著的習氣過重，那麼親疏愛憎也就更強，想把所有貪愛的一切都占為己有；如此一來，便會引起很多的麻煩跟不愉快，像是忌妒、驕傲等等，就像進入一道痛苦之門。吝嗇的本質，就是不願捨棄，因不願捨棄而形成貪著，因貪著而帶來許多的煩惱與痛苦。

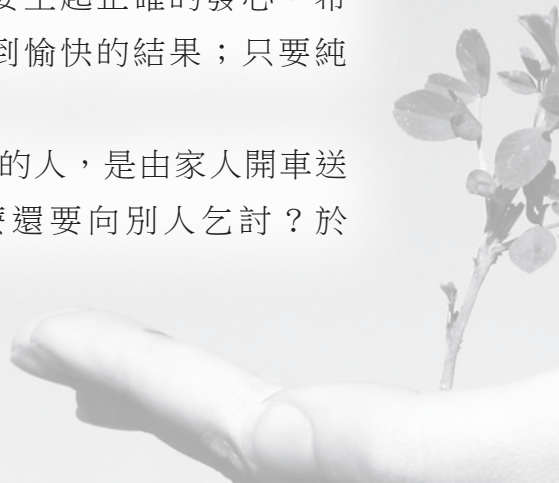
因慳吝、貪著而產生的這些煩惱，是不會無緣無故自然就消失的，我們必須要以強大的力量來對治它、消除它。每個煩惱的對治不同，像無明、我執的對治法，是「證悟空性的智」；對治吝嗇、貪著的法門是什麼？佛陀告訴我們一個解決的方法，那就



是：以完全捨棄的心，多行布施。當我們培養捨棄的心，讓它增強，相對的，吝嗇貪著的作用力就越來越弱，那麼，因貪著而起的煩惱與痛苦，也就跟著越來越少；煩惱減少，因煩惱而造的業就越來越少；所造的業減少，因業而生的果也就越來越少。如果我們能做到的話，在捨棄、行布施當下的那一刻，馬上就可以得到這樣的結果；這個結果不是讓我們得到一百萬、一千萬元，而是使我們即刻就能放下執著，當下捨離因貪著而起的煩惱、業因。行布施真正的目的就在此。

除此之外，在經論裡提到，佛法的實修可分為：下士夫、中士夫、上士夫這三士道。修行者最起碼要具有「下士夫」道次第的修行，也就是「為了下一輩子」而修行；為了能在下輩子投生為人，同時比今生過得更好，能得修行佛法的助緣，所以多行布施。如此也是實修布施正確的一個動機與發心。雖說「布施得財」，但如果因為今年做了很多布施，就希望明年或幾年後馬上得到更多的財富，那就只是貪著今生的安樂，不是為了下一輩子能得順緣修行佛法而布施。布施的動機若不正確，它的結果是不可能會出現的。當我們在行布施的時候，布施的對象、對境是沒有分別的。不論是怎麼樣的眾生向我們伸手求援，我們一定要滿足他。去考慮受施者的狀況而決定要不要布施，那是不對的。如果我們是為了實修佛法，而去行布施、幫助眾生，就無需去考慮受施者看起來有沒有障礙。不管是身體上或心理上，受施者就是因為需要幫助，才會向他人求援。我們只要生起正確的發心，希望能夠幫助對方，希望因布施而讓對方得到愉快的結果；只要純粹這樣地想，就是最正確的發心了。

有的人會覺得，有時候看到在路邊行乞的人，是由家人開車送過來行乞的，既然他家裡有錢，那為什麼還要向別人乞討？於



是拒絕布施給他。在這裡要強調的是，行布施時，我們不該去觀察、辨別受施者的狀態和背景，就算對方比我們有錢卻還向我們伸手要錢，我們一樣能給多少就給多少，因為布施強調的是自己那分捨棄的心。菩薩行布施時絕不會說：「啊！這個布施的對象怎麼樣？我先看一下！」如果先判斷誰比較痛苦再決定幫誰，那就是自己起了分別心，這是不對的。《入中論》當中提到：

且如佛子聞求施，思惟彼聲所生樂，
聖者入滅無彼樂，何況菩薩施一切。

這是說，菩薩聽到眾生向他求布施時，當下生起的意樂，是勝過聲聞、獨覺、阿羅漢等入滅時的快樂的。所以，不論受施者如何，我們都應該盡自己一切的能力去幫助他。但是，如果不能捨棄，那也是每個人自己的看法，不需要逼迫自己為了行布施而布施，這是很重要的。

還有一種情況。比如說，有人是為了得到名聲和他人的讚歎而布施，這樣還是一種貪著，貪著世間的名聞利養；或是想：啊！其他人都布施給這個人，如果我不給的話很丟臉！因為面子問題而布施；再者，布施後希望得到回報，以上這些發心都不正確。要知道，即使我們仍無法以「三輪體空」來行布施，但只要純粹的希望因自己的布施而幫助眾生，令眾生得到快樂，那就非常好了。

三種布施

佛典中提到許多關於布施的方式。簡單來說，可以分為「財



施」、「法施」、「無畏施」三種。另外，還可以分為「世間的布施」和「出世間的布施」。

一、財施

所謂「財施」，顧名思義，就是將自己的財物布施給需要的眾生。比如金錢，或是生活上所需的各種物質。我們看到因財物困乏而需要幫助的眾生，將自己的財物布施給他，這就是行財施。要記住的是，行財施時沒有一定的量，沒有非得布施多少才算，而是完全看自己當下能夠捨棄多少。供養也是如此，我們行供養也沒有規定多少的量，最重要的是動機正確，能捨棄多少就是多少，完完全全的上供下施。

我們行財施，當下可以對治自己的吝嗇及貪著，因吝嗇貪著而起的煩惱會越來越少；在這樣的情況下，我們會過得越來越好，而受施者也能在當下解決一些痛苦。財施具有短暫的救度能力，不過仍無法使眾生得到究竟的快樂。

二、法施

宣揚佛法、教導佛法，這就是行「法施」。你不一定得是一位上師或出家人，不論你是什麼身分，只要以自己懂的，正確的佛法的內容，並且以純正的動機希望能夠幫助眾生而傳法，這就是正確的法施。所有的布施裡，法施是最為珍貴的，因為佛法本身就具足使眾生離苦得樂的能力，除此之外，所有的萬物一切法，都無法讓眾生離苦得樂。

世尊所有身、語、意的事業中，語的事業是最殊勝的。佛陀的語言就是佛經，我們依靠這些佛經瞭解佛法的內容，依照這些內容修持，然後逐漸的進步，終能達到究竟涅槃，完全的離苦得樂。我

們若能以純正無瑕的動機，將如此殊勝的法傳給他人、幫助眾生，不但是最正確的，也是最有助益的布施。

三、無畏施

拯救眾生的性命，使眾生免於恐懼，就叫做「無畏施」。「畏」就是害怕、恐懼。對任何眾生來說，恐懼是種很不好的覺受。想想看，當我們自己感到恐懼、恐慌時，若有個人伸出援手，幫助我們脫離當下的情境，那我們會有多高興啊！給眾生一個生存的機會，使其脫離恐懼的狀態，就是行無畏施；比如「放生」。我們平常做放生，或是救助社會上一些遭遇困難而無計可施、無路可逃，覺得生命沒什麼意思的人，這時，若能發起一個正確的動機，以各種善巧的方法幫助對方脫離困境，這是最好的。

世間與出世間的布施

以上所說的三種布施，是「世間的布施」，指的是我們單純的一個捨棄的心。像財施，是把自己的財物布施給他人；法施，是以傳法、說法來幫助眾生；無畏施，是救助眾生自恐懼中解脫。這些都是世間的布施，是我們一般凡夫都能夠做到的。

而所謂「出世間的布施」，在《入中論》當中提到：

施者受者施物空，施名出世波羅蜜；
由於三輪生執著，名世間波羅蜜多。

這四句偈的意思，是布施時會有布施者、布施物及受施者，在



當下必須思惟：我們是此三者在一个「空」的平等狀態之下而行布施，即思惟在「無自性空」的狀態下，這三者都是平等的。此即透過「三輪體空」而行布施。一切法空（無自性空）並不代表一切都不存在，而是一切法皆非獨立存在，非自性成立的。以這樣的思惟而行布施，就是「出世間的布施」。而若能如此瞭解「空」的本質，那就已經證悟了。所以，出世間的布施是很難做到的，而這正是佛法真正的精要。

我們若能多多思惟三輪體空而行布施，就會越來越接近證悟空性的智；越來越接近證悟空性的智，內心的二我執（法我執、人我執）就會越來越減弱，由於二我執所造的業也就越來越少，煩惱也越來越少。由於無明、我執是流轉六道輪迴最主要的因素，我們若能觀想三輪體空，行出世間的布施，亦可以由此而解脫輪迴；這是未入道前，上根器的凡夫也能夠做到的。宗喀巴大師在《上賢密義疏》裡說到：雖布施者為凡夫，但若能透過思惟三輪體空而行布施，則布施的功德即是出世間的布施。

布施的功德

關於布施的功德，佛經裡說「布施得財」。布施得財的原因是什麼呢？首先，我們一定要深信因果，才能夠瞭解。

雖然說此生若行布施，未來將得財，但除了佛陀之外，誰也無法得知未來會有什麼樣的改變。布施後何時得財？什麼時間點它的結果會成熟？這部分完全不是現世法，而是極隱蔽的法，是我們凡夫無法猜測及預見的。以邏輯來分析，我們累積的業一定會有它的結果，而每一種福報、每一種功德，所有的結果都是依靠隨順的因緣而生。世間萬物皆依靠同類、同體性的因而生。比

如，人一定是依靠人而生，不會依靠馬而生，因為類、種不同，則因緣是不隨順的。所以，一切事物都必須依靠隨順的因緣而生，沒有無因而生的結果。我們今生的受用，都是由布施累積而來的福德，這福德是我們在過去捨棄了一些東西，希望能夠幫助別人所累積的善業；業成熟了之後，同類的結果就出現了。你捨棄了財富給別人，所造的業的結果，自然就是你得到了財富。所以，布施得財，從邏輯及因果的道理來看，都是可以理解並且能得到證實的。

一般凡夫的心是很複雜的。比如說，一早起床，也許心裡就莫名的感到煩悶、憂愁；其實，這就是無明、我執在作祟。而當我們瞭解這些煩惱、憂愁的原因，好比過於吝嗇、過於貪著，我們知道要多行布施來對治，那麼，因此而產生的煩惱就立刻消除了，這就是布施當下所獲得的功德。

有些人平時捨不得吃、捨不得穿，財產捨不得分給別人，往生之後，還讓家人為了遺產而爭吵。爭吵是表面所顯現的，那是因為內心有那麼多的煩惱與痛苦所引起；而這些煩惱都是由吝嗇心、貪著心而來。吝嗇、貪著所產生的過患實在太多了，這在日常生活中隨處可見。我們平常多行布施，內心多培養捨棄的心，則煩惱的來源就沒有了；沒有因，那麼結果就不會出現。雖說布施得財，但是若以金錢財富和快樂、知識比較起來，知識的財富更勝於金錢的財富，而快樂則勝過於世間萬物，是無價的。因此，若在布施的當下就能得到快樂，那就更無需在意能否得到金錢的財富了。

而一位很好的修行者，今生是完全不需要追求財富的。比如說達賴喇嘛、大寶法王，他們根本無需追求財富，反而是財富在追他們。釋迦牟尼佛在還沒成佛之前，仍為菩薩時，當過很多



生的國王；他把皇宮裡所有的財物都布施出去，到最後，他就獲得這麼一個無上的果位，達到究竟涅槃。這正是布施究竟的功德。

此復由行布施時，速得值遇真聖者，
於是永斷三有流，當趣證於寂滅果。

《入中論》裡的這段偈頌是說，如果我們能正確的行無瑕的布施，很快就會遇到善知識；我們依止善知識，由他引導至正確的道路上，於是就可以永遠斷除三界的續流，從輪迴中解脫，得到究竟涅槃的果位。此為布施究竟的結果、究竟的功德。無瑕的布施，其究竟的結果一定會成熟，但什麼時候成熟，是沒有人能知道的。

身為佛弟子，學習佛陀所傳下來的法門，我們的態度必須是為了讓下輩子更好、為了幫助眾生解脫輪迴、為了得到佛果而修習。只要常常如此思惟、串習，那麼今生的貪著一定會減弱，所造的業當然也就會減少。我們一樣可以去工作、賺錢，但對於眼前的利益能夠放下，能看到更長遠的未來，未來那個更重要的目標，才有可能達成。如果只是貪著於此生，不但此生的利益無法掌握，未來成就佛果的目的，就更不可能達到了。

最後，我們一定要依循佛陀所教導的法門，多行布施。要記住，布施沒有一定的量，不論多或少，最重要的是發心與方法一定要正確。若能夠這樣持續修持，那是最好的。🕉

真正的布施

◆ Ven. K. Sri Dhammananda

編者按：本文轉載自《佛教徒信仰的是什麼》書中〈真正的布施〉一文，由斯里蘭卡籍法師K. Sri Dhammananda著作，慧炬出版社出版。

K. Sri Dhammananda法師（1919～2006）生於斯里蘭卡，十二歲出家，二十一歲受完具足戒。一九五二年，抵達馬來西亞弘法，並創辦馬來西亞吉隆坡佛教傳教會。其弘法足跡，徧佈馬來西亞及新加坡，許多著作在東南亞及其他英語系國家，均廣為留傳。

真實的布施要義，是在布施於人時，不求任何的回報。假使一個人在期求什麼回報，這種行為就不是給予，而是交易了。他也不可期望因他支持人們，而想控制他們。他最好不要希望他人感激，因為大多數人是健忘的，他們並不必然的感激你。

佛教修布施功德，是不期待任何物質回報的；布施的目的，是要抑制那些阻礙精神進步的「貪」毒。貪著我們自己的財產，是人各種受苦的原因之一。因此，在能力範圍之內，想想同胞，伸出援手，是人的責任。

那些稍寬裕的人，應該想到其他需要他們同情、幫助的人，並施展他們的慷慨，給任何值得幫助的情況。這種幫助，會解決「有」與「無」之間衝突的大問題。

布施善行的功德，是每一宗教高度讚頌的。布施是佛陀多生多劫以前，為成佛道所修的第一個完滿功德（波羅蜜）。



要想只以布施消除「有」與「無」之間的差異，是一件不可能的事；這種缺陷，永久存留在世間。不管我們採取什麼方法使世間平等，差異仍然是會存在的；今天，假定我們能毫無偏差歧視的分配一國資源給每一人民，我們第二天會發現，又有些人是貧窮，有些人是富有；這是世間因緣法的本質。◎

〔健康人生講座〕

精神能量的涵養

精神能量的盈虧，表現出心理健康的程度。能量的豐盈使人感到自在、安定、清淨與知足，進而情緒穩定、喜樂自在，較有創造力和智慧；反之，能量的耗損使人易於憤怒、不安、焦慮、憂鬱及對立，容易感到精神不振、情緒失常、健康受損。如何培養精神能量，是現代人面對的重要課題，著名的心理諮商專家鄭石岩教授，將為聽眾做深入的剖析。

101年10月14日(星期日)下午2時30分

主講人：鄭石岩 教授
作家、心理與教育專家

地點：台南市立文化中心國際廳地下一樓會議廳
(台南市中華東路三段332號)

主辦單位：台南市立文化中心・中華慧炬佛學會南區分會
聯絡電話：06-2881677