

我常常聽到許多同學說佛法浩瀚得像大海一樣，想要汲取卻不知用什麼方法，既然大家希望研究佛法，那麼必須在佛陀的一代時教裡找到根本的道理所在。

什麼是佛法的根本呢？那就是「四聖諦」。「四聖諦」為什麼是佛法的根本呢？如果你看過佛傳或對佛教的經典有一些印象，就可以知道，釋迦牟尼佛成道以後，最初在鹿野苑說法度憍陳如等五比丘，那時所轉的法輪就是「四聖諦」，至佛陀臨入涅槃最後的教誡——遺教經，所轉的仍然是「四聖諦」。縱觀佛陀的一生，自剛成道至臨入涅槃，所交代的都是「四聖諦」，這當中從阿含、方等、般若乃至法華、涅槃，一切大小乘佛典都離不開「四聖諦」。由此可知，佛陀的根本法輪就是「四聖諦」。到了今日，對我們而言，整個學佛的過程就是「四聖諦」的信、解、行、證的過程。

何謂「四聖諦」呢？就是苦諦、集諦、滅諦、道諦。「苦諦」就是真理，指真實不虛的道理。為何叫「四聖諦」呢？因為它是聖人所悟的真理，只要依這個真理修行就可以超凡入聖，以下我就逐一向大家介紹：

第一聖諦

世間的真理，無常即苦

第一個就是苦諦，有些人一聽到「苦」，便馬上聯想到苦難、痛苦，就以爲佛教是悲觀的、消極的、沒有希望的，其實大家是否曾經仔細想過「苦」到底是什麼？爲什麼佛陀要說「苦」是一個真理呢？

佛教的產生以及終極的關懷，便是解決人間的痛苦，既要解決人生的問題，就要

先看清世間的真相，「苦」就是佛陀對世間如實觀察後所提出來的真理。佛陀說「苦」，並不是否認人生有樂趣，相反地，佛陀承認人有各種物質與精神的喜樂，如家庭和睦——親子、人際之樂，資用充足——五欲攝受、使用之樂，生命長壽——

色力、健康之樂等等，可是這一切都包含在「苦」中，因爲喜樂是無常、變易不居的。所以說「苦」不是通常所說的苦難，而是「無常即是苦」。「無常」是世間的真理，「苦」亦是真理。佛陀所說的「苦」共有三種：

(一) 苦苦——指一般苦難的苦。
(二) 壞苦——由變易而壞所產生的苦。
(三) 行苦——見到諸法無常，而感過憤所產生的苦。

人生的各種苦難，如生、老、病、死、怨憎會、愛別離、求不得、憂悲苦惱……凡此種種都包括在一般苦難的苦(苦苦)當中。大家都還很年輕，說老、死似乎還言之過早，但是你們是否曾經想過死後要到那裡去，是否也曾想知死去的親人或友朋他們到那裡去了？再近

示開父師悟 座講學佛專大

輪法本基的陀佛



點想，下一刻自己要到哪裡去，相信大家也會感到一片迷惘，這也是目前「苦」年輕的你們目前最迫切關心的可能就是感情問題了，有的他喜歡我而我不喜歡他，有的我喜歡他，而他又不要我，這種苦也是沒來由的。個人的「苦」不說，再看我們生活的環境，空氣污染、水源污染正嚴重地危害著人的健康。此外，青少年玩電玩、求刺激，只爲要掙脫升學主義的壓力。有人想不必工作只憑幾個號碼坐擁財富，卻換來大家不樂、六合不彩的結果，甚至

生活中快樂的感覺和境遇是無常的，不永恆的，它改變的時候，就產生了痛苦、苦惱。舉個例子，古人會說人生的實心樂事有四件——久早逢甘霖、他鄉遇故知、洞房花燭夜與金榜題名時。如果這些真是實心樂事，我要告訴各位，那比沒有更苦，爲什麼呢？「久早逢甘霖」，是要熬過多少個「旱」的日子，才能有獲得甘霖的喜悅，若是來個雷雨不停，你想還有快樂嗎？再說「他鄉遇故知」，一個離鄉背井的人，他要忍下多少鄉愁，才有「遇故知」的快樂，但是他鄉畢竟不是斯土，相遇也只是偶然啊！又大家在聯考放榜時的那番欣喜，現在是否還餘波盪漾？不管心理上的、外界人事上的，這一切都在不斷的變易生滅之中，佛陀告訴我們的「苦」就在這個地方。

生命的真相就是苦和無常，認識了這個道理，我們更要珍惜短暫的生命，把握、創造每個當下，也正因爲一切都在變易當中，我們才有可能加上善的因緣而改變現況，我想這是佛陀告訴我們苦諦的真正用意吧！

集諦

苦的升起，苦的根源

集諦講的是苦的來源。「苦」既不是從天上掉下來的，也不是自生的，它由誰來決定呢？其實誰也不能決定，自己的貪愛便是集諦的來源。

「集」有招惑的意思，是引發我們的貪欲、瞋恨、愚昧、傲慢、疑懼、好逸惡勞……等煩惱去招惑苦果的力量。有集諦不斷的招惑苦果，又再引發我們造作煩惱，生命於斯輪轉不息。

舉例來說，大家一定有這樣的經驗：當我們站在路旁等車，看一輛輛車停下又開，卻都不是我要搭的車，你心裡一定想：「車子怎麼還沒來？」或是看到那好不容

滅諦

苦的止息，體悟涅槃寂靜

「滅」指的是涅槃，滅諦就是講涅槃的真理。爲什麼「滅」是涅槃呢？因爲「滅」就是超越我非的紛雜爭亂，不受苦惱，對生死能自由自在。這裡所說的「自由自在」是什麼呢？或許同學會覺得自己現在不也自由自在的嗎？想聽講便坐下來聽，不想聽就回去，這是不

是自由自在呢？佛門裡有一則故事：有位老居士想要出家，便到寺院裡請求剃度。師父問他：「你幾歲了？」他說：「八十多歲而已！」師父便說：「這麼大年紀不宜出家，要出家還是年輕點好！」聽完這些話，這位老居士立即入定走了。隔了幾年，有個小孩跑來跟師父要求出家，師父一看，幾歲大的小孩，小不點一個，便笑著說：「你還這麼小，怎麼能出家呢？」他一聽便理直氣壯地說：「老的你嫌老，小的你又嫌小，你到底要什麼？」這才叫自由自在，對生死

道諦

中道的人生觀是止息苦的方法

「道」就是方法、道路，也就是出「苦」、滅「集」，證得涅槃而獲解脫的方法。換句話說，「道」是去除「苦」、「集」，到達「滅」的途徑。這是一種透過對生命真正的認識，而將自己的身心做一番改革的方法。這個方法是佛陀將其親自走過的路告訴我們，無數的高僧大德也是隨著佛陀的足跡走在這條路上，具體的說有八正道：

- (一) 正見——如實的知見
- (二) 正思——正確的思維
- (三) 正語——正真的言語
- (四) 正業——端正的行為
- (五) 正命——正當的職業

四諦

因果

苦諦說明了人生的現象感受，集諦則歸結出招惑苦果的原因，所以苦、集二諦是世間現象的因果；滅諦是涅槃，是出世間的果，道諦是達到涅槃的資糧與途徑，滅、道二諦是出世間的因果。一般說因果，都先說因然後再說果，有了某種原因，才導致了某種結果。然而佛陀說四聖諦，卻是先說果，後說因，這是針對我們眾生

去學習。由第一聖諦「苦諦」到第二聖諦「集諦」，便是要引導我們真正正視生命的現實問題，如果要想從痛苦中解脫，就必須先找出痛苦的原因，而通常這些苦惱並不是用外力可以破除的。我常說美國可以把太空發射到太空去，這是人類透過智慧開發種種科技的成果，但是這些科技是否能夠把我們的煩惱也打到太空裡去？佛陀很明白地告訴我們：一切的煩惱不是靠外力可以解決的，必須從改善想法、自淨其意做起。

無有恐怖，對現前生命又能掌握，這是佛菩薩的自由自在，對我們而言，那全是別人的，也是想像的。佛陀告訴我們：不要以思惟的方式去揣摩涅槃是什麼樣子，如果涅槃是可用思惟、想像而得，那我們爲什麼還需要修行？「概念性涅槃」、「思想上涅槃」並不是真正的涅槃，真正的涅槃只有自己去親證體悟！

省庵大師生了重病，弟子說：「師父你不要走！」他說：「沒有關係，我去去就來！」「去去就來」正可說明生死自在、煩惱止息的涅槃是由智者內證的。如果我們能依著佛陀的教示，勤奮地修持戒、定、慧，把小我的執著一步步推出去，展開大我的包容，渴愛自然減少，苦便逐漸減少。

觀看今日叢生的問題，不論是環境的、精神的、治安的、身心的、社會的種種不安與危害，不正是因人的貪、瞋、癡的慾望與愚昧而造作所匯集的共業與別業嗎？所以，「道諦」是人的生活的方式，是人所必須遵行、修習的一種中道的人生觀，它是身、口、意的自律、自我的開展與自我的淨化！

了解世間的真相，才能找到用功的下手處。苦諦說明了人生的現象感受，集諦則歸結出招惑苦果的原因，所以苦、集二諦是世間現象的因果；滅諦是涅槃，是出世間的果，道諦是達到涅槃的資糧與途徑，滅、道二諦是出世間的因果。一般說因果，都先說因然後再說果，有了某種原因，才導致了某種結果。然而佛陀說四聖諦，卻是先說果，後說因，這是針對我們眾生