# 正命的社會

阿里耶拉涅（Dr. A.T. Ariyaratne） 講述
鄭振煌 口譯 徐錦蓮 整理

阿里耶拉涅博士以佛教的追求真理、非暴力、無我精神，在斯里蘭卡推行莎佛陀耶社會運動，走入鄉村，關懷柔弱婦女小孩，改善他們的生活，覺醒他們的人生。該項運動的成就，備受國際矚目，獲得美、日、印度、菲律賓等國的獎項達十一座。

阿里耶拉涅博士於一九九七年七月廿日至廿七日，應邀在中華慧炬佛學會演講「四無量心的修持」、「四攝法的修持」、「正命的生活」等，內容清新感人。

各位兄弟姐妹：感謝諸位再度蒞臨。星期天吃完中飯之後，應該是大家休息的時候，可是諸位還是來聽我們這一系列的講座。

首先，我們要談的是個人的人格，接著談一個比較大的社會情形，然後介紹如何依照佛法來推動社會運動。今天介紹如何依照佛法而建立正命的社會。佛陀並沒有拒絕當時印度社會原有的倫理道德，比如說五戒，是當時社會早就有的。

佛陀仍採用五戒的原則，做為一個人想要達到內心和平、社會安定的規範。做一個佛教徒，每天都要唱唸「我皈依佛、我皈依法、我皈依僧，第二次我皈依佛……第三次我皈依佛……。」三皈依之後就要發願持守五戒——不殺生、不偷盜、不邪婬、不妄語、不飲酒。每一個人都要三皈依，守五戒，以達成社會的和平、社會的安定。

## 不殺生的積極意義

五戒的第一戒是不殺生。光是不殺生，不殺害其他的生命還是不夠的。不殺生的積極意義，應該是幫助其他的生命能夠活下去。我們要知道四週還有許多的生命、許多的人類，我們要想辦法來協助他們。

許多人生產農業或工業產品，然後加以銷售，讓別人來消費。比如一個農夫在生產的時候，如果大量使用化學肥料、殺蟲劑，我們應該讓他知道，過度的使用殺蟲劑會使得購買農產品、消費農產品的人慢慢中毒，如果他知道這個事實而仍然大量使用的話，他就犯了殺生之過；有時候也許他是出於無知而過度使用化學藥品，那也是犯了殺生戒。我們應該讓所有人都知道怎樣才能夠過正命的生活，不傷害其他的眾生。如果每一個人都能夠過正命的生活，那麼社會的每一階層，都將有長足的進步。

一八九三年第一次世界宗教會議在美國芝加哥召開，當時東方的代表有一位來自印度，另外一位來自斯里蘭卡。芝加哥當時已有很現代化的工廠，由於科學、科技的進步，我們的生活在各方面都獲得很多的方便。

▶阿里耶拉涅博士與聽眾合影留念

◀阿里耶拉涅博士與鄭振煌居士合影

一八九三年的世界宗教會議，主辦當局曾安排一次參觀工廠的行程，這個自動化工廠裏面的機器設備，比如說一群牛從一個狹窄的地方走向輸送帶，經過若干步驟之後在輸送帶的另一端就變成一塊一塊的牛肉出來，工廠主人問參觀者說，你看我們這裏多麼進步多麼奇妙吧！那位代表斯里蘭卡的學者就說，這個沒什麼了不起，如果你能將這一堆肉從這一端放進去，而從另一端生產出生命來，那才是真正的奇妙。我們可以曉得不同的人，譬如世俗的凡夫跟有宗教修持的人，在對待某一件事情的時候，其看法是完全不同的。

▶歡送午宴

一般人都已變得商業化、唯利是圖，而宗教的修行人卻是尊重生命，愛惜一切的生命。十五年前，我應美國最大的基金會——洛克斐勒基金會之邀，在董事會演講，我一走進演講廳，董事會的所有成員，沒有一個臉上是有笑容的，當主席介紹我開始演講的時候，我就對那些董事這麼說：「我演

講之前，我想先跟各位討論洛克斐勒基金會當時是怎麼成立的，你們知道嗎？你們已經喪失了洛克斐勒一世創辦基金會的緣起。」

## 洛克斐勒基金會的故事

原來一八九三年第一次宗教會議的時候，洛克斐勒碰到印度、斯里蘭卡的這兩位修行人。我們知道洛克斐勒是船業鉅子，他擁有大批的船隊，可是他從來不投保，因為保險費是一筆頗大的支出。有一次，他在辦公室接到一封電報說，有一艘船快要擱淺了，要求公司趕快去投保，以便擱淺的時候能夠獲得巨額的賠償。洛克斐勒一世立刻花了一百塊美金去投保，那裏曉得，不久之後，這艘船又打電報回來說，船已成功的離開了擱淺的地方。洛克斐勒非常懊惱，因為他浪費了一百塊美金，他一輩子都在追求金錢，創造他的企業王國。後來，有一次他生病了，死亡的陰影籠罩著他，他想到了這兩位修行人，看看是不是能在這兩位修行人之中獲得治療，希望能將他的病治療好。這兩位修行人就告訴他：「可以，我們可以治好你的病，讓你活到您應該活到的壽命七、八十歲都沒有問題（當時他的年紀只有五十歲）。」洛克斐勒很高興，同時也很心急的問，需要付多少費用？那兩位修行人不疾不徐地說：「要您所有的財產，您一生所賺的錢，就是替你治病的代價。你的病好了之後，要將你所有的財產全部捐出來成立基金會，為人類做一點貢獻。」洛克斐勒接受了他們的要求，病治好之後，也真的將他的財產全部捐出來，成立美國最大的慈善基金會。

基金會一百多年來一直在運作，因此，十五年前他們要頒洛克斐勒獎金給我時，我就對那些董事講述基金會成立的緣起。很多人做事常忘失了原來的精神，忘失了他們到底是為什麼而做的。五戒中的第一戒「不殺生」，「不殺生」的積極意義就是要關懷一切生命，幫助一切生命過正當和諧的生活，這也就是佛家的精神。

五戒的觀念如果能夠深植每一個人的心靈深處，那麼我們這個社會就可以變得比較祥和。可是一般人常因為沒有具備正見而犯戒。比如說，不殺生戒，世界上有很多生產軍火的人，他們製造大批武器出售到其他國家，如柬埔寨、斯里蘭卡等，讓這些國家從事戰爭，那些生產武器的人，並無意去殺害該國

戰爭中的傷亡者，卻因為無知而犯了不殺生戒。

## 正命和正見

佛陀曾經定義：殺生要具備四個因素。第一個因素，殺生一定是殺的生命，唯有生命被殺才能夠稱之為殺生。第二個因素要生起殺害生命的動機，才算是殺生。第三個一定是要用某一種工具，用工具來殺害眾生生命才算是殺生。第四個是真的有生命被殺死，那才是殺生。我們想想看，製造商是透過製造、銷售軍火而發大財，而軍火工廠裏的工人，他們是把生產軍火當作是謀生之道，那是因為他們沒有具備正見，沒有具備正確的知見；如果說他們曉得不殺生涵蓋不可以有殺害其他眾生的動機，並知道在一家軍火工廠上班生產槍砲，這些殺害眾生的工具生產、銷售之後，必然會有人用以殺人，會有生命的損失，從佛教的觀點來看，便已經是「非正命」。八正道裏頭有一個正命的生活。從事正當的謀生工作，稱之為正命。如果每一個人都能夠認識什麼是八正道的生活，要從事的職業該是正命的生活，而不是非正命的生活，這樣子的話，就不會到製造軍火的工廠去上班。

其次，我們談到不偷盜，一般人只知道不偷盜是不拿取不是屬於自己的東西。其實，不偷盜的意義要比這個廣泛些，比如說，在斯里蘭卡有天災、水災、火災，這些意外發生的時候，主要的民生物資價格就大幅上漲，那些做生意的人就趁機大賺那些受苦、受難人的錢，這也是犯了偷盜的罪。還有許多社會慈善事業假借慈善救濟的工作，而犯了偷盜的罪。

## 怎樣才算不偷盜

在斯里蘭卡，我們可以看到本來是要送給原住民的毯子、衣服，竟然可以在可倫坡的市面上買到，而真正需要衣物的原住民反而得不到，這些物資被某些人拿來出售，也是犯了偷盜罪。還有一些宗教利用物質（麵粉、米、糖、菸、酒等）誘勸民眾信仰他們的宗教，這種情況大部分是發生在基督教、天主教的身上。當然，並不是所有基督教牧師都是這樣的，但的確有些基督教的傳教師，在斯里蘭卡是利用發放物品要求老百姓改信基督教，像這樣也是犯了偷盜罪。諸如此類都在提醒我們，偷盜罪並非表面上拿取別人的東西或財物，利用不正當的手段來獲得金錢亦屬於偷盜罪。

在佛陀的時代，當時的國王制定法令，規定老百

姓盡可能尋找東西來吃，但不可以販賣。比如說，你可以到魚池撈魚、釣魚來吃，但不可撈魚、釣魚去賣。因此，當時的人絕大多數都是屬於素食的，而素食的人，他們可以獲取足夠的蛋白質、纖維及纖維素，臺灣的佛教徒很多都是素食者，他們都不缺乏蛋白質。佛陀時代的國王，頒令國家不得釀酒；可是，我們看看今天，世界上有很多國家的政府，大量生產酒類販賣銷售，藉口就是可以增加稅收，這是很荒謬的一件事，因為這已經違反了五戒。想想看老百姓喝了酒，身體受了傷害，要到醫院接受治療，所花費的醫療費用是否多過於釀造酒類所得到的產值。

## 酒和雛妓

如果能夠了解五戒的真正意義，就不會有政府機關生產、銷售酒類的事情發生。比如不邪婬戒，每一個人都應該過正當的家庭生活，可是由於社會商業化，商品的販賣促銷無所不用其極，使得色情行業已經氾濫到不可忍受的地步。在斯里蘭卡就有很多雛妓，十一、二歲的女孩子被販賣從事色情服務，情況的嚴重性可想而知。斯里蘭卡政府最近才召開全國性的會議，邀請專家謀求解決之道，聯合國也提出法案，決議保護幼童不受性虐待。有人說，色情行業是由於觀光事業的發達所造成，其實是由於人民的貪婪私心，那些想賺錢的人，犧牲別人的生命尊嚴來謀取自己的財富，這些都是未能了解五戒的涵義而犯下的錯誤。我們如果能教育每一個人都有戒律的觀念，使每一個人知道持守五戒，不僅是個人生活的層次要持守五戒，同時要注意到社會生活的層次，也就是個人生活和社會生活的兩個層次必須同時考慮。我們不能說個人守五戒就好了，我們要以個人守五戒的行為去影響社會整體的生活層面，使社會健康發展。

我們從五戒的消極面、積極面來了知五戒的涵義，這才是真正的正念，真正達到個人的正命、整個社會的正命。

## 菩提樹下

能夠嚴守五戒的人，必然了知佛陀的開示。佛陀生長在帝王之家，享受人間的榮華富貴，五官的享樂應有盡有，可是他並不滿足，他看到世間有這麼多的苦難，決定出家修行，尋找解決苦難的途徑。他是經過多生多劫修行的再來人，這一世在二十九歲時出家，出家之後他跟從當時的縱慾派修行，後來又跟苦

行派修行，苦樂兩派的修行方法他都經歷了，可是並沒有得到真正解決問題的法門，他獨自在著名的菩提樹下打坐、思維才發現世間的最高真理，獲得無上正等正覺。他發現我們世間的一切，都是彼此依存，都是緣起的；而世間的一切也都是苦的。苦的來源就是我們的無明、我們的攀緣執著。了解了苦的現狀、苦的來源，他發現我們可以達到止息痛苦的境界，也就是四聖諦的「滅」。同時，他也知道要達到「滅」的境界必須修持八正道。

佛陀在菩提樹下證悟的時候宣稱：「我經過了多生多世的修行，在輪迴之中我歷經苦難，而今終於發現人生宇宙的真理。」

佛陀所提倡五戒的生活、八正道的原則，想要在一世裏完全做到，那是不可能的。修行必須生生世世、點點滴滴的累積，因此我們不必為沒有辦法在這一世中把五戒做得很好而感到懊惱灰心。重要的是我們要把方向設定，設定一個正確的方向，以八正道為基礎導向，過那種神聖的生活。犯了錯沒關係，想辦法來改正。這一世辦不到沒關係，來世繼續努力。同時要了解五戒的意義，包括五戒的消極意義和積極意義，我們一定要有這種心態、這種信心與勇氣，才能夠慢慢的走向覺悟之道。

## 五戒與八正道

我們持守五戒的時候，不僅僅只在動作上、在身體上、在語言上，同時也要在思想上持守五戒；如果在思想上犯了五戒，就已經是犯戒。談到八正道，必須知道佛陀所說的這些教法，並不是第一步做完之後才做第二步，第二步做完之後才做第三步，而是要齊頭並進，同時修持。也就是說五戒、八正道與其他的教法，都是為方便說明或方便歸類起見而做的條目，我們千萬不要只在八正道中選擇一項，而把其他的七個聖道擺在一邊；同樣的，要知道五戒中的任何一戒也含攝其他四戒。我們不可以說先把不殺生戒做好，完全清淨了再來守其他四戒，也不可以說我們要先建立正見然後再來做其他的七種正道。每一個道、每一個戒都是彼此相關的，彼此含攝的。這是我們了解八正道之前必須先建立的觀念。

八正道的首要是正見，正見就是如實的見諸法實相，確確實實的見一切萬事萬物的本來面目，這就是

所謂的三法印。透過定靜的深層觀察，我們知道一切事物都是瞬間在改變，是無常的，是遷流不居的。我們有一個字詞叫做「存在」，存在的意義其實就是不存在；因為在一瞬之間，那個所謂的存在就已經改變，已經變質變樣了，因此存在就是不存在。佛陀發現宇宙萬事萬物都是緣起，一切都是息息相關的，沒有一個現象可以獨立存在，也就是說沒有那一個存在是真正的存在，一切的存在都是不存在。正因為一切的存在都是剎那在改變，生住異滅，生老病死，因此使我們感到苦的逼迫，這就是第二法印，苦的法印，一切皆苦的法印。第三個法印就是無我，沒有那一樣東西可以永恆的存在，一切都是在剎那改變之中，這個就是無我的法印。無常、苦、無我就是佛陀所見到的一切諸法的實相。對實相的了解，可以讓我們去除對世間相的執著，可以讓我們了解怎樣遠離痛苦。譬如說，我們看到一樣東西，或聽到一個聲音，或嗅到一種氣味，或嚐到一個香味，或接觸到一個東西，見聞覺知立刻透過我們的感官產生受的作用。只要有一個對象跟我們的感官接觸，立刻就產生覺受的作用，一有覺受的作用便立刻進入想的作用。想就是去分辨某一個東西是什麼形狀？什麼類別？是人或物？是美是醜？在這是什麼那是什麼等想的作用之後，立刻就有行，行的作用之後，就集中到我們從無始的過去世一直相續流轉到這一世的識的層面。也就是意識的層面。從五官接觸外境因而有受、想、行、識，到最後就進入到識的作用，識的作用是從過去無始以來，同時也會帶往未來世這種感知見聞覺知的作用。這種潛藏的意識作用，往往讓我們迷惑，也往往讓我們執著，一執著就產生痛苦。若能具備正見，就可以了解一切的苦都是來自我們的執著，了解苦及苦的原因之後，便知道執著是沒有必要的，因為一切都是無常，都是無我，都是在改變的。具備了正見就可以離開執著，就可以離開苦，就可以離開生死的輪迴，這是第一個正道。

其次是正思惟，正思惟就是當我們透過感官接觸外境的時候，時時刻刻都要提起無常、苦、無我的真理，因為我們一接觸外境立刻就會有思想產生，有覺受產生，這時候我們就要立刻想到世間的真理——三法印。

我們如此從正見進到正思惟，即先想到三法印，

一有正思惟我們就能達到正語。正語就是你只講正當確實的話，不講妄語，不講那些違反真理的話，不講惱害、煩惱、傷害其他眾生的話。

正思惟建立了，也就是你已建立了正確的思想。你講的必然是正確良善的話，你這樣就可以進入正業了。正業就是行動公平正直，因為你思想正確，發之於語言也是正確，言語都是正確的，所以你的行為也必然是正確的。你日常生活中的一舉一動就能夠合乎正道，合乎五戒的原則，合乎世間的真理，那就是正業。我們有了正業，就能夠進一步進入正命。正命就是以正當的職業維生，因為我們的見解正確，思想正確，行為正確，我們在謀生的時候，當然是選擇正確的職業、行業，不違反五戒的行業，那就是正念，有了正念我們就可以進步到正精進。

正精進是每當有壞的念頭、不正的思惟產生時，立刻把它拋棄掉，立刻生起正確的見解、正確的思惟；壞的一來，當下知道要立刻棄絕，立刻生起正確的，那就是正精進的真諦。能夠壞的放下，好的提起，如此就可以達到正念。

## 三摩地和毘婆舍那

正念就是了了分明，清清楚楚知道你現在的起心動念、你現在的一言一行，那就是保持正念。能保持正念，就可以達到正定，正定就是禪定，禪定就是摒除萬緣，內省覺知可以依守八正道、五戒，不會偏離八正道，能夠向著正確的方向前進，那就是正定。我們有了正定，可以透過四十業處，所謂四十業處就是佛陀所教示我們依修禪定四十種的所緣境。所緣境是修禪定的目標，我們可以依據自己的個性、習氣，根基來選擇，選擇四十種業處其中的一個，時時刻刻把你的心專注在這個所緣境上。呼吸就是這些四十種禪定所緣境之一，修了禪定還要進一步修安那般那、毘婆舍那，翻譯成中文就是「內觀」。修習內觀要先止後觀，先把散亂的心專注集中起來，進一步來觀照、觀察，透過這樣觀照，可以讓我們得到親身的體驗，可以生起我們的智慧。一有智慧產生，就可以徹底放下執著，徹底遠離煩惱，徹底終止生死輪迴，達到滅諦的境界，這就是八正道的第一個解釋；但你要知道，八正道的任何一道，彼此之間都是密切相關的，正如五戒的每一戒都是彼此相關的。同時必須知道，八正道與五戒也都是彼此相關的。佛陀在列舉這些條

目時，只是為了分類方便，其實它們都是息息相關、互攝互融的。的確，這樣龐大廣泛的事務，有時候我們也是感到無能為力，但我們可以從兩方面做起。

**群眾覺醒與製造輿論**

第一，要堅定大家的決心，讓大家覺醒，知道什麼是正命的生活，什麼是五戒的生活。佛陀深惡痛絕一個國家的政府機構藉銷售毒藥、酒類、武器作為稅收的來源，或容許色情行業、殺生等不正勾當。我們要讓人們都能夠覺醒，都能夠明白什麼是正確的生活，這就是喚起覺醒。

第二，我們要形成輿論，讓大家論議其缺失弊害。輿論形成後，一股巨大的公眾意見的壓力，將迫使執政者或財團改變他們的作法。很多科學家在軍火工廠裏面上班，我們如果能製造輿論，讓大家都知道什麼是正命的生活，在這些場地工作的人，會有所警惕，改變職業，換一個工作，從事正命的生活，不再從事邪命的生活。我們不要總是認為這個事情茲事體大，沒有辦法做得到。請問各位在一九八〇年那時候，有人會相信當時號稱世界強國的蘇聯會瓦解嗎？十幾年前，跟美國相對抗的勢力那麼大的蘇維埃聯邦，我們能想像得到它會整個瓦解嗎？今天，蘇聯是瓦解了。同樣的道理，只要我們每一個人能覺醒，同時只要大家不斷的努力，不斷的呼籲，不斷的形成輿論，只要不洩氣，應該是可以達到目標的。創造一個正命社會、正命生活的理想，是我們為所當為的，也是站在個人立場所能夠做到的事情。

## 「周宣德老居士百歲冥誕紀念」徵文啟事

將學佛正見引進全國各大專學府的周老居士，瞬居百歲冥誕。為紀念這位捨財捐貲，致力推行大專青年學佛，終生成就的偉大佛教教育家，本刊特徵求紀念專文。凡與周老居士或一面之緣，或親炙受教，或私淑其人，均歡迎撰稿述其神采威儀、感人事跡，文體字數不拘。哲人雖已遠，典範實長存也。

（如作者有與周老居士合照之照片請隨文附上，用畢即奉還）

**慧炬雜誌社編輯部敬啟**