

生活佛教（上）

一九九九年五月十六日開示於慧炬印光祖師紀念堂

恆有法師 ◎ 主講

沈惠珠 ◎ 整理

莊董事長、劉理事長、鄭教授、各位佛教的大德、年輕的護持佛道的法友們：

今天我坐在這裡，要向大家介紹「生活佛教」。我自己知道，我個人並沒有修行，道德也不夠高，名聲也不夠大，不能夠說服各位。但是各位的求法之心很重，我說這話只是供各位一個參考。我不會說話，所說的都是依據心裡的一種感受。各位回家想想看，如果是對的，那麼共同來努力，朝這個方向走。

入道因緣

先說我認識佛法的因緣，大概二十四年前巧遇《六祖壇經》。那是一個禮拜天的晚上，我碰到一位參禪的長者，那時他八十五歲，我問他：「如果你重新再生活，你將如何度過？如何安排你的一生？」當時他沒有說出太多的道理。我告訴他我的想法，他說：「你的想法有點跟禪宗類似。」那時我四十歲，不知道也沒有聽說過禪宗是什麼。我問他：「禪宗是什麼？」當時他也沒有解釋很清楚，他說：「我把我的《六祖壇經》送給你回家看看好了。」

我拿了這本《六祖壇經》回家，就在當晚閱讀。等我看完，已是第二天早晨七點半，八點鐘我要上課，各位可以想見我當初是如何的投入。我看完了以後，感覺我所想的正是這本經典的精神，我說不出來，六祖幫我說出來了，心裡的那種愉快是無法形容的。當時我自稱是六祖的入室弟子，號「空有」。現在講起來，當時我是多麼大膽，我不知道佛教裡的規矩，完全不知道佛教的傳統，但我真的是尊崇六祖。

有時候一個外行人可以給內行人提供一些意見，雖然他是外行人，但他的觀念比較新奇一些。各位對佛法都有很深的研究，我以一個外行人，一個門外人，向你們說幾句話，也許對你們會比較新奇一些。我做為一個佛教徒已經二十多年了，自己感覺我還是個外行人，還在門外，但是很急切想走進門裡去。這種急切要進佛門的心，我不亞於任何一個慕道人。

從前我教書，教力學方面的，我接觸《六祖壇經》以後，我對教力學就沒有多大興趣了。我除了勉強去上課以外，專門看《六祖壇經》，研究《六祖壇經》。

大概一年多以後，我告訴系主任說：「從今以後，我不開會了，也不要叫我做 project 拿錢，我不做這個事了。我只教書，如果你感覺我不配教書了，你就減我的薪，我也無所謂。你不要我，我就離開不做了，我要去做六祖的弟子。」當時他們都以為我是一個瘋子，一個 crazy professor，我自己也認為有這麼一點。我對《六祖壇經》確實下了很多功夫。本來我的國學根基很差，小時候作文勉強通順。自從我下了很多功夫在《六祖壇經》上，我的國文慢慢好起來了。用中國字抄《六祖壇經》，抄《金剛經》，我的漢字也慢慢好起來了。到了一年多以後，我的家人看我這個人，等於是有一點兒瘋的樣子，他們有點恐懼。家人講，《壇經》是唐朝的東西，恐怕靠不住，說不定是人家寫的小說，是想像的東西，你怎麼可以當成真的呢？

佛學歸佛學 生活歸生活

我在家裡，本來是非常霸道的，是做主的人。被這麼一講，我開始懷疑起來。我想也許他們說得對，唐朝寫的這本書，誰曉得真假呢？我也會這麼懷疑，同時也經驗到這樣的狀況，讓我懷疑，為什麼呢？因為我把《壇經》的精神，做筆記歸納出來，基本重點就是「無念、無相、無住」六個字。我回家打坐靜慮，想這六個字，想想很有道理，愈想我愈覺得有道理。

第二天我到辦公室去，那個道理就不管用了。別人找我喝咖啡，我也去喝咖啡，早上一次，晚上一次；別人吹牛，我也吹牛，惹到我，照樣發脾氣。我回家一想，這個不對呀，我這個作風不對呀，這不合《六祖壇經》的精神。我想，這個作風要徹底的改，但是卻不行，習慣沒有辦法改。我在美國，每天喝很多咖啡，喝得手都發抖了，因為教授們常到一個咖啡館，聚在一起，聊天上地下，無所不談。所以，我家人說這《壇經》可能是假的。根據我的經驗，我也認為這是一本小說。為什麼呢？因為我這麼在經上用功，怎麼到了辦公室就不管用了呢？所以我懷疑。

尋找修道人

我想找一個真正修《壇經》的人指點迷津，開始找修道者，但是找不到，因為我住的這個州裡，沒有一個佛教徒。沒有這種資訊，你想找一個人是很難的，現在叫我找佛教徒，隨時抓幾個不成問題，可是那時找不到。後來我從一個美國人借得一本介紹中國佛教在美國發展的書，才知道紐約有大覺寺，舊金山有金山寺。

我想到大覺寺去，「大覺」這名字好。金山呢？我一生最不喜歡錢與權，這兩樣東西跟我很無緣，所以，我不想去金山寺。可是人呀，總是被業跟緣所牽，不是你能改變的。我不想去金山寺，就那麼巧，我看到中央日報有人寫了一篇文章，介紹虛雲老和尚，其中提到金山寺宣化上人是虛雲老和尚的傳法弟子。

我並不認識虛雲老和尚，認識虛雲老和尚，還要感激胡適之先生。因為虛雲老和尚死時一百二十歲，當時台灣很轟動。胡適之因此寫了一篇文章，他懷疑虛雲老和尚一年到頭都不洗澡，怎麼可以活一百二十歲呢？原本我對胡適之的印象非常好，因為我認為胡適之的白話文非常好，但是他這個邏輯，我不能同意。因為洗澡不洗澡，跟活一百二十歲好像關係不密切，所以我就對胡適之產生懷疑。因為這個原因，我對虛雲老和尚印象很深、很深，宣化上人是虛雲老和尚的弟子，我想他也不會差到那裡去。

正好這個時候，我要去加拿大 Vancouver 發表一篇力學論文，為期一個禮拜。大會安排我禮拜二出席報告，以後就沒有事情了，其餘時間是大家聊天，朋友聚聚。我趁這個機會到金山寺去看宣化上人，看他到底怎麼樣？禮拜二我報告完了，禮拜三就去金山寺。

一進門的時候，宣化上人說：「噯！我等你一天了！」我想這老和尚厲害喔，一副有本事的樣子。他說：「我今天本來要到洛杉磯去講經的。」他每個禮拜三到洛杉磯講經，那天他沒去，在等我。我當時並沒有感激他這分盛情，你不去，那是你的事，我又沒有要你不要去呀！

我同他到樓上談了一下，談話中間，我說：「我是六祖的入室弟子，我修《壇經》的。」我又說：「我想找個人看看，有沒有人修通？你修哪個門？你是不是修《壇經》的？」他沒有理我。我說：「我要考考你，出兩個問題考考你，看看你是不是及格？如果及格，我便拜你作師父，如果不及格，那就不要再見、再談了。」他也笑笑沒有理我。

第一個問題，我說：「你悟了沒有？」他當時坐在一個沙發上，前面一個 coffee table，他的大弟子恆觀坐在前面，我跟上人並排坐。他拿拐杖打恆觀的頭，打得很重，他一面打一面說：「你悟了沒？你悟了沒？」，宏觀不吭聲，沒有說悟，也沒有說不悟。我說這個問題你不會回答我了，不過我還是要問你，不問一問，我心不安，不能拜你做師父！

第二個問題，我說：「都出家做和尚，那社會怎麼辦呢？」這個問題現在我感覺很幼稚，當時我對佛教一點認識也沒有，問起來很自然，都出家做和尚怎麼辦呢？他回答得很好，他說：「你能叫我還俗嗎？」我說：「我看你這個樣子，過得還滿快活嘛，這麼多徒弟，我現在叫你還俗，我想你大概是不會還俗了吧？」他說：「不還俗，還講這些閒話幹什麼？」

佛法的修行

學佛，我先在理論上，在《六祖壇經》上，下了許多實際的功夫，但是在日常生活上，我用不上。我的脾氣還是那麼大，還是喜歡聊天、吹牛，都不能改。

因為這個原因，我當時就想找一個真正有修行的。碰到宣化老和尚，我感覺他啟發我，佛法是可以修的，印象是這樣。

之後，雖然我那時還沒有產生「生活佛教」這個名詞概念，但我要將佛教《六祖壇經》用在我的生活上，這個想法非常強烈。如果不能改善我的生活，《壇經》跟我沒有多大關係，只是一個理論，那我就不修了。我不如去念力學比較好，念念力學，教教書，加薪升級，還有點發展嘛。所以當時我要把佛教《六祖壇經》用在生活上這個概念，非常強烈，非常強烈。

我拜訪宣化老和尚後，就拜他為師父，也知道理論與事實、生活的距離，差距非常大。怎麼說呢？我對《壇經》下了一番非常大的功夫。皈依宣化老和尚的那天晚上，做完晚課，他要大家都去睡覺，我睡不著，就坐在佛堂裡。那個佛堂也當禪堂用，我坐在旁邊的椅子上，在那兒想，一直想，我也沒有想任何事情。但我隱隱約約感覺到佛像跟我很親切，這個地方我好像曾經到過，這個環境的樣子很親切，我就坐在那個地方，也沒什麼念，很舒服地坐在那裡。

斷欲去愛是佛教徒的基本功夫

這個時候，宣化老和尚來了，坐在我旁邊，我們兩個人並肩而坐。他不講話，半天沒有講話，突然間他說「斷欲」，他的聲音非常大，如雷震耳。這兩個字在我心裡面，並沒有什麼讓我害怕，很木訥的感覺。然而一個佛教徒，「斷欲去愛，解無為法」，應該是明心見性的成語了，我都不知道。我念《壇經》念了一年多，「斷欲去愛」對我還是非常陌生。我覺得理論與實際的關係應該很密切，但實際上，不密切。

因為這樣才提醒我，回來再開始看經文，看其他經典，如《四十二章經》、《八大人覺經》、《遺教經》等所謂小乘經典，才發現「斷欲去愛」是佛教徒的基本功夫，就好像兵士操練立正稍息這麼樣的基本。當兵都要立正稍息，佛教徒也都要斷欲去愛。未必斷得了，未必去得了，但至少要知道這是我們開始做一個佛教徒的基本功夫。

我有了這個認識後，才開始廣看經典，直到十一年以前，我在 Atlanta（亞特蘭大）一個佛學社講《八大人覺經》，我才提出「生活佛教」，我正式提出這個名詞來，因為那個時候，我對佛教的道理、經典，雖然沒有讀很多，但也相當的廣泛，我提出這個名詞來，心中有一個大概的架構，今天我就向各位說一說這個架構。

人生佛教與人間佛教

我提出「生活佛教」的原因，第一，從歷史來看，大家都知道民國初年，太虛大師提出「人生佛教」，後來佛教界又提出「人間佛教」，「人間佛教」現

在是以印順老法師做代表。其實「人間佛教」並不是印順老法師提出來的，很久前不知道誰提出來的，不過我們就以印順老法師做代表。

既然有「人生佛教」，有「人間佛教」，那我為什麼還要提出「生活佛教」？這好像是製造新名詞，惹人注意嘛！不是，我不是這樣。原因是這兩位老和尚提出這些名詞來，都有他們的目的。

他們主要的目的，是因為他們看到中國佛教的弊病。中國佛教受到中國習俗的影響、道教的影響，太著重在死人上面。趕經懺、超度死人，太著重死人，為死人做的事比活人多。另外一面，鬼靈性太重了，把鬼這個位置看得太重了，所以他們提出「人生佛教」、「人間佛教」。但是這兩位法師，也許他們太忙了，為了種種原因，並沒有把這兩個概念充分發揮。

我不敢借用他們的名詞，不能借用他們的名詞，是恐有曲解他們的本意。還有一點，是他們兩位提出來的重點，有一點排除鬼和死人。基本上我不排除任何東西。

我對佛教的觀念，不排除任何人，這個世界我看什麼都好，我對每樣事情，不是排除它，而是接近它，把這個問題看清楚，把它在佛教裡放一個適當的位置。

死人是很重要的一部分，但是對我們來講不重要。為什麼不重要？因為你、我死了不悟道，我們都是死人、都是鬼、都是神一樣。鬼沒有什麼特別的，只要我們不悟道、不超脫輪迴，我們都是鬼或者是神。所以應該給它一個適當的位置，因此我不排除它，我們應該借鏡鬼神在佛教上的適當位置，對這個位置採取適當的態度。

因為這個原因，我不敢也不能借用他們的名詞，所以我用「生活佛教」。

理論與禪修只是佛教的一部分

再一點，從個人修習的觀點來看，也就是從個人修道認識佛法來看，我觀察到兩個現象。

一個是，部分人走佛學院這條路，偏重理論。像有人著重《唯識》、《中觀》，研究《唯識》、《中觀》，可以把佛教的道理理出一個體系來，是一個理路。但是《唯識》、《中觀》只能代表佛教的一部分，不是全部。

許多人太偏重理論，跟我一樣，熟讀《六祖壇經》，卻不知道斷欲去愛的基本功課。這些人認識很多的道理，可能《瑜伽師地論》、《中觀》、《三論》都很熟，講得頭頭是道。可是回家以後，打孩子，打老婆，喝酒，吸菸。當然這種人不多，但是有。那就犯了與我同樣的病，把理論與生活分開了，這是我觀察到的一個現象。

另外一個現象，就是修道人，有人號稱是禪宗、打坐，以打坐為修道唯一的工作。坐在墊上的時候，也許妄念比較少一些，呼吸很平和，好像也滿舒服的。有人坐得一些輕安，但一站起來就不行了，碰到人就不行了，脾氣仍是一樣的大。這些人所謂的禪宗，他們把打坐當做是禪宗的中心思想，這是一個大錯誤。

有位居士打坐了十年，每天最少坐三個小時，但還是充滿妄念。這個病在哪裡？這個病就是把打坐當做禪宗，當做是佛教。打坐只是修道的一小部分，開始的一個部分呀！

如果你上班貪瞋癡不斷，你回家打坐，不是得胃潰瘍，就是心理不健康，會得病的。打坐只是生活的一部分，必須把生活的全部安排好，你才能坐下來呀！打坐不是叫你解決你辦公室的問題，不是解決你心裡的煩惱，打坐只是一個人門呀。所以上面這兩種人，都沒有把佛教看做生活的全部，拿小小一點當做全部的佛教。

出家人的責任

我認為出家人有出家人的責任，佛教團體應該像世間的師範學校一樣，裡面有學生也有老師，是訓練師資的地方，在座的大部分是居士法友，出家人比較少，也許一兩個而已。各位在家的法友們，不要以為出家眾，像我這樣德不高望不重，你就批評出家人不好。我也只是出家眾裡面的一個學生，我不是一個老師呀。既然是學生，可能有很多缺點。

但現在的現象是，太多像我這樣的學生在那裡說法，做很多不是佛法真諦的事、不是佛法重點的事。佛法的基本是斷欲去愛、解無為法、明心悟性、成佛作祖，這是一個過程，誰也不能改的。

你想念佛生淨土，那是因為你現在感覺自己的能力或者願望不夠，不能明心悟性、成佛作祖，你暫時住旅館，將來還是要走這條路。在我看，這條路是任何人不能改變的，這是我們的起點，我們的終點是要成佛作祖。你可以走點彎路，但是還是這個目標，這個目標要確定，永遠不要改變這個目標。有人說，你既然是學生，怎麼出來講法呢？我跟你講，我不講法，我出來不講法。我在任何地方講法，我說我不是跟你講法，我是跟我自己講法。我講的時候，從中得到一種樂趣，我的感受、我的看法，你聽不聽我不管，但我希望你聽、你做。

我希望你聽了以後，去想想看，我講的有道理還是沒有道理？沒有道理，就存檔甚至丟進垃圾桶；如果有道理，那不是我的，而是你的。真理沒有我見，真理沒有僧俗、沒有男女的差別，真理是屬於每個人的，並不只屬於釋迦牟尼佛。是你的，是我的，是大家的，只要你能明白這個道理。

但是，現在像我這樣的出家人太多了，做一些不是重點的事。我們應該教化學生，把佛法運用在生活上，改變你的生活、言行。你的態度、你對世間的看法、對社會的看法、對人的態度，改變那些比較實際。讓人直接受利，真正受利。

我不反對蓋大廟，也不反對建立大佛像，如果我們真的需要。但我以為更重要的是建立我們自己。我常常說，我們不需要蓋大廟，不需要塑佛像，我們已經有太多了。台灣有一個大佛像就夠了，我們可以朝聖，還比較有意思一些，太多了，到哪裡去朝聖都不知道了。

我常說，我們人要把身體當做禪堂，把家庭當做廟，這樣才真是維護佛教。這點我們出家人沒有盡到責任，但同時各位要注意，你不要說出家人沒有盡到責任，我們在家人沒有事。師生是一個互動的系統，有好的學生，才有好的老師，所以各位在家的法友們，也不能推卸責任。我認為會教固然重要，但會學比會教更重要，要會學！

護持三寶

我為什麼要提出「生活佛教」，是為了護持三寶，護持法寶，這是我提出「生活佛教」最重要的原因。

佛教發源於印度，但現在印度佛教敗落了，原因很多，我不研究歷史，但我知道有一點很重要，就是因為印度有很強烈的歷史背景和傳統，佛教借用了印度很多的概念，卻未能深入印度的生活體系。佛教傳到中國，傳到韓國，能深入民間，雖然民間並不完全了解佛教的深意，但它深入社會各階層，深入每個人的心裡面，所以佛教在中國生根了。

大陸文化大革命，認為宗教都是鴉片煙，到現在還有年輕人以為佛教、宗教就是鴉片煙。

一九八四年，大陸剛剛開放，但還沒有完全開放，只開放幾個重點。大陸聘請我到內蒙古教書半年，那個時候還不可以隨便亂走，因為我是海外學人，可以到處走動，我就到鄉下去走走看看。

當時大陸反中國文化、反宗教非常厲害，但是五十歲以上的人，那個時候，道德標準、待人接物，還是保持原來的形態。只有年輕人變了，老一輩的沒有改。我很好奇，就問一個教授：「文化革命鬥了你幾十年，你怎麼還像個老學究一樣？」他說：「這個東西是鬥不掉的。」當然他小聲跟我講，不敢讓人聽到。所以說，心中的這個東西是鬥不掉的，它可以不表現出來，一有機會它就會發芽。

現在你到中國大陸去看，中國的佛教相當多元，很多地方都有佛教寺廟。以前和尚是假的，現在百分之九十以上都是真的。只有觀光的地方，收入比較好的地方，還可能看到假和尚、假住持，但極大多數都是真的出家人。

將佛法運用在日常生活

如何把佛教的法義傳達於每個人的生活裡？基於以上的理由，我提出「生活佛教」這個概念，希望成為很健康的概念。將佛教運用在每個人的日常生活上，改變自己的言行，這是我提出「生活佛教」的最大原因。

何謂「生活佛教」

什麼叫「生活佛教」？何謂「生活」？「生活」兩個字，你有你的定義，我有我的定義，所以我稍微界定一下。其實「人生佛教」這個名詞就很好，「人生」很好，為什麼要用「生活」？因為「人生」在理論上包括得不夠廣，它僅指人，雖然我們都是人。

我說的「生活」，不是你想像的光只是生活。「生」是指「眾生」和「生命」，「生」包括一切眾生和生命。「活」就是所有一切的活動，一個生命的活動，身口意三業。「生活」是眾生生命中一切活動之謂。如果純指人而言，那麼生活就是人生。但是我希望人不要妄自尊大，要把其他眾生包括在裡面，人只是六道中的一道而已。我們做人在世間的時間並不很長，像我，頭髮白了，眉毛也白了，終點隨時就到，過後到哪裡去？我也不知道，所以，我們應該把六道眾生、一切眾生統統包括在我們「生活」的範疇裡。

把「生活佛教」這個道理、這個概念，融化、融和在眾生生命的一切活動裡，才能叫做「生活佛教」。如果你說生活是一件事，佛教是另外一件事，那不能叫做「生活佛教」。應該把你了解的，放在你的身口意三業上，解行一致，才叫做「生活佛教」。

有很多人到美國的「佛心村」問我：「怎麼修道？」我說：「你不用問我，如果你信得過我，你回家拿張紙，拿隻筆，寫十條，從一、二、三、四、五到十條，寫十條你認為一個人應該做的事，你照著做，你就是個好佛教徒。」很少有人聽我的話回家寫十條的，都希望我告訴他一個法門或某某經，他就悟了，或是念個咒，他就發財了，都是希望這樣的。

六戒

世界上凡事沒有捷徑，沒有投機取巧可以成功的事，我堅決反對投機取巧。有人跟我受戒，他說「受五戒」，我說「不行，你要跟我受六戒」。他說「我從來沒有聽說過六戒」。我說：「另一戒，不准賭博、投機取巧。」他說：「好像五戒中沒有此戒。」我說「五戒沒有，六戒便有」。因為《菩薩戒經》佛說不要

賭博、不要投機取巧。如果你知道佛教的真義，你就知道投機取巧是佛教徒的大忌。

佛教的真義

佛教的真義是什麼？那很多。佛教的目的是幹什麼？你說「成佛、明心悟性」。有一段話使我改變對佛教的感受，非常重要的一段話。這段話在《大般涅槃經》，佛臨入涅槃的時候告訴阿難說：「阿難，不論是我生前或者死後，你們要以你自己的本心為明燈，要依靠自己，不要依賴他人。你要依賴真理，唯在真理中求解脫。」他又說：「阿難，在我的弟子中，是這些獨立求真的人，將達到至高無上的境界，但是你必須有迫切的學習心。」

我告訴那個人，你聽一遍，再聽一遍，你聽兩遍，再聽第三遍，因為你還沒有做到。

在自心中求真理

佛說的這段話，我聽了真舒服，為什麼舒服呢？因為我是一個學工程科學的，科學是以求真為唯一的目標。人家說佛教迷信，佛教消極，不！佛教不迷信，佛教不消極，佛教也是求真啊。佛教跟科學之唯一不同，是科學在心外、在物理世界求真，改善物質環境，使我們吃得好，穿得好，有冷氣，有電燈，但並不能改善我們的心靈生活。佛教，佛講得很清楚了，在我們自心中求真理啊！在我們的心中求真理。

依靠自己不要依賴他人

佛臨涅槃時講了三件事。一、在自心中求真理。佛說，保持你求真的習慣，保持你求真的態度，向自己求。我有求真實的习惯，但是我向外求。我沒有因為學佛改變多少，所以我聽了很舒服。

第二件事，佛說要依靠自己不要依賴他人。佛教一向有自力與他力的爭執。佛講得很清楚，依靠自己，但並不是依靠自己就不用別人幫忙，不是這個意思，是要你不要依賴他人。我告訴你一個密法，你真不依賴他人，別人都願意幫助你；你依賴人家，人家就怕了，人家就逃了，信不信由你。

你們自己依照佛講的經典修習，觀察這個世間，你會發現在你自己的生活經驗中，在社會的經驗中，大部分佛教的道理都在那裡，不在外邊。你會這樣想，這樣做，佛經必然有力量。如果你只唸經、背經，即使背得很熟，它也沒有力量，沒有親切感，所以要自己去觀察、體驗、力行。

迫切的學習心

第三件事，就是要有迫切的學習心。不光是學習，還要有迫切的學習心，因為時不我予。我這次回來，十九號就回美國去。好多我的老朋友，後面坐的老朋友，我們四十幾年沒有見過面了，見面都不認得了，只記得一個名字，大家執著過去，說我們是好朋友，其實根本不認得。他們都說：「你回去，以後常常來嘛！」，我說：「不知道我回得去，能不能回得來？我不知道喔。」可能坐飛機死了誰知道？不知道的。所以我們的時間不多了，我們要有迫切的學習心。（未完待續）v

