

生活的三法印與四聖諦

佛法與生活
生活中的三法印與四聖諦



問題：

1、為什麼要學佛？

2、根本意趣究竟何在？

❖一個學佛者能夠深刻的理解到學佛的根本意趣，進而感覺到非學佛不可，有這種堅強的信念，才能真正走向學佛之路，而不在佛門邊緣歇腳，或者走入歧途。

一、人生所謂何事

1、人生的意義

- 人生存於世間，究竟所為何事？

- 有何意義？

2、如何過好生活

- 生活為何總是不如意

3、如何面對死亡

- 現在須要去考慮嗎？

二、我們的生活

- 生死茫茫事難知
- 碌碌終生何所得
- 孳孳行善復何益
- 逐逐此心安不得

1、生死茫茫事難知

- 人從最初出生開始以至老死為止，匆匆數十年中，終日渾渾噩噩，究竟生從何來？死往何去？所以只能說糊塗的來又糊塗的去，人就在這糊塗中過去。
- 這人生問題，雖然也可以不必去研究，如一隻海船，從此海岸駛往很遠的目的地，在茫茫的大海中可以糊塗的向前航行。但是，漫無方向的亂闖，這是一件極危險的事。
- 佛法，就是說明了這人生從何來，死往何去，現在怎樣行去，才能安登光明彼岸的問題。

2、碌碌終生何所得

- 人生碌碌忙了幾十年，從小就忙，一直忙到老死，到底忙出什麼成績來？這是值得反省的，很有意義的問題。
- 可是不忙又不成，多少人無事也要忙，問他忙個什麼？他是無以答覆你，但總之不能不忙。
- 在忙碌中確曾獲得了高官、財富、地位，但不久就失去了，好像什麼都是空歡喜，什麼都毫無成就。
- 這一問題往往容易使人生起悲觀消極，萎靡頹廢的觀念，但佛法卻並不如此。

3、孳孳行善復何益

- 行善究竟有什麼好處呢？道德究竟有什麼價值？

- 平時說：「行善得善果，作惡得惡報」，這是因果的定律。
- 中國人對於行善的觀念，多建立在家庭中，如父母行善作福，其子孫必多昌隆，「積善之家，必有餘慶」。
- 其實並不如此，有父母良善而子孫大惡，有父母很壞而子孫忠孝。
- 就個人說：這社會上往往是壞人容易得勢，好人每每被欺侮、吃虧。

❖ 善惡與禍患有什麼必然規律？為什麼要行善呢？

4、逐逐此心安不得

- 我們的心總是向外貪求，終日是為著色聲貨利名聞權力在馳求。為什麼要這樣？
- 為了滿足我們的心。
 - 窮人為能生活
 - 富人為能奢華
 - 從政人為權勢
 - 學者追求學問
 - 藝術家為求自我突破

❖ 內心永遠得不到滿足安樂

小結

問題的解決：

- 一般宗教給人安慰，使人滿足，安慰也可說是一般宗教的共同點。
- 其實問題沒有得到解決，因為人心的不滿足，不是外來的給予所能滿足的。
- 唯有佛法，教人先要了解生死究竟是怎麼一回事，碌碌終生究有何所得，行善復有何利益？如何才能獲得內心滿足和安樂。
- 從這些問題去審察，才能把握住佛法的核心，也才能真正獲得安樂。

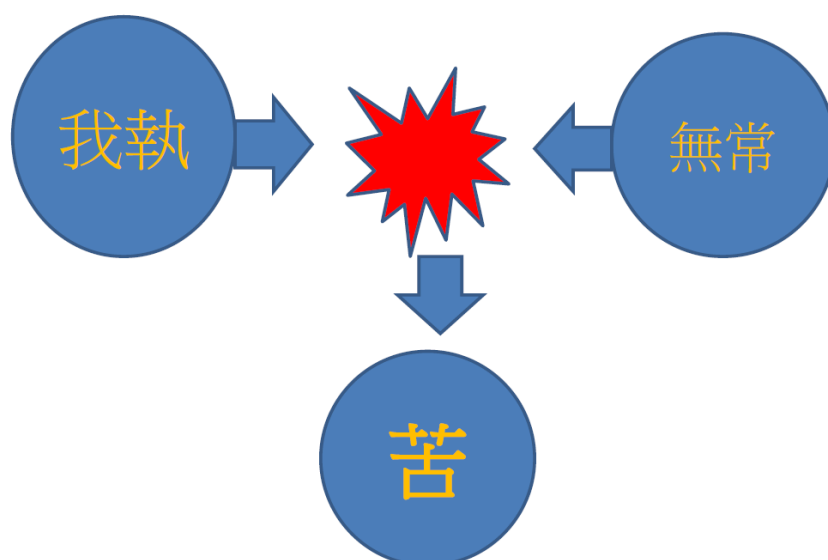
三、問題的根源

- 這要從人本身去觀察，唯有這樣才能把握住學佛的意趣，因為佛法就是解決人生的根本方案。

- 也可說，這是一切高等宗教所共同的，皆由此而產生的。
- 但人生究竟所為何事？有何意義？惟有佛法才能完滿的解答。

1、一個簡單的圖

1、一個簡單的圖



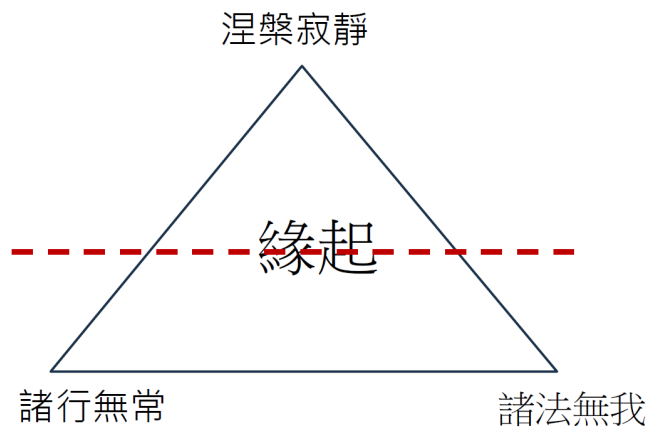
2、法(dharma)—軌則

- 軌則：軌生他解任持自性
- 廣義：宇宙世間的共通法則
- 狹義：萬事萬物的不同事理
- 佛法：覺者對宇宙世間的共通法則的覺悟
- 佛教：覺者對宇宙世間的共通法則的宣導

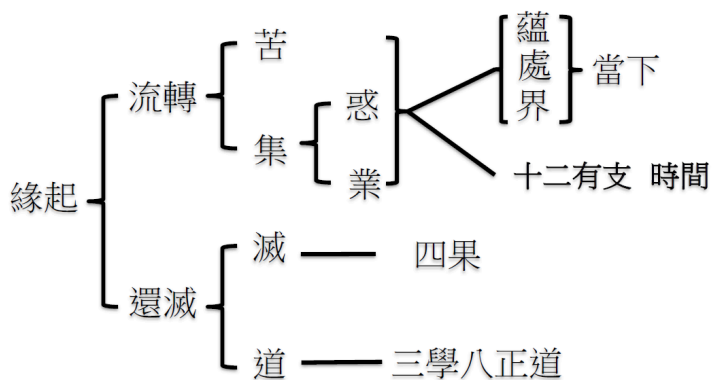
3、緣起法

(1) 緣起與緣生法

- 緣起(*pratityasamutpāda*)
 - 依眾因而生起
 - 指萬物生起的因果法則
- 緣生法(*Pratityasamutpanna dharma*)
- 指依因果法則所現起的現象，
- 特指生命的延續現象，即惑、業、苦的流轉現象。
- 四諦和十二緣起4、緣起與三法印



5、緣起與生命的奧秘：四聖諦



- 四聖諦的重要性和次第性
- 苦聖諦
 - 苦：世間真實特性的觀察和闡述
 - 苦的表現：蘊、處、界
- 集：業+惑
 - 業：苦的直接因
 - 惑：煩惱，苦的主因：能發業與潤業
- 滅聖諦：
 - 滅除(因上說)：滅除煩惱
 - 寂滅(果上說)：涅槃：一切煩惱滅除的境界

四、問題的解決

- 方法：行為、內心習慣和思維模式的改造
 - 解決問題的不二法門：三學= 八正道
- 三學(三增上學)：
 - 戒、定、慧；增上：以之為基礎而向上；以解脫、涅槃為目標。
 - 八正道：八聖道分，八聖道支：修學的次第說：正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定
- 以四預流支入八正道

1、思想模式的改造

- 相處的人群與環境
 - 好的老師
 - 有助益的朋友
- 佛法正確知識的學習與吸收
 - 正確的知識
 - 長與常

- 學習養成思辯的能力
- 培養實踐的能力

2、實踐能力：改變行為

(1) 訓練自制的能力

- 自我的意願：因真實的了解而發心
- 外來的助力：善知識

- 成就好習慣
 - 習以成性
 - 性以成行
- 自我防護

(2) 行善修福：業報觀

3、心力的訓練

- 方法：禪修的學習
- 原則：心一境性
- 作用：
 - 對治內心自然生起的煩惱—五欲、五蓋
 - 提升自我的抗壓力
 - 改善內心壓力所造成的身心疾病
 - 減低造作重大錯誤的機會
 - 修所成慧的養成

五、推己及人(菩薩道)

- 三心
 - 菩提心：目標—無上菩提
 - 大悲心：動力—度一切眾生

- 無所得心：方法——一切法空如幻
- 十善
 - 菩薩基本的戒行
 - 三聚淨戒
- 六度萬行

六、宗教行為

- 別名：方便道、易行道、助道方便
- 作用：依宗教行為培養信念而入佛法
- 別說(種種宗教行為)：禮敬、稱歎、供養、勸請、住世、懺悔、隨喜、隨學、恒順眾生、迴向(普賢十大願)。
- 正行與方便相輔相成、相成相攝
- 莫使正行與方便產生衝突

七、總結

✧ 一般宗教可給人短暫的安慰，使人滿足。其實問題沒有得到解決，因為人心的不滿足，不是外來的給予所能滿足的。

✧ 唯有佛法，教人先要了解生死究竟是怎麼一回事，碌碌終生究有何所得，行善復有何利益，如何才能獲得內心滿足和安樂。

✧ 從這些問題去審察，才能把握住佛法的核心，也才能真正獲得安樂。