

《活著真好：佛教的生命觀與生死觀》

图书基本信息

书名：《活著真好：佛教的生命觀與生死觀》

13位ISBN编号：9789867769886

10位ISBN编号：9867769880

出版时间：20041201

出版社：霍克

作者：苟嘉陵

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《活著真好：佛教的生命觀與生死觀》

內容概要

眾生直以無明故，妄認緣生虛幻法；以為自身之實相，故於長夜漂輪迴。緣生之法有生滅，於「相」則現「代謝相」，迷倒執相之凡夫，枉受長劫諸生死。了生脫死是佛法生命觀的核心，他的意義是人類對生死現象的超越，對生命及生命中一切事務的不執著，及人類對自我牢籠的突破。能了生脫死的人，可以一顆更真實的心面對生命，更喜悅的心面對世界，更慈悲的心面對他人。

探索生命、了達生死，除了要分明了解活著的目的，更要清楚生前死後的何處來及何處去。佛教以緣起法洞澈眾生生死輪迴的因果，並明白指出如何覺照生死之道，而發用善念、行善業，終至於成就善果，使眾生能在肉體壞滅之後，法身仍因修證而在法界中任運自在。

《活著真好：佛教的生命觀與生死觀》

作者簡介

苟嘉陵

民國四十四年生於台北市。民國六十八年，畢業於台灣大學商學系。民國七十一年赴美深造，畢業後定居美國。現任職於紐約華爾街金融界。旅美後遍訪佛教名師參學，致力於推動佛教教制與修行之現代化。

《活著真好：佛教的生命觀與生死觀》

精彩短评

- 1、写得太好了。梳理了很多现代人对佛教的误解。收益非浅。
- 2、“现代人的生命最大的特色，就是脆弱。”
- 3、这本书应该写的晚于《念处今论》很多年，内容比前书自然更深入了一个层次。在本书中，苟嘉陵菩萨讨论了什么是理智的生活观、死亡观，以及对于当今各种价值观、宗、教理念的看法。看起来是泛泛而谈，而实质是相当深入的一本书。如果读者是想寻找“如何让自己快速成功”的方法，那么本书就不必看了；但如果读者是希望超越自己的情绪，找到一种人生中值得努力的目标，平稳踏实地走过人生，则本书一定是不可不读。生命本来是一种虚空，怎样的目标能够让人不会陷入贪嗔痴中，又能充实丰满而不后悔地度过此生呢？说来也很简单，但剖析清楚却很不容易。请大家自己细细品味吧，希望我们都能觉得生命虽然空虚，但活着真好！
- 4、深入浅出，第一本让我对佛学产生想更多了解的启蒙书。强烈推荐！
- 5、讲生死观的部分清楚深刻，令人感动。之后讨论的话题太大了，我这一次读有一些困惑。无生之义说得明明白白，最后的偈子是剂醒药。再次感谢苟嘉陵。
- 6、苟嘉陵菩萨
- 7、以常见与断见引申开写的。
- 8、悟了悟了

《活著真好：佛教的生命觀與生死觀》

精彩书评

1、这本书应该写的晚于《念处今论》很多年，内容比前书自然更深入了一个层次。在本书中，苟嘉陵菩萨讨论了什么是理智的生活观、死亡观，以及对于当今各种价值观、宗、教理念的看法。看起来是泛泛而谈，而实质是相当深入的一本书。如果读者是想寻找“如何让自己快速成功”的方法，那么本书就不必看了；但如果读者是希望超越自己的情绪，找到一种人生中值得努力的目标，平稳踏实地走过人生，则本书一定是不可不读。所以如果你是抑郁症患者，就请多读，不断地读，直到读懂为止。生命本来是一种虚空，怎样的目标能够让人不会陷入贪嗔痴中，又能充实丰满而不后悔地度过此生呢？说来也很简单，但剖析清楚却很不容易。而本书却剖析地极为细致，延展又非常迅速而广泛，使只读大意者，难以领会。要真正领悟这本书的内涵，读十遍以内可能都是不够的，而且还须要有一些缘起性空的修习。请大家自己细细品味吧，希望我们都能觉得生命虽然空虚，但活著真好！

2、相比较《做个喜悦的人》，花了较长的时间看完。更喜欢《做》的论述方式和形式，读起来更为流畅。本书内容更像是《做》的细化、展开、强调。不知道《觉的宗教》是怎样呢？还有一本全新未拆封的，不知道送给谁呢？

1、《活著真好：佛教的生命觀與生死觀》的笔记-2016年4月

“诸行无常，诸法无我”，是佛教对宇宙万有的总的解释，也可以说，是一切法的总法则。所以“无常”和“无我”的教义被称为“法印”。“漏”就是烦恼。佛教认为众生不明白一切法缘生缘灭、无常无我的道理，而在无常的法上贪爱追求，在无我的法上执着为“我”，或为“我所有”，这叫做惑，惑使人烦恼，所以又叫做烦恼。无明是对一切法缘生故生、缘灭故灭、无常、无我的真实相不认识，特别对自己身心只是因缘所生的道理不能自觉，以为其中有常住的、唯一的、做主宰的我。由于“我”的执着，所以对境而有乐受、苦受、舍受，而起贪嗔痴等烦恼，而造种种善恶业。所以人们的生死痛苦的本源毕竟在于无明。定，是精神上既不昏沉（即不瞌睡），又不纷驰的安和状态。这是印度一般宗教徒所必习的，尤其是佛教徒修持的必要条件。由于定，身心远离爱欲乐触等的粗分别，逐步发得身心轻安，终于能够把心——精神思想集中于任何一境之上，宁静安稳不受扰乱，进而引发一种无漏的智慧。众生直以无明故，妄认缘生虚幻法，以为自身之实相，故于长夜漂轮回。缘生之法有生灭，于相则现代谢相，迷倒执相之凡夫，妄受长劫诸生死。贪是真正的死，嗔是真正的死，痴是真正的死，懒就是一种形式的死“真则真矣，然了则未了”！真正“了”的人，是不会有“奔流到海不复回”之叹的。常见本身就是人类不能接受现实的软弱表现。若不能超越它，毕竟仍是安不了心。火在火炬上燃烧，很亮，人就以为实有一样东西叫火。但事实上“火”只是因为油在油布上，油布又绕在木头上，再加上有足够的氧气及有人用火点燃了油布才产生的。这些条件若不具足，火就产生不了。故火是依靠这些条件而起的，并不是离开这些条件（因缘）而仍有一种东西叫做火。若一个人连事实都不能接受，其人格及人生不是逃避，就是在做梦。而佛法不外是要人由梦中走出来，不要逃避，以一个平常心面对人生罢了！故他们在嘶喊，在大声地问：“请告诉我！每天街头这么多如潮水般来来往往的人们，到底是从哪里来的？又将往哪里去呢？”许多东方人较难了解这一种文学背后所表达的真诚，但卡夫卡的作品毕竟有着令人动容的诚恳。他在描写一个生命在失去了秩序与行为法则之依据后的荒谬感和失落。当一个人已什么都不能确定的时候，他自然会感觉到任何事皆是有可能的，也包括自己忽然变成一支老鼠或蟑螂。这就是《周易》中所说的“百姓日用而不知”。而一旦那些东西被抽离掉，生命马上就会陷入混乱与空虚，此时人就会知道文化的作用在哪里了。佛法中有戒、定、慧三学，其基础是戒。讲究的正是透过行为的约束及调整来建立一个堪为法器的人格，然后再进一步地去修定、修觉观而契入中道法义。而这个“戒”的行为法则基础，是建筑在人深刻地见到行为的因与果间的相关性上的。佛法的戒不同于一般的道德律，也不是一种教条主义，而是主张人要在人格中有一个刻骨铭心的觉醒——就是你现在是如何，将来又会是如何，皆决定于你的“所做”。事实上人的主要问题，不外就是贪和嗔两大项。人如果能不做“饿鬼”和“修罗”，而在生命中有合理、和谐的行为模式，一般来说均能拥有相当的安适愉悦。人类老是会想尽理由以支持自己想要支持的见解，而归集别人潜意识中的东西，以支持自己潜意识中的想法，会让我觉得人生浑是戏场。执象而求，咫尺千里。懒惰的生命正像是处在昏沉状态中一样，其实是一种死亡。也只有能勤劳作而把生命的能力发挥出来以利益众生的人，才够资格去探讨什么是了生脱死。因为真正了生脱死所须具备的，是一种雄健的智慧和生命力。生命之河若没有太多执著，河水原是清澈见底的，充满活泼的生机与生趣。而河水之所以能明澈见底，正是因为它流畅而无所著，不会因两岸的景物别有一番风光而不肯往前流。过去的事已过去了，不用去做无益的追悔。但若不幸的事一遍又一遍地再来，就是在受生死轮回的痛苦了。一定要做到一而不再，才是了生脱死，也才是视自己为佛的直下承担。太阳下山的时候，这位母亲虽仍很哀伤，但她的眸子里有了另一种光芒。她已不再要佛陀替她把儿子救活了。在一次又一次地被同情的人婉拒后，她看清了一个事实，死亡只是生命与人间的真相。而且是每一个人，每一个家，每一个母亲都一样，死神并没有特别虐待或善待她。我知道我唯一当做的事是爱惜自己的生命，并努力在今生实践发扬他的遗德。如果我不能如此，也不能接受父亲已死亡的事实，而一天到晚期盼他的“复活”，或自己骗自己地用一种形式说他没有死，那我的生命中总有一个地方是迷糊而不清醒的，也就可能因此而造成我的人生的悲观消极。但就连佛的报身，都必须受因果报的影响，经历有为法“成、住、坏、空”的过程。故佛陀在世活到八十多岁的时候，也像一般人一样地而老死去世了。有的佛教徒希望佛陀能有超自然甚至“超因果报”的生命不像普通人一般地死去，好像死是什么不光彩的事一样。佛陀明明是一个人类，我们就当说他是一个人类。而人类是不能免掉生、老、

《活著真好：佛教的生命觀與生死觀》

病、死的。而他在生老病死之中，向全人类证明了人类的潜在智慧，是可以超越生死而在生死中得自在的。正因为他是人类，他的悟道才是“世间眼生”，他的解脱才是全体众生的福音。唯至诚者能尽其性能认同解脱者的生命价值观虽并不就是解脱，但它提供了一个生命的导向，也使人的生命状态变得不再固执己见与骄傲，而使其较容易领悟缘起无生的教理。佛教可以说是因了悟一切法的空无自性，而看出了思维的有限和不真。佛法的觉观也不是思维，而是觉观思维。不知亦能行能以慈悲及智慧为生命导向的人，不会恐慌也不会失落。这一层深义，恐怕也只有真正去践履的人才能体会。我看他就算有父母疼爱，也能嫁给宝玉，她看到花落仍是有感伤的。因为美好的生命终有掉落的一天。而人类若一天到晚闲来无事地感时伤春，执著起来当然就是愈想愈悲哀了。也正因为净土宗简单、明确，才能治得了像林黛玉这种才情高又多愁善感之病。宝钗、宝玉及黛玉曾在一起戏言宝玉是悟了还是未悟，以我来看三人当然是未悟，而最痴的就是黛玉。她的才情在她生命的末期，反而成为加速其死亡的东西。五蕴说是要人了解生命之中并无恒常不变的实我，要人看破放下，这是佛法中的“破”。最主要的不在有没有个性，而在执不执著。由厌世的知见修到最后，就是一种虽生犹死的生命存在状态。能会得“本来无生，于今无灭”的人，事实上就是有法眼了，能入无生忍而得法眼清淨。所执的“生”，就是当事人在心中自己为自己建立的实有的观念。而一旦这种生成为执著的对象时，当然就会有死。但真正死的只是人类在心中自己的坚执。万物从来都只是在迁流变化，也从来皆没有生、没有死，人一旦执相起来，就落入了生死。眼前生死本为妄见，而人却不知道要断、要了。河水不正是一个不断变化的过程，念念迁流不居而不可把握吗？虽是不可把握，但河水在流动的时候，不正是一个有其体的东西，而教人在河边流连忘返，甚至一生一世皆记得河畔的风光？风在吹的时候，不正也是一样地让人觉得真有一样东西在空中行进着，在扶着我们的皮肤，在揉搓着林间的树叶，在扬起大漠的砂石？但毕竟我们若要去寻找风，也是找不到的故“风”虽说是风，但实在没有一样东西叫做风，而只是在因缘和合下主客间的一种互动关系。是当六根与尘相遇，当人有感觉了，见到了飞沙走石，也感受到了皮肤上有东西在吹，才会生起了风的概念。这世上的东西，哪一样不是根尘相遇下的印象产物，一样是无可把握、无有实自性的呢？我发现那一段存在我心中的小学岁月，那一块无论我在哪里一生皆魂萦梦系的土地，是因当时的我是那样才存在的。而真正的学校，也许从来都不是那个样子。想着想着，我发现佛陀所说“世界是由根尘相遇所生”，实在是一点也没错的。凡此种种，事实上均只是存有的变迁、流转与交替，也就是“代谢之诸相”。而在代谢诸相中，并没有哪个是真正的生、真正的死了。毕竟因缘所生法，由来不真，只是因为人类为境所转，才流浪生死。但就算是流浪生死，也只能说是浪死虚生，恐惧也是白恐惧，因并无实有之生死可得也！真了悟无生而徜徉在如幻之河里的人，是达观而自由的。不以生为生，不以死为死，欢喜地迎接生命中新的事物，也能好好珍惜每一个因缘和合的相聚。但在相聚之中，又因洞彻世间一切相聚的本来不生、了无自性而不执著。故在分散时也不痛苦。能这样的人，不会尝试在生命里累积什么。通常人因不能超越生死而做的自我虐待之事可分为两大类。一种就是与人竞争、比较、争斗。另一种就是自己累积东西，追逐大量的金钱、名声……。事实上这两大类就是孔子所说的“戒之在斗”及“戒之在得”。真懂得了生脱死的人，会知道天下没有一个人是不能被取代的，而能选择适当的时机上台与下台。总而言之，生命一旦执著起来，马上就落生死苦海。它不只是会成为一种一时的不安及恐惧情绪，而且会构成人格、影响到生命整体的方向与发展。佛法殊胜的地方，也正是它不是一些理论和思想，而是有实际的修行方法的。故在思想上澄清了之后，我们该介绍这种了生脱死的修行方法。这个方法在原始佛典中被称为觉观（vipassana），也被称为正念或四念处。觉观的基本原则就是不要逃避生命，而在日常生活中活在当下，面对人生，真实地面对生命真相。佛曾慈悲地指出四个方面，是人可以作为经常觉观的对象的，就是身体、感受、心的整体及思想观念，也就是所谓的身念处、受念处、心念处、法念处的四念处。一个人若能做到不乱发脾气、不经常出现很不一致的人格，就是一种较浅层次的了生脱死了。而这是建筑在人格的觉醒上的。四念处的觉观能使一个人的生命逐渐苏醒，能是一个只是在为业风所吹动的人自己站了起来，变得自由了、有能力了，且有智慧而知道如何在如幻的生之流中安身立命。当我们有生死怖畏了，我们就该知道在自己的生命中有一种怖畏。而当我们对怖畏和怖畏的原因皆看清楚时，就不怖畏了。人间的实相就是这样，生死幻网，事实上禁不起智慧之光的觉照。再深的恐惧，再强的贪爱，没用一样能在正知见的觉照下仍有势力。人就算不能马上因修四念处而没有贪爱和恐惧，但只要生命是在往觉的道路上发展，离贪忧也只是时间的问题。因为事实上是无可贪爱，亦无可怖畏的。她说有一天，刘瑞雪跑来找她，脸色有些发白，眼睛却睁得大大的。她一把拉住我的这位长辈，轻声地告诉她：“朱彦润！我觉得好可怕啊！刚才我上课走错教室，坐下来过了一會兒才发现。你知

《活著真好：佛教的生命觀與生死觀》

道吗？一切都一样，把我吓死了！”人的无可奈何，事实上归根结底仍是执著。人生正是因为有死亡，不安的人类才能找到一点生命的意义。也正因为有死亡，我们才会懂得珍惜。修四念处，也不是用一种技巧和死亡相抗争，去使自己不怕痛、不怕死。而是彻底认清，彻底接受。但毕竟那一个梦土，早在当年自己离开后，就已经随风而逝了。席德进若真的回到故乡，不会找到那个小庙和榕树，就像我没有在附小找到儿时的岁月一样。可是那一段岁月，是每一个人生命中最真实的东西。人可以跑遍天涯海角，但不能离开故乡的小庙和榕树。一个人若不肯承认或面对生命中儿时的梦土，他的人格不会是完整的，也不会有什么真的感情。但一个人若不能了解那毕竟只是一个梦土，而超越了那一个梦土，他的生命不会有了生脱死的境界的。只能活在过去梦土中的人，是落常见的表现，会形成生命及文化的僵化。而完全没有过去，没有根的人，也是另一个极端——断见的表现，是会落入虚无及失落的。了生脱死不是逃避生命，而是因觉观而洞然照见了生死的本来不真，而有一种更合理、更超越，也更自在的人生态度。它可以表现在一个人因超越了断灭见，而克服了死亡的恐惧上。也可以使一个人因见到了生命的无常，而停止了人生中疯狂的积聚与留下痕迹的尝试。你可曾记得，恒河中哪一粒泡沫是你的名字？佛陀大慈者，开示清凉义，诸法从缘起，启于我愚迷。生为从缘起，死亦由缘起。以由缘起故，生死无自性。生为宛然生，死为宛然死，我人执著故，幻见诸生死。思维佛所言，缘起中道义，当知生死流，一切皆如幻。诸法刹那生，亦于刹那灭，刹那生灭中，实性无处觅。才说这是它，已随流转去，眼前所见者，已非彼时它。若生为幻生，死则为幻死。如幻生死中，却问如实义。譬如芭蕉干，层层去外皮，外皮皆去尽，内实无所有。我相亦如是，层层去诸蕴，诸蕴去尽已，内亦无一物。离去迁流变，五蕴诸行相，欲得一个我，梦中复做梦。烦恼如有实自性，本然即为忧悲苦，一切修行则罔然，贤圣所言皆空谈。风若来时云亦来，谷中则现雷雨相。风若歇息云散尽，谷中亦自复本然。我人烦恼亦如是，恰似心中生风雨。烦恼盛时虽忧苦，为缘所生有生灭。亦非我人本来貌，为诸业风之所吹，聚身口意之乌云，而落忧悲苦恼雨。若人能离贪瞋痴，忧悲苦恼自止息。又如有人以强弓，仰天而射穿云箭。弓虽强来力虽猛，箭及云端终须坠。我人烦恼亦如是，旧业之力势虽猛，若能不再造新殃，强弩之末终有停。众生直以无明故，妄认缘生虚幻法，以为自身之实相，故于长夜漂轮回。缘生之法有生灭，于相则现代谢相，迷倒执相之凡夫，妄受长劫诸生死。凡现代谢之诸相，则为缘生虚幻法，若人执以为实我，恰似飞蛾扑灯火。谷中花草虽娇艳，切莫执以为实有，若由无明生妄执，则有枝落花残忧。但除心中无明执，生死谷中任遨游，春满枝头虽言好，落英缤纷亦不差。众生游泳故，故有生死海。非有生死海，今众生浮沉。一切生死相，人我众生相，皆无有自性，如梦幻泡影。我人不了知，于如幻三界，劳苦勤造作，追逐诸虚妄，于生死大海，沉浮无了期。若知无自性，则了我内心，寻觅诸相状，即是生死海。心若能无妄，生死自休息。无此海可出，亦无能出者。能出可出者，皆为昨日梦。已解佛说诸圣者，了知生灭俱如幻，心离有无之二边，于生死中得自在。虽见自身诸根具，无复执以为实我，了知仅为诸缘聚，无有一我曾实生。但见如幻生死流，刹那迁谢无休息，瞬息万变流转中，哪个生来哪个灭？既已灭去何曾生，眼前生者又是谁？人能真正进入的，只能是自己的生命。修定可增强人心的能力，使一个原本软弱的人变得坚强，因为坚强，就有能力挣脱毒品的束缚，也会使人的身心变得比较轻松愉悦，不会再如过去般地需要麻醉自己。而修慧则是彻底的方法，人如果能因修慧而对人生实相有所体悟，就能真的转化自己的人格，自然不再需要毒品。而修慧主要的修行方法，就是八正道中四念处（身、受、心、法）的觉观训练。那不是一种骄傲，也不是一种自我扩张，而是当一个人面对浩瀚的宇宙，能在一刹那间体会到自己乃至全人类的渺小，而觉得自己所做的一切实在是微不足道的时候，内心自然体会到的一种喜的感觉。建立了不放纵也不苦行的“中道”修行法则。使修行人不再依靠形而上的思想，而由过去的迷梦中走出来。清清楚楚地活在当下，克服生命中的混乱与偏执，而建立健全、安定的人格。菩萨不怕犯错。因为他所要做的事，几乎已注定了他会犯错。犯错没有关系，重要的是要知错能改。故在菩萨的修学过程中，“柔软”是一个很重要的修行品德，其意义就在于菩萨不会坚持己见，随时准备接受其他更深刻的智慧。也就是为众生，为了正法，他没有什么自己的东西好坚持的。经中每会有“如来善护念诸菩萨，如来善付嘱诸菩萨”的叙述，其背后所真正蕴涵的智慧与感情，恐怕不是用世间的语言文字能充分表达的。一旦投入社会，接触人群，平常不大显露的贪和瞋就随缘而生了。能实际地布施及为他人服务，就不会落入追求形而上境界的“解脱陷阱”。再精进不断地去除贪瞋习气，修行人的身心就会柔软调伏，堪为法器了。此时再进一步修禅定度，就更增益修行人身心的离执自在力，也能使自己整个的身心更为统一，和谐安定。修智慧度菩萨道行者，心中只要还有一点“法执”，就要作布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧的奴隶。而整个菩萨道的智慧，就是要能拿得起放得下。只要有一样放不下，以菩

《活著真好：佛教的生命觀與生死觀》

萨道来说就是“贪”，就失去了“明”，失去了智。只要有一样拿不起，以菩萨道来说就和“瞋”相应，失去了悲。真正的佛法，既不是华丽的空中楼阁，也不是让人的想象力任意奔驰的艺术画廊。它只是平实地向全人类指出，生命中的痛苦与不安的止息，要靠人的智慧与精进修行。而世人的许多痛苦，往往却正是源于“无边的想象”。而真的解脱自在者若要和世上一般的人有什么不同，我就会说解脱者只是“休息”了而已！而这个休息，却是正法中最大的力量，也就是每一个众生都需要的“清凉”。世尊虽讲苦谛，但并不代表他认为人生本质是苦的。真的体悟缘起法的人，能洞见一切法的缘生性及相依性，而不再会有“本质”是如何的见解。当然也不会如此粗糙地批评人生，硬要把它说成是“苦”的。佛只是为了顺应印度人的根性而起个头，接下去再引导人入正法。四谛讲的觉，是很平实的东西，也就是一个对自己生命中存在的现象有了知觉。生命中的现象有各种层面，故觉亦有深浅及层次。修行人若能逐渐透过观照觉知而见到现象的“因”及彼此间之因果关系了，这就是慧。喜悦是一个人身生命中的内涵，是和“人格”密切相关的，不会随外境而起太大的转变，也不一定什么事发生了，才能令喜悦产生。但快乐往往就有较大的起落，要有“可高兴的事”发生了，才会产生。而它的性质是一种感觉，是生命中较浮面而来去很快的一种东西，不似喜悦是一个人的内在。人在瞋的时候，的确是我见、我执。但在贪的时候，有时却正好相反，是“逃离自我”。我以为人之所以需要不断的欲望满足，感官刺激，是因为他无法和谐地和自己生命中的内心世界相处。故他会不断地需要借各种“外缘”的刺激来分散注意力。（一）身：我们当在日常生活中，对自己身体的状态觉观而清楚明白。对局部肌肉的紧张、皮肤的疼痛及麻、痒等感觉，皆要灵敏地觉察。觉察到了就要能加深自己身体放松的能力，逐渐做到身体的“轻安”。愈是轻安，做事就会愈有效率，因为许多原先的肌肉紧张消除了，人不再会容易疲倦。（二）受：要我们对心中一切感受及其程度、性质、长短皆观察得清楚明白。不要作意地改变任何感受，但也不可任由感受推动。要把感受当成“风”，由它去吹。但自己也要立定脚跟，不可为风卷走。当感受太强烈而要推动修行人了，则更当加深觉观，把身心放松，让它来去而不要和它为敌。（三）心：去觉观心的整体。此时观察的对象由局部的点和线扩大而为精神世界的整体。此时修行人所面对的，是自己的人格及“心地”了。最主要的原则仍是放松而不与万法为敌。只要让觉的力量自然发出来，再深的贪与嗔都终将被发现其虚妄的本来而自然“来去如风”。（四）法：法就是思想、观念。修行人若只修了身、受、心三个觉观，他还不能算究竟解决了生命的问题。因为他尚未见到情执背后真正的因。以佛法来看，生命中的问题是“见”与“情”。没有见，情起不了。故佛法觉观的修行，终究是要讲究智慧。法念处是一切修行最后必须要面对的东西。佛陀以为人若不能抽丝剥茧般地把思想及心看透彻，了解得清楚了，生命终将在不断的混乱之中。而人类若没有觉观的能力，而能超越我见，远离我执，终将会是“非理性的动物”，卷入无尽的人我斗争之中。人只要有一点点高傲自满，整个身心就是一个“热恼”。

《活著真好：佛教的生命觀與生死觀》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com