

# 都市：「極樂」與「娑婆」之間 ——論「人間佛教」的「都市波羅蜜」

陳 堅  
山東大學佛教研究中心教授、主任

---

## 中文摘要

本文認為：人間佛教運動的發展迄今所取得的主要成果都是以都市文明作為「方便」的結果，因而如何理解人類都市生活的性質，以及為現代都市文明提供合適的解脫之道，也就是人間佛教的重要課題。本文因此提出了「都市波羅蜜」的理論。

**關鍵字：**人間佛教 都市文明 都市波羅蜜



## **Metropolis: Between "Ultimate Bliss" and "Saha" - A Paper on "Humanistic Buddhism" and "Urban Paramita"**

Chen Jian

Professor and Director, Center for Buddhist Studies, Shandong University

---

### **Abstract**

This paper proposes that the results of the development of Humanistic Buddhism is the "convenience" offered by urban civilization, hence an important issue of Humanistic Buddhism is to understand human urban life and provide an appropriate method of liberation for the contemporary urban civilization. Therefore this paper discusses the theory of "Metropolis Paramita."

**Keywords:** Humanistic Buddhism, Urban Civilization, Urban Paramita

## 一、前言

「人間佛教」運動發展到今天，其主要陣地都是在城市或都市，它所取得的一切成果也都是以人類高度發達的包括物質文明和精神文明在內的都市文明為「方便」借力於後者的結果，從這個意義上來說，「人間佛教」，就其本質而言，乃是「都市佛教」，當然其表現形式更是「都市佛教」，而且隨著城市化的不斷推進和完善，「人間佛教」的這種都市性在中國只會愈來愈明顯，從而即使是那些「深山藏古寺」山高水遠、林密竹暗的佛寺，也都是都市人去尋求自己心靈的地方。至於住在邊上的田夫村女，除了偶爾到裡面上個淨房，平時也懶得進去一坐，因為相比於都市人，田夫村婦更少煩惱，更難抑鬱。如此看來，佛教，無論是在都市運作還是在山野經營，無論是「居廟堂之高」還是「處江湖之遠」，都要「都市」經營、關懷。因此，關注都市，研究都市，摸透都市的脾氣，惟其如此，才能在當代更好地拓展「人間佛教」之事業。為此，我且提出一個「都市波羅蜜」的概念為當代都市化語境中的「人間佛教」張目，不啻貽笑，求教方家。

我們都知道，大乘佛教提倡「六波羅蜜」、「十波羅蜜」（也叫「六度」、「十度」），其中「六波羅蜜」是指布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若，這「六波羅蜜」再加上方便、願、力、智就是「十波羅蜜」，那麼，什麼是「波羅蜜」呢？《壇經·般若品》解釋曰：「何名『波羅蜜』？此是西國語，唐言到彼岸，解義離生滅。著境生滅起，如水有波浪，即名於此岸；離境無生滅，如水常流通，即名為彼岸，故號『波羅蜜』。」<sup>1</sup>簡單地說，「波羅蜜」就是「到彼岸」的意思，從而「六波羅蜜」就是六種「到彼岸」的方法；「十波羅蜜」就是十種「到彼岸」的方法。

---

1.元·宗寶：《六祖大師法寶壇經》卷1，《大正藏》第48冊，頁350b。



當然，佛教所謂的「彼岸」，並非是指基督宗教所說的天堂，而是指「無生滅」或「不生不滅」的解脫境界，這種解脫境界在佛教看來乃是人生的終極幸福，因此「希望你常對自己說，聞到了佛法，我是最幸福的人，除了這幸福外，再沒有別的了」。<sup>2</sup>對於這種「除了這幸福外，再沒有別的了」的終極幸福，佛教常常用覺悟、涅槃、法喜、禪悅、安樂、清涼、無分別等不同的術語來加以表達，而大愚法師則乾脆作〈解脫歌〉以描述之，「覺後樂，樂如何？聽我教唱〈解脫歌〉」，不過，話得說回來，無論是那些術語還是〈解脫歌〉都難以窮盡其在很大程度上只可意會不可言傳的含義。

現在我們暫且不去管佛教之覺悟解脫「彼岸」在佛學上的精細含義，模糊依稀隱約大概知道它是人生的一種無比美好甜如蜜——「波羅蜜」（paramita），這個漢語音譯詞應該是被它的譯者賦予了這樣的喻意——幸福境界就行了，而且此一幸福境界的甜蜜程度實在堪比上世紀70年代的老電影《甜蜜的事業》主題歌〈我們的明天比蜜甜〉中所唱的「甜蜜的工作甜蜜的工作無限好囉喂，甜蜜的歌兒甜蜜的歌兒飛滿天囉喂」。雖然這首明顯帶有時代烙印的歌不無出於意識形態宣傳需要的誇張，但也絕對不是捕風捉影，因為一個無可否認但也千萬不要將其理解為改革開放不好的事實是，生活在上個世紀70年代的人（我也是那時的過來人）普遍要比現在的人更為幸福或更感到幸福。儘管我們現在的工資漲了，住房寬了，冰箱滿了，皮鞋亮了，有的甚至還情人多了。尤其是那些生活在都市中穿梭在霓虹間的人，他們從工作中得到的往往不是「甜蜜」而是壓力，他們嘴裡唱的歌兒也很少是「甜蜜」而大多是寂寞，怎麼會是這樣呢？難道都市不是人類為了自身幸福而創造的最高文明成就嗎？人類文明的發展不都體現在都市裡嗎？既然是文明，

---

2. 《人生智慧》，山東佛教在線印經處，2012年，頁18。

怎麼還會有壓力、很寂寞、不幸福呢？表面上看來，都市似乎確實是人類文明的「秀場」，甚至可以說都市即文明，文明即都市，但實際上，都市充其量只是展示了人類「物質文明」的最高成就，至於「精神文明」方面，那就不見得囉！我不妨先來欣賞一下人類所創造的都市「物質文明」。

## 二、都市的「物質文明」，地上的「極樂世界」

「極樂世界」是一個佛教概念。《佛說阿彌陀經》描寫西方「極樂世界」的景象曰：「七重欄楯，七重羅網，七重行樹，皆是四寶，周匝圍繞。……有七寶池，八功德水，充滿其中，池底純以金沙布地。四邊階道，金銀、琉璃、玻璃合成。上有樓閣，亦以金銀、琉璃、玻璃、磲磔、赤珠、瑪瑙而嚴飾之。池中蓮花大如車輪，青色、青光、黃色、黃光、赤色、赤光、白色、白光，微妙香潔。……常作天樂，黃金為地，晝夜六時，雨天曼陀羅華。……有種種奇妙雜色之鳥：白鶴、孔雀、鸚鵡、舍利、迦陵頻伽、共命之鳥，是諸眾鳥，晝夜六時，出和雅音。……微風吹動諸寶行樹，及寶羅網，出微妙音，譬如百千種樂，同時俱作。」<sup>3</sup>看得出來，這個西方「極樂世界」在物質層面上乃是豪華絕倫，莊嚴無比。

實際上，在佛教宇宙中，不但西方有「極樂世界」，東方也有，只是不叫「極樂世界」而叫「淨琉璃世界」罷了。《藥師琉璃光如來本願功德經》中說這個「淨琉璃世界」乃是「琉璃為地，金繩界道，城、闕、宮、閣，軒、窗、羅網，皆七寶成，亦如西方極樂世界，功德莊嚴，等無差別」。另外我們讀《華嚴經》，經一開始就向我們展示了一個同樣莊嚴無比的「華藏世界」，但見：

---

3. 姚秦·鳩摩羅什：《佛說阿彌陀經》卷1，《大正藏》第12冊，頁347a。



其地堅固，金剛所成，上妙寶輪，及眾寶華、清淨摩尼，以為嚴飾；諸色相海，無邊顯現；摩尼為幢，常放光明，恆出妙音，眾寶羅網，妙香華纓，周匝垂布；摩尼寶王，變現自在，雨無盡寶及眾妙華分散於地；寶樹行列，枝葉光茂。佛神力故，令此道場一切莊嚴於中影現。其菩提樹高顯殊特：金剛為身，琉璃為幹；眾雜妙寶以為枝條；寶葉扶疏，垂蔭如雲；寶華雜色，分枝布影，複以摩尼而為其果，含輝發焰，與華間列。其樹周圍咸放光明，於光明中雨摩尼寶，摩尼寶內，有諸菩薩，其眾如雲，俱時出現。又以如來威神力故，其菩提樹恆出妙音，說種種法，無有盡極。如來所處宮殿樓閣，廣博嚴麗充遍十方，眾色摩尼之所集成，種種寶華以為莊校；諸莊嚴具流光如雲，從宮殿間萃影成幢。無邊菩薩道場眾會鹹集其所，以能出現諸佛光明不思議音。摩尼寶王而為其網，如來自在神通之力所有境界皆從中出；一切眾生居處屋宅，皆於此中現其影像。又以諸佛神力所加，一念之間，悉包法界。其師子座，高廣妙好：摩尼為台，蓮華為網，清淨妙寶以為其輪，眾色雜華而作瓔珞。堂榭、樓閣、階砌、戶牖，凡諸物像，備體莊嚴；寶樹枝果，周回間列。摩尼光雲，互相照耀；十方諸佛，化現珠玉；一切菩薩髻中妙寶，悉放光明而來瑩燭。複以諸佛威神所持，演說如來廣大境界，妙音遐暢，無處不及。<sup>4</sup>

與「華藏世界」有著異曲同工之妙的是「兜率天宮」（「兜率淨土」）。「兜率天宮」乃是「一生補處菩薩」的居處，所謂「一生補處菩

---

4. 唐·實叉難陀：《大方廣佛華嚴經》卷1，《大正藏》第10冊，頁1b-c。

薩」，是指「要等到上一位佛陀的教法滅盡，機緣成熟後才會下來成佛」<sup>5</sup>的菩薩，比如彌勒菩薩就是釋迦牟尼佛的「一生補處菩薩」。《彌勒上生經》描述彌勒菩薩所居住的有「五百萬億寶宮」的「兜率天宮」曰：

一一寶宮有七重垣，一一垣七寶所，一一寶出五百億光明，一一光明中有五百億蓮華，一一蓮華化作五百億七寶行樹，一一樹葉有五百億寶色，一一寶色有五百億閻浮檀金光，一一閻浮檀金光中出五百億諸天寶女，一一寶女住立樹下，執百億寶無數瓔珞，出妙音樂，時樂音中演說不退轉地法輪之行。其樹生果如頗梨色，一切眾色入頗梨色中。是諸光明右旋婉轉流出眾音，眾音演說大慈大悲法。一一垣牆高六十二由旬厚十四由旬，五百億龍王圍繞此垣。一一龍王雨五百億七寶行樹，莊嚴垣上，自然有風吹動此樹，樹相振觸，演說苦空無常無我諸波羅蜜。爾時此宮有一大神，名牢度跋提，即從座起遍禮十方佛，發弘誓願，若我福德應為彌勒菩薩造善法堂，令我額上自然出珠。既發願已，額上自然出五百億寶珠，琉璃頗梨一切眾色無不具足，如紫紺摩尼表裡映徹。此摩尼光回旋空中，化為四十九重微妙寶宮，一一欄楯萬億梵摩尼寶所共合成，諸欄楯間自然化生九億天子五百億天女。一一天子手中化生無量億萬七寶蓮華，一一蓮華上有無量億光。……亦有七寶大師子座，高四由旬，閻浮檀金無量眾寶以為

---

5. 參見《一生補處菩薩何時成佛？》，網址：[http://zhidao.baidu.com/question/307526668.html&\\_\\_bd\\_tkn\\_\\_=72a4562d3c31802f4e57bd49bdba28b-2961fdff68078338d51fed8133ea5c69d362ad36bb4bcda3b39bb3949f6bbe47087ac3af56e60b1f4e7eb60157b5cfa379f61affe560f03de0125270fa032ba7d3202e9027f5eb9-f8a7494474755c3129b96478303ab5deacee0b88accbdc8d03c9322bf74bad](http://zhidao.baidu.com/question/307526668.html&__bd_tkn__=72a4562d3c31802f4e57bd49bdba28b-2961fdff68078338d51fed8133ea5c69d362ad36bb4bcda3b39bb3949f6bbe47087ac3af56e60b1f4e7eb60157b5cfa379f61affe560f03de0125270fa032ba7d3202e9027f5eb9-f8a7494474755c3129b96478303ab5deacee0b88accbdc8d03c9322bf74bad)，2011年8月16日。



莊嚴。座四角頭生四蓮華，一一蓮華百寶所成，一一寶出百億光明，其光微妙化為五百億眾寶雜花莊嚴寶帳。時十方面百千梵王，各各持一梵天妙寶，以為寶鈴懸寶帳上。時小梵王持天眾寶，以為羅網彌覆帳上。爾時百千無數天子天女眷屬，各持寶華以布座上，是諸蓮花自然皆出五百億寶女，手執白拂侍立帳內。持宮四角有四寶柱，一一寶柱有百千樓閣，梵摩尼珠以為絞絡。時諸閣間有百千天女，色妙無比手執樂器，其樂音中演說苦空無常無我諸波羅蜜。如是天宮有百億萬無量寶色，一一諸女亦同寶色。<sup>6</sup>

無論是西方的「極樂世界」，還是東方的「淨琉璃世界」，抑或是「華藏世界」和「兜率天宮」，都屬於佛教的「淨土世界」。然而，佛教的「淨土世界」卻遠不只上述四處，尚有很多，無量無數，只是這裡不便列舉。現在我們暫且不考慮生活在各種「淨土世界」中的「其國眾生，無有眾苦，但受諸樂」<sup>7</sup>的無比幸福的精神享受，只是考察「其國」的物質外觀或「基礎設施」，雖然不同的「淨土世界」有著不同的外觀景象，但它們有一點是相同的，那就是物質極大地豐富，都是眾寶裝飾，莊嚴豪華，花團錦簇，光鮮亮麗，很像北京、上海、紐約、東京等大都市的繁華街區。或者倒過來說，我們現在被老百姓稱為「花花世界」的那些大都市，其外觀都很像或基本上類似於佛教的「淨土世界」，至於那些還沒有達到大都市水準的城市，比如濟南，甚至更等而下之的聊城、平度，一個個也無不有建設「花花世界」，哪怕是規模小點的想法、打算和舉動。在我看來，古今中外所有「花花綠綠」

6. 劉宋·沮渠京聲：《佛說觀彌勒菩薩上生兜率天經》卷1，《大正藏》第14冊，頁418c-419b。

7. 姚秦·鳩摩羅什：《佛說阿彌陀經》卷1，《大正藏》第12冊，頁346c。



燈火輝煌「火樹銀花不夜天」的城市，乃是我們這個地球上的「淨土世界」或「極樂世界」，且看柳永（約987-1053）描寫杭州的名篇〈望海潮〉：

東南形勝，三吳都會，錢塘自古繁華。煙柳畫橋，風簾翠幕，參差十萬人家。雲樹繞堤沙，怒濤卷霜雪，天塹無涯。市列珠璣，戶盈羅綺、競豪奢。

重湖疊山獻清佳，有三秋桂子，十裡荷花。羌管弄晴，菱歌泛夜，嘻嘻釣叟蓮娃。千騎擁高牙，乘醉聽簫鼓，吟賞煙霞。異日圖將好景，歸去鳳池誇。

再看辛棄疾（1140-1207）描寫杭州（當時已成了南宋都城臨安）元宵夜盛況的〈青玉案〉一詞，其上闕曰：

東風夜放花千樹，更吹落，星如雨。寶馬雕車香滿路，鳳簫聲動，玉壺光轉，一夜魚龍舞。

辛棄疾寫的是「夜杭州」，柳永寫的是「日杭州」，兩者合起來活脫勾勒出了宋代杭州恰似「極樂世界」的繁華景象，真是應了「上有天堂，下有蘇杭」這句俗話。實際上，不但蘇杭，不但宋代的杭州，而且唐代的長安（今西安）「亦復如是」或更是如此，比如，我們看唐代詩人詠長安，就每一首詩來看，只反映了長安的一處風光，但它們匯集在一起，就為我們展開了一幅完整的畫卷。它不僅反映的是一個城市，而且是一個社會，既展現了唐代長安的繁榮景象，又提示了那個封建社會的興衰。王維的〈和賈至舍人早朝大明宮之作〉：「絳幘雞人報曉籌，尚衣方進翠雲裘。九天闔闔開宮殿，萬國衣冠拜冕旒」，這首詩寫出了唐大明宮早朝時莊嚴華貴的氣氛。徐夤的〈放榜日〉：「喧喧車馬欲朝天，人探東堂榜已懸」，寫了放榜時的熱鬧景象。孟郊的〈登科後〉則抒發了高興的心情：「春風得意馬蹄輕，一日



看盡長安花。」長安的正月、寒食、清明、秋色、雪景怎麼樣呢？詩人們也為我們有迷人的描繪。東風吹來了，長安城初春的景色，韓愈描寫道：「天街小雨潤如酥，草色遙看近卻無。最是一年春好處，絕勝煙柳滿皇都」；楊巨源又描寫道：「詩家清景在新春，綠柳才黃半未勻。若待上林花似錦，出門俱是看花人。」隨之長安城，「春城無處不飛花，寒食東風禦柳斜。」待到夏日，「迢迢青槐街，相去八九坊。」秋天來了，「秋風生渭水，落葉滿長安。」入冬後，「千門萬戶雪花浮，點點無聲落瓦溝。」<sup>8</sup>在《全唐詩》中，諸如此類描寫長安之繁華和壯麗的詩句可謂俯拾皆是，不妨再摘錄幾例如下：

沖天香陣透長安，滿城盡帶黃金甲。（黃巢〈菊花〉）

百千家似圍棋局，十二街如種菜畦。（白居易〈登觀音台望城〉）

長安大道連狹邪，青牛白馬七香車。（盧照鄰〈長安古意〉）

長安雪後似春歸，積素凝華連曙輝。（岑參〈和祠部王員外雪後早朝即事〉）

長安回望綉成堆，山頂千門次第開。（杜牧〈過華清宮絕句三首〉其一）

這些詩句就象一條條彩帶，一塊塊金磚，一根根銀光閃閃的水晶柱，構建出了富麗堂皇的「極樂世界」長安城，雖然唐代這個堪稱當時國際大都市的長安城已經不復存在，但今天好事的希望「夢回大唐」的西安人主要為了

---

8. 參見〈唐代描寫長安的詩句有哪些???〉，網址：<http://wenda.tianya.cn/question/0e70f6a42d48de6a>，2009年7月28日。

旅遊的目的而建造的「大唐芙蓉園」，也多少喚起了人們對古代長安「極樂世界」的美好回憶。當然，二十一世紀高樓林立的現代化，新西安也算得上是當代的一個「極樂世界」了。竊以為，善於沈思和想像的生活在古代德干高原石窟和村廟中的印度佛學家們極盡智慧所構思出來的記載在各種佛經中的「極樂世界」，其景緻亦不出現代都市聲光化電、綠樹成行的模樣，可以說，他們之想像「極樂世界」一如我們現在的科幻小說家之想像「未來世界」，他們是「佛幻小說家」。

### 三、都市的「精神無明」，地上的「娑婆世界」

請注意這個標題中的「精神無明」，不要以為是「精神文明」的筆誤，就是「精神無明」，就是「無明」而不是「文明」。「無明」是個佛學術語，其字面意思就是沒有光明，不明亮，有污垢，猶如明亮的鏡子蒙上了厚厚的一層灰塵。佛教將人們因對佛教的道理不了解不明白佛教所說的宇宙人生「實相」或沒有佛教智慧而煩惱不斷稱為「無明」，簡單地說，「無明」就是人生的煩惱，並且這種煩惱還是根源於人的貪瞋痴。貪瞋痴在「物質文明」高度發達的都市也是水漲船高地高度發達，試「觀當今社會，人心彷徨，精神空虛，道德淪喪，戰火頻頻，物質文明雖高度發達，精神文明卻日益墮落」<sup>9</sup>成為「精神無明」，使得身處「極樂世界」的都市人不但一點也「樂」不起來，反而因貪瞋痴習氣沖天而煩惱連連，「平時在生活中忙碌，城市就像個大氣罐，天天蒸咱們，從環境到人際到工作，生活中各方面的壓力使我們的身心狀態不是很平衡」，<sup>10</sup>不平衡就失調，一失調就煩惱。聽聽

---

9. 參見寂雲：〈《彌勒上生經》〉導讀，網址：[http://www.szjt.org/xuexiu\\_daoh/zang-hai/contents/daodu\\_16.htm](http://www.szjt.org/xuexiu_daoh/zang-hai/contents/daodu_16.htm)。

10. 明賢法師：〈主七和尚開幕式講話〉，載《北大禪學》第10期，2012年6月，頁14。



周華健、李宗盛和品冠三人所組唱的〈最近比較煩〉，你就知道現代都市人有多煩惱他們的精神有多「無明」了：

最近比較煩 比較煩 比較煩／總覺得日子過得有一些極端／我想我  
還是不習慣／從沒沒無聞到有人喜歡／最近比較煩 比較煩 比較  
煩／總覺得鈔票一天比一天難賺／朋友常常有意無意調侃／我也  
許有天改名叫周轉／最近比較煩 比較煩 比較煩／我看那前方怎  
麼也看不到岸／那個後面還有一班天才追趕／哎呦寫一首皆大歡  
喜的歌 是愈來愈難／最近比較煩 比較煩比較煩／陌生的城市何  
處有我的期盼／揮別了家鄉的夥伴／現在的我更覺得孤單／最近  
比較煩比較煩比較煩／女兒說六加六結果等於十三／我問老段說  
怎麼辦／他說基本上這個很難／最近比較煩比你煩 也比你煩／  
我夢見和飯島愛一起晚餐／夢中的餐廳燈光太昏暗／我遍尋不著  
那藍色的小藥丸／人生總有遠的近的麻煩／太太每天嫌我回家太  
晚／女友媽媽嫌我長得寒酸／雖然我已每天苦幹實幹／管它什麼  
天大麻煩／久而久之我會習慣／天下沒有不要錢的午餐／太太發  
現秘書裙子很短／她就買了八千塊的耳環／女兒太胖兒子不肯吃  
飯／車子太爛銀行沒有存款／麻煩麻煩麻煩麻煩／麻煩我很麻煩  
麻煩麻煩麻煩／最近比較煩比較煩我比較煩／我的頭髮只剩下從  
前的一半／每天的工作排得太滿／台北的女生有些高不可攀／最  
近比較煩比較煩比較煩／我只是心煩卻還沒有混亂／你們的關心  
讓我溫暖／家是我最甘心的負擔／不煩我不煩／只有一點煩你比  
我煩我情願心甘／我不煩 不煩 我不煩 我不煩 我不煩／我只有一  
點煩你和我一樣／我不煩不煩我不煩我真的不煩／我不煩不煩人  
生很燦爛燦爛／我不煩不煩你比我煩你比較煩／你比較煩我不煩

我一點都不煩我不煩。

雖然歌詞的結尾反覆強調「我不煩」、「我不煩」，但這顯然是「此地無銀三百兩」的遮掩和欲蓋彌彰的暴露，就是這歌詞本身看上去也很煩，怎麼能不煩呢？「每天的工作排得太滿」，「每天苦幹實幹」，但「鈔票一天比一天難賺」，「車子太爛，銀行沒有存款」；上班工作辛苦掙錢少也就罷了，下班回家還要面對「女兒太胖兒子不肯吃飯」，聽到「女兒說六加六結果等於十三」，太太說因為我的「秘書裙子很短」造成「我回家太晚」就賭氣「買了八千塊的耳環」；偶爾去一次丈母娘家，丈母娘還「嫌我長得寒酸」；就算是晚上做夢，「夢見和飯島愛一起晚餐」，本來「餐廳燈光太昏暗」正好來個快樂銷魂「一夜情」，結果卻「遍尋不著那藍色的小藥丸」，連做夢都不爽，你說倒楣不倒楣，你說煩不煩？煩，肯定煩，白天黑夜到處奔波忙個不停，忙完工作忙生活，忙完單位忙家庭，忙完自己忙他人，越忙越煩，而且由於「後面還有一班天才追趕」，所以「即便有空閒，也會努力幫自己找事做，不敢讓自己閒著，生怕這樣乎落後於他人。有時甚至在公交車地鐵上也會掏出手機讀新聞，或拿著小本背誦中藥方歌。漸漸地，這樣的心態變成了習慣，竟然連暑假晚飯後和父母散步都感到浪費時間。大都市的快節奏生活，我更習慣於看到紛擾複雜的外界，從中吸取各種信息，並進行找尋，總以為這樣便會更上一層樓，這樣會懂得更多，但如今卻發現迷惑更甚，身心疲憊」，<sup>11</sup>在這個「陌生的城市何處有我的期盼？揮別了家鄉的夥伴，現在的我更覺得孤單」，「那前方怎麼也看不到岸」，看不到彼岸，吃不到「波羅蜜」，只能喝「苦瓜汁」，從這個意義上來說，都市雖然表面上看是「金碧輝煌」、「燈紅酒綠」的「極樂世界」，但卻是個物極必反「極

---

11. 劉雲：〈禪修隨想〉，《北大禪學》第10期，2012年6月，頁22-23。



樂而無樂」沒有「極樂」內涵的世界，是與佛經上所說的真正的「極樂世界」相去甚遠或正好相反的「苦不堪言」的「娑婆世界」，那什麼是「娑婆世界」呢？

從佛教地理學上說，「娑婆世界」就是我們人類所居住的南閻浮提洲。佛教認為，生活在南閻浮提洲「娑婆世界」中人，雖然「頭出頭沒」地受著種種苦難，但卻不以為苦反以為樂，比如「多數人向「錢」看……，認為錢是好的佔多呀！為錢而奔波捨命，為物質享受而勞累辛苦，這就是佛陀稱它為『娑婆世界』」，<sup>12</sup>其中的「娑婆」是「梵語的音譯，也譯作『索訶』、『娑河』等，意為『堪忍』。……『娑婆世界』的眾生罪業深重，必須忍受種種煩惱苦難，故『娑婆世界』又可意譯為『忍土』，被稱為『五濁世間』，是『極樂世界』、『淨土』的對立面。」<sup>13</sup>那麼什麼是「五濁」呢？「五濁」者，「一為『命濁』，即人壽短促，長者不過百；二為『眾生濁』，即人們道德水準低下，沒有敬畏之心；三為『煩惱濁』，即多行貪執，多有爭訟，多為諂誑偽妄之語；四為『見濁』，即人們多行邪法；五為『劫濁』，生存自然環境惡劣，饑饉眾多，人們多受刀兵之苦」，這麼一個「五濁世間」很顯然是有著「種種弊病……是一個不健康的世界。」<sup>14</sup>「娑婆世界」如此污濁不健康，人在其中焉有不「苦」之理？一苦二苦，三、四、五苦，到處都是苦，人在「娑婆世界」簡直就有受不完的「苦」，你受也得受，不受也得受，反正你得忍受，其中的「娑婆」就是忍受苦難的意思，大家千萬別把它跟與其詞序正好相反的給人以美好遐想的「娑婆」混為

---

12.戒祥：《居士感言》，山東膠州洪福四印經流通處，2012年9月，頁19。

13.參見〈娑婆世界〉，網址：<http://baike.soso.com/v240350.htm?ch=ch.bk.innerlink>。

14.肖瞻：〈淺析佛教醫學的特色〉，《覺群》，2012年第4期，頁41。

一談：

佛經裡時常提到「娑婆世界」，一般人都知道娑婆世界是我們居住的世界，卻很少人知道娑婆世界真正的意思。有時候我寫文章用到「娑婆世界」，刊登出來時，常被誤植為「娑婆世界」或「娑婆世界」，我以為是印刷工人的錯誤，詢問之下，才知道是編輯先生誤以為「娑婆」寫錯了。我就問道：「為什麼你認為娑婆世界才是對的呢？」他說：「我們這個世界是舞動的世界，也是曼妙的世界，是一個美麗的世界，所以才叫做娑婆世界呀！」原來，他是把「娑婆」誤以為是「舞影娑婆」的地方了，也可見得一般人所認識的娑婆根本是錯誤的。所以當我們看到文章裡寫到「我們居住在娑婆世界，山那麼高，水這樣清澈，是多麼的美麗！」的時候，也就習以為常了。

其實，佛教裡的「娑婆世界」並不是這個意思，娑婆原是梵音，在佛經裡有許多種譯法，譯成「索訶」、「沙呵」、「沙呵樓陀」等。從前在譯經的時候，曾經對這幾個詞句有過不少爭議，最早被使用的是「娑婆」，但有許多大德以為不妥，又譯成「沙呵」，最後才被譯成「索訶」。

像《法華玄贊》裡說：「梵云索訶，此云堪忍，諸菩薩等行利樂時，多諸怨嫉眾苦所惱，堪耐勞倦而忍受故，因以為名。娑婆者，訛也。」<sup>15</sup>像《西域記》裡說：「索訶世界，三千大千國土，為一佛之化攝也。舊曰娑婆，又曰沙河，皆訛。」<sup>16</sup>這些都是在聲音上爭議，沒有什麼意義，經過時間的洗滌和淘汰，現在最為人常用的正是「娑婆」。

為什麼我們這個世界被稱為娑婆世界呢？「娑婆」在梵文的原意是「堪

---

15.唐·窺基：《妙法蓮華經玄贊》卷2，《大正藏》第34冊，頁675c。

16.唐·玄奘譯，辯機撰：《大唐西域記》卷1，《大正藏》第51冊，頁869a。



忍」，或者「有缺憾」的意思。「娑婆世界」則是「忍土」或「有缺憾的世界」。用白話來說，即說我們所居住的這個世界是有缺憾的世界，但它勉強可以忍受。以至於生活在這世界上的人，固然人人覺得不夠完滿，仍然忍受了它，甚至於在不得不離開這世界時，還迷戀這世界。所以，娑婆世界並非一般人所想像的美好曼妙的世界。<sup>17</sup>

在漢語中，「娑婆」有著美好、可愛的意思，<sup>18</sup>這段引文將「娑婆」和「娑婆」的含義作了清晰的區分，根據此一區分，都市雖然「舞影娑婆」，但卻不是「美好曼妙」的「娑婆世界」，而是精神上「有缺憾」的苦難的「娑婆世界」。

#### 四、欲望與煩惱：佛教中「必要的惡」

在「娑婆世界」中，人們所經受的苦難皆根源於其熾盛的欲望，所以「娑婆世界」實際上乃是屬於佛教所謂「三界」——「欲界」、「色界」、「無色界」中的「欲界」，「為什麼稱為欲呢？因為此界的主要活動就是感

---

17. 參見〈第13節：娑婆世界（一）〉，網址：<http://book.qq.com/s/book/0/26/26313/13.shtml>。

18. 在下面這則小幽默中，你可以領略到「娑婆」所表達的「可愛」含義：妻子要到外地出差一週，寶寶哼唧唧地不願意。臨出發前，寶寶開始掉眼淚，我說：「媽媽要出發了，說句祝福的話吧。」寶寶泪眼婆娑，哭哭啼啼地說道：「祝媽媽堵車趕不上火車，一會兒就回來。」參見《閑篇兒·祝福》，載《京華時報》2012年10月1日第16版。另外，在下面這則新聞採訪中我們也可見識「娑婆」的美好含義：「2012年的一個仲夏午後，蟬鳴陣陣，綠蔭婆娑，筆者有幸造訪了石室天主教北側的天主教廣州教區主教府，甘俊丘主教在主教府會客室熱情地接待了我們。」參見艾德〈敬天愛人，行高志遠——記天主教廣州教區主教甘俊丘〉，載《廣州民族宗教》2012年第2期，頁40。無獨有偶，開著電視也不影響我看書寫作的我，在寫到這裡時（此時正好開著電視），居然也聽到山東衛視早間七點「早新聞」中主持人在介紹濟南南部山區的柳埠時說這個地方「綠樹婆娑，風景秀麗」。



官的欲望。欲界中有三惡道，或成為三惡趣——地獄、餓鬼、畜生。除了三惡道之外，欲界中尚有人、天二道」，<sup>19</sup>人類所生活的「娑婆世界」就是「欲界」中的人道，而「娑婆世界」中人口密集的都市，或者說都市「娑婆世界」，因為是物質的淵藪、欲望的汪洋，更是將「欲界」中人道的特徵表現得淋漓盡致，那麼人道有什麼特徵呢？「人道也叫樂地、福地、善趣，有時想想在人道生活也是蠻困難的，為什麼叫福地呢？因為在人道中，我們可以修行。經典中也提到欲界中有六欲天。六欲天眾生所享受的欲樂遠遠比人所享受的更好，他們比人更長壽，也沒有任何疾病，他們的色身更輕，並且能放光。當天人有這麼長的壽命，又過得這麼幸福，他們慢慢地就會失去了苦的感受，因此，佛陀並不認為生到六欲天比人道更好。」<sup>20</sup>佛陀為什麼認為享福的「天道」並不比受苦的「人道」更好呢？這是因為，第一，從佛教慈悲為懷的角度看，「釋迦、佛陀，看到這個娑婆世界五濁惡世，要救人，救眾生，才產生了教育最根本的辦法，以每個人『我』字做開，洗劫每個人心靈的污穢」，<sup>21</sup>也就是說，「娑婆世界」的人道眾生正因為受「苦」才更容易入諸佛菩薩的「法眼」而優先獲得他們的救度，儘管很多眾生根本就不知道自己還可以得到觀世音菩薩的救度，至於那些受「苦」的眾生，比如像〈觀世音菩薩普門品〉所說的那樣，如果能夠自覺主動地稱念觀世音菩薩的名號而不是在那裡坐等觀世音菩薩前來救度，那麼「時刻準備著」救苦救難的觀世音菩薩就會「即時觀其音聲」，一刻都不延誤地令其「皆得解脫」：

若有持是觀世音菩薩名者，設入大火，火不能燒，由是菩薩威神

---

19. 菩提長老講、釋自鼎譯：〈《正見經》中十二支緣起（一）〉，《江蘇佛教》，2012年第2期，頁80。

20. 同上註。

21. 戒祥：《居士感言》，頁20-21。



力故。若為大水所漂，稱其名號，即得淺處。若有百千萬億眾生，為求金、銀、琉璃、磈磈、瑪瑙、珊瑚、琥珀、真珠等寶，入於大海，假使黑風吹其船舫，漂墮羅剎鬼國，其中若有乃至一人，稱觀世音菩薩名者，是諸人等，皆得解脫羅剎之難。以是因緣，名觀世音。若復有人，臨當被害，稱觀世音菩薩名者，彼所執刀杖，尋段段壞，而得解脫。若三千大千國土，滿中夜叉、羅剎，欲來惱人，聞其稱觀世音菩薩名者，是諸惡鬼，尚不能以惡眼視之，況復加害。設復有人，若有罪，若無罪，桎械、枷鎖，檢繫其身，稱觀世音菩薩名者，皆悉斷壞，即得解脫。若三千大千國土，滿中怨賊，有一商主，將諸商人，齎持重寶，經過險路，其中一人，作是唱言：「諸善男子，勿得恐怖，汝等應當一心稱觀世音菩薩名號，是菩薩能以無畏施於眾生。汝等若稱名者，於此怨賊，當得解脫。」眾商人聞，俱發聲言：「南無觀世音菩薩！」稱其名故，即得解脫。無盡意，觀世音菩薩摩訶薩，威神之力，巍巍如是。若有眾生，多於淫欲，常念恭敬觀世音菩薩，便得離欲。若多瞋恚，常念恭敬觀世音菩薩，便得離瞋。若多愚痴，常念恭敬觀世音菩薩，便得離痴。無盡意，觀世音菩薩，有如是等大威神力，多所饒益。是故眾生，常應心念。若有女人，設欲求男，禮拜供養觀世音菩薩，便生福德智慧之男；設欲求女，便生端正有相之女，宿植德本，眾人愛敬。<sup>22</sup>

當然，並不是說眾生不稱念諸佛菩薩的名號不向諸佛菩薩求救，諸佛菩薩就對他們不管不顧，任其被「苦」死而無動於衷。只要眾生有「苦」，那

---

22. 姚秦·鳩摩羅什：《妙法蓮華經》卷7，《大正藏》第9冊，頁56c-57a。

麼秉持「無緣大慈，同體大悲」的諸佛菩薩就會無條件地施以救度，作為這種無條件救度的象徵，「千手千眼觀世音菩薩……有一千隻手來幫助大家，有一千隻眼觀察世界的每一個角落，只要有困難，觀世音菩薩就會尋聲救苦救難，那就是大乘的精神」，<sup>23</sup>那就是觀世音菩薩的唯一工作和崗位責任，<sup>24</sup>因為佛教乃是建立「在對眾生皆苦」的價值判斷基礎上。

佛教的全部理論如四諦、五蘊、八正道、十二因緣和三法印都在說明萬法無常、諸法緣起，從而揭示人生痛苦的本質、根由，從中指出解脫生死輪迴、達到涅槃解脫的途徑與修行方法，其根本宗旨就是在於把人從現實的人生苦海之中解脫出來，即「拔苦予樂」，<sup>25</sup>此之謂「他力」救度。與「他力」救度相對（而不是相反）的即是「自力」救度。我們都知道，佛教是主張「自他二力」相輔相成並舉救度的，就此而言，人道眾生不但因為受苦而更容易引起屬於「他力」救度的諸佛菩薩的慈悲關愛，而且還必然會促發他們自覺自願的「自力」救度，即他們處於苦難之中正好是他們自身需要修

---

23.淨慧：〈黃梅四祖寺辛卯年冬季禪七開示（三）〉，《正覺》，2012年第4期，頁19。

24.這就好比我國的抗震救災，某地發生了地震，山體滑坡，房屋倒塌，甚至於水庫毀壞，很多人被土埋、被水沖，其中有的人在喊救命，有的人只能痛苦地呻吟，有的人在敲打可以發出響聲的東西以代替嘴巴，更有的人奄奄一息，什麼聲音都弄不出來，然而不管你喊不喊救命，呻不呻吟，敲不敲打，我們的政府和一些民間組織派的救援隊，都會盡力搶救，絕沒有你不示意我救我就不救的道理，但你喊了呻吟了敲打了還是有助於救援人員發現你的位置和狀況，更有利於後者把你及時救出來，從這個意義上來說，受難的人能發出響聲就要發出響聲，這是配合外面救援人員的行動，實際上也是受難者自救的一種行為；同樣道理，受苦眾生念不念觀世音菩薩的名號，觀世音菩薩都會來救你，但是你若念了，觀世音菩薩就可以通過你的念聲來判斷你的生存狀況，從而能夠有針對性地來幫助你克服困難，從這個意義上來說，你念觀世音菩薩的名號也是配合觀世音菩薩救度的自救行為。

25.郭美星：〈既在孤峰頂上，又在紅塵浪裡〉，《覺群》，2012年第4期，頁22。



行、「可以修行」以及獲得修行成就的重要契機，沒有苦難就不需要修行，也無所謂解脫成佛。

我們都知道，人人都有避苦趨樂的天性，正因為有苦難，所以才要作或才要選擇佛教修行。不管怎麼說，佛教修行也是人類迄今為止所發明的避苦趨樂的方法之一，且不說它是不是最好的方法——以消除苦難；若沒有苦難，人們就不會或難以想到去從事佛教修行，其中的道理很簡單，簡單得連「呆子」豬八戒都知道這叫「恨苦修行」，<sup>26</sup>若用佛教的術語來說則名之曰「煩惱即菩提、生死即涅槃」或「世間即出世間」，這個道理在《維摩詰所說經·佛道品》中得到了很好的闡述：

爾時，文殊師利問維摩詰言：「菩薩云何通達佛道？」維摩詰言：「若菩薩行於非道，是為通達佛道。」又問：「云何菩薩行於非道？」答曰：「若菩薩行五無間，而無惱恚；至於地獄，無諸罪垢；至於畜生，無有無明憍慢等過；至於餓鬼，而具足功德；行色無色界道，不以為勝。示行貪欲，離諸染著；示行瞋恚，於諸眾生，無有恚礙；示行愚痴，而以智慧，調伏其心。示行慳貪，而舍內外所有，不惜身命；示行毀禁，而安住淨戒，乃

---

26.在《西遊記》第二十回，話說唐僧、孫悟空、豬八戒師徒三人（那時還沒有收編沙僧）傍晚路過一村舍，唐僧提議在此「借宿一宵，明日再走」，剛入取經隊伍不久的豬八戒甚是歡喜道：「說得是，我老豬也有些餓了，且到人家化些齋吃，有力氣，好挑行李。」這時孫悟空就嘲笑他是「戀家鬼」，而豬八戒則可憐巴巴地說：「哥啊，似不得你這喝風喝煙的人。我從跟了師父這幾日，長忍半肚饑，你可曉得？」唐僧見豬八戒話中帶刺有點埋怨自己的意思，便板起面孔師道尊嚴起來：「悟能，你若是在家心重呵，不是個出家的了，你還回去罷。」豬八戒一聽這綿裡藏針的話，慌忙跪下道：「師父，你莫聽師兄之言。他有些賊埋人。我不曾報怨甚的，他就說我報怨。我是個直腸的痴漢，我說道肚內饑了，好尋個人家化齋，他就罵我是戀家鬼。師父啊，我受了菩薩的戒行，又承師父憐憫，情願要服侍師父往西天去，誓無退悔，這叫做恨苦修行，怎的說不是出家的話！」

至小罪，猶懷大懼；示行瞋恚，而常慈忍；示行懈怠，而勤修功德；示行亂意，而常念定；示行愚痴，而通達世間、出世間慧；示行諂偽，而善方便，隨諸經義；示行憍慢，而於眾生，猶如橋梁；示行諸煩惱，而心常清淨；示入於魔，而順佛智慧，不隨他教；示入聲聞，而為眾生，說未聞法；示入辟支佛，而成就大悲，教化眾生；示入貧窮，而有寶手，功德無盡；示入形殘，而具諸相好，以自莊嚴；示入下賤，而生佛種性中，具諸功德；示入羸劣醜陋，而得那羅延身，一切眾生之所樂見；示入老病，而永斷病根，超越死畏；示有資生，而恆觀無常，實無所貪；示有妻妾姝女，而常遠離五欲淤泥；現於訥鈍，而成就辯才，總持無失；示入邪濟，而以正濟，度諸眾生；現遍入諸道，而斷其因緣；現於涅槃，而不斷生死。文殊師利！菩薩能如是行於非道，是為通達佛道。

於是維摩詰問文殊師利：「何等為如來種？」文殊師利言：「有身為種，無明有愛為種，貪恚痴為種，四顛倒為種，五蓋為種，六入為種，七識處為種，八邪法為種，九惱處為種，十不善道為種。以要言之，六十二見及一切煩惱，皆為佛種。」曰：「何謂也？」答曰：「若見無為入正位者，不能復發阿耨多羅三藐三菩提心；譬如高原陸地，不生蓮華，卑濕淤泥，乃生此華；如是見無為法入正位者，終不復能生於佛法；煩惱泥中，乃有眾生起佛法耳！又如植種於空，終不得生！糞壤之地，乃能滋茂。如是入無為正位者，不生佛法；起於我見如須彌山，猶能發於阿耨多羅三藐三菩提心，生佛法矣！是故當知，一切煩惱，為如來種。譬如不下巨海，不能得無價寶珠。如是不入煩惱大海，則不能得一



切智寶。

爾時，大迦葉嘆言：「善哉！善哉！文殊師利！快說此語。誠如所言，塵勞之儔，為如來種；我等今者，不復堪任發阿耨多羅三藐三菩提心；乃至五無間罪，猶能發意生於佛法，而今我等永不能發？譬如根敗之士，其於五欲不能復利。如是聲聞諸結斷者，於佛法中無所復益，永不志願。是故文殊師利！凡夫於佛法有反覆，而聲聞無也。所以者何？凡夫聞佛法，能起無上道心，不斷三寶。正使聲聞終身聞佛法，力無畏等，永不能發無上道意。」<sup>27</sup>

這三段經文從不同的角度共同表達了作為「煩惱即菩提」之佛學基礎的「煩惱是如來種」或「煩惱是佛種」的思想，細言之即「有身為種，無明有愛為種，貪恚痴為種，四顛倒為種，五蓋為種，六入為種，七識處為種，八邪法為種，九惱處為種，十不善道為種，以要言之，六十二見及一切煩惱，皆為佛種」，皆能長出「菩提」。佛不是斷了一切煩惱才叫佛嗎？「煩惱」怎麼會是「佛種」呢？煩惱不是菩提的對立面嗎？怎麼會「煩惱即菩提」呢？疑問歸疑問，大乘佛教確實是白紙黑字這麼說的，雖然我們無法用語言將其解釋清楚，因為惠能（638-713）在圓寂前的遺囑中就語重心長地告訴其弟子「語與法對」，一如「有與無對」、「動與靜對」，<sup>28</sup>也就是說語言

27.姚秦·鳩摩羅什：《維摩詰所說經》卷2，《大正藏》第14冊，頁548c-549b。

28.據宗寶本《壇經·付囑品》記載，「師（按：指惠能）一日喚門人法海、志誠、法達、神會、智常、智通、志徹、志道、法珍、法如等曰：『汝等不同餘人，吾減度後，各為一方師。吾今教汝說法，不失本宗，先須舉三科法門，動用三十六對，出沒即離兩邊，說一切法莫離自性。忽有人問汝法，出語盡雙，皆取對法，來去相因，究竟三法盡除，更無去處。』三科法門者，陰界入也。陰是五陰：色受想行識是也。入是十二入，外六塵：色、聲、香、味、觸、法；內六門：眼、

與佛法之間是相互對立的，「言語道斷，心行處滅」，語言可以言說，卻根本無法準確地表達包括「煩惱是佛種」在內的一切佛法，佛法只能在佛教修行的過程中靠「自性」去體悟。如果你對「煩惱是佛種」有基於佛教修行的「自性」體悟，那麼你就會明白，人只有在煩惱中才能去尋求解脫，而且只有在煩惱中的解脫才是真正的究竟的解脫，其他的一切所謂解脫，用現在流行的網絡語言來說就是「神馬都是浮雲」。從這個意義上來說，煩惱乃是佛教修行中「必要的惡」。

「必要的惡」乃是德國哲學家黑格爾（Georg Wilhelm Friedrich Hegel，1770-1831）歷史哲學中的一個重要概念，大意是說像戰爭、瘟疫、地震這些

---

耳、鼻、舌、身、意是也。界是十八界：六塵、六門、六識是也。自性能含萬法，名含藏識；若起思量，即是轉識。生六識，出六門，見六塵，如是一十八界，皆從自性起用。自性若邪，起十八邪；自性若正，走十八正。含惡用即眾生用，善用即佛用。用由何等，由自性有。』『對法外境，無情五對：天與地對，日與月對，明與暗對，陰與陽對，水與火對，此是五對也。法相語言十二對：語與法對，有與無對，有色與無色對，有相與無相對，有漏與無漏對，色與空對，動與靜對，清與濁對，凡與聖對，僧與俗對，老與少對，大與小對，此是十二對也。自性起用十九對：長與短對，邪與正對，痴與慧對，愚與智對，亂與定對，慈與毒對，戒與非對，直與曲對，實與虛對，險與平對，煩惱與菩提對，常與無常對，悲與害對，喜與瞋對，捨與慳對，進與退對，生與滅對，法身與色身對，化身與報身對，此是十九對也。』師言：『此三十六對法若解用，即通貫一切經法，出入即離兩邊，自性動用，共人言語，外於相離相，內於空離空，若全著相。即長邪見，若全執空，即長無明。執空之人，有謗經直言不用文字，即雲不用文字，人亦不合語言，只此語言，便是文字之相。又雲直道不立文字，即此不立兩字，亦是文字，見人所說，便即謗他言著文字。汝等須知，自迷猶可，又謗佛經，不要謗經，罪障無數。若著相於外，而作法求真，或廣立道場，說有無之過患，如是之人，累劫不可見性，但聽依法修行，又莫百物不思，而於道性窒礙。若聽說不修，令人反生邪念，但依法修行，無住相法施。汝等若悟，依此說，依此用，依此行，依此作，即不失本宗。若有人問汝義，問有，將無對；問無，將有對；問凡，以聖對；問聖，以凡對。二道相因，生中道義，汝一問一對，餘問一依此作，即不失理也。』元·宗寶：《六祖大師法寶壇經》卷1，《大正藏》第48冊，頁360a-c。



表面上看來是「惡」的事件，卻也能起到推動人類歷史進步的積極作用，從而又表現出「善」的一面；後來在德國的另一哲學家尼采（Friedrich Wilhelm Nietzsche，1844-1900）的思想中也不乏「必要的惡」，比如他說：

這就好比一棵樹：樹越想往上長，就越要光線，樹根越是朝反方向拼命伸展，向裡面、向下，朝暗處，朝深處，朝寬處——如人所云，朝「惡」處。<sup>29</sup>

又說：

好事是惡事轉變而來的，每個神都有一個為父的魔鬼。<sup>30</sup>

中國有句古訓叫「失敗者成功之母」，尼采這裡的意思實際上也可以概括為「惡事者好事之母」；或者依老子的「禍，福之所倚」，<sup>31</sup>尼采是在說：「惡，好之所倚」，不管怎麼表述，這些話裡都有黑格爾「必要的惡」的意思或影子，不過，我這裡想說的是，在黑格爾之前六百多年，日本淨土宗祖師親鸞上人（1173-1262）亦在佛教上提出了名之為「惡人正機」論的「必要的惡」的思想。當然，親鸞上人所謂的「惡」不是黑格爾所說的

---

29.【德】弗裏德里希·尼采著，【德】君特·沃爾法特編、虞龍發譯：《尼采遺稿選》，上海譯文出版社2006年3月，頁72-73。

30.同上註，頁76。我在讀到「每個神都有一個為父的魔鬼」這句話時，突然想起我國的上古聖人舜，舜的父親就是個「魔鬼」一樣的人，據史書記載，舜的「父親瞽叟，是個盲人，母親很早去世。瞽叟續娶，繼母生弟名叫象。舜生活在『父頑、母嚚、象傲』的家庭環境裏，父親心術不正，繼母兩面三刀，弟弟桀驁不馴，幾個人串通一氣，必欲置舜於死地而後快，然而舜對父母不失子道，十分孝順，與弟弟十分友善，多年如一日，沒有絲毫懈怠。舜在家裡人要加害於他的時候，及時逃避；稍有好轉，馬上回到他們身邊，盡可能給予幫助，所以是『欲殺，不可得；即求，嘗（常）在側』，身世如此不幸，環境如此惡劣，舜卻能表現出非凡的品德，處理好家庭關係，這是他在傳說故事中獨具特色的一個方面。」參見〈舜〉，網址：<http://baike.baidu.com/view/36163.htm>。

31.《老子》第58章。



「惡」的社會事件，而是指「惡」的個人行為；同時，親鸞上人所謂的「惡人」，不一定就是指社會上殺人放火、地痞流氓之類的歹徒，而主要是指滾滾紅塵中欲望強烈從而「煩惱熾盛」的人，也就是佛經中常提到的「一闍提」。

「一闍提」系梵語icchanti ka（或梵ecchantika）的音譯，亦作一闍提迦、一闍提柯、一顛底迦，略稱闍提，或意譯為「斷善根」或「信不具」。icchantika一語原指有欲望的人；有欲望又執著於世榮，貪著生死之境，則妨礙出離修道，故後轉為「斷善根」、「信不具」之意。西藏語（藏h!dod-chen），意為大欲或多欲之人，與《玄應音義》中所說的「貪樂生死、不求出離故多貪」相當。《大乘入楞伽經》卷二也譯為多貪，並在〈集一切法品〉將「希求者」（icchantika）與「不希求者」（an-icchantika）相對使用。<sup>32</sup>在親鸞上人那裡，導致種種世俗「希求」的「欲望」（親鸞常嘆的「煩惱熾盛」）……沒有因作為人行惡的根源而被當成「原罪」，卻一般呈現出一股強烈的生命力，……終歸還是作為一種「必需的惡」<sup>33</sup>或者說「必要的惡」而有助於解脫，儘管基於作為「必要的惡」，「親鸞『惡人正機』的提出是有語境的，他並沒有真的顛覆佛教的善惡觀，而是針對沒落的世道、不得已的罪惡，給予世上所有人作為行惡者以往生淨土的信心，在不得已的俗世生存中，緊持善念的正道。」<sup>34</sup>

## 五、「都市波羅蜜」：「娑婆世界」的拯救

作為日本淨土宗的一代祖師，親鸞上人「不僅僅是一位佛教領域的聖

---

32.參見《一闍提》，網址：<http://baike.baidu.com/view/990736.htm>。

33.趙悠：〈親鸞超善惡理念的一些社會影響〉，《覺群》，2012年第4期，頁63。

34.同上註，頁61-62。



人，他還是（日本）這個民族的聖人」<sup>35</sup>或日本文化的「聖人」（日本有部動畫連續劇就叫《親鸞聖人》）。儘管日本淨土宗因為主張僧人可以結婚而提倡僧人必須獨身的中國佛教所病詬和提防，<sup>36</sup>儘管我們與日本有著歷史的冤仇，並且現在還因為釣魚島事件與日本鬧著種種糾紛，但是親鸞上人的「惡人正機」論還是值得我們尊重和借鑒的。

親鸞上人當初提出「惡人正機」論乃是有著深刻的日本文化背景和強烈的淨土宗宗教追求。我們都知道，「地處太平洋一端的島國，地區分散、資源匱乏，要生存下去本身就是很大的問題，所以類似『棄老』的習俗（我們的文化必會視之為「惡習」）並不少見——這不正是親鸞所認識到的『惡人』的處境嗎？事實上，應當說是日本的地理文化造就了親鸞的深刻反思，……在當時日本的環境裡，佛教如果還想繼續作為一種救度之法而存在的話，那麼它必須應對惡劣的環境、貧苦的日子所提出的質疑與挑戰，在這樣的情境下，親鸞起到了這麼一位奠基者的作用，首次把『惡』放進了佛教修行的核心敘述中，即『以惡人為往生本位』（楊曾文《日本佛教史》，第260頁）。……他基於信仰、承認惡人的學說不是在為純粹的佛教辯護，而是在為需要佛教脫苦的民眾授法。……然而，親鸞應機所說之法由於過於慷慨激昂而容易被人斷章取義，比如『縱殺千人，也可往生』（《嘆異抄》）的命題，他當然不是在鼓勵信徒殺越多人便積越多功德，他甚至還親自批評這種誤用，說他們「如獅子身上的蟲吃獅子之肉」（《親鸞聖人御消息集》）。

---

35.同註33，頁63。

36.怎麼能不提防呢？因為近代以來，中國佛教界就有少數僧人主張學習日本佛教，其中就包括僧人可以結婚，這顯然與中國佛教一直所高揚的「三面紅旗」，亦即中國佛教自古以來形成的三大優良傳統——僧裝、獨身和素食，產生了嚴重的衝突。

實際上，親鸞是以一種反面的方式來強化自己的立場：行善無助往生，行惡也無妨往生，惟信念是超善惡的。他立足於惡人超善惡的信力，而絕非號稱殺人成義。此說曾被利用為殺人的藉口，但親鸞強調的是「不斷煩惱而成佛」、「惡人正機」的簡易法、平等法。<sup>37</sup>雖然親鸞上人的「惡人正機」論是日本文化和淨土宗信仰的綜合產物，而且還易於被人斷章取義表面化或別有用心地誤解為勸人行惡，但是，若依照馮友蘭先生（1895-1990）思想史或哲學史的「抽象繼承法」<sup>38</sup>並用較為溫和而不易被人誤解的說法，那麼親鸞上人的「惡人正機」就是「不斷煩惱而成佛」的「煩惱正機」思想，與前文所提到的《維摩詰所說經·佛道品》中的「煩惱是佛種」、「煩惱即菩提」思想是同調的，只是具體語境不同罷了。

依筆者愚見，就如何有效獲得佛教的解脫而言，親鸞上人所提出的「惡人正機」論不但適合於歷史上的日本人，而且還非常適合於當代的都市人，無論他是生活在東京，還是紐約，抑或是上海，因為當代都市人所面臨的人生境遇與日本人是一樣的：都市就是孤島，一斷電一斷水，都市人就死翹翹；都市中人與人之間的關係就像日本列島一些彼此疏離；都市中有頻繁的「股市地震」，有捉摸不定的「房地產火山爆發」，有「婚外情的核電洩漏」，有「物價飛漲的颱風」，有失業所帶來的「資源貧乏」，真是「野田」荒蕪，「小泉」乾枯，生存環境如此惡劣，人處其中焉有不「煩惱叢

---

37.趙悠：〈親鸞超善惡理念的一些社會影響〉，《覺群》，2012年第4期，頁63。

38.關於馮友蘭先生的「抽象繼承法」，不妨參見高秀昌：〈「抽象繼承法」——兼論繼承和創新的關係〉，網址：<http://baike.baidu.com/view/1947360.htm>。竊以為，馮先生的「抽象繼承法」有點類似於大乘佛教對佛法的看法。在大乘佛教看來，「所謂佛法者，即非佛法」（《金剛經·依法出生分》），所有佛法都是佛為眾生所說的方便法門而不是終極真理，既然不是終極真理，那我們就不要執著於佛法，只要取其精神即可，這「取其精神」就是一種「抽象」。



生」？焉有不「惡」之理？總之，現在的都市都很「日本」（日本本身基本上就是個百分之百都市化的國家），從而現在的都市人都有著與日本人類似的煩惱類似的「惡」。既然如此，那就讓我們將親鸞上人的「惡人正機」或「煩惱正機」論從日本文化語境中「抽象」出來，然後用它來給當代都市人指出一條從此岸到彼岸的「波羅蜜」解脫之道。

「惡人正機」論或「煩惱正機」論，還可以被稱為「欲望正機」論，因為「惡人」也好，煩惱也罷，都是根源於欲望。都市尤其是大都市，乃是物質的「秀場」，欲望的淵藪。在欲望的驅使下，都市人「從未擁有過這樣的一個時刻：現在就是我希望的終點了，現在我可以用心感受生活了。不，每一個希望都在趕羊般地驅趕著他，每一個期待都會誕生出另一個期待，每一個明天都會製造出另一個需要去滿足的明天，那是一條永無止境的虛幻地平線，所有眺望它的人都在淪為追逐明天的夸父」，<sup>39</sup>成為解釋世人何以「欲壑難填」的「馬斯洛需求層次理論」（Maslow's hierarchy of needs）<sup>40</sup>的一個個鮮活註腳，即一個欲望得到了滿足，另一個欲望就會隨之而生，欲望如此節節遞生，恰如《佛說無量壽經》中所說的「適有一，復少一」：

世人薄俗，共諍不急之事，於此劇惡極苦之中，勤身營務，以自給濟。無尊無卑，無貧無富，少長男女，共憂錢財，有無同然，

---

39.陳鍾誼：〈禪的光年（四）〉，《正覺》，2012年第4期，頁60。

40.該理論是美國心理學家亞伯拉罕·馬斯洛（Abraham Harold Maslow, 1908-1970）創立的，「按馬斯洛的理論，個體成長發展的內在力量是動機，而動機是由多種不同性質的需要所組成，各種需要之間，有先後順序與高低層次之分；每一層次的需要與滿足，將決定個體人格發展的境界或程度。馬斯洛認為，人類的需要是分層次的，由低到高。它們是：生理需求、安全需求、社交需求、尊重需求、自我實現需求。」參見〈馬斯洛需求層次理論〉，網址：<http://baike.baidu.com/view/92972.htm>。因為無論什麼需求都是建立在一定的欲望之上的，沒有欲望就沒有需求，所以該理論有時也被稱為「欲望理論」。

憂思適等。屏營愁苦，累念積慮。為心走使，無有安時；有田憂田，有宅憂宅；牛馬、六畜、奴婢、錢財、衣食什物，復共憂之。重思累息，憂念愁怖，橫為非常水火、盜賊、怨家、債主，焚漂劫奪，消散磨滅，憂毒怏怏，無有解時。結憤心中，不離憂惱。心堅意固，適無縱舍。或坐摧碎，身亡命終，棄捐之去，莫誰隨者，尊貴豪富，亦有斯患，憂懼萬端，勤苦若此，結眾寒熱，與痛共居。貧窮下劣，困乏常無。無田亦憂欲有田，無宅亦憂欲有宅，無牛、馬、六畜、奴婢、錢財、衣食什物，亦憂欲有之。適有一，復少一，有是少是，思有齊等。適欲具有，便復糜散。如是憂苦，當復求索，不能時得，思想無益。身心俱勞，坐起不安，憂念相隨，勤苦若此，亦結眾寒熱，與痛共居，或時坐之，終身天命，不肯為善，行道進德。壽終身死，當獨遠去，有所趣向，善惡之道，莫能知者。<sup>41</sup>

「有田憂田，有宅憂宅」，「適有一，復少一」，有了老婆想小妾，這種永無止境、永不滿足的無限制的欲望，讓人生活於「劇惡極苦之中」，「身心俱勞」，憂悲苦惱，煩惱不斷，整天「冏」著個臉，儼然一個熟透了的「大苦瓜」，那麼如何從一個「大苦瓜」變成一個「波羅蜜」呢？這個問題表面上看來似乎不需要局外人來操心，因為每一個長在鋼筋叢林水泥地上的「都市苦瓜」好像都會有自己的解決之道並自鳴得意，比如很多人會興致勃勃地選擇外出旅遊，但一出門就知道，現在的旅遊乃是什麼風光也看不到，只能看到更多與他一樣煩惱的人，只能看到擁擠的粥樣煩惱，路上不堵車不出車禍不被刀捅不被欺宰就算是謝天謝地了，要是不幸遇到其中的一

---

41. 曹魏·康僧鎧：《佛說無量壽經》卷2，《大正藏》第12冊，頁274b-c。



件，那你回家除了疲勞就是一肚子怨氣，這叫「自尋煩惱」。當然「自尋煩惱」都還是好的，更糟糕的是「自尋死路」，就是有腳去無腳回，拋屍旅途（這又不是沒發生過，而且還常見諸電視報道和報紙新聞），那就嗚呼哀哉了。我們的古人，比如杜牧（803-852），坐馬車出門走兩步就能寫出「遠上寒山石徑斜，白雲生處有人家；停車坐愛楓林晚，霜葉紅於二月花」這首題為〈山行〉的優美的詩來。反觀我們現在飛機高鐵動車，雖然走得愈來愈快愈來愈遠，但也沒見誰寫出什麼詩來，除了臉上寫滿疲憊和煩惱，什麼東西都寫不出來，因為你「停車」不是因為「坐愛楓林晚」而是因為「實在路上堵」。實際上，佛祖釋迦牟尼他老人家早就以他的親身經歷告訴世人，外出旅遊是根本解決不了人的煩惱問題的。在有關釋迦牟尼出家的「四城門故事」中，作為都市人的釋迦牟尼在皇宮裡悶得慌，實在也是煩惱不斷，於是他就出城門去玩去散散心，去旅遊，結果煩惱不減反增。後來，他又走得更遠，去向湖北神農架之類的深山老林以及四川四姑娘山之類的雪山冷林中去「頭陀」苦行，但是無論他走到哪裡遊得多遠，釋迦牟尼都沒有解決自己的煩惱問題。釋迦牟尼尚且不能靠旅遊來消除煩惱，更何況我們這些芸芸眾生呢？

既然走出去不能解決煩惱問題，那就「宅」在家裡吧。現在「宅」在家裡人，因為寂寞無聊，不是睡覺做夢，就是上網聊天玩遊戲，QQ微博看視頻，在「幻化」的世界裡神遊，這種網絡神遊或許能讓人暫時忘掉時間、忘掉世事，陶醉沈迷其中而忘乎所以，但是，且不說當事人長時間坐在電腦屏幕前綿綿不絕的電子輻射給他身體帶來的潛在危害，就是這種忘乎所以本身也就像做夢一樣不虛幻不實，根本無助於實際地解決人生的煩惱問題，這一點其實佛祖釋迦牟尼他老人家也早已在旁敲側擊地提醒我們：「一切有為

法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」，<sup>42</sup>網絡就屬於「夢幻泡影」中的「幻」。既然是「幻」，又何以能讓人獲得真正的解脫呢？這是絕對不可能的。另一方面，我們也可以說，人在虛幻的或虛擬的網路世界中神遊就像佛經中描寫的各路神仙在「天道」中的生活，雖然「欲樂」無比，但佛教並不認為這是一種真正的幸福，正因如此，或很大程度上與此有關，在佛教傳入中國後，中國文化中就多了「神仙下凡」的故事，比如七仙女下凡與窮小子董永結婚、《西遊記》中許多天神下凡人間做妖魔鬼怪，如果天上真的很好，他們又何必下凡到人間找樂呢？可見天上也不好，連天上都不好，網路世界那就更等而下之不用提了。

既然外出旅遊的「走男走女」和留在家裡的「宅男宅女」不能靠「走」和「宅」來消除煩惱以成就「走波羅蜜」和「宅波羅蜜」，那麼都市人不妨在「六波羅蜜」或「十波羅蜜」中選擇「禪」來做個「禪男禪女」來成就「禪波羅蜜」，如果他或她因為種種原因難以實施所有「波羅蜜」的話。

對於總是「最近比較煩」總是煩惱不斷的都市人來說，「禪波羅蜜」的理論基礎就是親鸞上人的「惡人正機」論或「煩惱正機」論，即你不要消極地看待煩惱，不要認為煩惱妨礙了你解脫因而人為地去排斥煩惱，逃避煩惱及其所帶來的痛苦，你越是想逃避煩惱和痛苦，你就越是加倍地煩惱和痛苦，這一點尼采早已看透，他說：

人類總是盡力繞開痛苦，但更多是繞開已遭受過痛苦的回憶，以不斷樹立新目標的方式，企圖忘卻藏於痛苦背後的東西。當可憐者和受過痛苦的人為抗拒那個將自己拋到最嚴酷的生存岸邊的命運時，便繞開那個來自自己痛苦中的深沈的審視目光，彷彿想要

---

42. 姚秦·鳩摩羅什：《金剛般若波羅蜜經》卷1，《大正藏》第12冊，頁274b-c。



說，現在你是否比較容易地領悟了人生吧？可憐的人，你們太幸福啦！假如這些人表面上看來幸福，實際上都被不安和逃避自己的情緒弄得筋疲力盡，那他們根本沒法去看清諸如各種食物、國家、工作和財產那自然的惡劣的本性——他們會引起誰的羨慕呢？<sup>43</sup>

在深受包括佛教在內的東方思想影響並因對之欣賞有加而說德國沒有哲學的尼采看來，人類要想通過「繞開」和「逃避」的方法來消除痛苦是不可能的，因為這樣做只會把自己弄得筋疲力盡而更加痛苦，那該怎麼辦呢？尼采並沒有給我們提供處方，但是在尼采停止言說的地方，佛教開口了。佛教說，你既然無法逃避痛苦，那好，就迎接痛苦吧！回到「當下」來承當煩惱，直面煩惱。你要這樣想，人生本「苦」，人有煩惱是正常的，沒有煩惱才是不正常，「滾滾紅塵」中能沒有煩惱嗎？當你這樣想的時候，煩惱實際上就已經消除一半了，「因為負面性的東西在被正視的同時停止了蔓延」；<sup>44</sup>如果再進一步認為煩惱是好事，煩惱是佛在冥冥之中對你的一大恩賜，是佛送給你的禮物，有了煩惱這個禮物，解脫的機會就來了，因為「佛法認為煩惱與菩提相即不離，無煩惱則菩提不生」，<sup>45</sup>煩惱乃是解脫成佛的墊腳石，沒有煩惱，你永無解脫之日，此之謂「煩惱是如來種」、「煩惱是佛種」或「煩惱即菩提」。煩惱猶如茶或咖啡，茶或咖啡雖苦，但只要你喝下去，就會清香留齒，神清氣爽，猶如唐代詩人盧同（約795—835）所作〈走筆謝孟諫議寄新茶〉（俗稱〈七碗茶詩〉）之所描寫：

---

43.【德】弗裏德里希·尼采著，【德】君特·沃爾法特編、虞龍發譯：《尼采遺稿選》，頁21。

44.陳鍾誼：〈禪的光年（四）〉，《正覺》，2012年第4期，頁61。

45.清涼月：〈智慧與解脫——維摩詰偈中的佛法內涵〉，《寒山寺》，2012年第4期，頁51。



一碗喉吻潤；二碗破孤悶；三碗搜枯腸，惟有文字五千卷；四碗發輕汗，平生不平事，盡向毛孔散；五碗肌骨清，六碗通仙靈；七碗吃不得也，唯覺兩腋習習清風生。

你看茶多好，苦而有益，但是，你要是吃糖，糖雖甜，甜而有害，因為糖吃多了弄不好就會得糖尿病。通過這個比喻，我想說的是，煩惱雖苦，但人生的幸福就蘊藏在煩惱中，此誠如當代禪宗高僧淨慧法師所說：「極樂世界就在娑婆世界之中，就在眾生之中，就在煩惱之中。……覺悟的彼岸並不是在一個很遙遠的地方，此岸彼岸寸步不移，一點距離也沒有，就看你覺悟不覺悟」，<sup>46</sup>當下覺悟了，「煩惱即菩提」，煩惱和覺悟（也就是「菩提」）「一點距離也沒有」，這「一點距離也沒有」的禪境在仰山慧寂禪師（815-891）和宰相陸希聲之間的下面這段對話中更是得到了一種語言學上的表達：

慧寂對陸相公說：「聽聞相公看經得悟，是否？」陸公說：「弟子因看《涅槃經》有云：不斷煩惱而入涅槃，得個安樂處。」慧寂豎起拂子，說：「只如這個如何來入？」陸公說：「入之一字，也不消得。」慧寂說：「入之一字，不為相公。」公起便去。<sup>47</sup>

陸希聲陸相公說自己看到《涅槃經》上的「不斷煩惱而入涅槃」這句話而當下「得個安樂處」獲得了解脫，慧寂禪師為了勘驗他是否真的「不斷煩惱而入涅槃」獲得了解脫達到了禪的境界，就「豎起拂子」，問陸相公這個

---

46. 淨慧：〈黃梅四祖寺辛卯年冬季禪七開示（三）〉，《正覺》，2012年第4期，頁17。

47. 妙昌：〈瀉仰宗高僧慧寂禪師〉，《寒山寺》，2012年第4期，頁91。



拂子怎麼「入」。陸相公說「入之一字，也不消得」，意思是連「入」這個動作都沒有都不需要，因為煩惱當下就是「涅槃」，煩惱當體就是「涅槃」，煩惱即「涅槃」，煩惱和「涅槃」本來就是一體的，「一點距離也沒有」，哪還用得著從煩惱入「涅槃」？陸希聲能夠如此理解「斷煩惱而入涅槃」中的「入」字，說明他真是一個「貨真價實」的活在「當下」在煩惱中解脫的禪者——「禪者追求的解脫不是對現實時空的物理超越，而是對當下時空的重新發現和心理超越，是在當下中追求閒適，是在對萬法的欣賞中達到與萬法的不一不異，是『惟思掃石蕉蔭臥，靜聽瀟瀟夜雨聲』」。<sup>48</sup>是的，禪者不是要對煩惱實現「物理超越」，離開猶如「掃石蕉蔭」和「瀟瀟夜雨」般的煩惱，而是就躺在「蕉蔭」裡靜聽雨「瀟瀟」，不躲不避，當下重新發現煩惱的正面意義，欣賞煩惱，與煩惱「不一不異」，從而實現對煩惱的「心理超越」，這就是所謂的「煩惱即菩提」，就是所謂的「不斷煩惱而入涅槃」或「不出魔界，便入佛界」。還是剛才那個陸相公，有一次問慧寂：「不出魔界，便入佛界時如何？」慧寂以拂子倒點了三下，陸公便還禮，又問：「和尚還持戒否？」慧寂說：「不持戒。」問：「還坐禪否？」慧寂說：「不坐禪。」陸公沈思良久，慧寂說：「會麼？」陸公回答：「不會。」慧寂說：「聽老僧一頌：滔滔不持戒，兀兀不坐禪；釃茶三兩碗，意在鑿頭邊。」<sup>49</sup>慧寂禪師以「拂子倒點了三下」這個動作來讓陸相公明白什麼叫「不出魔界，便入佛界」，因為在慧寂禪師看來，拂子不管是正著還是倒著都還是同樣的拂子，魔（煩惱）與佛（菩提）雖然表面上「正倒」相反，但實際上卻是同一個東西，這就是所謂的「佛即魔，魔即佛」、「煩惱

---

48. 王建光：〈簡論八指頭陀禪詩中的「閒適」思想〉，《寒山寺》，2012年第4期，頁10。

49. 妙昌：〈瀉仰宗高僧慧寂禪師〉，《寒山寺》，2012年第4期，頁91。

即菩提」。

在「煩惱即菩提」的佛學語境中，你不一定要靠持戒和坐禪這些現實生活和工作之外的佛教修行來獲得解脫，而是當下的生活和工作本身就是修行，當下「處處皆是道場，一碗清茶，一次身心投入的鋤草勞動都可以成為悟道的因緣」，<sup>50</sup>這樣的悟道解脫方法正是忙忙碌碌的都市人所應該遵循的，儘管他們不一定在喝茶而是在喝咖啡，他們也肯定不會是在鋤草而在打電腦。

總之，都市人只要悟透了「煩惱即菩提」當下解脫的禪理，就能在喝咖啡和打電腦中獲得「禪波羅蜜」，就能從一個「大苦瓜」變成一個「波羅蜜」，從「娑婆世界」進入「極樂世界」，因為「從佛法的究竟意義來講，娑婆世界與極樂世界是零距離，就在同一個世界上。前一念覺悟，我們就在極樂世界；後一念迷失，我們就回到娑婆世界。我們天天就在娑婆與極樂兩個世界中翻來覆去地掙扎，在打拉鋸戰，正念勝利了，極樂世界出現了；妄念佔了上風，又回到了煩惱重重的娑婆世界」，<sup>51</sup>都市人就這樣在「極樂世界」和「娑婆世界」之間來來往往，這是他們現實且真實的生存狀態，正因如此，所以你即使「回到了煩惱重重的娑婆世界」，也不用怕，因為「煩惱即菩提」還可以再回到「極樂世界」的。<sup>52</sup>

---

50.同上註。

51.淨慧：〈黃梅四祖寺辛卯年冬季禪七開示（三）〉，《正覺》，2012年第4期，頁16。

52.此處的「極樂世界」就不僅僅是物質層面的莊嚴華麗，而且生活在其中的人也是快樂無比，就像《彌勒下生經》中所說的彌勒菩薩所下生的『世界環境非常美好，人民生活快樂，亦樂於聞法』，其具體情形可歸納為如下27方面：1、土地豐熟，人民熾盛，街巷成行。2、夜雨香澤，晝則清和。3、所行順法，不違正教。4、常以香汁灑地，極為香淨。5、山河石壁皆自消滅，地極為平整，如鏡清明。6、穀食豐熾，民多珍寶。7、村落相近，雞鳴相接。8、弊華果樹枯竭，穢



## 參考書目

### 一、古籍

1. 曹魏·康僧鎧：《佛說無量壽經》，《大正藏》第12冊。
2. 姚秦·鳩摩羅什：《佛說阿彌陀經》，《大正藏》第12冊。
3. 姚秦·鳩摩羅什：《妙法蓮華經》，《大正藏》第9冊。
4. 姚秦·鳩摩羅什：《金剛般若波羅蜜經》，《大正藏》第12冊。
5. 姚秦·鳩摩羅什：《維摩詰所說經》，《大正藏》第14冊。
6. 劉宋·沮渠京聲：《佛說觀彌勒菩薩上生兜率天經》，《大正藏》第14冊。
7. 唐·玄奘譯，辯機撰：《大唐西域記》，《大正藏》第51冊。
8. 唐·實叉難陀：《大方廣佛華嚴經》，《大正藏》第10冊。
9. 唐·窺基：《妙法蓮華經玄贊》，《大正藏》第34冊。
10. 元·宗寶：《六祖大師法寶壇經》，《大正藏》第48冊。

惡亦自滅，余甘美果樹，香美殊好者皆生於地。9、時氣和適，四時順節。10、人身之中，無有百八之患。11、貪欲、瞋恚、愚痴，不大殷勤。12、人心均平，皆同一意。相見歡悅，善言相向。言辭一類，無有差別。13、男女之類，意欲大小便時，地自然開，事訖之後，地便還合。14、自然生粳米，亦無皮裏，極為香美，食無患苦。15、金銀珍寶，碑磔瑪瑙、真珠琥珀，各散在地，無人省錄。16、自然樹上生衣，極細柔軟，人取著之。17、顏貌端正，不長不短，不肥不瘦，不白不黑，不老不少。18、城邑舍宅，及諸裏巷，乃至無有細微土塊。19、純以金沙覆地，處處皆有金銀之聚。20、人命將終，自然行詣，冢間而死。21、時世安樂，無有怨賊、劫竊之患。22、城邑聚落，無閉門者，亦無衰惱、水火、刀兵及諸饑饉、毒害之難。23、人常慈心，恭敬和順，調伏諸根，語言謙遜。24、園林地泉之中，自然而有八功德水。25、青紅赤白，雜色蓮花，遍覆其上。其池四邊，四寶階道。26、眾鳥和集，鵝、鴨、鴛鴦、孔雀、翡翠、鸚鵡、舍利、鳩那羅、耆婆者婆等，諸妙音鳥，常在其中。27、流水美好，味甘除患。雨澤隨時，穀稼滋茂。不生草穢，一種七獲，用功甚少，所收甚多。上述這二十七條合起來，就是彌勒下生成佛的人間的具體狀況，這樣的人間顯然是一個人心和善、社會和諧、自然優美的淨土樂園，這個淨土樂園名叫『翅頭城』或『翅頭樂園』。」參見陳堅：〈彌勒信仰與「希望佛學」〉，網址：<http://www.fjdh.com/wumin/2009/04/22442366406.html>，2009-04-12。

## 二、專書

- 1.《人生智慧》，山東佛教在線印經處，2012年印行。
- 2.【德】弗裏德裏希·尼采著，【德】君特·沃爾法特編、虞龍發譯：《尼采遺稿選》，上海譯文出版社，2006年3月版。
- 3.戒祥：《居士感言》，山東膠州洪福寺印經流通處，2012年9月印行。

## 三、期刊論文

- 1.王建光：〈簡論八指頭陀禪詩中的「閑適」思想〉，《寒山寺》，2012年第4期，頁10。
- 2.艾德：〈敬天愛人，行高志遠——記天主教廣州教區主教甘俊丘〉，《廣州民族宗教》，2012年第2期，頁40。
- 3.妙昌：〈瀟仰宗高僧慧寂禪師〉，《寒山寺》，2012年第4期，頁91。
- 4.肖瞻：〈淺析佛教醫學的特色〉，《覺群》，2012年第4期，頁41。
- 5.明賢法師：〈主七和尚開幕式講話〉，《北大禪學》，第10期，2012年6月。
- 6.淨慧：〈黃梅四祖寺辛卯年冬季禪七開示（三）〉，載《正覺》，2012年第4期，頁17。
- 7.清涼月：〈智慧與解脫——維摩詰偈中的佛法內涵〉，《寒山寺》，2012年第4期，頁51。
- 8.郭美星：〈既在孤峰頂上，又在紅塵浪裏〉，《覺群》，2012年第4期，頁22。
- 9.陳鍾誼：〈禪的光年（四）〉，《正覺》，2012年第4期，頁60。
- 10.菩提長老講、釋自鼐譯：〈《正見經》中十二支緣起（一）〉，《江蘇佛教》，2012年第2期，頁80。
- 11.趙悠：〈親鸞超善惡理念的一些社會影響〉，《覺群》，2012年第4期，頁63。
- 12.劉雲：〈禪修隨想〉，《北大禪學》第10期，2012年6月，頁22-23。

## 四、網路資源

- 1.〈一生補處菩薩何時成佛？〉，網址：[http://zhidao.baidu.com/question/307526668.html?\\_\\_bd\\_tkn\\_\\_=72a4562d3c31802f4e57bd49bdba28b2961fdff68078338d51fed8133ea5c69d362ad36bb4bcda3b39bb3949f6bbe47087ac3af56e](http://zhidao.baidu.com/question/307526668.html?__bd_tkn__=72a4562d3c31802f4e57bd49bdba28b2961fdff68078338d51fed8133ea5c69d362ad36bb4bcda3b39bb3949f6bbe47087ac3af56e)



60b1f4e7eb60157b5cfa379f61affe560f03de0125270fa032ba7d3202e9027f5eb9f8a7  
494474755c3129b96478303ab5deacee0b88accbdc8d03c9322bf74bad。

2. 〈一闍提〉，網址：<http://baike.baidu.com/view/990736.htm>。
3. 〈唐代描寫長安的詩句有哪些？〉，網址：<http://wenda.tianya.cn/question/0e70f6a42d48de6a>，2009-07-28。
4. 〈娑婆世界〉，網址：<http://baike.soso.com/v240350.htm?ch=ch.bk.innerlink>。
5. 〈馬斯洛需求層次理論〉，網址：<http://baike.baidu.com/view/92972.htm>。
6. 〈舜〉，網址：<http://baike.baidu.com/view/36163.htm>。
7. 〈閑篇兒·祝福〉，《京華時報》，2012年10月1日，第16版。
8. 高秀昌：〈「抽象繼承法」——兼論繼承和創新的關係〉，網址：<http://baike.baidu.com/view/1947360.htm>。
9. 寂雯：〈《彌勒上生經》導讀〉，網址：[http://www.szjt.org/xuexiu\\_daoh/zanghai/contents/daodu\\_16.htm](http://www.szjt.org/xuexiu_daoh/zanghai/contents/daodu_16.htm)。
10. 〈第13節：娑婆世界（一）〉，網址：<http://book.qq.com/s/book/0/26/26313/13.shtml>。
11. 陳堅：〈彌勒信仰與「希望佛學」〉，網址：<http://www.fjdh.com/wumin/2009/04/22442366406.html>。