

## 心五四進階

初為：

四安：安心、安身、安家、安業

四要：需要、想要、能要、該要

四宅：面對宅、接受宅、處理宅、放下宅

四感：感化、感動、感恩、感謝

四福：知福、惜福、培福、種福

現改：

四宅：面對宅、探究宅、處理宅、放下宅。

四要：需要、想要、能要、不要。

四安：安道、安心、安身、安業。

四情：情緒、情感、情操、情結。

四福：知福、惜福、培福、享福。

再加：

四緣：攀緣、絕緣、隨緣、化緣。

四量：聖言量、比量、現量、非量。

首先說四宅：面對宅、探究宅、處理宅、放下宅

我覺得「面對宅」與「接受宅」很相近。

當然人間有很多苦難，雖已發生了，但當事者心裡不能接受。

如重病、至親好友傷亡。

然既已發生，且不可能挽回，便只能接受。早接受，少受苦。

處理它：該怎麼處理，就怎麼處理。

該怎麼處理？是誰說了算！上帝嗎？

同一症狀，中西醫的療法不同，你聽誰的？

同一事件，民進黨與國民黨的看法絕異，又誰是誰非？

你以為：每個人都知道、都確認該怎麼處理嗎？

最後，暫時不能處理的，或者永遠無法處理的，一定要「放下它」。

這是壓抑嗎？或者只是自暴自棄而已！

甚至，已經處理的，是否有避重就輕的嫌疑，或死灰復燃的可能？

債未還了，哪可能讓你單獨放下呢？

我發覺：這四它，與四聖諦「苦、集、滅、道」有些相似。

苦者：人間的苦難、煩惱。當面對它，不能苟且、堪忍。與面對它對應。

道者：用修行方法去處理、去消除。與處理它對應。

滅者：煩惱斷除，回復自在。與放下它對應。

四它對照四聖諦，卻是少了「集諦」—探究它。

探究病苦的原因，探究煩惱的原因，探究事件的原因。

病因未確認？如何治療呢？原因不明，如何處理呢？

因此前謂的：該怎麼處理，就怎麼處理。便頂多是：頭痛醫頭，  
腳痛醫腳而已！

到最後，必是「受後有」，而非「不受後有」。你想放下它，它  
還放不下你呢？

在四聖諦中，最關鍵的乃是「集諦」—探究它。追根究柢，勘破  
無明巢窟。這既是佛法不共世間處。

也是禪法的特勝：直截根源佛所印，尋枝摘葉我不能。

到最後，才能不受後有，而真放下它。

很多人雖學禪，其實都不是料子：不肯追根究柢。

沒有刮骨療傷的勇氣，只配貼貼「撒隆巴斯」爾！

有人說：四它，乃是說給普羅大眾聽的，標準不必太高。

答云：既是說給普羅大眾聽的，即不必聽經聞法，也不必打坐參  
禪矣！

諸位都是善根者，還是得把層次提高。故四它是：面對它、探究  
它、處理它、放下它。

### 其次說四要：需要、想要、能要、不要

「四要」的精神在於少欲無求、知足常樂。

故大家都很熟悉：需要者不多，想要者太多。

需要者不多，好像吃飽、穿暖即可。好像能繼續存活即可也。

那聽經聞法、打坐參禪，算需要，還是想要呢？

若算需要，那需要者還不能不多哩！

若算想要者太多，就不必聽經聞法、打坐參禪了嗎？

其實，養人不是養豬。養豬，讓牠吃飽就行了；養人，卻非吃飽、穿暖就夠了。

若以為養人，也是吃飽、穿暖就夠了；那就太不了解人性了。

#### 五（六）種層次的需求：

心理學家「馬斯洛」提出「人類動機理論」中謂：人類有五個層次的動機，或需求：

一、生理需要：最具優勢的需要，如食物、水、空氣、性慾。

未滿足生理需要的特徵：什麼都不想，只想讓自己活下去，思考能力、道德觀明顯變得脆弱。

二、安全需要：同樣屬於低級別的需要，其中包括對人身安全、生活穩定以及免遭痛苦、威脅或疾病。擁有家庭、身體健康以及有自己的財產。

缺乏安全感的特徵：感到自己受到身邊事物的威脅，覺得這世界是不公平或是危險的。

三、社交需要：屬於較高層次的需要。如對友誼、愛情以及隸屬關係的需求。

缺乏社交需要的特徵：因為沒有感受到身邊人的關懷，而認為自己沒有價值活在這世界上。

四、尊重需要：屬於較高層次的需要，如成就、名聲、地位和晉升機會等。尊重需求既包括對成就或自我價值的個人感覺，也包括他人對自己的認可與尊重。

無法滿足尊重需要的特徵：變的很愛面子，或是很積極地用行動來讓別人認同自己，也很容易被虛榮所吸引。例如：利用暴力來證明自己的強悍。

五、自我實現需要：是最高層次的需要，包括針對於真善美至高人生境界獲得的需求。

因此前面四項需要都能滿足，最高層次的需要方能相繼產生，是一種衍生性需要，如：自我實現，發揮潛能等。

缺乏自我實現需要的特徵：覺得自己的生活被空虛感給推動著，要自己去做一些身為一個「人」應該在這世上做的事，極需要有讓他能更充實自己的事物、尤其是讓一個人深刻的體驗到自己沒有白活在這世界上的事物。也開始認為，價值觀、道德觀勝過金錢、愛人、尊重和社會的偏見。

六、超自我實現：是馬斯洛在晚期時，所提出的一個理論。這是當一個人的心理狀態充分的滿足了自我實現的需求時，所出現短暫的「高峰經驗」，通常都是在執行一件事情時，或是完成一件事情時，才能深刻體驗到的這種感覺，通常都是出現在藝術家、或是音樂家身上。

人類的需要是以層次的形式出現的，由低級的需要開始，逐級向上發展到高級層次的需要。當一組需要得到滿足時，這組需要就不再成為激勵因素了。

關於第五，自我實現的需要：簡單講，即認定自己的生命是有意義和價值的。

第六，超越自我的需要：大我和無我。

如倫理的思考，即已超越自我中心。

如博愛、慈悲等亦然。

大我如倫理、家庭、團體、國界、宗教。

無我：相應於普遍性、永恆性的真理。

這六個層次的需求，其實是同時存在著；而非下一層次滿足了，才能往上提昇。

何以故？滿足本無底限也。如有些人特別愛面子，非因吃太飽才愛面子的。

《禮記》齊大饑，黔敖為食於路，以待餓者而食之。有餓者蒙袂輯屨，貿貿然來，黔敖左奉食，右執飲曰：「嗟！來食！」揚其目而視之，曰：「予唯不食嗟來之食，以至於斯也。」從而謝焉，終不食而死。曾子聞之曰：「微與！其嗟也可去，其謝也可食。」

《論語》回也！一簞食，一瓢飲，在陋巷。人不堪其憂，回也不改其樂。

這六個層次的需求，其實是同時存在著。但每個人的配比不同：有的偏下、有的偏上。

配比不同，或因宿習所致，或因族群使然。

雖配比不同，但上者提昇了，下者即淡化。如顏回不改其樂，如為法忘軀、捨生取義等。

故「需要者不多，想要者太多」的本意，即不必在下階的需求裡，浪費太多的時間與心力。

因此「能要」，不只是問我「有能力否」，問這「合理、合法否」。而是當在林林眾眾中，篩選首要、次要。

要有它的順位，才不致本末顛倒、玉石不分。

要太多，或者因要不到，而鬱鬱寡歡。或者因要得到，而家大業大、五馬分屍。

既篩選首要、次要，需要者不多，但得夠精準。餘不相干者就是「不要」。

清楚肯定它不要，鐵口直說它不要。不要隨波逐流、共業沉淪。

在解脫道上，寧可單刀直入、一葦渡江。不要攜家帶眷、共造航空母艦。

所以到最後，「需要者不多，想要者太多」，是剩下的都捐給我嗎？

非也，乃剩下的一趕快用功上路吧！

### 3 說四安：安道、安心、安身、安業

在法鼓山，常用一句標語：心平就能平安。

老實說，這句話我不是很認同。這表面上，乃類似「心靜自然涼」。

但幾個能作到呢？夏天誰家不用冷氣機？本山、分院及辦事處也都不用冷氣機嗎？

或者，現是否就將空調關閉？不可能。

既心靜已不可能；要心安，更談何容易？

誰真得安心呢？登上岸，已證得解脫者。

至於還在業流中沉浮打滾，說能心安？乃只是醉生夢死、不知死活而已！不信，請看公案：

《五燈會元》時有僧神光者，曠達之士也。久居伊洛，博覽群書，善談玄理。每歎曰：「孔老之教，禮術風規，莊易之書，未盡妙理。近聞達磨大士住止少林，至人不遙，當造玄境。」乃往彼，晨夕參承。祖常端坐面壁，莫聞誨勵。光自惟曰：「昔人求道，敲骨取髓，刺血濟饑，布髮掩泥，投崖飼虎，古尚若此，我又何人？」其年十二月九日夜，天大雨雪。光堅立不動，遲明積雪過膝。

祖憫而問曰：「汝久立雪中，當求何事？」光悲淚曰：「惟願和尚慈悲，開甘露門，廣度群品。」祖曰：「諸佛無上妙道，曠劫精勤，難行能行，非忍而忍。豈以小德小智，輕心慢心，欲冀真乘，徒勞勤苦。」光聞祖誨勵，潛取利刀，自斷左臂，置于祖前。祖知是法器，乃曰：「諸佛最初求道，為法忘形，汝今斷臂吾前，求亦可在。」祖遂因與易名曰慧可。

可曰：「諸佛法印，可得聞乎？」祖曰：「諸佛法印，匪從人得。」可曰：「我心未寧，乞師與安。」祖曰：「將心來，與汝安。」可良久曰：「覓心了不可得。」祖曰：「我與汝安心竟。」

慧可，何許人也。他都有「我心未寧，乞師與安。」的問題。

我們可能想安就安嗎？當不可能！

慧可最後得到達摩祖師的棒喝、加持，終能安心。

哪我們憑誰來棒喝、加持？說實話，今天就算達摩祖師在世，而我們也是如法泡製，就能得到「我與汝安心竟。」的印證嗎？

所以不要把安心視為當然，把安心視為人人有份。

那我們憑什麼，才能安心呢？如中國常說「心安理得」。其實，這也犯了前述的毛病。

但若倒過來，即是轉機處：理得，才能安心。

慧可因悟：心，乃了不可得。緣起、無自性，非實有；故了不可得。非找不到心，而曰：覓不可得。

確認心無自性，與找不到心，真是天地懸隔。

理得，有解得與證得。解得有：獨覺與聲聞。

我們不是獨覺根器，故只能聲聞：

即從聞思中，建立正知見。從正知見、正思惟，而落實為修行的常軌。

故正業，即是修行的常軌。入了常軌，即近於不退轉矣！

故四安之首，在「安道」。以修道為主題，以修道為功課。

從修道而建立正知見，為初步的安心。繼而從修而證，以致得阿羅漢果為究竟的安心。

因此四安是：安道、安心、安身、安業。

就一個道場而言，當以安道為先；否則，何以稱為道場呢？

#### 4 說四緣：攀緣、絕緣、隨緣、化緣

關於攀緣，很多人都率爾地說：我不攀緣！

然肚子餓了，找食物吃，算不算攀緣呢？

生病了，找醫藥治，算不算攀緣呢？

還有如各位，報名參加這次課程，算不算攀緣呢？

其實，從「作意」而有的一切行為，都算攀緣！

所以在人間，不是不攀緣，而是當攀善緣、法緣。

善緣如看好書、結益友：友直，友諒，友多聞。多參訪、多歷練。

至於絕緣者，對不好的緣，就應迴避、或節制。

如有毒的食物、危險的場所、惡友：群居終日，言不及義，好行小慧，難矣哉！

人是生活在緣中，每天各式各樣的緣，雜運而來。故不能不隨之而抉擇也。

如何抉擇呢？一以理法，二以行願。

若合理、合法者，可與之結緣。反之，不合理、不合法者，則應斷絕之。

但合理、合法者，可能很多；於是再以行願抉擇：與行願相應者，可與之結緣。反之，則應迴避或斷絕。

現很多人開口閉口，皆曰：隨緣。但怎麼隨呢？都跟著去嗎？

都跟著去，必是輪迴舊途，豈能解脫？

因此，是隨緣而抉擇。抉擇後，乃有攀緣與絕攀的不同。

所以當是「隨緣不變、不變隨緣」。不變者，一是理法，二是行願。

由是，才能以不變而應萬緣也。

最後的「化緣」，即是化腐朽為神奇之意。

化逆緣為順緣，化惡緣為善緣，化染緣為淨緣。

若一切皆能隨來隨化，即不必有攀緣與絕緣之歧異。

所以是大菩薩才能隨來隨化，使趨近於福慧的圓滿。

化緣是高尚的智慧行為，非一般人所能為。

更非只是僧眾向居士求布施、供養的託詞。

如就布施、供養而言，化緣者乃是：

化此一分身外物 結成三世菩提緣

是居士向僧眾求化緣，非僧眾向居士求化緣！

云何化？先化財緣為人緣，再化人緣成法緣。

化此身外財物，而成覺悟、解脫的法緣。

願各各好好化緣吧！

## 5 說四福：知福、惜福、培福、享福

首先說知福，福不是相，如三多：多富、多壽、多男子。

美麗、漂亮也未必是福，如謂紅顏薄命。

家財萬貫更未必是福：如謂家大業大。

我仔細想過，最後乃以「和諧為福」。如謂：家和萬事興。多壽要健康；多男子要和，方為福。

於是，以「和諧為福」者，乃可再分四項：

a. 內心的和諧：

1. 觀念是一致而無矛盾：就這點而言，現代人於百家爭鳴的資訊時代中，又要取得觀念的一致，是很困難的。
2. 情感是融洽而非偏頗：觀念既非一致，情感要能融洽，實更困難。現代很多人實都近於歇斯底里的狀態中。

理不通，所以情不平。情不平，理更不通。惡性循環！

b. 身體的健康：無病痛、功能正常。

現代由於環境污染、食物污染，吃不衛生，睡不安穩，真能健康者還不多。

故各大醫院都人滿為患，很多時候得住院還等不到病床。

c. 人事的協調：如前說的「家和萬事興」。

目前的趨勢是每個人的自我中心，都愈來愈重。所以都愈來愈難協調，不只國與國間如此，大公司間如此，連同事間、兄弟間、夫婦間也近如此。

d. 天地的祥和：如常謂的風調雨順、國泰民安。

目前的世界其實是天災頻繁、動亂加劇。

從以上四項來看，現代人幸福嗎？不只不幸福，還每況愈下哩！

「小確幸」的口語與心態。

過去所認為的「香格里拉」在哪裡呢？非文明的國度。

而我們現在仍是盲於科技的發展，如從3G、4G到5G？

人還真是矛盾哩！

其次說惜福：既知以「和諧」為福，就不要輕率地破壞現有的和諧。

云何破壞？或以貪：如為績效，賣命工作，而使健康受損。如兄弟爭財，而互打官司。

或以瞋：彼此不相應，而起爭執。

或以慢：雖供養三寶，而成特權人物。似培福，實損福。

再來說培福：消極地維持現有的和諧，積極地締造更深、更廣的和諧。

很多人說到培福，唯想到布施、供養。其實，最重要的培福不在此也。

為什麼呢？如前云：人間第一福事，為內心的和諧。而內心的和諧從「觀念的一致」肇始的。

觀念云何能一致呢？先知先覺者不說，後知後覺者乃從親近善知識，聞法熏習而能得也。

所以在這個時代猶能學佛、親近善知識，是非常幸福的事。

理既通，情才能平。以此再去待人接物，即能敦厚、慈悲、平等、互惠，而達成更大的和諧。

以此去影響周邊的人，而能改變人間共業，才能使天地祥和、風調雨順。

靠科技，只是拆東牆，補西壁，徒輪迴而已！

最後說享福：在佛教中，多強調要惜福、培福。卻從未說當「享福」！

然若非為了享福，豈何必培福呢？只賺錢而不花錢的，算什麼呢？

尤其，前說福者是和諧。能安處在和諧的狀態中，即是享福也。

若不享此，難道得經常處在緊張、忙碌、猶疑、困惑的狀態中嗎？

一般人之所以不尚「享福」者，乃錯以安逸、怠惰、奢侈、浪費為享福也。

其實，安逸、怠惰、奢侈、浪費是在損福，而非享福。

如身體健康，即是享福。如理得心安，即是享福。如人事和樂，即是享福。

像各位身體健康，家庭和樂，又能聞法修行，豈非享大福呢？

所以要享福，非不享福。但更有智慧者，是於享福中，更能培福。

在已有的和諧中，締造更深、更廣的和諧。

如身體健康，更以幫助別人、奉獻社會。即是於享福中，更能培福。

如理路清楚，更能聞法修行、自度度人。即是於享福中，更能培福。

以上四福：知福、惜福，只是消極維持。必於享福中，更能培福，  
才是更積極、更究竟的。

若以和諧為福，則證得無我，才能究竟和諧也。

是以下面再論：

## 6 說四量：聖言量、比量、現量、非量

在佛法中，以何為聖言量呢？

首先是：佛金口說的，都是聖言量。

但是否掛上「如是我聞，一時佛在某處等」的經文，就是佛金口說的呢？

大可未必！如前謂：大乘佛法為後起的。卻都掛上「如是我聞，一時佛在某處等」的開題。

至於《阿含經》等，是否就都是佛金口說的。

也未必！如我在《原始佛典》中所說。

其次是：阿羅漢說的，也是聖言量。

如舍利弗、大迦葉、須菩提、富樓那等。

掛名舍利弗說的，未必即是舍利弗說的。

第三是：已證初果者說的，也是聖言量。

但在經典中，具名證初果者說的，應是沒有，或微乎其微！

第四是：收錄在藏經裡的「經律論」等，都是聖言量。

這些論師們，都證得初果以上了嗎？

未必！很多僅止於「學者」而已！

故聖言量者，未必非信不可。而仰信者乃謂：離經一字，如同魔說。

但經中，未必都是佛金口說的呀！

很多經典，還如同魔說。何以故？獅子身上蟲，還食獅子肉。

於是所謂「聖言量」者，乃僅有參考的價值爾！

比量：以思惟、推演的方法，而確認其所說。類似西洋的邏輯學。

但如果前提是錯的，則怎麼推論，結果還是錯的。

如西洋的邏輯學雖嚴謹，卻無人因此開悟；因前提：眾生有我、世界是實，即是錯的。

還有很多學佛者雖信受因果，但由此推論亦成錯矣！何以故？將因果當作是：一因生一果，及因中有果。

所以比量，也未必可靠。

再說現量：現身所覺知、所感受的境界。

雖很多人都認為：眼見為憑。但諸根所受，非必真實。

因為錯見、幻見、自我暗示者，太多了。

如《金剛經》云：一切有為法，如夢幻泡影。哪是真實的呢？

就算見了佛，也只道是：若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不得見如來。

所以雖諸根所現覺知者，未必是真實的！

還有在修行的過程中，很多人都強調：有現身的體驗！

但「現身的體驗」，就是真實的嗎？其實，常不出「著相」而已！

因此以前即有〈不以覺受論功夫〉的文章。

以上從聖言量、比量、現量來看，皆非完全的真實。

那還有什麼是真實的呢？且不說佛法，先就科學而論。

真理如何被確認：具必然性、普遍性與永恆性。

即不管過去、未來，不管東方、西方，每次實驗都必能驗證者，方為定理。

科學的定理雖嚴謹，但範疇很小。物理者，不適用於生理。生理者，不適用於心理。

於是因為定理多、範疇小，故區隔為各式學問，養成各種專家，最後終成「隔行如隔山」的結局。

所以常調侃這些專家是：鑽得進去，而退不出來。云何退不出來？變成生活的白痴。

因此，前已說：既出家了，即不再當專家矣！

既不當世法的專家，也不當佛學的專家。

科學的定理範疇很小，佛法的性理範疇即很大。有多大？

一即一切，一切即一，適用一切範疇、一切現象。

關於佛法的性理，雖藏經都在說，但沒有世法那麼龐雜。

最先，被歸納為三法印：諸行無常、諸法無我、寂靜涅槃。

後來，再增為四法印：諸行無常、諸法無我、諸相唯識、從心所現。

以此為前提，再去推演的比量，即是正量。

以此為標竿，而去審視聖言量，則涇渭立分。

以此為綱領，而去統攝現量，則本末相連。

量是智慧，心中有一把尺，而作睿智的篩選與抉擇。

詳於下次「智慧度」中，再分析。