

解脫煩惱的 秘密

真蓮行者 著

第一章

简介

智慧沒有煩惱，
慈悲沒有敵人，
法力沒有畏懼。





一般來說，「祕密」是不爲人所共知的，隱晦難明的，甚至有見不得人、不可告人的意思。但是，這裡所要探討的「祕密」卻不是這個意思，而是跟「解脫」有關的「祕密」。根據松長有慶《東方智慧的崛起——密教》的說法：所謂「祕密」有二種含意，一爲衆生祕密，二爲如來祕密。前者是指衆生以無明妄想覆藏本性真覺，故曰「衆生祕密」。後者是指如來自證的境界，非語言文字所能形容，也非衆生所能想像，因此隱而不表，祕而不宣；只有親證自悟，才能明白，故曰「如來祕密」。綜合而言，衆生不明白佛說的法以至於不能夠澈悟宇宙人生的真相與真理，進而無從解脫；一方面是衆生爲無明妄想所覆，一方面是如來的境界不可思議。因此，揭開祕密，破除無明，實修親證，無疑是修行的一大要務。一旦掌握解脫煩惱的「祕密」，並加以實踐，就可以大大地減少我們的煩惱與痛苦，乃至於成爲解脫煩惱的聖者。然而，到底該怎麼做呢？要具備什麼樣的資格才可以成爲解脫的聖者呢？爲了揭開這個祕密，我們且從示現真實人間的一些聖者的啟示談起。

第一節

聖者的啟示

何謂聖者呢？從佛教的觀點來看，應該是指解脫煩惱的聖者，甚至是指解脫生死的聖者。從此解脫自在，離苦得樂；從此出離三界，寂靜涅槃。例如，經由自覺、覺他、覺行圓滿的佛陀；或是經由四聖諦、八正道，自知、自覺、自證的阿羅漢；或是經由十二因緣，無師自悟的辟支佛；或是經由般若行、菩薩道，證得不退轉地的菩薩等。然而，誰有資格可以成爲解脫的聖者呢？看到佛法如此深奧，人心如此複雜，世間如

此險惡，修行如此艱難，想要成為解脫的聖者，簡直就是難如登天。不禁要問：像我們一般的凡夫俗子可以成為解脫的聖者嗎？答案是肯定的。須知佛法之前，人人平等。佛陀時代成就阿羅漢的聖者，大智慧的如舍利弗，大神通的如目犍連，最愚笨的如周利槃陀伽，最凶殘的如鴛掘魔，最邪淫的如蓮花色，最年老的如一百二十歲的外道須跋陀羅，最年輕的如七歲的沙彌均頭等。由此可知，解脫的聖者其實是不受男女、老少、貧富、貴賤、智愚、德高望重或是惡貫滿盈的條件所限制的。所以說，人人皆可以成為解脫的聖者！

我們從印度佛教史、漢傳佛教史、乃至於藏傳佛教史當中，搜尋一些聖者的故事，特別是一些較為典型的例子，來突顯我們也可以成為聖者的可能性。因為這些聖者在獲得成就以前，其實跟我們沒什麼兩樣，甚至比我們的處境更加不堪。然而，他們可以獲得成就，我們當然也可以。例如愚笨至極的周利槃陀伽尊者，雖然我們不是很聰明，但也不至於像周利槃陀伽尊者那麼笨，竟然笨到連「掃帚」二個字都背不起來，卻照樣可以證阿羅漢（增壹阿含經卷一一 善知識品 一七三）。例如邪淫亂倫的蓮花色比丘尼，雖然我們不是清淨梵行，但也不至於像蓮花色比丘尼那麼淫亂，竟然與自己的親生兒子發生亂倫，卻照樣可以證阿羅漢（根本說一切有部毗奈耶卷四十九）。例如殺人如麻的鴛掘摩尊者，雖然我們不是全無殺心，但也不至於像鴛掘摩尊者那麼凶殘，竟然殺害了九百九十九人，卻照樣可以證阿羅漢（增壹阿含經卷三十一 力品第三十八之三三八）。例如聰明絕頂的龍樹菩薩，雖然我們不是平庸之輩，但也不至於像龍樹菩薩那麼高傲自負，竟然以隱身術淫亂後宮；就算悔過出家之後，卻自以為無人可以超越而想要分裂僧團，造五逆罪，卻照樣可以成為八宗之祖（鳩摩羅什譯著 龍樹菩薩傳）。例如貧子棄兒的寒山、拾得，雖然我們不是家財萬貫，但也不至於像寒山、拾得那麼淒苦，竟然一無所有，了無希望，為人所輕，為人所鄙，卻照樣可以成為一代詩僧（嚴振非著 寒山子身世考）。例如文盲柴夫的六祖惠能，雖然我們不是博學多聞，但也不至於像六祖惠能那樣沒



有受過教育，竟然連大字一個都不認識，卻照樣可以成為禪宗祖師（六祖壇經）。例如雪山苦行的密勒日巴祖師，雖然我們不是罪業深重，但也不至於像密勒日巴祖師那樣爲了報仇雪恨而用咒術殺害無數親友，卻照樣可以成為藏密白教祖師（張澄基譯著密勒日巴尊者傳）。例如羅漢降世的濟公，雖然我們不是正經八百，但也不至於像濟公那樣瘋顛癡狂，竟然嗜酒吃肉，還進出妓院，卻照樣可以成為人人敬仰的活佛（天花藏主人著濟顛大師醉菩提全傳）。所以說，我們應該好好珍惜今生今世「生而爲人」的機會，雖然我們的條件不是很好，但也不是很差，更不是很壞。然而，這些聖者都可以有所成就，我們既然沒有比他們差，只要肯精進努力，當然也可以有所成就。

不過，這幾位聖者有幾個共同點：其一、這些聖者都遇到了明師指點。例如，周立槃陀伽尊者、蓮花色比丘尼、鶯掘摩尊者遇到了釋迦牟尼佛，龍樹菩薩遇到了大龍菩薩，寒山、拾得遇到了豐干禪師，六祖惠能遇到了五祖弘忍，密勒日巴祖師遇到了馬爾巴上師，濟公活佛遇到了慧遠禪師等。沒有這些明師的扶持或指點，想要有所成就是不大可能的。其二、這些聖者的明師本身都具有通曉三世因緣的神通法力，並且兼具慈悲與智慧，能夠在適當的時機給予適當的點化與教導。因此，如果我們得以遇到具足「智慧」、「慈悲」與「法力」的明師，一定要懂得珍惜啊！其三、這些聖者本身在證悟成就之前，都經歷了一段刻苦銘心的人生遭遇，而這些遭遇多半與其前世因緣有關，或是跟久遠劫前所造的業有關，或是跟久遠劫前所發的願有關。其四、這些聖者在證悟解脫之後，吃飯照樣吃飯，睡覺照樣睡覺，但是心境卻大不相同。獨處時，內心灑脫，逍遙自在；度衆時，慈悲爲懷，隨緣自在；圓寂時，來去自如，生死自在。對世間的一切都無所求，對他人的眼光都無所謂，對自己的處境都無所住，對最終的結果都無所得。生也自在，死也自在。簡而言之，解脫的境界，「自在」二字而已。最後，這些聖者之所以受人敬仰，我覺得最重要的就是帶給今生後世的人

們重大且正面的影響，幫助苦難的衆生，發掘生命的價值，解決生活的困難，找到人生的方向，甚至走向解脫之道。從迷失自我、找到自我、肯定自我、到超越自我，進而做到無我。只要做到無我，就可以解脫自在；進而利他，就可以成爲解脫的聖者。

第二節

殘酷的世界

何謂世間呢？須知世間包含「時間」和「空間」的概念。前者「世」說明過去、現在、未來等三世之時間；亦即無限時間的延伸，乃因果之相續。後者「間」說明東西南北上下等十方之空間；亦即無限空間的延伸，乃虛空之呈現。綜合起來，「世間」說明在宇宙之中，一切「人情事物」彼此之間發生的關係和演變，乃因果的不可思議現象。所以說，在佛教裡，宇宙和人生統名之爲「世間」。其中，衆生生存所依靠的國土叫做「器世間」，亦即衆生所居住的山河大地。衆生由惑造業所招感的色身叫做「有情世間」，亦即「衆生世間」。因此更完整地說，「世間」的概念包括：有情生命的個體，有情生活的環境，以及有情人生的歷程。然而，爲什麼說世間是殘酷的呢？《八大人覺經》云：世間無常，國土危脆。意思是說，世間有如夢幻泡影，是無常變化的；國土既不安穩也不實在，是危險脆弱的。面對這樣的處境，有情衆生如何會心安？如何得自在？而且，從生命個體來到世間開始，爲了存活與延續，必須辛苦拚搏，沒有一天是輕鬆過的。然後隨著命運的操控，嚐遍人生的酸甜苦辣，搞到遍體鱗傷，最後還不是難免一死，甚至含恨而終，的確是有點殘酷。爲什麼會這樣呢？以下我們從三個方面來探討：



一、從生命的個體來看：生命是無盡的延續，有前世、有今生、有來世。並且以各種生命的形態，包括有形的、無形的，在三界、五趣、六道中存在著。聖嚴法師《心的經典》認為：「生命是衆生維繫身體生存的現象，是衆生在時間過程中繼續存在的事實。」然而，不管是那一道的衆生，只要還沒有解脫生死，業力不斷，就必須在六道輪迴裡團團轉，生生死死，死死生生，無有了期。而且，沒有一個生命是完美的，甚至可以說是殘缺的，必須委曲，才能求全。看看自己，想想衆生，不禁要問：為什麼出身這麼卑微？為什麼身材這麼短小？為什麼長相這麼醜陋？為什麼身體這麼孱弱？為什麼把我生成這樣：或眼盲、或耳聾、或暗啞、或面殘、或肢障、或智障？為什麼個性這麼孤僻？為什麼頭腦這麼笨拙？為什麼脾氣這麼暴躁？為什麼？為什麼？為什麼？唉！有太多為什麼了！問都問不完！最後不禁要問蒼天：為什麼要把我生出來呢？這樣惡劣的身家條件，教我如何有勇氣生存下去呢？此時心中不免生起了一個念頭：我不想再來了！生命實在是太苦啦！

二、從生活的環境來看：自從生命來到這個世間，馬上面臨現實而殘酷的問題，那就是如何面對每天的生活？聖嚴法師《心的經典》認為：「生活是衆生以活動來維持生命的現象；是生命在空間的環境中，求生存的活動方式。」然而，生活背後的涵意，其實隱藏著殘酷而激烈的生存競爭，因為資源是有限的，機會是偶然的，利益是衝突的；大家都想要，我有你就沒有，糾紛在所難免。所以說，生活的本質就是造業的舞臺。看看自己所處的環境，不禁要問：為什麼處境這麼艱難？為什麼日子這麼難熬？為什麼競爭這麼激烈？為什麼沒有人肯幫我？為什麼要搶走我的所愛？為什麼活得這麼孤獨？為什麼活得這麼辛酸？為什麼？為什麼？為什麼？生活上的問題，更是多到問不完。這樣艱難的生活環境，教我如何有勇氣活下去呢？此時心中不免生起了一個念頭：我不想再活了！生活實在是太苦啦！

三、從人生的歷程來看：生命一旦來到這個世間，就要面對無情而未知的命運，迎接人生的各種挑戰。聖嚴法師《心的經典》認為：「人生是人類在時空中生存的現象，是人類從出生到死亡的全部過程。」然而，人生這條路走起來卻不好走，不但坎坎坷坷、起伏伏，而且酸甜苦辣，五味雜陳。回顧人的一生，不禁要問：為什麼老天爺要折磨我？為什麼功名這麼難求？為什麼情路這麼難走？為什麼錢財這麼難賺？為什麼有志這麼難伸？為什麼病症這麼難好？為什麼人心這麼複雜？為什麼我這麼努力，卻還是失敗？為什麼真心換來的是絕情？為什麼要這樣對我？為什麼？為什麼？為什麼？人生有太多的為什麼？實在不是那麼容易解釋。這樣沒有安全感的人生，教我如何有勇氣去面對呢？此時心中不免生起了一個念頭：我不想再過了！人生實在是太苦啦！

由此可知，一個生命來到這個世間，面對現實的生活，經歷漫漫的人生，其實就是一個「苦」字。拖著疲憊的身子，懷著孤獨的心情，卑微地生存在這個殘酷的世間裡；現實的生活在背後鞭笞著，步履蹣跚地緩緩向前走；無情的命運在前面帶領著，誠惶誠恐地探索未知的旅程。生命爲了存活而苟延殘喘，前途布滿荊棘瓦礫，周遭充滿虎豹豺狼。就像動物世界一般，一個不留神，就會被生吞活剝。法華經（卷二）譬喻品第三云：三界無安，猶如火宅；衆苦充滿，甚可怖畏。意思是說，三界無有安穩，就像發生大火的宅院一樣，充滿著各種苦毒辛酸，令人覺得非常恐怖畏懼。因此，內心不禁要問：為什麼要把我生出來？為什麼生活這麼難？為什麼人生這麼苦？來到這個世間到底是爲了什麼？所以說，處在殘酷的世間，生命太難了！生活太難了！人生太難了！須知「太難了」這幾個字蘊含著多少辛酸、無奈、困苦、艱難在裡頭啊！



第三節

可怕的人間

其實，從六道輪迴的立場來看，除了天堂之外，每一道都很可怕。地獄道的淒慘刑罰，難道不可怕嗎？餓鬼道的長年飢渴，難道不可怕嗎？畜生道的生吞活剝，難道不可怕嗎？阿修羅道的嫉恨鬥爭，難道不可怕嗎？為什麼獨獨拿人間道出來講呢？那是因為我們就親身處在人間道之中。須知這是一個人吃人的世界，時時危機四伏，處處挖坑坑你，虎豹豺狼環伺四周，一不小心就會被吞噬，屍骨無存。而且，人間道是六道輪迴的十字路口，昇天由他，墮落由他，解脫也由他；有時真，有時假；有時善，有時惡；有時美，有時醜；讓人看不懂，也猜不透，窮於應付，疲於奔命，這就是它可怕的地方。如果你沒搞懂，就會無所適從，甚至被折磨得死去活來。接下來，讓我們來看看可怕的人間，到底可怕在那裡？

一、**人性好可怕**：人性為什麼可怕呢？試問世人，誰不想維護自我呢？須知生命的本能即是存活與延續。處在殘酷的世間，生在可怕的人間，想要存活與延續下去，就要懂得維護與發展自我。正因為生命以自我為中心，所以每個人都想要追求自我利益的極大化。一旦利益產生衝突，自我就會被放大，糾紛在所難免。所以說，有人的地方，就有糾紛。六祖惠能說：「有我罪即生！」對待任何事情，只要心中有個「我」，就比較容易引發自私自利的想法。甚至還會耍些手段，搞些小動作；嚴重一點的，還會算計別人，陷害別人；乃至於直接豪取強奪了。此時，人性的醜陋面就會顯現出來。然而，何謂醜陋呢？醜陋含有虛偽的、邪惡的、難看的、陰暗的意思。且看那些曾經被人性狠狠修理過的人，對人性從此敬鬼神而遠之。然而，什麼是醜陋的人性呢？例如：佛教提到的七毒：貪、瞋、癡、慢、疑、嫉、害，以及天主教提到的七宗罪：傲慢、嫉妒、憤怒、懶惰、貪婪、暴食、淫欲。邵道生《醜陋的人性》還歸納出六十種醜陋的人性，包

括：嫉妒、猜疑、偏見、造謠、報復、算計、勢利、凶狠、黑心、貪婪、奸詐、奢侈、霸道、野蠻、陰險、諂媚、驕狂等。當然我們也不反對人性有其光輝的一面；揭露醜陋的人性，無非是要提醒人們：害人之心不可有，防人之心不可無！有時候目睹一些悲慘的社會案件，如詐騙、綁架、傷害、性侵等，不禁感嘆：壞人怎麼這麼壞呢？所謂「人心隔肚皮！」我們永遠不知道對方心裡在想什麼？尤其碰到利益衝突的時候，如果傻傻地以為人性本善，到時候怎麼死的都不知道。你說人性不可可怕？而且，這些醜陋的人性通常也是造成我們煩惱與痛苦的原因。若進一步歸根究底，其實就是因為執著有我，貪戀我所，因而變得非常自我。想要滿足這個「我」，就會有無窮的欲望；想要滿足這些欲望，什麼手段都使得出來。可是有時候又不能直接蠻幹，怕吃相難看，只好偽裝自己，表面上冠冕堂皇，實際上臭不可言，是為「醜陋」！一個人不背叛，不是因為他道德高尚，而是因為背叛的籌碼還不夠大；一旦利益的誘惑大到一定程度，人性的陰暗面很可能就會被觸發起來，是為「醜陋」！特別是在沒人看見的時候，以為沒人知道，面對各種財誘、色誘、名誘、利誘，乃至於權位的誘惑時，試問又有誰能夠不動心而不失身、不失德呢？是為「醜陋」！而且，千萬不要輕易考驗人性，尤其是涉及利害得失的時候，結果絕對會讓你瞠目結舌。所謂「路遙知馬力，日久見人心！」一旦經不起時間的考驗，在利益面前，一切都將一文不值，人性就會原形畢露，赤裸裸地顯現出自私自利的嘴臉，甚至進一步採取危害他人的行為，是為「醜陋」！所以說，不要以為你不傷害別人，別人就不會傷害你。世間的本質就是你爭我鬥、你死我活的生死鬥爭啊！一本深刻描繪小人行徑的寶典：來俊成《羅織經》云：人皆有敵也。敵者，利害相衝，死生弗容。意思是說，只要是人，就一定會有敵人。所謂「敵人」就是利害互相衝突，導致雙方非你死，便我亡，互不相容，是為醜陋的人性。所以說，人性真的好可怕啊！

二、金錢好可怕：金錢為什麼可怕呢？試問世人，誰不愛錢呢？有錢多好！有錢可以買這個，可以買



那個；而且想要買什麼，就可以買什麼。有錢之後，身分、地位、權勢、情愛（女人）都會跟著來。沒錢多可憐，要什麼沒什麼，吃不飽、穿不暖、住不好，一副窮酸樣，連鬼看了都怕，親朋好友怕你來借錢，都躲得遠遠的。不僅被人瞧不起，而且沒有半點身分地位，根本就抬不起頭來，沒錢真的是很痛苦的一件事。因此想要有錢，因此努力掙錢，因此拼命賺錢，甚至想辦法撈錢。在掙錢、賺錢、撈錢的路途上，人性的醜陋面一不小心就會浮現出來，偷拐搶騙，貪污舞弊，陰謀算計，謀財害命，樣樣都來，是不是覺得金錢好可怕啊？而且，錢永遠都賺不夠的，有了百萬就想要千萬，有了千萬就想要億萬。整天忙忙碌碌，體力消耗殆盡，沒有停歇的一天。結果身體搞壞了，時間搞沒了，家庭沒經營好，兒女沒管教好，夫妻感情沒維繫好，雖然擁有了錢，卻失去了一切。所以說，有錢看起來很好，其實一點都不好，因為貪心不足。而且，最可怕的是有了錢之後，還會亂來；不但趾高氣昂，目中無人，而且奢侈浪費，沉迷酒色；甚至還會頤氣指使，仗勢欺人，以為可以用錢買通一切，一身銅臭味，造業無窮。加上有了錢之後，如果還不知收斂，到處炫耀，殊不知大禍即將臨頭；或者富可敵國，威脅到當權者，小心被抄家滅族；或者怕被人家搶，怕被壞人盯上，進行恐嚇綁架，搞到家破人亡，反而活在恐懼之中；或者下一代嬌生慣養，不愁吃穿，不求上進，甚至橫行霸道，最終自取滅亡。所謂「富不過三代！」所以說，金錢真的好可怕啊！

三、情色（情愛）好可怕：情色（情愛）為什麼可怕呢？試問世人，那個人不為情色（情愛）所迷呢？當一個人愛上了伊人之後，心裡面想的都是伊人，為伊人牽腸掛肚，為伊人神魂顛倒；茶不思，飯不想。不但做事提不起勁，而且精神也無法集中，內心糾結的不得了。為了伊人，什麼都可以拋棄，什麼都可以犧牲；很容易失去理性，做出錯誤的判斷，並且越陷越深，越理越亂，一不小心，還會身敗名裂；乃至於為了伊人，丟了性命。自古以來，因為情色（情愛）而斷送美好前程的所在多有，甚至因而國破家亡，改朝換

代。你說情色（情愛）可不可怕？然而，情色（情愛）究竟有什麼魔力，可以把一個人迷得團團轉呢？除了互相吸引之外，伊人的柔情似水，伊人的千嬌百媚，實在是深深地吸引著你。其中，還有一個非常關鍵的因素，那就是「性愛」。當你看到嫵媚的伊人，很難不想入非非。連至聖孔子都承認：「食、色，性也！」換句話說，對性愛或淫欲的渴望，根本就是人類的原始需求，是生理的自然反應，實在是很難避免，而且很難斷根。試問世人，又有誰能夠掙脫情色（情愛）的魔掌呢？到底要怎麼過情色（情愛）這一關呢？實在是太難了！情色（情愛）真的好可怕啊！而且，爲了滿足個人的淫欲，爲了追求心愛的伊人，一旦愛上了卻又得不到，或者愛上了不該愛的人，或者心愛的人跟別人跑了，不曉得還要惹出多大的禍端呢？所謂「萬惡淫爲首！」多少號稱正人君子、英雄豪傑，都紛紛不幸栽在情色（情愛）的手上。所以說，情色（情愛）真的好可怕啊！

四、名利好可怕：名利爲什麼可怕呢？試問世人，誰不愛名？誰不愛利呢？有名多好！有名之後，可以吸引衆人的目光，可以贏得衆人的喝采，會受到許多人的關注，會得到許多崇拜者的追隨。而且，「名」的背後就是「利」，各種利益、好處、財富、地位、特權等，都會跟隨而來。沒有名多可憐，無名小子一個，默默無聞，沒人重視，人家看不上，說話沒人聽；空有滿腹經綸，徒有一身才藝，卻沒人搭理，也沒人在意，更沒機會展現，一個「慘」字了得。因此想要出名，想要成角，想要揚名立萬，除了本身的努力、奮鬥、汗水、淚水之外，最欠缺的無非就是機會，就看老天爺給不給？偏偏命運作弄人，老是遇不到貴人，自己又沉不住氣，加上虛榮心作祟，只好低聲下氣，到處攀緣，甚至阿諛奉承，私下賄絡，迎合小人，無所不用其極，一不小心就會露出人性醜陋的一面，是不是覺得名利好可怕啊？不過，也不要以爲出了名就一定是好事。雖然「名」的表面上看起來是「利」，但是背後實際上卻很可能是災難啊！所謂「棒打出頭鳥！」一



旦出了名，會有多少人嫉妒你、看不慣你，會有多少人想要挖你的瘡疤，想要把你拉下來，想要把你抹黑、抹臭，想要把你鬥臭、鬥垮。所謂「人怕出名，豬怕肥！」不出名還好，一出名之後，祖宗八代都給你挖出來，個人的隱私全部曝光，個人的一切全被攤開在陽光下檢視，既沒辦法隱瞞，也沒辦法遮掩。不但令個人名譽受損，而且使祖先蒙羞，妻兒受驚，家人不安。一旦被人抓到一點把柄，挖出一點醜聞，然後加油添醋，放大渲染，小事也會變大事，好事也會變壞事。而且，從此行蹤被鎖定，人身失去自由，甚至無法在社會上立足，試問這樣出名好嗎？所以說，名利真的好可怕啊！

五、權位好可怕：權位為什麼可怕呢？試問世人，誰不愛權力？誰不愛地位呢？而且，通常權力會伴隨著地位，地位會伴隨著權力。有權位多好！有了權位之後，可以掌握資源、發號司令、實現抱負、發展建設、受人尊敬。有私心的，甚至進一步還可以占據地盤、擁兵自重、結黨營私、貪污舞弊。沒權、沒地位多不好，缺乏資源，沒兵沒將，沒權沒勢，有志難伸，報效無門，人微言輕，被人鄙視。因此想要有權力，想要有地位，想要獲得升遷。除了憑藉著個人的努力和實力，逐漸累積戰功之外，還得依靠人脈關係，特別是長官的賞識和提拔，或是有力人士的幫忙和舉薦，才得以逐步晉升，爬上高位，獲得權力。不過，一牽扯到人脈關係，問題就會變得非常複雜和詭譎。若是正人君子還好，行事光明磊落，做人循規蹈矩，凡事依序而上，合則來，不合則去，不會耍小動作。若是陰險小人那還得了，爲了權力，爲了升官，爲了卡位，就會想盡一切辦法，包括：投靠權貴，逢迎巴結，賄絡金錢，拉幫結派。甚至爲了打擊對手，還會採用一些下三濫的手法，包括：造謠抹黑，設計陷害，暗箭傷人，不一而足；醜陋的人性就會一一浮現出來，這都是爲了爭奪權位所產生的副作用。不過，也不要以為有了權位一定是好事，因爲權力會使人腐化，地位會使人傲慢，從此得了「大頭症」，從此忘了我是誰。再也聽不進他人的建言，再也不把他人看在眼裡，甚至自我膨

脹，驕矜放縱，目空一切，引人側目，進而功高震主。一旦引起同僚的敵視，甚至引起主管的疑心，很可能大禍就會臨頭。所謂「爬的越高，摔得越重！」曾經叱咤風雲，轉眼樓起樓塌，最後落得個階下囚，甚至死無葬身之地。而且，權力越大，地位越高，很可能闖的禍也越大，造的業也越多，傷害的人也越廣。所以說，權位真的好可怕啊！

六、欲望好可怕：欲望為什麼可怕呢？試問世人，誰沒有欲望呢？只要是人，都會有欲望。有什麼欲望呢？從馬斯洛需求層級理論來看，包括：「生理需求」、「安全需求」、「歸屬（社會）需求」、「尊重（自尊）需求」以及「自我實現需求」等。從佛教的觀點來看，例如「四食」的欲望，包括：「搏食」滋養色身，使溫飽；「觸食」撫慰身心，使快樂；「意思食」實現希望，使激勵；「識食」成就自我，使發展。例如「五欲」的欲望，包括：財（金錢財富）、色（情愛女色）、名（名聞利養）、食（生活飲食）、睡（安逸享受）。例如「六塵」的欲望，包括：色（美色）、聲（妙音）、香（芳香）、味（美味）、觸（體觸）、法（妙法）。簡而言之，就是為了滿足五蘊身心（色、受、想、行、識）的自我，而不斷向外攀緣「四食、五欲、六塵」的欲望。這些欲望涵蓋：物質的欲望與精神的欲望；也涵蓋：生理的欲望與心理的欲望。要滿足這麼多的欲望，得要費盡多少心機、耗盡多少力氣啊？是不是覺得欲望好可怕啊！而且，這個也要，那個也要，什麼都想要，卻偏偏要不到，甚至要到了還會失去。所謂「欲為苦本！」當欲望不能夠被滿足時，真的是好痛苦啊！為了滿足私欲，違背良心的事情都敢做。你說欲望可不可怕？須知「害念」的背後就是「瞋念」，「瞋念」的背後就是「貪念」，「貪念」的背後就是「欲望」。佛陀告誡我們：欲望就像「毒蛇」：不能碰啊！欲望就像「火坑」：熾熱滾燙啊！欲望就像「刀口蜜」：舔之傷舌啊！，欲望就像「海水」：越飲越渴啊！由此可知，欲望最可怕的地方就在於：沒有的時候，日思夜想，禁不住誘惑，因為



真的很想要啊！有了之後，卻又貪得無厭，得隲還會望蜀，因為慾壑難填啊！失去的時候，還會戀戀不捨，痛苦萬分，因為真的捨不得啊！而且，欲望的背後還潛藏著災難與禍患，無窮的欲望很可能會讓一個人喪心病狂。一個人一旦被欲望所吞食，肯定會惹禍上身啊！所謂「財、色、名、食、睡，是地獄的五條根！」所以說，欲望真的好可怕啊！

七、小人好可怕：小人為什麼可怕呢？試問世人，誰不怕小人呢？然而，何謂小人呢？小人就是心胸狹小、陰險狡詐之人。小人言行不一，口蜜腹劍，笑裡藏刀，暗箭傷人，心懷仇恨，挾怨報復。爲了自我的利益，什麼好事、壞事都幹得出來，而且不擇手段，心狠手辣，更喜歡來陰的。這種人最麻煩，表面上冠冕堂皇，像個人；實際上卻骯髒齷齪，像個鬼，令人防不勝防。你說小人可不可怕？小人心裡只有自己，眼裡只有利益，沒有半點情義，罔顧人倫道德，毫無信用可言。有利用價值的時候，百般討好；沒有利用價值的時候，一腳踢開。當面捧你，背後捅你，陰謀算計，手段殘忍，集所有醜陋的人性於一身。你要是得罪了他，擋了他的財路，搶了他的風采，占了他的位置，違背了他的意思，你就會被他盯上；不但會收集你的把柄，記錄你的話柄，還會設下圈套，挖坑坑你；想方設法，把你抹黑抹臭，把你鬥臭鬥垮，置你於死地，甚至搞得你家破人亡，直到把你除掉爲止。你說小人可不可怕？所以說，小人不可信，小人不可欺，小人不可近。遇到小人，千萬不要去招惹他。不過，小人有時候實在是很難分辨。有些人長得人模人樣，卻爲了維護或爭取自己的利益，照樣出賣朋友，照樣背叛良心。這也可以說明其實我們身邊到處充滿了小人，只是你跟他暫時還沒有產生利益上的衝突而已。一旦有了利益上的衝突，小人的嘴臉說不定就會顯現出來。甚至我們自己本身就是個小人，端視那個利益是不是足夠大，以及能不能夠控制住自己醜陋的人性而已。一旦控制不住，小人的形貌就會悄然上身，醜陋的人性就會一覽無遺，不管是「你」、是「我」、還是「他」。在利益面

前，原來人人都有可能是小人！這樣也就可以解釋為什麼背叛出賣我們的經常是我們至親、最愛、最熟悉的。所以說，小人真的好可怕啊！

綜合而言，人間真的好可怕啊！生而為人，誰不維護自我？誰不喜歡金錢？誰不喜歡情色（情愛）？誰不喜歡名利？誰不喜歡權位？誰沒有需求？誰沒有欲望？誰不怕小人？當你走在人生的路途上，想要得到肯定，想要得到發展，卻又困難重重的時候，是不是覺得很煩惱啊？當你喜歡得不得了，卻又得不到的時候，是不是覺得很痛苦啊？當你得不到卻又很想得到的時候，是不是就會產生許多邪惡的念頭啊？醜陋的人性是不是就蠢蠢欲動啊？就算你得到了，是不是覺得還不夠啊？是不是還想要得到更多、更好啊？而且，已經處於高位了，是不是還想要爬到更高的位子？擁有更大的權力啊？或是害怕失去，害怕招來禍患，害怕小人覬覦，害怕壞人搶奪等，是不是活得疑神疑鬼、心驚膽跳啊？當巨大的利益或誘惑擺在你面前的時候，或是對方碰觸到你個人容忍底線的時候，是不是覺得醜陋的人性就快要爆發出來了啊？又是貪吝，又是瞋恨，又是愚癡，又是傲慢，又是猜疑，又是嫉妒，又是害念等。而且，這些誘人的身外之物，每一樣東西的背後都潛藏著巨大的陷阱與災患啊！更可怕的是：通常人一旦有錢就會作怪，一旦有權就會亂搞，一旦居高位就會驕縱，一旦有名就會招忌。從一開始沒有、到追求的過程、到擁有的後果，一路上危機四伏，驚險萬分，只要其中一個環節沒有管控好，就會造下許多罪業，掉入欲望的火坑，帶來無窮無盡的煩惱與痛苦。怎麼辦呢？人生難道就只能任由這些世俗的欲望所擺布嗎？「沒有」會煩惱、會痛苦，「有」也會煩惱、也會痛苦，甚至更加煩惱、更加痛苦。到底該怎麼做才能夠徹底解脫人生的煩惱與痛苦呢？



第四節 解脫煩惱的祕密

從聖者的啟示當中我們可以領悟到：每一個人都可以成為聖者，但是必須經過「修行」的過程，在明師的指引下，以及個人的努力下，最終修證無我，熄滅煩惱，止息痛苦，解脫自在，進而慈悲度眾，為世人留下正面且深遠的影響。就像密勒日巴祖師的故事一樣，如果他沒有走向修持正法的道路，完完全全就是個普通人，甚至還是個罪人，為命運所折磨，陷入爭奪家產的痛苦漩渦當中。而且，為了了卻母親心中報仇雪恨的願望，只好去拜師學習咒術以誅殺仇敵，造下極大罪業。本應墮入三惡道輪迴受苦，幸好及時悔悟，遇見馬爾巴上師，給予極大的磨練，淨化其罪業，建立其信心。進而澈悟人生無常，珍惜人身難得，捨棄世間八法，擺脫世俗煩惱，一心奉行上師囑咐，終生住山修行。真正做到：什麼都不要，什麼都不求，既沒有廣蓋寺廟，也沒有累積財富，捨到一無所有，捨到乾乾淨淨。然後在「厭離心」的基礎之上，發上求下化的「菩提心」，祈請上師加持，常住雪山苦行，精進修持密法，努力實修實證，最終圓滿成就，當世即身成佛。並且用美妙的歌聲，唱出優美的道歌，廣度眾生，轉大法輪，成為藏密白教祖師，普受世人景仰，更是筆者最崇拜的大成就者。所以說，面對殘酷的世間，處在可怕的人間，千萬不要再怨天尤人了，更不要心思報復；如果這樣做，只會讓自己的命運更加悲慘而已，根本就於事無補，反而造下更多罪業。還不如把這些逆境當作修行的逆增上緣，視為上天安排讓你生出厭離世間的心，進而走上解脫之道啊！沒有山窮水盡，那來柳暗花明；沒有萬念俱焚，那來絕處逢生！

須知命運的主宰是「業力」，業力是來自於「身、口、意」行為，行為則是由「心念」所主導，心念則受「習性」所指揮。只要心念一動，就會觸發緣起；只要觸發緣起，就會產生業力。然後，再由這些累世

業緣所形成的「命運」，主導著每個人的人生走向與所處的環境，牽引著我們去接觸不同的「人情事物」，上演人生悲喜劇。所以說，修行的重點包括：「改造」今生的坎坷命運，圓滿人生；「淨化」當下的起心動念，清淨生活；「修正」累世的無明習性，提昇生命。面對乖舛命運，我們要誠心懺悔，改過向善，消除業障，慈悲濟世，行善積德，精進修行，改變命運，學會管理自己的人生。面對雜染生活，我們要守護六根，善護心念，善護身行，清淨「身、口、意」，建立正確的生活態度，止息妄心，顯露真心。面對無明習性，我們要聽聞佛法，培養正見，長養智慧，建立正確的人生觀與價值觀，修正習性，回歸本性。人生本來就是一場修行，生活就是我們修行的平台。缺乏修行，生命就會任由業力宰割，嚐遍各種酸甜苦辣；修行有成，生命就可以擺脫業力的糾纏，趨向寂靜涅槃。然後，不僅自度，而且度人，與衆生共成佛道。其中，出世解脫要靠「智慧」，入世度衆要靠「慈悲」，悲智雙運要靠「法力」。想要解脫嗎？想要成佛嗎？想要度衆嗎？趕快依止明師，精進修行，學習佛法吧！尊貴的蓮生聖尊慈悲開示：「所有佛法不離慈悲、智慧、法力，我們要學的也是慈悲、智慧、法力。」所以說，解脫煩惱的祕密正是「智慧、慈悲、法力」三者的完美結合。須知有「智慧」就沒有煩惱，有「慈悲」就沒有敵人，有「法力」就沒有畏懼；三者缺一不可。本書就是要來揭開解脫煩惱的三大祕密：「智慧」、「慈悲」與「法力」，幫助苦難的衆生，了解並運用此三大祕密，讓生命得以提昇，生活得以清淨，人生得以圓滿，進而解脫煩惱與痛苦。

在智慧的祕密方面：須知「智慧」就是要幫助我們搞懂宇宙人生的真相與真理。基本上可以分爲三個層次：其一、「下士道」追求生命的增上：涵蓋深信因果，斷惡修善。其二、「中士道」追求生死的出離：涵蓋四聖諦、八正道、緣起法、三法印。其三、「上士道」追求菩提的佛果：涵蓋緣起性空、性空唯名、虛妄唯識、真常唯心、佛性本有、中道不二等。懂得觀一切法緣起幻有——「俗諦」，一切法自性本空——



「真諦」；緣起與性空交融無礙，依此「二諦」而顯中道，是為真正的「智慧」。在慈悲的祕密方面：須知「慈悲」就是要幫助我們圓滿究竟成佛之道。基本上可以分為三個方面：其一、慈悲心：廣度上涵蓋「慈悲喜捨」，深度上涵蓋「衆生緣慈、法緣慈、無緣慈」。其二、菩提心：上求菩提，下化衆生。包括：「願菩提心」、「行菩提心」、「勝義菩提心」。其三、菩薩道：以「菩薩三心」為綱領，勤修「六度四攝」，以「四無礙智」為衆生說法，並效法「普賢行」，但以「般若波羅蜜」貫徹一切行門。懂得為衆生說法，喚醒衆生自性本有的「般若空慧」，令衆生離苦得樂，是為真正的「慈悲」。在法力的祕密方面：須知「法力」就是要幫助我們實踐慈悲度衆、即身成佛的祕密。基本上可以分為三個部分：其一、密教生起次第：涵蓋四加行法、上師相應法、本尊法、羯摩法。其二、密宗羯摩法：涵蓋息災法、增益法、敬愛法（攝召法）、降伏法。一者濟世救人，二者積累善功；不僅自度，而且度人。其三、密教圓滿次第：涵蓋二灌：修氣的「九節佛風」、「金剛誦」、「寶瓶氣」；通中脈的「無漏法」、「拙火法」、「明點法」；開五輪的「燃滴作用」、「淨光境界」、「子母光明會」；三灌：無上密的「金剛法」、「樂空雙運」、「四喜四空」；大手印的「樂空不二」、「四瑜伽」、「六成就法」；四灌：大圓滿的「澈切」、「脫噶」等。只要懂得法界緣起的「法界力」，進而借助上師、本尊、護法等「加持力」的「他力」，加上運用自己「功德力」的「自力」，實修密法，就可以成就三密相應、即身成佛，是為真正的「法力」。

第五節

結語

總而言之，解脫煩惱的三大祕密包括：「智慧」、「慈悲」與「法力」。其中，「智慧」是屬於「理智」方面的，了知世間本空，寂滅最樂；「慈悲」是屬於「情感」方面的，看見世間幻有，不忍眾生苦；「法力」是屬於「方便」方面的，乃是具足「大智」與「大悲」之後才有的方便行，進而悲智雙運，利益眾生。也就是說，出世解脫在前，入世度眾在後，最終既非出世，也非入世，圓成佛果。其中，出世解脫要靠「智慧」，入世度眾要靠「慈悲」，悲智雙運要靠「法力」。因此，我們應該兼顧「智慧」、「慈悲」與「法力」，才能夠實現當世解脫，福慧雙修，悲智雙運，即身成佛。所以說，有了「智慧」就能夠看懂原來人生本來就是一場戲，都是假的，內心就不會那麼執著。面對人生各種悲慘的遭遇時，就當作遊戲打怪過關昇級的磨練，反而能夠增長我們的「智慧」。有了「慈悲」就能夠淡化我執，泯除自私，懂得行善布施，積功累德，發菩提心，福慧雙修。面對眾生的各種苦難與責難時，就當作是自己的父母或兒女，反而能夠增長我們的「慈悲」。有了「法力」就能夠悲智雙運，善巧方便，救度眾生，神通濟世。面對使用各種世俗的方法都無法解決自己或眾生的生活問題時，特別是「因果病」，何妨試試神奇的「法力」。這不就是煩惱即菩提嗎？原來人生是來學習的！學習什麼？學習無所求、無所謂、無所住、無所得！學習看得破、拿得起、放得下！學習把「我」拿掉、把「你」放在心中、把「他」化為修行的動力！學習淨化心靈，回歸本性！學習明心見性，見性成佛！須知天生我才必有用！天底下沒有一個人是廢材，都是有使命在身的！沒有煩惱，何來成長？沒有痛苦，何須解脫？沒有眾生，何由成佛？原來我們遇到的每一位眾生，碰到的每一件事情，其實都是來成就我們的。所以說，爲了你、爲了我、爲了他；爲了自己，也爲了眾生，立志修行，發願成佛！因爲只有究竟成佛，具足圓滿的「智慧」、平等的「慈悲」與神妙的「法力」，才能夠成辦這一切。

因此，本書共分為三篇十二章，包括「智慧篇」、「慈悲篇」與「法力篇」。並將延續前二本書《解脫



煩惱的方法——八正道》以及《解脫煩惱的智慧》引經據典的寫作風格，以原始佛教《四阿含經》加上大乘佛教等各種法門的大乘經典及其注疏為根據，並大部分附有原文經典或出處，供讀者驗證。另外，也參照尊貴的蓮生聖尊的豐富著作和法語開示，進行論述。尤其是「法力篇」，為了尊重密教傳承，幾乎完全是根據尊貴的蓮生聖尊的實修經驗與說法來論述。想要改變命運嗎？想要出離三界嗎？想要證悟菩提嗎？在「智慧篇」裡，我們將帶領讀者一探生命增上、出離生死、證悟菩提的祕密。想要知道什麼是真正的慈悲嗎？想要知道如何發菩提心嗎？想要知道如何行菩薩道嗎？在「慈悲篇」裡，我們將帶領讀者一探慈悲心、菩提心、菩薩道的祕密。想要三密清淨，與本尊相應，實現接引成佛嗎？想要擁有法力，與護法相應，實現羯摩濟世嗎？想要虹光化身，與自性相應，實現即身成佛嗎？在「法力篇」裡，我們將帶領讀者一探密教生起次第、密宗羯摩法、密教圓滿次第的祕密。一旦懂得這些祕密之後，就可以善用「智慧」、「慈悲」與「法力」來提昇我們的生命，清淨我們的生活，以及圓滿我們的人生；進而不斷壯大自己、豐富自己、提昇自己。須知花若盛開，蝴蝶自來！那一尊佛、菩薩、護法、空行，或是前文提及的每一位解脫的聖者，不都是智慧充滿、慈悲無量、神通廣大嗎？不然怎麼自度度人呢？只要圓滿具足「智慧」、「慈悲」與「法力」，屆時煩惱自然消除，快樂自然顯現，也才能夠吸引芸芸衆生膜拜敬仰，效仿學習，共同成就，解脫自在！接下來，就讓我們開始一起向佛陀學習「解脫煩惱的祕密」吧！