



July 30, 2018

本期專欄：人生的三苦和八苦

一、何為苦

《佛地經》第五卷曰：「逼惱身心名苦。」這個逼就是我們現在人講的壓力，精神的壓力，工作的壓力，在這個社會上人情世故的壓力，各種壓力太多了，身心兩方面都有。惱是煩惱，讓你身心都不自在，這叫苦。

世間苦難太多了，由於分類不同，眾多的苦可分為「二苦」，即「內苦、外苦」；「三苦」，即「苦苦、壞苦、行苦」；「四苦」，即「生苦、老苦、病苦、死苦」；「八苦」，即「生苦、老苦、病苦、死苦、愛別離苦、怨憎會苦、求不得

苦、五陰熾盛苦」等。六道眾生沒有一個人能夠避免這些苦，人人都要受。

二、三苦和八苦

苦事眾多，大乘教里常講「三苦」、「八苦」。往往我們以為八苦比三苦多，其實不是的，三苦是總說，八苦是細說，細說苦苦，是這個意思。

（一）苦苦

第一個苦是個動詞，第二個是名詞。我們這個身是苦果，過去生中造的不善業是因。造的不善業感得這一生苦難，這個身不是病痛，就是橫禍，它有報應。身是苦果，再加上種種苦，「逼迫身心，苦上加苦，故曰苦苦」。

苦苦再細分，就是八苦，「八苦者，乃人間之苦」，任何一個人都不能夠避免，前四種「生老病死」這是內苦，本身的，統統不能避免。古人常說，上自帝王，下至乞丐，人人都逃不了生老病死。后四種「愛別離苦、怨憎會苦、求不得苦、五陰熾盛苦」是身外的苦。

1. 生苦

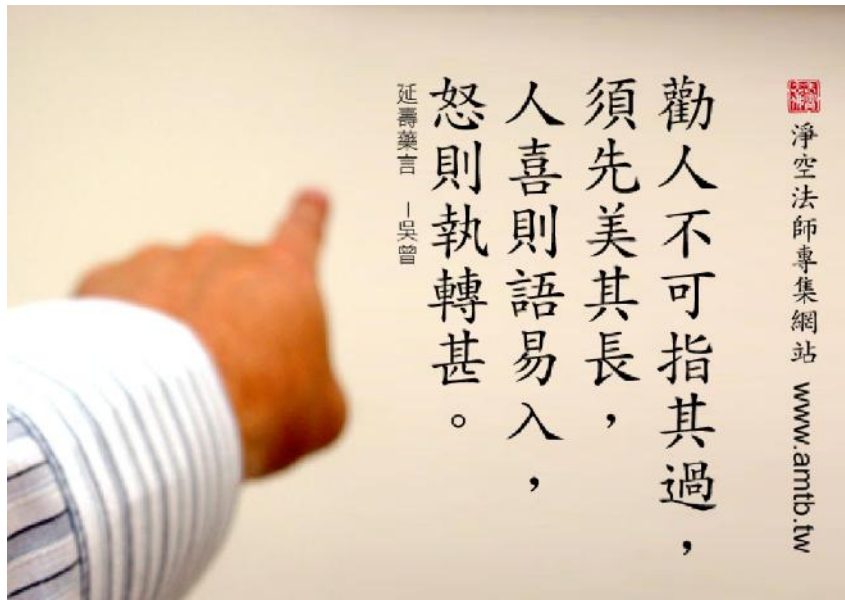
人投胎在母親肚子裡，受胎到出胎都是苦，佛把這一段期間（這十個月）形容為地獄。母親喝一杯熱水，就好像在八熱地獄，難過、痛苦；喝一杯冰水，就像在八寒地獄，苦不堪言。出生的時候更苦，猶如在地獄中受夾山地獄之苦。剛剛出生皮膚柔嫩接觸到外界空氣，佛形容有如利刀割我們的皮膚一樣，所謂風刀解體，那樣的痛苦。所以小孩一生下來就哭。我們每個人都經過，只是把痛苦忘掉了。

2. 老苦

人的年齡大了就會老態龍鍾，耳也聾，眼也花了，動作也不靈了，處處需要人照顧，多半被人嫌棄。這是老之苦！如果不想老苦，那只有短命；要想長命，那非受老苦、病苦不可。人生多難過！

3. 病苦

病有兩種，一種身病，一種是心病。「身病，謂四大不調，眾病交攻。若地大不調，舉身沉重」，這講病



淨空法師專集網站 www.amtb.tw

的現象，「水大不調，舉身胖腫。火大不調，舉身蒸熱。風大不調，舉身倔強」，倔強就是不柔軟、僵硬，身體僵硬。「二者，心病。謂心懷苦惱，憂切悲哀，是名病苦。」幾乎人人都經歷過病苦，特別是現在，物質環境的染汙，心理、精神、情緒、生理的染汙，一天比一天嚴重，奇奇怪怪的病比從前多了很多倍，苦不堪言啊！

4.死苦

死有二種，一種「病死」，生病死亡的；第二種「外緣」，我們叫橫死，「或遇惡緣，或遭水火等難而死」，這都是死苦。死是真苦，佛在經上形容死之苦，講我們的神識（俗話講靈魂）離開身體，那痛苦就像生龜脫殼。所以臨命終時，那一口氣不好咽，不容易斷，非常痛苦。

5.求不得苦

眾生都有欲望、希求，求不得就感到很痛苦。求得了怎麼樣？求得了還是苦，怕丟掉；患得患失，人生絕大多數的煩惱來自患得患失，沒有不苦的。

6.愛別離苦

你喜歡的人、物，要常常離別，不能常常聚會，很痛苦。這都是人之常情，愈是親愛的愈要別離。

7.怨憎會苦

愈是討厭的，不喜歡見到的人，天天看到；不喜歡的環境，想離也離不開，怨憎會苦。

以上七種是苦果。

8.五陰熾盛

這是苦的因。五陰熾盛是我們的妄想、煩惱、憂慮、牽掛在裡面像火燒一樣。

（二）、壞苦

人生苦多樂少，有時候偶爾苦中斷了一段時期，就覺得很樂。其實那不是樂，而是苦暫停，你就感覺樂，這是迷惑顛倒，不清楚事實真相。譬如怎麼說樂是苦？佛法通常講真妄的標準永遠不變，這是真的，凡是會變的是假的。譬如講苦，我一天不吃飯很苦，兩天不吃飯更苦，三天不吃飯還苦，絕對不會說四天不吃飯會快樂起來。所以苦是真的，不會變的。樂，譬如飲食，喜歡吃的，吃一碗好吃，吃得很快樂，再吃一碗還可以，叫你連續吃個十碗、二十碗，苦了。它會變苦的，樂會變苦，樂就不是真的，而是假的。跳舞很樂，叫你連著跳七天七夜，那苦不堪言。樂會變成苦，苦不會變成樂。樂是壞苦，所以樂是暫時、片刻的，苦就在後面，樂極就生悲，不會長久的。

（三）、行苦

「行苦是非苦非樂」，這個境界很好，如果能夠常遠保持，這就叫定，心地清淨，沒有苦樂；不能常遠保持就是行苦。譬如青春不能永駐，這是行苦。一天一天生理都在變化，雖起變化我們不能夠覺察，這一類就是叫做行苦。行就是不住，不能夠停止在那個地方，我十八歲不能永遠停止十八歲，畢竟是一年一年要衰老。

三、三界統苦 火宅無安

三界統苦，不要以為有樂。如果以為三界裡頭有樂，那是看錯了；三界裡面沒有樂，只有苦。在欲界裡面，有三苦、有八苦；在色界天裡面，有行苦、有壞苦。縱然生到無色界天，身形都沒有了，我們今天所謂靈界，靈界連這個色相都沒有了，他還有行苦。三界統苦這是事實的真相。三界的果報叫苦報，這個苦是指三界六道的果報。業在果報之先，造業才會有果報。經裡面一再告訴我們，造作善業，有三善道的果報，造惡業，有三惡道的果報，不管是善是惡都是苦。三善道也苦，我們現在人道，人苦不苦？我們今天作人，嘗到人的滋味，人苦！諸天，佛經裡面講，欲界天有五衰之苦，色界、無色界天有死墮之苦，死了之後要墮落。

四、西方極樂世界「無有眾苦，但受諸樂」

三界統苦，找不到一個安樂的處所。想要真正找到安樂的處所，必須超越三界，跳出六道輪迴；也就是說唯獨生西方極樂世界，不生西方極樂世界，這個苦你永遠沒有辦法離開，決定要受。

西方世界「無有眾苦，但受諸樂」，無苦就是樂，這是西方世界緣特別殊勝。第一個，沒有「罪報之苦」，沒有三途六道，只有一法界，沒有十法界；即使凡聖同居土下下品往生，也入一真法界，真是不可思議，殊勝到了極處。

西方世界的日常生活造作都是講經說法，研究討論。其他的事情就是到十方世界，上供諸佛，下化眾生。所以，他不造業，不但不造惡業，也不造善業。心真正清淨，沒有苦因、苦果。

我們非常有幸，這一世當中得人身、聞佛法，已是不易；聞到淨土法門，又聞到持名念佛往生的法門，太難太難了。有機緣遇到了就要抓住，我這一生決定超越輪回。——恭錄自淨空老和尚講演集

印光大師開示：明對治習氣

在凡夫地，誰無煩惱。須于平時預先提防，自然遇境逢緣，不至卒發。縱發，亦能頓起覺照，令其消滅。起煩惱境，不一而足。舉其甚者，唯財色與橫逆數端而已。若知無義之財，害甚毒蛇，則無臨財苟得之煩惱。與人方便，究竟總歸自己前程，則無窮急患難求救，由惜財而不肯之煩惱。色則縱對如花如玉之貌，常存若姊若妹之心。縱是娼妓，亦作是想，生憐憫心，生度脫心，則無見美色而動欲之煩惱。夫婦相敬如賓，視妻室為相濟繼祖之恩人，不敢當作彼此行樂之欲具，則無徇欲滅身，及妻不能育、子不成立之煩惱。子女從小教訓，則無忤逆親心、敗壞門風之煩惱。至於橫逆一端，須生憐憫心，憫彼無知，不與計校。又作自己前生曾惱害過彼，今因此故，遂還一宿債，生歡喜心，則無橫逆報復之煩惱。然上來所說，乃俯順初機；若久修大士，能了我空，則無盡煩惱，悉化為大光明藏。（正）復高邵麟書四

倫理道德：古人稱領導人為父母官更恰當

在今天許許多多的事情都要認真去做正名的工作，名不正，言不順。譬如中國跟外國，看這些做官的，中國人觀念跟外國人不一樣。中國人觀念自古以來父母官，各個單位的領導人是父母官，官是人民的父母，人民是官的子女，他對子女好不好？他要不要好好教他？外國人官是什麼？是我家的佣人、僕人。僕人對你家的人忠心，還是你父母對你家的人忠心？不一樣。民選出來是人民的公僕，公僕不好，你家財不錯，撈一把走了。你把他當僕人看待，他做了幾年下台要走，當然可以撈一筆走，理所當然。父母對兒女就不一樣，父母你看掙的家產留給兒孫，他有親情，他有愛心，不相同。

所以我還是贊成父母官，這個意思好，有倫理的意思在裡頭，比僕人好多了。尤其僕人叫公僕，公僕他就不照顧你私人了，我照顧團體，我不照顧你私人，人民的死活他不管，那你私人的事情。所以這個稱呼我覺得不太好，還是父母官好。國家領導人是最高的父母官，這是一國的父母官，省領導人是一省的父母官，縣的領導人是一縣的父母官，鄉領導人是一鄉的父母官，我們村有個村長，是這一村的父母官，好！這絕對不是落伍。古今，你想想這裡頭的含義，真比現在好。好的東西要留下來，不好的東西可以改革，好東西不能改。

文摘恭錄—二零一二淨土大經科註（第二五五集）2013/4/8 檔名：02-040-0255

因果教育：文昌帝君陰騭文廣義新譯（27）

清朝崑山周夢顏安士氏述／民國蓬島思尼子新譯

【下附徵事】

五里銅盆【雜寶藏經】

拘留沙國有個惡生王(1)，看見一隻金貓從園堂東北方進入西南角，於是命人挖開，獲得三層銅盆，裡面裝滿了錢，五里之內都是這樣。國王非常懷疑、奇怪，就請問尊者迦旃延(2)。尊者回答說：「過去九十一劫之前有佛出世，號毗婆尸（就是莊嚴劫千佛中第九百九十八佛）。這尊佛涅槃以後，有比丘乞食，把鉢放在路上，而後告訴人們說：『如果有人以錢財放到這個堅固的倉庫中，一切的國王、盜賊、水火都不能奪走它。』當時有一個貧人聽到以後，高興得跳躍起來，正好身上有賣柴的三文錢，就拿出來布施。在回家的五里路中，步步都發出歡喜心；回到家門口要進屋時，又遙遙地向僧人頂禮發願。當時的貧人，就是現在大王您啊！」

(1)惡生王：國王名，又叫琉璃王，舍衛國末利夫人（勝鬘夫人）所生，他殺盡迦毗羅衛國釋迦族人。

(2)迦旃延：釋迦牟尼佛十大弟子之一，即摩訶迦旃延，譯為大文飾，在佛弟子中列為議論第一。

佛弟子中列為議論第一。

【按】佛在舍衛國時，有一位婦人至心布施一鉢飯，佛授記說她的福報會非常多。她的丈夫心中產生懷疑，認為哪有布施一鉢飯就能得到這種福報的。佛呼叫他而問說：「你看尼拘陀樹的高度有多少呢？」他回答說：「高四五里，每年結果實幾萬斛。」佛又問果核的大小，他回答說：「只是像芥菜子那麼大。」（這種樹天竺國有）佛說：「地是無心的東西，一粒芥菜子尚且能夠每年收穫幾萬斛果實，何況人是有心的東西，能夠至誠地供奉一鉢飯給如來呢？」夫婦二人於是心開意解。末世薄福的人，眼光非常短淺，聽到「五里銅盆」的說法，哪會不起上面所說「一鉢飯的福報」的疑惑呢？

一月布施【法苑珠林】

舍衛國有一個貧窮人家，布施一穗葡萄給比丘，比丘說：「你已經有一個月的布施了。」窮人說：「我只是布施一穗而已，為什麼說布施一個月了呢？」比丘說：「這一穗葡萄，一個月前就已經有了布施的念頭，念念都不間斷，這不是布施一個月了是什麼呢？」

【按】布施的事情或許可以偶爾中斷，但是布施的心念不能片刻中斷，必定要讓它念念相續，才能培植菩提種子。

◎供養庵院一鉢飯，使人得益最多，使得他在不知不覺之中，就能天天供養三寶。

指上植福【譬喻經】

從前有一位長者叫阿鳩留，他不相信有後世。有一天經過險路，三四天看不到水草，正當快要餓死時遇到一位樹神，於是告訴他非常飢渴；樹神就從手指端變化出飲食，來救助長者和他的同伴。長者就問：「您有什麼福德，手指能夠如此呢？」神說：「我在迦葉佛時，本來是個窮人，一直是在城門磨鏡，看見沙門乞食，一定舉起右手指，指示他們有齋飯的地方。一直都是這樣做，所以今生受用都依靠這根手指。」長者心有所悟，從此大修布施，每天供養很多僧人，後來生到第二層天，做了散花天人。

【按】沒有智慧的人，有財不能修福；有智慧的人，無財也能修福。若能夠學習樹神的手指頭，那麼他人的錢財都可以為我所用。用手指頭替人指路，福田從手而廣大；讚歎勸勉，福田從口而廣大；奔走效力，福田從腳而廣大。看看自己的耳目手足，沒有不可以修福的。佛法利益一切眾生，真是廣大無邊，凡夫哪裡有這種智慧！

身小聲宏【賢愚因緣經】

波斯匿王帶兵經過祇洹時，聽到一位比丘誦經，聲音非常美妙，就頂禮佛陀說：「希望與誦經比丘相見，布施十萬錢。」佛說：「必須先給錢，然後才能見面。國王如果先見他，絕對不會布施錢財。」國王就布施給他。而後看見這位比丘外貌非常醜陋，又非常矮小，果然生起後悔的心理，就請問佛其中的因緣。佛說：「迦葉佛涅槃之後，當時有一個國王建立一座塔廟，四個

臣子督工，其中一個懈怠，國王責備他，他就很氣憤地說：『這座塔太大，要到什麼時候才能蓋成呢？』就因為這一句怨言，五百世中身體非常短小。工程完成之後，他順便布施一個寶鈴放在塔裡，所以五百世中聲音非常美妙。」

【按】六根所造的因，善惡互相交替，因此所得到的果報，苦樂互相依附。從前有人住在海上的山內，看見一人發出不尋常的光芒，面貌端莊，以天樂自我娛樂，只是他的嘴就像豬口。問他原因，原來前世是個修福的人，只因無故犯下口過，常說淫穢的話罷了！唉，因果可畏啊！

十粒除貧【法苑珠林】

隋朝終南山的釋普安是個聖僧，所到之處，人們就聚集過來，爭相設齋供養。有一天來到大萬村，有個田遺生的人家徒四壁，四個女兒衣不蔽體。長女名叫華嚴，年紀已經二十歲，看看家裡沒有一點物品，只有二尺粗布，悲傷家中窮得沒有一點東西，無法修福，仰頭看著屋頂而悲傷，偶然看見屋樑上的孔隙中有一團雜亂的穀子，取下來一看，找到十粒黃色的穀子。磨去秕糠，連同粗布，打算要布施聖僧，卻又看到自己沒有衣服可穿，不能夠出門，就在黑夜裡爬行前往，把布遠遠地丟進僧房，而將十粒穀子親手放進飯桶內，默默祈禱說：「我因為前世慳貪，今世才受到苦報，今在佛前求哀懺悔，以此微薄之物供養僧眾。如果我的貧窮業報從今天起已經完結，願炊具中所炊的飯都變成黃色。」於是才含著淚水回家。第二天早晨，僧人看見炊具中所煮的五石米飯，顏色都變成黃色，不久就查知它的原因，大家都很感嘆。於是愛好仁義的人士，各自以財物救濟她。後來這位女子就出家學道。

【按】雖然只是二尺布、十粒穀子而已，但就田氏女來說，則是竭盡一切來布施了，前世的業報怎能不從此隨之消除呢？

>>續載中.....

心得交流：ef15305 同學的學佛心得

標題：情執生起的時候

為何近日來心裡多起了一念，為何這一念有這麼強烈，為何這一念讓我不得安靜，我從內心中尋尋覓覓。哦，原來是情執的生起，情執像一條無形的繩子，繫住我的心，牽引我的念，拖著我到另一個地方，一個我曾起心嚮往的地方。遠方的影子不斷地在我心中起伏，遠方的境相在心中不斷的浮現，啊，那是多麼美好的地方，還有可愛和藹的人兒。天是那麼的高，地是那麼的遠，真的是一邊的相思，或會兩頭生愁，如是何時了。

生活中的煩惱已經夠受了，現在又多曾了妄想，洗洗染染，如是何時能顯清淨心。雖說見色生心，人之常情，但於佛弟子來說是心受境轉，誠是自心不定。這才知道，學佛一年，佛在身邊；學佛兩年，佛在天邊；學佛三年，佛如雲煙！如是者正信弟子夫？

我自問佛祖：佛啊佛，我念的您為何老是不見，我不念的她卻老是浮現？為何老是生妄念！是啊，色即是空，一切都是緣起，緣和、緣滅，不可攀，只能隨，不可逆，只可順。情執就是枷鎖，放下便是自在。無緣的空想就是妄念，妄念就會障礙真心，失去真心難得正道，自性不顯談何清淨。一切妄念都是夢幻泡影，一切法由心想生，老實修持想佛念佛才是正道。（文章來源「佛陀教育網路學院一心得交流」）

答疑解惑

問：誦《地藏經》時看到許多無形眾生在旁邊，誦經完畢後，就會向我們索取食物。但是我們施食後，眾生仍不願離去，請問這種情形應該如何應對為妥？

答：施食之後還找你，不肯離去，大概你施食的太少，他還沒吃飽；如果他滿足了，他就會離開。另外一個就是施食不如法，你雖然施食，他並沒有真正得到，做這些佛事專門超度鬼神的，所供養的食品都要打開，像罐頭，紙包食品，你不打開他就吃不到。要誠心誠意去供養他，一切能夠如理如法，鬼神是不會找麻煩的。找麻煩總是

有原因的，自己要認真檢討，有哪些地方不如法，好好的改進。對鬼神最重要的，跟對人一樣要真誠恭敬，要尊重他們。

問：弟子前妻留下泰國一個佛子(鬼仔)，請問應如何處理？

答：前妻的冤親債主如果不走，還留在你家，那可能是與你們家裡有關係，這個要談條件，要超度他。通常你跟他商量，問他叫什麼名字？過去生在人間是哪裡人？什麼原因找到這裡來？需要怎樣超度他？或者是誦經、或者是拜懺、或者是念佛給他超度，他要是得到超度，他也會感激，他會離開。

問：請問為什麼釋迦牟尼佛與當時的菩薩、阿羅漢，身份暴露了還不走？

答：如果你今天修證，你能把對世出世間一切法的執著放下，你就證得阿羅漢。你可以在這個世間教化眾生，什麼時候走那是隨你意，你想走真走得了，你想多住幾年也不礙事，所以這個情形不一樣。如果現在是應化再來的，身份一般不暴露，為什麼？暴露之後麻煩就來了。哪個人不來拜你？你還能修行嗎？還有避免冒充的，冒充佛菩薩的人很多，給人說我是什麼佛再來，什麼菩薩再來的，目的是叫你來拜，叫你來送供養。所以佛這個制度一立定就不能冒充，你暴露身份你就得走，你要不走就是假的。這對於正法的維護產生很大的效果。

如果佛沒有這個措施，妖魔鬼怪都來冒充佛菩薩，整個佛法就亂掉了，眾生想學佛學不到，在這裡苦死了，所以有這麼個規定。真的是菩薩再來的，就是人家曉得了，他也決定不承認。印光大師，我們在傳記裡面看到的，他老人家在往生之前四年，身份暴露了。但是沒有人知道，只有一個念初中的女孩子。她夢到觀世音菩薩托夢，說大勢至菩薩在這個地方，告訴她，印光大師就是的。以後他們全家人到印光法師那兒去拜他，就說出這個夢，印光法師把她狠罵一頓，「決定不能說，你要說了，以後你就不要再見我」。

所以一直到印光法師走了，往生了，才說出來，這是正確的，那是真的，不是假的。我們細心去觀察印光大師一生的行持，跟《大勢至菩薩念佛圓通章》上講的很像，你愈去思惟就愈像，真的像大勢至菩薩。所以身份暴露還要炫耀，那決定是妖魔外道，決定不是真的。（節錄自 21-343 學佛答問）

八月份活動 Event of August 2018

*行願多元文化教育基金協會，共修會通告：

★念佛共修：星期六上午九點半，念佛上供，素餐結緣

地點：112 Wighington rd, Newton Ma. 02460

95 公路，20A 出口，rt 9, 往 Newton center 方向。(•◡•) 美国波士顿区同学有意者，請電 857-998-0169 或 508-646-8168 報名。

道場正維修內部，若恭請法寶請：

email: amtb.ma@gmail.com

※歡迎登上学佛網：

行願學佛微信 WeChat ID: Amtb-Boston

觀自在學佛城 (QQ 166253251)。

妙相具同學會 (QQ 192409762)。

申請者注意需填寫真實姓名和資料，經審核後才能登入。

詳情請向本會查詢 (857) 998 - 0169 或電訊 amtb.ma@gmail.com

法寶流通

©英文淨宗學佛網頁 <http://www.amitabuddha.co.cc>

◎淨空法師講演音帶、DVD 及書籍，皆免費結緣，請就近向各地淨宗學會索取。

◎台灣地區同修索取法寶，請至「[華藏淨宗學會弘化網-法寶結緣](#)」。

◎大陸同修若欲索取 淨空法師講演帶及法寶，請與「香港佛陀教育協會」聯絡：amtbhk1@budaedu.org.hk。