



迷悟之間 2--度一切苦厄

星雲大師

「人生像一杯苦酒！」從嬰兒呱呱墮地開始，所發出的第一個聲音，就是「苦啊！」

苦啊！這就是人生。

人從出生之後，在生命的旅途上，到處荊棘，坎坷起伏，顛簸不平，真是嚐盡了苦澀的滋味。

人生，每個人都希望能夠解脫痛苦，能夠找尋到幸福。但是，幸福在哪裡呢？

有的人向宗教祈求幸福；有的人希望結黨成派，以團結的力量增加安全。甚至有的人儲財置產，以備不時之需；有的人生兒育女，希望老來得到孝養。有的人則追求知識；有的人則提高地位，總希望能離苦得樂。其實，這一切縱使能面面俱到，難免「人為財死」；再說，人生即使真能求得富貴功名，也還是有生老病死、悲歡離合，哪裡能沒有痛苦呢？

世間上的人，以為無財、無名、無權、無位是苦；其實，真正的苦，是因為有財、有名、有權、有位，才增加更多的苦難。例如，有家、有愛、有事、有業；「有」的裡面不是很多的苦厄嗎？

《般若心經》說：「照見五蘊皆空，度一切苦厄。」原來，苦是因為五蘊積聚的「我」而來的。例如，有的苦是因為「我與物」求不得而苦；有的苦是因為「我與境」不相應、不習慣而滋生；有的苦是因為「我與人」不和諧、怨憎會、愛別離而有；有的苦是因為「我與社會」、「我與自然」的刀兵水火等引起，都會增加「我」的苦。

尤其，「我與心」之間，貪瞋邪見、憂悲苦惱，更是苦上加苦。所以，人生的苦，既然是由「我」而來的，如果我們要想「度一切苦厄」，就必須讓「我」空無執著。能夠「照見五蘊皆空、顯現般若智慧、明白人我無間、融合物我一體」，才能夠淡化和解決「我與物」、「我與

境」、「我與人」、「我與社會」、「我與自然」，甚至「我與身心」的關係。能夠把自我安頓在無執、無染、無拘、無束的上面，才能夠真正「度一切苦厄」！