

滌
心
軒
隨
筆
唐
湘
清

61 厭以治貪

貪瞋癡是煩惱的根本，其中尤以貪爲三毒之首，所以貪之一字，實可謂人生最大之煩惱。年壯之人，血氣方剛，野心勃勃，是人生過程中貪心最熾的階段。一個人在貪心正熾之時，往往失去了理智，不畏法律，不懼因果，世上的罪惡，大半由貪心而起。佛法醫治貪心，以「厭」字最爲有效，蓋厭之與貪，猶水之與火，冰之與炭，互不相容。故貪病治以厭藥，猶寒疾投以薑桂，熱症投以芩連，常收藥到病除之效。多食衆生之教以「不淨觀」者，其作用也是使觀不淨而生厭，由厭而除去貪心耳。我自學佛以來，深感厭之一字，於身心修養得益不少，故每讀內典中有關厭之經文，常反復讀誦而不忍釋卷。世人貪戀五欲，所貪對象雖各不同，而爲滿足自己臭皮囊的感官享受，原因則一。所以爲除去貪慾之根，當以自厭已身始，佛經中厭身之教義，隨處可見，尤以大乘心地觀經厭身品說得最詳，如云：「是有漏身，三十七種不淨穢惡，是不可愛，是不堅牢。當觀此身，猶如壞器，外以雜彩金銀七寶，巧飾莊嚴，內以糞穢種種不淨，填塞充滿，兩肩擔負，隨器而行，其有見者，皆生愛樂，不知器中盛滿不淨，有六黑蛇，常在此器，一蛇隨動，器即破壞，毒害臭惡。」又觀自身，臭穢不淨，猶如死狗。「又觀自身，如養毒蛇，而取其害」。「觀於自身，猶如惡疾，四百四病所住處

故。亦如大腸，八萬四千蟲所住故」。厭身品經文甚長，不能全錄。我們如能依教觀身不淨，觀身穢惡，則可不致放縱此身，一切由此身而起之貪慾，都可冰消。

62 慈以治瞋

曾有一位初學佛的朋友問我：「如果受人欺侮，應怎麼辦？」我說：「忍辱可耳」。他說：「忍辱是一件很勉强的事，忍在心中，是怪難過的，是否有比忍辱更好的辦法呢？」我當時忘掉沒有把「慈悲觀」對治瞋恨的道理告訴他，只覺得他講的話也是事實，就是有的人雖知忍辱，但只是沒有把脾氣發在外表而已，心中仍是充滿了無比的難受，這確實並不是最好的辦法。也有懂得仁愛哲學的人，雖不講忍辱，却能自然而然的受人凌辱而處之泰然，不僅在他自己內心毫無勉强的難受，且更能以他仁愛的氣度，使周圍的人都能化除瞋恨，以仁愛化除瞋恨，的確要比缺乏仁愛而勉强的忍在心中好得多了。佛教的慈悲，是最高的仁愛，比普通世俗的仁愛還要更進一步，因此我想到五停心觀的「慈悲觀」，是對治多瞋衆生的，以慈悲化除瞋恨，可無只是忍在心中的弊。且慈悲不僅可化除自己內心的瞋恨，更能化除他人的瞋恨，當一個人在瞋恨的時候，我們如能以慈悲的熱誠予以軟言溫慰，那人的瞋恨自能化爲烏有。我們只要看自幼失去母愛的人，往往脾氣怪僻，失去溫情的人，往往脾氣很壞，可

見世人的瞋恨心，多由失去慈愛的溫暖所致。犯罪心理因素，除貪心以外，當推瞋心，那麼我們要化除世人的犯罪，當發揚佛陀的大慈大悲，使瞋恨在佛陀慈光照射之下，有如春冰遇日，怎有不消之理。至於慈悲忍辱，並不是姑息養奸，因不在本文題目範圍之內，故不置論。

63 尊人卑己

驕慢是人生的大病，各教的聖人，無不教人謙卑以除驕慢。易曰：「天道虧盈而益謙，地道變盈而流謙，鬼神害盈而福謙，人道惡盈而好謙」。可知謙之一字，無往而不利。大乘心地觀經無垢心品有云：「觀諸衆生，是佛化身，觀於自身，爲實愚夫；觀諸有情，作尊貴想，觀於自身，爲僮僕想；又觀衆生，作父母想，觀於自身，如男女想」。佛法教人尊人卑己如此，爲佛弟子者，應如何戒除驕慢習氣哉！

64 無愧於心

周安士居士有言：「著書問世，原係極難之事，俗則不合於文人；雅則難通於儔類。愚者顯之，猶疑其晦；智者精之，已病其粗。雖起聖賢於今日，猶不能盡謙斯人之意，況吾僂後學耶！」（見欲海回狂凡例）。著文寫作之難，昔賢已有如此慨歎，何況際此新舊文化激盪的今日，一般人的思想紛歧錯雜，寫文要使所有讀者都能一致滿意，幾爲不可能之事，所謂豈能盡如人意，但求無愧於心可耳。深望致力佛教文化的道友们，抱着無愧於心的態度，堅定發揚佛法真理的志願，切勿因少數人的嫉視譏評而灰心爲幸！