

活的四種境界與意義

開示 / 大悲恩師 上傳下鋒法師

阿彌陀佛!隨喜讚嘆法宣、法嬋兩位菩薩的前行。

「前行」就是讓我們在簡短的時間內，讓自己的身語意三業能與佛法相應。學習佛法主要的目的是什麼呢?通過這些年你們與師父建立的師徒關係，也就是共學離苦得樂、了生脫死、由凡轉聖這個宇宙人生真理的關係；在學習多年以來，應該知道學修佛法主要就是達到這三個目的!

這三個目的，以世間法來講就是 — 如何提昇「活」的方式?地球上兩百多個國家，所有具感情生命者，我們縮小以人道眾生為例，活的方式，簡略而言，師父把它歸列四種境界：

第一種境界的人：就是想如何活著生存下去；

第二種境界的人：要活得好；

第三種境界的人：想要活得明白；

第四種境界的人：就是要活得有意義。

而要如何達到這四種境界活得圓滿又具意義，講得透徹、明瞭的莫過於佛法。

以第一種境界來說，有些人可能會笑師父，心想：「人要活著那還

不簡單?我們不就是活得好好的嗎?」若這麼想，那就是你又回到自己的生活條件、生活狀態及所處的環境...等；一句話，就是以“自我”為中心來看待人活著的意義，那當然覺得還挺好的。但實際上只要稍微把眼界放大點，拓寬你的視野來看世界，從新冠病毒肆虐以來，這兩三年世界各地有多少人努力的想活下去，他們如今是否都能如願的活著呢?事實不然!新冠病毒經過幾次的變異、增盛，有多少的如母有情想活卻活不了，最終還是死於病毒之下，留下的只是個存於六親眷屬、朋友記憶中的一個名字而已。

如果再從這新冠病毒推廣到世間的如母眾生，因各種不同的因緣果報，我們認為過得好、吃得飽、穿得暖，「活著」很容易；但可知世界有些地方的如母眾生，“活下去”對他們而言是件相當不容易的事!譬如說阿富汗人民，大家若有一些了知的話，就懂一般正常兩歲的兒童，體重應為十五公斤左右；但在阿富汗這個貧窮的國家，許多家庭的小孩卻骨瘦如材，體重最多五公斤左右，多數兒童也將面臨飢餓與死亡的風險；因此依業果來看，想要活著生存下去，都是這麼的不容易!

第二境界“要活得好”，要達到也不容易!活得好，師父的定義是活得光鮮亮麗，但不是活在虛幻的名利、財富之中，而應該去思維，若離開了名利與財富，我(身與心)真的活得好嗎?就如佛陀所言的身

語意三業，再簡單明瞭以現代語來講，就是指身心兩方面都活得好嗎？；如果我們有了健康的身體，穿什麼都會覺得既舒適且顯光鮮亮麗，猶如全身放光般；反之，若沒了康泰的身軀，那麼即使天天錦衣玉食，全身珠光寶氣，世俗人看了說是貴氣，然在有修證的道人眼裡，所看到的卻是一身病氣！師父這麼說，你們不要產生反感，認為是因為師父你沒有名利財富，所以說這些反酸那些有財有名的人；不！大家不要作如是想。第一，師父是本著你我乃師徒關係，在探討人活著的四種境界與意義，也就是在探討宇宙真理，以理服人；第二，並不是因為師父自己沒有名利與財富，而產生忌妒，加以誹謗、說些酸言酸語...等，這些都不是我的真意！就如我的第一個導師－釋迦牟尼佛，師父可大膽而言，我是釋尊的追隨者，追尋的是真實不虛的真理，尊者連王位都不要了呀！我又豈會因世間的名利財富而生忌妒？

所以，我們一開始所接觸的佛法，若不是正法的本意，那麼我們舊有的錯誤思想、偏見是很難有所改變的。但師父認為目前在線的菩薩可能不存在這些問題，而且大家也學習這麼久了，也就直接切入這個主題來講。

所以要達到第二個境界“活得好”，確實更不容易了！就即使我們身體康泰，但內心仍有諸多的煩惱－貪、嗔、癡、慢、疑、忌妒...

等，那也活得不好，不快樂!真正要活得好，就要身語意三業皆處在善業中，如《下士道》的十善業，或進一步達到《中士道》的出離心，解脫的業力，及更上層樓《上士道》的菩提心，這些都是代表活得好的身心靈狀態。

到了第三境界“想要活得明白”，那就有難度了!若是我們達到了身心康泰，就會進一步的努力去要求活得明白!那明白什麼呢?明白

「生從何來? 死往何去?」，也就是要“了生脫死”。要明白「生」是由愛慾無明而來，自然就能理解〈十二因緣〉所說的死亡只是個假象，因此就能死得灑脫，就知道死從何去了!而在臨終之時，不會像別人那樣恐懼，也不認為如一般人所言，死亡如燈滅，什麼都沒有了!而是在死亡的過程中，了悟自己的性空，回歸自己的佛性家園，這就是活得明白!明白「生從何來，死往何去!」。

就像學淨土宗的人都會說“我們要往生阿彌陀佛極樂剎土”!但這不能僅是掛在口頭上的一句話，而是要記住，往生極樂世界的四因，此四因就在淨土的五經一論中，總結成心要即是《極樂願文》，它的主要內容就是往生的四因。要達到具備往生淨土的四因，就要回歸師父一再強調的「讀、誦、解、證」，經由讀、誦、解過後，反觀自己真正去做了沒?做了有沒覺受?若沒生起覺受，那還要繼續努力!就像跑操、練瑜珈、練太極拳、學開車...等等，要讓自己生起覺受才

能自我掌控，直到最後任運無礙，這過程就是要不斷的去實踐、積累，在佛教裡就是指精進、不退、無間，這就是活得明白！

到了第四個境界“要活得有意義”，那這就更難了！怎樣的有意義？就是“暇滿人身取大義”。自己通過活得明白，不隨波逐流，不為名為利，而為報恩故，想盡一切辦法將“如何的活、活得好、活得明白及活得有意義”等四個境界，根據不同的機緣與境界分享予有緣的如母眾生，並善巧的將善種因注入在其腦海中，這就是自利利他，也就是活得有意義的“暇滿人身取大義”。

而這種活法，若縮小的以新冠病毒對人類的影響而言，讓我們得以活下來，不僅僅是做到西醫說的勤洗手、戴口罩、保持社交距離等簡單的三個方面，還有上次師父講的「佛系防疫」系統。這個系統包含了西方現代醫學的知識，和中醫的十二經絡、五臟生理密碼等知識，以及佛教裡講得更廣博、更深細化的氣脈明點之宇宙人體生命科學知識。若做不到後者，則一定要做好前面的項目；因為不管是原來的 Delta 病毒株，還是到現在突變的 Omicron，無論它怎麼的增盛與變異，如果不回到西醫的這三點基本防護，則很難做好疫情的防範！即使把所有可對治的疫苗找出來，還是需要這些具足的條件配合，才能產生完善的防疫系統加以預防！就如中醫所說的要做到「未病先防，防病漸變」，這個觀念非常重要！

最重要的是要防範新冠病毒，乃至所有的疾病對我們的影響，及徹底達到能活下來、活得好、活得明白、活得有意義，那就莫過於全面做到之前師父跟大家分享的《佛系防疫》。那為了要真正達到以上所說「未病先防，防病漸變」，今天我們就珍惜時間，好好的按照傳承的方式，實際的來修正自己的身語意三業，藉此淨障集資，並轉化我們的業力，讓疫情能早日得以控消!

文宣組 沐手恭錄 2021/12/24