

心廬對話

台北西區社 王子哲前社長 PP Heart

三、或問：「佛祖要人戒貪、戒嗔、戒痴」，請問如何戒嗔（生氣）？

心廬答說：在金剛般若波羅蜜經（金剛經）上有「忍辱波羅蜜（忍辱的智慧）」教人如何不生氣。蓋忍辱是一種錯誤的心理反應（Response），心理有了反應就會影響身體健康。如何處理「辱」呢？就是不放在心上，視為沒有侮辱，即無辱可忍，這就是忍辱的智慧。唐朝唐高宗、武則天兩代大臣，婁師德（630-699年）為宰相，他的弟弟被任命為節度使，赴任時向其兄拜別並請益。婁師德就問弟弟說：「如果有人在你臉上吐口水，你要如何處理？」弟弟回答說：「我會把它拭乾，但不還手」，婁師德說：「拭乾將更激其怒，反而不可收拾，應該讓其自乾」。這就是有名的成語「唾面自乾」的由來。「無辱可忍」，就是不把它當作侮辱，心理上就不會不舒服，內心就不會受刺激而有反應。莊子說：「吾所謂無情者，言人之不以好惡內傷其身。」莊子認為人若對外面的喜歡或不喜歡而心情產生反應，將會損傷身體的，所以他主張人要無情（內心不起反應）。同樣地，雪公（台中佛教蓮社創辦人 雪廬李炳南老居士）所說的：「何須皂白太分明，笑口常開萬念輕，縱或無端來拂逆，依舊輕哂兩三聲」也是教人把無端的侮

辱所引起的反應，降到最低，方能免於事端的發生。如何養成不貪、不嗔的性格呢？我認為「心正則不貪、心平則不嗔」。故曰：「養生之道在於養心」。

四、或問：宗教信仰，會讓人消極嗎？

心廬答說：這是觀念的問題，一般所謂積極，實際上就是積極地鑽營自己的名利。佛教不鼓勵個人過度鑽營，所以誤被認為消極。實際上，一個人如果能一切以公義為先，次求個人的私利，則為正確的作法，這種積極的態度才是我們應該提倡的。

五、或問：世上有至樂嗎？

心廬答說：大家都想快樂，但多背道而行，反而不能得到。

材與不材

報載有人將賽鴿劫走，要求賽鴿主人以巨款贖回，這種綁鴿事件，還是第一次聽到，令人啼笑皆非。賽鴿以飛得快而得到主人的珍貴，沒有想到另一方面卻成為被人劫殺的目標。這使我想起《莊子》山木篇裡面的一個故事。有一天，莊子帶了學生在山中行走，看到一棵枝葉茂盛的大樹而旁邊的伐木工人卻沒有把它砍下，莊子就問工人說：「為什麼這麼高大的樹木反而不砍掉？」工人答以：「這棵樹的材質太差，沒有用處。」莊子就對學生說：「此木以不材得終其天年」。莊子從山中出來後投宿友人家，友人非常熱情地要殺鵝款待他。友人之子問說：「我們兩隻鵝，一隻會叫，一隻不會叫，應該殺那一隻呢？」友人說就殺不會叫的那隻吧！翌日，莊子的學生問說：「昨天那棵樹因為無用而能夠保全其壽命，而現在主人的鵝卻因為無用而被殺，請問老師將令自己為有用還是無用呢？」。莊子笑說：「我將處於材（有用）和不材（無用）之間。做人處於材與不材之間看起來好像可以免於受害，實際上還是不能免於物累。如果一個人心懷道德以處世，就不必論及有用和無用了，因為既沒有榮譽也沒有毀辱，可以主宰萬

物而不受萬物之累，也就不必去擔心受人議論、謀害、欺詐等種種煩惱」。所以一個人要活在材、不材、材與不材之間，這三種情形之下，都是很耗費精神的，不如學習莊子所謂「乘道德而浮游」的處世之道。莊子進一步在至樂篇中提出「天下有至樂的境界嗎？」莊子認為一般人所尊貴就是得到富貴、長壽、幸運，所喜樂就是享受到身安、厚味、美服、好色、音聲，但是人們又要每天去憂慮失去這些尊樂，所以根本不是真正的快樂。莊子認為真正的快樂就是忘記所有形體上的快樂，故曰「至樂無樂」。一個人如果要真正快樂地活在世上，就是要儘量不去做追求名利這種無謂的舉動，故曰「至樂無為」。如果要有為的話也就是致力於道德的事業，才能夠得到真正的快樂。（中央日報“心廬隨筆”，1997.6.28）

六、或問：節儉是美德，有無利弊？

心廬答說：節儉的極端，就叫「摳」，台語罵人「摳仔頭」即吝嗇鬼(miser)的意思，就是對人對己都很刻薄，也就是一毛不拔的人。古時戰國時代，楊朱主張「拔一毛以而利天下不為也」。真正的節儉對社會的影響是非常的正面的，尤其對環保更是有非常大的幫助。

談儉

大家都知道儉是一種美德，但是能做到恰好好處的人則不多。老一輩的人比較節儉，而年輕一輩的則比較不懂得節儉；辛苦賺錢的人比較節儉，而暴富或沒賺過錢的人，花錢就比較大方，甚至幾近浪費。節儉並不是人之常情，每個人都想大大方方、快快樂樂地花費，它是一種抑制慾望的行為，但是我們看到很多有錢人都非常節儉，甚至能以不花錢而感到快樂的。如果要真正探討其原因，便可知是因為大部分的人都受過沒有錢的痛苦，體驗到賺錢的辛勞，了解金錢的重要，而養成了節儉的習性，希望能節儉積蓄成為富裕有餘之家。

大部分節儉的人其基本心理實出於「貪」，因為想要積蓄更多的錢財本身就是貪多，所以不捨得花費出去。我們常可看到很多

人在消費時，若其費用是由公家支出，就表現得很大方，甚至浪費，若是由自己支出，就非常節省。這在日常生活中，可以從上館子吃飯看得出來，如果是點菜的話，就比較節制一點；如果是吃自助餐的話，則常拿得過多，以致吃不完而留下許多剩菜。這時候就是教育子女最好的機會，須知一菜一飯得來不易，從小就能不暴殄天物，才是真正養成節儉習慣的開始。一個人一旦能夠養成節儉的習性，將可終生受用不盡。

古人說：「儉於聽，可以養虛；儉於視，可以養神；儉於言，可以養氣；儉於私，可以養富；儉於公，可以養貴；儉於門閭，可以無盜賊；儉於環衛，可以無叛亂；儉於嬪嬙，可以養壽命；儉於心，則可以生死，是謂萬物之化柄也。奢者富不足，儉者貧有餘；奢者心常貧，儉者心常富；奢者好親人，所以多過，儉者能遠人，所以寡過；奢者事君，必有所辱，儉者事君，必保其祿；奢者多憂，儉者多喜；奢者好動，儉者好靜；奢者好難，儉者好易；奢者好繁，儉者好簡；奢者好逸樂，儉者好恬淡。有畢生用一器而無缺者，有十年而一裘不弊者，斯人也，可以即清靜之道矣。」

然而在講求消費的今天，如果過於省錢，有時是有礙經濟發展的。譬如一條洗臉用的毛巾，有人居然可以用兩年以上，如果大家都這樣節省的話，我想毛巾工廠可能就要倒閉了。尤其在景氣低靡的今日，要防止經濟蕭條，基本原則就是要鼓勵適度的消費，這樣現金才能在社會上運轉，使大家都獲得利潤；但過於浪費的消費就應該儘量減少，至於花五十萬新台幣吃一頓飯，這種浪費的舉動，實在是教壞世人，應引以為恥，希望不要再發生才好。

一個不懂得節儉的人，金錢永遠是不夠的。真正節儉的人，是該省則省，該花則花的，也就是對自己節省不必要的花費，對公益的事則毫不猶豫地盡他的力量奉獻出來，所以根本不必過分勞心勞力地去追求更多的錢財，就可以活得很快樂的。（中央日報“心廬隨筆”，1993.2.16）