

佛教苦乐观

陈
兵



苦与乐,是人们精神生活和心理活动中极其重要的内容,苦乐观,实乃每个人人生价值观建立的基础。苦乐观在佛教教义中占有极其重要的地位,佛陀四圣谛中的第一苦谛,专讲苦,第三灭谛实质是讲寂灭苦而获得究竟的乐,讲造成苦之原因的第二集谛,和达到常乐涅槃之道的第四道谛,实际上也都围绕苦与乐这一主题。四圣谛说明:消灭人生诸苦,证得究竟的常乐,为全部佛法的宗旨所在。佛教对苦与乐的种类、相状、生起的因缘、终极实质作了精细的解析,并提供出离苦得乐的理论依据和具体实行途径。

一、“诸受皆苦”

苦(梵 duhkha),在佛法看来是因缘所生的心所法,属于五蕴中受蕴之一类。《成唯识论》卷五谓“领违境相,逼迫身心,说名苦受”——领受不顺遂自己或有违于自身需要的境界,而承受一种使身心受逼迫的感受,热恼不安,因而为人所不欢迎、不乐意、嫌恶、排拒,为苦受的基本特征。

佛教所说人身二十二根中有“苦根”,即能出生、增长苦的一种机制,说明苦乃人天生所难免。佛教毫不客气、毫不遮掩地揭露、列举了人生的种种苦,并将其一一归类。佛陀之四圣谛,以说苦的苦圣谛为先。苦圣谛的实质,是正视苦、参透苦,以便以苦为动力,提升生命,化苦为乐。《阿含经》中佛陀在说苦圣谛时所列举的苦,一般为生、老、病、死、怨憎会、爱别离、所求不得、五蕴炽盛八苦。《清净道论·说根谛品》据经言,对以上八苦一一进行了描述。

第一生苦,指众生出生时身心遍受的苦,有在子宫中身体不能自由屈伸、母亲受苦时胎儿亦感苦,及助产、难产、堕胎、分娩、初生后受洗浴拭擦冷热、此后的生长谋生之苦等。从根本上说,出生于此不完美的人间,被迫禀受如此不完美的身心 and 生存条件,是我人蒙受诸苦的根源。

八苦中第二至第四老、病、死三苦,明显易晓,是佛典中论述最多、最重要、最根本的苦,对这三种苦,古今中外的许多文学作品中有大量描述。

第五怨憎会苦,指与不乐意的人和事物相逢,如冤家、仇敌、有嫌隙者、讨厌者,虽然不愿意看见,不愿生活在一处,但不得不相逢,俗言:冤家路窄。暴君、贪官、酷吏、强盗、窃贼、骗子、色狼、暴徒、恶棍之流,谁也不会喜欢,但往往不请自来,将被压迫、被剥削、失财、受辱、受骗上当、被威胁、被强暴乃至被杀害等巨苦强加于人。人类社会的阶级压迫、民族矛盾、战争、械斗、倾轧、勾心斗角,自然界的水、旱、地震、飓

风、冰雹等灾变,伤害人畜的猛兽、毒蛇,数量众多、繁殖极快、难以消灭的蚊子、苍蝇、老鼠、蟑螂、蝗虫及其它害虫,虽然是人所不愿意有的,却总是不约而同会,不时碰头,难以避免,是为怨憎相会苦。

第六爱别离苦,指与所爱者别离或失去所爱的忧愁痛苦。《法句经》云:

常者皆尽,高者亦堕,

合会有离,生者有死。

此乃人间自古及今恒常不变的现实。依怙、恩爱的亲眷,即便幸免暂时生离,终究不免死别永诀。生离死别,情变失恋、痛失依怙、亲属丧亡,可谓人最大的痛苦,凡人至此,莫不苦泪涟涟,乃至肝肠寸断,心如刀绞。人所爱而以之为乐的一切,诸如财产、地位、权力、荣誉、收藏品、宠物等等,无一不有失去的危险,而且最终必然都会别离。

第七所求不得苦,指所希求的东西得不到时的苦。人的希求、需要和理想,不可能尽如人愿,总有不得实现、不得满足之时。求爱被拒绝,谋官而未遂,晋职而不成,求财而不得,考试落第,竞赛落选,是常有而不可避免的事。求而不得,必感沮丧、失意、屈辱、伤心、愤懑,怏怏不快。

八苦中最后五蕴炽盛苦,一作五盛阴苦、五蕴盛苦、五取蕴苦,实际不是再罗列一种苦,而是对以上七苦及此外其它所有苦的概括:一切苦终归为五蕴的活动,更准确地说是五蕴在无明显状况下的活动,这种活动根本上就是产生一切苦的渊藪,甚而可以说无明的五蕴(五取蕴)即是苦。

佛教说苦最具特色和深度的,是《阿含经》中佛多次所说的三种苦:一苦苦,谓苦的本身,如生老病死、所求不得等由一切苦缘所生之苦。二坏苦,谓所乐失去、变化、坏灭时的苦,如曲终人散之后的怅惘空虚,团聚后的别离之苦等。三行苦,行,为无常、变动之义,身心世界,乃至快乐和不苦不乐的感受,无不是因缘所生的有为法,无不以生灭无常、变动不居为其恒常不易的性质,故说皆是苦。

从整体上看,人生的快乐总是不离痛苦,表现

出互相依存的性质。《大般涅槃经》卷十三佛言:

生死之中,实有乐受,菩萨摩訶萨以苦乐性不相舍离,是故说言一切皆苦。

又,世间所谓乐,须依仗一定的条件,如美女、美味、美酒、衣服璎珞、交通工具、奴婢僮仆、金银钱财、仓库米谷等,然如是等物也能产生苦,如《大般涅槃经》卷十三所言:男子因女人而痛苦,忧愁悲泣乃至断命;美酒、甘味、米谷等亦能令人生大烦恼。“以是义故,一切皆苦,无有乐相”。同经一切大众所问品谓“一切属他,则名为苦”,心被外在的条件所限制、束缚、逼迫,不得自由自在,是苦的根本。

从根本的共性看,乐、苦、不苦不乐三种受,如《长阿含·大缘方便经》所言,皆“有为无常,从因缘生,尽法灭法,为朽坏法”。质言之,一切苦,乃至一切乐受,因无常故,皆有行苦,皆以行苦为本性。佛陀在《阿含经》中多次说:

我以一切行无常故,一切诸行变易法故,说诸所有受悉皆是苦。

“诸受皆苦”或“一切皆苦”、“有生皆苦”、“有阴皆是苦”,为佛陀的名言,被看作佛教人生价值观的标帜,作为四法印之一。否认世间诸苦及以苦为乐,被列为有害的四种颠倒见(“四倒”)之一。无常,是佛陀说一切皆苦的精义所在,无常即是苦,意味着希望常乐,乃我人的本性,无常与此本性趋求相悖,故是苦,这是一切苦的终极本质。

西方心理学家认为,佛教的苦圣谛,建立了“精神病理学的结构性层次”,揭示了人的存在所要面对的无意义、无自由、死亡等不可避免的挑战,承认这些痛苦的事实,并真实地、坚定地、勇敢地接受它们的现代存在主义哲学,实际上是重新发现了佛祖所依据的事实。

二、非圣财所生乐

人本性所趋求的乐,与苦相对,是受蕴中的另一类。《成唯识论》卷五解释:

领受境相,适悦身心,说名乐受。

乐受由领受顺心的、有益于自身或符合自己需要的

境相、事物而生,以身心感到适意、平静、安和为特征。《大般涅槃经·一切大众所问品》以一切自做主宰为乐的特征,谓:“一切由己,自在安乐”;“一切自在,必受安乐”。

佛教尽管大讲诸受是苦,亦非不承认人生有乐,《杂阿含》卷三第75经佛告摩诃男:

以识非一向是苦非乐,随乐,乐所长养,不离乐。

谓心识是靠乐的养分维持的,离不开乐,人类的心理活动并非只是苦而没有乐。“乐根”与“苦根”皆为二十二根之一,说明有乐,也是人的本性,或人天生就有能产生和增长快乐的机制。佛经中一般说人类苦乐间半或乐多苦少,与对现代西方人苦乐的统计大略相符。正因为有乐,而且心识不离乐,众生才会起贪着、被系缚。说世间实有乐,是从俗谛、从乐的相状讲,说诸所有受悉皆是苦,是从真谛、从乐的终极本质讲。

佛教对乐作了种种区分,从乐的性质来讲,可分为《瑜伽师地论》所说非圣财所生乐与圣财所生乐两大类。

非圣财所生乐又称“从外门所生资具乐”、“外乐”,指常人依赖外在条件而非依靠佛法所说的“圣财”所获得的乐,所依赖的资具主要有四种:

1、适悦资具,一切能使人生活方便及娱乐所需的东西,如车马、衣服、化妆品、灯烛、歌舞嬉笑、玩具、装饰品、仆从侍卫、财产库存储蓄等。

2、滋长资具,指健身锻炼所需,如球、毽等体育用品,及请人按摩提抓槌打等。

3、清净资具,指祭祀时所需吉祥草、果品、螺贝、容器等物,及洗浴所需盆、热水、毛巾、香皂等。

4、住持资具,指人生存所必需的饮食。

实际上,人的快乐幸福所需要的外在条件,除以上四种资具外,还可举出许多,如金钱、地位、别人的尊重及爱、配偶及性伙伴、儿女、朋友、事业成功、书报、风景、艺术品、宠物等等。

乐,是人生存所必需的食粮,求乐,乃人的本性。若完全没有乐甚至没有了得到乐的希望,人便活不下去,或者会自杀,或者会抑郁而死。《大乘离文字普光

明藏经》说:

无有众生爱乐于苦,凡有所作,悉求安乐。乃至菩萨求阿耨多罗三藐三菩提,亦为自他皆得乐故。

人生的乐,花样极多,内容极为丰富,正是这丰富多彩的乐的诱惑刺激,使人们乐生、炽爱人生,为获得乐而努力、而奋斗、而拼命,甚而堕落、犯罪,丢官丧命,遗臭万年。其原因,便在这些乐必需依靠外在的种种条件和他人、社会才能得到,为得到乐,就必须去想方设法弄到乐所需的“资具”,要弄到资具,就得劳作、算计,人格卑劣者便会为此而钻营、投机、献媚、设阴谋鬼计,而压迫、剥削、贪污、抢劫、奸淫、欺骗、坑害、杀戮、侵略。

非圣财所生乐的产生所依赖的条件,终归为色声香味触法六境,名为“欲乐”(巴 rati),意同“贪爱”。《杂阿含经》卷十一佛偈云:

于色声香味、触法六境界,

一向生喜悦,爱染深乐着。

诸天及世人,唯以此为乐,

变易灭尽时,彼则生大苦。

美色、美景、美食、音乐、爱侣的声音、香味、艺术品、抚摸按摩等使人快乐的东西,无非是从眼等六大门户所得色声香味触法六种感知符号及其集合体,金钱使人快乐,虽然未必在它的形色,而它作为一种法尘,是能换取色声香味触法的筹码。

在佛陀看来,非圣财所生乐、欲乐实质是苦,因为它们是有为法,皆依赖一定的条件才能生起。非圣财所生乐中,很多是匮乏性需要满足之乐,如饱餐之乐,是因满足了饥饿,性生活之乐,是因发泄了性欲,病愈之乐,是因解除了病苦。这种乐依赖于苦,与苦不相离。与其因苦而乐,无宁无苦而乐。正如《中观宝鬘论》所比喻:“搔痒得快乐,无痒更为乐”。依赖因缘所生之乐,必然无常,无不变坏消灭,即在受乐的当下也必然念念生灭,不免行苦。此乐无常故非自作主宰,非真正自我,而能受此乐的自我,也不可得,故无我。《长阿含经·大缘方便经》佛言:

如两木相揩则有火出,各置异处则无有火。此

亦如是。因乐触缘故,生乐受,若乐触灭,受亦随灭。

说欲乐终究是“尽法灭法,为朽坏法,彼非我有,我非彼有”,故不应贪着迷醉,应如实观察它们的缺陷,追求值得追求的涅槃乐、究竟乐。《正法念处经》卷二四比喻欲乐“如蜜在棘林,亦如杂毒饭”。《瑜伽师地论》卷五列举非圣财所生乐有十五种过患:

- 1、“有罪喜乐相应”,谓能使人贪恋、上瘾,追逐外物,生起贪瞋等烦恼,造作杀盗淫乱等恶业。
- 2、“微小不遍所依”,所依指乐受产生的身心,非圣财所生乐不但微小,而且为时短暂,尤其是乐的感觉(身乐),只在与感知对象接触的短时间内,如品尝美食之乐,只在舌表,只在吃时,时过即失。
- 3、“非一切时有”。研究发现今西方人每天快乐的时间平均不到五分之一。
- 4、“唯在欲界,非一切地有”。色界、无色界皆离此乐。
- 5、只在今生乃至当下享受,不能引发后世世间、出世间乐之果报。
- 6、“受用时有尽有边”。不可能无穷无尽。
- 7、能被王、贼、怨家及水火等劫夺。
- 8、浅薄、短暂、微小,乐只在身心之浅表。
- 9、“不可从今世持往后世”。
- 10、“受用之时不可充足”,总觉不得满足,因而不得不一再去寻求。
- 11、“不能断后世大苦”。
- 12、“有怖畏”。害怕得而复失,若造恶业而得乐,则怕遭报复、受处罚、受报应。
- 13、“有怨对”。由谋求乐而得罪、伤害别人,结下怨仇,导致斗争、诉讼等麻烦。
- 14、“有灾横”。能被老病死亡及天灾人祸所破坏。
- 15、“有烧恼”。使人心中发热,不得安宁。

三、圣财所生乐、现法乐、后世乐、远离乐

与非圣财所生乐相对的圣财所生乐,指不依赖非圣财所生乐所需的世俗资具,而依佛教所谓“七圣财”

而生的乐。七圣财为:信、戒、惭、愧、闻、舍、慧。信财,指对佛法僧三宝的正信,这种正信在内心扎根,成为可靠的安身立命之本,达到不可动摇,自能予人以精神力量,出生一种安定、充实、有所依怙的清静之乐。戒财,指持守佛教不杀不盗等戒律,使人现前心安理得,俯仰无愧,无怨无仇,不怕堕于恶道。闻财,即“多闻”——听闻、学习佛法,获得正见,得到对宇宙人生的大体明了无惑之乐。舍财,谓舍弃所有而行布施,使人享受到助人济世之乐及后世富足之乐。慧财,指得到佛法如实知见的智慧,以此智慧能断灭烦恼,得到究竟的解脱之乐、涅槃之乐。

《瑜伽师地论》卷五说,圣财所生乐没有非圣财所生乐的种种过患,而具种种功德:“无罪喜乐相应”,只会使人自觉地去止恶行善,断灭烦恼,没有能滋生烦恼及恶业的作用;广大、持久,遍满身心;只依内心的信等内缘,不依赖外在条件,故能“一切时有”;不仅在欲界有,而且普遍于色界、无色界及超离三界;能引发后世世间、出世间乐的果报;若受用时转更充盛、转更广大;“无能侵夺”;乐在深心,深刻、持久、广大;“可从今世持往后世”;以不执着、超越为特性,能使人感到深度的满足,能断除后世堕于恶道等大苦;无怖畏、无怨对、无灾横、无烧恼。

圣财所生乐分为多种、多个层次,大体而言,可分为世间的现法乐、后世乐、离欲乐与出世间的涅槃乐两大类。

现法乐,指按佛陀教导,由具足知识技术、精勤工作、如法理财、结交善友、敦伦尽分、和谐人际关系,不酗酒、不浪费、不赌博、不游乐无度,过好生活,得到现前的人生幸福、安乐。南传《增支部》第4品佛言:居士可享有拥有(辛勤劳动而得到合法财富)、消费、无债、无咎四种现法乐。

后法乐或后世乐,指进一步归依三宝、持戒布施,而免除死堕三恶道之苦,得到身后生于人天之中享受安乐的保证。《正法念处经》卷二二偈云:

持戒智慧人,常得三种乐;
赞叹及财利,后生于天上。

现法乐多需依赖资具,后世生天之乐也仍然不离欲界、不离生死苦,具有无常性,并非究竟的乐,但从佛法世俗谛的角度来看,亦是乐非苦,是众生所希望的。大乘从“随顺众生”的精神出发,也尽量为众生提供、制造这种乐。《优婆塞戒经·二庄严品》云:

菩萨虽知世间之乐虚妄非真,而亦能造世乐因缘,何以故?为欲利益诸众生故。

离欲乐,指远离五欲、超越欲界的离欲之乐、禅定之乐,即“三昧乐”或“禅悦”,分为初禅未到地至色界四禅、无色界四定凡九个层次的禅定之乐。获得初禅未到地以上的正定,称为“现法乐住”,意谓现前安住于禅定的喜乐中。此中又以第三禅的乐为世间乐受的顶峰,乐的狭义仅指第三禅。第四禅以上,虽称为乐,实际上已经超越了乐受,是一种不可言喻的寂静之乐、无受之乐。《杂阿含》卷第十七第484经称初禅至三禅定生喜乐名“无食乐”,四禅名“无食无食乐”。

禅定乐虽然超越欲界,远离欲乐,深细长久,不大凭借物质条件,但有出定之时,亦属无常,未离坏苦、行苦,本质上也是苦。经中说修行者不仅须观八苦等苦是苦,观欲乐是苦,而且应观禅定之乐及禅定之果报色界、无色界天也是苦,为什么?《瑜伽师地论》卷八三说:

谓由此受贪所随眠,由随眠故取当来苦,于现法中能生坏苦。

禅定之乐能使人贪着,称“味禅”,味禅不仅障碍智慧解脱,还会在阿赖耶识中种下贪着禅乐的种子,成为将来产生苦果的因,难免出定之苦及依赖各种条件辛勤修定之苦,由修禅定成功上生色界、无色界天,也难免寿尽堕落之苦。

四、涅槃乐

佛说最寂静乐,为远离贪瞋痴等烦恼而得到的解脱之乐、涅槃大乐或寂灭之乐,唯此方为能满足人趋求真常极乐之本性的真正的、胜义之乐。《即兴自说·王经》偈云:

人间和天上,有乐有美妙;
比起涅槃乐,微小不足道。

《毗婆沙论》卷八说“胜义乐,唯涅槃”。《瑜伽师地论》卷四谓“无漏界中,一切粗重诸苦永断,是故唯此是胜义乐,当知所余一切是苦”。

诸欲永息后得到的无欲之乐,不依赖任何条件,从自心不断涌现,有如清泉流水源源不断,没有生老病死、恩爱别离、所求不得等一切诸苦及最根本的无常之苦,比需要辛苦营求、具备各种条件方能获得、得已即失的贪欲满足之乐,要高级、深细、持久得多。《大方便佛报恩经》偈云:

世间所有诸欲乐,乃至天上所有乐,
若比断贪之大乐,十六分之不及一。

涅槃乐与非圣财所生乐完全不同,不依赖任何外在资具及他人而生,完全自作主宰,非因缘所生的有为法,故真常不生灭,不与苦相杂,纯粹是乐,其乐超越时空,超越三界,永恒常乐,而且深细绵永,其乐之大,其味之美,非世间一切非圣财所生乐所能相比,无可为喻。这种乐,是佛教追求的终极目标。经论中多处赞叹涅槃之乐,如《杂阿含经》偈谓“生灭灭已,寂灭为乐”。《法句经》偈谓“苦无过身,乐无过灭”;“泥洹最快”。《华严经》卷二谓“世间所有种种乐,圣寂灭乐为最胜”。《大智度论》卷八说涅槃内乐“不从五尘生,譬如石泉,水自中出,不从外来”。

涅槃虽然乐,然与由因缘和合所生的乐受、世间欲乐不同,是一种超越苦乐的“无受之乐”。《大般涅槃经》卷五云:

断一切受,名无受乐;
如是无受,名为常乐。

同经卷二五谓“涅槃虽乐,非是受乐,乃是上妙寂灭之乐”。受乐(属于受的乐),无非是神经受某种刺激而生的感觉、情绪、感情、心境,必然无常,涅槃乐不是这样,不藉任何刺激,不是感觉、情绪。

涅槃又分小乘圣者所入有余依、无余依涅槃和佛所入无住涅槃或大般涅槃,前者只得寂灭乐,后者则具足寂灭乐及完全觉知一切的明觉或全知之乐,《大般涅槃经》卷二五说诸佛如来有二种乐:“一寂灭乐,二觉知乐”,乃实相所本具。同经卷二三说“涅槃

无乐,以四乐故,名大涅槃”。一、永断诸苦,无苦无乐,乃名大乐。这种大乐是本性常乐,虽然无苦无乐,然与凡夫三受中实际亦无常、苦的非苦非乐(舍)受不同,是大乐。二、超越了欲乐、寂静乐,其乐绝对,没有能乐、所乐之别;“大寂静故,名为大乐”。三、“一切知故,名为大乐”。四、“身不坏故,名为大乐”,佛身金刚不坏,非无常之身,故名大乐。同经卷三说,譬如甜酥具足八味,大般涅槃亦具足常、恒、安、清凉、不老、不死、无垢、快乐八味。佛所入无住涅槃,还具有无限利乐度化众生的显现大用之乐、无上价值之乐、无限丰富之乐、绝对自在之乐,为真正的大乐、极乐。

涅槃乐并非死后和他生后世才能享受到,非可望而不可即,而应在现前乃至当下去体证。即使未必能当下乃至即生证得果位、享受涅槃之乐,但在追求涅槃乐的当下,便会享受到追求涅槃的快乐,可不断得到提升精神境界、减轻烦恼、轻松愉快、具足正见、进入禅定、有证得涅槃的信心,乃至获得明心见性等“道乐”。发大乘菩提心修菩萨道者在修行的当下便不难体会到利乐众生之乐。

佛教对苦乐的取舍,是舍小乐而求大乐,舍一己独乐而求众生共乐。《大智度论》卷八五云:

虽舍小杂乐,当得清净大乐;舍颠倒虚诞乐,得实乐;舍系缚乐,得解脱乐;舍独善乐,得共一切众生善乐。

依大乘无住处涅槃义,涅槃之乐即在利乐众生庄严国土而又不着一切的无尽过程中。在禅宗看来,心性本来涅槃,故本来常乐。从当下去体味生活的乐趣,保持快乐、安祥的心境,是当代禅宗教人的心理卫生和明心见性之道。

五、超越苦乐,以苦为乐

如果具有了佛法的正知正见,尤其是大乘的菩提心,则世间诸苦及欲乐的缺陷,未必不是好事。正是诸苦的逼迫及欲乐的缺陷,使人反省人生,力修诸善,追求解脱诸苦而得涅槃大乐。经中因称生老病死等八苦为引导人学佛修行的“八师”。《显宗论》谓“苦为信依”

——痛苦是生起佛法正信的基础。《优婆塞戒经·业品》云:

众生皆由苦因缘故,则生信心;既得信心,能观善恶,如是观已,修十善法。

就此而言,苦,乃得涅槃之缘,乃根治苦病的良药。佛陀认为,此苦乐间半的人间,比没有痛苦的、纯享快乐的北俱卢洲和天上更好。视苦为洪水猛兽,避之惟恐其不远,亟求涅槃,至多只是佛陀教一类人修行的方便。对待苦乐的正确态度,应是如实观苦乐而超越苦乐,不畏苦,不执乐。《优婆塞戒经·六波罗蜜品》教菩萨“受苦不忧,受乐不喜”。《成实论》卷一言:

于可乐中不生乐想,于不乐中能生乐想,于乐、不乐能生舍想。

于可乐中不生乐想,谓观察欲乐的过患而不执着;于不可乐中能生乐想,谓观苦的实性和有益作用而以苦为乐;于乐、不乐能生舍想,谓对苦、乐乃至涅槃乐皆不执着,时刻保持放松、解脱的心态。

更准确地说,佛教对苦的征服,实际上是以如实知见苦乐本空的实性,以智慧化苦为乐、超越苦乐。《思益梵天所问经》卷一佛谓“知苦无生,是名苦圣谛”。《大般涅槃经》卷十三云:

诸菩萨等解苦无苦,是故无苦而有真谛。

解苦无苦,谓苦只是一种因缘所生的主观感受,没有它的实体,无常变灭,不待断灭,本自空无。《优婆塞戒经·五戒品》谓“深观苦乐其性平等”。苦乐皆从心生、从缘起,心及苦乐,皆无常变灭、无自性、不可得,皆可以随心而转。如此正观苦的本性,则诸苦自灭,真乐现前,而亦不住,是为化苦为乐、超越苦乐。

大乘还要求菩萨应不计自己苦乐,以众生的乐为乐。《维摩经·菩萨行品》谓“不着己乐,庆于彼乐”。

明满益大师教人“视人之苦,犹己之苦;视人之乐,犹己之乐”。菩萨更要以解除众生的痛苦、清净众生为乐。《华严经·十地品》云:

不为自身求快乐,但欲救护诸众生。

为此,菩萨不但要不畏惧度化众生的困难和艰苦,而且要主动代众生受苦。《华严经·十回向品》号召菩萨

发愿“普为一切众生备受众苦，令其得出无量生死大壑”，应于“彼地狱畜生饿鬼阎罗王等险难之处，以身为质，救赎一切恶道众生，令得解脱”。如此为众生受苦时，要“不舍不避，不惊不怖，不退不怯，无有疲厌”。《大般涅槃经》卷十八云：

菩萨摩訶萨为众生故，虽在地狱受诸苦恼，如三禅乐。

菩萨如此以苦为乐，而获得解除众生苦之大乐。深受佛教思想影响的北宋名相范仲淹“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的名言，激励了许多仁人志士。当代一行禅师在《活得安祥》中说：

如果我们与世界上的苦难接触，受到触动，就可能进一步去帮助那些正在受苦的人，而我们自己的痛苦就在此间消失了。

他号召以慈悲心体察世界上苦难者的痛苦，通过各种途径与正在受苦的人接触，使自己和他人对世界上的苦难现实保持警醒，积极致力于痛苦的解救。菩萨的目标，是要予众生有利益的乃至究竟的安乐，《瑜伽师地论》卷三五说，对众生虽然爱乐但没有利益甚

而有害的安乐，菩萨应劝其舍离乃至以方便剥夺，对众生虽然不喜但获得利益所必要的苦，菩萨应劝其接受乃至以方便给予。

《大英百科全书》在解释“悲观主义”时说对：

早期佛教思想是一乐观主义，它可以和西方任何一个乐观主义相媲美。……真正的佛教徒热切地期待着享受永久的喜乐。

当代弘扬“人间佛教”的大师们，更提倡活得快乐。“给人欢喜”，为佛光山的响亮口号。星云大师《徒众讲习会开示》说：

人间佛教提倡喜乐的人生，要在快乐中修行，希望每个人都能在现世就能现证法喜安乐。

一行禅师说：应想到情绪的传染性，如果自己是痛苦的，也会使别人痛苦；如果我们安祥愉快，也会使别人愉快，自己的生命会像花一样绽放，给家人、其他人以快乐安祥的濡润。一个发愿“利乐有情”、行大乘菩萨道的人，不仅为自己，而且也应为家人、众生、社会着想，保持安乐，用自己的安乐去安乐世间。

山西省佛教协会赴左权县开展扶贫济困活动

本刊讯 1月22日，山西省五台山佛教慈善功德总会会长根通法师，省佛教协会副秘书长魏文星、常务理事仇天运一行5人，带着广东佛教界人士捐赠的2万元扶贫善款，前往革命老区左权县向民间盲人宣传队（第六代传人）14名队员和部分乡村贫困户捐赠现金、棉衣和面粉。

左权县在1938年就组建了盲人宣传队。66年来，没人能说清楚有多少盲人曾经参加过这支宣传队，但提起他们来，没有不知道的。他们虽然看不到这个五彩的世界，但一代又一代的艺人们前仆后继地宣传抗日，宣传党在各个历史时期的方针政策，宣传改革开放，平均每年演出200场以上，他们的足迹踏遍全县每一个角落。盲艺人

们用地道的方言演唱原汁原味的民歌和乡土乐曲，他们还应邀在首都的舞台上做专场演出，受到首都音乐界高度评价。这次根通法师等一行雪中送炭，向“盲宣队”14名队员每人送上一件价值100多元的军用棉大衣和900元现金，祝愿他们身体健康，过一个愉快的春节。队员们感动得热泪满面，不住称谢，并向根通法师回赠了“生慈悲心境，奏和谐乐章”的锦旗。

当天下午，山西省佛教协会和山西省佛教慈善功德总会还为该县粟城乡苏亭村、石匣乡上北垢和下北垢三个村贫困户老乡送去60袋面粉，向革命老区群众送去了关爱和温暖。

（刘戊忠、魏文星）