# 一切事物都有其因果 ｜ Lisa老师每日分享（2019.03.14）

在日常生活中，我们用很少知识就可以过生活，所以在平常的生活中，不需要高深的智慧，只要能处理日常事务即可。

但如果想遵循佛陀的教导去生活，我们必须更深入，必须觉知当下所发生的事和每个念头的生灭。如果真的用心专注修习内观禅，就会发现，无常是生活的一部分；这比起表面接受一切都是无常的或呼吸是无常的，要深入得多；我们会深深地了解无常与我们有关的真理，并能体会到苦。

我们一再体会到苦，知道内心深处的不安，知道自己花了多少年去追求外在的事物。我们责备他人，认为自己的苦是他人造成的，却忘了别人和自己一样，内心也一样不安。我们找一些理由来解释内心的不安，这些表面的原因，只解释表面的经验，无法说明内心深处的烦恼，因此无法根除苦。觉知到无常和苦是非常重要的，不但要在自己身上看到无常和苦，也要在每一件事物中看到无常——大自然的一草一木都在显现无常的真理，每天都在无常中，时钟的数字在变动，无常就显现在时钟上。时间一分一秒地流逝，而我们怎么可能是静止的呢？身体和时钟一样，每分每秒都在变化，知。

一切事物都有其因果，通过修习才能离欲，离欲对行者在生活上有重大影响。有时我们舍弃了某种欲望，自以为已经离欲，实际上并没有，所以当其他欲望生起时，不要感到讶异，因欲望未完全出离。所以仍要持续努力在内观禅上，当所有欲望的燃料耗尽时，才会熄灭。

但凡夫喜欢欲望，一直在追求。那只好等待，或是今生，或是来世，或是过了一百世以后，谁知道？或许就是明天。因此，当下最值得做和最应该做的事，是对生命的态度改变——心才会改变，对事物的看法也会大大不同。禅修得越好，心变得越清明，越能看清生命的真相，大部分人都生活在自己创造的世界中，希望世界是他（她）们想象的一样，然而现实和想象的并不相同。

坐禅也一样，所以许多人不快乐，在禅坐里总是逃避、想象、虚妄作假骗自己。你看世间的富人，从来不感到满足，烦躁和自杀的大有人在。或许是对于有些事没有对治的方法，因为想象和现实有一大段距离。重要的是，如果自己真的知道要怎么样做，就要赶快去做，因为纯有知识不会带来改变。

佛陀在《布咤婆楼经》中说道，离欲可以导致寂止、平静和证悟。[[1]](#footnote-0)如果心中有贪与嗔，是无法超越自己的，因为心被贪嗔所困，当我们的念头不停打转时，我们最能感受到这点，因内心充满各种想法和见解，只要心中有贪嗔痴污染，自己就永远无法平静，也无法体验到高超的意识境界，因此，你禅坐着时做什么，只有自己知道，要用心省察和反思。

很多人以为自己已经修行了很久，但为什么没带来幸福和好运，离心的想象越来越远？是不是被错误的念头和见解误导太久，歧途己走得太深，方向错了？

当然是脚踏错了地方，无论走多远，与目的地的距离只会渐行渐远，一开始出发点错了。

修行不是求，是自己要有正确的知见和见地，要反思自己的思维方式。

应该明白，认识错误在当下，就是改正错误的最佳时机，相信一切都来得及。修行是舍心，放下才真慈悲，无我、忘我，没有什么是你的，了解这一点，离道更近，更自在，走向大道上。因此，内观智慧禅不要修错，很重要。

# 繁体原文：

在日常生活中，我們用很少知識就可以过生活，在平常生活上，不需要高深的智慧，只要能處理日常事務即可，而遵循佛陀的教導，我們必須更深入，必須覺知當下所發生的事和每個念頭的生灭，如果真的有用心專注的修習內觀禅，就会發現，無常是生活的一部分，这比起表面接受一切都是無常的，或呼吸是無常的，要深入得多，自己会深深的了解無常与我們有関的真理，和体会苦，我們一再体会到苦，知道內心深處的不安，知道自己花了多少年的時間去追求外在的事物，我們責備他人，認為自己的苦是他人造成的，忘了别人和自己一样，內心也一样不安，我們找一些理由來解釋內心的不安，这些表面的原因，只解釋表面的經驗，無法說明內心深處的煩惱，因此無法根除苦，覺知到無常和苦是非常重要的，不但要在自己身上看到無常和苦，也要在每一件事物中看到無常，大自然的一草一木，都在显現無常的真理，每天都在無常中，時鐘的數字在变動，無常就显現在時鐘上時間一分一秒过去，而我們怎麼可能是静止的？身體和時鐘一样，每分每秒都在变化，知。

一切事物都有其因果，透过修習才能離慾，離慾对行者在生活上有重大影响，有時自己捨棄了某種慾望，以為巳經離慾，所以當其他慾望生起時，不要感到訝異，因慾望未完全出離，所以仍要持續努力在內觀禅上，當所有慾望的燃料耗盡時，才会熄滅，但凡夫喜歡慾望，一直在追求，那只好等待，或許今生，或是來世，或是过了一百世以後，誰知道？或許明天，因此，當下最值得做和最應該做的事，对生命的態度改變，心才会改變，对事物的看法也会大大不同，禅修得越好，心会变得更清明，越能看清生命的真相，大部分人都生活在自己創造的世界中，希望世界是他她們想像的一样，然而現實和想像的並不相同，在坐禅也一样，所以許多人不快樂，在禅坐里總是逃避，想像，虚妄作假騙自己，你看世間的富人，從來不感到滿足，煩躁和自殺的，大有人在，或許知道有些事，但沒有对治的方法？因為想像和現實有一大段距離，重要的是，如果自己真的知道要怎麼樣做，就要趕快去做，因為纯有知識不会带來改變，佛陀在，布吒婆樓經中說道，離慾可以導致寂止，平靜和證悟，如果心中有貪与嗔，是無法超越自己的，因為心被貪嗔所困，當我們的念頭不停打轉時，我們最能感受到这点，因內心充滿各種想法和見解，只要心中有貪嗔痴污染，自己就永遠無法平静，也無法体驗到高超的意識境界，因此，你坐著做怎麼？只有自己知了？要省察和反思，用心，

很多人以為自己，我已經修行了很久？但為什麼冇带來幸福和好運，離心的想像越來越遠？是否被錯誤的念頭和見解誤導太久？歧途己走得太深？方向錯了？當然是腳蹅錯了地方？無論走多遠，与目的地的距離只会漸行漸遠？因一開始出發点錯了，修行不是求，是自己的無正确的知見和見地，反思自己的思維方式，應該明白，認識錯誤在當下，就是改正錯誤的最佳時机，相信一切都來得及，修行是捨心，放下才真慈悲，無我，忘我，無怎麼是你的，了解这一点，離道更近，更自在，走在行道上，因此，內觀智慧禅不要修錯？很重要

*注：简体版使用Microsoft Word翻译功能，编辑再进行简单的标点符号加工和个别简繁转换的特殊字替换，任何问题请给网站留言指出，谢谢。*

1. 参考如下两份译文（一）北译《长阿含经》28章《布吒婆楼经》梵志又问：“云何为义合、法合？云何为梵行初？云何无为？云何无欲？云何寂灭？云何止息？云何正觉？云何沙门？云何泥洹？云何名记？”

   佛告梵志：“我记苦谛、苦集、苦灭、苦出要谛。所以者何？

   此是义合、法合。梵行初首、无欲、无为、寂灭、止息、正觉、沙门、泥洹。是故我记。”

   （二）南传《长部》的《布吒婆楼经》(28)“世尊！于此等何故不记说耶？”

   “布吒婆楼！此等不适合于义、不适合于法，而且非根本梵行，又不导于出离、离欲、止灭、寂静、证悟、正觉、涅槃也。是故我不记说也。”

   (29)“然者，世尊，世尊所记说者何耶？”

   “布吒婆楼！我所记说者，“此是苦也。”

   布吒婆楼！我所记说者，“此是苦之集。”

   布吒婆楼！我所记说者，“此是苦之灭。”

   布吒婆楼！我所记说者，“此是导苦灭之道。”” [↑](#footnote-ref-0)