

四無量心的粗解

趙曾珏

一九八三年十二月六日，本人應紐約中華文化復興促進委員會之邀，講大乘佛法中的『慈、悲、喜、捨』四無量心。因為時間關係，只能做一個初步的解釋，敬請各大德的指教。

I 佛法的大前提——注重人生的價值

佛法之基本問題，在我們對於人生價值之看法。如魯濱生祇有一個人留在荒島上，試問人生的價值從何說起？人世須能相互欣賞，然後方可談價值。不但人與人，即人與動物，均須互相欣賞，然後能發揮相對的價值。我家裡飼養一頭小貓名「雪球」，我們一直招呼她，當她與人類一樣，她特別高興，發揮她的靈性，與我們接觸。今冬她已十四歲半病故，我們非常感傷，因為我們對她，她對我們，都能互相欣賞之故。

假定我們用兩種想像，來瞭解佛法對於人生價值的看法：

(一)獨立無關的

(二)依他緣起的

那末，我可以說(一)乃小乘的看法，只求自己的解脫，不問大眾的痛癢，他的修持目的，只為自己個人，所謂「自了漢」。這不能代表圓滿的大乘佛法。

大乘佛法的基本原理是建於『依他緣起的』。就是世界上一切事物和人類是相互依賴的。沒有單獨可以生存的，佛陀所倡說的：「此有故彼有，此無故彼無。」，所謂互依互存 (Interdependent) 的意義。

II 修『四無量心』及其意義

佛法的修持，不尚空說，貴在日常生活中實行，就是要在我們生活，不知不覺中，能身體力行人類互依互助的精神。我特別提出要修習大乘佛法的「四無量心」。他所以稱為「無量心」，因為這無量心可應用於宇宙間的一切事物，就是：

(1)慈 與樂

(2)悲 拔苦

(3)喜 隨喜

(4)捨 平等

現在且分別說明我人若能了達，自不難身體力行。

法在日常生活

學佛者應注意日常生活
和工作精神。

生活要有規律，並求優美，
工作須積極和傑出。

目的：不是求維持現狀，

須日精一日。

日進一日的發揚

慈悲喜捨

在我們的日常生活之中。

(1)「慈」爲與人以樂。佛教中不用愛，而用慈。因爲愛有偏愛，如男女的愛，佔有的愛，可能由愛而生憎，所以用慈，發展慈心，徧及一切，亦超乎一切的。但慈心發起，須有先決條件，這條件就是懂得愛護自己，才能將愛護自己的心推及於他人，才後可以「與樂」。假使一個人，一天到晚，在愁眉不展中，怎能與人以樂。所以慈愛實含有自立立人的意思。真正的慈心要立身行事，要做世界世間的種種善事，不但又利益自己，要利益一切衆生，同得快樂和福祉。如科學家及工程師的發明電燈、電話、或像巴士德的發現細菌，使人類得以防疫，這種種就是無量的慈心，其他可以類推，務期能濟利衆生，不論範圍大小，這就是慈心。譬如，在我國首創國貨工業的方液仙、陳蝶仙先生，就具極可佩服的慈心。

(2)「悲」爲拔人之苦，就是拔除衆生之痛苦。修習悲心在佛法中太重要了，姑且扼要的分三層說明：

a 一般的悲心爲人類一般應具的德性，儒家的所謂以「仁」爲體的良知，是人人所共有，而且是廣大圓滿的。孟子所謂「惻隱之心，人皆有之」。世法與佛法，理無二致。所謂以仁格仁，佛教與儒教實同一趨向。

b 佛教認識世間衆生的苦難無量無邊，我們可以見到世間，無分時間空間，隨處皆有苦難。所以學佛者的決心在首發「菩提心」，而菩提心的根本就是「悲心」。悲心的大用爲拔苦。大乘的菩薩道乃以救拔衆生的苦難爲中心。這種悲心，是我人對於一切衆生而起的慈悲，不分親疏，不分老幼，不分種族，不分男女，不分階級，忘了自己的生命，不顧一切危險要能救拔他人。所謂：「佛不入地獄，誰入地獄」就是這種大悲心的表示。

c 大悲心更進一步的發展，就是要拔救衆生的「大苦」。這大苦就是世界大戰，大屠殺如原子戰爭，壞滅人類，佛教的大悲心

要以悲智雙運，能點悟世界上的權威和一切衆，能大徹大悟，發現本來自性，就是人人皆有的「佛性」。善用政治外交的方式，爭取世界的和平康樂，拔除世界人類戰爭的大苦。

(3)「喜」隨喜，就是見他人有歡喜之事，自己亦應歡喜，見他人有小的高興，自己亦應隨同高興。他人有大的喜事，也隨着喜歡，這是不容易做到的事，因爲一般人對於他人有喜事會生妒忌之心。但佛教提倡隨喜，我人應發揚這種隨喜的精神，英文所謂 Sympathetic Joy。此種隨喜精神的發動，可先從易地而處的心理上設想而訓練。譬如，他人如獲得工作上的成就獎而歡喜，你如在他的地位，當然亦異常的歡喜，應當發共鳴的隨喜而慶祝他。也許因你的鼓勵，他有更上一層樓的發明。也許因爲他的發明，有助於你的思考和研究，而促你的成功。因爲人們是互助的，互利的。

(4)「捨」有很多不同的解釋，但在大乘佛法中無量心的主要意義是「平等」觀。就是我人須將無始以來的差別見，易以「一視同仁」的平等觀。這種平等好比日光的普照大地；它對於美麗花朵要照，對於醜的小草，一樣平等無二的溫暖的照，不減少熱力和光輝，這就是無貴賤，無高下，無智愚，無分別，總括一句，就是無二相。「捨」更進一層意義是，能對待「怨、親」平等，能修持無量大的氣度。

III 貴在實行

佛法本應離言說，上面所簡略說的「四無量心」，學佛者可從小規模的做起，漸次發展，唯視我人力之能及。因爲這四種心，本來是我人的自性，即楞嚴經所稱的『妙圓明心』，每個人所具備。即在我們的日常生活中做出發點，最易着手，慢慢地會接近我人的本性。愈是能接近發展我們的本性，愈能向成佛之道前進。我們決不能以小善而不爲，須隨時隨地，自淨其心而無言的邁進，修四無量心，是修習成佛的最好起點。

(註) 紐約文復會爲紐約中華文化復興促進委員會之簡稱，自一九六八年成立已十五年，前頁所附爲本人親筆所寫發給聽衆互勉的。