

超凡入聖

人，為什麼要修行？修行的目的是什麼？

一般的人生價值觀，不外是成就一番豐功偉業，賺得萬貫家財，或是作大官，享名利，擁權勢……。但這些榮華總有消失的一天，當人生走到盡頭時，一切都是空的，什麼也帶不走。其實人生真正的價值是找到自己的身後去處，才不會在大限來臨時不知所措，驚慌害怕，這才是修行的目的。

佛教有所謂的十法界，由上而下分別是：「佛、菩薩、緣覺、聲聞、天、人、阿修羅、畜牲、餓鬼、地獄。」前四者為「四聖」，後六者為「六凡」。「人」正位於中間，在「人」以上，是不同程度的福報，在「人」以下，則是不同程度的災難與苦厄。當我們還是人的時候，就要藉由修行來消除過去生中所造罪業，然後我們過世以後，才能到比較高的法界去。也即是「佛、菩薩、緣覺、聲聞、天」的法界去。即使下一世再投胎為人，也會更聰明，更有福報。但如果是造作了惡業，如殺生、打鬥、

◎ 美國全真道院 張邦彥

殘殺……等，就會到比「人」還低的「阿修羅、畜牲、餓鬼、地獄」去。所以我們一定要在此生有限的生命中，藉修行自己來為將來的去處來鋪路，也就是所謂的「超凡入聖」。

我們應該如何修行呢？以達成「超凡入聖」的願望呢？其實很簡單，就是在我們這一生中，隨時隨地要學習作一個正正當當的好人。如何作呢？後學以下列幾點來與大家共同學習修行。

第一、學習認錯：

人常常不肯認錯，凡事都說是別人的錯，認為自己才是對的，其實不認錯就是一個錯。

認錯的對象可以是父母、朋友、社會大眾、佛祖，甚至向兒女或是對我不好的人認錯，自己不但不會少了什麼，反而顯得你有度量。學習認錯是美好的，是一個大修行。

第二、學習柔和：

人的牙齒是硬的，舌頭是軟的，

到了人生的最後，牙齒都掉光了，舌頭卻不會掉。所以作人身段要柔軟，人生才能長久，硬了反而吃虧。心地柔軟了，是修行最大的進步。

一般形容執著的人說，你的心、你的性格很冷、很硬，像鋼鐵一樣。如果我們能像禪門所說的調息、調身、調心，慢慢調伏像野馬、像猴子的心，讓它柔軟，人生才能活得更快樂、更長久。

第三、學習忍耐：

世間常說：忍一口氣，風平浪靜；退一步，海闊天空。忍，萬事都能消除。忍就是會處理、會化解，用智慧、能力讓大事化小、小事化無。有了忍，可以認清世間的好壞、善惡、是非，甚至接受它，忍也是一種美德。

第四、學習溝通：

人與人之間的溝通是很重要的，缺乏溝通，就會產生是非、爭執與誤會。小的從婆媳之間的衝突，大到世界大戰，都是由缺乏溝通所引起的。人們從第二次世界大戰後，知道溝通的重要性，所以才創造了聯合國這個溝通平台，讓世界各國在此互相瞭解、溝通，使誤會減低到最少，這樣世界才能維持這五、六十年的和平。所以我們在生活中，也要隨時隨地的

學習如何與人溝通，以免產生誤會，使我們的生活更愉快，更和諧。

第五、學習放下：

人生像一只皮箱，需要用的時候提起，不用的時就把它放下，應放下的時候，卻不放下，就像拖著沉重的行李，無法自在。

人生的歲月是有限的，認錯、尊重、包容才能讓人接受；放下，才能生活的自在啊！

第六、學習生存：

我們常說人生難得。我們有幸生得人，就要好好的保護身體，因為有身體才可以修道修行。《孝經》：「身體髮膚，受之父母，不敢毀傷」，所以保護生命，愛惜身體也是盡孝道的行為。

第七、學習感恩：

我們隨時隨地要懷有一顆感恩的心。如果有感恩的心，對事情的看法就會有正面的思考，往好處去想去，就會感到生活在一個美好快樂的世界。

感恩是一種愛心、菩薩心、菩提心，幾十年的歲月裡，有許多事情、語言感動了我，我也很努力想辦法讓別人感動。希望與各位同修一起共勉，共同學習。