01

# 金剛經與心靈環保

# 目　錄


| 教材範圍 | | 主題 | 子題 |
|---|---|---|---|
| 書籍 | 光碟 | | |
| P.037<br>～<br>P.043 | 光碟 2<br>23’ 14”<br>～<br>41’ 18” | **1. 環保的層面** | 1.1 保護物質的自然環境。<br>1.2 保護人間的社會環境。<br>1.3 保護自我的心靈環境 |
| P.043<br>～<br>P.046 | 光碟 2<br>41’ 18”<br>～<br>47’ 21” | **2.《金剛經》的心靈世界** | 2.1 淨化人心<br>2.2 發菩提心<br>2.3 保護初發心<br>2.4 降伏煩惱心 |
| P.046<br>～<br>P.047 | 光碟 2<br>47’ 21”<br>～<br>50’ 33” | **3.《金剛經》的心靈環保** | 3.1 應無所住而生其心<br>3.2 應如是生清淨心，不應住聲、香、味、觸、法生心。<br>3.3 應生無所住心，若心有住，則為非住，是故佛說，菩薩心不應住色布施。 |
| P.047<br>～<br>P.049 | 光碟 2<br>50’ 33”<br>～<br>56’ 08” | **4.從有到無的心靈環保** | 4.1 普通人的心理活動 – 住於過去和未來<br>4.2 大修行人的心理狀況 – 住於現在的活動<br>4.3 解脫者的智慧反映 – 不住於過去未來現在。 |

# 01：金剛經與心靈環保

| 教材範圍 | | 主題 | 子題 |
|---|---|---|---|
| 書籍 | 光碟 | | |
| P.037<br>～<br>P.043 | 光碟 2<br>23’ 14”<br>～<br>41’ 18” | 1. 環保的層面 | 1.1 保護物質的自然環境。<br>1.2 保護人間的社會環境。<br>1.3 保護自我的心靈環境 |

## 1. 環保的層面

### 1.1 保護物質的自然環境——包括「生態資源的保護」以及「物質資源的保存」。

#### 1.1.1 生態資源的保護——包括對於所有野生動物以及植物的保護。

1.1.1.1 將所有動、植物生存的環境，都看作是我們身體的一部分。

1.1.1.2 共同的生物環境，相互之間都有它自動、自然的調整作用。

＜例＞麻雀與蝗蟲

＜例＞砍伐森林

#### 1.1.2 物質資源的保存

#### 1.1.3 佛教主張要愛護一切眾生

愛護所有動物，所以不殺生。愛護所有物質，所以要惜福。

### 1.2 保護人間的社會環境——包括對家族倫理、社會倫理，乃至於對職業及政治倫理的保障與維護。

#### 1.2.1 倫理的意思

1.2.1.1 尊卑、高下、長幼和先後有一定的次第。

＜例＞聽講的座位有對號。

1.2.1.2 用佛教的語言來講，稱之為「法住法位」，也就是說，每一個現象，都有它一定的位置，我們要加以尊重。

＜例＞師父－做老師的時候像老師，做學生時像學生。

#### 1.2.2 家族倫理

＜例＞惡媳婦虐待婆婆——你如何對待上一代，你的下一代也會如何對待你。

#### 1.2.3 社會倫理——每一個社團都有它的倫理關係。

#### 1.2.4 宗教倫理

＜例＞師徒關係、信徒與出家人的關係、職務職位倫理、戒臘倫理。

## 1.3 保護自我的內在環境——包括心理活動和精神活動。

### 1.3.1 心有染淨真妄之分

「染」是煩惱，「淨」是智慧；受幻境的迷亂，就是「妄」，證得諸法的實相無相，就是「真」。

### 1.3.2 無我、無相的精神活動才是解脫自在的智慧功能。

| 教材範圍 | | 主題 | 子題 |
|---|---|---|---|
| 書籍 | 光碟 | | |
| P.043<br>～<br>P.046 | 光碟 2<br>41’ 18”<br>～<br>47’ 21” | **2.《金剛經》的心靈世界** | 2.1 淨化人心<br>2.2 發菩提心<br>2.3 保護初發心<br>2.4 降伏煩惱心 |

## 2. 《金剛經》的心靈世界

### 2.1 淨化人心 – 心靈環保由人心淨化作起。

#### 2.1.1 心靈環保便是人心的淨化

由人心的淨化，推展到社會環境及自然環境的淨化，始能落實、普遍、持久。

#### 2.1.2 轉煩惱心為清淨心即是心靈環保

要把我們的心清淨，必須將煩惱心淨化，成為智慧心，這就是心靈的環保。

#### 2.1.3 保護我們的心靈環境，必須從人心的淨化做起。

### 2.2 發菩提心 – 人心的淨化必須放下自私自利，也就是學習菩薩精神。

#### 2.2.1 放下自私自利

確信利人便是利己，故當如金剛經所鼓勵的「發阿耨多羅三藐三菩提心」，也就是要發成佛的無上菩提心。

#### 2.2.2 學習菩薩精神 – 以利他為利己

#### 2.2.3 智慧與慈悲兼顧

利他行，並不等於做濫好人，必須智慧與慈悲兼顧，方能使我們的世界真正的淨化。

### 2.3 保護初發心 – 發了無上菩提心，要保護他，不要退心。

這就是《金剛經》說的「云何應住」，就是說要住於無上菩提心，不要忘記自己最初所發成佛的願心。

### 2.4 降伏煩惱心

安住在無上菩提心，必須知道如何處理如猿如馬的虛妄煩惱心。這便是金剛經最重要的主旨。

| 教材範圍 | | 主題 | 子題 |
|---|---|---|---|
| 書籍 | 光碟 | | |
| P.046<br>～<br>P.047 | 光碟 2<br>47’ 21”<br>～<br>50’ 33” | **3.《金剛經》的心靈環保** | 3.1 應無所住而生其心<br>3.2 應如是生清淨心，不應住聲、香、味、觸、法生心。<br>3.3 應生無所住心，若心有住，則為非住，是故佛說，菩薩心不應住色布施。 |

## 3. 《金剛經》的心靈環保

### 3.1 應無所住而生其心

也就是不在乎自我的利害得失；以無私無我的智慧，處理一切事物。

### 3.2 應如是生清淨心，不應住聲、香、味、觸、法生心。

**3.2.1 我們行布施、做好事、慈悲心發起的時候，不要有一定的對象。這樣心靈才能得到清淨，這樣做布施也才不會生煩惱心。**

**3.2.2「色」就是一定的對象，「聲、香、味、觸、法」是各種聲音、氣味、味道、感觸及想法、觀念。此六者合稱六塵，都需要擺脫。**

### 3.3 應生無所住心，若心有住，則為非住，是故佛說，菩薩心不應住色布施。

菩薩應該住於菩提心，菩薩之於利益一切眾生，也應該如是以「無住心」布施。

| 教材範圍 | | 主題 | 子題 |
|---|---|---|---|
| 書籍 | 光碟 | | |
| P.047<br>～<br>P.049 | 光碟 2<br>50’ 33”<br>～<br>56’ 08” | **4.從有到無的心靈環保** | 4.1 普通人的心理活動 – 住於過去和未來<br>4.2 大修行人的心理狀況 – 住於現在的活動<br>4.3 解脫者的智慧反映 – 不住於過去未來現在。 |

## 4. 從有到無的心靈環保

### 4.1 普通人的心理活動 – 住於過去和未來

如果只是想到過去、未來，「現在」又如何做得好呢？

### 4.2 大修行人的心理狀況 – 住於現在的活動

重視現在的努力，不會老是怨天尤人，也不會因為別人的得意失敗，而在一旁空歡喜、徒悲哀。

### 4.3 解脫者的智慧反映 – 不住於過去、未來、現在

#### 4.3.1 也就是金剛經說的「過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得。」

解脫者心無所住，就是「無相」、「無我」，也叫「解脫」。我們大家做不到，卻知道有這麼一個境界。所以要修行，至少要能夠做到「住於現在的活動」。

# 討論題目

1. 環保的層面有哪三個？
2. 如何保護物質的自然環境？
3. 如何保護人間的社會環境?
4. 何謂「正報」，何謂「依報」？
5. 佛教說的「法住法位」是什麼意思？如何從「法住法位」的角度來看社會倫理的維護？
6. 如何保護自我的內在環境?
7. 為何以自我為中心的，便是染的、妄的、煩惱的？
8. 師父所說的心靈環保便是人心的淨化。為什麼要由淨化人心推展到社會環境及自然環境的淨化，才能夠落實、普遍、持久？
9. 請簡述何謂《金剛經》的心靈環保？
10. 師父說「解脫者的智慧反映，就是不住於過去現在未來。」為什麼？
11. 我們雖然還做不到「不住於過去、現在、未來」，至少要能做到怎麼樣的境界？