

## 最快樂的人 — 聖嚴法師

禪定能讓我們的身心暫時放下負擔，享受完全的舒暢和放鬆。因此，追求定樂的人常常喜歡回到定中，不喜歡和塵世接觸，導致厭世的結果。他們很可能長期隱居在深山裡一直打坐，然後就在山裡坐化、死亡。

然而，在定中死亡並不代表已經得到解脫。雖然他有禪定的功能和力量，可以暫時拋下色身的束縛，但如果貪愛定中的快樂，死後很可能會選擇升到禪定天，繼續住於定中。然而，經過一段很長、很長的時間之後，等到定的力量消失時，他終究又會回到人間，有時甚至連人間都來不了，反而落到畜生道或其他境界裡去了。

這是因為他在人世時，思想觀念不清楚，沒有做好功德、結好人緣，也沒有很大的福報，只是禪定的工夫很好。所以等到定力退失後，還是會再回到生死之中接受果報。他可能成為神，也可能成為鬼，但無論如何，都還是在輪迴裡，仍然要受輪迴之苦。

這種厭世者的人生觀是消極的，他們沒有救度眾生的心，只知道逃避現實。殊不知凡是逃避現實的人，就像逃避自己的影子一樣，無論走到哪裡，自己的影子總會跟著跑，怎麼甩也甩不掉。因為欠別人的債還是要還，只要定力退失，一樣要回到苦的環境中再接受苦報，所以禪定並不等於解脫。

在佛法的指導中，禪定只是一種過程、一種工具。如果沒有禪定的基礎，人很容易受環境的影響、誘惑或刺激，再加上自己的欲望無法平息，就會製造種種惡業。有過禪定的經驗，就會知道五欲之樂並不究竟，至少能夠少做惡業，也不會心不由己，隨時可以指揮自己的心、掌握自己的行為，不受任何外境影響。我們需要以禪定工夫做為基礎，但是有了這種工夫還不夠，應該要更進一步求解脫。

所謂解脫，就是沒有後顧之憂、沒有後患，而且在觀念上不以禪定的快樂為究竟，明瞭應發願行菩薩道，到人間廣度眾生，以身作則、弘揚佛法，幫助眾生離苦得樂。如果能做到這樣，雖然自己還在人世間和其他人在一起，可是能夠不受環境影響、誘惑，所以不會造業，同時也能夠與他人結善緣，幫助人們離苦得樂。

這個觀念本身就是一種解脫，但這樣的修行並不是為了追求自我突破，或是滿足自己的成就感。行菩薩道的人，完全不考慮自己，只是不斷地努力奉獻，眾生需要什麼就奉獻什麼，他不為自己爭取什麼，也不會想要停留在任何快樂的層次或境界裡。不但自己不被他人影響，也不會擾亂他人，可以在人群之中照常生活、照常奉獻。這種人雖然還沒有徹底解脫，但已經得到解脫的快樂。

行菩薩道的人因為還在滾滾塵世中做各種苦差事，所以在旁人眼中，也許會以為他活得很辛苦。其實，能夠不為自己的欲求而奉獻，就算得不到回饋也不計較，這才是最快樂的人！

（選自法鼓文化《真正的快樂》）