

無常觀 — 聖嚴法師

苦的主因是貪，然而我們要知道，生命本身是無常的，環境中任何有形、無形的事物都是無常的，因此失去是必然，又何必不捨或貪求？

所謂有形是指物質，環境裡我們看到的所有現象，譬如山河大地、地水火風，不管值不值錢，每一樣東西都是無常的，都只是暫時性的存在。無形的則是指觀念、想法、思想和信仰。你相信的特定對象，它本身是無常的，而信仰的成分和力量也是無常的，連能信仰的自我也是無常的；也就是說，能信仰的或被信仰的對象都是無常的。

那世界上的珍寶，譬如金子，不是有人說真金不怕火煉？或是金剛鑽是最堅硬、最鋒利的物質，永遠不會消失嗎？其實世界上任何東西都是無常的，只有變得快一些或慢一些的差別。我們的生命、我們的身體、我們的心念，都是無常的。知道一切無常，苦就會少一些，因為少了一些貪欲、少了一些瞋恚。

但是有時觀念上清楚，還是會煩惱：「我知道是無常，但這個『是無常的』是苦的！」此時最好要用方法，而最簡單、最好的方法就是念阿彌陀佛；當你煩惱起，就念阿彌陀佛，一句阿彌陀佛可以解決一切問題。

— 本文摘錄自法鼓文化出版《聖嚴法師教淨土法門》