

## 知苦、體驗苦、不以為苦

佛法對「苦」有相當多的闡述，它將人生分為生、老、病、死等四苦，再加上愛別離、求不得、怨憎會、五蘊熾盛等，就形成了「八苦」。離苦、滅苦是學佛的目的，然而在離苦、滅苦之前，最重要的還是要先「知苦」。

佛法中對於種種苦的分析，可以幫助我們瞭解苦形成的原因。然而，如果僅止於文字上的瞭解，即使將這些名詞念得滾瓜爛熟，也無法真正體會苦的真義。如此一來，佛法只不過是一般的知識，產生不了什麼力量，遇到討厭的事情，還是會瞋恨；遇到喜歡的事情，還是會貪愛，照樣還是在貪、瞋、癡、慢、疑種種煩惱心中打轉。對「苦」的本質仍然一無所知，是不可能遠離痛苦的。

有的一切，即使是生命本身都是短暫的，更何況是身外之物呢？所以從此以後，任何苦難都再也威脅不了他，也不再覺得痛苦了。

由此可知，菩薩必定是在受苦受難之中產生的。因為他是過來人，再大的苦難他都受過了，所以當他身處苦難之中時，一般人都覺得受不了，但是他仍不以為意，不覺得痛苦或困難。而且他是為了救度苦難的眾生，才到苦難中來，所以並不覺得自己是在受苦，像這樣的人，都有著偉大的人格情操。

可見，如果我們想要知苦、體驗苦，從苦難之中瞭解苦難根本不存在，或者是接受苦而不以為苦，都必須要有相當的人生歷練，這並不是人人都做得到的。身為一個修行佛法的人，如果想要離苦、滅苦，也相當不容易，一定要透過不間斷的修行，才能跨越層層身心的障礙，從而超越所有的苦難。