

第一单元：痛苦的来源

男主持人：大家早！欢迎各位长老、各位宗教界的领袖，来参加我们今天这个很有意义的座谈会。我们今天座谈会的主题，就是在千禧年我们怎么样来推动、促进社会大众心灵的净化以及心灵的提升。我想各位都是宗教界的前辈及领袖，希望经由各位领袖、各位前辈的对谈，能给我们大家听众有点启发，让我们在心灵的净化及提升方面有所进步。

首先我先介绍一下自己，我的名字叫郑建宏，专业是临床心理学，目前服务於「亚太家庭服务中心」，负责两种青少年的辅导计划，非常高兴今天能够邀请到各位来宾来参加。现在我想请另外一位主持人来介绍自己。

女主持人：我来介绍一下我自己，我的中文名字叫张静，我的英文名字叫玛莉亚竺。我是南加大教育学院的心理辅导硕士，目前是在洛杉矶一家基督教所办的家庭服务中心做心理辅导的工作。我今天也非常荣幸能够聆听各位的指导，跟各位有所沟通。

男主持人：我想很简单的介绍一下我们今天的主办单位，我们今天的主办单位是「洛杉矶净宗学会」。净宗学会是一个非营利性的宗教团体，主旨是希望能够弘扬佛教的净土法门。他们在提供人力、财力、物力以及场地方面，做了非常大的贡献。对社区的交流跟不同团体之间的沟通，也做了很大的贡献。我们非常感谢他们今天能提供这样的机会，让这个座谈会能够顺利的进行。

我们今天座谈会主要的目标有三个：第一个是藉由各个宗教领袖不同的对答，能够给我们有些启迪，让我们能够了解现代人在生

活上、在心灵上的挣扎有哪些原因。针对这些原因，我们可以寻求什么样的方式来做一个解脱，做一个解决。再从更积极的方面，怎么样能进一步提升我们心灵进化、心灵层次，这三个是我们希望今天早上能够达到的目标。我想先请玛丽亚介绍部分来宾。

女主持人：坐在我右手边是刘富理牧师，刘牧师是洛杉矶台福基督教会的主任牧师，也是台福神学院的院长。刘富理牧师是帕萨迪那市福乐神学院的文化兼研究哲学博士，就是Intercultural Study的哲学博士。坐在我对面的是满而溢神父，满神父的经历非常的丰富，我简单的介绍一下。满神父是加拿大魁北克省蒙特娄人，耶稣会的哲学硕士，辅仁大学的神学学士，加拿大蒙特娄大学的牧灵神学硕士，这是满神父的学历。满神父在台湾传教有十二年，在台湾传教的时候，做福音传播训练班的导师，也做青年福传会的辅导师。他也带领很多当地青年的社团活动，是台湾耕莘文教院的活动主任、山地服务团的团长。曾经在中国上海佘山神学院任教。另外值得一提的是满神父的中文非常的流利，也会说台语。

男主持人：接下来我再介绍另外两位来宾，第一位就是乔治伯格院长，伯格院长主要是在圣地牙哥一个「基督之光」教会，这个修道院的创办人以及修道院的院长。教会主要的方向是针对及结合基督教以及传统印度教、佛教的思想，开导一些教徒，让他们能够获得平安跟快乐。

最后我很荣幸能够有这个机会来介绍净空法师。净空长老在一九五九年剃度，到现在有四十一年的时间，净空法师本身精通佛教各宗派的经论。不但是佛教各派的经论，对于儒、道、基督教以及伊斯兰等宗教的学说都非常的熟悉，尤其对佛教的净土宗著力更多。法师先后在台湾、香港、新加坡、马来西亚、美国、加拿大、澳洲、西班牙、英国等地倡导净宗，成立净宗学会有五十多所，而且

担任数十间佛教团体及社会团体的领导以及顾问的职务。净空法师现在主要的驻锡地是在新加坡，创办弘法人才培训班，积极的推行佛陀教育，培养高素质佛教后继人才，并且宣讲《华严经》、《无量寿经》、《地藏菩萨本愿经》等。

非常高兴我们有这个机会能够跟各位领袖来做这个对谈。我们这个座谈会最主要的起因，是因为现代人虽然在这种科技发达的社会里面，但是生活非常的忙碌，在多方面都有很多的压力，人际关系愈来愈疏离。这些因素同时影响之下，现代人常常会有一种苦闷，心灵上没有什么寄托。在生活上非常努力来工作打拼之外，在心灵上觉得很寂寞、很空虚，这些是现代人的困扰。我们希望能藉由这个机会，邀请四位宗教领袖来给我们解答，并且给我们提示怎么样面对这些现代生活的压力、怎么样纾解这些压力之外，进一步来提升我们心灵的层次及心灵的健康。

女主持人：刚才建宏讲我们今天讨论主要的目的是如何提升心灵。我自己本身的工作就是辅导跟接触很多不快乐的人、苦闷的人，所以由我的工作我也看到现代的人一些心灵的挣扎。今天这个节目，我想讨论会从满神父开始，从满神父的名字做一个起头。满神父的名字叫「满而溢」，这三个字很符合我们中国人求一个好口彩的习俗，所以相信大家跟我一样，看到这三个字都会微笑起来，说这个名字非常有意思。这三个字是不是代表您很快乐？或是您在追求快乐？我也知道您在中国、东南亚地区、还有美加地区传教很多年，相信您对这些地区的人都有非常深入的接触。开发中的国家，尤其是美加地区，跟未开发中国家，或者是开发中国家，就是说东南亚或台湾地区的人，这些一般民众的痛苦，心灵的苦闷，是不是因为物质生活的条件有所不同？可不可以请您做一个说明。

满神父：我想很多人他们的痛苦，不光是物质方面的。因为无

论是在发展中国家，或者是所谓已经发展的那些国家当中，物质只不过是我們的一部分痛苦的来源，我想最重要的还是我们自己心灵的痛苦。这些我想不分什么时代，也不分什么国家，也不分什么文化，只要我们都属于人类。我想基本上这是因为人类，就是我们现在在地球上的生活，面对很多的痛苦、很多的困难，我们对这些自己心里面的一个反应。有的时候我们也不知怎么样处理这些问题，结果就是我们自己来解决这些问题的时候，反而火上加油。所以基本上也应该是对我们人、对人生有一个清楚的了解，要不然我们自己很多的问题，就不知道怎么样处理，而且也不会有什么解答。然后你追求幸福，追求真正的快乐，或者能够有一个心灵的平安，也就是生命的圆满，都不能够得到答案。

我是天主教的一个神父，对这些问题也有我们自己一个从天主（造物主）来的答覆，这个等一下我们可以多谈一点。不过基本上我想，发展中国家，与所谓进步的国家，基本上问题有所不同，可是我们面对痛苦、面对问题都一样。

女主持人：您的意思就是说，当我们面对痛苦，在我们追寻的时候，没有答案的时候，就是苦闷的来源，跟物质生活的丰富与否是没有关系的。我知道您在台湾传教的时候，接触很多年轻人，带领他们。也知道您现在在南加大UCLA和旧金山地区也是带领大学生。我相信您传教的时候，也接触各个不同年龄层次的人，不知道不同年龄层次的人，他们苦闷的来源是不是有不一样？好比像我自己，目前我的儿子在升学，我知道他很苦闷，因为我给他很大的压力，可是我自己以前在台湾升学的时候，也有这个压力。所以不晓得每一个不同年龄层次的人，是不是有不同苦闷的来源？

满神父：会有不同的，因为他们现在的经验也不一样。比方说刚刚出生的孩子，他还不会说话，连我们自己刚刚出生的经验，我

们也不太清楚，忘了，对不对？可是一定有痛苦、有苦闷。以后比方说是发育期的时候，你青年的时候，或者结婚以后、年老的时候，当然就是整个人生，不管是一刹那的，有长短的不同，所以不同年龄、不同性别，比方说同一个年龄男的、女的，面对的困难也不一样。我觉得除了刚才我们所说的不同文化、不同国家、不同背景，还有就是不同年龄，这都是我们人的经验当中所面对的困难。所以，有的时候，你年轻时候不能解决的问题，可是年纪大了以后，就可以解决；有的时候，你年轻时解决的问题，可是下一个问题你碰壁了，也没办法找到一个不但令你满意的答案，而且真正能够使你得救，脱离了痛苦。

女主持人：接下来我想问一下刘牧师，因为我们都是移民，我自己本身是移民。我知道刘牧师在洛杉矶地区做牧养教会的工作有二十五年，您成立「台福教会」主要的宗旨，就是看到移民的需要。我知道「台福教会」在洛杉矶地区，为洛杉矶地区的华人提供了非常多元化的服务，不论是他们精神、心灵上，甚至实际生活上的一些问题，「台福教会」都给他们提供服务。我自己来到美国都会碰到所谓cultural shock，就是文化的冲击，新的文化跟我们自己旧的文化之间的冲击。我相信您在牧养教会接触这些新移民的时候，一定会碰到这些问题。可不可以请您谈一谈，移民在新旧环境之间，所碰到的一些生活苦闷的来源。

刘牧师：我常常这样感触，移民如同移植一盆花或一棵果树，移植过来，我们不晓得它到底能不能在新的地方长大、结果。我记得有一个经验，买一棵白桃树，在美国常常可以去买果树，就挖了一尺宽一尺深的坑把这个放进去，上面把三分之一的枝子剪掉，然后就浇水。种完以后，我就把枝子丢在一个水桶。过了两三个礼拜

，我发现这棵白桃开花了，就很高兴今年有白桃可以吃了。可是没有想到在水桶里面的那些枝子也开花，我知道这个枝子在水桶里开花是不会结果的。但是我不晓得这个到底一样不一样，这产生问题。

移民，我们从原居地来到这里，我们来的时候，假如是移民，不是把家当全部都带来，一定是这个卖，这个拿掉，把需要的带来，台语叫做割土条，就是把它弄一点来。可是这个足够在新的地方长下去吗？所以我们产生许多问题，文化的问题。刚才满神父说，其实痛苦都是一样的，本质一样。移民是为了更好的地方，改一个更好的环境。我们的背景，可能因为我们的生活环境我们觉得不行，孩子们教育的问题，还有政治的问题，政治的不安定，以前所谓的白色恐怖，使许多人赶快搬一个新的地方。可是没有想到搬一个新的地方，产生许多问题。

我记得在纽西兰看到一个家庭，她说晚上不敢下来，因为在新的环境语言不通，不敢下来，有这样的太太。在纽西兰的移民就发现那边没有工作，先生最后就回到台湾、香港去工作。有一天我发现，两、三条街有二十几家的移民，竟然只有两个家庭有先生在那边住，孩子都是青少年，就是正需要有父亲在的时候，可是没有想到只有母亲。所以每一次母亲就打电话，「我向你爸爸讲。」她向我讲以后，她说：「你知道上个月我的电话费是多少？」当然我不知道，她说是台币十万。那时是十年前，台币十万，那时是二十五块对一块钱，所以是四千块美金。可是这个孩子一定要爸爸讲话，他才会听，所以是很痛苦。「太空人」的事情发生了。当她讲台币十万的时候，我就算出来是四千块美金，我也吓了一跳。她发现我吓了一跳，她说我不是最多的，隔壁十二万。这就是移民的痛苦。

相差的时间是五个小时，想到先生十点钟，孩子睡了，应该打

电话给先生，她已经是三点了。晚上没有睡觉打电话给先生，没想到先生十点钟不在，十一点再打一次，到十二点已经是早上五点钟了，没有睡觉打到十二点，发现先生还不在于。以后五分钟打一次，五分钟打一次，你发现这个家庭能平安吗？

移民有这些家庭的问题，台湾一样，东南亚也一样，这边也一样，「太空人」的问题，小留学生的的问题。我们都希望给孩子读好书，可是我们也看到移民的痛苦。已经在常春藤学校被接纳了，可是竟然因为他的道德行为问题，最后因为杀死一个年轻人，到监狱里面去。移民是祸是福？应该是更好的环境，可是因为心灵没有解决，问题还是在。

所以今天讨论心灵的问题，我想是很重要的。移民还有很多的痛苦，有离婚的问题（当然台湾也有离婚的问题），夫妇之间的问题，婆媳之间的问题，世界各地都一样，只要是华人都有这样的问题。所以我想如何解决这个根本的问题，是我们真实迫切需要的。

男主持人：刚刚刘牧师提到一个很重要的观点，就是好像一株花、一棵树在移植的过程，要受很大的牺牲，很长的一段时间来适应，我们必须要把它剪枝。所以一个家庭本来是很健全的，变成不健全了。而且到一个新的环境，在新的文化冲击之下，又产生很多的不安，我们的心不能安。

我想接下来就问修道院的伯格院长，在您的教义，除了圣多玛士基督教教义之外，也融合了印度教以及佛教的思想。对一般人来讲，从您的外观我们也看到，代表基督教、天主教的十字架，手上拿的是代表佛教的念珠。现代人尤其在资讯这么发达的情况之下，我们常常难免会有文化的冲击，东方跟西方文化的冲击。尤其您又是一个文化冲击以及文化融合的基本实践者，因为您的教义就是想要融合这三方面。我想请院长您来谈一谈，一般人在东西文化冲击

之下，会有一些什么样的苦闷？东方文化容易造成什么苦闷？西方文化容易造成什么苦闷？请您跟我们讲解一下。

伯格院长：首先，我想我们必须要了解，快乐及苦难两者完全是内心的问题。例如，某人有一双旧鞋子，他说：我讨厌这双鞋子，它们都磨破了。我感到很悲惨，我走到哪里，人们都会看到我穿这双旧鞋。然后，他扔了它们。一个穷人发现了这双鞋，喜出望外，你看我找到了多么好的一双鞋，我没有半双鞋子，上天多么眷顾我！你看！这双鞋和快乐与不快乐完全没有任何关系，这完全是内心在导航一个人。所以，自然的我们会受苦，当我们认为，我们要从这里到那里才会快乐时，我在这里不快乐，那就是迹象。我在这里不快乐，而我在那里才会快乐，我可能移民到世界的另一角。但我将仍是那样。我有一些朋友去露营，他们有一辆汽车并托著一辆小型的娱乐车，在汽车后面。他们进入一座风景优美的山中，在一个看似野餐的好地方停留，他们下了车，闻到一股难闻的臭味，但是他们找不出那到底是什么。於是他们说既然如此，我们不能待在这里，所以他们又上了车。他们开了一英哩或两英哩多，当他们下了车，仍然是同样难闻的臭味。他们走过四、五个站，然后他们瞧了瞧车子底下，才发现一些可能是之前在路上被碾死的小动物，被卷入轮胎的轮轴内，他们就带著它走遍各个地方。我之所以提到这件事，是因为我的一个好朋友，曾在苏俄过著艰苦的日子，那时用尽各种方法离开那里，最后她做到了。然而，她到了美国却是极端的悲惨。她来跟我说：「我好苦！我是否应该回去莫斯科？」我不觉得我够资格回答一个像这样的问题，所以我请某个比较有智慧的人来解答。答案是：在莫斯科是她自己让自己痛苦，在美国还是她自己自找苦吃，是她自己决定自己悲苦与否。所以，她的问题将伴随她一生，不仅是目前的生活。当我们有小孩时，我们深爱这个小

孩，而且我们会给他东西，看到那个玩具了吗？喜欢那个洋娃娃吗？你喜欢吗？看啊！去玩啊！然后，他长大了一些，他会走路了，跑啊！去玩啊！然后他上学了，学习事实真相，向老师重述事实真相，老师很高兴，於是你得到高分，这会持续几年。几年之后，大学毕业找到个职业，然后他们从未停止去说：「我是什么？」「我是谁？」「为什么我现在会是这个样子？」所以，很自然的这只有困扰，而困扰会导致受苦。从另一个角度来看，如果我没有观念：我是谁，我是什么，我不会是一个理性的人，我会是一个直觉性的人。一个十九世纪法国伟大的哲学家锡拉尼莫斯曾说过，有两种人：理性的人及直觉性的人。不幸的是我们比较倾向直觉性，我喜欢，不喜欢，是的，请给我那个，拿开它，没有思考。如果我连自己是什么样的人都没有想过，这样我将只看见事情的表面。如此一来，我遇见你，你喜欢一首歌，同时你会唱这首歌，而我一生都不曾听过像那样的音乐，我的直觉反应就是我不喜欢它。我不会说，那很有趣，你不是用我常用的唱法来唱。是否有原因使你的音乐形态是这样，是否有什么意义，不，你会听到我唱的歌，并说那太单调太乏味了。他怎么能唱「Oh my Darling Clementine」，你知道吗？因为我和我的内心没有联系，所以我和你就没有联系。因为我不了解我自己的人性，所以我看不见你的人性。我说，看看他穿的那些衣服，你猜他是上哪买的，如果我认为你付了很多钱，他一定是一个很重要的人。什么，我喜欢她的鞋子吗？这就是直觉的，而不是理性的。

女主持人：是的，我想你说的是痛苦来自於我们有「我是什么？」、「我是谁？」、「为什么我是这样？」的困惑。如果我清楚了这三方面的困惑，我们就可以和我们自己的内心取得联系。

伯格院长：是的，而且我们都会看见到那点。

男主持人：刚刚修道院院长提到痛苦的来源，就是对自己内在的状态不是很清楚。我自己是谁，我活著的意义是什么，不是很清楚。我们知道在我们传统的思想，通常是比较内省的。在现代工业发达的社会里面，通常外面的诱惑非常大，在追求这些外在的东西时，很可能迷失了自己的方向，甚至迷失掉「我自己是谁」了。

接下来请净空法师跟我们讲解一下，在传统的社会里面，是不是比较没有这种问题，生活比较不苦闷。在您的看法，是不是现在社会的人比较有这种苦闷，因为他们已经迷失掉「我是谁」了？还是这个问题从古到今都有？

净空法师：在整个佛法里面，这个是中心的问题。世尊当年在世的时候，看到世间人「生老病死」。生老病死是一个代表，也就是代表许许多多广泛的痛苦。痛苦从哪里来的？确实是诸位长老所说的迷失了自己。佛法的教学是把自己找回来，回归到自性，这样才能够离苦得乐。而这个乐不是我们今天概念当中的乐，我们概念当中的乐是苦乐相对的乐，这个乐不是真乐。这个乐在佛法里讲还是苦，因为这个乐不能持久，会失掉，所以不是真乐。真乐是苦乐两边都没有，那才叫真乐。这个问题不是政治能解决的，也不是武力能解决，也不是经济、科技能解决，唯有教育才能解决。所以释迦牟尼佛选择教学，他做一个多元文化社会教育的工作者，为大家来解决这个问题。

女主持人：这就是我们下面一个单元想要探讨的，如何追寻真正的快乐。师父刚才说苦乐是相对的，没有一个绝对的快乐。可是至少我们可以给观众朋友们，或者是看我们这个讨论会的朋友们一个指点，告诉他们怎样追求真正的快乐。

男主持人：快乐的定义到底是什么？我们怎么样去追寻？

第二单元：如何追寻真正的快乐

男主持人：我们刚刚在上一个单元，请各位长老来介绍，跟我们讲解痛苦的来源是什么。在我们这个阶段继续下去之前，我先介绍一下今天担任翻译的高伟杰先生JayGao，他目前是UCLA的研究生，很高兴他今天帮我们做翻译的工作。谢谢你！

刚刚在结束之前，净空法师曾经提到苦跟乐的定义，很简单的跟我们开示，苦乐相对的乐，这不是真乐；真乐是苦乐两边都没有。我希望在这个单元，请各位长老再继续跟我们讲，现代人这么想要追求快乐，不管是我们迷失掉自己而造成痛苦，或者不知道自己内在定位而造成的痛苦。接下来我想请教各位，我们对快乐真正的定义是什么？我想请净空法师首先跟我们讲一下，您觉得快乐的定义是什么。

净空法师：在佛法里面，大家都知道佛法教学的目的，就是离苦得乐。苦从哪里来的？苦从迷惑来的。刚才诸位长老所讲的众生迷失了自己，对於宇宙人生的真相不能够认知，所以产生错误的看法、错误的想法、错误的作法，带来了许许多多的苦难。要解决这个问题，必须要破迷开悟。所以佛法的教学，它是三个阶段：第一个阶段是对初学的人讲，教人「转恶为善」，先从这里做起；然后再提升为「转迷为悟」，我们这个问题就解决了；最后是「转凡成圣」，这是达到最高的目的。

今天我们世间的苦难，最重要的是大家现在的想法错误、看法错误、作法错误。错误是恶，把错误扭转过来，这就是转恶为善。社会、世间得到暂时的安定，不是永恒的，永恒一定要转迷为悟，所以佛法教学的中心是转迷为悟。苦是迷产生的，乐是觉悟产生的。所以，迷悟是因，苦乐是果报，把这个事情搞清楚之后，我们就有方法解决了。

刚才说释迦牟尼佛是王子出生，他为什么不继承王位？因为这

个问题政治不能解决。我们在经典上看到，他年轻的时候，武艺高强，他可以作将军，可以作统帅。这个事情，武力不能解决。现在讲经济、科技都不能解决。我们已经体验到了，经济发达，高科技发展，如果把人文、伦理道德教育丧失了，科技跟经济发展到最后是世界毁灭。这大家都能看到，不能解决问题。

佛的悲心，他在这个世间，这是刚才大家讲的，我们到世间来干什么？佛对这一点了解，我们到这个世间来，我们的心理、我们的身体是为全世界一切苦难众生服务，是帮助他们解决真正问题的，不是为自己。所以一切权位都丢掉，做一个义务的社会教育工作者，这就是我们今天讲的宗教家、教育家，平民教育家。自己的生活，托钵。日中一食，树下一宿，三衣一钵，过最清苦的生活，过最快乐的生活，这种快乐是我们现在世间人体会不到的。

所以这个问题还是要从教育上来解决。这种教育，世界各个地区政府很难做到，学校也很难做到。唯一的方法就是祈求我们现前世界各个宗教里面的宗教家、传道师，能够发展真实的爱心，来从事这个工作，这个世界是可以挽救的。

男主持人：净空法师刚刚跟我们讲，不管是个人或者是宗教领袖应该努力的方向，怎么样来帮助众生去寻找快乐。我想继续请刘牧师以及满神父等，跟我们讲一下，您觉得什么是真正的快乐。

刘牧师：我记得第十世纪的神学家圣奥古斯丁这样说：「上帝！我的心得不到安息，除非在你里面才得到真正的安息。」我在想我们的问题在哪里？我们的问题是整个关系的破裂。其实按照《圣经》，我们所信仰的是上帝创造人类，可是上帝创造人的时候是四种和谐的关系。一个神学家叫Newbigin，他这样说：「和神的关系，和自我的关系，和他人的关系，和这些环境自然界物质的关系，这四种的和谐。」但是当人犯罪以后、自我很重以后，这个关系破

裂了，我和我自己不和谐。看今天有多少人，心理医生那么多，精神医生那么多，就是他有许多的问题，他和自我的问题，自己和里面的我不和谐。和人的问题，刚才所讲的问题，都是人与人之间的
问题产生的。当我和神的关系不和谐，我和自己就没有和谐，我和人就很容易不和谐，然后接著和其他东西也不和谐。

我记得一件很简单的事情，听说有一个作父亲的，下班以前被老板刮胡子，就很闷。他的孩子等爸爸回来就跑去抱著他说：「爸爸回来了。」可是爸爸说：「不要这样。」奇怪，我每天都这样，怎么今天不要这样。他的气就发到孩子那边去。孩子就很不了解，到底怎么样。他的小狗在那边转来转去，他看到小狗就踢它，说：「你不要这样。」小狗就跑掉了。那小狗奇怪：「我每天都是这样，怎么今天不是这样？」那个小狗就找来找去找到猫，就赶快追猫，猫就跳上去，所以这是连锁反应。当我真正的问题是和神的问题没有安息，我就全不能安息，所以真正的幸福是在神里面找到安息。

所以对我的信仰来讲，我在找自我的画像。在哪里找到自我的画像？是神在我身上要给我的是什么画像。在诗篇一百三十八篇第八节，《圣经》这样说：「The Lord will fulfill his purpose for me.」「上帝会成全关于我的事，是他的目的，而不是我的目的。」所以我要找神在我身上的画像是什么。

这个画像从耶稣可以看到，所以我一直鼓励信徒去看耶稣他的言行、他的一切，在他身上找到我应当有的画像，我们每天一点一点在改进，这一点我不像神创造我的画像，当我发脾气的时候不像，当我看见我有嫉妒的时候不像，这些都拿掉，用这样我们就找到神在我里面的画像，那就是幸福，那就是快乐。

女主持人：这个就好像佛法说的佛性，基督的样式就好像是佛

法说的佛性。而且您刚才说找到自我的画像，似乎就是跟净空法师所说「把自己找回来，回归到自性」，是不谋而合。

满神父您是天主教，天主教其实跟基督教的来源是一个，您刚才也提到，等一下可以讨论什么是真正的快乐，如何寻求真正的快乐，可不可以请您做个阐释。

满神父：我想，谈到真正快乐的时候，很多人也在追求一个答案，到底什么是真正的快乐？我知道在历史上，无论在什么地方，可以从古代的苏格拉底，或者是孔子、释迦牟尼佛，很多圣人他们也是在追求这样的一个问题。人恐怕自己也没有办法找到真正绝对的快乐，或者名副其实的快乐的最深的答案，或者真正的定义，除非是创造万有的真神启示给人类的。

所以我们所说的天主教或者基督教，这是神教导我们什么是真正的真理，什么是真正的快乐，什么是真正的平安。我们信仰主的人，是从他的启示。我知道古代中国，常常他们也在讨论天会不会说话。天会说话，而且天跟人类也说过话，到底天说过些什么话。谈论到我们对人的痛苦，我们的不和谐。所以人不和谐的话，就有很多的痛苦，内在的不和，人与人之间的不和，人与天的不和，就是断绝这些基本的关系。

所以现在他来，我们说他不但创造我们，而且他自我启示的时候，启示自己愿意救人类，脱免这些堕落的、不和谐的苦的状况。所以天主他也要用自己很明智的一个教学法，怎么样教导我们人类，他的目的是使整个人类有一天也知道真理，而从他那边知道何谓真正的快乐。

如果按照他自己跟我们讲的话，刚才我听法师说的，我们也要改过迁善，先承认自己有不对的地方。可是我们也知道我们的能力是有限的，所以很多地方我们是无知，我们也需要比我们高一点

的人来告诉我们到底应该怎样。然后就是他自己在我们中间的身教为先，以身作则，就在他身上看到何谓天道的做人。所以从他那边也可以学习，不但这样，他也愿意更进一步的把他自己给我们。他也把他的圣神给我们人，把我们人也提拔到他自己那个神性的平面上，使我们真的能够对他说「父」，对其他的人说「兄弟」，对整个宇宙大自然界，也是他所造的样样都好的一个乐园。我们每个人找到这个以后，在这个世界上真的是帮助他的光普照。我只不过是一个小火花而已，小蜡烛而已，可是积少成多，很多的团结在一起，这样使整个人类，在历史上慢慢的真正的也能够脱离痛苦，可以说跟他断绝关系所产生的种种痛苦。

女主持人：我觉得三位大师的说法，几乎都是不谋而合。因为师父说要悟、要破迷，就是要把你自已迷惑的地方，得到一个清楚的答案。满神父说：要寻求来自上面的答案，至圣先贤，或者是来自神的启示，这样子就会像您说的开悟，开悟以后，您就会明朗，明朗就对自己有所了解。这就跟刚才院长所说的，要时时回光返照你自己，清楚的明白我是谁，我是什么，在哪儿，为什么我现在会是这样。

院长：正如老法师所说的愚痴，我们已经忘记我是谁。非常有趣的是在耶稣教典讲了一个故事，一位独立的年轻人对他的父亲说：「父亲请把属于我的那份财产给我，我要自己处理它，我能处理的。」于是他出了远门，花掉了所有的钱，最后的结局是为一位养猪的农户做工，饿到连猪食都想吃。在故事进行到一半时有一个非常有趣的词句，故事上说，他突然省悟过来，自我思量，他说且慢，在父亲家里什么都有，我不是养猪出身的，我在这里做什么？我们必须具备像他这样的能力，然后说，我要觉醒。这或许对我们多数人来说，是个恼人的事，我们必须要有所行动。有一次我看一个

漫画，有一个醉汉躺在排水沟里，救世军的一位女士正看著他。他说：您能救我吗？或者我必须到别处去。他又说：我要起来了，我要走了。走真正的含义如同耶稣所说的，走到你的小房间，关上门，与你心中的天父单独在一起。大卫以前说过，静则智生，如果我们的内心不平静，如果我们不往内心求，我们就永远不能了知。因为耶稣说：上帝在你的心中。我们都忙於越迈地球，而非在地球上。因为在地球上是有生命的众生，有情的众生。所以，他是在我们内心的，这是我们所忽略的。我想我们是有罪过的。我并不是说外面的东西不重要，但是我认为在众多的宗教传统中，我们的问题是，当我们大家聚会在一起礼拜祈祷时，我们制造出可怕的噪音，现在是非常动听的噪音，甚至是非常有意义的噪音。可是寂静在哪里？平静在哪里？这样的事情发生在世界的议会教会，在新德里的青年议会。一位从南印度来的主教，向我们提出了这个重要的问题。他说多少教堂的人们，知道如何能得寂静？只是寂静而已。既然上帝无处不在，就没有必要抓住上帝带上帝下来。我们只是必须要跪下来觉察，答案还是通过寂静而通达明了。有一句至理名言说：上帝在他的圣殿之中，我们就是圣殿，让整个世界寂静下来。而且，我们可以使我们世俗的部分寂静下来，这样我们才能解决这个问题。

女主持人：所以这寂静的能力，能保持宁静，可能就是我们快乐之源。我们的朋友们都很想知道，既然知道什么是真正的快乐，如何追求真正的快乐，在追求真正的快乐的过程当中，是有得有失，要失去的是什么，要放下什么？要追求、要得到的是什么？我想请净空法师开示。

净空法师：诸位长老、院长所讲的，在理论上、目的上都是相同的，只是说法不一样。仔细去体会，没有差异。可是我们要真正

离苦得乐，确实所有宗教，诸佛菩萨、上帝神圣，其实是一不是二。只是我们不同的族群，对他的称呼不一样而已。所以，我常讲，佛家讲慈悲，慈悲如何落实？佛弟子要把真诚的爱心付给世界的一切众生，佛菩萨的慈悲如是。上帝的爱是要上帝的信徒，把上帝的爱，真正爱护世间一切众生，他的爱就不落空了。所以，佛弟子不慈悲，上帝的信徒不爱一切众生，那么我们对於神圣、诸佛菩萨就完全产生了误会。佛家教育的内容，跟诸位大德所说的一样，它的内容，第一个是教给人，人与人的关系，第二个是讲人与大自然的关系，第三个是讲人与神圣的关系。如果这三个关系你都通达明了，都能够畅通无阻，就是最健康的人生，最健康的宇宙，那就是真正得乐。今天问题在哪里？在不通，管道不通，不通就是彼此互相不往来。就像现在国家一样，每一个国家互相不往来，你猜我，我猜你，你怕我打你，他怕他打他，每一个人自己扩充军备，到最后战争发生了。如果常常往来，常常作朋友，什么事情当面谈谈，一切问题都化解了。这许多军费拿来作社会福利事业，岂不是好吗？所以，我常常举例说：美国跟韩国打仗，花了一百八十亿美元，这一百八十亿如果统统去救济韩国人，那韩国不是跪在地下喊美国爸爸，这什么问题都解决了。战争只有产生仇恨，这个仇恨永远不能够磨灭，永远不能解决问题。越战花了十倍，一千八百亿美元，去救济南北越的时候，我想南北越看到美国人也喊祖宗，什么问题都解决了，而且能得到全世界人的爱戴，为什么？美国人真正爱世界人。所以只有和平能解决问题，战争、武力、掠夺决定造成仇恨，永远不能解决问题。

所以，整个世界各个宗教融合起来是一个什么？爱，只有这一个字。真诚的爱，清净的爱，清净是没有污染，就是我们没有意图在里面，这个爱是清净的。平等的爱，没有高下，人人都第一，才

能互相尊重，互相敬爱，互相合作。我们今天在新加坡团结九个宗教，就是以爱为中心。所以，大家都能够接受，都能够非常欢喜。九个宗教合起来像一家人一样，彼此丝毫隔阂都没有。经常往来，经常在一起，所以彼此互相能了解，管道通达了。希望这种作法能影响到整个世界，从宗教家、传教师，我们来挽救这个世界。彼此没有隔阂，知道大家是一家人，一个生命共同体，一个根生出来的，只是说的名词不一样而已。

女主持人：法师刚才说的是以爱为宗旨，这个爱，法师刚才也说是上帝的爱，佛教是佛的慈悲。方法是互相沟通，互相往来，互相真心彼此了解。这样，如果在家庭里面，家庭成员能够彼此互相了解，如果在社会里面，工作的场合，彼此之间能沟通了解，一定能增进所谓的快乐。所处的地方，以平安快乐的心来自处。

刘牧师：我听大家这样讲，大家都有很好的理想，我就想到《圣经》里面，保罗这样说：「立志为善由得我，行出来由不得我。」大家都愿意，可是就是没有办法，多少他想这样做，可是他发现他不行。所以他在那边挣扎，我所愿意做的善，我没有做；我所不愿意做的恶，我做了。在家庭里面，这句话明明讲出去会伤了太太，可是最后还是讲出去了。讲了，自己难过。所以在这里，我想根本的问题，耶稣讲：悔改，上帝的国境要悔改，让上帝的主权在你身上。假如我们没有这样的说，我要降伏，我要谦卑，我要放弃，放弃我的权力，放弃我的自我，放弃我的特权地位，讲到这里，我想大家都觉得很好很好，可是没有力量。我想很多人，或是听众听到我们这样讲的话，我就想要这样，可是我就是不行。这里说感谢主靠著耶稣基督，他来到世界，他说我知道你做不到，我就是来给你生命，假如没有生命就没有办法这样长起来，没有办法说我要爱，我没有力量。所以，英文的LOVE，爱，是这样的：LOVE。我们

每天吃维他命，应该吃爱的维他命。从上面说：主啊！把你的爱给我，使我能去爱人。假如你没有这种爱，我们就没有办法。

男主持人：听起来，很重要的除了透过教育修正我们自己之外，还要把爱的力量传播出去。谢谢四位给我们的指导。等一下我们再继续来讨论，我们具体可以怎样来做，我们彼此可以怎样一起来和谐，带我们的群众一起往这个方向、目标、理想来迈进。谢谢。