

# 煩惱的來由：貪、瞋、癡

煩惱從哪裡來？煩惱由貪瞋癡而來。貪瞋癡屬於思惑。貪瞋癡就是我執、自我。「希望得到」就是佔有慾，也就是我執在作怪，所以必須反省、懺悔拔除我執，才能除掉貪瞋癡。

「貪」是甚麼？就是「貪得」，見利忘義，有佔有慾，就「貪」。例如社會上所發生的搶劫、綁架等事件，歹徒為的甚麼呢？大都是因為「貪」。其實，人一餐一兩碗飯就夠了；祇需幾尺布就能不受寒。所以，祇要肯認真努力，每個人都可以生活得很好，為甚麼要去搶、去偷呢？古人說：「人生最大的懲罰是後悔。」如果一生從沒做過後悔的事，就是最幸福的人；反之，如果心念沒有照顧好，貪心一起而做錯事，後悔就來不及了。

甚麼是「瞋」呢？就是怨恨、不滿，而發脾氣。人為甚麼有煩惱？就是「都是我對，別人都不對、都不合你的意」。事實上，你也沒有合所有人的意，而你卻要求別人合你的意，這就是「瞋」的來源。有了「瞋」，就會生氣。這「瞋」怎麼來的？如果你放棄「用自己主觀的標準去要求別人吻合自己的意」，凡事隨緣就好，那你不生氣了。如果看見別人做事情，你看不順眼就生氣，豈不荒謬？這是一念的主觀意識造成的。

甚麼是「癡」呢？就是說你為物慾蒙蔽、為主觀所蒙蔽，被自己的愚昧慣性所操縱。「癡」不代表傻瓜，對於別人所說的事，並未經過查證，就信以為真，絲毫沒有運用理性的分析、判斷，僅憑感性的認同。因此，很容易受別人的影響而是不辨正邪、不分真假、不知利害、不明是非，這就是癡。

常有人說：你好像換了一個人一樣。一個人從無知而到有知，從貪瞋癡到修德，我們就讚美他「你脫胎換骨了」。所以禪門把悟道，說是「脫胎換骨」的蛻變。吾人最好把貪心變成捨心，把瞋心變成慈心，把癡心變成慧心；祇要心一蛻變，脫胎換骨，則成聖成賢，有何難也！

參考資料 香港佛教聯合會《香港佛教》第 532 期

郵票

郵寄地址



香海正覺蓮社 佛教寶靜安老院  
地址：新界粉嶺置福圍八號  
電話：2669-7123

## 慈善捐款方法：

1. 郵寄支票：把抬頭「佛教寶靜安老院」的支票及個人資料(姓名、地址、電話) 寄往新界粉嶺置福圍 8 號，本院院長收。
2. 將善款存入本院恒生銀行戶口: 280-112418-003，並把入數紙及個人資料(姓名、地址、電話)寄新界粉嶺置福圍 8 號，本院院長收。
3. 逕自把現金交到本院。本院收到捐款，定必發出正式收據，港幣\$100 或以上善款將可作扣稅用途，歡迎致電本院 2669-7123 查詢。

印刷品