修行要道

淨空老法師講經教學六十週年紀念

◎華藏講記組恭敬整理

修行要道

目錄

編輯寄語……一
修行重了生死……四
淨宗修學綱要……一〇
真修道人不見世間過……四〇
時時練習心上不著四相……四四
做人不妄語……五一
提升自己的靈性是人生大事……五三
一切境緣都能成就自己的德行……五六
沒有生死只有轉變……六一
如何不受外界影響……六九

如何伏煩惱……七四
如何克服恐懼……八一
正確的精進……八八
如何對治習氣……九四
如何戒除邪淫……一〇三
淨土成功的祕訣……一一三
學佛的誤區……一三七
在家學佛……一四三
在生活中修懺悔法……一四八
自救才能救他……一五一
忍讓成就自己精進不退……一五九
內在修持的功夫……一六五
如何懺除業障……一六九

攝心除妄的十念法……一八九
修十信心須具十德……一九二
反覆薰習是訓練耐心定力……二〇五
修行的根本是改心……二〇七
修行功夫……二〇八
好事不如無事……二〇八
少事不如無事……二一〇
回過頭來問自己……二一二
想度家人必須先改好自己……二一五
為什麼要遠離歌舞戲劇……二一六
要做世間第一等好人……二一七
成佛之道……二一九
共修的目的……二四四

心能轉物則同如來……二四七
布施與忍耐很重要……二五一
不能往生的原因……二五七
障緣都是自己患得患失的念頭所生……二五九
菩提心貫注在整個生命中……二六五
功夫在克服自己的煩惱習氣……二九九
改習氣不能放鬆……三〇六
不能學同事攝……三〇七
淨土道場……三〇九
關鍵是護持自己……三一〇
做一個大心凡夫……三一四
脫離魔掌靠智慧……三一八
降伏傲慢心是真拜佛……三二五

自己應當如何做人……三二七
莊嚴自己就是莊嚴佛法……三三〇
聽經的方法是薰修……三三三
改過是修行最重要的科目……三三六
內心守住清淨平等是關鍵……三三六
時時處處念念覺悟……三四三
改過自新是最善之事……三四七
障礙都在自己不在外境……三五四

編輯寄語

佛教是智慧的教育，佛教是教人認識宇宙人生的真相。宇宙是我們生活的環境，人生是自己本人，我們每個人都需要明瞭自己和自己生活環境的事實真相。明瞭是覺，不明瞭是迷。佛在大乘經上告訴我們，一切眾生皆有佛性，眾生本來是佛，現在迷失了本性。佛對於一切眾生的幫助，就是講經教學，幫助眾生覺悟，幫助眾生認識真我，認識自體，教導眾生如何回到自己本來的佛位。這就需要修行。

修行修什麼？佛在《華嚴經・出現品》裡一語道破：「一切眾生具有如來智慧德相，但以妄想執著不能證得」。我們有妄想執著，所以本來的智慧德相雖有，不能現前。這個障礙不是從外面來的，是自作自受。修行就是放下自己的妄想、分別、執著。放下執著，就成阿

羅漢，脫離六道輪迴。放下分別，就是菩薩。再放下妄想，就成佛了。我們只要依教奉行，真正按照佛教導的方法去做，今生就能了生死、出輪迴，往生淨土作佛。

上淨下空老法師效法釋迦牟尼佛，一生講經教學，弘揚佛法，幫助眾生破迷開悟，離苦得樂，轉凡成聖。老法師深入經藏六十七年，由華嚴啟信，淨土為歸。他利用現代科技的工具，對全世界弘揚佛陀的正法，幫助大眾以佛知佛見指導自己的人生，建立正確的思想觀念、言語行為，能夠將佛的慈悲、智慧、覺悟落實在自己的生活工作，處事待人接物之中，就能獲得幸福快樂、自在圓滿的人生。

佛陀教育電子雜誌由華藏淨宗學會製作，創刊於二〇〇〇年，主旨是以專題形式節錄老法師的講解內容，整理為精簡開示短文，便於大眾修學。每月一日、十五日發送至訂閱者信箱，並同時上傳老法師

弘法網站，供大眾在線閱讀及下載，深受大眾喜愛。

適逢老法師講經教學六十周年之際，學會特將歷年電子雜誌中刊登的開示，精選整理編輯成系列專題，內容包括《佛教常識概說》、《修行要道》、《淨土資糧》、《真實之利》、《實相妙理》、《倫理道德》、《富壽康寧》等，出版流通，供養大眾。祈願諸讀者學人，咸獲法益，法喜充滿。老法師系列精華開示，皆節錄自老法師歷年講經文字稿，有標註其編號或經名，未標註者，多係早期節錄，或取多份文稿匯整而成。讀者若需查找原文，可上網依編號，或搜索字句查詢。

此專題開示只是淨空老法師一生弘法教學之滄海一粟，編輯時，或有不妥、錯漏之處，啟請十方大德批評斧正。馨香以禱，至誠感恩！

修行重了生死

世尊苦口婆心時刻在提醒我們：「人命無常，國土危脆」，「人身難得，佛法難聞」，「生死事大，無常迅速」，這一類警惕之語，無非是要我們認清事實真相，掌握此希有難逢的機緣，在這一生將大事了了。什麼是大事？生死事大。《法華經》云：「佛為一大事因緣出現於世」，這樁事可以說除了世尊之外，無人能辦。世間不乏聰明才智之士，他們有能力生到色界天、無色界天，但無法超越三界，了生脫死。所以，世尊出現於世，幫助眾生解決這樁大事。

儒家所講「人人皆可為堯舜」。佛法也是如此，了脫輪迴，作佛作祖，人人皆可作佛、作菩薩，關鍵在於你願不願意做。如果你願意做，你就做成；你不願意做，諸佛如來也幫不上忙。如何做到？孔老

夫子說「克念作聖」，凡夫能夠克服自己的妄念，你就能作聖人。佛講得更清楚，斷煩惱就證菩提。念是妄念，你能克服妄念，你就是佛，你就是菩薩。

在佛法裡講，妄想分別執著皆是妄念。微細的妄念，稱作無明、妄想；粗重的妄念，稱為執著。妄，就不是真的。《起信論》云，「真心本有」，本有決定可以恢復；「妄心本無」，本無當然能斷除、能放下。然而我們是應當斷的不斷，應當放下的不肯放下，這就沒法子了。佛千言萬語，孜孜教誨，就是在提醒我們要覺悟，幫助我們認清事實真相，希望我們在這一生中，脫離生死苦海，圓成佛道。這是一切諸佛的本願，除此之外，佛一無所求。

世尊教導弟子，要選擇在阿蘭若處修行，才能成就道業。阿蘭若是梵語，中國意思是寂靜處。古代修行的道場，都建立在深山，人跡

罕到之處，因為凡夫沒有不受環境影響的，能夠不受環境影響，就不是凡夫了。因此選擇修行環境，很重要！選擇很安靜的，很清淨的地方來修行，才能夠成就道業。

說真實話，現代人修人天福報容易，要想了生死、出三界就太難了。現在外界環境對我們的誘惑，比古人增長了不止千倍萬倍，再加上自己煩惱習氣深重，禁不起誘惑，要想成就確實很難。縱然在深山修行，因為交通便捷，也已變成觀光點，遊客絡繹不絕。我第一次訪問北京雍和宮時，住持告訴我：每天平均有五千人來參觀，星期假日有兩萬人。所有出家人都要出來接待，精疲力倦，有時間就趕緊休息一下，修學的時間都沒有。這是現代的道場，我們要認識清楚。

同學們在此地學教，講經弘法，也是人天福報。假如戒律持不好，這個福報就到畜生道、餓鬼道去享。若在此環境中，能克服自己

的妄念，你的功夫遠遠超過古人。這些理事，我們都要清楚。

佛法常講，「境隨心轉」、「心想事成」。真正把了生死當作這一生中第一樁大事，佛菩薩一定會幫助我們，為我們做增上緣，「佛氏門中，有求必應」。關鍵還是在自己，所謂感應道交，自己有感，佛菩薩就有應。感應的理論、方法與事實，我們要清楚，而且還要介紹給別人。對社會廣大群眾來說，他們未必有了生死的念頭，但是對於求人天福報，求現前福報，很有興趣。我們有智慧、有能力，應當幫助一切人的希求。佛度眾生，應機說法，我們要有觀機的能力，也要有應機的能力。

我們活在這個世間是為一切眾生，不是為自己。若說為自己，那就是希求在這一生中，了生死、成佛道。要了生死、成佛道，世出世間所有一切法就必須放下。放下並非什麼都不做，而是放下心中的妄

想，恢復自性清淨心，這才是放下的真諦，絕不能錯解如來真實義。在事上要隨緣，有緣就幫助眾生，無緣絕不攀緣。緣成熟了，盡心盡力為眾生服務，就是布施供養。外財、內財都要施；內財就是用自己的智慧、能力、勞力為一切眾生服務。緣不成熟時，絕不強求，但一定要有度眾生的大願，也就是說一定要有為眾生服務的願。此地眾生能接受，就是緣成熟了，我們先服務；沒成熟的地方，待緣成熟再來。一定要盡心盡力，福慧雙修。

如何能與佛菩薩感應道交？生死心切，期望在這一生中了生死、出三界，就能感應佛菩薩來幫助。唯有生死心切，緣成熟了，佛菩薩才會照顧，正是所謂「佛氏門中，不捨一人」。而真正為了生死、出三界，下定決心成就自己、成就佛法、利益眾生，同參道友不必多。世尊當年示現成道之後，在鹿野苑度五比丘，六個人組成一個僧團，

就能成就。

我們在澳洲柏斯見到一個小乘的僧團，只有十幾位法師，有澳洲人、泰國人、越南人、法國人、英國人，來自許多不同的國家地區，在一起修行。他們的道場，使我想到「認真辦道」這句話。這些法師的精神，令我佩服不已。他們自己開山、修路、造房子，一人一間小木屋做寮房，蓋一間大房子做佛堂，完全自己動手，沒有雇工人。山上有水、有電，沒有電話、報紙、雜誌，與外面世界完全隔絕，真的是日日天下太平，天天社會安定。

我們自己要努力，求感應一定要真為了生死，否則這一生就空過了。享福之時，免不了造業，造業決定墮三途。因此，真正有智慧之人，不求人天福報，決定求往生。

淨宗修學綱要

「知恩報恩」、「學為人師，行為世範」，這是大乘佛法的精神。師是表率，範是模範，是指你的思想、念頭、言行造作，無一不是眾生的榜樣、模範。挽救世道人心，一定要從我們自己本身做起。要把自己無始劫以來的毛病習氣，徹底痛改前非，自己才有救。自救才能救別人。

一、教依

㈠總依淨宗五經一論

淨土法門所依的經典是「五經一論」：《阿彌陀經》、《無量壽經》、《觀無量壽佛經》、《普賢菩薩行願品》、《大勢至菩薩念佛圓通章》和《往生論》。任選一部，專精深入，只要真正依教修行，

決定有成就。

(二)專依《無量壽經》會集本

在中國大家所公認的一乘經有三部：《華嚴經》、《法華經》、《梵網經》。殊不知《無量壽經》乃是一乘之一乘，因為《華嚴》、《法華》最後都導歸極樂。在隋唐時，祖師大德們提出了一個問題：釋迦牟尼佛四十九年所講的一切經，哪一部經足以能夠代表整個佛法？大家一致公認，《華嚴經》第一。《華嚴經》稱為根本法門，其餘一切經典是枝葉花果。若《華嚴經》再與《無量壽經》比較，《無量壽經》第一。

為什麼《無量壽經》第一？《華嚴經》最後普賢菩薩十大願王導歸極樂，華嚴才圓滿。如果沒有普賢菩薩勸導大家往生西方極樂世

界，華嚴只能得到等覺的果位。所以《無量壽經》是《華嚴經》的歸結處，這是明顯地說出了《無量壽經》是第一當中的第一。這是我們修學所依據的重要經典。

(三)祖師註解

蕅益大師的《阿彌陀經要解》，是非常偉大的一部著作，印光大師對於《要解》推崇備至，他說「即使是阿彌陀佛再來，給《彌陀經》做一部註解，也不能超過其上」，這是讚歎到了極處。由此可知，《要解》對於我們修學淨土的人來說非常重要。

《普賢行願品疏鈔》，不但是《四十華嚴》的精華，也是全部《大方廣佛華嚴經》的精華。《普賢行願品》，是四十卷《華嚴經》的最後一卷。經中廣泛顯示出事理圓融，事事無礙的境界。佛在《華

嚴經》上說：「菩薩不修普賢行，不能圓成佛道」，這是真的。普賢行究竟在哪裡修？我們讀了《無量壽經》才恍然大悟，原來普賢行是在西方極樂世界修。由此可知，凡是往生西方極樂世界的人，個個都是修普賢行的。

淨宗祖師的語錄，特別是《印光大師文鈔》，這是我們在教學上所依靠的教科書。印光法師在那個時候已經看到現前社會的亂象，要化解災難，拯救地球，唯有因果。「人人相信因果，天下大治」，地球上災難不起。所以，印祖《文鈔》在末法時期，就更顯得重要了。

二、理依

㈠《要解》六信

建立信心要依《阿彌陀經要解》的「六信」：信自己、信佛的教

誨、信因、信果、信事、信理。「信自」，人沒有自信心，那就什麼都不要談了。一個人成就之大小，與自信心的大小、堅定，完全成正比例。世法如是，佛法也如是，就是要信自己。三資糧最重要的就是建立自信，相信自己、相信迷悟本空、相信本覺本有、相信自己在這一生中決定成就。這樣的人在佛門裡才叫做法器，他這一生決定有成就。「受持如來甚深法藏，護佛種性常使不絕」，都從信心當中得來。

(二)心現識變

十法界、一真法界；世間法、出世間法，「唯心所現，唯識所變」。這兩句你如果真正體會到，你才真正肯定，盡虛空遍法界是一個自己。

「觀法如化，三昧常寂」，「法」是世出世間一切法，「化」是變化、幻化，諸法是非有而現假有，這是事實真相。眼前這些現象，如同作夢一樣，當你進入夢境的時候，這些萬法都在你面前。你自己不知道是在作夢，完全把它當真，這一當真，肯定就造業，起業一定引現果報。因為自己不知道事實真相，在果報裡受苦享樂，殊不知受苦是假的，享樂也是假的，等夢醒了才知道完全是假的。我們什麼時候六道輪迴這個夢醒了，也就是說我們果真把執著放下了，分別淡薄了，夢就快醒了；醒來之後才知道，六道輪迴是一場惡夢。

佛菩薩知道六道、十法界都是在夢中。夢中不但外面這一切事物你得不到，連身體都得不到，物質現象是假的，精神現象也是假的，自然現象還是假的，沒有一樣是真的。了解事實真相，身心世界一天比一天放下，沒有一絲毫執著，一切法任運隨緣，這就自在！「三昧

常寂」，不起心不動念就是「常」，不分別不執著就是「寂」。所以諸佛菩薩示現在六道，他確確實實是「觀法如化，三昧常寂」。這是他的本事。

「通諸法性，達眾生相」，世出世間，一切人事物的變化，完全通達明瞭，理事無礙，事事無礙。我們修學是依據這個道理，希望把這個道理變成我們的生活。

(三)三個真實

「住真實慧，開化顯示真實之際，惠以真實之利，於諸眾生，視若自己，念念普利群生，心心流入覺海。」真實慧、真實之際、真實之利，這三個真實代表了《無量壽經》的實際內容，也表達了本經所依據的理論。

「住真實慧」，「住」是心安住。你相信這部經典，讀誦這部經典，老老實實念這一句阿彌陀佛名號，把心安住在阿彌陀佛上，絕對能夠明心見性，這是真實智慧。

「開化顯示真實之際」，「開」是開示、開啟，化是眾生變化，真實之際就是真如本性，菩薩教化眾生，目的是要每個眾生明心見性。

「惠以真實之利」，佛給予一切眾生最真實的利益，這個利益是什麼？就是這部《無量壽經》，這句阿彌陀佛，這是最真實的利益。它的真實就在於它三根普被，利鈍全收，上至等覺菩薩，下至地獄眾生，依照這個法門來修學，沒有一個不成就的。成就是平等的，是殊勝的，所以這是真實利益。

「於諸眾生，視若自己，念念普利群生，心心流入覺海」，就是念念要利益眾生，利益社會。

(四)佛心佛行

佛法修學的總綱領，我把它總結為：「真誠、清淨、平等、正覺、慈悲」，這是存心；「看破、放下、自在、隨緣、念佛」，這是行為，破除一切妄想執著，這二十個字把整個佛法都包括了。佛對一切眾生的教誨，一個是教你怎麼存心，一個是教你怎麼生活。它是非常實用的生活教育，絕不談玄說妙。佛教我們要用真誠心，真誠決定沒有虛偽，不自欺、不欺人；用清淨心，清淨決定沒有染污，沒有自私自利、是非人我、名聞利養、貪瞋痴慢，你心才清淨；平等心，決定沒有高下、貢高我慢；正覺心，決定不迷。然後才能起大慈大悲，大慈大悲就是無條件地關懷一切眾生，全心全力幫助一切眾生，這是菩薩心。你有菩薩心，才能行菩薩道。這二十個字是我們的性德，是

如來真實智慧。

㈤念佛成佛

發菩提心，一向專念阿彌陀佛，決定一生往生不退成佛。如果這一生不能往生西方極樂世界，我們修學，有因無果。世尊在《法華經》上說，「唯有一乘法，無二亦無三」。念佛法門是一乘法，往生就是證果，比什麼都重要。

三、行依

淨宗學會成立之初，我提出修行科目共五條：三福、六和、三學、六度、普賢十願。這是我們在日常生活當中，一定要遵守的。

㈠淨業三福

淨業三福，不僅是淨宗的最高指導原則，也是整個佛法的指導原則。

第一福，「孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業」。這是學佛的基本條件，若不具足這個條件，就沒資格進佛門。這四句就是儒釋道的三個根。孝親尊師落實在《弟子規》，慈心不殺落實在《感應篇》。你能夠把《弟子規》、《感應篇》、《十善業》真正做到了，你就是標準的善男子善女人，具足這個條件才能夠入佛門受三皈五戒。

第二福，「受持三皈，具足眾戒，不犯威儀」。「受」是接受，「持」是保持，「三皈」是覺而不迷、正而不邪、淨而不染，要真正做到。具足眾戒，在家人守好五戒就可以了。「不犯威儀」，「威儀」是禮節、儀表，我們要守禮節。

第三福，「發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸進行者」。我們念這句阿彌陀佛，不夾雜、不間斷、不懷疑，一心持名就是發菩提心。蕅益大師在《彌陀經要解》中說：「發真誠心求生西方極樂世界，這個心就是無上菩提心」。

「深信因果」，從深一層的意義來講，就是佛在經上常常告訴我們的「一切法從心想生」。現在這個世間，人心想的錯誤，天天在想第三次世界大戰，在想災難，所以戰爭、災難都來了。希望我們從今天起把念頭轉過來，救自己、救社會、救世界苦難眾生、救這個劫難。我們從今之後，不想戰爭、不想災難，天天想佛菩薩，天天想十善業道、天天想清淨、想覺正淨。你只要把這個念頭轉過來，那個境界就會轉，境隨心轉，這個比什麼都重要。

「勸進行者」，是勸大家發心自行化他，這是菩薩法。西方淨土

是大乘佛法，大乘佛法是建立在菩提心的基礎上，不發菩提心與西方淨土不相應。

(二)六和敬

「三福」，落實在生活、工作、處事待人接物之中，就是「六和」。六和敬是「見和同解、戒和同修、身和同住、口和無諍、意和同悅、利和同均」。佛法的修學從什麼地方看你的成績？就在六和敬。「和」，是和睦相處；「敬」，是彼此互相尊敬。和裡面如果沒有敬，只有形式，沒有實質；如果有實質的敬，沒有外表的和，也不能夠圓滿。和與敬表裡一致，這是聖人教導我們的。和、敬，實在講就是性德的流露，凡夫與佛的差別就在此地。我們學佛，就要學和、學敬。

「見和同解」，就是見解要相同，才能共住，見解不同就會有爭執，意見不合，就會產生糾紛。如何才能見解相同？絕對不是說「你要接受我的意見，你要遵循我的意見」，必須是我們每個人都捨棄自己的成見，大家都沒有意見，這是佛法最妙、最殊勝的方法。佛不是叫誰服從誰，佛法平等，每個人把自己的成見、見解都放棄掉，每個人的心都清淨、平等，這種見解就和合了。

「戒和同修」，戒律是生活規範，團體一定要遵守，而遵守的方法不是叫別人遵守，是自己遵守的，每個人都自動自發的持戒，戒律就清淨了。所以戒律最重要的，也是最殊勝的，是戒自己不戒別人，所以他修道能得清淨心，能得定，正如六祖所說的「若真修道人，不見世間過」，為什麼不見他人過？因為他只戒自己不戒別人。自己要守戒，不要求別人守戒，別人守戒也好，犯戒也好，與自己不相干。

自己守戒，每個人自己都守戒，這就戒和同修，佛法是這樣要求人的。

「身和同住」，大家共住在一起。「口和無諍」，沒有爭論。「意和同悅」，每個人都歡歡喜喜，法喜充滿。利和同均，衣食住行，大家是平等的。

㈢三無漏學

三無漏學就是：戒學、定學、慧學，起心動念，遠離三毒惡惱，必與清淨（戒）、平等（定）、正覺（慧）相應。這三學是釋迦牟尼佛一生教學的內容大綱。經典雖然多，傳到中國之後，編輯分類，分為三大類：經藏、律藏、論藏；經藏是講定，律藏是講戒，論藏是講慧。所以，我們稱經典為三藏經典。無論大乘佛法、小乘佛法，總離

不開戒、定、慧三學，佛法終極的目的是在智慧。「因戒得定，因定開慧」，沒有定是決定沒有智慧的。心地愈清淨，智慧就愈能現前，唯有智慧能夠解決世出世間所有問題。

三毒，即貪瞋痴。修戒就不貪，修定就不瞋恚，修智就不愚痴，修戒定慧就遠離三惡道。

(四)菩薩六度

菩薩「恆以布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧，六度之行，教化安立眾生，住於無上真正之道」。「恆」是恆常，經常要做的，是佛教導我們怎樣生活、怎樣工作、怎樣處事待人接物的六個原則，你能夠遵守不違背，在佛法就稱為菩薩。這六條是菩薩行。

「布施」是無條件的犧牲奉獻，為一切眾生服務，這叫「布施波

羅蜜」。

「持戒」是守法，遵守法律，遵守老師的教誡，還要遵守每一個地區的風俗習慣、人情世故，決定沒有抵觸，這樣才能與人和睦相處。

「忍辱」是耐心。世出世間一切法，成就都要靠耐心，愈是大事，愈要有耐心。大事裡面，第一樁大事是自己的改過自新。首先要對自己有信心，相信自己一定能夠改過自新，相信自己一定能夠轉凡成聖，首先要建立這個信心。佛家說得好，第一個要相信自己。相信我能，「我能學佛，我會學得跟佛一樣」。第二個叫「信他」，這個他就是老師。我們學佛，就要相信佛菩薩。信自己，再信聖賢的教誨，我們依照他的引導，依照他的教誨，我們在這一生當中，決定能夠改過自新，決定能夠成就，要從這個地方做起。

「精進」，是天天都在學習，生生世世都在學習，永遠沒有終止。菩薩修學圓滿，還要學習，學習決定不能夠終止，永遠要往前精進，要到無上正等正覺，成佛了。成了佛依然要精進，不是沒事了，成了佛，事更多。這麼多苦難眾生都要你去教，都要你去幫助，事情更多。不過那個時候不怕，你有智慧，你有神通，你有道力，你有善巧方便。

「禪定」，這是我們現前自己修學、幫助別人能不能有成果關鍵的所在。「禪」是不受外來的誘惑，「定」是心裡確實有主宰。要知道，修行魔障很多，為什麼很多人修行著魔？著魔就是受了外界的誘惑，這就著魔了。佛在《八大人覺經》上告訴我們，魔有四種：五陰魔、煩惱魔、死魔，這是我們裡面的煩惱，外面境界叫天魔。「天魔」就是所有一切身外的誘惑，統統叫天魔。眼見色，耳聞聲，舌嚐

味，鼻嗅香，你六根接觸外面六塵境界，這個境界合你的意思，你就起貪心，不合你的意思，你就起瞋恚心，這就叫著魔，你被境界迷了。

如何才能達到不受外境誘惑？佛告訴我們，你要明瞭外面境界的事實真相，你就不受誘惑了。為什麼？相是假的不是真的，《金剛經》上講的「凡所有相，皆是虛妄」，「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」，你就得禪定，你就不會再受外面境界誘惑了。外面境界相有沒有？不能說有也不能說沒有，你才見到事實真相。為什麼？「相有體無，事有理無」，所以佛在經上常常用「雲」來做比喻，這是佛經上用得最多的。我們現在對於「雲」了解得很清楚，遠看到有，近看就沒有了。佛告訴我們，世出世間萬事萬物就像雲霧一樣，所以不能說它有，也不能說它無。

佛告訴我們，這一切五欲六塵的現象，可以受用，不可以執著。執著，你就錯了，受用而不執著，你得大自在。所以諸佛菩薩示現在這個世間叫「遊戲神通」，就像在舞台上表演的，表演得很逼真，他知道是假的不是真的。如果表演的人自己以為是真的，那完了，那就迷了。永遠保持著清醒，不要被境界欺騙了，境界永遠是虛幻不實的，包括我們自己的身體。所以我們對於自己身體，可以受用它，但是不能執著，一執著就生病，病就來了。不執著它，你天天用它，用它斷惡修善，用它幫助一切苦難的眾生。你要好好用它，不要受它欺騙。有些人受它欺騙，身體要保養，天天要吃補藥，天天要去看醫生，本來沒有病，愈看病愈多，本來沒有事情，愈吃麻煩愈大，你就被身體欺騙了。

有同修問我這個問題：身體為什麼會衰老？為什麼會有病？古人

已經有答覆：「病從口入。」你亂吃東西，貪吃，所以你才會生病。為什麼會老？「憂能使人老。」你常常憂慮，你怎麼會不老？你要想不老，什麼事都不要放在心上，沒有牽腸掛肚的事情，沒有憂慮的事情。無論自己從事哪一個行業，這個行業是為社會服務的。「不是為自己營利的，是為社會服務的」，這個念頭一轉，你就變成菩薩，轉迷為悟，轉苦為樂。這是真理，這才是事實真相。不論你做什麼工作，你沒有私心，你沒有自私自利的欲望，念念為眾生，念念為社會，你怎麼會受外頭境界誘惑？真的做到外不受誘惑，內不起妄念。內不起自私自利的妄念，不起貪瞋痴慢的念頭，那叫定。「定」是內不動心，「禪」是外不著相，這個要落實在自己生活上，落實在自己工作裡面，落實在處事待人接物。禪定不是在禪堂盤腿面壁，那種禪沒有用處，禪定是活活潑潑運用我們生活當中。

「般若」，就是智慧，智慧是對於一切事、一切理、一切現象、一切因果，都能夠正確地通達明瞭，沒有一絲毫疑惑。把這個智慧落實在前面「布施、持戒、忍辱、精進、禪定」，這是菩薩的生活。所謂菩薩的生活，就是一個覺悟人的生活。我們要向他學習，所謂「修菩薩道，學菩薩行」。我們自己認真努力去做，就是「教化安立眾生」，這叫身教，給社會大眾做個好榜樣，潛移默化，就是教化眾生。

(五)普賢十願

《無量壽經》一開端就說：「咸共遵修普賢大士之德」，所以西方極樂世界「皆是普賢菩薩」。

第一，「禮敬諸佛」。這是修學佛法，下手之處。禮敬是修什

麼？折伏我慢。真正在菩提道上修行的人，學佛的人只有自己一個人，除自己之外，每個人都是我的老師，都是我的善知識。

第二，「稱讚如來」。中國古人教我們隱惡揚善，看到眾生好的一面，要讚歎他、鼓勵他；見到他惡的一面，不說他，讓他自己去反省懺悔。這是養我們自己的厚道。

第三，「廣修供養」。在菩薩六度中稱為布施，普賢菩薩的布施叫供養，為什麼？因為普賢菩薩布施的心是真誠、清淨、廣大、平等，這樣的心修布施叫供養，沒有這種心就叫布施。布施的福報小，供養的福報大，是因為布施的心量小，供養的心量大，福報是隨著心量成比例的，心大福報就大。

第四，「懺悔業障」。業障怎麼懺除？第一要曉得自己起心動念、言語造作的過錯，要能發現、覺察，覺察之後要真正把它徹底改

掉，業障就消除了。

第五，「隨喜功德」。隨喜是成就功德，為什麼？把我們自己的妄念放下、成見放下，不再執著。你善，我可以隨喜；惡，也可以隨喜。真了不起！雖然隨喜，心裡不落痕跡，這叫功德。心裡痕跡都沒有，知道什麼？「一切法，無所有，畢竟空，不可得」。善法如是，惡法亦如是，都不可得。心住在一句佛號上，你行善，我阿彌陀佛；你造惡，我也阿彌陀佛。造作的人，他有他的果報。造作不善，能勸的人要勸；不能勸的別勸他，勸他，他就謗佛了，造業更重。菩薩有慈悲心，不忍心讓造罪的人再加重罪業，所以他不說。能勸、能聽的，這個一定要勸、要說，不能接受的絕對不說。

第六，「請轉法輪」。這是請佛菩薩講經說法，佛菩薩的智慧德能，一般眾生不知道，也不會啟請。知道的人，有這個機緣的人，應

當要代一切眾生請佛說法。轉法輪就是說法，唯有佛法能覺悟一切眾生，而不是迷惑眾生。請佛菩薩，佛菩薩現在不住世了，有真正善知識，有修有學的人，請他出來講經說法利益眾生。凡是能叫眾生有聞法的機緣，都在這一條當中，我們應當盡心盡力協助。

第七，「請佛住世」。眾生根性都劣，哪有眾生是聽一次經、聽一部經就開悟證果？絕大多數有成就的人都是不斷的薰習，天天聽、天天學，不斷薰習才能成就。所以要想眾生真正的成就，只有一個方法，請善知識長住我們這個地方，不要走，要請佛住世。

第八，「常隨佛學」。學佛，佛是我們的榜樣、典型、模範，我們學佛得要像佛。對於宇宙人生一切萬法，佛是怎麼看法、想法、做法？我們學這個。讀誦《無量壽經》是要把經典裡面的教訓統統變成自己的思想見解、生活行為，那我跟阿彌陀佛就沒有兩樣，這叫學

佛。不是每天念多少經、拜多少拜、念多少句阿彌陀佛，這完全沒有學佛！學是效法，要學得跟佛一模一樣。所以讀經聽經，你一天學一句，一天學一樁事情，一年就學三百六十條，三年就像佛了。雖然沒成佛，相似佛，跟佛就差不多！學佛有什麼困難？真做！你能把《無量壽經》統統做到，你就是阿彌陀佛。

第九，「恆順眾生」。唯有恆順眾生，心裡才不起煩惱，心才會平靜。眾生惡，旁敲側擊誘導他，實在不能的，隨他去。幾時回心轉意，幾時再來幫助他。度眾生不是這一生的，生生世世，他終會回頭的，不要著急。諸佛菩薩都不著急，我們乾著急，不但度不了眾生，自己也被拖下水，這個問題就嚴重了。所以要恆順眾生，自己的心地清涼自在，一點都不受干擾。

第十，「普皆迴向」。心量拓開跟虛空法界一樣，這樣的功德才

是圓滿功德。

四、果求

(一)實踐四好

「存好心、說好話、行好事、做好人」，「成就自身，莊嚴眾行，軌範具足」。「眾行」，行是行為。身的造作、口的言語、心裡面的起心動念，這叫眾行。「莊嚴」，就是如法，如佛所教，佛教我們做的我們認真做，佛教我們不做的我們決定不做；我們的思想行為充滿了智慧，充滿了德行，這是真正的莊嚴。「軌範具足」，「軌」是軌道，「範」是模範，諸佛菩薩是一切眾生的榜樣、典範。佛不但用言語教導我們，時時刻刻在日常生活當中做給我們看，這叫軌範具足。

(二)效法善財

善財童子五十三參，就是顯示念佛法門的殊勝，當生成就。善財童子見各式各樣的人物，聽種種不同的法門，他在這個境界裡面用什麼功夫？「聽而無聽，見而無見」。在一切境界裡面如如不動，還是老實念阿彌陀佛，並沒有改變，定慧等學。尤其在現代開放社會，思想言論自由，沒有法子禁止，我們要不學善財童子，就沒法子成就。我們要是懂得念佛法門，曉得善財童子這一套高明的手段，我們一生決定成就理一心不亂；即使理一心得不到，事一心是穩穩當當可以成就。在日常生活工作中，這五十三位善知識也是我們的好榜樣，要努力效法，誓作世間眾生、家庭、工作、社團之好模範，真正把「學為人師，行為世範」，圓滿做到。

(三)和諧世界

現代由於交通便捷、資訊發達，使地球縮小了，國與國的關係真的就像鄰居一樣。要想達到真正的世界和平，我們一定要與不同的族群、不同的宗教、不同的文化，存異求同，建立共識，消除一切隔閡，希望達到共存共榮，互助合作，和睦相處。如果不從文化交流上建立共識，這個世界之亂，眾生之苦是決定不能避免的。不但物質生活要富足，精神生活更要富足。如何達到這個目標？一切法決定從自己做起，只問耕耘，不問收穫。覺悟的人在世間，只有付出，絕不求權利，有福大家享，有罪報一人承當。這樣一來，世界永久和平，社會安定興旺，人民幸福安樂，才能真正落實。

(四)往生淨土

我們為什麼要往生阿彌陀佛極樂世界？生到極樂世界你就作佛了，一切受用與阿彌陀佛一樣。極樂世界是法界中最好的修學環境：「無有眾苦，但受諸樂」，日常生活就是講經說法，研究討論，阿彌陀佛親自教誨。一到極樂世界，蒙阿彌陀佛威神加持，我們的本能都恢復了，有能力分無量無邊身，到十方世界上供諸佛，下化眾生。這也是阿彌陀佛對一切眾生恩德最大、最深之處，他為我們提供了環境，我們對他非常感激。

我們居住的娑婆世界，充滿了苦難，只有苦沒有樂，所有一切樂是壞苦，苦偶爾中斷了就覺得很樂。其實那不是樂，是苦暫停，你就感覺到樂，這是迷惑顛倒，沒有把事實真相搞清楚。佛在經上形容死之苦，神識離開身體的痛苦，猶如生龜脫殼一樣，所以臨命終時非常痛苦。但是念佛往生的人不死，他是活著看到阿彌陀佛來了，歡歡喜

喜跟阿彌陀佛去了，身體不要了。生老病死是內苦，上至帝王，下至乞丐，人人都逃不了。

我們要求自己的善根、福德能夠達到《阿彌陀經》上說的標準，佛不離心，名號不離口，這才行。要把世間事放下，這個世間太苦了，我們到極樂世界是為了成佛，成佛是為了度眾生。極樂世界再回來，菩薩身分，具足圓滿智慧、德相、神通、道力，才能真正度得了眾生。不到極樂世界，弘法、護法都是很有限的，一不小心還造了重業，不值得。真正想通了、想明白了，往生淨土第一要緊，往生淨土第一大事。

真修道人不見世間過

無論順境、逆境這都是增上緣，只要善於運用，都是很好的鞭

策。我們可以利用這個機會勇猛精進，將自己的境界向上提升，所以無一不是好事。幾時我們真正能將境界、觀念轉變，看一切人皆是善人，一切事皆是好事，就能入佛菩薩的境界。

如何轉變？孔夫子說：「三人行，必有我師」。三人是比喻，指自己、善人和惡人。善人是我的老師，我要效法、學習他的善；惡人也是我的老師，我要反省有沒有同樣的惡。凡夫永遠不會發現自己的過失，只會看別人的過失；聰明人看到別人的過失，會回光返照反省自己，「有則改之，無則加勉」，所以惡人也是老師。佛菩薩之所以能作佛作菩薩，道理在此地。凡夫看到善人心生歡喜，看到惡人心生討厭，永遠墮落在分別執著裡，所以不能作聖。

禪宗六祖惠能大師說：「若真修道人，不見世間過」，這是真實的教誨。何以不見世間過？實在講，世間沒有過，過是從自己的分別

執著裡來的。但是明明那個人有過，怎麼說是從我的分別執著變現出來的？這個道理很深，初學佛法之人很不容易理解，也很不容易接受。真正深入經藏之人，修行有功夫、有心得之人，聽了就能理解。

這個原理就是《華嚴經》上講的「諸法實相，唯心所現，唯識所變」。這心是自己的心，識是自己的識，所以「心外無境，境外無心」。境就是人事環境與物質環境，境從哪裡來的？境是心變現出來的，離了心就沒有外境，外境與自己的心識是一不是二。若能參透這個道理，就能理解何以世間沒有過。善境界是自己的善念變現出來的，惡境界是自己的惡念變現出來的，與外境真的不相干。實在講，若沒有入這個境界，這個道理真的不好懂。

佛在《金剛經》裡說：「一切有為法，如夢幻泡影」。每個人都有作夢的經驗，夢裡會夢到好人、惡人，也會夢到順境、逆境。夢醒

之後，再去想一想夢裡的境界，真有善人、惡人嗎？真有順境、逆境嗎？沒有。這都是自己意識心變現的，佛教導我們從這個淺近的比喻去思惟。

眼前這些現象是阿賴耶識的相分，學過唯識的同修應當有這個常識。可是實際上的境界，我們沒有能證得，也就是說我們入不了唯識的境界。何以入不了？沒有轉識成智，所以我們還是凡夫的境界，不是佛菩薩的境界。佛菩薩的境界，是在夢裡就覺悟了「我在作夢」，眼前的境界全是夢中境界。所以，覺悟沒有離開夢境，還繼續作夢，但是已經清楚「我在作夢」，就是在作夢時喚醒夢中人。因此，諸佛菩薩大慈大悲示現在十法界，如《普門品》裡所說「隨類現身，隨機說法」。所以，諸佛菩薩出現在世間，就是「大作夢中佛事，啟建水月道場」，這兩句話將佛菩薩應化的真相說出了。水中之月、鏡中之

花都不是真的，這是說明境界的真相。

時時練習心上不著四相

最近有幾位同修告訴我，他們在生活、工作、修持上遇到了一些障礙，雖然信心沒有退，可是體力有大幅度的衰退，於是就想放下一切，專心念佛求往生。這個觀念到底正不正確？實在講，很難做一個定論，尤其是年歲不是很大，應該為佛法、為眾生多做一點事。往生是我們這一生所希求最大的目標，決定不能放棄。在世間為眾生多做一點事，特別是接引眾生的工作，幫助眾生學佛，這正是行菩薩道，與自己念佛求生淨土是相輔相成的，決定沒有障礙。我們對於這個事理一定要很清楚。

如何突破眼前的障礙？讀經、聽經就非常重要。所以我反問他

們：最近研習經教做得如何？他們說因為工作的繁忙，讀經、聽經都沒有時間，只能有一點時間斷斷續續念幾句佛號。我就明瞭了衰退的原因，就是不讀書。所謂「三天不讀書，面目可憎」，那是在過去。現在是內有煩惱、憂慮、牽掛，再加上外面的誘惑，所以一天不讀書（指經書），一天不聽經，煩惱就起現行，不必要三天。要是半個月、一個月都沒有聽經，沒有讀書，你的衰退是必然的。

特別是現代，沒有時間讀書、聽講，可以看錄像帶，聽錄音帶，幫助自己調整情緒，務必使我們的生活永遠保持精力充沛，永遠保持大量的體能。體能淵源於心能，讀經、聽經是能量補充的根源。明白這些道理，才曉得在日常生活中，如何才能真正達到充實自己內心與體力的能源。保持旺盛的精神，你才有能力工作，才有能力應付現前複雜的環境，依然可以在這個複雜環境裡面，享受到清涼自在。這是

我們學佛的好處與受用。

佛家常講，「法喜充滿」，這個歡喜就是能量、精神充沛的現象。諺語常說「人逢喜事精神爽」，遇到自己很高興、歡喜的事，可以不吃飯、不睡覺，精神都很好，因為心的能量、體的能量特別豐富。這個能量是從歡喜裡面得來的。為什麼諸佛菩薩的能量那麼充實、廣大，永遠不衰不竭？都是從歡喜心生的，這個歡喜心在佛法裡稱為「大慈大悲」。他對於盡虛空遍法界一切眾生、一切人事物，充滿了真實、清淨的愛心。我們世間人講歡喜，哪個人能比得上佛菩薩那種歡喜？他們生活在大慈悲裡面，生活在愛心裡面，這是大愛。這是大乘經上常說的「若能轉境，則同如來」。

學佛與不學佛的差別在哪裡？不學佛，我們被境界所轉，日子過得很苦，我們的能量幾乎衰竭。佛的生活跟我們恰恰相反，他生活在

慈悲、博愛之中，虛空法界沒有一樣東西看在眼裡不生歡喜心。任何事物，佛眼睛裡都能看出它的真善美慧，所以能生歡喜心。不但法性裡面充滿了真善美慧，現象裡面也同樣充滿了真善美慧。而我們凡夫粗心大意，這個粗心大意是指嚴重的分別執著，讓我們看不出事實真相，產生了許多的偏見、陋執，在這裡面常生煩惱，不生歡喜心，這對我們身心的傷害太大了。我們要明白這些道理與事實真相，唯一的方法就是研究經教。所以，不僅要讀經，讀了要明理、解義。

《金剛經》上告訴我們「深解義趣」，這句話很重要。如何能達到深解？解與行相應就能達到。比如佛給我們講四相：我相、人相、眾生相、壽者相都是假的。世間人貪著，諸佛菩薩、覺悟的人捨離，我們懂了，就要在日常生活中去學習，學習無我相、無人相、無眾生相、無壽者相。怎麼個「無」法？心裡沒有貪著，不把這些東西放在

心上，就是捨離。捨離四相，清淨心就現前。由此可知，清淨心不能現前是被這些東西障礙了。

禪宗惠能大師講得好：「本來無一物」，那是清淨心。我們心裡本來無一物，現在有我、人、眾生、壽者就不清淨，當然把自性裡面無量的智慧、德能障礙住了，使這些智慧、德能不能現前，我們得不到受用。諸佛菩薩的本事就是不讓這些東西牽掛在心裡，讓心地恢復到清淨。這個話說起來容易，做起來很難。難在哪裡？難在無始劫來的習氣。我們常常把這個東西放在心上，已經養成習慣，很想把它捨掉就是捨不掉，這是難處。

我們仔細思惟，為什麼這麼難？難在對於事實真相了解得不夠徹底。你要是真正想了解徹底，真正想徹底放下，先讓這些妄想、分別、執著減少幾分，每天能減幾分，每年能減若干分，決定不要讓它

增長。我們可以用讀經、研教的方法，用念佛、參禪的方法，把它減緩、減輕。逐步逐步放下，放下幫助你看破，看破又幫助你放下。這兩種方式輾轉運用，相輔相成，鍥而不捨，如此你就會感覺到功夫得力。這個得力是你的歡喜心逐漸產生，你得到受用，就是經上常講的「煩惱輕，智慧長」，就能把煩惱轉變成智慧，轉煩惱成菩提。學佛要學會這個本事，要有這個能力，才能得到佛法真正的受用，如經上所說的「惠以真實之利」。佛經的教誨給予我們真實之利，我們有信、有解、有行，我們自己得到了，這就是證。所謂證，就是一個大轉變而已。把污染的心轉變成清淨心，把煩惱轉成智慧，這就是證。一定要通過在生活當中的學習，這個學習就是修行，你才能得到。

許多學佛的同修停留在信、解上，他得不到受用，他沒有認真去做，做得不如法，做的與佛講的完全不一樣，就是不相應，所以在生

活當中始終不能有一個轉變。這個轉變是親證，經上常說「境隨心轉」，你的思想、行為轉變了，你的相貌、體質、生活環境也轉變了，這是證果，也就是《華嚴經》上講的入法界。法界是真實，所謂「一真法界」，這是佛菩薩的境界。我們果然能深信不疑，解行相應，就能從十法界入一真法界，過佛菩薩的生活。

一定要重視經教，每一天要讀經、研究，這在佛法裡稱為參究，不是研究。研究是落在意識，也是落在分別執著。參究不用分別執著，用智慧，我們現在人講用直覺，直覺就是智慧，用直覺是參究。我們才能真正體會、明瞭，得真、善、美、慧的生活，這四個字落實在生活中，而不是一種假想。如果不依照佛法的理論、方法來修學，真、善、美、慧這四個字是有名無實。唯有通過佛法認真的學習，這四個字就變得很實在、很踏實，決不是空洞，可以變成我們生活當中

真實的受用。

如果你們感覺到精神振作不起來，體力狀況不佳，生活得很苦惱，一定要覺悟，趕緊讀經、聽經。依照經典所說的理論、方法去學習，使你的精神重新振作起來，讓你的歡喜心時時現前，你的精神、體力、生活環境必定能有改善。一定會收到這個效果，假如這個效果收不到，就要認真去反省、檢點，你的修學一定有錯誤。生活上種種疑難問題，佛法都能給我們圓滿的解答。因此，這門學術我們不能不學，而且應當認真來學習。

做人不妄語

人最重要的是要誠實。很多人問我，修行從哪裡修起？司馬光講得好，「從不妄語始」。他自己真的做了社會大眾的榜樣，一生「事

無不可告人言」，他的心胸多自在、多舒暢！一生沒有做過一件不可以告人的事情，不能告人的當然就不是好事。一生做好事，做善事，從來沒有做過一件對不起社會，對不起眾生的事情。修行要從此地下手，才會有成就，才會有感應。大乘經卷一展開，你才能看見字字句句無量義。所以，這個世界的苦樂是我們自己的善惡業力造成的，一定要知道。

世間諺語常講，「人要有良心」。王陽明的學說是「致良知」，佛法講「菩提心」，《大學》講「誠意、正心」之後才能「修身、齊家、治國」。你的意不誠、心不正，善因善果就沒有了，你所造的是惡因，所感到的當然是惡報。

世界有成就，個人家庭有成就，事業有成就，都要懂得成就的原因是因緣果報。書要讀，特別是要抓緊時間勤苦地去讀，而且要讀古

書、聖賢書，才能開智慧。

提升自己的靈性是人生大事

大菩提心落實在日常生活、工作、處事待人接物中，所表現的一定是看破，看破就是明瞭宇宙人生的真相。看破之後，肯定放下，放下什麼？一切妄想分別執著。放下執著，見思煩惱斷了；放下分別，塵沙煩惱斷了；放下妄想，無明煩惱也斷了，自性圓圓滿滿地顯現出來。所以，佛法修學最重要的原則、總綱領，就是看破、放下。你能看破一分，就會放下一分。你為什麼放不下？沒有看破，沒有看破就是不了解事實真相，所以放不下。一般人貪生怕死，就是因為不了解生死的真相，要是真的了解生死真相，生死就放下了。

生死的真相是什麼？身有生滅，靈性不生不滅。身就像一件衣服

一樣，身死了，就是這個衣服脫掉不要了。靈性是自己，他又去換一件衣服，如果在六道，就是又去找一個身體。

真正有智慧的人，生生世世都在提升自己的靈性，這是他生生世世生活的第一目標、第一件大事。覺悟的人生生世世不斷地一點一點慢慢把煩惱習氣放下，放下見思煩惱就超越六道，放下塵沙煩惱就超越十法界，四十一品無明統統斷盡就證究竟圓滿佛果。這是講中下根性的人。

若是上上根人則是一聞千悟，不需要這麼長的時間，他一生當中就能證得究竟圓滿。為什麼？他一放就徹底放了，不是藕斷絲連，不是斷斷續續。中下根性的人沒有這麼高的智慧，所以是慢慢放，好像是尋枝摘葉。譬如我們現在不要這棵樹了，要把它去掉，是葉子一片一片拔掉，然後小枝條一點一點修掉，最後再挖根。中下根性的人斷

煩惱、提升境界用的就是這個辦法，但這個很費事。聰明人不要動樹葉花果，而是直接挖根，根挖掉之後不就沒有了嗎？所以，上上根人是從根本修，根本是心，即是心要真誠、清淨、平等、正覺。總而言之，要真幹才行！

修行要理事兼顧，理上頓修、頓證；事上要漸除，理與事要相應。譬如不殺生，念頭上確實沒有傷害一切眾生的念頭，但在事相上，看到一個蚊蟲來叮咬你，你一巴掌把牠打死了，你的行為與心不相應，你還是在殺生。雖沒有起殺生的念頭，但自然有行為，這屬於習氣。斷習氣不是簡單的事情，要在事相上磨鍊，歷事鍊心，鍊到真的連微細的小動物都愛，都不會傷害，這才真正到身心清淨，才真正顯示你的慈悲，慈悲心真正流露出來了。

章嘉大師當年傳授給我的菩提道、菩薩行是什麼？看得破、放得

下。我向他請教從哪裡下手，大師教我從布施下手，布施是事。放下名聞利養，放下五欲六塵的貪著，放下貪瞋痴慢，放下自私自利。自私自利從哪裡放下？對一切人事物，對世出世間一切法，決定沒有控制、佔有的念頭。你有控制、佔有的念頭，就是沒有放下自私自利。這些都是破四相的前方便，這個前方便做不到，又豈能破四相？

一切境緣都能成就自己的德行

何謂隨緣？何謂攀緣？講到絕對的標準，就是隨順性德是隨緣，隨順煩惱習氣是攀緣。說明白些，標準降低一點，就是隨順經典的道理、教訓，依教奉行，是隨緣；隨順自己的習氣、想法、看法，是攀緣。隨緣與攀緣關鍵在用心之不同，隨緣用真心，攀緣用妄心。此理很深，境界很廣，務必要細心思惟、觀察。

我們今生想要成就，就不能不著重德行上的修養。但有些人能做到，有些人想做而做不到，其原因很簡單，能做得到的人「無我」。《金剛經》云：「無我相、無人相、無眾生相、無壽者相，是名菩薩。」菩薩能做到，我們凡夫何以做不到？有我相、人相、眾生相、壽者相，所以學佛的人多，成佛的人少，原因就在此地。這一關是凡聖的分界線，這一關突破了，就超凡入聖；無法突破，就永遠做凡夫，永遠在六道輪迴。我們起心動念沒有把我忘記，總是想我的利益、我的好處，一切都是我的。佛菩薩沒有我，沒有我的。因此，我們一定要克服自己的煩惱習氣。

懂得此理，在世間要修好因。好因是智慧、德能、相好，這是性德的自然流露。怎麼修法？兩個字：淨、善。心要清淨，淨生慧，善生福。智慧是清淨心生的，相好是善行生的，德能是淨、善合起來生

的。我們就是修心純淨，沒有一絲毫的染污；行為純善，沒有一絲毫的惡行，其果報就是圓滿的智慧、圓滿的德能、圓滿的相好。這三種圓滿，果報在佛如來的報土，這是成佛之道。所以，真正的快樂自在是心地清淨、行為善良，不是有財富、有權勢。我們生活在世間樣樣隨緣，「日日是好日，時時是好時，人人是好人，事事是好事」，真正入此境界，果報殊勝！

古人常說：「處事難，處人更難」，人與人相處要有高度的智慧，才能成就自己的德行。人事環境雖然複雜，總不外善與惡，就是順境與逆境。處逆境時，樣樣不稱心不如意，周邊所遇到的都是惡人，我們應該如何相處？舜王是最好的例子，舜的父親、繼母與繼母生的兒子，都與他做對頭，但他能盡孝，沒有看到父親、繼母與弟弟的不是處，總覺得自己做得不好，天天反省改過。這正是六祖大師所

講的「若真修道人，不見世間過」。他沒見到別人過，只見自己過，所以最終感化了全家人。

在佛法講，舜的父親、繼母與弟弟都是過去生中的冤親債主，他能化怨為親、化敵為友，了不起！如果起怨恨心、報復心，就造成仇恨，愈結愈深，生生世世冤冤相報，將來苦不堪言。我們處逆境，遇到惡緣，要學舜王，養自己的大德大智、大德大行。

《金剛經》上，忍辱仙人被歌利王割截身體，那是逆境、惡緣。忍辱仙人是釋迦牟尼佛的前身，修菩薩道時，遇到歌利王，被凌遲處死。但他沒有絲毫瞋恚的念頭，忍辱波羅蜜圓滿了；不起絲毫報復的念頭，持戒波羅蜜圓滿了。菩薩還生感恩心，並發願說，我將來成佛第一個度你。歌利王的後身就是憍陳如尊者，當釋迦牟尼佛成佛時，他是第一個證阿羅漢果的。這就是化怨為親、化敵為友，決不可對

立、報復，不可生瞋恚心，這是真正解決問題。

處順境時，一切稱心如意，沒有貪念，因為起一念貪心，立刻墮落了，這比處逆境還要嚴峻。一般人曉得逆境、惡緣容易墮落，不知道順境、善緣更容易墮落。善財童子就是處順境、善緣，但他不貪圖富貴，能捨棄、放下。釋迦牟尼佛生長在皇宮，他的環境更是順境善緣，名聞利養樣樣具足，如果他貪圖富貴就出不了六道輪迴。所以，處逆境順境、善緣惡緣，要真正把貪瞋痴慢連根拔除。

我寫了一副對聯，上聯是「處逆境，隨惡緣，無瞋恚，業障盡消」，毀謗我、侮辱我、陷害我的，都是善知識、佛菩薩，他幫助我消業障，我感激他，沒有絲毫怨恨心、報復心。下聯是「處順境，隨善緣，無貪痴，福慧全現」，不論處什麼環境，永遠保持自己的真誠心、清淨心、平等心、正覺心、慈悲心。能保持住，心在道上，道就

是清淨、平等、正覺、慈悲，這是大道、性德，這是自己的真心本性。一切時一切處，不失真心，不失本性，在日常生活、工作、處事待人接物之中，一切隨緣不攀緣。

沒有生死只有轉變

佛說「業力甚大，能敵須彌」，「心佛眾生，三無差別」。佛弟子應以怎樣的心態，看待時代的變化，這是我們當前最重要的課題。尤其近些年，世界各地都充滿了爆炸性的危機，我們必須要明瞭。明瞭是智慧，有智慧還得要有功夫，而修行總原則不外乎「看破放下」，守住此原則就能心安理得。

我們要知道，時局無論怎樣動亂，這是眾生無始劫來累積的業力。當年，釋迦牟尼佛在世，琉璃王滅釋迦族時，世尊看在眼裡也無

能為力，他對弟子們說，這是業力使然。過去生中所結的怨恨，冤冤相報非常殘酷，而我們將來可能看到比琉璃王滅釋迦族還要殘酷不止千萬倍的事情。

學佛是學覺悟，覺悟與不覺悟的人不相同。不覺悟的人遇到這些事情，就會憂慮、恐懼，想避免這個災難；覺悟的人則泰然處之，因為他了解前因後果，絕不做避難想。面對此事，心地坦然，不驚不怖，盡心盡力做好本分之事，讀經、研教、念佛、斷惡修善，只要有一天時間，就積極認真努力去做。若災難臨頭也無恐懼，對將來清楚明白，自己會轉移到好地方去。緣分殊勝的，會從這濁惡之世，轉生到極樂世界，緣分差一點的也會生天。生命是永恆的，沒有生死，這只是轉變而已。覺悟的人希望自己的轉變，愈轉愈殊勝，而迷人是愈轉愈苦，在十法界裡往下轉，覺悟的人是往上升。

平常就要用功夫，六根接觸外面六塵境界，真正做到不起心不動念、不分別不執著，根塵相接觸時，斷自己的貪瞋痴慢。順境沒有貪愛，逆境沒有厭惡，因為順逆境界皆是自己的業報。過去今生所造的一切善業、不善業，果報現前，自己應當承受。迷人受果報，有苦樂憂喜的感受；覺悟人受果報，心地清淨平等，如如不動。果報現前，若能「不取於相，如如不動」，便不生煩惱，智慧增長。

六祖惠能大師當年見五祖時說，「弟子心中常生智慧」，就是因為他真看破、真放下。看破是明瞭事實真相，放下是不起心不動念、不分別不執著，故能常生智慧。無論對人對事對物都如此，這是真功夫。若再能一心念佛，求生淨土，就是徹底的覺悟，不但永脫輪迴，也永脫十法界，在大乘法裡，真正取得最殊勝的成就。

一般學佛不能成就的障礙，就是在生活中，對人、對事、對物起

心動念。起不善的心，動不善的念，這是不好；但起善心、動善念這也不好。因為起惡心動惡念，造的是三惡道的業；起善心動善念，造的是三善道的業，還是無法超越輪迴。可是佛又時常教導我們要「斷惡修善」，這有沒有矛盾？如果你能真正明瞭佛的意思，就沒有矛盾。因為佛所說的善，不是善惡之善，善惡之善是相對的，相對的是輪迴。佛所講的法不是相對的，是善惡二邊都離開，這是真正的善。

《壇經》有一段能大師對惠明的開示。惠明是四品將軍，跟隨五祖出家，他是軍人，性情急躁，動作粗魯。能大師離開黃梅之時，有一群人去追趕，想搶回衣缽，結果被惠明追上了。能大師將衣缽擺在一塊石頭上，自己藏在草堆裡。惠明見到衣缽在那裡，卻無法搬動，於是大聲叫道：「我是為求道而來，不為衣缽」。惠能大師聽到此話，從草堆裡出來。他要求能大師傳法給他，能大師教他完全靜下

來、定下來，什麼都不要想。過了一會兒，能大師問：「不思善，不思惡，此時，哪一個是明上座的本來面目？」經惠能大師這一問，他就開悟了，明心見性。他在黃梅天天接受五祖的教誨都沒有開悟，而這一句話就將他點醒，這是因為此時他發的是誠敬之心。因此，到一念不生之時，就是開悟的邊緣，有人一點，無明殼就破了。

我們今天修學的困難，在妄想分別執著沒有放下。若徹底放下，幾分鐘的時間，有人給你一點，或說不定是什麼因緣就能開悟，可見妄想分別執著是大障礙。妄想是無明煩惱，分別是塵沙煩惱，執著是見思煩惱，我們被這三種煩惱障礙了自性，生生世世搞輪迴業不能出離，原因在此。因此，只要一放下，天下太平，正是能大師所說的「本來無一物」，覓生死了不可得，這是真實話。《般若經》云：「一切法不可得。」不但一切法不可得，一切法不生。若見到一切法

不生，就證得無生法忍。《仁王經》講，無生法忍是七地、八地、九地的菩薩。證得無生法忍，就能真正見到世出世間一切法不生不滅，當然不可得。這個現象就在我們現前，可惜我們看不出來，而無生忍的菩薩看出來了。

《金剛經》云：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電。」夢幻泡影是講現象不可得，如露亦如電是講現象存在的時間，如電一般短暫。電是閃電，其實閃電的時間還是很長，有二、三秒鐘。佛在那個時代，大家感官中感觸到的，閃電是最快速的，因此佛用它做比喻。

我們現在用光速來比喻，光速一秒鐘三十萬公里，我們講十分之一秒、百分之一秒、千分之一秒、萬分之一秒、億萬分之一秒，大家好懂。譬如我們使用照相機，一般的快門是六十分之一秒、一百二十

分之一秒。若是照飛機、照活動的物體，通常用五百分之一秒的快門。好比飛機在天上飛，你照下來，它是靜止不動的。從這個概念上體會不生不滅，它存在的時間極其短暫。這個現象存在的期間，真的是億萬分之一秒，生滅速度轉變之快，我們無法想像。八地菩薩是不動地，他才能見到一切法生滅的現象。其實這個不生不滅還是有生滅，是生滅太快了，幾乎生滅同時，見不到生滅的現象，所以說不生不滅，這是事實真相。

了解事實真相之後，萬緣放下了，因為一切法不可得。得失的念頭沒有了，然後在世間與諸佛如來一樣隨緣。隨緣多自在！沒有得失，沒有生死。再進一步說，沒有垢淨，沒有斷常，也沒有來去。《中觀論》講的「八不」：「不生不滅、不常不斷、不一不異、不來不去」，完全是事實真相，就在我們眼前。菩薩有智慧，看得清楚；

我們凡夫愚痴，不了解事實真相，面對境界起心動念，胡作妄為，造無量無邊的罪業而感受苦報。這些果報是業力顯現出來的，佛不能度，佛無法救；佛能度、能救的，就是把這些事實真相為我們說清楚，讓我們覺悟，我們也入佛境界，這個問題才能解決。因此，佛度眾生，僅是教學而已。

佛對眾生的慈悲，可以從「四悉檀」來了解。無論何時何處，接觸一切大眾，你有慈悲心想幫助，就是用四悉檀的原則。第一，「世界悉檀」，令一切眾生生歡喜心。第二，「為人悉檀」，念念為他人的利益著想，讓他歡喜，這就是佛家常講的「先以利欲勾，後令入佛智」。這兩條就是用利欲來引誘他。第三，「對治悉檀」，關係建立了，信心建立了，成為好朋友，他有毛病，你就勸導他，用方法對治他的毛病，幫助他斷惡修善，破迷開悟。第四，「第一義悉檀」，幫

助他圓滿成佛。現今第一義悉檀，就是勸他「深信淨土，念佛往生」。

我們第一次與人接觸，第一個目標是讓對方生歡喜心，然後是無條件的布施供養，先不要講過失。幫助人要有方法，佛的方法巧妙極了，這是真實智慧，善巧方便，我們應當要學習。

面對再大的災難，處之泰然，清清楚楚。我們要有慈悲心，不能捨棄眾生，要盡心盡力去幫助，能幫多少就幫多少，功德就是圓滿的。

如何不受外界影響

當今大環境是爭名逐利，把金錢名利擺在第一位，視貪瞋痴慢為正常、自私自利是天經地義，所以世界動亂，災難這麼多，生活這麼

苦，全世界男女老少各行各業，普遍是這種狀況。

孔夫子講：「三人行，必有我師」，三人是一個自己、一個善人、一個惡人，都是我的老師。惡人教我反省改過，善人教我學善，都是佛菩薩。蕅益大師說：「境緣無好醜，好醜在於心」。順境善緣，稱心如意，遇到的都是好人，你喜歡他，他也尊重你，修不貪戀。逆境障緣很多，幹什麼事情都麻煩，不能稱心如意，遇到的都是惡人，都是毀謗、侮辱、陷害、障礙你的，修不怨恨。縱然他把你殺掉，你去極樂世界，他到地獄受報。如果不知道感恩，怨恨他，就跟他到地獄冤冤相報。所以無論受什麼重大的災害，若無其事，是菩薩來考驗我的，看我是不是放下、清淨，還有沒有染污。

「凡所有相，皆是虛妄」，境緣都是假的。善緣順境是美夢，惡緣逆境是惡夢，統統都是夢，你不染著，這叫真修行。如果徹底明瞭

事實真相，保持清淨平等覺，在一切境界相裡都不受干擾。如果你感覺環境不好，一心專念阿彌陀佛，根利的幾秒鐘，根鈍的幾分鐘，必定恢復正常。你要想不受外面境界干擾、五欲六塵的誘惑，要了解事實真相，要看破。在眾生法界，六道輪迴中，你可以與一切眾生和光同塵，共同生活，外面表現隨緣；心裡面清淨，如如不動，一塵不染。所有一切境界相都是幻化相，沒有一個是真實的，一當真就沾染，就生起妄想分別執著。佛教我們離一切相，修一切善；無我、人、眾生、壽者，修一切善法。我們學佛念念著相，所以怎麼用功苦修，功夫不得力，起心動念被外面境界困擾，想真正脫離煩惱苦難要靠自己。佛說「一切法從心想生」，心想佛，佛就現前，你執著這個現相，它就有這個現相。不但佛菩薩沒有形相，一切眾生也沒有形相，芸芸眾生是我心想生變現出來的。

要在日常生活處事待人接物中修行。《弟子規》說：「道人善，即是善；揚人惡，即是惡」。修行人看到別人善，知道要學習；看到別人不善，不會宣揚，反省自己有沒有，有則改之，無則加勉。在境界裡歷事練心，修清淨平等心，不但對善人、惡人，對畜生、餓鬼、地獄都平等。「一切有情眾生皆有佛性，既有佛性，皆當作佛。」佛從佛性上看一切眾生都是佛，從法性上看山河大地、花草樹木都是佛，法性與佛性是一個性，所以說「情與無情，同圓種智」，世出世間無有一法不是諸佛如來為我作斯示現。所以自己成佛，看到大地一切眾生都成佛道。

如何能做到不受外界影響？我一生的體會是天天講經，天天讀經，接受佛菩薩教誨。不能有名利心，「可得為世間事，不可得為世間意」。自私自利、名聞利養是世間意，沾染就壞了，佛法就變質

了。外界盡量不要接觸，干擾就會降低。當今社會干擾最嚴重的是電視、網路、電影、歌舞、音樂、報章、雜誌。精神受干擾，身體自然受影響，頭腦不清楚，胡思亂想，就造罪業。日常交往，善友可以常往來，互相勉勵；習氣毛病重的，不可以跟他學，希望我們做得正確，影響他，如覺得自己功夫不夠，會被他影響，就盡量回避。我們所有時間都讀經、看聖賢的東西，與古人為友，才能保住自己的清淨心。

我們修淨土的人，把所有境界全看成阿彌陀佛，念念不離阿彌陀佛，才能念好佛號。「不怕念起，只怕覺遲」，時刻要提醒自己。順境，貪戀心起來，馬上曉得這一念錯了，立刻提起阿彌陀佛；逆境惡緣，怨恨心起來，阿彌陀佛，趕快覺悟回頭，讓心永遠保持真誠清淨平等正覺慈悲，分秒都不離開，這是成佛之道。心裡、口裡、行為有

阿彌陀佛是覺，除阿彌陀佛之外沒有別的雜念，這叫「一向專念阿彌陀佛」。

不受外面環境影響是真實的利益，永遠保持清淨平等覺。在世法，你的事業成功，家庭和睦，生活健康快樂。「若能轉境，則同如來」，你不受境界影響，就能影響境界，就是如來、就是佛，所以度化眾生先要度自己。覺而不迷是菩提心，這一關要把穩、把好，功夫就得力。念念不捨阿彌陀佛，去西方極樂世界，非常有把握，道業也成就了。

如何伏煩惱

一、什麼是煩惱

心裡面不高興、不如意是煩惱，高興、舒服還是煩惱。心是清淨

的，「本來無一物」，所以喜怒哀樂都是煩惱。貪瞋痴慢疑，見思煩惱，錯誤的見解、思想，就是佛常講的妄想分別執著，這是煩惱。

二、煩惱的危害

古人講「知事少時煩惱少，識人多處是非多」。煩惱與是非是最大的障礙，你要不能遠離，道業不容易成就。你學得再多，通宗通教，說得天花亂墜，沒有用，該怎麼生死輪迴還怎麼生死輪迴，要改心理、觀念。

三、如何伏煩惱

眾生根性，業障太重，所有經教法門都沒效，只有老實念佛求生淨土這一門，要求比其他的法門寬鬆，其他八萬四千法門都要斷煩惱才能成就，這個法門不需要斷煩惱，只要伏煩惱你就成就了，伏比斷

容易太多了。伏是什麼？自己真有決心，處處躲避，少跟外面境界接觸，接觸你不能不受影響。多接觸佛菩薩，《無量壽經》、《阿彌陀經》就是佛菩薩，牢牢地守住，絕不能掉以輕心。真誠、恭敬，看到佛經、佛像，就像看到阿彌陀佛真人一樣，不相捨離，我們才有可能在這一生當中永脫輪迴。要知道輪迴苦，要看破世界。這個世界有樂嗎？有，不是真的，假的。你能享受世間的樂時間非常短暫，來生墮到三途，苦不堪言。佛經中形容六道輪迴是苦海無邊，叫你回頭是岸，所以你要看破世界只有苦沒有樂。樂是什麼？樂是壞苦。我們認識清楚之後，自然想找真樂、永樂，找到西方淨土。你真能看破，修淨土的功夫就得力，沒有看破，還留戀，這一生也只能跟阿彌陀佛結個善緣，往生沒有把握。

這一句佛號能夠降伏煩惱。我們六根接觸六塵境界才起心動念，

這一句阿彌陀佛就把念頭伏住，壓下去。當你煩惱的心才動的時候，趕緊念阿彌陀佛，把念頭轉過來，這叫會念佛、會用功。你遇見善人、順境，心裡起了一念貪愛之心，趕緊念阿彌陀佛把貪心打掉，這叫功夫得力，煩惱不起現行。遇到惡人、逆境，瞋恨心生起來了，趕緊也是一句阿彌陀佛。念佛功夫得力不得力，就在此地。如果你的妄想、習氣很重，佛號壓不住，大聲念，一定要把它伏住。一天到晚，一年到頭，時時刻刻照住自己的煩惱習氣，只要心一動，趕緊念佛把它壓住。佛號要會用心念，每個人用的心不一樣，佛號的效果就不相同了。

學東西要單純、簡單，我們煩惱就沒有了，心就清淨。大乘法有一個巧妙的方法，叫我們在日常生活當中對人對事對物的用心要大而化之，就是把心量擴大，不要念念想自己、想我這個道場，心量太小

了，煩惱習氣永遠斷不了。佛教我們起心動念想盡虛空遍法界，我成佛，幫助一切諸佛；我弘化，幫助虛空法界一切眾生，有這樣的心量，進步就快了，才能得到真實的利益、契入真實之際，真實之際就是明心見性。世間一切，有很好，沒有也很好，絕不把這些事情放在心上。逆緣固然有障礙，但是順境的障礙往往超過逆境。人在逆境還會奮發向上，順境往往就墮落了，別人一讚歎、一供養就迷惑，就自認為很了不起，所以真正修行人出逆境容易，出順境難，順逆境界都不動心才能真正地超凡入聖。認真努力改正自己的習氣，最重要的就是把心量拓開，對人對事對物坦誠。現在全世界都講隱私，隱私就是不可告人之處，你樣樣都可以公開的話，多自在、舒服。佛菩薩的心與凡夫的心不一樣就在此地，我們學佛，佛是我們的榜樣、標本，我們供佛像就是向他學習。

伏煩惱還是要功夫，功夫不得力伏不住。你現在伏住了，臨命終時別人動你、碰你，又起煩惱，怎麼辦？就是在日常生活當中鍛鍊，人家罵你、鞭打你，你一點瞋恨心都沒有，若無其事，這是真的伏住了。清醒的時候伏住，睡覺作夢的時候也能伏住，在夢中有人惹你生氣，你一發脾氣，沒有伏住。伏比斷容易。伏與斷的樣子不同，斷的時候，你的能力恢復，神通現前了，見思煩惱真的斷了。牆那邊人在做什麼，你能看見，別人心裡想些什麼事情，你知道，這是他心通。天眼、天耳、他心通很容易得到，那是斷了才有；伏的功夫深也有，但是沒有斷的能力來得大。我們還在日常生活當中會起心動念，沒有伏住，要用功。

每天做同樣的工作一定會很煩惱，尤其是家庭主婦，好像永遠沒有解脫的一天。假如你要把念頭一轉，會做得非常快樂。念頭怎麼

轉？因為你現在有我，我在做，我好辛苦，我為什麼替他們做？煩惱就起來了。假如你要是學菩薩道，菩薩道第一個就要修布施波羅蜜，那麼在家庭裡替一家人服務就是修布施波羅蜜。布施有財施、法施、無畏施三種。財有內財、外財。你在外面賺錢來供養一家人，這是外財。內財是用我們的體力、智慧為一家人服務，這是修布施波羅蜜。你把家整治得井井有條，有條不紊，乾乾淨淨，鄰居看到都羨慕，這叫持戒波羅蜜。你能夠有耐心做，不疲不厭地做，這叫忍辱波羅蜜。每天還要改進，希望明天比今天做得更好，這叫精進波羅蜜。每天雖然做那麼多的事情，心地清淨一塵不染，這叫禪定波羅蜜。菩薩的六波羅蜜就在你抹桌子、掃地、洗衣、煮飯，圓圓滿滿的，還到哪裡行菩薩道？你這一個家庭做好了，是所有鄰居的榜樣，就度別的眾生、鄰居再影響到盡虛空遍法界，你才曉得原來是度虛空法界一切眾生，

法喜充滿，怎麼會有煩惱？

一切時、一切處、一切境緣之中，總是保持自己的心地清淨平等，清淨平等心生智慧。智慧生起來，你會看破世界形形色色的業因果報、理事性相，都清楚明瞭，隨緣而不攀緣，功夫得力，了生死、出三界，往生淨土才有把握。

如何克服恐懼

一、為何會恐懼

煩惱障和所知障，這兩種障礙害我們生生世世過苦日子，在六道裡還繼續不斷在造業。所造之業，善業少、惡業多；善業的力量薄弱，惡業的力量強大。將來死了以後你到哪裡去投胎？「強者先牽」。你的業力當中哪個力量最強，牽引著你去投胎。想到這些，能

不驚心動魄嗎？能不恐懼嗎？

修行在哪裡修？就是我們從早到晚，面對著一切人事物修清淨心、平等心、智慧心、慈悲心。離開境界，你到哪裡去修學？必須對著境界「歷事鍊心」，我們就清清楚楚、明明白白，不經歷就沒有智慧。鍛鍊如如不動，對於外面境界不起貪愛、不生瞋恚，清楚明瞭，不愚痴，從這裡斷貪瞋痴，成就戒定慧。所以我們要過戒定慧的生活，如果再去過錯誤的生活，前途就一片黑暗，災難臨頭當然會恐懼、害怕。

二、如何克服恐懼

要怎麼辦？佛法能幫我們的忙。佛在經上教我們做的，都是利益眾生之事，要隨緣隨分盡心盡力去做，凡是傷害眾生的事情決定不能

做。你要知道原則，就是斷惡修善，要在日常生活當中起心動念之處用功夫。這一個念頭起來，想想是善還是惡，佛許不許可起這個念頭？所以經要熟，我們初學在日常生活中不離這個標準。如果你覺得經論太多，記不住，佛講的最簡單的「十善業」，我們不妨從這裡下手，漸漸把境界提升，要鍥而不捨，勇猛精進。比十善業稍微詳細一點的是「淨業三福」。三福雖然只有十一句，意境之深廣，可以說包括整個佛法，可以稱它為佛法的大總持法門，從初發心一直到無上道都不離開這十一句。你能夠如理如法修學，心自然就清淨。我們要知道從哪裡學起，決定不能離開智慧。智慧的最初方便是什麼？現代人所講的理智，你要常常保持理智，保持頭腦的清醒，不可以感情用事；理智的對面就是感情，感情是迷、邪、染。理智雖然不是覺正淨，它與覺正淨相應，不屬於迷邪染。我們處事待人接物能夠有理

性，這是最初方便。

在當代，更應當重視德行，走佛菩薩的路、古聖先賢的路決定是安全，不會有錯誤，沒有災難。常常想著有災難我怎麼辦，心理上要有準備，災難來就不害怕恐懼了。遇到災難，我們習慣了清淡的生活，會感覺日子很好過，平平安安度過。所以我們不害怕、不恐懼災難，加功用行。治本是修清淨心、慈悲心；治標，可以用一些宗教儀式來做祈禱，也有效，可以把災難減輕推遲，那不是究竟的方法。究竟方法是真修、真幹，斷惡修善，災難就永遠遇不到。

《阿彌陀經》說，無論哪一個世界、哪一類眾生，只要念阿彌陀佛，就得一切諸佛的護念。功德有多大？你念其他佛菩薩名號，或者念一切神咒、經典，可以得到一佛、二佛、三四五佛護念，決定不可能得到一切諸佛護念，唯獨念阿彌陀佛的名號，能得一切諸佛護念。

這一些理與事我們知道之後，受持這一部經，修學這個法門，信心才真正堅定，無論什麼力量誘惑威脅你，都不會動搖，也不會恐懼。為什麼？有諸佛護念。既然有諸佛護念，你就會聯想到無量菩薩、無量天神必定護持。

我們明白了道理，有沒有覺悟？沒覺悟。沒有覺悟，明白了管用，我們的苦難的確會減少很多，對苦難不恐懼。「凡所有相，皆是虛妄」，真的苦逼到身上來，身體也不是真的，就不會有那麼多痛苦了。愈分別執著愈痛苦，分別執著淡，痛苦就減輕了。能夠作如是觀，你對於身心、對一切的身外之物，所謂我與我所，會看得很淡薄。你懂得是假的，不是真的。

在恐懼的心態中念佛能往生嗎？重大災難帶給世人岌岌可危的恐懼之感是普遍存在的。不驚不怖，永遠保持靜定、冷靜，你才有智

慧，智慧才能化解問題。如果心慌意亂，災難還沒來，你先嚇死了，就跟癌症一樣。癌症與普通感冒差不多，癌症百分之九十是嚇死的，不是病死的。如果他得病，醫生告訴你存活期只有一、二個月，他聽了不在乎，再不去想病了，也不想去治病了，老實念佛，求生淨土，念了幾個月，再去檢查，病沒有了。什麼原因？念頭轉變了，這就是以心控物。你不能想它，愈想愈麻煩，你不想它的存在，不想它好，也不想壞，全部不要想，它就一點辦法都沒有。你看把念頭一轉，轉到阿彌陀佛那去了，阿彌陀佛是最好的念頭，最壞的念頭忘掉了，根本不理它，很快帶病毒的細胞就恢復正常，用意念！所以念頭主宰一切。你要是真正通了、明白了，能夠保持青春常駐。別人碰到我頭一句話問，你怎麼樣保養身體的，為什麼不老不病？我說我沒有想到老，也沒有想到病。為什麼？我沒有醫藥費，生病就往生了，我也不

要住醫院，醫藥費布施掉了就不會生病。你們要買醫療保險，準備醫藥，肯定生病，要不然那筆錢怎麼花？你看身體健康時就想到病了，就保壽險。還沒有老就想到老了，能不衰老嗎？我們什麼念頭都沒有，每天就是讀經、講經。我們沒有老病的念頭，天天在等阿彌陀佛來接。我們留在這世界是替阿彌陀佛工作，往後還能活多少年我也不知道，就一樁事情，做好榜樣，一門深入，長時薰修。

因此在初學階段，大乘不能不讀，特別是發心從事弘法利生，我們不但要讀，還要契入。契入就是古大德常講的「隨文入觀」，展開經卷，隨著經文的教誨轉變我們的觀念，就叫隨文入觀。入是契入，入的意思把「信解行證」全都包括了。入是證，你怎麼能證？當然你有行。觀念改變就是行。怎樣改變觀念？道理明白了，理解了。你怎麼會明理的？相信佛的教誨。佛所說的教理行果，我們學生能做到的

信解行證，這就轉境界了，這就是隨文入觀的意思，得真受用，這是真修行。修行的法門無量無邊，這是教下真正修行的方法，經卷一展開，入佛的境界。入境界最重要是保持，在日常生活當中，處事待人接物，都能夠保持而不失，那就是不退轉，哪有不成就的道理？本事學到了，什麼樣妖魔鬼怪也不會恐懼，我們有能力幫助他們同成佛道，大圓滿的解決。這是佛教導我們的，這才是真實、究竟、美滿。

正確的精進

一、什麼是精進

什麼是精？精是精純，純而不雜。如果有摻雜，那就不叫精進。很多同修不是不勤奮努力，而是亂進，時間、精力都浪費了，卻得不到佛法所說的效果。於是修了幾年之後，慢慢就退心了，怎麼佛法不

靈？他沒有想到是用功用錯了，哪有不靈的道理？特別是淨土宗的修學，效果是無比的殊勝，真正用功得法，三到六個月就能見到初步的效果！二、三年的時間就決定往生。他要真有意願的話，就能夠出離三界六道、往生不退成佛。

什麼是精進？妄想、煩惱少了，心清淨了，正念相續不斷，那叫精進。精進是菩薩六波羅蜜之一。六波羅要用現代的話來說，就是日常生活中必須遵守的六個原則，現在世間人稱為守則，就是菩薩一定要遵守的。「一門深入，長時薰修」，叫精進波羅蜜。精進從忍辱波羅蜜來的。法門真的是琳琅滿目，樣樣都想學，你就沒有忍辱。一門是精進，二門就不是精進。你要能夠把心專在一門，其他的都能夠忍住不學。還要想涉獵，你忍不過！忍辱波羅蜜從持戒來的，持戒是守法。佛教我們勇猛精進把煩惱習氣斷掉，也就是說放下妄想分別執

著，你會得大自在了。

我們舉個例子來說，以學經教而言，凡是學生要廣學多聞，涉獵許多經論的，成績都平平。凡是能夠一門深入的，我們把修學的經驗提供給他，他能夠接受，依照方法去做，效果都非常殊勝。沒有比較，你發覺不出來，一有比較就很明顯，不但一般人能夠看出來，他們自己也發覺了，以為程度比別人高，聰明智慧比別人強，善巧方便比別人多，下的功夫比別人也深，為什麼效果不如別人？道理很簡單，人家專一，一門深入，你搞得太多太雜，就吃虧在這裡。

二、如何精進

精進與懈怠是對立的。人為什麼會懈怠？你對工作沒有興趣，當然會懈怠。如果你很有興趣，不用督促，日夜都不間斷。譬如在學校

念書，假如課本不容易理解，你念了沒有味道，就懈怠不想讀了。你看小說，叫你不要看，晚上還要偷偷地看，看到天亮還不疲倦，為什麼？你有興趣。凡是合你的興趣，就忘了疲倦，自然就精進。如果你不理解，覺得很乏味，就沒法子精進。因此我們學佛，對這個法門必須培養興趣，興趣從哪裡培養？真正理解就有興趣了。真的認識清了，像古來那些祖師大德，他那十萬聲是有興趣念的，不疲不厭。假如我們累了，沒有精神，幾句佛號一念，精神就恢復了，確實如此！經典也是如此，你真正要是入門，看出味道，比小說的吸引力量還大。我讀經百遍千遍都不厭，一遍有一遍的味道，遍遍都有新意思、悟處，法喜充滿。從初發心我們就讀這部經，一直讀到等覺菩薩還念這部經，愈念愈有味道，愈念愈曉得意思無有窮盡，所以就不會懈怠了。你沒有念出味道，不要怕，絕對不是開頭幾遍就能把味道念出

來。好像吃飯吃菜一樣，平常要慢慢細細地來品嘗，囫圇吞棗體會不到味道的。要細細耐心地讀，你才能發現趣味，才真正有悟處。

精進的方向是什麼？淨土法門古來祖師大德告訴我們，學習的三個基本條件是信願行，稱為三資糧。信擺在第一。有信再發願，願是我們這一生奮鬥努力的目標，在佛法講精進，精進的目標、方向。古德常給我們講「願以導行」，願引導你修行；「行以踐願」，我們的行實現我們的願望；「願行相資」，哪有不成就的道理？願幫助行，行幫助願，這才能成就。淨宗的行，正行是執持名號。

四正勤是精進的方向目標，它的內容是斷惡修善。努力把惡斷掉，好好去修善。已經生的惡要斷，還沒有生的惡要制止，不讓它生；已經行的善要繼續，沒有生的善要使善生起來，這是四正勤。佛教導弟子們要發菩提心，菩提心意思很深，也很難理解，所以佛更具

體地教導學生要發四弘誓願。其實四弘誓願就是菩提心的落實，四弘誓願就是發菩提心。這四願，實在講只有一願，就是「眾生無邊誓願度」，後面三願是幫助這一願的落實，沒有後面三願，這一願就不能落實。諸佛菩薩在因地發無量無邊的誓願，都離不開這四願的範圍，所以這四句話是一切諸佛如來共同的大願。阿彌陀佛四十八願，我們細細歸納，也離不開這四願。觀音菩薩的十二願，普賢菩薩的十大願王，諸位想想看，都離不開這四句偈。

你要是真正用這句佛號伏煩惱，就是勇猛精進。你天天念佛，煩惱伏不住，念得再多也不叫精進。真正能把煩惱伏住，伏都伏不了，怎麼能斷得了？伏煩惱就是帶業往生，凡聖同居土就有分；斷煩惱，方便有餘土就有分；再進一步，破無明，實報土就有分，這叫真精進。所以真精進就是在人事環境裡修平等心、清淨心、斷煩惱，這叫

真精進、真功夫。

佛力加持，我們才能真正做到精進不退。如果沒有佛力，要想不退轉，不容易！我們每天拜佛幹什麼？求佛菩薩加持不要退轉。乃至於世出世間一切的事業，順利或不順利，也是佛菩薩加持的。一心求佛，佛菩薩時時刻刻保佑你。可是境界有順有逆，有許多逆境後來想想是好事，幸虧是逆境，成了一個大的增上緣，如果不是逆境，就不能成功了。

如何對治習氣

一、什麼是習氣

古人用比喻，譬如裝酒的酒瓶，把酒倒乾淨，裡面擦乾淨，一點酒都沒有了，聞聞還有味道，那叫習氣。煩惱容易斷，習氣不容易

斷。

二、如何對治習氣

為什麼會起心動念？習氣。古大德說：「不怕念起，只怕覺遲」。念起，就是起心動念、分別執著，念頭起來了。念頭是你無始無明習氣，這個念頭不起，不就成佛了嗎？在六道裡，哪有不起心動念、不分別執著的道理？重要的是覺，覺是什麼？覺是回頭，一回頭就覺悟了。淨宗的回頭就是這一句佛號，念頭才起，立刻用阿彌陀佛把念頭化掉了。所以第一念是妄念，第二念是阿彌陀佛，讓妄念不繼續，要讓正念繼續不斷，正念是念佛。念其他的，造輪迴業。善念不過是人天福報而已，惡念是三途苦報。你把念頭一轉，不造輪迴業了，所造的是淨業，果報在極樂世界。這一句阿彌陀佛，要常常想起

來、能用得上，你就真得受用。

苦從哪裡來？從迷惑顛倒來。對於事實真相一無所知，總以為想像的不錯，誰知道全錯了，所想的、做的全錯了。你所受的果報也是假的，不是真的，因為你覺得它苦，它就苦；如果你覺得它不苦，它確實不苦。為什麼？我們看電視，現在演的是大火，裡面人燒得很可憐，你在這裡看，不苦。如果你迷了的時候，覺得你在電視裡，火也燒到你，感覺到很苦。你錯了，你怎麼跑到裡面了？你不在裡面，他裡頭怎麼受你都毫無感覺。他苦你也苦，他樂你也樂，他哭你也哭，他笑你也笑，你完全被他轉了，這叫凡夫。你的心被境界轉，那就很苦。你要能夠跳出來，看到事實真相，苦樂是一不是二，凡聖是一不是二，清淨心裡什麼都沒有，就能生萬法，萬法與自己是一不是二。有苦有樂，都是迷；無苦無樂，覺了，明白了。

名、利、情，這是三大關，名裡頭包括著地位，利裡頭最重要是財富，情是男女關係，這三大關幾個人能突破？突破，道業就成就了。這三個關口，有一個關口過不去你就墮落，「一失足成千古恨」，後悔莫及。我們業障深重的人怎麼辦？給自己講佛菩薩的教誡，只有念得多、講得多，印象深刻，境界現前，馬上就想到經上講的。貪瞋痴慢念頭才起，馬上就想到經教，你才能淡化、放下。能把前因後果都看透了，是假的，不是真的，假的有業報，業報很苦，自然就止住了。

凡夫修行之所以感到困難，是不會修。會修的是修自己，凡夫修行都是看到別人錯，要修理別人，造業！別人沒有過失，做種種示現，是幫助我修理自己的，這叫修行。古人講人生如戲，一切眾生在演戲，表演給我一個人看，叫我學習。他表演正面的、善的，我要認

真努力跟他學，反省檢點自己有沒有善心善行？有，很好，保持，不要失掉；沒有，趕緊學，希望自己也跟他一樣。他表演是負面的、惡相惡行，我看到了，反省，我有沒有？如果有，趕快改！如果沒有，勉勵自己不要犯這個過失。

念佛的功力能把煩惱伏住就能往生。怎麼伏？最好的方法，改習氣，把習氣反過來。譬如煩惱是貪財，看到錢財就喜歡，用什麼方法來對治？有了錢財趕快布施，把它痛痛快快地散掉。瞋恨重的學慈悲，貢高我慢的學謙虛，你能夠把它反過來，效果快。有人不懂得這個方法，用一句佛號拼命壓也壓不住，所以不如反過來對治。煩惱習氣是無始劫帶來的，薰習得非常嚴重。自己要常常反省檢點，病在哪裡。

學佛的同學都知道自己業障習氣重，也願意消除，為什麼老是消

不掉？因為他念念都在念自己的業障、習氣，所以業障習氣只有天天增長不會消除。什麼時候消除？哪一天他把業障習氣忘掉了，念念都是阿彌陀佛，一念阿彌陀佛消八十億劫生死重罪，這個業障沒想它，它真消掉了。緊急關頭，災難、疾病現前，手忙腳亂，妄念紛飛，把佛號全忘光了，這個時候怎麼樣？念念增長他的罪業；換句話說，念念接近惡報。為什麼？「禍福無門，惟人自召」，佛的教誨忘得一乾二淨，學佛學一輩子這個時候不起作用，煩惱起作用，甚至於怨天尤人、怨恨佛菩薩，這個罪業就變成無間地獄業。

覺悟要快、要保持，保持的方法就是經教。釋迦牟尼佛為什麼一生天天講經教學，四十九年沒有中斷？這是給弟子做最好的榜樣，學佛要這樣學。出家就教學一輩子，你會教出味道來，這是人生最高的享受，捨得盡，生活自在。麻煩就是放不下，知道放下好，就是放不

下。學佛就是學看破放下，看破幫助放下，放下又幫助看破，相輔相成。看破，但是不能放下，就停止了。看破要幫助放下，就步步高升，起作用。放下幫助看破，像爬樓梯一樣，一階一階地就向上升，能爬到頂層。從哪裡放起？從自私自利、怨親平等放起。把不喜歡、討厭的人放下；很喜歡、很愛、常常掛念著的人也要放下。怨放不下，冤冤相報；臨命終時還掛念著親情，忘掉阿彌陀佛，不能往生。現在我們有高科技的便利，有錄像、光碟，利用衛星、網路傳播，無論在哪裡講經你都聽得到，天天聽，不要捨棄。一部經都好，聽完了從頭再聽，只要天天不間斷就有悟入的機緣，最怕的是中斷。聽經的利益無量無邊。真正聽懂了，放下自私自利、名聞利養、貪瞋痴慢、五欲六塵，你就入進去了。你現在還放不下，就是聽得不夠，沒有看破，所以不肯放下；真看破，哪有不放下的道理？攔都攔不住。從哪

裡聽起？從消業障的經聽起。哪一部經、哪一個法門能夠把自私自利、名聞利養、五欲六塵、貪瞋痴慢降溫，那一服藥就對症了。像《感應篇》、《十善業道經》、《地藏菩薩本願經》、《了凡四訓》、《俞淨意遇灶神記》，你聽了之後，想想自己有這個毛病，將來我也是這個報應，這個很有效，真的能幫助消業障，然後回過頭來再學佛，一點難處都沒有。

佛教我們放下，不能完全、立刻放下，一定要慢慢來，先把執著放下。為什麼？對你求生淨土大有幫助。執著不能完全放下，執著輕了、淡薄了，你往生同居土就有把握。修行在哪裡修？在日常生活、工作、處事待人接物處修，叫真修行，真成就。往生的人，臨命終時佛來接引，這個佛是誰？是自性彌陀，是自性變現的。換句話說，是自性感應的。西方極樂世界依正莊嚴不離自性，是自己自性變現的，

往生西方極樂世界，是回歸自性的極樂世界。用什麼方法來練習？我有個方法，每天晚上睡覺就想著我死了，那還有什麼放不下的？每天晚上練習死一次，到真死就很平常，天天都這個樣子，什麼都不想了。這個方法雖然很笨拙，但是有效。人到死的時候，你什麼能帶去？眼前的東西，有很好，沒有也很好，全不放在心上。有一樁放在心上，那都是麻煩，障礙清淨心、往生的功德。平常要淡薄，每天睡覺的時候練習徹底放下，不再放在心上。心裡只有阿彌陀佛，「阿彌陀佛即是我心，我心即是阿彌陀佛」。厭捨輪迴業身，這個身要厭惡，不要喜歡它。天天打扮它，那麼愛惜它，麻煩可大了！這證明什麼？證明你捨不掉，這是最大的障礙。能捨才同登極樂彼岸，捨不了那就不行。時刻提醒自己，煩惱習氣怎麼又發作？要把它當作發病看待，煩惱習氣一現行，我怎麼又發病？用什麼方法對治？一句阿彌陀

佛就對治了，阿彌陀佛叫萬靈丹，治我們的病，這個就是伏煩惱。常常訓練，臨終自然阿彌陀佛現前，沒有其他念頭，那你就決定得生。

如何戒除邪淫

一、什麼是邪淫

與自己妻子以外的人發生關係，叫做邪淫，這是很重的罪。淫欲是邪業，主要指男女交會。佛沒有禁止在家信眾淫欲，只是講不邪淫，但是不邪淫包含的意義很深很廣。過度的淫欲都是邪淫。雨下得太多叫淫雨，所以淫有過分的意思，凡是一切事情過分都稱之為淫。一切造作不能適中，做得過分，或者是過，或者是不及，都是錯誤的。

二、邪淫的果報

夫妻不能和合有外遇，家庭問題就來了。由於懷疑、嫉妒、瞋恨，口角就不能避免，影響之大，不止兩個人，直接受害的是子女。尤其子女在童年時，父母是他的榜樣，會影響他一生；他再影響社會，影響逐漸擴大，就會有社會動亂。邪行造作無量無邊罪業，如果你能夠永離邪行，就得家庭和合。

六道凡夫總離不開淫欲。《楞嚴經》說：「身心俱斷，斷性亦無」，斷性亦無就是這個意念都沒有了，那你在六道這個夢醒了，六道輪迴就沒有了。由此可知，淫欲之事斷了，念頭還有，你還要在六道生死輪迴。欲界愈往上面去，這個念頭愈淡薄，到欲界第六層天，他化自在天，淫欲念頭非常淡薄。再升一層到色界天，這個念頭就沒

有了。參禪真正得禪定，欲沒有了，才能生到色界。定功更高的，生到無色界。功夫不要問別人，問你自己，財色名食睡哪一個念頭斷掉了，真的一念不生？財色名食睡、五欲六塵，有一條貪愛，還放不下，就不行。換句話說，你還有欲望，就不能超越欲界。

「一切眾生，皆以淫欲而正性命」。六道眾生為什麼會在六道裡投胎捨身受身？就是這個念頭沒有斷；換句話說，這個念頭不斷，就出不了三界。佛在經論上常說，「財色名食睡，地獄五條根」，淫欲是色。五欲講的色，與五蘊講的色不一樣。五蘊的色是物質，整個物質用色字代表，五欲的色是指男女色。一切六道眾生不能超越三界輪迴，決定是三惡道的時間長，三善道的時間短。原因在哪裡？貪著財色名食睡、五欲六塵。五欲最嚴重的是色，所以佛把生死的第一個因素提出來教導我們，如果真想在一生當中，超越六道輪迴，那你就必

須要遵守。念佛求生淨土，也不能離開這個原則，這個念頭不斷，你念佛的功夫再好，也不能往生。什麼原因？你有一條繩索綁在娑婆世界沒有解開，阿彌陀佛招手接你，也去不了！就是這個念頭、妄念拉住你，使你不能往生，必須要把它斷得乾乾淨淨。

今天災難從哪裡來的？第一個原因是邪淫。聯合國衛生組織最保守估計，每年墮胎超過五千萬！墮胎是殺人，不是殺別人，而是殺自己的兒女。佛說了四緣生法，沒有這四種緣小孩不到你家來，這四種緣是報恩、報怨、討債、還債。如果是報恩的，你把他殺掉，變成仇人，恩變成怨；如果他是報仇、報怨的，你把他殺掉，怨恨更深。他要是來討債的，你不但不還債，還要他的命；來還債的，你不接受他還，把他殺掉了，無論是討債、還債，統統都變成冤仇，冤冤相報沒完沒了。今天墮胎合法化，全世界流行，這還得了！所有宗教都不贊

成墮胎。尤其是中國古聖先賢，你的子女少也好，多也好，一定要好好地教導他。來報怨的，你以恩報怨，好好地教導他孝悌忠信，他受到良好的教育，怨化解了。來報恩的孝子賢孫，再教導他成為聖賢。學佛的人把世間恩怨統統轉變成法眷屬，從小教他學佛，「人身難得，佛法難聞」。那他一生當中得了大幸，父母對他最大的恩德是教他學佛。他的根底要是厚，家庭從小教得好，開悟、證果都有分，遇到淨土宗，沒有一個不往生的，這對自己、對社會都做了莫大的功德。

老祖宗說：「萬惡淫為首」，其他的是小惡，這是大惡，沒有比這個惡更嚴重的。全球混亂，災難頻繁，都是這個造成的，不能不覺悟。廣告、雜誌、娛樂節目裡女孩子穿著暴露，都是引誘你邪思，唯恐你不造萬惡，這還得了嗎？這社會還有救嗎？怎麼會沒有災難？個

人造業是個別報，一群人都造業是共業，就是集體的大災難。

三、如何戒淫

修道最大的障礙無過於淫欲。中國古時候男女婚配是為人倫，這是正確的。佛提醒我們壽命短促要警惕，一口氣不來就是一世！我們要特別愛惜光陰，不能讓光陰空過。一分光陰就是一分命光，一切法失掉了還有再得的機會，唯有光陰一去不復返，你再也得不到。一個人能把光陰抓住，沒有不成功的，一定要遵守佛的教誨，斷一切惡，修一切善。首先要清楚善惡的標準，他不知道在作惡，以為在修善、積功德，這是愚痴，是非不明。換句話說，他造作種種惡業不是有意的，而是把善惡顛倒了，所以一定要讀經，深入經藏，首先要明辨是非善惡，然後才能夠真正斷惡修善。

世尊當年在世教導學生，啟蒙就是持戒。戒律裡最難持的是名、利、財、色，這四個字沾上一個字，去佛遠之遠矣！印光大師常常說「業海茫茫，難斷無如色欲」，一個是財，一個是色，難斷。「塵寰擾擾，易犯唯有邪淫」，在世間紅塵社會，邪淫是最容易犯的。拔山蓋世的英雄因此喪身亡國，有才華的文人智士因此敗節損名。電視節目有黃色的、灰色的，網路比電視還要嚴重，天天教邪淫、貪財、爭名逐利，多少人樂此不疲！社會哪有安定的日子？這個風氣不僅彌漫整個社會，多少善根深厚的青年才俊都因此而喪亡，多麼可惜！佛在經上常講「人身難得，佛法難聞」，機緣「百千萬劫難遭遇」，如果你忍不過，轉眼之間阿鼻地獄就現前，得不償失。如果離不開色情、名聞利養的誘惑，你是加速度地墮地獄。

墮胎帶來的災難能不能化解？能，大乘教告訴我們，懺除業障，

真誠心懺悔，後不再造。要承認過失，過去無知，我錯了，現在真的改邪歸正，來超度這些亡靈，求亡靈原諒寬恕。已經造了沒辦法彌補了，斷惡修善，改邪歸正，可以化解自身的災難，也能化解地球的災難，得真幹才行，身口意三業離一切惡行。殺生、偷盜、邪淫是身造的三種惡。妄語、兩舌、綺語、惡口是口造的四種惡。起心動念貪、瞋、痴是意造的三種惡。這十惡展開就是萬惡。現在身心染污已經到非常嚴重的地步。身口意的造作遠離十惡，這才叫清淨。

離開身的三種邪業，才得到清淨正身業，即身清淨。三業當中以意業為主，心清淨，身自然就清淨了。但是在初學，許多戒律，像五戒十善特別側重在身業的造作，能夠攝心，心清淨之後，身、語自然就清淨。離開淫欲，不但要沒有淫欲的行為，最重要的是把淫欲的念頭斷掉。佛在經上常說：「愛不重不生娑婆，念不一不生淨土」。為

什麼會到六道投胎？就是淫欲沒有斷掉。縱然是色界天、無色界天，用甚深禪定的功夫把淫欲的念頭控制住，它不起現行，仍不是真的斷了。如果真的斷了，就超越三界，證阿羅漢果。由此可知，這是三界六道一切眾生受生最重要的一個條件。沒有這個條件，他就不會到三界六道來。六道眾生以淫欲為根本，淫欲要是捨掉，就超越六道。六道太苦了，我們還要幹這個事情嗎？所以要謹記佛語，境界現前時立馬想到，佛是怎麼教我們的，仔細想想，這個事情不能做，害處太大，利益太小，得不償失，念頭自然就息滅了。

四、不邪淫的好處

淫欲是穢，就是骯髒、污穢，因此身上氣味不好聞。如果說行為斷了，念頭還沒有斷，體質就改變了。修行人淫欲念頭雖然沒有斷，

行為上已經斷了，確實控制住，身上放香氣，氣味跟一般人不一樣。

不邪淫的人有福，得色身端正莊嚴、家庭眷屬和睦。現在社會，五戒十善沒有人講了，家不像家，國不像國。為什麼夫婦不能好合，常常鬧離婚？是邪淫的果報。我們都希望家庭美滿、家族興旺，決定要禁止邪淫。今天整個世界社會動亂，原因在哪裡？原因很複雜，無論怎麼複雜，殺盜淫妄酒這五個字全都包括了。五個字裡最嚴重的就是邪淫。在一切罪惡裡，邪淫擺在第一。今天媒體、廣告都在宣揚邪淫，邪淫好像變成時尚潮流，邪淫傷身敗德，青少年許許多多的怪病，都從這來的，天災人禍都是從它引發的。

佛把生死根本說出來：「若諸世界六道眾生，其心不淫，則不隨其生死相續」。十方三世一切諸佛世界，只要六道眾生真把淫欲的念頭斷乾淨了，就不隨其生死相續，生死相續就是六道輪迴。換句話

說，他不隨，就超越六道輪迴了。

淨土成功的祕訣

一、修學成功的標準

修學佛法成功的標準是得根本智，根本智就是戒定慧。念佛人的成功是往生有把握，最低限度是功夫成片；心裡只有阿彌陀佛，除阿彌陀佛之外沒有一個雜念，看到一切人、動物、樹木花草、山河大地都是阿彌陀佛，遍法界虛空界沒有一樣不是阿彌陀佛，就入阿彌陀佛境界了，決定得生淨土。

二、修學成功有祕訣

㈠不受環境影響

學佛的人很多，而往生的人不多，原因是被眼前境界所轉，對他

來說眼前境界是魔境。把魔境轉變成佛境，就成功了。怎麼轉法？不是從外頭轉，要從內心轉。時時刻刻提醒自己，一切時、一切處都是修行道場。每個人都是我的好樣子，所謂「三人行，必有我師」，這三人，一個是自己，一個是善人，一個是不善的人。善人跟他學善，不善的人也要跟他學，怎麼學法？回過頭來看看自己有沒有這些不善的。能夠這樣學，人人都是我的老師，進步就會很快。

無論是順境、逆境、善緣、惡緣，都不為它所動，障礙我們的人，毀謗我們的人，陷害我們的人，會不會怪他？不會。佛告訴我們，一切眾生是一體。他的所作所為是他的業，我們知道什麼都是假的。一笑了之，沒有接受。善人、惡人都是我的恩人，都是來考驗我的，就看我還會不會起心動念，還會不會把這些東西放在心上。

把一切順境逆境、善緣惡緣都看成最殊勝的增上緣，善人、惡人

都是阿彌陀佛，境界就轉過來了。如如不動，順境善緣不生貪戀，消善業，善業也是障礙；逆境惡緣不生瞋恚，消惡業。善惡業全消掉，清淨心就現前了。

修淨土的人，念念不離阿彌陀佛，佛號才能念好。順境善緣，貪戀心才起來，阿彌陀佛；逆境惡緣，怨恨心才生起來，阿彌陀佛，都歸阿彌陀佛！要像海賢老和尚那樣看待一切人事物。一切眾生都是阿彌陀佛，一切萬法也是阿彌陀佛，遍法界虛空界除了阿彌陀佛之外什麼也沒有。所以自己要把好關，不受環境影響。順逆境界都是考驗，不要逃避境緣，要歡喜接受考試，考試通過了，我們就成功了。

(二)改過

古人常說：「人非聖賢，孰能無過？」佛法講大聖才能夠免除過

失，賢人以下還是在所不免，哪能說沒過失。所以我們要深深相信自己罪業深重，無始以來至於今生，天天在造罪業，罪業非常深重。承認這點，才會改過。

我們現代學佛的人不能成就，自己一身的毛病不知道：認為我沒有毛病，我非常好！看到別人的毛病，卻不曉得自己的毛病，這叫迷惑顛倒。沒有改過這個意念，就會一錯到底，這種人是最可憐的人，也是最可悲的人，佛經上常講「可憐憫者」，佛都度不了他。

「知過能改，善莫大焉」。最大的善就是改過，這就是聖賢之道。人能夠知道自己的過失，自己覺悟了，悟後要緊的是修行。修行是什麼？修是修正，行就是錯誤的行為，把錯誤的行為修正過來，這叫修行。修行是改過，改過是修行。知過是覺悟，知過改過就是真實的功夫。

如果我們一天都沒有發現自己的過失，這一天就沒修行；一年都沒有看到自己過失，這一年也沒修行。修行不是每天早晚念經、念佛、拜佛，這些是形式，表面功夫。這些形式的方法一定要用在實際上，知道自己過失，想錯了、看錯了，話說錯了、動作錯了，把它修正過來，這叫修行，這叫真正的功夫，使我們的身心一天比一天清淨，一天比一天莊嚴。

改過的重點在於後不再造，如果說我今天改了，明天照做，那沒用處。佛門講懺悔，真正的精神就是後不再造。過失只有一次，不能有第二次，才叫真正修行。悔過，就是改過自新，不要去想我從前做了多少壞事，多少罪業，每想一次就又造一遍，想兩次就又做兩遍，罪業怎麼能消得了？悔過是從今天起，過去所造一切惡業統統不想，從今天起一心一意想阿彌陀佛、想西方極樂世界依正莊嚴，這叫真正

悔過。

專修淨土的人，早課就用《無量壽經》第六章四十八願，提醒自己，我們的心、願要與佛一樣，心同佛，願同佛。晚課，念本經三十二至三十七章，這是專門講我們毛病的。念了之後，想一想哪些我又犯了？反省檢點自己的過失：哪些問題想錯了，哪些問題看錯了，哪些事情做錯了？要把它改正過來，明天不犯這個錯誤，改過自新。常常反省，自然就開智慧。

我們讀《了凡四訓》，看到了凡先生每天晚上反省，將一天所做的善惡都記錄下來。起心動念、言語造作，凡是利益眾生、利益社會，能為眾生做好樣子的，都是善；如果隨順自己煩惱習氣，不足以為社會大眾做模範的，這是惡。每天記錄下來做一個比較，看看我們是善多還是惡多，然後再仔細觀察，是善的力量大還是惡的力量大，

天天求改過。所以了凡先生的命運轉過來了，福報也自然現前了。

再看《俞淨意公遇灶神記》，俞淨意公的成就比袁了凡還要殊勝，發勇猛心，精進不懈，革除毛病習氣，非常值得我們學習。修學最怕的是因循，馬馬虎虎，隨隨便便，這樣決定空過了一生，怎麼會有成就？還有，我們要歡喜接受別人批評，縱然批評錯了也歡喜，為什麼？有人願意批評你，這就很難得。聽到批評，有則改之，無則加勉，都存一顆感恩、恭敬的心。真正改過，諸佛讚歎，龍天善神保佑，決定成就！

㈢薰習成性

成就最重要的條件就是要有德行。清淨、平等是德行，覺是智慧。心不定就是沒有清淨平等覺。用薰習的方法達到清淨平等，自性

清淨心就會現前，我們守住就能成就。

「一門深入，長時薰修」是修學的理念，「讀書千遍，其義自見」是修學的方法，同時這兩句也是戒律。因戒得定，得定後就開悟了，智慧現前。小定，小悟；大定，大悟；明心見性徹底開悟了。一門深入，就是決定不能同時學兩門。學兩門，心力精神就分散了，力量不能集中，很難得受用。這個與打仗一樣，力量要完全集中在一點，才容易突破，分散之後就不行了。

再比如世間人做學問，也常說做學問像個金字塔一樣，先要博，然後再專精，博而精。大家想想，金字塔不管怎樣，它有限度的，它到頂點就沒有了。佛法不如此，佛法像種樹一樣，先有根，然後慢慢再長成枝葉花果，無量無邊。他是從一個點散發出來的，到最後是大圓滿，世出世間法沒有一樣不通達。所以，方法不一樣，後來的結果

也不一樣。世間法的學問，往往到了一個頂點，它就沒有辦法再擴展，也沒有辦法再提升了。佛法的開頭好像沒有什麼，後來的成就不可思議。世間法的開頭好像是廣學多聞，到後來是一竅不通，不能為比。要真正集中到一點，一點都不能分散，才能夠契入這個境界。

我們看大乘教講定功，大乘五十一個階級，從凡夫學起，像讀書一樣，一年級、二年級……一直到五十二年級畢業，這是從定功分的，定功有淺深、大小不等，到第五十二，自性本定現前了，就成佛了。

其實這些事情，看《高僧傳》，看看古人的修學的成就，就會恍然大悟，都是專攻一樣，因戒得定、因定開慧。賢公老和尚九十二年持戒念佛，行住坐臥一句阿彌陀佛念到底，一門深入，長時薰修，及至功行圓滿。

我們修行就持這個戒律，「一門深入，長時薰修」、「讀書千遍，其義自見」。學淨土的同修選擇一部經，譬如我們讀《無量壽經》會集本，只是去讀，字沒有念錯，沒有念漏掉，只要求這個水準。一天讀十個小時，那就是想極樂世界想十個小時，每天如是，十年、二十年不間斷。煩惱伏住了，法喜充滿。好好念三千遍，心就定了，清淨心現前了，清淨心能生智慧。讀經遍遍有悟處，正是所謂「讀書千遍，其義自見」，自見就是開悟。就這樣三千遍之後，還有四千遍、五千遍、六千遍……一直到往生西方極樂世界，真成就了。

(四)篤行

往生西方極樂世界要具足信願行三資糧，缺一條都不能。一即是三，三即是一，信願行是一樁事情，必須三個都具足，才叫真信、切

願、篤行。如果沒有行，信願就沒有，我有信、有願，沒有行，那信願也沒有。

我們常說「一念相應」，究竟要怎樣才相應？信願行要融成一個，決定不能夠把信願行分成三個。信中就有願、有行，願中有信、有行，行中有信、有願，這就叫相應。把經文字字句句變成自己的行為，變成自己的思想見解，這就叫相應；如果不能夠實踐篤行就不叫相應。我們看到經文末後「信受奉行」，信底下有受、有奉行。信了，沒有接受，沒有去照做，這是假的，這不是真的。

《華嚴經》上講信、解、行、證。只是信解不得受用，止於信解，是知識，沒有落實，沒做到。行是做到，把所學的變成生活，變成思想，變成處事待人接物的規則，真得受用，這叫學佛，這叫智慧。在行當中，把我所信、所解的完全證明它是真的，不是假的，這

叫證。不通過行，怎麼能證實佛所講的是真的？

在《華嚴經》中，善財童子給我們表法五十三參，這是篤行。《無量壽經》中阿彌陀佛在十方諸佛剎土裡去參學、訪問，這也是篤行。他的東西非憑空來的，憑空想像不見得是真的，他是地地道道的參觀、考察、學習，這麼來的。

中國聖學也是要通過檢驗的，必須落實到生活，所以中國人講博學、審問、慎思、明辨，後面篤行，一定要行；止於前面四條而不篤行，那是學術。中國人講實學，實實在在的學問，真正要在生活中用得上，就要做到。孔老夫子說「學而時習之，不亦說乎」，前面博學、審問、慎思、明辨是學，習就是篤行，落實了，所學的東西落實在生活上，這多快樂！

世出世間法的修學都要落實在生活、工作、處事待人接物上！這

學問是真學問。如果我們學了不起作用，是白學了。佛學、儒學、道學這不管用，未必有成就；翻過來就有成就了。學儒就要學得跟孔子一樣，「學而時習之」，具體是要把《弟子規》落實，這是篤行。學道要從《感應篇》學起，懂得因果，知道一飲一啄莫非前定，貪瞋痴慢就沒有了，智慧開了，心地清淨，是非人我也沒有了。學佛也是如此，佛教我們「孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業」，真做到，就成就了。

(五)忍

《金剛經》上說：「知一切法無我，得成於忍」，忍就是忍耐，無論做什麼事情都要有耐心，沒有耐心是不能成功。世出世間一切法，你要想成就，忍就能成就。

忍耐分為三大類。第一個就是對人為的加害，他人對自己的侮辱、陷害，要能夠忍受。菩薩六度中的第三度是「忍辱波羅蜜」，原意只是忍耐，祖師譯經將忍耐翻成忍辱，因為中國人對於辱看得很重視，「士可殺，不可辱」，殺頭沒有關係，我可以忍，侮辱不可以忍。辱都能忍，還有什麼不能忍？

遇到逆境惡緣、冤家對頭，看到我們不順眼，羞辱我們，羞辱我們的父母、師長，甚至於不信佛的，毀謗佛教的，統統都要能忍。冤親債主為什麼毀謗、障礙我？是我過去生中，或是無量劫前曾經這樣對他，他今天遇到我來報復，帳清了。決定沒有怨恨，沒有報復，如春風過耳，不放在心上。我們要感恩，我們要把自己修行的功德迴向給他，為什麼？他造業，他不知道。我們把功德迴向給他，希望他有一天能覺悟。

不能忍，就是沒有看破，身見破不掉，煩惱就斷不了。佛告訴我們身不是我，是我所有的。人家指著我罵是指著這個身，好像我的衣服掛在那，他就罵那個衣服，他罵衣服我生什麼氣？他打殺，把衣服撕碎，與我不相干，我這裡如如不動，這就真的學佛了。把衣服當做我，那就錯了。能忍，決定有好處。為什麼？能忍，心清淨，容易得定，修道容易成就，也是最大的福報。

第二種是自然的變化，像寒暑冷暖的變化，要能夠忍，饑餓、災害，也要能夠忍耐。

第三種是修行，佛法的修學也要忍耐。在沒有得到法喜之前，就是功夫沒有得力之前，修行是很苦的，這一段路是很苦的，走過去之後就很樂了，我們功夫上軌道了。有耐心，不退轉，不拐彎，一生絕不與一切人事物對立，一切都是幫助我們成就的。

賢公老和尚忍辱功夫了得，一生未見其發過脾氣。遭誣陷時，安忍不辯；誣陷澄清後，對造謠者毫無指責埋怨。遭到無理打罵時，默然承受，安忍不動心，誠如所言：「他打了，算是給我抓癢哩；唾沫吐到臉上，當是洗臉啦。跟人不爭高論低，就沒煩惱，忍者自安啊！」是為「耐怨害忍」。一生忍苦耐勞，艱辛清修，「吃的是苦的，穿的是補的」；日間勞動累得頭暈眼花，夜間仍整夜念佛、拜佛，是為「安受苦忍」。了知諸法如幻，信解佛性真實，心無妄動，安然忍可，誠如所言：「老實念佛，成佛是大事，其他啥都是假的。」是為「諦察法忍」。我們要以老和尚為榜樣，二六時中不生煩惱，沒有怨恨，只有阿彌陀佛，如理如法走在菩提道上，沒有一個不成就的。

(六)老實、聽話、真幹

《阿彌陀經》說：「不可以少善根福德因緣得生彼國」。什麼是多善根福德因緣？老實、聽話、真幹，具足這三個條件就行了。具足這六個字的人看起來好像很愚痴，什麼都不知道，但是教他念這句阿彌陀佛佛號，他完全接受，一絲毫懷疑都沒有。勸他求生西方極樂世界，親近阿彌陀佛，他也不問，就相信了，就真幹。二年、三年他真往生了，這種人不是上上根人誰算上上根人？

諦閑法師的鍋漏匠徒弟給我們作了證明。諦閑法師就教他念佛，念累了就休息，休息好了接著再念。這個人老實聽話真幹，這六個字他做到了。三年，預知時至，沒生病，站著往生，還站了三天，等他的師父替他辦後事。他的成功就六個字：老實、聽話、真幹。古往今

來，有這六個字的，沒有一個不成功。劉素雲居士的成功，也是老實、聽話、真幹。除《無量壽經》外，她不看第二本書，一天聽一片光碟，一片就是一個小時，這一片重覆聽十遍，每天專心聽經十個小時；聽經之外就念佛，沒有雜念，真的萬緣放下。她生活很簡單，一切隨緣，心清淨。

我們今天就是缺這老實、聽話、真幹六個字。雖然有一點，但模模糊糊不清楚，不像人家清楚、明朗、放光。這六個字是世出世法成聖成賢、成佛成祖的祕訣。海賢老和尚的師父傳戒公就教他一句「南無阿彌陀佛」，囑咐他一直念下去。賢公和尚能成就，完全靠他的本性，老實、聽話、真幹。雖不識字，一句南無阿彌陀佛亦能明心見性。我輩淨宗後學，咸應學習賢公榜樣，老實聽話真幹，真誠清淨恭敬，則皆能成就淨業，圓滿無上菩提。

(七)心量廣大

佛法的大小乘從哪裡分?實在說是從心量上來分的。心量廣大的人，起心動念都想一切眾生，沒有想自己，這是屬於大乘人。起心動念第一個念頭是想自己的利害得失，然後才想到別人，這是屬於小乘。

心量小的人，處處分別執著，縱然修大乘佛法，心量拓不開，還是屬於小乘。反之，如果是心量廣大，慈悲平等，就是學小乘經典，也是大乘佛法。在《無量壽經》上，釋迦世尊為我們介紹了西方極樂世界和阿彌陀佛。極樂世界是阿彌陀佛參訪諸佛剎土經歷五劫為一切眾生建立的。阿彌陀佛是「光中極尊，佛中之王」，這是世尊代表一切諸佛對阿彌陀佛的禮讚，就是阿彌陀佛對眾生特別關懷照顧，心量最廣大，不是某一個地區、某一個剎土，盡虛空遍法界都是阿彌陀佛

的教區。

往生西方極樂世界的條件就是「發菩提心，一向專念」。菩提心就是指大心，心量廣大，是真實覺悟的心，徹底覺悟的心。生到極樂世界統統是菩薩，而且不是普通菩薩，統統是普賢菩薩。普賢菩薩與其他菩薩不一樣的地方，就是心量廣大，起心動念都是為一切眾生著想，沒有想自己、沒有想家庭，也沒有想一個國家、一個世界，而是盡虛空遍法界。每一個人的心量、眼光的遠大跟阿彌陀佛一樣，跟阿彌陀佛看齊，這個心量就大了，大到真正圓滿。這樣大的心量，他所修的一切行，都叫大行。

心量廣大，本性裡面具足的無量功德就會現前；心量小，充其量修一點福德，沒有功德。梁武帝是中國佛門的大護法，建四百八十多座寺廟，成就人出家有幾十萬人。達摩祖師來，他向達摩祖師請教：

「我的功德大不大？」達摩祖師說「實無功德。」為什麼說他沒有功德？心量小，處處著相。所以心量要廣大，不要執著、不要計較，才能成就真實功德。

我們今天所以不能成佛，不能恢復自己的智慧德能，原因在於心量太小了。兩個人都容納不下，這怎麼能成功！所以首先要把心量拓開。學佛，一定要學佛的心量。佛的心量廣大無邊，經上常說「心包太虛，量周沙界」，這個心能包太虛空，量是度量，度量能容納恆河沙數的大千世界。

(八)歷事練心

大乘法裡常講「歷事練心」，就在日常生活當中，在處事待人接物之處，在這裡面修禪、修定、修慧。歷是經歷，從飲食起居，在一

切境界當中去練，六根接觸外面境界，不分別不執著、不起心不動念，這就叫真修行，是從根本修。

六根對六塵境界，順境也好、逆境也好，善緣也好、惡緣也好，這都是磨鍊自己的場所。一切時一切處，順境逆境、善緣惡緣全是道場，我們在這裡頭磨鍊。磨鍊清淨心，心不被污染，不被影響，不被誘惑，這才能成無上道。不在一切境緣當中磨鍊，決定不能成就，所以要禁得起考驗。

見色聞聲，起心動念、分別執著就錯了。順境起了歡喜心、起了貪愛，立刻要警覺到錯了，這是妄心，這不是真心，把它修正過來；真心是清淨、平等、正覺、慈悲。逆境裡面厭惡、討厭，討厭就是瞋恚，錯了。會修行的人，逆境正是我們的增上緣，給我消災，給我增福。處逆境歡喜忍受，成就忍辱波羅蜜。能忍就有精進，就有進步，

有進步就能得禪定，有禪定就開智慧。

華嚴會上善財童子給我們做出了榜樣，歷事練心，功夫就在回光返照。他沒有逃避現實，而是融入眾生的社會，每天跟男女老少，各行各業的人往來，歷事練心，在這裡面修理事無礙、事事無礙，這是佛法裡最高級的修行方法，最殊勝的修學方法。

也許有人說，善財童子福報大，很幸運，他能遇到這麼多善知識，我不如他，我一個也沒遇到。那就錯了。《華嚴經》上五十三位善知識，就是代表除我自己以外，所有一切人，都是善知識。所以說善知識天天是圍繞在我們的周邊，只可惜我們自己不好學，所以就不認識。

一切眾生都是我們的大恩人。菩薩成佛就是要靠這些恩人的幫助，我們在《金剛經》上看到忍辱仙人被歌利王割截身體，忍辱仙人

接受歌利王這位大善知識來折磨他，成就他忍辱波羅蜜的圓滿。如果他不能夠承受，還要起怨恨心，還要起報復心，壞了！那他的修行功夫一落千丈，跌到谷底了。

世出世間一切事我們都要去經歷、隨緣，在這裡面練心。如果對於一切事都不起心動念，就成佛了。淨土宗練功夫的方法很特別，比八萬四千法門容易。我們的心就是一句阿彌陀佛，這個法門專靠阿彌陀佛，靠定了就成就了。經要聽，聽了才明瞭，才知道為什麼要放下。一開始從不執著下手，再放下，不分別；再放下，不起心不動念，一步一步往上提升，把解悟真正變成證悟，就成功了。

學佛的誤區

一、與家人格格不入

㈠不懂恆順眾生隨緣度眾

家人為什麼反對學佛，是我們修學不如法，學錯了。譬如自己學佛吃素了，看到家人吃葷菜，就跟家人敵對了，天天鬧情緒，說他造業，他當然心裡不舒服，怎麼會不反對？我們真的學懂了，就不會跟家人對立了。

我們每一天把修學功德迴向給家人，真誠心代他迴向、求懺悔，求三寶加持，假以時日他會感動，會回頭。還要見機行事，把不吃肉的道理慢慢滲透給家人，讓家人理解肉食是殺生，牠不是甘心情願被殺來吃的。我們不吃肉食，人家就不殺生了。吃肉，我們要承擔一份殺業，明白道理後，自然就不願意吃肉了。

佛法活活潑潑，沒有一法是呆板的。要了解佛制定戒律的用意，應該怎樣去落實。每一條戒律都有開遮持犯，統統要明瞭。如果自己沒搞清楚就說這個不行，那個也不行，破戒將來要墮地獄，家人愈聽愈生氣，怎麼度得了眾生？菩薩所在之處，令一切眾生生歡喜心。令一切眾生生煩惱，違背了佛陀的教誨，就錯了。普賢菩薩教導我們，「恆順眾生，隨喜功德」，雖然恆順隨喜，依舊自住正念，絕沒有改變。自住正念，恆順隨喜還是正念，高明！如此在家庭裡就行菩薩道，家庭就是道場。

(二)拘於形式不懂善巧方便

譬如你手上拿一串念珠念阿彌陀佛，家人看見就頭痛。我們應重實質不重形式。你拿一本書，人家看你好像在看書，一個字作一個念

珠，「阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛」，這一樣計數。他就看不出來了，看你還挺用功，每天在讀書。方式很多，自己要會用。念佛是八萬四千法門裡最圓融、最方便的方法。不拘形式，在心裡念，不表現在外面，就不容易受人障礙。

(三)修學沒有根基不能感動家人

家人對我們的優點、缺點，一清二楚，若缺點比優點多，他怎麼會服氣？歸根結柢要認真修行，從根本修。從《弟子規》做起，字字句句落實之後，世間法的根基奠定了。淨業三福前面兩句「孝養父母，奉事師長」，要做到，這是根之根。然後再學《十善業道》，這樣根都有了，做得才能如理如法，給家人做一個好樣子。家人心生恭敬，佩服你，願意跟你學，聽你的話。然後逐漸擴大到親戚朋友、所

認識的人看，如此修學才會有成就。

二、放棄世間學問

佛家講「法輪未轉，食輪先」。如果我們最低的生活都有問題，還有什麼心思學佛？在家同修一定是先把世間學問學好，能有一技之長，讓一家人生活沒有憂慮牽掛，歡歡喜喜、快快樂樂。不必太富有，日子能過就好了，這時就可以全心全力來學佛，這樣學佛才能得力。

三、搞佛學

現代很多人喜歡廣學多聞，到處跑、到處聽、到處亂看，看得多、聽得多、記得多，研究得多，以為那就是修學。所知道的是常識，現在人叫佛學，就是佛法講的世智辯聰，世間的聰明智慧辯才。

這是一種世間學問，得不到佛法的義趣、真實功德利益。世智辯聰在學佛的人來說是八難之一，遭了難，叫所知障。學佛要破二障，把增長所知障誤以為是開智慧，糟糕不糟糕！

學佛學什麼？就是恢復清淨心而已。不是通宗通教，不是念很多經文，讀很多註解，用心去研究。妄念、分別、執著太多，煩惱重重，所得到是一些皮毛知識，得不到智慧。智慧從哪裡學？從禪定。因定開慧，只要見性，一切自然通了。要用什麼方法？一門深入，一部經通，所有經全通了。

四、學佛學呆了

㈠濫用慈悲

很多人學佛法學呆了、學死了，佛法教人大慈大悲，他慈悲到惹

了一身的麻煩。譬如有一些好心人沒有福報、智慧，聽到一點佛法，要喜捨，把他的錢財都捨了，送給別人幹什麼事不知道。如果那個人是個邪門歪道，那你捨財幫助他造惡，將來他是禍首，你是從犯。這個捨就捨壞了，捨錯了。

佛門常講，佛法是「慈悲為本，方便為門」，可是佛門也盛傳「慈悲多禍害，方便出下流」。慈悲喜捨要建立在定慧的基礎上。修學的次第是先修止觀。定慧沒有成就，慈悲喜捨是有限的；定慧成就之後，慈悲就變成大慈大悲，為什麼？你心地清淨，一塵不染，有神通、慧眼，把世間一切人與事看得清清楚楚、明明白白，誰也騙不了你，瞞不了你，這時才能行大慈悲、大喜捨。

㈡表情令人望而生畏

有些學佛人，一天到晚板著面孔，人家看到這個人面孔都沒有表情，學佛學得呆頭呆腦的，可怕。所以，遇到歡喜的境界，還得要笑笑，表示歡喜；遇到不順的境界也要表示不痛快，生生氣。那是表演，心裡清淨，逢場作戲。這就叫佛法在世間，不壞世間法。學佛的人處處與大眾接觸，表演給他們看。佛法在世間，形式上活活潑潑，內心清淨平等，這叫功夫。內裡面清淨平等，是自利，自己得利益；外面和光同塵是利他，一生生活、處事待人接物，統統是演戲、表演，能夠叫大家讚歎、接受佛法，佛法才能普遍弘揚利益眾生。

在家學佛

佛經上說的「清信士」、「優婆塞」，翻成中文意思是近事男，親近奉事學習佛法的男眾；「清信女」、「優婆夷」是近事女，親近

奉事學習佛法的女眾。現在在我們中國佛門裡面，一般稱皈依三寶的三寶弟子，則無論男女，都稱為居士。

《無量壽經》一開端講「十六正士」，這十六位菩薩是在家菩薩，他們都是等覺菩薩。

一、在家學佛也是行菩薩道

㈠落實佛陀教誨，在家人要給在家人做好榜樣

學佛沒有別的，就是要行菩薩道。什麼叫菩薩道？給眾生做好榜樣。出家人要給出家人做好榜樣，在家人要給在家人做好榜樣。在家學佛就是要表演給大家看看，你像不像個學佛的。你是家庭主婦，你像不像主婦菩薩？你是做生意買賣的，你像不像商人菩薩？你是做工的人，你是不是工人菩薩？無論你過的是什麼生活，無論你從事的是

哪一個行業，都要把佛陀的教誨應用在生活當中，用在工作裡面，用在應酬裡面。一定要發心，「我以這個生活方式，以這個行業，服務社會」。

(二)家庭即是道場

家庭就是道場，你的家人就是你第一個得度的對象，你真正修得好，你的家人怎麼不歡喜？怎麼不佩服？得真幹！把經上所講的全都做出來，自然就感動一家人，一家感動，肯定就感動你的鄰居，鄰里鄉黨，這叫真正行菩薩道。

二、在家修行的方法

(一)念佛

如果我們沒有一個理想的修學環境，就在家裡修。我們不懂儀規

沒有關係，跟著念佛機念就好。念佛以繞佛為主，把客廳的椅子、桌子暫時搬開，讓空間大一點，在客廳裡繞佛。繞累了，坐下來跟著念佛機念，不拘形式，哪一個人念累了，可以坐在旁邊休息；坐著可以念，也可以不念，不念就專心聽佛號。繞佛要念出聲；坐著止靜時，可以默念。拜佛不能念出聲，也可以專聽念佛機的佛號，拜佛時出聲念會傷氣、傷身體。這種念佛方法，一點壓力都沒有，你會念得很自在舒服。許多同修依照這個方法修學，非常受用、歡喜。

如果事務非常繁忙，沒有時間念佛，慈雲灌頂法師勸修十念法，定課是十念法。早晨起床洗過臉之後，面向西方，有佛像，在佛像面前，合掌，恭恭敬敬的，一口氣叫一念，一口氣不拘佛號多少，盡一口氣叫一念，念十口氣，晚課也是這樣。這是給工作最繁忙，沒有時間念佛定的早晚課，這個容易。平常有空就念，那叫散課。只要真

念，真信，真正想往生西方，用真誠心、清淨心、慈悲心為一切眾生，功德不可思議。

在家學佛，念佛的時候，最好把手機統統關掉。為什麼？你念佛這段時間並不是太長，半個小時，一個小時，多半都是這樣的，決定不能受干擾，要一心專念。念的時候沒有妄想，沒有雜念，萬緣放下，這才能相應。

㈡聽經

淨土宗五經一論，選一部每天專聽。聽經就是聽佛菩薩教誨，天天親近佛菩薩，沒有離開佛菩薩，你怎麼會不成就？你每天保持至少二到四小時聽經，其餘時間統統念佛，一句佛號不要中斷。

㈢自行化他

一定要認真把儒釋道的三個根扎穩，儒家的《弟子規》、道家的《太上感應篇》、佛家的《十善業道經》，這不是叫你背的、講的，而是要落實在日常生活、工作、處事待人接物中。自己有德行、有成就，然後才能度他。度他就是教人。自自然然你的言行舉止能感化別人。他一接觸你就受感動，他對你信任；教他，他會接受、真幹。

諸佛如來所修、所證、所傳的統統都在經典上，離開經典就是離開佛法，得不到佛法真實利益，一定要真幹。

在生活中修懺悔法

世出世間的聖人教導我們：日常生活中應當注意什麼？孔老夫子說「以直報怨，以德報德」，佛家說「大慈大悲，怨親平等」，這是在生活中修懺悔法。別人對我好是有恩，我要知恩報恩。現在世間為

何忘恩負義的人這麼多？不知道恩德，不但是普通人如此，連受過高等教育的人，拿到博士學位的人，在社會上有相當地位、聲望的人，也是不懂恩義。不知道恩德，豈會報恩？真的是見利忘義。不知道恩德，就會造作罪業。

世間聖人都教導我們以直報怨、以德報德，我們更要知恩報恩。縱然別人毀謗、侮辱、陷害我們，我們也以清淨心對他，以真誠心對他，這是以直報怨。這個直就是佛家講的直心，就是真誠、恭敬，我們還是以真誠心、恭敬心對他，這是理，這是做人的道理。為什麼？絕不與人結冤仇。要曉得冤仇結後，冤冤相報，生生世世報不完。今天別人毀謗、侮辱、陷害我，這是我的果報。他為何不去毀謗別人，不去陷害別人，而來陷害我？一定是我過去生中毀謗他、陷害他，今天碰到了，他才來毀謗我、陷害我，我應當痛快地接受，不起怨恨心

和報復心，這筆帳到此就了了。所以，以恭敬心來對待，這是佛教給我們真正聰明智慧的方法，才能解決問題，而不是把問題複雜化。只有把問題很妥善、很圓滿地解決，我們的菩提道上才會一帆風順，沒有障礙。

《壇經》說「於一切處，而不住相」，《般若經》也說「離一切相，即一切法」，不可以將法相放在心上。對一切現象不要生愛憎，順自己意思，不要有貪愛之心；不順自己意思，也不可以有瞋恚心。在善人、惡人、順境、逆境之中，修自己的清淨心、平等心，這才是真修行。要懂得真正幸福美滿的生活是心安理得，無論在何種環境，心永遠是安定的，不受外境動搖，你才能過真正幸福的日子。

自救才能救他

興都教，也稱印度教。印度教與佛教的關係非常密切，它是古印度婆羅門教與佛教混合成的一個新教，許多教義都是採取佛教的，自己並沒有明文的經典。他們崇奉的三位大神，大梵天王、那羅延天王、大自在天王，我們在《華嚴經》上都讀過。他們認為梵天是宇宙的創造神，就是基督教所講的造物主；認為那羅延是守護神；大自在天王主管世界的成住壞空，相當於現代國務院的總理，一般講的總務。他們相信這三位是一體的，而真實說，不僅這三位是一體，一切眾生都是一體。

我講經時，常用樹來做比喻，如果你會觀樹，就會開悟。我們將樹上每片葉子，比喻做一個眾生。一枝樹梢有幾片樹葉，如果你見到

樹梢，就會知道這幾片樹葉是一枝樹梢生的，是一家人。再往下觀察，原來這幾枝樹梢有同一個樹枝，於是才知道原來這麼多的樹梢（就是這麼多的家庭），是共同發源於一枝。像中國人族姓這麼多，皆是炎黃子孫，幾千年傳下來，傳了許多支派。然後才知道，原來我們都是一家人，共同一個祖先，這是找到樹枝了。再往下去找，原來這幾個枝是生在一個幹上，是同一個根源。再去追究，它有一個本。

從這個比喻細心去體會就能知道，佛說的盡虛空遍法界一切眾生是同一個根，同一個體，這個體就是自己的真心自性。唯有佛法找到了根，找到根，虛空法界的問題才得到整體的解決。真正把問題解決了，虛空法界一切眾生再也沒有對立與排斥了。

不但釋迦牟尼佛是如此教導我們，盡虛空遍法界一切諸佛如來，也是如此教化眾生。換言之，就是教我們認識宇宙人生的真相。宇宙

是我們的生活環境，人生是我們本人。對於事實真相徹底了解，講經說法就契理，不管是長說、短說、橫說、豎說、深說、淺說，都不違背事實真相。契機，他的程度能理解多少，就為他講多少，譬如一棵大樹，若他只理解樹梢，你就為他講樹梢，他聽了歡喜；他能理解樹枝，你就為他講樹枝；他能理解樹幹，你就為他講樹幹，如此才是契機。

我們也參觀了印度教的老人院、孤兒院，在世界許多地方，我們也曾經參觀過這些場所，像美國的老人公寓，香港稱為安老院，新加坡稱為老人院，澳洲稱為退休村。他們的醫療設備及對老人的物質生活供應，都相當完善。少數的還舉辦音樂會提供老人娛樂，有時一年有幾次表演，有的一個月辦一次。實在講，人到老年時，這些娛樂縱然擺在面前，已經沒有興趣了，因為老年人關心的是明天。明天是講

來世，這一世已經走到盡頭，來世的狀況如何？如果有人時常能為他們講解三世因果，為他講來世，他會有興趣。對老年人的精神教育，我們即使是以歌舞、戲劇來供養，內容也是講來世，讓他明瞭應如何悔改，以求得來世的美滿幸福，這是真正圓滿的養老。

六道輪迴是古印度宗教普遍承認的，印度有很多宗教的修行人，修禪定有相當深的定功，在禪定境界裡見到這個事實。我們現在了解，六道是六個不同的空間，其實不同的空間很多，不止六個。現在科學家講時空的維次，我們現在居住在三度空間，見不到四度、五度、六度，乃至無限度空間。佛說空間的維次是從妄想分別執著裡變現出來的，原本沒有，原本的時空就是一個，即佛家講的「一真法界」。現在科學家幾乎承認，至少有十一度空間存在，但是還無法進入。

我們見到一些書上寫，也聽人家常講，幾百年前、幾千年前古老的預言家，能知道現今社會上發生的事。假若你有四度空間的能力，將界限突破了，就能知道過去、現在、未來。我們見不到過去、未來，這是障礙。佛說只要把妄想分別執著斷除，就能突破空間。妄想分別執著有無量無邊，你能斷一部分，就能突破幾個層次。經上講，佛的能力是圓滿的，因為他全部突破了。菩薩的能力不如佛，因為還有一些層次不能突破，也就是他的定功還沒有達到圓滿。阿羅漢的能力就更差了，阿羅漢的天眼只能見到一個大千世界。

從前我們認為一個大千世界是一個銀河系，若是依照黃念祖老居士所說的，範圍就更大了。黃老居士認為一個銀河系是經上講的一個單位世界，所以一個大千世界就有十億個銀河系。今日科學家用科學儀器，連娑婆世界的邊際都無法達到。而佛說不必用儀器，只要定功

把產生時空維次的因素消滅，我們的本能就恢復了。

大家不要誤以為修禪定就是每天盤腿面壁打坐，那是修禪定的樣子。因為一個人行住坐臥中，坐的時候很定，是用這個形象來提示，不是教你裝模作樣。惠能大師在《壇經》裡為我們解釋坐禪：「外於一切善惡境界，心念不起，名之坐。內見自性不動，名為禪。」能大師天天舂米劈柴，這也是坐禪，因為沒有動心，沒有著相。

能大師這兩句話，來自《金剛經》的「不取於相，如如不動」，這是佛教修學的總綱領。無論你修學任何宗派、任何法門，佛家常講八萬四千法門、無量法門，總綱領就是這兩句話。「不取於相」就是不著相，用現在話說，不受外面境界的誘惑；不必離開外面境界相，只要不受誘惑就是不著相。內不動心，六根接觸外面六塵境界，不起貪瞋痴慢，不起是非人我，也就是坐。所以，八萬四千法門，門門都

是坐禪。念佛是坐禪，持戒是坐禪，研經是坐禪，持咒也是坐禪，這是佛門的幾種修行方法。

再擴展開來，《華嚴經》的「善財童子五十三參」，男女老少、各行各業，無一行業不是坐禪。只要你明白「外不著相，內不動心」的道理，就是真用功，就是真功夫。這個功夫成就了，就能把時空界限突破，我們本有的智慧能力就恢復。修學要知道原理、方法才能深入，才能提高自己的境界。

為人說法，一定要知道觀機。像那些老人，我們照顧他物質上的生活起居，這是雞毛蒜皮的事，最重要的是幫助他將來生到善處，此功德無量無邊。

現今是天下大亂，倫理道德沒有了，善心善意沒有了，人與人之間只有利害，沒有道義，因此社會不安定，世界沒有和平。我們要挽

救世道人心，要抓住重點，不能說廢話，因為沒有時間了，而且大家也沒有真實智慧去思惟、思考。所以，在今天對大家講法，愈簡單扼要愈好，一定要掌握重點。

我教導大家，只要將「五戒十善」做好，將一句「阿彌陀佛」念好，你就得救了。五戒十善若捨棄，說不好聽的話，來生決定墮三惡道。所以，最基本的五戒十善，自己要認真修學。五戒十善的詳細講解，在《無量壽經》三十二品到三十七品，一定要多讀。勸導大眾只講淨土殊勝，勸人念佛求生淨土，其他的都不必談。若是討論教理，對佛學院的學生可以談，對大眾則無一點用處。你講得再好，都不契機，現在救命要緊，大家沒有時間聽其他多餘的。我們自己這樣修學，自己得度；我們幫助別人，別人也能得度，這就是功德圓滿。

忍讓成就自己精進不退

學佛，疑惑是最大的障礙，障礙了智慧，障礙了禪定。決定要斷疑生信，佛所說的決定是事實。為什麼會退轉？昨天我在講經的時候也說過，證得聖果的人，知見不會退轉，行持會退轉，就像我們舉師子覺這樁事情，禁不起五欲六塵誘惑。大、小乘的聖人，如果不到世間來度眾生，決定不會退轉，到世間來度眾生，這是應化來的。應化而來，我們知道「四攝法」裡頭有利行、有同事，同事要沒有甚深的定功，自己把持不住就退了。因此佛才說：「精進是菩薩唯一善根」，真的是不進則退。一直到遠行地的菩薩，經論上告訴我們，八地才不退轉。聖人與凡夫有什麼不同？凡夫會退到阿鼻地獄，小乘初果決定不會退墮到三惡道，凡聖差別在此地。昨天我舉例子，他上學

了，會留級，會降級，他不會被開除。我們凡夫，凡夫根本就沒有入學，是在學校之外，沒有入聖者之流，這是不同的地方。

聖人的退，與他的不退，不是我們的境界。何以見得？有時候他的退是示現的，不是真的。眾生根性非常複雜，諸佛菩薩的示現，是隨機應化的，應該用正面的方法教，他就用正面，用負面方法他就示現負面。我們在五十三參裡面看到，菩薩居然用貪瞋痴的方法來度眾生，貪瞋痴這是墮落，所以《華嚴經》稱為「大不思議經」。可是我們凡夫煩惱習氣深重，這些不能夠從內心裡頭拔除，這一生往生都不可能。這是古人嘆息的，這個事情唯上智與下愚不移，上根利智心是定的，下愚之人心也是定的；他不求甚解，不想知道太多事情，所以人家念佛往生，念不多時，就能站著往生、坐著往生，讓我們看到稀有的瑞相。最難度的是當中這一段，我們今天稱為知識分子，疑惑很

多，思想很複雜，成見很深，這是最難度的。世尊講經說法四十九年，《華嚴經》上說，從來沒有間斷的時候，塵說剎說、無間斷說，為哪些人？就為我們這一群知識分子。我們這一群，是一切諸佛菩薩最難度的眾生。這個道理是，如果能夠勇猛精進，決定不會退轉；如果懈怠懶散，必定會退轉。

功德不容易保持，福德容易保持。修福決定有福報，無論你在哪一道裡面都享福。你修的有福報，你在人間享福，你墮畜生道在畜生道享福，你墮餓鬼道在餓鬼道享福，只有地獄道沒有福報。可是功德很容易失掉，所謂「火燒功德林」。什麼是火？煩惱。煩惱一現行，功德就沒有了。功德是什麼？功德是定慧。那個慧不是聰明，慧是自性裡面的真實智慧。這個智慧是從清淨心生的，煩惱一現行，清淨心沒有了，平等心沒有了，定慧就沒有了。功德太難成就了，如果說你

一生修多少功德，那就得問，你從什麼時候不生煩惱；煩惱沒起現行，你這一段期間保持著，是你的功德。你一天不生煩惱，你有一天的功德；兩天不生煩惱，你有兩天的功德；修行一輩子，到臨命終時一發脾氣，你的功德全完了，「火燒功德林」。福報沒有關係，有煩惱還是有福。這些道理、事實真相，佛在經論上都說得很清楚，我們要細心去體會。

如何能夠保持不退失？在我們現前這個階段，要「忍讓」。歡歡喜喜地忍讓，人家要我們的命，我們也忍讓，也歡喜把命給他，絕不生一念瞋恚之心，絕不生一念貪愛之心，我們功德能保持著不退轉。佛經裡面有個公案，小乘人要學菩薩，這是講舍利弗尊者。有一個仙人去試驗他，說家裡有病人需要藥引，藥引是什麼？要修行人的眼睛。舍利弗行菩薩道，把眼睛挖給他了。挖給他，他說：挖錯了，你

挖的是右眼，我要左眼。舍利弗說：你為什麼早不說？好，行菩薩道，把另一隻眼睛也挖給他了。他拿在手上聞一聞，很腥羶，不要了，丟到地上。舍利弗馬上就退心了，菩薩道難行，算了，我還是當小乘。所以要曉得境界現前這個時候，你能不能忍讓？忍讓才會有精進，不能忍讓決定就退轉。這是一個淺顯的例子，也是世尊說的一個比喻。說明精進波羅蜜不容易，但它是我們成敗的關鍵。沒有精進，決定沒有禪定，沒有般若；禪定、般若是建立在精進的基礎上，精進是建立在忍辱的基礎上。

我們現在有沒有精進？很難。仔細想一想，我們的障礙很多很重，為什麼？總是不能放下我們的色身，無論在什麼時候，在什麼環境之中，第一個念頭：怎麼樣保護我這色身。這個念頭不在道上，在色相上，這是很大的障礙。這個觀念就是障礙你超越六道輪迴，這是

堅固的我執。我們知道破我執才能出離三界，這種堅固我執的觀念，怕的是三界不能出去，連往生都成了障礙。誰修行能夠順利？能夠成就？身不要了，我們俗話說命不要了。能夠捨身、捨命，就是捨六道輪迴。誰做到，誰就成就了。不肯捨身命，諸佛菩薩再慈悲，也拉不動，怎麼幫你忙。佛菩薩教我們覺悟，覺悟的是什麼？覺悟這個生命是假的，不是真的。雖知道，做不到！還是把生命看作第一重，沒有把阿彌陀佛看作第一重，所以念佛功夫不得力。

我們在《往生傳》，在《淨土聖賢錄》裡面看到，許許多多念佛往生的人，他們念佛都不滿三年。過去也有不少同修發現這些記載來問我：是不是他們念了二年、三年壽命到了。如果說二、三年壽命到了，哪有那麼巧，怎麼會那麼多人？這問得好，不是壽命到了，是功夫成熟。功夫成熟的，他這個世間壽命不要了，提早去，所謂自在往

生。功夫成熟，有能力自在往生而不往生，還要在這個世間再多住幾年，這種人有，也不少。什麼原因？他有化緣。他可以幫助一些眾生，一些眾生聽他教導，他就應該多住幾年；自己到極樂世界去，也應當多帶幾個人去，帶得愈多愈好，這自行化他。

我們是肉眼凡夫，沒有智慧、沒有功夫，我們所接觸的一些人物，決定有佛菩薩應化在其中。古時候有，我相信現在更多。愈是眾生苦難的時候，諸佛菩薩愈慈悲，特別照顧。不學佛的人不知道，學佛的人懂得。

內在修持的功夫

學習成功失敗的關鍵，還是佛經上講的善根、福德、因緣這三個條件。三個條件要同時具足，這一生決定成就。善根是什麼？善根是

信解，這是落實在修學上。福德就是真幹，認真去做。因緣，就是遇到善知識，遇到真正如法的道場，遇到好的同參道友。

對老師要有決定的信心，「信為道元功德母」。你信心動搖就毀掉了，就像一棵樹一樣，根鬆了它怎麼會不倒？它立不起來了。印光大師教給我們修學的態度：「一分誠敬得一分利益，十分誠敬得十分利益」。

我親近這幾位真正的善知識，你們看到老師的照片都掛在教室，念念不忘，就跟老師在現場一樣。看到我們這樣認真修學，他歡喜。老師為什麼看重我，對我這麼特別照顧？沒有別的，誠敬，老師選學生的條件就在此。你有一個真誠的心，你有一個恭敬的態度，敬人敬事敬物，這就是好學生。一個好老師求這種學生，那是求之不得的，他遇到了怎麼能夠捨棄。

我這一生無論是順境逆境，都能很坦然，一生平平安安度過，得力於章嘉大師的教誨。章嘉大師告訴我：只要自己真正發心為佛法、為眾生，一般人講犧牲奉獻，你的一生佛菩薩替你安排，不要操一點心。我就聽他這個話，所以我一生不操心，為什麼？佛菩薩替我安排。順境是佛菩薩安排，逆境也是佛菩薩安排，別人糟蹋我、侮辱我、陷害我，我都很歡喜，菩薩安排的，消我業障。自己決定沒有得失心，身心世界一切放下，什麼都不要了。

諸位修學要抓住總綱領，簡、易、淺、明，我們學習上台講演，要掌握這四個字的綱領。簡單不繁雜，淺顯不深，你搞得太深了沒人懂，淺而不深。易而不難，容易不艱難。明而不昧，明是清清楚楚，昧是含糊籠統，絕不含糊籠統。抓住簡易淺明這四個大原則，你自行化他就一點障礙都沒有了。這有訣竅、有方法，掌握到這些綱領，就

沒什麼大困難。問題是自己要用功夫，要花時間，這個是屬於事相上的，外表的。如果沒有內在修持的功夫，外表是很難向上提升，內裡要真正修學的功夫。

修行功夫，我提出修真誠心。我們從早到晚，從年初一到臘月三十，對人對事對物，是不是用真心用誠意？這是修行。我們對人對事不用真心、不用誠意，錯了！那是凡夫行，那是凡心，是輪迴心，真誠心是菩薩心、是佛心。我們想作佛，就要用佛的標準來修行。

曾子每天三省，我們要拿這個事情認真去反省。我處事待人接物是不是用真誠？我有沒有自己欺騙自己？有沒有欺騙一切眾生？有沒有欺騙佛菩薩？如果用欺騙的念頭，這不僅是造輪迴業，這是造三途業。果報轉眼就現前了，人命無常。

我們要修清淨心，什麼叫清淨？有一念執著就不清淨。最不清淨

是貪瞋癡慢疑，這是根本煩惱，煩惱是污染。要斷煩惱，煩惱斷了，清淨心就現前了。順境裡面不起歡喜心，知道假的，「凡所有相皆是虛妄」，逆境裡面沒有瞋恚心。心地清淨非常重要。清淨心生智慧，煩惱心生無明。

如何懺除業障

一、改正邪心邪念

早年，我初學佛的時候，章嘉大師教我「佛氏門中，有求必應」。這個話說得肯定，沒有絲毫疑惑。但是，有人求有感應，有人求沒有感應，這是什麼原因？大師告訴我，因為他有業障；業障懺除了，必定有感應。我們讀《了凡四訓》，從雲谷禪師與了凡先生的對話就能明白，了凡先生認為命裡有的求得到，命裡沒有的求不到。雲

谷大師開示：「求富貴得富貴，求兒女得兒女，求長壽得長壽。」求成佛都能作佛，有求必應，沒有求不到的，這個太殊勝了，非常吸引人。為什麼能求得到？因為自性是圓滿具足一切，只要消除業障，則有求必應。

懺悔業障，不論是哪個宗派、法門，都列為最初的重要修學法門，因為有業障就不能進步，不但不能進步，連大乘佛法之門都入不了。

懺悔，懺是梵文，悔是中文，這個名詞是梵華合一。懺是陳露先罪（陳述、發露）。以前所造的罪業，一絲毫都不能隱瞞；悔是後不再造，改往修來。我們學佛，要向佛菩薩、向大眾求懺悔，罪業再重不用怕，只要肯懺悔，一悔就全消了。

業是造作，業有善、有惡、有無記。不善不惡，稱為無記。業有

染有淨，十法界中，六道是染，四聖法界是淨。染業裡面有善有惡，善惡層次不高，善業生三善道，惡業則生三惡道。學佛，最大的事情就是開悟證果，而善與惡都是修行證果的障礙。唯有淨業沒有善惡，我們稱為純善純淨，善惡二邊都沒有了才是純善，才是淨業。

在六道裡面，善業的標準就是《十善業道經》，我們一定要遵守佛的教誨，從這裡學起。十善業的細目是《弟子規》、《感應篇》，人人都學《弟子規》、《感應篇》，就是學「十善業道」。學佛先學做人，人都做不好，怎麼能學佛？

佛教我們做的，我們老老實實去做；佛教我們不能做的，決定不違犯，這樣能消除我們的業障。惡業少了，煩惱少了，智慧就長，福報也長，真的不求都來。善惡就像明暗一樣，暗消除了，光明一定現前；明消除了，黑暗一定現前。善惡是陰陽的兩面，只要把惡業消

除，善業自然現前；努力修善，惡業自然就消失。

我常勉勵同學：首先把自己內心的根本障礙消除，這叫真正懺悔。何謂根本障礙？世尊把一切眾生的業障講到究竟處，歸納為「貪瞋痴」三毒煩惱，貪瞋痴能生一切惡業。反之，「不貪、不瞋、不痴」，稱為三善根，世間所有一切善法皆由此而生，這把根本找到了。

我們的毛病習氣，總是對一切人事物有一個錯誤的念頭，控制，從控制再增長就是佔有。這個念頭從何而來？從貪瞋痴。對於世出世間一切法，決定沒有控制、佔有的念頭，就能心開意解，懺悔業障就能修成功。明知控制、佔有是錯誤的，為什麼還放不下？不知道事實真相。所以老師教我們看破、放下。為什麼放不下？沒有看破，以為所有一切現象是真的、真有，所以才會起貪瞋痴、控制佔有的念頭。

《般若經》講「一切法，無所有，畢竟空，不可得」，真的知道「一切法，無所有，畢竟空，不可得」，你還有佔有、控制的念頭嗎？沒有了。包括自己的身體，我們都不能控制佔有，何況身外之物？

古大德講得好：「隨緣消舊業，莫更造新殃」，新殃就是業障，隨緣才能消業障，不隨緣就是製造業障，怎麼能消得掉？念念在正道，行行在正道，自性本來具足的智慧德相自然現前。極樂世界、華藏世界的人隨緣，沒有攀緣的心，得大自在。你有攀緣的心，縱然得到了都不自在。比如求財，財得到了，自不自在？不自在，患得患失，苦不堪言。什麼都沒有，什麼也不缺乏，這個日子多麼自在快樂！有好，沒有也好，什麼都不放在心上，就接近自性了。回歸到自性，自性是究竟圓滿沒有絲毫欠缺。這就是諸佛菩薩、一切聖賢修學的終極目標，佛家所謂「明心見性，見性成佛」，那真叫得大自在。

方東美先生所說的「人生最高的享受」，人人希求卻求不到。實在講不是求不到，是他不肯把業障放下，只要能把業障放下，人人求得到。為什麼？《華嚴經》云：「一切眾生皆有如來智慧德相」。智慧德相是我們自性本具的，本具的為什麼不能受用？因為有業障。雖有業障，性德圓圓滿滿，並沒有減損，只是有障礙不能顯露而已。這個障礙就像雲彩遮住了太陽一樣，所以只要我們肯放下妄想分別執著，業障就懺除了。

如何懺悔？真正懺悔不是後悔，後悔無濟於事，而是知過能改，後不再造。古人說得好，「人非聖賢，孰能無過」，凡夫都有過失，知道過失就要把它改過來，以後不能再重犯。顏回是真正在修懺悔法，孔子對他非常讚歎，說他「不貳過」，他的過失只有一次，同樣的過失絕對不會再犯，這叫真懺悔。絕對不是做錯事情，在佛菩薩面

前求原諒，明天再幹，幹了再去懺悔，這個沒有用處，這是假的，不是真修行。真修行，形式上在佛菩薩面前發露求懺悔，懺悔之後，絕不再犯。真正用功夫，要天天發現自己的過失，去惡就善，改往修來。

懺悔要從最粗最重的地方下手，懺除執著。首先要把自己最嚴重的毛病找出來，譬如我貪心重，貪心裡有貪財、貪名、貪利、貪色，哪個煩惱習氣最重，先把這個懺除，比較輕的就容易了，瞋恚也是如此。只要我們對人、對事、對物、對世間法、對佛法都不執著，就能入佛門，入佛門就是入覺悟之門。如果你不肯放下，雖然學佛，不能入佛門，為什麼？不覺悟，還是迷惑顛倒。所以，懺悔不能沒有智慧，智慧才能消業障。

智慧從哪裡來？最方便的就是聽經學教。多聽經，多讀誦，長時

期受經教的薰習，時間久了就起定的作用，定才能開慧。所以我們講修行，特別是初學，修什麼？就是修懺悔，真正修懺悔就是改過。每天發現自己的過失，這叫開悟。發現過失並把過失改掉，這叫修行。行是錯誤的行為，修是修正，修正錯誤的行為就是修行。錯誤的毛病不肯改過來，不是修行。尤其戒律，著重在行，出家人最好是用《沙彌律儀》，這是出家人的本分，在家同學則用《弟子規》。如果出家人修行感覺有困難，習氣太重，也從《弟子規》、《感應篇》學起。這兩門修好了，再學《沙彌律儀》就一點都不難，因為已經有根了。

懺悔業障，從前無論在家出家，都用「功過格」，這個方法很笨拙，但對於初學、中下根性的人非常有效。「今天，我做了哪些好事、哪些錯事？」記下來，善行要加強、要增廣；過失，要改掉，後不再犯。真正用功過格的人、認真修行的人，三年不能成聖人，也是

賢人君子，世間真正的好人。所以修行人不能一天不知過，一天不知過，這一天就空過了，要知過改過，功夫才會得力。真正想修學的人，不能不自愛，不自愛怎麼能愛人？又怎麼能得到別人的愛戴？自愛是什麼？本性本善，心行不善就是不自愛。學佛的人一定要把自己塑造成一尊佛，這是真正自愛。回歸自性，回歸到本來佛，世出世間一切法都不染著，這是真懺悔。

在日常生活當中要學吃虧，中國古人常講「吃虧是福」，不要怕吃虧上當，更不能有佔便宜的念頭，念念想佔別人便宜就錯了。能夠歡喜接受別人的批評，不論他是善意、惡意，毀謗也好、侮辱也好，甚至於陷害，我們從中學習清淨心、平等心，沒有怨恨，沒有瞋恚，決定沒有報復的念頭。要心平氣和，業障就懺除了；若心還有不平、還有怨恨，就是造業。如果別人侮辱我、陷害我，我們要感激他，為

什麼？要不是他這樣對我，我心中還有這麼多煩惱習氣，沒有發現。幸虧他用這種方式對待我，把我的煩惱習氣引發出來，我感激他，否則我如何懺悔業障？如果受一點小小的委屈就很難過，要發脾氣、要報復，這是小人，不是君子，怎麼能有成就？

中國諺語常講「量大福大」，量太小，哪來的福報？沒有福，哪來的智慧？古人說「福至心靈」，人有大福，智慧就現前。福與慧常常有連帶關係，真正的福報裡面有智慧，度量大能包容，什麼都包得下。人要生活在感恩的世界，江本勝博士的水實驗告訴我們，「愛、感恩」是宇宙的核心。他經過幾十萬次的實驗，就是愛與感恩的那個水結晶的圖最美。人是有心而感，水無心而現而應。

我們要學習包容、忍耐，要學習在任何場合不發脾氣。發脾氣罵對方，對方受害三分，自己受害七分。「一念瞋心起，百萬障門

開」，發脾氣對自己是最大的損失，現在醫學也講發脾氣消耗的能量最大。所以，愛發脾氣是愚人，不是有智慧的人，我們一定要自愛，一定要把煩惱習氣斷除。生活要清淡，順境不生貪戀，逆境不生瞋恚，這是真正愛自己，身體一定健康長壽。

普賢菩薩教我們禮敬諸佛，對任何人都要尊敬，心地要清淨、平等。別人有困難，我們盡心盡力幫助，因為一切眾生本來是佛，怎麼可以不尊敬？現在他業障太重，顯得很愚痴，說不定他一懺悔覺悟，業障放下了，他的成就高過我，這很難講，所以對人一定要尊重。自己這樣做，教人也是這樣做。我們有這樣懺悔的心，就能把我們內心對一切人事物的對立、矛盾懺除化解掉。

宇宙是一體，和諧沒有對立。人與人本來也沒有對立，對立是從自私自利、貪瞋痴產生的，根還是在貪瞋痴。沒有貪瞋痴，沒有自私

自利，哪來的對立？這樣你才曉得世出世間所有一切聖賢，沒有對立的念頭。

讀經聽教是懺悔業障，是幫助開悟、放下最好的方法，我要不是在這麼多年當中天天讀經、天天放下，哪裡會有成就？大懺悔大悟，大放下大成就，徹底懺除業障就成佛了，還沒有徹底放下，就是業障沒有懺除幹淨。

修行的總綱領在哪裡？其實這些綱領、原理原則，佛都講給我們聽了，就是改變錯誤的思想，不再犯同樣的過失。李炳南老師以前常常提醒我們「改心」，改心就是改正錯誤的念頭。最重要的，要把自私自利的念頭改過來，起心動念為法界眾生、為諸佛菩薩，這是上求下化，求諸佛菩薩加持，幫助一切眾生轉惡為善、轉迷為悟、轉凡成聖，這是真正的綱領。我們要念念有這個心，念念有這個願，這是真

正的懺悔。

二、先改過才能修善

若欲懺除業障，即當「即自念無量劫中，由貪瞋痴慢疑，起煩惱怨恨怒，造作諸惡業，障蔽真性。今當清淨三業，於諸佛菩薩大眾前，誠心懺悔，不敢覆藏」。

自念無量劫中，不只是這一世，我們有過去世，過去世還有過去世。自從我們墮落到六道裡面，不知道生死了多少次，無量劫來，由於貪瞋痴慢疑，起煩惱怨恨怒，造作種種惡業。貪瞋痴慢疑，這是根本煩惱，是所有一切罪業的根源。這不是這一生學來的，是與生俱來的煩惱，生生世世帶來的。而且每輪迴一次就會加重一些，所以這個業因很嚴重，也非常麻煩。

因有緣，就有果。緣是什麼？緣就是生起煩惱怨恨怒。煩惱怨恨怒不是與生俱來的，有貪瞋痴慢疑就會勾引起煩惱怨恨怒，造作諸惡業。惡業障蔽真性，使我們不能明心見性，嚴重的還叫你生一身的怪病。

貪瞋痴三毒煩惱，不但障礙自性，障礙你的智慧，障礙你見性，同時也給你帶來疾病。煩傷腎，得腎病；惱傷肺，得肺癌、肺結核。怨傷脾，恨傷心，怒傷肝。這是講你生病的緣由。佛教人一入佛門要持五戒，有道理！五戒能治病，因為不殺生，心地慈悲，慈悲心養肝，不得肝病，這是不殺生的好處；不淫欲，養心；不妄語，養脾；不偷盜，養肺；不飲酒，養腎。所以，五戒十善對人的身心健康有很多好處。

現在我們要懺除業障，首先要清淨三業，於諸佛菩薩大眾之前，

最重要的是，在同修道友大眾之前，誠心懺悔，不敢覆藏。

我們起心動念，言語造作，首先想到關於孝道的，有沒有愧對父母，愧對父母是不孝。再往遠推，有沒有愧對祖宗。愧對祖宗、愧對父母，你的頭上就會長病。

要多反省，在家庭裡面，為人子女對得起家裡的長輩嗎？為人夫能對得起妻子嗎？為人兄姊能對得起平輩的弟妹嗎？為人父母能對得起兒女嗎？在學校為人弟子能聽老師的教誨，認真學習嗎？這是指做人方面。對事，利益自己的是小事，利益大眾的就是好事。如果這樁事情對於國家民族、社會安定和平有利益的，就是更大的好事。我們應該幫助他，起心動念為別人，不為自己。為別人才是真正為自己，為自己沒有不造業的。業、罪、病苦、三途果報是怎麼得來的？這都是覆藏、掩飾自己的罪過，所累積的業報。

造作惡事不敢告訴人，藏久了身體就得病。病是花報，花報是現世報，果報在三途，將來變畜生變餓鬼墮地獄，所以因果是真的不是假的。我們念佛就是把清淨心念出來，決定不能記別人的過失，看這個人不是，看那個人不是，你的心裡面全是染污很骯髒的。我們的心本來是好的，常常看人家的好處，記別人的好處，不要看人家的壞處，不記別人的過失。把別人的過失記在我們的心裡，我們的心就被染污了，就是自己的過失。常常看別人好處，不看別人壞處，懺悔心才能現前，修學功夫才能得力。

要學著裝別人的功德，「禮敬諸佛，廣修供養」才能做到。我們要知道改過，先改過，才能修善。如果過沒有改，修善也是假的，不是真的。所以第一要把自己身心洗乾淨。

一切眾生，內有煩惱怨恨怒，外有人事物的誘惑，能在這個環境

裡不動心，這叫真功夫。真功夫靠什麼？靠深信因果。我自己苦，餓死不會墮地獄。我要是不甘心餓死，去搶奪別人的，就得入地獄。你說哪個對？餓死，我不佔人一點便宜，德行具足了，不害別人，死後生天。如果起心動念，損人利己，無不墮三途的，這事情能幹嗎？所以餓死事小，破戒事大。

佛在經中告訴我們「境隨心轉」。自己心要善，言行善，身體就好，什麼病都沒有。心不善，行為不善，毛病就很多。你要想身體永遠不生病，你就永遠不要生惡念，你就會永遠不生病。現在身體的病很多，要把惡的念頭、不善的念頭放下，善的念頭激發出來，病就好了。身體與我們的念頭有密切關係，我們居住的環境與念頭也有關係。

「覆諱過失，謂諸眾生所作惡行，諱忌人知，不自發露，無悔改

心，是以流轉生死也」。這就是不知道懺悔，把自己的過失掩飾起來，盡量不要讓人知道。人家雖然不知道，可是你自己會受良心責備，這也是一樁痛苦的事情。這種惡習越積越久，就會變成病毒，這種病毒也會讓你喪失生命。生命喪失不要緊，死後必墮三惡道，那個麻煩大了，真的是死了就不得了，後悔莫及！所以真正明白這個道理，一定要知道發露懺悔，利益無量無邊。

三、懺除業障的方法

凡夫懺除業障的方法，一種是「伏業懺」，把自己的罪業伏住，這比較容易做得到。持名念佛就是伏業懺，若是從教義講，所有的法門都是懺悔門。懺悔涵蓋了佛法一切修學的法門，只是懺悔的方式不相同，其方向、原理、原則是一樣的。

淨土宗用念佛來修懺悔法。大勢至菩薩教導念佛的方法是「都攝六根，淨念相繼」。你能這樣念佛號，就能把你的業障伏住，帶業往生。如果你的業障伏不住，你一天念十萬聲佛號，古德所謂「喊破喉嚨也枉然」，不能往生。因為帶業往生只能帶舊業，現前造的業不能帶，要懂得此理。

你念佛能把煩惱伏住，在念佛法門講是功夫成片，雖然煩惱沒斷，但它不起現行，不起作用。譬如，看到順心的事情，起了貪愛，念阿彌陀佛就把貪心壓下去，不讓貪心起作用，這是功夫。遇到不順心之事，念阿彌陀佛把瞋恚壓下去，不讓瞋心起作用，這是念佛。心動，趕緊念阿彌陀佛，把你的煩惱習氣、喜怒哀樂愛惡欲都壓住，不讓它起作用，此人就是念佛人，此是伏煩惱、懺除業障的方法。

佛門講「不怕念起，只怕覺遲」，念就是煩惱起現行。不要怕煩

惱起現行，如不起現行就是佛菩薩再來，不是凡夫。凡夫一定會煩惱起現行，問題是要覺得快，覺對治迷。覺代表功夫得力，在念佛功夫上說，覺就是在緊要之時，能提起佛號把煩惱壓住。這種功夫用久了就會產生力量，若做不到此程度就不能往生，這是要知道的。念佛功夫淺深不同，所以凡聖同居土才有三輩九品。

第二種懺悔法是「轉業懺」，把思想念頭轉過來，轉凡成聖。我們過去起心動念都為自己，為自己的利益、名聞利養。現聞佛法明白後，我們的觀念、言語造作都轉成為社會、為眾生、為佛法，不再為自己。念如是、行亦如是，就能轉凡成聖。原本自私自利、損人利己、天天造作惡業，將來必墮惡道；現念頭一轉，決定不入惡道，因為惡道的緣斷了。三惡道的緣是貪瞋痴，現在貪瞋痴、是非人我沒有了，念念為眾生。所以，此轉變不但轉三途六道，而且直接入聖人之

道，超凡入聖。

攝心除妄的十念法

「《無量壽經起信論》云：須知持名一法，最為簡要。行者初發心時，貴有定課。每日或千聲，或萬聲，或十萬聲。從少至多，由散入定。隨其念力，俱可往生。」

持是保持不能間斷，名是阿彌陀佛名號，持名這個方法最為簡要，最簡單、最容易、最穩當、最可靠，而且成就最高，不可思議。行者是念佛人。初發心時，貴有定課，一般人都是中下根性，不是上根利智，中下根性最重要的是老實，所以要定課，每天定一千聲，或者一萬聲，或者十萬聲，最好是從少至多，由散入定。開始不要定太多，每天早課念一部《無量壽經》，念一千聲佛號，晚課亦如是。貴

在堅持，天天不斷。念二、三年，功夫得力了，再增加念佛的數量，絕不好高騖遠。除定課外，還有散課。散課就是想起來就念，無論在何時何處，皆宜念佛。人多的地方，自己心中默念，不要出聲，就不干擾別人。

攝心很難，攝心是真正的功夫。印光大師是西方極樂世界大勢至菩薩再來，他教我們的方法就是現代人可行的方法。他教導我們「十念法」，念四字、六字聖號皆行，念得清楚。四字「阿、彌、陀、佛」，一個字一個字念，口中念得字字清楚，耳中聽得清楚，心中記得清楚。十念法不用念珠，用念珠會分心、分神，心力很難集中。完全用心記，只記十個數，從第一句到第十句，很清楚地知道這一句是十句裡的第幾句。十句念完了，再從一到十、一到十……就這樣念下去，容易攝心，雜念不起。若起雜念，你就記不清楚，記不清楚就不

算，要再從一念起，一定要記得清清楚楚才算數。

初學十句真難，念到六、七句就亂了。老法師告訴我們，可以分為兩段，第一句到第五句。有人問我，念到第五句再從第一句到第五句，行不行？不行。從第一句到第五句，第二個五句是第六、第七、第八、第九、第十，要這樣記法。乃至於用「三三四」的分法都可以，第一、第二、第三；第四、第五、第六；第七、第八、第九、第十，這樣念才能攝心。

念佛能消一切罪業，無量劫以來的罪業，只要你真正會念佛就能消除。用印光大師的方法消得最快，最有效果，自己能感受到。為什麼？念佛的時候沒有雜念，就是消業障；還有雜念，這是業障沒消除，讓你警覺到自己有業障。所以淨念相繼，第一是不懷疑，第二是沒有妄念夾雜在其中。要念到一個妄念都沒有，心地很清淨，念佛就

真有功夫，這就是消罪業的相。

日常生活當中，這個功夫要時時刻刻提得起，你遇到稱心如意的事情，生歡喜心、生貪念心，那也是煩惱，要馬上念佛把它伏住。遇到不如意的事情，生怨恨、生悶氣時，也要把念佛功夫提起來，氣就消掉了，怨恨就化解了。這就是古人所講的「不怕念起，只怕覺遲」。念起不怕，佛號提起來就是覺，佛號忘掉就迷了。迷了，你就隨順煩惱，就很苦了；覺了，不隨順煩惱，馬上把煩惱降伏住，這叫功夫，這叫會念，這叫真念佛。因此，真念佛不在乎一天念多少聲，印祖這個伏煩惱的念佛方法，非常有效果。

修十信心須具十德

《瓔珞經》云：「修十信心須具十德」。如果具有這十德，就會

遇到好老師，為什麼？十德是能感，諸佛如來就應。

一、「遭苦能忍」。無論是修世法、修佛法，尤其是佛法，你要不能忍，就會退轉，這一生就空過了。現在是佛法的末法時代，末法時代有起有伏，我們現在是走下坡的時代，大家都不認真學。

世尊滅度的時候，教給後世弟子兩句話：「以戒為師，以苦為師」。你要真正發心弘法利生、護持正法，頭一個就要想到吃苦。什麼苦都能夠忍受，才能走這個路子，才能得到三寶的加持；如果怕苦、怕難，你走不通。今天眾生多苦，我們希望自己多吃一點苦，眾生能少吃一點苦，這叫代眾生苦，這是先決條件。

二、「慈悲深厚」。能夠真正愛護眾生，尤其是現前這個時代的眾生。老人可憐，年老了兒孫不養活他，沒有依靠。外國老人是國家養老，有救濟金給他，物質生活可以不愁，精神生活完全沒有。我們

再看兒童，兒童可憐，可憐在沒有機會接受倫理道德因果的教育，長大不知道孝順父母，尊敬長輩，只學得一些技術，自私自利，不會做人。這是現在全世界普遍的現象，一老一少，多可憐！我們在最近十年接觸很多宗教，參加多次世界和平會議，極力提倡宗教團結、族群團結，也極力提倡改善養老、育幼的教育，讓老人真正過一個幸福美滿的晚年。我們今天講忍苦忍難，比釋迦牟尼佛還差很大距離，他是難行能行、難忍能忍，真有慈悲心。沒有深厚的愛心，十信不能成就。

三、「修習善根」。這是講世間三善根，不貪、不瞋、不痴。反過來，貪瞋痴是三毒。也就是說，六道裡面所有一切毒害都是從三毒生的，六道裡面所有一切善法，都是從三善根生的。這個認知重要！要認真學，於世出世間法不貪戀，自己有的，能夠布施供養給所需要的人，這是財布施。現前社會，最缺乏的是聖賢教育，以佛弟子的身

份在世間講經教學，宣揚倫理道德，這叫護持正法，這是法布施。法布施果報是聰明智慧，財布施得財富。「捨得」是佛學名詞，社會上很多人用，他不知道出處，這是出自於佛經，有捨後面就有得，得到之後還要把得的也捨掉，所以捨得有兩個意思。第一個意思，捨一定有得，捨財得財富，捨法得聰明智慧，捨無畏得健康長壽。捨無畏是什麼？譬如照顧一些苦難的眾生，照顧老人就是無畏布施，讓他沒有恐怖、沒有憂慮，讓他心情快樂，這是無畏布施，得的果報是健康長壽。果報得到之後還要把它捨掉，不要享受，你一享受就墮落了。所以得到的還要把它捨掉，叫捨得。你愈捨，後面來的就愈多，愈多愈捨，不要留，一留立刻就退轉，我們十信心就不能圓滿。這是講修學善根，學這三種布施。

四、「供養諸佛」。人要修福，世出世間最大的福田無過於佛

陀，所以供養佛能修大福報。弘法利生是真正供養佛，讓社會大眾認識佛法本來面目，不再誤會佛教是迷信、佛教是宗教，這是真正對佛盡孝心。釋迦牟尼佛在世為我們所示現的，求學、教學。十九歲出去求學，三十歲覺悟，大徹大悟之後就開始教學，教了一輩子，七十九歲圓寂，四十九年教學從來沒有間斷。一個人去找他，他教一個人；兩個人去找他，他教兩個人；十幾個人找他，他就教那十幾個人；幾百個人找他，那就教幾百個人。一生講經三百餘會，記錄下來就成為經典，留給後人。佛陀在世，生活簡單，三衣一缽，日中一食，樹下一宿，他什麼都不要。他要後世的學生，世世代代把正法傳下去，正法久住，這是佛的願望。有佛陀的教育，就能幫助眾生破迷開悟、離苦得樂，這是對佛的真供養，這是真報佛恩。

五、「志求勝法」。自己在這一生當中只有一個目標、一個方

向，我什麼都不求，就求佛法。佛法裡《華嚴經》是最殊勝，那是菩薩境界，對象是四十一位法身大士。佛很慈悲，我們凡夫俗子業障深重，有沒有方法讓我們也同法身菩薩一樣，在一生當中入華嚴境界？有。《華嚴經》末後，普賢菩薩十大願王導歸極樂，讓業障深重的人也能契入華嚴境界，這是無比的殊勝，殊勝當中的殊勝。我們學《華嚴》，對整個宇宙萬有概略的認識，認識清楚它的真相是相有性無，沒有自性，沒有體；事有理無，有是幻有，空是真空，真空與幻有不二。這認識清楚之後就能真正放下，大乘經教裡面佛給我們說，放下執著就得到正覺，成阿羅漢，超越六道。能夠把分別放下，得到正等正覺，叫菩薩。菩薩能把分別放下，再能把妄想放下，他就證得無上正等正覺，叫佛陀，他成佛了，回歸自性。佛經你要是聽多了自然就放下，要是沒有透徹了解，那個堅固的執著打不破，永遠出不了六道

輪迴。所以供養諸佛，志求勝法，目的就是學習經教，真正放下。

六、「專求佛智慧」。佛是誰？佛是自己。《華嚴經》「出現品」中說：「一切眾生皆有如來智慧德相」，「情與無情，同圓種智」。所以，佛智慧是自己本有的，本有的現在有障礙，障礙著你自性的智慧不能現前，只要把煩惱放下，智慧就現前。煩惱，自性裡沒有；智慧，自性裡有。現在煩惱代替了智慧，智慧不起作用，起作用的是煩惱。煩惱有三大類：見思煩惱、塵沙煩惱、無明煩惱，就是《華嚴經》講的執著、分別、妄想，執著是見思煩惱，分別是塵沙煩惱，妄想是無明煩惱。修行沒別的，就是把這三種煩惱放下，恢復自性、回歸自性，就圓滿成佛。這是佛弟子一生所希求的，我們的目標、方向在此地。

七、「深心平等」。深心，我們用《佛說大乘無量壽莊嚴清淨平

等覺經》會集本的經題來講，清淨平等覺就是深心，自受用。有自受用才能夠真正利益別人，自己沒有得到佛法真實受用，怎麼能教別人？所以自己求清淨平等覺。菩提心的體是直心，直心就是至誠心，真誠是自性的本體，深心是自受用，大慈大悲是他受用。我們用什麼心對自己，用什麼心對別人？就是真誠心，真誠心對自己就是清淨平等覺，對別人就是大慈大悲。菩提心圓滿現前，十信心才能圓滿，才能入住，超越十法界。住到哪裡？住到菩提心裡，這是理。事上呢？事上是在華藏世界的毘盧遮那佛的實報莊嚴土，念佛的人到極樂世界，是阿彌陀佛的實報莊嚴土。

八、「親近善友」。具備前面七個條件，我們還要找增上緣，外面的力量來幫助我們，那是什麼？老師。尋師訪友，要親近善知識，善知識很難遇到，遇到之後不可以離開。人生在世，兩個大恩人，第

一個是父母，這個身命得自於父母，有父母才有這個身，所以人不能不孝順父母，現今在這個社會，自己發達了，享受五欲六塵，置父母不顧，不問他死活，不孝順父母是忘恩負義，大不孝，罪很重，果報在阿鼻地獄。第二個大恩人是老師，我們的法身慧命得自於老師，對老師的孝順應該與對父母是相等的。對老師大不孝的罪，與對父母大不孝沒有兩樣。

我這些年常常勸導大家，倫理教育、道德教育、因果教育、宗教教育，能把這四種教學恢復，所有衝突都會化解，社會安定，世界和平。佛弟子要帶頭，先要表現出深心平等，自己要認真學習清淨平等覺，親近善友、親近善知識，《弟子規》裡講的「親仁」，「能親仁，無限好」。親近善知識最重要的，是要遵守善知識的教誨，才會有真實智慧辨別是非善惡、利害得失。

常隨佛學，佛在哪裡？經典就是佛，經典所在之處就是佛所在之處，不離開經典，我們就不離開佛，天天讀誦，接受佛菩薩的教誨。佛菩薩教誨裡面有很深的意思，我們看不出來，祖師大德的註解是助教，幫助我們體會佛的意思，然後依教奉行。《華嚴經》講「一即一切」，我們用一部《華嚴經》能不能行？行，就是一切法門；一部《無量壽經》也行，也是一切法門；一部《阿彌陀經》還是一切法門。死心塌地，一門深入，放下萬緣，用深心，用清淨平等覺來學習。

九、「心常柔和」。這對浮躁講的，心浮氣躁，不但佛法你學不到，世間法也學不到，世法與佛法都必須要「心常柔和」你才能得到，這一條很重要。我們在學習上、生活上、工作上、處事待人接物上都不離開柔和，心常柔和你就是佛菩薩；我們看看佛菩薩，他們真

做到了。我們要從哪裡學？從謙虛，中國的古禮講謙卑，自己常常要處在謙卑，尊重別人，這是世出世法學習的頭一堂功課。《禮記》第一句話說「曲禮曰，毋不敬」；《華嚴經》普賢菩薩十大願王第一願「禮敬諸佛」。這一條很重要，大家一定要學柔和，柔和能養心、能養身，身心健康；能養一家，一家人柔和，家和萬事興。柔和能化解衝突、化解對立，讓一切眾生平等對待、和睦相處，這就是極樂世界，這就是華藏世界。

十、「愛樂大乘」，樂是喜歡，真正喜歡大乘佛法。世界上著名的歷史哲學家，英國的湯恩比博士，他在一九七〇年代，他說「要解決二十一世紀社會問題」，他是講整個世界的，「只有中國孔孟學說與大乘佛法」。他說出這個話，真的不是假的。大乘佛法的代表就是《大方廣佛華嚴經》。我們今天在此地看到，善根深厚的菩薩，長時

不退，「常隨佛學」，親近善友就是常隨佛學，「行十信心」，十信心是所學的課程，「信三寶常住」，三寶是覺正淨。六祖能大師在《壇經》裡面講得很好，他是替人家傳授皈依。「皈依佛，皈依法，皈依僧」，他不是這樣說法，他說「皈依覺，皈依正，皈依淨」。後面他有個註解：「覺者佛也，正者法也，淨者僧也」，這個說法好，讓我們不至於迷惑。覺正淨叫自性三寶，是我們自性裡本來具足的，覺而不迷，正而不邪，淨而不染。這是佛法修學總的指導原則，不論是哪個宗派，不論是哪個法門，大乘講的八萬四千法門，總的綱領就是這三句話。你怎麼修成那是方法，方法雖然很多，都能達到，所以佛在《般若經》上講：「法門平等，無有高下」。重要的是契機，要適合我的程度，適合我的根性，還要適合我現在生活環境，我學起來不麻煩，這就很容易成就。所以有這麼多法門，你可以自由選擇。選

出來之後你就不要更改，不要這一門看那一門，那一門看那一門，去做比較，他的比我高，比我殊勝，我不如他，你要這樣想法你就生煩惱，不生智慧。要知道「法門平等，無有高下」，要互相讚歎，我的根性用這個法門，我自己想到我一定會成就，那我就選對了。

這麼多法門，不會選怎麼辦？佛很慈悲，給我們提了一份參考資料，佛在《大集經》裡面講的，「正法時期戒律成就，像法時期禪定成就，末法時期淨土成就」，你看這個幫助我們選擇提供這麼好的參考資料。什麼是正法時期？釋迦牟尼佛滅度第一個一千年是正法時期，像法時期是第二個一千年，末法時期是第三個一千年，以後都叫末法。釋迦牟尼佛的法運是一萬二千年，正法一千年，像法一千年，末法一萬年，我們現在是在末法。既然是末法，釋迦牟尼佛這樣說的，我自己也沒有智慧選擇，我就聽佛的話選擇淨土，末法時期淨土

成就。再看看佛的經教，淨土宗經論最少，很適合現在人的需求，現在人怕麻煩，太多了受不了，淨土宗只有六部經，五經一論，分量都不多。《大勢至菩薩圓通章》分量最少，只有二百四十四個字，比《般若心經》還少，《般若心經》二百六十個字。所以五經一論合起來，現在印的是薄薄的一本，全都在裡面。過去祖師大德常常教導我們，這六門課程裡，你選一門就行，一門深入，長時薰修，老實念佛，求生淨土，就行了。

反覆薰習是訓練耐心定力

一個現象一生當中看了很多次，過去看的時候都沒有覺悟，這一次突然覺悟，是怎麼回事情？過去每次看是薰習，薰習的次數多了，不定在什麼時候再一次就覺悟了，從這個地方我們就能深深體會到薰

習重要。中國古聖先賢教人「教之道，貴以專」，學習也是貴以專，佛法講得更明白叫「一門深入，長時薰修」，為什麼？長時薰修幫助你定下來。一樣東西看的遍數愈多愈有耐心，耐心是定力的前方便，長久的耐心自然就得定了，定就能開悟，定生慧。我們看一樣東西反覆看，就是訓練耐心，一遍看不懂沒有關係不要去想，想是妄想，妄想決定不能開智慧。現在人的毛病是喜歡去研究，怎麼研也研不出來、怎麼究也究不出來，這是什麼原因？你的妄想分別執著沒放下，原因在此地。

一本經書、一片講經光碟，你果然一天看十遍、十天看百遍、百天看千遍、千天看萬遍，一萬遍三年多，一定會有悟處！然後你就能相信古人講的道理，「讀書千遍，其義自見」。這話是真的，一點都不錯。為什麼其義自見？因為你自性裡頭有圓滿的信息。我們每一個

毛孔、每一個細胞都有圓滿的信息，如果真的把妄想分別執著放下了，我們信息是圓滿的、能量是圓滿的，這不是科學嗎？是高等科學，科學裡面求這個沒求到，佛法裡面是現成的，可貴的是你真的清楚明白了，然後好好去學習。學習不是學別的，就是學放下，壞脾氣放下、壞習性放下，與自性相違背的統統放下。

修行的根本是改心

修心，祖師大德常教導我們「從根本修」，根本就是這五種心：真誠、清淨、平等、正覺、慈悲。沒有根本，全都是假的，你決定不能成正果。從根本修就有根，是活的。過去我們追隨李老師，老師常常叮嚀我們要「改心」，把自己虛偽的心改成真誠的心，染污的心改成清淨心，貢高我慢的心改成平等心，迷惑顛倒的心改成正覺的心，

自私自利的心改成大慈大悲的心，這是改心，這是真修行，真正從根本修。

修行功夫

修行，什麼是功夫？別人罵你，你生不生氣？別人讚歎你，你歡不歡喜？讚歎，你就得意忘形；一聽毀謗，你就氣好幾天，你是凡夫，什麼功夫都沒有。你不是一個修行人，你對於釋迦牟尼佛的教誨，一竅不通，怎麼能成就！何謂成就？成就自己純善之心，成就自己純淨之心。

好事不如無事

會長告訴我：我們這個道場所有經書、錄像帶、光碟流通的量很

多，我們的經費來源不足，可否斟酌收一點成本？我說：不要，我們有多少收入做多少事，收入多我們多做，收入少我們少做，沒有收入不做，好事不如無事。這個小道場一個月的開銷也不少，有收入我們好好經營，沒有收入就關門。經營一個道場，大家都很忙碌；要是關門了，大家都沒事。而我們今天雖然經營也是無事，心裡無事！十方四眾同修到這裡來布施供養，不是給我們享受的，是委託我們替他做好事。如果他不委託我們，我們還去找事攀緣，這就錯了。諸佛菩薩、祖師大德沒有一個攀緣的。但是別人送來委託我們，我們有義務有責任替他修福。我一生所學如是，所以我們不化緣，不問人要錢。錢多了多做，錢少了少做，沒有錢就不做，功德也是圓滿的。此理很深，要細心去體會。

少事不如無事

佛菩薩的示現，在中國歷代典籍裡記載不少，無論是應化出家，或是在家居士身分，或是宰官身分，都為我們做了非常好的榜樣。唐朝的龐蘊居士是一位大富長者，一家人修行證果，這是在家菩薩為我們示現的。他學佛「見理智成」，即禪宗講的明心見性。他把家裡的財物裝在一條船上，船划到長江中心，把船打破，沉到江心，統統都不要了。他這個舉動，實在是留一句話給後人。當時人問他：「龐先生，你這些財物雖然不要了，何以不拿去救濟貧苦？」他說了一句話：「多事不如少事，少事不如無事。」幾個人懂得無事？他以後的生活怎麼辦？每天編草鞋，賣幾文錢，沒有絲毫牽掛、沒有累贅，得大自在。所以，有錢是累贅，還要想著錢怎麼用，這多麻煩、多操

心！他教我們這一套，特別提醒我們。

身心沒有一絲毫負擔，生死自在。他想走了也不說出來，跟他女兒講：「妳去看看現在是什麼時辰（那時沒有鐘表，所以要看太陽估計是什麼時辰。）？」他的女兒知道父親想往生了，就在外面張望了一下，回來告訴他：「還早還早。」結果女兒自己在外面站著往生了。龐居士看到說：「這個丫頭，害得我要晚幾天走，要給妳料理後事。」所以，女兒聰明，知道父親要走了，她就先走。這為我們說明，放下之後果報如是，得大自在，這樣的人是真正信佛，完全回歸到自然，完全回歸到自性。這當然都不是普通人，是佛菩薩再來的，不用言教，而是為我們表演一家人生死自在，說去就去，一點掛礙都沒有。

回過頭來問自己

古人常講「做事難，做人更難」。如何能與一切眾生相處好？不能問別人，問別人永遠沒有答案，也永遠不能解決問題，真正解決問題的方法，就是「回過頭來問自己」。

由此可知，問題不在外面，問題在自己。自己果然「勤修戒定慧，息滅貪瞋痴」，問題就解決了。不論別人用什麼態度對我，我肯定是用真誠、清淨、平等、慈悲待人。別人以惡劣的態度對我，是幫我消業障，我沒有怨恨心、報復心，是成就自己的德行，把境界向上提升。如果都是看到別人錯、別人不好，我自己沒有錯，這是愚人。

六祖惠能大師沒有學過經教，但他心裡沒有煩惱、妄想、分別、執著，所以一點就能恍然大悟，明心見性，見性成佛，那是真實的智

慧、真實的功德。由此可知，「明心見性，見性成佛」與文化背景不相干。自性本來沒有煩惱，沒有自私自利，沒有名聞利養，沒有貪瞋痴慢，性德是純淨純善。惠能大師的優點就是煩惱輕，對人對事對物沒有妄想分別執著，所以一點就通。我們要回過頭來想想，自己學佛為什麼這麼難？為什麼不能悟入？真正的原因是不能隨順性德，所緣緣錯了。成就的人所緣的是佛法，我們所緣的是名聞利養、五欲六塵、自私自利，以這樣的心態學佛法，就是諸佛菩薩來教導也不得其門而入。

出家、在家真正有成就的人，無一不是放下萬緣，心心念念不離道。因此，心中有一件事放不下，就不能悟入。所以，要學習一切眾生的善心善行，成就自己的德行，千萬不要把眾生的惡念、邪思、邪行放在自己心上，否則就把我們的清淨心變成垃圾桶。在現今社會，

不知道保護自己的清淨心，不知道用自己的清淨心收集一切聖賢的善念善行，成就自己的善業，偏偏去收集一切眾生的惡念、邪思、邪行，就把自己毀了，把自己送到三途地獄去了。這是愚痴！

貪瞋痴三毒煩惱中，貪瞋容易斷，痴很難斷，所以經上用藕斷絲連來比喻。愚痴要怎麼斷？用真實智慧。所以，我們的智慧不開，用讀經、講經的方法好，與大家在一起研究討論經教，容易開智慧，容易斷痴煩惱。痴斷了，貪瞋自然不起，因為貪瞋是從愚痴生起的，所以愚痴是一切煩惱的大根大本。世出世法中，不讀聖賢書，或聖賢書讀得少的人，煩惱習氣重，容易造業，而且他自己造業並不曉得，這是經上常講的可憐憫者。

想度家人必須先改好自己

在這一生當中變成家親眷屬，過去生中都有因緣。這個因緣很複雜，歸納不外乎四大類，報恩、報怨、討債、還債。孝子賢孫是報恩來的，敗家子搞得家破人亡是報怨來的。討債的討完了，他就走了。還債的，看他欠你多少，欠得多的，對你的物質生活照顧很周到；欠得少的，照顧就微薄了，一點恭敬心都沒有，報恩的才有恭敬心。雖然現在變成一家人，但你覺悟了，就要把他當作法眷屬，你要度他，幫助他覺悟，將過去的恩怨債務統統消除。所以，度家人要從自己本身做起，要用四攝法裡的同事攝，才能度得了家人。普度一切眾生，首先就要度你家的人；家人都度不了，你還能度外人嗎？

現在有不少法師、在家同修度外人好像很容易，度家人就很難，

這是什麼原因？外面的人跟你接觸少，你的毛病他沒有看出來；家人天天在一起，你的毛病他知道得清清楚楚，所以你講的他不相信，道理在此地。果然，你把毛病習氣統統改了，你家人佩服了，你就度了他們了。把原因找到，把原因消除，家裡人哪有不好度的？比外面人更好度。你關心他、愛護他，更應當先度他，這是緣深！因此，自己一定要認真依教奉行，把毛病習氣都改掉，你家人就得度了。

為什麼要遠離歌舞戲劇

佛對於沙彌、比丘出家四眾，制訂一個戒條很重要，就是決定不可以觀聽歌舞、戲劇。為什麼？因為常常去聽歌、看戲，心就被它轉了，心怎麼會清淨？怎麼定得下來？所以，這是初學人決定要禁止的。可是我們到中國大陸去參觀敦煌壁畫，佛講經說法時，空中天女

奏樂、散花、歌舞，表示慶祝，佛並沒有拒絕。而當時與會的大眾欣不欣賞？也在欣賞，但他們不礙事，他們在這個境界裡修定、修慧。境界現前不起心不動念是定，不分別不執著是慧；心地清淨、如如不動是定，清清楚楚、了了分明是慧。但是現在人看電視，一會兒哈哈大笑，一會兒愁眉苦臉，那是心隨相轉。電視裡的那些人在變現相，他的心就起伏不定。那個相是魔，魔棒在那裡揮舞，你的心就跟著跳舞起來，你永遠落在魔掌裡。而佛菩薩也在看戲、看電視，但他是在修定、修慧。他看那個相清清楚楚，相是妄相，相有生滅，螢光幕不生不滅，他是在修行。

要做世間第一等好人

我自己發願，我也常常勸別人，我們這一生來到這個世間，應當

做世間第一等好人，就是要做到「存好心、說好話、行好事、做好人」，這是善修。

「存好心」，存什麼樣的好心？佛心，真誠心、清淨心、平等心、正覺心、慈悲心，無貪、無瞋、無痴。以這個心對一切人事物，沒有絲毫不善。即使對於毀謗我的人、侮辱我的人、陷害我的人，都無絲毫不善的念頭。

你們問我修行是什麼功夫？我老老實實告訴你：我做到了這一點，我能常生歡喜心，心裡沒有怨、沒有對頭，無論別人用什麼態度對我，我都是一味真誠慈悲待人。我向純淨純善精進，希望這一生臨命終時，沒有一絲毫遺憾。羅漢、菩薩、佛果很高，我們未必能做到，善人是可以做到的。

「說好話」，佛在經教上教導我們，不妄語、不兩舌（不挑撥是

非，不欺騙人）、不惡口、不綺語；除此之外，出言無不是利益眾生，這就是說好話。古德常常讚佛「世間好語佛說盡」，這是真的，我們要學。

「行好事」，大乘經論上常常教導我們，三福、六和、四攝、三學、六度、普賢十願，這是好事。

「做好人」，上面三條做到了，就是真正的好人。這些年來我們講經的總題目是「學為人師，行為世範」，要念念不忘此八字，念念以此作為善修的標準，這是我們要學習的。

成佛之道

這次來到此地，時間雖然很短，但是一切都很圓滿，我非常高興。藉這一堂課的時間，我簡單扼要地來談談修行。

一、何謂修行

「修行」二字，學佛的同修常掛在嘴邊，而真正理解其意義的人不多。所以，天天說修行，自己的心行卻沒有改正過來。行是行為，行為包括的範圍非常廣大，佛為了教學方便，把無量的行為歸納為三大類：身體的動作是身的行為；言語是口的行為；心裡起心動念是意的行為，這三種行為稱為「三業」。業是什麼？業是造作的結果。我們正在造作的時候是事；事做完之後，結果就叫業。業分為三類：善業、惡業和無記業（說不上善也說不上惡）。這就將我們的行為、造作統統包括盡了。

什麼是善？什麼是惡？善惡的標準何在？佛講了很多層次，正如學校教學一樣，小學生的善惡標準與中學生不同，中學生的善惡標準

與大學生又不同，大學生的善惡標準與社會大眾又不同，佛法亦復如是。佛法講的比這個更詳細，因為佛教學的對象是虛空法界一切眾生。一切眾生因為根性不同，文化、種族、生活方式、居住的地理環境、信仰的宗教也不相同，因此標準不止一個，一個標準決定談不上契機，所以標準有很多。

何以有這麼多標準？譬如現在交通便捷，資訊發達，我們到國外旅行是一件容易的事情；在古代，別說是出國旅行，就算到其他城市去，都是一樁大事情。我們到其他的國家，這個國家的風土人情、法律規章，與我們國家不一樣，所以要入境隨俗。在我們地區認為這是善的，可能他們認為是惡的；我們認為是惡的，可能他們認為是善的，所以就有很多不同的標準。

標準儘管不同，但總有一個永遠不變的標準，那就是「愛」。無

論是哪個族群，不同的文化、不同的宗教信仰，愛是共同的標準。宗教也說「神愛世人」，因此愛是一個絕對的標準。我們掌握絕對的標準，犯的過失就少。

佛法不但說愛，而且是從真誠心、清淨心、平等心中發出大愛，這就是佛法講的慈悲。慈悲是理性的愛，與其他宗教的愛不一樣，其他宗教的愛是情，不是真智慧。感情的愛會變化，理性、智慧的愛是永恆不變的，所以佛不用愛，用慈悲。慈悲與愛在形象上完全相同，但是用心卻不一樣；慈悲是用真心，愛是感情，是用妄心。用感情的愛會變成恨，智慧的愛永遠不會變質。你愛諸佛菩薩，諸佛菩薩也愛你；你恨他，他還是愛你；甚至於你陷害他、嫉妒他、殺害他、毀滅他，他還是愛你，他的慈悲絕對沒有絲毫改變，這是真實的愛。凡夫用的是妄心，妄心是生滅心，諸佛菩薩用真心，常住真心。換言之，

凡夫用念頭，佛菩薩不用念頭，用禪定。何謂禪定？不分別不執著、不起心不動念。不是不做事，事沒有妨礙，心地清淨，心有主宰，不為外境所動，就是禪定。

明瞭這些原理原則，我們就曉得如何來修正自己錯誤的行為。我們六根接觸外面境界，看錯、想錯、說錯，也做錯了。怎麼說是錯了？六根隨順外面境界，完全是煩惱作主，這是過錯的根源。眾生無量劫來迷失了自性，見思煩惱當家，於是將一真法界變成六道輪迴。因此，六道輪迴是見思煩惱變現出來的。見思煩惱第一個錯誤，就是執著身是我，從這個地方一錯到底，回不了頭。

身不是我，身是我所有的，身好比是衣服，衣服不是我，衣服是我所有的。如果把這個道理參透了，人有沒有生死？沒有。譬如說我的衣服髒了，脫掉再換一件，脫掉就等於死，換一件就等於生。人在

六道裡面捨身受生，就跟換衣服一樣。

到底什麼是「我」？印度有些高級的宗教認為神識是我。神我就是中國人講的靈魂，佛法講的神識。他們比我們執著身體是我，進了一大步。為什麼？神識在六道裡投胎，換一個身體就像換一件衣服一樣，所以他們對於生死沒有恐怖，心態非常正常。如果你一生修善業，這個身體就愈換愈好，人身換成天身，欲界天身換成色界天身，相貌愈換愈端莊，壽命愈換愈長，福報愈換愈大，這是種善因得善果。反之，造作惡業，這個身就愈換愈差。

最近有些中國的同修到新加坡參學，他們告訴我，天津有一位老太太，她的兒子死了兩年，有一天她作夢夢到兒子，她問兒子說：你現在在哪裡？他說：我現在在一個廟裡。她問：你在廟裡做什麼？那個廟的名字你還記得嗎？他說：我在廟裡看門。她聽了很難過，醒來

之後，過了不久，她和一些佛門同修結伴去朝山，到達的這個廟，好像就是她夢見兒子的那個廟。她向寺廟的老和尚打聽：你們這個廟有沒有門房？老和尚說：我們沒有門房。她說：誰在看門？老和尚說：有一個小虎。她聽到小虎的時候，寒毛直豎，小虎就是她兒子的小名。老和尚說：牠是一條狗。她的兒子投胎作狗(可能這條狗長得很雄壯，像小老虎般，所以人家就叫牠小虎)。她跑到門口去找那條狗，那條狗看到他的母親就流眼淚，人跟狗抱在一起。人投胎作狗，這是造不善業，所以換的身體就差了。以後此事在天津傳開了，天津人來看牠的時候，牠很有靈性，牠就躲藏起來，不好意思見人；其他地區的人來，牠就走出來。有些懂得佛法的人就勸老太太，把這件事情多多宣揚，不要難為情，這樣能度很多眾生。這是最近發生的事情，所以輪迴是真的，絕不是假的。

輪迴是肯定真的，我們起心動念就不能不注意。人在世間的時間很短促，死不可怕，重要的是死了以後到哪裡去，這是非常嚴肅的問題。我們修行的目的也在此地，希望來生比這一生殊勝，明天比今天更好，因此要懂得如何修法。佛在經上教導我們的很多，我們要掌握佛陀教導的綱領。

二、修行的根本

佛教導我們最根本的，就是《觀無量壽佛經》所說的「淨業三福」。「孝養父母，奉事師長」，這是佛陀教學的核心、大根大本。無量無邊的佛法就是以此為基礎，所以佛法是孝道、是師道。《菩薩戒經》云：「一切男子是我父，一切女人是我母」，孝養父母從這裡建立。又說：「一切眾生本來成佛」，奉事師長的根就在此地。所以

菩薩眼睛中，一切眾生是父母，一切眾生是諸佛如來，以對父母的孝心對一切眾生，以對佛陀的恭敬對一切眾生，這是菩薩行。

我們今天修行不能成就，就是缺乏這種心態，處處總以為我是老大，我比誰都強，別人都不如我，無絲毫孝敬之心。以這樣的心態，即使一天念十萬聲佛號，也無濟於事，正是古德講的「喊破喉嚨也枉然」，將來該怎麼墮落，還是怎麼墮落。《楞嚴經》云：「因地不真，果招迂曲」，因地就是最初的念頭。所以，修行就是要依照佛陀的教誨，把錯誤的觀念修正過來。

經上常講「一切眾生是過去父母、未來諸佛」。一切眾生現在就是父母、諸佛，我們很難懂，所以佛才換一個講法說「一切眾生是過去父母、未來諸佛」。這樣我們聽了，勉強可以接受，但是還是不能落實。如果真正能落實，這個人就是菩薩，至少是初信位的菩薩，已

經把基本的觀念修正過來了。

宗門教下祖師大德都教人修行「從根本修」，這是根本之根本，從這個根就生出真誠心、清淨心、平等心、正覺心、慈悲心。佛陀教學的綱領，我們掌握住了，但是修學仍得不到受用，原因就是根沒找到，所以一定要把這個念頭轉換過來。我們無量劫來生死輪迴的原因，就是不知道宇宙人生與自己是什麼關係。佛是過來人，他為我們說破了，我們對他要相信、要接受，要真的改過來，改過來之後，才能行菩薩道，菩薩道就是菩薩的生活。

菩薩是印度話，翻成中文是覺有情，覺悟的有情眾生。我們都是有情眾生，覺悟了就稱為菩薩，不覺就稱為凡夫。菩薩與凡夫，其實就是覺、迷不同而已。覺悟的人時時刻刻會將自己錯誤的行為修正過來。所以，你要想把自己錯誤的行為修正過來，首先要能發現自己的

錯誤。發現錯誤，在佛法就叫開悟；悟後起修，把錯誤改正過來，就叫修行。

三、修行的方法

菩薩修行有六大綱領，即「六波羅蜜」，對治六種大毛病。我們的第一個大毛病是貪心、慳貪，貪圖五欲六塵的享受。佛教菩薩要布施，布施度慳貪。慳貪的根是貪生怕死，自私自利。我們如何用布施的方法，將這個毛病修正過來？那就要懂得布施的真正意義。布施不是到寺廟裡捐一點錢、添一點香油。布施的真正意義，就是「孝養父母、奉事師長」。一切眾生是我的父母師長，我要用真誠的孝順心、尊敬心，為一切眾生服務，這就是布施波羅蜜。我們捨財為社會、為眾生造福，屬於外財布施。我們捨身為眾生無條件的服務，做義工，

這是內財布施。時時刻刻心裡想著社會需要什麼，眾生需要什麼，我如何幫助眾生，這就是法布施。財施、法施、無畏施統統都要具足。總而言之，布施就是為社會、為一切眾生服務。

布施裡有孝順心、恭敬心，這個布施就稱為供養，就變成普賢行，普賢行是最高級的修行。因此養成這個心理，比什麼都重要。決不能輕慢一個人，輕慢人就是輕慢父母，這是不孝；輕慢師長，這個罪很重。天天造作罪業不知道，還自以為有大功德，所以念佛不能往生。

我們為社會、為一切眾生服務時，無論事情大小，都須合理合法；合理是般若波羅蜜，合法是持戒波羅蜜。你辦事方法很正確，沒有過失，這叫持戒。持戒就是守法、守規矩，無論辦什麼事情，都有次第、程序，有條不紊，別人看到都尊敬你、佩服你，向你學習，這

是持戒波羅蜜。持戒度惡業（壞習慣、壞毛病，不足為社會大眾做榜樣的行為）。無論做大事、小事，其程序、方法都要給社會大眾做好榜樣，這個心是持戒的心，這個行為就是持戒的行為，所以持戒不能死在戒條之中。如理，不論事情大小，合乎人情事理，這是智慧，這是般若波羅蜜。

服務要有耐心，耐心就是忍辱波羅蜜。做事情沒有耐心，就容易發脾氣，忍辱是對治瞋恚的。大的事情要很大的耐心，小的事情也要小的耐心，沒有耐心決定不能成就。《金剛經》云：「一切法無我，得成於忍。」菩薩修學的六個綱領，特別提出忍辱，就是說娑婆世界的眾生沒有忍耐心，所以世法、佛法、一切事業都不能成就。要想成就，一定要培養自己的耐心。

無論做什麼事，做得太快、太積極容易出差錯，緩慢一點好。所

以，明瞭事情的緩急、次第，這是學問。中國儒家的教學，進德修養要急、要快，物質生活上的追求要緩、要慢。積極追求的是品德的修養，佛法講道業的修養，生活方面過得去就行了。許多宗教都重視苦行，基督教、天主教不叫苦行，叫神貧，過一種清苦的生活。從這個原理原則，我們體會到，為眾生的事情要積極，要認真努力；為自己的事情要緩慢。一定要為社會、為眾生造福，不為自己。這就是精進波羅蜜，精進度懈怠。

禪定度散亂。我們的心思很亂，禪定就是精神意志集中。《金剛經》上，須菩提尊者發心度化眾生，佛教須菩提尊者，度化眾生最重要的條件就是定慧，「不取於相，如如不動」。六祖惠能大師的教學，也是根據這兩句話，但他說得淺，「外離相為禪，內不亂為定」，外離相就是不取於相，內不亂就是如如不動。你能具備這個條

件，就可以度化眾生，什麼地方都可以去，什麼境界都可以接觸，因為你有定慧，不會被外境所轉，你有能力轉境界。沒有這個功夫，就去教化眾生，反而會被眾生度了。自己接觸外面群眾起貪瞋痴，合自己意思的生貪戀，不合自己意思的生瞋恚，這是沒有定功，沒有智慧。有定慧的人，順境不起貪心，逆境不起瞋恚心，始終保持自己心境清淨平等，這叫禪定。

修禪定不是在禪堂裡面壁打坐，面壁打坐是教初學的。接受訓練之後，離開禪堂，在社會上也要像在禪堂一樣。在工作當中接觸各個層面，心地如如不動，不會被外境所轉，這是修禪定。《華嚴經》上，鬻香長者修禪定，是在最熱鬧的市場。所以，在家裡看電視，或在熱鬧場所唱歌、跳舞、看戲劇，都能保持外不著相，內不動心，這是禪定波羅蜜。外面境界是表演，清楚明瞭，那是智慧，是般若波羅

蜜。般若是一切明瞭，不起心不動念、不分別不執著，這是定慧等持。

這六條綱領，如果學會了，一生受用不盡。以此功德迴向求生淨土，決定得生。佛說，只要你有求生西方極樂世界的念頭，念佛十念、一念都能往生。十念、一念憑什麼往生？憑平常修學的功德，起心動念、言語造作都是功德。

四、修行就是生活

菩薩將這些原理原則應用在生活工作上，並沒有改變原來的生活方式，也沒有換一個工作，在境界裡，不起心不動念、不分別不執著。所以，在任何環境、工作當中，都是行菩薩道。

善財童子五十三參中，甘露火王、勝熱婆羅門、伐蘇蜜多女，在

我們看來都是做殺盜淫之類的事，可是他們是在修菩薩道。五十三參就是現實社會，所以各行各業都有菩薩，無論從事哪個行業都是在行菩薩道，廣度眾生。由此可知，佛法涵蓋了整個社會。他們從事的行業，都是真誠心、清淨心、大慈悲心，為眾生、為社會造福，這些不善行業是替眾生消災、消業障，那是菩薩。我們不懂這個境界，若不是發菩提心，不是行菩薩道，做這些不善行業就是惡因惡報。

《華嚴經》的教學，行門上的綱領，就是文殊菩薩的「十波羅蜜」、普賢菩薩的「十願」，這二十條是華嚴海會法身大士修學的總綱領，每一條的境界都是盡虛空遍法界，深廣無際。對我們初學來講，修學找個好環境是必要的，因為我們是佛法幼稚班的學生。《華嚴》是佛法的大學，他們的修學就在自己現實生活環境當中，在現前工作裡面，不改變生活方式，也不改變工作行業，就在本位上修十波

羅蜜，修十大願王，本位當中就成菩薩、成佛。我們要懂這個道理，雖然事上我們現在做不到，但理上要曉得，自己的境界才會不斷向上提升。如果你不明白這個道理與事實真相，縱然修行很認真努力，境界也不高，因為你的觀念就是一個界限，使你無法突破。

這些年來，我們與許多不同的宗教、不同的族群接觸，這就是修《大方廣佛華嚴經》法，這是真修！古德說，《大方廣佛華嚴經》是大本《無量壽經》，《華嚴經》到最後，文殊、普賢「十大願王導歸極樂」。因此，你只要遵守這些理論方法去修學，修正我們錯誤的生活行為，錯誤的想法、看法，以此功德迴向求生淨土，就生實報莊嚴土。這種殊勝的功德利益，諸佛菩薩說之為「不可思議」，我們這才真的懂得這個意思。由此可知，《華嚴經》對現代眾生很契機。

五、懂得掌握機緣

雖然現在眾生造的惡業太深重，但這些眾生也有深厚的善根、福德，可惜的是他沒有遇到好的緣分，如果有好的因緣，他的善根、福德就能引發出來。念頭一轉就是大乘圓頓根性，如果轉不過來，這一生就空過了，該怎麼生死，還是怎麼生死；該怎麼輪迴，還是怎麼輪迴。念頭一轉，就立刻破迷開悟、轉凡成聖，正是善導大師說的「總在遇緣不同」。因此，我們修行證果，緣是最重要的一個因素。可是凡夫畢竟是凡夫，聽一百遍、一千遍、一萬遍，還是回不了頭。所以，世尊講經說法四十九年，千遍萬遍才能喚醒我們，這樣佛度化眾生的目的就達到了。

現在佛不在世，我們的緣有沒有缺乏？沒有，緣是要你自己懂得

掌握。新加坡佛教居士林林長陳光別老居士，最近往生了，他就是能把緣抓住。他今年八十六歲，八十三歲的時候身體不好，所以放下工作，在家養病。養病期間，每天聽經八小時，聽了四年，他成功了，這就是緣殊勝。臨命終時，預知時至。往生前三個月，就知道自己什麼時候走。兩年前他見到阿彌陀佛時，就要求往生，阿彌陀佛囑咐他再等兩年，大概是要照顧居士林這個道場。果然照顧到這一屆的改選，改選的時候，他坐著輪椅參加，改選完之後，沒幾個月他就走了。我們所有的錄影帶他都有，這是他的緣殊勝，一般人沒有這個緣。

六、一門深入

沒有老林長這個緣不要緊，只要有一卷就行了，你每天聽八個小

時，保證你的功德超過老林長。這就是「一門深入，長時薰修」，戒定慧三學統統具足。你每天修八小時的戒定慧，修上三、四年，哪有不成就之理！所以，我們自己不能成就，不能怪別人，不能怪運氣不好，沒有遇到善知識、好的同參道友，這都是推卸責任。真正修道人明白過失都在自己，別人沒有過失，環境也沒有過失，都是自己錯過了機緣。

十五年前，我在美國講經，洛杉磯的趙立本居士聽得很歡喜。他找到我早年講的兩套錄音帶，一套是《六祖壇經》，一套是《金剛經》，在家裡反覆聽了二十六遍。他來問我：法師，我學經教，我聽這兩樣就夠了，其他的我不聽了，我就念佛求生淨土，行不行？我說：行！你聽多少遍了？他說：二十六遍。我說：太少了！至少要聽一百遍。他真幹！一百遍聽完了，我告訴他再聽一百遍。現在這兩部

經，他講得很好，而且很多地方請他去講，所以熟透了就變成自己的。這個修行方法就是戒定慧三學統統具足；依照這個方法修學就是持戒，專心不再學別的東西，你心定了，定了就開智慧。為什麼一般人不能開智慧？心太亂了。心定就開智慧，聽經遍遍都有新悟處，積小悟就成大悟，積大悟就大徹大悟，以此功德迴向求生淨土，決定得生。《無量壽經》的「三輩往生」，他是屬於「一心三輩」，他不是修《無量壽經》、《阿彌陀經》，是修學其他大乘經典，以此功德迴向求生淨土，也能成就。這些人修學的方法，都足以給我們做榜樣。

今天科技發達，我們自己只要有一部經、兩部經的帶子就足夠，利用錄音機、錄影機重複的聽，哪有不成功的！只要自己真正肯做，菩薩六波羅蜜都在其中，做任何一樁事情都具足六波羅蜜。六波羅蜜不是分開的，任何一樁事情統統具足六波羅蜜，這是菩薩行。要明白

這些道理，知道自己如何修行。

由此可知，這些成就的人，真的如佛所說的「一切法得成於忍」。他有耐心，他不改變，天天聽經，天天改過。佛對我們的教訓，哪些應該做，哪些不應該做，聽懂了、聽熟了，自然就記得了。在生活、工作、處事待人接物上，念頭一起，就知道是對、是錯。如果是錯誤的，立刻改過，這是真修行、真用功。不再隨順自己的煩惱習氣，一切隨順佛陀教誨，沒有不成就的。《無量壽經》上說，這種人是「如來第一弟子」。如來第一弟子的條件，就是世尊常常囑咐、勉勵我們的，「受持讀誦，為人演說」。我們只要把這一條做到，就是如來第一弟子。

佛所說的，你真聽懂了，就會接受；還不能接受，就是你沒有真懂。大經常講要「深解義趣」，為什麼你不能深解？你讀的遍數不夠

多。古人說「讀書千遍，其義自見」。讀書、聽講都是一個道理，你聽講聽上一千遍、二千遍會開悟；聽的遍數太少了，不管用。聽經要專，不能雜；雜，悟門就堵死了。能做到專，聽經、讀誦就是戒定慧三學一次完成。如果聽多了、聽雜了，就是「記問之學，不足以為人師」，沒有任何受用。祕訣就是專精，長時間的薰修，就會得定、會開慧。妄想少、煩惱輕、智慧長，這是得定的樣子。處事待人接物聰明了，從前常常做錯事，現在不會做錯事，這是慧的樣子。一切都在功夫要用得深，才能把無量劫來錯誤的習慣扭轉過來，轉煩惱成菩提，轉惡為善，轉迷為悟，轉凡成聖。

這是每一個人都做得到的，關鍵就在你懂不懂這個訣竅；不懂這個訣竅，你會把修行看作與生活工作毫不相關，天天在念佛堂念阿彌陀佛，禪堂裡打坐，坐上一輩子都不能成就。懂訣竅的，任何一種行

業、任何一種生活方式都能成就。

對於真修行人，穿衣吃飯都離不開三學六度，點點滴滴再小的事情，都具足圓滿的波羅蜜，這才是《華嚴經》上所說的「一即一切，一切即一」。任何一行都具足無量無邊的行門，一行不是獨一，不是專一，而是任一，任何一個行門都具足圓滿波羅蜜，所以一成一切成。大乘經教裡的這些原理原則，我們要常聽、要多聽，才能把妄想分別執著突破，使我們對修行不至於產生誤會、產生障礙。

今天時間雖然不長，我把修行的重點、關鍵，向大家做一個簡單的報告。這個錄影帶要多聽幾遍，現在有這些科技設備方便了，可以重複聽，這是我們比古人殊勝之處。一遍聽不懂就再聽，聽的遍數多了，真的明白了，就曉得路應當怎麼走法，這是「成佛之道」。

共修的目的

道場的興旺重實質，不重形式。香火盛，信徒多，供養多，這是表面上的興旺。從實質而言，道場要有解有行，才是真正的興旺。如《西方確指》中所說，覺明妙行菩薩建了一個小道場，只有十二個人在一起念佛，最後全都往生了。此道場有解有行，個個成就，無一落空，這是真實無比的興旺、殊勝。若道場人眾很多，沒有一個開悟、證果，這不是興旺，而是衰相，要懂得此理。

參加念佛會與大眾一起共修，這是一樁好事情。目的何在？一個人修行容易懈怠，也就是自己習氣、煩惱太重，沒有能力克服，所以祖師大德才提倡共修。佛門共修，始於中國。共修是依眾靠眾，互相勉勵，互相警策，這是共修真正的意義。

淨土宗創始於東晉的慧遠大師，他在江西廬山建立蓮社，志同道合的人有一百二十三位。他們共修的規矩非常嚴格，連慧遠大師都不能違規，所以能有成就。住在山上，心是定的，確實萬緣放下，發菩提心，一心專念。

在深山裡念佛共修，這是發菩提心嗎？菩提心的意思很深廣。他們念佛是為虛空法界一切眾生而念的，這個心就是菩提心；若只為自己求生西方極樂世界而念佛，這個心不是菩提心。聲聲佛號都為一切眾生，希望眾生消災免難，將念佛功德迴向給一切眾生，這是大菩提心。

念佛要有真功夫，才有功德迴向；若是「口念彌陀心散亂」，完全沒有功夫，那個迴向是空的。什麼是真功夫？「不懷疑，不夾雜，不間斷」，一心專念，就是真功夫。自己功夫成就了，然後將此功德

迴向法界一切眾生。

為何求往生？為了一切眾生。生到西方極樂世界，決不是貪圖享受，而是去作佛。作佛為了什麼？為了普度眾生。尚未作佛，智慧沒有開，能力不具足，想度眾生度不了。所以到極樂世界去求智慧、學本事，學成之後，再到十方法界普度眾生，這個心願就是菩提心。由此可知，起心動念為眾生，這個心就是菩提心；起心動念為自己，這個心是輪迴心。輪迴心念佛，還是造輪迴業；菩提心無論做什麼事，都是菩薩事業。

《華嚴經》云：「理事無礙，事事無礙」。產生障礙的是什麼？念頭。所以念念是真誠、清淨、平等、智慧、慈悲，不但是理事無礙，實際上也是事事無礙。若念念只為自私自利，不管是念佛、參禪，還是講經說法，都是輪迴業，修的只是六道裡的有漏福報而已。

所以，無論修學什麼法門，若不是菩提心，結果都是有漏福報。這個福報到哪一道去享，端看你造的是什麼業；若五戒十善修得很好，就是人天福報；若達不到五戒十善的標準，就到畜生道、餓鬼道享福了。

心能轉物則同如來

經上說，十法界依正莊嚴，「唯心所現，唯識所變」，這是真話。這兩句話，你要是真的明白了，聽佛說一切經，都會開悟。這兩句是迷悟的根源，悟的是明瞭虛空法界一切眾生是自己心現識變；迷的是不知道虛空法界是心現識變，迷悟都是這樁事。

實際上，境界沒有迷悟，迷悟在人。境界不是真的，真的就是永恆不變的；凡是會變化的，都是假的。佛法講真妄，標準在此地。我

們仔細去觀察，動物有生老病死，植物有生住異滅，礦物有成住壞空，全都在變化。「凡所有相，皆是虛妄」，凡所有相都是變化的。它變出什麼相，要看能變的心。我們心想善，環境就變成善；心想惡，環境就變成惡。相隨心轉，境隨心轉。

《楞嚴經》云：「若能轉物，則同如來。」我們真的通達此理，就決定能轉境界，而不被境界所轉。人之所以被境界轉，就是迷失了自性，心裡貪圖名利、五欲六塵的享受。所以，佛教我們開悟的方法，就是要捨棄名利，放下享受。釋迦牟尼佛做出樣子給我們看，三衣一缽，日中一食，樹下一宿。

我們今天學佛，要不要學世尊這個樣子？沒有必要，但是真實義一定要懂。世尊示現的是放下，形式上放下不重要，重要的是實質，就是心裡的放下。心裡決定沒有貪圖名聞利養、五欲六塵的享受，隨

緣度日，理得心安，這就對了。世尊當年每天出去托缽，在樹下打坐，這種方法在古代能度眾生，因為眾生看到你修苦行，會對你生尊敬心，現在不行了，你若執著學佛一定要過這種生活，就沒人敢來學了。所以，在什麼時代該用何種做法，我們要很清楚，這就是佛家講的「隨類現身，隨緣說法」。

現在的眾生貪圖享受已成了習慣，沒有這些享受，他就苦不堪言，他怎麼會念佛！所以一定要懂得佛菩薩示現的真實義。我們在現代這種環境裡，絕不貪圖享受，要在環境裡鍛鍊，將來失去時，也很自在，這樣功夫就成就了。這就是《華嚴經》末後「善財童子五十三參」講的歷事練心。所以，真正修行人不受環境的干擾，什麼樣的環境都自在，都沒有貪戀，心如虛空。

惠能大師說得好，「本來無一物，何處惹塵埃」，塵埃就是起心

動念、分別執著。何以他的心那麼清淨？他了解事實真相就是「本來無一物」，所有的現象都是幻相。《金剛經》云：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」。惠能大師入這個境界，所以不被境界所轉，永遠保持清淨平等覺。清淨平等覺是佛心，是我們的自性。清淨平等覺從哪裡修？八萬四千法門，無量法門，都是修清淨平等覺。我們今天是依《無量壽經》，這顯示出「法門平等，無有高下」。

學佛最重要的是要體會佛的心，不僅是佛的言語。佛的一舉一動，都顯示出佛心地的清淨平等覺。我們從佛的言說、舉止，入佛的境界，入清淨平等覺的境界，我們的修學就成功了，就得真實利益。

布施與忍耐很重要

《金剛經》裡，佛雖然說明菩薩六波羅蜜，可是特別著重布施與忍辱。布施是能捨、能放下，能成就一切功德的因緣。如果沒有忍辱，這個功德就不能持久，也保不住，所以一定要有耐心、堅忍，才能有成就。世尊特別強調這兩點，道理在此。

如果我們細心觀察自己一生的行持，再看看周邊一些同修，乃至社會賢達，每個人的成就都不是偶然的，愈是大成就，決定與這兩個原則有密切關聯。人肯布施，心量拓開了，能夠堅忍不拔，不為外面環境所動搖，不被自己內在煩惱所擾亂，決定能成功；成就的大小，與布施、忍辱恰好成正比例。不僅佛如是對我們開示，我們細細思惟觀察，確實如此。凡是容易失敗的人，都是所謂世智辯聰，執著自己

成見，不能反省，不能回頭，一味隨著自己的嗜欲，沒有不失敗的；即使有一些成就，到最後依舊不免失敗。

布施有兩個意思，對別人是施與，對自己是放下。以財布施而言，我們以財物幫助別人、贈與別人、供養別人；對自己來說，是將貪吝財物的意念捨棄。更深一層的意思，是要把自己的嗜好、欲望捨棄，將所修積的功德、智慧供養廣大的眾生。尤其佛教導我們，妄想分別執著一定要捨；能放下執著，就放下六道輪迴；放下分別，就放下十法界；放下妄想，一真法界裡四十一個階級都超越了，這才是布施波羅蜜的真諦。所以，布施是對治慳貪，妄想分別執著都是一切眾生嚴重的貪執。你能捨、能放下，一切殊勝功德就現前；不肯捨、不肯放下，無量無邊的罪業也就隨之而來。這個道理很深，事相很廣、很複雜，我們要是能體會到，才能走出黑暗，走出十法界，迎向光明

的佛道。

要知道妄想分別執著的習氣，是無始劫來生生世世累積而成，要放下談何容易！一般人對於宇宙人生的真相不清楚時，叫他放下，的確是困難；反之，如果將事實真相搞清楚，徹底放下是一念之間，所以佛法確實是「知難行易」。

這一念不能轉過來，不能回頭，是認知不夠，所以世尊當年在世才示現講經說法四十九年不中斷。聽佛教誨的大眾，據經典記載，有人一部經還沒聽完，或聽幾句就覺悟證果。覺悟是明瞭宇宙人生的性相、理事、因果，這一明瞭，他的觀念就糾正過來，往昔錯誤的想法、看法消失，正知正見現前，這就是證果。信解行證，對上上根人來說，是一而四，四而一，所以他開悟就快速。

佛法稱圓頓根性，是一聞千悟、一聞徹悟，這是利根之人。也有

一些鈍根之人，怎麼聽也不開悟，縱使親近佛陀、親近善知識多年，也不能開悟證果，原因都在自己的妄想分別執著放不下。所以，他雖聽得多，都變成記問之學，只能助長他的世智辯聰。他能言善道，也說得天花亂墜，仔細觀聽，就曉得是錯誤的，與佛所說的完全相違背。他將佛知見變成邪知見，自害害人，果報決定在三途。佛能不能救他？不能，這是自作自受。等到他罪報受完之後，離開三途，再遇到佛法，回心轉意，才能得度。

最重要的是自己要覺悟，要認真反省，到底錯在那裡。而過失的根源就是自私自利，自私自利是嚴重的病毒，是無間地獄的一條根。有自私自利的意念，就有強烈控制一切人事物的念頭，就有佔有一切人事物的行為，這怎能不造業？佛告訴我們虛空法界依正莊嚴的真相，內是「三心不可得」，外是「諸法因緣生，當體即空，了不可

得」。歸納事實真相，就是一句真實語：「一切法不可得」。不可得，你還想控制、佔有，豈不是錯了？

這種錯誤的思想行為，就是佛家講的造業，這個罪業會招致不如意的後果，我們要覺悟。過去生中，生生世世迷惑顛倒，做這些傻事；現在覺悟了，一念回頭，再也不做傻事。覺悟的人才真正體會到，一個人在一生當中，最大的福德是沒有起一個惡念，在言語行為上沒有做一樁傷害眾生的事。可是這樣的人太少了，這樣的人縱然不學佛，不求往生，來生必定享天福；不信上帝也生天，因為福報太大了。何況若能捨己為人，做一些利益眾生、利益社會的事業，無論事業大小都是真實的福報，真正的善根福德。

諸位在年輕時，貪瞋痴慢的煩惱習氣免不了，不可能不造業。現在明白覺悟了，覺悟就是回頭，痛改前非，知道自己過去錯了，錯在

有控制眾生、佔有眾生的意念，這是錯誤的根本。真正覺悟的人，對於一切人事物沒有佔有的行為，也沒有控制的意念，這是真的回頭。如果還有這種行為、意圖，還是迷而不覺。

世間人為何會有這個念頭？起因是私欲，希望自己的生命能延續，希望能得到好的生活環境，所以不能不控制，不能不佔有，哪裡曉得這是錯誤的想法。要知道「一飲一啄，莫非前定」，當你沒有明心見性時，福報是過去生中修積的，你命裡有福，捨都捨不掉；命裡沒有福，霸佔也佔不來。這些事情，《了凡四訓》裡講得很明白。所以，我勸初學的同修，一定要將《了凡四訓》念三百遍，幫助你放下，幫助你改正錯誤的觀念，對往後修學與生活，有一個正確的概念與行為，你才能真正得到幸福美滿的一生。

我接觸佛法之後，深深明白這個道理，我試著去做，果然有效。

別人想控制我，我任他擺布；想佔有的，全部拿去，絕不計較。可是他拿去沒多久，我又得到了，而且得的愈多，這證明佛講的沒錯。有許多道場，一些住眾爭名奪利，這是不了解事實真相。你建的道場人家要，就給他；你命裡有大福報，再建第二個道場決定比第一個更殊勝。愈捨愈多，愈捨愈莊嚴，愈捨愈美滿，我這一生體驗過，確實如此。因此，對於再大的道場，再大的事業，絕不留戀，痕跡都不落，這些無非是幫助一切眾生得度的因緣而已，自己永遠保持清淨平等覺。清淨平等覺裡有無量的智慧、無量的福德，享之不盡，用之不竭，你要是真正明瞭，真正回頭，你就能夠得到。

不能往生的原因

為何有些人念佛不能往生？最大的障礙，就是世間情緣沒有放

下，這是業障。我在講經時，也勸勉跟我學講經的年輕法師們，不但世緣要放下，講經的法緣也要放下，不能常常掛在心裡，掛在心裡也是障礙。講一天算一天，不必想著我明天還要講，明年還要講，這樣反而耽誤了往生作佛的大事。連弘法利生也是隨緣而不攀緣，決定不掛在心上，心上只有一句阿彌陀佛，除阿彌陀佛之外，心地一塵不染，往生才有把握，生死才能自在。

現在對於宇宙人生的真相，還沒有清楚明白，不要緊，也不要著急，只要對經上所說的道理，能深信不疑就好了。而且佛講得太深廣，不是我們的常識能夠理解。我們只要生到西方極樂世界，親近阿彌陀佛，佛光一加持，我們的業障消除了，智慧恢復了，經中所說的道理與事實真相，就能親自證得。因此，凡是修行功夫不能成就，念佛不能往生，都是沒有真正放下這些牽腸掛肚的事情。所以看破與放

下，這是佛門修學的大總持法門。

障緣都是自己患得患失的念頭所生

諺語常說：「道高一尺，魔高一丈」，「好事多磨」。這些話在古今中外幾乎成了一個定律。想做好事總有人來破壞，佛法稱為魔障。為什麼會有魔障？原因非常複雜，我們過去生中，生生世世跟一切眾生結下怨仇，在六道裡難免不再遇到；遇到時雖不認識，可是阿賴耶識裡積結的怨恨不會消除，遇到時就會起現行，就會起作用，產生種種障礙，這是不能避免的。縱然是世尊出現在世間，也不能避免，僧團裡有提婆達多與六群比丘在擾亂，僧團外面有六師外道，專找釋迦牟尼佛的麻煩，這是世尊當年的示現。換言之，成了佛，應化在世間教化眾生，這些事還是在所不免。孔老夫子是中國歷史上第一

位大聖人，他一生真的在做好事，而所受的折磨比釋迦牟尼佛還多。因此，我們想到世出世間的聖人尚且如此，何況我們想做一點好事，豈有不遭魔障之理！

如何將障礙減到最低程度，一定要有智慧，要有定功，決定不被謠言所動。古德說「謠言止於智者」。一個真正有智慧的人，決不會為謠言所動，一定去考察事實真相。我們在此地做弘法利生的工作，破壞的人很多，造謠生事的人也很多，但是李木源居士有智慧，有人對我們惡意的批評，他一定調查清楚，然後再去研究造謠生事人的動機與目的，這就不攻自破。這是好態度，決不輕信謠言。

實際上魔來破壞，不能用行動，行動是犯法的，只能靠造謠生事，所謂妄語、兩舌、綺語，魔的擅長不過如此。只要我們行得正，做得正，對世間只有奉獻，不求利益；只有布施，不求收穫；弘法利

生的工作也是隨緣而不攀緣，真正做到「於人無爭，於世無求」，魔的勢力再大，也不能動搖我們。魔能破壞的，是你有得失心，有利害的顧忌；你沒有得失心，沒有佔有、控制的意念，魔就不得其便。所以在世間，如果機緣成熟，我們多為社會眾生做一點事情；沒有這個機緣，身心無事，自在安樂，哪裡有魔障！

障緣都是由自己患得患失的念頭所生。佛一再告訴我們，這個念頭是錯誤的，因為世出世間一切法皆不可得，事實真相是「相有體無，事有理無」。我們讀了很多，也聽了很多，可是境界依舊轉不過來。為什麼轉不過來？薰習的力量不夠。我們無始劫來，時時刻刻都受煩惱薰習，時間太久，力量太強；受佛法薰修的時間太短，力量薄弱，所以正念敵不過邪念。要使我們的正念產生力量，收到效果，只有一個方法，就是密集地讀誦、聽經、受持。

當年世尊在世，四十九年天天講經說法，而且每天講經的時間很長。經典記載，當時有五種人說法，佛不但自己說法，也令常隨弟子說法，在家二眾說法。佛用這種方法，加強我們薰習的時間與力量，久而久之，才能開悟，才能真正明瞭宇宙人生的真相，這就是佛家講的大徹大悟，佛法教學的目的就在此地。覺悟之後，自性本具的智慧德能現前，得到解脫，就不會再迷惑。解脫的意思是解除見思煩惱，脫離六道輪迴；再解除塵沙煩惱，脫離十法界；最後再解除無明煩惱，證得無上菩提。在《華嚴經》上，我們看到許多人修學成就得到解脫，佛將解脫的方法，稱之為「解脫門」，門是門徑、方法，方法很多，法門無量。用解脫比用證果好，解脫裡有因有果，容易明白。

諸佛菩薩，歷代祖師大德，在家修學的這些善知識，如維摩居士與《無量壽經》裡的「賢護等十六正士」，都是我們學習的好榜樣。

佛法教學最重要的意義，就是幫助眾生破迷開悟。我們有疑惑，如何將疑惑斷除？要從經教裡面學習。

明白事實真相，疑惑就能斷除，這是智慧的方法，決定不能人云亦云。事實真相也分能公布與不能公布，不能公布的是不是祕密？不是。不論讓你知道或不讓你知道，都是愛護你。譬如佛教典籍中，有比丘戒及比丘尼戒，沒有受過戒的人不可以讀，因為怕你拿戒律來衡量批評出家人，反而使自己造業。佛法無一事不可告人，但是有時節因緣。直到你有智慧，能護持三寶，護持佛法，利益眾生，而不損害眾生，才讓你知道，這是通權達變。世出世間的聖人，他們的智慧高，顧全較周嚴；而我們無知，看得不夠深廣，不知不覺會造作無量無邊的罪業，到果報現前時，後悔就來不及了。

眾生輪迴的第一因素是痴迷，愚痴、迷惑、不覺悟。事事喜歡打

聽，事事都要干涉。六祖惠能大師云：「若真修道人，不見世間過」。這句話是金玉良言，我們能夠信受奉行，這一生豈有不成就之理！眾生最大的毛病，就是念念想控制別人、佔有一切人事物，從生到死，患得患失。真正有智慧的人，了解事實真相，明白一切法皆不可得，所以心安理得。在一切境緣中，真的是不起心不動念、不分別不執著，成就圓滿功德。

這些話，佛與祖師大德苦口婆心勸導，不斷地重複提醒。何以要千遍、萬遍不斷重複？我們聽的時候聽懂了，一轉身又忘記了，始終敵不過煩惱習氣。所以，一定要天天讀經，天天聽經，天天薰習，當我們的正念能夠伏住邪念時，往生才有把握。念佛的人不一定個個都能往生，臨命終時，如果妄想煩惱習氣超過正念，往生的機會就失去了。因此，讀誦大乘，聽教聞法，非常重要。造惡的人如果聞法的機

緣殊勝，遇到好的同參道友，也能轉變過來。為什麼？一切眾生皆有佛性，一闡提也有佛性，只是他遇緣不好才會墮落。

菩提心貫注在整個生命中

學佛就是學作佛，學習佛的存心，心與佛同，才能真正掌握根本。「南無阿彌陀佛」，每個人都會念，可是結果卻不同，有人能往生，有人不能往生。說實話，往生的人少，不能往生的人多。即使生到西方極樂世界，品位也不相同，有人生實報土，有人生同居土，原因何在？沒有把佛的根找到。佛的根是什麼？《無量壽經》「三輩往生」、「往生正因」中，世尊特別強調「發菩提心，一向專念」。上輩、中輩、下輩乃至一心三輩，都不離此八字。若只有一心專念，不發菩提心，即使一天念十萬聲佛號，也不能往生。菩提心發了，有人

發得圓滿，有人發得不圓滿，因此往生品位也有所差異。往生品位的高下，善導大師說「總在遇緣不同」，你遇到的緣殊勝，透徹了解這些理事因果，這一生中可以實報土上品上生；若理解得不透徹，發了一點菩提心，能與菩提心相應，也能往生凡聖同居土。這就是造成往生品位不同之原因。

何謂圓滿菩提心？《觀無量壽佛經》說「至誠心、深心、迴向發願心」。馬鳴菩薩在《起信論》說「直心、深心、大悲心」。所以，菩提心是真實、究竟、圓滿、覺悟之心，換言之，菩提心是覺而不迷。為了方便同修體會，我將菩提心寫成十個字：「真誠、清淨、平等、正覺、慈悲」，這十個字就是菩提心。我們要將這十個字掌握住，變成自己的心，運用在日常生活、工作應酬、處事待人接物中，就是真心，就是菩提心。

何謂真誠心？古人講：「一念不生是謂誠」。真誠心裡沒有念頭，即經上講的「真心離念」。換言之，有念頭是妄心，不是真心。由此可知，我們一念不生時是真心。真心為什麼會變成妄心？佛說「但以妄想執著而不能證得」。我們有妄想分別執著，用的是妄心，妄心是輪迴心，用輪迴心不論修什麼法，還是出不了輪迴。如何將輪迴心轉變成菩提心，這是我們學佛的目的。轉的方法，就是決定不用妄想分別執著，只要不用妄想分別執著，你的心就是菩提心，就是真誠心；摻雜妄想分別執著，真心就變成妄心，這是根本。我們用真誠心念佛，就是「一念相應一念佛，念念相應念念佛」，這才與佛相應。不是以這種心念佛，就不能與佛相應，只能與西方極樂世界結個善緣，這一生很難成就。要想一生成就，必須以真誠心、清淨心處事待人接物。

何謂清淨心？六根接觸外面六塵境界，決定不污染；污染就是心生喜怒哀樂愛惡欲，七情五欲。有人問：「如果我與外面人物接觸，不起七情五欲，那我不就變成木頭了？」要知道，佛外面的表演也跟世間人一樣，看到可愛的喜歡，看到不可愛的討厭，但那是演戲，不是真的，心裡決定不染，這叫離一切相。所以，「佛法在世間，不壞世間法」，不壞世間法就是表演的時候很生動、很活潑，而且是真心表演，真心跟鏡子一樣。世間人說的愛、恨，是假的，虛情假意，為什麼？他的心是假的。佛菩薩雖然表演，但他是真心表演，所謂用心如鏡。我們笑，鏡子裡的人也笑；我們哭，他也哭。我們笑哭有心，他笑哭沒有心，表演得非常逼真，他確實沒有情、沒有執著，他是高度圓滿的智慧。學佛要從這裡學起。

以世間人來說，誰有真感情？佛菩薩有真感情，真感情稱為慈

悲。世間人虛情假意，決定不可靠。他說他愛你，你聽了別當真；他說他恨你，你也別當真，當真，你會生煩惱。所以，世間人用的是虛情假意，絕不真實。我們學佛就是要學佛的真實，真的決定是清淨，決定是智慧，裡面沒有情識。佛慈悲一切，神愛世人，那個愛都是智慧，不是感情，所以他的愛是平等的、沒有差別的。

眾生感受諸佛菩薩的慈悲，能感受多少，看你的用心。你有幾分真誠心，就有幾分感受；一分誠敬，感受一分；十分誠敬，感受十分。所以，修行首先要發菩提心，菩提心是真誠心、清淨心。清淨心是決定沒有感情的污染，感情的污染最嚴重的就是自私自利、貪瞋痴慢，比七情五欲還要嚴重。

何謂平等心？對待一切眾生決定不傲慢，把一切眾生看作諸佛如來。我曾經講過，我念佛與你們不一樣，我心目中盡虛空遍法界一切

眾生都是阿彌陀佛，我對一切眾生的尊敬、讚歎、供養，與對阿彌陀佛決定沒有差別。這不是把眾生當作阿彌陀佛，眾生本來就是阿彌陀佛。

阿彌陀佛的意思是無量覺，哪一個眾生不是無量覺？哪一尊菩薩不是無量覺？《華嚴經・出現品》云：「一切眾生皆有如來智慧德相，但以妄想執著而不能證得」。所以，一切眾生都是阿彌陀佛，只因為有妄想分別執著，才不能證得。我們透過《無量壽經》、《大方廣佛華嚴經》的學習，才認識、體會到了。體會到了就要落實，「一切眾生皆是諸佛如來，皆是過去父母、未來諸佛」，我們要真正做到。學佛就是要學習存心，一定要具足真誠、清淨、平等、正覺、慈悲這五個心。菩提心是講三心，我們現在講五心，五心就是三心。真誠關懷一切眾生，照顧一切眾生，決不能分別。

菩提心一發，所有罪障都消除，所有冤親債主都得福。為什麼？發菩提心就成無上道，菩提心不發，你是凡夫；菩提心一發，就入圓初住的位次，圓教初住菩薩叫發心住。我們用這個心念佛，決定往生。

如果再將菩提心落實到生活上，每天二十四小時，念念不失菩提心，念念不離菩提心，你這一生念佛是實報莊嚴土上上品往生。菩提心如何落實在我們的生活中，貫注在我們整個生命過程中？淨宗學會成立的時候，我寫了五個科目，做為淨宗同學修行的綱領：「三福、六和、三學、六度、普賢十願」，這就是菩提心的圓滿落實，也就是《無量壽經》第十八願說的，一念、十念決定往生，因為你與佛的心、佛的念、佛的行為完全相應。因此，菩提心不是口頭上說說就管用，一定要將真誠、清淨、平等、正覺、慈悲做到。

一、三福

㈠孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業。

世尊教導我們要「孝養父母、奉事師長」。我們對父母師長有沒有真誠、清淨、平等、正覺、慈悲的心？佛法總結來說，就是這兩句話。佛法的修學從孝親尊師開始，大圓滿也在此。所以，什麼人能將孝親尊師做到百分之百圓滿？諸佛如來。等覺菩薩還有一品生相無明沒破，那就是孝敬還欠缺一分。因此，佛法就是孝道、師道，孝道和師道是虛空法界的大圓滿，決定不能疏忽。

「慈心不殺」，包括一切眾生，就是不惱害一切眾生。若眾生因我而生煩惱，我就錯了。所以，菩薩所在之處，令一切眾生生歡喜心。我們要懂得這個意思，在任何場合要令人生歡喜心，別人看到我不高興，我就回避，要與人結善緣，決定不結惡緣。

真正發真誠、清淨、平等、正覺、慈悲心，處事待人接物，一切眾生對你無不尊敬、歡迎、愛護。我們得不到社會大眾的諒解，一定要回頭反省，反省就是開始覺悟，發現自己過失要立刻痛改。改正自己的過失，就是真修行。所以，修行不僅是念佛、磕頭而已，最重要的是把佛陀的教誨，落實在日常生活處事待人接物之中。

個人行持最基本的是十善業，不殺生、不偷盜、不邪淫，這是身的三善業。偷盜是沒有得到別人的同意，就非法佔有。以佛法講，賄賂也是屬於偷盜。你有權有勢，人家不是甘心情願，而是逼不得已給你的，你收受了也屬於偷盜。偷盜的範圍很廣大，所以古人解釋為「不與取」，意思很深廣。

口的過失最多、最容易犯，所以佛說了四條，不妄語、不兩舌（兩舌是挑撥是非）、不惡口（惡口是說話很難聽）、不綺語（綺語

是花言巧語欺騙別人；文化藝術作品、戲劇影視等，會引導人犯身口意三惡業者，皆屬於綺語）。用真誠、清淨、慈悲心，修十善業道，就是菩薩行。凡聖之差，就在用心之不同，一個用真心，一個用虛妄心。

意三善是不貪、不瞋、不痴，這是講存心。對世出世間法都不貪，一有貪瞋痴，心就被污染了，心就不清淨；心不清淨，真誠、清淨、平等、正覺、慈悲都沒有了。這五句十個字，每一個字圓圓滿滿含攝其他四句八個字，一有一切有，一個沒有就統統沒有。這是華嚴境界，一即一切，一切即一，一多不二。一定要認真修十善業，以十善業約束自己，起心動念、言語造作都與它相應，這就是圓滿的佛法。

我們看到佛的畫像上有一個圓光，圓光上面有三個字「唵、阿、

吽」（有用梵文寫的，也有用漢字寫的）。這三個字是什麼意思？就是身口意三業至善。換言之，十善修到圓滿，就是這三個字。唵是身，阿是口，吽是意，三業清淨。《無量壽經》一開端就講「三業清淨」，並且特別把口業放在前面：「善護口業，不譏他過；善護身業，不失律儀；善護意業，清淨無染」。這三樁事做圓滿了，就成佛了。因此，初學佛從十善業下手，成佛也從十善業圓滿，怎麼能疏忽？我們起心動念，要時時以十善為標準，觀照自心，這就是從根本修。

菩提心是心之根本；「孝親尊師、慈悲十善」是行之根本，是落實在事相上之根本，若將此根本捨棄，修什麼佛法都不踏實。這就是祖師大德常常教導我們，要從根本修，只要念念不離根本，無論修學哪個法門都能成就，「法門平等，無有高下」。你要是忘失根本，念

佛一生也不能成就。

㈡受持三皈，具足眾戒，不犯威儀。

這是從第一個根本往上修，從凡夫提升到二乘，超越六道，進入四聖法界。

㈢發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸進行者。

再往上提升，就超越十法界，入一真法界。超越十法界最重要的是「發菩提心」，發菩提心是理事統統圓滿。淨宗祖師大德常教人「三心圓發」，這裡的發菩提心就是三心圓發，圓發就是真誠、清淨、平等、正覺、慈悲統統做到了，才叫圓發。

「深信因果」，這個因果不是別的因果，是淨土的因果，「念佛是因，成佛是果」。我們要堅定信心，決定要信淨土，決定不懷疑，

這就是深信因果。

「讀誦大乘」，我們選擇的大乘經典是《無量壽經》，每天都要讀誦，並且要深解義趣。如何才能深解？一定要依教奉行。佛在經上的教誨，認真努力去做到，做到了要保持不失；沒有做到的，一定要發心做到。然後你對經的意思愈理解愈深，愈理解愈圓滿，天天生智慧。從前六祖惠能大師見五祖忍和尚時說：「弟子心中常生智慧」。何以常生智慧？依教奉行。我們今天何以不生智慧，常生煩惱？我們沒有依教奉行，當然生煩惱。所以，此地的讀誦大乘，並不是叫你所有大乘經都去念，沒有這個必要。「一經通一切經通」，我們以《無量壽經》為主，如果你們要聽《華嚴經》也可以，就以《華嚴經》為輔助。《華嚴經》是《無量壽經》的詳細註解，《無量壽經》是《華嚴經》的精華，這兩部經確實是一部經。所以，我們受持以《無量壽

經》最好，抓住綱領；理解上，《華嚴經》講得詳細。「勸進行者」，就是「為人演說」，表演給人看，決不是口說。由此可知，世尊很慈悲，真的把菩提心、把念佛方法教給我們，而是我們自己粗心大意忽略了。

二、六和

六和敬是佛教導我們人與人之間的相處之道，決定不能違背。違背六和敬，就是破和合僧，要墮阿鼻地獄。六和是「見和同解、戒和同修、身和同住、口和無諍、意和同悅、利和同均」。

六和敬裡最重要的是「見和同解」。我們沒有明心見性，沒有證果，見和同解如何落實？放棄自己的成見，也就是放棄自己的想法、看法，一切遵循佛陀的教誨，就見和同解了。清朝初年，康熙、雍

正、乾隆年間，宮廷裡讀誦《無量壽經》，以《無量壽經》來達到見和同解，來建立朝野共識，所以那時國家強盛。皇帝不用自己的意思，用佛的意思，大家沒有話說，個個都歡喜。到了慈禧太后廢除宮廷讀經制度，那時意見就不統一了，國運就衰退了，所以清朝亡在慈禧太后。因此，我們相信佛的話，依照佛的教訓去做，所有意見都能化解，這是屬於思想問題，其他的屬於事相。

落實在實際事相上，要「戒和同修」。戒是廣義的，指佛陀的教誨、教誡。我們要養成守法、守規矩的習慣，大家生活在一起有公約—常住公約，應當要遵守。凡是在事相可以有變化的，一定要因時因地，使我們的生活既方便，又不違背戒律的精神。故佛家的戒律，在中國唐朝百丈大師立清規時，就將印度戒律中國化了，也就是對釋迦牟尼佛的戒法，做了一次適合於中國人修學環境的修訂。精神原則決

定如理如法，但在戒相上有很多改變，這是正確的。因此，佛法不是定法，佛現身就沒有一定的身相，應以什麼身得度，他就現什麼身相；應該說什麼法，他就說什麼法，佛無有定法可說，要記住這個原則。所以，每個地區定的規矩，只要符合佛法的精神，在事相上可以變更，原理原則不變。佛法本質上是開放的，特別是大乘佛法能夠適應時代。因此，佛法一定要落實在本土化、現代化上，才能普度眾生，才能利益眾生，如果守住一成不變，只能利益古人，不能利益現代人。

「身和同住、口和無諍、意和同悅、利和同均」，這四條好懂。六和敬是我們處眾必須要遵守的原則，若離開這六條，縱然是很多出家人住在一起，也只是一個普通的團體，不可以稱為僧團，僧團是決定修六和敬的。如果你的家庭四個人，每個人都依照佛的教誨修六和

敬，這個家庭就是道場，就是僧團。凡是僧團一定得諸佛護念、龍天善神保佑。一定要把這六條做到，如果做不到，你家裡供一百尊、一千尊韋馱菩薩，也沒有一尊韋馱菩薩真的保佑你。護法善神是依法不依人，不是講人情的。你心正、行正，雖然沒有供護法神，護法神也不離開你，絕不是說供他就有保佑，不供就沒有。供養要用我們的心、我們的行為，而不是每天用香花水果去供養，那是賄賂、巴結，護法神不會接受。我們要用真心、用菩薩行去供養。

三、三學

戒、定、慧三學是佛法教學的總綱領。戒學是如理如法，定學是清淨平等，慧學是真誠慈悲。有性有相，有事有理。

四、六度

六度是布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若，是菩薩在日常生活當中，必須遵守的原則，決定不可違背。

布施是放下，般若是看破。放下什麼？布施是放下慳貪，持戒是放下惡業。對於世出世間法沒有貪心，沒有慳吝心，自己有的，肯毫無保留的幫助別人。譬如我有財物，用財物幫助別人；我有能力，用能力幫助別人；我有智慧，用智慧幫助別人。也就是今天講的「為人民服務，為社會服務，為一切眾生服務」，這稱為布施。

持戒是斷絕一切惡業，持戒就圓滿了。

忍辱是對治瞋恨、嫉妒，於世出世間一切法，決定沒有瞋恚、嫉妒，這稱為忍辱波羅蜜。

精進度懈怠。我們對人對事對物，自己修學（就是自己過日子），服務大眾，幫助別人，決定不懈怠、不懶散，這就是精進的意

思。

禪定是對治散亂。精神集中，意志集中，就是禪定的意思，所以禪定不是天天面壁打坐。我們面對一切人事物，心有主宰，不會受外面境界動搖，這叫禪定。《金剛經》云：「不取於相，如如不動」，不取於相是禪，不會受外境誘惑、干擾；如如不動是定，定是心有主宰，不為所動。內不動心，外不受干擾，這叫禪定。《楞伽經》云：「那伽常在定，無有不定時」，行住坐臥都是禪定，也就是行住坐臥都能外不著相，內不動心。

般若是智慧，看破世界。《金剛經》云：「凡所有相，皆是虛妄」，「一切有為法，如夢幻泡影」。世尊在《大般若經》上講了幾千次「不可得」，我們如果真正明瞭不可得，得失的念頭就沒有了。於是在現實境界當中，你得到了，決定不會生歡喜心；你失掉了，也

絕對不會有懊惱。為什麼？不可得。說到極處，生死不可得，所以對於死不恐怖了，這是真實智慧。對於宇宙人生性相、理事、業因果報，樣樣清楚明瞭，覺而不迷，這是般若。

全世界通用的佛教教旗—五色旗，總共六條，前五條是單色的，一條一個顏色，代表前面五度：布施、持戒、忍辱、精進、禪定；後面一條是雜色的，五種顏色都有，代表般若。意思是說，前面五度裡面沒有般若，都是世間有漏的福報。布施裡面有般若，才稱為布施度；布施裡面沒有般若，那是修福。譬如你修禪定成功了，生色界天、無色界天，但不能出六道輪迴；如果禪定裡面有般若，就超越六道。

般若究竟是什麼？世尊在《金剛經》上說了一句名言：「離一切相，修一切善。」修一切善，一切善就是布施、持戒、忍辱、精進、

禪定，離一切相是般若。這是佛教給我們的，非常具體，這就是菩提心的落實。

五、普賢十願

菩提心究竟圓滿的落實是普賢十願，《華嚴經》上說：「菩薩不修普賢行，不能圓成佛道」。因此，淨宗法門的殊勝，就在於落實普賢行。如《無量壽經》序分開頭第一句所說的「咸共遵修普賢大士之德」。普賢行無量無邊，整部《華嚴經》所說的皆是普賢行。佛菩薩慈悲，把無量無邊普賢菩薩的行持，歸納為十個綱領，就是普賢菩薩的十願。

(一)禮敬諸佛

諸佛是指虛空法界一切眾生，有情眾生是佛，無情眾生也是佛。

所以，禮敬是平等的禮敬、真誠的禮敬。以真誠、清淨、平等心，尊敬一切眾生，因為一切眾生皆是諸佛，一切眾生皆有佛性。凡有佛性皆當作佛，這是佛說的。佛在《華嚴經》、《圓覺經》上講「一切眾生本來成佛」，這個話我們很難體會。說「一切眾生皆當作佛」，我們能體會，他現在是凡夫，慢慢修行將來會成佛。說現在就是佛，很難體會，但是佛所講的是事實。所以，我們對於一切眾生怎麼能不恭敬？怎麼能不尊重？但我們沒有做到，不但沒做到，甚至連父母、老師、同學都瞧不起，以這種心態念佛，怎麼能往生？西方極樂世界個個修普賢行，你與普賢行無絲毫相應，當然不能往生。西方極樂世界是普賢菩薩的法界，從凡聖同居土下下品到實報土上上品，全是普賢菩薩。我們的行為與普賢行不相應，怎麼能進入普賢法界？所以，祖師把普賢十願列入早晚課，就是要天天提醒，時時刻刻不能忘記，起

心動念要與十願相應。

(二)稱讚如來

如何落實稱讚如來？惠能大師講：「若真修道人，不見世間過」，這句話就落實了。普賢菩薩只有讚歎，沒有毀謗，見到一切善事稱揚；見不善事，心中不落痕跡。而我們是見到人家的好事，忘得乾乾淨淨；人家的惡事卻記得很清楚，永遠不忘，完全與普賢十願顛倒，怎麼能往生？因此，你只要起心動念、言語造作與十願相應，西方極樂世界的大眾無一不歡迎你。

(三)廣修供養

廣是平等、普遍的意思。不分國土（諸佛如來無量無邊國土）、不分族類、不分宗教信仰，清淨、平等的供養。我們去參加天主教的

禮拜禱告，也是修供養，以真誠心、恭敬心、愛心供養。所以，廣修供養就是沒有界限、沒有分別執著，盡虛空遍法界平等的供養。

(四)懺悔業障

如何懺悔？把其他九願都做到，就是懺悔；若有一條沒有做到，懺悔就不徹底、不究竟。懺悔不是做錯事在佛菩薩面前禱告，求佛菩薩赦免我的罪過，那是迷信。對諸佛菩薩來說，你求不求他赦免罪過，與他毫不相干，為什麼？你造的所有罪過，佛菩薩心裡痕跡都不落。你造的惡業，你自己會感受惡報。懺悔是改過，後不再造，即儒家講的「不貳過」。知道錯了，以後不再造重複的過錯，名為真懺悔，諸佛歡喜，天龍善神尊敬。「人非聖賢，孰能無過；過而能改，善莫大焉」，世出世間第一等的大善，就是改過。知道自己的過錯，

承認自己的過錯，並能將之改正，這是真正懺悔業障。

禮敬諸佛是改不敬一切人事物的過；稱讚如來是改對一切人瞋恨嫉妒的過、專看別人錯誤的過、專門宣揚別人過失的過；廣修供養是改慳貪的過，改心量狹小的過。因此，十願條條都是懺悔法。

(五)隨喜功德

隨喜功德是特別加強改嫉妒、障礙的過失，人家有好事不能嫉妒障礙，要隨喜。隨喜就是幫助他、成就他的好事，成人之美，不成人之惡。他做對社會、眾生有好處的事，縱然他是我們的敵人、冤家，也要去幫助。我正面去幫助他，冤家對頭不接受，還說我不懷好意，譬如我們幫助他錢財，可以請別人轉交給他，不要用自己的名字。將來他知道了，冤結就化解了。所以要修隨喜，不可以有障礙。

(六)請轉法輪

這是改我們容易疏忽教學的過失，這是世間第一等的善事，我們疏忽了。現在社會動亂，人心沒有歸依，原因何在？《無量壽經》云：「先人無知，不識道德」，因為沒有人教，才變成這樣。所以，我們有責任請轉法輪，請善知識來講經說法，教化一方，也就是提倡佛陀教育。

(七)請佛住世

如果這位善知識的教導、德行，受到此地大眾的尊敬、仰慕，願意跟他學習，就請他常住在此地，這就是請佛住世，這個地方的人也就得利益了。大家在《金剛經》上念到「祇樹給孤獨園」，就是給孤獨長者請佛住世，禮請釋迦牟尼佛連帶他所有的學生，常住在舍衛

國，弘法教學，利益眾生。如果沒有人請，佛就不會來了。所以要懂得請法師講經，請有德的高僧或者大德居士，常住在此地教學。普賢十願這兩條太重要了！

普賢十願，願只有這七條，後面三條是迴向。第八，常隨佛學是迴向菩提；第九，恆順眾生是迴向眾生；第十，普皆迴向是迴向實際，就是迴向自性。所謂迴向，即拓開心量，也就是大乘法講的「心包太虛，量周沙界」。

(八)常隨佛學

一切眾生皆是佛，一切眾生的善，我要學；一切眾生的惡，我要反省、改正。所以，善惡都是善知識，都是菩薩學處。

(九)恆順眾生

這就是我們常講的，要現代化、本土化。兩千年前，佛教剛傳入中國，印度高僧大德就能隨順中國人，將道場建成中國宮殿式的，而不是印度式的。如果把印度式的建築搬到中國來，中國人不會接受。佛教到中國能夠生根，能夠弘揚，而基督教（唐朝時稱作景教）也是那個時候傳來中國的，為什麼不能像佛教這麼興旺？就是它建的教堂是外國式的，我們一看就不喜歡接近，這是不懂得恆順眾生。再看佛的造像，在中國，一定是中國人的容貌；在日本，日本人的容貌；在西藏，西藏人的面孔；在泰國，泰國人的面孔，這叫恆順眾生。

很多中國法師到美國建道場，建成宮殿式的，結果只有幾個老華僑進去，外國人一個都不進去，因為外國人一看，你們是外國文化，他有抵觸情緒，這樣就不能度眾生。因此，我極力提倡，希望這些法師在美國建道場，要建成白宮的樣式。為什麼？中國的道場建宮殿樣

式，因為宮殿是從前皇帝住的；而美國總統住在白宮，所以到美國就要建白宮的樣式。而且佛像面孔一定是美國人，美國人一看很親切，他就來了。觀世音菩薩三十二應，應以什麼身得度，他就現什麼身；眾生喜歡什麼法，就跟他說什麼法，這是恆順眾生。我們的過失就是分別執著，這是破我們分別執著的過失。

(十)普皆迴向

這就是「心包太虛，量周沙界」，拓開心量，改我們小心量的過失。這是發菩提心，一心念佛落實在生活上，落實在日常處事待人接物上，與此完全相應，你的生活是念佛，工作是念佛，應酬是念佛，無一不是念佛。現在人學佛，真的是愈學心量愈窄小，愈學愈執著，完全違背了佛陀教誨，還自以為是佛教徒，自以為很如法，自以為天

天在修積無量無邊功德，這真正的原因，就是不讀經之過，不研教之過，不能深解義趣之過。

以上是淨宗同學修學的五個課程。佛講的方法太多了，我們只要抓住這個綱領，起心動念、言語造作，都能與之相應，就是真正念佛，把念佛落實了，而不是口念。你是心念、身念、行為念，這就是佛心佛行，表現在日常生活當中，就是真念佛。生活是功德，工作是功德，處事待人接物無一不是功德。只要與這五個科目相應都是功德，以此功德迴向求生西方淨土，決定得生，真的是古大德講的「萬修萬人去」。末後，「歸心淨土」，世尊教化能事就圓滿了。

最後，我特別節錄出《淨土指歸》的十種信心。

一、佛所說法，金口誠言，真實不虛。

我們決定相信佛的話，佛用的是真心，我們用的是妄心，所以自

己的意見不可相信，自己的想法、看法不可相信，一定要相信佛陀的教誨。

二、凡夫識神不滅，六趣循環不已。

識神就是自私自利、是非人我。自私自利、是非人我的念頭沒有忘掉，決定出不了六道輪迴。

三、此土修行，未得道果，不免輪迴。

道果即阿羅漢果。你不能證阿羅漢果，就決定不免輪迴。阿羅漢果是見思煩惱斷盡了，也就是分別執著斷盡了，於世出世間一切法，再不起分別執著的念頭，超越六道輪迴。我們還有自私自利、是非人我，就決定脫不了輪迴。

四、未出輪迴，雖生天上，不免墮落。

這是講修行不錯，有成就，不求往生極樂世界，你所修積的功

德，果報在天上。你修上品十善、四無量心，在欲界天；你修禪定，功夫成就了，生色界天、無色界天，但是出不了六道輪迴。天的壽命雖然長，畢竟還有到的時候，壽命到了還要墮落，縱然生到非想非非想處天，壽命八萬大劫，八萬大劫之後，還是要墮落，所以不是究竟的。

五、極樂世界，眾生生者，永無退轉。

這種功德利益，我們要清楚明瞭。真清楚了，這個世間一切人事物與我們有什麼關係？惠能大師說得好，「若真修道人，不見世間過」，只看見自己的過失。人家有沒有過，我們不知道，如果相信自己意思就鑄成大錯。為什麼？說不定做錯事的人，是佛菩薩化身示現的，我們怎麼會知道？五濁惡世龍蛇混雜，造罪的人多，佛菩薩在其中示現的也多。佛菩薩先示現造業，然後示現被法律判刑、槍斃，這

是教誡眾生，你們要是做錯事情，就是這種下場。他是示現來教化眾生，成就無量無邊功德，我們如何會曉得？所以，佛一再勸勉我們，不要相信自己的意思；證得阿羅漢果之後，才可以相信自己的看法、想法。

六、眾生發願，願生淨土，決定往生。

關鍵在發願，發願就是「發菩提心，一向專念」，願生淨土。菩提心的落實就是三福、六和、三學、六度、十願，否則你的菩提心是嘴皮上的菩提心，不能落實。這五個科目做到了，菩提心才能落實，以此功德迴向求生淨土，決定往生。

七、一稱佛名，能滅八十億劫生死重罪。

這是經上常說的，可是我們每天念十萬聲佛號都滅不了罪。什麼樣的人一稱佛名能滅八十億劫生死重罪？發菩提心的人，就是起心動

念、言語造作與三福、六和、三學、六度、十願相應的人。這是指真正「發菩提心，一向專念」的人，而不是平常人。所以，佛經的意思不能錯解，錯解了不但不得受用，反受其害，以為自己修得不錯，到臨命終時不能往生，還要怪佛菩薩，怪經上講的不靈。其實是自己沒有依照方法修行，所以「望文生義，三世佛冤」。

八、念佛之人，彌陀神通光明攝取不捨。

這是事實。真正念佛人，佛菩薩常常在他旁邊，照顧他、保佑他。

九、念佛之人，十方諸佛同以神力護念。

念佛不是口念，念是「今心」。你現前的心與佛心、佛行相應，就是念佛人。如果是口念，心行不相應，就是古大德講的「口念彌陀心散亂，喊破喉嚨也枉然」，所以心行相應才是念。你的心是佛心，

真誠、清淨、平等、正覺、慈悲；你的行是佛行，三福、六和、三學、六度、十願。如此念佛，方得十方三世一切諸佛護念，一切龍天善神擁護。

十、淨土壽命無量，一生當得無上菩提。

不管你是凡聖同居土下下品往生，或是實報土上上品往生，都是無量壽，決定一生圓滿菩提。

對這十種信心，決定沒有疑惑，你是真正念佛人，雖然你現在還沒有到極樂世界，你在極樂世界已經註冊了，你現在就是極樂世界的人，不是凡人，所以諸佛護念，龍天善神保佑。

功夫在克服自己的煩惱習氣

二十多年前我在香港講經，住在壽冶老和尚藍塘道光明講堂的道

場。佛堂上有一副對聯，上聯是「夫妻是緣，有善緣、有惡緣，冤冤相報」，下聯是「兒女是債，有討債、有還債，無債不來」，這兩句話很值得警惕。這二十多年人事的變化很大，許多的同參道友都已往生，再回頭看看自己，年歲也一年比一年老，人到老時，經驗閱歷警覺性確實比較高，看看別人都過世了，逐漸就輪到自己，所以應當想想這一生怎樣過的？這一生中做了什麼？

佛經裡的一切教誨都是真實不虛的，而迷惑的人永遠放不下情執，念念都為自身著想，在短短數十寒暑裡造作無量無邊的罪業，真是所謂「萬般將不去，唯有業隨身」，就如同這對聯上所講的恩怨債務。所以報恩報怨、討債還債，輾轉循環沒完沒了。

實在說，人與人之間的恩是假的，怨是真的。因為恩容易變成怨，怨很難轉變成恩，這是一定的道理。何以會有這種情形？佛說得

好，一切眾生在六道裡面煩惱習氣太重，煩惱的心所就有二十六種，每一種都深廣無際，而善心所只有十一種。尤其現在我們居住的大環境，六根所接觸都是增長煩惱，很少能增長善根。自己無始的無明習氣，加上現在生活的環境，所以肯定是報怨的多，報恩的少，討債的多，還債的少。明白人了解事實真相，真正聰明有智慧的人，要早一天移民到極樂世界去。

如同《觀無量壽佛經》講的韋提希夫人，遭遇家庭的變故後忽然覺悟，向世尊請教一個安穩沒有惡緣的處所，她想往生。世尊非常慈悲，將十方世界的剎土，展現在她面前，讓她自己選擇。韋提希夫人選擇了西方極樂世界，這不是世尊介紹給她，是她自己的選擇。世尊讚歎她、教導她往生的方法，這是最善的選擇，給我們做最好的榜樣。順境中比較容易迷惑，逆境、逆緣裡反而能幫助我們提高警覺，

正所謂「逆增上緣」。會學的人，順、逆都是好境界，善人、惡人都是真善知識，所以感恩尊敬的心決定是相同。

佛告訴我們往生淨土不難，難在不明其中的道理，佛幫助我們解決這個困難，就是「讀誦大乘」，特別是淨宗五經一論，要細心地去參究。我們希求往生極樂世界，親近阿彌陀佛，對極樂世界、對阿彌陀佛要有相當深刻的認識，歡喜心、願心才能生起。另一個困難是佛幫不上忙的，就是克服自己的煩惱習氣，佛說得很清楚，這一定要靠自己覺悟、下功夫，將毛病習氣控制住，不要讓它發作。控制住就是伏煩惱，果然能控制住就決定得生。我們用念佛的方法來控制，不是斷煩惱，是伏煩惱。伏煩惱的功夫，只要真正肯幹，決定做得到，所以是「萬修萬人去」。我們要特別注意，若煩惱習氣無法控制，依然會發作，這一生就無法往生。

自己要認真努力去做，要熱心地去幫助別人、勸導別人。可是勸人也有時節因緣，人家肯接受，我們就好好勸導他；若不肯接受，勸一次、二次、三次，就不可以再勸。孔老夫子說得好：「朋友數，斯疏矣」，雖是很好的朋友，說的次數太多，人家就討厭你，交情就疏遠了。所以，說話、勸人也有分寸，那就是看各人緣分。諸佛如來都無法勉強眾生，眾生不接受的時候，諸佛如來就不來這個世間，來這個世間沒有意義。諸佛如來懂得人情世故，眾生熱烈嚮往，非常歡迎善法，佛就示現住世，菩薩圍繞。眾生隨順煩惱習氣，佛菩薩就不會到世間來。

妖魔鬼怪是隨順煩惱習氣，你與妖魔鬼怪志同道合，妖魔鬼怪就來了，果報當然是苦的。幾時受夠了苦報，有後悔、回頭的想法，這一念心才動，佛菩薩就來了，這是感應道交。極其微細的念頭，甚至

於我們自己都不能覺察，而這個念頭的波動是盡虛空遍法界，在剎那際就遍布，所以與諸佛菩薩能有強烈的感應，這是真實話。我們明白這個道理，相信經上講的這些事實，不僅是我們言語造作，乃至於起心動念，我們能清楚明白；連虛空法界諸佛如來、菩薩、聲聞、緣覺、一切眾生，沒有見不到、聽不到的。這不只是儒家所講的「十目所視，十手所指」。因此，我們要瞞世間愚痴的人容易，但諸佛菩薩瞞不過，連鬼神也瞞不過。鬼神有五通，所以古人常講「舉頭三尺有神明」，這也是事實真相。

佛教導我們出離三界的方法，是「發菩提心，一向專念」八個字。念佛的要領，大勢至菩薩教導我們「都攝六根，淨念相繼」，說得這麼簡單扼要，便於我們記憶，念念不忘，依教奉行。佛教導我們處事待人接物的心態，三福、六和、六度，這些開示精要到了極處，

一定要做到。特別是三福，三福展開就是圓滿的佛法，一切諸佛所說的微妙之法，濃縮在十一句之中。菩薩所修，如來所行，總不外普賢十願。普賢兩個字的意思我們要明白，普是平等心，賢是清淨、覺，所以普賢兩個字又何嘗不是《無量壽經》所講的清淨平等覺？念念與此相應，行行與此相應，就是普賢行。念念行行歸結到三福、六和、六度，都與清淨平等覺相應。孝養父母與清淨平等覺相應，奉事師長也與清淨平等覺相應，乃至於發菩提心、深信因果、讀誦大乘、勸進行者，都與清淨平等覺相應。換言之，都是清淨心、平等心、覺心裡生起，這是真正的自利利他。依這個基礎歷練，求生西方淨土，就決定往生。

我們自己修行要這樣修法，若將來有個道場領導大眾，也要這樣修法。領眾是教化一方，責任很大，教好是自己的本分，教得不好就

是罪業。一定要曉得責任之重大，決定不能貽誤眾生，更不可誤導眾生。我們智慧沒開，沒有神通、沒有德能也行，印光大師為我們做了一個好樣子，老實念佛，決定沒有過失。若有一個道場，開一個念佛堂，一天二十四小時佛號不中斷，日常生活行持，處事待人應酬，守住三福、六和、六度的原則，就成功了，就能消災免難，破除一切妄想分別執著，念佛往生淨土。到極樂世界智慧開了，古人所謂「但得見彌陀，何愁不開悟」。見到阿彌陀佛，得彌陀佛力的加持、教誨，很快就作佛。作佛之後，十方世界過去有緣的眾生要依你得度，你也能像諸佛如來一樣，分身法界，廣度有情，圓滿功德。

改習氣不能放鬆

從前章嘉大師講一個比喻，我們修行是什麼？就像鐘表的發條，

一定要把它拉直、拉平，但是你一放鬆，它又捲起來了。這個比喻很簡單，意思很深。我們的毛病習氣就像發條一樣，捲成一團，而修行就是把它擺平、拉直，不能放鬆。所以，修行從初發心到成佛，一天都不能放鬆。這只有法身菩薩懂得，因此法身菩薩修行真正不退轉（三不退）。而我們不讀經，不受經教的薰習，肯定會退轉。我們有沒有警覺心？有沒有在做防禦工作？防禦就是精進不退，堅持一天十六小時用功不中斷，加強薰習的力量，這樣才會有成效。

不能學同事攝

四攝的前三條：布施、愛語、利行，皆可以學，唯獨「同事攝」這一條要有真實的定慧，方能學習。同事攝，就是和光同塵。譬如你的朋友喜歡跳舞，邀你同跳，若你有定有慧，就可隨緣與他同事；若

無定慧，就不能與之同事。所以，同事攝是法身大士方能做到，因為法身大士無論在什麼環境，心地是清淨不染。你喜歡跳舞，他跳得比你好，可以做你的老師，你就會佩服他、尊敬他；然後他才教你佛法，這就度眾生了。由此可知，同事是隨順世間人的愛好而循循善誘的一種度眾生的方法。若定慧不具足，身心世界沒有完全放下，善事可以同事，惡事即使有心也決不能同事。

法身菩薩是善惡都隨緣。《華嚴經》裡善財童子五十三參，勝熱婆羅門示現愚痴，善財童子參訪他，與他同事。伐蘇蜜多女示現貪欲，甘露火王示現瞋恚，殺人不眨眼，但他們在境界裡得真清淨，一念不生。若非法身菩薩，決不能與之同事，若與這些人同事，沒有不下地獄的。勝熱婆羅門、伐蘇蜜多女、甘露火王做這些事是成無上道，不會墮地獄，他們是在境界裡修清淨心。所以，到那個境界，淫

怒痴即是戒定慧，是一不是二。我們不是法身菩薩，淫怒痴就是三惡道，戒定慧是四聖法界，這兩個境界迥然不同，因果不一樣。法身菩薩契入一真法界，妄想、分別、執著全斷了，所以淫怒痴與戒定慧是一不是二。我們有我、你、他，有分別執著，隨順淫怒痴，決定墮三途。這必須要清楚、明瞭。

淨土道場

馬來西亞古晉的道場，希望能學習淨宗初祖慧遠大師，專以念佛為主，樹立真正的道風。如何樹立真正的道風？進入道場不講話，道風就建立了。為什麼？你不說話，就不會有妄念，心是定的，容易得念佛三昧。雜心閒話，障礙道心。我們修行多年，功夫成片得不到，對往生毫無把握，原因就是話太多。其實所有的話都是廢話，所有的

言說都是在造口業。《無量壽經》教導我們，修行基本的方法：「善護口業，不譏他過」。一切事不管好事、壞事皆不放在心上，一心念佛。至於功課，早課念一部《無量壽經》，再念佛號；晚課念一遍《阿彌陀經》，再念佛號。對於淨宗法門有疑惑，有不明白之處，就要聽經，聽經也只聽《無量壽經》和《阿彌陀經》。道場要有專門的地方，播放錄像帶，反覆不斷地聽，以增長信願。道場要為世間一切道場做模範，若不能做一個好樣子，我們建道場就毫無意義與價值了。

關鍵是護持自己

現今正是《楞嚴經》所講的末法時期，「邪師說法，如恆河沙」。尤其現在沒有孝道與師道，如何護持自己？非常艱難！從前李

炳南老居士利用寒暑假期間，辦大專佛學講座，一屆是四個星期，學生經過四個星期的訓練，確實都有改變，但是李老師很感嘆地說：「他到電影院看兩場電影就完了」。社會的誘惑力量多大！邪師不一定是外道，凡是社會上這些名聞利養，誘惑人起貪瞋痴的，譬如電視電影、宣傳廣告、新聞廣播、娛樂活動等，全是邪師說法。

如何能端正自己身心？要了解道理與事實真相，善護自己。《無量壽經》教我們基本的方法，就是「善護三業」。「善」字用得好！能夠與一切眾生、與社會和光同塵，沒有脫離群眾、脫離社會，又能保護自己，這是高度智慧。自己真的有戒定慧（戒是樣樣如法；定是自己有主張，雖然接觸外面境界，不會被外境動搖；慧是清清楚楚、了了分明），才能真正做到「善護口業，不譏他過；善護身業，不失律儀；善護意業，清淨無染」。以此基礎來學佛法，沒有不成功的。

修學佛法唯一的目的是明心見性，心性純真沒有絲毫虛妄，有一絲毫虛妄就不能明心見性。世間人作假、作弊，這是煩惱習氣蓋覆了自性。我們幸運遇到佛法，知道這些方法，就要認真做，將自己的煩惱習氣淘汰得乾乾淨淨，恢復我們的明心，恢復我們的自性，自性裡面無量的智慧、德能就能現前。煩惱習氣淘汰一分，自性般若智慧就透一分，淘汰兩分就透兩分，這個事情別人幫不上忙，要靠自己。佛菩薩再慈悲，煩惱習氣是我們自己的，他不能幫我們斷，所以自己要覺悟、要回頭。

《般若經》云：「佛無有定法可說。」無有定法可說就是稱性而說，稱性而說正如《華嚴經》所說的「塵說剎說，一切時、一切處無不在說法，從未間斷」。諸佛如來六塵說法，六根都能領悟，西方極樂世界如是，華藏世界亦如是。換言之，必須破一品無明，證一分法

身，我們六根就能體會六塵說法，方能入此境界。文殊菩薩在楞嚴會上揀選圓通，「此方真教體，清淨在音聞」，娑婆世界眾生耳根最利，所以佛傳法就用音聲。

我們的學習一定要如理如法，遵照佛的指示，及祖師大德們修學的經驗，我們循著這些線索，修學就有很大的方便。如果捨棄經典的教導與祖師大德們的經驗，就太難太難了！八萬四千法門就是八萬四千條道路，你怎麼曉得哪條道路能成就？摸索太難了。所以，佛菩薩大慈大悲出現在世間幫助我們，他知道我們的根性，他走出一條路做一個樣子，帶領我們走。我們循著他的足跡走，就出六道，出十法界。所以，前輩的足跡非常寶貴，你要是不想走他的路，另外開闢一條路，不曉得開到哪裡去，也許開到阿鼻地獄去。所以，一定要遵循前人的足跡。

做一個大心凡夫

淨土法門是末法往後九千年之中，在這個地區（指地球），一切眾生在一生中唯一能夠得度的法門，所以諸佛菩薩、祖師大德全心全力地讚揚。

誰能有最殊勝的成就？這正是世尊在《華嚴經》裡所說的「大心凡夫」。這一句話實在了不起，一語把我們點醒，使我們恢復自信心，知道自己在這一生中可以做到不可思議的成就。何謂大心？這很難講得清楚透徹。我在講席中說，能將《無量壽經》中的教誨全部做到，此人就是大心凡夫，這個話說得一點都不過分。我們學佛，佛是我們的標準、榜樣，我們學得跟他一模一樣，不就成佛了！

阿彌陀佛是佛中之王，普賢菩薩是菩薩中之王。自古以來大家常

常稱念「南無普賢王菩薩」、「南無地藏王菩薩」，沒有聽過「觀世音王菩薩」，所以這兩尊菩薩是菩薩當中之王。地藏菩薩與普賢菩薩教學的目標方向完全相同，地藏菩薩教孝，普賢菩薩教十願，孝道落實就是普賢菩薩的十願，可見得這兩尊菩薩教的是一樁事情。普賢十願是孝道的落實，十願做不到，孝就沒有了。這兩尊菩薩稱為王，我們學佛、學菩薩就以他們為榜樣。

學習的經典也不多，《無量壽經》講的是阿彌陀佛，《普賢菩薩行願品》只有一卷，《地藏菩薩本願經》分量也不太多。這三經，我們仔細去讀誦圓解，依教奉行，哪有不作佛、作菩薩的道理！

普賢著重在行，你能夠理解，不能實行，沒有用處，還是會落空。一定要行，要將之落實，真正去做到。從《地藏菩薩本願經》中，我們要明白孝道，了解善惡因果報應的理論與事實，我們就得到

地藏菩薩的教誨。而地藏本願的落實，確實就在《無量壽經》與《行願品》。所有一切大乘法，不但世尊四十九年所說，十方三世一切如來所說的一切經教，也不能出這三經範圍之外，所以這三經是全部的佛法，一切諸佛共同佛法的總綱領。幾個人能在一生中，有這個緣分抓到一切佛法的總綱領？這真是稀有難逢。抓到之後，就看你在這一生能不能掌握、明瞭及奉行了。

依教奉行，還要常常檢點、常常省察：「我今天做了沒有，我今天做了多少？」這種反省檢點，古人天天做，這就是早晚課。早課是提醒，提醒自己今天要依教奉行；晚課是反省、檢點，我這一天有沒有做到，做到多少？這是真修行，這是真正做早晚課。如果早晚課徒有形式，做個樣子，誦一部經給佛聽，好像與自己不相干，馬馬虎虎交代過去，那有什麼用處？念經不是念給佛聽，佛不要聽這些，念經

是念給自己聽，這一點應當要知道。所以，早晚課要認真做，這是真實功夫，決定不是形式。你做得踏實，自自然然與諸佛如來感應道交，融成一片。用現代科學說法，佛的磁場與自己的磁場當中沒有障礙，就能互相交流，這種交流就是佛家講的佛力加持、佛力庇佑，這是事實真相。

如果我們心裡面有邪思、惡念，我們的磁場、頻率就變了，就會與妖魔鬼怪的磁場交流。妖魔鬼怪都是邪知邪見，充滿了惡意，與他起了感應，哪有不造業的道理！自己意惡、念惡，還有一些妖魔鬼怪來加持你、慫恿你，你就造業了。善根深厚的人雖然造業，他還會良心發現、後悔，這還是有救。如果造作一些罪業不曉得後悔，不知道自己有過失，甚至於把一切過失都推給別人，這個罪過就更大，將來的果報更嚴重。這些事情誰知道，唯有佛知道。所以，我們不信佛，

信誰？我們不學佛，學誰？

佛法要真修、真幹，別人不幹，我們幹，我們知道這裡面有真實的利益與好處。如果不認真學佛，不依教奉行，就有大害。利害擺在我們面前，利害都搞不清楚，這個人是糊塗到所以然處，就沒救了，所以同學們一定要認真努力。

脫離魔掌靠智慧

過去在抗戰期間，發生蘆溝橋事變時，那一年我十一歲。在這八年中，家破人亡，人民顛沛流離，我的感觸很深。我是受難者之一，我十四歲失學，也是因為家庭生活貧困，必須要找工作，自己養活自己。我十四歲離開家，看到動亂的社會，人民的疾苦，所以我在很小的時候就體會到佛法講的無常。在八年中，我徒步走了江南十個省

分，交通工具最方便的就是帆船，遇不到帆船的地方就要走路。一生前半世都生活在患難中，以後到台灣，這些年算是安定，能有機會讀一點書。但是自己必須要有工作，只能在工作多餘的時間求學，學得也非常辛苦。好在我還保存著一些傳統的舊觀念，懂得尊師重道、發憤用功，算是有一點小成就，也懂得將這些成就奉獻給社會、眾生。

自己為什麼不貪圖享受？自己深深明瞭，這個世間只是曇花一現，生命非常短促，何必貪圖這種短促的享受？反而念念會想到，比我生活更困苦的眾生還有很多，所以享受的意願非常淡薄。這在佛法講，過去生中的善根福德還能保持、維繫，在社會五欲六塵誘惑之下還能不動心，在道業上還能有一點進展，這是善根福德因緣。從因緣上講，無論在世法、佛法，我所接觸到的都是真正的好老師，老師都願意熱心教導我，所以在修學過程中沒有浪費時間，沒有走迂迴曲折

的道路，這是一般世間人所講的幸運，確實是非常的幸運。

處在亂世，對這個世間沒有絲毫留戀，住世只有一樁事，就是將佛法和淨宗介紹給大眾，除這樁事情之外，沒有理由住世。看到有這麼多人喜歡聽、喜歡學，就多住幾天；沒有人聽、沒有人學，就少住幾天，這是事實真相。學佛最低限度的受用，應當把業力轉變成願力，就算是沒有白學，因為脫離不了六道輪迴，還是業力做主宰。一個人如果不能在這一生脫離輪迴，就決定不能避免三途苦報，這是真實的。

一切眾生包括我們自己本人，起心動念是惡念多、善念少，與貪瞋痴、十惡業相應的多，與三善根、十善業相應的少。仔細想想佛說的有道理，這一生壽命到了，來生到哪裡去不必問人，自己清楚。眾生迷惑，不畏惡道，不怕因果，眼前自鳴得意，果報現前時，後悔來

不及了。諺語所謂「不聽老人言，吃虧在眼前」，佛菩薩是老人，老人的話是經驗之談，何況諸佛菩薩是真實究竟圓滿覺悟的人，他說的怎麼會錯！他說的字字句句都是真實教誨，佛不欺騙眾生。凡是欺騙人，必有企圖、目的。佛對於一切眾生沒有任何企圖，佛不要名聞利養，也不需要別人恭敬讚歎。恭敬讚歎是做弟子的人應當有的心態，恭敬讚歎是自性性德的流露，是感恩的表現，出自於自然，沒有絲毫勉強造作。不是說佛喜歡這些，一定要這樣做法，那又變成諂媚巴結。

為何要這樣做？「法爾如是」。修學到一個境界時，自然這樣流露，沒有絲毫勉強，這是性德的流露。我們起心動念、處事待人接物流露出的心態，是煩惱習氣的流露。煩惱、習氣斷除了，自性的流露是自然而然的。唯有性德才能幫助你明心見性，如果帶著絲毫的煩惱

習氣，就見不了性。

十法界的聲聞、緣覺、權教菩薩沒見性，因為他們還有微細的分別、執著沒有斷除。我們凡夫只能覺察很粗的妄想、分別、執著，微細的就覺察不到，還以為自己沒有分別執著了，其實還是有分別執著的。世尊告訴我們，四禪天人、四空天人都以為自己煩惱習氣斷盡，以為自己證得了大涅槃，入佛的境界。他不是作意的傲慢，他是誤會、錯認了，這在佛法稱為增上慢，就是自己誤會了，才表現出這種態度。

過去大概將近三十年前，我遇到一位在家同修，他告訴我，他證阿羅漢果了。他不是騙我的，他是誤會了，他自己很肯定的以為證得阿羅漢果。我也沒法子，因為他是阿羅漢，我不是阿羅漢，我連須陀洹也比不上。最後我就想起了，阿羅漢有六通，我就問他：我們在房

子裡坐著聊天，房子有牆，牆外面人走來走去，你有沒有看到？他說：沒有。我說：那你沒證得阿羅漢，你要是證得阿羅漢，你有天眼通。這樣才把他拉回來。所以，他不是傲慢，不是有意的，而是誤會了。別說是阿羅漢，初果就證得天眼通、天耳通，也就是證得初果的人如果在這個大樓裡面，這大樓上面、下面有哪些人活動，一定看得很清楚。可是這是不是真的證得？不見得！因為縱然有這種能力，《楞嚴經》講得很清楚，魔附在你身上時，也會有這種能力。那種能力不是自己的，是魔使然的，讓你展現今天所講的特異功能。魔離開了，這種能力就沒有了。

要知道，佛家修證的這些果位決定不能誤會，一絲毫的錯認，後果都不堪設想。即使契入這個境界，《楞嚴經》也說要若無其事，毫不在意，還是規規矩矩、老老實實地依教奉行，這是好境界。如果有

這麼一點點境界，就得意忘形，自己覺得比人家高很多，別人修行都不如我，你就落入魔道，這就錯了。妖魔鬼怪有神通，佛菩薩、羅漢、須陀洹也都有神通，但佛不以神通做佛事。佛事是教化、接引眾生，如果用神通來接引、教化眾生，佛、魔就不能辨別了，所以佛以教學為中心。魔不能講經說法，因為魔不明瞭宇宙人生的真相，他怎麼能說得出來？而佛的教學一定與理事、真相相應，句句字字都真實；魔如果講經說法，他所說的與理事真相一定不相應。

還有一點能辨別佛與魔的，就是大眾聽佛說法之後，清涼自在，智慧增長。因為佛法能伏煩惱，這是得益淺的；得益深的，能轉煩惱、斷煩惱。聽了魔說法之後，會生熱惱；換言之，你會動感情，也就是讓你增長煩惱，增長妄想分別執著，不能幫助你消除煩惱。佛說法是化解我們的妄想分別執著，使煩惱習氣愈來愈淡薄。如果你學佛了，

跟這個善知識學，而你的妄想分別執著一天比一天濃，一年比一年多，你就曉得學錯了。這是從感受效果來觀察，來辨別是佛法還是魔法，這需要細心才能辨別出來，否則無法出離魔掌。—節錄自《早餐開示》20-13-0430

降伏傲慢心是真拜佛

拜佛是佛家修學很重要的一個科目，其真正意義是修平等心，消除傲慢的習氣。以我們最尊貴的頭頂禮佛最卑下的足，稱為接足禮。此修學的目標，在斷除我們驕慢（驕傲、怠慢）的習氣。我們對佛會行接足禮，對一般人不會，所以不起作用。因此，在佛堂是上課，學了要運用在生活當中。換言之，我們從早到晚見一切人、一切物，就像對佛一樣謙虛、卑下、尊重，以尊重佛的心去尊重一切眾生，乃至尊重一切惡業眾生，不分貧富貴賤，一律平等對待，這才能成就平等

心。

平等對待，在事上要有差別，理上沒有差別；亦即形式上有差別，心裡沒有差別，這是菩薩。「佛法在世間，不壞世間覺」，你不能破壞了世間法。從世法來說，禮節有差等。譬如總統、普通信徒到我們這裡來訪問，我們各要用什麼禮節來對待，這就有差等。這個差等是無差等裡面建立的差等，所以差等就是無差等。因此，學佛要懂得出世法，也要懂得世間法；要懂得無分別，也要懂得差別等次。理上、心上決定沒有差別，在形式上有差別，你就做得圓圓滿滿，應付得面面周到。心上有差等，理上有差等，就錯誤了，你是凡夫，不是聖人。如果事上也沒有差等，你也錯了，你不慈悲，你破壞社會秩序，令人民無所適從。因此，理事如何圓融，要有智慧。—節錄自 21-112-03

自己應當如何做人

世出世法裡面，大聖大賢無一不是教導我們做人，做人最重要的是把人處好。佛在十法界中，與一切眾生都能和睦相處，而凡夫做不到，其根本原因就是有我執。我對面是人，我跟人對立了，當然就有矛盾、衝突。佛菩薩、阿羅漢無我，就永遠不會與一切眾生對立。

幾個人能覺悟，幾個人能真正把我放下？如何放下？把自私自利放下，放下自私，就是大公無私；放下自利，你才能利他，利他是真正的自利，自利是真正的害自己。這個道理很深很深，懂得的人實在不多，要細細參究。

放下名聞利養，不與一切人爭。不但是學佛，連世間聖人亦教人忍讓，「於人無爭，於世無求」，真的做到這個標準了，心就清淨

了。心清淨，身就清淨；身心清淨，生智慧，不生煩惱，就長壽不生病，這是真正的自利。

放下五欲六塵的享受，因為五欲六塵增長貪瞋痴慢，有什麼好處？一個人這一生得到的是前世修的善因，今生感得善果。享福要是沒有智慧，肯定造業，福享完了，業報就現前。所以，飲食要粗茶淡飯，清心寡欲，人就長壽，不需要講求什麼營養。

學佛果真能把這些外緣看清楚，它就再也不能妨害你、影響你，你就能生智慧，伏住貪瞋痴慢。《金剛經》講：「云何降伏其心？」如此就能降伏我們的妄想、雜念了，再把心安住在阿彌陀佛這句萬德洪名之上，生到西方極樂世界，一生成佛，證得圓滿菩提。

有些人忌諱，不但不肯念阿彌陀佛，聽都不肯聽。什麼原因？他認為阿彌陀佛是給死人念的，好像念了不吉利。這是很大的誤會，也

是嚴重的業障。阿彌陀佛是無量光、無量壽，光是智慧，壽是福報；念阿彌陀佛往生極樂世界，極樂是快樂，清淨莊嚴，字字句句都是吉祥。佛法在世間是最吉祥、最吉利的。

有這種誤會的原因是什麼？近代至少三百年，出家人天天為死人服務，做超度佛事，社會人看多了，怎麼會不誤會？說老實話，我年輕時也誤會，也認為佛教就是做這些事。所以，我在學校念書的時代，會去基督教的教堂和清真寺，因為那裡有人講道，可以聽聽，而佛教寺院沒有講經的。直到我跟方東美先生學哲學，他告訴我「佛經哲學是全世界哲學的最高峰」，我這才漸漸認識佛教。原來佛教不是給死人服務的，給死人服務是另外一套，就是經上講的「應以什麼身得度，就現什麼身」。如果眾生應以餓鬼身得度者，佛一定現餓鬼身為他說法，因為現人身不能度鬼，一定要現同類身。這個要懂得，絕

不能有誤會。

莊嚴自己就是莊嚴佛法

佛法與世間法不同之處何在？有妄想分別執著，就是世間法；沒有妄想分別執著，就是佛法，超越世間，這是最簡單的區別。佛法是超世間法，無論你學哪一個法門、哪一部經教，依照經教修行，發心弘揚這部經教，就要超越世間。如何超越？妄想分別執著斷了，你講經教學肯定沒有過失。如果還夾雜著妄想分別執著，你沒有超越世間，你的思想、見解沒有出輪迴，還是輪迴心。什麼是輪迴心？起心動念沒有離開妄想分別執著。輪迴心怎麼能學超世間法？

佛經無論大乘小乘、顯教密教，字字句句含無量義，境界都是盡虛空遍法界。所以，要是沒有這麼大的心量，如何能契入經教？因

此，學佛的人，心要與虛空法界合而為一，身要與剎土眾生融合成一體，這就是大乘經上常講的「心包太虛，量周沙界」，這是最低的標準。佛法修學要達到這個水平，才能自行化他，所以學佛不能不把境界向這個目標提升。

如何才能做到？放下身心世界，也就是放下妄想分別執著。放不下妄想分別執著，出離不了輪迴，念佛也不能往生。執著放下了，還有妄想、分別，能出離六道輪迴，但還出不了十法界；必須把分別也放下，妄想也放下幾分，才能超越十法界，入一真法界。一真法界是華藏世界，稱之為法身菩薩。

佛教導眾生，其善巧方便無量無邊，但總原則是戒定慧。對一般煩惱習氣很重的眾生，想斷習氣但斷不了的，佛使用的方法很巧妙，佛教他持戒。持戒的目的，在於破煩惱習氣；煩惱障不能破，就出離

不了六道。

念佛帶業往生，是只帶舊業不帶新業，亦即只帶煩惱種子，不帶現行煩惱。種子是舊業，現行是新業。如何能使煩惱習氣不發作？佛教你修忍辱。你想做惡業，佛教你持戒。慳貪的念頭起來了，佛教你布施。戒律是幫助我們斷惡修善，我們從小沒有人教導，沒有養成好習慣，在日常生活中，與一般人交往，言語、動作當中，有意無意都露出不善的威儀，所以要嚴持戒律。

《五種遺規》就是學做人，學威儀。佛門出家人要遵守沙彌十戒、二十四門威儀，這是禮節，不能違犯。一個人沒有威儀，別人會討厭你，不尊重你。對自己而言無所謂，對佛法來講關係大了，為什麼？你的行為、言語不善，讓社會大眾輕慢佛法、排斥佛法，不願意學習佛法，這個罪多大！現在人講要招牌好、形象好，所以不能不著

重形象。

從哪裡學起？最簡單的是《弟子規》。《弟子規》學會了，你在任何地方一定受人歡迎、尊敬，自然得到大眾的讚歎、擁護。你不懂得禮貌，無論用什麼方法諂媚巴結，效果恰恰是相反的，別人瞧不起你。所以，務必要把《弟子規》真正做到。而且還要通達《三字經》，《三字經》是中國人對於自己固有文化的基本認識，如果我們連這個水平都沒有，做中國人就非常慚愧了。

因此，做為佛弟子，我們莊嚴自己就是莊嚴佛法。

聽經的方法是薰修

世尊每天講經八小時，四十九年沒有間斷，沒有放假，苦口婆心教化眾生。相信的、肯接受的，得度了；不相信的、不願意接受的，

與佛結個法緣，這一生不能得度。這個不稀奇，我們也是無量劫來的修行，不知道親近多少諸佛菩薩，今天還是這個樣子。什麼原因？親近佛，但不相信佛的話，不能依教奉行，多半都是陽奉陰違，表面上學佛，背後又去造惡業，所以搞到這一生還是這個樣子。如果真的肯信，真的肯依教奉行，早就成就了，你已經是佛、是菩薩了。你再來是來度化眾生的，你是來示現的，不是真正凡夫。這些道理我們不能不懂，可是我們非常健忘，沒有人提醒立刻就忘了，境界現前起不了作用，依舊是迷惑顛倒，依舊是煩惱做主，這怎麼得了！

唯一的辦法是薰修。我們用念佛的方法薰修，用聽經的方法薰修，一天聽一卷帶子，重複聽八次，這就是多次的薰習，一定要「一門深入，長時薰修」。可是這一片聽八次都要認真，才能得利益。不能說我聽一遍，第二遍可以鬆一點，第三遍可以更馬虎一點，一路放

鬆，效果你就得不到了。遍遍都要認真，就像沒有聽過的那個樣子，你才能得利益，才能得受用。這樣聽經能把你的妄想分別執著伏住，你的心專一。

為什麼不聽多片？因為多片所講的不一樣，內容太多，你很難得定，而短短這一片是幫助你成就戒定慧，目的在此。你有戒有定，戒是方法，你能夠遵守這個方法，然後才能得定。定到一定的深度，智慧就開了。智慧開了，你在日常生活當中，就得大自在，真正是左右逢源，得心應手。你就是智慧做主，不是煩惱做主。你在日常生活當中，穿衣吃飯，無論從事什麼工作，處事待人接物，都會做得非常圓滿，自在安樂。

改過是修行最重要的科目

我們的業障習氣實在太重了，自己要承認，自己要肯定。自己肯認過，才會改過；改過，功德就殊勝了，「人非聖賢，孰能無過；過而能改，善莫大焉」。諸佛菩薩在未成佛之前，也有很多過失，但他能改過，所以能成菩薩、成佛，以前的古佛都讚歎他。若我們也能改過自新、斷惡向善，一切諸佛菩薩哪有不讚歎我們的道理？因此，改過是修行最重要的科目。

內心守住清淨平等是關鍵

我們開講《華嚴經》、《無量壽經》及《地藏菩薩本願經》，這個緣分非常希有。聞法之後，能細心體會，契入境界，就會得到真實

的利益，真實一定與自性相應。《地藏經》說的雖是事相，乍看似乎侷限在六道，特別在南閻浮提，而實際上與《華嚴經》、《無量壽經》所講的境界是無二無別。而其表法的義趣，如同《華嚴經》，一事、一物遍虛空法界。譬如，經裡講的閻羅王是盡虛空遍法界，不侷限在我們這個地區。凡是有六道、有地獄之處就有閻羅王，這正是《華嚴經》所云「一即一切，一切即一」。我們能夠用《華嚴經》的眼光來觀察，這個世界就大了，就能看得究竟圓滿，不至於侷限在某一部分。侷限很難解決問題，不但無法解決問題，反而會製造爭端。

現實而言，一切經的共同目的，就是維護社會的安全，一切眾生和睦共處，真正做到共存共榮，這也是一切眾生內心的願望，是大家共同的理想。能否做到？佛講這是肯定的。從何做起？從真誠心中做，一絲毫虛偽都沒有。真誠心決定是清淨的，清淨是不生煩惱，不

染無明，真正做到「作而無作，無作而作」。作是在事相上，做得很認真，做到盡善盡美；無作是在心地上，內心清淨、一塵不染。內心清淨、一塵不染，就是不住生死；事相上很認真努力做到盡善盡美，就是不住涅槃；二邊都不住，是真實法。

凡夫落在有，心地不清淨，所以招來無量無邊的煩惱業習。《地藏經》上講「起心動念，無不是罪」，罪就是業習。小乘人住在空，不肯認真努力在事相上去做，所以墮在無明。由此可知，真實的住就是二邊不住，《金剛經》云：「應無所住」，無所住就是不住有也不住空。不住空，什麼都做；不住有，雖然什麼都做，心裡乾乾淨淨，一塵不染，這是佛住。所以，他對於虛空法界、一切世間，有真實的貢獻。這是我們的學處，學佛就是從這裡學起。

人生在世，如果在這一生中不能往生淨土，這一生就空過了。不

能往生淨土，決定是惡道的機緣多。世尊在一切大小乘經論裡，為我們講「十善業道」，就是五戒十善，這是基本的原則。五戒十善能做到，就不失人天，來生還能得人身，更殊勝的能生天。如果五戒十善有毀犯、破戒，造作十惡業，三途就有分，而三途以地獄為主。

《地藏經》是世尊對我們寶貴的教訓，我們起心動念、言語造作，不知不覺中造地獄的業因，自己完全不知道事態之嚴重。過去造了，只要你現在一口氣還在，都還有救。經上常講造作五逆十惡，佛菩薩都能救，這確實有事實證明。怎麼救法？必須將身心世界一切放下，老實念佛，求生淨土，所以念佛堂是唯一能得救的道場，幫助我們成佛的道場。

我們明瞭之後，將來自己無論在何處，如果有緣分，要建念佛堂。緣熟的眾生明白這個道理與事實真相，可以在一起共修。然而共

修的人數不拘多少，一定要如法，如理如法沒有不成就的。世間事是假的、是空的，要常作如是觀，我們才能把習氣伏住。一切時、一切處，六根接觸外面六塵境界，要知道是夢幻泡影「凡所有相，皆是虛妄」，沒有一樁是真實。順境也好、逆境也好，善人也好、惡人也好，都是平等的。永遠保持自己真誠、清淨、平等、正覺、慈悲，永恆不變，這是真心，真心的流露。

行善的人要勸勉他，作惡的人要憐憫他，有緣一定盡心盡力幫助他覺悟、回頭，幫助他求生淨土，往生極樂世界，你才真正做到圓滿。只幫助他不墮三途，這個忙幫得不究竟。具體真實的幫助法，就是讓他了解宇宙人生的真相，把經典裡的道理、方法和境界講明白，勸導他斷惡修善，求生淨土，這是《無量壽經》所說的「惠以真實之利」。

若沒有機緣一起共修念佛，三、五個人在自家小客廳裡念也行，只要真念必有感應。記住善導大師的話「一切要從真實心中作」，真實心就能感動諸佛菩薩。真誠不是僅對佛菩薩，對一切眾生、一切人事物也是唯一真誠，永恆不變。諸佛菩薩用這個心，我們也用這個心，世出世間事就無事不辦。

特別在這個時代，難得李木源居士發心來領導，我們來促成，這就是所謂「一佛出世，千佛擁護」。每一位都以智慧、財富、勞力、體力，促成這個因緣，功德都是平等的。你在道場做義工服務一天，他做了幾十年，功德也是平等的。妄心不平等，真心裡沒有分別執著，真誠心是平等的。一念等虛空法界，念念也等虛空法界，所以一念與念念是平等的。如果你落在妄想分別執著裡，就不平等。不平等，修的是福德；平等，修的是功德。

這個道理，懂得《華嚴經》的人就明白。譬如在道場，我看到桌子髒，把桌子擦乾淨，功德也是平等的，因為我做的時候沒有分別執著，很細心地把它擦得乾乾淨淨，供養大眾。所以，大家要修平等的福，修平等的功德，心裡就法喜充滿。歡喜心是自性本具的，本來是歡喜，現在不歡喜，是你自己迷。覺悟的人常生歡喜心，皆大歡喜，這是性德的流露，性德現相的樣子。

這三部都是佛經的精華、無上的寶典，屬於上上乘法。我們要細心體會，認真努力依教修行，真正肯做，效果就無比殊勝。正是所謂立竿見影，所得的殊勝利益，如經所講的「不可思議」。不可思議不是形容，不是比喻，是真實話。因為念念稱性，行行稱性，當然一切受用也無一不稱性，這樣我們才真正懂得方東美先生所說「學佛是人生最高的享受」。能說得出這句話不容易，他要是沒有得到一點這個

味道，這句話說不出來。我們聽了他這句話，能點頭肯定也不容易，這表示我們也嘗到一點邊緣。當然每個人得到淺深、廣狹不相同，而究竟圓滿的得到是要往生極樂世界，即使凡聖同居土下下品往生，也是圓滿的得到。

時時處處念念覺悟

佛法修學的成敗，在於改過自新，十大願王講的「懺悔業障」，這是關鍵之所在。有許多學佛人礙於面子，不肯下心懺悔，對自己所作所為隱惡揚善，自己的缺點過失盡量隱藏，自己有一點小善就想盡方法去表揚，現在所謂的推銷自己，這對修道產生了嚴重的傷害。古德教我們「隱惡揚善」，是看到別人的過失不說，也不要放在心上，別人的好處要讚歎頌揚。現在人對別人做的善事隻字不提，別人的過

失缺陷盡量攻擊，這個社會怎麼會好？我們要細細體會佛的意思，若能將佛菩薩的教導領會於心，就得法喜充滿。特別是對於因緣果報的事實真相要明白，縱然舉世之人造惡，自己也不造惡。

佛教導根性劣、業障極重的眾生，修學五戒十善、布施忍讓。忍讓是戒法，指持戒布施，這是佛法行門基本的教學。真實地說，布施是無限的深廣，佛在《華嚴經》第六迴向品裡，講了將近一百種布施，講得很詳細，布施的心態尤其重要。

這些事在平常講經說法中，很少有機會細說，受到時間的限制，只能略說幾條而已。所以，講經說法多半是為眾生做遠因緣，就是近期收不到效果，只是在阿賴耶識中種下遠因緣：「一歷耳根，永為道種」，待將來得人身再遇佛法時，希望這個種子能起現行。因此，我們這一生能遇到佛法，這個種子不是這一生種的，而是過去世多生多

劫就有這個種子，今天遇到緣才起現行。

我們冷靜地想想，這個種子究竟有多大的力量，能帶給我們什麼樣的結果？然後我們才真正明瞭，阿賴耶識裡的佛種子不夠多，力量不夠強，煩惱習氣的種子比佛種子不知道多了多少倍，而且力量非常強大。這就是我們天天讀佛經、聞佛法，煩惱習氣仍然改不過來的原因。明白這個道理，我們才知道，這一生如果沒有結果，等於是又種了一次因，把這個因加強一點而已，不知道要到哪一劫，這個種子才能產生力量，才能抗拒煩惱習氣。從這個地方去省察，凡夫成無上道，談何容易！

真正能做克己的功夫，拼命地學習，就是他的悟性高，他的阿賴耶識裡的佛種子力量強。因此，他懂得懺悔，不怕別人恥笑，有勇氣說出自己的過失。佛在世的時候，知道大家很愛面子，所以出家人一

年只有三天可以在大眾面前說過失，就是在夏安居圓滿時的「自恣法會」，一年一次發露懺悔的機會。外面的居士不能參加，只有同學間互相批評。因此，我們的業障習氣不能消除，原因在不肯發露懺悔。果真能做到責心懺悔，就已經相當難得了；責心是自己做錯事情，良心發現，自己感到不安，在暗中去改過。

我們修學要想在這一生成功，決定要求三寶加持，靠自己決定不可能。如果要得到三寶顯著的加持，一定要用真誠心去求，妄心決定不能相應。在這個世間不必怕吃虧、不用怕上當，要知道「萬法皆空」，吃虧上當也是空、也是虛妄，你所得到的是虛妄，你失掉的還是虛妄，得失心就淡了，才能一切隨緣而不攀緣，隨緣就自在。

真正懺除業障，菩提道上就一帆風順。我們的生活、工作、處事待人接物都是道，一切時、一切處，一切境緣之中，無一不是道場，

道場並不是狹義的指寺院庵堂。所以，我們念念要覺悟，時時要覺悟，處處要覺悟，事事要覺悟，覺悟就是道場。我們在大乘經教裡，特別在《華嚴經》聽到這些事實，應當做的就是深解義趣，依教奉行，自然就得真實利益，這一生才不會空過。

改過自新是最善之事

古德常言，「人非聖賢，孰能無過」。唯有如來果地才沒有過失，等覺菩薩還有一品生相無明未破，依舊有過失。所以，不要怕犯過，怕的是犯過之後不能悔改。能發現自己的過失，就是佛家所講的覺悟；覺悟自己有了過失，就是開悟；能改正自己的過失，就是修行。無始劫來我們迷失了自性，起心動念都為自己，都是損人利己，所以過失無量無邊，我們要有勇氣承認。《地藏菩薩本願經》云：

「閻浮提眾生起心動念，無不是罪，無不是業。」此話不過分，等覺菩薩尚且不免，何況凡夫？

所謂「知過能改，善莫大焉」。世間最善的事就是改過自新，儒家講「止於至善」就是這個意思。至善是不斷地改過，不斷地自新，從初發心一直到等覺菩薩都在改過自新。愈是微細的過失，我們愈不容易覺察，所以修行愈在上位愈困難。譬如地上菩薩，我們見他一點過失都沒有，完美到了極處，可是他們自己一比較，初地不如二地，二地不如三地。一定要到究竟如來的果位，無明煩惱斷盡，才真的沒有過失。這時倒駕慈航應化在十法界幫助眾生覺悟、改過，幫助眾生斷煩惱、成佛道。就像善財童子五十三參，五十三尊佛應化示現，也如凡夫一樣造種種過失，但不是真造，是舞台表演。經典彷彿是劇本，依照這個劇本來演戲，目的是幫助眾生覺悟。

孔老夫子云：「三人行，必有吾師。」必這個語氣多肯定！三人行，一個是自己，一個是善人，一個是惡人，三人把一切人都包括了，世間一切眾生不外乎心善行善、心惡行惡兩大類。這兩大類都是我的老師，都能幫助我覺悟，所以我對一切眾生要常生感恩之心。學佛的人無論課誦、讀經、拜佛，完畢都要迴向，迴向裡一定有「上報四重恩，下濟三途苦」。常存報恩之心，能將自己內心的不平、瞋恚、嫉妒煩惱全化解。如果我們念念都與報恩救苦相應，心善言行一定善，天天罵人都是善，因為是為人好。如果起心動念都是貪瞋痴慢嫉妒，念念與此相應就是惡，天天說甜言蜜語奉承人都是惡，因為不懷好意。

言語的善惡，身行的善惡，不見得是真的善惡，要看他的心與何者相應。《了凡四訓》講得很清楚，你心地善，你罵他、打他都是

善，因為是為他好；你心地惡，怎樣奉承他、甜言蜜語都是惡，所以善惡的界限在一念之間。宗門教下的祖師大德教導我們修行「從根本修」，就是從心地修，從一念才生的時候修。大乘圓頓經論說得很清楚，諸佛如來見一切眾生作惡，在他的心裡就是自己惡；見到一切眾生行善，他生歡喜心，就是自己善。這正說明自他不二、生佛一體，眾生與佛是一體，一體就是性體，有情眾生稱為佛性，無情眾生稱為法性，法性與佛性是一個性。因此，我們起心動念與外面所有的環境都有關聯，這即是「依報隨著正報轉」、「若能轉境則同如來」，能把一切不善的境都轉為至善，就成佛了。

業是自己造的，自己造要自己轉。佛幫助一切眾生，就是把事實真相與道理為眾生講解清楚，讓眾生覺悟到自己造業，應該用方法將不善的環境轉變成至善，佛對眾生盡心盡力的幫助僅此而已。清涼大

師分《華嚴經》為四分：信、解、行、證。佛能夠做到的，就是幫助我們起信，幫助我們了解，不能幫助我們修行，不能幫助我們證果。所以，行證是自己的事，佛只能做到開示，悟入是自己的事情。佛不能幫助我們悟，不能幫助我們入，入就是證果；佛要能幫助我們悟入，我們就不必修了。

諸佛如來在果地上得到的是大圓滿，以大圓滿攝受、加持我們，我們要能了解他的教誨，依教奉行，我們就真正得到諸佛如來本願威神的加持，民間講保佑，真能得到。這就是感應道交，眾生有感，佛菩薩就有應；眾生沒有感，佛就無法應。我們自己覺悟，奮發修行，修行就是改過自新。儒家教學說「苟日新，日日新，又日新」，改過就新了。

現在人常講改進，與儒佛講的義趣相同，就是把舊的、不好的地

方改正過來，不斷地改正就不斷地進步。但是進步的方向、目標，有善惡不同。譬如今天科技日新月異是在進步，但帶給人類的究竟是善、是惡，尚未定論。今天社會大眾迷信科學，卻說我們迷信佛法，說真實話，迷信佛法造業少，迷信科學造殺人武器，現代的尖端科技殺人不是一個個、一批批，而是一個城市、幾個城市，因此科技發展到最後，是給人類帶來空前的劫難。所以，我們要認清進步的目標、方向，究其根源依舊是在心地，什麼人的心能愛護惡行的眾生，就是佛菩薩。

佛菩薩的心能夠愛護惡行的眾生，對於造作極惡業的惡性眾生不厭棄、不遠離、不懲罰，還是幫助他，還要救他，這是大慈大悲。《地藏經》上，對於墮地獄的罪苦眾生，閻羅王很慈悲：不是我要懲罰你，我愛護你、救度你，是你自己作自己受。地獄不是閻羅王造

的，是自己業力變現出來的，自作自受。正如一個人惡事做多了，晚上作惡夢，惡夢是自己製造的，確實是自作自受。地獄法界如是，其他所有法界又何嘗不如是？

我們明白這個道理與事實真相，縱然我們這一生的際遇很不幸，遭遇許多苦難，但是我們心地坦然，不怨天不尤人，明瞭這一生的遭遇是過去生中造的因。佛在經上講得很好：「欲知前世因，今生受者是」，這一生受的是過去世造的業因；「欲知來世果，今生作者是」，要知道自己來世生活狀況如何，這一生中造作的就是。這種真實明白的開示，我們要時刻銘記在心，這一生中不管受怎樣的苦難和不幸的遭遇，都甘心情願承受，絕不怨天尤人。這一生中決定行善，一個惡念不生，來生的果報肯定殊勝。如果我們起心動念依靠經典、依靠佛的教誨，生活工作、處事待人接物都不違背，一心一意求最究

竟、最殊勝、最圓滿的果報，這一生一定能得到。

西方極樂世界是一切菩薩嚮往之處，我們也可以去，並不困難，那裡與如來果地一樣究竟圓滿。修學其他的法門，達到這個境界要很長的時間，我們直接求西方淨土，時間上大大縮短，這一生決定成就。這個成就是如來果地上的成就，不是三乘、人天，是究竟圓滿的成就，即成就盡虛空遍法界。你可以在十法界隨心所欲應化度生，應以什麼身得度就現什麼身，也能做到應機說法、自在美滿，無絲毫缺陷。這是我們應當記取，認真努力學習的。

障礙都在自己不在外境

修學淨宗法門，對念佛的殊勝功德利益，要有相當程度的理解，否則功德利益自然會減損。若能明白淨宗之理，對念佛方能深信不

疑。誠如灌頂法師所言，世間人造作極重的罪業，所有的經論、懺儀都無法消除，最後還有念佛法門能消除之。灌頂法師的這個說法沒有把所以然的道理說出來，所以真正能相信而沒有懷疑的人不多，於是念佛的效果就不顯著。我從現在科學家講的角度，來跟諸位說明這個事實。

現在科學家很重視放射性，每個元素都有放射性，只是放射能力有強弱不同，強的用儀器能偵測出來，微弱的現在還無法偵測。從理論上講，只要是物體就有放射性，就有波動。任何一個物體，小到原子、電子、粒子，都在運動，它不是靜止的。動就有波，放射是波動的現象。所以，任何物象都有波動，都有放射性，只是強弱不同而已。科學家講的很有道理，所有物質現象都是從波動產生的，如果我們承認科學家這個看法是真實的，我們就知道起心動念都會影響周邊

大環境，影響地球、行星的運行，再擴大就是影響到盡虛空遍法界。

今天地球上的眾生，每天所做的、所想的，產生不良的波動，對自己造成很大的傷害，損福增惡。不僅如此，害社會又害眾生，又影響自然生態，影響我們整個生活的空間，這是波動的影響，果報在三途。

雖然有地球上人們惡的影響，但虛空法界還能維繫正常的秩序，這是因為還有廣大無量無邊世界是善心所，惡的波到那邊的時候，產生不了影響力。譬如，西方極樂世界比我們這裡大很多，一百個娑婆世界也比不上一個極樂世界，所以地球上再惡劣的波，到極樂世界已經平了，再大的浪到那裡都變成平水，就是這個道理。

這種惡劣的波，對我們自己的生活環境，就受巨大的影響，而有天災人禍，這是貪瞋痴慢、五欲六塵造成的。如果我們用念佛的心

波，與諸佛如來十方世界淨的波、善的波相結合，在理論上講，是能化解天災人禍，將世界穩定下來。如果做不到，是我們的功夫不夠；換言之，我們今天依舊是用輪迴心在念佛，所以力量很弱。如果我們用真心念佛，用佛心念佛，力量就強大，這個力量確實能救度眾生。

佛心就是真誠心、清淨心、平等心、正覺心、慈悲心。心是佛心，行就是佛行，穿衣吃飯都與這五種心相應，生活就是佛行、菩薩行。念念真誠，念念為眾生做出一個好樣子，就是度眾生，就是教化眾生。眾生念念自私自利，念念妄想分別執著，所以造成極重的罪業，而感受苦報。

學佛就是學覺悟，覺悟就回頭是岸。由此可知，我們踏進念佛堂就是自度度他，在念佛堂不僅是度自己，而且是助一切諸佛菩薩普度一切眾生。這樣的心願與諸佛菩薩的心願相同，自然得到佛菩薩加

持。換言之，我們心願的波動，與諸佛菩薩同一個頻率，所以一接觸就起感應，這個現象就是佛家講的加持、加被。我們的頻率與佛菩薩的頻率不相同，便永遠接不起來。

我們今天修行就是修心，修真誠、清淨、平等、正覺、慈悲心。務必使自己生活工作，乃至一切應酬，每一念、每一行都與此心相應，這才真正是行菩薩道，修佛行。功夫做到成熟，一切時一切處便會真心顯露。真心顯露時，自己生活也好，與人家接觸也好，決定沒有一點點意思加在裡面。有一點意思加在裡面，就要覺悟到自己依舊是用妄心，而妄心不能解決問題。

妄心的方向、目標若接近真心，可以自度也能利他。但是眾生如此大的共業，仍然是沒有能力去轉，只有純真之心，才能幫助一切苦難的眾生。純真之心，就是用強而有力的電波去化解那些不正常的波

動。純真的力量強大，我們夾雜著妄念的波動，沒有那麼大的力量，去緩和複雜的波動。

我們今天最大的困難，就是不能拔除自己的意思，因為自己的意思都是妄想。佛講沒有證得阿羅漢果，不可以相信自己的意思。阿羅漢稱為正覺，阿羅漢的法執雖然沒破，但我與我所沒有了，我執破了，真正達到無我，即《金剛經》講的破四相：「無我相、無人相、無眾生相、無壽者相」，所以他的知見是正知正見。我們如果沒有破四相，還是有「我相、人相、眾生相、壽者相」，起心動念都是邪知邪見，相信自己的邪知邪見就會做錯事，做錯事決定有果報現前。

佛實在是苦口婆心，慈悲到了極處，將宇宙人生的真相，十法界依正莊嚴，這些理事因果說得這樣明白透徹。我們因為有自己的意思，把佛的教誨抗拒了。如果能把自己意思捨棄，完全接受佛的教

誨，我們自性本具的般若智慧，與佛的教誨也就像頻率一樣，頻率相同就接上了，這一接上就生無量智慧。今天學佛人費盡心思，浪費許多時間不得其門而入，道理就在此地。

我們從《高僧傳》、《居士傳》得知，往往修行三年五載，長一點的是十年、二十年，就入境界，修行證果。他能證，就是因為他沒有意思。永嘉大師對六祖說：「分別亦非意」，有分別、有執著，但沒有自己的意思在裡頭。那個分別、執著是表演的，隨順眾生的分別而分別，隨順眾生的執著而執著，自己確實沒有分別，也沒有執著。有分別、有執著，就是有意思。

我用個比喻說，真正學佛，真正行菩薩道，是做一個舞台上表演的演員。上舞台表演，每一句話、每一個動作，完全照劇本去做，依照導演的要求，自己沒有意思。這就是佛菩薩乘願再來，應化在世

間，遊戲神通。所以，佛的經典是個初級的劇本，初學時要照著劇本去演，演熟練了，劇本不要了，一切眾生起心動念就是劇本，盡虛空遍法界是個大劇本、大舞台，你在其中隨心所欲地表演，真正覺悟！

通達這個道理，才會真正相信，一個人發真實心能救度一切眾生。這個話不是戲論，確實有理論的依據。唯有在一切境緣中不分別、不執著，才能把自己的意思捨棄。捨棄之後，就是相宗講的「轉識成智」。捨第六意識的分別成妙觀察智，捨第七識的執著成平等性智，這兩個是因地轉。因地轉過來之後，八識與前五識連帶就轉過來了，八識轉變為大圓鏡智，前五識轉變為成所作智。成所就是成就菩薩的事業，成就菩薩普度眾生。

佛說得有理，你不懂這個理，你不會做，就無可奈何了。所以，諸位真正明白這個理，與這個理相應，經卷展開是字字句句無量義。

這一部《華嚴經》可以講五十年，也可以講五百年，簡單的講也可以講五十天，也可以講五十個小時，樣樣自在。不能契入這個境界，就不自在。

佛法稱為內學，所有一切障礙都在自己，不在外境，外面決定沒有障礙。一切障緣是來自煩惱、習氣，也就是所知障與煩惱障。所知障就是自己的成見，煩惱障是是非人我、貪瞋痴慢。我們要懂得障礙的起因、形成與性質，障礙對我們的傷害，然後就懂得如何除障礙。所以，菩薩無量無盡的法門，都在這一句佛號裡圓滿地總攝。一聲佛號圓滿一切法門，一個念佛堂圓滿一切道場，所以才感得無盡的殊勝莊嚴。

華藏淨宗學會

本會一切法寶，免費結緣，禁止販售，請勿擅改內容，歡迎翻印流通。
All the Dharma material in this association is for free distribution. Please don't sell it nor alter any content without authorization. Any reproduction or circulation is appreciated.