

諸位法師，諸位同學，請坐。請看《大乘無量壽經科註》第一百三十八面，第三行第三句看起：

「化解當前劫難，唯有專弘此經，專念阿彌陀佛。」這三句是我加進去的。為什麼要加這三句？同學們都知道，這些年來我們全心全力在學習《華嚴經》，從去年清明節我們把《華嚴經》暫停，來啟講《大經解演義》，其目的就是為了化解當前劫難。去年，我們看到災難頻率上升了，幾乎是每個月都增加，而災難愈來愈嚴重。《華嚴》是好，分量太大了，這個經是《華嚴經》的精華。古人說《無量壽經》即是中本《華嚴》，講《無量壽經》就是講《華嚴經》，學《無量壽經》就是學《華嚴經》。所以時間迫急，我們取大經的精華。

現代科學也有論證，這本書是一個同學送給我的，你們很多人都認識它，《念力的祕密》，這是一份科學報告，裡面綜合四十多位近代的科學家，他們把研究的方向放在念力，就是意念。這麼大的分量看起來很困難，我把它統統看過了，把裡面最重要的精華節錄出來，變成這樣的三十頁，這就方便太多了。看那本得相當長的時間，把它節成一段一段的，最精彩的片段，一共三十頁。這裡面提到一個很先進的講法，以心控物，這是最新的科學，就是用意念來控制物質。我想這樁事情，我不知道是什麼人最初搞這個東西，我所看到的資料是德國的普朗克，愛因斯坦的老師。這個人一生研究原子，晚年的時候他把力量、心力完全集中在研究物質，物質到底是什麼東西，我們中國人所謂的「皇天不負苦心人」，他把物質的祕密揭露出來了。物質到底是什麼，他用的是分析的方法，原子

，原子還可以分析，分析成電子，電子還可以分析，分析為夸克，夸克還可以分析，分析到最後，物質是什麼東西？物質不存在。物質到底是什麼？產生物質的基本是念頭，物質是從念頭變現出來的。這是我看到報告的時候，這是算最早的一份報告。

普朗克已經過世了，但是這個影響很大，所以就有一群年輕的科學家循著他這個路線繼續去研究。他這個結論跟佛經上的結論完全相同，佛經上物質從哪來的？整個宇宙從什麼地方來的？大乘教裡面特別是法相唯識，專門研究這個東西，宇宙的最初是一念不覺，大乘教裡面也稱這個叫無始無明。我們原先都把這一句話會錯意思，無始大概是很久遠很久遠沒有開始，我們都是這樣會意的，殊不知它這個意思就是字面上的意思，沒有開始，無始是沒有開始，那一念。這就很不好懂了，沒有開始怎麼會有一念？科學家發現了，這個最初的，他說這個念頭怎麼來的？無中生有，就是憑空跳出來的這個念頭。但是這個意念跳出來之後馬上它就消失了，沒有理由，好像無緣無故。這個說法跟佛的說法很接近，但是佛的說法比他具體，是一念不覺。

這一念我們不懂，很不容易體會，一直到我們讀了《菩薩處胎經》，裡面有釋迦牟尼佛跟彌勒菩薩的對話，才明白過來，這個跟今天科學家講的非常接近。這一念是多快？彌勒菩薩說一彈指。佛是這麼問的，佛問彌勒，說「心有所念」，我們心裡起個念頭，這是講凡夫，這個念頭裡頭有幾念？那就是說這個念頭不是一個念頭，是很多念頭累積的一個幻相。就像我們看電影，在電影屏幕上，用從前老的幻燈片，諸位就很明顯能夠體會出來，這是電影的底片，幻燈片，這個我們都知道，在放映的時候，電影放映機裡面放映，一秒鐘鏡頭開關二十四次，就是放出二十四張幻燈片，每一張幻燈片都是獨立的，沒有兩張完全相同的。科學家發現，突然蹦出來

這個念頭，馬上就消滅掉，就好像這個鏡頭一打開，一張幻燈片在屏幕，立刻把它關上，再換成第二張，就這個意思。所以佛講「當處出生，隨處滅盡」。速度多快？彌勒菩薩說這一彈指三十二億百千念。百千是十萬，三十二億乘十萬，一彈指三百二十兆。我們這一秒鐘二十四張，他這一彈指三百二十兆。我們一秒鐘能彈幾次？我能彈四次，我相信有比我彈得快的，年輕力壯的至少會彈五次。如果彈五次，再乘上五，多少？一秒鐘裡面就一千六百兆。所以彌勒菩薩後頭說了一句話，「識念」，就是念頭這個識，「極微細，不可執持」，你沒有辦法掌握它，你沒有辦法叫它停住，它太微細了。這麼快的速度，這是被科學家發現了，這個很了不起。所以普朗克說，據他研究得的結論，世界上沒有物質這個東西。

物質現象是什麼？就像我們在電影銀幕上所看到的這個景觀，那個景觀它的速度才只一秒的二十四分之一，現在說一秒的一千六百兆分之一，你怎麼辦？這是佛在經上講的。所以這個物質不是真的，物質是精神變現的，意念變現的。意念是不是真的？意念也不是真的。意念的速度跟物質速度相同，真正存在的時間，我們就算一秒鐘可以彈五次，那就是一千六百兆分之一，一千六百兆分之一秒，在這個速度裡頭。所以佛在大乘教常給我們說，「凡所有相，皆是虛妄」。只要是現象，現象科學分為三大類，第一個是能量；第二個是信息，信息從能量裡面變現出來的；第三個是物質，物質從信息裡頭變現出來的。

佛在三千年前告訴我們這個事實真相，他說一念不覺。一念不覺科學也談到了，說法不一樣，實際上意思是一樣。他們講以心控物，後面講到零點能量場，叫零點能量場，說出這麼一個名詞。零點那就什麼都沒有，連虛空都沒有，零點能量場。這個是什麼？這個就是哲學家裡面講的宇宙萬有的本體，佛經上講的自性、法性、

真如、實相，都是講的這個東西，他們的名詞叫零點能量場。看不見，但是決定有，就是從這個裡頭出來的，不是憑空的。這個東西真的不生不滅，什麼方法你也探測不到，因為能夠探測到的一定有現象。這宇宙之間三種現象，物質現象，精神現象（就是念頭），還有自然現象。零點能量場就是屬於自然現象，沒有原因、沒有時間、沒有空間，就這樣跳出來了念頭（這就是科學稱為信息），從信息就變現物質，佛法裡面阿賴耶的三細相。一念不覺這個是因，不能看作因果的因，它沒有因果，如果有因果就是真的，沒有因果，沒有因果才說假的。整個宇宙是假的，這是佛所親證的境界。

科學的研究，它有對象的，它有物質現象，他能下手，精神現象他能找到，自然現象他也能發現。可是自性三種現象都沒有，但是這三種現象都是自性裡頭變現出來的，它能生能現，宇宙之間千變萬化，從來沒有一念停止。這個一念就是彌勒菩薩講的那一念，一秒鐘的一千六百兆分之一那麼微細的那一念，在不斷的產生變化。而且整個宇宙是一體，真的像德國普朗克所說的，宇宙像個網一樣，像個電網一樣，看不見的電網，它真的是一體。不管有心無心，動一個念頭，或者是我們身體這麼多的細胞，細胞都在跳動，都是在動的，沒有一個是靜的，這個跳動的時候是全宇宙都接收得到。我們有能力接收全宇宙的信息，那你就是無所不知，無所不能，接收全宇宙的！那個全宇宙裡面任何一點，一個物質現象，跟你說，也能接收我們的。我們不但是可以接收，也是發射，我們從來沒有停止發射。所以整個宇宙是一體，多親密！不是一家，是一體，是一個身體。

所以，你真正契入之後性德就流露。性德是什麼？用最簡單的一個字做代表就是愛。神愛世人，佛法裡面講大慈大悲，那是性德，它自然就流出來，流出來是什麼？愛全宇宙，愛一切眾生。為什

麼？一切眾生是自己，就像我愛我的身體每一個細胞，愛我身上每一根汗毛，那個愛就出現了。整個全宇宙，上從諸佛如來，下到地獄眾生都是自己一體，一點差別都沒有。這個愛心要生出來的話，整個宇宙就恢復正常了。為什麼？這最美好的。我們怎麼會變壞了？愛沒有了。愛沒有就有怨、有恨，這個事情麻煩就大了，這就把我們這個星球就變壞了，變成什麼？帶有病毒的。如何恢復？只要念頭恢復，一切都恢復了。所以這個書裡面講的，人得最重的病，癌症，要命的病，可以不必用醫藥，念頭改正的時候，你能夠完全恢復正常。這個問題就是你得有信心，有一絲毫懷疑就不能成功。一點懷疑都沒有，肯定遍法界虛空界是一個自己，這個是正常的人。

正常的人是什麼？是佛，是法身菩薩，他是正常的人。聲聞、緣覺、十法界眾生都是帶著病的人，都是病人，帶病的人。佛怎麼幫他醫治？不是用藥物，就是把事實真相告訴他，讓他醒悟過來，把反面的這種意念，不善的念頭全部放下，恢復積極的、正面的意念。正面的意念是道德仁義，我們中國老祖宗提的是正面的，五倫、五常、四維、八德，正面的。這個東西合起來就十二個字，四科合起來十二個字，孝悌忠信、禮義廉恥、仁愛和平。中國千萬年前老祖宗留下來就這十二個字，這十二個字你要是都做到了，你身心健康，你家庭美滿，你一生真的是幸福，居住的環境沒有任何災害，風調雨順。今天我們看看我們的世界，為什麼會變成這樣子？孝悌忠信沒有了，不孝、不悌。悌是什麼？就是長輩。跟長輩處不好，不是自己的父母，長輩處不好，這個不悌，兄弟姐妹之間處不好。不孝是跟父母處不好。不悌、不忠、不信。都沒有了，禮義廉恥也沒有了，四個字都沒有了，仁愛和平也沒有了，所以社會亂了。社會動亂，地球這麼多的災變，就是這十二個字丟掉了才發生的。

今天非常非常難得，這個科學家我想也許是佛菩薩再來的，他們化身，怎麼會用科學的方法把阿賴耶看到了。佛告訴我們這個程序，是一念不覺就產生他們講的零點能量場，零點能量場就是阿賴耶。一念不覺才有這個東西，一念覺悟這個東西都沒有，那才是真正的自性。從這個東西裡面就發現了念頭，念頭突然蹦出來。它突然蹦出來就發現（因為零點能量場就是能量）阿賴耶的業相，從業相產生轉相，轉相就是信息，也可以叫精神現象，就是念頭、就是意念，從意念產生境界相就是物質現象。彌勒菩薩說得好，一彈指三十二億百千念，「念念成形」，形就是物質現象，所以物質現象從意念產生的。你要是否定了心法，心跟物兩個分開，否定心法，物質不存在，物質是心變現的；否定物質，心也不存在，它兩個是連到的，不可分割的。所以科學家提倡，這個近代提倡，過去科學說二分法是錯誤的，二分法就是一個是心，一個是物，這是錯誤的，心跟物是決定分不開的，它是一體的，決定不能夠分開。在佛法是不分的，它不分開的。這個就是宇宙最原始的現象，從它演變成遍法界虛空界，從這演變出來的，叫三細相，宇宙從這來的。

所以佛法裡頭沒有造物主，真的，把造物說得清清楚楚，誰造物？自己造物，造物主是你自己不是別人。佛肯定一切眾生本來是佛，只要你能夠把起心動念、分別執著放下你就證得了，你完全見到了。用什麼科學方法見不到，只有你把一切都放下，你就見到了。為什麼？你有一切是妄心，妄只能見妄，見不到真，真要用真的來見。真心是什麼？不起心不動念、不分別不執著，那個時候是真心，真心就能見到真的境界。科學家見不到真東西，就是他那個研究的念頭沒有放下，那個東西一放下，在佛法講他成佛了，所以他就差那麼一點點就成佛了。所以這個是，今天我們講，用佛法能夠化解災難，確實是有科學做根據了，至少現代這些科學家他們都承

認。

去年布萊登這些科學家，八月在悉尼開會，他們開會是兩天，我們學院有八個同學去參加，他們寫了一份報告給我。第一天是討論他們的最新發現，我們看了很喜歡，跟佛經愈來愈接近。第二天幾乎全部在探討二〇一二災難的問題。魏斯博士提出他們催眠所發現許許多多新的信息，從催眠當中得到的信息。布萊登就說得很好，他說我們應對明年二〇一二馬雅預言最好的心態，說明這並不是一個災難，而是一個轉機，我們不必恐怖。告訴我們三句話，棄惡揚善、改邪歸正、端正心念，不但災難可以化解，而且可以把地球帶上更好的走向，這是他的結論。那問題這世界上的人肯不肯接受？大多數的人不會接受。不能接受也能夠解決問題，所以科學家提出一個最低的人數標準，百分之一的平方根。那個時候估計地球上的人口六十五億人，六十五億百分之一的平方根就是八千多人。如果地球上八千多人真的能夠回頭，真能夠像他所說的棄惡揚善，就是佛法裡面講的斷惡修善，改邪歸正，端正心念，地球上的災難就能化解。我們相信嗎？六十五億人造業，八千人能夠救他們嗎？能。為什麼？中國古人說得好，邪不勝正。邪有六十五億，正只有八千就能救他們，邪不勝正，正的力量太大了。可是這八千正知正見的人到哪裡去找？只憑感情不行，要用心，要用真心，真誠的心。

我們學佛學了六十年，我們分享也有五十三年了，講經是分享，現在對這個事情逐漸逐漸明朗了，得到科學的幫助，所以說宇宙之間的奧秘逐漸明白、搞清楚了。這在佛法叫解悟，不是證悟，我們並沒有把起心動念放下，但是佛跟法身菩薩的境界我們能體會到一些，這是經典的薰習，長時間的薰習，得到科學家的印證。沒有科學的印證，我們對這個問題，長年的薰習印象是很深刻，裡頭還

有問題，半信半疑。看到科學報告我們才恍然大悟，經上講的一個字都不錯，我們一定要對它仰信，仰是最尊敬，不能有絲毫猶豫懷疑的心，它是真的。我們用什麼方法能達到這個境界？這個法門太妙了！零點能量場那就是自性，我們可不可以達到？可以。零點能量場，心裡頭乾乾淨淨一塵不染，你才到零點，有一物就不是零點。我們用什麼方法？念阿彌陀佛的方法。我們要叫我們去觀心、修定不可能，我們做不到，妄念太多了。我們今天用一念來對付一切妄念，我心裡頭只有阿彌陀佛，其他妄念都進不來，我念就得到一了，那就是零點能量場找到了。他們說零點能量場就是自性，佛門講的自性。這個方法妙絕了，專念阿彌陀佛。

三時繫念佛事，這些年我們大力提倡。也有人向我提出質疑，拿出印光大師的《文鈔》，印光大師是說的三時繫念這個東西是人假託中峰禪師的，不是中峰禪師的作品。可是我們在這麼多年做三時繫念，感應不可思議！鬼神真得受用那就行了。真中峰也好，假中峰也好，只要鬼神都能得利益，我們自己也得益就好了，管它是真是假。不要在這懷疑，一懷疑，功德全沒有了。誰損失？你自己損失。我不懷疑，所以我們做三時繫念這個佛事，我還讓這些主法的法師，在你的面前立一個大牌位，中峰禪師的牌位擺在你前面，你代表中峰禪師來主持法會。真正主持法會是誰？中峰禪師。假戲真演才逼真，才能收效果。所以不要懷疑，懷疑是決定錯誤。遍法界虛空界跟自己是一體，懷疑什麼？中峰也是我，我也是中峰；彌陀也是我，我也是彌陀，懷疑什麼？如果把它二分法了，彌陀是彌陀，我是我，這個問題麻煩了，這不相應，一體才相應。佛這麼說的，現在科學家也這麼說的，難得！真正難得。所以確確實實，唯有專弘此經，專念阿彌陀佛，可以化解當前劫難，這怕什麼！知道劫難是怎麼回事情，是從哪裡來的，知道我這一身病是從什麼地



方來的，你要清楚，你知道從哪來，你就知道怎麼樣去應對它。人從生下來就是健康的，沒有帶一點病菌過來的，病菌全是不善的意念，不善的意念統統放下就對了。

我們再看下面的解，這是黃念老的集註，他老人家所集的。「夫淨土法門者，乃一乘了義」。佛教化眾生，眾生根性不一樣，不是一個方法能度得完的，用現在的話說，不是一個方法能教得好的。所以他的方法非常多，善巧方便，哪一種根性的人用哪一種方法，而且最後告訴我們，佛有沒有方法教眾生？佛沒有，佛沒有方法教眾生，隨緣。就像大夫一樣，大夫用什麼方法來治病，大夫說沒有方法，你得什麼病，我就教你什麼方法，你不得病沒有方法，方法也沒有了。有病才有藥，沒有病藥也沒有了，這是真的，這不是假的。這個法門叫一乘了義。大乘經上常講八萬四千法門，這是真的，不是隨便說的，你看《佛學大辭典》、《教乘法數》都給你列得清清楚楚，八萬四千。八萬四千從哪裡來的？給諸位說從十善來的。你看學佛的都沒有把十善當作一回事情，認為什麼？認為它太淺了。十善分身口意，身三種，不殺生、不偷盜、不邪行；口四種，口最容易造業，有四種，不妄語、不兩舌、不惡口、不綺語；意也是三種，不貪、不瞋、不痴，這十種。這十種全做到了，不得了，就成佛了！八萬四千從哪來？從這十種開出來的，把它一推廣八萬四千，再推廣無量無邊。無量無邊一切法歸納起來就是十善業道，十善業道是根，從根本修。小乘三千威儀，十善業在小乘開為三千，在大乘開為八萬四千細行，歸納就是十條。所以一即是多，多即是一，一多不二。八萬四千法門這個裡頭有三大類，第一類聲聞乘，小乘；第二大類菩薩乘，叫大乘；第三個叫一乘，一乘是成佛的，這個法門是直捷教你成佛的，這個就叫做一乘經。成佛裡面方法最巧妙的、最殊勝的，叫你很容易就成就，這叫一乘了義。「了

」就是無比殊勝、究竟顯了的意思。淨宗法門教你念阿彌陀佛，你這一生當中決定往生，往生就成佛了，所以它不但是一乘了義，是一乘究竟了義，圓滿的了義。

「萬善同歸」，世出世間所有一切的善法都從這一乘了義裡頭生出來的，這一乘了義是什麼？就是這一句名號。阿彌陀佛這四個字認識的人很多，會念的人很多，究竟什麼意思，懂得的人太少太少了。你念這句名號，不但釋迦牟尼佛四十九年所說的一切法、所修的一切法都沒有離開它，十方三世一切諸佛菩薩所修、所學、所教、所傳的也不離開阿彌陀佛，阿彌陀佛是總綱領，這還得了！修什麼法門都不如念一句阿彌陀佛，專念阿彌陀佛。這個裡頭提出來，講到佛門裡修禪定的，很深的禪定，他舉出例子，他的定功冬天能夠睡在冰雪裡頭，不要蓋東西，薄薄的一件衣服，他不冷。他能用他的定功，讓冰雪煮成開水，煮沸，用他的念力、定功，就是專念。一般念的咒多，我們念阿彌陀佛比念咒強。佛門常說，念經不如念咒，念咒不如念佛，這佛就是阿彌陀佛，這說到頂點了。萬善同歸，你修善，修什麼善都沒有專念阿彌陀佛善大。你花再多的金錢，造再多的善事，建寺廟，建一萬個寺廟、十萬個寺廟，比不上你念一天阿彌陀佛，你念一天阿彌陀佛那個福德超過它太多了。萬善同歸，這還得了！如果諸位真的明瞭、真的清楚，你對我們在一起學習這部經，念這一句阿彌陀佛，你就不懷疑了。不懷疑，真有效果！周邊的這些災難減輕了。可是得真幹，為什麼？造罪業的人太多，我這裡化，他又造，我們再化，他還造，他不斷的造，我們就不斷在化，決定不能停止。所以要把這個道理搞清楚、搞明白，一點疑惑都沒有，心開意解。理搞清楚、明白了，效果自然就產生了。

這個法門「三根普被，凡聖齊收」。八萬四千法門不是門門都

可以學的，如果跟自己的根性不相應，學了不但沒有正面的好處，還帶來反面的害處，就好像吃藥一樣吃錯了，藥店的藥都是治病的，不對你的症你去吃，有的時候死了還不知道怎麼死的，毒死的。所以這個修法也不是隨便修的，一定要有老師指導。老師認識你的根性這是好老師，不認識根性隨便教你法門沒有利益。這種好老師不容易遇到，釋迦牟尼佛在世遇到他沒有問題，他一看就曉得你過去生生世世幹什麼，這是應病與藥，藥到病除。釋迦牟尼佛過世之後，這樣的人少了，弟子當中有真修行的還有一些這個能力，比佛要差一等，還算不錯，傳到現在這一代，一個都沒有了。我們拿到經典，經典是他老人家當年對大眾開的藥方，我們拿到他對別人開的藥方，這是個冒險的事情。但是很細心自己去學，對不對自己的根性，就是自己喜不喜歡，學起來有沒有困難，如果不是很喜歡，修學起來困難，那就不契機，你就捨掉，你再挑。這個經本，他講的三根普被，上中下各種根器的人都行，什麼人都能學，而且都能學得成功，凡夫也行，聖人也行。聖人是菩薩，是阿羅漢、辟支佛，凡夫是六道的，六道跟十法界統統契機，都能成就。

「橫超三界」，這一句我們要重視，橫超只有淨土這一門，除這一門之外都是豎出，沒有橫超。《華嚴》這是大乘，講菩薩有五十個階級，好像是五十一層大樓，你從第一階上去，爬到第二層，第二層爬到第三層，爬到頂尖上超越了、出去了。這個法門沒那麼麻煩，你現在在第一層，從旁邊就出去了，這橫超，省事，不必那麼麻煩。那個豎出的時候非常困難，一層一層的往上爬。所以這個法門叫橫超。豎出，你想出六道輪迴就難，人上面是四王天，欲界第一層，第二層是忉利天，第三層夜摩天。欲界有六層天，色界有十八層天，無色界有四層天，都要靠定功往上提升，你說多困難。出了六道輪迴這就證阿羅漢果，阿羅漢的定功深，超越非想非非

想處天，就是超越無色界，他出去了。三果阿那含還在五不還天修行，在第四禪，有的在色界天。真不容易！超越六道輪迴，上面還有四聖法界，聲聞、緣覺、菩薩、佛，還有四層，一層比一層困難。到最高的，十法界最高的佛法界，他把起心動念放下，超越十法界。不起心不動念就超越、就成佛了，真成佛，那不是假的，脫離十法界，十法界是假的。他生到哪裡？生到實報莊嚴土。

實就是真實，不是虛假的，實報土裡面有相，所以《金剛經》上說得很好，「凡所有相，皆是虛妄」，那你一定要知道，實報土的相不是真的。為什麼說實？因為它不變。我們這會變，我們這裡剎那剎那在變。這個剎那諸位要記住，是一秒鐘一千六百兆分之一。這個剎那在變，是這樣的變法，永遠不停。如果停了就好了，停了這個夢就醒了，就好像你在看電影一樣，它一停的時候就一片白的光，那片子斷掉了，那什麼？那成佛了，那叫常寂光土，那是真正的自性，那就是科學家這個名詞叫零點能量場，就是銀幕。你看所有的影像不能離開銀幕，離開銀幕它就沒有了。那才叫宇宙萬有的本體，在佛家講那是自性，那是真正的自己。惠能大師開悟的時候說「何期自性，能生萬法」，萬法是整個宇宙，是自己心變現的，不是外頭來的。佛懂不懂科學？懂得，比科學家還要科學家，太高明了，為什麼不造飛碟？不需要坐飛碟，那笨東西，還要工具，念頭想到哪裡自己就到了，你說多方便，要這個玩意幹什麼？不需要，什麼障礙都沒有。地球可以穿過，不要去挖隧道，他像一道激光一樣就穿過了，他要隧道幹什麼？哪有搞那麼笨的東西。所以你要問他，他為什麼不發明這些？這個東西都是累贅，都不是真實的，哪有自己的，你看一通一切都通了，你得到大自在，身體想大就變大，想小就變小，自在得很！這些能力佛都說了，本能，是你自性裡頭的本能，人人都有的，不是哪個有特權，他有別人沒有，不是的。

，每個人都有，而且都是平等的。現在我們的能力失掉了，失掉是什麼？迷失了本性，就是一念不覺迷了，才失掉的。那一念覺呢？覺就恢復了。不是真丟掉，迷失了，只要你一覺悟就回來了，這能量就回來了，每個人都能做到的。

那到底什麼東西障礙我們？叫煩惱、習氣。佛把煩惱歸納為三大類。見思煩惱，見是你看錯了，完全看錯了，思是你想錯了，這是六道輪迴，只要你看錯想錯，六道的境界就現前。你什麼時候脫離？把這個看法、想法統統放下，六道就沒有了，就出離了；只要還有想法、還有看法，你就出不了六道。第二層叫塵沙煩惱，塵沙是比喻像塵沙那麼多，那是什麼？分別。並沒有執著，但是有分別，比執著輕，太多，像塵沙一樣。所以不分別，一切法統統不分別了，只要不分別，你的靈性就非常之高，清清楚楚、明明瞭瞭，不分別，這是菩薩。不起心不動念這是佛陀，這見性了。這叫凡聖，凡就是專門指六道，包括二十八層天都是凡夫，統統有分，這個法門全有分，都能修，而且保證你成就，叫橫超三界。

「逕登四土」，這個逕也是捷徑的意思，近路，小路、近路。西方極樂世界四土，有凡聖同居土，六道眾生去往生的生凡聖同居土；聲聞、緣覺、菩薩、佛，這是四聖法界去往生的，生方便有餘土；真正能夠不起心不動念、不分別不執著，他就生實報莊嚴土。我們在日常生活當中要真修行，叫練功。練什麼功？眼見一切色不執著，這是練小乘功；眼見一切色不分別，練菩薩功；眼見一切色不起心不動念，練一乘功，佛的功。這是什麼樣功的時候，無上、無比殊勝的練功，都在日常生活練，不是離開，離開你到哪裡去練？和光同塵，跟大家一樣，在這個裡頭就是練不起心、不動念、不分別、不執著。到不執著，我們經本上經題上清淨心得到了，只要不執著，清淨心現前；不分別，平等心現前；不起心不動念，覺現

前，大徹大悟，明心見性。所以這個稱為四土。

我們凡夫念佛的，清淨心沒現前，相似的清淨心，不是真的清淨心，相似的，生凡聖同居土。真正不分別不執著，平等心現前。不分別不執著，看一切眾生平等，我們應該怎麼看法？看一切眾生統統都是阿彌陀佛，自己也是阿彌陀佛，你要這樣看法。這是真的不是假的，為什麼？一切法是心現識變的，沒有離開自性。這是正確的，一點都不錯。《三時繫念法事》裡頭，中峰禪師的開示，「我心即是阿彌陀佛，阿彌陀佛即是我心；此方即是淨土，淨土即是此方」，這個話是給你講真的，不是說假話。只要你不起心不動念，起心動念沒有了，當然沒有分別執著，這是最深的一層功夫，此地就是極樂世界。別人看不到，你清楚，你契入佛的境界了，你過的是佛菩薩的生活，不一樣。制心一處，無事不辦，我們就把心放在阿彌陀佛上，我們就這一處，什麼都放下。你真的能做到這個地方，你住在那個地區，那個地區的人都沾你的光，為什麼？沒有災難。這就是科學家講的百分之一的平方根，一百萬人的都市，你一個人這種功夫就能讓這個地區減少災難。念力不可思議！這本書這是報告，科學家的報告，堅定的意念，一絲毫都不動搖。

所以往生到西方極樂世界無量壽，這個無量壽叫有量的無量。這些名詞我都要說清楚，免得將來你們看到這生懷疑。什麼叫有量的無量？三大阿僧祇劫，你的壽命三大阿僧祇劫，有量，三大阿僧祇劫壽命太長太長了。可是你在極樂世界修行，肯定證到究竟圓滿。所以實報莊嚴土我們現在搞清楚，它是依什麼成就的？依無始無明的習氣。無始無明斷了，不起心不動念斷掉了，起心動念的習氣沒斷，那個習氣太難斷了，要三個阿僧祇劫這個習氣自然就沒有了。因為這個時候你不能用任何功夫，你用任何功夫都起心動念，他就往下墮落，所以不起心不動念。習氣隨它去吧，慢慢時間長了

就自然沒有了。多長時間？三個阿僧祇劫。這個習氣沒有之後你就入常寂光土，你就證得妙覺位了，那就是真的無量。所以它是從有量的無量直捷就入真的無量，不可思議的法門！這個法門多少菩薩想求求不到，我們遇到了，我們遇到了要不把它抓住，不在這一生成就，你不叫冤枉！

諸位要記住，人家拿大千世界來換，咱們都不能跟他換，你要一換，你就吃虧了，什麼金銀財寶，地球這麼大的一個金剛鑽，我也不跟你換。為什麼？假的真的得認清楚，這個世間什麼都是假的，凡所有相皆是虛妄，沒有一樣是真的；阿彌陀佛是真的，極樂世界是真的。生到極樂世界，這個身不是肉身，不是血肉之身，也就是不是物質，也不是精神，法性身，我們無法想像的，永恆不變。到極樂世界不是去到那裡是個小孩慢慢長大，不是的，他是化生，一到那邊去，蓮花一開就那麼大的身，永遠不變。為什麼不變？他裡頭沒有念頭，極樂世界的人沒有念頭。有念頭就會變，沒有念頭就不會變。念頭是識，他已經轉識成智了，他沒有識，轉八識成四智，所以他沒有識。要知道十法界有識，所以十法界裡頭都有變，他用心意識。一真法界沒有用心意識，都是轉八識成四智，阿賴耶變成大圓鏡智，末那變成平等性智，第六意識變成妙觀察智，前五識變成成所作智，所以他沒有變化。

那我們在此地這個世間，你明白這個道理，我們少用分別執著，我們的老化就緩慢，就這個道理，人就不容易老化。我們同一個年齡，為什麼好像顯得我比他年輕？他的妄想分別執著多，我比他少，就這個道理，一點都不稀奇。我每天想的是什麼？每天想的是看的經，天天讀經，天天跟大家分享，這個多自在，這就是老化大幅度的減慢、減緩了。這個道理一定要懂，所以自己可以控制。這個經，依這個法門，這個佛號念到熟透的時候，什麼時候往生自己

知道。跟阿彌陀佛約定了，我想走他就來了，我不想走他就不來，想走他就來了，什麼時候走什麼時候他就來了，你說你有多自在。到極樂世界你才曉得，極樂世界是什麼？極樂世界是自己的家！唯心所現，叫「唯心淨土，自性彌陀」，這兩句話說得妙極了，說明我們跟極樂世界的關係是一體，沒有自他。自他二分是錯誤的，這個近代科學家很難得提出這個觀念。這是到那邊你就登四土，四土是圓滿的。

「極圓極頓」，圓是圓滿，沒有絲毫欠缺，頓是頓超、快速。修哪個法門都要很長的時間，為什麼？去斷煩惱。這個法門不要斷煩惱，最高的方法就是把那個心換成阿彌陀佛。我早年在台中跟李老師學教，老師常常提醒我們換心，心裡頭只有阿彌陀佛，沒有別的東西。心裡頭真有阿彌陀佛，產生什麼個現象？你見任何人是阿彌陀佛，你見所有的動物，蚊蟲螞蟻都是阿彌陀佛，你見樹木花草也是阿彌陀佛，你見山河大地也是阿彌陀佛，全是阿彌陀佛，你的心裡頭真的是阿彌陀佛。如果我心裡頭有，外頭都不是，你心裡是假的不是真的。一真一切真，一妄一切妄。沒有分別，沒有執著，你就活在阿彌陀佛的世界，極樂世界。極樂世界哪有災難！災難現前是什麼？你們看錯了。這話都是真的，都不是假的。我還遇到這個災難，你的心沒有換過來，換過來之後決定看不到災難。我們的緣在這裡盡了，災難現前的時候你看到什麼？看到是阿彌陀佛，他接引你到極樂世界，你看到極樂世界，看到阿彌陀佛了。別人看到災難，你沒有看到，你說這個法門多妙，多殊勝！叫「不可思議之微妙法門」。這個幾句話是古往今來許許多多的大德共同肯定的讚歎，我們常常看到祖師大德說不可思議法門。

「而其中之《無量壽經》者」，這就是這部經，「乃淨土群經之首要」。釋迦牟尼佛當年在世，專門介紹極樂世界，講三次，這



三部經，《無量壽經》、《觀無量壽佛經》、《阿彌陀經》，這三部經專門介紹。平常在講經附帶介紹的，那差不多有一、二百種，很多，常常講經的時候提到西方淨土，勸大家修行，將近兩百種。黃念老在這個註解裡頭引用經論八十三種，很不容易！在他那個時代，那個環境當中，他能找到八十三種經論，一百一十種祖師大德的註疏。我第一次到他家，他請我吃飯，照了一張照片，那個照片好像我前天看到台灣有同修帶來，很多張，就是那一次，那是第一次，在他家裡，非常歡喜。我看到那些典籍，我說真是佛菩薩加持，你怎麼找得到，找這麼多！用六年的時間，從經典裡面節錄來註解這個經，所以這個經是集註。現在人貢高我慢，對古人懷疑，如果黃念祖老居士自己註經，人家就嗤之以鼻，他算什麼！不相信。他集佛經的註解，佛經註解，集祖師大德註解，這沒話說了。這不是黃念老註解，這是他蒐集許多註解來註這個經，真高明！這是真實智慧，真實利益。

他為了這部經，你看他蒐集的時候，這提升他，他自己常常講的，抄這些註解的時候自己境界大幅度的向上提升。讀了他這部註解，就是讀了八十三種經論，一百一十種祖師大德的註疏。這樣的經，這樣的註到哪裡去找！我要不認真來弘揚它，我對不起夏蓮居居士，對不起黃念老。真的太好了！確確實實是淨宗第一經，不但是淨宗第一經，是釋迦牟尼佛四十九年所說一切經裡頭第一經。經是會集，你看註解也是會集，夏蓮居老居士會集經，念老會集註，這還得了！我們這個經九月十八號第一次講圓滿，用了一千二百個小時。我就以這個為標準，我們一年講一部，一天四個小時要三百天。無量的歡喜！

「淨宗大德常稱為淨土第一經者也。至於《佛說大乘無量壽莊嚴清淨平等覺經》者，乃先師夏蓮居老居士，會集《無量壽經》漢

、魏、吳、唐、宋五種原譯」。《無量壽經》傳到中國來的時間很早，漢朝時候就傳來了。佛法是漢明帝派特使到西域去禮請，是請來的，皇上派特使去請來的，不是自己來的。遇到摩騰、竺法蘭這兩位印度的法師，在現在的新疆遇到了，他們帶了佛經、帶了佛像，這兩個人到中國來了。把佛教傳來是漢明帝永平十年，公元六十七年，快兩千年了。傳到中國來之後，我們一定要知道，佛教是教育，不是宗教。佛教隨緣不攀緣，到中國馬上就中國化、本土化，我們常講本土化、現代化，佛法肯定守住這兩個原則。你看到中國，印度法師穿中國衣服。諸位要知道我們穿這個海青，大袖子，漢朝的禮服，這是漢朝的禮服，他不穿他那個。這一件披衣是紀念的，真正服裝就是海青，漢服。他也不樹下一宿，也不出去托鉢了，完全跟中國人過一樣的生活，中國人歡喜！如果你天天出去托鉢帶給人不方便，你看他多隨緣，他多自在，一絲毫拘束都沒有。皇上請來的國師，在中國是國師的地位，如果出去托鉢，那中國人不就罵皇帝，那皇上的老師，怎麼可以讓他去討飯，哪有這個道理！中國人尊師重道。所以就不乞食了，接受皇家的供養。所以寺院庵堂，這是佛教裡頭的道場，規模大小，寺院庵堂都能蓋宮殿式的建築。宮殿式只有皇家的，一般不可以蓋的，只有皇家可以蓋的，因為出家人是皇帝的老師，出家人是皇帝的老師，所以可以使用皇家的建築，這樣的尊重！那民間看到這種建築，就等於對皇上的恭敬一樣。你就想到佛教這個教學在當年多麼被人尊重，大家認真學習，皇上帶頭。它真能解決問題。

佛法是師道，師道要建立在孝道的基礎上，人要不孝父母，怎麼會尊重老師？所以佛陀滅度之後，他的弟子到四面八方去教學，去推廣佛陀教育，有些地方一、二百年就沒有了，就滅了，有的地方三、四百年，六、七百年，我們看像阿富汗那個地方，過去都是

佛弟子在那裡教化，留下來的文物很多，現在都沒有了。印尼也是佛弟子在教化，我們都去參觀遺跡，後來全沒有了。只有中國這一支根深蒂固，開花結果，成績超過印度當年。什麼原因？中國人講孝道。這是師道，師道建立在孝道的基礎上，道理在此地。中國人把孝道要丟掉的話，佛法就會滅掉。所以你細心去觀察，你就明白了。

佛教對中國文化的貢獻，那就像湯恩比博士所說的，他對這個真下了功夫，他說古時候中國人心量很大，能包容異族文化。印度是異族，不是中國的，到中國來能包容，不但包容，還認真向它學習。他說佛教豐富了中國傳統文化，把中國傳統文化提升了。儒家的《大學》，一開頭「大學之道在明明德，在親民，在止於至善」。如果照一般的講法，明德，德是德行，孝悌忠信叫德行。那佛法的講法馬上就提升，明德是什麼？明德是自性，這一下就提升就成佛了。明上為什麼加個明？你的明德已經迷了，已經不認識了，必須，上頭那個是動詞，你要把明德再重新恢復它的光明。你看這個立刻就提升，提升到佛境界，那就是明心見性，明明德就是佛家講的明心見性。

見性之後要把明德落實在實際生活，落實在你的工作，落實在處事待人接物，這叫行菩薩道，你才有受用。否則的話，明德是一樁事情，現實生活又是一樁事情，它接不了軌，不能融成一體，你得不到受用，那就錯了，那就變成玄學，學了沒用處。學了一定有用處，用處是什麼？親民。親是什麼？親愛。那照大乘佛法它就不用民，它用眾生，眾生比民範圍大，民只是《弟子規》上「凡是人，皆須愛」，那不是人就不愛它了，畜生你就不愛牠了，蚊蟲螞蟻就可以打死，不愛牠了。要是眾生呢？蚊蟲螞蟻也是眾生，也要愛牠。你看佛的範圍多大，遍法界虛空界，不但是蚊蟲螞蟻動物要愛

牠，花草樹木也要愛它，清淨比丘不踏生草，比丘持戒清淨不敢踏草地。為什麼？你看它長得那麼好，你怎麼忍心去欺負它？花草樹木要愛，山河大地要愛，怎麼可以隨便破壞自然生態？那就不愛它了。虛空法界都要愛！就是親民這個字，你看用佛法來講講得多廣。愛到什麼程度？止於至善，那是目標。什麼叫至善？至善是活的，不是死的，不是一種講法。時間不同、事不同、處所不同、起心動念不同，善的標準是活活潑潑的，最究竟、最圓滿的那叫至善。所以它是活的講法。所以用佛經來講儒家東西就全是大乘佛法。這是佛法講「圓人說法，無法不圓」，我們去講《新舊約》，把它講成佛的境界，我們講《古蘭經》也把它講成佛的境界。一即是多，多即是一，一法即是一切法，一切法即是一法，叫圓極頓極，不可思議的法門。

所以這一部經，會集會集得好，連經題都是會集的，都是現成的。《佛說大乘無量壽莊嚴經》是宋朝翻譯的本子，用這個經題，《清淨平等覺經》是漢朝翻譯的本子，這個經題，他把兩個經題合起來，現成的，只去了一個重複的經字，用了一個經字，沒用兩個經，經是相同的。漢譯的叫《清淨平等覺經》，宋譯的叫《佛說大乘無量壽莊嚴經》，你看現成的。這個本子會得好，後面還會有介紹。

「廣擷精要」，是五種原譯本裡面的精華，裡面的精要，最重要的、最精華的節錄成一本，這樣讀起來就方便，不要去看五種本子，五種本子真是麻煩，而且不容易找到，所以會集就非常有必要了。第一個會集是王龍舒居士，宋朝時候人，我們家鄉的。桐城派三個城，舒城（王龍舒是舒城的）、桐城、廬江，這三個城，桐城派的發源地。王龍舒這是我們家鄉人。他第一次會集，但是他只看到四種原譯本，唐譯的本子他沒有看到，所以這個會集就不全了，

不完整了。唐譯的本子裡面還有一些經文是那四種經裡頭沒有的，只有唐譯本子有的，而且很重要，像「蓮華化生」，這個非常重要的，那四部經裡都沒有說，只有這個本子說。從這些地方證明，翻譯的這些本子不是一個底本，梵文不是一個底本，一個底本的時候不會有這麼大的差誤。所以就判斷釋迦牟尼佛當年在世多次講這個經，就是介紹西方極樂世界是多次介紹的，不是一次。所以結集的那個版本不一樣，傳到中國來的也不一樣。但是從漢到宋八百年，《無量壽經》在中國有十二次的翻譯，現在失傳了七種，只留下五種，從五種來看，裡面內容來看，至少是三種不同梵文的原本。所以它不一樣，這樣就有會集的必要，把它會成一本的必要。

龍舒居士第一次會集，他的會集本日本的《大正藏》裡面有，收在其中，《乾隆大藏經》也收了，這叫入藏。入藏就是古來這些高僧大德、帝王承認這個本子，可以廣為流通。沒有經過審定的不能隨便流通的，這是古時候沒有言論自由，沒有出版自由。到底是古人對，還是現在人對，現在人言論自由、出版自由，哪個好？你讓我選擇，我選擇古人。為什麼？古人負責任，不准這些邪知邪見隨便宣揚，保護人民精神思想的清淨。現在一切開放，不負責任，所以邪知邪見充滿了世間，到底誰是誰非，沒有人能分清楚，沒有標準了，人都迷惑顛倒。聽得太多、學得太多，造成思想上的大混亂，這個麻煩大！所以我怎麼想還是古人的那套東西有道理，讓社會長治久安，讓人民都過到幸福美滿的生活。家家父子都親愛，兄弟姐妹和睦，人與人之間見面都能夠互助合作，都能互相關懷、互相照顧，這有什麼不好！一定要競爭嗎？一定要打得頭破血流、你死我活嗎？有這個必要嗎？

我是今年春天在澳洲，陸克文的姐姐告訴我一樁事情，她來問我，她說現在西方人對於民主制度開始質疑，就是懷疑了，她問我

的看法。我告訴她，我說我對民主制度早就懷疑了。這兩個制度比較的時候，當然各有各的長處，各有各的缺點，可是君主的缺點比民主少優點多。君主只要他是昏君，他就會被人推翻，政權被人取而代之；他要想代代相傳，一定要做一個好皇帝。所以他受的教育是一般人沒有這個機會的，國家最好、最有德行的人，最有學問的人來輔導他，只要他肯聽話，他不會亡國。他要違背了老師的教誨，他就會亡國。但是聽話的多，不聽話的少。你看中國歷史上只有末代皇帝不聽話，他就被推翻了。他能夠傳幾十代、傳十幾代，可見得代代都還做得不錯，人民可以忍受。人民不能忍受才會起來造反、才會推翻，人是不很願意造反的，實在是不得已的時候才會造反。那怎樣把君主、民主結合起來變成最圓滿的？我說可能，那就是什麼？教育。君主好，好在哪裡？沒有別的，教育辦得好。就算他為自私自利來辦教育，自私自利是他的目標，但是教育好，真教得好，真負責任。皇上不好幹，就是中國古代這些皇上請我去幹我不幹，為什麼？太辛苦了，要負責任，不負責任就亡國，要負責任就很辛苦，不是好幹的差事。唐太宗很英明，你看貞觀之治，他曾經就說過皇帝不好當，你們要當我都願意給你們。他說的話是真的不是假的，非常辛苦。所以教育比什麼都重要。

中國古代這個教育家庭擔負起來，不是國家，是家族，因為中國是大家庭。你們都看過《紅樓夢》，《紅樓夢》是一家，一個家族，它並不是很興旺，它家裡上上下下，它是三百人的樣子，普通家庭。興旺的家庭六七百人、七八百人的，人丁再稀少的，大概也會有兩百多人，這種家庭。那家庭要沒有規矩不就亂掉了嗎？所以規矩比什麼都重要。家道，家道，家規，家規是德；家學，私塾是家學，就是家裡的子弟學校；家業，家庭所經營的事業。這一個家庭，這四樁事情辦好、落實了，這個家庭興旺。所以人人是好人，

都變成好人，事事都是好事，社會安定，風調雨順，國泰民安。所以三百六十行，做官最舒服，沒有人不喜歡做官，工作量少，待遇又好，地位也很高，受人尊敬，沒事情幹。你們看看《四庫全書》集部，一半以上都是這些做官人寫的，沒事情在家寫文章、寫詩寫詞，遊山玩水，閒情逸致。哪像現在做官的，那都嚇死人了，你再不敢幹這個事情。所以你一定要了解，今天這個社會毛病從哪裡出來的，你把它找到就明白了，要把教育恢復。

今天恢復教育多困難，為什麼？人心、思惟亂掉了，雜亂無章，他沒有能力辨別是非邪正，一個目標，都向科學看齊，科學那是最值得崇敬的，對於古人、古聖先賢統統懷疑，這個麻煩大了。古聖先賢東西是真理，真能解決問題。現在我們看到這個書裡頭，我看了非常歡喜，裡面就提到了，他要教我們把這個態度改變，對待這些古典的、古老的文化要尊重，他們那些人所說出來的東西是有道理的，不是迷信。甚至於講通靈，特別是以古老的方法治療，那裡頭有大學問，那不是簡單的。要尊重他，要向他學習，這個態度就對了。這是最近我們才看到有些人談這個話，不敢再稱他是迷信了，他比我們有效果得多。我們今天很多疾病束手無策，他們有辦法。

中國經驗豐富，我當年剛跟方東美先生學哲學的時候，有一次就談到生病的事情，他就問我，中醫有五千年的歷史，西醫只有三百年，你相信五千年的，還是你相信三百年的？老師問我。我說我相信五千年的。但是現在一般人觀念錯誤，排斥中醫。中醫沒有了，中國人以後得的病可麻煩了，沒人能治。現在年輕人認為學中醫不能賺錢，不學了。在中國古人學中醫不是為賺錢，是為救命，他目標不一樣。學醫幹什麼？學醫是救人，真有慈悲心，絕不是以賺錢為目的，看到病人趕快想辦法把他治好，治好之後，他有錢就給

一點，沒有錢就算了，救命要緊，不在乎錢。所以醫生的生活都很清貧，跟讀書人一樣。讀書人的志在傳聖賢之道，教化下一代眾生。教的是什麼？我剛才講的十二個字，孝悌忠信、禮義廉恥、仁愛和平，就傳這個道，就教這些東西。現在的社會，在中國、在外國，這十二個字找不到了，一個都沒有了。那個愛是假的，不是真的，結婚幾天就離婚了，那愛不是假的嗎？所以這個社會的問題就非常非常嚴重。災難不是自然災害，人為的，不善的意念，確確實實佛法裡頭講的，貪瞋痴慢疑造成的，身體也被這個糟蹋了，居住環境也被這五個意念破壞了，這是《念力的祕密》這本書上說的。

「圓攝眾妙」，圓滿攝取五種原譯本的奧妙之處，「匯成今經，現推為《無量壽經》之善本者也」。這個是民國初年這些大德，看到夏老居士這個會集本，對它非常的讚歎。「二〇一〇年清明啟講，二〇一一年九月十八日圓滿」。「專修專弘」，這是我發心。過去因為居無定所，到處流浪，這五十多年也講了幾十部經。隨緣，人家請我講什麼我就講什麼，聽別人的。這次災難多了，年歲大了，不想動了，很難得到這個地方，這個地方有個老同修送我一個小房子，我都沒想到。這小房子我看住得也滿喜歡、滿合適，雖然很小，心安理得。那這要聽我自己的，我自己就專講《無量壽經》，專修專弘。這一次我把我對《無量壽經》的科判也會進去了，所以現在用的這個本子，夏蓮老的會集，我的科判，黃念老的集註，三種東西合在一起，完整的本子。當年我科判做出來之後，我送了一份給趙樸初老居士，他看到之後非常歡喜，他說這部經圓滿了，有會經、有科判，又有黃念老的註解。現在我們把它統統印在一起，會集在一起。

「決定放下萬緣，一心求生淨土，作彌陀第一弟子，總報大恩也。二〇一一年九月二十一日再次宣講，專弘專念也。」我們連海



外、國內任何活動我統統都謝絕了，可是今年我剛從馬來西亞回來，但是時間不長，活動完了我立刻就回來了。下個月要到梵蒂岡去一次，這是教皇特地邀請的。我去幹什麼？我就想到一樁事情，希望教皇，天主教用梵蒂岡做為一個天主教精神文化的實驗區，讓全世界人看到天主教的精神、天主教的文化，到那裡去看，這個非常有意義。然後希望每個宗教都能做一個這樣的特區，把宗教對於人、對於這個世界的貢獻做出來。這宗教不屬於迷信，宗教是教育，回歸教育，我就跟他談這樁事情。所以盡可能不參加任何活動了。他要辦實驗點我就很有興趣，因為今天不通過實驗一般人不相信，唯有做出來大家才相信。

好，今天時間到了。