

諸位同學，大家好！請掀開經本《十善業道經》，第十六面第一行：

【念處莊嚴故，善能修習四念處觀。】

這是三十七道品的第一段。道品總共有七科，也就是我們今天講七個段落，四念處、四正勤、四神足、五根、五力、七覺支、八正道，分為這七個段落。這七個段落是完整的佛法，也可以說無論是大乘、小乘、顯教、密教，總不出這七類，佛經的術語叫七科，科是科目，七個科目就包括盡了。每一科目裡面的內容，都是深廣無際，所以我們不能把它看作小乘。天台大師用藏通別圓四教，來跟我們說明，每一科裡面都有藏通別圓；由此可知，它包括盡了。

第一科就是念處，我過去講這些經文，跟古人說法稍稍有一點不一樣，好懂。這個四念處，就是我們常講的看破，看得破，四神足就是放得下，四正勤是斷惡修善。諸位從這個觀點上去體會，就不難懂得它的意思。看破放下貫穿全部的佛法。我們凡夫為什麼會有這些深重的煩惱習氣？這些根本的原因，是不知道宇宙人生的真相。念處幫助我們明瞭，教我們怎麼樣看宇宙人生。

佛在此地把它歸納為四個項目：第一個是「觀身不淨」，第二個是「觀受是苦」，第三「觀心無常」，第四個是「觀法無我」。這個觀就是我們現在所講的人生觀、宇宙觀，你對於人生、宇宙的看法，你是不是真正看到它的真相？凡夫最嚴重的，就是執著這個身，愛惜這個身，對這個身起了貪愛的執著，這個執著的根太深。要知道這個執著，就是六道輪迴的根，輪迴從哪裡來的？就從這來的。你要把這樁事情看清楚了，把身見放下，你就超越六道輪迴。

六道輪迴絕對不是事實，它是個幻相，《金剛經》上講的「夢幻泡影」，那是一點都不錯。哪一個人有執著，哪一個人現這個相，所以哪一個人放下這個執著，這個現象對他講就沒有了。

由此可知，這個境界是虛幻的，不是真實的。我們今天在這個世間，每一個人都現出這個現象，世尊在楞嚴會上，把這個現象稱作「同分妄見」，見是見解，妄是虛妄。同分，我們大家都有共同的，雖是共同的，還是各人是各人的。譬如我們今天這個講堂，講堂很明亮，有幾十盞燈照著，這幾十盞燈光照著，這叫同分妄見。其實每一盞燈的燈光也各個不相干，好像光光交融在一起，實際上還是各是各的；你滅掉一盞燈，這盞燈的光就沒有了，它並沒有妨礙別的，諸位從這個地方細細去體會。所以各人是各人的境界，各人是各人的天地，各人是各人的宇宙，可以說各個不相同，也可以說各個有密切的關聯，這裡頭的事實真相，我們要細心去體會。

所以不能說同，也不能說不同，像這燈光一樣，你不能說它不交融，幾十盞燈光它確實是交融在一起；你也不能說真的交融，真的交融熄掉一盞，它這盞燈光就沒有了。所以佛法裡頭說明事實真相，常講「非一非異」，不能說一，也不能說不一，這是事實真相，不是一個含糊搪塞的話，確確實實是真相。

我們今天墮落在六道輪迴，你明白事實真相，與什麼人都不相干，完全是自己妄想分別執著製造出來的現象，道理要懂。你要不了解，你就很難超越，為什麼？佛在經上苦口婆心勸導你的這些話，你疑惑，你不能肯定的相信，你還是堅固執著你的成見，成見我們叫我見，我們被這個害了，害得太慘了。所以佛在此地，用這種圓滿智慧、高度的方便，教我們看身，「觀身不淨」，什麼是身？狹義的身是我們自己這個身體，廣義的身是所有一切的物體，只要有體，我們就叫它做身。無論是自身，無論是一切物體，都是不淨

的。佛在經上為我們分析，我們物質身體的構造不清淨，最明顯、最簡易的觀察，你看我們所謂七竅，排泄出來是什麼？它從內部排泄出來的。七竅之外更微細的毛細孔，毛細孔所排出來的，我們現在人稱它叫尿素，說明我們裡面沒有一樣是清淨的。所以古人講肉皮、皮袋，皮袋裝的是什麼？膿血、便糞，裝的是這些東西。對於這個東西，過分的執著貪愛，錯了。古德形容身體是「臭皮囊」，從我們身上散發的氣味不好聞。煩惱愈重的，氣味就愈難聞；煩惱輕的，比較好一點，身心清淨的人氣味是香的。

我在早年，好像是一九七七年，頭一次到香港講經，香港那邊同修告訴我，虛雲老和尚到香港住了一個多月。那個時候，中國大陸解放之後，香港那邊的佛弟子希望虛老和尚長住香港，給他造了一所精舍，我也去參觀過。老和尚住了一個月，說香港這個地方不能住，這是花花世界，不適合修行，就回到祖國去了。那個時候，他老人家一百多歲了，許多人都曉得，老和尚一年剃一次頭，大概也是一年洗一次澡，不洗澡的，身上的衣服破破爛爛，領子上油垢都很厚。他不洗澡，領子上看到很髒，可是味道是清香的，很好聞。我們三天不洗澡，領子上就臭得難聞，人家遠遠就躲開了。從這個地方看，人家心清淨，心清淨身就清淨，那個氣味就不一樣。虛老和尚是個修行人，有修行功夫比他更高的，那看到他的氣味就難聞了，這一定道理。由此可知，功行的淺深，確確實實改變了我們身心的組織結構，正是佛在本經前面所說：「一切法從心想生」，因此我們就體會到，佛為什麼教菩薩「晝夜常念善法、思惟善法、觀察善法，不容毫分不善夾雜」，道理我們明白了。我們要修成自己真正是金剛不壞身，在這個世間難，太難太難，往生極樂世界就容易了。

生到極樂世界，每一個人的色身都是「紫磨真金色身」，這是

佛對我們的大慈大悲、大恩大德，不是佛跟我們說明，我們怎麼會知道？而且這個法門難信易修，成就無比的殊勝，十方一切諸佛如來普度眾生，這是第一法門，所以一切諸佛沒有不讚歎，沒有不弘揚，我們要懂得道理。我們今天接受到這個法門，這一生能不能成就？就看你能不能看破放下，你要不能看破、不能放下，你這一生只可以說跟阿彌陀佛、西方世界結個善緣，這一生是去不了的。想在這一生決定往生，必須看破，必須放下。為什麼放不下？沒看清楚，真正看清楚了，沒有不肯放下的，為什麼？放下就自在了，放下真快樂，放下就入佛境界。我們還是堅固的執著，是凡夫境界。放下我執，就是放下六道輪迴。

這是第一條，教我們觀身，這個身不是個清淨的東西，不必過分的去執著愛護，但是也不許可任意去糟蹋，你要糟蹋也是過失、也是錯誤，怎麼樣？隨緣，這就對了。必須借假修真，這個身是假相，我們要借這個假相去修真實的。對自己，往生淨土，利用這個身體認真努力念佛，除念佛之外統統放下，身心世界一切放下，這就對了。世出世間法都不要放在心上，為什麼？出世間法也不是真實的，佛在經上講得很清楚，佛法因緣生，凡是因緣生法都是虛妄的，都不是真實的，所以《金剛經》上說：「法尚應捨，何況非法」。連佛法都不放在心上，何況其他的？身心世界一切放下。

我們今天沒有入佛境界，一切放下，單單執著阿彌陀佛名號。執持名號，執就是很執著，持是保持，絕不失掉，我們要靠這一句佛號往生淨土。到了西方極樂世界，這個執持名號也放下了，沒有到達不能放下，到達之後就可以放下。像乘車一樣，上車買一張票，阿彌陀佛執持名號就是這張票，到達了票還給票房收回去。除此之外，什麼都要放下，這就正確了，就對了。所以一定要認識清楚。

第二「觀受是苦」，受是我們的享受，再說得貼切一點，我們的感受。六根接觸外面境界，必須曉得我們所接受的統統是苦，決定沒有樂。苦，佛在經上通常用三苦、八苦，來為我們說明事實真相。三苦裡面，第一個苦苦，第二個壞苦，第三個行苦；八苦實際上就是三苦的頭一條苦苦，苦苦講了八種。苦苦，下面這個「苦」是名詞，上面這個「苦」是動詞、是形容詞。苦苦裡面，這是一切眾生不能避免的，生、老、病、死，這叫四苦，誰都不能避免。你做到皇帝，你也沒有辦法避免生老病死；你貧賤是個乞丐，你也不能避免生老病死。生之苦，我們忘掉了，但是佛在經上跟我們講得很清楚，一定要知道，為什麼？你出不了六道輪迴，你還去投胎，投胎不又有生嗎？老苦、病苦，這個我們親身都能體驗到。自己雖然年輕，看看老人，尤其看看現代社會的老人，兒孫孝順的太少了，兒孫能夠照顧老人的，現在愈來愈稀有，老人可憐！老人要受這個果報。為什麼？我們這一代沒有照顧上一代，我們造的因不善，那下一代還能照顧我們這一代嗎？因緣果報。我們沒有孝順父母，要叫兒女孝順我們，沒這個道理。所以現在人造作的，就是不善因，果報我們推想當中，決定不是善的果報。所以現在社會政府負責養老，世界許多先進國家都有退休養老的制度，這個制度有些國家做得很不錯，我們也看過很多，距離盡善盡美那是一個很長的階段。

好，今天就講到此地。