

諸位同學，請坐。請看「菩薩問明品」，第八助道甚深，智首菩薩偈頌第四首，我們還是把這個偈子念一遍：

【慳者為讚施。毀禁者讚戒。多瞋為讚忍。好懈怠精進。】

前面三句上一次介紹過了，現在我們看第四句，懈怠；遇到懈怠的人要『讚精進』。這一條跟前面有點不一樣，前面是很嚴重的煩惱，貪瞋痴，所以這個讚歎要具足真實的智慧，要有善巧方便，才能夠收到真正讚歎、真正幫助眾生的善巧。一般懈怠懶散的人也可以勉勵他精進，當然精進的程度有淺深廣狹不同。對於懈怠的人，不能夠講水平很高的精進，那個他做不到。

現在特別是接引初機，世尊教導初學的經典都不很深，而且都不很長，但是裡面的義理同樣是非常的豐富，要細說也得要相當長的時間。譬如《十善業道經》，經文並不很長，可是裡面涉獵的範圍太廣大了。我們也是為初學來介紹，總共講了八十個小時。我看到在國內外都有本子出來了，好像照錄音一句一句寫下來的。我沒有看過這個本子，但是這屬於所謂是口語文學，當然裡面還有些錯誤。特別是人名，他是根據發音來寫的，所以說是難免有錯誤。這些名詞術語也會有些錯誤，還好不太多。這種本子，初學講經的人很得受用。但是初學講經如果懈怠懶惰，就用這個本子拿去照本宣科，是行，但是不能有進步。

學講經可以以這個本子做底本，要重新寫講稿。為什麼要重新寫？你要細心去觀機，我講這部經是在什麼時候講的？是在什麼處所講的？是為哪些聽眾講的？你學講經，時間、地點、聽眾跟我都不一樣，所以你依照我這個方式去講，未必契機。你要是仔細細心

去觀察，用這個做一個基礎，重新再寫一個講稿，你會有進步。而且講稿決定不能說一個講稿用一輩子，你不但不能開悟，你也沒辦法進步。要怎樣學習才有進步？每講一次要重新寫一次講稿，你就會有進步了。那你要精進才行，懈怠就做不到了。懈怠的人，寫一遍已經很不容易了，叫他每次講都寫講稿就相當不容易。但是我們把精進的尺度放寬一點，不要要求那麼嚴格，怎樣呢？你每次講，把你的講稿修訂一次，比重寫要方便多了，這也是個辦法。最好是重寫，重寫進步最大；修訂也還好；如果照原來的這個本子去講，你是毫無進步。這是舉一個例子，精進能對治懈怠。

大乘教裡面佛常常講「菩薩唯一善根」，只有一個善根。你看世尊講世間善根，世間是講六道裡面的所有一切眾生；善根，根能生，就像樹的樹根一樣，它會發芽，它會慢慢長大，長成許許多多的枝葉，開花結果。根能生，佛用這個做比喻，什麼叫善根？能生一切善法，這叫善根。惡也有根，那個根能生一切惡法。三善根是什麼？無貪、無瞋、無痴，也就是不貪、不瞋、不痴；於世出世間法都沒有這三個字，所有一切善法都生起來了，所以叫三善根。

你看看《十善業道經》，這講十善業，十善業後面的三條，不貪、不瞋、不痴。身業是不殺生、不偷盜、不邪淫；口，不妄語、不兩舌、不綺語、不惡口；意，不貪、不瞋、不痴，三善根，這叫十善。十善反過來就是十惡，十惡裡頭貪瞋痴稱為三毒，所有一切的惡法都從這地方生的。佛教一切弟子（教學生）從哪裡學起？從十善業學起。所以十善業在佛法裡面是共同科目，不論你是小乘大乘、宗門教下、顯教密教，只要是佛陀的教學，都是從這裡學起。所以它是共同科目，而且是基本的科目、必修的科目，一切法都以這個為基礎，你說這個多重要。

懈怠、放逸、懶惰，他就不能修了，必定墮在十惡裡頭。所以

菩薩善根只有一條，什麼？精進。這個地方我們一定要明瞭，菩薩已經具足了三善根，他要沒有三善根，他拿什麼來精進？這一點我們要懂，三善根具足。三善根再不斷往上提升是精進，進是進步，精是不雜，純而不雜。我們在初學，初學能夠守住古來祖師大德的教誨，「一門深入」，精，「長時薰修」，進，這精進。注意這個詞句，一門深入，要深入，入是入境界。

佛說一切經，不管這個經分量的大小、義理的淺深，這你統統不必去問，只要是佛說的一切經必定具有四個特質。這四個特性是什麼？教理行果，一切經統統具足。不具足這四個特性，不能稱之為經。教是教學，世尊當年在世是言語，教你；世尊滅度之後，當年這些教誨，由弟子們把它記錄下來成為書本，這是教。所以現在我們稱教，教是書本，教科書。這教科書裡頭有道理在，你要懂這個道理。譬如佛講十善，不殺生有不殺生的道理，不偷盜有不偷盜的道理，不淫欲有不淫欲的道理，字字句句都有理。有理有事，事就是行，我們怎麼落實，我們怎樣去做，怎樣把這些理論變成思想，把佛的教誨變成我們生活行為，你就得受用了，那個受用就是果報。所以一切經都具足教理行果，我們也稱為四種經，教經、理經、行經、果經，經有這四分。

你明瞭通達，你認真學習，一門深入，初學。初學的時間很長，長到什麼時候？長到你大徹大悟之前，最好你是一門。一門你開悟得快，你要同時學很多門，你開悟得就很慢。這個東西古大德有比喻，好比打仗。你把你的兵力統統集中在一點攻一個地方，容易攻破。人家防是四面八方都要防守，兵力是分散的，你進攻時攻一點，很容易把他攻破。如果你把兵力分散了，他有多少防衛，我多少地方去攻，很不容易攻克，力量分散了。求學亦是如此，你把整個全心全力搞一門，一天到晚想的就是這一門，沒有想到別的地方

去，容易得定，容易開悟。常常有悟處，這悟是小悟。積小悟，積多次的小悟就大悟，積多次大悟就徹悟，祕訣就在一門，不能搞多。搞多是什麼？貪心。你看看，麻煩不麻煩？搞多的時候，不遵守佛菩薩、老師的教誨。佛菩薩、老師都教你一門，你怎麼能搞那麼多？

「四弘誓願」是一切諸佛如來自己修學的心得報告，也是接引眾生的指導原則。第一個教你發心。為什麼？發心就是我們世間人講立志，人要不立志，什麼成就都談不上，他的一生當中，他沒有方向，他沒有目標，怎麼能談得上精進？不要說精進他沒有，雜進他也沒有，他沒有法子進，他沒有方向、沒有目標。所以第一個誓願是方向目標，你看看，一切諸佛如來方向目標是什麼？「眾生無邊誓願度」，這麼清楚，這麼明白。

眾生在迷，迷，哪有不幹錯事情的道理！所以對於世出世間一切法想錯了、看錯了、說錯了、做錯了，後面的果報苦。你看佛菩薩的心願，幫助一切苦難眾生。這一切苦難眾生是講十法界，十法界裡面有菩薩有佛，他苦嗎？苦。苦在哪裡？一品無明都沒破，所以他證得的果位是相似位，不是真實的。像念大學，他是預科生，不是正規生，這裡頭差別很大。所以十法界的眾生，是一切諸佛菩薩接引幫助的對象。我們一學佛，佛就把這個目標方向就傳授給我們了。

我們要跟諸佛菩薩一樣，眾生無邊誓願度。這是一個很巨大的力量，推動我們在菩提道上精進。為什麼？如果為自己，懈怠懶散一點無所謂，凡人苦難，我受了就算了，一切慢慢來。現在這麼多痛苦的人、苦難的人等著你去幫助，你早一天成就，他們就早一天得度；你遲一天成就，他們就多受一天罪，多吃一天苦。想到這個地方，能不精進嗎？斷煩惱、學法門、成佛道不是為自己，是為眾

生，為一切苦難眾生，你能不能懈怠？你懈怠，你就是忍心看這些眾生受苦。儒家說人皆有惻隱之心。什麼叫惻隱之心？看到那些遇難的人，自自然然你會伸手拉他一把，你會主動去幫助他，絕對不附帶任何條件；我幫助你，希望你將來回報，沒這個念頭。看到立刻就援救，觀世音菩薩的慈悲，眼到手到，千手千眼表這個意思，這是精進的動力。

惻隱之心就是悲心，我們佛家講的大悲心，儒家講的惻隱之心。大悲心是性德，是自性裡頭本來具足的，人人都有。現在迷了，迷而不覺，怎麼辦？這還是要宿世有緣，這一生當中遇到善友，善友教導我們、勸導我們，我們醒過來了，悲心發出來了。這個悲心，首先憐憫自己，真的自己在這個娑婆世界過苦日子。諸位不要以為我們現在過得很辛苦，那些有錢、有地位的人他們很享受，那你完全想錯了。那些富貴的人有富貴人的苦處，貧賤有貧賤的苦處，不一樣。雖然苦得不一樣，但是受那個苦難沒有兩樣，這不能不知道的。

譬如富有的人，他苦在哪裡？患得患失。現在我們看得很清楚，擁有億萬財產的人他晚上睡不著覺，天天要吃安眠藥。為什麼？怕他的錢丟掉。你看看每天報紙廣播裡面講股票的漲跌，他那個心跟著那個跳動，很苦，不是味道；又怕人偷，又怕人搶，又怕人總總方法佔他的便宜，患得患失。財富太多了，怕人搶劫；自己居住的地方，要跟好多保安人員，請一些保鑣，把自己關在籠子裡頭，沒有自由。所以古人講的一句話講得好，「富不如貧之無慮」，比不上貧苦的人，貧苦人沒有這些牽掛，富裕的人牽掛多，牽掛就苦。貴，有地位，做高官的，他一天到晚也提心吊膽，怕事情做錯了，官丟掉了，要維護他的權位，也是操心不安，所以「貴不如賤之常安」。你不曉得富貴人的苦處！你看到貧賤之苦，你沒有看到富

貴之苦。富貴之苦，吃的那苦不亞於貧賤。所以佛說得好：三界統苦。這話說得真的道理。

我們接觸到佛法，我們的苦處在哪裡？迷而不覺，邪而不正，染而不淨。能夠在這上覺察到自己的苦，這個人是已經開始覺悟，不迷惑了。可是這個問題要解決，怎樣破迷開悟？怎樣斷惡修善？善惡你要能把它辨別清楚，要智慧。為什麼？世界有很多似是而非。你看看了凡先生在《四訓》裡面講過，善有真有假，你有能力辨別嗎？哪是真善？哪是假善？有半有滿，什麼樣的善裡頭有欠缺，什麼樣的善它是圓滿的，了凡先生講了八種，我們有沒有能力來辨別？善如是，惡也如是，那是相對的。你都得要搞清楚、搞明白，然後自己怎樣去取捨，這不容易，大學問。

所以學佛，學道，求學，這在人生當中非常重要，諺語所謂是「活到老，學到老，學不了」。要怎麼辦？勇猛精進，不能睡眠，睡眠是懈怠。人生光陰有限，真正精進的人一天二十四個小時不夠用，那怎麼辦？減少睡眠，調養自己的生活習慣，寸陰不捨。這個寸陰是什麼？一寸，陽光移動一寸的這個時間叫寸陰，幾分鐘的時間都要把它抓住，不能讓它空過。一天空過，那還得了？一個月空過，那還有什麼成就？世間法裡頭，求名聞利養、求五欲六塵的他都戰戰兢兢，又何況學道？

世間一切法，說穿了大家都知道，誰能帶得去？沒有一樣帶得去的。人到這個世界來，赤手空拳來的，將來走也是赤手空拳走。佛門裡有一句老話說「萬般將不去，唯有業隨身」。這世間什麼東西你都帶不去，你能帶去的是業，這個話有很深警惕的意思。你既然曉得帶得去的是業，我們希望帶善業還是帶惡業？無量劫來，我們迷的時候多，覺的時候少，迷了性德統統造惡業。所以我們惡的習氣力量強大，一點點小惡就把惡習氣引發出來了；善的習氣薄弱

，這一點點小善無動於衷，引不出來，必得是大善，這動了心；小惡的時候，惡習氣它都現行。你從這個地方細心去觀察，看別人容易。看別人，別人是一面鏡子，回過頭來照自己，這叫真正有智慧，真正會修行。回光返照，你才能照見自己。

我們自己在日常生活當中，善業多還是惡業多？從早到晚起心動念、言語造作肯定是惡多善少。把這個事實看清楚了，你就想到前途非常可怕。惡多善少，將來肯定是三惡道去了，三善道希望很渺茫。趁著現在這一口氣還在，認真努力斷惡修善，這一般宗教裡面講悔改，佛門裡面講懺悔。懺悔不是口頭說的，不是在佛菩薩面前磕頭頂禮供養求佛菩薩饒恕，沒這回事情。什麼叫懺悔？改過自新叫懺悔。我把我的不善的習氣、不善的行為改正過來，這叫真懺悔。

早年章嘉大師教給我，我年輕時候習氣很重，他教我，先給我一個希望，他說：佛氏門中，有求必應。這我們聽了很歡喜，給我一個希望。接著說：你求的時候求不應，求沒有感應，那是什麼？你業障很重。必須把業障懺除，感應自然現前。怎麼個懺法？老師說一句話：惡業後不再造，從前已經做了，那你就不要去管它，以後不能再造，這叫懺悔。他沒有教我在佛菩薩面前去許願什麼，他沒有，他只教我知過能改，後不再造，這叫懺悔。所以善知識是比什麼都重要，這是完全講的是真話，跟佛經上所說的完全相應。

天天你去反省，發現你的過失，這叫覺悟。我們佛門常講開悟了。開悟，好像是很玄，其實不玄，開悟是知道自己的過失，就覺悟，知道自己錯了。有些人愛面子，知道自己錯了也不肯承認，這種人就沒辦法了，這個人佛菩薩都救不了。善知識教人，教什麼樣的學生？知過能改，這好學生。你看孔夫子底下最好的學生顏回，夫子常常讚歎他。顏回知過能改，比其他的同學認真，所以夫子讚

歎顏回「不貳過」，不貳過就是真正懺悔，過失只有第一次，沒有第二次。

由此可知，顏回天天在改過，所以他的德行往上提升。但是顏回短命，三十幾歲就過世了，孔老夫子心目當中的傳人。這在我們世間人講，這麼好的人為什麼沒有好報？實在說，我們看的眼光短淺，我們只看現前這一段，如果我們能夠看到過去、看到未來，那就不一樣。能看到未來，顏回生天，提早生天。怎麼知道？善與善相應，惡與惡相應，顏回的心善、思想善、行為善，哪有不生天的道理！他早走了，早走是人間沒有福報，得不到他的教誨。雖得不到他的教誨，夫子的好學生還是很多，一百年之後出了一個孟子，孟子繼承了孔夫子的道統，夫子有了傳人。所以你要往三世看，你才真正能夠得到那個實情，實際的狀況你才曉得。看一世看不準，看三世你就明瞭了。

同樣一個道理，眾生有福，這個時代就感應聖賢出世，感應佛菩薩、天人就下凡來幫助這個社會，來教化眾生。如果眾生沒福，這些人來不來？不來。為什麼？來了沒用處，你跟他講這些，這些眾生不能接受。他的思想不善、言行不善，但是他也有感應，起什麼樣感應？跟阿修羅有感應，跟羅刹有感應，這些人都來了。為什麼？跟他志同道合。不善跟不善感應，善跟善感應。

我們想想看，佛告訴我們，阿賴耶裡面善心所十一個，不善的心所二十六個，這是我們說因，親因緣，因。因，善少惡多，善的力量弱，惡的力量強，所以我們人學好不容易，學壞很容易，就這個道理。那要怎樣保住我們的善，我們不至於學壞？要靠教育，聖賢的教育就是從這個地方興起來的。我常常講，聖賢教育有個原點，這個原點「父子有親」，親愛，那是聖學的原點，世出世間法都在這個原點上。如何保持愛心，佛家講慈悲心，儒家講惻隱之心，



保持到是你在一生當中永恆不變，那麼你就不會學壞了。

更進一步，要把這個善心善意發揚光大。這個發揚光大就是五倫，所以五倫是性德，五倫是自然的。父子有親愛，對父母、對祖父有親愛。這一發揚光大，對你的家族、對你的親戚都有愛心。在這個社會上有領導跟被領導，這個愛心在領導跟被領導這個關係裡面就是道義，道義是愛。在家庭裡面，夫婦有別，這個別就是各有各的任務，那是愛，那是親愛。長幼有序，哥哥姊姊愛護弟妹，弟妹能夠尊敬兄長、尊敬姊姊，這是親愛。朋友有信是親愛，名詞不一樣。再擴而大之，「孝悌忠信，禮義廉恥，仁愛和平」，都是那個親愛發揚光大出來，就是那一個原點裡面。像一棵大樹一樣，原點是根，八德倫常就是這棵樹的枝葉，天然的。一定要靠教育，沒有教育很容易迷失。

今天社會動亂原因在哪裡？我們看得清清楚楚、明明白白，沒有人教了，沒有人提醒了。所以儒家聖人講「人之初，性本善」。人性本善，佛法講「一切眾生皆有佛性」。佛性就是本善。我們從講經教學，從辦《弟子規》的講習班，特別是《弟子規》講習班裡面很明顯，因為它不是佛法。凡是聽經的都是學佛的，不學佛的人他不會來聽經。可是《弟子規》的講座，這就很多人來聽，聽了二、三天就很感動。我們從他這感動當中就看出來什麼？人性本善。很多中年人，四、五十歲的人，還有七、八十歲的人，感動得流眼淚。你看，迷了五、六十年，迷了七、八十年，沒人說不知道，現在一下聽到的時候就有感動，可見得人性本善是真的不是假的。這樣的補習教育重不重要？非常重要。所以我們提出來，希望男女老少各行各業大家一起來學，轉移社會風氣這個方法是最有效的，也是最快速的。除這個之外，找不到第二種方法。

大家都明白這個道理，你就會教子弟了。你生了小孩，你就會

教了，底下一代一定有聖賢人出來。這一代我們不能不做惡補。聖賢呢？聖賢我們看著下一代。為什麼？有好的父母親才有好兒女。為什麼？你懂得教育。教育要扎根，扎根是在一生下來就教，到五、六歲的時候根就奠定了。中國人常講：三歲看八十，七歲看終身。有道理，非常非常有道理，七歲那個根就定型了。懈怠就沒法子了，就大障礙。所以只有勇猛精進，我們才能做到。現在時間到了。

諸位同學，請坐。請接著看第五首偈，下面第五首偈前半段：

【亂意讚禪定。愚痴讚智慧。】

這兩句我想我們同學們讀到了都會有很深的感觸，為什麼？我們現在確實是『亂意』、是『愚痴』。亂意，妄想雜念太多，每個人都知道很嚴重的煩惱，總想能把這個煩惱消除。用什麼方法？什麼方法都不力，佛法好，沒用，用不上力。這什麼原因？佛法確確實實，在佛法是『禪定』，我們今天用禪定能不能把妄想雜念伏住？伏不住，這你一定要去尋求原因在哪裡。禪定不能成就，什麼原因？沒有精進。諸位要記住「精進」這兩個字，精是純而不雜，進是不退轉，我們這兩個字沒有做到，所以得不到禪定。在念佛法門裡面就是「一心不亂」，我們沒有辦法念到一心不亂。

古大德常常跟我們講一心有三個等級：最高的理一心不亂，其次的事一心不亂，再其次的功夫成片。我們今天就是再其次的功夫成片都達不到，這是什麼原因？確確實實我們的修學沒有精，當然也就沒有進。為什麼沒有精進？前面講的不能忍。諺語常講：看得破，忍不過。好，忍不過，你就沒有辦法做到精進。沒有精進，哪來的禪定？為什麼不能忍？不持戒。為什麼不能持戒？沒放下，布施是放下。所以你看這六度它有層次的、有先後的。你不從頭認真學起，你在後面想起空中樓閣，哪有這回事情？那是辦不到的。

布施是放下，比什麼都重要。放下一切煩惱習氣，放下一切惡業，這持戒，放下就能持戒了。持戒，一定要從弟子規、十善業下手。沒有弟子規、沒有十善業，你持戒沒有根，後頭全都沒有了。這兩種根一定要知道「一門深入，長時薰修」，時間是一年。這一年當中，別的功課暫時放下；這個放下，不是說不念了，時間少一點。譬如，我過去修《無量壽經》、我念阿彌陀佛，在這一年當中，《無量壽經》照念，佔的時間不長，佛可以念少一點，早晚課誦念、念佛，大部分的時間學《弟子規》。就是在時間分配上，我每天用功夫的時間，早晚課兩個小時，其他的在《弟子規》上至少要用十個小時。

因為《弟子規》是生活教育，就在日常生活當中，起心動念、言語造作就依《弟子規》去做，希望一年當中把這個根紮實。紮實之後，你一輩子受用。不是說這一年學了，第二年就不要學了，那就錯了。一年當中把它學成，你一輩子都不會違犯。然後再用一年的時間，就是兩年時間，再用一年的時間落實十善業。十善業的落實，蕩益大師的《節要》非常好。十善、十惡他都講得那麼樣的簡單、那麼樣的詳細，確實他做到了簡要詳明，簡單扼要又詳細又明白，把這十條做到。十條跟弟子規就融合在一起，你是真正的善人。經典一展開「善男子，善女人」，你聽到就非常親切。為什麼？你在其中。弟子規、十善業沒做到，經上講的「善男子，善女人」，沒你的分，你不在裡頭，感受完全不相同，這不能不知道。

有這個做基礎，什麼都能夠忍耐，自自然然精進，你會尊師重道。老師給我們的教誨，「一門深入，長時薰修」，這個規矩到什麼程度？到開悟。你看《華嚴經》上文殊教善財，善財童子到文殊菩薩會下大徹大悟，明心見性，才叫他出去參學，你可以出師了。出師就是現在人講的畢業，你畢業了，不管什麼你都可以接觸。什

麼都能聽，什麼都能看，什麼都能接觸，絕對不會有副作用，不會迷失自性，而能夠增長你的後得智。後得智是什麼？無所不知。文殊菩薩會下成就叫根本智，根本智是無知，「般若無知」，無知是在文殊菩薩會上成就的；後得智是無所不知，無所不知是在五十三參裡頭成就的。你們想想看這個味道，成就般若波羅蜜，真的叫成就究竟圓滿的智慧。

所以你不忍怎麼行？忍從戒來，戒從施來。我修學的好處，章嘉大師首先教我學布施，他老人家教我看破放下。我說從哪裡下手？布施。你看只講布施，不講持戒，其他都不講。你先學這個，告訴我要學六年。真的，學六年之後，我才懂得持戒，才懂得忍辱。循序漸進，不能躐等。今天我們修學有了問題，問題真正的因發生在哪裡？發生在慳貪，不肯布施，所以下面全都沒有。你放不下，你還會有什麼成就？放不下自己，你的願都是假的。「眾生無邊誓願度」，嘴皮上發的，不是從你心上發的，說說而已，沒有這個心願。所以，沒有這個心願，就沒有這個力量在推動他。這個大願是很大的力量。然後有這個願望，真正發了這個大願，從哪裡做起？斷煩惱做起。你看，六度完全是自利，底下四無量心才是利他，慈悲喜捨是利他，這完全是自利，就是自度。自己不能度，怎麼能度他？

我遇的善知識，確實是很幸運，第一天傳給我，直截了當，沒有麻煩，言語簡單，很少。我對老師尊敬，這是從小養成的，尊師重道。老師看人、看學生也很會看，看你這個人誠不誠實、老不老實？是不是像真幹的樣子？老實，像真幹的樣子，他就跟你說真話。我們聽了之後就真幹，他老人家叫我幹六年，我真的幹六年。六年之後受戒了，我是第七年出家的。所以這個基礎教育你要不認真努力學，你以後怎麼能發展？你以後有什麼能力抗拒現代社會這種

的誘惑？你如何能保全你自己不受誘惑？太不簡單了。我們今天就是年輕時沒學，現在補習，惡補。要非常認真努力，學成本事能抗拒外面的誘惑；名利的誘惑、五欲六塵的誘惑。你有這個能力抗拒，道業才能成就。這個道業就是布施、持戒、忍辱、精進，你才能有成就。你要是禁不起誘惑，一點成就都沒有，這個道理不能不懂。

妄念太多，這是我們修學很大的障礙，這個障礙影響我們求生淨土。求生淨土的條件，《彌陀經》上講的「一心不亂，心不顛倒」，一心不亂是禪定，心不顛倒是智慧，心不顛倒就是清清楚楚、明明白白，是慧。我們這一生當中最大的願望成就這兩樁事情，我們這一生沒有白來了，這一生沒有白修了，真的有把握往生。定不下來怎麼辦？你就想到精進重要。用什麼方法攝心？每個人根性不相同，不是同一種方法。用念佛攝心，比較講起來是佔多數，念佛攝心。可是念佛同修當中還有不少的人念佛不能攝心，那你就得用另外的方法。念佛怎麼樣？還是起妄念。這個事情很嚴重，就像病一樣，重病，這不是輕病，一定要想辦法對治。我自己的根性不好，持咒、念佛都很難收心，就是持咒、念佛都會打妄想。用什麼方法？我用讀經研教。你要專心，要專注，妄念就少了，我用這個方法。

妄念少，念佛功夫就得力；妄念多，念佛功夫不得力。怎樣除自己的妄念，重要。妄念，頭一個要看破，看破是般若，這得要大經來幫助。如果我們程度不夠，也沒有這個緣分，很難涉獵這些大經大論，古人有個好方法，《金剛經》。《金剛經》是六百卷《大般若》裡面的精華。你看江味農居士的《金剛經講義》，他就說得好：《金剛般若波羅蜜》這一卷是六百卷《大般若》的綱要。這話說得有道理。換句話說，你能夠受持《金剛經》，你就等於受持六

百卷《大般若》。

《金剛經》如何受持？實在講，只要記住幾句話就行了，你就不會迷失了。《金剛經》上告訴你，「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」，你還有什麼放不下？都不是真的，凡所有相皆是虛妄。你在虛妄裡頭，你要去執著，你要去分別，你要去得到它，錯了，完全錯了。常常用《金剛般若》這幾句話在日常生活當中提起觀照。譬如我們遇到這些五欲六塵、名聞利養，這個東西現前的時候，你能把這幾句話念一念，你的心就淡了，你就不會那麼執著，不會那麼樣的去競爭，觀照。對於自己修行功夫上，常常要想到，這個想到就是觀照，「無我相，無人相，無眾生相，無壽者相」，還有什麼好爭的？所有一切對立、爭執、矛盾全部都化解了，只要幾句話就行了。

還有更簡單的，《般若心經》，「照見五蘊皆空，度一切苦厄」。一切苦是十法界，只要你能照見五蘊皆空。所以整個《般若經》，我是用了四句話做了總結，「一切法，無所有，畢竟空，不可得」。你能真正把這四句記住，你自自然然會徹底放下，一點障礙都沒有。這個時候的心境漸漸與自性就相應，智慧自然生起，這叫看破。然後你才能放下一切境緣，境，物質環境；緣，人事環境。放下不是捨棄，心裡頭沒有罣礙，到這個時候你要真正放下，放下之後怎麼辦？要提起。什麼叫提起？就是後面的慈悲喜捨，你自己得解脫，你現在要幫助別人；雖然幫助別人，自己決定沒有絲毫染著。

所以，自行跟化他是一不是二。在化他過程當中，提升自己的境界，提升自己的功夫，對自行毫無障礙，那就是提升自己的六波羅蜜，六波羅蜜才能得圓滿。那一定要到如來地，這六度才圓滿。所以到自己契入境界的時候，你要全心全力去幫助別人。自行跟化

他是一不是二，絕對不會說，我幫助別人妨礙自己，沒這個道理，那你還是兩樁事情，你沒有入門。門是什麼門？不二法門。破一品無明，證一分法身，就是入不二法門。十法界裡面沒入，自行化他是兩樁事情，沒入。破一品無明就入，一多不二，性相不二，理事不二，因果不二，自他不二，生死涅槃不二，煩惱菩提不二，這個時候你得大自在，你得大圓滿。

這個大自在、大圓滿是對十法界說的，十法界裡頭沒有。雖然是大自在、大圓滿，還沒有究竟。究竟的大自在，究竟的大圓滿，如來果位，等覺菩薩還差一點。這就是《華嚴經》上所講的四十一位法身大士，個個都是大自在，個個都是大圓滿，但是距離究竟有淺深不同。愈是高位的距離究竟近，位次低的距離得遠，全部都稱之為大自在、大圓滿。因為那個完全回歸到自然，回歸到自性，才稱為大。這個大不是大小的大，大小的大沒有入；大小不二就入了，所以入不二稱之為大。這個大是讚歎之詞，不是大小。

我們現在要回過頭來看自己。自己妄念這麼多，用什麼方法？這自己一定要去思惟、要去研究，許多方法都可以做出試驗，各人根性不相同。在我們一般客觀的看法，現在大多數人，現在講什麼？知識分子，知識分子他接收外面的訊息太多，把思想搞亂了，我們叫頭腦搞亂了，所以妄想特別多。對治的方法，我們就少接觸外面的資訊，不是很必要的不接觸。我的根性不是上根，中下根性的人，所以我要用方法來克制。我大概在四十歲的時候（出來講經四十歲），不看電視，不看報紙，所以到現在差不多是四十年，我知道東西很少。一些書，書也不看了。圖書我是很完備，有時候做講經參考，不把這個時間放在這上面。把時間統統用在經教上。

我是用研究經教、講經這個方法來幫助自己收心，減少妄念，這對我確實有很大的效果。而且經教愈深入，觀照功夫愈得力，愈

來愈知道這事實真相。事實真相是畢竟空、不可得，得失的心沒有了，什麼事情一切都隨緣，決定不攀緣。弘法利生也是隨緣，有緣就做，沒緣不找麻煩。想想古來的大德，住在深山裡頭幾十年不下山，我非常羨慕，我沒這個緣分。現在縱然有緣分也不行，我要到深山裡面去自修，對不起眾生。眾生需要聽經，現在沒有人代替我。如果有人代替，我找到個替身了，他能夠講《華嚴經》，講到我也很歡喜，我給他磕頭，這個就讓給他，我就可以到深山裡去住山去了，去過古大德的那個方式。這沒有緣，行。有這麼多人在那邊等著，希望來聽經，希望在一起學習，這不能夠辜負大眾。我們講到現在說的客觀環境不容許，我們就恆順眾生，隨喜功德。

李老師教我，紅塵裡面修清淨心，這裡頭修成，是真的；修不成，馬上就退轉了、就墮落了。所以自己總是很小心謹慎，摒棄外緣，時間一定用在讀經，用在研教，用在講經上。跟大家這麼多同學，我們一起來修學。除了現前的，還有在網路上的，還有在衛星電視上的，甚至於還有很多家裡頭拿到光碟。究竟有多少人，我不知道，我也不想知道，我也不要去計算。為什麼？分別執著，這錯了。不分別、不執著，隨緣不攀緣，身心自在，不要給自己有一點壓力。給自己壓力，錯了。壓力從哪來的？都是患得患失，粗的；細的，分別執著，從這來的。

我們現在很清楚、很明白的了解，有這個認知，宇宙是一體。《華嚴經》講得多好，「應觀法界性，一切唯心造」，出現品裡面說「唯心所現，唯識所變」，宇宙是一體。所以這經上我們常常讀到，「十方三世佛，共同一法身；一心一智慧，力無畏亦然」，什麼是我們的法身？整個宇宙是我們的法身。你能認知這一點，你的慈悲喜捨自自然然展開了，你的愛心遍法界，善意滿法界，純淨純善，一絲毫的過惡都沒有。對待一切眾生就是對待自己，我不希望



自己有不善，不希望自己造罪業，不希望自己迷惑顛倒，這些迷惑顛倒的人就是自己迷惑，這些造作不善的人就是自己造作。

一切諸佛如來，為什麼要應化到十法界去幫助這些眾生，這個道理你懂了嗎？一體。就像我們這個身，這身是一體，這個地方有點癢了，自自然然去給它搔癢，還要問什麼理由嗎？沒有了。為什麼？一體。十法界眾生在受苦受難，跟自己是一體，就像左手臂上有痛癢，右手趕快幫忙它搔搔癢，哪有理由可講？沒有。所以佛講的一句話，講得很有趣味，「法爾如是」，自自然然是這個樣子。你左手這些痛癢的時候，右手去摸摸它，自然的，還要左手去請求嗎？哪有這種道理！破一品無明，證一分法身，你就入這個境界。

所以我們想到自己妄念這麼多，不能不用方法來克服。一心一意為眾生服務也是個辦法，你看哪一種有效。我們所看到的，民國年間的事情，倓虛法師說他早年遇到的修無師，這是哈爾濱極樂寺開戒時候，他在那邊幫忙。修無師一生都是在寺廟裡面修苦行，他不認識字，沒有念過書。沒有出家之前他做泥水匠、做小工，所以一生吃苦。出了家之後，寺廟裡面有粗重的工作他去做，苦行僧，在苦行上面也能攝心。念到自己的命苦，環境苦，一心向佛了，為常住、為大眾來服務，修一點福報；這一點福報，他往生的資糧。什麼都不求，就求往生。你看走的時候走得那麼自在、那麼瀟灑，預知時至，無疾而終，他沒生病，佛來接引。

縱然自己煩惱習氣太重，不能持戒而破戒，還是有救。你看看《淨土聖賢錄》裡面宋朝的瑩珂法師，那是破戒，不守清規，他有善根。什麼善根？自己很清楚，死了之後一定墮地獄。想到地獄苦，怕了，這入地獄不得了。問他這些同參伴侶，有什麼方法能救，這同參道友也不錯，找到一本《往生傳》給他看。

他看了之後非常感動，真的發心念阿彌陀佛。三天三夜，不眠

不休；三天三夜沒有吃飯、沒有喝水、沒有睡覺，拼命念，真的感動了，把阿彌陀佛念來了。佛告訴他：你的壽命還有十年。你這十年的時間好好修，到你臨命終時，我來接你。瑩珂法師跟阿彌陀佛說：不行，我的劣根性很重，禁不起誘惑，十年當中我不知道又做多少罪業了，我的十年壽命不要了，我現在就跟你去。阿彌陀佛真慈悲，也就答應他了，阿彌陀佛說：好！三天之後我來接引你。他高興得不得了，門一打開，告訴大家，三天之後佛來接引。家裡一般人都說他說瘋話，沒人相信，你這種人念三天佛怎麼就能往生？反正時間很短，三天之後看你怎麼辦。三天之後真走了，也是無疾而終。懺悔的功德不可思議，像瑩珂他真有智慧，十年壽命不要了，提早走的。這些例子自古至今很多很多，我們聽到了，我們看到了，你還會有懷疑嗎？

疑是菩薩最大的障礙，疑障礙了信心，半信半疑決定不能成就，真信。佛哪會騙人？佛教我們不妄語，他怎麼會妄語？我們今天教學，為什麼學生這麼難教？自己沒做到，所以你難教。佛為什麼好教？佛統統做到。佛教你不妄語，他一生當中沒說過一句妄語，服了；佛教你不兩舌，他一生當中從來沒有挑撥是非，你怎麼能不服？佛教你不貪，你看他什麼都放下了，富貴榮華他命裡有的，不要了，全部都捨掉了，這時候叫你放下，你心服了。

所以自己先做到再教人，好教。自己沒有做到，教人就難了，人家不相信。尤其是這個時代，所謂是知識爆炸的時代，什麼叫知識爆炸？胡思亂想的時代。你一接觸到，你看現在是電視、電影、網路、歌舞這些娛樂的節目，全都是教你胡思亂想，跟古時候不一樣。古時候這些娛樂全是教育，都遵守孔老夫子最高的指導原則「思無邪」。娛樂當中不能讓你起邪思邪念，那是多麼的高尚、高雅。現在這個跟從前不能比，以前是可以欣賞，賞心悅目，現在沒有

了，現在你接觸生煩惱、動感情，所以像這些我們都要明瞭。

書，不能亂看，我自己有經驗。我在初學佛的時候，五十年前，那個時候的書店，用現在的話說，磁場很好，進入書店、進入圖書館，心裡很寧靜、很舒暢；現在的書店進到裡面去，磁場很不好，進去之後很難過。那就是什麼？這書籍裡頭的內容是亂七八糟的，亂意。現在圖書館比書店稍微好一點，裡頭還是有亂意，我們進去之後感觸非常的明顯，這就曉得現在書籍裡頭內容不好，都是些邪知邪見，都是教你邪思亂意，你說怎麼得了！

所以一定要在日常生活當中去試驗，用念佛或者是持咒、用持戒，用種種這些方法，哪一種方法有效就用哪一種。到不能產生效果，可以再換一種，但是一定不離開我們修行的路線，方向目標決定不能夠失掉。我們的方向，西方極樂世界，我們的目標，極樂世界親近阿彌陀佛，時時刻刻求佛力加持。「亂意讚禪定，愚痴讚智慧」，唯有定跟智才能真正成就。今天時間到了，我們就講到此地。