

如何挽救社會風氣系列（一）—佛教是什麼（第一集）

1997/6 台灣緯來電視台 檔名：24-001-0001

各位觀眾：常常有人感歎，現在文明社會人們的生活越進步，心靈反而越空虛，人與人之間的距離也越來越遠，所以很多人想借助種種的宗教，以求得心靈的寄託。也有很多人想學佛，但是因為對佛教缺乏一種正確的認識，所以往往達不到預期的效果，反而有所誤導。今天我們很高興為您請到了當代佛教高僧，淨空法師，在節目中為我們詳細開示佛教的真正意義，使我們對佛教的本來面目，有一個正確的觀念。

淨空法師早年追隨方東美先生學習哲學，後來又受教於章嘉大師，以及李炳南大德學習佛法。法師二十六歲學佛，三十二歲出家，講經說法至今已經四十年，足跡遍及海內外。尤其是以新加坡、美國、馬來西亞、中國大陸等地，法緣更是殊勝。法師通宗、通教，說法深入淺出，契機、契理，深得說法三昧。而近年則是專修、專弘淨土法門，於世界各地提倡成立淨宗學會，做為弘揚和修行淨土的道場。

訪問者：法師，您好。

師父：你好。

訪問者：我想首先請教法師，這個佛教到底是什麼？它是不是宗教？而且它跟其他的宗教有沒有什麼不同的地方？

師父：這個問題說起來就話長了。當年釋迦牟尼佛在世的時候，他老人家一生的行儀，跟我們中國孔老夫子非常接近。而所差別的是孔子在當時確實是想求得一官半職，發揮他的學術。而釋迦牟尼佛他本身是王子，他能夠擺脫王位，而專心來從事於教育工作。由此可知，教學確確實實是國家社會的一樁大事。在中國古典像《

禮記》「學記」裡面就講得很好：「建國君民，教學為先。」建立一個政權，領導國家，最重要的是教育的工作。所以孔子一生從事於教育，成為一個偉大的教育家；釋迦牟尼佛也是如此，他是一個大教育家。佛法是教學而不是宗教，這是很明顯的一個事實。

在我們現前佛門裡面，稱呼也能夠看得出來，譬如我們稱佛為本師，本師就是創始的老師、根本的老師。習慣上我們稱出家人為和尚，和尚是印度話，他的意思是親教師，就是親自指導我的這個老師我們才稱和尚，所以和尚與我們學習的關係非常的密切；和尚也不一定是出家人，在家人指導我們，那他也就是我們的和尚。譬如我過去求學，大家都知道我跟李炳南老居士學佛十年，他老人家是在家居士，對我來講他是我的和尚，所以我稱他為和尚，因為他親自教導我。由此可知，和尚是個通稱，不論是男女老少，也不論出家、在家；法師也是個通稱。如果稱比丘、比丘尼、沙彌、沙彌尼，這決定是稱出家人，這是一個普通的常識。

訪問者：聽法師這麼說，和尚不一定是出家人才稱和尚。

師父：對。

訪問者：帶髮修行在家人也是可以稱為和尚，為親教師。

師父：對，和尚是他學生對他的稱呼。

訪問者：學生對他，算是尊稱嗎？

師父：是尊稱，就像現在學校裡面的指導教授，他親自指導我的；他不直接指導我的，我跟他沒有這個關係，通常我們稱法師，不稱和尚。

訪問者：稱和尚是非常親近的。

師父：非常親近，非常親近。

訪問者：法師，剛才您說佛教不是宗教，它是個教育。佛教既然是一種教育的話，它的內容都有哪些？而且佛教它的教學目標又

是什麼？

師父：佛教的內容非常廣泛。儒家教學我們已經覺得它非常廣大，它始從胎教，一直到慎終追遠，可以說它是圓圓滿滿一世的教育。而佛法的教育比它還要廣大，佛法知道一切眾生有過去世，有未來世；過去無始，未來無終，這從時間上來講是無際。從空間上來講，佛法知道這個宇宙非常之廣大，不僅僅是我們這一個地球，這一個星系；佛在經論上常講，像這樣的星球、星系，在太空當中是無量無邊的。因此，他的教學內容，可以說是盡虛空、遍法界。他告訴我們，我們的知識、智慧，對於整個虛空法界，都應當徹底的明瞭。不但對現前事情要了解，對於過去、未來也都要明白。

這些事情能做得嗎？尤其是過去、未來，我們怎麼能明瞭？佛法說能。為什麼能？因為這個能是我們的本能，不是從外面學得來的。那就要說明探討宇宙生物的起源。佛告訴我們這全是自性變現的，所以他教學的中心，實在講就是禪家講的明心見性；只要你達到這個境界，這一切事理你當然就明瞭。因此，明心見性是佛法修學的中心。不論是禪宗或者是教下，顯教、密教，只要是大乘佛法都是以這個為中心；但是各宗派他們的名詞術語不一樣，而事實完全是相同的。譬如在宗門裡面叫明心見性，在教下叫大開圓解，在密宗叫三密相應，在淨土叫理一心不亂，這名相不一樣，其實是一樁事情，這個是他教學的中心。

訪問者：是！還有法師請教：在佛教方面是不是還分些傳統的佛教、宗教的佛教、學術的佛教，以及比較不入流的邪門外道的佛教，是不是有這些分類呢？

師父：這是晚近產生的現象，講傳統那是教學，那是師道。佛教從釋迦牟尼佛興起，大概一千年之後傳到中國。在東漢的時代，歷史上記載是漢明帝永平十年，也是公元六十七年，這是正式接受

中國朝廷聘請過來的。到中國來之後，他們帶來了佛像，帶來了經典，跟中國朝野接觸，這一談之下，就非常契機，中國人非常歡迎，因為這個教育跟儒家教育，在基礎上來說完全是相同。中國傳統的教育，是建立在孝道的基礎上，而佛法也是建立在孝道的基礎上，有許許多多基本的觀念完全相同。而儒家只講到原則，佛家則講到非常透徹、非常詳細，確實跟中國儒、道能夠相輔相成，所以被中國朝野熱烈的歡迎，這樣就把它留住了。而在中國生根、茁壯、開花、結果，遠遠超過了印度，這個是我們今天講傳統的教育。

佛教發展到唐朝的時候，就形成了正規教育，叢林制度；叢林制度實在講，就是現在大學的教學，把它有組織的這種方法。所以叢林制度是中國佛教的特色，也就是在中國正式創辦了佛教大學。叢林裡面，它裡面工作的分配，跟現代的大學完全相同。叢林的主席就是大學校長；它裡面有首座和尚，首座相當於教務長；它有維那，維那相當於訓導長；它有監院，監院相當於總務長。所以跟現在學校裡面，工作分配完全相同，只是稱呼不一樣而已，工作的性質都相同，所以它是一個完整的學術機構，而與宗教實在講完全不相干。

我們在經典裡面、在著述裡面看到有宗教，佛教裡面有宗教這個稱呼，這個宗教稱呼，跟現在社會上講的宗教完全不一樣。佛教講宗完全指禪宗，我們稱宗門；禪宗以外，各各宗派就像一個學校的院系一樣，它分十個宗派，就好像分十個學院。除了禪宗稱宗，其他的這些學院都稱為教，所以叫宗門、教下。用宗教兩個字，把整個佛法都包括了，是這個意思，與現在一般人講宗教觀念不相同。

訪問者：現在好像一般人總是把佛教跟迷信劃上等號，在這一方面，是不是也請法師給我們大家做個導正好嗎？

師父：佛教的宗旨是破迷開悟，這才能夠達到離苦得樂。佛告訴我們眾生苦難，許許多多的苦難，苦難從哪裡來的？從迷！迷什麼？迷了宇宙人生的真相。宇宙是我們生活環境，人生就是本人；換一句話說，你迷失了你自己，迷失了你生活的環境真相，於是你的想法、看法就有錯誤。想錯、看錯，那你就做錯。做錯了一定有錯誤的果報現前，那你一定要承受，這個不是別人給你的，是所謂自作自受。所以佛教要想達到離苦得樂，一定要做到破迷開悟，真正認識自己，認識我們生活環境的真相，問題才能夠徹底解決。

訪問者：是！當然要達到這個境界，是非常非常不容易的事情。剛才法師您說佛教其實是一種教育，它跟學校的體制內容，其實完全一樣，有訓導、有教務、有總務。一個想學佛的人，他到底應該從何處著手？

師父：這個問題，佛跟我們中國古老的教學，可以說是完全相同，一定要從親近一個好老師著手，佛法講親近善知識。佛在經典裡面明白的告訴我們，你要想修學佛法，接受佛教育，一定要親近明師。這個「明」，不是知名度高的「名」，是光明的「明」，明白的「明」，就是真正有道德、有學問的這樣一個老師，你親近他，你才能夠真正學到佛陀的教導。

訪問者：您說親近一個好的老師，是不是也就是我們一般俗稱的皈依，跟這個是不是相關？

師父：這個也不能完全相關。皈依是學佛必須要的一個階段。皈依的意思，是好老師（我們一定要親近一個好的老師）把佛法修學的總綱領、總原則，傳授給我們，這個叫做皈依。皈是叫我們回頭，依是依靠，從哪裡回頭？我們過去迷惑顛倒，邪知邪見，身心一切污染，嚴重的污染。所以皈依就是教我們從迷回頭，要依覺悟；從錯誤的知見回頭，要依正知正見；從一切污染回頭，依清淨心

。這是學佛基本的條件。你一定要從迷、邪、染回頭，要依覺、正、淨；迷、邪、染是自己，覺、正、淨還是自己。所以真正皈依是皈依自性三寶，這個覺、正、淨就是三寶。

訪問者：還有一般人也有所誤會，就是皈依到底是皈依一位，親近一位法師好？還是皈依越多越好？

師父：這是錯誤觀念，這完全錯誤。皈依這個裡面沒有一個法師，也沒有很多的法師。皈依只是把佛教修學的總綱領、總原則傳授給你、教給你，這個叫皈依。所以皈依是皈依自性三寶，不是皈依外面的人，甚至於連釋迦牟尼佛都不相干。因為你說我皈依釋迦牟尼佛了，都是一個大錯誤，哪有這個道理？釋迦牟尼佛沒有說你要皈依我，沒有這個話！所以佛教給你，你要皈依你自性覺，覺就是佛寶，所以佛這個意思是覺悟的意思，皈依佛就是要依覺悟，用現代普通大家好懂的話，就是你要依理智，不要感情用事！理性就是覺，感情就是迷。叫你皈依佛，就是教你處世待人接物，在日常生活當中你要理性，不要感情用事，這就叫真皈依。你說這個理性與感情，與佛與法師有什麼關係？這沒有關係！如果說我們是皈依某一個人，這是錯誤，決定是錯誤。所以人，這個老師是代表僧團，來把三皈傳授給你，你是皈依整個僧團。那一個善知識都是我的老師，不能認定一個，你的心量才廣大，你的分別、執著才能夠突破，你才能得到真實的利益。

但是學法一定要跟一個老師學，這是我們初學一定要跟一個老師。一個老師他教你是一條路，兩個老師就變成兩條路，你就困難了；三個老師就是三叉路口，你就無所適從。所以最初的修學，儒跟佛的教導都是一個老師，學一家之言。到什麼時候你才能夠廣學多聞？你的智慧開了，就是你有能力辨別真妄，有能力辨別是非，有能力辨別邪正，這個老師就開心了，你的智慧開了，他一定放你

出去參學，廣學多聞。但是你還沒有這個能力，那你一接觸，你的麻煩就來了，你不曉得往哪裡走，這個時候老師一定保護你，不讓你出去，他要培養你這個能力，這是老師他有責任，他有義務。

訪問者：我們知道在佛法修學方面也是非常廣大浩瀚，是不是請法師為我們再開示一下，佛法修學的科目方面有哪些，好嗎？

師父：佛法的內容剛才說過了。佛法的教學在本身上，它分為五個階段，就像世間辦學由淺而深，循序漸進。經典裡面記載的，佛最早所講的是《大方廣佛華嚴經》，這部經是佛在定中所說的，參與這個法會的都是大菩薩，不是普通人。佛在這一次，可以說是將宇宙人生的真相，全部都說出來，當然內容是非常非常的廣博。這部經一直到佛滅度六百年之後，有一位龍樹菩薩他從龍宮裡面，看到完整的《華嚴經》，數量之大是很難想像的。龍樹菩薩看到之後，這絕對不是我們世間人所能夠接受，就是它太大，分量太大。

他看到全本，再看到中本，又看到下本；這個意思就是說，全經太大了，有節錄的本子。節錄還是很廣，再有比這個更簡單的本子。他看了之後，看到最簡單的就是下本《華嚴》，認為這個本子我們世間人可以讀誦、可以接受，所以就把它傳到世間來。一直到以後傳到中國，中國人把它翻成中文，就是現在大家所看到的《大方廣佛華嚴經》。而這個經實在講是《華嚴經》的提要。正如同中國的《四庫全書》，大家曉得《四庫全書》浩如煙海，可是《四庫》有目錄提要，那個份量就少得太多。現在我們讀的《華嚴經》，就像《四庫》目錄提要一樣，它不是完整的經本，它是目錄提要。即使是目錄提要也不完整，幾乎我們只有原本的二分之一，另外二分之一非常可惜，失傳、散失了，連原文現在也找不到。可以說《華嚴》最完整的本子，現在是中文的譯本，非常之可貴。

佛從定中出來之後，這就是說完他自己全部所證得這個境界之

後，要契這個世間人眾生的根性，這才是在辦小學，講《阿含經》。由阿含再提升到方等，就好比是中學；由方等再進入般若，般若好比是大學，般若講的時間最長，講了二十二年。我們知道釋迦牟尼佛在世，總共講經說法四十九年，四十九年當中用二十二年時間來講般若，我們就了解般若是佛法的中心，是他主要的課程。在現在中文經典裡面，《般若經》份量也最大，總共有六百卷。最後八年講《法華》、《涅槃》，好比是研究所，回歸到《華嚴》的境界。由此可知，他講經說法是有次第的，他有他的善巧方便。

訪問者：還有法師，我們知道在佛法修學方面的五大科目當中，好像有三福、有六和敬、有三學、有六度、有十願，這些我們都不太明白，是不是請法師一一為我們做個開示好嗎？

師父：這是講到個人的修學，剛才我們是講佛的教學，教學分這五個階段，而每一個階段裡面，所講的經論都非常豐富。至於個人修學，佛給我們講得很明白，從哪裡學起？從三福學起。三福是佛在《觀無量壽佛經》裡面所講的，這個實在講是太重要，跟儒家教學的思想，可以說是不謀而合。

佛講第一福是人天福報。換句話說，你要想作佛、作菩薩，在這個地方，諸位必須要清楚，作佛、作菩薩就是作一個明白的人。佛菩薩對於宇宙人生真相徹底明瞭，所以作佛、作菩薩，不是去作神仙，這個要搞清楚，作神仙就變成宗教；是作一個徹底了解宇宙人生的人，這種人就叫作佛，就叫作菩薩。佛是圓滿徹底明瞭，菩薩是明瞭但是沒有達到究竟圓滿，比佛智慧明白還差一等，他都是一個明白人。這樣我們才能夠真正了解佛教的教義，不至於產生誤會。所以作佛、作菩薩是我們應當希求的，我們應當有這個願望，就是作一個明白人，不要作一個糊塗人。凡夫是糊塗人，佛菩薩是明白人，這樣說大家就容易懂了。佛教導我們，從哪裡做起？從孝

順父母做起，這個跟儒家的教導完全相同。所以第一福就是人天福報，我們先要把人做好，你才能夠學佛。

人天福裡面佛說了四條。第一孝養父母，第二是奉事師長，第三是慈心不殺，第四條修十善業，這個是做人學佛大根大本。「孝」這一個字，範圍是無限的深廣，特別在中國文字裡面，中國的文字是全世界任何國家民族裡面所沒有的，這是我們應當要尊重，也是我們值得自豪的。我們古代這一些祖先們，對於後世可以說照顧得無微不至。他們的智慧、他們的經驗，如何傳給後世的子孫，用什麼樣的工具，他想得太週到，這個文字就是傳遞智慧經驗給後代的一種工具。而這個工具充滿了智慧，這是在其他國家民族文字裡頭所找不到。

「孝」這一個字是會意，在中國文字製作，它有六個原則，我們稱之為六書。六個原則其中的一個叫會意，你看了這個符號，體會它的意思。這個符號它上面是個「老」，下面是個「子」，你去體會。這個意思是上一代跟下一代是一體。這個「孝」的精神是建立在這個基礎上。所以現在外國人講有代溝，代溝就是不孝，上一代跟下一代脫節。上一代還有上一代，下一代還有下一代，過去無始、未來無終，這才是一個整體。你看這個意思多深，這個意思多廣！所以中國人紀念祖宗，幾千年的祖宗我們還在懷念、還在祭祀，這是外國人怎麼想都想不通的，他不懂這個道理，他沒有這個概念。所以儒家跟佛法教學，都是建立在孝道的基礎上；換一句話說，所謂成佛沒有別的，就是把這個孝道做到圓滿就成佛，整個佛法的教學沒有別的，就是教孝道。

訪問者：是的！聽了剛才法師的開示之後，讓我們了解到，其實整個佛學就是孝道，孝道在整個佛法當中，所佔的地位是相當相當重要的。法師，我們知道在佛法當中，六和敬也是相當重要的一

環，是不是也請法師對於六和敬也為我們做一個開示好嗎？

師父：六和敬是佛教給我們，怎麼樣在團體當中，應該要做到的態度，也就是教我們如何跟大眾相處的原則，這叫六和。第一條講見和同解，要用現代的話來說，就是彼此要建立共識，我想諸位都能了解這一條太重要了。諺語常講：「家和萬事興」，一家人在一起生活，如果有共同的認識、共同的想法、共同的見解、共同努力的方向，這個家庭當然會興旺。一個國家也是如此，所以建立共識是現在每一個團體普遍都在講求的。

第二條就是戒和同修，這一條的意思就是要守法，戒就是法律、就是規矩。每一個人都能夠守法，國有國法，家有家規，公司行號也有章程，人人都能守法，人人都能盡份，這個事業才會興旺。後面這三條，所謂身同住、口無諍、意同悅，實在是講彼此在一塊和睦相處，就是這個意思。末後一條也很重要，叫利和同均，也就是說在物質生活方面，如何能夠達到均平，而沒有差距，這一條也是非常重要。所以共產制度實在講是一個理想，是很難達到的。如果講到制度，釋迦牟尼佛在三千年前談到利和同均，那就是共產制度，所以佛法真正是民主、自由、開放、共產，這是人類高度的一個理想。

訪問者：在佛法修學方面的三學，所謂戒、定、慧，戒剛才法師說就是所謂的法，定跟慧又是怎麼解釋？

師父：三學是佛法教學的中心，也就是佛教的課程雖然多（經典就是教科書），它有個中心的理念，決定不會違背這個理念，這個理念就是戒、定、慧，稱之為三學。可以說是任何一部經典，無論大部、小部，你展開來的時候，這三個理念一定都具足。可是它偏重在哪一方面，那個不一樣，有的偏重在戒，有的偏重在定，有的偏重在慧，它的確是有偏重，但是一定都說到。所以戒學廣義的

講，就是要有方法，無論做什麼事情，它一定都有方法、有程序，你一定要遵守；你不遵守方法，你就收不到好的效果。所以持戒用現代的話來說，守法的概念、守法的精神。唯有守法，你的心才能得到定。所謂定就是不會被外面境界所動搖，不會人云亦云，你心有主張，心有主宰，這個就是定。從定就開智慧，你有主宰、你有主張，你一定就把事實真相看的很清楚，看的很圓滿。所以戒、定、慧這三個理念，是佛教化一切眾生，講經說法的總原則、總綱領，稱之為三學。

訪問者：它們的關係也是密不可分。

師父：密不可分，對！沒錯！

訪問者：法師，六度又是說什麼？

師父：六度是佛教給我們處世待人生活的守則，現在我們講守則，要遵守的原則，這個大家好懂，這是六個原則，必須要遵守。無論你是什麼樣的身分，無論你過的是什麼樣的生活，你從事於某一種工作（我們現在講，從事於某一種行業），無論是在家、出家，都一定要遵守，所以這個叫菩薩道。你要是作菩薩，一定要遵守這六個原則，守住這六個原則，你就是名符其實的菩薩。這裡面第一個是布施，布施的意思就是叫你放下，不是叫你把工作放下，事放下，是叫你把心裡面那些憂慮、牽掛、煩惱放下，這才叫真正的布施。

所以現在大家很多發生錯誤，認為一看到布施，到寺廟去捐一點錢，做一點好事，認為這就是布施，這把意思錯會了。當然這個也是布施，不是布施真正的意義。布施是叫你把煩惱、憂慮、妄想、分別、執著捨掉，把它放下，這才是真義。第二個持戒，剛才講持戒就是守法，一定無論辦什麼事情要循規蹈矩，要按部就班。第三個忍辱，忍辱就是耐心，無論做什麼事情，沒有耐心不能成就，

越是大的事情，越要有很大的耐心，你才能夠有成就。第四個是精進，精進用現代的話來說，就是求進步，決定不能夠保守，決定不能夠得少為足，這個不可以的。現在的社會大家曉得，科技日新月異，如果你不進步，你就會被時代淘汰掉。所以佛法講求精進，無論在德行上、在智慧上、在技術上，乃至於在生活上，都要不斷的向上提升。所以佛法它不是落伍的，它不是守舊的，永遠在前進。第五個是禪定，這個禪定的意思就是你自己有主宰，不輕易受外面境界動搖。最後一條是智慧，你沒有高度的智慧，你無論做哪一樁事情，都沒有辦法達到圓滿。所以這六個原則一定要遵守，特別是菩薩。

訪問者：法師，你剛才提到布施，讓我們大家有個正確的觀念，原來布施並不是說讓你到那裡去捐一點錢，去救助什麼貧苦的人，然後就是做到了布施，其實布施是讓我們放下我們心中的煩惱，放下心中那些雜念。但是法師，這一點對我們一般人來說是相當難的，一般人就是因為雜念、煩惱太多，自己控制不了，不曉得法師是不是可以指導我們一下，我們該如何做才能達到這一點？

師父：這一點，的確初學的人是非常困難。他為什麼放不下？實在講，他是沒有看破，他不了解宇宙人生的真相，假如徹底明白真相，他自自然然就放下。所以釋迦牟尼佛在一生講經說法，為什麼講《般若》講了二十二年，《般若》是講智慧，就是說明宇宙人生的真相。把他二十二年所講的總歸納起來，就是一部《心經》，二百六十個字。或者再詳細一點，中國人喜歡念的《金剛般若波羅密經》，這一部小冊子，可以代表釋迦牟尼佛二十二年所講的精華都在其中。這裡面最重要的，佛告訴我們，就是三心不可得：過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得。這個心是能得，我們這個概念；能得的這個概念，是一個不能得到，是虛妄的東西，不是

實在的。你所得的無論是物質也好，或者是精神方面也好，佛講你所得到的這一些物，這些物是什麼？這些物它都是因緣變現的，是緣生法。「緣」，我們今天講條件，許許多多條件集合而形成這一個事相，它沒有自體，它沒有本體，所以說是當體皆空，了不可得，凡所有相，皆是虛妄。末後他做了一個總結，「一切有為法，如夢幻泡影」，如夢幻泡影是講宇宙萬有一切現象，不是真實的。

現代科學家也發現，他們用分析的方法，把這些物質分成分子、分成原子、分成電子，到最後一分析才曉得，事實真相是這麼回事，這個佛在三千年前，就做詳細的說明。這些幻相存在的時間，佛給我們講很短暫，它不是真的永恆存在，所以如露亦如電。這個露是露水，我們現在看到，它存在有一段時間，這個一段時間是它的相續相，不是它的真相。而它的真相是剎那生滅，剎那生滅是非常短暫的時間，我們沒有辦法覺察得出來，而佛能夠看得清清楚楚、明明白白。這個生滅就是不生滅，因為它的時間太短，生就是滅，滅就是生，所以生滅的界限已經不可得，所以佛法講不生不滅，不生不滅實在就是生滅的真相。了解這個真相，我們的身心就放下了，放輕鬆了，曉得一切法不可得。然後你才能夠隨緣，隨緣就自在，你就不會攀緣了。攀緣就是我要想怎麼做、怎麼做，那是自找苦吃。一切都能隨緣，你就得大自在，這個才過真正幸福美滿自在的生活。

訪問者：也就是說要看透真相，了解真相，自然心中的雜念、煩惱就放下了。還有在六度當中，剛才法師提到禪定這一項，我想禪定也是一般人非常想學，但是又很不容易學到，也請您指導一下好嗎？

師父：禪定這個名詞，禪宗六祖惠能大師，他講的很清楚、很明白，在《壇經》裡面告訴我們什麼叫做禪？什麼叫做定？禪的意

思就是不著相，用現代話來說，不受外境的誘惑這個叫禪；定是不動心，心裡面常常保持清淨，不起分別、不起煩惱、不起執著，這就是定。實在惠能大師他是聽《金剛經》開悟，所以他解釋這個禪定，還是依《金剛經》來的。佛在《金剛經》裡頭有兩句話說：「不取於相，如如不動。」不取於相就是禪，如如不動就是定。由此可知，修禪定不是天天在面壁打坐，面壁打坐那是裡面的一種，其實行住坐臥所有一切活動，只要你外不著相，內不動心，你就是禪定。

所以我們在《華嚴經》上，看到這些菩薩們，他們禪定在哪裡修？在市場；經上講「市廛」，用我們現在話講，是最熱鬧的商場。他去逛商場，逛商場他是修禪定。這個意思諸位懂得，你就明瞭，他逛商場的時候，他看得清清楚楚、明明白白，那是慧；樣樣清楚、樣樣了解，但是所有這些琳琅滿目的，不能誘惑他，他不受誘惑，這就是禪；他心裡如如不動就是定。所以人家逛商場是修什麼？修定、修慧！不像凡夫一看到這個就被吸住，這個也想要、那個也想要，這動了心，禪定就沒有了。所以諸位要曉得，禪定那是真正的享受，定慧是人生最高的享受。

訪問者：外不著相，內不動心，不受誘惑，然後就是禪定。

師父：不錯，外不著相就是不受誘惑，不受誘惑就是禪，裡面如如不動那就是定。

訪問者：這要好好的修了。

師父：所以禪定就在生活當中。

訪問者：說到生活當中，我們知道其實佛就是生活，佛學就是生活。在這五大科目當中還有十願，法師！這十願是哪十願？跟我們生活又有什麼關係？

師父：這個十願是高等的修行法，這個不是普通的。我們一般

能夠做到六度就非常圓滿，而六度真正做圓滿，才能夠進入普賢的十願。普賢十願的特色就是清淨心、平等心；換一句話說，你的心不清淨，你的心不平等，那你就沒有辦法修普賢十願。普賢十願裡面，譬如講第一條，他講的「禮敬諸佛」，這個是修敬。諸佛是指誰？一切眾生都是諸佛，並不是講已經成佛的那些佛是佛。因為他有過去佛、現在佛、未來佛；未來佛就是一切眾生。除了這些所謂是有情之外的，還包括了植物跟礦物，這是《華嚴》的境界，《華嚴》說：「情與無情，同圓種智。」不但我們有情的眾生，就是有感情的，我們今天講動物，動物能成佛，植物、礦物都成佛。所以這個恭敬心，修恭敬心，真誠、恭敬對人、對事、對物，那這就是普賢行。如果你還有一個分別，還有妄想，你這個誠敬就沒有了，所以真誠、清淨、平等來修六度，那就是普賢十願。我們還有分別、還有執著、還有高下，那就是六度，就不是十願。所以十願跟六度的差別就在此地，一個是真正的清淨、平等心，一個是清淨、平等那個程度還不夠，差別在此地。