

諸位同修，這一次從達拉斯打佛七回來，時間也很匆促，同修們邀我利用這個短時間，我們談一點佛法。時間只安排兩次，就是今天跟明天。時間好像只四個小時？四個小時。我們選的題目是《般若心經》。為什麼選這個題目？在這些年當中，我們在每一個地區，包括中國大陸，我們極力提倡念佛法門。念佛的人確實一年比一年多了，這是一個很好的現象。人數雖然多，退轉也多，改變的也多。念佛念了幾年，他又參禪去了，又學密去了，這種情形我想諸位常常看見、常常聽到，這也就是說功夫不得力。

為什麼不得力？這個法門，在這麼多年來，我們講了許多次，也講了很多的經論，知道這個法門在佛法裡確確實實是最殊勝、最穩當的一個法門。不但釋迦牟尼佛極力的勸導我們，就是十方三世一切諸佛如來，勸導眾生離苦得樂、超越輪迴、圓成佛道，也是這個法門。所以這個法門，是一切諸佛共同弘揚的，沒有一尊佛不讚歎，沒有一尊佛不修學。如果認真的說，諸佛如來確確實實都是念佛成佛的。這個在理論、事實上，我們都已經見到了。為什麼我們學習功夫不得力？往常我們都知道《彌陀經》上所說，修學這個法門一定要具足三個條件：善根、福德、因緣。實在這三個條件裡面都具有高度的智慧，如果沒有高度的智慧，就不能稱之為淨宗的三資糧。但是我們說這三個條件，往往把般若智慧疏忽了，沒有提到這個問題。仔細想一想，它真的是高度的般若智慧。因為我們看早期佛講《華嚴》的時候，華嚴會上文殊菩薩智慧第一，普賢菩薩是願行第一，這兩個人人都發心念佛求生淨土。所以有高度的智慧才會自求，自己選擇這個法門；有大願力，才勸導眾生修學這個法門。

所以選擇這樣究竟圓滿的法門，確確實實是最高的智慧、最大的弘願。也因為這樣一個原因，我們選擇《般若心經》，跟諸位談談念佛法門。

《心經》在中國的翻譯，比《無量壽經》的次數還多。《無量壽經》前後一共有十二次的翻譯，《般若心經》有十四次的翻譯，還多了兩次。現在一般流通的大概有五種。十幾種的翻譯在《藏經》裡面可以看到，流通最多的是玄奘大師的譯本，我們現在採取的就是玄奘大師所翻的。他老人家的翻譯，他把前面的序分、後面的流通分都省略掉，所以這個經文是《般若心經》的正宗分，沒有序分，也沒有流通分。羅什大師的譯本跟玄奘大師也相彷彿，也是翻正宗分。但是序跟流通其他法師有，我們在《心經詮注》裡面可以看到。民國初年周止菴居士，這位大德，他是在家人，他一生專門研究《般若心經》。我們看《心經》很短，只有二百六十個字，周居士用了四十年的時間專攻《心經》，他寫了一部《心經詮注》，可以說是《心經》裡面的權威註解。這個本子在台灣流通得很廣，我們會裡面也有這個本子。稱之為《般若波羅蜜多心經》，「般若」翻成中國意思是智慧，「波羅蜜多」要用現代的話來說是究竟圓滿的意思，這個經題上就是究竟圓滿的智慧。「心」是中心，是菁華，是精要。

佛當年教學的時候，佛門裡常說，釋迦牟尼佛在世講經三百餘會，說法四十九年，這就說明釋迦牟尼佛教學四十九年這麼長的時間。如果我們將佛四十九年所說的一切經教，把它分成幾個階段，古德有這個分法，把它分作五個階段，好像現在辦學校，有小學、有中學、有大學、有研究所，這樣把它分成幾個階段的話，古德把它分為五個階段，所以叫五時。第一個階段是講《華嚴》，《華嚴經》非常特殊，是佛示現成道的時候，我們中國人俗話講修行得道

了，就是講成佛了，成佛那個時候講的。經典上記載，佛是在定中講的，換句話說，我們一般凡是沒有辦法想像的。所以這不可思議，沒法子想像。我們看到佛在菩提樹下打坐，哪裡知道他在那裡講經，尤其講這樣究竟圓滿的《華嚴經》。華嚴是佛親證的真實境界，要用現代的話來講，就是宇宙人生的真相。他看到真相了，我們看不到真相。定中說法，說給誰聽？說給那些大菩薩聽。我們沒有辦法進入佛定中的境界，沒有法子，可是諸大菩薩有這個能力，他們也入定，定中的境界相同。所以《華嚴經》是二七時講的，二七是十四天講完的，可以說把整個佛法都講完，十四天都講完了。

但是剛才說了，這是佛的境界，不是我們凡人的境界。那麼佛要教化我們，他要說出這個法門，我們是決定不能接受的，也無法理解的，於是教我們這些人，那就要從淺而深，慢慢的來培養，這就要從小學辦起，在佛法裡叫小乘教，從小乘教起。小乘教了十二年，像我們現在念書，一年級到十二年級，然後再進入大乘。華嚴家分成小、始、終、頓、圓，分五教，期間就是華嚴時、阿含時、方等時、般若時、法華涅槃時，這五個時期。開頭是小乘，小乘之後，這是進入大乘的初期，叫大乘始教，大乘開始了。大乘講方等，方是方便，等是平等。由此可知，是有阿含的基礎才能夠進入到大乘方等，阿含跟方等合起來總共講了二十年；然後進入第三個階段，般若，般若講了二十二年；最後一個階段是法華涅槃，講了八年。我們從佛整個講經時間上來看，般若講的時間最長，四十九年說法，般若講了二十二年，幾乎佔了一半的時間，這就說明佛法的教學確實是以般若為中心。所以古人說：「佛法大海，信為能入，智為能度」，這個智就是般若智慧，沒有智慧就不能得度。所以要從信入門，要從智這才得到結果。由此可知，佛法對於智慧非常的重視。

淨宗法門尤其是高度的智慧，它跟《華嚴經》幾乎是完全相等。《華嚴》是以文殊、普賢兩位菩薩做代表，我們看淨宗經典《無量壽經》、《阿彌陀經》，聲聞弟子都是以舍利弗做代表。舍利弗在小乘裡面智慧第一，大乘菩薩是以文殊菩薩做代表。《無量壽經》一再說明，西方世界大眾都是修學「普賢大士之德」；佛在《華嚴》又告訴我們，菩薩不修普賢行就不能成佛。西方世界從下下品到上上品，這就好像學校，從一年級到最高的年級都是修普賢行。這是我們在《無量壽經》上看到的，於是我們就明白，西方極樂世界是普賢菩薩的法界，因為統統修的是普賢行，四土九品都沒有例外。

經上看到一個很大的特色，那就是西方世界是個平等的世界，這是跟一切諸佛世界都不相同。因為任何一個佛世界都不平等，像我們這個娑婆世界也是不平等。西方世界平等，我們看到平等是果報，平等到什麼程度？經上明白的告訴我們，每一個人的相貌相同，西方極樂世界的相貌完全相同。我們這個地方雙胞胎的，仔細去觀察，還有一點不同；西方世界看不出哪個地方不同的。所有一切往生的人，跟阿彌陀佛的相貌完全一樣，膚色也一樣，身體也一樣，福報也一樣，智慧也一樣，這個奇怪，這是妙不可言！所以這個法門叫難信之法，不是說我們難信，許多菩薩都不相信。

相貌相同就是心相同，我們一般看相的人常說「相隨心轉」，相貌相同，心就相同。真正的因緣呢？給諸位說，是修普賢行。普賢行是平等行，普賢行是清淨行。普賢菩薩修行的綱領就是十大願王，禮敬、稱讚、供養、懺悔，一直到迴向，這個都是我們天天念的，都很熟悉的。我們今天修這十條不叫普賢行，為什麼？我們心不平等，我們心不清淨，我們心量不夠廣大。普賢菩薩的心沒有障礙、沒有分別、沒有隔閡，他的心是盡虛空遍法界，清淨平等的，

所以他的果報也就是清淨平等的。知道這個因，我們對於果報就相信，因果一定是相應的。十方世界的菩薩修行，都沒有達到這樣究竟圓滿的清淨平等，所以果報就不相同，四土九品是有差別的。西方世界有四土九品，但是它沒有差別，這是圓滿智慧所顯示的。

我們真的有智慧了，就有能力選擇最好的法門，就不會受外面境界干擾，不會被外境所動搖，所以這完全要靠智慧。智慧從哪裡來的？諸位一定要曉得，不是從外面來的，外面有知識，沒有智慧。智慧是從內心裡面生的，心生智慧。什麼心？真心生智慧，妄心就生妄想，這個要知道。真心是清淨心、真誠心，我們儒家也講誠意、正心。誠意就是我們佛教講的真心，儒家講的正心就是我們佛法講的般若智慧。誠意是心之體，正心是心之用，真心起作用就是智慧。什麼叫誠？過去曾國藩先生在讀書筆記裡面，他對於誠下了個定義，他這個定義下得很好，跟佛法裡講的完全相應，他說「一念不生叫做誠」，換句話說，心裡有念頭就不誠了。凡是念頭都是妄念，有念就不是真心。所以真心離念，這個話很難說，也很難體會。我什麼念頭都沒有，它是不是真心？佛說那不是的。什麼念頭都沒有，心裡頭無想，這個無想真的修成叫無想定，將來生到四禪的無想天，變成外道了。所以離念是離妄念，它還有正念，正念要沒有了，那就不行了。

什麼叫正念，什麼叫妄念，這個地方我們一定要把它辨別得很清楚。妄念就是分別、執著、妄想，這個叫妄念。什麼叫正念？正念是清清楚楚、明明白白，決定沒有妄想、沒有分別、沒有執著。所以真心是明瞭的，不是什麼都不知道。你要說離念，什麼念頭都沒有，他什麼也不知道，這個不是正念，這不是真心，這就是佛法裡面講的無明，你什麼都不知道。什麼念頭都沒有，什麼都知道，什麼都清楚，這個是真心。諸位聽的時候要仔細，你要不仔細會聽

糊塗了。我什麼都知道、什麼都明白，那怎麼叫沒有念頭？諸位想想，我現在樣樣都知道、樣樣都明白，我這是不是算正念？這不算，你算是妄念。正念像鏡子照外面的境界一樣，鏡子照外面清清楚楚、明明白白，它有沒有分別、有沒有執著？它沒有。佛教給我們用心要像鏡子一樣，這是真心。真心不起用的時候，它就那麼清楚，但是它裡頭沒有分別、沒有執著，人家來問，這一問它就起作用。別人來問的時候，這裡面有分別、有執著，樣樣都清楚，樣樣都明瞭。不起作用的時候像一面鏡子，起作用的時候還是一面鏡子，他有沒有分別？他自己沒有分別，隨眾生的分別而分別。你們問這是什麼？我說這是毛巾。這是毛巾，就分別了、執著了，這個分別、執著是因為你們叫它做毛巾，我隨你們說的，我沒有分別、沒有執著，這是智慧。如果我真的執著這是個毛巾，我也迷了，也不是真心。

所以佛說法四十九年，佛給我們說他一個字也沒說過，誰要說佛說法了，那叫謗佛。說了四十九年，沒有說一句話，沒有說一個字，就是這個意思，就是這個道理，他所說的完全是隨順眾生分別執著而說的。如果你也沒有分別、沒有執著，你跟佛見面就一句話也說不出了。佛無說，你也無聽，那叫真般若，那個才叫真說。可見得佛跟我們說的不是真說，我們也不是真聽。這個理很深，事非常的稀奇，但是我們如果細心去體會，可以能夠領會到裡面的義趣。所以智慧是佛法任何一宗、任何一派、任何一個法門修學的主要的課程，最主要的課程。淨宗是大乘的菁華，當然更不能夠例外。經文一開頭：

【觀自在菩薩。】

觀自在菩薩就是觀世音菩薩。觀音菩薩是西方三聖之一，由此可知，《般若心經》跟西方極樂世界的關係是多麼的密切。實在講

，佛說般若說了二十二年，真的只講一句話，就是《心經》前面這一句：

【行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。】

就這麼一句，二十二年就說這一句。現在我們中文經典裡面，部頭最大的就是《大般若經》。《大般若經》是玄奘大師翻譯的，總共有六百卷。六百卷的《大般若》，你問他說什麼？可以說就是這一句經文的註解、解釋，就說這麼一句，這一句是般若的總綱領。我們今天利用這四個小時，好好的來看看這段經文。

『觀自在菩薩』，就是觀世音菩薩。觀自在的名號，最初出現在《華嚴經》上，善財童子五十三參，其中有參訪觀音菩薩。在華嚴會上稱觀自在，在法華會上稱觀世音。《華嚴》跟《法華》，在佛教裡面都屬於大乘經。大乘經裡面還有最殊勝的，叫一乘法。一乘法在整個經典裡面只有三部，只有三部稱為一乘經，一乘經就是成佛的。《法華經》上所謂「唯有一乘法，無二亦無三」，二就是大乘、小乘，三就是聲聞、緣覺、菩薩，一乘就是講成佛。這三部經，第一部就是《華嚴》，第二部是《梵網》。《梵網經》，很可惜我們沒有能夠完全翻出來，只翻當中的一品就是「梵網菩薩戒品」，只翻了這一品。現在梵文的原本也失傳，所以《梵網經》只能夠在漢文經典裡面看到這一品，其他古德註疏裡面有引用《梵網經》的經文，這個在古德註疏裡面可以看到一些跡象。第三部就是《法華經》。所以一乘經在佛法裡面是被大家重視的。

菩薩這兩個名號，稱「觀自在」是說他自己修行，用這個名號；稱「觀世音」是菩薩教化眾生。「自在」是從智慧上建立的名號，「觀世音」是從慈悲上建立的名號。慈悲一定是以高度智慧做基礎，這個慈悲才是真正的慈悲。如果沒有智慧，感情的慈悲，那就麻煩大了，在佛門常講「慈悲多禍害」，那就是慈悲沒有智慧，結

果就有很多的煩惱、很多的災害，所以它一定是以智慧為基礎。

本經最重要的一個字就是「觀」。我們平常在生活當中，眼接觸外面的境界，我們叫看，我們叫看見；耳接觸外面的境界，我們叫聽見，耳根對的境界是音聲；鼻根對的境界是氣味。所以六根對的境界，佛法的名詞叫色、聲、香、味、觸、法，這是境界的名稱。通常我們用的術語是見聞覺知，眼見、耳聞，鼻嗅、舌嘗、身覺我們都稱為覺，心裡的念頭我們稱知，稱見聞覺知，在菩薩就用一個字，用「觀」。這個「觀」跟底下講「照見」，都不是一個單純眼對色的境界，耳對音聲也叫觀，也叫照見，六根接觸外面六塵境界都用一個字。通常我們用六個字做代表，這就是分別執著。在高度智慧裡面，分別執著離開了，所以就用一個字。這與我們一般見聞覺知的差別究竟在哪裡？差別就在分別執著。離開分別執著就叫做「觀」，就叫「照見」；有分別執著，就叫做見聞覺知，差別在此地。

要用佛法的術語來講，像《楞嚴》裡面就講得很清楚、很透徹，用八識五十一心所，這就是見聞覺知；離開心心所，就是不用心心所，那就叫觀，就叫照。這種說法說得的確清楚，的確是明瞭，可是我們做起來就非常非常的困難。因為我們不只是這一生，生生世世，無量劫來，我們都用的是心意識，用成習慣，現在叫我們不用，沒有辦法，捨不掉。心意識的現象是什麼？識是分別，意是執著，第八識是心，是落印象，我們見色聞聲都會有很深的印象。要離心意識，簡單的講，我們沒有分別、沒有執著、不落印象，這個難。佛菩薩他們六根對外面境界，就是沒有分別、沒有執著、不落印象，不落印象，心清淨；沒有分別，沒有執著，心平等；觀就是覺。實在講就是《無量壽經》上講的「清淨平等覺」，它這裡用一個字，觀。所以人家用的是這個心，清淨心、平等心、覺心，用這



三個心就是此地這一個觀字做代表。我們凡夫跟菩薩用的不一樣，我們就是有分別、有執著、落印象，落印象是清淨心受了污染，心就不清淨，關鍵在這個地方。所以菩薩得自在，我們不得自在，我們有煩惱，無量無邊的煩惱，這些東西從哪裡來的？就是我們不會觀，我們會分別、會執著、會落印象。

大乘經裡面說得很好，像《起信論》裡面所說的，馬鳴菩薩告訴我們「本覺本有，不覺本無」。心意識是不覺，覺就沒有了，覺了這個東西就沒有。大經上常講，「無明不覺生三細，境界為緣長六粗」，這是佛法對於宇宙萬物的形成做了一個說明。宇宙萬法從哪來的？我們今天所看到的，無際的虛空，無量的這些星球，許許多多不同種類的生物，從哪來的？科學家在探討，哲學家、宗教家都在那裡研究，一直到今天都不能叫人有個很滿意的答案。實在說，這些大科學家、大哲學家沒有深入佛法，佛在三千年前早就把這個答案宣布出來，是從無明不覺變現出來的，從這來的；覺了之後，這東西就沒有了。永嘉大師說得很好，「夢裡明明有六趣，覺後空空無大千」，這是從比喻上說的。迷了有這個東西，覺了就沒有了，覺了好像夢醒之後就沒有了。宇宙萬物都是我們真心本性迷了的時候產生的一種夢幻的境界，因為這個境界不是真實的，所以你可以不去執著它，你執著那你就錯誤了，它不是真實的。

現代科學，實在講它的成就也真正令人佩服。科學家說明，我們這個世間根本就沒有物質的存在，過去我們還把一切法分成兩大類：心、物。佛法也是分心法跟色法。《心經》裡面講的五蘊，色就是物質；受、想、行、識，就是心法，現在人講的物質跟精神兩個範圍。物質現象是什麼？現代科學家告訴我們，它只是一種波動的現象而已，這個說法跟佛家說法非常接近。波動是什麼？就是佛家講的無明，無明是動相，無明是妄動，無明不是靜止的，無明是

動的。科學家今天講的波動的现象，就很像經上講的「無明不覺生三細，境界為緣長六粗」，是這樣發展出來的、變現出來的。科學進步對於佛法實在講幫助我們理解，這是其他宗教裡頭所沒有的。所以它是個波動的现象。

《金剛經》上說的是「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」，佛教給我們這樣看法，又說「凡所有相皆是虛妄」。這些話都教我們對於一切萬事萬物不要分別，不要執著，離開分別執著，我們對於事實的真相就能夠看到了。《華嚴經》上說的：「一切眾生皆有如來智慧德相」，換句話說，一切眾生本來是佛，本來成佛。這個話佛不常說，只在《華嚴經》上說過、《圓覺經》上說過。本來是佛，本來成佛，為什麼我們今天會變成這個樣子？會變成六道輪迴？會變得這麼苦？這又是一回什麼事情？佛說我們迷了。他講的是「但以妄想執著而不能證得」。佛是一句話把我們這個病根說出來了。我們為什麼變成這個樣子？就是因為有妄想、有執著，所以才變成這個樣子。妄想、執著就是迷，妄想是分別。佛以後在經上給我們講二障，二障是兩種障礙，使我們不能夠明心見性，不能夠恢復本來面目。本來面目就是成佛，它本來是佛。

這兩種障，一個叫所知障，一個叫煩惱障。所知障從哪來的？就是從妄想分別來的；煩惱障從哪來的？煩惱障是從執著來的。佛法的修學沒有別的，破二障而已。對這個二障的根源、它的發展，我們一定要搞清楚、要搞明白，根源是分別，根源是妄想，根源是執著。我們今天講修行，修行要知道修什麼，就是修的這個東西，如果我們的分別、妄想、執著一天比一天減少，也就是說我們能夠一天比一天淡一點，我們的修行就有進步了。果然分別執著一年比一年淡薄，一個月比一個月淡薄，一個星期比一個星期淡薄，你就是真的菩薩了。我們現在很多同修受了菩薩戒，不一定是菩薩，你

自己認為是菩薩，諸佛菩薩不承認你。你如果真的煩惱、妄想一天比一天少了，你雖然沒有受菩薩戒，諸佛菩薩承認你是真菩薩。為什麼？你真的在行菩薩道，菩薩道就是煩惱輕、智慧長。你的煩惱一天比一天輕、一年比一年輕，煩惱少了，智慧就長！智慧不要求，因為煩惱把智慧障礙了，所以煩惱去掉，智慧自然就現前，般若智慧就是佛道，佛道不是求來的，是這樣來的。這是諸位同修一定要知道。

理、事明白了，我們才知道我們應該怎樣用功，怎樣功夫就會得力。功夫得力，一定要學佛、學菩薩，要學佛菩薩，要用觀照的功夫。禪宗特別標榜這個功夫，禪宗修學用功三個階段。第一個階段就是「觀照」，觀照就是練習，在日常生活當中對人、對事、對物，練習不用分別心、不用執著，先練習這個。在生活當中修行，修正我們錯誤的行為。錯誤的行為是什麼？分別、執著、妄想，那是錯誤的行為。這個功夫用久了，功夫得力了，就進入第二個階段「照住」，照住就是我們平常講他得禪定，得禪定叫照住。照住久了，這個功夫成熟了，第三個階段叫「照見」，照見，就是禪宗裡面講大徹大悟、明心見性，那是照見。這是功夫三個階段。可是諸位要曉得，禪宗到照見的時候，才真正解決問題，了生死、出三界。如果沒有到照見，只照住，那還不行，出不了三界，將來，我們俗話說，人死了以後他到哪裡去？他到四禪天去了、四空天去了。那是定中的境界，他得定，他沒有開悟、沒有見性，出不了三界。

諸位要知道，照住（就是得禪定）已經相當不容易！我們看一個人入定，盤腿面壁能夠三個月、半年不出定，能夠坐那麼久；入定半個月、一個月是小定。我們看《虛雲老和尚年譜》，虛老和尚常常一入定就是十天、半個月，《年譜》上常常看見的。定中的時差更大，《年譜》上有一個記載：有一年過年的時候，虛雲老和尚

在山上住茅蓬，是在臘月的時候，就是農曆十二月，哪一天沒有記載，他煮芋頭，鍋裡煮了芋頭。在煮芋頭，還沒有煮好，他老人家就在打坐，就入定了，這一定也不曉得定了多久，年過過了。年過過了，附近寺廟裡面：虛老和尚怎麼好久沒有看到他，過年也沒有到這裡來？於是到茅蓬去看他，看他的時候，他還在入定。這人家用引磬在耳邊敲，叫他出定，他就出定了。出定，看到他們人來了，就招待他們：我剛剛煮的芋頭還沒好，現在開鍋看看，那個鍋裡頭都發霉了，怎麼回事？人家告訴他說，他在定中感覺才幾分鐘，實際上已經過了差不多二十天。他定中感覺不過十來分鐘的樣子，你看看定中的時差多大。

這就是說明我們要了解事實狀況，禪定不能了生死，不能出三界，不能解決問題。一定把這個功夫再提升，提升到照見，那才解決問題了。你知道這是多麼難的一樁事情！所以佛法真正講修行做功夫，是要斷煩惱、要開智慧。煩惱習氣斷不了，不管你用的什麼功夫，禪也好，教也好，戒律也好，密也好，都出不了三界。這個問題嚴重了。所以阿彌陀佛大慈大悲，為我們開設這麼一個法門，不斷煩惱也能出三界，也能夠圓成佛道，諸位要曉得，無量無邊法門裡面，這個法門只有一個，沒有第二個，這個就是念佛往生不退的法門，只有一個。你們千萬要記住，沒有第二個，想離開這個法門再找第二個法門，也是一生當中成就的，那你就迷惑顛倒了，你不了解事實真相。

唯獨這一個法門，所以一切諸佛都讚歎，一切諸佛都弘揚，一切諸佛都勸人念佛往生淨土。我們看華嚴會上，普賢菩薩勸導華藏世界四十一位法身大士，那不是普通人，都是明心見性的，都是到照見功夫的人，還勸這些人求生淨土。這我剛才說過，我們是沒有能力出三界，那個照見五蘊皆空的人，他有能力出三界了，有能力

出三界，為什麼還要往生淨土？這是個問題。沒有能力出三界，求生淨土有道理。有能力出三界，生到華藏世界親近毘盧遮那如來，為什麼還要往生？普賢菩薩勸那些人往生，毘盧遮那佛也沒有生氣，也沒有說：你這個菩薩太壞，把我的徒弟統統都度走，都勸走了。毘盧遮那佛沒有說這個話，不說就是默認、就是承認，普賢菩薩做得對，沒做錯。原因在哪裡？如果我們細細去看大乘經你就曉得，華藏世界等覺菩薩成佛，破最後一品生相無明，還是要用很長的時間，愈是最後是愈困難。

佛講三大阿僧祇劫，這是講修行。三大阿僧祇劫，第一個阿僧祇劫可以證到三十個位次，十住、十行、十迴向；換句話說，好像我們讀書一樣，在第一個阿僧祇劫，你可以念到三十個年級，從一年級到三十個年級，一個阿僧祇劫讀完了。第二個阿僧祇劫，只能念七個位次，從初地到七地。第三個阿僧祇劫，只能念三個位次，八地、九地、十地。三大阿僧祇劫，實際上是菩薩位次滿了。成佛，還要往上去，還要費功夫，按照這個程序來說，等覺到成佛，恐怕也得要一、二個阿僧祇劫，要這麼長的時間。文殊、普賢聰明，他到極樂世界去，到極樂世界去怎麼樣？時間縮短了，到達西方極樂世界沒幾天他就成佛了。這是文殊、普賢，華藏世界的等覺菩薩，華藏世界的後補佛，為什麼也要往生極樂世界，道理在此地，理由在這個地方。所以大家千萬不要輕視這個法門，千萬不要錯過這個法門。

剛才說了，我們這個世界成佛要三個阿僧祇劫，這個數字是天文數字。到達西方極樂世界，《觀經》上告訴我們的（《觀經》我們在這裡講過），下下品往生，凡聖同居土下下品往生，到西方極樂世界，只要十二大劫就花開見佛聞實相法，發菩提心。十二劫跟三個阿僧祇劫不能比，時間太短太短了，十二劫就花開見佛聞法發

心。換句話說，十二大劫，他到達什麼程度？聞法發心，那是初住，很快就能證八地無生法忍，不需要一大阿僧祇劫。你想想看這個時間是多快，簡直不能比，這下下品往生的。我們同修，你不往生則已，你要往生決定不是下下品。為什麼？下下品是殺父親的人、殺母親的人，殺父母、破和合僧、無惡不作的，我們雖然造很多罪業，沒這麼重。換句話說，大概是下品中生，也許我們有分，下下品絕對不是我們。下品中生的人，六劫就花開見佛、聞法發心，時間就更短了。所以像文殊、普賢那樣的人到西方極樂世界，到達那裡就成佛，他為什麼在華藏世界去待那麼久的時間？這個帳要會算。在一般嚴格的來說，我們往生大概都是下品上生或中品下生往生。下品上生往生到西方極樂世界，時間大概都是在差不多四十九天，四十九天不是西方極樂世界，是算我們這邊的，我們到那裡去一個多月，就等於一般菩薩在此地修一個阿僧祇劫。我們只要費一、二個月的時間就超過他們一個阿僧祇劫。你要是把這裡頭的事實真相搞清楚，你會算這個帳，對西方極樂世界的信心，你就真的堅定了，什麼人來勸你，你都不會動搖了。今天人家說這個、說那個，一說心就動了，你對於這個事實真相是完全不了解，你才會動搖。你真的搞清楚、搞明白了，哪有比這個更穩當的，哪有比這個更快速的！所以這個是真實智慧的選擇，真實智慧的決斷。

我們現在要問，禪宗裡面觀照、照住、照見，我們淨土宗有沒有？有。只是名詞不一樣，方法不一樣，功夫的層次完全相同。而且我們用的方法，比任何一個法門的方法，真的要巧妙，巧妙得太多了。淨宗法門只用一句佛號，阿彌陀佛。阿彌陀佛會念的人很多，三歲小孩都會念，真正明白阿彌陀佛那個人就不多了，太少太少了。我們常看到經上講「名號功德不可思議」，到底怎麼不可思議不知道，如果真正知道不可思議，你的信願行一定都會達到上上乘

，與文殊、普賢確確實實沒有兩樣。也就是說，我們智慧和其他的德能比不上文殊、普賢，這信願行，我們跟普賢菩薩，跟文殊菩薩，確實是無二無別。我們到西方世界的成就，一到西方世界成就就跟普賢、文殊平等，為什麼？因平等，果當然平等。

這句佛號，古人做了一個詳細的比較。大家在黃念祖居士《無量壽經》註解裡面可以看到，他把古人這個比較都抄在這個註解裡頭。隋唐的大德將釋迦牟尼佛四十九年所說的一切經做了一個比較，佛四十九年所講的一切經，哪一部經第一？這一比較，大家幾乎都公認《華嚴》是第一。《華嚴經》講得最圓滿，有理論、有方法、有境界，後面還做示範，善財五十三參是給我們做示範，表演給我們看，如何把佛法的理論、方法，應用在我們日常生活當中。這五十三參，包括的是男女老少、各行各業，人家是怎麼個修學法，他所得到的效果，無論是男女老少，無論是哪一種行業，所得到的效果，是自己個人幸福快樂、家庭美滿、事業成功，社會和諧，國家富強，天下太平，這個是修學的效果。你看人家怎麼個修法，我們今天修行叫盲修瞎練，真的搞錯了。人家修行是生活，這個要懂得。絕對不是說，我們今天一天一定要念多少經，要念多少咒，要拜多少佛，不是搞這個。諸位仔細去看五十三參，他們是日常生活、是處事待人接物。人家那個佛法是活的，活活潑潑，是生活的佛法。我們今天的佛法，實在說個不客氣的話，是變成宗教的佛法。釋迦牟尼佛所傳的是生活的佛法，不是宗教的佛法，現在佛法變成宗教，所以真正的利益好處我們得不到，變成宗教的迷信，這不切實際。

《華嚴》這算第一經。古德又把《華嚴》跟《無量壽經》做個比較，《無量壽經》第一，把《華嚴》比下去了。為什麼？《華嚴》到最後的圓滿是歸到西方極樂世界，他才得真正究竟圓滿，四十

一位法身大士同時成佛，這個不可思議！《無量壽經》就是《華嚴》的歸宿。我們今天再看《無量壽經》，《無量壽經》我們現在採取的本子，一共是四十八章。這四十八章裡面哪一章第一？再追，當然是第六章，第六章是阿彌陀佛四十八願，是淨宗的中心。第六章第一，第六章一共是四十八段，四十八願，哪一願是第一？古大德也公認，第十八願第一。十八願說的是什麼？十八願說的就是佛號，十念必生。從十八願裡面，我們明瞭了，這一句阿彌陀佛佛號功德真的不可思議。這個才把佛號顯示出來，它在整個佛法裡面是最高峰。換句話說，四十八願就是解釋這個名號的，《無量壽經》是解釋四十八願的，八十卷《大方廣佛華嚴經》就是解釋《無量壽經》的，釋迦牟尼佛四十九年所說的這一大藏經是解釋《華嚴經》的。你這麼上下一看，這個才真正明瞭，名號功德不可思議，才真正曉得。

這句名號，藕益大師在念佛開示裡頭所說的，釋迦牟尼佛四十九年所說一切經、所說一切法門統統包括在其中，一句沒有漏掉。不但釋迦牟尼佛所說的都在這句名號之中，可以講十方三世一切諸佛如來所說的無量無邊的法門，也在這一句名號之中。所以你念這句名號，這一切經都念到了，一切咒也念到了，一切法門都在其中，一樣沒有漏掉！這是我們認識名號的價值，認識名號在整個佛法裡面它所據的地位，我們為什麼選擇持名，這說得出一番道理出來。文殊、普賢也選擇這個法門，我們清清楚楚、明明白白，他為什麼選擇這個，我們自己為什麼選擇這個。法門選擇之後，我們信心堅定了、願心懇切了，這個就是高度般若智慧的選擇。所以念佛，執持名號，我們平常念這一句阿彌陀佛，就是行深般若波羅蜜多時。你念這一句阿彌陀佛的時候，就是真的你在行深般若波羅蜜多時，沒有人知道！一天到晚阿彌陀佛、阿彌陀佛，不知道他是在行深



般若波羅蜜多，他不曉得，所以他會動搖。這個人說：「那個地方有神通，那個地方有感應」，統統都跑掉了，不知道自己念佛是行深般若波羅蜜多，不曉得。不曉得自己念這一句阿彌陀佛的時候，信願持名的時候，跟觀自在菩薩完全相應。你說冤枉不冤枉！

念佛，念到功夫成片，就是禪宗裡面的觀照；念到事一心不亂，就是禪宗裡面的照住；念到理一心不亂，就是禪宗裡面的照見。我們講功夫成片、事一心、理一心，用這個名稱，禪宗裡面用觀照、照住、照見，名詞不一樣，境界、功夫完全相同。如果講功夫，我們比禪宗方便，比禪宗更容易得力。禪宗得力是相當之難，為什麼？禪宗是從空走，可以說完全沒有依靠。我們是依靠這一句名號，這就方便多了。所以一定要曉得法門殊勝，知道我們是在幹什麼。

平常怎麼觀法？這個要跟諸位說清楚，這就是修觀自在。我們自己要想這一生過得很幸福，過得很快樂，過得很美滿，你就要懂得觀自在；你不懂觀，你就得不到。這個觀就是念佛，所以比禪宗方便。禪宗教你觀，那個方法很複雜，也很難做，當然這個觀得力更不容易。我們淨宗方便，就是這一句佛號。怎麼觀？這個觀，剛才講了，離心意識就是觀，也就是說，離妄想、分別、執著，那就是觀。我們有這句佛號太方便了，妄想起來，趕快「阿彌陀佛」，馬上轉成阿彌陀佛；分別起來了，一樣轉成阿彌陀佛；執著起來，也轉成阿彌陀佛。換句話說，不管什麼念頭，好的念頭也好，壞的念頭也好，這個念頭一起來，馬上就把它轉成阿彌陀佛，這就是我們淨宗的觀照，所以比禪宗方便。

禪家常講「不怕念起，只怕覺遲」，覺就是觀照；念是什麼？念是念頭。善念也好，妄念也好，無論什麼念頭，念頭一起來，我們立刻把它換成阿彌陀佛。第一個念頭是妄念，第二個念頭是阿彌

陀佛。阿彌陀佛也是個念頭，阿彌陀佛不是妄念，剛才講了，阿彌陀佛是不可思議性德的功德，是自性裡面的功德，不是平常的功德，而且是性德圓滿的名號。用這句名號，把我們自性圓滿的功德喚出來，是這麼一個方法，這叫念自性彌陀。自性彌陀跟西方極樂世界彌陀是一不是二，所以不要有分別、不要有懷疑。有人來問：我們自性彌陀跟西方極樂世界彌陀，到底是一個、是二個？我們念阿彌陀佛，到底是念自性彌陀，還是念他方世界的彌陀？那個懷疑，疑心不斷，這個是麻煩。佛在經上講，疑是菩薩很大的障礙。念佛的祕訣，不懷疑，不夾雜，不間斷，就是大勢至菩薩講的「淨念相繼」，淨念自自然然就「都攝六根」。

所以要曉得怎麼觀，觀就是把所有念頭都換成阿彌陀佛。在這裡，我再要貢獻給同修們，念佛不在口頭上，口頭上念，有口無心，那個沒有用處。心上真正有了佛，那才叫念佛。所以「念」是今心。中國文字妙不可言，中國文字是智慧的符號，這個念字是會意。中國的文字結構是六書，六個原則，它是會意。你看這個字，體會它的意思，今心，現在的心，心上真正有了，那叫念。所以不在口頭上，心上真正有了，我們俗話說心上人，你要把阿彌陀佛變成你心上人，那你是真的念佛。

我今年年初在台北，有一個同修來告訴我，說他念佛念了很多年功夫不得力，問我怎麼辦？我就說你得要放下，佛堂裡頭常講：身心世界，一切放下；打佛七當中常常提醒：放下萬緣，一心專念。我說你要放下。他就告訴我，他說：法師，我什麼都可以放得下，我就是孫子放不下。他那個孫子是他的心上人，無論在什麼時候，他第一個念頭會想到他孫子。所以我就告訴他，你把你孫子換成阿彌陀佛，你就決定往生，那叫念佛。

諸位一定要懂得，不是說我一天要念多少聲佛號，你看古人講

的，「一天念十萬聲佛號」，寒山、拾得還諷刺說「喊破喉嚨也枉然」。為什麼？有口無心，心上人他是另外有，他口裡喊佛號沒有用處。像剛才那位老居士，他雖然一天念十萬聲佛號，他孫子放不下，臨終還被他孫子牽跑了，他還是不能往生。心裡頭真的有，這叫念佛。你要不把這些事實真相、道理搞清楚，你很不容易做到，你心裡回不了頭；你真正了解這是真實的，唯獨這個是真實，唯獨這個能解決一切問題，你才會真正的嚮往，真正的想得到，就是這一句名號。我們的信心、願心，都建立在這個佛號的基礎上，然後念佛。

我在馬來西亞教大家一個念佛的方法，非常適合於現代人用功夫。功課時間短，次數多，這一堂功課只要一分鐘，你不能說我沒有時間做。一天要做九次，就是次數要多，時間要短，十念法。從前那個十念法，是一口氣叫一念，這個是前清乾隆年間慈雲灌頂法師他提倡的。他這個十念法，是教我們很忙的人、工作繁忙的人，用這個方法做早晚課，十念法，一口氣叫一念，十念。我今天教給大家的十念法，不是這個方法，是十句，比他那個更簡單，就是十句佛號。阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛，這一堂功課就圓滿了，你看一分鐘，簡單！這十句佛號當中決定沒有夾雜妄想。諸位要曉得，時間長了，會打妄想，會夾雜；時間短，就沒有妄想，把精神集中，十句佛號裡沒有妄想、沒有雜念，我們有真正的信心，沒有懷疑。非常符合都攝六根，淨念相繼，符合這個原則，完全符合，時間短，就是十句。

早晨起來，洗臉刷牙之後，家裡供的有佛像，在佛像面前合掌，就這十聲佛號；如果沒有佛像，面向西方，面向西方的時候，求這個感應，就是這十句，時間很短就做完了，這第一堂。第二堂，

吃早飯的時候。吃早飯的時候，平常我們念供養咒，供養佛、供養法、供養僧、供養一切眾生，其實念供養咒都是有口無心，沒什麼用處的，沒有用處的。不如我們在吃飯之前，合掌念十句阿彌陀佛，這第二堂課。都攝六根，淨念相繼，第二堂。上午上班的時候，你坐到辦公桌要工作之前，合掌念十聲，時間很短，第三堂課。下班之前，工作完了，收拾完畢，也合掌念十聲。下班念一次，中午吃飯的時候一次，下午上班一次，下午下班一次，晚飯一次，晚上睡覺之前一次，一天九次。一天九堂功課，一堂不可缺，每一堂功課只要一分鐘，都攝六根，淨念相繼。時間短，次數多，這個效果比你早晚課念上二、三個鐘點，效果還要好，力量還要大。心裡真正有佛，一天念九次，九次喚醒，念念不忘，這個效果比平常用功夫容易得力。諸位試試用這個方法。我在馬來西亞，同學們聽了之後用這個方法，兩個星期以後告訴我：法師，效果非常好，很容易得力。對於現代人，繁忙的工作，是非常適用的一種修行的方法。我們用這個方法來做。

今天時間到了，明天我們繼續再談。明天這部經，我一定把全部交代出來，決定跟我們念佛法門水乳相融，密不可分，才曉得我們這一句佛號真的是行深般若波羅蜜多，不是開玩笑的，不是小事情。