

諸位法師，諸位同學，請坐。請看「修華嚴奧旨妄盡還源觀」，最後一個單元「起六觀」，第六起六觀。前面有一段文，說明為什麼要修止觀，這段開示說得非常好，賢首國師用問答的方式為我們說明。我們看這個文：

【自下依止起觀。】

就是這篇文從這以下是依止起觀。

【問。準上義理。依之修行。足為圓滿。云何更要入止觀兩門耶。】

這問得很好。『止』是放下，『觀』是看破。前面講五止，給我們說明放下，我們依照祖師開示來修行，『足為圓滿』，確實可以達到圓滿的境界。五止，總而言之，不外乎教我們放下妄想分別執著。在大經上常常讀到，放下世出世間一切法的執著，就證阿羅漢果，就超越六道輪迴，這是小果，生方便有餘土，就是四聖法界；如果能夠放下對世出世間一切法的分別，你就成為菩薩；再能夠把起心動念也放下，你就成佛，就超越十法界，這是圓滿，大圓滿。超越六道是小圓滿，超越十法界是大圓滿。為什麼還要學止觀兩門？賢首國師舉經論來答覆：

【答。起信云。】

《大乘起信論》裡面馬鳴菩薩說的。

【若修止者。對治凡夫住著世間。能捨二乘怯弱之見。】

這是說明菩薩為什麼要修止。在大乘教裡面，大乘教裡修止，它的目的是『對治凡夫住著世間』。凡夫住在這個世間，執著，著了相，以為這個世間是真實的，念念不捨，這個事情麻煩大！嚴重

的執著，這個執著就造成六道輪迴，生生世世永遠離不開六道。六道裡面真的是苦不堪言，所以佛教我們修止。同時，在大乘裡面修止觀，也能夠捨二乘人，二乘是聲聞、緣覺，我們一般都把他算作小乘，小乘還是分別執著重，菩提心發不起來，也就是說心量不能夠恢復，見地比不上大乘人，修止觀也能達到這個目的。再說：

【若修觀者。對治二乘不起大悲狹劣之過。遠離凡夫不修善根。】

這些地方我們都要留意。修觀，觀是看破，對治小乘人狹劣的心量，生不起菩提心。諸位要曉得，小乘人也有慈悲心，不是沒有，但是他不像菩薩主動的去幫助眾生。小乘人，眾生有苦難你找到他，他會幫助你，你不找他，他不來找你。很有一點像中國的讀書人，很守師道，師道很尊貴，「只聞來學，未聞往教」。老師的地位是非常崇高的，你要向他求學，他會教你，他不會到你家裡來教你。你不肯學，到你家裡來教，這是小乘沒有的，在中國師道也沒有。所以中國師道那個精神很像小乘。菩薩不一樣，你們在《無量壽經》常讀到，「菩薩作一切眾生不請之友」，眾生不請他，他自己來了；甚至於眾生還排斥佛教，不相信你，他也來了，這真是慈悲到極處，以種種善巧方便來誘導你。善巧方便裡面最重要的是以身作則，他做出樣子來給你看，慢慢叫你看久了，你受了感動，你回頭了，你才能皈信三寶，這是菩薩。所以菩薩令人尊敬，小乘人當然也令人尊敬。小乘人是什麼？『遠離凡夫不修善根』。凡夫不好度，甚至你幫助他，他還毀謗你，他還諷刺你、還羞辱你。所以阿羅漢算了，不接觸這個了，不接觸凡夫，尤其是造作罪孽的凡夫。你不接觸他們，你就不能修善根。所以大乘教，他的修行是不離紅塵，在紅塵裡面修清淨心，在紅塵裡面修戒定慧，在紅塵裡面修清淨不染，這是高明。小乘人是遠離紅塵，不跟凡夫接觸，當然比

較容易得清淨心。但是那個清淨心跟大乘菩薩不能比，為什麼？他要一接觸凡夫可能墮落，那就是沒有經過考驗，菩薩是經過考驗的，這裡頭不一樣。因為這麼一個道理：

【以此義故。止觀兩門共相成助不相捨離。】

這就是止幫助你觀，觀幫助你止，看破放下互為助緣，看破幫助你放下，放下幫助你看破。實在講，這個方法巧妙極了，從初發心到如來地，就是這個方法相輔相成。好像我們上樓梯一樣，離開下面一個台階，你才能再上一個台階，上台階之後，又要把它放下，你才上更高的台階，就是這麼個道理。為什麼人放不下？沒看破！到這個境界之後，他覺得可以了，這很好了。譬如阿羅漢，超越六道輪迴，他很滿足了，這不錯了，於是他又住著這個世間。四聖法界，聲聞法界、緣覺法界，他覺得很不錯，確實比六道好，比六道裡面的欲界天、色界天、無色界天都殊勝，那裡面也有諸佛如來應化去教導他們，對這個世間不肯捨棄，所以菩薩來教，幫助他們再向上提升。要提升到什麼境界？我們講學習永無止境，這個話是真的，永無止境是真的。實際上說，是有止境，無始無明習氣斷盡就圓滿，就證得圓滿，那是無上正等正覺，圓滿的無上正等正覺，還在等覺之上，稱為妙覺。妙覺位依舊是學習，依舊還在學習，他不是為自己學習，做給眾生看的，所以修行永遠沒有止息。在妙覺位，十法界眾生（十法界的眾生包括十法界裡面的佛，都包括在內）有感，佛有應。應什麼樣的身？隨眾生心，應所知量，隨心應量，還是把修行表演出來給他看，讓他覺悟，讓他提升。

那我們要知道，遍法界虛空界眾生（就是十法界的眾生）無量無邊，諸佛菩薩能度得盡嗎？我們學佛同學常常有這個疑問，什麼時候能把眾生度盡？四弘誓願裡說「眾生無邊誓願度」，度不盡的。是不是眾生度了成佛，他又迷了？如果眾生成佛之後還要迷，我

們又何必去成佛？這些問題現在人有，古時候也有，釋迦牟尼佛在世的時候也有，這在佛法叫大問，這是大問題。楞嚴會上，富樓那尊者就提過這樣的問題。釋迦牟尼佛說，譬如金礦，他舉個比喻，金在礦石裡頭，開採出來了，要提煉、冶煉。冶煉就好像是修行，渣滓統統淘汰盡，純金提煉出來，這個純金提煉出來再也不會變成金礦。我們聽了做何感想？是真的嗎？地球再來幾個成住壞空，這金不是又變成礦了嗎？可以說金永遠不滅，這個我們相信，但是它又會摻雜著一些東西進去，就又變成礦了。要是實在給諸位說，這個問題是多餘的，為什麼？染淨不二，凡聖不二，這講真的，可是這很難懂。我們為什麼會變成凡夫？為什麼會變成這樣子？講真話，佛給我們講真話，一念不覺。這篇文章一開頭就講，「顯一體」，這是真的，純真無妄，「起二用」，妄就現前，二用就是依報正報。怎麼起來的？現在我們清楚了，起心動念，起心，依報出現，虛空法界出現；動念，動念我出現了。要知道起心動念是同時的，沒有先後。如果要說有先後，第一念起心，第二念動念，第一念跟第二念時間差多少？那就是彌勒菩薩所說的，一千二百八十兆分之一秒，你說有沒有先後？沒有先後。一念覺了，覺止一心，起心動念沒有了，這就覺了，恢復到真實。在淨土裡面講，恢復到常寂光土，恢復到大光明藏。大光明藏幾時又一個起心動念，可不可能？可能，很可能。什麼理由？沒有理由。所以你真正能把這個事實真相搞清楚，你心就定了，華嚴境界真的現前了。在哪裡？就在此時此刻此處，為什麼？空間沒有，時間也沒有，無量無邊的世界就在眼前，這給你講真的。

我們為什麼不能證得？就是世尊在經上所說的，但以妄想分別執著而不能證得，毛病發生在這裡，這不能不知道。千言萬語教我們放下，教我們要看破，看破幫助放下，放下幫助看破。自己沒有

契入境界，這個方法幫助我們契入；契入之後，這個方法永遠沒有停止，幫助別人，自行化他是一個辦法，不是兩個辦法。對我們現在來講，自行就是化他，化他就是自行，幫助自己向上提升，契入一真法界。證到究竟圓滿，那就是純粹利他，一切修為不為自己，那是如來究竟果位裡面的境界。等覺菩薩還是自行化他，二利。所以止觀兩門共相成助，止幫助觀，觀幫助止，不相捨離。

【若不修止觀。無由得入菩提之路。】

『菩提之路』就是成佛之道。你不用這個辦法不行，一定要用這個方法，有止有觀。觀是什麼？觀是明瞭，迴向偈上念的「願得智慧真明了」就是觀，沒有智慧怎麼觀？智慧從哪裡來？智慧從止裡頭來，止是定，定生慧，慧幫助你入更深層次的定，一直到自性本定，這就圓滿了。自性本定，就像惠能大師所證的，「何期自性，本無動搖」，那就是自性本定，給我們說明自性從來沒有動過，也就是說自性從來沒有起心動念過，這是真的。由此可知，起心動念真性裡頭沒有，真性裡要是有起心動念，那就不叫自性，那就不叫純真無妄。所以真跟妄我們要搞清楚、要搞明白，真裡頭確實沒有妄，但是妄裡頭有真。這個講法又搞不懂了，又迷惑了，真裡頭沒有妄，妄裡頭怎麼會有真？我們舉一個例子，人在光，或是燈光，或是陽光之下有個影子，我們身是真，影子是妄，影子一定要有人身，它才能出現影，但是人身不必要影子，不是沒有影子就沒有人身，你去想想這個現象。比喻沒有辦法比得恰到好處，只能比個彷彿，聰明人在彷彿比喻當中他能夠契入真實。

從這個地方你要是細細去契入，那個一念不覺真有！佛告訴我們，不能說真有，不能說沒有。你要說真有，自性確實沒有動過念頭；你要說沒有？眼前十法界，十法界是個幻相，夢幻泡影，它是現前，你不能說它沒有。佛也不否認，佛說這妙！妙用。你看前面

教給我們，隨緣妙用，這性德，自性法爾如是。好像是自然現象，像春夏秋冬一樣，春天萬物生了，夏天長了，秋天成熟了，這是個自然現象。法性裡面有這些變化，也是一種自然現象，你不去想它，沒事，為什麼？妄不礙真，真也不礙妄。清涼大師在《華嚴》裡面給我們提出，理無礙，事也無礙，理事無礙，事事無礙，四無礙的法界，這是法界真相。障礙從哪裡來的？障礙是從妄想分別執著裡產生的，只要離妄想分別執著，本來沒有障礙。古人也有一句話說，說得也很好，本來沒事！這些障礙都是從妄想分別執著生的，而且妄想分別執著了不可得。再問你，妄想在哪裡？你去找去，什麼是分別心？你把分別心找出來我看看，你把執著找出來我看看，找不到。達摩祖師初到中國來，在少林寺面壁，慧可大師，這是禪宗二祖，出家了，也是對於一切諸法懷疑憂慮，有疑有慮，心就不安。找到達摩祖師，那個不容易，這個故事我就不必多說。向達摩祖師請教，我心不安，求大師替我安心。達摩祖師就叫他，你把心拿來，拿來我替你安心。你們看到現在很多塑達摩的像，手伸在那兒，你把心拿來，我替你安心。慧可在這句話裡頭回光返照，就像楞嚴會上一樣，找心！心在哪裡？停了很久的時間，慧可大師說「覓心了不可得」，我找不到心在哪裡，我不知道心在哪裡。達摩回他一句話，「與汝安心竟」，我把你的心安好了。他在這裡恍然大悟，妄盡還源，一句話當中大徹大悟，明心見性了。達摩的衣鉢就傳給他。這是什麼？這真的止住了，沒妄念了，妄盡了，回歸自性。

諸佛如來所說一切經教都叫什麼？黃葉止啼，善巧方便。真正的佛法，佛有沒有說出來？沒有，真正的法是說不出的，沒有辦法說的，都要你自己去體會。我們今天為什麼體會不到？沒放下。看看祖師證道的機緣，好像很容易，是真的，是不難，放下就不難。

我們今天不了解事實真相，有疑有慮。所以學習經教，也是佛陀教化眾生的一種手段，這一種手段對普通人，上中下三根都行。我們沒有辦法把自己從上根再向上提升一級，叫上上根，那就好辦了，我們提不起來。要怎樣才能提成上上根？依《起信論》裡面學習的心態，那就是上上根。聽法，我們現在講聽課，要用什麼心態？離言說相、離名字相、離心緣相。我們簡單的說，把分別執著心放下、不要了，我們來聽，現在講直覺，容易領悟。我們今天聽經，裡面用分別心、用執著心，直心沒有了，分別執著是委曲相，扭曲的！這個心態聽經，那就是曲解如來真實義，錯解如來真實義。只要有解就錯了，我們今天在這裡談，全是錯了。不談行嗎？不談也不行，可以談，只要不執著，跟真實義就相應。真實義是什麼？真實義是自己意思，真正自己的意思；我們現在想這個、想那個，那不是自己意思，那是三心二意裡頭的意思。三心是阿賴耶、末那、意識，二意是意根、意識，是那裡頭的意思，不是自性裡的，自性才叫真實義。這的確是有相當的深度，我們不能不知道。下面大師引《華嚴經》經文來給我們說：

【華嚴云。譬如金翅鳥。以左右兩翅。鼓揚海水。令其兩闕。觀諸龍眾命將盡者而搏取之。如來出世。亦復如是。以大止妙觀。而為兩翅。鼓揚眾生大愛海水。令其兩闕。觀諸眾生根成熟者而度脫之。】

我們看這一段，這個比喻容易懂。金翅鳥是護法八部大眾之一，中國古時候古書裡有這個傳說，沒人見過，這個鳥是吃龍的，龍在大海。我們從經文上來看，這個鳥牠所吃的龍命將盡，牠抓這個，也就是壽命到了，壽命沒有到，牠不抓牠，壽命到的時候牠才抓牠，這是有慈悲心。看看我們現在這個世間眾生，海裡面撈魚的，海水裡面撈的魚，網孔很大，也就是捕殺大魚，小魚都放了，讓牠

慢慢去長，這有仁慈，仁心。聽說現在到海裡面撈魚，網很密，這麼小的魚都撈出來。為什麼這個世界上有災難？我們就可想而知。牠還有很長生命的小魚，你都不肯放過。你看金翅鳥抓龍，都抓命將盡的。我們看這節經文，使我們想起澳洲的土著，他們住在澳洲大地的中央地區，那都是沙漠，他們也是打獵，所獵取的動物也都是壽命將盡了。他們念咒，把這些動物念出來，念咒的時候，這動物自己走出來，都是命快要終的時候。他們對動植物都非常愛惜。取，取成熟的，植物取成熟的，不熟的不取，打獵，這些動物都是一些快要老死的，壽命還沒有到的不獵，不抓牠們，跟這些野生動物和睦相處，互不侵犯。人把性德都失掉了，所以起心動念、所作所為違背性德。這個報導澳洲土著，有一本中文翻譯的書叫《曠野的聲音》，是美國的一個醫生寫的。這個醫生走到土著裡面，跟這些土著生活了四個月，觀察他們，研究寫出這本報告。他們沒有受過教育，可是他們仁慈，他們和睦相處，他們互相尊重、互相敬愛、互助合作，他們有言語，沒有文字。他們靈性比我們一般人高，預測動植物牠們的生活環境、大自然的災變，都非常準確，我們今天用科學儀器都比不上他們。

所以看到這個經文，我們很有感觸，佛出世間度這些眾生，與這個道理相類似，他『以大止妙觀』，就是此地所講的，「大止」是前面講的五止，「妙觀」是這個地方下面講的六觀。這好像是兩個翅膀，在一切眾生生死大海，就是六道輪迴。『大愛海水』，為什麼用愛？我們淨宗古大德有兩句話說得很好，「愛不重不生娑婆，念不一不生淨土」，這兩句話講得好！你為什麼脫離不了六道輪迴？你有愛，這個愛是什麼？欲！愛欲，愛欲是煩惱的根。佛通常用一個字，貪，貪愛。它的對象太多了，無量無邊，佛把它歸納，財色名食睡，叫五欲。你對於這一切萬物，我們今天講的是物質上



的、精神上的，生起貪愛，這就變成六道，把一真法界變成六道輪迴。我們念佛想往生淨土，想脫離六道輪迴，祖師大德說得好，「念不一不生淨土」，一是什麼？一心，念佛要念到一心不亂就生淨土，這真難！鳩摩羅什大師翻譯的《阿彌陀經》，裡面就是講的一心不亂。這個話不是現在人提出來，古人提出來的，一心太難了，誰能做得到？一心不亂雖然分等級，下下品的一心不亂也不是一般人能做到的。那我們找找梵文的原文是不是這個意思？梵文的原文玄奘大師把它翻譯出來，玄奘大師翻的不是一心不亂，是一心專念，這跟一心不亂差遠了，一心專念。鳩摩羅什大師翻譯的是意譯的，不是直譯的，玄奘大師直譯的，他完全照梵文直接譯下來的。可是羅什大師沒有翻錯，為什麼？我們真的能夠做到一心專念，臨命終時佛來接引的時候，先放光照你，你一見到佛光，你的功力就提升一倍，就是你有多少功力，佛就加持到你，你就變成一心不亂，沒翻錯！如果我們一心專念做不到，一心不亂就沒有了，佛加不上你。

所以念佛的人，大勢至菩薩說得好，「都攝六根，淨念相繼」，這是念佛的祕訣。都攝六根就是放下，眼放下外面的色相，怎麼個放下？現在我們明白了，不要去分別它，不要去執著它，知道凡所有相皆是虛妄，真的要把我們現前的境界看作是什麼？是電視的屏幕，是電影的銀幕。現在我們每一家都有電視，電視擺在我們面前，那就是一面鏡子，時時刻刻提醒我們，凡所有相皆是虛妄。眼見色，耳聞聲，鼻嗅香，舌嘗味，常常能作如是觀，心就定了。所以我們常說，六塵境界可以欣賞，不可以控制，更不能佔有，你要有控制的念頭、佔有的念頭，你就造業了。沒有控制、沒有佔有，那你是菩薩。這就是什麼？我們沒有起心、沒有動念，這是粗，我們不起執著的心，我們不動分別的念頭。起心動念也分很多等級，

粗的起心動念我們可以放下，那個微細的不行。微細的要不斷向上提升，我們才能夠發現，這個障礙在哪裡才能發現，障礙不能發現，你怎麼斷它？現在最容易發現的就是執著，尤其是嚴重的執著，我要怎樣怎樣，這不行。先學著隨緣，隨緣裡頭有妙用，隨緣裡頭有分別執著，妙用就沒有，沒有分別執著，你才體會到什麼叫妙用。

佛度眾生用這兩個方法，五止、六觀。在生死輪迴苦海，苦海裡頭的水叫愛水，在這裡面去接引眾生。接哪個眾生？根熟的。根熟的，他能信，他能解，他能行，他能證，聽了佛法之後，他真的會回頭，真的覺悟。這太難得了！根熟眾生也是可遇不可求，找不到！偶爾發現，讓我們驚奇感嘆，真正是難得。學佛時間，說老實話不在乎長短，與這個不相干。我們看看六祖惠能，二十四歲的時候賣柴，偶爾聽到人念經，聽到生歡喜心，緣非常殊勝。念經的這位居士跟惠能大師談話，談得很歡喜、很契機，很受感動，就發心想幫助他、成就他，這是很稀有的緣分。他發現這麼好的根性，勸他到黃梅去學習，跟五祖去學習，他家裡一個老母親沒人照顧，他們發心照顧，讓惠能大師專心去學習。能大師到黃梅住了八個月，做了八個月的義工，在廚房裡面舂米破柴，幹他的老本行。八個月之後，五祖傳法，誰都沒有想到就傳給他了，二十四歲。八個月沒有進過禪堂，沒有見過五祖，他是根熟的，五祖一生當中就遇到這個根熟的。根熟怎麼樣？一聞千悟。傳法的那天是晚上半夜，五祖在方丈室召見他，給他講《金剛經》大意，講到「應無所住，而生其心」，他就說出「何期自性，本自清淨，何期自性，能生萬法」。五祖聽到，他真的開悟了，不是假的，衣鉢就傳給他，勸他趕快走。這就說明什麼？學習時間沒有長短，你是不是真信？是不是真的懂？他到黃梅，第一天跟五祖見面，那個對話當中，你細心去觀

察，他真信，他真解，真的懂得。

這條路要怎麼走法？沒有別的，就是夏蓮居老居士在《淨語》裡面給我們講的，真幹！你自己不真幹，那怎麼行！怎麼幹法？我懂得一句，我就把這一句做到；我懂兩句，就把這兩句做到，這就行了。你要說為什麼？《華嚴經》我們學習了將近四千個小時，經上明明說的「一即一切，一切即一」，一法一切法，一句就是一切句，只有你自己真的落實了，它才起作用，能觸類旁通。這種人當然很少，我們現在見到一個，我今天進來，聽到你們放胡小林的報告，你們細細聽聽，他這個報告十二個小時，是在廬江我請他在攝影棚錄下來的。他學佛才兩年多一點，他真幹，他把佛法、把《弟子規》完全融會到自己生活當中，變成自己的思想見解言行，這個難得。希望同學們把這十二個小時東西細細聽聽、多聽聽，一定有好處，你會學到很多東西。這是他第一次到攝影棚講，剛剛第一個小時他很不習慣，從來沒有進過攝影棚，沒有面對著攝影機，沒有人聽，這話怎麼講得出來？得要有人才能講話。我說好，我找幾個人到攝影棚裡面去，坐在裡面聽你講，我自己也參加。所以他這十二個小時，前面三個小時我都聽了，很感動人。根熟的，幫助他一生成就；有善根沒成熟的，幫助他善根增長提升；真正沒有善根的，幫助他種善根。所以佛並不是說，根熟的眾生度他，還沒熟的不度了，不是的。大乘人普度眾生，這叫大慈大悲，到一定程度的時候，一定要勸他修止觀兩門。

【依此義故。要修止觀也。】

程度不到的時候不說，程度到的時候，一定要叫他修止、修觀。下面是第二番的問答：

【問。止觀兩門。既為宗要。凡夫初學未解安心。請示迷徒令歸正路。】

這個問得好。五止六觀這兩門，既然是修行的宗要，「宗」是什麼意思？宗是重要的、主要的，在修行法門裡面講，我們一般講宗旨，在行門裡面講宗要，最要緊的。可是『凡夫初學未解安心』，他還不理解，這個話在現前來說非常契機，為什麼？現在這個世間人心浮氣躁，誰有安心？找不到，這真的不是假的。你說哪個人心安理得？一個都找不到。這不能怪他，現在全世界大概只有很少數的人，住在我們所謂是落後地區，閉塞的地區，那個地方的人生活純樸，他沒有什麼憂慮，也沒有什麼牽掛，日出而作，日沒而息，過著這種生活的，他能安心。凡是住在都市，凡是知識分子，心都不安，疑慮重重，這個生活非常苦，一輩子都苦，過得真可憐。我們看看中國古時候，古人留下來這些典籍，他們描寫生活，描寫家人的關係，工作處事待人接物，確實他有情趣。現在沒有了，這個原因就是東方我們把聖賢教育捨棄，西方人把宗教教育疏忽了，都崇尚於科學。科學是知識，不是智慧，能解決一些問題，但是副作用非常大，我們俗話說得不償失，得點科技一些小便宜，而我們把這個安心失掉，這個損失太大。所以人生活在這個世間非常痛苦，貧賤的人痛苦，富貴人也痛苦。那問什麼？中國人講的道德失掉，道德帶給人安心之處，安心定命，沒有這個東西怎麼辦？這就是對於現前凡夫初學，我們如何幫助他回歸到正路，也就是說，我們怎樣幫助現代人轉惡為善、轉迷為悟、轉凡為聖，這一條不容易做到，轉凡為聖是對根熟人說的，轉迷為悟是對有善根的人說的，轉惡為善是對於還沒有善根的人講的。這就是現代傳統文化的教學、宗教神聖的教學應該走的一條大道，我們認真努力，能救自己、能救眾生。我們看下面賢首國師的開示：

【答。依起信論云。若修止者。住於靜處。端坐正意。不依氣息。不依形色。不依於空。不依地水火風。乃至不依見聞覺知。一

切諸想隨念皆除。亦遣除想。】

這是把修止的方法為我們說出來，止就是修定，就是放下。首先我們要住在安靜的地方，這對於居住在大都會裡面人來說困難。所以早年，這應該是在四、五十年之前，應該是五十多年前，我聽說虛雲老和尚被香港一些大德居士，可能有法師，請到香港來，他到香港來過，住了一個多月。香港同修還給他建了一個精舍，這個精舍我去過，我去看過，老和尚在那裡住了一個多月，又回大陸去，說這個地方不是修行的地方。你看在那個時候，他老人家說出了，這地方染污非常嚴重，不適合修行，所以回到中國去。所以這個靜處很重要，特別是初學，修行環境太重要。所以古時候，修學的道場都建築在深山，人跡罕至，不容易到的地方。你走走得很辛苦，他住在那個地方，交通什麼都不方便。生活所需要的，像蔬菜都自己種，乃至於主食。主食不好種，種什麼？種馬鈴薯，種玉米，種蕃薯、花生，種這類來代替主食，在深山修行，真的它是有好處。『端坐正意』，端坐不是叫你一天到晚坐在那裡不動，不是的。坐是取不動的意思，我們坐在那裡就不動了，主要是心不動，不是身。身不動，你就不能夠幹活，你就沒有辦法生活，住山的人多半種地，附近種點菜，種點糧食，所以他要勞動。心要定，心裡沒有妄想就叫端坐；沒有邪思就叫正意，沒有邪思、沒有雜念。你看修行，這個講的原則講得好。

『不依氣息』，有很多人用調息，調息是要教，道家很重視這個，重視這種修行方法，要有人指導，沒有人指導會把身體搞壞，所以這個開示是對一般人講的，不用這種方式，也『不依形色』。總的來說，佛家是重實質不重形式。那實質呢？實質，這上面講得很清楚，五止六觀，講得很清楚。五止六觀都不能夠離開性德，性德是什麼？前面講的四德，「隨緣妙用，威儀有則」，這就是持戒

。「質直柔和」，這就非常重要，規矩再多，一定要用真心，質直是真心，態度要柔和，才能真正得受用。不是用真心，就是私心很重，成見很深，那都是障礙。你功夫為什麼不得力？你要好好的反省，不在外面，肯定是自己有問題。我們細心觀察同學當中，無論是在家、出家，功夫得力的，你看隨緣。末後包容，「包容空有」。

。包容空有，我說得很白，就是平常佛門裡面所說的「心包太虛，量周沙界」。心包太虛不就包空嗎？量周沙界不就包有嗎？對人對事對物都要大心量，量大福大，要學著能包容，要懂得成人之美。特別是善緣，不可以障礙，那個障礙有過失的；惡緣障礙他，不讓他造惡是好事情，善緣不可以。善緣裡面起的障礙多半是嫉妒，或者是自己心量小。這都在日常生活當中，要時時刻刻自己認真檢點，成就別人就是成就自己，幫助別人就是幫助自己，障礙別人就是障礙自己，這個道理不能不懂。

『不依於空，不依地水火風』，這合起來，《楞嚴經》上所講的「地水火風空」。『乃至不依見聞覺知』，見聞覺知是佛法講的，這是自性的性德，自性法爾具足，不生不滅的。『一切諸想隨念皆除』，你看這什麼意思？叫我們六根接觸六塵境界，不起心、不動念，不單是不分別、不執著，向上提是不起心、不動念。所以從前修行人住山住茅蓬，山上搭個小茅蓬，都是自己搞！砍幾棵樹，砍一點茅草，搭個蓬，一個人住。兩個人，各人搭一個蓬，不是住在一個小茅蓬裡頭，小茅蓬各人自己住自己小茅蓬。如果有五、六個人，當中蓋一個比較大一點的供佛，早晚課拜佛的地方，自己休息是小茅蓬。古時候都是這樣的，好！所以一天到晚，就是工作，言語都很少，攝心，不起分別執著，功夫好的時候，就是不起心、不動心，以心除心，前面心是真心，後面心是妄心。這前面還有一段文，「一切諸想隨念皆除，亦遣除想」，放下一切妄念，想是心

裡有相，思是心裡有分別。想是執著，它有相；思是分別，你看一格一格的，心裡畫上格子就有分別了，所以思想就是分別執著。中國文字確實是智慧的符號。為什麼？

【以一切法本來無想。念念不生。念念不滅。】

這個道理要曉得。『一切法本來無想』，六祖見性的時候說的，「何期自性，本自清淨」，清淨就是沒有想，想就不清淨，這裡頭有相；思就不清淨，它有分別，沒有思、沒有想。聽經的時候，沒有思想，沒有分別執著；念佛的時候，沒有思想，也沒有分別執著。難！這個太難了！這個真是上根人修的，中下根性不行，他一定會有想。一定想，怎麼辦？所以淨宗好，淨宗叫你執持名號。執是執著，持是保持，就是叫你可以分別、可以執著，但是什麼？分別阿彌陀佛，執著阿彌陀佛，不要搞別的，它用的是這個方法。這是下下根人都能得力，我什麼都不想，我一天到晚就想阿彌陀佛，好修！這是善巧方便。這種方法生西方極樂世界，品位不高，這個諸位要知道，凡聖同居土。可是你不要好高騖遠，你要是好高騖遠，這次極樂世界的緣你錯過，你去不了。你要定在這個地方，你肯定能去，蕩益大師給我們表演，大師的慈悲，大師對我們的恩德太重了，他教給我們到西方極樂世界什麼品位就可以？他自己說的，我只要凡聖同居土下品下生，我就很滿足了。我們如果把定位定在凡聖同居土下品下生，肯定得生，定太高了做不到，怕錯過了機會。蕩益大師是什麼樣身分我們不知道，要照印光大師的說法，印光大師說他寫的《彌陀經要解》，這寫得太好了，即使是古佛再來給《彌陀經》寫一本註解也不能超過他。你說這個讚歎還得了嗎？那就肯定他是阿彌陀佛再來的，話是沒有這麼說，意思就是這樣。告訴我們，凡聖同居土下下品往生，就滿願了，真的不假。

西方極樂世界確實四土三輩九品，但是那個世界是個特殊的世

界，這一點我們要搞清楚，平等法界。十方諸佛刹土都不平等，像我們居住這個釋迦牟尼佛的刹土，娑婆世界不平等，四土不在一起。本師釋迦牟尼佛，他住的是實報莊嚴土；阿羅漢、權教菩薩住的是四聖法界，方便有餘土；我們這些人住在六道裡面，凡聖同居土，不在一處。可是在西方世界，它四土是在一起，四土三輩九品在一起，這很特殊。所以說凡聖同居土下下品往生，到那個地方天天能見到佛，天天能看到觀音、勢至、文殊、普賢，彌勒菩薩也在那邊。跟這些等覺菩薩天天在一起，這些人天天引導我們，哪有不成就的道理！所以這個機會不能錯過，一定要抓住，我們老老實實的念佛，就依大勢至菩薩的教誨，「都攝六根，淨念相繼」。都攝六根是什麼意思？眼耳鼻舌身在外面境界裡，眼對色不貪，六根對六塵境界，把控制的念頭放下，佔有的念頭放下，這是最重要的。

真放得下，放下就是止，最後怎麼樣？最後要連生死都要放下，不要貪生怕死。你真成就了，有緣多多幫助別人，幫助別人破迷開悟，幫助別人離苦得樂，特別是幫助別人得到修學的方便，這些是能帶得走的。一切是為了自己，那是帶不走的，所以決定不能夠有自私自利的念頭。雖然很多人說，現在這個世間，這全世界了，不是某個地區，災難頻繁，這是我們都看得見的，你在資訊裡面天天看到。我們要在佛法裡面得到心安之術，什麼樣的災難遇到了，不驚不怖，不驚慌、不恐怖，心是安的，心是定的。要知道定生智慧，智慧就能解決問題，真的能夠消災免難。災難當中，真的修行人，也在這個大難當中走了，有沒有這種情形？有，很多。他怎麼走的？他往生了。往生的條件，臨命終時最後一念是阿彌陀佛，《彌陀經》上講的「若一日、若二日、若三日、若四日」，四十八願講的，臨命終時，一念十念都能生極樂世界。

所以我們平常要培養，心裡只有阿彌陀佛，除阿彌陀佛之外，



什麼都沒有。這個世間什麼是真的？就是阿彌陀佛是真的。大乘經教都可以放下，你只要抓住一句阿彌陀佛，什麼都得到了，到極樂世界，你樣樣不缺，想學什麼都能滿你的願。所以我們今天在這個世間，大乘法裡頭，學得怎麼樣沒有關係，隨緣，能學多少就學多少，不放在心上，阿彌陀佛放在心上，這就完全對了。相信灌頂法師的開示，慈雲灌頂法師是乾隆時候的人，這個大德通宗通教，顯密圓融，著作等身，他留下來的著作差不多有五十多部，《卍字續藏經》裡面收了有三十多部。他在《觀經直指》，是他的註解，我以前講《觀無量壽佛經》參考他的註解，他說得很好，學佛的人，無論在家、出家，遭遇到最大的困難，最嚴重的業障，所有大乘法都解決不了，一切經懺佛事都用不上力，你就曉得這業障有多重，他說最後還有個方法，真正能幫助你，那就是一句六字洪名。這個開示說得好！所有一切經懺佛事都失效的時候，這六個字有效，能幫助你解決問題，所以我們對於大師的開示有堅定的信心。現在就得要幹，不能等待！

所以現在我們學習經教隨順，我們主修的是什麼？主修就是念佛。無論在什麼時候，無論在什麼場所，念佛可以出聲，可以不出聲，不拘任何形式，心裡一句阿彌陀佛。要珍重，不能忘掉，這才是真正修行人，讓心裡真有阿彌陀佛，我們就得度了。什麼樣災難來的時候，真的遇到災難，就到極樂世界去，佛就接引我們往生。災難當中，這個身體還會留在這個世間，沒有別的，那就是全心全力幫助眾生、勸導眾生認真去學佛。勸人最重要要懂得觀機，不是用一個方法，要有智慧，要有誠意，誠意就是質直柔和，決定能感動人。我們不能感動人，一定從這裡去反省，我們的真誠不夠，我們的柔和不夠，還會遭遇人家不能接受。如果真誠柔和到位了，什麼樣難度、難化的人都能夠接受，像諸佛菩薩一樣。念念不生，念

念不滅。

【亦不隨心外念境界。然後以心除心。心若馳散即當攝來令歸正念。】

不能夠『隨心外念境界』，這裡頭要有真實智慧，知道所有一切境界都是從心想生。常常想著六祖大師開悟的時候，在《壇經》裡面記載這句話，末後這句話，「何期自性，能生萬法」。《華嚴經》上告訴我們，一切諸法遍法界虛空界，這一切諸法是唯心所現、唯識所變，心外無法，法外無心。這就是心境都要放下，能現能變的心性，所現所變的萬法，都不要放在心上。心放什麼？心放阿彌陀佛，這個地方講『心若馳散即當攝來令歸正念』，這個正念就是阿彌陀佛，阿彌陀佛是唯一的正念。我們念佛，不但是得阿彌陀佛威神的加持，實在說這是真的，你得十方三世一切諸佛菩薩的加持，你是個真念佛人，你心上真有阿彌陀佛。

【常勤正念唯心識觀。一切魔境自然遠離。】

我們現在修行，在現前這個時代，一講到魔境，我想大家都不陌生，你看看在國內、國外，道場裡面常常看到冤親債主附身的，這是真的不是假的，他裝不出來。我們這個道場遇到多少次了，那些人是什麼？現身說法，我們看到了，親眼看到了，親耳聽到了，有沒有警覺？你看到之後做何感想？有，不是沒有，不多。有些人警覺到了，但是還有部分人麻木不仁，他沒有感觸，他不知道回頭。這個地方說的魔境，範圍很廣，特別是冤親債主。明白這個道理，你就要曉得，過去已經結的怨我們要化解。用什麼化解？質直柔和，將我們自己每天修學的功德迴向給他們。迴向給他們不是沒有了，不是我們修學的功德沒有了，那你就完全搞錯了。我們怎麼樣迴向，他所得到的。《地藏經》上說得很好，我們自己有六分功德，他一分，不迴向他得不到，迴向他得一分，七分之一。為這

些冤親債主，我們要加倍的去努力修學，否則的話他們的怨恨在心，生生世世沒完沒了，這個麻煩就大了，生生世世彼此雙方都痛苦。

所以這個事情必須在這一生當中我們要把它化解，化解過去世的冤親，現前不再跟一切眾生結怨，與一切眾生往來全是善緣，沒有惡緣，這一點要特別注意到。真正要學，經典裡面常常提醒我們的，「菩薩所在之處，令一切眾生生歡喜心」，這句話好！不要叫眾生因我而生煩惱，更不可以讓一切眾生因我的心行，我的想法、看法、言行，而生起怨恨，這就跟人結怨了，這不是聰明人。所以諸位看看胡小林這十二片光碟，你看他怎麼回頭的，他過去當老闆脾氣很大，你看他現在全改了，他現在不會罵人了，對待員工都很客氣、很謙虛，完全變了一個人。時間兩年，不長！這段我們還沒有學完，時間到了，明天我們繼續來學習。