

大乘修禪定，在哪裡修？我們講的是百貨公司，外國人講Mall。修禪定不是在禪堂，去逛Mall去，逛百貨公司。練什麼？練不動心。看得很清楚，樣樣都清楚，那是什麼？那叫慧；如如不動，那是定。定慧等持，那真修禪定。盤腿面壁不行，什麼都不知道，外面事情什麼都不知道。是不動心，可是一接觸外面境界心就動了，苦樂憂喜捨就現前，那是凡夫。要在境界裡不動心才叫真不動。