

《佛說阿彌陀經》第十二講，前面講到「五根、五力、七菩提分、八聖道分」三十七品，前面的三科是四念處、四正勤、四如意足，已經給諸位介紹過了。五根指的是「信、進、念、定、慧」五條，在佛法修學上，無論是大小乘佛法都以這五條做為根本。正如佛在大經裡面所講，「信為道元功德母」，也就是說明信心是入道的根源，是一切功德所生長的處所。在一切經我們都可以將它分作信、解、行、證，這四個段落來看，清涼大師判《華嚴經》的大段落，就判這四分，信解行證四分，像《法華》、《楞嚴》、《彌陀經》，乃至於《金剛經》，都是眾所周知的大乘經典。自古以來這些弘經的大德，有許多人都是用這個四分來判攝，由此可知，信根的重要前面已經跟諸位略說過。

在這個地方我要特別向諸位強調，信佛難，信淨土法門更難，這就是佛所謂的難信之法。可是信自己難上加難。前面跟諸位講過，如大經裡面所說，「一切眾生本來成佛，一切眾生皆有佛性，一切眾生皆當作佛」。我們能不能相信自己，在一生當中圓滿成就無上菩提？信佛不一定能成佛，信淨土不一定能往生；唯有自信心堅固的人，他能夠成佛，能夠往生淨土。由此可知，佛門裡面講信心，最主要的叫你要相信自己，因為佛法所講求的是不依賴別人。雖然這個淨土法門，所謂是二力法門，二力那就是以自己的力量，也藉助佛的力量，可是我們講二力法門，是以自己為主。自己要對自己喪失信心，完全仰賴佛菩薩，諸位想想，那與其他的宗教又有什麼差別？這點我們一定要把它記得清楚。

這信有了根，在修學裡面，這是第一個基礎奠定了。有了信根

之外，還得要有精進根，這個五根、五力。第二是「精進根」，精進就是修學正助道法，勤求不息，無有疲厭，不疲倦、不厭倦，這是精進有了根。當然你要了解什麼是正修？什麼是助修？首先講你信得過，信得過以後你理解，然後認真的去修行，所以精進已經到行的階段。信與解都在前面的階段，由此可知，這個五根它是有次第的。後面這三種都是成就，但是這種成就是初步的成就，雖然是初步成就那是無上道的根基，所以這稱為根。這根上成就了，當然將來會從這個根上發芽、茁壯、開花、結果。我們以這個法門來說，這個法門是以持名念佛為正修，前面已經跟諸位說過很多，而是以斷惡修善為助修。我們明白正助雙修的道理，這樁事實我們應當下定決心，認真的來修學。

說到這個地方，我們要問，為什麼我們要下定決心認真的修學？我在講席裡面，有個同學提出一個問題，「佛門裡面常講生死事大」，這句話是什麼意思？諸位想想，如果不是生死事大，我們何必認真來修學這個法門？生死事大，世間有許多俠義之士，為了正義之所趨，視死如歸；換句話說，生死事大好像在他們眼睛當中，生死不算什麼！不錯，他是不了解生死，真正了解生死事大的人不多。生死不是一世的事情，一世的生死算得了什麼？麻煩的是生死輪迴這個事大！六道當中生生死死、死死生生它沒有休息。像佛在經上跟我們說的，譬如我們人現在活在世間，報盡的時候捨命，死了，四十九天之後，它就投胎了。一般不會超過四十九天又投胎，想不投胎，休息休息都辦不到，佛在經論裡面講的生死疲勞。這樁事情我們想想太可怕了！這個事情太大，所以它不是一生一世的事情，是生生世世永遠沒完沒了。

這個問題，世間的學術、哲學、科學、宗教，都沒有辦法解決。有些一流的宗教家，他可以修到色界天、無色界天，可以修到非

想非非想天，壽命八萬大劫，那就是壽長而已。八萬大劫到了他的定功失掉，失掉了定功還是要墮落，還是要輪迴，可見得這個事情解決不了。佛出現在世間就是為了這樁大事，所以佛在《法華經》裡面講，「佛為一大事因緣出現於世」，什麼大事？就是生死大事。世間其他一切的問題，世間人聰明智慧都能夠解決，只有這樁事情沒有辦法解決。所以佛出現於世間幫助我們，有志要解決這個大事的，他來幫忙。佛說八萬四千法門，門門都是解決這樁大事，首先我們要能信得過。

你要是問八萬四千法門最簡單、最容易、最妥當，就是最穩妥的是哪個法門？世尊告訴我們，歷代的祖師菩薩告訴我們，「求其直捷穩當，無過於念佛法門，而念佛法門當中，又無過於持名念佛」。因此《佛說阿彌陀經》，才被佛門歷代祖師列為日課之一，每天要讀誦的，可見得這個法門的殊勝。不但淨土宗早晚功課念《阿彌陀經》，宗門、教下又何嘗例外？諸位可以看看《禪門日誦》，那是中國傳統禪宗的早晚課。禪宗早晚課誦，早課以「楞嚴神咒」為主，晚課就是以《阿彌陀經》為主，那還有什麼話好說的。所以信了以後念佛是我們正修，斷惡修善這是為助修，斷一切惡，修一切善。斷惡成就自己的善根，修善成就自己的福德，這才是多善根、多福德，當然因緣也就殊勝。所以一定要精進不懈怠，這就是精進有了根。

第三是講念，念是講我們存在心裡頭，二六時中心裡面都有。你看中國人造的這個字，中國的文字它有表法的意思，這在世界文字裡面是很特殊的，也是非常了不起的創舉。這個字上面是個今，下面是個心，念就是今心，就是現在的心，心裡面有這叫念。念什麼？念正助道法，念阿彌陀佛，念著無量覺，覺，當然斷惡修善，福慧雙修，這叫做念根，你這個念有了根。二六時中念念都是覺而

不迷，念念都想著我要斷一切惡，修一切善。二六時中確實有這個念頭，這個念頭不會失去，這就說念有根了。

「定根」，這個心定在正助道法上，定在這樁事情上，與正助道法決定相應，不會散失，你定就有根。

「慧根」，慧是覺照，於正助道法它的理論依據，修學方法以及它的境界，正道的境界、助道的境界，都能夠了了分明，這叫做慧根。

這五根簡單跟諸位介紹到此地，我們回過頭來自己想一想，這五根我們自己有沒有具備？我們對於念佛法門這個理，這樁事，經裡面所講極樂世界依正莊嚴的境界，我們能真的理解了嗎？我們能肯定接受嗎？我們能夠全程肯定的相信嗎？如其不然，我們並沒有信根，那哪裡會有成就？好，我們縱然說有這些都具足了，有信根了，我們是不是精進不懈怠？如果沒有，五根有一條不行，不能生長，必須這五條都有根才能夠生長。這五條裡頭缺少一條都是障礙，特別是信根，信根等於種子一樣，沒有這個怎麼能成就？這個五根，信根是最主要的一條。精進是它的活力，沒有精進，雖然有這個，始終也不會有成就。

說到精進，二六時中，我們心裡頭有沒有念？很不容易！一天到晚心裡頭念念有佛，念念有覺，念念斷一切惡，修一切善，這是精進有根。我們二十四小時當中，偶爾想到我要念佛，我要斷惡修善；大部分的時間把這個事情忘掉了，迷在世間五欲六塵之上，迷而不覺！廣造諸惡，不修眾善。那我們的道業怎麼會成就？我們的生死大事，沒法子了！所以讀經，每天叫你早晚功課讀經，讀到這些地方，早課要提醒自己，晚課是反省，認真的反省，這個五根裡頭我今天有沒有具足？我今天做到了幾成？這樣的早晚課才有無量功德，起了作用。念，我今天一天到晚，心裡面是不是念著這個問

題，我的心是不是定在這個境界裡面，我對於這些事、這些理，以及自己修學的境界，是不是很清楚、很分明？

諸位想想，這部經這麼長，這裡頭只舉出兩個字來講五根。我們全都具足了，好，不斷的努力精進，希望它能夠增長，五根增長就變成五力。這個五力名詞是一樣的，這是第四段五根。第五段五力，信根再增長它有了力量，精進根有了力量叫精進力，念根有力叫念力，定根有力叫定力，慧根有力叫慧力。所以五根跟五力名詞是相同的，這五個名詞是相同的。單單講根，根沒有力量，不能起大作用；根要有力量，它就發生作用。前面五根的意思了解，這個地方就比較容易懂，信根有力量它最顯著的作用，就是破迷、破邪建立正信，它有這種功用。不但能建立正信同時也破煩惱，煩惱裡面有疑，疑是根本煩惱之一，貪瞋痴慢疑，它能夠破疑生信，能夠破除一切邪知邪見，這是講信根有了力量。

精進根如果產生力量，他在修學或者在世間從事於種種工作，也就是說他的生活是勤奮、振作，決定沒有懈怠的現象，這是他精進根有了力量。拿我們今天一般的話來講，就是這個人富於進取的精神。世間進取為什麼不叫它做精進力？他進取的如果是為自己名利，為自身的享受，這不叫做精進根力。他如果是為了修道，成就自己的道業，為了利益一切眾生，這才叫精進根力。這個時候唯有精進有了力量，才可以承當自行化他的大事業。

念根要增長了，你心裡面不生邪念，這是念根有了力量；念沒有力量，我們現在也有念，但是怎麼？常常會有個邪念起來。貪瞋痴慢這個念頭常常會現行，這就是雖有念根還沒有力量；有了力量之後，二六時中不會生邪念。或者講得更簡單，更容易明白，一天到晚不會有個自私自利的念頭起來，諸位要曉得，自私自利是邪念，不是正念。不起念頭則已，起念頭就是利益一切眾生；不起念則

已，起念就是造福社會，不為自己想，這是你念根有了力量。

定根要有了力量，它能夠斷除散亂，心不散亂；換句話說，他的精神意志是集中的，集中他才會產生力量。這個基礎就是禪定的前方便；換句話說，它是禪定之前一定有的境界，得到這個境界，心不散亂了，漸漸的就可以得到禪定，這個叫定有了力。

慧根要是增長，能夠辨別一切事理真妄、邪正、是非清清楚楚、了了分明。漸漸隨著定力發展成為無漏的智慧，無漏智慧就現前，這叫做慧力，你的智慧有了力量。這五種是修行人的大根大本，它有很大的力用，具足了根力，道業必然天天進展。不但你不會退步，你絕不會被外面的力量動搖了你，也不會被任何邪法障礙你，或者破壞你。為什麼？因為你自己已經具備了力量。

下面一段講的「七菩提分」，七菩提分也叫做「七覺支」。我們在此地把名詞念一念，「一擇法覺分，二精進覺分」，這個精進是屬於七菩提分裡面的精進。「三喜覺分，四除覺分，五捨覺分，六定覺分，七念覺分」。你看全是覺，覺而不迷！這七個名詞我們把它記清楚，然後我們一條一條解釋裡面的意思。菩提是梵語，也就是古印度話，翻成中文是覺的意思，也就是不迷，不迷就是覺。這七條要以中國意思來說，是七覺分，它是由前面五根裡面的慧力增長，發生真正無漏的智慧，才能夠覺了一切法，在一切境界裡不迷。

這七條第一個是擇法，這是非常重要的樁事情，這是屬於智慧的選擇。也就是說當我們以智慧觀察一切法，將一切諸法看得清楚，哪是真？哪是妄？哪是正？哪是邪？哪是善？哪是惡？一樁一樁了了分明，不會有差錯，這種擇法覺分我們是講一般的。在行門裡面最重要的就是選擇法門。我們曉得佛為我們所講的八萬四千法門，有無量的法門，在這些法門裡面，我們樣樣都看得很清楚，哪

一種法門適合於我們自己修行，哪一種法門能夠幫助我們很快的成就。這個成就粗而言之，得一心不亂，決定往生西方極樂世界；或者是說決定能夠斷煩惱證菩提，也就是明心見性，我們選擇哪個法門，這是擇法裡面特別重要的。對於大經大論有相當理解的人，在修學上有相當經驗的人，他一定選擇淨土法門。像《華嚴經》善財童子五十三參給我們的啟示，這是很重要的啟示。這一個法門選擇了之後，就要認真的去修學。在修學過程當中，由於我們煩惱習氣並沒有斷除，其中的障礙是必定有的，障礙如何去排除，下面六覺支就用得上了。至於用什麼方法來對治我們的習氣毛病，這是要有智慧的選擇。

精進覺分是說精進修學道法，修道就是修學方法，不夾雜其他的理論，其他的法門，這叫精。譬如我們修淨土裡面不夾雜教理，也不夾雜禪觀，亦不夾雜神咒，這叫精。如果修淨，裡面還有禪觀，還有三密相應，那就不精了；雖然在進步，但是不精，你裡頭有摻雜。不退轉就叫做進，你看不夾雜、不退轉，修學這一個法門，以這個法門最高的境界，為我們修學的趣向。像這個法門所示的是理一心不亂，這是持名念佛最高的境界，我們持名念佛就趨向於理一心不亂，這叫做精進覺分。

而七菩提分在西方極樂世界的諸上善人，他還是要用。為什麼？這個原則在沒有成佛之前，我們曉得等覺菩薩他還有一分生相無明未斷，他要把這一分生相無明除掉，於是就不能不運用七菩提分的辦法，還是要用這個辦法，來除他最後的一分生相無明。這七種是原則一定要透徹的理解，善於運用，你要真正能善於運用，不但在佛法裡面修學會給你很大的幫助，解決你所有的疑難。世間有許多疑難雜症，那當然更容易解決了，真正是一服專治疑難雜症的特效藥。世間人不知道這個好處，不會運用！我們讀經千萬不可以疏

忽。

喜覺分，這是講法喜，諸位想到法門選擇得很正確又能夠精進不懈，這個時候你怎麼不歡喜？實在講選擇法門裡頭，我在這裡說得少，為了幫助諸位可以多講幾句。我們看自古以來的，這些有大成就的人，當然最重要的，就是你選擇一個好老師，去跟他學。像《阿難問事佛吉凶經》裡面，開章明義第一句話，佛就教給我們要選擇明師，要「從明師受戒」，這是我們成敗的關鍵的所在。其次就是要選擇法門，經典要選擇一部經；行門，修行的方法，也要選擇一個行門。不能夠三心二意，不能夠貪多嚼不爛，不能夠好高騖遠。我們在《六祖壇經》裡面，所看到的那些諸善知識，像「機緣品」這一章裡面所舉的例子，無盡藏比丘尼一生專攻《大涅槃經》，所以人家選擇的是一部；法達禪師讀《法華經》三千部，就是念三千遍，三千遍至少需要十年的時間，功夫用在一部經上。

近代的倓虛大師，這是前幾年圓寂不久的，他在沒有出家之前做居士，八載寒窗讀《楞嚴》，他敘說他自己一部《楞嚴經》他念了八年。在他傳記裡頭有一章，「八載寒窗讀楞嚴」，他出家之後成為天台宗的祖師。所以諸位如果要修學，先要找一個好老師，依靠他；選定一個法門，一生專攻一部經。專攻一部經不是說其他的經你都不必看，都不要去聽了，不是的。你可以看，可以聽，那叫助修，前面不是講過嗎？五根、五力裡面講過正道、助道。譬如說無盡藏比丘尼她的正道，正修的道是《大涅槃經》，助修的就是其他的一切法門，那是幫助她的。法達禪師正修的是《法華經》，以其餘的經論做為助修，道理我們一定要懂。我們念佛人選擇《彌陀經》為正修，這部經我們要不間斷的去讀誦它。法達禪師念《法華經》三千遍，《法華經》長，比《彌陀經》長得多了。我們如果能下定決心，將《彌陀經》念三萬遍，或者是念上十萬遍，有這樣的



基礎不怕不開悟；換句話說，一心不亂不求自得。為什麼？水到渠成，功夫到了。所以解要依靠一部經論，行要依靠一個法門，這在擇法裡頭非常的重要。

話說到這個地方，有不少的同修來問我，好老師到哪裡去找？這是個很大的問題，好老師，常言說得好，可遇不可求！我們到哪裡去找？真的難找。如果找到個知見不正的人，我們跟他學，就耽誤這一生，這一生沒指望。諸位還要曉得一個事實，你是個學佛的人，你今天有耐心來看這個錄影帶，就證明你的善根深厚，你過去生生世世都是一個學佛的人。你為什麼沒有成就，落到今天還是一個生死凡夫？那就是你沒有遇到真正善知識，沒有人真正的來指點你。或者你遇到善知識指點，你不相信，你自己空過，到今天還是這個樣子。如果你要是真學，今日之下比過去方便多了，你不認識善知識，可以私淑過去的善知識，所謂私淑弟子，就是我們找前人做榜樣，我們跟他學。

譬如孟子，孟子在世的時候，孔老夫子已經死了，已經過去了。他對孔老夫子的為人，對孔老夫子的學問，非常的景仰，孔夫子的著作還留在人間，他就依孔夫子的著作，以孔子為老師，一心一意的學孔子，他學成了。所以孟子是孔子的私淑弟子，這是個好辦法。佛門裡面像這種情形很多，蕩益大師就是私淑蓮池大師的，蕩益大師發心學道，蓮池大師已經過去了，不在世間了。蓮池大師這些著作留在世間，像我們現在所讀到的《蓮池大師全集》，他就一生專攻《蓮池大師全集》，這是蓮池大師的私淑弟子，他成就了。

我們要曉得這個例子，那就不怕了，今天古大德這些著作都留在世間，而且廣泛的流通，這些註疏很容易得到。你要喜歡蓮池大師，你可以依蓮池大師為老師，他留下來的著作有三十幾種，你依他這些著作為修學的功課。但是，這麼多種裡面，你一定要選一種

做為你的主修。蕩益大師的著作差不多將近五十種，有《全集》流通於世，你要是依蕩益大師為老師，你就讀他的《全集》，當然也要在《全集》裡面選一種，做為你自己主修的課程。你要是選多了，還是貪多嚼不爛，你要把其餘的做為助修，其中之一做為你主修的。這是我在此地貢獻諸位，你如何去求一個真正善知識，拜一個真正的好老師。我們不拜今人，我們去拜古人去，我們依照他的教訓來做，依教奉行，成就自己，這是古人有例，我們可以效法。

所以擇法的選擇，的確是我們一生成敗關鍵之所在。這一個決策要是錯誤，這一生必定空過；這一個決定要是正確，這一生必定成就。如果是效法印光大師，印光大師有《全集》流通在世間，學印光法師「老實念佛，莫換題目」，也必定能夠達到往生見佛的願望。這是我舉幾個例子，做為諸位求老師、選擇法門的參考。我們再講到喜覺分就是精修道法，功夫到一個境界之後，與法相應了，這個與法相應就是與真如本性逐漸的接近。愈接近你的心裡頭愈歡喜，世間人講心得，你的心真正與法性相應。慧照分明，善能覺了，法喜充滿，這叫做喜覺分。

第四是除覺分，除是什麼？除是把煩惱給除掉，斷除。譬如說見思煩惱，你覺悟這個東西是虛妄的，這些是障道的，你真正明白之後，一定會下決心很快的把它離開。為什麼？因為見思煩惱是六道輪迴的根本原因。如果不把這個因素消除掉，六道輪迴沒有法子超越，生死大事就沒有辦法解決。你一下覺悟了，下定決心，以無漏真正的智慧來觀照，因為智能夠斷惑！把這些煩惱斷掉，這就是斷除的意思，叫除覺分，可見得除覺分是專對治煩惱而言。

第五捨覺分，捨的意思是說不執著，再好的境界不可以貪執。多半是對於佛法境界上來說的，你要能捨，也就是我們一般所說的放下，看得破，放得下。對於修學過程當中，你所見到的那些境界

，菩薩的境界也好，佛的境界也好，淨土的境界也好，種種莊嚴的境界，一定要記住，「凡所有相，皆是虛妄」，「一切有為法，如夢幻泡影」。對於境界要了了分明，而不去執著它，沒有留戀之心，不會去追憶，知道這就像夢中的境界一樣，這叫捨覺分。可見得捨對於修學上的種種境界，定境也好、慧境也好，一概都不執著，這是捨。我們的道業才能夠精進，我們的一心就是清淨心，才能夠保持而不喪失，這點也非常的重要。

第六定覺分，這定裡面有很多層次、種類不相同，定一般是講禪定，經論裡面說世間的禪定，佛把它歸納為四禪八定，實際上是四禪四定。四禪定是色界的禪定，四空定是無色界的禪定，合起來叫做八定。所以我們講四禪，單指色界天四種禪定而說的；如果講八定就包括無色界，就是色界的四定，無色界的四定，合起來稱為八定。並不是四禪以外有一個八定。常說的四禪八定，諸位要曉得這個意思，不是四禪之外，另有一個八定。總共這個定可以分為八種，這是世間禪定。

世間禪定不究竟，縱然達到最高的定，所謂講四空定裡頭最高的非想非非想定，這個定的力量可以支持八萬大劫，所以我們稱他的壽命就稱為八萬大劫。到這麼長的時間他的定會失掉，一失掉之後，他在非想非非想定天定要是失掉了，那只有墮落。為什麼？他上頭沒有境界了，他不會往上升，他自己本有的這個境界保不住，一定往下墮落。俗話常說「爬得高，跌得重」，所以四禪天以上的這些天人，他們定功失掉之後，那墮落下來就很慘，一般大多數都墮地獄。你要問為什麼墮地獄？你去讀《楞嚴經》就曉得，因為這些人都是修道人，不修道的人到不了這麼高的境界。而修道的人都把這個境界誤會以為是菩提涅槃究竟的境界，到定功喪失的時候墮落，他一定就謗佛、謗法。佛講的我已經成佛，證得大涅槃，怎麼還

會退轉？怎麼還會墮落？諸佛所說的話不可靠，於是乎謗佛、謗法，謗佛、謗法的罪就是阿鼻地獄。所以像這些事情經論裡面所講的太多了，我們應當要留意，要曉得。

佛法所講出世禪定是從第九定開始，譬如四禪八定，八定是到非想非非想天，這是三界之內的。如果定力再要增上，比這個境界還要高一級，這就出了三界，突破三界，我們稱它為第九定。第九定是誰的定？小乘阿羅漢、辟支佛所證得的，這第九定。從這以上就叫出世間禪定，出世間禪定種類很多，境界各個不相同，我們稱如來果地上的禪定叫上上禪定。《楞嚴經》裡面稱之為「楞嚴大定」，《華嚴經》裡面稱之為「師子奮迅三昧」，這都是講如來果地上所證得的大定，這才是究竟圓滿之定。因此在未得楞嚴大定之前，所有的定境都要明瞭它不是究竟的。因此對於定的境界不可以貪著，禪定的境界那是非常舒服，經上常講禪悅為食，世間一切的快樂，沒有禪定之樂，禪定是真樂。最怕的是什麼？你得到禪定之後，貪圖禪定裡面的樂，那你就不能夠再往上進步。所以這個定覺分都著重在覺，你有定，定裡面有覺，覺則不住在這個禪定。於定境裡頭不生貪著，你的功夫才能夠提升，才能夠增進，這樣你的境界當然一天一天的進步，才有進展。否則的話，於這個定境一起貪著，你就中止在這個境界，不會再往前面進步了，這個叫定覺分。

最後一條是念覺分，這是專門對修出世間法來說的，修出世間法，也就是修了生死出三界的法門。在修學的時候必須要注意到，這就是要覺悟，決定不能有一點迷惑，那就是要保持定慧均等，就是保持平衡。不能讓定多過慧，也不能讓慧多過定，要恰到好處，這是好境界。如果有偏重就要出麻煩了，為什麼？定要多了，就有昏沈；慧要是多了，心就靜不下來。特別是在初學時候，這種現象很顯著。

譬如我們講念佛人，在我們這個地區許多寺院，經常有修佛七的道場。我也參加過幾次，我在佛七裡面所見到的現象，念佛止靜的時候，這是念了一個時間之後，大家是靜坐下來。這一靜坐不久，就有些人打瞌睡，真的睡著了，他還打呼，呼呼大睡，坐在那裡，垂了個頭呼呼大睡。這是什麼？這就是昏沉，他是不是願意睡？不是的，自然而然就昏沉。這種情形，我們要以念覺分來說，他就是定多慧少，就有這個現象。還有一種人他一靜坐下去，似乎平時沒有什麼妄念，這一坐下來，不知道哪邊來的妄念那麼多，七上八下，定不下來，他坐不住，這個我們講慧多定少。定與慧，諸位要記住，不是戒定慧的定慧。

如果有這樣的毛病，你自己要念覺，念覺是覺悟，我曉得自己現在是什麼毛病。如果我這個心昏沉，打瞌睡昏沉了，精神提不起來了，我們就用這段方法，擇法、精進、法喜，用這三條來救自己。譬如說昏沉，精神提不起來，坐在那裡就想打瞌睡，我們選擇一個方法不坐，或者去拜佛，去拜佛，因為身體動，就不至於打瞌睡；或者是經行，別人在裡面靜坐，你退出來，在外面散著步念佛，經行。所以你要選擇另外一個對治的辦法，要精進，要念著「人身難得，佛法難聞」，在佛法當中產生法喜，這是一個方法。

如果你心裡面妄念太多，七上八下的時候，心定不下來，你選擇後面這三種，除覺支，捨覺支，定覺支，用這個方法來攝心，把你的妄念收攝住，對治你的妄念，叫你這個心得到平靜。唯有平靜的心，才能用得上力，才是真正的功夫，這是舉這個例子來給諸位說。所以七覺支，一定要很清楚的理解它，一定要活用，要善於運用。運用得當，真的，不但就是修學法門上那是幫了大忙，就是平時日用平常，無論你從事於哪種行業，你都能夠保持精進不懈，這個方法全都用得上，實在是太好了。你在學校念書，你會真正的用

功，不會懈怠，也不會心裡面亂，他有方法對治！在佛門修道上用得上，我們日常生活統統可以用得上。

下面一段講「八聖道分」，八聖道也叫做「八正道」，諸位將來在經論上看到，八聖道跟八正道是一個意思。「一正見，二正思惟，三正語，四正業，五正命，六正精進，七是正念，八正定」。這個一條一條也跟諸位做個簡單的介紹，八正道跟前面道品是一樣的，都是說原理原則；換句話說，八萬四千法門各有各的正道。念佛法門是以持名念佛為正道，但是也有以觀想為正道，譬如說《十六觀經》，它的正道就是十六種觀想，這是各個不相同。我們先介紹一個原則，所謂原則這是通途的，無論大小乘，哪個法門都離不開這個原則；換句話說，如果是修無漏法，世間法我們叫有漏，出世間法叫無漏。漏是煩惱的代名詞，所謂有漏法就是這裡面具有貪瞋痴慢疑邪見等等，就是帶著這些東西，這我們叫做有漏法；如果不帶這些東西，我們就叫它做無漏法，無漏是清淨沒有煩惱。

能夠照見苦、集、滅、道這個四諦清清楚楚、了了分明，這才叫做正見，見是見解，正是正確而沒有錯誤。只要知見正了就不會墮落在煩惱裡面。煩惱是業因，輪迴是果報，諸位想想，沒有因哪會結果？當然就不會結果，有因才會結果。不落在煩惱裡面，就沒有生死輪迴的果報，由此可知，正見是我們必須要修學的。如果在淨土法門裡面來說，我們相信本師釋迦牟尼佛給我們所講的，娑婆世界的西方十萬億佛國土的那邊，有個世界叫極樂世界，極樂世界的導師叫阿彌陀佛，千真萬確的事實，這個見解是正見。相信自己發願求生，臨命終時阿彌陀佛一定來接引你，這個見解是正見。因為阿彌陀佛決定沒有虛願，他的願是真實不虛；本師釋迦牟尼佛的言語是真誠，是靠得住的，在這個法門是正確的見解。

第二個正思惟，正思惟要記住，不是落在第六意識；落在第六

意識，第六意識是有漏的心，就是煩惱心，它雖然有思惟，不能叫正。你看佛在經上告訴我們，當我們沒有證得阿羅漢果以前，佛說不要相信自己的意思。為什麼？自己的意思不見得是正確的，會是錯誤的；換句話說，我們沒有正思惟。阿羅漢以上可以相信自己，這個時候的知見是正知正見，這個時候的思惟是正覺，不會有錯誤。所以正思惟一般說是以無漏的心，也就是四諦的智慧。我們一般在小乘講一切智，菩薩裡面講道種智，如來果地上稱為一切種智。這種智慧與這三個智相應的思惟，這才叫做正思惟；換句話說，不與一切智相應，不與道種智相應，不與一切種智相應，那個思惟都不是正思惟。

在本經裡面講，我們不要把境界講得太高，為什麼？講得太高我們做不到。我們講最低的境界，我們心裡面念念有佛，常常思惟阿彌陀佛，常常思惟佛在經典裡面所講的這些道理，所講的這些方法，所講的這些境界，念念不忘。縱然是第六意識在思惟，但是這個思惟的境界，與佛的境界相應，也就算是正思惟。這個思惟，雖然不能得一心不亂，可以得到功夫成片，可以能夠得到帶業往生。它不是一心不亂，但是是一心不亂的基礎，這是就本法門來說的，持名念佛法門上來講的。

第三講正語，語是言語，言語我們千萬不要小看它。孔老夫子的教學他分成四科，第一科是德行，這是做人的根本；換句話說，道德的教學，這是最重要的。第二個科目就是言語，古人常講「舌為禍福之門」，可見得言語多麼重要。善的言語，成就無量無邊的福德；不善的言語，往往會帶來殺身之禍，所以言語非常之重要。這個世間的閒雜言語，當然不是正語；討論經論、研討經論、說法利生，這個言語是正語。在我們這個法門裡面，第一個正語就是念南無阿彌陀佛，因為這個法門是以持名念佛為主。勸人念佛是正語

，講解念佛法門是正語，不言語則已，凡是言語，總要與持名念佛相應，不落在邪語裡面。

第四正業，業是講事業，事業在世間，你有世間的事業，你學佛了你有出世間的事業。世間的事業，我們現在在世間得人身，有身體、有家庭，我們必須要養身，要養活這個家庭，沒有事業如何能夠養身、養家？事業要取正當的事業。這個正的標準，與社會大眾有利益的事業，這是正當的，這叫正業。如果這個事業固然很賺錢，能夠發財，這個事業不正當的，與社會大眾有害而沒有利益的，這個事業就是不正當的事業。所以佛給我們說，要用智慧除身一切的邪業，凡是不正當的行為都叫做邪業，應當使自己的身心常住在清淨之中。特別是修學念佛法門，念佛法門稱之為淨業，要使我們自己身心境界永遠清淨。要把清淨的程度不斷的向上提升，遠離五欲六塵這些事，這是念佛人的正業。

第五正命，這條是指我們在社會上，養活我們的身命，前面是講事業，這兩條是有關聯的。如何來維持我們的生活？佛在經上講，我們應當除開五種邪命，這五種邪命多數都是講出家人。出家人不從事於社會的生產(世間生產)，乞食來度日，就是要依靠大眾的供養維持他的身命，便利於專心修道，這個意思在此地，便利於專心修道。佛怕有些人，這個世間懶惰之人，好吃懶做也示現的出家，其實他目的不是在求道，而是什麼？而是好吃懶做，貪圖信徒的供養。他就想出種種花樣，我們世俗常說，「和尚不作怪，居士不來拜」，這個作怪無非是貪圖供養，這就叫邪命，不是正命。

佛給我們舉出五樁，第一個是以奸詐為懷。故意裝出與別人不一樣的樣子，與人不同，裝模作樣，欺騙大眾。其目的是叫大眾對他起恭敬心，對他多多的供養，這是邪命，不是正命。諸位想想，如果是存這個心，做這種事情，縱然一天念十萬聲佛，一天磕十萬



個大頭，心術不正，不能成就道業。第二種自說功德，誘惑別人。說他自己修行境界怎麼好，定功怎麼深，目的在哪裡？目的是求得大家對他恭敬供養，這也是邪命。愈是有道德的人，他所表現愈是謙虛，絕不會貢高我慢，這是諸位要明瞭的，也要把它記住。第三種就是卜相吉凶，為人說法。他不說正法，他見到信徒給他看相算命，說你哪一年走好運，你要發財了。用這種方法來求取供養，不以正法教人，專門說吉凶禍福去威脅人，去嚇唬人。別人對他恭敬供養了，他要來給他消災，其實都是騙人的把戲。別人有災難，他有什麼能力替人消除？如果他有能力替人消除，給諸位說，諸佛菩薩對一切眾生大慈大悲，我們有災難，菩薩大慈大悲早給我們消掉了。佛菩薩都不能代替我們消災免難，他有什麼能力？可是世間上有那些愚痴的人，他就相信這一套，就接受他的欺騙。佛給我們講這是邪命。第四種就是高聲現威，說話故意很大聲，故意要裝得很威風的樣子，叫人一看到他對他畏懼，對他恭敬，裝模作樣。第五種專門說供養，某人對我供養好多，意思就說你趕快供養，你的供養太少，你看都比不上別人，別人對我供養多少，他有大福。這五種目的都是叫人家對他恭敬，都是叫人家對他供養，無非都是貪圖名聞利養，這都叫邪命。修道之人要遠離這五種邪命，佛陀在世時是三衣一鉢，乞食來維持身命，上乞佛法，維持自己的法身慧命；下向一切眾生乞求飲食，維持這個身命，這才叫做正命。

在現在佛教裡面無論是在中國、在外國，已經沒有乞食的，雖沒有乞食，信徒供養，我們一定要曉得，絕不能夠墮在這五種邪命之中。信徒供養有多、有少，不管供養得多，或者供養得少，自己生活所需之外不能多求，多求會增長貪心，障礙了道業。這一障道麻煩就大了，後來必定墮落，到那個時候後悔來不及，這是我們要特別注意到的。實在講最容易墮落地獄的，無過於出家人，出家的

佛弟子要特別注意，對於世出世間法決定不能有一絲毫的貪瞋痴慢，一點都帶不得。十方供養來，除自己衣食所需之外供養眾生，別人有缺乏的，我們要布施，要供養他，特別是要照顧初學。初學初出家的人沒有人供養他，別人供養都是供養大法師，大法師要照顧初學的法師們，要幫助他，使他在生活上沒有憂慮、沒有缺乏，安心辦道，這叫做正命。

下面第六條叫正精進，著重在這個正，這是以無漏的智慧，修菩提涅槃的大道，勇猛精進，不疲不厭，行解相應，這叫正精進。以念佛人來說，我們二六時中淨念相繼，與一心不亂逐漸的相應了，這是正精進。

第七是正念，也是以無漏的智慧，斷除一切妄想雜念，一心專向真如實際，這是正念。或者是念正、助道法，也是正念；我們念佛人六字洪名晝夜不間斷，斷惡修善念念在懷，這就是正念。

正定，以這個法門來講理一心、事一心、功夫成片都是念佛三昧，都是念佛人的正定。初學的人把我們的心定在佛號上，有事情來我們應付事，把一切事做得圓滿；事一放下，心就定在佛號上，二六時中心安住在一句南無阿彌陀佛。因為這句佛號與念佛三昧相應，這叫正定。三十七道品到此地，簡單跟諸位介紹過了。

後面有幾句話，與這個法門很有關係，「此等道品」，這是講三十七道品，依生滅四諦修，這就是藏教，就變成藏教道品；要依無生四諦修，那就是通教的道品；如果是依無量四諦修，就是別教道品；依無作四諦去修，就變成圓教道品。因此三十七道品，諸位要記住，不能說它是小乘法，不可以說它是小乘法，從這個意思上去看，它是通大乘，也通小乘，就不會對它發生誤會，發生錯解了。如果要是小乘法，西方極樂世界怎麼會講這個東西？西方極樂世界是圓頓大法，怎麼會講小乘法？藕益大師特別將這個問題提出來

給我們解釋，我們聽了他這番解釋，才恍然大悟。這就是我們用什麼心去修它，它就是什麼樣的一個境界。以藏教的心去修，它是小乘境界；以別教、圓教的心去修，那它是大乘境界。由此可知，三十七道品是佛法裡面的綱領原則，相當於數學裡講的公式一樣，它在應用上是無量無邊，它有非常廣大的境界。

現在我們簡單把「天台四教」，略略的跟諸位做個介紹，才曉得我們應當如何用心。先講藏教，天台四教藏通別圓，我們先看藏教，藏指的三藏，是從事上建立的名稱，就是三藏經典，這是小乘學者依此而修的。小乘的三藏，經藏就是四阿含經，《長阿含》、《中阿含》、《增一阿含》、《雜阿含》，它是這四大類，這四大類裡面包括的分量相當之多。現在泰國是小乘教，他們的《藏經》，經律論就是小乘三藏，跟我們中國大乘不一樣。「律藏是毘尼，論藏是阿毘曇」，中文《藏經》裡面小乘的三藏是相當完整。因為最近泰國經典藏經，跟我們比較一下，它比我們多的東西非常之有限，多的東西很有限。可以說我們所翻的，百分之九十九中文本子裡頭都有；它多，充其量不過是百分之一，大概也就是如此而已，可能百分之一還不到。所以我們中國小乘經是相當完整。

但是現在小乘經很少人去看它，中國人對於小乘法，的確沒有放在眼睛裡面，這個道理是以中國的儒家、道家，實在是代替了小乘佛法。有儒家、道家的基礎，就可以直接讀誦大乘，不必要再學小乘，小乘在中國沒有辦法盛行，道理就是在此地。今日學佛就遇到困難了，為什麼？儒家、道家的底子沒有了，大家不念儒書，也不去學道家的這些典籍，像《老子》、《莊子》、《列子》，也沒有人認真去研究它，因此讀大乘就很困難。沒有這個基礎來接觸大乘佛法，所以在大乘裡面苦修，修了很多年依然沒有成就，這也是個很重要的原因。

在此地我們要重視的，就是四教的四諦，小乘所依據的是生滅四諦，四諦是講「苦、集、滅、道」，通教都重苦集滅道四諦。小乘是講生滅四諦，「苦是講生、住、滅三相流遷」，以我們人來講，我們出生一直到死亡，出生到死亡過程當中，這叫住。所謂是生老病死遷流不息，每個人不能夠避免，這是苦。我們前面跟諸位講過三苦八苦。集這是苦之因，集就是煩惱，貪瞋痴等分，「四心流動」，等分就是與它相等的，從這裡頭就產生之三毒煩惱，一切煩惱的根本，根本煩惱，八萬四千煩惱就是它的等分，從這裡頭流出來的。因為有煩惱的因，所以才有生死之苦，苦集是世間二諦。滅、道這是出世間的，先說道，就是我們如果以這個道品來說，以生滅四諦，這個道就是藏教的三十七道品，它是用「對治易奪」，用三十七種方法對治貪瞋痴等分，對治這個。這些集是病，三十七道品是藥，以藥來治病，藥到病除。病除了之後這就是還滅，「滅有還無」，滅什麼？滅生老病死，滅生死、滅輪迴，回到無為法，就是了脫生死。