

諸位法師，諸位同學，請坐。請看《大方廣佛華嚴經·十住品第十五》，第三「修行住」，我們將經文念一段：

【佛子。云何為菩薩修行住。此菩薩以十種行觀一切法。何等為十。所謂觀一切法無常。一切法苦。一切法空。一切法無我。一切法無作。一切法無味。】

我們學到這個地方。前面我們一起在學習，知道「修行住」裡面就是講修行，修行最重要的就是講放下。所以經文上給我們講十種無常觀，你真正明白了，了達，明瞭通達了，這些虛妄的東西是我們學佛開悟、證果嚴重的障礙。障礙不除，開悟證果不談，就是連學佛都學不像，這是麻煩事，障礙你修學，你不會學。這些障礙去掉，你就會學，你菩提道上就一帆風順。無常，無常的對面就是常，如果用《壇經》裡的說法，就像能大師跟印宗法師見面，印宗法師正在台上講經，講《大涅槃經》。這部經，我們有理由相信惠能大師完全通達明瞭，為什麼？他在逃難的時候，他逃難十五年，時間很長，最初遇到的無盡藏比丘尼，這位尼師就是受持《涅槃經》的。惠能大師那年是二十四歲，聽無盡藏比丘尼誦經，就是誦《大涅槃經》。她念完之後，惠能大師給她講解經文裡面的意思，這個比丘尼聽到之後佩服得五體投地。諸位要知道，那時候惠能大師的身分是在家身分，五祖沒給他剃度，法傳給他就叫他趕快走，去逃難，避免有人害他。拿著經文就向他請教，能大師說我不認識字。她說奇怪，不認識字，你怎麼能把經文講得這麼好？他告訴無盡藏比丘尼說，這個事情無關文字，這個與文字不相干。

所以能大師一生度了四十三個人，大徹大悟，明心見性，無盡

藏比丘尼是頭一個，這是宿世的緣分，遇到了。在十五年之後，大概緣成熟了，他到廣州到光孝寺聽經，聽說印宗法師在那裡講經。這裡頭有個故事，他聽經坐在後排，坐在後面，後面就有兩個同修，也都是來聽經的。外面風吹起來，外面有一個旗桿，那旗桿還在，當然不是原來的，它是原來的位置，上面掛著是幡。風吹得幡動，有一個人說：你看，幡在動。那個人說：不是的，風動。兩個人在爭，爭論不下，誰都不服誰。能大師在旁邊看到了，告訴這兩個人，「不是風動，不是幡動，仁者心動」。那個時代，真正修行人聽到他這句話一點醒，兩個人不爭了，真佩服了。印宗法師也看到了，講完經下了台之後向他請教。看他所答的，都不是普通人能夠說得出來的，就想到，聽說五祖忍和尚把衣鉢傳給一個人，第六代祖，他說是不是你？能大師就承認了。那你能不能把衣鉢展示讓我們看看？他就把衣鉢展開。印宗非常歡喜，印宗這個人了不起，向他請教。因為《涅槃經》上講的這個東西也是個難題，解脫、禪定很不好講，就向能大師請教，五祖忍和尚對於禪定、解脫，他怎麼講法？惠能大師回答他說，禪定、解脫是二法，二法不是佛法，佛法是不二法。印宗就磕頭了。他也沒有講禪定什麼意思，解脫什麼意思，沒講。告訴你，二法就不是佛法。我們這邊講的常、無常是二法，二法不是佛法，佛法是不二法，他一句話把修行住就講完了。這個話，什麼人能聽得懂？什麼人聽了受用？得三住菩薩才行，他才能聽得懂，他才真正契入境界。我們無論怎麼講，都在這個邊緣繞圈子，為什麼？我們剛才說出來了，佛法是不二法，幾個人能入這個境界？只要入境界，這個人就成佛了，明心見性，見性成佛；他沒有見性，這句話是學別人講的，不是自己的境界。我們都會講，不二法門，大經上講「入不二法門」，我們都會講。但是，什麼叫不二法？不懂；怎樣入？不知道，這個沒用。沒有用，咱們還

是講二法，二法是俗諦，不二法是真諦，都是經教裡面常常講的。

這個地方給我們講十種無常，十是表法，不是數字，代表什麼？代表萬法，一切法都是無常的。『一切法無常』，這個道理，我們確實有這麼個概念，但是不深。概念從哪裡來的？從賢首國師的《妄盡還源觀》，我們講過兩遍，從這裡來的，一開頭就給你講不二法。這篇論文一共分六個段落，前面三段是講宇宙萬法的真相，《般若經》上講的諸法實相。這裡面所說的，確實是方東美先生所說的最高的哲學、最高的科學，講宇宙的緣起，宇宙的來源。後面三段是講你怎麼樣能入。先給你講四德，自性上的四德，諸佛如來、法身大士應化在十法界，他怎樣教化眾生，怎樣幫助眾生破迷開悟、離苦得樂、回歸自性。能行這四德是什麼人？菩薩再來。怎麼樣回頭？後面兩段，五止、六觀，五止是放下，六觀是看破。章嘉大師講得更簡單，四個字，看破放下。為什麼放不下？看不破。

這邊這個經文，修行住的菩薩先教給我們怎樣看破，萬法無常，十無常裡頭重要意思是這個。實際上常、無常不能分，為什麼？不二，二而不二，不二而二，是一樁事情。覺了就不二，迷了就變成二法，所以整個佛法來講不外乎迷悟，這個道理一定要懂。所以迷了，真的是『一切法無味』、『一切法苦』，前面講的無常、苦、空，有什麼味道？悟了之後，法法都有喜樂，法法都有法味。所以我們在這個地方，也是清涼大師註解裡面提到的，涅槃的八味。涅槃是覺悟了。什麼叫涅槃，我相信同學都能解釋，依照經上講的。什麼叫涅槃？簡單的說，涅槃就是常樂我淨。真有，自性裡頭確實有真常，不是假的，真樂，有真我、有真淨。或者說，你看涅槃翻成中國意思就是「大滅度」，大滅度是什麼意思？是法身、是般若、是解脫，這是大乘教裡面講的三德祕藏，這叫大涅槃。所以說是證大涅槃，入大涅槃，都是說法身、般若、解脫你完全恢復。因

為這是自性裡頭本有的，每個人都有，只是我們現在迷失了自性，雖有，不起作用。實在講也不能說不起作用，它還是起作用，不過作用扭曲了。法身到哪裡去了？法身變成現在這個身，變成輪迴身；般若變成愚痴；解脫變什麼？解脫變成造業、受報，搞這個。學佛沒有別的，無非是教我們做個轉變，我們如何能夠把這個業報身轉變為法身，把我們的愚痴轉變為般若智慧，把我們的造業、六道輪迴果報轉變成解脫。這個「解」就是解的意思，解開，解開什麼？解開煩惱的情結，把這個解開。脫是什麼？脫離生死輪迴，不但六道的生死輪迴你脫離，你也脫離十法界，你恢復法身。一個名詞裡包含這麼多意思，就是涅槃。涅槃裡有這麼多的意思，它沒有辦法翻，還用原來的名詞音譯，再加以解釋，你就曉得涅槃什麼意思。

在古印度所有的宗教學派，他們最後的目標都是追求涅槃，法身就是不生不滅。可是沒有真正的過來人指點，很多走了彎路，把什麼？把四禪天、四空天誤會以為那就是大涅槃。不容易，修四禪八定，修到四空天非想非非想處天，幾個人能到這個層次？以為是不生不滅，實際上它還是有生滅，壽命長，壽命多長？佛講八萬大劫。八萬大劫就是指我們這個世界，還不是地球，這個世界是我們這個星系成住壞空八萬次，你就想到他壽命多長。八萬大劫到了，他的定功會失掉，失掉，他不能再往上去，他就往下墜落。往下一墜落，他就犯了重罪，什麼重罪？謗佛、謗法。「你看看，佛說的不生不滅，我已經證得不生不滅，為什麼現在還有生滅？」這個念頭一起，就是謗佛、謗法、謗僧。毀謗三寶罪在哪裡？罪在阿鼻地獄，你看冤不冤枉？中國人諺語講「爬得高，摔得重」，他爬到非想非非想處天，掉下來就掉到阿鼻地獄，是這麼個道理。是他誤會，不是沒有涅槃，真有涅槃，這就是《華嚴》跟《大智度論》裡面

所說的，「佛法無人說，雖智莫能解」。你要遇到真善知識，對佛法修學真有成就，你要找這種人你才行，你不能找錯，找錯你就錯修了，縱然修成禪定，出不了六道輪迴，這個不能不知道。我們這些人有本事嗎？沒本事，四禪八定，連初禪的邊都沾不上，還談什麼！

禪定是佛門修學的總綱領、總樞紐，絕對不是說禪宗在修禪，其他宗不是，錯了！八萬四千法門，無量法門，統統修的是禪。禪是什麼？禪就是看破放下，大乘教裡面常講止觀，止就是放下，觀就是看破。我初學佛的時候，第一天跟出家人見面，章嘉大師，我就向他老人家請教，佛法修學有沒有方法讓我們很快就契入？我跟諸位講過多次，我提出這個問題，他沒有立刻回答我。他看著我，我也看著他，我們這樣子過了半個多小時，他才開口，有。這一個「有」，我們的精神馬上振奮起來，注意來聽，他又不說話了。大概等了五、六分鐘之後，說兩句話，「看得破，放得下」。這很容易嘛！我一問，為什麼他不給我講，要等半個小時之後才給我講？那個時候我們完全不懂，年輕，是好學沒錯，心浮氣躁。心浮氣躁這個時候給他講沒用，耳邊風，這個耳朵聽進去，那裡出去了。所以他看著我，我看著他，看到我一定心平氣和，浮躁定了才給你講，你的意志精神不集中的時候不跟你說。說一個字「有」，你看我們一振奮，心又動了，再讓你慢慢停下來，五、六分鐘停下來之後才給你說，一輩子不會忘記。不管你能夠體會多少，我們初學，體會得很淺，不深。實在講，他老人家講的這兩句話，我們似懂非懂，好像是懂了，其實不懂。他真給我們說破了，絕不是假話，就是看破放下，看破幫助你放下，放下又幫助你看破。就這兩個方法，相輔相成，從初發心到如來地，沒有別的方法。八萬四千法門、無量法門，統統是看破放下，總的原則，永恆不變。至於每個人根性

不相同，要用什麼方法來引導他，那就是無量無邊，無量法門是這麼來的。宗門裡面的人聰明，他要抓總綱領，總的方向、總的目標，不願意走彎路；但是世間，特別是知識分子，喜歡走彎路，喜歡研究、喜歡探討。所以，我們才真正體會到諸佛菩薩無盡的慈悲，「恆順眾生，隨喜功德」，在這個地方體會得。

涅槃八味，八種法味，我們前面學了五種，今天我們看第六，「虛通，謂此涅槃之理，虛徹靈通，圓融無礙，故曰虛通」。這兩個字也非常重要。我們的心，心裡是裝滿邪知邪見，中國古人常說「滿招損，謙受益」，我們不容易接受別人意見，為什麼？自己有成見，滿的，自以為是，佛菩薩再好的教誨教我們，我們裝不下去。怎樣才能接受？虛就能接受。虛是什麼？心裡什麼都沒有，乾乾淨淨，一塵不染。這在佛法叫什麼？叫法器，如來以無上的妙法給你，你完全接受。惠能大師就是個很好的例子。為什麼五祖忍和尚給他講《金剛經》，半夜三更，我們估計頂多兩個小時，他不認識字，絕對不會拿經本給他講，講大意。講到「應無所住而生其心」，你翻翻《金剛經》的經文，大概是三分之一或是四分之一的樣子，不到一半，他就完全明白了，就通了，「虛徹靈通，圓融無礙」。這個通，釋迦牟尼佛四十九年所說的一切經通了，一點就通了。佛門常說「一經通一切經通」，為什麼？一切經都是從自性流出來的，你見性了，焉有不通之理？哪有這個道理？所以一見性，全通了。他向五祖提出的報告，說了五句話，五祖給他印證一點都不錯，衣鉢馬上就給他。給了他，叫他趕快走，半夜三更沒有人知道，五祖送他上船。他是南方人，你回南方去，現在弘法因緣不成熟，你慢慢等。他等了十五年，逃難的路上遇到無盡藏比丘尼，你看《涅槃經》通了，沒有學過，一聽就通了，與認識字不認識字沒關係，心通了，就是你心裡沒有東西才行。

我們現在心裡，頭一個是有我，什麼時候你能把我忘掉，有我就有自私自利。怎麼知道有我？有自私自利這個念頭就是有我，有身見；有邊見，對立，喜歡跟人對立；無量的煩惱習氣，就是成見，見取見、戒取見、邪見，都是滿的，很深，善知識給你講的裝不進去。聽了之後怎麼？打很多疑問，提出很多問題，還跟你辯論。要知道佛門裡有些真善知識，看到你不能接受，不給你說，免得說廢話。到什麼時候來給你說？什麼時候你虛徹的時候，他來給你講，虛懷若谷那就是虛徹的意思。你心裡面煩惱習氣少了，確實你的心就靈，為什麼？智慧生起來，一點就通。我們今天學經教，學了幾十年為什麼不開悟？沒有別的，本來是煩惱習氣填滿你的心，你心裡裝這個東西，現在又裝了一肚子佛法。佛法也是空的，也不是真的，你把佛法裝進去也是錯誤的。佛在般若會上講，「法尚應捨，何況非法」，法是什麼？法就是佛法，佛法也不能放在心裡，為什麼？它是方便法，不是真法。真正的法是什麼？真正的法沒有法。你清淨心現前，那是真的佛法，佛法是你自己的，你本來有的，別人的東西你把它裝在心上，你就壞了。

《還源觀》四淨德裡頭第一句「隨緣妙用」，我們用在修行上，我們依照經論的理論、方法來修行，這叫隨緣。妙用是什麼？妙用是不著修行的相，這個我們做不到；我們如果能做到，那我們很快就開悟。怎麼叫不著修行的相？馬鳴菩薩在《起信論》裡告訴我們那個，就是不著修行的相。他講的，聽教，聽教就是我們講的聽講經，研經，研究經典，聽講經、研究經典的方法，他告訴我們三個，三樁事情，重要的。聽教，「不執著言說相」。善知識在給我們講演，不執著言說相，聽什麼？聽他講的義趣，味道，法味，聽這個。這第一個，你不能執著言說相。第二個，「不執著名字相」。裡面很多名詞術語，修行住不就是名字嗎？菩薩是名字，一切法

是名字，無常、苦空是名字，無我、無作是名字，不都是名詞術語嗎？你在佛學辭典都查得到。不要執著名字相，名字是術語，是假設的，為了教學方便它有用，你一執著就壞了，就錯了。第三是「不執著心緣相」。什麼叫心緣相？我聽了，這個有意思，我懂得了。那是什麼？那是你的心緣相。是不是真懂得？是你自己的意思在猜測，那不是如來真實義，是你自己的意思。如來真實義是什麼？如來真實義是沒有意思。沒什麼意思，聽什麼？你悟入實際了，你回歸自性，你大徹大悟，明心見性，那是真的。你只要執著言說、名詞術語，你以為懂得這個，這全是煩惱習氣，錯了，你不解如來真實義。

研究，研究不執著名字相，文字是個工具，假的，不是真的。文字裡頭有名詞術語，你也不能在此地望文生義，我一看這什麼意思。佛沒有意思，沒有意思才能生無量義，有意思就變成死板的，它就不能生無量義。同樣是一句經文，對一百個不同的人講，有一百種不同的方法，不同的解釋，各個人都得利益。那個得利益是現前得的小利益，不是真實利益，真實利益是徹悟。真實利益要什麼人才能得到？虛通的人他得到。虛通，簡單的給你說，他沒有起心動念，他沒有分別、他沒有執著，這就虛了，這心就乾淨。如果有妄想分別執著，他那個心是滿滿的，裡面裝這些垃圾裝得滿滿的，諸佛如來的法入不進去，是這麼個道理，這個道理不能不懂。中國道家也說得好，「為學日益，為道日損」，學問是什麼？常識。技能，我們學這些技術，你學的是天天有長進，愈多愈好。但是為道，佛是道，中國道家也是講道，道是什麼？道是每天要放下，天天放下，放到最後沒有了，沒有也放下，你就成功了。這兩種是完全不一樣的，為什麼？為道的目的是見性，回歸自性，自性什麼都沒有，但是什麼都不缺。為學，就包括我們今天講的常識，學術，廣



學多聞，這是世間的學術，跟道完全不同，道是清淨心。我們總要把這些東西搞清楚，搞明白。

特別是親近善知識，我們今天也找不到善知識，但是不能說找不到，經典所在之處就是善知識。我們今天讀的《華嚴經》是釋迦牟尼佛講的，他老人家不在了，這部經典在我們面前，經典的意思非常豐富，我們不得其門而入。清涼大師大慈大悲，為我們做了解釋，這個解釋就是指點我們入門的處所，我們得到他的解釋，對這部經就有門可入。清涼也不在了，他的註解在此地，我們今天展開這是《華嚴經疏鈔》。真善知識，釋迦牟尼佛善知識，清涼大師善知識。後人確實有在《華嚴》裡面開悟的，他為什麼會開悟？他虛心，研究的時候虛心，沒有成見。經上所說的、清涼大師所講的，百分之百的接受，虛心；雖接受，接受他的義理，不執著文字，文字是言說的符號，離言說相。我們今天讀古人的東西，要懂得離文字相，怎麼離？不是不要文字，即文字而不執著文字，這就對了，你不要執著文字相。文字要不要？要；不要文字，善知識就沒有了，我們無法親近。我們要文字相、要文字，不執著文字相，要緊是這一句。不執著就是妙用，也就是說我們用清淨心來對它，愈清淨愈好，因為清淨心有靈氣；心浮氣躁的人是濁氣，混濁。清淨心就有靈氣，靈氣的感應是覺悟，濁氣是叫你迷惑。這些道理不能不懂。

我們對這些道理明白了，才真正體會到過去李老師曾經給我說過一句話。他說學生找一個好老師不容易，可遇不可求，然後告訴我，好老師想找個好學生更難。找個什麼好學生？傳他的道的，傳他的法的，比學生找老師還要困難，到哪裡去找？古來的大德找不到這樣的人，怎麼辦？就著書，把他所悟的道，藉用文字傳下去。這一世當中沒有傳人，希望將來後人有讀他這個書會開悟的，那就

是他的傳人。這就是所謂私淑弟子，不是直接教的。中國做私淑弟子裡面開悟承傳的，在我們中國古時候有一個，孟子，第一個人。孟子是以孔子為老師，但是孔子已經過世了，已經不在世，孔子的著作在世間，他得到了。他很認真學習，有不明瞭的地方請教孔子的學生，那個時候孔子的學生還有不少人在。他真學成功了，為什麼學成功？虛懷若谷，他完全接受。所以今天儒家，提孔孟，不說別人，孔子弟子太多了，像子游、子貢這都很著名的，都不提，提孔孟。換句話說，大家都肯定孟子比孔子當年在世那些學生學得好，他超越了，叫私淑弟子。後人尊稱孔子為至聖，孟子為亞聖，這就是說，現前社會找不到善知識，你還是能成聖、成賢。

在佛門裡面一樣的道理，你在真正找不到有高僧來指導的時候，你自己也能夠成佛、成菩薩，關鍵是你會不會，你會你就成功了。這個會，什麼叫會？你虛心就會，你不虛心就不會，你心裡有很多東西，就不會；心裡面乾乾淨淨，什麼沒有，就會、就容易。「虛通」這兩個字重要，這就有味道了。具體的來說，就是把妄想分別執著放下，放得愈多愈好；統統放乾淨，那就恭喜你，你距離成佛不遠了。為什麼？這樣根性的人，諸佛菩薩沒有不照顧的，你根熟了。諸佛菩薩頭一個度化的對象，是根熟眾生，你只要跟他一接觸，你就通了。五祖等了一輩子，不就是等像惠能這樣的人嗎？一遇到之後，那真叫大喜過望，那個心情多麼安慰、多麼歡喜，遇到一個傳人。達摩來到中國，面壁九年，遇到一個慧可，前面五代都是單傳，到惠能這才「一花開五葉，結果自然成」。惠能大師一生，學生裡頭大徹大悟，跟他同樣境界的四十三個人，在中國歷史上找不到第二個，能大師以前沒有，惠能大師以後到今天也沒有。這在佛法叫成佛，明心見性，見性成佛，惠能大師度的學生裡頭四十三個成佛，這種功德多殊勝，還得了！唯一的一個條件就是「虛通

」，我們自己學佛，將來成就到什麼樣的程度，就靠這兩個字，你的心胸能夠虛通幾分，你就得幾分利益，這個跟誠敬是成正比例。印祖常講，一分誠敬得一分利益，十分誠敬得十分利益，誠敬從哪裡來的？從虛通來的。你自己的成見很多，你自己的想法、看法很多，那就沒法子，給你最好的忠告聽不進去，還是你自己妄想做主宰。善友一定恆順，不會跟你辯論，隨著你，你還要繼續搞六道輪迴，到哪一天你真的覺悟了，再來幫助你。佛度眾生，生生世世，不著急在現前；心浮氣躁的人著急，恨不得現在馬上就度你。佛很清楚，那是做不到的，來生後世，現在一定給你做增上緣，一定幫助你提升，是有限度的提升。這個有限度不是善知識，是你自己，看你這種狀況能提升多少幫助你提升多少。往上？往上你上不去，為什麼？業障太重，業障習氣在累贅你。

這是講涅槃裡是虛，所以他通達無礙，這裡講的圓融無礙，一通一切通。我們希望我們自己在這一生成就，能不能？能，理論上講能，只要你真能放下你就能。如果你放不下，放不下是決定做不到，你不圓，你不融。做人，這兩個字也很重要，中國古人講內要方，外要圓。內方是什麼？內方是有原則，有主宰；外圓就是，圓是能隨緣，恆順眾生，隨喜功德，這是圓。隨喜裡頭有染淨、有善惡，染淨善惡都能隨，自己清清楚楚不迷不惑，他不迷惑。沒有分別、沒有執著，沒有絲毫自私自利在裡頭，那就是妙用，那就叫做方。融是包容，含容，佛法裡面講量大福大，那個量就是此地講的融，你能包容。十法界依正莊嚴沒有一法不能包容，這是誰？這是如來。如來是誰？如來是自己的本性，是自己的真心。自己的真心、本性本來就是遍法界虛空界，佛法裡講「心包太虛，量周沙界」，本來如此，一切眾生個個是如此。所以我們對一切眾生不敢輕視，個個都是佛菩薩，《華嚴經》上說的，「一切眾生本來是佛」。

現在還是佛，迷惑顛倒的佛。

世尊為我們介紹的這些現在佛，他們是覺悟的佛；在六道裡面，還在搞輪迴的，這是迷惑顛倒的佛。雖迷惑顛倒，不能夠輕慢心看他，那你就錯了，還是要跟諸佛如來一樣的尊重、一樣的禮敬，這就對了，你走的是覺悟的路；如果你是對他們輕慢、歧視，你走的是迷惑的路，你沒有覺悟。覺迷從這個地方觀察，非常明顯。我們念佛人，念佛人應該怎麼看？一切眾生都是阿彌陀佛。大勢至菩薩在楞嚴會上給我們說過，講念佛人，他說「現前當來，必定見佛」。見什麼？見阿彌陀佛，現前當來就包括過去現在未來。佛沒離開我們，一切時、一切處都在我們面前，只是你自己沒看見。在哪裡？一切眾生都是阿彌陀佛，為什麼？阿彌陀佛是自性，是自性的德號，一切眾生都是自性變現的，你能說他不是阿彌陀佛嗎？阿彌陀佛承認，你不承認，你不承認不算數，阿彌陀佛承認算數，個個都是阿彌陀佛。如果你用這個心態來念佛，你怎麼會不往生？你不但往生，你往生品位可高了，給諸位說，不是在同居土、不是在方便土，你往生是在實報土，為什麼？你現在見佛了。

對一切眾生都恭敬，自己都用謙卑，對一切眾生都尊重，這叫真學佛，這叫真念佛。我們現在看到一個，我得要多提幾次，希望大家學習，為什麼？她做到了，東北劉素雲居士。我看到這片光碟，她在光碟裡面向大家報告，「我看所有眾生都是阿彌陀佛」。正確，沒錯，確實如此，這叫現前見佛，大勢至菩薩講的「不假方便，自得心開」。她為什麼能這樣？她心裡乾乾淨淨，什麼東西都沒有，沒有雜念、沒有牽掛、沒有憂慮、沒有自己。但是人家都批評她，這個人怎麼都不替自己想想？她從來沒有替自己想過。人老實，一生沒有說過一句謊話，這個難得，老實到這種程度。你看，得的是嚴重的疾病，比癌症還要嚴重，紅斑狼瘡。得這種病治不好，

沒法子治，醫藥幫助頂多幫助你半年、一年，能熬過一年的人太少了。而且她的病況比別人嚴重，別人得這個病沒有她嚴重都走了，真的，半年、一年都走了。她比別人嚴重好幾倍，一句阿彌陀佛念好了。她相信，阿彌陀佛是大醫王，我的毛病阿彌陀佛一定會把我醫好。堅定的信心，一絲毫疑惑都沒有，她真好了。

我感到很訝異，我看光碟後面她寫的有日期，二〇〇三年五月四號錄的這個光碟，今年二〇一〇年，八年前。八年了，這個人還在不在？我不放心，託香港同修去打聽一下，還在，還把電話號碼找到。我立刻就跟她通個電話，她接到我這個電話，她很激動，幾乎說不出話來。我說不要緊，慢慢來，不必激動。我問她，身體怎麼樣？好，毛病完全沒有了，今年六十八歲了，她得病的時候是五十九歲。身體很好，一年比一年好，我聽她的聲音很洪亮，難得！每天聽經，這是她的功課，八個小時到十個小時，她看我的光碟，很如法，一門深入，她一個碟片看很多遍。她一天只看一片，一片看八遍，因為一片是一個小時，看八遍就是看八個小時，有的時候看十個小時，這是她正常功課。萬一事情多的時候，她說至少她要看足四個小時，不能少過四個小時，通常一般都是八個小時到十個小時。除了看光碟之外就念佛，就是一句阿彌陀佛，什麼毛病都沒有了。

我在她那個光碟上提了八個字，「相由心生，境隨心轉」，劉素雲居士做了實驗，做出來給我們看，這表法。淨宗同學要想一生成就，這是個好榜樣，你能學她這個樣子，你就篤定往生，一絲毫懷疑都沒有。三轉法輪，我這一生做到的示轉、勸轉，大家未必有信心，她作證轉，現身說法，給大家做證明，這是真的，不是假的。所以這一片光碟要把它看作經典，你看這一片光碟時間不長，大概一個小時，這是聽經。真正把你的信心激發出來了，還是要看，

三十遍不夠，三百遍也不夠，你真想往生你天天看。到你信心生起來了還看，看什麼？給別人看，做樣子，讓大家統統都看，真有好處。

最近在全球聯播的，電影院裡放映的「2012」這個電影，很多同修都去看過。網路上有學者專家討論這個問題，所以有四個記錄片，記錄片都不是很長，大概每一種都差不多四十多分鐘的樣子，有四個記錄片。這個要多看，也把它當作一門功課看。這裡面講什麼東西？就是修行住所講的，「一切法無常」。這個東西多看之後，你自然對於眼前的名聞利養、五欲六塵會淡化，那對你修行有大幫助。我們修行最大的障礙是放不下，為什麼放不下？以為這個東西真有。念念當中控制的念頭太強、佔有的念頭太強，你只要有這個念頭的話，佛法再好，你這一生不得其門而入，你入不進去。你所學的，怎麼用功都是皮毛，到臨命終時用不上，這可惜！你所學的，用現在話說，你學的是佛學常識，我們在跟學術界交流的時候，常常說你搞的是佛學，你不是學佛。我把學佛跟佛學這兩個名詞，我解釋得很清楚。學佛，修行住是講學佛，真有受用，真幹！佛學是學習佛經裡面這些理論，自己沒照做，沒做到，會講，講得天花亂墜，也能夠著書立說，可以取得世間博士學位。

我在牛津、劍橋大學去參觀，漢學系裡面的學生，拿著儒釋道的經典去寫博士論文，我很佩服，不容易。外國人，漢文基礎很好，能看得懂文言文，我們很多中國人不如他，我不能不佩服。我也給他們上了一堂課，跟他們那些教授交流，我很讚歎。我說你們搞的是佛學，不是學佛。你們可以拿到博士學位，將來也可以做為漢學家、名教授，但是你這一生你沒有辦法脫離苦惱，你依舊還生活在煩惱的世界、痛苦的世界。如果學佛，那就不一樣了，學佛你會得喜樂，法喜充滿，常生歡喜心，怎麼會一樣？孔子所說的，「學

而時習之，不亦說乎」，那種喜悅，真學儒、學道的人他得到，搞佛學、道學、儒學的人，這個法喜他得不到。從這個地方大家能體會到法味，我們今天講這是「一切法無味」，真正學，一切法有味，它不是無味，涅槃的八味，這是真的，是自性裡頭本有的；迷失了自性，就變成無味，一切法苦空無常。但是真正知道苦空無常，你能把一切法看破、把一切法放下，自性裡面的常樂我淨就現前，自性裡面的法身、般若、解脫就現前，那是真常、真樂。

下面第七句，「不動，謂此涅槃之理，寂然不動，妙絕無為，故曰不動」。不動是性德，能大師說過，惠能大師開悟時候他的報告，二十個字。他說「何期自性，本無動搖」，不動，自性是不動的。萬法是動的，萬法從哪裡來？迷了自性才現出來。諸位要記住，無論是依報、是正報，都是在動。我們身體是物質，物質在動。科學家告訴我們，我們身體的細胞，組織是細胞組成的，外面眼耳鼻舌身，裡面五臟六腑，都是細胞組成的。細胞是原子組成的，原子是基本粒子組成，所以它是物質。物質它有新陳代謝，它有週期性，週期是七年。七是週期，佛法常常用七來表法，換句話說，七年，我們身體所有的細胞都是新的。舊的全沒有了，舊的不見了，新的生了，七年是個週期。所以七年前身上舊的細胞是一個也找不到了。我們在這裡就會想到新陳代謝，舊的沒有，都換新的，就像機器，像汽車換零件一樣，這個零件用得不好用了，換個新的，換新的好。換新的，不是年年都年輕嗎？不就可以不老嗎？為什麼我們愈換愈老？都換些舊零件，都換些破零件，生病就是破零件，老了不就是舊零件，為什麼不換新的？你們想想這什麼道理？他換零件怎麼換，聽誰的話？聽意念，我們的念頭。我們念頭裡面有個不正常念頭，一年一年年歲大了，慢慢老了，所以愈換愈舊，不會換新的。如果有個念頭，我年年年輕，年年十八，那可能全部都換成

十八歲的，就這麼個道理。

退休了，年紀大退休了，退休天天就念我老了，社會都不要我了。不但老得快，病得很快，衰得很快。這個我有經驗，我在台灣有很多老同學、老朋友，在工作的時候非常勤勞，每天有工作，他有事情做，他忘掉了，他對自己身體的想法很少，沒想到，只想到工作。退休之後他沒工作了，沒工作天天看到老人，自己也老了，兩年沒有見面，就好像十幾年沒有見面一樣，一下怎麼會變得這麼老，衰老得這麼快！這是心理的問題，他天天想老想病。你看年輕的時候自己要儲備一筆錢，醫藥費，存在銀行裡，就準備老的時候、病的時候用。到老的時候他就生病，那個錢就有用處，他有這個意念在。所以很多人問我，法師，你老了怎麼不生病，沒有病？我說我沒有醫藥費，所以我不能生病。我醫藥費，醫藥費布施掉了，我年年都要布施醫藥費。我在澳洲圖文巴，這個城市有個公立醫院。我每一年捐給他的醫藥費是澳幣十二萬，一個月一萬，幫助一些窮苦生病的，給他們做醫藥費。我年年捐，我的醫藥費捐掉了，所以我不會生病，我生病沒有醫藥費。你們都把醫藥費準備好了，準備生病，肯定生病。意念！你要把你的醫藥費捐出去，你就不生病，為什麼不這麼幹？所以我們念頭要純要正，不要想歪了，不要想偏了，念念為別人著想，不要為自己著想。我執雖然沒有斷掉，但是比起一般人來講淡化很多，沒有完全放下，比一般人講我們就放下不少了。就這麼一個基本的道理，這個道理是章嘉大師教給我的，我相信，對老師的話不懷疑，相信，依教奉行。

老師教我修三種布施，財布施、法布施、無畏布施，布施醫藥是無畏布施，還有臨終關懷，這個很重要。澳洲圖文巴是我住的那個地區，基督教他們辦了一個臨終關懷，因為他經費困難，他們來找過我，我去參觀，很滿意。他們很開明，不拘束於基督教徒。他



臨終關懷，你說佛教徒有生病的，臨終時候用佛教儀式，他都協助，他一點障礙都沒有，尊重別人的信仰。所以我也幫助它，我也是一年給他十二萬，我是每年一月付錢給他的。就是對於臨終關懷跟醫院的醫藥，我每年是二十四萬。臨終太重要了，難得有這麼一個機構，政府承認。所以我們要想不生病，那我們得誠心誠意去照顧別人，不能用身體照顧的時候，我們用財力來幫助他。幫助醫院來照顧，幫助老人院去照顧老人，這好事情，應該要做的。你常常憐憫老人、幫助老人，你自己不容易衰老。這就是什麼樣的因有什麼樣的果報，如是因，如是果，絲毫不爽。

為別人才是真正為自己，為自己是真正害了自己，這個話很少人懂，為什麼？別人跟自己，自他不二。佛法裡講生佛不二，生是眾生，佛是諸佛如來，是一不是二。我們念頭真的轉過來，看到所有一切眾生都是阿彌陀佛，這叫真念佛，念得徹底，念得圓滿，念得究竟，決定生淨土，絲毫沒有疑惑。這個信心不動，這個念頭不動，「寂然不動」，為什麼？它是真的，它不是假的。「妙絕無為」，無為，無所不為，那叫妙絕。如果只有無為，沒有妙絕，那是什麼？那是小乘涅槃，阿羅漢、辟支佛的，那就不一樣，有無為，沒有妙絕。眾生呢？眾生有妙絕，科學技術妙絕，沒有無為，凡夫。妙絕跟無為融會成一體，這是諸佛如來、法身菩薩才能做到，真正寂然不動。這個不動，就是六根在六塵境界裡頭不起心、不動念、不執著。起不起作用？起作用，妙絕就是作用，起作用。不是他不看、不會聽，不是的。他看得透徹，看到諸法實相，他聽到自性的妙音，為什麼？性德裡頭本來具足見聞覺知。

見聞覺知是自性本來具足，見性的人，給諸位說沒有受想行識，他有見聞覺知，妙絕。迷失自性的人，見聞覺知變質了，變成什麼？變成受想行識。受想行識裡頭有執著、有分別，見聞覺知裡頭

沒有執著、沒有分別；同樣起作用，作用裡頭完全不一樣的，就是一個有分別執著，一個沒有分別執著。沒有分別執著叫妙絕無為，有分別執著是六道凡夫。分別執著淡薄這是四聖法界，他有，他不是沒有，很淡薄。所以他也有相似的虛通，不是沒有，他的智慧比我們高，他有神通，我們沒有。六種神通都具足，但是他不能見性，那就是虛通還不到圓滿，還不到那個程度，比我們六道的人高明太多了。所以在這裡告訴我們，寂然不動是自性，動是錯誤的，不動是正確的。在我們凡夫位上，最重要的，不動是講心，不是講身。但是心真正做到不動，那就是禪定，對於身起不起作用？起作用。剛才講過，生理上的細胞新陳代謝緩慢了，速度緩慢，定功愈深就愈緩慢。因為新陳代謝是聽信息的話，信息就是分別執著，內心要不分別、不執著，我們身體新陳代謝就緩慢。緩慢就是不容易衰老，雖然一百歲、二百歲，還像年輕人一樣，道理在此地。

所以宗門，禪宗重視禪定，禪定裡面最重要是心不動，不是身不動。你看坐禪之後一定要跑香，跑香是什麼？運動。在拜佛，這種修行方式就很容易體現出來，拜佛你看身動，像打太極拳一樣，身動，照一定的規矩，全身每個部位都運動到，很好的運動，心不動。心不動才真正是禪定，如果你坐在那裡端端莊莊的，你心裡還有念頭，還有妄想分別執著，那不是修禪。真正修禪，不一定要盤腿面壁，《華嚴經》上善財童子五十三參，你去看看，真正修禪定的人在哪儿修？經上講市廛。市廛是我們現在講的百貨公司、商場，最熱鬧的地方，他在那裡逛商場。逛商場做什麼？修禪定。也就是眼在外面看得清清楚楚，這些商品、時髦的東西、新的東西，特別是科技這一類東西，日新月異。清清楚楚明明白白，這是智慧，他樣樣曉得，他不是不曉得。心裡怎麼樣？如如不動，那就是定。不是看到這個也想買，那個也想要，不是的。看清楚是慧，沒有念

頭、沒有起心動念，那是定，真正修禪定。

所以大乘經教裡面佛告訴我們，行住坐臥都在定中，「那伽常在定，無有不定時」。那個定管用，盤腿面壁的定不管用，腿一放下來，心就又亂了，妄念又起來，有什麼用？真正禪定是在生活當中，生活當中心是定的，工作當中心也是定的。你心定怎麼工作？心定的時候，事情一來，一看清楚，叫照見！處理一點不會錯誤，他是用真實智慧來處事，待人接物亦復如是，都在定中。然後我們才真正體會到，這些諸佛如來、法身菩薩跟十法界裡面一切眾生感應道交，眾生有感，他就有應。他應的時候他有沒有起心動念？沒有，他在定中。也就是說，應以什麼身得度他現什麼樣的身，應該用什麼方式教導他，幫助他離苦得樂，幫助他破迷開悟，方法無量無邊。怎麼示現的？是那個感的人，自然應現的，菩薩自然應現的，眾生感不一樣，菩薩應現是一個原理，從來沒有起心動念，你想求佛度你，他就來現佛身，你想菩薩度你，他就現菩薩身。凡夫有心求，有分別，菩薩無心他在那裡應，他要有心就不能應。所以永遠沒有妄想分別執著，這叫「那伽常在定，無有不定時」。誰能做到？法身菩薩做到，四聖法界裡面這些小聖也能做到，他有出定、有入定。實報土裡面那些佛菩薩他沒有出入，沒有出定入定，他是自性本定。這個地方講不動，是涅槃之理，這是自性本定，就是能大師所說的自性本無動搖。

所以養心要定，養身要動，這是佛家對於初學佛法的人，教他學佛頭一個條件，身心健康。身健康，就是要運動，心健康，就是沒有妄想，沒有妄想心才健康，沒有分別、沒有執著。養生之道，也是佛家講到絕頂，講到究竟圓滿，身心健康，你有這個本錢你才能夠修行，才能夠學佛。這是佛法頭一個帶給我們的，健康長壽，無論在什麼樣生活方式，這個東西與貧富貴賤不相干，你生活得很

快樂，所謂是法喜充滿，常生歡喜心，這個你能得到。富貴的人學佛能得到，貧賤的人也能得到，這是相同的，與貧富貴賤不相干。貧富貴賤是屬於果報，在佛法裡講，滿業所感的果報。我們同樣到人道來，都得一個人的身體，這叫引業，牽引著你到人道，都得個人身。但是得人身，在這一生過程當中，貧富貴賤、苦樂不一樣。修行人呢？修行人確實離苦得樂，沒有說離貧賤得富貴，沒有說，離苦得樂，這是真的。樂從哪裡來？開悟來的，人悟了真樂。迷惑的時候真苦，富人迷惑，他也苦，貴人迷惑，他也苦。怨恨惱怒煩，操心、煩惱，人人都有，修行人去除這個東西，知道這全是假的。首先觀察世間一切法無常，所以「2012」的光碟多看看，提醒我們一切法真的是無常，對於一切法再也不貪戀，我們的心就定下來。用清淨心，虛通的心、不動的心來學佛，進步就很快，能契入境界。這些東西，心不清淨，心浮氣躁，學佛非常困難，怎麼努力來學習，都是學習個佛學，佛法裡的知識，不是智慧。知識跟智慧是兩樁事情，我們要求智慧，知識不重要。今天時間到了，我們就學習到此地。