

兩分鐘開示—禪定不是閉著眼睛打坐 (第三九五集)

檔名：29-517-0395

修行兩個方法，一個方法是遠離這些境界，找個清淨地方修行，所以眼不見為淨，這是一個初學的方法。功夫得力的他不需要，像我們在《華嚴經》看到五十三參，那些是法身菩薩，功夫得力的，他們修禪定在哪修？市廛。市廛是什麼？就是現在的百貨公司、超級市場。在這裡修什麼？修禪定，他在裡頭閒逛、遊玩，那叫修禪定。他修什麼？不動心。看得清楚、聽得明白這是智慧，如如不動這就是禪定，這個禪定不是閉著眼睛打坐，不是的。《華嚴經》上看到菩薩修禪定是這麼個修法的，他知道所看、所聽、所接觸到的，全是一千六百兆分之一秒波動之下產生的幻相，沒有一樣是真的。所以身心清淨，絲毫不染著，這叫真正得定，定久了豁然大悟，契入佛的境界，回歸自性了。

節錄自：02-040-0224二零一二淨土大經科註 (第二二四集)

兩分鐘開示 (第三二三集) 恭錄自淨空老法師講演集

檔名：29-517-0323 2 兩分鐘開示 (第三九五集) 恭

錄自淨空老法師講演集 檔名：29-517-0395 1