

憂愛結縛
無有解時
思想恩好
不離情欲
不能深思熟計專精行道 年壽旋盡
無可奈何
惑道者眾
悟道者少
昔日恩愛 今成憂苦
束縛身心 無法出離
情欲是生死輪迴的根本
憂愛是身心煩惱的根源
放下愛欲 苦就沒有了
放下情執 心就解脫了
在日常生活中
學習看淡情執愛欲
用智慧照破夢幻的真相
就能自在解脫

無量壽經 (第二十三集) 1989/4 新加坡 檔名

: 02-003-0023

『情欲』是生死的根本，所以說『憂愛』這是煩惱的根源。使我們沒有辦法超越六道輪迴，在這世間生生世世受這些苦難，你要問第一個因素是什麼？這個地方告訴你，你要這樣仔細去觀察，你

能夠看到第一個因素。我在初學佛的時候，那時候還上班，沒出家，也就是演培法師在台北善導寺作住持的時候，我那時剛剛學佛，也常到他那裡聽經。我每天看報紙，這報紙看什麼？你們都想不到，我也不是看新聞，也不是看報紙的內容，我看訃文，報紙上刊的訃文，哪些人死了，天天看。今天又死了一批，走了，明天看到又一批走了，我看這個。看這個體會什麼？無常！慢慢輪流就輪到我了，提高自己的警覺心，看到別人一個一個去了，就想到快要到自己了。

說老實話，人在世間沒有意思，真的經上講「共爭不急之務」。人最努力的、最精進的，一分一秒都不肯休息的，幹什麼事？往墳墓裡頭走。你們想想對不對？從生下來就往墳墓裡走，一天比一天接近。所以你們做生日、過壽有什麼意思？過壽的時候，你到墳墓又接近一年了，想起來悲傷，有什麼快樂？你們想想對不對？有什麼好慶祝的？這個要慶祝的話，這是鬧天大的笑話。慶祝什麼？慶祝你與死亡又接近一天，所以世間人迷惑顛倒。什麼事情它都會休息，唯獨這個事情它不休息，一天比一天老，一天比一天衰，想到這個害怕。

淨土大經科註 (第四三九集) 2012/7/20 香港佛
陀教育協會 檔名：02-037-0439

【憂愛結縛。無有解時。思想恩好。不離情欲。不能深思熟計。專精行道。年壽旋盡。無可奈何。惑道者眾。悟道者少。】

『道』是事實真相。請看註解，「昔日恩愛，今成憂苦。而此二者，束縛身心，如繩作結，不令出離，故云憂愛結縛，無有解時」。這裡面舉出兩個例子，這兩個例子是生死輪迴的根本，恩愛，就這兩個字。恩愛帶給人的是憂苦，愛得愈深，苦就愈重。這兩者束縛身心，就好像兩條繩索綁住你的身體，動彈不得，如繩作

結，你沒有辦法出離。所以講『憂愛結縛，無有解時』，解不開。

「又結縛即煩惱」，大乘教裡頭常給我們說的，無明煩惱，無明是迷惑；塵沙煩惱，塵沙是比喻多，有多少煩惱？像塵沙那樣的；見思煩惱是我們思想、見解錯誤了，與事實真相完全相違背。煩惱無量無邊，不出這三大類，這三大類就叫做結縛。

「《大乘義章》曰：煩惱闇惑」，闇惑就是幽暗、迷惑，「結縛行人」，行人是修行人，它來障礙你，它來擾亂你。我們今天講念佛，念佛是修行，念佛的時候妄念很多、雜念很多，就是這個結縛，我們很容易感受。「故名為結」，像繩子打結一樣。「又能縛心，亦名為結」，它能夠擾亂你的身心，讓你的心定不下來、靜不下來。可是我們知道，智慧、功夫一定要從靜定裡頭才能得到，這是真正學大乘的人必須注意到的。如果我們心定不下來、靜不下來，那就肯定我的煩惱、習氣很重，我修學的功夫不得力。我們讀經讀不下去，讀經不解其義，聽經聽不懂、聽不下去，原因都在此地。所以古人教學，先培什麼？先培養你的恭敬心、孝順心、定靜的心，他先培養這些，然後才好教。沒有恭敬、沒有孝順、沒有寧靜的心，心浮氣躁，再好的老師也無能為力。這就說明，不是老師不教，是你沒有接受的條件，你沒有能力接受。能力就是誠敬、就是孝順、就是寧靜的心。

我們往下面看，結，「亦能結集一切生死故」，一切生死是六道輪迴，結集就是煩惱，一切煩惱。「故知縛於情愛，即是結縛於生死，無有解時也。」這個話就是無量劫來生死流轉，道理就在此地。「思想恩好，世人所珍，究其根源，實由情欲，而不知欲為苦本」，不曉得。這個事實真相只有佛說破了，佛說清楚了。「純情即墮」，這句話是《楞嚴經》上的。墮在哪裡？墮在無間地獄。佛在這個經上講的，一個是想，一個是情，想是往上升，情是往下

墜落。純是想他就生天，純是情就到地獄去了；情多於想決定在三途，想多於情在三善道。「若不能於此深思熟計」，這句話重要，要深深去思惟、去觀察。「一心修道，以求解脫」，這八個字非常重要，能夠了解這八個字、重視這八個字，慢慢覺悟了。解脫是脫離六道輪迴，是把六道的情結解開，知道六道事實狀況，它是假的，不是真的。一心求智慧，用智慧照破夢幻的真相，這樣才能解脫。

「轉瞬無常到來，壽命終了，至此則徒喚奈何」，你來不及了。這些事情，對於中年人就要開始覺悟了。古人稱中年，五十歲以上，就認真要覺悟了，為什麼？怕來不及。五、六十歲走的人有多少？你要知道這個比例，你就會肯定佛經說的沒錯。「人命在呼吸間」，這是佛在大小乘教裡頭都提出這樣的警告，這都是事實真相，一口氣不來，這一世就結束了。「故云年壽旋盡」，旋盡是很快，「謂轉瞬即盡」。「世人醒悟者少，迷惑正道」，迷惑的人多，醒悟的人少，對正道都迷惑，不能相信、不能接受。

淨土大經解演義 (第五一一集) 2011/7/24 香港
佛陀教育協會 檔名：02-039-0511

生的時候愈親愛，這個親愛是情執，死的時候愈傷心、愈痛苦。世尊在大乘經上教導我們，你要把這樁事情看破。看破是什麼意思？這樁事情的真相看清楚，就叫看破。真相真正明白了，可不可以親愛？可以，沒有貪戀。為什麼？智慧了解事實真相。沒有貪戀，你就沒有痛苦，這叫真樂，極樂世界的樂是這個樂，沒有情執，沒有分別，不但分別執著沒有，它不起心不動念，那表現的親愛，親愛是性德，是自性裡本有的，那是真的親愛。迷了之後，這個親愛裡又加上情執，就是加上四大煩惱。這親愛裡頭有我見，有我愛，有我痴，有我慢，再加了這個東西在裡頭，變質了。

「生死之際，存者傷親人之永別，亡者悲自身之長逝，互戀難捨，如刃刺心」，故云『一死一生，迭相顧戀』。世間文學家、詩人，他們的情執非常重，寫出這些文學作品，不但自己那種深重的情執，他把別人的情執都勾引起來，這是好事嗎？不是好事。情執是深重的煩惱，你把別人的煩惱都引起來，你要背因果責任！文學作品往往有這種過失。如果是非常嚴重的話，他墮地獄，什麼時候能出來？他的影響力在世間沒有了，他才能出來。影響力還在這個世間，他出不來，你說多苦，多冤枉。世間人愚痴，讚歎他，還替他做宣傳，給他做廣告，他自己在幽冥界苦不堪言，這是事實真相。

下面說，「昔日恩愛，今成憂苦，而此二者束縛身心，如繩作結，不令出離」，故云『憂愛結縛，無有解時』。「又結縛即煩惱」。這種情執什麼時候能化解？真有，不是假的，幾千年當中這個執著放不下。為什麼？他沒有智慧，雖然偶爾也能接觸到聖賢教育，因為煩惱習氣太重，回不了頭來，聽經聞法知道這樁事情，回不了頭，那就苦不堪言。《大乘義章》說，「煩惱闇惑，結縛行人，故名為結」，所謂心有千千結，「又能縛心，亦名為結」，你這個心裡的結打不開。這個心結是什麼？迷情。最難解的就是情執，情執是我們世間人講的恩愛，它不是好事，可是世間人都以為這是好事，這是美事。佛告訴我們這樁事究竟是什麼事？是輪迴的根。你真能把這樁事情搞清楚、搞明白，真放下了，那恭喜你，你永遠脫離輪迴了。

思想，思是思念，『思想恩好』，「世人所珍」，世間人所珍惜的，「究其根源，實由情欲。而不知欲為苦本，純情即墮」。純情是什麼？一絲毫理智都沒有了。純情墮在哪裡？純情墮阿鼻地獄，所以這不是好事情。「若不能於此深思熟計，一心修道，以

求解脫。」假若不能，對於這樁事情你要深思，你要熟計，真搞清楚、搞明白了，於世間法，小乘是出離，所以一般人講小乘是出世法，大乘是入世法。大乘講倫理、講道德、講因果，為什麼？大乘要幫助一切迷惑的眾生令他覺悟、令他回頭，不捨眾生。小乘不然，自己擺脫了，不想再回來。諸佛尊重大乘，喝斥小乘，道理就在此地。所以大乘比小乘難，小乘把這個境界完全捨掉，清淨心容易獲得。大乘沒有把這些境界捨掉，還在這裡面幫助這些情執很深的人，幫助他回頭。這個裡頭最重要的，不被他的情執所感染，那是什麼？大乘菩薩有很深的定功，有智慧，你的情執很深，我可以跟你在一起，你的情執不會感染我。如果在一起還會受感染，你趕快離開，為什麼？你不離開，又被拉下去繼續搞六道。一般人不知道利害，學佛的人知道，這一搞六道，哪一年才會有機會再遇到佛法？這個機緣，古人說得好，「百千萬劫難遭遇」。中國諺語有一句話說，「一失足成千古恨」，百千萬劫是多少個千古？算不過來了。

這些開示，這些事實真相，都在我們面前，我們學佛一定要保持最高的警覺，怕染污。我們阿賴耶識裡有非常濃厚的這種情執，一接觸就被染污。所以淨土修行跟密不一樣，淨土宗跟密宗宗旨、原理原則完全相同，都是修清淨心，但是淨宗修清淨心是遠離染污，密教修清淨心不離染污，所以密的成就比淨土高，但是淨土的成就比密教多。為什麼？淨土遠離染污得清淨心，雖不是真正清淨心，能生凡聖同居土。天天跟這些財色名食睡都在一起，真正做到不染污，這個功夫比淨土高，他要往生哪裡？他要往生實報莊嚴土，他不在凡聖同居土。問題是那麼高的境界有幾個人能成就？太少了。黃念老告訴我，建國以來，我第一次跟他見面是六十多年，這六十年當中有多少修密成就的？他告訴我：六個人。中國十

幾億人口，只有六個修密成就的。那念佛往生的有多少？六十萬人可不可能？有可能，念佛往生的人太多了。這兩個一比較，你就曉得淨土法門殊勝，帶業往生。密要真正清淨，在污泥而不染，這個厲害，這不是一般人能做得到的。所以念老告訴我，禪跟密的根機現在已經沒有了。這話是真話，不是假話。要透過深思熟計，深思是明瞭事實真相，熟計要想想自己是什麼樣的根性，自己想想用什麼方法來保護自己？最重要的，沒有別的，保護自己不受染污；像現在的傳染病，不受傳染。淨宗的方法好，穩紮三個根，穩穩當當的決定不違背，決定要求自己嚴格的依教奉行，一門深入。這一門就是一句佛號，六字洪名，念念不捨。無論在什麼時候，無論在什麼處所，無論是什麼樣的環境，心裡就是一句阿彌陀佛，念念不捨，沒有雜念滲透進來，你就成功了，這叫「一心修道，以求解脫」。記住不能有二心，有二心、三心你這個道就破壞，解脫就變成有名無實，還是要搞六道輪迴。

底下這句話要記住，「轉瞬無常到來，壽命終了，至此則徒喚奈何」，來不及了，什麼時候無常到來自己要有警覺，隨時都可以到來，這無常就是死了。今天人在這個世間，災難這麼多，誰曉得什麼時候會碰到？我們常常看到鳥獸離開牠的窩，牠出去覓食去了，牠能不能夠安全回來？靠不住。很可能出去之後，被別的動物吃掉，被人誤殺，這就是無常到來，壽命終了。我們在這個世間，又何嘗不是？所以我們要想明天，要想明年，太長遠了，那叫打妄想。真正成功的人作佛作祖，他不想明天，他不想明年，也不想過去，他就抓住現在。什麼人能夠掌握到現前，這個人肯定成就。現前念念不捨彌陀，這個念念，一秒鐘裡頭有一千六百兆的念念，念念都是阿彌陀佛，這個人決定成佛。要多久的時間？《彌陀經》上講「若一日」。我們細心去觀察、去思惟，一日可不可能？可能

。一秒鐘裡頭一千六百兆個念頭，一天二十四小時還得了嗎？不但他能往生，真正制心一處，他大成就，他生實報莊嚴土。為什麼？一天，大徹大悟、明心見性，這是真的不是假的，這是事實真相。念念提高警覺，也是此地說的，這是佛門裡的老話，「人命在呼吸間」，釋迦牟尼佛在《阿含經》裡說的，故云『年壽旋盡』，呼吸一停止，這個人就宣布死亡了。「旋盡，謂轉瞬即盡」，它太快了。所以，『惑道者眾，悟道者少』，「道」是了生死出三界，迷惑的人太多，覺悟的人太少了。

二零一二淨土大經科註 （第五四八集） 2013/12/19

香港佛陀教育協會 檔名：02-040-0548

【憂愛結縛。無有解時。思想恩好。不離情欲。不能深思熟計。專精行道。年壽旋盡。無可奈何。惑道者眾。悟道者少。】

這是佛很感嘆的為我們說出事實真相。我們看念老的註解，「昔日恩愛」。古時候有，現在假的，不是真的。為什麼不是真的？你看結婚沒有幾天就離婚了，假的。假的什麼？這裡頭沒有恩，也沒有愛。為什麼要結婚？為利害，這個人對我有利，我想搞名聞利養他能幫助我。到發現他沒有能力的時候就解散了，散夥了，它不是真的。我在新加坡就遇到，一個女同修很坦白的告訴我：我嫁給我的先生沒有愛情。那妳為什麼嫁給他？我看到他家裡有錢，房子很漂亮，住的環境很好，她是這樣嫁過去的。新加坡的土地，那真是寸土寸金，他們家裡還有個很大的院子，那就曉得這就不是普通人家，普通人家住公寓，她單獨的庭院還有很大的院子。所以都是為名去嫁的，為利去嫁的，沒有恩愛，這個夫妻怎麼能到頭？哪一天見到那個名利比這更高的，她就變心了，她又去嫁給那個人了，這現在社會。

還有現在的兒女，小孩，尤其大陸只有一個兒女，一胎化

，把孩子寵壞了。吃飯的時候，他父親身體不舒服，吃飯的時候桌上有雞腿，媽媽把雞腿拿給他父親，他在旁邊瞪著眼睛指著他父親：這是我的，你怎麼可以拿去？平常，父母都給他吃。你就在這裡看出來了，問題出來了，以後長大他能孝順父母嗎？父母對他那個好，他認為是應該的。這個麻煩可大了！這才幾歲，態度就這麼凶，心地就這樣的不善，這怎麼得了！養兒女真的是冤家，不是養的兒女，養的是冤親債主。所以真正學佛之後，我們一定要想到，這一生決定不能跟人結冤仇，樣樣忍、樣樣讓。我不能忍，我不能讓，來生糾纏非常麻煩；我這一生能忍能讓，不結這個冤仇，就沒這些事情。你喜歡的就送給你、讓給你，世間一切法是無常的，生不帶來死不帶去，沒有值得可留戀的。

遇到了阿彌陀佛，遇到了極樂世界，這是大幸！無量劫來遇不到的，怎麼這一次被我們碰上了？遇到之後我們要真幹。這部經是西方極樂世界的說明書，西方世界的好處統統都說到了，說盡了。我們現在讀的這段，是回顧我們娑婆世界，我們現在住的這個地方，實況是什麼樣子。兩方面搞清楚，我們就有選擇，我們選擇極樂世界，我們選擇阿彌陀佛。明心見性、大徹大悟，淨宗是把它分成兩截，第一個階段先到極樂世界，到極樂世界阿彌陀佛幫助我們明心見性，而且決定幫助我們成佛，保證我們成佛。這地方能不去嗎？往生到極樂世界，每個人我們一般講脫胎換骨，真的。無量劫來在這個六道搞輪迴，我們的身是阿賴耶的相分，我們起心動念這個心是阿賴耶的見分。阿賴耶是妄心，不是真心。自性裡頭沒有阿賴耶，阿賴耶是一念不覺，迷了自性才發生的。在十法界裡面離不開阿賴耶，往生到極樂世界把阿賴耶擺脫了，轉八識成四智，得到的身體、居住的環境跟諸佛如來完全相同，這個境界才是真正隨心所欲，這個心是真心，沒有妄心。

所以我們在這裡看到「昔日恩愛」感觸很深，過去一百年前有，二百年前那就更多，真的不是假的。可是這個要不捨，那就變成憂苦。「而此二者，束縛身心，如繩作結」，繩打結了，「不令出離」。恩愛是在六道，這個東西纏結，出不了六道輪迴，一定要看破。「故云憂愛結縛，無有解時」，結縛就是煩惱。《大乘義章》裡面說，「煩惱闇惑」。這個闇也是黑暗的意思，幽暗，讓我們對於一切法的真相完全不明瞭。本來是明瞭，現在不明瞭了，這叫闇，這叫迷惑。「結縛行人」，行人就是眾生，像繩子、繩索把我們捆綁起來，不能自由行動。「故名為結。又能縛心」，讓心裡煩心、操心，這也叫結，「亦能結集一切生死」。這個是什麼？六道輪迴的根本。換句話說，六道輪迴從哪裡來的？就從這來的，沒有這個東西，六道輪迴就不見了。六道輪迴不是真的，自性裡頭沒有，這是一個幻相，是一個夢境，我們從夢中醒過來沒有了，六道是夢境。真正覺悟了之後，六道不見了，十法界也不見了。覺悟之後能不能再回到六道來？能，那個來是自由的，來去自由，不是生死。眾生有感，我們還有很多冤親債主、有緣的人，他們求解脫，他們求離苦得樂，那個念頭才動，我們就知道，知道之後就能現身。現什麼樣的身是隨眾生，眾生喜歡什麼身你就現什麼身，喜歡佛身，他求佛，你就能現佛，喜歡菩薩你就能現菩薩，現身是隨眾生意，為什麼？自己沒有起心動念，沒有分別執著。隨眾生心，應所知量，真自在！

所以底下說，「思想恩好，世人所珍」，世間人喜歡的，特別是恩愛的夫妻，到生死關頭難分難捨。「究其根源，實由情欲。而不知欲為苦本」，這是真的，不是假的。欲放下，苦就沒有了；這個東西放不下，那就很痛苦。「純情即墮」，這句話出在《楞嚴經》上，我們參考資料第三頁，《楞嚴經》上所說的，文在第四

面一開端。「情想均等」，這是修行人必須要情想均等，這個人是人道，「生於人間」。情是情執、執著，想是智慧、是聰明。這個文裡面說，「不飛不墜」，因為想多情少他就往上升，情多想少他就往下墮落；人在中間，生到人道來，他的情想是均等的。「想明斯聰。情幽斯鈍」。想是聰明，情呢？情是很鈍，遲鈍。「七情三想」，七分情就是執著，七分情執，有三分想，「沉下水輪，生於火際，受氣猛火，身為餓鬼，常被焚燒，水能害己，無食無飲，經百千劫」。這個七情三想說的是什麼？餓鬼道，鬼道。要是「九情一想」，情執太深了，聰明只有一點點，他「下洞火輪，身入風火二交過地，輕生有間，重生無間，二種地獄」。這是九情一想，輕的是有間地獄，就是受苦，他有休息的時候，有空閒、空隙；重的無間，無間受苦沒有間斷，從墮地獄一直受滿之後他出來，在地獄裡頭沒有空隙，所以就是有間地獄跟無間地獄。佛在楞嚴會上用情跟想來形容。那要「純情」，一想都沒有，這個麻煩大了，「入阿鼻獄」，這是地獄裡最下的，阿鼻就是無間地獄。「若沉心中，有謗大乘，毀佛禁戒，誑妄說法，虛貪信施，濫膺恭敬，五逆十重，更生十方阿鼻地獄」。十方什麼意思？世界有成住壞空，到壞空的時候，阿鼻地獄也壞了、也空了，那這些受罪的人怎麼辦？受罪的人會到另外有阿鼻地獄的地方，到那邊去，那個世界壞了還有阿鼻地獄之處，他又去了；換句話說，他受苦的時間長。

純情即墮，太可怕了！「若不能於此深思熟計」，這個事情要多想想，「一心修道，以求解脫」。釋迦牟尼佛當年就是做這個示範，他生在國王家裡，父親是國王，而且他是長子，他繼承王位的。他想通了、想明白了，真正看到什麼？生老病死。他沒有想榮華富貴，想生老病死，這到底是怎麼回事情，為什麼會有這個現象，這個現象能不能把它化解？他天天想這個，所以最後出家修道，以

求解脫。「轉瞬無常到來」，壽命終了，「至此則徒喚奈何」，這是真的，不是假的，這個時候後悔莫及。「人命在呼吸間，故云年壽旋盡」，旋盡，轉眼就盡了。世間人真正明白的少，「迷惑正道」。