

諸位法師，諸位同學，請坐。請看《淨土大經科註》第四百五十九頁，我們從第二行念起：

『寂靜』者，「離煩惱曰寂，絕苦患曰靜，即涅槃之理。《資持記》曰：寂靜即涅槃理也」。我們在前面學到這個地方。接著我們看下面，又《往生要集》上卷：「一切諸法，本來寂靜，非有非無。」「寂靜」確實是真理，是事實真相，也是大經裡面所說的，一切法不生，一切法不滅。這兩句話的意思非常深，如果一切法確實是不生不滅，說這個話的就沒有意義了。一切法有生有滅，可是生滅即是不生滅，生即無生，滅即無滅，這個意思就深了。那我們再說得粗淺一點，相上有生滅，性上沒有生滅，事上有生滅，理上沒有生滅。但是性相、理事是一不是二，所以不能說它有生，也不能說它有滅，這就講到中道了。凡夫只見事相，不見理性；二乘人見理性，不著事相；菩薩性相圓融，理事不二，有體有用，這是大乘可貴之處。

從諸法實相來說，《往生要集》這個三句話顯示了中道之義。一切諸法，世出世間法都包括在其中，沒有例外的。世間法包括了十法界，出世間法包括了一切諸佛的實報莊嚴土。常寂光土那就不論了，常寂光裡頭三種現象都沒有。所以這個一切諸法範圍非常廣大，這個裡頭依正莊嚴本來寂靜。離煩惱的人、絕苦患的人他才見到事實真相，他才能把這個事實真相用在生活上。用在生活上是什麼樣子？大經上有兩句話，「煩惱即菩提，生死即涅槃」，菩薩境界，這不是凡夫境界。生死、涅槃都不可得，都不是真的，都是非有非無，你不能說它有，當體即空，了不可得；你不能說它無，明

明在你眼前。知道了，於一切境界相不分別不執著，你在一切現象裡面得自在。沒有起心動念那就是如來的境界，究竟果位的境界，《華嚴經》上所說的妙覺果位，比等覺還高，確實是事實真相。我們今天在一一切現象裡頭，分別、計較、執著，這都是錯誤的，這是什麼？這都是煩惱。你沒有離煩惱，所以你心是動的，浮動的，它不是靜的。

一切法本來寂靜，我們的心怎麼會浮動？也是本來寂靜。寂靜樂，寂靜沒有煩惱，寂靜沒有憂慮，寂靜才法喜充滿，寂靜起用是無量智慧。佛法修行，關鍵、樞紐就在禪定，離開禪定不是佛法。八萬四千法門，法是方法，門是門徑，方法、門徑不同，全都是修的禪定。所以戒定慧三學，一切諸佛如來都遵循這個規則，因戒得定、因定開慧。開慧你就見到一切諸法本來寂靜，非有非無，你全看到了，這是開悟人所看到的真相。開悟是什麼個等級？在《華嚴》，圓教初住以上，開悟的人超越十法界，住實報莊嚴土。實報莊嚴土在哪裡？開悟人所住地方就是實報莊嚴土。今天科學說，我們空間維次不一樣，這是真的。三維空間跟四維空間可以住在一起，空間維次從哪來的？妄想分別執著裡頭變現來的。真正開悟的人，空間跟時間都沒有了，因為都是假的，他沒有拘束了。所以他入叫一真法界，一真法界裡就是沒有煩惱、沒有妄想，他沒有苦患，那叫一真。

『諸根』，底下講的六根，眼、耳、鼻、舌、身、意，「今此六根，同歸寂靜」。這個意根，廣義的講，心意識都用這個做代表。大乘這個意，第六是意識，第七是意根，第八叫阿賴耶、叫藏識，心意識都用這個意做代表，這是精神現象。眼耳鼻舌身這個五根是物質現象，有形的物質。意不是物質，現在科學所謂稱它叫信息，在佛法裡面，稱它作受想行識。受包括前面的五根，眼耳鼻舌身

，受，它只有接受，把外面信息接受過來，它沒有分別、沒有執著。分別是誰？第六意識它分別，末那第七識它執著，阿賴耶就像資料庫一樣，把它的分別執著統統儲藏在資料庫裡頭。這個資料庫，因為它沒有形相，所以它就沒有大小，容納多少？遍法界虛空界的資料全在裡頭。不僅是我們自己一個人我們的資料在裡頭，所有一切眾生的資料也在裡頭。這就很奇怪了，為什麼？大乘教裡面所說的，遍法界虛空界跟自己是一體，一個清淨圓明體。從一體裡頭起二用，二用一個是依報，一個是正報，正報是自己，我自己，依報那就所有一切眾生，包括山河大地。它們的信息全在阿賴耶裡頭，因為是一體。

任何一法，還是用佛法講一法，這個法無論是心法、還是色法，佛法裡頭把它歸納為兩大類，心法是起心動念，色法是物質。物質它也是波動現象，沒有波動，物質不能存在，這是現代科學家證實了。物質現象是波動現象，波動的根源是意念，這是近代科學家才說的，物質的基礎是意念，沒有意念就沒有物質。所以，以心可以控物，可以控制物質，我們的意念可以改變物質現象。這個道理，佛在三千年前就講得很清楚、很明白，最近科學家證明了，是真的，不是假的。如果我們能夠相信、能夠肯定、能夠不懷疑，認真能夠學習，我們身體要帶著有病痛就可以自己治療，用什麼？意念治療。而意念裡，今天我們知道，念頭裡頭最好的念頭就是念阿彌陀佛。我意念裡頭沒別的東西，就是阿彌陀佛，你念這個阿彌陀佛一心專念，你全身無論什麼毛病，念上一、二個月全都好了。為什麼？念頭可以改變物質現象，身體是物質現象。只要好的念頭，病痛是不好的念頭、不善的念頭，造成我們細胞帶著病毒。現在我們把念頭全部改成阿彌陀佛，你什麼都不聞不問，你念上二、三個月，全身完全恢復正常。就是最健康的，正常是最健康的，不可能再

帶著病毒。

科學家現在蒐集這些證據、這些例子，中國有，外國也有，是全世界蒐集。特別是得到絕症的，醫院裡面放棄治療，告訴這些病人，你存活的時間只有二、三個月，等於說宣布死刑了。確實有一些，我想多半是信仰宗教的人，他反正活的時間不久了，一切放下，病也不想，專門去想上帝，天天做祈禱；學佛的人念佛、念菩薩，不再想病，一心一意去想佛、想菩薩，天天念佛。二、三個月之後再去檢查，沒有了，病好了。醫院裡說這是奇蹟，其實它不是奇蹟，這是什麼？物質的基礎是意念，意念好就把物質全部恢復正常，全都變好了，就這麼回事情。我們病從哪來的？病從惡的念頭，貪瞋痴慢疑，這個東西很嚴重，你才造成病。你自己想想，你有沒有貪心、有沒有瞋恚、有沒有傲慢？你有這些東西，這是什麼？這就是你的病因，你不知道。嚴重的分別執著，嚴重的欲望，我要怎樣怎樣，那是貪婪，病從這裡起來的。所以佛常講，貪瞋痴叫三毒，有這個東西我們細胞就帶著病毒，外面細菌很容易感染。現在我們把貪瞋痴全放下，我們一心念佛，心裡頭只有佛，沒有貪瞋痴、沒有傲慢、沒有懷疑。

懷疑很麻煩，懷疑讓我們免疫系統全部瓦解，懷疑造成我們居住的環境，地球山崩地陷。你看《地藏經》上講的「堅牢地神」，那個堅牢靠信心。信心，佛法頭一個相信自己，他不相信自己，這個人免疫能力就沒有了。堅定的自信心，就是有堅強的免疫能力，我們身體再嚴重的病都會恢復正常，我們居住的環境不會山崩地陷，那個地神，就是堅牢地神就守住。如果我們都是懷疑，堅牢地神沒有能力了，他守不住。這是事實真相，不能不知道。我們要身心健康，第一個條件就是建立信心，相信自己，相信佛菩薩不欺騙我們，相信阿彌陀佛，相信釋迦牟尼佛，一心念佛，什麼問題都解決。

了。許多信息告訴我們，今年是個災難年，今年是個很不平常的年，要求我們，只有念佛人可以安全度過這個災難。這個話講得很有道理，我們聽到能理解、能懂。為什麼道理？阿彌陀佛是最好的意念，你能夠保持這個念頭，什麼問題都解決了，世出世間的意念沒有比這個更好的。

這個念頭叫萬德洪名，一念裡面具足世出世間一切的德能，一切的美好都在這一念當中，為什麼不念？為什麼還要懷疑？為什麼還有雜念再滲透進來？這全是錯誤。真正回過頭來一心念佛，嚴格遵守大勢至菩薩的教誨，「都攝六根，淨念相繼」，都攝六根就是章嘉大師教我們的放下萬緣，意思完全相同。六根不再緣六境，回來，收回來，統統收回來都緣阿彌陀佛。眼看阿彌陀佛，早晚課誦看阿彌陀佛的像，日常生活當中看每個人都是阿彌陀佛，看每樁事都是阿彌陀佛，看所有萬物，花草樹木、山河大地沒有一樣不是阿彌陀佛，眼收回來了。耳聽阿彌陀佛，把一切聲音全部都轉成阿彌陀佛。前面我們學過三十二相，佛有這個能力，把所有的音聲轉成阿彌陀佛，把所有的酸甜苦辣都轉成上味，自己最歡喜的味道，他念頭可以轉！《楞嚴經》上說得好，「若能轉境，則同如來」，如來能轉境，我們轉境跟如來差不多了。所以，六根緣外頭境界，我們會轉，統統歸這一句阿彌陀佛，這叫念佛人！看到佛像是阿彌陀佛，看到別的不是阿彌陀佛，那不是念佛人。

這是不是故意這樣想的？不是，事實真相如是，阿彌陀佛是自性，自性的名號。這個名號裡頭有自性的理體，有自性的現象，有自性的作用，這一句阿彌陀佛名號全都取代了，都概括在其中，這叫念佛人。我念彌陀，彌陀念我，彌陀念我是真的，你看看這經文上所說的，阿彌陀佛四十八願，願願都是為眾生發的，這彌陀念我。問題是我不念彌陀，只要我一念彌陀就跟他相應，我們要都攝六

根，淨念相繼。淨念這個淨字，沒有懷疑、沒有夾雜就叫淨念。所以必須在境界裡頭有個轉變，看一切人，真的，好人是阿彌陀佛，壞人也是阿彌陀佛，不要去分別，全是阿彌陀佛，我們才修成功。一有分別，錯了！『遠離分別』，為什麼要分別？有執著，錯了，別執著。這是真念佛人，真念佛道場。所以六根同歸寂靜，這就是都攝六根。

「如《華嚴經》曰：觀寂靜法，離諸痴闇。」只要觀寂靜法，痴闇，痴闇是煩惱、是疑惑，自然就沒有了。「不生分別，自然遠離痴闇，而諸根寂靜矣。」於一切法，可以看，看得清清楚楚，那是什麼？智慧。境界裡頭一切邪正、是非、善惡清清楚楚，雖清楚沒有分別、沒有執著，這是什麼？這是自性本定，這叫功夫。如果不清楚、不明白，你不叫迷惑嗎？迷就是煩惱。樣樣清楚，絕不起心動念，定慧等學。《華嚴經》上鬻香長者修禪定，在哪裡修？市廛。古時候稱市廛，現在是什麼？百貨公司，外國人說Mall。他到哪裡修禪定？天天逛Mall，天天在那邊看，這個修禪定，真禪定。為什麼？商場上新產品日新月異，他沒有一樣不清楚，沒有動一個念頭。不是面壁，面壁那個禪定一點都不管用，定是修到了，什麼都不知道，那怎麼行？盤腿面壁是初級的，剛開始的時候，要那樣學法，真學成功了，哪裡都去逛。善財童子五十三參是修禪定，他沒有一樣不知道，智慧，如如不動，這叫真禪定。

不在境界裡頭，境界一現前就亂掉了，那叫什麼禪定？所以禪定是什麼？不起心不動念、不分別不執著，都叫禪定。不起心不動念是如來的禪定，是自性本定，不分別不執著是菩薩的禪定，單單不執著是二乘的禪定，聲聞緣覺的。凡夫不行，境界現不現前他都分別執著。所以我們把這些事情搞清楚、搞明白，功夫在哪裡用？日常生活，就是飲食起居，我吃東西還挑挑揀揀的，沒有禪定。世

尊當年每天出去托鉢，還能挑揀嗎？人家那是禪定，在定中。清淨心能轉境界，什麼樣是酸甜苦辣，到自己就是自己最喜歡吃的味道，變了。什麼能力變的？是禪定能力把它變的，我們這個經上講的「清淨平等覺」的功夫把它轉變的。沒有一樣不美好，那就真的是極樂世界。

「更有進者，世尊釋迦牟尼，牟尼即寂默與寂靜義。」名號裡頭有，如果你要是真懂佛法，你聽佛的名號，就知道佛教化的這個地區一般眾生大致上的狀況，你就了解。因為名號就是他教學的宗旨，這個宗旨從哪裡來的？是從所教化眾生那兒來的。娑婆世界眾生，是講現前的，不是過去未來，現前眾生缺少慈悲心，心不慈悲、心不清淨，嚴重的染污。所以，佛在這裡教以什麼為宗旨？以慈悲、以清淨，要教這個，他缺少這個，這是最主要的，其他是其次的。所以放在佛的名號上。釋迦就是慈悲的意思，釋迦翻成中國意思是能仁，能夠仁慈，牟尼是清淨。釋迦牟尼佛這一代時教，最主要的教什麼？就是教仁慈、教清淨。我們想想，今天仁慈跟清淨能不能救這個社會？真能救，缺乏的就是這個東西。湯恩比博士說大乘，大乘就是這個，在佛名號當中。孔孟，孔表的是仁，「孔曰成仁」，孟表的是義，仁義。「夫子之道，忠恕而已矣」。我們用仁、義、忠、恕，能不能救這個社會？能不能救這個地球災難？能，一點都不錯。

仁者愛人，己所不欲，勿施於人，以仁存心，以義行事。起心動念、言語造作，循理叫做義，不違背道理這叫義。換句話說，義是什麼？合情、合理、合法，我們中國人講的。起心動念、言語造作沒有一樣不是合情合法，這是義。處理人心要正，忠就是心正，不偏不邪，大公無私是忠。恕，今天一定要用恕道，恕是原諒別人，幹什麼壞事都不要去追究，饒恕他，為什麼？因為他沒有受過教

育。我們中國把倫理道德教育丟掉兩百年，丟掉好多代了，現在人違背倫理道德，你能說他錯嗎？你要說他錯那你就不義，不仁不義了。他自己不知道是錯，他父母也不知道，再上去問他祖父母還不知道，問他曾祖父母，大概問高祖父母以上才聽說，有這麼回事情。兩百年至少八代。所以今天人犯什麼樣的過失，滔天大罪，都要原諒。為什麼？要以憐憫心，沒人教他。

人性本善，這老祖宗說的。佛說得更圓滿，人性就是佛，所以說一切眾生本來是佛，是什麼佛？是阿彌陀佛。我們看一切眾生都是阿彌陀佛，沒看錯，是真的，不是假的。你們做三時繫念，法本念得都很熟，《三時繫念》是元朝中峰禪師他老人家會集的。裡面的開示都是他老人家的法語，他在裡面說過，「我心即是阿彌陀佛，阿彌陀佛即是我心；此方即是淨土，淨土即是此方」。七百年前人所說的，不是現在人講的。我們明白了，我們就知道自己怎麼修，很得利益，而且非常快速，知道這個佛號怎麼念法，知道淨土怎麼修法。真正這個法門最簡最易，最簡單、最容易，又是極圓極頓，成就之高不可思議。

我們再看下面，你看念老用的是集註，都是經上的。「《仁王經合疏》曰：牟尼者，名也」，釋迦牟尼佛的名字，釋迦是他的姓，「此云寂默，三業（身口意）俱寂默也」。「《理趣釋》曰」，《理趣》是《仁王經》的解釋，「牟尼者，寂靜義，身口意寂靜，故稱牟尼」。「身口意寂靜，正是今經中諸根寂靜，而寂靜正是涅槃之理體。」涅槃是梵語，印度話，意思就是清淨寂滅，可見得寂滅是涅槃之體。我們能夠六根在六塵境界上都攝六根，明明白白，如如不動，這是什麼境界？這是入大涅槃的境界。這個名詞一定要搞清楚，很多認為涅槃就是死了，那個解釋是錯誤的。人死了稱為圓寂，這樣子人不必修行了，哪個到最後不入大涅槃？哪個人不圓



寂？要知道涅槃是活的時候證得的。我們六根在六塵境界相，真正做到經上講的這五個字，清淨、平等、覺而不迷，就是在大般涅槃中，他就安住在大般涅槃。大涅槃是心地清淨、平等、覺而不迷，覺而不迷是慧，清淨、平等是定。

再往下看，「由於遠離分別之妄惑，諸根寂靜」。分別一定要放下，這叫功夫。我們用什麼方法放下？就用念佛，這個方法太好了。我們的精神、意念、時間全部用在佛號上，把分別忘記掉了，不要再分別。別人來問我們，我們隨順他的分別而分別，這就是諸佛菩薩應化在人間他們所做的。你不問他，他沒事，不問他，他住在實相般若裡頭，般若無知，他住在涅槃裡頭，清淨寂滅，住在我們這經上清淨平等覺上。你問他，他就起作用，因眾生的分別而分別，因眾生的執著而執著，他自己沒有分別執著。妙就妙在此地，賢首《還源觀》上講的「隨緣妙用」。我們今天沒有這個妙用，我們真分別、真執著，我們有作用不妙，我們這個作用造業，業裡頭有善有惡、有染有淨，各有其報。佛菩薩一切造作沒有果報，為什麼？他沒造業。他現身、說法、表演，這裡頭沒有妄想分別執著，沒有染淨、沒有善惡，所以他沒有報。我們沒有在這些地方看出大乘的微妙，你不知道佛法說好，好在哪裡，你說不出來，妙在哪裡說不出來。你真知道之後，焉能不學？你肯定要學它，佛攝受眾生力量多強，你才會體會到。我們自己學，老實去學，自己攝受眾生能力也就慢慢強起來了。同一個道理，眾生跟自己確實是一體。

諸根寂靜，下面「契入涅槃之理，故續曰：決定成正覺，證大涅槃」，這是第十二願。『等正覺』這是省略，意思就是無上正等正覺。『大涅槃』，也是佛果之名，翻成中國意思是入滅。「具云般涅槃」，具是具足，稱為般涅槃。般，這都是梵語，翻成中國意思是圓，涅槃翻成中國字是寂靜。所以般涅槃也能翻成圓寂，圓

是圓滿，寂是寂滅，功德圓滿，清淨寂滅。「以義充法界，德備塵沙曰圓」，這給我們進一步的解釋。義，我們上面再加一個字就更清楚了，仁義。中國名詞裡頭的，仁義充法界，遍法界。德備塵沙，德上再加一個字，道，大家就清楚了，道德。仁義、道德遍法界虛空界，這是圓的意思。

「體窮真性」，本體窮盡於真如法性。本體這個名詞裡頭的含義，什麼是本體？哲學裡頭的一個名詞，宇宙之間萬事萬物，從這個體變現出來的，它是一切萬事萬物的根源。像今天科學，科學認為物質的根源是什麼？把它分析為最小的物質，那是所有物質的本體。八十年前科學家剛剛發現原子，認為原子是宇宙的本體。在這八十年之間，科學進步很多，把原子再分開，看出原子原來裡頭包括有電子、有核子、有中子，原子還不是真正本體。再分又分成粒子、分成夸克，粒子大概有幾十種，夸克也有幾十種。一九八〇年之後發現量子，更小的。都是這個東西，《金剛經》上講「一合相」，就是這一個東西組合成的，成所有物質現象，所有物質現象本體就指這個。

現在科學發現了，物質現象不是這個東西，本體不是這個東西，本體是意念，念頭。可是念頭屬於精神方面的，於是這些科學家也很大膽，說話了，說最近這個三百年來，科學家這種二分法是錯誤的。二分法是什麼？物理、心理，這叫二分法，二分法是錯誤的，誤導了研究的方向。應該是什麼？應該是一體的，心理跟物理是一不是二，二分產生錯誤。這是近代才發現。這個要能夠真正成立，就把這二、三百年的物理全部推翻了。真理是不能推翻的，過去的一般看法確實是有錯誤。講萬法一體是佛的大乘經，阿賴耶講的是一體。心理現象跟物理現象確實是一樁事情，分開了就要遭難，它是一它不是二。

佛法講的本體是什麼？本體是自性。一切法不離自性，自性也叫真心，「心外無法，法外無心」，這是大乘經上常說的。萬法有差別，有各自獨特的相分，但是性分完全是一個。性不是現象，現在講現象，它不是現象，性裡頭不是物質現象，也不是精神現象，也不是自然現象，它沒有現象。所以今天科學跟哲學找不到它，因為它沒有現象。科學跟哲學都要有現象它才能找到，沒有現象找不到。大乘教裡頭佛說過了，用我們的意識，就是思想、念頭去想找宇宙的真相，它範圍在哪裡？宏觀宇宙它能看到宇宙的邊緣，微觀世界它能看到阿賴耶。這個現在全兌現了，都被釋迦牟尼佛說中了。但是自性它找不到，為什麼找不到？因為它不是現象，它沒有現象，你怎麼找它？只要是現象，科學都有辦法把它找出來。它不是的，它存在，無處不在、無時不在，它沒有現象，我們六根緣不到。

色法，這物質現象，五根緣得到，眼看得到、耳聽得到、手摸得到。精神現象，前五根沒有辦法，找不到它，我念頭找到它，我的思想能找到它，就是第六、第七可以緣到它。自然現象，阿賴耶的見分可以緣到它。它什麼都不是的時候，八識就不管用了，八識對它完全用不上。科學跟哲學的基礎沒有離開八識五十一心所，還都用這個東西，用這個東西的極限，世尊所說的，現在已經都達到極限。再進步，就是把這個事情講得更清楚、更明白，找不到自性。自性要怎麼樣？不用心意識，佛家叫我們用參究，不能用研究。研究已經到了飽和點，到了邊緣，放棄研究，用參究，就見到了。參究是什麼？放下起心動念、分別執著，你就見到了，就見到自性，見性成佛，科學家全成佛了。成佛就是對宇宙人生的真相真的明白、真搞清楚了，這叫成佛。成佛不是成神、不是成仙，不是，是把宇宙萬物真搞清楚、真搞明白。佛是明白人，他跟中國這個「聖

」很接近，但是比聖還清楚、還明瞭。聖也是明瞭、明白的意思，但是佛這個字的明瞭比中國聖的意思要深。所謂徹底明瞭，它要你離妄想分別執著才明瞭，中國聖並沒有離妄想分別執著。中國的聖人還是用阿賴耶識，佛法裡面的佛陀決定是轉八識成四智，才稱佛。這是本體窮盡於真如法性，本體就現前了。

「妙絕相累」，這是起用，從體起用，起用的時候妙，妙是什麼？不著相。所有現象對它都沒障礙，你看「微妙而斷絕諸相之累」，諸相怎麼會累？你執著它就累，你分別它就累。所以，修行不能離開相，離開相修行那是小乘的行為。即相離相就是微妙，宗門大德所謂的，只要你定功真正成就了，六塵、五欲、七情天天圍繞著你，如如不動，那叫真的定。我看彌勒菩薩，有同修送我不少彌勒菩薩，擺在那裡看到了，裡面有一個彌勒菩薩，耳朵旁邊有個小孩，拿著東西掏他耳朵。這是什麼？在耳根，就是聲塵，表聲塵。應該是什麼？應該是五個小孩，六個小孩、七個小孩都可以，五個小孩代表五欲，財色名食睡；六個小孩代表六塵，色聲香味觸法；七個小孩代表七情，七情五欲，它是這樣的。那彌勒菩薩叫修定，你看七情五欲一天到晚圍繞著他，他笑咪咪的，如如不動，不受它干擾。這叫大定，這叫大智，大智、大定它才管用。離開五欲、七情、六塵，那個定不是真定，沒經過考試的定。

蓮池大師《竹窗隨筆》裡頭有這麼一段公案，公案就是講故事，是真的，真事，他把它寫在《竹窗隨筆》裡頭。也是蓮池大師的一個同參道友，多年在深山裡面修行，自以為心地很清淨，如如不動。城裡面這些學佛的居士，知道這個人，把他請下山，請下山住到城裡面去，城區熱鬧他就迷了。跟蓮池大師見面，蓮池大師就跟他講，他說有這麼一個人，在深山入定，以為功夫成就了，一下山之後就迷在五欲六塵裡頭。他就問是誰？蓮池大師說，就是老兄。

這個意思就是告訴他，初學禪定是要在深山，遠離城市；真正禪定要在市廛，你真正禁得起考驗。你去接觸一下，如果不行趕快回去；真禁得起考驗，不動搖，行，出來教化眾生，行菩薩道。這就說明他功夫沒成就，一下山就被染污了，這種功夫不能修大乘，修大乘就墮落了。這些我們自己要時時刻刻警惕自己。修行人尚且如此，那不是修行人，他今天為名聞利養動心、變節、學壞了，我們就不能怪他。

今天社會風氣，不是一個地區，全世界，走到哪裡都一樣，都是一股歪風，吹遍了全世界。什麼人幹的？魔王波旬。我在香港講經，魔王波旬來找我，說我沒有告訴他，就侵犯他的道場。我說沒這種事情，我們從來沒有侵犯過別人的道場。他說怎麼沒有？你搞的衛星、網路那就是的。我才恍然大悟，原來全世界的衛星、網路是波旬的道場，我們是有網路，也有衛星，沒有通知他。所以，我就給他立個牌位，你看我攝影棚裡頭有魔王波旬的牌位。我請他來聽經，請他大慈大悲，別障礙佛法，你也做點好事，讓我們衛星邪正都有，我說這是慈悲。你把正的你都禁止、你都拒絕，全是邪的，這世界不就完了；世界毀滅了，魔王也有罪，你要負因果責任。我請他來聽經，我們一起來學佛。人造業要受報，魔造業還是要受報，不能說造業不受報，是魔王不受報，沒這個道理。所以他來找我，讓我們也了解一樁事實真相，我們智慧就向上提升。以後，佛門或者是宗教要用衛星弘法、用網路弘法，先跟魔王打招呼。我們禮貌都到了，不管他同不同意，我們通知你了，希望你護持，你也做一點好事。他也講理，他又不是不講理的。

微妙斷絕諸相之累，不受外面境界影響，這就是寂，寂就是定。你看因戒得定，因定開慧。下面「《賢首心經略疏》」，賢首大師《心經》的註解，「曰：涅槃，此云圓寂」，此是中國，中國文

裡頭的意思，圓寂的意思，「謂德無不備稱圓，障無不盡名寂」。這個解釋，解釋得好。德，一切眾德完全具備。在我們中國傳統文化裡面，中國人講德，不出欲界，就是五倫五常、四維八德。裡面有重複的，要是統統把它歸納起來，十二個字，孝悌忠信、禮義廉恥、仁愛和平，這十二個字全都具足了這叫圓。在大乘佛法裡面，我們淨宗，學會當年是在美國成立的，第一個會是在溫哥華，第二個會是在美國加州，美國淨宗學會。在桑尼維爾，楊一華居士主持，這個會現在活動還很不錯、很殊勝，我們都有聯繫。這個會成立，我們寫了個緣起，提出修行五個德目，很簡單，不麻煩。第一個我們所依據的，淨宗所依據的，是淨業三福，《觀無量壽佛經》佛說的，三條總共十一句。第一條第一個福，人天福報，第一是人天，「孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業」，四句。孝親、尊師我們落實在《弟子規》，你得真幹，你不真幹是假的。慈心不殺我們落實在《感應篇》，道家的。《感應篇》跟我們講因果報應，一百九十幾條，有善有惡，善有善果、惡有惡報。再底下就是修十善業。

由此可知，唐朝時候祖師大德們把小乘經停住，不學了，用儒、道代替小乘，這個做法成功了。你看唐朝中葉到現在差不多一千四百年，這一千四百年裡面多少高僧大德，說明這個做法是正確的。如果我們不學儒、道，那就得學《阿含經》，要從這上扎根。如果我們用《弟子規》、用《感應篇》，這根就固了，所以這比什麼都重要。那個「孝養父母、奉事師長」怎麼落實？怎麼去做？你不真去做，真正把所學的東西變成生活、變成思想，變成行為指導原則，你一切都落空。所以根之根，我們把《弟子規》看作什麼？我們大乘的根本戒，沒有這個東西、沒有《感應篇》，你十善業道做不到。

這麼多年來我們走了很多地方，看到我們同修，在家十善業做不到，出家《沙彌律儀》做不到，什麼原因？我們想了很長很長的時間，我們都沒有根。原本這個根是家庭奠定的，中國古時候，家家小孩一出生就教倫理道德。不是講給他聽，是怎麼教法？父母做出榜樣來給他看。他一出生他就會看、就會聽，他懂得人的意思，他說不出來。所以父母把《弟子規》做給他看，父母還年輕，他祖父母都還在，看他怎樣孝養父母，他就都學會了。大家，這個家族有做官的，或者有發大財的，有大事業的，大概都著重胎教。小戶人家就沒有了，不重視胎教，但是出生，都知道在小孩面前要做出最好的榜樣。一切不善的，不能讓小孩看見、不能讓小孩聽到，就是嬰兒，不可以讓小孩接觸到。小孩在出生到三歲這一千天，他所接觸到都是純正，沒有邪惡，是這麼扎根的。所以古人他有那麼大的成就，根深蒂固，我們現在人沒有了。

這種教育在民國初年，民國二十年之前，還有一些重視文化的人，還有，少了，很少了，不多。我們家鄉那個地方是受桐城派的影響，桐城派在明清兩代起很大的作用。所以我們家鄉，鄉下，小孩沒有不讀書的，老人沒有說不給小孩做好樣子的。風氣還有一點點，殘餘的風氣還有一點，我們小時候接觸到的。可是比我小個三、四歲的就接觸不到了，就沒有了，鄉下，私塾改成小學，對中國古來這些東西不教了、不講了，找了些年輕的老師。以前讀四書的、古書的這些人不要了，就沒有了，沒人講了。這些因素我們都要曉得，我們應該要怎麼做，希望傳統文化會復興要怎麼做，你心裡就有底子。必須我們自己做出榜樣，自己做不出榜樣來，那全是假的。做出榜樣很辛苦，這個苦頭不吃你不會有建樹，除此一法之外沒有第二法。樣樣都要做出好樣子給現在社會大眾看，讓他感受，讓他感動、接受，慢慢再發揚光大。要有好家庭，在家學佛同修家

庭是最好的榜樣，給別人的家庭做好榜樣。佛法裡面講團體，團體要給團體做最好的榜樣。最好的榜樣就是六和敬，如果不和，全完了，全毀掉了。所以一個和睦團體、一個和睦家庭，裡面有一個人不和，那個罪過比什麼都重，破和合眾罪過是阿鼻地獄。佛說話句句是實話，不是嚇唬人的，給你講是真的，將來你墮阿鼻地獄，你不會怪罪佛，為什麼你早不說？早就告訴你了，你自己不相信，你自己不肯幹，那是你自己的事情。

所以三福是根之根，《弟子規》又是根之根，怎麼可以疏忽？沒有這個基礎，戒律全部落空，你自己修不成，你也教不成，發什麼心都沒用。可見這個東西重要！有了這個根，再往上提升，就學佛了，小乘佛法。「受持三皈，具足眾戒，不犯威儀」，建立在第一福的基礎上，沒有第一福就不會有第二福。蓋房子，第一福是第一層，第二福是第二層，二層一定蓋在第一層的基礎上。第三福是大乘，「發菩提心，深信因果」，這個因果說老實話就是指淨宗，念佛成佛。「讀誦大乘，勸進行者」，你看十一句，十句是自利，成就自己，最後一句弘法利生，勸進行者，你去教化有緣的人。我們要以這個做為修學的指南，最高指導原則，不能違背。

第二個科目就是六和，人與人之間不和就完了，重視六和。六和如何能做到？要求我跟別人和，不要求別人跟我和，六和才能成就。要求別人跟我和，難！那是假的，不會成功，要求我跟他和。你也能和，這就能同住，你不能和，我們就離開，處處忍、處處讓。所以有一個六和的團體出現，這是佛門有福，我們就知道佛法有可能興旺起來，它有個例子在。道場，你看看這個道場就是榜樣，所有道場都向這個道場學習。道場建立一個榜樣，家庭要建一個榜樣，各個行業都可以建一個榜樣，各個宗教都可以建立一個榜樣，這個功德無量無邊。以這個功德迴向求生淨土，增高品位，你往生



為什麼有那麼高的品位？你做了大好事。做真正好事，如果有自己名利在裡頭就完了，全都毀掉了，有絲毫名利在裡頭，毀掉了。這是最困難的一樁事情，為什麼？有人以為自己名利心都斷了，他並不知道，那種微細的煩惱自己不能覺察。

唯一的一個辦法，就是每天不能離開經典，不離開經典就是不離開佛菩薩，經典是佛菩薩教誨。要用多量的時間用在經典上，你去讀誦、你去研究，字字句句都要認真，一個字都不能放棄，愈熟會看到經典意思愈多。我讀經有個習慣，我用新本子不用舊本子，有什麼好處？舊本子是以前讀過的，我再換成一個新本子，有新的意思出來，不受以前那個干擾，全是新的。真幹的人境界年年不一樣，去年讀的是那個境界，今年是新的境界，不要去跟前面比較。今年一完的時候，拿這兩種東西一對，你覺得不一樣，知道自己提升了，如果是講經分享更明顯。用舊的，年年都一樣，就像學校裡教書，教一年級的老師，每年都教一年級，就用一部教科書、一樣的材料，教了一輩子都不會有進步，他就停在那個地方，沒法子提升。你教的東西，是教一年級，可是年年我不用舊東西，年年新的，那味道不一樣。你才能把東西講得透、講得明白，學生聽得歡喜，他聽不厭，教不倦、聽不厭，你的教學成功了。一定要認真、要精進，自己的受用多，我常說，別人得到的利益三分，自己得七分。

「大涅槃者，指大乘之涅槃，揀非小乘。大乘涅槃，具法身、般若、解脫之三德；有常、樂、我、淨之四義；離分段、變易二生死，具無邊之身智，是大乘涅槃。」這段話是念老總結的，總結這一段的意思，結得很好、結得很清楚。大乘涅槃裡頭，有法身、有智慧，解脫是自在，這三德，解脫是無礙、自在。而且每一種裡面都有常樂我淨四德，法身有常樂我淨，智慧有常樂我淨，自在有常

樂我淨。真的有我。常是永恆不變，不生不滅，這叫常。樂，就是前面所說的永離煩惱，沒有障礙，裡面沒有惡、沒有苦，這是樂。我，是自在的意思、主宰的意思，自己能給自己做主，這是我。凡夫沒我，聖人有我，凡夫何以說無我？我想我身心健康不要有病，能做得嗎？如果有我是做得到，我能做主。一年比一年衰老，健康狀況是一年不如一年，這無我。如果有我的話，年歲可以延長，身體健康如故，不受年齡的約束，那多自在。做不到！從主宰的意思、自在的意思，沒有。覺悟的人做到，所以法身裡頭有，證法身的菩薩他統統具足。誰證法身？實報莊嚴土全證得法身，四十一位法身大士，從初住到等覺這全部都證得，法身、般若、解脫統統證得，叫三德祕藏。

常樂我淨是四德，這四德統統具足，這真的，不是假的。這個祕密到現在我們才算是真相信了，不懷疑了，以前搞這個搞不清楚。這是科學給我們的幫助，《念力的祕密》把這個祕密給揭穿了。其實佛在經上常說，我們體會不到，沒有這個智慧。佛常講「一切法從心想生」，比科學家早三千年，我們聽了無數遍，就是聽不懂，不能了解他的意思。科學家這些科學的實驗證明報告，物質的基礎是意念，八識裡頭講過。阿賴耶的境界相我們都知道，所有物質現象是阿賴耶的境界相，阿賴耶境界相從哪裡來的？是從見分來的。古大德的註解裡頭說，見分要見，相分就出來了，這麼個講法，沒錯。現在我們明白，見分要見為什麼就出相分？現在科學家告訴我們，物質現象是從見分裡面變現出來的，它的體就是見分。這是古代人註解的時候沒註清楚，沒註清楚我們相信他也沒搞清楚，所以就這樣含含糊糊的傳下來。我們雖然學，學了總有疑惑，如果說明物質現象的基礎是意念，那我們清楚了。

科學家這麼一說，我們再回頭看看，經文上講的阿賴耶，沒錯

，就是科學家所講的。阿賴耶的三細相，第一個業相，業相從哪來的？迷失了自性，自性變現出來的，是自性迷的現象，產生這個幻相。自性沒有迷悟，一念不覺會產生這個現象，這個現象叫阿賴耶。阿賴耶第一個現象，業相，科學家稱它為能量。從能量裡頭變現出信息，信息就是阿賴耶的見分，也稱為轉相，轉變，轉變為物質，就是境界相。實際上物質裡頭，物質裡頭不僅是純物質，它有精神在，佛法裡面講的受想行識。任何物質都具足受想行識，沒有受想行識，物質就沒有，物質一定有受想行識。這麼說來，整個宇宙用現在人的說法，它是有機體，也就是全都是活活潑潑的。我們《心經》明瞭了，《心經》上「觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空」，這科學家看到了，五蘊真的是空的。有沒有？有。有為什麼是空的？它存在的時間太短，這個現象存在的時間是一千六百兆分之一秒。

所以科學家講，單獨的這一個現象，無論是物質現象、精神現象，毫無意義。它就像閃電一樣，一閃就沒有了，比閃電快，快得太多了。你想一秒鐘閃光一千六百兆次，那一次你怎麼能掌握得住？你怎麼能看得到？連老式的電影，一秒鐘放映的幻燈片才二十四張，那裡頭一張我們就看不到。我們一秒鐘有印象了，一秒鐘它二十四張，二十四張重疊在一起，成為一個動畫片，科學家叫做糾纏。這個名詞很好，糾纏在一起，你所以看到現象，你看到它的存在，單獨一個看不到。無論是物質、無論是精神，乃至於自然現象，單一你決定看不到，所以說它毫無意義。糾纏在一起才發現，知道它存在。

糾纏多久，這在佛法講統統是緣，有的時間長一點，有的時間很短促。為什麼？它有變化，為什麼有變化？念頭有變化，所以物質它有變化，它隨著念頭轉的。科學最近才提出這四個字，「以心

控物」，用我們的意念來控制物質。這個現象頭一個就可以用在療癒上，我們生病治療，把病治好，可以用在這上，讓自己身體永遠身心健康，不生病，離開病苦。病是由業障來的，由煩惱來的，我們遠離煩惱、我們消除業障，統統用意念，妙不可言，只要你會用。阿羅漢以上全都會用，阿羅漢雖然沒證得法身、沒有開智慧，那個解脫他得了有一點，有一點自在，因為他會用。如果我們用一句阿彌陀佛，比他還厲害，這種功力超過阿羅漢，我們要懂得。我們現在就是沒有開始用它，知道阿彌陀佛無量功德、萬德莊嚴，沒開始用，如果一開始用，效果就不可思議了。

淨是清淨，這是真的，從來沒有染污，不執著就沒有染污。染污是第七識，叫意根，染污意，它就是染污。這個意根從哪來的？四種煩惱造成的。第一個是我見，我見就是我執，執著有個我。它不是執著身，身見很粗，把身當作我這是六道凡夫。二乘人已經破身見了，初果須陀洹不執著身是我，比我們就厲害多了。他執著什麼是我？阿賴耶見分裡頭的一分以為是我，執著阿賴耶相分裡面的一分做為我身。萬事萬法所有物質現象都是阿賴耶的相分，從這個相分裡面執著這一分以為是自己的身，執著這個念頭以為是自己的心，全都錯了。不知道整個阿賴耶是我，整個阿賴耶是迷了的我，沒覺悟；一覺悟，阿賴耶就沒有了，覺悟就回歸自性，自性裡頭真我。但是自性全體是我，不是局限，不是自性裡頭一部分，那就變成阿賴耶了，就錯了，自性全體是我。自性全體是我，那就整個宇宙一切萬物統統是我。所以，大乘佛法裡頭是說明遍法界虛空界是我，一體。慈悲心，講到悲，同體大悲，遍法界所有萬事萬物跟我同一個體，就是同一個自性。

《還源觀》上講得好，一體，「自性清淨圓明體」。阿彌陀佛是它，釋迦如來也是它，藥師如來也是它，十方所有一切諸佛、一

切菩薩都是它，六道眾生是它，地獄、餓鬼、畜生全是它，除它之外什麼都沒有。它是本體，能生萬法，萬法就是它，這搞清楚，是一不是二。然後你心量就拓開了，對一切人的愛護就跟愛護自己一樣，沒有分別、沒有執著，這是什麼？這叫見性。沒見性的人有分別、有執著，有你我他；見性沒有了，見性之後，你我他是隨順他分別。他還在迷，認為這樣、認為那樣，隨順他，你說什麼都好，隨順。為什麼？這個事情講不通的，不隨順就自己找麻煩，隨順。我知道，你不知道，知道的人永遠隨順眾生，才能幫助他覺悟，慢慢幫助他。

學會用意念解決問題，如果身心健康，老而不衰，這是大概與人交往第一個受注目的焦點，為什麼？他羨慕你，你為什麼不老？你為什麼不生病？這大家都想要的，你就可以教他一招了。把念佛這個道理，把集中意念這個道理，「制心一處，無事不辦」、「一切法從心想生」，這個講給他聽。這跟你講道理，你去想想。我們不談佛法，什麼叫佛不告訴你，那個太高了，那是祕密，你還差遠了，慢慢來，先把你迫切需要的告訴你。告訴他要素食，很重要，現在這些動物不能吃，不像從前。為什麼？從前動物生活在乾淨的土地上，牠很健康，牠不帶病毒。現在的動物，地球被染污了，水被染污了，水土被染污了，所以不但是動物帶有病毒，植物都帶有病毒，不健康，千萬不能夠吃動物。連魚都不能吃，海水、江河統統受了染污，這都是科學帶來的恩惠。逼著我們自己要自己耕種，吃得才放心，沒法子！

所以，我們在澳洲真的自己耕種，買了土地，合中國大概有一萬畝。我們自己不會耕種，找農夫，不用化肥、不用農藥，你給我種，用原始的方法給我耕種。我們付他的工資，他做一天多少錢，給錢給他。划得來，收成之後我們多餘的可以賣，賣了付他們錢還

有多餘的。去年我們收成小米，收了一萬三千公斤，我們吃不了那麼多，在市場賣。我們東西人家喜歡，有機的，沒有化肥、沒有農藥。今年我們計畫種的東西很多，我們種馬鈴薯、種玉米，再實驗種稻米、種小麥，種糧食。蔬菜，我們開闢大菜園，蔬菜太多了吃不完，可以送到超級市場去賣，有機蔬菜。自給自足，首先自己吃得心安！

今天不走這個路真的提心吊膽，市場買的東西敢吃嗎？如果有疑心，那就真不敢吃，為什麼？一切法從心想生。我疑惑那個不乾淨，那就不能吃，真的一切法從心想生。即使有農藥的，你相信它沒有，你吃了沒事；沒有農藥，你相信它有，吃了都有事情。這就是以心控物的道理。所以我們念頭純淨純善，對外面不懷疑，也不要宣揚不懷疑，我們自給自足這是最上之策。現在時間到了，我們就學到此地，這段的意思還沒說完。