

修正念，我舉一個簡單的例子來說：現在一般家庭裡面都有電視，從小孩到大人，大概在家庭裡面看電視的時間最多。看電視能不能修行？能。我過去就教不少人，把《金剛經》的四句偈寫下來，貼在電視螢光幕旁邊，這四句是：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」我們用這句偈子來看電視，那就是修行。電視畫面，你看得清清楚楚，電視的音響，你也聽得清清楚楚，你在這裡面學什麼？學如如不動。不要被他轉了，他演個歡樂的鏡頭，他笑，你也跟他笑，他哭你也跟他哭，你就完了。你自己做不了主，你被他轉了。修行人怎麼樣？我不被他轉，我轉他，你就成功了。《楞嚴經》上講：「若能轉境，則同如來。」境界現前，你不被他所轉，你就能轉他。轉他，你就能夠教導他，你就能夠改變他，幫助他改邪歸正。如果你自己沒有這個能力，沒有這個定力，沒有這個智慧，你自己都保不住自己，你怎麼能轉別人？你明瞭，看電視是修行，是修戒定慧。然後你就曉得，我們在日常生活當中點點滴滴，無處不是菩薩學處，無處不成就無上道；問題就是你會不會。