

佛陀說
愛不重 不生娑婆
因為愛欲
我們生在這個世界
因為愛欲
我們流轉於輪迴之中
在六道生死輪迴裡
每個人都是
獨生獨死
獨去獨來
縱使眷屬滿堂
於生死之際也是
無人相隨
無人替代
佛教我們
在日常生活中
學習淡化情執
轉愛緣為法緣
以清淨心待人
用隨緣心度日

佛說大乘無量壽莊嚴清淨平等覺經 (第二十二集) 19

是生在『愛欲之中』，佛常說「愛不重不生娑婆」，你會到娑婆世界來投生，為什麼原因來的？你情愛太深了，你就會到這個世間來投生，情愈重愈往下墮落。大家讀過《楞嚴經》就曉得，《楞嚴經》裡說了兩個字，一個是情、一個是想，想多情少就往上升，情多想少就往下墮落。地獄裡頭是純情沒有想，那個情就太深太深了，就墮地獄去了，這個要知道，確確實實生在愛欲之中。西方極樂世界常講，「念不一不生極樂，愛不重不生娑婆」。我們這個愛欲還要不要？要，那就得搞三惡道了；如果要想往生西方世界，這個要看淡，要把它看破，絕對不是好東西。

六道輪迴真的是『獨生獨死，獨去獨來』，這就是苦。眼前的家親眷屬，死了之後，這個關係就沒有了，再要碰頭，不曉得到哪一生哪一劫才遇到。遇到怎麼樣？遇到還是冤家債主，要把這個事實真相看清楚。所以，六道裡面實在講是苦多樂少，我們在生活當中能體會得到。想得一點樂，不曉得要付多少苦的代價，不值得！這是警惕我們，沒有人能夠代替的。佛菩薩雖然很慈悲，沒有辦法代替，為什麼？自作自受。不能說佛菩薩不慈悲，佛菩薩勸我們不要作，你就不會受了。

『善惡』是念頭，前面我們看過佛所講的三聚，定聚，正定聚、邪定聚、不定聚，說了這三種，這三種把所有一切眾生都包括了。「正定聚」，這是真正有智慧的人，他不會受外面環境的影響，也就是說這種人學不壞，他有主宰。「邪定聚」，這種人再好的環境他也學不好，我們常講劣根性太重了。「不定聚」的人占絕對大多數，他遇到善知識，他就學好，遇到惡知識，他就學壞了。所謂是「近朱則赤，近墨則黑」，這是一類不定聚的人，因此變化就太大了。這是一定要有個良好的環境。

『強健』，強是指你有能力、你有財力，你能做善事，你

不要把這個機會放掉。健是健康，自己有健康的身體，又有能力來行善，這個時候要努力，不要把這個機緣失掉了，這很重要。這一段是勸我們斷惡修善。

無量壽經 (第四十五集) 1992/6 美國聖荷西迪安那大學 檔名：02-012-0045

這是這一品經裡面的第三段。第一段佛為我們說明這個世間眾生普遍都有貪毒，招來「憂苦萬端」。第二段主要是講瞋恚，勸勉我們應當要和睦相處。這個地方是第三段，第三段勸我們要斷惡修善，要知道事實的真相。六道眾生不可能沒有『愛欲』，如果沒有「愛欲」，他就不會在六道輪迴，換句話說，為什麼有六道輪迴？是愛欲裡面變現出來的。所以古人講「愛不重不生娑婆」，生到娑婆世界就是愛欲太重；「念不一不生淨土」，西方淨土的條件是要專一，叫「一心稱念」，要念到一心不亂，這才能往生。

這個地方告訴我們事實真相，六道裡面決定是『獨生獨死』，誰在支配？我們自己的業力在支配，自己一生造作的善惡業，而業裡面決定不能夠輕忽了念頭。這個念頭，一個念頭生，一個念頭滅，念念在造業。一念善，果報在三善道；一念惡，果報在三惡道，這個念頭剎那不斷。所以我們講造這個六道生死之業，這一天造多少？何況一年，何況這一生，何況過去生生世世，真的是不得了。這個業力在牽引你到哪一道去投胎，去受報，不是其他的力量。即使家親眷屬再恩愛，兩個人的念頭不相同，兩個人造的業不一樣，在六道裡面受的果報也不相同，所以還是「獨生獨死」，『獨去獨來』。

『苦樂自當』，你的善業成熟，那就是樂果；惡業成熟了，就是惡報，這是自己承當，自己要受，自作自受，『無有代者』。佛菩薩大慈大悲，沒有辦法代我們受苦。普賢菩薩這個十大願王

裡面雖然有代眾生苦，這是講供養裡頭有代眾生苦。這有這個願，實際上代得了嗎？代不了。我有這個願，實際上還是沒有辦法代，這個是一定要知道的，誰都沒有辦法代，決定是自作自受。

『善惡變化』，就是念頭，這個念頭變化太多了、太快了。『追逐所生』，追什麼？外面的境界。六根接觸外面六塵境界，起心動念，一會兒念頭善，一會兒念頭惡，善惡交雜，轉變非常快。

『道路不同』，大分，這是六道，六道每一道裡面又可以分為無數道，這是我們能夠想像得到的。譬如說我們今天到人間來了，這得了個人身，在六道裡是人道，人道不要講他方世界，單講我們這個地球，我們地球上的人，每個人命運不相同，苦樂不一樣，造業也不相同，即使地球上這四十多億人，也分成無數道。

『會見無期』，這是特別給我們說明我們家親眷屬一轉世就不認識了，縱然遇到也沒有辦法記得過去世的事情，縱然是親人也變成陌生人了，何況這一種機會非常非常的渺茫。人間壽命短，其他的幾道壽命都長，惡道壽命長，天上壽命也長，所以即使再碰頭，生到一道也非常非常的不容易，這個機會很少，這都是事實的狀況。

下面佛勸我們，『何不於強健時』，修行一定要身體健康強壯，這才行。千萬不要錯了念頭，「我現在還年輕，等我老的時候再來修行」，這個想法就大錯特錯了。年老想修行，體力不夠，譬如說我們打個佛七，佛七是七天七夜不睡覺，這一句佛號念到底，我們這個身體行嗎？一天一夜都支持不住了，哪裡能支持到七天七夜？所以我們看看中國佛教過去這些高僧大德，這個大藏經裡頭有《高僧傳》、有《居士傳》，你們仔細去看看，過去人修行開悟證果都是年輕人，他才能辦得到。六祖大師開悟，五祖傳法給他的

時候，他二十四歲，二十四歲就接五祖的衣鉢，就是第六代祖，這是值得我們警惕的，一定要身體強壯。我們現在身體還沒有衰退的時候應當要努力，「努力修善，欲何待乎」，你還等什麼？不要再等待了，真正要修，現在就要做。

無量壽經（新加坡二次宣講） （第二十集） 1994/11
新加坡 檔名：02-027-0020

這是事實真相，必須要明白。一個人在這個世間，在六道裡面，都是自己造的業，自己受報；可以說是無論我們這一生當中是很幸福，或者是很苦惱，都是自作自受，決定不能夠怨天尤人，不可以。都是自己造的業，自己在受報，所以『獨生獨死，獨去獨來』，沒有作伴的。怎樣恩愛夫妻，命終的時候都分別了，再也不認識了，再也不會見面了。這是事實，一定要知道，為什麼？他兩個人造的業不同，他怎麼會跑到一道去？所以『苦樂自當』。這個自當就是自己受，自作自受，沒有人能夠代替。

這是講一個人死了之後去輪迴，每個人，各人隨各人的業，『善惡變化』，善有善果，惡有惡報，『追逐』。這個業力在支配你，讓你到哪個地方去投生。『道路不同，會見無期』。所以你明白這個事實，你才曉得西方世界之可貴。西方世界的的確確，我們家親好友、同參過去生中念佛已經往生的，我們到西方極樂世界，這才常常聚會在一起。如果不生到西方世界，想將來來生再聚在一起，那是你的妄想，不是事實，事實是會見無期，這才是事實。

佛在這裡勸我們，現在我們身體很健康、很強壯，為什麼不趁這個時候努力念佛求生淨土？此地講的『修善』，就是指念佛求生淨土。遵守佛的教誡，斷一切惡，修一切善。我們淨宗同修，特別提出平常修善的五個科目，五個科目就好記。第一個是三福，三福是大根大本。「第一條孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十

善業。第二條受持三歸，具足眾戒，不犯威儀。第三條發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸進行者」。這是三福，第一個科目。第二個科目六和：見和同解，戒和同修，身和同住，口和無諍，意和同悅，利和同均，六和。這基本的戒條，一定要遵守。從這個基礎上再修三學，戒學、定學、慧學；再學菩薩的處世待人的守則六波羅蜜，布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若；最後再修普賢菩薩十大願王，從禮敬諸佛、稱讚如來到普皆迴向。這是我們日常生活當中，處事待人接物必須遵循的教訓，這就是努力修善。然後再發菩提心，一向專念阿彌陀佛，求生淨土，那你這個善就圓滿了，你的善就不會退轉，那才叫真善。假如不求生西方極樂世界，你這個善將來可以得人天大福報，來生是人天大福報，福報享盡了，又要墮落，所以那個善就不究竟。我們一定要修真實究竟圓滿之善，決定要求生淨土。

『欲何待乎』。就是不可以再等待！你還等什麼時候？現在就要幹，不可以再等。有一些人，我過去出家沒多久，我有一個長輩，在台灣，我去見他，他那個時候已經退休了，跟他講佛法的好處，他也贊成，對我出家，他也很贊成，他說你這個路走的正確，不錯！我勸他念佛，他說我還要等幾年，現在還有些事情要做，還不行，我再等幾年。才過了兩年，他死了，又去搞輪迴去了，不能等，等不得的！不要以為我現在還年輕，我還有事業，家裡還要照顧，再等幾年，等幾年修。你跟閻羅王立了合同嗎？你知道你還能住世多少年？要曉得一口氣不來就是來世！不可以說年輕，黃泉路上無老少。我們看看那個公墓，看看超度牌位，多少年輕人！所以決定不能等待。我們聽到了，明白了，馬上就要去幹，就要認真努力去修行，老實念佛求生淨土。

這句句都是真話。「愛欲指情愛與貪欲」，一般人講情執，對於情愛的執著非常嚴重。這四個字，情愛、貪欲，是六道生死輪迴的根本。所以古人說「愛不重不墮娑婆」，娑婆就是六道輪迴。你怎麼會到六道輪迴來？就是愛、貪太重。還有一句話，是「念不一不生淨土」，我們念佛求生淨土，要一心、要專注，不可以有妄念，不可以有雜念，一心專注他決定生淨土。愛不重不墮娑婆，那就是說，愛我們一定把它淡化，情執要淡化。學佛要轉愛緣為法緣，親愛的人變成我們同參道友、變成同學，這樣子好。我們在一起共修，目的地是同生極樂國，親近阿彌陀佛，這就完全正確了。在這個世間互相照顧、互相勉勵，要不斷提升自己境界，決定要避免墮落。世間的东西應該要放下，生活所需一切隨緣，有很好，沒有也好，不要計較，不要放在心上，不要留戀這個世界，心心嚮往極樂世界。兩個世界的比較，佛在這部經裡頭介紹得很清楚、很明白。

「世人舉體沉溺於愛欲之中」，這個話說得不過分，「於是死此生彼，流轉無窮」。我們從一些寺院有些放生的畜生，細心去觀察，寺院放生這些畜生，多半都是寺院裡頭的修行人，他的愛欲沒斷，臨終的時候墮到畜生道。前世畢竟還有一點念佛功夫，有這一點佛緣，這個畜生被寺院出家人收養。如果靈性高的，跟著出家人在一起修行。像諦閑法師所說的，他在年輕時，住在一個小廟，頭陀寺。廟裡頭有一隻公雞，應該是個修行人，每天早晨起來報曉，叫醒大家上早課。那個時候寺廟沒有鐘，沒有時鐘，完全靠雞叫，牠來擔任這個工作。大眾念佛的時候，這個公雞跟在後頭，跟著大家一起繞佛念佛。有一天牠壽命終了，牠在大殿站在當中，眼睛看著佛，叫了三聲，死了，站著死的。諦閑老法師把牠處理的時候，當做出家人一樣，把牠火化。牠修得不錯，牠那叫了三聲，也

許就是牠念阿彌陀佛，牠有靈性。古籍裡頭記這些事情記得很多，真的，不是假的。只要我們細心去觀察，我們用愛心來對待，可以跟這些畜生溝通。最近十幾年我們這個事情做得很多，感應不可思議，確實有六道輪迴。

「縱使眷屬滿堂，於生死之際，生是孤身來，死時獨自去，無人相隨，無人能代」。像這些話我們最好把它寫出來，貼在很顯著的地方，早晚都看看，提高我們的警覺，幫助我們放下。為什麼放不下？沒有想破。真想破了，生不帶來，死不帶去，你還有什麼放不下？放下就在眼前，不要等明天、不要等後天。你什麼時候放下，什麼時候得自在。真正放下了，清淨心念佛，平等心念佛，那就是一念相應一念佛，念念相應念念佛，感應不可思議。我們看到念佛功夫成就，自在往生的，決定是真，不是假的。這些人做榜樣給我們看，我們親眼看見，親耳所聞，這些都是佛菩薩大慈大悲的示現，增長我們的信心、願心，告訴我們宇宙人生真相。

『苦樂自當，無有代者』，「復指苦樂之果報，皆是自作自受，亦無有能替代者。憬興云：自當，即自受也」。無論我們生活什麼環境，都要有感恩的心，以報恩的心、感恩的心來對待一切萬物。

每個人業力不一樣。憬興師說：「善變化即善趣報」，三善道，惡的變化就是三惡道。「《會疏》云：今世雖善果，（所作）業因惡，則來世變招殃過」，現在雖然是惡報，可是所造的業因善，我們後生就化享福報，「千變萬化，不可具述」。「此則變化之又一解也」，這解釋都解釋得好。這一生我們得的善果，我們在人間享受富貴，有很高的地位，有很多的財富，這是今生現前享的善，這個善，善果，是過去生中修的。古人有言，四十歲之前，業因果報是受前世行業；四十歲之後，是自己這一生所造作的善惡果

報，這個說法也說得很好。說法，勉勵我們自己，斷惡修善，改造命運。《了凡四訓》就是非常明顯改造成功的典範，為什麼？因為命運是自己造的，命運沒有掌握在別人手中，完全掌握在自己。過去斷惡修善，積功累德，這一生得富貴的果報。可是我們享福的時候，造的是什麼因，這很重要。如果我們享福，造的是善因，來生善中之善，比這一生果報還要殊勝；如果我們在這一生當中，所造的因是惡的、不善的，這一生的福享盡了，來生就要受苦。這個道理、事實真相我們要把它想通，要搞清楚、要搞明白，於是我們就能夠掌握來生來世。

現在我們非常清楚、非常明白，無比殊勝的果報是成佛，成佛是智慧、福報的圓滿。你看我們常常念三皈依，「皈依佛，二足尊」。二是什麼？一個智慧，一個福報。足是滿足。智慧圓滿，福報圓滿，這個人稱作佛。我們學佛，學的是什麼？求的是什麼？就是智慧跟福德，我別的不求，就求這兩樣東西。這兩樣東西就是兩種享受，智慧是精神的享受，福德是物質的享受，兩樣都圓滿，真正是福慧雙修，沒有缺陷了。

淨土大經解演義 (第五〇八集) 2011/7/22 香港
佛陀教育協會 檔名：02-039-0508

念老的註解，「右段勸諭世人，捨惡修善」，這是這兩行經文所說的宗旨。『愛欲』，「指情愛與貪欲」，現在所謂的情執，這個很難斷。「愛不重不墮娑婆」，這是古大德講的，「念不一不生淨土」。「世人舉體沉溺於愛欲之中」，這句話是現前可以說是全世界社會的寫照，這不是一個地區，全球性的都沉溺在愛欲之中。情愛、欲望，這個情裡頭真有愛嗎？假的不是真的，佛法說永恆不變是真的，見異思遷是假的，今天這個社會上真有愛情嗎？真正有愛情還情有可原。都是虛情假意，大家互相欺騙，一絲毫真誠都沒

有，今天這個社會不像人間，有人說人間地獄，這個話我們愈想愈有道理。地獄在哪裡？今天人間是地獄，人倫基本的道德觀念都喪失，完全喪失。我們講五常，確實今天不仁、不義、無禮、無智、無信。中國過去社會這五常是底線，任何人都得要有的，沒有你怎麼立足於社會？不能不講究這五個字。仁是推己及人，想自己就要想別人，從哪裡想起？先從父母想起，然後想妻子兒女，然後想兄弟姐妹，一層一層擴大。要盡自己的本分，要愛護這些人，要關懷這些人，要照顧這些人，要幫助這些人。現在沒有了，現在人只想到自己，除自己之外都不放在心上。放在心上是什麼？欲望，情欲。夫妻之間戀愛結婚，你要問這結婚的兩個人，你們兩個當中互相真的相信嗎？他會搖搖頭：走著瞧吧！這個態度是真的不是假的，觀望，不能長保。幾天分手的有，幾個月分手的有，一、二年分手的很多很多，都在造罪業。給誰結了怨？如果他生了小孩，跟這個小孩結了怨，你們不和，他受罪，他的怨恨這一生一世都洗不掉，來生後世有意無意遇到能不報復嗎？

我們看念老這個文，「情愛與貪欲，實為生死之本」，這就古人講的「愛不重不墮娑婆」，這個世間人完全沉溺在其中，這講六道輪迴。「於是死此生彼，流轉無窮」。六道從哪來？就從這來，佛法講的貪瞋痴。「縱使眷屬滿堂，於生死之際，生是孤身來，死時獨自去，無人相隨，無人能代」，故云『獨生獨死，獨去獨來』。『苦樂自當，無有代者』，「復指苦樂之果報，皆是自作自受，亦無有能替代者」。你一生遇到善緣行善積德，你去的方好，好也只是人天兩道。如果心行不善，你去的方就不好，這個不好是指三惡道，苦樂自當，自作自受。「憬興云：自當，即自受也」。『善惡變化』，「善變化」，就是善道，「即善趣報」，三善道的果報，「惡變化即惡趣報」，人變成畜生，變成餓鬼，變成地

獄，變化。「《會疏》云：今世雖善果，（所作）業因惡，則來世變招殃過」。過是過失，天災人禍都是自己造作不善的業因所感召的。現在我們雖然是惡報很苦，但是所做的善，來生的時候它就變成福報。「千變萬化，不可具述。此則變化之又一解也」，都能講得通，也都是事實真相。總之，善因善果、惡因惡報，是真理、是事實，不能不知道，不能不小心謹慎。

二零一二淨土大經科註 （第五四五集） 2013/12/18

香港佛陀教育協會 檔名：02-040-0545

念老在註解上說，『愛欲』，愛是情愛，欲是貪欲，實實在在是生死的根本，也就是六道輪迴的由來。這個世間為什麼會有六道輪迴？佛在大乘經上告訴我們，自性清淨心中無有一物，也就是什麼都沒有，這一切萬法從哪裡來的？是由自性所生所現，是由妄心產生無量無數無盡的變化。

我們學佛學了這麼多年，稍稍有些概念了，這個概念是正確的。那就是諸佛如來的實報莊嚴土，這是淨土，真正的淨土，這是真的，我們稱它作一真法界。自性沒有現象，一真法界有現象，有依報，有正報，實報土。自性清淨心，在淨宗四土裡頭說，就是常寂光。常寂光裡頭沒有依正的現象，實報土有。實報土是心現的，一切諸佛如來方便土、同居土是識變的。識是什麼？我們的念頭，一切法從心想生。同居土是六道輪迴，方便土是四聖法界，換句話說，十法界跟六道輪迴是我們心裡頭分別執著變現出來的。沒有妄想、沒有分別執著，就沒有十法界，十法界是假的。

我們今天墮落在十法界裡頭，而且非常不幸，墮落在六道輪迴裡面，十法界裡頭最差的地方、最不善的地方，我們在這裡。你要問為什麼，我們的念頭不善，我們沒有一個念頭是真正幫助別人的，無條件幫助別人的，希望別人離苦得樂，我們沒這個念頭。

我們幫助別人都是有條件的，令別人離苦得樂，我自己先有一分，我沒有得到，你也別想，是這種念頭，有念無念都不出這個範圍。這是什麼？這是習氣，這是煩惱，煩惱習氣太深、太重，扭轉不過來，縱然遇到佛法，聽不懂，不開悟。什麼原因？煩惱習氣做障礙，道理在此地。

念老在此地提醒我們，情愛最難斷，貪欲，無始劫來的煩惱，這是生死根本，六道輪迴的根本，六道輪迴從這來的。這兩個要不能放下，極樂世界去不了。這就是李老師常說的，一萬個念佛人，真正往生只有三五個。什麼原因？那三五個人把情愛、貪欲放下了，他平平安安的去。如果還有絲毫貪戀不能放下，那對不起，就去不了。佛門常說，「愛不重不墮娑婆，念不一不生淨土」，這兩句話重要，念要專一，不能夾雜情愛，不能夾雜貪欲。真正想往生的人，一定要跟阿彌陀佛一樣，把所有的一切眾生都看成佛。什麼佛？阿彌陀佛。我們敢輕慢阿彌陀佛嗎？我們敢得罪阿彌陀佛嗎？這都是障礙你往生的，這個話是真的不是假的。

「世人舉體沉溺於愛欲之中」，特別是現代人，哪一個不如是。沉溺在愛欲之中，他就造無量罪業，起心動念意在造業，言語在造業，行為在造業。造的什麼業？全是輪迴業，自己要清楚、要明白。「於是死此生彼」，這一生壽命到了，死了，生彼是什麼？依照你的業力去輪迴去了。「流轉無窮」，流轉指六道，不定是哪一道。經上給我們說得清楚，貪愛是餓鬼，瞋恚是地獄，愚痴是畜生。這三種貪瞋痴我們全有，而且沒有中止，時時刻刻起現行。起現行就是造業，造貪瞋痴，這怎麼辦？

下面舉例給我們看，「縱使眷屬滿堂」，你的家大、業大，你的眷屬多，到生死關頭，「生是孤身來，死時獨自去」，這個時候沒有人跟著你，也沒有人能夠代替你。所以經文上，『獨生獨

死，獨去獨來』，完全業力在支配你，你自己做不了主，你有真心，真心不管用，妄心、業力在做主。『苦樂自當，無有代者』。你的心善、言行善，你得的是樂。這個樂是什麼？三善道。人道是三善道之一，我們現在在人道，其他道的狀況我們不知道，人道的狀況我們應該非常理解。人道好不好？有小小的樂享受，但是享受的時候無不造業，這個事情可麻煩！特別是人事環境，有意無意得罪人，自己不知道。古人所謂的言者無意，說話的人無意，聊天，但是聽者有心，聽的人以為你在罵我，你在諷刺我，你在損我，他是這樣聽法的，他心裡就有怨恨。你是無心，無心說話的時候讓別人產生怨恨，這就是造業，這個業要自己受，沒有人能代。

所以到這個世間來，離開這個世間，真的是「獨生獨死，獨去獨來，苦樂自當，無有代者」。這是指苦樂的果報，統統是自作自受，與別人毫不相關。我們把自作自受受得不甘心，去責怪別人，罪加一等，不但你的罪沒有消，你的罪增加了。這都是自然的現象，這都是自然的規律，一般人講叫真理。「憬興云」，自當就是自受，要甘心自受，不怪別人。對別人要有敬意，這是一個有智慧的人。對別人不滿，充滿了怨恨，還要想方法整人，這個罪就重了。一定要想到，來生別人用這個手段來對付我，一定是超過我今天所做的。它是報應，報應總是有添加，生生世世這兩個人報來報去，以後就會有大災難，這個大災難就叫你墮無間地獄。這個例子，《文昌帝君陰騭文》第一段，他說明他過去十七世的業因果報，就是跟這個冤親債主鬥，一世一世遇到，一世比一世厲害。還傷及無辜，不知道有多少人，真叫後悔莫及。以後遇到佛法明白了，這才把心中的怨恨一起放下。

親愛的人『會見無期』，有怨恨的人常常碰頭，怨憎會，愛別離，這是六道裡頭的真相。我們看念老的註解，『善惡變化』，憬

興大師說，善變化就是善趣報，你造的善因，善果現前，這就變化了；「惡變化」，造作的惡因，惡報現前，三惡道現前。這就是善惡變化，從因變成果。