

諸位法師，諸位同修，請坐。請看「淨行品第十一」，偈頌第七大段，第十九首偈看起。

【若飯食時。當願眾生。禪悅為食。法喜充滿。】

這是托鉢回來之後用齋的時候，也就是中國習俗裡面的過堂，大家在一起吃飯。托鉢也是這樣的，托回來之後要在一起吃，並不是托來之後隨便在什麼地方就可以吃，這就失去了威儀。佛弟子言行舉止無非都是給社會大眾做一個好榜樣，也就是我們一般講的有規有矩，教導社會大眾一定要守法、要守規矩。規矩裡面在我們一般來講，國家的法令規章、社會的風俗習慣，都要遵守，中國諺語常說「家有家規，國有國法」。《禮記》裡面教人，「入門而問諱」，到一個人家去，首先要請教他家裡有什麼忌諱，這是每個家裡都不一樣的，所以話不能說錯，這是古時候的規矩。現在這些規矩都沒有了，禮也沒有了，規矩也沒有了，所以稱之為亂世。

很多同學們感嘆子女不好教，什麼原因？沒有規矩，怎麼個教法？學校老師說學生不好教，學校也沒有規矩，雖然定了一些規矩，大家都不遵守。佛門現在也不例外，佛門規矩實在講是非常嚴格的，現在也沒有人遵守了，世間亂，佛門裡面也亂，這種現象我們必須要知道。那怎麼辦？他亂我不亂，他不守規矩我要守規矩，守規矩心才安，諺語所謂是「心安理得」，道理明白了，心安了，自己做自己的。最重要的，人在世這一生的目標，要提升自己。

昨天我們內部同修的共修，我們引用世法、佛法，這些真正有智慧的人、有見識的人、有道行的人都告訴我們，人沒有生死，這是真的不是假的。人不過是借著這個肉體在這一段時空裡面，這個

時空都很短暫，度過這一生而已。至於為什麼要來？佛說得好，到這個世間來有兩種原因，一種原因是六道眾生業力感召來的。業力來受生，你過去生中造的善業，你來享福，你這一生過得會很快樂；如果說過去生中惡業造得多，那你這一生來受苦的。所以同樣是人，在這一生當中遭遇不一樣，富貴貧賤、吉凶禍福不相同，這是業力。

第二種是眾生有感，他應化來的，這是佛菩薩。他來幹什麼？他來幫助苦難眾生，他不是業力，他也捨身受身，住世間長短也不一樣，那是什麼？緣。換句話說，眾生感這個力量，感的力量強他來了，感的力量微弱的時候他就走了，他不是業力，他是願力。你看每個修行人從初發心到如來地，天天在發願，「眾生無邊誓願度」，天天在發願，所以眾生有感，他當然要來。除這兩種原因之外，沒有第三種，這個我們要知道。所以在六道裡面捨身受身。

身有生死，靈性沒有生死，這個要懂，靈性才是真正的自己。所以佛給我們講一切眾生，即使在六道、在三途，都是不生不滅，所以不生不滅是講靈性，生滅是講肉身、講色身，這個一定要懂得。所以色身不值得留戀，眾生造業為什麼？都是為色身造的，生生世世沒有不造業的。對一個修行人來講，生生世世都在修行，在哪裡修？六根接觸六塵境界之處，無時無處不在修行。你看這一百四十一願，這是吃飯的時候。祖師大德們常常說：吃飯端起碗來，你會吃嗎？你說哪個不會吃？意思不在此地，會吃，吃飯也是修行，吃飯也在用功，功夫沒有間斷，這叫會吃；不會吃的，吃飯裡面起貪瞋痴慢，動七情五欲，這造業！輪迴心肯定就造輪迴業，如果說菩提心那決定是修行。可見得事沒有兩樣，這叫事事無礙，問題就是你會不會。

吃飯怎麼個修行法？佛門裡面你看過堂的時候，維那師在念「

食存五觀」，吃飯的時候至少有五個問題你要想想，第一個「計功多少，量彼來處」，計是你想一想，你有多少功德，想想自己有多少功德，想想這一餐飯的來處。前面我們也都說過，托鉢的時候也提到過，托鉢是你托的這一鉢飯，這一鉢飯來處不易，多少人辛辛苦苦的供養，我們這一餐才能享受這一鉢飯，吃飯的時候有沒有想想？常常這樣想，就知道報眾生恩。報恩一定要知恩，不知恩這報恩的心怎麼會生得起來？要能常作如是觀，你對於所有一切眾生一定有尊敬，一定有愛心，一切眾生需要幫助的時候，你一定全心全力伸出援手，為什麼？彼此有恩。

這一鉢飯從近的來說，煮飯的人有恩。如果是在寺院庵堂，我們共修的人眾多，煮飯廚房不止一個人，有切菜的、有炒菜的，在從前這個爐灶要燒火，有專門燒火的，不是一個人。沒有這些人通力合作，這飯菜從哪來？這是廚房裡面這些幹活的，統統都是恩德！再往遠處想，米從哪來的？菜從哪來的？油從哪來的？鹽從哪來的？愈推愈廣。種田的農夫、割稻的農夫、舂米的農夫、種菜的農夫，你去想想，還有運輸的，你就知道多少人替你服務，怎麼會沒有恩德？少一個環節這個飯菜就得不到。然後你就想到人生活在世間，確確實實如佛法所說的依眾靠眾，我們每天生存飲食起居要依賴廣大的群眾，人人為我，我有什麼為人人？有沒有想到這個問題？你想到這些就知恩，然後你才知道：我在自己這個崗位上，應該把自己崗位工作做好，報答他們，這叫報恩。

佛弟子出家了，不從事於生產事業，在這個社會上不直接從事生產的行業也有很多，這些行業社會上不能缺少的。佛弟子的行業是什麼你要搞清楚、要搞明白，是教學。學佛，佛是釋迦牟尼，你要想想釋迦牟尼佛當年在世，他一生幹什麼？教學，求學、教學。十九歲拋棄了家庭，放棄一切，求學，三十歲成道，我們講畢業，

十九歲到三十歲，我們中國算連頭帶尾十二年，他這十二年是尋師訪道，道業成就了。成就之後，這一生從三十歲起到七十九歲，他老人家是七十九歲圓寂的，四十九年從事於教學工作，教育工作。教育重不重要？重要！

所以老師沒有從事生產事業，老師的生活學生要照顧，決定是有義務要照顧的。這是佛在經上告訴我們，我們的肉身得自於父母，對父母要孝順，父母養育我們，父母老的時候我們要照顧父母，要回饋。除了身命之外，我們還有個慧命，我們的智慧、我們的常識、我們的能力從哪來的？從老師那裡得來的，所以對老師要孝順，對老師要照顧。老師照顧我們一家，我們一家都要照顧老師，為什麼？彼此有恩德。所以在沒有成就之前認真學習，這就對了，學成之後教化眾生，這是頭一個要想到的。

第二樁要想想自己的德行，我有多大的德行能接受供養？能想到這個地方，謙虛恭敬的心自然就生起來。世尊給我們做最好的榜樣，世尊真是大德大能，可是他每天接受在家信徒的供養一鉢飯而已，沒有多接受。我們今天除了接受信徒四事供養，飲食、衣服、臥具、醫藥，現在還有房舍、還有財物，這是佛決定不許可的，我們要曉得。佛不許可的我們怎麼辦？我們接受了把它用做佛事就正確，可不能自己去享受，自己享受那就有過失，你對不起釋迦牟尼佛，對不起歷代祖師大德，對不起佛教，也對不起眾生。

佛事是什麼？今天的佛事總不外乎兩樁事情，一個是弘法利生，一個是培養繼起的弘法人才。這兩樁事是大事！佛常講的大事因緣。這兩樁事情的基礎是最重要的一樁事情，那是什麼？自己在這一生當中確實有能力脫離六道輪迴。我們修淨宗的是比較殊勝一點，障礙比較少一點，帶業往生，藕益大師講得非常好，能下下品往生就對得起釋迦牟尼佛，對得起父母、對得起祖宗、對得起齋主。

齋主來供養是修福的，你真正往生了，這個福報迴向給他，他就真能得到。

試問我們自己這一生有沒有把握往生？這個問題我們在講席裡面講得多，什麼人有把握往生？身心世界一切放下，對這個世間沒有一樣東西留戀，一心向佛，就決定得生。《無量壽經》上教給我們的，要讀誦、要理解、要依教奉行。自己有這個把握，然後你再做弘法利生的事情，再做培養人才的事情，那是應該做的，自度而後要度他。自己沒有得度，那就是什麼？講經說法是練習。練習，過去我們老師教我們只准在家裡，不能出去，在家練習。我的老師是在家居士，在家人，有兩個道場，一個是慈光圖書館，一個是台中蓮社；我當時是住在慈光圖書館。不准出去講經，不可以。

學得也差不多也可以出去講了，老師限制，沒有超過四十歲不行，年歲太輕了，外面的誘惑力量太大，怕你禁不起誘惑，一接觸外面境界你就退了心，這種情形自古以來就有，所以我們要曉得，以前是什麼環境，現在是什麼環境。我跟老師學習是五十年前，五十年後現在的社會比我們那時候社會的誘惑力量至少要增長十倍，現在四十歲的人出去行不行？很容易迷惑，那怎麼辦？再往上提升，五十歲，是這個樣子的。

我們想想唐朝悟達國師，悟達國師幾歲出來講經？傳記上有記載，他出來講經的時候十四歲，沙彌，沙彌講經比丘聽，聰明絕頂，這是一代國師，這就是我們佛法講的天才兒童。也真有福報，你看惠能大師二十四歲開悟，還要到獵人隊裡面去躲避，躲了十五年才出來。所以惠能大師出來講經的時候四十歲，那是已經大徹大悟明心見性的人，你看他們給我們做的這些示現，我們不能不知道。我們不要說是古代，一百年前的社會比我們現在淳樸多了，我常常感嘆，我們這老同修們都熟悉，三十年前我第一次到香港來，香港

人比現在厚道得多，淳樸得多。

所以我們想一想過去，再細心觀察現在，自己心裡要明瞭，裡面貪瞋痴的習氣很嚴重，外面誘惑力量這樣強，自己要約束自己，我禁不起誘惑不出去，這是對的。六根在六塵境界如如不動，行，那就應當要做弘法利生的工作，哪個地方請都可以到那裡去，給人做最好的榜樣，這個最好的榜樣是什麼？決定沒有名聞利養。講經說法對人總是要尊重、要恭敬，一般不收皈依、不接受供養，信徒要求傳授三皈，請道場的住持、方丈，請他來主持三皈，我們講經的法師不做這個事情。

所有供養都要供養常住，一分錢不拿，常住頂多供養法師往返路費，這個往返路費通常我們都不接受錢財，坐車你買往返車票，坐船你買往返船票，就行了。你這才能給別人做好樣子，你的法緣就很殊勝，每個地方都很樂意請你。如果你到處接受皈依，到處接受供養，請你的那些道場下次不敢再請你了，為什麼？請了你，我的信徒被你拉跑了，供養被你帶走了，不請你了。道理要懂。處處要做好樣子，想想釋迦牟尼佛怎麼做的，我學得要跟他一樣。

世尊當年在世也是到處有人請他講經，足跡遍五印度，因為佛那個時候交通都是走路，所以接受的供養就是飲食、衣服、臥具、生病時候的醫藥，除這個之外，一概都沒有。我們一定要清楚、要明瞭，要學釋迦牟尼佛，依教奉行。在今天雖然是接受供養多了，一定要常常想到我們有沒有這個德行，能不能當得起？「施主一粒米，大如須彌山，今生不了道，披毛戴角還」，總要記住。

第三是「防心離過，貪等為宗」，乞食的時候，我們現在不乞食了，每天接受供養，吃飯的時候，不可以增長貪心，喜歡吃這個、喜歡吃那個，不可以。現在我們吃飯也要做什麼？要做托鉢想，每天三餐飯都要做托鉢想，托鉢是人家給什麼吃什麼，沒有選擇，

在這裡頭生清淨心、生平等心、生感恩的心就對了。

第四個，這就是說你應該要接受，為什麼？這是正事，這是良藥，我們自己修學要這個身體，我們要辦佛事。佛事，諸位要記住，佛經裡面常常講佛事，不是搞經懺、不是做法會。現在一講佛事，就是經懺、就是法會。佛陀當年在世，佛事是講經、是教學，他沒有別的事情。釋迦牟尼佛當年在世從來沒有做過經懺超度，沒有，為什麼？餓鬼道需要超度，佛現餓鬼身到他那一道去教化，應以什麼身得度他就現什麼身。人道裡現人身，是度人的，不能用人身去度鬼；要度畜生，一定現畜生身，跟畜生在一起。諸佛菩薩統統是這樣的，人也不會去度畜生，現人身決定是度人，這不能不搞清楚。所以佛事是自己學習，這是佛事，自己學習是自覺，教學是覺他。

實實在在講，佛教跟現在學校教育完全相同，世尊一生四十九年所做的是教學，講經三百餘會，我們現在講辦活動，辦教學的活動，那個會就是辦活動。一生當中三百多次，四十九年裡面辦三百多次，每年辦很多次。這個活動規模有大有小，時間有長有短，不一定，我們今天在《大藏經》裡面看到，大的活動時間就很長。也不一定在一個地方，你看像《華嚴經》，《華嚴經》是七處九會，處所不一樣，在七個地方，換七個地方，辦了九次，連起來，這就是這一個大的單元。一個大的單元分這麼多小段，這是三十九品，再小的說，每一品就是一會。

像《大寶積經》，諸位知道，《大寶積經》裡面一共有四十九部經，你就曉得它那一個單元裡面至少是四十九次講座，也不是在一個地方，也不是在同時。《大集經》裡面有十七部經，你就曉得那是十七會，十七次，時間地點也不同，這叫大單元。小單元像《阿含》裡面，有一會，就是辦一次的，一天，或者是更小的，半天

，這個我們要知道。佛辦班教學因人、因事、因時而定，並沒有固定的。像我們現在從外地來的一些同修，有些問題不能解決，我們特別給他辦個班，給他講兩個小時上這一課，替他解決問題，為什麼？因為他的問題有共通性，還有許多人也有類似的問題。這是為什麼要辦班，原因你就曉得了。佛陀慈悲，有教無類，無論什麼疑難問題你去請教他，他都會給你講解，而且講解都是公開的，都很多人聽，因為這個世間，你有這個問題，別人也有。

所以我們為這個正事，為自己求學、為自己將來教化眾生，這一鉢飯應該要接受，你沒有身體，你自行化他就不能成就，我們為要成就自己道業、要教化眾生，所以這個供養是應該要接受的，這是吃飯的時候要想到。我們從這首偈引申出來，在現在一定要懂，凡是接受供養都要能夠想到：我應不應該接受這個供養？我具不具足條件來接受這個供養？一定要想到。這個供養是很難消化的，我們講消受，很難消受的，真正為了成就自己道業，為正法久住、為弘法利生，沒有問題，這個一定要接受。

成就道業這句話要記住，道業裡面沒有自私自利、沒有名聞利養、沒有五欲六塵、沒有貪瞋痴慢，這是道。夾雜這些東西、這些觀念，在佛法裡面講，這是輪迴心，凡是輪迴心做主，無論做什麼事業全叫輪迴業。我每天讀經、每天念佛、每天教化眾生，為人演說，可是我的目的是自私自利，是求名聞利養，我貪瞋痴慢沒有斷，這個還是輪迴心。做的是佛教事業，教化眾生，不錯，很好，也是自行化他，裡面還真有接受教化的人，他真得度了，可是自己沒有得度，自己業障習氣很重，自己依舊造的是輪迴業，能不能出離六道？不能，能不能往生？也不能，那我造的這些業果報在哪裡？果報是來生福報。

所以這個世間，你在中國佛教史裡面看，你看《高僧傳》、看



《居士傳》，看一些山志裡面的記載，很多帝王、達官貴人前世都是修行人，他怎麼沒有離開六道？怎麼沒有往生？前世所修的修得很好，還在六道輪迴，在六道裡面享福。我們看這個世間達官貴人，社會地位很高，具有很大的財富，哪裡修的？都是前世在佛門修的。可是現在一般修行人真有，他修行的目的確實並不是想脫離六道輪迴，也不是真的想往生西方極樂世界，他就是想來生做大官、發大財。能不能得到？能得到，但是這個得到的利益太小太小了。

你做到高官發了大財，能不能繼續再修？如果不能夠繼續修，你的福報享完就沒有了。試問問你做官發財造不造業？想到這邊就可怕，福報享盡了，業力又現前，第三世呢？第三世就墮三途了。這個佛在經上講得很清楚，佛門裡叫三世怨，你這一生出家修行修得很好，煩惱習氣沒斷，就是自私自利沒斷，還羨慕名聞利養，希望來生可以得到，來生得到了，這一世的修行，來生富貴。

富貴人造業比貧窮人容易，你看《了凡四訓》，袁了凡先生做寶坻知縣，這做官，寶坻是大縣，作善造惡都容易。他是造的善，他有權，減免全縣農民的田租，他說田租太高了，就是國家收稅收得太多，他把稅收減輕，你看全縣農民統統都得福，他容易這麼做，一樁事情這叫萬民受惠，容易。他如果造作罪業也很容易，他說這個稅收太輕了，加重一點，加重一點這千萬農民增加負擔，作善造惡都容易。所以從前章嘉大師告訴我，他說你要是做官，一個政策錯誤害多少人，增加多少人的負擔，這個因果要背，這個不能不知道。所以福享完了業報現前，到第三世就一定墮三途，人身得不到，所以叫三世怨，第一生修福，第二生享福，第三世墮落，這個錯誤了。

菩薩在飯食的時候，你看他發的願，『禪悅為食，法喜充滿』，換句話說，他托這個鉢的時候，他沒有想到這個飯是美味還是不

美、是柔軟還是粗澀，他沒有這個念頭，吃的時候沒有這個念頭，吃的時候只知道充飢，只知道我吸收這個養分使這個身體能夠健康，好好的來辦道，他只想到這個，所以念頭一轉，像真正得道的人一樣。真正得道，這飲食不要了，到什麼時候？色界，欲界有飲食，欲界有六層天，愈往上面去愈淡薄，色界天沒有飲食了，五欲六塵斷掉了，色界不需要飲食、不需要睡眠，財色名食睡都沒有了。現在時間到了，我們休息幾分鐘。

諸位法師，諸位同學，請坐。接著再看下一首偈：

【若受味時。當願眾生。得佛上味。甘露滿足。】

我們是凡夫，妄想分別執著沒斷，菩薩雖然妄想分別執著都斷了，習氣還沒斷，所以偶爾時候還有味這種覺知，這是習氣。正如同江本博士那個實驗一樣，我們知道水是礦物，決定沒有妄想分別執著，決定沒有，為什麼人的善惡意念它會起反應？我們從這個地方就漸漸能體會到『受味時』。它的反應就是見聞覺知，這個見聞覺知跟我們的見聞覺知完全不一樣，我們是粗重煩惱，它是習氣。如果它要是沒有習氣的話，怎麼可能有這個反應？

從這個地方我們才真正體會到《華嚴經》上所說的「情與無情，同圓種智」，情是有情眾生，動物，無情是植物跟礦物，同圓種智，為什麼？共同一法身，同一個法性。而見聞覺知、智慧、德相是法性本來具足的，沒有生滅，沒有來去，沒有一異，《中觀》裡面講的八不就是形容它的。只要是有色相的，就同一法性；既然就是性，決定具有性德，見聞覺知、色聲香味是性德，沒有感它不會起現行，有感它就會起作用，感應道交，就這麼回事情。連這些礦物我們起心動念都有感，諸佛菩薩、法身大士哪有不感應的道理？這個道理要懂。

我們以清淨心、真誠心，就起感應，反過來，就跟水實驗一樣

，我們以不善的心行，那個反應很醜陋。醜陋是什麼？醜陋是魔境界，美好是佛境界，所以善心善願感的是佛，惡念感的是魔，魔肯定要折磨你，這個不能不知道。折磨你是什麼？生煩惱，貪瞋痴慢，像六祖大師在《壇經》裡面所說的，一切不善的念頭、邪迷的念頭、傷害眾生的念頭、貢高我慢的念頭，這都生起來了。《壇經》舉的例子很多。真的我們在日常生活當中，你看別人，回頭再看看自己，自己有沒有？有，真有。

凡是有這些念頭起來，你就一定要警覺到，這些念頭是什麼？這些念頭是輪迴心，在輪迴裡面搞什麼？這個我們修學佛法這麼多年很清楚、很明白，在輪迴裡面所搞的就是報恩報怨、討債還債。我們想想，我們這一生當中對待一切眾生，是恩多還是怨多？是償還的多還是索取的多？索取多要還債，怨恨多你要接受人家要討命，許許多多陷害障礙，讓你在一生當中事事不如意，障緣眾多，他遭這個果報，你就想到這個多痛苦。了解事實真相，要從自己內心去反省，去改過自新。

《俞淨意公遇灶神記》現在拍成連續劇，不長，好像只有八個小時，希望大家認真的去看看。那是個讀書人，習氣很深很重，自己不知道，還以為自己很正直，光明磊落，沒有做虧心事，灶神一樣一樣的把它說破，他才真正覺悟到，原來起心動念、言語造作，真像《地藏經》上講的無不是罪、無不是業，所以一生潦倒，家破人亡。他還有一點點善心，還知道羞恥，所以才感到善神，灶神是善神，來點化他，教他要真正的反省，真正改過自新，因為他這種遭遇是業報，不能怨天尤人。

他接受灶神的勸告，天天反省，天天改過，他這個改過的心行超過袁了凡，他所得到的果報也超過了凡先生。了凡先生的《四訓》流傳下來了，他也有寫，但是沒傳下來，現在傳下來這一篇文章

是他的同鄉羅先生記錄的，就等於傳記一樣，給他寫了一篇改過自新的經過，也寫得很好。他跟了凡先生同時代，了凡先生小他十歲，可是了凡先生也延壽，他是七十四歲走的，了凡先生走的時候俞淨意還在世間，俞淨意走的時候八十八歲，所以壽命的延長他超過了凡先生，真的是行善有善報，作惡有惡報，因果報應絲毫不爽。這都是屬於因果教育，不能不知道，不能不認真的學習。

所以在受味的時候，還有這個習氣受味，引發菩薩的弘願，『得佛上味，甘露滿足』。佛的味到究竟圓滿的時候，我們要問什麼叫「上味」？「甘露」是比喻，甘露是什麼？人間沒有，我說一句話大家好懂一點，天人最好的飲料，天上的，凡間沒有，類似極樂世界的八功德水。可是西方極樂世界的八功德水超過甘露，我們可以說極樂世界七寶池裡八功德水是佛的上味。這個地方的佛，我們理解，是分證即佛，破一品無明證一分法身以上的。但是在西方世界殊勝，為什麼？凡聖同居土下下品往生就得佛上味，要是修其他法門一定要到什麼程度？破一品無明、證一分法身，才得佛上味，甘露滿足，在《華嚴經》上稱法身菩薩，不在十法界，十法界裡頭沒有，一真法界，所以這個上味只有極樂世界、只有華藏世界有。

所以這首偈的境界比前面高，前面只是「禪悅為食，法喜充滿」。都是給我們做參考的，做參考我們就要想到，想到就生慚愧心，因為佛在經上講財色名食睡，這叫五欲，五種欲望。佛法裡面也有五蓋，蓋是什麼意思？把我們的性德蓋住了，性德不能現前。這五樣東西不出六道輪迴就能夠捨掉，出六道的人當然沒有了，這個不是真的，是假的，色界天就沒有了，換句話說，你得到初禪，你修禪定得到初禪，這個就沒有了，不要飲食，也不需要睡覺了。

睡覺是昏沉，所以諸位要曉得，釋迦牟尼佛當年在世規定出家人睡覺是四個小時，中夜是睡覺的時間，中夜是什麼時候？十點鐘

到二點鐘，這是中夜。六點鐘到十點鐘是初夜分，十點到二點是中夜分，二點到早晨六點是後夜分。佛教人要用功辦道，要愛惜光陰，所以佛教人睡眠是十點鐘，二點鐘要起床。現在末法時期，眾生的體力是大大不如古人，這是真的，為什麼？現在這個世界染污非常嚴重，對身體造成很大的傷害，體力不如古人，所以祖師大德教導我們，睡眠時間就延長了。

寺廟裡面一般睡眠的時間大概是九點半，早晨三點鐘起床，這是五十年前。我那時候剛剛出家，我們寺廟裡面的作息時間，晚上九點半鐘就睡了，三點鐘起床盥洗，三點半鐘就早課。早課大概是一個半小時，早課下來就是早餐，早餐完了之後就打掃環境，清潔環境。我們想想我們現在的生活日常起居，五十年前跟五十年後環境產生很大的變化，一般講物質文明進步。是進步了，湯恩比博士說的話，物質文明每進步一次，我們人類就要付出一次慘痛的代價，真的一點不錯。世間有學問、有智慧的人看得很清楚。

所以今天真正講修行、講成就，為什麼古時候祖師大德們建道場一定要建阿蘭若？阿蘭若是梵語，它的意思是清淨的地方，建道場，清淨就是跟社會隔離，不受社會的染污。所以從前寺廟都建在深山，沒有交通工具，從山下到寺院裡面走路，就是近距離的也要走一天，走七、八個小時才到達，所以說「無事不登三寶殿」，誰願意吃這個辛苦！何況山下距離都市或者是村鎮一定還有一段距離。為什麼要建在那些地方？人跡罕至，一般人不會來，你才清淨。

可是現在麻煩，現在山路開上公路，汽車可以上下，這個麻煩就大了，遊客就多了，每天接待遊客，哪有時間修行？你的心情決定受這些遊客擾亂，清淨心得不到了。清淨心是禪，清淨心裡面生喜悅叫禪悅，所以得禪定的人才真正叫法喜充滿，他不要飲食，什麼東西養身體？法喜，這個才得佛上味，甘露滿足，這兩句是接近

，我們佛法的術語叫相似即。真正得佛上味，甘露滿足，要超越六道輪迴，誰能得到？阿羅漢、辟支佛、菩薩，他們得到了。諸位想想看，初禪已經不要飲食了，阿羅漢還要嗎？阿那含還要嗎？阿那含是三果，他住在哪裡？住在四禪天，四禪五不還天，當然不要了。

為什麼在人間的阿羅漢需要飲食？他有身，他有這個肉身，諸位要曉得，天人不是肉身，就是欲界的天人，他的肉身跟我們也不一樣。你看我們這個肉身太粗，不能變化，天人的肉身能變化，這個諸位在經教上讀得很多，道家的經典上也講得很多，欲界天人，從四王天以上，有五通。鬼有五通，所以鬼的身跟我們也不一樣，他能變化。五通裡頭有神足通，神足通就是變化，他能變，像《西遊記》孫悟空七十二變，實在講七十二變要跟欲界天比，比不上！欲界天人不止七十二變，那是小說家寫的，所以他們的身跟我們不一樣。

這個變化，要用現在科學眼光來說，就是能與質的轉變。欲界天人就知道怎樣轉變法，他可以把身體變成能量，身就沒有了，也可以把能量恢復成這個身體，能還原為物質，這個身體就出現，這個物質把它解放成能量的時候這個身體就不見了。而且他能夠變，也就是變不同的身相，我們這個人身體沒法子變，怎麼變變不出第二個相，四王天以上就能變。所以這個理我們懂得。那個變，我們從佛經上看到這種訊息，那個變還是屬於禪定，欲界天人雖然沒有得初禪，但是他有修行的功夫，我們遠遠不如他，他心清淨。

由此可知，修行裡頭最重要的是什麼？是清淨心，最重要的，所以《金剛般若》裡頭講「信心清淨，則生實相」。實相我們知道是從大定裡面生的，信心清淨就是大定。實相般若是自性的本體、理體，它起作用就是慈悲，所謂大慈大悲。從這些地方我們就體會

，在日常生活當中我們應該怎麼學？學清淨、學真誠、學慈悲、學平等，你把佛法修學的綱目真的掌握到了。在日常生活處事待人接物要知道放下，菩薩六波羅蜜第一個是布施，布施就是放下。

凡夫修行功夫不得力，什麼原因？不肯放下，真正的原因就在此地。為什麼它是這麼重要的一個因素？自性裡頭什麼都沒有，惠能大師講得很透徹，「本來無一物」，所以你要不放下，障礙自性，你的性德不能現前。性德裡面有無量智慧，智慧不能現前，有無量德能，德能不能現前、有無量相好，相好不能現前，原因是什麼？放不下。能大師給我們講「本來無一物」，《金剛經》上給我們說「凡所有相，皆是虛妄」，你想想看跟「本來無一物」相不相應？《大般若經》的總結告訴我們，「一切法無所有，畢竟空，不可得」，一切法包括我們的身體，所以執著身體是錯誤。我們想想六道眾生哪個不執著身體？最嚴重的執著就是身體，所以這個執著造成輪迴的基因。

你為什麼輪迴？就是因為你執著這個身是自己，叫我執，我執破掉之後輪迴就沒有了。我們為什麼對這個身體有這麼嚴重的執著？不了解事實真相，以為這是有，以為我們這個生活當中一切環境是有，不知道它是假的。永嘉大師講得好，那是夢境！我們不知道這是在作夢，就像作夢一樣，不知道是作夢，把夢境當作真實。六道凡夫亦復如是，把眼前的境界都以為是真實的，產生堅固執著，這個錯誤的見解就造成長劫輪迴。這個時間不是用年月日計算，用劫數計算，過去無量劫，未來無量劫，你什麼時候能超越輪迴？你必須把這個事實真相看破，看破就是真的明白了解，真看破了。

要怎樣才能夠真正理解？看破就是理解，這個要智慧，智慧沒有開的時候需要常識，常識從哪裡來？唯一的來源，讀聖賢書，從

聖賢書裡頭吸取豐富的常識、知識，吸取知識、吸取教訓，依教修行，就能得智慧。依教修行，總而言之不外放下，念佛堂的堂主常常教人「放下身心世界，提起正念」，正念就是念佛，只要能把身心世界一切放下，你就得清淨心，清淨心就是禪定。禪定現前，自性本具的智慧、德相就往外透，隨著你定功的淺深，小定透得少，深定透得多，這個透出來之後，法喜充滿！所以法喜是性德，上味是性德，自性裡頭本來具足的。這個裡面要記住，沒有分別執著妄想，決定沒有這個東西。

妄想是無明，無明是迷，把自性迷失了，你看把自己的真性這一迷，佛就把它取了一個名字，換個名字，叫阿賴耶。阿賴耶就是在迷的狀況的自性，換句話說，阿賴耶在覺悟的狀況就叫做法性、就叫做佛性。法相家常給我們說，阿賴耶是真妄和合，覺了它是真，迷了它是妄，所以覺了不叫阿賴耶，法相宗叫四智菩提，智慧的智。相宗的修行，轉八識成四智，這是法相宗的修行。轉這裡頭有因果，要從因上轉，果上沒法子轉，六七是因，五八是果，所以轉在哪裡轉？在第七識跟第六識，第七識執著，第六識分別。

怎麼轉？六根接觸六塵境界不再執著了，什麼我也不執著了，連身體也不執著了，轉末那識為平等性智，不執著就平等，執著不平等。再轉第六識，第六識是分別，一切都不再分別了，不分別就轉第六識為妙觀察智。什麼叫妙觀察？見性見色性，妙觀察，聞性聞聲性，嗅性嗅香性，不是六識對六塵，而是六根的根性對外面六塵的塵性，這叫什麼？明心見性，見性成佛。這兩個識一轉，阿賴耶自自然然就轉成大圓鏡智，轉成什麼？轉成佛性，就是自性裡頭本來具足的智慧，這個智慧不可思議！

轉前五識，就是眼耳鼻舌身，為成所作智，成所作智是度化眾生的，眾生有感，他就用應身，應身一定有眼耳鼻舌身，那是前五



識，成就度眾生的事業。所以釋迦牟尼佛那個身，在法相上來講，他的眼耳鼻舌身是成所作智。轉八識成四智，他真轉得過來，相宗教導我們，我們怎樣練？在一切境界裡面，我們現在不分別做不到，不執著也做不到，怎麼辦？分別執著盡量減輕，盡量把它淡化，就有進步。所以放下，這從前章嘉大師教我，年年要放，月月要放，天天要放，放下分別執著，這是總的來說；要是分開來講，放下自私自利、放下名聞利養、放下五欲六塵、放下貪瞋痴慢。

世法、佛法樣樣放下，你就成就了。佛法為什麼要放下？《金剛經》上說得很好，「法尚應捨，何況非法」，諸位要曉得，沒有佛法，本來沒有佛法，佛法是假設的，因為你迷了，幫助你破迷開悟，所以建立佛法，當你開悟了，佛法就沒有了。佛法什麼時候沒有了，你才真正開悟。這就是什麼？法是治病的，病好了，藥就不要了，病好了還要吃藥，你的病又病了，你沒好，這就是「法尚應捨，何況非法」。我們在病的時候，迷的時候不能不要佛法，佛法是法寶，哪一天覺悟了，大徹大悟了，再要抓住佛法又糟糕了，這又病了。到什麼時候佛法捨棄？大徹大悟，宗門常講豁然大悟，那個一悟的時候佛法也捨了。

捨，給諸位說，心裡捨了，事相上有沒有捨？沒捨，為什麼？事相上要做給許許多多沒覺悟的人看，這是法寶、佛寶、僧寶，三寶具足，度六道眾生，這叫大慈大悲！心裡面痕跡都不著，所謂是相有性無，事有理無，那是開悟的人。這個相有、事有是眾生有感，菩薩有應，這個時候的身就不是業報身，是應化身。諸位想想，沒有開悟的時候是業報，開悟的時候就是應化，我們一般講乘願再來身，要不要到極樂世界、到華藏世界、到諸佛剎土那裡去再回來應化？不要。跟他方世界佛國土裡面的佛菩薩來應化是一樣的，他要到這個地方來要找一個身，你現在已經覺悟了，你現這個身還在

，就用這個身，不要再換。所以一轉變，就是從業力轉變成願力，業報身轉變成應化身，你就得大自在了。

這時候這個應化身，形式上跟大家是一樣，實際上不一樣，實際上禪悅為食，法喜充滿，他還要不要飲食？要，做給別人看的。如果他要不吃飯，人家說這個人是聖人，這個人是神，我們沒有辦法跟他學，學不到，所以釋迦牟尼佛每天也去托鉢。明顯的告訴大家，佛是人修行成就的，他能行、能成就，我也能成就，你看增長大眾的信心，啟發大眾的願心，這就接引很多根熟的眾生，接引根熟。善根成熟的人，一生當中遇到佛菩薩的示現必定得度，拿我們淨宗來講，必生淨土，生淨土就成圓滿的佛果。現在時間到了，這首偈我們就學習到此地。