

很多人看到我的時候，問我怎麼修養的？我就很簡單，三不管：不管人、不管事、不管錢，心就清淨了。要放下，什麼都要放下。佛家講得透徹，效果殊勝。我剛學佛的時候，跟章嘉大師，從章嘉大師日常生活當中我們就體會，他什麼都不管，他心裡頭乾乾淨淨，真的一念不生。教給我們的方法直截了當，沒有一個字是廢話，你真聽明白了，依教奉行，一生得利益。

我們認識佛教，對佛教感覺興趣，是方東美先生，信解；行證，章嘉大師。我問他，有什麼方法讓我很快就契入到大乘？他看著我，我也看著他，半個小時，人都在定中了他才講話。你心裡頭還有妄念，他不跟你講；到妄念沒有，心地清淨了，才跟你說。說得也非常簡單，六個字，「看得破，放得下」，就能入進去。

看破是智慧，放下是功夫。所以看破要放下，看破不放下，得不到利益；放下沒看破，那個放下不踏實，心裡還是有念著。要踏實，再也不會掛念、放在心上，那個才行。

所以，以後我們明瞭，放下是禪定，看破是智慧，般若。你怎麼會開智慧？放下智慧就開了，智慧是你本有的，不是外頭來的。說讀多少書，那是外來的，不是開悟。開悟的時候，惠能大師一本書也沒念過、一部經也沒念過，他什麼都懂，你經典裡頭不懂的，你念給他聽，他講給你聽。自己本有的！

聰明智慧跟佛一樣，就是被煩惱擾亂了，妄想分別執著，把自己搞亂了；要是沒有妄想分別執著，智慧生起來，跟佛一樣。這個道理要懂，懂了、相信了，依教奉行，學佛才得大自在。

現在像上一代的這些大德沒有了。現在我們面對的就是業報，不是個人的，共業。業是什麼？起心動念是迷，言語造作是業。所以，真修行修什麼？修定，修定就是修不起心不動念、不分別不執著，這是定。只要一得定，你坐下來，一切念頭放下，智慧就現前，它是一體的兩面，真心，不是妄心。真心沒有念頭，妄心是從真心起念頭，把真心變成妄心，這就是六道凡夫。

真心，你什麼都看破了，了解事實真相。真相是什麼？「凡所有相，皆是虛妄」，沒有一樣是真的。明了之後，自自然然的不受境界干擾，為什麼？假的。不會把境界放在心上，放在心上就造業；不放在心上不造業，幹什麼都不造業，得大自在。