

請掀開經本，第三十七面第一行，第三句看起：

「四正勤，一已生惡法令斷，二未生惡法不令生，三未生善法令生，四已生善法令增長。」三十七道品分為七大類，佛法裡面稱之為七科，科就是科目，分成七個科目。第一個科目是四念住，也叫四念處，前面跟各位介紹過了。四念處主要的是用智慧來觀察宇宙人生，也就是我們平常所講的看破。看破之後如果不能積極去斷惡修善，就變成消極，這就不是佛法。看破之後還要積極，比一般人更積極，這是佛法教學真正的精神。所以它接著第二個科目叫四正勤，勤是勤奮，是努力、是發憤、是向上、是精進。這裡面最重要的關鍵就是「正」，我們世間人對事也挺勤奮的，他那個勤奮正不正？所以佛法講求要正。正的標準是什麼？就是下面所說的善與惡，要斷惡，要修善。這個勤奮，勤奮的斷惡，是正當的、正確的，勤奮的修善也是正當的，所以稱之為正勤。

現在關鍵是善惡的標準在哪裡？我們認為是善的，別人認為是惡；古人認為是善的，現在人認為是惡；中國人認為是善的，外國人認為是惡。善惡實在講沒有一定的標準，這個問題就大了。所以，佛法必須要給我們一個絕對的標準，使我們對這個標準毫無疑惑，這才行。佛法是以戒律為標準，戒跟善不相同，這是諸位一定要知道的，善的目的是得福，戒的目的是得定。善的目的是得福，福報不能出三界，是在三界六道裡面享福，戒可以出三界。經論裡給我們講，證到阿羅漢果就超出三界，阿羅漢修的是什麼？修的是定，他所修的叫第九定。定有分層次，一個階段一個階段。前面八種定都在世間，都不能出三界，所以叫做世間禪定。第九定往上去叫

出世間禪定，那就超越三界，出世間了。所以，戒能得定，善生福，目標不相同。譬如說十善裡面有不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語，那個得福；五戒裡面有不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語，它的目的是在得定。所以名稱是一樣，在修學境界上不相同，這是我們應當要把它辨別清楚。持戒，目的是斷煩惱，是斷煩惱的一種手段、一種方法；修善，目的並不要斷煩惱，只是得福報，所以不相同。

絕對的標準在佛法裡頭確實有，佛給我們講得很清楚，在大乘經裡說過。凡是與真心、自性相應的，這就是善，與自性相違背的，這就是惡，這是佛法善惡真正的標準。這個標準實在講太高了，我們望塵莫及，也不曉得從哪裡下手。其實高是真高，下手還是真難，但是在我們這個宗派下手不難。為什麼說不難？我們這個宗派主張的是持名念佛，這一句佛號就是性德的名號。所以念這句阿彌陀佛，就是稱性起修，全修即性，但是念佛人真正知道這樁事情的人不多，念佛法門聲聲佛號都與自性相應。由此可知，念佛是善中之善，沒有比這個更善的，真正是我們中國儒家所講的止於至善，圓滿的至善。善達到了究竟圓滿，沒有一絲毫欠缺，這就是一心稱念佛號。我們這個說法，如果你跟一般學佛的人介紹，他們聽了會搖頭，不以為然。但是我們讀了許多大乘經論，我們明白，我們體會到了，這個是決定真實。

如果達不到這個境界，那就不得已而求其次，次就是佛為我們所制定的戒律。戒律，我也常常在講席當中跟諸位介紹，持戒就是現代人所說的守法，持戒跟守法意思是一樣的。戒叫戒律，律就是法律，戒就是禁戒，哪些事情佛不讓我們做，禁止的，叫禁戒。這是守法，這個說法大家好懂。但是佛為我們所制定的戒律，畢竟跟世間的法律不一樣，為什麼不一樣？因為目的不一樣。諸位要曉得

，世間法律的目的是維繫倫常、維繫社會的安定和平，它目的在此地。佛法戒律的目的，剛才講了，是要我們得定，要我們開智慧，要我們出三界，證大菩提。所以目的不相同，因此它的標準當然就不一樣了。

世間法律，每個朝代不相同，這是中國歷史裡面記載得最完整的，讀讀二十五史，每個朝代確實不一樣。現在民國，民國年間的法律也不一樣。何況法律的條文每隔若干年要修訂一次，為什麼要修訂？社會已經起了變化，舊的法律條文已經不適用，必須要修訂。所以，古今中外的法律都不相同。但是佛為我們所制定的戒律是永遠不變的，不可以修改的，諸位要曉得。為什麼？因為它超越了時空。三千年前佛陀在世的時候，給我們制定這個戒律，非常適合那個時代的人，幫助那個時代的人得定、開慧、了生死、出三界。那些戒條留傳到今天三千年以後，我們今天的人面對這個戒條同樣有效，還是能夠幫助我們得定、開慧、了生死、出輪迴。由此可知，它超越了時間，超越了空間。它的標準是成佛的標準，不可以隨便去變更它的，這是講到佛門裡頭常說的「三聚淨戒」。

但是戒律裡面有很大的一個部分說的是威儀，這部分是可以斟酌的。威儀，用現在的話來說，就是我們日常生活的風度、禮節、儀表，這些我們現代人跟從前的人生活方式不一樣。譬如說最普通大家常見到的，像出家比丘要受二百五十條戒，二百五十條戒裡面，實際上真正的戒條不多，真正戒條只有四重戒，殺、盜、淫、妄，這是四條最重的戒。接著底下有十三條叫「僧殘戒」，這十三條是戒律，加上前面四條，總共十七條，這是戒律。其他的都是屬於威儀，怎樣處事待人接物，日常生活、飲食起居，講這些。這些東西我們今天念念是個紀念，為什麼？我們的生活方式跟古時候印度人完全不一樣了。所以這個一定要懂得，然後才知道怎麼樣去持戒

，去遵守它，把戒律變成我們自己的生活、行為。

關於威儀方面，我們要接受戒律的精神，要接受這一部分。但是在應用方面要守現代人的法，遵守現代人的禮節，我們是現代人，我們所接觸的是現代人，這個要懂得。我們接觸中國人，有中國人的風俗習慣、禮節；我們接觸日本人，日本人他們風俗、習慣、禮數跟我們不一樣，我們要懂得他們，所以說入境隨俗，這些人跟我們相處就很歡喜了。所以我們到哪一個國家地區去，一定先要了解它的文化背景、風土人情、生活習慣。一到那個地區就能跟那個地區的人融成一片，歡喜和睦，不至於在言行裡面產生誤會。這是應當要遵守的，我們講戒律守法，必須要明瞭這個道理，要知道這個事實。所以戒律對於我們的生活，關係就非常之大了。

戒律真正的精神，善惡的判斷，我們在講席當中也常說。佛告訴我們，凡是求自利的都是惡，凡是利他的都是善，這是我們應當要曉得的標準，這也不好懂。哪一個人不求自己的利益？多少人拜佛、拜菩薩，都是求家裡頭平安、升官、發財、長壽，都求這個。不求這些，何必去拜佛、拜菩薩？佛菩薩也不要了。為什麼佛要告訴我們自利是惡？剛才講了，你求自利去拜佛、拜菩薩，那是善，你得的是福。如果你要想得定，要想了生死出三界，這個不行。為什麼？我們在經論裡面讀得很多，輪迴從哪來的？三界是怎麼產生的？三界、六道、輪迴不是佛菩薩建立的，也不是上帝造的，也不是鬼神主宰的。佛告訴我們，這些東西是自己製造的。自己怎麼會製造這些東西？就是因為你有自利。諸位要曉得，自利是我執，三界、六道、輪迴是從我執裡頭生的，是從這生的。起心動念就是我，我的家庭、我的幸福、我的利益，一切都有個我這個念頭，這個我天天在增長，這還得了！阿羅漢為什麼出了三界？阿羅漢我執沒有了。我執沒有，就沒有六道輪迴，六道輪迴是我執變現的。念念

都想到自己的利益，換句話說，你要想出輪迴，恰恰你在那裡拼命製造輪迴，這是絕大的錯誤。所以這是惡，這是我們一定要明瞭的。

如果我們真的想來一生不再搞六道，六道裡頭實在太苦了，不想再搞，你起心動念不要想自己，你把你念頭轉一轉，轉到那邊去，起心動念想社會，想國家、想世界、想一切眾生。社會、國家、世界、眾生也包括我們自己一分子在內，你的心量就擴大了，我的執著漸漸就淡了，先是淡了，到最後我執就沒有了。我執沒有的時候，六道輪迴就沒有了，這就自然超越了。如果講我們念佛法門，這個對我們往生有莫大的幫助。念佛人為什麼臨終的時候不能往生？貪戀自己的家親眷屬、貪戀自己的財產，死了都捨不得、都不願意離開，死了以後當個守屍鬼，不肯離開。在美國我也聽說有不少鬼屋，房子鬧鬼。為什麼會鬧鬼？從前住在這兒的人，死了以後留戀他的房子，捨不得離開，他還住在裡面。這就是執著，就是自利的心太重了。

我們把這個道理、這個事實搞清楚，於是善與惡我們才真正能辨別，起心動念為眾生、為大眾。你不要怕自己沒有福報，你能夠起心動念都為大眾，你的福報天天在增長。佛給我們講得很清楚，財富是果報，財施是因緣，我們能把自己的財物布施給一切眾生，你得的果報就是財富；你能夠以你的聰明智慧幫助一切眾生，你所得到的是智慧；以我們的能力幫助別人，使他離開恐怖，得到身心安穩、得到自在快樂，我們的果報是健康長壽。所以我們希望財用不缺乏，聰明智慧增長，健康長壽，應該怎麼樣學？學利他，不要求自利，愈是利益眾生，你的福報愈大。所以，何必念念為自己幸福去計較？這是大錯特錯！我們把這個搞清楚了，底下這四句就好講了。

「已生惡法令斷」。無論是心裡面所想的或者是已經做了的惡事，所謂惡事，簡單的說，自利損人，自利損人這是惡事，這裡面包括就太多了，我們只說一個原則，一定要把它斷掉。今天明白了，從今以後再不做惡事，再不起惡念了。諸位要曉得，惡念、惡行果報在三惡道，你能夠把惡念、惡行斷掉，雖然你造的有三惡道的業因，你也不會墮三惡道。為什麼？緣斷掉了。果報當中，因加上緣才會結果，你把緣斷掉了。緣，我現在不做，現在也不想了，緣沒有了，雖有因不結果。如果你現在還念念不斷想惡事、造惡業，你惡的緣很多，惡因又加上緣，一定就結惡的果報，果報在三惡道。知道這個事實，立刻就要把它斷掉，因果決定不能夠變更的，不能抵銷的。譬如說我過去做的惡太多了，現在多做一點善事可以能夠彌補、可以抵償，沒有這個道理。佛法能夠教你，果報掌握在自己手上，實際上它是掌握緣，這是非常合理的。因沒有辦法掌握，緣能掌握，緣能掌握，果報就能夠隨心所欲。我要善的果報，我善的緣給它增長，惡的緣統統把它斷掉，預期的果報就可以得到了。

「未生惡法不令生」，這是預防，防微杜漸。沒有生的惡念、惡行乃至於惡口，時時刻刻警惕、防範，叫它不生。這用什麼方法？必須事與理要兼顧到，如果理論上不透徹，在事上勉強的這樣壓是壓不住的；換句話說，就是忍耐是有限度的，他有限度，就是他對於道理不通。如果理明瞭之後，理把事融化了，換句話，那個忍耐是無限度的，就不會有限度，他都把它化解了。理要讀經，讀經明理；事上最好的方法是念佛，用念佛這個方法斷惡是最有效果的。我們是凡夫，不是聖人，既然是凡夫，妄念、惡念時時刻刻會起。如果這個人心裡頭沒有妄念、沒有惡念，那是聖人，那不是凡夫。它會起來的。為什麼？這就是無始劫來的習氣。連晚上作夢都會做惡夢，夢中都會造惡，這就是習氣很深，控制不住。但念起來不

要緊，古大德常說「不怕念起，只怕覺遲」。念頭起來你立刻就要覺悟，這一覺悟，惡念就不會繼續。第一個惡念起來，第二念頭就覺悟了，所以惡念就不會相續，這就是修持，這就是功夫。

我們淨宗這個方法，第一個是惡念起來了，第二念「阿彌陀佛」，用阿彌陀佛取代了，然後是念念都是阿彌陀佛，惡念起一次就沒有了。所以這一句佛號起來就是覺，佛號不起來，那就妄念繼續了，第一念、第二念、第三念、第四念，念念都是惡念。念念都是惡念，惡念力量就大了，再加上惡因，就變成惡的果報。這個一定要曉得。沒有生的惡法，要防止它不生，最好的方法就是我們起心動念為社會大眾著想，為整個世界和平來著想，想這些。盡我們自己一點心力、一點能力，不論貢獻多少，功德都是圓滿的。圓滿是我已經盡我的心、盡我的力去做了，這就叫圓滿功德。這兩句是從斷惡上來說的，下面兩句是修善。

「未生善法令生」。佛在經上給我們說了許多的善法，我們沒想到、我們也沒有做到。現在讀了佛經，佛經為什麼要常讀，為什麼要多讀？就是怕佛的這些寶貴教訓我們遺忘掉了，在日常生活當中提不起來，所以要常讀。讀得愈多愈好，愈熟愈好，常常能夠記在心裡，日常生活當中一遇到境界，佛的教訓油然而生，這才管用，才能夠記住。古時候社會安全，人與人之關係比我們現在好，原因在什麼地方？古人讀聖賢書，他能把聖賢教訓牢牢的記在心上。所以處事待人接物，起心動念他都有個分寸，不至於違越太多，換句話說，他有個標準。在我們中國，孔孟的教訓就是我們社會大眾公認的標準。佛法傳到中國來之後，到現在也有兩千年了，民間也將佛的教訓奉為標準。現在儒家的書不念，佛法是迷信、是宗教，也不要了，標準沒有了。離開這個標準，人心莫測，這是原因之一。

所以經要讀，在這個時代特別有效的，確實是佛法裡面跟我們講的宇宙人生的真相。這個真相裡面包括六道輪迴的因因果果，這是事實真相，這決不是神道設教，目的是來勸善的，不是。固然它勸善，勸善還不是主要的目標，主要目的是把宇宙人生真相為我們說明，這就是屬於教育。從這個角度看，佛教是教育，如果把這個撇開，光講因果報應、勸善，佛教就是宗教了，宗教與教育是從這個地方分的。中國古聖先賢的教訓非常寶貴，也非常多，這些年，台灣文化界裡面實在講做了一樁好事。在民國四十年初的時候，我剛剛學佛，台大有幾位教授對於固有文化的保持跟發揚光大都很有心。那個時候台北有個「藝文印書館」，主持的人是台大的一個教授，將中國的古籍翻印了不少。我們最初在台灣能夠看到中國古書就是這一家，以後許多的書局逐漸都在做。近年來像商務印書館把《四庫全書》印出來，接著世界書局將《四庫薈要》也印出來，《大藏經》在台灣已經印過不少版。所以這麼小小一個地方，對於中國固有文化的保存、弘揚，確實做得很有成績。

古籍雖然印出來，幾個人能讀？如果沒有人能讀，這些東西擺在那裡跟廢紙沒有兩樣，要緊的是怎麼樣使大家都能夠去讀。《四庫》實在講分量是太大了，我在台北請簡豐文居士到商務印書館給我買了一套，現在這套書放在達拉斯。簡居士就問他們商務的總經理，要買這部大書，他們總經理出來接見。就問他這個書一個人要多少時間才能看完？那個總經理說，假使他一出生就會看，算他壽命長，活到一百二十歲，還看不完。這是真的，一點也不假。於是我這幾年就想到，如何能把《四庫》裡面好的句子，我們把一部書撇開，裡面重要的教訓一句一句把它摘錄出來，像格言一樣。一本書裡頭摘個一、兩句，一部《四庫全書》整個的把它摘錄下來，在我想大概我們這一本差不多，這一本書就是《四庫》裡面的精華。



這樣子流通就太方便了，人人都有機會讀到。然後再把它翻成外國文，流通到全世界，使其他國家民族也能夠見到中國固有的文化道統。

今天社會需要的是什麼？我們都知道，需要倫理、需要道德，需要諒解、需要和平共存。我們就本著這個目標，在古籍裡頭採取這些教訓，摘錄這些句子，對自己來講非常有受用，對於整個人類來講是個很大的貢獻，這是好事。特別是年歲大了沒有事情，在家裡看書摘錄這個句子，為一切眾生造福，為弘揚固有文化盡一分心力，他的生活就非常充實、非常快樂。不至於晚年沒有事情做，活得感覺到無聊，天天去打麻將，麻將害人，一天在板凳上坐幾個鐘點，坐上幾年，他手腳都不靈活了。這個非常有意義，真的做利他的工作。這是我們每個人都能做的，每個人都應該做的。中國古人常說開卷有益，不管是什麼書展開來都有利益。有利益於這個社會、有利益於今天這個世界的，我們統統可以摘錄，然後把它會集起來，編成小冊子來流通，這個非常有意義。不至於叫這些古籍都放在書架上，真正得到好處、得到利益的人找不到一個，那就太可惜了。所以必須為大眾來做這個工作。

「已生善法令增長」。已經起的善念、已經在做的善事，就是剛才說的對社會、國家、世界、眾生真正有利益的事情。我們已經想到、已經在做了，更要努力、更要精進。這就是叫它要增長，不能叫它退心、不能叫它衰退，要叫它增長。這叫四正勤。再看底下一段。

「四如意足，一欲如意足，二精進如意足，三心如意足，四思惟如意足。」前面跟諸位說過，四念處是看破，四如意足是放下，放下就如意、就自在。我們看現在許多同修，見到我都愁眉苦臉，都給我訴苦，我聽到、見到也很同情。實在講，就是佛在經上常講

，這些可憐憫者。他為什麼可憐？他不肯放下，那有什麼法子！放下就自在，就沒有了，你為什麼不肯放下？如意，換句話說，就是要回頭，我們佛門裡常說「回頭是岸」，中國古聖先賢常常教訓我們「回首如意」。在過去，我們中國富貴人家習慣的手上都拿個如意，如意多半是用玉做的，玉如意，如意的頭是彎回來的。拿在手上做什麼？提醒自己，提醒無論什麼事情不要做得太過分，應該要回頭，一回頭就如意，這叫回首如意。它也是表法的，要懂得回頭。

佛在此地跟我們講了四樁事情，第一個是「欲」，欲是欲望。無論是物質生活、無論是精神生活，要知足，知足你就得自在。生活享受無需要去追求，一味在物質生活上去追求，沒有不造業的、沒有不折福的，縱然你有福報，福報也在這裡折盡了。如果我們把念頭轉過來，為眾生造福、為社會造福，完全不為自己，那就樂在其中，那真樂！為什麼？為自己有得失，得失苦！失固然苦，得也不快樂，得到又常常憂慮不能保住，所以叫患得患失。沒有得到的時候拼命去追求，追求之後又怕失掉，那個心很痛苦。我為社會、為大眾，不為自己，自己沒有得失，換句話說，成，大眾有福，我們很快樂；失敗、不成，我們於心無愧，我已經盡心盡力，緣不成熟，大眾沒有福報，不是我沒有盡心盡力。所以心安理得，沒有不自在的。所以欲是欲望，這個要知足。

第二，「精進如意足」。如意也是自在的意思，足也是圓滿的意思。古人對於四念處的解釋很多，但是也很難體會，換句話說，就是很難懂。我過去講《要解》講這四句，我用最簡單的現代話來解釋，大家很容易了解，很容易明白。第一個「欲如意足」就是知足，「精進如意足」就是常樂，這兩句就是知足常樂。唯有樂，你才會精進不止，假如這裡頭沒有樂，你怎麼可能去精進？換句話說

，你在修學上一定有體會、有領悟，你就有樂趣了，這在修持上。若不是修持上，像我剛才舉的例子，我們從古今中外這些典籍、書籍裡面摘取最好的教訓，編成小冊子利益這個時代的大眾，那也是樂趣。使許多人縱然不能讀到原書，而這個書本裡頭最好的教訓我們統統都讀到了。這裡面也能夠生無量的歡喜，給我們精進不懈，做這個工作是不疲不厭，愈做愈歡喜。

第三、「心如意足」。這個心，有的地方稱作念，翻譯的名詞不一樣，有的翻念如意足，這個地方翻成心如意足，是一個意思，都沒有錯誤，翻心、翻念都可以。這就是心安。第四「思惟如意足」，就是理得。我用這幾個字是很容易懂的，心安理得，道理明白、清楚、不迷惑了，心就安、心就定了，思惟就是理明白、理透徹了。說到這一層，可以說是一個人真實幸福的來源，心安了，理明白了。

世間最幸福的人，在一生當中活得最有意義、最有價值，這一生沒有空過，無過於念佛往生之人，那是決定真實的。不但在這一生當中超越三界，而且在一生當中圓成佛道，即使在佛法裡頭，任何一個法門都不能跟它相比。所以這是無比的殊勝，真正是第一殊勝。但是問題在如何我們把心安在念佛法門上，這真的是個大問題。這麼好的法門，我們跟人家說，人家搖頭，不相信，不能接受，他以為大乘經論裡面還有更好的法門，還有更殊勝的法門。這個原因在什麼地方？理他沒有明白。但是這個理要搞明白，真的不是個容易事情，那是要有極殊勝的因緣。因就是自己有善根，在這一生當中遇到好的老師，好的同參道友，這是緣，師友是增上緣。自己的善根是真正能夠信老師，對老師真正能夠信賴，能夠依靠；同學經常在一起切磋琢磨，時時刻刻有所發明，這是友的殊勝，師跟友的殊勝，這才能成就。

但是這個事情在一生當中可遇不可求，真的像佛在這部經上說的，「不可以少善根福德因緣，得生彼國」，真的要多善根、多福德、多因緣。多因緣就是你因緣不間斷，這就是多因緣。我們親近一個好的老師、同參道友有很長的時間，幫助自己真正得到成就。至少理明白了，真正明白沒有疑惑，心定了，這個師友才離開，這可以。假如還有疑惑，心還不定，決定不能離開師友，這個是因緣。如果我們的善根福德沒成熟，有沒有方法促成？就是說，善根福德說老實話每個人都有，只是有淺深不同。有人善根福德很深，那成就容易，有的人善根福德比較上淺一點，比較淺一點可以促成。但是這就要有緣分，如果遇到好的老師、同參道友，確實能夠幫助你在這一生當中成熟，善根福德成熟了。

現在我們要問，如果我們在這一生當中遇不到善知識怎麼辦？這的確是問題，是個非常嚴肅的問題。尤其是現在這個時代，就像《楞嚴經》上所說的，邪師說法，如恆河沙，我們去年在此地講的「清淨明誨」。如果我們緣分不好，遇到的是邪師，受他的誤導，問題就非常嚴重。俗話常說先入為主，先接受了邪知邪見，以後遇到正知正見反而排斥；換句話說，沒有能力辨別邪正、沒有能力辨別真妄、沒有能力辨別是非，甚至於善惡、利害都沒有能力辨別，這個一生虧就吃大了，這是非常可怕的一樁事情。因此我們在這個時代修學，不能不謹慎、不能不小心。因此，我們首先必須要認清楚佛法的本質是什麼，然後才不至於被誤導。佛法是釋迦牟尼佛對於我們最好的教訓，所以我說的是對九法界一切眾生至善圓滿的教育，這個要認識。佛當年在世，四十九年所說的一切法，不僅是釋迦牟尼佛一代所說的，即使十方三世一切諸佛如來為眾生所說之法，它的內容就是說明宇宙人生的真相。無論說得多、說得少，說深、說淺、說長、說短，都不外乎是宇宙人生的真相，這我們要把它

搞清楚。真相明瞭，理得了，心就安了。由此可知，我們要明理有一個方法，讀經。

古人入佛門，不是從聽講解入門的，跟我們現在人不一樣。現在人入門要從研究教理，古時候人不是如此，古時候人從什麼地方入門？從讀誦。而且時間一般限制是五年，五年讀誦。讀的什麼經？老師指導的，這就看你學哪一個宗派，每個宗派依據不同的經論來修行。譬如學華嚴的，當然是要念《華嚴經》，把《華嚴經》念上五年，縱然不能背誦，那都很熟了。所以在日常生活當中，他用得上，這在佛法裡面講提起觀照。碰到事情來的時候馬上想到佛在經上怎麼教我們的，我應該要用什麼態度去做，這叫觀照功夫。你不熟怎麼行？所以一定要熟透。這些年來，有不少念佛同修問我從哪裡入門？我勸他先把《無量壽經》念三千遍。這個跟古人比已經打折扣了，打了很大的折扣。我要求的標準是《無量壽經》一天念三遍，念三年差不多就三千遍。古人是念五年，我要求念三年，打了很大的折扣。能不能再少一點？再少一點不管用。三千遍念下來，日常生活當中處事待人接物，確實會提起觀照的功夫。遇到什麼事、遇到什麼人，會想到佛在經上教我怎樣做法、怎樣存心、怎樣來處世，在生活上你就心安理得了。那一句佛號念得才會相應，才會得力。

我們今天這句佛號念得不得力，換句話說，一面念佛一面胡思亂想，原因在什麼地方？都在此地，這是把我們的病根找出來了。我們不知足，我們沒有得到常樂，常樂就是法喜，法喜充滿，沒有得到法喜。法喜給諸位說是很好的養分，最好的營養劑，人心裡常常歡喜，我們世法裡頭都說「人逢喜事精神爽」。你真正得法喜，一天到晚快樂、歡喜，人快樂，輕鬆愉快，百病不生。所以，這是最好的營養，最好的養分，我們在修學當中，處事待人接物當中可

以得到的。你要是明瞭，認真努力去做，你一定可以得到。得不到，得不到是我們的功夫不夠，或者是我們的方向、目標錯誤了，你得不到。你方向純正，有足夠的功夫，你一定會得到。這是四如意足簡單的介紹。

合起來，前面三科是我們經上沒有說到的，經上從五根、五力說起。經上為什麼不提？在說法習慣裡面說，後面可以包括前面，前面不包括後面。好像我們樓房一樣，我們說第五層，下面四層一定包括，沒有下面四層，怎麼會有第五層？如果我們說第二層，可以包括下面一層，不能包括第三層。後後能夠包括前前，這就是不說也在其中，也都包括了，這是一定的道理。第二個意思，這三項科目西方極樂世界的人統統具足，換句話說，我們今天要修，跟我們修學關係太大了。到西方極樂世界，這三科十二條他們都圓滿了，所以佛就不必說了。到西方極樂世界就從五根、五力開始修，前面他全圓滿了，統統具足，所以就不必要說了。祖師註經還是要詳細註出來，是為我們，我們還沒有到西方極樂世界。

這個三科十二道品，對於我們念佛往生淨土的確有很大的幫助。前面曾經跟諸位說過，我們念佛功夫不得力，念一生都不能往生西方極樂世界，實在講是疏忽了這十二個科目的修學。由此可知，我們念佛人對於這十二個科目要特別重視，要認真的去修學。用四念處的智慧看破宇宙人生，就是看清楚它的真相，「觀身不淨，觀受是苦，觀心無常，觀法無我」，這個用現代話來說，就是正確的人生宇宙觀。四念處前面三條是人生觀，後面一條觀法無我是宇宙觀，這是建立一個正確的人生宇宙觀。然後精進不懈的斷惡修善，也就是要認真把自利的觀念斷掉，把利他的念頭時時刻刻提起，念念利益眾生，造福社會。然後放下身心世界，知足常樂，心安理得，這種心態，再信願持名，哪有不往生的道理？所以祖師對於這個

三科，為我們介紹、為我們開導，也就是幫助我們在這一生當中圓滿的成就。

我們今天就講到此地。