

最近有幾位同修來告訴我，他們在生活、工作、修持上都遇到了一些障礙。雖然信心沒有退，可是體力有大幅度的衰退。於是就想放下一切，專心念佛求往生，這個觀念到底正確不正確？實在講，很難做一個定論，尤其是年歲還並不是很大的時候，正應該為佛法、為眾生多做一點事情。往生是我們這一生所希求最大的一個目標，決定不能放棄。可是如果在這個世間多為眾生做一點事情，特別是接引眾生的工作，幫助眾生學佛，這正是行菩薩道。與自己念佛求生淨土它是相輔相成的，決定沒有障礙，我們對於這個事理一定要很清楚、很明瞭。

如何突破眼前的障礙？讀經、聽經就非常重要。我反問他們，最近這一段時期，你們對於研習經教做得怎麼樣？因為工作的繁忙，讀經、聽經都沒有時間，只能夠有一點時間斷斷續續念幾句佛號。我就明白了，你為什麼會衰退？不讀書。古人有所謂「三天不讀書就面目全非」，那是在那個時代。現在是什麼時代？內有煩惱、有憂慮、有牽掛，外面誘惑太多太多了。所以一天不讀書，我說的書是經書，一天不聽經，煩惱就起現行了，不必要三天。如果你要是半個月、一個月都沒有聽經，沒有讀書，你的衰退是必然的。如果我要是聽說，你這麼久的時間沒有讀經、沒有聽經，我就會想像得到，你衰退到什麼樣子。所以古德常常講，經書不可不讀，特別是在現前這個時代，沒有時間讀書，聽講，現在的錄相帶、錄音帶很方便，你那裡有缺乏向我們要，我們這邊完全是免費贈送。你寫信到這邊來，你把地址寫清楚，我們就會提供給你，贈送你經書、錄相帶、錄音帶。我們還製作有很多的CD，幫助大家調整我們的

情緒，務必使我們的生活永遠能夠保持高潮，永遠保持大量的體能。

實在講，體能淵源於心能，讀經、聽經是能量補充的根源。你明白這些道理，你才曉得在日常生活當中，如何才能真正達到，充實自己內心跟體力的能源，保持旺盛的精神，你才有能力工作，你才有能力應付現前複雜的環境。依然可以在複雜環境裡面享受到清涼自在，這是我們學佛的好處，我們學佛的受用。佛家常講「法喜充滿」，這個歡喜就是能量、精神充沛的一個現象，諺語裡頭常說「人逢喜事精神爽」，遇到自己很高興、很歡喜的事情，可以不吃飯，可以不睡覺，精神都那麼好。那是什麼？心的能量、體的能量特別豐富，這個能量是從歡喜裡面得來的。為什麼諸佛菩薩他的能量那麼樣充實，那麼樣廣大，永遠不衰不竭？都是從歡喜心裡面生的，這個歡喜心在佛法裡面叫「大慈大悲」。他對於盡虛空遍法界一切眾生，一切人、一切事、一切物，充滿了真實清淨的愛心。我們世間人講歡喜，哪一個人能比得上佛菩薩那種歡喜？他們生活在大慈悲裡面，生活在愛心裡面，大愛！心能轉境，這大乘經上佛常說的，「若能轉境，則同如來」。

我們學佛跟不學佛的差別在哪裡？不學佛的時候，我們被境界所轉，日子過得很苦，我們的能量幾乎衰竭。佛菩薩的生活跟我們恰恰相反，生活在慈悲之中，生活在博愛之中，他生活在愛心裡面，虛空法界沒有一樣東西看在眼裡不生歡喜心。我過去也常常講，任何一樁事、一個物，佛眼睛裡面都能看出它的真、善、美、慧，所以能生歡喜心。不但法性裡面充滿了真、善、美、慧，現象裡面同樣也充實。非常可惜，我們凡夫粗心大意，粗心大意就是指嚴重的分別執著，讓我們看不出事實真相，產生許多的偏見陋執，在這裡面生煩惱，不生歡喜心，常生煩惱，這對我們自己身心傷害太大。

太大了。我們要明白這些道理，了解事實真相，唯一的方法就是研究經教。所以讀經不僅是要讀，讀了要明理、要解義，《金剛經》上告訴我們，「深解義趣」，這句話很重要。

如何能達到深解？解與行相應就能達到。佛所講的我們懂，譬如佛跟我們講的四相，他告訴我們，我相、人相、眾生相、壽者相都是假的；世間人貪著，覺悟的人、諸佛菩薩捨離。我們聽懂了，就得在日常生活當中去學習，學習無我相、無人相、無眾生相、無壽者相。怎麼個無法？心裡沒有貪著，不把這些東西放在心上，這就叫捨離。捨離四相，果然不錯，清淨心現前了，由此可知，以往清淨心不能現前是這些東西障礙了。禪宗惠能大師講得好，「本來無一物」，那是清淨心，我們心裡本來無一物，現在有我、人、眾生、壽者，有了這麼多，他當然不清淨，當然把自性裡面無量的智慧、德能障礙住，使這些智慧、德能不能現前，我們得不到受用。諸佛菩薩的本事就是不讓這些東西牽掛在心裡，讓這個心地恢復到清淨。這話說起來容易，做起來很難，難在哪裡？實在講，難在無始劫來的習氣。我們常常把這個東西放在心上，已經養成習慣，拿也拿不掉，很想把它拿掉就是拿不掉，這是難處。

我們仔細思惟，為什麼會這麼難？老實說，對於事實真相了解得不夠徹底，所以才這麼難。你要真正想了解徹底，真正想徹底放下，慢慢做，先讓這些妄想、分別、執著減幾分，每一天能減幾分，每一年能減若干分，決定不要讓它增長。我們可以用讀經、研教的方法，可以用念佛、參禪的方法，用這些方法把它減緩、把它減輕，慢慢的放下，不要想著我突然去把它放下，那是不可能的，理論上講得通，事實上辦不到。逐步逐步放下，放下幫助你看破，看破又幫助你放下，這兩種方式，輾轉的運用，相輔相成，鏝而不捨，這樣子你就自己會感覺到功夫得力了，果然有效了。這個效果你

的歡喜心逐漸逐漸就產生，你得到受用；這個受用經上常講，「煩惱輕，智慧長」。煩惱沒斷但是減輕了，就能夠把煩惱轉變成智慧，轉煩惱成菩提，是一分一分的轉，慢慢的轉。我們學佛要學會這個本事，要有這個能力，我們才能得到佛法真正的受用，就如經上所說的，「惠以真實之利」。佛、菩薩、經典給我們真實之利，我們自己得到了，得到就是證；我們有信、有解、有行，這才得到。所謂證就是一個大轉變而已，把污染的心轉變成清淨心，把煩惱轉成智慧，這就叫證。可是如果不通過在生活當中的學習，生活當中的學習就是修行，就是行，你才能夠得到。一定要通過在生活裡面認真的學習，你就得到了。

我們觀察許許多多學佛的同修停留在信解上，他得不到受用，他沒有認真去做，他做得不如法，做得與佛講的完全不一樣，就是不相應，所以在生活當中始終不能有一個轉變，這是錯誤。這個轉變是親證，經上常說「境隨心轉」，這就是實證的最好例子。你思想轉變，行為轉變，所以你的相貌轉變，你體質轉變，你的生活環境轉變，這叫證果；這就是《華嚴經》上講的入法界，你入了法界。法界是什麼？法界是真實，「一真法界」。我們從十法界、從人法界能夠入一真法界，一真法界是佛菩薩的境界，真的能入，確確實實在入。所以希望同學們一定要重視經教，每天要讀經，每天要研究，在佛法裡面叫參究，它不叫研究。研究是落在意識，也是落在分別執著；參究不用分別執著，用智慧，我們現在人講用直覺，直覺就是用智慧，用直覺是參究。我們才能夠真正體會到，真正的明瞭，真正得「真、善、美、慧」的生活，這四個字落實在生活當中，而不是一種假想。如果不依照佛法的理論方法來修學、來學習，實在講，真、善、美、慧這四個字，在這人世間是有名無實，你得不到。唯有通過佛法認真的學習，這四個字就變得很實在、很踏

實，決不是空洞的，變成我們生活當中真實的受用。

所以同學們如果你們感覺到精神振作不起來，體力狀況不佳，生活得很苦惱，你一定要覺悟，趕緊讀經、聽經。依照經典所說的理論方法去學習，使你的精神重新振作起來，讓你的歡喜心時時現前，你的精神體力，你的生活環境必定能有改善，這是一定會收到這個效果。假如這個效果收不到，你要認真去反省檢點，你的修學一定有錯誤。這個時候可以請教其他的同學，看看這個同學修得有效果，你向他請教，常常跟他在一起互相研究討論，他會幫助你。生活上種種疑難問題，佛法都能夠給我們圓滿的解答，所以這門學術我們不能不學，而且應當認真來學習。今天時間到了。