

諸位法師，諸位同學，《大經科註》第十六集，今天在斯里蘭卡第二大城康提的佛牙寺，跟諸位同學們在一起分享，因緣無比的殊勝。

今天一開端，《大經科註》第一百六十九頁，從第三行看起：「又本經《德遵普賢品》云：開化顯示真實之際。《大教緣起品》云：欲拯群萌，惠以真實之利。《積功累德品》云：住真實慧，勇猛精進，一向專志莊嚴妙土」。這都是本經裡面的經文，大意是總結前面所說的，佛說這部經典是根據什麼道理來講的，就是他一定有理論的依據。我們明白、懂得了，對於佛的教誨就不會再疑惑了。

那大乘經是依什麼道理？總的來說，所有大乘經都是依事實真相來說的。我們常說的，宇宙、萬物、生命的真相，這個問題在今天是屬於最高的哲學、最高的科學探討的問題，沒有想到佛陀在二千五百年前就把這個事情講得很清楚、很明白、很透徹。近代最近三十年，物理學家無論是研究宏觀宇宙，或者是探索微觀世界，這是走兩個極端的。一個是走無限大，研究宇宙。宏觀宇宙他們研究的結論我們看過了，告訴我們，最先進的科學儀器能夠觀察到的宇宙，實際上只觀察到宇宙的百分之十，另外有百分之九十的宇宙不見了，不知道到哪裡去了。我們聽到這個結論很歡喜，他觀察到的十分之一，正確的，佛在經上講過。那不見了的百分之九十我們也知道，科學家還不知道。那到哪裡去了？用淨土的術語說，回歸常寂光了。回歸常寂光，他見不到了，為什麼？常寂光裡頭沒有現象。凡是我們六根接觸到的都必須有現象，物質現象，前五根（眼耳

鼻舌身）能接觸到；精神現象、自然現象，我們第六意識能夠緣得到。這個是極限，佛說得很清楚。

回歸常寂光就是回歸自性，自性是真的，自性是哲學裡面所說的，宇宙、萬物、生命，包括我們自己的本體，哲學講的本體論，它能生能現。但是它自己本身什麼都不是，它不是物質現象，所以前五根緣不到它；它不是精神現象，也不是自然現象，所以第六識、第七識緣不到。怎麼知道它存在？佛說「唯證方知」，你證得了，你就知道了。什麼樣的人才能證得？《華嚴經》上告訴我們，八地以上。菩薩的位次一共有五十一個位次，好像念書一樣，一年級、二年級，念到五十一年級。五十一年級畢業了，那就叫無上正等正覺，叫圓滿證得佛果，這個時候他就回常寂光去了，你什麼都找不到了。所以那個百分之九十已經圓滿了他的學業，他畢業了，他離開學校，你找不到他。

他在哪裡？他無處不在，他無時不在，他起作用，與一切眾生感應道交，眾生起心動念他知道。我們念頭起心動念他曉得。我們的身體，這是物質現象，物質現象現在科學知道，它還是屬於波動現象產生的一個現象。所以我們身體的健康狀況，每個細胞在那裡高頻率的波動，佛也知道，沒有不知道的。如果有緣，佛就現身。所以經上常講，「佛不度無緣之人」，不是不度，無緣，他不相信，他不肯接受，佛來了也沒用處。有緣，就是他能夠相信，能夠理解，能夠歡喜接受，依教奉行，這是有緣眾生，佛就來了。要知道，佛無時不在，無處不在，他沒有這三種現象，所以你緣不到它，這是事實真相。這個真相非常難得，現代科學家肯定了，這是真的，不是假的。三種現象，物質現象它的祕密完全揭穿了，所以宇宙的奧祕被揭穿了。像德國的科學家普朗克，愛因斯坦的老師，他一生專門研究物質，物質到底是什麼。研究到最後，就是最小的物質

，佛稱它作極微色，也稱它為極微之微，這是物質最小的，不能再分，再分物質就沒有了，這個東西居然被他發現。因為它是物質現象，所以在高度精密儀器觀測之下，還是把它找到，科學稱為微中子。

微中子多大？科學家告訴我們，一百億個微中子，萬萬為億，一百億個微中子聚集在一起，它的體積等於一個電子，原子裡面繞著原子核轉的電子。可見得它太小了，我們肉眼看不到，普通的顯微鏡也看不到。這麼小的東西，這是近代科學儀器的發展，讓我們非常驚歎，真的不可思議，它還是有能力把它打破。打破之後，跟佛說的一樣，物質沒有了，物質現象沒有了，出現了什麼？出現的是念頭波動的現象。所以這個祕密揭穿了，物質從哪裡來的？物質從念頭變現來的。科學家知道了，物質是從念頭變現出來。這句話佛在二千五百年前常說，佛說「色由心生」，色就是指的物質現象，它的對面就是心，心就是念頭。所以佛講色由心生，就是科學家所說的，物質是從念頭變現出來的，一樣的話。這是了不起的發現，這個發現之後，現在稱之為前衛科學，還沒有得到全世界科學家的肯定，他還要蒐集很多證據證明這個事實真相，讓科學家才完全接受。所以他們現在這些年，差不多將近二十年，不斷在蒐集。

他蒐集裡面最多的、最普遍的就是療癒。像癌症，不治之症，醫院裡面宣布無法治療，告訴這個病人，你的存活期間只有二、三個月，讓家人好好照顧他。在這些病人當中，確實有不少是宗教的信徒，他們聽到醫生的宣布，知道自己的壽命只有二、三個月。所以這些信仰宗教的人，他不再想自己的病能不能好、有沒有，他不想這些，他只想一樁事情，上帝來救我，帶我到天堂，他就想這一樁事情；在佛法裡面講，佛菩薩接引我往生極樂世界。不想身體，也不想病，也不想好與不好，什麼都不想，這個念頭真的徹底轉過

來了。一、二個月之後，他身體似乎沒有惡化，好像愈來愈舒服，不感覺到病苦了，再到醫院去檢查，病沒有了。醫生覺得這是奇蹟，病怎麼會好？問他，你用什麼方法治療的？沒有，什麼方法都沒有，只是每天禱告，每天祈禱，學佛的人每天念佛就念好了。科學家發現這是什麼？念頭能夠控制物質。我們得病這個身體，無論是內部五臟六腑的病，外面眼耳鼻舌的這些病，統統都能恢復正常，不需要醫藥，也不需要任何醫療，它就好了。

這個道理佛在經上講得很多，佛有一句話我們要記住，那就是，他說「制心一處，無事不辦」，這句話也被科學家證實了。我們平常心是散亂的，妄想、雜念太多，無量無邊，前念滅了，後念就生了，這個是凡夫的現象。凡夫的範圍多大？在佛家講包括十法界，我們這個人間是十法界之一，除這個還有九法界，都叫眾生，都是屬於這個現象。這個現象裡頭有善念、有惡念，善念感來的是天堂、是極樂世界，惡念所感得的是地獄、是餓鬼、是畜生。所以宇宙從哪裡來的？從我們念頭來的。於是我們念頭不能不謹慎。怎樣才能成佛？在佛的教誨當中，能夠拿到佛教的學位。昨天我跟諸位報告了，阿羅漢，第一個學位，菩薩是第二個學位，佛陀是最高的學位。佛在大經裡面告訴我們，「一切眾生本來是佛」，為什麼？你有本性，你有自性，自性本來的面貌就叫做佛陀。現在為什麼變成這樣子？我們把自性迷失了，不是真的丟掉，是迷而不覺。所以，講經之前，強帝瑪長老要我念三稱三皈依，有道理，這個比我們漢傳的佛法，講經之前念開經偈意義更深。為什麼？這個三皈依是佛陀對我們基本的指導原則。

我們從哪裡學起？學佛從哪裡學？從三皈依學起。第一個要皈依佛，佛是什麼意思？佛是自性覺，自性覺就是你本來是佛，佛不是外人。我們從迷惑顛倒回過頭來，依覺悟，這叫皈依佛。第二個

皈依法，法是正知正見，就是對於宇宙人生萬物的真相，真正的了解，沒有錯誤、沒有懷疑、沒有偏差，這是法。佛所說的一切經法，正知正見，確確實實是宇宙人生的真相，今天被科學證明，我們非常歡喜。為什麼？我們學了幾十年，對很多問題依舊是懷疑，我們沒見到，只是聽佛在經上講。現在被科學家用科學儀器探測到了，探測到的結果跟佛說的是一樣的，我們對佛的信心倍增，一點不懷疑，我們真的皈依法。第三個，皈依僧，僧是自性的僧寶，是清淨的意思。我們現在被染污，煩惱染污、雜念染污、業障染污，所以我們見不了自性。我們從染污回頭，回歸自性淨，我們本性是清淨的，沒有污染，本性是平等的，沒有高下，這完全是事實真相。學佛就從這開始，最後也到這個地方圓滿。所以，講經之前念三皈依是決定正確，往後我們一定要來提倡，把它取代開經偈。有這樣明確真實的指導原則，無論學佛的什麼經教，原理、原則、方法都不超過這三條，所以這個三條一定要非常重視。

這一段經文是黃念祖老居士節錄《無量壽經》上所說的，是三品裡面的文句。「德遵普賢」是第二品，告訴我們，學佛一定要遵守普賢菩薩的教誨。普賢菩薩教誨分量很大，如果廣說，那就是一部《大方廣佛華嚴經》，從它綱領上來講，只有十條，把它整個歸納起來十條。十條，第一個是「禮敬諸佛」，要從這裡學起。普賢菩薩跟一般菩薩不一樣，不一樣的地方在哪裡？他心量廣大，真正是心包太虛，量周沙界，廣大的心量包容，沒有一樣不包容。諸佛，禮是禮拜，敬是尊敬，諸佛有過去諸佛、現在諸佛、未來諸佛。過去佛已經修行證果了，我們知道。現在佛，世尊在經典裡面給我們介紹得很多，十方，東南西北，四維上下，無量無邊的世界，無量無邊的諸佛，這個我們也懂。未來佛，未來佛就是現在的眾生，包括我們全是，我們將來都會成佛。

所以這個禮敬裡面最重要的，並不是過去、現在，而是未來諸佛，我們對於每個眾生的看待，要像我們對世尊看待一樣，沒有分別。我對釋迦牟尼佛是如何尊敬，我對於每個眾生都能同樣的尊敬，這很不容易做到。普賢菩薩做到，我們要向祂學習，決定不能輕慢一切人。這個眾生他造惡多端，我還能尊敬他嗎？要，要尊敬。為什麼？他本性是佛，他只是一時迷惑顛倒，不可以因為一時做錯一點事情，我們對他就不尊敬了，這是不可以的，這個是不如法的，也是我們常講的，這是不符合道德的理念。他無論做什麼樣錯事、壞事，我們要尊敬他，尊敬他的佛性，尊敬他的自性，這就對了。

第二個，「稱讚如來」。你看名相上有差別，第一句講諸佛，佛是從相上看的，要平等的禮敬；如來不是從相上看，從性上看，所以稱讚就有差別了。他的心行，就是他的念頭善，他的行為善，做事、處事待人接物都善，我們要讚歎他，要表揚他。那他思想不善、言行不善，我們就不說，就不讚歎。這個就是中國古人講的「隱惡揚善」，看到別人不好的地方不說，好的地方讚揚，這樣才能夠把社會風氣端正過來。你看，心行不善的人，他時間久了會感覺到，你看社會大眾很慈悲，都原諒我，都不說，我做了一點好事，大家都讚歎，所以久而久之，他會被感動，會回頭。不善的念頭、不善的行為，不可以放在口上，更不能放在心上，放在我們心上是錯了。我們的心是清淨的、是平等的、是覺而不迷的，為什麼把別人不善放在我們心上？這就錯了。應當記別人的善，不記別人的過失，這是佛陀一生時時處處都在教導我們，我們應該要牢牢記住，一定要遵守、要奉行。學習佛陀，他給我們做了一個好樣子，能夠體諒別人，原諒別人，不說別人過失，讚歎別人的善念善行。這第二個。

第三個，「廣修供養」。供養是人與人之間最重要的親善的行為。供養範圍非常廣，我們遇見人，對人合掌是供養，尊敬供養，對人微笑也是供養，以很好的態度對待別人；言語，善言供養。除這個之外，在財物上的供養，乃至於他所需要的、他所缺乏的，尤其是迫切需要的，飲食、衣服、居住的房屋，在大災難的時候全部摧毀了，他迫切需要這些，我們要盡心盡力去幫助他，這個就是說廣修供養。供養裡面財供養，佛告訴我們得財富。最大的供養不是財供養，經典裡面佛告訴我們，以大千世界七寶供養，都比不上為人說四句偈供養功德大，這就是說明供養當中幫助別人開悟，這個供養最大。釋迦牟尼佛一生為我們表演講經教學四十九年，這是修法供養。佛陀當年在世教導學生，學生有了成就之後也跟佛陀一樣，分散到四面八方各個地方，代佛教化眾生。那個時候沒有科學這些工具，講經教學都是面對面的傳授。不像現在我們可以用這些工具，高科技的工具，遠程教學，雖然不在一起，我們用衛星、用電視、用網路，無遠弗屆，整個地球都能收看得到，這個效果就更大了。

今天建道場，什麼樣的道場最殊勝？有很多富貴人家，真的想修福修慧，什麼樣的福慧是最大，果報是第一殊勝，可以說生生世世都享受不盡，那是什麼？就是護持正法，培養弘護的人才，弘法人才、護法人才。建道場，建衛星電視台，這個道場大。你這裡道場再大，容納一萬人，很大了。容納十萬人，我見過，我在泰國見過。我記得二〇〇三年我第一次參加聯合國教科文組織的和平活動，在曼谷大學，當時副總理查瓦利將軍，他也是泰國三軍總司令，陪同我參觀一個道場。這個道場建得很新式，建築的形狀像飛碟一樣，面積確實很大。那個時候還沒有完工，只建了第一個，圓形的。每一個道場裡頭都可以容納十萬人，真是讓我歎為觀止。住持長

老問我，他說，法師，你的道場在哪裡？我沒道場，他問我，我也不能不說，我告訴他，我的道場在天上。他說，怎麼在天上？他們門口有兩顆那個大碟，接收衛星電視的，有兩個很大，在他這個道場外面。我說這個可以接收到，接收到我們在電視衛星裡面講經的節目，二十四小時不中斷，那是我的道場。所以它在天上，不在地上。今天我們也要趕上時代，這種傳法的工具好，效果非常殊勝，我們不需要跟同學面對面，不需要。我們利用網路、利用衛星、利用電視，很小一個地方就能夠覆蓋全球，我們要這樣的道場。道場小容易維持，開銷少，可以不求助於人，很簡單的、很少的一點錢就能夠維護這個道場。這個道場產生的效果非常之大，不可思議。這是講到廣修供養。

在現前社會，我們知道，我們居住的地球遇到困難，社會動亂，不是某一個地區，是全球性的。多少這些志士仁人，在尋求怎樣去化解衝突，促進社會安定和諧。聯合國帶頭召開這些會議，我聽說從一九七〇年代開始，到現在差不多四十年了。效果怎麼樣？衝突的頻率年年上升，災難可以說一年比一年嚴重，讓我們這些從事和平工作的人對於和諧喪失信心。我參加了十幾次會議，我了解。還有許多國家領導人對這個事情也沒有信心，我們遇到之後，常常來談這個話題。到底是什麼原因造成？原因非常複雜，但是根本原因就是一個，中國古人有一句老話說，子不教，人心壞了。你家有小孩，你的兒子、女兒，你要沒有把他教好，人心就壞了。現在確實這個現象很普遍，做父母的，生了兒女，交給誰去管、去教？多半交給佣人，他怎麼能把你的兒女教好。因為現在每個人都忙著要賺錢，夫妻都工作，所以兒女沒有人教，這個現象非常普遍。

在中國古時候，千萬年來，夫婦結合建立一個家庭，家庭裡面兩樁大事，一個是家庭經濟生活，這物質生活，另外一樁事情，怎



樣把兒女教好。這兩樁大事夫妻兩個分擔，在過去多半先生負責家庭經濟生活，太太在家裡面負責把兒女教好。這兩個責任哪個人最大？婦女的責任比先生大。先生做的是小事，太太做的是大事，你家裡的後代有沒有聖賢出現，完全在這個母親。母親要真把他教好了，她家裡底下一代出聖人、出賢人，那個功德太大了！不是你一家的幸福，你為國家造福，為民族造福，為全世界的人民造福，這個事情多偉大！

所以中國自古以來，中國人懂得教育，確實有教育的智慧，有教育的理念，有教育的方法。但是中國人教女兒比教兒子還要重視。這兩個比重哪個更重要？女兒最重要，女兒對於社會、對後世的影響太大了。也就是兒子影響頂多是一世，女兒的影響是很多世，這在中國古禮裡面都可以看見。中國講齊家治國平天下，這在歷史上看到了效果，這話不是假的。每一個朝代政權取得之後，大概五年，政治就上軌道，制禮作樂，就上軌道了，至少有一百年到兩百年長治久安。這是很多外國研究中國歷史的人都非常佩服，怎麼會有這麼好的政治效果！統統靠教育，特別是靠家庭教育，也就是特別是依賴母親，講母親對中國社會的貢獻。孩子的教育，最重要就是孝親，尊重老師、尊重長輩，這是一切善法都從這個根生的。所以中國人對這個非常講究，教是要做樣子給孩子看的，他的印象才會深刻。

中國古代，教育是家庭負責的，國家監督、獎勵，實際操作是家庭。在中國古時候是大家庭，不是小家庭，大家庭它大概都是五代同堂，不分家。所以一個家族，普通人口都在三百多人，旺族，人口興旺的有七、八百人，人丁衰了，大概也有兩百人，它是大家庭。大家庭有家學，叫塾，家塾，我們是一般稱私塾，是家庭子弟學校，這個對中國貢獻太大了。這個學校裡頭教學的方法、教學的

教材，現在還適用。昨天吳教授跟諸位介紹的，那就是中國古老的這種教學方式。他在學校裡辦了一個班，伏羲班，教了六年，是實驗，從小學一年級到六年級，做成功了，證明中國古老教學方法好。

我們釋迦牟尼佛，這世世代代講經的人才怎麼培養的？這個要知道，現在人都知道叫複小座，真的。複小座從誰開始？阿難尊者開始。佛陀當年在世，講經沒有記錄，而是佛滅度之後，弟子們回憶世尊當年所說的，把它寫成文字，結集成為經典。誰來複講？阿難來複講。阿難是個天才，記憶力特好，聽一遍，他永遠不會忘記，像現在的錄音機一樣，他有那麼好的記憶力。所以讓阿難複講，五百阿羅漢在聽課，為阿難做證明。阿難所講的，只要有一個人提出反對，那一句就不可以寫下來，必須五百個人聽了都贊成，是的，佛是這麼講法的，這才能寫下來，取信於後世。所以結集經藏非常謹嚴。於是佛門裡面培養弘法人才就採取這個模式，一直到我這一代還是的，我們都是從複小座學習出來的。

複小座，老師講經，學講經的人就在聽眾裡面去挑選，或者他自己願意，自己願意向老師報名，我參加學講經。那基本的條件，第一個是要記性。聽老師講這兩個小時，明天你把你這兩個小時聽到的，你重複講一遍，老師講兩個小時，你能講一個半小時算及格。這個複講，漏掉的可以，不能自己用語言去增加，不可以，完全講老師的東西，要有這麼好的記憶力。第二個，理解的能力，你真聽懂了，你能記得，這樣的人才可以培訓出來做佛門的傳教師。如果不能，沒有這個能力，聽兩個小時只能講一個小時，這個就不能培養成講經的法師，培養做護法，內護，就是道場，管理道場的人員，那叫護法。弘護一體，護法的人必須要懂得經教，不懂得經教，你往往把護法這個工作做錯、做壞了，對於弘法的人帶來很多不

方便，這就錯了。所以這些全都是屬於供養，供養的範圍非常廣大，普賢行願裡面講得非常清楚。

今天這個佛法能不能復興？能不能發揚光大？這樁事情不在弘法的人，而在什麼？在護法。所以世尊當年在世，把護法的工作委託給國王大臣，他們有權勢、有威德，由他們護法，佛法才能興旺；沒有這些人護法的話，佛法是興旺不起來，講得再好，修得再好，影響力很有限，這是不能不知道。誰來救佛法？誰來救社會？誰來救國家？誰來救人類？一定要弘護一體，最好的結合，這個事情就能做圓滿。所以弘法的人要謙虛，護法的人要誠敬，有真誠心，要認真負責，這是一樁了不起的大事業。

普賢第四願是「懺除業障」，我們每個人只要到這個世間來都有業障，沒有業障，你不會到這世間來。所以做錯事情不怕，做錯事情要懂得懺悔，後不再造。業障裡頭，尤其在現前的社會，誘惑的力量太大。外面這個誘惑，名利的誘惑，中國人所謂是高名厚利，再加上美色的誘惑，這個誘惑力量非常強大，自己如果沒有深厚的善根，哪有不動搖的，這是難處。今天救世，我們看到很多佛菩薩示現在人間，有的人真幹，有的人煩惱習氣重，禁不起誘惑，他失敗了，兩種人數量都很多。

那我們在此地所看到的，善人多，讓我們對於正法久住、對於社會的安定和諧，見到一線光明，希望我們認真努力，這個光明愈來愈大，將來會照遍全球。這是我們這一次承蒙，總統的邀請，這一次訪問在斯里蘭卡這個地區，有機會來向斯里蘭卡的佛教、宗教、人民學習，我們才曉得這一塊大概是地球上唯一的一塊淨土。以前我以為紐西蘭、澳洲是個淨土，這裡比澳洲、比紐西蘭還要乾淨。它這裡農田，你看到一片綠地，沒有農藥、沒有化肥，依舊用傳統農耕的方法，這是淨土。人民、居民沒有奢侈、浮華的這個意念

、念頭，大家都能夠遵守佛陀的教誨，佛陀教誨在此地落實了，家家戶戶，連小朋友都在學習。我們在外面看到，有，佛教有講的，沒有人去做，有說的，沒有人行的，假的，不是真的。到這個地方來看到，這真的，真幹，我看到非常歡喜。而且總統心量大，非常仁慈，諸位佛門弟子，乃至於所有其他各個宗教這些長老心量都很大，在我心目當中，都是佛菩薩再來的，都是來示現的，太難得了。

我們希望更進一步要深入經藏，產生更大的效果，對全世界可以用網路、用衛星來宣傳，來教學。我們謙虛一點，跟大家一起分享我們自己學習的心得。需不需要到各個地方去訪問、教學？沒有那個必要。斯里蘭卡可以成為全世界一個宗教學習的中心，全世界的人要想接受宗教教育，到這個地方來學習，為什麼？必須是人力、物力、財力一切集中，我們才能把事情做好。到處去走的話，就分散了，力量分散了，一樣也做不好，時間、精力都浪費掉。記住佛的這一句話，「制心一處，無事不辦」。佛的成就都在禪定當中，我們要學佛，我們的成就也在禪定之中，不分心，不去操那些心。

每年，如果說是我們做得很有成就，對社會化解衝突、促進安定和平有一定的貢獻，可以每年在聯合國去辦一次大型的活動，讓全世界人都知道。目的是什麼？目的是希望全世界愛好和平、愛好學習宗教的人，到斯里蘭卡來學習，斯里蘭卡整個國家就是一個學校，多元文化宗教大學。只要做好一個地方就行，就能影響全世界。他們到這邊來學習，回去之後就去複製，將來每個國家都有幾個點，都有這些人到那個地方去，把這些信息帶回去，發揚光大，這好事情。我們盡量利用這些科學，將來我相信十年、二十年之後，科學、哲學跟宗教會融成一體，因為他們所學習的方向、目標是相

同。宗教對他們會有很多的啟示，幫助他有更進一步的去發現宇宙的奧祕，佛法裡面講實相，一般人講真理，實相就是真理。

唯有懺除業障，我們才能真正的生起正信，沒有絲毫懷疑，生起真誠恭敬，這樣子面對聖賢的教誨，自然就能體會，自然就能理解，自然就得其受用。自己得受用、得利益，就要向佛陀學習，我們要認真、要盡力把自己所修學的奉獻給有緣眾生。就是好學的眾生、肯學的眾生，不遺餘力去幫助他，去成就他，讓正法世世代代綿延下去，這是我們應該要做的。十願，我就簡單介紹這幾點，普賢之德。

開化，開是開導，化是教化，實際就是教學的意思。教什麼？顯示真實之際，完全稟承佛陀的理念、佛陀的精神、佛陀的教誨，自己學到之後要去影響別人。大教緣起裡面說得也很明白，更好懂，佛教，佛為什麼要建立這個事業？這是佛陀的事業，所以佛的家業，目的、願望就是要幫助一些苦難眾生，拯救他們。惠是給予，給他們真實的利益。所以簡單的說，佛教它到底教些什麼，用意何在、目的何在？佛教沒有自己，肯定整個宇宙、一切眾生跟自己是一體的，跟自己是一體的。所以，無盡的慈悲是這樣流露出來的，從真心裡頭流露出來的，誠心誠意為一切眾生服務，幫助眾生離苦得樂。用什麼方法？佛知道，苦從哪裡來的？樂是怎麼得到的？苦是迷惑了自己的自性，從這個地方產生的。樂，樂是覺悟，你只要一覺悟，你就很快樂，與社會地位沒有關係，與財富沒有關係，真快樂！

中國古時候讀書人羨慕孔顏之樂，孔子、顏回。孔子當年在世是平民，他沒有很高的地位，他做魯司寇三個月，那個地位就像現在警察局長，只做了三個月，一生教學。但是他很希望有人能用他，他一生最仰慕的周公，周公是中國偉大的政治家，孔子有智慧、

有能力，但是諸侯國王沒有人肯用他。所以六十八歲回老家，看著沒有指望了，回去教學。實際上他只教了五年，他七十三歲過世，六十八歲回家教學，七十三過世，只教了五年。五年的教學對中國這二千五百年的影響太大了。為什麼會有這麼大的成就？跟釋迦牟尼佛一樣，沒有自己，心裡想的、心裡念的是苦難眾生，真正是抱著一顆熱心全心全力為眾生服務，決定沒有個人名利夾雜在裡頭，他成功了，純真無妄。

釋迦牟尼佛聰明，三十歲開悟之後，他就開始教學。他是王子，他不出家，他繼承王位，你看，不要，已經得來了不要。王位沒有出家教學快樂，出家教學快樂超過做國王，超過大富大貴，人間第一快樂的事情。我的老師早年把佛法介紹給我說，「學佛是人生最高的享受」，我被他這一句話打動了。這一句話讓我，以後章嘉大師勸我出家，我毫不猶豫，教我學釋迦牟尼佛，我就走上教學這條路子，真快樂！在社會上沒有任何地位，也沒有任何人幫助你，只要我們自己相信，絕不懷疑，深入經藏，愈深入愈快樂。有緣就幫助眾生，沒有緣，用講經說法，用衛星電視去幫助一切有緣同修。他打開電視，他打開網路的頻道，這就是有緣眾生。這多麼歡喜，多快樂！

多少同學聽了十幾年，跟我還沒見過面，都很想見一次面。你看一年我們有一次的活動，大家見面就很好了。天天見面，在網路、在電視機前面天天見面，沒有一天不見面。我們智慧德行任何一方面都不能跟老師比，我們的老師是釋迦牟尼佛，老師天天講經說法，沒有中斷的。我們現在只能一天講四個小時，一天讀誦經典四個小時，快樂無比！天下事，人家問我，世界太平，沒事。怎麼這裡發生事情？那個我都不知道。為什麼不知道？不看電視，不聽廣播，不看報紙，不看雜誌，與社會完全隔絕了。那有些重要的信息

，有幾個同學每一個星期節錄重要的新聞，節錄幾張紙給我看，我就看那一點。問我什麼都不知道，我沒有電話，沒有手機，有電話就麻煩，心就不能清淨了。所以這些凡是干擾我的，我自己不能承受的干擾，我就要把它斷絕，讓它不干擾我。我每天安安靜靜，心地裡頭清淨，沒有任何染污，好好的來學習。

惠以真實之利，真實之利是我們通過經典的學習，在我們學習當中證明它真的是真實，我們介紹給別人，無論是態度、言辭，沒有猶豫，真正是所謂斬釘截鐵，讓大家接受的時候，能夠相信，能夠不懷疑。《積功累德品》裡頭說，「住真實慧」，佛在世每天都是這樣，他不住在煩惱上。我們現在的人心住在哪裡？自私自利，名聞利養，貪瞋痴慢；表現在外面，殺盜淫妄，他在造業，所以他身心不健康，他居住的環境多災多難。

世尊當年在世，三次來過斯里蘭卡，在這邊講經說法，為當地排解糾紛。這個地方是聖地，我有理由相信得三寶加持，眾神護念，這個地方人有福，福人居福地，福地福人居。我們把這四句話學會，我們也住真實智慧，勇猛精進，一向專志莊嚴妙土。妙土在哪裡？就在斯里蘭卡。我們認真努力，我們的心善、念頭善，我們的行為善，所謂善，一定持戒。佛教給我們的五戒十善，要從我自己做到，圓圓滿滿的做到。我能做到，我就會影響周邊的人，大家統統都做到，這個地區就是眾善莊嚴。這個經上講的真實之際，這句話的意思就是真如實相的本際。

佛為我們介紹西方極樂世界、介紹阿彌陀佛，這就是這部經所開示，佛所說的，所教導我們的。「極樂妙土乃真實智慧之所莊嚴成就者」，我們要真學。真實智慧裡面沒有妄想，妄想不是真實的；沒有雜念，雜念也不是真實的；沒有欲望，這個欲望，像個人的欲望，自私自利的欲望，假的。為什麼？身不是真的，不要為這個

假身去造業，那你就錯了，你大錯了。真身是法性，真心就是此地講的實際，真實之際是真身，真身是智慧之身，是功德之身，是眾善之身，這個不能不知道。我們要怎樣？先成就自己。自己成就之後，居住的環境自然是莊嚴妙土，極樂世界才能現前。

「彌陀世尊攝此妙土，宣此妙法者，欲惠予眾生以真實之利」，我們都應當要學習。釋迦牟尼佛如何莊嚴極樂世界？我們今天在這個地區，把這個地區看作是極樂世界的一個藍本，我們在此地把阿彌陀佛對極樂世界的莊嚴在這個地區做到，這個地區做到，就能感化整個地球。地球在太空當中看到是個藍色的，藍色、光明的一顆星球，非常之美，那是地球的本來面貌，那是地球自然的妙土。今天我們很不幸把自然生態破壞了，這是我們自己沒有智慧，違背了性德造作的罪孽，感得眼前這一個困苦艱難。如何恢復？多少人討論這個事情，用佛經上這些開示、這些理論，佛教給我們這些方法，特別是阿彌陀佛在極樂世界所行的、所做的、所為的，我們要認真學習，把它落實在我們日常生活當中，落實在工作，落在處事待人接物。我們雖然不能夠跟極樂世界一模一樣，總是步步靠近，這才叫真學佛。絕對不是講的是一套，做的是一套，那你就大錯特錯了。如果我們的言行一致，心口一如，自然得到三寶加持，龍天善神保佑、護念。

這三種真實，真實的利益是聖賢教誨，不是其他的，一定要把它認識清楚。真實之際、真實智慧、真實之利，真實的利益讓我們開真實智慧，真實智慧讓我們回歸到真實之際。「此三真實，即一即三。方便究竟，不可思議。極樂依正，淨土法門，舉體是真實之際，故云本經以實相為體性也」。這是這一段，末後的這個結論，我們就學習到此地。

我們再看下面第三段，「一經宗趣」。我們看念老的註解，一



百七十面第一行，「經之所崇尚者，名之為宗。宗者，要也，全經之宗旨」。前面講它依據的理論，依據的理論明白了，我們的信心就建立了，我們相信了。相信之後，我們怎麼學法？從哪裡學起？這個點很重要，所以這一段就說這個問題。學習要抓住綱領，我們的進步就能夠快速。所以宗是全經的宗旨。「又宗者，修行之要徑也」，徑是道路、門道，是最重要的道路、最重要的入門。「故知宗」，是全經的綱領。譬如我們學佛，有人問我，佛教到底是什麼？釋迦牟尼佛創這個教目的何在？意圖在哪裡？很多人問這個問題。我們用三句話去解答他，釋迦佛建立這種教學，就是幫助一切眾生離苦得樂，破迷開悟。他用的手段是用教育，教育怎麼教法？自己先做榜樣，做得很像樣，別人看到自然就向他請教。

譬如，最明顯的我們在聯合國大會堂裡，我出現在那個場合，許多會友們，他不問我別的，他問我，法師，你用什麼方法保養身體的？因為他知道我的年齡，知道我的年紀，他對這個事情很關心。為什麼關心？關心他自己。我告訴他，我說方法很簡單，我的飲食起居很普通，沒有一點特殊，一切進補的東西我都不吃。我告訴他，兩個祕訣，第一個，心要清淨，第二個，素食。而素食最好的是一天吃一餐，日中一食，為什麼？愛！愛自己。愛自己哪裡？愛自己的五臟六腑，吃太多了，它負擔很重，它消化不了。我們讓它負擔輕一點，一天一餐夠了。釋迦牟尼佛一天吃一餐，一生如是，有沒有道理？有道理。

我的老師李炳南老居士，我跟他學經教，跟他十年。這個老人，我跟他的時候他七十歲，我離開他的時候八十歲，我跟他十年，一天一餐，而且很少。我這個一天一餐跟他學的，我吃到第八個月我才告訴他，我說老師，我現在也學你日中一食。他說多久了？八個月了。怎麼樣，身體有沒有什麼感觸？我說很正常。他桌子一拍

，永遠做下去。為什麼？我們自己生活所需的愈少，就不求人，人到無求品自高。什麼最快樂？不求人最快樂。很少就能維持我們身體正常。

我們於是得到一個結論，身體是一個機器，很複雜、很精密，機器要靠能量才能發動，那飲食是能量的補充。如果它消耗量很大，補充不足，就會生病。所以這個東西不可以勉強，勉強學不行，會得病。你消耗多少，補充多少，這就是最正確的。那消耗能量，它怎麼消耗的？我們細心去體會，能量消耗應該百分之九十以上消耗在妄念上。你的妄念多，妄想多，雜念多，你補充就需要多，一天三餐還不夠，還要吃點心，晚上還要吃宵夜。如果你心清淨了，心愈清淨，能量消耗就愈少。

所以得定的人，在中國近代虛雲老和尚，禪宗的，大家都知道，老和尚常常一入定就半個月、一個月。你看半個月、一個月不吃飯、不喝水，出定，精神飽滿，一切正常。你就知道，人在定中的時候不需要飲食補充，為什麼？他能量保存在那裡，他沒有消耗。這是事實，這個不稀奇。心愈清淨，你消耗的能量就愈少；換句話說，你吃的食物就可以減少，不必那麼麻煩，人家一天的生活費用，我們可以過三天，人家十天的生活飲食，我們可以過一個月。這是有理論，有事實做證明，有理論依據，有事實證明。心愈清淨愈好，愈專一愈好，不必要知道的事情盡量不要知道，那就叫煩惱。「天下本無事，庸人自擾之」，古人講的話是真言，是實話。

所以修行要抓綱領，要抓到重心，重心，總的來說不外乎戒定慧。戒，要守規矩，所以說「不依規矩不成方圓」。一定首先要相信佛教我們好，佛沒有惡意，佛不會把我們教壞，我們做佛的學生非常光榮，這個老師是世間第一個好老師，我們要承認、要肯定。持戒從哪裡做起？從三皈做起，三皈，皈依佛，覺而不迷；皈依法

，正而不邪，正知正見，沒有邪知邪見；皈依僧，淨而不染。你看這意思多好，這是總的指導原則，無論你學大乘小乘、顯教密教、宗門教下，沒有例外的，這根本法。戒律裡面的根本法，五戒十善；根本的根本，世尊為我們總結，跟中國過去歷代聖賢總結完全相同，就是孝與敬。

佛做到了，孝圓滿的做到了，敬也圓滿的做到了。從什麼地方看起？從《菩薩戒經》裡面看到。佛陀存的什麼心？他說「一切男子是我父，一切女人是我母」，還有能比這個更高的？對於一切眾生，男性都看作是我的父親，女性的都看作是我的母親，盡孝！《弟子規》學習了，不僅僅「父母呼，應勿緩」，那是一個印象，教我們真正體會到所有的人呼我們，都要像對父母那樣的尊重，這才真正把《弟子規》學到，字字句句是會到自身。尤其大乘說的，遍法界虛空界萬事萬物跟自己是一體，這是大乘的倫理觀，比中國古人講的倫理不知道擴大多少倍，這不能不服！所以他的慈悲遍法界，遍虛空界，這此地是愛心，叫愛心遍法界，善意滿人間。佛是這樣的存心，他的教誨是圓滿的智慧，是真實的利益，我們一定要肯定。既然宗是全經的綱領，所以在明白佛講經教學理論依據之後，一定要明宗，要明瞭修行的總綱領。「體是理，宗是行」，理明白之後，要不能夠落實，不能把它變成自己生活，你等於沒學，所以這一點就比什麼都重要。

「二者互相表裡。宗是會體之要行，故應崇尚」。它是根據理論重要的行持，我們要把它做到。學佛，我是在學佛三十年之後，對淨宗才相信。這個法佛說得很多，叫難信之法，是真的。所以諸位曉得，我入門是從哲學入門，多少受哲學的影響，前三年完全受影響。後來愈研究愈深入才知道，真的是方先生所講的高等哲學，不是一般的哲學，愈深入，才真正體會淨土是圓滿的教學。我的老

師用淨土經勸我，我對老師尊敬，我不毀謗淨土，我對這淨土很崇敬，但是不願意學它。年輕的時候，喜歡學大經，大經大論。一直到我看到文殊菩薩、普賢菩薩、觀音菩薩、彌勒菩薩，他們到最後全部都是因淨土而證道的，我才很細心去觀察，漸漸體會到這個法門。

如果我們學了之後不能把它變成生活，經裡頭的法味你嘗不到，那也就是經中的法喜你得不到，再說淺顯一點，你的身心健康得不到。中國古人常講「人逢喜事精神爽」，這心情很快樂，身心自然健康，不會有毛病。有憂慮、有煩惱、有牽掛，他沒有辦法得到快樂，他生活得就很苦，這個我們不難體會。老師教給我的三句話，最後的一句是「學佛是人生最高的享受」，我要得不到這個享受，那不叫白學了？真得到這個享受！我把這個東西介紹給別人，別人會相信。

早年我住在美國，也住了一段很長的時期。我們的鄰居，時間久了，鄰居也熟了，見面打招呼了，他就來訪問，他問我是學哪一個行業的。我說你為什麼問這個事情？他說我看到你們每天都那麼樣的快樂，你的快樂從哪來的？我就了解了，我就告訴他，我們是學佛的，佛裡面是學淨土宗的。佛，他知道一點，不很清楚，不是很清楚。因為在美國佛教，禪宗跟密宗很興盛，淨土知道的人不多。我說我們學這個法門，釋迦牟尼佛教給我們，有三樁事情，第一個清淨心，心地很清淨，他說這個我們喜歡；第二個長壽，無量壽，他也喜歡；第三個，快樂，他說這三樣東西我們都喜歡。

我問他，你是不是基督教徒？是的。我說好，我們的小道場，我在那邊講經，有個小道場。我說我們每個星期六，可以為你們信仰基督教的開一堂課。這堂課教什麼？教清淨、教快樂、教長壽。他很高興。我說你們星期天進教堂，星期六進佛堂，教堂裡面的神

是你的主，是你的父，星期六到佛堂來，佛是你的老師，沒有衝突。你看，在家有父母，上學有老師。他們聽了很快樂，我們星期六的人就愈來愈多。真的幫助你破迷開悟，離苦得樂。所以佛弟子一定要懂得，學佛是好事，不要破壞他宗教的信仰，佛陀在世如是，我們學會了。你看看許多經典裡面講到婆羅門，講到許多其他宗教，跟佛學習，佛統統接納，都是佛的學生，佛沒有改變他的宗教信仰，這一點我們在經典上要留意，我們要學習。

任何宗教都可以學佛，為什麼？你看看，淨宗法門講的多簡單、多單純，你來學什麼？來學清淨心。我相信無論哪個宗教，都要有清淨心，都應該要長壽，應該要快樂。幸福快樂美滿的人生，在佛陀教學裡面可以得到，可以學到。所以我們把它，我是一直都把它看作教育，我沒有把它看作過宗教。佛是我們的老師，我們稱本師釋迦牟尼佛，是我們的老師，我們自稱弟子，弟子是學生，我們跟佛的關係是師生關係。他們宗教跟神的關係是主僕的關係，是父子的關係，一點都不衝突。所以我們完全依照佛陀教誨，與一切宗教往來，非常和諧、非常融洽。最先我還以為，還要有幾次辯論的，十幾年來一次都沒有。

現在時間是不是到了？好，今天我們就學習到此地。