

請掀開經本，《地藏菩薩本願經》綸貫第二十頁，第四行。我們接著說明「心寂三昧」跟「一行三昧」。「三昧」是佛教的術語，意思叫正受，從梵文字面上翻作正受，也就是正常的享受。換句話說，凡夫享受是不正常的。佛在經上告訴我們，六道凡夫的享受有五大類：苦、樂、憂、喜、捨。苦、樂是身的享受，憂、喜是心的享受，這是身心的受用；捨受，就是身不感覺得有苦樂，心也沒有憂喜，這個時候的享受就叫捨受。這五種受裡面，當然是以捨受為最好。為什麼凡夫叫捨，不叫三昧？因為凡夫在這個境界的時間很短促；換句話說，捨受不能夠永遠保持。如果捨受永遠保持，那就是正受，就叫做三昧。由此可知，世間人修定，定是捨受，定中身沒有苦樂、心沒有憂喜，所以佛經裡面講這個樂叫禪悅，禪定當中的喜悅，這是正常的。四禪八定都是屬於捨受，不稱它為正受，是因為它有時間限制。縱然第八定功夫很深，定的時間能夠相續到八萬大劫，時間可以說是相當長。佛在經上講，一個大劫就是我們這個世界一次的「成住壞空」，世界成住壞空這叫一個大劫，八萬大劫就是世界成住壞空八萬次，諸位想想，他這個定功多深，在定中境界這麼長。

八萬大劫如果要跟無量劫來相比，時間太短了。無量無邊阿僧祇劫，你八萬大劫算什麼？可是八萬大劫對我們來講，這個時間不可思議，是天文數字。但是從無盡時空裡面來說，它很短暫，所以它還是屬於捨受，不能算是正受，正受得到之後永遠不會失掉。什麼人才真正得到正受？在佛法裡面講小乘阿羅漢果。證得阿羅漢，他的正受不會失掉了，這是真正的聖人，他是小聖不是大聖。由此

可知，「心寂三昧」就是我們一般講的「漏盡通」。六道裡面的這些聖者，像色界天人、無色界天人，他們只有五通，沒有漏盡通。什麼叫漏盡通？「漏」是煩惱的代名詞，煩惱盡了，見思煩惱斷盡了，這個時候就入心寂三昧。換句話說，人還有是非人我、還有貪瞋痴慢，你的心就不寂，「寂」是清淨的意思，你的心就不清淨。心清淨了，你的受才叫正受。由此可知，學佛不能不斷煩惱，這個要知道。如何把我們的凡情、煩惱淘汰盡，這是我們修行第一個重要的課程。

四弘誓願，第一教我們發心，「眾生無邊誓願度」。這一句話用現代的話怎麼說？就是我們要發心為無量無邊的眾生服務，「度」就是服務的意思，犧牲貢獻，服務一切眾生。可是你想為眾生服務，要有服務的能力，你沒有能力拿什麼服務？所以你要有德行，你要學問，你要才藝，你才能為一切眾生造福。你什麼都沒有，心裡想為眾生服務，能力做不到。所以要成就自己先要成就自己的德行，成就自己的德行先斷煩惱，成就自己心寂三昧、一行三昧，你到這個境界，你才有能力為眾生服務，你才有能力幫助一切眾生。佛法裡面教導我們，我們用什麼方式來幫助眾生是最究竟的、最圓滿的，是得最殊勝的利益？佛跟我們講是「教學」。釋迦牟尼佛為我們示現，他是義務的多元文化社會教育工作者，用這種身分、這種方法來幫助一切眾生。這種方式一定要有真實智慧，沒有真實智慧做不到。

真實智慧從哪裡來？從心寂三昧而來的，從一行三昧而來的。一行三昧比心寂三昧還要深，所以先修心寂三昧。心寂三昧是三三昧，「無覺無觀」的成就，佛在經上告訴我們，這是三禪到四果羅漢的境界，我們要不從這個地方修學怎麼行？怎麼個修法？《無量壽經》上佛告訴我們一句話，「洗心易行」。我們要把自己的心好

好的清洗清洗，心裡面太髒、太污濁了。無量劫來我們心裡面天天在薰習，薰習是非人我、貪瞋痴慢，被無量無邊的惡業薰習，妄想分別執著，要把這個東西清除洗掉。佛在經上教給我們「洗心」，心裡面這些骯髒東西洗掉了，你心就清淨、就寂了。你不肯做這個功夫，心寂三昧怎麼會達到？心不清淨哪來的智慧？清淨心能生智慧，清淨心是智慧的根源，《般若經》上講「般若無知」，無知就是清淨心，清淨心起作用就是「無所不知」。我們要想幫助一切眾生，諸佛菩薩普度眾生，為一切眾生講經說法，幫助一切眾生破迷開悟，他自己不破迷開悟，怎麼能夠幫助別人破迷開悟？他自己沒有成就真實智慧，如何能夠幫助別人成就真實智慧？所以洗心易行多重要！

「行」是行為，過去我們的行為都是自私自利，都幹一些利己損人，這個行為是錯誤的，這個行為是罪惡。尤其是毀謗三寶，障礙正法，那個罪過就更大了。《發起菩薩殊勝志樂經》裡面，一開端佛講了一個公案，我們要記住。佛說，在那個時代有兩個出家的比丘，講經說法利益眾生，聽眾很多，法緣很盛，就引起一些人嫉妒、障礙，造謠生事來破壞法師，使這一些聽眾對法師喪失信心，幹這樁事情的人墮阿鼻地獄。佛在經上講，佛說墮地獄的時間，若從我們人間來算，以人間年月來計算是一千八百萬年。而墮落在地獄裡面的人他的感受，在地獄裡面受的苦，感受的是無量劫。人間的時間好像短，地獄的時間就很長了，這是我們現在人講的時差。地獄裡頭生活是度日如年，我們人間一天，他在裡面就好像過了一年一樣。地獄出來變畜生、變餓鬼，再轉世到人間，貧窮下賤，六根不全，受種種苦難。諸位想到造業的時候很容易，時間很短，可是將來受果報，這個苦楚不可思議。人為什麼要造這種業？為什麼要生嫉妒心？

佛在經上講得好，你要是一念善心交感，你就造了無量無邊功德。什麼是善心？沒有嫉妒，稱揚、讚歎，不但不障礙，而且勸導大家對這個法師有信心，接受法師的教誨。法師不管他是不是真的有道德、有修持，只要他講得不錯就行了，聽眾得利益就好了，我們要明白這個道理。天台大師講：「有解無行」，這是說什麼？這個法師很難得，他真正懂得佛法的道理，沒有講錯，他自己沒有做到，他能講、能教別人，自己沒有做到，是「國之師也」。這個人是什麼人？國師，他有能力做別人的老師，我們對他要尊敬。如果說「有解有行」，解行相應，是「國之寶也」，那就更值得人尊敬。天台大師這種教誨，我們要是明白接受了，依教奉行，我們這一生就積功累德，成就就不可思議。

我們往往是隨順自己錯誤的見解，自己的分別執著，把許許多多佛法的機緣破壞了。我們自己破壞，自己受災受難，這沒有話說；而把許許多多眾生修學佛法的機會斷掉了，這個罪業就重了。佛家講，斷人的身命罪小，斷人的慧命罪就重。為什麼？身命得到不難，可是遇到佛法的機會太難。得人身，《地藏經》講：「人死了之後，如果他這一生修五戒十善，四十九天他又回來了，又得人身了。」說明得人身的機會多，但是聞到佛法的機會就太少太少。你們想想，釋迦牟尼佛的法運一萬兩千年，一萬兩千年之後佛法就沒有了，滅了，下一個機會再遇到佛法，要等到五十六億七千萬年之後，彌勒菩薩出現才有佛法。有佛法的時間是一萬兩千年，沒有佛法的時間是五十六億多萬年，你把人這一次聞法的機會給斷掉了，你的罪過多重！阿鼻地獄永劫不得翻身。

人為什麼要造這種罪業？造這種罪業的人，現在我們看得太多了。法師講經說法，障礙他，不叫他去聽經；發心聽經，也要藉其他的方法把他攔住，帶他到歡樂場中去消遣，聞法的機會斷掉了，

尤其是正法。這個時代，世尊在《楞嚴經》說：「邪師說法，如恆河沙」。邪師說法，你把他的緣斷掉，還沒有什麼大罪過，如果是希有正法，你把他的緣斷掉，你的罪過就重了，這是我們自己要反省、要檢點、要改過自新。我們的心極不清淨，完全是為了自私自利，為了自己的權力地位，爭名奪利，在道場上產生了許許多多的障礙，我們有沒有覺悟到，知不知道要從這個地方回頭？所以這是世出世間沒有比這個罪業更大的，五逆罪裡面這是破和合僧。

諸位要曉得，五逆罪這五種是重罪，是墮阿鼻地獄的罪。這五種愈是往後面，罪愈重，前面第一、第二是殺父親、殺母親，墮阿鼻地獄，第三是殺阿羅漢，第四是出佛身血，第五是破和合僧，破和合僧就是破壞僧團，破壞弘法利生的機緣，這個罪過在五逆罪裡最重，比殺阿羅漢、比出佛身血的罪還要重。什麼人造？都是學佛的人造的。出家人、在家人互相嫉妒、互相障礙，造這種極罪大惡，自己完全不知道，到地獄果報現前的時候，後悔來不及了。所以佛在經上教給我們「洗心易行」，一定要把妄想分別執著斷掉。我勸真正發心修學的同修，從哪裡下手？一定要從有思想控制一切人事物，這個念頭就是錯誤，從這裡下手。把控制一切人事物的念頭斷掉，把佔有一切人事物的念頭、行為徹底斷掉，從這裡下手。如果你還有念頭控制人事物，有念頭佔有人事物，你就完了，這個念頭就造無量無邊的罪業。人生在世很短暫，幾十年一剎那就過去了，千萬不要誤會來日方長。來日方長是迷惑人說的，真正聰明覺悟的人，他知道來日苦短，這是真正覺悟了。

一九七七年，聖懷法師、謝道蓮居士請我到香港來講經，那個時候距離香港回歸還有二十多年，日子很長，想想看那一天不就像昨天一樣？聖懷法師老了，我也老了，聖懷法師跟我年齡差不多，謝道蓮居士已經走了，過世了。所以一定要覺悟，來日苦短，不是

方長，為什麼不多做一點好事，多做一點利益眾生的事情？聰明人捨己為人，能夠捨棄自己的利益，捨棄自己的地位，捨棄自己的權力，成就別人的好事。好事當中，無過於弘法利生，無過於培養繼起的弘法人才。早年我們在台灣，建立一個小小的「華藏圖書館」，韓館長對於培養弘法人才非常熱心。那個時候我們相當困難，道場很小，有幾個年輕法師在我們那裡共修，韓館長非常歡喜，跟我商量，我們辦佛學院來培養人才。到以後從外面來了一個法師，說香港這邊辦佛學院，勸他們到香港來求學，這些法師們心動了，也沒有告訴韓館長，等到韓館長宣布我們決心辦佛學院，他告訴館長不必了，我們過兩天就走了。館長問他到哪裡去？到香港去。這一盆涼水澆了之後，館長對於培養弘法人才的念頭，從此之後就斷掉了。你們想想這個罪過多大？這個罪過出家人造的。

到她晚年的時候，李木源居士找我在新加坡辦培訓班，館長非常勉強的答應，而且跟我講只辦一次，她對於年輕人修學沒有信心。這一次辦完了之後，接著辦第二屆，館長也勉強同意，告訴我：「好，就辦兩屆，以後不要再辦了。」我說好。第二屆辦完之後，學生出了一個特刊，這個刊物送給館長看，館長看了之後非常感動，沒有想到有這麼好的效果，才告訴我這個班應當長期辦下去。館長是個有智慧的人，不是完全感情用事，看看這些年輕學生真肯學，學得有心得，她就受感動，可見得她不是一種情執，不是頑固，通情達理。她往生的時候，兩次見到阿彌陀佛，一次見到蓮池海會，走得那麼安詳。入殮的時候，一個星期全身柔軟，瑞相希有。她有智慧，心地慈悲善良，真正護持佛法，我們對她的恩德是永遠感念。不是一個沒有智慧，感情用事，只曉得爭權奪利，障礙佛法，破壞法緣，造作無量無邊罪業，那不能相比。一個是佛菩薩再來的，一個是惡魔、羅剎來障礙佛法的，怎麼會相同？所以我們要不斷

貪瞋痴，不把是非人我除掉，不真正從控制一切人事物這個意念上下手，我們在佛法上修學就很難獲得成就。所以心寂三昧多麼重要！

實在講，我們能不能入心寂三昧？很難。你要入心寂三昧，你就證阿羅漢果，你就超越六道輪迴。所以我們曉得，這一樁事自己做不到，做不到也必須要伏煩惱。心寂三昧是斷煩惱，斷不掉要伏，要控制住自己的妄想習氣，控制住自己的煩惱，不讓它發作，斷惡修善，不要說救眾生，先救自己，惡業造多了必墮地獄。這些事實真相，說實在話，現在許許多多學佛的同修都難以相信。他敢作惡，不怕受果報，他不相信因果報應，所以他敢做；如果相信有因果報應，他就不敢做了。因果報應的理跟事講得太少了，這是我們這個時代遠遠比不上古代。古代因果報應說得多，在家裡父母說、長輩說，在學校老師說，在社會大眾都說，所以大家都有這個概念，起心動念，造作行持，自己都會有約束，縱然造惡，惡也不離譜，還都能講得過去，不是大惡。我們在《感應篇》裡面讀到，有許許多多造作罪惡的人，年歲大了他會懺悔，他會回頭。年輕的時候，他無知不相信，年長的時候覺悟了，回頭了，努力修善。

修善要從心地，絕對不讓自己心裡面有一個惡的念頭，你從這裡做就好。心裡頭有惡念，你這個心是惡的，你受惡的薰修，這變成惡心。你要真正想回頭，真正想修，祖師大德教給我們的方法，決定不念人惡。惠能大師在《壇經》裡面跟我們說：「若真修道人，不見世間過」，這一句話說得好，說得重要！世間所有一切人的過失，我們心裡頭一概沒有，就是絕不記他的過失。你的心就沒有惡了，沒有過了，心裡面所存的都是世間的善。一切人的善我記住，一切人的過失，我絕不把它放在心上，這叫洗心，洗心是這個洗法。記別人的過錯，我們的心是個惡心，是個不善的心；不善的心

起作用，就是不善的行為，就造不善的業，聰明人不幹這個事情。所以世間一切人以惡意對我，我都把他忘得乾乾淨淨，絕不在意。毀謗我的、侮辱我的、陷害我的，甚至殺害我的，都不要把他放在心上，使我們的心純善無過。一切眾生對我們有恩德，對我們有好處，決定不忘記，永遠活在知恩報恩，沉浸感恩的境界當中，你就是純善。

純善無惡，天地鬼神都尊敬你，你這一生決定遇不到凶災。中國人所謂「逢凶化吉，遇難成祥」，什麼道理？心之所感，你是個純善之心，你心裡頭沒有惡。如果心裡存惡念，你所遇的境界恰恰相反，明明是好的、吉利的，你就碰到禍害，逢吉得凶，逢福得禍，《感應篇》裡面所講的，你這一生事事不如意。所以吉凶禍福都在一念之間，為什麼不在心理上做一百八十度的大轉變？我們學佛有沒有成果，就在看你心地轉變的幅度。你要是做一百八十度的轉變，你得到的結果是圓滿的，你做九十度的轉變，你得到的結果是一半，可見得佛法的修學都在自己，不在外境。外面的人事環境、物質環境與自己修持不相干，都在自己的存心，都在自己的用心，一定要用純善之心，用純粹利益眾生的心，不可以自私自利，自私自利就造無量無邊罪業，三途苦報你就永遠不能脫離。這是我們講到心寂三昧。

從心寂三昧再向上提升就是一行三昧，一行三昧經論上講得很多。什麼叫「一行三昧」？用個最淺顯的話來說，「一門深入，長時薰修」，就是一行三昧。心定於一個法門，定在一部經上、一個法門，修成三昧，就叫一行三昧。在佛法裡面，無論是哪個宗派、無論是哪個法門都重視，只有一門深入你才能成就三昧。你的成就一定是先得心寂三昧，然後從心寂三昧提升入一行三昧。心寂三昧是小成就，一行三昧是大成就。在經典裡面解釋這個名詞，一行三



昧是「唯專一行，修習正定」。它有事有理，理一行三昧就是「定心觀真如一理」，《華嚴經》就是，《法華經》也是，這是理一行三昧。《文殊般若經》說：「法界一相，繫緣法界」，就是一行三昧。華嚴家他們修行的方法是法界觀，你們看看賢首宗的教義，華嚴法界觀就是明瞭法界是一相。我們最近也在講《華嚴經》，說到虛空法界一切眾生是一體。什麼一體？虛空法界一切眾生就是自己。這樣入觀就是法界觀，這就是一行三昧，理上的一行三昧。一行三昧成就了，盡知恆沙諸佛法界沒有差別。

昨天晚上，我們在此地道場做了一個簡單介紹，說明華嚴的境界，虛空法界一切眾生都是諸佛如來，所以你才見佛。「入一行三昧已，見佛無數」，無量無邊諸佛，你都見到了。無量無邊諸佛在哪裡？一切眾生。一切眾生是真佛，決定不是假佛，是你自己迷了，你見不到。迷的什麼？你有妄想分別執著，你見不到佛，離開妄想分別執著你見到佛了。佛是什麼？佛是真如本性，虛空法界是真如本性變現出來的相分，能變的是佛，所變的怎麼不是佛？當然是佛。我們自己迷失了自性，換句話說是個糊塗佛。但是在明白人眼睛當中看起來，知道你是暫時糊塗，就好像一個人喝醉酒了，發酒瘋，不能就否定他不是人，他還是人，還是個好人，他酒瘋過了之後就正常，他不是瘋子。佛菩薩看我們眾生，是暫時迷惑顛倒，很快就恢復正常，所以他把我們當作真佛看待。我們遇到真佛，把他當作醉漢看待，也把他當作糊塗人看待。佛眼睛看眾生是佛，眾生眼睛看佛菩薩也是眾生、也是凡夫。這不就說明了境隨心轉，境緣沒有好醜，好醜在於心。你的心善，看世界所有一切眾生都善，沒有一個不善；你的心惡，看佛菩薩都是惡人，天下沒有一個好人，所以都在一念之間，看你怎麼轉法。

《大乘起信論》也說一行三昧，你要是依一行三昧，你就曉得

「法界一相」，盡虛空、遍法界是一個相，這一個相就是實相、真相。你就看出來，「一切諸佛法身與眾生身平等無二」，這叫一行三昧，所以一行三昧的根本是真如自性。禪宗六祖惠能大師在《壇經》說：「若於一切處，行住坐臥，純一直心，不動道場，直成淨土」，這叫做一行三昧。「一行三昧」也叫做「一相三昧」，禪宗裡頭非常重視。一切時、一切處，行住坐臥純一直心，什麼叫直心？直心是一念不生，宗門講：「不思善，不思惡」；直心就是清淨心，就是《彌陀經》講的「一心不亂」。如果我們在一切時、一切處，你這個身體走著也好，坐著也好，站著也好，躺在床上也好，不起心、不動念，不分別、不執著，這個時候就是一行三昧；心裡頭動個念頭就錯了，一行三昧就失掉了。在這個時候，你的身心跟虛空法界融合成一體，這是真正的淨土，法性土現前了。諸位要曉得，法性土跟法相土是在一起的，我們凡夫落在法相，不知道法性；入一行三昧的人，知道法相就是法性，性相不二，這是從理上說。

如果從事上說一行三昧、一相三昧，就是念佛三昧；換句話說，我們一心念佛就是事上的一行三昧、事上的一相三昧。由此可知，念佛法門的殊勝，念佛法門是直接修一行三昧。我們為什麼得不到一行三昧？一行三昧就是《彌陀經》講的「一心不亂」。我們念佛為什麼不能得一心不亂？是我們心不清淨，我們沒有真正做「洗心易行」的功夫，沒有遵照《無量壽經》的理論方法來修行。修行就是易行，改變我們錯誤的行為。從哪裡改變起？我剛才所講，一定要從我們自己的心裡面，放棄一切惡的記憶，把一切惡的記憶念頭捨棄得乾乾淨淨，用善念取而代之。記一切眾生的善，不要記一切眾生的過惡，永遠生活在誠敬、感恩的境界之中，你說這個人生活多麼充實，生命就有意義、有價值，沒有罪惡。知道別人以惡意

對我，不是他的本意，是他的誤會，這話是真的，不是故意做此想，都是事實真相。他對我們認識不清楚、不了解，聽信別人的謠言，或者是看錯我們的行為。我們的行為，心行都是善的，可能我們的手段方式是不善的，他不了解。不善的手段可以達到善的目的，他沒有看到後面的目的，只看到眼前我們的造作，產生了誤會，這種事情自古以來往往有之。

我們決定不能夠記仇、記恨、記人家的過失，這種心是非常不善的心，一定要記別人的好處。別人照顧我們一天，供養我們一餐飯，這個恩德都不能忘。大家知道韓信，他所以能夠建功立業，最大的長處是不忘恩。自己在窮困挨餓的時候，漂母給他一碗飯吃，他一生不忘記，自己成功之後，還找這個人報恩，這是值得我們效法的，值得我們學習的。滴水之恩，終身不忘，再大的過失，再大的侮辱陷害，一笑了之，絕不在意，這是我們修行證果的本錢。你要沒有這個基礎，沒有這個本錢，你怎麼樣苦修，你也不會證果。所以希望大家要注意這些事，不在這些事上下功夫，我們念佛怎麼能成就念佛三昧？所以許多念佛同修告訴我，功夫不得力，不得力的原因不知道在哪裡。甚至於在念佛堂領眾修行的法師功夫也不得力，為什麼不得力？下了堂之後還有是非人我，言談之間還記得過去哪個人對不起我，還有這些念頭在，他功夫怎麼能得力？不可能。講經說法的法師，對於過去恩恩怨怨沒有忘記，他就不開智慧，他講經永遠不會有進步。講經沒有進步，就說明他修行的功夫沒有進步，這一定道理。你真有修養，你才能講得出真東西，講得出真味道來。

《文殊般若經》有一段話：「若欲入一行三昧，應處空閒，捨諸亂意。」捨諸亂意這一句話要緊，亂意裡頭最嚴重的就是恩怨，要把這些不善念頭捨盡。還得「不取相貌」，不取相貌怎麼說？不

著相。然後「繫心一佛，專稱名字。隨佛方所，端身正向。能於一佛，念念相續，即是念中，能見過去未來現在諸佛」。這個事情我們同修當中有，有人告訴我，他在念佛的時候見到很多很多佛，但是他不是常常見。那是什麼回事情？一念相應，很短的時間，這一念他心裡頭確實萬緣放下，心地清淨。雖然這個時間很短，是一剎那之間，一剎那之間就有感應，他就見到無量無邊諸佛，或者聽到無量無邊諸佛念佛的聲音。這是證明，證明這個事情是真的，不是假的。我們沒有這個感應，換句話說，我們從來沒有一念清淨過，所以你得不到感應。得不到感應，也不必求感應，有求感應那個念頭是妄念，障礙感應，不要求，自然的，心地清淨自然這個境界會現前。現前也不要歡喜，一生歡喜心又錯了，你又起心動念，馬上就墮落了、就回頭了。這是我們要了解，修行當中的境界。我們再看下面文：

【入一行三昧已，見佛無數，發深廣心，住堅信位。】

底下這兩句話重要，『發深廣心，住堅信位。』我們有同修一念相應的時候見佛無數，但是底下這兩句沒有，所以他還是凡夫。如果見佛之後，下面這兩句他有，他立刻就入菩薩位，他就超凡入聖。「發深廣心」是什麼心？深廣心是菩提心，真正覺悟的心，堅定自己的信心，這個信心永遠不退、永遠不失。淨土宗裡面信、願、行，你的信心建立了；信心建立之後，願心就生起來，願生淨土，願度眾生；有願必有行，你念佛不會間斷，你會隨時隨處勸導一切眾生念佛。勸人念佛是化他，自己念佛不間斷是自度。你一定會像諦閑法師教導鍋漏匠那個方法，你會很喜歡，你會很羨慕，你會很認真努力去做，有空就念佛，念累了休息，休息好了接著念，決定不放鬆。這世間所有一切緣統統放下了，不再放在心上，隨緣度日，決定得生，前途一片光明。佛家說「一片金色光明」，無比殊

勝的光明。

【於奢摩他，毗婆舍那，二種觀道，決定信解。】

『奢摩他』、『毗婆舍那』是梵語。「奢摩他」翻成中文是「止」的意思，「毗婆舍那」是「觀」，這兩個名詞合起來是止觀。止觀這兩種修行的方法，『決定信解』，這個說法大家還是不太好懂，我們再換個名詞，還是這個意思。「奢摩他」是放下，「毗婆舍那」是看破，這大家就好懂。看破是觀，放下是止。觀是觀見，就是明白、了解，不迷了。止是徹底放下，放下什麼？放下妄想分別執著，放下是非人我，放下名聞利養，放下貪瞋痴慢，自性裡面沒有的東西統統要放下就對了，自性裡面有的就完全現前了。自性裡面有的是什麼？無量的智慧，無量的德能，是自性本具的，自然就現前。所以這兩個名詞，我們用看破、放下，大家概念就清楚多了。對於這個「決定信解」。你相信一切諸佛如來，他們過去從初發心修行證果，達到如來的果位，用什麼方法？就是這兩種方法。看破幫助你放下，放下幫助你更深一層的看破，看破、放下相輔相成。

我學佛，實在講是很幸運，沒有走冤枉路。我二十六歲，方先生介紹佛法給我，一個月之後我認識了章嘉大師。第一天跟他老人家見面，就向他老人家請教，有什麼方法能幫助我很快的入佛門？大師教我六個字：「看得破，放得下」，我是第一天得到的。他這個講法，我能夠懂得、能夠理解，我向他老人家請教從哪裡下手？他教我「布施」，我有了一個入手之處。布施是真正放下，難捨能捨。你捨，智慧才現前。智慧為什麼被蒙蔽不能現前？是因為你樣樣放不下，障礙你自性般若智慧。你能夠放下，你智慧的障礙就沒有了。放下，智慧就現前，智慧不開的原因就是放不下。

看破、放下從哪裡下手？從放下下手，這是他老人家教給我的

。我依教奉行，我真正做到了，實在講，不是很高的功夫，中國古人講：「與人無爭，於世無求」，這八個字我做到了。所以我的心比別人清淨，我的情緒比別人要自在，清淨、自在是從這個地方得到的。我感恩章嘉大師，這是章嘉大師傳授給我的，我一生得這個受用。以後學佛，愈學愈知道這兩句話的真實，到現在才完全明瞭，一切諸佛如來從初發心，無量劫修成究竟圓滿的佛果，就是這兩個方法。章嘉大師有智慧，他不用奢摩他、毗婆舍那，要這樣講法我就不懂了，我就沒有入手之處。他把這兩句話講成「看得破、放得下」，奢摩他是放得下，毗婆舍那是看得破，我就好懂了。

布施，不但是財要布施，身外之物要布施，最重要的把貪瞋痴布施掉，把是非人我布施掉，把自私自利布施掉，把權力欲望布施掉，還得把所有的一切嗜好也布施掉，這個重要。人如果不離愛欲、不離嗜好，就永遠不能離開三途六道，三途六道根本的原因就是這個。所以愛欲要布施掉，嗜好要布施掉，生活一切隨緣。我們今天生活，還要記住釋迦牟尼佛托鉢的精神，我們今天接受供養就是托鉢，人家供養什麼，我們就吃什麼，不要有分別，不要有執著，沒有好壞之分，在這樣恆順眾生當中修隨喜功德。功德是什麼？把我們的嗜好捨掉了。我們今天只取需要，不取愛好。飲食是所需要的，要滋養身體；絕不去愛好，我想吃什麼東西，想要什麼東西，那是你的愛好。所以嗜好不取，只取需要，這就對了。而且只取應量，應量是我需要多少量，譬如吃飯，我只需要一碗，我就吃一碗，不會看到今天菜不錯，今天可以吃三碗、四碗，那貪心就起來了；菜好也吃這麼多，不好也吃這麼多，應量。這樣過一生，真的是快樂自在無比。

我自己一生沒有道場，道場都是別人的。我自己也沒有信徒，天天跟我的這些出家人，韓館長度的，不是我度的。哪個人要到圖

書館出家，要得她同意，我同意不行，我沒有權。你們出家人名字都是館長起的，所以是跟韓館長出了家，不是跟我。你們叫我「師父」是掛名的，有名無實。韓館長往生之後，我再不會給人剃度了。我從出家那一天起就羨慕印光法師，印光法師一生不作住持，不建道場，不收出家徒弟。他收學生，不收出家徒弟，不作傳戒師。我也希望我這一生當中，能夠學得像印光法師，在末法當中，特別是在現代社會，自己能得自在！

最近北京那邊的同修，也有不少長者，歡迎我到北京去落戶，我是念念在懷，希望落葉歸根，我已經老了，難得北京許多長者歡迎我。如果我到北京去落戶，我只蓋小茅篷，我不要找建築師。我找誰？找鄉下老百姓，找三、五個人給我搭個茅篷，我這樣落戶自在。我建築一個道場，爭的人、搶的人就多，這是造罪業。我蓋小茅篷，送人人都不要，這才相安無事，清淨無為，我歡喜過這種日子。我樂意幫助別人，我可以幫助別人建道場，我自己不要道場，我自己一生作客不作主。主人歡喜我，我在多住幾天，多做幾次講演；主人不歡喜，我們歡歡喜喜趕快走路。絕不與人做冤家，絕不與人結冤仇，這是做人的基本態度，世出世間聖人教導我們的。

我們果然能夠認知、能夠明瞭，能夠依教奉行，這一生享清福，來生的福報真的是不可思議！人生很短，為什麼不修來生而貪著今生？貪著今生是錯誤的。能修來生，這個人眼光就遠大，才真正有前途，真正有幸福。我在北京，聽黃念祖老居士的學生告訴我，黃老居士跟他們聊天，談起淨空法師，他說：「淨空法師這一生要不往生，來生的福報不得了。」他來給我說，我笑笑，我說我還是要往生，我不要來生福報。為什麼？我們看到自古以來，多少帝王享大福報，可是享福的時候沒有不造業的，福報享完了還墮落，所以決定往生是正確的。捨棄人天大福報，決定求生淨土，這才是

智慧的選擇。

好，今天時間到了，我們就講到此地。