

在大乘佛法當中，大家可以說都有一段相當長時間的薰習，雖然不能夠透徹明瞭，多少也知道一些。佛法的修學，要用最淺顯的話來說，它的目的就是改善我們的生活，讓我們的生活過得更幸福、更美滿，與社會大眾、與天地自然能過得更和諧。為什麼要這樣做法？佛說得很清楚，事實上本來是如是，佛經裡面的術語，「法爾如是」，本來就是這樣，這就是最極真實、究竟、圓滿的。而我們今天過的生活，與本來的相違背了，所以才產生許許多多的苦難，這些苦難受得都很冤枉。我們要恢復到正常，恢復到自然，禪家講的恢復到本來面目，一定要認真修行，修行是修正我們錯誤的觀念、想法、看法。佛告訴我們，盡虛空遍法界是一個自己，為什麼是一個自己？是從自己心性裡面變現出來。就好像你作夢一樣，夢中境界無論如何廣大，都是自心變現出來的。夢中一切人、一切物、一切山河大地，乃至於虛空，夢中都有虛空，都是自心變現出來的。我們醒過來想想，夢中哪一物不是自己？夢中所有的人是自己，夢中所有一切別人，你喜歡的人、討厭的人都是自己，決定沒有一個從外面來的。不明真相，所以這個裡頭有分別、有執著、有煩惱；如果明瞭真相，那心自然清淨、自然就慈悲。佛告訴我們，十法界依正莊嚴，是我們自性清淨心裡面變現出來的。《華嚴》講得很透徹，「唯心所現，唯識所變」，識就是分別，所以說「一切法從心想生」，那個想就是識。心裡面有想，所以它現相，它能現相，這個相的變化就是想。所以怎麼個變法？

就是看你怎麼個想法，這個理不難懂，我們大家都想好，這個環境就很好；大家都想不好，這個環境就很惡劣。這不很現實的嗎

？這個世間裡面和平與戰爭也是如此，大家都想和平，這世界和平共處；大家都想戰爭，殘酷戰爭就現前。一切法從心想生，十法界是心想生的，西方極樂世界也是心想生。所以我們修淨土，修行最重要的關鍵，還是在觀想，憶佛念佛還是在想。想佛就成佛，想極樂世界極樂世界就現前，所以這個想的力量太大太大了。身體健康，想他有病，真的就生病，從前的慧忍法師，你們此地大概沒有人知道，他是在大陸上出家的。到台灣來是被人家抓軍抓來的，抓去當兵，小和尚抓當兵抓來。調到金門服務的時候，他就想怎樣脫離軍隊再出家，怎麼辦？裝心臟病，天天想，裝那個心臟病的樣子，過了三年真的得心臟病，從心想生的。沒病天天想裝那個病的樣子，結果真的得到了。所以我們懂得這個道理，我們要想調整身體的健康，可以不找醫生、可以不吃藥，觀想。在大陸上從前黃念祖老居士用這個方法，他的一些學生如果有生病的，全家念《無量壽經》、念觀音菩薩，一直念到病好。他們不找醫生，很有效，他的學生告訴我，很有效果，這是什麼？懂得觀想的原理。生病的時候，總是你有不健康的思想，把那個不健康的思想去掉，換成健康的，天天念佛、想佛，你這個生理上自然就調整了。學佛最重要的，就是有一個健康的想法，健康的想法一定要與宇宙人生的事實真相相應，那就健康；與這個事實真相不相應，那就是不健康。

事實真相《金剛經》上說得很清楚、很明白，無住生心，那是事實真相。所以真正能夠做到無住生心，那是最健康的，那就是佛菩薩。無住是心裡面，於一切法都沒有分別、都沒有執著，在一切法裡面都不起心、不動念，他心永遠是清淨的、永遠是平等的。「而生其心」就是慈悲，以清淨心、平等心幫助一切眾生回歸到清淨平等，這叫大慈大悲。眾生迷不知道，幫助他回頭、幫助他回歸，而生其心生這個心。我們在日常生活當中，每天面對著這些人事修

什麼？就修這個。我們起心動念馬上就覺悟錯了，這一句阿彌陀佛接上，阿彌陀佛，這叫真修行。不能讓這些妄念繼續發展，妄念繼續發展那就大錯特錯，不但是你道業不能成就，你身體健康也有問題。所以要真正放得下，我把為什麼放下？就是你能執著的心是假的，不是真的。《金剛經》上三心不可得，你所執著的一些相，這些法、這些相也是假的，因緣所生法。所以現在的科學家懂得，現在的科學家根本不承認有物質的存在，物質是什麼東西？波動的現象。這個說法，跟我們大乘經裡面講的意思很接近，大乘經上從心想生，心想的就是波變現的，所以它不是真的。世法、佛法都不是真的，你執著幹什麼？執著你就錯了，執著就有病。世法、佛法都不是真的，不是真的我們天天還在搞，搞它幹什麼？幫別人覺悟這是個工具。所以要曉得，它是個工具幫助別人覺悟。

我們也一樣，對自己來講的時候統統都捨了。對別人來說，他還沒覺悟，他還不懂，他還在很苦惱，我們要用這個方法幫助他。上上根的人一句佛號就行，他真的相信，那什麼都不要說了，他一句佛號就決定往生。中下根的人他不行，必須要詳細給他講解，把這些道理、事實真相說明，他才會相信、他才會理解、他才會回頭。所以我們自己修行的中心，就是《無量壽經》、《彌陀經要解》、《普賢菩薩行願品》，五經裡面我們取這三種，重點放在這個三種。《觀經》、《圓通章》、《金剛經》都可以輔助，都可以幫助，《金剛經》實在講，就是幫助我們看破放下，真正能看破放下他自然就老實念佛。老實念佛心裡頭除了佛號之外，什麼都沒有那才叫老實；心裡面有阿彌陀佛，還有別的東西在，就不老實、就夾雜，夾雜不能往生。所以真正修行、真正用功，就是不夾雜、不懷疑、不間斷。

你們大家都有願學講經，經講得好沒有別的，就真誠，你真正

做到，你講得自然會感動人；你做不到，講得再好不能感動人。感動人是要真誠，不是在言詞之巧妙，那個東西不行，那表面的。我們這個世間的文學、詩歌、小說、劇本，寫得再好，人家多看幾遍就厭了，就不想再看，那是什麼？那不是從真心裡面出來的。你寫得再美，人家欣賞時間很短，這個道理在此地。像四書五經、佛經，初接觸的時候很平淡，它裡頭有很濃厚的味道，真誠心出自於本性，所以它的攝受力量是無有窮盡的。你學講經在講台上也是一樣，你真誠心、慈悲心那個攝受力量很強。如果說名利心、好勝心那個攝受力量很淺薄，縱然有些愚痴人跟著你，時間不會長，一下發現你東西是假的，別人掉頭就走了。像這些事我們稍稍留意都能看得到，修行就在處事待人接物上，要從真誠下手，真誠從哪裡做起？從不妄語做起。從前司馬光講的從不妄語開始，不欺騙自己、不欺騙一切眾生。要謙虛、要恭敬，對任何一個人都要謙虛、要恭敬。我們吃飯，聽到有電話來了，如果找我的，說法師現在吃飯不能接電話，這不可以，這顯得太傲慢，架子太大。我們有事求人家，人家這樣答覆我們，我們高不高興？推己及人。

你們看古書上記載周公，孔老夫子最敬佩的。周公在吃一餐飯上，他辦三樁事情，人家來找，他馬上停下來，嘴裡面還含著東西就吐出來，去接待人。事情辦完了回來再吃，又來了一個，一飯三吐哺，三次，你看周公沒有架子。我們今天人很了不起，這個在道業上就不能成就。這是你們都必須曉得的，慢是大煩惱，貪瞋痴底下就是慢，哪裡可以這個樣？所以這是我們都必須要記住。這個事情太多太繁的時候，真正妨礙到自己用功修行了，古人用閉關，用這個方法，閉關就是不見客這個方法。像現在我們也可以約定時間，我們每天下午三點到五點鐘這兩個小時可以見客，大家要找的，有什麼事情見面談話，都約在這個時候，我們有一定的時間來見客

，這樣就不妨礙自己修行。現在這個社會亂，信仰宗教的人問題都特別多，不管信仰什麼宗教問題都一大堆，都不能解決。所以這是他們的苦衷，我們要了解，有能力幫助幫助他們。有些初學問題很多，跟他解答也很費時間、也很費精神，可以把這些錄音帶介紹給他聽。大多數問題我們都講過，你只要肯聽都解決了，我們出版這些書多看也都能解決。這個最好，這個比我們當時給他講效果還大，講的時候，有的聽一下就忘掉了。這個他自己去找，把問題解決，那個印象深刻。