

早晨講到「懺除業障」，說到了十種順流生死的心。對治當然也有十種，對治從後面說起。在順流十種生死心裡面，最後一種是撥無因果，所以對治第一個，我們要深信因果。

學佛基礎就是在相信因果，能夠相信因果，可以說入佛門就不難了。在晚近，印光大師教人，他是從這個地方開始，所以他特別是以《了凡四訓》與《安士全書》作為教誡初學入手。在禪宗最有成就的是虛雲老和尚，他老人家一生教誡學生也是以深信因果為第一個科目。他的《參禪法要》裡面，他所標榜的，第一條就是深信因果。實在講整個佛法都沒有離開因果這個道理。我們在《壇經》裡面看到法達禪師他一生專攻《法華經》，他念《法華經》念了三千遍，到六祖那裡參學的時候態度也是很傲慢的。三千遍要十年，《法華經》相當長，一天念一遍，三千遍也要十年。每天念一遍，持誦《法華經》，十年當然也是很難得的。所以見六祖的時候態度上有點傲慢，被六祖呵斥之後，他自己才覺悟。到以後自己說出來，雖然《法華經》念那麼久，六祖問他《法華經》的宗旨，他答不出來。以後六祖就開示他，《法華》是以一乘因果為宗旨。清涼大師在《華嚴經》裡面也給我們說出五周因果。所以世出世間法都離不開因果的定律，這是一定要相信。

第二就是要轉變無慚無愧，要對治。無慚無愧是煩惱，這是二十種隨煩惱裡面的兩種，也是很大的障礙。必須常常有愧責之心，看看諸佛菩薩在過去劫中跟我們沒有兩樣，現在他們成佛、成菩薩了，我們還在六道輪迴，這是我們不如人的地方，應當感到慚愧。再看看近代許多真正往生西方的這些人，距離我們不遠，那是真正

成就了（一往生西方就等於是作佛了，往生西方就作佛，一生成就），我們看看他們，再想想自己，應當要發憤、要努力。

我最近這兩年來看到兩個往生的。去年在香港講經的時候，香港中華佛教圖書館有個信徒，八十多歲的老居士，一個月之前就曉得，預知時至，無疾而終。這是真的，不是假的。一個月之前，他在圖書館借《大藏經》回去看，就告訴暢懷法師，那邊的館長，告訴他哪一天，日期都跟他講得清清楚楚，叫他派人到他家裡去取回《藏經》，他要走了。暢懷法師聽了都不相信，他說他要走了，難道他要往生？看看又不像，好像沒有這本事的樣子，他這種人怎麼可以往生？真是小看了他。難道要搬家？說不定要搬家。所以就不管他了。到了那一天就派人到他家裡去取《藏經》去，到他家裡的時候老居士還在看經，看到來的人，你來幹什麼？你不是叫我今天來取《藏經》的嗎？這個老居士說：是，沒錯，我是叫你今天來，沒有叫你現在來，把這個人打發走了。所以就過了兩天再去，他家裡人說老居士往生了。大家嚇了一跳，什麼時候往生的？把你趕走之後兩個小時。怎麼往生的？看經往生的，他坐在桌上看經走的。你看看多自在。暢懷法師他是學天台的，平常念南無本師釋迦牟尼佛，不念阿彌陀佛的，結果看他這個樣子，現在念阿彌陀佛了，曉得這是真的，不是假的，這是一點都不假。我們比不上人家，那麼自在，一個月之前就通知有關係的人，打招呼要走了，等於說辭行，你看多自在。

最近我從美國回來，在洛杉磯看到史清源居士，我們台中的老蓮友，也是這麼樣瀟灑，這麼自在。頭一天還跟他太太說，他要往生西方極樂世界了。他太太說他胡說八道。到第二天他真走了，也沒有害病。第二天早晨早飯很正常，跟平常完全一樣。到快到中午了，他太太給他做了一碗白木耳，他也吃了，十一點半走了，吃了

沒有多久就走了，沒有害病，真的，不是假的。所以看看這些人，我們自己應當要慚愧、要努力。我們將來往生，如果往生還有病苦，那我們就不如他們，他們沒有害病，沒病苦，而且預先都知道，哪一天走都曉得，這是念佛念成功了。這是最近我看到的兩個人。

所以，真正要想求生西方，求生西方好，是一了永了。這個世界縱然是將來輪迴再輪迴到人天，苦不堪言。你說我將來來世再做人，我都不願意幹了，因為我看到現在做人，你看那個小孩，從小學、中學、大學，念書苦死了，這不能幹，太苦了；離開學校到社會上，勾心鬥角，爭名逐利，太苦了，這個事情不能幹。所以說一定要把這個事實真相搞清楚，求生西方。這個世界什麼都是假的，什麼都不要爭執，應當是以求生西方為第一個願望，第一樁大事。

第三是怖畏惡道，這是對治前面講的第八不怕惡道。惡道可怖，不要說三惡道，人都太苦了，何況三惡道？你能夠怕墮惡道，就決定不做墮惡道的業，不要造這個業。惡道的業因當然很多，但是最重要的，你要曉得就是三毒煩惱，地獄道是瞋恚、餓鬼道是貪欲、畜生道是愚痴，所以貪瞋痴是三惡道主要的因素。我們在一切法、一切順逆境界裡面，不貪、不瞋、不愚痴，這樣才能夠不墮三惡道。所以這貪瞋痴的心一定要斷。

第四、不覆瑕疵，我們自己有過失不必隱瞞，應當當眾陳述，就是說出來，發露懺悔。第五、斷相續心，就是惡念一定要斷。惡念必定有，為什麼？無始劫以來的習氣，必定是有。有，不能夠相續，就是惡念才起來，馬上就換成阿彌陀佛，要很快的把它換過來，不能讓惡念繼續的增長，這樣就好。所以古德常講，「不怕念起，只怕覺遲」。念起不怕，那是無始劫的習氣，當然會起來，你要覺得快，這一覺，那個惡的念頭就不會相續，就斷掉了，這樣就好。第六、發菩提心。第七、修功補過，第七是對治前面第四講的是

縱恣三業，無惡不作，多修功德彌補過去這些過失。

第八、守護正法，護法第一要護自己的法，要護自己的正法，就是護自己的清淨心，這條非常重要。護自己，如果是發心求生淨土的話，要護持自己的信願行，對於淨土的信心決定不能動搖。如果這個信心不太堅固，有一個方法，就是除淨土之外的經典我不看，除念佛堂，其他的道場我不參加，這樣什麼？把外緣杜絕，培養自己的信心。如果自己信心非常堅固，那沒有關係，縱然接觸外道，你不會被他動搖，也許有機會還能夠度他們，能夠勸他們回頭，這個是很好的。所以要護持自己信願行，行就是執持名號，務必叫這句名號二六時中不要間斷。

諸位要曉得，念佛的功夫全在佛號上，念經、念咒是幫助的，是助修，不是正修。如果信願成就了，我們看看古來的大德，他們的功課就是一天十萬聲佛號，他也不念經，也不念咒，他什麼儀式也沒有，行住坐臥不離佛號，憶佛念佛。口裡面或者有斷的時候，心裡面不斷，心是憶念，心裡面想佛，口裡面念佛，他這個心裡頭的憶念不中斷的。《楞嚴經》裡面講的，「憶佛念佛，現前當來，必定見佛」。這個現前見佛，你看許多預知時至的，他要不現前見佛，他怎麼曉得他哪一天走？現前他一定見到佛，他知道什麼時候走。往生到西方極樂世界，那沒有話說，那見無量佛。這種殊勝的功德利益我們不能疏忽。

你要是念一念《無量壽經》，你才曉得阿彌陀佛建立他這個國土很不簡單，也很有道理。他在行菩薩道、修菩薩道當中曾經參學。我們看《華嚴經》善財童子五十三參，當然這五十三參是表法的，是代表菩薩階級的，五十一個階級的，代表這些。阿彌陀佛在因地裡面曾經參訪過二百一十億個佛國土，二百一十億，一個佛國土就是一個大千世界，他真是博學多聞。在諸佛國土裡面，他是取人

家的長處，捨人家的短處，建立一個盡善盡美的極樂世界，這是經裡面給我們講得清清楚楚。在我想，阿彌陀佛在法界他這個關係很深厚，凡是他去參訪過的國土，我相信都有最好的邦交。我們如果一往生西方極樂世界了，這最起碼的，二百一十億個佛國土我們去遊歷都不要辦簽證手續，這阿彌陀佛的學生，他們跟阿彌陀佛關係太厚了。

經上講，我們這個世界距離阿彌陀佛的國土，才十萬億個佛國土，這個距離很近，不遠，往返一次花不了好多時間。經上說，西方極樂世界，早晨吃飯之前，他已經去遊歷十萬億個佛國土，回來的時候才吃早飯。這個講十萬億佛國土，是只說到我們這裡為止，其實不止。有一些人不願意往生，為什麼原因？捨不得娑婆世界。如果明白這個道理，我還是往生好，為什麼？往生到西方極樂世界，我每天都可以回來看看，非常的親切。所以見阿彌陀佛就是見十方諸佛，最起碼的，像我剛才所說的，最低限度你會見到二百一十億尊諸佛如來，這是講與阿彌陀佛因地裡參訪有密切關係的，從事上說的；要從理上講，盡虛空遍法界無量無邊諸佛如來你都能見到。所以這個地方要不去，你到哪兒去？實實在在沒有任何一個淨土能比得上西方淨土，這是給諸位說真話，不然的話，《華嚴經》普賢菩薩不會介紹你去的。

這是守護正法，一定要護持我這個佛號二六時中不中斷。可是念佛，初念的時候常常會中斷，這個中斷就是業障。所以從前念佛為什麼一定要到念佛堂，因為念佛堂的佛號不中斷。譬如從前印光法師蘇州靈巖山，他們念佛堂裡面的阿彌陀佛佛號是日夜都不斷的。那怎麼辦到？輪流念，分班輪流念。到夜晚是分班，夜晚大家睡覺，四個人一班、四個人一班，就是至少是有四個人，保持這個佛號不中斷，比如一個人念兩個小時，兩個小時換一班，這樣子換法

。所以它的佛號是日夜不間斷，一年到頭不間斷，這念佛堂。你到那個地方去，它能夠常常提醒自己，自己怕忘記了，進了念佛堂就不會忘記了。所以是依眾靠眾，這樣成就人的。

現在也沒有念佛堂了，可是現在人有福報，你們帶上一個隨身聽，耳機一掛，「阿彌陀佛」，跟念佛堂沒有兩樣，比念佛堂還方便，為什麼？走到馬路上都沒有離開阿彌陀佛。所以要利用這些機器。我在國內外都教人，什麼錢都可以省，買隨身聽、買錄音帶這個錢不能省，這個太重要了，這是最好幫助我們助念的。所以要利用這些科學的機器，也要叫佛號日夜不要停。尤其現在的機器很進步，有自動迴轉的，自動迴轉帶子。

我也想將來建個念佛堂，叫二六時中日夜的佛號不間斷，我用什麼方法？用廣播電台。可能先在美國建立，我在美國有這麼一個構想，我們自己建個電台，二十四小時就是播放阿彌陀佛，你打開收音機就行了，打開收音機就能夠聽到佛號。所以我到美國去跟別的法師不一樣，他們要不答應我搞這些事情，我不會去的，我去幹什麼？到那邊去真正建一個念佛的道場，大家在一起共修，是到那邊建念佛堂去的。這是護法非常重要，就是先護自己，護自己的法就是護釋迦牟尼佛的法，護釋迦牟尼佛的法就是護諸佛正法。自己有能力的时候，必須要盡力的來弘揚，把佛法發揚光大，普遍的勸導一切眾生。

第九就是念十方佛。這個十方佛，諸位要曉得，十方佛或者是說念諸佛，或者經上看到諸佛名字，這些字樣統統都是講的阿彌陀佛，十方佛就是阿彌陀佛，阿彌陀佛就是十方佛。所以阿彌陀佛是十方一切諸佛的總名號，你記住這個。它的含義是無量覺，哪一尊佛不是無量覺？因此阿彌陀佛也是諸佛名字，也是諸佛的通號，這個一定要明瞭。否則的話，一看到念十方佛，好了，你就找《萬佛

名經》；我們過年圖書館打算拜千佛懺，《三千佛名經》。好了，你要是念那個，心都念亂掉了，到後來不曉得要跟哪個佛走好，這麼多的佛，《萬佛名經》裡面一萬二千多尊佛的名號，到後來你會無所適從。你要曉得，十方諸佛名號就是阿彌陀佛。

最後一條是講觀罪性空，這是對治妄計人我，起於身見，對治這一條的，這一定是以智慧的觀察，能夠真正的破見思煩惱。如果我們真正能具足修學這十條，這個十條修成了是無罪不滅，這是真正的懺悔，理事都有了。我們再看底下這段經文，三十二面，看經文：

經【菩薩自念。我於過去。無始劫中。由貪瞋痴。發身口意。作諸惡業。】

這是講行願之相。身語意，就是『身口意』，是造作惡業的工具，惡業是它造的，懺悔還要它來懺悔。諦閑法師這個註也註得很好，他說：

疏【貪瞋痴是業因，惑也。】

就是迷惑。

疏【身口意是業緣。】

因，如果沒有緣，不會結果。因，沒有緣，它不會造作，這個果就是造作。所以，內有貪瞋痴，外借身口意來造作。所造作的業一共有三類，一個是善業、一類是惡業、一類是無記業。他這地方講的「不動」，就是無記業，無記業說不上善惡。懺悔，當然善業不需要懺悔，無記業，就是說不上善惡的，也不需要懺悔，所以懺悔是專對惡業。不過在此地又有了個問題，那就是善與惡的標準很難辨別，這是個很麻煩的事情。不但在我們不容易區別善惡，就是整個佛法裡面這個善惡也有好多層次的標準。譬如通常我們講五乘佛法，這是講的最簡單的，人乘、天乘、聲聞、緣覺、菩薩這是五

乘佛法，五乘佛法就有五種不同的標準，這善惡有五種不同的標準。有一些高標準的善，大善，在我們看起來是惡，怎麼對他是善？所以實在沒有標準。嚴格的講，標準在哪？標準從心地生的。可以說一個原則，這個原則是永遠不變的，不管有多少層次，不管是三乘、五乘，都是守這個原則。能夠叫自他身心清淨的就是善，能令自己、能令別人身心清淨，就是能夠達到覺正淨的，這是真正的善。如果叫自他心地染污的，就是迷惑，迷、邪、染，那統統是惡。由此可知，不論境界，也不論事相，只論我們自己心地的感受，是覺正淨這就是善法，如果是染邪迷，這決定是惡法。你要能把握這個大原則，實在講善惡不難辨別。

譬如我們上午跟諸位舉的，像提婆達多、像歌利王這些，在我們看這大惡，是惡；可是在菩薩，他是善，在菩薩感受當中他是善，大善知識，為什麼？他成就他的覺正淨。諸位要仔細從這個地方去體會，善惡才能夠辨別得清楚。因此懺悔必定是從自己心地裡面改過自新，而不是在外面境界上，因為外境沒有善惡。這個意思六祖大師說得很透徹，他老人家在《壇經》裡面教誡學人，他說的「若真修道人，不見世間過」。你是不是真修道？你要真修道的人，他看不到世間人的過失。釋迦牟尼佛是修道的人，提婆達多想種種方法去陷害他，他眼睛裡看提婆達多是大善知識，沒有看到他的過失。他在行菩薩道做忍辱仙人，歌利王割截身體的時候，他沒有把歌利王看作惡人，他沒有，他沒有見到歌利王有什麼過失，他說歌利王是個大好人、大善知識，幫助他成就他的忍辱波羅密。他的忍辱波羅密是圓滿了，那是最後一個忍辱波羅密圓滿的相。如果沒有他，忍辱波羅密不能圓滿。六祖的話我們要好好的去體會。

他老人家又說，「若見他人非，自非卻是左」。你見到別人過是什麼？是你自己有過失，因為你自己有不善的惡心，與外面境界

相感，那個過是自己，不是他。外面境界相感應的時候，你自己如果是善心、清淨心，你在外面感的心愈清淨、愈善；自己心有惡，遇到外緣相感的時候，你這個惡念起來了，惡生了。所以是自己惡，不是他人惡，他人不惡，是自己惡。幾個人明白這個道理？幾個人能夠回光返照？你不能這樣回光返照，不錯，你是修行人，你不是真修行人。真修行人，決定是事事他能夠回光返照，這個是真正修行人。他在這一生修持當中決定有了不起的成就，念佛能得一心不亂，學禪能得禪定。如果常常見別人的過失，跟諸位說，念佛決定不能得一心，因為一心是清淨心，常常看到別人過失，你的心定不下來。

持戒也是如此，戒律自己持得再嚴，看到這個人又犯戒了，那個人又破戒了，你們想想他能不能得定？他不會得定，他心裡面起伏太大了。自己覺得我很了不起，他們都不如我，我的戒律很嚴，你看這個人又破戒了，那個又犯戒了，其實他自己糟糕了。持戒的目的是什麼？是要得定，持戒而不能得定，這個戒律是福報，人天有漏的福報。所以持戒是手段，得定是目的；但是得定並不是最後的目的，定還是手段，開智慧是目的。阿羅漢持戒修定，他只達到禪定，九次第定，沒有開智慧，所以最後一個目的他沒有達到。因此我們明瞭，戒律在佛法裡乃是手段之手段，定是手段，它是幫助得定的。要幫助得定，這個戒律只有戒自己，決定不戒別人。你要把戒律是叫別人持戒，你自己雖持戒，不能得定。應該怎麼樣修？自己持戒，別的人都是佛菩薩。

所以，你看看《華嚴經》裡面，講學佛修行人只有一個，只有善財一個，學生只有一個。除一個學生之外，所有的都是老師、都是善知識，善知識就是菩薩、就是老師，學生只有自己一個人，他才會成就，他才能夠真正修十大願王，禮敬諸佛，一切恭敬，為什

麼？都是我老師。如果有一個是同學，十大願王就修不成，為什麼？你跟我是同學，馬虎一點，隨便一點，我們兩個差不多，我為什麼對你恭敬？禮敬諸佛，這漏了一個不行，漏了一個你的功德就不圓滿了。所以諸位一定要明瞭，《華嚴經》裡面成就人，它的理論就是建立在這個基礎上。學佛必定是一個人，就是自己一個人，除了自己一個人之外，統統是老師，統統是善知識。所以要以平等心、清淨心，禮敬、讚歎、供養，決定不能有差別。差別心不是真心，不是菩提心。前面跟諸位說了，不能忘失菩提心，菩提心裡面是平等的。可是我們凡夫，心就是不平等，有高下、有遠近，所以他不能成就。學就要真學，要認真的去幹。

六祖末後還有兩句，這也是警惕我們。真的是別人有過了，別人難道真沒有過失嗎？別人是有過失，於我不相干。所以他說，「他非我不非，我非自有過」。他有過，他造罪業，於我不相干，我沒有過失。他造作種種善業也好、惡業也好，都是做給我看的，都是幫助我修行的，教我看了怎麼樣？教我看了在心裡頭如如不動，外不著相，內不動心，這就是修禪定；看得清清楚楚、了了分明，這是長智慧，定慧雙修。所以一切順逆境界、善惡現象，統統是善知識。如果你在這個裡面著相、取相，動心了，是你自己有過失，你自己心不在道上。那個幾句話說得非常之好。再看下面經文：

經【無量無邊。若此惡業。有體相者。盡虛空界。不能容受。
】

這個意思我在前面跟諸位提到過，這是講業障。如果罪業要是 有體積、有形相的話，我們無始劫造作到今天，確確實實盡虛空界都容納不下。這個話說得並不過分。所以要懺悔，一定要把業障懺得清淨，這才是一個真正的法器。我們念佛必定要修懺悔，雖然是帶業往生，總是希望帶的業愈少愈好。因為愈少，到西方極樂世界

品位愈高，品位高成佛就快、成佛就早！所以在現前這個階段要盡量的去懺悔。首先對於事理要明瞭，在日常生活當中要把它做到，尤其是最殊勝的修學機緣決定不能把它錯過。佛法也是自始至終講緣（因緣），我們自己修學需要好的因緣。你看《彌陀經》裡面講的，「不可以少善根福德因緣，得生彼國」，可見得往生西方極樂世界也要好的因緣。

我們這邊同修，我這次到美國住的時間久一點，我也聽到有人對我責備，說我把大家丟掉，跑到美國去了，說了很多閒話。我聽了笑笑。假如在美國的因緣要不比這個地方更殊勝，我們何必去？用不著去。學佛求生西方極樂世界，說老實話，沒有生死。所以我到那邊去，希望就是在三年之內建個道場，這個道場要是建立起來了，在佛教是開了一個新的境界。我是準備在那邊買塊地，大概三十英畝到一百英畝的樣子，相當之大，初步計劃是準備有一百戶，聚集念佛的同修，我們自己住在一起。我們這個區就等於一個社區一樣，這個社區裡建兩個活動中心，一個是一般性的活動中心，一個是佛堂，念佛堂。所以我這個念佛堂裡面就有廣播電台、有閉路電視，圍繞著念佛堂的裡面是一百棟房子，一戶是一棟。我們是求最低的價錢，現在估計是美金不超過四萬塊錢，這樣一般退休的老人都有能力買得起。這個社區裡面也有市場、有醫院、有銀行、有郵局，就是個小城一樣，名字我都起好了，就叫阿彌陀佛。所以將來新興都市在美國地圖上有個阿彌陀佛，你看看，那人家查到地圖，「阿彌陀佛」，他也得念一聲，他不能不念。

這就是集合在美國那些華僑，以華僑為中心，希望他們退休之後，有些子女跟父母相處，在美國很明顯的看出有代溝，在台灣不太容易看到，在美國太明顯了。所以住得都不很愉快，有的相當痛苦，回來又不好意思，在此地房子也賣掉了，產業都變賣，到美國

去了，跟兒女處不好，痛苦也不好意思回來，回來好像沒有臉見人，很苦。所以我們要替他解決這些問題，使大家都能住在一起，彼此互相有個照顧。我們想了很多，將來我們自己有意願，往生的時候我們也特別做個房間，人在病重的時候在那個裡面助念，這個房子裡面四周畫的都是西方極樂世界變相圖，一進去之後就等於看到西方世界一樣，幫助他能夠往生。所以確確實實是想在那裡建一個純粹淨土宗的念佛道場，是這麼個意思。建好了之後，我就找人發心去做住持，找真正發心念佛的人到那裡去領眾。所以我那裡建好之後就走路，為什麼？到別的地方再去建去，要多多的建，希望在美國幾個大城市，就是附近都能夠建這樣的道場，這也是替美國政府解決老人福利的問題。所以我們做這個事情美國政府非常歡迎的，它地方太大了，希望你開發建立新興的都市。如果不是志同道合的就不能在一起共修，可以參學，不能共修，來訪問，來研究，互相觀摩，這是很好的，應當是非常歡迎的。共修不行，行門不一樣，所依據的經典不相同。像這些地方都應當要想到、要明瞭，真正一個道場建立是非常殊勝的因緣。底下一句說：

經【我今悉以清淨三業。】

這是能懺之心，過去我們用身口意三業無惡不為，現在我們用身口意三業來懺除業障。這就是心存恭敬，心敬，身禮拜，口讚歎，這是懺除三業的過失，也就是前面所講的逆流的十心，十種善心。古德關於懺悔的事情說得很多，因為這個行門關係非常之大，就是不管你修哪一宗、哪一派，都要『以清淨三業』才能夠有感應。如果三業不淨，再殊勝的道場，再好的老師，自己都得不到利益。所以我們自己能不能得到利益，或者你得到幾分的利益，可以說完全在你自己這個心地有幾分清淨，一分清淨得一分利益，十分清淨就能得十分利益。

所以一樣的道場，一樣的老師，許多同學在一塊共學，每個人得的利益不一樣，原因在哪裡？固然是像印祖所說的，對老師的恭敬心有差等，實在講就是自己清淨心上有差等，不一樣，恭敬心是從清淨心生出來的，心不清淨要叫他生恭敬心，決定不可能。因為恭敬，敬是性德，他性有染污，他怎麼能生出敬心？不可能的事情。所以真正講修恭敬的時候，還是要「清淨三業」。因此這個問題古德就講得多了，像孔老夫子教給我們，他曾經說過「以直報怨」，直是正直，怨是怨懟。他來跟我作對，來常常找我麻煩，我不能以怨報怨，決定不能有報復的心理，好像有報仇這個心理，孔老夫子不主張這個。以直，直就是以正理，以正當的理，我們講理。「以德報德」，這個德就更厚了。佛法裡頭常講的「怨親平等」，比孔老夫子講的還要高一層。

真正講到懺悔，講到三業清淨，必須要做到在一切時、一切處、一切人事境界之中不著相，就是《金剛經》上講的「不取於相」。在一切境界裡面，特別是人事境界裡面，不生愛憎，這個重要。合心意的不起貪愛心，不順自己意思的也不起憎恚心，你三業才能清淨。最好在一切境界裡沒有取捨心，你就自在了，有取捨就有得失。人的煩惱是患得患失，如果一切境界沒有得失，他的煩惱，我可以說，已經就去掉百分之八、九十了。沒有得失，這個人多自在！得失是從取捨來的，不取不捨，一切隨緣，隨緣就自在。如果再進一步，就是佛法裡面所講的「一相三昧」，心在境界裡面清淨、恬淡、平等、自在，這就是一相三昧。六祖大師教學的目標，他講了兩種三昧，一相三昧、一行三昧。說到一行三昧，就是一切處，行住坐臥只有一個心，真心、清淨心，離一切分別執著妄想，這個心就是一行三昧。

