

金剛經講義節要—妄想千般都莫管，聲聲佛號要分明 悟
道法師主講 （第六十五集） 2022/10/19 華藏淨
宗學會 檔名：WD15-008-0065

《金剛經講義節要》卷三。諸位同修，及網路前的同修，大家好。阿彌陀佛！請放掌。請大家翻開經本第八十五頁，我們從第二十三這一條看起。我將這段經文念一遍，我們對一對地方：

【二三、妄想是眾生無始來之病根，萬不可強制。如其強制，反傷元氣。因妄想是本心之作用，不過錯用了，所以成病。只要依照佛法，將其轉換過來，歸到智念或淨念上。久久自然無念，便是平等性智，妙觀察智矣。】

我們今天從這段看起。這次我們講座停的時間比較長。今年五月跟去年一樣，這個疫情是高峰，全球到現前新冠狀的疫情還沒有解除。今天聽說台灣地區還是有四萬多人感染，因為這些病毒一直在變種，打了疫苗還是受到感染。因此我們在公共場所，還是必須要戴口罩、噴酒精，注意這些防範。台灣政府在上個星期四（就是十月十三日）開放了，開放外國遊客進來。因此我們道場配合政府的防疫措施，也恢復常態性的課程。我們看疫情的情況，有必要時再做調整，如果疫情沒有再升高，那就維持這個常態性的課程。我們天天還是要關注疫情這個事情。上一次，五月，我們五月停到現在十月了，這個當中停五個月了。

上一次我們學習到二十二條，就是「所以念佛人，於斷念一層，縱令未易辦到。而不應住色生心，不應住聲、香、味、觸、法生心。這兩句務必要做到。念佛真實功夫，真實受用，如是、如是。」這個也就把我們念佛人功夫得力的一個關鍵給我們提出來。「不應」，就是不應當住在色，住在聲、香、味、觸、法，就是心不要

住六塵，我們一般講五欲六塵。住，我們必定是染污，著相就是染污，因此對我們念佛功夫就有妨礙，有障礙了。所以念佛真實的功夫也是在這裡用功，就是心不要住在六塵上面，這才有真實受用。真實受用就是這樣，就是不住六塵，不應住而生心。

我們今天學習這一條是接上面。斷念，斷念就是斷妄想（妄念）。佛法八萬四千法門，大乘、小乘，主要就是教我們斷妄念。但是我們往往對妄想（或者講妄念）想斷斷不掉，無可奈何。我們相信每一個學佛的人都想斷妄想、都想斷妄念，無論你修哪個法門，打坐參禪、修止觀、持咒、念佛，都是對治妄想的。我們淨宗對治妄想就是用念佛，禪宗用參禪，教下修止觀，密宗修持咒，都是要降伏妄想。但是妄想你愈想要去降伏，它就好像愈多，這個也是我們念佛人大家都有的問題。也常常聽到同修來問這個問題，就是念佛的時候妄念紛飛，似乎沒有念佛的時候感覺沒什麼妄念，怎麼心一靜下來要念佛，這個妄念就特別多。平常沒有發現的，奇奇怪怪的妄念，這個時候也都會跑出來，好像要斷妄念妄念就愈多。有一些同修他就不敢念，好像沒有念佛還沒有這麼多妄念，怎麼愈念愈多？不但沒有減少，反而愈多，就不敢念。他為什麼不敢念？因為他以為念佛妄念就愈多了，所以不敢念。事實上並不是因為念佛妄念增加了，不是的，是我們本來就是那麼多妄念，沒有念佛的時候沒發現。不是沒有，沒有發現，念佛的時候才發現，心靜下來念佛才發現。這個古大德也用一個比喻，好像我們屋子裡面地上有灰塵，當你沒有用掃把去掃，看起來也是滿乾淨的，好像沒有；拿掃把來一掃，灰塵飛揚起來，看到灰塵這麼多。那是不是因為掃了之後灰塵增加了？並不是的。你沒有掃，它就是那麼多；你現在一掃，它飛起來，你才發現原來灰塵這麼多。所以古大德用這個來比喻形容我們念佛，修其他法門也是同樣一個道理。參禪也是對治妄念的

，修正觀也是對治妄，我們念佛也是對治妄念的。妄想，愈念愈多，怎麼辦？『萬不可強制』，這一句就非常重要了。妄念很多，你硬要把它勉強的控制下來，這個用功就不得法，就沒有得到要領。為什麼妄想你不可以強制？『如其強制，反傷元氣』，如果你要強制去斷妄想，反而傷到自己的元氣。甚至嚴重的會著魔，這個我們也見到過。

我剛出家那一年，還沒有受戒，當時家師淨老和尚叫我跟日常法師學戒律，日常法師戒律很精嚴。那個時候我們是住在台北市杭州南路佛陀教育基金會，十二樓是佛堂，還有一個小廚房、小餐廳，擺一張桌子。十一樓是寮房，我們住的寮房，三樓是講堂，八樓是辦公室。當時有居士來掛單，住在那裡就是日常法師、我，還有一個閻瑞彥居士，還有一位蔡崇盛居士。出家眾，日常法師的剃度弟子如道師，我，還有我大哥的大兒子，他讀國中的時候就去出家了，他比我先出家。另外還有一個居士，他還在當兵，放假來參加日常法師的精進佛七。這個精進佛七，我們不能下樓，七天都在十二樓、十一樓，我們活動空間就這兩層，不能到十一樓以下。飯就是自己煮，都是煮大鍋菜，冰箱放大概一個星期的飯菜，晚上不吃。我們那個精進七，不是說二十四小時都沒休息，還是有休息，十點睡覺，四點起床，四點半就開始誦經、念佛了，一直到晚上九點，時間是比較長一點。我記得好像念到第三天，就有人出狀況了。第一個出狀況的閻瑞彥居士，他是早期我們淨老和尚在台北景美華藏佛教圖書館辦大專講座的同學，他那個時候也去住在基金會參加這個佛七。他第一個有狀況，我記得好像念到第三天，日常法師在領眾，他敲引磬，我站在第二個，如道師站在第三個。他好像是最後一個，我們出家眾在前面，居士在後面。念阿彌陀佛，念念念，閻居士他念南無地藏王菩薩，我們念南無阿彌陀佛，他一個人念南

無地藏王菩薩。日常法師回頭一看，把引磬交給我，有問題！就把他帶到房間去輔導。大家都在念阿彌陀佛，怎麼你一個人突然念地藏王菩薩？所以去問他這個情況，你為什麼？給他導正，就是我們現在念佛，你不能念其他的菩薩，你會亂眾。後來給他輔導了之後，他就繼續念，也都還好，都一直念佛。

另外，那個時候在當兵的這個居士，他放假，參加這個佛七。他是身體很多狀況，他都一直拔罐，拔得全身都黑青的。蔡崇盛居士他說，念到很想起來拍桌子，他很想起來拍桌子。日常法師的剃度弟子如道師，我看他念得臉都黑掉了，他狀況也是非常多，日常法師不斷的在注意他這個徒弟。我大哥的大兒子，我那個姪子，他那個時候法號叫法松，他打精進七，妄念伏不住，很多，他就去拜佛，他就磕頭，磕到都流血了。後來日常法師看了，不對勁，就叫他不要再磕了，你如果再磕下去，就不讓你打佛七了，叫他停下來。日常法師也是跟他講，你妄念多，你不能強制要去伏這個妄念。這樣反而會傷到元氣，所以「如其強制，反傷元氣」。那次佛七，我還是算比較穩定的，因為畢竟聽了十五年的經，聽我們老和尚講經講了十五年，對經教有一點基礎，所以用心不至於過猛，過度了。所以妄想不能強制。

所以古大德教我們對治妄想，要怎麼對治？我們念佛，一面念佛一面打妄想，我想這個是大家的通病，我很想不要有妄想，偏偏就打妄想。古大德給我們講一個方法，就是妄想起來，你不要理會它，你不要去照顧那個妄想，妄想你愈照顧它就愈多；不理會，它自然就會沒有了，我們要照顧的就是這句佛號。所以在《淨語》裡面夏老居士講，「妄想千般都莫管，聲聲佛號要分明」。妄想，我們眾生本來就有妄想，妄想千般就是妄想很多，不要理會它，不要管它。妄想千般，千般是形容妄想很多，不要理會，不要去理會那

個妄想。但是一句佛號要分明，每個字、每一句，念得清楚、念得明白。就是你去照顧這句佛號，念得清楚、念得明白就好了，妄想起來就讓它起來，不要理會，你不要去照顧那個妄想，你愈照顧它愈多，不理會，自自然然它就沒有了。所以妄想千般都莫管，都不要去管它；聲聲佛號要分明，把這句佛號照顧好，這樣一直念下去就好。也不要想我什麼時候會得一心不亂，你愈想心就愈亂，不要去想。只要這句佛號抓住，牢牢的抓住，一字一句，念得清楚、聽得清楚，這樣就好了。這句佛號不要忘記就好，不要理會妄想，不能去強制，你愈強制它就愈多。

下面給我們講，為什麼不能強制。『因妄想是本心之作用，不過錯用了，所以成病。』妄想從哪裡來？從我們心裡來的。這是我們心的作用，不過就是我們錯用了，用錯了，沒用對，所以成了病。一般講錯用了心，我們錯用了心，我們凡夫就是錯用了心，心用錯了。實際上，心佛眾生，三無差別。錯用了，我們『只要依照佛法，將其轉換過來』。這個關鍵就在一個轉，我們一般講轉煩惱為菩提，這個是我們在經上看過，祖師大德也講過，一個轉，轉換過來。『歸到智念』，「智念」，就是淨土以外修的都是智念。什麼是智念？就是本性的般若智慧。本性般若智慧現前，妄念就沒有了，都是智念。中峰國師在《三時繫念》給我們開示，「靈知心」。我們自性本來那個心，就是靈知心，靈知心的念就是智念，智慧的念，不是妄念、不是妄想，你回歸到自性了。禪宗參禪，教下，密宗三密相應，這個都屬於智念。回歸到自性的般若智慧，那就叫智念，那就轉過來了。大乘經常講的「煩惱即菩提」，這個是最直截，但是這個我們聽，聽不懂。煩惱就是煩惱，菩提就是菩提，怎麼會是煩惱即菩提？這個我們就聽不懂，我們也無法去消化這個。說轉煩惱為菩提，這個我們比較可以理解，把煩惱轉過來就是菩提了。

；但是說煩惱即菩提，我們真的就不懂了。煩惱就是煩惱、菩提就是菩提，怎麼會煩惱即菩提？這個我們想不通。

所以黃念老在他的開示錄裡面引用諾那祖師的開示說，「若了解一心之旨，則自己一切煩惱，即究竟覺。」這個就是煩惱即菩提，這個我們吃不消，我們怎麼想也想不通。為什麼想不通？因為我們去想就不通了。你不要想就通了，因為想就是妄想，我們起心動念就落在四句裡面，就是妄想。但是如果你了解一心的宗旨，煩惱就是菩提，煩惱跟菩提是一不是二。我們聽了，你去參，如果開悟了，那你就明白了；不開悟，那還是想不通。解釋就是方便說，我們還是要透過解釋去參，去悟那個弦外之音，因為它不落在四句裡面。最直截的，煩惱即菩提，我們做解釋就降一點，解釋為什麼煩惱即菩提？為什麼煩惱跟菩提是一不是二？六祖在《壇經》裡面講，佛法是不二法。你有煩惱、有菩提，那不就二了嗎？有個煩惱、有個菩提，那不就二了嗎？不二法，煩惱即菩提，就是一。我們一般人就是聽不懂，愈想愈不懂。所以古來祖師大德也知道我們不容易理解，所以透過種種的比喻讓我們對這個有個概念，讓我們透過這個概念自己去悟。你自己要去悟，悟了才是你自己的，你聽別人講是別人的。

古來祖師大德把妄想煩惱跟菩提真心用比喻，用水，海水。海水，像現在我們台灣常常有颱風，颱風來，海水它就起波浪。大的颱風就大風大浪，小的颱風，小風小浪，沒有颱風就風平浪靜，有風浪就比喻無明煩惱。正在颶颶風，海上的海水大風大浪，這個時候的海水是不是海水？還是海水。它不是因為起了風浪就變成不是海水了，起再大的風、再大的浪，海水還是沒變，它還是鹹的，它還是海水。颱風沒有了，風平浪靜，它還是海水。海水起大風大浪，跟沒有起風浪，是一樣還是不一樣？一樣，一樣都是海水。另外

一個比喻，就是用水跟冰，冰給它冷凍結成冰塊，冰是不是水？冰就是水，你把它熱一熱，拿出來退冰，它又變成水了，它本質還是水。好像那個相不一樣，但是本質是一樣的，都是水，沒有兩樣，是一不是二。你說冰，冰就是水，水就是冰，冰跟水是一還是二？本質講是一，你把它冷凍了，變成一個冰塊，把它融掉了，它就是水。當結成冰塊，它還是水；如果它不是水，融掉就不是水。融掉了它還是水，所以結成冰的時候它還是水，融化了它又回歸到水，所以這是一不是二。用這個來比喻我們的心。

你煩惱從哪裡來的？菩提從哪裡來的？不都我們這個心嗎？離開我們這個心，哪有什麼煩惱、菩提？都是從心所生的，萬法唯心。我們是凡夫，我們的自性真心還是這個心，跟諸佛如來無二無別，沒有差別。所以我們常常做三時繫念，中峰國師給我們開示，「心佛眾生，三無差別」。心就是佛，佛就是心。迷了就叫眾生，覺悟了就叫佛，覺悟跟迷都是那個心，不是另外有一個心。所以我們不要想有一個妄心、有一個真心，這樣就錯了，其實妄心跟真心是一。同樣是那個心，你墮阿鼻地獄是那個心，你成佛了還是那個心。覺悟的人怎麼樣？覺悟的人，沒有佛也沒有眾生。我們做法會常常念《心經》，《心經》上佛講，「無無明亦無無明盡，乃至無老死亦無老死盡；無苦集滅道，無智亦無得。」無無明就是沒有眾生，亦無無明盡，也沒有無明盡，那就沒有佛了。眾生跟佛兩方面都相泯了，沒有了，那就是佛了。所以「佛」，就是說出來一個相，但是我們要能夠去悟入那個實相。所以《心經》我們常常念，念了我們也不懂。不是明明給我們講無無明嗎？沒有無明。什麼叫無明？無明是虛妄的，所以叫無明。

虛妄的，那不是真實的，我們現在的問題出在哪裡？把這些虛妄看作是真實的。看作真的，我們心就住，住就是去執著。什麼叫執

著？我們聽佛法的術語名詞也都聽得很多，我們還是不懂它的含義，我們老和尚過去講經就講得比較具體。我們比較容易執著，你有控制人事物的念頭，有佔有人事物的念頭，那就叫執著，這個我們就明白了。我們有沒有？我們有控制、佔有、支配的念頭，那就叫執著，就叫住。「無住生心」，就不要去住，不要去執著。我們一執著，什麼煩惱都來了，妄想煩惱一大堆，都從這個地方生出來。實際上它不是真的，它是虛妄的，因為我們不知道事實真相，把這個虛妄相我們認為是真的，所以生起了堅固的執著。我們看到山河大地，宇宙這一切一切，我們都是當真。如果我們沒有當真，我們怎麼會去控制、會去佔有？你肯定會放下了。我們總是執著這個真有，所以《金剛經》到最後一個總結，就是佛告訴我們，「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」這是虛妄的，不是真的。夢是第一個，作夢我們大家都有經驗，夢境當中有人事物，有好夢、有惡夢、有一般的夢，夢太多了，但是夢一醒過來，什麼都沒有，那就一場夢。如夢幻泡影，後面附帶講的，主要是講夢；幻，是幻化的；泡，好像水泡；影，影像，好像我們現在看電視螢幕那些影像。我們看電視螢幕，有人也有山河大地，喜怒哀樂，那些影像栩栩如生，但是它是虛妄的。我們現實的人生，也就像那個影像一樣，如露亦如電。主要是以夢做為一個主要的，讓我們去觀，我們現實的人生就像晚上作夢一樣。

這個要深觀，深入去觀，觀察、觀照，我們才能看到真相。深觀就是依般若智慧去觀照，用我們自性般若智慧去觀照，這個叫智念。我們去觀就叫智念，般若智慧起觀照作用。所以《心經》講，「觀自在菩薩行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄」，深就是你深入的去觀照。觀照是第一層功夫，觀照就是不起心不動念，那才是用真心，用真心就是用般若智慧，我們自性本來就是

這樣。觀照，常常忘記又提起來，忘記又提起來。觀照三十秒，又沒有了，妄想又起來了，發現趕快再提起來。觀照，禪宗教學人要如貓捉鼠，要提高警覺，妄念起來馬上發現，發現就沒有了。因為妄念是虛妄的，它不是真的，你提起觀照它就沒有了，這個就是我們一般講轉煩惱為菩提，沒有妄念就菩提。

禪還有最直接的，參話頭是根性沒有達摩祖師那個時候的人利了，那時候是觀心。達摩祖師，所有的人都不認識他，連梁武帝都不認識，梁武帝他們也在講經說法，但是他不了解達摩，所以就沒有去親近達摩。所以達摩他才跑到河南嵩山少林寺去面壁九年，他知道中國有人可以接受禪。就是從迦葉尊者傳下來的，釋迦牟尼佛傳給迦葉，迦葉傳給阿難，在印度傳到達摩是二十八代，達摩在印度是二十八代祖師。他到中國來傳這個禪，他是中國的初祖，印度的二十八祖。釋迦牟尼佛拿一枝花，也沒有說話，迦葉尊者一看，明白了，笑笑，拈花微笑。世尊就講，我有涅槃妙心傳給迦葉了，以後你們統統去問他。迦葉再傳給阿難。拈花微笑，他就開悟了。是不是釋迦牟尼佛拈花人看了才會開悟？別人就不會開悟了嗎？不是，在我們中國禪宗的語錄，一百七十則公案，很多公案的，六根接觸六塵都有開悟的因緣，每個人因緣不一樣，每個人的機緣不一樣，觸動他的悟門，他就悟入了。但是他前面還是有預備功夫的，他功夫做到大概快成熟了，說不定哪個機緣他一觸動，觸動他的悟門，他就悟入了。我們老和尚是勸大家用讀經這個方法去悟入，教下用讀經，禪宗用參話頭、觀心。觀心，最直接的。

二祖去參初祖達摩，你看他那個求法的心多恭敬至誠，跪在雪地跪了三天三夜。古人身體好，如果我們去跪個三個小時，大概都進加護病房了。跪三天三夜，達摩不理他，他就把戒刀拿來，胳膊砍掉一隻供養達摩。這個時候達摩才開口，他說你何苦？你為什麼

要這麼做？你來找我，為了什麼？為什麼要這麼做？他說我心不安，求大師幫我安心。達摩祖師就伸出手：好，心拿來，幫你安。這個時候就觸動他的悟門了，他回答：「覓心了不可得」，他說我心找不到。達摩就講：「與汝安心竟」，給你安好了。他就大徹大悟了，衣鉢就交給他了，就這麼簡單。三祖也是，去參二祖，我罪很重，業障很重。他也是：你的罪拿來我幫你懺。他說：「覓罪了不可得」，罪也找不到。他說：「與汝懺罪竟」，跟達摩「與汝安心竟」一樣。這個是很直接的。還有聽人家唱歌，他也開悟了；聽人家賣豬肉，喊賣豬肉，他也開悟了；或者看花開花謝，聽到人家丟石頭去碰到竹子碰撞的聲音，也開悟了。所以任何一法，六根對六塵，都有開悟的因緣，每個人因緣不一樣。所以不一定，佛一個動作，他開悟了。你看賣豬肉的，他在喊賣豬肉，造惡業的凡夫，怎麼禪師聽到他喊賣豬一斤多少錢會開悟？

所以我們六根接觸六塵境界，無一不是佛事，為什麼？因為這一切都是我們的心，好人壞人都是我們心現出來的，心現識變的，沒有離開我們這個心。好像我們晚上作夢，好夢惡夢，醒過來，好夢也是這個心，惡夢也是這個心。這個是用智念。智念，現在這個時代的人，這樣的根器很少，也不能說沒有，還是有那個根器。所以禪宗它的特殊，教外別傳，就是直指人心，見性成佛，單刀直入，那是圓頓法。所以講煩惱即菩提，這句話你聽懂了，你就開悟了。但是我們念得很多，還是不開悟。我們為什麼不開悟？總是把它看成二，我們起心動念就是相對，就有二了。煩惱就煩惱，煩惱明明是煩惱，我真的很煩惱，我真的很煩；菩提，菩提就不煩，那怎麼會一樣？很煩跟不煩，不都我們自己一個心嗎？離開我們這個心，煩不煩都談不上了。所以這裡講，「因妄想是本心之作用」。都是我們的本心，你煩惱也是你這個心的作用，菩提也是你這個心的

作用。不過你錯用了，才會成病。

所以「只要依照佛法，將其轉換過來，歸到智念」，轉就是有一些方便法，像禪宗參禪，密宗持咒，教下修止觀，都是智念。『或淨念上』，「淨念」就是我們修淨土念這句「南無阿彌陀佛」，妄想起來，我們就用阿彌陀佛這一念淨念把它代替過來，這個我們比較用得上。我們末法時期凡夫用淨念，大家比較能用得上，用智念就比較少，不是沒有。淨念就是轉煩惱為菩提，智念也是轉煩惱為菩提，我們用一句「南無阿彌陀佛」把它轉過來。實在講，禪宗是教外別傳，淨土是教內真傳，其實念佛，一句佛號就是甚深般若，但我們不知道。這句佛號，如果我們認識得愈深愈清楚，那我們念得就會愈得力了，你念得就會愈踏實，就不會懷疑。

我們這個淨念要怎麼念？中峰國師在《三時繫念》裡教我們，當妄念起來的時候提起一句佛號。就提起一句佛號，不要去管那些妄念，這句佛號，「如太阿劍，橫按當軒，如火輪，星騰燄熾」。佛號一提起來，這些妄念都被消除了。又開示，「念佛投於亂心，亂心不得不佛」。我們心很亂，我們現在用功就是在這個地方用，一個原則就是要提得起觀照，提起這句佛號就是觀照。往往我們都忘記了，遇到境界一來，我們就忘得乾乾淨淨了。忘記就是說明我們功夫不得力，對這句佛號不熟悉。所以古大德教我們用功的原則就是「生處轉熟，熟處轉生」。妄想、妄念我們很熟悉，貪瞋痴慢疑這些妄念我們熟得不得了，你不要去提，它都會自己冒出來。我們現在用功就是把這個很熟悉的慢慢疏遠，我們這句佛號很生疏，慢慢熟悉，用功就是在這個上面用。我們自己念佛也常常忘記，或者懈怠，常常忘記，或者五欲六塵境界來了，我們也都忘記念佛了。

所以古大德提倡依眾靠眾，大家在一起共修，互相依靠。像打

佛一、打佛七，或者念個半個小時、一個小時，這個也都是共修。像我們這個小佛堂，大家共修念佛。我們常常會忘記，這個共修就很有需要。如果你很熟悉了，自己一個人行住坐臥都能提起佛號，那就有共修也可以，不共修也可以。我們自己還常常忘記，共修就愈多愈好，有時間就多參加，提起念佛。另外，我們得力於現在的科技，念佛機是提起我們念佛的一個工具。我們耳朵聽到佛號，心裡自自然然也會跟著默念，跟著念。佛號聽久了，也有大功德。聽久了，一直薰習我們的業識心，慢慢的我們也會把煩惱業識心轉成真心，就是用這句佛號去薰，薰習我們的業識心，我們這是煩惱心。這個就是中峰國師講的，「清珠投於濁水，濁水不得不清。念佛投於亂心，亂心不得不佛」，把佛號比喻作清珠，把亂心比喻作濁水，那清珠投進去。這句佛號，我們認識不深，因此我們常常忘記，就不會珍惜，不去抓住來念。這個也是我們對經教還沒有深入，不認識這句名號的功德，我們認識還不夠，所以就不會很珍惜。如果認識得愈深入，我們會愈珍惜，愈會抓住這句佛號，甚至分分秒秒都不讓它空過，因為知道這句佛號的功德利益不可思議。所以我們在認知、認識上還是要多加強，幫助我們認識這句名號功德利益，我們才會抓住這句佛號，不讓它忘失掉。我們常常忘失，所以常常要聽聽經或者看註解。

你看《彌陀經要解》，蕩益祖師講，我們在末法時期，我們不可能不受五濁影響、染污。你說我們現在在這個五濁惡世，我們不受污染不可能，除非你是再來人，不然做不到。我們是凡夫，怎麼可能不受污染、不受影響？我們也沒辦法去擺脫這個污染，你就是掉在大染缸裡面，你怎麼可能不受污染？肯定要污染。所以劫濁、見濁、煩惱濁、命濁、眾生濁。劫濁就是這個時期惡事很多，像我們現在這個時代，天災人禍，災難一大堆，這個時期（這個階段）

不好的事情太多了，劫濁。劫是時間，時間沒有好壞，主要說這個時期（這個階段）發生很多不好的事情，很多災難，天災人禍。像我們現在就是，你看新冠狀病毒，病毒不是污染嗎？我們叫感染，感受到病毒的污染，你就生病了，我們不可能不受污染。見濁，就是知見的混濁，邪知邪見一大堆。你怎麼那麼幸運能遇到一個正知正見的善知識？那也是你過去世，生生世世，無量劫來供養無量諸佛如來，你才能遇到，遇到了你也才能接受、才能理解、才會相信。所以在這個五濁惡世見濁，你不可能不受邪知邪見的影響，不可能，肯定受影響。而且現在媒體這麼發達，你到處都會接觸到邪知邪見，我們凡夫怎麼可能不受這個邪見污染、誤導？煩惱濁，就是貪瞋痴慢疑不斷增長，怨恨惱怒煩不斷的增長。人愈來愈貪，脾氣愈來愈大，愈來愈愚痴，是非不分，傲慢、懷疑，這煩惱濁。命濁就是生命非常短促，無常，生命很短促。眾生濁是整個世界的污染，現在整個地球都被破壞了。我們沒有能力去轉這個五濁惡世，現在唯有能夠轉的就是一句佛號。所以《彌陀經要解》蕩益祖師講，一句阿彌陀佛圓轉五濁惡世為五清善世。我聽到這一段註解心裡非常震撼，一句佛號圓轉五濁惡世成為五清善世。再想想中峰國師《三時繫念》的開示，「念佛投於亂心，亂心不得不佛」。蕩益祖師講，佛號投於五濁惡世，五濁惡世不得不清，變五清善世了。所以一句佛號圓滿的轉五濁為五清，你說這句佛號的功德，真不可思議！如果沒有看到祖師這麼一個註解給我們點出來，我們總是這句佛號大家都會念也沒什麼感覺。看到祖師給我們點出來，我們才真正受到震撼，才知道這句佛號不簡單，我們不認識。

所以當我們這些妄想、煩惱起來，我們也沒有辦法，就是提起一句佛號，我們就常常記住中峰國師的開示，「念佛投於亂心，亂心不得不佛」。我念佛妄想還是很多。那不要管它，你就是不斷的

提起佛號，不斷的念，念久了，妄想自然就沒有了。所以祖師大德這些開示也非常重要，幫助我們念佛功夫得力。所以妄想、煩惱起來不要怕，不要擔心，也不要一直回憶那個妄想，不要去害怕那個妄想，不要去照顧那個妄想，我們照顧這句佛號。現在提不起來，念佛機倒是一個很好的補助工具，我們忘記念，聽聽佛號，也聽入耳根裡面，也自然會跟著念，所以這個是一個補助。另外就是念珠也可以提醒我們念佛，你手拿著念珠。現在又做一種念珠計數器，撥一顆，一個小小的，撥一顆。我們隔壁有在流通，大家沒有，可以去請。你撥一顆，它會給你記一句，撥一顆，記一句。如果你要記數念佛，那個小小的，也很方便，放在口袋。這些工具都是補助我們念佛，念珠、念佛機，這是我們念佛人現在必備的，必備的法器，這個是法器，必備的法器。念佛機，現在佛號有很多種，可以選擇自己比較習慣念的。

我念都是以我們做三時繫念、打佛七這個，都是六字二音、四字五音，念習慣了。有的人他習慣念四字四音，或者一字一音，像廣欽老和尚他也沒有什麼調，他就是一音。像我們老和尚念阿彌陀佛、阿彌陀佛，他也是一音，沒有幾音，只有一音。都可以，你只要念得習慣，念得攝心就好，各人都不一樣。我們現在念佛機有很多種念佛的音調，自己可以選擇。我們共修只能選擇一種，共修不可能好幾種；你個人自己念，你可以自己選擇。另外，助念也是要看病人他喜歡聽哪一種，以臨終的人他比較習慣聽的這個為主。每個人他情況不一樣，像莊嚴師，她說四字五音她感覺太快一點，她心臟受不了。我聽是剛剛好，我的心臟剛剛好，她心臟受不了，她要聽六字二音的，所以她開六字二音，我開四字五音的。每個人的情況不一樣，你自己可以選擇適合你的，你聽起來覺得這個很適合我，能讓我的心靜下來，這樣你就選擇這個，所以這個也沒有定法

。這個就是用淨念，淨念就是當我們妄想起來的時候不要理會妄想，趕快提起佛號。不要說我怎麼又起妄想了，怎麼樣把這個妄想趕快給它熄滅掉？你愈想妄想愈多。這個時候就提起佛號，記住中峰國師這個開示，「念佛投於亂心，亂心不得不佛」。你就把它投進去就對了，不要一直去在乎那個妄想，你愈在乎它愈多，就沒完沒了。你不要管它，提起佛號，一直念下去。

『久久自然無念』，時間久了，自然妄念就沒有了，『便是平等性智，妙觀察智矣。』就轉識成智了，念佛念到最後就轉識成智。這個是唯識宗講的轉識成智，轉第七識為平等性智，轉第六意識為妙觀察智。這兩個識轉成智了，前面五、八它就跟著轉。這兩個在因地轉，前五識眼耳鼻舌身、第八阿賴耶識是果上轉，六、七識轉過來，前面五個識、第八識就跟著轉了，這個在唯識宗（法相宗）講轉識成智。我們再看下面這一條：

【二四、今日斷除，是除其病，非除其法。斷妄歸真，便恍然大悟，了達萬法一如，本是一真法界。本無人我差別，則萬念冰消。】

這一條再給我們補充說明，我們前面這一條講斷妄念、斷妄想。這裡講『斷除，是除其病，非除其法』，是說主要我們錯用了心，那是病，你把它除掉，這樣就好了，不是你去除那個妄想。妄想它是虛妄，你怎麼去除？那又不是真的，你怎麼除？你真現前，妄就沒有了。好像我們眼睛有病，看到空中有花，實際上空中沒有花，那是虛妄的。為什麼我看到有花？因為眼睛病了。你眼睛治好了，花自然就沒有了。所以你不要去對治外面的花，那個沒有，是你自己眼睛的問題，你把你的問題處理好了，那就沒有了。斷除妄想也是一樣，明明給我們講妄想，妄就是虛妄的，它不是真的。

所以『斷妄歸真，便恍然大悟』，「斷」，你明瞭它是妄，你

就歸真了。我們現在問題出在哪裡？不知道它是虛妄的，都把它當作真的。所以佛才講《金剛經》破除我們這個虛妄的執著，講到最後就給我們做總結，「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」。一切都是像作夢一樣，我們現在看到這一切，就跟晚上作夢一樣的，常常這樣去觀。觀也要常常提起，我們晚上作夢，白天還是作夢，所有一切都是夢。六道法界是夢，四聖法界還是夢，只有回歸一真法界。我們六道是夢中夢，脫離六道，到了四聖法界，第一層夢醒過來，還是夢；脫離十法界，那才恍然大悟，一真法界，這個夢才醒過來。醒過來怎麼樣？『了達萬法一如』，「萬法」是一，『本是一真法界』。一真法界在哪裡？就在我們眼前。我們起了虛妄的分別執著就變成十法界，其實十法界就是一真法界，好像水變成冰、冰變成水，那個意思一樣的。不是離開十法界另外有個一真法界，不是，十法界就是一真法界，你迷了就變成十法界，悟了就是一真法界。

『本無人我差別』，沒有人我差別。我們迷了，才有人我差別，計較、分別執著、鬥爭，這個都是從迷來的，覺悟了就不會，大家都和睦相處了。『則萬念冰消』，「萬念冰消」就是所有的妄念自然就沒有了，好像冰融化了，消了。

好，今天時間到了，我們就學習到二十四。下面二十五，這一段也非常重要，我們下一次再繼續來學習。祝大家福慧增長，法喜充滿。阿彌陀佛！