

諸位法師，諸位同學，請坐。請看《大乘無量壽經解》第一百八十五面，倒數第四行從第七這裡看起。

十號，「七、無上士。士者人也。人中最勝，名無上士」。我們再看底下所引的《涅槃經》，「《涅槃經》曰：如來者，名無上士。譬如人身，頭為最上，非餘肢手足等也。佛亦如是，最為尊上，非法僧也」。士，這個意思有幾種講法，第一種，士者人也，中國通常稱，你看男士、女士這是稱人，人的意思。在中國古時候社會階級有四種，士農工商，士農工商都是人，什麼樣的人才稱士？一般講讀書人，現在所說知識分子。更深一層的意思，這個士有德行、有學問、有智慧，就是聖賢人這才稱之為士。所以社會裡面常講高士，那就是有德行、有學問的人才有這種尊稱。佛也稱士，上面加了個「無上」，由此可知，這個士在我們一般人稱謂裡面，這是聖人，聖賢。佛法裡面稱為無上，因為佛門裡面這叫上士，有阿羅漢，阿羅漢還有上，有菩薩，菩薩還有上，那是佛，佛再沒有上，所以佛稱無上士是這個意思。《涅槃經》上是用比喻來說的，如來稱無上士，就是佛稱無上士，這底下有個比喻，譬如人身，頭是最上，手足、身軀那都不是最上的。所以佛亦如是，最為尊上，比法要尊，比僧要尊，也就是說在法、在僧之上。佛不出世，這個世間沒有佛，那什麼是最上？給諸位講，法最上，佛不住世，法最上。因為僧是修學佛法的這些人，這個僧，我們要知道它的本意不是指出家人，在家出家、男眾女眾，只要依佛經教修行的都稱之為僧，僧裡頭沒有出家在家，也沒有男眾女眾，叫僧團。僧是四個人以上在一起修學的，所以它有中國「眾」的意思，大眾的意思，中國

人講三人這稱一眾，佛法裡頭四個人才稱眾，所以僧是眾的意思，眾多的意思。好像軍隊，軍隊人數很多，但是一個人也叫軍人，所以他一個人也稱僧，是這個意思。這些佛學普通的常識，我們要知道，不知道往往就產生很多誤會。

下面說「又曰」，這也是《涅槃經》上講的，這個地方講的就很清楚，「有所斷者，名有上士」，上士有所斷的，「無所斷者，名無上士」。斷是講斷煩惱，你還有煩惱，還有所斷的；還有所斷的，你是上士。譬如我見思煩惱斷了，塵沙還沒斷，無明還沒斷，還有上；但是見思斷了就能稱上士，真是上士。我們中國稱這個士是士大夫階級，讀書人，但是他們的見思煩惱都沒斷。能把見思煩惱斷了，當然超過他們，這是上士，上士是聖人不是凡人。聖人有小聖、有大聖，小乘這是小聖，包括辟支佛這是小聖，都是斷見思煩惱；斷見思煩惱習氣，辟支佛連見思煩惱習氣都沒有了，阿羅漢還有習氣。菩薩斷塵沙煩惱，無明煩惱沒斷，所以菩薩的地位比阿羅漢高，當然這是上士。佛連起心動念都放下了。世出世間，我們講世間是六道，出世間是四聖法界，聲聞、緣覺、菩薩、佛這出世間，所以講世出世間就是十法界。十法界裡面的業因統統斷盡，那就沒得斷了，就變成無所斷者，無所斷者這稱無上士，這名字的意思從這麼來的，再沒有了，他煩惱斷盡了。

「《會疏》同上二說」，這是同《涅槃經》裡面所講的。「疏曰」，這是《會疏》裡，這是註解，《無量壽經》註解，「業惑淨盡，更無所斷，於三界天人凡聖之中，第一最上無等，故號無上士」。三界是欲界、色界、無色界，這裡面是主指天人，我們說天當然就包括人，欲界有六層天，愈往上面去這個欲念就愈淡薄。欲要是不起作用，不是真的斷了，它不起作用，為什麼不起作用？他有定功。這是佛法裡常講的四禪八定，只要得初禪，這個定功就能夠

把欲望壓下去，伏住了，煩惱沒斷，伏煩惱伏住了，它不起作用。佛把欲望分為五大類，財色名食睡，這五種欲望都控制，都不起作用。這個裡面我們要留意到，為什麼？財可以不要，色也可以遠離，名也可以不要，能不吃飯嗎？能不睡覺嗎？這兩樣東西好像是很嚴重的。但是確確實實的，如果得到初禪之後，給諸位說，睡眠沒有了，永遠是清醒的，你不會疲倦，也不需要飲食了。不需要飲食，營養從哪來？佛在經上告訴我們「禪悅為食」。什麼是禪悅？我們凡夫無法想像，那我們現在懂得一點科學，有點科學常識，人身體是個機器，機器的活動需要能量，飲食是能量的補充，睡眠也是能量的還原，很重要。有禪定的人他消耗的能量很少，我們看釋迦牟尼佛這麼一個僧團，當年住世他們每天只吃一餐，日中一食。工作量我相信比我們還要大，我們每天就現在這小道場裡，大家能看到的，從四面八方到這邊來參學的、來訪問的，絡繹不絕，從早到晚都要應酬。佛在世還得了嗎？誰都想跟他見見面，誰都想提出疑難雜症向他請教，請佛開示，我們能想到他日夜沒休息，一天吃一餐行嗎？行，他有定功。

其實他不吃也行，能量可以從自己自性裡面去提取，自性裡面有圓滿的能量、有圓滿的相好、有圓滿的德能、有圓滿的智慧，取之不盡，用之不竭，這真的。我們是迷失了自性，所以自性裡面這些東西一樣都拿不到，只能靠臨時打工，每天吃飯就像臨時打工補充能量，這是一樁苦差事，浪費多少時間，浪費多少精神，可以不必要的。一定要飲食講求這種營養、那種營養，那都是什麼？那都是眾生妄想分別執著，我們也跟著幹。試問一問，你看牛羊一生就吃青草，不長得那麼肥、那麼壯嗎？牠沒有吃這種營養品，沒有那麼多。從這個地方你就能體會到，咱們求學老師教我們一門深入、長時薰修，其實飲食之道也不例外，也是一門專修。釋迦牟尼佛曾

經給我們表演，六年苦行，每天吃一麻一麥，麻是什麼？芝麻。是不是吃一粒？我們不要這樣去想，這樣想不太合情理。一種，他只吃這一種食物，這個合情合理，能不能維持？能，一切都是一切法從心想生。

我跟李老師在一起十年，他的飲食習慣我懂得，非常簡單，每天就是一點麵條，他是山東人喜歡吃麵食。每天就是一點點麵，分量不多，幾片青菜葉子，他沒有人侍候，自己煮。那個鍋也是碗，大概就這麼大一個小鍋，帶把子的，所以水燒開之後，麵條下下去，再一滾的時候把菜葉放進去，大概再燜五分鐘，火熄掉燜五分鐘那個菜就熟了。拿出來吃的時候，再放一點油進去，放一點鹽進去。我那個時候很奇怪，我說：老師，油鹽為什麼不先放進去？洗碗麻煩，這個它不沾，洗碗容易。所以他這一餐飯，從開始煮到吃完不到半個小時，乾淨俐落省事！他一天一餐，早晚都沒有，就是中午吃一餐，幾十年如一日。他告訴我，他三十多歲就開始過這個生活，走的時候九十七歲，生活非常簡單。在台灣，他一個月生活費用多少錢？台幣六十塊錢，合美金一塊半。那個時候美金在台灣，大概是一塊錢換三十多塊，換到最高的能換到四十塊的樣子，你看換四十塊不就一塊半嗎？我那個時候也跟他學，我看到他那個樣子，我跟他學。因為我原本一天是吃兩餐，晚上不吃，所以早晨那一餐斷掉很容易。跟他老人家學，我學了五年，我那個生活過了五年，不難！但是我們年輕，煩惱比他多，妄念比他多，他一天兩塊錢就行，我一天必須三塊錢，我吃的量比他多一點，多不到好多，多一些，我一個月需要九十塊錢生活費用，在美金是超過二塊錢。我吃到第八個月向他老人家報告，他聽了頭一句話問我，「你身體有沒有什麼異常的感覺？」我說：沒有，很正常。他桌子一拍：「好，永遠這樣下去。」人到無求品自高，生活簡單不求人。

所以我們能夠理解，得禪定的人、心地清淨的人，這飲食可以斷得掉，睡眠也可以斷得掉。我們就能想到，四禪十八層天，這個裡面的眾生他們不需要飲食、不需要睡眠，精神飽滿，那個精力永遠用不完，禪定當中得來的。我在飲食營養這個裡面有一點悟處，曾經跟老師請教過，我提出一個看法，也是一個想法，我們身體的能量，能量消耗我總感覺得大概百分之九十以上，至少百分之九十到百分之九十五消耗在妄念上，正念消耗不多，勞力消耗也不多。為什麼？我是從李老師那裡得來的這個看法，李老師的工作量，大概是我們普通人五個人的工作量，你要跟他見面，一定一個星期之前約好，把時間給你；你臨時去找，他沒有時間，他時間統排好了。每天從早到晚都排滿，大概都排到夜晚九點鐘，晚上有一堂課，這樣繁忙的人那麼簡單的生活。你看那個動作，我離開他的時候他八十歲，我跟他的時候那一年七十歲，離開的時候那一年八十歲，八十歲你看他就像五、六十歲人一樣，動作非常敏捷。以後我在國外的時間多，他老人家九十七歲走的，我們估計他至少也要活個一百二、三十歲。

什麼原因走的？食物中毒。他是醫生，也就壞在是醫生，醫生膽大，那個不乾不淨的東西吃了之後，他有解藥。是同學們，也是我們都認識的，煮的麵送給他吃，他老人家的習慣，總在當你面吃完之後碗給你，讓你生歡喜心。那沒有知道，他那個麵條防腐劑很重，就是外面買的一把一把的，你看能放很久，那個要沒有防腐劑不可能放那麼久。吃的時候味道已經不太正常，我們一般就不敢吃，他還是一樣吃掉，第一次吃掉之後，他回去用解藥，真的把那個毒解除了，沒事。過了好像半年以後又碰到這麼一次，他也不在乎，這次回去用解藥的時候太遲了，這個毒已經散開，這下吃虧了，病了兩個月。我去看他，看了好幾次，每一次去看他頭一句話告訴

我：吃東西小心，千萬不要到館子吃東西，館子都不乾淨。所以飲食不能不注意，過了期的東西，味道變的東西，決定不能吃。不要說佛門裡要惜福，你是惜福，可是一生病好多人去侍候你，那叫惜福嗎？不麻煩別人叫惜福。所以健康不能不重視，學佛的人沒有個健康的身體，這個表法就不好。一看你學佛人是這樣，誰還敢學佛？所以飲食要特別注意。我跟老師在一起，參加過不少的宴會，宴會當中通常我都坐在老師旁邊，老師看到那個菜裡頭不太對勁的時候，他就碰碰我別吃，豆腐餿了，味道變了。

這些地方戒律懂得通權達變，譬如五辛，五辛是蔥、蒜、小蒜（蕎頭）、韭菜還有洋蔥，這五種。佛在經上告訴我們，這五種不能吃，釋迦牟尼佛那個時代。現在能不能吃？現在要吃。為什麼？這是解毒的，現在哪一樣沒有毒？我們早年在華藏圖書館，我們就唯一這麼個小道場，韓館長她在統理大眾，規定每個星期一定要吃一次大蒜，大蒜好難吃，生的大蒜辣得不得了，逼著大家每個人至少每個星期吃一片。為什麼？這是解毒，幫助你抵抗力，特別像傷風感冒那很管用，治病當作藥用。這個不叫破戒，這在佛法叫開齋，有開緣。還有酒，素菜裡面用料酒可不可以？可以，那不會醉。酒為什麼釋迦牟尼佛把它放在五戒裡頭？五戒就重戒，其實五戒裡頭前面四條叫性戒，就本身就不可以。酒叫遮戒，遮是預防，預防什麼？預防你怕你犯戒，是這個用意，預防酒醉之後犯殺盜淫妄，是這個意思。

所以老師有一次告訴我們，跟我們大家講的時候，他說如果我們的酒量，人的酒量都像鄭康成一樣，釋迦牟尼佛這條戒就不會制了。中國讀書人都知道三百杯的典故，這個典故是真的不是假的，就鄭康成（鄭玄）。鄭玄的老師馬融，在馬融那裡三年，馬融的學問，他大概全部都學到了，這麼一個年輕人。馬融講學還喜歡聽音

樂，他拉了一個帷幕，像我們這帷幕，他在那裡講學，背後都是女孩子在那裡唱歌、彈琴，他有這種雅興，馬融官做得也很大。學生聽他講演，哪一個不想這樣看看幕後那些女孩子，只有鄭玄一個三年如如不動專心聽課，所以馬融知道他的東西全部他得去了。這個老師是很難得，也是漢朝的名人，《漢書》裡有他的傳記。心量還是小一點，學生超過老師他知道，他還有點嫉妒，想害他，害他怎麼害？把他灌醉。鄭康成離開的時候，馬融帶著所有的同學到十里長亭給他餞行，每個人三杯酒，就真的三百多杯，醉的時候就好整他了。沒想到三百杯喝下去之後，小小的禮節都不失，這真叫人佩服。在中國飲酒的，鄭玄以後沒有這個人，鄭玄之前也沒聽說，鄭玄之後再也看不到了，三百多杯一點沒事，典故從這來的，不是隨便說的，確實有其人有其事。所以老師說我們酒量都像鄭玄的話，釋迦牟尼佛這條戒就不必立，就沒有了。這個道理要懂，他是怕你醉後亂性。佛是很講道理的人，我們要懂得這個道理，你持戒才有方便，你才有分寸，才不至於死在戒條當中那又錯了。死在戒條你不就執著了嗎？佛法頭一個教你破執著，所以這道理不能不懂。每一條戒都是活潑的，所以戒律一定要懂得開遮持犯，什麼時候有開緣，戒一定要開；什麼時候一定要持，就是決定不能開。

這個裡頭特別就是酒，酒的開緣是最多，譬如生病，中國中醫裡面很多用酒做藥引，這時候要用。你不能說治病的時候，我還是要持戒，那就愚痴，佛不是這樣說法的。還有一個規定，這在佛門裡也是，現在我就不曉得了，從前我知道七十歲以上，年歲大體力衰了，酒能夠幫助你血液循環，所以每餐飯可以喝一杯酒，老和尚。我初學佛的時候，常常到華嚴蓮社去聽經，有時候去做義工，南亭老法師的師父智光法師，那個時候在台灣也是年歲最大的，七、八十歲，我也常常吃飯的時候，跟他們一起吃飯。老和尚旁邊有個

小酒杯，應該是高粱一類的白酒，我看到是奇怪，也不敢講話。以後跟李老師，我就把這樁事情提出來，我說：老師，我常跟智光老和尚吃飯，他都一杯酒。他點點頭，那是幫助血液循環的，是當藥用的，開緣，我們才懂得，所以做料酒的話都沒有問題。換句話說，如果有特別應酬的地方也有開緣，譬如達官貴人在大宴會當中有酒，可不可以用？可以。那是什麼？度眾生！不要裝得那麼嚴肅，讓人家看到不能學佛，你看學佛這樣也不能吃，酒都不能喝了，這還能學佛嗎？在那個時候你就隨緣，你讓他：學佛是這麼活潑的，那我也可以。要明白這個道理。

我有一次在北京，住在國際飯店，那一天去，我從樓上下來，在樓梯走下來，碰到華盛頓D C的一個華僑，也是很熟的人，碰到他姓徐，俗家跟我同姓，娶媳婦，喜宴就在下面。證婚人是程思遠，政協的副主席，所以來參加婚禮的有很多部長，都是些官員。新娘是日本人，他們兩個同學，北京大學同學，所以日本大使館，都是政界跟企業界的這些人士。徐先生碰到我，臨時抓著我，「法師，你也來給我做證婚人好了。」程思遠是電影明星林黛的爸爸，所以林黛的相貌跟她爸爸很像。我跟程思遠就坐在一起，那一天宴會上臨時把我抓去的，所以就沒有做素菜，那怎麼？吃肉邊菜，我也陪他喝一杯酒，我不要他再斟酒，就是這一杯。當中好像是廖仲愷的兒子，叫廖承志，他也在，他對我這印象非常好，他說「法師，你們這樣活潑，我們也可以學佛。」我說「是，佛法是活活潑潑的，一點不呆板。」你說我們在那個時候，我就答應了，因為證婚人要講幾句話，我就用十分鐘來介紹佛法。你看這些人從來都沒有這個緣分，哪裡碰得上？這個好機會怎麼能錯過？歡歡喜喜給他們交流。怎麼樣能夠幫助眾生，機會一定要抓到，這個都是善巧方便，在智慧裡面這叫權智。平時這個戒律，我們守得很嚴格，在這個場



合當中一定要活潑，因為他們這些人如果學佛了，影響很大。

我們今天看到這個名詞，這個名詞可以是聖賢，無上士是聖賢、是佛菩薩。底下說，「又《智度論》曰：涅槃法無上。佛自知是涅槃，不從他聞，亦將導眾生令至涅槃。如諸法中涅槃無上，眾生中佛亦無上」。我們就看到此地，這是一半沒有念完，這一半。涅槃就是中國人所說的明心見性，見性成佛，涅槃是梵語，通常翻作滅，滅是什麼意思？四諦裡苦集滅道，涅槃翻作滅，滅是滅煩惱、滅生死，煩惱是因，生死是果，因滅掉了，果當然就沒有了。哪些地方有生死？十法界有生死，十法界裡頭兩種生死，六道裡頭兩種都有，分段生死跟變易生死統統都有。十法界縱然是色界天、無色界天，無色界天的壽命長，最高的這一層非想非非想處天，壽命八萬大劫。那一個大劫是多少時間？佛經裡有個比喻，我們的世界，世界成住壞空一次是一個大劫；換句話說，這個世界成住壞空八萬次。你說他的壽命多長，他的壽命就是他的定力，他有這麼深的定力。八萬大劫在我們看起來很長很長，可是在整個宇宙裡它就不長了。八萬大劫到了定功失掉，沒有失掉之前，他們都自以為是證得大般涅槃，都成佛了，這是誤會。到定功失掉的時候，他煩惱又現前，煩惱習氣這一現前直接往下墮落，諺語所謂「爬得高摔得重」，他從三界的頂上掉下來，就會掉到三界最下面，掉到阿鼻地獄，就落到那邊去。為什麼會掉到地獄？他在那裡肯定會起個念頭，「佛說證得般涅槃就不生不滅，怎麼我還有生滅？佛說的話靠不住」，這叫謗佛、謗法，謗佛、謗法的罪是在阿鼻地獄，是這麼個原因。他能夠生到那麼高的位次，都是在佛法當中修的，聖賢道裡頭修的。佛說四空天不究竟，沒有出六道輪迴，這個定就不能算正定，佛法裡面講的三摩地是正定，這不能算是正定，出不了六道輪迴不算成就。

佛法講成就，最低的成就超越六道輪迴，那就是證得阿羅漢果。這才是小成就，阿羅漢稱為小果，永遠脫離六道，脫離六道之後他所住的是四聖法界。也就是用淨土的話來說，釋迦牟尼佛的方便有餘土，四聖是釋迦牟尼佛的方便土，六道是釋迦牟尼佛的凡聖同居土，這樣大家就很容易了解。學佛的祕訣沒有別的就是放下，章嘉大師我們見面頭一天告訴我的，看破放下，看破是什麼？明瞭，放下是功夫。佛教到中國來把儒、把道都提升，提升到跟大乘等齊，問題是什麼？問題你得修。解悟不行，解悟出不了三界，要證悟；證沒別的，真放下。所以我們看小乘，看《華嚴經》十信位，這大乘法，十信位的初信菩薩，十信好像是佛教小學，初信是一年級。他是個什麼層次？大乘經上講三界八十八品見惑，他斷盡了，思惑沒斷。惑就是迷惑，也是錯誤，思惑是錯誤的思想，見惑是錯誤的見解，錯誤見解斷了。

頭一個不再執著身是我，錯誤見解裡頭，第一條身不是我。身是什麼？身是我所有的，就像衣服一樣，衣服不是我，我所有的。所以身不是我，身是我所有的。什麼是我？外國哲學家有所謂「我思故我在」，我能想像的那個大概就是我。那是第六意識，比執著身是高明多了，他不著身是我，他執著能思惟的是我，能思想的是我。其實中國人講，中國人講靈魂，在六道裡頭確實靈魂是不滅的，在六道裡頭，它在六道裡頭捨身受身搞輪迴。遇到緣它得到一個身體，我們講它投胎，在六道投胎了；緣盡了，這身體壞了，我們講死了。死了是什麼？身體死了，身有生滅，靈魂沒生滅。可是靈魂迷惑，它要不迷惑它就不去投胎了，迷惑它才會投胎，所以它還不是真正我。真正我在佛法裡叫靈性，靈性是覺悟的，不迷，魂是迷魂，不靈，靈魂是恭維它，魂不靈。孔老夫子對這個魂，實際上他知道，他稱之為遊魂很有道理，因為靈魂的速度很大。譬如說是

在中國、美國，你看距離這麼遠，香港飛到美國西岸要飛十幾個小時。靈魂一剎那就到了，它的速度很快，所以稱它作遊魂非常有道理。我們從這個名詞來看的時候，我們知道孔老夫子不是普通人，我認為他是佛菩薩再來的，佛菩薩應化的。我也曾經把我這個想法請老師印證，老師聽了笑了一笑：理上講得通，事上沒證據。回答我這麼兩句話，理上真講得通，事實上沒證據。他沒有宣布，跟大家宣布他是什麼菩薩再來的，所以後人稱他作儒童菩薩，那是一般稱呼，還是沒有依據。但是肯定是佛菩薩再來的，所以他所講的東西，許許多多跟大乘的概念都非常接近，而修學的方法也相接近，著作雖然不多，在中國傳統文化非常有影響力。

真正證得涅槃，自己知道，這個不必去問人。可是沒有人給你印證，你很難取證於人，這為教化眾生，為了教化眾生一定要找一個人給你證明，什麼人證明？證明的人一定是開悟的，要找這個人。六祖惠能大師，我們從《壇經》上去看他，你細心去觀察，他悟性高。《金剛經》上「應無所住而生其心」，他在賣柴時候聽到，他就有相當深的感悟。在黃梅聽忍和尚給他講這個大意，也是講到「應無所住而生其心」，豁然大悟，提出他對於自性的領悟，說了五句話二十個字，忍和尚給他印證，衣鉢給他，禪宗第六代祖。所以悟，自己清楚。人實在講，經上講得一點都不錯，「一切眾生本來是佛」，現在是什麼？現在迷失了自性，諸佛看我們是個糊塗佛，他是個覺悟的佛，我們是糊塗佛。諸佛菩薩對一切眾生，永遠是恭敬，他恭敬我們，我們不知道恭敬他；我們在迷，他覺悟；他知道事實真相，我們是完全無知。不但一切眾生是佛，《華嚴經》上講的「情與無情同圓種智」，那就是說十方剎土微塵世界沒有一樣不是。佛是什麼？佛是涅槃。涅槃是什麼？涅槃是自性，是一不是二。佛經裡面所說的沒有別的，全說自己，如果人要是真正了解這

個事實真相，我相信個個人都喜歡學習大乘經典，為什麼？了解自己。我們世間常講自知之明，自知之明到究竟圓滿的就是佛，然後曉得，學佛跟自己的關係是多密切，怎麼能不學？佛是誰？佛是自己。自性覺就叫做佛，自性迷就叫凡夫，自性沒有迷悟，迷悟在人，自性哪有迷悟！所以我們要把迷惑放下，覺悟是現成的，暗去明就來了。所以古大德常講「但盡妄情，別無勝解」，只要把些虛妄情執放下，那就是！所以涅槃無上，佛亦無上。

「復次，持戒、禪定、智慧教化眾生，一切無有與等者，何況能過，故云無上」。底下這一段是講佛教化眾生，佛用什麼東西教化眾生？戒定慧三學，一切眾生修行證果就是持戒、禪定、智慧。智慧別求，求不到，你一求就錯了、就迷了。定，定到一定的程度就開智慧，智慧沒開，這定程度不夠。其實定層次很多，縱然智慧開了也別放在心上，放在心上你就止於這個層次，你不能再提升。不必去理它，定的功夫就愈來愈深，愈來愈深這個智慧就愈來愈大。定中能夠勘驗自己的境界，為什麼？定中時間、空間都沒有，科學裡面所說的不同維次的空間你都看到了，要到什麼？看到阿賴耶的源起，看到宇宙的源起，這是什麼？這是菩薩。阿羅漢沒看到，看到是菩薩，那就是法身大士他們都看到了。還要提升，為什麼？就是無始無明的習氣沒斷，這個提升是叫無功用道，古人說「此處用不得力」，一切都在定中，保持在定中，慢慢的讓無明習氣淘汰盡了。無始無明習氣真的盡了，什麼境界出現？實報土不見了，你就自己曉得你入妙覺位。實報莊嚴土是無始無明習氣現的這麼個境界，所以《般若經》上講「凡所有相皆是虛妄」，真的一點都不假。「一切法從心想生」，「心外無法，法外無心」，這是事實真相，佛法的術語叫諸法實相，一切法的真實相。然後你才恍然大悟，遍法界虛空界跟自己是一體，那是什麼？你就證得法身。法身是什

麼？認識法就是身。誰的身？就是我的身，我身、你身、他身共同一個身。遍法界虛空界是一個自己，一個心，一個性，一個相，法相。所以性不生滅，相也不生滅，它起作用它連續的。我們講見煩惱裡面身見沒有了，邊見沒有了，邊見是什麼？對立，今天講相對，對立沒有了，矛盾沒有了，衝突沒有了。再向上提升，執著沒有了，執著裡最嚴重的情執沒有了，分別沒有了，智慧現前！這怎麼？持戒、禪定、智慧這現前。菩薩是這麼成佛的，我們要想成就一定要走這個路子。

持戒從哪裡做起？佛教傳入中國要先從小乘學起。小乘戒是什麼？講做人，人天法還不到小乘。為什麼？小乘的基礎，人都沒做好，你怎麼能成佛？哪有這個道理？中國從唐朝中葉以後就不學小乘了，小乘經雖然保存得很完整，沒人學了。李老師當年在台中，教我們這些年輕人學習講經、學習經教，還是從小乘經開始，所以我們也多多少少學了三十多部小乘經。小乘經的分量非常多，經文不長，通常一部經，大概不會超過二十個page，不會超過，它也有將近三千種。中國古人用儒、用道來代替，在早年唐宋時代，確實他們用《老子》、《莊子》、《列子》，用儒家的四書五經，用這些東西來代替小乘，管用。這些東西不比小乘差，境界，我們學了之後比小乘還高，很容易契入大乘。所以以後就用儒道做基礎，儒釋道就合一，在中國傳統文化有儒釋道之名，實際上呢？實際上儒釋道已經融成一體。你看看一些古籍，道士、這些道長，你問他有沒有讀佛經？有，讀儒家的書，統統都有。歷代這些儒家他們都學佛，朱熹學佛，韓愈最後也學佛，最初是排佛，以後遇到大顛和尚搞明白了也學佛，所以歷代一些大儒，佛跟道他都學。「虎溪三笑」不就是儒釋道三個人嗎？佛的代表是慧遠大師，我們淨土宗的初祖，陶淵明代表儒，陸道長是道，儒釋道是好朋友，天天在一起談

論學問，不分！

為什麼？到那個境界才曉得，全是出自於自性，沒有一法不是從自性流出來。還有一句話很有味道，沒有一法不回歸自性，這個話我覺得意思很深，從自性流，到最後又回歸自性，這好像什麼？循環。如果不是這樣的循環，佛經上怎麼會說出這麼一句話！現在這個循環好像是被科學家發現，宇宙的起源，就是阿賴耶的源起，現在量子力學家發現，他們發現整個宇宙是從波動發生的。這個波動是什麼？念頭，意念，意念動，一個念頭起一個念頭滅。跟彌勒菩薩講的話是一樣，經上這常說「一念不覺」，不覺就動了，覺心不動，覺悟不會動，不覺就動。這一動，阿賴耶就發生，阿賴耶是宇宙的造物主，從它發生的。佛經上講得很清楚，能生能現是自性，能變是阿賴耶，所以十法界依正莊嚴千變萬化，這是阿賴耶起作用。最後是不是回歸？好像是回歸了。這就科學家講的，科學儀器觀察到的宇宙，他說只有全宇宙的百分之十，還有百分之九十不見了。不見是什麼？回歸了，還是回歸到法性，回歸，回歸到常寂光。常寂光，精密的儀器也沒有辦法把它測出來，因為它不是精神也不是物質，它沒有任何跡象，你就沒辦法探測它。好像是個大循環的這個意思。

這個問題，釋迦牟尼佛在世，在楞嚴會上富樓那尊者提過這個問題，問得很有趣味，也是我們很想知道的。還源回歸是成佛才回歸，妙覺才回歸，回歸到常寂光。從常寂光出來，這個可以明瞭，物質是無中生有，物質現象跟精神現象都是無中生有，那個無就是常寂光、就是自性，從這裡變現出來。大家迷了，愈迷愈深，出現十法界，出現六道，出現三途，出現地獄，愈迷愈深。遇到緣碰到佛法慢慢修行，又不知道經過多少長的時間，佛家講無量劫，你證得阿羅漢、證得菩薩，最後成佛又回歸，到妙覺位又回到自性，這

一個大循環。富樓那問，回歸之後再會不會變成凡夫？就這個回歸之後會不會又從頭來起？釋迦牟尼佛說不會。為什麼不會？你的智慧完全現前，圓滿了，圓滿的智慧不會再迷了。他舉個比喻，譬如黃金，黃金是從金礦裡面提煉出來的，提煉純金之後，它再也不會變成礦，佛用這個比喻。是提煉出來純金，它會不會變成礦？我們要把黃金丟在垃圾堆裡去，看再過幾十萬年之後它會不會變成礦？我相信金是永遠不會變成礦的。它旁邊染污的那些東西，那就變成礦石，那再經過提煉，不經過提煉純金還是得不到。我想這應該是，佛說這個話是不是方便說？因為如果將來以後還做凡夫，那算了吧，我還學什麼佛？我就不要學了，學到最後還要輪迴，這還有什麼意思？我覺得佛這些話是個勉勵的話，同時也是真話，佛不打妄語。經過這一次提煉之後，縱然再有染污，很容易覺悟。那人有的根性為什麼那麼利？有的人根性為什麼這麼鈍？從這個地方我們能夠體驗到，那個根性利的都是什麼？再回頭的時候他很利的。又何況回歸到自性之後，起不起作用？起作用，眾生有感，他就有應。隨心應量，應以什麼身得度，自性能現什麼身，這就是如來現身，不是實報土裡頭法身菩薩。法身菩薩跟一切眾生感應道交帶著無明習氣，常寂光土裡面的諸佛如來應化在世間沒有習氣，這是不一樣的。所以他起作用，不是不起作用，從他起作用的話，我們相信佛的話是真的，他不會再變成凡夫。所以這句話也有很多種解釋，都講得通，都能說出一番道理，但是並不矛盾，這是佛法裡頭妙用無方。所以，持戒、禪定、智慧非常重要。

我覺得像湯恩比所說，中國古人心量很大，能夠包容異族文化，就是指的佛教，佛教傳到中國，中國人完全接受了，沒有排斥。佛教文化豐富了中國本土文化，這一融合把我們本土文化提升。這話說得很好，提升，怎樣提升？就是戒定慧，這是佛法的。以後怎

麼樣？儒也講戒定慧，道也講戒定慧，這個方法從佛這裡學來的。所以從前人教學都是一門深入、長時薰修，你想做通家樣樣都通，你一定從一門入，要不然你通不了。一門入什麼？見到性就全通了，明心見性，智慧開了就全通。所以你要懂得，學儒，儒要是得定開智慧，佛法全通了，道也全通了；道持戒、禪定、開智慧了，儒也通了，佛也通了。別說儒釋道，遍法界虛空界所有一切法全通了，為什麼？心現的。你明心見性，哪有不通的道理！樣樣都通，所以佛法裡面講一經通一切經通，一門通門門都通。要怎麼個通法？一定要從禪定，一定要把你的妄想分別執著全放下。用科學的方法決定達不到這個境界，為什麼？他用意識。你看佛法裡頭主張什麼？離心意識，心是阿賴耶，意是末那，識是第六意識，這是我們今天講精神現象裡面的三個支柱。離心意識，心是什麼？印象。離心是什麼？不落印象，心地乾乾淨淨，也就是不受污染，離心。離意，意是執著；識，識是分別。因為你有分別、有執著，阿賴耶就被污染，為什麼？它落印象，這阿賴耶裡頭落謝種子。這是十法界的眾生統統不能避免的。

十法界的佛，為什麼不是真佛？天台大師說他叫相似即佛，他不是真佛，原因就是他用阿賴耶。阿賴耶裡面雖然有無量落謝種子，四聖法界的人很厲害，他的定功是真的，不是假的，他能伏住，讓這些阿賴耶裡面善惡種子統統不起現行，好像是清淨心得到了。其實不是的，他還差一層，為什麼？他還起心動念。到不起心、不動念，就是我們六根接觸六塵境界，眼見色、耳聞聲，在日常生活當中不起心、不動念，你就不用阿賴耶。不用阿賴耶就轉阿賴耶為四智菩提，阿賴耶變成大圓鏡智，末那識變成平等性智，第六意識變成妙觀察智，前五識變成成所作智，成就菩薩事業，菩薩事業是什麼？度眾生的，成就度眾生的事業。所以都叫智慧，不叫煩惱，



這就是經上我們常聽到的「轉煩惱成菩提」。所以真正功夫你能抓到這個，你就懂得怎麼修。日常生活當中，從早到晚，見色聞聲，六根接觸六塵境界，訓練什麼？訓練不執著、不分別、不起心、不動念。不起心、不動念是轉阿賴耶識，不分別是轉第六意識，不執著是轉末那識，真功夫！如果我們還用第六意識在這裡分別，研究經教，在分別經教，這不行，這學的是什麼？這是佛學，這不是學佛。學佛不用這個，不用這個，經拿到面前能懂嗎？懂，不但懂，還深入，也就是一般人我同樣看這個經，他看不出意思，你看出許多意思，字字句句都是無量義。再跟諸位說個真話，每一個字、每一句子裡頭有多少意思？遍法界虛空界所有統統在這裡頭，不要說一本，就在這一句，就在這一個字。沒人相信，但是真的，一點都不假。一通一切通，何況一部經通，一句通就通了，一字通就通了，為什麼？稱性，沒有一法不是自性變現的，你只要見性全通了，就這麼個道理。

所以，我們在平常日常生活當中，真正學大乘的不能用思想，但思想用成習慣，用思想出不了六道輪迴。現在有人說要用直覺，這有道理，別去想它，一看、一聽、一接觸都明瞭，直覺不去想它。這不去想它是什麼？這就是定，你用清淨心，開始練這個。清淨心練出來之後，練平等心，平等心是什麼？整個宇宙跟我是一體，以這個為主軸。決定沒有分別，為什麼？色受想行識完全相同！色是假的，根本沒有這個東西，受想行識有。受想行識從哪來的？自性裡頭本來具足的見聞覺知，在自性裡叫見聞覺知，覺悟稱見聞覺知，迷了叫受想行識。它是一個東西，迷悟的兩面，物質是假的，受想行識變現的。在法相宗經典裡面講得很明白，講物質的起源，先有見分，見分要見，就出現了相分，所以相分是虛妄的，今天科學家跟我們解釋，物質現象它的本質是精神現象的累積，累積連續

產生的幻相。為什麼物質現象有這麼多種？那就是《還源觀》上講的出生無盡，賢首大師這句話是從經上來的，經典裡面的，《華嚴經》上「出生無盡」。都是假的，沒有一樣是真的，就像萬花筒一樣，我們才真正了解這個真相。物質裡面有很堅硬的，有很稀薄的像空氣，這科學家給我們解釋頻率不相同。頻率慢的就變成堅硬的固體，頻率快一點的就變成比較鬆軟一點的，像樹木花草、我們皮膚這一類的，再快的就變成電磁波，完全是頻率不相同變化這些東西，我們不知道。它變的東西，生滅是非常快速，一秒鐘，從彌勒菩薩談話裡我們能體會，一秒鐘如果是五次彈指，那是一千六百兆的生滅，它怎麼是真的？我們完全把它看成、把它當作真的，這是分別執著。所以分別執著是嚴重的煩惱，特別是執著製造六道輪迴，不執著，六道就沒有了；不分別，十法界就沒有了。

經上講「凡所有相皆是虛妄」，我們要掌握著這個原理，在日常生活修行在哪裡？就在生活當中，不需要什麼刻意，刻意都錯了。祖師大德刻意編這些儀規，那是幹什麼？度眾生的，接引大眾的一種方便。我們故意在那裡做，做來表演給人看，讓他起心動念，接引他。佛法謙虛，佛法是師道，真正的老師有學問、有道德，你向他請教，我無德無能，我一無所長。他說話是真的嗎？是真的，一點沒錯。他跟你講真話，但你不相信。所以哪有老師去招生的道理？那膽子太大了！這現在用的叫招生，這古人看到嚇死人，你怎麼敢招生？以師自居太狂妄了。那怎麼辦？像釋迦牟尼佛這樣好老師，他自己又不表態，又那麼謙虛，我們知道跟他學，不知道怎麼辦？我們學生做出好樣子出來，對他恭恭敬敬樣子生起來，別人看到，我們都去跟他學去，是這麼個意思。所以那些形象全叫招生廣告，這個要懂。我早年學佛，章嘉大師告訴我，佛法重實質不重形式，自修要重實質，形式，我才曉得招生的。眾生根性不相同，所

以形式的花樣不一樣，哪一種花樣都好，都能吸收一些眾生進來，讓他看到生歡喜心覺悟，都是好方法，叫善巧方便，這要懂。但是我們把善巧方便當真的，那就錯了，那全錯了。所以自度之後這才能度他，你才擅於表演，表演當中知道全是假的，不是真的，做給別人看的，不是給自己受用，他受用的，這就對了，這真正叫隨緣妙用。中國自古以來這些文藝表演，夫子有個標準「思無邪」。表演的方式多，指導的方針只有一個，你不能叫看的、聽的、接觸的人產生邪思，那你就錯了，邪正從這裡辨別。

佛教那超越了，比它這個更高，在表演的過程當中，這利他眾生當中，你要保住你的清淨心。要用佛法的標準，就是《無量壽經》這五個字「清淨平等覺」。你在表演當中，為一切眾生表演，裡面不失清淨平等覺，那就是妙用，表演是隨緣。如果清淨平等覺失掉，那你就是被凡夫度走了，你去度人，最後被人家度走了，那不是跟他一樣嗎？起心動念把你的煩惱習氣全都給引出來，那就錯了。所以在這個地方，我們要重視持戒的重要，沒有到一定的程度不能表演，一表演就被別人度去了，我去度眾生，結果被眾生度跑了。給我剃度的和尚，就是我的剃度師心悟法師，兩年之後他就還俗，跟他一個女弟子結婚，他度她，被徒弟度跑。太年輕了，我那個師父比我小一歲，我比他大一歲，也會講經，也會寫文章，我沒出家的時候，我們就常常往來在一塊是朋友。所以我在台中跟李老師學教，有意思出家，他就來找我，好像是兩個月當中找了我九次，我看他的心很誠懇我就答應，到圓山臨濟寺，那時候他是住持，他給我剃度。所以太年輕做住持很危險。古人，這李老師告訴我，四十歲之後才能出去講經，跟外面大眾，你比較定一點，四十歲以前你還不穩定。我們在台中遵守老師這個教誨，四十歲之前學講經是練習，在家裡不出去，不接受外面邀請，家裡頭。台中的台中蓮社

、台中慈光圖書館，還有是一個寺廟住持是女眾，也是李老師的學生，就這麼三個地方，我們練習講經地方，外面是不准去的。老師規定得四十以上，那個時候我們都不到四十歲，不准出去，老師這個關把得很嚴。就怕你自己定力不夠，你被外頭境界影響。所以做老師很難，學生能聽話，學生不聽話就跑掉了，有，不多就是了，不是沒有。但是離開老師早的都不會有成就，這是我們以後都看到了。

今天講到戒律，我這麼多年的經驗，深深覺察到戒律要從《弟子規》學起，要從《感應篇》學起。從《弟子規》裡學倫理道德，從《感應篇》裡學因果，因果的力量比《弟子規》力量大太多，《弟子規》三分力量，《感應篇》有七分力量。人縱然倫理道德學得很好，所謂是高名厚利還是會動心，還是會明知故犯，為什麼？敵不過名利的誘惑。這個歷史上很多，他不是不懂。但是懂得因果的人不敢，為什麼？懂得因果人，他會想到將來怎麼辦？我現在地位得到了，我財富得到了，不是正當的手段，得到將來要還錢，殺人要償命。沒聽說殺人，給諸位說，墮胎就是殺人，你要不要償命，你敢嗎？不敢！你欠人家的命債、錢債都是麻煩事情，冤冤相報沒完沒了，你敢嗎？所以一個不善的念頭傷害眾生，實際上就是傷害自己，叫反作用力，你這打出去回頭就彈到自己，快得很。所以說因果約制人有七分力量，《弟子規》只有三分力量，佛法到圓滿。佛法初學的戒律很簡單，就是十條，十善業：不殺生、不偷盜、不邪行、不妄語、不兩舌、不惡口、不綺語、不貪、不瞋、不痴。但是如果沒有儒跟道這兩個基礎，十善業做不到；有倫理、道德、因果的基礎，深厚的基礎，十善業做到了。所以十善業叫人天法，來生不失人身，修得更好的來生生天，人天法標準在此地；再向上提升，聲聞菩提、緣覺菩提，這是四聖法界；再向上，無上菩提。究

竟佛果根基都在十善業。十善業的根就是《感應篇》跟《弟子規》，你能不認真學嗎？不認真學不行。

年歲大了，今天年歲大的時候，我們得用一甲子做標準，六十歲以上一心專念阿彌陀佛，《弟子規》沒學過不要緊，《感應篇》沒學過也不要緊，抓住十善業道，念茲在茲，一句阿彌陀佛永遠不捨。李老師從前告訴我們，修淨土要換心。要換心，心怎麼換法？換成阿彌陀佛，我心就是阿彌陀佛，阿彌陀佛就是我的心。換句話說，心裡只有阿彌陀佛，除阿彌陀佛之外，一掃而光，這叫什麼？這叫道共戒。阿彌陀佛，那什麼戒律都圓滿，心裡只有阿彌陀佛，沒別的東西。這是什麼？對老年人一心專注，世間這些把戲都看過了，沒有一樣稀奇的，不想再看，一心就求生淨土，這就對了，沒有一個不往生。這樣的發心，藕益大師在《彌陀經要解》裡面，這個心就是無上菩提心，講得好。什麼叫菩提心，不懂，不知道，你看看很多老阿公阿婆，他就是一句阿彌陀佛，臨終的時候站著走的、坐著走的，不生病的，我們親眼看見過，這不是假的。你問他《弟子規》他不知道，《感應篇》他也不曉得，一生忠厚老實，決定沒有害人的心，一句阿彌陀佛念到底。有人每天念一部《無量壽經》，有人《無量壽經》都不會念，你看諦閑老和尚那個徒弟鍋漏匠，《彌陀經》都不會念，就一句阿彌陀佛他就成功，不可思議，這是我們不能不知道的。

所以只要一心，跟禪定就接近，一心到心裡面雜亂東西都沒有了，清淨心現前，清淨心起作用就是智慧，你自己表現這往生的瑞相，那就是教化眾生，讓很多人看到信心生起來。念佛真好，人人都能做得到，人人都能在一生當中圓滿成就，我們為什麼不幹？我們這一次細講這部經，我估計差不多是一千個小時把它講完，目的在哪裡？目的是留給後人。末法還有九千年，九千年當中度眾生成

佛道，我們現在能夠覺察出來就是這部經，所以我們多費一點時間把它講出來。自己當然一定要換心，不再打閒岔，老實念佛，世間一切事隨緣而不攀緣，有緣利益眾生我們要做，沒有緣不找事做，這就對了。有緣，那是佛菩薩讓我們做。沒有緣，佛菩薩叫我們老實學《無量壽經》，老實念佛，好，心是定的，不是動的，心是定的，心是清淨的。所以看到這三個字，持戒、禪定、智慧，這是修行最高的指導原則，一切無有與等，一切法沒有跟這個平等的，那當然沒有超過的，所以稱之為無上。無上士我們就學習到此地。今天時間到了。