

上品上生我有分（第四十三集） 2012/6/6 香港  
佛陀教育協會（節錄自淨土大經科註02-037-0365集） 檔  
名：29-296-0043

諸位法師，諸位同學，請坐。請看《大經科註》第七百九十三頁第一行，從第一句看起：

「上之十善，均是世善」，前面我們學習的這一段註解，十善業道，這是世間善法，淨業三福裡面第一福所說的。三福，第一是世善，第二是小乘善，第三是大乘善，這就是淨業三福。「《報恩論》曰：凡是善行，皆可往生」，這句話含的意思非常深廣。世間善法多，不一定是佛法；換句話說，所有一切善行，具足善行的人都有可能往生。下面給我們說明了，「但必常常念佛迴向，即轉世善為淨因」，這說得很清楚了。所以世間善可以轉，我們將這個世間善的功德迴向給西方，求生淨土。如果不迴向，就變成世間人天福報。如果這一轉變，這是極樂世界凡聖同居土，那個裡頭也有三輩九品。

「故佛說諸經，總兼世善」，無論是大乘經、小乘經，常常把這個十善，孝親尊師、倫常大道，佛都帶說。「而此十善業，且特說專經」，《十善戒經》，專講十善，《十善業道經》。「以淨身三、口四、意三諸業」，這個淨是清淨，教導我們身清淨、口清淨、意清淨，符合佛在經典所教導的，就是善護三業，「為修持根本」，所以這個重要！大乘、小乘，小乘三千威儀，大乘八萬四千法門，無論修哪個法門，必須具備十善業。十善業是個善人，善人的條件都不具足，你怎麼能學佛？古時候很嚴格，不具足十善業的不能受三皈五戒，受三皈五戒一定具足十善業，也就是淨業三福第一條做到了，才有條件求受三皈五戒。現在沒有了，想受就受，師父

就傳給你，是真是假沒人再過問。所以佛法怎麼衰的我們一定要知道。我們要想拯救佛法，讓佛法再興旺起來，這就曉得，從哪裡做起？從十善業做起。十善業從哪裡做起？十善業要從《弟子規》做起。我們現在十善業為什麼做不到？沒有《弟子規》、沒有《感應篇》的基礎。如果有堅實《弟子規》、《感應篇》的基礎，十善業很容易做到，那是真佛弟子。

我們現在自稱為三寶弟子，甚至於出家了，受了大戒，說實在的話，佛承不承認都是問題。為什麼我們說這句話？因為經上有，經裡面佛說，「佛子，不先學小乘，後學大乘，非佛弟子」，他就不承認你，躡等。我們今天這個也是躡等，小乘不修了，就學大乘，這是躡等。但是古來祖師大德把儒跟道代替小乘，他有儒跟道的基礎，再來修大乘，行。我們今天儒道的基礎沒有，小乘也沒有，大乘它所要求的條件淨業三福，我們又沒有。這個淨業三福就是「孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業」。這個四句我們會念，意思好像也懂得一些，實在講這四句話可深可淺，往深處講，凡夫不懂。為什麼？因為它是大乘，大乘經上所說的，意思就深了。小乘經上所說的，也有這十善，那個意思就講得淺，能夠跟中國傳統文化倫常八德合起來講就行。可是在大乘，我們看一看《沙彌律儀增註》，這祖師大德講的，意思就深了。為什麼？大乘在起心動念之處。正是所說的，小乘經、小乘戒律，論事不論心，容易持；大乘戒律是論心不論事，很不容易受持。就是大乘比小乘高就高在這裡，小乘治的是事相，大乘治的是起心動念。所以它是修持的根本，決定不能夠疏忽。

下面第二段，「晝夜憶念」。看經文：

【如是晝夜思惟。極樂世界阿彌陀佛。種種功德。種種莊嚴。

】

這一句經文，實在講就是一部《往生論》，天親大師《往生論》裡面就是講的這個意思。『晝夜思惟』，不要想別的，專想極樂世界，專念阿彌陀佛，念佛種種功德，念極樂世界種種莊嚴。我們看註解，「晝夜念佛。經云：晝夜思惟，極樂世界阿彌陀佛，種種功德，種種莊嚴」。「天親菩薩《往生論》立五念門」，這是天親菩薩修淨土，他的修行方法，他往生極樂世界，當然上上品往生，他把他自己這些經驗說出來，提供給我們做參考。五念門，第一個是禮拜，第二個是讚歎，第三個是作願，就是發願，第四個是觀察，第五個是迴向，觀察就是憶念。「論云」，這是《往生論》上的話，「云何讚歎？」怎麼讚歎？「口業讚歎」。口怎麼讚歎法？稱念如來名就是讚歎。「南無阿彌陀佛」這是讚歎，佛的名號是下面四個字，上面南無是讚歎，南無是皈依的意思、歸命的意思，歸命的意思比皈依的意思還要深。

真正求往生，像蓮池大師所說的，這是在《竹窗隨筆》裡頭講的。有人向蓮池大師請教，說你老人家教人念佛，你怎麼個教法？大師說，我教人念佛，念南無阿彌陀佛。別人問，你自己怎麼念？我自己只念阿彌陀佛。為什麼教別人要加南無？蓮池大師說，我真信切願，這一生唯一的方向、目標就是往生極樂世界。經上講「執持名號」，名號是阿彌陀佛，南無不是名號，所以我執持名號決定求生。教人為什麼念南無？他未必有發心往生，加個南無，跟阿彌陀佛結緣，皈依阿彌陀佛，未必他求往生，原因在這個地方。這是我們看到祖師他的想法、他的做法。如果我們決心求生，這個念字愈少愈好，愈簡單，愈是簡單就愈管用。你看六個字，省了兩個成四個字，愈簡單愈好。特別是在臨命終時，這個時候太多了不行。古人講「念經不如念咒」，咒短，「念咒不如念佛」，佛比咒更短。阿彌陀佛只四個字，一句，這精中之精，精華裡面的精華。所以

口業讚歎，「稱彼如來名」。

「又彼觀察有三種」，觀察就是此地講的思惟，晝夜思惟。觀察有三種，「何等三種？一者觀察彼佛國土莊嚴」，這就是依報，十七種；「二者觀察阿彌陀佛莊嚴功德」，有八種；「三者觀察彼諸菩薩莊嚴功德」，有四種，總共二十九種。一部《往生論》就講這二十九樁事情。「今經所云，正是第四觀察門」，這行經裡面所說的，『晝夜思惟，極樂世界阿彌陀佛，種種功德，種種莊嚴』，是《往生論》裡頭五門裡頭的第四門，觀察門。「或兼口念」，兼口念那就兼第二門，第二是讚歎。「如是觀察或讚歎，晝夜相續，故云晝夜思惟等等」。

實在這個五門一門都不能缺，而且五門裡頭，每一門裡頭都含攝其餘四門，《華嚴經》上說，一即是多，多即是一，一多不二。禮拜，早晚課我們一定拜佛。這個禮拜除了定課之外，有散課，就是不定在早晚課裡頭，拜佛愈多愈好。拜佛裡頭有沒有憶念？有，每一拜都是拜阿彌陀佛，心裡面想阿彌陀佛，口裡頭念阿彌陀佛。拜佛的時候，念佛不要出聲，出聲傷氣，默念，心裡頭念。現在有念佛機，打開念佛機聽，聽念佛的聲音，聽著拜，心裡頭跟著念，口裡不出聲，這讚歎都有了。第三，我們拜佛的目的，沒有別的，就是求生淨土，親近彌陀，這就是作願。一天所修的善業，一切功德都迴向西方極樂世界，這是第五門。所以統統具足。

專修淨土，真正專修的人，我們可以把世間一切，真的都放下，世法、佛法一切隨緣，全心全力念佛求生淨土。大經大論喜歡，留著到極樂世界再學，不耽誤我眼前的時間，我眼前決定到極樂世界去，這真去得了。如果還要兼學其他的，行，也行，得有這個因緣、有這個條件，也可以學。那往生極樂世界有沒有把握？很難講。往生極樂世界，最重要的就是臨終最後這一念。最後這一念是念

佛，決定往生；最後這一念想到別的地方去，這因緣就錯過了，這是我們不能不知道的。古往今來，多少念佛人最後不能往生。不能往生，他們到哪裡去了？大多數到天道去了，欲沒有斷乾淨，就是見思煩惱沒斷乾淨，都在天道。如果對於人間還有情執，念佛人投胎又到人道來。這些事相我們得清清楚楚、明明白白。底下一段，「志心歸依」。

【志心歸依。頂禮供養。】

這個裡頭就兼禮拜門。『志心歸依，頂禮供養』，「是第一禮拜門。論云：云何禮拜？身業禮拜阿彌陀如來應正遍知，為生彼國意故」。「又歸依即歸命。《往生論註》曰：故知歸命即是禮拜，然禮拜但是恭敬，不必歸命，歸命必是禮拜，若以此推，歸命為重」。歸命比禮拜重，因為這裡頭有恭敬，確實裡頭有願生，那就是發願，求生淨土，求佛攝受。「今經云，歸依頂禮，復是志心，更兼供養，彌顯精誠」。「志心」也可以做至誠皈依，至誠的意思非常廣泛。淨宗的志心，志是你的願望，願望就是求生淨土，就是親近彌陀。更兼供養，供養就是身業禮拜。彌顯精誠，精誠至極，求願往生。前面是講的修因，後面講「妙果」。

【是人臨終。不驚不怖。心不顛倒。即得往生彼佛國土。】

這種修行方法，最好每天晚上睡覺的時候都作往生想。為什麼？這個經上所說的，『不驚不怖，心不顛倒』，這兩句話非常重要！人到臨終一怕死就完了，隨著業力走了，念佛功夫全用不上。這就是念佛念一輩子，臨終不能往生，這樣的人非常之多。我初出家的時候，在台北圓山臨濟寺，這個寺院裡面都是福州人，法師福州人，信徒統統是福州人。信徒他們有個念佛會，每個星期天就在寺廟裡頭，這個大殿他們要用一天念佛，念佛會在這裡念佛。這些居士都是這個寺廟的護法，那個時候寺廟經濟來源很差，沒人供養，

所以這些在家居士，出家人看作衣食父母，每個星期天大殿給他們用。這個念佛會的副會長林居士，也很有身分地位，他是一家銀行的襄理。對佛法通，不是不通，而且法器敲得好，星期天念佛會，他做維那。

臨命終時怕死，你看，天天求阿彌陀佛接引他往生極樂世界，臨命終時不願意去，叫同修們念觀世音菩薩，不要念阿彌陀佛，他不想走，最後還是走了。我們當時看到這個現象很驚訝，一生求往生，最後怎麼不願意往生？情執沒斷，對這個世間有貪戀，這叫貪生怕死。我們回頭想想，幾個人不貪生不怕死？太少了。所以平常每一天我都作往生想，躺在床上，今天就往生了，明天早晨起來，我又乘願再來了。要做這種想法，養成一個習慣。「不驚不怖」，這個說起來容易，做起來很難。「心不顛倒」，正念分明，念念是阿彌陀佛，念念是極樂世界。所以《往生論》裡頭，這個五門說得好，五念門說得好。

我們看註解，註解就是引用《往生論》的。「《往生論》云：若善男子、善女人」，你看這個善，這善什麼意思？具足十善業道，才稱為善男子、善女人。「修五念門行成就」，你看修五念門，條件是善男子、善女人。如果沒有十善，這個五念門修的是形式，實質很難講。如果具足十善業修五念門，那有實質，能修五念門行成就，「畢竟得生安樂國土，見彼阿彌陀佛」，肯定阿彌陀佛來接引你。每一個往生的人都得到阿彌陀佛來接引，阿彌陀佛要不來接引，你不知道極樂世界在哪裡，你去不了。「妙因感果」，五念門是妙因，往生極樂世界見阿彌陀佛這是妙果。「是故臨命終時，蒙佛本願加威」，佛發四十八願，這個四十八願加持你。「慈悲加祐，令心不亂」，這一句要緊。因為《彌陀經》裡頭羅什大師的翻譯有「一心不亂」，一心不亂的功夫不容易得到。如果用這個標準，

往生的人就少了。《彌陀經》的原文，釋迦牟尼佛是怎麼說的？不是一心不亂，是「繫念不亂」，就是一心想念的意思，這個容易，這容易做到，一心不亂不容易。

可是，鳩摩羅什大師為什麼把繫念不亂改成一心不亂？是不是他搞錯了？我們從經的義理上來講，羅什大師翻譯是意譯，玄奘大師翻的是直譯，原文怎麼說就怎麼翻法。意譯，他譯的一心不亂實際上也有道理，不能說錯。我們的功夫實在是一心繫念，心裡頭沒有雜念，就想阿彌陀佛，就想極樂世界，一天到晚就想這個。臨終的時候佛來接引，首先佛光照你。佛光一照，這就是加持，把你的功夫提升一倍，一心繫念就變成一心不亂，一心繫念得阿彌陀佛的加持，就變成一心不亂。這就是一般淨土裡面所講的功夫成片，是念佛三昧最低的一個境界。這個境界不能小看，真正到這個境界，往生就有把握，隨時可以往生。真想去了，我這個世間還有壽命不要了，我想早一天到極樂世界見阿彌陀佛，阿彌陀佛真的來接引你。只要你有堅定的信心、堅定的決心，真的有求必應。這些例子古時候有，現在也有，只要我們細心去觀察你就能見到。

所以臨終「不驚不怖，心不顛倒」。「不驚者，不驚慌失措。不怖者，不畏怖恐懼。不顛倒者，心不錯亂」。臨終決定是憶佛念佛，所以感得佛現前，佛來接引你往生。每天都作如是觀，天天想佛，最後真的看到佛現前，歡歡喜喜，天天想你，終於把你想來了，這往生了。對這個世間沒有絲毫留戀，在這個世間每天隨緣度日，這是祖師教導我們的，一絲毫都不強求。普賢菩薩十大願裡頭有「恆順眾生，隨喜功德」，守住一個原則，就是令一切眾生生歡喜心，做出個好樣子給大家看。「本品經文，未言臨終見佛，但既得往生則佛必然來迎。因佛本願，臨終接引。若無佛迎，則凡夫自力不能往生。今不言者」，這經文裡頭沒有說佛來接引，「以此品專

論因行，故不多涉往生之果境」。佛來接引是往生的果境，這裡經文只說往生，沒有提佛來接引，可是我們知道佛是決定來接引你。

下面這一大段是「忙裡偷閑正念得生」。這個對於一般生活繁忙，又不能不做工作，為了養家活口，必須要努力工作，他能不能念佛求生淨土？能。我們看經文怎麼說法。

【若多事物。不能離家。不暇大修齋戒。一心清淨。】

這是他沒有時間、沒有這個緣，他做不到。可是下面說：

【有空閒時。端正身心。絕欲去憂。慈心精進。】

這是在家學佛，在有空閒的時候他就修。怎麼個修法？這十二個字，『端正身心』，就是端身正心，『絕欲去憂，慈心精進』。我們看註解，「右第三類」，工作繁忙的人，「有二句」，第一個，「修行世善」，第二個，「忙裡偷閑，正念得生」。「此類指事物繁多之人，平素暇時甚少」，就是他有空閒的時間很少，「未能大修齋戒」。齋，本意是過中不食叫做齋。現在人一般叫齋是什麼？齋是素食。其實素食跟齋是兩回事情，不是一樁事情，這個我們一定要知道。齋是一定在日中之前，日中之後就不吃東西了，這叫持齋。南洋小乘，他們托鉢，什麼時候出去托鉢？大概上午八點多鐘就出去了，他要走路。所以居住的地方，世尊在世都是住在山林，這個山林離城鎮不會太遠，太遠，托鉢不方便。一般大概是三里路，三、四里路這樣的距離。三、四里路大概相當現在的兩公里，走半個小時，來回走一個小時，是這樣的距離。這是托鉢最方便的，佛選擇一定選擇這樣的距離。托鉢是人家給什麼吃什麼，沒有選擇。

不吃眾生肉，是大乘經上所說的。中國的佛教完全採取素食，這個素食運動是梁武帝提倡的。梁武帝讀大乘經，讀到經文，菩薩慈悲，不忍心吃眾生肉，所以他就改成素食。他是佛門大護法，經



過他一提倡，好，出家人就響應了。所以，全世界的佛教只有中國出家人吃素，外國學佛的沒有。我們就到近鄰，韓國沒有，日本也沒有。越南是學中國大乘的，可能還有，越南周邊是小乘國家，都沒有。所以這個一定要曉得，不吃肉是好事。佛在經教裡只講齋戒，沒有說素食，因為是托鉢，就不能講素食。素食到哪家去托？哪一家吃素不知道，素食人畢竟是很少。所以佛有三淨肉，你去托鉢的時候人家給你肉，符合三淨肉。為什麼？沒有看到殺，沒有聽到殺，不是為我殺，這叫三淨肉。沒有看見，沒有聽到殺的、叫的聲音，不是為我殺的，這可以吃。為我殺的就不可以吃，這個一定要曉得。

不能夠大修齋戒，便難於一心清淨。我們從這裡也知道，齋戒的目的在哪裡？在一心清淨；就是說幫助你一心清淨，所以要修齋戒。「如是之人當努力行善」，一心清淨他做不到，持戒、修齋他也很困難，這樣的人應當努力行善，善的標準就是十善。生活不離十善、工作不離十善、待人接物不離十善，這叫做行善。起心動念、言語造作，十善是標準，決定不能夠違背。「並應忙裡偷閒，善擇時機」，他有一點空閒他就真幹，「遇緣即修，不使空過，亦定得往生」。因為他身有障礙，有很多工作，但是他心裡面確確實實是清淨，像對淨宗法門他真信、真願往生，得空就真念佛。你看，這個地方我們能夠體會到，這一類的人，忙裡偷閒的人，他不能用真心，他用善心。跟前面所說的一樣，世間所有一切善法，將這些善行迴向求生淨土，也能往生，他們符合這個條件。

「淨宗之妙即在不離佛法而行世法，不廢世法而證佛法也」，這是《報恩論》上講的。所以淨土法門接引眾生非常廣大，上面到等覺菩薩，下面到地獄眾生，只要遇到決定有好處。經論不多，在一切法門裡頭，淨土經論最少，原本只有三經一論。現前祖師大德

加了兩樣進去，變成五經一論，分量還是最少的。這個五經裡面，印光大師加進去的《大勢至菩薩念佛圓通章》，只有二百四十四個字，比《般若心經》還少；魏默深居士把《普賢行願品》最後一卷「十大願王導歸極樂」，也附在這個三經之後，變成五經。還是薄薄的一個小本子，特別適合末法眾生。末法今天叫知識爆炸，道德淪落，人的工作非常繁忙，所以說分秒必爭。修學一切法門對他們都有難處，淨宗就方便了。

『有空閑時』。「承上所言，事物繁多，未能身暇心淨，大修齋戒」，這他做不到。「則當善用時機，遇閑即修。摒除世慮，勇猛專修。此句有空閑時總貫下文，直至一日一夜，不斷絕者」。所以這個裡面教導我們，這些話是念老勸告我們的，善用時機，遇閑即修。修學的態度就是底下這兩句，摒除世慮，這就是放下萬緣，這一句不容易，勇猛專修這個不難，難在摒除世慮，真的放得下。放下必定是能看破，看破一定要通達經義。經義說的是什麼？經義所宣說的是事實真相，就是諸法實相。諸法實相是什麼？告訴我們這個世界是假的，不是真的，這是事實真相。事實真相很難，怎麼是假的？每個人都說真的，你怎麼說是假的？憑什麼說是假的？經上講的，我們並不清楚。

《金剛經》在中國非常普遍，幾乎每個學佛的人沒有不念過《金剛經》的。《金剛經》上告訴我們，「凡所有相，皆是虛妄」，我們講不清楚這句話。佛在經上用個比喻說，「一切有為法」，有為就是有生有滅的，這有為法，「如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」，我們也是依文解義，講不透。佛經上雖然也講得很清楚，譬如佛說「一切法從心想生」，我們都念得很熟。心想怎麼生？講不出來了。古人也沒講清楚，註解也沒講清楚。實在講，經論上講的是講清楚，沒看懂，粗心大意，我們煩惱障礙我們的智慧，怎

麼想也想不通。一直到今天，量子力學家發現了阿賴耶，我們才恍然大悟。再看看古人的註解，是講了，為什麼就看不懂？一切法從心想生，我看的科學報告是德國普朗克博士的物質研究的報告，他一生專門研究物質到底是什麼，最後真的被他發現了。他能夠把物質分，分成最小的，小到微中子。微中子再分，物質沒有了。沒有了，就看到什麼？看到是念頭波動的現象。這把「一切法從心想生」解釋出來了。

因為一切法都是一合相，這《金剛經》上講的，就是一個基本的物質它組合的現象，叫一合相。那個一，就是物質的原點，那個一是從心想生的。一切法從心想生，我們才恍然明白了，基本的物質現象是心想生的，所有一切物質現象全是這個現象變現出來的，叫一合相。那個變現，就是分別、執著，從分別執著裡頭變現出來的。這搞清楚，才曉得什麼？一切法是假的不是真的，確確實實夢幻泡影，就像看電影一樣，沒有一樁事情是真的。把這個東西搞清楚、搞明白，摒除世慮，這是放下，就能做到。你要不真搞清楚你放不下，堅固的執著，他怎麼肯放下？真正搞清楚、搞明白，才真正曉得《般若經》上所說的，「一切法無所有，畢竟空，不可得」。心定了，定在哪裡？專想阿彌陀佛，專念阿彌陀佛，一心求生極樂世界，親近阿彌陀佛，向阿彌陀佛學習。阿彌陀佛是一切諸佛裡頭的總代表，諸佛菩薩對他的讚歎，稱他為「光中極尊，佛中之王」。我們有緣能親近這位大德，值得慶賀，這是不容易遇到的。知道的人雖然很多，不是真正認識他，所以那些人沒有深信切願，包括修淨土的。皈依淨土的人，他要不是認真明瞭的話，這個世緣，特別是親情，總是放不下。放不下，真實利益就得不到。有空閒時，無論在什麼時候，能有一點空閒就放下。

「端正身心，端身正意」，就是正心，中國人講誠意、正心、

修身、齊家。但是，誠意正心的前面是看破放下，格物就是放下，致知就是看破。看破跟放下，誰在前誰在後都可以，看破幫助放下，放下幫助看破。初入門，知識分子一定先看破後放下，善根深厚的老實人，佛教他先放下後看破。人的根性不相同，從哪裡入門不一樣。《彌陀經》上說，「不可以少善根福德因緣得生彼國」，佛法裡頭非常重視善根福德。善根福德薄的，難！多善根、多福德從哪裡修？就是念佛，念佛的人就是多善根、多福德。你自己覺得善根福德不夠，你就拼命去念佛，用真誠心念佛，不懷疑、不夾雜、不間斷，它會大幅度提升你的善根福德，真正不可思議，前面我們學得很多。阿彌陀佛的福報無與倫比，念一句阿彌陀佛，等於念十方三世一切諸佛名號，這是佛在經上說的。

過去，我在台灣出家，台灣的寺院每年的正月，大年初一開始起香拜萬佛，念《萬佛名經》。《萬佛名經》，釋迦牟尼佛告訴我們十方諸佛，他講了一萬二千多個佛號。所以過年拜萬佛，拜十方萬佛，大概要拜半個月，兩個星期，這個法會才圓滿。實際上，你念一句阿彌陀佛全都念到了，哪裡只一萬二千尊佛？不止！佛只是略說而已，舉個例子而已，東方、南方、西方、北方、上方、下方，舉例而說。實際上，十方無量無邊諸佛剎土，每一個佛土都有一尊佛在那裡教化。阿彌陀佛的名號是一切諸佛的總號，念這個佛號，統統都念到了，何必拜萬佛？拜阿彌陀佛多好。拜阿彌陀佛，一門深入，長時薰修，會得三昧，會開悟。拜萬佛不行，為什麼？太多了，拜完了之後都記不得了。所以這個裡頭有竅門，我們要知道。

端身，身口七支做到了就是端身，不貪、不瞋、不痴就是正意。所以端正身心就是修十善業，身三、口四、意三，端正身心。《濁世惡苦品》，這是本經，經文上說，「汝等能於此世」，這釋迦

牟尼佛說的，我們能在現在這個世間，「端心正意，不為眾惡，甚為大德」。我們要真幹，這句話的落實就是十善業道。修善積德最重要的是意業，心善言就善、行就善，言行總是聽念頭的指揮。所以念頭是根，身口是執行，發號施令是念頭。首先要心善，我對於世出世間一切法不貪。真正不貪，你就不會發瞋恚。人為什麼會發瞋恚心？貪不到他就瞋恚，他心裡有求。不痴，不痴就是看破，不貪、不瞋就是放下。看破放下從這個地方開始，然後身口七支自然就斷惡行善了。不從心地上下功夫，從事上下功夫，不殺、不盜、不淫不容易斷，不妄語、不兩舌、不綺語、不惡口也不是我們容易做到的。如果從心地上去做就容易了。心地上，章嘉大師教我看破放下。所以這個意業裡頭的貪瞋痴，不貪、不瞋這是放下，不痴是看破。

這個人間究竟是什麼回事情，搞清楚、搞明白了，特別是大乘，大乘全講的是事實真相。所以大乘經以什麼為體？什麼為體，用現在的話說，佛講大乘經根據什麼講的，憑什麼講的。完全憑事實真相，完全講的是事實真相。事實真相有很多很難懂，理太深，事太繁雜了。佛真把它講清楚了，在《大方廣佛華嚴經》，真講清楚、真講明白了。歷代祖師大德肯定《華嚴》是釋迦牟尼佛當年在世所說的第一經，稱為根本法輪，四十九年所說的一切經都是《華嚴》的某個部分。好像《華嚴》是個人身，全身，一切經，有的講頭、有的講手、有的講足、有的講五臟六腑。整體講圓滿就是《大方廣佛華嚴》，真的是實相，事實真相。事實真相了解了，自然放下，不痴了。

我們現在常常記住，決定不能忘掉，記住一個什麼？所有現象的發生，全都是一千六百兆分之一秒的波動現象，都從這發生的。離開這個現象，什麼都沒有，一切法全不存在。今天科學發現，叫

弦定律，彈琴的弦，波動，那個音聲是從波動裡頭產生的。整個宇宙就像弦一樣，頻率非常之高，高到我們無法想像。今天能被這些量子力學家，用現代最新的科學儀器觀察到了，把這個謎底揭開了。這是宇宙的祕密，科學幹的是揭密的工作，讓我們了解事實真相，真正真相大白。這個真相，不用科學儀器觀察，佛說出來了，也說得很清楚，不懂，我們聽不懂。我們講也講得個似是而非，為什麼？自己沒有搞懂，怎麼能夠講得讓別人聽懂了？

我們生在這個時代，受這個時代環境影響，不可能開悟，這個要承認。為什麼？念頭太亂、太雜了，妄念太多。全是妄念，哪來的正念？真正無我，那個念頭才是正念；只要有我，你全是妄念，沒有一個是正念，只能夠說是相似的正念，不是純正念。只要有是非人我，這哪個沒有？沒有一個人沒有。所以我們的看破也是很有侷限的。這不要緊，看破一點就放下一點，然後再看破一點，又放下一點，這個方法好！幫助我們逐步向上提升，這就是非常好的現象。我們現在能明白這個道理，能夠把倫常八德守住，能守得住，自己有信心了，為什麼？歡喜了。知道這是正法，應該要遵守的、要學習的，違背倫常八德的事情我們決定不會再做。從這個基礎提升到十善業道，十善業道變成不難了。十善業道從哪個地方開始？每個人根性不相同，每個人的緣不一樣。佛在這經上教給我們，從口業下手，也很有道理。為什麼？一般人造業，口業最容易犯，所以佛把這個提在前面，很有道理。我這根性，我不會把口業放在前面，我會把意業放在前面，把什麼？不貪、不瞋、不痴，我會把這個放在前面，從這裡下手。所以每個人根性不相同，從哪裡下手都好，到最後十善統統能做到，這叫端正身心。能端正身心，就不為眾惡，眾惡是十惡，你不會造十惡了，在今天這個世界，你是大德。

我們看底下一段，都是本經的經文，「《重重誨勉品》」佛說，「若曹作善，云何第一？」若曹是中國古時候口頭語，用現在話講，你們大家，就這個意思。你們大家作善，哪個排在第一？也就是說，大家修善從哪裡修起？這個地方跟前面講的不一樣，「當自端心」，也是從三善根下手。三善根是端心，意業，不貪、不瞋、不痴，一定要從這裡下手。如何能做到不貪，特別是這第一個？喜歡布施，喜歡幫助別人，好的東西先給別人，不好的留給自己，從這下手。修善積德，從這下手你就找到根了。只要不貪了，不痴就很容易做到，這個不瞋恚，不瞋恚、不愚痴就很容易做得到，因為貪心障礙我們智慧。只要不貪，就煩惱輕、智慧長，智慧長就不痴了。所以當自端心。

「當自端身」，心端正了，身自然端正。「耳目口鼻，皆當自端」，耳，不應該聽的你自然不聽；目，不應該看的你自然不看。我們學佛這麼多年，我大概有五十年了，不看電視、不看歌舞，不聽這些唱歌、音樂，這都不聽了，世間這些是是非非也不說了。所以，耳目口鼻皆當自端。「是故遇空閑時，首應端正身心也」，你看這真修行，真修行是這樣的修行態度。空閑時，不是胡思亂想，不是議論人事，沒有，完全端莊，收攝身心，他做這個，首應端正身心。

「絕欲者，在此期間絕斷男女間之愛欲」，因為一切的欲愛這個是最嚴重的。斷惡要從最嚴重的先下手，修善要從最難的地方先去做，最難的是捨財。所以要時時刻刻知道，幫助那些需要的人，幫助那些受苦受難的人，要用智慧去觀察，要用智慧去行事。「去憂，放下世間憂慮」。今天世間憂慮非常之多，本身的憂慮、家庭的憂慮、事業的憂慮、社會的憂慮、人與人之間的憂慮，還有災難的憂慮，你說活在這個世間多苦！這些東西，憂慮有沒有用？沒有

用。為什麼？解決不了問題。憂慮能解決問題可以，憂慮不能解決問題，那就不當憂慮，要把憂慮放下。為什麼？憂慮放下，你智慧增長。憂慮障礙智慧，你心不清淨。清淨心生智慧，這個一定要懂。所以，遇到什麼樣憂慮的事情，暫時把它放下，冷靜下來，然後來處理就非常恰當。

「慈心，與眾生樂之心」，要帶給人樂。我們舉個例子，現在這個社會謠言多，有人聽到了，這個世間有大災難，要如何來準備應付災難。怕的是什麼？怕的是科學被災難毀掉了，電沒有了，自來水沒有了，現在都住在高樓大廈，這日子怎麼過？住得愈高，天天要爬山。一桶水從樓下抬樓上幾十層樓，累死了。所以，要準備一點水，準備糧食。尤其聽說會有幾天黑夜，有人說三天、有人說七天、有人說十天，都不一定，到底是真是假，得到時候再看才知道。我們準備一點東西，這叫慈心，你想要照顧自己，你有沒有照顧別人？如果真的在災難那個時候，那個時候什麼都沒用，最重要就是糧食。你家裡藏的有糧食，人家都到你家來了，你要不給，你要不給就要殺你。那你預備這些東西帶來的是災難、災禍，不是好事情。那怎麼辦？你要準備，我住在這棟大樓，至少我這個大樓有多少戶、有多少人口，我準備這個救急東西，家家都有，個個人都分。那大家歡喜，把你看成活菩薩，你救了我們，你想得這麼周到，人人都感恩你。所以不能為自己。住在鄉下，我們這個村莊，這村莊有多少戶、有多少人，你要都想到。要不然將來真的災難降臨，你就是搶劫的對象，你們家裡藏著有糧有水。所以一定要想到，我這個村莊有幾百人，我儲備這個東西，大家都有分，三天的、五天的、十天的，應該十天應付過，慢慢可以恢復正常。

有道場聽到這些信息也在那裡準備，我就問他，你準備多少人的口糧？他告訴我，一百個人。我說，給誰準備的？給常住準備。



我說常住吃不到，別人不搶光了！他一想，那怎麼辦？你至少要準備一萬人的糧食，到那個時候救災、賑濟，這就對了，這是慈心。你看到眾生有災難，你就預先有防範，到時候真正叫大家離苦得樂，決定不能為自己個人，不能為自己一家。你住在公寓大樓，你至少要這一棟公寓大樓統統想到；你住在郊外，住在村莊裡頭，你這一個村、一個小鎮你要想到，這就對了。真遇到災難的時候，你是救世主，人家要想害你，保護你的人太多了。你要是為自己，別人害你，沒有人來幫助你。所以我為人人，人人為我，這是天經地義的道理，不能不知道。起心動念一定要為大眾，這利益眾生的心。

「今此修持是為饒益有情而修」，這句話在現前必須牢牢記住，我是為饒益有情而修，不是為自己。自己所修的一切功德，都迴向給大眾，這就對了。「精進者，勇猛於修善斷惡也」。什麼叫精進？斷惡，首先要不為自己著想；修善，要常常想到別人的需要，要有智慧、要有眼光，你要看得遠，你真的能幫助別人。機緣有的時候遇到了，要掌握住，因為機會往往所謂一縱就失去了，最難能可貴的是你看得出來，你把它抓住了。我們十年前，二〇〇一年，我們在澳洲建一個小道場，淨宗學院，在一個小城市，山上。那個時候山上這個小城居民八萬人，人不多，面積很大，所以這小城很可愛，我們選擇這個地方修行。正好有個教堂要賣，很便宜，我記得好像是五十七萬澳幣。那個時候澳幣五十七萬大概還只有四十多萬美金的樣子，不到五十萬美金，那個時候美金大。我們在台灣換錢，澳幣那個時候好像換十七塊，一塊澳幣換十七塊台灣錢，美金好像是一塊換三十一塊的樣子。不到五十萬，跟美金比的話，我們買下來了。整修過，完全保持原來的樣子，從外面看就是油漆粉刷，煥然一新，一點沒有改動。裡面只有把十字架換成阿彌陀佛，就這一樣不一樣。所以當地人民很歡喜，我們沒有破壞他們的文化，

保持他們的文化，這是很高興的一樁事情，這是跟這個地方結了個好緣。

開幕這天，邀請鄰居，我們正式發請帖。兩條街，我們右鄰兩條街，左鄰兩條街，發請帖邀請他們。因為他們是最近的鄰居，請他們來吃飯，我們有午餐接待，中午的時候。聽我們報告，我們從哪裡來的，到這裡來想做些什麼，讓鄰居大家知道。那個時候佛教只有我們一家，圖文巴大概都是信仰基督教的，佛教只有這一家。我們接待，他很滿意，這個做法他很滿意。我們的素食做得還不錯，他吃了很喜歡。完了之後很多人告訴我，法師，你們這個活動能不能多辦幾次？這個好事情，這就是機會，他們要求多辦幾次。當時我就跟大家宣布，我們定每個星期六的晚餐，叫溫馨晚宴，免費，歡迎大家來。以後每個星期六，一直到現在，十一年了。所以，我們這個小鎮的居民，八萬人，大概我估計總有十之七八都到我們家來吃過飯，都是我們家的客人。跟群眾的關係處好了，得到群眾的認可、群眾的善意，在那裡幹什麼事情都方便。人民支持我們，政府支持我們，這就是照顧鄰居很重要。到哪建個道場，不跟鄰居打招呼，你鄰居不擁護你，你就很難，一定要鄰居處得好。我們現在變成這個小城每個人跟我們都處得非常和睦，這是做人的基本道理。

有這種災難傳說，我們家裡這些出家人也著急。我們在那個地方，我想到我們的生活、經濟來源，一定要想到不依靠信徒的捐獻，不靠這個。要靠什麼？要靠生產。生產什麼？生產糧食。那個地方土地便宜，所以人家捐給我們這些善款，我們就買土地。大概現在我們擁有的土地有兩千多英畝，合中國一萬多畝。一個英畝六個中國畝，兩千畝的話，那就是一萬二千畝土地。種糧食，我們不會種，我們雇農民種，給工資給他，一天八個小時，一天多少錢，我

用這個來雇你。糧食收成，除了自己吃之外，拿去賣，市場賣，賣的價錢很好，付他們的工資還有餘的。這樣的時候，我們這個道場經濟就自給自足，就有來源了。

去年我在那個地方，去年春天，第一次收穫的小米一萬三千公斤，收這麼多，一萬三千公斤。我們除自己留了一部分，賣掉之後，付工資還有錢，還賺錢。這個樣你才富有，不靠人、不化緣。今年要種小麥、種水稻、種玉米，我們的蔬菜，我們自己有個大菜園。我們的蔬菜平常可以供養三百人，做法會可以供養一千人，自給自足，這都很重要的。要有災難，我們準備救濟、幫助別人的，要幫助多少人？一萬人為目標。就是我們的糧食、我們的水資源，要儲備、準備一萬人份。萬一真有災難，我們對這個地區可以負責十分之一，這十萬人城市，那對政府是幫了很大的忙。團結族群，把這個城市變成一家人。這是慈心，想到關愛別人。今天時間到了，我們就學到此地。