

退一步才是真正的向前 (共一集) 2007/10/4 香港
佛陀教育協會 (節錄自華嚴經12-17-1846集) 檔名：2
9-105-0001

諸位法師，諸位同學，請坐。請看第五大段「喻況玄旨」，第二段。

第二段是別辨二十種大喻，這都是講菩薩的德用。前面在這個經裡面給我們說了很多，而實際上是講整個宇宙。要再說得簡單明白一點，我們可以說，從無方大用這兩百多首偈子裡面所說的，全是六祖開悟講的五句話最後的一句，「何期自性，能生萬法」。這個萬法就是我們今天講的宇宙，包括空間、時間，空間、時間都不是真實的，都是自性變現出來的。佛、祖、經論裡面常說的一句話，我們不能夠疏忽，那就是講「一時頓現」。宇宙怎麼發生的？一念不覺，這個宇宙就發生，一念不覺是迷，迷了才出狀況。正如同作夢一樣，夢中境界現前那是什麼？一念不覺。這個念頭粗，是講我們的意識，現在科學裡面所講的潛意識，在你的覺心不能控制的時候，睡覺的時候昏沉，不能控制，潛意識它就起作用。在佛法裡面講，這是阿賴耶裡面含藏著習氣種子，我們在清醒的時候，能把這些弱一點的種子控制住，它不起現行，可是昏沉的時候你就控制不住，它就會起現行，夢是這麼來的。佛法說得很有道理。

宇宙是怎麼來的？宇宙有沒有？有。不是我們現在這個宇宙，這個宇宙現在科學家講的是多維次的空間，真正法性所現的叫一真法界，不是我們現在看的宇宙，一真法界裡面沒有空間維次，說老實話，時間跟空間都沒有，這個不可思議，這講的高等科學。時間沒有就是沒有先後，我們講中國常常號稱五千年的歷史，五千年是遙遠的過去，如果沒有時間就沒有過去、沒有未來，這個境界不可

思議。如果沒有空間，就沒有遠近，《彌陀經》上佛給我們說，這是隨順俗諦說的，隨順世間說的，他說西方極樂世界距離我們娑婆世界有十萬億個佛國土。一個佛國土就是一個大千世界，極樂世界在哪裡？在我們這個世界往西方走，要走十萬億個大千世界，那邊那個世界就是極樂世界。這個距離還得了嗎？太大了。

在從前，我們總以為佛講的三千大千世界，就是一個大千世界，是一個銀河系。這個問題從前黃念祖居士跟我做過討論，他告訴我，他是學科學的，他說不是，一個銀河系是一個單位世界。結果他講的也有道理，因為佛在經上講，太陽、月亮是繞著須彌山轉的。須彌山在哪裡？須彌山不是真的是一座山，他說須彌山就是銀河系中心的那個黑洞，那叫須彌山。這個說得也有道理，為什麼？科學給我們做證明，太陽系這個星系確實繞著銀河系在轉。他講銀河系的中心，我們中國人叫黃極，就是銀河系的中心，黃極，這是講得通的，講得也很有道理。如果這樣一講，那大千世界可就大了，不是一個銀河系，應該是什麼？一千乘一千再乘一千，十億個銀河系。實際上來講，佛說法都是講個大概的，真實，沒有真實的，為什麼？所有一切現象都是在變動的，沒有固定的。佛給我們講成佛，你的世界，每一個佛的世界大小不一樣，什麼原因？是因為你在沒有成佛之前，你做菩薩修行的時候，你跟眾生結的緣不一樣。所以大千世界還是緣起的。

如果你跟眾生結的緣多，你的世界就大，你度的眾生就多；你跟眾生結的緣少，你成佛你的世界也小。不過最小還是一個三千大千世界，三千大千世界這是三個千乘起來，三千大千世界大小也不一樣，這個講得通，在現在物理學上講得通。科學家告訴我們，地球在空中圍繞著太陽轉，它是有一定的軌道，但它並不規則。並不是照著規則一成不變，就是它當中還有很多變化。像地球的軸心也

在動搖，所以北極不是永遠是北極，若干萬年之後，北極的位置會移動好幾度，甚至十幾度，那怎麼會一樣？現在有科學家在報告，我看得不清楚，也記得不清楚，他說將來的北極是現在的蒙古，這個幅度就大了。所以它不是穩定的，所有一切都不是穩定的，這個我們能理解，為什麼？妄心，念頭不穩定。所以我們看到這個世界是一種相似相續，不是完全相續；完全相續，那就是真的，一個接一個，完全相同的。它不是的，念念都不一樣，前念跟後念不相同，不是完全相同。可以說，我們以百分比來說，百分之九十九相同，百分之一不相同，念念都是如此。

從佛經上給我們說這個原理，我們就知道整個宇宙是個幻相，夢幻泡影，是個幻相。到什麼時候你才能見到真相？你真的有一天把妄想分別執著統統放下，你就見到真相，佛經裡面講的諸法實相。一切現象，這個幻相，統統是一念頓現，沒有先後，這一念的速度太快了。《仁王經》上佛講的比喻，一彈指六十剎那，一剎那九百生滅，我們跟諸位做過多次報告，這是世尊的方便說，不是真實說。為什麼？真實說比這個還要快。你就曉得，存在不是真的，《金剛經》上說三心不可得，「過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得」，這三句話說得非常有味道，那是事實真相。心是能現，能現不可得，所現哪裡會真有？所現的現相叫妙有，妙有非有，真空不空。如果我們常常能夠作如是觀，這是佛教給我們的，《金剛經》四句偈，就是教我們對宇宙人生的一個看法，我們今天講宇宙觀、人生觀。佛講什麼樣的宇宙觀、人生觀才是最正確的？這個四句偈就說明了。「一切有為法」，一切有為法包括人，包括動物、植物、礦物、自然現象，包括時間、空間，這都是有為法，「如夢幻泡影」，這就是說不是真的，不是真正的存在，它不是實在的東西，「如露亦如電」，這是講它的速度快，像閃電一樣，它的生

滅太快，快到什麼時候？幾乎快到同時，生滅同時，所以教我們「應作如是觀」，你要常常這樣看宇宙，常常這樣看人生，你的妄想分別執著就自然放下，就沒有了。為什麼？不可得。包括自己，叫正報，包括我們生存的環境，叫依報，統統不可得，你記住，一念頓現。

所以，佛隨順世俗說這個境界相，像剛才我們講的十萬億佛國土，這隨順世俗說的。中峰禪師在《三時繫念》裡面，那是隨順真諦說的，那就是一真法界裡面的宇宙觀。他說什麼？「彌陀就是我心，我心就是彌陀；淨土就是此方，此方就是淨土。」你們想想這兩句話，時空沒有了。明明佛講的十萬億佛國土，怎麼中峰禪師說就在此地？中峰禪師所講的是「自性彌陀，唯心淨土」。他講的是從能現能變上說的，能現的是自性，所現的是彌陀、極樂。所以從性上講，沒有時空，哪來的距離！這些道理在現在講這是物理，這是科學。佛實在叫我們敬佩，那是什麼？他說出這些現象，絕對不是叫我們一定要對他相信。他說什麼？他看到的世界，事實真相跟我們不一樣，希望我們能把他看到的證實，你也看到。你能看到，那就叫成佛了。你為什麼看不到？因為你有妄想分別執著，所以你看不到實相，真相你看不到，你把真相扭曲了。所以十法界是一真法界的扭曲現象，扭曲的幅度，在十法界愈高，扭曲的幅度輕；十法界位置最低的，扭曲的幅度就非常大。佛菩薩的法界雖扭曲還接近，所以相似，可是餓鬼、地獄、畜生那個扭曲幅度太大，太大還是一真法界。所以一真法界在哪裡？真的，中峰禪師說得不錯，就在此地！十方諸佛如來、十方諸佛淨土不離一念，這是佛常講的「一切法從心想生」，不離一念。

我們修行，佛說的迷悟，一念就是迷，一心就是覺，就是覺悟。你起個念頭，叫起心動念，起心動念就迷了，那就叫無明，所以

一念不覺而有無明。我們的一念不覺什麼時候開始？沒有開始，就是這一念，當下這一念，這一念要是覺了你就是佛，這一念不覺那你就是凡夫，這是事實真相。釋迦牟尼佛為我們做出樣子，在恆河邊上大樹底下入定，因為他在那裡示現的覺悟、一心，在那邊得一心了，所以這個樹也就叫菩提樹，就這麼回事情。什麼時候一心，你就在菩提樹下成正覺。我們現在這個一念，一念是人人都有，哪個都有，一念是迷，還是一念是覺，差別在此地。一念迷是凡夫，這裡面是妄想分別執著統統具足；一念覺，一念覺是妄想分別執著統統沒有，這是佛，差別在此地。佛給我們做樣子，在中國惠能大師給我們做樣子。所以這個事情，跟你學不學佛、讀不讀經沒關係。惠能不認識字，沒有念過書，只要一念覺，他就成佛了。五祖知道，看得出來，所以衣鉢就傳給他，就告訴他，你是第六代祖，法就傳給他。我們總要把這個事情記得牢、記得清楚，放下妄想分別執著這叫佛，與認識字、不認識字沒有關係，與學經、不學經沒有關係。

智慧、能力、才藝、福報，全是自性裡面本來具足的，沒有一絲毫欠缺。你本來樣子是什麼樣子？不是三十二相八十種好，不是的。而是大經裡面所講的，你的報身，身有無量相，相有無量好，沒法子形容。你的家庭狀況怎樣？華藏世界是你的老家，極樂世界是你的老家，你只要一念覺它就現前，正報現前，報身，依報現前，報土，法性身、法性土。一切眾生都平等，各個具足，沒有說哪個比哪個差一點，哪個比哪個好一點，沒有，完全平等。迷了以後就不一樣，所有這些不平都是妄想分別執著變現出來的，這才是事實真相。我們修行，修行說老實話，每天念佛、誦經、打坐、拜佛，這都是形式，這些形式對初學人來講有用處，你不照這個模式你不能成就。所謂是「不依規矩，不成方圓」，你畫個圓，一定要用

圓規，你才能畫得圓。可是真正有功夫的，隨便拿支筆畫個圓，你拿圓規去量一量，完全一樣，那功夫到家了，那是佛。我們凡夫不用圓規畫就畫不圓，只好用圓規，這是凡夫。你本來用筆一畫就是圓，一絲毫差別都沒有，你是有這個功夫，是有這個能力。可是你迷了，迷了頭就昏了，你就畫不出來。不就這麼回事情嗎？

從這些淺近的比喻，我們就能體會，知道世界一時頓現，不是科學家講的什麼有個原點爆炸，不斷在膨脹，不是的，那個講不通，不能自圓其說，還是佛法說得高明。所以，這個宇宙念念不一樣。為什麼科學家看到宇宙在膨脹？這怎麼解釋？實在講也不難懂，我們看近代的歷史，我說近代歷史也得至少像中國講的五千年。你細細觀察五千年這個時代，人民的生活不斷的都在進步，步調很緩慢，你就看不出它在膨脹。可是現代，最近二、三百年，科學技術發達，進步非常快速，現在的高科技日新月異，這不就是膨脹嗎？我們的心在膨脹，你看外面宇宙它就膨脹，一切法從心想生，這是原理！

現在人的念頭念念差距大，古人心是靜的，念念差距很少。我們現在就用科學方式要計算這個現象，要推想到多少年之前，幾萬年前、幾十萬年前、幾百萬年前，全是妄想。所以佛法裡面的科學，它不是用現代這些物理方法，它是用禪定。《楞嚴經》上講得好，「淨極光通達」，你就照見了。不是用思惟想像，這個東西想不得，思惟想像這是妄心在起作用。阿賴耶像倉庫一樣，儲藏室一樣，我們今天講的記憶，為什麼會有記憶？阿賴耶識是個儲藏室，它有記憶，末那是執著，意識是分別。一念不覺才有這些東西，才產生這些現象，一念覺這個東西沒有了，《證道歌》講「覺後空空無大千」。這一念覺，記住什麼是覺？一心是覺。一心是什麼？沒有念頭，那是覺；有念，有念就不覺。

我們現在念阿彌陀佛覺不覺？不覺，這是真的。那為什麼要念？沒辦法，無可奈何，我們妄念確實斷不了，只好用這一念代替所有的妄念，這叫念佛。這一念跟阿彌陀佛的本願相應，這叫帶業往生。阿彌陀佛他有這個願望，只要什麼人去念他，念到一心不亂，一心不亂就是只有這句佛號，其他都沒有了，跟他就起感應道交，他就來接引你，他就帶你到極樂世界。到極樂世界之後，你能保持這一念，決定不會失掉。那就是說極樂世界的氛圍、環境是個清淨世界，決定沒有外緣來干擾你。你在那個地方很容易，真正回歸到一心不亂，就成功了。他幫了個大忙，提供你一個修學環境，這真正叫護法，真正叫大功德主。

阿彌陀佛給不給你說法？天天給你說法，十方諸佛都給你說法。是不是真的？我給你說實話，不是真的，也不是假的。怎麼說不是真的？一切諸佛如來從來不起心、不動念，沒有分別執著，他給你說什麼法！為什麼說也不假？是你自己的自性動了念頭，自性變成阿彌陀佛給你說法，自性給你變成一切諸佛、一切菩薩給你說法，唯心所現，不假！這些事實真相，我們通過這麼多年來在經教裡面不斷的薰修，體會到了、明白了。這明白之後，我們的方向、目標就絕對不會差誤，所以你法喜充滿，信心堅固。只要依照佛菩薩教誨去做，肯定這一生當中成就。學佛不是要無量劫嗎？沒錯，無量劫可以濃縮成一剎那，「念劫圓融」，這《華嚴經》上講的。一念跟無量劫是一不是二，叫不二法門；一念跟無量劫不是一，那就不是佛法，二就不是佛法，佛法是不二法，佛法是覺，就是一念覺。到一念覺，一切萬物裡頭沒有對立的，沒有衝突的，法法圓融，法法具足，一法具足一切法，一切法具足一法，一多不二。這些原理原則永恆不變，千經萬論都不離開這個原則。這是我們講科學跟哲學，講到真的像方東美先生所說的，講到最高峰。

今天我們看這段，「略顯二十種大喻，以況菩薩之德」，這個地方講的菩薩是法身菩薩，不是十法界裡面的菩薩，這是法身菩薩。可是它裡面的比喻，用二十種比喻。因為這二十種分量也很大，它也分好幾個段落，也就是二十個段落，一個比喻是一個段落。前面有三首半的偈頌，也就是總共十四句，一首偈四句，三首十二，再加兩句，叫三首半。我們把這個文念一段：

【聲聞心住八解脫。所有變現皆自在。能以一身現多身。復以多身為一身。於虛空中入火定。行住坐臥悉在空。身上出水身下火。身上出火身下水。如是皆於一念中。種種自在無邊量。彼不具足大慈悲。不為眾生求佛道。尚能現此難思事。況大饒益自在力。】

末後這句『大饒益自在力』是菩薩。前面是講阿羅漢，阿羅漢不是菩薩，他都能有這麼大的神通，能做這種示現，何況菩薩。我們先說『聲聞』，聲聞有四果，就是初果須陀洹、二果斯陀含、三果阿那含、四果阿羅漢，這是小乘四個果位，統統叫聲聞。他們的心『住八解脫』。在沒有說「八解脫」之前，先簡單介紹四禪天跟四空天，因為它跟這個有關係。四禪、四空，心都是住在定中，也就是說於世出世間一切法都不分別、不執著，他這是定功控制住的，不是真的沒有分別執著。定功把它伏住了，這叫伏煩惱，沒斷，他如果斷掉就成阿羅漢，所以必須在四果他真正斷了，四果之前沒斷。沒斷他在哪裡？他在色界天，他在無色界天，所以對於色界跟無色界我們要介紹一下。

色界天，為什麼叫色界？三界最上面是無色界，下面是色界，再下面是欲界，他有欲望，欲望很多，佛把它歸納為五大類，財、色、名、食、睡叫五欲，五種欲望。我們想想我們有沒有？只要有這五種欲望，你就離不開欲界。修再大的福報，像佛經裡面講的，你有大千世界七寶你去布施，那是福報。在哪裡享受？總在欲界

，出不了欲界，你欲沒有斷。所以這個給我們很大的警告，你看看現在舉世之人貪財、貪色、貪名。除這個之外，簡直不知道到人間來是為了什麼？到人間來就是為了財色名食睡嗎？這個觀念就錯到底了，大錯特錯！

那要給你說個實在的話，這還是隨順眾生說，不是佛菩薩境界。你到人間來幹什麼？現在連外國那些科學家、精神病的醫生都懂得，他們都明白了，你到人間來是來上課的，是來學習的。人間學好了你就往上升，你就生天去了；如果學不好，來生還到人道，這留級。學得太差了，那就是什麼？貪瞋痴搞得太不像話，太重了，就墮落，就下降，人一下降就是畜生、餓鬼、地獄。佛跟我們中國老祖宗跟我們講的就有道理，人生在世至少要學個君子，君子能不能提升？不能，不會墮落，留級，來生再做人，留級。什麼人能提升？賢人，聖賢就上升。所以你看古人講的話，「讀書志在聖賢」，沒有說讀書你將來可以做大官發大財，不是。讀書志在聖賢，這個指導是正確的。

你走聖賢的路子，你欲沒放下不要緊，欲界上面有六層天，我們人上去四王天，四王天上去是忉利天，忉利天上去是夜摩天，再上去是兜率天，彌勒菩薩在兜率天，再上去是化樂天、他化自在天，愈往上面去欲愈淡。再往上去欲就沒有了，真的，這個沒有是伏斷，對欲望再不起貪瞋痴慢，他就到色界去，色界初禪。這是做人的道理！佛法裡頭說得很好，「人身難得，佛法難逢」，得人身真不容易，你很幸運這一生得人身。為什麼不容易？人身，佛給我們說得很明白，你到人間來，頭一個是引業，引導你到人道裡面來受生。這個引業是什麼？過去世當中你曾經修五戒十善，在中國講的是五倫十義。這是人道的基礎，十法界裡頭人法界的因，你有這個因。你阿賴耶裡面的種子很複雜、很多，這個種子起現行，無量的

種子，這個種子起現行，它引導你。不是佛菩薩引導，也不是什麼鬼神引導，是你自己的阿賴耶業習種子引導你，不容易。

到人道來之後，每個人的福報不一樣，有人富貴、有人貧賤，這個不相同，這是另外一種業，叫滿業。引業只是引導你來投生，投生之後你這一生的富貴窮通那是滿業。滿業是什麼？滿業是你過去生中修的善因、惡因這兩種，你修的是善因，你這一生得善果，你就有福報；如果你造的惡業多，你這一生就要受罪、要受苦。所以，業因果報絲毫不爽！佛法裡講得很清楚，「欲知前世因」，你要想知道你前生幹些什麼？造些什麼因？「今生受者是」，你這一生所受的果報就是的，前世造的，一飲一啄，莫非前定。「欲知來世果」，你想到我來世是什麼樣果報？「今生作者是」，我在這一生當中處事待人接物，我是做的什麼？來生果報就是這樣子。我喜歡幫助人，來生一定很多人幫助我；我處處難為人，不給人方便，來生我要受盡折磨，就這樣的。我這一生歡喜用財布施給人，來生得大福報，得財富；我這一生修法布施，來生得聰明智慧；這一生修無畏布施，來生得健康長壽。三世因果清清楚楚、明明白白，與任何一個人都不相干，總是自作自受。

我們在講席當中常講，人要真正懂得這些道理，懂得倫理道德，他不會為非作歹，他不會，他要提升自己。如果懂得因果教育，他不敢為非作歹，為什麼？他知道報應太可怕了。這些果報不是佛主宰，也不是上帝主宰，也不是閻羅王主宰，真的是自作自受。人怎麼能不學好？從前舊社會，舊社會有舊社會的好處，小孩從小就接受倫理、道德、因果的教育。有沒有教科書？沒有，世世代代一代一代傳下來，父母教出來的。從什麼時候教？生下來就教了。小孩生下來，你可不能輕視他，認為他什麼都不懂，那你錯了，他什麼都懂，往往他比我們大人還厲害。這個事情被外國那些心理醫生

證實了，我看了美國魏斯醫生的四本書，他肯定嬰兒一出生，他眼睛睜開他就會看，耳朵他會聽，他已經在學習，天天在學習，大人在他面前表演的。所以中國重視胎教，重視嬰兒的教育，中國古人常講「教兒嬰孩」，嬰孩就是剛剛出生；「教婦初來」，娶媳婦的時候你教她，一進門你就要教她。這兩句話真正的意思是教兒嬰孩，後頭是陪襯的一句話，那個不重要，最重要是在這句話。

父母在小孩的面前，剛剛出生的小孩的面前，言談舉止都要端莊，都要守禮。讓嬰孩從小他看到的、聽到的、接觸到的，全是善的，全是正面的。這才培養出正人君子的基本條件，聖賢的基本條件，所以這個沒教科書的。沒有教科書，給諸位說，現在我們提倡學習的《弟子規》，那就是教科書，父母怎麼樣？全做到了。你看做父母的人二十幾歲，養小孩了，他的父母都還在，四、五十歲。你看他的孝順父母，嬰兒看見了；你看他對待兄弟姊妹的和睦，小孩看到了，小孩聽到了，他就在學。中國古時候諺語有所謂「三歲看八十」，三歲就是說他從出生到三歲，他已經學了一千天，根深蒂固，這個基礎打得非常穩了，就能判斷他八十歲都不會變，「七歲看終身」，這中國古人說的，很有道理。不懂得中國古人這些教學的方式、理念，這兩句話說出來人家會笑，三歲看八十，三歲算什麼？他懂得什麼？

現在問題嚴重，現在三歲也了不起，為什麼？他父母不教他，電子遊戲機教他。教他什麼？教他暴力、教他色情、教他殺盜淫妄，這個麻煩就大了。所以現在很多人跟我講兒女不好教，做老師的來跟我說學生不好教，當然不好教，為什麼？從根就教壞了，那怎麼可能好教！古時候人好教，我這個年齡沾了點邊，生長在農村，誰教？父母教，所有大人都教你。他真有愛心，跟我們不認識的人，跟我們父母也不認識的人。我們農村，農村玩都是在外邊，都在

野外，玩到肚子餓了才回家，小朋友結伴到外面去玩，都是在大自然裡頭長成的。玩有的時候過分了，不如法，路上行人看到我們做得不如法，小孩，過來，教訓一頓。可是我們怎麼樣？我們看到大人教訓都很乖，都乖乖的聽。走到村莊裡面去看，我們父母看到這個大人教小孩，父母感謝他。所以，哪個大人不愛惜小孩。跟現在社會不一樣，完全不相同。我們念小學的時候，抗戰期間，在學校裡面跟同學吵架、打架，被罰了，被老師處分，打手心、罰跪，那時候學校還有體罰。回去之後當然很難過，樣子也不好看，父母看到，問怎麼回事？被老師打了，被老師罰跪。第二天我父親陪我一起上學，帶了禮物送給老師，謝謝老師管教。現在還得了！現在要是打了、罵了，他不高興，家長到警察那兒去告老師，老師還敢教嗎？所以現在教育沒有了，這個太可怕了。人要不受教育，這是中國老祖宗說的，堯舜說的，人跟禽獸就沒有兩樣。禽獸沒有玩過遊戲機，小朋友玩遊戲機比禽獸更壞，比禽獸都不如，這怎麼得了？這個問題多嚴重。

娛樂是教育裡面最高的一種藝術，中國自古以來音樂、美術、舞蹈、戲劇，這在教育裡面產生很大作用。鄉下的農民沒有念過書，不認識字，他懂得孝悌忠信，他懂得禮義廉恥，他從哪學來的？當然從小父母教的，做了好樣子。另外就是每年逢年過節的時候迎神賽會都有演戲，都有這些表演，文藝表演。文藝表演總是遵守孔老夫子的一句話，但是孔老夫子這句話不是他說的，夫子述而不作，老祖宗傳下來的，「思無邪」，這是文藝表演最高的指導原則。你一切的表演，唱歌也好，跳舞也好，演劇，什麼樣的活動，不能叫聽的人、接受的人有邪思邪念，要守住這個原則；換句話說，中國的藝術是倫理、道德、因果的教育，用藝術的方法來顯示，它的內容是倫理、道德、因果。怎麼可以教人暴力、色情，這還得了嗎

？所以，中國傳統東西它的價值在此地，我們要認識清楚。過去七十年代湯恩比博士說過，他已經看出二十一世紀的社會問題。我們從他的談話紀錄裡面看到，他也很憂慮，非常關心，他說「能夠解決二十一世紀社會問題，只有中國孔孟學說與大乘佛法」。這個看法正確，能說出這種話不容易，對於中國歷史文化要沒有相當根底的人，說不出來。他是個研究歷史哲學的，而且他研究的是文化史，這個跟一般的史學家不一樣。他研究是全世界文化史，所以他沒有國家的差別，沒有族群的差別，這個心量就拓開了。這是我們不可以不知道的。

所以，欲要逐漸放下，儒家雖然沒有講斷，他講寡欲。《禮記·曲禮》一打開，「欲不可從」，這就是說必須有節制，才不會出問題；要是沒有節制的话，就會有亂子發生，有弊病發生。欲界天，愈往上面去欲就愈淡薄，財色名食睡都淡薄，愈上去愈淡薄，到第六層天就很淡薄。在我們看到他們就已經沒有欲望，對五種欲似乎都放下了，其實那是形式。他靠什麼放下？也靠定功。欲界天從第三層天夜摩天就要修定了，完全憑十善，只能到忉利天。所以你看佛法裡面真正得道的這些高僧，幫助一些眾生超度，也沒有任何形式，超度最高的都是超度到忉利天。寶誌公超度梁武帝的妃子，也是到忉利天。安世高超度他的同學，他同學做龍王，壽命到了，做龍王的時候一生造了不少惡業，會墮地獄，他去超度他，也是超度到忉利天。所以要曉得，忉利天以上要靠自己，自己沒有功夫不行，去不了。要什麼功夫？修定。欲界四層，四層定功淺深不同，定能伏煩惱，就這麼個道理。我們很想把煩惱伏住，伏不住，為什麼？沒定功，有定功自然就能伏住，就這麼個道理。完全伏住那就到色界天去了，還差一點那還在欲界，總要明瞭，我們才知道自己怎樣幫助自己向上提升。這個還不就是一句老生常談的，放下！你

放得愈多，你就升得愈高；你放得愈少，你升得就緩慢；你不肯放下，還要嚴重的執著，那就往下墜落。極其嚴重的執著就是地獄，餓鬼比地獄輕一點，畜生就更輕一點，比畜生還輕一點的，就到人道來了。所以功夫都在放下。

佛法裡面講斷煩惱，這是一般隨著世俗而說的，實際上他不是斷，他是轉煩惱。把煩惱轉變成菩提，你覺悟了就轉過來；迷了，就把菩提轉變成煩惱。所以煩惱、菩提不二，悟了就叫菩提，迷了就叫煩惱。煩惱怎麼可以斷？煩惱斷了菩提就沒有了，所以斷不了的，是轉變。經裡頭很多是佛的方便話，我們要懂，佛說法常講方便為門，「慈悲為本，方便為門」，這個要懂。方便裡面有很高的智慧，沒有智慧你就沒有方便。沒有智慧，那就是我們講的感情用事，感情用事是造業，業裡面就有善惡。你以愛心，這心善；你以瞋恚心，討厭的、厭棄的心，那就是造罪業，總是你動感情了。你用理智來處事，就不會有這些過失。所以佛教我們要常常用智慧，智慧從哪裡來？放下就有智慧，不放下沒有智慧。學佛學得再多，背得再多，記得再熟，講得頭頭是道，分別執著還是那麼重，沒用處。這就是我們現在常講的，他搞的是佛學，他沒有學佛。

什麼叫學佛？學放下才叫真的是學佛。只要財色名食睡放不下，不是學佛，放下是真學佛。你看釋迦牟尼佛給我們示現的，什麼都放下，身體在這個世間必須要生活，他只保持著最低的生活需求，三件衣、一個鉢，這是他所有財產。印度那是熱帶，三衣就夠了，樹下一宿，日中一食，晚上睡覺，這三件衣可以當被子蓋，就能保暖。睡在地上，有個像被單一樣的鋪在地下，在佛門稱這個叫具。現在什麼？現在拜佛的時候擺在拜墊上，它不是拜佛用的，是晚上睡覺墊在底下用的，你看這麼簡單。這告訴我們，佛教我們放下，他自己不放下，我們就會懷疑那不是真的，他自己都做到了。沒

有一樣東西有選擇、有挑選的，沒有，為什麼？他心清淨，不二。你到放下分別執著，你就知道這個世間沒有一樣不是美好的，歡喜心生出來。有分別就不行，這個好，那個不好，他就有差別，好，生煩惱，歡喜是煩惱；不好、討厭也是煩惱，總是生煩惱。放下分別執著，那是真的好，內心的喜悅生出來，叫法喜充滿，法喜裡頭沒有分別執著。有分別執著不是法喜，是喜怒哀樂之喜，七情五欲之喜，那是煩惱，那不是法喜，真正法喜是智慧。

我們還是講把世間的欲望在相當定功的時候，他完全伏住，伏住那個時候他的形相上跟菩薩沒有什麼差別。也就是說身沒有苦樂之受，心沒有憂喜，佛說他這種享受叫捨受，捨受好，捨受真樂。為什麼不能叫它做出世間禪定？因為他有時間，他的定功會失掉，失掉之後他煩惱又起現行，所以說他是暫時的，他不是永恆的。如果得到之後永遠不失去，這叫禪定，這個禪定叫出世間禪定。捨受是世間禪定，六道裡面的，四禪八定，色界天跟無色界天是四禪八定，是世間禪定。實在講它是捨受，苦樂憂喜捨這五種受裡頭它是捨受，不能跟阿羅漢比。阿羅漢是叫正受，為什麼？他永恆不變了，也就是說五欲七情阿羅漢永遠不會有，那才叫正受。四禪八定雖然好像是正受，他不是永久的，他是暫時的，差別就在此地。

我們看這裡很簡單的一個解釋，四禪初禪天，初禪天叫「離生喜樂」，「慶」是喜慶，他「離欲惡」，欲沒有了，惡念沒有了。諸位要曉得，惡念沒有，惡言就沒有，惡行當然就沒有了。言語、行為是從意念上生的，他念頭裡頭沒有惡，欲離開了，惡離開了。惡是什麼？十惡，欲是五欲，這離開了，所以他「生善」。《十善業道經》裡講純淨純善，不容毫分不善夾雜，他是這個境界。「身心輕安故樂」，得捨受裡面的樂，絕不是欲界天人能跟他相比的。

他再提升，二禪，二禪你看「定生喜樂」，前面是離，這定功

深了，前面是剛剛離。「慶覺觀心息故生喜」，覺觀心息，由此可知，在初禪是有覺有觀，現在這個功夫純熟了，不要去作意去用覺用觀，他用得自然，純熟了。前面要保持，要覺要觀，要保持，這時候已經成習慣了。不必起覺觀的心，殊勝境界它就現前，所以他生喜。前面生善，這時候生喜了。「身心適悅故樂」，你看前面是輕安，適悅，比前面境界提升了一層。

再向上升級，三禪，三禪「離喜妙樂，無動勇之喜，有綿綿之樂，美妙莫喻」。佛在經上常跟我們說，欲界六道裡面感覺得最快樂的就是三禪，三禪就好比我們六道輪迴裡面的極樂世界，三禪感覺是最樂。喜沒有了，離喜了，離喜則妙樂，樂上加個妙，這什麼意思？妙這個字在佛經裡面講是非有非無，這妙！也就是說它跟一心的境界很像，有這個味道，但不是一心。為什麼？他起心動念、分別執著只是淡薄，並沒有轉變。無動勇之喜，你看一般人歡喜的時候，他情緒激動，他快樂的時候你能夠看到手舞足蹈，那個快樂。可是他的歡喜怎麼樣？他的歡喜沒有這些動作，有綿綿之樂，這妙樂。綿綿是不斷，不是像我們世間人，快樂只是一陣子，時間很短，一過去之後就變成壞苦，歡樂遠離了。所以，人間真的是喜樂的時間很短，悲哀的時間很長。這個地方是綿綿不斷的樂，美妙莫喻，它的美妙沒有法子來形容，用比喻很難相比，找不到相比的東西。

第四禪這功夫更深了，「捨念清淨」，三禪還有念，這把念也捨掉，清淨心現前，「無苦無樂，空明寂靜，猶如淨水無波」，這個境界要很細心去體會。四禪叫福天，福報最大了，四禪也是凡聖同居土。初禪、二禪、三禪都是三天，像初禪是三層天，二禪也是三層天，三禪也是三層天，四禪有九天，所以四禪裡面總共有十八層天。這九天裡面，有五種比較高級的叫五不還天，也叫淨居天，

清淨的淨，淨居天。淨居天人就是四禪裡面的五不還天，這是聖人，這不是凡夫。哪些人在修行？經論上告訴我們，三果聖人。修大乘的，斷煩惱的層次跟他相等，他在那個地方斷思惑後面的七十二品。思惑是八十一品，三界九地。思惑是什麼？貪瞋痴慢疑，就是這五種煩惱。在第四禪最後把這個斷掉，斷掉這就根的利鈍，我們講根利的習氣都沒有了，他就直接證阿羅漢，出了六道，這叫利根的阿羅漢。鈍根的，習氣還很重，他還要通過四空天才能出六道輪迴；根利的不需要通過四空天，從第四禪他就超越了。

底下有個簡單解釋，「亦名色界四禪。欲界定，有慮無靜」。靜慮也是禪定的別名，靜是定，慮是觀，有慮無靜就是有觀沒有止，還沒有止住，這欲界定。「無色界定」，跟這也差不多，「有靜無慮」，這四空天，他有止，就是有定，有定裡頭沒有觀。「唯色界定，獨得靜慮之名」，因為色界裡有慮有靜，有觀當然有止，當然有靜，但是它這個靜不是真的靜，為什麼？只是定伏住分別執著而已。分別執著沒斷，石頭壓草，定功失去之後他煩惱就起現行，他是在這個境界裡面。但是到第四禪他有定，他沒有觀，所以叫四空定。色界裡面講叫四禪定，往上去叫四空定，因為他沒有觀，他不叫禪定，他沒有觀。沒有觀，佛幫不上忙，佛能幫忙的可以幫四禪天，四禪天是有止有觀，佛能幫得上忙，所以它是凡聖同居土。四空天裡面佛菩薩不去，為什麼？那個地方人沒有觀，只有定，他覺得定中很舒服，不需要再學。產生嚴重的誤會，把四空天當作涅槃，這不生不滅，他以為他已經證得大涅槃。到壽命到的時候，他定功失去，失去的時候就墮落。他就懷疑，從前的聖人跟我們講大涅槃是假的，我們證得了，證得為什麼會失掉？就起謗佛、謗法的念頭，這個念頭起來之後就墮地獄。他不知道他這個境界不是實在的，還要往上提升才行。

下面講「四無色定」，第一個是「空無邊處定，色法既滅，緣無邊空」，這個空沒有邊際，「心無分散，即厭色依空，超色想，入空處」。為什麼？色界有色身，也有宮殿居處，就是沒有七情五欲。有些人想，有這個東西還是討厭，有身，像老子所說的，「吾有大患，為吾有身」，中國老子有這個說法。這些修行人也是如此，還有個身，有個身就有個累贅，把身捨掉，身是色，捨身叫色法既滅，捨身之後變成什麼？我們現在一般人講靈界，外國人常講靈魂。靈魂是不是無色界的？無色界也是靈魂，是高級的靈魂，為什麼？他有定。如果沒有定那就是一般遊魂，孔子在《易經》裡面講的，「遊魂為變，精氣為物」。真的是這樣的，靈魂要是定，不動，那就在無色界天，那很高的境界。但是一般人的靈魂，速度非常快，所謂遊魂，孔子說得很有道理。他的速度太快了，也是一念之間他幾乎就能到達，他沒有障礙。可是也得要有福報，沒有福報的時候，他跟別的靈魂碰到之後，冤親債主也非常的麻煩，就是因果報應很可怕。並不是捨身之後就很自在，不是這個說法。

心無分散，他在定中，所以厭色依空，厭色，色才能捨得掉，捨掉之後他依空。所以他只有靈，只有個靈體沒有色身，沒有身體，我們一般說這是六道裡面的高級凡夫。知道有身就有苦，沒有身多自在！所以他把身也捨掉，真正是高級凡夫。可是他的問題，就是因為他沒有觀，這前面講他是有靜無慮，就是有止沒有觀，智慧不開，封鎖在無明裡面。到壽命到了，他的壽命就是他定功，他定功不能保持，失掉了，他就墮落。俗話說「爬得高，摔得重」，到四空天將來壽命到了幾乎都是墮地獄，爬到最高，摔到最底下。從底下，從地獄慢慢再爬升上去，好難！你想想看，你意想當中像小蟲爬竹竿，從竹竿下面慢慢爬到頂上，到頂頭上又掉下來，掉下來之後慢慢又向上爬，這一個爬不知道多少劫數，六道眾生輪迴之苦

就這個樣子。而且他在爬的時候，劫劫都有挫折，都不是順利的。

你能夠從這上面細細去觀察，你才知道六道輪迴是怎麼個苦，這事情還能幹嗎？我們現在也是從地獄往上爬，過去也爬到頂端，掉下去了，現在也從地獄慢慢爬爬到人道。這一生還算不錯，得人身，遇佛法，這就不容易；得人身遇不到佛法，你心地善良的，還是往上爬，爬到最高又掉下來，不知道幹多少次了。所以，佛菩薩看到這個情形說了句話，「可憐憫者」。六道眾生執著的身是假的，不管什麼身，地獄身、餓鬼身、畜生身、人天身，都是假的。六道這些階層裡面的升沉也不是真的，確實一切法無所有、畢竟空、不可得，他迷在裡頭，以為有，以為是真的，以為有得。不知道事實真相！

再提升一層，「識無邊處定」，前面是空無邊處，這是識無邊處。空捨掉了，空捨掉怎麼樣？與神識相應了。神識是什麼？神識我們世間叫靈魂，在佛法不叫靈魂，叫神識。就是阿賴耶識裡面的，末那識，末那執著有個我，這個識是末那識，這是最根本的執著，把阿賴耶的見分自己認為是我，這個出不了輪迴。「見無邊識」，識心廣大，阿賴耶識範圍多大？跟法界虛空界一樣大。法界虛空界就是識變的，心現識變，識就是分別執著，識變現的。所以「厭空依識，超空處，入識處」，出不了識的範圍。

再入第三定，「無所有處定，識定謝滅，不見心相」，這個心是妄心，「無所分別」，到這個層次，分別伏住了。並不是真的無所分別，真的無所分別那他就是菩薩境界，這是他的定功很深，在甚深定功裡面，分別不起作用。前面是執著不起作用，這是分別不起作用，無所分別。「厭識依無」，他把識捨掉，依什麼？依空無，依無。所以無所有處定超越前面識無邊處定，超過它了，「入無所有處」。那我們要問，他算不算究竟？不算，他還有個無所有處

，有個無所有處還是麻煩，不是究竟法。這愈說愈細，要很細心去體會。

有處跟無所有處不就二法嗎？《壇經》上說二法不是佛法，佛法是不二法，你就明白他錯在哪裡。不管怎麼修，都是落在二裡頭，落在二、三裡頭，沒有回歸到一心，一心裡頭沒有二、三。一心裡面找無所有處是覓不可得，找有處不可得，找無所有處也不可得，那叫一心。一心有沒有相？一心現相就是遍法界虛空界森羅萬象，就是一心。我們現在自己的身相，跟我們生活六根所接觸外面境界相，一心所現的。雖現這些境界相，這些境界相無所有，有跟無所有是一不是二，不二法，你才真正做到不起心、不動念，不分別、不執著，全都沒有了。所以悟就是一心，迷就是一念，他一念沒斷，超越這麼多境界，都是念頭在轉變。

最後講到最高的，「非想非非想處定」，好像有一點離二邊，有點中道的味道，他只是相似，不是真的。「非彼有識，及無所有」，這是有無二邊好像是離開了。「恬然住中，即厭邊依中」，前面講空有二邊，二邊不立，中道不存了，「超無所有處」，超越第三，「入非非想處」。不能說他有想，也不能說他無想，總而言之，他為什麼不能超越六道？他在無明裡頭，無明不破。無明是什麼？起心動念。這個地方的起心動念非常微細，他曉不曉得？他自己不知道。無始無明就是一念不覺，誰能知道？佛在大乘經裡面告訴我們，八地菩薩能看到一念不覺。能看到一念不覺，當然也就能看到一念覺，念念覺；一念不覺，念念不覺。就是凡聖的源頭、根源，佛說八地菩薩才看清楚，七地還不行。

四禪八定，在古印度高級的宗教都達到非想非非想處天，他的定功能支持多久？佛在經上講八萬大劫。八萬大劫怎麼算法？佛說世界有成住壞空，這是真的，這都是科學家所研究的問題。世界有

成住壞空，一個成住壞空叫一個大劫，八萬大劫，就譬如我們太陽系，太陽系成住壞空八萬次，你就曉得他的定功力量多大。所以世界成住壞空他已經看到八萬次了，他認為他已經成佛，他已經證得大般涅槃。沒有想到，到八萬次的時候他定功就失掉，失掉的時候馬上墮落。所以，定功是有時間性，這是世間禪定；超越六道輪迴，那個定功是永恆的，不會失掉的。這只是時間長短而已，非想非非想天是世間禪定功夫最深的，時間最長的。到他定功失掉的時候他懷疑，從前的聖人所講的話都是假的，都靠不住，我已經證得，看到世界成住壞空這麼多次，怎麼我還會墮落？我的妄想分別執著、煩惱習氣怎麼還會現行？所以，四禪八定是石頭壓草，伏住的。石頭拿掉之後，那根在，它又會生出來，這就是爬得高摔得重。

這是先把四禪天、四空天做簡單的一個介紹，然後我們才能講「聲聞心住八解脫」。八解脫也叫「八背捨」，背，我們要背棄世間法，要把世間的禪定捨掉再提升。再提升，《楞嚴經》上講的九次第定。不是八定嗎？更深的第九定，第九定超越六道了。第九定是真的，稱為正受，不叫捨受，他就得自在，『所有變現皆自在』。四禪八定也有這些功夫，但是不能像阿羅漢這麼樣自在，他也有。今天時間到了，我們就學習到此地。