

《修華嚴奧旨妄盡還源觀》節要習講——心精進 悟道法師主講 (第十三集) 2021/9/1 華藏淨宗學會
檔名：WD12-001-0013

《修華嚴奧旨妄盡還源觀》。諸位同修，及網路前的同修，大家好。阿彌陀佛！請大家翻開經本，《修華嚴奧旨妄盡還源觀》，我們還是從上一次的地方看起，「華嚴經云」，下面這段解釋。我們講到第六頁第二行，這個地方我們還沒講完，我們今天繼續往下講。上一次，就是上一堂課，我們學習到這一段文，就是講到十度。一般在大乘經是講六度，《華嚴經》講了十度。前面我們學習到了「精進」這一度，「精進有三種：一、身精進，謂若勤修善法，行道禮誦，與夫講說，不自放逸。二、心精進，謂若勤行善道，心心相續，不自放逸也（不敢隨便）。三、利樂有情精進。」這個地方給我們講了精進有三種，三種精進。

在《影塵回憶錄》裡面記載，有個曬蠟燭的法師。《影塵回憶錄》就是倓虛老法師講的當時的一些公案，我們最常聽的就是鍋漏匠，因為鍋漏匠我們淨老和尚在講席當中常常提起，大家對這個鍋漏匠的公案，念佛往生的故事，我們都比較熟悉。另外淨老和尚也講到曬蠟燭的法師，這個是比較少講。曬蠟燭的這個法師，他的法號叫持律，持戒的持，戒律的律，持律法師。他也是在諦老那邊出家，《影塵回憶錄》記載了這個故事，就是這位持律法師他出家之後，他在寺廟是擔任香燈師。大家都知道，在中國傳統佛教寺院，香燈是一個很重要的工作。他擔任這個執事，人非常老實，。一般人看他很愚痴，沒有智慧，所以有一次，有一些人跟他開玩笑。那個時候是夏天，六月天氣很熱的時候。過去寺院有《大藏經》，有一些經典，因為在浙江南方跟我們台灣一樣都靠海，比較潮濕，以

前也沒有除濕機，所以都是利用夏天把經書搬到寺院前面的廣場來曬太陽，就是除濕。有人就跟持律法師開玩笑，說香燈師，你供在佛前那些蠟燭也會有濕氣，會長霉，蠟燭也要拿出來曬一曬；不曬，蠟燭也會長霉。他就很老實，他是真的把蠟燭搬到外面去曬，裡面的蠟燭統統搬出來曬。上午曬到下午，那個蠟燭就融化了，就剩下蠟燭芯，其他都融成一片。當時擔任維那師的這個法師氣也氣不上來，說你這麼大的智慧，你在我們寺院學參禪太委屈了，應該去學講經說法，現在諦閑法師在溫州頭陀寺。溫州頭陀寺我曾經去過，現在裝修得也滿莊嚴的。那個時候諦老還在溫州，還沒有到寧波來，比較早期了。諦老在那邊講經，專門培養講經弘法的人才。這個維那師也沒有去罵他，反正意思就是要把他遷單了，只是沒有說把他趕出去，勸他去那邊學講經，到他那邊學習，學成之後再到各地去弘法，講經說法。

這個持律師真的就去了，後來他去找到諦老，他說他要來學講經弘法，將來弘範三界。那個講的音也不標準。他是某某寺院來的，維那師勸他來這裡學講經說法。諦老一看，聽他這個人是被騙來的，這個人講話都講不清楚，怎麼學講經說法？諦老也很慈悲，知道他沒智慧，後來就勸他去寧波阿育王寺去拜舍利。他說你要學講經說法，你現在智慧不開，你先去消業障，到阿育王寺拜佛的舍利，一天拜三千拜，你拜三年，業障消除，再來講經說法。這個持律師也是很老實、很聽話，他真的就依教奉行，真的就到阿育王寺去那邊掛單，每天就拜舍利，天天拜，拜了三年，真的業障消除了，智慧開了。後來持律師也回到頭陀寺，在寺院擔任粗重的工作，種菜、挑水、掃地、行堂、擦桌子、洗碗等等的。早晚在佛前拜佛，也找人教他五堂功課，又找人教他背《楞嚴經》、《法華經》，背《法華經會義》、《楞嚴文句》。開始教他背這些。以後過了幾年

，不但他聽懂這些經，真的智慧大開，經義完全明白了，真的會講經說法了。後來諦老他有事，講經有空檔，就請他代座，他代理來講經。這是一個公案，他就是精進拜佛。所以拜佛是個法門，一方面運動，心裡想佛，口裡念佛，可以說三業都是佛。那真精進，不懈怠，終於業障消除，福慧增長，所以後來他成為一個講經的大法師不容易！

下面講，「利樂有情精進」。我們現在這個時代，實在講，科學愈發達，災難就愈多，眾生就愈苦。你看去年到今年，全世界的新冠狀病毒的疫情到現在還沒有解除，雖然有疫苗出來，還是免不了感染，往後這個苦難就更多、更大。所以現前這個時代，我們要認真努力幫助眾生離苦得樂。怎麼去解脫這些苦難？這就要代眾生苦。懂得精進的意思，一生不違背，人人在一生都能成無上道。「精進」這兩個字真正懂了，能夠去把它落實了，可以說人人在一生都能成就道業，特別是淨宗法門。這個世紀，淨老和尚推薦海賢老和尚，二〇一三年往生的，距離我們是最近的，上個世紀那就更多了，有許許多多念佛往生的人給我們做好榜樣。他們能成就，我們為什麼不能？不能怪別人，也不能怪環境，真正的障礙是自己，外面人障礙不了。你看海賢老和尚，我們那個環境有他那麼惡劣嗎？沒有。他經歷了好幾個朝代，從滿清末年到了民國初年，民國經過軍閥割據、八年抗戰、國共內戰，遭遇到文革等等，我們想一想，他生的時代真的是多災多難，環境極為惡劣。但是我們看海賢老和尚的光碟，你看他念佛從不間斷，再惡劣的環境，他念佛還是念。念出聲會被紅衛兵打，他在心裡默默的念。不許拜佛，他一大早，人家還沒起來，他先起來拜，拜完了，人家起來了沒看到，他還是精進，他不受這種惡劣環境的影響。所以海賢老和尚的故事也給我們做一個證明，其實障礙是在自己。外面再怎麼樣的環境都不是障

礙，真的關鍵還是在自己，外面人障礙不了。

你念佛的功夫心心相續，念念不斷，人家討厭你，你默念，依舊不中斷。就像海賢老和尚一樣，聽到念佛，不但人家不高興，還打他，不准他念，但是他怎麼樣？在心裡默默的念，所以對他沒有影響。如果別人讚歎你，你生歡喜心；別人毀謗你，你生怨恨心，就把念佛功夫破壞，這個我們一定要知道。特別我們念佛人，自己要提高警覺，人家讚歎我們，阿彌陀佛；毀謗我們，阿彌陀佛；侮辱我們，阿彌陀佛，全都是阿彌陀佛，心不要被他轉。如果人家一讚歎，我們高興得不得了，佛就忘了；人家毀謗我們，我們非常生氣，佛也忘了，這個就自己產生障礙了。所以外面的境界，讚歎也好、毀謗也好，我們內心念阿彌陀佛這個念頭始終不受影響，這樣才是真正的念佛人。換句話說，無論是環境、是人事，都是幫助我們、成就我們，為什麼？我們無論接觸到什麼環境，接觸到之後，統統是一句阿彌陀佛，你就成就了。念到最後是把每個人都看成是阿彌陀佛，這個人欺負我，是阿彌陀佛；那個人打我，是阿彌陀佛，都會回想我功夫不夠，我懈怠，我還沒有成就，佛來打我、佛來罵我，那個心是佛心。心是佛心，口是佛言，行是佛行，身口意都跟阿彌陀佛相應，你說他這個人這一生能不成佛嗎？肯定他要成佛了。

許多祖師大德引用宋朝瑩珂法師這個公案，這個是在《往生傳》裡面，引用這個例子，勸導我們精進。他是破戒的比丘，不守清規。他有自知之明，知道自己死後會墮地獄，於是請教同參道友，像他這樣，要怎樣修才能不墮地獄？同參送他一本《往生傳》，看了之後很感動，自己業障太重，只有念佛能救自己，其他法門不行；念佛法門三根普被，利鈍全收，帶業往生。他看了就發一個狠心，一句阿彌陀佛念到底，萬緣放下，真的非常懇切，精進的念佛，

真的這個世界統統放下了。為什麼放下？他有警覺心，自己知道再這樣下去，肯定要墮地獄，所以提起這個精進勇猛之心來念佛。念了多久？念了三天三夜，時間不長。念三天佛，他不但不吃飯、不睡覺，連水都不喝，就一心一意念佛。

人真正有真誠心，就感動阿彌陀佛。阿彌陀佛來了，告訴他說你還有十年的陽壽，從現在開始，你要真正懺悔，懺除業障，十年後等你壽命到的時候，我再來接引你往生西方，佛就這樣跟他講。瑩珂法師他很懇切的想現在就要趕快往生西方，不想在娑婆世界再繼續停留了，所以他就向佛懇求，他說阿彌陀佛，請你現在就帶我去極樂世界，十年壽命我不要了。瑩珂法師也有自知之明，他說我惡習氣太重，再活個十年，不知道又要造多少惡業，我想現在就跟你走。佛就答應了，說好！那這樣好了，這三天你處理好一些事情，三天後來接你。這個事情，他出了房門就跟大家宣布，三天後阿彌陀佛會來接引我往生西方。大家聽了半信半疑，平常也不好好修行，都是犯戒，不守清規，現在關起門來念了三天佛，說要往生西方，寺院裡的人也都不太敢相信。但是看他講得滿正經的，好像不是開玩笑的話，反正三天時間也不長，大家就拭目以待，看看三天後你是不是真往生。到了第三天早課的時候，就要求大家念佛送他往生。念了一刻鐘（古時候一刻鐘是三十分鐘），他就告訴大家，阿彌陀佛來了，我跟他走了，感謝大家助念，他真的就走了。所以他是念佛三天往生的，念到一心了。所以不難！真精進，他就真有成就。

現在的災難這麼多，特別是瘟疫，怎麼辦？佛菩薩教給我們，首先把心定下來，不要恐懼，不要害怕。如果瘟疫真的是傳遍這個地區，沒事最好不出門，在家修清淨心，這個很重要，心地一定要清淨。最近這段時間，在台灣北部，雙北疫情比較嚴重。從五月中

一直到現在稍微緩和一點，三個多月了，這三個多月，政府也規定少出門。所以我們學佛的人、念佛的人，利用這樣一個因緣，在家裡修清淨心，這個很重要。就好像閉關一樣，我們常常講閉關。所以心一定要清淨。在家裡，現在電腦網路這麼方便，在家裡聽經、讀經、念佛。甚至我們做三時繫念法會，網路上都有重播的，大家在家裡也可以做法會。要斷惡修善，就是讀經、聽經、念佛。斷惡修善，這個是治本，對治災難的根本。因為災難是眾生造惡業感召來的，你要把這個惡的因、災難的因把它斷掉，不再造十惡業了，努力修善，念佛，求佛力加持，災難就能夠化解，這才是化解災難的一個根本做法。

一切法從心想生，災難怎麼來的？也是心去感召來的。《太上感應篇》開宗明義就講，「禍福無門，惟人自召；善惡之報，如影隨形。」你看這個災禍、福報沒有門路，惟有人自己去招感來，人造惡業招感災難，人造善業招感福報。所以這一切都是從心想生，你心想惡，你就招感災難；心想善，你就招感福報。只要我們心裡是清淨善良，縱然有的人他不幸感染這些病毒，也不會有什麼大礙，自自然然很快就會好。

最近馬來西亞有一個同修，他的家屬有好幾個人染疫了，我們就勸他多讀經、念佛，替他寫牌位迴向給他的冤親債主，最近聽說他們病情好了。為什麼他能夠恢復健康？因為他修清淨心跟慈悲心，清淨跟慈悲會把病毒轉變成好的細胞。境隨心轉，平常就要養清淨心、慈悲心，這就是增強自己的免疫力，根本的免疫力就是清淨心、慈悲心。特別不要殺生，十惡業當中第一條就是殺生，這全世界人都在造，沒有人不造。特別現在還墮胎，不但殺生，還殺人，而且還殺親生兒女。大家可以想一想，這個業造得比過去古人嚴重不曉得多少倍！當然感召的災難也就多了，也就嚴重了。

所以就是要養清淨心、慈悲心。我們念經，做這些超度，消災法會，這是治標，有效。像我們淨老和尚，在二〇〇八年四月二十五日勸請安徽廬江實際禪寺滿公老和尚啟建百七繫念護國息災大法會就天天做，做七百天的三時繫念，迴向給地球上這些災難，讓災難減輕、推遲。二〇一〇年一月，淨老和尚也勸我們在台北縣雙溪山上雙溪小築做百七繫念護國息災法會。我們淨老叫我們要做七個百七，現在是進行到第六個百七了。的確做這個消災法會是有效，是可以減輕災難、緩和災難，不能完全都化解災難，因為這個是治標。治標也是有需要，治標就是說你把這個發生災難的時間推遲，讓地球上人類多一些時間去反省、去改過，根本你還是從人類的心態改變，那個才是治本。就是從自心斷惡修善，念佛，其他宗教祈禱，求佛力、神靈加持，自己本身斷惡修善，這個是治本。所以治本是要自己真正修行，要真精進，我們的清淨心、慈悲心永恆不失，要讓它天天增長、年年增長；自己的願，為一切眾生服務，念念為別人，不為自己，這都是治本，這斷惡修善。這樣修行，這個世間災難再多，你不會染上。為什麼？你沒有造這個業。

瘟疫也是一種冤業，主要冤業就是從殺生來，第一個因素殺生。你過去今生沒有跟他結這個怨（這些病毒也是眾生，就是我們現在講冤親債主），他不會去找你。你過去世跟這些眾生結這個怨，過去今生殺生太多，結這個怨，他就會找到你。我們常常念經、念佛給一切苦難眾生迴向，就是迴向給他們，我們現在做百七繫念法會也是迴向給地球人類，包括一切眾生，迴向給他們，受苦受難的一切眾生。不但有情眾生，實在包括無情眾生，你看地球現在都被破壞了，迴向給有情、無情這些眾生。他們不能轉，我們迴向給他是治標；當然眾生如果自己去轉，他是治本，我們迴向是治標，幫他減輕災難，減少痛苦，減少發生災難的時間，發生災難時間縮短

，或者發生災難的時間往後推遲，這個是治標。我們自己本身要治本，我們自己真正有修行，真正回歸到清淨，我們這個迴向確實會產生力量，這叫加持力，會對這個社會、對這些災難的減輕、緩和有幫助。現在淨老和尚勸我們做百七繫念，也就是這個作用。

我們再講下面第五，「禪定」。「五、禪定，專心歛念，守一不散。禪有三種：一、世間禪，謂色界、無色界、凡夫所修。二、出世間禪，聲聞、緣覺、菩薩所修。三、出世間上上禪，法身菩薩所修。」這條講到第五度，禪定。專心、守一，禪定的意思就是專心歛念，歛是收斂，收斂我們的妄念。我們平常妄念紛飛，心定不下來，守住一，守住一個，讓它不要散亂。像我們做三時繫念，三時繫念那個繫念就是禪定的意思，把心繫在一個念頭，繫在念阿彌陀佛、念極樂世界，心把它繫著。好像我們這個心像一隻猴子一樣跳來跳去的，我們一般形容我們心很亂的時候，雜念紛飛，心猿意馬，這個心好像猿猴一樣，時時刻刻停不下來，現在用個繩子把那個猿猴繫起來，綁在樹上，讓牠不要亂跑，就取這個意思。把我們這個妄心，雜念、妄念，把它繫在阿彌陀佛這一念，繫在西方極樂世界這上面，繫心一處，這個就是守一不散的意思。

專心、守一，世出世間聖賢教人，於一切法成就不外乎「一門深入，長時薰修」，這個是修學成就的一個關鍵。無論你修哪個法門，選擇這個法門，你要專一來修學，不能今天學那個、明天學那個，同時學了很多，很難有成就。守住一個法門，還要長時間的薰習修學，短時間也不行，時間不夠也不行。好像我們煮開水，你煮到一定的時間它才會開。你煮的時間還沒到，你就把它關掉了，過了一段時間再開一開，還沒開又把它關掉了，煮了一萬年，那個水永遠不開，你要連續的一直煮到它開為止。我們修學法門也是同樣一個道理，無論你參禪也好，學密或者念佛、或者修止觀等等，都

是這個原則，你要守一，守住一，你能夠把成就的時間縮短了。比如說，你十年修一部經跟十年修十部經，當然那個效果是不一樣的。十年修十部經典，雖然每一部經典都懂得一點，但是深度不夠；如果你十年專攻一部，那個程度當然就很深入了。所以古來祖師大德也有很多示現，他一段時間專修哪一部經。像近代民國初年江味農老居士，他是用四十年的時間專攻《金剛經》，所以他寫了《金剛經講義》。《金剛經》的註解，可以說在我們現前這個時代他是權威，家師淨老講《金剛經》都採用江老居士的《講義》。他蒐集古今的這些註解，自己再把它做一個說明，的確是讓我們看了他的《講義》，對《金剛經》起碼有一個真正的認識跟理解，對《般若經》有一個真正的認知。另外一位就是周止菴老居士，他是四十年專攻《心經》，著有《心經詮注》。所以這個都是得力於「一門深入，長時薰修」。

往生極樂世界，親近阿彌陀佛，這是無與倫比的福報。只要你肯信，認真去修，專心守一，萬修萬人去，這個真的是無比的殊勝。我們念佛念了這麼多年，心不專，念佛的時候心裡有雜念，意不誠，對淨宗法門、對經教裡面的教誨沒有圓滿的信心，半信半疑，雖然念佛，但是有夾雜，我們現在的問題是在這裡。尤其是現代人身上帶手機，實在講，日夜都不能安寧。所以家師淨老常常講，這個手機是魔障，我們現代人的魔障，放不下，你就必定會受到干擾，修行的功夫都會被它破壞。現在社會的誘惑力太大，這是魔障，讓你心神不安，讓你幾分鐘的定力都沒有，這個太痛苦、太麻煩了！現代人，幾乎生活都離不開手機，現在有很多事情都要靠手機來辦，真的是心要定就倍加困難。但是在這樣的環境之下，我們還是要抽出一些時間把心定下來，不能像古人那樣，起碼也要有個時段讓我們心靜一靜，這個是必定少不了的，必定需要的。

所以過去廣東揭陽謝總他辦道德講堂，七天就是上課，把講傳統文化老師的光碟，還有過去我們拍的《俞淨意公遇灶神記》的連續劇、《了凡四訓》等，好像學校上課一樣，課程都把它從早排到晚，七天下來，真的把一個惡人一百八十度的轉變，變成好人。有一次我去訪問他，我說聽說你這邊辦得這麼殊勝，七天就能夠讓一個人很大的改變。他給我說，這個七天要住在這裡不能回家，而且手機要全部交到櫃台保管，七天這個課程圓滿，手機再還給你。我聽到他這麼一說，我就知道他這個效果是出在收手機。當然去參加的人，天天看手機，一天沒看，他們真的是很不習慣、很難受。剛開始去，大家都有一些情緒反應，後來到第三天後慢慢適應了，到最後他們嘗到法味了，七天一下子就過去了，他們還想繼續參加，真的是欲罷不能。所以他那個道德講堂成功的地方就是在收手機，但是大陸現在的人他還能接受這樣，在台灣我們曾經辦過，要收手機，大家都不願意。但是你真能把手機收起來，讓你心沉澱下來，清淨一個星期，你在這聽經、念佛，會得到很好的效果，你不受干擾。

這裡淨老和尚也講，特別是從政的人，從政的人日理萬機，政治人物忙得不得了。所以在海內外，家師淨老也奉勸這些政治人物，他們每天早晚要靜坐十分鐘或十五分鐘，身體放鬆，把念頭統統放下，什麼念頭都沒有，這樣來靜坐，收心，能幫助他恢復精神體力，對身體健康也有好處。十分鐘靜坐下來也不是容易的事情，能坐十分鐘不起一個妄念，這個也不簡單。我們可以試看看，你一分鐘都好幾個妄念跑出來。這個是要沒有妄念才行，這個要練習的。你沒有妄念，功夫才會得力。我們念佛人，就是用一句阿彌陀佛名號，就一句接一句，裡面決定沒有一個妄念夾雜，這叫真功夫，這也不容易。過去台中蓮社雪廬老人他教蓮友，念這個念珠一百零八

顆，早晚就念一百零八句阿彌陀佛，或者念南無阿彌陀佛彌也可以，但是他這個念不能夾雜。如果你念到一百零七句，突然跑出一個妄念，不行，重來。一定要把一百零八句念完，當中不夾雜一個妄念，這個功課才算做完。這個大家可以試看看，那個我試過，真不容易。所以現在我自己只有十句還可以，一次十句，短時間的讓它不夾雜一個妄念還可以；超過十句，妄念就跑出來了。如果能夠延長到一百零八句，這個就有相當功夫了。像我們這個念珠一百零八顆，就是念一百零八句佛號。所以把妄念減少、降低，祕訣沒有別的，就是放下，世出世間一切法都能放下。「知事少時煩惱少，識人多處是非多」，真的是這樣。我們現在媒體太發達，全世界發生什麼事情，我們馬上都知道，所以我們現代人知道的事情太多了。知道事情太多，隨著煩惱也就多了；認識的人多了，自然是非就多了，有人的地方就有是非。所以我們要修行，不必要接觸的人我們就不接觸；不必要的應酬，沒有意義的那些我們就不要接觸。能夠避免的事情盡量避免，特別一些沒有意義的活動，那個我們能避免盡量避免，保持我們心地的清淨。

禪定要怎麼修法？先要有基礎，這個基礎是儒、釋、道三個根，這三個根其實是戒。我們常常講，因戒生定，因定開慧。持戒就是守規矩，我們平常人與人相處，怎麼相處，怎麼應對，怎麼做事，有個規則、有個規矩。能夠把我們生活當中這些方方面面守住一個規矩、原則，就幫助我們修定，心才定下來。如果平常我們處理一些事情亂七八糟的，你心怎麼能定得下來？所以持戒幫助我們得定。而且《弟子規》、《感應篇》、《十善業》，包括李老師講的《常禮舉要》，這個都是屬於戒學的範圍，戒不是只有五戒、八關齋戒。實在講，講到八關齋戒也是值得提倡，八關齋戒就是佛制定給在家人，其實現在出家人也一樣，都要守八關齋戒。你平常很忙

，你就一天二十四小時不要看手機、不要看電視等等的，然後把這個心完全沉澱下來，靜下來，一天一夜，守這個八關齋戒。在現在這個時代，其實這個八關齋戒，有很多寺院辦這個齋戒，這個非常好。但辦齋戒，我們第一個就是你要手機收起來，不要去看，就是一天的時間，二十四小時，不要看、不要接觸。你要看電視可以，就看講經的，或者讀經的、或者念佛的，其他一概不看，不夾雜，這個也是幫助我們得定的一個權方便。所以戒是手段，目的是得定；定是手段，開智慧是目的。戒定慧三學，禪定是一個樞紐，是一個關鍵，你要開智慧，必須透過禪定這樣的一個功夫。但是禪定，你沒有持戒，你心定不下來，當然也就開不了智慧。學得很多、聽得很多，就變成狂慧了，那不是智慧，淨老和尚講那叫知識。

好，今天時間到了，我們就學習到這裡。這個禪定還沒講完，我們下一堂課再繼續來學習。祝大家福慧增長，法喜充滿。阿彌陀佛！