

金剛經的智言慧語—必始終無住，而後法身常住（第六
七六集） 1995/5 新加坡佛教居士林（節錄自金剛般若
研習報告09-023-0057集） 檔名：29-513-0676

【必始終無住，而後法身常住。】

這個捨放下了，放下一時很容易，今天放下了，明天又來了，又想起來了，這是我們凡夫的通病。雖然短短的時間裡面能放下，已經非常可貴。你能放下一個鐘點，你一個鐘點心是清淨、是自在。特別是在念佛的時候、止靜的時候，或者在靜坐的時候，身心世界一切放下，叫你整個身心得到輕鬆愉快，雖是短時很有受用。如果能放下，能夠讓身心輕鬆，不曉得念佛求生，那實在是很可惜。我在美國遇到好幾所的日本禪修中心，這樣的中心，美國人去的很多，現在也有美國的出家人主持這樣的禪修中心。他們裡面沒有說法、沒有講經，只有很短的開示。進入禪堂裡面就是靜坐，法師就是教你什麼都不要想，把所有一切念頭全部放下，在那個地方靜坐幾個小時。外國人生活都很緊張，工作的壓力、精神的壓力都很重，所以他一個星期到那裡去坐上兩、三個小時，他很有受用，所以他很喜歡去，他們不懂念佛。只能夠得到很短時間的輕安，恢復自己的精神體力，這是一定能夠做得到的，對於身心的健康有很大的幫助，如果要懂得念佛，功德利益就無比的殊勝。像這些道理與事實的真相，必須要與這些同修們講得清楚、講得明白，他才能夠歡喜的來參學，他能夠得到真實的受用。從短暫逐漸把時間延長，這就是精進，一定要能做到始終無住，那就成功了。

始終無住，不但是得定，實在講，證果了，而後法身常住。依照本經的標準，真正能做到始終無住，就證圓教初住菩薩的果位，破一品無明證一分法身，就到這個境界。如果是念佛人，他就證得

理一心不亂，往生西方極樂世界生實報莊嚴土。能生實報莊嚴土的人，當然生死自在，來去自如。凡聖同居土裡面上三品往生的就生死自在，西方極樂世界想去就去、想來就來，沒有一絲毫障礙，何況是實報土的菩薩。