

《五戒相經箋要》。佛陀教育網路學院的同學，大家好，阿彌陀佛！我們上一集與大家學習四覺觀，還有九想觀，我們學到九想觀第一觀，這個就是屬於觀想的部分。

我們看到蕩益祖師在語錄上的開示給我們說明，學習戒律，不但要明瞭戒相的開遮持犯，而且還要作觀想，觀想的總原則就是四念處。祖師給我們講，四念處是佛法的總關。所以學習戒律不是只有在戒相上去學習，學戒相的開遮持犯，還要學四念處。沒有四念處這個基礎，就不是佛的戒，這個戒就變成人天善法，也就是出不了三界六道生死輪迴。因此我們學佛，修什麼樣的因，會達到什麼樣的結果，我們一定要非常清楚，非常明白。戒是幫助我們得定，定幫助我們開智慧。

學佛有五乘佛法，人乘、天乘、聲聞乘、緣覺乘、菩薩乘。一般講五乘的佛法，最終目標是要入一乘法，一乘就是明心見性、大徹大悟。但是眾生的程度不一樣，各人善根福德因緣不同，因此有五乘教學的過程跟階段。我們學佛的人，當然求人天福報的是佔絕大多數，不但在家同學學佛的人求人天福報的居大多數，現在就連出家的同學也不例外，出了家所追求的還是以人天福報為主。因此現在有人提倡人間佛教、人乘佛法，它的目標就是來生來世再來投胎做人；理想目標高一點的，來生他想到天道去，這個水平就比較高了。這個也是方便接引，佛真正的目的是要我們明心見性的，這是最終的目的。但是如果還不能達到這個目標，最好也要了脫三界分段生死，出離六道輪迴，證阿羅漢果、辟支佛果。因為在六道生

死輪迴是不究竟的，縱然在人天兩道享福也不究竟，福報享盡了，又要墮落。因此我們修學，我們一定要知道，我們學佛最終的目標。

我們這一生想要脫離六道，當然你要再提升一步。我們以淨業三福來看，如果你要得人天福報，也要修第一福：「孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業」。第一福做到了，你來生可以得人身，修得比較好的可以生天。第二福：「受持三皈，具足眾戒，不犯威儀」。第二福就是出世間的，所謂出世間就是放下世間名聞利養、五欲六塵，這些人天福報的享受，他要超越六道。所以受持三皈，具足眾戒，不犯威儀，這個是屬於出世法。第三福：「發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸進行者」。這是大乘菩薩法。大乘出世，它也入世，如果沒有出世，也談不到入世。所以現在很多人把觀念上都混淆了，他不想了生死出三界，他說他要發願效法菩薩的精神，在六道裡面度眾生。這是不是佛的說法？不是，佛在經上可沒有這麼說。佛在經上給我們講，如果自己度自己都度不了，要去度別人無有是處，就是沒有這個道理。你自己沉淪在生死的苦海，你說你能夠去幫助、去救度一樣沉淪在苦海當中的眾生，佛說沒這個道理。一定要怎麼樣？一定是自己已經脫離苦海，回頭再來幫助苦海當中的眾生，那真的是能夠幫得上忙。我們現在自己度自己都度不了，說幫助眾生，說實在話是愈幫愈忙。為什麼？自己都幫不了自己，怎麼能幫別人？這是一定的道理，因此就是出世然後再入世。

出世間就談到三皈依，要持戒。但是現在有很多人持戒，他不知道戒跟善，基本上的區別在哪裡。比如說五戒跟十善前面五條都一樣的，為什麼十善列在第一福，五戒就列在第二福，三皈五戒在第二福，為什麼？實在講這就是從三皈依開始區分的，一個分水嶺

。修第一福，他想求人天福報一定可以得到，修人天福報的人就不一定想要了生死、出三界。因此世間我們看到很多大慈善家、做善事的人，其他宗教的，他們也很認真在斷惡修善，所修的都是屬於人天福報，都在六道裡面，屬於六道裡面的人天福報，這點我們必須明白。我們學佛就是要超越，超越這個世間。談到持戒，現在很多人持戒，他沒有深入古來祖師大德這些開導，也就是說沒有親近到善知識，因此自己學的不對了，自己以為是對的。現在也有一些道場，標榜持戒的法師，都會出現這個情況。因此我們再看看這些古來祖師大德他們的著作，給我們很大的幫助。

所以祖師給我們講五年學戒，剛學佛五年要先學戒律，學戒律不是只有在搭衣持鉢這個戒相上，除了這個之外還要修四念處。四念處就是屬於觀想，觀想就是看破，你看破了，你才能夠放下，放下又幫助看破。觀當中有止，止當中有觀。你有觀想，我們持戒才能夠得定，幫助我們得定，幫助我們戒持的好，因為觀是幫助我們看破。戒是什麼？戒是叫我們放下的，戒就是叫你先放下。剛開始我們受了戒，不殺生、不偷盜、不婬欲（在家是不邪婬），不妄語、不飲酒。以前沒學佛的時候常常造這些業，現在學了佛，受了三皈五戒，就禁止了，不可以去做了。不可以去做是什麼？就是放下，放下這個惡業。但是這個時候放下，實在講放的也是心不甘情不願，在事上放下，但心理上還是有那些念頭，心理上還沒放下，但是身口（事上）放下了。戒就是叫我們先放下身口造作，先禁止起來，你先放下，然後再教我們修觀。修觀就是教你看破，為什麼叫我們不能做這個，了解事實真相，看破。其實持戒本身就是止觀。蕩益祖師給我們講，戒定慧三學是一貫的，我們一定要這樣學，三學才能圓滿。我們可不要把戒定慧分割獨立，這就達不到三學的目的。

此地講到戒，我們現在講到第三條姪戒，在家是不邪姪，出家是不姪欲。現在受了這個戒，禁止就是放下。沒有學佛的人沒放下，他還繼續造這個業。我們第一步，先叫我們看破，再放下。實在講，這個也不是很容易，根性要比較利的。我們根性比較鈍的、業障比較重的要先放下，然後慢慢再去看破。像我這種根性是業障深重的，叫我看破才放下，做不到。所以我出家前十五年，聽我們淨老教授講經聽了十五年，道理都知道，只能做到不殺生，但是叫我不吃肉還真難。也看了這些書，要怎麼去觀，《安士全書》也看了，觀來觀去抵不過習氣的誘惑，看到肉、聞到香味，我就控制不住，吃了再說。出家之後，我們淨老教授叫我跟日常法師學戒律，日常法師一開始就把我一百八十度的大改變，肉不能吃，煙不能抽，而且晚上也不能吃。吃素還不能講求口味，就是吃大鍋菜，也不能煎、不能炒、不能炸，就是用開水煮，煮好了再滴幾滴油、放些鹽巴，可以了。也不能吃水果，日常法師說他是研究科學的，蔬菜就有維他命C，還要吃什麼水果？就天天吃大鍋菜，就吃一個菜，沒有第二個菜。我一開始也很難受，但是先放下。如果我在社會上，恐怕到現在還繼續在吃肉。但是你一出家，他就給你限制了，不可以。你心裡很想吃，就是不能吃，先放下。戒就是先叫你放下，因為你遇到那個環境，你一接觸到，你就控制不住。

這就像吸毒一樣，你說一天到晚跟那些吸毒的人在一起，在那個環境，你叫他去看破毒品的害處，放下，不要去吸毒，恐怕很難做的到。所以我們看，戒毒的人一定要怎麼樣？先把被抓起來、關起來，跟這些人、這些環境隔離，他才有可能戒掉。這個就是先放下，讓你頭腦冷靜了，慢慢再去觀想，這樣才能觀的起來。像我這種業障深重根器的，是要用這種方式。像我們淨老教授就不用了，他在那個地方就看破放下了，他可以做得得到，這點我就很難了。因

此我們這個戒就是先放下，但是放下之後，你能徹底放下嗎？恐怕放了一段時間又犯了。犯了就是什麼？又犯戒了。所以你放下之後，沒有辦法徹底放下，恐怕又去犯到這個戒，所以你要修觀。修觀幫助你放下，先放下又幫助你修觀，最近我自己體會到這點心得，提出來跟諸位同學分享。所以這個觀，它也幫助我們持戒，持戒幫助我們修觀，修觀又幫助持戒，它是相輔相成，相關的。所以祖師才勸我們要修四念處，不管在家出家同學都要修四念處。四念處：第一個就是觀身不淨，第二個觀受是苦，第三觀心無常，第四觀法無我，這個是四念處。第一個要我們觀的就是觀身不淨，我們前面講的「四覺觀」，跟現在講的「九想觀」，屬於四念處第一個「觀身不淨」，屬於這個。

好，我們繼續來學九想觀。昨天講的，我們再重複跟大家簡單的復習一下。「三、九想觀。此觀成時，方悟身後無量淒慘，是為返終絕愛方便門。人想死亡日，欲火頓清涼。愚人若聞此，愁眉嘆不祥。究竟百年後，同入燼燬場。菩薩九想觀，苦海大津梁。」昨天這段我們簡單跟大家講過了。這段就是給我們講，「此觀成時」，成就是成就的時候。我們學習觀想，就像我們在學校念書，它有個標準，這個標準就是考試及格不及格。我們學觀想、學戒律也是有個標準，你要達到這個水平才算及格。如果還沒有達到這個水平就是還不及格，還要繼續學習。所以成時就是成就的時候，如果你學這個觀還沒有成就還不行，還要繼續學。成就的時候你就覺悟，覺悟到什麼？我們自己一生身後是無量的淒慘，「是為返終絕愛方便門」，你想到這個貪愛的心就消失了。

「人想死亡日，欲火頓清涼」，這個關鍵在觀想死亡。人死亡，我們每個人都知道人會死，甚至我們自己也看過死人，但是你看到死人，看到別人死了，你的貪愛有放下了嗎？我常常想，在醫院

裡面那些醫生、護士，雖然有的人死了，有的人還沒死，但是天天看，他們有沒有覺悟？他們有沒有放下貪愛？殯儀館洗屍體的人，天天在接觸死人，給死人化妝、洗澡、換衣服，他有放下嗎？賣棺材的；包括我們學佛的同修（修淨土的同修），常常幫人家助念，也常常看到死人，我們自己看破、放下了嗎？沒有貪愛了嗎？根據我個人的觀察，看是看了，看多、看久了，那就怎麼樣？麻木不仁。看得麻痺了，沒感覺，沒感覺就是迷惑顛倒的狀態。這個事情在給你說法，佛在經上說法，我們要把它用在日常生活當中，現實生活當中你去觀察，這樣才有受用。你去觀察，在我們眼前時時刻刻都在給我們講經說法。因此，這個地方的關鍵就是在作觀。

你能夠作觀，你心也要有定，你有一分的定力能夠作一分的觀想，有兩分的定力能夠作兩分的觀想；你有了一分的觀想，又幫助你增加一分的定力。止觀是相輔相成的，為了說法方便起見說止說觀。其實它是相關的，它不是獨立、不相關，它是相關的，就像我們講定慧，定慧相關的。這些原理我們要明白。我們現在為什麼看了，這個觀還是不能成就、還是不能降伏貪愛心？因為我們沒有定。為什麼沒有定？心浮氣躁。心浮氣躁，你就很難作觀想。所以我們要修觀想，我們心比較浮躁的、妄想比較多的，我建議我們諸位同學，你先念佛。像前面廣化老法師講，先念觀音菩薩，依照《普門品》講的念觀音菩薩，把我們粗重的浮氣，就是心浮氣躁，把它降溫了，你再來作觀，那就不一樣。或者你有打坐功夫的，或者學習吐納運氣的，這個跟修定都有關，你要先把心浮氣躁的心沉定下來，這個時候觀你就能提得起來。就像水沉靜下來之後，照外面的境界就照得清楚、照得明白，如果水起了很大波浪，照是能照，照得支離破碎，照不清楚。所以先沉靜下來，你再觀就不難。止觀就是這個道理。

所以我們念佛也要懂得止觀的原理，我們念佛並不是沒有止觀，也是有，把妄念止息就是止，提起佛號就是觀，這句佛號了了分明、字句清楚就是觀。或者你用念經，或者念咒，或者有人修數息，八萬四千法門，方法很多，我們同學大家可以根據自己的興趣、自己的根器來選擇，看哪一種幫助我們心定比較有效，你就可以採取。你心定之後再來作觀想，那個時候你的感受就不一樣。你觀想觀起來的時候，你的感覺就不一樣。所以說人想死亡日，欲火頓清涼，人如果想到死亡，我們常常看人家在死，我們就是想不起來。我們學院的同學，如果有人想起來，請你告訴我，我就發個畢業證書給你，因為這生你一定往生淨土。印光祖師也寫一個死字，「死」字，印祖教我們貼在額頭上，想到我就要死了，我還有什麼放不下的？這是印祖當時在世，他自己就是這麼修的。這個死字，他自己寫了一個「死」，貼在他的小念佛堂，他時時刻刻觀想這個死。所以印祖給我們勸導，修道的人如果念念不忘此字，能夠提起死的觀想，想到我就要死了，還執著這些幹什麼？比如說我們現在就要死了，你什麼東西能帶的走？你還執著這個、執著那個幹什麼？他勸我們觀這個字「死」。觀死，屬於四念處第二個「觀受是苦」，屬於這一觀，人想到死亡。但是我們也嘗試著要觀，觀了我們還是沒感覺，看死人看多了也沒感覺。那個死字，過去我們也印了很多，也貼在自己的房間裡面，看久也麻痺了，也沒感覺。這個我們諸位同學，大家可以實驗實驗，可以做實驗。或者有時候，我們偶爾有這種感受比較強烈，但是過一下子又忘記了，又提不起來了。人想死亡日，欲火頓清涼，人如果這個觀想能夠提得起來，你去打一個佛七保證一心不亂，這個就可以掛保單。因為這個字你觀起來，印光祖師給我們講「道業自成」，你道業自然就成就。我們現在為什麼打了幾十個佛七、幾百個佛七，日夜都念佛，還是心亂糟糟？

就是這個「死」觀想沒有觀成功。沒有觀成功，你就不想死，你不想死，你就不能得到一心不亂。所以修道人要怎麼樣？過去古大德給我們講，要大死一番，死盡偷心。我們現在就是不想死，所以道業怎麼修、怎麼念都是不能成就的。

這個觀裡頭就有大學問，你要怎麼觀？觀到怎麼樣才算是及格？就是你有感覺了。感覺是什麼樣的情況？就是你真的把這個世間一切萬緣放下，徹底放下，不再貪戀，不再貪愛，那就及格了。如果你對這個世間還有一樁放不下，還不及格。你統統放下，及格了，你可以去打精進佛七，一個禮拜就成功了。所以你要打精進佛七，它有先前具備條件的，如果你具備了這個條件，打精進佛七可以剋期取證，可以達到預期的效果。這個關鍵就非常重要。我講了這麼多，我們同學可能還是有很多人體會不到，有的人看到「死」這個字，愈看就愈恐怖，就是此地講的「愁眉嘆不祥」，看了就生不起歡喜心，想到死就會恐懼、恐怖。為什麼會恐懼？佛在《四十二章經》給我們開示，人為什麼會有憂怖？佛給我們講，「人從愛欲生憂」，從愛欲生起憂慮，「從憂生怖」，怖就是恐怖、怖懼。所以我們在這個世間，我們有憂慮有恐怖，從愛跟欲來的，根就是愛跟欲。佛給我們講，「若離愛欲，何憂何怖？」我們現在有憂慮有恐怖，就說明我們貪愛的心沒放下。我們可以從這邊來測驗我們自己，我們到底有沒有憂怖？如果還有就是還沒放下，沒放下就是有愛欲。有愛欲怎麼辦？你要修觀，要修。

我們想到死亡日，恐怕大家體會不是很親切。過去我也常常看，也想要讓它親切，就是親切不起來。有一次我看《近代觀音靈感錄》，看到有一個公案。民國初年，在廣州有一個年輕人，二十幾歲，犯了一個案件，被當時的縣長判死刑。在民國初年，行政跟司法還是合在一起的，縣長要管行政，還要管司法。他被縣長判死刑



，十天後要執行了。剛好有一個法師去監獄弘法，去給大家講《普門品》，說觀音菩薩，有人受刑要被處死，念觀音菩薩就能得到解脫，就不需要受這個苦了。這個年輕人就日夜拼命的念，絲毫不懈怠，念到第十天，縣長要來驗明正身，午時三刻一到就要處死，結果這個年輕人還沒有到午時三刻，他就在那裡打坐坐化了。這個縣長看到那個情景，非常感動，還去給他上香，給他膜拜。我看到這則公案，就想到這個死，它有一個逼迫感，你感受到這個逼迫感，精進就不會鬆懈了。這是教我們觀想。你想到死，你會有恐懼，這是什麼原因？就是你有貪愛。貪愛怎麼辦？就是有愛欲你才會生憂、才會生怖，那就要修不淨觀，我們就要修這個。這個你看破了，你憂怖就永遠不會存在。

我們看第一想，「新死想第一：靜觀初死之人，正直仰臥，寒氣徹骨，一無所知。當念我貪財戀色之身，將來亦必如是，則姪心淡矣！」這是靜觀，這個九想觀每一個都有一個靜字，靜就是安靜的靜，我們講止靜的靜。這個字是一個關鍵，因為你心靜不下來，心浮氣躁，這個觀就觀不起來，你一定要把心先沉靜下來，然後再作觀。你心浮氣躁的時候先不要作觀，你先念佛或者打坐，或者數息，先用這些方法讓你的心沉靜下來，然後再去觀。那個時候你再觀就不一樣，那個時候看到死人跟心浮氣躁的人看死人，你的感覺就不一樣。因為這個時候，你心已經很冷靜，你再觀察，你的體會感受就會很深刻。人死之後，躺在那個地方，全身冰冷，就要想到，我這個身體將來跟他一樣，看到別人就要想到自己，則姪心淡矣。

第二條，「青瘀想第二：靜觀未斂骸屍，一日至七日，黑氣騰溢，轉成青紫，甚可畏懼。當念我如花美貌之身，將來亦必如是，則姪心淡矣！」瘀就是血氣不暢，我們看人血氣不暢，他就一塊黑

黑的。瘀，青色、青黑。「靜觀未斂骸屍，一日至七日」，你要冷靜去觀察還沒有入殮的屍體，一天到七天，「黑氣騰溢」，他黑氣往上騰，看到黑黑的，黑就轉成青色紫色，「甚可畏懼」。我們這樣講體會不到，如果我們同學想要修這個觀想，也可以去殯儀館停屍間走一走，你看到，再拿這一觀去看，就是這樣，你那個時候就知道什麼叫做甚可畏懼了。如果你怎麼想都想不起來，去現場看看，看過之後回來，然後再繼續想。

有一年我們一位女眾悟忍法師的弟弟，三十幾歲往生了，冬天大概酒喝多了，七孔流血。悟忍師在古晉，他沒有辦法回來，我去幫他助念。助念好了之後，就送到殯儀館去了，我就去殯儀館給他念念經、念念佛迴向。他臨時牌位就供在殯儀館後面，有一排專門給人家供牌位的，要繞到後面。我們念佛、起佛號繞到後面，我想要從旁邊繞過去，悟忍師他妹妹說，這邊中間有個走道通過去比較快，不用繞那麼遠，我說好好好。我知道從中間這裡走過去，要看到那些死人的，一排都擺在那裡，他妹妹不知道，叫我走那裡。我就拿引磬走前面起佛號，然後通過停屍間，一具一具的，就是這裡講的，「靜觀未斂骸屍，一日至七日，黑氣騰溢，轉成青紫，甚可畏懼」。他妹妹看到了，我也知道她一定很害怕。然後到後面牌位念佛迴向完了之後，我就問他們幾個妹妹，我說：還走不走中間這條近的路？還是要繞遠一點？她給我說：我們趕快繞遠的，不要走近的這條了，看到那個太可怕了。所以我們同學如果要知道，甚可畏懼，可以去殯儀館參觀一下，我建議大家可以去參觀。參觀之後，我們要「當念我如花美貌之身，將來亦必如是」，現在你打扮得很漂亮，將來死了就躺在那裡跟他一樣，我們跟他沒有兩樣的。你要這麼想，則姪心淡矣。

我們看第三條，「膿血想第三：靜觀死人初爛，肉腐成膿，勢

將潰下，腸胃消糜。當念我風流俊雅之身，將來亦必如是，則姪心淡矣！」這個膿血，靜觀，你靜靜的觀察，人死了，他剛剛開始爛。這一觀恐怕就比較沒有人有辦法去現場看，現在處理屍體都很快，沒有等到爛就燒掉了，你也看不到，但是有一些地方，我們還是可以看到的。我們從靜觀去想像，肉腐爛成膿的情況。要找這個資料，我想也應該可以找得到。我們現在一般都是人死了，都是入殮收起來，大家都看不到。以前我聽我父親講，我父親以前被日本徵去當軍伕，到南洋去，到新加坡、馬來西亞。他跟我們講，在戰場，軍人打仗死的沒有時間去埋，他說屍體長蟲就爛，蟲就像筷子那麼粗。這是膿血，青瘀再來就是膿血。

下面第四個觀想，「絳汁想第四：靜觀腐爛之屍，停積既久，黃水流出，臭不可聞。當念我肌膚香潔之身，將來亦必如是，則姪心淡矣！」絳這個字就是深紅色的，死人屍體的汁已經流出來了，「黃水流出，臭不可聞」，臭就是有屍臭味。我們淨宗同學，我自己是沒有親身經歷過，但是有一些同修他們去給人家助念（現在也常常聽到，有一些人死了，家人不知道的，死了好幾天，身體都爛了才發現，他就找我們同修去助念，大家去那邊助念是臭得要死），一方面按著鼻子，一方面要念阿彌陀佛。在我們中壢善果林，林長他們就去助念，就是死了不知道的，然後就去助念，他已經有屍臭味了，我聽過好幾個案例。最近一樁就是我們道場莊行法師的二哥，也是一個人死了，差不多一個禮拜人家才發現，身體都腐爛了，我們去協助他處理後事，屍臭味就很濃了，可能我們不用去現場看，你聞到那個味道就受不了。這個時候就要想到，我們現在皮膚白白淨淨，將來死了，爛的時候跟他一樣，則姪心淡矣。

第五個，「蟲啖想第五：靜觀積久腐屍，遍體生蟲，處處鑽嚙，骨節之內，皆如蜂窠。當念我鸞儔鳳侶之身，將來亦必如是，則

姪心淡矣！」這個就是蟲啖想，蟲在咬了。像我父親看到，蟲就像我們筷子那麼長、那麼粗。蟲在鑽的時候，整個身體就像蜂窠一樣，一個洞、一個洞蜂窠一樣，想一想我們將來也是跟他一樣。

第六，「筋纏想第六：靜觀腐屍，皮肉鑽盡，只有筋連在骨，如繩束薪，得以不散。當念我偷香竊玉之身，將來亦必如是，則姪心淡矣！」這是皮跟肉都被蟲吃光了，剩下我們身體的筋連在骨頭，就像繩子把那些骨頭綁著一樣。筋連骨，如繩束薪，骨頭得以不散，因為還有筋連著，肉沒有了筋連著，骨頭還沒有散。

下面就講骨頭散了，「骨散想第七：靜想死屍，筋已壞爛，骨節縱橫，不在一處。當念我崇高富貴之身，將來亦必如是，則姪心淡矣！」這是連筋也爛、也壞了，骨頭就散掉了，不在一個地方。想想我們現在再崇高、再富貴的地位，將來也是這樣。

第八，「燒焦想第八：靜觀死屍，被火所燒，焦縮在地，或熟或生，不堪目擊。當念我文章蓋世之身，將來或亦如是，則姪心淡矣！」這是用火燒，燒就縮在一起，不堪目擊，看都不忍去看了。我們文章蓋世之身，將來燒不是這樣嗎？則姪心淡矣。

「枯骨想第九：靜觀破塚棄骨，日暴雨侵，其色轉白，或復黃朽，人獸踐踏。當念我韶光易邁之身，將來亦必如是，則姪心淡矣！」這個是埋葬的墳墓暴露出來，骨頭被日光曬、被雨淋，這個我們都看到過。人跟野獸都在上面踩過去，我們將來也是這樣，這個身體將來就是這樣。

下面講，「修此九想觀者，可於蟲啖想時停心注想，若能觀出臭味，姪心可息矣！」這個九想觀，它重點在蟲咬觀，停心注想，你觀想聞到臭味，這觀就成就了，你姪心就沒有了。

另外古時候有一首詩，也頗值得玩味。「詩云：江上臭皮囊，當年桃花面；昔日恨不見，而今不忍看。」今天時間到了，我們就

學習到此地。謝謝大家的收看，祝大家法喜充滿，阿彌陀佛。