

北京上海開示選輯



北京上海开示选辑

慈法法师 开示汇集

净土说网站汇集流通

目 录

【北京开示】

弥陀给了我们果地觉的缘起	1
佛种从缘起	7
法无自性是佛教命脉	10
追根溯源歇心念佛	17
弥陀威德当知当用	22
意乐人生·觉悟当下	23
本具休息，就路还家	49
觉悟现行，畅明发心	57
集体共修与平时串习	68
阳光老宅三皈依	75
如实，没有更	85

【上海开示】

往生决定·当下安心	86
三根普被·利钝全收	95
现行安心·念佛安乐	107
开会诀窍：用前行导正发心	125
在家出家利益之别	130
大乘见地重于行地	132
外寻迷失·认识共业	135
寺院铸钟放蒙山惠利众生	138
与孩子同一成长	141
1、要正面进行青春期的教育	141
2、面对孩子的疾病要接纳、宽松、尊重、慈悲	143
3、针对性地训练补足孩子的弱点	146
4、单亲家庭要注意防范恋父恋母问题	148
5、辅助孩子独立自主地成长	149

6、诸恶莫作，众善奉行，自净其意志.....	151
7、先自觉人生再教育孩子.....	155
8、启发孩子天性与适度规范.....	158
9、不要太关注孩子.....	159
10、与孩子同一成长.....	161
11、尊重孩子是教育的前提.....	163
12、家长可以换位思考.....	167
理解尊重支持孩子健康成长.....	169
楞严咒修持浅说.....	174
顺性起修解决疲厌.....	180
最简单的施食.....	181
随顺体验佛誓愿.....	183
互助读书会——读书会的仪轨、辅导与作用.....	194
亲人之间的理解与尊重.....	201
音声佛事.....	204
写字合心，喜悦传递.....	206
有果事与无果事.....	209
净土教法不为自求.....	211
佛法现成.....	214
到家皆亲浅说.....	217
般舟行法本无所得.....	218
三皈依是佛法基础.....	228
智慧慈悲之修持.....	230
心所依·唯依佛.....	232
依法归体.....	236

本部文稿与录音下载地址：

净土说网站 www.jingtushuo.cn 手机版地址 m.jingtushuo.cn

弥陀给了我们果地觉的缘起

慈法法师 开示

2008年12月15日于北京

你缘这个东西必然是轮回，我们不缘这个东西了。我们缘彼佛性——平等，广大，真实，圆满，我们缘自性——平实，广大，真实，圆满，还不行吗？哪个不愿意生呢？

不是能往生不能往生，是你愿意生不愿意生。愿意生我们自然就能顺性观察世间，一切莫不是因缘法了。因缘法中我们怎么选择就怎么个结果！这权利给你了，你怎么做？佛就给我们个权利。平时我们没有权利，贪嗔痴慢疑一来就晕了，财色名食睡一来又迷了，说邪说正又迷了，我们没有权利，只有被迫性，只有迷失的机会。

阿弥陀佛把他圆满功德回向给每一个众生：我于无量劫，不为大施主，普济诸群苦，誓不成等觉。他的愿望如是，干什么？让我们认识自己有主动权利。什么主动权利？因缘所生法！动念即因缘，是你来掌握的，我们每个众生都在掌握着自己的举心动念，而不是业相，也不是沉沦，也不是他人，都不是！就是你在举心、你在动念、你在意乐、你在迷失、你在觉悟！你找谁的麻烦呢？权利给我们了，我们怎么用？下面就是我们自己的事了。

愿生即生！没什么说的。生即无生，出离轮回，本无生灭，自得安乐，无了可了，一时了脱生死，回到了清净本源，起步吧，做什么由你做了！

你的本源在哪个地方？就在现在开始了！我们就可以从现在开始了，干什么？你做主了，你的举心动念在起决定性作用！阿弥陀佛给你一个参照，你愿意生彼国你就去呗！

往生即无生，你远离了迷失与颠倒，从头来了。来什么？主动了，清晰了，自我抉择了。我们的意乐菩提心就会产生出来，我们的誓愿菩提心也可以产生出来，无上菩提心也会成熟。成熟在什么？我们顺性一观察就知道了，不用问别人。这个地方的确是如人饮水冷暖自知，你问别人永远没有味道，你自己要体验！要不体验，我一走，你又迷了，不知怎么回事了。

有人说这听着挺好，怎么一用用不上力呢？意乐菩提心没有找到，缘起法认知的主动权没有找到。这个主动权我们已经交给每一个人，供养给大家了，圆满

地彻底地无疑地供养给每一个人了。你要，你就顺性起修，缘起性空，这样就开始了。

从什么地方开始？从性空缘起开始！开始做什么？发心！发什么心？举心动念！谁来举心呢？你！谁来动念呢？你！谁来往生？你！谁来轮回呢？还是你！的确给我们了，没有任何保留。说实在的，在东北真是啥都讲了，只是讲了一遍又一遍罢了，为什么用不上呢？也可能是机遇。

某某说以前听不懂，一读《华严经》，怎么说的都是《华严经》上的话呢？《华严经》上讲攀缘于佛，远离戏论。佛没有戏论，他顺性如实地修持，如实的功德，揭显我们如实的心性，没有戏论！

菩萨中、声闻中、世间善法中都有戏论的东西，所谓戏论就是方便罢了，所谓方便就是对我们的机、契我们的欲望罢了，引导我们步入究竟，顺性地发心，顺性地运用，顺性地知道性空缘起。

性空——缘起，性空——缘起，性空——往生，性空——本往生，性空——本往生，性空——本无生，本无生你生种种心，出世因果入世因果全在你自心作用。

发什么心啊？自己发去呗！下面全部就是我们的心了，是我们自身的娱乐了。你自己的意乐是什么？你自己的愿望是什么？就是什么结果！佛说因缘所生法，我感觉人人都能听得懂的。再听不懂，我住世的意义都没有了，我感觉活着的意义真不大了，你说活着干啥呢？真要看看这个事情，你看不懂还讲什么？讲那么多年就讲这几句话，总是没把人的问题解决掉。

今天是十五，我们在塔林转来转去，就是为大家祝福的，希望大家皆识自性，知性空，知缘起，用性空，用缘起，时时知自心啊，时时明自性啊！你明自性就可以用自心了，你不明自性你用什么心？迷迷糊糊的，对不对？这个问题若解决了，某某就不会退转了。

乘佛愿力，佛愿住持故，九界有情往生彼国，咸得阿毗跋致。若凡若圣持念佛名，一生彼国，同一道业，三种不退。你顺性你退什么？你进都没有进，怎么会退呢？退，你往哪退去？所以佛说真实言，说如实语。

净土一法就是一生成办，一切有情缘此法咸得阿耨多罗三藐三菩提，若已生若今生皆得不退转阿耨多罗三藐三菩提，诚实言真实语，究竟的教法，众生迷失故而不得受用。

“舍利弗，我于一切世间说此难信之法，是为甚难。”今天难不难我不知道，在大家加持下，我就不难了。但是我告诉你，还真难，我鼓足勇气才说出来，不难呀？

但是我们要真正了解了阿弥陀佛，就洗刷了我们无始以来的自我蒙蔽，照十方国无所障碍，去除了我们心地无始以来的蒙蔽，给我们一个性空的缘起。何以故？法无自性。何以故？照十方国无所障碍，是故号为阿弥陀！

我这也是个国，这一照我感觉不到什么障碍。何以故？佛无碍，佛心无碍，我心也没碍啊！佛的自性没有碍，他证实到了，我顺着他这个劲也证一证自性无碍，这不是念佛吗？我要是念我就有碍了，阿弥陀佛自性无碍，我的自性亦无碍，阿弥陀佛的报德顺性故，无碍！我也顺一次自性，无碍！不行吗？

若行了，我们就自性无碍，就性空缘起了。缘起干啥？刚好念佛！念什么佛？照十方国无所障碍——无所障碍，事事就无碍了，理无碍事无碍一时圆成。谁来成？本无所成就成了。你要有所成你成不了，我告诉你，你上哪成啊？鬼名堂又来了。

很多人说我听了很欢喜，回去又不喜欢了，为什么？你想有所成。无始以来，本无所得，亦无所失，幻因幻果，你得什么呀你得？得就是个执著罢了。佛说皆因妄想执著不能证得，若放下妄想执著，就是我们若念佛，一切智自然智自然现前！不是修来的。这个地方真要修行，不修可真不行，不修我们掉到六道里不知咋轮回去了。

在这大方堂里我大方一次，希望大家也大方一次，大大方方地作人！性空缘起很好说，要把它解释出来可真要费一番功夫。念佛！不念佛你解释不出来，菩萨们！我们虽然有自性清净，我们念着业力总是不清净！随着你的业力，你怎么就是迷失颠倒，你就随去吧！

很多人接近我时说可欢喜了，想师父了，回到家就又迷了。为什么你知道吗？他没把法带回家，他把感情带回家了，就迷了。我们要把法带回家，感情你慢慢自己用吧，要不然可真苦了你自己。

缘起——弥陀给我们一个果地觉的缘起，果地觉因地心，果彻因海，因彻果源。什么果？照十方国无所障碍！揭示众生无自性之自性！本质无所障碍之自性！我们要反复在这个地方去观察，反复的运用，要不然真是可惜了。

我讲了十多年，怎么还是这个德性？怎么还是跳不出这个坑？是是非非，颠颠倒倒，人人我我，男男女女，说不清道不明。最后一想，算了，不和你们谈了，

我自己和自己说去！真是这样子，大家真要觉悟这个地方，不能留情，对我也不要留情，对自己也不要留情！

因为我们舍不得过去的贪嗔痴慢疑、我的修行、我的善恶、我的正见、我的不正见，舍不得。所以念佛的人少啊，念自己的人多。你看我一身正气，我修的是正法，我做了多少功德，我读了多少经……大家念的都是这个东西。

自性不空，自性不周遍，自性不无碍啊，结果我们就在那个垃圾上不断地累积，累积了很多好的坏的、坏的好的，这个垃圾堆越来越大，最后我们就负重，就垮了。担不动了，干脆就撂挑子，撂在什么地方？火葬场里去，筐子里一装任务完成了，开始一轮新的轮回，继续了。

念念不能忘啊，某某！回去还能不能忘了？不能再忘了，再忘我可真会生烦恼了，我这真是竭尽全力供养大家，把我多世累劫善根回向给大家了！性空缘起，果地觉因地心——我们一身轻了吧？把卫生打扫掉了，刚好念佛！大大方方的，我们到大方堂了，都大方一次。

我们要经常念念佛，经常简单的对比对比。从这三个角度对比：佛，为什么有佛？顺性所立，照十方国无所障碍——佛心无所障碍，自性无所障碍，我们的自性也无所障碍，我们现前的心呢？完全可以无所障碍！因为念佛故，就是随顺佛无所障碍而自无所障碍，佛的果地觉作因地心。下个种子行吧？先不结果也行。

三点：自性，佛愿，我们自己的意乐。你再不往生可怪不得别人了。已发愿、今发愿，当发愿，若已生、若今生、若当生，皆得不退转于阿耨多罗三藐三菩提。

前段时间在一个地方，来了一批居士，很用功夫的，基本上大家每天十几个小时念佛，还是说不能往生这个话题。他们说我们现在达不到功夫成片，也达不到一心不乱，我们怎么能往生呢？我说你这个功夫成片一心不乱谁给你讲的？他说某某某。我说了句恶口：你找他问问，他是不是功夫成片？他是不是一心不乱？他没有他怎么给你讲的，他听谁说的？我这话不是攻击人，我不愿意攻击人，我们只说事不说人。这类居士可苦了，他们的中心思想就是我现在念佛，临终不能往生。因为大家说我现在没有功夫成片，可苦了。

这种子、缘起法都不知道，怎么念佛？我说你们念的是什么佛呢？念的不能往生的佛，念的处处障碍的佛，这不太苦自己了吗？

我感到学佛人一定要知道缘起法，果地觉因地心，这是净土教法的缘起。有其缘起必然有其结果，没问题了，念佛成佛，真因真果，缘自性必然顺性起修，缘业相必然参差不齐，六道轮回。这有什么呢？大白话就讲完了。

说临终不能往生，怎么这样呢？华严宗讲五教：小教，始教，终教，顿教，圆教。这个地方讲的是终教，还不是顿教、圆教。顿教讲一念觉悟即是佛，没啥啰嗦。圆教讲本来是佛，没啥啰嗦。

佛种从缘起

慈法法师 开示

2009年1月于北京

佛种从缘起！六道轮回是从哪起的？也是从缘起！烦恼是从哪起的？也是从缘起！都是从缘起，让人重新来。

佛种从缘起，这是《法华经》的一个典故。我们都知道释迦牟尼佛世尊是贤劫第四佛，在人寿百岁之时出世，八十岁取灭，这中间说了四十九年的法。很多人都这么说，我们也这么说。现在我们接受的都是释迦佛的遗教。所谓遗教，就是我们没有见到释迦佛这么个人物，但是我们见到什么？他的教典，他的遗像，我们看到这些形象，包括教典，历代祖师在一代代地传播下来。我们现在读到很多经典，有声闻乘经典，有大乘经典。

《妙法莲华经》在我们汉地极为受人们关注，许多学汉传佛教的人认为这是了义的终极的经典，给大家说出了诸佛本怀——畅佛本怀。有人说净土教言也是畅佛本怀，净土教法是佛无问自说的法——舍利弗，舍利弗，佛告舍利弗，佛告舍利弗，舍利弗，舍利弗……都是这个说法，没有人请问，只有释迦佛自己表述这个教法。

《法华经》亦复如是。这些菩萨来问这个教法，世尊说：止，止，止，莫须说，我法妙难思。三止而不得，世尊说：汝既三请，我当说之。为什么世尊说我法妙难思？为什么有三止这个过程？有五千个四众弟子退席，三止而退。为什么退席呢？很多人认为我听佛的教诲已经够用了，法我也修，也证果了，就不需要再听了。世尊说这一类人是增上慢者。那么世尊要说这种了义的畅佛本怀的一乘教言，所以《妙法莲华经》讲的是一乘教言。

什么叫一乘教？世尊说唯以一大事因缘出现于世，欲令众生开示悟入佛之知见，成就清净道业——这是佛出世的一个愿望。什么愿望？让一切众生入佛知见，入清净道业，开示悟入佛之知见！这样佛法一乘的传播才有一个缘起，就是佛的愿望。

《方便品》中有四句偈子，“佛种从缘起”是四句偈子的其中一句。实际《法华经》讲的就是佛种问题，佛出现于世就是为了使众生成佛。成佛一定要有佛种，你没有佛种怎么能成佛呢？“顿舍九界自力空花，全归一乘愿海弥陀”这个对联

就是成佛的缘起！而不是成其他六道、声闻道、缘觉道、菩萨道的缘起，是成佛的缘起！

“诸佛两足尊，知法常无性，佛种从缘起，是故说一乘。”

我以前把这四句偈子写出来，他们问，我说这是药方子。什么药方子？一切众生皆因边见而不能了知因缘法，所以诸佛如来说因缘法，令众生远离边见。所谓边见就是是非、善恶、人我、大小、得失、爱憎……离不开这些，这都是对见。这种对见在世俗众生中处处时时都在用，所以六道轮回生生灭灭，生灭不息。诸佛如来针对这种因缘说了因缘法，说成佛也用因缘法来表达了。

这四句偈子怎么讲的？**“诸佛两足尊，知法常无性”**，第二句话就是讲我们的本性。世尊能觉悟、安详、从容于每一个当下、每一个缘起、一切时处，他深达法无自性。法无自性，在佛边、在众生边是一样的，众生六道轮回没有自性，诸佛如来成就阿耨多罗三藐三菩提也没有自性。没有自性，那他为什么要说个佛种呢？就是说我们进趣每一个业一定是由因缘而生的，所以**“佛种从缘起，是故说一乘”**。**“诸佛两足尊，知法常无性，佛种从缘起，是故说一乘”**，是这个因缘才说一乘法。

净土亦复如是，让我们念佛，不念菩萨，不念声闻，不念缘觉，什么都不念了，就念佛！干什么？以成佛种。果地觉因地心，一生即压群臣，都是真实言！畅佛普度众生本怀，诚实言！何以故？只说一乘法，令众生了解**佛种从缘起**。

“顿舍九界自力空花，全归一乘愿海弥陀”也表达了这个愿望，皈依一乘就是佛种。这里面说九界，九界中有菩萨、声闻、缘觉、人、天、地狱、畜生、饿鬼、修罗，怎么舍呢？全来念佛就舍了。要是还念这种种东西，就是不舍了。说舍者舍尽，必有不舍之功德。我们知道佛法的无取无舍，你全舍之时方知不取不舍之功德，要不然体会不到的。

这就是**佛种从缘起**。本来没有啥讲的，但这关系到佛法的一个施教因缘与世俗的差别。世俗之人，边见是他两条腿；诸佛如来，福慧是他两条腿。世间人，爱憎是他生命的依止；诸佛如来，慈悲智慧是他的依止。世俗人，人人都用爱憎；诸佛如来，个个用慈悲智慧。这都是因缘所生法——佛缘慈悲与智慧，我们一般缘爱与憎，诸佛如来深达因缘所生法，我们一般用是非知见。

所以这关系到佛教与世俗教法的差别问题。这四句偈子我感觉是药方子，能治边见的心，能治对一乘法言认知的模糊。

“诸佛两足尊，知法常无性，佛种从缘起，是故说一乘。”

要不然我们为什么只谈念佛？怎么不念世间的善？怎么不念让大家都做好人呢？不是，因为你知道佛种从缘起了，你真正具足悲智了，好人也做得了。但是好人不见得能作佛种。所以在世间人大量宣传世俗因缘的同时，我们希望了解知道一生怎么来觉悟人生？究竟的觉悟人生，缘起很重要，你选择什么样的缘起很重要！

法无自性是佛教命脉

慈法法师 开示

2009年1月7日于北京

发露忏悔是个无自性的事情，发露忏悔是无漏体、净心的方便作用罢了——根是无漏，干是净心，枝叶是持犯。持犯就在成长出来，树叶就落掉了；成长出来，树叶又掉落……落掉就是说犯戒，你犯了能忏，忏就能清净。

佛教徒要不深观因缘法，自己犯过失了不原谅自己，认为自己的确是有个过失。实际这件事做了，但是你知道它无自性，你就可以忏悔它，就可以改变它。但是一般人自己犯了过失，从心里不会原谅的，他人更不会原谅你。所以人一般犯过失都隐藏起来，就会产生毒瘤一样的东西埋那儿了。要是人知道因缘所生法，一定会原谅别人、原谅自己。

实际每个人的作为都没有借口，都是自作自受。你说有什么借口？但要是人不在这个因缘法上观察，一定不会原谅自己。不会原谅自己的人也一定不会原谅别人。不会原谅自己的人一定会很苦自己，苦自己的心智，一定会苦自己的亲人，这是一定的。这样的夫妻之间、儿女之间、父子之间一定是痛苦，因为你犯过失我决定不原谅你！

哪个人不犯过失？不做你认为对不起你的事？或者不满意你的事？要找完美的人到极乐世界找，娑婆世界就是不完美的人，其中我是一个。想做完美的人——极乐世界阿弥陀佛，的确如是。要在行为上找一个永远令你满意的人，你就念阿弥陀佛。这个世间，我心目中也没有完美的人，我找不到，所以我才念佛的。没办法，总是对自己不满意，对别人也不满意。

很多人拜这个师拜那个师，我说不要拜，你找一个能令你身心安乐的法则最好，你拜来拜去怕你到最后还是不满意。因为人一亲近了，就会找别人毛病，就忍受不了对方了。夫妻儿女都这样，你看是不是这样？如果是这样子，你拜的人再多，有你父母亲切吗？有你子女亲切吗？但你一样不饶恕他。

所以没有一个法无自性的法则，大家都是一样，相互沉浸在不原谅、不饶恕的愿望中。好的东西悄悄地过去了，一笑了之，坏的东西慢慢在心目中沉下来。交往一久就沉淀了，认为这个人这么多坏习惯……都是亲人朋友，大家相互地找坏习惯，然后就那样相互来“加持”。

弟子：修持者反观内照时，有没有承受不了自己过去所做的最后崩溃了的？

师父：这就是不懂法则运用，法无自性你怎么会自杀呢？很多学戒的不遵循法无自性的决定见，他就会自杀。为什么？绝对不原谅。为什么？戒律也不原谅。所以在佛教中，声闻乘不救，大乘救；声闻乘不通忏，大乘必然通忏。因为佛教是救人的，不是害人的。

有菩萨指责我，我就给他提示一点，不原谅我没有问题，但我感觉佛还在原谅我，我还有救。我们把每一个事都当成觉悟的机会，也是不亦乐乎；都当成计较的机会，也是很难堪的事情。

弟子：有的人在修不净观，怎么会自杀了呢？

师父：不堪忍。你没修过，你若修过你也会不堪忍，就是不堪于忍受自己了。主要是还没有净观，没有法性观。要有法性观的教育，根本不会自杀。有净观的教育，他也不会自杀。因为诸不净是由净相续在动念的妄想中脱离而产生的事实，本源是净的。我们说本源净就是无自性性，你就能超越它，要不然我们没有觉悟机会。

他不堪忍受，不是不堪忍受自己，是不堪忍受现在的状态，不堪忍受寺院，什么都不堪忍受！他学戒，看得太细了，但他没有在法无自性上抉择，就是在最后安乐点上他没有去安心，就是在取相、执著的地方认真了。的确有这个事，好比说社会现状、寺院现状、僧众现状，他越看越灰心，就不堪忍受，崩溃了。

要是对法无自性有个认知，他真会生起喜悦。因为很多事撞到这儿就解脱了、撞到这儿就解脱了、撞到这儿就觉悟了……要是我们把法无自性认知清晰了，好比说往生不能往生的问题，有人说能往生，有人说不能往生，你就给他提法无自性，你怎么选择呢？这个问题可以消融了。但你给他讲往生的道理、不能往生的道理，你给他越讲越糊涂。

大家都是取相说的，所有相都是有生有灭的相。因为往生是无生的相，怎么给他讲呢？很多人越讲往生越糊涂，越讲往生越不能生，因为取相了。好比说这个持戒不清净、念佛不精进……越来越多，一累积，他根本都没有信心了，没法有信心。

有人说你一天念十二个小时，剩下那十二个小时干什么？一天念二十个小时，你这身体好时能做到，身体不好时怎么办？你身体不好时没问题，你睡着了怎么办？你睡着了还没问题，死亡的时候、四大崩溃的时候你怎么办？这一设置，他又晕了，一收集，肯定说我不行。有的人念了几十年的佛，就落了“我不行”，为什么？他取相了。他这个取相就没有在法无自性上解决自己的执著，就是没有

放下的机会。他怎么搜索自己都是不能往生，所以念了几十年的佛到最后——“我不能往生”，盖棺定论了。

这是个什么结果？就是在法的本源上没有，心源上没有思维过。像不净观那五十比丘自杀案例，就是没有在法性上抉择，没有在净观上抉择。所以后面比丘再作不净观，一定要有净观的教育，要有自性的教育。自性认知的教育能解决净观的染著，净观的修持能破除不净观的障碍，不净观能破除贪著的障碍，这个次序修法。我们贪著世间来修不净观，通过不净观产生畏惧了就修净观，通过净观怕有染著去修法无自性，得究竟解脱。要不然你没有究竟解脱，法则都没有，不能产生事实。

我经常遇到人争论往生不往生的问题，基本上越讲越糊涂，你唬我一把，我唬你一把，越来越唬，他相互加持的都是这种相，相越收集最后就锁定——不能往生！锁定了，他再也拔不开这个迷雾了。念佛本来是大乘佛法。前几天有几个人说不能往生的理由，个个说的都是大实话，就是大实话一传播，大家一缘这个东西，就没有往生的份，他断了佛种！

佛在《妙法莲华经》上讲那四句偈：“**诸佛两足尊，知法常无性，佛种从缘起，是故说一乘**”，就是说法无自性，这就是佛种！你在这个地方不下种子，你不在这个地方去缘它，就没有这个种子，就缘于事相。事相没有问题，缘着事相你就会迷失；缘着法无自性，你就会种下佛种、觉悟的种子。

你在这个地方用它，不断的去用它，你觉悟的种子就会成熟，就会生根、开花、结果，就能成就菩提道业。若不种法无自性这个种子，说这个相那个相，都是真实的，都已经发生了，大家都看得见摸得着，一举都是事实，大家一下子就贴上去了，就成铁案了，拔都拔不开。

古人早就写过这样的书，往生即无生论（《净土生无生论》）。大家取相的种子已经够深了，这个因缘太多了。佛恩本来就是佛把他证得的果地种子给我们，让我们使它成熟起来。但你不用它，还缘自己无始以来的知见、业习，那你只能跟着自己业力去轮回，没有第二个道。你要缘佛给我们的佛所证实的法无自性这个佛种，在你生活中去培养它、认知它，你一定有不可思议的利益。

《法华经》讲的特别直接，法无自性是佛教一个命脉！你不关注这个点，你去说世间的是非，一说都很准确，大家都相互传闻，相互认知，相互确定，大家都一样了。缘的东西不一样，产生的结果一定不一样。

“诸法因缘生，缘谢法还灭”，就是这个法了。学佛的人多，用法的人少，

就会产生法益不现前的东西，因为大家世俗的习惯势力太强大了。所以佛说人要是依法行，如一人入万人阵中——你这个法的支撑可能是一个人的力量，平时习惯是一万个人的力量，一人与万人敌。所以你要不勇猛、不精进，在这个地方不深刻，没办法。

这一点要靠佛菩萨的加持，团体的加持，善知识如法的提携，依法的教诲。起码你依一个法去相续自己的心，走到哪儿都可以用。好比念佛这个法门，走到哪儿都可以用。

任何情况下，我们的师长就是阿弥陀佛，没有第二个师长！释迦牟尼佛都让一边了，释迦牟尼佛把我们介绍给阿弥陀佛，就走人了，对不对？我们也是介绍到阿弥陀佛我们就走人了，绝对不能站在中间夹生，一夹生就出问题！释迦文佛都不夹生，我们有什么权力夹生呢？现在很多人口上念“南无阿弥陀佛”，实际南无的根本不是阿弥陀佛。

本来净土法门就是易行的法。反正我感觉把自己逼到穷途末路，我才知道阿弥陀佛真是大慈大悲！很多人不原谅我的时候，我想一想，我感觉全世界人都不原谅我才好，我看看心安不安呢？还有个弥陀念，还有个弥陀愿。就是把自己赌了一把，才能认知这个东西。你没有路你知道吗？你没有路还要活人，怎么办？

.....

释迦牟尼佛跟所有念佛人这么说：舍利弗，我于一切世间说此难信之法是为甚难。干什么？我给你介绍完了，走了，就取灭了。阿弥陀佛能原谅我们每一个众生无量劫以来的善善恶恶——就他能原谅你，你就多念他，多忆念他，多跟他来往！

你和其他人来往你总是不满意。你细细地观察：你最亲的人、最喜欢的人、最尊重的人，你要细细地观察，你都不满意。我这话是决定话！阿弥陀佛能原谅我，我能原谅我，利益已经够了，这样还能念佛。

古人讲“远之则怨，近之则不逊”其实不是针对女人讲的，是针对现代人讲的。现代人这种情绪都很多，一相近就开始不尊重了，就开始找对方麻烦，找对方的是是非非，一离开了开始仇恨。我们远也好、近也好，都念阿弥陀佛。一直那样子，你怎么对待我都是那样子。他能原谅你，我这个感触深到骨髓里面了。

我在我的皈依师、剃度师这两个师父身上都得到了莫大加持。什么加持？我看到他们只有欢喜，只有尊重，第二个东西没有！师父长师父短和我有什么关系？感激！再生其他的心没有意思了。就像你父母生育你了，你说我父母长得不好、

我父母做事不恰当——你天天指责，你这个孩子肯定不健康。中医太讲这个了，世间孝敬父母一定是身心健康的人。诋毁父母、伤害父母的人一定身心都不健康。诋毁师长、诋毁佛菩萨，这样的人一定精神不健康！

这个时代，大家不念佛干什么？得好好思考思考！不念佛基本都是颠三倒四的，人我是非，说不完道不尽。随便一个事，越沉越多，泥牛入海，搞的全部是是非，说不清道不明。

我们这个时代不念佛真有第二条出路吗？谁要有出路，我就和他学习学习。出烦恼的出路，出生死的出路，谁要是真有了，我们都应该向他学。真正踏实下来了，无疑地安稳下来了，要真有这个路，大家都应该给他礼敬。我感觉除念佛之外真是难行了！

人必须真诚相待自己的信念，真诚相待他人的信念。我们遇到每一个事情是顺法性来观？还是顺弥陀誓愿来观？还是顺着我们的愿望来观？还是顺着业习来观？如此而已。其他东西再找就千头万绪了，越找越难。你要不真诚，你找不到修行用功的那个点。因为你平时用功不真切，到生死攸关处就迷了。

某某去世前三天，我把他叫到我房间，我说你看着我病得撂倒了，现在也没事。你身体好好的，我们出去转。他让别人背着他走，他不想走了，他耍赖，一下子就跳到人家身上，跳得很高！我说你力量大得很，一点事儿都没有。他说你是师父，你没问题，你有修行，我真不行！我说你胡说，修行不修行你要用它，跟这没关系。他就认定一个东西，就是平时这个缘的问题，因缘所生法。

缘——我们不断地心在缘什么？真是缘法无自性，真是佛种从这个地方生起了，我们就培植这个，运用这个，真有正修行路子。要不然你相、我相、他相，越走越远。他所缘的是自己的业相，就没法去缘法无自性。他抓着业相——我做不到——这就是个缘。我们缘法无自性，法无自性下面就是他选择了：我能做得到？我不能做到？这就有自由的东西了。他把自由权利让出去了，自己把自己剥夺了。

某某坐在那个地方不痛，我说那你就多坐一会，也不痛也不痒的。他说不行，我要回房间。回房间又喊又痛的。非得回去，实际还是一种渴望，心底的渴望，很奇特的。我通过我这个病，发现人的愿望很奇特。我们看到法无自性了，能看到佛的愿望了，真正考究考究自己的愿望，很奇特的。你静下来时候，好好考究自己心中最强烈的愿望是什么？你好好考究考究。我们先把佛愿放到一边，也把自性放到一边，你好好考察考察你自己的愿望，一定很奇特！反正我感觉很奇特，

在我考察自己这么需要病这个愿望的时候，我真是吃了一惊，是自己的需要。

不相信，我们都审视审视自己，把大大小小的愿望都扒扒，找到最后一点，你看看自己的愿望是什么？很奇特。我们都自己做个记录，把所有愿望归结到一点的时候，你一定自己会吃了一惊！你认认真真的，不要给第二个人说，你看看你的愿望是什么？给第二个人说就会打盘算或者有想法。

我真是审视到这个地方，审视到嗔恨心带来的这个病的缘起，再观察自己需要的时候，我说这太可爱了，还有这样的愿望！但这个愿望有个支撑点——想休息。它是无意识积攒的，不是我很强烈很清晰的表达，就是潜伏的一个愿望，很奇特很奇特。要不是不断地扒，找不到这个点。把很多东西撕到最后找到这一点了，怎么会希望这个东西呢？

不是你好你坏了，是你自己有一个事引发到觉悟了。你看佛经上记载很多觉悟形式，什么样的觉悟都有。鸯崛摩罗那个觉悟最简单，杀九百九十九个人了，最后遇到释迦佛——他要杀他母亲，释迦佛挡住了，他在那个地方证悟了。五百个人，手脚剁断了，叫南无佛，结果释迦佛一现前，他们就证悟了。摩登伽女证悟，就在那一刻。什么人都有。并不是说我是多么光辉我才证悟的，我就是因为某一个点证悟的。

但现在我们人会把自己装潢得很辉煌、很高尚、很多好样子，然后去证悟。我感觉这挺可爱的，机会很少。我们随时随地都要证悟，机会很多，不是吗？每一个善恶因缘上都证悟自己的心智，真是很富有。我感觉现在我比以前都富有，精神富有，每一天都很充实，睡觉都睡得踏实。

自己可以画个表，好比说千头万绪的愿望，归到一个明确愿望，再把明确的愿望归到一个潜在愿望，再归到一个究竟的愿望，肯定会追查到自性上来。最后你真正考究到自性上去了，人就真正的心明了，眼也亮了。一定会考究到自性上去，你没有其他去处！那时你再一听别人说你要发心，你就知道发的什么心；要明心，你就知道明的什么心；要见性，知道什么性了。要不然都胡扯的，你找不到自己心地源头，就迷吧！大千世界任你迷，大千世界也任我们觉悟，直到我们找到心的源头。

禅宗公案讲释迦世尊拈花，迦叶微笑，说这个机。那么多菩萨罗汉怎么都不当机，唯有迦叶当机？做好准备。什么准备？开悟的准备，微笑的准备。很多人没做好准备。他就找到自性那一点了。他那一点刚刚要开花，世尊一拈就开花了，花开见佛悟无生，的确是那一刹那间。

实际我们从来没有考究过这个东西，扒扒愿望特别可爱。走般舟很多人会扒自己的愿望。“南无阿弥陀佛……”走着走着，扒拣：自己在干什么？开始问自己了。那时就和佛说自己在想什么、在念什么。不跟别人说了。看看自己潜意识的愿望、究竟的愿望是什么？一旦找到，你真会感激父母，感激周边有情，感激佛教，感激师长。你会感激的，真抓到这一点会感激。扒不到这一点，你根本没法感激，感激都是假的，都是负重的，都是累的，没法感激。

你能找到那一点，所有东西都是感激。为什么？所有东西都在策动你的生命，在鼓励你的生命，加持你的生命！佛说有《大方便佛报恩经》，说一切诸佛如来是知恩者，是报恩者。众生不知恩故，各相仇怨。就是大家不知道恩德，相互地仇恨。我感觉佛说的太准确了，所以我们要知恩报恩。这不是口号，是你要真正知！什么知？你要好好考究考究你心底真正的愿望！找到那一点了，你不知恩才怪呢！你不感恩才怪呢！找不到那一点，你说知恩报恩，别人说这口号挺好听，你感觉也好听，也喊两句，对不对？喊两句之后该怎么的还怎么的。

有时间回去看看《大方便佛报恩经》。在社会流传挺广的，很大的本子，这么厚。经典真好，真是讲的诚实言真实语，很感人，大实话！大实话佛说完了，颠倒的话我们说尽了。

你可以做记录，认认真真的寻找你心里的愿望，看有几个愿望？实在一点，不说任何虚假的。自己跟自己说，悄悄地，不要跟别人说。

所以不是人念佛不能往生，是念佛愿意往生的人少，而不是念佛不能往生。我们常顺性观，顺佛愿观，真正找到了自己究竟的心愿，愿意往生的问题就解决了。或者很多人苦到极处了，认为还有个遵循的东西，那时挣扎于阿弥陀佛极乐世界，阿弥陀佛来接我吧！怎么你还不来呢？我这么苦，让我早点走吧！那是苦逼的，不是由心而发，是被迫所行，非是心里话。

阿弥陀佛极乐世界的大门是开着的，阿弥陀佛站在门前迎接你。不行他来到你面前迎接你，还不行吗？说接引导师阿弥陀佛。在世间哪能找到个人接引你？哪个菩萨接你？谁敢接引你？

我给一切人推荐极乐世界，要不然迷失了太可惜，一失人身万劫不复，不是吓唬人的话。

追根溯源 歇心念佛

慈法法师 开示

2009年1月9日于北京

实际往生是让你消除对待，归入十方安乐中。十方安乐是真安乐，你一方安乐是个步入的点，就是一个点罢了，契入的点。就像跳水一样，你跳一次水就跟你有关系了，但你跳进去的只能是那个点。那么我往生也只能那么一个点——西方，但是十方安慰，不可片离的安慰，片刻都离不开的，这是真安慰。你离都离不开，这是真安慰！

你要是认为自己还要求这个东西、还要修这个东西时，你没有得到真安慰，最多你有相似安慰了。你说我用感恩的方法来念佛——这是一种相似安慰的鼓励罢了。真正的感恩在每一时、每一刻、每个因缘上，那会得到大安乐。这安养国是照十方国，十方刹土，同摄同归。

满益大师讲六信（编注：信自、信他、信因、信果、信事、信理）中，我们讲凡夫心智周遍与诸佛心智周遍无二无别，你这个地方能得到安慰。因为用佛之心智周遍与众生心智周遍这个心来念佛，你怎么能不安慰呢？用一片一点的心念，你当然想求功夫成片了，想达到一心不乱了，因为你亏欠这个东西。

佛心周遍，我们念佛，我们的心也周遍。这一念间就念念相续，亘古亘今，无衰无变，无增无减，无自性性就显露出来了，你怎么不安稳呢？这里面没有求不的东西，只有用不用的东西，用周遍即得周遍安乐，用不周遍你就不周遍，我们执著一点就不周遍。这还是缘起法。

很多人念佛就为了求功夫成片，他把功夫成片当成前景了，但他对功夫成片从来没有认知过。要是认知过，认知即是！我们说手机就是手机，你认知了就结束了，没有什么东西了。

这是缘起上出问题了。现在哪个人能说出一个功夫成片的标准？很多古人讲了，是古人自己的认知。他想学这个认知，学来学去，做一段又不相信了、做一段又不相信了。为什么？没有功夫成片的人带他，他永远见不到这个功夫成片。你修功夫成片，你跟我说说你见没见过功夫成片的人？你要没有见过，你打掉你这妄想就对了。你没有缘起你知道吗？你这缘起就是妄想，妄想你再求还是个妄想的结果。什么种子结什么果。

这是因果关系。学半天，因果都不相信了，你还学什么佛呢？比如一个法师讲你们要求功夫成片、一心不乱，你先问问他是不是一心不乱、功夫成片？他要不是，他给你施教的东西都是骗大家的。他自己都不知道是什么，他怎么教给你？他种的都是没有种子的果子，你拿回去种，你说我要求这个，他自己都不懂这从哪来的。

传承嘛，他要有这个传承，你修你一定能成就。为什么？他有这个，他有这个经历。一个人给别人讲法，讲得天昏地暗的，自己都不知道那是个什么东西，那讲的什么啊？（众人笑）不是可笑，是挺严肃的事！到处求一心不乱、功夫成片，没问题，你就找根去，找到根就找到传承了。

好比说我以前学满益大师持戒念佛，我就学满益大师的东西，学来学去就能知道满益大师是怎么持戒念佛的。现在人传播过去祖师的教言，这个祖师提倡过一心不乱，你就去考究考究他的东西，你能得到一心不乱。但现在学舌的人，你找到他也白搭——他自身没有这个种子，你怎么得？你怎么用？所以一定要考究。比如我们学“安心、起行、作业”，你一定要到善导大师那去考究，必须把它考究出来，若不考究出来你得不到安心。

净土法门你要是不考究阿弥陀佛，你永远不相信阿弥陀佛的愿，中间人传播就把他拦截了，把他打折扣了。你看释迦文佛拉着大家的手，说我给你们介绍介绍，这是现在佛正在说法，你们来吧，找他！有什么烦恼，不要找我了，我要取灭了，你们找他吧！不是吗？但是现在人不介绍阿弥陀佛了，说你来我这吧，我能怎么样——实际不怎么样。你怎么样，你也是生死之徒。

但是人就不去寻根求源，法的根源在哪儿？十方九界众生同念弥陀，这太清净、太平等、太真实了！颠倒了、病了一样念阿弥陀佛，老老实实的一样念阿弥陀佛，圣人念阿弥陀佛，出家人念阿弥陀佛，在家人念阿弥陀佛，这多清净，多平等！非要搞点鬼花样，加了很多自己的料，结果就不是那个糖味了。

缘起！缘起！大家说是说，但到关键时候，到自己用的时候就不去溯本求源了。所以一定要寻找源头，追到那个源头上去，心一下就歇下来，不过是把你的心整合了一次。

佛心周遍，汝心周遍，如实周遍，是为念佛。你就相应了，OK了，你心就没事了。佛的心怎么做，我的心也怎么做，那就是念佛，对不对？与佛相应了。但人不这样整合自己，说佛是佛，我是我，我要怎么做——他就没有说佛怎么做。

佛心周遍，我等心也周遍，佛心有那么多愿，我们也那么愿，这就整合了。这一个整合，你就相应了。

缘起法，缘起太重要了！古人真都讲到了。可是为什么人安稳一段，又要去找、要修功夫成片，说不行，我还得修修什么……为什么？他又回到自己原来的状态，就是一小点，而不是周遍心。再大的功夫，只要有我执，就是小小的，他没有周遍性。说菩萨未证周遍，不名为佛，就是不圆满的意思。你怎么得圆满安住？念佛！念佛忆佛，远离戏论，攀缘于佛故。

佛是已经周遍之亲证者，你攀缘于他，你周遍心智就会整合在这里面。就是一杯水、一点水或者再多的水，倒大海里了，咸同大海，决定是一味的。就是此周遍，我亦周遍；此拥有，我亦拥有。这个地方安心了，你再来该做什么做什么，但是以无为心智而行有为法则，以无所得而行种种有为法。因为你已经整合过了，整合过了你就不需要这些东西了。

安心！人就是不去整合无上心，总去整合一个小鬼名堂，鬼名堂当缘起了，就影响他一生、半生、多生。

所以那四句偈子“诸佛两足尊，知法常无性”，“常无性就是周遍”，这不是契合点吗？“佛种从缘起，是故说一乘”，还是让我们整合自己。

弟子：比如信顺的人、听话的人，他得来得容易。那些得来不容易的人，下了那么多功夫，这两种人相比……

师父：后者感恩心更强一些。易得的人若知道这个易得中含着不易得的成分，也会很感恩。念佛人的缘起一定是清净平等的缘起。平等缘起之下，人的心稍微一不平衡、稍一有偏颇、稍有一些造作，你马上能觉知。眼睛利了，心根也利了，感知力也利了，如此而已。但这绝对不是轻贱、不尊重别人的地方，这恰恰是我们喜悦踊跃的地方、安稳的地方、觉悟的地方。

所以你真正有清净平等缘起了，你遇事安详，这是真实的。我们说就有福报了，你遇事就会觉悟。因为别人有一刹那的错失与过激，你马上能体验到，你这感觉太直接了。你只要用清净平等缘起习惯了，你习惯于这个作为了，不管他多大人物，不管他多圣多凡。这太利了，你就觉悟的机会多，而不是自慢，也不是自卑，觉悟的机会多了，你遇事容易安详。

觉悟就是慧，我们安详就是福，福慧具足，两足尊。两足尊就是念佛人，念佛人就能得到清净的缘起、平等的缘起。平等缘起一定会遇事安详，遇事安详一

定会有一个悟处，遇事就会明了，遇事明了就是你的慧。所以福慧就会伴随着我们生命，念佛人就是福慧具足。这没有问题，这是逻辑推导，一加一等于二。

教法的缘起问题。释迦文佛在说弥陀教法中，不管是《无量寿经》、《观无量寿佛经》、《阿弥陀经》，他深入地讲了一个问题——清净平等缘起。十方众生也好、凡圣也好，都要往生彼国，往生彼国同得阿毗跋致。十方众生凡圣，往生是同等的，利益是同等的，但身份是千差万别的，来自国土千差万别，身份千差万别，修与不修千差万别，但往生彼国同得阿毗跋致。所以给他一个名称——同志。

就是平等缘起，广大清净平等缘起。广大者，无所不摄，同一回归，同得阿毗跋致，同证三不退——这个“同”就是清净平等。这个缘起是真实的、广大的，是如实面对一切众生的，所以这是“福慧两足尊”。

很多经典说念佛人能受世间人的礼敬、天人的礼敬供养。这话猛一听你感觉是不是有点过？不是，他是很如实的。因为你只要在清净平等缘起下有一个运用，你必然遇事安稳，你遇事必然明了。因为你用不动的心智、平等的心智来审观任何事情，有一点动静你马上能觉察。

要说“诸法因缘生”，大家没有什么感觉，没有爱憎，没有凡圣，分别心都很淡。要是人一张嘴就好坏、高低、功德大小，你马上就知道这个人偏颇在某个地方了，你瞬间就可以体察到，再大的人物都没有问题。为什么？就在这个清净平等的镜子下，一照就了知了。这是佛给我们的眼睛——天眼、佛眼、法眼、慧眼、肉眼，拣择的肉眼，让我们看什么？用平等清净来衡量世间，这就广大真实的缘起。其他的再变化，万变不离其宗，你还变什么？你就安稳下来了。万变不离其宗，你就清晰了知它在变化的过程。

世尊在无量寿经讲此法如大海，就是百川必归。印光法师一讲就是“一切法门，无不从此法界流。一切行门，无不还归此法界。”他说这话一点都没有问题的，我们能不能审视这个东西？你要审视习惯了，就可以修一切法了，你学什么法都没有问题，不妨碍了。因为其本在这搁着，缘起在这搁着呢！

阿弥陀佛世尊立了三个愿，说以无净为本，密行、密护、密证三乘。誓愿真实。虽是密，但这实际内容在这儿。我们一般说表相的东西说显，内容说密，要是知道内容就不叫密了。所以我们要知道清净平等觉念佛后面的内容，也就没有什么可密的了。

你要是不知道内容，你说一句佛号念到底、一个经本读到底，那行不行？很多人都这么说，你问问他是不是读到底的人？他是不是佛号念到底的人？不要开玩笑！要是教导者做不到，下边的人怎么做得到？不是在以讹传讹吗？这是一个十分严肃的问题。像银行给人贷款，你得有这笔款子。你给人家空头承诺：来吧，我给你贷款。人家到你那，你给人一张白纸让人走了，那行吗？你得有实质的意义与教法，要不然就太残酷了。这是个大问题。

弥陀威德当知当用

慈法法师 开示

（缘起：2009年1月13日，在北京某居士家，师父临行前一天晚上，众人祈请师父长久住世。德方唱颂《喇嘛千诺》，场面十分感人，师父作了简短开示。）

在我们闻到弥陀喇嘛名号的一刹那，或者念诵皈依的一刹那，我们就会得到他相续的直至究竟的存念忆念，这样平等如实的忆念。像这小伙子唱的喇嘛千诺，阿弥陀佛会存念我们。实际我们得到的利益是共同的，这真是慈悲的法则、广大究竟的法则、如实的法则。他不假于我们的赞美、诋毁、随顺、不随顺，他因为顺性而设立，广大，周遍，如实，若有闻者亦得度脱。

佛教徒对阿弥陀佛的感受像藏地人说喇嘛是一样的，滋养我们的法身慧命，我也是个受患者，大家也是受患者。对一个人色身的祈祷，实际主要还是教法的祈祷，这是最重要的。色身刹那刹那生生灭灭，我们假着色身来交流学习，认知弥陀不可思议的存念、加被，或者回馈给我们的真实功德，当知当用——知恩就是当知，报恩就是当用，我们要用佛的恩德。

这安心不是生灭之安、感知中安，是如实之安，顺性如实，如实顺性，非是增减所知，是如实所知，在增减变异中我们能如实所知。如实者，在增减变异中如实安住。这个如实是没法增减、没法动摇、没法得失的。我们的安心，过去没失去什么，未来也不会得到什么，在这种广大空净如实的安住中我们真正能了知十方诸佛说的一乘教海，能令周边有情一时得以同归。那不失为一个念佛人，也不失为大家这样一个机遇。

我感觉我唯一的作用是把阿弥陀佛不可思议的威德、教诲、愿望回施给一切有缘，让我们同安住于弥陀性海或者一切众生本源清净之海，不出不离，安真如心，顺真如性，成就真如法则，如此而已。喇嘛千诺！喇嘛念我！

意乐人生·觉悟当下

慈法法师 传授

二零一零年九月十一日于北京

信行：师父好长时间没有到北京来了，这次来，很多人都想见师父。为了让大家能更好地领受法益，师父决定和大家就“意乐人生”这个主题进行一次交流。先请师父讲，然后大家可以提问、交流。

师父：大家都有这么个善心愿，所以来到这个地方，想解决短暂人生中的一些实际问题。我们就借着这个集体因缘来谈一个共同话题。因为我们的人生过于短暂，所以遇到解决人生中实际问题的交流机会就少一些。佛陀给我们带来了这样的机会，让我们认识、审视自己这个短暂的人生。这就是意乐人生这个话题了。

1、意乐是什么？

我们的人生很短暂。一百年，这是比较笼统的说法，大部分人没有到一百年。按照佛陀授记，我们这个时代的平均人寿是 70 岁左右。按世尊出世起算，一百年减一岁，这样一个减劫的相续过程。在这个短暂的人生中，大部分人已经度过相当一个阶段了，后面面对的东西可能更为复杂，就是老、病、死亡、再生的问题了。

这么短暂的人生我们怎么恰当运用呢？这是大部分人需要思维的课题。本来人生可以轻松、愉快、明亮地度过或者运用出来。我们知道人生意乐的问题，认识、抉择与运用。这三个阶段运用得当的人，我不知道多不多？就是对人生意乐的认识，怎么样把人生过得自主一些、快乐一些？认识，抉择，运用。

认识不抉择，这个认识会变化。为什么提出意乐呢？分别意识是我们人类一个主体生活理念——第六识的分别。每个人都有这种意识所作用的生活习惯，但怎么来认识、运用这个分别意识呢？怎么来抉择它、确定它呢？怎么来如实运用呢？这就是人生的一个课题了。因为大家有不同的年龄和生活角度，现在谈这个话题我们就从一个共同的角度来审视、来意乐。

“意乐”可以说是造作出来的，认识过程实际也是造作的过程。因为意乐是个名言、名词，这个名词的含义靠我们每一个人来填充。意乐是一个假设，内容每个人都在填充、在造作。这就是认识过程。当我们通过一个好的方法把意乐名

言的内容做到最准确，可以操作它，可以运用它，那我们今天这个课题就有一个好的作用。我希望大家参与一下。

我们先谈第一个问题：意乐的认识。先给它命一个名，写个一、二、三。我们来给它命名，来分类，我们试一试。

晓峰：意乐可能有不同层面的，有物质层面的，有精神层面的，有心灵层面的，大概就这些。

（师在黑板上写：1、物质；2、精神；3、心灵；4、智慧）

师父：我感觉还有智慧层面。实际这些东西是个认知过程。还有什么？谁对意乐还有什么认识，可以提出来讲一讲，我们补充上去。

信行：愿望是一种意乐，心里快乐的愿望，就是他的愿，对什么感兴趣。

（师在黑板上写：5、愿望）

明灯：究竟的意乐与不究竟的意乐。

（师在黑板上写：6、究竟）

师父：我们从这几个角度来审视意乐，有没有异议？谁说意乐可能这些东西囊括不了，或者有新的东西，也可以讲一讲。

乐一：师父，意乐是不是就是高兴？

师父：精神与心灵的一个感知性的东西不能这样讲，可能是它有很多说法。

某弟子：意乐就是不会烦恼。

师父：没烦恼，对，还是精神与心灵方面的，没问题。

某弟子：还有身体方面的。

师父：物质与精神的结合。还有没有？大家要参与一下，哪怕思维动个念头就行。贺然有没有？

贺然：意乐是什么意思？

师父：这就开始了，我们就是为了认识这个意乐。实际大家在给意乐起一个名字，先使它有一个内容。实际上内容是我们每一个人的，因为意识是我们最敏锐的一个点。人的眼、耳、鼻、舌、身、意，这个意最敏感，或者说意识在指挥着很多作为。这个意乐十分重要，在人生中是十分需要的。

某弟子：自在是不是意乐？

师父：行，再加个“自在”。

（师在黑板上写：7、自在。）

师父：大家现在都可以给它起名字。

某弟子：我觉得禅定也是意乐里面的。

师父：禅定是意乐，跟智慧、心灵、精神都有关系。郝老师两口提一提，养老院也是一个很好的意乐的地方。

某弟子：嗜好？

师父：愿望吗？嗜好是习惯性的东西。

某弟子：信仰是一种意乐吗？

师父：信仰，愿望吗？没问题。大家都参与参与最好，动动脑筋。

某弟子：吉祥和欢喜？

师父：吉祥，欢喜，愿望里面一定含这个了。

某弟子：安心、踏实的感觉？

师父：对，精神、心灵，这两方面含得很广。

某弟子：善、慈悲、美？

师父：对，这都是心灵的作用。

某弟子：意乐是不是有短暂和相续的区分？

师父：对，从究竟的意乐来讲，不能用永恒这个名词，大家容易产生误区，它是相续不断的。从造作分上来说，它是有生有灭的。所以说有真如门、有生灭门，从法则上讲是这样子。真如门是不生不灭的法性的相续，生灭门是根据我们人心的变化而变化。

某弟子：师父，说了这么多意乐的东西，那什么不是意乐啊？

师父：我们先认识意乐，不意乐的东西先放一放。因为要没有一个谈话的主题，这么多人就会交织一些说法，浪费时间。希望大家在这短暂的时间对它先有一个认识。这个认识不见得十分准确，但我们可以尝试着从某些角度去认识认识，也可以谈一谈自己对意乐的认识。那我们再来解决生活中的意乐是什么样的，能不能确定它，就是抉择的问题。

先认识才能抉择。一旦抉择了意乐的心理状态，人生就变得简单了。因为我们的意识经常受到委屈、蒙蔽、诱惑、欺辱、挣扎、无明、习惯的牵制等等，所以意乐的运用机会不多，就是没有抉择它。所以这个认识过程特别重要。

某弟子：意乐就是两个层面的。世间的，通过财富可以得到各种欲望满足；出世间的，通过修法达到究竟解脱。就这两个方面。

师父：信仰与世俗的生活，这里面有世俗的意乐，这位菩萨想讲世俗的意乐与信仰的意乐。还有什么？大家都可以讲一讲。

某弟子：行为？

师父：佛教讲行为的意乐是很多的。像布施的意乐，饶益有情的意乐，慈悲产生的意乐，禅修出现的神通无碍的意乐，智慧、明心见性的意乐，很多，行为会有的。对一个问题突然解决了，心里那种负重突然有超越的一种喜悦，意乐的机会也是很多的。

大家命名就好，先给它命名，用我们的思想命名、认同都可以。这是个命名过程，认同。我自己没有这个习惯，我认同它就行。不认同你就反对它，不允许这么说。认同它，认同也是认识。

某弟子：是不是有意苦，然后有意乐？

师父：现在我们只谈意乐，不谈意苦的问题。我们尽量从各个角度谈意乐，把意乐的认识完善，其他的先放一放。

某弟子：从意乐的状态上是不是可以分两种？一个是不动的意乐，再一个就是像野马一样来来去去生灭的意乐。

师父：对，有真如门、生灭门。生灭门就是靠变化来产生的意乐，对变化的清晰、把握、操作与运用等等，产生的意乐。就是生灭门中，就是世间，也就是世俗意乐中的一个方便，也是回入世俗的方便。真如门中，在无所得的心智中清净安住，无得无失，无牵无挂，如是顺性的自在力，我们产生信仰的意乐，就是恭敬的安住、感恩的安住等等，这样一个意乐。

大家慢慢对意乐认识，不是说我们要强加给大家什么，大家去感知它就好。因为是大家共同认识的。我们不需要设立一个东西。设立一个东西大家都很累、很辛苦。我们来这个地方就要轻松五分钟，走出去希望大家能轻松，要不然不合适。在这个压力比较大的时代，大家需要轻松，轻轻松松地能认识一个问题最好，就放放松来认识它。

某弟子：主动清晰地选择。

师父：对，抉择。抉择对它的认识，把它确定下来。好比说通过物质的、精神的、心灵的、智慧的、愿望的、究竟的、自在的等等角度，可能还有其他角度，但大家还没有谈出来。我们就大家的氛围，就谈这些内容，暂且把意乐停留在这七个方面来认知它。需要加什么再继续加。

实际就是认识它的一个过程。我感觉就是世俗谛的意乐与信仰、胜义谛的意乐，就是生灭门与真如门的意乐问题了。但有人不希望有过多名词，我们就用这普通的名词来了解意乐。大概没有问题了，我们可以确认它了，现在我们对意乐

大概从这七个角度来认识。

刚才这个菩萨谈到意苦，意思有没有苦的东西？大家都知道迷茫是很痛苦的，无奈是很苦的。我们经常生活在这个问题上，问题来了，我们很清楚它，但是又没有办法拒绝它。很多人有些不好的嗜好，明明知道这个嗜好是很不好的结果，他要去做。这就是意苦的东西，与意乐有点背道而驰了。

我们谈意乐，是让大家来抉择自己，对自己意识恰当地运用。怎么恰当呢？比如说我被逼迫到某个角度了，没有办法，不做也得做，生活所迫，形势所迫，感情所迫，因缘逼迫，我不这样做就生存不下去。我们要是抉择了意乐的实际内容，就会有一个很好的方法，来认识这些无明、压力、习惯、外围势力给自己带来的心智的委屈与挣扎。

平时我们谈意乐的话题比较少，意苦的多一些。我们在减劫中，这个时代称为减劫时代。减劫是什么概念？就是人的意识、道德、作为越来越走向一个低谷，人的负重、相互挤压、苦难的东西越来越多。

因为信息和周边因缘不断地变更、交织，给我们带来的减劫消息，就是苦的消息比较多。慢慢地变得恶劣了，心理环境——不是说生活，心理环境慢慢变得逼迫。所以大家意苦的东西比较多，意识的逼迫性就比较多。减劫中的特征是这样子的，意识的特征是这样子的。

减劫中人寿在缩短，按照佛的授记，是一百年减一岁、一百年减一岁……一直减到人寿十岁。我们生活在这样一个减劫的时代，这是一个确认性的东西。大家要与人为善，不是嘴上的善，是心地的安乐清晰的善，那我们就是增劫的效果了。我们在减劫中做增劫事，人心就宽松；随着减劫这种整个滑坡去做，相互就是苦难的东西多一些。

为什么谈意乐？因为意乐是增劫中交流的基本要素，人与人之间是通过意乐来交流的，它把苦的、迷失的、挣扎逼迫的东西放弃了，变成相互真正的鼓励、爱护、成就对方的善缘，这样一个心理状态，人寿就会增上。

2、认识生死，抉择意乐

刚刚有个菩萨问人怎么才能长寿，是不是锻炼身体人就长寿了？我说这个长寿不了的，因为你这个机体锻炼没有长寿的内容。布施给人饮食、给人劝慰、放生、慈心等等，这都是人长寿的善良的精神基础。要不然没有基础的。所以我们要增劫的心理状态，就要用意乐。增劫与减劫的这个差别就在于意乐与意苦的东西了，我们就会选择意乐来作为生活指导性、决定性的意识或者操作方式。

刚才我们把意乐作了七个次序、七个内容：物质的、精神的、心灵的、智慧的、愿望的、究竟的、自在的等等，从这七个角度来谈。要是细分，可以分无穷个。这一生中的意乐，得失问题可能是需要解决的问题，生死问题肯定是这一生要解决的，生死对大家的制约是不言而喻的。

我接触过许多在生命边缘地带的人，好比说得绝症、被一些恶性事件冲击、犯了国法、犯了某些集团利益、被人追杀、大的自然灾害，像汶川地震，几万人就没了。这些问题我们有没有概念呢？要用意乐来看这个生死问题，就很简单。

我们先从生死上谈意乐。还是从晓峰这谈，生死的意乐你谈一谈。

晓峰：意乐解脱生死，不被生死所束缚，面对生死的时候……

师父：大家来谈一下。我感到许多念佛人对生死的恐惧比不念佛的人还要大一些。可能年轻人会认为生死跟自己没关系，但黄泉路上无老少，肯定有关系，不怕死的人很少。

乐一：我对生死有感觉，是因为我有六个亲人在我眼前，我看着他们去世。当肉身在临死的时候，他那种痛苦、挣扎、抓着不放的劲儿，巨难受！那种痛苦能看出来，其他的已经表达不出来了。看到那种痛苦，活着的人，尤其是亲人，感觉很深。

师父：你怎么解决这个问题呢？

乐一：第一次是我 20 岁，我生父去世，那时我才知道有生死这个问题。这人死了去哪儿了？我就琢磨这件事。后面就一个一个亲人去世了。

师父：你怎么解决的？

乐一：我解决的方法就是念佛。

师父：太好了。吴立忠老师讲一讲。

吴立忠：学会去热爱死亡。

师父：实际死亡不过是个变化。真正平等地平常地面对死亡，死亡就变得有意义了。

某弟子：死亡也不是坏事，到西方极乐世界了。

某弟子：差不多相当一部分人在童年时期都恐惧过死亡，在未成年或十五岁之前、七八岁的时候，都有对死亡的恐惧。这种恐惧大多数来源于对无限的恐惧，他们觉得死亡之后就是无限深渊。很多人到成年以后反而会淡化，成年以后经历了很多可能习惯了，认为是很自然的一件事。

师父：现在老人、病人、一些去世的人，感到死亡是正常的吗？

某弟子：大多数老年人恐惧死亡，并不是老年人活了一辈子就想明白了。

师父：所以我们要把意乐放在一切时处就特别重要了。因为死亡问题是比较敏感的问题。

信行：我觉得活着时候清清楚楚、明明白白、开开心心的，死的时候能够做主，也清清楚楚、自自在在的，这就是福气。

师父：人要是活着能做主，把它锤炼得清晰了，抉择了，死亡也就只是个过程了，就是一个变化。

某居士：闻到佛法不怕死了。

师父：闻到佛法不怕死，死亡是因果，没问题的。像吴立忠讲的那样，要迎接死亡，用喜悦的心情面对死亡。这个意乐话题不是一个狭隘的话题，为什么我们跳跃到死亡的问题呢？实际我们平时心里的需要、变化，你感觉到想回避的问题、不愿意面对的问题，用意乐解决一次，其他问题也就好解决了。死亡是不是一个变化过程？大家可以谈一谈。因为我的生活经历中有过几次死亡的经历，我对死亡就感觉这是一个变化。

这个意乐，我们把它用在一切时处，它就变得有力了。养成一种习惯就好了，把意乐当成一种习惯。谈这些话题还是为了使大家有个互相交待，因为许多人面临着生与死交织的挑战，解决这个问题是个大事情。

我们不会感到死亡跟我们没关系吧？我经历这个死亡，感觉死亡就是一个变化，很快一个过程就过去了。这个过程虽然你没有确定这个色身真正摈弃，但这个过程会经历。很多人都有濒临死亡的感受或经历，我不知道这里面有没有经常会昏过去的人？昏死过去，失去知觉，有没有？看来大家还是比较坚强。

这个变化过程实际是一个瞬间过程。有人有十几天，呼吸都停止了，几天以后它就是一个很短暂的过程。有的有死亡中阴，有的没有中阴，就是一个过程。假如人不挣扎，这个死亡过程变得很自然。人挣扎，死亡就变成很痛苦的纠缠、纠结性的东西。

许多在医院的人，或者看到自己亲人去世的人，看到那个痛苦挣扎过程，他不愿意死，对抗这个死亡。对抗他还要去世，因为每个人总有一天要面对这个事实。但这个过程没有太复杂的内容，因为我们很多人的记忆中已经把死亡过程的记忆泯灭了。我们每一个人的生命个体都经历过无数次生生死死。中国人用孟婆汤来遮盖这个记忆的遗忘，说过奈何桥，孟婆婆给你灌迷魂汤了。

实际这不需要孟婆，只是我们记忆的一种自我保护——它一旦到了极致，就

有一种自我保护体系。这种自我保护把记忆关闭，产生漆黑的这样一个屏蔽，一个方便。我以前有过很多体验，痛到极致的时候人忍受不了了，突然出现一个感知的屏蔽，一团漆黑，人就倒下了。屏蔽，它会自然保护。我们从母胎出生的过程大家都有，但没有几个人记得自己怎么出生的。谁记得，举举手？不管年龄大小，没有一个人记得的啊！

某弟子：我先生记得。

师父：那应该把你先生请来，给大家讲一讲。

某弟子：他记得有一个瞬间，被包裹着，暗红色的，他要往外出，而且常会梦到这个。

师父：这是比较有善根的人。有的人整个出生过程就能把握。有的人出生过程不去体验，出生以后他去夺舍，他不愿意忍受那个记忆，他就夺舍去了。但是我们大部分人在出生羊水破掉这一刻中，记忆就全部屏蔽了。因为风刀解体的东西啊，对我们整个身体做了一次大手术。人整个身体被外界风吹，就像被刀片割一样，那个痛苦是绝对受不了的！

为什么大部分孩子一出生就“哇”的一哭呢？什么都不会搞，就会哭一声。哭不了，大夫护士就会抓住双脚一提，在屁股上“啪”，孩子“哇”一哭就解决问题了，就可以了。你不叫一声苦啊，他就不允许你。为什么？这个风刀解体是很痛苦的，大部分我们的记忆在这个地方屏蔽了。

这位女士刚才讲她的先生能记住，大概是羊水未破的状态下他可以记得住。但是羊水一破，记忆力不愿意涉足了。因为涉足这个太痛苦，人忍受不了，忍受不了就屏蔽它。因为我们多生多劫一直这样生生世世的徘徊着，称为轮回。这也是我们的意乐，潜意识的意乐，我们在屏蔽着苦难的记忆、不能忍受的苦的记忆。

我遇到几个眼睛失明的人，大概是他们看到了自己从潜意识中、深层意识中绝对不希望看到的事情，突然就出现了眼睛失明状态。它要屏蔽一个东西，眼睛就失明了。前一段时间有两个教授去看我，说我马上要配个眼镜，要不然眼底就会出血，眼睛看东西就会出血。我说为什么？他说你眼压高，就会出血，说了很多道理。然后一个出家师父配的一个老花眼镜给我看。

我平时还可以看书，这老花镜一看是省力了，但是摘不掉了。这是潜意识一种保护的意乐。为什么老年人的眼睛会花掉呢？会慢慢看不清晰呢？实际也是一种自我保护——年龄大了，看得多了，他不愿意再看了。不愿意再看，怎么办？让眼睛慢慢地不好，让视力不够了。

你要是仔细观察，意乐一直在起作用，只是主动的、被动的、清晰的、不清晰的罢了。意乐到底是个好东西还是坏东西？不能那么谈，只能说意乐一直在起作用，明确的不明确的在起作用。所以今天我们把这个话题提出来，希望大家在日常生活中或者生死攸关地方使这个意乐起作用罢了，主动地起作用，不是无奈的，不是挣扎性的。

人为什么记忆不起来很多东西呢？我前一阶段得了个病，他们说很严重，可能会要人命，说是绝症。我当时通过很多方法观察，认为自己的确是一个嗔恨心或者杀业造成的恶性疾病，但是没有解决问题，或者说它不契合你心理与身体的状态。他们认为这是绝症，我认为这个东西是个需要了。就这两个字——需要，我认为是最契合最相应的了。真是把这个问题给解决了，我怎么审视就是自己的需要。

很多有这样经历的人都可以这样审视自己。有一个云南的菩萨给我打电话说：师父，我出大问题了，他们给我确定什么疾病，你帮我看看我怎么了？我说我看不来，但你可以仔细回忆，你生活过程中是不是有一种对死亡的借助或者希望，动过想要死亡、不想活的念头？

明智：我工作的地方很多人得这个病，围着我的都是这个病。后来一个一个的三五个月、一年，他们都死了。后来我就深思这个问题，用了七、八个小时一直在想这个问题，想如果我有一天得上这个病，怎么解决？我想过这个问题，这算我动过死亡的念头吗？（注：明智正身患癌症）

师父：算，诸法因缘生。所以说意乐这个问题，你的意识在主动捕捉一个什么？甚至包括死亡，你都会捕捉它，你细细审视就知道了。

我问这个居士，这个居士说有过一次很强烈的想死亡的愿望。我说那得癌症就太正常了。他要找个理由嘛，死亡的理由，告别这个世界的理由。因为你这个色身、业报可能还不足以让你死亡，那怎么办？就用一种疾病来填充你这个需求，使它内容化。我感觉到这个需要与意乐是没有差别的。

为什么我这么讲呢？不是故意设计一个什么奇异的话题，实在是需要大家审视的！后来再遇到很多疾病，大概我能找得到了。这一次去内蒙古走动，我突然就感冒了。下来我就想一想，可能是潜意识中不太愿意讲什么话，不太想做什么事情，就突然感冒了。虽然有个借口，有个外围的理由，但是意乐的东西是最主题的——你潜意识在缘某个东西，它产生的力量与效果。表层现象没有力量，你的潜意识很有力量！你心里那个需要、心地那个晃动，那个东西的寻求很厉害。

所以意乐的内容真希望大家有一个认识，有一个抉择，它对我们生命的现在起着决定性作用。有人说念佛不能往生——这是他的意乐。有人说现在不能往生——是他的意乐。有人说现在能往生——也是他的意乐。有人说不能安心——是他的意乐。有人说能安心——也是他的意乐。他的心灵深处最重要！心灵的认取、抉择最重要！心灵的认取，这是最重要最重要的！所以心作心是太重要了。

很多人说我业习怎么样、我环境怎么样……纯粹是借口，实不相干！菩萨们，这个地方要思维思维。因为意乐的人生，意乐悄悄地在起作用，悄悄地在影响着我们整个生命！我们把它揭示出来，把它拿得出来，不管是从精神的、物质的、智慧的、自在的还是究竟的角度上，我们去思维它。

刚才那几个层面，大家可以抓住一个层面，问问自己的意乐是什么？悄悄地问自己，不要告诉别人。自己的意乐是什么？世俗的意乐是什么？出世的意乐是什么？自己悄悄地认识它、确认它，对你的人生一定起到积极的主动的作用。意乐不是高尚的产物，也不是低下的东西，是我们每一个人都在随着它的作用而作用的现象。

所以我说人生是意乐的人生，一生就靠我们有意识的、无意识的意乐在起着作用。这样把人生先格式化、简单化了。这个格式不是要缠缚我们，是认识自己的一个方便。这个模式使我们认识自己、认识人生有了一个格式、一个方法、一个透视孔，看得比较准确。这样我们再来完成自己的人生，运用自己的人生，就不失为一个方便。因为可能以前很多迷茫、无奈、无力，没有方法。这样从意乐角度来审观自己人生的过去、现在乃至未来，我们的机遇就变得主动起来。

乐晓：您刚才说潜意识，平时表面上学这学那，但是潜意识里进不去。

师父：刚才说是需要、是愿望，对吗？很多人学了很多技术、很多文化、很多学问，但不见得是需要。这个意乐就是你的需要，不管是精神方面、物质方面、感知方面，究竟不究竟，它是一种需要，内在的需要。所以意乐对我们有种内在需要的表现。

内在的需要。有的是表面的、被迫的、被挤压、被拉动的，你不得不做。那就违背了你的意乐，去做就会产生苦、被迫性、怨言，就会表现一些厌倦、排斥、推卸责任。要是找到了内在需要，意乐生活的动源我们把它认识、抉择、运用出来，人生一定不会变得那么被动、消极了。的确看到很多消极的人，一直看着他们走向死亡，很消极的。

所以大家可以在意乐的认识上思维思维，希望大家去观察思维。实际我想通

过这种格式化，让大家有一个准确的思维方式罢了。通过这种意乐的格式化思维方式，你可以比较准确地看到自己的思想动态，你自己思想的作用力在哪个地方、作用力这个点在什么地方。从而比较好地把握自己的人生，或者参悟自己的人生。我们人生的确需要参悟，一晃就过去了。

我接触过一个上海的居士，得病了，他孩子不许他手术，不许他化疗。他就给我打电话说孩子一点都不孝顺，我得病了，也不让我去化疗！我说化疗很苦啊！结果化疗以后真是很苦，很多反应、呕吐啊！自己的意乐没有找到之时就会被病、业力、外缘所欺辱。

一个居士得病了，说他不想要手术了、不想化疗了。家里人说你敢不手术？那就跟你翻脸，必须得去手术！他就逃跑，家里人就追。抓住了，他很无奈。最后这个居士跟我谈，说冤亲，亲人就是冤家啊！

人有时候很多无奈的东西都是被迫的。我们怎么活得主动一些、明快一些、自在一些呢？我们没有这种习惯，往往就在被迫中生活。不能在被迫中生活了，我们要靠自己来解放自己，尤其自己意乐中来解放自己。人生太快了，像我们头发白的人就知道有多快了，年轻人，你放心，也很快，我们快你们也快，人生变化太快了！

（休息五分钟）

3、 五步观察法——究竟意乐之抉择与运用

信行：咱们安静了。在师父开讲之前，大家先静静地坐一分钟，让内心静下来。没有坐下的赶紧坐下，请外面的朋友也安静一点。

师父：刚才我们说了意乐的认识、抉择。我们没有离开过这个意乐，从来没有离开过。意乐实际是我们人生的一个主要课题、人生的主线。我们有个认识，再来谈运用它，怎么恰当地运用这个意乐，主动地运用它。

我们把究竟意乐确定一下，因为究竟意乐我们一般很少去思维，或者说我们大部分人思维不到。假设对究竟意乐有个认识、有个确认，再来看世俗的意乐，就变得十分简单。所以我们来确认一下究竟的意乐。

究竟意义上怎么认识这个意乐呢？我们人生中有两大类人，一类人我们称他们是圣者、智者、觉悟者；一类是迷失者，愚钝、无明、蒙蔽者。后一类慢慢地堕落在习惯业力中，觉悟者在广大层面上使自己的生命与意识发挥最优越的作用。这些觉悟者怎么来觉悟的？我们一般讲他们是顺性者。

顺性者，就必然觉悟。顺性生存、观察、意乐。逆性、违性，或者说生活在

一个表面，执著于一个表相、一个枝叶问题，生活在一个违性的习惯中，会使我们退失本性的作用，顺性的作为会消失，在一些枝叶的表相问题上会沉沦，会固执一些表相作用，这些人就会迷失，这是一个迷失的特征。所以顺性，我们就会观察到万事万物的本质的妙用。不管你是喜怒哀乐、是善是恶，它有一个共同的本质，这是一定的。

万事万物一定有一个本质性的作用。我们谈到究竟也无外乎谈一个本质，谈一个本性或者自性、佛性等等说法。违背这个自性、本性、佛性，我们就会固执某一个因缘，执著于某一个因缘，迷失它的自性的本体的圆满的作用。

像现在这个信息交织的时代，人类来往频繁，要是没有一个了义彻底的教诲，我们在这么短暂的人生就过滤不掉很多不需要的信息或者感知，这一生想了生死、想得真正自在力很困难。现在很多人的烦恼不单单来自于世俗的习惯与世俗的贪嗔痴，很多反而来自于对佛法法则的一些认知、学习带来的负重与迷失。

很多人接触了很多善知识、很多法门、很多灌顶、很多仪轨、很多经典，到最后反而不知所措了，就是没在本质上解决问题。从本质上解决问题，顺性应该是我们究竟意乐的认知方式，或者说出世的意乐。出世并不是断灭，也不是让我们真正放弃世俗，让我们干什么呢？让我们从世俗中觉悟人生，就烦恼这个路来觉悟这个人生，顺路还家，回到法性这种喜悦的本质上来。

让大家脱离世俗太困难了。但让大家觉悟每一个世俗的当下，这不是难题。就是我们遇到每一个问题，都来觉悟它，来认识它，了解它的本质、本源，这不是太难。就是说不用改变生活模式，不用改变我们什么特定的东西，也不需要学什么东西，就是从我们本有的烦恼、业习、作为、感知来觉悟，这样就比较直接、方便。

现在给大量的仪轨修持，很多人没那个精力，没那个时间，没那个心力。我们面临每一个当下、每一个现缘的生起，完全可以觉悟它。只是说怎么先把它归纳起来，确定，了解，看到它的实质，让实质起作用。这样我们意识的把持力、审视力从运用角度就会成熟起来。

我们在每一个当下尝试着用一种方式，先把它归纳起来。我给大家提这个方法是可以发挥作用的，主要是你要去实践。

第一，我们先把生活中身口意三业的现缘作一个归纳或者总结。不需要再搞其他什么动作、言说，不需要，学习都不需要。**这是第一步，归纳总结我们的现缘。**我们作为一个普通人，尚未真正亲证法性或者亲证空性，所有作为没有离开

业与习惯。我们不断重复着做一个事情，身口意三业的表达若善、若恶、若无记，离不开这三个，所以先对业习做一个归纳。

我们的业习中没有离开这三个问题：一是令我们行善的，二是行恶的，三是无记。这是一个比较泛泛的总结，我们业习中没有离开善、恶、无记的名字。下去可以重复实践它，这是很难得的方法。因为我们可以每一个当下修持，不需要改变什么。持咒啊、观察啊、磕大头啊、忏悔啊等等，都不需要，加行也没有，现下的行为就是最好的加行，就直接解决问题。

我们把每一个现行、现缘来总结：它没有离开善、恶、无记这样的泛名、泛称。大家可以观察。要有超越了，可以给我讲一讲，说你的身、口、意三业超越了善、恶、无记，你就举举手给我讲一讲。要是没有超越，大家就先认同它。这没有强制性，只是给大家一个提示，就是先来总结归纳一下我们的三业——这个业习是不是在善、恶、无记这样一个范畴之内？

第二，我们一旦认同了每一个现下的这个习惯与业习，它的名字是善、恶、无记，那我们要细分了。第一步是先归纳它的泛名——它是业习，是善、是恶、是无记，然后再给它明确。因为我们每一个作为一定有一个准确的恰当的名字，找到它。

好比说我们动一个念头，嗔心，你就说它是恶的。嗔心生起来了，你说给它起一个恶的名字：恶——嗔心。这个嗔心准确不准确，你自己会知道的。慢心、无记、昏沉、掉举，这样一个随烦恼的心，你给它起名字越准确越好。也不见得用佛教的名词，不需要，你找准确就行了。一准确、明确地命名，你就会感觉很满意。你这个三业表达出来了，你认为给它起的名字很准确、很明确，你就会产生一个对应的喜悦，相应、对应的感知。这是第二步。

你说我不是恶业，我是善业，我想布施，想放生，甚至我去作为、去劝善，这都可以的。这是善，他要布施、他要持戒、他要劝人行善等等，他都会有内容。名字起准确了，我动念头了：要布施，要持戒，要忍辱，要精进等等，**给它起名字，命名，明确命名，使它相应。这个过程，相应特别重要。这是第二步。**

我们任何一个身口意业都可以这样。先归纳它、总结它，它是业，它没有离开善恶无记。它是善，它善的名字是什么？它是恶，恶的名字是什么？它是无记，无记的名字是什么？因为有净染无记等等。就是你自己找你自己心里的名字，你没用佛教的专有名词没问题，只要找一个恰当的相应的名字就可以了。

这是第二步，命名。我们每一个动作、每一个作为、意识都可以命名的。你

说没有这种习惯，我们就用格式化慢慢培养这种习惯，这样你的生活就会变得很有味道，不空过。因为这个行为可以使我们不后悔，人生绝对不后悔。

第三步，名言化。给它准确命名了，了解它是善、是布施、是持戒等等；或者是恶、杀盗妄淫、财色名食睡等等。找到对应名字了，可以名言化，说这个事情、这个身口意三业是个名言。名言是什么？没有内容。或者说不定，内容是不定的。这个名言内容是不定的，是没有内容的，是空泛的名词。由于你没有使它相续成为事实，你在观察它，给它真正名言化。

就像孩子还没诞生，大家给他起名字，这个名字是没有内容的。大家搜索，查字典，找起名公司，找一些善用文字的人，找一些有威德的人，找一些信赖的人，去起个名字。这个名字是没有内容的，需要起名字的人帮他解释内容，表达内容，表达愿望。

我们通过对身口意三业的一个归纳、认识，达成对它的一个善恶无记的命名，然后名言化它。**这是第三步，名言化，就是告诉自己，自己身口意三业中某一个善业、恶业、无记业的命名是名言，是本不可得的。**一旦名言化，你再看它的善恶无记状态，是不可得的。就一步一步地把我们思想通过一个格式化的东西来把它名言化。

实际就是从业力中走出来，要不然我们就深陷业习之中了，使自己每一个业习造成一个后悔的过程，迷失与后悔、压力、彷徨、徘徊。在这里没有这种东西，你把它名言化，你去了解这个名言的不定性、不可得性，非善、非恶、非无记，我们可以尝试做，使自己慢慢地意识步入。这是第三个阶段，名言化。

第四步，对我们来说就特别重要了。因为一旦它名言化，它这种不可得性、不定性、善恶无记非善恶无记的状态就会揭示我们的佛性或者说自性，本性。这样一个性就是它的本质问题。所以第四步是它的本质会彰显出来。就是我们所有的行为，身口意善恶无记的行为，通过名言化，我们了解了自性、佛法、法性的状态、相貌。

我们一般谈顺性，说明心见性，就把它搞得很远、很迷茫或者说不可及。而这样是可及的。我们通过对名言的认识，了解到它的不定性、不可得性、非善恶性，那我们就会自然展示万事万物的本性、自性、佛性，所谓它的相貌、状态，就是本不可得，无自性性，无常性，无我性，佛陀的法益就在这个地方彰显出来。**通过对名言的认知，自性、佛性、本性会彰显出来，这是很重要的一个过程。**

第一步的认识，假设一个事情、一个念头、一个言说出来了，先把它归纳、

总结，起个泛名，是善是恶是无记。第二步，确定它的细致名称，善恶无记的哪一个，是哪一个善、哪一个恶、哪一种状态无记？然后第三步，名言化。说它是个名言，名言就是这个善、这个恶、这个事情是个名字。我们一步一步地退到心灵深处，来观察自心，它的不定性、不可得性、非善恶性，我们就了解到佛性、自性、本性。了解了佛性、自性、本性的状态与相貌，我们就见性，从理解的现下来见性。

这见性就这么简单嘛，也没有啥复杂与简单，只是个方法问题了。就是个方法，大家都知道，在科技飞速发展的现代化社会，很多东西都在日新月异地变化着，过去很多不可想象的事情现在都变成现实了，没有什么。这见性也很容易通过恰当的方法，得到这样一个事实。通过这种，我们称为解悟，这样来见性是不复杂的。

第五步，我们每一个当下，每一个事情，都可以见性的。只要你恰当地运用这种格式，把它格式化，把它规范起来。格式、规范，你就可以见到它的本来面目，就是本性。所以第五个过程是性起作用。你能了解万事万物的本性了，它这个无自性性、不可得性、不垢不净性、无难易性、非善恶性、空性等等，你了解了，它就开始起作用了。

性起作用，起什么作用？古人讲这个就比较省力，即心即是。这个心让它起作用就是了，这样我们会产生特别省力的自在的心理与作用。能不能做得到？你按照这个格式的次序来，不要乱，那每一个当下都是你觉悟自性、让自性起作用的很好机会，那都是大用。所谓大用，就是心、自性在起作用，而不是以前的习惯、烦恼、逼迫性的东西起作用。

今年在寺院里，很多出家师父的压力也很大，有很繁重的功课、诵经，还要出坡劳动等等，大家说能不能有一个简单轻快的方式呢？我就把这个格式化给大家作了一个提示。当然出家人很欢喜，因为他们有基础。

但每个人也都有基础，因为每一个当下，不需要额外制造任何一个设置，不需要改变自己的环境或者什么，不需要修什么加行、准备什么资粮，都不需要，乃至一个皈依形式也不需要，你直接这么做就行了！那不是外道吗？但启发你心灵深处内在的作用，那是真正皈依佛，真正皈依法，真正皈依僧，让我们的佛心起作用。所以**这第五步就是性起作用，而不是业习、善恶、是非起作用。**

这个次序希望大家有一个概念。就是我们的意乐使我们主动起来，现下这个分别执著变得方便了，我们人人都可以修随意三昧了。以前我对随意三昧十分向

往，我说什么时候要能修个随意三昧就太快乐了。为什么？不需要造作，不需要负重，不需要那么多特定环境，随时随地可以修行，可以觉悟，可以让人生变得真正灿烂清晰起来，这太美好了！今天供养给大家了！（众鼓掌）

这个格式十分简捷，不复杂，就五个次序，一天用一次就行。24小时拿出一分钟过滤一遍，你这一天就不会辜负自己了。慢慢地增加两分钟、三分钟、半个小时，用这样当下的自性的大用，当下觉悟的机会，你慢慢会使自己心里生起喜悦，一个究竟的喜悦，不搭任何架子的喜悦。我不需要端个架子——哎，我是个学佛者……不需要，完全不需要的。说我是学佛的，我要装个什么样子，像文革时候拿个红语录一样——不需要，不需要喊口号，悄悄地可以做。

诸位菩萨，这样我们对念佛法门的了解就比较方便了。为什么即心即是？它很彻底了。根无大小，遇此皆得方便，不需要你根利根钝，不在于你有没有文化，也不在于你学佛久近，只要愿意用它，它就起作用。一天只需要一次，拿出宝贵的一分钟时间，把你的一个想法、一个作为、一个念头过滤一遍，你就会看到性的作用。

这样对人生慢慢感觉到我永远不会在懊悔中生活了，我永远在一种清晰的、明了的、仰俯无愧的心理中生活，这里面远远超过了善恶。这样大家作为一个学佛者，就不太容易红脸了。别人说你是佛教徒，你说我烦恼大得很呢（师作躲避状，众笑）。世俗人两座大山，我们三座大山了——很多学佛的人又背上一座大山，要在人面前装个学佛样子，很累！这个不需要，这是内心的一种喜悦与作为。

这个模式真心地供养给大家。这是一个很特定传承的口诀。这个口诀在我们汉地一直被淹没了，但是在念佛法门中它一直有传，我们说五念门中，身业、口业、意业、智业、方便智业随顺法门。念佛法门为什么易行呢？就是因为我们在日常生活中、在每一时每一刻，可以用念佛的总持法门来完整地调节我们身心世界。但大家接受力不够，这种方法就简单了，把它分解了。

某弟子：师父，我没太听懂那个名言化。

师父：好。我再给大家讲讲名言化。第三步是名言化，这个名言是个啥？举个例子，一个孩子还没有出生时，父母给孩子起名字，拿字典、找智者、找起名公司、找自己信赖的人或者同学、战友、本单位人，大家给孩子起个名字。这时的名字就是名言，它没有内容。张三李四等等，这就把它确定了，把它化现出来了，称为名言化。

前面第一步是归纳；第二步是细致命名，命名的确定；第三步实际就是命名

以后的作用。这个方式也不能说是一步、两步，实际没有这个次序，我们是把它格式化了。我们自己设计的格式，就是把一个方式给割裂开，使它产生一个次序、心理次序。要没有这个次序，我们很难名言化。你就会把你这种习气——善恶的习气、无记的习气，当成一种事实，你就会执著它。

但通过这些归纳、命名、名言化，它会产生一个归入佛性的过程。因为名言化我们就可以认识它的不可得性、不定性，所以第四一般是说它的不可得性、不定性，这是无自性性让它表达出来。这个内容啊，这个次序你下去也可归纳，但一定要把它格式化。

为什么是五个次序呢？五个次序能使我们的心念在格式化过程中产生事实的力量，就是格式化的事实。这个名言是不可得的意思。

某弟子：您能举个例子吗？

师父：刚才举孩子那个例子了。这孩子不存在，给它起个名字。

某弟子：我是说这五个步骤，比如说我今天发心去放生，您就这五个步骤……

师父：没问题。大家要去放生了，摸摸口袋，二百、一百、五十、十块，写个名字，开什么车，去什么地方……动这个念头了，或者说有这个缘起了，这个缘起我们先给它归纳：这是业。你是冲着放生功德那么而去放生，要是没有功德就不去了，所以这是善业习，它细致的名字是：放生。

因为你还没有去做，这个放生它就是个名言。这十块钱你还没有花掉，还没去作为，还没有变成一条鱼去游泳，对吧？它是个名言，它不可定性，不可得性，还是在意向中，这事还没有做。所谓化，就是这件事可以产生事实，但现在不让产生事实，把它名言化了。这个事是动念头了，是个善的念头罢了。

这个过程可以思考得到了，名言化。然后看这个名言，不可得性，它不可得，它是不善不恶的，它是不定性的。通过名言化的过滤，它就不可得了，不定性了，它无自性，它不可得怎么会有自性呢？因为不可得而显无自性。它可以把无自性、佛性彰显出来，本质彰显出来。实际万事万物都是没有自性的，大家是知道的，只是缺乏观察力，都是空性的。

某弟子：要是放生之后，还是不是不可得的？

师父：也可以做，没问题。我们先说这一个话题，因为我们现在需要简单，归纳，不需要复杂，一复杂你就混乱了。先学会简单化，归纳化。不要牵涉，不要把它牵涉变形。要它格式，要它不变形，然后按照这个次序来。这个不可得就显示了它的无自性性，不可得性，无自性性，我们来抉择它的自性。

某弟子：身口意这三业还用分吗？

师父：可以分。好比说打个电话听到了，我动的这个是善念，我的口业答应了，我的意业答应了，那可以说是善愿、善意。分得越细越好，清晰、纯正才好。

某弟子：是求功德的心……

师父：还没问题。你要是不断地动心念，你还是没有纯正化。把一个东西纯正化地相续，就显示了它的不可得性、不定性，是可以看到自性的。我们的目的是通过名言使我们得到万事万物自性的再现，而不是考虑它的复杂性、变化性，主要是认识它的自性。

我们平时一说见性人就晕了，说见性是个啥玩意？见性是多神圣的事情呢？见性是大彻大悟人的事，不是我们凡夫的事。今天就要凡夫见性的！通过这个模式就可以见性的，性不可得，不定性，无自性性，空性。所以确定了自性，是第四步。

第五步就是让性起作用。你就观察，知道空性怎么起作用就行了。你说我观察不来，那我让性起作用，我们催使它起作用。现在放生不是可得也不是可失的事情，是慈悲心在起作用，性起作用了，我们可以顺性的作为。所以第五就可以说是顺性作为，让性起作用。顺性作为是主动的，让性起作用，你可以观察性不可得。那么放生也不可得，用一颗不可得的心去放生，是顺性的、轻松的、喜悦的、灿烂的。以有所得的心去放生，有所求，有所回馈，那成业了。

所以说见性成佛，不假方便。这就使我们见到性，让性起作用。我们主动地观察性是不得的，万事万物的性都不得，无自性，我们让它起作用，让它去放生。

某弟子：怎么区分是性在起作用还是机缘在起作用？

师父：机缘也可以，机缘和性没差别啊！有所得的心是我们的习惯，业习的习惯，无所得我们不会做事的。大家南北来来往往的，驱使我们的东西就是名利，这是业习造成的一个习惯，没问题。但我们怎么透过业习来觉悟呢？这五个格式就是重要的，我们下去可以体验这个东西，体验很重要！

明心见性这个词我以前听了就麻头，说明心见性，这个性咋见？不知道咋见。这个地方说见性，很方便的。圆顿之教就是一念之差，说觉者佛、迷者众生，这没问题的。虽是名字位上的叫法，但给我们带来极大的方便。

因为我们大家生活在北京这样一个都市，有这样一个环境机会不容易，所以想把最好的东西让大家有一个体会，也希望大家珍惜这个教法。

这个教法十分珍贵，我现在讲起来我感觉它的价值是十分难得的！因为它破除了繁忙都市生活人群修行上的一个障碍，就是我们怎么的都可以修行了。只要你愿意修行，除非你不愿意修行，那没办法。你只要愿意运用它，都可以修行。这是一个难得的修行方式！

某弟子：善业、恶业、无记业都没有了，都被划分出去，那就是空性，对不对？

师父：就是让你认识，见性，让你认识性，没问题。这五个格式的过程就是让你认识性的作用，让我们见这个不可得性、空性、佛性，就让我们来觉悟，没问题的。

某弟子：“迷人修福不修道，只言修福便是道”，到底这个道是什么，怎么才算是修道？

师父：刚才这个话就是道。一些别人的说法跟你自己不相干，不要去计较，不要纠缠这些东西。刚才学的这个模式可以去重复，好不好？重复重复就解决你的这个问题了。

某弟子：第五步，性起作用，整个名言化的过程是不是就可以看到性在起作用？

师父：是。我们把这五个次序逆向来看，整个就是性在起作用。

某弟子：平时修的时候是不是修到第四步就可以了，第五步就很自然了？

师父：不是，必须得格式化，必须得走到！这五个过程都是性在起作用，但是不能省掉东西，省掉就回到业习中去了。很多人学佛，念佛，“阿弥陀佛阿弥陀佛……”慢慢养成习惯了，又在得失中计较，他说我念佛怎么不起作用呢？因为他没有让性起作用，就是没有被阿弥陀佛载负，没被无量光无量寿载负，没让性起作用，所以很多人念佛就不得其利益。

刚才讲的这五个次序一定要让性起作用，不能省略。一旦我们省略，就会出现大问题，又回到业习中去了，我们的业习是贪、放逸、懈怠、贼心不死、想占便宜。这五个次序是你必须要做到的，这里面没有便宜可占，一定要认认真真地做！

某弟子：师父您刚才说性起作用，可以逼它起作用，您能举个例子吗？

师父：刚才我们谈到性起作用，大家会说性怎么起作用呢？那我们可以主动地观察，因为毗婆舍那修持本身就是正念观察的方便、智慧观察的方便。这种格式虽然没有禅定功夫，但可以起到止观作用观察方式的效果。因为它是随意三昧，

可以在任何角度下去修持，只要把这个格式做一遍。

我们怎么让性起作用呢？实际在命名，得见名无自性、不定性、不可得性，那么佛性就展现出来了，万事万物的自性就显现出来了。显现出来，我们可以在这静静地休息一刻钟，让它起作用。休息一刻钟。不休息了，就让它起作用。你要打妄想了，让它起什么作用呢？说：哦，自性本空，本不可得故。现在我们去放生，去买菜，去交往……

你不可能就定在那个地方说：哦，性空了，我就坐在这个地方，三大劫以后就成佛了。成不了佛，还得让它起作用。可以赶集去了，可以买菜去了，可以放生去了，可以读经去了，也可以禅修去了，都可以。

希望我们现前的菩萨一天用一次就行。用二次、三次、七次，那是你的事情了。并不是说你时时刻刻这样用——时时刻刻这样用，不知道你是什么人了。用一次体验体验，用二次体验体验，慢慢地频率就会加多了。

某弟子：师父我不知道无记是不是已经达到了非善非恶？

师父：不是，无记不是非善非恶。无记，从业相本质上来看是个恶业、愚痴业。畜生类多从无记中生。我在一个草原上住的时间，那个山是四千公尺高，下很大的雹子，往牛羊群身上砸。下面就有森林、山谷，它们不去躲的。那个大雹子砸在牛羊头上“啪啪”的，像石头砸在脑袋上一样，它动都不动，很愚痴的，它无记。我以前真是不知道啥叫愚痴，看到那个就知道了。有的被砸死了，雹子很大。畜生来自于无记业。

某弟子：人在无记业中的念头，您能举个例子吗？

师父：可以，有的人发呆。我不知道你发过呆没有？反正我发过呆，例子很多。

某弟子：比如说我在工作当中，希望把这件事做得最好，我一方面给它命名是贪、争夺、好胜，另一方面我又可以说这是精进？

师父：你说的话我知道了，它是一个复合性的问题。刚才我说清晰与纯正的问题，就是单一性，单一纯正。归纳的目的就是单一化它，纯正，单一，要找到准确的名字，不是为了复合、复杂。你这个命题是复杂性的，很好解决，第一个就是为了解决这个问题，一开始就在解决这个问题。因为我们思维混乱是正常的，思维意识的徘徊、交织，这是人类烦恼的根源，没问题的。

乐一：师父，我想睡觉，这个念头算什么业？

师父：昏沉，习惯嘛。欲睡的习惯就是昏沉。

乐一：不是先归纳吗？善、恶、无记业。

师父：肯定是恶业。我们众生称为沉睡者，诸佛如来称为大觉者，我们就是在睡嘛！你现在就在睡，对不对？无明睡，一直在睡。

4、净土传承五门修法

某弟子：师父，我学习净土法门念佛这么多年，信心时进时退，也碰到有些人诽谤净土法门，我知道他说的是不对的，但障碍了自己，自己这个心一直不安。

师父：你真是修净土的吗？

某弟子：我原来是修净土的，现在念一些咒了，对净土的信心减少了。

师父：那你先念念咒吧。净土的果地教言跟我们平常的认识、修证方式有天壤之别的。现在接触到净土教言或者认真实践净土教言的人十分少。大家听到的不是净土教言，大部分是修行的教言。我们可以区分一下。

我们把教言分成两大类：因地教言、果地教言。或者说了义教言、不了义教言。这个区分是强制的，但是它们起作用就有差别。我们心里的想法很多是模糊与混乱的，佛陀教法可以清晰地给我们增加一个眼目，叫我们看得到我们应该怎么做。真正的教言能开我们慧眼，让我们运用智慧来思考观察东西，而不是纠葛性的心理。

净土教言是以果地教言，以果地觉为因地心——不是我们凡夫心在修持一个东西，是以果地觉作为我们修行的缘起！你知道什么叫果地心吗？（某弟子：不知道）不知道你就没修净土，这个地方是丝毫不含糊的！因为净土整个说教就是让阿弥陀佛殊胜圆满的心智来唤醒、印契我们现前的心智，令心智像佛陀心智一样圆满、清晰、真实、具足，让它起作用，就是忆佛念佛，皈命于佛，就是南无阿弥陀佛。

但我们是佛来皈依我，没有我皈依佛的东西。什么叫了义？圆满究竟故，称为了义。什么叫不了义？差别无穷，妄想纷飞。或者说某个阶段、某个阶层、某个次序的修持、有对有待的修持，或者消除对待的修持。怎么不是果地觉教？现前就起大用的教法，不让你修的，只是性起作用，不需要你修的！

实际无得无失，所以修无所修，念无所念。真正念佛者，真是无所念。口中是在念阿弥陀佛，但他知道无所得，为饶益众生故，南无阿弥陀佛！为报佛恩故，南无阿弥陀佛！为令众生安乐故，南无阿弥陀佛！为解除人的惑乱故，南无阿弥陀佛！为确认不可得不可失故，南无阿弥陀佛！此信心不可得不可失，此修行不可得不可失，此疑虑不可得不可失，圆满载负，举心即错，动念即乖，南无阿弥

陀佛！果地教究竟真实，只是大用，只是被性载负，不要其他玩意了。

但我们已经习惯于自己的业习修持，放纵业习以为修持，如此而已。嘴上念弥陀，意乐中不是弥陀，念头中还是得失、神通、大小、善恶、人我等等。果地教是以佛的果地觉为因地心，把佛的愿望当作我们的心，让佛的心在我们心中起作用，让佛的愿让我们心中起作用，让佛的成就在我们心中起作用！你有吗？没有你就没有念佛，还在念自己的业习。

刚才天津那一伙居士走了，他们要坐动车回去了，没有一个走回去的，对吧？被载负了。就像我们坐地日行八万里一样，这个地球载负着我们呢。实际性德从来离不开任何众生，一直在载负着众生在起作用。这就是阿弥陀佛告诉我们的故事，这就是在忆佛的果德，念佛的果德。

所以净土是大用善巧，就是假佛功德以起大用。令什么起大用呢？令自性起大用。它就是一个法门的体系了。现在我不知道大家学到的净土法门是什么样子的？净土法门没法诋毁，它圆满究竟，你怎么诋毁它呢？诋毁不了！诋毁的都不是净土法门。十方诸佛都赞叹的一个教法怎么能诋毁呢？没法诋毁，下不了嘴，张不了口，动不了心，它圆满究竟真实！小伙子不必担忧，没人诽谤净土的。

某弟子：这个心老是想找一个安稳处，造作。

师父：刚才那五个格式就是给你一个安心的方便。那五个格式就是为了安心，其他不为了，性起作用就是安心嘛！它真安心，你让它起作用就安心了。过去怎么样不管它，现在！我们要活在现在！活在当下！

某弟子：您说的不可得性我没明白，什么是不可得性啊？

师父：好。我举的那个例子可能大家不太关心。还是举这个，因为一个例子反复举大家容易有个参照。一个孩子还没有出生，父母都可以给它起个名字，对吗？这名字就是不可得。不可得表示了万事万物的本性罢了。这五个格式，你通过第三个、第四个，你可以观察到它的不可得性。

刚才那个格式你听到了，回去可以试验，静静地。自己把它写一遍都行。你一定要把它格式化，单一，归纳，格式化，它的不可得性会显示出来。

某弟子：如果无记业是恶业的话，为什么还分成善、恶、无记，直接分成善恶两个吧？

师父：无记是很特定的一个说法。实际这些名言不需要执著它，它只是为了使我们交流方便。你说善恶，有人说我没有思善，也没有思恶——他有这个状态，你为什么不允许起呢？起个名字没问题。佛陀所有说的教法只是为了使我们交

流方便。这个东西本来不可得，这是一定的，只是为了交流的方便。

晓峰：其实命名也好，名言化也好，根据你的现量，只要你相应了，就 OK 了，不需要再细究了。

师父：OK，没有必要。主要是先把它单一化，归纳单一、纯正，建立起来一个名字。然后确认这个名字的准确相应性，造成了名言化。名言化看到了它的不定性、不可得性，自性就显示出来了。自性显出来了，让它起作用就行了，若主动，若休息。

实际这是让我们觉悟每一个当下都是自性在起作用的机会。我们没有离开佛性，任何一个行为都没有离开佛性，贪嗔痴慢疑、善良罪恶都没有离开佛性。阿弥陀佛的教言就是为了充分显示这一点，他告诉我们善恶无记众生：念我名号，来我国土，皆得安心，皆得成就。他就这样说的。

某弟子：师父，比如说我前面那个念头是恶的，我意识到这个念头是恶的，然后我不让它发生，这叫自性起作用吗？

师父：你认为是恶，不让他起作用，然后让自性起作用，这个说法可能是对治的方法，不是性德的作用。你回去可以自己静一静，画一画表，像我一样。因为佛教不可思议的功德是从本质上来的，空性上来的，不是从善恶上来的。不是说要抑制个什么、扬起个什么，不是这样。他使我们一个人彻底觉悟，不是让我们做个什么，是让我们来超越，来审视实践。

意乐念佛，这是个大话题。当然我希望大家意乐做一切事情。意乐做一切事情是不是念佛？每个人对念佛都有个概念，这个概念他又不确认，造成了一个迷惑。实际念佛本身就是意乐，究竟的意乐。

这个佛啊，我们给他名字，说如来. 应供. 正遍知. 明行足. 善逝. 世间解. 无上士. 调御丈夫. 天人师. 佛. 世尊。我们称了很多名号，干什么？以表达最圆满、最真实、最究竟的一个状态。佛有十号。

你说我念的是阿弥陀佛，不是其他佛——阿弥陀佛，“阿”字出一切陀罗尼，自一切陀罗尼出生一切佛；“弥”字表一心平等无我大我义；“陀”字表含摄一切法藏之究竟处。阿弥陀佛，有人翻译成无量寿无量光，等等说法。实际南无阿弥陀佛是赞美一切佛，供养一切佛，归命一切佛，安住一切佛之成就，如佛一样成就，摄伏一切烦恼令成佛道。

我们现在大家念佛念的是音声，音声佛，是没问题的。但是音声的自性没有起作用，所以我们会用得失对待心来念佛。假如我们顺性念佛呢？还是刚才那个

性，我们要见道了，让性起作用，再来念阿弥陀佛，顺性念一声佛，其功德无量，其利益不可思议。

我们随着自己的业习念佛行不行？千劫万劫总不相应！很多人念佛就是不相应的，因为他没有念佛，他念的是自己的业习，是一种得失的习惯、一种对待的习惯。实际很少有人念佛。不相信可以问问自己念佛是为什么？大部分人是有所得的心。只让阿弥陀佛起作用，无量寿无量光起作用，你看看还有什么不愉快的、不圆满的、不意乐的、不清净的、不真实的？！

天亲菩萨就作了一个最简单的说法，说我们念佛人可以从五个方面来观察我们念佛作为：身、口、意、智、方便智——从这五个方面来赞叹来念佛。南无阿弥陀佛——意业赞叹故，意业了知应正遍知一切载负，咸皈命于弥陀。所以阿弥陀佛圆满的性德载负着一切，清净地摄护着一切，无有一个疏漏有情。你这样称念一句南无阿弥陀佛就是口业的赞叹，这样的赞叹就具足一切功德。

身业呢？你知道阿弥陀佛应正遍知，普摄十方，法身清净周遍，无所不摄。你的分别意识中知道这样一个因缘，你磕一个头礼拜就等于礼敬一切诸佛。此礼敬就是真实皈依，就得到真正的安心、喜悦。

我们的意业呢？佛如是愿，我们随愿观察。好比佛说“我为大施主，普济诸群苦”，“设我成佛道，名声传十方，究竟有不闻，誓不成等觉”，“闻我名号，俱来我刹”，“若不生者，不取正觉”，等等愿望，随着一个愿望去观察，去感知他，你就会入佛愿望，以见自心。佛愿是最圆满的，我们随着佛愿去感知自心，自心也就是最圆满的、最清净的、最真实的、最有力的、最威德的！

以佛愿，心常作愿令一切众生往生彼国，如实安住——我们意识海中每一个众生都能往生，在我们意识法界中没有一个众生有障碍的！有障碍是你自设的，无障碍也是你自设的。我们随佛愿安排自己的意业，一切众生都能往生。那我们的意业就是佛的意业，佛的意业就是我们的意业。此意彼意，了无对待，一时圆满。那我们的意业、分别意业又产生了妙观察智的妙用。什么妙用？一切原来唯心所现，因为心而显现出来差别，并不是实有差别。

我们智业观察呢，来称念南无阿弥陀佛这个名号，令其正念。谁来正念？自心正念，本清净故，本安住故，令一切众生往生无碍。你说别人还在烦恼，还认为不能往生，还认为临死时怎么样，死了以后怎么样……你先不要管你的依报，你先从自己的正念中审视它，从智慧中审视它。审视什么？南无阿弥陀佛普摄十方，光明清净真实，把这种光明清净真实回向给一切有障碍的有情，令其无碍，

如佛无碍智，得究竟之意乐。

这样可以念南无阿弥陀佛，从自己的身、口、意、智、方便智都可以念南无阿弥陀佛。可以从无染上念南无阿弥陀佛，可以从安众生心来念南无阿弥陀佛，从乐清净心念南无阿弥陀佛，这就是意乐啊！方法准确，我们声声南无阿弥陀佛，声声就欢喜，声声就自他二利具足！

某弟子：有真念佛，有假念佛……

师父：依法念嘛，刚才我讲的是真念，你讲的是假念。依习惯念我们称为假念，患得患失，以为有一个什么得失的问题，就产生假。无所得失，以利众生故而念佛，回向迷失众生故而念佛，为令自心安乐故而念佛，为安乐众生心故而念佛，这都是真念、正念。所以不为自求是修行果地教的第一方便。但现在念佛人不为自求吗？张嘴就为自求，合嘴还是为自求。

乐广：如果我念阿弥陀佛什么都没想呢？我打坐念佛，我什么都没想，我就念佛……

师父：不行。啥都不想，这个暗示本身就很无聊。啥都不想就是业力的暗示，就是无记的暗示罢了。所以佛愿是十分重要的！佛不比我们圆满吗？他发这样的愿：“设我成正觉，立名无量寿，众生闻此号，俱来我刹中”，他为什么要发这样的愿？“我建超世愿，必至无上道，斯愿不满足，誓不成正觉”，他要作为清晰。我啥也不想，这是自欺的，五分钟又啥都想了。

某弟子：见性之后，怎么权衡这件事情到底是做还是不做？它也不是善，也不是恶，就是一种机缘，那怎么知道它是个孽缘还是善缘？

师父：我们不谈它是无记、是不可得的。刚才那五个次序，我们谈佛教的智慧、慈悲、方便这三个词了。对无染无依的智慧力，一般我们认识不够。这个无染无依的智慧力，无得无失的智慧力，或者说自性起的作用，我们一般会把它靠到无记上去。

不是这样的。因为智慧力是辨识十分清晰的，又知道它本不可得。所以以无分别智中产生分别妙用，他会有分别的方便，这个方便就是应作不应作。什么应作呢？远离苦，苦因，苦果；行诸善，令诸善增长，令诸乐、乐源增长成熟。四正勤¹就解决了这个问题——知道万事万物不可得，但是能令善根增长的事情，作！能令迷失、痛苦的东西，不作！

某弟子：就是根据自己的判断，这件事情会产生好的结果？

¹ 四正勤：一、已生恶令永断；二、未生恶令不生；三、已生善令增长；四、未生善令得生。

师父：你假设有智慧力，一眼就能看到这个结果。

某弟子：还是自己智慧不够。

师父：智慧不够慢慢地观察。

某弟子：就是说随缘吧？

师父：为什么非要把自己放在一个无智慧的状态中去？

某弟子：比如对别人来说……

师父：对别人没有关系，对自己有关系，心作心是！

某弟子：一件事情发生之后，有的人觉得它是机会，有的人觉得是陷阱，大家看的角度不一样。

师父：不必考虑大家，先考虑自己吧，把自己的问题先解决掉，不要找任何借口！自己需要什么，自己找一个方法就可以了。先不要混淆，思想问题一定要简单，要学会归纳。

刚才说的就是一个思考方式，回去用一分钟、用一次以后再说。读一读四正勤，四正勤是我们学佛人最基础的作为选择方式。我们有习惯，有自己不好的习惯，这都没问题，但四正勤是你抉择问题的一个最基本参照。学过戒律的人，应该持的戒律就去持，不应该做的事情就不去做。实际比较简单，戒律是一个珍宝性的东西，你要真正按照这个去做，特别有序，人就很踏实，不费心力。

希望大家回到自己的家里、自己的单位、自己的宿舍，每天用一分钟把那五个次序做一做、做一次。每一个人一定要坚持每天做一分钟，每天有 24 个小时，乘以 60，1440 分钟，拿出 1 分钟，把那五个过程过滤一遍，我就很感谢大家了！

本具休息，就路还家

慈法法师 讲授

2011年10月30日于北京福慧慈缘餐厅（上集）

让我们现行变成一个觉悟机会。每一个现行本来就可以觉悟来用它，也可以迷失地、固执地高举它或者压抑它。我们现在遇到释迦文佛的遗教，有机会交流学习这些文字、经教、论，对我们所有的启发无外乎是令我们离苦得乐。

现在人的福报很大，有很多法则，有很多交流空间，也有自己实践的机会。不知道谈些啥好，希望大家就静一静，让自己那很多心理状态静一静。这个时代是比较热恼的时代，到这个环境中大家能静一静就好，让自己很热恼的心与事情静下来，真是很好。

我们这个时代什么都不缺，就缺寂静安乐的精神财富与心地财富，这是我们现在人很需要很需要的。很多人房子有了、车子有了、票子有了、生活经历也有了，但能自主地休息真是了不起的事。我们从每一个现行中反观自身的心理需要，真正静下来看一看自身的心理需要，就会安定下来。因为现在你到任何一个场所，基本上都是很热恼的状态。像高速公路、高铁、飞机，我们遇到的东西基本上都是很快，到这个地方就先慢一慢，把心慢下来。

人生就像一个舞台，每个人都在扮演着自己不同的角色，有喜剧、有悲剧、有成功、有失败，每一个人都在自觉或不自觉地扮演着人生舞台上的角色。有的人扮演这个角色就特别清晰自如，因为他是个觉悟者；有的人在这个角色里扮演得就特别无奈，因为他是个迷失者；有的人慢慢能知道从无奈逼迫中走出来，来觉悟自己的人生、认识自己的人生；有的人在这个机会上没有认识清楚，就不断地继续迷失下去。

实际从自身的心灵需要来说，没有人需要迷失，也没有人需要逼迫。所以我们作为向往觉悟的这样一个人群或者时代，觉悟对我们来说真是第一大财富。这个财富是取之不尽用之不竭的。这个财富不光是此生拥有，乃至可以洗涤过去、认识过去、超越过去，也可以利益于未来、成熟于未来、清晰于未来；当然就是当下的庄严，当下如实的功德内涵。

人生有多短暂呢？成年人对这个地方的认知与感知就很清晰。弹指顷我们的头发就白掉了，再弹指顷可能人就死掉了，真是时光如梭啊！在这么快的人生中，

我们的机遇、每一个身口意的现行都十分重要！可以说每一个作为都有同等价值，都是很难得的、珍贵的。我们真正把每一个时刻或者说每一个当下、每一个现行中的作为、言说、思维都运用得从容、安详，人生财富你基本上是拥有了。

可能许多人会认为自己拥有多少钞票、多少事业、多大名利或者房子、车子之类，那是自己的财富。那有时候看似是财富，有时候可能也是你的负担，有时候可能就是对你伤害的一个源头。一个觉悟者或者向往觉悟的人，会趣向一个什么结果？他会有什么样的现前作为与结果呢？这个学佛的人，或者我们自称为学佛的人，实际是向往智慧、向往觉悟、运用觉悟、成熟觉悟这样一个归趣，一个现行。在这种现行中我们会解决自己的实际问题，就是现行中的苦恼、现行中的迷失、现行中的疑虑。

到这个地方，有这样一个环境，大家来静一静，就比较容易碰触觉悟。因为觉悟是超越了得失、善恶、是非、人我对立的清净的心，这个清净心在我们现行中、每一个人心目中都在起作用，只要你愿意用它。我们现在愿意用，现在就在起作用。你说我现在先观察观察，那它以后可以起作用。

智慧心是没有色没有相的，但可以运用在一切色、相之中。像面对着不同的人、事、交往过程，我们每一个人的心念都在起着变化——对称，对称的变化；或者不对称，不对称的变化。怎么让自己的心真正宁静下来呢？一定要认识我们的心本来是可以宁静的，它具有本来宁静的本质，因为我们的本心是佛心一样的心——心、佛、众生原本没有差别，差别在于我们分别执著的习惯，造成下面的相续认知。

作为我们这个时代的人，寂静、寂静的心智、觉悟是更重要的财富了！或者说这个时代，安心、自主地运用自己的生命、意识、作为，那可能是最大的财富。物质的财富，他有拥有的喜悦，同样有拥有的负重、拥有的变异。心地觉悟永远给你带来的是轻快、增上、明了的现行抉择的作用力。

所以说智慧这个词是我们每一个人心地本有的，非是你做出来个什么样子它才有、才可以起作用。这个有是这个力量——它没有来去过，没有生灭过，你用它，它就会全体表现出来；你不用它，它就会休息。

向往工作的人是有一部分，但是大部分人还是向往休息。像学生心里比较向往假期生活。我们每个人都有思维、作为，但是我们思维、作为的背后还是休息在召唤着你、在支撑着你，或者说休息是你工作作为一个结果，或者说是载负你的这样一个厚重的地方。

要是没有休息的回归与支撑，你的工作、作为、交流会变得没有味道，或者说你就会迷失，你就感觉到这样作为什么时候才是尽头呢？你对自己生活的前景、作为的前景、学习的前景会有一种迷茫的暗示，这个暗示给你带来生活中挣扎的心理作用，就生活在一种勤苦、迷茫、挤压之中。这不是任何人期盼的结果，但是许多人反而生活在这种压迫、被迫、迷失之中，为什么呢？

我们人人都本来具有清净智慧的心，或者说本来休息状态的心。我们真正把这一点看得清晰，就会用心去交流、思维、作为，就是用休息的心理来载负、指导作为、思维、交流。因为这个休息的心理状态是没有来去的，也没有生灭的，也没有垢净的，也没有大小的，它平满地、圆融地、具足地在一切众生生命的周边、心地，含纳着一切众生。它不属于某一类人，不管他多高的智慧也不属于他，它也不舍弃任何众生。

在社会上普遍念的“南无阿弥陀佛”就是对这个大休息的厚重地的一个赞美——就是心地，这个心地我们称为无量光无量寿，给他起了一个好的名字，就是“阿弥陀佛”。

“阿弥陀佛”大家都在念，有的人是主动念，因为他了解自己的休息的大地的心理，载负着我们一切思维、作为、语言的这个基本来源是休息状态，或者说是这个心地，或者说是这个无色无相无来无去的广大清净原始法界——这个法界中能出生一切善恶是非，能产生十法界的庄严相，也可以是那些执著于自己某一层面心理作为的人的一个迷失的世界。

所以一切诸佛如来阿耨多罗三藐三菩提来自于此处，一切众生的轮回迷失同样从此处流出——他们执著于流出的相续相了，在相续生灭中、生灭中捕捉着一些认为想安定、想满足的东西，用一种不满足的感觉去寻求满足，永远不能对称，不能得到。

许多人一生都找不到自己人生的价值，他找不到这个点，他给自己很多安排：我应该做成什么样一个权势、作为、事业相、家庭等等。结果到那个地方了，不是。又安排一个新的人生目标，又做了一段，又不是。不管是相应或不相应，他做了很多短期的长期的人生规划，从理论的、作为的、事业相的、社会交往的设置上，做来做去，总是做到那个地方了，不是。

因为啥？他跟自己真正如实的究竟的心地需要不是完全对称，没有完整地整合。他没有这种整合过程，怎么也要出入一些，自己想象的东西跟自己作为的事实总有一段距离。这个距离把很多人带入一个误区，就是生活中的挣扎，或者生

活中不愿意负重这样一个堕落的、放逸的、迷失的、消极的或者偏激的心理。要么去拼命去做事情，要么就无所作为，乃至心地灰暗地说一些不相应的语言，表达一些怨与迷失。

究其心地来说，我们的心地与佛的心地无二无别，怎么会有这样大的差别呢？这个差别实在是无差别的差别相，这个差别相是因为我们自我的执著造成的一个执著相续的事实罢了。这个事实在这个执著者执著的感受中才能有这个执著的事实；那些不执著的人们早已从这个执著的事实中解放出来，他们认识到这个执著是没有事实的。

那些执著于执著相续的人，还认为执著的业果就是个事实，还迷失在这个执著的执著业果的感受中当真，在这个地方会沉重、迷失，产生六道轮回这个重复的法界——这个法界就是使我们重复、重复、重复，无端的重复因为它是苦，是更多迷失的积累与习惯。这个习惯给我们带来了觉悟机会，因为人苦到一定时候需要觉悟了。当然也给一部分人带来了埋怨、迷失、挣扎这样一个新的困惑。

我们说福德因缘，所谓福德因缘就是我们有觉悟的机会了。我们有一个好的教法，有对自身对他人都有意义的教法，我们遇到了。或者说遇到了一个能究竟解决我们心地回归的究竟教法，那是一个天大的福报，或者说是一个不可言喻的福德因缘！

那个因缘等待了我们无量劫。像阿弥陀佛教法中，等待了我们十劫，呼唤了我们十劫。这个呼唤是你心地的一个觉醒，是心地的一个呼唤，非是来自外、内，是我们本身、生命单体在这里面起着作用。只是我们在某些执著的业相差别中，在这个差别中执著，把差别当作事实，来执著相续，产生差别执著事实的业报，令我们在这个差别事实的业报执著中痛苦不堪。它虽然是如梦如幻。

那些觉悟者于这些差别本不可差别、本无差别的心理回归已经看清楚了一——那就是佛陀、菩萨们、圣者们、智者。他们早已知道这些执著的差别、这个业报不是事实，是执著者才能享受的执著相续业报事实的执著人所得到的迷失的结果。

我们生活在这个时代，怎么认识心地呢？可以从自身心灵深处的回归与认知、从群体心理需要的回归与认知、从社会状态或者时代大的状态来看，他们究竟需要什么？在究竟处若是有所观察、有所认知、有所内敛、有所反观，都会了解这个无差别的差别的执著与无差别的差别的觉悟这两个机会。无差别的差别的觉悟者，这个差别就是庄严；无差别的差别的执著相续，就产生迷失，这个迷失

就是业相的负重。所以同样面对一个无差别的差别，觉悟者自得其福报，迷失者自沉重于痛苦。实在是不相干的两个话题。

所以一个因缘产生了两种话题，这两种话题是因为觉与迷而产生的区分。这个区分不是坚固不变的——那些执著者一旦执著的力不够了、散坏了，就觉悟了，又回到无差别的差别的觉悟这个机会上来，来觉悟无差别的大地，真正使自己身心休息在无得无失、无来无去、不垢不净、不增不减的真如心地上来，过星期天、过礼拜六，有一个休息机会。

许多人认为一生中沒有休息机会，就很挣扎、很无奈。为什么无奈？因为不知道自己的前景是什么。学生时代，读了几个月书，不管辛苦不辛苦，等待他的是假期，他感觉到假期要来了。很多人工作，很辛苦，同事之间、上下级之间有一些若相容不相容的任务、指标等压抑的东西，他一想前面有星期天、星期六，可能也有一个缓冲。但这毕竟解决不了根本问题，只是从事相上给你一个缓冲机会。

我们心地中，那个星期天是个大星期。这个星期你生生世世时时刻刻都可以用它，那是真正的大礼拜，你生生世世时时刻刻语言、思维、交流都可以来用它！这个不需要向别人求，不需要的社会的什么样的认知，不需要。因为每个有情都拥有这个——你只要觉悟到这个地方，就是一切差别都来自于无差别的根源。差别就是生命的单体性、意识的单体性、这个作为的单体性造成的一个相续罢了。

因为都在相续，活着就是相续。你可以不思惟，可以不说话，也可以不作为，但相续你没办法阻碍它。有人说死掉就一了百了了——没那个情况！要真有这个事情，很多人都想要一了百了。一了百了可不是那么好说的，要是那么痛快，这个世间就太美好，真没有那么美好。

但对觉悟的人来说，一觉悟就已觉悟了。不是一了百了，他认识到一了百了的方法，也可以做到一了百了，如诸佛如来，他们真是一了百了了，彻底觉悟了，彻底回归到得大自在的清静法界、圆融法界这种事事无碍、理事无碍的真正的法界。这个法界是那些得大自在、大觉悟的人们所用的，但这是我们每一个众生同时拥有的，我们每一个人都拥有这个大自在的法界，每个人都拥有！

要是想象某些圣者、智者、西方阿弥陀佛、观音势至他们拥有，我们没有拥有，那你就大错特错了，你不是学佛教的人，你是个迷信的人、迷失的人，那没有这样一个清静、真实、具足的缘起了。这个缘起是什么？一切众生与佛无二无

别！这就是真正的缘起、成佛的缘起、念佛的缘起、觉悟的缘起，我们解脱、出离生死的缘起，这个缘起。

人人都渴望这种事实，这种真正的休息的清静法界的实质的回归。他不是断灭，不过是十法界变得庄严了，我们的负重变成一种庄严具，就是每一个身口意作为的现行是我们觉悟的庄严，是我们运用、回归、安稳、休息的作为。因为你休息的状态下是具足的，你的作为是清晰的，是尽力而为的，是恰当的。你不会负重，不会迷失，不会挣扎，不会有逼迫的心理，就是休息的心理、清静和心理、具足的心理，就是我们的心源。所以彻还心源，还观世间，人得解脱。解脱什么？就从我们的身口意中、现行中得到解脱。

现行中得到解脱，我们每一个人都是一个无差别的差别的个体，这是没问题的。他活活泼泼的，都有自己独立的感受、思维、作为、语言，这都没问题的。但我们要是执著这个单体、这个无差别的差别的单体的身口意三业相续，把这个相续认为真、认为假，在这里面挣扎作为，后面就是迷失。就是执著的单体的独立性的一种固执的思维，这种思维会使我们思维上迷失；作为，使我们作为上迷失；事业，从事业上迷失。

因为你这种割裂，于这个平等大地、周遍的共有的因缘中割裂出来，你慢慢地就感觉到痛苦。因为你不足，因为你不圆满，因为你不清静，因为你在高举自己或者压抑自己的作为、心理乃至言说，你就会有痛苦的东西。这个痛苦带来你必然反思的机会。

要是不反思，还继续这样作为，那你就是一个可怜悯者，就是对自己缺乏慈悲、对自身缺乏悲悯、对自身缺乏认真、对自身不负责任的生命单体。这个单体就是他的言说、思维、意识支配下的作为，造成的苦。这种苦是割裂性的，往往传染给其他能传染的有缘。再远一些的有情或者不相知的有情，毫不相干。在其他群体的法界中，更不相干。所以“一法界显，九法界泯”，这个泯就是我们各个作为就在自己的意识法界中承受着自己意识法界的作为的结果。

我们每个人的单体性、个体性，这是一个事实，这个事实就是它在相续。怎么让这每一个单体觉悟呢？这是我们每一个人自身的尊重，自身价值的认知，自己反思的机会，就是你个体的福德因缘。你千万不要把你这个个体的福德因缘去分给别人、割裂给别人，那样你对自己不负责任，你总会怨这个、怨那个、怨社会、怨教言、怨父母，怨这个不公那个不公，最后自己失心了，你这个个体的圆明回归丢失了。

所以反观内心，你有回归的机会，这样你能觉悟。你去指责他人、指责社会、推脱责任，结果昧失了自己觉悟的机会，带来了自己更多的烦恼与失心。这一点我们每一个人都会思维，也都有思维的机会。这是我们每一个人的最大的权力，或者说最大的拥有。

现在在我们这个时代，因为这种执著分别的不能承担、业力的不能承担，往往推脱责任了，推脱给教育、推脱给社会、推脱给父母、推脱给师长、推脱给朋友、道友等等，不愿意自己反思自己这个单体性的分别执著造成的业力的感受，是属于自己执著业的感受的一个事实罢了，跟他人相干不相干呢？所以自觉对我们来说很重要。

佛教一个大的课题就要破除迷信。就是迷信佛陀，迷信圣者、智者，迷信善巧者，对自己没有信心，对自身作为没有清晰理念，没有一个圆满觉悟的缘起——一心、佛、众生三无差别这个真正的皈依的缘起，没有这个认知，不知道这种事实，就很麻烦，会丧失自己人生的自我单体的价值。我们每一个人生的单体价值这个地方要丢失了，人就会惶惶不安，人就会很痛苦。

很多人说佛教说无我，不就要无我吗？把责任、因缘甚至活着的状态都推给别人，那你怎么活着？你就会失心，你就会不自尊，你就没有觉悟的机会，彻还本源的机会就丢给别人了。这个别人靠得住靠不住？再靠得住也没有你自己靠得住，菩萨！再真实的人也没有你自己愿意觉悟那个心来得真实彻底！

我们总呼唤大慈大悲的佛菩萨，你要是不呼唤自己真诚觉悟的自心，你再喊这些大慈大悲的佛菩萨你也觉悟不了，因为你自身自心不相应。那就是一个迷失者，就是一个迷信者，就会在人生的未来相续中迷失自己真正的福德因缘，丢失自己觉悟的资粮，就是每一个当下的身口意作为——这个作为都是我们还本源的就路还家的路，这个路是最好的路，是金光大道！

其他的路都是崎岖的路，好比说通过什么人加持、通过什么人提携等等说法。你若不直指你人心大用，彻还你本源的心地的观察，你就走了一个弯路、曲路或者迷失的路，这样一个途径给你带来不了觉悟。

我们每一个人的现行中就有一个金光大道，就是就路还家，就是现下觉悟，认知这个心、这个作业、这个语言、这个意识过程的本质与佛是无二无别的！这一刹那就是金光大道，直回本家，直用心地，直指心地之妙用，妙用就会现前。所以我们不需要去求什么、不需要去礼拜什么、不需要去歌赞什么——你歌赞你

心地就行了，你礼拜你那个应该觉悟的喜悦的欢喜地、安乐地、真诚地了，什么地？心地！

你摸摸你自己心地是什么样，你碰触碰触它，认知认知它，感受感受它——它是实在的、踏实的，它是平缓的，它不是来去的，它不是修证不修证而建立的，它不是妄想、智慧能建立的，它是人人从来没有离开的厚重的广大的如实的空间。所以往生、回归，这一念反观就是觉悟的刹那，它就是具足、清静、真实。

人生中大家有很多愿望、想法、相续的作为，很多很多。但是严格地反思自己心理、观察自己心理，乃至从心地里观察依正二报的作为，我们得有一个正确的认知。这个认知是自身的需要，就是休息的需要。

觉悟现行，畅明发心

慈法法师 讲授

2011年10月30日于北京福慧慈缘餐厅（下集）

我们到了一个快节奏的时代，这个时代的节奏比较快，我们很多不必要的套路、架子，就是八股文的东西，需要拿一拿，也可以放一放。时代给我们带来了一个契机。你作为一个欲觉悟又生活在这个世间的人，就不能违背这个大的契机，就是高速度变化的时代状态。

许多人接触过佛教一些修行仪轨，或者其他的修行仪轨，很多仪轨慢慢地人们没有太大耐心去作为了。并不是说我们这个时代人有什么特定的变化，实在是这个时代带来的大气候下面的一种事实状态。就像水到零度以下的环境能结成冰，温度越来越低，冰就结得很厚重，甚至成大陆架那样的冰层，像南北极一样。当零度以上的温度越来越多，这个冰架可能也会化掉。

有的人，好比说是冰的表层，温度来了，你就再对抗、挣扎，它也要把你融化掉；你在冰的最深处，你不挣扎，它也没有啥；你挣扎，它也没有啥。就是说现在大环境对我们有很大影响，起码在作为状态上影响很大。我们不必要回避这些东西，或者做出个什么样子来装饰自己，没有必要。

我们这个时代是个包装的时代，看看日用品就知道了。尤其是礼品包装，东西可能一点点，包装很大、很精致。打开了，里面东西也就那个样子。礼品是人跟人交往的一个尊重的表达，尊重的表达反而变成包装的不实的东西了。我们人跟人交往要想来得真诚，真是不要包装。就是不要作为那么多不必要的，把自己心地的直接需要表达出来，有调整、改变、觉悟它的机会。

因为太多太多的包装很累、很辛苦。你装出一个觉悟的样子，或者说你装出一个圣者、智者或者善良或者说好人的样子，你心地不是这个时候，还不如你去让你那一些不好的东西表达出来，大家还有一个交流、指出、觉悟、改正的机会，来得还真切一些。

我们这个时代人的心地需要、阶段需要、究竟需要，认知很重要。我们生活的这样一个一个次序相续，是人类不可阻挡的东西，没有什么可以产生断灭事实的。所以我们把每一个现行做得好、做得准确、能觉悟它，那对每一个人来说无

疑是自我单体的一个责任、一个尊重、一个价值观，就是他做一些有意义的单体的作为。

现在这个时代，有的人对什么也不屑一顾，认为自己能嘲讽这个社会、能肆无忌惮，似乎是无碍了，是不是呢？这些人心灵深处更多的迷茫与深层的不安，看似超越了一些什么东西，在心灵深处的不安会咬他自己，会蚕食他寂静的那一时刻钟，就是他反醒自己那一刻钟会被他这种过分的作为蚕食掉，就是自己觉悟的机会都会丢失掉。

再一类人就比较压抑自己。大家都包装嘛，我也包装，人就活得很辛苦。明明不是那样想的，明明不愿意做这个事的，还必须做；不想说那样的话，还要那样说，很辛苦！这个辛苦是自己不情愿做、不情愿说、不情愿思维的事情他要去思维、去说、去作为，后面就带来一些烦恼，莫名的烦恼。

所以我们这个时代，真诚、平白、平凡、不造作对我们来说是天福了。不去造作，就是不装腔作势——不管它好坏，不要去装腔作势，把那个装腔作势的习惯拿下来。让自己那一个现行的状态，让它去觉悟，让它去体验，让它去认识苦乐，就直白。这样呢，平常就真是道了，平常就是道。

在平常是道这个地方真正了解了，用得上力了，你这个人就是个闲人，你的心就可以休息下来，你可以让自己的身心静下来，你这个休息的心地就会浮现在你生命的整个空间。你站在你这个休息地上去作为、思维、交流、言说，就会从容不迫。那些焦虑的人永远感觉自己站在边缘地带，就像一个悬崖边或者高低不平的某一段路上，不知道哪一刻就把自己撞伤了或者摔下去了。

我们人人都会思维的。有的人思维得细腻、深刻一些，就是给自己一个很好的尊重的机会，或者说令这个个体像释迦文佛、迦叶佛、拘那含牟尼佛、拘留孙佛这些过去的世尊一样，在他这短暂的人生中，或者同样的寿命中，不管是六万岁、四万岁、两万岁或者一百岁，乃至寿命更长更短，在这样状态下去觉悟这个人生，完成这个人生的觉悟。那么他认识法界的整个生命——无情的成住坏空，有情的生老病死，都像看到手纹一样清晰，他能了解这个东西，能自如地运用这个东西。

他们也是生命的独立体表达出来的释迦文佛、迦叶佛、拘那含牟尼佛、拘留孙佛，都是曾经在我们这个共同生活的世界上出现过的独立的单体的觉悟者，我们称他们为如来. 应供. 正遍知. 明行足. 善逝世间解. 无上士. 调御丈夫. 天人师. 佛. 世尊。我们给他这样美好的称呼，把他们所有功德记述下来，建了很多建筑、

塑像，用很多文字记载他们的经历、说教、实践过程。为什么他们值得大家这样去追忆、学习与了解呢？

历史上我们看到很多伟人，或者黑皮肤的、白皮肤的、黄皮肤的、棕色皮肤的、高人、低人、智慧的人、愚痴的人、疯狂的人、觉悟的人……我们会观察很多人，但是真正像佛陀这样留下来这么多教言、文字、实质内涵的智者，或者说单体的觉悟者……很多人会说到其他宗教的一些圣者、智者，我们先放一放，就谈一谈佛陀甚深的功德与作为，实在是我们心灵的完成式，就是一个单体生命的最佳状态——他的身、口、意都达到了至善至美的人人向往、人人具有的这样一个事实。

我们只要认识了我们有像佛陀一样的心地，就有完成像佛陀一样觉悟的单体，就是具足三十二相八十种好，具足十八不共法，具足四种无畏，具足十力，具足十种名号等等。这不是只有这些人才能特定的，是每一个众生单体都可以成熟的不可思议的功德与利益。

这就是我们遵从的佛陀给我们最真诚的、最如实的、最彻底的教法，也是一个供养，也是他对生命单体性的感恩与真正价值的认识，真正的认识。他不光是认识，他还会实践与亲证这个认识，就是心佛众生三无差别，或者说一切众生皆有如来智慧德相的诚实言——这是个诚实言。

很多人认为佛说的道理、教法他都懂，下面就有个转折词，他就开始把所有他懂得的东西毁掉，然后遵循他的习气、妄想或者共业的逼迫，去作为一些他知道这样做会危害自己危害别人的作为、言说乃至思维、习惯。就是我们常常讲道理我是懂的，但是——这一个“但是”就把所有道理的积累、认识的积累、信仰的积累全部否定了，然后用自己的习惯、被迫、无奈乃至苦业作为的陋习去相续自己的生命、作为、思维。

这实在是不可思议的应该观察的人生的丰富内容，是我们人生不可思议的业与福德因缘——觉悟它，它就是一个不可思议的福德、福德的业；不觉悟它，它真是一个沉重迷失的恶业或者无记业。

生命不断地在变化——集体性的变化，个体性的变化，觉悟的变化，迷失的变化，坚固、不坚固的变化。但像现在，你就是极坚固的人生也就是一百岁，超过百岁的人少之又少，我们这一百岁中有几个有意义的作为？每个人都可以回顾。

我遇到一些念佛、闭关、走般舟或者有些特定修法下来的人，他说我这前几十年白过了。我说为什么？他说这一天一夜的记忆是十分难忘的，这一天一夜像一年一样长。一天一夜怎么拉的这么漫长呢？他对生命有感知了。原来我们在走般舟或者一些闭关修法、一些念佛、一些行为中，会把生命的感知的密度排列组合到最佳，或者说一个最大状态、最大值。在这个状态中你就会感觉到：哦，这么多内容啊！

我们日复一日年复一年的奔于世俗习惯与生活中，年复一年日复一日就这样过去了，浑浑噩噩的，甚至很少有概念。一晃，哦，二十岁了；一晃，哦，三十岁了；一晃，哦，四十岁了；一晃，哦，六十岁了；再一晃，哎哟，火葬场可能不远了——那是人人必行的路子啊！我们这个必行的路子，这一路走去是觉悟啊？还是一路就浑浑噩噩啊？每一个人都会有自己的追求、观察与选择。

佛陀之所以出于这个世间，我们赞美或者歌赞、礼敬他的行为，主要是他把实质的东西证知、证实出来了。就是我们每一个众生心里究竟的需要，或者真正快乐的得大自在的那个点，他亲证到了。然后他回供给一切有情，就是每一个单体有情，他又供养给你。

为什么我们赞叹阿弥陀佛呢？阿弥陀佛把他所有修证功德回施给每一个众生，平等地回施给每一个众生！蝇飞蠕动，等觉妙觉，你不管是什么样众生，我都平等地圆满地回施给你！不因为你善恶、大小、是非，我给你多或给你少——没有，全部是圆满的回施、供养！

这是值得我们尊重的，值得我们赞美的。因为他清净圆满的供养、回施是他真诚的亲证、周遍的亲证、如实的亲证的亲证事实。这个事实就会产生普遍回施的真诚心——这个真诚心是每一个人最安稳的地方，就是每一个生命单体最安稳最安稳的大地。

我们还没有回归到这个地方，有不同的对立——对立的人群、对立的法则、对立的思维、对立的说法、对立的习惯……有对立的的东西，就把完整的法界无意识地割裂了一部分，割去了一部分。你圆满的觉悟、圆满运用的机会就被自身的割裂造成了一个割裂的感知结果，割裂后的一个结果的受用、认知、习惯。

这个习惯你再做下去就苦下去、烦恼下去、迷失下去。养成习惯以后，你自己没有觉悟到心、佛、众生三无差别这个事实，又证实不到这个事实，你就不断地在流变中、流变中、流变中去流转。这个流转是我们累劫以来的亏欠心、割裂

心、不圆满心、偏离、对立、对待心建立的业报的重复性，就是生、老、病、死、求不得、爱别离、怨憎会、五阴炽盛的苦，在苦苦、行苦、坏苦中表现出来。

这个苦出来是你很无奈，因为你没有完整的缘起，就是心佛众生三无差别的缘起、一切众生本净的缘起、一切众生皆有如来智慧德相的缘起你没有认得准、用得起，你没有亲证它，你就不会真正地平和地回施一切众生、供养一切众生——这样思维观察的机会都没有。我们总是有对立的、冲突的、割裂的、排斥的等等建立，这种建立给我们带来了生活、意识、作为的不完整性、不安全性、冲突性乃至相互挤压的自卑与骄傲。

所以皈依不是求一个心外的东西，无外乎是令我们了解了这个缘起，就是心佛众生三无差别这个圆满心地的缘起、本净缘起，我们认真了、亲切了，就皈依了。皈依什么依？

我们这个娑婆世界应化的释迦文佛一样示现取灭，他必然表达了诸行无常、诸法无我、诸受是苦、寂静涅槃这样一个事实。我们作为一个生命的单体，有发起那一天，就是有出生那一天，死亡就必然伴随着我们，就是这么充实地表达着这样一个事实的必然性。

那些不执著于生死的人超越了生死，虽然在生死的幻化运用中，他们在运用这个幻化作为佛事、觉悟事，就是快乐事、智慧事、慈悲事、善良事。那些迷失在这个幻化生死之中的人、有情，就会沉沦在幻化的生死中，不断地建立着不同的生死幻化的业、业习、意识、意识相续，就是所谓轮回者，轮回、轮回、轮回……不断地轮回，轮回到使自己真是感觉到没有出头之日一样的轮回、轮回、轮回！

我们平时会感觉到日复一日年复一年这样烦恼、业习、习惯的作为苦，不完整的心地在推动着作为相续，我们的心没有安住圆满清净的机会，这样的人没有皈依。不管你是不是所谓佛教徒，或者说你是不是皈依了，因为你不真正运用你清净圆满的心地这个缘起，不认知他，你无从谈起皈依！你没有办法圆满你真正的究竟安乐，就是常讲的阿耨多罗三藐三菩提，无上正等正觉。

无上正等正觉不是一个高明的词，是一切众生本来具有的本净心的如实相。他无上——没有对待，远离了高低大小；正等正觉——是我们心地最安稳的如实的描述。那个名词他不愿意翻，古人感觉要是翻译出来会有一种余意未尽的感受。所以我们读到经典中，像流传比较广的《金刚经》中，一说就是阿耨多罗三藐三菩提——阿耨多罗三藐三菩提的确是我们心地最究竟快乐、最真实相，他描写了那个相。

生命是有很多单体性的生命，这没问题，我们一定要不要怕这个很现实的问题。你说这个单体无我了，我这个单体咋安排？所以说他可以超越这个单体，还运用这个单体。超越这个单体，更好地融入社会、融入世间，但这个单体已经是个解脱的单体的意识、作为、思维、语言等等，他不是个断灭相。我们说空也好、无我也好、超越生死也好，实在是一个觉悟相罢了，觉悟的一个紫磨金身相。

这个相他已经超越了相，所以诸相非相即见如来。他这个超越是从心地的觉悟的认知的妙用。这个妙用，此相还是这个相，但是此相已是非相了。非什么相？我们执著这个相就不是觉悟的相，不执著这个相就是觉悟的相。我们读《金刚经》，阿耨多罗三藐三菩提不可以音声取、不可以相取。为什么？就是让我们拥有这个相、运用这个相而不黏着于这个相，而不执著于这个相，不迷失于这个相而超越这个相。

这个相是什么？是无我相。因为自性无我故，本净无我故，不过是阶段性的一个表达、业力的一个积累、一个现实的相续罢了。它不是断灭的，它不是顽空的，它是在相续的。但这个相续可以觉悟，可以觉悟它的本质，也可以迷失它的表相。迷失于表相他就变得沉重、痛苦；觉悟这个相的人，变得超越、灵动，变得善巧、慈悲！

诸位菩萨，我们现在接触的佛陀教言，原则上讲实在没有什么，要是把它处理得干干净净，跟这个时代的人来交流，就是你的心念、心念的作用，对你作为、意识、思维、语言的支配的原始动力是什么？你去审观它。它纠结，它到最根本的地方是什么？你去观察、去运用。佛陀就会在我们生命中表现出来他那个紫磨真金身，就是你不再染著于你这一种不完美的相、不具足的相、不具足的心、不具足的作为、思维、言说。

作为一个人，我们有这个机会，聆听了佛陀这样清淨的教法、圆满的教法、具足的教法，来印契我们每一个人，那就是我们每一个人福德因缘的真正成熟，那是不可思议的内容。那个内容，觉悟者是拥有、运用，不觉悟者拥有而埋没在自己的业力之下，如此而已。

所以觉悟者就是假借皈依而印证我们现行的心原本与佛陀无二无别，称为本净无二无别，也称为如来智慧德相无二无别。在这个无二无别的缘起下、认知下、确定下作为，你就真正是一个佛教徒了。这个佛叫什么？觉悟之人！你觉悟由这个因缘表现出来的相续，就真正是一个修行人。

实际我们人类历史上最早的宗教仪式最简单。人们真诚的心念、直指心地大用的机会越来越少，套路就越来越多，越来越繁琐，令你在繁琐作为中忘却你世俗的业力，走出你世俗的身口意，让你脱离那个地方，慢慢地适应这个觉悟的心、觉悟的事情、觉悟的语言。

我们去说别人觉悟的话，像读经、读论，学习别人觉悟的思想次序，交流经典、论等等说法，那与我们的心地究竟有多近呢？那些觉悟的人一看都知道，三藏十二部没有离开自己的心念，一切祖师大德的所有教法、说法、善巧没有离开我们的心念，没有离开任何一个生命单体的心念！

我们每一个人的心里都有无尽藏，都有无尽的妙言辞，都可以描写出无量无边如佛陀言说一样的真实功德。我们现在为什么描述不出来、表达不出来、运用不出来、成熟不出来、展示不出来、交流不出来？就因为受到某种业习、割裂、执著、分别、对待的习惯的遮蔽——它封杀了你这种无尽藏、如来藏、本觉藏、法藏，使我们迷失在自己的业力海中、烦恼海中、事相海中、对立海中，困惑着自己。

你学佛学他什么？说拜一拜吧，求这个求那个……求越多的人，心里的亏欠表达的越充分、越坚定。勿求于人，但求心智方便，这你有方便。所以我们以不求人的心念南无阿弥陀佛，念念清净、念念安乐；用求人的心去念佛，佛亦亏欠。何以故？你念亏欠故，心亏欠故。有的人念万德洪名——南无阿弥陀佛，但心亏欠，心里有所求，心很烦恼，结果这个名号也成了烦恼的音声与传达。他就会说我念这么多佛怎么还这么烦恼？实际是心地烦恼，心里在表达烦恼。

我们怎么来觉悟自己的人生？现行！现行！就是我们这个现在、现下，现在这一秒钟、这一秒钟，再往前推再往后推都是这一秒钟、这一刹那、这一念中，那是你最好、最殊胜、最难得、最真实的机会！这个“最”字是无以复加的意思。迷失亦全在于此。一念迷，三世迷，过去现在未来都迷了。一念觉，圆满三世。何以故？一念觉悟你可以把过去所有的沉重洗涤干净，所有的迷失你认知清晰，现在你庄严、安乐、具足、从容，未来清晰、明了、灿烂、辉煌，如实不虚。

此一点我们善于观察。说现行中如实的利益、现实中的迷失，我们自觉自明。要是在一个迷失习惯中去运用，也十分正常，就是你会带来苦、八苦、三苦。这是安乐心中的不正常现象，但是世人以为正常，所以苦恼相续。觉悟者认知此处非正常，所以觉悟生命，觉悟有情，慈悲相待，智慧审观着自己与他人的业相。

佛陀不过是把我们人生一些内在的实质内容，通过他真正的不断的修证、认知、觉悟、观察，亲证了我们人人本来的状态罢了，每个生命的如实状态。我们现在不是常态，当然可以说是凡夫的或者说愚痴业、割裂业、对立业支配下的常态，就是迷失、轮回、重复、颠倒，就是苦、苦的相续。

有的人就算强装着不苦，迷茫的苦还在等待着你！你那个装的苦、高举的苦、自大的苦还在等待着你！等待你什么时间受用？悄悄的时间受用——你关着门，谁也不见，你自己静下来的时候你自己开始受用它了。

在人面前你可以表达的不苦，像个强人、成就者、觉悟者那个样子，但你心灵深处一旦没有圆满的回归、真实的回归、如实的印契，你一静下来的时候、悄悄的时候，就知道自己这都是假家伙，都是无意义的事情，都是自我蒙蔽。有时我们有蒙蔽别人的有意无意的习惯，造成了自我蒙蔽的相续。这个相续给我们带来的东西是什么？无穷无尽的轮回。

生命的短暂与外缘的多变，现在给我们每个人都出了一个人生考卷。我在杭州到苏州这一段公路上看到一个景象，在大雨中大家都在加速度开着车子。高速公路嘛，大家要把速度提上去。因为下着大雨，可视性就有一点局限，司机开车容易疲惫。但是所有人都在加速度，都有一个良好愿望——早一点到家、到目的地，所以都在加速度。车越来越近，密度越来越大。虽然都是高速公路，虽然都在雨水中，雨水溅得很高，也有视力越来越模糊的概念，但人都在不断地加速度。

我就问司机说你能不能把速度减下来？他说你看能减吗？后面车子追着，前面车子跑着，你夹在中间，你能停下来吗？你能缓吗？你缓不下来的！为什么？在这个共有意识的加持下，大家都停不下来。稍有一人一个概念出问题，方向盘一打，或者某一个零件出问题，一瞬间一大排就擦起来了。

有时候我们烦恼的习惯、业力的习惯、放纵自己的习惯、自己伪装的习惯，那个惯性就像这一排车子一样，在这个高速的渠道里面大家管不住了。想调整自己的人，只有这个愿望，但是没有这个力量了，这是个不可思议的业相！

我说现在要有一个人或者车出一点点事情，一刹那间这一群人都不见了。他说是。因为啥？那速度很高，都是嗖、嗖、嗖的！但人人都有一个脑袋长着，人都知道肉体很脆弱，都知道铁壳子高速撞击会出什么结果，但人还都在这么做。我跟司机说我们能不能不这样做？他说你不这样做不行。为什么？你在高速公路上。

时代，这个高速度的时代，大家都在高速公路上，开着自己单体的车子，速度越来越快、速度越来越快、速度越来越快……虽然有些服务站、休息地方，星期天或者节假日，但人的速越来越快，人越来越容易疲劳啊，休息、达到目的地的渴望越来越强啊，这里面的成分我们就不得不警觉了！

这个社会现象是我们心里业报的一种共同拥有的东西。所以现在这么多人渴望着觉悟、觉醒，渴望着不再沉沦于生死无奈之中，是正常现象，是很公正的自我反思，是如实的认知，这样的认知、反思是有价值的。对我们每一个人来说，它都很公正。所以说觉悟机会不要推给别人。念佛是个方法罢了，皈依也好，什么也好，都是个方法，主要还是我们要认识到自己心地的真正需求。

好。给大家二十分钟的问问题时间，可以交流一下，不同的角度。

弟子：师父，我觉得有一个选择自己怎么学的问题。遇到的缘很多，到底我怎么选择？读经、听讲、念佛、坐禅……因为今生时间有限。

师父：我们比较在意的、谈到的、思维的基本上都是表相，就是阶段性，阶段性的单体作为的一个状态。我们把这个状态像抓镜头一样拍照下来，说我这一段迷失、我这一段痛苦、我这一段有个什么……会把它定格。这个定格就认为这就是“我”，它会附加到这个生命上来。

有人说我病了，那病是“我”；有人说我这一段很不痛快，那不痛快就是“我”……我们会把这一段一段当成是自己生命的一个一个一个，把整个精力放在这个感知上，很少反思这个感知背后是什么。好比说我读经、我念佛、我拜佛、我去听讲、我去参访善知识等等，我要做什么？这心是迷茫的。每个人都有很多事情在等待着，但我们选择哪一个事情？这就是明确不明确发心的问题了。

说发心未明修法无益；发心未明，你做事也无益；发心未明，你诵经、拜佛、参访善知识，有益没有益呢？很多人说外面也是助缘，所以常亲近善知识，常接触教法，常与同参道友共同交流，这不失为一个启发。反过来说，我们能不能观察到自身的需要、自己的发心？我们谈了很多，往往他不管，他不在乎自己的心念，他就是说这个事情怎么样、那个事情怎么样……你自己的心地怎么样，是头等大事！

刚才这一个多小时一直就谈一个问题——我们的心灵问题。这个菩萨问的是应该做什么事，而不是用什么心去选择该做不该做。

我们要昧失了发心，所有作为都是迷茫的作为，都是无明业力支配下的结果。做了事情就会有遗憾，做了事情就会迷茫，做了事情就会辛苦。你清晰了发心，

明了了发心去作为，这个发心就是结果，你的作为不过是个过程。你这个过程跟发心契合，你就会有对称性，说和谐、平等、清净、不再取舍，或者说它是圆满相、它是清净相续。明了发心，你择什么法都方便；你不明了发心，一定要在你的发心上去深究！

不管是参访善知识还是读经，一定要究自己的心里需要是什么？认知自己的心！所以读《金刚经》、《心经》，许多经典都是让你明白自心的。说观自在菩萨——明白自己的心。过去心现在心未来心不可得，一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观，等等，都是让我们来觉悟自心的，没有一个让我们心外求法的！

但我们所举的烦恼业习都是这个事情、那个事情、张长李短，就是没有看到自己的心是平满的还是对立的？是迷失的还是觉悟的？我们心是觉悟的，读什么经都是觉悟的过程；我们的心不觉悟，读经也可能启发我们的觉悟，也可能你还继续不觉悟。所以以经印心，心得觉悟；以善知识觉悟的教言来印契自心，也可以觉悟；依教印心，也可以觉悟；以法印印心，也可以觉悟。

觉悟对我们来说就是心地活动，不是你做什么、做什么、做什么……先把做什么放一放、事相先放一放。看看你的心地，再去碰触这个事相，选择这个事相，你就会得到极大方便。这个菩萨谈的就是一个事相问题，先把发心搞清楚再去做这个事情，就有一个答案了，就是明发心而后行事。

过去善导和尚讲安心、起行、作业。安心，就是明白自己的心地了，去作为，去观察，去言说，去思维，那是觉悟者的行地，是觉悟的状态、相续，是觉悟者的实践。我们不知道自己，就是失心的作为——你失心的作为，任何作为结果都落到失心的状态上去了。

这一点大家可以认知。过去善知识的言说都很准确，说不明发心修行无益啊！这是很重要很重要的！所以发心，发心，发心！你的心地是不是究竟的？是阶段性的还是究竟的？究竟的你究竟安心，阶段的你阶段安心，但是你一定要明白你自己心里状态再去作为、再去交流、再去思维，这个结果是有意义的；不明白这个心去作为、去思维、去交流，往往你会落到无明的相续中。

我们的时间很短，但是每一个现行都可以来觉悟自己的心，观察自己心里需要，再去思维、作为、表达，这都很方便，我们都有这个主动权利。这是很主动、积极、健康的心理。要不然我们很被动——做了一个事情，受到一个逼迫，迷失了，痛苦了，不健康结果出现了，再去思维观察也可以，但已经落后半拍。毕竟

我们能在事前去观察思维，就特别方便，简洁，主动性大。很多人认为佛法是消极的，或者是麻醉性的——不是，他是清晰的、明了的、有力的、抉择的，是智慧者所行。

大家来到这个地方了，一定会走上智慧、智慧的路子，会走上觉悟、觉悟的路子。在我们人生未来圆满无上菩提的真正意乐中，在无上正等正觉这个生命单体价值最大化的认知中、未来相续中，大家一定会圆满自己的作为，一定会有这样的机会，因为我们已经有这样一个开始了！

集体共修与平时串习

慈法法师 开示

2014年10月于北京安乐集学习小组

作一个简单的模式，好比说我们学到“以佛愿为己愿”这一段文字了，一天拿出来四十分钟、三十分钟、二十分钟、十分钟去审观一下自己，就是我用十分钟、二十分钟、三十分钟或者一个小时、两小时去审观自己，用自己的思维去思维“以佛愿”这种角度，去想象，去思维，去言说交流，去感知、认知这个世间。拿出来一个时间段，像给自己定了一个功课。

好比说今天有礼拜、赞叹、作愿、观察、回向。有念门，有果门。念门是“礼拜阿弥陀佛，为生彼国意”——这一天我用两个小时去审观往生彼国意是不是决定了？身业礼拜阿弥陀佛，为生彼国得生彼国——我这个心是不是在极乐世界安住着，就是不造不作，不起不伏？我用两小时去思考这个题目，给自己规定，我就在这一段时间。其他时间我都正常生活，该干啥干啥。每天就拿出一点点时间处理一下这么个东西，他就变化很快。

我这一次在山东碰到一大群，都是刚接触，但是他们实践了三天、五天以后，突然感觉到这个世间不是原来那种生活意识，包括修行，就是自我心理思维变化。因为他用那个时间，他串、串、串，就会突然从自己的思维、生活意识、习惯中跳出来，跳出一个格，有个感触，他又回到日常生活中了。但他跳那一刻的那种作用力在这一天里不会减弱，因为他必然是升华过了，就是我站在一个高处看过了。他想再回到这个高处，一提念它就出来了，他又能回到那个地方——他有这个串习力。

好比说我们学习了，大家共同用四十分钟、三十分钟串习一个东西。下一节课再各人说串习这个时间的经历、感知或者体验，你集体相互推动的意义就有，或者说有什么作用。要不然学学就过去了，你到日常生活中没有一个相对集中的力量去推动自己的思想，去依着某个法则让自己思想在这里面有一段融入过程。那你学了，脑袋瓜一灵光过来了，感觉很喜欢，回去了，世俗的东西一弄又是世俗状态了，慢慢会疲惫。

这个体验模式比较容易唤醒自己心灵深处与佛陀不二的法性这种对称使用角度。实际这些方法都是让我们使用自己与佛不二的觉性或者平等的法性，怎么从这个地方走出来，运用自己的现行——就这么样一个机遇。

这一点就是拿出来跟大家实践，也不见得多，它是择取的。就是他们留下一个题目，你选一个你高兴的东西，去实践十分钟、二十分钟，你自己给自己规定。明天来，你说我实践这十分钟我是个啥意识的转化或者认知，或者说感受的认知，或者怎么样一个随顺的法益，反正是有这样一个机会。

这个东西真要有一个实践，光读诵跟自己关系不大，你就在那个角度上实践一刻钟。他们择取一些题目跟大家商量，然后这个实践你自己安排，就是你自己意乐：我就用三十分钟。你就去做，两个小时就两个小时，十分钟就十分钟，自己给自己规定。他就相对比较容易忠实于自己的选择，不用负担，我有这个意愿，我的意愿有择取过，有这么个作为。

我去保定，他们太整齐了，有点喊口号的味道，有点企业训练突破自我的感觉。“哇”跪下，说“阿弥陀佛”，整齐得很。我感觉那有点强制。你们用一个，又能实践，又不给自己带来负累。实践佛法本来不是负累大家，就解决大家的某些问题或者某个弱处，你在某个弱处去串习，某个时间段去串习。一天一天，有一星期或者几天，人会变化。

我这样体验过。以前我特别耐不住人的啰嗦，一个事啰嗦几遍我就不理了，我就烦。或者你不守时间，我扭头就走了。这是这种自我强制，你守规矩，别人也必须得守规矩。我说以后别人不守时间，我能耐得住耐不住？我就训练这个忍耐力，我说人要有耐力、耐心啊！这样给别人说，实际是提醒自己要有耐力、耐心，要包容，不断地提醒自己。

过一段了，这种心力、感知，好比说那个习惯习气一上来，你正在那儿跟人说你要包容，就起到一个直接的照见，就看见自己那个狰狞了，或者烦躁的那种习惯。不断地提醒自己，提醒起来它就成熟了。实际训练也没有啥，发现比较烦了，心里一动念：哦，我又烦了，要包容啊！它就成熟了。

它不是习惯不习惯的问题，它成熟了一个东西，什么东西？把过去这个习气内敛了，慢慢地找到它的根源。本来也没有这个习惯，是我们习出来的，让它回到清净处就是了。慢慢地就不那么难受。好比说别人不守时间或者违背了我以前的原则，实际就是自己那种烦恼点——你不要管他正确错误，就是那个烦恼点。

因为只要烦恼，它都有理由。人一烦恼、生嗔都是有理由的，就把你这个理由给去掉。

我们学习要不去处理这些东西，那日复一日年复一年的学习不过就是学习一点别人的东西。就像天天说这家有一两银子、二两银子、三两银子、四两银子，天天说，说完自己回家了，还是穷人，因为跟你没关系。自己尝试着用一用，就跟自己有关系了。

到济南的时候，他们提了很多问题，某某提出来十八条、二十几条，就是一个问题——造作，没事找事，找个理由。你说我能不能让自己不没事找事，心里又明明白白的，不浑不噩，不感觉到无聊呢？那样做。我们每个人肯定都有觉性，弱在什么地方自己可以寻找，可以明确地让大家作证；也可以自己悄悄地做，选择一个法则。弄一段以后，感觉佛法有意义，对我们是有效果的。

要不然学了没有意义。学了慈悲，又起嗔心了，学的东西跟自己心念没有关系。我们学的东西真不在于多少，要能起作用，这个学习就很有意义了。要不然弄、弄、弄，拖这么多年，把人拖累了，挺辛苦的，就没意乐了。说我请个假，下次我不去了。因为啥？他没有意乐，没有内容了。你看第一年时候，学习啊，这样那样，热气腾腾的。不是不行，能持久这样子弄也行，不能持久也了不起，关键是要解决自己真正心灵的问题。

集体学习，最大的东西就是学习本身是让我们休息的，你要放弃自己的事，放弃自己的想法，放弃自己得失去为这一个聚会休息，因为休息去聚会，聚会去休息，而不是我要弄个名堂。开始你们学的时候，为啥说一星期像过年了一样凑到一块？你是放下自己的东西了，不管咋地我要放下自己手下的东西去——他这个放下本身就轻松了。

但你要聚会，又不放下，说今天我还有啥事，我就不去了。最后心里说去啊不去啊？他放不下这个东西的时候，心里就会有掂量。实际放下本身就是修行啊，你聚会都要放下自己的东西，你不放下自己的东西很难聚会！因为各人都有各人的事，这种生活意识、空间，每个人都不同。你有十个人，就等于你要从十个角度放下，我们就能看得到这各个角度的东西。

聚会实际是令心休息的一个机会。休息了然后看看、照一照，那个死角还有东西没有休息。这样到一起就有意义。你们学习几年了？

弟子甲：四年了。

弟子乙：有的师兄会说今天来了几个人，心里还会晃动。

师父：实际跟别人没关系，人多了人少了跟这没关系。

弟子：有的时候感觉可学可不学了，是不是会有这种状态？

师父：会。你学习就是学习无事，学习相互的无事。有事好做，无事难做，无事闲人不好做，清福难享。真让你享受清福，享受不了。弄点事，把人弄到一起了，热闹。要说大家到一起闲五分钟，坐这儿静静地待五分钟，这不害人吗？

弟子：然后就开始自己怀疑自己了。

师父：就是造作的习惯，多生的习惯没休息，心还没有休息下来。学佛人就是见面相互提醒休息下来，聚会是休息的时候。谁还要造作？谁来造作，表演表演，大家都看一看。看看两个小时、半个小时，各回各家，保准这个没问题。这个弄惯了大家很清净。谁有啥表演就表演吧。

我们无始以来造作的习惯，不造作人会发疯、会失控。过去人闭关，就是啥都不，要把这个心境静下来，乃至把心里悄悄地……他一个人天天守在那个地方，人会疯掉的。越来越静，越来越静，心里慢慢宁静下来，止、观解决了，他能看到诸法的实相。

弟子：小组师兄在一起的时候，经常也会说我们生活在这个城市，应该为这个城市、为大家做一些什么……

师父：可以念五分钟的佛回向给这个城市，给所有人结善缘，让他们不被雾霾所害，身心远离城市这种交通的逼迫或者工作、生活、感情、家庭的逼迫，身心安乐。五分钟就可以，三分钟也行，念十句都行，但有这个回向就不得了。你看到这个城市的谁，念佛了你都会生喜悦——我回向给他了。不需要多，不是把我们弄得精疲力尽、流血流汗的，不需要，也不需要壮烈牺牲，就拿出一点点的时间。

我们念了“愿以此功德，庄严佛净土，上报四重恩，下济三途苦，若有见闻者，悉发菩提心，尽此一报身，同生极乐国，也不知道是什么，什么叫上报四重恩？什么叫下济三途苦？没有概念。

要真这样想一遍就不得了了。我做的点滴善缘都回向给众生，把所有的点滴的喜悦、善根、教化利益回向一切众生。那你看到任何一个东西你就会生起喜悦，恬淡的，宁静的。看到自己的仇人、失恋过的人或者什么人，你心里也是平衡的，甚至你会生起感动。为啥？你回向了，祝福一切有缘得身心安乐。过去人念几声佛，愿天下人得安乐，离苦因苦果，令一切有情得安乐因安乐果——阿弥陀佛！他走到哪个地方，这个东西就会表达出来。

你要这样修行，在城市中有意义。我们的心就会在一个处理过程中慢慢地起作用。城市修持，真要回向给这所有的有缘、无缘。

弟子：师父，北京的雾霾严重，大家日常生活中有意无意的都是对健康焦虑的东西，聊天经常说这些东西。

师父：他关注点的问题，就是这面积太大了，你就不说它也生活在其中。

弟子：我们作为念佛人，怎么做一些对大家有益的作为？还是祝福？

师父：祝福！你不祝福你干啥？我们不能上大街上宣传说不要开汽车，都步行，不要取暖，不要用炉子，不要用什么什么……大家还在用。学佛人先用慈悲、善意回向。

弟子：刚才师父说每天用特定的时间去实践，就是各人根据自身的情况去做？

师父：是，像自己给自己留一个小小的作业一样，来处理一下，它会生起喜悦的，你悄悄地处理过一次以后你会生起喜悦。许多出家师父很烦恼，我说你学佛为什么会烦恼呢？他说你没烦恼？我说我也有烦恼，但我会处理它。这些出家师父的烦恼，他会增加它，好比说他十年前烦恼，他十年以后还是这个烦恼。

我说这个我不会，我一定把它处理一下，这个烦恼特别突出的时候我会处理一下，我不会让它无端地相续下去。我有烦恼，但我一定积极地处理它、面对它，起码去觉悟它、审视它。要是没有这样一个因缘，你年复一年都重复自己的烦恼，那你学佛学得没有价值。

有一个居士给我发短信说她很烦，在家里时候她就烦家人，儿子、丈夫；到寺院了，就烦寺院里同修道友；跟人做朋友，就烦这个朋友，啰哩啰嗦，自私自利。后来她说我就想找一个山沟沟一样的地方去怎么样隐藏。我说你学佛的目的是啥？你要是为了找山沟，可以，你找个山沟，你一到社会上你所有烦恼一个都不会减。你对亲人生烦恼，你对单位生烦恼，你对朋友生烦恼，你就不检讨自己？一味地责怪环境不相应，你自己会虐待自己的心灵。你说我把自己关起来，杜绝外缘，心情就好了。不会的，只能激发你更多的烦恼。

我说你到时候对寂静也生起了烦恼，还往哪儿去？很多人就会走这样路子，在家对家人积攒，在单位对单位积攒，到环境中对环境积攒，学佛了对同修积攒，为啥呢？就是没用法则去处理、觉悟自己的现行，觉悟当下真是很重要！

好比说我们五个人是学习小组，一个人没来，我们不管他，这四个人就好好的该做啥做啥。第二个星期这个人来了，就汇报汇报你上个星期没来是啥因缘？

不讲理由，就说自己当时是啥心情。他会表达一下，像汇报工作一样，给大家汇报一下。就是我们共同的约定你没有遵守，不管是啥理由你讲一遍。把他的理由一拨，他就是不够尊重了，不管找啥理由，你都是不够尊重。可以试一试，自己可以看到的。

你说我不愿意参加集体学习，就是自己想干啥干啥，这没问题，但是你能做到啥？你说我先休息两个月再来，我认可你，但你休息这两个月能干些啥？就是给人一个清晰的发心与作为，相互起到这个作用就很好了。好比说解散了，各人回各人家，大家都有个清晰愿望，这也是学习；然后再聚集到一起学习，这没问题的。

实际这个形式就是为了推动我们解决自己的烦恼、他人的烦恼，相互辅助推动，如此而已，不是为了某种形式。

弟子：师父，我们虽然小组人不多，但是彼此当初共同立誓产生了作用，比如一个人近期比较弱，其他人真会一直关心，还是有互为责任的东西。

师父：大家先给他念个祝福，回向给他，下个星期来了再让他汇报。你真得有互助的内容。好比说这个人遇到困难了，我们念五分钟的佛回向给他的困难，祝福他。结束了，该干啥就干啥，但这五分钟很温暖，在其它地方你得不到这个支持，你要有意义。

弟子：师父，我们特别想在北京有个般舟道。以前有一个般舟道，大家想行行法还比较宽松，现在没有了。就是想净土这个法在北京能有一个发扬的机会、大家实践的机会。

师父：你们就每天用五分钟时间去念念佛，祈祷一个道场，回向祈祷。这个功课可以用一点一点的需要的东西去加大，可以加出来一个小时、半个小时。这样回施一下，那样回施一下，针对性的，加到一起就有一大堆，都有意义、有内涵。要有内容，没有内容不实际，人还是造作个对象。说平等施予一切，感觉没味道。“祝福你了啊”，感觉祝福我了，人就这么个劲儿。

你们可以为这个事祈祷，有个恰当的活动环境。过去的居士林、寺院也是在某种祈祷或者什么因缘下成熟的。

弟子：师父，以前您说若如法行千里相随，但是北京的师兄还是祈请师父慈悲我们，希望以后能常常得见师父，常随佛行，阿弥陀佛！师父您护念我们。

师父：行，心里要有个法则就比较轻松。要把一个法则在心中目有一个纯粹的捶打，你的心胸就不会因为什么样一个状态而感到负累。要有法则的锤炼，人会变得有力、明亮、主动、安乐，有法则的锤炼。

因为我们在实践一个法则或者思维一个法则的时候，就是与十方诸佛同在，就是诸佛真是与我们形影相伴。一个真正的佛法学习者没办法离开佛陀这种法身功德的摄化。实际佛的法身功德涵养着我们每一个人的道德意识，涵养着我们法身慧命，你取多少用多少，或者完全支持的这样一个胜缘。要把这个胜缘看清楚，大家就会在法上真正得到安乐，我们学法还是为了得到安乐。

阳光老宅三皈依

慈法法师 传授

2015年4月6日于北京阳光老宅院酒店

大家可以放松地坐一坐，随意，怎么坐都可以，主要要放松，像到一个最熟悉的环境一样，把我们这个皈依当成最亲切的最真实的。

1、三皈依开示与传授

皈依不是我们把心寄放在什么样的神灵、什么样的业缘上，实际是启发我们本来具足的作用力、心地作用的方式方法。皈依就像拿一把钥匙把自家的房门打开一样，房子里面所有设置都是每个人个人拥有一些财富、智慧、方便。皈依就是把我们的门打开，把内在的宝库打开，不需要去外面觅寻什么。当然也要破除内外的对立，使我们的门一如地舒展开来，真正像一切佛陀那样的圆满、光明、自在，照耀着自身生命与周边的生命。

所以一定对皈依清晰地认知，就是启发我们内在的具足的庄严，使这个庄严与具足真正通过这样一个仪式确认下来——就是人人都有一个佛心，人人都有一颗具足的心！我们对这个具足心的认知，靠自己的假设、假想是不够充分的，是不能抉择的，所以通过一个仪式来给大家正式确认他。

像我们玩手机一样，把电源打开，使它的种种程序真正初始化、表明出来。三皈依就是把心中无尽的宝藏真正地复苏起来，起到作用。皈依就是突破我们二元思想的对立、割裂、佛与众生的差别，让圆满的、平等的、具足无碍的心起作用。实际就是真正转换一下我们思维、言说、想法的依止，真正改变它，重新做一个深层次的反思或者认知。

所以皈依是突破内外对待、佛与众生对待、凡圣对待，归入圆满心智的认知、决定或者说意识。这对大家来说是公平的、公正的、有意义的，对我们生命的作用是积极的。不单单是我们此一生作为人类生命现象，对一切生命现象都是公正的。实际是对我们无始以来的生命相续做一个认真、负责任的选择，方向性的选择。

皈依仪式十分简单。佛陀在世的时间就三句话，就是：我某某皈依佛，皈依法，皈依僧。为什么呢？因为对生命生起了尊重，生起了反思。看到了这样圆

满的、不可思议的、安详从容的一个参照——佛陀，使人生起了尊重的心、回归的心、榜样的心，对这种榜样感到满意，有所依止，他们就会投奔，通过佛陀的功德圆满来照见了自心圆满的需要或者说自心圆满的本质。这个皈依就是我们无始以来善根福德因缘的成熟，或者说成熟的起步。

三皈依是十分难得的一个盛事！要是从简单的仪式上来说没有什么，但从它的结果来说，必成无上菩提或者说圆满生命的至真价值，不再受丝毫的委屈、压抑、约束，使生命真正彻底解放出来，有它特定的实质的作用力。

原本皈依也不是个宗教仪式，但它通过宗教仪式一代一代地保留下来，无遗地不残缺地保留下来了。要是没有这种保留，不知道怎么来传递。人人心中虽然都有清净圆满具足的觉悟的机，这样一个内涵，这样一个宝库，但谁来给我们作证呢？就有佛教善知识们一代一代地守护着这个法则，传递下来，使有缘者有这样的机遇。所以皈依不是内外的皈依，是心灵破除一些对待的障碍的胜缘，这样一个机会，这样一个做法。

皈依是这样一件事情。你要有宗教的畏惧，可以不把它当成宗教形式。因为我们中国从五四以后，对我们东方的这些教育、文化、宗教形式都有一个致命的冲击，或者说没有这方面的教育了，大家形成了很多畏惧的心。我们就不把它当成宗教形式，把它当成一种心灵的自我启发、心灵的自我反思、认知，也是可以的，这样可能就会有诸多方便。

本身这个皈依没有对任何人有任何要求，只是自心对如佛无二无别心智的认取罢了，对大家没有任何要求。觉悟人生、觉悟生命可能是每一个生命最自尊的事情，会获得生命的自主、自在、自由。它是很独立的一个机制，十分独立、完善，我们对这个地方认知清晰就行了。

皈依对大家没有要求。因为我们汉传佛教有一个机制，就是最初这皈依没有五戒的要求，只是给大家讲清楚：我们有一颗佛心，我们可运用觉悟的法则来如实地觉悟自心。最初的教育是没有五戒要求的。很多人认为一皈依了是不是不能吃什么了或者不能这样不能那样了，很多约束？有这个惧怕。我们汉传佛教三皈依中最初没有这些，除非你要求了，你要求！

过去三皈依是要求，你要求授戒了，才有机遇给你授五戒等等。不要求是不会授的，不会你心中没有意乐地就要求你来持这个、这样做那样做，不会的。三

皈依不是要求，实在是我们认识自己、觉悟自己最简单的起步罢了，不是要求！在汉传这个皈依形式中，他说羯磨法也是让你自己有这样的思考、有这样的观察，有一些观察思考的角度。

要是用南传的形式给大家皈依，就几句话，想着还是提前讲一讲。念完皈依以后，大家也可以提一提关于皈依的话题或疑问。这样把三皈依这些问题通过几个角度，尽量在我们思想意识中有一个完善的或者完整的表达、传递，我们就不辜负这个机会。

开始做这个简单的提示。我们做了简单的皈依仪式以后，大家可以提一些对三皈依的问题，不管哪一方面有疑虑、有想法、有死角或者不明确地方，都可以讲一讲，就可以达成我们这样一个作为的事实。

可以了，大家稍微活动一下。我把衣搭上，给大家念一个皈依。……好，大家起来，可以先磕三个头。年龄大的可以慢一点。长跪就行了，把掌合起来。放松一下自己，放放松，随我念就可以了，一定要放松。要把它念清晰，虽然是很简单的几句话，要把它念清晰。

师父：我皈依佛！

大众：我皈依佛！

师父：皈依法！

大众：皈依法！

师父：皈依僧！

大众：皈依僧！

师父：我第二次皈依佛！

大众：我第二次皈依佛！

师父：皈依法！

大众：皈依法！

师父：皈依僧！

大众：皈依僧！

师父：我第三次皈依佛！

大众：我第三次皈依佛！

师父：皈依法！

大众：皈依法！

师父：皈依僧！

大众：皈依僧！

善哉！皈依完毕了，磕三个头就行。仪式很简单。可以随缘坐下了，可以提一问题，来加固一下我们的概念、记忆。

在佛陀在世的时间，皈依就是自发的一种表达。随着时间的演化，变成一个仪式了，实际是一种自我心地的表达。因为大家不会了，才有一个教授，就是我来领着、引导大家这样说。早期就是善根成熟了，见到佛陀世尊，见到僧众了，有我皈依佛、皈依法、皈依僧的喜悦、愿望这样一个表达，就可以了。

现在随着时代在变化，大家这种表达机会就少了。有人表达说我要皈依就结束了，怎么皈依？就是由心里引发的这种语言结构。表达的机遇越来越少了。过去是随缘，见到了就表达一下我要皈依佛、皈依法、皈依僧。最早的皈依形式就这么简单，皈依不在于形式的复杂与简单，在于我们真切的抉择。

2、真诚心与如实自觉

刚才有个居士问了个问题，我感觉对得上这个话题，他问什么叫真诚心？就是什么叫如实与真诚呢？这是一个重要事情——如实！我们平时做人做事不是不如实，是很少人能认清什么是如实。佛教有一句话叫如实知自心，就是自觉的一个标准说法——人能如实地知道自己的心念、状态，不是好坏善恶的判定，是如实了解自己现下的心理状态，是最重要最重要的！

一旦说我是好心、坏心、善心、恶心，人就开始蒙蔽自己了，开始排斥了。如实地知自己的心：我生了一个善念、生了一个嗔念、生了一个恶念、生了一个是念非念——没问题，你了解生了这个念头是最重要的，不管它善恶好坏。你了解你心理状态是最重要最重要的，就是如实地了解自己的心理状态。这是可以把握的，没有自责的，没有责怪自我的，没有骄傲的，没有虚伪的或伪善的东西，它是很实在、很真诚的一个起步。

这个起步对我们每个人来说都十分重要。要能如实知自心，就是不管是一个什么样状态、心理习惯，你了解了你的心理状态，就是如实。这个如实，不给它判定什么善恶好坏是非，只是知道它的状态，就很重要很重要！自觉由这个地方能生起来，我们觉悟自己的人生与价值，这个可以生起来。

我们受的社会教育出现了一个问题，就是好坏、得失、善恶，对立的東西特别多。我们就慢慢地不能如实知自心了，而是掩盖、惧怕，尤其是怕恶心、坏心、妄想，结果越怕恶念就越多、妄想就越多。因为那个怕本身就是把妄想、把恶念当真了。你一当真、一着实，这个恶缘又开始出生无量无边新的恶缘了。因为你当真，你才惧怕它！你以为它有事实，你才惧怕它！你不能了解每一个念头刹那间的生灭是由习惯而来的，由因缘而生灭的，没有事实的，是可以调整的，可以随着人的心理方式、方法、角度来调整的。

若能这样观察来了解，我们就变得自觉，就能自觉，真正地自觉起来。佛法不谈高尚与低下，但是引导一切有情能就现行而觉悟人生，觉悟生命，令生命安稳、自主、调理、清晰起来，不再迷茫、压抑，这就是很真诚如实的心。

你要是没有自觉，没有如实地知自心，谈不上真诚！也可能是善恶的伪装，不能坦诚相待，不能如实了知缘生缘灭的社会现象，因果可以调整的现象我们不了解，都不善于调整因果，而住在过去因果的积累上，就变得很负累、变得迷茫、变得颓废无力。

每个人的生命无始以来都不断地在积累着，业习善恶的作为、得失成败的作为都在积累着。这个积累要是认识不清楚它是无自性的、可以调整的、随时可以转换的，我们人就开始负累了，就开始自责，开始推脱责任——承受不了就推脱责任。自己知道自己心目中的一些不好的想法，认为实有这个东西，就开始自责。这两个东西积累到一起就可以把一个人打垮、拖垮。因为任何人不可能一生、多生或者时时刻刻都做得让自己满意、让别人满意或者说按某些规定标准达到满意。

我们一旦了解了法无自性，一切法是可以调整的、随因缘而生灭的，因果就可以觉悟，每一时刻都可以觉悟、调整，人心就变得积极、主动、阳光起来，起码我们变得可以阳光起来。因为你可以调整自己的作为、心理、事业、环境，这种负累、蒙蔽与颓废就容易超越它。

这个居士提出来真诚问题，我就从这个觉悟，从觉悟自己的人生、觉悟自己的每一个思想状态、如实了解自心来做提示，给大家有一个自我真诚用心、觉悟自心的角度或者方式方法。

要是不能如实知自心、心念的来源、心念的调整，没有心念调整的方法，你

想真诚是不可能的。你要保护自己的名、利、身份、事业作为等等，可能就会造假，无意识地被迫地造一些不如实的状态，就是说不如实的话、做不如实的事。一旦能自觉，真正地自觉起来，如实地了解自己的心，你就能了解众生心。

很多人认为自己的心丑陋，认为自己的作为怎样怎样，实际这都是无始以来的共业交织在一起。像每个人都有自己用手机来往的人员，每一个人都有无量无边的因缘交织。你的思想很多是交织的，不是你单一拥有的——思想、作为、事业有它的社会效应、时代效应、历史渊源，才分配到我们各人的角度上。这个时代，很多人比较自责，怨气、埋怨的东西多，觉悟的机会太少，造成生命的不安。按照我们好坏得失的对待思维与积累，人都有不安的东西。

一旦觉悟了自己，觉悟了任何一个理念都是缘生缘灭、可以及时调整的，当下最为重要，那你直下出离，那一定是机会了，是愿望了。不再负累，不再纠结，不再交织不清晰，那你心的完整性，就是清净平等的法性就会起到作用。我们圆满觉悟每一时每一事，是了解它的名言状态，不埋没其中。

要是有所了解、善于调整，就会主动积极起来，使生命变得活泼，不那么呆板、固执，不那么分明于亲疏、善恶、人我，人就活得心胸开阔一些、自由一些、方便一些。面对自己过去的恶业、迷失、积累或者善缘、胜缘，都会付之一笑！那当下的承担与作为变得尤为重要了，就当下这一念起的作用，可以使我们超越无始以来一切纠结——你选择了法无我的认知，能散坏过去的一切纠结！

你要强纠结，你要执著，执著于这些妄想、本来不实的业报，把它着实，就是生老病死诸多烦恼。要是觉悟的人，一样的生老病死，但他在觉悟地运用生老病死，他在驾驭生老病死。要是我们迷失在生老病死上，排斥生老病死，就是一个被生老病死所奴役、所蒙蔽的人，压抑在生老病死之下的人！觉悟的人、学佛的人同样有生老病死的，只是说他觉悟了生、老、病、死。

那个居士提问我们怎么运用真诚呢？念佛也好、做什么也好，怎么真诚？看看自己心里的需求，来作为，就会有真诚心。心地的需求，如实地知自心，来作为、来念佛、来思考问题，那必然是一个诚实的人。我们对自己诚实，对他人也有诚实。

佛教是来辅助我们觉悟人生的，没有其他的。世尊应世的时间，就是三衣一钵，什么都没有要求，他没有对任何人有要求。所以说觉悟世间的一种传递，把

觉悟的方式方法传递出来，是他们唯一的实质的作为了。

弟子：师父，您讲一切诸佛出世的实质作为就是把他觉悟之道传授给大家。我们今天在这里接受了三皈依，这在觉悟道路上能使我们获得怎样的利益？

师父：心佛众生三无差别是我们皈依的一个标志。要了解人人跟佛没有差别，我们的心念没有差别，心的本质没有差别，这是最重要的一个起步。实际人人本来具足，心智本来具足，我们因为妄想业习的蒙蔽就运用得不具足了、不清净了。把我们清静、圆满、具足的心恢复就行了，人人必然成佛！

皈依是成佛之时，是原本觉悟之时！依本，人得到觉悟；依枝叶问题人就会迷失。要依枝叶回到本质上，人人觉悟；人要是在枝叶问题上出生更多的分别执著的缘，就会迷失。我们从迷失的角度觉悟就好了。三皈依是人人成佛的一个缘起。有的人即下就可以觉悟，有的人慢慢地觉悟，但毕竟要觉悟。不能用其他利益来诱惑大家，只能如实说。

弟子：师父，遇到逆缘的时候老管不住自己。

师父：人人都想管住自己的逆缘。在佛陀这种圆明的认知或者广大心的认知下面，我们生命的每一时刻都是最圆满的、最真实的，包括违缘。就像生老病死，这都是人类的财富一样。把生老病死任何东西去掉，我们人生就残缺不全。

佛教有这种原本解（xie）脱的事实，就是我们人心本来是具足的，你就没有啥缠缚了。我们认识不到这一点，就有解（jie）脱道的说法。就是我们被某个东西制约住了，我们认识清它，从它里面解（jie）脱出来，不要被它制约着就好了。实际人心就是对待、分别、割裂、制约了自己，走上解（jie）脱之道就是不要给它制约了。

学佛的人不是说就没有老、没有病、没有死，绝对不可能。有的人说念佛的人怎样怎样——念佛的人该死一样死，该老一样老，该病一样病，只是说他们积极地面对了，主动地面对了，觉悟地面对了，喜悦地面对了，从容地面对了！面对了，不因为生老病死再制造恶业，而是因为生老病死去完成人生了。这是很客观的、很真实的。不要说我皈依了就不老了、不病了、不死了，对不起，该老一样的老，该病一样的病，该死一样的变成骨灰了。这样很大方啊，很如实！

3、父母没有接触过佛教，怎样度脱他们？

弟子：师父，我看书上说信受了弥陀救度，念阿弥陀佛，人在死亡时候会受

到阿弥陀佛的救度，往生西方极乐世界。但是很多很善良的人，没有接触到佛法，没有学会诵念阿弥陀佛，她们病故了能不能得到救度？我觉得我母亲她们很善良，比我好得多，但是她们没念阿弥陀佛，有没有办法帮助她们？

师父：对取相固执的人，死亡是一个大事情。死亡要是没有一个方向性，他就会产生死亡的畏惧。对这一类有情在佛法中有方便，好比说西方有极乐世界、有阿弥陀佛——对执著取相的人们来说这无疑是一个方便接引。就像在大海上漂流久了，突然看到一个岛屿、有一个岸，人心里就会有底，不会再盲目挣扎，不会畏惧了，这是给取相有情的一个方便。

就佛陀出世教法来说，人人本来往生，任何一个生命都本来顺应着法性在生灭变化着。没有任何一个人、任何一个生命更好更坏，只是在起着不同的作用。就像这个法界图一样，只是说他这个意识缘在某一个角度了，就出生了这样一个生命、这样一个阶段的故事。但是缘生缘灭，很快这一段过去了，就产生了另外一个相续或者不相续。不相续也不是断灭了，是在这个环境中不相续了，他到另外一个环境去转换了，就轮回去了。

这种缘生缘灭，或者说六道轮回，有的超越了，称为觉悟者；迷失了、沉沦了，称为堕落者、迷失者。轮回的人是迷失与堕落者推动的一个生命之轮。觉悟者，像菩萨、声闻、缘觉、诸佛如来，是觉悟层面的生命，他们在驾驭着生老病死，驾驭着不同国土的趣向与作为。像一个人驾一台车子，拿着方向盘。有的人就乘坐，被载负，有的就驾驭这个东西。觉悟的人在驾驭着生命，迷失的人在被生命、被业力所制约着，制约！

比如昨天是清明，许多人去缅怀自己已故的亲人，给他们一个追忆与祝福，回忆往昔的亲情与交往。有什么更好的办法呢？佛陀告诉我们最好的办法是什么？用平等接纳一切，就是接引一切同归极乐！平等！

不是说这是我的妈妈、这是我的爸爸、这是我的亲人——在佛教认为一切生命无始以来互为父母，互为亲朋，相互推动，生生不息。这一生的亲人可能是过去的怨怼，这一生的怨怼也可能是未来的亲人，就这样循环着，推动着，生生不息。所以说一切有情都是我们的父母，他会平等地把功德利益回施给任何一个人，圆满地回施，这样就能接引一切众生。

单单接引某一个人并不容易，接引一切众生反而容易。因为啥？你心平和下

来了，清净广大起来了，就能接纳。我们要是为一个亲人、一个父母去做所谓超拔、度脱，心很小，路很窄，反而接纳的机会没有了，度脱的机会也没有。自己心中的影像去不掉，外在业缘转化不了。我们的心接纳一切众生，为无始以来的父母，那么你心就开阔了，力量大了，作用大了！安乐了一切，就是真安乐了！

弟子：她们以前没有接触过佛法……

师父：这个没问题的。千百劫以来我们的亲人都会得到度脱，一旦你的心得到了度脱，你就认识一切有情本来解（xie）脱。只是我们没有解（xie）脱。

弟子：我们在纠结？

师父：哎，我们在留恋，我们在迷失，我们在分别对待，佛早已把他们的心度完了。

弟子：您这样说我很高兴，谢谢！

师父：现在我们要度脱是我们自己的执著、分别、妄想，把我们心中的众生、这些影像、这些记忆全部搬到圆满的国土，就是光明的国土上来，就是所谓同生彼国，就是成佛！说“我妈妈生、爸爸生，你们不要生”，那你生不了彼国。

弟子：他们不念阿弥陀佛的……

师父：理解，没问题。你只要能往生他们都能往生，你知道光明一下子照着他们了，先照着你爸妈，没问题。（众笑）我们心中有一些对这些因缘的顾虑，没问题的。

弟子：师父，说皈依佛竟，宁舍生命誓不皈依自在天魔，这个自在天魔是啥意思？

师父：我们对整个法界的认知，对十法界的认知，好比说有天法界，他们很自在的。有的是禅定自在、变化自在、通力自在、福德因缘自在、五欲具足。我们跟他们比，人类福报差得太大了。单单人类中，福报差异也是无量无边的，从一个普通农民到国家领袖，这个差异都是不可思议的。况且还有天，还有种种天？

我们要去攀缘，多少生都满足不了或者做不到。我们来皈依佛，觉悟人生，直接能跨越这些差异，使这些差异变得都是对我们的支持——他们在帮着你做，完成你未了的事业，你觉悟就可以了。

4、最快的觉悟

弟子：师父，像我们刚刚皈依的人，在家里怎么修行啊？念什么经啊？

师父：有机会了可以学一学，没有机会正常生活挺好的。（众笑）学佛不要把自己脸上贴一个“我学佛了”、“我是个居士”，不需要的，自我心理上对自己有一个认知就很好。

当然有机会了去了解一些。好比说人人都有一颗佛心，我怎么做事不圆满呢？可以读一读《心经》，《心经》大家都应该学一学，很短很短，但他对我们人生的心地的指导是十分准确的。让我们观自在，自在观，自在行，行自在，这是智慧行啊！可以学一学，《心经》可以读一读。

弟子：还有一个问题，像我父亲那一代人都已经很老了，我父亲就是一个无神论者，不相信佛，也不相信别的宗教。如何让这样的人亲近佛法呢？

师父：佛法不是神，也不是鬼，他不信刚好，大家都是无神论者。我们都是无神论者，因为我们刚才皈依的不是里面的佛，也不是外面的佛，是觉悟人生！觉悟人生，不管是无神论者还是有神论者都应该作为的。觉悟人生，可以吧？

弟子：但是怎么觉悟得快呢？

师父：觉悟最快的就是我们当下这一念就是圆满的，你就觉悟了。

弟子：这么简单？

师父：对！我们当下这一念不圆满我们怎么也觉悟不了。因为圆满是太阳，你心中的太阳，你可以照耀一切、关照一切。像一个圆圆的摩尼珠一样，什么都可以照见，就是圆满的心。

我们任何一个念头要知道它本身是圆满的，觉悟就是圆满的。但我们平时运用的是割裂的、对待的、善恶的、有亲有疏、有排斥的、有粘着的，这样的心就表达的不圆满了。把任何一个念头回到圆满上来就 OK 了，人心就能觉悟，就能照耀世间，我们的心就像太阳一样，不要把心弄的残缺不全。

如实，没有更

（题记：2015年4月8日，在北京阳光老宅院酒店，师父与弟子们随缘交流。）

弟子：师父，我们共修小组持续几年了，一直也是那几个师兄。我想请师父开示一下，作为我们这一方的弟子们，怎么能更好地在学佛这一块儿更……

师父：没有更。每一时每一事都是机会，你这个地方用得上用不上呢？造作，就是说得失、取舍、对立，就会疲惫。疲惫不是人的向往，不是真诚的，也不是尊重的，只是一种委屈、缺欠或者说有亲疏。

心不平等，没法平等，就没办法变得有力，没办法真正休息。每时每刻都有休息机会，你爱不爱休息自己慢慢有个观察。哪有更呢？这个教法本身是周遍性的，再加个更是啥？我不知道咋加。他那么如实，他是法性、觉性、自性、习性的如实认知：这是习气，这是秉性，这是一个觉悟状态，这是本来安稳的状态——把自己心所依止的东西看清楚，就那么简单。

佛教讲如实知自心啊，如实知自心，怎么如实呢？现在很多世间人不如实是什么？还是爱憎、是非、人我，这个分别那个区分，他心就起伏徘徊了，就会有负累，还是痛苦。不管是谁，这一概而论！令我们这一颗凡夫的造作、对立、割裂、对待、残缺的心休息下来，如实很重要！

如实，就行了。人如实，就路就还家，不管是善行、恶行、是行、非行你马上能清楚它，你只要如实。所以顺法性观一切现缘皆是圆满的、究竟的、清净的，你直下就承担，直下就回归，因为你有真诚。

基督教讲爱，佛教讲慈悲，他有真诚的内容了。如实在佛教中一定要讲。你如果不讲，就学得迷信愚昧，不知道拜的啥，也不知道得到的啥，也不知道在做啥，这就困惑了。要令人生智慧与慈悲。

没有更，净土教法中从来没有更，也没有捷径，每一个当下都是如实的！他平等回施，平等施教，他就不用更，凡圣一如的修持你说哪有个更呢？真切，踏实，面对一切就没有啥。哪怕你名言有差别、说法有差别、人种有差别、什么都有差别，没有问题，你心里这种就是来称赞一切众生皆有如来智慧德相的。

弟子：这个地方特别真诚。

师父：当然真诚了！你这一生的妈妈是妈妈，所有过去生的妈妈也都是妈妈，对吧？他真诚地对待一切人，那是肯定真实的，没办法去动摇它。

往生决定·当下安心

慈法法师 讲授

2005年9月24日于上海（上集）

（缘起：2005年9月，师父在浙江临安天目山普照寺期间，有上海数位居士前往祈请，力邀法师能来上海与大家见面，帮助上海的念佛同修们抉择决定往生问题。师父慈悲应允，来到上海，在9月24日下午四个多小时内和大家作了念佛开示与问答交流。）

诸位莲友、诸位善知识：

今天有一个很好的机遇，我们在佛陀世尊与三宝的加持下，来到这个聚集一堂的地方，谈我们每一个人应该关注、应该了解、应该解决的问题——生死归向问题。

我们学习净土法门乃至学习佛法，是人生中的一个重大课题。今天在这里对解决我们往生、念佛的焦点问题做一个清晰交流，希望有一个明确的抉择性的认识。我们遇到许许多多善知识都在谈论净土法门，许许多多善知识都在修证这个法门，许许多多善知识都在传播这个法门。但是我们每一个人自身的问题究竟得到解决没有解决呢？这是一个根本事情！

若是不解决我们生死的疑虑，就是往生清晰的抉择，我们念佛也就落在一个表面现象上了，没有真正落到心地上。我们从心地上真正来解决生死问题，这是个大问题！是我们必须关心的！

在我们中国当代，传播净土法门有两方面引导，所谓自力修持与佛力加被，自力、佛力的问题。一般我们都会念南无阿弥陀佛这个名号，实际这个因缘是不可思议的阿弥陀佛的愿力加持所成就。阿弥陀佛在他因地有这样一个誓愿：设我成佛道，名声超十方，究竟有不闻，誓不成等觉——阿弥陀佛这个愿望就是名声超十方，令一切众生闻其名号！

我们现在能称念这一句南无阿弥陀佛，不单单是自己在口念，里面包含着阿弥陀佛愿力加持的共鸣。若没有阿弥陀佛愿力加持，我们无力称念这一句“南无阿弥陀佛”的，没有来由的！我们称念这一句“南无阿弥陀佛”来自于我们自性本具的阿弥陀佛的功德，通过阿弥陀佛的报德、愿望回施，令我们念出这一句“南无阿弥陀佛”！若是没有阿弥陀佛誓愿力，我们念这一句南无阿弥陀佛又有什么意义？我们各位善知识一定会思维、观察这个事情。

这一句“南无阿弥陀佛”，从我们一开始听闻、称念就与阿弥陀佛结下了不解之缘，这个不解之缘就是我们必得往生！为什么说一切众生必得往生呢？因为

我们人人都有佛性，早晚的表现就是我们所缘境表现的差异。

我们一般念佛多是以自力称念，通过行持欲达到功夫成片、一心不乱、念佛三昧，这是常规的通俗的修法，这个修法里有没有佛的愿力似乎都可以表现。但在净土一法根本教言中，这个易行道的易本身来自于阿弥陀佛大愿业力！

一般我们众生业力是无明的，无明业力。这（阿弥陀佛）是大愿业力。我们知道一切世间有为的表现，若顺性若违性，众生一般违性而行。我们因为妄想、执著，违性思维，违背我们佛性的思维。这种思维模式造成了我们娑婆世界，造出了我们的现缘，造出了六道。诸佛如来依性发愿，他表达的就是阿耨多罗三藐三菩提，来证实我们的佛性、证实我们的法性，所以佛陀是依性发愿。

所以自力与佛力问题，若是我们把这个问题解决掉，就可以比较方便地把生死问题有一个安排，有一个了解，有一个透视。

大家人人都关心生死问题。我们这一次路过上海，这么多善知识聚到这个地方来探讨阿弥陀佛对我们的加持，这就是阿弥陀佛对我们的呼唤，把我们聚到这个地方，实际说皆是佛力、觉性力所共鸣、所表达。我们要是单单靠自己的力量，就是妄想，妄想在那刹那刹那生灭。佛的愿力是尽于未来际延续在一切生命的心智之中，他加被着一切众生，令众生回心一念，了知本心是佛。

我们能不能了知本心是佛呢？要不了知本心是佛，我们念佛又有什么意义？所以了知众生心是佛、了知自心是佛，我们修行就会得到殊胜方便，这个殊胜方便就是佛力加持了。

我们知道社会上有传播基督教、天主教，很多教都有成就众生的上帝或者主之说。我们佛教不作这样说，为什么又出来这个不可思议的佛力的加持呢？佛法与外道究竟有什么差别？这是大家面临的一个实际问题。

佛教与外道思想最根本差异就是世尊说的三法印：无常、无我、寂静涅槃——是为佛陀世尊三法印的教导，我们一切法的印取一定要了解三法印。世尊宣化的又有实相印，实相印来印契我们所学法则，大乘用法无自性这个实相印来印契我们心智，印契我们周边的一切事相。

我们作为念佛人，一定要了解阿弥陀佛所发的大愿业力与其他宗派所说的上帝制造人、成就人这种说法的差异，要有一个明确认识，是有本质性差别的！佛教与其他宗教的教言有本质性的差别。若是我们认知不清楚，学习佛法也会走弯路。所以阿弥陀佛这个佛力、愿力是一切众生本心究竟功德力，是阿弥陀佛无量兆载永劫修持中证得了这个功德，来回施、印契我们的自心，来证明一切众生本

来是佛这个决定的法则！来证实这个事情！

我们要把这个问题解决掉。怎么解决？就是发无上菩提心。许多人说发心是很难的、认识自心很难——我们要用妄想心来认识自心十分困难，用妄想心来认识自心基本上没有机会！所以在念佛法门上有个特例，引导我们愿往生的心——愿往生的心就是成佛的心，也就是无上菩提心！往生就是无上菩提的真实表现！

一般说往生，可能许多菩萨会把它和死亡联系起来，往生和死亡的关系大不大呢？实际往生这个名词我们对它有很大误解，因为我们已经习惯于往生是临终的说法。

在佛教，当下这个词有什么意义？临终与当下有什么关系？这是大家应该思维的。当下，我们每一个人的生命与意识离开当下又有什么作为？我们问过自己吗？过去的事情、过去的心智、业报已经表现过去，未来尚未现前，现下、当下究竟应该如何运作？这是学习净土法门特别实际的问题。所以我们当下要把发心认识清楚，就是当下用心的方法。我们念这一句南无阿弥陀佛，就是当下，“南无”就是当下怎么来用心！

“南无阿弥陀佛”对我们有情来说是无量无边的含义，有的人在拿他求福求慧，有的人在拿他求功夫成片，有的人在拿他希望得到神通，有的人在拿他做买卖、交换得失……这样的思维模式是无量无边的。

“南无”这个当下有五种说法，一般我们把“南无阿弥陀佛”当作什么说法呢？我们当下的心应该用哪种方法来安排它？我们每一个称念“南无阿弥陀佛”的人应该看看当下的心，当下现前这一个心念怎么来守护？怎么来运用？怎么来实践？怎么来观察？

称念南无阿弥陀佛是净土法门的持名修持。很多人都知道念佛有实相念佛、观想念佛、观相念佛、持名念佛，有许多方法。这一句南无阿弥陀佛持名念佛的方法内容，在我们中国净土宗善知识实践的法则中最为普遍、最为实用，也是最方便易行的。不管是走时、坐时、卧时、行时或者一切时处，都可以运用它，行立坐卧可以不离这个。

但我们南无阿弥陀佛，当下的心怎么来表现呢？可能每一位在坐的善知识都有观察，这是一切念佛人应该审思的原则性问题。这个原则大家一旦掌握住，净土是个易行道啊！我们若是知道易行，它易行而功高，就是成就一生住不退转、一生即得往生大利的修法。

佛法有难行道、易行道，但是我们对这种分判并不清晰。要是能对难行、易

行有个认识就方便了。难在什么地方？易在什么地方？现在学习净土法门的善知识们把难行、易行混淆了。把两个方法混到一起来做行不行？那就会出现许许多多不相应的困难，就是自己制造了许多易行道上的困难。大家都称赞净土一法是易行道，但是易行法则不了解，易行就无从说起。

就像顺水而下，载物也好、载人也好，都很省力。要是我们逆水而上，就会费力啊！所以一个方法，若能随顺它的主流，依从它这个法则，就会很省力，迅速达到修行的目的。念佛亦复如是。

净土易行，易行全仗佛力加持啊！佛教在发心上告诉我们一切众生本心是佛，令我们脱离了外道或者心外求法的纠缠，为什么又出现佛力加持呢？这样可以放弃我们九界众生自力的困惑。一般我们说九界众生：地狱、饿鬼、畜生、人、天、修罗、声闻、缘觉、菩萨——这九界有情，不光我们人类的自力，乃至圣者已成就解脱智慧之力，也应该在净土法门上放弃，唯念佛圆满究竟清净的愿力，这样就有一个不可思议的成就。

念佛一法，若是我们放弃九界自力，也就是直接破除我们的人、法二种障碍。每一个修法者都有我执与法执——一切凡夫都是我执；圣者，像阿罗汉，都有法执的。凡夫有情谈不上法执的，一切有情都有烦恼障所困惑，圣者表现的有所知障。我们能全仗阿弥陀佛大愿业力，就能使我们逾越凡夫的自身障碍，就是烦恼障碍；也能彻底超越圣者的所知障碍，就是法执的障碍。所以全仗借阿弥陀佛的大愿业力来摄化自心、运用自心，直接可以逾越我执与法执。念佛一法实在是不可思议的殊胜功德的回施，极为殊胜功德的回施！

一般我们小看了念佛法门，对念佛法门没有清晰的抉择性的认识，把它看得十分平庸，却不知这是诸佛如来成佛的最殊胜妙法！最稀有难得的妙法！令一切有缘众生同证佛道！

所以净土一法不可泛泛地小视。净土一法能在我们这一生的短暂因缘下，念这个法门、行持这个法门、深入观察这个法门，就能趣向无上菩提，得不退转。这是我们每一个善知识应该了解与向往的事情。

要是通过常规的圣道，像声闻教讲要证得四向四果，就是须陀洹、斯陀含、阿那含、阿罗汉；大乘教言中要证得四十一位菩萨次第，那要经过三大阿僧劫的修持方能圆成。圣道修持我们称为自力修持，就是断除见思二惑方能出生死苦海。若不断除见思惑，是无力成佛的，无力出生死的。圣道一定要有这样修持。

在人生七十岁这个阶段中，我们的生命极为无常、不好把握，很难保证自己

生命明天还能不能延续下去。美国现在可能是全世界经济最发达、国力最强的了，但也保护不住自己的人民，一个飞机撞过去，两个大厦就倒掉了，多少人就在这一瞬间生命丢失了，去什么地方轮回是不能了知的。我们敢担保现在自己的生命不会出什么事情吗？所以要断除见思惑再来了生死，那对我们人命极为短暂、极为无常的现在状态来说是很不好把持的。

净土一法恰恰就解决了这个问题，他使我们不论在何时、何地、何处、什么情况下，生命若不结束，我们能安心；若是结束，就自然回归到我们的本家本国——极乐世界阿弥陀佛国土，解除我们后顾之忧。唯有净土一法有这样效果。若不断见思二惑，了脱生死在圣道门宣化中是无由的。净土一法可以在我们任何因缘下解除我们这种顾虑。

所以净土一法往生的法则是解决这个问题的。往生法则，第一个先告诉我们娑婆世界是我们客居之处！你要知道你只是客居娑婆，娑婆世界不是我们的本家本国啊，是客居！一定要认清这一点！认清不了这一点，我们还归本家本国的愿望就不清晰！极乐世界一定是我们大家的本家本国！

实际这就是在发心问题上让我们来认识净土一法所宣化的目的就是解除我们后顾之忧，解除每一个众生的后顾之忧！我们知道净土一法是三根普被啊，三根普被就包括每一个众生。要是没有这样的教化，我不知道大家在没有断见思二惑的情况下何以安心？净土一法给我们安心——三根普被，利钝全收！大家都是知道这个法则的。

我们能知道净土一法是这样：三根普被，利钝全收。这最主要目的是解除我们往生的顾虑，消除我们的后顾之忧，了解我们的本家本国，认识娑婆世界毕竟是无常客居之地。这些知见是我们每一个念佛人必须要清晰的！若是认不清这些问题，我们就有后顾之忧，有后顾之忧就没有安心，没有安心就是没有菩提心，那你信愿行这个信字不立，我们念佛就成难行之法了。

我们把安心问题解决掉，安心与信心的问题。极乐世界是我们每一个有情的本家本国，阿弥陀佛是自性国土，是一切众生佛性之国土，是我们的本源国土。阿弥陀佛只是顺性发愿，建立彼国土，令一切众生、无力众生、无力修持众生得以无疑无虑地往生彼国，也就是成就菩提。这样一个引导，这样一个摄化。

所以安心与信心问题我们每一个念佛人必须了解清楚，必须认识清楚！在思想上不能有一丝的挂碍！不能有一丝的模糊！不能有一丝的迟疑！这样我们不管在何时何地都能成就往生。认识这几个问题，我们这些顾虑、担心就会放下了。

净土一法最主要是信，安心。怎么能安心？一切众生咸能往生，这是最重要的安心的法则，也是安心的认识。谁来保证一切众生都能往生呢？阿弥陀佛有誓愿，所谓法界本性之力，就是一切众生本心是佛，我们要了解这一点。阿弥陀佛有愿望，摄化十方众生往生彼国，“若不生者不取正觉”是阿弥陀佛的愿望。阿弥陀佛有愿望，我们又有愿往生的信愿。

我们要不往生极乐世界，又有何去处？你要说我已经破除这个色相，证得法性，无有自性，无来无去，于无生忍彻底守护了，那么往生不往生我们也就管他了。你生命总不能断灭吧？所以极乐世界必然是一切九界众生所归向！何以故？不管是变异死、分段死有情，必然有所归去。唯有诸佛世尊在一真法界清静圆明地安住、广大威德地安住、无有来去地安住，一切善恶凡夫莫不在有来有去的生命现象中不断地表达。这个地方我们不能自欺于自心。

所以净土一法，这几个关键问题我们能认识清楚，那真不辜负我们这短暂的一生，也不辜负我们得遇净土一法的殊胜因缘。

一切众生若得遇净土一法，莫不得往生大利！就是现前的安心，舍报的安详。现前不安心，你就不是真正的念佛人！真正的念佛人为什么不安心呢？我们当下的一念为什么不安心呢？我们可以问问自己。当下这一念为什么不安心？这是生死大事啊！菩萨们，这是生死大事，非同小可！你要不把这问题解决，旷劫以来的轮回无人替代！这个问题一定要解决掉。就是当下一念我们怎么来安排？我们都会有一个自我认识。

生死大事我们经常会说，但我们真把生死当成大事了吗？每一位善知识自己审思自己的心智，是不是把生死当作大事了？这个大事是不是迫在眉睫呢？是不是真正如救头燃地认识生死大事呢？我们要作无常观，经常看一看周边人一个个地在去世，新的生命一个个地在诞生，在表现着轮回。

我们身边的亲人、不是亲人、认识的、不认识的，每天有大量人舍弃这个世界，每天有新生命在这个世界诞生，他们表现的就是轮回。别人在死亡之时，我们的心怎么想？别人的生命在诞生之时，我们怎么观察？是不是个大事情呢？你能不能把握你未来的生命去向？意识去向？

净土一法解决这个问题解决得十分彻底、十分究竟！净土是佛法中了义之了义教，是圆满的教诲。佛法中有三乘教、五乘教说，圆满教诲是净土一法所示现出来的。佛陀世尊把这个圆满的教诲回施给我们每一个有缘，我们有福德因缘得遇这样教法，实在是不可思议的福德因缘！一定不要自轻，一定不要小看自己的

因缘。我们得遇净土一法，实在是我们旷劫以来不可思议殊胜福德成熟之刹那表现！你不能自轻啊！

今天大家能放下自己手中的事情，到这个地方一起来了解阿弥陀佛殊胜愿望，来了解自己解除生死的最简单易行的方法，要是真正能解决掉生死问题，对我们大家来说是十分珍贵的一个机遇。

净土法门在我们中国传播得比较久，比较普及。现在自力修持的人比较多，所以往往认为不能往生、能往生，在能不能往生这个问题上经常看到人在徘徊。在往生问题上产生疑虑，这是自力的疑虑。

在佛陀愿力中，往生不是问题。我们读《阿弥陀经》会读到：照十方国无所障碍，是故号为阿弥陀。照十方国无所障碍——我们念照十方国无所障碍的名号就是来彰显自心！你为什么念这个名号？念这个名号就表现了你自心所依所从。若表现不了自心所依所从，我们念这一句南无阿弥陀佛就没有意义了。所以以名昭德，以德显心，就是以名号显示自己的心智所依。希望诸位善知识善自审视这个事情。

以名昭德，以德显心，以心致用。我们念一句“南无阿弥陀佛”，就是为了显示当下的一念，抉择于当下的一念，了解于当下的一念，这一念不碍再发，我们这一念就能了解法性之周遍、法性之无造无作，我们无为的菩提心就会生起来。以名昭德，我们念南无阿弥陀佛，阿弥陀佛原来真正彰显了自心，这个无所障碍的名号显示了自心，照十方国无所障碍的名号显示了我们的法性与本心哪！

净土一法的学习，教理极为简单，修法也极为简单，就这一句“南无阿弥陀佛”。若是随顺阿弥陀佛愿力来称念，就不会有太多的顾虑与心理障碍。若不能依从阿弥陀佛愿力来念佛，比较普遍的还是自力念佛——追求功夫成片、追求一心不乱、希望得到念佛三昧，这是常规的说法，但又有几个人真正能做到一心不乱，能做到功夫成片，能证到念佛三昧呢？这是大家都有观察的。

就阿弥陀佛果地愿望来说，他不是这样表述的。善导大师判成两类：一类是要门修持，就是以自力修持，这不失为一种修行方法；再一类是以阿弥陀佛愿力来行持。现在我们念佛人对要门修持比较多，就是三辈九品、定散、三福之类修持。这种修持方法大家已经广泛接受。

再有一类是弘愿门修持，就是随顺佛愿力念佛的方法——随顺佛陀愿力，这是我们这个时代无力修持的有情应该注意的。有情有两大类，一类是有力修持的，一类是无力修持的。不能断除见思二惑就是无力修持的有情。你说我愿意做个有

力修持的人，那你就断除见思二惑来断除生死、断除烦恼；若是做不到，就称为无力修持的有情。

无力修持的有情要仗借着阿弥陀佛清净愿力来念佛，随顺念佛，这样就特别省力。就像我们乘船，顺水而下。自力，就像我们步行一样，要一步一步地踏踏实实地达到目的地。乘船，就是说被阿弥陀佛愿力载负，任运往生，无疑无虑。

他这个仗借佛力就是被载负，以果地觉为因地心的载负。果地觉为因地心也就是载负的力量，净土一法果地觉为因地心是特定的教言。学习净土法门，最基础的说法大家都知道——果地觉为因地心，就是乘佛愿力往生阿弥陀佛国土，成就无上菩提。

你说往生阿弥陀佛国土，成就无上菩提，那我们现下的因缘是什么因缘？现下安心，就是现下安一个决定往生的心！决定往生就是决定成佛，不管是凡夫还是圣者，往生就是成佛，往生的抉择就是成佛的抉择。现在大家认为往生是舍报——这个地方是对于执著的有情，也不妨作为一个说法，但这毕竟不包括一切众生。

决定往生，这个决定力来自一切众生皆有佛性，来自一切众生本来是佛，来自一切众生的本家本国是极乐世界！娑婆世界是个无常世界，是个杂烩世界，是贪嗔痴慢疑邪见所累积的果报世界，不是我们一切有情应该根本守护的世界，所以称为客居娑婆。安心就是往生的决定，决定往生的心。决定往生的心就要了解一切众生决定往生，在这个地方不能有丝毫模糊！

才来的时间有居士给我提出来这些关键问题要多讲、反复讲。怕大家不太在意就泛泛地带过去了，怕引不起大家重视啊！我们能不能真正高度地重视它？就是我们真正安心没安心？每一个人要自知你是不是真正安心了？我们审思自己是不是真正安心了？自己审思自己，这不需要他人来证实啊！这个安心，就是你在往生问题上清醒不清醒？有没有模糊的地方？要没有丝毫疑虑了，自知、佛知啊！我们真正安心的人会影响许许多多有情，令有情亦得安心！

决定往生的心就是安心，也就是信心之真实。我们生灭心中不知道能不能回归到这个真实信心上来？要能回归到决定往生的心，也不失为一个往生心。但是我们凡夫地有情刹那刹那间的生灭与变异心是很难抉择的！决定往生的心，信心，也就是安心问题，是大家一定要解决的！

要反复思维啊！要反复观察，清晰认知。在这个问题上一定要有清晰认知，决定不能有丝毫的模糊！要是模糊，就会给我们带来往生的障碍，现前的心不

得安乐，舍报也不得安详。

往生现前利益就是安心。若是我们把往生利益抉择出来，现在就做一个安心的人，在这个娑婆世界再也不与人相互争斗什么，再也不在这个世间是非什么、善恶什么、得失什么。那么在这个客居的娑婆我们就像看电影、看电视来观察这个世界，就不会堕入认假为真的妄想中了。我们要是看一个电影，电影里面的得也好、失也好、生也好、死也好、是凡、是圣我们都不会在意它。

我们人生这个如梦如幻的无常的因缘和合的表现，亦是一台戏，亦是一场电影。这样来观察它、思维它，我们就是一个智慧的人。要不然你在这个幻化世间患得患失，就会制造新的轮回业相，不能断除生死困惑。

所以这一句南无阿弥陀佛的称念对我们每一个念佛人就是往生的具足资粮！就是现下的利益！所以彻悟禅师给我们说念佛时即是往生时啊！跟生死没关系，念佛时即是往生时，也就是我们断除缠缚的当下，就是南无阿弥陀佛！这一念无来无去，无增无减，非凡非圣，非爱非憎，非大非小，非来非去啊！

我们看看这一句南无阿弥陀佛，他给我们带来清净平等的觉悟，所以念佛时就是往生时！念佛时是不是往生时呢？彻悟禅师告诉我们：念佛时即是成佛时！我们念佛是不是成佛时呢？念佛时就是度生时！我们念佛是不是度生时呢？就是你当下这一念的抉择不断地在运用、表现的择取，也就是如实知自心的修持。

念佛人一定要如实知自心，如实地了解当下这一念。我们一定要如实地了解当下这一念，如实地了解！我们能不能如实地了解当下这一念？这是每一位念佛的善知识应该关注的地方！

净土法门的抉择就是当下一念如何抉择。这样的大机大用，权力在每一个念佛人手中。我们往生的权力在我们面前表现出来了，在每一个学佛者、念佛者、自身的把持中了，这个权力是我们学佛人自己应该认同的问题。

所以这一句南无阿弥陀佛称为万德洪名，我们平时都说南无阿弥陀佛万德洪名，称念普利十方有情，自他二利一时圆融——我们念这一句南无阿弥陀佛有没有这样利益与善巧呢？这也是每一位念佛人应该反复思维、反复观察、反复体验的根本问题！

三根普被·利钝全收

慈法法师 讲授

2015年9月24日于上海（下集）

在念佛法门上，有阻碍我们念佛使我们生起顾虑的一些想法可以提出来，我们作为一个话题，可能方便一点。

因为我们在东林寺，有你们上海几个居士过去，反复地说来上海一天两天，给大家见见面。我们答应过来，给大家见个面。所以这是就净土法门来结个缘，解决大家的一些实际问题。我希望能解决，也感觉能解决，为什么？念佛本来是没有问题的。

希望大家提问题。可能我们上海的居士念佛没有问题、没有什么障碍，太好了。大家念佛要是没有障碍，那是最殊胜的因缘了，很有福德。因为净土一法为难信法门，大家可能是信心具足吧。拿条子也行。

善哉！这个菩萨提出来一个问题，是大家很关心的。（下面的问题是递条子上来，师父读条子然后回答）

人生七十古来稀，深感无常，还是无把握往生。当今念佛的多、往生的极少，这是为什么？

这个问题是大家都关心的，一定要解决这个问题。我想问问这个菩萨，他说往生有把握没有把握这个想法，是现在的想法？还是过去的想法？还是未来的想法？是别人的想法？还是自己的想法？是凡夫的想法？还是圣人的想法？是智者的想法呢？还是愚者的想法？还是佛陀的想法？这个想法什么时间生起来的？

一定要看一看！你要不看，别人这么说你也这么说，说往生没有把握，这个没有把握是什么时间的把握？我们一定要思维啊！是你当下的想法吗？是你当下的修证吗？是现在的修行吗？是现在应该守护的吗？是你现在的心里守护吗？一定要看看，是自己的想法吗？还是真是这样子的？我们为什么有念佛的多、往生的少的想法？这个想法是凡夫想法还是佛陀的想法？哪位善知识回答回答？

是凡夫的想法呢？还是圣者的想法呢？（众：凡夫的想法）善哉！这是凡夫的想法。净土一法说三根普被，利钝全收，“三根普被利钝全收”是谁的想法？

（众：佛的想法）我们念佛为什么不用佛的想法？我们念佛为什么不用佛陀的想

法呢？

我们来思考思考，这是个大问题，大家一定要解决它啊！以果地觉为当下心念佛，我们这样做——以佛的心、果地觉的心为当下心，来念念佛，试一试。我们试一试一切众生都能往生的心念一句佛号，试一试用照十方国无所障碍的无所障碍的心，现下、当下用无所障碍，无所障碍，无所障碍，无所障碍……我们当下用无所障碍的心来念念佛。

我们现在用这个心来念念佛，就是当下用。不管过去、现在、未来，我们只管当下这一念，用无所障碍这个名号，念一念无所障碍的心。我们要用无所障碍的名号来了解自己的心，当下这个心。不管以前烦恼不烦恼，我们要管现在的事情、当下的事情，我们念五分钟，再静下来谈这个话题。

（师带领大家念佛）

当下、现前这一念无所障碍来念佛。凡夫心不是我们的心，圣人心不是我们的心，愚痴心不是我们的心，烦恼不是我们的心，颠倒不是我们的心，能往生不能往生都不是我们的心，我们的心在造作、在取舍、在表现，在表现着不同的状态。

这个菩萨问这个问题只是一个状态的认取，他用什么样心理认为呢？大家都这么说，我也这么想。这个心里是没有实质的，法是没有自性的，法无自性，这个想法也是无自性的，是无自性的！法无自性，想法也没有自性。我们念佛人一定要知道最基本的教理！

要是不知道这个最基本的教理，我们念佛就会堕入这样的想法、那样的想法、不定的想法，这个想法就不是决定，是个妄想、分别、颠倒，这种颠倒就造成“念佛的多往生的少”的妄想，这妄想是没有实质的，没有内容的！要是内容有内容，就套到我们自己身上，阻碍我们往生的利益，阻碍自己又阻碍别人。阻碍别人往生过失就大了——阻碍自己，自己受轮回的苦；阻碍别人往生，阻碍别人成佛啊，这个责任就大了！

我们作为一个念佛人，要知道净土一法三根普被利钝全收啊！位通上下，咸能往生！这是阿弥陀佛誓愿力所成！是一切众生本来是佛所成！你说我本来是佛，我妄想，我烦恼——你认取了妄想，你认取了烦恼，你没有认取自心是佛这个根本！你说我认取自心是佛，我心不圆满——你认取的还是妄想！所以我们认取妄想已经习惯了，认取！

你认为——现前这一念、这个想法是自己吗？现前的念头、想法是你自己的

业力、业相吗？你这样认为你怎么能成佛啊？那一切众生都不能成佛！我们要知道念佛法门，要知道法无自性。法无自性，“念佛无有把握”是不是个想法啊？

“念佛有把握”你要是认识不清楚，也不见得为一个事实。念佛不能往生是个假设，能往生你要是把握不清晰也是个假设。

我们怎么把念佛往生问题真正抉择呢？这是一个大问题！这一次有十多个居士希望我来上海一趟，给大家交流交流决定能往生的知见。这个决定能往生的知见从什么地方生起的呢？主要有两个来源。

我们一般认取的是现前的念头或者想法。一般这样认为：我这个人烦恼大——烦恼，你反过来问：烦恼是不是我？你先问一句自己。我这个人念佛很不成功夫——你问功夫是不是自己？你要问一问自己！你要不问自己，你这个所谓把握问题是没有法把握的。

这个来源是什么？我们说当下、现前这一念是无所障碍的，我们念这一句“南无”就是归命啊！“南无”就是回心一念啊！你现下这一念南无、南无，回心一念，这一念就是你现前这一念。南无阿弥陀佛，我们知道阿弥陀佛是照十方国无所障碍，是故号为阿弥陀。阿弥陀经讲得很清楚：照十方国无所障碍，是故号为阿弥陀。那你再念这个名号，就是来回心一念，来决定无所障碍，决定往生大利！

无所障碍是不是往生的大利？是不是自心的认取？是不是在修行？修什么行啊？就修我们的心念，修我们颠倒的、不可把持的、不可认知的心念！众生的心不可知，因为是颠倒啊、是轮回，我们不知道这个心，颠颠倒倒不知道这个心，我们才来念佛，通过念佛来觉知它。

“南无”就是回心一念，回头观望。“南无阿弥陀佛”，阿弥陀佛无所障碍，就是我们的心。“南无”就是让你回心，回心观望观望自己呀。自己现前这一念是不是无所障碍呢？这是修行的来源哪！我们平时念佛是修行什么？你要修行什么啊？这是一个修行问题，还不是抉择问题。

抉择在这个地方，看你当下这一念。你不南无了，你就开始打其他妄想，你又没有依靠了。我们要从这个根本问题上来认识它，所谓发无上菩提心，认知自心本来是佛啊！

我们认知自心本来是佛是很难的，那么你“南无阿弥陀佛”就是滴水还海，我们一滴水投到大海里，你说这一滴水和大海有什么差距呢？我们“南无”就是现前这一念、这一滴水，这一滴水你要是不投入大海，就会干枯——我们现前这一念不投入我们本来是佛这个大海，一定会干枯、会轮回、会失去它的！

现前这一念就是一滴水，投入到本来是佛这个大海，不动不摇，就不会干枯，不会动摇。往生就是说的投入大海啊，什么大海？正遍知的大海，无来无去的大海，安心的大海！安心就是无疑无虑啊！不垢不净不增不减的大海！不再顾虑的大海！认知自心是佛，就是我们在称念“南无”，我们把现前这一念当作一滴水，投入到大海里去。

这个大海就是我们那个本心，我们那个本心不生不灭，不来也不去！世尊佛陀证到这个心了，已经住在这个大海里。我们凡夫是一滴水，就是现前这一念，你一念回心，了知，就是南无。南无阿弥陀佛，就是无边光、无碍光、无对光……这十二个光明名号就描述我们自心的真实德相，这个真实德相就是大智海。

我们现前这一念是妄念、是生灭念、是一滴水，你要是不投入大海，它就变异掉了、丢失掉了、遗忘掉了、蒸发掉了。你要投入到不增不减、不来不去、不凡不圣的往生的大海中、无所障碍的心智中，你这样一滴水就不会干枯，你这样一滴水就变成无所障碍的本心了，你就能了解佛所证的果德究竟是什么！

我们念佛的目的究竟是什么？就是回光返照，识得本心是佛！本来无来无去，本来不增不减，本来不凡不圣，本来无得无失。这一滴水投到这个大海里，现前这一念灵动，南无，投到这个海里，我们不会再干枯了。那没有把握往生这个问题就解决了，这是从我们行持上来解决，从我们本性上、自性认取上来念佛解决，自性的本质上来解决。这样的认取，从本质上解决，所谓的往生把握问题决。

再来一个解决方法就是随顺佛陀的愿力。你现前这一念、这一滴水，你一定要看好这里，你不要把它干掉、蒸发掉、变异掉，死掉的时间你就没法把握了。但是我们每一个人时刻都在一念一念一念之中啊，这是自性的认取。再一个就是随顺佛陀愿力，就是阿弥陀佛的大愿力来作往生的抉择，消除我们的后顾之忧。

刚才我们这样念，当下一念、现前一念是无所障碍，就等于滴水还海。这样我们自性的认知、往生的认知就有一个清晰认知了。再一个，是随顺佛陀的愿力来抉择往生的把握。

阿弥陀佛发了这样的愿，我们大家都知道，他有四十八愿。许许多多菩萨都读《无量寿经》，阿弥陀佛有这样说：设我成正觉，立名无量寿，众生闻此号，俱来我刹中——这个力量是来自于佛陀的愿力。佛陀发这样的愿：设我成佛，十方众生，至信心乐，乃至十念，若不生者，不取正觉——阿弥陀佛的愿望就是令我们称名，愿意往生的众生解除顾虑，“若不生者不取正觉”是阿弥陀佛的愿力啊！

“若不生者不取正觉”大家都会念，我们依从阿弥陀佛这样的愿力来抉择往生把握。一个是依自性，一个是依阿弥陀佛愿力，这是往生的两种抉择的依止。

再一个，我们心心回向，所谓的修持力，心心回向于往生。这三点，你往生怎么会没有把握呢？你当下每一念，心心回向！你知道阿弥陀佛的愿力周遍广大，普摄十方，摄取念佛众生慈悲不舍，若不生者不取正觉——这样的光明无畏名号，光明无畏的愿望，照摄着十方有情，你往生有什么畏惧，怎么会没有把握呢？

再一个，我们的自性。自性本来如佛一样啊，一切众生之自性与诸佛之自性绝无差别。一切众生皆有佛性，就佛性来说，一切众生与诸佛绝无增减。

所以我们的自性在烦恼中减损不了，在贪嗔痴中减损不了，在无量善缘中也增加不了，就是不垢不净不增不减不动摇的清净心，无始以来从来没有被污染过，任何烦恼众生也污染不了他，任何诸佛也增加不了他。这才是佛心，就是佛宝，我们每一个人都具足这个佛宝。这样你怎么不能回自己的本家本国呢？因为极乐世界是佛的国土啊。

现在大部分人都有这个同感，说念佛的多、往生的少——这是一种知见罢了，不是事实啊！在这个如幻世间是没有任何事实的！你如果把它当成事实，你就是法执者、我执者，就是我见、众生见、寿者见，就是过去心、现在心、未来心的执著者，你成就不了智慧啊！我们都知道金刚经上讲：一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观啊！

我们的知见也没有一个实质的，但这个知见可以指导你。我们学佛的正知见，这是下手的纲领性的首要的问题，就是发心或正见问题。往往我们开头讲话、举心动念皆是以妄心，认取妄心以为事实，所以不能念佛。嘴上念佛，心念妄想。

嘴上念佛，了解自己的妄想，你就开始念佛了。我们念佛，了知妄想无有自性，就是嘴上念佛，心也在念佛了。虽然妄想不断地生，但是你已经开始心念念佛，觉悟人生了。要是还把妄想当真，不把觉悟来真正认识，就会丢失现前修行念佛的大利，丢失念佛的利益，你念佛就没有真正利益。

若是生起念佛的利益，每一个妄想生起来，我们念南无阿弥陀佛，就是劝告自己认识当下这一念：妄想这一念是无有自性的，这一念是无有来去的、是假设的、是生灭的、是虚无的。那我们这一句南无阿弥陀佛就是无所障碍的名号，就是智慧光，就是喜悦光，就是平等光，就是无碍光，就是焰王光，就是不思議光，就是无边光……这个智光、心光，我们就会真正念佛，作为一个念佛人。

这个问题大家一定会深思，这是正见问题，就是发心、用心问题。发心，用

心，知心，证心——你要证实自己的心，明心——要抉择自己怎么来用心。你怎么抉择这个心？你怎么发心？怎么发现自己的心？怎么用自己的心？怎么知道自己的心？怎么证实这个心？怎么明白这个心智？不要把妄想认作自心啊！不要把烦恼认作自心啊！不要把业障认作自心啊！

我们每一个人都应该清醒地认识它、了解它。所以切莫把妄想当作自心，菩萨们！那样来指导自己的生命，会造成轮回啊！我们往往把妄想当作自己的心，有时候我们的妄想相互影响，因为你的真实心没有现前。滴水还海之前，这一滴水飘飘荡荡的，不知道晃到哪个地方去了。

有人说念佛不能往生，你一听：是啊，不能往生！为什么？没有功夫成片嘛，没有一心不乱嘛，没有证得三昧嘛，不能往生，大家都这样认为的。结果落到妄想泥潭里去了，落到凡夫知见上去了，落到颠倒中去了，他就继续轮回，没有出离机会啊！

我们不能这样相互欺骗，不能这样相互障碍，不能这样相互伤害啊！我们应该相互鼓励，认识滴水还海的不可干枯的利益。要不然在一起念佛就会相互伤害、相互遮蔽对方成佛的机遇，那就对不起自己，对不起有情，对不起诸佛，对不起生养我们的父母，对不起佛法了。

切莫把妄想认取自心！回心一念，来观自性，本来是佛，无增无减，就是滴水还海的念佛方法。

再一个，仗借阿弥陀佛大愿业力，随顺阿弥陀佛无所障碍的愿力，随顺安心，这样来念佛。阿弥陀佛的誓愿：若不生者不取正觉，一切众生咸能往生——我如是随顺，无疑无虑。这样念佛就会得到往生抉择的安心，这样安心就有意义了。安心即是当下对往生利益的守护和认知，这样我们来认知它。你要不认知它，就会把妄想当作自心，那样修行总是无益，学习也总是无益！

说念佛的多、往生的少，我想通过这样的提示，对往生有一个认知。

第二个问题是怎么来识别往生？

往生因缘是许多的。有从形相上来认知往生，就是临终舍报的往生。一般人比较在意瑞相，阿弥陀佛观音势至清净海众现前来接引，大家看得见摸得着。好比说这个人舍报了，大家在念佛，阿弥陀佛现前，垂手接引，乃至说：法子，我来接汝。这样大家认为是往生了，这是一类往生。

也有人身心柔软，顶处发暖，认为是往生了。乃至说心口发热、腹部发热、膝盖发热、足下发热，认为是生在人道、鬼道、畜生道、地狱道，或者额头发热

认为生到天道。这样的说法是形相认取，这样的往生例子从古到今都很多。这是最没有办法的认取了，也是我们大家比较在意的。

再一类往生，就是当下抉择。不于生死住脚，但于当下一念抉择，就是现前我们的一念，不断地抉择、不断地抉择，这不断地抉择而生起的决定就是一念永念，不再反复。就像你带一滴水、一瓶水到大海，你把它倒到大海里面，你看你这一滴水、一瓶水还会不会干枯？我们可以做这样的实验。

我们现前一念就像一瓶水、一滴水，我们把它回归到自性海中，不再造作了。就是不再取舍，不在取舍上用功夫，不在对待上用功夫，不在得失上用功夫，不在往生不往生上用功夫，但是喜悦安心平和地面对世间。就像一滴水回到大海里是一样的，我们这是一念妄念之水，归入我们无尽本质刹海中了，自性刹海中了，这样你会得到修行的安乐。

这个地方过去称为往生利益抉择，这种抉择也会出现很多不可思议的表相。好比说过去烦恼炽盛，现在烦恼淡薄了；过去习气不可自制，现在逐渐认识到习气无有自性，逐渐习气会消除；过去特别自私自利，现在不再在世间争夺了，自私自利的心就消除了；过去没有慈悲心、智慧心，于事染著，现在不染著了，于事透达无碍，于人生慈悲心。这样机遇就成熟了，成熟什么？成熟往生的现前利益。

再一类有情是证得念佛三昧，因为观佛，因为持念名号，因为行般舟，乃至因为行法华三昧、一相三昧、种种三昧，能现下见佛，就是十方诸佛悉现前立，这样因缘得到现前往生的抉择和利益，身心柔软，亲受佛记。虽在娑婆世界，已决定是极乐中人，无挂无碍。这也是往生的一种迹象、抉择、表达。

细致说，差别是无量无边的，但是都可以得到往生的利益。这个问题就作这样的答复。

第三个问题是关于杂修的问题。

我们先解决根本问题解决掉，就是发心问题。不明自心，修法无益啊，菩萨们！这个问题本来不是问题，还是发心啊！我们做早晚课是为什么？念楞严咒是为什么？为什么要念楞严咒呢？为什么要做早晚课呢？念佛是为什么？这就是个发心问题了。

这个问题不用回答，是个发心问题。你发心是什么最重要，而不是这个事情重要——这个事情是为了你发心来表现，我们做事情肯定是围绕发心来做的。功课也好、念佛也好，你所做的事情都是围绕发心，这没有什么疑虑的。不管是做

功课、念楞严咒、念佛、读经，你一定有个发心。就这样回答了。

第四个问题，“都摄六根，净念相续”如何完善？

我们都知道大势至念佛圆通章有这一段话，“都摄六根，净念相续”。净念相续如何完善？最完善要认得我们自心本来不生不灭，本来不垢不净，要认取自心啊！这是最主要的问题。要是认识不到本心不垢不净、不来不去，你想净化自己的心，净念没法立，你的净念怎么立？你要认识不到本心，没法立净念，这个净念没有依据啊！

（休息半小时后，回答新的问题，录音有少许缺失。）

这个地方本身就是带业。若带无明业、颠倒业、智业、方便智业，都可以说是业。过去人举例子说我们若靠自力修持，有像针一样的业缘，就会沉入海底，不能出离；阿弥陀佛的愿力像大船一样，我们无始以来造了很多业，像大石头一样，我们放在渡船上，一样可以渡生死海，乘佛愿力故。带业往生问题就给大家这样简单一个提示。

说边造业边念佛，能往生吗？这是自己制造了一个矛盾问题。这个业与往生都是当下抉择。你是造业还是往生，是当下的一个抉择。你要认识不到这个地方，就自己制造一个矛盾。你抉择：你是往生还是造业？

要是我们制造矛盾，是无量无边的，这个世间是无量无边的矛盾世间。我们举一个例子。天、人、修罗各有耽搁，人的耽搁在对待矛盾中，天的耽搁在五欲满足，修罗是斗争。耽搁，耽误在这个地方了，就是个误区。天人在五欲中把自己的生命用完了，因为他五欲满足。人在对待矛盾中不断地浪费自己生命，举心动念离不开矛盾，离开矛盾我们就是圣者智者了，你就抉择了，远离了边见，远离了断见和常见，就是一个见性之人。凡夫就是矛盾与对待，善恶、大小、是非、得失、人我，无量无边的，就是我们的误区。修罗是斗争，不断地斗争，他们一生一生就这样耗费掉了。

所以刚才这个问题，边造业边念佛能往生吗？这是个矛盾。你自己制造了个矛盾，你自己来解决就对了，你是愿意往生还是愿意造业？自己来解决，这是最直接的方法。

怎样才能确定往生？

刚刚我们讲过这个问题了。我们作为学佛的人，不是审判员，也不是法官，是干什么？我们要如实知自心啊！不要去审判别人。我们要如实知自心。现相是什么？现相是了解自心的一个外境罢了，一切外境离不开自心，所以一切外境是

唯识所现。我们看到一个人，身体柔软也好、不柔软也好，这不是我们要讨论的问题，是我们愿意不愿意往生！

藕益大师讲往生与否全看信愿，品味高低在于念佛功夫了。往生与否，在于信愿——这是抉择问题，其余才是你的修持问题。所以不要管别人的身体软不软——他身体软不软跟我们没有关系，他身体再软也跟你没关系，就是他往生了跟你有什么关系？他没有往生跟你有什么关系？问问自己的愿望、自己的信心最重要，其他真不是我们操心的地方！我们操不了这么多闲心，我们不是法官。我们没有三明四智五眼六通之前，审判不了任何人，我们观察不来的。所以要如实知自心。

确定别人往生不往生，实在是对往生还有疑虑。所以往生与否全在于信愿有无，而不是管别人身体怎么样、别人能不能往生。要是管别人能不能往生，我们管一管谁呢？大势至菩萨，观世音菩萨，龙树菩萨，天亲菩萨，历代祖师，你管管他们！你管那些凡夫没有用，你一管就颠倒了，你知道吗？操这个心没有用！

我们管一管印光法师，观察观察历代祖师就行了，这样能增加我们的信愿力。要不然往往会在这个地方迷失自心，可能堕在事相上，你会不能自拔。不能堕在事相上，这个地方不代表任何东西！

我们一般往生不往生没有其他的，基本上是自设的障碍，自设与他设，就是妄想心中生起来的东西，妄想设置，妄想设计。有的是自己设，有的是别人设，都会障碍你往生。为啥呢？你堕入事相，这个事相很简单，但是这个事相一现前你就会造成被事相耽搁了。所以我们不设这个障碍，往生利益就现前了。这个破，不用力就行了，不设计对待就行了。在对待面前，不留住就对了。这个破不需要用力的。

念佛如何达到破见思惑？

在通途修法中这是必须做到的，要破见思惑。要是你不破见思二惑，不能了生死。你见思二惑就是烦恼，见惑有邪见、边见、戒见、身见等，贪嗔痴慢疑是思惑。这个东西遮蔽我们的智慧的心灵、智慧的法身。通途修法就要破除见思二惑。

在念佛法门中，印光大师给念佛法门起个名字叫特别法门。在马鸣菩萨《大乘起信论》里也是这样提出来的——特别法门。在这个特别法门中不需关注于此，一心念佛，直趣佛果！通途是要破见思二惑，念佛法门是不能回顾，善导大师讲回顾即落道，直奔王家，就是一路念去，一路风光，绝不留住！不管你是见惑、

思惑，一路走去，无挂无碍！这是念佛最简单的修法，也是最方便的，利益又是最不可思议的。就是你不需要顾虑自己的见思二惑，只是念佛，一路走去就对了，无疑无虑，无挂无碍，主要是不要回头回脑。

破见思二惑是通途的修法，你说你就是要破见思二惑，那也行，但是就比较困难，脱离了佛力的摄化、佛国土的摄化、愿力的摄化，就可能迷失于见思二惑之中，比较不好搞。好比说很多人求功夫成片、求一心不乱，求的这个心本身就是见思惑，就在修见思惑——虽然说破见思惑，实际在修见思惑。

你一路走去，不成片也自然成片，不求一心，一心可见、可用，一路奔去，直奔王家！这是净土法门十分清晰的教言路子。那么我们念佛能不能达到破见思二惑？你证得念佛三昧，我们再来说说这个事情。

一念佛就昏沉怎么办？

这是最好处理的一个事情。我们众生有三种业，要了解这三个业就比较了解昏沉问题了。昏沉是学佛人、念佛人特别关注的一个事情，但是往往不知道解决方法，因为对三个业没有了解。善、恶跟昏沉没关系。好比说去杀人，你昏沉不了；你做善事去，放生、救人、辅佐于世间，昏沉跟你也没关系。但是无记业现前，昏沉难免了。

善恶好辨识一些。无记，就是你也不思善了，也不思恶了，这个时候干什么？什么也不想，就开始头一低就睡下来了。无记嘛，昏沉伴随就来了。所以它的缘起是无记。什么也不想，开始产生昏沉。我们怎么来处理呢？方法十分简单，你要先了解无记。

我们先看一看善、恶、无记这三业的本质是什么？三业的本质。我们不了解本质还是没办法解决。三业的本质是什么？我们先思考思考，本质了解了就好解决了。

你这个善也好、恶也好、无记也好，它的本质是什么？谁能回答？回答出来了，解决了；回答不出来，我们就不解决。很好解决的。善、恶、无记，这三种业的本质是什么？谁能回答回答？（某弟子：无自性。）无自性，善哉！无自性、无我、无常、空、本不生，可以解决了吧！你不要认为有一个实质的昏沉。你要认为有一个实质的昏沉，你就永远解决不了它。

很多人在与昏沉作斗，就像用拳头打虚空一样，你能把虚空给打坏吗？它的本质是无自性的，我们可以观察得到，善也好、恶也好、无记也好，本质是无自性的，是无常的，是无我的，是本空的。你这样心里轻轻地放松，这个昏就回家

了，就回到它那个昏沉的地方去了。你要是跟它搏斗，它就跟你有缘了，它就缠缚着你，永远不能自拔。所以不要与昏沉搏斗，要了解昏沉无自性、无我、无常、空。

解决问题要有方法，没有方法你永远解决不了。我遇到许许多多人说昏沉问题不好解决，我说最好解决，关键是你不愿意解决？为啥呢？你把它当成实有了，跟你生命联系在一起了，你就堕入众生执著的知见，就是有的知见。我们知道断常是众生知见，你堕入常见、我见、有见，你怎么搞啊？你越对治就越痛苦，这个问题解决了。

为什么会有昏沉？因为众生执著于善、恶、无记，当成实有了，就开始昏沉。你执著于善就累，执著于恶也累，累到极处就开始无记，无记又开始出现昏沉。我们有时诵经当成是善法、拜佛当作善法，执著于有嘛，有得失，下面就开始无记。为啥呢？累了嘛，就开始昏沉，无记就开始昏沉。有的人执著于恶，怕恶，说我做错事了、我犯戒了、我懈怠了，就开始害怕，害怕久了，累了，就开始无记，然后就开始昏沉了。

这样的方法就是观察，仔细观察它有没有自性？仔细观察它有没有“我”的自性？这是不是常？是不是无常相？它是不是一时的因缘表现？如实观察，是不是苦？是不是不生？它本不生啊！假设我们能够细致观察，很轻易地就把这个问题解决了。

（问题不清晰，大概就是说念佛如何摄住六根？）

大势至菩萨说念佛人都摄六根，净念相续，我感觉印光法师讲的修行方法特别好用。他讲得很简单，好比说念一句南无阿弥陀佛，心里要念得了了分明，嘴巴念得了了分明，耳朵要听得了了分明，都摄六根啊，了了分明。这个了了分明在修法因缘上是十分重要的！

刚才有人说要断见思二惑啊，要是用这种修法，再能知佛力，加上自身的实践，很容易功夫成片的，很容易一心不乱的，很容易证得三昧。不是难事，关键你要如法地修持！你不如法修持，那是很难的。你要如法修持！现在人如法修持少，就是打妄想，自己想怎么修就怎么修。想怎么修就怎么修，你怎么能成就啊？妄想修持成就不了，所以说如法的修持。

印光法师举这个例子对这个问题十分好解决，就是说都摄六根。近代印光法师，很多人称他是大势至菩萨再来，他的方法很好使的。从一数到十，心里不要活动，念念无所得，念念清晰。无所得是很重要的！念一句说我要一心不乱、我

要工夫成片，你越念越烦恼啊！我们就这样了无所得、了了分明地念下去，不求一心自得心，不求功夫功夫现前。求功夫的人往往没有功夫啊，菩萨！

现行安心·念佛安乐

慈法法师 传授

2011年10月16日于上海杨浦海上海

我们今天讲一个简单的主题，就是我们生命中的现行与安心这个话题。这个话题对我们每一个人来说都有意义，不管年龄、身份、作为，安心是我们每一个人的需要。每一个人都需要安心，安心得彻底不彻底，对我们每一个人来说都是大事情。

现行是安心不安心的入手处。现行就是我们现在的身、口、意的思维、言说与作为。我在说话，这就是我语言的现行，这个现行又称为意识的一个作用力。我们每一个人不管是什么样职务、什么样作为，现在都可以看看自己身、口、意的现行，就是现下它的作用力是什么？

因为我们每一个人的生命就是由许许多多现行组成的，想解决自己人生中安心这个大事，就要从现行下手，从我们身口意现下的思维、作为动态中去观察它、选择它、认知它。这一点要有一定的次序思维。现行是解决我们安心的唯一入手处——你要这样认为了，你对你自己现下的意识、作为就会关注，就不会放任它，就会在意。

因为我们每一个人的作为是一个事情接一个事情的。一个事情做完了又有一个事情，会有无量无边的事情。但是我们要解决一个事情的现行，透过这一个事情的现行把它处理得清晰明了，就能解决无量的事情。

我们通过现行这个事情，清晰明了地把它解决掉，在安心的大前提下去观察一个事情，这个事情也可能是身体的作为、口的语言、意识的思维，它现下的作用力，也就是趣向，来看这个事情，来安心这个事情。那么安心做事，做事安心。一旦对应，我们这个学习、觉悟就能达到无对的正觉、无对待的觉悟。

我们现在之所以不能安心于每一个事，或者做事不安心，就是我们对待的心太多了，对待的意识，这个作用趣向往往是对待的、对立的、不满意的。因为我们对一个事情的作为不安心、不满意、对立，造成了身、口、意三业作用力下面趣向的不满意的烦恼，就令我们的心不安。心不安，我们生命中就增加了很多负担，这个负担就是不满意的积累、对立的积累、对待的积累。在不断地附加、附加，一直到死亡。

所以作为一个想学习佛法觉悟的人，要从现下每一个事情上，不要急于做一个事情、分析下一个事情，就在现前的、现下的一个感知问题上去了解它、认知它、观察它，做这个事情是不是安心的？做这个事情能不能安心？是否在安心下去做？为什么不安心？我们就会有一个对这个对待、对立、不满意趣向的了解，就觉悟每一个事情。

你能觉悟这每一个事情，这个觉悟就给人生有机地联合起来了。觉悟人生，人生就变得十分有意义、健康，会解除许多现行的负重，就是不必要的负重。因为我们对现行会附加上未来期望的负重、过去一些记忆的纠结、不满意、积累的负重，让现下的生命疲惫不堪或者有种种烦恼，这些烦恼就来自于对待、对立、不满意的积累。

我们每一个现行若是安心，每一个事情就清晰明了地觉悟，等于把每一个事情处理得十分干净，就没有负重与积累的缘。那么我们人生、人生相续就变得轻松明快。我们作为一个生活在这样大环境中的人，就是一个觉悟者、智者。

因为现在社会生活空间的密度，据他们说上海有三千万人，常住人口和流动人口加在一起，这简直是不可思议的一个密度。在这个密度中，我们要不把一个事情一个事情一个事情都处理得清晰、干净，稍有积累，那压力就太沉重了，往往就会有不安的因素在生命中表现出来。

所以我们学会从每一个现行，就是现下作为力的趣向上是安心还是不满？不满是因为对立、对待的状态。要清晰明了这个状态，你就知道这是一个负重的状态。我们从这一个事情上做好安心的准备，再去做它。不安心我就不做这个事情。

你就少事安心，安心少事，在少事的情况下把现前事情处理得得当，养成这个习惯，就是安心的作为。不安心不作为。不安心你不必要去作为，因为这个作为会给你带来苦与苦的相续。我们在安心的前提下观照人生每一个事情、每一个相续，人生就会变得有意义，变得明亮，变得在人生因缘中会有增上的作为或者持平的作为，而不会堕落。堕落就是越来越不如、一日不如一日。

按人的生老病死这个自然次序来说，我们现在人在这个外围因缘状态下，多是减劫的特征，就是越来越差、越来越差这样一个自然现状。要是觉悟每一个事情，在安心下去做每一个事情，或者说对每个事情清晰明了它对待或者不满意带来的积累的副作用，能观察到这一点，人生就会走一个上坡路，就越来越好，你就活得十分安详从容。你撒手那一刻，也就很喜悦地回到了你那个本家本国——极乐世界。

何以故？你整个生命作为是增上的，人生就越来越多的快乐、明了、轻松，负重的东西你就丢在脚下了。要是不这样作为，一个事情有一些遗憾，一个事情有一些积累，一个事情有一些对立，这样不断不断地增加，就会越来越衰老，越来越沉重，越来越迷失，在现行中就活得越来越累、越来越苦。你撒手那一刻，三恶道就在等待着你。

我们要公正地认识自己的趣向——心理趣向、意业的趣向、语言的趣向，就是每一个现行我们要认知得到、用得上。安心在现行中，现行中行安心，这是人生的福慧两条腿，我们可以走路。若是没有现行安心，或者现行不安心，在迷失挣扎的状态下去生活、做事情，趣向一定是三恶道。

所以作为这个时代的人，我们把安心作为做一个事情必行的前行，那是最好的。安心是我们的需要，现行跟我们每个人有最直接最亲切的关系！跟我们每一个人有关系，不是跟他人有关系，这个关系就是每个人都在作为、思考、言说。

我们的思考、言说与行为就称为现行，这个现行是通过一个事、一个事、一个时、一个时来表达的。我们要了解这一个事一个事，要清晰它，不要空过，这样你的人生一切作为就变得很有价值，一切作为都是觉悟的过程。就变得不再后悔，不再积累、烦恼。

所以安心很重要。安心实际是我们心灵深处真正的需要，就是在每一个事、每一个事上的自我观察。安心做事，做事安心，它两个没有对待。这样我们就会得到究竟的安心的抉择。安心与现行是我们每一个人相伴的状态。

有的人说不安心。这个居士为我们提供了这个场所，我问他你提供这个场所你安心吗？他说不安心。提供这个场所本来是善意的，为了让大家有智慧的学习、有修行、有交往的空间，他自身又不安心，我们来到这个地方给他带来了不安心，我们的现行是一个什么样的业？那就是个恶业。对他来说，我们造了一个恶业；对我们自己来说可能是个善业。

要是对他人有利益的事情，对自己有削减，我们可以作为一点点，在自己能承担的情况下去作为；要是对自己有减损，自己不能承担，对他人有利，尽量不要作为，因为那样会使你不安心，一样会使你沉淀下来烦恼。他这个不安心的作为不断地这样做，也会给他带来恶果，影响他单位的工作、收入、影响他的私人生活空间。我们要先回向给他一个安心，大家以这个善意回向给他，希望他通过今天的课得到安心。我们有这个祝福，我们本身也要安心。

实际我们的本心是安心的，我们的习惯、烦恼、执著的心不安。本来的心有啥不安？我们的本心没有啥不安的。我们看看这种种心是个什么样子，来看看心。

先说自心，每一个人都有自我心理的感受；他心——他人的心理感受；共同的环境、共同的感知、共有的心。这里面没有离开本质的心。我们说这么多心，自心、他心、共心，都没有离开本心，即是本来具足的、本来清淨的、没有来去的、不生灭的、不垢淨的、非生死的心，所谓具足清淨，又没有色相。

所以佛教对他有一个八不的解释，说不来不去、不增不减、不生不灭、不垢不淨，就讲本心。我们安的心不是其他心，是让本心起作用，本心起作用了就真正称为安心。

我们知道佛陀说了许许多多教言，但是安心是特定的教言，是大的方向、主体话题。起作用于现下，就是安心。本心在我们现下的身、口、意中起作用了，那就是安心。你看你那个本来具足的心、本来清淨的心、无色相的心在现下身、口、意中起作用没起作用呢？

没有起作用没问题，就是自心、他心、共心的业相。这个业相是千差万别的，可以说业相的内容无量无边。我们用这种心，往往就会被无量无边的业所淹没、埋没，把我们清淨的本心埋没掉、淹没掉，使他不能起作用，使我们迷失在这些千差万别的状态下。我们的尘劳也就来自于这些心业的奔波，在种种业相上奔波。

很好认识，你用你现下的举心动念来认识它，从你的每个言说去认识它，从你的每一个作为去认识它，从你每一个现行中去了解——是本心在起作用，就是安心；本心没有起作用，就是不安心，就是业、业相、业力在起作用，它就会使你烦恼迷失、使你负重。不管你是说话、思维还是做事情，都会给你带来负重、沉淀、积累。积累到你不能忍受，你会出现大的烦恼，你就会随着生老病死去墮落，墮落在未来的生死业流中。

你要是依本心——具足清淨、无色相、不来去、不增减的心，回归到这个状态下，或者运用这个状态、运用这个表达，在自己的现行中去审视每一个业、每一个作为，那每一个业与作为都变成妙用，那都是妙用。他作为一个事就干净一个事，做一个事就解脱一个事，做一个事就圆满一个事。这样一个事一个事一个事组成了我们智慧的人生，组成了我们解脱的人生，组成了我们圆满未来、现在、过去的人生。我们有这样的作为，就有这样的结果。所以这表达了世间有为的因果。

本心不是造作而作为的，所以说以无为而安住于有为法中，利益着有为的世间。以不造作的心面对一切造作，从造作中解脱自己，解脱他人，就是自利利他者，就具足智慧与方便。

我们的安心与现行一定要跟自己的心联系起来，跟自己的口业语言联系起来，跟自己的作为联系起来。这是我们对自我的责任，任何人都不能取代另外一个人。这个作为的结果是自身在承担，任何人做的身、口、意三业的果报，做的当下就在承担着这个果报。那个当下是不是安心呢？是不是用本心来作为？

你说我不造作，我依本净具足的心，我怎么说话呢？你可以尝试着做。你说我怎么以本净的心去思维呢？你可以思维，尝试着做。你说我以本净心怎么与人交流呢？你可以尝试着做。虽然这个地方没有爱憎、取舍、生灭、大小等的驱使，但他是以清静、具足之心跟人交流、说话或者来思维，这是可行的。

这是在安心下去做每一个事，去思考每一个事，去说每一句话，必然清静的结果。这个结果就是让我们本心启用于现下，安心遍布在我们身、口、意、过去、现在、未来的作为中，使它真正做安心的现行、现行的安心。这样安心与现行不再对立，我们就能走出生死轮回而利益生死轮回者。

因为我们不是断灭了生死，也没有超越世间，是步履在这个世间而饶益着这个世间的有情，在世间作为中解放了世间的种种困惑。所以佛法不离世间法。我们这些安心的作为、觉悟的作为也没有离开世间，没有离开世间的现行，就路还家就是必然的事实。

就路还家是佛教对我们现前众生真正的教法与加持，也是佛陀对我们真正的恩惠，是我们本心具有的真实功德。佛陀最珍贵最珍贵的作为就在于他先于有情证实了本具功德！佛陀先于我们，我们之所以礼敬于佛陀、赞美于佛陀，主要是他先于我们证实了我们本来具有的这样功德——就是本净心的真实！

所以他所有教诲无外乎是供养、启发、印契、成熟我们本有的功德，不是说给我们增加什么，实在是启发了我们本有功德的作用。他来给你作证你有这样的功德。什么样功德？像我们挂一个佛像，说佛具足智慧、慈悲、方便，具足三十二相八十种好，站在清静的莲华上，整个身心世界都在舒展，绽放着最芳香最美好的一面，那是我们每一个人都具有的本心的功德。

佛陀证实了这个，来展示给我们，让我们有一个榜样，有一个印契，有一个启发。这样我们每一个有情，悲智方便会滋润着我们的心，启发成熟我们的心，

让我们像阿弥陀佛一样回归到本心无量光无量寿这样一个如实的真实相貌中来，就是说紫磨真金身。

因为阿弥陀佛或者说佛陀真正展示了一切众生本具的德相，就是紫磨真金身，就是三十二相八十种好，就是具足悲智方便，就是无量光无量寿，就是具足八正道，具足三十七道品，具足一切智——道种智、方便智、无上智、无等无伦智乃至无师智，他这个具足是我们本心具足。我们没有证实之前，往往就犹豫徘徊在业力分别执著的不安中。

所以说现行安心是我们的本分事，是自尊事，是人人都应该觉悟、了解、认知、认同、成就的大事！这个大事跟我们每一个人有最贴切的关系，每一个人都应该尊重自己的现行是否安心，安心是否于现行中？

现行令你安心，安心令你的现行相续，这样我们就是无对待的本净心的使用者，就是智慧的人、具足慈悲的人、具足方便的人，就会走出无始以来的一切恶业、业习，不再沉沦于六道。行走于六道只是利世，不再沉沦。要不然我们会在六道中犹豫、徘徊、沉沦在无尽的生死海中不能自拔。何以故？不知道安心于现行与我们最亲近，那是一种尊重的行为。我们会做许多不尊重自己、不尊重他人的作为，就给我们带来了生死烦恼的迷失，带来了负重，带来了焦虑，带来了无量无边的苦。

我们作为一个有自尊的人，得遇了佛陀教法，得遇了觉悟的机会，得遇了人身，这就是我们使用本心成就于现下的真正的机、真正的缘！这个机缘我们每一个人都拥有，每一个人都能够运用它、实践它、关心它、照顾它。这样我们人生就变得清晰、明了、有尊严，不在业力、习惯、烦恼鞭打下去屈服。我们可以明亮地、安心地、喜悦地运用自己的人生，完成自己的人生，整个人生就是觉悟之路，是觉悟之人生。这样人生活得就是人生本来的尊严、应有的尊严。我们就是有尊严的觉悟者，或者说安心与现行相应者。

今天晚上因为给我们提供场地这个菩萨的缘起、安心的缘起，我们提到安心于现行。我们现在在这里学习，这就是个现行。不安心是为什么？就是没有认识本心的具足、本心的清静、本心的作用——作用力可以在当下。我们把安心往往推给佛陀、成就者、觉悟者、有智慧的人，不知道自己每一个现行皆可以用于安心，安心可以令我们的现行产生相续。你迷失也是现行，现行是觉悟还是迷失是我们每一个人完全有权利选择的，完全可以作为的！

我们提出这个话题是来源于这个场地的提供者，希望他以本心安住，在每一个事、每一个现行中做安心于现行、现行安心的人，来回报他给我们提供场地的这段故事。

安心于现行我给大家做这样一个提示。下面我们可以提一些问题，作为交流。好。谢谢大家。

弟子：法师您刚才提到尊严，我不知道佛法中说有尊严和我们一般生活中的有尊严有什么差别？

师父：很好。尊严是我们对现行于安心的一个鼓励、一个推动。这个名词不去固执它，它就很方便；固执它，它就很沉重。因为佛陀教导我们一切法无有自性。我们使用这些言说能令我们对安心引起重视了，可能就是尊严。没有其他目的，最主要是语言交流方便。

弟子：安心是指安住在自己的本性，可是接触到本性不是凡夫一下子能的，在操作上有没有可能契入本性？

师父：这个菩萨提这个问题，她没有看到一切众生本具的功德，她说我们凡夫没有具足这个功德。佛陀证实了我们具足这个功德。所以说我们每个现行都是圆满的，这是本来的样子，每一个现行圆满，佛陀证实了这一点。我们证实了我们总是不圆满，很多亏欠、迷失、不足、自责、负担，这就是凡夫心。诸佛如来顺性修证，他就是证实了每一个现行都是圆满的。

所以佛眼看世间，世间是圆满相；我们看世间，世间就是不圆满相。不圆满相就是众生心的分别、执著、爱憎等等带来的分别相，分别相就是众生心。众生心本来是圆满的，所以说回头一念，过去说回头是岸，一念回心，即见圆满。你要随着不满的心、不圆满的心去奔跑，这个业力就会越跑越远，就是现行不得安乐，现行就是亏欠，现行就是不安。你要坚持说我就是凡夫、我就是不圆满，那你不圆满就可以了，但你那个不圆满本来是圆满的。

凡夫知见与诸佛觉悟的知见，差距就在于佛证实了我们每一个众生本来是圆满的。我们认同这个了，就可以用这个本来圆满的心，从现在就可以做事情了，可以思维了，可以观察了，可以在交流了。

弟子：师父，我们现在感觉是不圆满的，我们要怎样把它变得圆满呢？好像没有这个……

师父：不容易是每一个众生的烦恼，容易是诸佛的解脱。

弟子：因为没有观察到这个的能力，没有转变这个的能力。

师父：没有自信的人也简单，没有自信随顺佛力就好了，随顺佛的知见来观察就行了。你当成不是你的知见，是佛的知见，我随顺就行了！有这样自信，现行就安心了，不需要折腾了。没有这样力量的人，就随顺佛力，佛怎么看我就怎么看。就是借佛的力量来解决自己思维与观察的角度。像我们拿望远镜看东西一样，实际还是你的眼看到的，没问题。

说用本心很难、安心很难，实在是我们习惯拒绝圆满、拒绝本心的方法，习惯！这个习惯是很多人的“绝技”，说道理我懂，但是……就是凡夫烦恼的借口的“绝技”。这个“但是”不得了，具足“大威德”，造成了无量烦恼业海！但是——这一转折就回到业力中去了，这个转折词就是苦海无边，不愿意回头就没有岸。

看来这个现行安心真是印契大家了，我们每一个人都有感觉。现行就是我们现在、现下与安心、与本心的契合点，这个点是人人喜欢的，从根本上我们都喜欢安心。从根本上，依本来说，我们都有安心的基础。回到本源上看，人人心就是本来清净本来安稳的，那你心一躁动你就知道它是业力了。你可以观察观察。

下边提问，没有问题大家就静静地坐一坐，把安心于现行运用得相续越久越好。

弟子：师父，您讲安心，这个安的心是什么？

师父：安这个心是无色无相的，安这个心是不来不去的，安这个心是不生不灭的。

弟子：既然这个心不来不去不生不灭，您怎么安？

师父：对，所以说不需要安它就安了，它是无为而至的。

弟子：不需安就安了？

师父：对，这个安心就是无为而至的心，本来安心就是无为而至。因为我们的造作，造作了生死海，造作了九法界，造作了恶道、善道、圣道，都是造作出来的。安心的人看造作的人就很好看了。没问题，小伙子提得特别好，看来小伙子真安心了。

弟子：我还没有安心呢。

师父：我们主要是讲安心于现行，这个现行就是我们对自己现下身口意三业的一个认知、一个印契。

弟子：法师，那心在什么地方？安的那个心在什么地方？

师父：心在什么地方？你说它在什么地方它就可以在什么地方。

弟子：这是理上讲，我想说事相上。

师父：你举手抬足都是安心。

弟子：这是理上。

师父：我说的是事相！我说的身口意三业都是安心。

弟子：证道就是愿力，为什么说是业力？

师父：对呀，觉悟当下就是安心。你不愿意觉悟也没有问题，也是安心。

弟子：您说安心，心在何处？

师父：那是你自己设计的。你难不住我，你只能难为住你自己。（众笑）安心在何处，这不是一个话题，这是自我设计的陷阱。因为我们举心动念没有离开本心，这没有什么。因为你的举心动念、你的每个动作、每个说法都是安心，都是安心处，这没有什么。

这是一种世俗的陷阱，实在是没有意义的。很多世俗的人认为这样可以为难住一些学佛人，没有用。这是世俗陷阱，就是自己挖出来的一个陷阱，跟其他人、第二个人都没有关系，就是自设自受的东西。学佛的人要知道自己的心怎么安，拿这些东西去做主要是没有意义。现行与安心就是我们的每一个举心动念、言说、作为，一定是特别重要的！自己安心不安心？要问问自己是不是用的觉悟的本心？还是用的业相？这一点十分重要。

弟子：我们在生活中，心是浮躁的。我们怎么样在念佛时候把心定下来？

师父：还是现行问题。刚才讲了一个事一个事情的问题，实际我们每一个人的一生中有许许多多作为，但这些作为都没有离开我们每一个当下、当下这样一个事、一个事的积累。

我们能不能在工作中把自己当下的事做得安心呢？或者说顺应我们本心去做呢？不计较得失去做呢？不用爱憎的心去做呢？不用喜与不喜的心去做呢？这可能是一个特别重要的角度。要是真正不用爱憎、大小、得失去做一个事情，你说会不会麻木不仁呢？不会，你可以去实践它。

所以说我们用安心的前提去做事情，就是用本心去做事情，可以一天先有一个事两个事去做。可能大部分事情还是不安心的，但是有一次、一个事情、两个事的突破，慢慢地我们就习惯于安心做事，慢慢地会看到不安心做事的苦、迷失、负重，越来越清晰地会让我们的口业、作为去选择，选择安心的情况下去做事情这样一个目标、一个作为。这要有对比的。

开始我们一天做一次，用本心或者说用安心的状态去做一个现下的事情，有这个过程，做两个，做三个。可能一百个事情还都是烦恼的，但是这三个、两个、一个是安心的清晰的情况下作为的，对这一百个、九十九个、九十八个我们就会有觉悟它、反观它的机会。慢慢地我们就会用更多时间与精力在安心的角度去做事情，这在生活中是十分现实的作用力，就是很好用的。

平等的安心在每一个作为上，对每一个作为都生起了足够尊重，慢慢地我们人生的价值感，就是自尊——这个自尊不是骄傲也不是自卑，是平等的安住、安详的人生的缘起，我们就能感觉得到、体会得到。

对自己要求不要太高，有时候太高了适得其反。有人已经做得很好了，总对自己不满，结果做得很好也变成了不满。把一点一滴做得到的觉悟机会、事相升起这种喜悦，这个喜悦就会慢慢地在我们生命周边成熟，这样对我们生命、作为是十分有价值的。所以要尊重自己的作为。

你说我的过失我尊重它吗？过失也要爱护它，不要诋毁它——不诋毁它，它就不相续；你不排斥它，它也就不相续。做完了，有一个觉悟机会就好。这样我们就会不自卑不自慢地回归到安心的真实心中来。不需要高举自己的作为，可以把自己的心念在休息状态下去作为。这个理念去认识、实践、认识、实践，慢慢地不离工作生活我们就可以真正修行了，就是休息中的工作，工作中得到休息。

弟子：师父，我修佛法之后，日常生活与工作中总是想对照戒律去做。比如说自己觉得应该精进，娱乐应该放弃。身边的人说去看电影或者干什么去吧，就会很纠结，我自己心里不想去，但是又觉得老这样会让身边的人不快乐……

师父：你这个话是现在很多居士或者学佛人的一个特征性的作为，对佛法可能还不是太了解，我们会把佛法当成一些形式，或者说一些形式就代表了佛法。

从现象上来说，善、持戒，避开一些恶缘，对我们自力修行者来说也不失为一个方法。但这个方法里面缺乏智慧的观察力，因为我们这个观察可以不拘现缘地观察这个事情的生灭与本质。所以要是用不了义的心智去修行，就是用对立的心，善恶、大小、是非、人我的心去修持，我们这个心本身就不清静，本身的缘起就是分别对待的习惯的坚固。这个越坚固，你就越辛苦，这个辛苦会使我们学佛的人比常人更加辛苦。

很多人对学佛的人的评价就是：这些学佛的人没有不学佛的人快乐。为什么？那些不学佛的人只有现行烦恼的状态，这些学佛的人又增加了一个制约现行

烦恼的烦恼。这种制约现行烦恼的烦恼，就是给我们增加了一种心理负担与自我约束的约束力。

回头看一看，佛陀对我们的教法是让我们解脱自己、解脱他人的。或者从我们本净心上来说，一切行为本来就是自显自解脱的，这个行为本身是无自性的。有人说我杀还是有杀业，做善事还是有乐业，恶业还是苦报，善业还是乐报——这没有问题，这是不究竟法中现缘果报中的计较而得到的相续。若是从了义教言中，我们审视它的本性是最重要的修行方法。那么我们在这个基础上再来择取应作不应，就在作为上得到了作法的快乐、修行的快乐、制伏恶业的快乐。要不然我们在制伏恶业的同时产生了一种制伏约束力的烦恼。

所以我们作为学佛的人，要知道智慧观、智慧持戒。智慧的持戒不是说不持戒，不违背世间的应舍、应取、应作、不应作的——他不违背这个，但他没有负担。好比说被一群同学、朋友约去看电影，你要是从心里的清净来说我借这个机会可以启发大家，也可以启发自己，也可以觉悟人生，不被任何景象所迷惑、所蒙蔽——你有这样的心念，可能你看电影比你 not 看电影还要有意义一些。这个要恰当运用的。

持戒，说我不该看的、不该听的、不该去的地方我不去——这是一个自利的选择，没问题。假设还不能很好地觉察它的本性，这样可以回避一些问题，但是不要给自己带来烦恼与压力。一旦带来烦恼与压力，这个法的本身又给你带来一重新的烦恼，就是对法的误解。

因为一切法都是给我们带来喜悦轻松的。要不是带来喜悦轻松，这个法我们要思考它是不是合适了？是不是个附加性的？假如给我们本来沉重的业力上再附加上一份沉重，那就不是佛法了，它一定背离了佛陀的初衷——来教育我们、利益我们的初衷，那不是佛法了。所以佛法本身是法无定法的，这个无定法就是怕我们在执著上再产生一种执著。

我们在烦恼习气的执著上对它有所观察、学习、调整，从本净心或者无自性的角度去观察、审视，或者从念佛的角度去审视它，基本上我们在一切现行中都可以修持。我们学佛的人就会越来越轻松、明了、安详、从容。因为你所做的过失是可以觉悟的，你所做的正确事情也可以使你觉悟，一切现行皆可以令众生觉悟——这就是佛陀！若是做的善事才可以觉悟，做的恶事不能觉悟，那不是佛陀的教法，那是善恶世间的分别执著。这一点善观察！

因为我们在这个世间生活真是有很多不容易，在上海这个地方可能买个房子很不容易、买个车子不容易、有个家庭不容易，有个孩子、妻子、老公都不容易，工作很辛苦。你要知道这么大密度的生活，所以来学习一些轻松、快乐的佛法、来帮助有情、来解脱自己的沉重是我们的要务，要务！

既然有这种机会，尤其是这个时代，念佛是一种特别简单的方法！好比说我们无始以来有种种善、恶、无记的作为，苦乐交织的人生，包括睡眠，这样一个中性的人生，就是无记的人生。那么我们在念佛中，一念就能圆满它。因为这个万德洪名能启迪我们自心的妙用，就是本具心的妙用。

你念佛时候，他就在起作用——你知道他，他圆满地起作用；你不知道他，他部分起作用——他总是在作用！所以这个时代念佛无疑是一个最好、最简单的方法，走着、站着、什么样姿势不管你，什么样的作为、职业、环境也不问你，他只是印契你是圆满的，你可以清净下来，你可以无畏起来，你不要那么多牵挂，不要那么多自责，你要满意自己。怎么满意？念一句佛就可以满意自己！

念佛法门在这个时代对我们来说十分亲切，所以说阿弥陀佛是我们的本心，他就是无量光寿，就是本净的心，就是本心。你念他是最亲切的事情。所以我们要知道阿弥陀佛是我们心地最本质的光明与音声。你要念他，有事无事的，出声的不出声的忆念，都是可以的。这样我们在这个短暂人生中就会逐渐愉快安乐起来。

人生对我们每个人来说太珍贵了，因为人身十分难得！你看现在能平持人身的人越来越少了，就是能持五戒十善的人越来越少，不是说没有，是很少。在五戒十善不能等持的情况下，就是不能相续的情况下，大部分人会丢失人身。可能现世还是人模人样，一转身谁知道哪一道呢？

所以说念佛这个究竟心地的作用对我们来说无疑是一个大安稳处，就是安乐处，是我们最好的回归的地方。念佛对我们这个时代的人来说真是太重要太重要了！真希望大家有意无意地多念念佛，这样使我们的人生康乐喜悦。

弟子：很多人说念佛没达到一心不乱就不能往生，对这个问题我很苦恼。

师父：我们都知道问题一定是自己造出来的。我们刚才从安心与现行这个地方讲到了。我们现在用本心，就是本净的心，它是具足清净圆满的。我们用本净的心念佛怎么不能往生？因为本净心是周遍于法界的，佛有什么样心我们也有什么样的心，我们愿意往生，那就没有障碍；不愿意往生，那是你自设的障碍。

从业习的心中，这个说法成立，因为业习心就是分别执著。他执著一心不乱，又不知道什么叫一心不乱，就容易迷失在一心不乱这个名言上，就会混乱自己，心就不安，不安的果报自然就在六道轮回之中。念佛他不是念在念佛，他是在念分别执著。

我们作为念佛的人，是由心而发的“南无阿弥陀佛”，这句南无阿弥陀佛就是本净心的妙音，是你本净心的作用力所表达。我们念佛之时就在印契自己的本净心，我们的心就是圆满的清净的，本心就是无量光无量寿。这个无量光寿成立的极乐世界我们怎么能不往生呢？怎么能不往生呢？除非你不愿意往生。

因为阿弥陀佛建立这个报土是顺应一切众生本心设立的国土，我们愿往生就是回本家本国；不愿意往生，你就六道中去度脱众生吧，或者说去迷失吧。迷失也好，度众生也好，是自身的选择。

很多人是对世间的业和业的纠结不愿意往生罢了。业的纠结，说我很多世俗事情还没有做完，我很多情还没有了，我很多宏伟的事业还没有达成事实啊……那你随着业力作为相续下去只有堕落，你永远完不成它。为什么？在减劫中，人的福德智慧等等越来越差，外围因缘也越来越差。

你往生极乐世界没问题啊！往生彼国，你还有这样一念残留，或者说你愿望中还有这个未了情、未了业相、未了作为的残留，你可以倒驾慈航，那个时间作为就很简单。再来看，你就会说我这些未了愿、未了业、未了情都是给大家交流圆满佛陀教言的机会了。你再回到娑婆世界就很好啊！所以纠结这个娑婆世界的人也可以往生，就是先放下你的纠结，回来再做好不好？（众鼓掌）这样我们就具足了威德，具足了不退转的心智，具足了极大方便，这样是十分有意义的！

许多人会纠结这个地方，不敢发心、发愿往生阿弥陀佛圆满报土、往生极乐世界，他被这个未了业、未了情、未了缘给蒙蔽纠结的，不敢发这样的愿，他就说我念佛总念不到一心不乱我总是不能往生等等——这个借口就是对娑婆世界的未了业、未了情、未了缘的认知不清晰，你就会被它们所拖累，然后堕落在恶道之中。

因为减劫中人慢慢就堕落了——不是你堕落，是共业在滑坡，菩萨们！共业在滑坡，不是某个人能抵抗的。所以大家先往生，再回到娑婆世界乃至无量刹土去完成你的三个未了，那是很方便的。这一点要从心底真正认同了，我们都会无畏地发一个愿：往生彼国去！（众鼓掌）

很多人的畏惧是自我暗示下的畏惧。因为他很多情怀没有了，很多男女情没有了，很多事业相没有了，还有很多房子还在等着他住、好车子等他开……但你要知道：这一生寿尽之时你要是把握不好，一旦在六道里轮回，就是难逃堕落呀！这一点我们要看得清楚，往生极乐世界就会成为我们必然的唯一的愿望与选择。

这样我们决定往生的决心就会成立，就会建立究竟意乐，就会顺性做人，就会真正顺佛愿往生极乐世界，我们真正作一个无畏的回入娑婆世界者，就真正尊重了自己的生命与业相续，这个个体生命价值就会做到一个最好的价值状态。因为我们每一个生命的个体价值最好状态就是圆满阿耨多罗三藐三菩提。若你还在六道里轮回，或者还在九界里徘徊，那都没有真正完成自身的究竟价值。

我们在这一声念佛往生极乐世界的抉择上，若是认识到未了情、未了业、未了缘可以在未来世完成它，从心地把这个障碍一去除，我们往生极乐世界的愿望一定是透达无碍的！往生必然成为我们这一生的事实！（众鼓掌）

这一点大家应该深思熟虑。因为这个障碍是莫名的习惯性的自我保护。经常听到一些学佛的人说往生也好、念佛也好、持戒也好，离苦得乐，我都知道，我明白，但是我做不到——这个但是就是我们养成的对业力习惯性的自我保护，这个保护使我们不敢跨越这个业。每一个人只要细心地安心下来，你都可以看到这个事实，这个事实对我们有暗示的潜意识的强制，这个强制十分厉害！

有学佛很多年的人就是这样说：道理我都明白，我做不到！为什么？就是这种未了的业相、业缘，他会产生恐惧。他说我要往生了、我要持戒了，我这些事情、我这些因缘怎么办？他认为就会断灭，会丢失他世间的福报、世间的因缘、世间熟悉的环境。

这实在是不可思议的误区，这个误区耽搁了许许多多学佛人的正行，这是一种业相蒙蔽。这个蒙蔽你真正认识到它，真正安住于不退的教法、不退的利益，再回看这些未了的的东西，你就很容易清晰地处理。

观音势至就是为这一类有情设立的方便，所以我们一般说观音势至是来自于娑婆世界的极乐世界二位菩萨。为什么？观音菩萨到我们这个娑婆世界实际就是我们愿意往生又回来处理我们这个未了缘、未了业、未了情，那就是观世音菩萨大悲心所现。你说我带着业力往生到极乐世界，我能像观世音菩萨一样回来解决我的未了业、未了缘、未了情吗？会的！你一回头就会看到观音菩萨在这个世间，三十二应度化众生，令一切有情离苦得乐，成就菩提！

为什么？菩提是人生真正的价值！我们的价值不是六道轮回，六道轮回是末梢价值，是觉悟者所运用的资。我们都知道师资二法——诸佛如来是师；我们是资，是他们的资源。作为一个人，你这个单体性，你去往生成佛，那你真正的价值你做到了！你做不到，流失在六道或者三恶道中等等，作为佛陀的教化饶益对象没有问题，那只能陪衬佛陀、菩萨的慈悲，但是单体性的解脱的喜悦、圆成的喜悦、智慧慈悲的喜悦乃至变化无方的喜悦我们不能体会，那真是可惜！

我们知道是没有定法的。没有定法，我们为什么择取不圆满的苦趣？那不是人的择取，是迷失于苦趣。所以我们一旦择取，有择取力，对往生极乐世界、对于成佛、对于离苦得乐，我们的心念必然是清晰的、决定的、无疑的。

所以你念佛愿不愿意往生呢？大部分人是蒙蔽在自己的未了缘、未了业、未了情上了，这是潜意识所支使的东西。这个潜意识它埋藏得很深，你用本净心观察也好，你静静地观察也好，你会发现很多纠结是因为未了的东西，在纠结着你、困惑着你，你放不开手，放不开心去忆佛念佛、去安心、去随顺本心作为，因为你怕丢失你的现缘、丢失你的情感、丢失你的作为。智慧的人，现缘中不会丢失，慈悲的人，现前也不会丢失，只是自利利他。他改变了一个方法，内容都不会丢失的。

所以佛法不讲断灭，也没有断灭这个事情。但你要强制断灭，你会产生断灭。所以我们学佛的人没有断灭的机会。你断灭什么？很多人认为一学佛、一觉悟、一往生，很多东西断灭了。有些人说我往生了再也不来娑婆世界了——往生彼国，极乐世界就是无生国土，本无来去的，所以你来来去去都是度生方便、利生方便、利世方便，未了缘的现行的解决罢了。

我们在这个世界上已经结了很多缘，很多情缘、业缘、债缘等等，我告诉你：你往生你也得回来偿还！不往生你继续轮回偿还！你愿意轮回偿还还是愿意大觉大悟之后的偿还？你自己看！

弟子：法师，麻烦您讲一下般舟三昧。

师父：念佛的修行方式很多，般舟经介绍了一种方法，称为常行三昧，全体名字称为一切诸佛悉皆现前三昧。这个三昧在我们中国大乘佛教中八宗的祖师都有修持，因为它是这些大德们自我勘验的一种好方法，自我勘验。

我们现在在国内外都有走般舟的实践者，大部分实践还处于经行念佛的状态，离三昧还有距离。过去人走般舟是在特定的前提下，好比说对本净的抉择与

认知，于此决定见者一般能迅速得到般舟三昧。再一个就是有大彻大悟这样过程的菩萨们去走般舟，他们的现行也很容易成就。

在我们这个时代，证悟与大开圆解的抉择机会都比较少，因为人的信息量比较大，思维的东西比较多，所以纯净心现前的人相对就比较少。所以佛给这个时代授记称为末法时代，不是人人末，是整体性有些末相。

这个时代，大家经行念佛是很重要的实践。对般舟三昧我们慢慢地实践，可能一些成熟善根的人可以透过这个法则去亲证三昧，可能有一部分人。但现在的因缘成熟不成熟？按佛陀在竹林精舍般舟三昧法会上授记：人寿五十岁是般舟三昧最鼎盛的时代。要按照佛灭度三千年来算，佛在世时人寿是百岁，现在人寿是七十岁。所以按授记来说，这还不是真正的般舟三昧形成事实的阶段。

也可能有些人在这个时代有特定的行持与善根、特定的因缘，也可能他是那五百个誓愿者。因为在般舟会上，有以贤护为首的五百个出家在家的菩萨在佛前发愿，要在这个时代来到娑婆世界守护这个教法，实践这个教法，令此教法成就。

佛在经典授记中讲，在未来世在我们贤劫千佛出世过程中，皆依般舟三昧而成就。这是一个授记。回去可以读一读《般舟三昧经》，因为授记对我们凡夫来说是很大的支持。因为佛灭度以后，我们都靠经典、传承、授记来实践佛法，所以授记很重要。般舟三昧法的广传时期到没到不知道，这个法要真正有些作为可能还要慢慢地实践。

弟子：师父，您怎样看待往生跟度众生这个问题？

师父：在净土教法中有往返二种往生。往生是我们自利的抉择，返向往生是利益这个世间的净土修法，念佛本身就有自利利他。

在《往生论》中介绍净土修法的五种方法：身业、口业、意业、智业、方便智业——这前四门修持都是自利的，往生之自利，称为入功德；方便智，是返向往生，不舍一切苦恼众生，回向为首，成就大悲，就是以利益有情为念佛往生的方便，以利世为念佛的守护。他本身就具有往向返向二种往生，这是净土教法的完整体系。每一个念佛人若知不知，念一声佛或者实践这个教法都有自利利他二种内容，知道的人可以清晰地运用，不知道的人也具有这种内涵。

弟子：师父，我用我的看法看这个世界是不圆满的，如果用佛的知见说这个世界是圆满的，这是不是也是一种往生？

师父：这是知见上的一种自我安排。因为他应该有依正二报。在阿弥陀佛报土中大家受的果报是一致的、是圆明的、是亲切的、是畅明的、是无碍的。我们

在这个娑婆世界，有些人的心智与业报可以往生的现前利益中作以守护，但依报无有改观，何以故？共业所使。所以我们这个土称为凡圣同居土，又称为五浊恶世。五浊恶世是什么？种种业报交织在一起。

不往生彼报土，我们的依报就得不到改变——你自我感受有改变，但你的依报没有真正改变，没有共相的改变。好比说你体会到心智的喜悦与往生安心的守护，但你依报环境的大相你改变不了——他人该恶还恶，该善还善，该苦还苦，该迷还迷，这个我们很难改观，或者稍微有改观，面积也很小。所以说往生极乐世界是势在必行的增上缘，或者说根本回归，这一点要认识清楚。

弟子：如何参加临终助念？以什么方式参加临终助念？

师父：这不是我应该回答的问题，就尝试着回答，提提建议，大家能从哪个角度去思维。很多居士喜欢参与这一类事情，来引发自己的善心。若助人往生，检验自己对这个教法的认知，或者实践临终安慰的仪轨，以这样的心去作为，我感到是很得当的，能自己实践这个仪轨，又有真正勘验自己念佛作为的心理状态，来鼓励自己的慈悲心。像第五门一样，来真正不舍一切苦恼众生，回向于临命终时的有情，令彼往生极乐世界——用这样的慈悲心去助念是十分有意义的事情，对自对他都有这个增上缘。

人的临命终是一个大是大非的问题，自我心地要是认知不清楚，或者盲目地做这一类事情，就会有一些副作用。要很谨慎很认真地思考观察，去择取自己的心理。往生助念，对方的家庭环境、左邻右舍乃至单位、社会状况，这里面的内容十分复杂，处理好这一类事情要很有智慧、很有善巧。

所以给别人助念的居士或者居士群体，希望在这个地方要做得谨慎，要依法而行，要具足慈悲方便，这是个很好的修持。这需要很大的耐心与真诚，还有方法的准确性。

很多人很关心这一点，可以在这方面学习实践，成熟了去作为，是很有意义的。这个地方要谨慎！我以前遇到一些助念团体出现过很大的违缘，被人撵跑过、打跑过的都有。因为做得不得当，好比说不给人饮食、不给人休息，或者别人有一些不同的知见、信仰。这一点要注意，各个角度要观察得到才好。

他谈临命终，实际在净土教法中，大部分还是希望我们活着把它解决清楚。活着把它解决清楚了，就是不麻烦任何人的，笑着就拜拜了。

弟子：师父，能不能请您再讲一下安心与往生的关系？

师父：实际净土法门传承体系完成于善导大师，就是唐朝时期我们净土宗的二祖。他在《观经四帖疏》中把净土教法的五个次序谈得十分清晰，就是天亲菩萨《无量寿经优婆提舍愿生偈》中身业、口业、意业、智业、方便智业的礼拜、赞叹、作意、观察、回向五种修持，给我们作了一个完善的阐述。在阐述中他浓缩出来一个说法，传承说法，就是安心、起行、作业。

善导大师认为我们在往返往生出入功德这五门修持中的成就就是安心，它的特征就是安心，就是现下的利益。现下利益我们就出入自在，往生自在。这个往生自在是什么？不离当下，安心，起行，作业。他这个传承体系像现代人讲的信愿行——他不这样讲，他讲安心、起行、作业。他认为你安心之人是真正有信仰的人！是念佛人！你安心情况下的起行、作业，就是思维交流，都是念佛的正行，就是往生利益的传播。

我们作为净土法门或者说学习佛法的人，安心地去思维、交流，就是一个真正的忆佛者、念佛者，是自利利他的大乘行人，就是现世的利益者，这个利益的确会圆成自他二种功德。

因为净土教法十分特定，就是说若人久修，印契其心；若人现修，印契其心；若人临命终之时、舍报之时，印契其心，亦得一样的圆满清净。他这个平等回施不管你是久修者、善根具足者、差别者、恶业者、迷失者、生命将要结束者，他都是平等回施功德，就是大慈大悲的回施，惠以众生真实平等的利益。这就是大用的教法，就是含纳众生，普施一切，他这是大威德大善巧！

一般人认为你修行到某个程度了才能感受到某个教法的力量。在净土中不管你是什么样状态，阿弥陀佛的回施都是平等的！你接受，他的利益就会现前！这是不可思议的！

因为这个教法的殊胜难得，希望大家有这样福德因缘的人，在以后的因缘上去学习、实践、了解这个法则，对我们现世人生无疑是很稀有的作用！

开会诀窍：用前行导正发心

慈法法师 开示

2014年10月16日上午于上海北郊宾馆

弟子：主导交流的人如果不能掌控，就变成闲谈了。

师父：交流的人得有能启迪大家心理的，回归到法性的，主法的人得有，过去说得有个明眼人。

弟子：所以他们建议如果没有这样的人，不如念佛，或者纯粹地读一些师父的开示。

师父：你读也要读得激情。不能读得大家都睡着了。你要读就像代我宣化一样的，要不然真不行。

弟子：像礼拜三读书会就碰到这个问题，我说大家轮流读、轮流分享，因为想分享又怕说得不好。

师父：读书要大声地读。读的心理有障碍，就有问题，处理那个问题就行了。你读到那儿不敢读了，一定是心里有障碍了、有心结了。有些话，人一碰到心结的时候会不想说，难受。

就是法务上怎么合适，怎么样对大家有益。好比说法务上一个讨论，有益于大家，一定要把目标搞清楚，我们以某个法则来谈论这样一个法务的会议。以哪个法则来，而不能以自己的情绪、想法、烦恼。你那听多了，肯定都烦恼，不是相互支持与利益了。每个发言的人必须依法思维一遍再去说，而不是唠嗑、倒垃圾。他在这个讨论会上就修了一遍正思维，他有正语，正语就相互有益。

所以你可以搞一个会议的方式方法，一个格式。好比你说任何一句话，要有个正见、正思维的过程你再说，就是你负起责任，你一定是通过正见思维过了再说。而不是把过去的业力、情绪带来了表达一下。谁也不愿意听别人的烦恼、垃圾。我想说的，思维一遍，感到没有意义就不说了。大部分人的话，用正思维观察一遍、正见观察一遍，根本没有想法，说啥呀，浪费精力，污染自己污染别人。

那本身就是法务会。依法、依正见思维过，想清楚了再说。我们养成这种习惯，是法务会；养不成这种习惯，就是唠嗑、闲扯、吹牛、调大侃。你越调越乱，这一群人会乱的，越来越没秩序。你有一个：我来参加法务会，两个小时的学习、

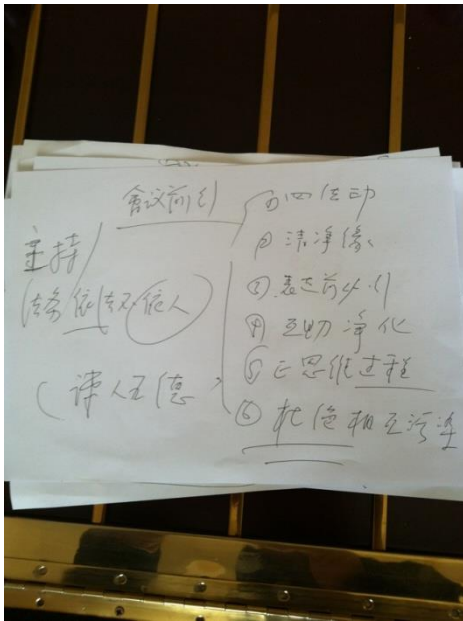
讨论，每一个人说每一句话，你要通过正见正思维，你再来表达。

什么叫正见？好比说法无我，行无常，执著是苦，情绪是苦，寂灭为乐，阿弥陀佛给予的清静平等、平等缘起——审思一遍你再去说。你说了违背这个，看看那文字去。这就在熏修了嘛，法务就是一个熏修，解决问题了，解决我们现行烦恼。要不然你没法搞，说张家长李家短，那迷失了。

所以开会之前有个法务的必行法则或规则——你说话没问题，你先把三法印、四法印印自己的心再说。

弟子：开会之前大家先念一遍？

师父：对。就这么说吧，违背了正见、正思维的东西你自己消化。消化过了你还处理不了，可以拿出来，这是对大家都有意义的。你闲扯，踢出去，找那些老太太老头儿谈去，不要搁这儿说，我们这儿来是法务。什么法务？以正见、正思维、自利利他的会议。写一个会议的基本要求。



这样你参加得越多，心里越清凉。要不然你越参加越混乱。现在为什么很多人不愿意开会？就是因为这个，各抒己见，他没有正见思维，没有依法思维，不得法益。你要有这个条条框框了，大家都相互利益，都有利益了，大家都不说无利无益的话了，对自身、对他人、对道场都是有益的，是一群学佛的人。你没问题了，你来学佛就是干这个事的。要是这么珍贵的时间浪费在世俗东西上，太没意思了。

这一定得解决，搞个会议的前行。

弟子：大家一起学习交流的时候，还要有一个主持人，稍微懂一点法的人？

师父：依法交流。好比说四法印放在那儿，阿弥陀佛的回施放在那儿，缘起生缘起灭的东西放在那儿，大家过滤一遍。就像一个门一样，你必须得从这个门里过一遍，你再说这个房间的话。等于说我们消一下磁，净化一下，排列有序了，我再表达。你相互肯定是有利有益的支持，你只要表达就是支持，都不减损。没有这个梳理或者净化，进这个门就带着污染、病毒来了，一大群都是病毒携带者，我这儿更病毒了，人就完了，对吧？

过来一个放光的人，又过来个放光的人，大家都放光，相互照一照就走了。

正见肯定照人的。要是把这个弄清楚了，依法不依人，也很好。我们还没有一个杰出的人，这个会就是依法不依人。你这个法务会实际就可以依法不依人。你现在依人的机制没有，那先依法，行吗？

依法的法是什么？好比说列几条，先来个四法印，印印自心，二来个什么，三来个什么，就是大家可以操作的。好比说二来个弥陀回施，或者说清净缘起观——你要用缘起观来看、来表达。这就是主持了，法就是主持人了嘛！我不要哪个人主持了，我用这个法来主持，行了，就是依法不依人的主持！大家说没有这个突出的人，用这种健全大家依法思维的方式方法就行了。

表达前必行，你必须这样思维过，这一、二是必行的。你要不然不能表达。这样相互净化了，我这个法务就是相互的净化会，出现了必须行的相互支持，互相净化的结果。互相是有益的，要不然相互就找麻烦。

会议的前行，前面做了个加行。就是我必须做这个仪式一样的，让大家的心清净了，次序了，条理了，被洗礼过了，然后再表达，清净表达就行了，这样就很好。

弟子：没有这个的话，大家来了，又带着烦恼回去了。

师父：因为相互污染，我们来了是相互净化的。你只要用法印印一印，观察自己心里的缘起，你正思维过了。正思维一定得有，正思维的过程，过程要细腻。自己思维的过程要有，再去表达。要不然真不能表达，太没意思了。杜绝相互污染！实际说是非就是污染人，表达烦恼，没有用正见处理过自己。你开这个会就是修行的，两小时修一座法。你修不了，提醒你，四法印、三法印。

弟子：提醒是什么样的？

师父：谏人五德嘛。你要真用这个，你用这思维过了，你根本伤害不了别人了。你要是怕了，就是谏人五德或者执事五德，这是僧法的东西，但是你可以用。谏人五德真是可以。

用这种方法对你们这个团体很公正。因为大家感觉跳出来就累，谁也不愿意跳出来，或者跳不动，那干脆依法来主持会议，大家都依法思维就行了，反而轻松。

弟子：现在不管出家在家，都不知道怎么开会。

师父：原来那个前行就是僧集否，就是现前了没有？来了，和合否？实际就是正思维。僧集和合，何所作为，就是法则，要干啥。然后开始：大德，某某事，

这样做行不行？要行了，你默然；不行了，你说。完全是依法主持的。但现在人不干了，人不明白里面的内容。

出家弟子：很多人就是不愿意表达，或者牵涉到大家的面子问题，他不吭声，他这个默然不是同意、冷暴力，最后做出来不是大家共同认可的东西，心里是對抗的。

师父：可以把默然调整调整，举手通过。

过去僧法这个前行是特别美的，本来是洗涤自己的心灵，现在弄的……人见一次面相互有利益，所以人生主题是利益他人、利益世间、利益自身，就是净化与互利，一定是这样子。这个大方向，你啥作为都简单了，也安乐，不会迷茫。现在这个人生的主题没有了。

佛讲那个略戒就是主题：自净其意，诸恶莫作，自从今日，众善奉行——它是个大的主题。人把它当成高尚话了，而不说是实际的道德与福慧，是清晰的人生的主题方向。

传统文化嘛，这几千年来一直传播着，够传统的了。所以你那个庙上，诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教——这是正见、正思维啊，那我们表达的东西都是利益他人、净化他人的。诸恶莫作，众善奉行，令心智无染于善恶，无染于事相，多好，一路清凉风！实际大家完全都可以做得到，主要是熏修得少。我们要深入法则，真要自利利他的，真要有利益，没有利益划不来。

我这人有时候有顾虑，怕自己的宗旨丢了。我保住自己的宗旨就没问题，谈啥都可以，因为大方向不出事，语言可以随时调整，事相也可以调整。所谓调整就是根据大方向的加持来调整，你就很省心，就不在小事上黏着。我们世间人沉重迷失，就是事相耽搁，诸恶积累——事相看着很小很小，积累成大事。

弟子：主题没抓住。

师父：大主题没拿好。一个事一定要从自净其意上处理，每个事都从清净缘起上处理，都从法无我上处理，从寂灭无我上处理，那你也不用去求别人。求人太累，学佛求人不如求自己，依法而行，就是正行。我感觉我表达得很清晰了。

弟子：师父，好比说依法，可能我们本身都不是很理解。

师父：九九八十一就可以。好比说法无我，我就从法无我上说；行无常，就从行无常观察。不需要理解。执著是苦，情绪是苦，这根本不需要理解。我的苦来自于情绪，来自于执著，可以吧？

弟子：我观察到情绪，自己知道就可以了？

师父：你一苦，你就知道从哪儿来的——哦，情绪中来，执著中来。这不需要理解，它就是印嘛！什么叫印？“啪”，往那儿一盖就行了，就出来了。寂灭为乐，你不染不著的时候，你不造作的时候，你看一看，心里很快乐。不需要理解，印不是理解的东西。清净缘起理解啥？不需要理解，你用就行了。从白纸做起，规定，这可以吧？不需要太多理解，佛法没有太多理解，只有执行力，就是依法执行。

后记：上海弟子们实践师父教授的开会法则，共同集出以下聚会前行念诵文（暂行版）：

众贤友，我们在此为实践羯摩法则而聚会，我们在此为增进团队和合而聚会。在诸佛菩萨龙天护法的加持下我们发愿：

无诤念王阿弥陀佛是我本师，弥陀内誓是我守护：心内无诤，无所对待，无所取舍，无人我建立。

正信佛法是我所依，四法印是我守护：诸行无常，诸漏皆苦，诸法无我，涅槃寂静。

我们不以邪见，不以私心而聚会；我们以弥陀内誓、四法印之正见正思维，以自利利他之发心而聚会。

我们不以烦恼心、刚强语交流制造矛盾；我们以调柔心、柔软语讨论解决问题。

在家出家利益之别

慈法法师 开示

2014年10月16日晚于上海北郊宾馆

弟子：我前面跟他们一起去寺庙参加八关斋戒，发现和我现在的生活状态差不多，就是不饮酒、不打诳语等等，生活中这也可以做得到。

师父：那不一样。你做得到只是能独善其身，他们（僧人）持戒是能净化社会。好比说你不喝酒，你是个好习惯，但他们不喝酒是个戒律守护，在支持佛法。这完全不一样。

好比说一个和尚持一个戒律，他能利益天下人；你自己持一个戒律，只能独善其身，影响不一样。他是为了天下有情守护的，跟你守护这个是为了自己的身体健康或者习惯守护不一样，传播模式不一样。像你说我是一块白玉，我很干净，放在那儿，你的质量是这样的；他是放着白光可以照耀天下的太阳。不是说皈依不皈依的问题，就是公共效用与个人自受用的问题了。

自受用我们不能说它好坏，但自受用跟你过去的业报习惯、这一生的教育环境有关系。一个出家人他要是为自己是一个很痛苦的事；他为了教法住世，是很喜悦、很对称的作为。他守护他的戒律，他自己安乐，也有利于世间。但他要为自己去受戒，很痛苦，因为习气混杂。这个完全不一样。

在世俗中，有的人有良好习惯，好比说不抽不喝不嫖不赌，对其他人的影响也有一点，可能多也可能少。但要是一个出家人这么做就不得了，相信吗？谁关心你持戒不持戒？但要是一个公共人物，大家都会关心他的作为，他的作为就会影响其他人。

弟子：以前我觉得我就是个食肉动物，无肉不欢的。现在不吃也就不吃了，没有什么特别的。

师父：你可能是受环境的影响。比如你刚才说这么熟悉的路怎么突然不熟悉了？这是受某些东西影响了，强持弱持的概念。你要天天在这样环境中，很多东西你不得不忘记，世俗的东西不得不淡化，影响的多，不见得是故意要用与不用的。

很多人到放光寺，都可以过午的。很多人很顽固地说我晚上要吃点东西，到这儿他就忘了，因为啥？那个时间常年那样坚持。生活很规律的人，也可以在那

个地方受到大环境的影响——他意识的磁场跟这个地方的磁场一结合，反而托起来他了，把他过去那种生活习惯转换了，是大环境对人的影响。

实际生命、寺庙、道场、教法都起着大环境对人的影响。我们个人的影响都很渺小，像一个河水跟一桶水的差别。你这一个人再善，独善其身，像一桶干净水用完就完了，一条大河的水不可思议。一个教法的提携是不可思议的事情，不可类比。

这就是特定环境的影响。为什么要赞叹出家人、赞叹戒法、教法？因为这个。赞叹个人，很难，这个人赞叹赞叹可能就废了。但是你赞叹教法，你赞叹寺庙，你赞叹僧，再赞叹都不会有问题。因为他不是具体化、个体化的东西，是群体的作用。像大河一样，中上下游的水涛涛不绝地后浪前浪相推相助，力量不一样。你再好或再坏，也都是一桶水、一盆水、一缸水、一吨水、一万吨水，是孤立的。受戒、皈依就是这一桶水、一缸水注入到源源不断的流动过程中，其机制与一人的个体完全不是一回事。

像在寺院中，有出家人在家人。他坏一个人没问题，果报没有啥；坏一个僧法、坏一个教法，不可思议。像我把一池水、一井水弄有毒了，可能药死几个人；但我把一个江、一个水库弄上毒了，不得了了。所以一般我们要护持大的东西、愿力。过去说有的小作为产生大危害，有的小善缘能产生大功德。

大乘见地重于行地

慈法法师 开示

2014年10月16日晚于上海北郊宾馆

(缘起：有弟子唱诵“天上天下无如佛”四句赞佛偈供养大众。)

弟子：师父，对一个事寻找方法，但是不知道这种方法是对还是错……

师父：法没有对错，法只有多少、轻快、了义不了义，没有对错。对错就不叫法，对错是选择的一种状态，不是真正的法。

弟子：我们现在怎么选择？

师父：你叫矛盾，不叫选择。矛盾就是世俗人的心理，我们人类最大的消耗就是矛盾——有一个东的思想就有一个西的思想，一个男的思想就有女的思想，一个善的思想就有恶的思想，总是相伴着的，这个伴就消耗了我们人生百分之九十九的时间与精力。

人生要是没有矛盾，能活八万四千岁，健康、有力、智慧、富有。人的百分之九十九是矛盾消耗掉的，内耗掉的，徘徊。好比说学佛有问题、出家有问题、做一个事有问题。好比说某某已经发心出家了，但心里的徘徊还是很厉害，心灵深处的徘徊还是很厉害。这是人共有的业力，就是人寿为什么这么短暂，福德因缘这么薄少？就是内耗太多了，没有智慧了。

所以我们百分之九十九的时间、精力、福慧因缘都消耗在这儿了，这是十分麻烦的——徘徊犹豫。我们人类共同的业报坚固了这个天地、冷暖、男女、是非、人我……我们坚固了这个事实的法界，它伴随你一生，所以我们人生就活在纠结、徘徊、犹豫上。以前我让人唱那个歌“走出徘徊”，走出徘徊，人的智慧就肯定现前。

这是共有的矛盾、共有的业报、共有的消耗。因为啥？建立了一个世界，有白天有晚上，你所有东西一定是成双成对的，就是伴生的。家庭的伴生就有男女，天地有阴阳，人我有是非，你永远是在伴随着的。有命就有爱，说凡就有圣，就是你这个东西一直在消耗着。圆融无碍、远离对待、心地清静，这是智慧的根源。但我们用根源的少，用对待的多。

现在这里面要是有一人不消耗这个东西，抉择了这个东西，你就回入增上的法界去了，就是增劫中的心智与道德马上成熟。你都不用转身，你的道德就成

熟了，你变得比减劫所有众生的业、力、智都殊胜、有力，这是一定的。不需要强制，也不需要修行，就一念之差。

所以悟者顿悟，这个悟太简单了，就是一念之差。一旦抉择，你就是贤劫增劫中人，那真不得了，日日道德意识增上。我们要迷失在对待业力，就在减劫中日日衰减、日日沉没、日日堕落、日日消沉，你这个一定了。持平的人很少，就是一半矛盾一半清晰，这样的人很少。这就称为减劫。

大家现在在赞叹孔圣人，他一生孜孜不倦地奔着一个东西去了，他想把自己的思想意识通过王权传播在世间，他孜孜不倦地在做。看他一辈子倒霉，但他这个作为孜孜不倦，他反而是减劫中的圣人。他一辈子受苦、倒霉、不顺缘，但他一辈子孜孜不倦的这个作为就使他在减劫中做了一个增上劫的人，这就突出来了。就这么一点点差别。

我们也在失败，但我们的失败是没落的、被迫的、沉沦的；人家的失败就是增增日上，坚持到底。不一样！我们一遇到违缘就开始埋怨、对待、迷失、推卸责任。孔子，人家越弄越有精神，越败那个劲头越……所以他是减劫中增上的一个行持者，就是圣人。

就像念“天上天下无如佛，十方世界亦无比，世间所有我尽见，一切无有如佛者”，这是释迦牟尼佛在因地向弗沙佛赞叹的词，这个赞叹词多少劫了就在传颂着！多少劫都在传颂，为啥呢？太精美了，对佛的赞美。精美在什么地方？是他观察产生的——天上天下的观察，对种种众生的观察，观察到佛陀、弗沙佛的威神善巧，无如佛，“世间所有我尽见，一切无有如佛者”！世间所有我尽见，一切无有如佛者，这个不得了啊，所以他提前九劫成佛了。就这么个偈子，你说他什么修持啊？

弥勒菩萨很修持，旷大劫以来修为都很好，他一定要早释迦佛成佛九劫的，结果他落到释迦佛后面了，为什么？一念。释迦佛就这一念，对法界的观察与抉择，远离戏论，一念直奔菩提道业，逾越九劫而迅速成佛！你看这一念厉害不厉害？

说行地不如见地，很少人知道，见地之疾速不可思议，大乘教法他在见地上用功夫的！见地而导引行地，使行地成为事实。一般小乘以行地为抉择，依见地为辅助，这不一样的。所以大乘发心最为重要，行地只是辅助发心罢了，它是个副作用。因为行地是生灭法，见地是抉择法，就是心地法！

这真不得了啊，你这概念一转你整个天地就变化了，你不苦苦追寻自己行为

的迷失与粘着了。噢，原来重在于心地抉择！说南无阿弥陀佛，结束了。这抉择就结束了。原来佛之功德直接印下自性之清净、自性之圆满、自性之具足，直下承担，那天上天下无如佛、无如心、无如念，那一切业在这儿散坏，一切业在这儿就皈依，一切业在这儿就随顺，一切业被它所照亮，法性智海得以自在。

“天上天下无如佛，十方世界亦无比”，这是释迦佛在因地的一个殊胜功德。他累劫修持，作一梵志，得见佛方便，以佛威神故、印契自心故而出偈。到弗沙佛前面看到大光明藏，一时心生喜悦，回忆起旷大劫以来所遇所见，所以说出这样一个赞美偈子，抉择了自心，就是“天上天下无如佛，十方世界亦无比，世间所有我尽见，一切无有如佛者”——此语全部是决定语！

现在人再也说不出这样的话了，现在的人要说这样的话也可以超九劫而成佛！这偈子太美了。为什么释迦佛名字在他方世界众生中，若有听闻者一生于无上菩提即得成就，即得不退转，即得圆满？就是他这个誓愿功德！我们娑婆世界天天亲近他也不知道咋回事了，所以我们念阿弥陀佛了，十万亿国土之外的世尊光亮照耀我们的心，印契我们的心地，距离美嘛！

所以释迦佛给末世众生，就是迷失众生、堪忍界众生，予以殊胜功德接引，就是阿弥陀佛教法接引。我们念“南无大慈大悲西方接引导师阿弥陀佛世尊”，为什么要赞叹他？因为他使这些无奈的迷失的有情有被迅速接引的机会。就像要走到法国，可能这里面没有一个人能走到，冻死、饿死、累死、迷失了。也可能有，但太难了。要是一架飞机过去，最多签个证。他接引的工具、教法不一样。阿弥陀佛这个接引是不可思议的，远超我们自力的差别、福德因缘！不是修为而成，皆是接引而得。

这个认知不清楚，我们这时候的人真是倒霉，还去挣扎，弄、弄、弄，弄不成事，迷失了。在矛盾的有为的作为中，消耗掉了，进一退九。迈了一步，傲慢也来了，邪见也来了，自大也来了。很多人不修还好，一修，傲慢自大，迷失，自赞谤他，危害更大！

外寻迷失·认识共业

慈法法师 开示

2014年10月16日晚于上海北郊宾馆

弟子：我们每时每刻都活在对待中。

师父：你这样说是一个认知，不能作为抉择。一切众生的作为都在法性海中，无所对待，皆是具足、自在、安立，你可以这样抉择。他们把书运过来了，你可以看一看，一切现行的支持。（《一切现行皆是人生的价值——大学演讲系列》）人不敢抉择，所以消耗，择取、迷失、徘徊、攀圣缘，越攀越迷失。

弟子：攀啥缘都迷失？

师父：是啊，圣缘是个理由，攀缘的理由，但越攀越迷失，不管是谁。心不具足故，不安乐故，不圆满故，不如实故，所以亏欠攀缘。我遇到一个居士，给我拿了他五十个上师的照片，说这个是他上师、那个是他上师……我说你精神有点问题。他说是啊，精神以前分裂过。因为啥？这五十个人把人真搞分裂了，就是心外求法，越求人越弱、越乱、越迷失。

所以大乘教法就让我们反观自心，如实知自心，心法一如，即心即佛，不假方便，圆满安住，具足安住，如实安住，妙用自心。那就找到根源上问题解决了。要不然心外求法，越求越迷。现在人就是看外面东西看太多了：这个人怎样，那个人怎样，这个道场怎样，那个人怎样……就是不在自己心灵深处去深深地细腻地认知它、锤炼它、运用它、觉悟它。

弟子：师父，眼睛是往外看的，怎么往回看？

师父：人不往外瞅了，眼睛就往内看了。释迦佛给我们说“观自在”，那也是看。观自在，什么自在？其心自在。观自在行，什么行？心行。就是什么？般若波罗蜜多时照见，什么？五蕴皆空，什么空？心本空。观自在，观自在心本空，心本空即是觉，即是智慧行，就度一切苦，一切恶不得见，变成大自在，增上方便。

我们要不观自在，这个眼就是贼眼，越弄越迷。很多人说在外面寻求这个善知识、这个教法、那个道场，越弄越糊涂。学佛人一定要观自在，令心自在，心自在即是观自在，观自在就见佛，见佛就离苦厄，离苦厄就自性清净，清净具足故观自在，自在观故心地清净。不是吗？

要多读心经！现在唱心经的人很多，我们不要唱心经，要多用心经！唱心经的可多了，现代人突然发现心经是这么美妙一个东西啊！心地的需要——观自在。

不要外寻，外寻太苦了。反省能找到它的共性、迷失的共性，人能觉悟共性就行了，不要迷失在共性上。在外面找一个好东西，越找越烦。很多女性想找真情，越找越烦；男的想找事业，越找越烦，都是越弄越烦。男人在找事业，女人在找感情，这就是社会嘛。

学佛的人，男人也不要找事业了，女人也不要找感情了，看自心。你的心是你最好的事业，你的心是你最好的伴侣，流露出来真情了，流露出来高尚的事业了。

弟子：师父，在世间你没办法不找啊，除非真的出家了。

师父：所以人没有独立的心智。你要做一个辅助别人的女人（启问者为女弟子），你是什么样的人？你要是贪欲心极强的人，让别人来辅助自己，你是个什么样的人？很苦。要去辅助别人，你很安乐，你辅助那些懦弱的男人们，你就很安乐。（众笑）笑啥笑？辅助他们，你不用觅寻，对不对？

你要是说让男人来作为依靠，对我负起责任，我告诉你：你越找越恨越怨。一定是这个结果。本来这个男人还可以活人，你依赖他，他就不活人了，活鬼了，他开始逃跑、不负责任，一定的，一概而论！

弟子：那我要什么都不依赖他，什么都不用他了，我找他干吗？

师父：所以说人就迷失，相互给予痛苦。没有几个人辅助别人，都是责怪别人的，张嘴都是。我们这个时代的人都有可悲的地方、致命的弱点——这个时代的男性不负责任是普遍的，这个时代的女性责怪他人是普遍的，责怪他人！责怪什么？责怪自己的感情对象！没有几个不责怪的，挑挑拣拣，嘴上不责怪，心里也在怨恨。男人有几个负责任的，那就怪了，不是这个时代的人了。不用看，一概而论。

弟子：师父，这是共业？

师父：ok，各个难逃，染缸里没有白布！时代的共业造成了巨大的事实，这个巨大的事实是不可否认的！一旦你超越了这个事实，所有人都不认识你了，你也不认识所有人了。

谁敢诽谤啊？不敢。但在这共业之中，人人如是！在业力中迷失，人人如是！依法而行，人人出离；依业力而行，人人迷失——就这么定论了，就一点都不客气！

你找这个共业的点了，就会为这共业负起责任了，而不去责怪他人，也不去盲目地赞叹任何一个人、迷信任何一个人。不会诽谤任何人，也不会盲目地赞叹任何人。为什么？会公道地公正地认识共业，为共业的东西来作一点点觉悟法则的回施，洗涤这个时代，净化这个时代。要不然没有办法。就荷负佛陀的家业啊，谁来荷担？你只有这样心理才能荷担这个时代的东西。要不然人没有力量，担不起。

很多很负责任的人都不负责任，相信不相信？心灵深处的东西，我只说心，我不说事。很多人事相上还负责任的，心灵深处早就跑到不负责任的国土去了。很多女性很对家庭、对丈夫很好的，一辈子都很好，但心灵早跑了。

就是我们对法与业力的区分，这个区分过程很重要。区分不了，人就想着尝试，她认为那里面还很美好的。你看围城不围城？在那里面污染得没有办法的人想逃跑，没有进去的人想往里面拱，一点办法都没有，这个时代的因缘造成的。

寺院铸钟放蒙山惠利众生

慈法法师 开示

2014年10月17日下午于上海广福寺

师父：你们这儿能不能挂个钟呢？挂个钟，让大家都能来撞撞钟。我感觉城市寺庙能有钟声，是很美妙的一个祝福。现在世间缺乏祝福，亲人之间缺乏祝福，人跟人之间缺乏祝福。能不能铸个钟？

大众：好！

师父：发动发动你们这一带人铸个钟。上一次我去保安寺，给他们提建议说你这是城市寺庙，挂个钟大家撞一撞。这一次去东北就是为了撞这个钟。也不用三吨五吨的，大家铸一个钟，这周边短期出过家的人没事来了撞撞钟，半个小时撞撞钟，唱唱祝福词，也好啊！

大众：好！（大众鼓掌）

师父：就是我们要做一些对这一方人、对自己亲人有益的事情，要真有作为。你说我发心到了就行——那不行的，要有真正实际的作为表达，让这一方人能听闻到这样真正的祝福。

我以前听到钟声经常会被感动得掉泪，很多年来，一听到还是会经常会十分感动！“浪子孤商，早还乡里。甲马休征，阵败伤亡，皆生净土。远近檀那，增延福慧”，能缘那些言辞啊，“父母师长，六亲眷属，同登彼岸”。你看学佛的人真是有一颗善心、正念的心，很有力量来净化、鼓励、安慰这个世间，给世间带来美好的、正向的、积极的……这些祝福真是很重要。

这个地方要有一个钟，每天晚上找一个钟点，大家来撞一撞。不行了可以轮流值班，这几天谁来撞，那几天谁来撞，很好啊，这一带人感觉到这个寺庙还给我们带来这样的祝福。

把那个祝福词唱出来。我们应该会唱的：“洪钟初扣，宝偈高吟，上彻天堂，下通地府……”要能撞一撞，真是很好。我们要拿出一些发心、作为，事业相上来爱护这一方人民，尊重生育、养育、教育我们的这个环境、父母、国土、师长，真正表达出来。不要闷在心里，闷在心里不舒服，别人还误解你，说什么学佛的，自私自利，对不对？

要把这个美好的祝福唱出来，真正给广福这一带、宝山这一带、上海这一带

带来我们念佛的气氛与力量。这几十分钟，不管哪一个学佛团体都会支持。大家约定一下，一班、二班、三班，来撞撞钟，唱一唱，一是把心胸的祝福表达出来了，二是少点压抑。很多人活得比较压抑，唱一唱，令身心舒展。善意的舒展有啥不好呢？善意的祝福有啥不好呢？我走之前就提这么个建议。

大众：好，阿弥陀佛！（大众鼓掌）

师父：许多地方一旦挂上钟，这一方的幽冥众生会得到他们应有的因缘，会得到接引。我们知道要念这个之前有个偈子，怎么念的？

大众：闻钟声，烦恼轻……

师父：这是晚上的，早上念的那个？

大众：愿此众生超法界，铁围幽暗悉皆闻，闻尘清净证圆通，一切众生成正觉。

师父：一切众生成正觉！这钟，这个词一念，然后开地狱真言一念，下至地狱众生，上至摩醯首罗宫，这一切众生能听闻到这个美好的祝福，你的善缘结大了！

寺院过去都要有这些作为的。要是我们真想把这个寺院做到好一些，坚持坚持放放蒙山，或者说一星期放一次蒙山、一个月放一次蒙山，对这地方的幽冥众生、悠悠荡荡的孤魂野鬼有个接引，这些众生会在他们往生的法界、受到加持的法界里来支持我们的道场建设。因为你真正做利益三界有情的事情了，利益着世间人民、幽冥众生、孤魂野鬼，乃至说我们善意的作为的回施，天人炽盛，他们的环境光明炽盛，恶道衰减。

很多参加短出的人都应该学蒙山。要是慢慢地人多了，或者条理起来了，有人能放放蒙山。放放蒙山，哪怕简单的施施食也好——不做完整的，也要做一个简单的施食，也是不可思议的事情，道场起到他这种作为与内容了。不要太复杂，复杂了大家又受不了。要有一点一滴的意乐与作为的设置，谁意乐了做一做，真是有意义啊！

学佛人一定要做一些有发心、真正能净化世间利益世间的事情。要不然真是空口无凭，别人也不知道你在干啥，因为你一个寺院啊。我们这个寺庙道场要有一些不是为了挣钱、是为了祝福世间、真正不求名不求利的佛事，真应该做一点！

你看这环境改善了，就因为我们的善意善缘，起码是感动了这一方的土地、城隍或者这些地方人员，有一点点的感动。我们天天念祝福，不为名利地作为，

你感不动人那才是瞎话。

我们这个地方真正地做道场，可以立个规矩：这一切佛事不能为利，不能为钞票，就是祝福一方，爱护一方，把福德因缘回向给一方的这个因缘确定下来了，你这个道场就真正能成为一个清净的道场！（大众鼓掌）商业可以到他们商业网点去做，道场里必然做道场的事。我们慢慢地来清晰这个道场的作为，慢慢地把道场的一些基本设施、作为、规定弄出来。

实际很多人都向往善、向法，没有人向往把寺院、把佛陀当钱卖掉的——没有几个人向往，但很多人就盲从，不知道是怎么回事。因为现在还是最原始状态，我们可以比较恰当地、不那么繁琐地、清晰地做出来，让人来到这个地方真正能受到法的熏陶、法的学习、法的实践、法的交流乃至法的成就，或者来传播法益。

现在很多人都知道，说你到广福去走走般舟吧，你到广福去念佛吧。我们这儿很简陋，人为什么来呢？因为没有太多的名利、利害关系，大家是来念佛了，来交流佛法，来学习了。这个因缘比较单纯，大家愿意来。我们带着这个朴实的心理，有这个朴实的发心，这个基础夯得越结实越好，这个道场未来趋向就越来越清晰正确，越来越踏实。

我在这个角度上，祝福我们广福寺、广福寺的菩萨们，能把这个道场真正依法如法地守护、建设、运用与成熟起来！祝福大家了，谢谢。

与孩子同一成长

慈法法师 开示

2014年10月18日于上海广福寺

1、要正面进行青春期的教育

弟子：关于青春期小孩的问题。十四五岁的孩子，玩游戏，用各种各样办法都弄不好，还有叛逆，没法教育。

师父：一个做母亲的菩萨提出来一个话题，就是孩子青春期的教育引导。现在的孩子生理上早熟。现在接触的网络、手机，需要什么都很方便，许多小孩子比过去的人成熟，接触的东西太多，很快地这些男女概念他就成熟了。但是他这种经历又不够，再加上我们中国人对这方面比较避讳，不太直接去谈。

许多人接触过印度教，印度教他们特别注意孩子成长期的教育。他们一旦男孩子到十六岁，就有一些特定作为，在一个吉祥天女的像前树立一个很美的女性神像，然后这些男孩子到这个神像面前去跳舞，大声表达自己的心理状态、生理状态，随他们去说，鼓励这些男孩子表达自己身心生理的感受。他们有这个节日，让男孩子知道自己心理是怎么想的、应该怎么表达，大人有一些具体指导。

女孩子亦复如是。在热带地区，在印度，十一二岁的女孩就有一些生理、心理的变化，他们也有很对称的教育，妈妈会给她们讲人心理的变化、对异性感知的变化，乃至说会不会怀孕、什么情况下会怀孕、为什么有男女交往、一些交往的方式方法，都会传播。他们很具体的，在印度教一些寺庙中很具体地会把这个过程用雕刻、图画、文字、人表演——人去表演这个动作，让孩子们了解人类生长的内容，认知这个内容。

我们中国这个比较忌讳，就是由其发展。很多人有这种好奇，父母就担心他们，去压抑，不让他们正面认识自己身体、心理变化与需要。所以中国的许多孩子会受到这方面一些误区，很多孩子年龄很大了不敢结婚，或者不敢生育等等，就是没有最基本的男女差别、成长过程的教育。这个是父母的直接责任，女孩子妈妈去说，男孩子爸爸去说，心理是什么样的。正常状态一定要给他们表明出来，不表明出来，用压抑……

很多父母，自己家里女孩子长到一定年龄了，怕她早恋、出事情，把她圈起来，制约她，乃至看她的手机，跟踪她等等，会给孩子带来很大的逆反与伤害，

甚至越是这样越做一些反面作为。在我们中国，这些事情的发生数量是十分惊人的。很多初中的女孩子都刮过产，就是不知道最基本的生理交往，很多未成年的伤害造成了，十分麻烦。最重要的是我们在对称年龄中没有对孩子及时教育。

这个妈妈提出来了，实际这种现象十分普遍，就是父母压抑孩子的成长、心理与需要，感觉这不是正面教育的内容，没有正确地、正面地引导。所以一旦有少男少女进入青春期了，有朦胧的青春期的异性感知了，一定要给他们正确提示，会发生些什么事情，应该注意哪些角度，就会避开许多不相应的、不对称的危害。

我接触过一些孩子，二十几岁、三十几岁、四十几岁还不敢成家，不敢接触异性，但私下做一些事，就是压抑、放纵的一种行为，对生活、对异性不敢如实地尊重地面对，造成心理上、生理上不健康或者说不正常的现象。要是我们有这样年龄段的男孩子、女孩子，爸爸教育男孩子，把正常的心理状态、生理状态交待给他，妈妈教育女孩子。

现在孩子早熟得很，因为有大量的网络，他什么都可以搜出来，你不如直接正面地教育他。我们中国的许多男性女性，有孩子了，甚至有孙子了，也没有正面地面对过这个东西——正面面对似乎是脸红的事，但在私下里作为就不敢说是怎么了。那不如正面地直接地给子女如实地表述男女之别，男女到某个阶段生理、生命意识的需要与状态，跟他们讲一讲，就比较正面。

压抑是没有意义的，放纵也没有意义，正确认识对我们每一个人来说十分重要，是准确的面对方式，让他走得健康、清晰。好奇的心，就是有无明、有蒙蔽，不了解。人会好奇，就会做一些好奇的事情。

像许多母亲，一旦男孩、女孩到那个年龄段，就用很多道理去说，实际没有意义。因为在青春期，在生理变化的时间，父母讲的道理听不进去。又用前辈、前人说的道理去教育孩子，孩子还是听不进去。不如跟他们做朋友，把你的人生经历、正常的应该作为的方式方法如实地提醒给他还好。

以前我去印度走过几次，到印度教庙子里看一看，就十分感动，他们对人类正常的投胎、受孕、住胎、出生、成长过程一直到衰老、死亡都有很好的教育。这个教育就使人不慌不乱、不蒙蔽，知道到哪个阶段应该做些什么、是个什么样状态。所以他们心理就比较健康，作为也比较准确、有益。

这个角度给我们这些做父母的菩萨作个提醒，要能正面地跟子女有个朋友性的交流，可能比长篇大论的道理或者强制的心理遏制、生理遏制、交往遏制要意义得多。要不然他放纵或者压抑的反叛，会造成很多荒诞事情。

我以前认识几个高中老师都不教学了，我说为什么？他们说现在的学校没办法搞，太多想不到的事情。就是自己过去的良知、道德意识跟不上了。他们做了一个统计，女孩子到高中阶段流产的特别多，很不健康，但它又是个社会现象。人成长到那个阶段，生理、心理感知的需要要是没有正确引导与疏通，你堵是堵不住的，你堵了就会山洪暴发。

我们都从年轻时走过来，做父母的也从青春期走过来——你要是堵截、压抑，一定会出大事情！做父母的不能堵，也不能截，也不能压，也不能放纵他，你要给他正面的健康的引导才好。像我们中国许多男女在成长过程中没有正面的教育，没有父母如实的引导，很多人一生的心理健康或者正常交往的东西就变味了。

这位菩萨提这个问题，就作这个简单提示，希望引起我们的警觉，在方法上做得得当。就是跟孩子交朋友，不要压抑他，也不要不管他、放纵他，有正确的方法，把自身的体会、人生经历准确地健康地告诉孩子——妈妈告诉姑娘，爸爸把健康正面的东西交待给儿子。这样特别有意义，比压抑他、威逼他或者用其他什么放纵方式都有意义得多。

2、面对孩子的疾病要接纳、宽松、尊重、慈悲

弟子：师父，我的孩子两岁时受了一次惊吓，说话、行为举止都不正常了，医生说是自闭症，到现在六岁了，用怎么方法能把他引导到一个正常途径上来？我这些年很苦，怎么教育这一类不正常的孩子？

师父：每一个父母养育孩子，都把整个希望寄托在孩子身上了，可能天下父母心都是一个心。要是一些变故，最重要的首先我们要接受因果，母亲不能歧视自己儿子的任何一个果报、因缘——首先从妈妈的角度上要接受这个现实，尊重与接受是第一关口！尊重、接受因因果果了，我们就能改变调整因果。要是不接受就等于把水堵在这个地方，它就越漫越深、越漫越高，就会发生更大的违缘。

第一是要接受。许多妈妈焦虑、爸爸焦虑、爷爷奶奶焦虑，焦虑于孩子的一些违缘，好比说疾病，或者发育中、成长中的一些不健康，或者受到的冲击。我遇到一个北京的居士，就是不接受。他们家孩子三四岁时突然得了个重病，这种病据说三百万人、五百万人中有一例，就是很难治。这个妈妈与家人全都调动起来了，开始满世界跑，为这个疾病花钱，精神焦虑，所有精力都用在这孩子身上了。很快这孩子就在这个高压下，在这种因缘、所有力量都集中的情况下死掉了。

为什么？一个不好的现象，你越努力，这个不好的现象就会越庞大、有力起

来，它撼动的东西越多，它自身力量就表现得越大。遇到违缘，要是能淡化它，平常它，接受它，又去治疗、调整，那就减少了一半的作用力；再接受它，尊重它，就减少三分之二了；方法再得当，知道因因果果，像种瓜得瓜种豆得豆，这个因因缘缘总是相续着，就在培植善根善缘，宽松的、健康的、允许各种事情发生的心理下去调整，机遇就多了，可能就有五分之四把握了。那五分之一的障碍也可能变成来鼓励我们觉悟人生、认知人生——生老病死是我们人生的组成部分。要把生老病死去掉，人生是没有内容的，我们一生中也就是生、老、病、死啊。

所以不要把精力全部用于夸张这个正常的因果相续。任何一个因果出来，表现出来一定是正常的，用非正常心理与集中精力打歼灭战，就把它膨胀起来了。这一点，对自己亲人的过失、他人的过失，或者说不健康、疾病、难缘，一定不要太用力。在这个地方宽松、接受甚至尊重它，效果就会变得积极、正面。

刚才这个例子的妈妈爸爸找到我，十分悲伤，感觉自己活不下去了，他们未来都寄托在孩子身上，突然死掉了，忍受不了。我说每个人生命都有长短，用这个东西来责怪、伤害自己与他人，都没有意义。很多孩子还在怀孕就刮掉了，那怎么对他们悲伤呢？很多小孩子很小就夭折了，怎么悲伤呢？很多人虽然活的时间很长，但一生痛苦，我们怎么面对呢？有些人活一辈子很压抑，有些人活很短就死掉了。

所以对生命、对因果可以多方面去认识它。有时候负面的违缘是觉悟人生、提示人生、认识人生的一个很大推动，你就正面来看这个事情，把孩子当成菩萨，来启发我们觉悟人生的机遇，你就会感激他，真正爱护他。

后来这个妈妈也学佛了。以前她不是佛教徒，对什么都没感觉，但就是痛苦不堪，用种种方法都解决不了。后来她跟我说我姑娘为什么会有这样果报？我说你姑娘是观世音菩萨。她说为什么你说她是观世音菩萨？我说观音菩萨发了这样的愿，令其得度，需要什么身他就现什么身。你这姑娘就现童女身嘛。

《观世音菩萨普门品中》有讲：以童男身童女身得度他就现童男童女相。她就现个童女身，就死掉了。干什么？令你得度！度你什么？知道人生无常，知道人生是生、老、病、死组成的，知道因因果果是不可把持的。只有我们觉悟于因果才能善用因果，过去的因果我们只能面对与承受。

我说她是观世音菩萨哦！她说真的吗？我说十分真实，一定是观世音菩萨的化身，大慈大悲地来唤醒我们家庭的觉悟、周边人的觉悟。后来这一家人通过这

样一个转换，对佛教有个正面的感知与学习机会。

我有一次到武汉，遇到一个孩子，爸爸妈妈硬把他扔到一个寄养地方，给一点钱就扔了。话都不会说，路都不会走，生下来就是畸形的。他们养到七八岁，父母都受不了了，就把他送出去了。他奶奶来跟我谈这个事情，领着这个孩子，说师父，这个孩子为什么受这样果报呢？我应该怎么对待他？我怎么都舍不得他，不忍心把他丢到那个地方。她又把他领回来了，她媳妇与儿子就不理她，说我们把他丢了，你把他领回来，丢人啊！让人感到养这么个孩子没有尊严。他奶奶说我受不了，我一定要养他。

我说你做的事对头，这样来引发你的慈悲心啊！虽然是亲人，那会令你生起真正的慈悲心。她说是啊，现在真感觉到慈悲心是爱护一切，尤其是爱护自己有缘的，不管是善缘还是恶缘，要爱护尊重。她就把他领回来。

她说是什么因缘呢？我说我不懂，但我可以帮你分析，他一定是个了不起的人。他又不会说话，又不会做事，又不会这样不会那样，怎么了不起呢？我说过去肯定很了不起！现在不会说话，过去说得太多了；现在手不会拿东西，过去拿的东西太多了；现在不会走路，过去走的路太多了；现在不能享受人生的正常享受，过去太贪图享受了。她说真的？我说真的。她说能不能再说一点？我说他是一个了不起的喇嘛转世。她说真的吗？我说真的，你好好养他。她说那么多喇嘛都说他是个活佛转世。

我说真是个活佛呀，让人觉悟世间，让人了解世间，了解世间是苦啊！轮回是苦啊！我们活着有时候忘记了轮回是苦，会活在不记、放逸、放纵自己恶业中。你看到他，你不敢放逸了；你看到他，你不敢乱说话了；你看到他，你不敢乱做事情了；你看到他，你知道你手脚健全、意识健全是多么了不起的福报，你应该珍惜它了，我们应该珍惜自己相对健康健全的人生了！

我说对吗？她说对头。我说他是一个活活泼泼的活佛，来教育了多少人。我说你就到哪个地方都带着他，让他教育人，他就真正地带来尊严，不要回避这个事情。老人家说有时候还真不好意思带他出门。我说他真是活佛，你一定要知道，我们健康的人在他面前会不会生惭愧呢？有手有脚我们在干什么？有嘴巴、有思维我们在说些什么、想些什么？是健康的吗？是对自身、对他人、对社会有益的吗？这个老人家最后说我一定好好地养！

很多年没有交往过了，现在可能有三十来岁了，这是二十年前的事情了。以前在云南也有这样孩子，我见到一对父母，他们的孩子将近四十岁了，就一直是

残疾的，靠一口饭一口饭喂大的。这孩子每年要去看我一次，他手不会动，以前抬着轿子上山，现在有路了，他们开着车子，每年这孩子去看我一次，即使完全不会说话。

他妈妈和家里人以前想把他扔下。我说不行的，这是你们过去的父母，你们现在要养育他了，这轮回来轮回去的，不敢扔！他们一直把他养到现在，我感觉他们从有压力、耻辱感、负累感慢慢地慈悲心升起来了，转换过来了，相貌、心地都变得十分慈悲、健康。他们对人生变得比较珍惜了，看到孩子这种手脚都不能作用，看看自己健全的四肢与生命，就会警觉自己，来珍惜这样一个福报。

所以这位妈妈提这个问题，可以从这个案例中来审视，不要把注意力放在这儿。看看《阿甘正传》，那个妈妈是了不起的妈妈！我们对自己的孩子，一定对因果不能歧视，不能排斥，不能恐慌，正面地接受，宽松地健康地来引导他，他一定有慢慢趋向于宽松的基础了。我们一直恐慌、压抑，这个事情就放大，恶缘就更炽盛了。这一点会有一个好的起步。祝福你，我们给这个孩子念个祝福，会念的我们都念一个：

南传祝福詞

薩比滴叻 威哇贊度 （願一切危難皆消除）

薩巴洛郭 威那薩度 （願一切擔憂與疾病皆消失）

嗎嘍 帕哇斷達拉叻 （願你完全沒有不幸）

蘇嘿 滴哈叻郭 帕哇 （願你快樂與長壽）

阿批哇 達那西裏薩 尼臧 烏他 巴匝伊諾（孝順虔誠的心及經常禮敬長輩者）

匝達洛 他嗎 哇灘滴 （四法得增長）

阿叻灣諾 蘇航巴啞 （長壽、美貌、快樂與力量）

这是个祝福词，远离焦虑，远离疾病，远离灾难，让我们的身心健康、美丽、有力、长寿。是个祝福词，祝福他们。

3、针对性地训练补足孩子的弱点

弟子：师父，孩子融入团体的能力很弱，老是成为边缘人物，怎么引导孩子融入团体中去呢？他喜欢跟人在一起玩耍，但是跟人交往一段以后，小朋友们形成一个圈，就给他排挤在外边了，他就很痛苦，趴在窗子上看着别的孩子玩。这种状态持续了比较长的一段时间，在幼儿园、小学、中学一直到走上社会，他也很难融入到集体当中。

师父：这要锻炼的。可能以前我这个个性，从幼儿园一直到高中，就是没有下乡做知青之前，整个生活都很退缩，站在一边看着人们做事情，就跟你这孩子差不多。我一直是这样子，三个人说话就脸红，心发慌，一看这么多人就……（做出晕的样子）一直就不行的。后面下乡好一些了，主动地跟他们接触。

可以鼓励孩子主动地接触，问问自己：怕些什么？障碍在什么地方？就从那个障碍的地方去作为。我以前是比较畏惧于语言交流，所以现在就是逼我跟大家交流。以前语言交流特别少，一天能说三句话五句话很了不起了。现在老了，大量地跟人说话。没问题，他在哪个地方弱就在哪个地方去处理自己。

我到部队时候，就处理自己一个最弱的项。我说怕什么呢？我怕蛇。到部队参军，就在合肥郊区的我们那个单位，有闲时间我就到稻田里、水沟子里去抓蛇，把它抓起来。抓蛇怕蛇咬，就专门去学抓蛇技术，要抓它那个七寸，抓其它地方不行。抓来抓去，蛇一看到我就“鸣”卷起来了（众人笑）。我说我不怕它了，它怕我。

后来就基本上敢跟人说话了。每个人可能都有自己的某个点，你去挑战一次它，原来你怕它，现在它怕你。实际根本没有这个事情——你怕它，它怕你，都是没有的事情，是个建立罢了。可以鼓励孩子，哪个地方弱就到哪个地方培养培养就行了。

你要给他讲，鼓励他。像我这个例子一样，哪个地方弱就在哪个地方去锻炼。好比说以前我语言交往意识特别差，后来出家就背楞严咒，“跢侄他。唵。阿那隸。毗舍提。鞞跋闍囉陀唎。槃陀槃陀你。跋闍囉。谤尼泮。虎泮。都嚧瓮泮。莎诃”。念顺了，结果跟人说话也顺了。

以前意识有障碍，跟人一说话就感到说啥？不知道自己想说啥了，不知所措。因为一畏惧他就关闭自己的心与感知了。现在放开了，你念的是真言，真言怎么不敢说呢？他就把人这个弱点作了调整。后来出家就去念楞严咒，念念就开始跟人说话了，也不是太主动，但是开始跟人说话了。现在反正是对什么人我都敢说，为啥呢？我说真言了嘛。

找他弱点，就从那个地方做起。有的人是思维有弱点，一问问题说我不知道咋想的？我不知道这个咋办？缺乏思维与调理，那让他学学统计、归纳。给他十个问题，让他归纳成一个问题，一句话来表达。不断地让他归纳、归纳，就会归纳得很好。有的人不能细腻，总是笼统，让他去分析，把它分成十个、二十个小节、细节。方法很多，可以让他自己找。有的人手配合能力差，一做就做砸锅了，

你让他去编织，做一些手多活动的事情配合脑子，都过来了。没问题，祝福他们。

4、单亲家庭要注意防范恋父恋母问题

弟子：目前社会上离异现象非常普遍，怎么样引导单亲家庭教育孩子的问题？谢谢师父，阿弥陀佛！

师父：这真是个大问题。我们到一个快餐文化的时代了，婚姻也是快餐了，很严肃的一个话题啊！

现在单亲家庭在国内的量是惊人的。我感觉最重要的是防范一个问题：爸爸自己带孩子，要防范女孩子的恋父问题；妈妈带着男孩子，要防范恋母问题。再一个，很多单亲家庭养育的孩子拒绝婚姻，畏惧与异性交往。他们脑海里是打、吵、离异，就会对他未来人生的生活模式产生影响。这个还差一点，最重要的就是恋父、恋母问题，这是我遇到最多的问题。

经常有爸爸妈妈来跟我谈这个问题。女孩子很大了，单亲的爸爸养着，不让她嫁人，这个女孩子怎么找朋友，爸爸都不同意；妈妈带着男孩子，男孩子怎么找对象，妈妈都不愿意。很难过这一关，拖呀拖呀，家人也痛苦，妈妈、爸爸、子女都很痛苦。

这一点大家一定要警觉，单亲家庭的孩子一定要警觉！一定要培养孩子的独立作为能力，不要溺爱他；不要说我离异了，就对不起孩子，不断地关注孩子，总用亏欠的心、对不起孩子的心去无微不至地照顾他，那他就会恋父、恋母。孩子长大了，自制能力、作为能力就会受到极大制约，生存的空间也会受到极大制约。

是不是到成年了才有这个？不是，往往在五六岁、六七岁、七八岁、八九岁的年龄段培养出来的，到他成熟以后起作用了。所以一旦有离异家庭，我嘱咐大家能尊重、注意这一点，让孩子学会独立与尊重！离异的父母要相互尊重，离异的家庭要相互地尊重与独立，不要用离异概念去伤害孩子，或者让孩子过分地依赖于父亲、依赖于母亲。

单亲会造成愧疚想，很多父母就有愧疚想，这个愧疚会给孩子带来极大的心灵上的伤害，他们会叛逆。一般离异的年龄段，很多是孩子上幼儿园了，妈妈第二青春期来了，或者爸爸有外遇了，或者是什么生活机制，大家对这种作为厌倦了。因为这时候孩子长大了，送幼儿园里了，家里整洁起来了，妈妈、爸爸会有想法了。孩子小的时候，只会忙着养孩子，一般还可以过得去。

不需要对号入座，但有一点：一定要防范住恋父恋母，这会严重影响孩子一生！

像年龄四十五岁到五十岁左右的，儿女长到十七八岁了，这样的现象特别多。子女再小一点的离异单亲家庭，一定要警觉这个问题！从离异开始就要让他尊重，就是离异了也要尊重——尊重妈妈，尊重爸爸，尊重自己，尊重这个环境，这都是因因果果，都应该尊重，都是应该面对的事情。

你教育孩子从尊重做起，如实与尊重是特别重要的！在成长过程中他就会健康起来。尤其是他的独立思维与做事能力要培养，不要用愧疚的、补偿的心去溺爱他、关注他，要不然很麻烦，孩子长到几十岁都成熟不了，过分地依赖。

我说这个恋父恋母，就是希望大家警觉这个事情，尤其是单亲，一定要警觉这个事。女孩子尽量妈妈带，男孩子尽量爸爸带，这样容易规避这个麻烦事情，要不然很麻烦。我遇到的爸爸带的女孩子长大了，她会找很大龄的丈夫，大二三十岁她才高兴，实际她就把爸爸当成对象了。男孩子找大他十几岁、七八岁的女性，干什么？他把妈妈当成对象了，因为他妈妈在养育他的过程中给予了他很多爱护、关心、生活支持，他心目中这样就是妻子。

尽量爸爸带男孩子，妈妈带女孩子，可以规避这个。再一个锻炼他的独立性，能做到的也要锻炼他的独立性，自主的、独立思考的、完整的、尊重的人格，很重要！大家要警觉，尤其单亲者应该警觉这一点。这个问题这么提示一下，祝福。

5、辅助孩子独立自主地成长

弟子：师父，多数人都会对孩子说你要听话，你要做乖孩子。可是等到孩子长大，他们又会说自己孩子多么无能。那时候孩子已经习惯了，爸爸妈妈说什么他们去做什么，一点主意都没有。想请师父在这方面开示一下，谢谢。

师父：我们中国人养育孩子有一个最致命的东西，就是把孩子当成自己的未来了。只要是自己没有完成的东西，全都想放在孩子身上实施出来。我遇到很多父母，自己没有弹过钢琴，买架钢琴去；爸爸不会练拳，让孩子去学截拳道；自己没有跳过舞，孩子学舞蹈；没有练过瑜伽，练瑜伽去；没有学过绘画，绘画去；没有唱过歌，歌唱去……把自己所有的不足、没有做过的全部押注在孩子身上，把孩子当作自己未来的替代品。所以很多孩子就感到活着没意思，替别人活着，我像行尸走肉一样。刚才提这个听话的问题。

我们要是把孩子当成自己的未来，孩子也很负压力。让孩子活自己的生命，我们辅助他成长，完全是另外一个方面了，就很积极。不要把我们这种缺欠放在孩子身上，让孩子自己有独立的作为，我们只是扶持他，扶持他健康的作为与心愿，其他的尽量做个引导就行了。你代替不了他，他也代替不了你。但我们中国

人，孩子是我们未来的替代品，把太多要求附加在养育下面了，太多条件！

把要求变成辅助他，使他能独立地健康地成长起来。我们要知道他是主体，我们是辅助。要不然妈妈爸爸是主体，孩子很痛苦。这样自杀的例子、受伤害的例子我都遇见过。小孩子很小都要自杀，就是父母把他安排得太周全了，他没有思维，没有自己的选择，没有自己爱好的角度，没有自己休息玩乐的空间，就自残。

我见到的好孩子，很多是自残的。为什么要自残？压抑的太多，在父母老师面前特别好，但私下里拿刀子割自己。特别听话的孩子，他心里压抑的一种东西特别难言，没办法就拿刀割自己！割出血来，他就感觉到痛了，他感觉：哎呀，我还活着！

我说为什么要割自己呢？他说要不然我不知道自己在活着！什么都是爸爸妈妈安排的，什么都是老师安排的，什么都是别人安排的，他自己不敢反抗，只能执行，像机器、机械化一样地执行——你这么说这么执行，那么说那么执行。执行久了，完全丧失了思维、自觉安排的能力，结果就自残了，跳楼的、自杀的都有。因为他不知道自己在活着，他不知道自己为什么活着，他不知道下一步会做什么、能做什么，完全是别人安排的。

所以越是过分听话的孩子，我们一定要培养他的独立性，要爱护他、尊重他。把要求变成辅助，让他独立，有独立的受尊重的思维、作为。

反正我见到的好孩子，特别被父母老师赞叹的孩子，我就心中替他们难受啊，很痛苦！他们心灵中有一个很苦的苦处，就是不知道为什么活着，不知道活着的价值，不知道自主、自立，就麻木一辈子。这样的人一旦受不了就自残、自杀。这要引起我们警觉！这里只能在比较突出、比较尖锐的问题上给诸位家长一个提示，因为我接触的角度比较广泛一些，或者说接触的人比较多。

我没有出家以前也养过孩子，出家以后也养过孩子，知道这里面有很多麻烦事，需要我们细心、尊重，相互多交流，要不然会出现很大的障碍。我出家以后，有些小孩子来出家，有一点点我做得不得当，后面这一生对他影响都很大。这是十分不容易的！我们要做负责任的尊重的人，就要辅助孩子成长，正确地引导，不要强求，不要强制他。这样起码说我们作为父母是比较正向的作为者。

这一类从尖锐的角度上提示提示，有家庭的人会关心这一点。有的做爷爷奶奶去要求孩子，外祖父外祖母教育孩子，几家教育一个孩子，这孩子死定了，就被人弄得心灵弱得不得了，生命身体也弱得不得了，或者是肆无忌惮——这两类

孩子都很苦。

比如要是有了孙子了，你六七十岁了，你把你那个年代的记忆、想法给一个幼弱的生命，他怎么能忍受啊？大家一定要了解这一点，就是我们只能辅助孩子，爱护、尊重孩子，多交流，不能强求，不能强压，更不能把他当成生命的替代品，来完成自己未了的业，那样太苦了！

我们就有一个善心善缘，来祝福自己的子女、亲人，包括第三代——多祝福他们，正面辅助他们成长，给他们健康的尊重的教育，而不是强行的、必须的、压迫性的引导。我们作为人类一份子，真要多相互尊重与祝福。希望大家能生活在祝福的家庭环境中，相互地尊重、祝福、辅助、支持！

（以上为上午开示，下面为下午开示）

6、诸恶莫作，众善奉行，自净其意志

弟子：师父，我今年三十多岁了，但是我看我自己的人生经历有很多漂泊的东西，直到今天都很难找到一种有支持的、有作为的事情或者方向，是不是也可以归结到我的成长经历或者教育上？

师父：人生的需求差别很大，要是一个人能明确自己的需求或者作为，人生就会有一个明确愿望。在生活中漂泊，像这个菩萨有点飘飘荡荡的状态、不稳定的状态，不知道自己做些什么。愿望跟需求、作为没有找到一点，说浑浑噩噩，这个状态是比较普遍的。价值、需求、愿望、作为没有一个有确定的东西，有任何一个确定的东西都会稳定下来。

从释迦佛的教育来说吧，释迦佛有一个教诫，实际也是一个教法，称为略说教，略说的诫教，基本上所有佛教徒或者不是佛教徒都知道这四句话：“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教。”诸恶莫作是个方向，众善奉行是个作为，自净其意志是个结果，一切诸佛就从这个简单的法则中把人生作为的大方向十分简单地指出来。若是一切现缘中诸恶莫作，自损损他的、减损社会的事情不做，就会引发你对人生自利利他的思维与观察。过去称略教，很约简，就是一个说法。

诸恶莫作——人生中要是真正把这个大方向掌握清晰了，就是释迦佛的依教奉行的弟子。诸恶，我们在人世间一讲就是杀盗妄淫贪嗔痴慢疑，那可能就是恶吧。再一个是约定的恶作，大家共同认为这样是一个恶作——不准冒犯众人，不准冒犯时代、法律等等，也都是诸恶莫作。

恶不作，大家要是有一个正面认知，很容易解释它。我们知道一切恶作一定有苦的果报，那就是终止苦因、终止苦果、终止苦业。诸恶不作你就能终止这些

东西，就能形成一个善缘，乐因、乐缘、乐果、乐业就能成熟起来，远离恶业带来的幽暗、迷失、被动之苦，离苦得乐，诸恶莫作就成为一个事实。人生比较容易看得清晰。

我们过去在相续中受一些苦、一些因缘，因为过去不了解这种大方向、人生大的愿望，就会有些恶缘、恶作、苦因、苦果、苦业去作为。当我们接触了佛陀的清晰简单的教诲了，就去诸恶莫作——对自身、对他人、对社会是减损的，会带来苦业、苦与业的相续你就不去做。在苦处得到休息，在苦处就终止了这个相续。

众善奉行就有一个缘起，就有乐因、乐缘、乐果的相续。我们在世间有十善法、十种善行，在民间、在家庭、在人交往中都有善行的，说一句诚实言，说一句爱语，做一个对他人有意义的支持，乃至做一个动作、一个行为的支持，太多太多了。众善奉行，很多都是举手之劳，但会给你带来乐——善法之乐、终止诸苦之乐、善法缘起相续之乐。

要是在人世间犹豫徘徊，远离杀盗妄淫，远离诸多恶业，那是一个恶业的终止。在声闻法中，你终止法执，悲心生起，一样是乐法的、众善奉行的一个缘起，六度万行的缘起。也有超越菩萨过患的远离诸行苦、不动菩提座而广利世间，以不动之愿而摄化十方。那能离菩萨之苦、菩萨之恶，形成圆满菩提之乐。三恶道远离刑罚苦、愚痴苦、吝啬苦，你就能终止那个苦，形成远离愚痴、吝啬、种种刑罚残害之苦，出离三恶道，众善奉行，生三善道，法乐也有形成。他有增上说。

诸恶你能终止，诸苦就终止了，众善就会增上，逐渐使我们在从明入明、从乐入乐的作为中、众善法中不断地深入实践，细腻起来，终止诸恶，众善奉行。这个终止实际是休息，在恶苦之中休息下来，在恶苦的缘的习惯上能休息下来——终止，休息。无作于此而得休息，于诸恶不再作为了，你就休息了，于诸恶休息，终止休息；在众善中享受诸乐、诸明的善巧。就是二种善巧。要是我们依出世的法则，于善恶皆能超越，但以利世作为行持法则，那是出世正行者，也就是诸恶莫作，众善奉行。

自净其意，就是不染著于善恶，不染著于是非而行于诸善，远离诸恶，净化世间，利益有情。佛陀的教法，要是从简单角度来说就有这个方法。终止，终止一生的恶习，令已生的善增长，未生的善成熟起来，或者说未生的善生起，已作的恶得以铲除，未作的恶无有作为，人的大方向出来了。

人生大方向，在三十七道品中有四正勤的修持，就是诸恶莫作，众善奉行，

我们就自净其意，来看自己的人生，随缘延岁月就可以了。在岁月长河中，在世事无常的作为中，择善而行，择善而息，从乐入乐，从明入明，远离诸苦迷失。人生大方向很清晰，就踏踏实实地作为。

有些人可能大方向清晰了，在具体事情上会飘荡，因为他不断地攀缘，不断去否认前面的作为。这样会产生这个小伙子谈的事情，不能踏实地做任何一个事情，不断地攀高枝，不断地随着变化而流转，而不是在变化中如实地做好自己每一个现下，就是众善奉行。人要是不随变化而流失、迷失，不去不断地攀缘，人就比较安稳轻和，你做事情就做一个事完成一个事，踏踏实实的。也就是远离了过份贪图利害关系的迷失的心，忠实自己的现缘，尊重自己的现缘——这个大方向要弄清楚。

人生中要是“诸恶莫作，众善奉行”，人生价值一定能找到。起码说他是积极的、有益于自身的，而不是减损自身的。没有这个大方向，你这一生不好说。因为在减劫中，我们举心动念往往是以恶缘相加——以恶的意念、过失的意念、不健康的意念相加给自己周边的有缘。

你可以去观察，在每个事相上尝试着观察：大部分人在不是十分清晰正行修法之时，意念、言说、作为，亲人之间、朋友之间、相互之间第一个概念是恶的、不善意的，是负面的，是担忧的，是担忧！祝福的、向上的、平和的、支持的、随喜的这些念都十分稀少。这就是五浊恶世减劫的特质。

我们要清晰时代，这个时代称为贤劫的减劫——这个减劫不是一个泛泛名字，是共业分中各以恶业相加，基本上就是恶意相加，称为减劫，人与人之间善意的、鼓励的、随喜的、支持的概念、作为、言说越来越少，误解的、担忧的、嫉妒的、排斥的越来越多！不是人们要故意这么做，不是说这个人怎样怎样，是在共业中形成了这个大的力量，称为劫，大的力量。

你要看懂这个，找到这个劫数的共性，或者说这个劫数中业力的主体现象、主流，你就能横出这样一个三界，横出这样一个业力制约，就是你有力量跨越出来。你要认知不清晰，你没有机会跨越，无力跨越这个时代的这样一个主要现象。

有人说我从来都是随喜别人，赞叹别人，支持别人，感激于人，对人都是积极向上的想法——这个人一定是乘愿再来的人，要不然他做不到的。或者是有特殊修持的人，依教法修持的人也可以做得到，在减劫中行诸善事，就是鼓励于人，赞叹于人，随喜于人，心里多祝福、随喜、安慰于人，少于嫉妒排斥，少于担忧。

这个时代亲人之间的担忧，就是心里放一个唯一的问题，就是担忧——父亲

担忧孩子，孩子担忧父亲母亲，长辈担忧孩子，孩子担忧长辈，健康的人担忧不健康的人，不健康的人也担忧健康的人……担忧似乎是教育的主要话题！人与人之间一谈，就是我很担忧啊。

你要听到不担忧的话，你说你是乘愿再来的人哦！乘什么愿？觉悟人生利益世间的愿。要没有这个愿力的载负，人在减劫的主流业中担忧，相互恶语相加，恶意相加，十分普遍！哪怕是现在很多学佛很久的人，对周边人、对亲人、对同修也会恶意相加，恶语相加，担忧相加。祝福、赞叹、随喜、礼敬，这样的人不得了，不是没有，特别难遇！

一旦遇到，你感觉就有温暖的支持的力量从对方那个生命中传递过来，感觉到这个冷酷的减劫中得到温暖了，炎热的令人烦躁的五浊恶世中得到清凉风了。就像那个四季歌唱的一样，你会体会到“春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪”那样美好的心愿，那样的传递者。

要认识这个时代的特质，我们就能超越它。这个大的目标，我们就乘着愿力来诸恶莫作，众善奉行，自净其意志——从这个约简的教法中来明确自己人生大的方向。

世尊出世就是给我们提供很多方便——教法、戒律，不同的教法、戒律，或者说八万四千法，或者说声闻、密乘等等特定的说法、区域的说法，就是为了给我们提供出离苦海的方便，觉悟人生的方便，证悟菩提的方便，他所有的都是支持！

现在一些学戒的人、学教法的人相互伤害，违背了世尊出世的本意。所以作为这个劫数、这个时代的人，先要看清自己的大方向，才能在每一个事相中升起尊重心，远离功利心，远离攀缘，把每一个当下的事做得得当，能善意相续，你就感觉逐渐变得有力，有所谓的自己的事业相。

刚才这个菩萨提出来这个，就是自己已经有年龄了，但还是飘飘荡荡的，没有令身心事业有所成，或者心有所安稳、作为有所抉择，主要是对人生大方向的认识不够清晰。若是清晰了，人生会尊重每一个现缘，在每一个现缘中皆可运用“诸恶莫作，众善奉行，自净其意”这个大原则，令我们的大方向清晰起来。

像念佛人一样——南无阿弥陀佛，活着安心于极乐，撒手回归于极乐，身心总是那样，活着是安详的，撒手是喜悦的。方向清晰了，认知清晰了，身心安乐了，所有作为得到现行的支持。减劫中现行是消减的，这是常态。要在减劫中得到现行支持，你一定是依法行持者、依善缘行持者或者依愿力行持的人。那可能

使自己这个短暂难得的人生做出来一点有益于自身、有益于社会的作为。

这个角度一定要明白：我们这个劫，我们这个时代的共业相。明白这个特别有意义，特别重要！不明白这个就很容易似是而非。找到它的共性了就十分容易解决具体问题，对人们之间的相互埋怨、担忧、嫉妒、排斥等等你都能理解。

因为这个时代，人们这样做是正常的，这样做是可以理解的。就像染缸里没有白布一样——他掏出来是一块黑布，掏出来是一块黑布，掏出来是一块黑布……你能理解他。为什么能理解？染缸里没有白布！我们平时在生活中遇到家人的担忧、指责、一些相互的嫉妒、排斥，你能理解，你说：哦，减劫中众生的作为就是这个样子。

我们自身应该怎么作为？依教法有清晰的大方向，自利利他，自觉觉他。有这个人生观来指导，你会超越那些迷茫的、没有人生观、没有正确人生观或人生大方向的人们，你可以带给他们一些主动的、积极的、明亮的心理作为、方式方法。

这个小伙子的问题就是大方向没有认清，人生的大方向、大目标没有认清。做什么样的人呢？不知道怎么做，很困惑。“诸恶莫做，众善奉行”使我们做人有了一个大方向，“自净其意”使心地有了一个方向。

念佛人呢，极乐世界毕竟是法性之土，载负一切众生，愿生者必生。我们了解了这个教法，往生是必然，心早已与阿弥陀佛国土完整契合了，活着就安心做自己的现行事。娑婆世界这个后花园，你就去看看花花草草、春夏秋冬、日月轮转、生生死死，看看这个事情，了解了解，转一转。舍报了就极乐世界，阿弥陀佛！念佛人阿弥陀佛就很清晰，念得也喜悦安乐。因为目标是清晰的，结果是清晰的，现前作为是充实的，不是迷茫的。

所以这个愿望、方向十分重要，可以令身心作为清晰明了起来，条理有力起来。那就是乐、喜悦、明亮。要是不了解这些东西，浑浑噩噩，迷迷糊糊，怨恨相加，就是痛苦的，你就有诸多业缘不定而产生作为所依的不定，人就是漂泊，迷失在种种得失幻化业缘中。

7、先自觉人生再教育孩子

弟子：师父，小孩子小时候还听话一点，随着年龄越来越大，玩游戏问题越来越难控制。有时候整天玩，有什么更好的办法让这方面好一点？

师父：你现在有什么方法？你肯定有方法的，你要更好的方法嘛，那你就讲一点你有什么方法，把你的经验传递给大家。

弟子：现在没有什么办法，就是强制，把所有玩游戏的东西、网络都收掉。

师父：效果如何？

弟子：效果不太好。

师父：你希望玩网络电脑的孩子们是什么样子？

弟子：他毕竟年龄还小，一旦沉迷于游戏，将来不知道会变成什么样子。

师父：他不玩游戏，你就知道他将来是什么样子吗？

弟子：也不知道。

师父：你把他控制起来，你能把他的未来控制住吗？

弟子：控制不了，但是又不知道有什么更好的办法，就很迷茫。

师父：诸恶莫作，众善奉行，自净其意志，就不迷茫了。先不要被这个因缘转掉，我们要处理一个问题——不管现前一个什么问题，先不要被这个问题迷惑、控制或者把你同化掉。它把你同化掉，就给你带来更多迷惑，你不光帮不了他，自己也被这个业力吞噬了。就是学佛者自净其意的重要性。

许多人就念过《楞严经》，《楞严经》上面有一段阿难的偈颂，“妙湛总持不动尊，首楞严王世希有，销我亿劫颠倒想，不历僧祇获法身……愿今得果成宝王，还度如是恒沙众，将此身心奉尘刹，是则名为报佛恩。”他这个偈子说的什么？就是我们对待问题的方式方法、心理状态。

这个菩萨现在已经被一个小孩子弄垮了。我们经常遇到问题就被问题同化了，同化以后就更加迷惑，相互不能辅助。我们遇到问题，第一要“妙湛总持不动尊”，回到法性功德上来，就是从平等清净这个起步来审观这个事情。因为平等清净的法性是总持一切法，可以解决一切问题。因为它包括这些问题，它出生一切作为，当然包括网络这个事情，它总持一切法！

我们要从平等缘起来审观这个，不过是千百万业相中的一个业相罢了，你就不那么着急了。他玩网络，你也可以玩麻将去。你要求他不要这样玩，耽误自己的人生，你的人生是怎么作为的？你反省过吗？你说他荒废学业、成长过程，你荒废过吗？你的作为得当吗？我们要是反省了、净化了自身的作为，总持功德就出来了——对方一个你认为不好的作为，能启发你重新反思人生、认识心理相续。

在比丘法里有谏人五德，就是起这么个作用。干什么？通过别人的过失你达成自利利他的修持。这个不详细讲，还说这个事情——除了网络，还有什么事情令人放逸、令人丢弃学业呢？网络可能是其中之一，太多了。

以前我去重庆，在街上走一走，不是为了散步，就是看一看麻将那个潮流——

一三五步、十步八步一个麻将桌。孩子会不会说你们这些大人天天是不是迷失了？以前那些宾馆里都是麻将桌，饭馆里都是麻将桌，茶馆里也是麻将桌，除了寺院里面没有麻将桌，哪里没麻将桌？

你要问问自己，除了网络之外，对孩子还有哪些负面影响，我们大人做的实不实？这个榜样做的怎么样？不用回答我，回答自己就行了。我们总想教育别人，要求别人，制约孩子，但是对自己的行为、对自身的作为、对环境等等从来不在乎，怎么去影响孩子啊？考虑考虑这个角度。

网络游戏一定不是问题。横加指责，强制这个因缘，把它截断，后面可能会爆发出来你想象不到的因缘，你会把他逼到另外一个机会上去——叛逆、反抗，做出一些什么。网络你还可以看得见结果，其他地方可能是你看不见摸不着的一个另外结果。

我们做家长的要审思，不要草率地在一个问题上迷失、耽搁或者纠结。问题不是沼泽地，问题是观阅台，使你看得更高、更远。不要在问题的沼泽地里越陷越深，不能自拔。

要反思自己，这个问题就会使你的道德意识、心理观察站得更高，看得更远、更清晰。这样处理比较彻底、得当。要不然在一个问题上纠结不清，谁也弄不明白要干啥。就事论事，看似有个方式，实际不如挪一步就走出去了，再回头看一看，它不算个什么事情。就可以自然而然会出现很多方法，来调整自己，来帮助他人。

我们看到问题，一定是反思自己，再有帮助别人的力量。要是没有反思自己、通过观察，欲帮助别人是没法成就的。像龙树菩萨讲的故事，一个不会游泳的人看到别人掉到水里面，他就奋不顾身地投下去，结果两个人都淹死了。你帮不了别人，也给自己带来新的困惑！

这一定要反观自心，思维观察一个有益于对方的方式方法。太多方式方法了，实际是十分简单的事情。但是我们要困在这个事情上就会变得复杂，无用力的支撑。因为我们的不冷静、不条理、不清晰，相互指责埋怨。慢慢地孩子也学会指责、埋怨，大家相处就特别没有味道，亲人相互地责怪与埋怨，变得没意义。亲人之间相互地理解、包容、支持、疏导、引导，令身心能安乐起来，健康起来，有序起来，可以了。

这些细节问题都不是难事，不要迷失在这里面就行了。祝福你的孩子，按照你的心愿来做。

8、启发孩子天性与适度规范

弟子：（启问者是幼儿教师）师父，我想问一下关于小孩子天性的问题，如何更好地引导和管理？我自己在实践过程中，发现如果过度开发他的天性，大人就会非常累，然后不知道怎么收拾？怎么引导？

师父：可能幼儿教师都面临着这些问题。这种冷静的方式方法也可以。

做过父母的人，要有一些基本的训练、方式方法，能在自由中条理，在条理中发挥他的心性，发挥心性又有条理性，就是能互助起来，有序与自由比较好的配合，可能就比较有一些。因为在人发挥时候要是无端的或者没有恰当氛围，会使人无度于天性，培养出来一种大家根本没办法相互配合与交往的性格。要是适当限制一点点，让他规范起来，人的交往、配合、组织能力就会增强。

你看两个人交往时候，都会放弃自己的一点点强项、作为、能力什么的，两个人都放弃一点，去观察对方的长项，去赞美、随喜对方的强，把自己的强或者能力放弱一点，这相互能配合。要是各人强化自己，不断地强化自己，这个家庭或者同志、伴侣、工作者、亲人都会很快地争斗起来，会分裂。

我们要是教育人有个性，又要有自己的独立思考、作为能力，他的天性很重要，适度的条理的规范一定是有意义的。适度的。一些幼儿教师、教育体系都有他体系的规范方式，好比说底线，一些格式不能逾越。有些过分的事情要适度地提醒他们——做过一次，第二次做这个事要审思，了解它的结果是什么，第三次不能再做，或者第三次是觉悟了这个事情才去做的。

不是因为一个事情去责怪他、限制他，令他迷失，而是让他觉悟、了解这个事情的的发展有什么样结果，在这个结果中怎么积极地认知与调整，怎么在未发生结果之前能觉悟这个事情、能知道结果。恰当地用觉悟，用反观，用审思、了解、观察，来学到观察能力，就比较宽松一些。

我没做过幼儿教师，但是带过孩子，能了解一点点。一般我们刚刚带孩子都没有太多经验。你要是一个终生所行的行为或者工作性质的东西，一定要把这些基本东西良性地审思它、学习它，应该没有什么大问题。先接触一个规范的教育，再来看这些。

法没有定法，主要是怎么对人有益、对自身有益，就是不让老师累垮了。我接触了一些幼儿教师，累垮的比较多。教我的幼儿园老师，就是五十年前的老师，前几年我还见过，早都超龄了，还在那个工作。为什么？就是他乐于这个事情，对人比较宽松，他比较活泼一些。

没有很多经验，也可以先在同行中去请教、学习。幼儿教师肯定有幼儿教育的体系，也有一些基本理念，再加上诸恶莫作众善奉行，不要固执己见，真正是爱护孩子，爱护他的成长，支持他的成长，而不是约束他，不是凭着自己性情去怎样，一般都没有问题。就是真正用自觉觉他的方式，不管是教育也好、做人也好，都有很活泼的内涵，都有善巧的增上。

现在幼儿老师的这种疲惫、迷茫可能与方式方法有关系。幼儿教师应该比较好学习，因为小孩子原本没有太多要求，他无外乎是成长过程中的娱乐。幼儿基本上没有要求，最多就是个玩耍、成长的过程。不像成年人有那么多事情，他有吃有睡有玩就结束了。要把它简单看就简单。但你要教他大量东西，或者过分开发他的天性，也可能会成个野孩子。

所以教育不能太紧，也不能太松。太紧了孩子就被规范化了，天性发挥不出来；太松了就野性化了，像狼仔一样就麻烦了，什么都敢作为，那还得了啊。适度，中国人讲中庸之道。

要是“诸恶莫作，众善奉行，自净其意”作为人生目标，用在各行各业都是适度的，都是得当的。再遇到问题，包括孩子的问题，你在自净其意志上用用功夫，再审观孩子的问题，一样可以得到现缘的支持，或者现缘的滋养，或者现行对你觉悟的唤醒。那我们就能相互鼓励，感恩地在一起活着。

实际很多时候，孩子可以启发大人，孩子心灵中的东西容易滋养成年人。我们再用一些方式方法、经验教训来辅助他，避开一些危险伤害。他们的天性可以支持我们成年人；成年人的次序、条理可以保护他们。

9、不要太关注孩子

弟子：师父您好，我有两个问题。一个就是现在大家都努力把孩子送到特别好的学校，我不知道到底孩子应该放在一个随便的学校，让他自然长大，还是帮他找一个好学校？第二个问题，我女儿在一个很好的学校，但是他们每年都换老师，现在她一见到这个老师就不去学校，每天哭。最近慢慢能够去上学了，但她还是很不开心的样子。我想请师父开示一下，谢谢！

师父：我们国内的这些大人主要是都太没有事情了，把精力都放在孩子身上了。孩子有孩子的生命轨迹，父母有父母的生命轨迹，爷爷奶奶有爷爷奶奶的生命轨迹，但我们把几代人的生命轨迹全部放在孩子身上，孩子压力未免太大了！

我提倡大人多关心自己的事情，教育的事老师多管一点。我们也教育，只是说给孩子一个支持、宽松、爱护就可以了。让老师去教育，或者让社会去教育、

让因果去教育、让实践去教育，我们不过是这么多教育中的其中一个，不能把它全部争夺过来，太辛苦！

我真希望天下的父母多给老师一点空间，多给实践一点空间，多给社会一点空间，多给孩子一点空间，也多给自己一点空间！学会原谅与爱护自己、孩子、社会、老师！要不然太辛苦了！孩子感觉到辛苦，大人感到养个孩子也真辛苦，老师辛苦，大家在这个孩子身上的注意力太多太重了。

现在给我打电话或者信息来往的大部分是说孩子事情，我不像个出家人了，像幼儿园的副园长。父母、爷爷奶奶对孩子太用力了，造成许多人不敢生孩子——看到这些做父母的悲惨，很多人也不敢婚姻了，看到这么多人这么痛苦！

实际生育一个孩子本来是很愉快的事情，因为人类繁衍生息是那么自然、平和的事，不能把它搞得……就是倾注的力量太多了。我给这个妈妈的建议就是解放自己一点，解放孩子一点，解放老师一点，解放社会一点。要不然挖空心思把孩子送到好幼儿园，花大量的金钱与精力去弄，把孩子弄得很苦。名校出来的人有没有多大作为我不知道，但要是都走那个路，那就是个窄路。那可能是一个成功路子，但不是唯一路子，是其中的一个路径。要把它当成唯一路径，那成一个灾难了。

这样我们就对孩子的读书与学习比较宽容、随缘，起码给他心理感知上有个宽容的东西传递。要不然我们的心太紧了。实际我们把握不了孩子的未来，只能祝福他，辅助他，安慰他，正确引导他，如此而已，你没办法把握孩子的未来。那么多的教育，实践的教育、父母的教育、种种教育，学校教育是其中之一。要学会原谅、包容、支持。

现在可能我们国内这个教育，父母对孩子有些误区——教育的误区，期盼孩子未来有好处，然后拼命往好的学校送，读、读、读，读到博士，很多人一生就那样子了，不见得是个好坏，也不见得是他的愿望。

孩子的人生轨迹我们善意辅助他就很好了，正面地鼓励他就很好了。我们都该看看阿甘的电影，他妈妈那个教育方法，起码说她是鼓励孩子的，她不指责他，她不看不上他，她心中有个健康的東西。阿甘生下来弱智，那样教育起码说对孩子有个尊重、有个支持。其他的方法，我们自己也可以调整，但是尊重、支持、鼓励挺好的。

学校我感到随缘就可以。我遇到很多名校毕业的人，你说他多有能耐我根本不相信，说没能力也不尽然，差异很大的。要尊重孩子的生活轨迹，尊重他自身

的因因缘缘才好。要不然人甚至会有一些扭曲，大人太负累，孩子也有些委曲，给孩子压力大了老是反弹。

现在要求越高的学校老师越难做，很多好孩子本来在一般学校读书效果很好的，结果送到那个好学校反而垮掉了。教育是个综合指标，单单用成绩、名校，肯定会把孩子的心理健康或者一些主观能动性扼杀掉了。

10、与孩子同一成长

弟子：阿弥陀佛，这儿有北京师兄的一个问题。他说问过师父到底怎么样养育孩子，师父说自己有个明确的愿望，依愿望而行。他想问养育孩子的愿望是什么？有个孩子就拉扯着，一遇到事，心态就慌了，逐境劳心，没有根基，也没有恰当的心态和方法。

师父：教育孩子的愿望，这我要给大家规定出来有点太武断了。做父母的可以去给孩子多交往，配合他的优势、特质。每个孩子都有自己的优势，有的是听闻有优势，有的是作为上有优势，有人思考上有优势，有人奔跑上有优势，有人言语上有优势……根据他的优势在世俗中可以择取一个愿望、修学方法。这是容得商量的，不是强制的规范套定。要用强制的方法套定一个人，真是太苦了！

可以根据这个孩子自身的优势或者劣势，恰当地择取一个教育方向，或者辅助的方向、引导的方向等等，让孩子自己慢慢地成熟对人生认知的方向。父母也在成长，也就在善于观察、交流，善于真诚爱护、尊重爱护，用这种东西真正地能使孩子的目标清晰起来。要不然是很复杂的事情。

没有强行的愿望，我能给大家规定愿望？肯定不行的。每一个人、每一个孩子的家庭环境、经济条件、居住环境、交往等等真是不一样，怎么按照一个什么特定愿望来自己的人生呢？或者孩子的支持呢？这个具体是不能规定的，只有孩子跟父母去协商，逐步成熟、建立、成长。

现在很多父母，已经做父母，自身不够成熟，不够条理，也没有受过有序条理的独立的教育，没有自身清晰的人生主题，自己就迷迷糊糊的，想教孩子清晰就不太容易。刚好与孩子同一起步就行了。教育孩子，也教育自己，孩子成长，自身也成长就行了。不要那么高的要求，但是要有个方向。

像这个问题，要是规定出来，就把人生活泼的东西变成一个机械训练了，人生就会有很多冷酷的内容。

现在的父母是在变革时代成长起来的父母，迷茫的挺多，没有信仰，没有思想方向，没有作为方向。我们现在来接触佛教的“诸恶莫作，众善奉行，自净其

意，是诸佛教”，接触接触这样的教法，来重新审思审思过去，梳理梳理过去的人生与愿望，再来跟孩子配合。

现在许多父母自身不够成熟。我遇到许多有婚姻的人不要孩子，我不知道为什么。他们说我都不知道自己怎么活，再有个孩子就更不知道怎么活了。这就是身体或生理成熟了，但是心理、人生价值观的认识不够成熟、不够清晰。那刚好重新来，跟孩子同步成长就行了。这可能是个很好的愿望，与孩子同步成长。不知道怎么教育孩子的人自己不够成熟。实际我们都在学习与成熟的过程中，因为还没有真正觉悟、彻底觉悟人生或者大彻大悟的时候，生命状态、生老病死状态真正清晰明白的也不多，明白一点也似是而非。

人有一个大方向了，慢慢地就可以成熟自己，慢慢地清晰起来。世尊在经典上讲要是依法而行者，从明入明，从乐入乐；我们以前不知道法则，现在有法则了，遵循法则，可以从暗入明，从苦入乐，令心智相续。过去是灰暗的、不清晰的，现在可以依法令心清晰。

诸恶莫作自净其意那四句偈子就是一个法则。法则很多，观自在菩萨也是个法则，遇事返于此，观自在，观自心，若是染污心或是智慧心，明了自身，来觉悟人生，一样可以使人生清晰起来。那么人生就是个觉悟的过程，就是个成长的过程，他就很坦荡地来面对自己的人生。有人读《金刚经》说“过去心现在心未来心不可得，不可得，应无所住而生其心”，也是个人生方向，无染无著，一路走去，风光精彩，无滞无碍，也是人生。有的人感到这样太茫然，极乐世界阿弥陀佛，一路走去，步步莲华！

人生的方法真是太多，主要是要有一个法则所依，人生会清晰起来。佛说了很多方法，就是令我们可以择取其中一个方法，令心、令人生清晰起来。过去不清晰的变得清晰，不明了的变得明了，苦难的变得快乐，不自在的变得自在。

有人念一个愿望念一生，好比说有人读观世音菩萨的愿望就读一生，以观世音这种利益世间、饶益有情的心愿作为自己的心愿。有人读《普贤行愿品》来作为自己人生的修持、愿望，礼敬诸佛、称赞如来、广修供养、忏悔业障等等作为。有人以文殊誓愿为自身的誓愿，于一切众生菩提心智令其成就圆满道业为自己正行之事，所有作为皆是这个守护与运用，那就是文殊菩萨的化身。有人就以地藏王菩萨的愿望为愿望——地狱不空誓不成佛，大家都成佛，他最后成佛，就是众生度尽方成佛道，那也是个人生愿望。

一个经典是一个愿望，一个教法是一个愿望，每一个人本身都是一个愿望。

只是你要明确自己的愿望，你的人生就清晰起来了。你不明晰自己的愿望，就在无明业中徘徊、犹豫、迷茫，你没有法则随顺。要随顺法则，使你愿望清晰，人生目标就清晰了，作为就清晰了，清晰就快乐、有序、有力。

我们中国许多人知道文殊、普贤、观音、势至，这个菩萨那个菩萨，都是我们做人的榜样。你人生失去目标了，就以他们为榜样，来学习他们的愿望，明确自己的人生，把他们作为参照，作为自己人生清晰的支持与梳理，那我们的方向就有了。

你说我就是个世俗人，我不学佛的。我告诉你：你没有信仰，没有一个方向，你活人十分不易！像驾驭一台车子，你不知道方向，怎么驾驭这个车子？生活一日一日就是滚动的车轮，你没有方向，要把它开到什么地方去？你就会迷茫、郁闷、堵塞，到处是红灯，到了一个十字路口，又是一个十字路口，遇到一个事情就迷失，遇到一个事情就迷失，遇到一个事情就不知道如何选择，就是人生没有清晰的愿望与方向。

信仰你把握，大方向你就搞清楚了。比如佛法这个信仰：诸恶莫作，众善奉行——方向十分宽广、清晰、准确。就像我们射弓箭，目标是大地，怎么射都能射中，怎么都是十环，因为你的目标是大地。诸恶莫作，众善奉行——你只要守护这个原则，依着这样教法去作为，你怎么做都合适，只要依着这个教法。没有信仰的人迷茫，你表达得再好，一旦遇到违缘你就会迷闷，遇到问题你就会迷闷，遇到利害关系交织你就会迷闷。

有信仰的人，他会清晰于自己应作与不应作，一路走去，就是“春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪，若无闲事挂心头，便是人间好时节”。这个四季歌描写的是一个禅师的意境，他的人生就充满这样的美好——秋天是美好的，冬天是美好的，夏天美好的，任何时节都是美好的。为什么？他就一路走去，无著无碍。

要不然我们人生太多迷茫了。没有信仰的人很难有这个四季歌一样的心灵体验，冬天就会责怪太寒冷了，夏天来了就责怪太炎热了，秋天来了就秋风萧萧，人心就灰暗起来了。

他方向清晰，无留无住，时时刻刻都是好时节哟。有信仰的人、有方向的人，一定生活在时时好时节、事事好时节这种因缘上了。

11、尊重孩子是教育的前提

弟子：还是代别人问两个问题。一个是高二的男孩子，十三岁了，不上学了，脾气也不好，家里人怎么跟他沟通都不行，家长不知道该怎么办，也不知道不上

学的原因。另外一个女孩子，也是上高中，就是不愿意学习，哄啊、命令啊、骂啊都没有用，现在跟爸爸不说话。家长都很困惑，祈请师父开示一下。

师父：实际谈一千个问题一万个问题，都是一个问题——父母不清晰，使孩子也不清晰自己的人生了。现在许多父母打压孩子，用比较强制的教育方式。孩子一旦成熟了，到十几岁以后，父母根本管不了，或者就是拒绝交流，不跟你交流了，或者就破罐破摔，让你感觉到担心他，让你感觉到无所是从。

这个地方实际是父母教育方法不得当、不尊重、打压或者放任自流，结果都会这样子。现在不跟父母交流的孩子太多了，就是父母对自身的反思、对人生的认知不够。若是清晰，对自身的认知够了，这问题真不是个问题。

教育孩子实际是教育自己、反思自己。你想跟孩子交流，你不尊重孩子，不是真诚地对待孩子，看见孩子好的地方就说这是我儿子，看见不好地方就是我不认识他。我们要真诚地对待孩子，尊重孩子。

现在的父母真缺乏这个地方，要么对孩子要求太严，要么放任孩子。放任孩子，孩子也很麻烦。有的是交织性的，严一段，放任一段——严，不跟你交流了，就放任了，放任了心里过不去了，又去严格要求。就是没有一个尊重、交流、协商的做法。

我们中国很多父母都应该学一学。或者中国应该立一个教育法，尤其对那些过分虐待、制约、要求孩子的人可以起诉他。在一些西方国家，很多父母的抚养权都给剥夺了。为啥呢？不知道法，监护权给剥夺了。现在我们国内有很多父母对孩子教育不够，或者说自己反思不够，要么是过分溺爱，要么就完全放纵，把孩子当成皇帝一样，孩子吃饭就要几个小时，大人跟着前边跑后边跑。

像他讲这些，现在不愿意上学、不愿意读书的孩子越来越多，不是个别现象，是十分多的。许多孩子到青春的叛逆期、成年的叛逆期，这个“叛”字就是个成长过程。我们看到蛇每年都要蜕一次皮，为什么？要背叛过去——那个东西过去把它缠缚着，它要背叛过去，从那里面脱出来，再长大一次，每次背叛都是成长。过去很听话的孩子、学生，突然不听话了，他感觉是坏孩子了，实际不是，到叛逆期了，他要成长。

举个简单例子，幼年到少年这个过程的叛逆。幼年时期我们什么都要扶着他、照顾他——这个照顾对他健康是有益的，他是需要扶着。但是到少年，他什么都独立了，活动、走动、作为、手脚灵便，他有个叛逆期。这时候父母没有成长，孩子成长了，父母还把他当成幼年，按照幼年的方式来呵护他，但他已经成长了，

少年的叛逆期就出来了。你还用对幼年孩子的作为来要求他、对待他，他就感到很障碍、受压抑、受缠缚，就会出现少年的叛逆作为。这种作为就会产生一些破坏，你说东他就朝西去做。

我遇到一个昆明居士，一个妈妈带着一个孩子。那孩子九岁，到叛逆期了。孩子以前说话声音太小，别人听不到，大人就呵斥他，说你说话声音大一点！他就开始喊，每一句都喊，说话声音就放到最大。他妈妈跟我说真是受不了他呀！我说受不了？慢慢地受。

她说怎么回事呢？我说你要知道他到叛逆期了，你要尊重他，你要理解他，你还要呵护他这个时间段的心理特别脆弱，他也没有新方向，他只在成长过程中，他也在摸索自己从一个幼年到少年的过程，他也要了解自己，怎么来面对大人、家庭、社会。你只要用呵斥、责怪、打骂、厌倦对他，他就会用他的叛逆来作为成长的作为，或者一个新的观点、观念。

我跟这个妈妈说你要能尊重他的大声说话，尊重他小声说话，你看他怎么样？她说他又喊又叫的，尊重他什么？我说喊叫为什么不能尊重呢？有一段时间这小孩子说他要把他爸妈杀掉！我说是不是你感觉你爸妈不尊重你？他说我杀掉他们，他们就尊重我了。我跟他妈妈说要尊重孩子。她说他要杀我们了，还尊重他？我说更应该尊重！因为心里没有得到对称的接引与接纳，他没有被接受，他就叛逆。

有的女孩子，妈妈爸爸担心，就要求她几点几分回来，不能跟什么样孩子打电话，不能上电脑，这样那样……半年以后，这个女孩子就怀孕了。你不能吗？她就啥都能！我遇到很多这样的父母，跟我说哎呀，师父，真是不能说啊，也没办法说，还得说，怎么办？我说大人不尊重他们的成长，不尊重他们成长过程中的好奇，应该让他们正面了解，可以公开地、正面地给他们一些东西让他们了解，他们就不出这些事情了。

一个孩子要成家了，父母挡着不让，他就把家里破坏掉，把煤气放出来，然后把房子烧掉。家人问为什么他烧房子呢？我说他不愿意呆在那个地方了。因为他已经成熟了，他独立的意识建立了，你还要把他困在家里，他就忍受不了。他家里人说太过激了！我说肯定你们父母做过激的事。他们说，我们把他关到房间里过。

一个人到成年期，他要成家立业了，你不让他离开，他就会破坏现有的家庭，他受到压抑，他没有正常的社会接引与环境建立，他一身力量就没地方使。

有几个叛逆期，我们中国很多父母都不关注、不观察。孩子成长过程中，你要是顺缘地接引，说你到青春期了，你会有对异性的一些眷恋、异常感知、好奇、会有一些生理现象的变化，男孩子会什么样，女孩子会什么样。你要正常地、得当地跟他清晰讲出来，他心里就有底。再给他看些这方面的材料或者图片、故事等等，让他们了解人生，也就中平地接过去，该去接触异性的接触异性，该去成长的去成长。

我遇到有四十多岁、三十多岁还不敢接触异性的人。从小就是父母当家，一直三四十了，父母还要当家，但是他们已经是成年人，已经进入中年，很多都已经超中年了，家里人还是辅助、辅助，他自己就不知道咋办，见一个人就感到说啥？他家里人说不然我代替你说吧。反正你得给我出主意，怎么说？

灵魂、意识没有成长，只有色身、年龄成长了。所以我们中国的父母真要教育教育自己，反思反思自己。给自己补补课，不要急于解决孩子问题，先从根源上解决自身的问题，把孩子问题放一放，解决解决自己的问题，再去面对孩子的问题。自净其意志了，条理了，清晰了，思维明确了，再跟孩子交流，可能是对孩子、对自己都有益处。

我们中国的教育是单向教育。西方的教育我不知道，没有太多接触。但我看过一些文字，好比说对幼年的孩子，爸爸妈妈不能无端地虐待、呵斥。很小的孩子他们也会说你不能剥夺我的尊严等等。他们有这样理念，大家相处就有一定的尊重的距离性的东西，能保护得比较好。我们中国，很多孩子都几十岁了，父母还要给他安排这安排那，婚姻、工作、学校、什么都去安排。

我遇到一个杭州的居士，现在是四十七岁。她读大学时候爸爸妈妈把房子买好了，她读的学校是爸爸妈妈安排的，一毕业工作也安排好了，丈夫也安排好了，丈夫应该给她买什么样房子车子都安排好了。她说我不知道活着干啥，我是个白痴啊！四十五岁时她去见了，说我很烦躁，不想活，很无聊，没意思，师父您说我咋办？我说你要真想活人，搬出你父母给你买的房子，离开你所有依赖，自己去独立工作，独立生活，从零做起，你一定会有意义起来。她说我不敢，我害怕啊！

四十多岁了，像八九岁的心智。因为父母整个把她替代完了。从上小学开始一直到结婚、买房子、工作，全部都是父母处理的。她整体感觉就是人生没有意义，很无聊，活着很无奈啊，像个花瓶一样摆在那儿，被别人搬来搬去，自己没有一点自主权。

我说那你离家远一点，或者跟你丈夫离你那个城市远一点，去远远的地方工作。她又不敢。我说那你找个适度方法，离开一段。她现在开始了，在丽江买了一套房子，感到十分无聊的时候就脱离家，自己做做饭，找人跑跑步，然后感觉丽江是人生好的开端。

很多人的人生就完全被亲人、周边人代替了，没有自己的价值。我们这些做父母的人也可以反省反省自己的人生。过去受的教育，自身不成熟的地方，使自己成熟起来，条理起来，把这种成熟与条理传递给孩子。

这个题目就是“与孩子同一成长”。许许多多成年人做父母很久了，还真是不够成熟。反而很多穷人家的孩子、靠自己闯撞、创业的孩子比较成熟，真是穷人家的孩子早当家啊。稍微父母照顾得多一点、溺爱多一点，这个人基本上一辈子就转身机会特别少。古人讲就是包办了，被父母，不光是婚姻包办，学校、工作、家庭、什么都是父母安排的。

像刚才这居士提这两个例子，父母需要反省自己，需要重新审视自己的人生。我们能不能念个《心经》，给这一类天下父母做个回向？让大家观自在，能观孩子的自在，自己也观自在，子女也观自在，长辈们也观自在，就是祝福天下人，大家都能自在一点。

“观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空，度一切苦厄。舍利子，色不异空，空不异色，色即是空，空即是色，受想行识，亦复如是。舍利子，是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。是故空中无色，无受想行识，无眼耳鼻舌身意，无色声香味触法，无眼界，乃至无意识界。无无明，亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽。无苦集灭道，无智亦无得。以无所得故，菩提萨埵，依般若波罗蜜多故，心无挂碍，无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提。故知般若波罗蜜多，是大神咒，是大明咒，是无上咒，是无等等咒，能除一切苦，真实不虚。故说般若波罗蜜多咒，即说咒曰：揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆訶。”

让天下人能自在地、智慧地、觉悟地活着，这样大家都能深得人生的乐趣，要不然人生就充满了制约。

12、家长可以换位思考

弟子：请教一下，我们小区里有几个小朋友一起玩，有一位小朋友的奶奶就是理念有点不一样，希望小孩子都听她的，儿子、媳妇也要听她的，什么都是她

来掌控。所以我想请教一下，我们旁人有什么办法可以帮助那个孩子？

师：首先得祝福。对这样习惯掌控子女、掌控他人的强权意识的人，我们首先要祝福她。然后能不能用反问的角度来提醒提醒她，看看她愿意不愿意让别人掌控她的生命、意识、作为？一点点地，像开玩笑一样，在恰当的机会、情况下，尊重理解她，跟她提一提。就是其他人掌控她，她会有什么感受？让她有一个换位思考的体验。你可以举个例子，假设让她跟孙子、儿子换个位置，受到这样的掌控、制约，会有什么样的心理？可以这样推动推动，提醒提醒她，我感到她会改变的。

因为不管是我们掌控别人，还是被别人掌控，人是很别扭、很痛苦的，无力的人就会哭闹、挣扎，有力的人就会烦恼、相互伤害。我感到设身处地让她去换位思考，去感受，去观察，要真正得当，人也会改变自己的。可能是一直受这种比较强制的习惯意识，活在这样一个空间，没有人提也没有方法，她就一直这样相续下来了。可以跟她提一提。

世尊的教法之所以有智慧慈悲，就是给人一个方便。也不见得一定能改变什么，但这个提示无疑是善意的、积极的，也不对抗，也不加剧，就比较正直、宽松、真诚。换位思考，换位体验，换位去反思、感受。让她换换位，基本上人会稍微的多少有反思。不是指责，一定不要指责她，尽量劝慰一下。指责是很麻烦的，会带来对抗，尤其是老人家，可以用换位方式。

时间快到了，能不能唱个歌？准备好了，我们来把《往生偈》唱一唱。念佛的人要会唱歌，学佛的人要唱着生活，要不然太没意思了，不要愁眉不展的。

理解尊重支持孩子健康成长

慈法法师 开示

2016年8月2日于放光寺

(题记：本篇是2016年放光寺安居期间，负责照顾短出小沙弥的出家师向师父祈请的开示。因为是关于孩子成长方面的内容，所以一并放在上海开示儿童教育系列的后面。)

弟子：师父，关于护持短期出家小沙弥这一块。我第一次参加泰国短期出家，当时就有小沙弥，那会儿让我们几个人分别带一个。现在这也是家长的一个直接问题，家长在和孩子相处过程当中，如何跟孩子有一个佛法的角度？祈请师父提示，对天下的家长、孩子有一个帮助，也是他们的需要！我代他们向您作个祈请。

师父：我们中国人，封建社会源远流长的这种特色，造成了一些封建教育的家长制、君主制，这就对孩子的阶段性的尊重不够。爱护是有余的，要求是有余的。往往我们会把爱护变成要求的前行——我爱护你，然后我可以要求你了。

很多要求都是无端的，就是成年人、大人的面子、尊严、需要、想法，附加给不同年龄的孩子了。这个家长可能是六七十岁的老人，爷爷奶奶姥姥姥爷等等，也可能是爸爸妈妈这个年龄段的人，叔叔姑姑等等。孩子可能是几岁的孩子、十几岁的孩子、二十几岁的孩子或者三十几岁的孩子等等。这样呢，大家对他们的真正尊重不够，就是对单体生命的尊重不够，往往以爱的名义做一些暴力、挟持、强求、压制，一些自我需要的对孩子的强制性要求，这是比较多的。

幼年、少年、青年，这些不同阶段我们对他要准确的尊重。好比说幼年，他那时候还没有思维能力，你对他的尊重就是养育他、爱护他、教导他等等，都行，但你对他的尊重得有。到少年了，还跟幼年一样要求他，那根本不尊重。幼年纯粹是要求，你这样那样，是摆布性的、强制性的，就是大人想怎样做就怎样做。但到少年不能这样做了，他的人格已经出现成长过程。到青年，你还像对幼年那样……很多人根本不希望自己的孩子长大，这是教育中出现的最大问题。

孩子实际上在长大，他们还希望孩子像幼儿园那样的。很多孩子上初中了，他们还当幼儿园的孩子一样照顾，孩子开始反抗、叛逆、对抗。实际就是我们教育中缺乏对孩子不同阶段心理、生理需求的尊重。这个方面要了解。

对他们幼年阶段、少年阶段、青年阶段应该赋予尊重、协商、理解，他们心灵成长过程的我们需要我们应该了解，在尊重与了解他们的情况下给予辅佐、支持乃

至引导，这都是有意义的。要是不了解情况，强行把我们成年人或者老年人的愿望、想法附加在孩子身上，孩子会变得很沉重，就会反抗。因为不是他们内心的，对他们的成长、对他们的心理、对他们的需要不是支持，是减损他们。

善于观察这一点，我们做父母就没有啥了，就是个支持，那就简单了。从幼年到少年、到青年这阶段性变化，很多家长根本不顾及这个，不在意这个，也不关心这个，只想着我对你好，然后我可以把自己所有想法、作为乃至自心的愿望强加在孩子身上，让孩子来完成，孩子变得很苦了。

这是封建社会的特色。孩子成父母了，又开始对孩子这样，不断地重复这一套。所以我们中国人，很多人在孩提时间到青年时间没有得到足够尊重。包括婚姻的指定、工作的指定、考学的指定……什么都要指定。孩子作为个体生命的尊重没有，反抗是必然的。

我们可以多审视不同阶段的需要——生命需要、成长需要，他们内心世界的需要是什么？了解了我们就辅佐他、支持他，也可以正确引导他们一些理念、方向、做法。这是完全可以的，但不是强制的、扼杀性的，不是说你必须执行的命令。这样对他个体尊重就好了，不至于出现那么多……很多孩子们苦啊，苦不堪言，自杀、伤害、割腕挺多的，为啥呢？都是父母的“爱”带来的。很多小孩子就去叛逆，女孩子怀孕，男孩子吸毒，做很多恶事，并不是他们真正需要，是他们那种叛逆的激烈释放，他感觉那样才能平衡自己一样。

这一点能认识到就挺好。对小孩子，不管他们做啥，对他们都有正面的尊重、恰当的支持。家长自己义务做到了，孩子也能健康成长。这是我们对孩子最真实的支持、爱护、辅佐，也使他们能自尊地成长起来。要不然孩子挺不容易的。但家长也不容易，因为过去家长也是这么对我们教育的，然后我们再这么翻版地教育别人，就这样一代一代下来了。

对这个要有个思维观察我感到不难，就是挺从容的事。那我们就根据孩子的爱好、能力来做。不一定都考第一名，那是很扼杀人性的！有的人学习方面差一点，但他的心智可能很强；有的人学习差，但是他动手操作能力强，所以都应该受到尊重。现在这种教育只尊重考试好的人，其他人都是垃圾，这是胡扯的！这个社会有农民、有工人，有各式各样的人，不是一定都是学习好的，学而优则仕是很误人的东西。

这个社会所有行业都受到尊重了，才是真正的优化；各个角度的人都受到尊重，才是真正的优化。你只把那一群人抬得高高的，其余人都受贫瘠、歧视、压

迫，这优化不了社会。像司机受到尊重了，坐车人也受到尊重了，农民受到尊重了，工人……各行各业大家都是尊重的，有什么不可以？他为什么不能尊重地活着？一定要把那个人弄得甚至脚底下都是钞票，其他人吃个饭都没有钞票，这是变形的做法。

这个教育理念啊，好比说一个班十个孩子或者二十个孩子、三十个孩子，有人说我上到初中我能种地就行了——那也很好。有人说我就打个工，我不需要考前几名。实际上他自自然然的。一定要考前几名，一点意义也没有。大家都逼啊、揍啊，都为那前几名弄，把孩子折磨得很苦。前几名也天天担心得不得了，很小的孩子就得心脏病了，为个啥呢？

教育孩子，这孩子喜欢做农民，就教他农民的角度，多学农业知识，可以到农业学校去。很小就可以学自己喜欢的事。就是对个体的尊重，对自己这种业报差异的尊重，有啥不可以？一定要弄几名，所有人都为那几名苦了，不知道为个啥？考几名日子也不见得好过。这种引导是非人性化的，实际是不尊重人。

学习好的应该受到尊重，学习不好的同样应该受到尊重，因为人的业报是这样的，有人一看就会，有人教十遍都不会，何必一定要他考第二名、第一名呢？你不是扼杀人性吗？不是扼杀他的业缘吗？真是没有必要。顺其自然，顺其因缘给予辅导，使他走上健康的路子、自尊的路子，OK了！

弟子：在和家长交流过程中，有家长提出来孩子需要吃啊、玩啊……

师父：他在某个阶段就是需要吃、玩。他们在成长过程中，不要他吃、不要他玩，他干什么？他需要吃玩就给他吃玩。

实际很多玩中才可以学到东西。灌输的东西，他记忆都不愿意，对他有用吗？我们很多在学校学的东西，记忆都不愿意，一出校门就扔完了，那不是浪费时间浪费生命吗？我们都经历过。就是吃玩的东西，为了他更好地吃玩，让他学一些。你想好吃好玩吗？那你就学习一些东西，学了这些东西你就好吃好玩，要不然你吃玩都没机会了，对不对？有啥不可以呢？

所以我们慢慢地要学会理解孩子啊，家长要学会理解孩子。反观我们那个时候心理需要啥，再去教他们就就行了，基本上差不多，人性差不多。少年有少年的需要，青年有青年的需要，中年有中年的，老年有老年的，需要不同，你一定要弄一般齐，这是胡扯！

弟子：佛弟子的孩子，他有一个要不要学校教育的问题……

师父：老老实实地去学习，没有啥。给孩子说：你考最后一名，我也说你是

英雄，给你买点糖吃！你只要敢面对就可以了。

我以前真遇到过这样的事。一个孩子老是考倒数第一名，家里人烦死了，父母要上吊，老师来逼，说赶紧带回去！家长来找我了，咋弄？我说过来，小伙子，你喜欢倒数第一名吗？他说我不喜欢。我说每次考倒数第一名挺不容易的。他说容易，不考就行了！我说你看你给父母带来的东西，你喜欢吗？他说我真不喜欢。我说你这样子，老师喜欢吗？不喜欢。你喜欢吗？他说实际我也不喜欢。

我说你尽你的力量考，考多少算多少，考倒数第二名了，你就很光荣了；考倒数第三名、第四名，了不起了！我说试一试，你愿意考多少就考多少，就是不要不做。他老考最后一名，因为啥？他不做！我说你写写字，考多少就多少，咱不为第一名去争，也不需要往前跑也不要往后跑，是个啥就是个啥。他说真行吗？我说行。他说我原来是这样，我爸妈一定要我学好。我说学啥呢？

他很快就到班级中等了。他不需要责怪，但你要责怪他，他就不干了，你咋的？他就那个劲儿。

弟子：很多家长也认为现在的应试教育出现严重问题了，需要老师改变。

师父：教育出现问题了，是你自己出现问题了。大家都不出现问题，教育出现问题也没有用。是大家同样出现问题了！不光是老师出现问题、教育出现问题，实际我们每个人自身都出现问题了，对吧？你要为啥随风倒呢？要是老师说要考第一名，我们所有家长都不管这个事儿，他什么用都没有！

弟子：对对。

师父：大家都随波逐流的。真不是一个人的事儿，不是说教育制度，是大家都出问题了。我也不求你第几名，就是求你身心健康，你学得安乐。那么多人说功课一定要写到半夜，你可以不写到半夜，对吧？完全可以。实际上很多人二十多分钟可以写完的他就熬到半夜。

弟子：师父，小朋友相互之间会打架。

师父：打架只要不受伤就行。把孩子弄得什么也不让，实际上对孩子没有什么太多好处，当然也不能鼓励他打架，但也不必要过分呵斥他们打架，就是一定不要把人打伤了。要提醒说你打架是啥心？问他是啥心，不要嗔恨。嗔恨就要忏悔了，不起嗔恨就行了。他就玩玩闹闹的，没啥，挺锻炼的。主要是不要起嗔心。有嗔心了，出手就会伤人。只要没有嗔心，打闹他都不伤人。就是让小孩子生慈悲心，互相爱护。

弟子：师父，他们不上课不用管他们吗？

师父：你们管理者看。打他们也可以，就是不要起嗔心。有那个打手的板子，违反规矩也可以打。

弟子：早上喊他们起来都起来了，每天坚持上课。

师父：好。

弟子：最后还有一个祈请，希望给天下父母一个供养，孩子都能安心快乐地成长，感恩师父！

师父：祝福天下孩子能受到尊重的健康的有益于他们成长的教育，我们多做一些这样的事情，尊重他们，支持他们的成长，阿弥陀佛！

弟子：谢谢师父！

楞严咒修持浅说

慈法法师 开示

2014年10月16日下午于上海广福寺

弟子：师父，这边在做楞严七，麻烦您开示一下楞严咒，感恩师父！

师父：你这个话题有点重了。我们把那个偈颂念一念：

“妙湛总持不动尊，首楞严王世希有。

销我亿劫颠倒想，不历僧祇获法身。

愿今得果成宝王，还度如是恒沙众。

将此深心奉尘刹，是则名为报佛恩。

伏请世尊为证明，五浊恶世誓先入。

如一众生未成佛，终不於此取泥洹。

大雄大力大慈悲，希更审除微细惑。

令我早登无上觉，於十方界坐道场。

舜若多性可销亡，烁迦罗心无动转。

南无常住十方佛

南无常住十方法

南无常住十方僧

南无释迦牟尼佛

南无佛顶首楞严

南无观世音菩萨

南无金刚藏菩萨”

《楞严咒》是我们汉传佛教寺庙的一个早课。这个课是大家共同熏修的，就是一个集体熏修、大众熏修的方式方法，为了统领大众。楞严咒、楞严经在中国有着十分广泛的传播，尤其在我们中国这个禅宗教法比较广泛的国度中，楞严经作为特别重要的修行指导，在我们中国传播得十分广泛，许多人都会听到这样名字，或者会读诵。

过去把楞严七当作降服天魔外道的方法，令正法住世的方法。《楞严经》的作用十分广泛。许多人都读过《楞严经》五会的内容，也听过《楞严经》七处征心，他的一些教旨教法，了解五十阴魔，以使人于受想行识中能真正逾越，乃至

说不受受想行识的制约，善用于受想行识，成就无上道业。

其中介绍了二十五圆通，就是过去种种菩萨的行地，若声闻若菩萨，他们行地的方式方法。最后两篇一个是《观世音菩萨圆通章》，一个是《大势至菩萨圆通章》，就是我们现在广泛的念佛所支持的方法。尤其是近代印光法师提出来《大势至念佛圆通章》的修持，“如母忆子，子若忆母，如母忆时，母子历生不相违远”这样的教诲来“忆佛念佛，当来现前必定见佛”，使念佛人入三摩地，念佛成佛，成就无上道业。他的二十五位圆通中各有行持。

我们现在一般这个持咒的方式、修行方法，乃至打七，念的是全咒。有的楞严七会把经典念一念，然后去持咒，有的持心咒，就是他的咒心，方式方法很多。有的要设坛，有的比较自然地作为，比较松散地念诵，但作用都是一样不可思议的！

在佛所说的三藏十二部经典中，最早灭掉的是《般舟经》与《楞严经》，这两个法则的修持。这个时代就是欲灭之时代，所谓欲灭就是大家对一些不正见、不得当方法的认知，越来越排斥，放逸无度，邪见炽盛，恶业炽盛，慢慢进入了各个领域，渐次大家就会否认《楞严经》与《般舟经》这种教育修行的方式方法，这个经典就灭掉了。所以佛在《法灭尽经》中提到最先灭的是这两部经典。

我们现在人念楞严经、行般舟，实际是为了令正法住世，令法相续，而不是为了修个什么。诸行无常，一切法如幻，一切法毕竟是不可得的，你有什么可修的？一切法皆是无常之行，如幻之行，无我之行！若不是这样就不是佛教徒，或者不是佛所宣化的。

一切法有因有果，因果相续。善用因果的，觉悟世间；不善用因果，迷失于因果，沉沦于因果，负累于因果，纠结于因果。善用因果者，能运用因果有为法而觉悟世间，利于世间，唤醒埋没于因果的众生，使他能真正出离三界，出离沉沦。

我们念楞严咒最主要的功德，能令楞严经这样的修法相续，令正法久住世间。因为你有这样念诵，有这样实践与作为，你有这样音声在传递着，这个法就没有灭尽。我不太清楚大家打这个楞严七、念楞严咒的愿望是什么？现在在国内有些地方，尤其打楞严七，大部分是为了令正法住世，行持得以法的喜悦与安乐，受到法的洗礼，于正见得以抉择，或者说明心见性，令心智安乐，远离迷失。

从楞严咒、楞严经的整体力度来看，我们这个时代能修楞严、以楞严经来修持的人越来越少，因为他是密部所摄。现在虽然是显传广教了，若是没有人专门

施教，就以广传的念诵方法能令正法住世，能因这个音声传播世间，自身的利益、抉择往往就会不太清晰。

所以像我以前刚刚出家时候，老一代出家师父都会提醒：你要去修禅定、要去闭关、要有作为，一定要持楞严咒。为什么？可以远离诸染著与魔恼。就是你不会著于境界，不会以为有所得，不会自赞谤他，能令心清净，安乐修持，洗涤骄慢与自卑，令心无染无著。他有这样的实质内涵。

这是广传啊。像我以前住到一个闲静地方，只要一个人住，基本上都要念念楞严心咒，就是最后“阿那隸·毗舍提·鞞跋闍囉陀唎·槃陀槃陀你·跋闍囉·谤尼泮·虎𤝵·都嚧瓮泮·莎诃”这一段文字，以这一段文字来净化环境，净化自心、自身，令身心环境能同一缘起，就是同一清净缘起，来契入修法。不管修什么都要持诵持诵，来净化自身的心灵，净化自身的色身、色身习惯，净化环境，就是依报空间，作一个语言、意识、知见的加持。

你一个住，没有人帮助你，遇到困难怎么办？就“阿那隸·毗舍提·鞞跋闍囉陀唎·槃陀槃陀你·跋闍囉·谤尼泮·虎𤝵·都嚧瓮泮·莎诃”，自我依经依教来支持就行。怎么支持？实际称念此咒心之时就是曼达，就是楞严坛城，就是楞严会上佛菩萨直接的支持、授记、加持、威神摄护，他具足无量无边的功德！

要是在这个地方有熏修过了，有十万遍、百万遍，基本上人就是独住无畏。好比说住在深山老林、住在境界中、现实中、违缘中、身体变故中，乃至一些特殊境界中，人都容易清净安住，远离怖畏，远离一些其他现象给自身带来的迷惑，令心清晰清净。

大家持这个真言的愿望是什么？以前放光寺他们有不空三藏法师所译修持楞严咒的一个缘起文、偈颂，就是持楞严咒是什么样功德，念一念，再持楞严咒。那上面从多个角度来提示楞严咒给修行者带来的利益。像我们以前比较简单的学佛者，一般师长一说，就去持诵。说你持诵十万遍就知道，就找个地方念十万遍“阿那隸·毗舍提·鞞跋闍囉陀唎·槃陀槃陀你·跋闍囉·谤尼泮·虎𤝵·都嚧瓮泮·莎诃”，就不断地念、念、念，念久了也就相信了。

念久了为什么会相信？他以相信的心、无疑的心熏修这个真言，不断地用自己无疑的心成熟、成熟、成熟，健康有力起来，来十万遍地熏修，这个心对这个咒、这个真言的支持就完全整合起来了，你一念，就感到有力量！因为是通过楞严咒来培养无疑的信心，以无疑的信心来持诵楞严咒，相互支持、支持、支持，就这样习惯了。

要是人用怀疑的心，念一百万遍都不能成就。像人念阿弥陀佛一样，用具足的心来称念南无阿弥陀佛，用南无阿弥陀佛来表达具足的心，具足的心表达与念诵，不断地这样表达、表达、表达，你念南无阿弥陀佛就是万德具足，就是洪名彰显，就是自性彰显，你称念南无阿弥陀佛就直接回到法性智海中了，就直接像世间人讲的明心了，也见性了。明什么心？明圆满的心。见什么性？平等的性、清净的性。这个见也可以用知见之见，也可以用事相之见，也可以用行为之见，也可以用语言之见，令心安乐。

所以称念南无阿弥陀佛，就大用现前，印契法界平等一味。平等观世间，就是如来.应供.正遍知.明行足，平等观世间；妙观世间，也就是如来.应供.正遍知.明行足……他与十号是对称的。你只要用回归的知见看、审视世间，令心安乐，令心休息，你的善缘、行为是自然的，不需要用力，任运就会作出诸善缘，远离诸多恶作恶习。

我们现在持诵真言一定要用圆满的心，或者具信的心去持诵，再来把这个持诵支持圆满的心、具足的心、无疑的心，令它坚固有力起来，令它长大。就是无疑来滋养真言，真言来养育这个无疑的信心，令它两个互助，相互成长，这样你的持诵就会有力。

《楞严经》的修法十分多，有人是以二十五个圆通中某一圆通来修持自己。现在很多人修观世音耳根圆通方法，返闻闻自性，性成无上道，这样一种返闻返观的修持方法，它有它的次序。有人有口授，有人直接自学，都是有的。有的人是以大势至菩萨，有的人以憍陈如这种客尘观能证得无上道，很多方式方法。

我们这个地方持诵楞严咒的愿望、主题是什么？大家可以观察。持诵真言，念诵佛号，读诵经典，礼拜佛陀，作诸功课，一定是信心使然——信心的支持，以信心支持，以念诵来坚固信心，这是最重要的环节。要是用怀疑的心、似是而非的心、观望的心、期盼境界的心、以有所得心去持诵，就会带来一些不相应的结果。因为那个发心不清晰，就会带来不相应的结果。你心智中越简单，无所对待，一切结果皆是如实，你就会生起法的喜悦，对称的喜悦。若是太多妄想、太多贪求、太多假设，你在持诵、修持过程中不对称也一个一个地成熟，你会产生不对称的烦恼，甚至怨恨、厌烦。

所以修行作为之前，发心十分重要！修行的内容或者量，若长时，若短时，都应该有一个准确的发心来支持它，有个准确的方法来支持发心，来实施发心，验证发心，或者成熟这个发心，以清晰发心来推动这个作为，这样相成相辅的修

行就有意义。我们打七，我看参与的人也不是太多，但是慢慢可以了解，因为有这么个环境真是很难得！

我前一段在山东一个地方，遇到他们新疆的居士，他们念佛就被举报了；走般舟，花很多钱租了个房子，把隔音效果弄得很好，把房子封闭得很好，说这一次没问题了，又被举报了。举报了直接就查封，然后罚款，很厉害的。这个地方你有这样环境，十分难得，也是福德因缘。我们一般有环境了不珍惜，没有环境他们特别向往有个环境。所以大家有这么个环境，要是有机遇、福德，多实践一些法则，那是十分有意义的事情。

楞严经的修持我也说不了太多，因为我也没有好好地实践。以前虽然打过楞严七，持过一段楞严咒，但是没有过深的涉足。只是楞严心咒比较喜欢念，因为这里面有授记。一个人来了，说我给这个法师磕头，凭什么呀？实际我就在给他念一个楞严心咒——他磕个头，我就给他默念，没嘴上念，默默念，念一个祝福。

他这一个祝福有授记，出家师父就比较好用。过去让出家人面对世俗人，世俗人来磕头，有的人白发苍苍的，这样那样的人来礼敬你，为什么？就是有一个好的缘起，有一个尊重的交往，扮演不同的角色，但都是为了表达一个真诚、一个殊胜功德的起步，这样有个祝福。

所以过去我们一出家，师父就说：人家要供养你了，小心啊！要不然滴水难消，信施难消，日夜三翻啊，这钞票不敢摸呀！你说咋办呢？念个咒子，没问题了。你就给他授个记，给他最好的祝福，最好的祝福就是这个。

有的人就用“唵嘛呢叭咪吽. 麻曷倪牙纳. 积都特巴达. 积特些纳. 微达哩葛. 萨而斡而塔. 卜哩悉塔葛. 纳补啰纳. 纳卜哩. 丢忒班纳. 喏麻嚧吉. 说啰耶娑诃”来祝福，尽量都是祝福的咒。有的人就用《吉祥天女咒》来祝福，他都是祝福的。有的人用决定光明真言（《圣无量寿决定光明王陀罗尼》）来给你祝福，比如跟那些懦弱者、心地晃动者、总是不能敲定自己作为者、迷迷糊糊的人，就给他念决定光明真言“唵. 捺摩巴葛瓦帝. 阿巴啰密沓……”来祝福他，实际就是对应的祝福。有的人缺于健康，就用药师真言“唵. 鞞刹逝. 鞞刹逝. 鞞刹社. 三没揭帝莎诃”这个念诵，干什么？就是祝福、提示，心灵的祝福。

持诵真言有他的作用。我们要了解楞严心咒给人祝福是最好的祝福，他有授记的祝福，就是于此经文若听、若闻、若见、持诵者，于无上道必得成就——这是个很好的授记，人就有一个究竟依止。

我们平时也可以念。你遇到害怕鬼神、害怕黑暗或者害怕这个、害怕那个，

自己就念念“阿那隸·毗舍提·鞞囉跋闍囉陀唎·槃陀槃陀你·跋闍囉·谤尼泮·虎
鉢·都嚧瓮泮·莎诃”，他有一个好处，什么？你给他授记，而不是怕他。有的人怕黑暗，你给黑暗授记，说黑暗一定是变成大光明。没有什么，他是很好的方式方法。

因为对楞严咒没有太多实践，所以就作一个简单提示，笼统一点，但是希望大家对楞严咒有一点点了解，谢谢。

顺性起修解决疲厌

慈法法师 开示

2014年10月16日下午于上海广福寺

弟子：师父，比如说学习一种法则，刚开始几天会比较清晰，心也会比较注意法则，但是过了一段时间，心就会有点迟钝，好像习惯了，心就淡了……

师父：听得懂了。过去说顺性起修，要先了解性德。顺性起修——把这个词放在前面，顺性起修。我们就事论事去作为，就容易新鲜、喜悦、疲惫、厌倦，这是积累性的修持，修持不了的。

顺性起修，也可以说用无所得的心去持诵一个法，知无一法可得，常行善法而利益世间。知道没有梦，为了唤醒梦中有情，你也可以去做梦。做什么梦呢？就是有修有行的梦，来给人有个提醒。这样顺性起修，就是真正的修行、实践法则。一定要了知无一法可得而行于法，你就不会有这个结果了。

我在国内很多寺庙给人打过佛七，大家伙都很欢喜要打七，“梆梆梆……”念到第三遍，跑完了，或者说人找种种理由不去了。为什么？积累了。第一天新鲜，鼓足劲；第二天，有点累了；第三天，不愿意坚持了，说头痛、脚痛、大拇指盖疼、小拇指盖疼、胯骨疼、鞋把我脚顶疼了……他就是找任何理由，为什么？积累性的，不是顺性起修。

顺性起修没有这个，他第一天念诵、第十天念诵都会是一样的——无所得，“阿弥陀佛”，无所得，“阿弥陀佛”，无所得，“阿弥陀佛”，无所得，“阿弥陀佛”……为什么无所得还要阿弥陀佛呢？因为无所得他都是觉悟者。一般我们修持是积累性的修持，就会新鲜、负累、积累、厌倦、排斥。

顺性起修可以直接解决这个问题。菩萨行法，常以无为法而行有为方便，利益世间，知无一法可得而常行一切有为，利益世间故。如此深心，得立威德。为什么？他知道一切法无所得，他作为才有力量。很多人患得患失，就没有力量了，消耗掉了。

最简单的施食

慈法法师 开示

10月18日傍晚于上海广福寺

弟子：祈请师父能不能教我们一个简单版的蒙山？

师父：最简单的是念“南无萨嚩怛他誝哆嚩嚩积帝唵三跋啰三跋啰（耶）吽”，念七遍、二十一遍、一百零八遍都行，直接加持一个吃的东西、水，布施出去。这是最简单的方法，就念这一个真言，七遍也好，二十一遍也好，一百零八遍也好，什么都不用，念就行。

弟子：观想是不是都不需要？

师父：都不需要，这是最简单的方式，就是念。好比说拿这一个东西要布施，就念念“南无萨嚩怛他誝哆嚩嚩积帝唵三跋啰三跋啰（耶）吽”，不用观想，念够七遍、二十一遍、四十九遍、一百零八遍，你根据你自己的时间、愿望。说我要布施了，我要把它变成很多很多的东西布施了。可以了。水、饮食、大米，什么都行，七粒米都行。

你要是有能力的人、有精力的人，可以用个碗，弄点吃的东西、水或者什么，“翁阿母里特吽扒土”二十一遍。“翁阿母里特吽扒土”是大随求真言，“翁阿母里特吽扒土”饮食什么的都可以加持，念二十一遍后都可以出，没问题。翁阿母里特吽扒土！

弟子：这个手势是什么手势？

师父：就是一个加持手印。有的人用剑指，“翁阿母里特吽扒土……”念二十一遍就行了。“翁阿母里特吽扒土……”水、饮食、吃的东西、用的东西，只要布施，都可以用大随求真言。好比说这东西（师拿念珠，对着念），“翁阿母里特吽扒土……”给人了都行。所谓大随求就是能令众生随意自在，随意取用。

或者就念变食真言就行了，那是最简单的。念那个七遍，最简单的布施。有几个小孩子以前在社会、家庭、生活上比较烦恼啊，老不落实，就布施，这样作为一年、两年、三年，三年以后会发生巨变，这个是一定的，他的因缘会改变。

弟子：我们没有发心说要在某一天、某一刻做，随机随意的也可以吗？

师父：可以做。好比说你随时随地念念大随求，“翁阿母里特吽扒土……”或者念“南无萨嚩怛他誝哆嚩嚩积帝唵三跋啰三跋啰（耶）吽”，你随时可以念

这个，这都是布施的真言，你怎么念都不会吃亏。

弟子：在家也可以念？

师父：都可以。

弟子：没东西也可以念吗？

师父：没东西可以念。没东西可以念，加持自己的心念。

弟子：师父，我们供佛时候也有施食，拿饭菜出去，布施鬼子母等等，这个我们也想学习，师父可以教我们吗？

师父：功课本上都有，这都是通用的，像公共汽车一样，你坐上他就走了。这不需要任何人批准。像我摆个茶，说谁来谁就可以喝这个茶。这不会违反任何法律。他就可以自己去布施，这一类都是布施。善于布施，他没有任何障碍的。那个课本上有，你早晚出食啊，都有。你拿那个本本就可以去读、去作为、去练习，写得十分清晰。

要放蒙山，学过的人可以做一做，没学过的人可以简单做，不做也行。但要是真有个布施者就比较好，寺院就不会出现什么。好比说做饭的人、外来人、当地人生烦恼，不会了。为啥呢？已经布施。要是这个布施一旦受阻，就会令作为者、布施者生烦恼，就是心愿、作用会受到阻隔，不广大了。“翁阿母里特吽扒土”可以多念，功课本上都有。他这是通用的，你只要乐于做就可以做，灵岩山寺那个功课本上这些都有。

随顺体验佛誓愿

慈法法师 传授

2016年5月10日于上海广福寺

一切诸佛如来世尊都有内誓或者说愿望，这是顺性设立的。顺性，这个性就是我们常谈的法性、觉性与自性，这是三个角度。

我们对万事万物都有一个本质的认识。不管是有情无情，佛说一切法无我，他讲的是法性的实质，说一切法性空，讲的实质。就是我们透过种种现象——有情无情的生老病死、成住坏空的现象，来了解法的本性，就是透过有情无情的现象了解它的本质是无一法可得的，是性空的。我们常谈的是法性，有的人讲明心见性——这个性没有什么不可以谈的，就是万事万物、有情无情的本质。

我们常常看到生命，生老病死，种种生命现象就是生老病死、生老病死这样一个循环；器世间呢，山河大地，就是成住坏空这样一个循环。这个循环必然有它的本质，因为有循环，就有诸行无常的实质内涵，有诸法无我的实质的支持。没有这个支持，这个循环不成立。一旦有坚固的“我”，有个实质的东西，这个生老病死不成立、成住坏空不成立。

往往我们谈到法性的实质，就是无一法可得、法无我、性空等等。世尊在《金刚经》中讲“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观”，是对它的特质描述，让我们了解无一法可得的法性、本性、事实。

了解这个十分重要，就会去除我们的固执、偏见或者说一切有情的烦恼根由，就是他的根本。是什么东西在支持我们的烦恼，推动我们建立烦恼呢？就是我们认为有一个实质的“我”，有一个所得的东西，有一个事实，去坚固这个事实，造成一种积累性的负压，人不堪负重了，就会产生痛苦、烦恼、委屈。

这个地方要谈到法性。一切诸佛如来的自受用都是顺性建立的，凡夫有情是违性建立的。违什么？违背本性。好比说诸行无常，就是成住坏空、生老病死，有情无情都是诸行无常的，但我们会把一个事情依常见来执著。好比说人与人关系有矛盾了，他就把这个矛盾死死抓着，一个、一个、一个，一天、一天、一天地积累，这个积累就会使人心、情感、认知不堪负重。

像刚才某某提这个问题，说我无诤，不跟你诤了，但还是很委屈，感觉很压抑。那是被动的、不明理的，不是真正的无诤，他没有得到无诤的真正的清净缘

起。若是依无一法可得，顺着这样一个法性、法则，知道一切行无常，了知一切法无我，这个烦恼他真会付之一笑的。这种缘生缘灭的交往，人就很容易坦然面对。

佛陀这个无诤，像我们顺着阿弥陀佛说我们与一切众生来亲验阿弥陀佛自受用庄严。这个自受用是什么？就是无诤。他这个无诤是顺性建立的，他的依止是无一法可得这个本质，来审观世间，立这个愿。就是妙用法性，妙用现行，也就是透过现行的表面现象直接来运用了法性，用法性这个无所得的功德来照耀一切现行，回施一切现行，支持一切现行，或者令我们超越一切现行对自己的制约。

阿弥陀佛无诤誓愿，我们读过那个文字，不是让我们压制自己心里的意识、感知或者记忆，是让人有这样一个誓愿，能顺性走出来，不再沉溺或陷入这个是非的沼泽地，或者说自己这种记忆的困境而不能自拔。

无诤誓愿，他这个誓就是我必行的法则，不存在压抑的。压抑是我们自己的记忆、感知的执著带来的，不断地再现这个东西，我们解脱不出来。有一个愿望推动你反观这个东西——我先不诤，我去反观，反观这个事情无常无我的事实，那就是一个修行实践法则的机会。

我们每一个人来学习佛陀教法，实在是依着性、性德来回归，真正安住在缘起性空的事实上来。他跟高尚或道理丝毫不相干，他讲的是智者所观到的一个事实现象，智者所运用的一个真实法则。这个真实就是毁不坏、动摇不了的真理。这个真理不是对待的真理，是绝待的，就是胜义谛功德所在，胜义谛的功德。

在以前人讲戒律中，接引我们这种染著的心智，他有一个很简单的方法，就是从俗谛到真谛的最简单的教育。就是我们可以先观我们无始以来的一切业，如梦如幻。好比说昨天所有做的事情，或者上一秒所有做的事情，已经过去，你只是一个记忆，所有东西都是留下一个记忆。这个记忆若是忘掉了，你所有东西也就不成立。就留下了一个记忆，所以过去说一切业唯识所残留，就是如梦如幻的业，剩下一个记忆了。我们再看，就是识有业无。这就是一个观修的方便。

再往前面看，就是这个识，识本不可得——我们的识心就是一个意识活动，它是没有质的，它依附在什么地方会显示什么地方的作用。它是没有实质的，叫识不可得。那样你就从俗谛的唯识的记忆中过渡到胜义谛，就是无一法可得的这个事实的升华中来。

识不可得，我们再回观一些事情，原来是因为识而产生的，识在支持着一个事相、缘着一个事相、表达一个事相。识本身不可得，那一切业相本质亦不可得。

它不是个推理，是反观的观察过程。这个观察足以说服内心，令心歇息下来，回到本净、本具、本无所得这个法性功德海中，让我们以此为因缘来审观世间的一切作为。

无净誓愿不是让我们笼统去发一个誓就结束了。说一切诸佛如来所发大愿皆是顺性安立，不管内誓外愿、自他受用，都是顺性建立的。我们为什么会做违性的事？因为在十方九界中，唯有佛陀真正圆满性修不二的功德，唯有诸佛究竟圆满性修不二的功德。我们作为一个普通生命或者十方九界的生命，或多或少或厚或薄都有违逆的，没有完全对称于性德的修持与作为。

这些修持与作为又造成了不同的法界，我们说三善道、三恶道、三圣道。这些不同法界中都有违逆性德，就是多少薄厚的问题了。像三恶道，违逆性德就特别粗重。贪嗔痴就是违逆性德，违逆法无我，违逆得特别坚固，造成了三恶业的沉重果报，就是愚痴的果报、饥饿的果报、种种酷刑的果报。他是坚固业力造成的一个果报。

我们放生时会看到厚厚的龟壳，你感到这种生命很坚固地守护着自己的一种形体、业力，它什么地方就很坚固，这就是一种意识的坚固造成的一种生命现象的特质。天人、修罗，这些果报就轻了许多，他们在违逆性德中就薄少了，有种种福德与禅定，可以飞行与变化。他的色身就是微细色身，很微妙、很细腻的身了。

我们的色身很粗重，也是因为违性、染著、执著、固化造成我们身体的粗重、色身的粗重，我们饮食都是粗重食，都是有渣滓的东西吃进去，来支持我们这个色身。所以就会困在我们这个生活层面，不能飞行，很少人有变化力等等。这些菩萨贤圣违逆性德的因缘更薄少，已经超越了粗重对他们的制约，已经得到了觉悟法界的善巧。

佛陀就在无碍的光明界中得大自在，能深入一切生命的作为，不被一切生命作为所制约，就是深证法无我的周遍事实。他证实了这个事实，他可以分身到六道中，分身到十方九界中，现种种身而不被种种身业所制约、所埋没，有这样广大不可思议的成就，我们称为他为如来。应供乃至说十号圆满的世尊。

世尊是完全顺着性德来展示生命妙用，就得到了究竟涅槃，获得究竟解脱。就是不再被任何一个业相所缠缚，可以运用任何一个业相，得生命的自在作用力，而逾越一切业相的缠缚。

我们人类生命就被业与相制约着。三恶道的制约最沉重。我们看到一个畜生，他这个生命单体也充满了觉性，但他因为固执，坚固守护着愚痴业，在愚痴业的果报中不能自拔，这种现象造成了畜生道的体系。不管是爬的、飞的、走的、游的，这些畜生都是一样的果报，就是愚昧，他反复重复着被迫的生命现象。我们人类已经轻松许多，有智慧、有善巧、有辨识能力，可以制造出生存空间，甚至现在可以制造出来航天飞机，乃至到外太空去作为、到深海里去，很细致的，甚至发现量子级的或者种种很细微的物质，科技发展已经到了一个特定时期，这是人类心智的松散的地方。

执著越少，人类心智也越展示出觉性的妙用、法性的妙用。被一个业力制约得越坚固，人类生命也会下堕；能让人身在五戒十善中均衡相续，也可能你此一生彼一生一直为人身地相续下去。我们通过禅修、念佛，缘佛陀的内誓外愿，得不退转，一生成办，就是舍报真正回归到法性智海中；不舍报，也在现行中尝试运用法性功德，突破我们无始以来现业对自身的制约，或者说渐渐薄少于现前业相的制约，这是不可思议的事情。

所以无诤誓愿就是为了突破我们与佛陀这个距离，尝试着用佛心来审视人生、人情、事业、交往等等。用佛心来审视，就是顺性的心念、智慧、力量来审视人与人的交往、家庭关系、社会关系、事业等等。我们这样去实践、去作为，是所缘殊胜的一个殊胜缘起。

本来我们人人都可以缘着法性，随顺性德来做人、做事情。但我们对性德的认知比较泛滥、抽象，就用内誓外愿来体会、了解、模仿、融入佛心、佛智、佛的果地觉，来感知世间，感知生命，来学习、来实践、来融入、来体验。这就是我们作为佛教徒、作为佛子，来体验佛心、佛的功德、佛的作为。要是没有这个胜缘，我们体验什么？

所以念佛方法，果地觉为因地心的缘起就殊胜，起步就是不可思议的事情。我们的起步不能沉溺在过去的习惯中、记忆中、知识中、经历中。沉溺在那个地方，你就不是佛子，只能说你是业力的推动者、积累者，被迫享受业力、局限于业力的普通有情。这个有情也没有什么，只是你很难走出自我业力的局限。

我们现在作为一个佛子、念佛人，依果地觉为因地心，把我们现在的无始以来的一切业报的心念转换了一个依止、所依——过去依着习惯、感知、记忆等等，转换到依佛果地觉来作为缘起，就是运用佛心来观察过去所有的因缘，运用我们

的思维、语言、生命力，体验一切诸佛如来世尊想些什么、做些什么、说些什么。这样你作为一个佛子、念佛人是有内涵、有意义的。

要是真正口念阿弥陀佛，心与内誓外愿相应，你就能体会到阿弥陀佛的智慧、慈悲、方便。不为自求，不为自身安乐，入清净、安心、饶益有情这样一些菩提胜功德中来，远离随着自己业力，就是为自身安乐、为自身业力来作为这种凡夫业缘相续的习惯。那我们就是真正的念佛人、学佛人，称为佛子。因为你的起步就运用的是觉悟，觉悟自身、饶益有情的佛陀功德。我们就能步入净土法门，不脱离现实生活来觉悟现实生活，不脱离现实人生来觉悟现实人生，这样一个佛子。

脱离现行学习佛法，那是极少一部分人的事情，或者他们有那样的福德因缘。许多人短期出家过，到寺院里住一个月，就说我要赶紧回去工作，有家庭呀、孩子呀、事业等等，因为他已经习惯于这种环境了。许多人可能也想到寺院里去做一些什么事情，但很快就不习惯了。有些人想去还没有精力，家人、工作、因缘不具，还不能步入那个环节。

净土教法我们可以完全不改变任何一个状态，在现实生活中，就是不动摇任何一个现实的因缘，就路还家。因为他运用的是果地觉为因地心这样覆盖一切众生、接引一切众生、适用一切众生的法则。这个法则就是易行，易行就是我们人人可以就路还家！

人人就路还家，不是高尚的口号，实在是圆满教法的事实的给予与接引。这个事实的接引是阿弥陀佛经过五劫思维、对二百一十亿佛土观察的结晶，这样一个巨大的悲心的事实，就是惠以众生真实利益的事实，给予一切众生就路还家的胜缘。就是依果地觉为因地心照耀我们一切现行，令我们就现行而随顺阿弥陀佛果地觉，作为现行的起步。这个起步对我们来说十分有意义！

过去人讲净土法门起步高，就是依果地觉为因地心。他这个无净不过是果地觉的自受用面，我们读到四十八愿是饶益有情的他受用的回施。阿弥陀佛给我们这个完整教法，就是五劫的思维与观察啊，了解了这个实质，让我们来认知、来认取。

这个缘起、所依力看准确了，就不管过去你是什么人，是南方人、北方人、善人、恶人、好人、男人、女人、智人、愚人，不管你过去做些什么，你现行中就可以依果地觉来作为，来审观过去所有的一切，来展示未来所有的一切，来执行当下所有的一切。所依力发生了变化，我们的生命感知也会发生变化。

像我们过去步行惯了，这个速度习惯了，有一天坐到飞机上去，你突然感觉到发生这样一个变化，时间在缩短。我们达到目的地的方式方法改变了。现在地球像个村子一样。过去人想在地球上漫游一圈，可能十分困难。现在人只要资金有了、身体有了，愿意就去转一圈，南北极随便转。为什么？所依力改变了，工具改变了。

我们现在依果地觉为因地心，只要愿意依止这个缘起，所观察的力量、内心世界的感知一样会发生巨变，就是对所有这些愿意使用者发生巨变。你不愿意使用，他放在那个地方，等待着你，或者照耀你，但是你不起作用，因为你没有受用，没有感知，没有体验他。许多念佛人说我也这样发誓愿了，怎么没有感受呢？你的心、心念、习惯所依没有改变，还在用自己的习惯、计较去衡量业相、事实等等。所依力没有改变，就是你心念所依没有改变，老的习惯还是必然的。

我们无诤誓愿文上讲到，亲验阿弥陀佛自受用。亲验，就你要验证这个，你要体验他，内心要体验这个事实。你不体验，画饼充饥，总是不当回事的。你体验了，亲口把这个饼子吃下去了，真能抵挡你的饥饿，解除你的旧苦。我们真正依阿弥陀佛内誓外愿来审视生命、审视环境、了解环境、了解这些因缘，对人生真会付之一笑，对自己的过去、现在、未来都付之一笑地作为了，真是超然于世外的作为了。

要不然我们十分困难，困难在什么？还按照过去的思维作为习惯，还是那种思维习惯的相续，就这么简单。改变了思维习惯，因为心念所依的内容改变了，你会体会到、体验到佛陀菩萨思维观察世界的角度、感知。或者某一部分会使我们改变。大彻大悟、彻底融入一样地全部揭示，这样的人也有，但是大部分人要反复实践、反复认知，反复去分别清晰什么是业习习惯、什么是缘佛果地觉为因地心造出来的感觉。

这个真要分辨。你说分辨不是分别心，不会给人带来困惑吗？分别而不染著，清晰了知不加染著，你清晰了知，可以择取运用了。把它分析清楚：佛陀知见会带来什么样的认知、实践？无法无我，无一法可得，本具本净，运用出来是什么样的力量？依着染著心、是非心、爱心、恨心、嗔心，会展示出来什么样相续？作为念佛人，念佛果地觉，随顺这个力量是什么样结果？随顺我们的贪嗔痴慢疑、不正见、烦恼心会延续出来什么样的结果？我们每一个事情上都可以用这两种方法去思维、观察一遍，去体验一遍。

禅修功德就是在这种辨识力中，你闭上眼睛把这个事情好好地思维思维、观察观察。我用嗔心交流，是个什么结果？自己痛苦他人痛苦，自己伤害他人伤害，然后在相续中各不饶恕，激化矛盾。我用慈悲心、无染心、本净心审思这个事情，本来无一法可得的心审视这个事情，悲悯对方的心去审视这个事情，相互爱护，相互辅佐，相互原谅，在未来生活中越来越宽松，越来越放心，越来越相互支持，是个什么结果？然后让自己去择取一个方法，面对现实生活。

我们念佛实践，可以这样思维、观察、择取。择取清楚了，走向社会交往，一个业相一个业相的就是一个一个很有力量的作为了。因为我们在念佛的般舟道中、在念佛过程中、在思维过程中已经把它处理干净了。什么是非法？什么是如法？非法会得烦恼相续；如法会得解脱相续。依佛果地觉的圆明、清静、无碍的缘起，像大日轮一样照耀着一切世间的过去、现在、未来的所有业相，令心明了喜悦；要在贪嗔痴慢疑不正见中，浑浑噩噩，造成很多苦难，就像堕在幽暗中、沼泽地里挣扎一样。你可以择取了。

我们立誓就是为了择取，顺性地。哪怕一瞬间顺性思维观察，你尝到甜头了就会不断地作为。要拿出一段时间这样思维。

过去禅修，毗婆舍那的修持就是一个如理观察的过程。知过去的习惯，把过去的习惯、意识、执著去条理地清晰地看，观察种种业相相续的结果、种种作为因果相续的事实。许多人禅修过，就是把自己身心意识梳理得十分清晰，择取一个方法来觉悟自己。有人在业处中直下解脱，就是烦恼即菩提。像大乘教法中，就是直下解脱，直下圆满，直下清静。

说这个法很好说，作为起来难——不是的，这个法最容易的，只是我们习惯的抗拒，习惯性的抗拒带来了认为难的事实，习惯性的抗拒！我们有抗拒性的习惯，这种习惯给我们带来一个特质，就是对抗，你感到这样做十分困难。实际是不是这样困难？我们可以实践它。

净土教法十分易行，易行是他的本质。就是我们在任何时、任何处、任何因缘下直接可以运用这个法则！直接运用，不是我做个什么准备再用这个法则。一念就可以改变我们所缘，所缘的改变就会造成生命、意识、业相的改变。

就是所依力，所依力、因缘力、串习力。我们要知道生命中有几种力量来源：心力、缘力、境界力、串习力——我们所有生命发挥出来作用离不开这四种力量。你要在这个地方明白你的心力。不明白了，所缘力，要明白你的所缘，所缘是我们可以择取的。我缘着佛陀，好比说无染清静心来看世间，人人都有无染的清静

心，就是觉性。觉性本清净、本圆满；杂染、压抑、烦恼是习惯、记忆造成的一个假状，就是如梦如幻的状态，它没有实质。

我们要认知。认知不了心力或者即心即是的东西，你可以运用所依力，用串习力使所依力清晰起来，改变境界。我们体验的东西无外乎是来自于这几个力量——心力、缘力、境界力、串习力，无外乎来自于这些，你的感受就来自于这几个支持。你要是调整了所依力，你的境界力、串习力、心力就会发生改变。我们可以在这个地方尝试去观察。

这需要十分认真、负责任地去作为。再易行，不行也不行；再易行，你不实践也没有意义。净土一法不择仪轨，不择人，不择时节，不择因缘，直下可以运用，称为易行道，也称为佛陀彻底悲心，于一切众生究竟教法方便的广大的事实。这是这个教法最难得最难得的地方！不讲加行，不讲仪轨，不讲特质，不讲时节因缘，你随时随地都可以用，随时随地可以用是最难得最难得的！

许多修行方式需要加行，没有加行很难下手。净土易行就易行在不管哪一类人、不管哪一个因缘、不管哪一个时节，你都可以把所依力缘到佛果地觉上来，忆佛念佛，乃至称念名号，都是可以的，来反观生命，运用生命，觉悟生命。不管是没有文化的老人还是受过很好教育的人，是没有修行的人还是有很好修行的人，他是同一缘起——这是最难得最难得的地方，就是平等缘起！

平等缘起是无净相，凡圣同修是无净相，老修行与刚刚发心的人是平等相，九界同归是个平等相。这个平等相对我们来说是最安心的地方，就是任何人都不开除，任何事情也不开除，任何事情都有机会，任何人都有机会——这是最安心的地方了！这样安一切众生心、给一切众生机会的法门，我们任何一个人都有机会，都有方便，都可以实践。

以前我因为若干年的戒律学习，可能有一点一滴的佛法利益。大家一起念佛时，很多人说念佛很辛苦，我说念佛这么好，为什么说辛苦呢？他说你修行啊、学戒啊等等，我们没有这个基础啊。就是对净土法门的理解、认知，很多人会用自己的分别执著心，认为这样的人可以念佛、那样的人不可以念佛、这样的人可以得到利益、那样的人不可以得到利益。

一切众生，一切时节因缘，念佛都可以得到同等利益！这实在是不可思议的顺性的教法，揭示性德在每一时每一刻都起着作用的广大教法，圆满觉悟世间的教法。唯佛所亲证之功德，才有这样传递，唯有佛心胸中才有这样功德力的支持与给予，才有这种力量。

我们作为一个普通人，要是不了解佛陀的悲心、愿望、作为，念佛实在是没有力量的。所以在这个法门中真正知佛恩，就是法性的印契、觉性的给予，直接让我们回到本净本具上来运用生命，而不是在计较、记忆过去的业相业力中纠缠作缘起，是把本净本具的东西直接作为缘起来照耀世间。就是光照世间一切业相，就是九界同归，也就是人人都有机会、时时都有因缘的广大事实，令众生无碍地回归于平等觉悟世间的法则中来，平等地运用每一个现行，就是平等地觉悟每一个现行，珍惜每一个现行，尊重每一个现缘。

能不能做到真正尊重呢？你不在平等安心、本具、本净上用功夫，这个所依力、所依缘不清晰，那很难做到。我们的业习中没有那么多清净平等，没有那么多原谅、智慧、慈悲、方便，大部分是计较、争夺、排斥、误解、伤害、矛盾、疑虑，我们举心动念已经习惯于那些业相了。

这一点我们去观察、了解。所以无诤是佛顺性立的誓愿，就是自受用的完成式。一切如来世尊性修不二，没有对立，他运用的就是无一法可得，运用的就是本具本净，运用的就是性空的事实，他在法无我上真正亲证这个事实了。我们还不知道，甚至还没有观察、认知到法无我的事实，听到法无我还会恐怖、还有距离、还会有防范等等，这都是允许的。但我们通过念佛、顺性、无诤的实践，逐渐会了解这个真实内涵，运用生命的自在、自在力、功德力，逐渐善用这种力量，逐渐深入实践这种法则。

我看一个人拿一本书——无诤立誓文，我们来读几遍，再看看换角度。大家可以跪下。我读一句大家读一句，我们作一个文字梳理。（师父带领大众念诵三遍《无诤立誓文》）

无诤立誓文

祈请十方诸佛无量寿如来会上佛菩萨证知我等：

无诤出生世出世间一切功德，阿弥陀佛无诤内誓，直显一切众生本具性德大用。我等随顺于此，共十方有情亲验世尊自受用庄严。如是守护：

尽未来际，于一切教法无诤！

尽未来际，于一切现行无诤！

尽未来际，凡我同誓，不相舍离！

尽未来际，唤醒有缘，咸入本誓！

祈请金刚护法天龙八部监督作证，勿令违失！南无阿弥陀佛！

好，大家坐下。

读读这文字，就想让我们梳理梳理思维观察的心念。这心念要是能读一读，就是无起无作的性德，就是人人本来具足，运用就是。这个地方不是造作来，也不是压抑来，也不是自然来，是人人生命中本具的特质，这个特质是无诤。就是本来清净本来平等的事实，就是大平等事实，是功德的样子。这个样子非造作来，非生灭来，非修行来，非不修行来，是本具的功德。

我们依止这个本具的清净、本具的平等来看一切业相、幻生幻灭的业相，那都是记忆的舞动、游戏，都是我们这个生命过程中一个阶段的妙用，都应该感激它。若苦若乐、若善若恶，它都是没有自性的。回到没有自性的事实上，都是本来清净、本来具足的，是可以感恩的，是可以不计较的，是可以驾驭的，是不被它被迫的。

不要被迫于业力中，而要主动认知它、超越它，那就会感激一切现缘。能不能做到感激一切现缘？我们慢慢来实践，慢慢来调整，就是亲验世尊这样的功德。就是佛为什么成佛？他会用顺性作为、思维、观察，他有这样不可思议的利益，我们称为佛陀世尊，给他很高的这样一个称谓，实际是他不可思议的内在的作用力造成的事实。

这个《净土传承与誓愿》希望大家可以看一看。因为念佛的确会给大家提供比较省力的方式方法，但还是要实践。再省力，再直接，不实践还是不行！很多人放逸去了或者不在意了，那真是把摩尼宝珠给丢失了。

因为这是本具的作用力。这种起步或者认知就是每一个有情个个具有、个个融入，就是释迦文佛证得阿耨多罗三藐三菩提开口说的第一句话——奇哉，奇哉，大地众生皆有如来智慧德相，皆因妄想执著不能证得。我们现在通过了解人人皆有觉性这样一个内誓外愿的事实，也来运用本来清净、本来具足的心，让这个本心起作用，让分别执著颠倒妄想的心归到本来清净的心上来，用本来清净的心来接引一切贪嗔痴慢疑不正见的心、接引一切烦恼有情。

所以这个无诤本净的心可以接引一切众生，同归无量光佛刹，同得往生阿弥陀佛国土。这个同得是不可思议的事情，同得！同得就是人人本来具有，个个可以使用，我们每一个都可以来使用。这一点我们要认识清晰了，对智慧慈悲的运用，就是无染清净心、安清净心、乐清净心的运用会产生一个事实。但是运用太重要。

你说佛果地觉的心，我们作为普通人怎么用？我们人人都具有这个本具心智，我们不知道了、忘记了或者被自己业习蒙蔽了，佛来给我们作证，告诉我们

人人都有这个，就是人人都可以用，人人都具有这种本来具足、本来清静的心。因为我们对自己、对他人往往是没有信心的、没有这种抉择，所以佛不断地来给我们作证。

我们念阿弥陀佛、南无阿弥陀佛，就是作证。南无就是全体显现、全体回归、当下即是、九界同归，没有差异的。就是不断地来作证、作证、认知、认知、作证……因为突然接受这个巨大的不可思议的功德藏，很多人还会在自己的业力面前感觉到那个亲近、这个不够亲近。我们对自己的业习烦恼还是比较亲近、比较熟悉，那个力量在我们生命中还容易发挥它的作用，这种本净本具功德我们还有陌生感、有疑虑。

所以我们要多念佛、多忆佛，多学习教法，来串习，使它熟悉起来。本来这是最熟悉的地方，因为一切生命离不开觉性与法性——你不管怎么造作、怎么善、怎么恶、怎么智、怎么愚，你从来没有离开觉性与法性，只是刹那刹那地被业习蒙蔽。

业习蒙蔽相续了，把业习蒙蔽现象当真了，迷失在这样相续的业相之中，把我们最亲切的本具的觉性、本净的功德埋在业力最深处了。我们那个业海啊，把他埋在海底最深处了。通过南无阿弥陀佛这个教法直接把他揭示出来，运用出来，我们来善用这样一个因缘。

互助读书会——读书会的仪轨、辅导与作用

慈法法师 开示

2016年5月8日于上海广福寺

弟子：师父，大家在平时学习中，几个人形成团体这样来读书，怎样做更好一些？

师父：我们做事情，要有一个完成式就好。每做一个事情，做完了就不会有遗憾，有一个结果。这样就是一个仪式、仪轨比较重要了。

我举一个例子，要是我们每次读书会上读一段《心经》，“观自在菩萨行深般若波罗密多时，照见五蕴皆空”到“揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃”。把这完整读一遍再去读其他的，这个经典作为前导，我们后面所有学习就拿这个经典来罩住，我们所看到的東西都在支持这个经典，或者说这个经典在作一个互解的作用。

因为不管任何一个法师，给大家传递的东西一定不能离开诸佛如来的正见、教法，指导我们得到解除无明的蒙蔽、烦恼的蒙蔽、所知的蒙蔽，使我们真正心开意解，过去人讲明心见性，这样先要有一个经典读诵。

过去有一个简单的，好比说念“南无本师释迦牟尼佛”三称，然后请一切佛菩萨来加持我等能正见安立，解除一切现行的障碍、迷失，令我等福慧增长、智慧明了等等。有这些诵词或者仪轨，就是学习的愿望与方向，作了祈祷再读诵一段经典，再去看书、学习就变得清晰明了。就是缘起清晰，过程有意义，结果是事实。这样读书会就有清晰的引领过程。所以读书要有一个简单的仪轨。

很多人读经典，一开卷就是“无上甚深微妙法，百千万劫难遭遇，我今见闻得受持，愿解如来真实义”。有些地方还有称念本师释迦牟尼佛，然后净口真言、这个真言那个真言的，然后去读。读了以后有回向：愿以此功德，庄严佛净土，上报四重恩，下济三途苦，若有见闻者，悉发菩提心，尽此一报身，同生阿弥陀佛国（极乐国）！有那样一个回向。

这是什么？就是我做这个事情的缘起、过程、结果。读书要是泛读，大家会迷茫，没有清晰的方向。像刚才某某讲的几个问题，大家可能会有一些困惑、不清晰，内在需求不能生起来，喜悦也会薄少。所以有一个简单的明确的读书引导的仪轨就好了。

有一个仪轨，大家可以把它完善起来，根据我们这一群人的需要。我需要什么了，减点什么，增加点什么，让这个读书过程清晰、活泼，有内容，有支持，给我们带来相互学习、实践佛法的推动，印契自心、明了自心的推动，或者一个实践。

看书过程就是一个修行过程，随文入观，心得解脱。那么看书就是修行，读书就是修行，读书就是实相，就是安住，就是真正的解脱，就是不增不减的回归。这文字不见得复杂，只要清晰，一读就知道我来干什么、我干什么的过程、会有一个什么样结果。这样就十分有意义。可以尝试做一做，慢慢形成一个相对完善的体系。

我以前一般的普通读诵都是那样子——有个开经偈，然后称念本师，然后作个祈祷、读诵、回向。这是比较简单的仪轨。但要简单又不落于形式，由心而发，就会引导我们心智在这个读诵过程中与经教相应、与正见相应，来解决自己业力的蒙蔽、世俗的蒙蔽、烦恼的蒙蔽，令我们心开意解，心生欢喜，心生喜悦，心生光明。这样就乐于这样一个作为。

要是作为一个给我们带不来喜悦、安慰，带不来生命意识的支持，就没有什么实际作用。这个不见得复杂，但要清晰明了，让每一个参与者都有这个胜缘，真正从心地下手。不是来打发时间、无聊了凑在一起，是要真正相互有佛法的增益的支持。

因为有时候一个人读书读不下去，一群人读还有味道。一群人读，一个人遇到问题了，大家可以帮他解释，相互地来消消文，来释释义，来剖析剖析，令人心开意解。读书会有这个互助互利的积极作用，要把它积极的一面拿得出来，清晰起来。就是缺乏一个简单仪轨。

弟子：师父，您提到的仪轨，就是您那天说读书会要有个前行，我们大概整理了，给大家念一下。

师父：没问题。就是要在实践中慢慢完善，也不要说我们一下能达到什么样高度——要求不要太高，起步可以稳当一些、清晰一些，慢慢地健全。像我们建这个寺院一样，要一点一滴地把它积累起来，慢慢地完善，慢慢地整齐起来。

弟子：（念读书会前行文字）南无阿弥陀佛！南无释迦牟尼佛！南无文殊菩萨！南无龙树菩萨！南无天亲菩萨！南无道绰禅师！南无净土法门历代成就祖师！南无依止传承恩师上慈下法阿闍梨！请慈悲摄护加佑，令我等依传承学习，随顺接受佛陀教法无有增减，心开意解，圆成种智！

师父：这是前面的一段祈祷词？可以，只要清晰了，你就不会说我读不下去什么的。主要是互助互益的中心思想，就是大家聚到一起的动力要说出来，不能缺这个，这是黏合剂啊。要不然他说我在底下看就可以了，为什么跑到一起？凑合到一起是有意义的，是互助的，可以相互令人有一个解决问题、解决疑难、互相帮助、互相支持的积极向上的内涵。

主要是你要把聚到一起这个会的目的说出来。读书谁不可以读书？但有人真就自己读不下去，遇到一些名词障碍、意识障碍，就不愿意读了。但到这里，遇到障碍大家可以相互交流，一碰头，解决了，使这个读书无碍，学习无碍，毕竟有它这个向上的善巧。

可以把这些内容相互明确起来，对参与读书会人就有一个积极的明确的心理，也就是相互支持的心理。这一念善心不可思议！

弟子：师父，现在我们是一人读一段的。有一部分人是初学，还没有接触师父的教言比较多，跟大家交流时候可能就有障碍，这几年都存在这种状况，就是需要有个人带着。

师父：读书会肯定要有有一个受益者来作个媒介，就是发酵物、酵母，你要作一个东西让这个团体有个共同的气息，这个气息就是法益——我所受到的法益，就要有一个人来传递这个法益。真正要有一个人受到了法益，才有建立这个读书会的缘起，就是法益。

这个受益者自己通过学习、读书，解决了自己生活、生命、意识、感情、家庭、社会交往等等问题，他可以把解决自己问题的方式方法、给自己带来的喜悦、带来的力量、带来的善巧传递出来。像酵母一样，可以使这一群人同样受到这个熏修、融入的体验。要没有这个媒介或者发酵物，大家来了就很生硬，他就不知道来干什么啊！

通过读书，通过整理文字，通过学习，通过交流，我解决了生活中的困惑。好比说生命价值以前感觉不到，好比说感情怎么来调整、家庭怎么来尊重、怎么在一些取舍上认识……很多方面，你有什么谈什么，你真正有一点一滴的佛法利益了，把这个佛法利益传递给每一个有缘。

这样读书会就有意义，就从不同角度来帮助这些有机会的人，通过一些教导、教法来解决我们心中存在的一些问题、障碍、心结、烦恼，使这些烦恼、心结、障碍真正有一个解决的机会、释放的机会、交流的机会。那比一群人到一起是是非非、谈论烦恼、相互埋怨有意义得多。

大家在读书会中可以解决一些实际问题。好比说今天有十个人，张三有问题了，张三说我今天有一个烦恼，好比说夫妻感情问题、家庭问题、跟人交往问题或者工作出现障碍了，大家能不能帮助我解决？我们先读读书，读读经典，读一读。然后谁在读书过程中、学习过程中或者以前心智中有什么方便，帮助张三解决这么个问题，提提建议。

这就是善意的支持，学习之余的一个支持。这个支持就是引发我们悲心，帮助别人互助的悲心，会引发我们心中的方便善巧——这方便善巧一定是来自于慈悲。这慈悲从哪儿来？正见中来，智慧中来，佛法教法中来，OK！

好比说有七个人来读，一次让一个人说一个自己的烦恼、疑难、障碍，说出来，这次读书会就来解决你这个问题。第二次读书会，再解决另一个人的。一个一个地来辅助，这样大家到一起有内容，解决有问题，达到有效果，读书就不空泛了。空泛就是你读别人的东西、学别人的东西，跟你自己不相干。我们来读佛陀的教诲、智慧、正见、善巧，解决一个共同人员的障碍、烦恼、业缘。自身有时不善于解决，这么一群人通过读诵、交流，生起一念善念的鼓励，也可能方法就出来了。

读书会一定要有一个佛法的受益者。这个受益者不管多分、少分，哪怕有一个慈悲的利益大家的愿望都好——我真正有一个利于大家、帮助大家解决一些自身不能解决的困难、疑难的愿望。这一群人来祝福他。哪怕我们都解决不了，大家念一个祝福词给予这样一个人，他在日常生活中带入这个祝福，也可能就能消除自己在日常生活中的一些障碍、障碍或烦恼。

哪怕就回向祝福一下。我们没有具体方法，给一个祝福也好。把这个读经功德、读诵功德回向给某个人，让他这样的障碍得到消除。大家都没有解决，但是回向了。乃至通过这一个人的回向，回向一切有情。大家各人忙去了，这个祝福是不可思议的心灵支持与温暖——它有暖，有力量，有针对性。这样我们读书会来实践，是不是更亲切？就是参与性更强一些。

这样是你这个读书会的意义，大家都参与。哎，我有问题了，就去读读书，来帮我解决。我这一段没有问题，我没有慈悲心，我不参与，那也行，对吧？真正能一天解决一个人的问题，也很有次序，也不乱。

不能都站起来说解决我的问题、解决我的问题……那你这群人太厉害了。一次读书会中能解决一个人的一个问题，大家类似问题都可以用这个公案来参照解决了。因为一个例子解决了，其他人看到这个方法，又可以解决自己的问题了。

所以一个方法可以解决类似的问题。一个人提出来一个类似问题、一个人提出来一个类似问题，大家很多问题在别人提出来时候就把自己的问题也处理掉了。

这样有互助精神。干脆写个“互助读书会”。现在很多时候，我们个人的力量、智慧、福德会受到一个巨大制约，没办法解决自己的因缘。自己这个福德不够，就想不通啊，一想就会受到制约，哎呀，怎么都想不明白，怎么也解不开。大家到一起，通过读经的梳理、读书的梳理、静静的梳理、慈悲心的互相帮助的梳理，再来思考这个问题，力量、来源、参照都不一样了，就变得很有力量了。这样也慢慢培养了大家的慈悲心、帮助别人的心。

我们这个时代，人跟人的关系，有一念善念生起来都十分不容易！不相信你静静地想一想，对家人、子女、周边人，我就是用善念跟对方交流，并不容易。我们要有一个互助的读书会，互助什么？就是平时个人解决不了的问题、障碍、烦恼。通过大家读书的这种智慧慈悲的培养、培训、集中，来解决一个人的问题。就是依大家之力除一人之障碍！

处理一个人的障碍，大家都得到这个慈悲心的熏修机会。这样来互助，增长大家觉悟人生、觉悟世间的胜缘，是很有意义的。不要认为互助、生一念善念是很渺小的——这是太大的一个工程了，不要小看它！人动一念帮助别人的心念是不可思议的，不可思议！

你说我们肯定生善念到一起了——不尽然，我们要没有培养这个心，经常用的心是自私的、很自我的，没那么宽广。互帮互助的读书的确可以解决我们自身能力、意识、智慧不能解决的一些事情，甚至很具体的事情，大家都可以授手帮助，相互支持。可能会免除很多一个人无奈情况下的障缘，甚至一个家庭、某些角度不能解决的困难、障碍。大家都可以授手、帮助或者支持一下。

我没有能力支持，我语言支持可以吧？我祝福可以吧？我再没能力，我多忏悔，代人忏悔可以的吧？就是在这个业缘地方松弛下来，完全可以的。这样一些硬性的业报事实会得到一个宽松，可以把它中缓开来、宽松起来。

弟子：这个角度我们确实没有注意到，只是从读书这个角度来读书聚会。感恩师父今天提示读书会的互助，不光是读经，还要运用到实际生活中。

师父：最主要是日常生活的运用，对我们日常生活的支持。真正的道啊，就在生活中，才是真正修行的般若道，是真正最有意义的般若，最有意义的念佛，最有意义的慈悲！就是我们日常生活中遇到一点一滴事情的一个解决、一个升华、

一个支持。那个善意不需要那么伟大的事情，就从点点滴滴做起！我们要实实在在地点点滴滴地做起，真要这样的。

学佛人真要一点一滴地做起，不需要那么高大上、假大空。学佛的人一定要忌讳假大空的口号性语言，就是不切合实际、不能支持生活、不能支持我们解决心理障碍、生活障碍等等的。一定要能支持我们真正解决问题。不解决问题，我们就先放一放，那些学问、那些药方我们不背它。我们要真正能疗饥，使生命真正健康、心理健康起来，得到这样一个辅助。所以佛为医王，能处理种种的心理障碍、生命障碍。

主要还是我们自身的利益！说实话啊，我们自身在心理的安定、实相的依止、发心的随顺，做了多少了？才能给别人有一种实质传递。要不然自己还浮在烦恼业习上，想给别人传递这些东西都似是而非。把自身的利益先真正化作巨大事实了，在生活的方方面面真正体验到这个教法给生命带来的有价值的实质内涵了，再去传递时候，别人会有质的感受。而不是浮飘飘的，像一个传销一样，一定要忌讳那个东西。

我们就实实在在地把自身利益处理少分多分，全分是最好。那我们再给别人交流，使这个真正的事实影响人，而不是说所谓的道理。净土教法这个果地扶持人生、扶持生命、扶持社会一切现缘的扶持性心理成熟了，有一群扶持生命、扶持社会、扶持生活、感情变化等等的扶持者，就是解脱，这个力量就会产生巨大的作用。我们期盼的东西太多，太辛苦。这一点挺重要。

弟子：自受用的东西。

师父：一定要把这个东西拿准！你看你念无净，你跟你老婆还净，你啥无净呢？

无净是本质，就是本质性的随顺，就是实相的一个随顺罢了。说本质无量光寿，作用之时全显无净面貌了，他把无净全部显现出来，这是真实不虚的。你上哪儿去袒露这个事实呢？只能通过无净这个词把我们本质的本具本净的东西展示出来，展示出他的作用了，说个无净。其他的不好表述，总想把它弄个明白，你咋弄？无净一讲，他们说退休，我说退休吧，可以了。

弟子：还想祈请师父对于无净在我们日常中的具体运用讲一讲……

师父：刚才我讲的都是具体的，再讲具体啥呢？最主要是要知道它的作用力，它的根本依止是什么，展示的是什么，我们怎么能运用得上，这个力用点在哪儿。

真正成为一个生命的无畏者，成为生命的一个无畏的实践者，运用生命的一个无畏的作为者！要不然畏畏缩缩，唧唧歪歪，难难受受地活一辈子，挺惨的。

亲人之间的理解与尊重

慈法法师 开示

2016年5月8日于上海广福寺

这个小伙子讲了一个梦，我们没有在成就觉悟世间的生命状态，在六道轮回中实际我们都在做梦。只是说有时我们做完梦并不清晰，记不下来。因为这个梦我们日日在做，对这个梦没有啥感觉了，已经麻木不仁了。

学佛就是为了让我们觉悟，来醒梦。醒梦不是断灭，是让我们自主地运用生命。在梦中往往我们的生命意识、作为不太自主，被迫性的东西太多。真正觉悟的人，可以把生命意识、作为运用得自主、自在、自由、自尊，那是十分有意义的。学佛是为了让我们真正作一个觉悟的生命。

刚才这小伙子讲的实际是十法界由心生，心生十法界，也就是生种种生命，所以人类就是个生命现象罢了。十个法界，从佛法界一直到地狱、饿鬼、畜生法界，每一个法界都是不同的梦、不同的作为，这个作为就是如梦如幻。一切有为法一定是梦幻，只是生生灭灭、变变化化。这也是庄严处，也是无常处，也是无我的一个表现，缘生缘灭。

要善用缘生缘灭的人，就会庄严心地，庄严法界，自由心地，自由法界。要是不了解缘生缘灭，当真当假，生常见、断灭见——断灭见就令人迷失，常见令人执著。迷失者就不知所措，肆无忌惮；常见人就负重、负累，把种种业力累积、累积、累积，就成为心垢一样的，会蒙蔽自己的身心，因为自己的作为很痛苦、很沉重。

这两类生命现象在我们人类中比较普遍地展示出来，就是两种边见造成的不同人群，一群肆无忌惮的，一群就是很负累。这两个中间夹杂着的就是犹豫徘徊的人群。

我们不管他十类人几类人，就是大家都在做不同的梦。要能醒悟过来，人要能觉醒过来，完全就是另外一个状态，就是真正的觉悟者，来觉悟人生。称为佛陀，称为自觉觉他觉行圆满的成就者。我们能不能觉行圆满于世间呢？来到学佛的这个环境中就是为了自觉觉他，觉行圆满。这不是高尚的话，是十分有内涵的一个步骤、一个作为、一个结果。

刚才这小伙子表达一下自己的人生反思，我们都有权利来反思人生，每个人都需要。但怎么来步入这个胜缘呢？

这小伙子讲皈依，实际就是没有门槛的回归，就是人人都有觉性——认识了这个觉性与佛无二无别，就是皈依。实际上我们人人本来都皈依的，没有去掉觉性的生命，没有任何一个生命离开觉性能相续的。觉性圆满的表达就是佛陀。

实际说觉性的回归就是皈依，就是认知心佛众生三无差别。这一个认知就皈依了，没有门槛，没有一丝门槛，没有一丝的障碍。任何一个生命原本皈依，只是不知，所谓设立门槛，形成障碍。我们要知道了，门槛就消除了，也就皈依了，就是三无差别。心佛众生三无差别，我们了解我们的心与一切众生的心、与佛陀的心本来没有一丝差别，皈依了。

你这皈依成立了，没有门槛的。没有说你是好人、坏人、什么人才能皈依，不是这样子。过去人说你背背心经大悲咒、做些什么事情，然后来皈依，是给你一个善良的启发，让你尊重皈依罢了。实际我们人人本质都是皈依着的，人人都有觉性。每个生命离开觉性怎么有作为呢？怎么有意识呢？怎么能相续呢？觉行圆满就是佛陀的功德，我们了解了我们的心本质是圆满的，我们人人自然就皈依了，再举行个仪式不过是确认这个皈依的事实罢了。

很多佛教徒希望自己的家人、周边人能皈依，他们是有善意的，他们认为皈依很尊贵，这个起步就是佛的种子、就是圆满、就是清净，这个起步很有意义。自己受益了，或者自己说不清楚地受益了，想让自己的家人亲朋好友来皈依三宝，有这样一个清晰安乐的起步、真实的起步，来运用生命，认识生命，尊重生命，成就生命。这一般是亲情的一种推动。

但往往他们不太顾及亲人的一些愿望、想法、时机因缘成熟不成熟，有时候做得不当会造成家人的逆反、排斥。这是这些佛教徒过分地运用亲情的一种障碍，这些人过分地运用亲情了。

刚才这个儿子讲她妈妈，说今天是母亲节，他感激母亲，她母亲为他操碎心了，就是想让他学佛。就这一个心念，把他领到成都，这样那样，费了多大心思。儿子一拍桌子：我们走了，拜拜！玩去了。他妈就想儿子你要皈依啊，媳妇你要皈依啊，学佛多好多好啊。实际她没学好，就是人情。

但是人情我们又不能否认，生活在人群中，是人类一份子，你怎么能否认人情呢？有时候尤其是亲情啊，他越感觉好他越着急，哎呦，这个好东西赶紧给自己的儿女吧、给自己的亲人吧，不要他们迷失，不要他们痛苦，不要让他们再受

伤害啊……越着急家人越害怕，说你这是什么佛啊？这什么法啊？你这是什么啊？你这纯粹是传销啊，对不对啊？亲人会排斥。我们要理解亲情，要理解亲人，相互要理解。

但学佛真是有不可思议的缘起。我们要了解心佛众生三无差别这个平等的起步、平等的安心、平等的依止，人就能踏实安乐下来。踏实安乐下来再作为、再思考就变得有力量了，有次序了。像这小伙子讲的逆反就变得没有支持了，或者说淡化我们这种逆反、排斥的习惯。

现在的孩子是独生子较多，再加上溺着、惯着，造成了孩子对亲情的排斥，亲情越多他们越排斥。为什么？他们已经长大了、独立了，你还用对待娃娃的亲情去照顾他们，他们感到太黏糊了，太受不了，太烦了。但是很多父母心目中这孩子永远就是孩子，但是他们孩子已经有孩子了，他还把他当成孩子。孩子就很反感，容易造成对立。所以大家要相互地理解，相互地爱护，真正爱护就是尊重别人。

相互地理解，相互地爱护，爱护并不是说我一定要逼着你根据我的愿望来做什么、我认为好的东西你一定需要——不是这样，你认为好的东西他那个阶段不见得认为是好东西。像一个男人认为很好的东西，放到女人那个地方是负担；一个女人认为很好的东西，放到男人那个地方是个负担；中年人认为很好的东西，放到一个正要工作走向社会的人，很可能是负担。这个地方真是差异十分大，大家要有个理解，有个交流过程。

音声佛事

慈法法师 开示

2016年5月10日于上海嘉定

今天四月初四，是文殊菩萨的圣诞。大家唱观世音菩萨实际是十分相应的，因为悲智一体，悲智一如。一切佛菩萨他们以智慧慈悲的善巧来接引有情，使我们回到圆满功德上来、本净心智上来。那歌声——音声佛事，他们两位唱给大家带来了许多内在的喜悦。

佛陀教法真是在每个角度都是活活泼泼的，因为音声佛事在我们这个世界是最重要的一个传播方式。大家刚才听到音声，对我们有启发的这些歌词，或者说比较放松，有唤醒我们内在的喜悦的这些音符，我们每一个人平时都可以运用的。要是没有那样一个心智所依、没有那样一个环境，往往我们会忘失，去运用忧伤、迷失、负累、沉重。所以学佛的人心中充满美好的歌声才好。

净土教法是“但得诸乐，无有诸苦”。我们念佛人要把一切苦、苦源、苦因能真正了知，这个但得诸乐无有诸苦的净土教法就会真正地深入人心，在周边才会产生巨大的事实。音声佛事许许多多人都知道它有很美妙的作用，闻声解脱是阿弥陀佛的誓愿：

设我成正觉，立名无量寿，众生闻此号，俱来我刹中。

如佛金色身，妙相悉圆满，亦以大悲心，普利诸群品。

他这个就是闻声解脱、闻声圆满、闻声成就的闻声的利益。在阿弥陀佛最初的心地愿望中，令一切闻其名号，信心欢喜，即得往生，住不退转。这是阿弥陀佛的誓愿所成：

我至成佛道，名声超十方，究竟有不闻，誓不成等觉。

他就以名号传播来接引一切众生，这个音声——南无阿弥陀佛。我们为什么要念“南无阿弥陀佛”呢？就是以此音声广传世间，令众生闻解脱，闻成就，闻圆满。我们能不能这样去认知运用他？这一句名号就是实相名号，就是报德名号，就是法身名号，就是应化无碍的名号。那我们念“南无阿弥陀佛”，法、报、化圆满一如，实相功德时时处处印契众生，接引众生，成就众生。实际说这一句“南无阿弥陀佛”就是音声佛事。

刚才唱的歌让我们体会到这一点。要把这个认同了，念佛法门——南无阿弥

陀佛这种法报化的功德名号、实相名号来广传十方，印契众生，接引众生，成就众生，就是自利利他，圆成于佛号，传递于念诵之中。这一句佛号的功德利益善巧我们会运用在时时刻刻，大家就喜于“南无阿弥陀佛”的称念，善用“南无阿弥陀佛”的称念，传播“南无阿弥陀佛”的称念。

写字合心，喜悦传递

慈法法师 开示

2016年5月10日于上海嘉定

弟子：（谈书法字体的传统）师父，我看到您写字，可以对任何一个机，对我的认知有很大启发。世间人学东西是以一个亏欠心来学东西，不足再去学，达到一个水平，或者努力也不一定能达到。我在想怎么不用亏欠心呢？

师父：这个次序中，篆、行、草等书体写作过程中，这种传统形式是被大家公认的书法界的一个特质，就是有历史了，对吧？从王羲之书圣出来了这一套东西以后，大家不断地在认同这个体那个体。究竟说它起什么样规范作用呢？就是让这样一群人，有这样一个骨架，来表达中国的方块字，把这个方块字能让人了解，又能自如表达，又流畅，让人能耳目一新又不离这个体、骨架，可能这就是个传统。

说不上啥好坏，没这个传统就谈不上书法界了，要离开这个传统大家随便来一套，那就没一点章法了。所以必然有它的体系，就是这个大环境中的一群人，他会守护这样一种规矩，建立这个体系，来楷定谁的好。比如说兰亭奖，什么人能中这个奖。那是写得最好吗？也不见得。他就是迎合了这一群人。他必然要遵循一个规矩，才能进入这个圈子，这就是共业造成的一些特质。

像我这个混日子的，谁来了，说法师你写个字。我说我不会写。不写不行。你下不了台了，对不对？对方是个文化人，可能我会写得好一点；对方是个农民，我写得真很粗糙；对方要真正研究过书法，可能我会在他加持下偶尔写出来像书法的一些字。

弟子：我给过圈内有些人看，他们公认师父您的字写得非常好。我就觉得是不是可以直接从具足心中来书写？

师父：好比说来了中国书协的五六个书法家，我写出来的字就感觉特别漂亮。他们写了就扔掉、写了就扔掉，因为啥？跟我一对比，他们怎么对比都不行了。这是两个字三个字，要是写五六个字我就完了，我怎么写都写不上他们的样子。

但写了一两个字，我写了以后，他们再写总是不舒服。因为啥呢？他们心理就是他们是专家，他们是行当的人物，我啥也不是。我啥也不是，我的字放在那儿，这是最麻烦的，你知道吗？他们压力太大了。实际就是我没有压力，如此而

已。我不管那一套，我写了就挂那儿。他们这些书法家到一起写字，我也参与过，我写错字也不管，写完扭头就走了。他们要名流千古，我写完就走了，我啥也不是。

心理状态不一样。我是放松的，我知道啥就写啥。他们临摹了一百五十遍，说今天可要露一手了。我第一遍写。我写字很生，字都不会写，写出来才有味道，对吧？他们写得太熟了，完了，连他们自己都看不出来是谁的字，三年以后他自己都读不懂。我写的字我一定能读得懂，因为啥？我不会写，抠出来的字，咋记不住呢。

心理状态完全不一样。他们想名垂千古，我想写写玩玩算了。我玩玩的心是多么松散，多么喜悦，多么自在，对不对？那上面记载着喜悦、轻松、自在。他们写的是名留千古，完全不一样，他担心，他紧张——再好的书法家，那个时候他担心。我这儿充满了喜悦轻松，玩的，玩完就玩完了。不要说字的好坏，只能说留下的气息还是比较适合人心的，还有幼稚的东西，对吧？如此而已。

他们太老辣了，没味道了。他们写字一定是很好的，关键是他想把更好的东西留下，这是他最大的毛病。啥叫更好呢？我也不知道。你看书法家他一定要有写好的愿望，我一定没有写好的愿望。很多时候人家把字写下来，让我看着写，我那个生涩的东西有。很多文字我很生涩，笔划怎么弄，我对出来的字，那是前无古人后无来者。

弟子：书法家写一幅作品，有时五六十张里面出一副字。

师父：他要最好的东西，我要的是啥？我会写不会写？心理状态不一样。所以我那字，大家往那儿贴，有时我一看就脸红。你不会写字你写出来了，不会写你有那种生涩，没有练习你有那种生涩。没有想写好，我也尽力了，但是不会过分拿捏。实际就是把那个心情做了一个最简单的记录。我写字经常写错字。他们作品有一定的规范，好比说章怎么落，要求太严了。我这大概看怎么平衡就行了，盖个闲章，平衡了，不缺了，好了。那不一样。哪一类作家弄哪一类的东西。

弟子：怎么能更好地和净土教言结合？

师父：放松，喜悦，给人传递一个让人心解脱的东西，起码有个喜悦的东西。不喜悦不要写，练习也不要写了。感觉我挺喜欢的，你写一写挺好。很多人写字有苦处，写得很好，但他留下很多苦处的东西，别人看一遍心苦了。有些人一看，说这么喜悦呢——娃娃写的。

以前我写那个“吉祥禅林”的时候，被雨淋了。马哈因不会汉字，他就写。我看着这太漂亮了，因为啥？他不会写，他写字他自己都好笑，别人也感到好笑。但是往那儿一贴，大家一看都好笑，真是好！汉字都不会写，他把它挤出来了，写的过程中都在笑，他写的时候也在笑，贴上去了你不笑也得笑——他把那个过程记录下来。

好比说我寒窗十年，我写一篇东西，写得真很好，真是寒窗这十年的苦！他追求一种格式或者他意识的好东西。你这个好，不见得迎合别人好，不能唤起别人的喜悦与安乐。你看很多东西就是很拙的，人感到这个挺好玩的。但是很认真很完美的字、形象让人看不下去，因为啥？结束了，它已经老化了，死掉了，填满了。

就是幼稚，感觉缺了啥一样，挺好的。谁都不知道缺了啥，就是不完美的东西。太完美基本上就是个死角，你看不见了。反正我看到这些书法家，练了几十年还在练，写出来就是苦，苦里面有怨。好比说人家一副字卖三十万，他这一副字只卖十万，就怨。

咱们说的是灵魂，你看实际看的是灵魂，没看其他东西。这个字代表一种背后的力量，而不是说这个字咋的。

有果事与无果事

慈法法师 开示

2016年5月11日于上海嘉定

弟子：师父，您讲到世俗人不觉悟，是无果事。比如说秦始皇也好、再厉害的人也好，这一生死了就结束了。后来讲……

师父：他那个业在相续，但他是无果事，就是在法身慧命上他不能增长善业。

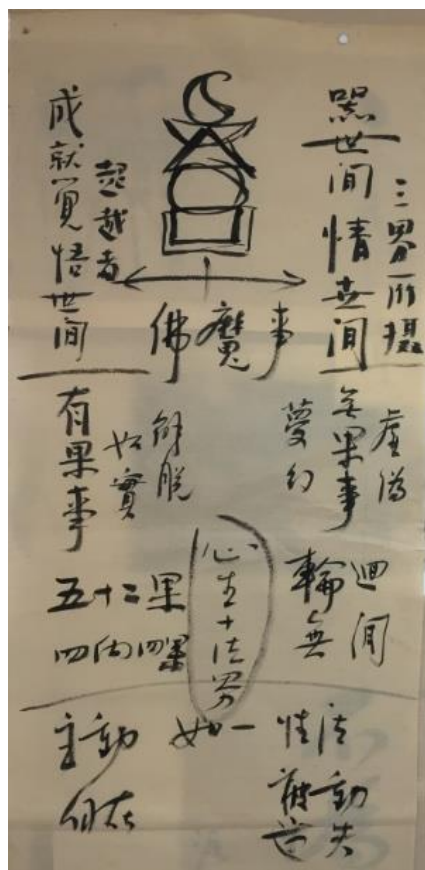
弟子：有果事，增加对生命相续的认知，您能不能再具体讲讲？

师父：现在是两种东西：一个是如幻业，一个是如实业。给你写一个简单的说法吧。（师父下面边讲边在纸上写五轮塔的教法）

佛教对生命、对整个法界有这么个认识：有个地的认识，有个水的认识，有个火的认识，有个风的认识（五轮塔）。他有这个认识，这个认识是啥概念？就是有个设置，比如说这是地、这是风、这是火，由这么个东西组成一个世界。这世界是什么？就是四大种组成的，是器世间。加上识、识大，组成情世间。

在情世间与器世间这个升华过程中——他升华它了，怎么升华它了？他站在情器世间的基础上，他得到了自由，他超越了这个法界相，他就能成就一个觉悟世间。觉悟世间，他是个觉悟世间。情、器世间就是三界所摄，是三界所有；觉悟世间是出世间，他超越了三界。超越三界是啥世间？就是觉悟世间者，就是超出轮回了。实际他是个超越者，超越了生死轮回给他的制约。

这就成就了这样一个情世间、器世间、觉悟世间的特质，就是有果事，在这个世间上所安立的人称为有果事，他作为是有意义的。那是无果事，为什么无果？就是轮回嘛，他是枉受其苦，就是作为是虚假的、虚伪的，虚伪不实啊。这是如实的，如实就是有果事；虚伪的就是轮回事，轮回就是重复。所以此处如梦，这



个地方是梦幻事，如梦幻泡影；这个是解脱事。这个地方就是得到解脱自在；这个地方是梦幻迷失。

所以有果、无果是这么分的。你说他们有没有映射、交织的东西？有的，可以互为。你说觉悟了还能迷失到世间去吗？可以，这个地方就有佛魔事。魔者就是磨难、变异，佛者就是安稳、解脱、自在。这里面会有这个事的，就是他总的就有这个事情。

一般我们说有果事是讲佛的事业，变异事讲的是无果事，就这么个事儿。说三界虚伪，无有实果；觉悟世间，如实成就。觉悟世间这个果在大乘教法中有五十二个位、五十二个果，在声闻乘中有四向四果，他是有果事。情器世间就没有，只有业力重复、轮回。轮回没有头没尾的，说他是无果事，就这么个说法，很清晰。但这同一世界，同在这个地、水、火、风、空、识中来运转的。

你看同一世界，同一世界是什么？就是法性，法性一如。所以不管有果事、无果事，法性一如。同样一个事情，这个地方就是主动自在，这个完全是迷失被动、被动迷失。你看这就把这个世界给描述了一趟。

弟子：那个建筑可以把这个呈现出来。（说将要去某地的一个建筑设计）

师父：我们这一切有情，你是情世间、器世间还是觉悟成就世间？你是有果事还是无果事？

弟子：我们把这呈现出来，任他取用了。

师父：对，五十二个果事我们都可以做出来，四向四果可以做出来，轮回六道也可以做出来，这太简单了。实际这个地方可以说就是个十法界，心生十法界。

净土教法不为自求

慈法法师 开示

2016年5月11日于上海嘉定

弟子：师父，我自己实践时候会想着某一个法则，或者一念法或者呼吸念佛，开始时候要实践一段时间，后边老是接不上，坚持一小段时间就断掉……

师父：主要是依自己的感觉去做，做不下去。要是为了让更多人了解这个，有机会，他传播东西有意义。要自己想弄出个啥东西恐怕就没有意义了。因为他本来就是果地教，从无所得来回归的，根据本净回归，就不是为自求的东西！但我们大部分人实践这个法则还是为自求的，为自己感觉去作为，结果都是弄不下去。

这个教法的本身就是不为自求，为自求就不是果地觉，就是有所得了，违背了这个（果地觉）。我们作为都是为自求的，所以说做不下去、深入不了。这个法的住世为了饶益有情，为有情有一个听闻方便你去做这个事，它就有意义，你愿意坚持。你要是为自己，什么也得不到，你为自己咋做呢？做着做着没有味道你就不愿意做了。像念佛，本来是无所得的印契、性德的回归、本具的启用，你想用有所得的心你念不下去。

不为自求很重要！为令法住世很重要！为饶益有情很重要！这样做他就有很多积极的东西，意义、感知、善巧都会出现。为自己你会壅在那个地方，很快就不干了。所以《往生论》上讲三种违菩提门，为自身安乐等等，为自求的确是障碍。但这很容易忽略，修行不为自己为谁呢？大概他心理上、潜意识会这样。

弟子：还真是这样。

师父：这内容也非见闻觉知，为自己都在见闻觉知上徘徊。说法非见闻觉知——他揭示了一个无上信心与传递。生起了无上信心，就是本具本净的，在这地方真正安住了、寂静下来、休息下来，不为自求就成为起步的缘起了，为饶益众生，为利众生而成佛。

你看回向门：不舍一切苦恼众生，回向为首，成就悲心，以本愿力故，入生死烦恼林中，游戏神通，至教化地。干什么？利益世间！他不是为其他的，所谓出功德。果地觉，你要是为自己简直就是自杀！

往生论讲得很清楚：无染清净心、安清净心、乐清净心——三个心中都是不为自求的！为自求这三个心得不到，所以产生三种违菩提法。那个东西容易忽略，那恰恰是阻止我们随顺果地觉的一个最大阻碍，就是为自求！

你看所有学净土的人都在为自己做这样那样、我怎么样怎么样……结果不是那个味儿。为啥呢？果地觉已经圆满了，为因地心已经圆满了，这样看就简单了。因为佛出世不是为自求，尤其弥陀教法中没有为自求的东西，所以他自受用是无诤。

弟子：在这个点上痛苦挺久了。

师父：我们学习时候不关注这一点。一般做事，不为自求似乎脱离了我的人格，说人不为己天诛地灭——它就深深烙在我们对身体、意识、感知的执著。为了破除这个执著，菩萨行此巧方便——回向，远离三种违菩提门，避开这个障碍，成就三种菩提门法——智慧、慈悲、方便，成就妙乐胜真心。讲的很清晰。

菩萨四种正修行中，“化佛菩萨日，如须弥住持。无垢庄严光，一念及一时，普照诸佛会，利益诸群生。雨天乐华衣，妙香等供养，赞诸佛功德，无有分别心。何等世界无，佛法功德宝，我愿皆往生，示佛法如佛”。没有为自己的，一丝都找不到为自己的东西。

我不关心这个关心啥？所以你很辛苦啊，今天发愿明天发愿，今天这样明天那样，但就是为自己。大乘佛教这个我今发心不为自求人天福报等等，实际就讲的这样，说菩萨巧方便回向，实际就避开了我执与法执，直趣法性，直趣寂灭，直趣圆满，直趣本具。在这个地方落脚了，起行、因缘、作为如实，不一样了。

一切众生的智慧、心力加到一起，不如一菩萨方便心。一四天下所有众生的智力、作为、道德全部加到一起不如一个菩萨。为啥？他不为自求了！就这么一点点。所有人的福德加到一起都是为自求，为自己的见闻觉知，为自己的色身，为自己的意识、法则执著。

不为自求不是口号，是决定利益的缘起所在，正见抉择所在。你抉择了正见，无一法可得，一切法无我——你抉择这个了，你一定不为自求了。说菩萨知一切法不可得，常行于善法，利益世间。就是正见安立了，他一定不为自求。这是大乘正见。诸佛如来出兴于世，哪有自己的？都是为利益群萌，不图虚名。

我们说是学佛的，就是佛为我服务、佛法为我服务、三宝为皈依我，不是我皈依三宝。

弟子：前几天我跟某师兄还说学佛学得太假了……

师父：这似乎是凡夫很自然的一种形状，自然而然就是为自己。所以要把这个“为自求，三种障菩提门”当真！弄得再多，折腾一百圈子，还都是业力，杂毒之善。不为自求刚刚地就是真正回到了本具本净、无一法可得的事实上来了。什么来推动他的作为呢？就是为利众生而成就。

这个地方月月讲、年年讲，你讲得再多也引起人重视不了，因为为自求是习惯。已经听得你耳朵都有茧子了，回到事相上还是为自求。所以闻法很重要，遇法难，闻法难，闻法能行是难中之难，无过此难，真是难！真是信乐受持不易，不为自求。

殊胜教法毕竟是殊胜缘起，殊胜缘起就解决了自己所有无始以来的虚妄、执著、我执、法执。不解决这个问题，大家都陷入轮回了。你看年年我们谈这个地方，一到现实生活中，信乐受持、闻法能行都是不容易的，改造成适合自己口味、适合自己心理的做法与意识了，已经把它改造了。

弟子：就是毒器？

师父：我们的改造能力太厉害了。不增减地接受一个教法十分不易，他有很大的信顺、随顺的善巧。基本上大家听到法，听到耳朵上就开始改造，记下来已经改造完了，根本不是那个东西了。

依教奉行是最有力量的。没事多念念不为自求就行，就可以参照自己的举心动念。你看我们一百个念佛的九十九个都为自己的，那一个不是为自己还是忘了，真是……都是为自己，下意识、潜意识、不自觉的就是为自己。

佛法现成

慈法法师 开示

2016年5月11日于上海嘉定

弟子：师父，平时我们有一个疑虑，觉得已经有了果地觉为因地心，那是不是在家修行和在道场修行都一样了？祈请师父给我们指导，在道场修行和在家里修行的差异在哪？

师父：顺性说，一切万事万物、一切现缘是无二无别的缘起，就是清净缘起。在事相中，为了正法住世，为了饶益有情，到寺庙里来支持一个道场、支持一个团体活动，远离名利的伤害，无疑是对更多有缘的一个支持，是一个慈悲心、不为自求的善巧。要是从个人利益来说，在任何地方修行净土的确是一样的，没有差异。

很多人没有听法的机会、没有念佛的机会、没有学佛的机会，对这许许多多初学者或者还迷茫在法外的人，道场有一个环境，有一个共修机会，无疑是对社会的一个贡献，对一些初学者、徘徊在法外之人是一个接引机会。阿弥陀佛！

我们说是法平等，是没问题的。你要为了自己的安逸、为了自己的私心，在哪个地方待着都是可以的。这是常规的想法。要是真正感知这个教法对我们带来的方便与利益，我们也可以把这个方便、利益传播给别人、传递给社会——这无疑是一种慈心，就是智慧慈悲的熏修。虽然是表相的，但我们要知道任何一个作为，里外一如才有意义，道理与作为一样才是有意义的。

所以你在家修行跟在道场修行都是一如的，来道场也不妨碍回家修行，也不妨碍。道场里就多了一分支持，就是报佛恩、令法住世、令法广传的支持。主要是我们在寺庙里是感恩心、是报恩心，不是功利的利害关系的衡权来到寺庙，不是骄傲，不是膨胀，就是为了把感恩的、清净的、感激的心智传递出来。那一定会因为我们来到与作为使这个道场更有益于世间，或者说它的作用广大一些。这是对教法的形式上的一个支持，也是感恩报恩的一个作为。

因为接引有缘是十分重要的，尤其净土教法。像我们念佛、走般舟、一些学习，都是在传递。因为在本具本净中不需要你修什么，只需要你运用这个本具本净的心，把用的方式方法传递给别人，不是要修证个什么，就是要传递给世间。我们这个实践纯粹是在传递了，不是说自己修证什么。

这样来看，我们在忆佛念佛也好，走般舟也好，在道场里做功课也好、居住也好、交往也好，都是在传播人人本来具足智慧德相的事实，这样一个宣言、一个交流、一个作为，我们就比较轻松地面对人生、世间。修行是很沉重的名词；用本具的心、用果地觉来实践人生就比较轻松，也是个事实。

因为阿弥陀佛的果地觉不是我们修来的，也不是我们能修来的，是我们在运用！像你拿个手机，不是你修来的手机，你用它就好。你说我修来个手机——你不用修，它是现成的。净土教法只讲现成，不讲你修证什么，所以我们不修证中修证了我们。

这样的修，就是简单的轻松的使用的的方式方法，用果地觉因地心的一个过程，越运用越熟悉。说修往往就有所得所失的样子，那我们来运用果地觉为因地心，就是来运用它，纯粹是运用这样一个现成的事实。

说佛法现成，佛法是现成的！凡夫的心，执著、分别、割裂的心不现成，他总感觉缺欠些什么、少些什么、多些什么。这个既不贡高又不下劣的教法就是现成的教法，让我们来学会用。像人人都有手机，我们学会操作它的各种功能就好了。不是我要修出来一个手机、修出来一个功能——它本来装有这个功能，我们再把它用出来就好了。

阿弥陀佛本净心智也是印契众生本净心智的一个过程。我们念南无阿弥陀佛，做种种事。净土果地教这种学习、熏修方法，修是不得已而说，实在是运用现成的这样一个事实内涵。

这样看，你就会轻松起来，不贡高不下劣就会成为我们平等守护、平等安心、平等回归、平等运用的状态，但得诸乐无有众苦的确是净土教法的事实。我们的习气会蒙蔽、覆盖、反扑，让我们还有烦恼、还有苦乐的择取等等，那是一种习惯，这个本净是让我们在一切时处来运用的！

一定要把“佛法现成”这句话提起来！让我们来运用这个现成的本具的心、本净的内在的事实、本心的事实，运用这个现成的事实。在这个事实上认知清晰了，那种掩饰、造作、装、虚假的东西我们自然地慢慢会放下来，慢慢会超越它，慢慢会薄少起来。要不然我们许许多多的假动作，要在人面前做个样子——做个善的样子、修行的样子，很累，很辛苦！

你这个地方不需要装——人人都具足，你装什么？你也不需要自卑——人人都具足，你自卑什么？你也不需要骄慢，你骄慢什么？人人都具足，人人都可以用，你骄慢什么呢？你自卑什么呢？你不安心什么呢？个个都具足，时时刻刻都

可以运用，你怕什么？一念回归即是，你担忧什么？所以阿弥陀佛给我们一切众生一个究竟安稳、究竟安心的方式方法，给予我们这个方式方法，随时随地随机随缘都可以安心地回归，安心地运用，安心地安住于这个现行的事实。

圆用世间，珍惜每一个机遇，善运用每一个机遇。人人都没必要去骄傲，没必要去自卑。平等觉、平等安心、平等实践、平等运用、平等接引一定是那么事实的内在的功德与运用了。

到家皆亲浅说

慈法法师 开示

2015年5月10日于上海嘉定

这是宗下大德们对人觉与未觉的一个评价——觉悟者到家皆亲，未觉悟者别在途中，觉与未觉皆成菩提。就是宗下的一个直指，过去禅宗他们有这样一个表达方式。

因为一旦觉悟，就是“到家”，他就知道时时事事皆是如来会本净作用，一切众生未离一念之觉，当然也未舍一念之迷，就是“别在途中”，这个迷就是途中。不管是到家皆亲还是别在途中，毕竟有家。觉与未觉者，同一受用，都是在觉性中展示自心，若觉若迷不过是展示的不同，一个主动，一个被动——到家皆亲是主动运用觉性，别在途中是被动地运用觉性，或者说被觉性所用。

我们作为一个学佛者，在到家皆亲这个“亲”字上用用功夫，就是说人人皆具如来智慧德相，我们个个从本净本寂缘起中、三无差别中来作为起步，审视人生时时皆亲，事事皆亲，处处皆亲。

般舟行法本无所得

慈法法师 开示

2017年1月4日于上海广福寺

(缘起：上海广福寺在举行90天般舟行法接力，适逢师父到来，道场大众祈请师父于般舟行法作指导开示。)

般舟法则从释迦文佛——我们贤劫第四世尊，在王舍城竹林精舍于世人宣化，这个法则一直到我们贤劫最后一个世尊出世，在支持着贤劫中增劫减劫这个成住坏空世间的一切生命相续的有情。

为了利益一切有情，世尊传递这个法则，实在是众生心性的共鸣。因为心生种种法，佛法的心法传递在每一个众生觉性的本质中都是一样的具足、清净、圆满。每一个觉性的相续，每一个觉悟的相续，哪怕显示着苦乐、凡圣、觉迷，它本质都是一样的清净、具足与圆明。世间有情迷于表相，执著于差别，造成了世间种种争斗、对比、烦恼、苦乐。世尊告诉我们所有生命一个事实，他十分公正、圆满、无余地揭示了一切生命的本质价值。

生活在世俗间我们这些种种思想、业报状态下的人们，对生命本质的认知机会与角度偏于自己所学到的知识、记忆、教育文化的影响。生命的实质内涵往往被掩盖、被忽略，生命美妙的无限广大的作用被制约在习惯、记忆、知识这些层面上，人们失去了真正自尊，失去了内心安乐，变得执著、烦恼、对立、攀比，相互减损。

佛陀应化于世间，来解决我们这些迷失生命的苦因、苦的源头，让我们有个认识，使我们人人佛一如的心智，受妄想执著的暂时蒙蔽有真正回归、直下回归的机会。佛没有讲任何一个法则，世间有种种生命的需要，或者说生命本质的内在的力量、回归的力量。因为同一法性，他有唤醒我们觉悟的很强的普遍因缘。世尊应世施教，应缘施教，他没有任何自我造作或者自我高尚的说法，不玄妙，十分如实、平实、真实。

般舟法亦复如是。佛在竹林精舍宣化这个教法之时，像经典上描述的一样，一切种种生命的有力者都来劝请世尊宣化利益一切众生成就菩提的法则，所以世尊就宣化十方世尊悉皆现前三昧——般舟三昧，十方诸佛悉皆现前三昧。十方诸佛，经典上说过去佛、现在佛、未来佛，一切生命皆来自于觉、觉的相续、觉悟的相续。

实际觉性就是佛陀亲证的生命状态的必然归趣，在这个必然归趣里有直接的运用者、有间接的运用者、有久远迷失必将运用者。直接运用者，是过去佛、现在佛。迷失的运用者，久远之后必将觉悟。像黄河十八弯，你拐再多的弯也终将归到大海里。像水必往低处流，觉性必归于圆满、清静、具足，必得究竟自在。觉性平等、周遍、圆满、无碍，这是觉性之海。

任何一个生命都是因为觉性的作用力而显现了生命现象。这种生命现象的驾驭与被动运用，就是觉与迷的特质。觉悟者主动地、积极地、善巧地、广泛地运用着觉悟，运用着生命。像在十法界中游历自在的导演、编辑一样，在编辑着十法界美妙的故事，导演着生命的大剧作，他们真正了解了一切缘生缘灭的事实，在编导着无量无边不可称计的生命故事。参与者、表演者、观察者、运用者，我们称为佛、菩萨、贤圣，因为他们运用了生命主动性，掌握了生命的主动性，了解了生命的幻化、无尽的作用力。

般舟又称为常行道，常行道就是一切诸佛菩萨他们的行地。道者，是觉悟之道，善用生命、善用觉性之道，自主、自在、饶益一切的作为。这些直接运用者被其他生命所仰慕、所赞美，是生命必然的依止，是一切生命觉性的必然回归。

就如我们看到水性是一样的，可以在零度以下变成冰，在百度以上变成蒸汽，在常态下有流动、洗涤尘垢等作用，这个随和性，过去讲上善若水。我们觉性有无量变化、无量适应能力、无量伸缩自在的力，可以演化成十法界众生，就是有十法界生命的特质——地狱、饿鬼、畜生，未离觉性；佛、菩萨、声闻、缘觉，未离觉性；人、天、修罗，未离觉性。这都是觉悟、觉性、生命的作用，这种作用差异正是觉性的美妙、生命不可思议的功德所在。

很多人说佛菩萨很美妙，三恶道也美妙吗？十法界由心所生，这些愚痴、嗔恨、贪婪是不是觉性的作用呢？是不是美妙呢？觉悟者，一切皆是美妙的；迷失者，一切变得被动、消极、迷失。

般舟这个教法，常行道，就是直指觉性周遍之大用，就是过去佛、现在佛、未来佛。一切生命，因为他的本质，必归究竟觉。像水性必然向低处流，生命的本质必归圆满觉悟。所以心生种种世间、种种法界，都没有离开觉性，都没有离开现行觉的作用力——作用力千差万别总是无别，其本质无别，作用千差万别。千差万别，我们要把它当成生命美妙的不同的作用力来看待。

平等的觉悟，妙观的智慧，诸法住法位的世间常态，我们就能圆照世间，了知一切现行皆是觉性的本质光辉，四射于法界。像阎浮提日轮出现，广照无余。

一个真正觉悟的生命会真正了解一切生命未离开觉性与觉性的本质，未离开觉性相续的变化。

我们了解这些，善于运用，人心就会得自在，生命就会得自在。如水由高去低，必归大海。老子讲道法自然，他这个道法自然的自然就讲本性的力量，非是造作。我们现前每一个活着的生命，表现着不同的思想、作为、形象、知识、感受、认知、选择方向、作为方向，没有离开实质——觉性。

般舟没有讲其他什么，常行道，就是生命都在这个道中。虽然十法界所显，各有其道，觉悟者了解一切觉性之分化。像太阳光照耀着山河大地草木等等，需要温暖给予温暖，需要生机给予生机，需要光明给予光明，需要什么各有择取，他在这个不可思议的光中一时给予着。

我们觉性之光亦复如是，每一个人、每一个生命在圆满觉的光照之下、觉性的光照之下，各个取用生命所需。若觉若迷、若苦若乐、若智若愚、若凡若圣，未出觉性。我们如是平等观察世间生命，就能常行觉悟之道，随觉性本质必然回归究竟觉圆满觉上来。

在这个常行道法则的指引下，我们人人必成阿耨多罗三藐三菩提，这个必成就是未来佛。所以我们要常礼敬过去佛、现在佛、未来佛、一切世尊。一切众生都可以囊括在未来佛这样最广大、最不可思议的群体中，一切悲智方便运用在未来佛觉悟之路这样不可思议的广大群体中，这就是常行道的业分表现。

我们在般舟道里走来走去，在一日一日“南无阿弥陀佛”称念实践中，用单一的方式，单提本具光寿，来朗照世间，自觉觉他，依现行守护圆满觉。就像让心中的太阳升起一样，来照耀一切生命，觉悟一切生命，普利一切生命，就是南无阿弥陀佛的单一专念。

这种专念方式是法界众生一时同得阿耨多罗三藐三菩提的本质、本性、本觉的大用，就是果地觉为因地心的真正实践。这个实践就是了知人人本具无量光，各个生命本具无量寿，光寿本然，周遍运用，就是南无阿弥陀佛，一真皆真。日轮出于阎浮提，一切黑暗一时退却，光明遍照。我们启用自心本具之无量光无量寿，我们心中的一切黑暗、迷失、委屈一时退却，大光必然普照我们的意识法界、内心法界。在这个普照的相续作用下，我们来改变自身的生命与依报环境。如是安住本具光寿，普照法界，必然成为自利利他的法布施者。

常行此道，就是般舟。常守护本具光寿，就是果地觉为因地心之正行。此正行就是不增不减、不垢不净、不来不去地守护于世间，回归与运用。这种运用为

一切诸佛所赞叹、所守护、所实践、所成就、所传递。所以世尊如是功德，如是利益，如是传播，如是教授，如是广利世间有情，令一切有情在这种不可思议自利利他的觉性本质妙用的照耀下庄严世间，滋润一切生命，支持一切生命，无畏于一切生命果报。在一切生命幻化因缘中，就是生灭因缘中，予以广大的无畏的摄护，使一切众生步入无量光佛刹，去除有限有量的侵害、积压、委屈，使我们生命中本质的饱和充斥着一切生命，支持一切生命。

般舟行法十分简单——环境简单，作为简单，结果简单，就是生命中本具的无量光无量寿的现行作用，彻底地无余地揭示、认知、运用出来。

原本世尊讲的法都是无修修。世间人认为有所修，所以造作种种业，于种种造作业分中以为实有，所以他就实修。一切智者了知一切法无我之事实，善用这个事实，了知无修修是真正的法的妙用实践之处。

有修修的修法门，就会执著于所谓的法，产生我慢、法慢，产生藐视其他生命这种贪嗔痴慢疑中的慢疑二法，苦恼自己，减损他人，对生命本质升起了强制的误解。此类有情自大、迷失，自我解释，自我保护，没有真正步入无畏法界，得到究竟无畏的安乐，就是无我的安乐。这个畏惧充斥在一切我执与法执的生命、作为、现象之中，就是畏惧、慢心、迷失者。

般舟的作为，现在在我们国内渐渐地被许多道场、出家师父、居士所接受，接受了这种现象，接受了这种名言，接受了这种作为。但真正般舟的无修修的修持，会使我们的心既不贡高亦不下劣地平等守护，就是实相守护，本具光寿的实践与运用，不增减的妙法的真实安住。真实安住，就是所谓三昧、三摩地，就是常行道，就是尊重一切，平等待一切。

说三昧，这个等持功德怎么理解呢？怎么运用呢？怎么实践呢？我们来实践每一个生命同等持有的本具光寿，尊重本具光寿这个千江有水千江月的映现事实，就不会说这个月亮跟我亲近，我尊重这个月亮；那个月亮跟我不亲近，那是假月亮，没我这个月亮圆——每一个生命现象都是觉性之月所映现，同一本源，同一觉性之用，差别于千江中的江江水水。

我们来平等观，不染著地妙观，圆满观，允许一切月的映现，就是平等心之守护与实践。世间攀比之苦，就是贡高下劣的苦，会平和下来。随着觉性舒展，舍弃我们分别对待的执著，或者说照耀、觉悟现行的变异，了知其觉性妙用、生命之别的妙用。觉悟于此，就是般舟，常行道，常行其道。

实际每一个生命不管他怎么表现，是男是女、是丑是美、是智是愚，都没有离开觉与觉的相续，如此观是为平等观；不割裂他与觉性的联系，就是妙观；尊重一切现行，就是法界体性智。

般舟这个法则传递在我们华夏大地有很长的历史了。我们中国最早译的《般舟三昧经》，两千年是有了。我们很多人现在读到《般舟三昧经》，很生涩那个文字，就是早期所译。早期译的这些经典都是法本，没有道理，不讲道理。后面我们学到的东西越来越多，开始讲道理，这些道理使人产生很多困惑，同样也给一些人带了心开意解的机会。

广福寺这个名字也好，大家在这个地方发起行持般舟、学习般舟这个实践，若能如法行，必能感动世间，利益有情，净化一方，或者说净化一个时代，普利一切有情。如法行是重要的传承支持，我们依法行就会得到传承支持。依个人一些想法、意识状态，那会有非法行。非法行也结个法缘，因为你必然告诉别人说我在行般舟——这个名字也结个法缘。

总之般舟这个名字的住世对一切有情就是有益的。如法实践，利益就直下现前；非法实践，结个法缘。过去有人读《妙法莲华经》上说：一称南无佛，皆已成佛道。我们在般舟道里不是一称，一天一夜怎么也要念几百声吧？不定哪一声碰上了、撞着了，真无修修了，突然无修修了，碰着脑袋了，崴着脚脖子了，突然就觉悟了。

实无一法可得是世尊的无畏说、真实说、究竟说、安慰说、安乐说、实相说。你在无一法可得中广行种种可得的、有感知的、有作用力的作为，在无所得的载负下、洗礼下、安慰下体会种种你平时认为有所得的感受、认知，包括三昧、境界，在无所得的、实相的、无畏的洗礼下面会使我们身心回归到清净法海中去，在这个法的海洋中得以游历自在，得以游戏方便。一切这些觉受、见闻觉知是对你游历在无所得法海中的一个美妙体验过程。

在无所得的自在法界中任你感知、遨游，没有畏惧啊！无所得你畏惧什么？你所有畏惧就是有所得！你所有不安来自有所得！你所有攀比来自于有所得！哪一天我们在无所得中碰着了、撞着了、认知了、了解了，那是真正的安乐处、安稳处，佛都现前了，你不让他现前他也要现前了。

你还用有所得的心、见闻觉知的作为，你见佛，佛不见你。你见的不是佛，你见的是你自己的感觉、自己的取相、自己的有所得，清净法身佛见不得！圆满报身佛见不得！支持有情的应化身你见不得！诸相非相即见如来，你就能见佛、

闻法。我们来常行道，能不能在无所得中归命呢？安心呢？这个地方是问自己的过程。“阿弥陀佛. 阿弥陀佛. 阿弥陀佛……”问问自己是不是有所得？是不是有所得？是不是有所得？

有人累得太辛苦了，突然感觉到无所得还挺好的。平时感觉有所得才好，需要钞票有钞票就好，需要房子有房子就好，需要车子有车子就好，需要儿子有儿子就好，需要家庭有家庭就好，得到就好。岂不知一得到，开始房子负累了，你要交钞票；有孩子了，孩子开始负累了，你要养育孩子；有家庭了，家庭开始负累，你要维护家庭；有权力了，你要维护权力，怕失去孩子、家庭、车子、票子……有所得那一刻中，欢喜荣耀，开始骄傲起来，拥有了嘛，开始担心失去，突然失去了就开始悲伤了。所以有喜有忧，有得有失。

无所得，你敢不敢依止无所得去得失、失得失中观察无所得呢？可能般舟道里你得也得不到什么——东面是墙，西面是墙，南面是墙，北面还是墙，一句弥陀念来念去什么也没得到。很多人说我要得，我要得见佛，结果见了个鬼影子——心中有鬼，鬼影子就照出来了，说鬼来啦鬼来啦。你说我心中没有鬼——没有鬼就会见佛，见清净佛、圆满佛、无碍佛。因为我们心净了，映出来的东西就是清净，就是圆满，就是无碍，妙相庄严必然由此生起了。

般舟很乐呀，过去说般舟三昧乐。以前善导大师写了一个般舟三昧乐的偈赞，可长可长了，要读几个小时。到底乐不乐呢？很多人说苦啊！腿痛，苦啊，腰痛，苦啊，头痛，苦啊，昏沉，苦啊，饥饿，苦啊，要睡眠不能睡眠，苦啊……都有所得，这个苦就来自于有所得。得到什么？得到个苦嘛！原来有所得就是有苦。无所得，所以那么多勿念、勿念、勿念，就是说不苦、不苦、本来不苦。为什么本来不苦呢？无所得！

所以“立一念”，断有所得。什么一念？无所得这一念你敢立吗？你说我辛苦半天，无所得我来干什么？我打个工还可以挣几个钱，在这墙道子后面走来走去干什么？就要把你那个有所得的心给去掉。

走一天，看看地板有所得没有？看看天上有所得没有？左墙右墙西墙南墙北墙看过来了，四面八方瞅过来了，说十方诸佛悉皆现前，怎么不现前？佛一点都不慈悲！很辛苦啊！“阿弥陀佛阿弥陀佛”，喊来吧来吧，让我看见让我看见，我要听法我要听法……不知道法由心生，不知佛也是由心生，苦乐、觉迷都是由心生！

“立一念，断诸想，念其方”，什么方？无方啊！说念西方，在无方心智中常念西方阿弥陀佛。阿弥陀佛是什么？他圆显了一切众生本具无量光无量寿，彻彰了无碍光不可思议作用力，就是心地无碍的不可思议的作用力，展示了我们内心世界最完美的状态，就是极乐世界。若是不增减地回归，清净地洗礼一切执著、有所得，我们会回到内心庄严法界——极乐世界。

无所得，无所得，无所得，实际般舟道里面就是告诉你无所得、无所得、无所得……所以要有想得到什么的人，一定不要去般舟道，会“上当受骗”的。那些用名利来诱惑你的人，你会痛打他的，你说让我受那么多罪，原来什么也得不到！

所以我在这个地方受三宝加持，如实地告诉大家：你来的时间什么也没带！你想恢复你原来面目，你什么也得不到！你说这不是很寒心吗？这一天二十四个小时走来走去走来走去什么也得不到，干什么呀？这是我们常规思维，我们潜意识在有所得中贪图着什么、期盼着什么、计较着什么。

哎呀，我这么多付出不换取个什么东西，起码换个名利吧？不给钞票也给一点名吧？说你走了几天般舟？我走了10天。不得了！你走了几天般舟？20天。更不得了！你走了几天？30天。更不得了！这不是走般舟，这叫斗法！

我们在走般舟里面没有强弱长短的对比，只有在无所得回归中的真正熏修。说九十天一弹指顷，为什么？发心，结束了。发心，结束了。发什么心？立一念。什么一念？这一念，佛告诉我们大地山河众生皆有如来智慧德相——这一念你敢不敢立？一切法不可得这一念你敢不敢立？不敢立这一念，你就很多念，断不了你想得这个想得那个的妄想，这个般舟走下去就越走越迷！以前我们迷于世间的名利，现在迷于佛法的名利，还是一个迷字，迷来迷去。那不叫常行道，那是常迷道。

所以我们要常行道，常见诸相非相，常立“本具光寿，朗照十方，同得大利”这个悲智具足的愿望，常立这个愿、这个心。这个“南无阿弥陀佛”，愿与法界众生一时同得往生无量光佛刹之事实，就在人人本具光寿的相续运用中、互相映射中唤醒一切有情，同归西方极乐世界如来会。因为各个生命现象皆是如来，皆可以参加如来会。

因为我们认知了人人本具无量光、本具无量寿，各个生命本具无量光、本具无量寿，我们念这一句南无阿弥陀佛就遍照十方，光光相映，支持一切有情无有舍离，无有遗漏，爱护一切生命，尊重一切生命。

“南无阿弥陀佛”就是真实言、诚实语，就是真正修行者，唤醒一切迷倒苦难有情，觉悟在“南无阿弥陀佛”这个照十方国无所障碍的本具光寿的威德的音声中。使一切有情觉醒起来，如实运用无量光无量寿，融入无量光无量寿，展示无量光无量寿，使生命变得最为璀璨，影畅表里，如诸佛世尊所亲证的法报化三身功德，在这一念本具无量光寿名号传递过程中彰显出来、展示出来，无余地供养一切生命，就是十方佛。

那我们就是同入极乐会，同享无量光寿，同享受无量光寿相互支持、圆满支持、圆满供养、圆满给予。这个以果地觉为因地心的修持就是不可思议的十方诸佛悉皆现前三昧的实践修学者。

释迦文佛在竹林精舍讲这个法之时，十方世界都震动了。可能我们广福寺以前也被震动过。以前没震动过，今天捎个信，把这个消息传递过来，使大家也开始震动震动。要震动啊，大地震动！我们要真念南无阿弥陀佛，不要打自己的小九九哦，走般舟打小九九就是小聪明处、失误处。

所以有时间想给大家写一个“无所得阿弥陀佛”。你说无所得很多人就不愿意走般舟了。所以释迦文佛跟大家讲：欢喜光阿弥陀佛，炎王光阿弥陀佛，智慧光阿弥陀佛，清净光阿弥陀佛，超日月光阿弥陀佛……说了很多阿弥陀佛，为什么？怕大家不走般舟啊。这么好的法不走，一切天人就会惋惜。

世尊有善巧，我这个人没善巧，胡说。一说无所得，“无所得？拜拜！”他不跟你来往了。我们要有所得才来往啊，就是有利益对不对？这个地方最大利益就是无所得，就是无所得的真正顺性的回归、正见的抉择、无畏的回归、超越一切负累的回归。这是最大的一个歇心休息的机会。

所以善导大师说般舟三昧乐。十几年前，一些小伙子跟我说我们要走般舟，我说可苦了，他说苦中做乐呗。我说走般舟可苦了，苦了有所得的心，把有所得的心苦掉了。哪一天有所得的心歇息了，他就感觉到般舟三昧乐了。那个心不歇，就是苦啊。

前一段遇到一个小伙子，从国外来，说我要走般舟。我说不要走，很辛苦。他说怎么辛苦呢？有所得的心要放下哟。可苦可苦了，因为那是我们强大的习惯。走、走、走，到下半夜，说下一次我永远不来这个地方了！但是一出般舟道：哇，这么轻松，不行，下次我还得来！结果又走，走、走、走，又走到后半夜了：我在干什么？这谁设的骗局？不干了！这一打板，哦，天快亮了，凑合下去吧！太阳出来了，出关了。吸一口气：哇，曾未有啊！咋办？还得走。

很多人走，开始认为身体痛、饿、寒冷等等，要有一段时间。过去以后就开始有一些境界、幻像等等，慢慢慢慢地要一个一个的跨越。跨越我们有所得的苦，跨越我们执著的苦、寻觅外求的苦。要跨越，必须得跨越。

广福寺他们发起要走九十天的般舟，一群人走九十天不算什么，玩呗。但是要是弄得明白，搞得清晰，这是一个无上妙法！要得到它的利益，是为诸佛菩萨所赞美的不可思议的犹如文殊普贤大士所行。行不来，我们最少结个缘，走一走，不闹腾也行。有所得就是胡闹腾，折腾累了，够了。

它手段太残酷了，要把你所有在见闻觉知上有所得的心给你搞掉！怎么搞？就是最简单的环境、最简单的音声，让你什么也抓不到、什么也摸不到。

所以般舟道越简单越好，简单到什么程度？什么画也不要，什么颜色也没有，就一个佛像，还要简简单单的。过去人走般舟那个佛像都不挂。越复杂，我们那个有所得的机会越多。把那个心培养的，他这儿捞不到了捞那儿去。

所以般舟道越简单越好。简单到什么样子？简单到不能再简单，就让他抓不住。你说是不是很重的手段？我们要真正对生死烦恼有个超越、反思、觉悟的机会，对自己的手法就要重一点！重以后你就知道有多少不可思议的利益了。要是不重，我们就在这里面熬日子吧，熬成个坏习惯还跟别人说自己怎样怎样，那会丢失修学机会。

无所得是众生畏惧处，是一切菩萨贤圣安乐处。我们可以尝试着实践这个无所得，年复一年的无所得，日复一日的无所得。你说在无所得中人还有啥味道？那个味道大着呢！你要实践才知道，你要步入那个无限法界你才能了解它。我们这个有限法界就是有所得的法界，是一个巨大的深渊、巨大的制约。有所得就是个制约，就是作茧自缚。有所得就会把你制约在一个你自我建立的小空间中，你得不到广大法界的支持，在无尽法界海中你不能游行自在。

般舟给大家做一点点提示，这个提示很多人都实践过。“立一念，断诸想”，这一念就是本具光寿本具之一念。所以了本无、知本净，常用此心，在这样心念的提示下“念其方”，知弥陀未出现前一念，极乐未出现前一念，清净圆满无碍未离现前一念。现前一念若松弛、若省力、若精彩，全在于本具。本具就是不用力处、不造作处。

我们就是造作习惯了，染著习惯了，有所得失习惯了——对这些习惯有一个透视，有一个认识，习惯本无习惯，习惯本是染习，局限本无局限，是自我局限。

善思维，善运用，善观察，就是妙观察，平等安住，圆满回归。这九十天的般舟，大家有这样一个愿望，我这个角度是随喜、赞叹、顶戴、礼敬。

要是我们真正能在日常生活中一样来依止无所得的心，常观察有所得的习惯，是不是一样可以常行道呢？在日常生活的点点滴滴中，可以不可以运用我们本具的无量光无量寿呢？可以尝试去做，在那个地方能走般舟那才是真功夫！般舟道里是演习训练的一个过程，真正要用在日常生活的每一个现缘中，那样我们真正地能常行道，常安乐，常喜悦，光寿不失啊！你还活着你都没有丢去，你死也是一个变异，一样不失啊！光寿本然，照耀生命，各个未有失去之刹那，我们一念都可以回归。

日常生活是我们真正的道场，广福寺这个环境是我们方便的道场。真正的道场是我们日常生活的时时刻刻的当下，真正实践般舟那种内容是我们生活的全体！般舟道是训练我们日常生活中怎么用心、怎么觉悟的一个集训地方。大家受集训，再回到日常生活中去常行道，常与十方诸佛同会！

三皈依是佛法基础

慈法法师 开示

2017年1月2日于上海扬子江酒店

(缘起：在现场弟子们祈请下，师父展示出阿底峡尊者的舍利，大家一起瞻仰舍利。)

弟子：师父，惭愧弟子有幸顶礼阿底峡尊者的舍利，弟子突然生起一念：阿底峡尊者舍利与师父之间有什么样的缘起？师父从阿底峡尊者身上得到什么样的启发？请师父开示，阿弥陀佛！

师父：讲过了，三皈依²。他一生就是对印度佛教、藏地佛教影响比较大。在佛教修学的基础——三皈依上，他作了很认真的传播、实践，对当时整个佛教界这种大的修学机制花费了大量精力与时间，在三皈依上让大家去串习、用功和实践。很多所谓很高尚的法他不传，就在这个地方用功夫多。

我这一生基本上就是因为接触三皈依、传播三皈依，其他很少。净土跟三皈依很类似，就是基础性的教育，很容易在基础上给人带来方便。三皈依不复杂，就是最直接的利益，三无差别的心理认知与守护。这是直接的，没有那么多花样的东西。所以就是比较深的渊源吧，有那种同气的东西，受到阿底峡尊者这种不可思议威德力的加持。

人的一生的经历，自己的作为与价值，每个人都有冷静下来的自我观察。可能我在这个短暂人生过程中、这一生中，对这个社会能传递的最真实东西也就是三皈依、净土，其他没有啥作为的。审视过，在三皈依上的确整个命运就改变了缘起。所以几十年来我就是三皈依，就是念佛，讲念佛，传三皈依，基本上就是我长年累月的事情，没有其他作为。

所以经常会有意无意地念到阿底峡尊者，就像我在传递着他这种功德一样，守护着这样一个作为。佛教虽然有无量无边的善巧方法、传播的很多法门，但三皈依是一切修行的基础。所以我希望在这个角度上能引起修学人的重视。

实际我们汉地没有几个人知道阿底峡。阿底峡尊者是孟加拉国的王子，出家以后，他掌握了当时印度所有教派主要寺院的教法。拿一百零八个钥匙，实际就是管理了一百多个寺庙。后来被吐蕃国王请到藏地，两代国王去请，把他请去。他到西藏以后，最主要是通过三皈依的传递，让当时藏地人们认识到三皈依的重要性。

² 2016年11月17日，农历十月十八，阿底峡尊者圆寂日。在放光寺磐陀石，应明道师祈请，师父开示《阿底峡尊者与三皈依佛法》。收录在《生活中的随机开示》文稿中。

后面的花教、黄教，主要是来自于阿底峡尊者这种后译、后弘期，最主要是阿底峡尊者这种教法。前期主要是莲花生大师，朗达玛灭佛后，最主要是阿底峡尊者。宗喀巴大师的《菩提道次第广论》与《密宗道次第广论》都是根据阿底峡的《菩提道灯论》建立出来的。要没有他的《菩提道灯论》，根本没有后面宗喀巴大师这两部著作，很多宗派就不成立。宗喀巴大师重要的启示与著作的依止就来自阿底峡尊者，就是这后五百年基本上来自阿底峡的教育与方略，他就是重在基础地方让修学者把它夯实。

现在人崇尚一些比较高尚的法则，对三皈依这个最重要的基础、最踏实的起步往往会忽略。就是这么个事情的缘起，所以要在放光寺建这么一个塔。从这种法则的缘起上乃至我个人修学历程中，要感激这样一个先贤大德。

弟子：南无阿弥陀佛！

智慧慈悲之修持

（题记：2017年1月初在上海，师父与大众随缘交流开示。）

弟子：阿弥陀佛，请师父开示何为般若智？

师父：中国译的最大部头的经典，就是玄奘法师译了六百卷般若经。世尊在他一生中讲了华严、阿含、大集、宝积、方等、密部等等经典，般若部是其中一个年段讲的，有二十二年在讲般若。

般若，比如说一切法不可得、一切法无我，是佛的真正智慧的对世间一切生灭幻化的本质的认知。他这个认知能剥离一切世间诸相的虚伪，显示它的本源，就是不增不减、不垢不净、不来不去的不坏的性体，这个性体称为般若。善用性体就是具大智慧的人，能破除一切相对世间有情的蒙蔽，得无碍智，就是金刚般若波罗蜜的智慧。

般若智慧人人心地是具足的，称为金刚；什么情况下也不会散坏，称为金刚；随着因缘成熟，可以拿出来运用，展示他不可思议的摧服一切烦恼、成就一切智慧慈悲方便的根源性的性德，人人都有机会，这个地方也可以称为金刚。他不被世间任何一个善恶所侵害、所污染、所蒙蔽、所减损，就是我们讲的实相。

在华夏大地上，金刚般若之智广传世间，深入人心，基本上学佛的不学佛的都能接受。能认真实践，依这个教法来作为的人，那是不可思议的善缘成熟者。但大部分人都有耳闻，有这样一些交流、意识，因为我们人人心中、生命中都具有这种实相的依止。

弟子：我们说要修慈悲心，修悲心有没有什么高效快捷的方法？

师父：最高效的就是把自己扮演成观世音菩萨。《观世音菩萨普门品》讲以什么身得度现什么身，慈悲心在我们每一个单体生命的实质内涵中都是十分具足的。

人类这个苦，拔苦予乐就是悲心。像我们六道轮回的苦，三恶道刑罚、愚昧、贪婪的苦，圣道不圆满、不究竟的苦，善道放逸、徘徊、斗争的苦，这都是苦吧。十方世界唯一真正圆满运用生命觉性的就是佛陀，真正离苦了。

所以真正悲心就是令一切众生圆满菩提，就是得度。以什么方法能令众生真正回到无上菩提功德海中来，那是真正的悲心。其他是一些方便、人情、法则的照顾、提携，就是有限量的。无尽悲心一定是像佛陀一样，在我们自性具足的最

深层的广大周遍的作用中显示出来，我们要从本质具足的心中认取它、运用它，
阿弥陀佛！

弟子：请师父开示我们怎么断除烦恼？

师父：有两种方式来使我们的现行烦恼得到解决。一类是对治方法——代替、对治、转化，这种方法可以把烦恼暂时伏下来。再一类是觉悟烦恼的实质，观察、了解、抉择烦恼的本质，从根源上解决烦恼。

这两种方法都有意义。对治、转化，可以使烦恼得到一个转化过程，虽然没有断除烦恼的作为，但是它可以伏住现行烦恼对自己的逼迫。再一类，觉悟它的实质，“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观”——我们善观一切有为法无实质的事实、不可得的事实、缘生缘灭的事实，使我们觉悟在每一个现行中，所谓烦恼即菩提，这样能在即显即现中得到解脱与觉悟。

心所依·唯依佛

慈法法师 殷重嘱咐

2017年5月3日于上海浦东宜联酒店

弟子：师父，我们在般舟道里是不是也要用四声来念佛？

师父：这样想很辛苦。我们做一个事情，心里所依的缘起很重要。好比说提醒自己依佛愿来念佛，依佛心来念佛，依实相心来念佛，依平等心来念佛，这个缘起很重要！用什么声调来念佛真不重要。所缘——什么在推动这个念佛？这个发心最重要，其他的不重要。随便啥声，只要发心清晰。发心不清晰你念什么声音都没有用。

学习佛法，内心熏修一定是根本，内心的训练一定是根源所在，这个地方是重中之重！让我们的心像心经中写的那样，真正观自在、行自在、得自在、用自在。心一定是自在的，内心世界的庄严你才能发现它、运用它、回归它。

要不然就在外面世界去寻找，永远是奔波、迷失、飘荡。要是回归内心法界，百川归海一样，一切都离不开心，这个心就是一切作用力的海，是不枯竭的地方。我们一定要认识这个心、心源，心海，就是一切作为的根源所在，要把这个地方认识清晰，这是最重要的！作为无量无边的，它的来源是什么？什么东西在指挥着、运用着这些东西？这是十分重要的！

弟子：怎么启用这个心的功德？

师父：阿弥陀佛就启用了，苦启用了，笑启用了。一切作用都来自于他，就启用了。一切东西都回归于他，就启用了。开关是遍法界的，只要触动就打开了。实相周遍，法性周遍，觉性周遍，自性周遍，周遍就是你所有碰触都是他的作用！要不然我们学佛学得很辛苦。学佛不是装模作样地设个什么、装个什么、有个什么，一定是如实认知、如实作为、如实亲证、如实体验，要如实！

不如实，我们就飘荡在法外，像孤儿一样在种种事相中迷失、寻觅，总不得安乐。令心回归，令心知道一切作为来自于心海功德、性海功德、实相功德，出入回归一定都是这个地方，念念不离于其体，事事不离于其相，他的源头是清净的、主动的、明了的。大乘佛教，根源就在于自性具足、自性清净、自性庄严的事实运用，要运用这个，善用自心。

要不然折腾这些破事，人永远没法安顿下。这个事那个事，永远无量无边。要真正地明确自心！

弟子：有两个有问题想请教师父。

师父：不编故事就没问题，念念自心具足、本心清净，回去就行了。编故事无量无边的。告诉自己不编故事就行了，编故事永远没有头没有尾的，我们的心永远在唠叨着，真是杞人忧天地编故事，越编越多。

三皈依，皈依佛，三无差别，运用三无差别，你还有啥故事？不要编故事，自己编故自己去解决。就是念心是佛，知心是佛，心作心是，回去念去！一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观——这个观就是解决问题的最好方法。自己编故事自己解决，自己造出来的麻烦自己解决！心作心是的造作、不休息，自己处理就好了。自作自受，永远是真理，不觉悟自己不行。

所依力，所依力很重要！人不需要太多方法，把所依力把握好就好了，心所依。太多东西真没意思，训练自己心所依。因为法无外乎是缘起法，就是心所依最重要！

心所依，越简单越好使用，复杂了不好用。我们制造问题的心是不休息的，就缘佛了，缘歇心，缘休息，缘具足。缘一个妄想就会衍生出来无限妄想，缘寂静一下就休息了。所依力，心所依，因缘法就是说的心，不讲其他的。因心，因心，就是心，没有讲道理，谁也没有讲道理。

弟子：最近学习您讲的信顺得入、随顺得入，是不是我们只能从这个地方下手了？

师父：好比你说游泳是啥样子？一脚把你踹到水里，你“扑腾扑腾”就知道啥叫水性了。我们来了解佛的果地觉，你要去理解就像站在岸上去想水的浮力，再想都不是水的浮力，你只能到水里面才能体会到水的浮力。

我们怎么体会佛的果地觉呢？就是要随顺！随顺他的说法、随顺他的愿、随顺他的内容，能体会到，就是跳到水里体会水。随顺他的力量来体会他的内涵、愿力的作用、性德力的作用，我们随顺过程就能体会到，像跳到水里体会到水性是一样的。站在岸上怎么都体会不到。就是我们以凡夫心再思考都思考不到佛的愿力、功德力，体会不到。只能自己去随顺过程中才能体会得到。

在果地教言中都是这样，所谓歇心菩提，歇心才能随顺。你不歇也没问题，你就念佛吧，念累了，或者做事做累了，你休息那一刻中：哦，体会到了。你就体会到宁静、广大、如实的。他用那种方法让你歇心——口业赞叹，称其名号，与彼光明名号相应。咋相应呢？无所障碍！什么叫无所障碍？就是依止他、随顺他去跑，体验他。你要用辨识力，没办法。菩萨声闻都辨识不了，我们去辨识，不是傻吗？没事找事！

弟子：以前学信愿行……

师父：你要是编出来个信的故事，最后还是不信。我们的信是编出来的信的故事。要是真正有一个善知识引导着你，一步一步地，从信根、信德、信力、信方便有个引导，

不断地推动，可能还有机会。像现在人妄想纷飞，根本没有机会，就是贪嗔痴慢疑这个疑占据了所有生命，只有一把火把它烧掉了。

疑是现代人的本事，就是时代的沉淀已经到了这样一个状态，已经没有让人取信的东西了。因为人的作为相差无几了，都有多面性的作为、多面性的环境、多面性的因缘、交织的业相。人格取信，这个时代已经……净土教法不要你人格，也不要你菩萨格、声闻格，九界的格都不要，只要佛格！所以你只有随顺，没有其他东西了。

现在这个时代用人格去感动世间，门都没有，一点没有用！人会疯狂，就是个人崇拜会崇拜到极致的。佛陀都不住世了，你还人格教育呢！净土教法就是把九界的格都去掉了，只有唯佛是念这一个！你不疑，社会上都会制造疑，种种都会有疑。在这个大染缸中掂出来个白布，这本身就是谎言。完全放弃对九界任何依赖，随顺佛陀，摄九界同生彼国！你只有这样一个心念，才有力量，才能顺性，才能展示无所障碍的事实。

弟子：把我们从业力圈里剥离出来？

师父：你九界都是业力，没有一个不是业力！你六度万行也是业力，不过是愿业，如此而已。为何善导大师说一切往生皆仰仗阿弥陀佛大愿业力？他就给你判定所有的有为法修德都是业，都是如幻的。在这所有业中，佛业圆满，如此而已。其他业都不圆满。以圆满业能回归于性德海中，得究竟安乐。他就是这个接引，所以称为接引导师阿弥陀佛。

九界众生都不称为接引者，我们怎么能接引别人呢？自己都不知道自己到哪一道，还接引别人？根本没法接引。九界同归是如实之说，同归性德海，唯佛圆满果地教，果地教修德才能接引回于性德海，得究竟安稳。你其他没有路，想都不要想！

为啥在这个世间净土能给人带来真实之利？就是惠以众生真实之利，唯此一路的抉择！他不跟你搞其他东西。其他法门修持一定要有善知识很细致的渐次的引导，修德中渐次引导。这个是在圆满功德加持下的回归，回归中来照破一切如幻业缘。所以一生成就阿毗跋致，是佛圆满果地觉的接引、愿力的接引，顺性地直接回入究竟不退转地，你才有阿毗跋致的现行，就是识破九界幻缘，不被一切幻缘差别所蒙蔽，得心自在，顺性自在。不顺性，你心怎么能自在呀？

九界业相没有自在者！唯有佛得大自在，广行方便，利益世间！我们都是受益者，谁装也装不成，没有用！一切造作的东西在这儿都散坏了，在缘佛的圆满大愿业力面前一切业分都散坏了。

就像太阳一出，所有灯光都没有用，唯有太阳光明，这个光夺一切光。所以是为光中之王，佛中之尊——他就夺了，把所有业力造作都夺了，唯显佛光，才能使我们在

个地方有皈依、真正依止与接引，就是顺性，回到性德海中，远离生灭造作的安乐，去审视世俗的所有业相无外乎是生灭法，

要不然我们根本没办法抉择。世间一个善来了、一个好来了，你顺着就跑了；如法的、不如法的，就跑了；一个赞叹、一个诽谤，马上就跑了。说一切皆是幻相、一切皆是如露如电，如此广大智慧谁能抉择？唯佛能抉择！我们听闻，随顺佛的抉择、随顺佛的愿力才能把这个抉择事实运用在生命中。要不然你现实运用不来，都是“道理明白，事上我做不到”，所有人都是这一套。

如果地觉为因地心就是随顺，如此而已。九界共同随顺佛的大愿业，成就离苦得乐的根本法则。九界业在这个地方都是苦，不圆满、不究竟、不彻底，恶道本身就是苦，一切幻就是苦，幻即必苦！他就狠一点呗。

这个时代靠格式化的东西，帮自己帮不了，帮别人不用提，谁能帮着谁？一个一个都是心竭力衰，还帮助别人呢！迷迷糊糊的，怎么帮？貌似清晰也是糊涂人，只要挂上“我”字，一定糊涂！挂上对错——糊涂！挂上正邪——糊涂！所有东西都是糊涂的，二元法则你哪个不糊涂？心生烦恼，心生迷失，没法安乐。

净土教法他彻底！他就真正证实了一切业如幻、一切有为如幻的事实，他就一竿子到底，他不给你保留。很多东西是有保留的。要说菩萨法、声闻法、善法，大家都有保留，大家感觉是真实的，马上要操作了，马上你就投奔去了。真正歇心，知道这一切造作都是有为的操作、都是业，无明是根本使者，见思二惑是推手，人就清晰了、简单了。

我们都是五十步与百步，谁也不比谁强啥，就是法则上的认知要清晰。共同认知清晰了，大家就可以和合共修一个法则，不会在差别用功夫。在这个地方不用功夫，人心就能安乐，就有共同话题、共同修行、共同作为，人就得到安乐。只要谈一个共同点，大家都简单。

比如佛陀说大地众生皆有如来智慧德相，我们就简单了，信心就有了，修法机会就有了。三皈依，心佛众生三无差别，我们就安乐。大家都有共同点，共同关注、熏修、实践起步的地方。培养高低大小一定是迷失，不管是谁，一定令你迷失！因为这个地方攀不上、比不上。

佛讲法一定是根源从我们三无差别缘起的，三皈依缘起中，南无佛缘起中，都是一样的具足、一样的清静、一样的缘起。要不然我们念佛念不成，依法不依人根本依不成。这个时代，塑造任何一个人人都变得毫无意义。法则上拿得准才有意义，才有作为。

依法归体

慈法法师 殷重嘱咐

2017年5月4日于上海浦东汇豪天下

（缘起：2017年5月4日清晨，师父即将离开上海去斐济，应弟子们依依不舍的祈请，又慈悲提醒大家修法上的要点。）

根源肯定是没有差别的，但是他取用时候出现了无量与有量的差异。取用那一刻中表现的差异，实质来自于一个本体，就是法界。佛陀菩萨都取用了无量、无限的自由法界；我们取用的是有限、有量的法界。这一点点差距。我们接受佛陀传承，无外乎是我们取用有限有量的习惯用到无限无量的作用力上就好了。就这一刻中，我们的心就完全松弛了，回到顺性法界中去。

击破这一点特别重要，是我们修法中的重中之重，就是缘起法！要不然我们所有修行都是造业，就是有限的取舍、有量的取舍——这个习惯造成了我们众生业报差别，就是九法界。佛陀法界为什么能俯视九法界呢？因为他取用了无量与无限，就是顺性展示了心地的妙用，展示了心地的庄严、心地的真实，所以他是圆满的觉悟者！十分感人与震撼，你永远都会被他震撼着，永远会被他感动着，你只要真正承接了这个不可思议的法界中最尊贵、最难得、最殊胜的强缘，十分震撼！

我在这个地方真是被无数次被他震撼！因为我们有限有量的取用习惯十分坚固，坚固到每一个众生的表现上。面对这样巨大的坚固你怎么把它解除呢？要有一点点缝隙就垮掉了，就是你这个传法者一定会被大家击垮。因为你一人入万人阵中，都是你的敌人，就垮掉了。他不是一个人，他是所有人，他要用有限有量的法则、感知、知见来跟你拼搏。所以要做一个真正的法则实践者，要有很大的勇气。

弟子：师父，我们和佛的性体是无二无别的，相和用上出现了差别？

师父：你取用出现了差异，造成了相续作用力的差异。性体是一如的，皈依我们就皈依在三无差别这个一如上。我们运用这个无限无量的平等、周遍、如实的心，再来回观一切有量有限的习惯，就能得到真正解脱，从这个有限有量的习惯中解脱出来，真正得到身心的寂乐。

真是很感人的地方，十分感人！要出远门了，跟大家说几句话，很真实，很亲切。这一点突破了，就是三皈依成就了，三皈依有力了。

因为这个地方可以击破我们对一切有为的执著、有限有量的执著，能把它击破！三皈依能把它击破，南无阿弥陀佛能把它击破，性德能把它击破，弥陀愿力能把它击破。我们是坚固、禁锢在这种有限有量的意识、作为、习惯上了，坚固得很。坚固到什么程

度？“我于一切世间说此难信之法”，可能难就难在这儿了，特难！因为大家这个习惯不是一生、二生，是千百万劫熏修出来的这个差别世界，就是我们见到的大千世界，大千世界的差异就来自于我们这个坚固。

怎么把他从这个禁锢中真正获得无尽光明法界的自由呢？回到庄严法界中的拥有？就需要皈依。

弟子：就是跟您说的一灯能灭千年暗？

师父：这是一定真实不虚的。我第一次舍戒时候，把“幸闻弥陀具足名”贴在那个地方，我说我不用身份，完全可以弘扬一个能令一切众生脱离生死苦海的善巧。完全可以让你不用任何人格来解决这个问题。因为以前都是人格上的东西，大家依着你的人格来学习法则，或者依着你戒律守护、住山、圣地等等，有一种敬仰，有一种依止。那个东西太少人能去那样做、那样用了。

我们修法的人，大部分人都是在我念什么经、我磕什么头、我依止哪个人、我学哪个法……很少处理自己的心念所依，这是一个巨大的陷阱，被相所蒙蔽。这是所有人的障碍，就是有限有量有形的东西蒙蔽。

弟子：有时候不抓着这些东西，心里空得慌。

师父：有限有量，取相习惯，这是我们二元世界一个极大的习惯势力！没有这个，人会恐慌、迷失，甚至会失心、疯掉。所以皈依，百川归海，只言大海之浩瀚、大海之不可思议功德，不再说百川了。百川只是注入大海的过程，大海是水的实体，真正不增减的实体。

我们的心体实际是一样的，一万个感觉、无量感觉没有离开心体、觉体、性体。我们一旦认知了性体的不增减性，运用这个，就无畏于生命，无畏于言说，无畏于一切如幻的业相，无畏于此了。

现在我们最大的畏惧就是怕枯竭、怕变异、怕丢失东西、怕作为浪费、怕被伤害，等等等等。你要回到不增减的心地法界了，有什么减损呢？有什么畏惧呢？有什么割裂呢？有什么限制呢？你会获得心灵真正的大自在。就是过去佛陀教法中得大自在，依法得大自在。

我从青岛走的时候写了“依法得安乐住”，那个心我们要认识，依法能得到真正的安乐。其他的安乐一定是变化的。我离开放光寺时候给他们写了“依法为伴，生生不离”，没有法这个伴随，怎么办？这个躯体很快就死掉了，但是依法他会得到永恒的支持。

弟子：这是来自自心的力量？

师父：来自于大家共有的力量，共同拥有的力量。大海是水所共同拥有的力量，水

汇集到一起就是大海。一切生命的心源汇集到一起，就是性海、性体。这个性体就能指导一切众生，远离畏惧，远离局限和割裂，远离痛苦与迷失——远离这个东西，他起步就是真实的起点、缘起。

这个究竟安乐处，怎么退转？你说你咋退转？水到大海里了，怎么从大海中把它取出来，让它枯竭、染污？你不怕了，因为它融入了无尽法界中了。这是很美妙的觉悟过程，十分美妙！

说已发愿、今发愿、当发愿，皆得不退转阿耨多罗三藐三菩提，一生成办阿毗跋致。这是真实说，佛没有一句谎言，只要依这个法则，一定是一生成就阿毗跋致！他不取相了，他不取相与量、限制，他都不取了。所以说入弥陀愿海，众罪消灭，百川入海。我们学法要真正学到有用、能感人、能感动自身的内容，要不然太没意思了，那真是空过了。一定不令心空过，生命最珍贵、最难得的机遇莫过于遇到法则，解决了生命的畏惧、限制、局限性，解决了这些问题。

你要真正遇到法则，你感觉到不负人生了，不辜负于生命，一定会这样亲切体会的。

这个地方要孜孜不倦，就是“道不可须臾离，离即非道”这个不可须臾离的地方。百川入海了，入海以后它就离不开了。我们回到性体中也就离不开了，就不会再颠覆了，不颠覆就是不退转。你颠覆不了，就是你的分别意识中颠覆不了，因为正思维必然建立。

下面就有正语、正业、正命，就能真正步入八正道。大家为法而来，因法而来，因法我们聚到一起了，就是佛缘、法缘，最为珍贵，最为难得。我以前说佛法强缘、佛缘强缘，最为难得。不管是谁，我们都会感动的，十分珍贵的！因为其他东西累劫都在修行，这是顿超累劫于一念间，这太重要了！

在这个地方我们会被我们无始以来的习气、有限有量有相的习惯制约着，会否认他、颠覆他。但是一点都不可怕，这就是反复品味的地方，你要反复品味这个，就是缘法性、缘佛愿与缘业力、缘自己的业报，是什么状态？你反复品味它，它是很美好的交流了。这是个耐嚼的橄榄，十分耐嚼，你越嚼越有味道。

开始我们嚼的时候心中会反复，说怎么还会这样？怎么还会这样？怎么还会这样？就是我们对一些东西还不能原谅、不能理解、不能突破相的制约——好啊，坏啊，这个不行吧，那个不行吧，这个不能原谅吧，那个不能允许吧……有很多不许。你看百川融入大海，浊水、清水、毒水、净水、什么水都注入大海了，大海就是允许，他敞开着呢。他心无量，他敞开着。我们有限、有量、有形的心，浊水不要进来，毒水不要进来，起码说恶水不要进来——总要有一个拒绝。一旦我们是海的心，就敞开了。

我们允许一切了，实际允许一切就是性德的作用，就是平等心的作用，就是大智慧

心的作用。你看他这一个心念，不得了的内涵，就是允许，简直是不可思议！中国的六十四卦中有个谦卦，谦卦就是允许，谦和，允许一切，都吉祥³。我们对清水可能允许，浊水就不允许了，或者对毒水说千万不要进来啊！大海不一样，放射性的水他都接受。

允许，要学会允许。阳明先生心学，“道不可须臾离”，就是允许，“离即非道”，不允许就是非道。

弟子：师父，昨天有一个朋友来找我，他思辨特别厉害，来跟我聊。

师父：思辨的人，他是细腻了、规格了、次序了，如此而已。但是有一点，他总是有限、有量、有局限，他再细腻都有局限。

弟子：他是质疑。

师父：没问题！你不要随着他跑就行了。太缜密、太细腻、太格式化的思维，容易把我们牵制过去，你被他牵制过去，又迷惑了，说是吧？好了，就是海水倒流，我们又退到江河里去了。像黄浦江的水倒灌了，你说我怎么又成河水了？但那是一点点，不是全部，就是我们的意识很快又回来了，不要紧。

他特别缜密的时候就有极大的吸引力。细腻、严谨、有规格，规格就是有量，会把人吸回去。但你能认为这就是我了、这是大海了——这不是大海。

你被人设了陷阱，别人挖一个坑你跳进去了。你肯定有不知道的东西。你说你是一切智者，那么寂灭为乐，佛无知正遍知——他挖一个坑，你就蹦进去了。这叫意识陷阱。过去辩经要立题，不立题不行。他挖了一个陷阱，说你肯定有不知道的东西，你不能不承认，你就跳进去了。他的作用力把你吸进去了，你的意识在这里面起作用了，你说：哦，是这样！

因缘所生法，因缘所生法，他给你一个外缘，你的因、心念就过去了，实际被他左右了。缜密的老师我见的多了，啥都不是，最多挨几句骂，就是你比别人混账得厉害一点，哈哈。人很缜密、很细腻，从逻辑上、格式上、推导运算模式上真可以令你屈服的。

弟子：师父，我学戒有几个问题想请教师父，不知道方便说吗？

师父：戒法上不能说，你发到微信上说吧，我到了以后回。戒律是你们的宝藏，比丘具有的特定宝藏，有不共的东西。

戒律的方便是细腻的、周全的。比如说我们同一性，但我们不知方便。他们许可了什么？就是同一性中，我给你方便！佛陀给方便，就是细腻，该做的、不该做的佛给了方便，如此而已。他把自己的家宝、珍宝给内眷属了——给你们，你们拥有这个东西；他们（没出家受戒者）不拥有。

³ 周易六十四中，只有谦卦是六爻皆吉。

实际本性中都有，但你没有证得阿耨多罗三藐三菩提之前，你都不知道这些咋回事。佛陀知道，他给你了。像真正具有一切功德的人，他把一切功德给予子女一样，让子女享受这个方便。子女也拥有，但不知道咋用，不知道自己拥有。佛陀给比丘、比丘尼具足戒的证实，说你是具足的。然后让你一点点地学方便，方便都给你们——戒律，一条一条一条，让他们去行使方便。其他人不知道这些方便。所以他们就可以统领大众。我们同一性体，但我们不知道这里面的方便，佛没有许可我们，我们没有学。

就像念佛是个大方便。细微方便，要是学过比丘戒，你就知道永远没法超过受具足戒的人，他们认真的情况下。你要细腻，你不出家，你永远细腻不起来，怎么都是粗糙的！像我讲净土，我要是没有戒律，我怎么讲都是粗糙，我只能从一个感受上、大体上说明这个事情；要是从细微方便，只能来自于戒法，没有戒法学习我一点点办法都没有。

你这个人举心动念，我说你心性从哪个角度，为什么？从戒法上来的。没有戒法的方便，净土我根本讲不了；没有禅宗的方便，净土我也讲不来；不是以前碰过密教的一点点东西，很多东西我也讲不来，就是你不知道咋讲。这些方便中，他跟净土真正圆满的一个，就是给大家一个交流机会。

比丘戒，具足戒，就是告诉众生所具足——你一定是具足的，证实了这个，然后细微方便中你慢慢学习、实践。这是不得了不得了福报！其他人没有这个机会。珍贵就珍贵在我们的细微方便上了，体性肯定同一性。凡夫人、没有出家的人，他不受这个戒，三皈依中他知道自己具足，但他也不知道咋用，没有细微方便。

所以女众三百多条、男众二百多条，都是细微方便，从粗到细，很细致的。在家怎么学都学不来，你没办法；交给你，你也没有用，为什么？你不是团体。很多东西必须团体使用，这个力量才有。

走了！出家师父珍惜自己的因缘啊！

善为出资读诵受持流通者回向偈曰：

愿以此功德 庄严佛净土
上报四重恩 下济三涂苦
若有见闻者 悉发菩提心
尽此一报身 同生极乐国
其佛本愿力 闻名欲往生
皆悉到彼国 自致不退转