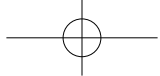


第1篇

意乐人生



对意乐的认识与抉择



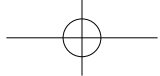
恰当运用短暂的人生

今天大家相聚在一起，都有一个善良的心愿，想解决我们短暂的人生中一些实际的问题。如果一一地来讲，难度比较大。我们就借助这个集体的因缘，来谈一个共同的话题。

我们的人生过于短暂了，遇到交流、解决人生实际问题的机会就少一些。佛陀给我们带来这样的机会，让我们认识、审视自己这个短暂的人生。今天我们一起谈一个话题，就是“意乐人生”的话题！

我们人生很短暂，一百年，这是一个比较笼统的说法，许多人可能活不到一百年呢！按照佛陀的授记，我们这个时代的人，平均寿命大概是在50岁到70岁之间。在这个短暂的人生中，大部分人已经度过相当一个阶段了，后面面对的东西就更为复杂一些，那就是老、病、死亡、再生的问题了。

2 意乐人生

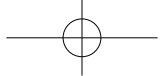


这么短暂的人生，我们怎么来恰当地运用它呢？这是大部分人需要讨论的一个课题！本来，人生可以轻松、愉快、明亮地度过，或者说运用出来。对人生意乐问题的认识、抉择，乃至运用得当的人，我不知道多不多？就是怎样把人生过得自主一些，快乐一些，要认识，抉择，运用。只认识不抉择，这个认识会变化的。

为什么提出“意乐”呢？我们都知道，这个第六识的分别，是人类一个主体的生活理念，每个人都有这种意识作用的习惯。但怎么来认识它，运用这个分别呢？怎么来抉择它呢？怎么来确定它呢？怎么来如实地运用呢？这就是人生的一个课题了！每个人的年龄不同，生活角度不同，我们就从一个共同的运用它的角度，来审视，来意乐。

认识意乐的内容

“意乐”这个名词可以说是造作出来的，认识的过程实际也是一个造作的过程。因为“意乐”是一个名词，是一个假设，它的含义、内容，我们每个人



都在填充它，都在造作它，实际这就是所谓的认识过程。我们如果通过一个好的方法，把意乐这个名言的内容，做到最准确，可以操作它，可以运用它，今天这个课题就能有一个好的作用。

我们先谈第一个问题——意乐的认识。先给它命一个名，来给它分类。我希望大家都参与一下。

某居士：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。

慈师：我感觉还有智慧的层面。实际这些东西是个认知的过程。谁对意乐还有什么认识，可以讲一讲，我们把它补充上去。

慈师在黑板上写：“1.物质；2.精神；3.心灵；4.智慧”。

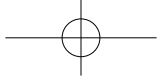
某居士：愿望就是一种意乐，心里快乐的愿望。就是你的愿，对什么感兴趣。

慈师在黑板上写：“5.愿望”。

某居士：究竟的意乐与不究竟的意乐。

慈师在黑板上写：“6.究竟”。

4 意乐人生



慈师：有没有异议的？谁说这些内容可能囊括不了，或者有新的内容，也可以讲一讲。

某居士：意乐就是不会烦恼。

慈师：没烦恼，对，那是精神与心灵方面的，没问题的。

某居士：还有身体方面的。

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

某居士：意乐是什么意思？

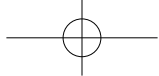
慈师：对，我们就是为了认识这个意乐。实际大家在给它起名字，先使它有一个内容。这个内容实际是我们每一个人的。因为意识是我们最敏锐的一个点，人的眼耳鼻舌身意，这个意是最敏感的。或者说，意识在指挥着很多作为，是我们人生中十分需要的。

某居士：自在是不是意乐？

慈师：跟它有相应的东西，可以，再加个“自在”。

慈师在黑板上写：“7.自在”。

某居士：我觉得禅定也是意乐里面的。



慈师：禅定是跟智慧、心灵、精神都有关系的。

某居士：信仰是一种意乐吗？

慈师：信仰，“愿望”嘛！没问题的。大家都参与参与，动动脑筋。

某居士：吉祥和欢喜？

慈师：吉祥、欢喜，愿望里面一定包含这个东西了。

某居士：安心、踏实的感觉？

慈师：对，精神、心灵，这两方面涵盖很广的。

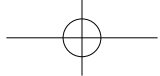
某居士：善，慈悲？还有美？

慈师：对，这都是心灵的作用。

某居士：意乐是不是有短暂的和相续的区分？

慈师：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。所以过去有两个门：真如门和生灭门。从法则上来讲它是这样的。像真如门，就是不生不灭的法性的相续；生灭门就是根据我们人心的变化而变化。

6 意乐人生

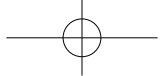


某居士：师父，说了这么多意乐的东西，那什么不是意乐啊？

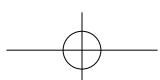
慈师：我们先认识意乐，不意乐的东西先放一放。因为我们如果没有一个谈话的主题，大家就会交织一些说法，浪费别人的时间。希望大家在这短暂的时间，对它先有一个认识，这个认识不见得十分准确，但我们可以尝试着从某些角度去认识认识，也可以谈一谈自己对意乐的认识，再来解决自己生活中的意乐是什么样的，我们能不能确定它，就是抉择的问题，先认识才能抉择的。一旦抉择了意乐的心理状态，人生就变得简单了。因为我们的意识经常受到委屈、蒙蔽、诱惑、欺辱、挣扎、无明、习惯……种种牵制，所以对这个意乐的运用机会不多。为什么呢？就是没有抉择它！所以这个认识的过程特别重要！

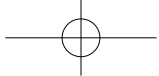
某居士：我觉得意乐就是两个层面的，一是世间的，通过财富可以拿到的各种人的欲望，或者说在物质基础上达成的精神和心灵的，或者是智慧方面的需求得到满足；再就是出世间的，通过修法达到的究竟解脱。就这两个方面。

慈师：对。信仰与世俗的生活。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。



8 意乐人生





某居士：行为？

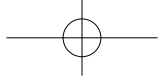
慈师：有啊！佛教讲的行为的意乐是很多的。像布施的意乐，饶益有情的意乐，慈悲产生的意乐，禅修出现的神通无碍的意乐，智慧、明心见性的意乐，一个问题突然解决了，突然超越心里负重的一种喜悦……意乐的机会也是很多的。大家命名就好，用思想命名、认同都可以。你自己没有这样一个习惯，你认同它就行。不认同你就反对它。实际认同也是认识。

某居士：意乐是相对于什么说的？比如说，是不是有意苦，然后有意乐？

慈师：现在我们只谈意乐，不谈意苦的问题。我们尽量从各个角度来谈意乐，把这个意乐认识完善，其他的先放一放。为什么呢？时间问题。意苦我们以后再说。

某居士：我们刚才总结的都是意乐产生的那些途径吧？从意乐的状态上，是不是可以分两种？一种是不动的意乐，再一种就是像野马一样，来来去去生灭的意乐？

慈师：对，有生灭门，生灭门就是靠变化来产生的意乐。对变化的清晰与把握、操作、运用等产生的

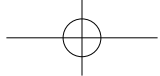


意乐，就是生灭门中，就是世间，也就是世俗意乐中的一个方便，也是回入世俗的一个方便；真如门中呢，在无所得的心智中清净安住，无得无失，无牵无挂，如是顺性的自在力，产生所谓信仰的意乐，就是恭敬的安住，感恩的安住，等等。大家慢慢来认识意乐，不是要强加给大家什么，去感知它就好。我们不需要设立一个东西，设立一个东西大家都很累。在这个压力比较大的时代，大家需要轻松！轻轻松松地认识一个问题最好。

某居士：意乐是主动清晰的选择。

慈师：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，可能还有角度，但是大家可能没有谈出来。我们就大家的这个氛围、这个状态，就谈这些内容，暂且把对意乐的认识停留在这七个方面。若是需要再加什么，我们再继续加。实际就是认识它的一个过程。我感觉就是一个世俗谛的意乐与信仰和胜义谛的意乐，就是生灭门与真如门的一个意乐问题。大概没有问题了，我们就可以确认它了。

10 意乐人生

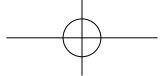


在减劫中作增劫的意乐

刚才有菩萨谈到意苦的问题了，意识有没有苦的东西呢？大家都知道，迷茫是很痛苦的，无奈是很痛苦的。我们经常生活在这个问题上，这个问题来了，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，明知这个嗜好有很不好的结果，还要去做，可能都是意苦的东西，跟意乐有点背道而驰了。

我们谈意乐，是让大家来抉择自己，是运用自己意识的一个恰当的方法。怎么恰当呢？比如说我被逼迫到这个角度了，没有办法，我不做也得做，怎么办呢？生活所迫，形势所迫，感情所迫，因缘逼迫到这个地方，不这样做就生存不下去。我们要是抉择了这个意乐的实际内容，可能会有一个很好的方法，来认识这些无明、压力、习惯、外围势力给我们带来的心智的委屈与挣扎。

平时我们谈意乐的话题比较少，意苦的东西多一些。我们这个时代称为减劫。减劫是个什么概念呢？就是人的意识、道德、作为，越来越走向一个低谷；人的负重、相互的挤压、苦难的东西就越来越多。因

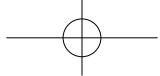


为信息、周边因缘不断地变更、交织，给我们带来苦的消息比较多，心理环境上慢慢就变得逼迫了，所以大家意苦的东西比较多。我们减劫中意识的特征是这样的。

在减劫，人寿在缩短，按照佛陀的授记，是一百年减一岁，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。大家如果与人为善，不是嘴上的善，是心地的安乐、清晰的善，这样一个善，就是一个增劫的效果了。我们虽然生活在减劫中，但是如果做增劫的事，人心就会宽松。为什么谈意乐呢？因为在增劫中，人与人之间是通过意乐来交流的，它把苦的东西、迷失的东西、挣扎逼迫的东西给放弃了，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。

有菩萨问，人怎么才能长寿呢？是不是锻炼身体人就会长寿呢？我说这样长寿不了的，因为这个机体的锻炼没有长寿的内容。布施人饮食啊，给人以劝慰啊，放生啊，慈心啊，等等，这都是长寿的善良的精神基础，否则你没有基础的。所以我们要增劫的心理状态，就要用意乐。

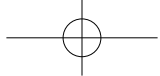
12 意乐人生



死亡就是一个变化的过程

我们既然知道，减劫与增劫的差别就在于意乐与意苦了，就会选择意乐来作为生活一个指导性的、决定性的意识，或者说一个操作方式。刚才我们对意乐归纳了七个内容：物质的、精神的、心灵的、智慧的、愿望的、究竟的、自在的，等等，从这七个角度来谈它。但要是细细地分，可以分成无穷个。在我们这一生中，一般得与失是需要解决的一个问题，或者说是阻碍我们的东西。但是生死问题，这一生如果能够解决，就特别重要了！我想生死对大家的制约是不言而喻的！我接触过许多处在生命边缘地带的人，得绝症啊，被一些恶性事件冲击啊，好比犯了国法啊，犯了某些集团的利益啊，被人追杀啊，等等，很多事情。大的事件比如自然灾害啊，像汶川地震，十万人就没有了。这些问题我们有没有什么概念呢？若用意乐来看这个生死问题，就很简单。所以我们先从生死上谈意乐。

慈师：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。可能年轻人一般会认为生死跟自己没关系。黄泉路上无老少，肯定有关



系！不怕死的人很少。

某居士：我对生死有感触，是因为我看着六个亲人，在我眼前去世。他们肉身在临死的时候，那种痛苦、挣扎、抓着不放的劲儿，巨难受！看到那种痛苦，活着的人，尤其是亲人，感触很深！

慈师：你怎么解决这个问题的呢？

某居士：我解决的方法就是念佛。

慈师：太好了！这位老师讲一讲。

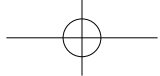
某老师：学会去热爱死亡。

慈师：实际死亡不过是个变化，真正地面对死亡，平等地、平常地面对死亡，死亡就变得有意义了。

某居士：差不多相当一部分人在童年时期，都恐惧过死亡。或十五岁之前，或七八岁的时候，都有对死亡的恐惧，这种恐惧大多来源于对无限的恐惧，他们觉得死亡之后就是无限的深渊。很多人到成年以后反而会淡化，经历了很多，可能习惯了，认为是很自然的一件事。

慈师：现在老人，病人，一些去世的人，感到死亡是正常的吗？

某居士：大多数老年人恐惧死亡，并不是老年人



活了一辈子，他就想明白了，就不恐惧死亡了。

慈师：所以我们把意乐放在一切时处，就特别重要了，因为死亡是一个比较敏感的问题。

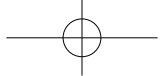
某居士：我觉得活着的时候清清楚楚的，明明白白的，开开心心的，死的时候能够做主，也清清楚楚、自自在在的，就是福气。

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

某居士：闻到佛法不怕死了。

慈师：闻到佛法不怕死了，死亡是因果没问题的，但是像前面那位老师讲的，要迎接死亡，用喜悦的心情面对死亡，这个意乐的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？实际平时我们心里的需要、变化，我们感到回避的问题、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呢？大家可以去谈一谈。因为我的人生中，有过几次死亡的经历，我自身对于死亡，感觉只是一个变化。

这个意乐，我们把它用在一切时处，它就变得有



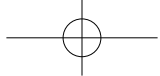
力了。我们把意乐当成一种习惯就好了。许多人面临着这个挑战，生与死交织的挑战！解决这个问题是个大事情！我们不会感觉死亡跟自己没关系吧？

我经历这个死亡，感觉它就是个变化，很快的一个过程就过去了。假如人不挣扎，死亡的过程变得很自然。如果挣扎，死亡就变成很痛苦的一个纠缠。许多人看到自己的亲人去世，都看到痛苦的挣扎过程，就是他不愿意死，对抗这个死亡的过程。你对抗还是要去世的，因为我们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。



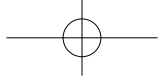
人类潜意识对苦难的屏蔽

很多人的记忆中已经把死亡的过程泯灭了，每一个人的生命个体都经历过无数次的生生死死，中国人有个说法来遮盖这个记忆的遗忘——过奈何桥，孟婆婆给你灌迷魂汤。实际就是我们记忆的一种自我保护。人一旦到了极致，就有一种自我保护体系，它把你的记忆关闭了，产生漆黑的一个屏蔽，一个方便。我以前有过很多这样的体验，痛到极致的时候，人就



2010年末木香坪极乐法会，舒展的笑容，缤纷的气球，拳拳的誓言……

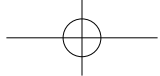
平等安心誓愿戒/平等安心一切时，随顺佛愿无有间。意乐弘誓性自显，法身功德行周遍。解脱诸相达本源，圆满三世为一念。共入极乐如来会，同享佛果利群生。



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。我们都经历过从母胎出生的过程，但没有几个人记得自己是怎么出生的。谁记得，举举手。不管年龄大小，很少有人记得啊！

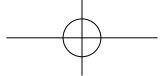
某居士：我先生记得。他记得有一个瞬间，被包裹着，暗红色的，他要往外出，而且常会梦到这个。

慈师：这是比较有善根的人。有的人整个出生过程就能把握；有的人不去体验出生的过程，不愿意忍受那个记忆，就去夺舍。但是大部分人，在出生羊水破掉的那一刻，记忆就全部屏蔽了。因为这种风刀解体，对整个身体做了一次大手术，人的整个生命就像被风刀片割一样，这个痛苦是忍受不了的。为什么大部分孩子一出生，就“哇”地哭了呢？风刀解体是很痛苦的！大部分人的记忆在这个地方屏蔽了。像刚才这位女士讲的，大概是羊水未破的状态下，她的先生可以记得住。但是羊水一破，人的记忆力不愿意去涉足了。因为涉足这个太痛苦了！我们多生多劫，一直这样生生世世地徘徊着，称为“轮回”。所以这也是我们的意乐，是潜意识的一种意乐。我们在屏蔽着苦难、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，我给他们做了一个总结，大概就是：他们看到了自己从潜意识中、深层的意识中，绝对不希望看到的事情，突然就出现了失明。他要屏蔽一个东西，眼睛就失明了。前段时间有两个教授去看我，说师父马上配个眼镜，我说为什么呢？他们说48岁就应该配眼镜了，要不然眼压就会高，眼底就会出血，年龄大了嘛！然后一个出家师父配了一个老花镜给我。我平时还可以看书的，这老花镜一戴，是省力了，但是摘不掉了。这也是潜意识的一种保护与意乐。为什么老年人的眼睛会花掉呢？会慢慢看得不清晰呢？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。怎么办呢？让眼睛慢慢地视力不够。

你要是仔细观察，意乐一直在起作用，只是主动地与被动地，清晰地与不清晰地罢了。那意乐到底是个好东西还是坏东西？不能这么谈它。只能说意乐一直在起作用，明确地、不明确地在起作用。所以我们把这个话题提出来，主要是希望大家在日常生活中，或者在生死攸关的地方，使这个意乐起作用罢了！主动地起作用，不是无奈地，不是挣扎性地让它起作用！

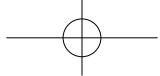


得病是心灵深处的一个需要

我前段时间得了个病，他们说很严重，可能会要人命的，说是绝症。我通过很多方法来观察，早期认为是自己的一个嗔恨心，或者是杀业造成的一个恶性疾病，但是没有解决问题，或者说它不契合自己的心理与身体状态，所以我感觉这个癌症，大家不要奇怪就行。他们认为这个东西是绝症，我认为这个东西是个需要。就这两个字——需要！我认为是最契合的了，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。

不相信，很多有这样经历的人都可以这样去审视自己。有一位云南的菩萨，也是得这一类疾病了，给我打电话说，师父，我出大问题了，他们给我确定是什么疾病，你帮我看一看，我是怎么了。我说我看不来，但有一点，你可以仔细地回忆，你生活过程中是不是有这样一种对死亡的借助或者希望，动过想要死亡的念头没有？动过不想活的念头没有？

某居士（正身患癌症）：我工作的那个地方，周围的很多亲人、朋友都得这个病，围着我的都是这个

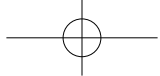


病，后来一个一个，三五个月、一年都没了。后来我就特别深思这个问题，我用了七八个小时的时间一直在想这个问题，想如果我有一天得上这个病，怎么解决呢？这个算吗？

慈师：算！我们都知道，诸法因缘生，我们周边这个东西越来越多。所以意乐这个问题啊，你的意识在主动地捕捉一个什么呢？甚至包括死亡，你都会捕捉它。不相信，你细细地审视就知道了。

继续前面的话题，那个云南的菩萨说有，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，死亡的理由，告别这个世间的理由。因为也可能你这个色身、业报还不足以让你死亡，那怎么办呢？就用一种疾病来填充这个需求，使它内容化。我感觉这个“需要”跟“意乐”是没有差别的！为什么我这么讲呢？不是故意要设计一个奇异的话题，实在是需要大家审视的！后来我再遇到很多疾病，大概就能找到了。

这次去内蒙古走动的时间，我突然就感冒了。我想一想，可能就是自己潜意识中不太想讲什么话，不太想做什么事，就突然感冒了。虽然有个借口，有个



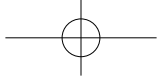
外围的理由，但是意乐是最主要的了。你潜意识在缘某个东西，它产生了力量与效果！表层现象很没有力量，你的潜意识很有力量，你心里那个需要，心地那个晃动，那个东西的寻求很厉害！



准确认识自己的人生

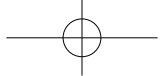
所以意乐这个内容，真希望大家有一个认识，有一个抉择！它对我们生命的现在起着决定性的作用！有人说念佛不能往生，是他的意乐；有人说现在不能往生，是他的意乐；有人说现在能往生，也是他的意乐；有人说不能安心，是他的意乐；有人说能安心，也是他的意乐。但是他的心灵深处最重要！心灵的认取，这是最最重要的！所以这个“心作心是”太重要了！很多人说，我业习怎样，我环境怎样，纯粹是借口，实不相干！

菩萨们，这个地方要思维思维！因为我感觉这个意乐在悄悄地起着作用，悄悄地影响着我们的整个生命。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、究竟的、不究竟的

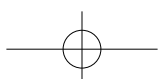


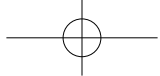
角度，都可以去思维它。刚才那几个层面，大家可以抓住一个层面，我的意乐是什么呢？可以悄悄地问自己，不要告诉别人。自己的意乐是什么呢？世俗的意乐是什么？出世的意乐是什么？自己悄悄地认识它，确认它。对你的人生一定起到一个积极的、主动的作用。意乐不是个高尚的产物，也不是个低下的东西，是我们每一个人都在随着它的作用而作用的现象。

所以我说人生是意乐的人生！我们一生就靠有意识的、无意识的意乐在起着作用！这样等于把人生先格式化、简单化了，当然这个格式不是要缠缚我们，是认识自己的一个方便。这样一个模式，使我们认识自己、认识人生有一个格式，有一个方法，有一个透视孔，能够看得比较准确，再来完成自己的人生，运用自己的人生，就不失为一个方便。因为我们以前可能有很多迷茫、无奈、无力、没有方法，从意乐这个角度，来审观自己人生的过去、现在，乃至未来，我们的机会就会变得主动起来。



24 意乐人生





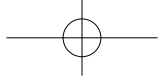
在意乐中解放自己

某居士：师父，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。

慈师：太好了。我刚才谈意乐时，说是需要，是愿望，对吗？我们很多人学了很多技术、很多文化、很多学问，但有时不见得是需要。我说这个意乐，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，是一种内在的需要，所以意乐有内在需要的一种表现。

内在的需要！有时候是表面的、被迫的，是被挤压、被拉动的，你不得不做，那就违背了你的意乐。你去做，就会产生苦、被迫性、怨言，就会表现为厌倦、排斥、推卸责任。要是找到了内在的、需要的、意乐的生活的一个动源，我们把它认识、抉择、运用出来，人生一定不会那么被动、消极了。

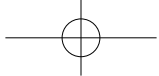
所以大家可以在意乐的认识上去思维思维。实际我想通过这种格式化，让大家有一个准确的思维方式罢了。通过这种意乐的格式化的思维方式，你可以准确地



看到自己的思想动态，看到自己思想的作用力在哪个地方，看到作用力这个点在哪个地方，从而比较好地把握自己的人生，或者参悟自己的人生。

我接触过一个居士，得病了，儿女说不需要手术，不需要化疗，他就给我打电话，说：“这孩子一点都不孝顺，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。实际自己的意乐没有找到的时间，就会被病、业力、外缘所欺辱。还有一个居士得病了，打电话说 he 不想手术的，不想化疗的。家里人说你敢不手术，我就跟你翻脸，必须得去手术。他就逃跑，家里人就追，被抓住了，他很无奈。最后这个居士跟我谈，亲人就是冤家啊！

人有很多无奈的东西，都是被迫的！那我们怎么活得主动一些？明快一些？自在一些呢？因为我们没有这种习惯，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，尤其是在自己的意乐中来解放自己！人生太快了，头发白的人就知道有多快了！年轻人，你放心，也很快，人生的变化太快了！



主动运用意乐

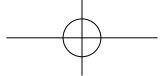
所谓对意乐的抉择，就是我们从来没有离开过这个意乐。意乐实际就是我们人生的一个主要课题。我们有个认识了，再来谈怎么恰当地运用它。意乐是可以主动运用的。



顺性认识究竟的意乐

下面我们把人生的究竟意乐确定一下，因为究竟的意乐是一般人很少去思维的。假设我们对究竟的意乐有个认识，或者有个确认，再来看世俗的意乐，就变得十分简单。究竟意义上怎么来认识这个意乐呢？

生活中有两大类人：一大类人我们说他们是圣者、智者、觉悟者；一大类人是迷失者，愚钝、无明、蒙蔽者，就慢慢地堕落在习惯业力之中。觉悟者就在广大的层面，使自己的生命意识发挥最优越的作用。那他们是怎么来觉悟的？我们通常讲，他们是顺性者。顺性者就必然觉悟，顺性生存，观察，意乐。

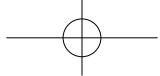


逆性，就执着于一个表相、枝叶问题，会生活在一个违性的习惯中。这种习惯会使我们退失本性的作用，顺性的作为就会消失，在一些枝叶的表相问题上就会沉沦、固执，那么这些人就会迷失。顺性呢，我们就会观察到万事万物本质的妙用。不管你是喜怒哀乐，是善是恶，都有一个共同的本质，这是一定的！我们谈到究竟，也无外乎谈一个本质，一个本性，或者说自性、佛性，等等说法。那我们违背这个自性、本性、佛性，就会执着于某一个因缘，迷失他自性的、本体的、圆满的作用。

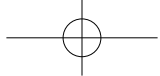


就现缘来觉悟人生

这个时代信息交织，人类来往频繁，要是没有了一个了义、彻底的教诲，我们在这么短暂的人生，过滤不掉很多不需要的信息，或者感知方法，想了生死，想得一个真正的自在力是很困难的。现在很多人的烦恼不单来自于世俗的贪嗔痴与习惯，很多反而是佛法的认知、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！为什么呢？就是没有



在本质上解决问题！实际顺性的确应该是我们究竟意乐的一个认知方式，或者说出世的意乐。出世并不是断灭，也不是让我们真正地放弃世俗，没有这样的力量。让我们干什么呢？让我们从世俗中觉悟人生，从烦恼中觉悟人生，回到法性这种喜悦的本质上来。让大家脱离世俗是太困难了，但让大家觉悟每一个世俗的当下，这不是个难题。遇到每一个问题，我们都来觉悟它，都来认识它，了解它的本质、本源，这不是个太难的事情。我们不用改变生活模式，不用改变什么特定的东西，也不需要学习什么东西，就从我们本有的烦恼、业习、作为、感知中来觉悟，这样就比较直接、方便。现在给大家大量的仪轨去修持，很多人没有那个精力，没有那个时间，没有那个心力。那我们面临每一个当下，每一个现缘的生起，完全可以觉悟它的。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、审视力的运用就会成熟起来。



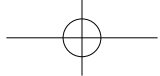
五步的格式化方法

下面我给大家的这个方法是可以发挥作用的，主要是你要去实践。我们先尝试着把每一个当下用一种方式归纳起来。

第一步，归纳总结

第一步，我们先把生活中身口意三业的现缘——不需要再去搞其他什么特定的动作、言说、学习——把三业的现缘做一个归纳，或者说总结。这是第一步，归纳总结我们的现缘。我们作为一个普通人，尚未真正地亲证法性，或者亲证空性，我们所有的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，离不开这三个课题。所以我们先对业习做一个归纳。我们的业习中没有离开这三个问题：一是会行善的，二会行恶的，三会无记，这是一个比较泛泛的总结。

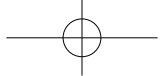
这是个很难得的方法。因为我们可以在每一个当下修持，这不需要改变什么，或者说持咒啊，掐诀啊，磕大头啊，忏悔啊，或者搞很多名堂，都不需



要。加行是绝对没有的，现下的行为就是最好的加行，直接解决问题！那我们把每一个现行、现缘，来总结它，它没有离开善、恶、无记，这样一个泛称。大家可以去观察的。你说我的身口意三业超越了善、恶与无记，你就举手给我讲一讲。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。就是我们先来归纳总结一下自己的三业，是不是在善、恶、无记这样一个范畴之内。若是，你就点点头，认证它就行了。

第二步，命名

第二步，我们一旦认同了每一个现下的这个习惯业习，它的名字是善恶无记，下面就要细分了。刚才第一步，是先立它的泛名，它是业习，是善，是恶，是无记，然后给它明确命名。因为我们每一个作为中，一定有一个准确、恰当的名字，找到它。我们举一个例子，嗔心生起来了，给它起一个泛名——恶，下面是“嗔心”，这个“嗔心”准不准确呢？你自己会知道的。你给它起名字越准确越好，也不见得用佛教的名词，不需要，你找到准确的就行了，一旦准确地命名，你就会感觉很满意。你这个三业表达出

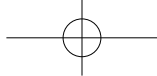


来了，你认为给它起的名字很准确，就会产生一个对应的喜悦。当然有人说我不是恶行，我是善意，我要布施，我要放生，我要持戒，我要劝人行善，等等，它都会有内容的。名字起准确了，使它相应，这个过程，相应特别重要。这是第二个动作。

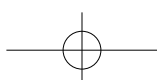
因为我们任何一个身口意三业，都可以这样来先归纳总结它，它是业，它没有离开善、恶、无记。它是善，善的名字是什么？它是恶，恶的名字是什么？它是无记，无记的名字是什么？因为有净染无记，等等。你自己找自己心里的名字，你没有佛教的专有名词是没问题的，只要找一个恰当的、相应的名字就可以了。因为我们每一个作为、意识都可以命名的，但你说我没有这种习惯，你就用格式化慢慢地培养这种习惯。这样你的生活就会变得很有味道，不空过！这个行为就可以使我们不后悔，人生绝对不后悔！

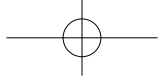
第三步，名言化

第三步，名言化。给它准确地命名了，了解它是善，是布施，是持戒，等等；是恶，是杀盗妄淫、财色名食睡，等等。找到对应的名字了，可以名言化。



美丽文中的修行
For the beauty of the practice

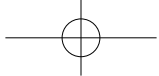




这个事情、这个身口意三业是个名言。名言是什么呢？没有内容，或者说不定，这个名言的内容是不定的，是一个空泛的名词。因为你没有使它相续成为事实，你在观察它，给它真正名言化。就像一个孩子还没有诞生，大家给他起个名字，这个名字是没有内容的。我们通过对身口意三业的归纳、认识，达成对它一个善恶无记的命名，然后名言化它。这是第三步名言化，就是告诉自己，身口意三业中某一个善业、恶业、无记业的命名，是名言，是本不可得的。因为一旦名言化，你再看它善恶无记的状态，是不可得的。就一步一步把我们的思想，通过一个格式化的过程，来名言化。实际就是从业力中走出来，要不然我们就深陷在业习中了，使自己的每一个业习成为一个后悔的过程，迷失，压力，彷徨。在这地方没有这种东西，你把它名言化，去了解这个名言的不定性、不可得性，非善、非恶、非无记。

第四步，见性

第四步对我们来说特别重要。因为一旦把它名言化，它这种不可得性、不定性，这种善恶无记、非善恶无记的状态，就会揭示所谓的佛性，或者说自性、

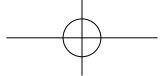


本性。这样一个性，就是它的本质问题了。第四步，它的本质就会彰显出来，就是我们所有的行为——身口意善恶无记的行为，通过名言化，我们了解了所谓的自性、佛性、法性的状态、相貌。我们一般谈顺性，谈明心见性，都把它搞得很迷茫，或者说遥不可及。这样是可及的！我们通过对名言的认识，了解到它的不定性、不可得性、非善恶性，就会自然地展现万事万物的本性、自性、佛性的相貌与状态，就是本不可得，无自性性，无常性，无我性，佛陀的法益就在这个地方彰显出来。这是很重要的一个过程。

你说见性就这么简单吗？也没有啥复杂与简单，只是个方法问题。大家都知道，在科技飞速发展的现代，像手机等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。这见性也是通过恰当的方法，很容易得到的一个事实。通过我们称为解证解悟的一种方式来看见性，也是不复杂的。

第五步，性起作用

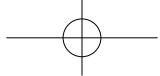
那我们每一个当下，每一件事情，都可以见性的。第五步，性起作用。你能了解万事万物的本性



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，起什么作用呢？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。
怎么起作用呢？让它起作用就是了。这样我们会产生
一个特别省力的自在的心理与作用。能不能做得到
呢？你只要按照这个格式的次序来，那每一个当下都
是你觉悟自性、让自性起作用的好机会，那都是大用。
所谓的大用就是心、自性在起作用，而不是以前的习
惯、烦恼，以前我们这个逼迫性的东西在起作用。

我们每一个当下，不需要任何额外的设置了，不
需要改变自己的环境，不需要修什么加行，准备什么
资粮，乃至说做一个皈依的形式也不需要，你直接这
么做就行了！那这不是外道吗？我们启发心灵深处内
在的作用，那是真正地皈依佛，真正地皈依法，真正
地皈依僧！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、是非在起作用。

这个次序，希望大家有一个概念。这样我们所谓
的意乐，就是生命主动起来了，我们现下这个分别执
着就变得方便了，那么人人可以修随意三昧了。以



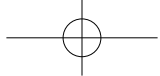
前我对随意三昧十分向往，我说什么时候要能修修随意三昧，人就太快乐了！为什么呢？不需要造作，不需要负重，不需要那么多的特定环境，随时随地可以修行，可以觉悟，可以让人生真正变得灿烂清明起来，这太太好了！今天把这个方法供养给大家了！（众鼓掌）



一天拿出宝贵的一分钟

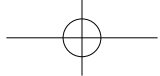
这个格式十分简捷，就五个次序，一天用一次就行。你说我要用两次，怕吃亏，用一次就行了！24小时拿出一分钟过滤一遍，你这一天就不会辜负自己了！慢慢地增加两分钟、三分钟、半个小时，用这样当下的自性的大用，当下的觉悟的机会，慢慢就会使自己心里生起喜悦，对一个究竟的喜悦，不扎任何架子的喜悦。我是个学佛的，我要装个什么样子，像文革的时候拿个红语录一样，不需要喊口号的，悄悄地就可以做。

诸位菩萨，这样我们对念佛法门的了解就比较方便了。为什么即心即是呢？它很彻底了。根无大小，遇此皆得方便！不需要你根利根钝，不需要你有没有文化，也不需要你是久学久参，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。这样慢慢地，你不会在懊悔中生活了，永远在一种清晰的、明了的、仰俯无愧的心理下生活了。这样大家作为一个学佛者，就不太容易脸红了。别人说你是佛教徒，你说我烦恼大得很呢！（师做躲避状，众笑。）因为世俗的人背两座大山，我们已经背三座大山了。很多学佛的人又背上一座大山，要在人面前装个学佛的样子，很累！这个不需要。这是内心的一种喜悦与作为。

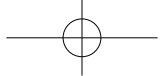
这个模式真心地供养给大家！这是一个很特定的传承的口诀，这个口诀在我们汉地一直被淹没了，但是在念佛法门中，它一直有传播，我们说净土五念门中，身业、口业、意业、智业、方便智业，实际我们对修行方式的认知不够，就不知道念佛法门为什么那么易行，就因为我们在日常生活中，在每一时每一刻，可以用念佛的总持法门，来完整地调节我们的身心世界，但大家的接受力不够，这种方法就简单了，把它分解了。



一个“放生”的举例

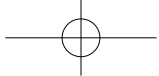
某居士：师父，比如我今天发心去放生，您就这五个步骤给我们讲一下？

慈师：对，大家喜欢放生。有人说今天是好日子，佛菩萨的圣诞，我们放放生，功德大得很呢！对不对？大家冲着这无量的功德就要去放生了。有这个缘起了，我们先来归纳它，这是业习。你不是放生去了，你是冲着放生的功德那么大，不是业习吗？是个善业习。那它细致的名字呢？我们给它命名——放生。因为你还没有去做，这个“放生”就是个名言。这十块钱你还没有花掉呢，还没有去作为呢，还没有变成一条鱼去游泳呢，对吧？它还是个名言，还在意向中，这事还没有做，有不可定性，不可得性。所谓“化”，虽然这件事可以产生事实，但现在不让它产生事实，把它名言化了。然后看这个名言，它不可得，它是不善不恶的，它是不定性的。但我们以前会定性的，现在通过定性、名言化一过滤，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？所以不可得而显无自性，它可以把无自性的佛性、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，万事万物都是空性的。第五步，让性起作用。观察现在放生不可得也不可失，是慈悲心在起作用，顺性作为是主动的。性不可得，放生也不可得，那么可以去放生。用不可得的心和用有所得的心去放生，一个是业一个是顺性，顺性是轻松的、喜悦的、灿烂的，可得是有所求、有所回馈的，那是一种业了。所以说见性成佛，不假方便。

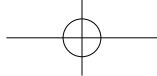
（摘自慈师2009年北京《意乐人生》讲座）



第②篇

意乐为戒

——第五届短期出家开示



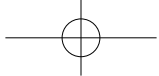
末法时代人的特征



人寿百岁，多不受教

我们人生太短暂了，现在人的寿命在百年以里，这是一个事实。今天这个殿堂里面，年龄最小的可能也二十岁以上了，像我已经半百了，多数人可能是三十几、四十几岁了，这一生很快就过去了。这么短暂的人生，人的大限一定会到的。中国人说这个“限”字，是什么呢？就是寿命会很快到头的。所以我们必须要有一个解决这个寿命相续的方式，或者说对大限到来要有一个认知的方式。若没有认知，无明与恐惧必然伴随着我们的未来，指向我们的未来。大限一到，害怕、恐怖、迷失就会逼迫人。所以诸佛如来认知到，寿命短促是这个时代人的特征。

在我们这个贤劫，最早的拘留孙世尊出世，是在人寿六万岁的时候；我们现在人不足一百岁；六万岁是一百岁的多少倍呢？六百倍！要是我们有六万岁的寿命或者大限，我感觉都太好教育了，我们可以用许



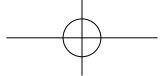
许多多的方法来教育，来实践，来修行。但人寿百岁以里，多是不受教的年龄了！你再去教育，他已经不接受什么新的东西了。我们的年龄、心地、知识基本上是平满的，基本上这样认为：我不需要学什么，或是觉得已经什么都知道了，什么都明白了。基本上十八岁成年以后，人就自认为什么都明白了，现在人更是这样。那在这样一个时代，我们还要面对自己短暂的大限，就是寿命一定会有一个终结的，我们何以作为呢？



刚强自大，无力修持

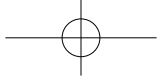
像我们短期出家了，实在是一个难能可贵的受教机会！但是受不受呢？大部分人形式上一定受了。实际的心地呢？我们心地对教法的接受有没有？有多少呢？大部分人形式上能接受就很好了。那么这个心地的升华，可能真得看我们自己的福德因缘了。实际接受形式已经不错了。

世尊授记，我们现在进入了“五浊恶世”的时代。《阿弥陀经》中说“劫浊、见浊、烦恼浊、众



生浊、命浊”，五浊恶世！这个时代，人心充满了固执、刚强、自大的整体意念。固执是因为自大带来的；自大，并不是说每个人都表现得很自大，不是，有的人表面上很谦虚，但是他的自大在作用；刚强，并不是说“你看我这个人很文弱”就可以了；骄慢，我们这个时代人的骄慢，什么都看不起，看不惯，自是非他。这是这个时代的一个特征。世尊灭度二千五百年以后，人类就进入了这个时代，整体人类的心，一号脉搏就是这样：自大、刚强、骄慢。

这个时代的人“无力修持”。很多人会说：“我很有力量来修持自己。”有一次我去东北，两个居士团体相互有一些微词，就是彼此说对方有不合适的作为，最后有个居士说得最激烈。我说：“这样吧，我们就把你的人生拿出来看看，你不是最高尚、最伟大、最不可思议吗？把你现在的作业拿出来，看看谈不谈得上修持。”这个居士脸红了，我说不用脸红，把我放在台子上，同样谈不上修持。因为我们一生中，或者说一月中、一日中，放逸的时间能占90%，这都是不错的了。不相信你可以看一看，你的人生中90%的时间在惰性中。有的人说我很精进，但你的惰性会不会表现出来呢？好比烦躁啊，迷失啊，昏沉

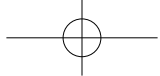


啊，掉举啊，无惭无愧啊？实际能占90%的人就是很不错的人了！

累劫修持，今生学佛

谈到修持二法，就是累劫相承，不是一时的东西。很多人想自己一时就成就了。像我们现在出家的善根，世尊授记过，于释迦文佛末法中能出家，此人善根不是供养一恒河沙诸佛如来，或者是在一佛前、二佛前、三佛前曾发过愿了，否则你出不了家。在这个极为浑浊的世间和时代，我们能动这个心念，能有这个机会出家，都是令人赞叹！所以修持是累劫积累的。许多人都会忽略这一点，认为可能我几天就修行成就了，或者学习出个什么样子了。

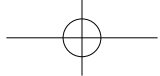
前几天我听他们谈，这一世班禅喇嘛背诵东西的速度，常人是不可及的。以前我接触过一个法师，一星期可以熟读六百诵，我感觉到不可思议。有的人能背诵，有的人过目不忘，这都是累劫积累的修持力，不是一时建立的。所以说我们这个时代人寿太短了，大部分人都在享受着过去的善根。我们现在能短期出



家，或者能发这样的心念，或者遇到佛法，都是累劫的善根，这是真实不虚的，没有丝毫夸张。

有的人说，波旬在释迦佛取灭的时候，也曾那样发过愿：“世尊啊，你要取灭了，我让我的弟子搭你的衣，吃你的饭，住你的庙子，坏你的法”，你说这是什么？这也是善根！世尊在大乘教言中三称善哉！他一般是两称：“善哉！善哉！”就可以了。这时候三称善哉！干什么呢？你把你的魔子魔孙都送到佛陀教法中了。在声闻乘的授记中，世尊掉泪了，说“末世我法僧众当警惕，勿落魔眷。”就是你可不要做魔眷属啊，这是声闻乘的授记。但是大乘授记里世尊三称善哉！就是太好了，你把你的弟子都送来吧，让我们这个殊胜的教法来使他们成就殊胜的菩提。

所以我们一定要在累劫的修持力上注意，这不是宿命论，没有必要说宿命论。我们现在是消耗性的？还是积累性的？还是在这本净的当体去运用呢？



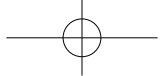
念佛法门的主要特征



平等缘起的教法

本净的当体是个究竟义修行方便。世尊给我们提出了净土教法，实际就是本净顺性的教法，是一个立誓本净作缘起的修法。

其他修法，渐次修法，对我们这个时代的人、短寿的人不公正、不公平。像僧法中，比丘戒法加上菩萨戒法，这前后细数就有几百条，菩萨戒有十重四十八轻，这是多少戒呢？比丘戒250条，加上细分，行住坐卧，再加上过去现在未来，加上身口意，这有多少呢？这八万细行，要是一生去学习，三业是多少呢？三世是多少呢？四威仪、行住坐卧是多少呢？这每一个都是二百五十条。我们可以乘一乘，加一加。我们一生就是学比丘戒，真正出家了，要把这些东西学得通，就是积累了极大的财富，可以作人天净行之指导。但又有几个人有这样的学习机会呢？所以我们短期出家是个很殊胜的因缘，但若是不依本净，那些



没有机会出家的人怎么办呢？连短期出家的机会都没有的人怎么办呢？这是很现实的一件事情。

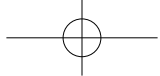
所以世尊提出对我们这个时代人最公平的一个教法，就是平等缘起的教法。平等缘起，若出家若在家，咸可修持的一个教法。给累世有善根、累世有修持、累世无善根、累世无修持的人，一个平等的缘起，这是感天动地的！

我们出家的时间应该赞叹净行梵行，应该赞叹戒律的修持，这是一定的！那这个平等缘起，实际是我们这些净行者、梵行者才能传播、守护和实践的。要是没有这个庙子，没有这么多出家师父，谁来守护教法、经典？我们现在的聚会就是非法聚会。我们出家戒律的殊胜就来自于能住持佛法、守护佛法、实践佛法、传播佛法，这是根本。所以说，梵行是根本之教啊！我们短期出家也是守护根本教的一些大善根福德因缘！



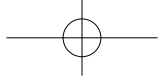
一个广大的教法

净土法门是一个广大的教法！这个广大的教法对



2011年南传短期出家意乐誓愿文

蒙佛深恩不舍离，累劫善根今成熟。愿作出世大丈夫，少欲知足梵行乐。愿为无漏净法器，恭敬师教随顺乐。愿今烦恼自解脱，安住当下无我乐。愿能饶益诸有缘，慈心相向真诚乐。愿念佛恩一切处，平等安心究竟乐。

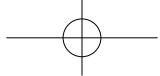


一切有情都是有实际利益的。世尊在经典中这样授记：末法一万岁时，经法灭尽，唯留此经。因为这个经没法灭，它是彻底顺性的教育，它会延续到未来的弥勒世尊，乃至贤劫千佛都会这样传播。未来的世尊都会传播净土教言，这是决定的！

但是僧法的住世有限量。像贤圣僧住世，从世尊出世到五千岁是有的，五千岁以后就不敢讲了。我们现在看到僧相、僧衣、教法，如是种种，五千岁以后是什么样子呢？佛在地藏三经，如《大乘大集地藏十轮经》中讲了五千岁以后的僧相是什么样的。当然现在也有一些大家看不惯、忍受不了的内容。

这个顺性的教法，它的主体在于广大，这不是赞美它，是它的实际作用。净土的实际作用是广大、平等、究竟、如实，不是需要这么多语言才能表达它，是只能这样表达。

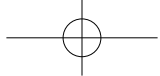
那么这样广大、究竟、平等、如实的一个教法，它要靠僧人从根本上守护。这个守护的机制是什么呢？就是三宝住世！若没有三宝住世，净土一法也会无力于世间，尤其在这个时代。所以说，我们在赞叹



净土的同时，一定是赞叹僧法的。千岁以后，僧法不住世，这个法还会住世吗？实际支撑它的根本还是在僧法中！那时尽管凡夫僧现种种贤圣成就的内容没有了，但是诸佛如来僧团、菩萨僧团永远不会取灭的，他们一样会放着光明！这一类僧团不假于凡夫僧、现前僧——我们现在看到的僧众，都是现前僧相，就是你们把它表现出来了。但是如来僧团、菩萨僧团，乃至贤圣僧团，就是阿罗汉住世的僧团——像现在有十六阿罗汉住世，我们谁能看得到呢？我们看不到的，怎么办呢？假现前僧众来表达这个教法。从根本意义上来说，没有现前住世，也没有三宝住世。

所以现在这个短期出家，就是短期地代表着僧宝住世的一个形象，你们要学习这个内容，虽然以后你们回到世俗中去，但佛法、僧法对你们的加持力，会在你们身上、你们周边人的身上繁衍出来，会净化世间，同时成就自己，那是不可思议的。所以我们虽然在谈净土，也不能泯灭这个根本的守护，就是三宝住世的根本因缘。

回到顺性的话题，净土一法是九界众生凡圣同修，这就是它的广大处！

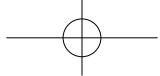


究竟与如实的教法

若有善根者、无善根者，依佛的究竟教诲，听闻众生咸得成就。《法华经》上讲：“一称南无佛，皆共成佛道。”一般我们会说这话有啥意义呢？这是究竟义上的教化，是佛说的实话，但是我们往往接受不了这个如实的东西。

在我们的净识中——也就是我们谈的九识，阿赖耶识之后的净识——就会启迪出这种真实究竟的利益。

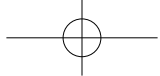
实际闻到“南无阿弥陀佛”这个圆满究竟的名号，就印契了一切众生本来是佛。这究竟义上的教诲，我们往往因为种种分别执着的染习、净识的徘徊，不会接受的，起码大部分人不会接受。接受的人因为闻名而证悟，闻名而成就，闻名而解脱，闻名而具足。这样的种性，或者说这样的善根，一定是累劫的善根成熟所激励出来的。但是不管现在我们用得上、用不上，听闻“南无阿弥陀佛”的殊胜名号，称念这个名号，一声，十声，百声，尽形寿，都是一定会成佛的，这是没问题的。



究竟义上，现在人的接受力往往不够，就是不能完全契合佛陀的给予。他都有保留地用自己的意识分析、假装一个排斥——实际是没法排斥的，但他会假设地排斥，根据自己的妄想执着分别，或者染识中一种自认为是净识的排斥。细微分别就会排斥它，在究竟义上我们不排斥。

如实呢？在这个时代，如果诸佛如来不给我们一个如实的教化，我们就会徘徊在不了义的教诲中。所谓的不了义教诲，就是于一生成办的教法没有机会。很多教法都是需要多少大劫来修持的。如释迦牟尼佛在因地发无上菩提心，经过三大阿僧祇劫的修持，成就的十号具足的世尊。我们在这人寿百岁的时候，可能是初发心者，也可能是久发心者，久发心者遇到真正了义之教，能一生成办，就是没有善根的人遇到了义之教，一样能一生成办。这就是它的广大性、平等性、究竟性与如实性！所以念佛法门是个不共的教法。这个不共的教法不是假设的，不是高举的。

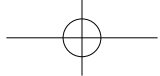
常住法师们安排我跟大家有一个共同学习净土的机会。我认为，净土法门最主要就是这四个特征：广大、平等、究竟、如实。



誓愿为戒

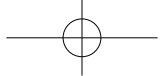
大家现前学习僧法，主要是令佛法住世。它的住世功德是不可思议的，任何教法都不能替代。所以说我们赞美、护持住世的功德，又能在自己一生中，在了生死这个问题上，在一个究竟如实的教法上，能够如实安住，如实抉择，那就十分美好了。

因为住持佛法利益对我们来说已经很好了，这样的因缘已经很难得了。当初这个短期出家的缘起，我认为汉地人出家难，了解僧法的机会太少了，我想有没有机会让大家接触呢？我请教了很多人都没有机会。后来我们就在一个小范围开展起来，第一批是十八个人参加。本来政府是给十五个指标，因为暂住证——以前去的时候，必须得有暂住证，有边境卡之类的，结果去了二十多个，通过问遮，最后确定十八个短期出家，很困难。但是现在慢慢地放松了，如果以后机会再好一些，我们会慢慢地做得更好，让更多的人有这样一个成熟自己善根或者接触佛法的机会。



常住的法师们安排这样一个机会，让大家去华首门立誓发愿，我感觉这对大家也是一种深层的爱护。为什么说是深层爱护呢？就是如实抉择的问题了！在佛法住世的艰难、修持、善根问题上，我们通过这几天的短期出家，会有所体会，或者会有一个观察的角度。在住世的因缘上，我们来体会僧人的生活是什么样的，念诵啊、晨钟暮鼓啊、过堂啊、诵戒啊……但这里谈如实抉择，还是要解决生死大事，那你说出家生活能不能解决生死大事呢？若依法修持，一定能解脱的，没问题。但我们以后回到世俗生活中，怎么来操作呢？净土教法就来辅佐我们持戒、修持，这是特别重要的一个环节，特别重要！所以我感觉这是深层地爱护我们这些短期出家的菩萨们。

关于立誓，我们从两个角度来审思。一般人知道“誓愿”这个词——很多人入过党，入过团，参加过一些组织，这誓愿是特别重要的。我们受三皈五戒，受沙弥十戒，都是誓愿。“尽形寿不杀生，能持否？”答：“能持！”这“能持”就是我立的誓，我的愿望。誓愿是什么呢？是行为之前导。许多人做人做事，不知道怎么做合适，就会徘徊犹豫。但要有誓愿，不该做就不做了，没有什么犹豫徘徊的。



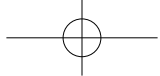
那么这个誓愿戒干什么呢？这个戒来表达一个誓愿干什么呢？让我们不要矛盾，不要徘徊，直接清晰一个作为。我就依誓愿为前导，该做的做，不该做的不做。这就是一个给予性的东西，是为受戒，前导。世俗的人没有受戒的时间，或者没有受过这个教育，很多事情都是徘徊的，没法拿定主意，该做不该做？这两面的利害关系怎么平衡呢？有戒就不管它了，我依戒而行就行了。



意乐为戒

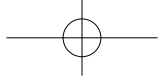
誓愿戒，如果我们在意乐的基础上，就好处理了。意乐，实际像我们来参加短期出家，本身一定是有意乐的，就是我思维过了，或者在别人的鼓励下，或者在自己的观察下，或者在种种因缘的成熟下，我有这个意乐了才会来；没有这个意乐，我们上这么高的山，到这么简陋的地方，来做什么呢？有意乐！

意乐也可以作为戒！能不能作为戒呢？很多人做



事情不从容、逼迫、烦恼，就是受一种压迫性的东西。那我们在任何一个事情面前，都可以把这个意乐作为一个守护。意乐一定是顺性的。只要是违性的，这个意乐一定会被颠覆掉。假设我们随着每个事情的意乐去观察、去作为，这个性德，在我们生命中就会不断彰显它从容、真实、光辉的一面，会把我们的无明、迷失给照破。

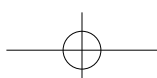
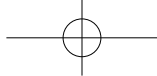
但这个意乐对汉地人来说，受的训练太少太少了！意乐！意乐！意乐这个戒的守护习惯了，性德的光辉一定会绽放出来，照耀着我们。为什么呢？你可以尝试，意乐！我们汉地人，只要一想自己是个善人，马上脸就要绷起来。你不绷起来，笑嘻嘻的，一定是个坏人——别人会这么认为。实际很多人自己都这么认为，脸绷住可能就是善人了。你不相信，你看看那个绷紧脸的人，你一说你是善人，你给他磕头，他一定很高兴。反正我看到脸一绷的人，我心里就想，这个人一定开始说“我是善人你是恶人，我对你错……”这样的内容特别多。脸绷得很紧的人一定是善人，为什么呢？他这个善是端出来的，不是意乐！中国人受的教育是不是这样呢？我不知道，大家可以分析。

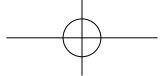


但是我告诉你，意乐的人一定是真正的善人！他心地完善了，没有对待了，没有人我是非了，他会真正地生出善意，性德的光辉绽放出来了，展现出来了，舒展了！就像一个大莲花一样，真正地开放了，心地开放了，对待消融了。这时候就是意乐，意乐的东西会现前。这时去做事情，就不会用对待、善恶去评判它了，舒展、喜悦、灿烂的东西就出来了，舒展与灿烂……

你说我已经是中国人了，我要接受中国的传统教育——绷住！那没问题的。我鼓励大家看到绷住的人，一定先磕头说：“你是善人，我来礼敬你。”要不然这样的人会生烦恼的。怎么会生烦恼呢？他的善良是对待的，“我是善的，你是错的”，他会有这个东西。若不相信，我们日常生活中可以审视。当然我不是批评这一类人，这一类人的心就很紧，他会颠覆自己的信仰，颠覆自己的作为，肯定也会颠覆别人的。

这个意乐，是远离了对待，开放的，舒展的，灿烂的，这样一种相续。我们要守护这两条意乐，作为人生的前导，我们的人生就会光辉灿烂！我们虽然在人寿很短的这个时代中生活，一样活得无量光无量寿！因为你

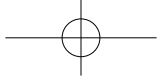




是顺性的，你就会跟无始以来相续的性德接轨了。所以誓愿戒与意乐戒，我们要守的。

很多人说我想利益他人。今天中午一个沙弥跟我谈，说我出家实在不想为自利，就想利益天下人，我说太好了！你守护这个戒律就行了。什么戒律？就是利益天下人的戒！怎么利益呢？让天下人快乐！怎么快乐？你一定要有意乐！自己没有意乐，怎么去利益别人呢？你让别人看到你像掉到冰窟窿里一样，怎么意乐别人呢？你让别人看到你发抖，你能利益人吗？让别人看到你就感觉很丑陋，或者心里就犯禁忌了，你能利益人吗？

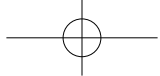
我以前就有那种狰狞的东西，很多出家人看见我就溜跑了。我想我这人肯定是出问题了，意乐的东西没有把握好，自己很认真的。以前很多年，我这个状况就没有转变过来。我后来体会，可能是中国人受的教育问题，认为自己不严肃不行，不严肃肯定不善良，所以要严肃。我们在部队受的教育“团结、紧张、严肃、活泼”，但是一严肃可不敢活泼了，一活泼就出问题了。



今年夏天^①我提出三种意乐，就是究竟意乐的问题，一定要反复思维，反复观察！究竟意乐一定是无对无待的，彻底如实的，平等安乐的，广大圆满的，灿烂舒展的，普遍利益的！尽于未来际，我们对这个究竟的意乐是赞美不完的，把三藏十二部都诵出来赞美它，没问题的。那么净土一法就是究竟意乐的一个给予、一个印证、一个抉择。

所以常住法师们让我给大家讲一讲净土，我说：“行，讲净土没问题！”为什么呢？给大家意乐！因为这个不给真不行，我感觉我们都缺这个东西，不是某个人缺，而是普遍缺！尤其是受了戒的（短期出家）僧众们，应该充满意乐地面对自己的每一个过程。我们要在这一个月中，把这个意乐给鼓励出来，把它当成戒律。我脸一绷就要批评自己了：“我付出这么大的精力，我为什么不意乐了？我没有顺性，犯习气了。”这个戒一定要守住，这一个月要不守住，真是太可惜了！守护了意乐戒、誓愿戒，我们就方便了。因为誓愿一下子把你引导到“这一个月我要守护住”上来。那么意乐戒，我在每时每刻都要用它。这誓愿戒我们只能用一个月，一个月过去就没了；但是

^① 注：指2009年结夏安居。



这个意乐，你随时都可以用啊！菩萨们，意乐戒终身守护！这誓愿戒，你只有一个月的权利，回家了，拿下！意乐是我们每时每刻在家、出家都要守护的戒律！

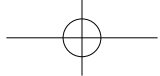
我真想把意乐给予大家，供养大家！



究竟意乐

我们这一个月，叫一个时期的意乐，不是究竟的。下面就谈一谈究竟意乐吧！究竟意乐，这是大家应该终身守护的。实际我们念无量寿无量光，不是其他东西，是顺性的东西，在我们生命的每一时每一刻都在延续。我们只是不觉知，或者我们觉知了会迷失。这个究竟意乐是自性的流畅！它一定是自性在流淌，不需要你用任何力，只需要省力、安乐！

为什么称为究竟意乐呢？它一定是自性的流淌，自性的光辉，自性的舒展……意乐嘛，它是蓬勃的，它是次序的，它是浩瀚的，它是无尽的。你再发心都

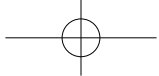


会有限量，你再搞东西也有限量，这个是无尽的。何以故？究竟故，自性本具故，省力故，安乐故，无染故。它不光是无尽，还是无染。无染的意乐，无尽的意乐，所以我们称它一个名字——无量光。

那么我们究竟意乐，实际就是与无量光汇合。它本身是契合的，但是我们知道了，所以让我们念“南无”来汇合它，来启用它，来成熟它，来圆满它，来彰显它……说什么都行。它的确是本具的，它是无量光！我们时刻地守护它，运用它，就是无量寿！所以我们现前这一念顺性的流畅，就有无尽的喜悦、无染的喜悦，放出无量的光明，延续在无量的未来。

这就是净土教义一个特别重要的问题，就是省力，省力的安乐！

安乐是什么呢？高度的次序！我们人为的次序、我们意识、染识的次序，你再用功夫，也达不到这个高度。什么样的高度呢？无量，无穷，无尽，不可言状，究竟彻底平等。实际用平等来说最好。高度的次序，平等的妙用。

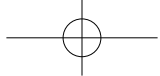


希望诸位善知识在净土一法中一定要找到这个究竟的意乐。



事实意乐，本具所现，既不贡高，亦不下劣

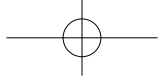
我们立誓，不是喊一个空洞的毫无意义的口号来给自己一个交待，给别人一个交待，不是！要真让它起妙用，成为生命璀璨的事实、庄严的事实，利益世间、圆满世间的一个事实！没有这个妙用，我们去立誓，说实话，爬这山还挺累的，没啥意思。一定要起作用！什么样的作用呢？就是刚才讲的：舒展、灿烂、省力、安乐、无尽、无染！这样广大的自在力，是本具所现，并不是你造出来个什么，额外生出来个什么。有的人为什么骄傲呢？就是认为我有你没有——对不起，这是平等的！你有，我也有。你说我出家了，我有你没有——对不起，我也有。你说你在家有，我出家没有——对不起，我也有。平等！



本具所显，是远离自卑与骄慢两种恶习的一个最殊胜的功德！我们这个时代人最奇特的就是：不骄慢，他一定会自卑的；自卑过后，一定会骄慢的。为什么呢？他不骄慢受不了，自卑会把他压得出不来气的。要不然他就自卑，为什么呢？骄慢得累了。

这个教法呢，远离了自卑，远离了骄慢。所以《无量寿经》讲“既不贡高，亦不下劣”是诚实言，是如实语，是让我们真正产生事实的究竟意乐。“既不贡高，亦不下劣”，这是事实的意乐，它远离了贡高与下劣。你我都不要把佛法搞得那么玄，不要搞得那么神不可测的，它真是很实际的！你把心中的贡高与下劣同时放一放，放一秒钟，你事实的意乐就会出现。你意乐放一秒钟就行，就意乐一秒钟。你一生把这个贡高与自卑放下了，你一生就是事实的意乐。你就会享受这个事实，什么事实呢？意乐的事实。

这不是我讲的，这是释迦文佛对阿逸多讲的。谁叫阿逸多呢？不是弥勒菩萨，是你！慈氏者啊！慈氏者是谁呢？善用心者！善用心者是什么呢？是意乐啊！意乐的事实就是善良之人，善良的族类，我们就是慈氏。你不愿意作慈氏可以，但是你要知道，你不贡

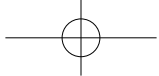


高、不下劣，事实的意乐就会成熟你的道德与生命。

我们可以做实验，你心里扭曲了、痛苦了，你就观察这两点，要么贡高了，要么下劣了，不平衡了，不平衡就不是慈氏，那叫什么氏呢？那就是波旬的眷属了。你不相信吗？贡高是他的眷属，卑劣也是他的眷属，你放心了。你说人就这么多变啊，一会儿是释迦佛的眷属，一会儿又变成波旬的眷属了。伤害自己，伤害他人，不是波旬的眷属那是谁的眷属呢？！

我们一定要看清楚，慈氏者，善待于自心，善待于事，善待于人，善待于周边的一切，那一定是慈氏！一生补处，这是一定的，是真实不虚的。我们能不能做到每一时每一刻呢？念佛者一定是阿逸多，一定像阿逸多一样一生不退，一生成就。为什么呢？他有这个事实的意乐，所以成就阿鞞跋致。

诸位善知识，佛法离我们太近了，一定不要把佛法推给佛陀，拱到那个纸（注：指佛像）里面、陶瓷里面、白玉石里面去，我们可就迷失了。要把它用起来，用就是事实！一定要运用佛法！佛法没有高深的，也很高深，为什么呢？你不用它就高深了，你用

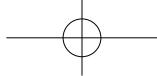


它，它就很亲近的。亲近到什么程度呢？就这么简单——不贡高不下劣！平等缘起，令人安乐！

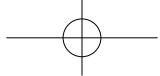
佛陀看到我们大家一定都是欢喜的！慈氏嘛，慈悲安祥。你看我们汉地的所有佛像都充满了那种大慈大悲大智大勇的极为美妙的形象，我们称为三十二相，八十随形好，那都是很慈善的。很多人看到藏传佛教的一些形象，三头六臂，呲牙咧嘴的，那是一种变形的慈悲，就是我们贪嗔痴慢疑的觉悟。你说十恶能不能觉悟呢？我们在犯贪嗔痴慢疑等恶业这个事实的时候，能觉悟的。能觉悟就是那些菩萨、那些佛。三头六臂，张牙舞爪，一个眼睛、两个眼睛、三个眼睛、七个眼睛的人。恶他也能觉悟呀！

有人善，善一样可以堕落呀！善堕是什么呢？是迷失。佛陀在很多经典上讲：若人说我持戒，此人是为犯戒。他迷失在这个所谓“他持戒”上了，他固执于此，就迷失了。迷失于善法，称为善堕，此人一样受恶报。这就称为伪善了，善令自己迷失了。

恶能警策于世人，很多人因为恶而觉悟了，称为逆行菩萨。有没有这样的人呢？我们能在恶中觉悟，



68 意乐为戒



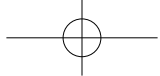
能在善中不堕落，那太好了！能在恶中警觉自己，能在善中不染着、不迷失，那就太好了！那样我们就远离了伪善，成就了真正的善、如实的善。我们就来做诸乐、乐因、乐果，远离诸恶、恶因、苦、苦果，这样我们就成为一个真正的觉悟者。

这个事实的意乐，希望大家在人生中有一个好的参照。



知错能改，善莫大焉

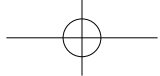
不怕我们犯过失，就怕我们不警觉。不怕我们犯过失，就怕我们固执错失、蒙蔽错失，陷入错失中不能自拔。实际一个人犯错了，你提示他，他觉悟了，就是大善！中国古代有一句话——知过能改，善莫大焉！实际这对我们来说是特别重要的。谁不犯错呢？不犯错的人还没出生呢！知错能改，善莫大焉！这句话我们真要常常地相互交流。



有的人可能认为，我的错误蒙混过关了就好——不是！种子还在这里搁着呢，因没有变。这个“能改”，就是种子变了。一定要注意这个。现在许多学佛的人就不知道这句话的真诚与中肯，相互掩盖，实际那种伤害是最大的！为什么呢？种子膨胀，结出恶果，你能承担吗？谁也不愿意承担恶果。

有个菩萨打电话跟我说，师父我做错事了。我说做错事了能忏悔，知错能改；不能忏悔，自己面对，你能面对恶果就行。能不能面对呢？苦来的时候，一般人都不愿意承担，不愿意承担就开始怨恨，开始迷失……所以不劝人改过的人，就会招人怨。到果上的时候，他就恨你了。

佛经上有一个故事，说一个比丘乘船渡海，船被一个大力者兜翻了，比丘也被淹死了，这个比丘见到龙王就说，我这一辈子持戒精进，修诸善法，你怎么能把我淹死呢？龙王儿子过来了，说你知道我是谁吗？他说我不知道。龙子说我是某某沙弥，你给我剃头，但不教育我，我犯过失了，你不让我改正，结果我嗔心这么大，堕入龙类了，我就要掀你，就要淹死你。因为他受不了这个果报，善心出家反遭其害，他



不恨你吗？你善心学佛不能知错就改，果报一来，你不怨恨吗？

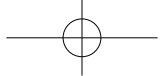
所以我们出家、在家的学佛者，要经常交流这一点。出家人每七天就到一起说：请你原谅我的过失，忆念我清静，随喜我的功德。忏悔得安乐，不忏悔罪亦深，的确是这样一个事实。



不隔念、不隔时、不隔日忏悔

我们的意乐从哪里来呢？一定要及时调整！

善导大师有一段特定的话，他说：我们犯过失了，不隔念，那肯定是上上根器了；不隔时，那肯定是中等根器了。不隔念，就是你念头一出来，就知道去调整它。不隔时，你在这两个小时以内，十个小时以内，能不能调整过来呢？调整是什么？少受点苦，意乐相续。不隔日是下下根性了。啥叫下根性呢？就是你的恶业开始了，发芽了。现在有的人犯一个过

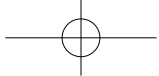


失，可以埋几年，那不愚痴死了吗？埋几个月，那不苦死了吗？那不挣扎吗？不隔念，不隔时，不隔日，这是善导大师教育我们及时调整意乐的一个方法。实际这佛法有什么呢？给你一个方法，你去做就行了嘛！

“人非圣贤，孰能无过！”中国人讲“吾日三省吾身”，实际就是及时调整。一天调整自己三次，起码是不隔时的善根了。

既不贡高，亦不下劣，这是事实的意乐，一定要守护好了。若出现贡高与下劣，及时调整它。不隔念，最好；不隔时，方便；不隔日，每天都要做。实际我们功课中的确有，念八十八佛大忏悔文是每天不让你的作业过夜的。你任何作业——“诸佛世尊当证知我，我若自作，若教他作，见作随喜等，今皆忏悔，令其清净”，就是最少不隔日要忏掉了。

这样我们的人生就充满了快乐，它是快乐的源头。佛讲忏悔得安乐，不忏悔罪亦深。你及时忏悔，一定是快乐的源头。不是吗？有人说我固执己见，我编个方法，我就要把自己表现得很完美……但你内心充满了执着的痛苦、迷失的痛苦，自我卑劣，认为这

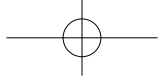


个卑劣的果子是你，认为这个错事是你，你就开始苦自己了。

这个方法很简单。这就是念佛的方法嘛！佛是清净平等觉，既不贡高，亦不下劣，充满了真实的意乐。什么意乐呢？自利利他，真实不虚。若有不方便处，出现了贡高下劣，不隔念、不隔时、不隔日调整，最差做到不隔日。若有这样一个誓愿力，你不是一个真正的学佛者吗？你不是一个快乐者吗？我们讲“法喜充满”，那就是诚实言了！你做得久了，自然会法喜充满。若不这样做，你的法喜从什么地方得到呢？佛陀是真实语者，历代祖师是真实语者，我受其加被，也希望把真实语传达给大家。

我认为这是最好的办法：既不贡高，亦不下劣，就是事实的意乐。若违背事实的意乐了，一定要及时调整它，不隔念，不隔时，最差不隔日一定要调整它，这样你快乐的源头就掌握住了，你法喜充满就有机会了！

明天我们立誓的主题，恰恰应该在事实的意乐上抉择一次。发一个愿：我不隔日——不行，太低了；

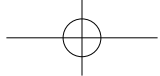


我不隔念——太高了；我不隔时——做得到的！一定要改变自己的不平衡，让自己的意乐在生命中升起来！一定要发这样的愿，不发这样的愿，回到生活中，我们的短期出家真就太短了。意乐是我们永恒的需要！所以这次我对现前僧众及居士最大的供养，就是要立誓让事实的意乐伴随一生！这是我对大家最简单的一个祝福！因为我们这一生一定要成佛的。



凡夫人行八地事，依念佛故

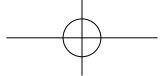
我们不是说一说，是要有这样的愿望。八地以内的菩萨，所有的事情都靠作意，所有善恶缘皆以作意而成。你逃不掉，你所有的苦乐都是作意而来。不相信试一试，谁说我不作意就可以产生快乐，举举手。因为什么？八地以内的菩萨所有的苦乐作为都靠作意而来。所以常住安排大家发个誓，我当时泪就在眼圈里转，我感到大家太有福报了！我说我们学佛的时候怎么没有这样的善知识呢？没有人这样教导你，就是摸出来的，拿生命赌出来的！一次次在疯狂的边缘、



生死的边缘、迷失的边缘，甚至堕入魔道的边缘，挣扎出来！所以苦乐都从作意而来。

我们现在作这个意，什么样的意呢？究竟意乐的意。一定要有究竟意乐。我们读《无量寿经》，你要是真正理解了里面的作意，你会得到太大的加持了！作意是什么呢？就是我们在思维嘛，在打主意嘛，在搞名堂嘛。谁说我心里从来没有名堂，我现在心里像太阳一样圆明灿烂，举举手，我感觉应该给他塑个像。因为什么？那是八地以上菩萨自然心智中流露出来的光明。

念佛人可以做得到的，但你必须得念佛，不念佛做不到。普通人行八地事，依念佛故！这是真实不虚的。我们在念佛的时间，无对无待，无染无著，那心就像太阳一样，就像大势至菩萨一样，是无边光，普照于自他，圆成依正二报，就是依念佛而成就。真正的念佛人就是在行八地事，一生得阿鞞跋致！我们都读过《无量寿经》、《观无量寿经》、《阿弥陀经》，一生得阿鞞跋致。阿鞞跋致是什么呢？就是不退转嘛！世尊给我们一个事实的力量，一生得不退转，那是八地事啊！七地菩萨一样往返人间啊！所以



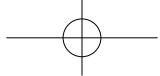
凡夫人行八地事，依念佛故。这个念佛不敢丢的，念佛一丢，你还是凡夫人行凡夫事！所以一生欲得不退转，唯依念佛事！

诸位善知识啊！今天谈到意乐的问题，是我对大家一个真诚的祝福与供养。但是这个意乐，我们平时真要把它当成戒！若不当成戒，人生太短促了，太多的苦把我们逼迫得厌倦世间了。为什么呢？没有意乐的东西！很多人说，我有出离心。我说你有厌离心，你有逃跑心，出离心一点都没有。出离心从哪里出来的？事实意乐，平等缘起，自然出世，不假方便。这样就出离了善恶的世间、凡圣的世间、不平等的世间，出离心成熟了，你再一观察菩提心，自然就成熟。



成就三界极大之福，远离三界极大之祸

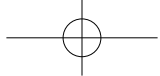
我们立誓，主要的动力就是把究竟的誓愿能做得得到。当然大家这一个月誓愿也很重要，在我们无始



以来的生命中，没有担过这么大的责任。出家这一个月要担什么责任呢？三界师导的形象！就是佛相，你们现在现的就是佛相啊！现在给你们照个像放在佛陀那儿，就可以说是佛像，因为像佛一样嘛！无始以来你们没有几时这样做过，这样做过就太了不起了。所以你们承担着三界的祸福！这个担子是不是重了点呢？祸也会从你们身上生，违法了；福也会从你们身上生，清净了。

以前有放光寺的出家师父在下面偷嘴吃了，被猴子打了，被熊瞎子打了。他们跟我说，师父我忏悔，我说不要跟我忏悔，跟熊瞎子忏悔去吧，熊黑嘛！给你的福德大，这祸力也大呀！你们的责任到底有多大呢？再大一个国王怎么样？再大一个亿万富翁怎么样？再大一个哲学家怎么样？他能担三界的祸福吗？你们的身心世界就担负着三界的祸与福。你仔细想一想是不是？因为什么呢？我们称阿罗汉是应供者，就是三界应供者。你们的形象是阿罗汉的形象，也是佛的形象，你们也担着三界的祸福。

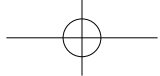
有一次，一个闭了关的出家师父，到我以前住的五方静室那儿磕头，说这个地方像佛陀住的地方一



样。我说这个地方有五块石头，那可能是五方佛吧。当时我做了个祈祷，说这一块石头当一个佛，管它是不是呢，先这么当着就行了。这个祈祷，可能很多人有感应力，说这个地方怎么样……实际不是，就是你祈祷产生的一个相续力，并不是说你真是佛，实在是这个加持力不可思议。我们凡夫的作意加持力是不可思议的！

你们这个身份一改变，三界的祸福就放在你们身上了！这三界干净，是你们做出来的；三界肮脏、齷齪，你们就消化吧。大家都给你们礼敬磕头，这没问题呀！但是同时你们担着这个祸与福。你要知道，你一举心一动念都要小心了，不是胡说的。一条戒，有五个护法；十条戒，有五十个护法跟着你。不要怕多，越多越安全，要不然跑了，你可就不安全了。一条戒一个善神，你何必不守呢？你跟他们交交朋友，以后他们走了，你说朋友快点来，他又来了。干什么呢？护持你！不相信吗？你持过了，他就护持你。你遇到重大违缘的时候，你说我曾经在别解脱戒中守过十条戒，你这样一祈祷，任何的难缘都可以过去！

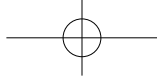
所以世尊就把这些教法咐嘱给这些道场神、护法



神、种种人天鬼神。干什么呢？来护持这些末世的出家众。末世出家众，世尊称为什么呢？极殊胜内眷属。他并不是说“这就是我的家人，我的儿女。”因为你现这个形象，是极殊胜；因为你学他的教法，传播他的教法，守护他的教法，是内眷属。

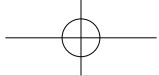
你要当之无愧地作一个月释迦族的内眷属。你是因为法成为释迦族的眷属，这不是故意赞叹大家，只是说一些实话罢了。你们作一个月释迦族的法统的眷属，肩负着这一个月三界的祸福，掂量掂量这个份量可不轻呢！所以大家立誓，一定要清晰这一个月的责任与义务，它是同时的。我们这段时间行善、如法行，有极大之福；若不负责，那有极大过患。希望诸位善知识在这万劫难遇的法中，作释迦佛的真眷属，担三界极大之福，避三界极大之过！

今天我一直在想，怎么供养大家呢？首先，事实意乐，一定守护。远离贡高，远离下劣。贡高下劣一旦产生，不隔念，不隔时，不隔日地忏悔。这是我的第一个供养。其次，成就三界极大之福，远离三界极大之祸。再次，这事实的意乐是我们毕生的需求。毕生，不是这一生。这事实的意乐是毕生所持才有意义



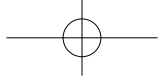
的。毕生所持，这是个大誓愿，这个毕生就是不再轮回了！刚才说一生，怕大家这一生又出问题了。而这尽形寿，就是尽未来轮回之身，行事实之意乐，来自利利他，圆成佛道！

（摘编自慈师2010年第五届短期出家开示）



第③篇

依五种意观察往生



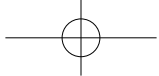
在天亲菩萨的《往生论》中讲“为生彼国意故”，这个“故”，是本具的作用，非生灭来，非修持来，非不修持来，是一切众生所本具的功德。这个“故”，是通过我们身业礼拜，身业所触及皆是阿弥陀佛周遍的示现，我们应知、应晓，这样一个时时刻刻的提示，使我们开启了这种本有的彼国意、安乐意。

下面谈谈“彼国意”这个“意”，我们从五个角度来观察。



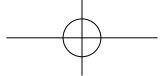
依世俗意观察

第一，我们先从世俗的角度看。世俗的有情虽然有种种迷失、种种颠倒、种种妄想、种种轮回业力，但是一旦沉静下来，也希望离苦得乐的，他只是没有方法罢了，每一个世俗人都有这种需要的。我们谈人性的问题，人的这种最朴实的要求、最朴实的思想状态，都是需要不苦的。但大家在愚痴、无明、习气

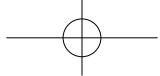


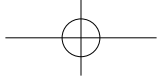
的蒙蔽下，就会自觉不自觉地造成世间的种种贪欲争夺，反而把乐的根源给蒙蔽了，给毁坏了，造成了世间的苦。所以从世俗意上讲，“彼国意”是一个朴实的状态。世俗人也需要离苦，只是没有方法。

有的人拼命挣很多钱，有的人培养自己的势力，有的人就强化自己的色身，有的人就学很多技能，锻炼自己的身体，强化自己的势力范围、意识范围，这都是苦的根源。那我们恰当地运用生命，恰当地运用生活的资源，用自己的福德来觉悟人生，这就是乐的根源了。现在背道而驰的人还是比较多的，所以称为“五浊恶世”。这个五浊恶世，就是因为背离了我们离苦的愿望，我们想离苦，但是做了很多更加苦恼的事情，强化自我啊，锻炼身体来壮大自己啊，学技能来增强自己啊，赚更多的钞票啊，有更多所谓自己的事业啊，等等，结果给自己带来更多的沉重与迷失。我们自己可以去思维观察的。所以这个世俗意也有离苦的层面，虽然它是模糊不清的。



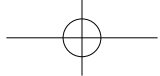
84 依五种意观察往生





依正见观察

第二，在往生彼国意上，我们用正见、正念来离苦。好比我们执着于世间的诸行、诸法、诸受，想要更多的东西、技巧，实际都在增加自己这个受，认为诸法有常，建很多房子，买很多车子，认为自己会拥有这个东西，都是有常的心，这样就会带来苦。所以我们依正见来审观，这个离苦得乐就能产生一个事实。所谓事实，就是依法印正念，我们就会在往生彼国这个因缘上来做抉择，知道这个娑婆世界是无常的，是苦空的，是个堪忍界，是我们无始以来业的累积，我们需要出离，我们有出离的方便。那么我们依法印来审观，依正见来审观，这个彼国意也会生起来，“生起来”就是让它起作用。世俗人是没有正见的，这一点我们一定要清晰。世俗人认为世间有我，所以佛说诸法无我；世俗人认为世间有常，执着一个发生的事，把它坚固，就产生了斗争、是非的苦，所以佛说诸行无常；世俗人执着自己的感受，执着自己的知见、认识，所以佛说诸受是苦；世俗人认为这是不会变化的，所以佛说无自性，来让我们生起这种安

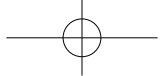


乐意。我们讲的纯粹是一种理性的观察。为什么要这样观察呢？是在我们心里细微的角度慢慢看看，能不能使我们一些固有的东西松动，使我们真正建立一个正见的作为。



依意乐观察

第三，意乐。为什么讲这个意乐呢？我们作为一个人，若是不从正见，不从世俗上谈，单单从现前这一念上来谈，意乐无外乎也是一个引发的方法，就是一念的作用。用“心作心是”来审观自己，你是需要苦，还是需要乐呢？这样我们也可以选择自己的意识。一般人都会不假思索地说，我需要乐，但是他没有乐的方法。那么这一念选择，一念“心作心是”，就可以用意乐来表示愿生的这种一念决定。你说这世俗和正见是不是一念呢？往往我们世俗的知见十分深厚，虽然有意乐，一会儿又淹没了，虽然有正见，一会儿也淹没了。所以这个一念、这个意乐对我们来说，反而是正见的一个事实，是正见的一个作用力，

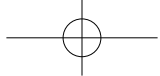


是一念能抉择。我们讲一念“南无阿弥陀佛”，实际是决定念的一个善巧。这个善巧若善于运用，你就会得到不可思议的利益，真正使自己的生命得到一个大的安乐与启发。



依佛愿观察

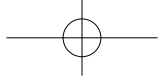
第四，随顺佛愿观察，这就是净土法门的主题思想了。阿弥陀佛建立这个国土，欲令一切众生往生，这就是他的愿望，所以往生彼国意是阿弥陀佛回施给一切众生的。《无量寿经》中有这样的偈赞：“其佛本愿力，闻名欲往生，皆悉到彼国，自致不退转”。这四句偈赞过去称为“破地狱真言”，就是一切世间的障碍都可以破除。为什么呢？他所缘的是“其佛本愿力”，就是依阿弥陀佛的愿力产生的事实。我们听到阿弥陀佛的名号、愿望，我们产生了往生彼国的强烈愿望，不管是从世俗见中、正见中、意乐中，都会感到是来自于阿弥陀佛的愿力。像世俗、正见、意乐（的往生彼国意）的产生是要有正确的引导的，但它



还是极不稳定的，所以这三个是自力分。自力有进有退，就是有的时候起作用，有的时候会退失作用。那么在随顺佛愿这样一个作用下，往生彼国意是不可思议的，所以“其佛本愿力，闻名欲往生，皆悉到彼国，自致不退转”。这第四个往生彼国意，随顺佛愿产生的意，是不退转的，是佛力住持，而前面三个自力是有进有退的。

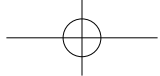
这样就区分出净土法门的特定思想了。前三个在我们平常所学的教法中都是有的，世俗的心、正见、意乐都是可以引导出来的。这个意乐可以分成法性的意乐、顺性的意乐、究竟的意乐等等，虽是如是，它会有进有退，会随着你的业力习惯表达进退。随顺佛愿所产生的意是不退转的。何以故呢？佛力住持故。佛力住持，即得不退。这是净土法门一个不共的特征。印光法师这样称它，我感到十分准确——特别法门！特别，它不是普通的法门。通常的法门皆是引发我们自力与觉悟而成熟的一个事实，净土法门是佛力住持，佛愿住持，这是一个重大的转机。

往往现在很多讲净土教法的人比较注重前三个意，往生彼国意是佛的愿力成就的，人就容易忽略，



恰恰丢失了这个教法的根本依止。所以依佛愿力，佛力住持令我们得到往生的抉择，这是不退转的功德，是净土法门的一个特质。我们学习净土一定要知道，净土法门是一个特别法门，是一个超出常伦的教法，是一切诸佛所赞许的。《称赞净土佛摄受经》中讲，这个法门是一切诸佛摄受法门——不是一佛，是一切诸佛摄受法门。这个法门的传播也是一切诸佛的出世本怀，这一点是真实不虚的。在未来际法的传播中，利益的现前中，净土法门的传播会越来越真实，越来越普遍。许多常规的法门，因为时代的变化这种不可思议的作用力，我们没有时间去修持了，没有精力去学习了，没有传承的善巧了，所以就会丢失。但一切诸佛摄护的净土法门，在未来际会源远流长，广利人天，其法雨滋润阎浮提有情，得遇者必得度脱，这是一件不可思议的事。

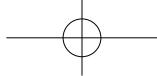
这个随顺佛愿产生的意是不退转意，我们作为一个念佛人应该十分在意、关心这一点，这样你会很容易得到真正的安心，这个安心就不是一个虚话了。因为佛力周遍，普摄有情，若众生刹那随顺，即得安心。你随顺了，你就放心了，没有事情了，因为你把一切造作、作为交给佛陀了，你没有什么了，只是休



息了。休息下的用心，远离造作故，远离是非对待故，远离执着分别故，远离所知障故，人心得以安稳。所以在这五种意中，这是一个最特定的作为，随顺佛愿而产生的意。

天亲菩萨在《往生论》中写道：“观佛本愿力，遇无空过者，能令速满足，功德大宝海”，说你善观阿弥陀佛的愿力功德，能满足一切众生之需求。何以故？善法住持故，令其不退转故，真实安心故。这是净土法门的特点，这个特质我们一定要看到，不要轻易带过。若带过了，就十分可惜，你就把净土当成普通法门来修持了，很辛苦，很多时候甚至劳而无功。因为我们会用自己的业习意识去分析，去认知，甚至去妄设、妄计，就会与佛法的真正利益产生隔阂。这一点希望大家善思维。

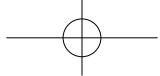
龙树菩萨举例说：念佛人如顺水乘船，就这么快捷省力；自力修持就像旱地步行。依仗着佛的愿力载负，佛在一切时处示现养育着我们的慧命，使我们安心不退，这样一个修行方法是在安心情况下的修持，跟平时的方法不一样。平时的方法你没有亲证，就不安稳。净土是先安心，再来修持。我在《善导大师全



慈愿/词:韩红

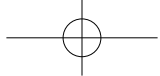
一念起，慈悲生。一缘起，菩提喜。一世情，远万里。是谁禅定华首，笑而不语。/ 一念起，菩提生。一念兴，慈愿喜。一念行，行万里。是谁禅定安坐，莲花如歌。/ 嗡啊叶梭哈……嗡啊叶梭哈……嗡啊叶梭哈……

92 依五种意观察往生



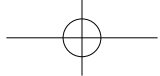
集序》中称“先回家来，行化自在”——不管你是修行也好，为了佛法住世也好，为了利人也好，为了自利也好，你再修行都很方便了。但若是通常的法门，自力的修持，你没有亲证就不得安心，你心总要颠倒的。即使你是入了贤位的菩萨，能伏住烦恼，大的因缘一来，烦恼的种子还会翻出来。

在净土法门中，等于我们打包把过去、现在、未来的业，一时交给阿弥陀佛了，安心在阿弥陀佛的愿望中，在阿弥陀佛愿望的作用下，来打开自他的业力，来审视自他的业力，来觉悟自他的业力。先打包供养给阿弥陀佛，让自己的心清净平等地安住在阿弥陀佛的愿力载负中，再来打开你的包袱。什么包袱呢？过去、现在、未来的自、他、共业。你来打开，一一分析，一一观察，这样的修持是十分不可思议的！给我们一个广大的心理空间与作为空间，使我们在安心的情况下，在没有畏惧的情况下，去审观自己的业力、他人的业力、共有的业力。若是没有佛力的回归与安住，直接去打开自己的业力、他人的业力，在业力里面去观察修行，我们往往无力自拔，多有迷失。这个业力无穷无尽，虽然无穷无尽，依仗佛力，我们可以打包供养，可以做一个简单的处理，使我们的身心安乐下来。



依性德观察

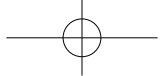
我们来看“为生彼国意故”这第五个角度——顺性怎么来往生彼国意呢？这是我们佛教谈论的最大的一个话题了。一般我们说“顺性起修”。现代人为什么修行不能成就呢？多是以得失心、对待心修持的，想改变一个现缘，而不是觉悟这个现缘，所以这个对待心是对现下的不满造成的。对现下的不满造成了修行的愿望，这个愿望极其强烈，我要修行！我需要三明四智五眼六通，需要种种自在力……自己假设修一个什么法会得到什么，这样一个对待的取舍，结果违背了性德的修持，等于头上安头。过去这些祖师们的话，十分认真，我们一不小心就不知道他们在讲些什么。因为一切众生的本有觉性是具足的，不管是三明四智五眼六通，还是十八不共法、十力四无畏等等，一切法中，一切众生本具清静，本具圆满。我们了解了这个本具圆满，我们就能顺性起修，顺着这个圆满性、清静性、无对待性、真实性来修持。修持什么呢？去掉你的执着与沉重，去掉你的迷茫与挣扎，使你得到种种轻安与喜悦，让你内在的本具功德自然地放出圆满的净光，照耀着你的依正二报，使你真正得



到圆满的解脱，那就是顺性起修。

我们不知道本具圆满，就会像《楞严经》中说的一样，十方觅头。干什么呢？以为自己丢失了脑袋。一切凡夫众生亦复如是，因为贪嗔痴慢疑的自我蒙蔽，以为自己丢失了脑袋，去四外寻找，心外求法，总是不得，各造业障，增加苦份，本来是修持，反而背道而驰，在原有苦的因缘上，又增加了更多的负担与迷失，就是这个时代一个不可思议的状态。我们真正作为佛的法子，一定要认真运用这样的正见，来顺性起修，来真正地皈依佛法僧。所谓皈依，是打开、启用我们本具的功德，让它自然地生起作用，去除执着、妄想、对待这些恶习，使自己本具的心像初升的太阳一样，照破我们制造的一切无明幽暗。这就是顺性起修，使我们远离对现下不满的这种误解。

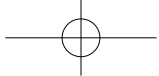
许多人就是因为对现下不满才修行的。实际这是个误区。你说我对自己满意，是不是很骄傲啊？是不是未证言证啊？不是，这是个缘起法的问题了。并不是我们自慢、自满。所以世尊为对治平庸慢，勤奋修证。你看释迦文佛的因地，知法无性，广行布施，广行六度，但他一定是勤奋而行的。这个地方矛盾吗？你作为一个凡夫，本来具足了，还修什么呢？你睡大



觉，等着圆满就好了嘛！所以诸佛如来又对我们讲：“一切苦难众生皆因放逸而成就。”那一切众生堕落轮回皆因放逸而成就。为什么呢？虽然你具足，但你不去启用它，不去运用成熟它，你就会堕到贪嗔痴慢疑的种种恶道中去。我们知其性，随顺其性就会出离生死，若昧失其性就会妄造轮回。

我们经常会遇到放逸人。所谓放逸人，就是认为自己修行，别人应该伺候我，应该照顾我，自己所谓的修行不过是个放逸。这个放逸是什么呢？满足自己的私心与贪欲。所以在我们汉地大乘佛教中的修持是六度方便。六度，第一个就是布施。现在的学佛人可不得了，似乎天下人都要来照顾自己，多行放逸，行为极为自私。现在人为什么修行不能成就呢？跟这有直接关系。背道而驰的东西十分炽盛的，让大家为我服务，唯我独尊，自己说一些不相干的道理，行极欲自私的作为，认为这就是修行。

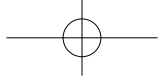
这一点希望引起大家的重视，我们要真正能顺性清净起修，在平常安稳处起修，远离热恼处起修，智慧无染中起修，令正法住世的慈悲心中起修，在真正的利世心中起修。所谓“起修”，就是运用自己生命



的作用力，让自己的生命表达出最健康、最成熟、最有意义、最光彩一面，让黑暗的私欲、制造恐怖、制造逼迫的那一面淹没下去。像有的国家，在全世界扮演上帝的角色，谁不服我，我就打谁，没有我做不到的事情。我有技术，我有强权，我有支撑力，这就是所谓的上帝，我能制约着你。佛法不是这样的，它是一个平等的饶益弱者、令弱者得到安乐的一个广大的教法。实际弱者就是迷失者罢了。

我们主要想说明什么呢？顺性起修是无私的，是休息的，是宁静的，是平淡的，是真诚的，它会有令你身心安乐、令有情安乐这种如实的作为与真诚的功德。这在我们生命中会看得到，认识得到，感知得到，这是一切修行人会有的一个角度，希望引起大家的关注。

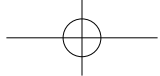
我们作为一个修行人，一定要护持三宝，随顺智慧与慈悲，设立修行方便，这样就能远离极欲的自私，走出沉沦与沉重。这样我们在现实中，就会得到佛法这三种清净的功德：智德、恩德与断德，使我们作为一个修行人有价值。这个价值不是自封的、自诩的，你真会体会到它的安乐、清净与真实。



佛愿与性德的关系

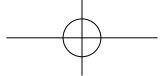
净土教法的修持要在随顺佛愿中得到解脱，得到利益，那么佛愿跟顺性这个性有什么关系呢？就很容易看得到了。因为佛是顺性成就的，他的愿望也是顺性而发的，所以我们读这些佛菩萨的愿望，愿愿都是为了度众生，愿愿都是为了利益世间，没有一个愿望不是顺性设立的，广大而究竟，真实安慰世间，所以具足四波罗蜜，具足三德。

众生为什么能在随顺佛愿中得到度脱呢？也因为佛愿是顺性而发这样一个接轨。因为佛愿是人性化的，比较亲切，有作用力，有对象。为什么要谈对象呢？就是有对应的接受者，我们谈性德就感觉有距离，有陌生感。这个距离谁在消化呢？佛来给我们消化。我们一谈到本性，往往作为一个普通人就容易迷失，感到有距离，有无情、生硬的感知。所以佛陀为了利益我们，就顺性立愿，让我们感到亲切，有作用力，这就是佛的慈悲智慧所在。



佛陀通过兆载永劫的修持、多生多劫的观察思维，把这种无情、距离、障碍自己消化了。这对我们来说是个障碍。佛陀通过他的思维、观察、修持，用慈悲与智慧帮我们消化掉了，用愿望、愿力来回施给我们。实际佛愿就是顺性的消化方式，把性德传达给我们的一种善巧。佛陀用悲智的心，把性德善良化了、有情化了、亲切化了，再传达、供养给一切有障碍的凡夫有情，所以障碍是佛帮我们消化了。佛陀通过顺性的修持、观察、作为、亲证，把它变成一切众生能够接受的方式传递给我们，让我们再来接受性德的作用力——安稳与真实，这真是大慈悲、大智慧、也是大方便！

所以我们对佛陀的歌赞一点都不过分，是那么真诚，你得到利益了，才会赞佛的。为什么呢？他把一切众生力所不及的障碍，就是对本性的认知与亲证的障碍，自己来处理了，然后通过愿望回施给我们。你读一读释迦文佛的五百大愿、阿弥陀佛的四十八大愿、药师佛的十二大愿，观音、势至、文殊、普贤菩萨的愿望，都是顺性设立的愿望，他们已经转化处理了，帮助我们这些没有消化能力的人来消化。消化什么呢？消化这种性德的真实与利益，让我们接受。因



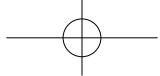
为你虽是本具，但直接让你接受十分困难，教理上可能还能接受，但作为上、作用上，真是难上加难！这一点真是佛陀的大慈大悲！

我们平时说感激佛的恩德，佛对我们恩重如山，我们会这样想，也会这样说，但是这个内容的角度究竟在什么地方呢？我们就从这里看到了，佛陀顺性立愿，普利十方，揭示一切众生的佛性、觉性或者本性、法性，这是他最大的慈悲与善巧！

所以这第五个意，顺性意也没有离开诸佛的慈悲，当然也没有离开一切众生本具的功德。所谓的“本具往生意”，本来就无来无去、无生无灭、不垢不净，你本来就这样安住无疑，你只是不了解。但这样说你会进入迷茫，所以佛就立愿来彰显它的作用，让我们有亲切感，这个作用的亲切特别重要。你可以去学习，去实践，去观察，去对比。你在随顺佛愿中能体会到性德在生命中的作用，这是一个十分重要的认知过程，没有这个过程，我们对佛菩萨是没有感情的。

阿弥陀佛四十八愿，愿愿度众生，这个度众生就是以自己的修德来彰显众生本具的性德，令众生得安

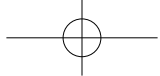
100 依五种意观察往生



乐住。所以不解放众生而令众生得以解脱——我不去解放你，但是让你认知你得到解脱。因为是本具的，不是造作出来的，所以佛陀不是上帝，佛陀不度众生啊，是以悲智平等展示心性，令众生各各得见而得度脱。佛陀从来不说我比你们高明什么，他说大地众生皆有如来智慧德相，真是奇特稀有啊！他只是彰显一切众生的平等性，令众生得见得用而自行解脱，圆满于无上菩提。所以“我若有所得，燃灯古佛自不与我授记”，这是真诚的究竟的话语啊！

世间人不知道，就认为：上帝在成就我们啊！佛在成就我们啊！阿弥陀佛给予众生真实之利是真实不虚的，拯济群萌也是真实不虚的，但是他拯济的是什么呢？没有增减任何东西，只是展示了平等法性，令一切众生随顺平等法性而得度脱，在一切时处自见解脱、自行解脱，自认圆满，这样远离造作生死，远离造作的困惑与烦恼。所以出有为法而入无为真实，得究竟安乐住。所谓的“本具往生”，这个意非生灭意，是清净意、平等意、安乐意、无来无去意。

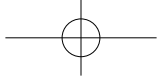
所以我们礼敬诸佛，赞佛甚深功德海，就像天亲菩萨写的《愿往生礼赞偈》，那言辞是十分精美的！为什么呢？这些菩萨在修行过程中，真正感到佛恩浩



荡、佛光普照、利益一切这种真实，所以他会说出无尽赞美的言辞，那是由心而发的，不是粗糙的、虚伪的、阿谀的东西，是如实的心底的感激。这第五个方面，我们谈到本具、顺性，实非造作，实非来去，但依诸佛功德彰显，令众生得见得用。所以第四、第五这两种意，随顺佛愿与随顺性德是不能分开的，假若分开，我们不能得见，不能启用。这一点希望大家有一个确切的认知。

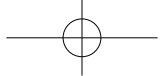
从这五个角度我们可以看到，前三个中，世俗的力量、正见的意乐，包括我们随着意乐的观察产生的往生意，都是自力，是有进有退的；那么依佛愿、依性德力是不退的。我们随顺后两个意来审视往生，会在这个不退转的教法中得到阿毗跋致的作用力，佛力住持得不退转。我们从这个角度看阿弥陀佛的教法，因为随顺佛愿得到性德的皈依与支持，所以无有退转，这是真实言。因为佛愿是顺应性德的，我们随顺佛愿见到性德的作用，就无以退转了，就像滴水投入大海一样，你没法再把它提纯出来。为什么呢？如空回空啊！南无之时如空回空！

（摘编自慈师2011年结夏安居《五念门》开示）



第4篇

一念念佛法



每天早晨起来，或在每天中任一时刻，用如下方法念一声佛。

祈请十方诸佛菩萨证知我：

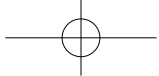
将自他共过去现在未来一切身口意业，一时无余供养阿弥陀佛，消融在阿弥陀佛智愿海中（随顺弥陀无碍光明，永不退失），以此因缘，我称念阿弥陀佛摩尼宝号——

南无阿弥陀佛！



一念的真诚与投奔

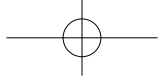
现在大部分人不愿意做规范的修法了，所以我们用不规范的、最简单的规范方法，就是一念法。以前我给自己找一个最懒惰的方法，就是念一声佛。我说要是这个我再做不到，那就不要活人了。我给自己提出来，一天一定要念一声佛，认认真真地念一声佛，



就一声！我就是从一个最低的状态来要求自己，我再荒诞，一天再忙道，再不想去念佛修行，念一句佛行不行？我给自己提出来，还是能做到的。

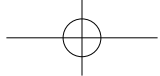
这一句佛，你若是认认真真地念，这一天就值得，灭你80亿劫生死重罪。但你若是念一天，落个烦恼烦恼的结果，你就造了80亿劫生死重罪。你有一念真诚的体验以后，这一天就很安乐。你这一天念来念去，念到最后烦恼了，你这是学佛？今天一位出家师父过来问我，这佛法有什么意思？没意思。我说你干什么有意思？抢劫有意思？他说学佛没意思。为什么没意思呢？离那杀盗妄淫的距离太大了。实际他没有真诚地跟佛法相应过一念，一个念头就行啊！

这看着十分简单，大家真是可以下去实践啊！当然你说我能十声都很认真，一百声都很认真，行不行呢？那太好了！反正我一天对自己的要求，就是一定要念一句阿弥陀佛。不管你再忙，再多业，再多烦恼，再多想法，要念一句的。认认真真地念一句，全力以赴地念一句，不要念多，就先完成这一念修法。自己用满意的心、真诚的心、不逼迫自己的心，念这一句佛，自己能做得到的这一句阿弥陀佛。我接触很



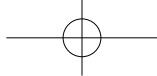
多人，就在一个持续、真诚的修持上不能坚持。我念这一句佛大概有五六年了，就要求自己一天念一句，但这一句必须得清晰、明了，不能有丝毫的含糊。念了之后，这一天不管是修行也好，跟人交往也好，心里都很亮堂，都很真诚。为什么呢？因为有这样一个缘起了。实际我们修行，不是修多少，是把你那个真诚的心、真如的心、顺性的心、不造作的心，真正地使用出来，这最重要了。否则我们会给别人看，给自己看，做些假架子。业力一来，不当用；习惯一来，又埋没了。我遇到一些修行人，大概走的就是这个弯路，做一些不真诚、不愿做的事情，做了之后，就会后悔，就会推翻信仰，就会迷失自心。所以我们提倡一念法，就是为使大家有一个真诚的相续，哪怕一天念一声、十声，都是可以的。

前些天在上海、在杭州，我都给有缘讲这一念功课了。我这一念功课怎么做的呢？我供养给大家。我总考虑现代人很忙，能不能给予他们一个最简单的方法呢？比如我们的亲人，我们的道友，我们周边的人，愿意学一个最简单的方法，能不能有任何人都可以教会的一个方法呢？让任何人都可以不费心地来实践的一个修行方法呢？我感觉莫过于一念了。当时我



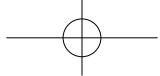
就基于这样一个理念，给自己定了一个功课，每一天早晨起来，要念一声佛，或者每一天要念一声佛。有时候早上起来忘了，怎么办呢？后面补。怎么补呢？我是先忆念，先这样祝福：请十方诸佛菩萨证知我，就是请佛菩萨给我作证。证知什么呢？我过去、现在、未来的身口意三业，一时全体供养给阿弥陀佛，消融在阿弥陀佛的智愿海中，以此因缘，我称念阿弥陀佛的摩尼宝号，南无阿弥陀佛！念一声！

为什么要诸佛菩萨作证呢？怕自己放逸，不真实，怕自己对着自己说没人知道。自己跟自己心灵对话，有时候感觉自己尊重自己，可以有信心，有时候自尊不够——那么祈祷诸佛菩萨来给我们作证。作证不作证你先不管它，要祈祷！把自己过去、现在、未来的身口意三业，一时供养给阿弥陀佛，汇入阿弥陀佛的无碍光明中，或者说随顺阿弥陀佛的无碍光明。有时候语言稍有差异，但无外乎是把自己过去、现在、未来的身口意三业，完整地、无遗憾地、无遗憾地供养给阿弥陀佛，消融在阿弥陀佛的智愿海中，永远不再退失。像滴水入海一样，再不会起负面的作用了，再不会反弹，再不会退转了，我就是以这样一个理念念一声佛。我念这一声佛，感到自己十分真诚，



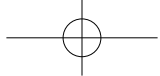
2011年末象王山极乐法会，高飞的气球，承载着誓愿，升入虚空，融入法界……

《吉祥誓偈》/现行总集自解脱 安心不在别处寻 当体即是见实相 无须造作
行圆满 烦恼菩提本一如 觉悟起用动念间 调御自心善抉择 从容处处妙吉祥



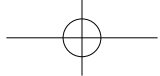
十分贴切，没有虚假，没有应酬，没有为别人念，也没有为自己念，感到把自己过去、现在、未来业真正地奉献出来了，把自己的身口意三业真正地随顺阿弥陀佛了。这个随顺与供养，像滴水投入大海一样，再没办法把它收回来了。我们把自己的过去、现在、未来的身口意三业，一时供养给阿弥陀佛了，消融在阿弥陀佛的智愿海中，没办法再收回来了。这样念一句阿弥陀佛，心里十分踏实，没有反复的感觉了。哪怕我这一天做了很多事情，有时候有习气，有时候没有习气，有时候相应，有时候不相应，有时候如法，有时候不如法，但是没有疑虑，感到全是在阿弥陀佛智光的加持下、推动下、愿力的作用下作为的，很欢喜！业力浮起的那一刻钟，就说它一定供养给阿弥陀佛了，没法收回来了，你马上能生起喜悦。有时候习气来了，一想我过去、现在、未来的业已经供养给阿弥陀佛了，没法收回来了，你用它，它已经是属于阿弥陀佛的了，你马上会生起喜悦。泛业习或不泛业习，你都会感激着阿弥陀佛这种周遍的加持。

所以我们在木香坪写平等安心誓，说“随顺佛愿无有间，意乐弘誓性自显，法身功德行周遍。”为什么这样说呢？实际是当时在念这一声佛的时候，一种



感觉，一种体验，一种喜悦！这种喜悦是什么呢？就是你这样做了，你有这样一个愿望。什么愿望？念一声佛，很真诚，把自己过去、现在、未来的身口意三业，彻底地、无遗地供养给阿弥陀佛，融化在阿弥陀佛的智愿海中了，永远没办法退转了。实践久了，你就一直在阿弥陀佛这种愿力的摄受中，感到生存啊，做事情啊，觉悟啊，修证啊，都是这样，十分安心，安心在阿弥陀佛的智愿海中了。因为你已经皈命于阿弥陀佛的智愿海了，把你过去、现在、未来的身口意三业，无疑地皈依、安置在阿弥陀佛的智愿海中了，安心于此了。所以念那一声佛是提醒自己，阿弥陀佛来给你印证了。印证什么？说这是实话，你这个愿望落实了，是事实！阿弥陀佛这个摩尼宝号是真实不虚的，闻其名号是为具足无上大利，我们念这个名号，也是具足无上大利。什么大利？把我们过去、现在、未来的身口意三业，一时无遗地供养给阿弥陀佛了，供养到阿弥陀佛的智愿海中，永远无有退失了，不会变异了。那我们念这一句“南无阿弥陀佛”就很欢喜。

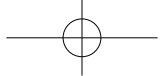
所以我听到有人念一句阿弥陀佛，我说你真了不起。为什么？很真诚嘛！有人说，我念了一万声佛，我说你太了不起了。有人说我念了几万声，我赶紧



合掌顶礼。因为我念一声就感到欢喜得不得了，你念一万声，你说这是啥概念呢？那不是让人喜得没办法喜了？成极乐世界了？对不对？念一声你都很满意，很欢喜了，你念一万声，那不是极乐世界了？对不对？我为什么讲这个呢？就是真正感到念阿弥陀佛的功德是不可思议的，只要你是真诚的！所以若一念、十念，善导大师说^①：上至尽形寿，下至一声十声，咸得往生啊！我是深信不疑的。你没法怀疑。你怎么能怀疑呢？你把自己过去、现在、未来的身口意三业全盘供养了，你还怀疑什么啊？

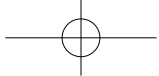
我只是希望大家能一起学习一个真诚、如实的修法，一个但得诸乐、无有众苦的修法，一个有利益的修法，而不希望大家搞花架子，搞名堂。搞花架子、搞名堂对不起大家，没有意义。因为我们不是为别人修行的，没有为哪个人修行的，一定是要解决我们日常生活中最实际的问题。修行不是装模作样的事情，是一个实实在在的心理历程，一个超越自我、超越这个五浊恶世的心理历程。一定要把我们心灵中一些假象的东西，一些自我欺骗的虚假的东西去掉，做

^① 《观经四帖疏》：一切凡夫，不问罪福多少，时节久近，但能上尽百年下至一日七日，一心专念弥陀名号，定得往生，必无疑也。



一个实实在在的修行者，或者实实在在的念佛人，或者一个觉悟人，而不是做一个样子。要把做样子这种习惯去掉。做样子是这个时代人的一个共业，就是看别人——看别人的眼色，看别人的说法，看别人的做法，反观内照十分少。所以这个时代战争多，斗争多，灾难多。为什么呢？就是看别人。

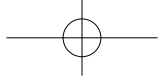
这个一念法，希望每个人都回去实践它。我看国内有很多人在实践，但在放光寺，很少人在实践。虽说我们这个道场是念佛道场，但大家都在学密啊，学藏啊……学念佛的人很少，学简单的念佛方法的人更少，这很奇特！都是他方的和尚会念经，汉地人感觉藏地的人会念经，要学藏地的方法，汉地的方法都不足为奇了。不是啊！真诚是最重要的！真正的利益是最重要的！你搭再大的花架子，解决不了你心灵的问题，解决不了你安乐的问题，那是毫无意义的！有师父提醒我，说你到每个房间走一走，大家学的东西太复杂了。我说我不走，我也很复杂。念佛反而不怕大家复杂，因为念佛是开放的，是全体摄化、摄受的，不怕你复杂！关键是你能不能真诚地念一句，能不能使自己生命的主题是一个真诚、如实在相续。你生命的主题若是真诚相续，安心相续，那你学什么都是值



得赞叹的！你若是真诚不相续，安心不相续，你学什么都应该值得你反思！

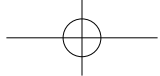
我接触了一些出家师父，甚至很多都是我师长级的修行人，几十年的修行人，修了很多方法，但他们遇到事情发慌，逃避，害怕，我经常感到很震惊！我说我这个人也不是肆无忌惮的，我知道该做的东西，不该做的东西，但要我害怕很困难。为什么呢？在弥陀这个教法中得到真正的安心。你怕什么呢？生也安乐，死也安乐。我们真正作为一个念佛人，真正真诚地念过一句佛，真是生也安乐，死也安乐。因为你知道这个念是什么了。我们整个生命在这个念的感知作用下，表达着种种苦乐、得失、善恶、大小、是非，你了解了这个念。

世尊说“我法无念念”，佛在《金刚经》中说“应无所住而生其心”，很多人就晕了。实际念佛人特别容易体会到这一点，什么是无念念，什么是无修修，什么是无为而至，什么是不假修持，什么是不生不灭，什么是不垢不净，容易认知得到。为什么呢？你只要简单地实践这个念佛方法，不需要你太复杂。太复杂了，你的心里就会变成烦恼、负重、迷



失；简单了，会使你明快、安乐、喜悦。你感到佛解放你了，给你空间了，你就会欢喜，你就会赞佛。佛解放了你的心理，解放了你的时间，解放了你的生命，解放了你的作为，你就会感到真正是个佛子，佛给你带来福慧，给你带来轻安，你就会喜悦，就真会忆佛念佛赞佛，真正做一个佛子。

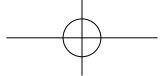
现在很多人以苦来作为佛法的一个标志，就像道宣律师在《净心诫观法》中写的一样，做种种苦行，但你若是不解决你的实际问题，无疑都是在诳自己，在诳佛。那我们怎么来真正解决自己的问题呢？一念法的确是一个很好的方法。你若有一念真诚引发出来了，你了解了真诚是个什么体验，再去做其他事情的时候，你就了解，我在犯业习，他在犯业习，这业习是不可得的。你事事都可以觉悟。为什么？因为你真诚照见，真诚相续，真诚不泯，你就安心不坏，你就如实踏实，你就理解什么叫无间修，什么叫恭敬修，什么叫毕命修，什么叫长时修。否则你不理解这个恭敬修、无间修、长时修。怎么修啊？尤其是无间修，怎么修啊？为什么般舟这么盛行呢？有人说我念十个小时的佛，那还有十四个小时怎么办呢？害怕了，就念二十个小时的佛，那还有四个小时怎么办呢？结果



逼自己。我以前也逼过，逼得当了，能勉强凑合下去，突破一些障碍；不得当了，人就谤佛谤法谤僧，精神分裂。嘴上念佛，心里骂佛，拜一下佛，骂一句佛。为什么呢？太累了！太苦了！自己不知道怎么做才好，不念佛，不拜佛，怕六道轮回；拜佛念佛，又很苦，突破不了。当然过去的人善根、资粮都很深厚，有好的方法，有人给予得当的指导，这种东西容易突破。但在我们这个时代，大家个人审视自己的因缘。

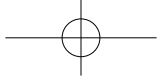
所以善导大师提出来“上尽一形，下至一声十声，亦得往生”，是为安心、起行、作业的方法，就是这一念十念，真诚是最重要的，安心是最重要的，清晰、透彻是最重要的，不在于做得多少。所以昙鸾法师在《往生论注》中讲，念佛十念不为头数^②，只为真诚与决定。你念多少没有用，你决定那一念，你真诚那一念，才是真正有意义的！就像我们拉开关一样，这一念，一拉就行了。你站在旁边说，把灯拉亮，把灯拉亮……你说一万遍，可不去拉它，它就不起作用。你决定了，一动手，它就起作用了。你真诚相应，就起作用了，否则不起作用。

^② 《往生论注》：经言“十念”者，明业事成办耳。不必须知头数也。



你念这一声“南无阿弥陀佛”，把过去、现在、未来的身口意三业完整地供养给阿弥陀佛，无有退失，这种利益是相续的，是无有退转的，佛力住持故。那我们其他时间能不能做呢？实际任何人，随时随地都可以这样观察、思维、称念的。你早上起来，念这一声佛，然后去上殿了，去生活了，你很踏实。你不会厌倦功课，不会厌倦吃饭，不会厌倦跟人交往。为什么呢？因为你很真诚，你知道这是你生命的内容，这是你生命的价值，这是住持三宝的内容，这是住持三宝的功德。若没有这一念，你就会考虑自己的身体不适，就会在自己业习上用功夫……但你这一念真诚激励起来了，因为真诚在推动着你，你就会真诚地做功课，真诚地与人交往，真诚地护持道场，真诚地令自己的生命相续。你不会再去纠缠对张三、李四的看法，都消融在阿弥陀佛的智海中了，你只有善良地对待。你没有必要计较别人，也没有必要计较自己。

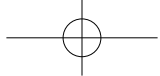
所以这一念法，是引发我们正行最简单的一个枢纽、开关，你念一声佛，打开你的真诚，就像打开你安心的大门一样，使你步入安乐国，做一个安乐国的行人，在这个幻化的娑婆世界中，你会得到极大的自由与安乐。为什么呢？你的心已经融汇在阿弥陀佛的



智愿海中，你的三业也融汇在阿弥陀佛的智愿海中。虽然这个色身还在幻现的五浊恶世中，但它对你已经没有腐蚀了，你远远地超过它对你的腐蚀了。在这个世界中，你只有作为真诚传达阿弥陀佛殊胜功德的一个使者，一个念佛人。像一个游戏者，像一个旅游者一样，你来这个娑婆世界，来与人交往，来做种种事业，都是极大的善巧了。你不会再沉重迷失了，不会再斤斤计较了，因为你没有计较的理由了。

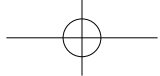
像过去的善知识，通身放下了，就可以完整地为人世间做事情了。以前我们这个寺院有一位禅师，参禅很多年，都没有受用，有一天突然有一个悟处，就知道应该怎么做了，就为三宝，为僧众，做了大量的事情，建了很多寺庙。为什么呢？他身心无事了，安乐了。临取涅槃的时间，他自己说，你们给我搭龕。大家给他做了一个龕，他就念着佛自己走到龕里面。

实际我们人人都能做得到，只要你真诚！若不真诚，你修一辈子，修再多生，也做不到，你不自在。因为真诚是自在力，真诚是无疑的力，是无对待的力，是圆满的力，是清净不造作的力。这一念法，十分容易启发我们真诚的感知，所以鼓励大家去实践这个方法。



我希望大家以后在念佛这个简单的修行方法上，得到不可思议的利益，打开自己的真诚，使自己的真诚起作用，使自己安心在未来际，当然也消融过去的业力。我们过去的业，已经成为习惯了，在我们此生，乃至在未来生中，若没有真正回归到阿弥陀佛圆满的报德中，它还会相续，所以我们要把过去的业供养给阿弥陀佛；我们未来是必然成佛的，是必然觉悟的，是圆满的，所以我们未来的业跟佛是契合的，也供养给阿弥陀佛；我们现下是完全自主的，只在于愿不愿意供养，我们现在这一念愿意供养，过去、现在、未来就都可以供养，这是没问题的。

所谓三世一念，一念三世，是释迦佛教导我们的，在《华严经》中，我们会念到那句偈子。我们能不能圆满三世为一念呢？能不能在这一念中来供养阿弥陀佛，阿弥陀佛回向我们的功德我们一念来接受呢？使我们三世皆有所归呢？使我们不再疑惑于自己的业力呢？使自己的业整个成为阿弥陀佛的功德藏呢？成为性德海中的作为呢？圆满三世为一念，我们这一念能不能圆满三世，这就要看大家下面的修行作为了。

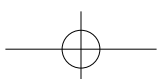
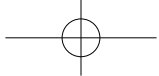


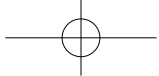
一切皆是未曾有

上次谈到一念法的问题，有位尼师说：这一念功课做了以后，第一次很欢喜，过去、现在、未来的身口意三业一时融入阿弥陀佛的无碍光明中，不再迷失，在恒长相续中让它发挥作用，这一天都很清明。但第二天再这么念，就开始疑惑了。

这是十分正常的。为什么会疑惑呢？因为这本来是一次性的抉择，就像我们做一个决定一样，一次就可以抉择了，为什么你要做第二次呢？实际你疑在第二次了，就是重复它了。你疑就疑在重复的这个因缘上，你的潜意识会留下这样一个概念。因为你是用意识来做的，不是用智来观的。用意识就会生疑，意识有分别意，现行中你是分别的，你是重复的。如果顺性来审观，就会去掉这个毛病。

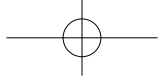
人生中每一个作为决定都是未曾有的，对此希望引起大家的重视。我们的一切思维、作为、言说，都是无以重复的。你说我念“南无阿弥陀佛”，这上一





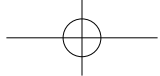
在佛欢喜日这一天/作词：明洲

在佛欢喜日这一天，月圆月正圆，我静静伫立在普光明殿前，无边喜悦涌上心田……/在佛欢喜日这一天，月圆月正圆，我虔诚礼拜在华首门前，感恩充满心间，祈愿世界祥和与平安……/千盏莲灯点燃，照亮法界所有的黑暗，亿万心儿共念，极乐国土我们永远的家园……/无量光明普现，十方世界不再有亏欠，用你我的真心串成美丽的花鬘，融入佛愿之海永不会退转……



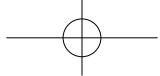
句、下一句，一千句、一万句，第一句、第二十句，是不是都一样呢？是不是重复的呢？实际不是的。每一个都是决定性的，每一个都是未曾有的。你可以去观察，你每一次念“南无阿弥陀佛”，包括你的声音、前后次序、空间、感知，都不会重复。但是我们心里很粗糙，就会厌倦它，这个厌倦就是因为重复的感知，或者因为分别取舍的心智。我们任何人念“南无阿弥陀佛”，第一次、第二次，乃至千声、万声，十万声、百万声、无数声，都不会重复的。从任何一个角度，认真地来说，它都是未曾有的。但我们会忽略这个，会把它当作重复的，念几句以后，感觉这样重复地念有什么意思呢？分别心、取舍心就开始起作用了。

你用识心用惯了——你在分析、言说的时间，说愿我过去、现在、未来的身口意三业一时融入阿弥陀佛的光明中，佛力住持，即得不退，直至成就菩提——你也可能将这一念顺下来了，但这念是你的分别意建立的，你感到：这比我没有加这个作意来念一句“南无阿弥陀佛”安稳得多，圆满得多。实际你作不作意，这一句“南无阿弥陀佛”都是圆满的，主要是我们从来没有观察过。其实任何一念，究其本源都



是圆满的。因为一切法无自性，所以我们任何一个作为都是均衡等量的，都是如实的，或者说都是无来去、不可得的。但它有过程，有作用力，往往我们会把这个过程、作用力认为是事实。所以这一念法也是运用我们执着、作意的事实，来顺应我们的业习，给我们一个方法，来解决我们对这一念事实过程的认知的执着的一个方便方法。所以“一念圆三世”也是解放我们执着的一个方便罢了。你不知道，就会重复；你了解它，这一切都是未曾有的，一切念诵、作为、意识都是未曾有的。这需要我们的心静下来，在每个现缘中如实地去体验、观察。

这个过程是缘生缘灭、缘聚缘散的，我们一般很容易观察得到，它是对生的。若是以圆满知见、顺性的知见观察一切事情，一切事情即是圆满。但我们若用分别心观察一切事情，一切皆是分别、差别相。所以这一念念佛的“作意”，无外乎是令我们的分别意识有一个休息、过渡的机会，若能过渡到无后有心，真正随顺着不生不灭、不垢不净、不增不减、不来不去的法性，随顺着这种圆满见、究竟见，随顺着诸佛如来功德智亲证的极大善巧，来审观这个世间，一切都是圆满的，没有什么可以计较的，没有什么可以重

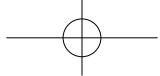


复的，没有什么可以迷失的，没有什么可以得到的，
也没有什么可以失去的，都是圆明自在的。

如果你说我做不到这一点，那就慢慢来演习这
“一念”。但它不是重复的，你一定要观察到这一点。
你任何一个念头都不会重复，哪怕你强制让它重
复，从时节因缘、感知状态上，都绝对不会重复。只
要我们真正了解了一切都不会重复，我们劳作的心、
杂念、取舍、妄想纷飞的状态，就会休息下来；我们
贪着的心、不安的心、分别的心，就会真正地宁静下
来。因为一切都是未曾有的，一切都是最珍贵的。你
再不会期盼什么了，去设计一个美妙的未来，不需要
了。因为你每一个当下就是最如实、最对称、最究竟
的，也是最珍贵的。

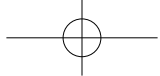
我们人类的苦恼、烦躁、迷失，都来自于对现下
的不满——对现下环境的不满，对自己作为的不满，
对意识的不满，对果报的不满……这种不满给我们带
来烦躁，带来对未来的某种渴望，带来对过去的怨恨
与谴责，或者迷茫的纠结。

诸位菩萨，这一念念佛是一个缘起，来提醒大



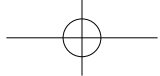
家！我们任何人做某一念修法，就是不加上“把过去、现在、未来身口意三业，乃至自、他、共身口意三业，一起供养给阿弥陀佛，随顺阿弥陀佛的智慧与光明，乘佛愿力，永不退转”，你不用这样发愿，你不用这样作意，它的利益也是同等的。但是我们凡夫没有这种作意，就会失心，或者心意迷茫，进入一种不知道自己在干什么的状态——我为什么要念佛呢？不知道它的作用了。我们用这“圆满三世为一念”的作意，使自己的失心得到一个安抚罢了，实际是一个自我安慰的修行。这种修行使我们渐渐能够明白，我们的心是自主的，是自作自受的。“心作心是”从哪个角度了解呢？从这一念来了解最为方便。如果很多因缘交织在一起，我们很难了解。

今天大雄师去一个地方看木石，要给接引殿找三块木石刻佛像。我看到照片的那一瞬间，感觉自己早就见过这块木石了。我认为不管我见没见过，那块木石早就在那放着了。放多久了呢？一千年？两千年？我不知道。反正早就在那儿放着了。这意识是重叠性的，可能你心中说“我们要一块大木石，来做佛像”，你动了这个心念。那木石已经在那儿放着呢。在哪儿放着呢？它有对称的结果。我们孜孜不倦地做



任何一件事，都会这样的。这一念跟结果是同等的，是没有前后的，只是我们把它设计得有个前后、时间、空间，这是很奇特的。这就是所谓的“众生世界”，我们都会设计这个空间。我们就生活在来去、大小、前后这种三维空间中。为什么呢？这是我们的意识需要。所以人在失心状态下用这个方法，无疑会带来方便。你若了解了“心作心是”，可以不去作这个意，就念一句“南无阿弥陀佛”，足够了。但往往我们心智所依产生的所依力，对我们凡夫来说很重要，所以要熏修，虽然明白了很多道理，我们还要从基础的这个作意的角度去熏修。为什么呢？我们大家需要。

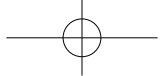
实际我们在这里有不足，就是需要。那我们就用这种方法，不用重复的心理，用顺性的心理，用第一次的心理，容易抉择，虽然是不断地抉择。我举一个例子，我们都知道，饮食使我们避开饥饿之苦，但吃饭这件事一天要做几次，今天做完了，饥饿过去了，明天你还要重复。很多人说：“念一声佛就够了，为什么明天还要念呢？”我说：“你为什么明天还要吃饭呢？你吃一顿饭就可以饱肚子了，使你远离了饥饿，你为什么第二天还要吃饭呢？”第二天又饿了，对不



对？是我们这种意识变化的需要。虽然知道吃饭会饱肚子，但还要一次一次地去做。为什么呢？有一次一次的需要。这“一念圆三世”，因为你有一次一次的需要，也需要一次一次地去念。哪一次你超越了欲界的粗重，得到色界、无色界的善巧了，你就不再重复填肚子了，禅悦为食就简单了。

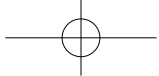
我们只要在现状中不能自拔，就需要重复着吃饭，虽然知道吃饭可以避开饥饿之苦。那么念一声“南无阿弥陀佛”，可以使我们的心地圆满，我们知道；可以使我们清净安住，我们知道；可以使我们自然具足，我们知道……但随着时间的变异，你又开始不知道了，你又感觉有亏欠了，那你还要继续念佛，像吃饭一样重复，这是很普通的一个修行的过程，或者说生命的过程。

三世圆满这一念，是清明、广大的一念，是我们把过去、现在、未来的身口意三业，乃至把一切众生的自他共业，一时融入阿弥陀佛的光明之中，这是一个广大的善缘，这个善缘是不可思议的。你说这一个作意就不可思议吗？的确不可思议。往往我们认为动个念头算什么呢？绝对不是这样的。我们就用这一



念来鼓励自己念佛，那本身的喜悦、当下的喜悦是不可思议的，未来的果报也是不可思议的。因为意业令生命相续，意业是前导。你看我们所有的作为，都是我们的潜意识，我们的意识积攒下来的东西在导引着，其他的做完就做完了，说完就说完了，但唯有意识业的记忆，不管是六识、七识、八识的分别作用也好，搬送作用也好，记忆作用也好，它造成的前导都是不可思议的。那我们这样“一念”，其功德也是不可思议的。所以不要怕重复地做，哪怕你认为是重复地做，你意业的果报也是不可思议的，它必然会给你展示出一个光明的未来，使你能清晰、清明、安乐起来，远离自我迷失。恶业是一种自我迷失，自我挣扎，自我伤害，往往我们不太清楚这个果报，或者不能考究到未来的果报，只在乎自己现前的习惯，习惯适应的这种刹那间所谓的“喜悦与安逸”，造就了很多更加沉睡的黑业，这就是所谓的恶业。我们提倡五戒、十善等，当然也有破五戒、做十恶的人，实际对我们来说，恶业无疑是个残害，在现下与未来。

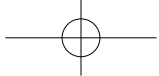
我们这样来公正地对自己的思维、作为、言说做一个评判，那么这一念，自己完全可以把握它。你用圆念，它自然圆成；你用分别念，起码有善念，那么



你醒来、觉悟的机会也会增加，也会变得有意义。所以我们念佛人的利益是不可思议的。经典上讲，念一句“南无阿弥陀佛”灭八十亿劫生死重罪。很多人说我现在就多造一点罪吧，因为念一句佛能灭这么多罪，对不对呀？实际我们不知道，无始以来我们的作为、恶业，就像《往生礼赞》上写的一样，是不可言说的，杀害业、偷盗业、妄语业，乃至种种……希望我们在这个角度上善思维，念佛不要怕多，但是要力求真实与相应。

我们人生的主动权完全在每一个人生命的独立意识中，很多人迷信，说会不会有更神奇的力量来加持我们，使我们怎么样呢？有你也要接受，你“接受”这个独立分还是很明确的。所以我们说佛菩萨有不可思议的加持力，但你要缘他，你要有放弃自我执着这样一个觉悟的作用力，否则佛力也好，圣者、智者的力量也好，对我们这些顽冥的有情来说不起作用。就像过去祖师讲的，如大日轮出于晴空，但盲人不见，我们的黑业、固执就像盲人一样，会闭塞我们的清净眼目，使我们见不到清净光明的世界。

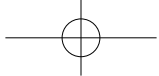
对于这一点，真是需要每一个有情从心地对自己负



起责任，要如理思维，在如理思维的心地下言说、行为，我们的人生就会逐渐走向觉悟，走向圆满，乃至真正成就阿耨多罗三藐三菩提。这是势在必然！

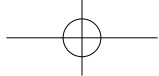
所以，关于“一念圆三世”这个修法，若能顺性观察，一切都是未曾有，那么我们念这一句就没有重复；若用世俗的分别心，认为自己是在重复地修这个法，其利益也是不可思议的！希望诸位善知识善思维，善观察。

（摘编自慈师2011年结夏安居开示）



第5篇

让快乐的鲜花布满人间



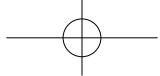
佛教的灵魂一定是快乐，一定是透达，一定是畅人心智、让人舒展的，一定是没有一点儿遮盖与压抑的，这是彻底的，没有任何一丝蒙蔽，这就是佛教。

这一点佛教徒的认知并不是太好，他们以修行、善事为道，甚至有些寺院提出以苦为道，那都是埋没人性的，一旦违背人性，一定出事情了！

极乐世界这个教法就是快乐，阿弥陀佛就是轻松、快乐、平等、如实。净土的快乐是彻底的。

苦乐不重要，重要的是感动不感动得了你自身的心智？感动不感动得了群体的心智？感动不感动得了一切有情的心智？你能不能让一朵枯萎的花开放起来？如果能，你就是佛。什么叫枯萎的花呢？人苦恼，人就枯萎了。你让她开放起来，你让她有活力了，你就真是佛，你就觉悟了。

所以我到哪儿都讲快乐，我讲过“意乐人生”，你没有意乐，没有快乐，你不要谈佛法！这个快乐是如实的，不是蒙蔽性的，不是占有的，不是阶段性的，它是透彻的，让人感到舒展。

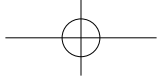


这一次我做出家人，我的愿望就是一定要把快乐传达给一切跟我有缘的人。第一次出家时，我希望大家离苦得乐，但我不知道大家离苦的焦点在哪儿，那时候认为学佛、修行可能还有一个焦点性的东西。现在，我感觉不是焦点，而是需要普及，是你生命的每一刻都应该快乐！以前真有焦点意识，所以我鼓励出家啊，或者鼓励大家去修行啊，或者鼓励大家避开世俗啊；现在不，你当下一定要快乐，你当下的快乐就是真正的佛法！

大家都需要快乐！世间的成败都不是重要的，你快不快乐太重要了。你喜欢的可以做，你不喜欢的就不要做，赚不赚钱都不要做，丝毫没有意义，因为你做了之后都是沉重！

我给大家交流的主题就是一定要快乐，快乐一定要趣向于彻底！你快乐也是一生，痛苦也是一生，为什么要让自己不快乐？面对固执，你用快乐的温度融化它！

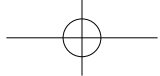
不管你在哪儿修行，都要快乐。在世俗中修行也要快乐，工作也要快乐，所以我们应该开极乐法会啊！



木香坪上/作词：明洲、明曦

当鲜花又开满这绿色草场，当我们来到这高山之巅，当晚风轻送来你的问候，让我们对流星许个心愿/ 轮回路茫茫，何处是吾乡，唯有你是方向，蓦然回首处，天边的彩虹，不再流浪/ 当明月又升起在东山之上，当繁星环抱着小小的我，当篝火映红了幸福的脸，让我来告诉你我的心愿/ 尘世多彷徨，何苦梦一场，拥抱你没商量，管他过去事，不问来时路，同往西方……

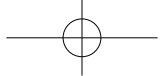
134 让快乐的鲜花布满人间



为什么呢？让所有的人都高兴起来，让枯萎的心绽放起来，这可能比所谓的宗教名词要好得多。

我们汉传佛教太衰，衰就衰在不快乐，衰就衰在“鬼文化”，中国人死了就为鬼嘛，埋在墓壳子里，那是最暮气、死气的东西了，让人不快乐。西方人有天可升，我们有墓可去，这就把中国人给滞住了，你知道吗？这个墓文化在宗教、在佛教看来都是太沉重的东西了，所以为什么中国人一说往生阿弥陀佛国土，就说临终这一话题呢？就是鬼文化造成的一个沉淀，它折射变形到临终如何如何。你怎么不活“人”呢？要活“鬼”呢？你现在要临终，那不是活“鬼”吗？就是不解决当下问题，总是说死了怎么办。这是我们中国人必须得认知的一个大背景，这个大背景是灰色的。所以在中国古代经典中，偏偏就把《乐经》给丢失了，大家不快乐了！我们中国人应该从中唤醒自己，我们这个时代再不走出来，人就得崩溃了！

我们要把欢喜布满人间，要把鲜花布满人间，我经常有这样的境界——进入一个鲜花的世界，当你的心特别爽快喜悦的时候，闭上眼睛，整个就是鲜花的世界，因为你的心舒展，它就会有对应的感知。

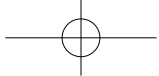


人不快乐不行。主要是人生太短暂，我们如果是活八万岁，拿出来几百年受受苦也没啥，但现在人寿这么短，很快就没了，你还去受苦，划不来！

这个世间太苦了，所以世尊取灭之前，一定要把净土法门这个快乐的法给大家，他说，我于一切世间说此快乐的法门啊，没人承担，承担者一定是我的第一弟子！

所以我们一定要做佛的第一弟子。第一弟子，那是当之无愧的，做什么呢？就是快乐！快乐的修行人是佛的第一弟子，要把快乐传达给有情，这样你面对佛陀，你不惭愧啊！要不然我们就掉链子了，世尊会说：“给你们那么快乐的方法，为什么不快乐！”他肯定会这样“呵斥”的！

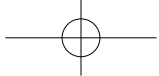
我得癌症的时候，天天快快乐乐地吃饭，快快乐乐地睡觉，从那儿开始启开了快乐，乃至恶性疾病时都快乐，还有什么不快乐！一下把这个快乐确定了，确定在什么地方呢？一切时处！所以我一回来就给大家受意乐戒，你要快乐！不快乐不行！佛教对人的启发真是只能赞美，只能说不可思议！



我们这个时代不能给人增加一丝负担了，只能解放人类，修行更不能增加人的负担！本来世俗就是增加负担的，佛教所有的就是揭示一个休息、解放、超越、认知、绽放、回归。没有第二个东西！再有第二个东西就要打个问号了。

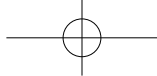
矛盾与徘徊是人类主要的苦恼。二元世界造成了人类的徘徊，天地、男女、善恶、是非、得失，等等，造成了这样一个要不断选择的空間。我不选择了，只要快乐！再选择太辛苦了。很多人一辈子都在徘徊。很多人要离婚搞了一辈子，要结婚搞了一辈子，买房子搞了一辈子，太多了。这是人类共同的一个毛病啊！所以一定要走出徘徊，迈开你坚毅的步伐，走向那无对待的世界！那是个灿烂的世界，令人心智璀璨起来！

以前生病时，他们问我，师父你为什么这么高兴呢？你得病了啊！我说，高兴是什么呢？高兴是本质在起作用，不高兴是因为你看的是表面现象，人丢失了本质，在表面上去挣扎、迷失、捕捉、衡权，太痛苦了！跳出这个圈子吧！



苦是迷失者的作为，迷失就会带来苦；快乐是透彻的去向，是轻松的去向，是解放的，是舒展的一个真正的表达。这个快乐不是你喧嚣一个东西、鼓噪一个东西，不是的，是我们宁静的心中流出来的一种光与喜悦，是一种流动。你要是故意去搞快乐，那太辛苦了，对不对？故意搞是不行的，它是从心灵深处挥发的。

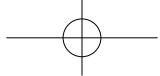
（2011年6月25日慈师于盘陀石畅谈“快乐”）



第⑥篇

附 录





赞诸佛功德，无有分别心^①

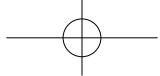
——四个次第的辅助学习



赞美每一位众生的佛性

往生偈中说：“赞诸佛功德，无有分别心。”现在的人我们敢赞叹吗？有时候我们的习惯是不愿意赞叹的，习惯是否认他人，否认现缘。那我们能不能赞叹他人的佛性呢？人人都是未来佛，你不赞叹他表面的作为，赞叹他的佛性行吗？有难度啊，说这个人明明做得十分让人受不了的，我还赞叹他？不，赞叹他的佛性，说“你原本是佛，你原本具足。”像《法华经》讲的一样，常不轻菩萨见人就磕头，说：“汝当成就阿耨多罗三藐三菩提，汝不可轻辱啊！”他见谁都礼敬，说你不要轻视自己啊，我都给你磕头了，对不对？那你说明天我见人就磕头，你试一试，你做不下去的。

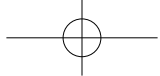
^① 有别于第一篇慈师于2010年在北京的《意乐人生》讲座，本篇文章出自慈师于2011年结夏安居的《往生偈》开示，此处师父提出用“习惯—执着—迷失—苦业”四个次第的学习，来配合“意乐人生”的五个步骤，所以收编于附录，作为辅助学习，但为给有缘一个方便、有力的法则，愿大家能够深入细腻地实践。



那我们可以赞美每一个众生的佛性吗？你说每一个当下都赞美人，那太难做了。实际是我们的习气，并不是我们不愿意赞美。我们有习气，有分别心，有执着心，有记忆，有对待，有所知，有锁定人的作为，说你这个作为不合适，不顺我的心，所以我们就不赞美。你若知道一切众生都有佛性，一切现在的有情都是未来佛，你赞叹未来佛有啥不好呢？你说他不像未来佛，但是你说哪个人又不是未来佛呢？谁敢说哪个人不是未来佛？你敢吗？谁给你的权利？但是我们说一切众生都是未来佛，我们有这个权利。为什么？一切众生都有佛性，我们学佛，佛这么说，我们也这么说，我们顺佛言教，就是赞佛言教，就是入佛心智。

照耀“习惯—执着—迷失—苦业”四个过程

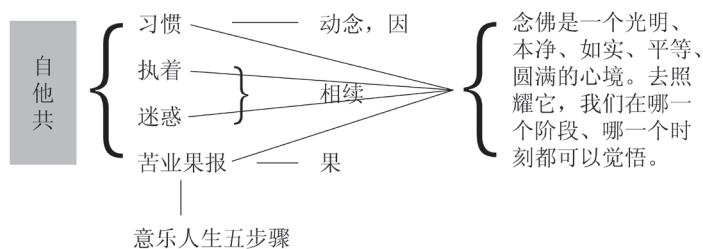
你说我当下赞美别人做不到，那当下中平，行不行？也做不到，就开始计较了，你计较我，我计较你，就开始打架了，开始斗争了。也可以啊，要知道那是我们的习惯，我们斗的时间、烦恼的时间，要知道这是习惯使然，一定要清晰这个，一定要把习惯剥

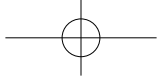


离出来！来觉悟什么呢？我们的习惯不可怕，习惯的执着也不可怕，习惯的迷失是可怕的，迷失的痛苦就更可怕了！

我们先认识习惯，习惯不可怕，放弃执着就解脱。习惯的执着也不可怕，执着的痛苦、执着的迷失才可怕。我们从执着的迷失中、痛苦中觉悟起来了，我们知道执着了，知道习惯了，我们就回头是岸了。这几个过程，习惯是没问题的，习惯这个词是中性的，它没有什么；但习惯延续下来就不得了了，执着；执着下来还没有问题，但开始产生迷失，迷失是苦业。

实际念佛是个光明的镜子，是个本具的镜子，是个如实的镜子，是个平等的镜子，有无量无边的镜子，干什么呢？要去照耀它。照耀什么呢？照耀这四个过程中的某一个时刻，我们在哪一个时刻都可以觉悟。你照耀着——“南无阿弥陀佛”，我这么苦……





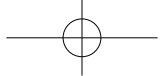
没问题，照到了，苦……一看，苦就是因为迷惑，迷惑是来自于执着，执着来自于习惯……那我举心动念一作为——这是个习惯的想法。好了，念佛的作用起到了。念佛如心镜啊，这个镜子是个圆满的镜子。干什么？要照，照什么呢？当然这里面有自业、他业、共业这三个东西。自他共，都是这样的属性，这个地方要抓得紧，要认知的。

你说这习惯谁不知道呢？我告诉你，你没有认真地认知过自己的习惯、他人的习惯、共有的习惯，要认知过你会笑的。你说哎呀，我搞这么多苦，原来是执着带来的；哎呀，原来我这么多苦、他人这么多苦，是执着下的迷惑造成的；哎呀，受了这么多折腾，做了这么多事情，原来是习惯、执着、迷惑造成的苦业、苦果。



做世间真正的善人

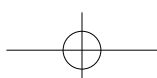
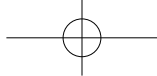
实际我们每天都在做这个事——习惯的因，执着、迷惑相续，苦业是结果。你若照见这个了，作为一个念佛人，你就知道自己、他人、大家都在做这一

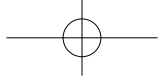


个事。什么事呢？习惯，执着，迷惑，苦业。要不是，你早觉悟了；要是了，你就逃不掉。你一看，这个人是这样的，那个人也是这样的，没问题，那就觉悟大家吧！我们觉悟自己就可以觉悟他人，也可以觉悟群体。觉悟群体的人，一定是这个世间的芬陀利花，是这个世间的妙好人，是这个世间的善知识。所以“善者恶之师，恶者善之资”，你就可以做世间之师导。为什么呢？你知道自他共业中习惯、执着、迷惑与苦业的必然！看到一个人这样，你会对他说，你这么做下去必然会受苦的。你一定会看得到。为什么呢？因，你找到了；相续，你知道；过程结果，必然！我们就会导引自己走出苦的因果，导引他人走出苦的因果，导引群体走出苦的因果，我们就做世间真正的善人了，而不是虚伪的善人，所谓虚伪的善人就是不能真正地自利利他，真正能自利利他的人一定是善人。

“上天有好善之德”。这个上天，是心，所以天心月圆，天心有好善之德啊！菩萨们啊，我们怎样做一个善人呢？要知道，自己他人共有的习惯、执着、迷失与苦业的相续这个习惯，你一定要看得细致，看得真切，看得明了，看得不含糊！这个地方要是含糊其辞，可就麻烦了，可就出大事情了！

144 附录

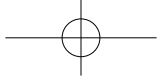




配合“意乐人生”五次第

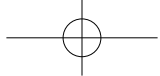
关于觉悟“习惯—执着—迷失—苦业”这个过程，我希望大家认真真真地去思维，这个功课是十分重要的！要认真真真地知道这个。知道这个了，跟意乐人生的五个次第就完全挂上钩了，这四个次第放在那五个次第之前——每一个举心动念那都是习惯、妄想、执着，都会结苦果，这样你再看后面那五个次序就简单了，就有动力了。所以这四个加上那五个，就是九个，九在我们中国是个吉祥的数字，希望大家都吉祥。很多人用“意乐人生五次第”，他没有学过圆教，或者说自解脱教法，或者说大手印、大圆满之类的教法，他就没办法去运用，他只能感觉到很好。若要细腻地实践，要观察我们这些东西——自他共之习惯性的执着、迷惑的苦业、苦果。不观察的话，我们对自性的作用、本具的作用，观本自解脱、本自清净、本自圆满，很难真正一次性地做到。希望这个能够配合意乐人生的五个次第，你就知道怎么来赞叹未来佛了。

我们一般说“诸佛如来会”，会脑子一亮就是极乐世界，脑子一亮就是一切妙相庄严的佛国，但是



你很少脑子一亮就是现下！你脑子一亮就是现下才好呢，你省了多少事啊！我们说共入极乐如来会，这个如来会中有过去佛，有未来佛，有现在佛，我们就省心了。我们现在做不到无余地赞叹、供养、礼敬，也没有问题，你知道自己的习气来了，习惯来了，你警觉它就行。你不能无余地赞叹供养，你就警觉。所以我们修行的机会太多了，不是你躲在哪个殿堂里、你在做某个功课才是修行，这样是你每一时、每一刻都可以修行，举心动念都可以修行——你是不是真正在“赞诸佛功德，无有分别心”呢？

（摘自慈师2011年结夏安居《往生偈》开示）



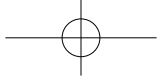
回向偈

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

文字校对：宝 篋
责任编辑：明 缘
设计排版：刘 旭
印 制：弘化社

开 本：165×225 1/16	印 张：10
字 数：60千字	版 次：2012年5月第1版
印 次：2012年5月第1次印刷	印 数：15000

如欲请书结缘、再版印刷，或发现法义不清、文字谬误，及印装质量等问题，请与“菩提眼工作室”联系，可发送邮件至：putiyan@163.com。



文尾韦陀护法