

焚香者足蹟

慈心法



梵行者的足迹——短出开示集

【2013 丛柏庵专辑】

慈法法师 开示

岁次癸巳仲秋于山东费县丛柏庵

菩提眼小组整理流通

目 录

【短出开示】

清净梵行究竟解脱——短期出家发心及其调整方式（20130930 上）	1
应无所住而生其心——现行俱生智用去除染著负累（20130930 下）	7
皈依三宝觉悟生命——显用本具觉性，圆成无上菩提（20131001）	16
启用圆觉净化世间——出家功德利益告别分段生死（20131002）	21
现行清净平等觉悟——大乘教法之出离心与菩提心（20131003）	29
顺性顺愿十号称念——解决见思惑无记带来的妄想（20131004）	37
以果地觉为因地心——随顺佛愿唯佛是念得入佛地（20131005）	46
呼吸念佛法之授受——返闻呼吸念佛入于实相安住（20131007）	55

【打七开示】

念佛印契三身功德——报德转化现行，清净圆满无碍（20131002）	63
果地觉为因地心——以名昭德，以德显性，性起大用（20131003）	67
一念法之授受——意乐实践，入佛功德，自利利他（20131004）	71
呼吸念佛法之授受（20131005）	75
启用本具如意宝藏——圆满一切功德，展示无量光寿（20131006）	79
佛愿所使念佛成佛——平等缘起，凡圣同修，功德一如（20131007）	85

（本部开示文稿与录音下载地址：

净土说网站 www.jingtushuo.cn 手机版： m.jingtushuo.cn）

【短出开示】

清净梵行究竟解脱

——短期出家发心及其调整方式（20130930 上）

（缘起：2013年10月，山东费县丛柏庵举办第一期短期出家活动，同时举行打七活动，祈请慈法法师开示。在本次短出与打七中法师均有开示，本部文稿内容根据当时录音整理，其中前面八篇是短期出家中的开示。）

我们首先来礼敬三宝，祈请三宝给我们有清晰、圆满的加持，令一切现前大众具足正见，接受佛陀的不可思议教法。大家来到丛柏庵念佛堂，是殊胜善缘的感召。

要把繁杂的生活简单化，出家生活就是为了使我们的千头万绪的自他业、共业、交织业力有简单的解脱法则的实践。如果不能简单，我们在十分复杂的社会共业、感情共业、事业共业等诸多共业交织业中，十分难以了解与运用生命的轻快、自在、智慧、灿烂、真正安乐——他这一面作用会受到抑制，繁杂、迷失、无有条理会把我们生命作用淹没在业相混乱的状态中，就是五浊恶世的一个特质。

我们从繁杂的社会、家庭、生活、事业、感情、工作中走到这个道场，简单无疑是明确的心理感知的自我引导与认知。我们用简洁认知与抉择实践，这十五天出家生活就会给我们带来从外围因缘上的一种解脱，再引发我们心灵从生活习惯、意识习惯、烦恼习惯中解脱出来，有这样内在与法相合的梵行生活实践。

佛陀给予的教法无疑使我们身心从烦恼迷失中得到解脱。解脱之路是诸佛应化于世直指之利益，也就是让我们从具足烦恼的凡夫走向智者、贤善者、圣者、圆满觉悟者的金光大道。或者有小的解脱——自我从烦恼、业力、无明蒙蔽下走出来的体验，利他亦有方便，乃至究竟圆满一切现行一切作为，使我们真正得到大圆满的心智、事业、作为，有这样究竟回归。

一切诸佛出现于世，其目的、作为、教诲都十分明确，就是欲利益一切有情，欲使一切众生得无上菩提，或者说得究竟解脱，归入大自在究竟方便。要有明确发心，我们可以在解脱道上得到真正利益，就是以正见安立。再回到世俗中，或者继续在道场，也可以得到佛法滋润，使我们这种烦恼、疲惫、复杂的业相得到真正加持与升华，圆满清净地回归。

出家生活，原本世尊是希望我们出三界火宅。三界中不管是欲界六道，或者色界无色界种种禅定或长寿的生命现象，都是在无始的轮回圈子里。这样不断重复，给无量生命带来了极大困惑与疲惫。诸佛如来世尊看到这样无益之苦，证实了这是无益之苦，就是无端的无始无终的轮回、不堪积累的负重乃至最终衰败，所谓生老病死。

大家把工作、家庭、社会交际、生活习惯都暂时放一放，来到丛柏庵道场，发心体验出家生活，虽然是短暂的十五天，但要珍惜！这可以在我们无始以来轮回中作为一个不可思议的胜缘，解决我们无始以来没有得到法滋养的业力循环的过患，使我们真正得以智慧洗礼。

我们从简单角度审观自心需求，这是得当之处，应作应为。我们已经在世俗中久久生活，养成了诸多习惯，可能在这十五天里还会有些交织、矛盾、不适应，那恰恰是我们运用佛法之契机，解决这些交织、不适应，使我们真正在每一个事情、每一个因缘上得到解脱的教育与解脱法则的实践。使我们学会不再积累、负重、迷失，能随时在轻安、喜悦乃至等受的正知见、智慧知见指导与作用下，使生命展示出灿烂、明亮、积极、喜悦的一面；放下那些负累的颓废、迷失、挣扎、焦虑，真正从那里解放出来。所以出家生活原本是出三界苦、轮回苦、烦恼苦。

我们遵守贤劫以来第四世尊的教诲。在无量劫中有无量世尊因众生苦而应世，解救众生苦难。就是说诸教法，予诸方便，导引众生觉悟世间。我们现在所学到的教诲，乃至搭的衣、受的戒、一些仪轨，渊源于贤劫第四世尊释迦牟尼佛所传达。释迦牟尼佛虽然已示现涅槃。或者说因众生业分之蒙蔽，示现了无常相，欲提示我们一切无常无我之事实。所谓应化者，应众生业分示现种种方便，令我们确认业分是无常无我的。我们知道或者抉择了无常无我的苦，如世尊初转法轮所观察到的苦、集、灭、道——我们在四圣谛中了解到苦，解脱道则是必行，是我们每个人向往的智慧行。梵行生活在三界中是智慧者、贤圣所选择，是其主动的心地的作为。

大家来参加这一期短期出家，明莲法师为大家这个事情作了很多筹备，常住上也花了心血。当时他们发起这个事情时，我们谈论这个目的就是为使参与者得到清净教法的提示，能有这样教法的学习实践。

这期短期出家山东这样一个文化底蕴极为深厚的省份中，又在临沂这样一个革命老区，这毕竟是不可思议的地方。这样环境比较适宜大家来学习、修行、念佛。明莲师为了请这些比丘比丘尼来给大家施教，也是用了心，大家会看得到。

我们要珍惜这样机会！珍惜是放松与真诚，不是压力，不是紧张，是为了让我们身心真实地平和地在这十五天中学习与实践老师们给我们的简洁的教法。

僧法原本是无为而至的一些作为。世尊在世时，托钵，他们没有宿食，就是晚上没有储备或者隔夜粮；三衣一钵，别无他物。传到中国，因为我们是厚重封建历史、封建文化、封建意识的特定空间，就被我们华夏民族同化了，形成寺院式的学佛机制。现在印度人还崇尚那种行乞方式与修行，这在我们中国，尤其在封建社会、封建意识、封建文化的背景下不被人接受。我们经常会听到人说出家多丢人啊！在我们中国的封建社会礼仪中，在这种安稳的生活环境中，乞食被人所不齿，要么认为这个人好吃懒做，要么认为是精神失常之人！在印度，他们崇尚于这类无所拥有的修行者。现在你到尼泊尔、印度、巴基斯坦等国家，无一物的修行者还是十分多。有时间可以给大家一些影片看，了解传统的印度生活与历史。

我们把佛教从印度接纳过来，本土化已经大量地在我们这个体系中表现出来。佛教本不是某一区域、某一群体接受的，是揭示生命与心灵的真实状态，唤醒我们真正觉悟种种生命、种种情与无情的大方略，不是某一群体或者某一局部的宗教。世尊住世之时，施化无方。有人读过大集经、宝积经之类，会看到世尊不单单施教人类有情，他对天、修罗、龙王、大鹏金翅鸟等种种生命都有对应施教。所以于六道中以方便身，就是应化世间。

我们在寺庙里这种特质，是大家希望稳定的一个空间，所以我们现在最多是内托（钵），来演习一下无宿食生活。过去人为道业，无有一物可拥有，三衣只是御寒，钵只是为了使色身还有饮食支撑，其他都不需要。有人读过梵网经，里面有对出家生活的提示，比如说十八种物等等。那是比较简洁地提示僧众，为了道业，没有太多拥有，只是道业的增上缘。太多拥有会埋没我们心智，使我们有许多纠结与牵挂。所以在世尊在最早施教的沙门法则中十分简洁。但我们丢弃不了大量物资、金钱、房子这类支持。一旦丢弃，不要说修行了，人还会发慌。在印度不是这样，他很直接地用简洁的法的实践，道业的直接回归。

所以这半个月中大家要把它简单化，把我们的世俗习惯、意识、作为先放一放——不是让你放下，是让你先轻轻松松。怎么轻松？不要故意强化或者回忆过去的生活习惯、感情习惯、交往习惯、居住习惯。要珍惜这半个月中难得的法则实践。

短期出家这个说法，短期与长期有没有差异？严格来说，我们长期或者短期

出家都是为了离苦得乐、去除烦恼，学一些恰当方法，解决我们在世俗中没办法解决的一些生活、意识、身体、环境障碍，使生命得到悲智方便这样智者所行、所拥有的心理作为的法则的财富，在世间得以广泛运用，成为福慧具足之人，告别世俗法则的那种匮乏。半个月十分快！快到什么程度？现在我们在这个地方提示，可能你再睁开眼睛就该背包回家了。我们几十年也可能是一弹指顷，或者闭眼、睁眼就过来了。怎么恰当运用这个睁眼、闭眼的过程，珍惜我们生命的这个机遇？就看大家作为了。给大家提示的是尽量放松、喜悦、调整，不喜悦了不放松了就调整。怎么调整？依法调整。教授师们会给大家一些教法与开示，就是让我们调整自己不够放松、不够喜悦、不够条理的角度或者生活模式。

这些老师来自云南，可能多少带些南传气息，大家不要太在意。因为三乘佛教原本都是释迦文佛所传达。不管是南传、汉传或者其他传播体系，原本无二无别，只是教法区域的一些差异，或者热带、寒带、温带的一些生活差异。我们中国人是这样服饰，南传穿裙子。现在让大家穿裙子可能受不了，会感到寒冷，气候环境所不许。所以演变出汉传佛教这种特定衣饰与生活方式。这是气候背景带来的影响，许多教法是受气候环境影响的，包括文化意识、风俗习惯。

在这半个月学习过程中，尊重与珍惜无疑是我们能学到教法的最好基础——珍惜、尊重。因为珍惜，他不会昏昏欲睡；因为珍惜，他不会把过去东西带过来，把自己这个容器占满；他会把自己身心腾空来接受新的法则、自己若了解若未了解的不见得实践过的一些法则。这样我们不辜负常住，包括明莲师与这些老师们对我们的环境提供与教诲。当然也不辜负自己的生命与这一段择取。

山东是我们中国文化重镇，儒道思想在我们血液中流动着。佛陀教法十分简捷明快，直指人心，不是我们的习惯假设或者想像，实是我们心灵最灿烂、真实、智慧一面的直指教诲。佛陀教法中没有丝毫包装，他的智慧来自于真正证实三界有情原来具有而被业力蒙蔽的大智慧。通过教法回施与提示，让我们把本有智慧运用出来。所以他直指人心之觉性，没有丝毫迂曲。我们来到这个道场中，可能是发心参差不齐，但我们要知道佛陀教法是真正从究竟法益上辅佐我们，提示与印契我们。

有这样一个机会难得难遇！人生百年十分短暂！我们在这个百年的短暂生命中有这段实践与学习教法机会，十分难得。所以要珍惜！这不是要求，应该是心灵认知，是自身的正面观察。尊重、珍惜、真诚是灿烂的珍贵的有价值的心理内涵，能接纳不可思议的教法。不管是怎样听闻，能来参加短期出家，自己在思想

上还要有意无意地放松一下，把过去那个发心或者概念作恰当调整。有的人发心比较准确、简洁、清晰，有的人比较模糊。我们通过学习、实践，尊重、珍惜，慢慢归结到究竟发心上来。所谓发心，就是怎么用心，怎么选择心理的用力与趋向。

我们这八九十个人有短期出家的学习机会，实是令三界有一个善缘的赞美与祝福。一定要珍惜它！因为人身十分难得！在六道轮回中人身最为珍贵，就是他心理空间不可思议的择取力。像动物生命，其定性十分强。狗的忠诚、猪的愚痴都特别稳定，就是业相稳定。但是人类可以极愚痴，也可以极忠诚，也可以极奸诈，也可以很聪明；人心可以作天堂，也可以作地狱，也可以作菩萨，也可以作声闻，也可以作诸佛世尊一样的圆满皈依。人身难得，正在于我们心智极为广大、择取力极强；或者说我们心地择取完全可以通过调整、认识，认识、调整，就是可以积极主动地在十法界中作清晰择取。

许多生命不然。像天人的福报与敏锐力都比我们高得多，但他们因为生活环境的放逸与满足而无力学佛，没有力量与机会促使他们觉悟。我们看到经典上说天人五欲满足。修罗的果报是不断战斗，因为嫉妒心、骄慢心的坚固及其果报成熟，堕到修罗道，他一定是战斗。被打得残缺不全就去修补，一旦恢复正常还要战斗，直到生命终结。他们有天福没有天报。天人因为无始以来的福慧因缘成熟，会享受这个福报，但他们没有人类这种巨大空间，就是苦乐交织、善恶交织、智愚交织的广大心理空间与业报。

世尊讲人身难得，精准指出了六道众生中，人类众生是择法最方便的生命群体！所以释迦文佛在迦毗罗卫国示现八相成道，是应我们人身来示现。乃至娶妻生子、弃国出家等种种过程，莫不以人类生活次序而建立，展示圆满菩提道业过程，使我们有随佛教法、择取佛陀教法的无畏心理。要是佛陀完全是以无碍身圆满身应化世间，我们怎么办？所以舍兜率、降王宫乃至成长与娶妻生子等作为，与我们人类无二无别，为让我们人类有如实的、亲切的、同事的感知，珍惜与不空过难得的人身。

人身难得，佛法难闻，世尊在教法中经常提到。我们作为人类，往往对自身不可思议价值会忽略，而追求天人的福报、修罗的争斗、畜牲的愚痴、饿鬼的贪欲……人类本来有更好择取的东西却没有择取，迷失在杂类业报相中，贪嗔痴慢疑浪费了我们极为珍贵的资源——人身的资源、人心的资源。我们现在庆幸能有这个人身，有这个智慧，有这个机遇，来以有暇人身得闻佛法与实践佛法。尤其

是以僧法的角度实践佛法，尤为难得！

僧法必然是释迦文佛内眷属。内眷是为了我们亲切的说法。就是你的形象与他形象一样——也剃头，搭他的衣，托他的钵，念诵他讲过的教法，思维他的正见，学走他的路子，所以变得特别亲切，能直接体验世尊觉悟历程。这点足以引起我们尊重与珍惜。

珍惜了，我们在实践佛法过程中，或者在世俗生活中，会有人生变化的体验，就是依法而行——形象上、着装上、念诵上、思维上能依法而行。与在世俗中迷失或者依贪嗔痴慢疑的陋习作为有个对比，这个对比对我们人类来说也十分重要。所以环境、服饰、言说、思维的改变会不会给我们带来一个崭新的生活开端，或者觉悟人生的开端？大家拭目以待！

应无所住而生其心

——现行俱生智用去除染著负累（20130930下）

在我们中华大地上，因为古来已久先民们都有厚德载物的心理、返璞归真的道德，所以在我们人群中与宗教文化背景中，大家比较内敛。我们学习佛陀教法不是传统文化，也没有什么新的建立，而是我们心地需要作为的揭示，揭示我们心地智慧的、灿烂的、慈悲的作用。

佛陀对我们的教法，不是给我们负累——没有丝毫让我们增加知识的愿望。世尊最初教诲都是解脱道的说法，就是让我们变得轻快、简洁、自在，脱去种种积累的负重。我们的积累很多——年龄的积累、财产的积累、事业的积累、感情的积累，乃至种种作为都会积累。这个积累会使我们不堪负重！所谓记忆包袱——身体、环境、感情……诸多记忆带来诸多蒙蔽，蒙蔽了我们无碍的智慧。我们的一些执著、记忆执著，会割裂圆满觉悟；那些无端的执著与记忆习惯，会染污我们本来清净的心地。所以世尊所有教法中，无论是说戒的、说定的、说慧的还是汉传的、南传的以及其他传播体系，无一不是为了令众生得究竟安乐。

在佛教的现传播体系中，比较多的误解就是积累。许多人把佛法也当成世俗知识积累，认为学得越多越好，结果在贪嗔痴等诸多烦恼负重上又加上法或者非法的负累。这种负累要警觉！我们在这十五天的佛法实践中，或者出家生活中，要觉悟这个负累习惯。这十五天结束你背着包回家，像刚刚来到寺院一样，没有任何负累或附加，只是过了一段清净的简洁的生活。学会一点处理积累、负重、厌倦的善巧，不再积累了。

我们每一个生命单体都有无量无边积累。无量劫以来，在我们阿赖耶识这个极大容量的记忆海中，每一个有情的记忆积累无量无边不可称喻！就是每个人的业力足以把无尽世界充塞。现在大家追求的不过是近期生命的残留记忆。好比说有人追求事业，在他残留的近期生命的记忆中有事业成败的做法；有人追求财产，是贫穷记忆的残留；有人在追求欲、名等等，莫不是无始以来记忆的一些残留——这一生这些残留变得炽盛，来支使你的生命，让你做这种贪嗔痴慢疑的补偿。这个补偿就是人的所谓需要，认为自己意识生命亏欠的需要——事业的、家庭的、作为的、房产的、名利的等等，乃至凡圣作为的一些虚妄需求，实是我们记忆积累的一种不足，渴望通过这一生作为达到这个平衡，皆因妄想执著而相续！

我们这半个月梵行生活的点滴实践，不要求多，不要求少，只是在一点一滴的作为中使自己真正解脱出来、解脱出来、解脱出来……不是积累、积累……要把世俗积累的生活意识习惯作个摒除，真正有轻松、明亮、喜悦、解脱的因缘，那是不可思议的，会走出无始以来沉沦的沼泽地。这个沼泽地或者业海没有边际，我们通过一个法则走出来，回到智慧之海、智慧大地上来，得到安稳，可以游历自在，也可以抉择方便，不再负累，不再积累。不再积累就标志着不再负累，不再负累也就不需要积累的习惯，或者说要觉悟积累习惯，你就会从负累中走出来。

封建社会的人们把积累建立了安稳支持的概念。我们毕竟生活在这个国土环境，在这个大的历史文化背景下，积累似乎给每个人都带来了不可思议的负重！这种不堪负重的最后果报就是破坏它，所谓坏、空。我们来到寺庙里就要训练、认知与抉择自心是不是需要积累？可以把积累划到世俗、轮回、迷失、负重、生老病死循环的角色上。我们不再负累，每一个问题解决于当下、觉悟于当下、解脱于当下、认知于当下，就是真正出家；在这半个月中有不积累的生活意识习惯，就是觉悟的法则，每时每刻都是轻装，每时每刻无有负担，每时每刻没有积累的压迫——不管善业的、恶业的、成败的、荣辱的，不再搞积累，全新开始，就是梵行生活！

梵行就是清净行。清净行是去除一切负累与积累，从一个最胜缘起开始。最殊胜缘起怎么开始？原本清净，原本具足，原本无碍。我们慢慢来学习与实践。这样我们再回到世俗生活中就是净行者、喜悦行者、安乐行者，而不是疲惫不堪，不知道负累从何方来、从何因缘来、怎么解决的世俗有情。我们会变成觉悟者，尊重缘起，了解缘起，善于把握缘起，建立清净缘起或者回归清净缘起——这样一个运用心地业报的自由的觉悟者。

大家可以说是觉悟者，也可以说是迷失者，迷失者自迷失。迷失什么？无所迷失而强制于迷失，就是对贪嗔痴慢疑诸多习惯、意识、作为的重复。迷失亦不可得，我们觉悟于迷失的现行，就成为觉悟者，由迷而觉，就真正是佛弟子、觉悟者。觉悟对我们每一个人来说原本是本份事，迷失原本是我们应该摒弃的生活垃圾、意识副产品。为什么会沉沦于迷失？因为贪嗔痴慢疑等陋习蒙蔽或积累罢了。这种蒙蔽、积累的坚固不可思议。虽不可得，逐渐把它当真——把色身当真，把因果报应当真，把自身的思想状态当真，把你姓什么、高矮、大小、男女等等当真。在这个当真过程中，你为这个真不断地努力，为它的名、为它的利、为它的样子、为它的家产等等不断努力。努力到一定时间它进火葬场了——它给你一

个最好的回答！

我们看到亲人或者周边人也那样努力过。这不是悲观说法，是它的一个必然趣向。我们中国现在实行火葬，所有努力都伴随那一刻画上句号。人们追忆说这个人事业有成、那个人一塌糊涂……但只落下一个言说，享受这个果报的人已经告别！

有人说我没得到但我给儿孙了。尤其是我们中国人，说我奋斗一生没得到享受，传给子女，子子孙孙，千秋万代！谁知道是不是千秋万代？你把冤家召回家，一样把你所有财产给他。因为你过去欠别人，现在该好好还了。投生到你家，你好好地给他，有什么不可以？你又没有宿命，不知道是不是冤家债主投到你家！大家好好修修宿命智吧，了解了解你的儿子是不是你的冤家或债主！要是你看到是冤家债主，你在替他打长工，可能你认为这事业奋斗也真没意义了！

这样说不是消沉，不是不让我们作为，而是让我们随顺福德因缘，做对自身、对社会有意义的事情！佛陀教法不泯灭世俗，我们看到佛陀的经典故事中都有清晰记载。世尊在世之时，王者亦是王者，军人亦是军人，商人亦作商人，乃至诸多不正业者：打鱼的还在打鱼，屠夫还在屠杀，战争还依旧发生。佛陀给我们的什么？他唤醒各行各业每个角度业报的有情，就自己因缘可以觉悟这样不可思议的事实！而不是改变我们什么！所以佛教有个名词称为就路还家。

许多人读过王舍城的故事，从频婆娑罗王到阿闍世王，从旧王舍城到新王舍城。在释迦牟尼佛以前修行过程中，频婆娑罗王要把国家一半分给他，他不要。频婆娑罗王要全部给他，还是不要。频婆娑罗王就说你在证道时要先度我。所以他们有这个约定。但是频婆娑罗王最后还是饿死——业报依旧，觉悟炳然。佛陀教法不毁坏我们业报，是让我们在业报中觉悟——这是他不可思议的大慈悲大善巧！他没说你把国王拿下来，你出家吧——没有这样说，国王也可以觉悟。大部分人还在自己的世俗生活中修证佛道。

世尊在世时，真正出家者，善来者多，七日证道者多，终将证道是必然。所以世尊给我们出家人授了一个最简单的记：在世尊末法时代，若现世尊形象，于世尊教法中持戒一日一夜，贤劫中必然得到度脱，或者说我们在这一个劫数中必然会成就。大家有这样机会要珍惜呀！要珍惜、尊重你这样一个机遇，哪怕是一天一夜守护着你应该守护的戒、教，贤劫就永别轮回了！不是断灭，是我们生命变得像观世音、大势至、文殊、普贤那样，变成具足智慧、慈悲、大愿、诸多功德善巧的生命了，被愿力所推动相续的生命，而不是被业力制约的生命。

所以我们这一群短期出家的菩萨们！（说到此处师父感慨不能自己，停顿片刻，众：阿弥陀佛！）要知道我们的觉悟由我们出家真正确认下来，我们要走智慧者、觉悟者的路子！觉悟要摒弃过去负重、积累、迷失的习惯——要超越它，要摒弃它。你说在家人可不可以做到？亦可做到。不过出家人有其特质：头发剃掉，衣服换掉，张嘴不准说过去的话，要阿弥陀佛了！佛说什么我们学着说，思维要学着思维，观察要学着观察。我们走上一个智慧路子，这个路子不光是嘴说说，还要从行为上、形象上、内涵上真正协调与实践，我们就揭示了整个生命法界新的一页。

这一点大家应该尊重，应该珍惜！他揭示了这样不可思议的新机缘。在我们无始以来轮回中，这是一个不可思议的重大缘起。我们若作如是观察，生命就由这个短期出家开始了，开始了正面的积极的佛子行！把过去那种腐烂的、沉重的、迷失的陋习偿还大地，化作土壤，让它载负一切有情去。让我们积极的明亮的智慧的觉性、法性载负我们现行，推动着我们现行，使我们圆满地觉悟人间、觉悟世间、觉悟有情、觉悟法界，在一切时处真正无碍地通达地运用生命、意识、言说。这样出家十分尊贵难得！这不是一种宣传，也不是一种鼓动，是值得我们思维观察与了解的！

出家生活会给我们带来这样一个缘起。我们在这半个月中实践这个缘起，令这个缘起相续，就是在每一时每一事的解脱、解脱法则的学习与实践，成就这样一个新的开端，或者说智慧运用生命的开端。要是冷静地如实地观察过，这个开端对我们来说一定是重要的！是值得作为的！所以大家这个择取无疑是踏上觉悟之旅的难得选择、难得作为、难得的学习实践。在这个地方，祝福大家道业有成！（众：阿弥陀佛！）

这种道业不是空泛的鼓励说法，实是佛陀与无量无边诸佛世尊出现于世的一个共同愿望、共同加持、共同教法、共同结果。一切诸佛如来世尊都通过无师智、一切智、道种智、一切道种智，从总相与别相上细微地彻底地观察到每一个生命的生生灭灭，每一个器世间或者情世间的种种幻化业相，给我们作了智慧抉择、正见抉择、真正圆满归趣的抉择。

我们这半个月实际是推动未来生命的强大助力。这个殊胜缘起，也是生命脱离原来那种沉沦迷失轨迹的强大助力，使我们真正有学习佛法的轻松明亮的空间或者法界。我们要珍惜运用，善于观察，让身心轻松。学习是个调整过程——积极的依法调整的过程，依法调整我们的心理、意识、言说、作为。

下面怎么教育是老师们的事情，我说这个殊胜缘起大家要看得见，要清晰，就是放下积累的世俗习惯，从每一个现行中解脱、觉悟——在这样的缘起中，学会在每一事每一时中觉悟，轻松喜悦地运用每一事、每一时、每一个生命当下，就是真正的觉悟者、智慧者或者不负累的轻松的安乐的人。要告别世俗积累的负重！告别，学会告别！要不然在世俗积累的沼泽地中愈陷愈深，不能自拔！短期出家这半个月，就是通过佛法之不可思议功德，清晰教法，把自己从过去那种积累的、业习的、迷失的沼泽地中拔出来，放到最明亮、喜悦、轻松的当下。大家在这半个月学习实践中，简洁、不积累无疑是比较省力的正知见。

若是半个月积累也很麻烦，度日如年很难熬啊！很多地方人参加活动说可结束了！有人打七最后说终于念到头了！希望大家短期出家最后不要那样，也不要哭得爬不起来。要做得得当，我们会回忆这段生活，难得难遇。怎么做得当？要轻松。遇到佛法像遇到亲朋好友、遇到知己，像你第一次约会、像你遇到你最喜欢的异性一样去接受与实践。用那种珍惜爱惜的心理作为来珍惜这段佛缘与出家因缘，你会感到半个月一弹指顷结束了！（众：阿弥陀佛！）

轻松无疑是我们学佛的一个过程、结果、状态，轻松会给我们带来广大自由的心理空间，让我们学会更多智慧方便，而不是知识积累。智慧方便是不是知识？这与知识有一定距离。智慧是无染著之技巧；世间知识容易使你染著与负累，要么骄傲，要么自卑。骄傲是做成了，说我了不起、我是专家、我这方面精通无碍！自卑是说我一事无成、我这么糟糕！佛教不然，他是在成败面前付之一笑，无染无著，无牵无挂，顿时超越；运用而不染著，若成若败皆是因缘；智慧观察，甚深微妙，令心智安然。他摆脱了骄傲自卑的腐蚀、负重、压迫，使身心平静、清净、无碍。

智慧与知识，我们善于认知。智慧者无染无著，你做种种事它在支持你这种无染无著的作为，越来越轻松、越来越轻松。要是学知识或者物质积累、事业积累、感情积累，越来越沉重，越来越交织，越来越没办法轻松下来。我接触过许多事业上有作为的人，他说我哪天不干了我就解脱了！他作为庙头、居士头、单位领导，养一群人，说哪天能解脱？佛教智慧告诉我们时时事事可以解脱！没有什么不可以解脱！作为中就可以解脱，依正见令我们在时时事事中得到解脱，就是圆满的究竟的解脱。

我们僧众先从这半个月中解脱。短期出家中手机要没收，先从手机中解放出来，从工作中、感情中、过去积累成熟的东西中解放半个月，尝试这种解脱下的

生活状态。这是一种强制解脱，不是真解脱。真解脱是你用着亦不被制约。我们先学会放下，再学真实解脱。世尊在三界不被三界所困扰，是觉悟者，不是把三界断灭。释迦文佛示现八相成道就在三界中示现，他没把三界断掉，佛法不说断灭。我们现在演习放下的一个作为——放下手机。我们先从过去生活中通过这种事相解脱作为一个解脱的感知，在世俗生活中或者事相中直接解脱。出家人有殊胜机会，就是先让我们放一放，体验放一放的生活，再去生活就了解本来无所得、本来不是这样。

我们有很多生活习惯，很多时间都认为是必须。像贪、嗔、痴、慢、疑，深入我们骨髓——手机可以放下，但你生命意识中这种贴切习惯是无始以来所积累。我们通过短期出家生活看能不能放下一点点，学习一点点对应善巧？这一点希望大家能了解认知。简洁是半个月短期出家的一个直接方法，就是简化自己的意识与作为，放下习惯，不用过去习惯对抗这段生活。我们在家都有自己的家庭、环境与熟悉状态——你要是把那些搬过来，是度日如年了。所以给大家这个提示，希望尊重珍惜这个过程，像逢到知己那样交往，如饥似渴地接触与运用这一段生活、意识，珍惜它，简单它。

在这段时间究竟能得到多大利益？还要看我们每一个人与老师、与教法的配合与实践。不预设最好！只是说我们做一做智慧者，应该怎么做？学习学习。所谓成佛也是觉悟啊！觉悟我们的现状，觉悟众生的现状，觉悟情世间器世间——觉悟它，这不是多复杂的事。觉悟是诸佛所承担的名号功德我们来觉悟他。觉悟不怕这个是非善恶——我们觉悟它，与它是非善恶没关系。很多人有个比较致命的东西，就是把分别执著当成重要事情了！佛陀教法中让我们逾越善恶是非，觉悟生命每一刹那，不管它善恶是非，只知道它是什么状态，你这个生命就变得不可思议。如果有恶东西就掩盖，好东西就拿出来，那会使我们变得很沉重。要觉悟每一个心理、每一个言说、每一个作为，我们会变得十分轻松、透明、喜悦。

世尊在金刚经中告诉我们：一切有为法，如梦幻泡影。他没有说你要知道善、知道恶、坚固善，坚固恶——没有这样教导，让我们了解一切有为法如梦幻泡影。一切有为法中就有凡圣、善恶、是非、人我等等无量无边对法，皆是如梦如幻，毕竟不可得。我们了解毕竟不可得之事实，就不再积累或者无有理由积累，就知道积累原来是一个颠倒妄想执著！用颠倒妄想执著来负累我们，那是不智慧的作为。我们了解了行无常、法无我，就不再积累，不再坚固自我，就得到轻松、简洁、觉悟的善巧与作为。

这半个月学习，有这些法师从各个角度慈悲教育，大家要把学到的一滴一滴运用出来！学多了怕大家太辛苦啊！（众：阿弥陀佛！）学会简单。你这样放心：我来了，不是来学知识，是来解决自己负重，来作殊胜缘起——可以了！（众：好！）确认一下：我们不是来学知识，也不是来受训练，是来学解脱，学会走出负重，走出迷失！这样不紧张了，你会真正尊重老师了。不要说这个老师没学问那个老师没学问……我们会从师长那里学到一点一滴的放松、喜悦、简洁。梵行生活就是简洁，就是无为而至的作为。远离造作，远离执著，远离积累，是多么明亮灿烂的心！大家要把佛心印到自己心上来！（众：阿弥陀佛！）

我们出家来了，要把脸上曾经写着的“疲惫”换成“我原本很智慧”。因为心佛众生三无差别——世尊这个提示是真实言诚实语，印契我们的心！但将佛心印众生心！要告别过去的苦难、疲惫、善恶业纠结！要不然我们不知道缘起法。诸法因缘生，缘谢法还灭——缘早都谢了，我们还在那儿纠结，得不到解脱！若靠记忆活着，怎么活？太辛苦了！我们靠什么活着？靠智慧观活着，靠正见活着，靠教法活着，那样我们是佛子。

今天要剃头，这样那样的很多，不是知识，是教法！大家不要积累。不要说这个地方我不懂那个地方不懂……不懂刚好！轻松一点！多人到寺院就开始挣扎说我这也不懂那也不懂，要拼命学习……比在家还苦。学佛不是愚弄我们，不是迷信，不是知识的积累。我们在宽松心理下学点东西，就是道种智；在紧张的、积累的、负重的心理下，学一点就是业力，就是知识，那是学海无涯！我们要学智慧的道种智，学一点，解脱一点；解脱一点，又学一点；种种方便中，不染无著，但予众生解缚，即是智慧！莫把知识当智慧，但是我们可以把知识转化成智慧，就是不染不著地运用我们所学到与认知到的方法与善巧。

我经常遇到人“谦卑”地说我学得太少了、我啥也不会、十二点我不敢睡觉、夜里两点还在背东西……若是不染著不疲惫，很精进！若是干一段时间后就说这么苦，我不学佛了——副作用出来了！所以很多学佛的人刚遇到佛法很欢喜，感到终于有目标了！要成佛了！结果说成佛路上这么苦——方法不对！所以我们来到寺院不搞积累，没有积累。

我们每个人都有四种俱生智。四种俱生智每一个生命都具有，极恶有情坏不掉，诸佛如来多不了，称为俱生。说俱生烦恼、俱生惑、俱生业，亦有俱生智。俱生智我们往往忘记，俱生惑、俱生烦恼、俱生业力却用得更多！现在我们来短期出家，要用四种俱生智：

妙观察智——不染著，观察。平等智——事事一如。法界体性智——时时正常，时时方便，时时变化。大圆满镜智——朗照而无一物可得，如镜照物。这四种俱生智不用修。你说我是不是需要努力做？不需要，你一用就是，大家都有！这个地方可以泯灭骄傲与自卑，让我们变成堂堂正正的顶天立地的生命、作为者！这里面没有自卑也没有骄傲。骄傲与自卑是伴生的，像双胞胎，自卑的人一定骄傲，骄傲的人到很多角度也会很自卑。就是俱生智没运用出来，俱生烦恼、俱生业、俱生惑在侵害着我们！

出家了我们来运用运用俱生智。俱生智不是修来的，修不来，但能用！称为智慧。智慧是什么？是金刚。很多人读过金刚经，经中说“应无所住而生其心”，这个心是平等心，是妙观察心，是大圆满镜的心，是法界体性智的心理。你无所住、无所染，你这个心就会妙观察，就会安住平等，就会清净一味，就会时时安住。很多人把修行当成妖魔鬼怪。修行是依俱生智观察世间，平等安住，朗照世间，事事正常心态。那样你是真正学佛者或者修行者。不是妖魔鬼怪、装腔作势、搞个什么名堂、鼻孔朝天！

俱生智是我们有生俱来，在佛不增，在凡不减，是为俱生。金刚经给我们金刚智：如梦如幻是如实的观察，是智慧的观察。应无所住而生其心，此心即是俱生智，妙用之心。你把那四句话一念，你把“应无所住而生其心”这个心一用，就是俱生智心。

明莲师在下面求我，说一定要把传承给大家呀！今天给大家传承！（众：阿弥陀佛！）俱生智就是我们自家宝贝，是人人都有的宝贝，是怀里明珠，我们没有拿出来用罢了！我给大家说了，大家能用了，就是传承！我的师长这样教导我，我给大家也这样传承下来。希望大家把衣里明珠拿出来，不要拿着金碗要饭噢！应无所住而生其心——此心就有四种俱生智妙方便运用！记住这句话就得到传承了！（众：南无阿弥陀佛！）好好地观察与运用，我们的骄傲、自卑、俱生惑、俱生业、俱生烦恼由此而休息。这就是传承！佛法要广传世间！你要知道世尊传给我们的金刚经，给我们的金刚智慧，可以坏一切世间烦恼，而不被世间烦恼所侵害！

今天我传金刚经了，小心啊！大家要用“应无所住而生其心”这个心。这个心是什么？过去心、现在心、未来心、无记心不可得的心。这是什么心？是妙观察心，是平等智心，是法界体性智心，是大圆满镜智心。就是他可以直接揭示我们本来具有的俱生智，不假方便，自得心开。回去再读读金刚经好读了，与以前

的味道不一样了。因为应无所住而生其心——无所住于过去，无所住于现在，无所住于未来，无所住于无记。就是妙观察，就是平等智，就是大圆满镜智，就是法界体性智。这个你修不来，也毁不掉，一用就显，一用就明。

希望大家把金刚经这个传承接下来，应无所住而生其心。常用妙观察智、法界体性智、大圆满镜智、平等智，就在应无所住而生其心——无所住于过去心、现在心、未来心、无记心——无住于这个心，就是平等心、妙观察心、圆满镜智心、法界体性智心。这个心人人具有！

负累不了了。因为你要用四种俱生智的心，过去心、现在心、未来心、无记心不可得，你要得什么？妙观察心、平等心、法界体性智心、大圆满镜智心，这个心你没办法积累。因为过去心、现在心、未来心、无记心不可得，你要得个什么！

善用！善用自心，觉悟世间。那是大家真正学习实践佛法一个殊胜开端。祝福大家在这半个月学习实践中，得到圆满的智慧运用，得以教法的成就与守护。

（众：阿弥陀佛！至诚顶礼和尚三拜。）

皈依三宝觉悟生命

——显用本具觉性，圆成无上菩提（20131001）

今天这样一个短期出家活动，原本没有我的这样一节课，只是打七我来开示。可能部分远方来的和当地的居士希望能有一个机会。按照一般寺庙的规矩，由寺院的住持和这些师父们给大家讲解。可能今天因缘特殊一些，有男女众短期出家这个胜缘，就有这个所谓的开示。

我们来行持出家或者学佛的缘起，实际是审思一切有情生命所依的缘起，或者说我们人类追求的智慧的自在的美好的愿望。我们看到佛菩萨的圆满、阿罗汉的自在、菩萨的大悲、威神、善巧、方便，就会生起一种尊崇，会给我们带来一些信仰。信仰的究竟圆成，无疑揭示了我们心地的美好归宿，或者说人类美好的共有的依止与愿望。

我们作为学佛的观察抉择者，释迦文佛给我们宣化的教法究竟解决了我们的什么问题？可能很多人博览群书，通过种种传达，了解了释迦文佛不光解决了我们的生老病死苦，也给我们带来圆满觉悟或者说利世利他的方便。这些教法是感人至深的，是切实可行的，对每一个有情来说是有真实作用和意义的。

我们每一个人都有智慧思维观察的心理，在这种正常细微思维观察的过程中我们可以渐次了解到我们究竟心里需要些什么？大家在独处时间、疲惫的时间、疾病难缘的时间、顺缘喜悦的时间，可能都会考虑到究竟需要些什么？人类究竟能做些什么？佛陀教法乃至说三宝住持，无疑给我们带来了清晰提示，让我们得见自己心灵最美好的愿望与实际的成就。这是不可思议的事情，带来了我们作为佛子学佛的抉择，就是皈依。这个皈依是我们对法的决定性依止，由此彻底改变了我们无始以来生命的趣向。

关于生命进趣，就是以习惯的推动，使我们在无量无边的这种无始循环或者轮回中无力自拔。观察到佛陀教法的这种慈悲方便，我们一旦皈依，这样一个殊胜缘起，我们就可以依这个缘起来中止这无量无边轮回的苦，真正运用这种种业相，做一个智慧慈悲的善巧者，而不是被业力、无明、轮回所奴役的迷失的生命。

走出沉沦与迷失一定是我们皈依的一个重大缘起，或者说我们的需要。许多人认为自己可能没有这样愿望，但我们在生死轮回的苦难中逐渐会认识到走出轮回是十分重要的人类的需要。这个循环是无端，是没有尽头的。

我们不管是通过出家这种形式的皈依，就是整身心的皈依，或者在家学佛的心地的皈依，或者做法上的皈依，像我们汉传佛教讲的翻邪归正的皈依、具五戒的皈依、八戒的皈依乃至具足出家戒法守护的皈依等等，不管任何一种皈依形式都揭示了我们真正智慧人生的开端，依觉悟者来选择自己的思想、作为、言说的开端。

所以皈依是一个殊胜缘起，也是我们可以掌握运用的一个开端。像我们今天做过的短期出家剃度仪式一样，也给我们生命、意识、作为、思维做了一个清晰的开端，这个开端就是皈依、觉悟的一个确定性认知。这个认知对每一个人来说都是有利的，只要我们清晰地思维、观察、实践这个法则，它一定会对我们生命起到前所未有的作用或者导向。

世尊在成就阿耨多罗三藐三菩提这整个观察过程中，了解了无量无边众生的无量无边轮回的苦，包括我们人类这六道中的一道，或者欲界众生、六道众生的人道这个对应的苦，犹豫、徘徊、迷失、习惯的被迫……所以释迦文佛应化于世，说种种教法，其中三皈依是一切教法之原始，或者最基础的教育。

今天有外来的发心学佛者、欲出离苦海轮回者、欲以智慧行来了解觉悟人生者，有这样一个祈求，希望了解三皈依，实践三皈依，就是十分难得的殊胜缘起的起步。这个地方不需要夸耀，只需要认真去体验，它一定会给生命带来你意想不到的智慧、慈悲、善巧的支持。除非我们动摇了这种智慧的信仰，还会被业力业习所蒙蔽。

假使我们随顺着佛陀教法认真实践，随顺观察，生命由此必然会得到彻底改变。这个改变不是我们心力所及，我们用任何假设、想象都很难真正了解佛陀教法会给我们带来什么样的利益。所以三皈依对我们、对每一个有情来说是那么重要，有那么具体的内涵与作用。

大家有这个愿望与认知，不妨通过一些提示把它清晰起来。三皈依，我们汉地的皈依仪式是比较复杂的，南传的比较简洁，有些地方的皈依就几句话，有的就比较复杂。不管怎么作为，他一定给你一个清晰抉择，使我们真正跟佛法接上殊胜因缘，使我们的生命、意识、作为真正有清晰所依，改变以前似是而非或者种种徘徊的心理、作法。

所以皈依是我们明确我们的生命、意识、作为，趣向于智慧慈悲方便这种运用的一个抉择过程。这个过程实际就是自己的良心发现，或者说觉性的发现，或者本具的善性的成熟，所谓善根成熟。虽然本来具有，若没有真正的启发、教育、

引导，这个原本具有的智慧、慈悲、善巧的觉悟就会蒙蔽在我们无始以来世俗习惯的尘埃之下，不能发生作用。

通过提示、引导，使我们原本具有的觉性在现实生命中发挥作用，使我们被业习、烦恼、无明所蒙蔽的智慧光明发出最璀璨的作用力，来照耀我们人生，使我们对人生的初、中、后——过去、现在、未来，都有真正了解，自在作用的把握，真正破除无始以来自我蒙蔽、业力蒙蔽的苦难，由此得到一个离苦得乐的法则，这样一种思想，这样一种觉悟。

人人具有佛性。我们在没有受到提示、引导之前，我们这个佛性、觉性往往会变成疑惑、割裂、对待。在受蒙蔽的过程中，我们这个觉性不能圆满运用出来，所以我们称赞佛陀是圆满觉者，自觉觉他，觉行圆满。我们来了解一切众生原本具有的觉性，也就是我们各个都具有的觉性，不再割裂它、封杀它、蒙蔽它，那可以像佛陀一样成就圆满的觉悟者。比如说一切众生依觉性而修持，依觉性来作为，我们人人都能成为圆满的觉悟者，就是人人可以成佛。

我们现在所有的烦恼、妄想、执著都来自于习惯，这个习惯是由无明、妄想无端地累积建立。这种习惯有巨大的力量，因为没有接触正确的教法、教育。一旦我们接受佛陀教法的指导，恰如其分地运用我们本来具有的觉性，生命最灿烂的一面就会真正彰显出来，在生命相续过程中来解放自己，不再受委屈、逼迫、残缺，做一个智慧完整的人生。像佛陀菩萨一样身带光相，具足相好与威德，永别无始以来的迷失与颠倒这种轮回之苦。

皈依的作用实在是不可思议，实在是不可思议！要是从这个渊源上讲，最初释迦佛成道之后应世，基本上都是见到了佛的相好、功德自在力，就有男众、女众到佛前求授皈依，说我某甲请求授皈依佛、皈依法、皈依僧，或者说尽形寿皈依如来世尊，愿如来世尊为我作证。也得到了三皈依。

三皈依实在是揭示我们本有的觉性、本有的法则、本来具足的心地安乐的印契，非从外得，非从内设，在每一个生命中那么充分具足着。只是我们的无明陋习、执著分别、对待作为把他割裂了。

我们有这样机会接受佛陀的教法与皈依，就有机会来运用我们本来具有的觉性、法性，或者说了解无自性的这种自性，使我们心地真正归入清净圆满无碍的受觉，或者说运用清净圆满无碍的力，使我们生命避开对立、对待、染著、负累、负重、迷失、痛苦、障碍这样一些妄想执著造成的陋习或苦业，使生命积极的作用依法性、依觉性、依自性得以成熟。

皈依是决定的不可思议的一个举措，一个选择，一个认知。我们会永别无始以来的轮回苦，永别无始以来的习气纠结，永别我们无始以来的无明蒙蔽。这个抉择是那么重要！虽然十分简单，但一定需要教法、僧众乃至传承体系来给我们作证，我们才能真正确认它，不再疑惑。这就是皈依的妙用，或者皈依的实质性支持，对我们每一个人的觉悟是不可思议的支持。

所以我们一旦皈依，就要常存念三宝给我们带来的清净平等圆满无碍的支持，常缘三宝，就是心念感恩于此，观察于此，祈祷于此，那三宝会在我们生命中发挥他不可思议的作用力。

平时我们念佛、念法、念僧，实际就是对三宝亲切的回归与印契，亲切地运用我们本来具有的一体三宝功德。因为一切诸佛菩萨圣者的所有功德一切众生原本具足，他们不过是彰显出来了，运用出来了，成熟了。凡夫有情、受蒙蔽有情不过是把它遮蔽起来了，似乎在受到减损，但其本质无力损坏。这种本具功德在任何幻化的恶缘下不会减损，在任何殊胜的善缘成就中也不会增加，所以它是法性的事实，这个法是无所得无所出的。

佛菩萨这种教言、经典、功德、自在、妙相等等，我们人类都具有。通过皈依我们了解了佛所属的功德、菩萨所属的功德、圣者所属的功德，我等亦有这样功德。皈依就为一切凡夫也认证了诸佛、菩萨、圣者的功德我们是具有的，我们现在可以开始打开这个宝库，来运用我们像佛陀菩萨圣者一样所具有的智慧、慈悲、威神、善巧，开始取用这些我们原本也具有的智慧、慈悲、善巧。

这是法界所共同拥有的法界力、法性力、觉性力，这种自性之力，不能割裂。说佛、菩萨、圣者才能占有这个——不是这样，心、佛、众生在此处是没有差别的。这一点，我们这个通过思维观察会有正面的认知、正面的观察这种体验。

皈依三宝，实在是我们觉性的光辉照亮了自心，实在是平等的法性触动了自心，也实在是无自性性真正给我们带来了无碍的向往。所以大家有这个皈依的机遇、愿望，我作为一个普通学佛者，十分随喜大家这种发心。

随喜之余，在传承与三宝加持下说一些感动的话，来供养每一个大众，希望我们真正运用大家共同拥有的或者法界共同拥有的法性、觉性与自性，归入清净、圆满、无碍这样智慧生命的金光大道上来，游历在诸佛觉性海中、诸菩萨善巧海中或者诸圣者的寂灭海中。

这些不可思议的善巧智慧我们人人都可以来用，只要你是个皈依者、随顺者、觉悟者。这些作用对我们来说是如实的、公正的、不分群类的取之不尽用之不竭

的如来藏。这个藏性的功德，任何一个有情不排除在外，所以是那么平等，那么令人尊重、尊贵它。

我们来礼敬三宝，实在是礼敬我们心灵圆满的觉悟、平等的法性、无碍的自性。三宝或者说佛菩萨形象、教法，无外乎是把他揭示出来。其中最美好的庄严、无尽的福慧这种宝藏，人人具有。我们来礼敬他就是标志着我们要来取用这个无尽藏、这个法藏。

我们皈依三宝，就标志着我们确认从这个皈依之始，认识了心佛众生三无差别的事实，回归到平静、清净、平等的法界。这个法界海中业无所属，一切唯心选择而显现出来。这一点我们每一个有智慧的善根成熟的现前大众都会如理思维观察，以此因缘使我们能消除旧苦，觉悟生命，成就菩提。

好，谢谢大家。

（大众：阿弥陀佛！）

启用圆觉净化世间

——出家功德利益告别分段生死 (20131002)

我们作为佛陀教法的学习者，每一个思维、举心动念或者作为、言说，一定是依止三宝加持，我们要有如理思维、观察、作为的缘起观。所谓甚深缘起观，就是常祈祷于三宝、礼敬佛陀、皈依法则，来指导与明确我们的思想、意识、言说、作为，我们就会无愧为一个佛子的称号。过去世尊如是说、如是教，一代一代善知识或者佛法传播者亦如是观察、学习、实践、祈祷、守护。

我们共同参加这个难得难遇的出家活动，亦是在这种祈祷的加持下来成熟与完成。这一期短期出家活动看似简单，大家报报名、问问遮难、头一剃，好像就可以体验梵行生活了。若是回观无始以来的业力或者周边业缘，我们会知道今天这个环境、作为、教授的接受都有无量无边的善缘聚集而成。严格说也是来之不易！需要有道场，就是环境；需要有教法，就是一代一代僧人依止佛陀的戒律、形象的守护乃至教法的学习，才能在一举一动以及每个言说中给我们表达僧人的不共法则。每一个僧人，他与世俗人最特定的不共法的表现，就是僧相。

我们怎么在这个短暂时期内把梵行生活的学习、认知、实践做的得当？还是老话：放松、喜悦、尊重——这是最好的基础。我们在这样基础上再接受法师们对我们作为、言说、念诵以及着装、行为上的指导，就能迅速接受、理解与体验到这些教法的实质内涵。我们虽然是半个月的短暂时间来学习实践，但对佛法住世，对三宝在此五浊恶世住世与传播，对欲界色界无色界这三界有情于菩提道业的增上鼓励，无疑验证者、支持者。在我们这个短暂作为中，无疑会利益着三界无量无边的诸多有情。

这是从形象不共这一点来表达我们的作为功德。功德无所得，正因为无所得，我们有所作为才是真正不可思议之功德，即是净化世间之功德，即是梵行功德。在这个五欲炽盛时代，因为有这样一群人，在这个短暂时间内有清净梵行生活的形象与作为，这是不可思议的！

我们舍去世俗的形象或者矫饰，现最朴实的诸佛如来所现形象，搭他们的衣，体会他们过去实践法则的步履与过程。我们耳目熏染的这个过程中，同时亦利僧法住世；也鼓励那些长期出家守护法则的人，对他们也是一个支持；对那些没有僧众的空寺庙或者感觉佛法衰微的人们，也是形象的支持。这种支持功德我们赞

叹不尽！很多人看到我们这个形象与作为的一一点一滴，听到这个念诵，会唤醒他们发无上菩提心，有这样不可思议的增上鼓励或者因缘。

很多人知道六祖大师的故事。一个没有文化的樵夫，因为音声佛事传达，就是有人诵经，他在偶然情况下听到“应无所住而生其心”之至真教言，即是世尊在金刚经上一句教言，唤醒了他无始以来本来具有之觉性，直接点燃了他本心光明。听到这句话以后他就有这样喜悦，说常生光明常生喜悦。我们来到这个环境中短期出家也有经可诵、佛可念、形象可现，有心灵觉悟的交流机会，有些仪轨可以慢慢使我们在世俗中一些散漫的、无序的、蒙蔽的、烦恼的心得到觉悟性激励。这一点在未来际会震撼着我们，鼓励着我们生命，直至成就无上菩提；同时这个作为也在利益着无量无边与我有缘无缘的有情，会给我们不可得功德的轻松启发。

短期出家非是泛泛之事！社会世俗中有许许多多做法，但是能令释迦文佛教法在人类百岁以里的减劫中住世——唯有僧众、僧相、僧人来守护、实践与传播教法，才能令其完整相续下去。在世尊诸多授记中，我们现此僧相，其最殊胜功德，贤劫一切世尊会为我等作伴侣，来提携与接引我等；于五浊恶世减劫之时，于释迦佛教法中得遇此教法，出家行作沙门，若一日一夜，乃至若干日等等，在贤劫千佛的加持与威德教育因缘下，必得出离轮回！这是不可思议的授记！

劫数于凡夫心智中是天长地久的不可称谓时间，我们很少能思维观察。因为隔阂在一生意识状态中——我们出生就会受到阻隔，就是痛苦的自我遮蔽。一旦到极痛苦时，人会昏厥过去，意识自我阻隔，就不知道发生了什么事，中断了相续的意识。无始以来我们有无量无边的业、记忆、因缘、善恶等等在推动着现有生命，但对出生以前所发生很难记忆，造成十分特定的分段死。人类受分段死的极大制约！所以人类的贪欲往往特别炽盛，渴望智慧也特别炽盛，迷失矛盾也特别炽盛。因为我们心中有太多阿赖耶识的积累与记忆了。由于分段死业报，我们又不能充分地把阿赖耶识或者藏识中东西真正舒展、清晰表达或接轨，所以造成分段死业报的极狭隘障碍。

尤其生活在减劫时，人就拼命求大、求善、求快乐、求拥有等等，很多学佛者求成佛、求道业、求大庙子、求大名声等等，这都是分段死下产生的不可思议的恶业、障碍或者贪欲心，是迷失的亏欠心造成的遮蔽状态。

我们现在这个时代，不像世尊住世时有诸多具足三明四智五眼六通的无学位阿罗汉住世。在近代南传记载中，说某某成阿罗汉，但他们宿命智或者三明的通

力善巧都受到极大阻碍，甚至不如世尊在世时普通凡夫僧具有的善巧与威德。五浊恶世这种分段死共业极大障碍遮蔽了这个时代所有人，使我们阿赖耶识这个极大财富的记忆宝库被蒙蔽起来，被眼前的近利、眼前的亏欠、眼前的所需、眼前的业报所制约，落在分别执著或者六识七识的短浅作用力上，藏识极大记忆没办法展示出来。我们无量劫以来聚集的记忆经历的财富，就被分段死生硬割裂开，造成许多无端的自卑、畏惧、傲慢、狭隘等短见。

这个时代能出家行作沙门一日一夜，乃至动一念这样愿望的菩萨们，世尊亦有授记。我们在旷大劫中若没有出家经历、道业守护与实践等记忆作为，或者阿赖耶识没有这种潜在、伏藏下来的意识，动一念出家的欲念、想念、观念都不可能！所以于释迦佛取灭后减劫之中，若发一念出离三界行于梵行者，此人不可思议！因为分段死给我们带来的障碍。

许多人读普贤行愿品，其中有誓愿说愿我生生世世具足宿命。为什么？拒绝分段死的障碍！要逾越这种障碍，行菩萨事，就必须有宿命智、宿命念、宿命明等善巧。若不然不能作为菩萨分业力的福德因缘的支持行使者。有大愿的菩萨多在变异死中得以安立，告别分段死的障碍。我们还堕在分段死的障碍空间中，现在学习诸佛菩萨行持，作梵行之选择，哪怕是半个月短暂时间，亦是唤醒与运用觉性的不可思议殊胜机会或缘起，是使我们告别分段死这个巨大禁锢的不可思议功德因缘。

分段死对人类的制约是十分难以述说的苦难！它会把我们原本具有的不可思议的如来藏、法藏、自性藏、无量无边智慧封杀在我们十分坚固的习惯、意识、无明业报上，十分顽固地运用贪嗔痴慢疑这种分段死所特质的恶习。行位、回向位、住位菩萨或者登地菩萨告别了分段死的强制，打开了阿赖耶识所有拥有的美好记忆不美好记忆，等于打开了如来藏，会在一切智与道种智中取用自如——在法界仓库中，他们有无量功德善巧的积累与直接取用方便。

我们这些有情堕入了分段死这种坚固的铁围山。在这个小世界中，无尽法界中是我们过去曾经作为的种种善巧方便，这种种作为种种善缘皆被铁围山所隔离，就是被强制坚固的业力执著分别所割裂。我们这个梵行生活一定会突破分段死造成的坚固制约——这是它的一个重要结果，我们能突破！为什么？诸佛如来教法会支持我们把铁围山化作须弥座，让我们超越这个小世界的缠缚而证初果。要不然在这个小世界中，在现生业力果报中不能自觉，固执地以为实有，以为自身生命就是这样，而持续在分段死中轮转六道不能自拔。这是人类最令人惋惜的

果报了，因为我们人类原本有出离三界的会！

梵行生活是仰仗诸佛菩萨贤圣的功德、善巧与教法给予。我们这一生有皈依佛皈依法皈依僧的理念，乃至依佛陀梵行教法，就有出离三界的直接机会。作为短期出家参与者，你要知道这个参与有极大不可思议的支持与增上缘，就是我们有好的机会。这个机会我们永远想象不来，因为在分段死的障碍蒙蔽下，假着自己能力想突破它十分难。小世界、铁围山、须弥山，这实是我们心中业报所推出来的一个世界相。

释迦佛在初转法轮经中讲到苦集灭道，对苦集灭道的观察、证知、了解，应证者已证，应知者已知。他证些什么知些什么？实际是直指我们走出分段死之智慧、观智，给我们这些在三界皆苦、三界火宅中受生老病死、求不得、爱别离、怨憎会、五阴炽盛八苦焚烧的生命。三界无有安住，必然被无常无我的苦所侵害。我们了解了无常无我，运用于无常无我，就是智慧。若是对抗于此，欲建立常，欲坚持以为实有我，就造成无常的苦、无我的苦，分段死对我们的制约就是一劫一劫乃至累劫旷大劫循环，不能自拔。

释迦文佛在我们人寿百岁时示现阿耨多罗三藐三菩提，实是甚难之事！因为我们没有观察力，不了解无量无边法界、无量无边有情、无量无边国土，沉浸在自身生活意识业报的空间而自以为是，不了解得遇佛法教法多么难！得遇轮回世俗的交织、名利的交织、贪嗔痴慢疑这种分段死的惑业烦恼，是多么充分！我们欲出离分段死是极为困难或者没有机会的！那些菩萨知道了，他们感谢佛陀教诲之恩德。因为他们有三明心智之观察，对过去、现在、未来有清晰了解，知道佛有多么大恩德惠利有情，是多么不可思议的远见教导与引导有情，是多么不可思议的大悲唤醒我们出离苦难！

因为分段死的制约，我们对自身悲悯、自身尊重、自身作为的正确选择十分不清晰或者不甚了解。在这个黑暗的减劫时代，人心趣向于没落的贪欲炽盛的果报中，佛陀教法的传播无疑需要不可思议的善缘。我们不管在什么样因缘加持下，成熟了这个机会与因缘，功德首先来自于这一期或者这一劫第四世尊释迦文佛对我们的悲悯，回施给我们的福德！

释迦文佛所诞生应化是人寿百岁之时。那时普通人的寿命是一百岁，这在经典上有清晰记载，在历史中也可以推导。减劫中，每过一百年人类减一岁，减到人寿十岁，再返回来，返到八万四千岁，弥勒世尊降世。这样一往一返中在往下减的时间称为减劫。减劫的人心与业报越来越粗重，越来越暴躁，越来越没有耐

心，越来越不会原谅、随喜，善缘越来越薄少，五欲越来越炽盛，信赖越来越少，责任越来越少，称为减劫。增劫中是反之。

很多人读过《弥勒下生经》，到人寿八万四千岁时，人类没有其他疾病，只有两种称为疾病——饮食、便利，一定到八万四千岁才去世。人在有便利时，地上会开出莲花，把它裹下去，没在大地中。大地永远是纯净明亮的。这在经上有描述。我们在分段死的坚固意识中可能会认为这是天方夜谭。人读到极乐世界种种描述，这也是对无量世界中一方便世界的描述罢了。因为分段死有情心智不及，境界封闭，没有感通力，住诸障缘，自我蒙蔽。释迦文佛就告诉我们：从此西方过十万亿佛土，有世界名曰极乐，其世界有佛，号阿弥陀，今现在说法。

我们能听得到吗？能闻得到吗？若听不到闻不到，你就念佛忆佛，当来现前见佛时就能见佛闻法，抉择分段死的障碍。释迦文佛欲取灭时，深观我们分段死的障碍，把我们介绍给阿弥陀佛，即是他方世界世尊，令我们心地能走出铁围山，或者说不以铁围山、黑山、种种山为障碍。像回忆自己家乡一样，虽隔千山万水，闭上眼睛都能回忆到熟悉的家乡。跑到再远地方，闭上眼睛，你熟悉的生活环境也能观想得到。

释迦文佛把他所成就阿耨多罗三藐三菩提之功德舍弃了二十年寿命，回向给我们末世习法者，尤其是内眷属，就是我们出家众。干什么？以使我们有这种福慧来接受这种教法！我们真正能接受阿弥陀佛药师琉璃光如来世尊等等东方、西方、南方、北方乃至四维上下无量无边世尊的教法，就有机会逾越无始以来所沉浸的分段死果报这个不可思议的业力海，有这个机会给我们！

很多人说南传佛教就讲苦集灭道，寂灭为乐，证阿罗汉果，以寂灭为乐之实际求证而得成就，一样称为阿拉航三玛三布达萨，一样不可思议啊？那是一大千世界功德善巧，非无量无边世界功德。你说我就承认我所知道的世界——那是分段死的坚固与执著，就是业报相。

阿弥陀佛教法为什么在我们这个时代能揭示、能使我们心量松展一些、放松一些、解脱一些？他直指分段死果报这种恶业所在，即是坚固执著或者自以为是这种铁围山的建立，他破坏了这个东西！他说过此十万亿佛土有世界——十万亿佛土是十万亿个三千大千世界，有这样一个世界称为极乐世界，有这样一个世尊称为阿弥陀佛，欲使我们依佛力逾越十万亿三千大千世界的障碍，往生彼国。我们心力不要说十万亿个三千大千世界，一小世界障碍我们尚且不知、不会用、不能破除！靠自力者一定会被分段死的共业及别业障碍所蒙蔽。

这一点我们都会观察，也都有能力观察。我们现在学到净土教法或者来作出家梵行，皆是来自于不可思议的佛力传承教法的加持，来自于本师释迦牟尼佛二十年福德福慧之回施与供养，使我们今天有出家的福德因缘，有听闻这个不可思议他方世界教法的殊胜因缘。

世尊初转法轮，最早施教是讲诸多阿含经。不管是杂阿含还是增一阿含、增广阿含等等，所有教法是对一小世界内有情所宣化，欲揭示一小世界内有情出离方便之直指。所以予人初果教育、二果、三果乃至一大千世界之教法，就是阿罗汉果，能令此类有情逾越分段死之制约。对诸不可思议法身大士乃至种种地位菩萨宣化，就非一世界二世界，他是宣化无量无边世界中诸佛如来世尊各自的净土、报土、化土。如华严经所说一一法界海、种子海中，让我们了解无尽刹土，解放我们狭隘的割裂的分段死的坚固执著的意识禁锢，这种业报。

许多人读过华严经。华严经四十二字母中，每一字母都揭示了无量世界缘起的根源音声，尤其对阿字的解释，让我们了解为什么会有无尽法界，为什么无尽法界中唯心所现，为什么有五浊恶世，为什么有这个堪忍界的称谓，为什么有极乐世界的名号，为什么有劫数的建立，为什么有成住坏空的器世间说法？让我们走出狭隘的自我、自以为是的封闭，得究竟解脱，成就究竟道业，于十方世界海中得生命之大自在、智慧之究竟妙用，而不缠缚于一世界、一角落、一因缘、一生命、一得失、一现缘中。

我们有这样福德因缘，感召了这一次短期出家的不可思议机会，标志着要告别我们无始以来割裂的坚固的沉重的分段死业报，我们有机会了！我们有机会像阿弥陀佛释迦文佛药师佛乃至我们熟悉不熟悉的一切世尊一样，在十方世界坐道场。如华严经中对佛陀所赞美：佛身充满于法界。我们心智也可以随着佛功德、随着觉性圆满充满于法界，来不排斥不建立地觉悟这个法界，清净地回归这个法界，无碍地运用我们所有生命过去的积累、未来的作为、现行的安住，得智慧行人或者佛子这样名副其实的名号。

短期出家在我们山东可能是个新事物，但在佛陀悲心中、在历代传承教法的方便中，这无疑是给我们开一个方便法门，为我们在长期出家中有机会没机会、敢思考不敢思考的人提供一次接触梵行的因缘。让我们有机会接触甚深微妙的佛陀教法，碰触无尽法界，走出狭隘自我，改变过去心地那种固执知见或者世界观，拓宽心胸，回到我们本然心智上来。

这是十分不可思议的事情！大家参与了，一样是不可思议的事情。经典上说

佛力不可思议、愿力不可思议、众生业力亦不可思议。我们短期出家是不可思议中不可思议之事。不讲谤，不赞叹，如实说。因为我们这个形象与一切诸佛世尊结了一个最殊胜因缘，就是与佛同一形象，这是多么不可思议之事！

我们这样去思考、去观察，会在半个月僧法实践中得到不可思议的加持，唤醒心灵深处或者阿赖耶识中所有善缘记忆，摒弃那些压抑的、蒙蔽的、缺陷的、不自尊的心智，真正启用我们无始以来本有觉性，把那些迷失的、沉重的、割裂的苦点燃起来，变成智慧光明来照耀自身照耀他人，使自他皆入智慧光明藏，不在这个割裂的封闭的幽暗世界中坚固或徘徊自己。

一期生命十分短暂！我们在十分短暂的生命中有这个出家机会十分不可思议与难得！应该去反思、去观察。不是在赞美僧人，实际我们是在赞美一切诸佛如来，因为一切现僧相者是与诸佛如来最近的形象者、趣向者、愿望者。释迦文佛在人寿百岁时有这样建立僧团，有这样令僧法相续的毗尼戒律等等教法支持，实是为了更多有情藉着佛陀福德与教法因缘，出离分段死的制约。

人类百岁，在分段死蒙蔽中是极为坚固的一个阶段。这个时代人能闻法甚难，能见到僧相甚难，能得到人身不可思议！我们还是不了解自身，而制约在自己的业报中，往往自己一有作为就轻贱它，造成人类减劫中的堕落。很多神圣的事我们一旦接触，就把它变成粗糙的、不尊重、不重视的作为了，这是减劫的心智与果报相。

我们作为学佛人，一定要从减劫共业中走出来，行增劫事，方能体会佛法法益或者法乐这个实质的福报、智慧。如果沉浸在减劫的堕落中，什么事情碰到都坏掉了、减弱了、不尊重了，那一样会在减劫共业中沉沦下去，没有法喜，没有法乐，没有得到智慧加持。来行梵行生活，一定是让我们得到法的喜悦，轻松起来，不再积累，简洁起来，自在起来，慢慢拓宽禁锢的思想，不再受禁锢的堕落的果报，就是负累的果报。每一个参加短期出家菩萨，都要好好思维这个事情，在这个短暂学习中生起尊重——不管环境或者老师们给我们带来什么，都要生起真实尊重的稀有难得的心，就会使这一段生活不空过。

可以把楞严心咒学一学。因为楞严心咒是释迦文佛在此浊恶世界成就无上菩提一个特定威德的降服烦恼、成就福慧、授记众生的誓愿或者说心咒。

（师念心咒：）阿那隸．毗舍提．鞞囉跋闍囉陀唎．槃陀槃陀你．跋闍囉．谤尼泮．虎泮．都嚧瓮泮．莎诃。

很短的一个真言，但是其中包含五方世尊，或者说以释迦佛这种功德相所传

播的授记与嘱累，就是对我们每一个学佛不学佛有情的极大功德加持，就是心灵的提携。可以找功课本把这个学会。在这个五浊恶世，在这个时代，这个心咒会唤醒我们无量无边的心智，就是如来藏的心智，打开我们被无明烦恼所蒙蔽的智慧藏、功德藏。

你说我们是念佛人怎么学这个？这是我们汉地所有经教中最直指的一个誓愿，就是释迦文佛以光明藏中这种特殊明亮身来宣化的真言，来破除我们这个时代分段死坚固的业报，即是俱生业报或者俱生烦恼、俱生业力、贪嗔痴慢疑的坚固——他有不可思议的力量！

我们下去把它学习学习，抄一抄，背一背，念一念，对我们这一段生活或者梵行生活，无疑是很好的推动。（众：阿弥陀佛！）

现行清净平等觉悟

——大乘教法之出离心与菩提心 (20131003)

礼敬三宝是我们作为出家人、学佛人或者实践梵行者首当其冲的作为。因为我们缘三宝而得有这样一个形象、学习或者相续机会。

一切出家沙门所行，皆从佛教法中出生。我们有这个机会，来自于我们心地觉悟的呼唤，来自于我们过去祈祷、礼敬佛陀而成熟的现行。法不孤起，每一个人来参加这个因缘、这个集体活动都不是孤起之法。在有为法的所有作为中，所谓众缘显现，就是因缘和合——它本质是无生，因缘而表现出种种生灭作用力。我们在伟大佛陀的教法指导下，慢慢觉悟了无所得而广行诸佛法事业的甚深心智，来无染地运用生命，不染于世间，利益着世间。这样的真诚与至诚心，就是佛教徒梵行的内涵。因为没有任何染污、造作或者自我执著的积累，梵行功德就会自利利他，即是净化自己和世间。

通过比丘比丘尼法师们的一些教导，我们学到在世俗中学不到的一点一滴的僧人作为。这些作为有人认为是一种形式，有人认为这种形式很重要，有人认为这种形式会禁锢于人，也有人甚至感到不习惯的压力。我们要是依止正见，依止行无常、法无我、受是苦的正见，就会离苦。

有厌离心、出离心、菩提心。厌离心是一种排斥心，亦是凡夫的烦恼、业相或业分，甚至带来嗔恨、迷失、挣扎的恶果。出离心十分重要！出离心之内涵，每个层次的人对它都有不同认识。出离心不是逃避，是从究竟正见上或者万法本质上认知现行中给我们造成困惑、烦恼、障碍的事情。通过这些事情认知与观察，使我们身心依正见平和下来，宁静下来，如实面对。如实即是依正见来面对、来觉悟、来审视每一个现行，安住每一个现行。这种出离是广大胜妙的出离心。

这种出离心原本不需要我们剃头或者改变样子、说法、意识，就直接需要正见对每一个事情的直接观察与了解，对每个现行的直观的抉择。这种广大出离心无有在家出家的分别，是一切佛法的圆融教诲的直接现行，令我们出离烦恼的不可思议微妙作用。这个作用值得我们观察、运用，值得我们礼敬、感激。这种出离心是大乘教法特指的现行解脱、现行出离而不假于其他法则的一个广大教法、深远教法、周遍如实的教法。

在净土教言中，清净平等觉本身是出离心的结果，也是出离心的印证、印契。

不取不舍本身表达了无作为的出离、无得失的出离，是以无生正见、无为正见、诸行是苦或者诸行不可得——这样见地的引申会使我们成就出离心，远离现行所谓烦恼执著迷失挣扎，得到现行休息、歇心、如实安住的状态。这种出离心进趣一实境界或者真实心、真如心，所以称为出离心。

很多人去江南江北或者藏传、汉传、南传寻求种种出离烦恼、离苦得乐的法则。如果不在现行中真正运用出离心、运用佛陀教法给予的正见直接出离生死烦恼业习，这个出离心又是什么？那就变成名字交流，没有真正作用力。名言就会造成口头出离或者道理上出离，而不在行为上抉择的困惑。所以诸多学佛人在这个地方有死角，就是转不过来身，说道理是这样但我做不到。毛病出在什么地方？就是没有用正见、教法直接在现行！就要每一个当下依真如之智、正见之法来解决现下的心念、语言、意识、作为。

他期盼以后什么因缘成熟再依教法实践，现在因缘不成熟。有些教法中对此类有情评判为下根性人或者中根性人，即是中势下势之类；虽对教法没有排斥或诽谤，亦不生喜。何以故？没有依法而行，未有法喜滋润。那些福德因缘成熟的人，或者接受大乘顿教、圆教乃至通教教法者，依教印心，即行心智，在现行作为中即能令自心无疑地回归正见，无疑地依正见来思维，无疑地依正见思维言说，无疑地依正见思维作为、与人交流。这一类人有判法说为利根人、福德因缘成熟人、上势者。

众生原无根性差别，利钝或者上中下三势本不可得。为什么要有这种分类？欲使一切学人警觉自己遇法是否择取，是否得法滋润，还是有疑虑诽谤等等？让我们警觉现缘，达成与法相应的清晰觉知或者审观。这种依法得以出离的心、思维、言说、作为，会使我们得到法的滋润、法带来的乐趣、喜悦、轻安乃至诸等持功德、诸三昧力等。亦可以使深入者入诸三摩钵地，得甚深功德相续实践，安住不可思议的自在境界。

我们作为佛法实践者，第一要了解出离心，即是依法觉悟每一个现行。现行中分言说、思维、知见、作为、交往等等。可以审思自己每一个举心动念、作为、言说是不是在依正见、依教法来思维、抉择、作为、交流？

今天有居士说能不能给个法则自己修行？我说要修什么？若不在现行中依法调整自己的心理、意识、言说、作为，又修什么？所以古德提出我们修行者要有出离心。出离心我们把它平白起来。在净土传承中说清净平等觉，这个“觉”就是出离心的安住，是或深或浅的小解脱、大解脱、究竟解脱的出离心的印契。

你依止清净平等之名言，得到名言引导之思维、言说、作为这种名言引导的解脱。我们透过这个名言了解了一切事情皆是无常无我、本不可得——真正抉择了这个正见再来闻清净平等安住，原来它是歇心的妙用。因为一切取舍是造作分别而产生出来，我们在自己依正思维与知见上作了一个轻轻抉择。这个抉择就给我们在事相上、作为上带来心作心是的表达，所谓理念性的解脱、抉择性的解脱。

我们再往深处审视清净平等觉，是原本如是，非解说成，非不解说成，是真如实相之状态。万事万物莫不是在平等清净这个状态下来感知相续的觉悟着世间，相互觉知的这种交织产生了不同法则与法界，我们就会在无生忍的清净平等觉这个实相觉悟上得以回归，得以究竟安住。

这亦未离开龙树菩萨在《十住毗婆沙论》中所讲三种势：上势、中势、下势，没有离开取相、法则、实相。清净平等觉原来是一个出离心，是看得见摸得着的出离心。所以一切法本来是互融互通，法无定法。出离心的深入实践与认知就是菩提心，菩提心！原来凡夫心没有离开出离心，出离心也没有离开菩提心。

我们把它搞得遥远，似乎菩提心又是那么遥远。怎么如实运用菩提心？这个名言容易让人眩晕！清净平等觉亦是菩提心的结果——一切诸佛如来成就阿耨多罗三藐三菩提所证果地觉，就是清净平等觉。这样说似乎有点泛，但这里我们不妨通过这个比较泛的说法有个领受处，来了解诸佛阿耨多罗三藐三菩提或者说无上正等正觉。这个究竟觉悟用菩提心来说或者果地觉来说，我们尽量把它拆得简单一些，可以理解、可以认知、可以运用才好。

要把名言或说法变成一个法则，在每一个现行中尝试运用。说一切名言无疑是为导引我们依法而行、依法安住、依法抉择。这个法原本是我们的举心动念言说作为。所有法界相、所有事物相、所有业相莫不是法，没有一事一物非法。我们找不到一个非法的东西，因为万事万物都是法。所以佛说八万四千法，佛圆满觉悟一切法，清净平等守护一切法，无碍于一切法。所以称佛陀为大自然者，称佛陀为圆满清净无碍之觉悟者。

果地觉亦没有离开出离心，或者说出离心的深入实践本身就是菩提心，菩提心本身的圆满表达就是果地觉。果地觉是每一个万事万物的原原本本状态，无有增减，无有来去，无有生灭。其实际理地就是无上菩提心，实际理地的作用就是无上菩提心的功德。在我们汉传佛教历代先贤古德的心智传播教法中，无外乎是印心。心者，法界每一个表现；心者，法界心；心者，每一个事物直指本质表现之时、不增减之时。世尊在正见安立中讲到无修修法，有人说无修我还念佛念

经干什么？佛讲无念念法、无修修法非是断灭，顺性而立何以为修？顺实相功德而展示法无所得，还有什么所念？所以念无能所，修亦无所得。

我们回头看一看平时修学与所念，多有染著、得失、对待，要么说凡圣，要么说是非，要么说人我。这原本都是世俗法则，这原本都是世俗分别执著，这原本是言说修佛、实质背道而驰。因为你欲强化你所谓佛法中的分别执著、修与不修、持与犯等，会使你的心更加坚固执著分别的苦，得不到佛法清净无染的利益、佛法给予的无生忍的究竟功德。

楞严经讲的狂心就是这个东西。很多人以苦为修行，很多人以种种作为奇特、异乎常人为修行。岂不知万事万物每一个举心动念、每一个作为都异常于过去，都是未曾有！你还要建立一个什么样奇特与未曾有？一切凡夫有情的一切言说作为都是未曾有，哪怕他千重复万重复，本质亦是直指现下未曾有。我们的心会不会就此正见休息下来？经典上说狂心一歇——我们能不能歇下来？歇不下来的是什么？歇不下来那个地方正是你应该修行的！你还有什么修不下来？

我们可以审思了解。我们短期出家这半个月，就是一弹指（师弹指）。今天坐在这个地方，下一个弹指可能就各自回家忙着世俗了。我们究竟什么也得不到啊！但这一段我们心智所依的知见，在起着不可思议的作用——在有作用！我们无始以来造就了无量无边的业，在我们身上所有残留是什么？只是阿赖耶识的储存、记忆，实无一物可得，无一法可得。若以平等清净，或以“应无所住而生其心”那个心去观察，过去心、现在心、未来心、无记心彻底得到洗礼与回归，就是大圆满镜智，朗照万物而无一物可染，如镜照物，你心智明亮啊！你能出离一切凡圣、爱憎、是非、人我，上不见诸佛，下不见众生，中无一法可系，得究竟解脱，圆满安住！

你在圆满安住的教法中有没有回归？没有回归，就施設种种方便令我们回归。但我们修行者要了解佛法正见，了解佛法之了义与不了义。许多人接触南传佛教这些教义教理，认为有实法，认为阿罗汉一定要亲证——没问题，那个教理会导引众生成就阿罗汉果，依教修行就能证果。他证果是法执的一个亲证，所谓证于实际之寂灭功德，灰身灭智，成就那样一个法界，世尊在大乘经典中称为化城的一个暂时休息之地。

所以大乘教法体系中认为证阿罗汉果是自利分，没有悲心，无以住世。在诸多波罗蜜修持中他会有障碍，以自己身心安乐而安乐，回向于寂灭而守护，因为真正了解了无一法可得的实际理地，他亲证于此，认为这个法是有的。所以尚

有法执——我执已破，法执尚存。

大乘教法体系中导师或者历代传承善知识，他们都立有这样誓愿：宁堕地狱，不生声闻心。你说阿罗汉怎么也比地狱众生有味道啊？没问题，在自利分中，在自受用中，阿罗汉在解脱分上与世尊同坐解脱床。他自利功德没问题，是不可思议的！所以称为小乘教言，小乘者就是自利完成。但在圆满觉悟上，在利一切世间善巧上，在度本无众生可得这些执著众生的无明业力分上，他无力作为或者不能令作为久远相续。所以称为小乘，不是贬低词。

以前我很不愿意说这个名词，我称南传佛教为根本乘。因为在我的老师对我教育中，世俗任何一个法则不可轻悖，出世三乘教法中亦当顶戴——任何一个教法都应该顶戴。这个顶戴是什么？我们世俗中任何一个业缘都不可轻视、不可诋毁。因为每一个作为中都有其因缘相续的支持，或者说众生业分的自尊。这个自尊是什么？他们的本质是佛，本质清净，只是在强制的幻业上受无原则的苦报，就是不能自尊，对自己的觉性、法性、自性认知不够，对本来拥有的法界功德强行从自体作为中割裂开来，建立了执著的割裂的痛苦。

我们上节课说到分段死的坚固的执著业报，造成黑暗的幽冥的无明蒙蔽的习惯。我们看到很多虫子，像蚯蚓，它没有眼目，前面吃土后面吐土，这样一个生命。它没有天日，一有天日就会化成血水死掉。我们幽暗、无明、蒙蔽业的堕落，终将堕到幽暗处。要是想一想自己是个盲人，怎么生活？曾经有眼耳，突然失明失聪了，会有什么感知？但在法界海中，没有正见的人就像失明的人一样！犹如从生盲——一旦我们执著、烦恼、无明覆盖的心没有被正法教言所支持、没有接受这种正见，在这个世间就看不到珍贵的珍宝的法界功德，运用不出来，经常受种种事情或者业缘的伤害。

我们睁开正见之慧眼，一切万事万物莫不是珍宝。所以大乘教言能使一切腐朽化作无尽宝藏，即是为众开法藏，实是正见所给予、所建立。广施功德宝，此功德宝是一切众生业分通过正见来转换运用的事实作用。

梵行生活体验中怎么破除分段死的坚固无明业，开自己的慧眼？为什么诸佛如来能尊重一切？能理解一切、包容一切、圆成一切？为什么诸佛如来视一切众生具足三十二相八十种好？我们学佛世尊的什么内容？向他学习什么？

这一节课，对出离心我们要有简单了解。对出离心有一点点了解，我们会得到一点一滴的法的乐趣，乐趣来自于现行依正见依教法而行。现行中思维依正见、教法思维，现行言说依正见、教法来言说，作为依教法、正见来作为，就

得以与正见法相应，是为出离心。出离心对于我们十分重要！

在三十七道品中讲正见、正思维、正语、正业、正命、正智、正定等，以那八个角度给我们提示。我们这里干脆讲讲每一个当下，能不能以世尊的诸受是苦、诸行无常、诸法无我、原本无生或者寂静涅槃的知见来思维、言说、交流、作为？这样思维、言说、作为、交流就是出离心的现行，也是出离心的实践，会使我们逐步碰触到认识到菩提心，会发菩提心、愿菩提心、行菩提心、成就菩提心，有这样机会。这些名词原本没有距离，这个距离原本不可得，是我们的习惯或者说分别执著所设置出来。

上节课可能用专用名词稍微多一些，忽略了。我认为大家都是早已出家的沙弥、沙弥尼，认为大家很熟悉这些名词了，下去一想，我要忏悔。（众：阿弥陀佛！）看到大家这个形象感到亲切，就忘乎所以了。我们慢慢尝试用世俗比较亲近的语言，来学习一点一滴在每个现行中都可以作为的大乘教法。

大乘教法是周遍运用的不出定不入定的教诲，称为摩诃止观的教法，以心智而彰显，以现行而表达，以思维、言说、作为而完成。他不出定也不入定，他没有非法行，他只有时时事事现行因缘中的抉择。也称为通教，也称为顿教，也有圆教分——它初中后是一味的，从发心接触佛法一直到成佛，内容无所增减，广大圆明。

你说我们现声闻相，应该学习声闻教法呀？因为我们在汉地。汉地土壤中滋润的是大乘佛教，大乘气象笼罩我们汉地，你要强行用声闻乘教法，汉地人不接受。好像汉地人各个要度化众生，各个都要成为祖师哟！汉地封建社会的历史环境造成我们相互关照相互帮助的心比较强。所以这有大乘气象，要成大家一起成，鸡犬升天，拔宅飞升，荫福九族，同得利益。他说一家老老少少全去，要不然我不学佛！所以我们汉地有大乘气象。

你到热带地区或者南亚国家，气候、环境、文化背景造成了自利教法的实践。那里多数国家有殖民地文化背景，崇洋媚外是他们的决定心理。你到南亚一些国家说英国、荷兰、法国，他们眼睛一亮；说到他们本土，都很暗淡。我们没必要攻击任何人，这是殖民地留下来的一种文化遗产与意识状态。很多人到过台湾，感觉和日本差不多。因为他们有一段日本人统治时期，所以他们崇尚日语、日本生活模式、日本文化。像台独们的心理、所受教育等等，崇尚的不是中国传统文化，不是中国人，而是日本教育文化生活模式。是他们前辈接受了这种东西，一代一代地影响下来。

为什么过了云南思茅向南，小乘因缘多？有教法住世的因缘，有殖民地因素，也与气候有直接关系。天气热啊！气温也造成人向往禅修的心理，外面太热了，站在外面就是一身汗，不要说劳动了。但你要不禅修就必须劳动——不禅修你不劳动干啥！不管是农民、工人、任何一个行业，你必须去劳作。过去没有空调，现在汽车里或者房间里有空调了，似乎我劳作也可以了。所以现在南传的出家人锐减！

有一次我和他们当地法师交流，听他们讲泰国一年有四千四百个庙子没人了。为什么不禅修？反正在工厂干活和在家都有空调，不去寺庙了。过去寺庙高高的房子，是天然空调。我去仰光的内观中心去看，他们早殿、中殿、晚殿是不同的殿堂——早晨起来在什么殿堂凉快，中午在什么殿堂凉快，下午在什么地方凉快，谁不去禅修呢？在外面一身汗，到里面就是凉快，还是禅修的地方最好。

人性的主体引导还真很重要！有空调了，我回家也能凉爽——出家人开始锐减。我去马哈希派这个中心，过去大约有一千多人共修，我去那时有五十多人。他们盖了一个可容纳五千人同时学习与禅修的很大地方。那里有一个叫欢喜和尚跟我说：法师，这个殿堂没用过，你用一次吧！我说行！我上去站着，对着空荡荡的崭新大殿讲了几句话，我说：佛法光明会照耀一切时处。讲了几句话。给谁讲的？给大殿讲的。

过去禅修是令人心神与身体都向往的地方，其中有很多自利的人性的东西有意无意地传达。比如表哥来看表弟，说你不要受这苦了，我们出家禅修吧！可以证圣果，可以离苦——离开太阳晒的炎热苦、身体受觉的苦，还可以得轻安禅定、五眼六通，还可以证阿罗汉。大家一拉手都去了！所以说南传佛教现在衰弱，空调也带来了很大危害。我们现在学习佛法，要知道人性中需要的东西。说我们出家修行吧？机会太少了！中国十四亿人，算算有多少僧人？随便找个舞厅都比你们这群人多。要培养多少善根、多少因缘、多少福德、放下多少事情，才能专门来到寺庙！

所以在南传的区域环境中，声闻乘教法就适合，拿到汉地真不容易！我们汉地人有五千年的封建文化背景，大家相互照顾、相互干预、相互影响的心特别强，所以大乘佛教在我们这传播就有意义。大乘佛教有个特质——自利利他，或者以利他为自利，让我们干预别人的心刚好可以用上。怎么用上？你要自觉才能觉他，你以自觉分中有正见、有方便、有出离了，再看到别人真是苦啊！那种执著分别在本无所得的作为中一直认为要得到个什么，苦苦寻求，苦苦地抓住不放，太苦

了！你的慈悲心就会运用出来。

所以说我们汉传佛教中人人观世音呐！为什么观世音菩萨在我们中国那么受欢迎？现在中国叫观音寺、大悲寺的寺院你数不过来！观音菩萨有多少？有多少女性就有多少观音菩萨！多着呢！

我以前的一个授教师长、出家师父，任何女众来了，他先念一句观世音菩萨，然后再说话。我十分尊重这个师长。他从来不思维这个缘，我看他有时候不合掌、不念，我感觉他心里也念。不管任何一个女性来了，他一定念一句“观世音菩萨”，然后再说话。你感到真是悲心交流啊！所以我们出家人一定要知道：每一个女性都是观世音菩萨的化身。你们小心啊！你看看自己具足不具足悲心？我们男性要小心，观音菩萨你咋面对？

我们说了出离心，大家回去可以思考，了解我们虽然现声闻相，但我们作为已是具足悲智的大乘心。

祝福大家成就大乘心性，自利利他。阿弥陀佛！

顺性顺愿十号称念

——解决见思惑无记带来的妄想 (20131004)

礼佛三拜！大家慢慢坐下来。和刚才礼敬三宝一样，作为一个梵行者，所依止法则也就是依止佛法僧给我们带来的启发、加持，或者来印契我们本来具有的法性、觉性、自性等，让他起到真正作用，引发我们不染著不负累的休息之行，即是梵行。

所谓梵行，是与负累、迷失、僵化对比而言。梵行中有休息、安乐、轻松这样的趣向、作为、安立或者守护。对梵行或者净行、圣行、休息行、智慧行、喜悦行，每个人可能有不同认识。这原来也不需要规范大家，在无定法、无所得的因缘中引导、提示，无疑还是有益于大家的。对我们每一个人的思想有所直指，使我们的思想意识不走弯路。我们遇到佛陀的教诲教法，实是福慧增上缘。

今天上午有几个人问关于杂念的问题。杂念或者妄念、妄想纷飞、难以自制等困惑似乎对每个修行人、念佛人、修禅定人或者希求得自在的人都有很大困扰。若对妄念用压抑，无疑是石头压草，其根茎也越发粗壮。很多修行者有个误区，就是烦恼妄想纷纷攘攘来了他会烦躁，想把它去掉或者压下去。这个误区会使烦恼妄想更加炽盛，在原有那种不安上又增加新的不安力度。像现在很多人有忧郁症、狂躁症、失心乃至自残、伤害自己生命，就是完全失去控制了。他的心里本来有一些妄想或者来一些感知，又无端地压迫它、排斥它、恐惧它、回避它，就会给它增加极大助缘，反而使它变得更加肆无忌惮、变得更加有力。

我们来短期出家，同样面临这个事情。用最平常的心理、最朴实的看法，我们可以追寻这些妄念的根源。像要消灭一个敌人，你要知道敌人居所所在，才能有方法把它解决掉。念头从哪生起？我们从几个最平白角度来审视。

一般我们称见思二惑——见惑比较利，称为利使；思惑称为钝使。见惑就是我们的妄念，看到一个东西能迅速产生一个反应。像看到亲人、看到仇人、看到喜欢的东西、不喜欢的东西、违法的、不违法的、善的、恶的……马上我们就有一个概念与判定。这个判定就给你带来很多思维、念头，可能会出现惑、疑惑、迷惑。见惑比较厉害，就是外围环境所依给我们带来的冲击比较多。

尤其是末世众生，在心力、正念、观察、禅定、方便观察力不够的情况下，这个见惑，就是外围环境对我们心念的影响是那么直接。就是随时可以动摇我们

的心念，使我们产生惑乱、迷惑，或者对抗，或者喜悦，或者忧伤，或者迷闷，或者高举，这是比较普遍的。似乎我们剃头出家，来学习教法等等，也是充分运用这个见给我们一个梵行生活的外围因缘引导。通过对出家生活的一些见闻觉知，导引我们逐步能休息下来，心能回归到法性、觉性、自性上来，让它顺性而立，就是智者、贤善者或者说清净守护者。

性是清净状态，没有实质，我们称为无自性性。因为是静态，你在静态中身心会得到滋养与休息。圆满地觉悟每一个事情都是无自性的，你会归入觉性。觉性会安稳，你的觉性就不再徘徊、飘荡、动摇，你就会圆满地觉悟每一事、每一时，远离分别执著的割裂与对待，使觉性圆满展示出来，归入圆满觉。

觉性会给你带来在觉知意念上的安乐。这种安乐相续会使我们真正彻底休息下来，对外在事相了知无自性性；对内在觉性、感知相续了知它毕竟是无所得无所失的圆满的实质内涵。我们就会得到时时事事歇心之事实。歇心之究竟回归，会展示法性本质清净、本来平等的妙相功德，我们就会得到究竟解脱，就是从一切事物内在的外在的幻化有为业缘中彻底解放出来，回归到清净平等法性；远离所有内在的外在的对我们心智觉性的冲击，令身心得到究竟安稳与安乐；能深度地广泛地得到自在、大自在，乃至妙用无穷的智慧方便力。

其下手处，念特别重要！我们回看，第一个念是从见生起。比如人类的作为、言说、形象、气味等等，就是我们通过色声香味触法都能感觉到非法、不舒适、不安乐等等，就会产生诸多妄想、联想，造作烦恼，通过意识就建立排斥、对抗、伤害或者嗔心、贪欲、迷失、纠结等等。实际这都是我们在无自性中没有正见抉择过，在圆满觉悟中没有圆满觉悟过，在清净法性中没有真正歇心休息过，造成这样。我们于十八界的局限，就是根、尘、识对我们的动摇或者惑乱，造成这样现前的迷失或者遇到一个事情的迷失。这是外在给我们带来的诸多想法、烦恼等等。

我们了解了无自性性，了解了圆满觉性，了解了平等法性——用这三个性来照所见到、听到、感触到的外在因缘诱发出来使你动摇心念的所有事物，其无自性性就可以使你在得失、善恶、是非中解脱出来。你有动摇了，你去感知它、觉悟它，你说每一事情原本不可得，无生无灭故，就有圆满觉悟的觉悟相，就是净觉相，使我们能真正歇心休息下来。在十八界中有一点点波动，这个波动是觉悟之泛起。现在科学中称为弦效应，就是振荡的效应。夸克、中子、介子、原子等等，这个最小颗粒的振荡会给我们带来一些动，这个动不过是觉的延续，觉而无所染，

又回到清净法性上来。我们就会在每一事每一物中顺性而为。

顺法性、顺觉性、顺自性——这是我安排的，为了使大家有个感知。要是顺性而为，你现前就是一个具足智慧的人。顺性无所染故。觉悟的人，顺性就能圆满地运用这个振荡效应或者动态效应，去觉悟任何一个事情不可得。你就会有清净安住，因为法性本来是清净的、无增减的、无动摇的，是诸相非相的实相功德，得见诸佛，得见觉悟。我们要知道这个缘起，来观察外围因缘。

我们妄想纷飞的东西，再一个是来自于内在。内在、外在是勉强说，因为没有孤起的东西，法不孤起。没有说有为法中能孤起一个东西，那不成立的。你说内在生起是什么？实际就是我们阿赖耶识被第七识搬运出来，第六识分别、执著、分别，然后到我们眼耳鼻舌身起作用——取舍的作用、爱憎的作用等等很多作用。

阿赖耶识中究竟有多少储存量？我们内在的心或者妄念生起来的机会十分多。阿赖耶识实际就是这个法界，是我们能涉足到的所有意识、行为、潜意识、编造的不编造的、颠倒的不颠倒的、次序的不次序的、梦想的现实的……无量无边的业都聚集到那儿。法界有多大，你的潜意识储存也就有多大；法界有多少信息，你的储存就有多少信息；法界有多少生命在造作、在产生种种业，你的阿赖耶识中也都有这些东西，一个都不会缺少！

佛圆满觉悟于法界，是他了知一切众生的作为，无始以来一切诸佛世尊过去都做过。他们种种智慧、神通、分身方便，分身无数尘刹国土中、无数众生心智中等等等等，就是佛身充满于法界，入一切众生心想中。众生所有作为他们都作为过，他就能圆满觉悟了，没有亏也没有欠，也没有好奇的，也没有迷失的，也没有高举的，也没有自卑的，他能清净平等地回归了。圆满觉悟的确来自于这种不可思议的法界观，或者说不可思议广大究竟最上乘智。最上乘智就是了解了一切有为法，真正抉择认知了一切有为法。所以一切诱惑不能诱惑，一切神奇不能神奇，一切变异不能变异，在他这种圆满觉悟中得到了究竟自在。所以说佛陀是究竟觉者、圆满觉者，不光是自觉觉他，是觉行圆满。

一切凡夫有情欲想成就阿耨多罗三藐三菩提，或者取得正等正觉，依佛教一定能亲证正等正觉。因为证无所证，方便运用之时，了解法界所有善巧因缘，乃至一切诸佛行地、菩萨行地，乃至十法界中种种众生所有智愚方便、障碍、力度等等，无所不显，无所不用，无所不知。所以佛称一切智者。佛在一切智的运用中，总持一切世间出世间有为无为现象、一切神通自在方便。这全来自于他的阿赖耶识作用，就是净识所回施；阿赖耶识就是融入了这个法界，不再作藏识，而

回入了如来藏之功德，所以深达法界体性智之事实。

法界体性智非增减而得，非修行而得，只是整个法界无尽刹土中无量众生无量作为的事实显现罢了。谁在造作？无量众生在替觉悟者造作，无量众生在替觉悟者好奇，无量众生在替一切觉悟者生老病死、种种幻化、种种神通力、自在力、方便力、变异力、抉择力、教法力、随顺力、迷失力、障碍力等等，皆在无穷无尽的作为中，从来没有断灭过。

在法界智海中，在诸佛如来清净智海中，观一切业犹如掌中物，所以称为一切种智成就者。一切诸佛如来若证得无上正等正觉，能深入一切众生极善巧、极威德、极变异、极奇特之心智，方便取用，能把前时作后时，后时作前时，后时作中时，上作下，下作上，前后左右互为倒用，自在方便，无有阻隔，称为一切道种智善巧。这个名言我们不管它，就是表达诸佛如来甚深功德成就。这个甚深功德成就就是十法界所有作为，一切诸佛如来知行圆满。所以我们称为如来乃至十号功德。

十号功德。我们称念十号功德之阿弥陀佛，即是完整修持。为什么？对法界这种功德相有一个完整称念，很容易消除我们的妄想。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、本师释迦牟尼佛或者阿弥陀佛、药师佛等——这十号功德能消除我们的妄想与疑虑。所以古德们传播、念诵佛法的称号就具号称念，就是具足一切功德地称念，就能泯灭我们的妄想或者包容、接受、觉悟妄想。

我在接触这个教法过程中，用最多的就是十号称念阿弥陀佛。以前妄想一来就没办法——压抑它，难受；排斥它，难受；逃避它，难受；干脆接受！用什么接受？南无如来——接受，全部接受；应供——全部供养了；南无如来、应供、正遍知——觉悟它；明行足——知道一切无亏无欠；乃至到佛、世尊，这每一个号中号令十方，妄想休息，觉悟一切，成就安乐，十号功德不可思议！所以今天给大家加个任务，回去念念十号阿弥陀佛。尤其在你烦恼之时、妄想纷飞之时，念念南无如来、应供、正遍知、明行足、善逝世间解、无上士、调御丈夫、天人师、阿弥陀佛、世尊——念一遍，你的妄想找不到！再找到那不叫如来了。

因为名号功德不可思议。像人痛的时候叫一声“痛啊”，这个痛就减弱了。口号有作用力，名号有作用力！我们在妄想纷飞时可以这样做，尤其是思惑时，就是我们自身生起贪、嗔、痴、慢、疑，内在寂静的时间，没有对境的时间，静下来，阿赖耶识翻种子的时间，我们就可以念念十号功德，特别有不可思议的加

持与作用力。

我们外在看到的東西，最好是用它无自性、觉性与法性的认知，最简单。阿赖耶识的储存，你用这种观察也很好，用名号也方便。但有时候看到一个对境，你念十号功德还来不及。像看到一个厌恶的人，你说南无如来、应供、正遍知、明行足……不行，你烦恼已经生起来，你用烦恼心去念这个，还是烦恼。但内在的思惑称为钝使，它是慢慢来的，所以你念一念南无如来、应供、正遍知、明行足、善逝世间解、无上士、调御丈夫、天人师、阿弥陀佛、世尊——你给它慢慢消化掉了。

这不是要求，是供养！希望大家思惑来的时候念念十号，很好用。以前我对法性、觉性、自性一点认知也没有，就是拼命地念佛、念佛、念佛、念佛、念佛……以前突然不念佛就发慌，说不念佛咋办？睡着觉也要拨珠子，说不敢不念佛，不念佛你念什么！所以有那种畏惧，怎么样都要拨珠子，不敢不念！

现在不是敢不念，现在是知道念与不念的作用力了——审观它的觉性，审观它的法性，审观它的自性，知道这种念是实相功德，他有周遍载负之功德。像信顺阿弥陀佛愿力一样，你会被阿弥陀佛愿力载负。像被地球载负着，你不用恐慌，地球托着你。你这样的念，会带来念与不念皆被佛恩所载负，法性所载负，自性所解脱，觉性所圆成。你这样的念，会得到极大的心灵安慰与心灵解脱。你不再怕什么不怕什么，不再急躁什么不急躁什么，不再迷失什么不迷失什么，不再得念失念上用功夫了！得念失念全是佛恩，得念失念法性海中同一载负，你会生起极大的修行的喜悦，就是被载负的喜悦。所以净土教言中有佛愿住持，载负众生，令达彼岸的教诲与内容。

我们要了解了这个内容，就是整个身心放松，面对自己现行而得觉悟，得法性之安住，觉性之圆满运用。你不再抽象地、草率地、朦胧地、迷失地用迷茫心念阿弥陀佛、阿弥陀佛、阿弥陀佛、阿弥陀佛，对立地念阿弥陀佛、阿弥陀佛、阿弥陀佛，跟人对着干地念阿弥陀佛、阿弥陀佛、阿弥陀佛，要达到一心不乱地念阿弥陀佛、阿弥陀佛、阿弥陀佛……那是误区。在净土教法中，在佛陀教法的修持中，那都是不正见所支使。我们不了解佛陀慈悲与善巧，于觉性、法性、自性的事实功德不能顺性而修、不能顺性发心、不能顺性觉悟，所以造成无端的恶业，就是迷失、蒙蔽、压抑，彷徨、徘徊、痛苦。这一点大家会思维！

内在的阿赖耶识有无量无边含纳。但我们在常态下，通过第七识的执著把这些记忆搬出来，然后用第六识分别，在分别的作用下，使我们的眼、耳、鼻、舌、

身起到作用：要么爱，要么憎，要么取，要么舍等等，诸多习惯、业习、烦恼、业障由此而生，这是从内在来的念。内在的念与外在的念我们似乎都能体会得到，好处理了。我们通过这样一个观察，内在的妄想纷飞我知道你是从哪儿来的了，外在的我也知道从哪儿来的了。

还有一个是现在走般舟念佛人最麻烦的事，就是妄想从无记中来。你分清楚了从内在来、外在来——这都好分析，好解决了。从无记中来、从习惯中来，这不好防范。很多人走般舟、念佛掉举了，别人一说，他就说我知道、我清楚！这是净无记的习惯，解决这个是难题。很多走过般舟念佛的人都给我说这个怎么办？南传佛教中处理这个很简单。像马哈希派传承中，处理这个烦恼最简单了。现在人念佛、经行、走般舟或者打坐，会产生昏沉，昏沉会产生很多妄想，或者在昏沉引导下产生很多怖畏——这时候来的妄想、烦恼、怖畏在南传中有很多解决方法，在藏传佛教与我们汉地也有很多解决方法。

以前我解决这个问题一，我认为一天就解决了。谁解决过这个问题没有？不管是走般舟的、念佛的、打坐的，有没有把习惯性的昏沉解决过？南传佛教解决这个比较简单。持戒肯定是一个特别重要方法，因为持戒使人心无畏、清晰、安乐。过去我们学菩萨戒时，因为菩萨戒是定后的戒的功德，或者说三昧耶誓比较重，有十种重誓。实际就是三昧耶，就是正受，正受力量就起到去除习惯的方便——去除这种习惯给我们带来的昏沉，就是净无记带来的一些妄想、业力、烦恼、畏惧。誓愿特别重要！

可以作实验，好比说我们平时睡到八点半，起床上班。到周末了，你说睡到十二点吧——这是一个愿望，一下睡到十二点了。这也是个愿，这个愿什么？可等到一个没事时间了，可以好好睡一觉了。但要是哪天去巴黎，需要三点钟起床赶飞机，你起来不起来？那还是个愿望，三点钟也起来，因为他心痛两万块钱的机票，怕误飞机。三点钟起来也精神好得很，说不定比他十二点起来精神还好！不是睡觉够不够——和那没关系，和愿望有关系。

我们这个昏沉是习惯，习惯与无记造成下的潜意识的短小希望或愿望有关，是累积出来的。就是无记业蒙蔽我们，慢慢慢慢地造成无明的一些习惯：昏睡、妄想纷飞等等。有人的妄想没有来自于其他，就是在昏沉无记上产生了恐怖、产生了迷失、产生了对抗。拼命扎自己、咬自己都不顶用，你看看自己愿望就知道了。有人说我愿望中想不昏沉，想把睡处理掉——那愿望不真，那是一时之勇，没有真正从潜意识、整个生命意识状态真正需要中，或者没有顺性来审观、来发

愿——你不顺性发个愿你解决不了这个习惯！

所以我们汉传佛教里有顺性起修这种伟大的不可思议的教诲！有这个教义教理——缘起性空，这个顺性教理——性空缘起，让我们立随顺性德的愿望，解决我们无始以来的无记业习、习惯性力量。愿望力量十分不可思议！今天我听一个小伙子说：师父，昨天晚上听说今天要来，一晚上没睡着觉。他兴奋的。有人要做大事情：要开张了、要结婚了、要生子了、要见伟大人物了，要做重大举措了，都会兴奋不得了，平时习惯不起作用了。说这个人有什么习惯，几点钟必须睡觉——你跟他说一个超常的事，他马上不睡了。

在大乘教言中，顺性发愿很重要！南传的方法最直接，彻底不彻底我不知道，但是最简单。马哈希派里有个修持。我到那儿时，有个欢喜和尚，自称是马来西亚的华人。他说我这名字记不住，你叫我欢喜和尚就行。我说为啥？他说和尚不欢喜不叫和尚。他接受马哈希派这个对治昏沉的方法，十分简单。他说你给自己下个命令！下什么命令？

我们一般人有疲劳期。像司机开车，两三个小时会累些，要休息一会。有人需要睡午觉，有人早上起来睡回笼觉，有人晚上早睡觉，有人熬夜要睡到第二天中午……每个人的疲劳期、疲劳状态不一样。你掌握你那个疲劳期阶段，发一个愿。像我们现在讲课，我讲两个小时，再长就不行了。因为我的疲劳期有两个小时，再长久意识就不专注了，就是我专注力不够。怎么办？坐两个小时，走两个小时，经行。在专注力成就的时候坐下来，专注力不成了站起来走，哪儿通风凉快往哪走。这比较直接，就是对着我们的习气习惯。有人坐哪站哪都只有十分钟耐力，十分钟后安不住自己了。那么你坐十分钟、走十分钟，慢慢地增加或者减少都行。减少的方法一样可以使你安顿下来，增加的方法也可以使你安顿下来。用习惯对付习惯，就是用习惯转化习惯，很好用。

大乘佛教用顺性发心来了解与处理昏沉无记。像我接触马哈希派，他这个方法从行为上特别好使。有人说我五分钟就昏沉、十分钟昏沉——你马上走，一直昏沉就一直走。但不要往安全、温暖、黑暗的地方走。很多人去过菩提迦耶，释迦佛的经行道这么高。你也垒个台子，到台上走，睡了摔下去三次保证不睡了。释迦佛那个经行道现在当供桌了，在金刚塔东面或者正对手右侧，长长的高台子。也可以找个悬崖。过去高峰妙禅师的故事有记载，他为了对治昏沉，坐在悬崖边，立誓说要再昏沉，掉下去摔死我。后来昏沉了，摔下去也没摔死，因为有护法护持他。为道你要不怕摔才行啊！

对付习惯你得用些方法。一个是从知见上、发愿上，再一个是从行为上，这两个配合是很好的。在七菩提分修持中也有简单方法。你用喜支中作妙用，或者轻安支中作妙用，观察自己喜欢的事情、喜欢的因缘、喜欢的音声等等，令自己心喜，生起喜悦与轻安，也可以避开昏沉的业相。

在佛教中还有其他方法，好比说用气息观明相。如果昏沉了，明相从哪来？很好来！现在都闭上眼睛，不要看东西。用大拇指指尖压住眼角，慢慢地压、慢慢地压，压到一直看到光，慢慢地会看到光。慢慢地压，慢慢地压，慢慢地用力，慢慢地压就会看到光。看到了吧？没那么费力气，慢慢一压就看到了。看到没有？

（众答：看到了！）这样一压，光线一出，昏沉没了，这个光把昏沉消化了。真这么简单？真这么简单！你说我会不会把眼压坏？你不要用力，慢慢压泪囊，就是轻轻地压眼角。因为那个地方的神经系统不容易伤害，比较活泼，所以说容易出现光相。压其他地方不行。

再一个可以用明相观处理。给大家说个最简单的明相观。我们可以取灯，你回家可以把你那个灯，现在有那个拉线灯，离头顶上这么高，灯上写一个“阿”字。你看看灯泡——这是个灯，这是个“阿”字。你想你心口这地方也有“阿”字，这个“阿”字比它亮，你一定要想比它亮。你看这个灯，你想想这个“阿”字，这个“阿”字比它亮，头上这个“阿”字是由它出生的。你要闭上眼睛，你看，想着这个不断地出生它、不断出生它、不断出生它、不断地出生它，不断地出生它……慢慢两个是一样了，慢慢地这个光相把你罩住了。但这个光一定要比它亮，亮一千倍、一万倍、一亿倍都可以。你有多大心量想有多亮都行。有人在观的时候，别人会看到真有光。

去除我们昏沉无记这种习惯、妄想、畏惧、迷失的方法很多，誓愿、性空缘起、缘起性空、顺性立愿、立重誓最彻底。有些方法是能解决的辅佐方法，是现象的调整，解决心灵中的无明蒙蔽与畏惧还是要顺性立誓。没有誓愿不能彻底解决！

我们今天讲的妄念、杂念、畏惧念、迷失念，有来自于内在的阿赖耶识或者习惯性的思惑，所谓贪嗔痴慢疑的内在阿赖耶识记忆泛出来。再一个是看到种种景象、种种外缘来引导而造成妄想烦恼等等。还有一个是无记的习惯——身体的记忆、无意识的蒙蔽记忆、我们觉知不觉知的一些习惯，净无记的习惯也会给我们带来一些畏惧、麻烦，就是昏沉、烦恼等等。这三个角度要善于观察，可以用一些方法、一些发心，作一些调整。有人说我妄想很多很多——你下去作一点点

实验都行。

上面说那个灯泡，不要太高，太高了不行，跟你眼前这么高也行。但你一定要让这个光比它亮千倍、万倍、亿倍、无数倍……这一定最亮。这样你的心会生光明，由这个外在光明引发内在的不可思议不可限量的光明。我们内心光明是不可限量的，因为心作心是。你心念能到什么地方它就能到什么地方。这能除一些无记、无明、昏沉带来的畏惧、茫然、陋习。我们在以后生活实践中可以照顾这些念头、认知这些念头——这些念头是不可得的，随我们心作心是而用。

以果地觉为因地心

——随顺佛愿唯佛是念得入佛地 (20131005)

我们对短期出家的梵行生活作了一点点提示。经常有短期出家的人，以及一些居士，问能不能把呼吸念佛方法给大家传授或者提示一下。

呼吸跟我们生命息息相关，可以说是整个人生过程最主要的一个表现。我们一旦从母胎脱离出来，呼吸就标志着生命存在和表达的一个现象。随着呼吸过程终止，往往这个人也死掉了。心脏停止跳动，停止呼吸，人的热量开始退失了，说这个人死亡掉了。

呼吸跟我们有密切关系，它又那么自然，就是你在意或不在意，呼吸都支持着你的生命，是你生命的一个主要组成。呼吸有时给我们带来苦的感觉，好比说呼吸到有素的、令人呕吐的气味，或者在缺氧环境中、阴暗气氛中，呼吸会有一些感受。有人到沿海地带，有湿润感觉；到西北，感觉鼻腔或者喉咙很干；在中原地带，感觉平和；在云南那些整天有雨的地方，人就感觉湿湿的。呼吸给我们生命中带来很多觉受与支持。但我们在正常的生活里、相续中，呼吸似乎又没什么。虽然他有直接的生命攸关的支持、消减或者中断，但我们往往忽略它——它对人极为重要，又很容易被人忽略。我们从可知的意识中、记忆中，每天对呼吸的关注少之又少，主动运用呼吸少之又少。

过去在道教中、儒教中乃至在周边国家一些宗教中，他们修行中用气或者运用呼吸的太多了。所谓主动用气，是加大对它的关注，主动运用一呼一吸。像道家用吐纳来完成一些修行，或者说练内丹等等。儒家讲浩然之气，我们人身要有顶天立地的正气，正气浩然，坦坦荡荡，一样是在运用气息，生命呼吸的气。

我们生命拥有的表现有四大种组成——地、水、火、风。这四大种同样组成了器世间的主要结构，四大种中，风是我们呼吸的一个特质表现。在许多教言机制中，修行呼吸无疑是我们掌握运用的特别自然、有力、深刻而有广大作用的一个资源。在南传佛教许多部派中，像安般修持、内观修持，都没有离开呼吸这样主动的、渐次随顺的、细微的观察，了解呼吸给我们带来些什么。或者主动运用呼吸，使人在种种禅定业中得到深入实践。虽然呼吸不是深入实践禅定或者三昧力的唯一途径，但它毕竟是最重要的一个途径。

在一些藏传佛教体系中，呼吸是极为重要的！像在噶玛噶举派系中，他们最

重要的传承体系中有六明法的修持；他最开始的所有加行就没有离开呼吸，调整呼吸，修宝瓶气、拙火、梦修，都没有离开呼吸。呼吸在许多加行修持中是那么重要！以前我接触一个最简单的呼吸修法，就是把一切法性、法身功德，通过“喻”字过程吸入，通过“阿”字安住在某一部位，再变成“吽”字回入虚空。这样一呼一吸，作为加行，能使人虹化，能使人安住于不思议的甚深心性中，但都没离开呼吸的导引。

我们今天要讲的呼吸念佛，是汉传佛教中十分传统的一种念佛方法。我们所有的念佛方式，大概以见佛闻法成就多闻，乃至成就阿耨多罗三藐三菩提为直指方便。见佛闻法在我们汉传佛教有些障碍说，有人诵金刚经或者诵许多般若乘教法经典，认为见佛会出现障碍。实际有的人见色身佛，有的人见法身佛，有的人见报身佛，有以名相得以解脱者，有以智解得以解脱者，有以禅定、甚深慧观得以解脱者，有人以随顺得以解脱者，有人依法精进得种种方便得以解脱者，解脱中又有究竟解脱、小解脱、大解脱之分。

今天要给大家提示的呼吸念佛，我们见色身佛、法身佛乃至圆满报身佛这种进趣方便是有机会的，其即下利益是可用可知的。像般舟经中讲见佛闻法，般舟三昧力使我们消除种种世界的隔离，令见阿弥陀佛，以阿弥陀佛的愿力、通力来使我们感召不可思议的功德力，使我们逾越一切过去现在未来的种种障碍，亲见世尊，得以闻法授记，抉择生死，成就道业，乃至见十方现在如来世尊，令十方诸佛世尊皆悉现前，闻种种世尊教诲，迅速成就多闻功德，而疾速圆成无上菩提。就是即诸佛功德殊胜显现指导而迅速成就无上正等正觉。

过去说念佛三昧是宝王三昧，世尊在经典上屡屡有提示。因为见佛成佛最为方便，念佛成佛亦为方便。我们现在念南无阿弥陀佛这种功德中有法报化全体力量的支持，全体功德的安住与妙用。我们只是如聋如盲，蒙蔽割裂，如此而已。若是蒙蔽割裂的对待心智、习惯得以休息，诸佛圆满庄严光明无碍的身相功德、教法功德、无碍功德必然会使我们在清净无碍心智中得以接受、面见乃至得以灌顶授记。

由于这个时代的人杂缘炽盛、信息量大或者法缘广泛，大家接触任何一个教派、任何一个作法、任何一个实践，不管是在世界任何角落，是什么样教团体系，有兴趣与因缘似乎都能过去。至于信及信不及，有没有传承力直接给予，有没有具足实践教法的因缘，很多人不问。东参西学者多！包括我们本土的儒道思想，乃至各国民间的萨满或者巫术、鬼神附体等种种因缘，现在在世间都有蔓延。

念佛成佛最为直接，无有戏论，最为究竟，无有杂缘，最为彻底，直指所现，毋庸置疑！唯佛施教，依佛为师导故，以佛教法为依止故，以忆佛念佛随顺佛愿为方便故，成就究竟功德。所以真正作为三皈依的佛教徒，十分容易无疑地回归、无疑地实践。

基于念佛的了义教法特质，及其易得三昧力善巧的修持方式，或者随顺佛愿得以安心解脱的殊胜功德利益，我们给大家提示呼吸念佛这个珍贵法则。它之所以珍贵，是我们人人可以实践，时时事事中可以运用。运用成熟了，若念不念，一时平等安住于法性海中。若是真正深入实践，无修修会在我们生命中表现如佛施教、以无为法而得安住成就的不可思议利益，乃至诸佛所亲证非言说表达的不可思议究竟功德。

因为言说或者思想状态有各自参差不齐的差异，所以说呼吸念佛我们各人也有不同领纳。但是这个教法的殊胜或者念佛法门本质性的殊胜，是究竟的、圆满的、了义的；加上自身息息相关的依止，无疑会给我们念佛人带来极大方便。原本一切修行为令烦恼、疲惫、迷失有情得到休息、清晰与安乐，不是使我们更加苦难、迷失或负累。一切诸佛出世是为了令众生得究竟之乐，离种种不必要之苦。这个乐不像世间追求那种乐——对待设立、有苦有乐、变异无常等等，诸佛世尊给予我们所有实施的教法是究竟乐之教法，所谓极乐教法，是顺性而彰显的究竟安乐。

我们的习惯多是在分别执著上用功夫，产生两种必然结果：骄傲与自卑。骄傲者自然负重，多有迷失；自卑者多有压抑，自然迷失；又产生无记业与无记果。这种苦乐，顺缘中骄傲，认为是乐，结果带来苦；逆缘中逼迫，带来自卑，还是苦。这些苦令人无量劫以来沉沦不已！缘于这些苦，若是没有佛陀教法，我们不能自见，往往还在苦中去埋怨、去迷失、去挣扎、去对抗，甚至想建立自己所谓的乐。世间人都在追求乐，但追求的都是造作之乐，为生灭苦无常苦所逼迫，对待割裂。

每个世间人都在追求乐。有人想通过禅修、出家、学佛、做好人、做善事来得到乐——这个乐若是为自设立，一定是堕落业，不管你怎么修！你说世尊住世时，这些有学无学乃至亲证四向四果者是不是有乐？是有乐。这种乐不堪称为极乐，可以称为寂灭之乐。像大悲之乐、度化方便之乐、久久住世广利世间之乐、成就无上菩提之乐、自利利他圆成佛道之乐多有遮蔽——他们深观、细观、所有观察都是回到寂灭解脱上去。

我们来看净土教法之究竟性与彻底性。念佛成佛，远离戏论；缘佛名故，远离戏论；缘佛功德故，随顺佛愿故，远离戏论。所谓戏论，若菩萨、若声闻、若缘觉、若世间善法、若贤圣法等等，在佛陀究竟圆满觉悟功德面前皆是戏论。如果没有依佛殊胜究竟愿力的认知、依佛究竟圆满觉悟的心来随顺认知，很难大刀阔斧地放弃九界所有杂缘。因为我们舍不得世间善的乐缘、禅定的乐缘、诸圣法的乐缘、菩萨行地的乐缘——舍弃不了，唯归于佛陀的抉择很难建立。

净土一法就给我们一个殊胜不可思议的机会或者抉择——唯佛是念！净土一法之殊胜者，唯依佛师，唯念佛德，唯依佛果，建立因地心。这是不可思议的！非九界任何一类众生可思议的甚深教法！所以一切众生心、菩萨心、声闻心若在此思考衡量等等，皆不可得。所以阿弥陀佛又号称不可思议光阿弥陀佛。

在这个地方如果没有彻底抉择与认知，很多人会把呼吸念佛当成南传中布达的修持——那也在念佛，但这个完全不一样！因为这个体系中传播的不是为得禅定、得寂静乃至得不动摇心智而安立——不是那样，他直接以此圆成功德在现行中自利利他，不假于任何方便！有人当成一种禅修，有人当成一种摄心，有人当成消除业障……都与净土清净圆满果地觉为因地心的传承完全违背了。

许多人拿南传佛教那种布达的修持当作念佛法门，完全背道而驰。像太子生在王家，出生就具足未来的王位、具足王所拥有。那些贫瘠的人们、无有父母的人们、无有遗产依止的人们认为我不奋斗就是一穷二白。拿着布达去修持，去一步一步地走，积攒所有福德因缘乃至禅定等等，这一类人与净土教法传承没有关系。他可以假借布达去修禅定，得一点点自己修证的智慧，但与我们汉传佛教整个净土教法体系是不容的！因为这个体系中因地就是果地觉，因地用就要果地觉来审视因地所有作为，所以随顺佛果地觉来审视世间。如继承巨大遗产者，欲做生意或有其他作为，他在这个巨大遗产下面可以作为。这里如果没有清晰剥离，不光蒙蔽自己，亦去蒙蔽他人。

很多人小视净土，就是小视十方诸佛圆满阿耨罗三藐三菩提之功德！他以为自己想象就可以成就了，自己那一点一滴作为就可以与无量业力战斗了——那实在无意义！

阿弥陀佛的教法出生即压群臣，不是高尚话，是决定如实之事实。如果没有这个认知，我们这个呼吸念佛法又成一个布达的修持了，乃至修持到心不动摇、心神无所晃动、得以安稳——这个安稳不是阿弥陀佛果地觉为因地心的究竟解脱的安稳，得不到究竟传承的利益，会遮蔽这个法则。我不得不依阿弥陀佛乃至十

方诸佛所支持的教法来宣化与剥离他，不能留情，也不能含糊！似是而非的说法令人疑虑，散坏善根——这个善根就是诸佛甚深果地觉为一切众生现行心。

我们不知道果地觉是什么，可以祈祷，可以念诵，可以回归，可以安乐随顺住，可以去了解。但这不是渐次修持所谓我腿上有什么感觉了、我几禅了、我有什么变化了……毫无关系，那一切都是九界作为之业相，必然一次性打扫，处理干净，我们才能南无阿弥陀佛！这个处理工作十分重要，是不是立这样誓愿南无阿弥陀佛了？立这样誓愿才能称为念佛人！要不然你还在念声闻业、菩萨业、世间善业或者自己的见闻觉知，与这个传承教法毫不相干。

这个地方容不得丝毫含糊！容不得一点一滴灰尘或杂质！所以在净土教法中称为专修专念，这个专就是唯佛是念！菩萨功德、声闻功德、缘觉功德、世间诸善功德乃至自己感受想法等等完全摒弃，唯佛是念！唯佛的果地觉为随顺方便，佛的愿力为随顺方便，别无希求！要不然我们是打着修行净土旗号的小偷小盗，想在这里面盗一点方便罢了，完成的还是自己的妄想、分别、执著；那还是你编造出来的念佛故事，不是念佛法门传达的究竟功德与利益。这一点刻不容缓，不允许我们似是而非的疑惑下去。

我们说念佛法门，就要严格地、清晰地、毫不含糊地给大家指出来念佛是念什么佛。南传佛教有这种修法，近代阿迦曼尊者是因为念布达而成就阿罗汉果。但他是普念，不是针对阿弥陀佛愿力称念。普念佛名——布达是佛名，就是佛陀。南无阿弥陀佛之功德具足西方极乐世界阿弥陀佛所有三身功德！若是这个理念传承没有，你那个“布达布达”就与呼吸一样，希求自己得光相、定相或者从初禅到四禅等等，与净土传承不相应——他可以有这种作用，但是他代表不了净土。现在世间人混淆于此，似是而非，也不像个念佛人，也不像个修行人，也不像个禅修人，什么都不像。

在净土教法中，欲得其利，唯佛是念。我们唯佛是念，念佛的果地觉，很难知道佛的果地觉怎么办？随顺佛愿，佛愿好审视。我们在佛果地觉的认知上不清晰，随顺佛愿来念佛，所以祈祷念佛甚为重要！现在南传的许多修行者也步入歧途，就是不知道祈祷加持方便，不知道传承力之威德，而妄用皮囊，结果一身疾病与烦恼，多不得清净法益；认为离开诸佛别有佛，离开诸佛教法别有法，妄自对待，传承割裂，无所成就。

任何一个教法体系皆依传承而相续，非是蹦出来一个觉悟者。利根的独觉菩萨是有的，但那是早已完成声闻教的修持者，可以独觉于无佛时代，深观十二因

缘。独觉出来，脑门上都有肉髻，那是一定的色身标志。因为甚深禅定故，会出现肉髻。其他人你必须依佛教、依传承、依法则而成就，自身观察力不够成就不了。除了独觉，一切教法成就者离不开传承。独觉也是在过去世已成熟的善根催熟下而成就，也没离开传承。

我珍惜与大家这一点一滴因缘，希望大家在这个时代有个抉择——我要依念佛法门，就是要唯佛是念，随顺佛愿得以方便趣入，而不是随顺自己的妄想、编织、善恶法、世间法乃至声闻缘觉法……一概不是，毫不留情！你留一点点情就念不成佛，在这个法门上就无力用功、无力得入。

念佛法门可以出生一切功德。如大宝积经中释迦文佛十分清晰地告诉我们：于此法修行者得无量威德方便，入灌顶位。人不知，往往不依佛教，妄自发明，不依圣教，不依功德之教，有自我设置。现在为何很多人在念佛法门上得不到真正安立？就是似是而非，多有疑虑与割裂，自己想象、妄想或者假设一种东西，或者听一点什么、说一点什么，虚假建立，不依诸传承、经典、教法、实际实践的功德等等。

净土教法实是一切世间难宣难化之教法。不是我这样讲，我们读阿弥陀经中说：佛告舍利弗，我于一切世间说此难信之法是为甚难。就是唯佛是念甚难。因为我们眼中还有很多善良的东西、好的东西、声闻的东西、菩萨的东西，无量无边；菩萨次第可以放五十二个次第或者四十一次第，声闻可以在四向四果中有八个次第，我们想进趣每一个次第都有太多内容，功德差别无量无边。依我们的思维、作为、亲证，不知道有多少阶梯，要慢慢地爬。我们不是贼心也不是偷心，是这个时代人命太短、业障太深、迷惑太多。唯佛是念，能令人生起决定性正信，纯净自心，唯佛为师导，他建立殊胜方便——佛怎么说我怎么念，佛怎么发愿我怎么观察。

在呼吸念佛之前讲这么多，我是想冲击大家一下，冲洗大家那似是而非的知见。因为不光我们，很多讲经法师、久久修持的人、善根巨大的人、不可思议的人，像经典上所说有一亿菩萨因不闻此法而退转阿耨多罗三藐三菩提！在释迦文佛教法的末世减劫、这个混浊的五浊恶世中，他方菩萨来一个迷一个，正常！不要说我们普通善根有情，无量菩萨欲闻此法而不能听闻，因为这个法难宣难化！近似于无情，究竟利于世间，所以难宣难化。他这地方没有安稳菩萨，没有安慰菩萨，没有安慰声闻或独觉，也没有安稳世间的东西——直接剥离，给予究竟无上大利！没有安慰说，只予究竟大安，给予真实利益。没有人情世故，没有圣法

菩萨法的维护，直指究竟菩提。这个地方是难信、难遇、难以宣化！

我也不必要得罪大家，因为我也是个普通人，何必得罪大家？多说一些相互劝慰安慰的话，可以，但是净土被遮了。于一切世间难信之法，就是没有安慰这一切世间啊！独畅佛之本怀，没有畅大家心中需要的东西。所以于一切世间说此难信之法是为甚难，很难共鸣！独畅佛不可思议普度众生之本怀，难得难遇，难以宣化。不是为夸耀而说难，实是甚难！在无量世界中，人都要拉一点眷属、拉一点相应的人，菩萨眷属、声闻眷属、世间善缘眷属，都很美好，但唯佛是念，诸佛海会，聚者皆是如佛世尊！所以极乐世界称为如来会，唯佛世尊所聚会。所以往生彼国直至成佛，无有二法可修，无有二道可证，直至究竟菩提。

要是没有很好的基础，很多人也把呼吸念佛当成“布达布达”的修持了。那些早有传播，我们何必再传？大家可以找那样的善知识对应修持。净土教法全然不是，跟那没关系。以前有些南传或者藏传的法师，我说你们修行三十年再来找我问净土教法，我可以跟你讲。你想象那个净土教法，修三十年还想象不来我再给你讲。我过去推荐一群人去藏传佛教、去南传佛教，希望他们真正得甚深禅定、甚深方便、甚深相应我们再来谈。

全然不是！他们的修证与这个全不相干。每个体系都有不可思议的不共的内涵。很多人自以为是，拿藏传来平衡汉传，拿南传来平衡汉传，或者拿汉传平衡其他——平衡不了，法有不共！若不然法不可立，法不要立了。净土一法无一法可立而涵纳一切法，所以说此法如大海。佛在经典上有讲，不是我宣化的，说一切法如百川，此法如大海。因为他是以果地觉为因地心而宣化，非是泛泛的法、对机的法或者权位上教法，实是究竟如实的教法，即是畅佛出世本怀之教法。

菩萨想不到，声闻想不到，我们凡夫有情怎么想都不知道。善导大师说此遣彼接必然往生——这不是我们思考内容，我们只要顺着这个教诲就行了。你想不来！你能想来，世尊不说菩萨犹如从生盲了。菩萨及声闻，久劫思佛智，了无所得，不知佛智是什么？知道为佛，不知道就是声闻菩萨。圣者智慧功德亦是无量啊！登地菩萨你看看他功德去？乃至住位菩萨，可在百亿国中示现诸佛身实施教法，但他们不知佛智究竟是什么。下地不知上地，况且究竟圆满之佛智！我们现在怎么知如来的果地觉？在净土教法中随顺佛愿，唯佛是念，称念万德洪名，安住万德无所疑虑，随顺之中得到解脱。要不然甚难体会净土教法甚深功德海、甚深功德藏。

我接触到过很多所谓念佛人，我可怜他们，同时也可怜自己生活在这个时代。

闻这样不可思议教法而作下劣事，即是有极大遗产给予而去享受贫瘠的一点点的积累，实在令人遗憾！印光法师说念佛人犹如太子，出生即压群臣——这不是骄傲话，是真实悲心！我们贫瘠惯了，有一钱攒一钱，从十钱到百钱再到千钱的积累，什么时候能圆成无上菩提？我们假使再把净土教法当作渐次修持，一生成佛成谎言了。人不知教法殊胜，功德难闻啊！以小智慧、小聪明去掂量、去思维、去认知，等于把这个教法世俗化了、烦恼化了、业力化了，而不是随顺得入诸佛无尽智海。

诸位菩萨！每一个修法体系中一定不是我们想象的，不共法中自有不共之传承。近代诸多密乘的汉地的阿闍黎，不管出家的在家的，一旦在诸多相应法中得到成就，才知念佛法门之殊胜与绝待——殊胜与绝待！很多人读过黄念祖老居士文章，像他们这些人，乃至真正居阿闍黎位的大德们，真正了解了净土，他们无量感慨啊！众生枉受修行之苦、贫瘠之苦、挣扎之苦，不知即心即是，不知佛陀之给予！实在是直指大用，究竟方便。有些人枉受轮回，或者枉受修行之苦，就是假设的修行、自己虚妄的编造。

我们有短期出家这种甚深福德因缘，有机会得遇净土教法直指大用、即下大用这样不可思议的惠于真实之利，就如王者把遗产或者王位直接给他儿子一样给予了我们。我们直接来接受与运用，即是王者风范。这个王是法的具足义、究竟义，不是世间那种权势，实是究竟圆满的清净的直下的回归。阿弥陀佛给我们承担九界业力的弥补，直接令一切众生同归极乐，圆成菩提，这是不可思议的殊胜大愿的教法！

所谓心作心是，不可思议的愿力妙用。在法界海中，这种心作心是，唯佛无量劫以来能亲证，我们在随顺中能得入。我们无量劫也可以去验证这个不可思议的法，因为缘起殊胜、缘起究竟、缘起尊贵、缘起独特、缘起不共。这里面不是念佛人能骄傲的，这个缘起是针对十方九界一切众生——若凡若圣、若善若恶、根利根钝，平等回施。这个愿不是佛才拥有，是一切众生顺性即可得见，得见即可了知法性、觉性、自性。

我们在短期出家因缘中，有此机会给大家一点点法的提示，希望大家了解念佛成佛的不可思议功德，了解这个以名昭德、以德显心、心即起用的直接印契的不可思议法门。这样我们脆弱一点也不会晕过去了。很多人读过《法华经》，其中有长者穷子譬喻，长者把家产一给他，他就晕了，因为当孤儿惯了。我们在三界烦恼业海中流浪惯了也会晕，或者不晕也不敢接受，说可能吗？会这样吗？

这么贫瘠或者业障深重的人，怎样接受？先让你打扫厕所、搞搞卫生，挺好的，慢慢来吧，也可以，但你毕竟是世尊教化中所摄受一份子！

如世尊说：于一切众生视若一子。我们每一个人都是世尊亲子！把自己开除在外，你做孤儿去吧！佛陀的巨大遗产是果地觉，给你你不要，要慢慢来——没问题，你自己开除的，佛的悲心中没有开除，方便心中没有开除，平等心中没有开除，顺性功德中没有开除。你自己要割裂开除自己，那是自己的业分、业障——你放下那个业障，随顺佛愿就得入。

我们读读法华经长者子喻这一品。不读不知佛出世本怀，不知阿弥陀佛视一切众生若一子的真诚与究竟功德所在，不知道净土教法不共点之所在——一出生即压群臣。有这样的世间事实，出世间教法中为何不取？我们会审思它，会观察它。佛作种种喻说，欲令众生心开意解，欲令众生回归清净平等法界，顺性让我们生命舒展开来，觉性舒展开来，无自性性走出障碍，在不可得中走出自我，走出割裂。

希望大家有个反思。在我们活着的时候，要知道世尊视一切众生若一子，乃至说视若父母、视若自己——他所有功德与我们有没有关系？我们要善思维！善观察！善了解佛普度众生的究竟教法！

呼吸念佛法之授受

——返闻呼吸念佛入于实相安住 (20131007)

这一节课我们来谈谈呼吸念佛的具体实践方法，给大家一些具体操作的提示或者引导。

我们每一个人都面临着自己生命、业缘相续的实际情况。不管是善是恶是凡是圣，行或者说相续都是明确状态。这个状态若不主动运用，就被行苦所制约，无奈地活着或者在习惯性中活着。那些觉悟者或者具足正见、具足法的守护的人，依着世尊教法来使相续生命的苦苦、坏苦得到彻底解决，在行苦中得到行自在，即是智慧慈悲行，也是依法正行，或者说正业、正命、正智、正定之相续，在三十七道品中有讲八正道。

在许多教法中乃至外道法中，也有呼吸训练。世尊在六年苦行中曾提到他怎么训练呼吸。我们呼吸念佛是不假造作的自然呼吸下的顺应自己自然生命力，在休息的心理状态下返闻“阿弥陀佛”。或者说圆满的觉悟、清净的发心、无所障碍的现行，通过“吸气呼气阿弥陀佛”这样万德展示，不用力地在休息状态下觉悟人生。或者在过去业现在成熟的现行中，不再增加任何一个业相，觉悟过去业报之现报，在过去相续的成熟现缘中，不断地觉悟诸行无常诸法无我的事实，不断地运用佛的清净平等圆满觉回施，来清净平等地觉悟每一个现行。所以阿弥陀佛是清净光、平等光、安稳光、智慧光。

我们这样称念是不假于或者不占用举心动念、分别、执著，而是用心、心里休息状态的照见，返闻自己在自然呼吸中“吸气—阿弥，呼气—陀佛”的内容。通过这个简单方法，逐步体会佛陀的正见与教法，体会法无我的诸行无碍的事实，使我们于诸善恶苦乐果报中无畏地面对，也就是圆满觉悟。在无起无作的如实安住中，运用生命的自然力量或者生命相续的行的状态来阿弥陀佛，在生命相续中得到清净平等的安住。

这逾越了一切见闻觉知的自我制约、困惑，使我们在每一个现行中彻底运用法性的事实、觉性的事实、无所障碍的事实，也就是佛果地觉为因地心这样无作为的修持。因为不假于心念分别、执著、辨识等等，只是依着“吸气—阿弥，呼气—陀佛”这样接受法则来审观呼吸、返闻呼吸，令实相了了现前。或者说觉性圆满地无得无失地观照、觉悟；觉亦不可得，使我们去除一切得失障碍。

这个实践可以长久实践，也可以短暂实践，可以深入实践，也可以表层实践，都有不可思议的利益。乃至渐渐让我们逾越“呼吸—阿弥陀佛”，逾越一切有为无为的障碍，真正于法得自在，于法成圆觉，依法展示平等安住、究竟休息或者究竟涅槃的功德。这种功德用而不染，就是果地觉的回施，令众生现行中得果地觉为因地心的大用，而不去证得什么。因为在这些本无所得的法则中佛已亲证，本来圆满的功德中佛已亲证，本来清净平等的法性中佛已亲证，我们只是随如来所作、应作、已作随顺安住而已。

如释迦佛给弥勒的授记一样：如来所作应作已作，尔等应随顺安住。我们如是随顺安住。这样休息的修行方法实是无所修证，无所增减，亦无来去，亦不分凡圣善恶是非等，平等守护，圆满觉悟，遇事无碍。所以运用佛的果地觉而无所得失、无所造作，渐渐进趣，我们就能深感佛恩；因为了知佛恩，令我们毕竟清净安住，圆满觉悟，无所挂碍。

此非世间善根福德乃至出世间菩萨声闻独觉的善根福德所类比。何以故？唯依佛乘故，唯依佛果故。我们依有多深多浅、是究竟是不究竟，都不重要，关键是依止还是未依止。若依止，依止若深若浅皆得方便，若究竟与不究竟皆是胜缘，此缘不可思议！无有诸多幻化、得失、凡圣的戏论，直达究竟目的地，就是圆满无上菩提。这个直达是他回施之亲切所昭示的实际利益。

前两节课给大家提示净土教法之特质，给大家结这样一个缘，希望不要混淆。这个时代巨大的信息量，诸多传承或者业力交织，使许多人的意识与择法出现混乱，自许者多，反而丢失了除疑方便、平等自受用的实质修法内涵。

前两节课的目的是为使大家有个剥离区分的善巧。唯佛是念不是专制，是究竟义。像人取十元、取百元、取千元、取万元，这个地方是只取万元；万元含有十元、百元、千元，但是十元、百元、千元不具万元的功德。拿到十元的人可能认为自己比穷人富一些，自以为是；拿百元的人可能认为自己了不起；拿到千元的人可能感到自己不得了了。不是我们把佛陀的究竟教法就比作万元，这样说是为了让大家都知道此法含一切法，没有戏论，真实不虚，具足圆满。

十元的法、百元的法、千元的法也行，但他能不能进趣究竟功德与利益？十分难说！有十元的人也可能做到一万元的事，但这是什么样的善根？百元的人也可能做到千元的事，这是什么样的因缘？千元的人也可能做到万元的事，但这是什么样的功德？直接用万元来做万元事，安稳得当，究竟真实，不受委曲。

这是以世间数量差别作个比喻。声闻法、独觉法、菩萨法、佛法——声闻法

已经远超世间，像拥有十元，不再是没有一分钱的穷人，但他也只能做声闻：自利，其心胸、意识、作为多有畏惧，多有诤讼，有持有犯，有凡有圣。在独觉中深观因缘，已经远离这种对待，但他也是自觉，多不施教于人。菩萨六度万行，广泛作为，累劫以来利生无量，但未证圆满，亦不名万元。诸佛如来万德具足，究竟圆满，若行声闻事，可行；若行菩萨事，可行；若行独觉事，亦不为难事；行佛事，亦是圆满！

所以念佛，实是因为佛法在十方九界中真实不虚、究竟至顶，他是顶相之真实功德！我们是佛教徒，学佛是那么真实！你说我是菩萨教徒、独觉教徒、声闻教徒——也行，但你要皈依佛皈依法皈依僧了，你来学佛的究竟教法是那么直截了当。这是教法之异，不是独赞净土，实是净土教法的特质设置。这一点反复提示，没有这个法尊贵的表达，而是说这个法则的初、中、后皆依佛果地觉为缘起、为过程、为结果。这样把我们无始以来的分别、执著、凡圣等等对比一时融入平等智海，缘起殊胜难得！不是说声闻心缘起不行，也不是说独觉或者六度万行的菩萨不行，但他与以佛阿耨多罗三藐三菩提这种果地觉来作缘起的教法相比，的确在现行缘起中有极大差异。

之所以孜孜不倦地在这个地方提示，实在欲使大家清晰这个教法。非是高举，是究竟真实之说。断除自身的知见、邪慢、迷失、对抗等等，只是随顺佛的真实慈悲真实智慧，得到真实安住，如此而已。不是为了高举这个法而说，实在是为了事实是事实的展示。

我们看到在汉地所有功课中，不管哪一乘，归向净土是一切教法必然作为。许多人到过禅宗寺院，若一个大禅师取灭时，大家亦用佛号来茶毗他，替他助念等等。哪怕他再自在，也有这样仪轨。因为这个教法的究竟，使许许多多修行者免除了多生多劫在菩萨、声闻、缘觉法等不究竟处的徘徊，一生得阿毗跋致！若不知道这里面利害关系，可能会多生多劫徘徊在自以为是的有缘法则中。所以阿弥陀佛悲愍十方众生，包括修行者、圣者、菩萨、独觉、声闻等，当然一切凡愚有情亦复如是，欲使我们一生成就究竟无上道！像你取了万钱，千钱、百钱、十钱你都可以运用。

有人说我就喜欢声闻法或者就喜欢菩萨法、不喜欢一生成佛……这是迷失说、骄傲说还是邪见说、固执说都无所谓，但你要知道，旷大劫修持你究竟什么样作为最为得力，在十方九界中最能真正饶益有情？过去菩萨在这个法的宣化中彻底作了无畏狮子吼，说一切菩萨声闻独觉无力利人，但以利人或施教作为自利

方便，利他者唯佛世尊！

这是不是狮子吼？！能摧伏一切不了义知见，摧伏一切声闻、缘觉、菩萨自许安乐的无意识慢心或自许心。可能我们还没有声闻、菩萨、独觉的修行证量，但是许多人少得正见、少得法义、少得禅定、少得方便善巧，就有诸多内在的受觉、知见的安乐等等，若不仰仗佛果地觉之究竟回施，大悲心难以成就，大智慧难以现前，大方便难以作为！不了义、不究竟，实有诸多障碍，所以此教法真能予众生施于无畏。观世音菩萨，我们看观音菩萨像的项上有阿弥陀佛——阿弥陀佛顶庄严。

我们这个时代，人修证之所以又诸多障碍，多源于法慢、自许，也有邪见、乖戾心等等造成的业障蒙蔽，因而摒弃、舍弃或者蒙蔽自己不进趣一生成办阿耨多罗三藐三菩提的甚深究竟悲心教法。世尊在经典上讲这类人是拿摩尼宝珠去贸一头牛啊！又回到这样因缘上来提示大家，还是希望大家剥离出来。

严格回到一个事实上说，大家若是都不学净土，也是皆大欢喜。为什么？因为这个教法究竟！真正学习净土者看到不学净土都是究竟的、真实不虚的。但我们在现行作为中这种进劝、供养非以真诚心不可展示。说佛以无尽大悲矜哀三界，惠以众生究竟真实之利！这个词我在私下里读过千遍万遍：无尽大悲——没有悲心，宣化这个教法实在没有意义。轻描淡写地说大家好好修行就行了——这好说，但大家不好做；我这不好说，但大家容易做！又一个极大难度，就是我们要摒弃自己的见闻觉知，接受佛陀的果地觉，随顺他的大愿与果地觉来运用我们的身、口、意乃至依报等等，如一念法所提到，这是不可思议之事！

我们来说呼吸念佛吧！

大家先深吸一口气。吸气是对生命的一个增长相，故意增长一下（深吸气声）。呼气随它去，不管它。这样来提醒自己“我在活着，我在吸气”，活着的方法就是一呼一吸，我在吸气。我们把这个原本没啥内涵的吸气附加上两个音节——阿弥。我给大家附加的。像我给你拿个热毛巾，你一用：嗯，是热毛巾！它本来可能是不热不凉的。要是我用醋泡一下这个毛巾，你一闻：有醋味！现在我给大家一点醋味儿：吸气—阿弥。再来做一次，吸气就是阿弥，你就这么个概念就行。

通过授受，就是给大家“吸气—阿弥”这样一个感觉、概念、思想、心作心是，给你！像给你一杯茶叶水，说这是什么茶——不是编造的，是茶味！“吸气—阿弥”，这确定了，确认了！不管任何时间，一直到你死亡或者停止呼吸那一天，吸气也得是阿弥！从现在开始了，只要吸气就是阿弥，它就附入了这个。你

这杯白开水变成茶叶水了，你已经没办法了。

我们再来出气（鼻重重地快速出气声），都得做！（鼻息出气声）这有特殊作用，人在有忧伤或者郁闷气息时候，多做这个。怕鼻涕出来就拿个纸。但我告诉你，人在很郁闷时，擤个鼻子就过来了！（众笑）你要不用力气，这个气呼不出来。这个呼气是用脐下的气，用脐下大概两指、三指的气你才能把忧郁气息呼出来。你看脸皮笑肉不笑的人，那样子（鼻重重的快速出气声）他一下就笑了！

那个忧郁的气会沉淀得很深很深，使你变得沉重。你要是看到你爹妈、媳妇或者丈夫那个忧伤了，你就（鼻重重的快速出气声），他不笑都得笑，这能除不笑病。忧郁之气沉积，称为下行气，就是比较阴沉。人的腰是寒的，你这样哼几声，腰是热的，甚至会出汗。很多人腰寒，走路也掐腰，像八十岁老太一样。你这样（鼻重重的快速出气声）郁气就出来了，这个气息是从腹下出来。

你要出来的是（鼻重重的快速出气声），我们给它加上一个“陀佛”。从现在开始我们知道，这个“陀佛”可以把身体的郁闷气息真正消除。吸气是增加身体的力；呼气是排除浊气——身体沉浊的、负重的气息，或者郁闷的、黑色的、不健康的气息，就是“陀佛”。吸气—阿弥，增加了力量气力；呼气—陀佛，使我们身心轻安，浊气或者障碍的气息得到消除。这一呼一吸一呼一吸变成了阿弥陀佛阿弥陀佛——阿弥陀佛对我们生命的支持，对心理的支持，对环境的净化。

有时候人是需要调整的。一呼一吸没有玄妙，但是你要用的得当它很有味道。用不得当，就在一日一日的无记生活或者烦恼生活下面浪费掉了。

“吸气—阿弥，呼气—陀佛”增加了我们气力，滋养了我们生命。一呼，排除了负重、郁气、忧郁，使我们身心轻安，就是无量光无量寿在真正加持成就我们的现行。这虽是作为之法，欲使我们在以后修行中真正进趣实相功德。这是引导一样的前行，在下面作为中再吸气呼气，就不需要故意这样了。这是为提醒大家“吸气—阿弥，呼气—陀佛”，有这样一个准确感知与确认。

长吸气、快出气是给你一个初始化，现在点确认了，就是“吸气—阿弥，呼气—陀佛”，不准疑虑了。这样我们有个概念。我让大家这样吸气这样呼气，是有个确认。再做一次，这个确认要清晰。在日常生活中你根本不注意，说我在念佛呢！别人说你没念佛啊？我一直在念！为什么？活着！只要活着就在念佛，因为用呼吸念佛，这是不可思议的事情。

在净土十要中有这样简略记载，若有兴趣可以查一查。印光法师那种呼吸念佛是数数字，一呼一吸数个一，二呼二吸数个二，一直数到十，甩掉，再重新一

到十，再甩掉，这样做。有点儿像古代人数息一样。但这里面有名号功德、佛报德之加持，他不一样了。我为啥提大家念布达与这个地方的差异？一切诸佛的通称没问题，但是这里面有特质——阿弥陀佛以名号度化众生，有他这样的愿望。

“闻我名号，俱来我刹”，就是闻我名号，必被摄受，直至成佛，阿弥陀佛跟你结下了不解之缘——他有这样愿望，这是不共的！

像孩子叫妈妈，妈妈会随着孩子需要的呼喊来作为。阿弥陀佛有这样愿望：以他名号功德，摄化称念有情，摄取不舍。如观无量寿经讲：光明照十方国无所障碍，摄念佛众生，慈悲不舍。摄念佛者，实际其他众生也得以摄化，只是不知不用罢了！我们念佛之时就表明我们在运用、接受阿弥陀佛圆满果德的回施、光明遍照的摄化。我们接受了这个，不管是无意还是有意的。当我们确知、确定这个摄受、摄化，阿弥陀佛与我们结下了不退因缘，我们必成佛道！佛力住持故，佛愿住持故。像一个有力的具足权威的人来帮助一个无力的穷人，他说我帮定你了，你需要什么吧！他有这个权力、能力、威德、财富，你没问题。

无量寿经讲阿弥陀佛是光中之王、佛中之尊，为一切诸佛所赞叹。他住持的不是一国，不是一个三千大千世界，是无尽法界，是故称为阿弥陀佛。有无量无边世尊，各有自己国土之守护。像释迦文佛世尊示现的是摄化娑婆世界，他名号也广传，五百大愿也不可思议。但阿弥陀佛这个特定的摄化众生、令众生一生成佛的愿不可思议！令众生离苦、渐次成就圣道、善根增长……无量无边的愿望都有，但令众生一生成佛的愿，这不可思议！

我们知道“吸气—阿弥，呼气—陀佛”，这样与阿弥陀佛结下一个不解之缘，我们用自然行为来与他结下了不解之缘。若有意若无意我们都在念佛，若有意若无意都会接受弥陀佛无所障碍光明的照射，摄取不舍的愿力的加持、引导、给予。

我们说鼻子“吸气—阿弥，呼气—陀佛”，怎么推动它或者认知它、实践它？这就是我们常规性的一个世俗俚语所说——要用心听了，用心听！很多声音不是耳朵能听见，耳朵听不到的。许许多多音声耳朵听不到，但是心能听见！觉知未泯，就能听得到。“吸气—阿弥，呼气—陀佛”怎么用心来听？我们的心越放松、越平静、越不起波澜、越是休息、舒展的状态越好。下面就自然呼吸：吸气—阿弥，呼气—陀佛。

好，闭上眼睛。我们这样用心去听“吸气—阿弥，呼气—陀佛”。（两分钟）

越放松越自然越好。这个自然开始有些不自然，没问题。开始有一些身心的不自然，但是随着我们慢慢熟悉了，越放松越好，用心返闻“吸气—阿弥，呼气

“一陀佛，吸气—阿弥，呼气—陀佛”，或者这样一个观照，这样一个方便，不用心不用力地听，这个听就是不用力。

（大家继续呼吸念佛）可以了。

有这样一个缘起，我们在下面随着自己意乐，用这种休息心理、休息的自然吸气呼气来阿弥陀佛。这样有个作为。慢慢地我们再读诵一些经典，能了解我们在做些什么。这些内容各个实践者随自己因缘可能各有体会、受用、观察或者正见确认，乃至实相究竟安住。或者真正对佛果地觉有一些认识，在果地觉载负下得到休息、安乐、无畏，有这样一些实质内涵的体验。

这样的方法于行住坐卧中，哪怕一分钟、十分钟或者休息前、起床前都可以作为。不复杂，也没有特定要求，比较容易使我们忆佛念佛。这种忆佛念佛是一种休息的不造诸过患的简单内涵。要是用一念法祈祷一下再这样作为，就有更多方便。能这样实践，慢慢体会到佛法是令我们休息，不是让我们受很多苦。许多人认为修行精进就是要受很多苦——依法依正见相续作为才是真正精进！许多人把诸多苦行难行作为精进，实际不是。正见、择法、准确相续，能生起喜悦、轻安、诸定乃至慧用，才是真正的精进实践。

我们有这样善巧与观察，慢慢地知道呼吸念佛法对我们十分有益。尤其在这个时代——多劳作、多交往、多疲惫、多厌倦、多积累的时代，这个方法对自身是十分慈悲十分公正的修行方法。

这个方法的接受需要礼敬。大家站起来，三拜，来接受这个教法。（众礼拜）
阿弥陀佛！

【打七开示】

念佛印契三身功德

——报德转化现行，清净圆满无碍（20131002）

（缘起：从此处往后的六篇内容是慈法法师在本次打七中的开示。打七部分文字由衡阳庵的来济师，就是当时的愿心师兄在2016年下半年整理出来。）

从柏庵这个环境为大家提供打佛七念佛，有出家师父带我们来称念南无阿弥陀佛这个功德名号，这是供养三界有情最殊胜的修持方法或者实践方式。念佛这个方法是三根普被利钝全收的修行方式，他把一切不了义、造作行、权教教法直指到念佛成佛、即心即佛、即心是佛的大用上来，让我们就路还家，让一切有情就现行意识中得到解脱，这实在是不可思议的清净模式！

因为我们在称“南无阿弥陀佛”摩尼宝号之时，若有心者、有意者、了解这个南无阿弥陀佛内容的功德者、不了解者，若称佛名，攀缘于佛，远离戏论，是为诸菩萨行。我们在这一句佛号的加持下，我们无始以来无明业的蒙蔽或者俱生的惑障、烦恼障、业障，会在我们生命意识作为中迅速转化成智德、恩德、断德，变成智慧、慈悲、方便。

因为一切法无有自性，原本没有特定的是恶是善、是凡是圣。我们在运用南无阿弥陀佛这样一个礼敬、皈依、供养、如实、降伏、不可思议的愿望启发下，会使我们旷大劫的业力散坏在相应称念的这一刹那，揭示每一个众生原来具有的觉性的妙用，就是能让我们圆满地觉悟每一个现行，无亏无欠地面对我们生活的身口意诸多作为，使我们仰俯无愧。

若念佛时、未念佛时，一切觉性本自圆满，这就是南无阿弥陀佛的觉性印契，要把我们那种分别、执著、对待的习惯烦恼在这个习惯出生的刹那、未出生的刹那，也是念佛的现行中，用佛所亲证的圆满觉悟印契我们本有的圆满觉性，使觉性与现行契合起来，就是理事不二、理修不二、性德不二、性修不二的相续。

我们真正认识到每一个现行都是圆满的，人就会休息下来，就会从这种分别执著的习惯中走出来，回到圆满觉悟的清净安住上来，使人能安住于圆满觉，就不再造作诸多分别执著的过患。

所以我们称念这句南无阿弥陀佛，实在是阿弥陀佛用自己圆满觉悟的修证来

印契、开启我们每一个人本具的觉性，令我们本具的觉性在现行生命中起到圆满觉的作用，就是唤醒我们觉性自觉的妙用，在相续中会有觉他、觉行圆满的究竟利益。

这一句阿弥陀佛的音声，就是阿弥陀佛修德展示一切众生本具觉性这个事实的印契音声。我们称念他，实在是为了印契、唤醒我们本具的觉性，让这个觉性在我们现实生活中时时刻刻起到圆满的觉悟的作用，就是南无阿弥陀佛，直接转化我们无始以来的业，把业变成智慧妙用，就是圆满觉悟的妙用。

我们来称念这一句“南无阿弥陀佛”，就是达成这样一个事实，所谓得到不乱的功德、一心的安乐，就是圆满的觉悟。这种圆满觉悟会使人归结到心佛众生三无差别这种圆满真实心智上来，我们就会了解“南无阿弥陀佛”就是无碍光、无对光、炎王光、智慧光……这是光光相应的，就是他会朗照印契每一个众生本具的觉性，使我们与佛同样的性德。

性德我们都知道是不可毁坏的，也称为净者、本源者，或者佛陀说无可得失为性、无自性为性，这个在佛在凡都不会增、不会减、不会坏、不会建立。我们在称念这一句“南无阿弥陀佛”圆满的修德名号之时，印契了众生圆满的本具的觉性，把它唤醒，把它贴切表达出来。

就是我们心中都有一个美好的觉悟那种感知或者愿望，但平时认识不清晰，抉择不了，我们通过念佛达成这样一个圆满觉悟的缘起，来认识性修不二的真实功德，让我们顺性来运用生命，而不是顺着分别、执著、俱生惑、俱生烦恼使自己的生命意识流转无穷，乃至在这个俱生的本具的觉悟中安住下来，直接出离妄想、分别、执著的生死烦恼，所谓顿出生死，横超三界，往生安乐国土。

这个安乐是顺性建立的国土，这个国土是每一个众生的本家本国，就是觉性还源，觉性之回归，觉性之印契。这里面但得诸乐，无有众苦，令我们远离一切分别、执著、对待的苦恼侵害，使我们每一个念佛人来运用佛报德的圆满的觉悟，唤醒自身本具的觉性，亦回归到理事一如这样的法界，就是作为之中。这个作为就会使我们身心安乐，离诸苦，证圣道，乃至归于究竟圆满的菩提。

阿弥陀佛的名号大用如是不可思议！我们在称念这个名号中说此为万德洪名、此为摩尼宝号，他能出生一切出世入世的功德。这个出世入世的功德不是我们附加给他的赞美，而是他作用力的事实所在，也就是我们称为知恩报恩的佛陀予众生的恩惠。

这个恩惠虽然揭示我们本来具有的觉性，不是外得，也不是内生，是一个印

契，但若是没有诸佛世尊或者阿弥陀佛无量兆载永劫修德修持的证实，大悲愿力的回施，印契唤醒我们觉性这样一个大愿的作为，那我们虽然具有觉性，往往把他用在分别执著、割裂对待的妄想中，使我们的觉性埋在深深的业力海底，不能启用。就如摩尼宝放在深深的海底，我们受到贫瘠的果报。

这就是佛陀给予我们的恩惠，这个恩惠来自于佛陀大愿所成：我于无量劫，不为大施主，普济诸贫苦，誓不成等觉——他这个等觉的功德就是以名声传播十方，于一切众生作究竟大安的誓愿。这个誓愿就是他圆满修证了、亲证了圆满觉的事实，证实了心佛众生三无差别的意识境界，这样一个实际功德，引发我们每一个众生、有缘称诵，在称念这个实相摩尼宝号之时或者说阿弥陀佛的圆满修德之时，唤醒我们的觉性，运用于我们的现行，使一切现行依着圆满功德相续。我们就能真正出离分别、执著、对待的法界，就是娑婆世界，回归安养，就是顺性的国土、顺性的法界。

所以说念佛必生是一个不可思议的事实。我们称念南无阿弥陀佛，不单单揭示了我们圆满觉性，他还会真正使我们回到究竟觉上来。这个究竟觉实际就是法性功德，周遍如实，清净一味。这个地方远离一切有为无为的言说、凡圣的言说，无生无灭，无来无去，一时这种实际理地的方便殊胜，使一切得闻众生随佛圆满的觉悟回归到觉性的法界，或者说回到法性的法界，得到这种清净法则的果报。

称念这句“南无阿弥陀佛”有这样的实际功德与内涵，我们在称念之时，“南无阿弥陀佛”起到这样一个清净的作用。不光如是，在我们现行的烦恼业相执著中，他以法无我、法无自性的亲证，又来印契我们每一个众生每一个作为的无自性性，引导我们入无碍的应化法界，走出执著分别的、坚固的、烦恼的所谓铁围山的世界、我执我慢我卑的世界，使我们每一个念佛有情步入事事无碍法界中。

所以在一句佛号中可以使有情理无碍，事无碍，理事无碍，事事无碍，使我们游弋于法界的智慧海、因果海，有种种功德庄严与善巧作为。

念佛这个教法实在不可思议！从久远以来或者说十劫以来，接引了无量无边刹土的有情往生安乐国土，成就无上菩提。我们虽然现居于娑婆，因为念佛因缘故，诸佛这种法报化三身功德，我们每一个称念有情必然因为念佛一样会得到阿弥陀佛三身功德的回施，使每一个凡夫有情、圣者有情、善良有情、恶道有情依这个平等回施、圆满回施、无碍回施的教法，光照着无尽法界，使九界众生随顺法性而得以同归安乐国土，无所障碍。

我们念这个佛号实在是甚深甚深的微妙法则，甚深不可思议的功德，利益九

界而不知，圆满九界而不为，方便一切而不行，所以无修修，无见见，无行行，是真正无为而至的妙用，远离一切生死造作故，是名无量寿；光耀十方，普照一切，是为无量光。

我们称念这一句南无阿弥陀佛，导引我们一切称念者回归清净的法性、圆满的觉性、无碍的自性——在佛这三身功德的接引、印契、回施下，每一个念佛者必然得到不可思议的大利，就是具足无上功德大利。

如《无量寿经》中，佛于阿逸多或者说于弥勒菩萨所授记说。又如我们所称念的《阿弥陀经》中说：若已发愿，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！

如是教法真实不虚，为十方一切诸佛所赞叹，所摄受，所守护，所尊崇。我们作为娑婆世界减劫的一份子，有幸闻到殊胜的无上究竟教法，有时间去熏修、实践，实在是不可思议的善根福德因缘。

如《阿弥陀经》中说不可以少善根福德因缘得生彼国。若世间有为善根，若人间，若天道，若圣道，若诸菩萨道，若诸阿罗汉道等类有情，以他们的善根福德，但以自力作为，难以往生彼国。所以九界功德与佛功德比，称为少善根福德因缘。念佛的三身功德，南无阿弥陀佛的圆满摩尼宝号，是为多善根福德因缘，称念是名具足，称念是为往生决定，称念是为无碍方便！

我们在这个法的修行实践过程中，“南无阿弥陀佛”给我们无疑抉择了三根普被、利钝全收、九界同归这样一个无上甚深微妙的教法，给我们抉择了九界同归无上菩提的大圆满的修证，给我们揭示了一切诸佛所赞叹所守护的这个念佛法门，就是究竟功德的实践法门。

说这样不可思议的音声佛事，令我们这些念佛人、听闻念佛者咸得不可思议的念佛的大用，实在是感动！值得我们去忆念、去参与、去实践他。因为这个功德不但是对我们称念者有利益，乃至世界十方九界有情亦有不可思议无上功德的平等回施。所以此法甚深，唯佛与佛究竟宣化，我等凡夫有情依此教言必得无上觉。

果地觉为因地心

——以名昭德，以德显性，性起大用（20131003）

我们大家有这样宽松的环境来称念南无阿弥陀佛这个名号，其利益唯有圆满阿耨多罗三藐三菩提的一切诸佛世尊能真正彻底了解！我们作为普通的念佛者，也会在念佛过程中或者学习教法过程中慢慢展示出这一句“南无阿弥陀佛”报德名号给我们带来的这种果地加持，就是诸佛如来世尊报德给予的加持或者说印契，令我们现前普通有情能随顺着佛果地觉的加持来觉悟人生，做自利利他事。

因为人生的短促，我们对人生作为的选择充满了迷茫、徘徊、繁琐，在诸多无明业习烦恼的蒙蔽下就不是十分清晰明了。阿弥陀佛果地觉回施的教法，会使我等在这种最简单的修行作为下迅速了解应作与不应作，能真正清净平等地安住在这样一个休息的心智中，有为而不染，作诸事业而无所负累。

称念这一句“南无阿弥陀佛”我们看着十分容易，实际不然。在无量无边法界中有诸多众生，这样一个名字的称念都没有机会。我们在社会上，平时遇到种种人物、种种生命，你欲劝导、提醒人称念一句南无阿弥陀佛，很多人或者很多生命这样的福德因缘都很微薄。

我们能称念南无阿弥陀佛这个不可思议的名号，是不可思议的善根福德因缘。像《无量寿经》上讲“若不往昔修福慧，于此正法不能闻，骄慢与懈怠，难于信此法”，诸多有情在南无阿弥陀佛这个名号下有听闻的福德因缘，但是持诵乃至主动来称念的福慧没有。

我们似乎感到这样的方法太简单，实际它的来源不简单，也就是阿弥陀佛累劫修持的福德聚集所成就，非一时因缘成就这个功德名号，大家对它称为万德洪名阿弥陀佛。我们若没有真正甚深地观察或者细微地观察，很难了解这个万德洪名的来源与其实质作用。我们会空洞地抽象地说这句话，万德洪名就一带而过，没有真正受到万德的洗礼，使我们在这个万德洪名的洗礼加持下成熟与佛不二的功德这种实践与守护。

净土教法中一个全他即自、自他不二、因彻果海、果彻因源的教育，这个传承体系中最重要说法或者传递，就是果地觉为因地心。我们想接受果地觉为因地心的教法，要是没有这个名号的果地觉，想接受因地心作为我们现行心智，十分困难；从道理、知见、作为、福德因缘上没有一个接轨对口，会不相应的。

阿弥陀佛通过五劫思维，深观众生或者十方法界种种九界众生的心理需求，接受果地觉的方法何以为最殊胜最方便呢？莫过于听闻此名号来得自在。所以他就把他无量兆载永劫的修德融入这一句名号。所以他有这样的誓愿：设我成佛道，名声传十方，究竟有不闻，誓不成正觉。四十八愿中多有说他方众生闻我名号、持我名号，最后一愿中说：他方菩萨，闻我名号，即得三种忍，住不退转。他这个名号功德中传递着阿弥陀佛万德庄严的修德成就，在里面有他的实质功德所建立。

大家都会有一个名字的认识，好比说兄弟姊妹父母、亲人仇人、智慧慈悲方便、颠倒妄想迷失……我们在称这些言说时都是有力量的。我们称阿弥陀佛的名号同样有这种力量，就是不可思议的名号功德的力量！一个孩子叫一声妈妈，他妈妈的所有功德伴随这声呼喊就会现前。越弱的孩子呼唤，这个母亲的功德就越容易现前。

我们在十方法界或者六道轮回中，法身慧命是极弱极弱的。我们呼唤这个伟大的不可思议的功德名号或者万德洪名之时，就是我们幼弱的慧命在呼唤母亲一样，会得到极大支持或者及时的养育，使我们法身慧命逐渐成长成熟起来，走出无始以来因诸恶业而散坏的诸多功德。

这句名号甚深不可思议！我们这是一种打七形式。我们平时在念佛中，这种名号不择时不择地都可以来称念。打七是给我们带来一种不可思议的共修功德，就是十人百人中大家在共同熏修一个修行方式，这个方式会给我们带来十人百人的共有的提携与加持。一人念一声，传播于百人；百人念一声，传播于一人，这种力量实在是单人修持所不能及。

名号功德平等无二，但修持的事业相的差异，娑婆世界的作用还有其力度、深浅，会有一种表象性的差异。我们念的是平等的清净的万德具足的名号，应该说一人修持、百人修持无二无别。但在这无尽的事业海中、法界相中，集体称念修持的功德是不可思议的，是个人修持不能取代的！

所以在这个打七的念佛法会上，大家有这样的参与机会，实在应该珍惜，把这个念佛七尽力做好。因缘不会重复，我们的生命没有重复，时空、世间、作为无一重复。我们能有这样一个称念“南无阿弥陀佛”的机会、因缘，在这五浊恶世恶业炽盛的时代实在是十分难得！

许多人从家里走出来，来到这个相对偏僻的山区，聚集在这个地方称念阿弥陀佛的心印名号，来印契我们本来具有的万德心智，以名昭德，以名显性，性显

其用，来让我们知道名号、心智、音声原来是平等一味的，让我们通过这个来觉悟世间，觉悟人生，真正做到自利利他，远离世间一切有为的贪嗔痴慢疑造作业分，使身心清凉休息下来，或者说我们随顺无造作的心智真正休息下来。

那么这个称念本身就是休息，这个修行原本亦是休息，令心智真正地歇下来，休息下来，于不染无著的真正休息安乐住得到真正抉择与皈依，就是无量光无量寿的如实安住。让我们远离分别执著见闻觉知等等变异的侵害，而善于运用见闻觉知乃至种种世间相，来觉悟人生，休息游戏人生。

这样远离诸多得失习惯执著的苦恼或积累，称念一句“南无阿弥陀佛”，这样的易行之道、印心之法，我们就能在这个简洁的称念中得到心地的确认，就是休息的确认——不会得到什么，也不会失去什么，不会清除什么，也不会建立什么，这样一个实相心智中得到究竟的安乐与休息。

于此处休息，我们在这个娑婆世界的报若尽若未尽，就会得到“但得诸乐”的乐的依止，就是无所取舍，无所对待，令心清凉平等的觉悟——这个觉悟非修证得，非不修证得，依法性事实而显现，我们就会在念佛过程中从容地回归到远离造作过患，得以真正休息安乐的法益。这个法益是无量无边有情所需求的。

同时我们在这个念佛过程中会观察自身的真正需要。像世间的得失、名利、事业大小等等，皆是无常法，它所有的相续中必然会散坏，就是事业的成住坏空、人生的生老病死，是一种必然。这东西是我们运用的一个事业相，但绝对不是依止安乐的依止处。我们可以觉悟于此，随顺法性，善于观察，善于运用生命的生老病死，觉悟于生命。

觉悟之外，多是负累与挣扎。能有觉悟的过程，就是一切作为皆是予我等的智慧福慧的加持与给予。要是把它当成一种事业的积累或者建立等等，必然面临着坏与空的事实。作为一个念佛者，要了解这个简单的修行的给予或者说法则的利益。那我们称念南无阿弥陀佛这个美妙名号，音声就会广传十方，印契众生，拔济有情，离苦得乐，离我们无始以来的造作过患。

我们得到随顺法性的安乐，随顺实相的安乐，随顺弥陀报德的安乐，随顺我们原本具有的觉性的安乐，这个觉性非依增减而显现，但他可以在时时处处来觉悟时时处处。一句南无阿弥陀佛，反复念诵，实在是不可思议的洗礼。这种洗礼大概在实践中会有意无意体会得到，认知得到，运用得成熟，就是念佛的功德。

希望得到社会上常说的功夫成片、一心不乱这些修持作为也未尝不可，但那需要十分大的一个空间或者环境。来了解本来成片、本来清净、本来一心的事实，

去除我们这种妄想执著分别对待的陋习，使我们真正地清净休息下来，成片也好、一心不乱也好，亦不为难事。只是修行次序认识清楚，看得明白，运用得准确，那教法的实践与成就离我们每一个人都不远。

所以说依这种渐次修行方式，得到平等清净的觉悟，是可以的；或者说展示出来这样清净平等的觉悟，是有意义的。以佛的愿力果德回施，直接印契，亦是不可思议的作用。

历代祖师这种直接传播的果地觉为因地心的悲心劝化与教育，主要是提示我们在现行中直接接受佛的果地觉，在现行中清净地真实地运用。不会运用者，假以名号，来念佛，即心即佛，即心三十二相八十种好，来一念而回归，随顺佛的名号、念佛的名号而入佛功德这样一个简洁的心作心是的方法，令我们能得到修持的实际利益功德。我们称念“南无阿弥陀佛”这个清净不可思议的觉悟名号，就是来印契我们本来具有的觉悟性。

我们在称念南无阿弥陀佛之时用无所得、无所染著的心来称念，来平静守护每一个念与无念的过程，来了解无一法可得的实相，那我们这个称念过程就会不断洗礼过去执著分别的陋习，或者说欲建立、欲了解的妄想心，使心、身全都休息下来，在念佛中休息下来，在作为中无所得地受世间的支持。这种支持是轻松的，是有益的。世间所有的疲惫烦恼都来自于积累、建立、固执、分别、割裂、对待的习惯，这种习惯给我们造成许多沉重、不堪负累的厌倦乃至破坏。

念南无阿弥陀佛这样一个念佛方式，这样一个修行方式，实在是难得难遇，世尊在经典上多处赞叹。我们庆幸于在这个环境中能放开身心称念阿弥陀佛的万德洪名，实在是彰显一切众生本具万德的觉性，印契一切有为的本来不可得的事实，来证实一切本来平满的这样一个圆满觉性照耀下的万事万物，让我们来学会运用我们这个平等的法性、圆满的觉性、无自性的无碍性，来学会佛陀所具的三身功德——清净，圆满，无碍。

我们使自己的身心逐渐地在清净、圆满、无碍的作用下，回归到“但得诸乐，无有众苦”这种法味乐或者说法益上来。这样对我们这个短暂的生命是一个尊重，也是一个觉悟的回归。念佛的目的、做法大家就会认识清晰。

这个不需要外求，不需要建立，也不需要什么怪异，只需要我们把身心轻轻地休息下来，作为中无所染著，无所挂碍，无所取舍，在这种休息与回归中我们常称念阿弥陀佛名号。因为我们打七这样一个缘起，再回入到生活中去，佛的万德常伴随着我等，时时事事。阿弥陀佛！

一念法之授受

——意乐实践，入佛功德，自利利他（20131004）

今天是诵戒日，出家师父们诵戒。因为我们这个打七是半开放性的佛七。过去打七说克期求证，欲证得诸多三昧功德，或者来证得一个什么愿望。现在我们这种打七形式，可能是道场环境的特质所造成。

严格说打七是封闭的，像禅堂、念佛堂，都是内堂口。所谓内堂口，就是寺院内部特定分出这样一个院落或空间，不受非参加佛七人员干扰的滞碍，若七日，若二七、三七乃至更长时间去作一个修行的方式，依照一个严格的仪轨，在这个仪轨支持下使我们的生活、意识调理起来，依法修持，使人对不同的愿望的法益的相应，称为佛七。

这个七是克期求证，以求改变我们现行，使我们依法修持的效果产生一个事实，达到某种效果。我们现在参加这个佛七基本上是一个半开放形式，但它对我们来说也有不可思议的作用。

过去打佛七，很多人要立生死状的，要不断地加强，就是不断地增加仪轨或者说念诵、打坐时间。可能第一个七、第二个七就不断地相互加强。我们这种七就比较宽松，人的参与比较自由。在这个时代，这一类七对我们来说有很好的依教修持机会，不单纯是在功夫上，而是在善缘与随顺佛愿的审思、教义审思上得到启发与实践，这种实践对我们每一个参与者来说非常可贵。

有一些居士提出来能不能把一念法或者呼吸念佛法提示一下？因为这是佛七，提示这一类东西是为以后想，就是为我们回到世俗中着想。我想一想，因为我们这是一个比较宽松的佛七，所以提一提一念法，把它作为一个引子，在以后的世俗生活中乃至休息、行住坐卧中可以运用的一个最简单的念佛法则。

当然我们在这个地方也可以做这种祈祷，这个祈祷十分重要！祈祷就像我们看到一个方向，去照这个方向安排自己的行程。或者说有一个东西来载负我们，达到我们要去的一个目的地。

我看他们下面结缘处有一个黄卡片，大概是这样祈祷：

十方诸佛证知我某甲，就是我慈法，要把过去、现在、未来、自业、他业、共业、身业、口业、意业，一时，无余供养阿弥陀佛，融入阿弥陀佛的智愿海中，往生极乐，得不退转，或者安住极乐，得不退转，利益十方，或者说以此

因缘称念南无阿弥陀佛摩尼宝号，利益有情，同证菩提。

大概会有这样的内容，可能某些字有一点差异。要是我们在打七时做这样的祈祷，休息的时间、走路的时间、任何一个念头的时做这样一个祈祷，都十分有益于、有助于我们念佛实践。因为念佛，成就诸佛功德，以诸佛的果地觉为现行心，持佛果地名号来印契我们将来成佛的果地觉，现在运用我们的觉性、自性、法性，那是很准确的实践。下面有一个卡片，大家可以去找一找，有这么一段文字，携带很方便。

打七的时间能不能用得到？你可以尝试做，打七时完全可以用到。到殿堂之前做这样一个祈祷，殿堂的维那师怎么引导你们，你们就怎么来称念，那是十分有意义的。

我们在人多人少的地方这样来祈祷诸佛证知我，这个证知的加持尤为重要！等于一切诸佛为我们作证，来导引、证实、成就我们这种愿望，就是自业、他业、共业、身业、口业、意业、过去业、现在业、未来业一时供养阿弥陀佛，融入阿弥陀佛智愿海中。这个融入特别重要！像百川归海一样，你不愁干枯了，你有这样的愿望表达，理解不理解都可以。一旦哪一天你真正理解了，真像百川入海，永远不再为干枯不干枯这个事情担心了。

我们真正把自己的业缘——过去的、现在的、未来的身业、口业、意业、他人的业、自己的业、交织的业、共有的业，完全无余地供养阿弥陀佛，融入阿弥陀佛智愿海中，实际就是法界同生阿弥陀佛极乐国土这样一个心智的观察。这个观察呢，往生安乐，得不退转。就是愿共诸众生，往生安乐国。或者说文殊菩萨这样的愿望：我今发心，不为自求人天福报、声闻缘觉，乃至权乘诸位菩萨，唯依最上乘，发菩提心，愿与法界众生一时同得阿耨多罗三藐三菩提——就是愿与法界众生一时同生阿弥陀佛国！

这样的心愿、心智不可思议，功德不可思议！我们在实践、培养、作为的过程中，它会亦不可思议。这个不可思议的利益与作用，融入阿弥陀佛智愿海中，得不退转。我们平时的业习烦恼再泛出来时候，你会得到这样誓愿的极大支持与融化，或者说照耀现在业缘的如幻、业习的如幻、迷失的如幻、烦恼的如幻，使我们在每一个现行烦恼业障中得到觉悟、解脱，得到远离怖畏的休息。

我们在打七中也不妨运用它。这个事情我思考了三天，经常有居士去问能不能把这个方法口述一遍给大家？在殿堂里讲就比较尊重，在私下里我们不讲这个。这个方法呢，我们有意乐的人可以去实践这个法的意乐。

在这个巨大的过去业、现在业、未来业、自业、他业、共业、身业、口业、意业一时无余供养阿弥陀佛，融入阿弥陀佛智愿海中这样一个功德、作用下，我们的业习烦恼、他人的业习烦恼、交织的业习烦恼乃至说身业、口业、意业的烦恼等等，在这个巨大的阿弥陀佛智愿海的作用下，它就变得无力，变得有所回归，变得你清晰自身、自业本不可得的实相，或者说它的实际状态，使我们在每一个生灭造作的因缘下得到轻安、喜悦，不再畏惧、徘徊、迷失、沉重、被迫。

这无疑会给我们带来这种不可思议的法则实践的喜悦。这个喜悦是实践法则必然会得到的法益。这个法益会伴随着那些实践这个教法的人，一直到无上菩提的成就，都会有加持的！因为有“十方诸佛证知我”这个祈祷，这样一个祈祷变成一个誓愿力，这个誓愿力会产生不可思议的明确心智的作用。

因为我们平时的心智是迷茫的、混乱的、不清晰的、不条理、不够专一的状态。我们一旦运用这种专一的、清晰的、可知的作为，会使身心变得智慧、有力。这样巨大支持会告别我们身业口业意业、过去现在未来业、自业他业共业交织业造成的障碍、伤害、迷茫、痛苦，会使我们念佛人真正得到念佛的实际利益。一念法就有这样不可思议的内涵、这样不可思议的作用。

我们要是有这样的意乐、愿望去实践，无疑会唤醒我们心灵深处或者说埋没已久的觉性、自性、法性，使我们平常清净圆满无碍的三身功德，或者说觉悟这三身功德，来体会、享受、运用这种法则的功德内涵。法的实践给我们带来必然的法益，这种法益是必然的内容。但没有实践者、观望者，这个利益就揭示不出来，没有办法融入我们的生活。

我们这个方法，十分简单的方法，拿出三十秒钟都可以做一遍，会给我们带来极大的心灵启发，会震撼我们麻木的觉性或者说割裂、固执、偏执的觉性，觉性的割裂运用回到圆满觉上来，会启迪我们无始以来本来无所得的心灵积累的尘垢释放，回入清净的法性。一样使我们了解万事万物无有自性、毕竟不可得这样一个无碍的现缘，在每一个作为中会行于无碍。

这样一个简单的法则，推荐、供养给大家，我们有意乐地实践它，这些利益必然在我们祈祷乃至称念弥陀的过程中昭示出来、显示出来、运用出来，真正使你确认下来，学习佛法是有实际作用与利益的，有实际的功德、福慧成熟，是真是不虚的法则，而不是单一的道理，是那么有力地可以解决我们的烦恼业习、无明蒙蔽的过患，使身心逐渐清净，觉悟圆满，无碍于现实作为。

作为一个佛教徒，你能感觉到佛教徒是不可思议胜缘的守护者、悲智方便的

皈依者与运用者，乃至说成就者。我们再来审思、观察、了解这些佛法给我们带来的真实内容与作用，再去读经读教，亦会给我们带来不可思议的方便，就是善解其意，随顺教言，随文入观，启迪心智，趣向于道业，乃至究竟圆满于道业。

法是不可思议的，实践者必得其不可思议的利益功德。所以意乐者，我们就是同参道友，同来参这个教法，实践这个教法，守护这个教法，因缘真正成熟，得到这个深刻利益的加持。我们也可以把这个教法推荐传达给周边的有情，使一切有情借助法的功德，直到得到法的乐趣，有法的成就。

这样作为一个佛教徒，作为一个念佛人，真正站立在这个法界的天地之间，仰俯无愧于我们这个难得的人身！

呼吸念佛法之授受（20131005）

从柏庵这一次打七是一个开放的打七模式，就是谁来都可以参加。我们这个七结束要面对着世俗生活，或者说脱离这个相对整齐、有人引导念佛的环境。那在日常生活中怎么念佛？应诸多居士与一些出家师父要求，我们在这个打七的空闲的开导时间，给大家讲一讲呼吸念佛。

尽量简洁，因为是半小时的时间。过去打七就是克期求证，所有的讲解就尽量简洁。像讲法之类，原来是不许的。但是我们因为这一次的不同因缘，来跟大家提示一个念佛的方法，就是呼吸念佛。

呼吸念佛原本就依止我们每个人活着就有呼吸，呼吸是活着的一种特定标志，这样的一呼一吸，通过呼吸的作用力来称念阿弥陀佛这样一个万德洪名，以这个万德洪名在我们的生活息息相关中表达出来清净心。随着一呼一吸这样的生命来表达万德洪名的一种持诵，使我们生命与阿弥陀佛的名号息息相关。

生命跟阿弥陀佛的名号息息相关呢，他会使我们得到逐渐深入实相念佛，以达成对法的感知、对实相的回归，真正剥除诸相，所谓诸相非相，时时得安乐的究竟利益。我们可以通过简短的修持，在相续实践过程中省力的休息的方法来让我们得到安乐，就是法的安乐与法的休息。

这个方法是很重要很重要的。若有机会实践它，哪怕是一分钟，慢慢养成习惯，我们就了解呼吸、呼吸的每一个当下就是无量光无量寿，他与生命的这种紧密联系原本没有割裂，就是一切众生生命现象的作为与实相原来亦没有割裂。这样就比较容易达成实践佛法的效果。甚至不管什么时间、行住坐卧，呼吸就伴随着我们生命，也使我们在呼吸中真正体会到万德洪名或者万德之功德无处不在的实际的功德相，来实践这样一个法则。

大家人人都会呼吸，这不用教。只是说我们通过传授，使一吸一呼有一个内容与价值。像这个茶水的调配、饮食的调配一样，我们的呼吸原来没有味道，现在给它调配到阿弥陀佛的内容上来。这样一种传授，像我们接受了一杯咖啡或者接受了一杯咸水、糖水、果汁，使我们体会到它的味道。这个味道是传授给你的，不是你自己编造出来的。

这样就是以传递达成心作心是的方便，使我们在这种方便实践中得到法的喜悦与安慰，远离诸多烦恼的侵害与负累。

好，我们先来用吸气，注意吸气。实际这是不必要做的，但我们做一次就对

吸气有一个明确感知。深吸气！呼气不管，尽力吸一口气。都做一做，要不然你白听了。尽量吸，要不然我们把这个吸气呼气就忽略了。

我们现在吸气，在吸气过程中给它附加上“阿弥”这个音声。再吸气，要体会“阿弥”。这是加上去的，像我们白开水混上茶叶一样，它就变色了。我们呼吸中原来没有，来加上“阿弥”这样一个音声，这样一个名号内容。吸气，呼气不用管，做三次，吸气-阿弥。这是夸张的学习，平时不需要，只是为了引起我们注意——吸气“阿弥”。

做过了，我们再来呼气。呼气的标准比较难找，不知道在哪个阶段，就用快速方法——“呼！”（呼气声）你要是害怕了，可以用卫生或者手帕之类。“呼！”（呼气声）没问题，要做！不做，下面你就接受不了这个东西。

不要害怕。呼气对人身有极大的好处。早晨起来或者下午感觉到昏沉、气弱的时候，呼口气，这样出一口气，特别快——“呼！”（呼气声）养成习惯了特别好。本来很忧伤，“呼！”他一下子就笑了，你会忍不住要笑。好比说家里某个人横眉愁脸的，“呼！”（呼气声）他也会一下就笑了。好，我们把“陀佛”加到这里面，再来做三次。

我们平时吸气“阿弥”、呼气“陀佛”的时候不是这样子，平常就可以了，但这时候要加强记忆。加上“陀佛”-呼！要专注。

我们这样一吸一呼“阿弥陀佛”，自然就一体了，吸气“阿弥”，呼气“陀佛”。你不管他是不是，我跟你讲啊，你才不管他是不是呢！吸气“阿弥”，呼气“陀佛”。我们记住吸气是“阿弥”，呼气是“陀佛”，有这个故事了，有这个给予的提醒了。就像有这一杯茶水了，不管是普洱茶还是岩茶，你喝这个味道就行了。

下面我们怎么知道鼻子在念“阿弥陀佛”呢？鼻子应该是呼吸的，不是念诵的，念诵的是嘴巴或者心念。在《楞严经》中有说根尘互用的修行方法，用鼻子来称念就是一个根尘互用。本来鼻子这个根不是为了念诵，但是我们让它来念诵。怎么知道它在念“阿弥陀佛”呢？要用休息的、平静的、不动心念的心去听它，像静水照物一样，让自己的心像一盆静水一样去看到这个呼吸——吸气“阿弥”，呼气“陀佛”。

好，闭上眼睛，不能睁眼，睁开眼睛就想不到了。不能用心去分析，只能用心去听——吸气“阿弥”，呼气“陀佛”。我们做两分钟，用心去听——吸气“阿弥”，呼气“陀佛”。用心去听，吸气“阿弥”，呼气“陀佛”。自然呼吸就行，不需要任何的加重、加长。吸气“阿弥”，呼气“陀佛”，用心听。（大众在师引导

下体会) 可以了, 两分钟过去了。

我们有这样一个理念了, 在平时的行走坐卧中都可以。好比说睡觉前, 你就有意识地注意让心念在静静地休息下来, 听这个鼻息——吸气“阿弥”, 呼气“陀佛”——这样做几分钟, 睡着就睡着了, 没睡着就继续做。这不需要费力气, 也不要你张嘴念佛, 也不要你用心念, 只是静静地听它就行了。不是用耳朵听, 是用心听。

用心听! 我们每一个人读书的时间老师都会警告我们“要用心听课哟!” 我们现在用心听鼻子这个呼吸: 吸气-阿弥, 呼气-陀佛, 这样一种最省力最自然的方法来念佛。这样的念佛方法我们不需要那么多劳累、疲惫或者故意做什么, 是一个十分省力、省心的念佛方法, 这个方法会给我们带来很多喜悦、轻松、休息、内在的安乐。本来你学习佛法就是为了让这些疲惫、疲劳的、辛苦的人得到休息, 这个方法就很自然地引导我们在这个呼吸念佛中得到吸气“阿弥”、呼气“陀佛”这样的“阿弥陀佛”的念佛中的休息、休息中的念佛。

这个方法在历代净土修行的善知识的作为中都有实践。这样实践比掐念珠、比出声念、比不出声默念等都要省力、简洁, 近于无念而念佛的方便, 又近于我们休息状态下来实践一个法则的实践过程。这个方法对我们大家来说十分有益。因为佛陀教法就是使这个五浊恶世不堪忍受的众生得到休息, 得到安乐, 得到离苦。

我们念佛呢, 原本也是为了使大家在休息安乐中得到智慧慈悲的生命觉悟的妙用。这样觉悟生命、运用生命, 有休息的广大空间, 有安乐的广大空间。这样我们更加有方便觉悟这个世间, 来主动运用这个生命, 把这个法界当作自在的觉悟运用生命的一个法界, 而不是负累沉重的堪忍界。那得到真正的安乐, 所谓极乐教法的摄化, 就是往生极乐, 现行安乐。

这个法则十分简洁。要是有缘、有福德, 可以回去点滴地实践这个方法。方法简单, 但要实践运用! 所谓实践, 就要开始用心作心是的自我提醒, 因为我们已经接受这个方法——吸气“阿弥”, 呼气“陀佛”, 用心去听。心本来是思维的, 现在我们只是用心去听, 让心休息, 来听这样一个“阿弥陀佛”, 不需要费任何力。越省力, 这个方法就越对头; 越不用力, 这个方法就越得当。

我们真正得到身心的休息与调整, 就是这个教法真正给我们的修行的法乐与法喜, 乃至证得实相, 乃至出离生死、远离造作等等, 那是成就道业的内涵。这里面都可以去实践、去观察。

我们这样实践过，再读佛陀的教法与经典，所谓无念念、无修修，会读得懂，能有一个正面了解与法的实践。通过法的实践证实佛陀教法真实不虚，通过真实不虚的教法去了解我们心地的依法安乐的这样一个功德、这样一个内容。

启用本具如意宝藏

——圆满一切功德，展示无量光寿（20131006）

打七的日子这样一天一天地过来了，我们在佛号万德洪名的洗礼下，慢慢地使这种福慧因缘在生命中成熟起来。你看，佛的功德对出世入世皆具有不可思议的力量与作用。在念佛的究竟意义上，一定是能令一切众生圆满无上道业。我们在世俗中称念南无阿弥陀佛会带来身心的安乐，带来对诸多苦难、妄想、执著的清晰的解脱过程，这样就会在世俗中给我们带来极多的安慰与清晰的心灵上的洗礼。

一句佛号看似简单，我们在称念之时，他的功德圆满、究竟、真实。我们取用有多有少，就如法性或者觉性、自性一样，他平展地、圆满地、无碍地揭示着一切有情的心与业。

我们要了解了一切心业没有离开觉性、法性乃至说自性，或者说像每一个生命没有离开大地一样，我们了解了大地给我们带来的厚重与安稳，这样来了解觉性的圆满、法性的平等清净、无自性给我们带来的无所障碍的引导或者作用力，人的生命意识与作为就变得自在、自由、自尊、自足，也就是说我们在世俗中也会得到充分的念佛乐趣。

念佛，至简至明的一个称谓——南无阿弥陀佛！像我们现在这十声念法，十分简洁，但这个念佛的音声广传于无量无边法界。我们在大殿里念佛，周边很远很远的地方都能清晰听到我们这个美妙的整齐的佛号音声。这种音声使令无量无边有情得到心灵的安慰，通过音声传达了清净、圆满、无有障碍的作用力。这种作用力不管我们用或不用，但在传播过程中被那些智者所认取，被那些修行者所认取。我们在念这一句南无阿弥陀佛万德洪名之时，有意无意地在自利利他。

这样一个法则，在一切修行法则中最为尊贵、难得、直接、究竟，出世入世皆可得到不可思议的饶益，若知若不知！我们在念诵过程中逐渐会体会到万德洪名的实际内涵，或者说逐渐学会运用佛的果地觉，不管用在出世、入世，各建立不可思议的殊胜善巧。

念佛这个教法在我们汉传佛教真是所谓“家家弥陀佛，人人观世音”。这种不可思议的善缘使我们华夏大地，像我们山东这样文化底蕴极为厚重的环境中，这样的教法，它的基础亦是十分厚重。

我们在念“南无阿弥陀佛”这个音声之时，实在是使我们内心的觉性不断地在舒展。“南无阿弥陀佛”，心在舒展着，觉性在舒展着，你不求得也不求失。觉性的圆满地舒展呢，就像我看到每一个佛陀世尊坐下的莲华一样，就在不断地盛开、舒展着。这种舒展是我们有意无意识都需要观察了解的觉性的圆满的张力。这个张力是不取得失这样一个无所住所用的善巧心、智慧心，它亦能令一切作为中得到解脱、无所障碍，因为无所得故，所以能得见万事万物之自性。

我们在称念“南无阿弥陀佛”名号之时，一切生命，有情的、无情的，它的自性是不可得的。从久远来看，任何一个无情之物必然有成、住、坏、空的过程。包括星球、太阳系、银河系乃至更大的宇宙空间，小则微尘、石头、砖头、殿堂、寺院等等，无量无边的无情器世间都有成住坏空这种必然的过程。若久远一些，若短暂一些，但是成住坏空是他们的必然内容。

一切生命亦复如是。从无色界天、色界天到欲界六道众生中，种种生命也都会生、老、病、死，或者说都有老死的过患。我们看到这样一个过程，会了解情世间与器世间，就是我们依正二报中皆是无所得的，不过是因缘而生出来的成住坏空、生老病死的变化而已。

我们这样称念南无阿弥陀佛，会抉择无有可得的安乐，不再畏惧无所得，而敢面对与运用无所得。这样人的心会得到极大的那种事业的支持，就是我们所有作为都在支持这个无所得，证实这个无所得。这个无所得的心智就是清净，就是自然，就是明亮，就是广大。我们所有作为的事业，它的实质是这样，所以说它会支持这个智慧的心。

我们称念南无阿弥陀佛，会观察到这一声佛号无来无去，无得无失，无有自性，它起着不可思议的作用。这个作用是什么？是我们真正的圆满的觉悟，乃至了解一声佛号不可得，乃至万事万物亦不可得，因缘而生，因缘而现。

我们了解了这些，这一切东西都在支持我们这个无所得的智慧，也就是无碍、轻松的解脱心。这个解脱心，我们通过我们念南无阿弥陀佛能充分认知与运用，使我们这些负累、以为有得失、以为有善恶、强制人我的疲惫人们从那种我执中、对立中、建立中真正休息下来，使我们在生老病死中或者以为有他有我、有亲有疏、有得有失、有大有小的心理疲惫下得到解脱，在这些因缘中得到休息，在这些因缘中行于无碍。

这一句佛号有不可思议的作用，它能安顿一切有情，所以它能揭示清净平等的法性。法性者，展示了无性性的实质，就是法的原来状态。法则，就是万事万

物的表现，它表现在平等的无自性的这样一味、真实的法则上或者法性上。我们审观法性，再称念南无阿弥陀佛，与恶有情“南无阿弥陀佛”，与善有情“南无阿弥陀佛”，与智者“阿弥陀佛”，与愚者“阿弥陀佛”——这一句阿弥陀佛清净、平等、一味。

清净平等贴近于法性的事实，所以我们在称念南无阿弥陀佛之时，法性亦舒展，亦在用佛号中展示出来他的美妙作用，就是清净平等，载负一切，治愈一切众生的心地，令众生心地真正清净平等地安顿下来，远离那些善恶、是非、大小的挣扎。我们不再那个地方挣扎了，它平静下来了，平静下来了，也就清净下来了，它实质的心，也就是清净平等的觉悟，也就是圆满觉，也就是无所障碍地运用世间，就是无所得地运用世间。

我们在这一句佛号的称念中，善观察这三个角度，就能在念佛过程中运用佛所证实的这些道理、这些做法的内容，学会以果地觉来审观世间、运用世间，而逾越世间。运用世间实在是一个不可思议的事情，我们没必要舍离它。

我们称念这一句南无阿弥陀佛的功德，每一个众生若称念、若听闻、若未称念、未听闻，本身亦有这样功德。只是我们通过念佛来把这个功德清晰地运用出来，或者说我们能运用，允许自己运用无所得的自性，允许运用圆满的觉性，允许我们用清净平等安住。因为佛的果地觉回施有休息、安慰众生、给予众生的这种实质内容。

我们人身生下来以后，所有亏欠都要努力去做：未成长的希望成长，未高大的希望高大，未有力的希望有力，未有事业的希望有事业，未有家庭的希望有家庭，未有房子的欲建房子……未有什么就需要做什么，似乎都是这样在作为。但做了以后就享受衰老的业相，然后送到火葬场里，“噗”一喷油，成一个骨灰了，然后家人就放在什么地方、扔在什么地方、埋在什么地方……人人都要这么样一个生老病死的完美的句号。

你看，到那个时间，你所有的有所得最后都得到一个骨灰盒——骨灰盒还是你的子女得到了，不是你得到了。有时候子女也忘了，五十年不忘，一百年也就忘了。真是不可得的！一生这个希求、那个希求，这个亏欠、那个亏欠，到那个时间啥亏欠也不可得了。爱这个恨那个，这个好那个坏，这个大那个小，挣扎了一辈子，那个时间什么也不挣扎了，什么都清净了，什么也都平等了。

我们每一个人都有这样的觉性、这样的法性的事实，或者说无自性的生命的实际状态。佛陀并不给我们附加什么额外的理论、说法，不过是把一切世间的本

质状态告诉我们，让我们随顺着这种本质状态来运用生命，得自在，得方便，乃至得大自在，得究竟方便。这种大自在与究竟方便我们就称为是佛陀者。

我们看到佛陀的三十二相、八十种好、十八不共法、十力、四无畏，乃至无量无边的我们对佛的赞叹，诸佛说法有四十不共法中各行其大善巧运用。这些内容中的所有内容，不过他们就是随顺了法性，随顺了觉性，随顺了无自性，而行于无所障碍，行于圆满，行于清净平等，所以现诸妙相庄严，得以种种自在无碍力。

我们称他的名号实在就是为了唤醒、运用我们人人都拥有的自性、觉性与法性，让我们本来具有的觉性与法性、自性直接在我们生命中、依正二报中运用出来罢了。这个法呢，就是无修修的法、休息的佛法，休息中运用我们原本具有的智慧宝藏——原来本有的觉性、自性、法性，而不是增加什么学问。

所有造作的学问、法界的有为法则在这个地方都没有起到究竟利益我们的事实。唯有这种觉性与法性、自性无碍、圆满、清净地运用，会使我们生命焕出它最耀眼的光明，就是说三十二相八十种好，如佛陀世尊一样。阿罗汉菩萨们是少分用、多分用；我们基本上是无用，无碍的自性、圆满的觉性、清净平等的法性被烦恼分别执著习惯贪欲遮蔽。

我们人人都有像佛一样、菩萨一样、声闻一样的觉性、法性与自性，无亏无欠。但这个烦恼与贪欲、求大求小、求善求恶、分别执著的心，说亲说疏，说人说我，带来了无量无边的苦恼、烦恼、障碍。一旦念这一句“南无阿弥陀佛”，男人念，女人念，智人念，愚人念，圣人念，凡夫念，南方人念，北方人念……大家都在念这个清净平等圆满觉悟无所障碍的三身功德的万德洪名，它给我们展示了平等，展示了清净，展示了圆满的觉悟，展示了一切无所障碍的无自我的自性。

我们这样来审思、来观察、来称念南无阿弥陀佛，念佛的法报化三身，念实相佛，念色身佛，念法身佛，念种种佛的功德庄严，来洗礼心智，令我们心智的自性、法性、觉性如实运用出来，不再受蒙蔽——不再受烦恼业习的蒙蔽、贪嗔痴慢疑诸多恶缘的蒙蔽，那真是与佛相应，念佛成佛！

这个成佛实在是无所成。何以故？无众生业故，众生一切业皆因妄想执著梦幻执持，无常无我。我们真正了解了自性、觉性、法性，则上无佛可得，下无众生可度，中无法可求，唯有自性、法性、觉性在畅明灿烂地作用。所谓作用，就是法界的平等清净，觉性圆满，应化无碍。

那我们真正地来念念觉，念念无所障碍，念念清净平等。清净平等是我们原本具有的，圆满觉悟是我们原本具有的，无所障碍是我们原本具有的，我们把它运用出来，一切对待散坏，所以佛与众生了无可见。

我们这样会得平等清净的如实安住，礼敬一切诸佛，感恩一切众生，就会生起广大智慧慈悲的妙用。这个妙用感动着无量无边的智者、菩萨、声闻、独觉、贤善、世间之人，乃至说恶业痛苦挣扎的人。

那我们这些念佛人就是这些感动者的一个动源，我们在称念这一句“南无阿弥陀佛”清净圆满无碍的名号之时，不自觉地觉悟，觉悟了在觉悟，无利于他人也在利益着他人，无利于自身也在利益着自身。这样的远离造作，就是无量寿；远离对待，就是无量光——无量寿无量光在我们生命原本具有的法性、觉性、自性中起到它的作用，它就再现在法界。

龙树菩萨的四句偈子就是如是说：若人愿作佛，心念阿弥陀，应时即现身，是故我顶礼。现什么身？凡夫身即佛身，佛身即于现行念佛者而成就，无所增减，无所来去，无所凡圣，一时圆明、清净、平等，法味现前。那么事无碍、理无碍在性德与修德上我们真正地感知到、认知到、运用到了无量光无量寿，我们来念“南无阿弥陀佛”会倍感亲切，心地相应。何以故？人人皆有无我的自性，人人皆有圆满的觉性，人人皆有不可思议的清净平等的法性！

在任何一个角度的众生，觉性、法性无一散坏，任何一个阿耨多罗三藐三菩提的诸佛在觉性、自性、法性上不比我们多一丝一毫。若多，就是染著；若多，就会不清净、不圆满、不平等。

我们念这样一个清净平等的圆满觉的名号，对我们每一个称念者、听闻者都是不可思议的印契，就是给我们盖了这样一个印，说我们可以遇事无所得失地观察，受一切世界的支持，我们可以觉悟一切而无所挂碍，我们可以了解一切时处，平等安住，不再起伏于心、高低于心、得失于心，令心安静，令心平和，令心休息。那我们作为一个念佛人会受到极大的不可思议的佛法利益给予，就是果地觉的给予。

这个给予会使我们从无量无边的业海中解放出来，不再沉溺飘荡在业海中，使我们真正得到究竟的解脱、圆满的回归，在清净平等的大地上真正安住下来，不再迷茫于得失、善恶、人我，不在世事中取舍、矛盾、徘徊，就是“南无阿弥陀佛”万德洪名的直下的给予与印契，令心休息，令心平和，令心如实。

所以法本无一法可修，业本无有一业可得，因果如是。什么如是？我们随顺

佛的不可思议究竟圆满的功德得以圆满觉的安住，我们随顺诸佛如来清净法性清净平等的事实能超越一切妄想、执著、虚假的困惑，能使我们在一切实相面前无所障碍，而不去计较于所谓得失、善恶、大小、人我产生诸多徘徊犹豫的障碍、迷失、固化。

这一句佛号的殊胜、难得难闻，不能因为我们在称念，也不能因为我们有这样的实践过程而轻视它，而忽略它，而妄修一个什么得、什么失，责怪自己，以为自己又做恶业等等。我们如实地称念“南无阿弥陀佛”，是真忏悔业障！我们如实地称念“南无阿弥陀佛”，是真正礼敬诸佛！我们真正地这样称念“南无阿弥陀佛”，是供养十方一切如母的有情！是真诚心！是智慧心！里面有极大的方便、善巧及功德！

我们如实地观察、理解、认知，这一句“南无阿弥陀佛”实在是难得、难遇、难闻。我们有时间有因缘就要多称念，就要多思维多观察，阿弥陀佛！

佛愿所使念佛成佛

——平等缘起，凡圣同修，功德一如（20131007）

今天是我们佛七结束的日子。念佛必然成佛，我们既有这个万德洪名的持念、听闻、修持与记忆，在我们成佛进趣上作一个真实的缘起。这个缘起已经告诉了我们所在的法界、所在的环境、所接触的有情：一切念佛人究竟必然会成就无上菩提！

因为我们有这样一个修行实践佛法的殊胜机遇，在我们未来必然会起到他不可思议的作用。念佛成佛是必然的结果。因为身业、口业、意业就原本业分因缘中说，亦复如是，缘佛成佛亦是必然，念佛成佛亦是必然。

我们知道成就圆满阿耨多罗三藐三菩提的甚深利益与功德，诸经中多有宣化。我们常谈到诸佛如来具有十八不共法，具有十力、四无畏、四种无碍智，乃至说教化十方世界有情和十方九界有情无所障碍，度脱一切众生无所障碍，请法、说法、教法乃至分身变化、自在作用力无所障碍。一切诸佛如来得时间空间度脱众生、神通妙用、分身变化种种无尽的妙用善巧，于一世界、百世界、千世界、万世界、无数世界乃至说尘刹世界海中，一切佛可以分身方便，于一众生前实施方便分身教法。

诸佛如来有甚深广大智慧方便。在我们这一期中，世尊释迦文佛在人寿百岁之时降生，来我们人类对称显现，生在迦毗罗卫国，有其母其父，乃至成长，娶妻生子，有这样一个人生的次序，乃至弃位出家，行诸沙门，证得无上菩提，乃至初转法轮，直至最后清净圆满，无不以不可思议的方便力、智慧力、慈悲力利益着无量无边的有情，令无量无边有情归于这样圆满智慧慈悲的功德藏。

我们称念南无阿弥陀佛，阿弥陀佛实是不可思议的法界的教化主，十方诸佛皆称赞彼佛为无量寿佛、无量光佛、无边光佛，乃至无量无边光明名号、威德名号的称谓与礼敬。就是阿弥陀佛的愿力功德所成——设我成佛，十方众生、十方诸佛若不咨嗟称我名者，不取正觉！称其名，我们作为一个普通人称念“南无阿弥陀佛”，用礼敬、赞叹、皈命、供养、忏悔、舍诸烦恼、成就道德善巧这样的祈祷、皈依乃至守护。

一切诸佛如来功德圆满、究竟，无有差别。他们称念“南无阿弥陀佛”，实在是感召于阿弥陀佛这样一个愿力，就是“设我得佛，十方如来，十方诸佛，若

不咨嗟称我名者，不取正觉”。（《佛说无量寿经》法藏比丘第十七愿中说：设我得佛，十方世界无量诸佛不悉咨嗟称我名者，不取正觉。）十方诸佛称念“南无阿弥陀佛”无得无失，只是赞叹阿弥陀佛不可思议的威神、功德、善巧。

一切诸佛也称念南无阿弥陀佛，一切菩萨、声闻、缘觉、圣者莫不如是。如《无量寿经》中所宣化。那么一切称念阿弥陀佛名号功德者，在未来成佛之时，其功德光明威德善巧亦如阿弥陀佛，无二无别。因缘如是，缘佛功德，礼敬赞叹，必然成就这样不可思议的甚深利益。比喻说为百川归海，势在必成。

阿弥陀佛这种不可思议的功德藏在无尽法界中不光感动着十方九界众生，同样感动着十方诸佛世尊！所以说一切诸佛世尊在自己本土，或者说在自身所摄化的世界中，莫不宣化阿弥陀佛甚深光明威德愿力，揭示法界同归这样一个一生令一切众生成就菩提的无上教法的威神善巧，介绍阿弥陀佛的甚深誓愿力。

这种誓愿力偿还、供养于一切众生，令一切众生往生彼国无所障碍。也就是在一切众生在往生彼国的因缘上可以被阿弥陀佛以愿力修持功德的回施予以平满，顺其愿力，必生彼国，究竟安住如来会。阿弥陀佛这种法界教化的事实，他不是一世界、二世界、三世界所摄化，如《观无量寿经》中讲阿弥陀佛身相圆光照照百亿国土等等说法。

因为在无量无际的世界海中、刹土海中、众生业分中，我们作为娑婆世界欲界众生的一分——人类的一分子，若以自己分段死的记忆、意识、智慧来观察，实在是无力的。所以说诸多经典记载了诸佛、菩萨、贤圣、智者不可思议的观察力、境界力、方便力、分化力，来给我们展示诸佛菩萨贤圣所了解的法界，让我们借助诸佛菩萨贤圣无碍的智慧力、观察力、境界力、方便力、分身力、成就力来了解我们所在的无量无边的法界，而不拘于分段死这一段烦恼业障所封闭的业缘中，使我们从这个业缘处得到心灵意识的开阔，拓宽我们狭隘的制约的心智，不再受自身业力或者说我们这个分段死共业分的蒙蔽，得到心灵的解放、意识思维的解放。

我们经常读到说“深入经藏，智慧如海”，这个智慧来自于诸佛菩萨圣者观察力、智慧力、方便力、感知力、成就力所再现出来，记载下来，我们通过文字逐步去了解，突破自身的障碍。

我们称念南无阿弥陀佛亦复如是，使我们极为短暂的人寿百岁这样的生命，了解不可思议累劫中诸佛所成就的功德，随顺诸佛累劫所成就的大愿，解决我们分段死中的制约、障碍、烦恼与无明，照亮我们过现未来一切业相蒙蔽的障碍，

使我们走出这些障碍，得到现行成就。这实在是不可思议的大悲心与功德利益！

我们有机会接触到甚深的佛陀教法，看到这些声闻阿罗汉、贤圣、菩萨们的事迹记载，乃至说历代祖师所传授下来的教法，我们在实践、念诵、了解过程中逐步拓宽了、解放了我们狭隘的被制约的人生的这种现行。

因为我们人生受到五种障碍的制约，贪嗔痴慢疑给我们带来了眼耳鼻舌身意业力的蒙蔽。这个障虽然是人类暂时生存在这个欲界空间的一个福德，同时是障缘，这个障缘使我们不能通达其他法界有情、其他众生生命的心智，生活在一个相对狭隘的心智中。我们通过这些圣者、智者、诸佛教法的实践与了解，突破自以为是的尚未了解的一些障碍。

我们念“南无阿弥陀佛”是逾越了十万亿佛土，仰仗着、借着释迦文佛不可思议的广大自在力，了解阿弥陀佛西方极乐世界这样一个世尊——阿弥陀佛今现在说法，于七宝宫殿中宣化不可思议的教法，接引十方众生往生彼国，以期一生成就无上菩提。

我们称念这一句“南无阿弥陀佛”，渊源实在来自于阿弥陀佛甚深的愿力，来自于阿弥陀佛成佛十劫以来的摄化力，也来自于我们本来具有的法性、自性、觉性——这个共鸣唤醒了我们称念这个摩尼宝号，出生不可思议无量功德的修持与实践。

“南无阿弥陀佛”这个名号是释迦文佛在方等会上，就是佛教最兴盛的一个阶段中所宣化的畅佛本怀、不问自说、普度九界众生的甚深教法。这个甚深的教法无以启问，圆觉菩萨等无以启问，况且一切具足烦恼的烦恼有情呢？世尊不问自说，悲悯世间故，来演畅阿弥陀佛甚深大愿，以期令此阎浮提娑婆世界无力修持之有情得其圆满报德的回施与接引，往生彼国，无所障碍。

“在此娑婆世界修道一日，在他方佛国行道百年”，此话甚深。因为我们这个时代诸善缘稀少、胜缘稀少，成就无上菩提的修持功德因缘更为稀少。我们能遇到正法、善法乃至了义法则，实在是不可思议的！

我们有这样一个了解、认知、实践，皆是佛的愿力促使，亦是我们宿世善缘的成熟。这样聚集的一个善巧，使我们聚集到这个殿堂里来赞颂十方诸佛的功德，来称念阿弥陀佛这样不可思议的愿力名号。称念之时，与其愿力必然有相应的这样一个内涵。

阿弥陀佛这种大愿，若非释迦佛宣化，一切菩萨声闻没办法了达这种甚深大愿。上至等觉妙觉菩萨，往生彼国，下至蝼飞蠕动，亦不遗弃，实在是不可思议！

普摄广化于一切世间，圆成利益一切众生，摄化无方。非假众生业分，但随顺遂入极乐成就。这实在是震撼着无尽无边法界中众生的心智！

所以佛用大愿力宣化，震撼着十方法界。乃至说实践阿弥陀佛在因地发出的愿，就是已经广传于十方法界，在他成就十劫以来，接引了无量无边的十方众生。我们因为称念“南无阿弥陀佛”，亦在其中——若已生，若未生，若当生，皆得不退转阿耨多罗三藐三菩提。如释迦佛授记所说，我们闻到这样的经、这样的教、这样的称念方式，必为阿弥陀佛无碍愿力所摄化。

大家如是审观，如是称念，若在寺庙，若在日常生活中，若默念，若呼吸念，若一念等等，皆得甚深同等利益。这个利益，在未来际一直激荡着我们生命，推动着我们生命，趣向于圆满，趣向于究竟，因为他的动力、摄化力、给予力都是究竟的彻底的！

阿弥陀佛成佛十劫以来，经典上有广泛记载，称念弥陀名者无量无边。如《无量寿经》中授记我们这个国土有六十七亿不退转菩萨当生彼国，小行菩萨及修行少功德者往生彼国不可称谓，其数量是无以计算言说到的。我们在这个甚深不可思议的名号功德感召下，会启迪我们甚深不可思议的觉悟心智，在我们人生相续中慢慢会展示出他不可思议的威神、功德、善巧。

阿弥陀佛的名号大家能持诵，会感动我们周边世界，或者说由这个持诵而普利着十方九界众生。凡夫称念亦复如是，是名号功德，因佛愿力而成就故。凡夫有情，像一个普通的孩子拿一个手枪，打出一发子弹，与大人拿手枪打子弹是一样的力度。一个成年人按一个电钮，发射一个原子弹、一个氢弹，一个孩子要去按这个电钮，都是一样的作用。

我们称念这一句“南无阿弥陀佛”这个愿力成就的万德洪名的功德，是菩萨，是贤圣，是普通有情，是愚痴有情，是罪恶有情等，功德一如，皆能回于九界，令听闻者善根增长，善根成熟，乃至证得菩提。

所以我们能称念南无阿弥陀佛，功德不可思议！在未来相续的生命与作为中，我们必然被弥陀愿力功德所养育、所摄化，乃至圆满菩提，是这种必然的进趣。那我们在日常生活中称念弥陀、忆念弥陀，实在是可行、应行、必行的法则。

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