



林鈺堂博士

勸念佛

琇瑩敬題



勸念佛

林鈺堂博士

目 錄

勸念佛	1
淨土五經會通（第四十六次演講）	
第一天	20
第二天	41
第三天	65
淨土五經會通（第四十七次演講）	
第一天	82
第二天	102
與基督徒談佛法	120
陳上師〈淨土五經會通〉四十八講滿願記	143
菩提種子	148
一路談「一」	149
心氣合一的念佛妙法	153
談念佛	154
 附錄	
初聞〈五會念佛〉感應記周鳳五教授	160
閱《勸念佛》有感 劉欣如教授	161
 《勸念佛》第八版後記	165

勸念佛

林鈺堂居士在一九八九年二月十九日

講於美國加州奧克蘭市佛光寺

筆錄：淨洲居士

校訂：林鈺堂居士

一九九〇年十月蒙夏威夷大學白慧貞教授潤飾，再由陳純真女居士修繕。

今天演講的主要目的，就是勸大家念佛。其實在座的很多佛友都已經在修持念佛了，所以我也會講到念佛的方法。在開始修念佛之前，我們先要有一個動機：為什麼要念佛呢？這要從「無常」講起。佛、菩薩教導我們要看清「無常」這個事實。世間的一切，你若仔細地去看，沒有一件是不會變的；我們心裡的念頭，也是時時刻刻在變化的。你若再看得長遠些，我們小時候的想法，跟中年、老年時的想法又都不同，都無時不在變化。但是在日常生活中，我們卻完全忽略了「無常」這個事實，因為在一個社會裡，大家共同生活著，總會去假定有一些事情是一成不變的。比如你說，某某是個「怎樣怎樣」的人，或是你以為某人是什麼職業，就只會做那個範圍的事；於是我們的想法便會和事實有一些偏差。舉一個例子，也許你有一次在朋友家說：「橘子很好吃。」以後你每次來，他就想起你是喜歡吃橘子的，便拿橘子請你，其實你可能正想吃的是蘋果。我們在日常生活上，便是常常把人定位了，以為他一定就是那個樣子，而沒有覺察到，實際上是有意義變化的。

剛才講的只是些小事情，還有較大的。比方說，我們往往假定一切總是如常；所以，當發生一個重大變化時，我們便很難適應。好比早晨出門時，你心想：我現在開車是要去上班。哪知路上出了車禍，你不但忙了半天處理事情，而且心裡很懊惱，過了很久也還放不下；如此一來，你的情緒就更增加了事故本身的困難。你若能看清事情本來無常，就不會去擔心這個，擔心那個，因為事情的演變，往往是你意想不到的。等到事後想起來，你會發現，原來的那些煩惱，其實都是多餘的。

看清「無常」還有一個好處。往往我們在事情來時，不能應變，都是因為觀念太死的緣故。若能先看清一切本來是無常，不一定，會變的，那麼，你就比較容易活潑起來，遇到事情時，也比較容易去應變。

「無常」的例子還有很多。從我們比較切身的問題講起，就是佛、菩薩所講的「生、老、病、死」的問題。我們無法常保健康的身體，因為有「生病」的問題；生了病，當然就很苦。「老」的問題呢？除了年輕輕就走的人，沒有這個問題外，大家都是免不了的。當我們一天天地老去時，身體漸漸變得虛弱，行動愈來愈不方便，有的人甚至連記憶都喪失了。「老」雖然是個問題，但最大的卻是隨之而來的，誰也免不了的，「死」的問題。我們平常都忌諱談它，也很少仔細想過。分析來說，「死」有好幾方面：

第一、「一定會死」。除了一些有很高修行的人，傳記上說，他們已修到「即身成佛」，也就是「無死」的境界。有一些人可以修到很長的壽命，但還是會死。就我們普通人來講，那是「一定會死」的。只是對於這個「一定」要來的事情，我們並沒有先想好處理的方法；而對於一些「不一定」的事情，我們卻花很多時間在憂慮。比方說，很多人為兒女的婚事煩惱。關心固然是好，但是擔心並不能解決問題。你如果看多了就知道，結了婚不一定就比較好。像這樣不一定的事，我們往往煩惱得太多，而「死」這個一定的事，卻沒有仔細地去想。有些人年紀大了，會先想買塊墳地、選好棺木、立下遺囑。他想的這些問題雖然很貼切，不過，我想這是體貼了要替他辦後事的人；更深一點的問題有沒有去想呢？譬如：死的時候，能不能很平安地去？面對死亡的時候，能不能很安詳？像這些真正切身的問題，該如何解決呢？等一下我們會細說佛法所教的解決之道。

第二、「不知道什麼時候會死」。但是我們很少想到這一點，腦裡擔心的都是別的事情。實際上，「死」是隨時可能到來的，而我們卻不早點做準備。大家都想著：「等我退休以後，再修吧！或是等我把這事、那事解決了，再修吧！」然而有些人卻等不到那些時候，就走了。人們往往對生命有個錯誤的想法：年紀輕的以為快要走的是那些上了年紀的人，卻不知黃泉路上無老少；而年紀大的經常是很悲觀地以為自己已經沒有什麼前途，不必再做什麼了。但是，我讀過一本書，是個英國老人在八十歲時寫的。他說他在七十歲時曾想：「這輩子什麼都經歷過了，再來還有什麼可看的呢？」沒想到二次大戰隨即展開，他住在倫敦，一天到晚得躲警報。他說：「我實在沒料到，後來這幾年的日子，比我前面七十年都還要緊張！」所以，年紀大了還是可以做些事情，努力修行。

第三、「死的時候很孤立」。我們生病的時候，儘管只有自己能夠覺受病痛，卻還能感受到別人的幫助，諸如醫生給我們治病，家人的照顧，以及朋友的探望等，所以還不太覺得「我是一個人在承擔受苦的。」然而，在死亡的過程中，你就是絕對的孤立，誰都不能幫你的。當你生病的時候，還可以告訴別人：「這樣子我不舒服；那樣子好些。」可是在經歷死亡過程的時候，沒有人能和你溝通，也無法幫助你。看你的大、小便流出來，他便趕快要幫你擦，卻不知在那個時候，任何的碰觸都會讓你難過；也就是說，別人愈是關心你，反而愈使你痛苦。所以，臨死的時候，特別感覺孤立，一方面苦痛和冤家紛紛聚攏，另一方面你所喜愛的卻一樣也帶不走。

方才我們對「死」做了幾點分析。我們為什麼要談「死」？有什麼好處呢？首先，在我們處理一件事情的時候，如果只看一面，而沒有顧慮到另一面時，做起來一定不容易圓滿；同理，當我們看人生時，如果「生」也看到，「死」也看到，才可以有較平衡的想法。譬如，我們前面提到的「一定會死」這件事；當你過完一天時，若從「生」這邊看來，你會說：「我又多活了一天。」但若從「死」那邊看來，則要說：「我更接近『死』一天了。」你不能只從「生」那邊看，好像生命永無止境；其實「多一天就更接近一天」，你這麼想時，就會警惕了，知道「死」這個事情是不能不去考慮的。

其次，我們生活裡做事總有計劃，預計某個時候要完成工作，然而「死」一來，事情沒做完，也是完了。如果我們能看清「死是不知道什麼時候會來的」，就比較不會被事情綁得很難過。有時候，事情的結局，不是你原來所想的；有時就是這樣：「不完也得完」。所以，不要讓某些事情在心裡給你太大的壓力和煩惱，要從「生、死」兩面去看，什麼時候走都不知道，何必那麼窮緊張。

還有，「死的時候很孤立」，一切都非放下不可。原來你可能覺得「這個也放不下，那個也放不下」；瞭解了「孤立」這一點後，你就比較容易練習著說：「我現在這個也可以放下，那個也可以放下」。

人們雖然吃得飽，穿得暖，晚上有個地方可以睡得舒服，心裡卻還有許多煩惱。譬如，在這個富裕而國內又沒有戰爭的美國，根據德州一個大學調

查的結果，有百分之二十的青少年曾經想要自殺或殘害自己。這表示他們的心裡很空虛，有很大的問題無法解決，而走上這條錯路。此外，很多人一有錢，就把錢花在吸毒上，又變成一個很大的問題。這些現象的背後，皆在於人們心裡有問題而沒有解決。現在講這些，主要是希望大家先了解這類社會問題的基本原因，然後我們再來談「念佛」如何解決這些問題，俾使大家能了解念佛的重要。

剛才我們說如果能「也看生，也看死」，便可得「平衡看的好處」。除此之外，還有一個「局外反省的好處」。俗語說：「當局者迷，旁觀者清。」平常我們種種煩惱從不停息，是因為我們在社會上所扮演的種種角色，每一種都有它的問題，家庭的、社會的，再加上個人還有健康、情緒上的問題。當我們深陷在個人情況和社會環境所帶來的苦惱中時，若不知道該如何解決，就會覺得很難過。然而，你若能從「死」那邊來看，也就是說，暫時離開你現在的情況，從局外來看，那麼你就「旁觀者清」，容易看出一些基本道理來。

首先，從「一定死」這點來看，你就可以做一個整體的反省：「我這一生到底有什麼意義？如果我現在忽然走了，那麼這一生到現在為止，到底做了什麼？」當你這樣問自己時，往往會覺得很茫然；有的人甚至沒有仔細想過這個問題，就一輩子糊塗地過去了。小的時候，別人叫你做什麼，就做什麼；大了，又被社會綁住，沒有很多選擇。而所做的事，你也很少仔細去考量：「做這些事情的後果是怎麼樣？」所以，想「無常」使我們能對人生的意義，有一個檢討。現在不管你覺得自己是多重要，若到墳場一看，你就知道，將來自己也只是一塊地，一座碑而已。等再過個一百年，親友也都不在了，也就沒有人再來祭拜、懷念你了。其實，你活著、走了，世界還是差不多，差不多的。雖然如此，人生卻也可以有很好的意義，可以過得很快樂。因此，我們值得去做「旁觀」的反省，讓自己跳出局外來反省。

其次，既然我們無法料到什麼時候要走，也許就是下一刻得走，那麼，我們應該反省：「我此刻所做的事情，有沒有意義？」如果我們能對「無常」這麼警覺，在做人事處上就可以有兩方面的改進：一方面是容易對人感恩。因為別人也和你一樣隨時可能會走，他現在幫你忙，也就是拿他這段生命，不為自己，不為家人，而全奉獻給你。就像郵差給你送信，當他

冒著大風雨來的時候，他有可能被閃電擊死，甚至可能被水沖走。你若從「無常」來看，心裡就很感激他，因為他是冒著生命危險來為你服務的。另一方面，「無常觀」使我們不再為許多事情而計較。比方說，同事之間常會為一些事情而爭執，因為大家都沒想到無常，以為都還會活很久，所以覺得值得去為一些事情斤斤計較。你若想到：「也許明天就彼此見不到了，大家今天能夠在一起，已經很不容易，有什麼好吵的呢？他以前對我很好，幫過我許多忙的」；這樣你就容易放得開了。有時候人是很苦啊！煩惱的時候，你要這麼想：「如果我現在就得走，這樣痛苦有什麼意思呢？難道我這輩子就是為這個嗎？」當你為一件事而煩惱時，往往就忘了其它很多事；你忘了父母很愛你，對你的養育之恩，還有家人對你的關心。這麼一想，你對小的事情就放得開，自己也覺得比較好過一些，大家相處也能融洽。

關於「孤立」這一點，剛才我們講過，死的時候每個人都是很孤立的。嚴格探討起來，一個人一輩子都只是自己的經驗，別人是無法取代的。在這個意義上，每一個人都是很孤立的。這樣想的時候，就容易有同情心，因為你知道別人也是很孤立啊，你就比較不會跟人糾纏，甚至願意去幫助他人。

現在我們來談談關於死的種類。死有很多種，平常講最好的就是「壽終正寢」，也就是能夠安詳的死去；其實這也不一定就好。因為睡覺中走的，迷迷糊糊，自己並不能控制往哪裡去，全憑宿昔為人處世的因果，做的好事多，就往好的地方生去；做的壞事多，就往壞的地方去。所以在床上睡著走的，比起念佛往生的，較不穩靠。

其它的死法，就更有問題了。比方說「病死」，從修行上來看，病死，有的好，有的不好。通常生病到最後時，根本就是苦。你沒有辦法念佛，只有折磨。這樣子去的，當然不好。不過有的病，像肺結核，是慢慢地走，慢慢地苦，所以還可念佛；這種病比起那種不能念佛的病，還算可以利用機會來修行，算是好一點的。

那麼「橫死」呢？橫死包括遭遇天災，如地震、水災、火災、風災；還有世間的意外事故，如車禍、槍殺等等。當你這樣看的時候，你會想：有這麼多種可能的死法，什麼時候會遇上哪一種，也不知道。

至於死會遇到哪一種，從佛法的觀點來講，當然是靠「因果」來決定，但不一定是你這一輩子所造下的因。如果你是屬於黑社會圈子裡的，那被槍殺或放火燒死的機會自然比別人多，這顯然是這輩子惹上的。然而，有時候我們卻看到好人不得善終，那就不是這輩子的報應了；有時是很多生以前種下的因，到現在才爆發出來的。那麼，有沒有辦法消掉惡業呢？可不可能大的化小，小的化無呢？有的，要靠佛法。

現在，我們要來看看「念佛」如何幫助我們面對死亡的時刻。首先，我們說「一定會死」。那麼死了以後，是不是就沒有事情了？不是；死後就要轉生。好事做得多，念佛念得好的人，佛、菩薩會把他接到極樂世界去，這樣是最好的結局。因為不管你是做好事而轉生天、生人，或者是做惡事而墮落到畜生、餓鬼道去，你的輪迴都是沒有止盡的。比方說，做很多好事而生天的，他雖是享受很大的福報，但是他那福報銀行裡的存款用盡後，也就墮落下來了，這種輪轉是沒有停息的。而墮落成畜牲的呢，不但沒有像人的頭腦，知道學佛法、做好事，往往還要任人宰割。所以，墮落以後要上來，是很不容易的。而且地獄裡的一天，就等於我們這裡的好幾年；何時才得超生啊？我們在人間已有那麼多的苦，更何況在其它惡道裡頭輪迴。但是，如果能往生，就很不一樣了；因為佛、菩薩的願力使你永遠不再輪迴。在極樂世界裡，佛、菩薩自己來教你。你的身體已不是這種物質的身體；穿的、吃的都是你想什麼，最好的就來了。等你吃完、用完，它們又自然消失，不用你去清洗。在這樣好的環境裡，佛、菩薩慢慢地教導，直到每一個人人都成菩薩、成佛。然後回來人道、天道、其他道去教化眾生，幫助大家也去到淨土。所以，雖然是「必死」，若能依照佛法的教導來做，死了以後，就能超脫輪迴，得到很大的好處。

其次，死的時間本來是很難預料的，可是我們卻在一些傳記裡發現，很多念佛念得好的人，佛、菩薩會先告訴他往生的時期，到時他業報一了，佛、菩薩就來接他。這麼一來，他便可以先安排後事，跟親戚朋友一一告別；時候到了，便很安詳地走，而同時也幫助別人堅定念佛的信心。這樣走的，和我們方才所講的「壽終正寢」比起來，不是更好嗎？一般「壽終正寢」的，不但自己不預知時間，不易安排後事，最重要的是，他無法超出輪迴。反觀預知時至的，他自己有把握，就很安詳，不像別人，走都是很難過的；而且他要去的，是更好的地方，心裡只有快樂。我們遇到這種往生的人，不必替他難過，反該羨慕他。

再來，我們說「死的時候是很孤立的」。念佛念得好的，到時就直接到西方淨土去；好事做多的，直接生天；壞事做多的，直接下地獄；這些是不用講的。至於我們一般人呢，總是先到閻羅王那裡去，聽他公平的判決，然後就投胎轉生去了。但是，如果你現在開始好好念佛，到時候你就不會孤立；為什麼呢？第一、你會見到佛、菩薩都來接你了，你就能很安心、很快樂地去，所以你不孤立。第二、平常你幫別人念佛，到了你生病、臨終時，佛友們也會來幫你助念；尤其他們都知道，這時候若搬動你，會使你痛苦，所以也不會來煩擾你；這樣你不但不孤單，而且能平靜地走。第三、佛友幫你助念有很多好處。本來你因為念佛、做佛事而能往生西方，但也許只能進西方的小學、中學；現在有人助念，使得你的成績提高了，就能直接升入大學。因為一切是無限的一體，所以別人的助念會直接生效；這樣你就不孤立了。第四、如果我們在世時，每天晚上施食給鬼，或者有時候去墳場念佛，與鬼結緣；到你死的時候，那些不希望你往生的冤家債主鬼魂會來吵鬧，因為你一往生，他們就沒法討債了。這時候，如果有人念佛，他們就沒有辦法阻擾你。此外，普通人看不到鬼，無法幫你忙；就是看得到，也沒辦法去阻擋。但是你平日結緣的那些鬼，就可以幫你的忙，因為他們是同一類的，可以幫你擋；這樣，你臨終時就多一層保護。所以，你到時候就不孤立了。

以上這些是從「無常」來講。「無常」是很重要的觀念，若不是這樣想的話，會覺得「念佛」這件事，和日常生活相隔太遠。但是，如果你從「無常」來看，就知道「死」是隨時切身的一個大問題，所以「念佛」是我們每天面對死亡的助力。有這樣的體認，你每天做功課時，就會很認真了。通常我們佛課做久習慣了，可能就馬虎了；一邊念，一邊心裡又想東想西去了。念起無常，你做早課時就想：「我等一下去上班，今天晚上也不一定能回來。」做晚課時就想：「今天晚上躺下去睡覺，明天早上也不一定能起來。」這樣警惕自己，做佛課就不會馬虎了。

還有一個要講的是「因果」。你若瞭解了「因果」，不但平常的這些煩惱會減少，念佛也會更努力；為什麼呢？「因果」的基本意義是：「種瓜得瓜，種豆得豆」，「一分努力，一分收穫」。這裡頭有兩方面意義：一方面是從「輪迴」來看，因果包括「宿命」的觀念。為什麼有的生做人，有的生做畜牲？為什麼同樣是人，有的聰明，有的愚笨？為什麼有的人生來環境好，樣樣事都很順利；有的就是環境差，做什麼都不順遂？從佛法來

講，這都是因為過去生的業啊！過去生所做的事情，大體看來，夠好，就轉生為人；再仔細來看，一件一件小事都依善而行的，他將來的環境就好；反之，就不好。這些都是一分一毫不會有錯誤的。另一方面，「因果」並不就是「定命」。如果命已定了，那我們為什麼還要努力念佛求往生呢？是不是宿命已經定了，就無法改變呢？不是這樣的。雖然過去做的已經定了，但是影響將來的，還包括你現在新造的因。依照「因果」的道理，已經發生的事，沒有辦法去改；但還沒兌現的果報，卻可因為你現在做了好事，而有可能改變。

舉例來說，生病的時候，要求康復，最快速的方法，就是「放生」。因為放生就好像我們使用現金，馬上見效；不像流通經書，那個也一樣能幫助別人，只是要別人得到好處，時效上較慢，因為別人拿到了一本你所流通的經書後，不曉得什麼時候才真的讀了。讀了以後，又不知道什麼時候才慢慢開始修行，因此這是長遠的事。但不是說這就不值得做，當然也是非做不可，只是它的成效是長遠的、慢慢的；而放生不一樣的地方是，這裡有個生命快要被宰，你硬是花了錢、花了時間把牠買下來，放到安全的地方去，你馬上便已完成了一件好事。所以在緊急的時候，想要改變業報，就是去放生。

以上講的這些道理，如何來幫助我們減輕煩惱呢？比方說，很多人年紀大了，你勸他要念佛啊！他還是說：「我有很多事情放不下：兒子尚未娶，女兒也還沒嫁；這事、那事沒解決……」很多像這樣的煩惱。客觀來看，不是光和他講：「你不要煩惱這些！」他就不煩惱了。你要教他怎麼看事情，才容易看得開。譬如就看看明朝的頭一個皇帝吧！朱元璋很小的時候，父母就死了，他沒地方吃飯，就跑到廟裡去；是為了吃飯，才去當沙彌的。這樣的孤兒，後來竟能打出一個天下，照一般講，他可真是不得了。所以大可不必替兒女煩惱，他要是真行的話，即使父母早都走了，也還是會有自己的前途。而且一個人的事情，並不是只涉及他個人，還有共業的關係；怎麼說呢？每一個朝代總有個末代皇帝，那個皇帝蒙祖先把天下交給他，也不見得是因為他這個人很差，但是時候到了，情勢逼人，皇帝也無能為力，只有改朝換代了。像這樣來看時，就知道不必太操心。做父母的關心子女是自然的，但是有很多事情是我們沒有辦法管的，甚至不管還好些，所以要看得開，放得下。

很多人為兒女的婚事著急，但是他們結婚之後，也不一定都很美滿。人生本來沒有什麼保障，就算你給子女安排了很好的環境，他的身體是否能永遠保持得好呢？不論什麼事都沒有一定的。你真正要幫助他，其實是要教他（就是我們自己也應該這樣想）：人生是有高有低，有順境也有逆境的，重點不是在於整天想得順境，這其實也是不大可能的，因為有共業在，又有以前的宿業在。但是，如果你懂佛法，你就知道可以修行、念佛、做好事來改變境遇；漸漸地順境會增加，逆境會減少；惡業大的會變小，小的就沒有了。而另一方面，更基本的是，藉著修習佛法，你可以改進你為人處世的態度，你變得比較看得開，不執著，而努力做好事。這麼一來，即使境遇有高有低，你也會一直是快樂的、心安的。這樣的教導才是最重要的；否則，你以為做的是幫子女的事，往往卻是害了他。比方說，你為他找來婚姻的對象，你以為那個人是好的，有時候偏偏就是推他的冤家進來，兩個人在一起，就是不停地爭鬧；這類的例子很多。所以，世間的事不要太勉強——你以為是好的，不一定真的好。唯一能保證證好的，就是自己的心地要好、做好事，那麼，最後的結果就一定是好。很多事眼前看來，你是「吃虧」了，像個「傻瓜」，那也沒關係，只要真誠這樣做下去，自己一輩子心裡很舒坦，也使周圍的人得到你的好處，這個才是你真的可以掌握的事。

這些都和因果的道理有關係，就是「一分努力，一分收穫」。有的人做了一點點法務，其實只是「九牛一毛」的奉獻，就講得不得了，好像他做得到的都做了。可是他向佛祈求的，卻都是一些大得不得了的事：不管多麼嚴重的病，就像末期癌症也想求好轉；或者已經八十歲了，就希望活到一百歲，諸如此類的事。佛是很慈悲的，總是設法幫助你，但是佛不是只照顧你一個人啊，千千萬萬的人都在求啊！祂總是得公平啊！所以，我們自己要想清楚「因果不壞」的道理，你要求好的，就是幾分努力，幾分收穫；你儘管只問耕耘，不問收穫，雖有時節因緣的遲速，但「因果相當」是絲毫不爽的。

還有很重要的一點是：我們不止是做好人、存好心、做好事，更要仔細研究如何才是真正地、徹底地幫助別人，最根本的就是解決「輪迴」的問題；因為即使你幫了他這輩子，卻不一定能幫他下輩子。如果你能教他念佛、學佛，才是幫他徹底地去解決永遠的問題；這才是最根本的。就是做一件小小的好事，比方說人家口渴時，倒一杯茶給他；我們怎樣才能把這

些平常做的好事，跟永久徹底解脫輪迴的事情連結起來呢？你就想：這杯茶先供給佛、菩薩——你不一定是跑到佛堂去上供，只是手裡拿著，心裡想：「這個是供了佛、菩薩的。」佛、菩薩是很慈悲的，你供過的東西，祂全部把它變成甘露回給你了。我們因為修行程度不夠，看不到這種變化；要是修行程度高了，是可以感覺這個茶喝起來不一樣。你把茶先供了佛再給人，這個人就喝到甘露，與佛結了緣。這是非常重要的，因為，像生在美國的人，能有幾個真的聽過佛的名字，看過佛的慈容？他們本來與佛是無緣的。所謂「佛力不可思議；眾生的業力也是不可思議」，就是說，佛的救渡事業，也要依照「因緣果報」的宇宙真理，也就是所有的東西都是在某種條件下，有某種結果。佛要救一個人，就一定先要跟這人有個關係。比方說，我要勸你，總是你得先肯聽我的，那麼我才有辦法勸你；你要是不肯聽我的，我勸你也沒有用。同理，這個人本來可能跟佛完全沒有任何緣，佛雖然希望救他，但是很難，因為沒有緣；現在，我們把這杯茶先供了佛，使它變成佛的甘露，那麼，這人喝了佛的甘露，就與佛結了緣。即使這一輩子沒有馬上渡到他，將來佛一定有機會來渡他，所以結佛緣是很重要的。

另外還有一個很重要的，就是我們修淨土的，要懂得迴向往生。淨土宗的主經裡，提到哪些人是可以往生的，其中包括平生做好事、孝順父母、努力服務，做種種好事的；但是，他們還要懂得「迴向」。當一個人相信真的有西方極樂世界，有阿彌陀佛，並且阿彌陀佛的力量到時候真的可以把我們救過去，他就發心願意往生。因為他知道，往生之後，所有問題就都解決了；否則墮入輪迴，誰能保證你哪一天變成牛、變成豬，一下子就被宰了。當人發心求往生時，做任何好事之後，都要迴向到「往生」這件事上。本來做好事有好報，一輩子做了許多好事，將來不是生做天人，就是生做人；但是現在一做完好事，馬上就要把這件事的福報，轉成使眾生都可以往生極樂世界，將來都可成佛的淨因。我們自己當然也是眾生之一。你只要這樣一想，這個事情就由一個善事的善因，本來應該只是得善果的，經過「迴向」，而變成了淨業的淨因，將來可以得到淨果，也就是成了往生西方極樂世界的助因；所以「迴向」十分重要。在這裡我們就學到了怎樣使平常做的好事，都變成跟佛、菩薩有了關係。

知道了這些之後，接著要來講的，就是要勸人家念佛。眾生有很多種資質，程度不一樣，喜好也不一樣，所以佛、菩薩就依個別情況，教授不同

法門；因此，佛法裡有很多不同的修法。當我們要選一個法門來修時，要自己斟酌一下：「什麼是我真能做到的？」如果有不是真的做得到的，而只是在表面上修一修，那就得不到修該法的好處；雖是結了緣也好，但是得不到真正的法果。比方說密宗、禪宗這一類的，在我看來，都是要放下一切，專門去修行的，才可能得到那裡面的東西。因為修這些法門，都是先要懂很微妙的佛理，然後才在那個理解的基礎上配合習定等等的修法，慢慢才能深入，所以不是一般人可以做得到的。我們普通人大多要上班、做家事，上完班後時間和精力就很少了，家裡的事情又還有一大堆，像這樣的人該選什麼法來修呢？我認為就是走「念佛」這條路。

所謂「念佛」，並不是說大家都非念「阿彌陀佛」不可。在我們修行的過程中，頭一層的功課叫做「念誦」。比方說，你已經習慣念某一句佛號，或持某一個咒，那你就一輩子持誦到底，而不用擔心說：「我念了『觀世音』，沒有念『阿彌陀佛』，是不是祂會不高興啊？」佛、菩薩沒有這種念頭，你念哪一個都一樣。你若念「彌勒佛」慣了，還是就念那個。道理是這樣的：頭一個，這個方法是很厲害的，因為我們人的指揮中心，是心裡這個念頭。本來你整天想的都是世間的事情，若要你能夠從原來世間的那一套想法裡走出來，是很不容易的。佛、菩薩教的這個方法，就是要把你從這個指揮中心一步一步地拉出來。當你正在念佛的時候，佛也在給你加持；「加持」好比心靈的充電，只要你相信佛，就會得到那個好處；你不很信地念，領到的加持就弱很多，所以信心是很重要的。信心當然不是很容易培養起來的，但是我可以保證，你要是努力做去，慢慢會得到感應，你就知道這個不假。

其次，這個方法可以生效的原理，也是利用習慣的力量。本來你內心是很煩惱的，整天想的都是自己怎麼樣、兒女怎麼樣、我的一些事情怎樣了……；你一直都是在和自己有關的一個小圈子裡團團轉，甚至想要停止不想都不行，有時尚且失眠、引起高血壓、胃潰瘍等病症而變成一個嚴重的問題！這是因為幾十年這樣纏慣了，我們的心力已經習慣如此地照顧這些念頭。那麼，唯一能夠使你鬆掉的方法，就是把這個心力轉移。當你現在念「阿彌陀佛」時，一方面領受了祂的加持，另一方面就是要靠習慣的力量，慢慢把你的心力移轉過來，所以你要經常多念佛號。這個完全靠習慣累積出力量，就像練單槓、長跑，練久了就愈拉愈多，愈跑愈遠。這樣有什麼好處呢？比方說，你遇到意外時，往往心裡會亂起來，因為你沒料

想過；若再加上情緒混亂，就更麻煩。但是，如果你平常念佛已經念到稍微有點力量了，遇事時只要記得念佛，就能一下子把你從煩惱裡面拉出來。念佛還沒念到很深時，就能這樣，要是真的念得深了，把心力都已轉移過來了，那麼另一邊就都鬆掉了。因為你這邊念一分，那邊就鬆掉一分；念久了，那邊根本就沒有了。所以，即使遇到一個很大的變故，你還是能很安詳、很鎮定地用頭腦去想，把事情處理得有條不紊。這樣不但自己可以保全，還可以鎮定下來真正地幫助別人；否則只是讓自己陷在慌亂中，結果是亂搞一場。知道這個道理後，就要努力念佛，慢慢心裡就會得平安。

現代人有很多病痛，如心臟病、胃病、高血壓等，這類的病是怎麼來的呢？大多因為一個人在社會裡承受很大的壓力：家庭有家庭的問題，工作有工作的問題，個人又有個人的問題……，種種糾纏在一起。當你承受不了這些壓力時，那些病就都來了。你開始念佛時，不易覺得它的功用，要是好好念上幾個月後，就會感到身體鬆了。所以，這個不只是心理上的問題得到解決，甚至能救你一條命；因為你如果生活緊張，壽命就會減短。

此外，念佛還可以消災。有時候我們會看到好人碰到不順的境遇，這是為什麼呢？很多都是宿生的業報；然而，這些宿業是可以靠念佛來消抵的。而且，當你遇到逆境時，如果心裡也亂起來，那麼「忙中有錯」，情況會愈演愈糟。你若能心裡保持清醒，就可以避免很多不必要的麻煩。比方說，你心裡正煩的時候，一點小事就可以使你爆發起來，若此時是跟上司爭執，你也許就被開除了。如果心裡沒有堆積小事，心中常保平和，那麼遇到小麻煩時，也不會因之而惹出大事情來。「念佛」就是等於時時清掉心中雜亂的小事。

念佛的方法，最主要的就是維持一個「定課」。選擇在早上，或晚上，一天一次，或者早、晚各做一次一定的功課。最好能夠設起自己的一個小佛堂。我今天正好帶來一份剛印出來的〈佛壇陳設簡說〉；你參考那本書，就知道佛像該怎麼擺，要供哪些物品，供品怎麼更換等等，這些我都詳細寫出來了。佛壇設起後，你就每天做一定的佛課；在座很多位都已經會念傳統的「朝暮課誦」了。如果有人還沒有學這個傳統的佛課，或沒有太多的時間可以做這個佛課，可以考慮選用我所編的《淨業朝暮課誦讀本》。這是針對我們現代人生活忙碌、時間不多，而編輯的精要佛課。這份佛課

是以西方三聖為中心；開始修的時候，就觀想你前面空中是西方三聖，三聖的四周，有極樂世界的聖眾圍繞，祂們的外面，又有十方三世的佛、菩薩圍繞著。我們自己這邊呢，雖然只是我一個人，或者我們一家人在修這個功課，卻要想成是全法界的眾生都同時在修。這樣一想，他們也會得到好處；因為基本上佛、菩薩所教的道理，就是「整個法界是一體的」。當你在這裡做功課時，別人雖然不一定會直接感覺得到，其實還是可以得到好處。所以你修時，就想自己的右邊是父親，左邊是母親，前頭是你的親戚、朋友，以及甚至你自己都不知道的宿世冤家債主，所有跟你有關係的人，都在你的前面，大家都向著佛。至於圍在你背後的，頭一圈最靠近你的是最需要幫助的，也就是在地獄裡受苦的眾生；第二圈是餓鬼道的眾生；第三圈是所有畜生；然後再後面是人道的所有眾生；再來是所有的阿修羅；最後是所有的天人。大家都向著佛，一起在做這個功課。你念，他們也念；你拜，他們也拜。這個早、晚課因為是以西方三聖為中心，所以你磕頭的時候，就以西方三聖為主，先向三聖各別磕三個頭，然後向西方極樂世界的全體聖眾再磕三個頭，最後向十方三世佛、菩薩磕三個頭。你每天如果這樣做兩次，一天就磕了三十個頭，這也是一個運動啊！對你的身體也好。

接著就是持咒和讀經。讀的經也是選西方三聖的經典：《阿彌陀經》、觀世音菩薩的〈般若波羅蜜多心經〉，以及《楞嚴經》裡的〈大勢至菩薩圓通章〉；這三個經都很短。這一整個功課也是短短的，重點是在使你每天做慣，目的是配合將來臨終時有助往生。

這個功課最主要的部分，就是念佛。你自己訂一天要念多少，或念珠十圈，或十五圈，也可以從五圈開始，慢慢念久了，力量大了，再逐漸增加，就像慢跑一樣，跑久了就可以跑更多圈。

最後，我們要「迴向」。我擬了一個簡單的迴向文，你也可以作自己的迴向文。重點是要迴向眾生都能修念佛這個法門，將來都能夠往生、成佛。

再來我要講「唱佛」。唱佛是很重要的，一來是因為念佛如果只是理智地念，比如，你聽人家說念佛很好，就試試看，這樣念是有好處，但是很不容易深入；除非是念了很久的人，否則並不容易把心裡的感情也融進去。然而，我們人很奇怪，假如是唱歌，感情很自然就進去了。〈五會念佛〉

就是用「唱」的來「念佛」，它的旋律很美，我們唱著唱著，感情就來了。很多人甚至只是聽到，都會流淚，覺得很感動；這當然也是因為他宿世的佛緣，才會這麼感動。我自己呢，在聽到〈五會念佛〉之前，念佛已經念了幾百萬了，卻覺得感情沒有十分進去，但是一唱起來就很不一樣，感情就自然進入了；所以「唱」很重要。而且，它還有一點特別的功能，你若放給小孩子聽，聽慣了，他也會愛聽，也會跟著唱。本來小孩也有往生的問題，誰能保證小孩子就能活到老呢？所以他也需要念佛啊！況且，我們也想從小就培養他的善根。但是你想勸他念佛，很不容易；打他、罵他，也不是辦法；放這個好聽的歌，他就自然學會了，就很好！

我那裡流通的〈五會念佛〉錄音帶，和一般製作的不大一樣。一般的帶子開始是〈讚佛偈〉，末尾是〈迴向偈〉。這個當然很對，因為它的目的是配合你做早、晚課放的。我的目的則是供你做功夫用的，讓你可以不斷地念佛；所以，我把前後的讚誦及迴向都省略掉，九十分鐘從頭到尾只有念佛不斷，你可以這樣一直放；而這樣一來，臨終助念也方便。我們在美國，佛友不很多，住家相隔大都很遠，到時候要找人來，不容易；如果臨終是拖了好幾天的，也不容易有很多人來輪流助念。那種時候就可以利用這個帶子，只要有個錄音機，問題就解決了。我有一本《簡介五會念佛法門》，裡面詳細地說明了利用這個帶子的方法。

我們修「念佛」，最重要的就是要隨時隨地念。你到銀行要排隊，等公共汽車也要排隊，不管到哪裡都要排隊；你一沒有事情時，與其心裡煩惱東，煩惱西，煩惱那些早就想了一千次、一萬次也還沒解決的問題，不如利用時間，默默念佛，把那些念頭都轉成佛號。就是洗碗時也可以念，洗澡時也可以念，佛、菩薩不會覺得你不恭敬的。上廁所時也可以念，你不要以為不乾淨，你甚至可以觀想：大、小便經過佛力加持，變成甘露，施予餓鬼。餓鬼本來連大、小便都不一定吃得到，現在還能得此好處。還有，你煩惱睡不著時，也可以念佛，或者聽〈五會念佛〉的帶子，都會有幫助；我哄小兒子睡覺，也是放〈五會念佛〉，那個音樂比一般催眠曲還好。

最後我要強調三點跟這個修法有關的：一是「相信」，二是「發願」，三是「迴向」。要相信我們本來是要輪迴的，甚至不曉得何時才能停下。我們有我們的業在，有善業的，最多也只能生天，不能往生西方；有惡業

的，更不用講是會往險惡的方向去。但是你要相信，佛、菩薩的力量真有那麼大、那麼慈悲。你要注意讀經文，上面說：有一些人不但不知道做好事，還專門做壞事，當他臨終的時候，因為前輩子做過好事，居然有這樣的福報，能遇到一個信佛、知佛法的人，為他念了佛名或經名，或者給他講了佛的好處，就因為這個緣，佛、菩薩就慈悲地准他往生了。在《觀經》裡的第十六觀，下品往生的那三類，有些根本自己沒有念佛，只是聽到了佛名就往生了。你看佛是這麼慈悲啊！所以，我們只要相信因果、發好心、做好事，又念佛，又做佛事，那就不必擔心，到時候佛、菩薩一定會接我們去的。我們要相信，佛力可以消業——把我們的業消了，使我們可以去。

然後，就是要「發願」，願往生西方極樂世界。你不要誤會說：「是不是我發願往生，就會早死啊？」不是的！發願往生是希望我這一生業報終了時，能夠超出輪迴，而往佛那裡去。一來，念佛消了業，心裡感到輕鬆，就不會引起高血壓、心臟病、胃病等疾病，身體也就健康起來；因果不壞，你當然長壽。二來，你還可以求長壽，向佛、菩薩祈求說：「我現在念得不夠多、不夠好，希望能活久一些，把佛號念得好一點，往生淨土後就直接進『高級班』，不必從『初級班』開始。而我已經知道念佛的好處，也想勸人來念，請讓我多在這裡活幾年，好多勸一些人念佛。」這樣一講，佛、菩薩也會希望你長壽的。所以念佛求往生，並不是求「早死」，千萬不要誤會了。

最後，就是要記得「迴向」。我們所做的好事，不一定是直接和佛、菩薩有關的法事，記得要把它們都變成跟往生有關，使別人都得到好處，我們自己也得到好處。

我今天就簡單地講到這裡，大家如果有問題，歡迎提出來討論。

〈勸念佛〉演講後，在現場之問題討論

一、因果

問：如何使自己相信「因果」？

答：我想你要仔細地從自己身邊來觀察。雖然很多事情不完全是由於你自己種的因，而是共業的結果，但都是有一個起因。不管是誰，種什麼因，就得什麼果。我不曉得你對「因果」的瞭解有什麼困難？我們一般以科學來解釋現象，科學也離不開「因果」的觀念。如果你不能馬上相信，我覺得也不是個大問題，因為佛所教的修法，只要你照著去試，一定會感覺它的功效。像我剛才說的，念佛久了，身體會鬆下來，我並沒有騙你。我起先也只是讀佛書，禪宗公案讀來讀去，覺得理論頭頭是道，但在生活上，對我好像沒有直接的影響，使我得到好處。這當然不是禪宗不好，而是自己要找一個法門實際去修，實修才會得好處。比方說，你念佛念久了之後，遇到事情時，會覺得比以前輕鬆、自在。這是要到你遇了事情，經驗不同，有了比較之後，才會知道的。那麼，平常沒有事情的時候，你又怎麼知道念佛對你有幫助呢？事實上，念佛久了，你的雜念自然減少，神智會較清明；更重要的是，我們不一定隨時看得到自己潛藏的很多問題，因為病根太深、太糾纏，你無法直接去對付它。平日我以為沒有問題的時候，只是還沒遇到，不是真的沒有問題了。然而「念佛」這個「萬靈丹」卻可以漸漸根治我們的病源。你只要每天念佛，實際上就是慢慢在根治那個病源了；只要你肯試，久了一定會體會的。

二、持咒

問一：你編的《淨業朝暮課誦讀本》中，有三個不常見的咒；是不是要結了印才念？

答：你若知道手印，你結了印當然比較好；你不知道的話，合掌念就可以了。

問二：平時只念咒，不念經；可以嗎？

答：可以。如果你訂的功課包括念經，最好都做。但是功課裡面最基本的是念佛部分。比方說你是持〈大悲咒〉慣的，那麼你最基本的部分，就是持〈大悲咒〉。你要是真的沒空做整套功課，可以就只念〈大悲咒〉。

問三：這三個咒是根據甚麼來的？發音又是怎樣決定的才是標準？

答：三個都是密宗傳的咒。發音則是依據師傅所傳的；所以，有時候不同的派，會傳得不一樣，而且一代傳一代，口音又會變。原來是梵音的，到了西藏，就變成西藏音了。我們平常念誦的〈大悲咒〉、〈往生咒〉，大家都已經知道怎麼念了，就不一定要從師傅那裡傳。但是一些秘密的咒，就要經過師傅的傳授及許可，才會有效果。持咒會有效果，是因為有護法的鬼神在作用，所以主要還是要靠得到師傅的許可，而不是看誰的讀音標準。

問四：我們不是學密的人，是不是應該避免念咒的這一部分？

答：不用避免。因為你採用這個課本，你就是相信了；你相信，就可以照著念。

問五：修淨業就是念這三個咒？其它像〈楞嚴咒〉、〈十小咒〉等是不是也要念？還是……？

答：原則是鼓勵你「多是好」，但是，你要考慮自己的實際情況。鼓勵你「多是好」，是希望你專門來修行啊！然而，你若實際上是做不到的，我覺得你就要「專精」；你甚至可以什麼都不管，就只一句佛號念到底。因為重要的是練出力量，達到一心不亂，這樣臨終的時候，才接得住阿彌陀佛的手。你如果練得不夠，到時候沒有力量，就難往生了。你讀讀看我帶來的那本書：郭醫師寫的《學醫與學佛》。她在醫院裡勸人家念佛，她說，過了這麼多年，真正能夠臨終念佛的，只有兩、三個人。就是平常信佛，也修「念佛」的，到時候不一定能念，因為力量不夠的緣故。很多人最後在醫院裡，病得很苦，很弱了，那時候還能念佛的，都是拚著命在念的；所以平常要多努力。你如果這樣來看，就知道不必貪多，念這個、念那個，重點是在危急時還可以抓得住的。你主要是練力量，力量大是靠練習多，所以「專精」是最重要的。

三、念佛

問一：林博士，將來我們成立「念佛會」，共修的內容應該如何？

答：「念佛會」要訂一個共修的功課，比方說這個《淨業朝暮課誦讀

本》，也可以拿來用，但是重點要放在「念佛」和「唱佛」上。「唱佛」很重要，就是唱〈五會念佛〉。因為一唱起來，大家就容易覺得好像身心都交融了；而且大家來，唱了就會比較快樂。所以，我覺得共修的時候，「唱佛」很重要。你們這裡要成立共修會，我覺得很好，大家可以周末聚一下，但要一定只做這個修行的事情。

問二：如果一個鐘頭的時間，夠不夠？

答：那完全看你們自己有多少時間，以及你們自己訂的功課有多長；你們試一下就知道了。今天照這個做，如果覺得時間太長或太短，調整就是了。

問三：「念佛」共修時，是否從頭至尾不間斷？

答：一般的做法是輪班念。因為如果大家一起念，等一下所有人都累了，就很難繼續；所以分成兩、三班，一班在念的時候，其他人就專心聽。要專心聽也很不容易，因為你要做到不混雜別的念頭。這樣的做法可以持久，又不致念得太累，大家都得好處。

問四：沒聽過〈五會念佛〉的錄音帶。

答：現在我們可以放一下來聽。兩種〈五會念佛〉的帶子我都有，可以給你。一種是早、晚課用的，開始是讚佛，最後是迴向；另外一種是從頭到尾只有〈五會念佛〉重複不斷的。後者可以用來平日做功夫；比方說，你一上汽車就放來聽。隨時有空就聽佛號，是很好的。

問五：修淨土者，佛堂是否應該二十四小時不斷地放佛號錄音帶？

答：能那樣，當然是很好。在《簡介五會念佛法門》中還提議設一個電台，專門只放〈五會念佛〉，那有多好！像你們這樣有組織的，以後也可能做這件事。

問六：我希望放錄音帶，是因為我聽一位法師說：「我們修淨土的，一天二十四小時，佛號最好都不要停。」

答：那是理想地做功課，但是不一定做得到。其實，重要的倒不是在佛堂裡不停地放佛號錄音帶，而是你心裡的佛號能不停，那就不得了了。

問七：我們以念佛為主；如果有一個念佛會，應該選用哪一種課本？《阿彌陀經》也要念，對不對？

答：你們可以自己決定。我編那個課本，就是我的建議；因為那是以三聖為中心，而且也不太長，裡面也包括了《阿彌陀經》。我另外還帶了西方三聖的佛像，大家可以請回去；也有〈佛壇陳設簡說〉，說明如何佈置。

問八：請佛像回家，要不要請師傅開光？

答：有師傅開光，當然好；沒有開光的話，只要誠心拜，佛、菩薩也會來啊。佛、菩薩很慈悲，不跟我們計較那個。

現在大家沒問題，我們就討論到這裡為止。謝謝！

淨土五經會通（第四十六次演講）

講演及校訂：林鈺堂

錄音及整理：羅效平

筆錄初稿：蕭宗欽、陳麗蘭、李堯洲、徐一菁、蘇清車。

一九八九年一月二十七日至二十九日

講於美國佛羅里達州邁阿密市邁阿密佛學社

第一天

我的上師陳老居士在世的時候發過願說：「阿彌陀佛有四十八願，所以我發願要講〈淨土五經會通〉四十八次。」他在一九八七年十一月十三日往生之前，一共講了四十五次；其中三次是派我代表他去講的，還有三次還沒講；這一回是第四十六次。希望在不久的將來，能夠把他的願圓滿。雖然〈淨土五經會通〉有講義，但我在和大家討論的時候，並不是要拿著書來講。我早先寄書來給你們看，是希望你们現在有問題可以問。

我希望做的是什麼？我自己是一邊在研究佛理，一邊在實修。從中體會到，實修的人，理論固然很重要，但理論怎樣變做實際上修的東西呢？當你真正在行動的時候，不可能還抱著一大堆經書，去查該怎麼做；對不對？因此就要設法抓出精要的東西，靠著這些精要原則的指導，我們再實修。所以我要跟大家報告的，也就是這些精要的部分。

大家也都是學佛多年的了，本來不用再談基本佛理，但是這些精要的部分要完整地講，就是要從基本的講起。首先我們要瞭解：佛法並不是一套空洞的理論，然後你被理論迷住了，就在那裡面鑽啊、鑽啊、鑽啊……；這樣佛法跟生活發生不了什麼關係，也起不了什麼好的作用。事實上，佛法不是這樣的；佛理是諸佛、菩薩修行成道的經驗談。因為佛、菩薩有超出我們的經驗，祂們看到我們不懂這些道理，受很多苦，就設法把祂們的經驗總結出一些方法，讓我們照著修習；藉著這些方法，希望能使我們也可以跟祂們一樣，達到佛、菩薩的境界。

那麼，在這裡我們先要談談是不是真的有問題存在；因為佛的教法是：你們有病，就給你們藥、給你們藥方、給你們一個保健的方法，設法要治你

們的病，使你們得到健康的好處。所以我先要講的是，什麼是那個病？佛、菩薩講出來的是「苦」。年青人可能不覺得；你若仔細觀察，你會發覺其實世間充滿了苦。傳統的講法是，生的時候，有生的苦；老了，有老年的苦；生病的時候，有生病的苦；死亡，又是一個苦；有種種的苦。

佛法裡把「苦」分類，一種叫「苦苦」——我們平常以為是苦的，本身就是苦的；這種苦很容易瞭解。比方說，喜歡的人不能在一起，討厭的人偏偏就是碰到了，像這一類的苦。還有，生病的時候很痛，這是大家知道的。一種叫「壞苦」——你現在覺得很快樂，可是這個快樂是不永久的；好景不常，好的一走，苦就來了。好的無法持久；現在看起來是樂的，骨子裡頭還有苦在。還有一種叫「行苦」——反正一切都是會變動，所以沒有保障；沒有保障，就是有苦。你沒有辦法一定得到安樂；不管你得到什麼，總是變來變去，變來變去。這些聽起來覺得好像有點遠，沒有提到我們馬上切身的問題。其實，就我們目前來講，我們每一個人的生活圈子裡，家庭也好，社交也好，工作上的、求職的、學業的……，種種的地方，都有問題，所謂「家家有本難唸的經」就是。加上個人的健康不一定長久，經濟情況不一定保持得好，種種問題混在一起，就變成更多問題了。這是個人方面的問題。

再看看現在的世界，比方墮胎的問題，這是現在嚴重的「生苦」問題。在美國一年打胎打掉的有一百五十萬，在蘇俄更多，一年有六百萬被打掉。而且，在蘇俄頭胎百分之九十都被打掉。在這個時代，我們說科學進步，醫學發達，它的結果是怎樣的呢？古時候也沒辦法墮掉這麼多胎。現在知識很充分，醫學手術很發達、方便，使墮胎變得太容易，很多無辜的生命就死掉了。現在變成到蘇俄去，頭胎兒等於是冤家來的樣子，因為還沒生出來，就被打掉了。

現在進步到能夠利用核能發電固然很好，但也造了很多核子武器。萬一有核戰發生，整個地球就毀掉了；就算沒有核戰，這些利用核能，造核子彈頭，也會造成污染。目前美國有十五處地區都是核能污染的東西堆在那裡；那些東西就是有錢、有時間去清理，都不知何時才能清除得了的；那是不可能清除得了的。大家都知道，海洋也污染得很厲害，到處都有廢物飄來。

美國是富有的國家，你看這些年青人做些什麼事呢？最近德州大學的研究報告，百分之二十的青少年，不是自殺過，就是想過要自殘；另外還有很嚴重的吸毒問題。整個美國，不仔細看，好像人間天堂，是最富裕、最好、沒有戰爭的地方，但實際上有很多問題。而且這些問題有沒有一個有效的解決辦法呢？就是在政治上、經濟上絞盡腦汁想出來的種種方法，一個又一個的使用，這些問題還是無法解決；為什麼呢？

因為我們人做事情，總是在人的範圍內思考——人看到的問題是這樣的，人知道的方法就是這麼多；我們就是這樣對付來、對付去。現在旱災來了，不單是夏天，就是冬天，旱災也還繼續著。目前，科技方面雖然發達，但也沒辦法。只有眼睜睜地看著這世界一步步走向毀滅的道路；怎麼辦？

佛法在研究這個問題的時候，基本上的看法是說，這個世界不是只有人類。佛法講的不只是我們肉眼所能看到的層次；而且也不只是佛法這樣講，印度教也是說有輪迴這件事情。提到輪迴這件事情，平常你要跟人家講的時候，一般所謂的科學家認為這些都是亂編的，甚至歷史的記載，他也不一定相信。他說這是你牽強附會，是宣揚宗教，要騙人……，等等。關於這些問題，西方人也有想要尋求答案的；西方人也有人是想往宗教的方向走。這些學者也開始在注意輪迴這個問題；他們倒不是因為本身是佛教徒，才來做這個研究。比方維吉尼亞大學的史蒂芬生（Ian Stevenson）教授，在他的著作中列出二十個案件，可以佐證有輪迴這回事。在書的前言中提到實際上有六百多個案子，他為了展示各種案例，所以選用的案子裡，有些是證據不很充足的。這個人不是佛教徒，只是做學術研究的；但是，他的案子中，有的證據非常充分，除了輪迴，沒有別的很好的理由可以解釋。

比方印度有個小孩，生出來，到大一點會講話時，跟這一生的父母說：「我原來是在哪裡，是怎樣的家庭……」吵著要回去。開始時家人不相信他，但小孩一直吵；怎麼辦？於是爸爸、媽媽說：「好吧！我們就去看看，是不是真有這回事。」結果連回去時帶的路，都是走的田間小路。到了老地方，就一個一個喊名字，說：「這是我先生，那是我兒子。」又說，以前把錢藏在哪裡。家人也不知道，半信半疑去找，就找出來了。

像這樣科學研究雖有了這個報告，但是大家平常沒有注意這方面，所以，已經有這樣的結果，還是不為一般人所熟知。

另外還有一個人，叫威爾生（Martin Willson），他是英國劍橋大學的博士，專研輻射天文學，寫了一本書叫 "Rebirth and the Western Buddhist"。西方人開始學佛法最大的困難，就是不信輪迴，因為跟他們的社會傳統思想完全衝突。這位博士十分博學，他這本書後面列了一百多本相關的參考書，並指出其中有幾本書充分地證明有輪迴這件事。他自己也是讀來讀去，到後來沒辦法了，只得相信有輪迴這回事。他現在已出家做喇嘛了。

聽眾問：「輪迴這件事，為什麼每個人，就是在座的各位，都不會想到他前生是什麼人投胎的？」

你要能隔了胎，還記得前生的，那是要前輩子在精神方面有很高程度的修為，纔能維持這樣的。普通人隔了胎，就忘記了。你要知道，一次一次投胎，不一定每次投胎都是生做人。有時候是人，有時候做牛去了，很笨的。有時候投胎到很低的層次，要再上來，就很不容易。有的人是生來就曉得前世的事，有的人是修了以後，世間粗重的觀念綁得少了，就知道以前是怎麼樣的了。

在中國歷史上有記載，蘇軾是個和尚轉世的。還有一個小孩死了，投生在鄰居家，長大了告訴奶媽他什麼東西藏在哪裡；奶媽去找，果然有。還有一種修行高的，就很自在。陳上師的師傅親尊喇嘛，要走時告訴管家，三年後到哪一家去接我。那一家的媽媽先夢到這一位師傅拿著一個杵來，表示是生做男的，硬是指定生到那一家去的，後來真的如願轉世出生。

輪迴，如果我們接受它，是真的有這回事。它是一個事實在那裡，要怎樣解釋這個事實呢？在佛法裡說，就是因果、業果。有的生做人，有的生做動物，有的生做鬼。有的人生很快樂、幸福，有的人生很波折。這些高高低低都是多生多世以來所想、所說、所做的結果。這輩子所做的，又造成將來；這樣下去一直沒有完結的日子。從佛的觀點來看，這是很苦的。在這裡面最高的境界，就是天界。天界的福報享盡，又得從頭開始，一直在輪迴這個圈子裡打轉，好像永遠沒有出來的可能。佛、菩薩是要教我們看到宇宙的真理，教我們怎樣可以從輪迴的圈裡掙脫出來。

聽眾問：「講到因果問題，是誰來安排投胎這件事？」

普通人死了以後，到地獄閻王那裡去看轉生何道，但修佛法修得很好的，直接往生淨土，就沒有這個事。行善修得好的，直接就生天去了。這些並不是你高興去哪裡，就去哪裡，是照你所做的該去哪裡，就去哪裡。

聽眾問：「就是有像法律一樣的東西了？」

對。這個法律是很公平的，誰做什麼，就當什麼；但要注意，這因果好像就把命定住了一樣。以前你做什麼，就決定你現在是什麼，那你就好像完全被限定了一樣。但是，你要知道你出生以後，還有再做別的事的機會。由於因果的關係，過去生所做的固然把你定在那裡；但是，應該得什麼果報，時間不一定已經到了。如果時間已經到了，業報已發生了，就沒有辦法改變。如果業報還沒有發生時，你後來做的事情，還可以繼續影響它。比如一杯茶，你覺得味道不好，加些牛奶；你加到滿出來，到後來變成全杯都是牛奶，也是可能的。所以因果不是定命論；你現在做了什麼，會影響將來的命運。你知道了這個道理以後，可以趕快做好事，設法改變以後的命運。

聽眾問：「由於因果的關係，有的人本性就是很壞，你怎能叫他做好人呢？」

社會不是只有他一個人，有很多人可以勸他做好事。這個人做壞事，是他還沒有看出做壞事是不值得的。他遇到困難時，若有人幫他，他就可能接受好人勸他而改過來。佛經裡說有的人就是靠臨終時聽到佛、菩薩的名字，而靠佛、菩薩的力量把宿業消去了。

聽眾問：「還有意外事件，像坐飛機、開車，出事了，沒有什麼好、壞；這怎麼講？」

因果所言，不是說現在好壞，這是以前不知做了什麼事。我們人沒學佛法時，無意中常有殺生，如蚊蠅之類，就不是很好的事，就會得些病痛之類的事還報。這些意外事故，就是以前的業報所致。這對有科學訓練的人來講，比較難接受，他要求實驗來證明它。但很多事情不是能在實驗室裡做

實驗的，超出了這個可做一般的實驗的範圍；怎麼辦？不管多進步的科學理論，也只是在有限的範圍內解釋得通而已；將來有新的理論出來，又需要修改。佛法所講的範圍，不是一般人的範圍可以完全瞭解的。近代有些科學家做研究，發現有些事例，若非輪迴，便無法解釋。

在科學的發展過程中，愛因斯坦的〈相對論〉還沒發表以前，大家就只是講「牛頓力學」。同樣的道理，照佛法講，除非證到佛的境界，對三世因果才能看得清清楚楚。普通人是可能看不清的，並且也沒有那個時間去尋找這些證據。但是，為什麼還有人不斷地去追求成佛這條路？像我在研究院學的是邏輯，大學時也學過普通物理，對科學我不是完全不懂。近來我還讀「科學的哲學」的入門書；這是為了瞭解怎樣對學科學的人講佛法，而不是我對佛法有懷疑，才要再去看科學的東西。因為我自己修的時候，有感應的經驗，這些經驗照佛法講，都對，而其他學問就無法圓滿的給予解釋。像神通治病、預知將來的很多感應，就不是科學能解釋、驗證的，它是超出科學的範圍了。

當我們看出苦的事實及輪迴的事實以後，怎樣去解決這些問題呢？我們可以看得出來，以世間的方法，我們可以做的有很多，但也有很多是沒辦法以世間的方法解決的。如果以超出世間的觀念來尋求解決的辦法，就只有走宗教的路線。但宗教有很多種，我們為什麼要選擇佛法？孔子說：「敬鬼神而遠之」。他是「子不語怪、力、亂、神」。對這些問題，他不深入接觸。他強調的是在個人的位子上好好地做一個人，可以得個安樂的社會。這方面固然很重要，但並不能解決輪迴的問題，也不能解決人的世界中常有的天災，如地震、水災、火災、龍捲風等等問題。人們所能做的只是善後，並不能事先消弭這些災禍。如基督教向上帝祈禱，也確實有些感應；譬如，耶穌可以叫瞎子再看見、跛子走路，甚至死的可以復活；但這些神蹟在佛法來看，還不是究竟的解脫。殘疾復健、死而復甦，並沒有解除所有的苦。基督教沒有講到輪迴，只簡單地講有天堂和地獄——這輩子你做得好，就上天堂；做不好，就下地獄。從六道輪迴來看，這只是一個簡單的模式。

在這裡順便談一下耶穌。照《聖經》裡的記載，從耶穌十二歲到三十歲出來傳教時，這中間的十八年，《聖經》裡都沒有記載祂到哪裡去了，一點都沒寫。但是十九世紀時，有俄國人做生意到印度那一帶去，發現有些記

錄，講的就是耶穌不在的那幾年，跑到那裡去學佛法。像這樣的書不止一本；關於“The Lost Years of Jesus”這樣的書，我們知道至少有三本。我手上這一本，包含了幾種記錄，記載著那些年耶穌到哪裡去了。還有人沿著記錄上所說的，耶穌走過的那些地方，又重新跟蹤一次，想找出廟裡是否有更多這類記錄。如果這些記錄確實是講耶穌那十八年的話，我們可以想像到，祂到東方來學佛法；但當祂回到祂原來的地方，祂要講的對象是漁夫、農民，祂沒法給他們講理論深的東西，就簡單講了。《聖經》的〈約翰福音〉第十六章第十二節，耶穌這樣跟祂的徒弟們說：「我還有很多東西要告訴你們，但現在你們還無法承受。」就是因為徒弟們的程度不到。《聖經》裡有些比喻，也是跟佛經裡的《百喻經》一樣的。

另外有一些我們修行人的經驗。陳上師——我的師傅，和張澄基教授，他們兩人得的夢境是這樣的。我師傅夢到有人送他一盒禮物，說是觀音的像，他打開看，卻是耶穌。張澄基夢到的是，得到一份禮物說是耶穌的像，打開來看，卻是觀音。張澄基本來不相信耶穌是觀音的化身這回事，自從他得了這個夢以後，他就相信了。耶穌對那個時代的人行這樣的教化，教他們人天的道理作為基礎。如果做一個好人，修得很好，以後可以進修佛法。就是釋迦牟尼佛的時候，也是教眾人要「念天」——在「六念」之中包括了「念天」。因為我們做了很多好事以後，會升天去；能升天的人，心地變成比較清淨了，也比較容易看得出佛的好處。佛那時候弘法，為什麼有那麼多天人在護持祂？佛剛成道時，世間的人還不知道佛的好處，天人有神通，看得出佛是真的高明，就護持祂，還為眾生請佛行教化。所以鼓勵眾生修天人的路，也沒有錯，因為不是個個都能馬上了解佛法——修善比不修當然好。

聽眾問：「耶穌與佛，兩個人的年代差了大約五百年，是不是？」

現代學者的講法是相差約五百年。但是依中國傳統的講法，或我師傅的講法，從釋迦牟尼佛到現在，已有三千多年了。有幾種說法是二千五百年左右；又有幾種說法是三千多年。這樣兩大類相比，差距就是五百年到一千年之間了。

至於我個人的經驗，我以前也研讀過《聖經》。但我夢裡見到耶穌，倒不是我讀《聖經》的那一陣子；是我學佛以後，夢見過耶穌三次。記得有一

次，祂出現的時候，祂是長頭髮，穿的是白長袍，寬大的袖子，料子不是光滑的。祂給我一件白袍子，襯裡是用漢字寫的佛經。根據這些經驗，我很相信，祂根本就是觀音的化身。

我們一方面要比較選擇，要知道為什麼我們要信佛。另一方面對基督徒的態度，應該是同情的了解。就是有些人一輩子是基督徒，他們做什麼好事，我們應該隨喜他們，讓他們歡喜。因為只有這樣，以後也許才有機會可以溝通，可以使他往佛法上學。比方說，科學是慢慢地在改進，慢慢地我們知道的多了，於是，「牛頓力學」有的地方用不來了。這時，又出來一個天才愛因斯坦提出的〈相對論〉，可以涵蓋得更廣，可以取代它。但實際上，對於高中程度的學生講愛因斯坦的〈相對論〉，他不一定懂得，講「牛頓力學」就正好。平常日用的，夠用就行了。

談到理論，你要比較它的好壞的時候，可以挑毛病，找出哪裡是不合理的。但是理論它是一套、一套的東西；這一套在某一範圍內能用，你要尊重它在那裡的價值。所以，我對其他的宗教，也是這樣看。其他教的教義在最微細的地方，沒有佛理那麼高明，但是在維護世間安定、做好人這方面來講，有些我們學佛的，若行持不好，還不如一個好基督徒；對不對？所以不要小看人家，不要專門在理論上挑人家毛病。我修行的經驗是，這些都是聖人傳的；要注意的是，聖人的經驗都是超過我們的。祂要給你這些東西，你又無法完全瞭解，祂就得像哄小孩一樣，弄一套東西，叫你照著做，不要管那麼多；你如果走這條路，就好好走。你是基督徒，就好好照基督徒的規定守「十誡」；這樣你就有希望開擴一點，而得到祂的東西。

對佛法也是一樣。你說經裡說的須彌山，在哪裡？我怎麼找不到啊？還有佛說地獄是在地下多少、多少深處，若照現在的知識計算，變成穿過地球，到另一邊的空中去了。你若專門找這些的話，你就弄錯了重點。釋迦牟尼佛講的時候，是對那時候的印度人講的；那時候的世界觀是那樣，祂就照那樣講。祂一定要講一套使那些人聽了覺得是對的東西。祂的重點不是在世界怎麼樣，而是在怎樣使普通人能夠超出普通人的見解，達到跟祂一樣的境界；所以不可以專門找這樣的小地方。若是這樣，那你就「因小失大」了。

聽眾問：「為什麼世界上的人還沒完全受到祂的感化？」

這個地方佛法裡的講法是，佛的力量不可思議，而眾生的業力也是不可思議的；佛法說一切都是因緣和合，也就是要有一定的關係。有了關係，即使你現在是罵我的，現在是不好的；可是，一旦有了這個關係——你對我注意了，才會罵我，以後才有可能改過來。相反的，你要是完全不理會，佛也沒辦法救你。

佛當時察覺有生、老、病、死的苦；死了以後，怎麼辦？王位也沒有用。所以祂就王位、家庭都不要了，就出家。祂出家以後，跟著印度教的師傅學，很快證到最高的境界。但是祂覺得不究竟，就自己摸索，終於找到根本的病根是「我執」；由「我執」破滅，而成了究竟解脫的佛。

釋迦牟尼佛跟過兩位印度教師傅學；祂本來底子很好，很快就達到跟師傅一樣的境界。但祂還是覺得不太對，還不是真正最根本的解決；祂決定自己去修苦行。祂最後證入的「空性」，是無法以言語描述的一一要真正面臨釋迦牟尼修到最後所察覺的微細我執，是很不容易的；祂那是修證的結果。在我們普通人來說，免不了會有煩惱和錯誤的觀念；我們是在某種文化裡長大的，在文化方面，就有文化的限制；在個人方面，就有個人經歷的限制；在天資方面，就有天資的限制。嚴格地檢討起來，你所據以行動的這一套，不用到天人的程度，只要比你聰明的人來看，就可能每一步都是錯的；怎麼辦？我們雖然知道在生活裡雜有錯誤，但又沒有辦法超脫，只好就是這個樣子過日子。佛法厲害的地方，就是它能使你從一個充滿錯誤，把你綁住的觀念羅網裡，慢慢地解脫出來。而且，你若真正地實際上修下去的時候，你會發現，觀念上有錯誤，身體上便無法健全地發展。你看，祂成佛時三十二相、八十種好，等等，那不是亂講的；那是因為祂沒有心理上的束縛，生理上就達到完整的發展。一般而言，我們身心情況實際上都是錯誤的結果。自己在錯誤中，就像是戴了很多種顏色眼鏡的人，看不見自己是戴著很多眼鏡。但是，你在修行的過程中，拿下一個眼鏡來，才發現，咦！怎麼會這樣？所以在修行中，慢慢地會發現身體輕鬆了。我以前有駝背，現在沒有了，也是慢慢得到的。釋迦牟尼佛的整個理論，不只是教你從粗的偏見中解脫出來而已，祂自己最後是從天人的範圍裡，最微細的部分突破出來的。

釋迦牟尼佛的這套理論，到底是怎麼一回事呢？我們看了很多佛書，知道佛法有很多、很多複雜理論，就算都背下來了，遇到生活上的問題，要怎麼用呢？這些理論，都是很抽象的；怎麼辦呢？我是在實修的人，就不斷摸索這個問題。我師傅寫的〈論觀空性之捷徑〉中，他提倡以「無我」來修空性。普通人一遇到什麼事情，「我」就是會不高興、「我」就是會怎麼樣——有沒有這個「我」，是很明顯的。但你怎能明明看到這個會起作用的「我」，又說他是沒有呢？他的講法是，你只要努力去造福別人——「利他」，同時又修空，又修悲；你專心利他，就忘了「我」，就實際上達到「無我」。這是我師傅的心得之一。印度教有很高的修證層次，證到最高的「大我」時，證得的是類似基督教的上帝一樣的神。那時釋迦牟尼覺得不妥，祂發現上帝還是有「我執」在，就好像斬草沒有除根，以後還會出問題。上帝因為有「我執」，祂高興時，可以照顧你；不高興時，就處罰你、毀滅你。由佛看來，上帝還會生氣，而生氣的根本原因，是祂還抓著「我」是上帝，「我」是了不起的；這樣就不是圓滿的。祂覺得像今年是雷根作總統，明年是布斯作總統，這都是一時因緣合和的結果。等時節過了以後，回來又是平民；不是永久的，完全是因果的關係，沒有「我」的存在。就抓到這個最根本的觀念；因為沒有「我」的觀念，他跟宇宙是一體，跟一切是一體。

這在我們聽來，簡直是「天方夜譚」。我是我，你是你；我做我的事，你做你的事，甚至還打架、還打仗，怎麼可能是一體？這不是我們所能體會得到的。祂是進入到那個最高的境界，才發現原來大家都錯了。的確也是因為我們有錯誤，才會打仗，才会有種種糾紛。天災已經夠苦了，結果人還不好好地過日子，還打仗。錢不是用來養老的、照顧小的，而是用來做武器；這實在是很愚癡啊！但人就是「作繭自縛」，都是從「我」開始的。我要保護我，他要保護他；我總希望我多得一點，他也要多得一點，東西就只有那麼多，怎麼辦？結果就打起來了。但是佛看，何必這樣？人人都以他人為先來著想，大家好好的地過日子，就不會是目前的樣子了。

從常識看來，這只是一個玄學、空洞的理論。你說「無我」，別人都「有我」，怎麼辦？你說「無我」，進了餐館，吃完飯，人家就要錢了，怎麼辦？現實上，「無我」像是不可能的；但是，我們想要達到的，不是馬上解決今天進餐館吃飯，就不要錢了，這個問題，而是要解決「能不能超出輪迴的苦」這個問題。你要注意，祂是真正出去以後，再回來教我們怎樣

從輪迴的苦中解脫出來。你修久了，雖然還不到佛那個地步，你自己生活上就會起變化。因為你成見少了，就容易跟人家好好地相處；執著減少，心裡的煩惱少了，你這個人生活就輕鬆了。現在的世界雖說是文明發達的，但心臟病、胃病、高血壓的人很多，都是由於精神壓力很大。精神壓力是怎麼來的？歸根結柢，就是這個也放不下，那個也放不下；但是死一來呢，你不放都不行，非放不可。你如果要得到佛的教導的好處，你要尊重祂，照著祂的教導做，慢慢地你會體會到其中的好處。至於「一體」的觀念，這是相當抽象的。他這個「一體」的，是一種無限的一體；一切是一個整體，沒有對立，沒有主觀、客觀的分別。目前大家都重科學，有人認為若能用科學來說明佛法，大家豈不是會更信佛法？科學是有系統的知識探討；但你一做起有系統的事，就非用觀念、語言、文字不可。一有語言文字，就是主觀、客觀都進去了。科學裡面任何東西，都是先定一個基本假設，一開始就有一個座標，也就是主觀、客觀的分別，已經先假定了；佛法要說的是在這個座標還沒定立以前的事情。若用科學，根本上就永遠講不通，因為一講的時候，早就落一邊了。若是要不落兩邊的話，佛法本身已經有了，何必再找其他理論來說明呢？

聽眾問：「什麼是沒有主觀，也沒有客觀的境界？」

這一點實際上是證入的問題。真正進入那個境界後，他們不會再想「這個是我」，也不會想「這個不是我」，根本沒有「我」這個問題。在這裡順便提到一點：有人認為習定習得好，他定在一點上，真的沒有別的念頭，就成佛了；其實，並不是。他只是用定功把念頭停住了，他裡頭根本那個「我」還在，只是沒有遇到機會可以起作用。比方，這個人說要拿我的書去，沒有關係；要拿我的錢去，也沒有關係；但是要拿我的太太去，那我非打你不可。這種情形不是沒有「我」，只是你還沒碰到。所以，理論上的探討也有它的好處，就是讓你知道有深度的問題，不是很簡單講兩句話就完了。

關於「一切一體」這個抽象觀念，在日常生活裡要怎麼樣去修呢？我認為該從兩方面入手；積極方面是「開闊」。一般問題的來源是因為看得不多，看得不廣，就很苦惱；眼界開大一點的人，就不會那麼煩惱。儒家孔子教人開闊，是叫你不能只想你自己——在家庭方面，要想到整個家庭；在社會方面，要想到整個社會；在國家方面，要想到整個國家。基督教耶

耶穌教人開闊，告訴你不是只想到現在，還有將來的天堂、地獄；不只是只有人間問題，還有人神之間的問題。道教也叫人開闊，注意人天之間的契合；但他們開闊的，沒有佛法徹底。佛法的開闊是徹底的、無限的。修「開闊」時，不論遇到什麼事，總是要替別人想，往大局想。錢財不是只用在自我生活上或留給子孫，而是用來盡力去做善事。現在邁阿密社會上有很多小偷，一般住家都要養狗，裝防盜系統。如果信宗教的人多了，信佛法的人多了，好人增加了，那以後也許慢慢的地，可以沒有那麼多小偷。我們現在雖然可能享受不到安樂的社會，但是，等我們的小孩長大了，他們住在邁阿密，就可以享受到一個安樂的社會。我們現在享有的，也是靠以前的人留下來啊！所以，我們非得做這些善事。不一定馬上會看到結果，但若不做，世界就更糟了，所以非做不可。

消極方面，就是「無執」，減少執著。有人說，你一面說「無執」，一面又天天念「阿彌陀佛」，那不是很大的執著嗎？這是佛給的一個方便、方法。你照著做，現在一下子看不到後面的結果；但你跟著走，走到那裡，就知道有東西。再說，佛的經驗根本沒有對立，也無法用言傳；而我們只會對立的東西——從小生下來，只會對立。佛說，我教你的方法，是對治用的；你有一個病，就得用藥來治。例如鑽木取火，以兩根木頭互相摩擦，一旦火燒起來，就兩根木頭都沒有了。但你若執藥成病，也是不對；病好了，就不再需要吃藥。《金剛經》中提到過河需要筏子；但是，當你過了河，就不需要頂著筏子走路了。佛法一方面教你照著做，一方面也教你到了最後，不要執著佛法。

聽眾問：「佛法是工具？」

是。但是你若在過河之前，就把筏丟了，那你就非沉下去不可。所以，現在我們必需擇善固執。這跟「無執」所說的執著不一樣；無執是指自己的成見、貪心，這一方面不要去執著。佛教我們的是一條好的路，我們就要好好地走。若不照那條路走，就走不到，就得不到佛果。

遇到人生的問題時，我們要開闊，不執著。那沒有問題時，有沒有辦法在這方面進步呢？這就是佛法本身的妙處了。我們要對付的是那些潛在的問題，所謂「我執」、「無明」，這些東西；但他們是潛伏而平常不易察覺的，又要如何對付這些東西呢？佛規定的那些修法，你真正照著修，你就

是在做對治「無明、我執」這件事。修法本身就兩面都有了——一邊開闊，一邊去掉執著。例如，本來你心裡老是在想：「我怎樣……、我怎樣……」，可是在我們念「阿彌陀佛」的時候，念得很專心，專心到把「我怎樣……、我怎樣……」的念頭真正忘記——這是可以靠習慣的力量做到的。今天念，明天念，念、念、念，不知不覺之中，開闊、無執，都達到了。念「阿彌陀佛」是個總持的方法；你用這個方法修，就兩面都兼顧到了。

修行，如佛所說，要經過聞、思、修的步驟。先聞法，然後想來想去，要怎樣在修的時候才會得到力量？你要找的是一個總持的東西，以便時時刻刻得力。你雖然不能感覺跟整個宇宙是一體，但你本身也是個一體，所以可以先修自己內心的一致；這也需要找一個總持自心的東西。這個總持的東西，在佛法裡說，一邊是空性的智慧，一邊是大慈大悲。又常常聽說，修「慈悲」要怎樣修，修「空性」要怎樣修，最後「空」和「悲」要匯為一體。在我來看，這一體好像是個水晶球，從理智這一面看，叫「空性的智慧」，從情感、意志那一面看，叫「慈悲」；但它本身沒有分別，只有一個東西在那裡。我們必需有這樣的瞭解，才能實際證入。在理論上要看出「空」和「悲」的關係，也是很不容易。其實道理很簡單；所謂「空」，基本上是空掉原來執的見——原來你看到的範圍很小，都只顧自己。當你能放得開時，就能看到全部；當你看到全部時，悲心就自然出來。這時，你不再只關心自己——這個小孩哭，你也很難過；那個小孩哭，你也很難過；何必一定要你自己生的小孩？其實，「空」和「悲」是一件事；這是由「空」達「悲」。由「悲」也可達「空」。當你慈悲心很大，每個人都照顧到的時候，你想出的方法裡面，就會含有「空性緣起」的智慧。

聽眾問：「是不是『色即是空，空即是色』的意思？」

那是另一回事，他要講「一切是一體」。「色即是空」，色指的是形色、顯色，是物質方面。先把一切用一個觀念包含起來；他把所有的物質用「空性」來包含。再說「空即是色」，免得你執著有一個獨立存在的「空性」。這樣子，連「空」也空了，就把執著打掉了。

佛法裡有很多法門；實修的法門有禪宗、密宗、淨土宗及律宗等。律宗是

以持戒為主，也不偏廢空性的理論和慈悲，如攝善法戒、饒益有情戒。淨土宗，基本上也是守戒律，加上念佛、觀佛。各宗基本上講空性、慈悲、守戒等等是一樣的，不同的地方是它主要的修法不同。在這些修法中間，你可以選擇走哪一條路。不管選哪一條路，主要是要全心全意鑽進去。若沒有全心全意鑽進去，就好像一面吃藥治肺病，一面又繼續抽香煙；病什麼時候才會好呢？提到禪宗，我剛開始讀佛書時，很喜歡禪宗，覺得讀禪書很有智慧、很聰明。讀來讀去，我發現，關起門來讀，雖然頭頭是道，可是對我的生活，沒有直接的改善，緊張還是依舊——我不知怎樣把佛法用在生活裡。今天看禪宗的公案，好像被我發現了答案；過幾個月發現錯了，再過幾個月又改了。因為那些是實修的、經驗的東西，不是你猜來猜去可以得到的。我讀了兩、三年的公案，發現不對勁——當然這不是禪宗不好，是我知道我自己不行。

聽眾問：「那怎樣才能修禪宗呢？」

那是全天候，真正做的，才有可能。禪宗、密宗，最好都有師傅，跟著、全天候修的人，才有可能修成。開始時，我也沒想全天候修，我就只念佛——念佛跟參禪是可以相通的。「一分努力，一分收穫」；我不能飛，就只好一步一步走。你看禪宗裡的故事，那些人達到開悟的境界，不知經過多少年放下一切，才忽然有一天恍然大悟的；那些證量的增長是不容易的。

我們很少人能一下子投入；即使能一步跳下去，也往往不穩。在還沒搞清楚理論之前，一時衝動之下做的事，不久之後就退轉的人也很多；這樣不是辦法。「念佛」法門適合我們一般有家事、要上班，等等的情況。念佛，念著、念著，將來的命運會改變。它像是個指揮中心，每一秒鐘你都在轉換中；結果在不知不覺中，已經被它改變了。開始念時，看不出來效果；日久之後，效果自然彰顯。我就是從念佛，念成現在這樣，完全投入佛事。開始時，我一天念一萬遍——博士論文擱著沒做，我也不管，任它在一邊；這樣子念了差不多三個月下來，就覺得輕鬆一點了。你自己做做試試看，你會感覺身體的輕鬆。

還有心裡的鬆坦；以前遇到同樣的事，會生氣，現在就可以輕鬆地處理；所以，實修很重要。我在師傅走後這一年多，就一直在讀書；我想在理論

上多研究，終於整理出上述的那些理論。這些要點知道了，真正搞清楚佛法是什麼，然後照著修，就真正會得到好處，並不一定需要翻閱太多書。因為我所綜合出來的是一個總持；你看我歸結又歸結，又分析出積極面、消極面。但怎樣能夠做一件事，而在不知不覺中把這些都兼顧到，就只有實修佛法而已。

現在我的感想是：再來只要趕快整理實修的佛法，就好了；弄清楚下一步該怎麼修，就照著慢慢往下修，不必再花很多時間在理論上面。過去我還找「科學的哲學」方面的書來看，現在有了一個理論系統的整體性的觀念，就不必在理論上鑽牛角尖了。

聽眾問：「假如念佛時還要計數，阿彌陀佛一，阿彌陀佛二，……，這樣是不是比較困難？」

念佛本身並不需要計數；只是因為我們一般人都有一個通病，就是今天我們聽了佛法，受到感動，回到家就好好念；第二天，事情忙一點，就少念一些；過了三天，就全忘了。所以一定要把自己當一個小學生，每天都有功課；每天定時、定課，養成習慣。習慣的力量，是不可思議的。比如，我們每天下班在回家的路上，腦子裡亂七八糟的，在想什麼都不知道，忽然發現已經到家了。現在念佛念慣了，將來走的時候，不管在什麼情況之下，你莫名其妙地，就到阿彌陀佛那裡去了。這就是靠習慣的力量，達到往生淨土的願望；所以一定要做功課。如果不計數，念少了，你也不知道。

聽眾問：「計數的話，會不會分心？」

不會！不會！計數還會幫助你專心。因為用數珠計算，就變成你心裡在想阿彌陀佛，口頭在念，手裡在數；身、口、意都專注在念佛上。

念珠通常是一百零八粒的，再加上連接處還有兩粒。在《佛學大辭典》裡，倒沒提到要兩粒的規定，密宗裡講要兩粒。下面這粒大的叫「母珠」，上面這粒叫「父珠」，分表母佛及父佛。下面一百零八粒叫「子珠」，就是代表眷屬。念珠粒數的意義有不同的解說。有一種是說成佛路上修證的位次有五十四位，所以一百零八珠之中，一半表這些位次是本有

的，另一半則表修成的。佛認為你是被錯誤的觀念所綁住的。你本來就是佛；你的錯誤觀念能去掉，就圓滿了。念珠的一邊是代表你本來就是好的，另一邊是你錯的部分；把錯的部分修好，就跟原來好的一樣，回到本來面目。念珠最好是全串都用同樣質料做的，星月菩提，就全部是星月菩提；鳳眼菩提，就全部是鳳眼菩提；檀香木，就全是檀香木；但也有的是夾有間珠的。念的時候，念滿一圈，就是一百零八次，但只算念了一百次，八次不算。因為念時難免有分心、不敬等事，就以此八次代表取消。念完一圈，怎麼辦？像我的表可以計數，念完一圈，就按一次。比方計功課，千聲佛號，就是十圈，你就按到十，不用多花腦筋去數。在體育用品店或文具店，也可以買到按的計數器。我用掛鑰匙的掛計數器在腰帶上，念完一圈，按一次，很方便。拜佛時用念珠計數比較不方便，用計數器就方便多了。

聽眾問：「那如果做家事的人，他們在念佛時，就不需要計數；是不是？」

這樣做，很好；那並不需要計數。計數是每天規規矩矩在佛前或坐或走，做念誦功課時計算的；那樣容易專心地念。

大家常常說習定很重要；大家一來，就習定。其實人們整天忙得一塌糊塗，忽然要他坐在那裡，會出問題的。宗喀巴祖師寫的《菩提道次第廣論》，由日常法師等人校理出來的新版很好。它裡面說明，習定之前應有前行；大家平常閱讀時不注意前行，其實很重要。真正開始習定的人，必須差不多是全天候在修的人。他住的，離城市不太近，也不太遠。太近，怕吵；太遠，怕買吃的東西不太方便。那樣的人，他真心要求這個東西，還有可能得「定」。目前一般人習定，坐在那兒，實際上是自己在和自己打仗；怎麼辦？這是很大的問題啊！但是，念佛這個方法很厲害；念佛很安穩，不會出毛病。你念著、念著，雖然沒有習定，你念的功夫深、久，自然就有定的境界出現。時間上當然成就得比較慢，但我們是這樣的程度、這樣的發心，就得這樣的果。

還有一個問題，就是有人誤以為，今天聽說念佛好，以前是念咒的，就應該改為念佛了；我不是這個意思。對一般人而言，我們勸他念佛，是為了求將來至少可以往生極樂世界。每天基本功課是念誦的功課；不管是念咒

也好，念經也好，一旦訂做功課，就要把它念到底——這主要是養成習慣的力量。佛也不會跟你計較，你念「觀音」，沒有念「阿彌陀佛」，你就不可以來；絕沒這事！我們不必自己多惹出問題來。只要抓住一個，努力去念；久了，力量大了，就能去了。若你是還沒開始修，而想要開始的人，我建議你念「阿彌陀佛」。因為一來，念「阿彌陀佛」的人多；一來，又合阿彌陀佛的本願，又是釋迦牟尼佛所推薦的。如果念佛成風氣，大家在一起唱〈五會念佛〉、共修，多方便。若是你自己做慣了別種功課，就不要改了。

還有人提倡念「彌勒佛」，為了以後去兜率天。他們認為西方極樂世界離此十萬億佛土，比較遠，比較難去；而兜率天比較近，比較容易去。這個見解是不正確的。彌勒佛所在的兜率天，密宗的報身佛所在的色究竟天，都不只是普通的天界。普通的天是天人所居；彌勒佛所居是位於兜率天的淨土。佛說的淨土是建立於空性的，沒有對立的，一切是一體的。《阿彌陀經》上說：「去此西方十萬億佛土」；《無量壽經》上說：「阿彌陀佛去此不遠」；難道佛經上彼此矛盾嗎？我師傅在四川參見過一位老法師，叫「普觀法師」；他修得很好，不管坐在哪裡，隨時都可以看到阿彌陀佛。他喜歡擔兩桶糖水，在山坡灑下去，因為螞蟻喜歡吃糖水；他可以聽到那些螞蟻全都跟著他念「阿彌陀佛」。這些雖都不是我們的境界，但可以幫我們了解，並沒有說哪裡比較近，哪裡比較遠。我不是說你不要去念「彌勒佛」；要念，也是一樣好。但是，那個遠、近的理由不對。空性裡沒有遠近的問題，到處都是淨土。心淨，就到了；心不淨，就不能到。

順便講一下，「出離專修」的意義。有的人他的環境可以做出離專修這件事，但他又多一個顧慮；他說，「我出離，也許不能成就吧？」我認為就算出離後，你的能力只能勸人念佛，只能教人怎樣佈置佛堂，都是功德無量。因為這是需要有人出來講，有人專業做這些事，這些事才會擴大開來。不可能每個人都做到總統；否則，公務員誰做？應該是能做的，就去做。有的人能做，而不去做，那就很可惜。一般來講，要做這些事，都很不容易；有家庭、誰來供養……，等等問題。但有的人環境好的，還不去做，就很可惜了。

我師傅講的〈淨土五經會通〉，是哪五經？《佛說無量壽經》、《佛說觀無量壽經》、《佛說阿彌陀經》，這三經是大家公認的，沒有異議。第五

經是《楞嚴經》裡的〈大勢至菩薩念佛圓通章〉，教我們「都攝六根，淨念相繼」，就是念佛。他念的時候，沒有其他雜念，什麼都不管，專心在念佛上，一念接一念，就這樣得到圓通，證到開悟；這個也沒有異議。第四經通常是依清末魏源居士所倡，加入《華嚴經》裡的〈普賢菩薩行願品〉。這〈行願品〉中講了十大願，就是禮敬、稱讚、供養諸佛，要請佛住世、請佛轉法輪，要常隨佛學、要隨喜功德、要懺悔業障、恆順眾生和普皆迴向。這裡面講的是「法界觀法」——一身化成無數身，同時在拜無數的佛、菩薩。經文裡最後說，照這樣做，到死時可以往生極樂。經裡有偈說，因你發願往生，修這個也可往生，倒沒解說為什麼。陳上師認為可以考慮以〈般若波羅蜜多心經〉來代替〈普賢行願品〉。他覺得在其他四經中，已經包括了〈行願品〉裡所講的。〈行願品〉是普賢菩薩的行願，而普賢菩薩是華嚴世界的菩薩；〈心經〉是觀世音菩薩所說的，而觀世音菩薩是極樂世界的補處佛，也是阿彌陀佛的最得力助手。如果以〈心經〉來代替〈行願品〉，在五經中就有阿彌陀佛的經，也有大勢至菩薩的經，也有觀世音菩薩的經；這樣西方三聖都有了，很圓滿。而且〈心經〉強調空性的智慧，是佛法最重要的特點，也是佛法比其他宗教高超的地方；而且〈心經〉很短、易念，大家也很熟、很常念。所以他認為講〈淨土五經〉時，以〈心經〉代替〈行願品〉，較合適和圓滿。

聽眾問：「《金剛經》屬不屬於淨土呢？」

《金剛經》中講的道理，是不要著相，沒有提到要往生西方極樂世界，所以沒有把它列為淨土宗的主要經書。

最後要講的是「無常」的觀念。平常大家提到修行的事，就說：等我孩子長大了、等我退休了、等我……，慢慢來啊！平常我們過的生活是常態的生活；其實一切是無常，是難以預料及持久的。星期日我們要去墳場超幽。在撒米的時候，看看那些墓碑；你以為你還年輕，那些墓碑上年輕的很多，只有幾個月大的，也有。你有什麼地方比他們特別呢？我們平常過日子，只看「常」的一邊，另一邊的「無常」，就忽略了。你以為它不會來的時候，偏偏它就來了。一遇到非常事故，你手忙腳亂的，大家都手忙腳亂的，亂得一塌糊塗。這一輩子過去了，下一輩子又是這樣，一直這樣輪迴下去，永遠沒有出來的時候；怎麼辦呢？你要是能夠先看清楚，提早打點這件事，那你這輩子會過得很不一樣。如果，我這一刻死掉了，我這

一輩子到底做了什麼？剩下的，只有墓碑一塊。你的親戚朋友在時，還有時給你燒個香；過一百年，誰都不知道你在哪裡。我們有個佛友黃明德博士，平日跟大家聊天時說，他是佛教徒，退休以後，要怎麼樣修。去年十二月二十八號，車禍來了，他才三十八歲。就是這樣，無常不是只發生在別人身上，隨時會輪到我們自己。要認清無常這個事實，才是理智的做法。

往深處講，一切都無常，就無可把持；不去把持、不去抓，就是修「無我」。要講修「無我」，可以講得很深奧。我們可以從基本上的反省工夫入手；就是我們時常想到最後一刻的來臨，藉以檢討自己的生活——沒有意義的事，不做；有意義的事，要努力做。如果你能看到這一點，努力修下去，你這輩子就過得不一樣了；你會過很有意義、很快樂的人生。如果沒看清楚，過著盲目亂撞的人生，到時後悔也來不及，並且誰也不能保證你下一輩子能否再生做人啊！

依釋迦牟尼佛所說，做畜生、餓鬼、在地獄裡受苦的，多如大地的土；生做人的，少得像指甲裡的土。我們這一次得到人身，以後能不能再做人，都不知道啊！你能夠生為人身，又活到現在，又有機會學佛，這都很不容易啊！若你以後到蘇俄去生做頭胎兒，百分之九十就被打胎打掉了，根本沒有機會學佛啊！有些人的環境，根本聽不到佛法，無從知道念佛的好處。如果我們有機會肯念佛，是很難得的。自己要反省檢討，珍惜這一次人生的機緣，好好努力念佛。我所以肯在念完博士後，什麼都不做，就只做佛事，就是因為自己知道佛法是真的好。因為是真的好，希望別人也能領受佛法的好處，才來跟你們講。

聽眾問：「關於轉世投胎，在佛教講有六道輪迴。但西方有些宗教認為，人和畜類是不會混在一起的，不會輪迴到畜道去。他們是根據用催眠追憶法所得的結果，都沒有看到輪迴到畜類去的事例。從這裡確定人和畜是不會混和在一起輪迴的。你的看法呢？」

我所讀到的人畜輪轉的案例，是有一些；其中有兩個案例，是以催眠追憶法得到的。人有藏拙的天性，前世做了些什麼，是他不喜歡的，或羞於啟口的，在潛意識中，就避免去想它。在做催眠追憶時，就自然地不去觸到這類不愉快的回憶。並不能因此而斷言，人輪迴轉到畜道是不可能的。在

很多以檢討輪迴轉世為主題的書中，就提到硬是有人夢見去世的父母投胎轉世，有的生做雞、有的生做豬……。有的來報說，生到哪一家去了，子孫就跑去把它買回來養。這樣記載很多。還有佛經記載的，包括佛所見到的，跟普通人所能見到的，又很不一樣；而且六道輪迴不是釋迦牟尼佛所創的，印度教本來就講的。根據這些因素，雖然西方人研究催眠追憶的結果，發現人畜輪轉的案例不多，我們卻不能因此而懷疑佛經的說法。

聽眾問：「西方神秘學中講輪迴，是講靈魂在轉世投胎，但在佛教裡不承認有靈魂的存在。佛講任何事相，都有成、住、壞、空，沒有任何一物會一直存在，不會消滅。請你解釋為何有這樣的分別？」

在小乘佛法裡，也討論過這些問題。那時解說像薪傳火，有時這把薪燒完了，但那邊的薪經風一吹送，又著起來了。把它解成這一輩子生命沒有了，的確是沒有了；但這一輩子的造業力，繼續在別的地方生起作用來了。依這個比喻，那個火種就是一般所謂的「我」。依佛法裡〈唯識論〉來講，就是八識。在密宗裡，就是修頗瓦往生，所觀的最微細的那一點——這是「心氣無二」的那一點。它還是要給他叫一個名稱。但我認為佛所教我們的是真理，這真理是佛所看到的、體驗到的。若以我們的程度看，其實不管怎麼講，都有「我」。我們所以會輪迴轉世，就是因為有「我執」在，被業力綁住所致。若你要挑理論上毛病，好像是有毛病；其實是兩面的問題。由聖者看來，根本連這些問題都不存在。雖然，現象是在那裡，但在他看，什麼問題都沒有了；在我們習於執著的人看，還是有「我」這個問題在。

聽眾問：「佛教講的唯識，跟西方講的靈魂，到底是不是同樣的東西呢？」

不一樣。靈魂是基於〈心物二元論〉；〈唯識論〉用學界的觀念來講，就是〈個人的唯心論〉。就是你的阿賴耶識，是你的，他的阿賴耶識，是他的；怎麼兩個阿賴耶識又能共識？這麼講，馬上就有很多問題出來；到底有我、無我？如果無我，怎麼又有輪迴？有了問題，就想辦法解釋。解釋來，解釋去，理論上的探討越演越多，越來越鑽牛角尖。理論上的探討，好處是可以幫助更多的人瞭解佛法，因而相信佛法，但也不可以忽略真正要得到的東西是證量。佛那時講經，你仔細去看同樣的東西，祂有時講得

很細，有時講得很簡略；祂就是看情形講的。主要是給你一些路，要你走；你能照著走出來，就很好。所以，理論上有突破「我執」，打入「一體」的觀念以後，就照著佛法的指示，好好地修去，就對了。不必把全部精力、時間，只花在理論上的探討。

我在〈談念佛〉一文裡提到，領大寶法王的灌頂時，感受到一股力量，跟他戴著黑寶冠同時發生。那頂寶冠一拿下來，那股力量就消失了。現在我念佛已經十幾年了，跟師傅也跟過七年。以我的經驗，很明顯地知道，那時所得，就是得加持了。佛、菩薩給加持就完全沒有時空的限制。不管你在哪裡，要加持你，加持的力量就到來了。一般西藏喇嘛寫的修法，都是寫得很簡略，目的要你背誦。背誦到哪裡，就修到哪裡；省略的部分，都是師傅口裡講的。人家都是跟著師傅好多年，慢慢學。我寫〈勝樂金剛儀軌〉時，我是想把我所知的，編成儀軌，還附了詳細的說明，把它完全寫下來。我開始寫的那天晚上，就得到勝樂金剛的加持。那時我在閉關中，就覺得有藍色的光罩著全身，而且帶有波動。像這樣受到加持的感應經驗很多，就知道真正有這回事，值得放下別的事，一切都不管，「死心塌地」地走這條路。當然在修行的路上會遇到磨練；否則，怎麼分得出來，哪個是真心的、哪個是假意的？大家都只是隨便念幾下，就會怎麼、怎麼……；沒有這麼便宜的事。經過了艱苦的磨練之後，就等於有保障、被照顧了。所以我建議你們不用急，好好念佛；念久了，後面的好處自己會知道。

聽眾問：「可以不可以就沒有時、沒有空，這兩點多加解釋一些？」

你要如何給時間、空間下個定義？在物理學中就有這些問題。你要給空間下個定義之前，先要有長度，並給長度定一個標準。這樣在一套觀念維持下來以後，才出來的定義。佛法裡講沒有時、空，那是一套在這些構思、定義之前的情形——整個就是一體。比方，你坐在那裡，一定有腿部和椅子接觸的感覺，是二物相接觸的感覺。我自己的經驗是，會有坐的感覺，但沒有二物相接觸的感覺。這是因為身體真正鬆掉了以後，二物不再對立，合而為一，所以沒有觸感。你說時、空有限制，為什麼在台灣的人做什麼事，我們修行人在美國會知道呢？為什麼人家在那邊寫信求我在這裡祈禱，信還沒到，那個人的鼻癌就奇蹟樣地往治癒的方向走？他們只是相信向跟佛、菩薩有關的人求，就有這種感應；這要怎麼解釋呢？有一次，

舊金山楊法洪居士的太太，陳仁航女居士，回香港去。我也不知她回香港去做什麼；她在香港放生，我在美國夢中看到她在放生。你說時空有隔，那又怎麼解釋它呢？所以佛、菩薩教你的觀念很有用。你要打破時、空的限制，非要照這個觀念去修，才有可能發生這類感應的事。如果你一定要心理作障，只依自己的成見，就永遠達不到佛、菩薩的境界。祂要教我們的東西是超越時空的。

今天就講到這裡。明天再繼續講。

第二天

昨天講的是使大家對佛法的理論方面有一個概念。今天要講的重點是，當我們真正要修淨土、走念佛的路，在日常生活中要怎樣做比較好？

大家都知道這個偈子：

諸惡莫作，眾善奉行，
自淨其意，是諸佛教。

這就是修行佛法的基本態度。前面兩句話，主要的意思是好事盡量做，壞事盡量不要做。第三句話「自淨其意」，是講控制你的言語、行動、念頭、觀念、想法的「意」的純正。如果動機是一個純正的、善的念頭，就自然會多做好事、避免做壞事、會說好的話、會花很多心思去思考實際上要怎樣做事，才好。「自淨其意」在佛法裡，還有更深的意義。「淨」字是純粹的意思；純粹是佛法裡講的空性，是指沒有自己的偏見、成見，本來清淨。從這裡面往深一層講，人是宇宙的一部分，但是看事情往往受了種種人為的限制。比方在生理上的限制，人只能看到某種程度之內的顏色，聽到某種程度之內的聲音。紫外線以外的光線，人看不到；超音波以外的聲音，人就聽不到。在社會裡，我們也感染到文化的限制作用，而產生了偏見、成見。善、惡是對立的觀念。修行上「淨」的意義，不只是說純善，而是體會到整個法界純粹的本來面目，是要能夠從自身的種種限制裡解脫出來的意思。

我們在修行上，善的意念要努力發展，惡的意念要剷除、克服它。在這個

範圍裡，佛法和其他大的宗教並沒有什麼高低的分別。佛法比其他宗教超出的地方，是在最後打破事物的對立性，而達到圓滿的、本來的清淨性。我們講的淨土，所指的就是沒有對立的、圓滿的、本來清淨的境界。

經過了多年修行的體會，我看到一般人容易犯的錯失，就是在我們學了些佛法，知道了這是對的、那是錯的以後，就好像自己都沒有錯失了，以為「我」就是佛、菩薩，就拿很高的標準去批評別人。結果把可以用來修行的時間，全部花在說這個人不好、那個人不好的上面。你雖然好意要勸人，他人不一定想接受你的意見，反而產生很多人際的糾紛；而自己不好的地方，就都沒有看到——這樣修行很難有進步。「自淨其意」的意思，就是不要去管別人做什麼，先把自己管好。若你真的把自己管得很好，別人覺得你修得不錯，來向你請教的時候，你講的話，他才能真正聽進去，你才能真正幫助他。若你先就做錯了，先去罵人，又改不了別人，自己不好的地方都看不到，當然也就改不來；這樣徒然增加很多是非，在自己的修行上又很難得益。所以你要改好，就先要改自己；這也就是「自淨其意」在實修上得力的重點所在。我之所以提出來給大家參考，是希望能省得大家走許多冤枉路。

但這並不是說沒有菩提心地只管自己，不管別人。所謂「菩提心」，是要我們學佛、菩薩的發心。佛、菩薩所以能夠救人，是因為他們已經修得很好，成就了佛、菩薩的果位了，才能去救人。我們現在努力修自己，等真的有同佛、菩薩一般的力量了，才有辦法救到人。最後一句「是諸佛教」是說，所有的佛、菩薩都是這樣教我們的。我們知道了以後，就要努力管束自己！

禪宗、密宗，你若沒有見到它基本的緣起、性空的道理，連修都沒辦法修。反過來看，念「阿彌陀佛」這個法門，實在是太特別了。佛經裡說若往生品位高的，要懂大乘經典、空性等佛理。但在《無量壽經》裡提到下品下生的這些人，在生的時候，不但沒有做好事，反而是專門做壞事的，更談不上懂什麼空性的道理。他們連好事都不懂得做，哪裡有機會學更高深的道理？但這樣的人臨終，正要走的時候，不知他前輩子做了什麼好事，這輩子有這個福報，遇到懂佛法的人給他念佛、念經。就因為跟佛有這個緣，佛就這麼慈悲地把他帶走了。光這一點就很不得了了。

平常講淨土宗的修行，主要是強調「信、願、行」這三點。信，就是要相信佛有這個力量把你帶去，要相信佛是真的，極樂世界也是真的。相信了以後，要真的想去啊！然後要照著佛講的方法去做。你照著祂講的做，在這裡面就要慢慢修，要學「空性」。佛書中記載的實例，甚至有的人只有信和願，也得到往生。像往生傳記裡提到的鄉下老太婆、打鐵匠、木匠，他們修到什麼程度，我們不知道，但他們修到可以預知什麼時候要走了，什麼時候阿彌陀佛要來接引了。等你真正開始修行的時候，才是真正吃到菜的時候，才會真正地得到結果。他們能夠往生的，都是真正吃到東西的結果。「念佛法門」很特別的一點，就是它沒有要求你一開始就要懂得佛理。因為人生無常，你不一定有那麼長的壽命說：等我理論研究完，通達了以後，再修。你沒有那麼多的時間，你還需要很久才能搞清楚理論。這時候佛就特別給一個方法，說像你這樣的人，我還是可以救。這個方法就是「念佛法門」。

一般選擇修淨土的人，大部分是因為沒有辦法專門做修行的事。那麼，你利用每天一定時間，做一定的功課，養成定時定課的習慣。每天念一千聲或一萬聲的佛號，靠著習慣積起的力量，希望能得到往生的結果。往生是什麼意思呢？人死後受業力的牽引，進入輪迴的漩渦——昇天或墮地獄，我們都不知道。往生，是到西方阿彌陀佛的極樂世界去，就不用在這個輪迴裡打轉，受種種的苦。到了那裡以後，就完全超出輪迴，並且環境很好。比方在飲食方面，你想有什麼，它就化現。那裡的身體，也不再是這種實質的身體。你要有什麼美食，馬上就有了。一等民生問題解決了，就又消逝了，也不用洗碗，很方便。在那麼好的環境裡，遇到的都是阿彌陀佛、觀世音菩薩，以及往生去的那些好人；良師益友，大家都來幫你。等於把你放在一個特別的溫室裡，好好地培養你；一直到你成了菩薩、成了佛，再回來幫助別的人。

求往生是求這個好處；但是，我們怎樣做才能夠保險一定去得成呢？讓我們依據經典來檢討一下。經典是佛說的；是佛說的，所以可靠。《佛說無量壽經》裡說，往生的有三輩，也就是三類的意義。經裡提到上輩人怎麼樣，中輩人、下輩人怎麼樣……；從這裡面我們找出的是能夠往生的最低條件。當我們做到了這些最低的條件，到時候我們一定可以往生去的。

我看出來《無量壽經》裡面三輩的共同點，有兩點。頭一點是要「發菩提

心」。「發菩提心」的意思，不是說只希望自己能成佛，而是同時願所有的眾生都能成佛；因為所有的眾生都是在輪迴裡面受苦，而使我們不安心。於是希望所有的眾生也都能夠達到最完滿、最究竟、最美好的境界以及最後一層的解脫，而到達佛的境界。這樣的心願，就叫做「發菩提心」。

「發菩提心」不是容易的事；因為你習慣地，想來想去都是自己的一點事情。當你聽到發心的道理，覺得很好，就念了一下，就以為是發心了；其實這並不是真的種下了種子，而只是有了一個緣。當這個心願真正變成指揮你的，成為你生活的一個中心目標，那時候才是真的發心了。雖然真正發心是很不容易的，但是，就像所有的習性都是可以學來的，發心也一樣是可以學到的。

我們要一下子發大心不容易。我們可以從佛經裡找出現成的願文，常常讀它，學發這樣的心。比方，〈四無量心〉願文：

**願眾具樂及樂因，願眾離苦及苦因，
願眾不離無苦樂，願眾安住平等捨。**

像這樣大的願心，可以常常讀它，並從經文裡去了解願文內含的意思。知道了願文內容的深廣，然後學著發這樣的心。發菩提心，也就是「信、願、行」裡，願的一部分。

比方消災延壽藥師佛的經裡，就有祂的十二大願。你就經由讀祂的願文，而體會祂為什麼發這些願。《地藏王菩薩本願經》裡，也有祂發的大願。這些大願的主要內容，都是因見眾生有種種的苦，而願為眾生徹底地除去這些苦。而且，祂們很慈悲啊！祂們不只講一句，「我希望眾生最後成佛」，那中間一段就不管了；祂們不是啊！祂們往往是沒有衣服的，給你衣服；沒有飯吃的，給你飯吃。這些問題解決了，等你有了安樂的環境，再用佛法好好地教導你。我們就是要從這樣的地方學發菩提心，學佛、菩薩無微不至地關懷眾生；這一點要慢慢學到。

像阿彌陀佛有四十八願，觀世音菩薩有三十二應。三十二應是說，觀世音菩薩對怎樣的人，現怎樣的身來說法。我們要怎樣教小孩子念佛呢？我們

要放〈五會念佛〉的錄音帶給他聽；他聽了，不知不覺地也會念佛了。不要以為這是小事情；有誰保證每一個小孩都會長大？小孩也可能需要往生啊！你給小孩、嬰兒放〈五會念佛〉錄音帶聽，是很有意義的事，一定要做這件事啊！佛、菩薩是很慈悲啊！那些做壞事的人，臨終時能夠聽到念佛聲，都能往生；何況這些剛生出來，沒做什麼事的嬰兒呢？如果他該走的，聽到念佛聲，一定也可以去。所以要記得做這些事情。

明天我們要去墳場超幽。有的人聽了以後，就擔心鬼會找我們。其實不會；為什麼？你知道他們成了鬼的時候，已經沒有了實質身體的束縛。鬼有鬼通，很多事情他們都很明白。你們這些人來，對我沒什麼好處，當然可能會鬧你。但是，你是來給我念佛，給我莫大的好處，我答謝你、保護你都來不及，怎麼會鬧你，給你找麻煩呢？我們去墳場，主要是去面對「無常」以及學「發菩提心」。

無常是很現實的。平常我們沒有機會看到，頂多在路上看到殯儀館的車子急馳而過，或是在殯儀館內的追悼儀式中看到；儀式過去了以後，就沒有再看到了，不太能體會到「無常」的現實。當我們在墓地裡，看著那一個、一個的墓碑，上面刻著哪年生，哪年死。每一個墓碑都是在告訴你，時間並不等你。我們要體會「無常」，學「發菩提心」。不要一有時間，只是顧到要去哪裡玩、聽什麼音樂等等，要想到這些人在那裡沒有人理他。我們替他念佛，願他們能得到解脫。在美國，墳場裡都是美國人多。這不是佛教的國家，他們往生的可能性本來是很小的。但是，只要我們跟他們結緣，雖然我們沒有力量可超渡他們，佛是很慈悲的，只要有我們做為接引的橋樑，就把他們也都帶走了。所以去墳場超幽，實際上會增加你的菩提心和功德。發願不能只是口裡念、念、念，不實際去做，是沒有用的。

另外一個三輩的共同點，就是「念佛」。《無量壽經》裡提到：「一向專意，乃至十念，……乃至一念，念於彼佛，以至誠心願生其國。此人臨終，夢見彼佛，亦得往生。」為什麼他那臨終十念，甚至一念，有那麼大的效果？看起來臨終十念，好像很容易做到，其實是很不容易的。比方，忽然一個意外，車子一撞，你想都還沒想到，「碰」的一下，就走了。有沒有時間去念十聲佛號？根本沒法子念啊！就是只一聲佛號，也不一定記得要念啊！那些臨終能夠念十念的，都是有很大的善根啊！那些平日做很

多壞事的人，到臨終時肯信佛嗎？有些人一輩子不信神、不信宗教的，到臨終時你忽然勸他念，他會念嗎？有的人就是死到臨頭，你叫他念佛，他還是不念的。那些一輩子盡做壞事而臨終卻肯念佛的人，實在是不可思議。在他過去生中，不曉得什麼時候做了什麼很大的好事，臨終時好的心突然發起來，肯接受佛法，實在很不容易。也有的人病得很厲害，最後也不能講話，不能做什麼，還沒走，就看不見、聽不見，你要念給他聽，也沒辦法使他聽到。所以，這樣比起來，能夠十念的，也很不簡單了；而且那時候肯念的，他的信心要非常強。照平常的習慣，臨終時總是想親人、財產這些的；而你在那時候能夠丟得開，不想家、不想什麼東西，真的就願意抓住這最後的一個機會賭一下，要去念「阿彌陀佛」，這也是很不容易啊！從字面上看，好像很容易；仔細去想，臨終能念佛的人實在很少。看我帶來的郭醫師講的《學醫與學佛》，她在醫院裡勸啊、勸啊，結果到臨終真正能念佛的，多少年才遇到二、三個人。所以臨終念佛，非常不容易。平常不努力，到時候有那個把握念佛的人，很少。

還有，臨終時念佛，他念完了，佛、菩薩把他的業一消，他也沒有機會再去做壞事，他一下子清淨了，就往生淨土去了。平常我們在佛堂裡規規矩矩念了許多遍「阿彌陀佛」，等下一出去，可能因為公司裡有事對誰不高興，就罵他一句；隨時大大小小的業總是繼續增加，那就糾纏不清了。你不要以為平常念得很好、很多，就很夠了；有時候你平常念的力量，還不如他臨終念的那一下；要注意啊！

我們看《佛說觀無量壽佛經》裡所提到的淨業正因，就是說所有的佛都教你，若要修佛法，要做哪些，將來佛道上就可以進步、可以成佛。我把它歸納為兩點；頭一點是善行，就是說要注意做好事情。我們主修是念佛，但是除了隨時隨地念佛以外，佛提到的其他修行上的事情，我們也不要忽略了。佛說要做善行，是哪些善行呢？比方說，像在您們社裡，有佛學圖書館，還有流通經書。遇到募捐，就捐點錢來贊助這些法務；能做到的，多多少少做一點結緣。跟人結佛緣，就是做善事啊！做了很多好事，自己的心也開闊了。即使臨終時不能往生，還可以生天或再生做人，以後就還有機會繼續修佛法。因為已經跟佛結緣，至少可以避免往壞的方向走。而且佛那麼慈悲，壞人臨終念佛都能往生；你又念佛，又做好事，到時候你一定可以去。所以善行很重要。

關於我們在行善上修「自淨其意」，有一點值得提出，就是別人做好事，我們要稱讚他、隨喜他。所謂「隨喜」，就是當他做得很好，我們要稱讚他、幫助他，在別人面前特意宣揚他的好處；為什麼呢？因為你稱讚別人的善行，做好事的人有人稱讚，他就樂於多做好事。講到這裡，順便提到一點，就是有的人在做好事了，別的佛教徒看到了，就說這個人只知道培福，不懂修慧。他這樣批評，當然也是好意啊！修佛法的確不可只注重培福，也要求智慧啊！但是，我覺得與其批評他，不如隨喜他。世界上有些人雖不做壞事，但也不做好事；與這些人比起來，能做好事的人，已經很難得了。所以任何人做好事，都要盡量地鼓勵他、稱讚他、幫助他。如果你真要批評他，他哪裡做得不妥，若他相信你，你私下勸他就好了；但是一般而言，是要鼓勵他。而且，另外還有一個道理，看起來他只是在做好事，但你要知道，你要是徹底地去做，光是努力做好事，在這裡面就會生出智慧了。

「慈濟」他們做很多救助貧民的事情；有時候突然來了一個天災，他們就發動大家馬上運棉被、運米去。在這裡面就要學「無我」了，學怎樣犧牲自己，怎樣客觀、公正地，在最短的時間內把事情做好，而智慧就在其中了。你要瞭解修福的人只要修得深，智慧就會到了。修智慧的人，真的智慧深的人，他會只留在空口說白話的階段嗎？不會的；他一定要做事的。他要做事，就要做怎樣對人家是真正有益的事。做好事，不是說把你餵飽了，就算是做了好事。比方養小孩子，不是只照顧他像養個豬一樣供在那裡，而是教他怎樣能自立、教他怎樣發揮他的能力、教他怎樣做人啊！所以，智慧深了，一定會修福；修福深了，一定會生智慧。所以，當你看到人家做好事，只能隨喜，千萬不要公開批評；那樣做，是不智之舉。

第二，要皈依、守戒。皈依是皈依佛、法、僧。學密宗的，還要加上皈依上師。皈依是很重要。你要認清，我們的處境是很危險的。因為我們不知道什麼時候會走；走的時候，也可能很慘。不要以為我現在沒有事——在車上、路上心臟病突發的，也有啊！就算我們活到老，老時體弱，易於多病；病一個接一個來，又不容易好。若你好命，還有人把你往醫院送；有的沒來得及到醫院，就在路上死掉了。就是到了醫院，在醫院裡，醫生的目的是救命，千方百計地設法挽救，以維持住這條命。比起古時候呢，古時候的人，病危拖上幾天，沒有人有辦法，就走了。現在拖上一、兩個月，這一、兩個月是非常難過——一下子抽血、一下子照X光，又是機器幫你

呼吸……，種種折磨。本來時候到了，都是非走不可的，結果現代人臨終所受的苦，比古時候的人還慘得多。那有沒有辦法預防將來老了要受這類折磨呢？有，就是平時勤念佛了。

很多人念佛念得好，到時安詳地走了，或者預知時至，事先都安排好了。跟人說「拜拜（bye-bye）、再見」，像去旅行一樣，甚至比旅行還好；旅行回來還有帳得清，這是去了，就永遠拜拜了。在不知道什麼時候走的危險情況下，你要怎樣做才能超出輪迴？所有的路中，只有佛給的路是真正超出輪迴的。有了這個認識以後，才知道皈依三寶的重要。皈依祂，是相信祂有這個力量，要照祂的教訓去做。佛留下來的就是經法，經法裡教你怎樣去做，你要研究它，並照著那些法去做人、去修行。當我們在做時遇到問題，佛經裡記載的終歸有限，怎樣才能應用佛法來解決問題呢？僧寶就是專業研究、進修佛法，守佛戒律的人；你請教他，他教我們怎麼做。我們皈依他們，以他們為我們的老師，我們可以得一個保障。我們照著佛的方法做，都是做好人、做好事。那以前所做不好的事，應得壞結果的，都大的化小，小的化無。這輩子以後可以過得又平安、又快樂。

皈依以後守的戒，我們一般在家的人，基本上就是守五戒：殺、盜、淫、妄、酒。「不殺生」是以不殺人為主，其他的生物，也是能避免殺，就儘量避免殺。像我們要修往生淨土的，最好家裡就千萬不要買活魚、活雞來煮，超級市場裡已經殺好的，可以用。到館子裡，也不要叫清蒸活魚、什麼的。若不能吃素的，就吃市上已經殺好的。「盜」是不要做強盜、小偷。「淫」是不要有不正當的性行為。現在這一點很重要，你是不注意，萬一染上愛滋病，本來可以活很久，做很多好事的，一時隨便，結果在很短幾年內，就得走了。「妄」是不要講謊話。；但主要是在修行上的妄語是最大的禁忌。雖然你沒有看到什麼，卻跟人家亂吹說，又看到什麼境界，那就很不好，會墮地獄。「酒」，在現代言，不單只是酒，同時指的是迷幻藥物。嚴格講，吸煙也不好；迷幻藥等，當然更是不可用。

發菩提心、信因果、讀大乘經典；經典要去學。你在這一生若能懂得更多空性的道理，將來往生，能進入高級班比進入初級班好。還有一點：勸進行者。不要只顧自己修佛法，慢慢地，也要勸人家修佛法，使他們也能得這個好處。但是不要勉強人家，弄到人家看到我們佛教徒來了，轉頭就跑，那反而更糟，那他們就更沒機會瞭解佛法了。我們設法做的是一方面

流通經書、流通〈五會念佛〉錄音帶，免費送人，隨便人家拿去。另一方面，我們自己好好修；我們有共修會，漸漸地朋友們會覺得這一群人很不一樣啊！人很好啊！他們遇到有問題、困難的時候，這群人很關心啊！他就喜歡跟你親近。他跟你親近以後，覺得你很可靠，或者也願意試試念佛。念久了以後，他自己也會有一些感應的經驗。那時候你要擋他也擋不住，他自己會努力了。所以勸進行者是這個意思。

在《觀無量壽經》裡，提到往生極樂世界的人分為九品，就是上品、中品、下品；每品又各分上、中、下三等。我們在這九品中看，前面五品的人，平常就知道讀經、做好事；最重要的一個共同點，就是他們知道要迴向往生。他所發的願、隨時做的好事，不一定是法務；他給人家的東西，不一定是佛經、佛書、佛像。如果幫人忙，做了好事，就把功德迴向給眾生，使你將來能夠往生。本來一件普通的好事，依照因果的關係，將來的報應，只是人間或天上的福報；但經過你這一迴向，因你的願力與佛的願力相應的結果，將世間的福德，轉成了佛門的功德。又因為迴向，眾生都因我做的好事，都能成佛（當然也包括我，我也是眾生之一），也就包含了菩提心，而不是只為自己迴向。發了願、做了好事，再加上迴向，信、願、行就都包含在裡面了。

中品下生以後的，都是臨終才有佛緣，並不是平常就跟佛有關係。比方，一個美國人生在美國佛羅里達州，佛州的佛教徒這麼少，他臨終時能夠看到佛像或者聽到佛名，都很不容易。中品下生及下品上生的，他們連發願都沒時間，只因為臨終聽到佛名、經名，有這樣一個佛緣，他就往生了。所以這裡面所顯示的佛、菩薩的慈悲，簡直是不得了的。我們去墳場超幽，即使他們生前未曾發願、未曾相信佛法，經過我們替他們與佛結緣，他們就因此得以往生了。所以跟人家結佛緣是很重要的。

發菩提心的方法就是學習隨時跟人結佛緣。比方，給小孩子一個水果，如果這水果是供過佛的，就等於把佛、菩薩的甘露給了他，跟他結了佛緣。平常我們供佛、菩薩的儀軌，是佛、菩薩設出這些人做得到的法來，藉著這些方法，使有信心、照著做的人，得到加持，得以開發智慧，得到佛的好處。佛、菩薩不是真的需要吃這些東西；而你供給祂這些東西，是因為你相信祂。不只是把祂當成牆上的裝飾品，而是真的覺得祂在這裡，對祂很恭敬，每天拜祂，給祂東西吃。你把祂當真的在這裡，祂就很高興地住

在這裡，就把這些供品變成甘露。你供完了，把它拿去吃；吃的時候，就領到祂的甘露，你的慈悲和智慧慢慢就會發展起來。你把供過佛的水果拿去給小朋友吃，不要小看這件事，他們可能原來沒有機會學佛的，因為這些佛緣，以後就有很多機會學佛了。供過的米，也可以拿出去給鳥吃；供過的花生給松鼠吃。我每天供曼達，供完了，晚上拿出去給鬼；第二天早上米還在，就撒出去給鳥吃；這樣就一路結佛緣了。在結緣裡，就一面學慈悲，一面學智慧。越多人得到佛的好處，我們的生活環境就會得到改進；最後得好處的，還是我們自己。我們不可能只是自己一個人好，總要這個環境是個安樂的環境，個人才能活得安樂。

下品中生的人，也是沒有時間念佛，他只是聽到了佛法，就往生了。到了下品下生，就更特別了。在《佛說無量壽經》裡提到阿彌陀佛因地發願，只要聽到祂的名字、想念祂的名字的人，都可以往生極樂淨土。但是，祂也不能違反因果律，所以祂說，唯除犯了五逆或誹謗正法的人，不能往生；也就指做了殺羅漢、殺父母等等極端壞事的，不能往生。祂的意思是警告你，免得你去做壞事。本來不准往生的這類人，已經都做了這麼壞的事了，結果在他臨終時，若能遇到有人勸他念佛，他又能念十聲佛號，也行了；佛就原諒他，把他的業都消了，他就往生去了。這樣我們可以看到佛、菩薩多麼慈悲啊！原來規定不可以往生的人，祂還再開一條生路，只要你臨終能念十聲佛號，也可以往生了，所以就幾乎等於沒有一個不可以去的——所謂「大悲不捨眾生」，於此可見。唯一的關鍵是，你肯不肯照祂說的去做。你也不要以為，既然只要臨終十念就可往生，這很簡單，就去胡作非為。你要知道臨終能念佛的人，到底有幾個啊？真正臨終時還能念佛的，主要是靠平常養成習慣的力量。郭醫師的書裡說：平常定的時候，能念到十分的；在散亂的時候，就只有一分。平常散亂的那一分，到臨終時，病得很苦的時候，可能只剩百分之一了。這樣看來，你若真要靠念佛來求往生，就知道平日需要多麼地努力了。你要常常想到人生無常；今天早課佛號念了，等一會兒去上班，誰保證晚上還可以回來？也許現在就是最後一次念佛，就要好好念；這樣想，就容易得力。要是馬馬虎虎地念，就沒有力量在裡面。

有些人提到發願往生極樂淨土，就說：「我願意去啊！我願意去啊！」但這個願心不見得很深。比方有人問你：「現在佛若准你去，你要不要去？」差不多的人都會說，過幾年再去。我們求往生，並不就是求現在馬

上死；不是這個意思。求往生的，也可以求長壽啊！這個世間有很多苦，有的人真正看到那些苦的真相，會覺得長壽不見得就是好。比方，現在愛滋病正每年幾百萬人、幾百萬人地蔓延開。你有小孩，小孩以後長大，結婚遇到的對像有沒有愛滋病，都不知道。臭氧層有破洞，使大家得皮膚癌的機會增多。你活在這樣的世界裡，是不是真的能很快樂呢？這兒還算是國內沒有打仗、失業者可以領救濟金的有錢國家，要是你生在那正在打仗的國家，怎麼辦？你看到了這些苦，還要求長壽，就是因為發菩提心，為了弘揚佛法，要長壽，可以多做善事、多勸人念佛，可以念佛念得更多、更好。這樣求往生與求長壽，就不衝突啊！

從另一面來檢討，現在就准你走，為什麼發了願的你還會猶豫，不一定想去？一般而言，是因為你還沒看清楚你處境的危險。你現在不走，總有一天你會走。你將來走的時候，是什麼樣子走，也不知道；而且你將來並不一定能夠去得了啊！你現在如果能去，就等於是一個很難得的機會。要能有這樣的體會，你才會說：「現在要我走，我也願意。」一旦發願發到這種地步的時候，不用什麼人提醒你，將來時到，就自然去了。阿彌陀佛很慈悲，千方百計要接引我們；難是難在我們真正相信祂，真正願意去啊！

你要能往生，是要靠工夫的力量、習慣的力量；你一定要能堅持下去。我原先專念「阿彌陀佛」，念了幾百萬；後來修密宗，密宗要修的東西很多，我就問我師傅說：「現在是不是可以暫停念佛，先修密宗？」他說：「佛號不可以斷！」所以我到現在也沒有因為學密宗而斷了佛號；這就是我的命根一樣，一輩子一定要念到底。你自己若已選定一個佛號、菩薩名號或咒，也是一定要念到底。不要說，現在我生病了，念「阿彌陀佛」可能往生，就改念「藥師佛」。這樣子你的力量就沒有了，不可以這樣的。這個病如果不是該走的病，他是會好起來的。你念佛消業，病還好得快些。你不要以為阿彌陀佛只會助你往生，阿彌陀佛也會使你的病好起來啊！你就是堅持一個佛號，一定念到底，培養出不假思索的慣力；即使撞到車的那一剎那，也能佛號不斷，就可以穩保往生。其實，你能夠做到這個程度的，除非是以前的業，必須這樣償以外，絕對不會有撞車這樣的事的。

有時候難以令人了解的，就是這個人是佛教徒，做很多好事啊，怎麼又意外走的呢？大家一方面心裡覺得很可惜，一方面又懷疑，為什麼是這樣

呢？我要講一個實事。唐朝三藏法師玄奘，大家都知道，他一個人歷盡千辛萬苦，九死一生走過沙漠，去到印度取經。在印度學經，在佛學辯論會上勝過其他的人，國王讓他騎著白象遊街，要他長住；他淡然處之。本來要去請佛經的願，他還是完了這個願，把經請回中國。唐太宗見他能力高、有智慧，想請他幫忙治理國家，他也拒絕了。他還是覺得這個千秋萬世的事情要緊，就留在廟裡老老實實地維持出家人的身份來譯經。像這樣的聖人，我們有幾個比得上？我們做的一點善事、佛事，算什麼？但是這樣的聖人到最後要死的時候，還是生病；連他自己都覺得奇怪，說為什麼我還要生病？韋馱菩薩就現身來安慰他了，跟他說：「這是因為你過去生中做了一些事情，現在必須這樣子了一下；這是重的變輕了。這樣子了一下宿業，就往生淨土去了。」你要知道，像他這樣的人，因為宿業的關係，到時候都還要生一場病，才能走；那麼我們一般人，算什麼？所以你不要有任何懷疑啊！宿業都是自己以前造的，誰也沒有辦法避免；果報還是得受啊！不過，因為修行的結果，已經是大的化小，小的化無了。

佛經裡一再強調的是不可以誹謗正法；這一點很重要，需要講解一下。有時候因為你太努力要提倡淨土宗，你的眼界又不能大到能看到別的時候，你就跟人家說密宗不行啊！禪宗不好啊！當然密宗有很容易出流弊的地方。比方密宗有修「雙身法」，這是真正修到程度很高的人，用雙運的方法來修。這裡就很容易發生毛病；密宗本身是正法，它那樣做，是有道理的。它的基本道理是：平常我們都是說要做好事、做好人，規規矩矩一路走下去；當然不會有問題。但這等於是在溫室裡，花朵長得好，或是在游泳池裡，游得很好；一旦把你往大海裡丟的時候，遇到驚濤駭浪，就沉下去了。他在沒有遇到誘惑的環境時，都是很好的；他以為他已經都沒有問題了。但是，當他遇到一個誘惑的環境，他那個病根若還沒有斷，他就又做出不對的事情來了。密宗的高法，並不是剛開始學佛的人都可以學的；必須先有顯教的基礎，修得很好了，再修密宗裡的觀想、氣功。等修到一個相當高的境界時，才故意要在一個誘惑的環境中，修證到他的心還是純潔的，就是所謂的「柳下惠坐懷不亂」的境界。禪宗的二祖，他修到後來，賭場也去啊！妓女的地方也去啊！人家罵他說：「你是出家人，怎麼做這種事？」他說：「我自己在調心，關你什麼事？」他那是修到粗的問題早就沒有了，他是修心裡極微細的問題；他要硬碰硬，就等於上戰場一樣。那當然不是我們一般人開始就能夠修的；但你要知道，他那不是亂來，他是修到那個地步，他要成佛，必須連這種微細的病根全部除掉，才

能成就，所以雙身法是有他它的道理。要修到能修「雙身法」的地步，是很難的；我們也不是要修它，就不用詳細講了。

我講一講修「雙身法」的密宗道理。佛、菩薩的法身是一個光明，是沒有邊際、一切都不見了，只有光明，也就是「常寂光」。這個光我們什麼時候可能看到？普通就是臨死的那一刻可以看到。死是一種過程；慢慢地進入死，你真正死的那一剎那，會顯現。我們平常人沒有修練過的，那光比閃電還快地一下子就不見了。你沒辦法利用它，就是不能利用那個時候進入佛的國度去。而且這光是死的時候才顯，我們平常不能利用它來修啊！我們不能到死的時候才修；修當然是指活的時候先修習。那個機會雖然是有，可惜不是我們平常修的時候。有一種是昏過去的那一剎那可以見到；打噴嚏打得很厲害時，也可以見光。但這些都不會常有，不可能要等昏過去時候和打噴嚏的時候，才修；還有睡覺也可能顯光。照密宗的理論來講，睡覺的程序就等於死亡的程序在顯現一般，只是淺深有別。密宗裡有教如何利用睡覺的時候修「睡光」，這是有可能的。再來，剩下的一種是雙運的高潮有光；我們普通人根本就看不到，因為普通人還沒到高潮的時候，就已經漏了，就不可能再繼續，也就沒有可能見到那光。密宗的行者，先要修到能夠定的程度，再在定裡面觀本尊、修氣功。經過氣功的修練以後，全身氣脈暢通，所以能夠吸入的量跟普通人很不一樣，並且氣的質也變得純淨。有這個能力的人，纔能經過修雙運，而見到法身光明。等見到這個光明以後，就不必再用雙運的方法，只靠自己打坐就可以見到法身光明。密宗是藉用這個方法來修法身光明的；所以密宗、禪宗都各有它的道理。你要鼓勵人家學淨土是很好，但絕不能說別的宗派都不行啊！如果說什麼「禪宗，都是口頭禪、野狐禪」、「密宗都是騙人的，是婆羅門教啊」，這樣亂罵、誹謗正法，後果是很嚴重的。照阿彌陀佛因地的願來看，不准往生的有兩種人；一種是犯了五逆重罪的，一種是誹謗正法的。禪宗、密宗都是正法；誹謗的話，你就被限制住了，不能往生了；豈不是太可惜了。

實修時最重要的是訂一個定課。最好家裡設一個佛堂，或是留一個地方供佛，供花、香、水、米……等。我寫的《密乘初階》這本書的頭一篇文章叫〈佛壇陳設簡說〉。關於安設佛壇的意義，位置的選擇，安置佛像時的注意事項，經架、法器的放法，供品的陳設與添換，以及搬家、旅行時的處理方法等等，都有詳細的解說。你們可以參考一下。

用念珠的好處，就是身、語、意都集中在念佛上，而且有助養成定課的習慣。每天至少念三圈、五圈或是十圈。這像練長跑，開始時每天只跑操場一圈，慢慢地過一陣子以後，耐力增加了，就變成跑兩圈、三圈。念佛也是這樣，開始時念三圈，慢慢地念多了，就增加到五圈——要漸漸增加才好。你要練那個力量，不要得少為足，只念一點，自己就覺得夠了——只要有空，盡量念。定課是要養成一個習慣，免得每天至少的那一點都沒有做到。其他時間如洗碗、煮菜時，都可以念。煮菜時念佛，那吃到這個菜的人，就都得佛的加持了。洗碗時念佛，就想成餓鬼在吃那加持過的洗碗水，他們得的就真的是甘露——就是隨時隨地都可以念，沒有什麼忌諱的。什麼坐月子不能念、生孩子不能念，沒有這回事。時時刻刻可以念；睡不著覺，正好念，念了還容易睡著——就是自己想得到的時候，都可以念。開車時、排隊時、掃地時、做的事頭腦不用想事情時，都可以念。養成這個好習慣，慢慢變成夢裡想起來，也會念。在夢裡念佛，有什麼好處？比方你做一個惡夢，在夢裡念，可以轉換惡夢。日常生活中情況最接近死亡的時刻，就是睡覺的時候。死了以後，還沒轉生的時候，叫「中有」或「中陰身」；那跟夢身是差不多的。我們是用比喻來了解的，這兩種身當然不一樣。夢裡可以在水上走、天上飛，遇到東西，衝過去也沒有關係。如果練習到夢裡也可以念佛，那你在中陰身時，也就可能念佛。雖然已是死後，也是可能往生。阿彌陀佛是眾生都救，中陰身時，當然也救。這些當然是比較後面的事；我講了，是希望你不要小看念佛這件事。就算你沒有心要習定，當念佛的工夫熟了，你一開始念佛，打坐的定境就自然出現了；所以這裡面是深不可測的。你真的要做到這個程度，都是非常不容易，是修一輩子也修不完的。

傳統的《朝暮課誦本》很長，有很多種咒，而且也不是以往生為主要目標而編的。我編了一本《淨業朝暮課誦讀本》，內容很短，適合一般現代人，並且是以西方三聖為中心。因為我們的目的是求往生，所以拜的主要對象是阿彌陀佛、觀世音菩薩、大勢至菩薩、極樂世界的一切聖眾，然後才觀十方三世一切佛、菩薩。拜的時候，觀正前方空中，中間是阿彌陀佛，阿彌陀佛的右邊是觀世音菩薩，左邊是大勢至菩薩，四周有西方極樂世界無數的聖眾環繞，十方三世所有的佛、菩薩圍繞在最外面。先把香、燈、水等供好後，你自己對著佛壇站著，觀想自己的父親站在自己的右邊，母親站在左邊，親戚、朋友，以及此生或宿生跟你有關係的人等，都觀想成在你前頭，面向著佛。環繞著你的身後，第一圈是最需要你幫助

的，在地獄裡受苦的眾生，第二圈是餓鬼，第三圈是畜生，再來是人類、阿修羅，以及天人。無論修任何法，開始時若能這樣觀，最好。這也就是修我們昨天講的「無限的一體」——佛的法身。靠這個觀想，把菩提心擴大、發展起來，六道眾生都一起來修佛法，十方三世佛、菩薩也都來加持了，那麼整個法界就都想到了。一開始的時候這樣想——我們剛開始修的人力量不夠，沒辦法一直維持這樣的觀想，就在開始時想一下，就夠了。你就想成你在修，眾生也都在修；你在念佛，眾生也都在念佛；你在禮拜，眾生也都在禮拜；佛、菩薩給你加持，也同時給所有的眾生加持。我們拜的對象是以西方三聖為主，經典也是選三聖的經：《佛說阿彌陀經》、觀世音菩薩的〈心經〉，以及大勢至菩薩的〈念佛圓通章〉；這三經都很短。

大勢至菩薩的〈念佛圓通章〉有兩個重點。一個重點是鼓勵我們「都攝六根，淨念相繼」；就是什麼都不管，專心在佛號上面，而且佛號不斷。這個方法很容易生效，就是所謂的「一心念佛」，容易得到結果。另一個重點是鼓勵我們念佛，要像是「母子互憶」。佛、菩薩可憐我們，隨時在想著我們，要幫助我們；我們念佛，就像是在想念自己的母親一般。以這種心情來念，是很親切的，覺得祂是完全可以信賴的，跟你完全是一體的。這樣念，我們才會懂得佛、菩薩的心情。

後面的持咒也是只用西方三聖的咒。阿彌陀佛的咒是「嗡、阿彌答哇、啥」；觀世音菩薩的咒，也叫〈六字大明〉，是「嗡、媽、尼、悲、咪、吽」；大勢至菩薩的咒是「嗡、班札巴尼、吽、呬」。再來就是〈往生咒〉，是求能夠往生西方。接著念佛號，就依自己定的數量做功課。念完了就迴向；你也可以有自己的願文，自己以之迴向。迴向的重點是希望眾生都能夠往生西方極樂世界，都能夠成佛。後面附錄的〈白衣觀音大士靈感神咒〉和〈千手千眼無礙大悲心陀羅尼咒〉，就看你自己願意多念的，就在持咒時加念。你要做早、晚課，一時找不到其他更好的課誦本，或修法時間有限的，就可以考慮用這本。這是我為了修淨土的佛友們而特別編寫的。

另外需要講的是〈五會念佛〉的錄音帶。原本流通的〈五會念佛〉是先唱讚佛偈，中間唱佛號，後面有迴向；這樣適於早、晚課用。我想用來平常做工夫和臨終助念，就把讚佛偈和迴向部分省略，著重在不斷念佛。若用

六十分鐘的錄音帶，半個鐘頭就要翻面，不方便；一百二十分鐘的錄音帶，帶子薄，放多了就容易斷掉。所以我採用九十分鐘的錄音帶錄滿了〈五會念佛〉的佛號部分，兩面來回一直不停地放。這個錄音帶已經流通很多了，光是我經手送的，已超過一千卷。而且我還編了一本《簡介五會念佛法門》，是中文的。英文的《簡介五會念佛法門》請曾憲煒翻譯，金康英打字。因為外國人大都不懂簡譜，現在等羅效平請朋友把正式的樂譜整理出來，就可以出版。這樣中、英文的《簡介五會念佛》就都有了。（補記：英譯本現已出版。）

在日常生活中怎樣利用這個錄音帶呢？在美國出門大都是開汽車，因此你一上車，就可以放〈五會念佛〉錄音帶；也可以在自己的床頭邊準備一個小的錄音機，要睡的時候，就可以放來聽。而且臨終時，就是在台灣要找人家給你助念，也是很不容易的；特別是你又不知道你一定什麼時候走，沒法請人在那特定的時間裡給你助念。有時候疾病拖上一個星期，或是一個月，你怎麼辦呢？那時要找人一班接一班，不斷地助念，是很不容易的。特別是在美國，佛友們都住得很遠，你忽然心臟病發作了，打電話找人都來不及，朋友還沒到，你已經要走，那怎麼辦？所以，你一定要平常就準備一個錄音機，臨時朋友來不及趕來助念，就自己放這個〈五會念佛〉錄音帶。平常只要有佛緣的，都有希望往生去，何況我們是佛教徒，好好在修的。使用錄音帶是個方便法門；比方你在住院療養，醫院的訪客時間一過，就不准他人留在病房裡，更談不上助念，那時候自己有錄音帶，就可以放來聽了。特別是要教小孩子念佛，往往感覺困難。但是電視裡的廣告，每一條怎麼講、怎麼唱，也沒人教他，只要看多了、聽多了，他就都會了。同樣的道理，我們只要經常放這個錄音帶，不用勉強他，不久他就自己跟著唱了。我兒子那時候還不到兩歲，每天睡覺時放給他聽，他就「陀佛！陀佛！」地跟著唱了；慢慢地「阿彌陀佛」四個字就都會唱了。他還很喜歡聽；他睡覺時就說，我要聽「阿彌陀佛」。習慣了以後，就給他種下了種子；所以這個方法不得了。

還有一點，我們聽了很多道理，或是讀了佛經以後，覺得很有道理，就開始念佛了。念來念去，就是理智在念；理智在念，感情很難進去，就沒有整個地投入念。唱歌就不一樣；歌一唱起來，人的心就開了，情感就流露出來。所以有的人聽〈六字大明〉歌，聽著聽著，眼淚都流出來了。也有很多人聽了〈五會念佛〉，感動得落淚。唱〈五會念佛〉這個方法很重

要；你要跟著唱，要學會唱，要常常唱。這樣你這個人不光是在理智方面改了，而是整體的改了。這是一件不得了的事啊！我對提倡〈五會念佛〉的祖師敬佩得不得了。

近代的觀本法師，他寫了一本《香光閣隨筆》。他的學問很淵博，在那本書裡講了樂理。〈五會念佛〉的意思，也講得非常詳盡。他提到頭一個提倡〈五會念佛〉的淨土宗第四祖法照大師，他是怎麼會的這個法子？就是法照大師在衡山閉關時，定中去到西方極樂世界，在那裡風一吹，寶樹、鳥啊，所發出的聲音就是唱的佛號，很好聽；他就學著唱。出定以後，傳給眾人學唱。所以這是阿彌陀佛教出來的一個很微妙的方法。要使社會風氣改變，大家一起念「阿彌陀佛」，聲音單調，不容易感動他人，可是用唱的，就很容易感動他人。

《淨土五經會通資料全集》這本書，兩頭都各編有一個次第。從字是橫排的這邊，第十四頁有〈念佛四十八法〉。我師傅照著《阿彌陀經》、《無量壽經》和《觀無量壽經》三經，一個經配了十六種念法。這個你自己看，也都可以懂；但我覺得這些這樣列出，看起來很複雜，不容易把握他是以什麼原理來列這些念法的。如果知道這些原理，你自己就容易照著這些原理，知道在什麼樣的情況下，要怎麼樣念佛。所以我從這些念佛的方法，整理出五個原則：

一、隨時隨地念。我們念佛主要是靠熟能生巧，靠著習慣的力量，慢慢地達到「一心不亂」。比方《阿彌陀經》的第十六個方法是「一心念佛」，也可以解釋做時時刻刻心中只有佛。《觀無量壽經》的第五個方法是「散亂勤勞念佛」。不管你是在散亂的時候，日常生活中不是打坐的時候，都是在很努力地念佛，叫「散亂勤勞念佛」，也就是隨時隨地念佛。《觀無量壽經》的第六個方法是「善立方便念佛」，就是不管什麼時候，都在設法跟念佛配合起來，也就是「隨時隨地念佛」這個基本原則的延伸。

二、以心轉境念。比方（一）「離親念佛」，（二）「即親念佛」，（三）「與上善人念佛」。不管是在什麼樣的環境之下，你的心總是在佛號上面。不管是順境、逆境，都把它做為是念佛的時候。順的時候，藉念佛提醒自己不要被這個順境迷了——暫時的快樂不會長久，不是永遠的安樂；要不被順境沖昏了頭，我還是念下去。逆境的時候，你就想現在雖是

很困難，是要磨練我；若臨終了，磨練還更難。在苦難的時候，我還是要念——這很不容易。因為你有時候遇到很大的事故，心神都亂了，那時候要念，就很不容易了。但是，你要想這就是磨練我的時候，要以心轉境，越難，我就越要念。不管客觀上環境是順、是逆，在主觀上都是我修行的機會；轉一切境為修法的機緣，就把一切境都活轉過來了。不再是被動的沉溺，而是主動的調和。

三、觀想配合念。比方《阿彌陀經》的第六法是「與六方佛念佛」，第七法是「與六道眾生念佛」，第八法是「入極樂世界念佛」。這些是觀想，不要以為是妄想。我們所以看不到，是因為我們還沒有定的基礎。若是定功好的人，觀的時候，就可以真的看到。這些觀想是訓練我們一面體會佛、菩薩的恩，一面發慈悲心、菩提心，想到眾生等。「觀想配合念」的方法是比較深的，剛開始念佛的人，不一定非觀想不可。若是你做不到一邊念，一邊觀，就在開始念佛以前，先這樣想一下，然後再念。這樣做，久了，還是有很大的好處，心胸會漸漸開闊。

四、佛理配合念。《阿彌陀經》第十六條「一心念佛」，也屬於配合佛理。淺言之，是指能夠定在佛號上的一心；深一層的意思是指整個法界融為一體，沒有對立，那樣的一心。如果懂得這些道理，念佛就跟佛理配合了。還有「悟世非常念佛」，也是配合佛理。佛教我們「一切無常」；我們應該以「一切無常」的觀念配合來念佛。當你在念佛的時候，你可以想成整個法界裡沒有東西阻隔；這裡有人在念佛，等於是大海裡一個波，不斷向四面八方擴展。現在臨終的人，跟你本來是一體的，你念佛，他那裡就會傳到佛波；藉此因緣，他就可能往生。隨時都有千千萬萬的眾生正逢臨終之時，你這裡聲聲佛號，就使千千萬萬眾生因之得以往生了。像這樣你若能明白「法界一體」的道理，配合起來念佛就很有意義。為什麼有的人一輩子關在深山裡念佛？不要以為那樣的人都是白了漢，有些那樣的人是已經知道不需要出來了。什麼是「成佛」？「成佛」是能夠「不起雙跣渡十方」。他在定裡面觀，觀什麼人，什麼人就得加持，病就減輕了，業就消了，福慧也增長了。專修的人，修到後來，不是一定非到你面前來，才能幫助你啊！你以為他只是關在一個山洞裡，證量上他已經是整個法界無所不在，而在不斷地做救渡的事情了。他可以一輩子就在那裡，還是有他的價值在。

五、方便調節念。《阿彌陀經》第五條「結七念佛」。這是短期閉關，專門念佛。《阿彌陀經》第十四條「經行繞佛念佛」。這是當你久念，又不耐久坐時，以經行念佛來調節。有的人以為一定要坐著念，其實不是，隨時隨地都可以念。比方閉關專念，不可能整天坐著念，就要起來走著念。比方頂禮時，身體在動作的同時，心裡不斷維持念佛。這些方法的講究，主要是對治與調節。有時候稍愛睡，又想維持念佛，就用大聲念來對治；念久了、念累了，就改成小聲念或默念。怕吵到別人或人家不喜歡聽，就只用默念。睡不著覺時，也可默念佛號。像上述這樣對治調節，你知道了大概的原則，實修起來就比較容易。

關於修法方面，我們在美國週末有兩天假日，就可以閉個週末關。像夫婦還沒小孩的，就很理想，兩個人可以輪流閉關；一個在閉關，一個就護關。單身的把自己的公寓關起來，就可以了。閉關最主要的目的是什麼？是隔離世俗，專心修法。要如何閉關呢？以週末閉關來說，通常是星期五黃昏，眾鳥歸巢的時候入關，直到星期一早上才出關。比方規定佛堂和廁所是閉關的區域，就禁足在這裡面，活動不超出這個範圍，同時還要禁語。閉關期間，除了念佛、念經、念咒，就根本不講話了。若有必要告訴護關的人要送什麼東西進來時，頂多就是寫張紙條，但也要儘量避免。在關房裡還是可以睡覺，不是閉關就不睡覺，連午睡都沒關係，主要是要調節得宜。在關房裡就不做世間的事了——信件不讀、報紙不看、電話不接、訪客不見。在裡頭不是讀經，就是念佛、念咒、拜佛、經行、打坐等等修行的功課，自己調節著做；也可以訂一個目標，比方這次閉關是專門念佛，或是專念〈四皈依〉；也不一定非念多少不可，可以念多少，算多少。練習閉關，其實也很容易，只要指定哪些地方是活動範圍，就可以。常這樣做，有好處，功夫容易進展。

聽眾問：「閉關時可以不可以吃飯？」

當然可以吃飯啊！護關的人幫助閉關的人準備食物，並摒除一切外緣，使閉關的人得以專心修行。我以前住公寓的時候，有一間房是有浴廁的。到週末我把門關起來，裡面就是我的關房。我太太把三餐送到門口，我就拿進來吃。如果你是一個人住，就很方便，你就關起來做給自己一個人吃，就可以了。

聽眾問：「那就不要買菜了？」

買菜，可以在閉關以前買好了，放在冰箱裡準備好。

我們講了幾點實修方面的重點，除了跟人結佛緣、發菩提心、發願、拜佛、菩薩以外，最好在院子裡放一個香爐，早晚點支香，供山神、土地。不是我們信佛了，就可以不理神明了；這樣是不對的。像在邁阿密，好的住宅區就要特別給警察局多付些錢，請他們加派巡邏。要修行，並不容易；修行時可能宿業現前，要遭小偷、遭火災，什麼的。你請山神、土地神幫忙照顧，祂們比警察還有用。警察是事後才來，聊盡善後的責任；祂們是事先預知，可以先把他們趕走。我們對山神、土地神是尊敬，不是亂討好。我們請祂們來做我們的護法。我們在修行，請祂們照顧鄰居這一帶都好，使修行順利；這樣甚至鄰居燒了，都還可能免了我們。我們這樣拜山神、土地神，也是跟鄰居結緣，求的是合境平安；你這樣做，是會得到好處的。我平常初一、十五做煙供，供山神、土地。有一次閉關時夢見山神變一隻金色的豹，坐守在關房門外的陽台上。這些雖然是平常看不到的，但是你做了，是會得到好處的。早晚一柱香，供祂們；只要你心意到，祂們就知道了，就會保護你。

聽眾問：「需不需要供品之類？」

逢初一、十五添一些供品，是很好的；你就一直只是天天上香，也可以——祂們主要是吃香。佛、菩薩也是教我們要念天、敬重護法。我們拜山神、土地神並不違背佛法，而是請祂們做護法。這回我帶來的〈護法諸天名表〉，也是基於這個意思而製作的。我師傅曾經提過，如果能把護法諸天尊的名字列成一個表來拜，佛法容易興盛起來。以前，釋迦牟尼佛傳教，很不容易啊！那時全是印度教的世界，為什麼能夠弘法？還是因為護法諸天護持的功德非常大。在祂們的護持下，佛法才能弘揚、流傳到現在。

〈護持佛法諸天尊名位表〉（表後面把這張表的製作過程詳細地說明了）製作的方法，是先找出《大藏經》裡頭記載著釋迦牟尼佛生平的經籍，再一本本地研判。有些經雖然也講到祂的生平，但是講得不多，或是不詳細，我就不取；記載得詳細的經典都列出來了。若你對釋迦牟尼佛的生平

有興趣，從這張表的後面，可以得知有關的主要經籍。然後，我從這些經典中挑出來兩部，一部是《普曜經》，一部是《釋迦譜》。《普曜經》裡面對於天神的名字記載得很詳盡；其他的經雖然也提到諸天護法的事蹟，但是它們只記載最重要的帝釋及四大天王，而沒有提到其他天神的名字。

《釋迦譜》一是梁朝僧祐作的；他讀到很多關於佛的傳記，這本講這樣，那本講那樣。他就照著佛一生的經歷，挑出這些經中講得比較詳細、重要的部分，集中在一起，編成一本《釋迦譜》。

我們就以這兩部經書為依據，依照護法的事蹟，把哪一尊先出來，哪一尊出現多少次，都記錄下來。有時候同一尊天神，在同一部經裡，用好幾個不同的名字，那就只挑一個名號做代表了。誰護法的事蹟多，誰的名次排在前面。如果有些天神護法事蹟一樣多，就以誰先來護法，誰就排在前面，這樣就很公平。找出來的天神正好是九十尊。在這表裡，上面的位子高；同一排裡面，中間這一尊地位最高。最上一排的中間是釋提桓因——帝釋，祂功勞最大，祂就安在這個最高位。再依印度、西藏沿襲釋迦牟尼佛傳下來的規矩，以右手邊為尊位；所以帝釋的右邊是大梵天王，是第二尊位。四大天王以北方的毗沙門天王功勞最大，排在帝釋左邊。這樣先右後左繼續排下去。這裡面有一個很有趣的是第二排的中間，位居第十名是諸天玉女。這些玉女祂們本來都只是隨從，跟著在做事的，在那裡散花、灑香水啊。但是照祂們做事情的多少來看，祂們高居第十名。所以，這個排法不是以祂們在天上的地位來排，而是以護法的功績來排的。我以學校裡做學問的方法，用在佛法的弘揚上。這張〈護持佛法諸天尊名位表〉跟我編的《密乘初階》一樣，把出處、編的方法都詳列出來。以後的人如果覺得我的原則不理想，或是他有更多的資料了，就可以基於已有的這些資料加以改進。表的兩邊還加了一副對聯：

文佛八相成道曾蒙諸天勤護持，
正法億載弘揚仍賴眾聖竭忠貞。

文佛，就是指釋迦牟尼佛。古人翻譯的時候，照「釋迦牟尼」的「牟尼」翻音，然後又簡化成「文」，到後來就變成「文佛」了。釋迦牟尼佛「八相成道」，是指祂一生的主要事蹟，如怎樣降生、怎樣出家、怎樣轉法輪、怎樣涅槃等，有八項重要事蹟，就叫做「八相成道」。「曾蒙諸天勤護持」，是讚歎祂們過去的功績。「正法」是指佛法；「億載弘揚」，就

是以後還要久遠弘傳下去；「仍賴眾聖竭忠貞」，就是請祂們繼續護持。這樣子供奉祂們，祂們當然很高興、歡喜，也就會竭力幫助我們、加持我們，使我們修法順利，佛法也會因此興盛起來。

聽眾問：「請問林居士，我們應該把護法供在哪裡？」

一般是把護法供在佛、菩薩的旁邊，比佛、菩薩低的位置，或是供在佛、菩薩的對面。供在佛、菩薩對面的意思是便於祂們看到佛、菩薩的號令。護法們待命注視著佛、菩薩；佛、菩薩下了命令，祂們就趕快去執行。

聽眾問：「我們供護法的時候，應該怎樣做？」

你可以還是跟原來一樣的上供。你只要記得想說佛、菩薩吃過了，護法們就吃剩下的甘露。有的修密宗的人，有護法跟他們感應比較強的，就特別設一個護法壇。在護法那邊，又擺一個小桌子，供上香、燈、水等，就看自己的情形而定。所以，跟佛、菩薩一起供也可以，分開供，也可以。比方說，你們這個共修會，也許將來想成立一個道場；道場是比較正式的地方，就特別供一個護法壇比較好。

除了念佛是你的主課以外，勸人念佛、流通經書，也要常常做；尤其是錄製〈五會念佛〉錄音帶送人，是很好的。有的人不信佛，你就只說，這種音樂睡不著的時候聽，很好。就像這樣輕描淡寫的，人家比較容易接受——你這樣就跟人結了佛緣。他聽了，覺得好，就會再來。你若一開始說得很嚴肅的，這個要怎麼皈依、那個要怎麼磕頭，就會把人家嚇跑了。

除了做這些以外，還可以施食——施食就是晚上供些米給鬼吃。正式的儀軌有〈蒙山施食〉，那個儀軌我也不會，而且其中有很長一段要會念、會背的。你若不會〈蒙山施食〉，就做簡單的，像我念〈六字大明咒〉：「嗡、媽、尼、悲、咪、吽」，或是念「嗡、阿、吽」。將一些米觀想化為大海那麼多的甘露，放在外面給他們吃，就可以了。做施食有一個必要條件，就是你一開始做，就不能間斷；像養小動物一樣，不能餓牠。不可以今天給了，明天不方便，就不給。你有誠心給他，又是如法持咒加持過的，他會來吃甘露的。有的人修得好，偶爾忘記施食，就去睡覺了；他們

沒得吃，還來拉衣服啊！做施食這件事情，也培養你的慈悲心，也給他們結了佛緣，雙方都受益。此外，你平日還可以去墳場給鬼類念佛。到你要走的時候，宿世的冤家債主都會來鬧你，不希望你往生；因為你一走，他們就討不到債了。到那時，家裡這些人有的根本就是宿生的冤家債主啊！有的那時候就跟你鬧啊！他不曉得，還以為他那樣做，是對你好。那時候，會替你擋冤鬼的，就是你平日結緣的這些鬼了。你現在供給牠吃，到時候，鬼打架，就給擋回去了；人沒有辦法，牠們有辦法。所以，施食是有長遠的好處的；雖然目前看不到，但卻是真的。

還有放生也是很有意義的事。佛法的一切道理，要從「無常」和「輪迴」的觀念去了解它的意思。你要知道我們人自己的命，隨時會怎樣都不曉得。在一切都變化無常的情況下，你看到有些動物將要被殺，就專程去花錢、花工夫把牠買下來，又把牠送到安全的地方去放掉；這樣等於是置自己的生死於度外去做這件事。而且，你這樣做，雖然放的生命有限，但你發的心卻是無限的。雖然你的力量有限，只能買幾隻，但你發的心，卻是希望所有的眾生都能免除輪迴的苦；實際上受益的就不僅僅是被放生的這些動物了。這樣無盡的悲願，藉放生而彰顯、傳揚；放生的人也從其中學到了無限開闊的心胸和對有情無限的關懷。

在台北市，餐館裡一天吃掉的，光是鴿子就有幾萬隻；你能放的生命，又有多少？這是聽到我放生用了很多錢，親友之一提出的質問。雖然能放的很少，但是願力無窮。我們希望能去施救的悲願和佛、菩薩救渡我們的悲願，是一樣的。輪迴是無止盡的，佛、菩薩以其悲心願力，還是不停地設法救渡眾生。這些被放生的動物運氣很好，在那麼多動物之中，只有那麼幾個幸運兒。雖然放出去不一定活得長久——在野外可能兩、三天就死了；但是，能延這幾天，也是不得了；那麼多同類都是當時就被殺死的。畜生要轉生做人，本來是很難的。我們放生的時候，又給牠們念〈皈依〉、念〈六字大明咒〉、念〈往生咒〉等等。雖然過幾天牠就死掉了，但是因為有了皈依、聞咒的佛緣，即使不是直接往生，也可能因而轉生做人啊！或者轉生到天界去。這些對牠們來講，可真是「三生有幸」的大事；所以，放生本身有很大的意義。而且，比較起來，流通經書是很好的、長遠的事，但效果緩慢。你送人一本經書，他什麼時候真的讀了，什麼時候真的懂了，什麼時候真的依經修行了，都不知道，而且往往是久後的事。放生像是現款——馬上做了一件好事，硬是救了一些命。所以遇到

緊急的事、遇到生病，你要求馬上得佛力加持的時候，最快的方法就是放生。聽說越南難民，那時候要逃出來很難，一條船有四百多個位子，大家坐著擠滿一船；用很多黃金，人家也不見得給你一個位子。你得到位子出海以後，也不一定順利；說不定就漂到海上死掉了。還有，要出來也要給守關的人買路錢，守關的人才睜隻眼、閉隻眼，讓你過去。要是有的要跟你搗蛋，多要些金子；怎麼辦？為了要求順利逃生，有的人就請海外親友替他們放生；放了以後，就容易出來了。

放生這件事是很值得做的；但現代放生的社會問題是，往往與保護環境生態的法律衝突。這些法令是為了維護環境的生態，因此我們在放生的時候，就要先仔細研究了。如果要放在公園，要先跟公園的管理處打聽，是否可以放。以前我們在一個公園的大湖裡，五年內一共放了三千隻龜；牠們又會生小龜。只要天氣一好，岸邊都是龜出來曬太陽。那邊太多龜，不能再放生，我們又開車找別的地方。後來找到鄰郡山上的公園，只有那一家答應收啊！那裡有兩個湖，一個大，一個小；大湖沒去幾次，就放了一千隻龜，又放滿了。現在再去放的，就放在小湖；沒多久，就又会滿了。如果我們到處亂放，一般大眾還不了解佛法，就會把我們想成也是一個奇奇怪怪外來的教派。這樣一來，成見作祟，他們就少有機會來瞭解佛法了。

從前，我們去中國城買白鴿子來放生；這些白鴿子是人圈養出來的，而不是野生抓來的。後來，我們再去那裡，當地人告訴我們這些圈養的鴿子放了，不會覓食，沒幾天都會死掉；所以放生很難。當時你免牠被餐館拿去殺了，過了不久，牠又餓死了。唯一的安慰是你跟牠結了佛緣，使牠往生的機會增加了。有時候放生，也有其它實際的問題存在，就是動物死在那裡，對環境衛生也不好，當地的居民就會不高興。所以，我們放生也要兼顧到保護環境。從事生態的保護，也要注意，不要變成一種政治性的活動，整天要去遊行示威；這樣做，跟我們修佛法是不調和的。還有一種做法，成立一個非營利的機構，大家捐錢，看哪個地區需要生態保護，就買下來做為公家的產物。在佛友們的管理下，你要禁止打獵，就禁止打獵，可以做得很好。其實古時候，有些廟裡面自己鑿了很多放生池，放了來養；我們也可以往這方面來努力。

聽眾問：「基督教的天主、道教的玉皇大帝，是在哪一個位置？」

嚴格講，要有實修的、天眼開的人，才能夠看到；他就能告訴你實際的情形。還有一個方法，就是在《淨土五經會通資料全集》裡有一個諸天的表；從這裡過來第八十頁，〈與其他宗教所屬天的比較〉，陳上師指出哪一類的天，在哪一個程度，大家可以回家自己仔細看。有的人說，其實都是一個神啊！只是回教叫一個名字，基督教又叫另一個名字；我認為這是不正確的。這種說法只是他自己的猜想。；其實不是只有一個神。以我修的經驗來看，是有很多各種不同的神——一方面，各教的理論系統不同；另一方面，各教所尊崇的神，也是不同的。

聽眾問：「基督教的耶穌，是在哪一個天呢？」

在基督教裡沒有打坐，只有祈禱；主要強調的是有信心、愛心和做好事。所以，耶穌昇的是欲界天。而色界天、無色界天都是定以後的境界。

今天我們就講到這裡。

第三天

我師傅講〈淨土五經會通〉時，曾經指出，晚近佛教界常用的成語「帶業往生」有很多流弊，應該改成「消業往生」，纔是正確。那時候曾引起佛教界許多位法師及大德紛紛發表意見，在台灣甚至有人把各家的討論彙集成專書出版。這回我來邁阿密以前，把〈淨土五經〉重新再看過；把這個問題再審慎思考一番，認為還是「消業往生」才是合理。所以，今天跟大家講解一下，使大家有比較清楚的概念。

讓我們先從定義上來了解「業」是什麼意思。「業」是指行為、造作；通常分為身、語、意三種業，就是身體的行為、嘴講的話、心裡的念頭，這三種。可是，我們若仔細想的話，不管是身體做的、嘴講的話、心裡想的，都是一下子就過去了。講的話，除非錄下去，否則也是一下子就過去了。心裡想的念頭，也是變來變去。這樣看來，它本身根本沒有「帶」的問題，也沒有「消」的問題，「業」早就過去了，只是我們凡夫自己在執著它。當我們講「帶業」或「消業」的時候，嚴格講，並不是指業本身，而是指業的結果。因果律上說，因為你做了什麼事，所以會有個結果；我們擔心的是那個結果。所以，我們要講的應該是「業果」，或者是「業

力」。

為什麼講「業力」呢？「力」的觀念，在物理學上說，有一種是觸力，是要東西碰到了，纔有一個力的作用。還有一種力，它的作用不必有東西接觸。比方，現在舉起一個東西，隨手一放，它就掉下去了。它和地面之間並沒有任何東西，卻有一個力的作用，叫「萬有引力」，把它吸下去了。

「力」是抽象的觀念；我們在講「業力」的時候，也是用抽象的觀念要來理解「業」的因果現象。比方你造了一個業，可是這個業不一定今天、明天就會有個結果，有的是來生或多生以後，才有結果。這中間隔了這麼久，怎麼這時又跑出它的結果來了？我們就用抽象的「業力」觀念來解釋。一造了業，就有「業力」，等到因緣時節成熟，就產生了「業果」。這種觀念是像「萬有引力」一樣，把因、果兩頭的現象連貫起來了。

依照業果，在佛法裡將業分為三種：一種叫「善業」，一種叫「惡業」，一種叫「無記業」。所謂「善業」，就是事情做了以後所產生的結果，覺得很好、很快樂的。結果不好的，就叫「惡業」。所謂「無記業」，就是有些事情，沒有什麼大的影響，不會有好或壞的結果。其實這樣分類，仔細推究，即是有些難解的問題的。好人吃了飯，去做好事；壞人吃了飯，去做壞事；可是不吃飯，又不行啊！到底吃飯是哪種業？我們在這裡只想簡介傳統的分類，所以不多說了。

善業又分兩種：無漏業與有漏業。佛法跟其他宗教或世間法的根本差別是，只有照著佛、菩薩所講的道理及方法來修行，才可以超出輪迴。如果超出了輪迴，以後永遠不會有後遺症，或產生出其他副作用、壞的結果，這種業叫「無漏業」。有些人做了很多好事，結果生做人，或生到天道去，但不能保險一定永遠都是好的。生做人還是有可能做壞事，將來有可能在輪迴裡面再轉來轉去。這種還有可能生出問題來、不保險的，叫「有漏業」。有漏業又分引業和滿業兩種。這個業所產生的業力大到能夠決定你該往哪一道去，就把你帶到那一道去的，叫「引業」。同樣是生做人，有的人事事一帆風順，甚至當上了總統；有的人就偏偏什麼倒霉的事他都會遇到。每個人的天資也不一樣；有的人很聰明，樣樣一學就會；有的人就是什麼都學不來；有的人很健康，有的人生來就有耳聾目盲等種種問題。為什麼有這麼大的區別呢？那些能夠決定這些同道中各別高低、好壞果報的業，就叫「滿業」。一般來講，你所造的業都會得到結果。這些果

報，有的是這輩子得，有的是下輩子得，也有的是再下一輩子才得，甚至有的還不一定什麼時候會得結果。這在佛法裡又細分為二種：一種是會有什麼結果還沒有決定，一種是會有什麼結果雖已決定，但是這個結果會在什麼時候發生，還沒有決定。我們對業有了這些分類的概念以後，再來討論「帶業往生」，就會比較清楚一點。

「帶業往生」，這句話是怎麼產生的？是在什麼背景之下發生的？照我們剛剛講過的，善業裡有「無漏業」。「無漏業」是指依佛法認真、努力修行的業績。你要知道，修行的目的不一定是往生淨土啊！有的人修密宗，他的目標是要「即身成佛」。也有人真的修成功，他即身成佛了，這裡就是淨土，他還要往生何處？這樣的人就沒有往生的問題。並且，同樣是以往生為修行的目標的，也不一定是求往生極樂世界，也有的求往生彌勒淨土，或是其他淨土。其他淨土有沒有准「帶業往生」去那裡的說法，我沒有去研究，所以不知道。現在我們討論就不去涉及其他淨土。

「帶業往生」這個問題的產生，是因為《觀無量壽經》裡面最後幾觀，談到那些做壞事的人也還可以往生到極樂世界去，才產生了這個問題。也有發願修菩薩道的人，他的願就是生生世世到人間來行菩薩道。他修的雖是淨業，但他的願不是要往生，所以這些人也沒有往生的問題。最後一種人是他勤修淨業，又發願往生阿彌陀佛國土。他修淨業，得淨果，因果相當，並沒有帶業卻能往生的問題。可見無漏業的部分，都沒有帶業往生的問題。

現在，我們來看看「有漏業」的部分。照因果關係講，若是善業，果報就是生人道、天道，或阿修羅道等三善道之一，而不是往生極樂世界。本來做很多好事的只是生善道，但若你知道迴向、發願，迴向給眾生、迴向給自己，說大家都要往生，都要成佛。經過迴向發願往生，就將原來有漏的善業，變成無漏的淨業。從這裡可以看出迴向、發願是多麼重要啊！所以善業方面，沒有帶業往生的問題。無記業，因為它本身對往生沒有什麼影響，也不用討論；剩下的就是惡業了。

《觀無量壽佛經》第十六觀中提到：「或有眾生，作不善業，五逆十惡，具諸不善。如此愚人，以惡業故，應墮惡道，經歷多劫，受苦無窮。如此愚人，臨命終時，遇善知識、種種安慰……教令念佛……，如是至心，令聲不絕，具足十念，稱南無阿彌陀佛。稱佛名故，於念念中，除八十億劫

生死之罪。……如一念傾，即得往生極樂世界。」有些人就解釋說，雖有那麼重的惡業的人，然而因為佛、菩薩的慈悲，「仗佛慈力」還是可以帶業往生。但是，如果他的業力沒有消掉，而帶去西方極樂世界的話，照因果律來看，總有一天他還是會墮落輪迴之中，受業報；這樣跟佛經所說的就不合了。上面所引《觀無量壽佛經》的一段中，明明說了：「於念念中，除八十億劫生死之罪。」《阿彌陀經》裡說：在極樂世界連惡道的名稱都聽不到。去到那裡的人都是「阿鞞跋致」，（梵語，意思是「不退轉」）。他們在佛法上只有進步，更不會墮回輪迴之中來了。在那裡雖然有鳥，卻不是業報的產物，而是阿彌陀佛的化現，演唱佛號、佛法，使法音宣流。《無量壽經》裡說：極樂世界有一類號稱「胎生」的眾生，他們到了那裡等很久之後，才能見到佛。雖然是這樣，他們還是在很好的環境裡，在七寶的宮殿裡住，無有刑罰，乃至一念惡事，都不會有。這是因為他們不能了解佛智，不能信受佛法的哲理，而被自己的疑惑所限，所以他們的進展就慢了。就像先在預備班受訓，很久以後才能變成正式的學生。這樣只是資質問題，而不是造惡業的結果。

你如果講「帶業往生」，還有什麼弊病呢？初學佛法的人，聽到「帶業往生」的話，就覺得既可「帶業往生」，又何必注意小節？馬馬虎虎也沒關係，反正到時候都能往生。這樣的心態下，臨終時他是否能夠念佛，就不知道了。本來這些人如果嚴格地要求自己每天作功課，可以有往生的希望的，結果因這一句話懈怠了修行，變成不能往生；這樣流弊就變得很大了。

所謂「消業往生」，也不是全靠你自己的力量，主要是靠佛的力量來消業。有的人以為，要勸業重的人念佛，要說可以「帶業往生」，他們才肯試修，不然他們以為往生無望，就連試一試都不肯了。事實上，如果你告訴想學佛的人，靠著佛的力量，可以把所有的罪業，不管多麼大的罪業，都消去的話，他們不是對佛法更有信心，更要好好地修行嗎？這是衡量弘法上的利弊來檢討。另一方面，經文本身，講來講去，都是在講可以把業消掉。比方，《觀無量壽經》第十觀裡就提到「淨除業障」。不但如此，而且阿難尊者問說，這部經應該叫什麼名字？佛說，應該叫做《觀極樂國土、無量壽佛、觀世音菩薩、大勢至菩薩》，又名：《淨除業障，生諸佛前》。不但經的名字是說「淨除業障」，而且在第三、六、七、八、十、十一觀，每一觀後面都說如果你能這樣觀，就可以除多少億劫生死大罪，

都是講的「消業」。

《無量壽經》裡講，往生的都是「正定聚」。所謂「正定聚」，佛法裡有多種解釋，但都是說，修行程度很高，都是聖賢了。如果往生的人都是修到這樣高程度的，怎麼可能還有惡業沒有消掉？在《無量壽經》裡說，極樂世界的天人，（這兒所謂「天人」，只是借用我們平常的語言來稱呼，其實非天、非人，不是六道輪迴裡的天、人。）都是「自然虛無之身，無極之體」，也就是以法身為體，等於是化身一樣的。生在極樂世界裡，一種是「化生」，一種是「胎生」。所謂「胎生」，也不是真的誰把你生出來。這類天人都是因為有疑惑，所以在極樂世界的蓮苞裡待很久，蓮苞才慢慢展開。在那裡的都是化身，不再是有質的身。

極樂世界裡的品位有高低，因為往生的人的疑惑有淺深。比方，到了羅漢的程度時，見惑、思惑都已經沒有了，但是還有塵沙惑——那是菩薩程度的問題。菩薩自己是沒有問題了，但是要教別個千千萬萬種的眾生，就要有千千萬萬種合適的方法。他的智慧還沒發達到「說法自在」的地步，不能對這種人這樣教、那種人那樣教，都恰到好處。所以他需要好好去學、去啟發智慧，並不是他本身還有壞的問題。有的人見到《觀無量壽佛經》裡第十六觀下品下生有「廣說諸法實相，除滅罪法」，就認為下品下生的一定還有罪，佛才說這滅罪法。頭一點，在邏輯上這就是錯誤的推論。比方，佛、菩薩講「五戒」，殺、盜、淫、妄、酒；難道說受戒者都先有這些罪，所以佛才這樣講嗎？政府頒布一個法令出來，難到說所有的人都有這樣的罪，才頒布這個法令嗎？不是的。若以為頒布刑法，就是大家已有罪，這就犯了邏輯上的錯誤了。再一點，我們判斷文義，要看前後文，不可以只截取前半。「廣說諸法實相，除滅罪法」，是告訴我們，「一切東西的實相是『無我』的。人會做出種種錯誤的事，是因為不了解真理，所以會有『我執』，在『我執』的誤導下而做出種種錯事。只要懂了這個根本道理，以後就不會再犯錯了。」這是比較深的解釋。如果接下去的經文是講修「懺悔」，就表示還有罪業，所以需要修「懺悔」；但是經文並非如此。接下去的經文只說，他聽了很歡喜，就發菩提心；因為他已經懂了「諸法實相」的根本道理，他就知道不可以只為自己，而是要發菩提心為眾生。所以，從經文前後來看，不能說這兒證明了「帶業往生」。

另外對罪的解釋，《無量壽經》裡也提到「疑惑之罪」是指對佛智沒有完

全的了解，因而存有疑惑，不能完全信受佛法。原本做了很多善事，可以進入正規班的，因為對老師講的不很相信，就先入預備班。這是自己心理上的障礙的結果，可是也沒有受刑罰。這樣看來，講「帶業」並不合理，而且也跟經文整體的精神不合。

一個人造了業，依照因果本來要在輪迴中轉來轉去，現在佛特別開恩，靠祂的力量把你的業力都消掉了；不止消惡業，連有漏善業都消了。有漏的善業本來還要生天或生人，現在全都消掉，去淨土重新開始。這完全是佛、菩薩特別的恩，只有佛才有力量這麼做。結果，你現在往生去了，還說什麼業都還帶著；這豈止不合理，實在是忘了佛恩。

「消業往生」很明顯地指出，原有很重的惡業的人，就是靠佛替他消了業，才能夠往生的。古代的大德，在「帶業往生」之前，原來都有「仗佛慈力」；意思是靠佛的力量，你才能往生；後來才省略變成四字的成語。只是這個「帶」字用得不好，歪曲了原來的重點，導致後人的誤解，流弊很大。

若只說「消業往生」，而不加「仗佛慈力」，仍然包含了後句的意思。因為我們自己並沒有力量可以在短期內消業，當然是仰賴佛力替我們消了。說「消業往生」不但完全合乎經義，沒有流弊，還包括了讚佛及感恩之意。以「消業往生」勸人，順理成章；以「帶業往生」勸人改過，不合理而有哄騙的味道。相信佛、菩薩是件很重要的事。有些往生者，雖然已經去了，因為生前不完全相信佛，所以得待在邊地五百年不能見佛。在「信」方面，信得很徹底，發願往生就很懇切，將來往生才能得力。

《淨土五經會通資料全集》裡有一個積分表，可作自我反省的依據，用來檢討每天到底做了多少功課，時時警惕自己，這樣淨業就容易修得好。依上、中、下三生，一共九品，列了很多項目，其基本原則是壞事不要做——斷惡。如果已經做了不好的事，就要懺悔。如果不知其他特別的懺罪方法，一直念佛也就是懺悔。另一方面，就是要多做好事。我們修的是淨業，做好事要記得迴向往生，就是功德分享給眾生，願大眾將來都能往生；這樣可轉善業為淨業。更進一步就要讀經、學佛法，思考它的道理，照佛法修行，還要守戒。這些是基本原則。

我們現在來討論這裡頭的一些條文：下品下生的第十條裡面的一個重點，是能不能斷家裡的殺生。有些人學了佛以後，一下子要全家吃素，是不太可能的。為人父母者會顧慮小孩子的發育，需要動物性的營養。我們容易做到的是不買活的，如活魚、活蝦，回來自己殺，而只買市場裡已殺的，但不是專為你個人殺的。因為那些是共業的結果，不管你買不買，都已經殺好，擺在那裡了。那種買回來用，對自己往生的障礙較小。如果是特為了自己要吃而害了它的生命，它到時候就會阻擋你往生。

聽眾問：「以屠宰為業的人，是否應該改行？」

最好改行。不改行，要往生很難。開餐館的人最好改成素菜館。

下品中生第二條：懺悔之罪已取得懺淨之相否？什麼叫「懺淨之相」？這是說當我們發覺過去所做的事很不對，現在要懺悔，比如念佛、念〈大悲咒〉、修「大悲懺」，都是懺悔，但是如何知道事情已懺淨了？照佛法修持，是可以消罪業的。功夫到家的人能在定中看到罪業已消的相；普通人可能是得到一個夢兆。到底什麼樣的夢比較可靠呢？有一本已在流通的，我寫的《修途隨筆》，裡面頭一篇就是講〈夢與夢法〉，可以參考。如果是罪懺清的夢，發生在睡得很熟的第二天早晨快醒來的時候，會比較準。所得到的夢境可能是喝牛奶或清水，或以清水洗澡，或把黑的、髒的東西吐出來，或者是在修「大悲懺」、念〈六字大明咒〉、向觀世音菩薩懺悔。如果夢見佛、菩薩、僧寶、自己的師傅、晴空中有日、月等等，也是很好。另一種比較少由懺悔所得的夢境是夢見自己死掉，那是得解脫的意思。

中品下生第二條：了知五濁不再貪求。一個人的精力是有限的，不要任何事都想嘗試一點，也不要買太多的東西。家裡的東西愈買愈多，精力都花在處理那些上面。上班本來就很累了，剩下的時間又搞其他的，又去應酬，哪裡還有時間念佛？即使有時間，也沒有充分的力量了。自己應該了解這些東西到時候也帶不走，處理起來也很麻煩。東西堆了那麼多，真正用也是用幾下而已；為了這些東西把生命和精神投進去愈多，擔憂也愈多。家中貴重物品一多，出門都不能安心；所以自己要早點檢討。如果「無常」的觀念深厚，也不用處理這些物品；只要不理它就是了。但是，若不能做到這樣的地步，平常還是放不開的話，那就要想辦法先安排一

下，免得到臨終時一方面連念佛的時候、精力都沒有，一方面心裡的掛礙多；哪能往生極樂？

中品下生第八條：能分別生天、生西否？依密宗來講，是有方法分別的。一個人走了以後，全身會慢慢地冷下來；有的地方先冷，有的地方後冷。佛經裡有講何處最後冷，就生天、生人，等等。一般說來，頭頂最後還是暖的，就是生西。嚴格分的話，從前額髮際算起，四指並排寬的地方最後還是暖的，是生天；再往後四指寬的地方最後還是暖的，才是生西。修密宗的「頗瓦法」，修到開頂時會起小泡、出一點血，或者出黃色的水，都是在中脈頂端，也就是生西的地方。有人走的時候，多給他念佛，才是真正的幫助；不要東摸西摸，想知道他哪裡最後冷。這不但不能改變定業，反而擾亂他，增加他往生的障礙。記得只要多念佛，就對了。

聽眾問：「如果想知道走的人是否生西，應該在什麼時候試探他？」

應該要等八小時以後才試探他。如果在我們自己的社會，或是佛教家庭，平常大家就先講好，逢到有人走的時候，至少等八個小時不動他；若能夠等到完全冷，最好——也不要急著換衣服。在死的過程中如果動他，他會很難過，他又沒辦法開口抱怨；有的人在這種情況下一生氣，就墮入惡道去了。梁武帝很喜歡建寺、供僧，做了很多功德。他的皇后本來應該生天的，她臨終時有很多侍女在旁邊，其中有一位侍女一不小心，把手中的扇掉下來，打了她一下，使她很生氣；她心裡一起瞋念，就轉生為蛇了。後來她托夢給梁武帝，請出家人修法超渡——蛇身死後，才得生天。所以，臨終時能不動他，最好；但是要做到這一點，也不容易。

大部分的人是隨著老變弱，弱了就容易有病；病一個接著一個來，子女就把他往醫院送。醫生就千方百計地要救活他——愈是死去活來的緊要關頭，愈要受現代醫技的苦楚。有哪一個人修行程度會那麼高，在被電擊、全身插管子、開刀，這種時候還能自在？所以，我們都要及早準備，希望靠平日念佛，早點把業消了，到時候就很自在地去，就免得受這些苦。

一九八七年八月裡，有一天，我在睡覺時聽到有人說：「十一月二十六日。」別的什麼也沒講，只給個日期，也沒有說陰曆、陽曆，我也不知道是什麼事。直到我師傅病了以後，我看他病得很重，就有點懷疑，才去翻

日曆。一九八七年十一月二十六日是感恩節；「感恩」總是有追念的意味，我就怕萬一師傅是要走了，就向照顧他兩年多的醫師說明，請求許可在萬一之時，不要移動遺體八小時。醫生很同情我們，就幫我們向院方交涉，得到院方的同意。所以，能夠在走後八小時，沒有人動他；擦身體、換衣服這些事都是等了八小時以後，才做的。當我們遇到這事，就必須爭取，而且是有可能爭取得到的。你可以跟院方講，別的地方也有這樣例子，並且是基於宗教的理由來申請的。若你提出宗教的理由，他們會覺得必須尊重你的宗教信仰。但是，你若要爭取更多的時間，就很難了。因為醫院的時間也是很寶貴的——床位總是要趕快空出來，以供使用。大寶法王走時，醫院讓他停了三天以上，這是他住院時表現的德行感動了整個醫院的結果，是很特殊的例子。一般人爭取八小時的時間是可能辦得到的。

聽眾問：「有些人在家裡過世的，過世的時候會大、小便失禁，雖然家人信心很強，但親戚來，看到了，覺得很不好；那該如何？」

那些都先不要管，要等過了八小時後，才清理。如果人過世了，馬上通知驗屍官；驗屍官一來，就會翻動屍體。所以最好能等八小時之後，再通知驗屍官，不要人一過世，就立刻通知他。他來的時候，就告訴他剛剛才發現人已過世，就可以了。

一般人常常有一種煩惱，就是自己給別人一點好處，就記得很牢，就期待說我對他怎麼樣，他也應該對我怎麼樣。但是我們要修行的人，就要學著開闊自己、學著體會別人的好處。人家可以這麼做，也可以不這麼做，他對我這樣，就是很好了——要這樣去體驗。比方說郵差來了，如果你認為，這是他的工作，你付了錢，你就是大爺了；這是不對的態度。你要知道，有些人連這個工作都不做，而去吸毒，什麼的。這個人願意花這個時間，認為這是有意義的事，而以此做為他的職業，不管日曬雨淋，風雨無阻地送信到你這裡來，我們都要很感謝他。

我師傅以前常舉一個例子：他在印度閉關修行，他要節省時間多花在法務上，但是衣服、床單非洗不可。如果自己洗，覺得花太多時間；要找人洗，偏偏又找不到。因為當地的女人有一個觀念，只給自己先生洗衣服，絕對不給別的男人洗衣服；怎麼辦呢？這時就知道肯替你洗衣服的人有恩。不要任何事情人家做了，都「理所當然」的一樣。人家願意做，要感

謝他；不要以為我付錢就是了，要真誠地感謝他。這是對個人；對整個社會，也要時時有感謝的心。今天我們能夠在這裡講經，就是要靠這個社會是安定的、和平的；因此，對這個社會和平守法的大眾，也是要真誠地感謝他們。

中品上生第四條：對極樂無女人能深切了解否？它的意思是說，有人推論說極樂世界無女人，那麼修念佛的女性們，將來怎麼去呢？當然很容易想到，她到那兒去，就化生為男人。經文裡說阿彌陀佛化現的鳥，如鴛鴦，有分男女。那麼，為什麼他化現的鳥就可以有男女，那兒的天人卻只有男的？其中深意是說，到了那裡，已經超脫男女的慾望了。因為沒有男女之欲，就和都是男的一樣。在這個意義下，如果你喜歡女的，也可以說都是女的——它的意義主要是超出男女這個煩惱了。

上品下生第七條：有沒有加修「六念」否？「六念」是釋迦牟尼佛教示的。念佛，記得佛的功德。念法，記得佛的教訓。念僧，佛的肉身雖已不見，但是現在代表佛在這裡維持這些教法的出家聖僧，我們要記得供養他們、尊敬他們、遵守他們的教訓。念戒，就是佛、菩薩說怎麼樣做才是正確的，你要照著做。念施，就是修布施。遇到窮苦的人，經濟上幫助他；遇到不懂佛法的人，講佛法的道理給他聽；遇到人家有災難，要幫助他，使他免於恐懼。比方，你看到貓要捉鳥，就警告貓一下，讓鳥可以飛走，使那鳥免於懼怕，這就是「無畏施」。最後一個是「念天」。釋迦牟尼佛雖然希望你成佛啊！往生淨土啊！可是你做為人呢，總要往高處想。天道也不可以輕忽，你要看祂們為何可以在天上？祂們比你快樂、比你福報大那麼多、比你多很多智慧，因為祂們做了很多好事的緣故。所以「念天」的意思是看到天人做了那麼多好事，你要效法祂原來是怎麼做的。「念天」的另一層意思是，原先世人還不曉得佛法的可貴，但是在天道的有神通，知道佛法是不得了的，比祂們高明多了，要趕快來學。而且不但祂們自己要學，還要請佛出來給世人講法，不然世人太可憐了。天對人有這麼大的恩，而且是一直護持著釋迦牟尼佛。像釋迦牟尼佛那時能度大迦葉，就靠顯了很多神通——裡面包括說祂要洗衣服了，本來沒有池子，就變出一個池子來；洗完衣服，要晾衣服了，就突然出現一個很大的石頭可以晾衣服了。大迦葉就覺得奇怪，怎麼會有這樣的事呢？那些都是天幫忙的。大迦葉看到佛光怎麼這麼大、這麼亮？佛就跟他說，一來，是我自己修行的結果；一來，是天來聽法的時候，祂們也放光，表示護持——光都聚在

一起，所以就比誰都亮。天有很大的護法功勞，因此我們念祂們，還要包括念祂們護法的功勞。你念祂、尊敬祂，祂們有神通，馬上會知道，祂們會幫助你修行順利，順利的結果是你就容易往生。多一個人往生，將來就多一個人回來協助做救渡眾生的事，所以我們對於其他勸人生天的宗教，應有尊敬的態度。

在做佛法與其他宗教的比較時，我們可以說，佛理是這樣的，你要不要學一學啊？多了解一些佛法啊！但是，基本上的態度應該尊敬他們，不應該亂批評。比起來，做壞事或不做好事的人有那麼多，肯做好事、肯信天的人，就已經很難得了。後者比前者有時還更容易轉成佛教徒。很多人都是天主教徒變成基督教徒，再變成佛教徒的。現在全世界的知識交流很廣、很快。他若沒有機會碰到佛法，沒有比較的話，他當然一輩子就那樣了。他一旦有機會比較，你的理論比他好，修的方法也講得比他詳細，那麼他就容易轉過來學佛法。

上品中生第六條：行前三度，能配合「三輪體空」否？什麼叫「行前三度」？「行」就是實行；「前三度」，就是六度、六波羅蜜中的布施、持戒、忍辱這前三個法門。當我們在修布施、持戒、忍辱這三個法門的時候，能不能「三輪體空」？「三輪體空」的意思是，首先，要能不執著我是個能給你東西的人、講法給你的人，我是個布施的施主。其次，也不要執著你就是我的受惠者，我對你有恩，你就好像欠我債一樣；要沒有這樣的執著。再來，對於正在做的這個方法，也要了解是有空性的。這個方法是個方便，隨緣設施，過去了，就不要執著。藉著布施，表達一種關心，連做的方法，也不要執著。「三輪體空」粗講，是這樣；細的部分，要自己慢慢讀經論去體會。這個〈積分表〉內，我覺得需要提出來談的，就是這些。

在《淨土五經會通資料全集》這本書裡，有一個〈欣厭表〉。欣是喜歡，厭是討厭。以佛法要接引你往西方去，如果一開始直接跟你講「空性」的道理，或一個抽象的「主客一體，沒有對待」的理論，你在實際生活裡不曉得該怎麼做。那麼，你永遠沒辦法將理論變成生活裡面的一部分，永遠沒辦法體會理論後面的真東西；所以，佛就用你平常習慣的、對待的方法來教你——在此娑婆世界中，有這個苦、那個苦——你想不到的苦，全部向你提出來。你說現在很好，但是未來沒有保障；這不是苦嗎？現在好，

等一下就壞了；現在很健康，等你老了、弱了、生病了的時候，該怎麼辦？你想得到好的，祂都把你說成有問題的。這些病根全部挖出來，就覺得這個世界真是糟糕啦！但是實際生活裡並不是整天都在那裡討厭。家裡討厭，就跑到外面去——小孩會出走，夫妻也會離婚。佛所教的欣厭的方法，不是對治一時的討厭，而是對人生反省後，對整个人生的改革。

你本來對世間是非常執著的——這個東西要抓得很緊、那個東西也要抓得很緊，什麼都要抓得很緊。到臨終的時候要你放，一時也放不開，就非常痛苦，只有再來輪迴。那麼，現在就要預防那時候的痛苦——先想清楚，反正就是會有那樣的一天，要早點做準備，練習這個也放、那個也放；這也沒關係、那也沒關係；到時候走得就很輕鬆。你如果習慣抓、抓、抓，一路抓下去——這一點跟你想的不一樣，不可以；那一點跟你想的不一樣，也不可以；你整天都很苦惱，一輩子就都很苦。如果你現在已經練習「放」慣了，這個可以放、那個也可以放，不但最後那一剎那輕鬆，這輩子也輕鬆多了，就不會被這些東西哦、事啦，把你綁住，就可以智慧地來支配這些東西，而不是被它們奴役住了。但是，要抓慣的人練習放，是不容易的；所以，一邊要你厭娑婆的苦，一邊要你欣淨土的樂，「雙管齊下」——利用你抓的習慣，改來抓往生的機會。

因為很難憑空說一個阿彌陀佛的極樂世界是怎樣的情形，除了畫出來以外，不管你們說了好多，我都看不到；是不是在騙我？所以佛就講阿彌陀佛、極樂世界，就是這麼好，就是怎樣、怎樣；你去那裡，就永遠超出輪迴囉！阿彌陀佛親自教你喔！要吃飯，一想飯菜，就出來了；吃完了，也不用洗碗，多快樂。也就是以相對待的方法要吸引你——你不要把它當假的。像《簡介五會念佛法門》裡面頭一篇，蓮宗的第四祖法照大師，他在定裡真的到阿彌陀佛那裡，他看到的，印證了那樣的世界是真的存在的。但這是要修得很好的人，才可能在定裡去那裡，看到這些的。我們雖沒看到，從他們的開示，就可以知道，現在好好修，靠佛、菩薩的力量，到時候消業了，還是可以去的。

欣和厭是對立的。如果深入佛法，懂得「空性」的道理——沒有對待的、一切是無限的一體的那個觀念的話，好像跟欣、厭的对立是一種矛盾。要如何一方面修欣厭，一方面沒有這個矛盾呢？這個道理是沒有辦法一下就說清楚的。（補充說明：欣、厭自身是沒有對待的。兩者對比下，才有對

立。先修對立下的欣、厭，使對立的心態鬆弛，漸漸證入無對立，然後才能見到欣、厭自身的無對立。）但是，你最好就還是照那欣厭的方法去修。因為一個法門，是一種方便、權宜之計；佛給的路是這樣子，你就照這樣子去修。你現在好像做一個很對立的工作，就是說這裡壞得一塌糊塗，那裡就是好得不得了；這邊要完全丟了，那邊就千方百計要去。看起來很對立，但是你都不管它；你就專心地念佛，相信、發願。這樣修下去，修久了，原來的煩惱就鬆開了，慢慢地身體就覺得鬆掉了——這是佛法不可思議之處。在此順便提一個我自己體會到的經驗。幾年前，有一天突然覺得兩腳底下一鬆，從那以後到現在，都覺得腳底好像是滿的——沒有鬆過，不曉得有這回事。佛的「三十二相」裡面，有一個是「腳底盈滿」，我猜大概是指這樣的覺受；是否就是指這樣，我也不知道。本來修行的這些境界不宜講太多，惟恐讓那些還沒有證到的，整天都在追求這些境界，反而造成問題。但是我現在講一點，一方面增加大家對佛法的信心，另一方面是做一種見證——真正修的，真的會發現有這樣的事情。我師傅是經驗了很多境界，但他常說：「修就是了！不用講。」結果他走了以後，他所經驗到的生理上的變化，我們就沒辦法知道了。這也是我想說一點個人境界的原因。你們開始念佛，好好地念幾個月，可能就會開始覺得輕鬆了。最先鬆的地方，可能是兩肩接近上臂的部位。

你雖然走的是欣、厭對立的路，你這樣走下去，你達到的卻可能就是它那一體、廣大的那條路。因為原來自己被成見、煩惱綁得很緊；現在鬆了以後，你對別人的態度不一樣了、對事情的看法不一樣了，來往不再是利害的考慮，而是真誠的——不管你對我怎麼樣，我就是修行，很盡心地要替你想、替你做啊！所以佛法很巧妙，不要以為表面看起來是一個對立的，你照著做呢，最後你達到的，就是它要教你走到的那個目的，會得到那個結果。

有人喜歡講「無分別」；「無分別」當然沒有錯。但從最後哲理上來講，它是指去掉主觀、客觀的對立。所以真正嚴格講「無分別」，就是在講那一點，就是你能夠從那個對立出來的時候，一切都回到本來的一體了。但是講「無分別」，有時候容易變成一種錯誤，誤會成如同呆瓜就是無分別了。如果這樣，變白癡是否就成了佛呢？或者變成木頭、石頭，如植物人，根本就不知道分別，是不是也成佛了？它的意思不是這樣子的。真正成佛的是有「大圓鏡智」，就是他一切能看得很清楚；有「成所作智」，

知道一切事要怎樣做，才圓滿的；有「妙觀察智」，能分辨是非、正誤——這些明明要有分辨的力量，才有可能。所以講「無分別」，不是指變白癡就是學佛，還是要能分辨什麼是善惡、什麼是修行的正路、什麼是不對的路。但是在實修上可以用「無分別」的態度來修「不執著」。

以前有任何事來，他就分這個好、那個不好——好的，怎麼樣；不好的，就怎麼樣——整天就這樣分來分去的。現在要修「不執著」，好的來了，就讓它過去了；壞的來了，也讓他過去了——都淡然處之，又沒有執著。修「無分別」，有時是要忍耐的；本來是很生氣的，也是以「無分別」的態度去淡化它。有時是強忍，目的是修行，把自己這個「我執」習慣打破；這些都是很好的。在禪宗裡有個故事：有個老太婆問師傅她該怎麼修？師傅教她什麼都不管。人家跟她說什麼事，她都回答說：「我不管、我不管。」後來綽號叫「百不管」。她是在修「無分別」，她不是不知道——就變成木頭、石頭一般。她是在修她的「不執著」——這種無分別是對的。以前有朋友就對我說：「不可以啦！這個會變成白癡，怎麼可以？」他以為學佛就是做個白癡；那為什麼要學做白癡呢？他就不學佛了。所以有必要搞清楚「無分別」的意義。

在這本書裡還提到證量的檢討，叫做「二九自省」，在第六十七頁。所謂「二九自省」有兩列，每一列都有九件事情，要自我檢討。修行有時為什麼要讀經論？一方面在理論上多了解一點，同時從他的討論裡可幫助你分辨什麼才是正確的。還有一個深度的問題，就像那天所提到的，「沒有我執，是否就是成佛之時」？其實在「沒有我執」裡面，有很多深、淺的層次；如習定時暫時沒有「我」的觀念，並不表示你已成佛，你只是得到「止」而已。像這點也是經論裡討論的意思，免得你得到一點皮毛，就自以為不得了了，就停止在那個階段。這裡的反省也是這個意思。

頭一個「時量」。常常有人表示自己學佛幾十年了；但是，如果仔細檢討這幾十年，他做的大部分都是他自己的事業、自己的家事；幾十年裡真正學佛時間，只是幾個月。在時間上可以這樣去檢討。如果閉關跟在監牢裡沒兩樣，那就沒什麼意義了。閉關時一定要好好在那裡做些佛事，精進修法才好。如果「時量」上注意到了，就可以在「數量」上來進一步檢討，這樣比較嚴格一點。如果在佛前做一個小時的功課，心念不專，可能中間去想別的事而忘記了念，雖然用念珠計數，也只念了一點數量。而別人很

專心地念，雖然只念了十五分鐘，可能他念的數量反而多些。所以在數量上檢討，就一層比一層深。數量雖然好，更嚴格的就是要討論「證量」。有的雖然念了幾百萬，但心裡沒有很專心地念，並沒有一念起來，就進入定境；這就是一個證量上的檢討。

證量裡又分三種，一種是「夢」裡能看到什麼，那當然很好。夢裡能看到佛、菩薩，不比在「相」裡看到佛、菩薩來得好。何謂在「相」中看到？這比較難。如在習止、習定、作觀，真正到了你觀的佛、菩薩出現，那當然很好。有時是定和夢之間，也不是在睡，也不是在定，那是忽然一閃看到的，那種叫「相」中。第三種是「定」中，又分三類。在密宗裡，比方觀自己是觀世音菩薩，自己的肉身不見了，而看到自己是觀世音菩薩，坐在蓮花上面，那叫「自見」。有的功夫更高，達到「他見」。「他見」是指不但自己看見是觀世音菩薩，旁邊的人也看見這個人忽然變成觀世音菩薩。我認識的一位住在加拿大的魯梅嬌女老居士，她以前在印度拜見大寶法王，兩次參加大寶法王戴黑色寶冠加持信眾的典禮。一次大寶法王帽子一戴起來，她就看見大寶法王變成觀世音菩薩；還有一次大寶法王就顯阿彌陀佛。這叫做「他見」。還有一種叫「常見」。有的只是偶爾見到——今天見到了，明天觀，又不見了，這就是還沒把握。功夫真正到家的呢，就永遠都是觀世音菩薩，看不到這個肉身，真正修成觀世音菩薩，他自己隨時都是觀世音菩薩；這叫「常見」。

我師傅講過一個故事：有一位喇嘛是修四臂觀音的。有一次當地的縣長來拜訪他，他急著去會客。他一急的時候，旁邊的徒弟都看到四隻手在穿衣服。喇嘛下身是穿裙子，兩手穿下面的，兩手穿上面的，真的修成了做起事來了。如果真要追究修行這條路，一山還比一山高，無有止境。有的人在陸地上要走，就走；有的就藉著水裡去了；有的連肉身一起飛走了。這些在表裡有例子，請大家自己看。

最後我強調一點，今天我們勸大家念佛，不但平常的這一生會不一樣，而且會改變整個社會的風氣啊！平常盡力往好的方向做，歸根究柢是為了臨終的那一刻啊！所謂「養兵千日，用在一朝」。你希望爭取臨終時能得到往生的機緣，平常就要檢討自己的生活、檢討自己的修行，隨時以「無常」的觀念來警惕自己。否則馬馬虎虎，東聽西聽；這邊也灌頂、那邊也灌頂，好像是趕場、業餘的消遣，那都得不到徹底的好處。現在馬上說要

放下一切，專門修行，也是很少人能做得到。還好有這條路——念佛法門，就是普通人在自己家裡，真正好好地照著做，將來還是會有好結果的。希望大家能夠常常檢討，好好地修，大家都能夠往生阿彌陀佛的極樂世界！

等一下我們要去墳場超幽。在《淨土五經會通資料全集》裡直行印刷的第七十二頁有〈超幽的簡法〉和〈放生的簡軌〉。放生的時候注意一下：如果放的是龜、鳥，可以先念完儀軌，再放；如果是魚，不能在水桶中支持很久的，可以先放了，再念儀軌。尸林超幽時我所修的「三身頗瓦法」，就是專修的也不一定能夠做，所以那不是大家可以做的。但是有一個簡法，你們可以自己去做，或約佛友們一塊兒在週末時去，或者每個月約定去一次，或者兩次都行。

到了尸陀林就找一棵大樹，在大樹下面面向西方站著，點三支香插在地上，拜尸陀林的山神、土地神。去的人，每個人用袋裝一些沒用過的米，把米袋放在三支香的前面，袋口打開，然後在那兒念佛。我今天去修，如果你們用錄音機錄下來，以後你們自己再來時，可以先放這卷錄音帶，代表我又修一次「頗瓦法」了。等錄音帶放完，就用一百零八顆珠子的念珠，念一圈或三圈的「阿彌陀佛」；接著〈六字大明咒〉、〈大悲咒〉、〈往生咒〉也可以念一些。念時觀想佛力加持在這些米上，米都成了佛、菩薩的甘露。然後大家分散往墳場的各方去撒米，一邊撒米，一邊念著佛號或是〈六字大明咒〉，並觀想佛加持過的米就直接撒在亡靈上。這些亡靈即使不能馬上生西的，也因此能夠往生善道。有些亡靈因時日太久，不知轉生何處；無所謂，就算他已轉生，我們為他祈禱，也可轉變他現在的業。況且墳場總有新來的，我們現在跟他們結緣，將來這些眾生在你臨終時，可以幫你的忙。有些每天晚上施食給餓鬼的人，都跟鬼結了善緣。不是壞人家裡鬼才會去的，好人家裡鬼也很多。有眼通的人看，滿街上都是鬼在走。那些達官貴人身邊，很多鬼都是等著要債的；好人也是有鬼跟著。如果是修到羅漢的，他旁邊一定是一大堆鬼等著；他吃東西時掉下來的食物，對他們而言都是甘露，他們就等著領甘露。我們雖然沒有這樣的法力，然而佛、菩薩的力量無限，藉著我們的悲願做為一個橋樑，使這些米都變成了甘露，就使得這些甘露的亡靈都得到佛的加持，結了佛緣，將來大家都能往生淨土去。

這回就講到這裡，謝謝。

淨土五經會通（第四十七次演講）

時間：一九八九年七月廿八、廿九日

地點：美國德州奧斯汀佛學社

講演及校訂：林鈺堂博士

筆錄：台灣大學八位學佛同學（自願隱名）

第一天

第四十六次〈淨土五經會通〉，主要的重點是在一般人為什麼要選擇念佛的路？那時主要是對一般人講的，從很基本的觀念上慢慢地講起來。二月在加州奧克蘭的佛光寺又講了一次〈勸念佛〉，那次時間很短，所以我主要的重點是從「無常」的觀點來勸人家念佛。這次你們佛學社，已經成立兩年了，大部分佛友又是德州大學研究所的學生，是高級知識分子。有些在實修上的理論問題，還有在這個現代社會，有些問題又不是古時候佛書上有的，我自己就讀來讀去摸索，所以這些問題的探討就深了一點。因為你們的程度高於一般人，所以我就講這些比較深的。

這樣子一來，頭一個要講的，就是從人類求知識來看科學和佛法有什麼根本的差異。因為現在是科學時代了，你如果不能講出這個來，人家就會覺得說，你們佛法是不是一種迷信啊？是不是用科學的理論就可以把佛法解釋了？就有人會有這種想法想做這件事，但是不是真的做得到？我們現在演講，也不可能像人家哲學家在真正考慮這些問題，很仔細地去討論——那都是學者一輩子也做不完的事，書都是一本又一本很多的。所以我們只能很大略地來講。

表面來看，你也許會覺得佛法跟人類的知識好像是一樣的模式；怎麼講？我們人類的知識你把它仔細分的話，在哲學裡的「知識論」上，他們早就知道，就是說一種是直接經驗，沒有什麼可以懷疑的——你現在明明有的，這個沒有什麼可以懷疑的；所以這是你的知識。當然你也可以細講，譬如感官，有的健全，有的不健全，那怎麼決定哪些可靠？這些是細的，我們不管。我們就講大略的；一種是直接經驗，另一種是抽象的觀念，像數學裡面那些，整個數學是一套抽象的。怎樣得到這些抽象的？有的人就說那是從經驗來的，有的人就說可以不賴經驗。這些我們都不管，我們只

管它的分類，直接經驗和抽象觀念。

經驗內容太複雜了，你要怎麼來掌握它呢？知識就是要用理論來掌握它。那麼，你的理論是怎麼來的呢？就要有一個邏輯系統——有些是基本觀念，有些就是邏輯推論的規則。利用這些，我們製造一些理論。這些理論可以有好多，我們要選擇哪些呢？就要用我們的經驗來印證。根據我們科學的理論推出來，再到我們的經驗去印證，合的，我們才接受；是不是這樣？有了這些驗證過的理論，有什麼好處呢？一方面我們可以說明現象、說明我們的經驗；一方面這是系統化的，要是經驗一件件記下來，太多了，我們沒有辦法處理、沒有辦法應用，必定要有系統，才可以應用。怎樣應用？基本上等於預測。你如果認為這套理論可靠的話，那麼，根據這個我們就可以應用。我們現在享受的這些科技的成果，就是應用的結果。

你如果只看它這個大概的樣子，你看佛法這邊也是說，哦，有人成佛了——他證佛了，有的人修行有覺受了——這些是他們的直接經驗。那麼，佛法也有佛法的理論囉，各宗各派也各有它基本的理論。比方說，《金剛經》大概就是講「應無所住而生其心」，什麼一切都是如露、如電囉；這是舉一個例啦，我也不是說它只有這樣子。佛法也有它的邏輯；它的因明不完全是現在的邏輯，它有它的推論規則。佛陀教出來的，祂給你指出一些理論、修法，然後你修的結果，得到了一些覺受、證量。你這樣大概看，是看不出什麼差別的，所以我們要深入比較。

人類致知有一些特點；頭一個特點，就是「主客對立」。你想要對現象說出這是怎麼一回事的時候，你就有了一個觀察者和被觀察的對象，基本上你馬上就做出這個「主客對立」。而且，你所有這些理論，就是說你要有套理論的時候，從邏輯來看，除了一些推論規則以外，你不是要有一些基本概念嗎？你一設基本概念，以物理學為喻，就是你要有一些座標，你一定從某一個座標開始。你有一個座標，就有一個「能觀」，有一個「被觀」；對不對？「能觀」、「所觀」這樣的對立就產生了。但是，就佛法上來講，佛法正好就是說這一點就是錯誤的開始。佛法基本的觀念，不管它是講「真如」也好，講「空性」也好，講「唯識」也好，講來講去，基本上的觀念是什麼？就是說必須打破對立——有對立，你就離開真實。它基本觀念就是這樣——你要回到一切是沒有辦法分的一體。所以，你看這就是頭一個最基本的分別出來了。

然後再來，我們人類的致知有限；什麼有限？時空的有限是很明顯的。每個人能活幾年呢？經驗也很有限——現在我們有科學的知識知道，人類看的光的範圍，是波長多少到多少，聽的也是這樣；種種經驗的限制，是我們受感官的限制。然後呢，科技也把我們限制。在未登陸月球之前，你沒有辦法決定月球上的土壤是怎麼一回事；對不對？這種科技的限制，也是在做研究裡面，大家都知道的。然後理論上也有限制，我們被我們的語言限制住了。像很多物理上不能解決的問題，是為什麼？因為高深的數學，還沒有發展到能夠替你解決這些理論物理上的問題。所以我們人來做的話，種種的限制。但是，佛法的教授呢，所謂「他證入佛」的時候，是超出了所有的限制；在他來講，就變成說，時空的限制都不成問題。而且呢，這裡甚至不用說到佛的境界，你只要有習定的，道教啊、印度教啊，或者是有些人生來就有一些特異功能。對一般人來說，多遠，就看不到；多遠，就聽不到；但是，他可以千里外的事情，有的是當時知道，有的是預先知道。這個你如果用我們平常有限的這些規則來講，都是沒有辦法解釋的。所以這一點，它也是很特別的，佛法它是超出你一般的限制。當然這裡面有問題囉，你可以講說這是不是你自己幻覺啊？但是，他為什麼可以預測將來的事情？為什麼祈禱那個人，病也可以好？你說他只是這樣碰上，那為什麼有的人他修到一個程度，他可以變成很有效，硬是像我們在講觀世音菩薩，千處求千處應？為什麼會有這個現象？

然後呢，再一個分別是什麼？我們的知識，是有一個體系的說明，然後我們印證及應用。這就像是就我們的範圍內，我們去畫個圖，然後按照這個圖，我們就開始走了。但是，因為我們知道的有限，照這個圖走，有時候對，有時候不對。還有很多地方我們不知道這個圖我們該怎麼畫，我們的知識是這個樣子。但是佛法這一邊就不一樣；佛法它不是說哪一個人，他碰啊碰的，然後大家慢慢湊一個圖出來。祂這個佛是超出你的經驗，祂最主要的超出是什麼？我們是有限、對立的，祂是超出了這個限制而進入了根本一體這個經驗。因為祂是一體的結果，你以為看不到的，在祂來講，都不成問題。就像我們個人的身體是一體的，哪裡有個感覺，都會知道——祂就是變成那個樣子。祂所以能夠知道超出你經驗的東西，是因為祂真正回到一體的時候，因為是一體，所以祂就知道了——這是本來一體，而不是祂編出來的；祂只是回到原來的情况。因為一體，祂在這裡，而千里外的，祂也可以幫助。

有了這個經驗後，對那些沒有這個經驗的，祂要怎樣來幫助他們？從祂的觀點來看，就是祂已經恢復健康了，祂知道你有病，那麼你的病根是在哪裡呢？你自己綁住了，你自己一些觀念把你綁住了。祂沒有辦法直接把你拉出來，因為你習慣的是從你的角度看的世界，所以祂就要編一套方法，把你慢慢地帶出來；這就是說祂的教授是「果位方便」。這一套也還不是最後的，但是你得照它這個走，因為祂是走過了的，所以祂知道怎麼樣可以出來。所以這個就跟我們那種畫一個圖，還在碰的，不一樣。這是深入比較。

而且這裡就說明了，你不能把佛法當成它只是一套哲學理論，或者它只是形而上學、空談；不是這樣子。接著我們來看近代物理學的發展，它等於是慢慢地朝向佛法走來；為什麼這樣講？因為我們人類的致知，目的還是要求真實。那你要求真實的時候，所有系統他都要假設一些東西；它也知道是它假定的。比方說「牛頓力學」裡力的作用，一種是我們知道的，有碰到，才有力的作用；還有一類是地心引力之類的，它那個就是講兩個物體並沒有接觸，可是它有個力在作用。在他的理論系統中有這種觀念，但是慢慢現在已經放棄了。我現在要講的，這個還不是最主要的，最主要的是，他那時候基本的觀念認為有個絕對的時間、絕對的空間；而且這個絕對的時間、絕對的空間是可以獨立的。因為那時候對我們的經驗範圍來講，這些好像不成問題。但是，其實空間的觀念，如果仔細看的話——我是讀愛因斯坦寫的有關〈相對論〉的東西，它是說，比方說這個房間，我們習慣了一個抽象觀念，說是有這麼大的空間。但是其實呢，對X光來講的話，那麼它的空間就是超出這個；對不對？那如果對一個球來說，它是這麼大，那這個球在房間中碰來碰去，有些地方它就碰不到，像角落它就不能碰到，所以對這個球來講的話，真正的空間就跟你這個抽象觀念的空間不一樣。物理上是說，你這個觀念如果是經驗上沒有用的，就是假的觀念，人偽造的一樣。這樣子研討的結果，〈相對論〉發現的就是說，時間和空間都沒有辦法是個絕對的東西，而且是不能獨立的。你要描述一個現象的時候，你要量時間，就要有個鐘。這個鐘如果是在旁邊，你當然可以馬上看到，但距離一遠，你要講這個時間，就要包括這段距離你用什麼方法傳這消息過去；這個問題就來了。所以這詳細的，也不是我能講；但是，它就變成什麼事情？頭一個就是它對座標要檢討。以前的座標就是「三度空間」，他慢慢發現這不能完整描述了，它就要改成「四度」了，要把時間放進去。而且時間是相對於這座標而言；那個座標裡面的那個

鐘，這個都有關係。

〈特殊相對論〉用了一些基本假設。一個是在真空裡面，光速是最快的，是不能超過的，而且是不變的，這樣一個假設。另外一個是這個座標必須是一個慣性系統。如果從這個慣性系統來描述這個現象，你會覺得有些東西應該是真理性的。譬如說，某個東西的長度，應該是不會變的，不會說你從這邊量，或另一個角度量，就變了。但是，它這個理論只能用到什麼地步呢？就是這些慣性系統彼此之間有個條件，就是要麼，都靜止；要麼，就是它們的相對運動速度要保持一致。它不可以是一個繞著一個轉，或一個對另一個加速。愛因斯坦的〈相對論〉雖然對「牛頓力學」而言，是改進了，但是他做得到的只有這個——就是某種條件下的座標，才能夠合理地描述這些現象。那麼，他就覺得我們要求真理的話，這還是不合理的，為什麼只有這種座標能夠談？為什麼不能夠很自由地，喔，我要轉來轉去，也可以？他就想要突破這個，再去找更好的；結果他想做的，就是「一般相對論」。他做這個的時候，一方面是數學理論上的限制，還有一個是他慢慢覺得，要解決這個問題，可能要用「場」的觀念。但是你看看這個「場」的觀念，比起「座標」的觀念，你是不是發現它愈來愈往一體、整體的路線走了？而且特別是你到物理裡頭去，發現有「測不準原理」出來了。這些小的分子在跑的時候，你想要去觀察它的時候，你一觀察它，它就不一樣了，你測不準；那就表示什麼？主客沒有辦法分嘛。其實，物理遇到的這些基本問題，從佛法來看是說，因為你原來就是錯的，你那時候在搞一些主客分裂的事情。你只要一想往「真」的路走，你就一定得往這個「主客沒有辦法分，根本是一體」這個路去走。

但是，為什麼會有這些根本的差異產生出來？這裡還有另一個問題，就是佛法那麼強調「一體」的話，是不是變得沒有用了？因為我們科學是很有用的啊！但是我們不得不這樣，要用描述的，然後才能預測，才能應用的。佛法是不是沒有用，等一下再講。現在先要討論這些根本差異是怎樣產生的。這裡其實就變成哲學上「知識論」的問題了——這個地方比較難一點。就是說，如果我們只留在直接經驗的範圍，佛法上常說一切如幻如化，它是講如果你只是在直接經驗的階段的話，是這個樣子。比方說，這桌子粗看，是什麼顏色的，但你若真正仔細看的話，從這個角度看，顏色就不大一樣，從那一個角度看，顏色又不很一樣。這個燈罩若換個有色的燈罩，或我戴這個眼鏡，換另外有色的眼鏡，看到的桌子顏色，就隨時在

變。現在不要講說這桌子有沒有存在，你就光講這個顏色；哪一個顏色才是桌子的顏色，你要怎樣決定？平常我們不假思索講的是在通常的情況下的一個顏色，但在你實際經驗裡，沒有一個是它恆有的顏色；對不對？但是，我們做為一個活著的人，又要吃飯，又要做買賣，這裡面我們有個需求，如果不是有個桌子在的話，那我們買賣是在買賣什麼東西？所以這裡最主要的問題在哪裡？就是哲學上講說，「有沒有一個『本體』存在」的問題——就是說，在你直接經驗以外，有沒有一個東西獨立存在？

這裡你要注意一點，就是科學在解釋的時候，科學是用理論來解釋的。它用的理論是很少話，又包含很多事情，然後又驗證的結果可靠，但是這樣的理論，不一定裡面的每一樣都真的是你可以直接經驗的。就像你說原子、分子，真正你看到的是什麼？它只是雲室（cloud chamber）裡面的一些軌跡而已，也沒有人真的去看過一個原子、分子。所以他的理論基本的那些部分，在某一個意義上講，還是人類的意識造出來的一個假設而已。當然它可以解釋那些現象；所以，那樣子解釋有道理，我們接受那一套。

但是你從那一套來解釋，你看這桌子——微觀來看，也是沒有桌子。因為你照那個分子、原子來看的話，它哪裡有我們這個肉體可以感覺的界限？它在裡面亂撞啊，它並沒有一個界限；對不對？所以它在哲學上來講，問題就是：有沒有完全超出我們的經驗而存在的東西？我們的經驗都是條件下的產物；就說，有沒有一個不依賴任何條件而獨立存在的東西叫「桌子」？我們平常是不用想，從小就被教了這是一個桌子，早就假定了；科學即使不假定這個，也假定了分子、原子。

但是佛法卻很乾脆，它說沒有那個東西，任何東西都沒有它獨立存在的本體。這是個抽象的觀念，而這抽象的觀念，我們用「我」來代表的話，這個「我」佛法說沒有一——這裡所講的「我」，並不只是指人；但是它並不是講說有一個絕對的「沒有」存在，它只是講說我們平常習慣說有一個獨立的存在，這個是沒有。但是它並不是講變成「虛無」了；它不是變成說，「一切都沒有」。

我們平常經驗所以會講「我」，是因為這個很容易解釋嘛！譬如說，有一隻貓在這裡，跑出去玩了，過幾個小時回來，為什麼又餓了？要是看不到就沒有話，牠怎麼突然就餓了？這就很難解釋。但是，若是解釋成，

哦，有隻貓在這裡的話，很好解釋。你若回頭來看我們自己，是習慣有個「我」。但是，你如果仔細去想，你本來小的時候是個嬰孩，然後到你這麼大，然後老了又縮了一點；形體的變化這麼多。心裡的觀念一陣子、一陣子地變；小孩子有小孩子的想法，青年人、老年人；你去哪裡找一個「我」？你是覺得有，那是沒有錯，但是那是因為我們習慣了，習慣的這個「我」，當然有啦！你說我不好，我當然不高興哦！你欠我錢，我當然記得啦！這個「我」當然有啦！

但是，從佛法的觀點看，這個根本的問題產生的地方，是什麼？就是你一開始抓的時候。經驗，你不去抓的時候，本來沒有問題。但是你一開始抓，一有執著，這個累積的結果，你就有一個「我」，而這個是你苦惱的主因。因為你有了執著，就是你已經綁慣了——觀念上習慣畫個界限。因為你有這些界限在，你就一直關在這個牢裡面，所以你有苦，是這個原因。不抓的時候，你自己也會有感覺嘛！我們心裡如果對一件事情介意了，就是你有一個執著的時候，你就隨著這件事而情緒起伏，就不快樂了。但是，你如果能從那個裡面解脫出來，你就有解脫的快樂。像我們有時候看小孩子，為這個玩具哭，而你覺得，這又何必呢？那你沒有這個煩惱的人，比起來，你就是有解脫的快樂。

但是，這裡頭有個問題；佛法是要你回到原來的純真，不是要你去抓一個什麼覺悟。你這個覺悟是本來的——你本來是能夠有這些覺受；你如果不去抓它的話，不會有後來講的這些「我」的這些困擾，這些問題。但是你聽了這個，不要變成說，那麼我再去抓一個什麼，使我能夠覺悟的東西。不要，因為那個還是多加的。它跟你講的是要你回到本來的，很自然，不必另外再加一個。任何另外人為再加一個的，都是使你苦的原因；就是這樣。

從佛法來看，你這邊有問題，是因為你抓起來的。所以這樣子講起來，佛法本身雖然也有理論，但也不可以太執著。佛法它所以比起其他宗教發展得很好，就是它自己有自知之明。《金剛經》裡面不是跟你講，你過了河，不要把船放到頭上——沒有人這麼笨啊。它現在給你的教導，是一個方便，使你從苦的情況走出來——你過河的時候，非靠它不可；但是它並不是說你過了河以後，還要抓著它不放啊！所以它理論上很圓滿，它有自知之明；它不會給你一套，使你從那個籠子出來，然後又一個籠子要把你

關進去；不是這樣。它只是要你出來而已；出來以後，它沒有要你再進一個籠子。

而且它的方法是對治，因為你突然要像佛一樣，什麼都不抓，是不可能的；對不對？我們這個根深蒂固的習慣，你叫他不抓這個的時候，他就不知所措，或者抓另外一邊去了。所以它只好利用我們這種習慣，給你的方法也是要你抓，是對治——要你守戒啊、要你念佛啊。你若不懂它的意思的話，學佛好像更執著了。老是念佛——這有什麼好執著的；對不對？但是它不是，它這個方法是對治。佛自己的解釋是怎樣？就好像你鑽木取火，火還沒起來的時候，是兩個木頭嘛，火一起來，都會燒掉。所以你必须相信祂，因為這是超出你範圍的人給你的一個教導。你照祂的方法做，做到將來，這兩個一起會燒掉；所以不會有那個毛病。理論上這樣告訴你，實際上也是這樣子。

那，現在要來回答一個問題，就是佛法講不抓、不分別，那是不是變成一個白癡，就成佛了？或者一個小孩子，什麼事都不懂，就是成佛了？那成佛就是大家來養你，就是成佛了？不是的；為什麼不是？我們要了解佛的境界分為兩種三摩地，一種叫「根本三摩地」，一種叫「後得三摩地」。所謂「根本三摩地」，就是回到原來自由的狀態，這些心靈上的束縛、成見，都沒有了。我們人是受感官限制的，佛在根本三摩地時，超出了這些限制，因為祂進入的「定」，很微細了。我們平常太被感官綁住，因為你本來就有一套觀念，這些觀念使你非常盲目。人的心情明明是千變萬化的，你卻習慣地想，老張是怎麼樣、老李是怎麼樣；你有一套觀念綁住，你看不到他現在真實是怎麼樣，你太被你的觀念綁死了。但是，當粗的這些束縛都能夠去掉的時候，就能直接體會到那個人真正的情況。

你也許會覺得這個好像沒有用，但是，當佛進入這個三摩地時，祂不是只留在這裡面，祂是證回原來的一體。祂回到一體的時候，當然知道這些同體是有苦啊！每個都搞錯了，都在苦啊！因為是一體的，所以這個苦，祂當然覺得很難過了。於是，祂就從根本三摩地出來，來做救渡的事業。

那佛出來的重點，在哪裡呢？雖然說根本是一體，但是你被綁慣了，沒有覺悟到根本一體；在這個意義上來講，可以說你是離開了。什麼意義？就是說，實際上你得不到一體的好處、得不到一體的自由自在。那麼佛的不

一樣，在哪裡呢？祂看到這些後，雖是從根本三摩地裡出來渡眾，但是祂永遠不再離開一體。佛證到了以後，又再出來幫我們的時候，祂沒有離開，祂永遠是留在這個一體裡面。

然後，祂看到這個一體裡面，某一部分有這個問題，某一部分有那個問題，祂就怎麼樣幫你也回到一體去；所以祂出來幫忙的時候，祂是能夠分別。我們常講，「佛法無分別、無分別」；「無分別」是說，你回到一體的時候，你失掉了主客的對立。在那個意義上，沒有辦法分了；因為都是一體，沒有分了。但並不是說祂變成一個不懂事的，不知道什麼是好的、什麼是壞的，不知道誰有沒有在苦；不是。祂其實是能夠分別；不然，佛為什麼說有妙觀察智、成所作智？可見祂不是個呆的。祂還有大圓鏡智，表示不管什麼，祂都能夠如實地觀察。所以，祂不是變成白癡了；不是這樣。

而且，祂才能夠真正來幫你的忙；為什麼？因為以前都是對立啊，對立就有分別——看怎麼樣我多得一些好處，害你沒有關係啊；所以，以前是這個樣子。祂現在是從一體上看出差別來的時候，祂就想怎麼樣才是大家都好；所以，祂不但能夠分別，而且善於應用這些差別。

但是在修行上，有時你會遇到人家講說，就是修這個「無分別」。那樣講，也是對啦；那是為什麼？因為你不可能馬上就變成花式溜冰啊，這麼棒，又能跳舞，又能怎麼樣；對不對？那就從根本訓練起，想辦法先讓你回根本三摩地，先回到一體去。因為你如果能體會一體，後面這個，不成問題。為了修那點，所以就暫時簡化，你就只修一個，就是不要分別。雖然是笨一點，做一些事不是很完美的，但你這是在修的階段，這沒有關係。你就是上了溜冰場，那一個基本步，你就這樣走、這樣走——那是在修的意思。所以有時候人家講修「無分別」，也是沒有錯；但是你要知道是什麼階段、怎麼講，就不會搞錯了。搞成白癡就是佛，那就不對了。

理論上來講，我們說佛達到「涅槃」了。涅槃在討論上有的說是「有住涅槃」，就是住在裡面，就不出來了；有的說是「無住涅槃」。從這樣來看，應該「無住涅槃」才是究竟的，絕對不是說住進去，就不管了，就不用做事；不是這樣。一定是祂到了「一體」，就會利用神通，隨時看各種情況的需要來幫助大家。

那麼，回過頭來看，就知道科學有什麼流弊。從佛法這邊來看科學，它「主客對立」啊，所以它研究就很有限了，就很尖銳地分化；很尖銳地分化，就失去了整體性。結果就變成現在發明什麼很好、發明什麼很好；等過了幾年，大家都在用了，又說，喔，什麼化學藥品用多了，我們的臭氧層又有問題了；整天就是這些問題。我們當然現在也就慢慢知道要科技整合、要什麼了，但從這邊來看，科學的流弊就是失去一體的整合。而且很多問題的處理都是著相，治標而不治本；它就是這樣表面上處理，基本上的問題也不是它的範圍內可以解決的。所以我們研究佛法，有很深的意義，因為很多科學所解決的，都是很表面、很膚淺的。知識發展得很厲害，但是跟人的智慧、天真，是兩回事；脫節的結果，反而產生很多問題。這些都是我們為什麼需要學佛法的原因。

像佛法裡面有個名詞叫「所知障」。本來它的意思是說，我們眾生比起佛來，有煩惱、有不圓滿的地方，裡面包括「所知障」；就是說佛什麼都知道，而你所知的有限，是這個意思。但是現在有時候，往往大家說到「所知障」的時候，沒有照原來的意思講，但是那個解釋也對啦；就是說，所知變成你的障礙了。我們被我們的知識綁得更厲害了；因為你這個知識根本的地方錯了，但是你不曉得，那你就愈走愈遠，離開原來這個真實愈來愈遠。

而且，如果我們老是什麼都只有科學知識、人類知識才可以接受的話，那我們將會被感官所限制。你只在有限的感官經驗和世間的成見裡面轉，那你就不能了解佛法所說的三世因果、六道輪迴這些事情。那這些事情為什麼有信受的價值，因為它是佛在果位跟你講的，是依據超出了你能看到的範圍所體會的來跟你講。即使祂講的那個，不是完全地真，也沒有關係，因為這整個佛法是個方便。這套理論可以幫助你了解世間的經驗，這種了解比你完全關在人的範圍內的了解要好。其實我自己多年實修的體驗，使我深信因果不壞，緣起不可思議，佛法所教示的是正確的。

剛剛講的這些佛法的用途，還是在理論的範圍，像佛法指導科學、指導生活，一體啦、什麼。其實，佛法還一個是當下的應用；比方說，我寫了一個小冊子，就是〈隨唱中的修行〉。我因為送寶瓶、做火供，開車要到北加州，一趟就要兩個半鐘頭，有時都自己一個人去，那段時間怎麼利用呢？我以前開始的時候，是聽〈五會念佛〉、聽〈六字大明〉。後來我就

聽普通的歌曲，但我聽的時候，是想利用這個來修行。我就想修看我能不能一聽，馬上就跟著唱。

你不要以為你這個聽都是很清楚的；怎麼說？譬如說，現在忽然有人跟你講一句西班牙話或法國話，你如果不懂這個話，你就不聽了；你知不知道？其實他出來的是一些聲音啊，不管它的意思怎樣。如果你生做西班牙人的孩子、法國人的孩子，你就很自然，媽媽講的話，聲音就很清楚，就聽進去了。但是現在我們說，哦，我是中國人，我不會什麼話，結果你這個聲音聽不到，因為這也是你聰明，反正聽不懂，何必浪費力量；對不對？但你就知道日常生活中，很多是你自己自限的。本來是很自然的東西，你應該是完整可以聽得很清楚；你不一定記得啊，但你應該完整可以聽得很清楚。但你已經失掉這個能力了，已經被你的成見關得很厲害；所以我就想要回到這個去。

那我的方法是什麼？我不是聽一句，背一句；這不行，這樣已經是意識在作用了；對不對？這是記憶的結果。我是聽到一個聲音，馬上就要發這個聲音。當然開始很難了，而且你自己心裡的干擾馬上就出來了：你怕等一下的抓不到；還有我們習慣了聽一句話，就抓一下。你要到像我這樣做的時候，你才會遇到這些問題。你剛剛聽的，你又把它抓了，就干擾你聽下一個聲音——你聽不來，就都是因為這樣。除了心理上有這樣大的干擾之外，你還有呼吸的問題要注意，因為你無法預知錄音帶上的歌者是在哪裡換氣的，所以你呼吸配合也是很難啊。

本來依照佛理修行的規矩，你要先修「定」；有了定，定上再作用，然後在日常生活都能用，就是生活裡不離定。佛所謂「不離這個」，它是不離最深的定；修行就是修這個。我這個方法是直接就在生活裡上戰場——就馬上下水，就靠著摸水、摸水，希望有一天會游泳。

我的方法是用同一捲錄音帶，就一直聽，隨唱了一年多，才慢慢有點能夠追得上，但是我完全不懂它的意思；我聽法國歌曲，因為這個還容易。你若用國語歌曲，那歌詞的意思又形成干擾，所以先找的就是不懂的話；然後就這樣學習。慢慢、慢慢，可以發現這裡面可以修的，也是很多、很多。

這樣修有什麼好處？我發現心裡可以想別的事，但心裡所想的，不會把我所聽的遮蓋住。像去一個宴會，那是很久以前的事，我不知多久沒有去參加宴會了。那時在宴會中，大家都在講話，你的心不知不覺就只在這裡；外面有人來，人家聽不到，但我聽得到，我的聽沒有被擋住。就是你的聽界要保持清醒，不容易。若你「聽」上能夠練，那其他的，也可以囉。你聽能夠如實、貼切的話，你看，也可以；你摸的，也可以。你要是真的這樣做的話，你看電視，也可以入定；為什麼不可以？所以佛法不光是一套空洞的理論，它最後是要回到你生活裡來的。

你看馬戲團，那些空中飛人和種種特技，或者，你看他們怎麼訓練世運的選手。他們要去突破人類能力的顛峰，非調心不可。像跳水的選手，他們的方法是坐在電視前面，注視螢幕上移動的黑點，來練習集中。因為他跳水的時候，心力一分散，他一定跳壞了。所以你看我們有很大的潛能，但是你這個心都是被一些很粗淺不對的觀念綁著、帶著，整天迷迷糊糊過日子。你這個潛能根本發揮不出來，浪費了一個佛的材料。不但浪費了，而且很苦，以後又輪迴，就更糟蹋了。

佛法的修行，是要讓你回到「本來一體」。這一體它本來自然有個「定」；這怎麼講？你現在心裡很難過，什麼事把你搞得心很亂。但這一刻你如果能看這整個世界，哪有一絲一毫變了？跟你心清的時候，不是一樣嗎？但是那一部分你不把它叫做「我」，你一定就是要在這裡攪。那部分你不認為是「我」，其實你的經驗範圍，比方你的眼界，它哪有畫一條線說這個叫做「我」、這個不叫「我」？沒有啊，這是我們自己搞的啊！這樣看來，你搞到現在還沒有發瘋，是因為還是小範圍，那發瘋的，就是搞得厲害的。

現在要恢復健康，你就是要擴大去，你要恢復它原來就是這麼大的；不是要你費力去撐大的。你是心意綁慣了；比方說你坐下來，試試看把想的空間範圍擴大去，到很大很大，看有沒有辦法？你會發現，除非你是練習過的，不然沒辦法。你已經被這個牆擋住了，你馬上會覺得，你想的空間透不過牆。你不管是在哪個房間，那個牆就把你限制住了——我們被感官限制慣了。所以這就是講，學佛不是沒有用的。

再來講這個，我覺得非常重要。就是你到佛堂去看，那些佛經、佛書，

哇！這麼多、這麼多；還沒有一部《大藏經》在那裡，就已經這麼多了。大家還不停地寫，結果就不斷地有新書出來。這當然很好心囉，都是免費送你的，希望你學佛。但是，你真正要來學的人，就有一個大問題：到底我要怎麼辦？我這輩子專門去讀，也不一定讀得完啊！而且又是很難，又有很多宗派——各有各的學問，又是專有名詞充斥，搞到什麼時候？對不對？我是在實修的人，同樣有這個苦惱，而且最大的苦惱是什麼？就算各宗各派都懂了，現在生活裡馬上出現一個問題；怎麼用呢？你講的全是抽象理論，我怎麼辦呢？修行上其實最大的問題是這個：我實際碰到這個問題，要怎麼解決？我現在想講的是，當然每一個特殊的問題是一個特別的情況，活到老，學到老，需要慢慢去考慮，怎麼樣處理這個問題，才恰當。但是，我所要提出的是很基本的一個原則。在我來講，這個原則並不是我新創，而是佛法裡面，不管哪宗哪派各種理論，你只要這個基本原則抓到了，就容易了解。而且當你遇到實際問題，照這個原則來想，就有了指導方針。

這個基本的原則，其實已經講半天了，就是「一切是無限的一體」。你不要管以前怎麼想，或者以為這個是空洞的理論。你要得佛這個超出我們凡夫的好處，你就要接受祂的教導，你要有這樣的信心。因為你不這樣嘗試，你得不到後面究竟的東西——這個後面是「無限的一體」。不但是一體，而且因為是一體，所以是無限的。因為你只要說那裡有個邊界，那邊界的這邊就是我，那邊就是他，所以它這個是無限。這個一體不是說你必須外求，它是本有的。不是說我沒有，到那裡去找一個；不是。你並沒有真的離開過。你現在是自己的觀念把你綁住，是這樣的離開；就是你不能得到那樣的覺受。但是，基本就是這一點，而這就是所謂法界啊、佛的法身啊，密宗講什麼大手印、大圓滿啊，就是講這個東西。

那這個東西你就算接受懂了，但是你生活裡全都是對立的；怎麼辦？知道是一回事，但是用不到啊；所以生活上要用，要有個基本原則。基本原則還是從剛才我們說佛法和科學的根本差異那裡來；那個是從抓開始，就是「著相」了。我們感官有些內容、有些經驗，你就開始抓了；抓了，你就這個是好的、那個是不好的；我就要設法多得這個、我那個不要；哦！這個是我，這個比較要緊；那不是我，就不要緊；就是說，從抓開始。所有生活上、修行上，基本的一個原則，就是要改這個習慣。你一遇到事情的時候，就練習不要那麼堅持，什麼都可以放，願意放，就是學這些。這樣

子做的時候，有什麼好處呢？消極面，就是放；同時從積極面看，就是開闊。你就是這樣子開闊，因為你抓的時候，你都是以為非這樣子不可，但是你知道的，其實很有限；為什麼一定這樣才好？有些是不這樣才好，你也不知道。大家忙著結婚、結婚、結婚，結了婚以後，天天吵；有沒有？也不是說結婚不好啦！只是舉個例啦！很多事情你看不到的；對不對？所以，你要回復到「無限的一體」，要開闊。遇到任何事情，知識、智慧上的開闊，就是觀察事情要觀察多面，不要再是以自己為中心的觀察；情感上的開闊，不要老是只關心這個、關心那個——哦，佛學社就只有中國人啊；不是這樣子。在你的心胸裡，知識、情感啊，都很開闊；積極是這樣。消極方面，就是儘量對執著的，要學放。

這樣講起來，很簡單，但對我來講，很實用。我學了這麼多、這麼多，但我覺得這個非常寶貴；為什麼？比方說，我說無限、本有的一體；這個佛法裡面說，真如的理論啦、如來藏的理論啦、唯識啊、空性啊，你哪一家來講，講來講去，只是要你回到這個；這是它的根本。然後你真正生活裡遇到問題了，你經裡講無生啊、無願啊、無相啊、無住啊，講半天，就是無執而已；不著相啊，都是這個，就學「放」。所以在我來講，雖然是幾句話而已，我就覺得我得這個，實修上就有一個把握了。那個細節，當然要依每個情況去考慮了，但是我這個基本抓到了，我就很自在。而且我得到這個的時候，我現在不記得是天語，還是得一個夢兆，那個意思就好像我達到一個階段以後，有這樣的印證；我現在那整個是忘記了。

但還有一點要注意的，這個不執著，有的人就覺得，是不是像有些人就變成「老奸巨滑」，什麼環境下他不執著，他就很會「順風轉舵」；對不對？但那個是不對的，那是為自己的好處，基本上有個執著在；不是那種。這個根本上的不執著，最主要的還是放掉你自己的「我執」；這要分得很清楚。不是變成很油滑，就是不執著；不是這個意思。而且我們原來講「無限的一體」，所以「無執」這原則，也是無限的應用。開闊呢，你不要自滿，你不要說我開闊到這樣，就是了；它是無限。這是一般原則，你不管什麼事情，設法能開闊多少，就儘量開展去。

這個有時候你會覺得太打高空了，在這個世間沒有用啊。你自己在這裡開闊，人家也不開闊；對不對？你去到那裡，這世間還是原來這樣子。但是，這個是要修久，慢慢才會知道；就是說，你開闊是真的會有影響。我

們在這裡修佛法，看起來只是關起門來在那裡，也沒有人在旁邊，你就想：哦，這邊就是爸爸，那邊就是媽媽，前面冤親債主都來了，後面六道眾生都來了，大家一起唸——好像自己一個人在編一套幻想，佛法就教你在那裡自己發瘋一樣；不是這樣。因為你開始好像很不實在一樣，但是這些，佛教導你，不是亂講的；它這個「一體」是你沒有看到的時候，像是假的，你到將來慢慢一體的時候，就知道這個不是假的。有的修得好，他在定裡面觀爸爸，爸爸就出現了；觀媽媽，媽媽就出現。

這個還不重要；他那個觀「一體」真的到家，還能起作用。就是說，像我，我不是說現在我觀得起來，而是我有佛、菩薩的加持，自己是很真誠在修，還有上師傳承加持，這些都有。但這些合起來，發生什麼事？最近發生的事——才幾天前；上次在邁阿密講經的時候，有位外國老太太叫安·克萊恩。那時候她媽媽剛走，她心裡很亂，後來她還能夠看到她媽媽，一天差不多十次出現在她右肩膀這邊，還會跟她講話。她以前常常小事情跟她媽媽鬧意見，但是她現在覺得，咦，媽媽怎麼現在很能了解她，就跟以前完全不一樣，到底是她自己幻想嗎？我就跟她講，這個不是這樣；這是我們人有形體束縛的時候，都是各有各的成見。養貓她覺得好，她媽媽覺得不好；這些事情其實都是彼此關心啦，只是見解不一樣，所以會這樣鬧啊。但是這個人一走，她沒有形體束縛的時候，她有鬼通，她馬上知道很多了。而她女兒本來就是比較朝修行的路子去走的，她現在都能了解這套，所以就可以跟她這樣和睦。她們兩個當然是彼此關心嘛，但以前只是這成見束縛的關係，才有這種爭執嘛。

還有上次講完經，我們大家去尸陀林超幽。她本來沒有想去，我是想幫她媽媽，我就請他們那邊的人跟她打電話說，你媽媽叫什麼名字，你不來都沒有關係，我到時候祈禱，就連你媽媽一起超渡就是了；後來連她自己也來了。那天修了頗瓦以後，回去因為晚上還有討論會，他們大家在那裡，有的在那裡持咒啊，、有小孩子在玩啊，環境還蠻亂的。結果她那個人從來沒有辦法打坐五分鐘以上的，根本就心靜不下來的，她那天在那裡，直到人家要吃飯，坐了四十五分鐘，她覺得如果不是人家叫她吃飯，她還可以坐下去，非常好。而且，後來他們那邊的人才跟我講說，她連著三天心裡都是寧靜的；為什麼？因為她跟她媽媽是很親切的，她媽媽這回超渡是真的得到好處的時候，就解決了她一個很大的問題。她自己雖然不能在感官的層次覺得，但是她那個重擔走了，她就得那個寧靜。前幾天她又打電

話來，她說她因為這件事，變成很好的佛教徒。她原來也是天主教家庭出來的——她外國人嘛。她跟我講：「哦，我現在給十幾個親戚朋友祈禱，都很有效果。但是我不能跟他們講，因為他們都信天主教、基督教，但是祈禱都有用。」她唸「南無地藏王菩薩」，她就唸國語，因為人家教她就是這個，她就這樣唸。但是，有兩個要請我代禱，因為他們是得癌症，她覺得比較重的，就跟我講。

然後她說，但是還有一點很奇怪，她自己全身很酸痛，為什麼祈禱沒有用？我說：「要給自己祈禱，很難；因為你要知道，這個病根就是自私自利，妳又往自己走，只有加重。妳要能夠為自己祈禱有效，是非常難的，要修到不需要為自己祈禱的時候，才有用；所以這個很難。那我給你祈禱。」她第二天就不酸痛了；就是這樣。

我講這個，目的不在講說我很厲害，而是跟你講說佛、菩薩的東西，是真的有東西。你照著做、照著做——它這個都是開闊你的心胸嘛。這樣子觀，你大悲心在做，都是為了全體在做。然後你這樣觀，觀前面都是十方三世佛、菩薩，時空的界限都打掉。慢慢開闊、開闊，開闊久了，你就可以跟祂在一起了；在一起，就發生這些事情，就可以真正幫助別人。現在看，好像很特別，其實每一個人都可能；佛、菩薩這個事情，最公平了；因為根本「無我」嘛，哪有一定誰怎麼樣？就看你心跟祂是不是真的合了；你真誠為別人，都會有效。那個安·克萊恩，她唸「南無地藏王菩薩」才沒唸多久，她祈禱的都有效。因為她既然祈禱，她很誠心嘛；只要誠心，馬上都有用。那我們可以藉這個來修自己，而且幫別人；你只要相信，很誠心替別人求，會有結果的；而且不一定要在佛像面前，任何時候都可以，都沒有時空的限制。

而且「開闊」上面，剛才講一切時空上的擴展：空間上的擴展，你想的範圍廣啦；時間上的擴展，就是你考慮事情時，不要只考慮目前啊，要長遠想，等等。這些都幫助我們智慧開展。但是細的來講「開闊」，就是不著相。你這個所以被綁住，就是因為著相，抓東抓西的。細的講，就是不著相；你要能夠「徹底不著」的時候，它自然本來就是開闊的。但這個沒有辦法勉強的，這個因為是很深的東西，就靠知道了原則去做；做久了，就自然能體會。

而且我覺得，你如果把握這樣的原則，你再去讀那些經書，就容易了。因為你很難的就是這樣，它經書出來的時候，就是你得這樣一字一句慢慢讀下去，你不知道後面那些基本原則在那裡，就像是看這個秀，那個秀，就很難了。你現在等於知道它原來出來的那個最根本是什麼的話，你讀它們就容易通達了。

那我們剛剛講的佛法的特色，是說它本身的特色是這樣。那麼，現在從外頭來看佛法的特色；這是什麼意思呢？就是說比較起來，它是一個根本的解脫之法。我們世間習慣，政治上的問題，政治的解決；經濟上的問題，經濟上的解決；但很多這種是真的解決嗎？你說現在這批人搞得不好，就另外一批人來罵他；然後，也許到哪一天，就換了這批人來了。那換了這批人了，還是同樣的問題又出現了；為什麼？因為那個「人」沒有改嘛；對不對？沒有權的時候，都是別人不好；到你有權的時候，才知道很難啊；對不對？你現在罵他貪，你到時候貪不貪呢？所以很多問題，在世間的範圍來講，你比較根本的解決，就是教育問題啊、心的問題啊；但是，這些問題你來來去去呢，你總是在人的知識範圍內，不會是真正的根本解決。

因為從佛的觀點來看的話，你現在看得到的這些，等於只是說眼前演的一場戲，你不曉得後台的準備經過。祂那個佛來看的話，祂講「三世因果」。你很多事情現在來看，都莫名其妙；為什麼這個人好像這個也很好、那個也很好，偏偏他做事，這個也不順、那個也不順？很多事情沒有辦法解釋。冤家偏偏要聚頭，好的，一定要分；這些沒有辦法解釋；為什麼？但是，其實他有的修行久了，他有些定功，他慢慢神通開發了，他就看得出來，都是前世的因果，就是說是幕後的，你現在看不到的。所以，你要解決很多問題呢，不一定是你看得到的方法，才是解決之道。

比方說，前年加州是旱災，全美國也是旱災。去年我們送很多龍王寶瓶的時候，就祈禱啊；台灣有時候旱災，就有人寫信來跟我講，也是跟龍王祈禱啊。常常都是祈禱五天哪、一個禮拜啊，就下雨了。結果去年加州雨就夠了，今年就沒有說因為去年，今年就要變旱災，這樣子。

不相信的人就講說，你們都是自己附會啊，這個隔五天，誰知道啊，當然你可以這樣講啦。但是在我們有經驗的，因為也有人去我那裡求送寶瓶，

看我裝寶瓶啊。那個寶瓶放中藥、首飾啊，裝好了，然後我在加持寶瓶的時候，有一個人他就看見龍王太太就出現了，戴的就是今天供的首飾啊。然後龍王的太太不見了，龍王自己也出現了。傳統上龍王的形像，祂修到一個程度，祂下面還是龍的身體，但祂上面已經是人的身體；但這個每尊不一樣。像我們在拜的那尊太平洋的龍王，祂以前去印度關房叩頭，請我師傅來美國的時候，祂已經修到全部是人身了。但這回這個人看到的，不是這個樣；他這個各有各的因緣，有的完全看不到。他看到的是顯龍的頭，他說非常大的龍頭，頭上有很多小蛇；其實那個不是蛇，那個是代表龍。所以真正看到的人，他就知道真的有這回事。

講這些，當然不是提倡迷信，而是告訴你，有這些超出一般經驗的事情。那這個東西真的有，主要的就是你要去嘗試，慢慢得那個好處。不怕你試，只要你誠心做，慢慢你會知道結果。而且，當然目的也不是要看到什麼東西啦，因為這個你做下去，自己身心上的解脫，你會感覺的。

你要知道我們這個身體，如果你心裡糾纏，同時身體就跟著糾纏；所以到後來，慢慢老了，駝背啊、什麼緊啊。然後更厲害的，我們現在生活壓力這麼大，大家心臟病啊、胃病啊、腦充血啊，什麼的。那要鬆呢，醫生給你的就是一些藥嘛——只能治標；好一點的，勸你飲食要注意、要運動、呼吸要注意啦。你心如果還是那麼亂，誰都沒有辦法。；而你心如果根本上能夠輕鬆的話，這些問題就都解決了，連藥都不用吃了。

而且這個是真的啦。我原來也是讀佛法理論；因為我們是知識分子，就喜歡禪宗囉，因為很聰明啊。可是，你聰明有什麼用？我當時讀這些公案，我都會解釋；但是過幾個月，我覺得我以前解釋不對啊，我又有新的解釋了；過幾個月，又新的解釋來了；我到什麼時候，才是最後的呢？我不知道啊！這東西不是用頭腦的問題。而且，你現在關起門來讀書，沒有問題啊，很好。等下一到生活裡面，你能不生氣嗎？還不是一樣；對不對？光看，沒有力量。當然是需要去了解啦，但是我要跟你強調的是，我那時候的走法，只是調整腦子裡面的念頭，這沒有力量。

所以我就想，老實人就做老實的，一步一步嘛。念佛就是你每一個念頭上面去努力啊；我每一個念頭要解脫啊。你要知道，最高的道理是「主客對立」要打消嘛。它這個念頭本身是沒有「主客對立」，是你自己愛抓一個

「我在念佛」；對不對？但你如果懂這個東西，你就這樣子去磨，磨、磨、磨，磨到這一個念很純熟的時候，就離開「主客對立」了，就很純粹地只是「念」本身了。這跟那最深的道理是合得來的，並不是一個笨方法。而且也就是因為這樣，所以禪宗它參禪有的可以參「念佛是誰」。他還不等於整天就念那句「念佛是誰」？還不是跟整天念佛差不多？所以主要的地方是在於你那個功夫深不深。你自己要懂這個道理，不要小看它，要死做。你做這東西，就是每一刻抓得很緊；這個很難，對不對？但是你看我這樣努力念，那時我論文沒做完，我不做，就不做了，我就放著，我就在那裡念佛。一天念差不多——後來平均，是一天念一萬；這樣念了四百多萬。那樣子念，念了兩、三個月，首先肩膀外側覺得鬆；還有什麼鬆呢？就是同樣遇到生活裡的一個情況，自己就覺得和以前不一樣了，覺得很穩；這樣子。

那個是幾年前的事情。那我這幾年慢慢修起來，我慢慢知道就等於說以脊柱為中心，一層一層緊的。它是從外面鬆起，鬆到後來就到脊柱來了，就整個這個一條，連腦子裡面整個都會鬆掉。當然這只是等於打個譬喻，個人體驗也沒辦法講得清楚。所以說你努力的話，你慢慢也可以。

而且佛、菩薩這事情是真的，怕的是你不相信。還有，你要是只是為了你自己，就很慢。你要是真的發了心，說這個是真的能救人，然後因為它能救人，所以我來做，那就很快。而且祂一步一步給你指導，你到什麼時候，該遇到什麼樣的師傅，修什麼樣的法，什麼都會安排；這個是我自己的經驗。這個講給你聽，是說你慢慢試，你慢慢會知道。

那我們現在要來講，佛法何以是根本的解決。剛剛講的是，比起來，世間法就是不能徹底，而我們做這個修行的事，不是沒有用。其他宗教，比方說，修成往天道，這些從佛法來講，是不徹底的。佛法不是說我跟你對立，我一定其他的都排斥，就說你不好；不是這樣。其他的所以不能超出佛法所講的「三界」——就是超出天的範圍，是因為根本上對有沒有哲理上這個「我」的問題，還沒看透。因為你看得不透，所以你雖然修到天，能有定、什麼的，也有很大的福報，但是你最後還有一個很微細的監牢，關在裡面。所以佛法不是亂講說你們不能解脫，它有它的道理。它說你修到了上帝，因為還是有「我」的概念——我是造物主，你們是我造的；那麼，就有我和你對立的情況。在佛法上來解釋，就只是緣起，就是條件下

的產物。比方，布斯現在做總統——你覺得很了不起了，美國怎麼樣，都是因為我、都是因為我。等到任期滿了，你還是下來。而你現在是不是真的只是你了？這是整個政府體制的關係，不是只有你一個人的問題。在佛法看來，上帝，不管是哪個教，祂的想法好像是這一切都是我造的；但是在佛法上來看，只是各種條件配合的產物。現在輪你做上帝，等到你上帝的福報用完了，等於任期滿了。所以它覺得你有不究竟的地方，是有它的道理。

而且這裡我們要講根本的解脫，同時就要提到佛法另外一個特色——佛法是「果位方便」。就是說，佛到了那個完全自由的境界，祂每一個眾生都想救，但每一個情況都不一樣。有的三言兩語——比方說，只剩最後一層牢獄，自己解出來，就沒事了。有的是重重束縛，還提不到裡面那一關的問題；外頭那道牆先打開，再說嘛。所以祂說的法呢，適應不同的狀況、不同的程度；有些法就比較是根本解脫的法，有些就不是這樣。所以佛法裡頭，它也有層次的問題，就是平常說的「了義」、「不了義」的問題。自己要懂得這樣，不然的話，你會覺得是不是有衝突啊？在實修上你會遇到這些問題。

有人會想，佛法跟其他宗教，是不是只是名詞不一樣，這個叫「神」，那個叫「佛」，實際上「條條大路通羅馬」，是同一個東西？哲理上來講，當然已經講出來了，不是這樣子，它有它的深淺。實修上的經驗呢，也不是這樣子。像我雖然是修佛法的，我也看過耶穌；當然後面要講的，都很深了。如果我們只就直接看到的來講，耶穌是耶穌，龍王是龍王，是有不一樣的。就實修上的經驗來講，裡面還是有不一樣的東西。你不要講看到的東西，就連「定」的深淺，也是有不一樣的。這些都是細的，我們就不講了。

還有，你不要以為字面上相同，就是一樣。比如《聖經》裡面有說，什麼都是成空的。那它《聖經》裡面有「空」這個字，是不是就有「空性」的道理？不是這樣。它的「空」只是說「一切無常，最後終究是無用的，世間的是不可依賴的」；只是這樣的意思，並不是佛法所謂的「空」。佛法所謂的「空」，只是講說沒有哲理上的絕對存在的「我」。所以我想今天講這樣，就可以了。明天再講一些，明天我比較偏重實修上的問題。

第二天

今天我們講的，我是想說偏重在實修上要注意什麼。首先，當下的考慮是，我跟佛到底是什麼差別？你如果說本來是佛，那麼，我現在為什麼跟祂是有差別的？粗的來檢討呢，就是說你現在的念頭裡面，你是有什麼放不下；你要是放得下呢，就好了。然而，是不是只要現在這一念放得下，你就跟祂沒有差別？實際上不是這個樣子。因為你只要仔細一想，就知道，你只是現在沒有遇到那個問題、沒有遇到那個情況，你就覺得好像沒有問題。但是，如果你哪個時候，突然遇到什麼事情跟別人發生衝突，馬上你心裡面那些很深的一些問題就顯出來了。所以呢，現在跟祂有差別，不只是說你現在那一點放得下、放不下而已，是需要經過一個修的過程，你自己裡頭的這個，已經成為一個你的性情的東西，或者是你心裡常常在煩惱的這些東西，慢慢地才消得掉。

因為這樣，所以佛法裡就有理論出來了，它就說要怎樣分階段，就是「五道」。先是「資糧道」；就是說，好像你要走一個很長的路，你要帶一些乾糧作準備。然後在你真正修以前，又要做一些事，它說叫「加行道」，是預備的。再來，經過這些你才有希望真正看到「空性」的道理——「見道」。這個地方就比較深一點，不只是理論上了解，你真正有一點證量，了解到底「空性」是怎麼一回事。然後，再上去才是正式的修——「修道」。因為你沒有真正地了解它的道理以前，你到底要怎麼修，你也不瞭解。最後到「無學道」的時候，就是「果位」了。就是說，你目前做的這些，你都是在學；學到最後，把原來的障礙都清了，你最後這裡就不用學了，回到「本來清淨」的果位了。

那麼，這些資糧的時候、加行的時候，主要都是做些什麼？就是說，像是布施、持戒，然後你給人服務，做一些服務的事情；這一類的加行，這樣一個大概的大綱。如果是顯教來講，它有它細講的；密宗講的，又不完全一樣，各有各的。那麼，密宗講「加行」的話，就是要做「大禮拜」啦、唸〈百字明〉、修「懺悔」啦。然後到了這邊「見道」，一般講，都是講「初地菩薩」才是「見道」——真正你證到我們昨天講的「無雲晴空」。

那麼，怎樣才算是「證到」？這裡頭有深、淺之分，最淺的是覺受。覺受就是說你有一些經驗、感應的經驗，但不是你可以掌握的，也就是碰到的

——你今天打坐打得好一點，你碰到一下；不是說，你想要有，就有。到證量的，就是說比較穩了，等於每次打坐，都可以這樣了；或者說現在想要這樣子，就可以顯了。真正功夫到深的了，甚至旁邊的人有緣的，或者程度高的，都看得到。比方說，他修自己是一個佛，他不但自己看得到自己是佛，旁邊的人，有的就看得顯一個佛出來。

然後，菩薩又分「十地」了。初地是「見道」；二地以上，有的系統說二地到七地是「修道」；八地以上，接近佛了，就是「無學道」。有的說二地到十地是「修道」；最後成佛，才是「無學道」。

這樣子講，都是空洞的，我也不是要細講這些；但就是讓你知道，就是說它有系統地編好這些。有沒有需要知道？這些知道也好，你就不會自己稍微得一點什麼，你就以為我這是不得了、不得了。你一看，你就知道你還差得遠；所以有這個好處。但是實際上呢，「登地」以上，都是很後面的事情，所以我們初學的知道個大概，就可以；免得你驕傲了，然後也免得受騙啦。有的人會出來說，哦，我是什麼佛、我是什麼的，講一大堆。你拿這個來檢討，他很多都不是的，都是假的！

我們開始比較應該注意的，就是這些「資糧」、「加行」這些地方。另外，像這種講次第的，比方說《華嚴經》啦，他那善財童子五十三參啦，它裡面的分位，又不一樣了；就是什麼十信、十迴向、十住……；它有五十四個位置。然後小乘的，就講修羅漢的，就是有四個階段，通常叫「四果」。我現在就只講個大概的情形，讓你知道都是有一定的體系鋪好。我等一下會介紹一些書，詳細的就到書裡頭去看，因為那都是要花很多時間，才搞得清楚的。

那平常講，我們修的次第是什麼？就是「聞、思、修」。因為你如果不懂佛法的道理和方法的話，你沒有辦法去修啦。但是，你只是聽到佛法還不夠，你要把它融會貫通，所以要經過「思」的階段；所以平常講的是這樣的一個程序。所以你聞了以後，思；思了以後，修。但實際上呢，我們修的話，會變成什麼呢？你修了以後，就會刺激你又去想新的問題了；因為你往往會遇到新的情況，是沒有修以前想不到的。

「聞」的地方，除非是跟著師傅，才會聽到一些實際的例子；不然，很多

都是原則而已。原則要用到生活裡，「修」就是要用到生活來。所以修的話，嚴格講，是「行」啊！這一部分是實際在做的。

「修」和「行」怎麼分別呢？比方說，你每天做一個功課，或是你在「念佛」，那個是照著佛所講的法在做，這個部分是「修」啊！但是，你現在生活裡遇到跟人爭執的時候，你怎麼樣心放得開啊！不計較啊！那個就是「行」的部分。這樣分——只是照著佛法在做，就是「修」；在生活裡本著那個原則、精神來做人做事，那就是「行」。

但你在這個修行的過程中，你就又得回去「思」了；而且你有時又需要再去讀一些佛法，幫助你了解。還有呢，你再回去讀的時候，你的了解就不一樣了；這一點很重要。因為佛經很多道理，我看那些學者寫的，他們很博學，但是我看來去看，都是菜單而已，都是沒有吃到菜；都是門外講話頭的東西，他根本不知道；為什麼？它都是「人本位」——學者講來講去，他要講出來都是一般人認為他是對的；那就慘了。因為人的範圍內，講來講去；真正佛的東西，是超出人的，你都得不到。所以，如果你真的在做修行的功夫，你回去讀經啊、什麼，完全不一樣。

那，這裡還有一個，比方說讀經，讀經有兩種方式。當然一個最好的，就是你要懂那個經的意思。但是你要知道，還有一種讀經法，他是把它做一種修行的功夫。像那個短的經啦，《金剛經》，或者《阿彌陀經》、〈心經〉，很多人就是背，一直背這個經，或者一直抄。當然那個是能了解意思，最好；但是，你要知道有的人不一定了解意思。還有，就算你了解了，也可以用這個做一個修法——那個就跟「念佛」一樣的。當然經的意思你讀久了，意思慢慢就了解，因為你生活的體驗。但是，它的重點還不是在了解意義——等一下再講。這裡插一下說明以念經做功夫的功德。因為是佛、菩薩規定的，你照著做的時候，你雖然開始不能感覺，佛、菩薩就在給你一個加持。因為你照著祂的做，對祂有信心；祂本來隨時是跟你一體，你一有信心的時候，祂這個感應就來了。所以你在做的時候，你覺得這有什麼用呢？但是其實呢，那些我們沒有辦法自己解決的問題，就是有些你過去的業障，使得你現在的生活什麼事不順利、什麼事怎麼樣，那個消業的，就是靠這些。

比方說，我讀到《文殊》雜誌上寫，有那種變成植物人的，台灣也有人發

心在照顧植物人。結果有一位居士醫師很聰明，他說這個植物人就是業報，也就是命不該完，但他福報完全沒有了。那個植物人沒有感覺了，他福報什麼都沒有了。這個如果幫他消業，他應該可以走。現在植物人是很大的問題，到底是養他，還是讓他走？讓他走，照佛法講，殺人是不可以的；養他呢，家庭、社會，拖累得很久。他就叫他們全家來，大家要了解這個要靠消業；然後連同他們家人，就好好給他念佛。那時雜誌上登有兩個例子成功，念佛幾天，就走了。消業這是你看不到的。像這樣解決問題，多好！對不對？超出我們普通人有的辦法。我們講來講去，都是法律上、道德上衝突的問題。本來植物人不一定活多久的嘛；現在不必把他人工機器拔掉，他自己就命終了——因為業消了，植物人就死亡了。

你念佛、念經，一方面是消業，一方面是積功德；對你自己也是消你的業。你要知道將來要是真的能夠世間的事不管，專門只在修行，那是很大的福報。你要有那些福報，也是要先做這些修行的事。

然後，另外一個意思是，你那種老是念一個經，或者老是抄一個經，那是在做甚麼？那是做到最後很純粹；多純粹？你不用意識，讀這個字的時候，只有這個字；讀那個字的時候，只有那個字。你平常都是意識混在一起的，你的感官經驗都是跟人的這一套觀念混在一起的。當然我們現在學佛法是靠這一些觀念來了解意思，但是你要回到純粹的話，功夫是要著力於調練直覺上。

而且，比方說，現在一個問題，大家都說習定是很重要的。當然對啦，只是你要習定，又是非常難。因為你整天都忙東忙西，你心都是亂的，突然間要它停，哪有這麼容易？而且，就算你坐了十年、二十年，你現在慢慢定也可以了，但是你就發現有問題，你覺得好像得的不是真的；為什麼？因為你這個人是兩頭啊，兩頭在打。因為你一邊是世間的；這邊慢慢也有力量了，就離開世間。你自己裡頭是兩頭在對立，最後你會很苦惱。所以我們等一下要講次第重要，就是這樣子。你不是真的全心慢慢要往一邊走，你以後功夫愈是厲害的時候，就愈苦惱——兩邊在打。

但是這裡要講的是，你如果老是一個經背很熟，、一個咒唸很熟，或者一句佛號唸得很熟，其實你不要小看這一樣功夫，主要都是靠你功夫深，力量才大。力量大起來，你就在這一點上，你就可以入定了；而且這是做慣

了，自然進入。關於習定的，等一下再講。現在我要提醒的是念誦有這些好處。

然後體系的講法裡面，你如果講到大乘的「菩薩道」，平常都講「六度」；「六度」就是布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧。這些他們通常會講「三輪體空」，意思就是要把那個最根本的，我昨天講的那個原則，要能夠融會進去；就是說整個是一體的，那個觀念要有。那個觀念有的時候，你自然是三輪體空嘛；對不對？那平常會告訴你的，是什麼？比方說「六度」的話，他說有個次第的，就是說，你為什麼先是布施呢？因為你這個要能做得好，那麼你心裡貪著就減了；貪著減了，那麼你持戒才有可能——貪心重的人，你持戒就不容易。就是說他一方面是講次第，一方面他會講說，因為都是一般原則嘛，布施、持戒等等，都是一般原則，所以你在布施裡面，也有別的。你布施時能夠三輪體空，那麼你就是持戒了。你布施也要能夠精進啊。比方說，你說法給人家，人家反罵你一頓，那你要能夠忍辱啊；就是說布施裡面，也有忍辱。這一類都是很好、很重要，都是圓融的。但是圓融裡面最主要的就是「一體」那個觀念。因為你要有「一切是一體」的觀念，這個「六度」就知道不是分開修的，也是一體的東西；就是說，你要融會這一點。

還有一個就是，我們如果知道一些法的次第，就有一個好處。比方說，習定嚴格講起來，是很後面的事。要是不先了解「無常」，你世間看不淡，對法不覺得珍重。然後，你不開始練習對世間的事就放、放、放，法上就努力、努力、努力——你這些沒有一路一路慢慢來，你就先在那裡急著想習定，你就會花很多時間而得不到很好的效果；一定的！但是，你如果先做一些基本的，那就對了。比方說念佛，自己已經開始很努力念了，久了，你心裡的妄念就會大部分被佛號取代。這時候你來習定，當然就容易了。所以知道次第就有這個好處。

那這裡，在講次第以前，我想要再回到「整個是一體的」那個地方。就是你要知道，如果真理是「一切是一體」的話，你就要知道你現在如果有一個「我」的觀念的話，在某個意思上，就是你自己在拉你自己；有沒有想到這個意思？因為你自己在分裂；你一說「我」，你就把一個真正一體的裡頭，自己在分裂。自己在拉自己，這是你會出毛病的根源，所以你要放掉「我」這一點。

那麼，最好的放掉「我」的方法，就是你要「忘我」地去服務——這會幫助你了解「一體」。種種事情，隨便什麼事情，都是服務。一有這個心態，跟人來往，很不一樣。小孩子他如果叫起來，你原會想這是你爸爸、媽媽的事。但現在你沒有這個觀念，你就說：「弟弟啊，怎麼樣？妹妹啊，怎麼樣？你要水，我也可以拿給你。」何必一定要他爸爸、媽媽去拿？所以說你不要小看這個觀念。這個觀念一有，你整個跟所有一切的來往，都會不一樣。你跟同事，大家本來會計較說我份內的做完了，我為什麼要幫你？但是，你如果是這個「忘我」的服務，只要我有空，我願意幫你，不計較說你是不是會幫我；那以後你跟人家就不一樣了，就真的能感化他了；是這樣。因為有時候你想說佛法道理很好，很好——可惜我講的話沒有人要聽；為什麼？因為你這個實際上沒有做到。你要是做到了，他們自己慢慢就覺得這個人很親切，有問題可以跟你談。他有問題跟你談的時候，那你已經知道一些佛法了，你就可以給他分析這個問題的根源是怎麼樣。那麼這時候，你講，人家就會聽，而且真正有用了。

而且人是很容易誤會、很容易出問題，因為大家都是「著相」很厲害，就是抓一點——你說一句什麼話，或那一件事怎麼樣了，怪來怪去的。那你服務的時候，你還是要回到這個「一體」的觀念上，就容易忍耐；這種忍耐，我叫做「法界忍」。你如果有一個觀念說我為了修啊，那麼，這種忍都還很勉強；我練習克制我自己，這樣忍是很勉強。但是，另一種忍耐很容易；你心很大，你想世界這麼大——這句話講，過去就過去了，有什麼好去留住？世界本來很大，你心為什麼一定要在這一件事跟這個人、跟那個人怎樣？那個忍就很容易了。法界很大；你什麼時候真正開闊？就是等到你看到自己真的是「微不足道」，自己整天在惹這個小東西——這個有什麼好惹的，世界這麼大。只要能這樣子，忍也容易啊，開闊也是真的開闊了。

那麼，現在就講一個次第，這個次第《淨土五經會通》那本書有，在《體系表》那本書也有講到。陳上師講的這個次第，他用一個比喻，他說：「以無常錢，買出離土，築戒律牆，下菩提種，灌大悲水，施定力肥，開智慧花，結佛陀果。」他用這樣子的比喻。這樣子的次第，雖然不是那麼細密，但是這個是很實用。就是我們在實修上，他就提醒你，頭一個密勒日巴就講過，什麼時候一個人真的進了佛法的門？他說：「無常是入佛法的門。」他說你要是沒有「無常」的觀念，那麼你就是很難真的進來。

另一方面講，你如果沒有「無常」的觀念，很多佛法的觀念，你很難了解。比方說，他叫你說世間事忽然就不管了，那你就想，那吃飯問題怎麼辦？家庭問題怎麼辦？什麼問題怎麼辦？馬上會有很大的衝突。但是，你如果了解他是以「無常」的觀念做基礎，就比較了解那個意思。真正實際上是沒有人可以保證你會活多久。那你很多現在在忙的，如果你忽然現在得走的時候，回頭一看，你就發現說，我一輩子忙、忙、忙，都是想得很遠；現在真的走了，覺得說其實我大部分時間都花在準備晚年——晚年都沒有了，你準備什麼呢？這一生中的事情，有多少是我仔細想過有意義的，或者我真正願意做的？沒有啊。很多都是一個大的觀念說，我們得賺錢吃飯，然後一個謀生的工作就把最寶貴的時間都佔去；你一輩子被綁住，就在那裡奴役、奴役、奴役。真正積下來的錢，做什麼呢？你也不曉得。如果沒有好的觀念，也不曉得拿出去服務，就留下來，有時候反而是害了子孫。所以很多觀念，要「無常」的觀念緊的時候，才可以了解到底為什麼是這樣。

「無常」還有一個好處，就是你正在人事糾纏、財務糾纏、種種糾纏裡頭的時候，很多不容易看清楚自己只是在自苦。但是「無常」的觀念就使你暫時跳出局外來，想想如果現在就得走，馬上就能回過頭整體地檢討一下，到底有什麼意義？那麼，就比較容易做一種改善，檢討我那麼多時間、那麼多精力放在這些事情上是錯了，我應該要花一些時間去做有意義而我向來忽略了的事情——才有機會這樣反省。

其實嚴格講，光是知道「無常」，不一定懂得要往佛法來，所以佛法一般就講，你要知道有「六道輪迴」這個事情——你要得到一個人的身體來修佛，是很不容易的。就是生做人，有的生在聽不到佛法的國家，像美國到現在，佛法還是很少地方可以聽到；對不對？有的地方佛法已經沒有了，有的是根本沒有過，有的是見不到佛、遇不到環境可以修，有的人是生活逼迫，根本沒有時間，想修也沒有時間修。你要是能夠抓一點時間來修，都是很不容易的。

那麼，這樣接著，他講「出離」，就是說要離開世間的事務，把你的精力、時間往修行佛法這方面去努力。那麼這個做得徹底的人，當然他就一切都放下，專門在做法務了、專門在修行了。如果我們一般一時做不到，你至少心裡要慢慢練習世間的事能省，就省；因為你人的時間、精力很有

限，你如果不這樣子，你永遠不會得到一點修的好處。所以首先就要停止社交應酬。

社交應酬有什麼意思？我生日、你生日，大家這樣來來去去，又要送禮物，忙半天；這些你要馬上就放。你又說你自己不辦，別人辦；怎麼辦呢？像我以前那時候就是，好吧，你生日，我不來，但我替你放生，就轉移到佛法去了。你可以用頭腦，不一定就不行。人家結婚，我也不來，我也給你放生了；這是很難得的禮物，放生比買一個禮物還要花更多的時間去做。所以你要把一切事情儘量把它轉到佛法上來。

這樣你要是世間的事放得開，那麼你這個貪欲弱了，你守佛法的戒就容易守了；對不對？而且你減少了跟人家來往——有的人拉你去賭博，拉你去喝酒，這些都斷掉，你守戒也就容易了。沒有壞朋友，你就容易了。所以他這個次第就這樣一步一步上去。

你這個人能夠守佛、菩薩的戒律，就容易維持你發的菩提心是很真實的。你不是一個假名稱，披一個宗教的外衣，說我是一個好人，這樣去做一些社交應酬，就不是這樣了。你這個發心就容易保持純真了，是為了佛法，有真地幫助人得好處的心去做這個事情。你真的發了這個心，接著你就要「灌大悲水」。你要使這個種子長大，你就要開闊，要往外去服務，而且儘量要使這些服務，跟佛法連起來。要如何連起來？比方說，現在給這個小弟弟喝一杯水，我就唸個「嗡、阿、吽」，想成已經先供了佛。雖然只是這樣一想呢，供了佛，這個水就變成是甘露，他喝了，就與佛結緣了。所以很小的事情上，也都跟佛可以拉起來。那大的，就比方說，我們大家努力把這個佛學社維持得很好，介紹朋友來，這樣當然是更好。就是說服務也都要連到佛法上，因為只有跟佛法連起來，才能使這個人徹底地解脫。因為我們的想法是說，他即使這一輩子不能成佛教徒，只要他跟佛有緣，將來他就有希望變成一個佛教徒，慢慢可以修啊，什麼的；所以一切設法跟佛法連起來。

然後你看，再來才是「施定力肥」。就是你有了這些基礎：你心很純正，你自己的煩惱已經很少，因為你整天注意的都是給人家服務。那麼，積了這些資糧，你有了這些基礎，你過去的業，也消了；你的福報，也增加了；然後，你又都迴向到大家都成佛，你不執著。那麼這些福報就不是使

你再去做人、再去升天的，而是對你修行佛法有幫助的。在這麼好的基礎上你才習定，才是習定的適當時候。但也不是說，你們已經開始習定，就馬上放掉；你已經在做了，沒有關係，你繼續做。你要是明白這個次第，你就可以檢討自己了：我是什麼地方還比較不夠，那麼，我那部分就要去努力了。那麼這樣子你一回來做，你就又好很多。

那像習定有一本英文的“Buddhist Meditation”，陳上師講的。他裡面到「定」的地方，他就講說，在佛法中，到最後你真的要修證有結果，離不開「定」。當然高一點的就是「定」上面的觀法，那種觀必須是「定」和「觀」是一件事，「止觀雙運」這樣。他那個就是把整個佛法弄個體系出來，說怎麼樣一步一步修愈來愈深的定。在最前面講修「止」，他就講到你要如何做一些預備運動——腳還不容易雙盤的，怎麼樣運動，它可以容易，這一類的。還有，比方說坐下來要蓋腿，不然的話，容易以後風濕啊；什麼要注意啊，風最好是在你面前過去，而不是對著你吹。還有，吃的食物不要太甜、太酸、太辣、太冷、太熱；衣服穿著要適當。種種實修上要注意的，那地方都有寫。

然後，至於說怎麼樣習定，也有九個次第，叫「九住」。那個怎麼樣，我等一下介紹一本書，就是《菩提道次第廣論》，那個宗喀巴大師的，那裡面也寫得很詳細，就可以自己慢慢去看。如果這本書不容易看懂，現在洛杉磯大覺蓮社的日常法師，他在台灣花了很多時間，講了一百多卷的錄音帶，就是專門講這本書，詳細解釋的；所以，那個可以從他們那邊請到。你們如果有人專研的，可以慢慢去詳細研究。所以呢，詳細的，你到處都有書可以讀。

我在這裡只是跟你強調，你要了解這些次第。你「定」要好，你前面這些要做到；不然，你自己也不能真的得到那個「定」。而且到那時候，你那個是自然的；就是說我每天習定的時間，也不見得很多，但是因為我整天都是在做法務的，那個「定」真的是你自己的，是長在那裡，不是一個臨時來點綴一下的；不是那樣，很不一樣。它自己慢慢長；所以，整個學佛，就像養一個人，一定是慢慢長大——種一棵樹，一定是多少年之後，才長大；是這樣子。你只要方法對了，心是真的，你每天這樣做一點、做一點；久了，它真的出來了，那個是真正的大。其他的，「空中樓閣」；這裡一點的、那裡一點的，沒有用。其實真正嚴格講起來，那個也有好處

啦，只是可惜了，因為你是「事倍功半」；你要是不知道那個次第，你會枉花很多的時間。

然後，在「定」的基礎上，你能夠心中沒有世間的妄念、你能夠真的照佛理去觀察，慢慢你就開發佛的智慧，然後最後證入「佛果」。這個次第大概意思是這樣子。

修行主要是踏實。踏實主要一個方面是什麼？像我們一般來講，每天的功課要抓很緊。你要設好，我每天那一個時間，一定做多少的，你就不要自己今天也可以馬虎、明天也可以馬虎；一天都不要馬虎，一定做。做久了，這個習慣力量，對你就有很大的幫助。那麼，更踏實的，就是你隨時心裡頭在檢討。但是，你心裡頭老是檢討來、檢討去，你自己如果不是很通達佛理，有時候你以為對的，還不一定是對，而且那還是一個「主客對立」；所以，不是最好的方法。「時時檢討」最好的方法，就是時時維持一個佛號，就可以了。你這一念要是真的時候，你「主客對立」就消了一分了。就是這樣每一步等於時時在那裡練習，慢慢就很好。

然後，就是說你修法，去讀、去看的話，都是這邊講一個法、那邊講一個法，很多法、很多法。然後你一看，啊，後頭有很多，大法、大法，你很容易就貪多了一一這個也想摸、那個也想摸。這樣子對開始的人是很不好、很不好的；因為你東摸一個、西摸一個，每一個你都不熟，每一個你都沒有力量。你摸半天，只是花架子、空架子，你都不紮實一一不好。所以一定要簡化。像我們去學溜冰，沒有人一開始就是花式溜冰；對不對？一定是基本步，這一步、那一步。這裡面，你簡化下來，就是說你的功課不要貪多。你要知道主要是專精一樣，才有力量；習慣久了，力量就大。所以在這一點上，我也是建議念佛。

因為你念佛很簡單，而且我們是基於「無常」的觀念——誰保證你什麼時候走？那我修這個，就期望說，即使我修這個還很差，隨時哪個時候得走了，佛、菩薩就把我帶去往生淨土。這跟買保險一樣，我買的是佛、菩薩的保險；所以你一定要知道你為什麼選這個最簡單的。因為這個簡單的，你是要在很危險的時候——病苦或者病得很虛弱了，那種時候，或者是臨終，都是很困難的時候，你都還能夠記住做的；其他的因為太長，你可能都忘記了。這個東西是很容易，就是一句「阿彌陀佛」；這樣，比起來，

總是容易。就算說身體很弱、很痛苦，一個簡單的，還是容易，就希望那時候你還能抓得住。

還有，你要實修「無我」，理論上很難了，要去觀絕對的存在是沒有，那一種，你沒有習慣這樣想，很難。但是，我們要真的在修行生活上得「無我」的好處，要怎麼辦？如果你現在想起事情來，念頭裡面是我怎麼樣、你怎麼樣、他怎樣，你就不管這些，一丟，了事——這也是一種修了。因為我們平常不是真的什麼事情都理智地、客觀地思考一下要怎麼樣處理。很多時候不是這樣；很多時候只是糾纏，自己心裡我這邊的想法是這樣，你怎麼可以這樣子，對得住我嗎？哦，什麼什麼我對你怎樣，都是這樣糾纏。你要碰到這種，你就不管；這是一種方法。當然你不管，你沒有那個力量的話，你就是靠念佛；念佛，設法看能不能專心在佛號上，這種糾纏就弱了。

還有另一件事，就是一切事情不要勉強。你要勸人家來聽經，也不必勉強，因為你要知道佛法這個事情是很廣大的。比方說，佛、菩薩弄一些佛像讓你拜，看起來好像很迷信；可是你要知道，你這個拜的因緣，有時要幾十年後，才得一個結果。像我那時候開始想讀佛書，去到圖書館一看，那個加州柏克萊大學的圖書館幾千本佛書，你叫我讀哪一本？因為我家裡有拜一本《金剛經》，我就從《金剛經》讀起。你那時候什麼都不知道，你就覺得這一本親切。那個時候我大約三十歲，從小拜了，到三十歲才有結果；這是不可思議的。你很長遠看，每個人的機緣，這種學佛的事往往是經過六道輪迴的苦，是幾個阿僧祇劫的事。你不要勉強，他有他的時間，你有你的時間。你自己現在知道了，勸他，當然好了，但不要勉強；勉強的地方最後還是「我執」嘛。這個客觀來看，他的情況還不成熟，你勉強他，有沒有可能？當然不可能；何必呢？你勸他是好，給他多一次印象——去聽經，有這個念頭，這些是好，但不要勉強。小孩子也不要勉強。所以這種地方不但除「我執」，而且發展你自己的智慧了。硬逼他念，念不來；不要逼他念，家裡每天給他放〈五會念佛〉的錄音帶，聽久了，他自己都會唱了，不要你叫他。有的還會說：「這個好聽，我要聽這個。」這就是智慧——「我執」消了多好。不是說這個對你好，不來，就打、罵；沒有用，他還是不念，更反抗；對不對？所以，不勉強也是一個方法。

然後，再多去服務別人。我們目的是要究竟利他。表面上講，就是使他往佛法上來；深一點講，就是使他能夠得到佛法真正的好處，也就是使他的私心能減掉。那，怎麼樣使他私心能夠減掉呢？就要你自己是開闊的。同樣遇到事情，別人遇到，很煩惱，而對你只是小事。他看到你真的是這樣子，他就會想：「你能夠快樂，為什麼我不能夠快樂？」就是這一類的。你懂這個道理，再講這個道理使他開闊。

我們要幫助別人，有時候權宜，你可以順他的私心，你不要勉強。現在就讓他，他喜歡，就讓他，你自己忍耐。這樣子他對你覺得親切，你這個人能夠順他的心。慢慢自己再衡量，怎麼樣做，是徹底幫他——我們的重點是「菩提心」。所以，我們在人間真正處理事情，你原則上講，很容易啊，你真正遇到很多事情，不是那麼容易——你可以忍耐，他不能忍耐；你要怎麼樣，他不一定要怎麼樣。他可以誤會你，他可以毀謗你，他可以隨便怎麼樣。而且有時候，你又不可以說只是忍耐，因為如果只是個人的問題，就可以忍耐。但比方說，現在是一個佛教社團，一個法務的問題，那法務有它法上應該怎麼做的。有的人他不知道這個佛理，你也不可以都是順他；順他，這個法就破了，也不行啊。這個時候我們真正用到生活裡，很難了。但是那時我們是「菩提心」為主，以大處著眼，以長久、以法為主。因為法上必須，所以有時候表面上看起來是跟人家在對立、不讓人家，也是有可能的。

就像〈大涅槃經金剛身品〉，本來佛法都是講：不可以殺生，要忍辱，還要把自己身體割給人家。但是在〈大涅槃經金剛身品〉，它說我佛、菩薩為什麼得金剛不壞的法身？因為我以前碰到有好的法師、居士，受到不相信的人要來攻擊，我為了維持正法，就拿了刀杖去跟人家打仗，還殺了人。不但沒罪，還有功德；甚至講到這麼極端去了。本來最主張不可殺生的，甚至去殺人，根本戒就犯了；而且不但不墮落，還有功德；這為什麼？這就是「菩提心」著眼。這就好像，比方說你的手被毒蛇咬了，壯士斷腕，你就只好斬了，；就是這樣的觀念去做這種事。為了維護眾生慧命的根源——三寶，不得不用權宜的手段，以顧全大局。

所以佛法是很活的，沒有把你綁得死死的；但是，難就難在你的心真不真了。因為佛法它是方便嘛，它基本是圓融的；因為我們只懂對立的，所以它教你的，就是對立的法。它就是跟你講，有佛、有菩薩，這個是好的。

結果很多時候，有人學佛學了半天，他變成他自己就是佛、就是菩薩，別人都是魔了；就是這樣子。是不是真的這樣呢？也不見得。但他講起來，在佛法上凡是遇到跟大家不一樣的時候，他自己就是佛、菩薩，跟他意見不一樣的，全是魔；那你要怎麼辦？我們沒有辦法管別人，因為他如果不肯自己改，誰都管不了。但是，我們不是心裡就把他放棄了；你真的要感動人家，只有靠自己修。所以我講這個，不是要批評別人，而是說，我們自己就要檢討自己，免得犯這種毛病。你搞半天，就是自己都是佛、菩薩，自己錯的都看不到，把別人全當成壞人，這是最大的問題。

那麼，還一個在修行上很重要的一點，就是說人生你沒有辦法控制它的，有順、有逆；對不對？這順逆當然也不只是說對世間法上順逆，就是你修行上也是有順、有逆。但是，你真正要能修的話，你就是不管他這個環境怎麼樣，不管你直覺反應是好、是壞，你都利用它來修；那麼，就一切都是好的。這個有沒有可能，就是你自己要用心去想。比方說，人家要擋你，那麼你就學開闊、就學忍耐，都是可以修的。就自己要懂這些，理論上要通達這意思。

還有一個就是，一方面利用境遇修，一方面不要忘了想說，要怎樣處理，不但可以修自己，還對別人有利。就往這方面去想，然後自己去想解決的辦法。這在實在的「行」上面，是很重要的。

然後，還一個常講的就是：「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。」這個我覺得也是一個很好的修行方針。那這裡面，「自淨其意」這個地方，特別是我們修行要注意的。你就是根本在這裡：管自己，別人不是你管得了的。等你把自己管好了，你才有可能可以真的感化別人。

然後這「自淨其意」的「淨」，裡面更深一層的意義，不止是你心裡維持純潔的念頭，而是有「空性」的意義。就是說使它回到「本來的清淨」，沒有我們人的偏見、執著在裡頭攪亂；是這個意思。

然後，還一個現在想到的，就是說其實簡單講，就是要我們天真一點。你之所以苦惱，就是世間想法太重，想太多了。其實將來世事怎麼變化，你也不知道。那你就是被你自己現有的一套想法綁得太緊了，所以很不容易單純、純樸；這是最主要的問題。你要是天真，你就接近。要天真，你就

要簡化，就是事情能省，就省；東西能沒有，就沒有。要簡化，那麼就容易天真、容易純樸。這樣子修行，就容易了。

再來，我想跟你講的就是那種體系的書。因為你一般讀法，都是讀一下這本經、讀一下那本經，那一些都好啦；但是你要修起來，要注意有一種叫做「道次第論」的。就是古德把經、論讀了很多以後，他就把它編了一個次第。從開始講，怎麼勸你來學佛；然後再來，就告訴你一步一步如何修，你要注意什麼。有心要修的，讀這一類書很重要。因為你東讀一本、西讀一本，三藏十二部，你要讀到哪一天？但是這種是人家有經驗的大德整理過的，你讀了，你至少知道一些有系統的次第，那麼你自己再上去，就容易了。

這裡有一本書，書名叫《岡波巴大師全集選譯》，是張澄基翻譯的。岡波巴是西藏白教的祖師。這本書分三部分，第二部分蠻長的，叫〈大乘菩提道次第論〉。岡波巴以藏文寫的「道次第論」，主要講的是顯教範圍，「菩薩道」的範圍。張澄基是將藏文譯成中文。另有一位德國教授叫 Herbert V. Guenther，他是從藏文翻成英文，叫 "Jewel Ornament of Liberation"。這兩本可以對著看，因為這個人的學問也好，這樣對著看，對你有好處。

另外，更有名的，可能是宗喀巴大師作的《菩提道次第廣論》。《菩提道次第廣論》我手上拿的這一個版本，蠻好的，你們可以向洛杉磯大覺蓮社日常法師請。因為這個版本是最近又核定過的，二十幾個人花很多時間，把以前原來譯的，錯的地方他都重新校過。而且後面又附了一些相關的東西，蠻好的。你們可以寫信去要。

然後另外，如果是學密宗的，我順便講一下。你們如果有人想對密宗深入的了解，要知道它的道次第論，可以讀宗喀巴寫的《密宗道次第廣論》。這在「佛教書局」出版的《佛教大藏經》裡頭有。美國教授 Jeffrey Hopkins 已經將它前頭一部分翻成英文了。這英文譯本我還沒唸過。不過他有跟著喇嘛學，而且懂藏文，所以他翻的也應該是值得看的。有時候你對著看，也是很好，因為以前法尊法師翻譯時，是一邊學藏文，一邊翻譯。而且這個《密宗道次第廣論》，它有一些講到「雙運」的；因為他是比丘，他就省略了，或是簡略地寫。所以中文與英文對著看，就有好處。那翻成英文

有兩本，一本是“Tantra in Tibet”，另一本是“The Yoga of Tibet”。它是第一冊及第二冊的意思，其實都是從那本翻來的。第二冊新版改名為“Deity Yoga”。

然後，跟這個《密宗道次第廣論》有關的另一本書，是宗喀巴大師的徒弟克主傑大師作的，它的名字叫做《密宗道次第論》。我是從《佛教大藏經》第四十八冊中印出來的。它這個薄薄的五卷而已，但是我覺得相當好。因為在廣論裡面，他把壇城要怎麼畫，都詳細寫，我們平常也用不到；除非你是做上師，要去給人家灌頂，要學這個。有的上師也不一定知道細節，他們有專門學這個的喇嘛。所以這一個很簡要，這一本蠻好的。很值得一提的是這本書也有英文本，也是從藏文翻的，叫“Introduction to the Buddhist Tantric Systems”。這是兩位教授翻的，F. D. Lessing 及 A. Wayman。他們做得很好，翻得很好。而且他們好花功夫，花那種做學問的功夫，把裡頭的一些專有名詞，原著者沒有詳加解說的，都去找出原來出自哪個經論，加一大堆附註。我很感佩他們的那種功夫，做得很仔細。所以對著讀也是很有好處。

接著這本是年輕的美國教授 Daniel Cozort 寫的，叫做“Highest Yoga Tantra”。關於西藏無上密宗，你東讀西讀，往往就是見樹不見林啦。你要有一個全局的鳥瞰，很不容易。但它這個是寫得很簡要，他是從全局來看。這本書它是簡介全局的，而且他們是在做學問，所以也是加很多註。他們都是問不同的喇嘛，不同喇嘛有講不一樣的，他在附註裡又跟你寫出來。當然他們寫的這些東西，我看還是有我的意見，有些地方跟他們想法不太一樣。但是我覺得都是很難得囉，有這些書就很難得了。

然後，還有兩本是外頭買得到的，也是跟密宗很有關的。這一本是叫“Death, Intermediate State and Rebirth in Tibetan Buddhism”，是 Lati Rinbochay 及 Jeffrey Hopkins 合作的。因為密宗整個的講法是說，你這個人你怎麼樣投胎，然後長大，然後到了臨終的時候，死的過程是怎麼樣，然後到了中陰身的時候，又怎麼樣。它是先有一個理論基礎，描述這個。然後在這個理論描述之上，才來講說我們要修呢，就是隨時都要利用。生的時候，怎麼利用；要死的時候，怎麼利用；中陰的時候，怎麼利用；投胎的時候，怎麼利用——隨時修。那麼，死的過程你去修呢，就是要去證到佛的「法身」。因為死的時候，「本有的光明」會顯，你利用那個時候修佛的「法

身」。你那時沒有修成功，你到了中陰身，你就利用那時候修佛的「報身」。「報身」跟那個「中陰身」，跟我們平常夢裡的那個身，是類似的；所以我們平常夢裡的時候，也可以修。那麼你投胎的時候，怎麼辦呢？你上輩子修行沒成功，或是已經成功，你要來救人，你要轉世來救人，你要投胎的時候，你就要挑了——哪一對父母將來可以讓我去修行；什麼環境很好，可以接近師傅啦；哦，那時候又要怎麼修？就是這樣。所以你先要懂它的理論基礎，這些過程是怎麼樣的。這本書是把藏文翻成英文的。這個我們中文其實以前也翻過，叫做《體三身建立顯明燈論》。那是民國早年的，現在有沒有這本書，我就不知道。我是有一本啦；但是坊間找不找得到，我就不知道。英文是有，翻得也是很好。這一本書很基本。

然後，還有一本也是很難得，是黃教一位喇嘛，Geshe Kelsang Gyatso，他的中心在英國，他出的這本書叫做“Clear Light of Bliss”。一般密宗都是你去，他給你一個灌頂，傳你一個法，就是你每天修的。你要真正得到深層的那些道理、那些修法，通常是你真的去跟著師傅，才有機會從師傅那裡學到。這個喇嘛他教徒弟十幾、二十年啦，用英語講，徒弟就把他講的，都寫出來。現在書都印出來了。真的在坊間你能找得到，把那些高深的修法仔細一步一步寫出來的，只有這一本。這是很難得的書。

你真的要知道密宗，我現在把重要的說一說。另外兩本就是我師傅的，一本是《漢譯佛法精要原理實修之體系表》。這一本因為是融會貫通起來講，所以讀起來比一些嚴格寫的容易讀，但是真正懂，又是另一回事。這是容易讀，所以你開始可以看。它製造的體系，不是顯教一段、密教一段；它是整個小乘、大乘、密乘，編成一個實修的體系。另一本書，他更早以前在印度閉關的時候，給兩位比丘講過這本書。你們這個圖書館裡也有，叫“Buddhist Meditation”。（此書已經漢譯，書名《佛教禪定實修體系》，見 <http://www.originalpurity.org/cw/cw46/bmclist.html>。）這本書基本上就等於說，我們的煩惱五毒，怎麼樣一層一層地修，把它對治、昇華。而且裡面講的一些，都是他實修的經驗。但這個書也不是容易讀的，因為它夾很多梵文專有名詞。但你們這裡有一本《中英佛學辭典》可以利用；怎麼利用？就是它後面有索引，你遇到一個名詞不懂的時候，你從索引那裡可以查到在第幾頁有那個名詞。所以它雖然是中英，你如果利用它索引，反過來就變成英中，你還是可以找到一些解釋。所以就是這一些。當然

啦，很少人會去讀這麼多書啦，我不知道你們誰將來有興趣的，就我目前知道比較重要的，跟你講。那要講的，就是這些。

那，其他要講的，就是實修上，你的功課要怎麼辦？那個其實是每個人自己要選擇的。但是我們強調的那個，就是說你的主要的部分。像我編一個《淨業朝暮課誦讀本》，那是比較短的；因為傳統那個很長，有很多咒。一般現代人可能沒有那麼多時間學那麼多，每天花那麼多時間；所以我新編一個。而且我有些原則在裡面，就是「法界觀」，就是訓練你「無限的一體」，設法去融入。然後，以西方三聖為主來編它；原來傳統的並沒有特別以西方三聖為主。比方說，你可以用我編的這本，做你的早、晚課；或者你自己比較喜歡念〈大悲咒〉，、比較喜歡背《金剛經》，那麼你自己可以調整；對不對？或者你有在習定的人，那麼就每天另外打坐啊。定時定課很重要。

另外的，〈五會念佛〉也很重要。我編了一本《簡介五會念佛法門》，而且這書現在有英文本出來了。然後，自己家裡要怎麼樣佈置一個佛堂，我的簡介也中文、英文都出來了；英文的是這次剛印出來、剛帶來的，這些書都可以看得到。〈五會念佛〉很重要，是因為你光是念佛，是理智上的，不容易融進你的整個身心、整個情感都進去。唱的時候，很自然融進去，所以對你自己很重要；對小孩很重要；對別人讓他無意中就聽進去，也是很重要。

然後，我們大家在美國，朋友大家住很遠。如果知道誰臨終需要助念，哪一個人有辦法給你念二十四小時，還要搞幾天，搞幾個禮拜？你到時候可能主要是靠一個錄音帶。所以你要以這一個錄音帶跟人結緣，也很重要，也不一定要講道理，只要說：「這個聽了，很舒服；你要不要？」

邁阿密有一位針灸醫師，他因為給人家治病，他自己壓力也很大。因為人家是很重的病，才來找他，那付了錢的人希望很快好啊。人家很久沒好，你怎麼辦？那些問題其實也不都是物理治療可以好的，心理問題也是原因。所以搞得醫生本人自己睡不著覺；但是後來怎麼睡得著覺？就是聽〈五會念佛〉。然後他自己睡得著，他就也複製去給他的那些病人。所以這些都是有好處。然後，以佛像、佛書送人，跟人家結緣，就做這些。像我們明天要去公墓超幽，跟鬼結緣。這些因為我上次在邁阿密已經都講過

了，你們可以聽那次的錄音帶。而且你們自己平常也有法務活動，你們也知道，所以我不用再細講這些了。今天就講到這裡。

與基督徒談佛法

一九八九年七月二十九日

美國德州奧斯汀市

主講：林鈺堂博士

錄音及筆錄：潘先泰居士

我以前在加州柏克萊大學讀研究所的時候開始讀佛經，因為很久沒有讀武俠小說了，正好朋友家有部金庸的《天龍八部》，借閱之下發現那裡面講了許多佛經的道理。我在研究所是學邏輯的。我想小說上講的不一定是佛經的道理，我就到圖書館查證。學校的「東亞圖書館」內佛學藏書有幾千本，不知從哪裡讀起。還好小時候家裡有供奉佛像及《金剛經》，於是我就從《金剛經》的各家註釋開始讀起。那時會喜歡讀，也因為來美國已五、六年了，博士候選人的資格已考過，較有餘暇。當時有些人生及心理的問題，去讀佛經才知道佛法是跟生活扯得上關係的；所以就比較、探討。就在同時，也去教會的查經班。有的人去，是因為有小姐，我倒不因為這個而去，我是因為有興趣而去。

那時讀了佛經後，對《聖經》也容易了瞭解了。例如，以前不能了解的「原罪」觀念，以前對此很起反感——人的社會裡，父親的罪，就是父親的罪，怎麼可以說老祖宗的罪還要後人來承擔，難道就這麼不講理嗎？那時不了解它的意思。後來領悟到亞當跟夏娃偷吃了禁果，就代表他們知識開了。知識一開，就代表人的知見把人的天真奪去了，那麼煩惱就由此而來了；這是我的解釋。因為所謂「原罪」，就是指你是在祖先的社會文化裡長大的，你就承襲了這個文化背景。這裡面有違反天意的地方，這就是你「原罪」的來源。這是我當時的了解。

由於我是知識份子，就比較喜歡讀佛經裡比較講道理的宗派。佛法裡的禪宗，重點倒不在講道理，但是它留下來的公案，當面講幾句話，很有智慧；我就喜歡讀這類東西。但是讀久了，卻發現這個做法不可靠；為什麼呢？因為你現在這樣讀，你覺得現在懂它的意思了，而且不是只就著它這幾個意思，因為我還讀了其他的佛經。但是，過了幾個月，又覺得它的解釋是不對的，又有了新的看法；再過幾個月，又有新的看法。這樣子我沒有辦法知道什麼是對的。而且，另外一個問題是，關起門來讀書的時候，

頭頭是道，但在生活裡不覺得有力量，這是不行的。我從佛理上來檢討——這個高深的方法，我沒有辦法的話，我就用佛法裡有一種踏實的方法，這踏實的方法就是「念佛」。

我們用普通的觀點來了解「念佛」，它是什麼？當然心念是指揮一切言行的根本；心念純潔，則其他一切純潔。還有另外一點，現在的問題是有很多煩惱，而這些煩惱你想擋也擋不住，甚至可以失眠，甚至在你說「我不想它」的時候，實際還是在想它。而我雖說不想它，還是跟它糾纏在一起。那要怎樣從這些煩惱裡出來呢？我們若不談佛法的其他方面，只用普通理智的了解，它是說這樣子糾纏放不掉，是因為你習慣了以你的心力去維持它——你的心力只是留在這一件事情上頭。那現在唯一解脫的方法，就是要去學習，在一念、一念上慢慢改過來。就是念「阿彌陀佛」，一個佛的名字，一念、一念慢慢做，做到這邊力量強的時候，念頭能轉過來，那邊就弱了——因為只是一個心嘛！那麼，做久的時候，不知不覺這個力量大了，那個就鬆掉了；這是出來的方法。這就是不談有佛、菩薩加被的那種說明。

其實，學佛不見得就跟學基督衝突；為什麼這樣講？先講我師傅的經驗。他是佛教裡面少有的真正實修，又有證德的。他預知大陸會淪陷，就先到印度去。在印度一閉關，就是二十五年；這在歷史上也是少有的。何況不只是那樣子，他以前住在山洞裡、住在墳場裡修行，都有。這樣的一個人，他跟耶穌有什麼經驗呢？他剛到印度的時候，本來跟房東講好，三年房租不漲的。但是不久，大陸難民一直逃出來。他是住在噶倫堡，接近大陸跟印度的邊界，所以房東就想漲價了。他住的房子正好是一個教堂改建的，還留有耶穌的像，他就向耶穌祈禱。房東是個基督徒。當天晚上，房東就夢到耶穌告訴他說：「你要跟陳先生一起祈禱。」第二天房東來找他，還流眼淚，因為太難得了，居然夢到耶穌了；就跟他說，我們還是照原來的三年不漲價。這是一個開始。然後，佛、菩薩夢中告訴他將來要來美國弘法。；他又在定裡見到海龍王跪請他來美國。他一來到美國，他做的頭一件事，就是火供。火供在你們《舊約》裡也講到，就是燒東西給上帝。但是佛教的火供的哲理不一樣；它最大的基本不同是，它沒有真正地去殺一個東西做犧牲。它也有用到葷的東西，但是是現成的。比方說，魚的話，就買個魚罐頭。他的頭一個火供燒給誰呢？就是燒給耶穌，而且這個傳統一直留下來。我們現在每年聖誕節都燒火供給耶穌，現在連復活節

都燒了。

為什麼這樣子做？這跟一般佛教徒的做法是很不一樣的了。因為一般的佛教徒常因這是別的教，就有一種排斥的味道。但是我師傅是個實修的人——實修的人他有一些經驗，超出我們平常普通人的經驗，所以他就會看到龍王、看到耶穌，這些。甚至不僅是夢到而已，他也曾看到他們，與他們直接交通，或得他們傳授什麼。那麼，他的教示是這樣子的：他說，我們去一個地方弘法，要得當地神明的合作，這弘法事情才會順利；不可以有一種驕傲的態度，好像是打仗一樣，那是不對的。他說：「西方本是耶穌的天下，所以要來這裡弘法，就要請耶穌來幫忙我們。」那你請耶穌幫忙，耶穌到底幫不幫忙呢？這裡就要講到我師傅的經驗和另一位佛學教授的經驗。那個人也是有修行的，叫「張澄基」。還有我自己的經驗。我們認為耶穌是會幫忙的；為什麼呢？我師傅得過一個夢，夢裡人家送他一個盒子，說裡面是一尊觀音像。他在夢裡打開一看，卻是耶穌像。而另外那位張教授，他剛來美國時，寫了很多東西批評基督教。我師傅就告訴他說，你不要這樣做；這樣做，自己會不順利。後來他從樓梯上摔下來，做生意也失敗。後來，他得一個夢，夢裡人家送個禮物說這裡面是個耶穌像，他打開看，是尊觀世音菩薩。從此以後，他就知道這裡面有關係了，就不敢亂講了。

而我自己得的夢也使我相信耶穌是觀音的化身。我夢裡見過他兩次、三次，而且也不是在我學《聖經》的那個時候。因為我一開始就學佛，旁邊順便讀《聖經》。其中有一次印象很深的是，我看到祂，臉雖已不記得，但我看到祂長髮及肩，穿的是白色寬長的大袍，看得出來袍的質料不是光滑的，因為上面有紋路。然後，祂也給我一件白袍子，比較短，襯裡寫著中國字，滿滿的——夢裡直覺知道是用中國字寫的佛經。這些是我們自己修行的經驗，使我們相信有關係。而另一面，是因為近代有人做研究。起先是位俄國商人，他到印度去時，發現有些記錄，記載一個聖人，他猜測可能是耶穌；為什麼呢？因為我們從耶穌的福音裡，發現從十二歲到三十歲的十八年間，完全沒有記載。那十八年祂在哪裡？最先只講小時幫父親做木匠，再來，就是在殿堂內說法；中間跑哪裡去了？這類的書大約有二、三本，我只挑這本“The Lost Years of Jesus”介紹給各位。

上次去邁阿密講的時候，有些聽眾是基督徒，是外國人。他們說本來是有

記載，後來教會把它刪掉了。還說基督教內本來也有一些注重靈修和神的直接溝通的，現在也都沒落了。照這樣來看，如果這個人真的是耶穌，那他就是年輕時去到印度、西藏學了一些佛法。而且有一些人在比較佛法和《聖經》時，就發現裡面講的譬喻和佛法裡面的譬喻十分相近，像播種的例子。還有一個是我自己看到的，在〈約翰福音〉第十六章第十二節，耶穌跟弟子們講：「我還有些比較高深的東西，可是還沒有辦法教你們。」佛法常講，佛、菩薩要救所有的眾生，那就不止是人類；光是人類裡，也有很多差別——對不同程度的，只好教不同的。從這個觀點來看，耶穌在這邊學到一套，但祂回去後，祂遇到的對象是些農民、漁民，祂沒有辦法拿印度那套去講。即使在印度，佛也要適應印度當時的情況，講的一些，基本上與印度當時大眾信仰的「世界觀」還是合的。這一路解釋你們當然可以反對，但請先容我繼續講下去。

如輪迴的問題，這是兩教基本觀念上的不同。印度教、中國傳統的講法和佛法，都說有「輪迴轉世」的事情。比起「輪迴轉世」的觀念來講，「輪迴」有六個道，有天、阿修羅（介於天和人之間），再來是人、畜牲、餓鬼和地獄道。這樣看來，耶穌所教的是簡化的模式；祂簡化成人、天和地獄。這樣的講法，對當時祂所教化的對象，也許是較容易接受的。這兩種理論比較起來，佛教是用「業報」的「因果律」來解釋「輪迴」的。例如，好人遇到惡報，而壞人，由世間的觀點，卻遇到好報；它的解釋就是「三世因果」了。這一輩子看到的「果」，不一定是這一輩子做的結果，有些是宿生造業的結果。依《聖經》這邊呢，你要解釋，就比較難了。若說是上帝的旨意，那有的佛教徒就會批評了；為什麼上帝這麼不公平？有的好人，遇到這麼壞的結果。當然對基督教的《聖經》，如能深入研究（雖然我沒研究），神學裡也可以解釋說，上帝只是給你一個考驗——好的時候，固然好；壞的時候，正可藉以磨鍊而走向天堂的路。往往兩邊的攻擊都沒有深入——表面上看，它有問題，但它還是可以講得通。

再說這個「輪迴」，到底有沒有這個事情呢？有關「輪迴」的事，在柏克萊的香巴拉書店，可找到幾十種關於「輪迴」的書。我挑兩本來講。一本是維吉尼亞大學的史蒂文生教授編的。他不是佛教徒，他純粹是做學術研究。他在這本書內搜集了二十個個案；他寫這本書時，已有六百四十多個個案。但是為了展示各種例子，所以連證據不足的，也加入。他們盡量客觀，像偵探審查犯罪那樣考究。有些他們資料是不夠，但是有些除用「輪

迴」來解釋外，沒有再好的解釋。而且這些個案中，有些小孩才三歲，忽然講一種誰都不知道的話——根本沒人教，可是前輩子用的話他還是記得。別的宗教也許會說這只是宣傳，儘管佛法裡有很多記載；但這是科學家做的，所以值得大家做參考。另外這本的作者，叫「馬丁威爾生」，他是英國劍橋大學的博士，幅射天文學的專家。後來覺得研究這些東西不是人生的究竟事，就丟了，出家學佛法了。他覺得西方人學佛，最大的障礙是沒有「輪迴」的觀念，所以他的書叫《再生與西方佛教徒》。他自己研究的結果，認為沒辦法，只有用「輪迴」來解釋。而且他這本書的好處是，後頭列了一百多種參考書，並且指明哪幾本書構成「輪迴再生」的證明。

我的感覺是，還是應該選佛法。一方面是當你修久了，有一些感應經驗，知道它裡面真的是有東西。我有耶穌的經驗，知道祂裡面真的是有東西；我有耶穌的經驗，當然也不會說基督教是假的，這當然是不可能的。但為什麼還是選佛法？因為基本上有些是哲理的地方，在我判斷，它是講得更透徹了一點；但也不能因為這樣，馬上就下結論說佛教比基督教高。因為有時理論可以有不同的名字，但講的也許是相同的東西啊。既然如此，爭論這些名義，有什麼意義？但基本上的道理，如果在最深、最微細的地方，比較透徹，那你照那一個理論去修，到達的地方還是會不一樣；因為這就是眼界到哪裡，你看到哪裡，才能做到哪裡。最深的地方，基督教來解釋：上帝創造一切；上帝是唯一的真神。這裡面你就當然可以考慮一些問題了：到底是一神，還是多神？如果有真神，那假神又是什麼？他們是不是也是上帝造的？如果都是上帝造的，那為什麼又要造魔鬼？當然這些也都可以有神學上的解釋。這些我們暫且擺開，而設法去接觸佛法與基督教理論最深的地方，設法配合。有些地方好像可以配合；怎麼講呢？「上帝」的觀念也是無所不在，全知全能，也是有個「無限」的觀念在裡面。那佛法最基本的觀念是，「一切是一個無限的一體」。這樣講，可以不可以說，上帝就是我們講的佛的法身呢？

但是，還是有不一樣；為什麼呢？佛法說這最後的真理，本來是你現成的。現在講這一套，是說人開始有些基本的錯誤，就是「著相」——就是被表相迷了，忘了真實的那一面，是這種意味。而佛為了使你醒悟，所以要講有佛、有眾生，給你鋪一條路。因為我們抓慣了，什麼事都抓一個我、抓這個、抓那個；所以佛法安排出來的，也是利用我們抓的習性，又

要你抓一個佛，不要抓世間。但同時又說清楚，這只是一個方便，這是「應病予藥」——你現在有病，才給你藥。但是，過了河，不要船；這是過河的一條船，過了河，還把船放頭上，就錯了。它先講好，你連這個都不要——最後佛法也不要，佛也不要；不要抓這套東西。

但基督教裡就沒有這樣講了。它講的上帝，是一個絕對的存在。上帝教你一個方法，可以得到永生、得到天堂的快樂；但是，上帝永遠是上帝。上帝的子民雖然知道「三位一體」，但是並沒有說你到了天堂，你跟祂是一體。基本上的觀念有這個對立。而且比起來，佛法認為上帝還是有「我執」在；為什麼呢？你們這些子民若沒有照著我的契約做的話，我把你們全消滅，重新再造。你會生氣，從佛的觀點看，是因為你有「我執」在。你在抓一個「我是上帝」，「我是絕對獨立的存在」。而佛法最根本的地方是說，沒有絕對獨立的存在；因為它是講「六道輪迴」的。譬如，現在布斯當總統了，他說美國都是我的；這並不都是你的，因為這個系統的結果，你當總統，怎麼能說都是你的？四年完了，最多八年，你還是下來。佛的解釋是說，一切都沒有絕對的，都是各種條件湊起來的產物。

這跟我們在哲學上討論有沒有「絕對的存在」有關，哲學家也面臨這問題。因為你經驗到的，如眼前這個桌子是這種顏色。但是你仔細看，它每個地方的顏色不一樣，隨著你看的角度不同、光線、眼鏡而不同；哪一個可以叫做這桌子的顏色？這只是就顏色來說。就形狀來說，你認為是長方的；但從一邊看，實際上看到的，近的一邊略長，遠的一邊略短。抽象的觀念上，有一個絕對的獨立存在，叫做「桌子」的東西；真正經驗上去找，找不到一個東西是那抽象的觀念。哲學上就產生了派別。我們日常生活上，當然是要假定了，否則我們在買賣的是什麼？但哲理上仔細檢討，則面臨那些問題。佛法的觀念，來到哲學上的層次，本來沒有那個東西，你不需要去假定它。

你用科學解釋現象時，是用一套理論，以語言去描述出模型，能解釋，且能應用。但仔細檢討，我們並未放棄〈原子論〉；真正哪一個人看到過原子？真正看到的只是實驗室裡雲室裡的一些軌跡。往往理論上有些基本概念，也是超出我們經驗範圍的。但理論本身就有這特性，它不需要每一成分都是經驗裡有的，它才能用。

（以下是當場接著回答基督教友人的問題，共有四十九問。）

問：佛法認為宇宙是怎麼形成的，它的來源在什麼地方？如說沒有絕對存在，宇宙的來源又如何解釋？

答：這個問題是在你的範圍內的問題。生為人，人的感官是有限的；能見光波是多少，到多少；聽的音波只有多少，到多少，受到了感官的限制，必需要抓住，才能活下來；但是這是你的層次的問題。狗有狗的問題，人有人的問題，天有天的問題。而佛所達到的是超出這些；超出這些，則這些就不成問題。如只談這一生，則生死是最大的問題。但從輪迴來講，這是永恆的東西，這一生又算什麼？所以很多東西是相對的。佛的解釋是，你若能到祂的境地而無一切執著的話，則你可與祂成為一體。在成為一體時，一方面沒有分別，就是沒有對立，說我是我，你是你；另一方面，所有的分別全都知道，如自己身體，哪裡痛、哪裡癢，都知道。祂是已超出了我們的範圍。你所以被綁住，是因為你基本上觀念上有錯誤。所以祂說，基本觀念上，那是你造出來的，不要被那限制住，那你就容易接近那個原來不被偏見綁住的東西，就漸漸可以超出。

問：以人的立場講，佛法是不是不談宇宙的起源？

答：對。在佛經裡，就有人問過這些問題，佛認為不是必要的。佛法觀念認為一切現象如幻如化，它沒有實質。它不去分這是真、那是假；並且「無常」的觀念也很強。以某種程度來說，是否定你的知識，但是它不是愚癡的方法。祂說，現在要救這些人，幼稚園的，用幼稚園的方法；中學的，用中學的方法。祂成佛後，回過頭來救人，還是用你這套，祂還是用「對立」的觀念。

問：是否佛法在基本上根本不談宇宙的事情？

答：談，但觀點不是真正有個主體；一切都是條件下的產物。用現在物理的觀念來說，都是相對於座標。由這個座標，看那個座標，都是相對的東西。

問：星球的存在是不是真實的東西？如去研究它，則認為是人為的，那佛

教是否認為根本不需要去研究？

答：不是，它不是說完全不去研究，也不是說完全不是真的。是你先產生了一個要分別的心，而它是超出那個的。佛法是要你證入超出人類感官經驗的東西，但並不是說你觀念一變，就可以超出。它是有一定的修法次第，其中有種稱為「習定」。一般基督教裡並不講習定，並非教內沒有人知道這些東西。因為有些天主教的教派神父要到山洞裡打坐，比方蘇俄正教、希臘正教，如這本書“On the Prayer of Jesus”裡面談到修「主禱文」的一句話，他們有個修的方法。雖無明確地講，他們神父出家，必須跟一個已經修好的學，這就與佛法裡講要跟一個實修有經驗的師傅一樣。他修，就是要他們念此禱文多少遍，就如念佛要多少萬遍一樣。再來，就是規定你要關在一個房子裡念；在佛法看，就是「閉關」。再來，要做到此人每心一跳，就是一遍禱文。修成的人可驅魔，治病。從佛法來說，比較容易了解。而且它要求在念時，什麼都不想，心裡只有此禱文；佛法則說念佛要念到「一心不亂」；關起來念，則為閉關。要有人指導，因為靈修會有魔來打擾，所以要依靠有經驗、有力量，可保護他的。與我們修顯、修密，要拜個師傅一樣。在我們來說，就覺得很親切。因此我勸你們不妨讀些佛經，可對《聖經》的了解還有幫助。另一點，照我們的了解，要容易有屬靈的交通，要習定有了定功的人，就容易發生了。若只靠祈禱，就比較難一點。所以也值得研究佛法。我是學佛的人，還見過耶穌，得其法衣；真正的基督徒，不一定有過這樣的經驗。所以我建議，也許你們可以修念〈耶穌的禱文〉或耶穌的名字，以後也許能增加你與耶穌的感應經驗。

問：佛經這麼多，是誰寫的？

答：由歷史的眼光看，是經過很長的年代慢慢出來的。有些叫做「經」，是佛、菩薩講出來的。有些叫「論」，是後來的人將佛所未說出來的東西，在佛法的觀念內發揮他的意見補充說明的。

問：是誰把佛經收集在一起？是否任何人寫的都可入藏？

答：不是。以前都是由皇帝決定，而皇帝有許多學問專家，由他們決定，很不容易入藏。中國人寫的，很難進去；但由印度譯過來的東西，都保存進去。

問：最早的佛經是如何來的？

答：古時印度人沒有記載東西的習慣，都是口傳。今天佛出去講了，回來弟子就開始背誦了，就這樣口傳下來。照歷史學家的研究，佛入滅後幾百年，才開始覺得需要記錄下來。

問：最早的佛經，也是在佛後四百多年才出來《阿含經》；你覺得可靠嗎？

答：可靠。佛、菩薩決定的事情，就好比上帝去安排的事情，不可用肉眼看到的範圍去決定這個是、這個不是。同理，學者爭了半天，但我們覺得可以信受，是因為這是有哲理、有方法可以掌握的；而照這哲理、方法去修，又有結果。就像給別人祈禱，病就可能治好。信基督，也是有這些事。

問：佛教徒怎麼看這個「佛」？是把佛當人呢，還是當神？還是每個人都能成佛？果如此，那又有多少佛呢？

答：是。每個人都能成佛。但佛還只是一個方便觀念。祂還是要提醒你，真理本身是一個沒有世間知見觀念綁住，無分別的一個一體。

問：佛教為什麼崇拜那麼多偶像？

答：佛教是很圓融的。基本上是一體，但是所顯出來的，則依各種條件不同而顯出不同的結果。若佛教拜了許多像，就叫拜「偶像」，那耶穌釘在十字架上的像，是否也叫「偶像」？當然不是了；它只是個代表，你敬的並不是那個偶像。同理，佛教也是如此活用。它要你不要執著有一個絕對的存在，但是不妨在這個環境裡利用它。如這個人心裡煩惱，不容易出來，我就設個佛像在這兒，要你上香、拜佛。藉著這個，你的心就由你原來的煩惱裡出來了，這就有這個好處了。你在那兒分別是真、是假，我的目的不在這一點，只要把你這個煩惱解決。光是以其代表的意義來說，也不是偶像了。像敬祖宗牌位，也不是拜個木頭，只是藉這個來訓練我們倫理的觀念，要「慎終追遠」。把它當偶像，是膚淺的看法；把它深一點想，是佛教的一個活用。至於剛剛問的一個佛或多佛，在祂講，根本上是

一體，也沒有佛，也沒有眾生，根本沒有分別；但要分時，過去也有無數佛，未來也有無數佛，每一個人都能成佛。因為根本是一體的，你只要體會這一體，你就是佛。

問：如果成不了佛，又該如何？

答：從佛的那邊來看，祂沒有這個分別，所以連這個問題都不存在。但問題是，我們為什麼會有「成不成佛」這個問題？你現在人生有沒有苦？祂要使你從這些苦惱中解脫出來。

問：如果習定了很久，仍未成佛；該怎麼辦？

答：這是很深的問題。你這多生多世的事情，你現在幾天稍微怎麼樣修一下，就解決了？沒有這樣便宜的事。它整個體系要怎樣子修，才能把過去生的這些改了過來，它是照「因果」來解釋的。它的解釋是說，首先你要接受它是有很多生，即「輪迴」。那麼，現在的這些事情，有些是過去決定的，而有現在的結果。比方說，你是生做誰的子女，這些就是過去做的事所決定的；生做誰的子女，對你一生就影響很大了。但是，因果一方面是過去的影響，這部分就像宿命一樣，好像是把你定住；另一方面，就是現在結果還沒有出現的部分；我現在有自由意志可以去做事情，如我懂得「因果律」，我希望比較好，我就造好因，那我就可以改。譬如這一杯水裡有些沙子，我現在趕快倒些清水，一直倒、一直倒，沙子最後也都出來了，可以整個清掉。懂「因果」的話，你就知道「種瓜得瓜，種豆得豆」。現在努力對了，以後就可以改好。

問：所以不一定在今生可以得到好果。

答：對的。不一定在今生，也可能你過去欠帳那麼多，你要一下子憑一次努力，就還清，也不見得做得到的。

問：所以在下一個來生再還了？

答：不是。它也有不同的。它對不同的人，一方面看你心理上的需要。有的人不耐煩這種還要多少生的；有些人是要看現貨的啊，看看你到底是不

是在騙我？假若我這輩子就要「成佛」；有沒有可能？有的。但是你要這輩子成佛，要付出的代價，就必須很大了。你要專門在修這些法，像專門在修行的啊，那你也許有希望。

問：如果一個小孩，一開始就生在一個很不好的家庭，沒有機會接觸佛法，直到快要死時，才聽聞佛法，可是已沒時間去研究了，那他該怎麼辦？

答：這個時候，又有特別的法門，就是靠信仰；這跟信耶穌得救一樣。耶穌是不是真的替我們贖罪？是真的，但祂贖罪的範圍，以佛法觀點看，祂贖的是人和天之間的問題。如你犯的是人和天這個層次的罪，耶穌的寶血是可以贖清的。而且我們修行的人，如果罪輕了的話，你會夢見，或在打坐時會有罪淨之相。比方說，你會看到自己吐髒的、壞的東西出來，或者喝牛奶、喝清水，或者洗澡，或者看到日、月，看到佛、菩薩。這個在我們專有名詞來說，就是「罪淨之相」——是在告訴你說，比較輕了。但是得到一個罪淨之相，不表示說一切都清了。從這樣來講，我們相信，如果你犯了世間的壞事情，違反十誡、什麼的，你真的向耶穌皈依，你可藉祂——因祂真的為你犧牲了，這是真的可以洗淨你的罪。但是有些罪，比方說，你並不懂佛法，你就罵它，說這是騙人、這是偶像崇拜。那這種就不是耶穌可以洗的問題了；這種是佛可以替你洗。佛這邊有一個法門，就著重在要相信祂；這個方便法門，就是「念佛」。你若有信心，佛說，在臨終時能誠心念祂的名字，念十聲，可以去；念一聲，也可以去祂的淨土。甚至於有的，按照經書裡寫的，他根本不知道要念，而且臨終也沒有力量念，但他偏偏就有那個福報，在那時遇到一個懂佛法的人，在他旁邊念佛名、念經名，跟他講佛的好處，就這個緣，佛也把他救去了。這個超渡，就是去佛的淨土。從佛法的觀點來看，我們一般就是在六道裡輪迴。你做好的，你就往天堂去了。等這些「錢」用完了——這些福報完了，你又下來；就這樣輪轉。那去淨土，又是什麼意思呢？就是你永遠離開這個輪迴了。在那裡，佛、菩薩看你的程度，給你開小學班、中學班……，等等。慢慢地教，保證你可以像佛、像菩薩那樣，可以再來救別人。「成佛」的觀念，不是說有一個永恆的，就死在那裡；不是的，它是活的。「成佛」最後的目的，是回來幫別人解脫出來。這一切都是一體——哪一個在苦，都是你在苦；所以它沒有停的，是不停地在做這個救渡的事情。

問：是誰來決定誰可以被超渡？

答：嚴格講，就是你自己，也就是你做的事情。它的整個觀念，就是以「因果」來解釋——你做夠好，你就往天堂走。你要懂得，沒有絕對的存在。你之所以還會下來，就是你有個「我」的觀念擋著，所以你就在那裡轉。不是誰來決定誰是否被超渡，而是你自己所做的結果。但是，又因一切是一體，即使是這樣的人，佛也想要幫助。佛法中很強調一個觀念，就是「結緣」的觀念。例如在西藏，他們在布上印些經文、咒子，或佛像，就掛在那裡。風這樣一吹，這些人呼吸到這空氣，就跟佛有關係了。那佛又如何想呢？祂從「因果」來講，要有因緣、要有一個關係，才能救你。就像我講的話，你至少要願意聽；你若不聽，我怎麼勸你？所以祂重在大家要結緣。西藏就用這方法，靠著風力；又在路旁石頭上也刻些咒子，讓你多些機會看到。用種種方法，像給人吃個東西，就想這是先供了佛的，佛把它變成甘露；給了那個人，就跟佛結了緣。用種種方法結緣。在密宗更講得透徹；比如，你送人一張佛像，但這人把佛像撕了；在佛法觀點，這是有罪啊，連佛像都毀了。但是，即使是這樣，祂的想法是：這樣雖不好，但你跟佛有了緣了，就是不幸中的大幸——佛以後終究會救你。

問：不是說佛像只是一個方便，不能真正代表佛嗎？那折損了佛像，為什麼還會有罪？

答：是這樣的：如果無心，並不會構成罪。但是，祂是要在人間傳這個法，對人必須設立這一套，這還是方便。不然的話，都亂了；亂的話，就沒有辦法使人知道怎麼樣是正確的佛法了。祂要你維持一顆恭敬的心、謙卑的心，所以祂就講要你尊敬佛像。佛法的觀念「全部是一體」，但是現象上是照著「因果」及「緣起」，依照哪些是主要的條件，哪些是次要的條件，而做的。

問：如果一個人看透一切事理，已不執著，若故意損毀佛像，是否有罪？

答：佛法的透徹，就是這樣的：譬如禪宗，來到中國發展；它就說，你講了這一大套，還是觀念上的東西，根本不需要。它是要直接——我現在這個煩惱，是自己多生以來觀念的限制，要把它斷掉，能直接成佛，進入「無限的一體」。所以它努力做的，往往幾十年什麼事都不做，在思索這

問題。但到了了悟的時候，它的表現又往往很奇怪。佛法講「不殺生」；有位禪師問說，若你們答得出這個問題，就不殺這隻貓；答不出，就殺。這從一般佛法規矩來看，你根本就犯了殺生的戒。另有一位禪師，冬天到了廟裡，就把木佛像拿下來生火取暖。這從規矩的方面看，是全錯了；但禪宗硬是把這些也記錄下了。它並沒有說這是罪啊！佛法是活的。這些事也記錄下來；它並沒有說那個人有罪。它就是要讓你知曉，這些並不是要妨礙你的。佛法中有關「果位」的事情，是很難相信的。我們來看，你殺一個人，就是冤冤相報，是業，是輪迴未了。但是，如果佛來殺，則是很不一樣；為什麼呢？在世間來看，是生死問題；在精神上看，則是一個方便，他把你由肉體內解脫，回到「一體」裡面。就等於說，上帝殺了祂的子民後，上帝是犯罪嗎？從祂來的，祂收回去，祂犯什麼罪？上帝並沒有罪啊！同理，佛殺的話，則是超渡他了。這些都是超出我們經驗範圍的事。你們也許又會說了，你真會講，講來講去，都是你對。如果這樣想，那就很難了。佛法最難的地方，就在這裡；非要有實修、有經驗，才能知道實在有這些東西。這些也可從基督教的觀念去解釋。所以我建議你們修念耶穌，或者念祂短的禱文。這買得到有關的書，找來看——看看原來基督教是用什麼方法，直接地跟耶穌交通。這是不是比查經好？查經當然好，但這只是初步；最後你還是希望能夠直接跟上帝交通，那麼你才可以幫助更多的人。你對佛法即使不是因為相信，也可研究。這裡又有一個問題了——同樣是上帝造的，卻有一批不聽話的；你要怎樣使這批人回到上帝的懷抱？為此你也值得研究佛法；其實也都有在做。天主教的梵蒂岡，教皇有一個佛教圖書館，他們也有在研究。

問：在基督教的範圍內，常常有跟科學衝突的地方，如〈創造論〉與〈進化論〉等。那麼，在佛法的領域內，是否也有相同的問題？

答：佛法裡面也會有這樣的問題。譬如佛講地獄，是在地面下去多深處。現代有人換算，則穿過地球到北美洲的上空某處；因此，這類問題就出來了。但是，這些並不是基本問題；為什麼？因為佛本來就講清楚了，這些都只是方便；所以你並不需要執著——這是我的想法。但是，另一種問題是什麼？如看近代物理學的發展，「牛頓力學」在他那個時代，是一切科學的基本模式。但是到了愛因斯坦時，就發現他的力學有不圓滿的地方了——他檢討的是由基本假設開始。檢討基本假設時，發現以前有個抽象的「絕對空間」的觀念，還有個「絕對時間」的觀念，而且認為這一個觀念

是獨立存在的。由愛因斯坦來看，則這是不對的觀念；因為「空間」觀念是應該相對於某一個物體來講。每一種物體活動的空間，都是有限制的。好比同一間屋子，它的空間的大、小別是相對於可塞物體的大小而決定。因此，「空間」的定義應該是相對於某一個東西或某一個座標來講，才有意義。那麼，他在檢討時先把人類觀念造出來的東西打掉，因此發現時空不能獨立的——時間是要看時鐘放在哪個座標內而決定的。近的地方不覺得；一遠了，你要傳達時間，如果只是用一個鐘，傳的方法，由於距離，就有時間上的差異。所以空間必需加入時間的座標而成「四度空間」，才可以。雖然改進了，他的〈特殊相對論〉還是有些基本假設啊！如光速在真空裡不變，而且是一切速度的極限；另外，我們若要描述這些現象，這些相對的座標，我們只能用某一種，就是慣性的座標彼此間必需是均勻一致地運動，而且不能旋轉的——有這些限制的存在。但他是在求真理；求真理，他當然覺得這個還不理想啊！譬如某物的長度，在加速或旋轉的座標系統內量，應該還是不變的啊！可是為什麼又不能有如此的自在？但他發現如果一個座標繞著另一個座標的話，那要數學上使它簡化；一個方法就是想成一個不動座標，再加上「重力場」的觀念。你看，他這裡要接近真的時候，他的座標從原來是時空分離，到時空在一起，再變成要有場的時候，拉進來的東西就更多了。接著，又有〈測不準原理〉；〈測不準原理〉基本上是講，不可能主客對立。你一來觀察時，就已變成整個的一部分，沒有辦法分出來。佛法早就講，你的毛病就是在抓東西；本來是一體的。整個科學的發展，是求真，就等於是在往佛法所昭示的真理跑——你在做的，就是這件事了。所以，從這個角度來看，沒有衝突；而且你要求真，求到極限處，一有人參入，就會失真。

問：您說人已習慣於主客對立，時時在抓東西。但若要不抓東西，那人是不是不能活在這個世界了嗎？

答：剛剛講的是強調它要使你從根本產生問題的地方出來的時候，強調這一點。但是，你如果真的能夠出來的時候，要想，我們現在的世界，大家分國、分什麼，所以要軍備，很苦。你要是全都能了解「一體」的時候，沒有人要打仗、沒有人要分，大家自由旅行。是哪一種情況比較好？是這個意思。我在講那一點的時候，針對那一點，只好強調不分。但是佛不是死在那個不分裡面。譬如，都了解同是上帝子女的話，就沒有打仗的可能了。那麼，你在這種心懷下做事情，還是看得出要怎麼做，但是就不一樣

了；主要是這個意思。

問：「六道輪迴」是誰訂出來的？

答：也不是誰訂出來的。如果有個「我」的觀念的話，那麼你看到的宇宙間的現象，是這樣的一個現象；這個現象很難了解。但是，你如果修行有定功的話，有的就看到鬼了。有些佛教徒每天供給鬼，給點米或水的；修久了，有些真的就看到那些鬼來吃。這是你超出了一般人的限制；這是一個事實。而且我們修行的，就可能知道前輩子是怎麼樣，也可能知道將來怎麼樣。這並不是算命；算命是看臉相、看手相、算八字，這還是經驗累積來的。這修行的經驗是超出肉眼的，他就看到這些事情。

問：剛才講到的死後到那裡去或習定等，這都是從佛經來的嗎？

答：是在佛經裡的，我們都相信是佛傳下來的。像我們直接的經驗，不要以為釋迦牟尼佛在幾千年前八十歲時死掉，就沒有作用了。我們現在在夢中、定中，還是可以看到祂，聽到祂的開示。不是只有我師傅一個人的經驗，很多古德都有這個經驗。

問：既然在定中可見釋迦牟尼佛，那祂現在到底在六道中的那一道？您有沒有見到佛以外的東西？

答：佛不是在輪迴裡面；祂是超出的，祂是解脫的。祂是無所不在，因為祂與一切是一體的。祂可以自由地顯現。除了佛以外，也見到些如護法，包括耶穌也遇到。而且那種夢不是胡思亂想的夢，那是很清楚的。而且很多是在早晨快醒來的時候，那時是一天中精神調得最好的時候；而那些感應的夢，在夢裡要加持你，夢裡還會感覺有一種力量。

問：從您剛才的討論中，讓我們感覺到佛與一切並不是一體的；為什麼呢？因為佛說你照著我的方法做，就可達到我的境界了。若這是對的話，則佛一開始就把佛與人或佛與事分開了。如果佛與一切是一體的話，那我們又是從哪兒來的？如果說你就是我、我就是你，那我兒子又是誰呢？

答：這一套是為我們而設的方便；而我們只懂得對立的，所以從這樣子做

出來。佛法講有「根本三摩地」；完全進入「一體」時，什麼都沒有，沒有這種分別，也不會這樣講。沒有來，也沒有去；本來是一體的，本來是現成的，不是造出來的。而且手腳一體，不妨手是手，腳是腳。

問：鬼在佛教到底是代表什麼樣的東西？鬼是不是都是壞的？

答：佛教的說法是有不同的層次。就像說我們有的是生做人、有的是生做畜牲。鬼不是我們肉眼看得到，但是它也是一類有情。鬼裡面也有分別，就像人裡，也有好、有壞。鬼裡面福報大的，還可飛到天上去。但有的叫「餓鬼」——這輩子平常吝嗇，應該幫助人而不幫助人，到時就變成肚子很大、脖子很小，吃不進東西，好東西遇到它，就會變壞。

問：若說佛與宇宙是一體的，鬼又是宇宙的一部分，那麼，說鬼就是佛了？

答：是。一切都是一體的。但是，你不瞭解這件事，你自己執著，你就被這些執著所苦。像我們每一個人天天纏的，就是那些問題。只有你在纏，誰管你？如果你的心放開，不再被綁住的話，還有誰會煩惱你？

問：您是不是吃素的？是否佛教都要人吃素？基督教並沒有吃素的限制。因為神創造萬物，就是要人來管理萬物的。若真能看破，並不一定要吃素啊！

答：我沒有吃素。佛法裡面不同的宗派、不同的程度，有不同的教法。〈舊約〉開始時也講只能吃素的，後來才准吃動物。但是，你在中學生時，就有中學生的規矩，不能把大學生的規矩拿給他。哪一種修法，用哪一種規矩。

問：佛教如何訂善、惡的標準？

答：基本上，怎樣使你走向「一體」，就是「善」；所以與世間或基督教的教法，也有相合的地方。「十誡」的前五個與我們的「五戒」，也是差不多；跟社會的倫理也是一樣。社會倫理的形成，涉及的是現在這一群人的情況。如果與上帝溝通，則涉及的範圍必須包括天堂與地獄。但在不同

的層次，訂不同的規矩。出家人有出家的規矩、在家人有在家的規矩；什麼可做、什麼不可做，在佛經裡都有訂定。這些也是要專家，才搞得清楚。我們普通人的戒，就是戒殺、盜、淫、妄、酒；就是不殺人、不偷盜、不邪淫、不說謊、不吃酒及迷幻藥等。

問：按照您所講的「五戒」，那不是很容易遵守嗎？

答：對啊，基本是如此，它是給一般人的；這是小學的規矩。若要進研究所，還要過很多關啊！要做的事情可就多了，如習定，等等。經裡有提到以何種次第達到，但是有不同的說法，這些是很難的。光是要把理論搞清，都不容易；但我們實修的人，慢慢從裡面抓些原則，做為修行的方針。

問：五戒都做到了，六道輪迴去哪道？

答：如果沒有迴向成佛或往生淨土，那還是生人或生天——往好的道走。生天、生人，比生為畜生或鬼好。若懂佛的道理，發願希望將來到佛那裡，就不一樣，就會超出六道了；因為佛會幫助你。

問：既然佛、人、天是一體的，那成佛、成人、成天的差別，又在哪裡？

答：問題就是說他成了佛以後呢，他要再來做天、做人，他是自在的。他懂得說我這回是演一個戲，我來演這個角色呢，我目的就是幫別的人；其他的，忘記了是在演戲，在台上就真刀真槍了；那就是你的差別了。你不自在，在台上氣得要死；他說等一下還不是大家分薪水，何必這個樣子？

問：大概有多少人曾經成了佛？

答：佛來講，是無限多。他成佛，你不一定知道。照祂講，眾生究竟都會成佛；因為本來就一體，沒有離開過，只是覺悟、不覺悟。當然，這裡面要覺悟，要很深了，不是只是聽人家講一下道理，而習性一切都沒有改，就成佛了；不可能，對不對？

問：不是說「放下屠刀，立地成佛」嗎？這頂多只要個領悟的功夫，就夠

了，為什麼您又說，成佛要花很深的功夫？

答：問題是這樣的，你要看是誰放下。比方說，這個人是殺人慣犯，他要改這習慣，不是這放一下，就改過來了。但是有的人呢，他是暴怒之下做，馬上就後悔了——他以前也不會做這事，將來也不會做這事。這是免不了有這層次問題。要是沒有這深淺問題，那太簡單了；大家只要見面講講，然後回去就都是佛了。沒有這回事；實際上有實際上的問題。

問：你剛才說做夢時基督變成觀音，或觀音變成基督。在佛家的觀點裡，有沒有說基督教與佛教講的神或佛根本就是同一個，可說是同樣一個無限，亦可說是同樣的一個體？

答：這裡面有一個問題。在我們人的立場來選擇的時候，當然他鋪了很多路，我們要選擇哪一條路？比方說，鋪了一條基督教的路，鋪了一條佛教的路。我是覺得，你如果也去參考佛法的話，比較容易找到最後真正究竟的路。路是在這裡了，最主要是我們，它們是不是同一個，還是次要呢！我們能不能去到那個地方呢？所以在這裡，我是覺得佛法講得比較透徹、比較活；它比較不是一套理論講得粗淺，而且它的方法比較多。

問：在「一體」的觀念下，佛教是否認為地球以外的其它星球，亦有生命？

答：一個重點是這樣，佛來看，我們的情況是很不安全。你隨時可以死，而死後又因造業的關係，不知往哪裡跑；什麼時候能再聽到佛法，也是很難得的機會。在這樣的情況下，好像一個人中了毒箭，或頭髮已經燒起來，這時候那有時間管別的？先就是滅火，先就是要把毒箭去掉。所以，其它的先不要講；因為你要是這個能解決，證入了「一體」，那這些都是不成問題的問題。像我那時會去讀佛經、讀《聖經》，會覺得有意思，也是能夠把經裡講的跟生活上的連起來，才會有意思啊！不然，你只是跟我講一套神話，那有什麼意思？我們剛開始學佛時，哪有什麼直接的經驗？

問：佛教裡沒有階級之分？有沒有大佛、小佛之別？

答：「佛佛道同」。「眾生」與「佛」是為救人而方便設立的分別，實際

上是平等的一體。實修上的階位，也只是表示病的輕、重。佛與佛的分別，是在緣起上各有其特點。例如修「菩薩道」，有的專門去給人治病、有的喜歡安慰臨終的人。在修的時候，方法有不一樣。不一樣的結果呢？將來成佛，雖然是一體，但是你表現的不一樣，人家紀念你，也就不一樣。所以他有求的時候，一想到臨終，就想到要找那一個；一講到治病，就要找那一個。這樣子呢，所以又分出來了——阿彌陀佛就是接引你臨終的人、藥師佛就是你生病求祂的。一方面是為了方便，一方面是緣起。因為這些緣起的結果，你雖然證入了那個「一體」，你這個來路不同呢，也不妨有這些分別；但你這些分別不要使你產生割裂。

問：有沒有佛掉入輪迴的事？剛才不是有演戲之喻嗎？會不會演得太逼真？若可能的話，是否要再重新修行？

答：他如果已經成了佛，就沒有這個問題。這是我們來想，好像有這個問題，在祂，就變成分不出了。你現在是分得出；分不出，就沒有再掉入輪迴的事。譬如我們大家有福同享的時候，就是一個團體；有難不同當的時候，就分了。證入了「一體」的他，不會這樣——有福同享，有難同當，他這個「一體」，不會失掉的。至於是否要再重修？回答起來，一個是理論上的問題。理論上，「佛」的意思就是究竟的；究竟，就是不會出毛病，才是究竟。實際上，就等於這個人已經從籠子出來了——祂嚐到自由的滋味，祂不會再要去關自己了。

問：既然說佛可「倒駕慈航」，來此救渡眾生，那祂在這世間必是完美無缺的人了。但又為什麼我們在這個世界上，找不到如此完備的人？

答：這也是受你自己所能看到的限制。還有一點，佛出現，並不一定就是出現一個完備的人，因為並不是完備的人，才能對所有的人有幫助。比方說，妳嫁到一個丈夫脾氣是很壞的，妳如果也跟他吵，這個丈夫對妳就沒幫助。妳若能因他那樣而隨著改成很柔順，甚至改了他的脾氣，那妳這丈夫對妳是最好的幫助。佛的看法不一定是世間想法的好壞。你在學基督的法，也是這樣。祂的厲害就是這樣子：誰跟祂碰到了，誰都得好處，這一面或那一面。因為不一定你碰到生氣的人，你都得好處啊！但如果佛來顯生氣，你還是會變成一個好的人——祂有這樣的作用。

問：你有沒有碰到佛？

答：在我來想，我的師傅就是佛。這是兩方面的；一方面是密宗的教法，教你這樣子想。因你沒有這樣子謙卑，得不到真的東西；因為精神上的東西，你要有完全的信。另一方面是我的經驗了；我們的經驗是，師傅就是佛了。我們世間的看法，也可以說這個人哪裡有缺點。但重點是，你如採這種心去學習，你才可能把順的、逆的都拿來教育你自己；最主要是這一點。

問：對您來說，您認為他是佛，而得好處；但對他人而言，不一定認為某人是佛啊。若真的是佛，則必人人認為是佛，才對；何以會有如此差別？

答：佛的話，祂也不在乎你覺得祂是不是佛啊！他沒有這個問題。這是我們的分別；眾生各各為其成見所限，是免不了的。

問：若某人，譬如你的師傅，死後轉成另外一人，則他知不知道他的前世？

答：這是這樣子的：如果是佛，是一定知道。一般修行的層次，有的轉世以後，可以知道以前；像剛才講到的小孩子，三歲就講西藏話，他是生在法國的，那種是知道。但有的是不記得的，這是因為修的層次高低的關係。能夠維持多少記憶，有不一樣。即使不知道，他會生在一個環境很適合他修下去。它這是照因果排的——你生在哪裡，跟誰有緣。所以這個人會到一個可修的環境，跟不修的人，不一樣。所以，為什麼有的會生到佛教家庭，有的不會？像我師傅是佛、菩薩派來弘揚佛法的，所以這次這一批教完了，就回去了；下回換一個地方，再教一批——佛、菩薩就等於有個救世軍在這裡。因此，是佛的話，是一定知道；但不是到佛程度，有的比較淺的、有的再來，就墮落，那是有的。但那些是因為你修的層次的關係，這是都有。

問：請問林先生知道自己的前生嗎？何因緣輪迴到今天和大家講法？

答：從別人看到我，和我自己的經驗，我是多輩子都是佛教徒，可能曾在西藏做喇嘛。

問：佛教修法是否一定要找一個師傅？

答：你找到真的，就比較安全；沒有的話，比較安全的方法，就是「念佛」。也有不夠格而自認是真的，喜歡人家做他徒弟。也有拜很多師傅的，不一定只一位。

問：我們要如何知道他是真的佛，還是假的佛？

答：佛的存在是無時無地不存在。你誠心地向祂問，祂會告訴你。怎麼樣告訴你？你現在想，這個人做師傅可靠不可靠？你就對著佛像說，我不曉得可不可以跟這個人學，請您告訴我。那麼，就可能給你一個夢，但是夢的解釋，有時候就不是照我們平常一般以為是好、以為是壞；那一點就比較難。也不一定要對著佛像，；你就說，佛，我對您有信心，現在想跟誰學佛法，是不是可靠？如果不知道，或根本沒有人可跟著學的時候，「念佛」是很穩當的方法。而且你也不用急著換基督教——當然你也不會啦。你先試著跟耶穌溝通；然後有興趣，可以讀一點佛經的東西。這樣慢慢了解，再試修「念佛」。

問：基督教講，耶穌是唯一的真神，而且非常肯定強調。若一面信基督教，一面修佛法，那不是會抵觸嗎？

答：當年祂在傳法的時候，那時有一些是一種迷信，只知拜——只知拜地方鬼神祈福。對於那些來講，那時候就要講：「我是唯一的，你不要去信別的。」但是嚴格地講，有那麼多天使，那些天使是不是神呢？如果是神，唯一不唯一？也可以問這種問題。你當然也可以照「三位一體」來講，多位也是一體啦！依我們的經驗，我們見到的，也不只有見到耶穌啊！還有別的我們佛經裡講的天王、龍王，也都真的存在啊！

問：你做夢的時候，你怎麼知道你看到的是神？祂告訴你祂的名字？

答：有的不一定是做夢，那是很清楚的。不一定要祂告訴你，感應的夢，當時就知道了。而且有的是在定的時候，或是夢和定中間的，就是這樣看到。

問：耶穌是什麼樣子？是否受電影或書上的影響而做此夢？

答：臉不記得了；已有七、八年了。記得是長髮、長袖子的白袍子。夢，有的是「日有所思，夜有所夢」。但是那種夢，是感應的夢；修行經驗多了，就知道。是神智很清醒，就像在打坐一樣；只是姿勢是躺著，神智很清醒的。而且我們同樣得那類夢，如果是佛法的，夢裡出現的，有些原來不知道；但你醒後問師傅，才知道是跟佛法裡面是相合的。

問：佛家修行，是怎麼修行的？是白天仍做事，晚上打坐嗎？

答：基本上，開始的人，我們勸他念佛——打坐還是以後的事，練習心裡維持佛號。你如果是基督教，可以試修心裡維持一個「耶穌、耶穌……」。

問：佛教的經典很多；最先是《阿含經》，又是從錫蘭流出來的，是所謂的「小乘佛教」，與日後中國、西藏流出的大乘佛法差別大。而且中國的佛教融入中國文化，根深蒂固，人為因素很重，與當初釋迦佛傳出的佛教，可能完全不同。這方面您有何見解？

答：這些對佛法的評估，全部是從人的觀點來做歷史的考查；考查的完全沒有錯。但是你不曉得佛、菩薩是法身，沒有時空的限制——不同的時候、不同的環境，教化不同。我們怎麼知道呢？我們自己修，會覺得學者的講法是「人本位」，以人的想法來限定了。結果他們講了一大堆，就好像是在餐館外頭看菜單，沒有吃到裡面東西。吃到裡面東西的人，不是這樣想。吃到東西的人，覺得這些在理論上是可以一貫的，又有不變的道理。就好像說一個畫家，他一輩子，如畢卡索，一下是藍的時期，一下是什麼時期；但他這個活的，能創作的，有智慧、有藝術的這個東西，基本上是同一個。只看外頭，你把它劃分；但只要能抓到裡面，你就知道，小乘的時候，開始的人強調要怎麼樣子把自己修好。但你修好的時候，你要出來服務；要服務大眾的人，要有「大乘菩薩」的觀念，祂又有一套來訓練你——祂看時期來做這些事情。大、小乘是有不同的地方，但是你要知道為什麼不同。如現在這個人剛進來，新兵訓練時，就是基本操練，你個人要怎麼樣做好。他現在要去當帶兵官了，要教他領導、統御。要做菩薩時訓練的課程，當然跟開始的單兵戰鬥課程是不一樣的。要知道這是整個

軍隊一體的作業；不可說這有分別，這就是兩支軍隊。他維持那套，有什麼關係呢？那邊是單兵訓練營，當然就維持那套。如果能有真的道理，修行的經驗、證量，說「一切是一體」的，那才是有問題。但不是這樣子的，而是通達、不通達的問題。通達的人少，所以看起來問題一大堆；不通達的人，自己心裡頭還不是這樣子鬧來鬧去？

陳上師〈淨土五經會通〉四十八講滿願記

先師陳健民老居士於一九八〇年發願講〈淨土五經會通〉四十八次，與學佛大眾結緣，藉此略答阿彌陀佛因地發四十八弘願渡生之恩。隨即編寫講義大綱及圖表，並於當年開始演講此題。首次講於舊金山之「美洲佛教會」，連續五週，每週日講一小時。前此不久，我適蒙友人于天一先生介紹，得值陳師。陳師即示以講義，我遂陪侍前往會場，因此得聆全部五日之開示。

陳師於一九八七年十一月十三日示寂之前，一共講四十五次，其中三次是派我代講。略述地點及主辦者如下：

一九八〇年五次：

- 一、舊金山，美洲佛教會。
- 二、加拿大，湛山精舍。
- 三、紐約，大覺寺。
- 四、台北，慧炬社、田劉世綸女居士。
- 五、洛杉磯，菩提佛學社。

一九八一年八次：

- 六、洛杉磯，夏荊山老居士。
- 七、香港，東蓮覺苑、光明寺。
- 八、馬來西亞，馬國佛教總會。
- 九、聖荷西，寶華寺。
- 十、紐約，光明寺。
- 十一、舊金山，甘女居士。
- 十二、舊金山，侯居士。
- 十三、繆庇他斯，陳美燕女居士。

一九八二年十二次：

- 十四、洛杉磯，法光寺、菩提佛學社。
- 十五、聖荷西，陳希舜居士。
- 十六、台北，中華佛教居士會、孫一居士。

- 十七、香港，佛教噶瑪迦珠法輪中心。
- 十八、台南，佛教蓮會。
- 十九、嘉義，香光寺。
- 二十、嘉義，嘉義佛學社。
- 二一、高雄，壽山寺、佛光山。
- 二二、員林，員林念佛會。
- 二三、台中，寶覺寺。
- 二四、檀香山，夏威夷大學。（英語演說）
- 二五、檀香山，夏威夷中華文化復興會。

一九八三年六次：

- 二六、蒙德利公園市，大覺蓮社。
- 二七、馬尼拉，靈鷲寺。
- 二八、台北，能仁道場。
- 二九、宜蘭，宜蘭佛學會。
- 三十、溫哥華，世界佛教會。
- 三一、聖荷西，佛教淨行社。

一九八四年五次：

- 三二、蒙德利公園市，大覺蓮社。（弟子林鈺堂代講）
- 三三、柏克萊加州大學，梅冠湘教授。
- 三四、沙加緬都，李淑榮居士。
- 三五、索諾瑪，諾布。（英語演說）
- 三六、密西紹卡，魯梅嬌女居士。

一九八五年五次：

- 三七、繆庇他斯，陳美燕女居士。
- 三八、洛杉磯，沈乃宣居士。（弟子林鈺堂代講）
- 三九、約舍利多，郭松楠居士。（弟子林鈺堂代講）
- 四十、洛切斯特，潘先泰居士。
- 四一、阿漢布拉中華文化服務中心，大覺蓮社。

一九八六年兩次：

- 四二、善尼衛爾，劉鯤居士。

四三、馬來西亞，北海佛教會。

一九八七年兩次：

四四、台北僑光堂，文殊佛教文化中心。

四五、善尼衛爾，楊一華及陳志雄兩居士。

我繼承師志，於一九八九年應邀講此題目三次：

四六、一月於邁阿密，邁阿密佛學社。

四七、七月於德州首府奧斯汀，奧斯汀佛學社。

四八、九月於邁阿密，邁阿密佛學社。（英語演說）

前後十年，經兩代之努力，而今此願終得圓滿實現矣！

陳師講經，有「九不」原則：

一、不收紅包。

二、不化緣。

三、不募捐。

四、不受筵席。

五、不受禮拜。

六、不參觀。

七、不瀏覽名勝。

八、不拜訪名貴。

九、不收徒弟。

由此可見他老人家純粹為了弘揚佛法，以高齡之身軀，全球奔波八年之苦心摯誠。

陳師講經，雖越洋之遠程，亦不安排先後得以休息之時日。每次都是抵達次日，即開講，講完次日，即登回程，以免佔用施主之時間及精神，並且自然免去遊覽、參觀之招待。講經所需之幻燈及擴音設備，如當地缺乏，師即不辭艱苦，自備前往；並且不選易帶的小幻燈機，而是帶效果最好的鉅形講表幻燈機。此種為法「利他磨己」的精神，感人至深。陳師以中式長袍為禮服。每次講經，不論酷暑，必著長袍，其敬業之忱，亦可由此一窺。我隨侍多次，師皆清晨即起，將該日要講的大綱寫於黑板上，然後才

進早點。若是冬季出門，師還自備被蓋，惟恐施主家中被蓋不夠分配，凍了家小。其體貼他人之深心，於此自然流露。

陳師所講五經乃：《佛說無量壽經》、《佛說觀無量壽佛經》、《佛說阿彌陀經》、〈般若波羅蜜多心經〉及《楞嚴經》中之〈大勢至菩薩念佛圓通章〉。陳師融通淨土宗、禪宗及密宗以開示此五經之會通。他強調實修，提倡「消業往生」。所至之處，聞者披靡，都為他哲理的暢達、悲心的流露及苦行、實修、親證的風範所折服、感動，而起修、起行。

講經期間，師即閉關，不見訪客，只抽短時出門做超幽、放生、煙供等法務。有一次在香港，三船齊開，放了六萬尾魚。在台灣、馬來西亞及美國多處，也都曾放生。陳師一九七二年來美後，共放生了二十三萬七千四百四十命；在印度時，曾放生十餘萬命。其夫人曾放一萬命。每至一處講經，即往附近墳場修「三身頗瓦法」，超渡幽冥，廣結佛緣。我現在也是如法遵循。一九七二年至今，吾人已到過全世界八十五處墳場，一百四十七次。（有些墳場離住所近，則去的次數較多。）

師在台北講經時，曾倡建五輪塔，得佛友大眾響應，不久落成。曾有多人目睹此塔放彩光。立塔以來，歷年十餘次颱風轉向或減威，感應昭著。後又續倡建幽冥鐘樓於塔側，以減輕幽冥眾生之苦。此樓亦已建成，其上之幽冥鐘，曾有驅邪魔及令人聞之入定的感應。陳師之舍利寶塔，即遵遺囑安於此二者之間。

在一九八〇至八二年時，師已是七十六至七十八之高齡，但健康有力，一如五、六十歲之健者。因此越洋講經，不但無前後之休息日子，並且不顧時差，照常於當地子夜一時至三時，起身修其定課。更加上去台灣、菲律賓、馬來西亞等濕熱之處，特擇暑期以利益放暑假之一般青年學生，使得彼所承受，更為辛苦。如此積勞三年，終於在一九八三年由菲律賓及台灣講經回來後，額上顯出黑斑。我即侍師前往醫者求診。醫師說是濕熱侵體所致，要先使熱毒泄出體外，再以補藥調回元氣。師遵行其方，結果一月之間，元氣大失。師之身體從此大不如昔矣。師之行誼豈止為法忘軀，實是為法、為眾而捐命也。

現在我幸而能堅持其志，代圓大願。回顧上述陳師高風亮節之行誼，只有

兢兢業業自修及弘法，以期無辱吾師，不負其托。最後一次以英語演說，更與陳師蒙文佛咐囑及龍王跪請來美弘法之大業契合。謹以此文紀念陳師講經大願之圓成。願陳師建立「普賢王如來壇城」，以供志士閉關實修，導致世界永久和平之大願，早日達成。願陳師夫人健康安寧，家眷平和康樂。願法界眾生精勤佛道，早證菩提。

一九八九年九月八日

菩提種子

一九八九年九月初一至初三日，在美國佛羅里達州邁阿密市，應「邁阿密佛學社」之請，我以英語演講〈淨土五經會通〉。先師陳健民老居士曾發願講此題目四十八次，略答阿彌陀佛因地四十八弘願渡生之大恩。一九八七年十一月陳師示寂之前，已講四十五次。我繼承師志，續講三次。此次即為滿願之第四十八。初四日中午，佛友曾憲煒、博瑞斯及羅效平送我去飛機場；候機之時仍不斷討論佛法。

博瑞斯問：「由『空性』出發，如何與大悲連繫？」

我以此中精要回答如下：

空性可以「無我」與「緣起」來了解。無我，則證入法界同體；同體，則大悲油然而生。緣起，則明白眾生皆為種種條件所限制；彼之處境，也可能就是我的處境。因此「同病相憐，同舟共濟」，大悲便在此中。法界時空橫互無窮，萬法緣起交織波瀾。吾人著相而未能徹查因緣，豈可但憑一己所見，來品評他人？衡長論短之心一停，遠離顛倒妄想，立即回復天真。

緣起難明而遷變不休，雖小波也可渲染成巨浪。因此，時時刻刻雖小惡也不敢犯，以免增添他苦。並且時時刻刻存心要做利他的事，以便增進大家的安樂。

不評論他人，時時刻刻保有天真、利他的存心，這就是「菩提種子」。只要能把這種子保養下去，便會成就「菩提心」。

九月四日清晨，我體會這「菩提種子」的道理；再入睡，即深入定境。見自身轉成童子身，與一群兒童聯手成圈，在一室內唱歌同樂；並見一小冊，末頁畫一乳牛。接著室內有交響樂，我揮手作指揮狀。此乃回復童真，領到法乳，及獲得大眾共鳴之相；所以我相信這個心得會對大家有幫助，趕忙寫出來供養大眾。

一九八九年九月六日清晨

一路談「一」

「一」這個字有很多種意義和用法。在佛法的研討裡，需要注意分辨的有兩種。一種是指有別於其他的個體，一種是指無二無別的整體。基於個體的認定，宇宙可說是多彩多姿的組合。事物原本不自生分別，若能免於人類意識著相之分別作用，則宇宙本來無一無二之整體自然呈現。前一種「一」是分別取相之產物；後一種「一」是對不可說之整體勉強加以標記。佛法的修行是要從前一種「一」之籠罩下走出來，證入後一種「一」；而後，不離後一種「一」，卻能活用前一種「一」的觀念。

「一即一切，一切即一」。這是《華嚴經一乘十玄門》書中所標榜的。作者唐朝的智儼法師分別從一切是異體或同體來解說，而又加以「事相」及「理體」的分別來探討，十分複雜。「理體」的觀念是哲學探討的產物，並非不可或缺的，在此我們不去涉及。這樣一來，個體的「一」只指依常識分別的個體，並不涉及「絕對的獨立存在」的問題；至於整體的「一」，就等於通常所謂的「一切」了。從常識看來，「一即一切，一切即一」是錯誤的。智儼法師的說明，實際上只顯示了「一」與「一切」這兩個觀念的相依共存關係。依定義在邏輯上論證，「一即一切，一切即一」是行不通的。古德總是免不了要藉「理體」的觀念來做間接的認同，而「理體」的哲理又往往要賴讀者的「慧心」或「法眼」來了悟。這並不表示這對句子在佛理上不成立，只是這樣的解說頗難令一般人領會。現在我簡單說明如下，希望有助一般人的了解。我們所觀察到的事事物物，確是千差萬別，因此我們認定他們有個別的體性；但是事物本身並不具備「個體」或「自性」的觀念。這些觀念是我們意識的產物，由我們附加於事物之上的。當我們取消這些人為的區分時，一切事物隨時都是合為一個整體而呈現。以人為的區分眼光來看世界，難免偏頗及歪曲，所以叫「迷」。而迷的根本原因，在於「著相」。與「迷」相對的「覺」，則是免於人為意識的歪曲及束縛，直接體會一切的本來面貌。由迷到覺，則需練習「不著相」。「一即一切，一切即一」是「覺」的境界。覺了，並非不見桃紅柳綠的森羅萬象，只是證入森羅萬象自身本來無分彼此，也沒有能觀與所觀之對立。證入之時，自然流露出這種體會的話：「一即一切，一切即一！」

一般人就算瞭解了上述的道理，往往還是覺得離現實社會的生活太遠，因此缺乏追求「離迷達覺」的志趣。這是因為對迷與覺的利弊還看不清楚。人與人的隔閡，小則個人的孤立，大到集團的抗爭，基本上是由於人們著相，陷於對立觀念的牢籠及役使所致，也就是「迷」的表現。人們生理上的病態及狂亂的行為，也往往是由於固執、狹隘的偏見所導致。若能減少及減輕意識成見的控制，不但可減免這些弊病，還可使人恢復天真活潑的心態，增加世間和樂的氣氛，更可以由被觀念役使，轉為活用觀念。大科學家、大哲學家、大藝術家，往往都是有「赤子之心」的；科技及文明的進展，往往有賴觀念的突破及發明。這些都是「覺」的功效的佐證。

「如來說一合相，即非一合相，是名一合相」。這是《金剛經》裡強調的道理。此經中一再展示同類的句子，例如：「如來說世界，非世界，是名世界。」、「須菩提，眾生、眾生者，如來說非眾生，是名眾生。」，等等，共十八句。他們指出：觀念與實際經驗的關係，只是人為標記的結果，而非本來存在的。《金剛經》中先以「一合相」來勉強指稱實際經驗本身——一切本來無分際的真面目；接著更進一步明示：「一合相者，即是不可說」。

「萬法歸一；一歸何處？」禪宗行人有的參這個話頭。參話頭，重點不在明理，而在起疑。疑情打成一片，豁然斬斷意根，便是「浪子回頭，不行而到」，但見「山還是山，水還是水」。「一心不生，萬法無咎」。這是禪宗三祖僧璨所作〈信心銘〉裡的名句，在見上相當於密宗紅教的「本淨見」——本來清淨大圓滿。「萬法歸一」，似收實開；「一心不生」，似死實活。參！

「空性」、「佛性」、「真如」、「阿賴耶識」、「法界」，這些佛法理論上的基本觀念，分屬不同的理論系統，而有其差異。但做為導迷趨覺的工具，也有類似之處。在我看來，他們相同的功用是打破種種觀念的局限而圓融之。觀念之障，只有以觀念破之；這是順理成章的。然而，佛理不自限於這些基本觀念，更進一步明示究竟連這些觀念也要揚棄。這是佛法高妙的手法，充分顯示徹底解脫的風味。佛法的基本觀念都是指向「整體無二的一」；「整體無二的一」並非只是一個抽象的概念。實修的人，薰陶久了，往往有超出常情的體驗。這些體驗證實「整體的一」的真理。古德的傳記充滿證量的記載；在此則略述個人的一些體驗，供大家參考。

我曾在夢中或定中見到遠方，遠如台灣、香港的事情；這是一體而沒有空間的隔閡。我曾預見將來，甚至是多年後的事情，也曾覺察宿生的因緣；這是一體而沒有時間的隔閡。我曾在為亡者修法超渡時，見他們來領加持，而其中素昧平生者所現的徵兆，都得其親友證明與生前事蹟吻合；這是一體而沒有存亡、親疏的隔閡。我曾在自己體內見到他人病痛的相應位置，也曾自身上感覺他人病痛之所在，並且是順其病歷出現在相應的位置；這是一體而沒有異體的隔閡。這些體驗都不是有心求得的，而是修行久了，心中較為清明，自然感受的。

「一門深入」是實修者普遍提倡的修行準則。一來，個人時間、精力皆極有限，雜博則道力不易凝聚；二來，修證重質甚於重量，專精則易成熟。《楞嚴經》二十五圓通，門門皆是「一門深入」。一般在家學佛者或初修行人，宜以念誦為基本工夫。自己擇一聖號，或咒或經，終身持誦，結果不可思議。這是依據《楞嚴經》裡大勢至菩薩的教示：「都攝六根，淨念相繼，得三摩地」。《楞嚴經》中特別推薦的是觀音「反聞自性」的法門，但這要出離專修，在定功的基礎上，才能見效。我自創一個隨唱的修法，跟著歌曲，隨聽即唱。這並不是「背覺合塵」，而是修習純粹的聽音，以及不假思索的定上起用。有興趣者請參閱拙作〈隨唱中的修行〉及其英譯“The Practice of Singing Along”。

「一心不亂」，淺解是說專心定念，不夾散亂雜念，是「止觀」的境界；深解是說萬法一心，本來不亂，也就是證入無「能所對立」的整體的一，因比無「能亂」，也無「所亂」。更仔細分辨如下：

一、不見可欲，使其心不亂。喻如人不下水，雖可免淹死，終不能游水。

二、坐懷不亂。喻如下水能浮。此種再細分為二：

甲、制心一處，使其不亂。喻如水中枯木，浮而不活。

乙、心境一如，本來不亂。喻如水中活魚，自由自在。

就證量之極致而言，如水中活魚，才是究竟解脫，無住涅槃。就修行之踏實而論，應循序漸進，由「不見可欲」做起。但在見地上，要一眼看透全

盤，才不會自限於中途。於此亦可見佛法的修證，最後都是要回到「無學」、「無修」的。

「吾道一以貫之」。這是儒家的聖訓。事實上任何理論體系都必須是全體一致的。涉及實踐的理論體系，最好有「一元」的中心思想，免得實踐上遇到理念的衝突，而無所適從。宗教的實踐性使他的理論易於趨向一元化。因此，許多宗教都有一個中心思想，可以「一以貫之」。這種「一以貫之」的通性，只是理論形式上的相同，而非教義實質上的相同。試觀下列諸例，便知佛法不可與他教混為一談。印度教以「大我」解脫「小我」，似乎與佛教以「佛性」擴展「人性」相同。「大我」是印度教的極致，「佛性」雖是佛法的根本觀念，卻也只是一個過渡的筏子。人問：「狗子還有佛性也無？」趙州禪師乾脆回個「無！」。基督教以「耶穌的教訓」為真理，似乎與佛教以「佛陀的開示」為真理相同。「佛說法四十九年，未曾說得一字」。這樣的灑脫，卻是《聖經》中找不到的。道教所說「無名天地之始，有名萬物之母」，似乎與佛教的「性空緣起」相同。但是，在道家是「有無相生」，在佛法卻是「空有不二」。佛法比其他教義高明、巧妙、圓融，因為它是源自「不著相」而能「活用諸相」的智慧。

願一切讀者能明辨個別的「一」與整體的「一」，而不為形式上的「一以貫之」所惑；在實修上能「一門深入」，由淺及深地證入「一心不亂」，同享（寫到這裡，恰逢舊金山灣區七級大地震）「一即一切，一切即一」的風光。（地震後一個半小時，趁天光繼續寫完此句；同時電力恢復，大放光明。）

一九八九年十月十七日下午六時四十六分

於美國加州愛爾舍利多市寓所

內子琇瑩細閱初稿，然後提出多項問題及改進意見，使最後定稿較為簡明易讀，附此誌謝。

心氣合一的念佛妙法

一、前言

淨土宗的古德傳下一個「心氣合一」的念佛方法，就是一邊念佛，一邊注意呼吸；這樣很容易達到「一心念佛」的效果。密宗的修行，基於「心氣不二」的教授，也是由調心與調氣，而要達到「心氣合一」。但是密宗的修法，需要深入專修，才行，不是一般人做得到的。本文所介紹的方法，是基於淨土宗原有的方法，再加上簡化的密宗觀想，以供一般學佛者應用，而迅速地達到「自淨其意」的效果。這個修法包含了深呼吸，對健康也有益，堪稱為「一舉數得」的妙法。願念佛大眾輾轉相傳此法，普蒙法益。

二、本法

於空氣新鮮處，或坐或立。心中平緩綿綿默念「阿彌陀佛」。觀想全宇宙的空氣，皆蒙阿彌陀佛轉化為智慧及慈悲的白光。閉著嘴，以鼻緩緩吸氣入小腹。觀想此光入體後，遍佈全身。閉氣片刻。緩緩以鼻呼氣，同時觀自身所有病苦、業障、煩惱皆化為惡臭黑氣而出。此等黑氣在阿彌陀佛的光明裡，都被無限的佛力轉淨了。

重複上述之呼吸及觀想。想自身愈來愈充滿佛的光明，原有的業障、煩惱愈來愈少。修最後一次呼吸時，想全身清涼、暢快、光明，而業障、煩惱已完全除去。然後，合掌感謝阿彌陀佛的加被，並祈願眾生同享此恩。

初修可連續修十五分鐘。修久以後，可漸漸延長。

閉氣的時間，隨其自然增加，不可勉強。

談念佛

遇到一般不信佛，或是有點信心而還沒進一步實修一個法門的人，我總是喜歡談到「念佛」這件事，並且勸人試試看。我談的內容並不是引經據典，一板一眼的，只是心裡的一些老實話。我的對象多半沒讀過佛書，所以我就用一些譬喻來說明。現在我寫下來，也就像聊天一樣；希望沒有見面的人，也有機會讀到我的建議。

我自己本身當然是嚐到一點「念佛」的滋味，才會「推己及人」地介紹。所以，先簡單的報告一下個人念佛的經歷。

我在加州柏克萊大學的研究所攻讀邏輯時，有一次在友人家借到一部金庸先生作的武俠小說《天龍八部》。書裡有些含佛法哲理的話。我學邏輯的習性，使我想找佛經來查對小說裡的道理是不是真正的佛理。加州大學的東亞圖書館有許多佛書，我也不知從何下手。台北家中佛案上供有《金剛經》，令我覺得較親切，就由此經的各家註釋開始閱讀。接著有兩、三年，我讀了不少佛書，漸漸偏向喜歡研讀禪宗的公案。但是我慢慢發現，這樣讀來讀去，不是個可靠的辦法。一則，同一個公案，我以為懂了；過一陣子，又有新的見解；再過一陣子，又是另一個看法。我沒有辦法知道怎樣才是對的。再則，自己看書時，好像有很好的了解，但是現實生活中遇到了問題，又用不上，心中並沒有真正的安定與力量。「念佛」這個方法，與佛法高深的道理是吻合的。我既無法參透禪關，就下定決心「一分耕耘，一分收穫」，走「念佛」這條一步接一步向上的路。

我相當努力地念，盡量隨時隨地地念。正在念時，家中來了客人，也不管。這樣過了三個月，我自己覺得心理上和生理上都輕鬆了一些。我念佛的頭一年，平均一天念一萬聲「南無阿彌陀佛」。到了我念到四百萬時，我就有很好的機緣進修密法，並且漸漸有一些感應的經驗。我的社交活動就斷絕了。等到我完成博士學位的努力之後，我就完全投入學習和實修佛法。雖然我進修密法，我並沒有中止念佛。因為人生無常，我若不能達到「即身成就」，還是要靠阿彌陀佛接引往生。我現在每天功課是千聲佛號，已經念到六百三十七萬七千了。其餘的修法、法務，我也記得迴向往生這件事。

我想談一下我自己的一個感應故事。有的人以為「念佛」是迷信，或是自我麻醉。其實，只要找一些感應錄來讀，就可以知道佛、菩薩的事，雖非常人易得經驗的，卻是真實不虛。但是，有些人還是不相信這類書的記載，以為都是附會宣傳。所以我就談一下自身的經歷，作個見證。如果舉一個夢中的感應，人家可以批評說：「你們這些人，天天日有所思，當然夜有所夢，也都是佛、菩薩出現的機會。這是自然的結果，你們卻以為是一種感應。」所以我就舉一個清醒時的感應來說。西藏密宗白教的領袖，第十六代的大寶法王，現在已辭世了；當他五年前來舊金山時，我的上師陳老居士帶我和我的妻兒去參加他主持的黑冠典禮。這個典禮的起源是這樣的：第一代的大寶法王，名「三世智」（藏名：丟松親巴），成就勝樂金剛，當時有十萬個空行母圍繞歡呼，慶祝他成佛，並且每人獻一根頭髮，織成寶冠獻上。從此每一代的大寶法王頭上皆戴此冠。但這是有相當功夫的修行人，才看得見的，我們凡人是看不到的。後來第五代的大寶法王德新謝巴，接受明朝永樂皇帝的邀請，來南京教皇帝密法。永樂在一次法會中親見法王頭上之寶冠，他就令人仿造一頂黑冠，獻給法王，並請求法王恩准所有能見到此冠者，皆能領到與親見真正寶冠無異之加持。從此，歷代大寶法王都舉行此黑冠典禮，以加持信眾。陳師事先教我大寶法王的咒子，要我當場自己念，以配合法王之加持，可以領受更多。並且指示我們在法王戴起寶冠時，亦即第一代法王親臨之時，當起立致敬。法會開始，先有喇嘛誦經、奏樂。等到法王戴起寶冠時，我們就起立致敬。我本來是在默誦法王的咒；但是，就在法王戴起寶冠的同時，有一股極大的力量，充滿我全身，使我血液循環極速，並使我忘形地高聲喊出法王的咒子。全場有數千人，我並非不知禮節的人，但是這股力量不是我所曾經歷的，也非我能預期的，我的高聲大喊並非我自主的。法王右手扶著寶冠，左手數一串水晶念珠，口中念觀世音菩薩的〈六字咒〉。念完一圈，一百零八聲，他就把寶冠取下了。而我所感受的力量，也與寶冠的取下同時消失了。用佛法的術語來說，我的經驗叫做「得灌之相」，也就是說我是實際上得到加被了。當場只有我一人大喊。事後我只問過我的妻兒，他們並沒有同樣的領受。這並不是因為法王的加被有任何偏私，而是因為我當時已念佛四百多萬，所以比較易於領受法王的恩典。我希望以上的報告，可以幫助別人了解，佛法不只是一些道理，並且是有可經驗的真實內容的。

俗語說：「家家有本難念的經。」我們生活在世間，多多少少各有各的苦惱；大到全世界的人口膨脹、核能安全、環境污染等問題；小到個人的事

業、社交、家庭、健康上的種種問題，交織成一個苦網，把我們都套住了。個人切身的老、病、死，忽然就面臨了；老、病、死都是無人可代替的。我們平時忙於衣食名利，努力積蓄鑽營，並不能消災延壽；並且死時不但無用，反而可能因貪著的習慣，妨害我們臨終的神智清明。世間的事物佔去我們大好的精力、時光，惹來無數的煩惱，到最後還不放過我們。如果死了，就一了百了，那還只是苦一輩子；輪迴的例證，史不絕書，豈可不信？佛法教示我們，臨終的心念，對轉生何道有決定性的影響；我們應該猛省。我們應該尋求有智慧的生活；佛法可以指導我們個人的生活，也可以指導我們人類應走的途徑。簡言之，佛法的教示是「忘我利他」。詳確的探討，要深入經論，也不是本文的旨趣，所以我們點到為止。然而，要強調的是，不論是個人面對種種人生問題時內心的寧靜與力量，或是他人有難時我們可以給予有效的助力，或是消災延壽、逢凶化吉、遇難呈祥，都是可以經由佛法的修持而導致的。更可貴的是，佛法的終極目標是要使所有的有情都得到徹底的解脫。

有一類佛書專門記載往生的事蹟。這些人平常努力佛法的修持，往往可以預知自己辭世的時日。到時不但是預先交待好後事，從從容容地向大家告別——好像出門去旅行；並且往往現很多神異的現象——有的是見到佛、菩薩來接引，有的見到光明、聽到天樂、聞到異香，不一而足。比起我們一般人，不但不知何時得走，也沒有保證是「壽終正寢」。平時做菜，生魚活蝦，煎、煮、蒸、炸；自己若遭橫死，也不知是燒、溺、撞、壓；或者癆病、癌症，慢慢耗死；死後，還是要在六道裡轉生，不知何時才能脫離苦海。而他們往生的人，永遠不再受這些苦。兩相比較，怎不叫人羨慕！幸好佛法並不是他們的專利品。由於佛、菩薩的慈悲，只要我們肯虛心學，努力修，「生死自在」也會成為我們份內的事。要得生死的自在解脫，修持的法門有很多。佛、菩薩為了救渡種種不同程度和習性的眾生，教示了種種不同的修法。但是，我們應該選哪一種修法呢？對於我們一般不是專門修行的人，「念佛」這個方法是比較適合的。這並不只是我一個人的建議，歷代的高僧大德有很多都是這樣教示的。

從以上談的，我們知道佛理有真正的內容，修持可以得真正的好處。我常喜歡用學游泳來比喻「念佛」這件事。讀教人游水的書，不管讀了多少種，研究得多麼透徹，如果不下水實習，還是不會。但是，家住海邊的小孩，天天玩水，不必讀書，個個都自然會游了；還會潛水、在水中翻筋

斗，玩得好自在。當然，他如果要當一個游水的選手，讀些指導的書是很有趣的。但是，如果只是要會游，就不一定要靠書了。同樣的地，研讀佛書是很重要，但是，只思考道理而不實行，一遇到人生苦海的波浪，就沉下去了。開始念佛就像是下水去實習；雖然只是天天試一點，久而久之，就能浮起了。佛經有那麼多，又很深奧，不是我們一般人一下子就能深入了解的。並且，實際上，只研究而不修持，是很不可能真正得到了悟的。而另一方面，有了念佛的習慣和經驗，佛書就易懂了；並且，更重要的，佛法的好處可以直接嚐到了。

我們現代人對營養、衛生的常識都很豐富——吃甚麼樣的東西、吃多少、各種食品如何調配，都十分講究。但是一般而言，對精神的糧食卻不很小心。隨時隨地，電視、報章、雜誌裡各種廣告、街談巷議，都不知不覺地收入我們的視聽。仔細想來，我們可就像個精神的垃圾堆，裡頭雜亂得很；並且這些東西不但不能消除我們的煩惱，反而刺激我們的慾望，形成我們的偏見，使我們更緊張、更煩惱；真是何苦來哉！如果養成隨時隨地念佛的習慣，就等於不斷地在心靈上喝牛奶、喝清水，吃有益的東西。原來煩惱的心像是一杯泥水，經過佛號的清水一滴一滴不斷地灌注，先是泥水溢出，後來就成為純淨的，不但透明光潔，還可以給人喝呢！念佛的人，不但自己得好處，輾轉勸人念佛，為他人臨終助念、遇難代禱，使別人也得到好處，豈不就是一杯解渴的清水嗎？

佛號有淨化心靈的作用，這是因為佛力的加被。我們開始時不易體會這個道理，但是久修的人就可能察覺。這是像我們收聽廣播或收看電視；佛號就是電台的號碼，我們念佛就是把我們的心轉向佛台。但是，開始念佛的人往往心中還很雜亂，種種世間的事堆在心中，不肯放，所以嘴裡雖念佛，心中不誠懇、不專一；事實上沒有把心向著佛，所以佛的慈容就收看不到了。但是，只要我們不斷練習，使念佛的習慣勝過妄想的習氣，就會在念念佛號之中，感到佛力的加被。其實佛台是時時刻刻對眾生在播送加被，而我們所以不察，是因為我們沒有把心轉到佛號的頻道上。修行的人，有的可以在夢中見到佛、菩薩、極樂世界，有的可以在定中見到，並不必等到往生之後呢！

煩惱來的時候，想停都沒辦法，所以我們就茶不思、飯不想，甚至通宵失眠。就是你自己說，我不想這件事了，你還是被這件事綁著；更何況我們

煩惱的內容，千端萬緒。我們的背上，可真背著不少東西呢，都是在人生的路上一路撿來的；難怪歲月會把人壓駝了。「念佛」卻是一個解救的法子。世間的念頭是互相牽連的，不管哪一個，都會牽動全體，只是我們不一定能明察罷了。所以很小的事，可以惹人生很大的氣；新仇舊恨一起湧現，就爆發了。佛號卻是超脫的，不會牽來煩惱。我們練習念佛，天天找一固定的時間，好好地念一陣子；隨時隨地一有空，又念起來。這樣日子久了，我們原來抱著背上的包袱的兩手，就漸漸鬆了；忽然有一天，我們煩惱的包袱就掉了，因為我們的手已經被阿彌陀佛的手牽起了。

現在有許多人天天跑步，因為跑步對身體好。「念佛」就像是心靈的跑步，可以增進心靈的健康，使之成熟，增進智慧和耐力；你何不也養成這個心靈跑步的習慣呢？並且你可以一邊身體跑，一邊心靈跑，隨著佛號，一步一步地向前去。並且這種心靈的跑，是朝著精神的巔峰向上衝；每天念的佛號，都使我們在向上的路上又進昇了一程。而這樣訓練出來的精神力量，可以使我們在人生的波濤中得到安定，並且使我們有力幫助遇到苦難的他人。

我們中國人注重孝順父母；但是做子女的，如果自己沒有力量自立，不但談不上孝養，反而更拖累父母。人生有誰能保證一定不遭意外呢？念佛的人會得到佛力的加被，可以大事化小，小事化無；並且念佛的結果，心地純潔，不會惹事生非，只會努力公益，自然可以在社會上安立。再說對父母的孝養，並不只是物質供應上的溫飽，也不只是隨順他們的心意，博得他們的歡心；最要緊的，是在他們病時、臨終時，能使他們心中安定平和。這一點雖然不易做到，但也非無法可想。最好是平日就能勸化全家念佛；這樣隨時可以患者自念，加上家人助念，全家一心，在佛力的加被下，形成安祥的氣氛，使病苦、死苦減輕、消除，使亡者得以超生西方。就是父母、家人沒有念佛或其他的修持，我們自己平日努力念佛，迴向給他們，也會蒙慈悲的佛陀加被；到時我們的助念，也會真正的幫助他們。我認為真正的孝心，要考慮到病、死二時的真正幫助，而不是只是付醫藥費、喪葬費，把老人交給醫院、殯儀館，就了事。我當初想放下世事，專心來修行，也是考慮到這些。

念佛這個方法，又不花你的錢；並且心中維持一個佛號，清清明明的，豈不比胡思亂想、老是自己那一套，要省力些、要輕鬆些麼？我是念佛嚐到

甜頭的；我相信念佛對你一定是會有好處的。我相信你一定會試一下罷！

一九八六年七月二十七日閉關時作

補記

本文所述以持念「阿彌陀佛」聖號為主，但其道理並不限於此聖號。有心修習持念功夫的人，可以就個人習性，選擇其他聖號或佛咒，例如：「南無藥師佛」、「南無觀世音菩薩」、「南無地藏王菩薩」、「喻媽尼悲咪吽」，等等。主要是「一門深入」，以專持某一聖號或佛咒為主修，經常持念。其餘聖號或佛咒，則於早、晚課或偶而加念少數，即可。所有佛、菩薩之智悲皆本於「無我」、「同體」，而不可分，因此選擇任一尊皆可。

應黃雲華女居士之請，加入此補充說明。

一九九八年四月九日
養和齋 於加州

附錄

初聞〈五會念佛〉感應記

民國七十八年（一九八九年）十一月初，友人陳祥耀居士贈我〈五會念佛〉及林鈺堂居士〈勸念佛〉錄音帶各一捲。十一月六日上午十一時許，我在嘉義縣民雄鄉文隆村八十五號國立中正大學中國文學研究所辦公室內，請行政助理江仰婉小姐（東吳大學中文碩士）取錄音機試聽〈五會念佛〉約二、三分鐘，即換聽〈勸念佛〉。起初無聲無息（當時不知此捲前端有二、三分鐘空白），不久忽聞樂聲，繞屋縹緲，若有若無，諦聽久之頗覺與〈五會念佛〉樂曲神似，然當時〈五會念佛〉固已取出，不在錄音機中也。我疑其為窗外民間小廟所播音樂（此廟每日午後皆播放台灣流行歌曲），遂步向窗邊，而樂聲戛然而止，回歸書桌錄音機旁，則〈五會念佛〉之樂聲復作。江小姐時來往於窗戶、書桌之間，所聞與我全同，正詫異間，而〈勸念佛〉之演講錄音開始播出。我二人亦遂悟適才所聞者確為〈五會念佛〉無疑矣。感應如斯，歡喜讚歎之餘，敬為之記。時中華民國七十八年十二月十六日。

中華民國國家文學博士

中正大學中文研究所所長周鳳五謹記

閱《勸念佛》有感

原載《獅子吼》一九九一年一月十五日

劉欣如教授

大約從八年前起，除了深奧看不懂的佛經，只要是白話文的佛書，我一拿到手，會像口渴般地認真看完畢。當然，其中良莠不齊，有些甚至不算佛書，致使我初期對佛教的認識，有過相當時日停留在混沌懷疑階段，直到看完印順導師、星雲大師和聖嚴法師等三位高僧的若干本大作，才開始「登堂入室」，對佛教有了比較正確的了解。之後，我也看了幾冊日文的佛學專著，奈何我的資質駑鈍，興趣也不太濃厚，一直沒有什麼心得。不久前又我從加州少林寺借閱一本《勸念佛》，不論書名、封面和印刷紙張，都很不起眼，我卻忍不住看完兩遍，得到了意外的豐收。狂喜之餘，我覺得有義務寫些心得，也很誠懇地想推薦這本書給初學佛者，以及正要學佛的有緣人。

本書作者林鈺堂博士畢業於加州柏克萊大學，他的學問淵博，自然不在話下。本書是他的演講記錄，非常口語化，毫無摘章尋句的毛病，使讀者不會在文句上發生困難。他有幾點獨到精闢的看法，很吸引了我，這些是我在台灣不曾聽過或看到的。林博士師承陳健民居士，陳居士不僅佛學造詣深厚，又有過三十多年的閉關經驗，中、英文的佛書著作，卓然自成一派，在美國享有崇高的地位。

作者起初喜愛禪宗，覺得看禪書很有智慧、很聰明。他看了許多公案，雖然覺得頭頭是道，自以為領悟；隔了一段時期再看，卻有不同的解釋，每次都出現新的觀點。長久以來，始終得不到最後的結論。而且，對實際生活也沒有直接改善，苦惱和緊張依舊存在；於是，他才改走「念佛」的路。他念佛很勤，一天平均念一萬遍，十三個月裡，念了四百多萬遍。這時候，他發覺念佛起了許多作用。他說：「首先覺得肩膀輕鬆，生活上遇到一個情況，自己覺得和以前不一樣了，心裡很穩定、很踏實……。佛、菩薩的事情是千真萬確，只怕你不信。倘若只是為自己，應驗就很慢；若肯發心救人，不妨由我來做，就很快了。而且佛、菩薩會一步一步指導你，到什麼時候會遇到什麼樣的師父、修什麼樣的法，都會有巧妙的安

排。這是我自己的經驗，我講給你們聽，是要你們慢慢去試，自然會慢慢知道……」。

有關「念佛」的心得和受用，他講得很生動、又很精彩，而且有許多感應的經驗，恕我不在此贅述了。

美國無疑是基督教的天下，教堂到處林立，耶穌的影響也處處可見；許多佛教徒對耶穌既不是排斥，也不是崇拜，似乎存在一種微妙的感情。譬如，我有一位張姓朋友，也是虔誠佛教徒，當他收購一家旅館時，發現每個房間都掛有耶穌像，他逐一拆下來聚集一處，既不敢丟棄，也不想再掛，但始終不去動它。作者卻把耶穌看成觀音的化身，因為他的師父陳健民居士曾經夢見有人送他一盒禮物，說是觀音像，打開一看，卻是耶穌。另一位佛教大德張澄基教授，也一向不信耶穌是觀音化身，後來也得到類似的夢。作者自己學佛以後，也夢見過三次耶穌現身；所以，他相信耶穌是觀音的化身。另一件有趣的是，《聖經》不曾記載耶穌十二歲到三十歲出來傳教以前，中間十八年，究竟去了哪裡？十九世紀一位俄國人在印度發現若干記錄，講到耶穌在那段時日，來到印度學佛。關於這方面的書有好幾本，其中一本叫做“The Lost Years of Jesus”，作者是 Elizabeth Clare Prophet。而且，《聖經》裡有些比喻，也跟佛經裡的《百喻經》一樣。

佛教常常提到「輪迴」，這是最容易引起外國人起疑的問題，他們一聽到就問：「那是看不到的，誰會相信？」或者說：「你們為了便於弘法，才故意編造出來。」作者說，西方人開始學佛的最大困難，是不信輪迴，因為這跟他們的社會傳統思想完全衝突。於是，他列舉兩位非佛教徒學者寫的專書；一位是美國維吉尼亞大學史帝芬生教授（Professor Ian Stevenson）在作品裡，列舉二十個案件佐證輪迴的存在。另一位是英國劍橋大學的威爾遜博士（Dr. Martin Willson），也指出有些事情除了用輪迴來說明，簡直沒有其他方法。譬如印度有個小孩，出生不久會說話時，曾跟父母表示：「我原來是哪裡人，家庭怎樣……」，吵著要回去。父母在半信半疑下跟著去，小孩不但能叫出那裡每個人的名字，也能指出以前藏錢的地方。

作者林博士平時常去墳場念佛，或在夜晚施食給鬼，目的在結鬼緣。他也不以為信了佛，可以不再理會神明；他說對於山神、土地神也要尊敬，並非濫討好。我們可以請祂們當護法；因為我們在修行，可請祂們照顧鄰居

平安，方便我們順利修持，這樣也算跟鄰居結緣，祈求合境平安。早晚一柱香供祂們；只要心意到，祂們自然會知道，也會樂意來保護。不是信了佛、菩薩，其他鬼神都不管了。

目前，大家都很重視科學；有人以為用科學來說明佛法，會使人更相信佛法。作者說，科學是有系統的知識探討；若做有系統的事，就非用觀念、語言和文字不可。一有文字，就把主觀、客觀都放進去了。科學裡面任何東西，都先定下一個基本假設，一開始就有一個座標，也就是主、客觀的分別，都已經先假定好；而佛法要說的，卻是這個座標還沒定位以前的事情。這樣用科學，根本永遠講不通……。譬如，科學主張時空有限制；那麼，為什麼在台灣的人做什麼事，我們修行人在美國這邊會知道呢？此外，尚有無數奇異的事情，又怎樣解釋呢？佛、菩薩教的觀念很有用，若要打破時空的限制，就得照這個觀念去修，才可能發生這類感應的事，因為佛、菩薩教我們的是超越時空。

在美國，實在難得遇見佛教徒。毋寧說，幾乎都是天主教徒或基督教徒的天下。基本上，對我們弘法會碰到事實上的困難，甚至弘法者本身也會缺乏正確的觀念。關於這一點，作者提出一種可行的見解。那就是基本態度應該尊重他們，不該亂批評。比起來，做壞事或不做好事的人有那麼多；肯做好事，或肯信天的人，就已經很難得了。後者比前者有時還更容易轉變成佛教徒。事實上，很多人都是從天主教徒變成基督徒，再變成佛教徒。因為他們一旦有機會比較，慢慢會發覺佛法比他們的好，修的方法也比較透徹、比較究竟，他們就很容易轉過來學佛了。

在弘法的時候，常常會聽人說：「現在很忙，以後再來修。」我有一位張姓同學，事業做得很大，天天忙碌。有一次，他向我嘆氣：「到我老一點，也要找時間信佛，才有心靈寄託。」雖然，現在醫學很發達，人的壽命也能延長，但「無常」照樣存在，照樣是威脅。所謂：「黃泉路上無老少」，不是「無的放矢」。只要到墳場一巡，裡面也不乏年輕者的墓碑，他們當年何嘗理會「無常」的厲害呢？每人都應該警覺，「無常」不僅會發生在別人身上，也可能隨時輪到自己。不僅生命如此，其他萬物何嘗能夠永恆不變呢？有了這個認識，才不會什麼都抓住不放，自尋苦惱。

在修持的次序方面，作者引用陳健民居士的一套很實用的比喻：

以無常錢，買出離土，
築戒律牆，下菩提種，
灌大悲水，施定力肥，
開智慧花，結佛陀果。

誠如密勒日巴說：「無常是入佛法之門」。人若缺乏「無常」觀念時，很多佛法解釋不易明白。譬如正當人事、財務和各種煩惱糾纏在頭腦裡，「無常」觀念能使人暫時跳出局外，冷靜檢討一下。光知「無常」，也不見得會往佛法走，故要講究「出離」，離開閒雜事物，把精力和時間往佛法方面修行努力……。對世事看得開，貪欲也會減弱，就自然容易守佛戒，也會維持得住自己所發的「菩提心」。若要使這顆種子長大，心胸要開闊，往外界服務，跟佛法連結起來。有了這些基礎，才是習定的適當時機。心中除去世間的妄念，才能真正觀照佛理，逐漸開發佛的智慧，最後證入「佛果」。

這是修持多年的經驗談，也是本書最珍貴的開示。

此外，作者也編著有：《龍宮獻瓶感應記》、《沐恩錄》、《修途隨筆》、《陳老居士法界大定教授彙總》、《漢譯佛法精要原理實修之體系表》等書。

《勸念佛》第八版後記

林鈺堂

這本關於淨土修行的演講集，流通已經將近三十年，出過七版，並且有很多版都是印過數刷的。我通常建議初學佛者研讀此書及我的另一本弘法演講集《寶井清泉》，因為初學者需要了解及修習的佛法基礎知識都包羅在內了。

弟子疾呼有鑒於此書的重要性，發心將之重新排版成為近來較通行的橫排格式，並且重新校讀，然後請我決定如何訂正及改進。這樣一來，此書之流傳及接引初學之功效都得到助長。值此新版圓成之際，特為之記，以勵斯德！

我在校訂的過程中，也做了一些改進。兩重校訂的結果，使得此版的標點，比起原先，要好很多。此外，拙作〈談念佛〉曾屢屢印行小冊，流通甚廣，頗受大眾讚賞；這次新版，我就將之加入此書，希望能讓更多人因為讀到此篇而發心念佛。

二〇一九年七月十二日
養和齋 於加州

迴 向

- 一、願具德上師長住世，已辭世者早降誕。
- 二、願人類邪說暴行早日停止，佛法弘揚無礙。
- 三、願我及眾生精勤佛道，即生即身圓滿佛果，永無退轉。
- 四、願我及眾生慈悲增長，直至圓滿佛果，永無退轉。
- 五、願我及眾生智慧增長，直至圓滿佛果，永無退轉。

勸念佛

作者及出版：林鈺堂上師

贈閱通訊處：Dr. Yutang Lin 林鈺堂上師

br@yogichen.org

jihu14@gmail.com

© 2019 林鈺堂

陳健民祖師主頁：www.originalpurity.org

www.yogichen.org

林鈺堂上師主頁：www.yogilin.net

www.yogilin.org

二〇〇八年九月 七版二刷 敬印一千冊

二〇一九年七月 八版

承印者：

地 址：

電 話：

非賣品 Not for Sale

有版權（歡迎印贈流通，但請先徵得同意。）

歡迎助印



護法韋馱菩薩