卢军宏台长
《白话佛法》视频开示

第二册（第 31 集–第 59 集）

作者：卢军宏
出版发行：澳洲华人佛教协会出版社

《白话佛法》视频开示　第二册

主　　讲：　卢军宏台长
记录整理编辑：　东方台秘书处
校　　对：　澳洲华人佛教协会出版社
美 术 编 辑：　澳洲华人佛教协会出版社
策　　划：　澳洲华人佛教协会出版社
出　　版：　澳洲华人佛教协会出版社
地　　址：　Level 2, 54 Meagher St, Chippendale Sydney NSW 2008 Australia
电　　话：　(+61-2) 9283 2758
电　　邮：　oriental2or@hotmail.com
卢军宏台长的博客网址：
http://lujunhong2or.com
版　　次:　2021 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
国 际 刊 号 ISBN:　978-1-925798-77-7
印　　数:　10000 册

前　言

观世音菩萨，又称观音菩萨、观自在菩萨、光世音菩萨等，她大慈大悲，普救人间疾苦，具有无量的智慧和神通。观世音菩萨在无量劫前，久已成佛，号“正法明如来”，因度众生念切，救苦心殷，倒驾慈航，现菩萨身，与文殊菩萨、普贤菩萨、地藏菩萨一起，被称为四大菩萨。观世音菩萨不离西方寂光净土，又与阿弥陀佛、大势至菩萨一起，并称为“西方三圣”。同时她也化身千万亿，遍于十方无量佛国，普现色身，度脱众生。

观世音菩萨与娑婆世界的众生，因缘至深。她寻声救苦，有感即应，无愿不从，古今感应事迹，多不胜数，无法尽书，所以有“家家弥陀佛，户户观世音”这一称誉。千百年来，观世音菩萨化身无数。《妙法莲华经》里，佛说，应以何身得度者，观世音菩萨即现何身而为说法。在中国历史上，被誉为观世音菩萨化身的有东晋的刘萨诃、南朝齐梁时期的宝志公大和尚、唐代的僧伽大师等等。他们均不避异能，有神迹显现。

在二十一世纪的今天，也有一位被誉为践行观世音菩萨慈悲度众的大德，他就是澳洲悉尼东方电台的卢军宏台长。卢军宏台长具备法眼神通，能根据人们所提供的出生年份、生肖及性别，毫无空间与时间的阻隔，看其图腾的位置、形状、颜色，了知此人的前世今生，因果报应等。通过这一方式，让人明白因果报应如影随行，

诸恶莫作，众善奉行的道理，进而引导人信佛念经、修心修行，在改变自身命运的同时，改善这个社会，净化人类生存的空间，并为脱离六道苦海奠定坚实的基础。

“心灵法门”是观世音菩萨倒驾慈航传授给当下众生，适合当今众生根基的灵验法门，它属于大乘佛法。卢军宏台长通过广播电台、互联网络大力宣传心灵法门，三十年如一日，分文不收地救人，在卢台长的身上正深刻诠释着观世音菩萨无缘大慈、同体大悲的救命济世精神。

“心灵法门”倡导念经、许愿、放生这三大法宝，让人自度度人，自觉觉他，从而脱离疾病苦痛、化解矛盾障碍、提升智慧心性。因为其灵验之奇，见效之速，所以短短五年间，深入人心，在全世界就已拥有上千万的信众。

《卢军宏台长<白话佛法>视频开示》是东方台秘书处编辑的系列丛书之一，本书主要将卢军宏台长视频开示的白话佛法内容整理出版，便于佛友通过书籍文字来深入学习佛法精要，共沾法益，不断增长福德智慧，在一点一滴的修心修行中，积累往生净土和四圣道的资粮。

愿更多的有缘众生能够搭乘观世音菩萨的救度之船：**净化心灵、离苦得乐、超脱烦恼、消除孽障、超度有缘、还清冤债、广度众生、同登极乐、共攀四圣！**

2021 年 1 月

目 录

提起正念 远离欺骗（第三十一集）..... 1
观念 净念 无念（第三十二集）..... 8
行善若水 行愿若山（第三十三集）..... 15
自性不迷 众善奉行（第三十四集）..... 22
不入名相 若见性者（第三十五集）..... 28
中观中道 三解脱门（第三十六集）..... 37
空性究竟 般若亦然（第三十七集）..... 47
解脱是智 生光生慧（第三十八集）..... 56
证悟空性 照见五蕴（第三十九集）..... 64
远离忌妒 超越自我（第四十集）..... 75
心净智慧 远离罣碍（第四十一集）..... 82
三界唯心 万法唯识（第四十二集）..... 89
无相就是不著相（第四十三集）..... 98
听闻佛法 尊重供养（第四十四集）..... 108
四圣谛就是解脱谛（第四十五集）..... 114
观法无我 恒常不变（第四十六集）..... 124
若能布施心 智慧能行深（第四十七集）..... 134

执著是误 解脱是智（第四十八集）.....143
般若佛智 逾越缠缚（第四十九集）.....152
五蕴皆空 行深般若（第五十集）.....159
抛弃妄念 非想非非想（第五十一集）.....170
见、修、行是证悟的纲领（第五十二集）.....179
静定是观照（第五十三集）.....188
放下执著 寻找本性（第五十四集）.....200
汝心本性 观自在（第五十五集）.....207
知行合一是为道（第五十六集）.....215
恒常学佛是根（第五十七集）.....219
见道与修道的区别（第五十八集）.....230
不见本性 修法无益（第五十九集）.....241

结 语.....252
后记（结善缘）.....254
后 记.....255

提起正念 远离欺骗

——2020 年 4 月 1 日《白话佛法》开示第三十一集

你过分执著你所拥有的、你所做成的，一旦失去，你会变得非常脆弱；你过分执著做错的事情，“我怎么毛病到今天还没改好”，一旦你没有改好，就会增加自己的负能量，让自己的内心变得非常脆弱。希望大家能够无论顺境逆境，都要消业障，都要增福慧，都要学佛。你是光明之人，你的天就在你的心中，无论是社会上、人间、家庭的烦恼，还是别人对你的诽谤、别人对你的不好、忌妒，都犹如火烧天空一样，很快就烧掉了。

想在人间有缘分、有福分、有贵人，就要广结善缘；想要修心修道，修出六道，就要提起正念。什么叫正念？正念就是你的菩提心和慈悲心。所以要遵照佛陀的教义，尊重观世音菩萨的慈悲，在人间积福积德，在人间广结善缘，在人间救度众生，你才能一世修成，永断轮回。

一个人在人间，善根是最重要的，福德是修

心的根本，因缘和福德是连在一起的。你有福德，才会有善因缘；你有恶念、恶意，上辈子的，那就是恶因缘。我们若要到西方极乐世界，要修出六道，《阿弥陀经》中说“不可以少善根福德因缘”，我们要有善根，才会有福德因缘，在人间先要变成一个有福气的人。这么多弟子现在闻到了佛法，每个人都在修心念经，你们是有福之人。有福之人就会少病痛、少烦恼，加上观世音菩萨的慈悲护佑，你才能修成——人成即佛成。大家记住了，福缘怎么来的？佛缘怎么来的？都是缘分。愿力越强，你的善缘自然具足。人能守戒，身心安定，无有恐怖，那是因为因戒得定，因定开慧，才能心包太虚。

跟大家说一个佛法故事，可以从中得到很多“人成即佛成”的佛法启示。从前在伽尸国的波罗奈城，有一位弗卢醯婆罗门（婆罗门就是贵族），他的门下有五百名弟子，是位人人敬重的国师。有一天，弗卢醯家中有位佣人生了一个儿子，名叫迦罗呵。迦罗呵从小天资聪颖，记忆力特别好，凡是听过的话，他全部记得住。他在国师家中担任那些贵族孩子们的仆人。年复一年，

日复一日，直到有一次，这个小孩跟家里其他贵族的小孩起了冲突，一时负气，就逃离了波罗奈，远走他国。

到了邻国的迦罗呵，他想：“怎么办，自己是什么身份呢？”他于是谎称自己是耶若达多——弗卢醯婆罗门的儿子，离乡背井，特地来向国师学习婆罗门法。邻国国师深受感动，他想“这么高贵的一个贵族的儿子来跟我学”，当场就答应了他的要求。没想到，聪明伶俐的迦罗呵在波罗奈时曾经听过婆罗门法，现在又接受国师的教导，他当然都懂，表现非常优异。成绩好，孩子又懂事情，非常聪明，国师十分欢喜，不但指派他教授自己的五百名弟子，还把唯一的女儿许配给他。从此以后，迦罗呵的生活渐渐地丰衣足食、丰足安乐。但是身在福中的迦罗呵不但不知足，还常常嫌弃妻子做的饭菜不合他的口味。心地善良的妻子一点儿也没有抱怨，甚至愿意学习他原来的国家波罗奈的饮食，以讨得丈夫的欢心。

后来弗卢醯得知他的仆人迦罗呵的下落，就准备出国把他捉回来。这一天，恰巧迦罗呵与门徒外游，他远远地看见了弗卢醯一行人迎面走

来，“哎呀，这还了得”，慌忙不已，急着打发随行的门徒：“你们大家赶快离开，赶快离开。”之后他自己马上走到弗卢醯面前顶礼跪拜，苦苦地哀求说：“我来到这里，谎称您是我的父亲，我才能投靠这个国家的国师学习经典，娶了他的女儿。请您不要张扬我的秘密，我以后一定会侍奉您老人家的。”弗卢醯是一个有道之人，他认为迦罗呵有心悔改，就不再追究，还安慰他说：“你确实是我的儿子啊！”并且跟着迦罗呵一起回家。一进家门，迦罗呵告诉家人说自己的亲人来探望大家了。迦罗呵的妻子喜出望外，准备了各种佳肴招待弗卢醯。

用餐完毕，当迦罗呵不在的时候，迦罗呵的妻子等到适当的时机，私下请教弗卢醯说：“我照料三餐，侍奉丈夫，可是他都不满意，希望您老指点，耶若达多以前在家里到底喜欢吃哪些菜，我愿意学习，为他制作。”弗卢醯见迦罗呵的妻子一片真诚，却苦于迦罗呵这么挑剔——一个佣人怎么可以这样对别人，他非常生气，就对迦罗呵的妻子说：“我教你一个方法，如果他再嫌弃饭菜难吃，你就在他身旁小声地念这首偈

子，你听好了，‘无亲游他方，欺诳天下人，粗食是常食，细食复何嫌’。”这几句话很简单：一个没有亲人的孩子游到他方（他国），欺骗了天下人，说自己是谁的孩子、是贵族，你吃的粗粮也是食物，细食又怎样？细食和粗食有何不同？都是给你吃的粮食。

送走弗卢醯之后，迦罗呵故态复萌，冲妻子说：“我不要吃，这菜不好……”吃饭的时候还是挑剔、生气。妻子没有办法，就照着弗卢醯的方法，不慌不忙地诵出这段偈子。偈子一诵出，迦罗呵明白妻子已经知道他的来历，满脸怒气，但不敢多言，因为怕妻子揭发他的身份。从此以后迦罗呵低声下气地百般随顺着妻子，再也不敢发怒和嫌弃。这个故事是摘自《法苑珠林》里的。

这个故事就是告诉大家，以欺骗的方式求得自己个人前程的富贵，结果谎言被揭穿，终生受到妄语的牵制。有一个新闻，一个人是杀人犯，他出家了，隐瞒自己的身份，一直做到住持，最后还是没能逃脱法网，被抓起来了。这几十年，他就是被欺骗和妄语牵制着自己的心，不得自在。

为什么我们要学观世音菩萨？观世音菩萨自在吗？自在，大自在。我们做人为什么要撒谎欺骗别人，而害自己永远被谎言所牵制呢？相反地，迦罗呵的妻子，她没有计较丈夫的无理对待，愿意学习、改变、改进。前者迦罗呵，以自我为中心，“我”要达到某个目的，欺瞒造业，不知反省检讨自己，还对妻子这样百般挑剔；后者迦罗呵的妻子，从改变自己、对人态度真诚开始。表面上看，谎称贵族出身的迦罗呵好像每一件事情都得逞了，最后弗卢醯原谅他，认他是自己的孩子，还有国师的器重和妻子的顺从，事实上，他背后付出的代价就是永远地无法自在做主，没有自在的心，因为他是假的。

菩萨为什么让我们学佛修心要真心对人？我们讲出来的是真话，我们对得起天，对得起地。你隐瞒了自己内心的那些肮脏的妄语、欺骗、忌妒等不好的东西，你一辈子会成为内心谎言的制造者，而且是瞋心和妄语的奴隶。师父为什么让你们学佛要真诚？学佛人就是要跟别人不一样，学佛人就是要懂得怎样来改变自己。无论逆境顺境，我们心一定要安定，实事求是地做人做事。

人生就是一个过程，等我们走完了这个过程，我们能够修成的就在天上见，不能修成的可能还在人间，再修得不好的可能会下去做鬼、做畜生。希望大家在人间这块调试你未来是净土、是佛、是魔的念头的世界中，也就是在虚幻的世界中，找寻到最好的归宿，找寻到攀登四圣高峰的境界。

观念 净念 无念

——2020 年 4 月 4 日《白话佛法》开示第三十二集

今天继续跟大家讲《白话佛法》。

学佛人最重要的就是要学会放下。很多时候表面上看起来，我们身体放下了，但是心灵还没有放下，罣碍很多，因为心灵没有离开人世间的红尘和五欲六尘。要变得心中无染、变得寂静，就要有光明心。明白了这一点，就明白了有为而无不为，这样就进入了空寂和妙察智，就等于让人间的一些警觉、感觉、专注、体会、放松，让自己生活中的行、住、坐、卧，都融入觉性的光明之中。让自己的一生都融入觉性的光明，你就离苦得乐了。

在这里，师父跟大家稍作解释。“有为而无不为”就是告诉我们，无论做什么事情，做了好事，学佛了，不要去纠结在“我学佛了、我做了好事”中，做了就像没有做过一样，那么心中对自己所做的事情就会慢慢放下。举个简单例子，

你对别人好过了，没有必要把它记在心中，因为别人会感恩你。把曾经对别人的好处记在心中，就会等着别人回报；如果等不到回报，你的心就会非常痛苦。所以不要去专注它，很多时候要放松，每天做什么事情，都要融入觉性的光明，认为“这个事情，我们应该做的”。本觉就是觉悟的光明心，比方说，有觉悟的人为别人做点好事，“那是应该的，帮助别人说明我们还有能力”，这就是觉性，而不是说帮了别人，就要等到别人的回报；整天等着回报，就不能离苦得乐。所以要经常观照自己的念，就是“观念”。人间经常讲，“观念好不好、观念对不对”，这就是关注自己的念头，然后产生的正念就是你为人处世的正确的观念。

修行人和一般凡夫的不同之处在于心念不一样。学佛人总是为别人，总是想着怎样救度众生，怎样做好事不留名，怎样慈悲众生，无缘大慈、同体大悲，而不是做了一点好事整天生怕别人不知道，喜欢自吹。实际上，这就是你的明觉和明察。自己做点好事马上就觉悟，“我应该的”；心里很明白，做一点好事马上就察觉到“我不能

有骄傲心，我本来就应该为别人做的”，叫明觉明察。经常有明察明觉的人，正念现前，就会努力地观照自己。观照自己就是经常关注自己的行为，改正自己内在与外在的观念。内在的观念是什么？就是心里想的，别人不知道的，内在的“观”——看到而产生的念头。比方说心里想：“我凭什么对他好？”有观吗？产生的念头“我没必要”，那就叫内在的观念。外在的观念呢？看到这个人很可怜，很想帮助他。外在的观念和内在的观念，都要修正，都要正确。

凡夫不管自己的心，并且管不住自己的心。外面一看，应该帮助这个人的，但是心里想“我自己还没帮助好自己呢”，意念由内在的观念取代了外在的观念，那么这个好事就没去做了。所以要懂得，我们不能随着世俗红尘中的观念而随波逐流，就像海面上的浪花一样沉浮，实际上都在你的内心。佛菩萨让我们的心念要注意几个关键重点，记住怎样修正自己的心：要常问自己有否贪心？做错了多少？今天做了多少不该做的事情？恨过多少不该恨的人？心散乱吗？今天有没有宽大的胸怀？今天心是不是精进了？今

天有多少次因为杂念影响正思维，而你用自己内心的观念来解决它，解脱了自己不正的观念？所以菩萨让我们常观自己的内心。

修行人一有念头就要观照这个念头，因为每个人念头随时都会出来。心中出现了贪瞋痴、散乱狭小的心念，然后不安稳了、不解脱了，分辨意识也开始糊涂——分辨不出什么是善，什么是恶。一个人如果平时良心还不错，但是一有分辨意识的自私、狭隘、散乱或者贪瞋痴，马上就分辨不出这件事情是善的还是恶的。明明应该做好事，众善奉行，你说“我现在修自己，我自己还没修好，怎么帮助别人？”马上就消除了自己的善念，控制不住自己的恶念，慢慢时间长了，就会恶念随身。所以我们要把不干净的念头去除，转成净念——干净的念头。我们要制止任何不善的心识——心里的意识。在马路上看见一个年纪很大的人在那里要饭，或者要一点点分币、钢镚儿，如果是一个善良的人会想“哎呀，真可怜”，不就是做了一件善事吗？但是有的人意念控制不住，心里不善的意识产生了：“这个人肯定是不好好工作，要么喝酒，要么吸毒，所以才造成

他今天这个样子。我给他干吗？我给他，说不定他要来这点钱又去做坏事了。”心识产生了变化，所以善良的行为随之而灭。

平时的一止一观就是修行。一个行为，一个观念，看到一件事情，就是在修行。往好的地方想，你就是善人；往不好的地方想，你就是恶人。所以要净化心灵，就是净化自己内心的灵魂，自己的思维、心识。人有时候在一念、一识、一瞬间，脑子里千变万化，刚刚想去做一件好事，“不要不要，多一件事情不如少一件事情，万一别人诬蔑我怎么办？”这种意念在瞬间可以产生千千万万的杂念，杂念横飞，千变万化，你就失去了对事物正常的态度、观念，所以叫“失去常态”。一个人平时不吵的，为什么到吵架的时候就会发脾气骂人？因为他失去了常态。什么叫常态？正常的心态。所以很多人没有正常的心态，就会杂念横飞。起心动念在三千大千世界中起起灭灭，一会儿一个好的念头，一会儿又灭掉了；一会儿一个杂念，一会儿又灭掉了……不停地在生灭中。佛法为什么说我们人的意念一念善就是佛，一念恶就是魔？它就是不停地在生灭中，所以起

心动念无止无尽。如果你跟一个人交朋友，他在发呆，你说“你在想什么？”只要对方跟你说“我没想什么”，他就在说谎，因为人的念头在无数的生灭中变幻非凡。

佛陀早就告诉我们，人的意念生灭变幻非凡，我们要以心制动，就是说你的意念、杂念从内心生出，那么也是要用你的心来制止这个念头。举个简单例子，你在家里刚刚想吵架，但是你一想：“不能吵，现在不能吵，现在吵架，我不像个学佛人了。过去可以吵，因为我没学佛，境界不高；现在学佛了，不能吵架了，我要尊重别人。”你一个恶念“吵架”，是不是你的心生出来的？那么你“不能吵架”的心，是不是也是内心生出来的？用内心的正能量来压制内心所生出的那些负能量，是不是以心来制你的“动”？所以任何事情要心静，会治染。心静治染就是心要静下来，心要干净，你的染著就会少。不贪的人，他的心很安静、很干净，他哪来的染著？别人说外面好得不得了，“我没关系”；这个东西好，大家都去买，“没关系，我够了，我就这样了”，这样的人就是无染，所以入污泥而不染就是这个

道理。

很多人不停地在人间贪、瞋、痴。中国传统文化说“命里有时终须有，命里无时莫强求”，有些人虽然没学佛，但是他知道“我今天有了，该我的一定是我的；不该我的，强求得来的，最后也会失去”。所以不要去强求那些不属于自己的东西。不属于自己的东西就不是你的东西，要学会适时地放弃。很多东西要学会放弃，放弃是一种智慧，不贪是一种智慧。

有时候当我们殚精竭虑时，会得到曾经想要得到而又没有得到的东西。你动足脑筋：我一定要得到它，我一定喜欢……；我就喜欢这幢房子、这辆汽车，或者人间任何一个物质或者人……没得到的东西，你想得到；放弃了、不要了，反而会得到；拼命想去得到它，最后失去了。这就是这个世界该是你的就是你的，所以我们要学会放弃，那是一种智慧。

行善若水 行愿若山

——2020 年 4 月 4 日《白话佛法》开示第三十三集

想一想，我们从小到现在放弃过多少东西？放弃了，我们轻松了；不要了，我们心里安定了；还想着，我们就放不下。能够适时地放下，这种智慧会让你更加清醒地审视自身内在的潜力。放下之后，你的内心会有力量，能够对待外界的因素。举个简单例子，大家都在争这个职位，你说“我没关系，我不争”，当你不争的时候，你有一种力量，因为你不跟别人争，你不会难过、不会恐惧、不会感觉到别人在给你制造更多的障碍，或者别人在忌妒你。这样，你就放下了；放下之后就随缘了，心无罣碍，对待外环境的因素，也能够非常自然地得到心里的平安，有时候会让你疲惫的身心得到瞬间的调整，成为一个快乐明智的人。很多人离开了烦恼，就变明智了；有些人在烦恼中出不来，永远就是不明智的。

我们有时候盲目地坚持，不能理智地放弃，

明明应该放弃的东西，我们不理智，不能放弃它，天天苦恼、难受。苦苦地挽留昔日的人和事情，那是一个傻人。过去的人走了，就没了；过去曾经是你拥有的物品，过了，不是你的了。一切都会过去的，就像今天如果有一辆汽车，你作为二手车把它卖了，当你在马路上看见别人开着这辆车的时候，你还会去留恋它，“这是我的车啊”？卖了就卖了，没了就没了，这个世界就是这样。如果久久地为自己曾经拥有的美好时光和人事物伤感，那是一个蠢人，愚痴就是这么来的。整天还在你们面前说“我过去怎么好，我过去怎么好”，还放不下的人，讲了之后还要掉眼泪、还不舍得，实际上就是舍不得放弃的人。舍不得放弃的人，增加的只有伤感，往往会失去更多珍贵的现在。所以，随缘就是给自己一个最好的机会。今天无所谓，随缘了，就有机会了。学会放弃，那是一种智慧；学会放弃，才可以获得更多的成功。

很多人做人急功近利，追求人间的名闻利养，“这个名我要，这个利益我要”，慢慢地就会被社会变成非常浮躁、非常贪婪，会让人变得更

加自私，会慢慢地变得自己都不认识自己——“我怎么会这么贪的？”

上善若水，善良就是高尚的，无限的慈悲会产生出无限的能量，善良就是会让你产生无限的能量。所以去帮助别人的人，对整个社会、对自己的良心、对别人都会产生一种希望。上善若水，最大的善能就会在自己的内心启发出来。大自然里最顽强、最智慧的存在是什么？就是水。人家说“快刀斩水水照流”“我能够以温柔的清水擦洗你忧伤的心灵”“我能够以纯洁的甘露浇灌你痛苦的悲伤”，观世音菩萨手中的净水瓶给我们一洒，消除我们千愁万苦，让我们解脱烦恼，让我们学会离苦得乐。一个人最好的状态应该像水一样随缘。你看水，把它放在哪里，它就在哪里，随缘。

这个社会很多东西很难改变，但是我们可以改变自己，去适应这个社会，但我们自己内心的正能量又不会被社会磨平。我们对人间这些五欲六尘的态度，因为我们心中有一杆秤，知道什么是善，什么是恶，所以能用包容去理解别人，并不是纵容别人去做坏事。我们不强求谁都要理解

我们，因为我们自己最清楚我们在做什么。我们有理智、有菩萨的智慧，所以喜怒哀乐就不会困于自己心中，在人间的社会里，大起大落，波澜不惊。师父告诉你们，智慧源于生活，又高于生活；佛法源于众生，又高于众生。希望大家好好地学佛，能够懂得，在这个社会上，种如是因，得如是果。你种什么因，一定会得到什么果。很多人问师父：“人间很多的名利是种了什么因？”师父简单地跟你们讲，种财布施的因，得财富的果。举个简单例子，你对别人好，人家是不是会帮助你？曾经在别人很艰苦的情况下，财布施，去帮助了他，等到他好了，他第一个就想到你。这些在社会中的很多故事里屡见不鲜。你如果种法布施的因，去帮助别人，去救度众生，得聪明智慧的果。很多人问：“你为什么会这么聪明？你为什么会这么有智慧？”因为法布施。你们想想看，当你去法布施帮助别人的时候，智慧的果是不是就生出来了？一个人能够帮助别人，他会没有智慧？没有智慧，他怎么帮助别人？那么他的智慧怎么来的？就是不停地去帮助这个、帮助那个，在帮助别人中得到更多的体会，让自己受

益，产生出很多智慧去帮助更多的人。种无畏布施的因，得健康长寿的果。有很多义工整天喜欢帮助别人，做饭、买东西、洗菜，帮人家跑来跑去，这种因种下去，他就长寿。做什么事情，他开心，他健康。念佛是因，你们种下了念佛的因——念经、念佛，那么成佛就是你们的果。所以想成佛，那就种佛因，这就是种什么因，得什么果。这就是学佛人的真谛。

我们学佛做人，要用平常心去生活：“无所谓的，这个都是很正常的”；这个人不开心，“没关系，我们对他好一点”；这个人有什么想法，“没关系，我们能够随缘”。用惭愧心去待人：“我很惭愧，没有帮到他。我做得还很不够，他对我这么好，我没有什么回报他”，对别人好，别人一定很喜欢你，用惭愧心去做人。用菩提心来处世：在这个世界上，为什么别人喜欢你？因为你有菩提心。只想到别人，很少想到自己，只想到要帮助别人、怎样让别人解脱苦难，这种人就是有菩提心，所以在世界上处世为人，别人怎么会不爱呢？

每天看到众生的过失、是非和缺点——有些

人就是盯住别人的缺点，说这个人很讨厌，那个人很小气，那个人根本没修好……每天想到的就是别人的过失和是非，那你必须马上忏悔，因为你已经走偏了，你的修行不够。当你心里拥有着别人的烦恼、过失、是非、忌妒别人的时候，实际上你已经在帮别人背了，因为在你的内心深处，实际上已经拥有了这些忌妒、是非及肮脏的理念。所以，不把别人往不好的地方看，就说明你干净。如果你今天活着只想到别人的优点，只想到去帮助别人，你怎么可能再去讨厌和怀疑别人呢？这就是一念魔，一念佛。

人身体上有三种毛病，佛菩萨就是大医王，帮助我们，解决我们心灵的烦恼，救治我们的心病。身体的病，很多都是心病。很多重要的病，生死大病，都是由心而起的。心里想得开的人，就不容易得癌症；心里放得下的人，就不容易内伤。因为前世的关系，有时候宿业的病很难治。比方说，你前世曾经害过别人，你这辈子就会不停地碰到车祸、灾难、传染病，还有很多从小就带有的遗传病，这些病实际上就是宿业所为。所以为什么叫你们赶紧念礼佛大忏悔文？天天念，

天天忏悔，时时刻刻念，时时刻刻在忏悔，就会让你大业变小，小业变无，灾难就会慢慢地消除。还有一点很重要，一个人想去除宿业的病，不让自己现在就得到报应，必须普发大慈悲心。

自性不迷 众善奉行

——2020 年 4 月 4 日《白话佛法》开示第三十四集

观世音菩萨每天给我们做榜样，希望我们明白拥有大慈悲的心。在这个世界上，不但现在要普发大悲心、大愿心，而且还要超度宿世的冤结。不管什么事情，不想超度也要学会超度，也要学会感恩，因为他们让我们知道，一个人的业不是今世就能消掉的，他们让我们知道，我们今生不能再去造业，因为前世宿业还没还清。任何事情，都要学会有一种感恩心。

人还有一种病，就是内伤。我们的感情很容易受到伤害，因为别人的不理解，因为自己对别人的不理解，都会伤害自己。很多疾病、忌妒、瞋恨、贪爱、愚痴都会造成我们内伤。长期忌妒的人，心就变得越来越痛苦；经常瞋恨别人，眼睛就会变得越来越干燥，就会肝肠寸断。这一切跟你的身都有关系。菩萨告诉我们，一个人要想去除身体上的内伤，最好就是诸恶莫作。师父告诉大家，不但诸恶莫作，还要诸恶莫想，然后众

善奉行。身体上有一些病，可以吃些药；但是内伤的病，就是要学会诸恶莫想，众善奉行。

人还有一种病，是外感。受到外面的风寒、湿患、暑——就是冷病、热病，还有风、寒冷。这些病就是外面对你的影响。其实这些病都可以对付，因为冷了，多穿点衣服，热了，少穿一点，注意自己保温——保持一定的温度。但是最难的就是因为外面的感悟，为外面所说的话、外面给你带来的那些伤心的事情，让你免疫力降低。因为你的瞋怒，因为你接受了那些不好的色情的东西，吃喝嫖赌，学得有邪念了，你的免疫力就开始下降，你的思维就开始不正，你的眼睛就不敢看人，好好的一个孩子就会变得颓废。这就是外感。

像这些病应该怎样来对治？首先管好自己的六根，控制好对应的六尘，慢慢地学会吃素、念经、许愿、放生。《黄帝内经》讲，任何一个人生病了，要杜绝邪淫之事。要生大病了，或者已经生病了，绝对不能去碰邪淫之事，还要戒杀生。一定要守戒，因为不碰就是在种善根。很多人不懂，以为守戒了，没吃荤的了，没有什么得，

也没有什么失。其实你失去的是什么？失去了跟别人结恶缘的机会。你得到了什么？得到了结善缘的功德。所以在自己的八识田中种下了善根。我们要懂得，念佛去作恶就会造大业。如果你今天已经念佛了，还去作恶，你就造了大业。要避开灾祸，消除业障，这是最重要的。

人在心情不好的时候，总是想跟别人聊一聊。学佛的人念念经，跟佛友聊一聊，或者看一些喜剧来调节一下自己的内心，转换一下自己的情绪。还有的人，希望跟一些正能量的人多多沟通，调节自己的情绪，去除自己内心的悲伤。心理学上也讲，人在内心中根植了一些法喜。比方说，想到未来一些帮助别人的事，想到曾经别人帮助你的事情，你笑一笑，面部肌肉的神经就会向你的大脑传递那种脑电波——那些快乐的信息，让你的心情会有特别好的感觉。所以学佛人就是这样，帮助别人的时候，会忘记自己的烦恼，会从别人身上得到法喜。别人对你的尊敬，会造成你大脑神经的兴奋。当你能够帮助别人，别人感恩你的时候，你非常容易受到他感恩的传染和影响，让自己变得非常幸福。所以能够经常去帮

助别人的人，内心非常幸福。弥勒佛帮助了别人，让别人法喜充满。观世音菩萨的慈悲，伟大的佛陀佛法的传承，戒律，把它融合在一起，就成为了我们内心深层次的一种正能量。

师父希望你们好好地学佛修心，来改变自我，改变自己内心的愚痴。希望大家好好努力。我们学佛要用心，要远离颠倒梦想，实实在在地活在当下，放下自己过多的贪、瞋、痴、慢、疑，这样才能像花朵一样，在自己内心生出莲花般的正能量，去除负能量，才能走出低谷，迎来美好的明天。

下面跟大家讲一个故事。佛陀有一次回故乡迦毗罗卫城游化，度化众生，暂时住在城南的尼拘律树园中。佛陀的堂弟摩诃男居士在这一天来礼见佛陀，他对佛陀说：“世尊，现在我们迦毗罗卫城这个地方，物产丰富，人口众多而繁华，我每天在这里进进出出，身旁常有狂奔的象、马，还有横冲直撞的人、车擦身而过。我常在想，不知哪一天，就会被这些狂奔的动物或者车撞死，而死前又仓惶地忘失了念佛陀、念正法、念僧伽，所以我担心，像这样的死法，不知道下一辈子会

沦落到哪一道？会出生到什么地方？”佛陀就跟他讲：“摩诃男，你不必害怕，你死后会出生到好的地方，不会沦落到三恶道去，也不会有不好的报应。这就像一棵大树，如果幼苗的时候就倾向东方生长，继续长大的时候，还是一直朝着东方倾斜地生长，如果有人一斧子砍断了这棵树，你觉得它会朝哪个方向倒下呢？”“世尊，那当然是朝东方倒下了。”“摩诃男，你也一样。就像有人将装满酥油的瓶子丢进深水池里，瓶子当然会沉入水底，但那瓶中的酥油终究会浮出水面一样。摩诃男，你长久以来，念佛陀、念正法、念僧伽，死后即使身体被火化了，或者被弃之于坟场，任由乌鸦、鹰鹫、野狗、土狼啃食，风吹、日晒、雨淋，久而久之，你的身体可能就化为灰尘了，但心灵因为经过长期的熏陶建立起坚固的信仰、戒行、闻思、布施、智慧，会引领你的心识升华，向于安乐美好之处飞去。”

对于结果不要执著，才能真正领悟到佛法的真谛。佛陀就是告诉我们，那就是一个现象。我们要明白，宇宙是一个整体，是非常丰富的，蕴含着无量的生机。人的肉身终究会坏，但是心灵

的境界不会坏。我们从小做好人、做好事，最后一定到好的地方去。就像一棵树一样，从小往东面长，即使倒下了也是往东面倒。我们修行就是要严格地把自己的菩提心修出来，就是要把自己第九意识阿摩罗识的佛性找到，契合于八识田中的各个心念，这样才能与佛合一，才能拥有菩萨的智慧，永远不离开菩萨的佛道。

希望大家从这个故事中明白，我们只要用心，只要好好地努力，一定会有超脱的一天。佛不远人，而人远佛：佛没有离开我们，只是我们去离开了佛。佛菩萨天天让我们即心即佛：你的心像佛，佛就在你心上；你做的行为像佛，佛就在你的身上；你的语言像佛，佛就在你的口中。因为人迷失了自性，迷失了方向，而自己不知道，所以“而人远佛”了，很多人就找不到佛。学佛要见性，不见性者，不会相信佛陀。若见性者，视之为佛：当我们理解佛法、认识佛法之后，才能信入，才能走出人间的红尘，进入佛陀的无上正等正觉之道。

好，今天的《白话佛法》就跟大家说到这里，我们下次节目再见。谢谢大家。

不入名相 若见性者

——2020 年 4 月 8 日《白话佛法》开示第三十五集

今天继续给大家说《白话佛法》。

学佛人学佛念经，首先要用心，心是最重要的，无心念经很难感应。很多人念经，嘴巴一闭“喏喏喏……”这么念，他没有用心，感应力就不够。你每念一遍经，心要得到菩萨的感应，所以念经就是念心，我们平时做人也是这样。念经不用心就犹如放一本经书在边上，你很难感应，因为经书没有用到，你没有去念它；你念它的时候要用心，就会有感应。持经人用心，就是在“我要念经了”这个意念起来的时候，你的心就开始动了，动的是佛心佛念。动的是什么心呢？是无相无名。因为在念经的时候人是不著相的，心中没有任何需求，心非常安静，所以念经就是念心。如果一边眼睛到处乱看，一边嘴巴里在念经，这一遍经文念出来，效果就差很远很远。希望大家一定要懂得，不执著名相。名相，当你不执著的

时候，是非常清净的。我们不为名、不为利，不执著于名相，我们是不是非常高尚？很干净，犹如一朵莲花在成长中，长势非常好；但是杂念进入了我们的心中之后，有相地去念经，有目的地去念，就犹如莲花边上生出了很多花枝，而且这些花枝如果无人剪割，一定会影响到莲花的繁茂成长。所以真正的念经要无相无名。

现在很多人做什么事情都有名、著相，因为有所求——求这个、求那个，都是心中有目的去做。人在这个社会中自生自灭也好，自取生灭也好，为了一些利益，为了一些虚幻的看不见的利益，实际上人的正智（正确的智慧）慢慢地就被埋没了。这时你没有正确的智慧，就很难辨别哪些是烦恼，哪些是欲望，哪一些是应该防止的，那么慢慢地就离开了般若。很多人为什么整天被烦恼所困？他早就远离了般若智慧。

不见性者，不信佛陀。一个人如果看不见本性，看不见一件事情真正的根基（根底），就像做一件事情，你真正的目的是什么？很多人说“我做义工，只是为做义工而做义工，因为家里有一个亲人正在医院里，我想让他身体好，所以

我来做义工”，这不是看到了根本。看到根本是什么？根本就是见性，“我今天为了救度众生，因为我把自己家里的亲人，哪怕在医院里的亲人，也看作是众生。我今天学佛，在救度众生，我相信佛陀，相信观世音菩萨，我学着观世音菩萨在救度众生”，那么你就是见性者。

若见性者，视之为佛。如果你见到了本性，你就是佛。你做一件事情，想到这件事情是为了众生，是为了救更多的众生离苦得乐，那你就是菩萨，就是佛。

识佛之人才能信入。一个人拜佛如果仅仅是为了家里经济好一点，为了自己所求，那他还没有信入，还没有完全信佛，只是为一些福德而求。

佛不远人，而人远佛。就是说佛永远在我们身边，只要想到佛，佛就来了，而我们人的毛病就是想不到佛。我们现在有很多佛友，白天念经念佛，到晚上做噩梦的时候，他也很自然地叫“南无观世音菩萨”，马上醒过来，远离噩梦；但是有很多人脑子里平时根本没有想到菩萨，所以等他碰到困难的时候，也想不起来第一时间求菩萨，等到他做噩梦的时候，也想不到第一时间必

须先要求观世音菩萨。

即心即佛，你的心就是佛，你今天能够有佛心，你就是佛。今天能够解脱，就是因为没有离开佛。佛不远人，就是告诉我们，因为我们人迷失了自心和自性而自己不知道，离开了菩萨却不自知，所以人就远离了佛法。就相当于一个人，明明应该懂这件事情，但是他为什么做不到？他不懂，因为迷失了方向。比如你今天喝酒开车，明明知道这条路是对的，但是开错了，别人拦住你的时候，你说“我本来应该这么开的，我怎么会开到那里去了？”是你离开了原本的道路，而不是道路离开你开车的意念。

佛是心作。很多人问师父：“师父，佛在哪里？”佛远在天边，近在眼前，就在你的心里，只要低头一看，就看得到你的佛性。迷惑之人总是要在书本上找到佛，很多人说“佛在哪里，我看看书就知道了”。书上的佛是写出来的，是你在文字中需求，而真正的佛性是在你的心里，自心而作。一些迷惑之人，他总在各种形式中求佛，就像这个世界上有很多人看得见佛，那么大家都很羡慕他，“哎哟，你看得见佛。”我问你，你看

得见佛吗？佛就在你心中，为什么自己不好好看看你心中的佛？当你正知正见的时候，当你明心见性的时候，当你自己觉悟的时候，佛已经在你心中指导着你了。

觉人向心而觉，迷人修因待果。一个迷惑的人总是在修啊修啊，“我要修到看到佛，我要修到离苦得乐”。实际上在你修心的时候，这个善因种下去，你不需要等待果，果自会来的。当你做件坏事的时候，这个因种下去了，果报一定自受。觉悟的人只要问问自己的良心“这件事情我能不能做？”如果良心认为这件坏事不能做的话，你的心就是在觉悟中。觉者就是佛，当你心中明白了，“我想通了，我开悟了”，那你就是佛在心中。师父希望你们“悟人了无心相”，开悟的人根本不用去天边寻佛，佛在心中。所以我们平时应该修因懂果，而不应待果，不应该自己作了因都不知道，天天还等待着果报的现前。很多人说“我去年来求过菩萨，菩萨怎么到今天还不给我感应？”

迷人执物，守我为己。一个迷惑的人以为“这个东西是我的”，在这个世界上“这个是我的，

那个是我的”，他不知道本来就无我。你从哪里来的？出生之前你在哪里？你把你的家庭、亲人、名、利、烦恼，还有你自我的生死，都当成真实的，“哎呀，这是我的”，那么你慢慢地就会执迷，就会执著，不舍得这些名利，放不下了。想一想，你来的时候带来了什么？觉悟的人不会迷惑的，他知道这个世界一切都是暂时地拥有，暂时借来的，不会永远属于自己，所以他处而不染，不染著。

无处不是佛性。我们生活在这个世界中，哪一天、哪一件事情、哪一个时辰不是在佛性中？所以无处不在西方——西方极乐世界。我们要懂得，一个想不通的人整天在执著：“这个是我的，以后会没了，怎么办？我会很痛苦。”真正理解空性的人，不会去执著这些，因为他知道今天的拥有，可能再过一段时间也是没有。所以真正的空是完全放下的空，见性了，明白佛性了，自然而然得到了空性。

人只有懂得不执空，也不执有——中观；没有对空执著，没有执空，也没有执著今天拥有的东西，就没有两边。没有两边就是心空，心空就

会没有，心中就没有执著空，心中也没有执著有。举个例子，今天你们拥有的家庭，百年之后这个家庭就没了，“我不执著这个家庭，但是我也不执著以后这个家庭没了，来不及把这个家庭就破坏掉”，这就是“中观”。所以我们不能心空相灭。有吗？有的。空吗？是空的。两个都有，两个都不能灭度，只能“惟有中性”。一个有智慧的人能够见到自己的本性，因为本性即空，看到的是“虚空”——也是一个空字，但是它是虚的。所以我们不能有四相的执著——执著于人相、我相、寿者相、众生相，会让你慢慢毁掉心中本灵的智慧和般若。

用通俗的话讲，在这个世界上一切让你喜欢、让你悲伤……所有人间的情都是虚空的，最后都会没有。它有时候像一张网一样，我们自己用执著——执空和执有，来慢慢地编织这张网，来慢慢地让它主宰着我们每天的悲伤和幸福——这些都是我们自己的感受。爱情、友情、兄弟情、父女情、母子情和朋友之情，每一天执著在里面，这是我执，觉得这是“我应该拥有的”，所以一旦失去就会痛苦万分。只要有因缘，一定

会相遇。但相遇也是个因缘，因为因缘也会失去，所以缘分没了就慢慢地失去了。但是在失去之前还会有业力的感召，也就是说你在行缘的时候（在进行这个缘分的时候），你还种下了更多的业因和业果。为什么会有业缘呢？那是前世的累积。所以我们这一世等于重新上演了上一世、再上一世的故事，精彩啊。很多人一碰到这件事，突然之间会感觉到很忧伤，实际上他触碰了八识田中前世的果。我们就像看电影一样，不停地在转换人物，我们前世的生活和今世不同的生活，前世的人物和今世所处的不同的人物，实际上都在重回，就是在轮回。今世，有时候我们相见了，似是而非的相见，好像认识又好像不认识，所以不必去执著，因为这一切都是缘分所为。

菩萨曾经告诉我们：是空，是无相，是无作。就是告诉我们，这个世界一切都是空的，这个世界做任何事情，到最后不要著相，它是没有相的，是无作，没有做任何事情。空就是无相，无相即是无作，所以若空、无相、无作，你的心就没有意识的存在，就等于三个归于一解脱门，这三个“空、无相和无作”成为一个解脱门，就是“三

解脱门”。

今天讲得比较深一点，所以师父要稍微做一些解释。菩萨就是告诉我们，这个世界一切是空性无常。因为它是无常的，它会结束，结束了之后，是不是你过去所拥有的一切成为没有了？那么就是无相，没有了。举个简单例子，小时候我们拍过很多照片，有很多美好的记忆和非常不愉快的记忆，这属于相，那么我们今天知道“空”，它终有一天会空，空了之后就属于无相，所以空、无相；因为空了、无相，没有这个记忆了，你已经无相了。小时候你做过很多事情没有？做过。做过，在哪里？无作。你做了哪些有为之事？曾经做过哪些事情？无作。所以这就是三解脱门，怎样来解脱自己内心的束缚，能够懂得过去不可得，未来不可得，现在不可得。就是告诉你们，若空、无相、无作——如果这个世界一切是空的，是无相的，而且没有作为过，没有做过这件事情，你哪来心里的意识？

中观中道 三解脱门

——2020 年 4 月 8 日《白话佛法》开示第三十六集

菩萨叫我们学会“三不可得”，就是让我们要懂得，在人间一切皆属虚妄。让我们要去除自己内心的意识，就是靠这个“三解脱门”。菩萨告诉我们，人到要走的时候，就知道这个世界是空了吧？所做的一切是不是空的？你们想一想，小时候幼儿园、小学老师、小学的同学、中学的同学，你们碰不到了，一切结束了，是不是空的？是的。空之后是不是没有记忆了，无相了，不会再思维在其中了？你想不起来的东西是不是“无所作”？是不是像没作为一样？你这么一想，脑子就干净了，就无意识了。菩萨最怕我们有意识，因为脑子里有意识，会残存在八识田中，阿赖耶识会储存很多过去痛苦和悲伤的事情，以及自己曾经做过的很多不如理不如法的事情，都会永远地待在意识中，让你在六道中轮回不止。

三解脱门就是空、无相、无作。菩萨的经典

非常有哲理，就是让我们要解脱，解脱的门在哪里？让你们要想到空、无相、无作。无作在佛经里曾经还被翻译成了无愿。很多人心想，我们学佛人不是整天要许愿吗？很多大菩萨、大佛不是都有愿力吗？无愿，这奇怪了，学佛不是都要发愿的吗？无愿其实就是无作。为什么？许过的愿也只是一个愿，没有去做——无作；当这个愿力实践了，你做了，最高的境界就是你今天实践了愿力也像没有做过一样，所以作而不作，做了像没做一样，这就是佛法的最高境界。

我们要抓住这三个解脱门，把什么事情都看成空、无相、无作。师父举个简单例子给你们听听。今天你在单位里马上要搞一个很大的庆典，忙了半天，最后这个庆典结束了，你当时在台上非常荣耀，到最后这个事情过了、空了。再比方说，我们传媒集团曾经举办过十周年台庆，在悉尼歌剧院忙啊忙啊，非常好。结果忙完之后，在开车回来的路上，我们有一个主持人就说：“忙了这么长时间，就这么结束了。”这就是空，结束了，忙完了，空了；空了之后你忘记了。你们现在再回想几年前的这个活动，没有感觉了，脑

子里没印象了，很少去怀念它、想念它，无相了。你如果脑子里没这个印象，是不是“无作”？只有偶然地在我们的网站上看到一些演出，还会想起这件事情。菩萨让我们懂得这三个解脱门——什么是空，什么是无相，什么是无作，那么你慢慢地就会掌握、抓住这三个解脱门，一切佛法的道理你就全明白了。

很多人为什么不懂，佛法学了像没学一样。学了吗？没学吗？学了。你们小学里的课上过吗？上过了。你们学习了很多字，现在还在用吗？在用。为什么在用？因为学过了，学到了内心。你现在想起来像没学过一样，因为你把小学学过的早就全部忘了。但是真的忘了吗？没忘，记在心中了，用在实践中了。这就是菩萨高深的地方，是空、是无相、是无作。其实是空吗？也非空。是无相吗？也非无相。是无作吗？也并非是无作。所以三解脱门就是让我们懂得学会放下，要学会放下世界上一切的……无论是法门，还是学习过的知识，它都是空的。空的东西用过了，学过了，空了之后，它这个相就没了。你不著相，在心中就没有这个相，不执著这个相，你

也就忘了。就像你们年轻的时候，有过很多伤心的事情或者恋爱史，现在不提起，肯定没这个相。包括念经也是的，无论过去学过多少经文，学过多少法门，学过多少佛经，诸法都学过了，最后落得什么？为什么《心经》里面讲“诸法空相”？一切都是空相。所以《金刚经》说“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电”：就像电一样，一下过去了；就像露水一样，太阳出来它就消失了、干了；就像梦幻、做梦一样。在梦中非常真实，有的孩子醒过来还在哭泣，还在想着梦中的那些事情，你能执著这些梦境吗？过了就没了，所以“如梦幻泡影，如露亦如电”。那你应该实事求是地看这些事情，叫“应作如是观”。我们学佛学到后来，难就难在怎样让自己所学到的变成空性，怎样能够理解它，这个不是真正的空，不是一种顽空，而是一种实实在在能够帮助到你又看不见的空——空的本性。

中观正见很重要。看什么东西要中观，看这个人有点儿缺点，但是总的来讲他品质很好，他道德不错，这叫“中观正见”。这个人是有点儿毛病，毛病来的时候很讨厌，但是他本性还很好，

而且他学佛，应该保留他的慧命——中观正见。所以见道，根本智是什么？佛法最根本的智慧就是中观。我们在这个世界上，如果用中观来看待一切事物，我们的心就是非常好的态度，为什么？心态正常。对一个很讨厌的人，我们说“这个人很可怜”，那么大慈大悲心就出来了；这个人做得很好，我们考虑到他也还有不足之处，希望他能够改变得更好，是不是有一种精进力出现了？什么事情把它看成中观，不空也非有。不空——你心中虽然说“这个人很好”，但是你也没有把他放在心中，也没有说他完全好，我们说“不空也非有”，也并不是没有。我今天看这件事情，中观中道，总是有的，完全把它看成有，它又没有。所以好像看上去是空的，其实好像它又是有的，这就是即空即有。

得中观正见的前提是什么？一个人要想真正地得道……学佛人经常说“我要得道”，什么叫得道？看人你不要把别人看扁了，中观正见，你就是得道了。如果大家都说这个人不好，你说“这个人他也有他的优点，虽然他有缺点”，你是不是得道之人？我们无论做什么事情，要见空

性，要离相。比方说，你现在很烦恼一件事情，家里天天吵架，面临崩溃，你“先见空性”——“这个世界就是这样的，夫妻之间到最后一定会吵架的，这是每个家庭都有的”，你先见到它的空性，“所以我们不要太把它当回事”。一点点小事、一句话、一个眼神、一个动作，你都不要太当真，那你见到它的空性了，婚姻的空性出来了吧？见到空的一面之后，你就变成了局外人，就不是一个执著在婚姻争吵中的人，就觉得“婚姻都是这样的，每对夫妻都会吵架，每对夫妻都会有这种情况的”，你是不是脱离了在这个事件中所扮演的角色？你离开了，变成局外人之后，就可以见到这件事情的真性、本性，本性是空的。就像两个孩子吵架，爸爸妈妈在旁边总是说“不要吵，不要吵”，他很清楚，两个孩子吵架总是有各种各样想不开的事情，忌妒、烦恼、在外面不开心等等都有的。空性是什么？空性就是知道总归会吵的，爸爸妈妈说“知道，我又没参与到吵架中”，爸爸也没去帮哥哥，妈妈也没去帮妹妹，这样就见“性空”了，已经空了，从中脱离了。你了解了性空，你不在其中，你就很清楚，

自己思维上各方面就感觉到本性是空的。因为这件事情过一会儿就像没发生过一样，两个人又好了，一起吃饭、一起玩、一起开心，性空。

佛法界讲，自性本空，你们每一个人自己的本性本来就是空的。世界“本来无一物，何处惹尘埃”，人心就像一面镜子，你不照到那些肮脏的东西，心中怎么会有肮脏的东西呢？学佛的第一步，就是要让自己了解这个世界上的一切，不要把它看得太真实，要看到空、无相、无作。这样，你就是迈开了学佛大道的第一步。你不但从理论上了解，你的心也要离开，就是看懂了本性是空的，“我不在其中，慢慢地就会理解其中的真实含义”。所以当一个人卷进吵架之后，他不知道谁错谁对；当你身在其中吵架的时候，你肯定觉得自己是对的，这就是已经卷入了其中。性空就是让我们要懂得，学佛怎样能够理解。很多人说“我理解了，我学佛了，我学得很好，我都能够用在生活中了，我能控制自己的脾气了”，为什么到头来还是控制不了？脾气来的时候几个人能控制？烦恼来的时候几个人能够控制？学佛要解脱生死，学佛学了半天，不要说解脱生

死，今天就是腰痛都解决不了，何况生死？今天烦恼来了都化解不了，怎样解脱生死？

什么叫悟道？什么叫证道？就是你整个的身心完全进入悟性中，进入佛道中。就像一杯茶一样，用白开水冲泡茶叶，茶就有味道；你只讲空话，讲得再香再浓，白开水还是白开水，所以你佛法讲得再好，不用在实践中，你喝的还是白开水，你讲得再好、再浓、再香，毕竟没有实践。所以要证道，就是你要证实佛法的存在，验证佛法存在的根据，而使你受益，那这样才是真正的开悟。

所以，性空是要靠验证的，懂得性空的人有验证感，证得了性空，还不算完全学佛法成功。你证悟了，说“我明白了，佛法真的是空的。你看，当我们家里好不容易存点钱，一生病全部花光了，是不是空的？又变成重新要打工挣钱了，这时我就感觉到这是空的了”，这还不算空。每一个理解，只是每一步对性空的起步而已。性空了，还要知道为什么是空的，缘起是什么。什么叫性空？什么叫缘起？你要理解为什么这个世界一切都是空的，那么你就是真空；你理解了这

个世界真的是空的，你放下了，就像法师一样，他知道家庭终归会没有，人一切都会失去，“我要寻找一条能够证悟的佛法的道路”——证道，所以他明白了，他心中有妙法，舍弃了人间的名利、地位等一切，他就妙用佛法，让自己能够置身一个安静的环境中，不贪瞋痴慢疑，这样他的佛法的精进又再进一步。

说到这里，很多人说这算成功吗？这还不算成功，要空非空，有非有，即空即有。就是你要空，并不是空的。你心中要空吗？希望要空，但是又不完全是空的。有非有，你心中说“我有这个佛法，但是我又没有”，实际上这个佛法已经进入你的阿赖耶识了，已经进入你的生活中了，你的生活就在六波罗蜜中。所以即空即有，好像空又好像有，好像有又好像空，实际上你已经运用在空性的实践中。佛法的奥妙之处，就是让我们想通、想明白，想空，看得穿。非空非有，好像空了又好像没有。就像你们今天活在这个世界上，每个人都有个家，但是这个家好像有，又好像没有。就像法师，他们曾经有家，但是他们出家了，他们过去的家有没有？似有非有，非空非

有。你才能真正了解到般若性空的缘起，就是真正懂得了，这个缘分在这个世界上本来就是空的，“我完全明白了，我现在想通了，因为我本性理解佛法，人到最后什么都没有，一切无常，它是空性的”，你懂得了这个道理的缘，就是“缘起性空”。

今天跟大家讲的的确是深了一点，但是师父尽量用白话在跟大家解释。再深的佛法，也离不开众生心灵对它的悟性和理解。我们这个空到底究竟不究竟？空性，到底是空还是不空？是空到什么地方？是空到底了吗？空性绝对究竟，也就是说，这个空在现实生活中也好，在学佛中理解的佛理也好，是究竟，就是到底了，因为这个世界一切都是空，佛陀佛法早就告诉我们“成住坏空”。

空性究竟 般若亦然

——2020 年 4 月 8 日《白话佛法》开示第三十七集

要中观正见，对这个世界的空性，不能整天说“反正空了，反正家也没有，家具也不要，我什么都不要，我无所谓了”，那这个人就是偏执。所以不走偏的话，一定要中观正见，借假修真。在人间，是空吗？是空的，但是又不是完全的空，而这个空是假空，是假的身体、假的物质临时借给我们用一用，它不是一种彻底的拥有，也不能够带走，不会永久，所以这种虚空不能影响本性的空。

般若毕竟最后就是空，当你彻悟了这个世界的智慧、懂得佛陀的智慧的时候，你就懂得什么才是真正的空性。怎样能够让心中得来这个空？比方说有些人喜欢打坐，坐在那里“空空空……”，脑子里想要空，“我要空，我要空……”但是他脑子里能空吗？杂念纷飞：水烧开了吗；待会儿要去接孩子了；今天晚上还有什么东西没买……你们很多人在念经的时候，就会想起很多

事情还没做，本来忙忙碌碌的时候根本想不起来的，一坐下来念经，什么事情都想起来了，“我还忘记了这个，我还忘记了那个……”实际上就像茶叶沉淀一样，人一沉淀，很多念头就起了。因为你忙着天天在求空，那你就是“空忙”。真正的空性是什么？这个空求不到的，你忙了半天想求空，但是这个空不是求来的，而是自身的一种素质，是“空”来空你，不是你去空它。也就是说，一个人要完全地放下，是自然地放下，它本来就慢慢地空了，空就来了；脑子里没有杂念，没有意念，没有各种各样虚幻的妄想、妄念，那么空就来到你的身边；而不是你满脑子都是杂念，满脑都是意念，满脑都是妄想的时候，“我求啊求啊，求菩萨让我空啊空啊，不要有杂念”，那你忙到最后就是“空忙”。你们要懂得这个道理，当你懂得这个道理，“我不能求空”，而是要把自己所有的杂念放下来，做到心中自然，就是自然空。你们现在在听师父演讲，有些人很认真，有些人脑子里还没空，还在听师父讲什么；有些人是自然空，听到师父讲到这个妙法，“很好啊，师父讲的白话解释佛法的道理很好”，其他的根

本不去想，就是“自然空”。而很多人在想“以后生活中我要空，我一定要听话，我一定要把杂念去除，我一定要把妄念去除”，那你还是在杂念中，还是在妄念中，你这样求空，怎么空得了？

要懂得，我们不空是正常，空也是正常。因为你感受到空，你已经在不空当中；当你没有感受到空而自然空，实际上你的杂念早就跑掉了。学佛人学到后来智慧生起的时候，比方说别人杂念纷飞，跟你谈一些人间的杂事，他会使你变得跟他一样非常烦躁、非常懊恼，这时你顺着他的思维去了，就是没空。这时候你脑子里会想：“我不要听他的，我要空，我要空，我不要去……”那就是你在把自己的空赶走。当你完全忘记了，放下了，心中没有这件事情，你才自然没有这个感觉。所以师父告诉你们，不是你去空它，而是它自然地把你净空，变成一种完全的空无、在你心中的妙有。

很多人在求空中走了很多反路。反路是什么？就是背道而驰，应该走这条路的，他没有走。很多人学偏了，说“佛法都讲空的，反正到最后都是空的，我现在就空了”。怎么空？“我什么

都不管，我什么都不要了”，那是偏，不是本空。了解本空，你才能真正地解脱。本空是什么意思？我们人活在这个世界上，很想把自己的思维停留住，把自己的意念停留住，实际上师父告诉你们，停留不住的。你只有把这些全部消除，不去想，不罣碍，才能找到第九意识的本空。当你一想不通，你把想不通的感觉留住了；当你一烦恼，你把烦恼就留在了心里；当你在痛苦的时候，这个空是空不掉的，因为你的第七意识、第八意识已经把你的本空给遮住了。

怎样能够接触到本空呢？实际上感觉到痛苦，感觉到烦恼，就是“受阴”，就是业力的根本。因为你烦恼，接受了一些负能量，这些负能量有业障的，它的业障很重，你就会被痛苦所束缚，被这种负能量的力量捆住，解脱不了，你就有业障。所以想不通的人，就是被这些业所缠扰。

有时候很多人说“我想空”，靠坐禅，觉得打坐很静。坐禅的确会让你变得空，但是很多人一边坐禅，心头还是想“我要有个静的境界，今天哪怕打坐，我也要安静，我要空”，那你还是在寻找着空性，还是在“受阴”。你如果坐下来

打坐，想都没想，就是打坐，这时脑子里什么都没想，连打坐的念头都没有，连“我想要空，想安静”的念头都没有，你是不是已经进入了空性？你在想这些的时候，实际上会杂念横飞。打坐的时候如果想“我今天打坐是为了把上个礼拜很多烦恼的事情消除”，那么你解脱不了。打坐到你觉得空了，“我现在不想了，我打坐打空了”，你又著相了，因为你著空相了。所以学佛念经非常非常难，你今天说“我打坐好了，我没有杂念了”，实际上这个杂念还在你的心里，因为你嘴巴里说、心里在想“我没有杂念了”，你想到了这个杂念，这个杂念在不在你的心中？百分之一百在你心中。就像很多年轻人谈恋爱说“我不要他了。算了，他不要我，我也不要他了，我早就把他忘记了”，你说忘记了没有？过一会儿别人劝她：“你别痛苦，你把他忘记算了。”“我想都没想过他。”你说她心里有没有他？所以真正的解“空”，完全根本没有意识存在，真正的空性是无意识，没有任何意识强迫自己要去达到空相，连这个空相都要空掉，没有空啊。你说空了，觉得清净，可是既然还有个“清净”，你又不空

了。你心中说“我把这件事情忘了”，那这件事情还在你心里。人家问你：“你这件事情忘了吗？”“什么事情啊？”你真的想不起来，那才真的叫“空性”。

佛法就是这么奇妙，佛陀在两千五百年前就能够让我们每个人的心里充满着智慧，让我们能够解脱，理解这个世界是苦空无常的，让我们早日解脱烦恼，就是让我们能够早一天脱离六道轮回，共攀四圣。

给大家讲个故事。在拘留国有一位婆罗门名叫摩诃密，是富贵之家，连拘留国的国王都拜他为师。摩诃密这个人虽然很豪富，但是他的本性非常悭贪吝啬，非常贪钱，不信佛法，听到有利可图，无不争先恐后地想得到它。摩诃密有七个女儿，这七个女儿长得非常漂亮，个个都是花容柳腰，美貌无比。七个女儿的衣饰都是以金银璎珞庄严着（也就是说都是穿金戴银，非常漂亮。庄严是什么意思？穿的衣服庄严了，就好看了）。婆罗门为自己的七个女儿无比骄傲。有一个人对他说：“婆罗门，你将女儿化妆之后在街上行走，如果大家都说她美丽，我就给你五百两黄金；如

果有人批评她们不美，你就给我五百两黄金。”婆罗门对女儿的美貌非常有信心，他觉得这个打赌对他非常有利，所以就对七个女儿说：“孩子们，全部给我打扮打扮，我们到外面马路上去游走。”结果九十天当中，他带了这七个女儿巡游各地，看到的每一个人无不赞美他的女儿漂亮。婆罗门不以此为满足，他得到五百两银子之后，听说有个佛陀（佛陀在另外一个国家），他便带了七个女儿到祇园精舍，希望让佛陀夸夸她们，抬高七个女儿的身价。

他见到佛陀就对佛陀说：“佛陀，您游化各国，您有见过这么美的女郎吗？”他以为佛陀一定会赞美的，哪知佛陀说：“这七个女人，外表没有一点儿可以说是美的。”这个婆罗门非常不开心：“拘留国中没有一个人说我的女儿相貌丑，到了舍卫国来，为什么你说我的女儿长得丑陋呢？”佛陀回答道：“世界上的人都是以面容的美为准，而我认为身能不贪细滑，口能不说恶言，意能不起邪念，这才是真正的美。”婆罗门无言以对。

在这个故事讲完之后，师父要告诉你们，从

心理学上来讲，我们人对事物的认识，精神对物质的认识活动，存在着相互渗透、彼此制约、彼此含蕴的两个方面，就是实体认识。我们看一样东西，眼睛看到的实实在在的东西，实体认识，真的内涵价值的认识，那才真的是善的判断。表面上一个人长得好看，你要看他内心是不是善良。在实践中，我们学习佛法、体验佛法形成真实感和道德感。我们学佛人要懂得什么是真正的美：能够学佛的人，不贪、不瞋、不恨的人，那是真正的美；没有贪瞋痴慢疑的人是美。对美的审美过程，实际上就是追求心灵中的美，要求美和善的和谐，达到美和善的统一。事物的表面并不能说明它内在蕴含的内容。

我们人类生存在这个世界上其实很复杂，因为我们眼睛看到的东西比较复杂、凌乱，善恶都分不清楚，我们不知道很多东西是好的还是不好的，从小父母亲教我们的一些概念性的问题，都不一定是正确的，所以让我们在这个人间有时候黑白不分。实际上，在你认识自己内心本质的时候，要懂得内心纯洁的本质是永远不会变的。小时候我们很善良，损坏东西我们就要赔，但是父

母亲可能看你损坏东西，一看边上没人，拖着你就走，你可能还会拉着母亲或者父亲的手说：“爸爸，我把他们东西弄坏了，我要赔他们。”当你深入到你的本性中，实际上是没有善恶的。犹如一张白纸，你画上了各种图案，无论画上什么图案，最后只要用可以褪色的墨水来洗刷，就像油画一样，把图案洗掉，还是恢复它本来的洁白。每一个人的本性还是洁白的，这就是我们为什么要学佛的道理。我们的本性都是善良的，我们只有通过自己的本性才能理解佛性，否则被五欲六尘所染，永远不知道佛性——真正纯洁的本性。

所以师父要你们识心亦然——认识自己的心就是这样。我们要用智慧的水来涤荡内心的污垢，洗刷昔日内心的污秽。我们内心的纯洁是光明的，这就是为什么要学佛——来恢复我们拥有的本来面目。佛陀在两千五百年前就告诉众生：众生皆具佛性。我们只有把自己的佛性修出来，把我们本性中最纯洁、最善良的佛性修出来，才会找到真正的家，才能真正地理解佛法的真谛。

好，今天跟大家《白话佛法》就说到这里，我们下次节目再跟大家继续说。谢谢大家。

解脱是智 生光生慧

——2020 年 4 月 11 日《白话佛法》开示第三十八集

修心，每一个人要精进，精进的时候要完全放下，要心中没有罣碍。今天念经的时候，心中还想着很多事情或要做什么事情，你说“我来修修心吧”，你心中肯定放不下。修心，每天至少要用一到两个小时，用自己的恒心来坚持，“这一两个小时就是我天天念经的时间”。人只要一罣碍，马上就会到中阴身中去，因为中阴身会在你的罣碍中。人灵魂一不守舍，马上就会产生颠倒梦想；无罣碍的人无有恐怖，没有罣碍，不会产生颠倒梦想。修心的人一定要管住自己的意念，不要产生在中阴身中的罣碍心。所以师父让你们要安住自己的心，止住自己的念。一个人念头停了，心就不会乱想；念一起，意念上升，接下来就会杂念横飞，所以要止念。

菩萨经常跟我们说，要学会用法界的护持力。什么是法界的护持力？就是要懂得求菩萨保

佑我们今天把经念好，求菩萨保佑我们把心修好；请观世音菩萨大慈大悲，让我们心中能够得到一种解脱的力量，来提升自己，不要心起罣碍。有的佛友经常问：“师父，我们能不能跟观世音菩萨祈求，让我今天把经念好？”当然可以，凡是向上的，菩萨都会加持你。比方说，如果你思维中产生欲望了，你求菩萨加持你去除欲望，菩萨还是帮助你。如果你心中有很难克服的障碍，你可以跟观世音菩萨说：“菩萨，请您给我力量，来克服我这些心理障碍。”其实在求的时候，你心中本身就产生了一种正能量，因为你求菩萨帮助你消除这个业障、消除这个障碍，说明你在进步，说明你在精进，说明你想求菩萨来化解自己的烦恼，这本身就是一种正能量。而任何的正能量都会消除你心中的负能量，这一点非常重要。我们人会生病，如果你求医生：“你帮我看好病吧。”医生说：“我一定帮助你。”那你是不是信心大增？你是不是能够想到“我能够克服自己这个病，我能够把身体上的这个毛病消除掉”？所以，信心的生起实际上已经是你得到加持的开始了。很多人不懂这些。

我们做什么事情都要尽心尽力。什么叫尽心尽力做事？今天念经尽心尽力，万一有杂念了，求菩萨保佑；今天学一件事情尽心尽力，万一有障碍了，求菩萨保佑。你是不是在尽心尽力？经常这样尽心尽力，慢慢地你碰到事情就会精进修行，碰到烦恼就会放下、解脱。

不把任何烦恼放在心中，不把任何障碍、罣碍放在心中，就是取得了中观中道。烦恼有吗？有的。来了之后把它消除掉，不就是中观中道吗？并不是让你完全止念，因为你止不住念头的，止念只是在你慢慢达到中观中道之后所产生的一个效果，而这个效果是你终有一天能够用你的修为止住自己的念头，并不是现在就能止住它。

行者知道人世间一切的起伏：在人间碰到这个因缘，烦恼生起了；碰到那个因缘，烦恼生起了——就是在因缘中生存，在果报中生活。我们哪个人不是在果报中生活？你今天是不是受着过去的果报？今天胃不舒服，是不是过去没有好好照看好自己的胃？今天要改掉你们身上的烦恼，改掉你们身上的毛病，痛苦吗？有些时候像

剥一层皮一样痛苦。要改吗？要改。选择了佛法，选择了成佛、成菩萨这个道，就必须要改变自己。学佛人绝对不能受到社会的染著。“别人怎么想没关系，我就是这样好好地修、好好地努力。我虽然活在这个世界上，但我就是要做菩萨。别人在用人间的贪瞋痴慢疑生活着，他们觉得他们是对的；而我就是要用菩萨的慈悲喜舍生活，人家骂我傻子，没关系，情愿做为众生服务的傻子”，这就是你用这种坚强的毅力和信念来克服自己的障碍。

我们学习佛菩萨，就是要学会把佛陀的光、观世音菩萨的热、所有护法神对我们的爱和我们本应拥有的九识田中的智慧洒向人间，救度众生，来帮助别人一世修成。你们想想看，能够帮助别人一世修成的人，他自己能不能一世修成？这就是利人利己。

我们要让每位众生生活在快乐之中，脱离痛苦；要将自己的心变成光明心。你们知道什么叫光明吗？光就是能量。明是什么？日月，白天也很懂，晚上也很明白，那么就是明白的“明”。一个人要懂得，今天无论做什么事情，已经明白

了自己的心，明白了自己到人间来的任务就是来度众生学佛，来改变自己的，不能像凡人一样在人间红尘中与什么结缘就做什么，遇到外尘就去做外尘的事情。一定要懂得，看到很多人间的事情，不要把眼睛睁得太大；当你看得太清楚的时候，眼睛睁得太大的时候，就会把人世间的一切假相看成是真的，然后心中就会有烦恼和障碍。

你相信自己能改吗？能改就是个好孩子，不能改就是个坏孩子。只要相信这个世界一切都会改变，不把人世间暂时给自己造成烦恼的任何事物和人看成真的，明白这些只是暂时的烦恼和障碍，那么人生就会有转折，就会有转变，就会有更好的明天。所以，学佛就是要用心来解脱。你的心到底想解脱什么？你还在做什么？你的心是不是明心？你的心是不是还在沾染着一些人世间红尘的五欲六尘？是不是沾染着很多的污垢？所以，要灭度自己心中的烦恼，要让菩萨的智慧散发出般若的无限光芒，把自己都忘记了，把自己都变成空无了，就得到菩提了。得到菩提智慧的人，实际上世间一切智都拥有了。所以，能解决人间很多烦恼的人，拥有的是菩提智慧；

拥有菩提智慧的人，可以解决一切烦恼。很多人念经，想通，完全放下，懂得如理如法地去修，如理如法地去行佛道，这样就能得到解脱，就能走入至善的境界。佛陀为什么称很多人“善男子”“善女人”？因为一善解百灾，有善就没有恶，是善男子就不能有恶行。佛法的传承能起八万四千法门的大功德、大智慧，每个人只要得到了佛法，就已经拥有和进入了八万四千法门的大功德、大智慧。

学佛人，首先心要定下来，心定不下来的人学不好佛的，所以清净心非常重要。你干净吗？你的心干净不干净？经常说这个人良心非常不好，就是心不干净。无所求，无欲自然心如水，心就像水一样地干净。无垢心——没有污垢的心，干净啊。你们如果还有一些为名为利、吃喝嫖赌的心，怎么能够没有烦恼心？因为你有垢心，一定起烦恼心。寂定于心，什么意思？寂静的人定得下来，心能够寂静，心就定得下来。

人活在世界上有很多的无明——不懂，不知道。多少人上当，多少人受骗，最后都说一句话：“不知道啊，我知道的话就不会这样了。”一个

人怎么会无明的？因为有污垢心，因为有自私的心。如果能够寂定于心，必定如实而知自己的无明。不贪的人，对这个世界上一切都看得很穿；整天贪人间名闻利养的人，心一定是不干净的。

无明集，无明灭——无明开始，无明灭了，实际上就是一个修心的过程。很多人无明、不懂，然后做错很多事情，业障慢慢地聚集，造了很多的因，集起来了吧？无明灭也是在因果中，果报受了之后，无明就慢慢地消掉了。下次还会有无明起——无明集的，那么怎样让自己下次不要再有无明呢？那就是在无明灭的时候，要懂得把无明彻底地灭掉，就懂了、明白了，明白了道理，就是灭除无明，那就得到了。懂了，下次不会造这个因，也不会受这个果报。想到自己很痛苦的时候，就是因为自己的因才造成了现在痛苦的果。菩萨就是让我们要懂得这些道理。人的心会生出无明和烦恼，会生出很多的贪瞋痴慢疑，但是不要忘记，心也会生明、生光、生慧。心会生出烦恼，但是也会生出光明，生出佛光。明心见性的心也能生出智慧。那你到底想生出智慧，还是想生出烦恼？这就是你自己的选择了。同样是

“一心”，为什么佛教界经常讲“一心是佛，一心是魔”？就看你的心到底是如何想的。

要想去除无明，首先要懂得无明是怎样产生的。师父告诉你们，无明是过去无始的烦恼（无始劫以来的烦恼）造成我们这辈子到人间来还是想不通、还是搞不清楚。因为我们曾经做过很多错事，因为我们曾经造过很多无明的业障，这辈子我们懂了，因为我们过去无始的烦恼和愚痴迷惑的结合而产生无明。上辈子做错多少糊涂的事情？这辈子做过多少愚痴的事情？无明妄动，一个人不明白就会说“我去做，没关系”，乱闯，就会出事。你如果明白这件事情不容易，还有很多的限制，还有很多的规矩，你就不会盲动。你看，出事的人都是因为无明妄动，所以佛教界讲，无明妄动本身就是一种愚痴。你不明白，还要拼命地去乱动，去行动，你以为是对的，最后就增长愚痴，这就是轮回的根本。所以无明产生愚痴，最后进入轮回。轮回的根本就是此生在人间生生死死的根本。

证悟空性 照见五蕴

——2020 年 4 月 11 日《白话佛法》开示第三十九集

记得上一次师父跟大家讲过空、空性，很多佛友反馈说深了一点，但是听得懂，很喜欢听，所以师父今天再跟大家稍作一些介绍。

空是什么？空不了的，让你脑子里空，你空得了吗？因为你的八识田、七识田、六识田中有很多杂念和意念，你根本完全空不了。那么怎样空呢？就是要一步一步、一点一滴地把八识田阿赖耶识中的那些无明习气、无明烦恼、无明的障碍和过去生中的业障，慢慢地全部清空，就像搬家一样，一样一样地解决，一样一样地搬出来。等到搬空之后，你就彻底地无相，想通了。不会再想不通这些事情，就会无相。

师父跟你们讲过，一个人任何事情都不著相，就是根本没有想过“这是好事情，我要去做”；连想都不想就去救人，从来没想过“我要去救人”，救人就去救了，救人本来就是学佛人应该

做到的；一个好人就是要做好事，那这就是做了像“无作”一样，心中有愿力就像没有愿力一样。举个简单例子，你们每个人曾经都跟菩萨许愿说“我吃素了”，愿许过了吗？许过了。吃素之后心中想通了，“我吃素了，天天吃素”。当你每一天在吃素的时候，会不会想“我今天又吃素了，我今天又在行自己的愿了”？你不会想，因为你觉得吃素已经是一个很正常的事情，吃素已经印在八识田中了，是学佛人应该有的慈悲，这就是无相。无相之后就会无作、无愿。

这就是师父告诉你们的，自然的空是最高境界。自然的空——我们不能在自己心中希望拥有一个空，“我要空啊，我要空啊”，空不了的。自然地做好事，那是真的做好事；自然地去帮助别人，那是真的帮助别人。逼着自己说“我要做好事，我要帮助别人”，那你还是在“作”，还是“有作”（“无作”就是自然），照不出空性的。你说“我要把自己的心完全掏空”，你有这个“要把自己掏空”的心，就还是有心；很多人说“我要成菩萨”，你还是有这个“要成菩萨”的心。很多人已经天天在做菩萨的事情，他没想过“我要

做菩萨”，但是他天天在做菩萨的事情，这就是空的妙用，这样你能够得到更大的功德。

所以，光明境界就是无作。一个人的境界到了一定光明的程度，就像一个人，别人见他进来——好人；班级里一个同学进来了，大家一看他，这个人成绩好，因为他到现在天天成绩都很好。这就是已经“无作”了，没有必要今天进来的时候跟大家说“你看我成绩多好”。我们如果在有作的修行中，就是有修有证，其实还是一种有为的修为。“我在修，我有认证，我有证悟”，你还是在证悟中。佛的证悟是不要去“证”的；而证悟空性还是在证悟当中。菩萨的空性无需证悟，他一定是般若空性，所以无作就是无修无证。得道的人，无论他怎样坐，怎样站，即使跳起来，他也是得道；坐下来，他也是得道之人；走路，他也是得道之人；肉身结束了，他的法身不生不灭，他还是在得道中。

大家明白这些道理，就知道什么是真正的空性。师父跟大家讲的，怎样能够达到空、无相、无作。天天做这件事情，做得熟了就像没做一样；天天接电话帮助别人，突然之间有个人说“你接

电话，你在帮助别人，你在度别人”，他没感觉，“我天天接电话，我天天在帮助别人”。无相、无作，你的意识中自然就空了，因为你的意识完全在空性中，因为你天天在做着善事，在帮助着别人，你的意识解脱了，进入了空性，自然就入道了——入到佛道了。这个人 365 天每天在做好事，每天做一点点好事、两点点好事、三点点好事……等到一年下来，自然就入“好人”了。一个同学每天做好事，一年下来，评他“三好学生”，他自然就是“三好学生”，他“入道”了。他进入了“三好学生”，就是因为他每一天的变化。

我们学佛，无论大乘、小乘（“乘”过去讲实际上就是船，大乘、小乘就是大法船救众生、小法船保自己），无论何种宗教门派，其实归纳起来最后都是求解脱。哪个法门、哪个宗派到最后不是为了求解脱？学佛到最后是为什么？就是想解脱自己的烦恼痛苦，解脱自己的业障。那么什么是解脱呢？很多人以为“我要解脱，我要用功”，用功不是解脱；很多人说“我要解脱，我相信菩萨”，信仰不是解脱。什么叫解脱？解脱就是用你九识田中的佛性产生出一种空性的

智慧和般若，来影响你的阿赖耶识（第八识）和末那识（第七识），慢慢进入你的第六意识感官意识中。慢慢地，你就会懂得一切都是苦空无常，而这一切本身就是空的，都是虚幻的。当你明白了这一切，你学佛的伟大成就就开始了，因为你进入了佛的境界。所以一个人只要能够进入佛的境界，他就是人间的佛。

学佛不是拜拜佛、迷信，或者求求菩萨保佑家里好、一种福报，而是解脱。它不是迷信，是智慧地解脱，让人能够完全放下烦恼。如果今天还放不下，就不可能精进，也不可能忍辱；今天放不下，就脱离不了人道的六道轮回，所以你的境界永远不能提升到正信正念。正信正念和智慧有什么区别？有正信正念的人怎么会没智慧？“我坚信这是一条正道”，如果连这种正的信念和念头都没有，怎么能够得到菩萨的般若智慧？一定要懂得这个道理。要离心意识参悟佛。师父跟你们讲的就是要离开自己的外心。离心就是离开一些杂念、杂心、凡心、烦恼心、忌妒心和一些不好的心态来参悟佛法，叫“离心意识参”。修到最后，连内心的意识都没了，来参悟佛法，

那你就是空性了、参悟了。这些都是佛法的妙用。

我们要懂得这些，慢慢地就会懂得管住自己的六根。佛学把我们的生命分成六个工具：眼、耳、鼻、舌、身、意。对外尘（外在的六尘）来讲，是色、声、香、味、触、法。佛法又把我们分成了五蕴：色、受、想、行、识。师父告诉你们，我们每一天的六根会接触外尘：眼睛会接触色（看见的），耳朵会接触声音，鼻子会闻到香味，舌头会有味觉器官，身体会有接触的触。人外表的六根相对于外在的六尘（色、声、香、味、触、法），在接触中产生了正念，你就是正信；你接触外尘产生了邪念，就是邪信——不正信。怎样来辨别这些，让我们的眼、耳、鼻、舌、身、意不去接触色、声、香、味、触、法；就算接触了，我们也能克服它，知道哪些是对的，哪些是错的？那么就是要用我们的五蕴。要懂得五蕴，要把五蕴完全识透，懂得它的道理，就可以悟道了。《心经》里有一句话叫“照见五蕴皆空”，你们因此就知道“五蕴”在学佛人的境界上是多么重要。

唯识宗主张万法唯识，也就是说，无论这个

世界上发生什么事情，都是意识产生的变化。将这个物理世界和精神的生命合在一起，就分成了八个“识”，这又是另外一个系统，所以佛法界讲“八识田”。在你八个意识中，第六意识是你对外接触的第一的思维意识，实际上一般经常谈到的是第六、第七、第八意识，一般我们不谈第九意识。第六、第七、第八意识，唯识论就将其作为都是由心而起的。比方说，第六意识的感觉是不是心？“这个东西很热”“很好”“现在天冷”——这是心的意识吧？第七意识，“他是好人，我就很喜欢他”“他是坏人，我就很恨他”——辨别意识，是不是也是唯心？当这个意识已经在你内心深处不可磨灭了，已经存在你内心的八识田中了，那么是不是你的心识存在？没有你的心识存在，第八意识是不可能存在的，所以唯心。唯识论就是讲一切万法唯识——即你的意识。

八识（第八意识）为心王。什么是心王？进入了你的八识就很难改变，好的坏的全在你的内心中了。你的第八意识认为这是坏的，可能现实社会中是好的，但你不知道它是好的；你的第八意识觉得这个东西是臭的，别人吃了都很香，你

仍然觉得是臭的，因为在第八意识已经固定了，所以你不会觉得它是香的。这就是人与人一种观念的区别。当你经常犯错，别人的第六意识受到刺激之后，第七意识的辨别识慢慢知道了，然后进入第八意识，就很难改变别人对你的看法。所以不能经常轮回地做错事情，不能经常轮回地许愿“我发愿，我再也怎么……”人要有骨气。你们有多少人都跪在菩萨面前发过愿，改了吗？你们看《佛子天地游记》中很多人被拉下去，说他们曾经学过佛，曾经想改过，但是最后没有改。为什么？劣根性。

师父跟你们讲，心王就是八识，千万不要进入第八意识。因为你的心就是你的意，人家说“这件事情你的心意如何”“你想过吗？你最后的意念是怎么样？”这个意识其实就是讲的第八意识。把心的意识的三个层次做一个分类、比方：你的心是大海，意念就像大海里的波浪，一个意念连着一个意念，你的思想不停，你的意念不停，在“大海”里，在你的心中翻起层层波涛，就像海面上的浪花一样。所以菩萨让我们要懂得万法唯心，万法唯识。无论如何，要守住自己的心。

菩萨再三地让我们要修心，一开口就是修心；修就是修证，如果你能够把自己的心修证了，那你修心就成功了。

所以空、无相、无作和你的心、意、识之间有着一种天然的连带关系。你想想看，你空了，你的心要空；无相，就是你的意识、意念要无相；无作就是你的意识中“我没有做过”。师父给你们举个例子，比方说你的心想去占人家一个便宜，你的意念中又在想“这个很正常，占他一个便宜又怎样，他也占过我便宜”，然后你的意识就开始产生一种行为——“那我就去做了，我就去对他怎样了”，这个“识”就成功了。心、意、识与空、无相、无作又有什么关系？如果你不对这个人有意见，不想去占他的便宜，你的思维中觉得都是平等的，不应该这么做——空了。空了之后，你就觉得“他像我的兄弟姐妹一样，所以我不能把他看成一个坏人去惩罚他、对他不好”——你无相了。无相之后，你怎么会对他有一些作为，怎么会去对他不好呢？这就是关系。这就是师父跟你们讲的，“无作”——不去做，因为你的心不想做，所以你就无作；你的心空了，你

就不想做了。但是很多人心没空，就会去做很多不好的事情。你的心哪怕还想着善，说“我要去帮助他，因为他被别人告了，因为他受到委屈了”，你有心想去帮助他，你一定会有作，那么你可能就走偏了。因为这个被人家告的人也不是个好人，他长期以来欺负、辱骂别人，最后才被人家告了。如果你去帮他，实际上你进入了他的因果中，所以你的心识还是走偏。

怎样空？佛教到后来，让我们不思善、不思恶，因为人间的善和恶都不是我们能衡量的，那是一种因果。怎样能懂得这些道理呢？要产生无量的智慧。菩萨告诉我们，要解脱，才会入“不二法门”。如果你今天入“三解脱门”，就会入“不二法门”。空、无相、无作，随便由哪一个法门证入，只要一门深入，就会增长智慧，开悟明性。为什么这么说呢？空、无相、无作，这是“三解脱门”：你能够空，就会无相、无作；你今天能够无相，一定会空、不去作——无作为；你今天无作为，一定是想通了、空了，一定是无相，那无相布施就开始了。

有时候人很难理解佛法，佛法中有句话是

“妄想就是般若”。很多人根本不能理解，什么叫“妄想就是般若”？妄想难道会成为般若吗？实际上，知妄想是空，妄想即是般若。因为妄想了之后，你知道这个是妄想，你得到了空性，就拥有了般若。如果你执般若是有，你觉得“我有智慧，我有佛陀的智慧”，你执著于“般若是有”，那么般若即是妄想。希望大家要懂得这些佛法深奥的理论。

师父简单地解释一下。“知妄想是空”：你知道这件事情不好，不能去做，“空”就是你理解它，知道这件事情不好，那么你认为它不好，不能去做，你是不是有般若智慧？有了。那么“执般若是有”：“我这个人就是能够懂得什么可以做，什么不可以做”，你知道什么可以做，什么不可以做啊？你执著于般若，般若就是妄想；你这个智慧也是妄想出来的，不是真正的解脱。所以佛法的高妙之处就是在于境界的提升，而且这个境界一直在往上升，达到无上正等正觉。

远离忌妒 超越自我

——2020 年 4 月 11 日《白话佛法》开示第四十集

今天给大家讲个故事。

自古以来，人有一个很大的毛病，就是忌妒。为什么人都会有忌妒呢？因为忌妒是为了竞争一定的权益，每个人都为了竞争一点权益，对相应产生的一些幸运者（在竞争中有些人比较幸运，他得到了，他拥有了）或者潜在的幸运者（就是这个人很可能会得到）产生一种冷漠、贬低或者排斥，甚至敌视的心理状态，就叫忌妒。所以忌妒是我们内心深处一个很难去除的毛病。每个人都会忌妒别人，大部分人看到别人有成就，就忌妒难平，心里很难过；看到别人受到赞赏、赞叹，心里就不是滋味，经常心里想“为什么表扬的不是我，是他？”甚至有的人就自赞毁他，为了表扬自己，情愿把别人讲得很低下，表示自己的高傲。忌妒就是病根，所以自古以来，只要有人在，就会有忌妒。忌妒就是当别人要成功了，

你会给他加以障碍。

佛陀在世的时候，不断地到处去弘扬佛法。给孤独长者希望佛陀能留在他的国家舍卫国弘法、度化众生，不惜巨资——以黄金布地，向祇陀太子买了一块地（因为对方说了，如果他把黄金铺满地，就把这块地给他，结果给孤独长者真的拉了很多车的黄金过来，铺在地上）。正当他在兴建祇园精舍的时候，舍卫国当地的那些外教徒听到这个事情，非常震惊，认为：“那是我们的地盘，如果瞿昙沙门（当年对释迦牟尼佛的称呼）来此，我们信徒的信念就会受到影响，供养我们的人也会减少。”这个时候，外教徒就想尽方法阻碍这个工程的建设。

第一个行动，他们就向给孤独长者抗议，说：“你知道瞿昙已有安定的住处，为何要把他请到这里来？到底他有什么能耐？”外教徒议论纷纷：“是啊，为什么请他过来？我们在这里挺好的。”但是恭请佛陀到此弘法是给孤独长者的一个心愿，因此别人再怎么讲，他都不受议论的影响。

外教徒抗议无效，于是又向国王提出抗议。

国王对佛陀早就有耳闻，而且好乐佛法（很喜欢佛法），所以也不听外教徒的言语。外教徒只好又回头找给孤独长者，说：“如果你要邀请瞿昙沙门的团体来到这里，必须答应一项条件，否则我们不会信服的。”

长者问：“你们有何条件？只要将来大家能和睦相处，不管你们提出任何条件，我都会尽量想办法。”

外道众徒说：“瞿昙沙门座下有一位舍利弗，据说他的智慧第一，我们要请他来跟我们较量较量，一比高下。”

长者认为这个也不困难，就到王舍城向佛陀说明此事。佛陀认为，要教化舍卫国，这就是一个最好的开端，这倒是一个很好的机会。于是，他就派舍利弗前往。佛陀说：“当地的工程正在建设，你最好先去安抚当地的人心。”舍利弗欢喜地答应了：“感恩佛陀。”走了。

给孤独长者请教舍利弗说：“尊者什么时候可以和外教徒论理较量呢？”

舍利弗说：“七天后吧，给他们七天的时间准备。”

长者马上就与外教徒联络。外教中有一位最被尊重的领导者，他认为这是一件大事，胜败就取决于这一次的较量，如果外教输了，沙门的僧团进入城内，外教原有的利养和地位就会大受影响，所以，这场辩论一定要非常慎重。七天之中，他们到处找最好的人才准备辩论，也召集了许多人当天助阵。

给孤独长者对此事也非常地慎重，他搭设了一个大讲台，用心安排舍利弗和外教徒的座位。较量的日子终于到了，因为是在当地，所以外教徒就浩浩荡荡地排开阵容走进来，很多人，有骑马的、走路的，全进来了。舍利弗是单独应阵，一个人坐在那里。

舍利弗向众人说：“好吧，时间到了，你们选择辩论还是用神通来比较呢？”

外教徒说：“道理从何辩起啊，没有道理可以辩，还是比神通吧。”

“对啊，比神通吧……”“比神通！比神通！”众人附和道。

外教徒随即幻化出一片非常美丽的花园，花朵盛开，芳香四溢。舍利弗一看他们幻化出一片

花园，马上化出一阵清风。花园里的花摇曳生姿，犹如仙境；可惜没多久，花瓣、叶子纷纷地掉落。这一回，外教输了。

接着，外教徒化出一座清净的池塘，里面的水清澈见底。舍利弗一看，马上化出一头大象，到清净的水池里洗澡。大象一翻身滚动，池里的水立即混浊。这次评分，当然又是外教输了。

那时外教徒非常生气，化出一条凶恶的九头龙冲向舍利弗，舍利弗眼睛一看，立刻化出一只大鹏金翅鸟，它飞翔自在，然后稳稳当当地坐在九头龙的头上。这时候，外教徒非常恐慌，认输了。有些人立刻请求皈依，但是也有一部分顽强的人不服气离开了。

那些顽强者仍然要阻碍工程的进行，还假装成施工的工人，要求长者让他们工作。长者心里有数，知道外教徒可能会混入工人群中，于是就告诉舍利弗。舍利弗说：“长者，工程如果想加快进行，当然必须要号召更多的工人。好吧，让他们来吧。”舍利弗亲自在那里守着，做监督工作。

有一天，舍利弗在大树下看到一群工人来

了，这些工人不一般，手里拿着棍子、锄头、铲子等工具，向舍利弗气势汹汹地走过来。但不知道为何，突然人人满心疲倦，好像要睡着一般，眼皮都抬不动，挣扎着向前，但是脚步却越来越沉重，不听使唤了。他们累得全部坐在地上，而且向舍利弗求救。他们知道舍利弗用法力了。

舍利弗即向前为他们宣说“四谛法”，那些工人听了如梦初醒，大家都被舍利弗降伏，从此工程顺利如期完成，祇树给孤独园就这么开始了。就是因为有这一段兴建的过程，所以在佛教经典里才会经常看到“如是我闻。一时佛在舍卫国祇树给孤独园……”的经文。

所以，学佛人不能有忌妒的心。碰到障碍，碰到别人的忌妒，要如如不动，心魔永远无法战胜心中的正法正道。希望大家要好好地学佛修心，战胜自己的心魔；不要被人间的五欲六尘所染，要以佛的正气护及自己的身体，敢于担当，在人间，再凶猛的波涛骇浪能奈我何？所以吞没之身实际上是无明之众，别人对你的好坏，对你所有的讲法，实际上都是一些无明的众生，一旦他们明白了，就是有道之人。所以希望大家要超

越心中的障碍，不要把别人对你的忌妒、给你的一些烦恼，障碍在自己的内心。要懂得，他们只是一时的迷惑，也是可怜的无明众生；一旦佛法被他们理解，他们一定会正气浩然，一定会像我们一样正气正法，得到最可贵和宝贵的佛法。

好，今天的《白话佛法》就跟大家说到这里，我们下次节目再见。

心净智慧 远离罣碍

——2020 年 4 月 15 日《白话佛法》开示第四十一集

我们今天继续讲《白话佛法》。

学佛人要说佛陀的佛言，行佛陀的佛道，学佛陀的教义。佛陀留下很多的无价之宝，告诉我们修行之重，必先克其劣行：每个人学佛，首先要克制自己的劣根性和在五欲六尘中所染著的东西。要常存悔心：经常心中要有悔意，“我过去做了很多错事，我对不起自己的父母亲、曾经帮助过我的同学、师长”。多存善心、善念，因为善心和善念就是一个引导着你语言、行为能够行善的根据。多行善念和善心之后，你会有善愿发出。有善愿的人，就会严于律己，也就是说自己能够守戒。有愿力的人说“今天要做一个好孩子”，那他就不会乱来；“我今天要做一个善良的人”，那就不会去忌妒别人，去贪瞋痴慢疑。你心里的智慧才能明亮——心智才明，前程乃畅，就非常顺畅。

如果修行的人只顾自己，我行我素，慢无他人（就是傲慢，心中、眼中没有他人），贡高我慢，就不能明法正身——你心中不能知道什么是正能量、正法，也不能有正确的身体行为，所以这一辈子可能就会断送慧命。怎样能够到佛之彼国去？很多人没有慧命，根本不知道怎样能够到西方极乐世界，因为当他们要修心的时候，会有诸多的魔障，所以必定要坚其道心，意志坚强，学会勇于承受，能够担重任于身——要救度众生，弘法利生。

不要被人间的五浊恶世所缠扰，因为在这个世界上很容易被五浊恶世所染著。过去说“染尘所染”，就是这种灰尘会使你染著。那么怎样能够让自己不被这些五欲六尘所染？就是要以佛之正气来护及其身，要用佛法的正气、正能量，永远不要生出伤害别人的思维和念头，不要生出忌妒别人的意念和思维，这样的人就敢于担当，浩然正气，再凶猛的波涛能奈我何？很多人为什么能够在非常恶劣的环境中继续学好佛？自古以来很多高僧大德，他们能够明心见性，无论周围发生什么，无论心中产生了多少魔障，都有能

力去克服它，所以不会成为无明之众，否则你就会成为一个无明之众。所以修心最难超越的就是心中的魔障，心中的魔障就是心中的障碍，就是《心经》里讲的罣碍心。如果有罣碍心，什么都放不下，什么都罣在心中。所以一个人要有正气、正法、正信、正念，才能克服这一切。你们要好好地学习佛法，救度众生；能够修行之精，就是修行的经典。希望大家能够懂得，观世音菩萨传授我们这个正法，就是改变我们的心灵，上至天、中至人间、下至地府，能够救度万劫之身悲苦中度。

所以不应该去想太多，不应该放不下。一个学佛的人要胸阔如海，坦然正法。什么是“正”？能够用菩萨的正法来对照自己，在法界中能够接人间天地之浩然正气，广度有缘，悲愍无明众生，这些都是以最爱之情来感化众多的有缘众生。我们要真心地帮助众生，来改变他们，去怜愍他们，去感动他们，这样才真正地显示出我们佛之本性，逾越自我，大爱无疆。

有时候碰到很多难度的无明之众，我们要动之以情，施之以礼，表法最重。“佛法僧”三宝，

为什么称“法师”为一个“宝”，就是表法。众生因为在人间，人之有情，殊不知不能被人之感情所染，否则就进入红尘感情之中。我们学佛要有信心，要清净慈悲，要用菩萨的大爱之身与天地同宽，以宽厚待人，以善为本，人心皈依，这样才能救脱更多的苦难众生。

我们学佛不但自己要解脱，也要帮更多的苦难众生解脱。我们无始劫以来有很多业障和灵性在身，造成我们修心困难重重，这些困难造成很多人的懈怠、无明，造成很多人的贪心，由贪心慢慢地转为瞋恨心，由瞋恨心慢慢地转为愚痴心，而这些本身皆是唯心所造，每一个贪心、每一个念头，善恶都是心。所以要善念长存，善愿永存，长存在自己的心中，要斩断人间的五欲六尘。

佛陀曾经告诉我们，众之欲望，如水火之毒殆尽其生命。佛陀的意思就是告诉我们，我们众生活在人间，欲望就像水和火一样，能够烧着我们，能够把我们的生命烧光，烧到我们生命结束，水把我们淹死，火把我们烧死，因为我们在欲望中出不来。所以修心的人要善恶分明，恒常常思

己过。一念善越云霄，一念恶堕九泉，妄念、欲望、欲念、贪念，还有爱念、恨念……我们一定要越过所有的障碍，越过罪孽——佛陀说，这样我们才近于佛之彼国也。

所修的人要真修实修，做人要坦荡。佛陀、观世音菩萨、所有的龙天护法，都会保护我们这些精修之众。佛把我们视为佛中之宝，因为修行的人，菩萨、佛常常在观照我们，时时地在观望着我们，他们用佛光在护佑着我们。观世音菩萨慈悲所有的孩子，无时无刻不来观照我们。我们学佛的人虽然因缘不同，感官略有差别，有的人有感应，有的人感应差一点，但我们要懂得常感念善举，多圆众生，就是我们经常要感恩自己和别人所做的任何善举、行为，多多地包容、圆融众生，我们才能回到光明的佛之大道，破迷开悟，离苦得乐。

因为我们过去种下了无明的因，所以轮回为人，学佛人学到后来就要修回本源。我们要无债无业，才能变得轻一些，才能赶上法船。修心，很多人讲究修哪一个法门，不管修哪一个法门，不管跟着哪一尊菩萨或佛，他的法你只要能够融

入其中，只要能够得到法味，提升和净化自己的心灵，你就是在慢慢地往前走，一步一个脚印地在接近你的本源。我们真正的解脱之道，就是要用自己的定和智慧。凡是一个人能够定得下来，那这个人就拥有了佛法的智慧，所以定能生慧。

要时时刻刻关闭你的“六贼”眼耳鼻舌身意，把你的“五蕴”色受想行识、贪瞋痴慢疑要全部修掉。修心就是要全部修掉我们身上那些人间的贪瞋痴慢疑，清除我们心中的杂念，保持我们心中的净念（干净的念头），我们的精气神才会合一，天地人才会在心中合一，元神（佛的本源）才会被激活；活在这个世界上神清气爽，有目标地修，你一定会解脱这个世界的红尘烦恼，走进佛的光明大道。

在佛经上说“干慧辩者口疲，大智体了心泰”。其实在佛经上，“干慧”就是一种思维和念头，一种见解。干慧辩者口疲，也就是说，我们做人要正确地见解、正确地思维，不要去耍小聪明，不要认为自己的见解是正确的，不要玩弄口舌是非，很多人讲话总喜欢“歪理十八条”。言语说得好的话，道兴，佛道就兴旺；言语说得不

好叫“言语道断”，言语道断的话就“心行处灭”，也就是说你心里的行为这个地方，好的佛法佛道就被你灭掉了。你自己要证悟，要正确地来领悟，你用这种辩才，无论怎么想、怎么辩、怎么说，心中不正，讲出来的一定不是真道。所以有大智慧的人“体了心泰”，就是说有大智慧的人，能够了解自己和了解别人的心态。

三界唯心 万法唯识

——2020 年 4 月 15 日《白话佛法》开示第四十二集

有大智慧的人能够了解自己和别人的心态，就能救度众生。你知道你在说什么，你也知道别人的想法，这就叫“大智慧”。

菩萨了知三界唯心，万法唯识。不管学什么法，不管做什么事情，实际上都是意识在起作用。你认为这件事情可以去做，你去做了；你认为“我要学佛，我能用学佛来改变自己的身体状态”，这个意识在你心中，那你就好好去做。万法唯识，所以不要被一些物质的东西所迷惑。很多人一生，这个东西好了，就把那个东西扔了；那个东西好了，过一段时间把这个东西扔了。这就是人“心猿意马”，人的心就像猿（猿就是猴子）。你看猿猴都是攀援型的，它就攀，从这棵树爬到那棵树，总是拿了这个、扔了那个，拿了那个、扔了这个。所以菩萨叫我们不要被人间的物质所迷惑，不要被环境所转。环境变了，你也转了，大

家都这样，你也这样，那你就是完全被环境所控制。

一个人不管对什么事情，要懂得“菩萨触物斯照”，就是菩萨接触所有的事物，马上可以照见他的五蕴皆空，马上就能理解这件事情。“声闻怕境昧心”，也就是说声闻乘比较小根智的人，他不知道心法两空。实际上心到了最后也是空的，法到了最后也是空的，所以心法两空。

师父跟你们讲得再仔细点。心，想想看，到今天为止你从小想了多少事情，你想过的多少事情都是白想的，都是空想的，都是妄想的。我们小时候想了很多事情，“大起来我要成为……”——想过多少，全是空想。我们小时候有多少物质，“我能够得到这个奖状就好了，我得到那个奖状就好了”，全部都是空的。所以心境——心和环境，实际上永远是对立的。因为你心中想着什么，环境不一定是顺着你的，所以心境对立。你想干什么，它不顺着你；你想做什么，它不能理解你。即使跟一个人接触，你想说服他，他就是不理解你。

对外环境，我们怎样克制自己因为心境对立

之后所产生的恐惧、忧患、喜乐？我们对不理解的人会产生一种忿怒，有时候还会产生一种愚昧的心。因为觉得“这是不可能的事情，这是一个做不好的事情”，所以我们不能找到怎样救度众生的要点，因为我们的心和环境成了对立面。

所以真正的空就是心法两空、心境两空，什么事情都要真的放下。佛法告诉我们“悟者日用无生，迷人现前隔佛”，意思就是开悟的人，他每天智慧，“日用无生”就是他每一天用智慧来生活，不会生出烦恼；没有智慧的人，天天烦恼缠扰着他。“迷人现前隔佛”什么意思？迷惑之人在菩萨面前也看不见菩萨，就是在佛法面前也不知道这是佛法，就像隔开佛一样。很多人明明找到了这么好的法门，找到了这么好的佛法，但是却不好好修，他就远离了佛法。

了知万法皆空，一切都是佛性的变现，当你知道这些，你的心却无罣碍，你的心才能破除心中的迷误和存物，这样，你的心中就会慢慢地无四相。能够远离四相，你就远离了障碍和罣碍，才能见到真佛——你心中本性当中的佛，才能慢慢地在修行中显现出来，才能用你人间的心修成

和佛一样的境界，那就是佛教界经常讲的“心佛合一”。

今天跟大家稍微讲得深一点，因为佛法要用到我们的日常生活中，用佛法来解开心中的烦恼，你就开始进入般若智慧中。如果学了半天的佛，还是天天迷惑颠倒，想不开、道不明地忧伤，就是远离了般若智慧。

佛法中有禅定，要入禅定而心不散乱。禅定是什么？把思维集中在某一点上。你们看师父，我吃饭，我就很开心；我做一件事情，我就很开心，当时其他事情我都可以忘记。而我们现在的人修心，念经的时候想到要吃饭、睡觉；睡觉的时候，想我今天还没念经呢，总是散乱的心。一个真正解脱的修行者，他要明白，要觉醒——觉悟和醒过来。菩萨将我们人在人间的很多想法看作“睡觉”——没有觉悟，没有醒过来。师父曾经跟你们讲过，师父像一个闹钟，每天让你们早早地起来，叫你们好好地念经，在唤醒你们心中的佛性；希望你们变得越来越慈悲，越来越能够为别人想，不要整天钻在自己的小圈子里解脱不了，想着都是自己的事情，这样你才能增加禅定

的能力。

怎样能够禅定呢？要专注精神方面的统一而不散乱，靠的是一种禅定心。这种禅定心在禅宗里怎么来的？首先要去除妄念，也就是要集中心中的力量。“我今天要开始念经了，我要开始禅定了，我要把所有其他的杂念全部忘掉，去除杂念，然后集中我的心力。”因为心中有力量，当你发出愿力，发出一种心力的时候，心识会转换成一种力量（心识就是心里的意识）。举个简单例子，你家里出事了，你心想“我今天求菩萨保佑，我用全部的心力来求菩萨，菩萨一定会保佑的”，你求的时候心力集中，意念非常集中，你心里的意识认为“佛菩萨一定会救我们家里的人”，这时你的心会产生一种巨大的力量，你才能解脱世间的烦恼，你的心中会产生一种圣果。很多人坐禅，说“我禅修，禅定”，没有力量，没有能力，坐在那里只能打瞌睡，“入定”了——入的那叫“昏沉大定”。一坐下来就要睡觉，很多人一念经就睡着了。当然有人问：“师父，我一念经就睡着了，好不好？”我说：“总比脑子杂念横飞好。”但是如果你能集中精力好好地

念经，你的力量、心力就不会涣散。如果你心力集中，能够完全解脱世间的烦恼，就会引发内心的大能和智慧。一个人如果心力集中，坐在那里求一件事情，他的能量无限，那种智慧和巨大的能量体——正能量，全部都会出来。用现代话讲就是“专注力”。你们想想看，一个人专注一件事情是不是能够成功？一个人对这件事情没有专注力，就不能成功。所以去除妄念靠自己的专注力和自己的觉醒能力。佛教界说，如果能够去除妄念，能够有去除妄念的能力，而且能觉醒了，你就是佛教界讲的“定觉支”。人要定得下来才能有觉悟，禅定，禅坐得下来，才会有定力，才能有智慧。

作为一个学佛人，想要求自己能够做一个解脱的人，要学会觉醒，要增长内心对外界刺激的承受力。因为我们每天内心对着外缘都会受到刺激，今天感情受伤了，今天语言受伤了，今天别人的一个行为让内心受到了刺激，而让我们痛苦不堪、苦恼，反映出来的是一种散乱和心识的丢失，因为妄念四起了。“他这么恨我，怎么办呢？我要反扑，我要对他进行正面的交锋还是在背后

怎么搞他？”你的心就会散乱，就会引起苦恼，而且在思维中想去报复，想去做某一件事情，只要在你意识中成为一个焦点，你很快地就会心智丧失，因为害怕。

所以要懂得菩萨讲的“诸行无常”，我们做什么事情，诸行无常，诸法无我，四大皆空。今天想了半天，做不到，那这事情是白想，你去想它干吗？想了之后只会在你八识田中增加烦恼和障碍。今天去做了，接下来会有报应，然后你又害怕，害怕之后最后还是没有。为什么？你被别人报了，冤冤相报，到最后结束了，还是以别人报应给你或者你报应给别人为解脱——这个解脱那是虚妄的。那是一种暂时的快乐，好像“我战胜他了”，实际上是一种人间的烦恼，当时的环境让你能够得到一种暂时的心里的舒缓。

世间的一切物质，无论是物质现象或者是精神上的，你所用的一切手法，在物质现象中，佛法就把它称为“色法”；如果在精神现象上，你恨别人、跟别人作争斗，其实这就是“心法”——都是留不住的，你的意念会留不住，你和别人的争斗也会逝去，别人对你好、对你不好都会失

去，因为随着时间的推移，一切都是不永恒、不常住，因为所有的色法和心法都是性体本空的，都是空的。你心里想的是空的，物质上去做的，最后得到的也是空的，所以叫“四大皆空”。所以菩萨告诉我们“诸法无我，诸行无常”，你要懂得这些道理，不要再去执持世界上很多你本来就得不到的，而且是虚妄的东西。即使别人伤害你了，你去报复他，只会反弹给自己更多的痛苦和磨难，让自己在红尘中、在烦恼滚烫的油煎中，再一次再一次地伤害你的心。要懂得虚妄不实的物质，就是对已经发生过的事情，我们不要去采取任何的追忆、难舍、瞋恨、忌妒、放不下。菩萨让我们解脱，对那些还没有发生的事情，为什么要提早去担忧，给自己带来很多苦恼，给自己带来很多烦恼和忧愁？

学佛学到后来，我们要运用自己的智慧——本性中第九意识的智慧，去改善那些可以改善的事物。这件事情还能改善，我们就尽力去把它改善。对改善不了和已经发生的事物，要学会勇敢地用禅定去面对它，定住自己，“已经发生了，已经这样了，我不想再去纠缠，我不想再为这件

事情给自己制造更多的烦恼”。现代人“惟人自召”，别人骂你一句，回到家里想不通，他骂你的一句话，你回家可以拿这句话来想一百次，来伤害自己一百次，这就是愚痴。

菩萨叫我们要懂得坦然接受一些现实，对人间的任何事物没有丝毫的喜怒哀乐，没有激动，不要对任何事情产生激动的行为和思维，面对外缘给你任何的刺激都要如如不动，这样你就会不添加自己的烦恼。你一定要记住，因为这一切都会过去，烦恼会过去，法喜也会过去，任何人去纠结人间的欢喜、烦恼，他只会解脱无望，平添自己在人间更多的苦痛。

所以我们要面对外缘（外面的刺激），自己好好地用禅定，不起苦恼，慢慢地，而不是快速地反应。对任何一件事情，不要人家骂你一句，你马上骂回他；人家对你好，马上回报他；人家对你怎么样，马上就怎样——不要啊，你要如如不动，因为这些事情很快都会过去。你只要想好了应该一步、两步怎么做，你就产生了智慧，这在佛法界就称为“行舍觉支”。

无相就是不著相

——2020 年 4 月 15 日《白话佛法》开示第四十三集

做人为什么不要把这个心住在烦恼中？已经发生了，硬把这个心放在烦恼中，就会越来越烦恼。

菩萨不住无为。什么是“不住无为”的道理？就是菩萨的心是“我今天去做这个事情，肯定是无为的”，就是没有目的地去做的，做没有目的的事情，根本不把这些无为的事情放在心中。菩萨今天去帮助别人了，别人都很感恩他，说“你做的是菩萨道，你在帮助别人，你在救度众生”，他说“没有，跟大家一样，我只是希望大家跟我一样”——菩萨的思维，这就是不住无为。连你做好事根本都没认为自己做好事，就是得道了，就是证得涅槃了。很多人不懂什么叫“涅槃”，你不住在所拥有的这个境界中，超脱这个境界，就是涅槃。

所以要懂得，我今天做了好事，我离开做好

事的境界；我今天有烦恼，离开烦恼；今天我得到了，离开“得到”。因为一切都是虚幻的，所以要学“空”。佛教界讲“修学空，不以空为证。修学无相无作，不以无相无作为证。修学无起，不以无起为证。”修学空是什么？要学习空相、空性。比方说，今天不管做什么事情，它会过去吧？过去了是不是空了？这件事情在一年前有吗？有的。今天这件事情已经过了，是不是已经空了？像我们很多小朋友，过去是在读书的阶段，读书结束了，你是不是现在要进入成年人的阶段？那么你读书阶段就叫“空性”。所以叫你们学习一切要空，因为它既然过去了，就是无相，你也没有作为了，因为你已经不读书了，所以你也不要再到学校去有所作为了。这样，就是师父上一集跟大家讲的“三解脱”。

空，就是一切本空。我们学佛做人要懂得，这个世界来也空空，去也空空，我们来的时候，什么也没有带到这个世界上；我们走的时候，也没有一样东西可以带走，所以来也空、去也空，一切本空。这个世界上一切都是借给你的，是你借来的，哪件事情真的是属于你的？所以法师两

袖清风，他们懂得“因为在人间是个过程，我不会永远在人间，在人间是借假修真的一个环境，所以我不执著人间的所有事物，因为我知道这是空的”。就是师父跟你们讲的，你们如果去到一个岛上旅游，很美丽，给你一个很大的房间，你说缺这个、缺那个，如果你把家里全部布置好了，这个买好了、那个买好了，可能没几天你就要离开这个岛了，因为这不是你真正的家。我们到了人间，眼睛一眨就是几十年，这不是我们真正的家，我们真正的家在天上。这样我们就懂得，这个世界一切本来就是空的，所以就叫学空——学习空性。学佛都要以空为基础。学佛，你今天学了吧？学了。学了之后不要高傲，不要骄傲，因为学了之后，进入你的八识田中之后也空了，学好了之后，没了、结束了，进入你的意识中了，然后你的意识就在生活中了，所以一切都是空的。

无相就是不著相。你今天是一个博士或者教授，如果到了老年，痴呆了，什么都记不住，还算什么教授啊？你把一切都忘了。所以不要去著相你今天是谁，因为今天的一切都是本空的。希

望大家要懂得，我们不要被现象所欺骗。人好面子就是在现象中，你看到的人间以为这是真的、那也是真的，实际上你被它骗了，因为真正地活在世界上是空性的。

菩萨叫我们无作，作而不作，你好像做过了，实际上像没做过一样。想一想我们小时候，很多事情是不是做过了？现在想得起来吗？做过吗？做过，像没有做过一样。小时候生过气吗？生过，曾经有很大的气生过了，现在像没生过一样。你们小时候开一个 party[聚会]，或者曾经有一个 birthday party [生日聚会]，爸爸妈妈帮你叫了很多人来，那一天你打扮得很漂亮，大家都鼓掌、吃蛋糕，开心得不得了。过了吗？作而无作，你现在想起来就像没做过一样。这就是菩萨让我们看到的“本”，一切行为用现代话讲就是“过了就算了，过了就没了”。也就是叫我们懂得，无愿，没有带来什么愿望，也带不走什么愿望，因为一切都是空、无相、无作，这就是大乘佛法的三解脱门。

师父告诉你们，求菩萨，也要懂得解脱。我们经常跟观世音菩萨说“观世音菩萨，您有求必

应”，对不对？但是要记住，你“有求”，菩萨可以“必应”，但是问题你自己的能量、功德有多少，菩萨听不听得到？而且还有最重要的一条，求菩萨能够求到有求必应，一定伴随着一个附加条件，那就是心诚则灵。如果你今天心不诚、不诚恳，以投机的观念来学佛，你一定得不到真正的回报。你只是为某一件事情来求，为某一件事情你完全靠菩萨，而不用自己真正学佛的心来配合，你是绝对不会灵验的，很多人的心没有到。我们懂得菩萨也不容易，因为我们人这个求愿、那个求愿，然后自己的功德不够，自己的愿力不够，只是为某一个事情而求，自己身上的业障这么重，求得不灵你还怪菩萨；你天天许愿，要求愿力，求到后来就变成“怨”了——抱怨“菩萨，您怎么不灵啊？”

我们无论做什么事情，要学会懂得空性，懂得空、无相、无作，那就什么都放下来了。“我今天求什么，我知道是空的，但是我求了，自己的心用进去了，我得到的也是暂时解决人间的问题，因为最后还是离开这个世界”，所以这不是你真正需要的东西，也是一个空性。慢慢地佛就

告诉我们，要“修学空，不要以空为证”。什么意思？如果一个人跟你说“我空了，我已经想通了，我完全想空了”，你不要去相信他，因为他执著在这个空上面，觉得“我是证得空性了”，没有空。真正证得空性的人，连这个空都没有了。这就是师父经常跟你们讲的，一个人说“我根本不跟你们争，这样东西你们去争好了，我根本不要，想都不想它”。你说他在想吗？他心中正在想这件事情，大家都在争，他嘴巴里还说“我才不要呢，我才不想这件事情”，但是他心里有没有这件事情？没有真正地空下来。

师父要你们修学无相、无作，就是不要著相，不要盯住这件事情，什么事情都要放下来，才是真的空性，因为知道空了。学佛中要绝对不入空，“我知道这个事情是空的，我不入空”，就是说“我知道这个人间是无常的，但是我不进入这个无常中”。有很多人说“无所谓的，人生苦短，所以我根本无所谓，你给我也好，不给我也好”，因为你还是觉得“我不入空”，实际上你入空了。这就是师父讲的佛法哲理，你的意识还在里面呢。就像师父经常做心理辅导，跟有些患者讲，

她说：“我早就放下了，我才不在乎呢，他离开我就离开我，我一点都不痛苦。我真的……我又不回他信，我也不想他，我一天就……”她讲到现在，全是讲这个男孩子，你说她是不是入空了？嘴巴里说不入空，实际上心中全是执著空性。

空了，我们又不能完全空，“顽空”也不行。因为完全空了之后，谁去救这个世界？谁去度人？如果不借假修真，大乘菩萨怎么能够体验到入世行善？天上下来的菩萨，个个都要入世来行善，来救度众生的。我们虽然要空，但是我们要入世行善。

要修学无起。什么叫无起？“不以无起为证”。无起，就是我们虽然在空性中，虽然有时候在入世行善，我们在空性中也是要行善，要去救度众生；实际上还是在空性中，但是不入空，也没有完全离开空。这就是哲学。无起就是不动心。我们不以无起为证，不动心了，就不要再去想动心的事情。“我要去救人，我今天到这个世界上来，已经许过愿了，我就是要救度有缘众生”——你还是有起，因为你有起动你的心念。所以

学佛学到最后，能够不动心当然最好。积极地去行善，每一天都找很多善事去做功德，但是不能动这个心为究竟。也就是说，你不能去为了行善、为了做某件事情、为目的地去做，你不能为了这个究竟作为究竟。

所以佛法讲到后来真的非常非常难，就是“起心动念都是业”。今天动了一个善念，你上天了；动了一个恶念，你下地狱了。很多人说：“为什么师父叫我们不要随便起心动念？”这就是要想到空性，你想到每一件事情做了之后，最后归空，就不会再感觉到“我在法施，我在布施”，你“能善分别诸法相”。因为空性，等于离开了。比方说两个人在吵架，你离开两个人之后，诸法空相，看到的这两个人所做的一切行为、思维和语言，你知道都是空的，待会儿就没了。这样你才能知道这个世界上，他们两个人的争吵原来都是因果。你不入因果，但是他们入了因果。如果你说谁对谁错，你就进入了人间这个是非的因果。你说这个人“是”，那么那个人就是“非”（就是不对了）；你心中觉得“这件事情是对的”，有个“是”，那你心中一定会有一个“非”。所以不

入因果，那才是第一义。

我们要证得菩萨的道果，要学习持戒、修定。要懂得，成佛第一要没有妄念，没有烦恼，而且要空性，但是又不能执著于空性。一个已经成佛的人他还动不动念头？他没有念头了，他已经是佛了，无论做什么事情都是佛言佛语，他做的任何事情都是佛的行为、佛的智慧，根本不需要再去想“我是佛”或者“我不是佛”，或者“我要做佛的事情，因为我是佛”。就像一个人说“我是一个好人，我要做好事。我今天是个劳动模范，我必须要做模范的事情”，那你还是在“模范”中，执著这个“模范”，还没有完全空。你要真正地放下，知道自己是模范，而且你已经忘记自己是模范，总之看到模范应该做的事情、去帮助别人，你就去做。

“能善分别”，你如果觉得这件事情是善和恶，你能分别它，实际上你还是心中有分别；要无分别，才能善于分别一切法相。你要离开别人的争吵中，你才知道他们的争吵实际上在因果中。所以我们要离开，离开就是靠空，靠不著相。师父跟你们讲到现在，就是希望你们懂得，无论

做什么事情，做了要像“无作”一样，不著相。对这个世界，用禅定的心来看穿，它完全是一种禅定所产生出来的虚幻之相，你慢慢地就知道什么是“空”了。

希望大家好好学佛，把这个世界佛法的思维、佛法的第一义理能够完全明白，能够完全脱离这个空相——你不但空了，还要脱离这个空相——那你就能证得无上正等正觉了。

听闻佛法 尊重供养

——2020 年 4 月 15 日《白话佛法》开示第四十四集

今天跟大家讲一个佛陀当年在世的故事。

佛陀当年到处去弘法，过去在舍卫国祇树给孤独园弘法的时候，在这个城中有一位非常有钱的大富长者，他娶了一位名门贵族的女儿为妻子。长者特别聘请了这个城中最好的乐师，每天演奏种种上妙的音乐来取悦夫人。

长者的夫人怀孕十个月之后，产下了一名相貌端庄的男婴。这个孩子一生下来，居然身上自然裹着一件由须曼花编织而成的衣服，不但柔软，而且色彩缤纷，同时还透露了世间少有的清香，闻之令人神清气爽。为此，长者特别请来当地的占相师为他的儿子看相。相师们一看到男婴端庄殊妙的相貌，“这孩子不得了啊！”赞叹不已，纷纷询问长者：“孩子出生的过程有什么瑞相吗？”长者夫妇回答：“孩子身上的须曼花衣服是与生俱来的。”相师们听了都觉得不可思议，

因此为男婴取名为“须曼那”（须曼那就是花朵的名称）。

须曼那在父母的慈爱中一天天长大，他的个性非常谦和，对人总是温和有礼，对于父母亲更是孝顺，大家都很喜欢亲近这个孩子。更不可思议的是，身上的须曼花衣服也随着他的身形成长而长大，孩子长多大，衣服就长这么大，始终非常合身。

长者夫妻知道，须曼那身上能有这件庄严的须曼花衣，一定有其特殊的因缘，他们就让须曼那前往祇树给孤独园出家修行（过去要出家不容易的，那是进入皇亲贵族的一种境界，非常高贵），并依照阿那律尊者学习坐禅等法门。

出家后的须曼那沙弥非常用心学习，他在阿那律尊者的教导下，不久就证得了阿罗汉果，然后得到三明六通，具八解脱。三明就是天眼明、宿命明、漏尽明。六通：天眼通、天耳通、他心通、宿命通、漏尽通，还有神足通。也就是说，这个孩子具有特殊功能，能够到处跑。可能大家对其他几个神通都知道，但是不了解漏尽通。“漏”实际上就是烦恼，把烦恼漏尽了，没烦恼。

这个孩子为诸天世人所敬仰，大家都很尊敬他。

有一天，阿那律尊者令须曼那到远方的拔提河去汲取净水，供养佛陀，于是须曼那就前往拔提河。他将净瓶装满水后，往空中一扔，没想到这个净瓶就跟着他飘浮于空中，然后就跟着须曼那往竹林精舍飞过来了。当时在孤独园中的比丘们见到装满水的瓶子飞过来了，个个都非常诧异，在得知须曼那只是出家还没有多久的沙弥后，他们对须曼那能具有如此的神通叹为观止，觉得不可思议：“他刚刚出家，怎么居然有这么大的神通？”于是大众比丘恭敬地到佛陀那里，请示佛陀：“世尊，须曼那沙弥在过去究竟修了什么样的福报，他不仅今世出生于富贵人家，而且又是须曼花衣随身俱生，而且在出家不久后，他就能证得阿罗汉果，具有如此的神通？”于是佛陀就为大众比丘慈悲开示其中的因缘。佛陀非常慈悲，你们问他什么，他就跟大家讲这个因果。

在过去九十一劫前，有毗婆尸佛住世，那时在波罗奈国弘扬佛法，教化百姓，功德圆满之后入于涅槃，就是完全证得无上空性，证得无上正等正觉。当时梵摩达多王为佛弟子，于佛涅槃之

后发心建造了四宝塔供养佛的舍利。这时有一个童子跑到塔前，瞻仰礼敬宝塔：“这么雄伟，这么好，这么殊胜庄严的宝塔！”心生欢喜。看了这座宝塔他就发愿出家，但是从小直到年老，他都没有开悟。（所以每个孩子，出家并不一定代表开悟，学佛并不代表一定有智慧。）他一辈子就非常自责和忏悔：“为什么我修了一辈子都没有开悟？”

有一天，这个自责的比丘以其所有的积蓄购买了须曼花，他亲自用细的线将一朵一朵的须曼花缝制成一件能够盖满宝塔的须曼花衣服，供养佛舍利塔（用花把这个宝塔全部遮起来，你看这个愿力多大），而且发愿：“我一定要生值佛世（就是以后再来生，一定要生在佛在的世界中），随佛出家，证悟道果。”在师父讲这些佛的故事中，有很多人的愿力就是“我一定要生在佛住世的世界”，这就是大愿力。

佛陀接着告诉大家，此比丘由此供养功德，九十一劫以来没有堕过地狱、畜生、饿鬼。无论在天道做天人，还是在人间，这位比丘常有须曼花衣服与身俱生（就是做天人也有这个花衣，在

人间也有这个花的衣服），享受天人福报。更由于他忏悔发愿功德，于今世得遇佛出世，随佛出家而证道果。所以大家要懂得什么叫“忏悔发愿”，忏悔自己的愚痴，没有开悟，“我发愿一定要增长佛智”。因为忏悔之后发愿，那个愿力特别特别大，特别特别灵。所以师父叫你们一定要念礼佛大忏悔文，然后再发愿。佛陀讲到这里，大家闻佛所说，信守教诲，欢喜奉行。

这就是告诉大家，一个人可以不开悟，但是不能没有忏悔心；一个人可以做错事情，但是不能没有改变自己的心。《大般涅槃经》中讲道“若见如来舍利，即是见佛”，也就是告诉我们，你看到的佛经，看到佛陀的如来舍利，其实就是像见佛陀一样。这位须曼那在过去生中年少的时候发心出家，至老年他都没有开悟，他没有因此而退失菩提心，反而能够返观自照“我为什么一辈子都没有开悟？”心生忏悔。当他心生忏悔的时候，再发起广大愿心，尽其所愿供养，产生供养的功德，所以感得须曼花衣随身出生，并遇佛住世，出家修行，而证道佛果的殊胜果报。

我们今天学佛，已经闻到佛法，就是一个非

常幸运的人，为什么还整天对很多事情不珍惜、不满足？我们有智慧，但是这些智慧都是人间的，我们要把它变成佛的功德智慧，要忏悔自己的过去。“生值佛世难，得遇正法难”，我们今天虽不能“生值佛世”（佛住在这个世界），但是有幸佛的正法还在这个世间，我们还能好好地学，我们更应该把握种种的因缘，好好地听闻佛法，尊重供养，精进不懈。

你今天长得面目清秀，一定前世供花；你的眼睛好，一定是供过油；你的口才好，一定口吐莲花；你脑子清净，没有灾劫，前世一定有修。所以一切都是你自己前世和这一世的“唯心所造”。你今天要想信解行证（你想解脱，要相信、要修行、要证得佛果），你要相信它，要“远契古佛心印”，要把菩萨的正能量牢牢地放在自己心中，让八识田中的佛性来面晤九识田中阿摩罗识本来拥有的佛性，这就是“契合心佛合一”，这样才能一世修成，永断轮回。

谢谢大家，今天就跟大家讲到这里，我们下一次再见。

四圣谛就是解脱谛

——2020 年 4 月 18 日《白话佛法》开示第四十五集

今天我们继续给大家说《白话佛法》。

学佛就是要解脱。人在一生中，到了中年就会开始回忆，回忆自己的一生、年轻的时候。人经常会想：为什么人生会失去这么多？年轻时候拥有的，包括朋友、包括家，怎么到现在都没有了？我们到人间来究竟是为了什么？很多人就说，难道到人间就是为了跟其他人一样，在走一个生活的程序吗？这样走完人生的路，都不知道自己来人间的目的是什么；等我们走完程序的时候，才知道原来在人间应该学佛，应该懂得离开人间之后去往哪里。但是谁也没有想到这些，因为在人间的时候不会想到要学佛。首先，你没有这个缘分，因为你整天关注着自己的小家，忘记了还有个慧命的“家”。每个人都有自己的慧命，肉体是一个家，但是智慧又拥有了另外一个“家”，而这个智慧的“家”会让你的一生摆脱

烦恼和痛苦。

很多人一生在这个社会上痛苦万分，就是没有找到一个智慧的“家”。很多人在肉体上拥有了房子、汽车，拥有了豪华的住宅和一些朋友，但是这些都如过眼云烟，很快就会没有了。没有人会想到，应该为自己的未来——到底准备到哪里去——做一些准备。我的人生为什么会这么痛苦？为什么在我的中年时代会发生这么多事情？因为你找不到另外一个生命，那就是慧命。

所以师父希望你们摆脱痛苦，摆脱烦恼，拥有自己的慧命。我们人很可怜，很多人刚刚学佛，刚刚找到一个自己的“家”，又因为无明造成自己很多劣根性和业障，然后又懈怠。找到了佛法，慢慢地又丢失了佛法，因为在学佛中克除不了烦恼，不能克制自己、不能忍耐，不能忘记别人跟他累世的冤结，不能原谅别人，不能包容别人，每天活在痛苦和烦恼中，慧命又因此失去了。因为看到这个社会的外环境整天是你争我斗，整天是朋友和朋友的忌妒，在烦恼中度过，所以他也加入了这个行列，而远离了自己的慧命。

学佛人要懂得，给你人生带来最大痛苦的是

什么？就是你的身体。你的身体一会儿好、一会儿不好，一会儿痛、一会儿不痛。你的人生需要用你的肉体享受那些看不见的、很快失去的荣华富贵，当你有一天知道自己得晚期病症的时候，这一切又像云一样地飘散了。所以我们就在这个轮回中不停地走着自己的命，我们放不下，所以我们摆脱不了。当很多人查出来自己有严重疾病的时候，他会带着一生的遗憾离开这个世界，这就是他拥有的仅仅是肉身，没有留下自己的慧命。

所以师父让大家要学习，佛法就是教导我们怎样来解脱人生的烦恼。佛法里有一个最伟大的“四圣谛”，就是告诉你们有一个真谛，在这个人间你只要掌握了这个真谛，知道了这个世界怎样运作，你就能够克服自己的烦恼，就能懂得怎样走出人生的低谷。师父今天跟你们简单地讲一讲“四圣谛”。

佛陀告诉我们，佛教的道理其实最简单的就是“四圣谛”，佛法的基本理论就是四谛法，告诉我们在这个社会上什么是真谛，要怎样懂得真谛。首先，四圣谛的“谛”是什么意思？“谛”

就是绝对的真理，真谛就是真理，没有别人可以驳斥的。“四谛”是苦谛、集谛、灭谛、道谛，从佛法上来讲，就是苦、集、灭、道。那么为什么这是一个永远的真理呢？就是告诉大家，人生就是这么走过来的，你不理解，它也是一个你要经历的真理。

比方说“苦谛”，大家想一想，人的苦就是生、老、病、死，谁都躲不过。今天再有钱、再有名、再有利，也摆脱不了生、老、病、死，谁都躲不过的，这是不是真谛？你说有钱人不死吗？身体再好的人不死吗？这是佛法告诉我们的——苦，因为死的时候会很苦；老了，想做什么都做不动了，很苦；生出来很苦的，一个孩子生出来，想吃什么不能吃，没牙齿，冷啊热啊又不能讲话，只会哭。你看人多苦，所以菩萨告诉我们第一个真理就是苦，因为谁都躲不过生老病死。

第二讲的是“集谛”，“集谛”就是集苦难的因。为什么会有苦难呢？因为一切众生从无始劫以来都有贪瞋痴的烦恼，上辈子的贪瞋痴延续到下辈子的贪瞋痴。“集谛”是聚集了二十五有苦

果之因。“二十五有”是什么？就是有着二十五种生死轮回的生命形象。很多人都是从六道中过来的——地狱、饿鬼、畜生、阿修罗、人道、天道。天界里也拥有了包含欲界天的六天、色界天、无色界天。菩萨告诉我们，这个世界这些都是有的，要你们懂得，把它归纳起来一共有二十五种，所以叫“二十五有”。也就是说你再怎么转也转不出去，它是一个真谛，因为生死轮回就是在这其中轮来轮去。菩萨就是告诉我们，苦、集——就是因为有这“二十五有”的苦果的轮回，所以造成你的贪瞋痴在累世越积越多，这些苦难才会召感你三界生死的苦果。这个“集”就是集苦难的因，为什么你们会苦，要你们自己找到原因的。有些宗教谈到原罪论，认为人生出来就有罪；佛法界讲，就是苦、集、灭、道。“集”就是我们原来前世带来的那些因果，今世要继续接受它的果报和回报，善有善报，恶有恶报，上一世没报完，这一世继续报。

第三就是“灭谛”。“灭谛”就是告诉大家，这个世界上人也好，物品也好，总归会有结束的一天，终有一天会灭，有生就有灭。比如，这地

方着火了，总归会灭掉的；这个人再会讲电话，喜欢讲很长很长的话，再怎么讲，讲一个小时，总归会有挂电话的时候。人生也是这样，你生出来，身体再好，觉得活得很好，也有走的这一天；我们买的房子再好，时间住得长了，你能几百年住下去吗？终有一天要灭度吧？实际上，“灭谛”就是菩萨告诉我们的涅槃。很多人以为涅槃就是没了、死了，实际上涅槃是一种解脱。当你理解了这个事情之后，当你知道人不会死的，你就解脱了。所以“灭谛”属于生死相续，因为佛教里不称为人死如灯灭，因为人死了完全知道自己以后到哪里去，不会真正死亡，他会再投胎，或者到天道，或者到地府。所以这个生死相续就是“灭谛”，就是让人知道，这个世界的真谛就是：你迷惑也好，明白也好，最后迷惑也会结束；你有智慧、聪明，不管得到什么，最后都会灭度。所以必须要我们懂得，这个世界既然终有一天会结束你的苦难，或者结束你的快乐，那你为什么不能早点开悟，来远离人间的烦恼，远离生死之苦？

第四是“道谛”，“道谛”就是找到了这条路。

我们开车如果迷失方向，不知道往哪里开，绕来绕去，终于找到这条路可以回家，这条大路只要一直开就可以了。当你找到这条道路的时候，你就找到了真谛，因为你会一直勇往直前，你会解脱，直到完全明白人生的道理，就是涅槃境界的证道。你明白了，知道这个世界上无非就是苦、集、灭、道，这就是佛教让我们懂得的高深理论，让我们知道，人不管做什么事情，最后都是生死无常，终归会有生老病死，一切都会灭度。所以叫你们在人间不要去跟别人争，不要去跟别人抢，因为这一切都会过去，就是灭谛，这就是真理。

在这个社会上，我们要学会把自己的心放平，把心态放低一点，不要什么都去争，要少看自己的优点，多看别人的优点，让自己的傲慢心慢慢变得谦虚和恭敬。你去看，任何一个人恭敬别人，别人一定会恭敬他。当你对所有人都很恭敬的时候，自然会感觉到所处的环境非常融洽，而这个融洽怎么来的？是你自己创造的。所以对别人的善，会引来别人对你的善；对别人的忌妒、瞋恨，会引来别人对你的忌妒和瞋恨。师父告诉

你们，人与人之间很多矛盾都是从你自己这里开始的。你不能明白这个世界对你来讲不是很长的时间，因为一切都会过去。想想我们年轻的时候，很快就过完了；少年、青年、中年，一切如梦幻泡影。

师父让你们懂得，永远不要傲慢，因为谁都一样，离不开苦、集、灭、道。总觉得自己比别人高明，觉得自己比别人更有见识，懂得更多，慢慢地矛盾就会在你的生活中逐渐生起。家庭的矛盾怎么来的？就是不能放低自己。跟妻子、跟先生为什么会有矛盾？就是不能放低自己，总觉得自己是对的，这就是傲慢心。还有的人学佛没学好，整天在抱怨中，养成习惯，总是说别人不好，抱怨别人，那么你的心灵就像上了一把枷锁，没有一刻可以解脱。当锁上在你的心灵中，你根本没有办法来解脱自己的内心世界，你会承受着痛苦和烦恼。

我们要真正地理解，在这个世界上什么是幸福。师父告诉你们，幸福不是收获得多，而是抱怨得少。抱怨越少，你的人生越幸福；天天抱怨，天天烦恼，你的生活、你的命运一定不会幸福。

所以，学佛学到后来，不要对别人太苛刻，遇事不要抱怨。学佛之后要懂得驾驭自己的情绪和心态，知道今天情绪不好，要学会驾驭它，才能获得内心的平静。

在这个世界上，经常会听别人讲“佛法讲的，人生无常，没有长久的”，你一听“人生无常的”，“哎哟，这没意思”，心中常常会闪过一丝丝的凄凉，“什么东西都不能长久，多难受啊”，觉得这个世界上的一切事物终归会变坏，一切努力都没有意思，努力到最后也会变掉，死了之后一无所有，生命没有价值了，他就会痛苦，于是心灵中就没有重点、没有重心——自己到底想干什么，到底在人间想做什么，日子就这么一天过一天，漫无目标。有些人听到佛法讲无常，又抱着另外一种心态：既然凡事都是无常的，没有长久，那我赶快欢乐，及时行乐，天天酒色财气，贪瞋痴，在财色名食睡中，在五欲中借那种虚妄的欢乐来迷惑自己，来填补自己内心的空虚和不安。然而当欢乐过后，给自己带来的是更加地痛苦、空虚及寂寞不安，就像一个人烦恼的时候喝点酒一样，可以暂时地解脱自己的烦恼，但是过一会

儿又会烦恼。所以师父要你们懂得，如果你是一个不学佛的凡人，你就知道片面的无常世界——“没劲，反正是无常的”，所以很多人对无常理解得不对。

无常是生命的真相，你懂得了这个世界一切都是无常的，但是如果对无常没有正确的认识，就不会对生命寄予正确的希望，就会在你的心中、与别人的现实接触中，用理想主义和别人产生很多的冲突。举个简单例子，别人说“我要努力”，“努力什么？无常的，以后也没有了。”其实这种就是在自我心里创造了一种无尽的烦恼的障碍，所以现实和理想就会有落差，就会慢慢觉得“为什么生我出来让我这么苦？”很多孩子经常想：“为什么爸爸妈妈生我出来，让我吃苦？”就不会对生命有正常的认识，就不会懂得什么是圆满生命的开始。

观法无我 恒常不变

——2020 年 4 月 18 日《白话佛法》开示第四十六集

师父要跟你们讲，在无常中有一种生命是恒常不变的，要找寻到每个人真正恒常不变的生命。虽然我们在人间一切都会改变，但改变的是一种物质和你的思维。如果能够找到你的心念，找到你第九意识的佛性，你既然知道生住异灭，人有生老病死，世界有成住坏空，世间一切事物都是因缘和合而成，你就会知道这个意念定下来它也会改变，因为因缘在改变。就像过去一直很讨厌一个人，他不断地对你好，时间长了，你会改变你的看法。

我们在人间很苦，为什么有些人就苦中有乐？而有的人对有些期望过高的事业抱有很大的希望，最后失望了，但是他没有真正地失望，因为他心中找到了恒常不变的真理，他知道这个世界都是因缘所为，只要努力，等到因缘和合而成，一定能成功。这就是为什么很多科学家，像

美国的两兄弟造飞机，无数次的失败才造就了他们的成功。在人间无数次地跌倒，我们才能爬起来，勇往直前；无数次的烦恼，才能造就我们金刚不坏之身。

学佛，周遭的环境在变，你们学佛的心不能变化。我们可以选择在一些烦恼的时候逃避、放逸，但是我们要懂得，这些是不能解决问题的，这不是我们人的本性，不是我们人的慧命应该拥有的理念；我们应该积极地在这个无常幻化的境界中，借着无常的道理去运用因缘法，积极地去创造、建立善的缘起。

举个简单例子，给你三天时间让你做什么事情，你知道三天之后这件事情就不是你做了，如果你在这三天中抓紧时间，拥有信心，好好地把这三天的工作做好，你就是抓住了这三天的因缘，别人就会赞赏你，就不会说你没有抓紧时间、没有去做应该做的事情，这就是我们在抓紧自己点滴的生命。比方说你今天好不容易有休息天了，这一天的时间，睡觉也就睡掉了；平时上班天天比较辛苦，那么总算有一天可以在家里打扫打扫。如果你从早上早点起来打扫，做到晚上，

虽然很累，但是你把家里可以打扫得干干净净，这时候一种幸福感就开始了，因为你完成了想完成的事情，因为你利用了无常，在无常中把这件事情结束了。

我们学佛人的生命一样很无常，但是我们利用这个无常短暂的生命到处去救人，到处去帮助别人，我们创立了自己的功德，学会了怎样在无常中和无常赛跑，我们改变了别人，也改变了自己，我们在短暂的生命中创造了无数帮助众生的奇迹。这就是佛法要我们懂得，怎样用自己有限的生命投入到无限的为众生、解救众生的贡献中去，来完成自己命运的改变。

所以，在短暂的生命中不要让别人骂你是个自私的人，是个忌妒的人，是一个很肮脏的人。在这个短暂的生命中，要众善奉行、诸恶莫作，要自利利他，要帮助别人，要觉悟有情，也就是说，要能够让别人明白，启发别人的感情，启发众生的善根，让很多人能够有善良的心，说善良的话，动善良的智慧，就会让他远离痛苦、虚妄和烦恼。一个人每天很充实地活在世界上，学会帮助别人，去救度众生，每一天都没有活在虚妄

中，而是活在了实实在在寻找自己未来的佛道上，这就是苦集灭道的“道”。我们要找到它，要契悟佛法真正的佛道，因为佛道就是让我们懂得，有一颗佛心在自己的内心长住不灭，那才是我们真正的本性和良心。

很多学佛人说我们在跟无常赛跑，因为我们的生命有限，但是我们要在这有限的生命中做很多善事，帮助很多人，不能再对无常认知不同了。如果不懂得无常，可能就会失去方向。就像坐飞机，告诉你大概几个小时到，你就会把自己这四个小时安排得稳稳当当，一会儿四个小时就过了；如果不告诉你多少小时，只告诉你时间很短，你会坐立不安，觉得怎么还没到、怎么还没到。我们人生也是这样，很多人活在人间，觉得时间怎么过得这么慢，所以才会打麻将，才会去做那些无聊的浪费生命的事情。当你知道生命可贵、时间宝贵的时候，你就会拼命地抓住希望，勇敢直前，而不是认为生命结束就什么都没有了，从而颓废。我们知道今天所做的所有功德，在我们离开这个世界之后，会让更多的人离苦得乐，会让自己走上一条佛的道路，因为我们心中有光

明，知道我们应该到哪里去。我们现实的光明人生给我们带来在人间积极向上的心态，同时也给我们的心灵深处创造了一个圆满的未来世界。

佛经上讲，愚者于无常中意志消沉，就是愚蠢的人在无常的生命中天天觉得度死日，懈怠放逸，生活没有目标，天天就这么混；智者于无常中运用无常，改变目前的困境。举个简单例子，今天碰到烦恼、困难，你想到“这是无常的，我能够改变它，时间能够改变它，念经能够改变它”，会创造另外一种生命奇迹，这样才能创造更好的生命源泉。

懂得了无常的变化，你会观心返照，会拥有慈悲心和良心。当一个人在烦恼的时候，会想到“我为什么要烦恼？我还不知足吗？我应该懂得自己比别人好太多了。当我今天眼睛还能看见的时候，我要知道，在全世界有几千万的盲人；当我今天还能说话的时候，我要感受到，在这个世界上有多少个聋哑人；当我还能走路的时候，要想到有多少人因为车祸失去了双腿，或者失去了生命”，这就是你的理念，叫观心返照。想一想，父母亲对我们的恩德，我们还没有报，为什

么还要来恨这个世界？我们自己没给社会带来很多的功德和贡献，为什么天天还要埋怨这个世界和社会？所以要照见自己这个念头，不要生起不干净的念头，去灭度那些肮脏的理念。常住真心，懂得这个世界，不管做什么事情，它是不生不灭的，因为我们有一颗永恒的心，永远去帮助别人的心，我们没有害别人的心，这颗正能量的心就会常住在世。依着这个心前进，才能真正地做自己心的主人翁，才能创造美好的未来。

师父跟大家讲，世界上一切皆属虚妄，都是虚的。你去看，不跟别人争的人，他有智慧；不跟别人闹的人，他有般若。一个人能够懂得这些，就是因为他懂得了《金刚经》讲的“凡所有相，皆是虚妄”，就是从我们生命的开始到走的那一天，你所有见到的相都是虚幻的，因为我们带不走，我们的肉身也是带不走的。想想看，我们从小有多少念头？有了、灭度，有了、灭度……一会儿想这样，一会儿想那样，想不到要闹，想到了还要更多，所以我们这些念头就在生灭当中。如果你真的能够懂得它是虚幻的，你才能懂得《金刚经》中的一句话——“一切有为法，如梦

幻泡影，如露亦如电”，也就是说人今天所有自己认为要去做的事情，就像电一样，过去了，就像露水一样被太阳一照，没了；你应该当作如是观，这是很正常的，没有对你有什么影响，那是虚幻的，一切都是虚幻。

在人间要学会真正的爱，那是一种大爱，是对别人内心营造一种最美的、能够为别人想的、超出凡人的一种智慧，去帮助别人。我们不能再去追寻，我们过去花出去的很多时间，和那些曾经让我们心碎的结局，在心中久久地跌宕起伏，伤害了自己的灵魂。所以对于生活，一个人不能执著世间一切物质和名利，因为这些名会没有、利益会失去，所以你就不会被物质名利所控制。师父曾经跟你们讲过，当你喜欢一样东西，你就会被这样喜欢的东西控制：喜欢一个孩子，就会被孩子控制；喜欢这个房子，就会被这个房子控制，因为你想买到这个房子，所以为了得到这个利益，拼命地打三份工、四份工、五份工来伤害自己。这就是因为人执著，所以不要被那些名利所控制。

我们不能追求人间那些感官的物品——就

是你感觉很好、认为很好，一旦失去了，你接下来就会变得不快乐、不幸福，因为一切都会流失的。师父举个简单例子，一个留学生打工打了很多年，省吃俭用，天天吃泡面，就是为了买一辆很好的新车。当他买到这辆新车的时候，天天看，天天擦，很爱。叫他去买保险，他不舍得，因为没钱了。等到一个半月之后，这辆新车被偷走了。这就是梦幻泡影，他得到的是一种虚幻。这就是师父告诉你们的，人不能去追求那些感官上的享受。

人有一种痛苦，是太在乎自己的感觉和感受。我们不能因为自己处在水深火热中而认为自己很苦，比你苦的人更多；你不要觉得自己是这个世界上最无辜的人，其实比你无辜的人更多。佛法教导我们，一切皆为虚幻。你今天可以有钱，也可以破产；你今天身体很好，你的器官——肝脏、心脏，什么都很好，你觉得没问题了吧？最后有一天被车子轧死了。这一切都如梦幻泡影。所以师父告诉你们，人生如梦随风散，聚散喜忧皆是缘。欢聚和散都是一种缘分，懂得缘分的人就慢慢懂得了怎样来改变自己。所以师父希望你

们好好懂得这方面学佛的真谛。

师父接下来跟大家讲“能善分别”，就是说这个人能够分别好的和坏的，这个事情可以做和不可以做，能够分别这个是好事还是坏事，说明他还在分别心当中。真的学佛要如如不动，要忘却。你今天说“我知道这个是好事，我要去做”，你还是有相，你还是在分别当中，不是无分别。佛能善于分别一切法相，但是凡夫更去追逐那些分别的法相，也就是说菩萨知道这件事是好是坏，但是有些人不知道，他去追逐、去研究这件事是好是坏，执著在里面，那么他不落善念就落入恶念，因为追逐使他的心变得要么好、要么不好。这件事情，当你明白道理之后，你说“这是好事情”“这是不好的事情”，实际上你要么就落入了善，要么就落入了恶，或者落入不善不恶的无记念。无记念是佛经上讲的，“无”就是没有，“记”就是记录的“记”，“念”就是念头。因为你只要掺和在这件事情中，一定会有这三种结果，要么落入恶，要么落入善，要么就是不善不恶。

只有成佛的人，只有有境界的人，才能善分

别一切法相。经文里讲的什么意思？人家告诉你夫妻两个打架，一般的人“我去了解一下”，最后“嗯，老公不好”；或者有个人调查下来，“嗯，你的太太不好”；或者这个人说“两个人吵架，两个人都不好”。那你是不是落入了有相当中？你如果境界高了，是佛菩萨，是已经开悟的证道成佛的人，如果今天看到夫妻两个吵架，你会笑一笑，因为吵过了就会没有了，这是他们的缘分，因为看到了真谛——有分就有合，有合就有分，今天的争吵会迎来明天的和好，今天的和好会迎来明天的争吵，这就是缘，这就是果。所以不去劝他，不落入说“你是好的”，也不落入说“你是恶的”，不说老公好，也不说老婆好，也不说这个事情大家都不好，因为不落入因果。

若能布施心 智慧能行深

——2020 年 4 月 18 日《白话佛法》开示第四十七集

佛经就是这么经典。证悟成道的人能善分别一切法相。他们虽然心中知道，这个事情吵架了，好还是不好，他有这个意念，但是虽作意而不著，也就是说虽然有这个念头，但是没有进入这个执著之相中，所以说“空”。师父上几集跟你们说到空、无相、无作。你的心空了，知道一切是缘分，你不会去参与别人家里吵架的事情，你就空了。你空的话，是不是无相？你觉得人家太太好，还是先生好？无相，不著相了，不因为自己是太太的朋友就说太太好，或者是先生的朋友就说先生好。不著相，然后就没有作为，不会去讲别人不好，也不会去劝架，只能笑笑，这是你很明白的道理，就是佛经上讲的“三解脱门”。

能善分别，用这个如如不动的善分别，因为当下自己性空了，不会为人间的一切去著相，这就是第一义，就是佛学的第一义谛，即真谛。真

谛就是我们讲的“三解脱门”，因为它本身是空，所以它无相、无生。《心经》中就是讲的无生无相，所以佛学的真谛并不是形而上的道体，就是说不是形式上佛道的体现，而是真正的内心的一种智慧的体现。现代的哲学解释，学佛人经常讲的本体是什么，其实本体就是真谛，就是你心中认为这个事情到底是怎么回事，你本性中的真谛，而任何人不能改变的真谛，真理就是这样。过去经常说“歪理十八条，真理就一条”就是这个道理，因为你心中有真谛了，所以“能善分别诸法相，于第一义而不动”。如果你今天能够善地分别、善地解释所有人间、世界上的一切法相（一切现象），这就是你心中的“第一义而不动”，也就是说你如如不动的本性，你知道的真谛，所以怎样也不会改变，就是第一义谛。

凡夫心意识的境界随外境而变化，别人说这个人好，你就说这个人好；别人说这个人坏，你可能跟着一起说坏；而一个有智慧的人，他心净，心自己净下来了，可以度到诸禅，就是“心净已度诸禅”。当你的心明白了真谛之后，你的内心就有禅定，所有的禅定都会出来。所以“已于诸

法得自在”，对人间所有的法相，发现的所有的相都能够看破、看穿，能觉悟，当然得大自在。比方说两个人吵架吵了半天，你笑笑，你想到了这是因果，明天他们会好的；过几天你再去看，他们两个保证好得不得了了。你知道这个义谛，怎么会卷入到这种矛盾之中？

“能善分别诸法相”就是你的行为和作为“于第一义而不动”。佛教为什么叫我们如如不动？不要因为别人说什么而改变自己的观点；不要因为别人在做什么行为而改变自己的初衷；不要因为别人在想什么，而让你内心跌宕起伏。这就是师父告诉你们的，你们可能看见别人说什么，所以说“我要克制”，这个成立；如果你说别人在做什么，你看到了，你听到了，这是事实；但是别人在想什么，你说“我没有看到，也没有听到，也没有看到他做什么动作，也没听他说，为什么我会这么生气、这么难受”，因为别人的思维会影响到你，别人的思维在非常微妙的人生内心的展现中，他会以微妙的表情和微妙的行为让你感受到他对你的忌妒、瞋恨或者赞扬，这就是心理学上讲的 body language（肢体语言）。所

以人与人心有灵犀一点通，这个“灵犀”实际上讲的就是我们的第六意识。眼、耳、鼻、舌、身是五个意识，是单一的意识，而第六意识是全方位的意识。你的感受，跟这个人一接触就知道这个人是善意的还是恶意的；对方没有讲过话，但是你就知道他今天来者不善，这就是人的灵犀，就是第六感觉。

懂得这些之后，我们在这个世界上要如如不动，我们懂得这个世界上一切都是虚幻的。只有找寻到佛的境界，才能自在而不执著，才能知道这一切都会过去的。就算今天有再大的困难，明天还是一个非常美好的明天；今天有再大的烦恼，明天就没了，因为这是无常的。这是用正能量的无常来解释你的人生，而不是天天混日子，觉得“反正这是无常的，我无所谓”。所以“是故稽首此法”，也就是说懂得四圣谛的都要好好地稽首。我们说“稽首皈依苏悉地”，稽首就是磕头。《心经》中讲到“照见五蕴皆空”，五蕴就是色、受、想、行、识。怎样把自己的意识也能照空呢？就要有般若力，般若力就是智慧。

最后，师父要跟大家讲个故事。人间一善解

百灾，所以不要以为做一点善事好像没有功德。

在藏经中有一个印度人，在马路上花园边捡了一朵花，他没看见过这么漂亮的花，花是金黄色的，非常庄严，他想先插在自己的脑袋上庄严一下。后来一想“我这个脑壳是无常的”，然后再一想“我要是死了，这个脑壳就被狗吃了，或者被狐狸吃了，或者被其他动物吃了都可能。嗯，不配戴这朵花。”所以他就没有把这朵花放在自己脑壳上。

他用手捧着一朵这么漂亮的花走到寺庙去，看见释迦牟尼佛的像非常地庄严，他就念佛“南无本师释迦牟尼佛，南无本师释迦牟尼佛……”因为念佛的功德，他身上突然之间发热，每个毛孔都张开了，热得不得了，非常舒服。(就像现在我们学佛人念经，念得好的也会浑身发热的。)在供花的时候，他想：“佛是大慈大悲的，佛是非常有智慧的，佛是福慧两足尊的（又有福、又有慧），我以这样的心来供养花，佛一定会加持我。”

供养完，他把花放到佛陀的前面，然后说：“我供养花究竟有多大的功德？”心里就衡量供

养这朵花的功德。他自己不知道有多大功德，就找到一位比丘，他说：“大德，我刚才以这样的心情，我身上每个毛孔马上都有热的反应，以这么一朵花供养佛，您看一看，功德有多大？”这位比丘说：“我刚出家受戒不久，只知道离开世间的痛苦，其他的我都不知道。我也没有什么道德，也没有读过什么经，也没有读过书，你问我这个，我没办法回答你。你去找一个读过经的法师问，看你这朵花供养之后有多大的福德。”

他又找到一位读经的法师问：“师父，我供养了这朵花有什么功德？”这位法师就告诉他：“你供这朵花多大的功德，我不知道，我也没有神通，我只是在念经，自己求福德。供花的功德，经上说是有的，你供这枝花的功德多大我不知道。那边有个坐禅的阿罗汉，你去问他，他有神通，他是证得了阿罗汉果的。”

这时候是佛陀涅槃之后还没有多久，证得阿罗汉果的得道之人有很多。于是，这个供花的人就走过去问证得六通的阿罗汉：“大德，您已经得了阿罗汉果，您能告诉我，我供花有多大的利益吗？”这位阿罗汉就入定了，一入定魂魄就出

去观察了，观察完毕，他就说：“我看到你供养这朵花，你身体的报身舍了之后会受天上的福。你的一生至千万亿世，这是一个大劫。从一大劫到八万大劫，就是因为你供了这朵花，你的福还没有用完，以后的我就不知道了。”他有功德的。（阿罗汉的神通能够看到八万大劫，为什么在人间有些人通灵只能看到地府而看不到天上？有些人只能看到鬼，看不到菩萨？而有些人能看到菩萨，不一定看得到鬼？这一切有待于他修心功德的大小。）因为阿罗汉的神通只通到八万大劫，再上去他不知道了。旁边围着凑热闹的人就问阿罗汉：“师父师父，您老人家有神通，您答复不出来，您能不能到天上去问问弥勒菩萨？”让他再跑到更高的地方去问菩萨。

于是，这位阿罗汉坐在那里入定，他的灵魂神识就到兜率天去问弥勒菩萨。弥勒菩萨说：“这个人只受世福（这个人只受到了世间的福报），果报还没有尽（就是因为他供养花的功德大到，受到的世间的福到现在还有福气，果报还没尽），你们要问的这种事唯佛与佛乃能究竟（只有佛才能究竟，才能探索到供养这朵花究竟有多少福

气），一切补处菩萨都不能究竟（补处就是候补位，还没有到佛的位置的）。”弥勒菩萨的意思就是这种事情只有佛才能知道究竟，连一切补处菩萨都不能究竟，都不知道，都看不到底的。弥勒菩萨笑着说：“你等我下去成了佛之后再来跟你说。”就是说“等我到了人间去救人之后成了佛，再来告诉你”。

这个故事就是告诉我们，他只是一点点用供养佛的心情去供养一朵花，弥勒菩萨都说不尽他的福德，供养一朵花就有这样的功德。布施的功德会让你随心所欲，你今天布施了一朵花之后，很多事情都顺利了。在我们人的眼中还把物质看得很重，他说“我要布施花，我能够……”但是在菩萨的眼中不会把它当成一个很重要的事情，因为菩萨觉得供花是正常的，物质随缘。

这个故事就是告诉我们，不管供养什么，就像刚刚这个居士一样，要用心来布施。觉得自己不够位，要把这朵他认为非常美丽的金色花朵供给伟大的佛陀。不单单是这朵花的供养，还要法供养，什么叫法供养，就是用心来对人家好，用心来供养别人，因为这样的供养，你不会贪著世

间的福德，甚至连智慧都不贪。但是你不贪，它会不会有？这个故事就告诉你们，只要不贪，就会有无量无边的功德、无量无边的福德和智慧。每一个事情都好好地用心供养的话，一定会成就佛果，所以这个功德没办法说了。小小地供养伟大的佛陀一束花，唯佛与佛乃能究竟，也就是说只有佛才能知道这朵花到底有多少功德，而我们人是不能知道供养这朵花有多少功德的。

我们学佛人要懂得用心，做什么事情要深，要用心（内心）来做。就是《心经》里讲的“行深”——行要深，“行深般若波罗蜜多时”。当你在这么做的时候，观世音菩萨说才能“照见五蕴皆空”。也就是说，你学佛越认真，越能照见五蕴皆空。希望大家好好地学佛，能够照见五蕴皆空的话，你就能够得到正等正觉，以后还能成为佛——无上正等正觉。

好，今天就跟大家讲到这里。希望下一次能够再跟大家讲怎样“照见五蕴皆空”。谢谢大家。

执著是误 解脱是智

——2020 年 4 月 22 日《白话佛法》开示第四十八集

今天继续给大家讲《白话佛法》。

学佛人要懂得“为善必昌”，一个人只要做善事，一定会兴旺，一定会繁荣昌盛。如果“为善不昌，必有余殃”，就是做了很多好事，但没有得到好的回报，说明过去还有余殃，过去还有做错的事情。“殃尽必昌”，也就是说等到业消完了，一定成功，一定会越来越好。“为恶必殃”，做坏事一定会遭殃，一定不好。“为恶不殃，必有余昌”，这个人做了很多坏事，但是还在享受人间的福报，说明这个人必有余昌，也就是曾经做过的善事或者上辈子做过的善事还在，还没有用完，积蓄还没有用完。“昌尽必殃”，等到福报受尽了，肯定遭殃。这就是为什么很多人到后来就开始倒霉，因为他一直在行恶，福报尽了就会受报。学佛人要懂得这些道理，求菩萨不要着急，菩萨都看得到。

学佛、做人要懂得常生惭愧心，觉得对不起：“我对不起别人，我对不起自己的父母亲，我对不起佛友。大家对我这么好，为什么我还要这样？”常生惭愧心，心中就不会起瞋恚心，就不会去恨别人。总觉得自己不好，不会去恨别人；如果经常觉得别人不对，就会去恨别人。所以学佛人要经常生起惭愧心，非常重要。经常生起惭愧心之后，会常生欢喜心，而且会有慈悲心的出现。因为一觉得开心，这个人就慈悲了。在生活中也是，一开心，“没关系，我帮你做”“没关系，这个事情我来做”，他就不会去跟别人斤斤计较。瞋恚心一有，恨心一有，火烧功德林，在佛教界经常讲“一念瞋心起，百万障门开”。你看发脾气的人，他一定不顺利。顺利的话，他为什么发脾气？开心的人发什么脾气？发脾气的人一定有障碍。

有时候，学佛人就是要跟别人不一样，“别人生气，我不生气，气出病来无人替”“别人贪，我不贪”，你得到的就跟别人不一样。学佛做人，有时候在人间大家都说“你学佛，山珍海味吃不到，还要受这么多的苦”，实际上到底谁在受苦？

学佛人逆流而上，表面上看起来很苦，实际上坚韧不退却；我们知道我们找寻真理，能够解脱自身的烦恼，运用佛陀的般若，一定能够战胜自己。人最难战胜的就是自己，烦恼是自己找来的，如果能够战胜它，就是成功。

“随缘消旧业”，菩萨让我们随着缘分把旧业消掉；“慎莫造新殃”，谨慎地不要去制造新的灾殃。不要掩过饰非，不要动不动就掩盖、饰非，还要去讲、解释。很多人动不动就跟别人讲道理，别人说“你这个地方错了”，“不是啊，因为……所以……不但……而且……”这种人不就是“掩过饰非”吗？明白这些看似很简单的道理，实际上让你懂得了念念无常。这个世界一切都是无常的，有什么值得再去纠结在其中的，因为一切都会过去，一切都是无常的，世间本是无常无我——有你吗？没有，好像有，好像没有。人活着的时候有，死了就没了。很多人在的时候，在这个地方有你；一离开这个地方，从此就“无我”了——没你了。

要懂得不要执著，学佛人不执著是智慧。学佛人要法身如如不动。在人间什么叫法身？就是

学佛的身体。比方说你跟别人一样拥有一个身体，吃饭、睡觉，都可以做一些和正常人一样的生活，但是你的心中有法——佛法。你跟别人一打交道，佛性就出来了；跟别人一说话，佛言就出来了；一思维，别人是想着人间的五欲六尘，而你就想的是佛法。所以一个人很干净，如如不动，就是法身。表面上如如不动，实际上获得了更多的自由，就是如来如去，有来有去。师父举个简单例子，你表面上停在红灯这里，没有开过去，实际上你得到更多的自由，因为绿灯时你可以马上走，如果你在红灯时硬要闯过去，被别人的车撞了，接下来自由就更没有了，所以要懂得守戒。

亦无所来，亦无所去。做人有时候就像“我来过人间，又没有来过人间”一样，“我学过佛法，又像没有学过佛法”一样，一切都是平静的。一切亦无所去，因为亦无所来，有了也像没有过一样，没有了又像有过一样。“无来无去”才能“一切如如”。举个简单例子，你在家里因为夫妻之间讲过一句不好听的话，一直放在心中，就是有“来”，因为你把这句话记住，一直不开心，

不管做什么事情，只要这句话记在心中，就不能跟他和平相处、友好地交往。真正的“无来无去，一切如如”，是不要把一切的无常放在心中，一切都会过去，一切都是无常的。“恒在常住不变异”，也就是说永恒地常住——把佛性常住在心，不变化，那就是如如不动。懂道理的人，他不会跟你讲这个对、那个错，因为人间的对错都有每个人自身的理由，进入了对错就是进入了是非之中，就慢慢地会沉迷在是非中而不得解脱。所以师父让你们要法身佛“本自如如”，有一个法身的佛在心中，如如不动，智德圆满。每个人都有这样的智慧，每一个人都周遍法界，每个人的智慧都非常大，根本不需要去寻找；而要去寻找的是被五欲六尘所染著的那颗心，它让你丢失了智德，让你不能圆满。

无始无终，非修非证。修得好的人就像没修过一样，如同一个孩子生出来非常童真，不会耍心眼，不会动小脑筋，这个孩子“非修非证”，他“无始无终”地活在世界上，因为他知道“我就是这样的”——如如、真如。心实际上没有表现，师父经常跟大家讲：人的心就像一面镜子，

照见了什么心中就拥有什么。今天这个心照见了恶，心中就拥有了恶；今天这个心照见了善，心中就拥有了善。再讲得简单一点，心就是一个仓库，就是一个道场，这个道场装进佛法，装进慈悲，装进为人应该做到的事情，那心里就是善的；就像一个空的仓库一样，装进善的东西，仓库里的东西就是非常善的；如果将毒品等不好的东西装在心中，那心中充满着邪恶。

师父要你们懂得，心要像宇宙般地宽大，心要像大海般地宽广。人的心应该没有分别，因为像宇宙般地宽大。你为什么会忌妒别人？因为你的心眼小。如果你的心像宇宙空间一般这么大——举个简单例子，如果你们家大得不得了，有人说“我在你们家里住两天”，“好啊，可以，一公里以外我们那里有个房子，你去住吧”，你肯定不会在乎他住在你们家中。如果你家里只有二十平方，别人说“我住在你们家一个晚上好吗？”你肯定不会让他去住的，因为空间不一样。所以师父跟你们说要明空，心中要光明才能呈现出空性；如果一个人心中不光明，就没有空性；有了空性，才会纯净——没有分别心；明空，那就是

拥有了宇宙的大心。心本来没有因也没有果，而是你自己造出来的——万法唯心。所以师父希望你们要用忍辱心来断尽自己的烦恼心，让自己的心能够像宇宙空间般地大，什么事情都不增也不减。无论别人怎样对你，都不要增加仇恨；别人怎样伤害你，也不减佛性对他的爱。这就是菩萨的大爱，这就是不增不减，在你心中才能拥有菩萨般完全平等之心。

心无有起，心没有起任何不好的意念，心无有起不好的恶念；因缘俱灭，你对别人一直这样，因为你没造任何的恶因，也不会得到恶缘、恶果，你如如不动地生活。师父告诉你，其实人生只是一个现象，佛经上经常讲人是虚幻之相。什么叫虚幻？虚幻就是因果轮回的真相。因为我们人心的造作才会起妄念，才会有行为，叫“妄动”；我们的心不造作恶念，心不去伤害别人，心就不会妄动。颠倒、妄想、执著、烦恼，这些都是由心所生出来的。举个简单例子，别人的事情跟你没关系，别人好了，你为什么要去忌妒他？这世界上好的事情多呢，你都去忌妒吗？是因为你接触到六尘才会忌妒，因为它靠近你了。为什么要

“远离颠倒梦想”？《心经》里讲的，你不远离它，它就污染你。就像很多病毒一样，你远离它，就保护了自己；你太接近它，接近了颠倒，你的心就产生妄想、妄念。你的心只要接触了执著，你慢慢地就拥有了烦恼不断，最后就产生了在学佛中、生活中的不正见。所以菩萨让我们“心不妄念，性自本无”，也就是说，心中没有妄念，不应该想的事情不去想，“性自本无”——你的本性本来就是从来没有的。一个孩子如果没人教他坏的事情，他怎么会学坏？他如果从小到大没接触过香烟，我相信他一辈子都不会抽烟。

无明为什么不能解脱？因为对很多事情不明白，所以才会造下轮回的因果和大祸。佛教界有句话叫“己事己明”，自己做的事情要自己明白在做什么。你们所有的学佛人现在都知道，你们正在走的是学佛的道路，你们自己应该明白这条路怎么走下去，这样就会自然解脱。很多人一辈子解脱不了，就是自己做什么事情自己都不明白。不信你到监狱里去问问看，很多人犯了罪，他不知道自己做错什么；就像我们很多小朋友做错事情，他不知道“我错在哪里”，那更危险。

你如果知道自己错了，“己事己明”，自然就解脱了。“这个地方我做错了，我不应该这样”，你就放下了，下次当心就好了。就像我们开车，不认识路可能就会开错路，甚至会撞墙，或者走错方向——开了很长时间，“哎呀，方向反了”，我相信你们都有过这种经历。如果你知道的话，你就不会犯错；当你不知道的时候，还会顺着那个不理解的方向继续开。

如何来化解，如何让自己的事情自己明白？做人要懂得理解众生、明白众生。了解众生，才能化解自己心中的烦恼。佛教界说：所言人也，谓众生心。菩萨告诉我们，为什么说你是人？因为你是属于众生的心。人完全可以变为菩萨的，境界高了就是菩萨。一切人生，若心无生，人无从生。心不生出来烦恼，人哪来的烦恼？人的心不生出恶念，人哪来的恶念？连你的名字都不知道是谁给你起的。实际上因果就是自作自受，身口意的恶念、善念，全部都会成为你的业力。

般若佛智 逾越缠缚

——2020 年 4 月 22 日《白话佛法》开示第四十九集

业力就相当于一颗炸弹，炸弹或早或晚都会爆炸。善业不会爆炸，善业如同一朵花；恶业就像一颗炸弹，随时有可能会爆炸。所以业力慢慢地形成六道轮回的业缘：做好事，进入善道；做恶事，进入恶缘，下一世还要再来世酬业——在人间，善恶只要做了，都要来还的。为什么法师不肯接受别人太多的供养？因为要还债的，接受了太多，下辈子可能没修成，还得来还他的。所以师父跟你们说，别人对你好，过多地给你、对你好，给你做菜啊……你如果没有功德，接受了太多供养（包括义工也是这样），一定背业，只是看这是善业还是恶业，但是都要来还的。

佛经让我们“断惑证真”，断迷惑，来验证自己真实的人生。迷惑没有了，人才活在真实的世界中。一个整天讲谎话的人，他连自己都分不清最后讲的是真话还是假话，这种迷惑让人找不

到心中的真佛。

修心的人是无价之宝，修心无价，为什么？因为修的是一颗心，而这颗心是无价之宝——心中的宝藏。把心修好了，一切具足，不欠了，不生不灭了，这个心就干净，这个心就使用自在。所以修心修到最后，就是修的这颗人的心。任何一个人，不修心，而利用了这颗善良的心去欺骗别人，去伤害别人，就是转世一千次，给他带来的还是一千次的失误。

师父给你们讲得简单一点，善良的事情都要好好地记着，恶的事情都要把它忘记；境界提高之后善恶俱不思，也就是当你境界提高，做了善事，也不要把它作为一种善事，恶事更不要去想。慈悲有时候是帮助别人，有时候是悲愍众生、可怜别人，有时候是一种布施，有时候说别人好也是一种慈悲。

学佛人，人的心最重要，心代表着受外在环境影响的产物。因为心受到不同的境遇，就会产生不同的想法和概念，所以心会根据外环境的转变而转变。看到大家都是这样，你的心也会动；大家都贪，你也贪；大家都恨这个人，你也恨；

大家都在做愚痴的事情，你也做。很多流氓在做下流的事情，你一看，身边十个人做，你也去做，因为他们都在做。所以我们的心要懂得避开人间的外环境，寻找自己内心本性的善良，那就是寻找我们内心的佛性。外心加上你的内性（就是本性），才会修掉你的业障，才能合二为一。心性好，求什么都灵。你今天的外心替家里求，但是你的内心拥有慈悲——菩萨的本性，当你跪下去的那一刻，就是跟菩萨合二为一。求得不灵就是心在求，而本性没有散发出佛菩萨的光芒。我们要以恭敬心，以菩萨的慈悲心和佛的感恩心去求，心诚则灵。师父用白话佛法讲，就是你心诚，才能求得灵。所以很多人随随便便拜拜佛，“试试看，不一定能够求成”，抱着这种心愿，一定不能成功。为什么心是修心唯一的标准，是最最重要的？为什么师父跟你们说“念经就是念心”？经就是你心里的东西——本性中的东西，用你的心来翻开内心本性的善良。所以《心经》是经中圣宝（宝贝）。

讲到这里，师父要跟大家简单地讲《心经》。《心经》，我们每个人每天都在念，《心经》中有

句话是“照见五蕴皆空”，这句话好像谁都懂。首先要理解五蕴是什么——色、受、想、行、识。那么怎样来照到它的空呢？首先要理解，要穿透、要照到它的话，首先要有一种力量，这种力量是能量非常大的力量，才能“照见五蕴皆空”。这股力量叫“般若力”，因为只有用智慧，才能“照见五蕴皆空”。般若不是向外求，很多人说“我去学一点智慧”——学不来的；智慧是内心，别人只能启发你本身内涵的东西。举个简单例子，你如果文化水平不高，一个教授再跟你怎么讲，也不能启发出你内心的般若；你要有般若的种子，别人启发你，你才能懂。所以般若不是向外求，而是向内去发现，这就是佛陀在两千五百年前就说的“众生皆具佛性”。

你自己就拥有着五蕴，人就是五蕴，五蕴空才能度过一切苦厄。五蕴就犹如五个障碍，犹如不可逾越的人生的障碍一样，如果能够看穿它，就“度一切苦厄”；如果今天被五蕴所缠缚，被它缠住了，就不能认识自己。比方说“色受想行识”，今天看见好的东西了，心被它勾住了，是不是失去了“度一切苦厄”的机会？今天感受到

痛苦了，是不是就会愤愤不平？今天的意识中认为这个人是不好的，是不是就会对他一直不好？实际上你对他一直不好，就是有恨在心中，那你怎么会度过自己的苦厄呢？因为你恨他，最苦的是你自己。所以师父让你们懂得，要认识自己，就要度过它。举个简单例子，这个人很善良，跟你生活了很长时间，但是因为他某一件事情做错了，你的意识觉得“他很讨厌”，然而你度不过这个五蕴，看不穿这个五蕴，你恨了他，最后你度不过这个坎儿，度不过这个苦厄，你跟他离婚了或者分开了，是不是给你带来更多的苦？

人人念佛，但是也不一定认识佛；人人念《心经》，不懂得《心经》里面的道理；人人都知道佛是谁，但是真正能够理解佛的有几个人？因为我们被五蕴所束缚，靠什么来推动自己能够“照见五蕴皆空”？就是靠内心深处的般若力。“行深般若波罗蜜多时”，才能“照见五蕴皆空”。这就是告诉你，只有行菩萨道，而且行得很深，理解佛法很深的时候，你的心看见了彼岸，明白了学佛的真谛和方向，境界高了，才能“照见五蕴皆空”。

“行深般若波罗蜜多时”的“深”字非常重要，其实这个“深”，学得越深，这个人就是有高境界。大乘称为“深般若”，小乘佛法称为“小般若”。深般若就是大大地理解大的智慧；小般若就是小地去理解菩萨的智慧。般若，如果你能够行深，也就是说修行能够修到很深，你就理解了念佛：佛从哪里来，佛为什么住在这个世界，这个世界为什么会有真谛；你看佛、看经文会越看越深。当你“行深”的时候，就不容易看到底。就像海一样，很深很深，你就看不到海底的世界。你不知道它有多深，你去“行深”，就慢慢懂得佛经上讲的“无所从来，亦无所去”。因为太深了，不知道这海从哪里来，也不知道它到哪里去，又好像在，又好像没有，因为它太深了，不知道这海水有多少米。

所以“故名如来”。我们念佛，不管对哪位佛，都心中明白“亦无有来，亦无有去”，也就是“诸法无有来处”。佛菩萨教导我们，让我们懂得，所有人间的法“无有来处”，因为太深了，我们看不清楚，看不到来处，我们才懂得这是很深的佛经、佛法；如果有来处，如来便不是“无

所从来”了。如果我们很快地就理解了某一件事情，就不能深深地去理解它。想想看，人的心是不是这样？很多人现在谈恋爱，很快就爱上了对方，根本不知道对方的内心世界。为什么很多人谈恋爱、结婚，到后来连呼上当？为什么有些人几十年下来，他们相亲相爱，到了最后才能理解他？因为情到深处。所以佛号也是无所从来，亦无所去。深是什么？我们要学习甚深的般若——无底智慧，当你能够理解佛法无底智慧的时候，你完全进入空性了。

五蕴皆空 行深般若

——2020 年 4 月 22 日《白话佛法》开示第五十集

当你能够理解佛法无底智慧的时候，你完全进入空性了。不知道，反而空了；知道了，就烦恼了。举个简单例子，当你知道一件事情，就会很烦恼；当你不知道的时候，就不会管它了，“这件事情搞也搞不清楚”，不烦恼了吧？“这件事情，对，我搞清楚了，就是他不好，就是你对”，过一段时间，“我搞清楚了，就是你错，是他对”，你进入了是非中，没有真正地理解他们两个人吵架的原因。师父经常跟你们讲“空性境界”，其实就是进入了另外一个世界——远离五浊恶世的世界。

无论看什么，念经也好，拜佛也好，看“生从何来，死往何去”，其实都是一个概念，因为“无生亦无死，以无所得故”。一切法都“无所从来”，你不知道这个法是怎么来的，也不知道这个法是怎么去的，你们最深也就知道佛经、佛

法是从菩萨这里来的，但是菩萨的智慧又是从哪里来的？深不可测，那才叫“行深”，那才叫“般若波罗蜜多时”。要到达彼岸，必须要深深地懂得佛法的智慧，故般若称为“深般若”。有善根的人，有时候坐禅，身体空了，很开心。真的空了吗？身体空了，心没有空，心杂念纷飞。身体空的时候，心念就开始起来了。很多人坐在下面，心在外面，很多人跟师父讲话，心不在这里，左看看、右看看，他想的是他自己的事情，做的是他自己的境界，他这颗心能守得住吗？每一个人的心都有无量的妄念，用现在话讲，就是拥有无量的妄想心。无量的妄想，怎样不生出来？只有用智慧，心中充满着般若智慧，自然妄想心就生不出来了，涅槃心、智慧心就生出来了，所以在深般若中，观世音菩萨说“照见五蕴皆空”。

五蕴就是众生，五蕴也可以说是自己，因为每个众生都拥有色、受、想、行、识。若想认识自己，要明白自己就是拥有五蕴之身的人。“蕴”即盖覆之意；又有一种意思，就是像云、像雾一样，可以遮住内心的本性。这个“蕴”有五种云彩，有五种云雾，它可以遮住本性，所以必须要

透过它。就像乌云有时候遮住了太阳一样，要透过乌云看到太阳，照出来七彩光，菩提心就不会被五蕴所覆盖。一定要了解五蕴，菩提心才会出来。那我们现在是什么心？我们现在这个心称为“妄想心”。冲不过自己的五蕴，就产生了妄想心，远离了菩提心，就不能称为真谛心，不懂什么叫“真谛”，所以是“人我是非心”。每个人都有人我是非心、贪著名利之心。五蕴只有在空性的时候，才看得见自己本性的菩提心，所以修心要从菩提心修起，一直修到成佛。很多人说，要生极乐世界，对五蕴怎么理解？想进入空性世界，想修成五蕴皆空，才能到极乐世界。

劫浊就是色蕴，烦恼浊就是想蕴。劫浊，劫就是劫难，劫难浊就是看得到的心里的劫难和外界的劫难，就是色蕴。烦恼浊就是想蕴。你烦的时候，脑子是不是想？见浊就是受蕴。众生浊，与众生各种接触就是行蕴。命浊，就是你的意识造成了生命的走向。所以只有空了五蕴，才能去除五浊恶世的缠扰，才能到极乐世界，才能照见五蕴皆空，你的心才能变成唯心识的净土人间世界。

释迦牟尼佛所说的一切经典，实际上就是叫我们要空五蕴，要照见五蕴一切皆空。《心经》固然如此，《弥陀经》也是让我们离开五浊，离开五蕴，要能够空五蕴。佛教界有一部经文《解深密经》，它讲的是种子的意识和阿陀那识，实际上就是怎样转到空八识。师父有很多佛法要跟你们讲，以后要跟你们讲四智，转识成智——成为智慧，把八识转成四智。

大家都知道八识吧？眼、耳、鼻、舌、身、意（六识），第七意识末那识，第八识阿赖耶识。要怎样转八识？八识就是五蕴——你有这个五蕴，它就在八识中。眼识、耳识、鼻识、舌识、身识（前五识）就是受蕴，所对应的五尘是色蕴；第六意识是想蕴，就是思维上的；第七意识，实际上你的意识在运作，思维在运作，判别意识在判定，就是行蕴；第八意识阿赖耶识，就是形成思维的意识蕴，叫“识蕴”。大家要明白，这些八识就是从五蕴而来。

唯识论教我们转八识成四智：大圆镜智、平等性智、妙观察智、成所作智。唯识论要我们转八识，也就是说，不管拥有怎样的人间的外相，

只要转八识，就能够空五蕴。只要一件事情把它转换了，这件事情就变成智慧了。可能很多人不能听懂这个意思，师父举个简单例子给大家听。想一想，夫妻吵架，你很恨自己老婆的时候，你只要一想她跟着你很苦，这个意识一转，你就可怜她了，你自己内心的悲愍心就出来了，就不会对她做出伤害她的行为和语言。比方说这个孩子太讨厌了，虽然是你自己生的，但是他实在太讨厌了，这个时候你就想，他投到人间吃了这么多的苦，也不容易，他也曾经给家里带来过快乐——你这么一想，是不是转识成智了，是不是智慧就出来了？为什么要转成大圆镜智、平等性智？这些就是师父下一次跟你们再讲的：应该怎样拥有大智慧，用大智慧来包容，来解决人间的烦恼。四智——这个智慧是四种智慧，是从佛性出来的，所以你能够转换八识——把人间的一切烦恼转换成智慧的话，你不就是在人间已经拥有菩提心了吗？

每一次，师父最后都会跟大家讲个故事。今天要跟大家讲的就是伟大的佛祖释迦牟尼佛，他的弟子中有一名叫周利槃陀伽的尊者，很多人都

听过，师父可能简单的故事也讲过。今天这个故事比较有意思，是展开讲的。这个故事，大家都熟悉，都知道佛陀有这么个弟子，这个弟子后来被称为尊者，又名槃特。这位尊者其实从小比较愚笨，他的父亲是一个不识字的奴仆，但是很怪的是，尊者的母亲却是一位大富大贵长者的女儿，而且知书达理。

尊者的母亲在产期即将降临的时候，思母心切，不顾一切地回到了遥远的家乡。将要到家的时候，没想到突然之间腹痛难忍，急忙躲到小路边上。不多时，一个白胖的男婴儿就出世了，槃特就是在这种情形下来到这个世间的。可惜这孩子从小就是一个比较呆头呆脑的笨孩子，对人间的很多事理一点都不懂。但是到后来，他很有福报，能够遇到佛陀，出家学道。由于他的根性比较愚钝，佛陀很慈悲，诵念四句偈给他，他连四句偈都怎么也念不会。

佛陀为了教化这个特别的弟子，就给他大开方便之门。看到槃特在扫地，佛陀就指着扫帚说：“槃特，以后你在扫地的时候，一边扫一边就诵念‘扫帚’两个字，如果你能一心持念，自然会

念到好处的。”

起初槃特念“扫帚”这两个字的时候，常常是念“扫”就忘了“帚”，念“帚”又忘了念“扫”。对于一点记忆力都没有的槃特，凡是见到他的人都在窃窃私语地嘲笑和摇头。

有一天，当地的耆域王子请佛陀和弟子们到王宫里去受供（过去很多皇宫贵族把法师请到皇宫里来供养他们，那是一种非常高贵的事情），他们就有意地说不欢迎槃特前去参加，不让他去。当佛陀和弟子们到了耆域王家里受供的时候，主人按照热带的印度的风俗，于请客之前先搬出水盆让客人洗脚，这种礼节叫作“行清净水”（就是大家把脚洗干净。过去丛林制度里，洗完脚上床睡觉，把脚洗洗干净，把污垢都洗洗干净）。耆域王子将水已经端到佛陀面前，佛陀不肯接受。耆域王子感到非常惊讶地问：“佛陀，您为什么不受清净水？”

佛陀说道：“来受供的大众中，槃特比丘在不在座？”

耆域王子回答说：“佛陀，槃特比丘连‘扫帚’两个字都念不出来，他比起牧羊人还不如，

所以我们就没有请他来。”

佛陀说：“不，佛法是平等的，是没有高下的，没有差别的。你不请槃特，我也不受水。”佛陀也不肯接受这个礼仪。

耆域王子知道违背佛陀的旨意是不可以的，“来来来，赶快赶快，去把槃特尊者给我请过来。”王子马上去叫下面的人去请了。佛陀看到槃特来的时候很开心，要阿难尊者给槃特授钵（就是给他一个钵吃饭、受供）。槃特很老实，很纯洁，他就高兴地赶快站了起来（好像很尊敬，别人给他，他要站起来谢谢）。但是佛陀看见他：“你坐下来，用不着站起来，坐着就可以了。”佛陀有他的目的的，因为槃特比阿难尊者还要早出家。

佛陀知道槃特的座位离佛陀很远（就是在很后面），而且吃后还要将钵送回到佛陀的手中，确实不容易，佛陀就开始帮他了（其实佛陀就是让大家看得起周利槃陀伽）。然后槃特就仗着佛陀当时给他的一种能量、佛陀的威神力（所以有时候孩子傻一点，他很容易接受到能量体的，干净的孩子，脑子比较直的孩子，他小脑筋少，很

容易修成的，他一接受，马上就感受到菩萨的能量），别人还没注意，“咻”一下，这个钵已经送到了佛陀的手中了（就等于他吃完的那个钵，佛陀的手这么一伸，就飘过来了，送过来）。这一个奇特的现象，大家全部头回过来看了，尤其是耆域王子，他急忙跑向前去，一看槃特有这个神功，就跪在了槃特尊者的前面忏悔，然后把他奉为上宾。

槃特当初虽然愚笨，可是他有坚韧的恒心，经过六年时间，他不但念诵了很多字，受别人讥笑不灰心，把嘲讽当成替他消业：“你们笑我就是在替我消业”。他的心念一转，慢慢地清醒过来，越修越好，不再散乱，直到有一天他开悟了，而且获证圣果。从此以后，智慧的心灵开了，他能够懂得微妙甚深的佛理，他能够领会佛陀深奥的法语。过去看不起他的人，都慢慢地开始尊敬他，不再嘲笑他。

槃特尊者有一次跟随佛陀以及四百九十九位大弟子们，到阿耨达龙王处去受供。走到阿耨达池边，佛陀命令弟子们：“你们各人饮用一点池中的八功德水，因为这些八功德水饮用过后，

你们都可以瞬间知道自己前世的情景。”这时佛陀又让徒弟们各自在大众面前讲述喝过水之后看见他们前世的情景。

轮到槃特，他遵命就说了他为什么会如此愚笨。他说：“众位，多生前，我曾是一个养猪的人。有一天，我赶着一群猪要到市场上去卖。走到半途中，有一条河阻止了我的前进。为了赶早市，我又不能停留，因此就想办法用绳子把这一群猪一个连一个地全部扎起来。但是我又恐怕它们在河面上狂叫，所以用棉布将每只猪的嘴巴紧紧地塞住。这时我手拉紧绳子，自己慢慢地渡过江，我人已经上岸了，然后把猪拉上来的时候，因为这些猪的口被无知的我用棉布阻塞着，它们不能喘息，到了江中，一群活生生的猪都被闷死了。死猪上市很难出售，我的全部本钱都丧失了，从此我的生活非常艰苦，我经常呆立在河边，愚痴地看着河，想不出一条出路。有一天来了一位高僧，他看见我非常可怜，就劝我出家，教我修行。死后我生于天界，天福享尽，又再投胎于人间。由于我封住了猪口伤害了很多生命的业力，所以我今生受了蠢笨的果报。因为前世出家的因

缘，今生又让我能够遇见佛陀，到今天能证得罗汉果。”

这个故事就是告诉我们，在佛法中，愚笨是没有关系的，但是要诚恳善良，要纯朴，又要懂得守戒。只要用自己内心善的因缘勤修佛法，好好守住自己的身口意，菩萨一定会来救我们的。

抛弃妄念 非想非非想

——2020 年 4 月 25 日《白话佛法》开示第五十一集

其实人生就是一种平衡，我们活在这个世界上，实际上就是想取得一种平衡，你拥有了这个，一定会失去或者错过那个，所以有时候你在人间什么都想得到，结果往往会失去更多，因为你的心里不平衡。所以师父跟你们讲，有时候不要奢望在人生中拥有绝对的公平，想要这件事情一定要公平。实际上“公平”这两个字就犹如天平的两端，一端付出得越多，另一端就承载着更多的希望。就像朋友与朋友之间，家里的夫妻之间、和孩子之间都是一样的，实际上一个人只要承受得多，得到的希望也就更多。

当我们处于这个世界很多的矛盾中，或者人生在走向低谷的时候，不要太悲观，因为我们最终还是会越过一个一个障碍往上走。置身于低谷的时候，不要失望；置身于人生顶峰的时候，也要想到这是暂时的，不要忘乎所以。有些人到顶

峰，或者在单位里能够做一个很高的位子，他会想到自己最后可能会下来。人生不要过于执著，平衡的心态能够让你好好学佛。有时候你选择了，自己做一些努力了，坚持了，走过了这条路，无愧于心就好。人这一辈子无非就是走在自己人生的过程中，我们每个人都在走人生的过程，“荣华花间露，富贵草上霜”，一切都是虚幻的。拥有得多，可能会给你带来更多的压力，可能会给你造成更多的烦恼。所以生不带来、死不带去的人生，我们应该顺其自然，应该懂得什么叫随遇而安。

《白话佛法》就是告诉大家，在人间很多东西不能看得太穿，有时候看穿了，自己会心痛；有时候有一些烦恼，能够随缘就好。在佛经里经常有一句话叫“不可说”，世界上很多东西只可意会，不可言传，也就是说心里能够感受到的东西，并不代表一定能够写出来和说出来。那种内心的感受、内心很多的境界并不是写得出来的。就像每个人学佛的经历一样，各有不同，有时候那是一种悟性，那是一种觉，那是一种受，所以修心就是觉悟自己这颗心。

佛陀教化众生，让我们要抛弃妄念、执著，我们不可以执著，不能有妄念，所以佛陀叫我们进入非想非非想的状态。“非”就是不、不是。比方说不去做什么——非也；不去做，不要怎么做——非。“非想”就是不要去想。“非非想”，就是不是不要去想。“非想非非想”也就是说，不要去想，但是又并不是进入了完全不想的境界，这就是靠你的觉悟。世界上很多事情，你做也好，不做也好，有的事情可以做，有的事情不能做；实际上又可以做又不能做，又想做又不能想去做，这就是人生，要靠理解和悟性。

我们人为什么很多东西不能说？因为当你想说的时候，你有自私心在里面，你有妄念就在你想说的话里面。所以任何人说出来的话，除了这个说话的目的之外，一定还会有很多私心杂念，包括我要显化，我讲的这句话有一些忌妒心、贪心、愚痴心在里面，每一句话出来都会带有一点妄念，或者讲这句话，“我私心上能够感受到什么”。所以，当一个人不能将自己的意思表达出来的时候，他硬要讲，一定会讲出事情来。佛经经常叫我们“不可说”，佛陀开示了很多经文

和佛言佛语，就是为了教化众生，让我们懂得不得已而为之，当实在精神上控制不住的时候一定要理解它，就是靠平时的学习，最后能够进入你的心中，来感受它、理解它。禅宗讲“不执著于文字”就是这个道理。当一个人学佛学到后来，整天跟别人讲文字，他已经执著在文字中。真正的学佛是要用智慧来解脱自己的思维。

佛家经典有一句话说：“有的事可说不可做，有的可做却不可说，有的既不可说又不可做。”这就是你的理解能力，当佛经学到深奥的时候，完全靠你自悟，完全靠你自己内心阿摩罗识的本性来契合你的阿赖耶识，能够合在一起。师父跟大家做个解释，什么事情可说不可做？举个简单例子，别人做错了事情，你要讲他，你不讲他又不行，但是讲了他，你又不能去做，所以就产生了一句话叫：“我如果像你这样呢？我如果这样对你呢？”所以有的事可说，但是你能这样去对他吗？你能这样去做吗？这就是经典，佛法的经典。师父再举个例子，什么事情可做却不可说？行佛、好好地做菩萨的事情，每天做功德，但是对那些无缘众生，你一旦对他们“说”了，比方

说你告诉他“要吃全素”，结果引起他造口业，他就说：“山珍海味都不吃，你到人间来干什么的？你连享受都不会。”还说“酒肉穿肠过……”他造口业，然后你就帮他们背业了。所以有的事情你自己做，你就是行菩萨道，但是碰到没有缘的人不是一定要去跟他说。有的既不可说又不可做，什么是既不可说又不可做的？那就是你内心肮脏的思维。又不可以说出来，又不能做。做了有因果，不做就没因果。所以佛经中的经典贯穿在学佛的智慧上面，学到后来，人的智慧会越来越开，人会不一样，犹如《心经》里有一句“色即是空，空即是色”一样。

《般若波罗蜜多心经》是由唐代的玄奘法师翻译的，它其实是禅宗的精髓。“色不异空，空不异色，色即是空，空即是色，受想行识，亦复如是”，佛家讲的“色”就是眼睛所看见的一切事物、人物，实际上这句话就是告诉我们，要懂得色即是空，就是万物本空的禅学理念。你们想想看，在这个世界上从拥有到最后失去，不管自然地失去，还是因为离开了这个世界而失去，一切到最后都是空的。我们曾经拥有过，但是最后

又失去了。我们曾经拥有过很多房子，最后失去了；我们人生拥有过很多，最后都失去了。这个理念就是让我们要开悟。

菩萨让我们懂得“色不异空，空不异色”，就是让我们不要对万物“执情”——执著这个感情上面，执著“这个房子我可爱它了，我可喜欢了”“这个人，我可爱他了，我放不下”……佛经让我们不要去执著于这个情，因为这个情是空的，“色不异空，空不异色”。你只要一执著这些空性的东西，接下来内心就不得自在，而内心不得自在，你就是在谈空、论空却又恋空。明明知道这个人会离你而去，你还留恋他，最后得到的是空；这个酒店住半年很好的，哪怕住一个月，真好，服务这方面很好，但是你知道最后你会离开它的；你的身体，你知道父母亲把这个身体借给你，也就是七八十年时间，你去执著于这个身体，天天为这个身体花四五个小时化妆、美容，到了最后这个身体离开你，你心里很难过，所以这就是“色即是空”。因为你看到的东西就是空的，但是你去恋空，觉得这个空的是有的，你怀念它，执著于这个恋空的情结中，那你就不懂得

什么叫“空即是色”。也就是说你因为恋空，忽略了这个空中还有色——还有物体，还有你看得到的一切。所以，要看破它，要照见五蕴皆空，要看到它的本质。

佛经《心经》就是告诉我们，内心想自在，想完全不被这些空和色所牵挂，想心中得到大自在，既要懂得什么是“空”，又要在“空”当中知道怎样利用人间的色（就是相）来完成自己内心的空性，所以不要恋空。你的受、想、行、识全部都是你的感受，《心经》讲得很清楚，“受”就是感受，“想”就是思维，“行”就是内心的行为形成的意识，“亦复如是”——也是这样的，都是这样的，到最后就是“色即是空，空即是色”。举个简单例子，你今天想“多好啊，一年之后我能拿一个好房子，公司给我或者怎样，好开心”，但是到了最后这房子也是交还给公司的，只是暂时给你住的，那是不是“亦复如是”？你当时的想象、感受开心吗？澳大利亚政府专门配给老人很多房子可以住一辈子，但是这个房子不是你的，等你走了，政府就把这个房子收回去。这不就是“亦复如是”吗？你当时感觉“我有房子了，

我可以住一辈子了”，但是最后这房子是你的吗？他提早就告诉你“亦复如是”——就是这样的，不是你的，最后也不是你的，你是拿不到的。

在《心经》中认为恋取世事（恋就是怀恋，“我恋着这个事情，来夺取它”）实际上就是恋空。“我今天留恋，这个地方真好”，但是恋到后来一切都是空的，叫恋空，其实都是没有分别的。我们回忆小时候天真无邪的笑声、儿童般的快乐、无忧无虑的成长、没有压力的生活，怀念啊，怀恋儿童时代，实际上你怀恋的就是恋空，因为最后什么都没有。你执取了它，不放下它，最后失去了它，那就是“色即是空”，最后就给你心中造成很多烦恼，因为你得不到它。所以佛经上讲，一切能见或者不能见到的事物现象，其实是我们人生虚妄产生的幻觉。也就是说，你今天喜欢的东西是你的幻觉，你今天所留恋的东西也是你的幻觉，因为它是暂时地拥有，暂时地给你看到，暂时地让你听到美妙的音乐。就像一个人参加音乐会，他特别迷恋这音乐或者歌星，听完之后散场了，一切都归空了，场地都空了，演员又空了，所有粉丝全部走空了，他还留恋在那里，

依依不舍地不希望离开，最后就叫执空，就叫恋空。《心经》讲“色不异空，空不异色，色即是空，空即是色”，你所有的想象、所有的意识到最后“亦复如是”——都是这样的，到最后全是空的。《心经》就是这么精彩。

见、修、行是证悟的纲领

——2020 年 4 月 25 日《白话佛法》开示第五十二集

师父跟大家讲，我们不要让自己的心灵经常产生那种虚幻的幻觉式的想法，因为空的，你去想了，最后也是空的。当你去想象了，这个想象的空间产生一种色——看得到、想象得到的就是一种色，色到最后就是空。实际上“色即是空”就是告诉我们，我们看到的、认识到事物的一切现象，和这个世界上诸多的苦恼、烦恼，其实都是虚幻而产生的。佛经就是告诉我们：苦是暂时的，时间过了就忘记了；快乐也是暂时的，经过多少年之后，它是虚幻的，也没有了。一切“色即是空”，空到后来又有一个虚幻的人生出现，这就是共性。共性就是从有到无，从无到有，就是“色即是空，空即是色”。其实这其中讲究的就是因缘果报的关系，让我们懂得这个世界上一切都是缘分所在，因果一定会有报应，善恶是循环的。很多人经常问：“我前世做什么的？”你

们不要问师父，佛经上早就讲了：要知前世因，今生受者是。你今天生活得很好，无忧无虑，没有受很多苦，你上辈子一定积福积德了。很多人来问师父：“师父，我下辈子有什么果报？我能到天上去吗？我能到好的人家去吗？我不会去做饿鬼吧？”佛经上讲：要知后世果，今生作者是。你们今生在做善事，一定有善报——三善道，天道、阿修罗、人道都属于三善道；如果你今生没有好好做善事，而是做恶事，那么地狱等着你，饿鬼道等着你，畜生道等着你。所以要问别人吗？问问你自己就知道了。

“色即是空，空即是色”就是劝人向善的基础。“不要执著了，没关系的，你要放下，这个东西有了，以后也会没有的”——劝人向善吧？很多人你劝他，他不听的，“我家里很富有，我磕什么头？我有钱，我有名，我有利，我什么都不缺，所以我也用不着磕头。”你就告诉他：“无常的，这个世界的一切到最后都会空的，色即是空。”那么他知道终有一天会没有和失去，就会生起学佛精进的耐心。

接下来跟大家讲的就是佛经上的。学佛要见

地、修证与行愿，学佛的纲领提出来了——就是“见、修、行”三位一体。“见”就是见地，就是你的见解；“修”就是修证，修心之后证得，明白了；“行”就是行愿，你的行为。依照这三个纲领去读一切经文，就慢慢明白经文的真谛、内涵。

学佛要有功夫，功夫就是好好努力、精进。读书要用功，用功要对得上路，如果用功不对路，那就用错功了。很多人没师父，自己盲修瞎练，到最后见地又不对——对学佛、对人生产生的见解和理解不对；见地不对，理就不对，就不是正确的理论了。很多人学佛学到后来逼着别人：“你学佛，你不能这样，你要这样……”他的见解错误了。见解错误之后，对事、对人都会产生偏差。

见解错了，行愿就做不到，行愿没了。行愿是什么？有愿力，要去行、要去做。没有行愿，功德怎么能圆满呢？我们经常跟大家讲一句话“功德圆满”，功德要圆、要满，要懂得圆满。你的见地有时候为什么不到位呢？你的见解为什么出偏差、不到位？因为你修证没有到，修心没有证道。什么叫没证道？修心不到位。比方说

你今天五戒里守两戒，你算到位吗？你说“我不杀生，我不偷盗”，你守了两戒，很好；那你又妄语、又喝酒、又邪淫，你说你是个好人吗？你不到位，能圆满吗？你的智慧不够圆满，行愿就不够圆满，愿力就永远不会圆满。你跟菩萨行愿的时候，“菩萨，我一定这样”，不圆满的。五戒就是五戒，八戒就是八戒，我今天守多少戒，该怎么守就怎么守。有愿力要做人不撒谎，那我就不能再撒一句谎，这就叫守戒。愿力没圆满，行愿没有到位，功德一定不够圆满；功德不够圆满，见地、修证就有问题。功德不圆满的人，他的见解是不是错了？修心证得的对佛法的理解力就一定有问题，因为它们是三位一体的。所以行为和愿力没有到位，见地和修证就有问题。师父举个简单例子，你今天做义工，“哎呀，我做义工了，我做点好事吧”，你说你能够功德圆满吗？你今天做义工，就要老老实实为众生服务，就要好好地在那里站有站相、坐有坐相，就要像个护法神一样保护着我们伟大的佛法。这就是师父要告诉你们的，要特别当心，三位一体。

其实学佛最难的一项就是慈悲心，因为每个

人要生起慈悲心不容易，每个人嘴巴都会说“我要慈悲你”，吵架的时候有慈悲心吗？不肯帮助别人的时候有慈悲心吗？愿力不够圆满的时候有慈悲心吗？所以要真正发起行愿心，你才拥有慈悲心。“我有这个愿力，我要去做，我要做好人，我从今天开始就要学菩萨的正等正觉，以后才能成为无上正等正觉。”你要有愿力的。如果口口声声说“我要帮助别人，我要慈悲别人，我要度别人”，嘴上这么讲，天天睡懒觉，叫他起来念经都不愿意，一天能念几张小房子？一天能念几遍经？更不用说去帮助别人了。帮助别人全部要付出的，要付出自己宝贵的时间吧？要付出自己的慈悲心吧？要舍去自己很多休息的时间、玩乐的时间，或者本身自己应该有的安逸生活，全部都要打破，你才会有愿力。所以有时候讲起来容易，却很难办到。你单单说修行，没有用的，要有一颗功德心，在愿力上一定要建立起一颗功德心，“我今天行这个愿，我一定要做功德，一定要对众生好”，否则你根本没有去行这个愿，没有这个功，也没有这个德。

佛法在世间，实际上就是告诉我们：人要见

地。见地是什么？要看到事实，理解这个世界的事实，就是在行愿。当你能够理解这个世界的一切善与恶，你就是在行愿。这个世间是五浊恶世，五浊恶世很难逾越烦恼浊、见浊、命浊等五浊，你怎样在五浊恶世中行布施？现在末法时期要做件好事，大家都会笑你：“你这个人怎么这么傻，他自己不能做啊？为什么要你去帮忙？”阻力重重。“你为什么要去对他好？他跟你无亲无眷的，你为什么这样？你不是大傻瓜啊？”这就是五浊恶世，因为人的理念全部都反了。现在谁愿意帮助别人？没有利益，不肯帮助别人；没有得到利益，更不肯帮助别人；得到利益要看多少，得到的多了，帮帮你；得到的少了，拿了你的也不帮你。这就是现在的理念。所以需要大家来布施我们的功德心、慈悲心。在这个五浊恶世里，要守戒很难，大家都是在贪瞋痴慢疑中。在这个世界，我们要弘法真的很痛苦，大家都在动小脑筋，大家都是为私心而活，你怎样在这个世界中自度，还要度人？所以要功德圆满。

其实这在佛经上是“第二义”，从形而上道而言，也就是说从形式上来说，没有什么世间与

不世间的分别。很多人说你修世间法还是修出世间法，也就是说你修的是人天福报还是修的是以后上天的路，实际上都是一样。你今天在人间做好事，你一定能上天，人天福报也会有；你今天在人间不做善事，你说“我以后离开这个世界一定到天上去”，你怎么上去？你在人间都不愿意做好事，怎么能够到天上成菩萨、成佛？你连修罗道都去不了。

《六祖坛经》中说：“佛法在世间，不离世间觉。”就是告诉我们，佛法就在我们身边，它没有离开我们，在这个世间就要马上觉悟，离开世间无法求得觉悟。只有苦了，才想出离；一个人很安逸，怎么会想到求解脱？今天没有被锁链绑住，怎么想到要把锁链解开？所以若没有痛苦，你根本不知道什么叫快乐，什么叫幸福；如果没有烦恼，你怎么知道什么叫清净，什么叫安详？我们过去多少烦恼，现在安静一点了吧？因为你知道什么叫烦恼，所以才会变成安静。你有安静的心、安详的心，虽然过去有烦恼，现在已经转为安详、安静，就是“烦恼即菩提”了，因为你现在拥有菩提心，你静下来了。

“离世觅菩提”，如果说你想真的跳出这个世界来寻找菩萨智慧，要知道人家是已经跳出三界，不在五行中，本身已经是佛界、菩萨界、声闻、缘觉界了，都已经觉悟在天上了，身在菩提中，不求菩提，已经是菩提了；而正是因为我们还在人间，所以要懂得不离世间觉。离开世间，你怎么能觉悟？“离世觅菩提”本身就是不理解菩提。大乘佛法说“佛法在世间”，其实指的是“行门”。我们打坐也好，修心念经也好，放生也好，只是行门中的一种——万分之一或者千百分之一，去行，去修。实际上，如果你用佛法来做人、做事，你行的都是佛法的“门”。我们现在“心灵法门”，这个“法”是佛的法，心灵中有佛的法，这一扇“门”没有离开世间，就是在人间来讲佛法，来把这扇门打开，让大家进入佛法的最好的一个佛门之道。千万不要以为佛法要你出世之后、离开这个世间才能得到，实际上，我们在这个世间已经不能离开这个世间的佛法了，因为只有在这个世间，我们才能找到真正的佛法。

希望大家一方面修道，一方面要好好地想，

一切功名富贵、酒色财气，你要了有什么用？你曾经有过又有什么用？你如果今天还放不下，那就是大错特错。所以师父跟大家讲，好好在这个人间拥有佛法，要想以后修出世法，离开世间能够成功，从我做起，从现在开始，在人间、在现在这个现世的世界中就好好地行门——行佛法这个伟大的佛门。

静定是观照

——2020 年 4 月 25 日《白话佛法》开示第五十三集

行愿这个“行”字实际上讲的就是真见地，也就是说真正地理解佛法的见地，就是见解。你行不到，见地都没有用。你今天理解佛法，要真正去实行的。一个人嘴巴很能讲，佛法理论都懂，但是做得没有一点像佛，没有去做佛法的事情。所以要做到“行”，才能谈到真正的慈悲心。慈悲就是无我，能够慈悲别人，感到别人很可怜、感到别人非常需要你帮助的时候，你就是无我了，因为你想到别人了。

我们讲慈悲，不是一个情，而是一种智慧。你今天能够慈悲别人，不是说“他跟我感情好，我要帮助他”，而是因为你有智慧，“他是众生，我有功德，我要去行愿，去帮助他解脱”。所以佛法大乘道的慈悲是智慧，般若也是慈悲，观世音菩萨的般若智慧——大智大慧就是大慈大悲。因为慈悲，所以会无我，你才能真慈悲。而有些

人在人间经常说“我要慈悲你”，你只要想到“我要慈悲你”，你就落于下乘了，也就是小乘。不是你去慈悲别人，而是你自己的本愿，而是你自己的行愿，而是发自内心的那种菩萨的般若心来让你慈悲别人，这就是高尚了。就像父母爱儿女，不叫慈悲，叫仁慈。母爱不要代价，母亲对孩子好不要代价，但是它是人道父母的感受的这种爱，它里面有情的。有情，就会带有我相，所以叫“我情我愿”“情愿、我情愿”，很多人讲话“我情愿怎样”，你有情了，你产生的这个愿力就是人间的感情和愿力，从“我爱”出发。菩萨的慈悲不是“我情愿”，那是一种智慧，那是一种无我爱而爱的东西，非我非非我的爱——又像是你，又不是你；你说完全不是你发出来的爱，但是在你的心中；你说在你的心中，那么第九意识阿摩罗识菩萨的慈爱，是你的吗？又不是你的。所以非爱非非爱，非我非非我。这就是学佛对自己的境界变得越来越严格了。

行愿和行门都非常重要。行门就等于我们找一个方向去行自己的愿。如果一个人随时在静定中——安静和安定中，要经常检点自己，要知道

什么是修行人，你想做什么样的修行人，是永远严格检查自己的人，永远观照自己的人。靠别人盯住你，就不叫“观自在”；只有自己观察自己的行为做得对不对，观察自己行为在不在自己的本性中，才是观自在。随时检查自己的心理行为和思维，不断地纠正自己的思想、检查自己行为的人才是修行人。脑子动不动想：“我这样是不是违背了菩萨的教诲？我这样是不是不像一位菩萨？”

不要认为，在这个世界上修心有一个方法，“我用一个什么方法，我打坐多少天”……很多人经常问我：“师父，我念多少遍经这个事情就会好了？”师父告诉你们真话，念到你无我了，这个事情就好了；念到你已经自然地念了，这个事情就好了。没有说吃多少药之后这个病就会好的，没有的，因为每个人体质不一样，每个人的身体素质不一样，每个人承受世界上任何事物的能量也不一样。有些人说：“我打打坐就会好了，我打坐三年、十年”，你不管打坐多少年，打通什么经络，念个什么咒语，你没有到行门，没有理解这个世界，没有对佛法真正地放下，你怎么

能解脱，怎么能够变成无我？很多人经常说，“看看这个人，修得很好，我也要这样”，那么慢慢地打打坐；慢慢地“我要打通经络”；慢慢地“我学了很多佛法”，拿出去讲讲这个、讲讲那个，慢慢地就变得神经兮兮了，一会儿讲“哎哟，菩萨来了”，一会儿马上说“哎呀，这个事情怎样怎样，我有灵感”。很多学佛的人学到后来为什么精神不正常？因为他们整天以为自己是菩萨，整天想做菩萨，他们又没有这个根基，又没有好好地行门，又没有证悟，所以最后灵性上身了。因为灵性就是你喜欢什么他就给你什么，然后你就接受他了；当你一接受他，你就跟他一样了。举个简单例子，为什么骗子总是能够得手？因为骗子知道你想干什么，他就告诉你：“你只要这样，保证能够满足你的要求。”所以你就会上当。你想赚钱，他就跟你说：“你把这点本钱拿出来之后，我可以帮你赚更多的钱。”最后你这个钱就亏掉了，所以你就污染了，慢慢地时间长了，你就不正常了，你的脑子就不正常了。

很多人神经兮兮的，整天说别人“你有病”“那个人有病”。你去看好了，经常说别人有病

的人，身上一定有毛病。师父开示的时候经常说，你们现在共修多讲自己毛病，不要去讲别人的毛病，因为你们自己自度还没度好，怎么去度别人？因为你讲别人毛病，你一定有毛病的，否则你怎么讲得出别人的毛病？就是你的毛病。

所以要严格地自我修行，严格地反省自己、检查自己，观照自己的修为，你才能脱离。你以为坐在那里打打坐、念念经、放放生就能成功？不能啊。要有悟性的，要觉悟，所以“佛”字在梵文中就是觉者。我们并不是靠禅坐，也不是靠放生、许愿、念经，那是全部合在一起的，再根据你自己的布施、持戒、精进、忍辱、禅定、般若智慧六波罗蜜全部集中在一起，才能成功的。就像一个人的五官一样，单单有眼睛你能生活吗？鼻子闻不到味道，嘴巴不能讲话怎么办？单单会讲，眼睛看不见行吗？师父曾经听过一个相声，说五官打架，五个兄弟大家相互不买账。耳朵说：“我听不见，你们能干什么事情？”眼睛说：“我眼睛让你们看不见，你听得见也没用。”嘴巴说：“我不吃饭，你们就得饿死；我不说话，没人会理解你们。”吵得不得了，只有鼻子不讲

话。四个兄弟就问鼻子：“你为什么不讲话？你讲几句给我们听听好吗？”鼻子就说了：“其实你们讲了这么多都没有用，我最重要，因为我鼻子一不通气，你们全部死掉。”一个人修行也是这样，靠着大家的努力，靠着你身上所有的佛性、因素、学佛的基础等等一切，才能成就你的功德宝山。很多人念了半天，学了半天，功德没有成“宝山”。

我们要有一种慈悲的心，而且这种慈悲修到一定程度，要上报四重恩、下济三途苦。“三途苦”大家都知道，“上报四重恩”就是提醒我们每天要做功德。我们学佛的人随时随地都要检查自己，今天慈悲了吗？上报四重恩了吗？四重恩，佛的恩你们报了吗？父母、师长的恩你们报了吗？国土的恩你们报了吗？众生的恩情你们报了吗？你们生出来，医生给你们接生就是众生恩。很多人说：“众生对我们有什么恩？”你活在世界上，不可能一个人能够成长的，靠的是众生对你的帮助你才能成长的。你一个人就是做出成绩，也是大家一起的。所以为什么每位菩萨、每位佛的成功都靠着很多很多众生，还有护法

神？龙天护法就是这个道理。所以我们要懂得，活一天，就要感恩别人一天，因为要麻烦很多人提供生命、事物和很多帮助给我们。

佛经三藏十二部都在讲行愿。一个人不“行”，行吗？一个人没有愿力，行吗？六度万行、三十七道品（我曾经给法师都上过课），学佛的基本都在里面；了解三世因果，懂得六道轮回，就是这个道理。从心理行为上慢慢地改进自己，渐渐地你就会见地自然，就是你对事物的理解、对佛法的理解就会越来越进步。我们一定要证悟才能证果。每个人心理行为要改变，学佛之后很多人改变了，比方说打坐、念经、放生、许愿，只要心行改正一天，定力就会随之进步一天。你只要有这个愿力“我要改变”，你每天就在改变中了。

怎样能够定得下来？怎样从心行上去追求、去修心？如果你只是表面上打打坐、念念经、放放生，去放生，一路上嘻嘻哈哈的，不懂得念经，今天可能放生一车只是个形式，而没有改变你。很多人打坐，坐在那里半天，坐到脚都麻了，智慧还没开，天灵也打不开。所以要检查自己的灵

魂和精神，相比任何的一些理解（比方说今天做某一件事情想开悟），那是不一样的境界。

师父今天跟大家讲重点，就是“见地、修证、行愿”三大纲要。这个“纲”，行愿是最重要的。今天愿力来了，你要去行。师父相信你们在座的各位全部都有愿力吧？你们曾经跪在菩萨面前全部许过愿吧？“行”了吗？要行愿。你的行到了，你的见地才会圆满。因为你去行了，你才会懂得真正的见地（见解），你的修证才会得道证果。古时候证果的人很多，能够得道证果，全部都是因为他们行愿。所以希望大家学佛人好好地去行，在行上下功夫，就离出离六道越来越近了。

最后给大家讲个故事。在古印度的舍卫国中，有一位父亲非常辛苦，独自抚养着一对兄弟。没想到这对兄弟感情非常不好，从小打打闹闹，谁也不让谁，一直冤结很深。父亲告诫哥哥要慈爱自己的弟弟，哥哥就会顶嘴说：“你看你多偏心，专疼爱小儿子，不喜欢我。”父亲只好转而教育弟弟：“孩子，你要尊重长兄。”没想到这个弟弟瞋心大起，跟爸爸说：“你不明是非，是哥哥霸道，有错在先。”就这样，哥哥怪弟弟不懂

事情，弟弟怨哥哥不讲道理，两个人都让父亲伤透了脑筋，也伤透了心。

日子一天天过去，这两个兄弟一天天在长大，天天抢玩具、争对错，长大之后争田产、分家业。年迈的父亲自己动不了，知道也劝不了、管不了，只能在边上默默地流泪，祈求奇迹能够出现，能有一个善知识来教化这两个顽固不化的孩子。

这一天，一位好心的邻居劝道："你们兄弟两人再这样吵下去也不是办法，干脆到国王那里，请国王给你们评评理吧。"于是两个兄弟满脸怨恨，为了不让对方先声夺人（恶人先告状），尽管烈日当头，他们还是使尽全力，连走带跑地跑到皇宫去。兄弟俩沿途为了谁对谁错，一边往皇宫走，一边相互对骂，争吵不休。

就在两个人气喘吁吁、口干舌燥的当下，正好佛陀迎面而来。他们不认识佛陀，看到面貌庄严、徐步安详的沙门，顿时肃然起敬，两个人停止了争吵。他们被佛陀脸上身上散发出的威德所摄受，于是不约而同地跑到前面去问讯和礼拜，还问佛陀的称号。（庄严的法师受人膜拜和尊

敬。）

佛陀微笑着看着因缘甚深的两人（因为佛陀一看见两个兄弟，就知道他们两个人的因果），他以柔软悦耳的声音、善巧的比喻，当场就为他们说了瞋心的过患，就是说你们两个人这么恨，以后会产生什么不好。佛陀就直接教育他们：“如果你们两人放纵心中的贪婪、瞋心和瞋恚，你们两个人心中犹如有两条毒蛇和恶兽，自己的心被恶毒的汁液所腐蚀。你们不但内心的功德将会消失，而且还会被毒蛇的毒液所侵害。”佛陀继而又为他们开演了种种的妙法。（你看佛陀多伟大，看见两个小青年，停下来在路上就给他们开示。所以我们要学佛陀的伟大。）兄弟两人一直听佛陀讲，两个人被讲得愣住了，“哎，有道理”，智慧开启，烦恼消除，当下证得阿罗汉果位。

很多人听师父讲故事的时候经常想：古时候的人怎么这么容易证得阿罗汉果位、须陀洹果位？他们怎么这么容易得到果位的？古时候的人比较简单，脑子不像现代人这么复杂、这么奸，所以一旦想通了，很容易得到果位。而看看我们现代人，你就是跟他说佛法，他都不相信；你就

是跟他说正法，他也不相信。你说什么，他都不相信，他能得到什么果位？

这两个兄弟回到家之后，虔诚地向父亲忏悔，并且说出自己得道的因缘（得道就是完全彻悟了、明白了）。年老的父亲听了之后，欢喜得掉眼泪，心中的担子终于卸下。过了不久，老父亲命终舍报，过世了。爸爸过世之后，他听了两个孩子这么好，他感恩佛陀，一感恩，这种法喜的感恩的善念就往天上走。（所以走的时候感恩心很重要，会生到天上。而不是像你们现在，别人引你们遇到佛法，还要左一个不满意，右一个不满意。要感恩。）他因善念生到天上，为了感恩佛陀的恩泽，他来到佛前顶礼供养，佛陀在天上为其说法，他当下即证得须陀洹果。

这个故事就是告诉我们，人都是有因果的，不懂因果并不代表就没有因果。人与人的吵闹、忌妒、烦恼都是有因有果的，众生所结善缘、恶缘的深浅都是上辈子的。所以要把它融入佛之大海中，海纳百川、拥有宽阔的胸怀，就能善解人意，就能理解别人，放下自己内心的瞋恨。所以在人间，不论亲家还是冤家，我们都要相互帮助、

相互提携、互相接引。有时候一个佛友提醒你一句话，会使你豁然开朗。很多学佛人自己做错了，在忧郁中，别人善意地提醒你一句话，可能就是菩萨让他来提醒你的，你就会转恶念为善念，转恶缘为善缘，化尘缘为法缘，这是我们生命中，学佛最有意义的事情。所以，我们修行路上要多结善缘，才能一世修成。广结善缘，那是一种智慧。只有众生对你的爱，才会造就你无限的慈悲的力量。

好，今天跟大家《白话佛法》就讲到这里。谢谢大家。

放下执著 寻找本性

——2020 年 4 月 29 日《白话佛法》开示第五十四集

今天继续跟大家讲《白话佛法》。

修心，实际上最主要要修掉自己身上的是什么？就是执著。人的毛病就是执著，如果修心不把执著修掉，那你修什么心？所以学佛一定要懂得把执著修掉。而且修心，不管是在家里还是在哪里，你都要严格地在生活中进行修心。很多人以为修行是在家里念念经，有的人以为到庙里去磕磕头，实际上修心最重要的就是在修行当中生活，在生活当中修心。我们不是整天打坐、磕头、念经、拨佛珠，然后修了很多年，结果坏脾气还是坏脾气，改不了的地方还是改不了，自己经常执著的时候还是执著，烦恼依旧，性格依旧，心态依旧，你没有任何改变，你怎么能够修好心呢？这不是真正的修行。只要你执著还在，你还不是真正地修行。

真正修行的人不管在哪里，都要懂得学会改

变。今天工作环境，你也把它当成一个道场；今天你在家里，你把它当成一个坛城。无论你从事什么职业，无论你做什么工作，修心要融入你的工作当中去。面对环境，你要懂得每一件事情、每一句话，都是在锻炼自己的本性和心性，都是在锻炼自己，锻炼我们人的一颗心怎样能够定、怎样能够平静。无论外境怎样变化，我的内心都不要去变。尽自己的心、义务和责任，在人间尽心尽力地做好每一件事情，承担一切，制心一处。学佛修心要一心一意，制心一处。用心去做每一件事情就是在修行。你把工作的对象看成是众生，看成是你的父母、兄弟姐妹，一切为他们的利益着想，以真诚的心去对待每一个众生，去关心他们、去爱护他们、去理解他们、去体谅他们，这样你才能做众生的亲人，这样你就是走到哪里修到哪里，不管环境怎么变，你一直在修行当中。

我们不求任何回报地在这个社会中奉献；我们不管怎样修心，我们的心要无比快乐。救人的人心态一定要快乐，事业、工作就会顺利。不要怕遇到违缘的障碍，有时候愿力不强，有时候碰到了很多烦恼，违愿了，有障碍了，那么就开始

不开心了，“我学佛修心怎么有这么多的烦恼？”实际上任何一个烦恼的出现，就是给你创造了一个能够得到菩提的机会，因为你可以用智慧、菩提来消掉你自己心中的障碍，历练你的心性，提高你的层次，用境界增长你的智慧。

我们的生活，实际上你要把它当成净土。今天在这个净土的社会中，我们所处的环境就是寂静之处，所以才会不执著。我们要把自己的内心，把自己的环境打扫得干干净净，就像净土世界一样，布置得清净庄严，不乱讲各种各样的笑话，庄严自己，不乱开玩笑，不说下流的话，不去乱想其他不好的事情，慢慢地就会清净庄严。

有时候不要去顾忌别人做多少，看看你自己做了多少。学佛当中的任劳任怨实际上就是一种修心，就是一种精进的义务——像义工一样，有时候你要擦掉灰尘，就是要擦掉你的业障。很多人一辈子不知道应该劳动，所以为什么在很多庙里，当你去的时候，法师就叫你好好地拖地，好好地擦桌子，好好地明白为什么要清净、为什么要干净，因为擦人间尘土，同时也在擦掉你心灵上的尘埃。扫除垃圾就是扫除你的烦恼，因为你

的烦恼在你的心中就是垃圾。

你要把家人和亲人都当作众生。你要把所有父母众生、儿女众生，包括你所一起共修的佛友，当成金刚道友，都是未来的菩萨。你对他们关心，会得到菩萨的加持；你对他们照顾，会得到护法神的护佑；你尊重他们，你会得到般若智慧；你不伤害他们，你会得到别人的尊敬；你不怨恨他们，你就是广结善缘。

人活在这个世界上各有各的因缘，每个人有每个人的福报，你执著什么，什么就会伤害你。你执著了自己的孩子一定要读书好，慢慢地孩子读书不好就伤害你了；你执著“我一定要多赚点钱”，最后钱没赚到，就伤害到你的心了。所以，你执著谁，谁就会伤你的心。我们在人间不可能有那么多圆满的事情。一切如梦幻泡影，如露亦如电，要放下所有的妄念，因为不应该想的去想了，就会造成对你的伤害。放下，师父不是叫你放弃，该做的人间的事情还要去做，不但要去做，而且尽自己的心去把它做好。

人生就像一出戏，你的人生从生出来的第一天，你的戏就开始开场了，你要演下去，你不能

不演下去，只是你在演出的过程中，要明明白白、清清楚楚地知道“我在演戏”。既然你知道你的人生就像演戏一样会结束，那你就不应该相信这个世界上还有很多东西可以为你所执著。你在舞台上的夫妻，你在舞台上的女儿、儿子，你只是在演好你这个角色，不能把假戏当成真戏来做。很多人把假的以为是真的，到了最后放不下。其实人间并不是我们的老家，我们真正的家是在天上——和菩萨在一起的天上，我们在人间只不过是匆匆而过的过路客，有什么可以执著的？想一想，我们一生执著了多少事情？从小到大，从学校一直到社会、到家庭，我们的我执已经把我们计较得像一个自私的人，像一个不能见到阳光的灵性。

我们每个人少说一句话，这个世界就会多一分平和；我们每个人多谦让一分，我们就会多一分慈悲的境界。我们每个人海阔天空，知道这是虚幻的，退一步又能给你带来什么伤害呢？所以凡事不能只考虑自己的利益，要多为别人着想。你经常只为自己想，去不掉自己的自私、自爱、自利，你就不能活在当下。试想一下，你们谁喜

欢一个很自私的人？谁喜欢一个没有慈悲心、没有菩提心、没有原谅别人的包容心的人？所以师父跟你们讲，修心就是如理如法地修，真心诚意地去做，别人自然就会尊重你，你的庄严就会到。喜欢你的人就是能够理解你的人。能够多多地原谅别人，别人会给你更多的爱，你怎样对待别人，实际上就是让别人怎样来对待你。

我们不能总是怨天尤人，不要总是挑别人的毛病，看别人不顺眼，不要总想去改变别人，要调整好自己的心态，修好自己的心。一切境，如果都随着你的心而改变，那你就能驾驭这个环境，所以师父叫你们要以宽阔的胸怀去包容社会的一切。有时候我们会有想不通，看一切人都不好；但是有时候我们又会想得通，看一切人都是好人，看一切境界都是好的境界，那么你的心就随着善在改变。如果你看到社会上都是不顺眼的，看不惯的，经常去查别人的缺点，而看不到自己的缺点，你一定不能去掉自我，一定放不下执著。

修行就是修执著——去掉我执，否则修什么？修心和生活、工作，一切都不矛盾，因为佛

性是我们每个人都具有的。我们因为进入了人间这个五欲红尘中，每一天奔走寻找那个被遗忘、失落的自我，不知道活在这个世界上什么是最重要、最宝贵的东西，我们丢失了、忘记了我们的良心，在做每一件事情对每一个人很厉害，或者咒骂他、忌妒他的时候，我们丢失了我们最原始的本性和良心——我们找不到了，而天天在社会上去找那些五欲六尘中肮脏的贪念、欲念，真正的佛在自己心中，我们却找不到了。一定要有信心，一定要从自己内心去寻找本性——本原的佛性。能够有多大的信心，在人间，你就会有多大的成就。好好地学佛，坚持修心，你就会好好地得到解脱。能够成佛的人，首先他是有信心的，而后他能克服自己的我相和我执，靠着自己精进的努力，懂得怎样在生活中去寻找佛性，那才是真正的学佛之人。

汝心本性 观自在

——2020 年 4 月 29 日《白话佛法》开示第五十五集

师父跟大家讲，我们人很可怜，生病的人整天想找回自己的健康，失业的人整天想找一份工作，伤心的人总是想“我要找到快乐”，失望的人总是天天在希望有转机，能够找回自己的希望。我们一生几乎都是在为找事业、找朋友、找财富、找名利而忙碌，甚至一生一世都在寻找，仍然找不到自己想要的东西。其实找来找去，我们应该找自己的本性，那才是最重要的，那是我们的治心之本。如果你找不到自己的良心，找不到自己的佛性，你有了健康也会丢失，有了事业也会失去，有了快乐也会得到更多的痛苦。要学会成就内心的真佛。有一句偈语：“佛在灵山莫远求，灵山就在汝心头，人人有个灵山塔，好向灵山塔下修。”就是告诉我们，佛在哪里？就在你的本性中。你去跟别人求、跟别人学，其实在你的内心深处就有个灵山塔，这个灵山塔你一求

就灵，你只要好好地在灵山塔修你的功德，你就会圆满地在人间。

“汝心本性观自在，九识佛心藏真谛”，这几句偈语就是告诉你们，人本身就有一尊本来佛，那叫自性佛，但是我们为什么会找不到，而在色、受、想、行、识中追逐那些“色即是空，空即是色”的欲望，迷失了自己的希望？我们人很可怜地在外境中找遍外在的一切，却忽略了自己内心本性的珍宝，空在世上几十年都找不到自己真正的“我”在哪里，连自己都不知道“我”在哪里，活在这个假我中，天天为了面子、为了虚妄，去跟别人斗、跟别人争，这就是我们不懂佛法。

所以，我们要做一个有智慧德能的人，有智慧的人能够安排好自己的心态，有道德的人能够安排好和别人的关系，要向心内寻觅你的真正的佛性，你就能成就你内心的真佛，要点亮自己内心的佛灯。现代人经常强调净化环境、净化社会，其实最主要的还是要从净化自己、净化心灵做起，所以“心灵法门”就是从净化心灵的佛性开始的。我们的心在人间经常被愚痴、黑暗、无明、

烦恼所遮蔽，每个人的自性里都有一盏心灯，我们要把这盏心灯点亮，能够照出智慧的光芒、般若的光辉，就能赶走身上无明和烦恼。一个有智慧的人，怎么会有烦恼呢？一个有智慧的人一定会有般若。想一想，很多人对一件事情想不通的时候，就是不肯放下，要面子，有时候你只要跟别人说一句“对不起，我做错了”，这件事情马上就没了，根本用不着背负很沉重的包袱，一天、两天、三天……这么折磨自己的内心。一句话可以化解冤结，一个笑脸可以化解烦恼。人总是在自己的美容美颜上或者在美体上，但是忘了应该好好地让自己的心变得美、变得善良。你点亮内心的佛光，你就是心灵美。

要治疗内心的病患。身体生病了要看医生，心里生病了，有的人去求神问卜，有的人看心理医生，其实当你想不通的时候，最究竟的，解铃还须系铃人，你要做自己的医生，因为你自己内心的病你自己最了解，别人有几个人能够了解你内心想的？所以佛说，一切法为治一切心；若无一切心，何用一切法？实际上佛法就是为了治我们的心而来的，佛陀说法就是要治众生八万四千

种烦恼病，因为我们有八万四千种烦恼病，所以才会产生八万四千个法门。要勤修戒定慧，息灭贪瞋痴三毒。要懂得用戒来治贪，用自己的定力来治自己的瞋心，用智慧来治自己的愚痴，那你的身心才会解脱，你的智慧才会充满。

我们要挖掘自己内心的财富。社会上的财富、人的财富，那是外在的，随时随地会因为水、火、盗贼，一些突发事件，或者不肖子孙而消失，所以这些外财并不能永远地保留住；而我们内心的财富，那是别人永远也偷不去的，那是我们不会失去的宝贵财富。大家想想，如果你有一个信仰，碰到什么事情会特别开心，你说“我相信观世音菩萨能救我”，别人能偷去吗？别人在难受的时候，你特别开心，因为你心中有观世音菩萨的信仰。当别人在痛苦的时候，你的般若智慧，让你很快就能解决任何问题。你有般若智慧，别人没有，是别人拿得去的吗？你的慈悲、你的道德、你的精进、你的喜舍，是别人能够拥有的吗？这是你自己应该拥有的。你自己的慈悲心会让你得到更多人间的物质，你自己的精进心会让你得到更多的人缘，所以一切都是你自己造成的。

这些宝贵的财富还包括了一个惭愧心。一个人要有惭愧心，他就不会贡高我慢，总觉得对不起别人，总觉得“我非常惭愧，我做得不够好，我应该向别人学习”“我现在接受供养，心里很难过，因为我做得还不够好”，因为你的惭愧心会让你精进地努力成佛。

菩萨就是让我们懂得：心中的财富是取之不尽、用之不竭的。你想拥有多少财富，就要看你自己要在你的内心中挖掘多少。生活在世间，有的人专门找门路，还有的人经常给别人找茬，找来找去，最后自找苦吃、自找罪受。唯有找到自己内心的宝藏，你的心里才会开朗，你的生命才会过得踏踏实实。无论什么样的生活，只有佛法伴随着你，你的心才会静，你的意才会自在。

我们学佛修心，谁都知道要放下，很多人跟师父说：“我们到哪里去，别人都叫我们放下。”这个放下不是这么容易的，听起来非常简单，都不知道放下什么。师父告诉你们，放下，那是一种境界。首先要明白，佛教到底让你放下什么，你要知道放下什么。有人问：“人间的一切，如果我都放下了，那么我什么都没了。佛法为什么

经常叫我们放下万缘？如果我们学佛把所有的缘分都放下了，我们又能做什么？”而且有的人感觉佛法好像总是让人趋向一种消极，“你放下，不要去了”。总是有人错误地理解佛法：如果什么都放下了，钱也不要了，衣食都不要了，工作不要了，家也不要了，我有自己的小世界、小天地不就完了吗？师父告诉你们，这是一种偏见。要懂得放下的真正含义：你什么都放下了，它就结束了、完了；你什么都放不下，它也会结束，也会完了。首先要理解世事无常，一切都是成住坏空。那么有人问：“我们到底应该放下，还是不放下？”佛经经典曾经告诉我们，学佛要懂得替而换之。举个简单的例子，一个乞丐刚刚从别人手中要了很多的钢镚儿，他拿着手上的硬币，你说，他会心甘情愿放下手中刚刚要来的硬币吗？答案是：肯定不行的。我们人是不是像这样？拿到人间一点利益了，拿在手上死都不肯放。你拿一个石头跟乞丐说：“我来换你的硬币好吗？”乞丐肯定说：“不行!”为什么呢？硬币更值钱。如果你今天拿的是一块金子，你去跟乞丐换，乞丐一定会跟你换。大家想想，这是为什

么？因为金子更值钱。

从这个道理上，师父可以告诉你们，想放下，最简单的方法就是替换。我们放不下人间的一切原因：因为人有一颗自私的心，没有得到更好的，所以就放不下。当你没有得到更好的利益，你就放不下眼前的利益。那么我们用正能量的思维来考虑，如果你现在用素食来替换荤食，你想一想，你不就是放下了屠刀吗？你得到的是慈悲。如果你用布施去替换索取的时候，你放下了贪婪，就等于你用你的信仰（信佛）去替换了你贪的毛病。如果你用信佛去替换空虚，比方说你平时在家里很空虚，突然之间学佛了，那你就放下了在家里的寂寞。如果你今天碰到很多烦恼的事情，想也想不通，你想做傻事，突然之间有智慧给你，是不是换下了你的愚痴？你就放下了执著。这就是智慧在不断地转换你身上的贪瞋痴慢疑，你用正念去替换心中的杂念，你就放下了妄想。想不到的事情你为什么要去想？那就是妄想。当你想得到的时候，你用正念“这件事情我做了，一定会有善报”，那你就放下了幻想。很多人用自己随喜的心去替换忌妒的时候，就放下了烦恼。用忍

辱去替换报复的时候，比方说你恨别人、你很想报复，最后你忍耐了，你放下了瞋恨。你用慈爱去替换贪爱的时候，你会放下内心的心痛。如果你不懂得提起，你就不会明白什么叫放下。你想放下什么，先要懂得你在人间已经提起了什么。

所以师父告诉你们，刚刚说的素食也好，布施也好，信仰也好，智慧也好，包括正念、随喜也好，那都是黄金，要替换你们内心深处和手抓住的人间的那些“硬币”。用这些善良的智慧去放下，懂得怎样用智慧的佛法、用超出人间的般若智慧去解决人间的一切烦恼，去替换那些曾经拥有过的贪婪、瞋念和愚痴的心，不就是菩提智慧吗？

知行合一是为道

——2020 年 4 月 29 日《白话佛法》开示第五十六集

今天跟大家讲一个非常有意义的佛教故事。

有两兄弟跟着佛陀出家，他们在修学上渐渐分出差异来。哥哥修行很进取，非常努力，弟弟也很用功，几年彻夜不眠，息心深究，他们兄弟两个都各有成就，哥哥证得了阿罗汉果，弟弟也是深入三藏教典，就是对三藏非常地懂。

弟弟常常因为学了三藏觉得自己广学多闻，自夸炫耀，喜欢卖弄聪明，传播名声，引以为荣。哥哥知道以后非常为他担心，对弟弟的成就感到悲观。有一次，他就劝告弟弟说道：“人身难得，佛世难值，正如佛陀常说的‘失人身如大地土，得人身如爪上泥’，而今你既得了人身，就应当以修行为重，解学则在其次，你千万要慎重地选择。”大家知道，在佛法界里边有一个“解”，就是理解佛法理论基础；“行”就是付诸在实践中。弟弟理论很懂，但是不肯修行。

弟弟听了非常不以为然，觉得像耳边风一

样，并不记在心中。他反驳道：“哥哥，你说的我认为不一定是对的，我觉得我现在虽然对佛法有大海一滴的认识，但尚未得到精髓，所谓‘既登其堂，必入其室’，待我精通三藏，堪任人天师表的时候，再修道也不迟。”弟弟的意思就是说“我今天既然已经学了三藏，我一定要把它弄通”。

哥哥说：“弟弟，人生无常啊，生命不能长久的，也许你的三藏还没有学成，无常就落在了你的身上，所以及早修行最为重要。”但是弟弟非常地固执他的本意，就是执著，他不肯接受哥哥的劝告。不久，弟弟果然染上奇异的怪病，医药无效，必死无疑。弟弟知道自己会死，心中非常地恐惧，对他的哥哥说道：“哥哥，我过去愚痴迷盲，不听你的教示，现在面临寿命将尽，修行已经来不及了。”说着，涕泪交流，向其兄悔过。不久，弟弟就逝世离开人间了。

哥哥非常地痛苦，念着手足情分，因为他已经证得阿罗汉果，他就入定观他，看他弟弟到底投到什么趣向（“趣”实际上就是投到什么道了）。当他看见他弟弟投生在一个长者家中，他心想

“虽然弟弟再投胎，我也要救度我的弟弟”，他有这种心念。还好这个长者的家非常靠近寺院，他为了想救他的弟弟，就经常到这个长者的家中去探望，跟他们交朋友，说“这个孩子真可爱”，总想找机会去帮他的弟弟。当转世的弟弟长到三岁的时候，哥哥的心非常着急，就赶紧替他皈依，教他念佛号、圣号。没想到这个小孩子也非常地惹人喜爱、聪明乖巧，一学就会，还会念经。

当这个孩子长到四岁的时候，有一次，他的奶娘抱着他往山上的寺院去拜见他师父的时候，因为寺院在山上，石阶曲折而崎岖，这个奶妈抱他在怀中，一不小心，失手将他掉落到山下，他顿时头破血流，粉身碎骨，就这么凄惨地死了。当他临命终的一刹那，他的心中顿时生起恶念，怀恨这个奶妈“为什么抱我抱得不谨慎，以至我遭遇这样的灾祸”。因为他已经是魂，由于起了这一念瞋恨的心，没想到命终之时堕落到了地狱。

他的哥哥知道这件事之后，除怜愍他的不幸之外，马上入定再观他的生趣（就是他到底到哪里去了）。突然，哥哥在定中看到他的弟弟居然

堕落在地狱中，不觉叹息道：“地狱的苦楚多么深重！地狱的罪业多么难度！诸佛菩萨尚且不能奈何，何况是我？”哥哥就是说：地狱这么深重，地狱的罪孽很难度，连菩萨都不能动因果，救不了无缘之人，何况是我（阿罗汉）？因为他弟弟过去的不修为，没有去行，还有上一辈子的执著心，造成了他“佛法难闻，人身难得，既得人身，又有几载”。也就是说，不能放下的人一定会吃苦。所以学佛人应该把握时机，好好地修学修心。

在佛经里“解”道紧要，“解”就是理解佛法固然非常重要和要紧，但是我们修的行为更重要。很多学佛人嘴巴里念经念得很好，心里明白佛理也明白得很好，但是做出来的事情都不像人，没有去好好地“行”，最后还是白修，一场空。所以佛法里讲知行合一（就是你的知识和你的行为要合成一样），行解并重（你的修行和理解佛法的能力要一样）。真正理解佛法是在内心之中，真正地懂得、能够运用佛法在生活中，那才是真正的修行之解。

今天就跟大家说到这里，我们下次节目再见。

恒常学佛是根

——2020 年 5 月 2 日《白话佛法》开示第五十七集

今天继续跟大家讲《白话佛法》。

学佛人首先要必须了解自我、了解因果。你连自己都不了解自己，你肯定会不了解因果，因为每一个人做任何的事情都是有因果的。所以我们经常说要了解人间一切的现象，就是了解自心。“这件事情可不可以做？这件事情我能不能做？”就是了解自己，然后了解自己的内心，这样你就会知道“我这件事情可以去做，我用良心、本性来帮助别人”，然后你就种了善因。如果这件事情在你的内心有问号，“我能不能去做？可以做还是不能做？”那么在你的内心就产生疑惑。当一个人有疑惑的时候，他就产生幻觉——虚幻之感觉，那么就会种上恶因，最后就会得到恶果。所以要明心见性，就是要能够明白世界上一切的现象全部都是由自己内心所造，你想做什么样的人，你就会得到什么样的果报。你今天想

做善良的人，你看到自己的佛性了，那么你就能得到佛性的回报；你如果今天对一件事情内心不清净，你就会活在虚幻中；如果你很明白地知道这件是善事，“我众善奉行，我的内心拥有佛”，你做出来的就是佛法和佛性。

转化自己的欲望很重要，在这个世界上有很多人一辈子都不知道要怎样转化欲望。举个简单例子，这个事情不是你的，你非要，你有这个欲望了，但是你要把它转化，怎样转化？就是慢慢地用另外一种正确的、正能量的、明心见性的思维去考量你所思维的这件事情，你会得到另外一个不同的解释。比方说，今天别人叫你去参加一个事情，这件事情可能对另外一个人会有伤害，你凭良心说“我是学佛人，不应该参加这种活动”，你的内心拥有了正能量，你就转换思维，就把这个“想去看一看、想去了解一下”的欲望转换成“我们应该与人为善，不跟别人去结怨结仇”。就像我们小时候很多同学说“我们大家一起去对这个人进行攻击”，你因为有正能量、正思维，你就不会去参与。所以学佛人要懂得智慧的觉照，有智慧的人，他有觉悟，他能照亮他所

有的内心世界，他能知道哪些可以做，哪些不能做，这就是学佛人和不学佛人的不一样。

学佛人拥有了正能量，就拥有了慧命和生命；如果一个人没有正能量，他就拥有了内心的孤独和郁闷。有些人一辈子感觉自己失去了灵魂，他碰到事情就难受，耳朵听不到佛音，眼睛被五欲六尘虚幻假相所蒙蔽，无法领悟，看不到佛法的光芒。很多人一辈子带着希望来到这个世界，他希望能够重新在这个世界上有一番作为，但是他忘记了，每一个人来到这个世界上都带有业障。他们来到这个世界，虽然带着希望，但是他们的业障很重，离不开自己的悲伤和忧愁。他们带着眼泪，带着自己不能达到的欲望离开了娑婆世界，因为他们没有修行，没有明心见性。不修行的人，每一天在幻想、幻觉中生活，每一天就是想象，时常幻想，在泡沫般的贪欲中杳无音信，自己的那些欲望、拥有的和失去的，包括曾经拥有的幸福和痛苦，都消失在空气中，承受着消失的痛苦。

我们现在每一个人，只要回想起过去的一些悲伤的事情，总是无限地惆怅。这些事情在我们

脑海里好像发生过，又好像没有发生过，那就是因为你失去了它，没有了，在心中才会产生虚幻的惆怅。不学佛，你永远活在自己内心肮脏的小生命中，也就是你自己拥有的一个小小的世界、一个小小的家庭、一个小小的人我是非中，从来不知道能够帮助到别人，从来不知道能够跳出三界。我们人在微尘的世界中，茫然得无法自救。有些人发生了事情，没有人可以倾诉，没有人可以说，因为他太不了解别人，他也怕别人不了解自己，所以他永远在那些痛苦中徘徊，最后他觉得这个世界是如此地冷漠。这就是他自己的小圈子，在他自己所拥有的他认为的人生王国中，失去了他应有的智慧。在愚痴中，人生如梦幻泡影。

我们无论碰到什么事情要懂得“受”——接受、承受。我们多少幸福的事情，也是受过了，我们多少痛苦的事情，也是受够了，永远是这个“受”字。佛法把“受”叫“已成念境”，就是已经成为一个意念的境界。我们一生走过了多少红尘路，我们一生做过多少惊天动地或者让你痛不欲生的事情，都是“已成念境”，念境就是一个念头，一个念头就是一个境界。佛教界讲“一

念升天，一念下地狱”，想不通的念头让你下地狱，想得通的念头让你升到天界。佛法界早就把这些虚幻的人生世界称为“往事不复见”，也就是过去的事情不会再给你重复看到了。大家想想是不是这样，我们小学时候的感觉，现在还有吗？中学时候的那些感觉，现在也没有了。我们曾经在家里、在父母亲身边的感觉，现在也失去了，一切不复重现。

师父要你们懂得，在生命中出现的一切，不管善的、恶的，你不喜欢的和你喜欢的，所有的一切幸福和悲伤，你都无法去永远占有它，只是你的一个意念，只是一个“受”字，受过了就结束了；只能经历，不能占有。当你拥有这个世界上一切幸福的时候，那也只是“受一下”；当你痛苦的时候，也是咬咬牙“受一下”。因为我们是时间的过客，有首歌是“过客匆匆”，人来去匆匆，过客匆匆，总有一天，我们会和这个人世间你所认为的痛苦告别，或者你所认为的在这个人世间的幸福，你也会跟它告别。到了最后，佛法教导我们要放下一切，因为在这个世界上无所谓失去，我们只是经过而已。希望大家懂得，人

的一生亦无所谓得到，也无所谓失去，只是一种体验罢了。真正的学佛：碰到眼前的，好好地珍惜；对自己过去的东西，随缘放下；未来的、要来的事情，要坦然地面对它。诸法空相，幻化存真，这个世界一切都是虚空无相。

有时候接电话，很多佛友经常问师父“这个世界上什么最强？”人总是感觉到有一种最强的东西，可以打败世界上最弱的东西。记住了，因果报应最强，因为因果报应丝毫不爽；慈悲喜舍最大，因为我们一生中离不开慈悲喜舍。我们人生犯的错误，只能等着因果报应。世界上什么最强？强中自有强中手。大家说“钢铁最强”，但是烈火可以熔化它；又有人说“大火最强”，但是用水就可以把它熄灭；也有的人说“太阳最强”，但是云照样可以把它遮住；“暴风最强”，高山可以抵挡它；“高山最强”，登山者也可以将它征服；最后别人说“死亡那是逃不过的，那是最强的，因为没人逃得过死亡吧”，但是我们学佛修心的人，心灵永远不会死亡，我们会寻找新的生命。学佛人最强的是毅力，很多佛友学到后来坚持不下去了，他就没有像金刚般若般的毅

力。为什么会有人退转？因为他没有恒心，没有信心。学佛的人要找寻到一条解脱之道，所以我们不怕生死，我们有坚强的愿力，会越过困难，克服烦恼，走向未来。

有正知正见的人他心中有佛，知道什么是对的，他坚强地走下去；有正见的人，他会知道是非善恶，懂因果，懂报应。人应该懂得好坏利弊，别人对你这么好，你为什么反而去伤害他？听起来是那么自然，但是现实生活中恰恰有太多的人，你越对他好，他越欺负你，这就是人心的贪念所致，这就是人心的欲望所致。因为你对他好了，他有更多的欲望出来，所以他就要欺负你。有时候你不理他，他反而收敛了，这就是他不懂得正和邪，他在迷惑中。别人对你这么善良，对你这么好，如果你觉得是应该的，就会误入歧途。

有智慧的人是最强的。如果一个人有智慧，他就会解决烦恼，所以智慧是无价之宝，是你生命中的无价之宝。今天师父在跟几个佛友开示的时候，曾经讲到人的无价之宝，在生命中还有一个非常重要的，那是经常要有惭愧心。如果一个人拥有惭愧心，觉得自己做得还不够，还不够孝

顺，对别人还不够好，觉得自己对父母亲还不够，对别人不够，对自己的师长、对社会还不够，那说明他有惭愧心，他才能拥有精进心。为什么有很多人不能精进？因为他没有惭愧心，他觉得全世界的人都是欠他的，而他给别人带来了更多。

要懂得仁义道德，能够分辨是非的人就能做出理性的判断。一个慈悲的人，他就能够降伏一切，因为他知道这个世界没谁欠他的，他也不欠谁的，这一切都是充满着慈悲，拥有着智慧。别人帮助你不是应该的，是别人的慈悲心。当你拥有这些正确的意念的时候，你就会克服自己内心中的邪念，当你受到别人欺负的时候，有冤结的时候，你会拥有心中的慈悲去化解它。永远要体谅别人，永远要懂得这个世界上真正最大、最强的是什么，我们学佛人要懂得，真正最大、最强的就是慈悲喜舍，因为因果报应最强，只有慈悲喜舍，才不会动到你的因果报应。

“去来自由，无滞无碍，应用随作，应语随答，普见化身，不离自性，即得自在神通游戏三昧，是名见性”，这句话是《六祖坛经》中的，讲的是一颗心。心中要有佛，心中有佛的人，心

可以自由自在。因为不伤害别人，你才能自由自在，就像驾着车在马路上，如果你不伤害其他汽车和行人，当然就是自由自在地在开车。“无滞无碍”，没有任何可以阻挡你的。一个有正能量心态的人，他“应用随作”，就是他应起来、用起来的时候，随心所作。“应语随答”，应别人的语言就可以答辩，跟别人回答。“普见化身”，心到处都是菩萨的化身。“不离自性，即得自在神通”，只要拥有了内心的佛性、本性，就拥有了自在神通，就是自由。一个有良心的人，到哪里都不会受到别人的攻击；一个拥有智慧的人，到哪里都自由自在。“游戏三昧”，大家都知道“游戏神通佛”，游戏，虚实相半，就是度一个人的时候要虚实相半。有时候，用一句幽默的话去启发他，就像济公活佛在人间普度众生的时候，他内心平静，排除杂念，又用“游戏人间”的态度对待一切苦难众生，因为他把这个世界看成虚幻的，只是在人间走一遭，只是在人间看破了红尘，知道这是一个虚幻的世界，“三昧”就代表着他这种智慧的心态。所以“游戏三昧”就是虚实相半。“是名见性”，你在这个世界能够把一切看成

虚幻的，就是见到了自己真实如来本性。

佛经上讲心之非、痴、乱（“痴”就是愚痴的痴，“乱”就是心很乱，“非”就是有是非），都是认为五蕴为恒常的自我。也就是告诉大家，因为你有自我感觉，你才会良好。有的人自我感觉良好，别人说什么话他都不听，因为他拥有了是非和愚痴的心。所以当一个人不听别人的话，他就进入了愚痴状态；而且他认为五蕴为恒常的自我，也就是他认为他的观点、意念都是永久的，永远正确的（“恒常”就是认为是长久的）。就像我们很多做父母亲的，看邻居家的孩子，“这孩子不会好的，这孩子怎么样也不会好的”；等到人家孩子长大了，有出息了，“那是偶然的”，因为他不认为别人会改好。这种自我的结果，其实是真实自性的一种虚幻的表现。无非、无痴、无乱，真实的心要没有是非，没有愚痴，心要不乱，但是因为认为恒常的自我在，用自己个人的一种意念控制着八识田，才会对别人产生各种各样的意见。所以我们要解脱烦恼，就要超越生死，就是应该懂得怎样体认自性。你自己要有体会，你要认真地去体会、去认识自己的本性，叫“体认

自性”。如果你懂得运用自己本性内心那种善良、那种菩萨的智慧和慈悲来生活，你就不会再进入“非、痴、乱”地认为恒常的自我当中。简单地讲，一个人不执著某一件事情，就不会进入恒常的自我；一个人善于改变自己的观点，听正能量，就会改变那些恒常的自我观点。解脱就是通过理解别人，自我去发觉自己内心善良的本性；通过别人的帮助和自我对佛性的理解，来改变观念，改变自己，不要染著、执著于这个世界上的一切事情。

见道与修道的区别

——2020 年 5 月 2 日《白话佛法》开示第五十八集

很多人恨一个人，一直记在心中，这种不叫染著吗？因为你被别人曾经伤害你的那些缺点染著了，别人曾经伤害你，是一块墨汁，你把它记在心中，你这个心是不是被染著了？别人曾经害过你，你永远记着，那你就执著于别人曾经伤害你的事情，你的心就不能保持干净，就不能自由。因为你永远有痛苦，永远记着那些曾经伤害过你的人和伤害过你的地方。所以有的人学佛学到后来，只要谈起他曾经伤害别人或者别人伤害他的事情，他突然就会变得颓废，就会变得孤独，这就是因为在他的八识田中没有放弃曾经的染著和执著。

怎样让自己的心无滞无碍？外境不管发生什么变化，你都要理解人生本身就是千变万化的。解脱之道在于心要有定力，定得下来。别人在你面前不管说谁好谁坏，你自己要有一颗良

心、本性来验证它，来化验它，来知道这件事情到底对与不对。因为你知道这个世界是无常的，所以就不存在对，那当然也没有不对了，所以无是才能无非。心永远不要随着世界上喜乐而转变，一会儿开心，一会儿快乐，一会儿难受。讲到底，解脱就是需要你的心不动，心不动就是佛法界讲的“如如不动”。现在很多人碰到事情了，在家里待着，如如不动，很多事情是不是避开了？今天在单位里很不开心，要有一件事情的，你请个假在家里如如不动，就算单位里要发生什么事情，今天开会了，你什么话都不讲，还是做原来的事情，不要去翻来覆去地讲这个、讲那个，到最后换来的还是如如不动，就是解除烦恼，就是在化解和解脱。心如果随着世事而转，这个世界发生这个事情，马上焦急；这个世界发生那个事情了，马上难过、伤心，那这个人的情绪就会随着世界上任何事情而发生变化。情绪发生变化，心态就发生变化；当心态发生变化了，真正的内心就会产生无明的烦恼、忧愁，智慧低下。

人间的一切无非是功名利就、功名增减、财富多寡，你为什么要进入其中？就像很多人根本

不能买股票，因为他经不起一会儿上、一会儿下。股票上去了，开心到最后昏过去了；股票下来了，难过得又昏过去了，所以他的结果就是昏过去。不管做什么事情，你的心——喜怒哀乐——不要随着世界上外境的变化而变化，你的幸福感就随之而上升；如果天天跟着世界上所有的事情而变化，你慢慢就觉得这个世界不幸福，慢慢就觉得很不开心，你的幸福感会随之而降减。学佛人经常要懂得一句话，叫“幸福只在一念间”。你今天这个念头觉得“我很幸福”，你就是在幸福中；如果你今天觉得“我很痛苦”，你的意念在痛苦中，那你就活在痛苦中。关键就在于你的心不动。所以我们经常讲“不以物喜，不以己悲”，就是这个道理，我们不要去跟着外境变化，世界上天天无常，在变化，变动是正常的，我们的心不变动是恒常的。功名利禄的变迁不应该引起我们学佛人太大的情绪波动，有就有了，没有就没有了，有就是你的，没有就不是你的，用这种心态，绝对不会影响你的幸福感。学佛人为什么幸福？因为我们拥有菩萨的智慧，我们能够做到如如不动。

学佛修心，在成佛的道路上有五个步骤，我们会经历资粮道、加行道、见道、修道、无学道五个阶段。资粮道和加行道还是属于凡夫境界，如果进入了加行道之后，修行者就具备了世俗菩提心。这里师父跟大家讲“世俗菩提心”，就是在人间会拥有菩提的心。有很多人学佛见到一点空性，“学佛了，想开了，没有了，无所谓了”，见到一点空性了吧？“我现在放下了，我不去执著了，无所谓了。我不跟别人打官司了，我现在很开心”，见到一点空性了，但是你的境界还没有到达这个阶段；没到达这个阶段，你就是假空——好像想通了。为什么有些人今天想通了，明天又想不通？这就叫“假空”。真正的佛法，想得通，那是一直想得通。假空你就不能见道。

真正的见道，举个简单例子，学佛法的人见到佛法了吧？“佛法能够让我们解脱，佛法能够让我们消灾解难，能够让我们跟着观世音菩萨好好修心，多好啊！”见道了吧？见到佛法了。但是你修道了吗？接下来就是修道。你看到了，但是你没有修，所以见道和修道是两个不同的境界。就像很多人，你问他“你信佛吗？”“我相

信。”“那你念经吗？拜佛吗？”“不拜、不念经，但是我相信。”这就是见道和修道的区别。真正地见道，知道这个好，你要去做的。修道的境界用现代话来讲，就是佛经上叫“位”（位置的“位”，比如说“有没有这个位置？有没有这个椅子？”）。见道，你要理解佛法，然后你理解佛法的目的就是要修道，但是修和不修，理解了还没有修，层次不同，是两个不同的位置，就是我们说的“品位”(上等上品、上等中品、上等下品……)。像我们在学校里的时候，这个同学知道好坏，但是他好的也不做，坏的也没做；这个同学知道好坏，如果遇到坏的事情，他就站出来去抵制那些不好的思维，好的事情他就拼命抢着去做。这就是一个是见道，一个是修道。

师父告诉大家，见道、修道，接下去叫“证道”，就是证实这个道。证道，是你必须见道、修道圆满了，你才能证道。什么意思呢？“今天我相信菩萨了，然后我又实实在在在修了，当我在修的时候，修得圆满了，我证得了空性，我证得了佛道，我证悟了”，因为你的修，所以才能证道；因为你的修心，你才能理解佛法的真谛，

“原来如此”，这就是证道。所以我们学佛修心就是要一步一个脚印慢慢地来。

师父跟大家讲，见道实际上不难的，你看了别人在磕头、念经，别人说“很好，学佛很好”，你见道了吧？见道的时候，别人说“你修心吧，你修道吧。”“哎哟，要早起……我要上班，有很多事情”，他觉得修道很难。等到慢慢地念经了、修道了，修道在他那里不难了。修了半天，怎么成道啊？成道又难了，“我怎样能够成功做菩萨，我修了半天怎么还是老样子，毛病越修越多”，因为这些毛病都是你过去的，因为这些毛病都是你无始劫以来带在身上的，慢慢你就会觉得成道怎么这么难。那么经过你一生的努力，不停地修啊修啊，成道到最后也不难。因为你今天可以做得像菩萨一样，成道了，是不是？也不难吧？“我今天做了一天菩萨，做了一个月菩萨，我做了一年菩萨”。最后行道难，为什么呢？因为你最后没有坚持，“行”是坚持去做。你今天一天可以做菩萨，但是你过几天又回到了人间，所以行道难。

如果有大慈悲的心来入世，也就是说，学佛

的人如果在世间以观世音菩萨的大慈大悲来行道——行菩萨的道，有些人觉得很幸福，但是大部分人会觉得比较痛苦。因为首先你不能让别人理解你，你在做好事，别人会说你。举个简单例子，有些人到庙里去，跪在那里擦地板，有些人看到，“哎哟，你这样就成佛了？”你今天做很多功德，“哎哟，卖力了，好像你这样就能成菩萨了。”有的时候去帮助别人，别人不理解你，你说难受吗？很多人你想为他好，但是他就是不听你的话，你说这个行道难不难？所以菩萨要能够行道的话，必须牺牲自我、牺牲小我，有时候为了救别人，情愿舍去自己的利益，舍去自己的利益就是包括时间，包括钱财，有时候甚至要帮别人背业，有时候还被别人不理解，别人还要诽谤你，还要骂你，还要讽刺你等等的一切，你全部都要做好牺牲的准备，这样才叫“行道”，所以行道是最难的。

刚刚说修心五个步骤，师父现在跟大家再拉回来讲。第一个叫“资粮道”，顾名思义资也就是资本。比方说做一个生意要有资本吗？学佛要有资本吧？粮，每个学佛的人要有粮食吧？吃饭

要有粮食。做个小生意要有资本，吃个饭要有粮食，叫“资粮”。如果想从一个普通的人超凡入圣，做一个圣人，做一个菩萨，第一步就是要修习资粮道，就是资粮位——位置。比方说，一个普通的人，出家也好，在家修行也好，知道佛法“真好，我能够悟道成佛”，那么首先要看看成佛或者修成正果的话，悟道的本钱有没有。人要成佛，要能够理解佛，要有本钱吗？有，有两种资粮的本钱，一种叫“福德资粮”，还有一种叫“智慧的资粮”。也就是说，当你要想能够成佛、成菩萨、成圣人的时候，你看看你这个人有没有福气，有没有道德。撒谎的人能有道德吗？欺骗别人的人有道德吗？这种没有道德的人，时间长了他会有福气吗？所以首先要知道自己有没有福德资粮。你这个人有福气、有道德，就是拥有了能够成佛的资粮的第一步。第二步，你福德有的时候不够，有一点道德或者有一点福气，投胎投了一个比较好的人家，家里有点经济来源，各方面比别人好，至少还能放生，那么这些都是你的福德；福德可以培养的，你不停地去做一些有道德的事情，你的德就会越来越多，你不停地去

帮助别人，你的福气会越来越多，它可以培养的。资粮道里福报就是这么培养的。

中华传统文化里，儒家、道家、佛家都讲我们做好人，要有道德。其实做人很难很难，现在做人有几个人做得好的？碰到自己的利益，马上就伤害别人的利益，他做人能做得好吗？修心学佛，佛经上讲，福德不够的人，怎样修持都没有用的。有些人修了一辈子，碰到自己的利益，马上缺德；有的人修了一辈子，讲得天花乱坠，到最后碰到自己的福的事情，“我不愿意出来，我不愿意花时间，我不愿意财布施、法布施、无畏布施”，这样的人一辈子不会为别人想，他没有福德，他修不好心。师父告诉大家，学佛，那是真的，不管做哪件事情，不要去考虑能够得到多少，首先要考虑“我为别人付出了多少”，这就叫“道德”，这种人会有福气的。你多帮助别人做一件事情，自己的智慧马上就会充裕。这个道理的原理：你从别人的事件中，是可以增加自己的辨别能力。你帮助别人某一件事的时候，是不是会增加自己的辨别能力？这件是好事还是坏事，你都会知道。你去帮助别人解脱烦恼，从这

件帮助别人的事情中，从别人的恒心和自己的恒心中，又了解了自己有多少的耐心和恒心。替别人做一件好事，就多一分好报，多一分智慧。所以我们学佛行菩萨道，就是要有这种牺牲小我、多帮助别人的大无畏的佛陀的精神，要帮助别人拥有善缘，你帮助别人，跟别人结善缘，你的福报就够了；你做了好事，就会成道、成佛。根基很重要，这就叫“资粮道”。

很多人听佛法，听别人一讲专业术语，马上就听不进去了，师父就是用白话佛法在跟你们讲解这些。资粮道就是你自己的道德。学佛要有基础的，一个妄语者，一个两舌者，一个连品质都没有的人，怎么能成菩萨？怎么能够走向成佛的道路？需要你的资本，因为这是福德的资粮。第二叫“智慧资粮”。有福和智两个资粮，任何一个学佛的人，就算有福气闻到了佛法，也是很有道德，也很善良，但很多人学了一辈子，听也听不懂佛法，根本不能理解佛法里的真实含义，对佛法里的那些智慧的资粮什么都搞不懂，缺少智慧，也不能成圣、成佛。所以资粮里有两种，佛经上叫“福智二严”，就是又要有福气又要有智

慧的人，在人间会产生两种庄严，叫“福智二严”。福德庄严，智慧也会让你在人间变得非常庄严。

不见本性 修法无益

——2020 年 5 月 2 日《白话佛法》开示第五十九集

师父跟大家讲，福德的资粮靠自己严厉地去修。你今天道德不好，“我要拼命地改”，非常严厉。道德好，别人看得起你；吹牛撒谎，谁看得起你？你想成佛，一定要严厉地修自己的福气，“我众善奉行，一定要帮助别人”，你会得到别人的帮助，你就是会有福气。就像做生意一样，你很努力地去帮助别人，把产品搞得好好的，质量搞得好好的，那你的生意会越来越好，你的钱会越赚越多，这就是要严于律己。然后你把自己的道德管得好好的，别人一定看得起你。从佛法界讲，你今天打坐也好，念经、许愿、放生也好，磕头、拜佛也好，都要认真严厉，对自己要严格，因为你是在修福德的资粮。你的智慧资粮虽然还没有，但是必须先要有福德的资粮。如果这个人福气很大、福报很大，比方说有些人大家都对他好，这种人会不会有智慧？这个人人缘很好，大

家一定对他很好，这个人是不是有智慧？这个人很有钱、很有福气，这种人会不会有智慧？做生意做得好，他也懂得怎样让他的客户能够满意，他也有他的智慧。世间的福报——有钱，有时候可能可以买得到福气，但是要知道，第二资粮是智慧的资粮，智慧福德是钱买不到的。师父让你们正信正念，就是让你们用心去达到智慧的那一种内心的知识——佛学知识，如果你有智慧了，就懂得什么叫“福德资粮”，什么叫“智慧资粮”。

我们修行第一步，就是要修这两个资粮，修好了资粮，才修加行位。连福德、道德都没有，福气也没有的人，连修心念经的时间都没有，只知道拼命地打工赚钱，你这个人有福气吗？没有。这个人如果整天算计别人，没有道德，能有修心的果报吗？没有。今天没有智慧，舍不去这些时间和钱财，就没有这些资粮。佛经上讲，要第二步“加行位”，也就是包括念经、许愿、放生、参禅、打坐……包括一切修行，要在这两个资粮道的上面，才能做这些事情，这叫“加行位”。也就是说，福德资粮和智慧资粮，这两个是造房子的 foundation（基础），没有这个基础，房子

是造不高的。任何加行位必须要有这个基础。

什么叫“加行”？就好比已经修了，增加修行的能量。我今天是修行人，我再出去做善事，我再去帮助别人，我再去参禅，再去念经、许愿，是不是加行了——增加你的行为？相当于一个工厂里，你已经很好了，你增加多几个品种的生产，本来这个工厂里是做毛料的，那么现在“的确良”（一种布料）也做，毛纺织的其他布料也做，那就是加行，就是说在这个原来工厂的基础上再加行，叫“加行位”。很多人参禅，坐在那里半天，脑子里全是杂念；有的人打坐打了半天；有的人学佛讲出来道理一套套的……你连智慧都没有，连智慧德能都不够，连自己的道德水准都不够，怎么能够修出佛道？所以加行是第二步。佛经里讲的真的是非常重要。我们修行，实际上是经过两个大阿僧祇劫多生多世修来的，也就是说你今天拥有这样的修行，今世能够一世修成的话，不知道累世要经过多少阿僧祇劫。阿僧祇劫就是不可计数的，无始劫以来很多很多、没有数字可以计算的，多生多世的。为什么你们很多人的前世这么复杂，修了多少世才能最后修出

这个果位来。

刚刚讲到加行，到了后面就是见道位，见道才能悟道。禅宗在《六祖坛经》里讲到，五祖当时就告诉六祖“不见本性，修法无益”，你修心见不到你的本性，你修各种各样的法对你有什么帮助？这就是“见道位”。“见道”不是眼睛看到的，而是内心已经真正找到了阿摩罗识，最后内心的悟道。

见道位以后才是修道位，见道了才能修道。修道悟性起了，才能开始从初地菩萨到二地菩萨……到十地菩萨这么修上去，就是修道位，一道一道地这么上去，其实就是品位。

最后成佛是第五步，修行的第五步叫“究竟位”。究竟位就是修到无上正等正觉，达到究竟了，究竟圆满了，到底了，因为它本身没有到底的。修行的这五个方法，要经过三大阿僧祇劫的修行，多少世多少世……不知道多少世，无可计量的多少世，才能成为佛。所以一个人要成佛多难。一个普通的人，为什么我们叫他“凡夫”？凡夫就是凡人、俗夫。也就是说一个人的成佛道路要经过这五个程序，才能最后修成佛。见道以

后修道，修道以后才能究竟位，达到究竟。《六祖坛经》上也曾经提出：不明自心，不见本性，修法无益。也就是告诉我们，你连自己的心都找不到，看不到自己的本性，见不到自己的本性，再怎么修法也没有益处的。见道以后你才能修道。师父跟你们讲，菩提自性，本来清净。

在佛学界中，关于佛学的问题，很多人有争议。世界上修行人很多，很多人说：“不明自性，我为什么不能修心？”其实在禅宗门下有三个这方面的观点。一种说“悟后起修”，开悟了之后才开始修行，明白了再修，修道以后才能修行，也就是说你修道了之后，才能开始修你的行，修心修行；还有一种说法是“先修后悟”，你先修，后来就会开悟；又有一种说法是修道与见道同时并进。佛法界对这个问题大家一直有争论。佛经上说：自未得度，先度他人，菩萨发心。自觉已圆，能觉他者，如来应世。实际上就是告诉我们，不管哪个方面，你要同时并进。现在末法时期，不是说先把自己修好了再去救别人，等到你修好的话，很多人就等不到你救了。你要有多少能力就去救多少人，一边在救别人的当中你先修道，

再修自己的行。无论怎样，见道也好，修道也好，都不要去想这些，你的心里就没有计较的心，心中有佛性的平衡，就能修成大道。大菩萨也是这样。

学佛人要时时刻刻先把自己两个资本修好，资粮位一定要修好，要有福报——一个是福德的资粮，另一个是智慧的资粮，能够懂得这些资粮，才有资格去学佛修心，这是必须的。而当你修到一定的时候，你的福德、福报的资粮和智慧资粮都会拥有，然后你就会慢慢地去帮助别人，这叫“自度度人”。有些没有福报的人，你叫他修心，他就经常说“我没时间修心，我忙，我要养家糊口”；等到哪一天他真的想退休了，想好好修的时候，可能他的寿命也不让他再修了，他的业障、自己所造的因果，可能会给他带来一定的果报。师父跟大家讲，一定要先把自己的资粮道、智慧道好好地学好，要有真的智慧，真的智慧就是舍，慢慢就会越来越懂得，有了资本之后才能修各种各样的，比如打坐、念经、许愿、放生。有的人整天放生，他以后也能成佛，因为他太慈悲了；有的人整天许愿，每个愿力他都能够达到，这个

人就是愿行菩萨，他也能成功——大愿，地藏王菩萨即大愿菩萨。

念佛、修心、修戒定慧等等一切，要加行位，首先在于要有资粮道。加行之后你就见道位。因为你根基好，然后修心、念经、放生，你就慢慢见到空性。其实空不是一句话空，因为有境界的。很多人放得下，不一定空；很多人空了，不一定放得下。要看你空多少时间，要一直空下去才能见道位。见道之后就开始修道位（现在我们说的“你这个人做事情到位不到位？”其实就是这个“道”、这个“位”。我们现在人说到达的“到”，实际上就是修道的“道位”）。如果一辈子修到最后，没有修道位，空性也会失去——这个空性是暂时理解的空性，你就白修了。所以佛法说“不见空性，修法无益”，修到后来要彻悟，见到空性，才能修法有益。大家都知道六祖，他也不看经教的，因为六祖是古佛再来，他讲的一切都是让我们明心见性，开悟的。大家知道修道位，修到菩萨的道。最后就是究竟位，才能成佛。

希望大家要明白，我们修心基础最重要，如果你连小毛病都不愿意改，你连撒谎、妄语、绮

语、两舌，很多的小毛病都改不了，不要说你能修成，因为你说自己修成也是妄语。希望大家好好地努力，改变自己从自我的修心开始，好好地掌握两个资粮道，非常严格地去遵守这两个资粮道，你将被众生所庄严，你也就会成为人间的菩萨。

今天师父最后给大家讲一个佛陀当年的故事。

佛陀与大比丘一千二百五十人俱来到祇树给孤独园。当时有一位尊者（富人，有地位的，都称他为尊者）拥有无量的金银珠宝，万贯家财。他虽然非常富有，但是非常吝啬，犹不知足。他不仅不供养侍奉父母，连妻子、奴仆也是跟着他吃不饱、穿不暖，更加不与自己的亲属、朋友往来，就是怕别人问他借钱、借贷财物。这个尊者命终之后，没有子女继承家业，所以当时所有的家产都归国家所有。

比丘将这件事情告诉了佛陀，佛陀就告诉了诸比丘。佛陀说：“这位尊者不仅今生悭吝（就是吝啬），不行布施，他过去生也是如此。”（佛陀很喜欢讲因果，经过了两千五百多年，我们也

继续喜欢听佛陀当年讲的那些故事。）

佛陀说：“过去在大香山有一种荜茇树，树上住了一只鸟，这只鸟的名字叫‘我所鸟’（就是应该属于我所有的）。荜茇树的果实非常好，有食疗的效用（有点像中药成分一样，吃了荜茇树上面的果实，大家很多病就好了）。果子成熟的时候，就有很多人上山去采果实。这个我所鸟整天在树上，觉得这棵树是它的，‘你们怎么可以跑到我们家里来我的树采!’它就猛力地喊，‘这些果子是我所有的，你们不可以来摘。我的果实，我家里的东西，你们怎么都可以来摘？!’结果你们都知道，人怎么会去理它的叫喊？大家摘着果子，不停地拿、索取，这个我所鸟一再地叫喊‘不要拿我的东西，你们赶快停止！不要拿我的东西，你们赶快停止!’别人照样拿，任凭它怎么忧愁地叫喊，也没有任何人停下手边的动作。果子一颗颗被摘下来，我所鸟不断地哀号，‘我家里的东西全被人家拿光了’，它的悲泣声越来越小，叫到后来力竭身亡，就死了。后几世，由于他曾经在几世中布施，所以他的今生又拥有了财富，但是他累世的记在八识田中的这种吝

啬，令今世这位尊者又开始了悭吝。”

佛陀就告诉比丘们：“比丘们，当时的我所鸟就是现在这位贪吝尊者（当时那个鸟就是贪得不得了的这个尊者）”，佛陀继续说：“所以大众当修布施，割爱去贪，内心恒常保持清净无垢。”比丘听佛所说，个个欢喜，依教奉行。

这个故事就是告诉我们，这个世界上拥有的东西，有什么东西永远是你的？你可以在这棵树上，但是它不属于你；就算拥有的东西，时间长了也会坏掉。所以在这个世界上，万事万物皆生灭无常。你们想一想，哪样东西是你们可以永久拥有的？都是无常态的。你们到哪里，色身是不是要跟着你们走？你们走到哪里，身上这肉体是不是跟着你们一起跑？就连和你们每一天朝夕相处不离的色身，到了最后也有败坏之日。

短暂的生命过程中，何不把握修善因缘，好好地懂得，不管世界上发生什么事情，要与人分享，懂得分享，你就会得到分享中的喜悦。佛法也是靠分享，我们做人也是。有好的东西大家一起吃，会更开心；佛法大家一起学，精进大家一起来。每一天活在佛法中，一个意念、一个思维、

一句话、一个行为，离不开佛，你一定早晚成佛。师父今天跟你们讲，你在人间学佛，你以后会成佛。就像我们现在人一样，在人间，你现在学画画，你以后可能会成为画家；今天在人间好好地烧菜，你可能会成为一个著名的厨师；天天在设计房子，你可能会成为一个很有名的设计师；天天在念经，你一定会成为一个菩萨；天天做好事，你会成为一个大善人；天天贪瞋痴慢疑，你会成为一个不为人齿的凡人；天天在害别人、阴别人，你就会成为一个人间的鬼。所以我们学佛就是要学未来，我们每做一步、每走一步都是在为未来着想。未来的佛、未来的菩萨是怎么形成的？就是靠着我们今天一步一个脚印学佛而成的。

今天就跟大家讲到这里，我们下次继续和大家分享《白话佛法》。

结 语

观世音菩萨心灵法门能除一切苦，真实不虚。凡是学习心灵法门的信众，普遍感受到了卢台长以无缘大慈的慈悲心来弘扬观世音菩萨的法门救度众生。心灵法门是救度那些虚病患者化解冤结，偿还自己多生多劫的欠债，消除自己多生多劫的孽障，脱离苦海的神医良药；是那些学佛多年还处在迷雾中的修行人到达彼岸的指路明灯。只要认真按照卢台长的指导去修念经、放生、许愿，都有不同程度的受益和体会。

为什么会出现受益程度不同的差异呢？我们认为除了信众们个体基因的差异外，其主要原因是多数人只注意了学习“方法”，而没有抓住“修心”的真谛；特别是对自身的贪、瞋、痴“三毒”净化的不够，自身能量不高。解决的办法，只有在修心上下功夫，要紧跟卢台长与时俱进，学好台长的心灵法门，今生活得有滋有味，将来走得无牵无挂。

如想详细更多的了解卢台长心灵法门的情况，请登陆“卢军宏台长的博客网址”http://lujunhong2or.com，查阅《白话佛法》、《玄艺综述》、《玄学问答》、《听众感悟》、《网友反馈》等博文，听澳洲东方华语电台卢军宏台长主持的每周三小时《玄艺综述》节目、每周二小时《玄艺问答》节目、每周半小时《直话直说》节目、每

周半小时《白话佛法》节目及大型现场解答会录音。

这里也还想提醒那些对卢台长心灵法门持有一些疑虑、怀疑的人，赶快从自身找找原因，放下疑虑，下定决心按照卢台长的开示，抓紧修心，时间真的不等人啊!

卢台长节目澳洲悉尼时间：

1．玄艺综述（看图腾）：
　　每星期二、四、六　　17：30 - 18：00
2．玄艺问答（不看图腾）：
　　每星期五　　13：00 - 14：30
　　每星期日　　13：00 - 14：30

备注:每年 4 月 4 日至 10 月 3 日为悉尼冬令时,与中国时差 2 小时(如：悉尼时间 17:00 时,北京时间为 15:00 时);每年 10 月 3 日至次年 4 月 4 日为悉尼夏令时制,与中国时差 3 小时(如:悉尼时间 17:00 时,北京时间为 14:00 时);如拨打卢台长直播热线,请用悉尼的时制换算时间。

卢台长节目直播热线电话：0061296988866
东方台秘书处咨询电话：　0061292832758

2011 年 12 月于悉尼

后记（结善缘）

如有想助印佛经和白话佛法系列书籍，请全部汇入政府合法注册慈善机构账户，功德款账号如下：

（一）澳洲东方传媒弘扬佛法慈善机构（澳洲圣乔治银行）
开户银行（中文）（FULL NAME OF BANK IN CHINESE）：圣乔治银行
开户银行（英文）（FULL NAME OF BANK IN ENGLISH）：
ST GEORGE BANK
账户名（ACCOUNT NAME）：AUSTRALIA ORIENTAL MEDIA BUDDHIST CHARITY ASSOCIATION
银行地区号（BSB NUMBER）： 112 879
账号（ACCOUNT NUMBER）： 432 033 033
SWIFT 号码（SWIFT CODE）： SGBLAU2S
银行地址（ADDRESS OF BANK）：
699 GEORGE ST HAYMARKET NSW 2000 AUSTRALIA
账户持有者地址（ADDRESS OF RECIPIENT）：
54 Meagher St, Chippendale Sydney NSW 2008 Australia

（二）澳洲东方传媒弘扬佛法慈善机构（筹建观音村专用账号）
开户银行（中文）（FULL NAME OF BANK IN CHINESE）：圣乔治银行
开户银行（英文）（FULL NAME OF BANK IN ENGLISH）：
ST GEORGE BANK
账户名（ACCOUNT NAME）：AUSTRALIA ORIENTAL MEDIA BUDDHIST CHARITY ASSOCIATION
银行地区号（BSB NUMBER）：112 879
账号（ACCOUNT NUMBER）：432 919 934
SWIFT 号码（SWIFT CODE）：SGBLAU2S
银行地址（ADDRESS OF BANK）：
699 GEORGE ST HAYMARKET NSW 2000 AUSTRALIA
账户持有者地址（ADDRESS OF RECIPIENT）：
54 Meagher St, Chippendale Sydney NSW 2008 Australia

（以上银行账户是东方台唯一认可的助印书款账户）

后 记

卢军宏台长现任澳洲华人佛教协会会长、澳洲东方传媒弘扬佛法慈善机构董事局主席、澳洲东方传媒报业广播电视集团董事长、澳大利亚太平绅士、马来西亚拿督、意大利锡耶纳大学荣誉客座教授，拥有澳大利亚心理学高级文凭；并同时兼任多个华人社团的会长，是澳洲三十多年的爱国侨领。

卢军宏台长自幼钻研佛学、研究玄学，曾受高僧大德名师指点。卢台长用佛法的妙法，以菩萨“大神通”度化有缘众生，令众生破迷开悟，通过学佛念经修心来改变命运。

卢军宏台长三十年来孜孜不倦、全年无休致力于在澳洲及全世界弘扬佛教精髓，推动慈善事业与文化和平交流发展，促进人类心灵和谐，至今已经在全世界五十多个国家与地区拥有近 1000 万信众。

卢台长三十多载无偿救度众生，为全世界佛友开示白话佛法，以佛法真谛指导现代人生，令无数众生获得心灵解脱。短短几年时间，弘法足迹遍及世界各地，从 2010 年至今在全球举办了二百余场世界巡回演讲，在澳洲各大城市、新西兰、美国纽约、洛杉矶、波士顿、旧金山、加拿大多伦多、温哥华、新加坡、香港、澳门、台湾、马来西亚、泰国、印尼和欧洲英国、法国、德国、

意大利、西班牙、丹麦、比利时等三十多个国家和地区均引起巨大轰动，使全世界一千万人改变命运，家庭和睦、社会和谐、世界和平。2017 年 2 月在新加坡举办的八万人法会更是盛况空前。卢台长受到世界佛友的热烈欢迎和爱戴，并为世界传媒所广泛关注和报导，如今“心灵法门”在世界各地掀起了一股念经学佛修心的热潮。

卢台长本人及所领导的澳洲东方传媒弘扬佛法慈善机构更是为世界各地水灾地震火灾等赈灾救灾，以及救治弱能儿童、孤寡老人、忧郁症等各大慈善机构捐献善款达一百多万元。

卢军宏太平绅士因其为国际文化和平及慈善事业发展所做出的突出贡献，在联合国、美国国会、美国宽容博物馆、德国柏林等地举办的国际和平会议，以及英国伦敦世界宗教联合大会上，多次获得世界和平大使殊荣；2015 年，卢军宏荣获美国众议院颁奖表彰其在世界范围内推动文化和平交流所做的贡献； 2016 年美国国会为卢军宏太平绅士颁发奖状，表彰其多年来在国际社会传播慈悲和谐、致力世界和平所做的突出贡献。美国新泽西州 West Orange 市政府，授予卢军宏太平绅士 West Orange 市荣誉市民奖。在澳洲因其突出贡献和公信力被澳洲政府授予“太平绅士”，在澳洲议会获得颁奖认可；并获得马来西亚皇室赐封拿督终身荣誉爵位；成为意大利锡耶纳大学荣誉客座教授；作为世界著名侨领及华人精英，中国政府特别表彰入选《2014 中国人物年鉴》；

作为特邀嘉宾出席 2015 年第十二届联合国卫塞节庆典活动； 2015 年 9 月，应联合国大会主席邀请出席在联合国总部举行的“2015 年联合国大会和平文化高峰论坛”，与联合国大会主席、秘书长潘基文及世界各国政要领袖共谋世界和平。2017 年至 2019 年在联合国教科文组织“卫塞节庆典”做主题发言。

卢军宏台长热爱祖籍国，几十年来为推动中澳两国文化交流作出贡献，向世界弘扬中华传统文化与佛教精髓，令众生通过念经学佛来改善自己的命运，更好的学习、工作和生活，与人为善，更好的服务于国家和社会发展。

澳洲华人佛教协会出版社

免费结缘　法物流通　欢迎翻印