

華嚴系列

釋普獻 講述

善知識的追尋



善知識的追尋

【目錄】

壹、成一切智最初因緣

貳、菩薩有十種善知識

一、令安住菩提心善知識

二、令出生諸善帳善知識

三、令行諸波羅蜜善知識

四、令解說一切法善知識

五、令成熟諸眾生善知識

六、令得無礙辯才善知識

七、令不著於世間善知識

八、令修行無厭倦善知識

九、令安住普賢行善知識

十、令人佛智所入善知識

參、於善知識生何種心

一、與善知識同一志趣

二、清淨業果生長善根

三、成就佛道自利利他

肆、與善知識同步而行

- 一、其心清淨離諸諂誑
- 二、大悲平等普攝眾生
- 三、修如幻法度如幻眾
- 四、以信解力入佛道場
- 五、得淨慧眼了諸法性
- 六、大慈平等普覆眾生
- 七、以智光明廓諸妄境
- 八、以甘露雨滌生死熱
- 九、以廣大眼徹鑒諸法
- 十、心常隨順諸善知識

伍、向何處尋求善知識

- 一、普禮十方求善知識
- 二、正念思惟求善知識
- 三、勇猛自在求善知識
- 四、觀身如夢求善知識

陸、如何得到諸佛攝持

- 一、發菩提心

- 二、遠離魔事
- 三、修波羅蜜
- 四、不厭生死
- 五、不取二乘
- 六、泯除對立
- 七、無生而生
- 八、行菩薩道

柒、住十法得自在力持

- 一、眾生力持
- 二、法力持
- 三、眾生力持
- 四、業力持
- 五、行力持
- 六、願力持
- 七、境界力持
- 八、時力持
- 九、善力持
- 十、智力持



捌、清淨功德身的培養

- 一、不盜他財物
- 二、不殘害有情
- 三、不邪行染心
- 四、依正語而住
- 五、不離間他人
- 六、不生恚怒心
- 七、勿邪見自縛
- 八、戒相違重業
- 九、戒諂誑心行
- 十、敬父母師長
- 十一、敬一切善友
- 十二、恭敬佛法僧
- 十三、安住於正法
- 十四、攝貧窮困厄
- 十五、慈悲護眾生
- 十六、修隨喜功德
- 十七、住平等捨心
- 十八、為眾生求法

成一切智最初因緣

親近供養諸善知識，
是具一切智最初因緣，
是故，
於此勿生疲厭。

(卷六十二·入法界品)



信佛學佛的過程，必須親近明師——善知識，也就是能提昇我們生命層次的人。是引導我們走向光明的明師，不一是名師喔。

簡單的說，善知識就是我們生命中的貴人，他了解我們的根器，說適當的法，培養我們的善根，增長我們的智慧，協助我們厚植福德。

說得更具體一點：善知識是開導我們走向成佛之道的最初的因緣。

各位對於善知識這個名詞，難免主觀的想像他是無所不能、無所不知、什麼都懂，甚至接近三頭六臂的全能者。其實不是那樣子的。

修行的過程，難免曲曲折折，善知識就是在我們遇到困惑、迷惘無助的時候，願意指點我們，讓我們有信心繼續精進，看到一線曙光，終至豁然開朗的貴人。

在我們生命的某一個階段，當我們停滯不前、充滿疑惑的時候，能夠幫助我們產生動力去自我提



昇的人，就是善知識。也就是說，能夠讓我們的身心獲益——智慧、福德、悲心提昇的人，才叫做善知識。

佛的智慧稱為一切智。我們親近善知識的最重要目的是求智慧——成佛度眾生的智慧。這才是親近善知識的正確心態。

世間最可貴的東西是什麼？一般人認為是金銀珠寶、生命、財產，但是，這些都只是暫時讓我們保管使用而已，對於解脫煩惱、解脫生死輪迴，幫不上忙。其實，在人生的追求當中，智慧是最珍貴的，尤其成佛的智慧。

希望能逢遇貴人（善知識），得到教導，進而解脫煩惱，這是不容置疑的心願。但是，如果對於善知識的敬仰，是帶著「一人得道，雞犬升天」的錯誤觀念，譬如見善知識一面就能得到保佑、站在善知識身邊就能得到加持、讓善知識摸一下頭拍一下背就能消業障、聽善知識講幾句話就讓自己的身份改變等等，都無法從善知識的教導獲得法益。



還有人喜歡問別人：你看我修到什麼程度？請你印證我到底證到什麼果位？心中一直希望得到肯定：「哦！你修得很好耶！」如果善知識指出你的缺點，你會不高興，覺得他不了解你；如果善知識為了讓你高興而對你做不實的肯定，那麼他就不是真正的善知識。

其實，學佛過程，在親近善知識、聽聞正法之後，如果自己不精進，不依善知識的教導去思惟、實踐，那麼一切還是空談。

所以本書的後半段，還要跟各位分享《華嚴經》中有關「自我審視」的內容：如何自我反省，了解自己在修行道上的實踐狀況。從這些自我的審視當中，可以了解到自己修行的程度，更可以作為「已生之惡令斷，未生之惡令不生；未生之善令生，已生之善令增長」的依據，有助於清淨功德身的培養。

對修道來說，善知識是他力，自我審視是自力，你不能把主宰道業成敗的一切責任都推給善知識



，你自己也要當自己的貴人——自我要求、自我栽培，兩個因緣加在一起，自他增上，才能成就正等菩提。



菩薩有十種善知識

- 令住菩提心善知識，
- 令生善根善知識，
- 令行諸波羅蜜善知識，
- 令解脫一切法善知識，
- 令成熟一切眾生善知識，
- 令得決定辯才善知識，
- 令不著一切世間善知識，
- 令於一切劫修行無厭倦善知識，
- 令安住普賢行善知識，
- 令入一切佛智所入善知識。

《卷五十三·離世間品》



這裡列出的十種善知識，是對於善知識的品質管制，讓我們用來判斷所親近的人是否具備善知識的基本條件，也可以用來檢驗自己是否具足成為他人善知識的條件。

看似有十條之多，其實每一條件都互相關連，具備其中的一條，也就具備其它九條的基本素質。

一、令安住菩提心善知識

人生有很多不如意，這是眾所皆知的事實，所以，「云何應住，云何降伏其心」是每個人都想探求的。這就會產生兩種狀況：一種是導向解脫自在，另一種是導向消極退墮。

第一種人告訴你：正因為人生有許多不順遂，所以我們要發願信佛學佛，希望來日成佛，廣度眾生。就如《金剛經》所說的：「諸菩薩摩訶薩應如是降伏其心……所有一切眾生之類，若卵生、若胎生、若濕生、若化生、若有色、若無色、若有想、



若無想、若非有想非無想，我皆令人無餘涅槃而滅度之」，這是教我們安住在菩提心的，是我們的善知識。

另一種人灌輸給你：人生是灰色的，人生是無望的，人生是沒有意義的思想，讓你覺得：因為人生是苦，所以人生是沒有意義的，人活著是多麼無奈，世間一刻都不能停留，早死早超生，晚死是僥倖，讓你不願承擔責任義務，不知如何面對生命，甚至抱有一死了之的心態；那算什麼善知識呢？那不是善識知識，而是惡知識！

菩提心、大悲心、般若慧，是菩薩學的鐵三角，缺一不可。菩提心是以堅定信願，長期修集福德智慧，乃至圓滿遍正覺為目標。菩提心是從大悲心而生起的，大悲心是對於世間苦痛的憐憫，設法加以救濟，使世間眾生也能離苦解脫自在。也就是說，藉利他的大悲行，來完成自我的淨化。崇高的理想、無私的悲心，還要用智慧去達成。

所以，安住菩提心，是善知識的第一個條件，



是這十個條件中最重要。所有自利利他的菩薩行，乃至佛道的圓滿，都基於菩提心而成就。

二、令出生諸善根善知識

善根是能生出善法的根本，又稱為德本、善本。包括：信、慚、愧、無貪、無瞋、無癡、精進、輕安、不放逸、行捨、不害。

簡單的說，善根就是：有慚愧心、明辨是非、知善惡、離惡向善、希賢希聖的心。

尊重真理（法）、尊重自己、尊重世間的法治公義、拒惡向善的心，叫做慚愧心。具有慚愧心，自覺不足，要求改善向上，是人與畜生的最大差別。

簡單的說，能判別是非善惡，對於自己的不合理行為會產生羞恥心，而且能夠離惡向善，就是有善根的人。



會到寺廟拜佛的人，就表示有善根嗎？不見得哦！有部份人雖然也拜佛，也穿海青，但是他只是為了拓展生意，甚至利用佛門行騙，藉著宗教來增加私人的利益、滿足私人的欲望，你說這算是善根嗎？有的人做了壞事，到佛門來祈求不要受惡報，這是善根嗎？不好好工作，老是求佛菩薩保佑他中大獎，是善根嗎？

所以，一個人除了能明辨是非，有羞恥心，願意離惡向善，還要有精進心——實實在在、持之以恆、一步一腳印去斷惡修善，自淨其意，才是具有善根。

如果你接觸的人，能夠時時刻刻提醒你，幫助你增長善根，那麼他就是你的知識，值得你親近、尊重，無論如何都不要遠離他而去，不然你就真的虧大囉。

有人說：某某師父要求信眾持戒，要求背金剛經、背心經、讀八大人覺經，要求每天靜坐十五分鐘，還要善待家人……等等，他覺得信佛就是要「



不執著」、要「隨緣」，覺得師父這種要求不合理。其實，持戒才能得人身，深入經藏才能智慧如海；孝養父母、善盡本分，是「淨業正因」；拜佛、念佛，是增長你的「信願」善根。所以，這師父是「令」你「生善根」的「善知識」，是你菩提道上的貴人喔。

三、令行諸波羅蜜善知識

波羅蜜的意思是「度」、「到彼岸」。凡是能究盡諸法實相，圓成自利利他的一切功德的，就稱為波羅蜜。波羅蜜重在從此到彼的行法，不是說已經到達目的地，而是說修這六個學分，就能遠離生死煩惱，成就究竟菩提。換句話說，波羅蜜就是能讓我們完成自利利他願行的方法。

一般人比較熟悉的是六波羅蜜——布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧。還有十波羅蜜：六波羅蜜加上「方便、願、力、智」四種波羅蜜，後四種是屬於般若的方便妙用。



請注意！這個地方是說「諸」波羅蜜，不是單單指某個波羅蜜，不是單指布施波羅蜜，也不是單指忍辱波羅蜜，是六個學分都修及格了才能畢業。

在六種或十種波羅蜜中，以我們世間凡夫來說，最重要的是哪一個？我認為是「持戒」波羅蜜。可是在六波羅蜜中，持戒波羅蜜為什麼被排在第二，而不排在第一？為什麼布施被排在最前面？這個問題很值得我們探討。

其實，這是佛陀護念眾生的苦心，也就是菩薩攝化眾生的方便。因為，一般人對於信佛學佛的第一個印象是：哎呀！不能做壞事，不能殺生，不能這樣又不能怎樣，有那麼多限制，他就不願意學佛了。如果你告訴眾生說：做善事、幫助窮人、放生可以添福添壽，今生吉祥，來生如意，多數人就會很高興，「好吧！我跟你去放生，我跟你去救濟貧窮，我跟你去做善事」，就以這樣的因緣接觸佛門了。所以，六波羅蜜把布施擺在第一位，最重要的原因是為了適應眾生的根器，為攝化眾生的方便。



人道眾生著於五欲，尤其要初學者一開始就持戒的話，多半無法忍受。

其實，以人道來說，六波羅蜜之中，最重要的是持戒波羅蜜，因為「持戒」才能「得人身」。不持五戒的話，會失去人身。得人身才有機會繼續修學佛道！

現代很多人養寵物，狗啊貓啊鳥啊，抱在身上、背在身上，還抱著睡覺，對牠們疼愛得不得了，擔心牠挨餓受凍，死了還比照人類舉行超渡進塔儀式。牠們都是前生修過很大的福報，可是沒有持戒，所以失去人身，轉生畜生道，繼續享用前生的福報。你看，牠們讓小姐抱著睡覺，還幫牠洗澡、幫牠穿衣服、幫牠梳毛，掛各種飾品，帶著牠去散步，撫摸牠、跟牠說話，還有寵物餐廳。以畜生道之身接受人類無微不至的侍候，你們覺得有意義嗎？真的幸福嗎？值得羨慕嗎？其實，持戒——根本的五戒，得以投胎人道，繼續修學，才是最難得的福報。



布施——廣結善緣，來生的衣食住行才不會有所缺。所謂饑寒起盜心，衣食缺乏，容易惡從膽邊生，犯戒。尤其極度饑餓的時候，往往喪失理智，不擇手段。生活中基本的衣食無缺，會減少許多造惡業的因緣。

衣食無缺還不夠，最重要的是得到人身。像剛才我們講到的寵物，都是衣食無缺，但是沒有得到人身、墮在畜生道，可惜哪。有一些人雖然行善布施、供養三寶，修禪定，但是忽略了持戒的工夫，如果犯五戒，來生會失去人身，墮入畜生道，甚至墮地獄、餓鬼，根本沒有機會繼續修道。一失人身則萬劫難復，失去修學機會是很嚴重的喔。

今生我們已經得到人身，還要修忍辱。如果脾氣暴躁，就不得人緣。所謂相罵沒好話，所說的都是傷害人的話，自己傷身，別人也心碎。如果發菩提心去利益眾生，卻被眾生反咬一口，受毀謗，怎麼辦？修忍辱啊。譬如我們存著善心要跟眾生結緣，送書給他看，他還罵你；當他有困難，你幫忙他



，他還懷疑你的動機，怕你有什麼不良居心，這個時候就要修忍辱。忍辱才能感得相好莊嚴的果報。

人生的種種境遇，就像走在高低起伏、曲折迂迴的道路上，修道的過程，也自然會遇到許多考驗，這時候就要拿出「過五關，斬六將」的魄力，克服障礙。五關是指五欲——財、色、名、食、睡，六將是指六根六塵——眼色、耳聲、鼻香、舌味、身觸、意法。面對五欲六塵，就看你用什麼心態來處理。假如你發菩提心去面對的話，五欲六塵就是幫助你修道的增上緣；如果你生貪瞋癡的念頭，它們就會障礙你的修道。

如果家裡有五官不全或心智障礙的孩子，哀怨只是增加煩惱罷了，嘆氣也於事無補，只有「面對現實」這一條路可走，不妨這樣想：這是佛菩薩送來讓我修忍辱、督促我修學的主考官。

如果有長者或病人要你侍候，也是修忍辱的機會喔。照顧他大小便，把他的身體擦洗乾淨，幫他調理飲食，教他念佛，減輕他的身心痛苦，他的善



根開始萌芽，你修了忍辱學分，善根也增長了，來生還會感招三十二相之一的兜羅棉手。兜羅棉手是一種細長而圓潤、柔軟而有彈性的手相，是以悲心救度眾生而感招來的莊嚴相。

能把一切順境、逆境都當作成就我們修道的因緣，忍辱波羅蜜才修得成。

前面講過，精進的人才是具有善根者。精進是指勤勞的、努力的、向善的工夫。勤勞大致來說是好的，但是還要具備「向善」的條件，才叫做精進。有一種勤勞是不善的，比如白天去搶、晚上也偷，那種人雖然很勤勞，但是傷己又傷人。所以，佛法不說勤勞，佛法說「精進」——一切努力都有益於提昇身心素質，趣向菩提。換句話說，從事於有益自己的身心、也有益別人的身心的努力，就叫做精進。

詐騙集團的成員，時時刻刻都勤勞地把心專注在掏空人家的錢財，那不是精進，那是對於善法的「懈怠」，是造惡業、是墮落。



精進的過程，還要加入「專注心——禪定。心散亂的人，對世間的五欲沒有抗拒力，對於讀書、學專業技術、做善事等等，都是只有五分鐘熱度，虎頭蛇尾，永遠無法成就。所以還要修禪定，透過禪定內觀身心的無常無我，進而開智慧。

一個坐立不安的人，不但痛苦，也會導致一事無成。有些人整天都在發愁，想東想西，做事沒耐心，家裡又待不住，整天往外跑，或者東家長西家短，聊是非、閒逛，或者到那裡去吃喝玩樂，回到家裡就像洩了氣的皮球。有的則是看不順眼家裡的人，一言不合就引爆家庭戰爭。

有一次我到一所大學演講，我問：「你們聽了許多佛法，希望未來能做什麼呢？」有人說：「我希望來生當鳥，自由自在，早起的鳥兒有蟲吃，吃飽了就在百花間、叢樹上唱歌，呼朋引伴玩耍。」還有人說他一打開書就想睡覺，可是跟朋友聊天的時候，則是精神百倍。這就是心性飄盪——心定不下來、心亂的明證。



說到這裡，輕鬆一下，來個腦筋急轉彎：既然早起的鳥兒有蟲吃，那麼早起的蟲兒不就被鳥吃了嗎？世間事都是相對性的，利弊、得失很難下定義，是禍是福、是苦是樂，純依各人的業緣而定。

有些人錯解入定的功用，以為入定以後就會開智慧，這個觀念有修正的必要。其實，禪定只是修智慧的基礎。當你的心很粗的時候，對於無常無我的道理，無法作觀；入定以後，心比較細，這個時候才能觀察無常觀無我的道理。所以，禪定有益於修智慧，藉著正定對心性加以認識、分析、研究，也就是觀察身心的無常無我，最後才能證空慧，斷除一切煩惱。

有持戒的基礎，才能成就正定；有正定的基礎，才能修觀，證得智慧。這是信佛學佛的次第，缺一不可。

綜合前面所談的六波羅蜜功德：修布施則能衣食豐足；持戒則能不失人身；忍辱招感相好莊嚴及維護善法不退；正精進才能善根增長；禪定有益於



正確認識身心；前五度必須藉智慧的導引，才能發揮解脫煩惱、圓滿菩提的功德。能幫助我們建立這些正見、進而實踐的人，就是我們的善知識。

這裡要提出一個例子，跟大家一起探討。很多人說來生要長得漂亮，所以用鮮花供佛。這個說法有沒有問題？持花供佛是可以莊嚴道場，但是，鮮花供佛與來生漂亮，有什麼因果上的關係呢？感得相好莊嚴的「因」是持戒修忍辱呀。希望下輩子長得莊嚴，就不要動則起瞋心。忿怒的臉一定是扭曲的，不耐煩的臉色是經由不耐煩的心所顯現出來的，人家看到你的兇相就害怕親近，不但失去跟眾生結善緣的機會，而且瞋怒的臉相，根本帥不起來，也美麗不起來啊。

有人向林肯推薦一個人，說這個人能力很強，拜託林肯安排一份工作給他做。林肯答應了，這個人就來見林肯了。林肯問他幾歲，他說快五十歲了。林肯很客氣的對他說：「如果以後有機會的話，會留一個位子給你。」就請他回去了。為什麼？這



個人沒有被錄用嘛。朋友請問林肯沒有任用這個人的原因，林肯說：「快五十歲的人，臉上還帶著很重的殺氣，所以我不敢用。我認為一個人到四十歲以後，此須對他的外表負責。」

所以，我們活到四、五十歲，如果還讓人家感覺帶著殺氣的話，是不吉祥的；如果散發謙恭的氣質，讓人一看就感染到和祥之氣，是有智慧的人，自然無往不利。

接著研究另一個問題：為什麼精進放在禪定的前面？

因為精進是禪定的基礎。禪定容易退失，不斷的精進才能保持定力。今天你布施做善事，這個功德已經成立了，日後你忘記它也好、不再繼續布施也好，那件已經成就的功德並不會因此而消失。不再繼續布施，只是沒有累積更多布施因緣而已，過去已經成就的布施功德並不會衰減。例如，十年前你去救災，最近沒有再參加救災行列，並不會因此抵銷那件功德。凡是走過的必定留下痕跡，過去的



布施的功德已經完成——過去完成式，現在你沒有再做，功德依舊不失。

禪定的修學跟布施不一樣，你持續修了一年、兩年的禪定，結果因為工作忙、應酬多，就找個理由先顧肚子和面子去了，那麼你過去修的全部定功，就會立即像溜滑梯一樣，很快就退光光。所以，你每天至少要抽出一點時間靜坐，日久見功力。如果你已經持續坐了一年兩年，千萬別說：「哎呀！好像沒有什麼感應，不坐了！」一下子你就退掉了，很可惜。或許你會說：「功力夠的人不一定要坐，行住坐臥都可以修定。」理論上是這樣沒錯，但是你連每天「靜」坐十五分鐘都嫌煩了，那更甯談「動」中得定，光吹牛是沒有用的。

為什麼禪定的後面才談智慧？有些信徒說：信佛學佛不要太迷，研究研究就好了，看一看就懂了。其實，不透過實修，智慧絕對生不起來。即使你真的「都懂了」，也只是聽聞而來的智慧——膚淺的聞慧。聽聞來的智慧是借來的，是別人的智慧，



不是你自己修證的。定、慧相應，那才是真正的無漏慧。

目前教界有一種特殊的現象，形容得幽默一點：師父的願望愈大，信徒的負擔就愈重。這師父要蓋一間精舍，那師父也要建一間寺廟，另一位師父則籌建更大的叢林道場；這間寺廟塑一尊大佛，那間寺廟就造一尊更大的，所用的材料都要上等的，大家都說是為了度眾生不得不如此。許多道場動輒花費龐大的工程款，尚不包括日後的長期性開銷，幾乎每間寺廟都缺錢，也缺住眾和義工，師父的壓力很大，信徒的負擔也很重。說白一點，大家都必須修「忍辱」去成就布施功德。

總之，引導你依次第修學布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧的人，就是你的善知識。如果強調修布施就具足一切功德，這就有重新思考的必要喔。當然，修學過程，會因為境界不同而對諸波羅蜜有不同層次的偏重，卻不應以偏概全，何況逾越次第也難以成就。



四、令解說一切法善知識

不但自己發菩提心修學布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧，還要將心得跟眾生分序一一解說一切法。

《楞嚴經》說：眼根、鼻根、身根，只圓滿八百功德；耳根、舌根、意根，各圓滿一千二百功德。可見娑婆世界的眾生，眼耳鼻舌身意六根之中，耳根最利。我們的眼睛看不到牆壁後面的人，可是耳朵卻可聽到牆後的聲音，可見耳朵的功力比眼睛大。

佛陀的三十二相之中有一個叫「廣長舌相」，因為語言的影響力非常大。把我們現在講的話錄音，做成光碟，那麼整個世界的人都有機會聽到。美國總統演說的時候，每一句話都可能影響整個世界。

「佛法無人說，雖智不能解。」你自己看書，怎麼看都無法了解，為什麼？眼根只能成就八百功



德，但是，當師父透過意根的消化吸收，再經由舌根釋出精華，你透過耳根聽聞、透過意根綜合，就比較容易了解。因為耳根、舌根、意根都各具一千兩百功德。

善於把自己修行的心得跟眾生分享，藉以引發眾生的修學因緣的，就是「解說一切法」的善知識。

一切法，包括人天乘法、聲聞乘法、緣覺乘法、菩薩乘法、佛乘法。

人天乘法，談到怎樣得到人身、或是怎樣得生天道。受持三皈五戒，是來生繼續獲得人身的基本條件。受持三皈，再加上施、戒、定，是生天之法。

對於想了生死的人，要跟他說什麼法呢？修四聖諦——苦、集、滅、道。辟支佛的根性很利，僅僅觀察山河大地的種種現象，例如看到春去秋來、寒來暑往、生老病死，就悟到了緣起、無常法，所



以又稱為獨覺。

多數人無法直接由人事物悟到無常、緣起，你直接跟他講無常，他聽不懂、也不想聽，所以就必須藉由文學、藝術來表達，用詩歌詞賦來描述。所以，我們就必須受教育，並且不斷的自我充實，通達種種語言，善用種種表達方式，例如文學、藝術、音樂、文字等，向眾生詮釋因果、善惡、無常、無我的道理，激勵他們向善、向解脫、圓滿菩提的因緣。

五、令成熟諸眾生善知識

一切眾生，包括四生十類：卵生、胎生、濕生、化生，有色、無色，有想、無想、非有想非無想。目前能被大家看到的眾生，只是人道與畜生道。我們大多數人無法看到鬼道、地獄道、阿修羅道、天道的眾生。人屬於胎生，雞鴨鳥是卵生。

說實在的，要讓一切眾生種善根，成熟一切眾



生，很難哦。但是，既然佛陀以人的形貌出現在這世間，你我也以人的身份來到這世界，那麼我們就應該具備「善用人身學習人道的佛法」的基本信心和修養。

修學「人的佛法」，首先要關懷的對象，當然還是以人為主。以個人來講，最初應該關心的對象，當然是從關係最密切的人開始，父母啦、配偶啦、子女啦、兄弟姐妹啦，把家人安頓好，再進而關懷更多眾生。如果你連最密切的人際關係，都不善於處理的話，那就要好好檢討囉。因為，世界上有六十多億人口，能夠跟你一起吃飯、住在一起的，必然是因緣最深的，你對因緣這麼深厚的人，都無法融洽的相處，無法互相尊重，無法適度的關懷，那真的是遺憾，菩提道學分是不及格的。

當然，如果你已經盡到責任義務了，也已經理智的的用種種方法去面對，可是對方還是無動於衷、依然不成器，那麼就只能作如是觀：是他缺乏福報。心境能這樣轉折，自然心安理得。



有些人誤解了學佛的意義，誤以為佛教說一切都是空的，夫妻是相欠債的，子女是來討債的，愈想愈煩，百般無奈，所以干脆什麼都不管，自以為這就是放下。我要鄭重告訴你：你這種想法錯了！今生這個學分不及格，來生依然要面對這個功課。你說你可以去極樂世界修行，其實心有掛礙的人，到了那裡一樣要繼續修這個功課。

透過三世因緣來看的話，能住在同一棟房子裡、吃同一鍋飯，那真是三生修來的因緣，這麼難得的機會，應該趁著今生做圓滿的處理。

生而為人，卻忽略了人本的、人道的、人間的、人文的基本精神，疏忽了對家人的關懷，整顆心一直向外攀緣，美其名是放下、瀟灑、做公益、積功德，這是捨本逐末的作法。

在實際生活中，人類對眾生的關心，以人道為主，並且對畜生做合理的關心。但是，有些人興致勃勃的養寵物，愛護寵物甚於關心親人，這就本末倒置了。有些人把寵物當成物品，高興時養來玩玩



，厭倦了就任意丟棄。有些人關心畜生道甚於關心人類，拼命收容流浪狗流浪貓，造成家人和鄰居的困擾。還有人專門提倡放生，放蛇、放魚蝦、放鳥等等，既然有人一直買去放，當然就有人拼命捕捉來賣，抓不到就養來賣，這是惡性循環。

對於能夠聽懂人話的人，不願意去關懷，對左右鄰居漠不關心，對家人冷漠無情，對孩子不加以關心，不改變吃魚吃肉的習性，卻買了一大堆的生物，大家聚在一起，做一些儀式，希望牠們轉生人道，而且相信牠們因此得到解救了。這未免太一廂情願吧！好吧，假定牠們真的轉生做人了，你願意改變現在不關心人類的習氣、轉而加以關懷救助嗎？希望畜牲都投胎人道，卻不關心目前已經得人身的人類，這不是矛盾嗎？

我並不是反對放生，我是提醒大家要以智慧來對畜生道，做「合理的」關心。其實，不傷害眾生是最積極的放生。

成熟一切眾生——眾生無邊誓願度，是修學的



終極目標，是智慧與悲心的成就，但是對於初發心的我們，還必須循序漸進，長期薰修，始得成就。如何循序漸進？以人為關心的第一對象，首先關心自己身邊的人，再慢慢向外擴展，關心全人類，乃至一切眾生。

能教導我們：以人為本，而循序漸進、終至成熟一切眾生的，就是我們的善知識。

六、令得無礙辯才善知識

能夠教導你精通一切語言、文字，以音聲作佛事，令眾生佛種不斷，淨心相續的善知識，就是令得無礙辯才善知識。

華嚴經說菩薩具備十種才能——十無盡藏，其中有一項是「辯藏」，廣為眾生演說諸法的智慧。佛經經常這樣形容佛菩薩的無礙辯才：以廣長舌出妙音聲，充滿十方一切世界，隨眾生根性，悉令滿足，心生歡喜，滅除一切煩惱纏垢。



無礙辯才是攝化眾生的方便。言行一致，才是「實語」。世俗對於能言善道卻言行不一致的人，有一個很傳神的形容——鑽石嘴，就是言不符實，妄語。

為了攝化眾生，表達能力很重要。寫文章有起承轉合，講話也必須合乎邏輯。佛教有因明學，認為理想的表達方式是由「宗、因、喻」三部分組成。「宗」是宗旨，指立論者所提出的論題，也就是立論者的主張。「因」是原因，指立論的根據，也就是用來闡明主張所依據的道理。「喻」是比喻，指立論者用彼此共同承認的比喻，來支持自己的立論。

眾生心種種異，所以在佛法的宏傳過程中，還要善用種種語言、邏輯、哲學等「異方便」，才能逐漸引導眾生邁向無上道。念一句佛號、誦一部經、拜一部懺，是度化眾生最常用的方便法，但不是唯一的方法，也不是第一義諦。



七、令不著於世間善知識

學佛的人都知道不可著相，嘴巴也常常說不可著相，可是出家人卻希望道場要大、信徒要多、佛像要高，這是什麼？著相。信徒也希望接觸的道場夠大，師父名氣和功力夠高，佛像夠莊嚴，這是什麼？也是著相嘛。聽說塑造佛像，來生會長得莊嚴，造佛像功德不得了啊，為了來生的相好莊嚴福報，掏錢毫不心疼，這也是著相。偏偏愈著相的法愈流行，比如說放生會長壽、買花供佛來生會長得漂亮，所以大家拼命買動物來放生，拼命買花來插，這都是著相啊！

我的意思不是反對你們捐錢造佛像，也不是反對你們插花莊嚴道場，而是希望你們不可「非因計因」，不可越修越著相，而要正見具足。例如某個地區沒有佛寺，那麼出錢出力建佛寺、塑佛像、供養出家眾，有利於弘法，意義就不一樣了。



八、令修行無厭倦善知識

佛陀出現世間，示現在人間成佛，就是鼓勵我們：人間苦樂摻雜，所以，在無限的時空當中投胎人道，見眾生苦而發菩提心，修福修慧，是修學成佛的理想地方。

發菩提心，成佛道、廣度眾生，要在無限的時空當中去實踐、成就。在這漫長的修學過程中，善知識的提攜很重要。能鼓勵我們在無限的時空當中修行佛道無厭倦者，就是我們的善知識。

九、令安住普賢行善知識

普賢十大願是很多人耳熟能詳的。禮敬諸佛，稱讚如來，廣修供養，懺悔業障，隨喜功德，請轉法輪，請佛住世，常隨佛學，恆順眾生，普皆迴向。這十大願是一切菩薩行願的標幟，所以又稱為「普賢願海」，通稱「普賢十大行願」或「普賢行願」。



簡單的說，普賢行就是發菩提心行菩薩道，也就是拋頭顱灑熱血來利益眾生。換句話說，在無限的生死當中，去完成利他利己的菩薩道，叫做普賢行。

能夠督促我們安住於普賢行的師友，就是我們的善知識。

十、令人佛智所入善知識

能讓眾生證入佛智慧的，必是登地以上的菩薩，也就是九地、十地菩薩，是已經接近成佛的聖者。這種善知識的心量修為，並不是我們這些凡夫所能了解的，這裡就略過不談。



於善知識生十種心

於善知識生十種心，所謂：

於善知識生同己心，令我精勤辦一切智助道法故；

於善知識生清淨自業果心，親近供養生善根故；

於善知識生莊嚴菩薩行心，令我速能莊嚴一切菩薩行故；

於善知識生成就一切佛法心，誘誨於我令修道故；

於善知識生能生心，能生於我無上法故；

於善知識生出離心，令我修行普賢菩薩所有行願而出離故；

於善知識生具一切福智海心，令我積集



諸白法故；

於善知識生增長心，令我增長一切智故；

於善知識生具一切善根心，令我志願得圓滿故；

於善知識生能成辦大利益心，令我自在安住一切菩薩法故，成一切智道故，得一切佛法故。

(卷七十三·入法界品)



前面說到善知識是使我們成就菩提的最初的緣，那麼，如何讓這菩提緣增長成就呢？這一段經教就是說明：親近善知識應具備的的心態——與善知識同念、同慧、同覺、同根、同證。

古代的善知識教導我們要參訪善知識，自古至今，很多人也尋尋覓覓，希望逢遇善知識，得到善知識的提攜，但是，卻都感嘆這個時代善知識難逢。這又分成下面兩種情況：

第一種人，覺得佛已滅度，聖人已遠去，五濁惡世已經找不到善知識了，乾脆自己閉門造車。

另一種人則是拼命向外攀緣，美其名為參學、朝聖，把自己弄得很忙，但是一直無法真正跨越正法的門檻。

世俗有一句話，「沒有三兩三不敢上梁山」。其實，你自己本身如果不具備最基本的修學基礎，即使面見了善知識，根本不知如何提問題，對於善知識告訴你的答案更不知所云。



具備什麼條件的人才有資格參訪善知識？你相信善知識會使你的生命產生什麼變化？用什麼心態才能見到善知識呢？

一、與善知識同一志趣

「於善知識生同己心，令我精勤辦一切智助道法故。」

親近善知識，最重要的目的是求智慧、成一切智。也就是說，要與善知識同念、同慧、同覺、同根、同證，讓自己「入」法「流」，才不枉費善知識的因緣。

世間人親近善知識，多半是為了短暫的、目前的利益，例如求財、保平安、身體健康、功名利祿等。而佛法所講的善知識，是能夠教導我們離欲的智慧者。

世間最可貴的東西是什麼？一般人認為是金銀珠寶、生命財產最珍貴，其實，那些都只是暫時借



我們使用、暫時讓我們保管而已，它本身就是無常的，對於無常煩惱的止息、生死輪迴的解脫，根本幫不上忙。在人生的追求當中，智慧才是最珍貴的，善知識就是開導我們、幫助我們走向成佛之道的最初的因緣。

「一切智」是佛的簡稱，也就是佛的智慧。「助道法」又稱為「菩提分」、「三十七道品」。「一切智助道法」包括：四念處、四正勤、四如意足、五根、五力、七菩提分、八聖道分等。

釋迦牟尼佛在世的時候，曾經問弟子們：「森林裡的樹葉多呢？還是我手上的樹葉多？」弟子們回答：「當然是森林中的樹葉多。」釋迦牟尼佛說：「我成等正覺，自所見法，為人宣說者，如手中樹葉。所以者何？彼法義饒益、法饒益、梵行饒益、明、慧、正覺、向於涅槃。」

雖然佛所覺悟的法，如同整月森林中的樹葉那麼多，然而，所宣說的法卻只是如同掌中所握的樹葉這麼少，因為這少部分的法就是正法的核心，是



真正能令眾生得到利益的法（彼法義饒益、法饒益、梵行饒益、明、慧、正覺、向於涅槃）。

佛陀是「即眾生的身心而說法」——從我們自己的身心當中，去感受無常、苦、空、無我。

我們要將自己的人生目標設定為「與善知識一致」，勤辦一切智助道法：學習正確的發心，建立正見，知道煩惱云何生、生死云何相續，以八正道作實踐的依據，解脫生死煩惱。

經上說：「多聞」是為「堅固修行」。多聞是「解」——建立正見，有助於把握「行」的方向，堅固修學的信心。發菩提心行菩薩道，是解行相應的。

聽聞佛法，不是只為了解很多資料、記憶很多名相，假如只是多聞而不去實踐，根本無助於身心的改善，無益於智慧的增長。換句話說，聞法之後，還要能「行」，親身實踐、體驗，才能產生實際的效果，否則聽聞再多的法也沒有用啊！



善知識的指導，一定不離一切智助道法，他能幫助我們把握有助於成就佛道的一切因緣。亦步亦趨的跟隨善知識的腳步，解與行相輔相成，精進不懈，是身為佛弟子盡形壽應遵循的責任與義務，之後才能有所謂的果證，乃至弘法利生等宏大遠景。

二、清淨業果生長善根

「於善知識生清淨自業果心，親近供養生善根故。」

眾生無量劫來，因煩惱而造業，受種種果報。業是因，報是果，果報又會牽引另一個業緣。一般人對於因與果之間的關係，或者忽略了，或者做了錯誤的認知，缺乏正確的因果觀念，就會失去警覺心而造惡業，進而受苦報。

很多人說：反正宗教都是勸人為善的，都是勸人惡有惡報的道理，所以信什麼宗教都一樣啦。當然，「諸惡莫作，眾善奉行」是多數宗教的共通特



質，佛教也講斷惡修善，但是這叫「端正法」，只是世間基本道德，佛法說這樣還不夠，還要「自淨其意」——清淨業果，才能達成究竟解脫，也才能成就「波羅蜜」。

眾生缺乏智慧，所以對無常苦空的人生感到迷惑，既無善根從「苦」中正觀「苦集」的原因，也缺乏修學「滅苦之道」的善緣；更糟糕的是：眾生總是從苦的當中造惡業，承受惡報。譬如，面對婚姻、事業、子女、健康、乃至社會的種種不如意，自覺身心受創傷，產生許許多多的苦惱，在苦惱困惑當中，又造許許多多的惡業。如此，在苦中產生業力、承受果報，分分秒秒、日日夜夜、生生世世，不斷的惡性循環，就叫做輪迴。我們既無法計知自己到底經歷了多少次輪迴之苦，更始終不能覺醒。

所謂「為學日增，學道日損」，修學佛道的原則，跟追求世間的知識不相同，追求知識是累積愈多愈好，修行則是要出離煩惱，讓煩惱愈來愈輕。



當一個人的執著、瞋恨、嫉妒等煩惱習氣愈來愈淡，惡業愈來愈減少，這樣才是跟無上道相應。假如一個人的執著愈來愈重、煩惱愈來愈多，脾氣愈來愈大，嫉妒心、瞋恨心愈來愈強，那麼就跟佛道不相應了。

善知識會藉身口意的修為，讓我們清楚的了解什麼業召感什麼果報，進而去抉擇善的業。親近善知識，是藉由善知識的教誨，諸惡莫作、眾善奉行，不斷的修正身口意行為，達成自淨其意的目標。

三、成就佛道自利利他

「於善知識生莊嚴菩薩行心，令我速能莊嚴一切菩薩行故。」

「於善知識生成就一切佛法心，誘誨於我令修道故。」

「於善知識生能生心，能生於我無上法故。」



能夠藉著善知識的教誨，修行普賢行願、積集一切善法（諸白法），增長成佛的智慧，終至志願圓滿（安住一切菩薩法，成一切智道，得一切佛法），才是真正的親近善知識。

從小我們就被教導要立志，但是這些志願常常在更改，要當警察、當老師、當科學家、當個好丈夫等等。請問各位，所有的志願裡面，最圓滿的志願是什麼？成就佛道嘛！

你們許多人都皈依三寶了，發願皈依三寶的目的是什麼？希望能夠成佛。為什麼？當你將生命座標訂在成佛這個焦點上，那麼，人生當中所遇到的橫逆挫折，對你來講都微不足道了。你會慢慢發現，親子之間、朋友之間的相處，夫妻、子女、財富、權力、幸福美滿、貧窮不幸等等，都是無常的、短暫的，老病死並不會放過誰，最後都要說再見。面對死亡，再深厚的情感也無法相代，僅能祝你安息罷了。

念念以菩提道為方向，志在離欲、解脫生死輪



迴，就會看淡目前的成敗得失。譬如我想當縣長，但是有人要跟我競選，如果他真心想為民服務，而且能造福社會，好吧！就幫他助選。至於我人生最終的願望，就是能夠斷除煩惱，成就無上菩提，清涼自在，廣度眾生。

如果把生命的焦距，凝聚在眼前的成敗得失上，例如婚姻、子女、事業、財富、權位、人情往來等等，一旦受到挫折的時候，就會受到錐心之痛。把所有的希望都寄託在這些無常的事物上，當然會面臨許多失望、不如意、傷心、不圓滿的苦惱。

如果能把生命的座標，定位在如同觀世音菩薩千處祈求千處應，像地藏菩薩地獄不空誓不成佛，那麼世間的一切人事物都是幫助我們修道成佛的增上緣，生歡喜心：「啊！人生這麼多挫折、這麼多橫逆，真是印證佛法所說的無常啊！」心念這麼一轉，所有障礙都變成「助道」法了。

父母親與孩子相處，往往有苦難言，有時候說他幾句，就引起反彈爭執。新新人類永遠有許多「



聽不下去」的理由，十幾歲的孩子說他自己是青春
期，所以父母應該用愛心包容他的叛逆；二、三十
歲的子女說自己飽受事業、戀愛等等壓力，所以父
母應該體諒他們的情緒。父母親也被孩子整得心神
不寧，「我現在是更年期，我也會情緒失控耶！」

請問，是為了製造煩惱才生養孩子嗎？當然不
是為了煩惱而生孩子哦！夫妻為什麼要吵架？是不
是為了吵架而結婚？當然不是。朋友之間，往往為
了一點小事而發生摩擦、誤解，覺得自己好像被利
用了、被朋友背叛了，就意氣用事，反目成仇，其
實，我們並非是為了彼此利用、背叛而結交朋友呀
！

面對事情的時候，為什麼總是與期望結果有那
麼大的落差？因為缺乏智慧，以致無法冷靜的思考
、處理，永遠在痛苦當中打轉。這就是煩惱重複出
現——輪迴。

善知識會引導我們成辦大利益，圓滿成佛的志
願，進而廣度眾生。成佛，並不是為了自己享受，



而是要利益一切眾生。我們總是說「成佛度眾生」，成佛是自利，度眾生是利他，看似兩回事，其實密不可分，就像我們的左右手，透過利益眾生才能成佛，眾生度盡，煩惱方盡。

以上是講到親近善知識的心態：隨順善知識的引導，才能自在安住一切菩薩法在安住一切菩薩法、成一切智道、得一切佛法。也就是說，能自在安住一切菩薩法、成一切智道、得一切佛法，才是真正的親近善知識。

那麼，親近善知識應該具備什麼條件呢？下一段就提到如何與善知識站在同一陣線——要以十種法來親近善知識。



與善知識同步而行

菩薩成就十法，則得親近諸善知識。所謂：

其心清淨，離諸諂誑；

大悲平等，普攝眾生；

知諸眾生無有真實，趣一切智心不退轉；

以信解力，普入一切諸佛道場；

得淨慧眼，了諸法性；

大慈平等，普覆眾生；

以智光明，廓諸妄境；

以甘露雨，滌生死熱；

以廣大眼，徹鑒諸法，心常隨順諸善知識。



(卷七十六·入法界品)



一、其心清淨離諸諂誑

直心是道場。親近善知識，一定要謙虛、誠懇，如果抱著自滿的心、自傲的態度，不肯承認自己的不足，或是抱著求世間利益的心，就很難裝進佛法了。

諂誑可分兩部分來看，一個是諂，一個誑。諂是諂媚，是用逢迎奉承的態度去巴結人家，求得人家的歡喜、讚美、關愛。誑是欺騙，說不實在的話。

某寺院中有一位弟子，認為自己十八般武藝都已經學會，所以決定下山另立門戶，向師父辭行。師父問他：「你真的什麼都學會了嗎？」弟子很得意的回答：「是的。師父！您的功夫我都學會了。」

師父微笑著，請他把廚房裡那個最大的木桶提出來，要他裝滿石頭。弟子很快的把木桶提出來，



並且在木桶內裝滿了石頭，「師父！裝滿了！」

「繼續裝！繼續裝！」明明已經把石頭堆到桶子的頂端了，師父卻要他繼續裝。這簡直是刁難嘛，根本再也放不下石頭了。

師父用手指著旁邊的一堆沙子，「那麼，桶子裡能不能再放入那堆沙子呢？」

弟子依照指示，捧著沙子往木桶裏倒，沙子果然又從石頭縫隙漏下去了。徒弟舀起沙子倒啊倒啊，還設法把桶子搖一搖，直到沙子再也裝不下去。呵呵，這下子師父應該沒話講了吧。「師父！這次真的裝滿啦！」

師父沒有說話，只是默默地舀了一瓢水，對著木桶慢慢地倒，水立即滲進去了。就這樣，徒弟舀了好幾瓢的水，全都滲入沙石縫中了。等水桶的水真的溢出來時，師父對弟子說：「你現在可以下山了！」

弟子滿臉通紅，很慚愧的向師父頂禮：「我現



在不想下山了，因為我還有很多東西沒有學。」

徒弟這種自滿的心態，已經關閉了精進的門，堵塞了菩提大道，善知識如何開口教導他呢？

當然，人也不能自卑，如果對自己一點信心都沒有，老是什麼都不知道、什麼都不行、什麼都不能，善知識又如何提攜你呢？

所謂「自助而後得人助」。佛法強調的是：維持一顆平衡的心、平靜的心，以恭敬心、清淨心來親近善知識，精進修學。

二、大悲平等普攝眾生

《華嚴經》說：為一切眾生而修學一切善法。學法的最終目的，是為了攝化眾生、利益眾生。

佛法是普世福音，只有因為根器不同而有契機與不契機的差別，絕對沒有密而不宣的道理。人人都有品嚐正法法味的權利，絕不會因為貧富貴賤的



差別，而被賦予學習機會或被剝奪修學機會。

修學佛法，不是為提高名望，也不是為增加神秘性，更不是為了滿足自己的五欲之樂，從善知識這個地方獲得法益之後，就要把它迴轉給眾生，讓眾生同霑法益。

人之所以煩惱痛苦，大致說來是受自私心（我執）的影響。由於自私，所以對別人痛苦漠不關心。親近善知識，要學習善知識的慈悲心，也就是要為利益眾生而來親近善知識。

「上求下化」的過程是：發菩提心，親近善知識，聽聞正法，內正思惟，增長智慧，以大悲心修學一切種智，以平等心將法益回饋給眾生。這就是菩薩道，是修學的正常道。

三、修如幻法度如幻眾

「知諸眾生無有真實，趣一切智心不退轉。」



了達三世一切法的寂滅清淨相，而不退轉趣一切智心，開如幻方便，設如幻道場，作如幻佛事，度如幻眾生。

因為心識念念生滅，所以說心如幻如化。因為諸業從心生，所以隨業所現的眾生、國土、佛刹，也是如幻如化。能夠如此觀察，就能發如幻菩提心，普滅諸有趣，成就如幻佛道，廣度如幻眾生。

簡單的說，菩薩知道世間種種法皆是緣起如幻，既沒有水遠不變的我，也沒有水遠不變的眾生，而能起度化眾生的行，讓眾生走入善道中，卻不執著有能度眾生的聖者、被度的苦難眾生、用來度化眾生的法。

眾生都是執著實有的，以為有實實在在的我、實實在在的眾生，所以，以充滿煩惱的我，去幫助充滿煩惱的眾生，反而弄巧成拙，搞得自己也煩惱，別人也煩惱。

看到作惡多端的眾生，一般人難免覺得這個人



惡劣到極點、無藥可救，認為他永遠都會這麼惡劣，甚至巴不得他趕快被判刑。這是動了惡念，對眾生失去了信心了。「永遠」這兩個字就是一種「實存」的觀念，也就是「常見」，是「惡見」的一種。「惡見」是「見惑」，也是「三結」之一；斷除惡見，才能證初果。

因為一切無常，所以，只要給壞人一個好的因緣環境，有耐心地教育他，他就有機會改邪歸正。那麼善人會變壞嗎？也有可能哦，如果他交到壞朋友，近墨者黑，他也會墮落。所以，要護念眾生，幫助眾生達成「已生之惡令斷，未生之惡令不生，已生之善令增長，未生之善令出生」。

一切事物都在不斷的變化之中，無常，無有真實。也就是說，「無常」「無我」是永遠不變的真理。透過無常觀、無我觀來認識世間，那麼一切如意事、失意事也都是無常，所以遇到順境不可得意忘形，遇到逆境也不必失望頹廢。

因為無常，所以人有生老病死之苦惱，但是，



生命也因為短暫而顯得珍貴。

我們對自己、對眾生、對世界，都要抱著一顆永不失望的信心，用這樣的心境來信佛學佛，會更有意義。

例如，有人問：現在能源逐漸枯竭，石油再經過幾年可能就用盡了，將來這個社會怎麼辦呢？這個地球的氣溫度逐漸升高，愈來愈熱，我們的子孫怎麼辦？

其實，人類為了生存，一定會設法去改善問題，科技的發達，各種新的發明不斷出現，新的能源也會被開發出來。譬如現在我們使用的風力發電、核能發電、太陽能的應用等等，都是慢慢被發現的嘛。

據說日本已經推出以氫氧電池為能量的車子。台灣也不落人後的研製出氫能燃料電動車，目前正積極測試之中。氫氧電池，是燃料電池的一種。將水（ H_2O ）裂解成氫氣與氧氣，用鋼瓶等裝置把氫



氣儲存起來，然後用氫氣及空氣作為燃料與氧化劑。氫與氧結合之後，會產生電力和水分，電力可以驅動馬達，未來各種需要電力的產品，小至手機，大至百萬瓦發電廠，都在適用範圍內。水可以排放出去，沒有二氧化碳及硫的汙染問題，更沒有核能發電核廢料的問題，是未來最高效率的乾淨能源。

地表上的海洋幾乎佔了四分之三，我們不就有取之不盡的氫原子可以利用來做能源了嗎？未來的車只要加水就能跑，對許多人來說真是好消息。

但是再進一步思考，人類對五欲的需索是無止盡的，一切解決問題的方式，包括科技、醫藥、社會制度等等，永遠是以五欲的滿足為核心，能夠善用它，固然可以在某個程度上改善生活的品質，稍微不謹慎，就反而招感更多的後遺症。不過，那不是今天要說明的重點。



四、以信解力入佛道場

在我們尚未證悟之前，就要依信解力了解、思惟善知識所教導的法義，並且親身實踐，才能夠普入一切諸佛的道場。

請問：諸佛道場在哪裡？「正知正念」即是諸佛道場。

諸佛的道場，並不是侷限在佛寺或者是佛堂。眾生邪知邪念，即使身處佛寺、坐在佛堂中，瞻仰佛陀當年的出生地或涅槃地，都不是在佛的道場之中。

佛是自證正覺的聖者，所以佛弟子若能正知正念，當下就在佛的道場當中。任何地方、任何時空都是佛的道場，所謂「十字街口好參禪」，山邊水涯、熱鬧的地方、偏僻的地方，內心世界、乃至外在的世界，都是佛的道場。

佛陀以「法」為「身」，三千大千世界每一吋



土地，都是佛菩薩捨身利益眾生的道場。經典中稱佛的清淨法身為「毗盧遮那」，光明遍照。也就是說，遍十方界都是佛的道場。

這個娑婆世界，在眾生而言是五濁惡世，有種種煩惱的逼迫，然而，在釋迦牟尼佛來說，它卻是清淨莊嚴的佛國土。據說舍利弗對此曾經起疑念：佛土怎麼會這麼污濁？佛陀告訴舍利弗：那是因為眾生的心不淨，有貪瞋痴障礙，所以不能見到如來國土的莊嚴清淨。可知，具備正知正念這樣的信解力，才能「入」諸佛道場，悟此娑婆世界即是華藏界。

五、得淨慧眼了諸法性

善知識是透過智慧之眼（正知正念）來看世間的。也就是說，能在見色聞聲的當下，隨即展開超越煩惱的智慧，才能了知諸法的如實相。

凡夫的眼睛看到任何人事物，就立刻產生一個



「差別概念」，例如男女、美醜、高低、好壞、長短、多少等等，接著就產生貪戀執取、或是打擊排斥的反應。所謂情人眼裡出西施，怎麼看都順眼，一舉一動都覺得可愛，什麼要求都可以答應，希望時時刻刻在一起。萬一鬧翻了，仇人見面分外眼紅，無論如何看都覺得不對勁，聽他講話不順耳，看到他做事不順眼，所以一定要設法讓他不好過，才會覺得痛快。家裡的孩子也一樣，有時候覺得他真是可愛的心肝寶貝，有時候又氣得罵他是討債鬼。

在任何時空裡面，我們的心透過眼耳鼻舌身，對外境產生貪愛執著或者打擊排斥，這種充滿困擾的、不自在的、不安定的身心，就叫做「不淨」。

「淨慧眼」是指：超越身心（眼耳鼻舌身意）的不自在，在見色聞聲的當下，保持正知正念。能「以淨慧眼了諸法性」，是親近善知識的必備條件。



六、大慈平等普覆眾生

大慈悲心加上大智慧心，才能怨親平等，而普覆一切眾生。

這一項功課，對還沒有成就淨慧眼的我們來講，非常困難。因為我們總是以差別心來看眾生，首先分別他對我好或對我不好，跟我有恩還是有仇，接著想：我幫助他，對我有好處嗎？對我有好處，就想辦法去親近他；對我沒有好處，就不予理睬，或是加以排斥。由於分別心而有種種差別性的處理方式，綿延不絕的苦惱也就如環無端的出現了。

「怨、親」其實是一個變項，沒有定論。無量劫來，眾生是怨、是親，永遠是變數。彼此善待，就可能成為同願同行的善友；任何一方起個惡念，動個瞋恨心，親就轉為怨，就變成彼此的障礙了。

怨從親來，親也從怨來。有些人不打不相識，誤會澄清以後，就變成好朋友了。原本親密的情侶，結婚以後，意見不一致了，為生活中的細節起摩



擦、吵架、分手了，擦身而過時就冷漠如同路人，甚至設法報復一下才甘心。

「怨親平等」這個觀念，就是要泯除「怨」、「親」這種相對性的極端，不要把「變數」當成「常數」來投資經營，否則一定會慘敗。

車子跟車子如果不保持一定距離，往往相互追撞，人車都會受傷，甚至人車雙亡。人跟人之間的相處也一樣，太過親密的結果往往兩敗俱傷。所謂「小人之交，其甜如蜜；君子之交，其淡如水。」就是提醒我們：處理人際關係的基本要領是「保持距離以策安全」，既留給別人一個生命的空間，也留給自己一個生命的空間。

有人誤以為：怨親平等是無情、是冷漠、是避開應盡的責任義務，其實恰恰相反，怨親平等猶如對每輛車子保持一定距離，慎重地維持適當的車速，井然有序，不會落單，也不會彼此追撞。

所以，怨親平等是一種最最尊重、最最盡責的



人際關係，不會隨著我心境的轉折而對你秤斤論兩，不會隨著我自己的好惡而將你高估或低估，既不會讓你落單，也不會讓你受傷。就像下雨，不會故意淋這棵樹而避開那棵樹。這就是「大慈平等，普覆一切眾生」的原理，是親近善知識的必備條件。

七、以智光明廓諸妄境

菩提心——慈悲、智慧，能廓除無量劫來的無明妄念，乃至熄滅老死憂悲苦惱。也就是說，點燃「菩提心燈」，起「智光明」，則能去除黑暗，斷無始惑業。

佛經說：「如千年闇室一燈能了，又如一燈然百千燈。聞法之力，自他俱益，亦復如是。」照亮一處長期處於黑暗的山洞，需不需要花費千年萬年的時間？不必呀。點一盞燈，一秒鐘就可以讓黑暗消失了。同樣道理，我們長久以來養成的妄念惡習，就像幾千年萬年的黑洞，在菩提心燈照耀之下，當下就化解了。



所謂「不怕妄念起，只怕覺遲」，妄念來了，馬上發覺，用正知正念照破它。這就是親近善知識的功課：發長遠心，時時刻刻以淨慧眼了諸法性，以智光明廓諸妄境。

可惜我們的菩提心燈不容易點亮，即使能擦出火花，也是剎那一亮，馬上就又熄掉。很多人美其名說自己發心修學，卻老是發露水道心，幾分鐘、三天五天就退轉了。修學要細水長流，才能成就道業。

不少人都有這樣的疑問：「我信佛愈學佛以後，妄念怎麼愈來愈多？」這有兩種可能：如果你根本不曾真正發心精進，妄念煩惱怎麼可能減少？如果你真的發心精進，那麼妄念來了，照破它，能清清楚楚的知道妄念是妄念，養成不被妄念所纏的習慣，慢慢慢慢的，它就消失無蹤了。

經典裡面有一個譬喻：一個人吞進黃金，會產生什麼後果？排出體外嘛。因為黃金對人體來講是異物，既不能消化，又與人體不相容，身體會設法



讓它排出去。同樣道理，正念跟妄想是絕對不相容的，讓自己習慣於正念、正念、正念，時時刻刻保持正知正念，那麼妄念自然就消失了。只是我們一般人維持正念的時間太短暫了，偶爾出現的正念，立刻就被排山倒海而來的妄念淹沒了。

保持正念正知正念，是修學的最重要捷徑。當下保持正知正念，正法就在你的身心之上迴轉。妄念來了，你就沉入千年闇室。

什麼叫做正知正念？先正知，然後再保持正念。我清楚知道現在動了念頭，而且清楚知道它是善念或惡念，這叫「正知」。不讓惡念有持續下去的空間，叫做「正念」。

你能正知，也要能正念。正知正念的功夫，讓妄念(黑暗)沒有侵入的空隙，所以稱為「智光明」。

如果你能正知——我知道我動了惡念；但是，讓惡念一個接一個，這就是缺乏正念了喔。所以，



有正知的功夫還不夠，一定要保持正念。知道善念、惡念來了，發現是惡念，不讓它繼續存在，讓它自然過去，這叫保持正念；禪宗形容為「百花叢中過，片葉不沾身」。

其實，惡念與善念、妄念與正念，是彼此互為因果的。經常生善念的人，惡念就少，也容易保持正知。不過，這裡要釐清一個觀念：以廣泛的定義來講，做壞事的人也是清清楚楚知道自已的計劃，他也是正知，可惜他缺少了正念。

前幾天有人說到：「現在這個社會很亂，搞得我煩死了，也不想工作，更不曉得該怎樣照顧妻子兒女？」你了解社會有這個亂象，是正知，但是你一直陷在煩惱當中，沒有照顧好你的家庭事業，這是缺乏正念，還是功虧一簣。

正知與正念，就像我們的手腳互為增上，雙手做事方便，雙腳才能安穩站立、走遠路。又像手電筒的電池與燈泡，兩種條件都具足了，才能發揮照



明作用。

點燃智慧燈，才能看清善知識的真面目。換句話說，親近善知識，是為了點燃智慧燈，以智光明廓諸妄境。

八、以甘露雨滌生死熱

往生咒有一句「南無阿彌多婆夜」，意譯是「不死的甘露」，梵音是「南無阿彌陀佛」，歸命無量光佛。「不死」就是無量壽，斷了生死煩惱才能無量壽、無量光。佛法能夠消除煩惱，讓身心清涼自在，所以佛經中形容佛法像「甘露雨」。

印度人有一種特殊的想法：有一種東西天上掉下來的，吃了就不會死的東西，叫做甘露。所以，就藉用「甘露」來形容佛法的殊勝作用——證法身慧命就不生不死。

什麼叫做「生死熱」？眾生沉淪在生死海當中，每一生每一世都像熱鍋上的螞蟻一樣，焦慮、不



安、忙碌、煩惱、痛苦。你看，大家一天到晚這麼忙忙忙，在渴望、追求、失望中打轉，忙著認同，忙著被認可。所以，在盲目的忙碌之中，就這麼茫茫然的過了一生。因為忙而導致盲目，因為盲目的追求，讓我們生命陷入茫然，又繼續盲目的追求。這就是「生死熱」。

在短暫的生命期間，熱衷於追求名利，是眾生的通病。因為心心念念忙於追求無限的財富名利，強烈的渴求欲望，極度煩躁不安，好像熱鍋上的螞蟻，毫無目標的亂闖，卻找不到出路，最後不是累死就是被燒死。

藉著親近善知識，可以了解無常迅速、生命短暫，知道人身可貴，善用既有的時間空間去修學無上智慧，希望讓盲目的、急速的忙亂步伐緩慢下來，讓自己有機會清醒思考。

講一個小小的故事。有一位家財萬貫的企業家，開著一部名車出遊，沿途風光明媚，心情很愉快。開著開著，前方突然冒出一個六、七歲的孩子，



拿著石頭朝他的車子丟過來。他嚇了一跳，立刻緊急剎車，幸虧沒撞到孩子，可是車頭已經被石頭擊中了。

他跳下車子，很生氣的罵：「我這台車子是很名貴的車子耶，被你用石頭砸凹了，你知道要花多少錢來修理嗎？」

孩子露出驚恐的神色：「啊！我不知道。我哥哥的腳不能走路，我用輪椅推哥哥出來散步，不小心摔倒了，我哥哥比我重，我沒有辦法把他抱起來，如果我不用石頭丟你，你一定會很快的把車子開過去，那我哥哥會被壓死啊！」

聽了孩子的話，企業家愣了一會兒，走向前，把跌在地上的哥哥抱起來放回輪椅，推到安全的地方。然後拍拍這個小弟弟的肩膀：「小心！慢慢走喔！」

「就讓窟窿留著吧！」企業家並沒有把車子送修。



這個傷痕就此成為提醒他調整生活腳步的警惕，「我真的不如一個孩子，那個孩子還知道自己要
做什麼，而我呢？每天衝鋒陷陣，忙白了頭，只不過是讓銀行的存款後面多幾個零罷了，我人生的意義的是什麼？」

我們多數人，都匆匆忙忙的奔波在五欲和六道的十字路口，忘了「停、聽、看」，就這樣子忙茫了頭，也忙白了頭，忙掉了可貴的生命，這就是「生死熱」。

例如，「登閣熱」是自古至今一直流行的絕症，你想組織內閣，他也想進內閣，為名利而汲汲營營，這個就叫做生死熱啊。熱衷於名利的追求，而忘了真正為蒼生謀福利，所以老是上演口水戰，這口水（欲水）就形成了業力流，引發土石流。

佛法讓我們調整腳步——停、聽、看，確立人生的座標。佛法讓我們學習停聽看自己的呼吸，停聽看自己的感覺：什麼叫做人生？人生的意義是什麼？人生的價值是什麼？佛法讓我們客觀的停聽看



自己的家庭子女親友，學習對他們付出一份關懷。

這個「滌生死熱」的「法」就是甘露雨，讓我們自己清涼自在，也讓我們的家庭清涼幸福，讓我們整個社會安祥和諧。

善知識教導我們的法義，一定是對身心社會有助益的，尤其是超越貪戀、執著、瞋恨、差別的。也就是說，能成就「如甘露雨滌生死熱」的人，才是與善知識相知相惜的修行人。

九、以廣大眼徹鑒諸法

「廣大眼」是指：智慧、慈悲、方便、平等。
「慈眼視眾生」就是一種「廣大眼」。

世俗人常常罵人「小心眼」，意思是缺少智慧，所看的都是膚淺的，世俗話叫做目光如豆、短視。

佛的眼睛有一個普遍的特質：睜三分眼，眼睛



閉下來，略略的開，微笑的來關懷眾生。簡單的說，善知識是以慈悲的眼來看一切眾生，以慈悲的心來看諸法。

我們常常覺得自己被這個社會的林林總總所傷害，總認為自己是受害者；其實，「法」就像這株花梗上的刺，除非你去碰觸它的尖銳處，否則它不會對你造成傷害。

法所以會讓你受傷害，是因為你跟它抵觸了：你不了解法的真實相，你認為一切是實有——違反法性。如果你不去碰觸它，它根本不會傷害你。你故意用腳去踩這個刺，刺才會傷害你。如果你穿鞋子，而且鞋底夠堅韌的話，那麼踩在刺上也不會受到傷害。

能以廣大眼——慧眼、法眼，徹見萬法，才是真正的親近善知識。



十、心常隨順諸善知識

善知識所開示的修行方法，並不是讓你當作資料、當作參考而已，而是要解行相應，付諸於實踐，親自驗證。在戒定慧的修學上精進不懈，跟無常、無我、寂靜涅槃相應，才算是隨順善知識。

信佛學佛的人，時時都要記住：聽聞佛法，是為了幫助修行，而不是為了讓自己增加知識、累積資料。

「正見」加上「正精進」，才算是「隨順」善知識。

例如，有人鼓勵你吃肉，以免營養不夠，妨礙身體健康，還有人說吃肉有利於打坐的氣脈運行，他們以各種理由要求你「隨順」，勸告你不要執著，如果你真的同意他的理念，而且照那樣做了，這個絕對不是隨順善知識，而是隨順貪瞋痴，隨順惡知識了。



有人說：「天生萬物，就是要讓我吃，讓我享受的嘛！」這個理論有問題喔。眾生平等，沒有誰應該犧牲生命來讓你享受，切莫因為你我的貪求、瞋心，讓原本充滿苦難的世間更雪上加霜。

釋迦牟尼佛流傳給我們的福音是「隨順善知識」，跟隨善知識的腳步前進。善知識的腳步是什麼？步向大悲平等普攝眾生，步向修如幻法度如幻眾，步向以信解力入諸佛道場，步向得淨慧眼了諸法性，步向大慈平等普覆眾生，步向以智光明廓諸妄境，步向以甘露雨滌生死熱，步向以廣大眼徹鑒諸法。



向何處尋求善知識

善男子！

汝應：

普禮十方求答知識；

正念思惟一切境界求答知識；

勇猛自在遍遊十方求善知識；

觀身觀心如夢如影求各知識。

（卷七十六·入法界品）



善知識是：在法上有修有證，跟戒定慧相應，具有智慧、悲心者，了解我們的根性習氣，能以種種法門讓我們的身心成熟，福德智慧增長。

那麼，善知識要從那裏去找呢？善知識長成什麼樣子？是長得高大又莊嚴嗎？是三頭六臂嗎？是神通廣大嗎？其實那些都是世間人所想像的表相。無論男女、老幼、中國人、外國人，都可能是善知識。

沒有智慧的人，即使貴人近在身邊，也不能相應，不知道珍惜。有正見、有智慧的人，則能與善知識相應，也就是真正隨時隨地都跟在善知識身邊的人。

一、普禮十方求善知識

必須以平等心求善知識，超越宗派的差別、大



小乘的界限。

現在教界有所謂「一師一道」的說法，如果各位把它解釋為「只跟一個師父學」，就大錯特錯了。真正要解釋的話，「一師」是以佛為師，「一道」是菩提道。

華嚴經則是強調：每一位善知識都有他最得力的法，也都有他的極限，所以我們必須「普禮十方求善知識」。親近十方的善知識，這也是成就道種智的要件。

儘管你我所追隨的善知識，可以來自十方、可以是不同的人、可以有不同的特長，但是一定都要具備一個共通的特質，就是「發清淨願」的「履佛所行道」者。離開這個條件，就不是善知識了。

二、正念思惟求善知識

我們每個人透過眼見、耳聞、鼻嗅、舌嚐、身觸、意知，揀選自己最關注的資訊，放任自己的心



識，隨逐這些資訊的節拍，發展自己的思惟模式——精神活動，就這樣推動眾生經歷一世又一世的世間——輪迴。

「正知正念」是使輪迴動力停止的要訣，能沉著、敏銳地覺察自己的感官和心意的活動過程，不令它們隨逐世間貪瞋痴。藉著這樣的觀察，透視生命的真相，解決生命的問題，是求善知識的基本心態。

換句話說，信佛學佛的人，對一切境界，物我、自他，隨時都要保持正知正念，安住其心，降伏其心，以這樣的善根來求善知識，才能與善知識相應。

三、勇猛自在求善知識

「精進」是信佛學佛的人最難得可貴的特質。要經常這樣問自己：我的智慧增長了嗎？我的福德增長了嗎？我的悲心增長了嗎？我的煩惱習氣減少



了嗎？

懈怠是一一般人修學無法進步的重要原因，剛剛學到一點點東西，就志得意滿，不再求進步了；或者是精進了一段時間以後，好像沒有什麼感應，就退惰下來了。

能時時自我省思，才能確立「正精進」的目標，浩蕩赴前程。

四、觀身如夢求善知識

一切的佛法，最後都是回歸於身心的問題。

也就是說，修學的核心是了解身心的如實相，了知五蘊和合的身心是「無常、苦、變易之法」，如夢幻泡影。

我們這個色身一直在發揮各種功能，我們也源源不斷的供給營養給他，使我們誤以為這個能吃、能睡、能吸收營養、能排泄、能活動的色身是個實



體。對這種誤解，我用「不死感」來形容。

其實，你、我、他，都是由無數細胞所集合而成的，暫時的組合體，細胞不斷地新陳代謝，不斷損壞，不斷被替換，任何一點刺激都會讓這個組合體受傷、崩潰。

你看，這個身體彘扭得很，不是感覺冷就是感覺熱，會餓、會渴，吃了食物卻要排便，喝了水又必須排尿。坐在軟綿綿的沙發上，剛開始覺得很舒服，但是十分鐘、二十分鐘以後，身體又會感到不安了，希望改變一下姿勢，甚至希望換坐比較硬的椅子。

人都希望被讚美，但是被讚美的喜悅（樂受）很短暫，不可能保留終身，短短幾分鐘幾小時之後，最了不起維持幾天、幾個月，終究會淡去。就當你沉醉於樂受當中的時候，同儕的譏嘲排擠不請自來，既然來了，就無法不生起苦受。

我們可以只選擇樂受而排拒苦受嗎？例如，覺



得外界的人事物使我痛苦，就關起門來不跟外界接觸，杜絕所有產生刺激的資訊。可是過不了多久，又會產生令人難以忍受的「無聊感」了。

小時候，我們恨不得快快長大，長大後恨不得不要變老；戀愛時希望快快成家，成家後卻恨不得回復單身。

是忽冷忽熱造成你的痛苦嗎？是吃喝排泄造成你的痛苦嗎？是沙發軟硬造成你的痛苦嗎？是長大造成你的痛苦嗎？都不是。並不是外在的事物迫使身心承受苦難，事實是：身心的存在本身就是「無常、苦、非我」。

色身不斷地代謝，而且不能安於任何不變的狀況，急速趨向老、病、死，這就是身心無常、如夢如影，無常即苦的道理。

從善知識身上，我們領悟到身心的無常、如幻如夢、不實在，自然會勇猛精進。透過對於身心實相的觀察來親近善知識，才能獲得到法益。



如何得到諸佛攝持

- 諸菩薩得十種佛所攝持，所謂：
- 初始能發菩提之心，佛所攝持；
- 於生生中持菩提心不令忘失，佛所攝持；
- 覺諸魔事悉能遠離，佛所攝持；
- 聞諸波羅蜜如說修行，佛所攝持；
- 知生死苦而不厭惡，佛所攝持；
- 觀甚深法得無量果，佛所攝持；
- 為諸眾生說二乘法，而不證取彼乘解脫，佛所攝持；
- 樂觀無為法而不住其中，於有為無為不生二想，佛所攝持；



至無生處而現受生，佛所攝持；

雖證得一切智，而起菩薩行，不斷菩薩種，佛所攝持。

（卷五十八·離世間品）



各位是不是曾經到寺廟去，求佛菩薩加被？或者參加什麼法會，希望藉此消業障？或者請師父幫你加持，讓你開智慧？

所謂的「加持」到底是怎麼回事？真正的善知識是如何為你加持的？你我要怎樣得到佛菩薩的加持呢？

台灣流行一種很奇怪的現象，講佛法叫好不叫座，但是，種種滿足信徒口味的「加持」方式，逐漸被拓展出來、流行起來。一聽說哪裡有什麼高人，就一窩蜂去朝拜，接受「灌頂」，希望得到加持。例如，讓這個高人摸摸頭，用板子打打身體，佩帶高人加持過的什麼東西等等，說這樣就可以消業障。如果出家人連這樣的「方便」都不「隨喜」，他就覺得這個師父「不是善知識」，便拂袖而去。

前面已經講了許多關於善知識的條件，下面接著要分享給各位的是：華嚴經中談到的「菩薩如何



得到佛的加持」。

一、發菩提心

「初始能發菩提之弋，佛所攝持。」

「於生生中，持菩提此不令忘失，佛所攝持。」

所謂「本立而道生」，菩薩是從發菩提心而來的。誓願達成自利、利他的理想，發願上求佛道、下化眾生，就稱為發菩提心。以發菩提心為「因」，三大阿僧祇的長期修行為「緣」，到福智資糧圓滿時，就可以成就佛「果」。

大乘經中極度讚歎菩提心的功德，說它是一切佛法的種子。因為發菩提心，修十善行，不廢安定社會的利人正業，是依「人乘行」而契入佛道的正道。

初發菩提之心，重在立定上求佛道、下化眾生



的大誓願，屬於「願菩提心」。例如四弘誓願「眾生無邊誓願度，煩惱無盡誓願斷，法門無量誓願學，無上佛道誓願成。」

但是，發菩提心，成佛利眾生，並不是靠嘴巴說一說，三分鐘熱度就能達成的，那是要經過持續的修習，如實的實踐，才能達到堅固成就的。所以，你每天都要在佛前發願：願弟子世生生見佛聞法，發菩提心，廣度眾生。

如果你不知怎樣發菩提願的話，可以參考課誦本裡面的四弘誓願：「眾生無邊誓願度，煩惱無邊誓願斷，法門無量誓願學，佛道無上誓願成。」或者是參考普賢十大願：一者禮敬諸佛，二者稱讚如來，三者廣修供養，四者懺悔業障……。當然也可以念般若心經、大悲咒、往生咒等，迴向給一切眾生，這對菩提心的培養也有幫助。

菩提心的主要內容，除了「願求佛德」的崇高深妙，還要加上「悲願」這個要素，才不容易退墮，也才是圓滿的。經上說：「菩薩但從大悲生」，



所以發菩提心也就是發願「為利濟眾生而求正等菩提」。

發菩提心，是要以智慧徹悟諸法的如實相，依菩薩修行的次第方便，廣行利他事業，依此而到達究竟彼岸——無上菩提。智慧增長，菩提心就不會退失；不退菩提心，一切善法就得以滋長。

修學的第一步是修「端正法」：明辨是非善惡、生慚愧心、持戒，認識什麼是損滅善法的邪行？什麼是增長善法的正行？這雖然還是屬於社會道德的層次，卻是增長善根的基礎，依之而行，可以避免差之毫釐失之千里，而步上正道。

華嚴經說：「一切諸佛，從初發心乃至正覺，於其中間，未曾退失菩提之心。」也就是說，「莊嚴菩提之心」是時時刻刻、生生世世的修學功課。菩提心是菩薩道的正行，此正行成就，就能生如來家，如胎兒的誕生一樣。這是得到諸佛加持的正道。



二、遠離魔事

「覺諸魔事悉能遠離，佛所攝持。」

各位有沒有看過魔？你們想不想親眼看看魔的真面目？一般人都想像魔是青面獠牙、醜陋無比、很嚇人的模樣，其實與你所想的恰恰相反，魔往往是讓你覺得很可愛、很迷人、很溫暖的，它會讓你感覺善法不可愛，讓你逐漸遠離善法，甚至毅然決然的捨棄善法。

「魔」的意思是「障礙」。凡是會破壞我們的智慧福德的人事物，或是剝奪我們成就法身慧命的因緣，都是魔。

能「正見」這些障道因緣，而保持「正念」，就是「覺諸魔事悉能遠離」，也就是走在菩提道上，得到諸佛的攝持了。

拿起經典讀了幾行就想睡覺，聽講經開示的時候從頭到尾猛點頭，但是跟人家閒聊八卦、嚼是非



、上網聊天卻是精神百倍，這個就是魔——睡魔、是非魔。

你今天本來想要去聽師父講經，你的朋友說：「聽那個沒有用哪，在那邊坐冷板凳，聽師父訓話，很煩耶。走啦，我們去卡拉OK唱歌；不然我們去某某地方叫一杯咖啡，聽音樂多好；不然就在家裡看電視，做什麼都可以，就是不要去聽師父講那些無聊的東西。」這就是魔——懈怠魔。

一些人聽說你吃素，就開始勸導你：「不要太執著啦！心好就好了，不吃肉沒營養啦，雞鴨牛羊本來就是給人吃的嘛。」

凡是讓你偷懶、不精進，讓你持戒、修善的心逐漸淡薄的，就是懈怠魔。那些勸你不要聽經、不必持戒的朋友就是魔。但是，你對他們不但不會害怕，可能還會很感激他們，覺得他們真夠義氣、真貼心。

在家裡面，當你想誦經、禮佛、靜坐的時候，



你的小孩又哭又鬧，氣得你一直罵業障鬼業障鬼。本來想去聽經，先生或太太反對，或是公婆不同意，就一肚子氣，擺臉色給他看。

其實，面對這些境界的時候，你要這樣想：這是佛菩薩派來訓練我耐性、幫助我修道的，我一定要通過考驗。能這樣「正見」，而且保持「正念」，就是「覺諸魔事悉能遠離」，就等同誦經功德，就是修道。

家人之間有了摩擦，如果你一直想：「無冤不成家，無債不成親，真倒楣娶了你這個女人，真倒楣嫁了你這種丈夫，真倒楣生了這種孩子，真討厭遇到這樣的婆婆……」那麼，你就真的陷入魔境而不自覺，更多的障礙都會接踵而來。如果你這樣想：「今生跟你成為一家人，很難得啊，我要好好照顧你、關心你……」彼此珍惜，好好修道，就有希望一起成道。

是佛、是魔，決定於我們的一念心。



如果別人引導我們去造惡業，我們跟著他行事，那就變成魔事；如果我們不隨喜惡業，還能把這個人度化過來，那就是遠離魔事。念念發善念，念念保持正念，念念精進，不但自利，別人也會受益。

如果不好好工作，成天跟著人家吃喝唱跳、做壞事、講壞話，逃避應盡的責任義務，就會「死做一堆」，你自己著魔，別人也跟著成魔。聽清楚喔！是一起成魔，不是一起成佛喔。

事情來的時候，要能夠正確判斷，這個是善事、這個是惡事，覺諸魔事而且悉能遠離，這個離欲、向善、向解脫的「力」量，自然會攝持你成就佛果。

三、修波羅蜜

「聞諸波羅蜜，如說修行，佛所攝持。」

供養如來的的方法裡面有一項「如說修行供養」



——聽「聞」如來說「諸波羅蜜」法門，布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧，對這六種超越煩惱的法門，能一一實踐，如佛所說的去修行，就能得到佛的攝持。

聽聞佛法，「解」之後還要能「行」。聽師父講了這麼多法，並不是聽過就算了，也不是背起來就算了，譬如你知道不可以打妄語，不可以說人是非，知道是知道啦，但是你依舊忍不住又講人家的是非，破壞人家的感情，這就是不能如說修行，佛種是不會發芽的。

很多人以為買了香花、水果、餅乾去供佛，擺在最「大位」的地方，就可以得到保佑。其實，假如不能如說修行，根本不算真正的供養。

按照佛所教導的方法去修行，就是最大供養。譬如，孝養父母、尊敬師長，關懷孤獨的老人、苦難的眾生，這就等於供養佛。

修習諸佛本所修行——「如」佛所「說」而精



進「修」持戒、布施、忍辱、精進、禪定、智慧「行」，這些事情的內涵就是在供養諸佛。也就是說，實踐佛所說的真理，就能得到佛的攝持。

四、不厭生死

「知生死苦而不厭惡，佛所攝持。」

「觀甚深法得無量果，佛所攝持。」

你們覺不覺得生死是苦？有人搖頭說不覺得。當然現在身體健康，經濟無憂，有車子有房子，又有兒女，有配偶相伴，事業順利，怎麼會苦呢？可是，順境能夠永遠永遠持續下去嗎？父母妻子兒女能永遠相聚嗎？我們的身體能夠永遠不老不病不死嗎？黑頭髮會慢慢變白，牙齒也會慢慢動搖，生意有賺也有賠，孩子有叛逆的時候，配偶也會鬧彆扭，身體也會生病。

為什麼佛法說那些看來是快樂的事都是「苦」？因為一切都是變數、無常，一切事物都在不斷的



變化當中，快樂沒有保固期，順境沒有保固期，壽命沒有保固期，這一刻是這樣，下一刻可能就完全不一樣了。所以，它的「本質」是多變的、無法被我們掌握的，這就是苦。

我們總誤以為自己對厄運有免疫力，不覺得自己處在無常之中，看到身邊的生老病死案例，也覺得事不關己，不會因此而起警惕心，這樣迷糊的心態很麻煩。信佛學佛的人首先要「知生死苦」，知道人生是不究竟、不完美的，才能進一步踏入修學領域。

蘇東坡曾這麼感慨：「人有悲歡離合，月有陰晴圓缺，此事古難全。但願人長久，千里共嬋娟。」這就是對於「無常」的無奈。人為什麼總免不了悲歡離合？無常嘛。婚前甜甜蜜蜜，希望天天見面，只要你喜歡我就高興，發誓地老天荒永不分離，一旦住在同一屋簷下，卻天天吵吵鬧鬧，見面沒好臉色，吵吵吵，吵到分手了，還咬牙切齒。這樣無常的情緒、無常的感情，苦不苦呢？



既然了解人生是無常，知道生命的本質帶有這麼多的苦，那麼你要覺醒啊。如何覺醒呢？「知生死苦而不厭離」。既知生死苦，卻不厭惡生死，不被生死所迷惑，反而藉生死苦為動力，精進修學，直到成就菩提。這句話實踐起來非常困難，但是，它是菩薩道的條件。

發厭離心的修道人，討厭生死輪迴，修啊修修修，最終的目標是解脫生死，不再投胎轉世，但是不能成佛，最多只能證到阿羅漢或是辟支佛。有智慧而無悲心，就不能證佛果，這是不究竟、不圓滿的。在你個人來講，出離生死是很成功，不必再生在這汙染的世間，但是缺少了菩提心就不算圓滿。

學佛的正常道是：願弟子生生生生見佛聞法，緣此境界發菩提心，在無邊的生死海當中，廣度眾生。

但是，要不厭惡生死，又不被生死煩惱所染，不是光用嘴巴講講就算了，要透過「觀甚深法得無量果」，才能達成在生死中廣度眾生的目標。例如



要救溺水的人，最起碼要先學會游泳，體力也要夠，還要學習各種基本的急救技術，一旦有人掉到水裡，你才能把他撈起來再加以急救。這一套救人的本事，在佛法上稱為「智慧」；隨時隨地運用這套技巧去救人，叫做慈悲。

「智慧」從哪裡來？從「定」而來。「定」從哪裡來？從「持戒」的基礎來的。所以，持戒修定才能開智慧——觀甚深法。

什麼是「甚深法」？甚深法就是：藉由戒定的基礎，去觀察身心的快速的生滅——無常、無我，如實體證無我智慧的時候，對於生死就不會再迷惑了；如果再加上悲心願力的話，就能夠如願在生死當中得大自在。得大自在就是得佛的攝持。

五、不取二乘

「為諸眾生說二乘法，而不證取彼乘解脫，佛所攝持。」



菩薩發菩提心上求下化，應機說法，對於適合修二乘法門的眾生，就告訴他生死輪迴的可怕，讓他「知生死苦」，進而修「出離行」，解脫生死煩惱。菩薩雖然這樣為二乘說法，但是，菩薩本身並不求證二乘解脫果。

眾生的根性千差萬別，假如覺得生命本身就是苦，所以不想再投胎人間，這是發厭離心求取解脫的聲聞、緣覺，稱為「二乘」。

菩薩則是發菩提心，願世生生廣度眾生。所以，對於發厭離心求取解脫的二乘人，雖然也順應他們的根性為他們說解脫法門，讓他們增長善根，但是，菩薩本身卻不證解脫，因為他還要繼續成就利濟眾生的宏願。

對於適合修厭離行的眾生，菩薩就隨順他的根器而告訴他：生死輪迴很苦很可怕，你要趕緊放下萬緣，一心求解脫。

其實，每個人對佛法的理解不同。有個問題很



值得深思：如果每個修行人都因生死苦而不理世事、離開這個世界，那麼，修一個走一個，以後誰來度眾生呢？這個世界將來怎麼辦？

有時候社會上的人就會諷刺說：信佛學佛就是學等死，對世間不關心，對眾生不關懷，只是重視自己的了生脫死。這是二乘思想所引發的誤解，值得我們檢討。

出家人也是社會的一分子，無論是個人或道場，都受眾生的供養與護持，所以，也應該對社會做回饋，關心眾生。眾生來護持三寶，當然也是希望能夠在三寶當中，聽聞到正法，進而得到解脫。這是相互增上的。

所以，具足觀甚深法的智慧，能作眾生的師範，又能不捨眾生，順應眾生的根性而為其說法，是菩薩應該修學的功課。能這麼做，就能得到諸佛的攝持。



六、泯除對立

「於有為無為不生二想，佛所攝持。」

「有為法」的特質是有為有漏。一切人事物，例如我們自己的五蘊和合的身心，又如看得到的山河大地，都是有為法。

為什麼叫做有為法？它是因緣所生法，不是「本來如此」的，是透過許多「條件」的「排列組合」而產生的「暫時現象」，它還在變化當中，所以也不是「永遠如此」的。

就像這塊布，本來很乾淨亮麗，經過一段時間以後，就慢慢的髒了舊了。這張桌子也從新而變舊了，釘子掉了，桌面凹凹凸凸了，搖搖晃晃了。布變髒變舊了、桌子由堅固而腐蝕了，這就是無常、非我，也稱為有漏法、有為法。

由於我們不知道諸法的如實相，所以我們執著；因為執著，而產生種種衝突，包括人跟人之間的



衝突、自己對自己內在世界的衝突等等，然後就造業受苦。

「有為法」的本來面目，我們給它一個名詞叫做「無為法」，有時候又稱為「空」。佛書上說「有為實相名無為」，意思是：有為法的真面目、本來面目，我們無以名之，只好給它一個名字「無為法」。當我們瞭解一切法的如實相，自然泯除煩惱。

那麼，有為法與無為法是相同的嗎？請記住：「不生二想」，泯除相對性。請不要想像有為法是什麼、無為法是什麼，若說它們是不同的兩個，那就錯了，說它們是相同的，也不對喔。

見到諸法實相，就是得到佛的攝持。

七、無生而生

「至無生處而現受生，佛所攝持。」



菩薩雖證到無生法忍，證到法空性，生死自在了，卻仍然願意投胎到世間來廣度眾生。

你們送子女到外國留學，學到很多知識技能以後，希望他們留在外國嗎？有人點頭，也有人一直搖頭。來，表決一下。百分之九十的人都贊成應該回來。站在世間的立場，是應該回來為自己的國家服務。

同樣道理，證到無生法忍、生死自在之後，不能丟下眾生而去啊，還是要藉著投胎人身，廣度眾生。能這樣做，就得到諸佛的攝持。

八、行菩薩道

「雖證得一切智，而起菩薩行，不斷菩薩種，佛所攝持。」

雖然已經證到等同佛的智慧，卻仍繼續修六度萬行——布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧，廣度眾生。雖然你的智慧已經到達等同佛的智慧，



還是照樣的行菩薩道，來利益眾生。這樣子的話，就得到佛的攝持。

我們要檢討自己：是不是能夠在生生世世當中發菩提心？是不是有遠離魔事的警覺心？是不是能依照所聽聞的正法去修行？能不能在身心當中覺悟無常無我的甚深法？是不是能知生死苦而不厭離生死？是不是願意在無限生死當中廣度眾生？

「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。」這是修學佛法的總綱。意思是說，修學佛法最重要的目的是淨化我們的身心。也就是說，所「奉行」的「眾善」當中，最大的善是「淨」化「自」己的身口意。

我們的一切問題，是來自於自身、自心的不清淨——貪瞋痴，所以造成自己煩惱痛苦，也連累了別人，造成別人的煩惱痛苦。如果只是諸惡莫作、眾善奉行，而不知「自淨其意」的話，學佛就沒有達到目的。



惟有透過戒定慧、菩提心，淨化我們自己的身心，才能夠真正的去利他，並從利他當中完成自利。這自利利他的相互增上的過程，是學佛的正常道，不假請求，而自然獲得諸佛的攝持。



住十法得自在力持

菩薩摩訶薩有十種力持。所謂：

佛力持、法力持、

眾生力持、業力持、

行力持、願力持、

境界力持、時力持、

善力持、智力持。

若諸菩薩安住此法，

則於一切法得無上自在力持。

(卷五十三·離世間品)



一般信佛的人，往往有一個錯誤的觀念：請師父舉行一個儀式，或是掛一個什麼，就可以得到佛菩薩的加持，消除業障、增長智慧、免除災難。例如，身上掛了一串念珠，這個念珠是經過某某上師加持的，經過某某師父念過什麼咒的，就得到加持而消災免難、事事如意。

其實，真正的、最實際的、最重要的加持是「自我的加持」——透過正念正智而圓滿菩提。

前面已經一再的分析：親近善知識，發菩提心，如說修行，就能夠獲得加持。這一節接著說明「令菩薩行得起」的十種「殊勝力量」，菩薩依這十種任持力，方能起大志，而於一切法得到自在圓滿。

一、佛力持

佛果有三德：智德、斷德、恩德。



智德是通達一切諸法的實相，斷德是斷除一切無明煩惱，恩德是能救護眾生達成究竟解脫。智德和斷德是自利、自行、自覺，恩德是利他、化他、覺他。

也就是說，佛的智慧、福德、悲心都圓滿了。經上說：「若有尊敬佛，念報於佛恩，彼人終不離一切諸佛住。」佛依照所發的誓願而救護眾生，令眾生究竟解脫。只要我們時時刻刻憶念佛的恩德，就能「不離一切諸佛住」——成就正等菩提。

佛的三德，就是「諸佛本所修行」。所以，「學習諸佛本所修行，憶念諸佛本所修行，愛樂諸佛本所修行，清淨諸佛本所修行，增長諸佛本所修行，住持諸佛本所修行，顯現諸佛本所修行，演說諸佛本所修行，令諸眾生離苦得樂。」就是得到「佛力持」的原理。



二、法力持

佛陀涅槃之前教誡弟子說：「自依止，法依止，不餘依止。」要弟子們依著正法去修學而達成自淨其意的目標，切莫依賴別的力量。也就是說：能依法不依人，自依止，法依止，自尊自律，依法、依律而行，就能圓滿正等覺。這是佛法不共外道的地方。

各位多半已經皈依了，你們一定聽說過皈依的功德很大，我也常聽到信眾說他是皈依某某師父，其實，你們是皈依佛法僧三寶，不是皈依某個人。某某師父主持皈依儀式，只是代表三寶證明你今後願意學佛的決心，代表三寶接引你回到佛道來。

從表面看來，歸依是信賴他力的攝受加持，但是從深處看，皈依就是依自力，自己依止自己而修正法，也就是激發你自己實現身心潛力的增上緣。



《楞嚴經》中，阿難曾經敘述自己的修學經驗，他說他自從跟隨佛陀出家之後，誤以為依靠佛的加持就可以得到三昧，以為「恃佛威神，無勞我修」，結果卻發現一切還得自己去修習。

心性脆弱的眾生，剛剛開始接觸佛法的時候，「佛攝持」這個法門的確有助於增長善根，所以，透過持戒、念佛、誦經、持咒，自然就得到佛菩薩的加持。

但是，深入探討之後，你會發現：與其說得到佛菩薩加持，不如說是我們自己加持自己。為什麼呢？持戒不造惡業，正知正念，自然跟佛菩薩相應，這就是為什麼佛會加持我們的道理。

自己不努力，老是希望得到佛菩薩的加持，一直期待得到貴人來相助，這種依賴心也是「障道」法。因為，一個沒有正見、不具正知正念、老是犯戒的人，佛根本沒有辦法給予加持，不可能違背因果讓他消災免難嘛。



一張已經畫滿了雜七雜八的顏色、沾滿了層層顏料的紙，你要如何再去畫上其它圖案，塗上其它顏色，讓它看來賞心悅目呢？很難啦。如果是一張白紙的話，要發揮就容易多了。

「法」不是佛規定的，它是一種自然的定律，是宇宙間的一種必然現象，是本來如此、永遠如此的，不受時空的限制，過去如此、現在如此、未來也如此，東方、西方、南方、北方都如此。

比如，當你發脾氣的時候，自己製造緊張，也使別人緊張，自己難過，別人也會難過。你動善念、做善事，自然心安理得，別人也不必視你如蛇蠍；你動惡念、做壞事，理所當然會躲躲藏藏，也讓別人擔心害怕。

隨順「正法」——讓自己的心跟佛菩薩的心相應，就會得到一種「力」量——遠離種種障礙、災難、苦惱，這就叫做「法力持」。這就如同遵守交通規則，是保平安的不二法門。



三、眾生力持

「菩薩之僧，即眾生世間故」，所以眾生屬於佛法僧三寶的「僧」寶。能持心如僧，而且力持心相續不斷，就能成滿一切佛法。

很多信佛學佛的人總是說：等我退休以後、我的子女長大以後、我有一筆錢以後，我就可以很悠閒，什麼事都不必做，我就會很快樂。真是如此嗎？你們看看周圍的人，有幾個是因為這樣就很快樂？退休以後，閒著無聊，更痛苦喔。

子女長大以後，你依然會為他們操心，婚姻怎樣啦、孫子怎樣啦、財務怎樣啦，讓你放不下心的事多著咧。等你有了錢，或者兒女幫你花光，或者你自己健康走下坡而沒有福報享用。總之，事情不一定是會依照你的計劃發生，無常嘛。

前幾天有一位信徒說她想要出家，因為覺得家裡好煩，先生、子女都讓她煩惱。其實，如果不先改變自己的人生觀，出了家保證也不會快樂。寺廟



裡面住眾的人數不會比你家裡的成員少，來來往往的信眾人數更多，要應對的事情更複雜更忙，人多意見也多，你看不慣的事情還多著咧。

婚姻是你自己的抉擇，當初滿懷希望的組織家庭，希望有個伴侶，希望生個孩子，現在卻嫌先生不體貼、嫌太太囉唆、嫌子女麻煩，今天委屈不滿，明天仍然是委屈不滿，用不滿的心態面對生活，當然會更加煩惱痛苦。

建議各位：不妨把先生、太太、子女都當作未來的佛菩薩供養，把他們當成是佛菩薩派來測驗你修學忍辱成績的主考官，為了通過考試，就會謹言慎行，減少衝突。

我們很難改變對方，我們也很難改變環境，我們只有改變自己來適應這個環境，才能減少苦惱。

《普賢行願品》說：「菩薩若能隨順眾生，則為隨順供養諸佛。若於眾生，尊重承事，則為尊重承事如來。若令眾生生歡喜者，則令一切如來歡喜



。何以故？諸佛如來，以大悲此而為體故，因於眾生而起大悲，因於大悲生菩提心，因菩提心成等正覺？……一切眾生而為樹根，諸佛菩薩而為華果，以大悲水饒益眾生，則能成就諸佛菩薩智慧華果。何以故？若諸菩薩，以大悲水饒益眾生，則能成就阿耨多羅三藐三菩提故。是故菩提屬於眾生，若無眾生，一切菩薩終不能成無上正覺。」

由這段經文可知，眾生經常在加持我們，眾生是我們成就無上正覺的因緣。但是因為我們心態錯了，我們修行的方法錯了，所以得不到增長智慧的效果，卻反而產生了種種煩惱。我們總是主觀的誤認為「眾生是障礙我的、會惹麻煩的、製造煩惱的」，我們這種主觀的觀念，讓我們無法客觀的面對事情，一旦遇到事情，就覺得煩惱又出現了，障礙又出現了。

如果我們能夠抱著「發生在我身上的一切都是美事」的心態，那麼一切人事物都是好事，都是佛



菩薩派來試驗我的道心，考驗我的忍耐功力的因緣，他們都在加持我。

我們週遭的眾生，看似與我們不相干，其實都在為我們示現真理，是幫助我們成就道業的因緣。孩子的出生乃至成長，白髮蒼蒼、滿臉皺紋、行動不便的老太太老先生，種種意外災害的發生與傷亡，許許多多的車禍，許許多多家庭的不幸，疾病的痛苦，親人的生離死別，都是在展現無常、敗壞、不安，讓我們加深警惕心，這就是眾生在加持我們呀。

問題是：我們是不是從這些示現得到教訓呢？是不是從這個地方得到警惕？是不是讓這些因緣成為我們精進的動力？如果不能在這些事件之中得到警惕而精進的話，就是白費了這些眾生的示現。

好人好事的事蹟被媒體報導、被表揚了，殺盜淫妄的行為被警察逮捕、被判刑，被媒體報導的時候遮遮掩掩的，也是警告我們要修端正法——持戒



，相信因果業報，維護起碼的社會道德、遵守社會倫理，並且見賢思齊。這些都是從眾生而來的加持，可是我們一次又一次的錯過了、拒絕了，還因此增添煩惱，喪失很多增長智慧的機會，真可惜呀。

當家庭主婦，事多又繁雜，餵奶、換尿布、買菜洗菜煮食、接送孩子、侍奉家人；如果是職業婦女，更是工作與家庭兩頭忙。但是，這種「奶瓶尿布齊飛，汗水淚水貢獻一世」的辛苦，卻不一定能得到體恤，所以難免心理不平衡，愈想愈鬱卒。其實，如果能換個想法來面對這些事情，或許心理會舒暢一些。例如，把這個小朋友看成是未來的佛菩薩，你現在是在教育他，淚水也好、汗水也好、屎尿也好，都是值得的。那麼，他們就都是在測驗我的耐性的逆增上緣，我們的道心就會更堅固，道業就會增長。

從種種人事應對之中，體驗到人的生理上、心理上、物理上的變化與問題，認清問題，但是不以預設的苦惱心去面對，就是具足正見，並且步步走



在正道上的修行者，不論出家在家，都等於是奉行離欲解脫法的菩薩僧。這就是眾生力持的原理。

四、業力持

我們過去所做的善業、惡業，使我們這一生中起起伏伏，有得有失，有順境也有逆境。我們過去所做的善業，讓我們能夠生存到現在；當下、今生所造的業，也影響下一刻及來生的禍福。

生在五欲世間，起起伏伏的人生是合理的人生軌道，為什麼呢？因為業力在加持。死亡的時候，就是他的業報盡了，他這一生已經享受與過去業行相應的果報了，福享盡了，禍也受過了，緣盡的時候就往生了。

千萬不要誤以為「往生」就是去極樂世界喔。只要還沒出六道輪迴，那麼六道就是你重新出現生命的地方。如果你今生持五戒，就可能往生人道；



今生修十善，可能往生六欲天；今生犯五戒，可能往生三惡道。

身口意行為造作稱為業，所產生的影響力稱為業力。持戒、行善布施、說好話、正向的念頭，就產生善業的業力。所以，相信因果業報，肯定斷惡、修善、持戒的功能，以八正道作行為的指針，這樣，就能藉著「業力」的加持，增長智慧、增長悲心，圓滿正等菩提。

五、行力持

「行」的意思是「實踐」。對於正法的實踐，會改變我們的命運，得證正等菩提，所以叫做「行力持」。

修學必須解行合一，知道還要能做到，光說不做是沒有用的。



有人說：「我每天忙都忙死了，哪有那個美國時間可以修行？你們太不實際了，要先顧肚子再顧佛祖啦。」也有人說：「你說的那些道理我都懂，隨緣啦，不要太執著！」

目前更普遍的現象是：買一些供品去拜拜，或者到寺廟神壇去繳個五百塊、一千塊、甚至幾萬塊，點一盞燈、安一個太歲、拜一部懺、當功德主，就期望達到一整年的平安吉祥。

請問：如果你不遵守交通規則，安太歲就可以避免發生車禍嗎？如果你好吃懶做，點燈就可以讓鈔票從天上自動飄下來嗎？如果你天天吃大魚大肉、喝酒抽菸、睡眠不正常、不做運動，點燈拜懺就會健康嗎？如果不好好準備功課，拿著准考證去求文昌帝君，就會知道每一題的答案嗎？

正因為大家都很「忙、茫、盲」，所以更需要修行呀。而且是要在「生」時修，不是在「死」前



修，因為臨終前往諸善緣皆「休」，能產生的效果有限。

我們的眼、耳、鼻、舌、身、意六根，時時刻刻都在觸對色、聲、香、味、觸、法六塵，而產生貪、瞋、癡、慢、疑，一輩子「忙茫在其中」，千人千樣千般苦，苦苦各自不相同。雖然有些時候也會因為看到周遭的生老病死，而感慨「生時忙碌，去時匆匆」，這念頭卻只是一閃即逝，畢竟那是別人的事，好像自己永遠會是免疫者，所以依舊是很奢侈的把時間用來處理人情、處理面子、處理欲樂等等問題，不肯在「生」前修。

有許多人是臨到「死」前再修，希望藉臨終念佛八個小時就得到彌陀加持，無論信不信佛、無論今生造多少惡業，都希望得到「特赦」、都被保釋到極樂淨土。請問：如果生前都從「茫盲」裡老，死前誰會把心寬？



我們的生命是有限的，如果能幸運活到一百歲，只有三萬六千五百天，去掉前面二十年及後面二十年，只剩兩萬日；再去掉每天睡眠、洗澡、吃飯、聊天、休閒等時間，請問你還有多少個小時可以用？現在沒有「美國時間」調整生命的軌道，以後保證要付出更多的苦難時間、輪迴時間。

自助而後才能得到他助。現在你口渴了，你明明知道這杯水喝下去就可以止渴，但是你不肯拿起杯子來裝水喝，連把水吞下去都不願意，那麼誰能幫你止渴？點燈、安太歲、拜懺能夠止渴嗎？求某某高人幫你灌頂，能止渴嗎？是佛菩薩沒加持你嗎？不是呀！是你自己的解與行出了偏差。

能善用時間，精進於持戒、修善、誦經、禮佛、懺悔、親近善知識、聽聞正法、內正思惟，那麼，他至少會得到兩種正面效果：首先，他把生命效率發揮到最極致，等於比別人多活了一倍時間；其次，在實踐「法」的過程當中，他不但自己的生命品質提升了，也會讓別人受益。



正確的「解」，加上正確的「行」——走在八正道上，自然讓自己獲得「行」的自在力持。

六、願力持

發菩提願，由願起行，因而能於盡未來際以悲心度眾生，成滿佛法。所以稱為願力持。

我發願要造一座橋，這座橋要五年才能完成，本來你只剩一年的壽命，但是，這個願力卻讓你多活了幾年，直到這座橋完工啟用。這是願力持的例子。

尼泊爾與喜馬拉雅山附近有一個小小的國家，國王發願要在山壁上的山洞裡刻滿佛經，也就是刻石經，但是這個願來不及完成，大概只完成了一半，國王就死了。雖然雕刻工程只完成一半，仍吸引許多信眾上山朝拜，因此引來一些土匪強盜，強佔了那個山洞，信徒都不敢上山，該地也就逐漸沒落了。



多年之後，一位比丘發現山洞中的石經，就在附近住下來，發願要把石經完成。信徒發現這個比丘整天都在那邊靜坐，就愈來愈多人上山，透過官府把那些流氓趕走。當信徒聽到比丘發願要完成石經的雕刻工作，就發動募捐，協助比丘把刻經工作完成。據說這位比丘就是那個國王轉世的，國王當初的刻石經的願還未完成，所以死後就轉世為比丘，繼續前生的工作。

我們發一個「我要做什麼善事」的願，這個善願會讓我們精神抖擻，讓我們把所有的時間、金錢、體力，都花在這個地方，感到生命很充實。這也是願力在加持我們。

有些人臨終之前，一直等子女回來，雖然已經奄奄一息，打點滴、身上插滿管子、使用氧氣等等，就是不斷氣，一定等到最掛念的子女或者親人回來，才闔上眼睛離開。萬一說不及見到親人最後一面就斷氣，往往會在親人到達的時候，從屍體流出血來。那就是「願」力的堅持。



願力，除了會延長我們今生的壽命，未竟之願還會在來生繼續實現，這就是願力在加持我們。

如果我們在這一生當中，經常發願：願我來生投胎到父母信佛學佛的家庭，得以出家修行。願力不可思議，未來因緣成熟時，我們堅持的理想會逐一實現。

七、境界力持

當下的時空、當下的人事物，就是我們成就菩提的增上緣。也就是說，以眾生及菩提為所緣境，生起菩薩心，就能產生依正道而行的力量。

不論是住在都市裡面，人來人往、車水馬龍、喧鬧紛雜，或是處於山林郊區，偏僻寂靜，都是一種境界的加持，都是在示現無常、無我、苦、空，都是示現緣起如幻的道理。



因為，許多人聚在一起的時候，就有一個熱鬧的「相」出現，但是，要你把熱鬧抓來讓我看，你卻抓不到它。因為熱鬧而起一個快樂的感覺、或是厭煩的感覺，因為熱鬧的消失而起一個寂寞感、失落感，都是愚癡。

任世間再怎麼變，千變萬變，都不離生住異滅的無常過程。要學習「任世變修吾道，將心來與汝安」的工夫。也就是說，世間的真相是：從無到有，從有到變化，從變化到消滅。世間在變，我的道心、菩提心、悲智行願不可改變。雖然一切都在動盪當中，但是我們保有一份寧靜的心，這就是善於受境界加持的功夫。

事實上，境界是隨著我們的心態而轉變的。

當你遇到很吵很吵的情境時，如果你認為有一個很吵的噪音來干擾我，就會起懊惱心，那就錯了。



有一次我到某大學演講，住在一位信徒家，臥室旁邊剛好是馬路，整個晚上車水馬龍，尤其一輛接一輛呼嘯而過的卡車，又是喇叭聲、又是輪胎輾過去的聲音，與平常我住的寂靜寺院環境完全不同。請問各位，我要怎麼辦？我如果想今天晚上不能睡了，那我今天晚上豈不是就泡湯了？

境隨心轉嘛！我就把車子的呼嘯聲，當成是要去參加法會的一群人齊聲念佛的聲音，所以每當一輛車子呼嘯過去，我就聽到一句佛號。如果注意力鬆散了，我就想：「他們一群人搭車趕去參加法會，真是感人啊。」或是想：「這些人這麼晚了還在念佛，真是精進啊！」這樣，所有車子開過去的聲音都變成南無阿彌陀佛、南無阿彌陀佛，一部接一部的車聲，就成為一連串的佛號，情與無情同圓種智。我就這樣沐浴在佛號聲中，也睡得很舒服。

如果你的心不淨，那麼，吵鬧會干擾你，安靜也會干擾你，這已經不是環境吵鬧或安靜的問題。你處在喧嚷的環境中會煩躁不安，渴望得到安靜；



一旦處在很安靜的地方，也會靜得發慌，感覺寂寞、無聊。如果境界一直出現，而我們一直受干擾的話，內心就永遠不得安寧。

華嚴經說：菩薩修學過程，「未嘗暫捨，於一切境界，成就善根，心無高下。」修行就是在隨順因緣當中，成就善根。吵鬧也好，寂靜也好，都是「境界力持」，所有的境界都是增長我們智慧的善因緣。

我們對境界產生的苦受、樂受，是很主觀的。例如你覺得念佛的聲音很悅耳，另一個人可能認為那是噪音。你覺得隔壁的孩子吵死人了，可是他的父母覺得這孩子真是可愛極了。你先生每個月把薪水交給你後就不聞不問，隨便你怎麼花都可以，你覺得他真是太沒責任感了，另一個人可是對你羨慕得不得了。

我們無法把世間的一切干擾毀滅掉，因為每個人對干擾的定義不同，即使是面對同一件事、同一



個人、同一樣物品，也會因為時空的不同而有不同的感受。只有改變我們自己的心態來看這個世界，讓境界成為我們修行的加持力。

也就是說，我們不但可以不受境界的干擾，更能藉境界為增上緣而出生智慧。

八、時力持

「多時積行，名曰時持；行經三祇，名為劫持。」修行是一個漫長的耕耘過程，時間會積聚善因，成熟善緣，成就一切果德。

舉一個例子來講，現在種一棵果樹，兩三年內沒有開花結果，你要繼續澆水、施肥、除草、修枝，幾年之後，終於果實累累了，這是透過時間的加持。

佛經有這麼一個故事，有一位國王盼望了多年，好不容易盼到了一個女兒，但是看了幾個月還是



小不點一個，真希望她趕快長大。就詔令全國，徵求有辦法讓小公主很快長大的人。臣子回報說有一個醫生醫術很好，可以叫他來談談。

醫生被召進宮，心想這下子凶多吉少啦，因為醫學上根本沒有可以讓人立即長大的藥方嘛，可是如果回說沒有辦法，一定會被砍頭。想來想去，喔！有辦法啦，他告訴國王，說深山裡有一種吃了立刻長大的靈藥，但是這藥採下來幾分鐘之內就會失效，所以必須把小公主帶到現場去，這種藥現摘現服。

國王就把小公主交給這個醫生，醫生帶著她到深山去，爬山、運動、採野菜、挑水煮飯，把她養得健康又可愛。十年之後，醫生她帶著公主回來了，國王一看，喔！我的女兒真的長得亭亭玉立啦，真是太高興了，就賞賜了許多珠寶給醫生。其實，深山裡面哪有什麼可以立刻長大的藥，這是時間的加持呀。



常聽到人家抱怨說，念佛也好、誦經也好、持咒也好，好像沒有什麼效果，希望師父教他們短時間內就可以收到效果的秘訣。其實，你要善用「時力持」，讓時間來催化它。你天天都靜坐三十分鐘，天天禮佛、天天誦經，不要管它有沒有效果，只要方法正確、方向正確，就有恆心的繼續做下去，讓時間來加持你，時間到了，效果自然會出現。

從台北開車到高雄屏東，至少也要四個多小時，你一直著急的說怎麼還沒有到，覺得車子很慢，除了搞得大家跟著緊張之外，根本於事無補。總不能飆到兩百公里吧，那會出車禍耶。

依我的經驗，坐飛機最好不要戴手錶，不要一直看錶，那會覺得時間特別漫長。幾年前我常去南美洲弘法，從台灣出發到阿根廷，整整要三十三個小時，到巴西二十八個小時，要怎樣捱過這麼長的旅途呢？忘記時間。絕對不帶錶、不看時間，心裡不要著急什麼時候到達目的地，盤起腿來，念佛、持咒、觀呼吸、念經。我大部份是背金剛經，或者



是持大悲咒、往生咒。改變自己的心情，當作自己是個快樂兒童：我現在跟這麼多有緣人一起去郊遊。就念佛、念經、念咒，然後閉著眼睛休息、觀呼吸。

時間的長短是跟我們的心（內心的覺受）成比例的，當我們心煩氣躁的時候，時間似乎過得很慢。比如在上飛機前，跟某人約好在機場見面，等人往往是一個壓力，完了完了，飛機快要來了，某某人怎麼還沒有到呢，你會覺得時間過得太快，希望時間慢下來。下了飛機，看不到接機的人，等啊等啊，一直看錶，發現時間好像走得太慢了，不禁懷疑這手錶是不是秀逗了。這就是過度注意時間而造成煩惱。

不過，我並不是教你們完全不注意時間，大家還是要依照社會的運作規則過生活，例如約會一定要守時。



要善用時間，把時間轉換成智慧。每一個人每天都擁有二十四小時，運用方式卻都不相同。跟人家聊天，一兩個小時就泡湯了，如果是講一些沒有營養的話，除了耗掉體力，還製造許多是非，換來的是業障煩惱，讓自己的生命品質降低，可惜呀。

世界最奢侈的浪費，就是任意揮霍時間。我們每個人手中有的時間是有限的，花掉一分鐘就少了一分鐘，花掉一小時就少了一小時，過了一年就少掉一年，這樣一直減少一直減少，但是我們卻沒有警覺。

時間就是生命，但是寸金難買寸光陰，時間過去就過去了，沒有辦法用金錢去買回來。所以當你生病的時候、老的時候，有再多的財富，都無法換回幾分鐘的健康及生命。

《華嚴經》說：「凡有所作無空過」。也就是說，凡走過的必留下痕跡，做事、講話、起心動念，一定會留下影響力。把握當下，在這個時空當中



留下好業績——智慧、福德、人緣等等，才是懂得「時力持」原理的人。

我曾聽到監獄裡面的受刑人說他們的生活是度日如年，天天都在算何時刑期滿，希望趕快得到自由。我說，你們這樣的心態只會造成更大的痛苦，其實，在外面賺錢謀生也不容易喔，在這裡三餐有人煮好給你吃，有這麼多書可以讓你讀，還可以依照自己的意願選修一種職業技能，你們不妨趁這個時段充實自己，將來出社會就有謀生的本領。

其實，我也常常把自己關在一個地方自修。上次關了三年，去年才出來。這三年的時間，我充分利用時間讀書、寫作、禮佛、靜坐、誦經、持咒。三年期間，我將八十華嚴誦了一百遍，每一句經教，都覺得好像是佛菩薩直接對我開示，法喜充滿。所以我每天都覺得時間不夠用，每天二十四小時過得很快，一下子天亮了，一下子又是黑夜了，轉眼三年就過去了。可見，時間跟我們的心境有絕對的關係。



「因物故有時」，時間是不能離開存在「法」而有的。也就是說，時間是依諸法活動、因果流變而幻現的形態。

或許大家聽不懂這句話，我換個方式來說吧。時間是不是單獨存在的呢？沒有單獨存在的一個時間。所以，如果了解時間是有限或是無限，討論時間是有開始還是沒有開始，就叫做「戲論」。時間只是相對性的物理概念而已。太陽跟地球之間的位置變化，產生了白天黑夜的幻象，白天黑夜我們又把它分成二十四個區段概念，叫做二十四小時。

昨天、前天、今天、明天、後天，都是相對性的概念，都是無法掌握的。我們能把握的是當下、現在、此時此刻。時時刻刻把時間轉換成生命的營養，積聚福慧資糧，這就是時力持的真義。



九、善力持

藉著不斷的學習，增長智慧，積聚福德，推動菩提願的完成，就是善力持，也就是佛法裡面所說的精進。

一個人經常動善念、講好話、做善事，這個「善」業會產生一種「力」量，讓我們肯定生命的意義價值，生活得有活力有衝勁。如果懶懶散散的，飽食終日無所事事，人生肯定不會是彩色的。行善的人，會覺得生命非常有意義，每天都很充實。

十、智力持

智慧的修學有三個層次：第一個是「聞慧」，是聽聞佛法而來，從經典上看來的也包括在內。第二個是「思慧」，是經過自己不斷的思考而來。有了聞慧、有了思慧的基礎，還是不夠，還必須進一



步實踐，從自己的親身實踐當中得到印證，這種親身的智慧成就經驗，叫做「修慧」。

雖然聽聞很多佛法、思考很多佛法，了解世間無常、無我、有因果、有業報等等道理，可是，煩惱依舊是煩惱，煩惱並未因此而減少，那就是沒有修慧。

透過持戒以及專注的訓練，反觀自己五蘊和合的身心特質，能在自己的身心上面直接體驗、印證到他是無常、苦、空、非我的時候，就叫做「修慧」。

成就了修慧，才能夠真正斷除貪瞋痴煩惱。由此可知，我們信佛學佛這些多年了，為什麼還是煩惱煩惱？就是欠缺修慧啊。

台灣有一些很特殊的現象，對不少人造成困擾和疑問，例如，常常有人到門口來化緣，不給他就站著不走，給少了還惹他不高興，菜市場更是少不了穿著袈裟的人在化緣。到底該不該給他呢？有人



說真布施不怕假和尚，所以有求必應，其實，那是缺乏智慧的行為，不但助長歪風，也白花冤枉錢啦。這個社會也有假借出家人的名義，披著袈裟去做壞事的例子喔。

現在流行所謂的放生，以為買了多少生命去放生，就能添福添壽。這種行為的表面是出於善意，其實深入探討起來，是缺乏智慧的作法。因為你要滿足自己的「善行」，所以促成一些生物被捕捉來讓你放掉，有許多生物就因為被折騰而喪命了，這樣子就真的能獲得加持嗎？這跟佛法講的因果完全不符合啊。

智慧才能加持我們！一個有智慧的人，是從改變自己的心態，嚴持戒律，訓練專注力，讓心理保持在平靜、平穩、平衡的狀態，而獲得加持的。

只有徹底的淨化昇華我們自己的心性，讓我們的語言、行為、心念跟「法」相應，身心才能夠平



穩、平安、平靜，這才是正信，才是真正的學佛者。

舉個例子，非洲有些土著，用木棒、鐵環從臉頰這邊穿透到那邊，代表他是勇猛的男子漢，女性的鼻子耳朵穿鐵環，代表美麗。廟會的表演，用刀來砍自己的背，用有刺的鐵棒敲自己，用刀子割舌頭，用鞭子抽打自己，用這種方式來顯示神力。

或許有些情況真的是被鬼神附身了，但是，不管有沒有受到附身，這些行為有什麼意義？用木棒鐵刺穿過身體、用刀子猛砍身體之後，你的業障就消除了嗎？你的智慧就增長了嗎？

還有，很多人以為宗教就是信仰，事實上，世間很多哲理、某一種學說、某一種理論，也是屬於一種信仰。例如，你想追求富貴榮華，以為得到榮華富貴以後就會快樂，這也算信仰喔。他的信仰就是：榮華富貴、很多的物質，就會帶來快樂。有些人追求美麗、帥氣，或是把身體鍛鍊得很健康，讓



肌肉看起來很結實，以達成這個目標為快樂，我認為這也就是他的信仰。

世人的信仰方式雖然有百千萬種，但是這形形色色的信仰，多半經不起智慧的考驗。獲得榮華富貴、身體健康之後，不見得就會快樂，因為，如果你的心不安的話，飽暖就思淫慾，吃喝嫖賭樣樣來，這種造成墮落的信仰，就是緣於缺乏智慧。

宗教信仰，如果不是基於智慧，而是基於狂熱、讓人恐懼的話，就變成迷信。如果不是透過智慧去思考理解，就不合乎邏輯，就是盲信。這就是為什麼佛經裡面一直強調智慧的原因。

「正信」是信仰與智慧相結合——信智一如。換句話說，所信仰的內涵，能夠用智慧去印證，具有提昇生命品質的效果，才稱為正信。



清淨功德身的培養

汝不盜他物？汝不有害心？

汝不作邪婬？汝依何語住？

不說他人惡？不壞他所親？

不侵他境界？不於他恚怒？

不生邪險見？不作相違業？

不以諂曲力，方便誑世間？

尊重父母不？敬善知識不？

若有善知識誨示於汝法，

能生堅固心究竟尊重不？

受樂於佛不？了知菩薩不？

眾僧功德海，汝能恭敬不？

汝能知法不？能淨眾生不？



為住於法中？為住於非法？

見諸孤獨者，能起慈心不？

見惡道眾生，能生大悲不？

見他得榮樂，能生歡喜不？

他來逼迫汝，汝無瞋惱不？

汝發菩提意，開悟眾生不？

無邊劫修行，能無疲倦不？

（卷七十五•入法界品）



修學佛法的過程中，必須善用兩種力量：他力與自力。

參訪善知識、親近善知識，依照善知識的教導，精進用功，是屬於外緣的部分，是依靠他力而助成善根。

所謂自助而後人助，如何得到加持的正確觀念，則是屬於自力的部份。表面上看來，是得到佛菩薩或外力的攝持，其實是透過自己對正法的正見及實踐，而增長善根、成就道業，所以，實際上是自己加持自己。也就是說，除了依賴師長善友的提攜，更要自己栽培自己，讓自己成為自己生命的貴人。

在整個修學過程中，還要隨時審評修學的成績，隨時對自己的道業進展，包括自己的心態、自己的行為、的精進狀況等等，做一番審視檢討。



下面就是有關於修學過程自我檢視的方法，從這大綱，可以看出自己已經成就的人格特質，有助於清淨功德身的養成。

一、不盜他財物

學佛，首先要學習的是持戒。一切修行當中，持戒是居於第一位。因為持戒可以保住人身，人身是正報，是修學的工具。雖然你平日誦很多經、念很多佛號、持許多咒語，但是疏忽了持戒，那麼，你依舊容易造墮落惡道的業，累積惡道的因緣，成熟惡道的果報。

「汝不盜他物？」要尊重別人的財物。財物是用來資生活命的，屬於外命。偷盜是剝奪人家的資生物質，等於奪取人家的外命，會減損今生以及來生的福報，尤其會墮惡道，千萬要小心啊。

從一個人的事業上，可以看得出來他的業緣。例如，他這一生當中，事業順利，請到好員工，員



工都對公司忠心耿耿，投資什麼都賺錢，常常得到好人來護持他，這就可以推測他前輩子是懂得持不偷盜戒的人，也是常布施的人，曾經做很多善事，加上今生的寬厚，難怪福報綿綿不絕。

不可以產生絲毫佔別人便宜的心，只要不是屬於我的財物，一分一毫都不可以要。有些人把公司公家單位的紙、筆等文具帶回家，這就犯了「不與取戒」。自己家裡的電話捨不得打，到公司以後，就拚命撥打公司的電話，這種佔便宜的行為，也是屬於偷盜。

二、不殘害有情

「汝不有害此？」

各位修行修到現在，是不是還會出現「害心」？



有一句充滿智慧的俗話說：「害人害己害自己死」，就是警告我們「病從心起」，動傷害他人惡念的時候，首先受傷害的是自己。當我們動念的時候，生理上會發生一些變化，我們的內分泌（荷爾蒙）就開始起伏。尤其是動惡念的時候，荷爾蒙的平衡會急遽失調，然後就引發各種病症。

有兩戶人家，甲住在東邊，乙住在西邊，彼此的菜園連在一起，乙看到甲種的菜長得很漂亮，總是賣到好價錢，起了嫉妒心，暗中用刀子把甲園中的菜攔腰割掉，讓他這些菜賣不出去。

甲發現自己的菜園居然被弄成這個樣子，很傷心，但是沒親眼見到是誰做的，也不能冤枉人家，心裡就想：原諒他吧！

奇怪的是，甲園的菜被剪掉以後，卻慢慢慢慢又長回來了，而且長得比以前更翠綠更茂盛。

乙覺得很奇怪，愈想愈嫉妒，愈想愈不甘心，趁甲不在的時候，又去把那些菜割掉。



甲發現自己的菜園又被破壞了，再也忍不住了，愈想愈生氣，就動了一個惡念，對著天罵道：「可惡啊！我辛辛苦苦種的菜就這麼報銷了。這個人一定會絕子絕孫……」。甲就這樣一直罵、一直詛咒，罵了很久才住口。第二天，甲發現整片菜園的菜，居然全部連根都枯萎了。

各位已經沒有「害心」了嗎？難免還會有呀。所以要常常檢討，當我們發覺自己動惡念的時候，要趕緊懺悔。而且每天做功課，誦經、拜佛之後，都要合掌發三個願：

「我願意原諒：所有曾經傷害我的人，我都原諒他！」

「我請求原諒：懇求曾經被我傷害的人，原諒我的無知！」

「我誠心迴向：願所有修學功德，迴向一切眾生！」



我誦經、拜佛、做善事，這些功德，不是為我一個人享受，而是迴向給一切眾生，讓眾生共同分享。你可能會說：那我自己不就沒有了嗎？各位放心啦，功德不但不會減少，反而會增多。就像蠟燭，用你手上這支蠟燭去引燃別的蠟燭，全部的蠟燭都被點亮了，你這支蠟燭的亮度有減少嗎？不但沒有減少，整個房間還會更亮，大放光明。修行迴向的原理就是這樣。

所以，我們除了不可有害人的念頭，還要進一步去祝福人家：希望全世界的人，所有冤親眷屬，都能夠向善向光明，福報俱足，智慧俱足。

三、不邪行染心

「汝不作邪姪？」

出家人絕對禁止姪欲，在家人允許正姪。經過法律程序，有公開的證人、公開的儀式，到戶政事務所完成登記手續，而且終生嚴守一夫一妻制，這



樣的婚姻關係屬於正姪。違反這個原則，就算邪姪。所以，不正常的男女關係就是邪淫。

現代社會愈來愈開放，種種聲色誘惑，加上人際往來密切，男女之間，如果沒有嚴格的自我約束，就很容易擦槍走火。如果沒有做好避孕措施，有了孩子就以「不適合有孩子」為理由，吃藥墮掉他，不然就去醫院拿掉，許多無辜的生命就這麼被犧牲了。很多婦女也因此墮胎兒導致不孕。

許多人把男女之間的關係看得太隨便，熱度一過，雙方分了也就算了，偏偏其中一方不甘心，就起了報復心，非要讓對方好看不可，最糟糕的是起了殺心。很多不正常的男女關係，也連累了孩子，有的孩子甚至被父母的同居人虐待、殺死、強暴了，許許多多的悲劇不斷上演。

四、依正語而住

「汝依何語住？」



「正語」，守口德，是八正道的修學項目之一。

言語源自心念，講話之前一定先動念頭，起心動念，並且透過嘴巴表達出來，就會形成一種業力（造業）。

修行並非教你把嘴巴閉起來不講話，而是教你學習正當的言語，講正面的話，講鼓勵人家的話，講斷惡修善的話。老是去注意別人的不好，去批評別人的什麼事，只是招惹麻煩而已。所以，不可以講負面的話語，不要談論是是非非的話題。別人的是非、別人的缺點，不要去在意，才會少煩惱。

受三歸五戒又能持戒的人、正人君子、行善的人，背後都有護法神保護，如果你辱罵他、冤枉他，雖然他本人不會跟你計較，但是他背後的護法不會原諒你、會折磨你。有些鬼道眾生，如果認定這個人是好人，或是跟這個人有緣，也會加以護持，



所以當別人傷害這個人的時候，就會設法加以懲罰。

所以，說無意義的話、隨便罵人、隨便批評人家，往往不是「就沒事」了。隨時隨地檢討自己「依何語住」，是修學過程很重要的實踐項目。

如果孩子考試不及格，父母就一直指責，說他的腦筋怎麼這麼笨、這麼蠢，小心喔！這孩子真的就會愈來愈笨、愈來愈蠢。「蠢」字下面是兩條蟲，蟲的爬行是缺乏秩序、毫無章法的，你怎麼可以這樣詛咒自己的孩子？孩子的自我印象來自父母師長，如果你能找出孩子的任何優點，把它化成一個推動他向上的力量，建立他的自信，激發他的潛能，你就是一個很好的佛弟子。

所以，身為父母、或者朋友之間，要學習盡量看到對方的優點——善種，灌溉這顆種子，讓他發芽成長。如果看到他的缺點，就加以宣揚，讓缺點



擴大——多麼糟糕、多麼笨、多麼沒有用——真的就會讓他失去信心，生命就這麼被拖垮下來。

釋迦牟尼佛說：「夫士之生，斧在口中，所以斬身，由其惡言。應毀者譽，應譽者毀，口為惡業，身受其罪。」

口舌就像斧頭一樣，殺人不必要用刀子，幾句話就可以毀掉一個人。搬弄是非，向甲說「乙說你的壞話」，向乙說「甲要殺你」，雙方一聽，就開戰了。

「正語」是修學八正道的項目之一，因為世間最毒、最鋒利的東西是口舌，所以佛陀要我們隨時自省：「汝依何語住」。

「不說他人惡」，不要談論他人的是非恩怨。

如果故意去宣揚人家的不好，免費幫他宣傳缺點，這種人的心地很貧瘠、缺乏自信，才會藉著別人的不好來凸顯示自己的好。其實這樣做的後果是



：自己不但沒有因此而更好，反而造了身口意惡業。

修行人的做法是：把別人的缺點當作一面鏡子，警惕自己；也要存著感恩的心，感謝他對我們的示現；更要起悲憫心，希望有朝一日能度化他。

春秋時代，齊國著名的宰相管仲，輔佐齊桓公，使齊國成為東方的霸主。管仲有一個青梅竹馬的好朋友叫鮑叔牙。

鮑叔牙家境比較富有，他們每次合夥做買賣賺的錢，管仲總是要分多一些，朋友都認為鮑叔牙吃虧了。因為表面說是合夥，其實本錢都是鮑叔牙出的，賺了錢，管仲憑什麼分得比鮑叔牙多。鮑叔牙卻說：「管仲的家境不好，他有老母親要奉養，多拿一些是應該的。」

管仲和鮑叔牙一同上戰場，管仲總是躲在最後面，大家都對他很不滿。鮑叔牙卻說：「他的母親



年紀大了，只有這麼一個兒子，萬一他有個三長兩短，他的母親就沒人奉養了。」

後來，管仲輔佐公子糾失敗了，而鮑叔牙輔佐的公子小白卻接掌了齊國的政權，公子小白就是齊桓公。齊桓公即位後，立刻請來鮑叔牙：「我們國家經過這麼久的混亂，現在總算安定下來，為了使全國百姓以後能好好過日子，我要請您做宰相。」

鮑叔牙竟然拒絕了，說他的能力實在無法擔當這麼重大的責任，而且向齊桓公推薦管仲。因為管仲當年曾經想謀殺齊桓公，齊桓公恨不得殺了他，鮑叔牙居然還推薦他做宰相，這未免太離譜了吧。但是鮑叔牙一再的解釋說，那是因為當年管仲輔佐的是公子糾，當然希望公子糾能夠做齊國的國君，並不是他對齊桓公個人有什麼仇恨。

鮑叔牙力勸齊桓公一定要忘掉過去不愉快的事，任用管仲。齊桓公接受了鮑叔牙的建議，以最隆重的禮儀，請管仲來做宰相。果然，齊桓公在管仲



的輔佐下，將齊國治理成富足強大的國家。後來管仲曾對人說：「生我養我的是父母，可是了解我、幫助我的，卻是鮑叔牙呀！」

這個故事中的鮑叔牙，是注重口德的最好榜樣。佛弟子能隨時隨地使用正面的語言，不但廣結人緣，也是讓自己不落是非的不二法門。

五、不離間他人

「不壞他所親」，不要破壞、斬斷他人的相處因緣。

每個人都有親戚朋友、師長，當你看到別人的眷屬很優秀、姻緣美滿、相處和諧，你不可以起嫉妒心，故意去破壞他。

例如，某甲常常去親近某位師長，很用功修學，師長也很讚歎某甲，你就覺得師長偏心，或是覺得某甲很會諂媚，所以你就設法破壞師長對某甲的



印象，在師長面前說某甲怎樣差勁、怎樣不守規矩，這就是壞他所親。

佛法有一個修行方法叫做「隨喜功德」，是說：我們看到別人好，要生起喜悅的心，用歡喜心來面對別人的成功。如果世間每個人都跟我們一樣好、甚至比我們好，大家都衣食無缺，知理守法，持戒修善，我就能少為眾生操心，也少了很多動惡念造惡業的機會。如果世間只有我一個人很富有，而如果眾生都很窮困、缺乏衣食、沒有機會接受教育，那麼，我又需擔心被搶、擔心物資缺乏，享受不到安寧的生活。

「不侵他境界」，不可以傷害別人，包括他的名譽、地位、財產，還有他的內心，包括自尊心、安全感、歸屬感、信任感、信心等等。

佛門有一句話說：「寧動千江水，不動道人心」。修行人靜坐或做功課的時候，最忌諱干擾，尤其在入定的時候，最怕聲音，聲音像刺一樣銳利，



突然間傳來的聲音，會刺傷他的身心，讓他受到驚嚇、生恐懼，這就是侵犯他的內心境界。

人家突然間闖進你的房子，你會受到驚嚇，同樣道理，你隨意闖入別人的房子，他也會受到害怕，這就是侵他境界。

所以，別人的一切，他的內心世界也好，他私人的外在財物也好，他私人的人際關係也好，我們都要加以尊重，讓他保有安全感、自尊心、私密性，千萬不可以超越界限，以免自他兩受害。這是我們必須時時檢點的基本修養。

六、不生恚怒心

「不於他恚怒」，不發脾氣，是我們這一生當中的基本修養，既不必花錢，又能讓自己增長福報，是我們今生的修學當中一定要通過的學分。



一個常常發脾氣的人，這一生會怎麼樣？不但會影響生理的功能，常生病，也會導致親戚朋友愈來愈少，福報會愈來愈淺薄，儀表會愈來愈醜陋，來生當然也無法獲得莊嚴的身相。

一個人和和氣氣，讓人如沐春風，才能結好人緣，福報增長。一個脾氣有節制的人，大致說起來，讓人怎麼看都覺得自然漂亮。常常動怒的人，氣質不但不可能高雅，還會讓人望而生畏。

七、勿邪見自縛

「不生邪險見？」

執著常見、斷見、我見，否認有因果業報，否認有善惡之別，否認有三世，否認有六道輪迴，這都是邪險見、不正見。

經說：「有二法趣向惡趣，一謂毀戒，二謂破見。」又說：「有二法趣向善趣，一謂戒具，二謂



見具。」破戒和破見會墮落惡道，稱為「二退法」，戒具和見具是導向善道的「二增法」。

不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒，是名戒具足。相信善惡、因果、業報、輪迴，相信依八正道而修學是達成解脫的正道，這叫見具足。

四念處的修學，可以解脫生、老、病、死、憂、悲、惱苦，但是，並非人人都有資格修四念處，因為：「當先淨其戒，直其見，具足三業，然後修四念處。」修學四念處的先訣條件，是必須具足淨戒、具足正見、清淨身口意三業。

雖然佛教界也有人說「寧可破戒，不可破見」，但是，那只是一個譬喻，並不是教你破戒喔。那只是說明：破見的後果比破戒更嚴重。破戒的業報是你自己一個人承當，但是，破見會導致破戒，後遺症還會潑及別人。

例如，你跟人家說沒有因果、沒有業報、沒有輪迴，那麼別人因此而造惡業，這個業果你也要承



擔。去散播邪見，讓別人信受的話，會使人家造惡業而不自覺，所以它除了傷害自己，也連累到別人，自他兩受害。

八、戒相違重業

「不作相違業？」

「相違」就是不統一，前後不一致，表裡不一致，因與果之間的關係搭不上線，也就是身口意業相矛盾，思想言行不一致，陽奉陰違，想的是一套，講的是一套，做的又是另一套。

譬如，你嘴巴說要相信因果、要做善事，實際上你自己根本不相信因果，還一直犯戒、造惡業。

佛教有這麼一個故事。有一個流氓，大家對他都避之唯恐不及，身邊雖然不乏酒肉朋友，卻沒有真心跟他往來。有一天他突然領悟到：我的行為導



致大家都躲著我、討厭我，從現在開始我要常常到寺廟拜佛，懺悔過去的錯誤。

師父給他念珠，教他念佛，他真的每天念阿彌陀佛阿彌陀佛，也開始布施行善，但是，那只是表面上念佛做善事，其實暗中仍舊繼續做了不少壞事。

很奇怪的是，他雖然只是在表面裝和善，卻也招來一些善緣，周圍的人卻慢慢不再明顯的避他如蛇蠍。

他開始覺得自己的行為有些可議之處，「我一邊念佛一邊做壞事，好像不太對勁！」當他把這個感覺告訴師父，師父說：「沒錯！今後你要開始受持五戒，不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒。」他接受了。

很奇怪的是，受持五戒之後，他的收入居然愈來愈少，慢慢變窮了，做任何事也都不順利。他很懊惱：「我以前無惡不作的時候，很富有、很威風



，為什麼受持五戒以後，朋友反而不見了，沒有人跟我聊天，沒有人陪我一起娛樂，最糟糕的是竟然愈來愈窮。唉！今後不念佛了，也不持戒了。」

有一天他在似醒非醒之際，恍惚中看到一群陌生人在交談，內容居然跟他有關，「某某人這麼貪睡，不念佛了，不持五戒了，我們繼續留在他身邊吧！」

他覺得奇怪，問道：「我以前家財萬貫，但是念佛受五戒之後，反而愈來愈倒楣。我心裡正納悶，剛才又聽到你們的談話，更百思不得其解。請問各位，剛才你們說的話是什麼意思？」

那群人說：「本來今天是我們最後一次來看你，然後我們就要離你而去。我們是凶神惡鬼，這幾年一直跟在你身邊保護你，因為你會用雞鴨魚肉祭拜我們，這是我們最喜歡的食物。當你做壞事的時候，我們就愈高興，設法暗中幫助你，因為不久的將來，你就可以成為我們的替身，我們就可以投胎



轉世了。但是，前一陣子你受了五戒，常常念佛，又不讓我們享用魚肉，所以我們覺得跟著你沒有希望，決定離開你。可是看到你最近的表現，不再持五戒，不再念佛，不再行善布施，讓我們又重新燃起希望之火。經過商量，我們願意繼續留在你身邊。

他心裡一驚，可是疑惑還是未解，所以又故作鎮靜的問道：「為什麼我念佛、持戒之後，卻愈來愈窮，諸事不順？」

「那是因為你以前花天酒地，今生該有的福份已經用完了，並不是因為受戒才會這麼窮。」兇神惡鬼們說。

這人嚇出一身汗，夢也醒了，但是惡鬼們的對話，言猶在耳。

「往昔所造諸惡業，皆由無始貪瞋癡，從身語意之所生」，變窮、不如意，是「相違業」導致的業障，「一切我今皆懺悔」。



九、戒諂誑心行

「不以諂曲力，方便誑世間？」

「諂曲」是奉承討好人家，俗話叫拍馬屁。「誑」是不實、欺騙，裝模作樣，希望得到人家的另眼相看。諂和誑，都是不正之心，都是貪欲，都是障道因緣。

看到一個人比我行，例如有地位的人、有錢的人、有權勢的人，就刻意去巴結他，拚命讚美他，或者錦上添花，或者送禮，目的是討他的歡心，利用他來保護你，利用他來抬高你的身價，利用他來壯大你的聲勢，那就是貪欲心。任何增長貪心的因緣，都會造成修道的障礙。

誑是不實、欺騙。老是裝模作樣：我穿多麼漂亮的衣服、我開什麼名牌的車子、我住多豪華的房子、我是做什麼大事業的、我是某某名人的親戚，無非是為了讓人家一看到我就感到羨慕，認為我跟



別人不一樣，對我恭敬，給我利益；這叫做「方便誑世間」。

講一個笑話。多年前，有人請我到某地某個社會團體演講，地點是某某大飯店。我穿著一件舊長衫單獨赴會，也沒有掛這條念珠，我告訴他們不必接送，就自己搭車到飯店門口下車。

因為我提早到達，主辦人還在主持會議，還沒到門口來接我。飯店的守衛看我穿得這麼寒酸，以為我是要化緣的，不讓我進去，而且對我很不客氣：「你坐在那邊，不要亂跑喔！」我只好依照他的命令，坐在門口的角落念佛。

等了半個小時，董事長親自到門口接我：「師父！你什麼時候來的？你怎麼坐在這邊？」守衛一看，喔！他怎麼會是董事長交代的人？這下子得罪董事長這個大主顧了，就一直賠不是：「師父！對不起！對不起！你怎麼不跟我說你是董事長找來演



講的人呢？」其實，我有說啊，但是他不聽我說，我的衣服讓他不相信我說的話啊。

可見世間人往往以貌取人。也難怪你們要開高級的車、穿名牌的衣服去接洽生意，聽說這樣人家才不會懷疑你的財力。

聽說如果一個人穿著很體面，這個口袋地方要插鋼筆，有的還插三支鋼筆。為什麼插這麼多支鋼筆呢？表示很有學問。然後，這裡戴個什麼錶，名片上印了很多頭銜，很多人就會另眼相待，身份地位似乎提高了。這叫方便誑世間。

我們信佛學佛的人，本來是這個樣子，對外就是這個樣子，沒有必要用另一種樣子去博取尊敬。其實，從一個人的言談、他的動作、以及他的眼神，就足以秤出他幾斤幾兩。這個人很謙虛，這個人很內斂，這個人屬於輕浮型的，這個人動不動就設法炫耀自己，你只要稍微靜下來觀察，一目了然，假不了的。



瓶子裡面如果只裝半瓶水的話，這麼搖一搖就會砰砰作響，但是，如果瓶子裝滿水的話，任憑你怎麼搖都不會發出聲響。

還沒有結實的禾苗，都是直挺挺的往上衝，等到稻實愈來愈飽滿的時候，稻穗就會垂下來。

人也要懂得謙虛，用平實心待人、用平實眼光看人，不必虛張聲勢來膨脹自己、嚇唬別人，更不可以眼睛長在頭頂上，看高不看低。這是很多人容易犯的毛病，我們要常常自我反省，避免這樣的障道行為。

十、敬父母師長

「尊重父母不？」

當年我決定出家的時候，許多人反對，老師、朋友、同學都勸我說：「你丟下父母出家，真不孝啊。」其實出家是為了報恩，用修行來報父母恩。



何況，除了今生的父母、親戚、師友，無量無邊的眾生也都曾經是我們的親人，我要藉著修行報恩。

其實，並不是出了家就對父母不理不睬，佛門也允許一段時間回家探望父母。當然，如果你是獨子，應該先把父母親的生活安頓好再出家。親情的割捨是最困難的，必須善巧妥當的處理。

我們的肉體、我們的生命，是藉著父母而來，每個父母扶養子女都是歷盡艱辛的。信佛學佛的人，應該更懂得尊重父母，給予適度的關心，讓父母生活無慮。父母有錯，應當用善言善語相勸。遇到意見不一致的時候，也要輕聲細語的解釋，絕對不能怒目相視、口出惡言，那會折損福報。

如果父母尚未信佛，應該用愛心、關心，讓父母從兒女身上看到學佛的好處，感動父母來學佛。絕不能硬拉著父母來皈依，也不可以整天往寺廟跑、整天在外面當義工，面對父母、家人、家事、事業，卻冷漠以待，馬虎應付，這會讓人誤解佛教



，會切斷你家人的學佛因緣，不是佛弟子應有的作為。

記住！你修學後有好的改變，才是引導父母親皈依學佛的最佳因緣；你的善根，是讓父母親種下修學善根的契機。

十一、敬一切善友

「敬善知識否？」

「若有善知識誨示於汝法，能生堅固心究竟尊重不？」

引導我們向善向光明的人，就稱為善知識，是我們的老師、我們的貴人。所謂「當局者迷，旁觀者清」，當我們迷惑、徬徨、犯錯、墮落的時候，能指出錯誤、引導我們正確方向的人，就是我們的貴人、善知識。



有伯樂的慧眼，才會有千里馬。如果沒有伯樂的話，本來資質良好的千里馬，可能淪為做苦工，在馬廄裡吃劣草，病死了也沒人會認為牠是飛毛腿的馬。

我們都希望有機會遇到善知識，看出我的潛能，盡全力栽培，讓我的天賦能夠發揚光大。難怪世間出現許多「自認」是懷才不遇的千里馬，埋怨自己沒有遇到識才的伯樂，害自己埋沒了天份；把自己在道業上的失敗，歸罪於時運不濟。

其實仔細檢視起來，每位善知識（伯樂）所扮演的，都不是「一路扶持、始終相依」的角色，多半只是一個使他走向某一條路的啟蒙者、一位曾經鼓勵過他的恩師、一個精神支柱，甚至是一個曾經打擊過他、說過重話的人。善知識或許陪過成功者一段里程，但終須放手，最重要的障礙還是成功者自己跨越的。



良馬，是看到鞭影就向前飛奔的。即使是千里馬，一樣要每天練跑，才能日行千里。每個道業有成就的人（千里馬），其實都必須當自己的伯樂，在親近善知識、聽聞正法之後，看到鞭影，就產生奔馳（精進）的能量。

也就是說，那根鞭策自己快跑的鞭子，是握在自己手中的，方向也是自己操縱的。那根鞭子，其實只是鞭影，那是對正法的正見之鞭，是對善知識尊重、信任、感恩、報恩之鞭。

所以，所謂尊重善知識，並不是對善知識奉承、阿諛、送禮、糾纏，而是「如說修行」，依照善知識的教導精進用功，與善知識同願同行、同證菩提。

十二、恭敬佛法僧

「愛樂於佛不？了知菩薩不？眾僧功德海汝能恭敬不？」



這是對於佛法僧三寶的恭敬、信受奉行的心。也就是說，對佛法僧三寶應生堅固心，恭敬修學。

雖然聽了很多道理，但是沒有去做，當然得不到效果，這是許多人常常犯的毛病。信佛學佛的人，對於師長所教導的修學方法，要避免左耳入右耳出，才能「生堅固心，究竟尊重」，按照方法如實修行。

「若有善知識，誨示於汝法，能生堅固心，究竟尊重不？」這是關於「法」的方面。

「愛樂於佛不？了知菩薩不？眾僧功德海，汝能恭敬不？」這是說到「佛」與「僧」方面。

多數人剛開始信佛學佛的時候，感觸可能會特別深：「啊！我終於找到人生的道路了，從今以後我一定要怎樣怎樣。」但是，很快的就忘掉這誓願了，功課作了三天就擺一邊涼快去了。



出家人也一樣，所謂「出家如初，成佛有餘」。初出家的時候，道心似乎特別堅固，成佛度眾生的心特別強烈，很勇猛精進，可是經過一段時間以後，就慢慢的淡了。所謂：「出家一年兩年，佛在眼前；三年四年，佛在天邊；五年六年，向佛要錢。」這就是退墮，道心不堅固。

一般人最初那一念道心都非常堅固：我要趕快修啊！修啊修啊，修了一段時間以後，就鬆懈了，煩惱緊接著來了，逐漸逐漸退墮了。

所以佛陀要我們常常自我反省：修學過程中，是不是一直擁有最初的熱誠？如果因為沒有得到法喜而退失信心，就要檢討修學的方向，調整修學的方法了。要想想：你對菩薩到底了解多少？什麼叫做菩薩？菩薩道是怎樣的發心？怎麼樣行菩薩道？怎麼發心修行才能成佛？

對於出家人要恭敬，或許他們的戒臘、教育程度、所擔任的職務、體型高矮胖瘦、應對信眾的模



式，各個不同，但是，他們都是僧團當中的一份子。單就剃除頭髮，長年穿壞色衣，過著簡單樸實生活的勇氣，就值得尊敬。你不要說那個出家人不認識字、那個是大學畢業、那個有博士學位、那個英文講得特別流利、那個都不會打電腦、那個只會掃地，就對他們生出分別心，那不行啊。一切功德都是恭敬當中求來的。

信佛學佛，並不是要你到處攀緣，「拜」很多師父，到這裡皈依某個師父，又到那裡去皈依某師父，向人家炫耀，似乎這樣身價就不同了。其實，皈依是皈依十方三世一切三寶——佛、法、僧，這個觀念要建立起來。皈依不是「拜」某個師父，而是回到佛陀所教導的「正法、律」的「解脫道」上。所以，按照「正法、律」修行的出家眾，都是你請法的善知識，都能幫助你清淨自業。



十三、安住於正法

「汝能知法不？能淨眾生不？」

「為住於法中？為住於非法？」

聽聞佛法之後，是不是能按照這樣去思惟、實踐，清淨我自己的身心，讓我自己沒有煩惱，然後再去感化眾生、淨化眾生？

要時時自我檢討：我的行為是否合於正「法、律」？我是否按照佛陀所說的法去修行？我的身口意行為是否違背佛法？

有些人真的是迷糊到令人啼笑皆非，有一次，我明明聽到某個人很得意的告訴人家說他晚上都不吃飯，可是到了晚上，卻看到他吃了一大碗麵。我問他：「你不是過午不食嗎？」他說：「我吃麵，我沒有吃飯啊。」真的有這種人喔。他以為過午不食就是不吃飯、可以吃麵，還到處跟人家講說他過



午不食。因為他不知道什麼是「法」、什麼是「非法」。

十四、攝貧窮困厄

「見諸貧窮人，能生攝心不？」

見到窮苦的、生活潦倒的人，是否能以慈悲心度化他向善向光明？

面對有錢有權的人，許多人難免錦上添花，或是予以特別關心。其實，「平等心」是修學的重要功課。來到佛門裡面，貧富貴賤一律平等。

開個玩笑：見諸貧窮人沒有包紅包給你，你就把他排除在度化的名單之外，沒有耐心為他說法，那麼你的修學功課絕對不及格。



十五、慈悲護眾生

「見諸孤獨者，能起慈心不？」

眾生的福報個個不同，有些人眷屬圓滿，有些人鰥寡孤獨，目前我們國內大概有二三十萬的孤獨老人，這是很嚴重的問題。這個社會的老年人比例急速上升，一般家庭的孩子數目不多，子女長大以後，出國的出國，或到他鄉謀生，父母親的照顧是個很現實的問題，如果父母兩人都在，就兩老相伴、彼此照顧，如果一個走了，那真的是孤苦伶仃。

尤其老年人有他自己既定的思想及行為模式，跟年輕人不太一樣，彼此不容易溝通，一產生摩擦就沒完沒了。

有一位八十幾歲的信徒，獨居在山上，子女都在外地謀生，老年人難免這裡痛那裡不舒服，讓子女疲於奔命，所以就把老人家接到都市來住，老人家很不習慣都市的環境，覺得車子聲音很吵，空氣



品質不好，所以他還是堅持回到深山裡面獨居。病了怎麼辦？子女很無奈的說：只好幫他裝電鈴、辦手機，拜託鄰居幫忙關照，有問題的時候就來電通知。

佛經裡面早就談到這個社會問題了。「見諸孤獨者能起慈心不？」我們對於家裡的老人、左鄰右舍乃至社會上的鰥寡孤獨的人，是不是能夠以慈悲心來關懷？

歐美社會很重視老人問題，我曾經去參觀他們的養老院，設備很周全，每個老人都有單獨的房間，四周有許多綠地可以活動，院裡有醫生護士隨時照顧。歐美社會稅率很高，國民年輕的時候都納很重的稅，到一定年齡之後，國家就發給每一個人養老金，可以享受各種優惠，例如吃一頓飯只付一塊美金，有病的話也會給予照顧。

我們中國古代的社會，習慣於三代同堂、五代同堂，由子女來照顧老人，可是現代這個社會，三



代同堂非常困難，所以對於老者的照顧，是民間與政府都應該正視的問題，規劃出好的制度，善用社會資源，各盡其力，也彼此配合，讓每個國民都享有福報，免於孤獨無依之苦。

或許我們不能夠做得很好，但是，我們每一個人都要修福報——讓自己成為有福報的人，也幫助社會上每個份子都免於孤獨無依的悲慘命運。

「見惡道眾生，能生大悲不？」

惡道，通常指地獄、餓鬼、畜生三惡道。但是，也有正報是人道，而生活品質陷在惡道的，譬如做奸犯科的人，活在打打殺殺的環境中，終日惶恐不安，或是被關在監獄裡面，也算惡道。有些重犯，手被鐵環拷著，腳被鐵鍊子鎖著，移動腳步都很辛苦。監獄門口，一道門兩道門三道門，每一道門都有警衛拿槍守著，這種日子不痛苦也難啊。這是人道當中已經墮落在惡道受苦的實例。



雖然你現在是生於人道（正報），但是你不一定就是過人道的的生活；你的心念起起伏伏，在六道輪迴不止，一會兒到天道，一會兒到地獄道，一會兒到惡鬼道。譬如現在動惡念要殺人，就已經墮惡道了。起一念正念念佛，你的心跟佛的心一樣，這個時候就在佛道。去幫助人家而不執著，就在菩薩道。行善布施時覺得很快樂，當下就活在天道。如果祈求來生能生天享受富貴榮華，又能持戒修定，來生就會生到天道。

在道業未成就之前，六道輪迴永遠有份，三惡道也隨時等著你。所以，要趕緊趁著今生精進修學，否則無常一來，又不知會枉受多少苦。

清朝年間，有一戶姓陸的人家，主人吃素念佛多年。有一天，陸先生要去拜訪朋友，這個朋友特別煮了許多素菜來招待他。他這個朋友的媽媽已經八十幾歲，看到家裡忙進忙出的張羅素菜，覺得很奇怪：什麼人值得受我兒子這麼隆重的招待呢？



兒子告訴她說是要招待一位長期吃素念佛的善人。老媽媽又進一步得知這個善人才五十幾歲而已，不禁生起慚愧心：「唉！人家五十幾歲就懂得修行，我八十幾歲還在吃大魚大肉，還不懂得修行，真慚愧啊！」

吃飯的時候，老媽媽告訴陸善人：「我已經八十幾歲了，時間不多了，從今以後我要跟你學習，我也要開始吃素念佛，請你教我怎麼念佛、怎麼禮佛。」善人教老媽媽念阿彌陀佛，並且講了一些諸惡莫作、眾善奉行的道理給老媽媽聽。

老媽媽當下就對子孫們說：「從今天開始，你們不要再弄魚肉給我吃了！」子孫們慌了，「老奶奶呀，你這樣會營養不夠啦。」老媽媽告訴兒孫們：「人家五十幾歲就已經修得這麼好，我已經八十幾歲了，再不修就來不及了，你們就滿我的願吧。」從此以後，老媽媽就每天吃素、念佛、禮佛。不知不覺過了十年，老媽媽已經九十多歲了。



有一天，老媽媽告訴子孫：「你們去請陸善人來，我要跟他講幾句話。」子孫們沒把老媽媽的話當一回事，乾脆就編個理由說：「善人現在很忙沒有時間來。」過了幾天，老媽媽又要求：「快去請陸善人來。」子孫懶得去請，繼續編理由，說外面下大雪不方便出門。老人家視力已經減退，看東西朦朦朧朧，一直盼望盼望，希望雪停以後能見到陸善人。

家裡的人卻說雪還沒有停、還在下雪。又過了幾天，老媽媽說：「天亮了，阿彌陀佛來接我了，我要走了！我沒有時間再向陸善人當面道謝了，你們要幫我謝謝他。」

其實這時候天還沒亮，但是，瞎了肉眼的老媽媽開了心眼了，她看到天空亮了，看到佛菩薩來了，安祥往生了。



老媽媽的故事告訴我們：修學不分老少，隨時都有機會悟道。但是，這是一個特例，並不是人人都有這樣的福報及警覺心喔。

你我要時時刻刻憶念生命的有限性，要及時修行，趁著頭腦清醒的時候趕緊用功，不要盼望等到老了再來修道，誰知道自己還有多少時日？即使能活得很老，身心也不一定能夠自己作主啊。

十六、修隨喜功德

「見他得榮樂，能生歡喜不？」

這是對於「隨喜功德」的檢視，面對他人的成就生歡喜心。

普賢十大願裡面有「隨喜功德」這項功課。看到別人的美好，例如聰明有智慧、長相莊嚴、有善根、能力勝過你、升官、發財、兒女成器、被上司讚賞等等，我們能夠生歡喜心嗎？如果能生歡喜心



的話，就表示我們與「法」有點相應；如果沒有生歡喜心，甚至起嫉妒心的話，那就要生警惕心，因為與「法」不相應了。

信佛學佛的人，見到別人身心健康、家庭圓滿、婚姻順利、子女聰明，要發出歡喜心，好像就是我自己得到一樣高興。

假如世間眾生都很窮苦、很差勁，只有我自己很有錢、有能力的話，你根本來不及救他，而且你要擔心被偷被搶。如果世間眾生都是富貴、有知識，我就不必發心去幫他們的忙，所以，別人的好，也是對我有利的。可惜世間人往往幸災樂禍，只求我自己好，以為別人的好壞跟我無關。

隨喜功德是隨喜哪些？經典是說要隨喜「所有盡法界虛空界，十方三世一切諸佛，從初發心，為一切智，勤修福聚，不惜身命」的功德，這是隨喜佛菩薩的功德，對於佛菩薩如何發心修行、如何為



眾生捨身的功德，好像我也能夠得到、也能夠分享、也能夠沾光，這樣生歡喜心。

你會說我是凡夫，做不到佛菩薩的境界，光是這樣子隨喜有什麼用？

其實，經常想到諸佛的福德智慧，就分享到法喜。你看，關於怎樣斷煩惱、怎樣遠離惡法、怎樣親近善知識，這些內容雖然不是我們自己去發現或實證出來的，但是，我們卻分享到有這麼一個修行的方法，透過佛菩薩的修學經驗，產生信心。事實上，我們也是在受用當中，因為隨喜就是認同，認同就是希望自己也能這樣做。

十七、住平等捨心

「他來逼迫汝，汝無瞋惱不？」

對於他人加諸於我的傷害、逼迫，是不是會產生瞋恨心？



《佛遺教經》說：「若其不能歡喜忍受惡罵之毒如飲甘露者，不名入道智慧人也。」如果別人的一句話，就可以讓我們氣得臉紅脖子粗、吃不下睡不着，那離「道」還遠得很哪。

周圍的人事物，都是測驗我們是否「入道」的考題。入道的人，對於別人的傷害，好像在吃甘露，認為這是替自己消業的增上緣，用感謝心去面對。

有一位老太太，多年來一直為病痛所苦，悶悶不樂，古怪的脾氣讓子孫都對她敬而遠之，她也覺得家人都不關心她。有一天她的病突然好了，總是笑容滿面，她的子孫看到老人家和藹可親，也愈來愈喜歡跟她說話了。

有一天孫女問老奶奶：「您老人家前幾年一直生病，現在變得這麼健康快樂，有什麼秘訣嗎？」老奶奶嘆了一口氣：「我以前覺得你們都不關心我，所以天天都很不快樂，愈想愈生氣。最近我想開



了，那是因為你們工作都很忙，何況你們都不必我操心，我愈想愈慶幸，所以我吃得下、睡得好，這把老骨頭居然就不痛也不痠了。」

身體的病痛往往是從心理失調而來，一個人心胸開闊，不起瞋心，生理的病就容易化解。所以，不發脾氣是我們這一生當中要成就的功課之一。面對別人無理的傷害，要原諒他的無知，憐憫他的不道德行為所引發的惡報，千萬不可以動瞋心去詛咒他。

十八、為眾生求法

「汝發菩提意，開悟眾生不？」

要時時檢討：成佛度眾生的初心——菩提心，是否不退轉。

你信佛學佛最初的一念是怎樣的？我信佛學佛，目的是要成佛、度眾生，這就是菩提心。你的這個「初心」能不能持續下來？多數人往往只維持三



天五天，頂多一年兩年之後就退轉了，這就白費工夫了。

菩提心是生生世世、分分秒秒都要持續的。「如何提升我自己的生命品質，用來幫助眾生、開悟眾生」，要常常檢討自己是否以此作為生命的核心，可以避免老是跟人家計較、妄念紛飛。

十九、劫海修諸行

「無邊劫修行，能無疲倦不？」

想這一生就能成佛，沒有這麼簡單哪。經文已經講得很清楚了，要「無邊劫修行」才能成就。在久遠的時空當中，最重要的是定位在菩提心，清楚知道自己的道心、悲心是不是增長了。

信佛學佛的人，若以當生成佛為目標，就是好高騖遠。其實，我們今生修學功課的第一項是：建立正知正見，相信因果業報、三世輪迴，嚴守五戒



，具有分別是非善惡的能力、具有慚愧心。這些世間層次的道德——家庭道德、社會道德、個人行為道德，修及格了，才能堅固「信」佛學佛的力量。

不殺生，可避免導致多病、短命，如果生命很快就結束，就沒有機會修學了。偷盜，鬼鬼祟祟、東躲西藏，今生良心不安，來生也還要清償這筆債，甚至做牛做馬去服勞役。邪淫，今生眷屬不圓滿，來生會墮畜生道，沒有機會修行。妄語，今生說話沒有人相信，來生會有語言障礙，溝通上會有種種不便。喝酒，整天醉醺醺的，失去理智，會惹出許多麻煩。

四聖諦是從生命問題的發現，談到生命問題的解決，是佛法的整體架構。八正道是實踐滅苦之「道」——解決問題的方案。而「正見」是實踐八正道的第一個方案，可知「正見」是修學一定要通過的學分。持戒才能堅固正見，有正見才能於久遠的時空中堅守五戒，持五戒才能保持人身，生生世世得到繼續修學的因緣。



發菩提心，是發願每一生每一世、每一生每一世都投胎人間，繼續修學，圓滿成佛度眾生的功課。我每天吃飯前、禮佛、誦經，都會這樣發願：願弟子生生生生，投胎轉世到信佛、念佛、吃素的家庭，繼續出家修行。今生你時時記得這個願，命終的時候，這個願力就會牽引你，到與你的願力、業力相應的地方去投胎。所以，你不必害怕來生的不可知，因為你今生曾發這個願、修這個業因。

佛門有一個公案，某甲因為生病而陷入深度的昏迷，魂魄飄離身體，來到閻羅殿。閻羅王卻說他不該死，還有三年的壽命，是牛頭馬面抓錯人了，命令座下鬼卒把他送回人間。

某甲一聽，慌了，因為久病把他折騰得很苦，所以他一直向閻羅王求情，懇求閻羅王不要讓他回去受苦。但是閻羅王卻說：礙於法律，歉難照辦。



某甲眼看求情無效，只好退而求其次，懇求閻羅王：「請你開個證明讓我去投胎轉世，我希望來生能當出家人。」

閻羅王說：「不行！你出家的福報不夠。」

「您只要讓我投胎、得以出家，我願意終生負責僧團的砍材、煮飯等工作，服務所有僧眾。」某甲還是不死心，向閻羅王苦苦哀求。

閻羅王說：「你前生沒有發出家願，今生所積的福報也不夠，現在去投胎也沒有機會出家。只有一個補救辦法：你回去人間以後，受三皈五戒，斷惡修善，累積來生的出家福慧。」

就這樣，被醫生判定為穩死無疑的某甲，又從昏迷中醒過來了，閻羅殿上的對話猶在眼前，他多活了三年，利用這三年持戒念佛，絲毫不敢懈怠。

大家不要以為出家那麼容易，必須前世曾發出家的願，而且福報夠，今生才有機會出家修行喔。



這也就是說，學佛過程必須發願，發心在每一生每一世繼續修學，絕不懈惰，直至達成目標。
(二00六年講於佛衛慈悲台)

