

责任编辑：李 娇  
装帧设计：俞慧巍

普陀山佛教协会主办  
2012第一辑

# 普门讲堂文集



《普门讲堂文集》编委会 编

九州出版社  
JUZHOUPRESS

普门讲堂文集

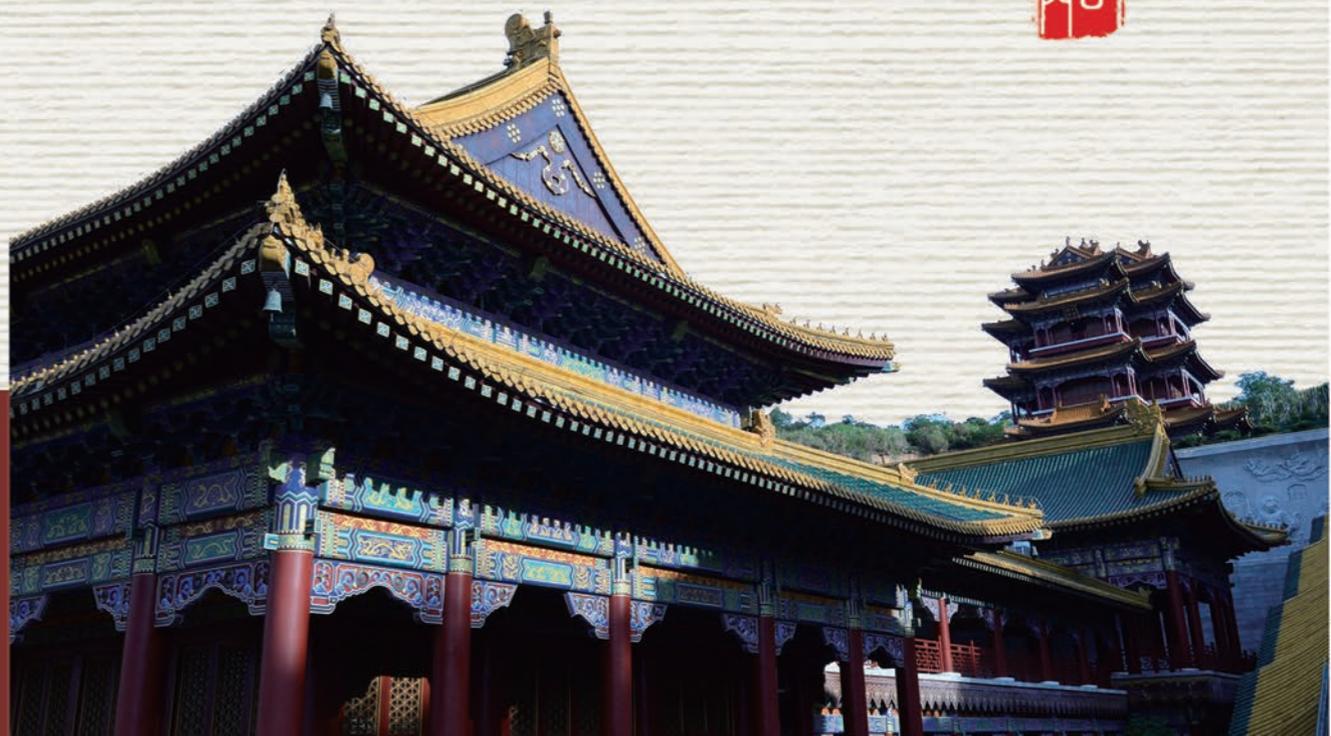
《普门讲堂文集》编委会 编

ISBN 978-7-5108-2623-8



定价：36.00元

九州出版社  
JUZHOUPRESS



普门讲堂文集系列·2012

# 普门讲堂文集

《普门讲堂文集》编委会 编



## 图书在版编目 (CIP) 数据

普门讲堂文集 / 《普门讲堂文集》编委会编.

— 北京 : 九州出版社, 2014. 1

ISBN 978-7-5108-2623-8

I. ①普… II. ①普… III. ①佛教—文集 IV.  
①B94-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 018357 号

## 普门讲堂文集

---

作 者 《普门讲堂文集》编委会 编

出版发行 九州出版社

出 版 人 黄宪华

地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号 (100037)

发行电话 (010) 68992190/2/3/5/6

网 址 www.jiuzhoupress.com

电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com

印 刷 舟山海印印业有限公司

开 本 787 毫米 × 1092 毫米 16 开

印 张 17

字 数 220 千字

版 次 2014 年 3 月第 1 版

印 次 2014 年 3 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5108-2623-8

定 价 36.00 元

---

★ 版权所有 侵权必究 ★

PUMENJIANGTANGWENJI

普门讲堂文集



顾问

忻海平 / 道慈 / 邱平海

主编

惟航 / 袁德新 / 净旻

执行主编

修定

编委会成员

黄旻昊 / 道恒 / 祥胜 / 信理 / 正进

韩忠 / 理斌 / 广隆

# 序

普陀山佛教协会会长 道 慈

座落于普陀山宝陀讲寺的普门讲堂，是普陀山佛教协会大型弘法讲经活动的主会场。2011年四月初八，宝陀讲寺隆重举行了寺院落成开光盛典。开光法会当天，恰逢本师释迦牟尼佛圣诞，普门讲堂举办了首场讲经法会，法轮初转，法幢高树，自此普门讲堂拉开了弘法讲经的序幕。所谓：弘法是家务，利生为事业。佛教之所以能长久住世，有赖于佛法的传播和弘扬，大众听闻信受了佛法，佛教事业才能巩固和繁荣。

普陀山是千年观音道场，汉传大乘佛教四大名山之一。随着汉地观音信仰的普及和西方净土法门的流传，普陀山作为全球最大的观音道场，其影响力和佛教地位是不言而喻的，这为我们开展各项弘法工作创造了得天独厚的条件。尽管弘扬教法、济世利人可以有很多方式，但讲经说法无疑是弘法利生最主要的一个途径。正是基于这种认识，十多年前普陀山佛教协会在规划宝陀讲寺时，就定位该寺为讲经说法的道场，并将普门讲堂置于寺院中轴线的中心位置，从表法意义上讲，就是要凸显

弘法讲经的属性。同时这座讲堂取意《法华经·观世音菩萨普门品》中“应以何身得度者，观世音菩萨即现何身而为说法”的经文，立名为普门讲堂。普门是观音菩萨的德号，意思是说菩萨神通自在，能随顺各种因缘，示现种种身相，演说无尽妙法，解除一切众生烦恼，因而菩萨号称为普门大士。讲堂之所以也号称普门，一方面表示践行观音菩萨说法度众生的大悲愿力；另一方面以天台圆教之理，遍通一切行门，理事圆融，三根普被，故名普门讲堂。

2012年3月，宝陀讲寺成立了弘法讲经办公室，每月举行两场大型讲座活动，普门讲堂的弘法讲经工作正式步入常态化，主讲法师以国内和本山的资深法师为主，讲座题材涉及观音文化，天台，华严，禅宗，净土，戒律等。这本《普门讲堂文集》第一辑，是普门讲堂2012年开展讲经弘法活动的一个成果。其实，讲经弘法本来就是僧家的本分事，是住持三宝的基本要素。佛说法的目的，是要对治我们的无明妄心，说空说有本无实义，千言万语所指无非当下一念，希望普陀山佛教协会全体同仁，以讲经弘法为契机，深入经藏，发明心地，自利利他，共证菩提。最后衷心祈愿佛日增辉，法轮常转，山门清净，海众安和。是为序。

## Contents 目录

001/ 普贤十大愿王	净旻法师
027/ 大悲心陀罗尼经要义	信光法师
052/ 观音·观心·观自在	智宗法师
069/ 吉祥人生	会闲法师
103/ 生命存在与生命证明	圣凯法师
124/ 佛教因果思想浅说	向学法师
134/ 音声修持法门要义	宗性法师
161/ 八正道	修定法师
176/ 幸福人生的妙方	达照法师
194/ 华严漫谈	能进法师
205/ 净土法门的六信	戒修法师
217/ “我”是祸端	向庆法师
223/ 建设人间净土的首要学处——五戒	慧贤法师
234/ 从心改造命运	宏海法师
248/ 佛法僧三宝	修定法师



# 普贤十大愿王

文 / 净旻法师

PUMENJIANGTANGWENJI

普门讲堂文集

编委会



顾问

忻海平 / 道慈 / 邱平海

主编

惟航 / 袁德新 / 净旻

执行主编

修定

编委会成员

黄旻昊 / 道恒 / 祥胜 / 信理 / 正进

韩忠 / 理斌 / 广隆

尊敬的各位法师、各位居士：

下午好！今天下午我受到宝陀讲寺的邀请，在这里宣讲《普贤十大愿王》，一共分三段来表达：第一段：“话说普贤”，第二段：“十大愿王”，第三段：“导归净土”，完整地来描述我们普贤大士及伟大的行愿。

## 一、话说普贤

我们中国的佛教信仰，从某种意义上讲，实际上是对佛菩萨的信仰，三佛四菩萨构成了中国佛教核心信仰。哪三佛呢？本师释迦牟尼佛、消灾延寿药师佛、极乐世界阿弥陀佛。四大菩萨就是大智文殊师利菩萨、大行普贤菩萨、大悲观世音菩萨、大愿地藏王菩萨，或者还可以加上大势至菩萨和弥勒菩萨，一共是五大菩萨或者是六大菩萨。这样三佛四菩萨或者六菩萨的信仰，就是我们中国汉传佛教的核心信仰。

普贤菩萨与文殊齐名，跟毗卢遮那佛并称“华严三圣”。我们读《普贤行愿品》，里头有一首偈子说：“一切如来有长子，彼名号曰普贤尊”，明确表达了普贤菩萨是一切如来的长子，他崇高的地位由此可见一斑。他跟文殊菩萨作为一对，文殊坐青狮，普贤骑白象。文殊菩萨表诸佛之理门——真理之门、表诸佛之实智，那么普贤菩萨与之对应，表诸佛之行门，也就是实践门。因此，他的坐骑六牙白象就赋予



了象征意义！为什么六牙？六牙表菩萨的六波罗蜜。象有六牙，亦有四足，非常稳健的四条大腿，象的四足就表菩萨的四弘誓愿，通身白色象征着净善之法。所以观音菩萨穿白衣，又叫白衣观音。我们说不能颠倒黑白，白象征着善，象征着净，象征着微妙善净之法，发四弘誓愿，行六波罗蜜，就代表了普贤菩萨的菩萨之道。

那么白象是写实的，文殊菩萨骑青狮，何所表呢？现实当中的狮子印度也有，非洲也有，我们在动物园都见过，但没有青色的狮子。青狮白象，这个受到了五行学说的影响。中国讲东方为木，木者，青也；西方为金，金者，白也；北方为水，水者，黑也；南方为火，火者，红也；中央为之土，土者，黄也。所以皇帝穿黄袍，黄袍加身这就表达了皇家的尊严，他代表了中央的地位，土为中央。在中国五行学说当中，东方是青色，西方是白色，因此文殊普贤分居左右，就在东西两方，成为毗卢遮那佛的肋使，合称为华严三圣。在中国传统的艺术表现手法当中，纳入了中国五行伦理，所以狮青象白。

我们看唐代华严宗的清凉国师，他讲：“华严三圣之内，二圣为因，如来为果。”什么意思？文殊普贤二圣象征着如来的因，毗卢遮那佛象征着如来之果。那么成佛之因就要学文殊普贤，把文殊菩萨、普贤菩萨的智慧和行门学得圆圆满满。有了这样的因，他自然的果就是毗卢遮那佛无上菩提之果，这就是华严三圣。所以文殊表智，普贤表行，智行合一，就谓之佛因，毗卢遮那清净遍一切处，遍法界以为身，这就是无上之佛果。

现在我们来讲讲，普贤菩萨为什么得名普贤。我们看一下三论宗的祖师嘉祥吉藏大师。嘉祥吉藏大师住在我们浙江绍兴的嘉祥寺。他是波斯人，波斯人在我国古代被称为胡人，所以有人也叫他胡吉藏，他是我们中观宗的祖师，也就是三论宗的祖师。三论宗非常重视《法华经》，他也曾经追随过智者大师听过《法华经》，他本人给《法华经》做过多部注疏，其中有一部叫《法华义疏》。这位三论宗的祖师在《法华义疏》当中对普贤两个字做了一个定位：“化无不周曰普，邻极亚圣称贤。”

什么意思？是说普贤菩萨的教化，十方三世无不周遍，是大教化，所以称为普，即普遍之教化。那么贤呢，邻极亚圣。我们说有冠军有亚军，佛是极圣，诸佛如来谓之极圣，普贤菩萨是诸佛的长子，位临极圣，称为亚圣。冠军下面是亚军，亚圣，所以称为贤。如果佛是圣人，普贤就是贤。这就使我们想起了孔孟之道，孔子是极圣，孟子是亚圣，所以把极圣和亚圣放在一起，称为孔孟之道。那么把普贤菩萨和诸佛如来放在一起，化无不周，教化十方三世一切众生谓之普；他的崇高果位仅次于诸佛极圣谓之贤，这就是普贤得名因缘。

普贤菩萨另外有一个名号不太常用，叫遍吉菩萨。遍是普遍的遍，一个谓之普，一个谓之遍，非常的对应！普者，遍也。到现在我们还在用，“普遍的”怎么怎么样。这个遍吉菩萨的名号，最著名的使用是在《大智度论》当中。以后我们各位法师、居士在研习《大智度论》的时候能够看到遍吉菩萨，你就知道了这一位就是普贤菩萨。

那么我们想一想：文殊菩萨叫妙吉祥菩萨，普贤菩萨叫遍吉菩萨，遍吉是遍吉祥的简称。一个妙吉祥，一个遍吉祥，这两位菩萨有意思！什么意思呢？就是说我们学习实践诸佛的智慧和诸佛的行持，就足以给人间的众生带来吉祥。这就印证了星云大师那句名言“有佛法就有办法。”大家如果希望吉祥，那我们就好好地学文殊、拜普贤，就会让你的生命充满吉祥。

关于普贤菩萨的往昔因缘，我们可以看一看《悲华经·诸菩萨本授记品》，其中有讲：久远劫前，有一位宝藏如来出世，那个时候是一个转轮圣王统一天下，这个转轮圣王叫无诤念。无诤念王具足千子。根据印度的说法，只要转轮圣王统治世界的时代，他的膝下就具足千子。而这个千子当中，第八位王子叫混图，这位混图王子就是今天的普贤菩萨，他当时是老八。老大是谁呢？老大是后来的观世音菩萨。老二是大势至菩萨，老三是文殊菩萨。那么这位无诤念转轮圣王是谁呢？就是今天的阿弥陀佛。这是从因到果，从果推因，得出这样的一段往昔因缘。无量劫中，诸佛菩萨互为父子，互为师生，次第提携增益。所以阿弥陀佛被称为“十方三世佛，



阿弥陀第一”，他的资格非常的老。这么了不起的观音、势至、文殊、普贤在无量劫前，曾经都是他膝下的王子。这位混图王子——八王子，在宝藏如来面前发愿成就七种三昧，化度无量众生，所以得到了宝藏如来大加称叹，为之改名普贤，并授记在未来北方知水善净功德世界成佛，他的佛号叫智刚吼自在相王如来，就是我们普贤菩萨未来成佛之号。

在《大藏经》中关于普贤菩萨的经典大概有十几种，跟文殊菩萨、观音菩萨的经典比起来，相对要少一些。我把最著名的、集中表达普贤大士的智慧、功德、行愿的，总结出来，称为“普贤三经”。传统的有“地藏三经”、“净土三经”、“法华三经”，好像还没有人提过“普贤三经”，这是我个人的一个总结，仅供大家参考。普贤三经，是哪三部经呢？以后我们各位法师、居士在听完今天的讲课之后，对普贤菩萨心生景仰，心生欢喜，可以次第的去阅读！

第一部经，当然就是《入不思议解脱境界普贤菩萨行愿品》，这是《华严经》当中的最后一品，我们简称就叫《普贤行愿品》。

在这里我想说一下“行”，这个字是个多音字，老一辈法师多半读成普贤行(héng)愿品，但为什么行(xíng)愿要读行(héng)愿，没有作很深的考证。我认为，这个行(xíng)字就是表达了他的行持、行为，字义字音没有什么相违，所以我不觉得一定要读成行(héng)愿，词能达意即可。我们对普通人去讲行(héng)愿、大行(héng)，可能大部分人反而听不明白，不知道你在表达什么，你如果说大行(xíng)、行(xíng)愿，人家明白了，行为、行动，很好！所以我觉得尊重传统的角度，我们读大行(héng)愿王菩萨。《普贤菩萨行(héng)愿品》，从利益众生从跟现在接轨的角度，不妨读普贤行(xíng)愿，未尝不可！这是我个人的一个意见，供大家参考。

第二部经，是《妙法莲华经》中的第二十八品，也就是最后一品《普贤菩萨劝发品》。我们大家知道，《地藏菩萨本愿经》家喻户晓，很有人气。《地藏经》为什么

这么有人气？因为弘扬《地藏经》的总代理是观世音菩萨。观世音菩萨向释迦牟尼佛保证：流通弘扬《地藏经》我来负责。所以观世音菩萨有超高的人气，《地藏经》弘扬得如火如荼，非常成功。那么《法华经》号称经中之王，为什么在中国佛教界具有如此崇高的地位和影响？敦煌藏经窟当中出土的所有经卷残本，根据专家统计，抄写《法华》最为第一。根据故宫博物院的藏本可以明确，康熙、乾隆这两位皇帝抄写《法华经》都在三部以上，一共抄几部不清楚，岁月沧桑，有遗失，有消亡，不好讲。但不容易呀！不是《心经》抄过三部以上，是《妙法莲华经》抄过三部以上。一部《法华》多少字？有一个统计：69777个字。一个君临天下的皇帝，日理万机，要用工笔正楷，沐手焚香，抄69777个字一部《法华》，要抄三部以上，你想这个皇帝也不是等闲之辈。反过来讲，这么，多经典当中他要把宝贵的时间放到哪里是有考量的，他选择了《法华经》，可见《法华经》在中国佛教界的崇高地位。那么这一部神圣的《法华经》是由谁来护持？谁来流通？——普贤菩萨。普贤菩萨是弘扬、护持、流通《法华经》的总代理。所以我们读诵弘扬《地藏经》，观世音菩萨欢喜；读诵弘扬《法华经》，普贤菩萨生大欢喜，这是一个小知识。

第三部经典，就是《观普贤菩萨行法经》，简称叫《普贤观经》。这部经，同时也是《法华》三经之一。

《法华》有三部经，开经叫《无量义经》。所以我们读诵《法华》，很多法师不一定读诵过《无量义经》，但一定读诵《法华经》。《法华经》的序品当中说：佛在灵山，入无量义趣三昧，眉间白毫相光照东方无量世界，引起了大会的众生疑惑！如来现奇特相，为什么？弥勒菩萨代表大众提出疑问：为什么佛入无量义趣三昧，眉间白毫相光照东方无量世界？文殊菩萨以他资深的地位来回顾多少劫以来，无量诸佛在说《法华经》之前，都会现此妙相。所以以我的经验，我告诉大家，今天如来现此妙相，可能是要讲《法华经》了，这样就拉开了《法华经》的序幕。所以《无量义经》是在讲《法华经》之前的一部经典，因此在《法华》三经当中，称为开经。



那么讲完《法华》，佛又讲了哪一部经呢？讲了《观普贤菩萨行法经》。这部经典专门讲普贤菩萨六根忏法，我们称为《法华》的结经，它跟《普贤菩萨劝发品》互为表里。所以，大家以后要了解普贤菩萨，就可以去读诵学习“普贤三经”，普贤的思想，普贤的形象，都会出现在这三部经典当中。

那么，普贤菩萨现在在哪里呢？《法华经》当中告诉我们：普贤菩萨是从东方宝威德上王佛国那儿来的，所以我们可以讲超越人间的话，普贤菩萨住在东方宝威德上王佛之处。灵山说法的时候，他作为他方菩萨从东方来护持赞叹《法华》来到人间。那么在我们人间的居所在哪里呢？观世音菩萨的人间居所在普陀洛迦山，文殊菩萨的人间居所在清凉山，普贤菩萨的人间居所，根据《华严经·菩萨住处品》当中记载，叫光明山，也就是我们今天的四川峨眉山。所以我相信各位法师如果朝礼过峨眉，一定去过峨眉山第一座寺院——报国寺，峨眉山佛教协会的牌子就挂在这个寺院的门口。在报国寺里面有一块匾额画龙点睛，叫“大光明山”，它没有写峨眉山，写的就是大光明山。我们可能不了解，明明是峨眉山，为什么叫大光明山？原来《华严经·菩萨住处品》里面讲，普贤菩萨住的是光明山。既然峨眉山是普贤菩萨道场，普贤菩萨的应化道场峨眉山，就是我们地球上的光明山，所以光明山就是普贤菩萨的道场。那么普贤菩萨的根本道场在峨眉山的什么地方呢？我们普陀山观音菩萨的核心道场是在普济禅寺，象征性的本尊，是普济寺大圆通殿里供奉的高8.8米的毗卢观音宝像。那么峨眉山，就是山中的万年寺，那里是他的根本道场。所以我们以后去了峨眉山一定要到万年寺。万年寺里面供奉了一尊宋代时候铸造的普贤菩萨像，高6.8米，12吨重，从北宋保留到今天，堪称国宝。

在密教当中，普贤菩萨又称为金刚手菩萨、降三世明王、步掷金刚等等。这个在五大明王、八大明王序列当中都会出现。在五大明王当中，有一个降三世明王；在八大明王当中，有一个步掷金刚，他们在密教当中现忿怒身。什么是明王？明王是诸佛现忿怒相，最有名的叫不动明王。降三世明王，就是普贤菩萨现明王身。包

括赫赫有名的金刚手菩萨也是普贤的化身。

我们第一段落：“话说普贤”，只能概括地讲到这里。

## 二、十大愿王

第二段，我们进入主题，“十大愿王”。

古人说不读华严，不知佛家之富贵！为什么？这里的富贵是金山银山？不是！是指圆妙浩瀚的诸佛精神遗产。伟大的佛家智慧精神遗产，在华严会上表露无遗。《华严经》被称为经中之母，为什么称为经中之母呢？因为一切从此法界流，一切还归此法界！诸佛的一切权实妙理，华严会上都有详尽的展示。所以不读华严，不知佛家之富贵！这个富贵，浅显地讲就是宝贵的佛教精神遗产，统统包括在《华严经》当中。《华严经》的核心，我们可以归纳为《入不思议解脱境界普贤菩萨行愿品》。这个《行愿品》是《华严经》的要点。《普贤行愿品》的核心，无非是十大愿王。我们今天下午在宝贵的两个小时中跟大家一起共同品尝华严教海当中的核心——《普贤行愿品》，也称为普贤愿海。

现在要讲缘起，怎么会有《普贤行愿品》的出现。大家知道佛教界当中赫赫有名的善财童子，在《华严经·入法界品》当中，介绍了有一位古印度的长者，这位长者住在福城，有福之城，所以叫做福城。福城的首富叫福城长老，他有一个儿子叫善财童子。善财童子是一个好学有为青年，他在城外的树林当中偶遇我们佛教的理论先驱——大智文殊菩萨，两个人一见倾心。老师能够见到这么好的学生，荣幸啊！学生见到这么伟大的老师，荣幸啊！所以师资道合，相见恨晚，谈得很多。最后，文殊菩萨对他说：学无止境，不要得少为足，见到我文殊菩萨了就不往下学了，我介绍你一位大善知识叫德云比丘。于是善财童子就开始了参访五十三位老师的历程，拜会五十三位导师，学习五十三种法门。他的第一位导师就是德云比丘，然后他的整体路线基本是由北而南，次第南询，寻师访道，所以叫善财南询。到了参访

第二十七位善知识的时候，一位居士给他推荐：“海上有山多圣贤，众宝充满极清净，勇猛丈夫观自在，为利众生住此山。”把观自在菩萨推荐给善财童子。于是第二十七站他到了南海普陀山，拜访观自在菩萨。观自在菩萨给他讲述了大悲行法门。我们很多法师一听有点迷茫，不知道大悲行法门是什么法门，实际上就是四摄法门。我们经常讲四摄六度，四摄就是大悲行法门。然后观自在菩萨推荐善财童子去参访第二十八位，那就是正趣菩萨。所以我们普陀山有一座峰叫正趣峰，有一座亭叫正趣亭。在从三圣堂去普济寺的荷花路上，这条路叫妙庄严路，明朝万历年间修的，董其昌给它写过筑路记，在这条路的当中有一座半路亭，亭上悬挂着一块匾额叫“正趣亭”，就是正趣菩萨的亭。最后第五十三参压轴好戏圆满落幕，是什么？是善财拜普贤。普贤菩萨为善财童子开示了十大愿王，是这么一个缘起。

这里我要讲一个插曲，《华严经》有一个奇特的数字现象，就是非常注重“十”这个数字，用十来表圆满。我们中国是一个佛教大国，上到精英，下到草根，在文化圈里面无不受到佛教文化的熏陶和影响，这个“十”也影响很大，所以我们中国人讲好，十全十美；讲坏，十恶不赦。我相信中国人对十表圆满的这种习惯，是受到了《华严经》的影响。我们翻开八十《华严》，《十住品》、《十行品》、《十无尽藏品》、《十回向品》、《十地品》、《十定品》、《十通品》、《十忍品》、《如来十身相海品》，都是十，处处讲十。要表达一个概念讲十，第一第二第三第四……到十不讲下去了。就像我们现在讲一个人，这个人，“建功立业，十大功劳”，不说十一功劳、十二功劳，没意思的！十大功劳就概括了，表示圆满了。今天普贤菩萨的愿行用十来表示，也给大家一个暗示——圆满。普贤愿海是圆满之行，圆满之愿，统统反映在这十条当中。

这里，首先我们要谈一个经中的起点，“尔时，普贤菩萨摩訶萨”，大家都知道菩萨后面加摩訶萨，那就是等觉菩萨。“称叹如来胜功德已”，这是承上启下，因为它是经中的一段，在此之前普贤菩萨用种种言辞，赞叹如来微妙功德，那么这

里头告一段落。

“称叹如来胜功德已，告诸菩萨及善财言”，这里面告诉我们两条信息，“告诸菩萨”，是指华严会上的对象。《华严经》是讲给谁听的，《华严经》谁来修、谁来学？答案就一个：菩萨！不是菩萨根性，听不到《华严》，或者听不明白《华严》，或者说不会去学修《华严》，所以《华严》的听众就是菩萨。那么，为什么要点明“及善财言”呢？证明善财童子是菩萨听众当中代表性的一位当机众，在所有的不知名的菩萨听众当中，普贤十大愿王的当机众是善财童子，所以要把他的名给点出来。

“善男子！如来功德，假使十方一切诸佛，经不可说不可说佛刹极微尘数劫，相续演说不可穷尽。”“劫”这个概念太大了，这个时间段多长？鲁迅先生有一首诗：“度尽劫波兄弟在，相视一笑泯恩仇”，“度尽劫波”，劫波就是无量长时啊，太浩瀚的时间段了！度尽了无量劫波，一个劫都已经叫无量了，那么普贤菩萨说：我们赞美诸佛的功德，要把十方诸佛的国土磨成粉末，每一粒粉末微尘代表一个劫，这样一个无量无边的极微尘数劫，我来相续演说，天天讲、月月讲、年年讲，无有穷尽。所以说佛之境界，广大如虚空，没有一定的心量，听着听着脑袋就缺氧。佛教界讲大，怎么讲的？上嘴唇在天，下嘴唇在地，怎么讲起来讲这么大！没有办法，宇宙时空本来就是无边无尽的。在无边无尽的刹海当中你要讲有，那只是凡夫心量，凡夫境界。在菩萨的境界、诸佛境界当中，只能用不可思议、无边无际、无数来表达他所看到的如实之相。

那么，这样广大的如来境界，如来功德，我们要见贤思齐，我们要学习，我们也要成佛。怎么成，这个佛的功德我们怎么修？普贤菩萨讲了，“若欲成就此功德门，应修十种广大行愿。”我告诉大家有十种门径，有十种法门，如果你们圆满受持，你们就能够入此功德门，得此功德果，成就诸佛浩如烟海的功德之果。“何为十？”哪十条呢？这个纲目就出来了。“一者礼敬诸佛，二者称赞如来，三者广修供养，四者忏悔业障，五者随喜功德，六者请转法轮，七者请佛住世，八者常随佛学，九





者恒顺众生，十者普皆回向。”

各位，由于这个普贤行愿十大愿王太重要了，所以我们中国古代祖师，在当时编定早晚课诵的时候，就把它放到了里面。早晚课诵是现代的一种讲法，七十岁以上的老师父们很少这样讲。他经常会这样讲：小师父！你五堂功课会背吧？他不讲早晚课诵，他喜欢讲“五堂功课”。我们现在有些人，可能什么叫五堂都搞不清楚了，只知道早晚课诵，不知道五堂功课。其实是早二晚三，早课有二堂，晚课有三堂，称为五堂功课。哪五堂呢？《楞严咒》算一堂，大悲、十小咒算一堂，《佛说阿弥陀经》算一堂，《礼佛大忏悔文》算一堂，蒙山施食算一堂，这样早晚功课加起来一共有五堂功课。这五堂功课当中的第四堂，先向八十八佛忏悔，最后念的就是《普贤行愿品》当中的十大愿王偈。这个我们所有的出家人天天在做晚课的时候都在念，能够放到晚课中，去可见它的重要。所以，这是祖师悲心，祖师的见地，他认为十大愿王对我们天下一切佛子来讲，太需要耳熟能详，太需要思维修行，因此把它放到了晚课之中，让我们天天读诵。但是只天天读诵不行啊，学而时习之，要实行、要践行。所以我劝请各位从每天读诵《普贤行愿品》，慢慢跟着向实践普贤行愿平稳过渡。

### 第一、“礼敬诸佛”

大家看，礼敬是动词，诸佛是名词。什么叫礼？礼就是礼拜，敬就是恭敬。礼拜是用身体来表达的，我们称为身业礼拜；恭敬是用他内心表达的，所以叫意业恭敬。一个是看不见的是恭敬，内在的；一个是看得见的外在表露，就是叫礼拜，所以礼拜恭敬就是身业清净，意业清净，身心合一，谓之“礼敬”。什么叫“诸”呢？诸就是十方三世。从空间角度来讲叫十方，东南西北，东南西南，东北西北，上下这就是十方；从时间的角度叫三世，前前无始，前世之前有前世；后后无终，后世之终有后世；加上今生今世，前生、今生、来生，象征着无边的时间流，十方象征着无边的空间。空间加时间，就是十方三世。一切佛与如来，统统在“诸佛”两个

字当中得到了高度涵盖。

所以，我们内心恭敬的是十方三世一切诸佛，我们身体要礼拜的是十方三世一切诸佛。礼拜是形式，恭敬是内容，内容与形式的高度统一，就叫形神兼备。很久以来我们知识分子会犯一种错误，他说我信佛就好了嘛，干吗要去拜呢！烧香拜佛是老太婆干的，是没文化人干的，我们高级知识分子可以不拜，见佛不拜也无妨，心里头有恭敬就好。我敢说：凡是这样表达恭敬的，他一定对佛没有恭敬，因为内心世界跟外表它是形神兼备的。我们说形式主义，什么叫形式主义？没有精神内涵的、空洞的躯壳就叫形式主义。如果既有形式又有内涵，那就是形神兼备，那就是身心合一。怎么叫形式主义呢？所以大家知道了，以后不管你有多大学问，不管你有多大的修为，不管你有多高的资历，你在佛前永远要礼敬。

这里的礼敬，我们就想到了要五体投地，头面接足。什么叫五体投地？很多人说西藏布达拉宫前面的磕大头，就是整个身体都匍匐到地了，这才叫五体投地，我们汉传佛教拜佛，可能不叫五体投地。不对！所谓五体是什么？额头、双肘、双膝，你想想无论汉传佛教还是藏传佛教拜佛的时候，只要额头、双肘、双膝同时统着地，这就叫五体投地。头面接足什么意思？我们拜佛为什么要翻掌，要把掌心翻开来，很多人可能不清楚，那是因为观想诸佛两足尊，诸佛的脚踩在我的两掌之上，我把佛托在我的掌心之上，用我的手去碰触佛的足，用我的额头去触佛的脚背。大家想人最尊贵的是什么？当然是我们的脑袋，要不然为什么叫首长、首领、首脑呢！首长、首领、首脑都是我们的头，头是最尊贵的。那么人的最卑微的是什么呢？当然是我两只脚丫子。用最尊贵的头，触汝最卑微的足，表示我对你的恭敬礼拜到了无以复加的地步！我崇拜你、恭敬你、追随你，到了这个境界了，我才会用我的头碰你的脚。所以五体投地，头面接足，非常的好。这是对诸佛的礼敬，这个礼敬，是对十方三世一切佛的礼敬。过去佛——迦叶佛，在我的礼敬之中；现在佛——释迦牟尼佛，在我的礼敬之中；未来佛——弥勒佛，在我的礼敬之中。



还有一种礼敬，一切众生皆有佛性，“是故我不敢轻汝等，汝等皆当作佛”，我也要对你礼敬。这就是《妙法莲华经·常不轻菩萨品》当中常不轻菩萨的行门，“我不敢轻于汝等，汝等皆当作佛。”我们是未来佛，既然我们讲十方三世一切诸佛，皆在我的礼敬之中，那么未来诸佛，在座诸位都是未来佛，都在我们普贤菩萨的礼敬之中，也在我们学习普贤行愿的修行者的礼敬之中，所以这个礼敬，是广大圆满的礼敬。

现在说说普贤菩萨的十大愿行要怎么修。它具有三个性，这是我总结的。第一，具备对象的广大性。大家看经文：“所有尽法界、虚空界，十方三世一切佛刹，及微尘数诸佛世尊。”这是我礼敬的对象，所以是对象的广大性。第二，主观的虔诚性。大家看经文：“深心信解，如对目前，悉以清净身语意业，常修礼敬。”这就是我们礼佛、修行人的主观的虔诚性。我不是盲信，我不是迷信，是起深信解，深深地信，深深地解，见佛如对目前。无论你是在遥远的佛、未来的佛，都仿佛就在我的眼前，我常修礼敬，这是主观的虔诚性。第三，投入的永恒性。我们看经文：“而众生界乃至烦恼无有尽故，我此礼敬无有穷尽。念念相续，无有间断，身语意业，无有疲厌。”这就是投入的永恒性。因此每一愿，每一位行者，要学修普贤十大行愿，必须具备对象的广大性，主观的虔诚性和投入的永恒性，要具备这样三条。所以每一段大愿的结束，都不厌其烦地重复这一段话。这就叫什么？持之以恒。坚持到底，就是胜利。

## 第二、“称赞如来”

这个称，就是称述，我们来表达，来表述；赞，就是赞扬。我们要称赞如来的圣德、微妙的德行，赞扬其美，把它的美德晓喻大众，传播世界。刚才诸佛，现在是如来，换了一个称谓，意思是一模一样的。我们大家都知道，诸佛具足十号：如来、应供、正遍知、明行足、善逝、世间解、无上士、调御丈夫、天人师、佛、世尊。这里面有一个技术性的东西，如果我们统计一下，发现加上世尊一共是十一号，到佛是十号，后面佛加一个世尊，就是十一号。古往今来，祖师都在讲诸佛十号，为什么，

明明是十一号？这里有两种讲法：一种是认为两个号是现在断句给断错了，应该合并，那么加起来是十号。但是我个人见解应该这样讲：从如来到佛，这是十号；世尊没有错，是十一号。为什么呢？因为诸佛具足十号，举世所尊，故曰世尊。只有具足十号，方能配称世尊，所以跟十号并列！十号加上世尊，这就实际上是十一号。这也是一家之言，供大家参考。

如来有很多解释，传统《金刚经》当中说：“乘如实之道而来，故名如来。”这样的解释有点曲高和寡，非专业人士听得还是云里雾里。我找到一个《涅槃经》的解释，我觉得三根普被，契理契机，很好。它说“如过去诸佛所说不变，从六波罗蜜而来至大涅槃，故名如来。”，就是说他生生世世，无量诸佛给他的教诲，哪怕过去佛、现在佛的教诲，他都如实的听闻，如实的不变。过去佛怎么教他，他也如实听；现在佛怎么教他，他也如实听。他“从六波罗蜜来”，以六波罗蜜为因，至大涅槃为果，这样的因果同时，修六度为因，成佛为果，谓之如来。这是《涅槃经》当中对如来的一个解释，可以作为一个三根普被的解释，大家听了大概意思比较清楚了。什么是佛因，什么是佛果；修什么法门，如如不动。闻佛言教如如不动，可以成就如来之果。这样理一下，比较清楚。那么诸佛如来是等义词，上面是用思想去恭敬佛，用身体去礼拜佛，现在教导我们用语言，用你的口业称赞佛。称赞如来，就是称赞佛。那么这里面，实际上就是讲口业称赞。我们讲现代人，吹起牛来夸夸其谈，骂起人来口无遮拦，但是叫他赞叹人可能就要惜墨如金，守口如瓶，他不愿意多给人一些赞美。实际上，“赞美是一项伟大的投资”，我希望大家要记住这句话。人生无处不投资，智力投资、财力投资、健康投资、感情投资，我们都在投资！那么多投资当中，花钱最少，得到最多，皆大欢喜的投资，可以称为伟大投资的是什么？赞美。赞美是一项伟大的投资，这是我读“称赞如来”当中受到的启发，给大家分享。我们除了要赞美如来，还要赞美我身边所有的人；不仅仅赞美我的领导，还要赞美我的朋友，赞美我的下属，乃至赞美我的仇人。你达到这样的境界，就称得上伟大了，



这就是普贤菩萨给我们现实世界带来的启示。

赞美如来当中有一个经典案例：释迦牟尼佛无量劫修行的时候，跟他经常在一起的有一个搭档——弥勒菩萨。很多经典当中都讲到，往昔释迦如来因地修行的时候，跟他搭档的就是弥勒菩萨。但他们两个人很奇怪，一个演正一号，一个演反一号。一个演正角，一个演反角。弥勒菩萨出现的时候，专门给释迦牟尼佛做一个反面配角，就说他懈怠，就说他懒，就说他修行没到位。所以你看，同时发心，释迦牟尼佛已经成无上正等正觉了，弥勒菩萨还要等五十六亿七千万年以后，才能“龙华三会愿相逢”，这就是弥勒菩萨。其实，他是果后行因，来示现演一个懒惰的角色，给释迦牟尼佛捧场。话说当年有一位弗沙佛住世的时候呢，释迦牟尼佛和弥勒菩萨同时修行，就是释迦牟尼佛用了一首偈子称赞如来，称赞弗沙佛的庄严相好，所以他成佛的速度一下子比弥勒菩萨早了多少多少年。这首偈子，其实我们今天大家都在念，只不过这个来历没有被人揭示。哪首偈呢？“天上天下无如佛，十方世界亦无比；世间所有我尽见，一切无有如佛者。”这首偈子就是释迦牟尼佛没有成佛之前，拿来赞美弗沙佛的，因为这首赞佛偈，释迦牟尼佛和弥勒菩萨在成佛的道路上，释迦牟尼佛有了一个飞跃，可见称赞如来的功德利益有多少大。

我们现在也有一些很好的偈子，比如说开光的时候，各位法师都在念：“佛面犹如净满月，亦如千日放光明；圆光普照于十方，喜舍慈悲皆具足。”这就是一首非常有名的偈子！还有“佛宝赞无穷，功成无量劫中，巍巍丈六紫金容，觉道雪山峰等等。”出家人在唱的很多赞子，都是以你的清净音声海，赞佛微妙的胜功德。那么这时候我们或许会想：人爱听好话，佛也爱听好话？要不怎么叫称赞如来呢？都喜欢戴高帽子，都喜欢听人夸夸我，一夸我那就成佛快！这叫以小人之心度君子之腹。我们看《大智度论》，当中有一段话说：“菩萨百千劫之间，闻骂言亦不生嗔心；又百千劫之间，所称赞亦不欢喜。”我们人间君子做到了哪一步？“得者何喜，失者何忧。”更何况诸佛如来！《华严经》当中有句话“若人欲识佛境界，当

净其意如虚空。”你要把你无始以来的颠倒妄想，狭隘的分别知见倒得干干净净，你如果不把这些陈酒旧醋倒干净，如来甘露法水很难进入你的心胸之中。“当净其意如虚空”，这个非常重要。因为“八风吹不动，端坐紫金莲”，是诸佛的根本常态。人间君子通过修为，尚且能够“荣辱不惊，看庭前花开花落”，那么诸佛菩萨呢？当然远胜其上。

诸佛既然不要听好话，为什么通过称赞如来能够作为一个法门，能够得到广大的利益呢？我想打个比方。我们修净土法门的人，或者普通的佛教徒，可能身上都会拿着一串念珠。为什么要手拿念珠？难道没有拿念珠不能念佛，不能成佛，不能往生净土？没有人敢这样讲。或者说往生净土，也绝对不是靠念珠来成就的。但是它有两大利益，一为自省，二为益他。拿着念珠第一功能能够自省，能够警醒自己，让自己少说一句话，多念一句佛。有时候说闲话，说到十万八千里，一看自己拿着念珠，“哦，阿弥陀佛，我少说几句吧，该念念佛了”，这是自省，警醒自己。还有就是益他，别人看到我拿着念珠，能够产生一种见贤思齐的功效，就是以高尚引领时尚。时尚的东西不一定高尚，我们现在很多人车子里面挂一尊佛，大家都挂佛；车子里放放佛乐，大家都放佛乐；明星手里挂着一串珠子，大家都挂珠子。这是三十年前不可思议的现象，三十年后家喻户晓，这个就是“高尚引领时尚”。所以说为了自省，为了利他。赞叹佛陀也是这样的，因为我们要赞扬佛德，赞叹其美，要用语言，要用歌舞来表达。在这个表达过程当中既激励、教化了自己，同时又激励、教化了他人，这样就具足了自利利他两大功德。所以佛并不是要听好话，而你这样做的本身就是一种修持，就是对自己的一种警策和教化，也是对社会大众的一种警策和教化。而且还能够对治我慢，消除口业。不造口业，净化语言，这是我们称赞如来的一个价值所在。

### 第三、“广修供养”

这个广修供养，狭义地讲，就是普通的物质供养。我们佛教经常讲香、花、灯、涂、

果供养。香我们知道，但我们不要冒烟！香者，嗅觉也。我能嗅到香味，谓之好香。如果变成视觉了，我能够看到它冒烟就是香，那是烟囱了。不是用视觉，是用嗅觉，闻一闻有香那才是香，看一看烟很多，那不是香。花我们知道，灯我们也知道，照亮昏暗，一灯能破千年暗。涂是什么？简单地讲就是水。我们用三杯净水供如来。果，就是我们的各种水果，瓜果都可以。

再就是有四事供养，饮食、衣服、卧具、医药。我们中国人讲，衣、食、住、行。那么我们佛教呢，衣食住给你解决了，行，换了一个，不叫行，叫医药，给你健康是最大，比你行还重要。所以饮食代表食，衣服代表衣，卧具代表住，医药就是取代了行。因此，无论对佛还是出家人，除了要吃饭，要穿衣，要住，他的医疗卫生、身体保健也要跟进。佛教从来没有说，只要学佛了就不用医生！信佛的人只求佛，不用吃药打针，这是邪知邪见。佛所明订的“四种供养”当中，第四种供养就是医药供养，一定要的。假借四大以为身，用我们这个身体，借假修真。父母所生的血肉之躯，吃的是饭，当然要生病，人吃五谷杂粮哪有不生病，所以这个都是如法的。那么这种广修供养，“我以供养诸如来”，这是一个表面意义的供养。

真正核心的供养是什么？是无上的法供养。所以在《普贤行愿品》当中，普贤菩萨明确提出：“善男子！诸供养中，法供养最。”这是一句脍炙人口的名言，凡是出家人都懂这句话。这里头包括很多种供养，他举了七种供养：“所谓如说修行供养，利益众生供养，摄受众生供养，代众生苦供养，勤修善根供养，不舍菩萨业供养，不离菩提心供养。”今天因时间关系，我不展开讲七条，顺手拈来讲其中几条。

什么叫如说修行供养？就是说佛怎么教我，我就怎么听，怎么学，怎么做，我做佛的好学生，如说修行。佛如是说，我如是行，这个是对佛最好的供养。就像我们现实生活中，老师讲课很辛苦，我去买一条野山参供养老师，这个做得对不对？没有错。但作为老师内心当中吃了学生这条参，高兴不高兴？人之常情，高兴。但是我最高兴的是什么？是你门门功课考一百分，包括老师教你所有的东西你都学到



手，甚至你比我老师还要优秀，这才是对老师我最好的供养！哪怕我吃不到野山参，比吃到野山参还带劲。因为没有状元的老师，只有状元的学生，我的学生是状元，我老师很高兴。这个“如说修行供养”是对诸佛如来的最大供养。

接下来讲“利益众生供养、摄受众生供养”，利益众生供养和摄受众生供养看上去很相似，实际上两者有一个区分：利益众生供养，我们可以从物质层面去考虑，饶益有情；摄受众生供养，从精神层面去理解。从物质上去利益众生，从精神上去摄受众生，都是菩萨要干的事情。“代众生苦供养”，你看看这个境界，替代人家受苦，虽不能至，心向往之，感同身受，有这种悲悯之心，这是菩萨的最好供养。那么另一种法供养的涵义，就是我们通常在讲的，凡是讲经、印经、刻录光碟等等这种法的布施也是一种法的供养，所以从“诸供养中法供养最”的角度来讲，给大家红包是一种供养，给大家水果是一种供养，我今天在这里给大家宣讲《普贤十大愿王》是最好的供养。

#### 第四、“忏悔业障”

忏、悔两个字，忏是梵语，叫忏摩，翻译成中文就是悔过。梵语叫忏摩，中文叫悔过，梵汉并举，把梵语当中的忏拿过来，把中文当中的悔拿过来，合起来包装成一个崭新的词汇，就叫“忏悔”。所以忏悔表面上看是不折不扣的中国语言词汇，但是它完全是一个佛教词汇。如果中国没有佛教，中国就没有“忏悔”这个词，这是可以肯定的。忏悔是动词。

业障是什么呢？是我们需要忏悔的对象。业是什么？我们现在讲：小孩子放学先把作业做好。作业，这也是一个佛教词汇。作是造作，业是行为，一切身心动作所产生的相应善恶行为，乃至导致的善恶结果，统统就是作业。所以佛教在中国化、草根化之后，很多词义就改变了。现在的小学生做作业，跟我们佛教讲的作业已经不一样了！这个业，它会产生力量，业是行为，这种行为导致的力量我们叫业力，导致的结果叫业果。如果它是恶业、恶力，产生的一定是一种障碍。做恶的行为产

生的一种恶的报应，对你身心世界产生的是一种干扰、一种伤害，我们就把它称为业障。我们说“业障现前，苦不堪言”哪！这就是业障。但是如果是善业，产生的就是善果，就不会成为障碍。因此，业本身具足善与不善的两面性，好的行为也叫业力，恶的行为也叫业力，但是如果业后面加一个障，那它一定是特指恶业，因为只有恶业才能起障，才能障碍我们的身心世界。我们说世上什么药都有，就是没有后悔药。

普贤菩萨在《行愿品》当中讲：“我于过去无始劫中，由贪嗔痴，发身口意，作诸恶业，无量无边。若此恶业有体相者，尽虚空界不能容受。”那么这么大的一个恶业、一个业障，怎么办呢？只有忏悔的力量才能消除。所以我们说：先有认识，才有进步。这个忏悔业障，实际上在六波罗蜜法门当中，可以对应的是持戒波罗蜜。因为普贤菩萨告诉我们：“诚心忏悔，后不复造；恒住净戒，一切功德。”在这里就表达了持戒忏悔的必要性。《观普贤菩萨行法经》当中，以普贤菩萨为本尊，讲到了观想、礼念普贤菩萨而忏悔六根的一种方式方法，这个就是忏法事相。天台宗也特别重视忏法，最著名的就是智者大师参考了《观普贤菩萨行法经》所撰写的《法华三昧忏》，那是天台宗的忏中之王。

我们现实生活当中寺院常修的忏法主要有三种：一个叫《梁皇宝忏》，一个叫《三昧水忏》，一个叫《大悲忏》。最古老的是《梁皇宝忏》，它是南北朝时候的梁武帝，为了超度他当刺史的时候的太太，堕三恶道、陷蟒蛇身，请宝志禅师做的忏悔文，这个就叫《梁皇宝忏》。唐代悟达国师生人面疮，后来遇到了一个尊者，教他用三昧水来洗涤得救，由这么一个感应故事引发出《三昧水忏》。还有就是北宋天台宗四明法智大师，以《千手千眼大悲心陀罗尼经》作为核心，所著的一本《大悲忏》。我们可以通过修这样的忏法，来实践普贤菩萨所提倡的忏悔业障。忏悔业障有一个核心，就是我想跟大家分享的四句偈：“罪从心起将心忏，心若灭时罪亦亡；心亡罪灭两俱空，是则名为真忏悔。”大家一定要体悟，这四句偈是忏悔业障的核心，

忏悔的法理、真谛都涵盖在这四句话当中，我们不展开了。

### 第五、“随喜功德”

随喜功德，就是说为别人的成功修为而欢喜，并引以为豪，见贤思齐。以别人的高兴为自己的快乐，能够达到这个境界，见义勇为，见善勇为，见贤思齐，这样的境界就叫随喜功德。

这个功德首先别人在做功德，别人有清净向善的修为，让我看见了我一念随喜。我用我的思想恭敬他，用我的口业赞美他，用我的身业去追随他，我以三业相应，这就好了。而现实当中我们的人，往往是“气人有，笑人无”，看见别人比我强比我好，我生气；看到别人比我差比我弱，就嘲笑。这是人间百态，是凡夫作为。所以随喜功德的反义词是什么？就是嫉妒不爽。人家好的事情发生了，我就嫉妒不爽。从嫉妒不爽翻过头来，便是我要随喜功德。随喜哪些人的功德呢？经中讲过：随喜诸佛所有功德，随喜菩萨所有功德，随喜二乘所有功德，随喜六道众生所有功德。所以四圣六凡，十法界众生林林总总功德成就，只要被我所见闻，我无不点头欢喜，举手赞成，鼓掌欢迎。发自内心的为之欢喜，为之加油，这个就是随喜功德。不仅仅是说建大功利大业，我才歌功颂德，我给他做一块功德碑竖起来，我来随喜功德，这个不是。点点滴滴，莫以恶小而为之，莫以善小而不为。人间百态，世出世间，一切善法，有为无为，统统都在我的随喜赞叹之中，要有这样的一种无比空旷的境界。

现在看第六条和第七条。第六条和第七条它是一组，我们称为双请。

### 第六、“请转法轮”；第七、“请佛住世”

为什么要请转法轮？请转法轮，就必须佛住世，佛都不住世了，都入涅槃了，怎么转法轮呢！反过来请佛住世，就是更好地让佛转大法轮。所以这是一种因果关系，一种递进关系。要请佛转法轮就必须请佛住世；请佛常住世，就是让佛更好地转法轮，因此第六条和第七条是双请。

什么叫转法轮？这是一个形容词，在古印度的思想当中，转轮圣王出现，天下



昇平，社会和谐。那么转轮圣王他是怎么征服世界的呢？就靠天上出现了一个象征性的轮宝，轮转不息。天上出现了这个轮宝，化干戈为玉帛，兵不血刃，天下归服。因为大家都知道转轮圣王出现了，于是人人归心，心悦诚服，不用打仗，天下一统！所以，这个轮宝，就代表一种攻无不克的武器。那么佛教的法轮是什么法轮？是战无不胜的、是扶正去邪的思想理论武器。佛陀降服魔冤，降服外道，战无不胜的真理武器，就是这个法轮。妙者，微妙，胜妙，圆妙，相当于转轮圣王的世间轮宝，我们出世间就谓之正法金轮，简称妙法。“请佛转法轮”的理念，在中国佛教界乃至世界佛教界传播千载。所有的寺庙大殿当中，前面都写着“佛光普照”，后面写着“法轮常转”。只有如来的正法金轮永永不息的转动，我们才能够听到世间的正法、出世间的解脱菩提之道，才能够传播给世间。所以，“佛光普照三千界，法水常流五大洲”，就是要让我们的法轮生生不息。

因此，这两句话也印证了一副对联叫：“有佛住世龙天喜，无僧说法鬼神愁。”如果这个世间有佛住世，天龙八部都很欢喜。如果这个世界连一个说法的僧人都没有，鬼神都犯愁：暗暗长夜没有佛法明灯了！

我年轻时候经常去普陀山常乐庵，给几位老师太讲法。有一次我师父悟道上人问我：“听说你经常跑常乐庵给老师太说法？”我脸一下子红了，认为师父要批评我了。因为你一个毛小伙子还没出家，一个居士跑去给人家老师太讲法，有点过分！但我又不能撒谎，就点头说是，我去过。没想到师父是表扬我，他说你要多去呀，不要因为那里听的人没有几个，你就不去了，除了看得见的众生在听，还有看不见的众生也在听。师父这番话鼓励了我一辈子。所以我们今天在场五、六百人在听，还有五、六万，看不见的也在听啊！鬼神在听，龙天在听，因为我们在转法轮。我们所讲的这一切，都是当年大梵天王请佛转法轮。佛初从鹿野苑，后到娑罗双树，一生说法四十九年，谈经三百余会，结集三藏，流通至今。我们出家人学习、学习、再学习，领会、领会、再领会，今天终于有点成果，有点感受，敢于坐在这个台上

跟各位同修分享。所以这都是请佛住世，请转法轮，所产生的一个良好效果。

当年是大梵天王请佛转法轮，魔王波旬干了一件相反的事情——请佛入灭。你想同样请佛，一个是请佛转法轮，一个是请佛入涅槃，天壤之别啊，这是一个非常重要的事件。我们现在生活在弥勒佛之前，释迦牟尼佛之后，无佛世界，我们请不了佛。怎么样让佛法常住世间呢？告诉大家：“毗尼藏者，佛法寿命；毗尼住者，佛法亦住。”我们就是要提倡戒律，以戒为师。只要有五位清净比丘如法住世，只要我们人间还有戒律道场、戒律比丘、戒律僧团，我们如来的正法永不入灭。这是我们现实当中能做到的，这个非常重要。

还有一条说：“一切诸佛，皆为众生不请之友。”《维摩诘经》这么讲，《无量寿经》也这么讲。“菩萨常为众生不请之友”，你不请我，我也来教化你，那为什么这里还要苦口婆心地要“请佛住世”，要“请转法轮”，要双请呢？这是从佛菩萨的主观愿望来讲，他是为教化众生而生的，他也为教化众生而死，诸佛如来绝不会你不请我就不利益你。但是作为世间法来讲，还是不请不恭敬。我们记得有两句话：“千江有水千江月”，“菩萨清凉月，游于毕竟空”，月亮愿意照在千江万湖之上，但是首先要有千江万湖，而且这个湖水不是干涸的，不是浑浊的，必须是清净的千江才能有清净的满月，月印千江的壮观场面才会显现在我们眼前。因此，“请佛住世，请转法轮”，就是给佛菩萨创造一汪清净的水，让这个月亮能够清晰地印在水上，利益众生，让我们赏心悦目。这样一讲，没有问题。我们说：“度人一时以口，度人百世以书。”现在我们除了诸佛如来经教流传于世，还要有大善知识在，我们要请大善知识。把他的经教语言流传下来，用文字记录，用光碟、录音、录像来传播，这些都能使如来的正法长久存世。“度人百世以书”，现在的音像资料都是书，都可以度人百世。这个功德，都是“双请”的功德。

#### 第八、“常随佛学”

这个常随佛学什么意思？就是追随佛陀，学习佛陀。记得我们妙老时代，普陀



山佛学院的院训就是“常随佛学”。我们刚才说的请佛住世也好，请转法轮也好，目的是什么？就是要让佛陀的真理言教，佛陀的人格风范更多、更好、更久的流传于世间。如果这种真理，这种风范穷在街头无人问，人家根本就嗤之以鼻，说你是封建迷信，那么请佛住世变得多此一举，请转法轮变得毫无意义！只有我们认识到佛陀无上真理，佛陀的伟大人格风范是人天眼目，是苦海的慈航，这样我们要做的请佛住世也做到了，请转法轮也做到了，他的所有理论言教，包括普贤十大行愿，都呈现在我们面前，我们只需要做到一条——常随佛学。好好地向佛学，好好地向菩萨学！所以这里的佛是广义的，包括诸佛如来、文殊、普贤、观音、地藏，他们的伟大智慧、伟大行愿，都是我们学习的对象。

这里出现了“佛学”和“学佛”两个概念。佛学，产生于佛教，服务于学佛。如果为学而学，说食数宝，作为一种世间得学位的利器，作为一种学术的理论武器，而不指导真正的学修，学佛没有意义。所以佛学一定要服务于学佛，只有用佛学去指导学佛了，这个佛学才变得有意义。正因为佛学与学佛有这样一个容易混淆的关系，六十年代，天台宗有一位大德——倓虚法师，他在香港建立了一个“华南学佛院”。很多资料写成了华南佛学院，是错误的！不是佛学院，是华南学佛院。向佛学习，所以常随佛学，非常重要。学佛什么？我们有三段科目，大家记住：学佛的五戒十善、三十七道品、四摄六度，你把这三段科目理解了，把它挖掘出来、搞清楚了，好好学习，我想，“常随佛学”四个字就做到了。

### 第九、“恒顺众生”

如果说刚才提到的常随佛学，带有一定的自利的意思，那么到了恒顺众生，就完全的利他了。但是话又说回来，在佛教界的自利利他是一而二，二而一的关系，是一种因果关系。直接的自利，是为了将来间接的利他；直接的利他，一定包括了间接的自利。这个自利利他，是密不可分的，互为表里，互为因果。所以如果说常随佛学是建立在“上求佛道”的基础上的话，那么恒顺众生，就充分展现了“下化

众生”。一个是自利，另一个是利他，在这里是一组。恒者，永恒。顺是什么？奉献服务。我们永恒的去奉献众生，服务众生。这里的众生，不分时空，不分形态，不分物种，一切有情生命，无论大小卑微，统统涵盖在“众生”两字当中。对待他们要：“如敬父母，如奉师长及阿罗汉，乃至如来，等无有异。”这是普贤菩萨在《行愿品》中对我们的要求。对一切众生怎么恒顺他，怎么服务他？“于诸病苦，为作良医。”他如果生病了，我就是他的良医。“于失道者，示其正路。”如果他迷路了，我是他的指路牌。“于暗夜中，为作光明。”黑暗之中，我是他的灯盏。“于贫穷者，令得伏藏。”如果他很困苦，那我就是他的提款机。用这样的心态，特别强调菩萨平等饶益一切众生。

我讲过，《华严经》的对象是讲给菩萨听的。刚才讲的四大指标，都是先人后己，公而忘私的精神。如果没有一点牺牲精神，没有一点菩萨思想，我相信是很难做到的。但是不管怎么样，虽不能行，心向往之，通过今天一点时间领略一下菩萨的风范，菩萨的情操。这样善待众生，把众生拔高到父母的程度，拔高到罗汉、如来的程度，理论依据是什么？就是佛教“生佛不二”的理论。就是众生与佛，平等不二。为什么平等不二？因为佛教核心理论，就是一切众生皆有佛性，有佛性者皆当成佛。所以从六道轮回的角度看，一切众生皆是我过去的父母。我做鸟的时候，有鸟爸爸、鸟妈妈；我做鱼的时候，有鱼爸爸、鱼妈妈。

那么从究竟成佛的角度，一切众生皆是未来诸佛。大家未来都可以作佛，不但普贤菩萨授记作佛，我们在座各位包括我在内，都会作佛。所以必须心怀这样一个崇高理念，必须善待一切众生，不敢轻慢一切众生，要永远奉献服务一切众生。

从上面的第一条到现在的第九条，每一条结束普贤菩萨都讲了四句话：“念念相续，无有间断，身语意业，无有疲厌。”就无论是礼敬诸佛、称赞如来、广修供养、忏悔业障，都要念念相续，无有间断，身语意业，无有疲厌。不要三天打鱼两天晒网，头脑一热，我修普贤行了；头脑一冷，我修地藏行了，转掉了！我们的一生时间都有限，

要抓住一个法门。但是其他法门是特别法门，只有普贤法门，它是公共法门。无论你修什么法门，都可以建立在普贤十大愿王基础上修。修地藏法门也好，修准提法门也好，修净土法门也好，都可以以十大愿王作为一个公共平台，你站在这个平台上，你修的那个法门会事半功倍，效果会更好，没有任何的冲突和矛盾。

**最后一个，叫“普皆回向”。**

这是普贤愿王的最后一愿，实际上是什么意思呢？前九愿，个个独立，层层递进，就像九朵鲜花；而普皆回向，就像要来装九朵鲜花的精致花篮。它把九朵鲜花一朵一朵地插在花篮当中，最后汇归一统，纳入花篮成为一个整体，呈现于清净法界，庄严于无上菩提。就是把这么一个花篮，奉献于众生之前。这个不是奉献于诸佛之前，而是奉献于众生之前。为什么呢？就是将上述九种伟大的行愿努力实践，一一修来，最终我们把一切功德成果奉献给一切众生。

在《普贤行愿品》当中有一段话，这个回向是怎么回向的呢？普贤菩萨有标准的回向文的，不需要另外发挥。一共分为四段。第一段：“愿令众生，常得安乐，无诸病苦。”看来生病是很讨厌的，最烦恼的，所以普贤菩萨希望我们常得安乐，无诸病苦。

第二段：“欲行恶法，皆悉不成。所修善业，皆速成就。”你想做坏事，一件都做不成；你想做好事，心想事成，这是普贤菩萨对我们的期愿。“关闭一切诸恶趣门，开示人天涅槃正路。”涅槃就是大圆满，就是佛果的大成就，让我们只会成就诸佛如来的菩提圣果，而不会到六道恶趣的门，地狱道、饿鬼道、畜生道的门，统统关闭，让我们在恶行上无路可走，在善行上，花开果现。

第三段：“若诸众生，因其积集诸恶业故，所感一切极重苦果，我皆代受。”普贤菩萨说：如果你在人间或者天上，不管你是谁，你的身心痛苦，所作恶业现前，苦不堪言，我普贤都愿意替你代受，让你减轻痛苦，我来帮助你，我来减轻你。我们在座的各位都是小普贤，我们生活中会遇到很多人，会有种种身心困苦，以我的

力量最大限度地，或多或少地帮助他们迈过这个坎，渡过这条河，去学做小普贤，代众生之苦。

最后一段：“令彼众生悉得解脱，究竟成就无上菩提。”所以菩萨道处处指归无上菩提，点点滴滴，最终的回向都是为了离苦得乐，其他的为了身体健康、事业顺利、家庭和睦，这都不是究竟法。但是这也无可厚非，现实人间需要这一切。归根结底的一句话就是：“究竟成就无上菩提！”这是我们普贤行愿的一个最终指向，最终归结点。这是核心段落，叫做“十大愿王”。

### 三、导归净土

最后第三段，祖师有讲：“十大愿王，导归净土”，我们讲第三段导归净土。导归净土，实际上就是《普贤菩萨行愿品》当中的两段偈颂，因为它没有被纳入我们早晚五堂功课的《大忏悔文》当中，所以如果没有完整读过《普贤行愿品》的人，可能显得很陌生，认为普贤菩萨教导我们十大愿王，十大愿王做好了就好了，就圆满了，难道还要有一个归趣吗？难道还要有一个升级吗？有的。有归趣、有升级，那就是两段偈颂。

第一段：“愿我离欲命终时，尽除一切诸障碍，面见彼佛阿弥陀，即得往生安乐刹。我既往生彼国已，现前成就此大愿，一切圆满尽无余，利乐一切众生界。”你看看这么了不起的普贤菩萨，发的愿就跟我们说的老公公、老婆婆一样。“愿我离欲命终时，尽除一切诸障碍，面见彼佛阿弥陀，即得往生安乐刹”，这句话太朴实了！他是以等觉大士之身，在引领我们薄地凡夫啊。他说：来，大家跟我念，来，大家跟我发愿回向，就是这样苦口婆心给我们打个样板：“愿我离欲命终时，尽除一切诸障碍，面见彼佛阿弥陀，即得往生安乐刹”。

第二段，也就是普贤行愿偈的尾声，最后四句话还是念念导归净土，大家听：“我此普贤殊胜行，无边胜福皆回向，普愿沉溺诸众生，速往无量光佛刹。”这首偈，

我们很多出家人在各种法会当中，都把它作为一个回向偈在用。原本以为是哪位净土宗的祖师给我们编的，劝我们往生安乐刹。今天我们才搞清楚，原来就是了不起的普贤菩萨在华严会上，为善财童子和无量菩萨开示菩萨广大行愿时候的一个总回向、总归结。

所以听过普贤十大愿的人，听过这两首偈颂的人，如果还要轻慢净土法门，还要看不起念佛往生净土，那我觉得这个人有问题了。他首先对不起的不是净土的列祖列宗，首先对不起的就是我们普贤菩萨摩訶萨。因为我本人是一位修行净土法门的人，所以找到了这样一个依据，我感到法喜充满，不吐不快！虽然千百年来，我们净土宗的祖师，对普贤十大愿王导归净土讲了无数遍了，但是我觉得，真理越讲越明，要天天讲、月月讲！所以今天我超出了规定时间十分钟，占着大家宝贵时间，还是要讲，念佛求生净土。

念佛为因，成佛为果！这是对普贤菩萨的最大报恩，是对普贤愿王最圆满的实践。

谢谢各位法师！谢谢各位居士！

净旻法师简介：现任浙江省佛教协会副秘书长、普陀山佛教协会副会长、舟山市佛教协会会长、普陀山佛教文化研究所所长、普陀山隐秀讲院监院等职。

# 大悲心陀罗尼经要义

A brief introduction to Mahakaruvikacitta dharavi Sutra

文 / 信光法师

尊敬的各位大德法师、各位护法居士：

很荣幸有这个因缘让我在这里学习讲经，也很感激各位给我这样一个机会让我在这里做一点法供养。

普陀山是观世音菩萨的道场，是弘扬观音文化，传播观音精神的根本道场。众所周知，在整个观音文化的体系中，观音三经：《大方广佛华严经·善财童子参观自在菩萨章》《妙法莲华经·观世音菩萨普门品》与《大佛顶首楞严经·观世音菩萨耳根圆通章》是观音文化的主要内容。此外，还有一部更重要的经典就是《千手千眼观世音菩萨广大圆满无碍大悲心陀罗尼经》。此经为观世音菩萨大慈悲心中所流露；是济世利生，成就菩提之重要密典。

关于《大悲心陀罗尼经》，在佛教的经藏中，有多个版本，而流传最为广泛，最为普及的就是伽梵达摩所译的《千手千眼观世音菩萨广大圆满无碍大悲心陀罗尼经》这个版本。这部经最早是在唐开元十八年（公元730年）被西崇福寺的智升法师载入了《开元释教录》、《续古今译经图纪》、《开元释教录略出》等重要佛经目录中。

根据智升法师的记载，以下几点是明确的：

一、这部经有梵本依据，并非杜撰；



二、是这部经翻译年代是在入唐之后至开元十八年之前；

三、是这部经的翻译和流传都是民间自发行为，并非奉皇家下诏译制。译经在民间流传深广了，到后来才被居住在皇家寺院记入佛经目录中。

根据相关记载，《大悲心陀罗尼经》在弘传的过程中，出现过多种译本主要有：

一、唐朝伽梵达摩译《千手千眼观世音菩萨广大圆满无碍大悲心陀罗尼经》；

二、善无畏奉诏译《千手观音造次第法仪轨》内容与现行的大悲咒经十分接近；

三、不空译《千手千眼观世音菩萨大悲心陀罗尼》其内容几乎与伽梵达摩的译本相同；

四、唐朝金刚智译《千手千眼观自在菩萨广大圆满无碍大悲心陀罗尼咒本》；

五、智通译的《千眼千臂观世音菩萨陀罗尼神咒经》与伽梵达摩所译的版本也很接近；

六、《大正藏》中收录的伽梵达摩译《千手千眼观世音菩萨疗病合药经》内容与《大悲心陀罗尼经》流通版本中的药法内容几乎相同；

七、《大正藏》第二十册收录了北宋僧人三昧苏嚩罗所译的《千光眼观自在菩萨秘密法经》内容与《大悲心陀罗尼经》的内容互相呼应，关系也十分紧密。此中，相比之下，伽梵达摩译的《大悲心陀罗尼经》是最为完善的，尽管如此，这部经本身在流传过程中也出现过不同的版本。历代对于《大悲心陀罗尼经》弘扬的法师也很多，除上述几位译经大师本身以外，宋朝有日本僧人明慧著的《大悲心陀罗尼经述义》，清朝续法大师写的《大悲咒释》，上世纪宣化法师讲过《大悲心陀罗尼经浅释》，九一年妙境法师在美国讲《大悲心陀罗尼经》等等。

《大悲心陀罗尼经》的梵名为 Mahakaruvikacitta dharavi 全称是《千手千眼观世音菩萨广大圆满无碍大悲心陀罗尼经》，略称为《千手经》或《大悲经》，收于大正藏第二十册。现在所流通的大悲咒，就是这部经宣说的主要内容。众所周知，大悲咒在汉传佛教流传史上，其知名度之高，流传之广，普及率之高是任何经咒所

不能比较的。它在汉地的弘传从唐代翻译之后就广为人知，并且普为天下僧俗所持诵。由此显现的种种感应事迹以及持诵者所获得种种的利益，数如恒沙，难以记述。由大悲咒而产生的大悲米、大悲油、大悲索、大悲沙、大悲水、大悲灰等在民间广为运用，其中特别是大悲水，在汉传佛教中用途就更为十分广泛了。凡举行一切佛事仪式，或有人生病，或新房落成，都用大悲水清洁坛场或饮用，而且这么做后都具有不可思议的效果。大悲咒在今天，不仅成为了显密必修之咒，并且也列入了汉地丛林早晚课诵之中。同时，无数的僧人还将其立为每天必修之功课。由此可见大悲咒对汉传佛教传播之广，影响之深，远远超越了原始佛教任何一部经典。

这部经的文字比较长，内容也十分丰富，限于两个小时之内是难以讲完的，因此，就给诸位介绍这部经的大意。简要地从十个部分来介绍这部经：

- 一、介绍经题；
- 二、说法因缘；
- 三、咒相产生；
- 四、观音誓愿；
- 五、咒之内容；
- 六、咒的形貌；
- 七、咒之修法；
- 八、护法护佑；
- 九、咒的利益；
- 十、咒之功德。

## 一、介绍经题

《千手千眼观世音菩萨广大圆满无碍大悲心陀罗尼经》是这一部经的总名，《大悲心陀罗尼经》是这部经的简称。经中前二十一个字“千手千眼观世音菩萨广大圆



“满无碍大悲心陀罗尼”是这部经的别名，而“经”这一字是经的通名。什么叫别名？因为这一部经别于其他的经典，特别叫这个名字，其他的经典都不是用这名字。佛所说的经典皆称为经，所以“经”这一字就叫通名。

经有三义：一、经者，法也，法是自古至今，人人均以此方法修行，故为一种方法；二、经者，常也，经是恒常不变，一字不可去，一字不可添，天魔外道所不能破坏；三、经者，径也，是修行的一条路径，任何人往任何处去，均须依路而行。此外，还有五义：一经为契经；二经为微法意；三涌泉意；四绳墨意；五结鬘意，同时也有贯穿意又有摄持意。

解释经题：一般是根据天台宗的七种立题，天台宗认为一切经题不出人、法、喻三者。所谓“三单三复一具足，或者是单三复三具足一”这部经是以“人、法、喻”三者具足来立名的“千手千眼观世音菩萨”是人，“广大圆满无碍”和“大悲心”是比喻，“陀罗尼”是法，所以人、法、喻都具足。这一部经用“广大圆满无碍大悲心”来做譬喻，用陀罗尼来摄法。

《千手千眼观世音菩萨广大圆满无碍大悲心陀罗尼经》这一经题可分五句来略说其义：

#### （一）千手千眼：

千手千眼几乎成为观世音菩萨的代名词，所谓千手千眼只是一种比喻，一个形容，在佛教中，诸佛菩萨的表象是一种教育与方便化导的形式，这种形式可称之为“艺术教育，形象教化”。这里用千手千眼是来比喻观世音菩萨神力无边，妙用无尽，以此来形容观世音菩萨救苦自在，度生无碍。千手，从时间上讲，济世无穷；千眼，从空间上说，利生无尽。根据《千手眼大悲心咒行法》记载：“观世音菩萨大悲利生，千手护持，千眼照见”，所以千手，表征神通广大，自在无碍，千眼表示智慧无限，观照自如。因此，千手千眼只是观音菩萨的千百亿化身中的一种，又叫千眼千臂观音，千手圣观自在，千光观自在等。根据《千手眼大悲心咒行法》所说：观世音菩萨

在因地修菩萨道时见众生在六道轮回中受大苦恼，大发慈悲，誓愿要度尽众生，如果此愿不能实现，自己的头就裂为十块，身体分解为千份。但是众生造业之速，救不胜救，绝望之余毁其誓言，于是头就裂为十块，身手也碎成千片。此时，导师阿弥陀佛来对他说：你不应该以此誓言来残害身体，应坚持宏伟的誓愿，随缘度化众生，并施以神力将观音身手合为一体，除原有两臂，留四十手臂，每臂手掌现一眼。度化二十五有<sup>①</sup>（指众生轮回生死的二十五种存在境界，也就将三界有情的异熟果体分类为二十五种），四十乘二十五等于一千，共有千手千眼。

在《大佛顶首楞严经》中记载，观世音菩萨对佛陀说：“世尊！我以圆通，修证无上道故，获四不思议，无作妙德……能现众多妙容，能说无边秘密神咒，其中或现一首、三首、五首、七首、九首、十一首，如是乃至一百八首、千首、万首、八万四千烁迦罗首；二臂、四臂、六臂、八臂、十臂、十二臂、十四、十六、十八、二十至二十四，如是乃至一百八臂、千臂、万臂、八万四千母陀罗臂；二目、三目、四目、九目，如是乃至一百八目、千目、万目、八万四千清净宝目。”

在《大悲心陀罗尼经》中记述说：在无量亿劫以前，有佛出世名千光王静住如来。彼佛怜愍观世音菩萨及一切众生，而说此《广大圆满无碍大悲心陀罗尼》，更以金色手摩观世音菩萨顶，咐嘱观世音菩萨受持此《广大圆满无碍大悲心陀罗尼》为未来恶世一切众生作大利乐。是时，观世音菩萨始住初地，一闻此咒顿超第八地。于是他发出誓愿说：“假设我当来之世能利乐一切众生者，令我即时身生千手千眼具足。”如此发愿后，应时身生千手千眼，并且十方大地六种震动，十方千佛都放出无量光

注：①二十五有：(1) 地狱有，(2) 畜生有，(3) 饿鬼有，(4) 阿修罗有，(5) 弗婆提有，(6) 瞿耶尼有，(7) 郁单越有，(8) 阎浮提有，(9) 四天处有，(10) 三十三天处有，(11) 炎摩天有，(12) 兜率天有，(13) 化乐天有，(14) 他化自在天有，(15) 初禅有，(16) 大梵天有，(17) 二禅有，(18) 三禅有，(19) 四禅有，(20) 无想有，(21) 净居阿那含有，(22) 空处有，(23) 识处有，(24) 不用处有，(25) 非想非非想处有。



明照触其身及遍照十方无边世界。

千手千眼在民间传说中也很多，比较普遍而广泛的就是《香山传》记述的妙庄王三公主妙善的典故。传说兴林国国王妙庄王的第三个女儿妙善出家修道，父王得怪病，需用亲生女儿的手和眼作药引，妙善舍出自己的手和眼为父王治病。妙庄王病愈后，就下旨塑成全手全眼菩萨，工匠听错为“千手千眼”于是民间才有千手千眼观音的塑像。

任何佛像的塑立都是用来表法的，这个千它也不是一个数字，它代表着圆满。这个代表圆满的千，根据天台宗智者大师讲的说法就是百界千如，就是把整个宇宙人生，用百界千如来说明。所谓百界千如就是十法界里，每一法界又有十法界，十乘为十就变成一百，称为百界；这一百界当中每一个法界又有十如是，十如是有如是相、如是性、如是体、如是力、如是作、如是因、如是缘、如是果、如是报、如是本末究竟，如此构成了百界千如。

## （二）观世音菩萨：

他是一位倒驾慈航的古佛再现，是一位随类应化的等觉大士，是一位十方共仰的人天导师，是一位随机度生的自在菩萨。他处处展现着“与苦恼死厄，能为作依佑；具一切功德，慈眼视众生”的大悲精神；他时时应现着“千处祈求千处应，苦海常作渡人舟”的慈悲情怀，德深愿宏，悲心无尽，千百年来他的名号一直被我们亲切地传诵着；长期以来他的功德深刻地流注在人们的心间，观音的慈爱无法用语言描写！菩萨的恩情，难以用文字表述。

关于观世音菩萨这一名号含义深远，微妙难思，既彰显观世音菩萨的济世功德，同时也体现观世音菩萨利生的特性。观世音原名是梵语 Avalokiteśvara，意译为观世音、光世音、观自在、观世音自在、世自在、窥音、观伊、现音声，又称观音菩萨，别称救世菩萨、莲华手菩萨、圆通大士、补处菩萨、救世菩萨、救世净圣、施无畏者、大慈圣者、普门圣者、南海观音，南海大士等。而民间的称谓就更多了，例如：白

衣大士、救苦菩萨、送子观音，慈航道人等等。“阿缚卢枳低湿伐罗”这一梵语名号在汉译的历史上仍然还有些不同的观点，但最具代表的有两点：一旧译时期“观世音”意为观见世间呼唤的声音；二新译时期“观自在”意指自由无碍的观察。

对于“观音”二字的含义在《法华经·普门品》中说“若有无量百千万亿众生受诸苦恼，闻是观世音菩萨，一心称名，观世音菩萨即时观其音声，皆得解脱”，还分别各列举了五种意义。“观”有五义，“真观，清净观，广大智慧观，悲观及慈观”，前三种是表显其自利的智慧，后两种是展现其利他的悲德，菩萨具足悲智二德，而立其名。“音”有五义，“妙音，观世音，梵音，海潮音，胜彼世间音”。观世音菩萨之所以得名为观世音综合起来大概有以下三种因缘：一是从宿世悲愿中立名；二是因中自利，三是果上利他。

所谓菩萨是三乘之一，十界之一是梵文菩提萨埵 Bodhisattva 的略称。菩提包括觉、智、道之意；萨埵指众生，有情之意，所以菩萨意为觉有情，道众生，大觉有情，道心众生等求道求大觉之人，或求道之大心人等。他以妙智上求无上菩提佛果，以大悲下化六道众生，通过修诸波罗蜜行，于未来将成就佛果的修行人，也就是自利利他二行圆满，勇猛求趣菩提的人。经典中所举菩萨的异名很多，比较常见的有：开士（菩提萨埵）、大士（摩诃萨埵）、尊士（第一萨埵）、圣士（胜萨埵）、超士（最胜萨埵）、上士（上萨埵）、无上士（无上萨埵）、力士（力萨埵）、无双士（无等菩萨）、无思议士（不思議萨埵）、佛子、佛持、大师、大圣、大功德、大自在、正士、始士、高士、大道心成众生、法臣、法王子，胜生子等。简单地说菩萨指的就是那些志求佛果，求无上菩提，利益众生，修诸波罗蜜行，当来可成佛之大心众生。菩萨修行的位次，地前有十信，十住，十行，十回向之分；地上有十地之分。十信之前为外凡菩萨，十信之后为内凡菩萨，十住至十回向为贤位菩萨，十地之上为圣位菩萨，观世音菩萨就是圣位菩萨，因为他是过去正法明如来，为度化众生而倒驾慈航。



### (三) 广大圆满无碍：

这里连用六个字以三组形容词来比喻这部经的殊胜功德以及大悲神咒的特殊作用。“广大”中广是宽广，大为高大。用广大有两重意思：一是来赞叹此经的功能既宽广又宏大，因为“陀罗尼”含有总持义，此经总持一切经典，涵盖一切经义，包摄一切佛法。二是来赞叹观世音菩萨慈悲之心，宽阔无比，广大无边，竖穷三际，横遍十方，大慈大悲，无生不度，无苦不救。“圆满”中圆为圆融，满是充满，“周遍充足，无所缺减”。用圆满也有二层意思：一是用来赞叹此经的功德既圆融又庄严，因为陀罗尼是总持一切教法，包含一切妙义，圆摄一切功德。二是来赞叹观世音菩萨的智慧甚深微妙，不可思议，耳根圆通，普门利生，周遍充足，无所缺减。“无碍”，没有障碍，没有阻力，“自在融通，圆融无碍”。用此同样有两个含义：一是指这部经能破一切恶，成就一切善业，能利一切众生而无有障碍；二是赞叹观世音菩萨具大神通，能通达大小乘法与世间语言文字，能千百亿化身来度化众生。普门示现，神通无碍，应以何身得度者即现何身而为说法。

### (四) 大悲心：

慈能与乐，悲能拔苦。关于“悲”的定义在《大毗婆沙论》里三种：一、拔济有情增上苦难，意思是指菩萨发大悲心从地狱、傍生、鬼趣大苦难中救拔众生，安置其于人天等道喜乐之处；二、拔众生出增上淤泥，是指菩萨以大悲行将一切沉没在烦恼大淤泥中的众生以正法手救拔他们，引导并安置在圣道与道果之中；三、授诸有情增上义利，意谓菩萨教化众生断除三恶之行，修三善行，植三乘种子，得三乘菩提胜果。

所谓悲有三种：一、爱见悲。爱，就是情爱的爱；见，就是看见的见；悲，就是悲愍。这是一般凡夫也具有，这其实就是一种同情的心，又叫爱见同情。因为一般的人，和你近的，你就爱护他，就怜愍他；和你远的，你就不爱护他，不怜愍他。对于亲人，如果他有什么困苦艰难，你就会帮助他；对于你的亲戚朋友，你都可以帮助他，看

见他痛苦，你会尽你的力量去帮助他，这皆可名为爱见悲。可是和你远的，没有相干的人，见到他受苦，就不管了。即便对同类有爱见悲，对不同类就没有了，这就是爱见悲。二、法缘悲。法是佛法的法，缘是十二因缘的缘，这是属于二乘。二乘圣人，就不单有爱见悲，而且还有法缘悲。二乘圣人，观一切的法都是从因缘生，但是“因缘无性，当体即空”。因缘它自己没有自性，所以当体即空，他就观这个法缘悲，所以他们教化众生，而不着教化众生这个相，认为一切都是空的，所以二乘圣人有法缘悲。三、同体悲。诸佛菩萨的悲又不同了，诸佛菩萨这种悲，就称之为同体悲，同体大悲。诸佛菩萨和众生是同一体的，因为诸佛的法身遍满一切处，佛的心性也是遍满一切处。因为这个样子，所以我们众生都在佛的心性里头包容着。我们是佛心里头的众生，佛是我们众生心里头的佛。因为我们这个心和佛的心是一样，佛的心是竖穷三际，横遍十方的，众生这个心也是竖穷三际，横遍十方的，所以佛和众生是同体的，没有分别，这叫同体大悲，这种同体大悲的心念就叫“大悲心”。

### (五) 陀罗尼：

陀罗尼，又名神咒，真言，密语。梵语 dharavi 意译为总持、能持、能遮，意指能令善法不散失，使恶法不起作用。按梵语 dharavi 的语根它具有持义而形成的名词，意为能总摄忆持。《大智度论》卷五解释说：“陀罗尼，秦言能持，或言能遮。能持者，集种种善法，能持令不散不失。能遮者，恶不善根心生，能遮令不生，若欲作恶罪，持令不作，是名陀罗尼。”又据《佛地经论》卷五所述：陀罗尼是一种记忆法，即于一切法之中，持一切法；于一文之中，持一切文；于一义之中，持一切义；依记忆此一法，一文，一义，总持无量佛法。又“陀罗尼者，增上念慧能总任持无量佛法，令不忘失。于一法中持一切法；于一文中持一切文；于一义中持一切义；摄藏无量诸功德故名无尽藏。”

在经论中说到陀罗尼时常有两种用法：一指智慧或三昧，是以慧为体，摄持所闻所观之法，令不散失；二指真言密语或明咒，即对明咒一字一句，具无量之义理，



如诵之，则除一切障碍，利益广大，故名陀罗尼。此外，又说咒语之本身的长句者成陀罗尼，而短句为真言。《大智度论》卷五中提到五百陀罗尼中最初的三种：一持陀罗尼，谓耳闻一切语言诸法皆不忘失；二分别陀罗尼，谓分别了知诸众生诸法；三入音声陀罗尼，闻一切言音而不喜、不嗔、不着、不动。人为何苦？因为不修陀罗尼，对一切音声很在乎。《法华经》劝发品中介绍三种陀罗尼分别为：旋陀罗尼、百千万亿旋陀罗尼和法音方便陀罗尼三种，《瑜伽师地论》还分别提到了四种陀罗尼：即法陀罗尼、义陀罗尼、咒术陀罗尼，忍陀罗尼。这里就不细说了，大悲咒感应力很强。

## 二、说法因缘

宣说此经的因缘十分殊胜：一是佛陀在补陀落迦山观世音宫殿宝庄严道场狮子座上对阿难与诸大菩萨而说；二是狮子座是用种种颜色的摩尼宝珠造成的，同时有百宝装饰的各地的锦旗在周围悬挂着；三有无量无数的诸大菩萨、大阿罗汉、诸大天人，天龙八部等都来参加闻法盛会。

经中说：这是阿难尊者听释迦牟尼佛说的。那个时候，在开满小白花的山上，观世音菩萨所住的宫殿里用七宝来庄严的道场中，世尊坐在狮子座上，这狮子座全部是用种种颜色的摩尼宝珠造成的，有百宝装饰的各地的锦旗，在周围悬挂着。当时，释迦牟尼佛在狮子座上将要演说总持法门。无量数的大菩萨都在一起。这些菩萨的名字叫总持王菩萨、宝王菩萨、药王菩萨、药上菩萨、观世音菩萨、大势至菩萨、华严菩萨、大庄严菩萨、宝藏菩萨、德藏菩萨、金刚藏菩萨、虚空藏菩萨、弥勒菩萨、普贤菩萨，文殊师利菩萨。像前边所举的上首的大菩萨都是佛给他们授过记，授过灌顶水的大法王子；又有无量数的大声闻僧人，都是行的阿罗汉道，到了十地的果位的，摩诃迦叶是为首；又有无量数梵摩罗天，善吒梵摩是为首；又有无量数欲界的天子，瞿婆伽天子是为首；又有和四王天一起来的，提头赖吒王是为首；又有无量天、龙、夜叉、乾达婆、阿修罗、迦楼罗、紧那罗、摩睺罗伽、人、非人等，

天德大龙王是为首的；又和无量在六欲诸天的天女一起来的，有个天女叫童目天女；又有无量虚空神、江海神、泉源神、河沼神、药草神、树林神、舍宅神、水神、地神、风神、土神、山神、石神、宫殿等神都来集会。

这段主要是讲说法的因缘，属于序分。序分包括了正信序与发起序，在正信序中有六成就（信、闻、时、主、处、众）从这段文中有几个问题需要说明：

### （一）补陀落伽

Potalaka 梵语，翻译成中文，意为美丽的小白花；因为山上开满了小白花，所以就叫补陀落伽山。观世音菩萨所住的宫殿就在这座山上。《六十旧华严经·入法界品》中“于此南方有山曰光明，彼有菩萨名观世音”。《同探玄记》中说补陀落伽为光明山。光明山者，彼山树花常有光明，表大悲光明普门示现。此山在南印度南边，天竺本名逋多罗山。此无正翻，以义译之，名小树蔓庄严山，《十一面经》在此山说。《八十新华严经·入法界品》中“于此南方有山，名补怛洛迦，彼有菩萨，名观自在”。《陀罗尼集经》中“补陀落伽山，此云海岛也。”《慧苑音义》下曰：“补怛洛迦山，此翻为小花树山。此山中多有小白花树，其花甚香，香气远及。”《大唐西域记》卷十“秣刺耶山东有布怛洛迦山，山径危险，岩谷欹倾。山顶有池……池侧有石天宫，观自在菩萨，往来游舍……”想见菩萨的人不顾危险，涉水登山；菩萨现自在天身或长着身相，凡有所求，皆得随愿。中国普陀山，西藏布达拉宫等是娑婆世界的道场。太虚大师说“清净为心皆普陀，慈悲济物即观音”。

### （二）菩萨皆是灌顶大法王子：

灌顶，梵文为“Abhiseka 阿毗晒噶”有驱散及注入之涵意，也可以翻译为授权。所谓灌顶，灌谓灌持，表示诸佛的护念、慈悲；顶谓头顶，代表佛法的崇高。原为古印度帝王即位的仪式，佛教密宗效此法，凡弟子入门或继承阿闍梨位时，必须先经本师以水或醍醐灌洒头顶。这里的灌顶，是授记的意思。法会上这些大菩萨，大阿罗汉都是得佛授记，所以称为灌顶大法王子。授记有二：一无余记。佛在世时，授



记某甲众生于某劫中作佛，号某如来，如有国土眷属等，故名无余记。二有余记。如言告众生汝于未来某佛时当毕此罪，某甲如来为汝授记之类，是名有余记。

(三) 阿罗汉十地：

所谓十地，一般人都会想到菩萨十地，而这里指的是声闻十地，为：①受三皈依地；②信地（信根成就）；③信法地（信四谛为真理）；④内凡夫地（修五停心观）；⑤学信戒地（三学成就）；⑥八人地（断见惑八十八使）；⑦须陀恒地（预流果）；⑧斯陀含地（一来果）；⑨阿那含地（不还果）；⑩阿罗汉地（无学果）。佛说这部经时，诸大菩萨、大阿罗汉、天龙八部、护法诸天都相涌云集就显得法会更加庄严，更加殊胜。

### 三、咒相产生

因缘所生法，缘具法自然。观世音菩萨为什么要说大悲咒？说大悲咒前有哪些瑞相？说大悲咒的原因是为了什么？《大悲陀罗尼经》正宗分中第一个部分中就明确地说明了这些理由。

经中记述着：就在诸大菩萨围绕世尊之时，观世音菩萨在大会里，秘密地放出光明，照耀着十方国土三千大千世界。天宫、龙宫、神宫全部发生了震动；江河大海、铁围山、须弥山、土山、黑山，亦都发生大震动；日、月、珠宝、火、星宿的光，全部都看不见了。在这个时候，总持王菩萨看见这个稀有之相，感到从来也没有过这么奇怪的事情，这是怎么回事啊？于是就从座位上站起来，合起掌，用偈颂来问释迦牟尼佛：世尊啊！是谁在今天成佛了放出这样的大光明？所有十方的刹土与三千大千世界也都变成了金色，哪一个在今天得到自在神通，演扬放出这么稀有的大神通力？所有佛的国土都震动了，龙神在宫殿里不安宁。现在大众统统都有疑惑，不知道这种因缘，是谁的神通力量。为了诸佛、菩萨、声闻，也为了大梵天王、魔王，诸天神王等，我现在恳请您大发慈悲，说一说它的来源，这神通光明是从什么地方来，为什么？这时，释迦牟尼佛就对总持王菩萨说：善男子啊！你们应该知道今天在这

个大会中，有一位大菩萨，他的名字叫观世音。从无量劫以前到现在，他成就了大慈大悲的功德，他在因地修持无量无边那么多的陀罗尼行门，他为了要使一切众生都得到自在的缘故，秘密地显现了这样的大神通。

佛陀回答总持王菩萨之后，观世音菩萨就从座位上站了起来，整理好衣服，向佛陀合掌说：世尊啊，我有大悲心陀罗尼咒，而说此神咒是因为有十个原因。这十个原因是：

- (1) 为诸众生得安乐故；
- (2) 为诸众生除一切病故；
- (3) 为诸众生得寿命故；
- (4) 为诸众生得富饶故；
- (5) 为诸众生灭除一切恶业重罪故；
- (6) 为诸众生离障碍故；
- (7) 为诸众生增长一切白法诸功德故；
- (8) 为诸众生成就一切诸善根故；
- (9) 为诸众生远离一切诸怖畏故；
- (10) 速能满足一切诸希求故。

### 四、观音誓愿

立誓和发愿，诸佛菩萨都有总别的二种誓愿：总誓愿为四弘誓愿，这是一切诸佛菩萨的共通的誓愿；别誓是诸佛菩萨亦各自有特别的愿，比如普贤有十大愿，药师佛有十二愿，阿弥陀佛有四十八愿，观世音菩萨十大宏愿。

此时观世音菩萨又对佛说：世尊，我想起已经过去的无量亿劫前，有一位佛出现于世，这位佛的名字叫千光王静住如来。那位世尊因为怜悯我以及为一切众生的缘故，对我说了这个广大圆满无碍大悲心陀罗尼。佛用金色的手臂摩着我的头顶说：

你应该受持这个心咒，普遍为了将来五浊恶世的一切众生，作大利益。接着观世音菩萨说他在那个时候，才是初地的果位，一听见《大悲咒》就立即超越到第八地。就是从菩萨乘十地中的欢喜地，超过了离垢地、发光地、焰慧地、极难胜地、现前地、远行地、不动地，到了八地果位上。我在当时因为心里非常欢喜的缘故，立即发誓说：假如我在未来的时候要是可以对于一切众生有利益，使一切众生得安乐的话，我希望用着《大悲咒》的力量，让我身上即刻生出一千只手，一千个眼睛，千手千眼全都具足。我发了愿后，立刻我的身上就有千手千眼同时都具足，十方世界的大地，发生了六种震动（震、吼、击、动、涌、起。其中震、吼、击是属于声，动、涌、起是属于形）十方诸佛世界同时都放大光明，光明照触在我的身上，照耀着所有的十方无边世界。从那时到现在，我常常诵持《大悲咒》没有一天丢掉，忘记过。因为我念《大悲咒》的缘故，我所出生的地方，常常是生在佛前，莲花中化生。

如果有出家比丘、比丘尼，在家的善男子、善女人，童男、童女，凡是要诵持《大悲咒》的人，对一切众生，应该生起大慈悲心，先应当跟从我观世音菩萨发十大愿，发愿之后，至心称念观世音菩萨的名字，同时专念我本师阿弥陀如来，然后即当诵此陀罗尼神咒。愿文如下：

南无大悲观世音，愿我速知一切法；  
南无大悲观世音，愿我早得智慧眼；  
南无大悲观世音，愿我速度一切众；  
南无大悲观世音，愿我早得善方便；  
南无大悲观世音，愿我速乘般若船；  
南无大悲观世音，愿我早得越苦海；  
南无大悲观世音，愿我速得戒定道；  
南无大悲观世音，愿我早登涅槃山；  
南无大悲观世音，愿我速会无为舍；

南无大悲观世音，愿我早同法性身；  
我若向刀山，刀山自摧折；  
我若向火汤，火汤自消灭；  
我若向地狱，地狱自枯竭；  
我若向饿鬼，饿鬼自饱满；  
我若向修罗，恶心自调伏；  
我若向畜生，自得大智慧。

这段愿文看似简单，但其义深远，具足不可思议的力量。

关于观世音菩萨十二大愿，在《梁皇宝忏》中有提到，而结集《梁皇宝忏》的志公禅师，传说是十一面观音的化身，“观音大士，悉号圆通，十二大愿誓弘深……”。在其他经典中，还没有找到有记载着十二大愿的，但是观世音菩萨十大愿在《千手千眼观世音菩萨广大圆满无碍大悲心陀罗尼经》及《十一面神咒心经义疏》都有记载。关于十二大愿，有人认为这是过去印制时出错，现在板的观音菩萨十二大愿：1、广发弘誓愿；2、常居南海愿；3、寻声救苦愿；4、能除危险愿；5、甘露洒心愿；6、常行平等愿；7、誓灭三涂愿；8、枷锁解脱愿；9、度尽众生愿；10、接引西方愿；11、弥陀受记愿，12、果修十二愿。此十二愿虽好，但无经典可依，因此修学大悲法门还须依经如法。

## 五、神咒内容

观世音菩萨在说完十大誓愿之后，站在佛前，合起掌来对一切众生生出大慈大悲的心，欢喜地开颜微笑着说了这广大圆满无碍大悲心陀罗尼的神妙章句。（大悲神咒内容略）关于大悲咒，经中提到三个问题：

一、大悲咒的原文是梵语。历代佛教译者，同遵四例五不翻，所谓四例是：（一）、音字俱翻，如诸经文；（二）、音字俱不翻，如梵文经本；（三）、翻音不翻字，



如卍字等；（四）、翻字不翻音，如诸咒语。五不翻是：（一）秘密故，如诸神咒；（二）多含故，如薄伽梵具六义，阿罗汉具三义等；（三）本土无故，如阎浮树，恶叉聚等；（四）顺古故，如阿耨多罗三藐三菩提；（五）尊重故，如般若；大悲咒在四例中是“翻音不翻字”，在五不翻中属“秘密故不翻”对于咒为什么不翻，综合各家的说法，共有八个理由：（一）、咒为诸佛密语，唯佛与佛乃能知之，凡情岂能了解，纵然译华语，亦不知其含义。如古国王，索先陀婆一语，具水，盐，器，马四宝。唯智臣知之，佛密语亦然，一语具众德，能灭罪生福，唯佛及大菩萨能知；（二）、咒诠诸佛心印，一切神咒，莫不诠佛心印，如王宝玺，大臣见之，悉皆敬礼；咒能出生圣果，人天三乘，见持咒者，无不恭敬；（三）、咒能总持一切法，咒以少字摄多义，受持读诵者，能遮恶灭罪，降魔消障，断惑入理；（四）、咒为诸佛菩萨圣号，及诸鬼神王名，能持咒者，即持诸佛菩萨圣号，及呼诸鬼神王帅之名，天龙八部闻之，悉皆恭敬；（五）、咒具慈悲威德神力，持咒者当获诸圣，慈悲摄受，威德加被，罪灭福生，速登圣位；（六）、咒为密语遮恶，一心持咒，内障不起，外患不侵，当除魔业；如昔有穷人，远奔他国，讹称王子，国王以公主妻之，食时每多瞋难；公主欲知其故，往访彼国商人，商人知彼诈称王子，但有关国体，未便直说，遂以其国语，作偈授公主，当王子瞋时，即含笑念偈“无亲往他国，欺诳一切人；粗食是常食，何劳复作瞋？”并要公主但学音，勿解义。后诈王子闻之，恐彼事露，从此不敢再瞋，神咒之功亦然，持之自可降伏魔怨，灭恶生善。（七）、咒为诸佛因中咒愿，佛因中修菩萨道时，无不咒愿众生，离苦得乐；如世人尚可咒愿吉凶，随愿成就，况诸佛因中慈悲诚实之誓愿，故众生持之，必满所愿；（八）、咒为诸佛之密令，如军中密号，唱号相应，无所诃问；若不应，即依法治罪；众生持咒，如持佛密令，诸天鬼神，知是佛子，不敢为难。诸佛设教，若显若密，皆随机宜，显如处方，密如授药。目的是一，功效无二。

二、大悲咒是本经的主要部分，内容共有八十四句。咒的作用应该是被肯定的，

它是用特定的音符和特定的语句所组成的符号，代表着特定神明或佛菩萨的尊称和力量。圣严法师著《学佛群疑》里面的一段原话“一切修持法门，以心为主，音声是其次的，千百年来中国人念‘阿(ō)弥陀佛’并没有发生什么不良的后果或作用，也没有因此而打了折扣的记录。大悲咒也是一样，今天的西藏人、韩国人、日本人、越南人和汉人都持大悲咒，发音彼此各异，可是也能收有相同的效应”佛。菩萨圣号其实就是咒语，就是无上咒，近代念“阿(ā)弥陀佛”往生的大德居士比比皆是，又何必执着于念“阿(ē)弥陀佛”的气流振动较为合理的论断呢！弘一大师在相关著作中也曾提及“或据经中译音持念，或别依师学梵文原音持念，皆可。”更有人说：目前没有人保证他所做的“梵音还原”咒本是百分之百正确的，也没人可以自傲地说他的“梵文发音”是百分之百正确的，所以一切都只能提供您修法时，念咒时“参考”而已。在佛教传记里，讲述一位老妇诚心，专注修持六字大明咒，由于某些原因错把“吽”音念诵成“牛”音，就是这样也把住宅处修的红光祥瑞……传记里忠告后人，因老妇人对大明咒的真信与诚敬，虽然有一个字发错了音，也能得此红光祥瑞之功德。由此可知，对于咒的修持即使是没有传授或灌顶，但只要真信与诚敬精进，如法地修持，就会有功德。

三、说完大悲咒后的效果：观世音菩萨说此咒已，大地六变震动，天雨宝华缤纷而下，十方诸佛悉皆欢喜，天魔外道恐怖毛竖，与会大众皆获果证，或得须陀洹果，或得斯陀含果，或得阿那含果，或得阿罗汉果者，或得一地二地三地四地五地，乃至十地者，无量众生发菩提心，能真心修持大悲咒，必得成就。

## 六、神咒相貌

观世音菩萨说完大悲咒后，大梵天王从座而起，整理衣服合掌恭敬，白观世音菩萨言：“善哉大士我从昔来经无量佛会，闻种种法种种陀罗尼，未曾闻说如此无碍大悲心大悲陀罗尼神妙章句，唯愿大士为我，说此陀罗尼形貌状相，我等大众愿



乐欲闻。”

观世音菩萨对大梵天王说大悲神咒的形貌有十种特性：

- (1)、大慈悲心；
- (2)、平等心；
- (3)、无为心；
- (4)、无染着心；
- (5)、空观心；
- (6)、恭敬心；
- (7)、卑下心；
- (8)、无杂乱心；
- (9)、无见取心；
- (10)、是无上菩提心。

用十心来表大悲神咒圆满，这十种心就是大悲咒的相貌，所以观世音菩萨交代大梵天王说“汝当依次而修行之”。同样的道理，我们要想认识大悲咒，就必须了解这十种心，而修持大悲咒的人，想要的成就也必须具足这十种心来修持，否则，修持再精进，功德随有但是效应不大。

诵大悲咒的时候，有的人就常常有一个想求感应，想求神通，想求些什么的心，你有这个心本身就是躁妄的，是头上安头，是感应不上的。大悲咒是从观世音菩萨大悲心里面流现出来的陀罗尼，它是实相的音声，是从清净、慈悲、智慧心里面流现出来的。既然大悲咒是这样的一种特点，我们能用躁妄的心，有求的心，生灭的心，污染的心跟它感应上吗？所以先不要求感应，先要通过持念大悲咒来降服自己躁妄的、散乱的、污染的、瞋恨的、人我是非的心。伏住烦恼。这个咒就是我们的心，就是佛菩萨所证的果觉之体，全咒即心，全心即咒，心咒一如，这个时候才有感应的现象。但这个感应不是你去求的，它是法尔自然的，是水到渠成的，它往往是在

你无求无得的时候才是真得的。

## 七、神咒修法

世间任何事如果方法得当，就会事半功倍，方法不当就难以成就。修持大悲咒也一样，从《大悲心陀罗尼经》中可以明白观世音菩萨为了利益众生，以无尽的大慈悲心说了这殊胜的神咒，并且还告诉了大悲咒的修法。综合起来有这么几点：

(一) 态度：若善男子善女人，修此神咒者，发广大菩提心，誓度一切众生，身持斋戒，于诸众生起平等心，常诵此咒，莫令断绝。

(二) 场地：住于净室，洗浴清净，着净衣服；悬幡，燃灯，备香华百味饮食以用供养。制心一处，更莫异缘，如法修持。

(三) 皈敬：至心归敬南无本师释迦牟尼佛，南无千光王静住如来，南无大悲观世音菩萨（三称），南无阿弥陀佛（三称）。

(四) 发愿：观世音菩萨十大愿（愿我速知一切法，愿我早得智慧眼，愿我速度一切众，愿我早得善方便，愿我速乘般若船……）

(五) 持诵：《千手千眼观世音菩萨广大圆满无碍大悲心陀罗尼咒》每天至少五遍以上，不能间断，不可日多日少。

(六) 回向：用大慈悲心，大平等心，大恭敬心，大菩提心回向，愿一切众生离诸苦，愿一切众生得一切乐；愿一切众生善法成就，愿一切众生早成佛道。因为大悲咒的力量史上有大悲索、大悲水、大悲沙、大悲油、大悲蜜，大悲灰。

此外，根据经典所说还需结界：（1）取刀咒二十一遍划地为界；（2）或取净水咒二十一遍，散著四方为界；（3）或取白芥子咒二十一遍，掷著四方为界，或以想到处为界；（4）或取净灰咒二十一遍为界；（5）或咒五色线二十一遍，围绕四边为界。

## 八、护法加被

护法是梵语 Dharmapala 的意译，护法有二：一是佛陀弟子（内护与外护）对觉世济人的正法，必须得大力护持；二是护法神（鬼神与菩萨化身）。此类又有：①护法鬼神，如夜叉、罗刹大力鬼、有财鬼，念大悲咒结界的时候实际上就命令他们保护好这个地方；②化身护法，如寺院中四大天王、二十诸天、韦驮伽蓝等，都是护法神。

修持大悲咒的护法多得难以一一介绍，观世音菩萨亲自护佑，并且还说：“我时当以千眼照见千手护持，从是以往所有世间经书悉能受持，一切外道法术韦陀典籍亦能通达；诵持此神咒者，世间八万四千种病，悉皆治之无不差者；亦能使令一切鬼神，降诸天魔制诸外道；若在山野诵经坐禅，有诸山精杂魅魍魉鬼神，横相恼乱心不安定者，诵此咒一遍是诸鬼神悉皆被缚也；若能如法诵持，于诸众生起慈悲心者，我时当救一切善神龙王金刚密迹，常随卫护不离其侧，如护眼睛如护已命。”

此外，经中还罗列了二十八部的护法神王外，还有诸善神及神龙王神母女等，各有五百眷属以及大力夜叉以及密迹金刚士，如经中偈颂：“乌刍君荼鸯俱尸，八部力士赏迦罗，常当拥护受持者；我遣摩醯那罗延，金刚罗陀迦毗罗，常当拥护受持者；我遣婆馱娑楼罗，满善车钵真陀罗，常当拥护受持者；我遣萨遮摩和罗，鸠阑单吒半只罗，常当拥护受持者；我遣毕婆伽罗王，应德毗多萨和罗，常当拥护受持者；我遣梵摩三钵罗，五部净居炎摩罗，常当拥护受持者；我遣释王三十三，大辩功德婆怛那常当拥护受持者；我遣提头赖吒王，神母女等大力众，常当拥护受持者；我遣毗楼勒叉王，毗楼博叉毗沙门，常当拥护受持者；我遣金色孔雀王，二十八部大仙众，常当拥护受持者；我遣摩尼跋陀罗，散支大将弗罗婆，常当拥护受持者；我遣难陀跋难陀，婆伽罗龙伊钵罗，常当拥护受持者；我遣修罗乾闥婆，迦楼紧那摩睺罗，常当拥护受持者；我遣水火雷电神，鸠盘荼王毗舍闍，常当拥护受持者。”

## 九、神咒利益

持大悲咒利益无尽具十种大功能，得十五种善生，不受十五种恶死，能治八万四千种疾病等。十种功能是：

- (1)、能得安乐；
- (2)、除一切病；
- (3)、延年益寿；
- (4)、常得富饶；
- (5)、灭一切恶业重罪；
- (6)、永离障难；
- (7)、增长一切白法诸功德；
- (8)、远离一切诸怖畏；
- (9)、成就一切诸善根；
- (10)、临命终时任何佛土随愿得生。

得十五种善生：

- (1)、所生之处，常逢善王；
- (2)、常生善国；
- (3)、常值好时；
- (4)、常逢善友；
- (5)、身根常得具足；
- (6)、道心纯熟；
- (7)、不犯净戒；
- (8)、所有眷属恩义和顺；
- (9)、资具财食常得丰足；
- (10)、恒得他人恭敬护持；



- (11)、所有财宝无他劫夺；
- (12)、意欲所求皆悉称遂；
- (13)、龙天善神恒常护卫；
- (14)、所生之处见佛闻法；
- (15)、所闻正法悟甚深义。

不受十五种恶死：

- (1)、不为饥饿困苦死；
- (2)、不为枷系杖击死；
- (3)、不为冤家仇对死；
- (4)、不为军阵相杀死；
- (5)、不为虎狼恶兽残害死；
- (6)、不为毒蛇虻蝎所中死；
- (7)、不为水火焚漂死；
- (8)、不为毒药所中死；
- (10)、不为狂乱失念死；
- (11)、不为山树崖岸坠落死；
- (12)、不为恶人魇魅死；
- (13)、不为邪神恶鬼得便死；
- (14)、不为恶病缠身死；
- (15)、不为非分自害死。

大悲神咒还能消灾解厄，治八万四千种疾病，经中特别列了三十三种，比如：若家内遇大恶病，百怪竞起，鬼神邪魔耗乱其家，恶人横造口舌以相谋害，室家大小内外不和者当向千眼大悲像前，设其坛场，至心称念观世音菩萨，诵此陀罗尼满其千遍，如上恶事悉皆消灭，永得安稳。若为恶蛇蝎所螫者，取干姜末咒一七遍着

疮中，立即除差。

大悲心陀罗尼经四十手印用途：

- 1、若为富饶种种珍宝资具者，当于如意珠手；
- 2、若为种种不安求安隐者，当修绢索法；
- 3、若为腹中诸病，当修宝钵法。

“诵此陀罗尼者，世间八万四千种病，悉皆治之。若在山野诵经坐禅，如有山精魑魅鬼神恼乱，诵此咒一遍，诸鬼魔悉皆被缚。”

## 十、神咒功德

修持大悲咒功德不可思议，具足十二种宝藏，拥有十五种功德。经中说：诵此陀罗尼者，当知是人，

- (1)、是佛身藏，九十九亿恒河沙数诸佛所爱惜故；
- (2)、是光明藏，一切如来光明照故；
- (3)、是慈悲藏，恒以陀罗尼救众生故；
- (4)、是妙法藏，普摄一切陀罗尼门故；
- (5)、是禅定藏，百千三昧常现前故；
- (6)、是虚空藏，常以空慧观众生故；
- (7)、是无畏藏，龙天善神护持故；
- (8)、是妙语藏，口中陀罗尼音无断绝故；
- (9)、是常住藏，三灾恶劫不能坏故；
- (10)、是解脱藏，天魔外道不能稽留故；
- (11)、是药王藏，常以陀罗尼医疗众生病故；
- (12)、是神通藏，游诸佛土得自在故。

此外，还有十五种功德：



(1)、开大智慧：诵持大悲咒者，从是以往所有世间经书悉能受持，一切外道法术，韦陀典籍亦能通达；

(2)、除一切病：世间八万四千种病悉皆治之，无不差者，亦能使令一切鬼神，降诸天魔，制诸外道；

(3)、鬼神恭敬：若在山野诵经，坐禅，有诸山精、杂魅、魍魉鬼神，横相恼乱心不安定者，诵此咒一遍，是诸鬼神悉皆被缚；

(4)、护法随身：若能如法诵持，于诸众生起慈悲心者（观世音菩萨）当敕一切常随卫护不离其侧；

(5)、远离灾难：其人若在山旷野，独宿孤眠，是诸善神番代宿卫，辟除灾障；

(6)、示其正道：若在深山迷失道路，善神龙王，化作善人，示其正道；

(7)、物品丰足：若在山林旷野，乏少水火，龙王护故，化出水火；

(8)、善愿成就：修行六度未满足者，速令满足，未发菩提心者，速令发心故，若声闻人未证果者，速令证故；

(9)、众生获利：三千大千世界，幽隐暗处三涂众生，闻大悲神咒皆得离苦；

(10)、究竟成佛：若诸菩萨未阶初住者，速令得故，乃至令得到十住地故，又令得到佛地故，自然成就三十二相，八十随形好；

(11)、品位高增：若声闻人闻此陀罗尼一经耳者，修行书写此陀罗尼者，以质直心如法而住者，四沙门果，不求自得；

(12)、有求必应：若诸众生现世求愿者，于三七日，净持斋戒，论此陀罗尼，必果所愿；

(13)、莲花化生：其人若在江、河、大海中沐浴，其中众生，得此人浴身之水，沾着其身，一切恶业重罪悉皆消灭，即得转生他方净土，莲花化生；

(14)、灭除罪障：此人若行道路，大风时来，吹此人身毛发衣服，余风下过，诸类众生得其人飘身风吹着身者，一切重罪恶业并皆消灭；

(15)、敬重如佛：诵持此陀罗尼者，口中所出言音，一切天、魔、外道、天龙、鬼神闻者，皆是清净法音，皆于其人起恭敬心，尊重如佛。

信光法师简介：法师现任浙江省佛教协会副会长，普陀山佛教协会副会长，普陀山法雨寺监院。



# 观音·观心·观自在

文 / 智宗法师

各位同修：

大家下午好！今天下午有因缘，也很开心能够现场和大家分享我多年的修学心得，我感到非常荣幸！不敢说我是在这里讲开示讲经，只敢说今天下午这段时间和我们在场的各位同修一块回忆《普门品》的相关内容，一起分享我所得的小小体会。

《普门品》是我们观音道场各个寺庙的常住师父们，还有护法居士们经常诵习因而十分娴熟的一部经典。这部经典因为我们修习得太多了，甚至产生了一点小小的审美疲劳感，把这部经典都看得很平常了，诵得这么熟悉了还有什么内容可讲呢？今天下午有没有什么新鲜的东西跟大家去分享，还请大家听我一一的道来。

众所周知，《普门品》这部经典是我们《法华经》这部著名大经当中的一品。说到《法华经》呢，就不能不提到在佛教史上影响非常大的一部经书叫《华严经》。不知道我们在座的同修有没有听说过这句话，叫做“一法通了百法通”。有一位居士曾经问我：“师父！这话说得也太高了，什么叫‘一法通了百法通’啊？只熟悉一部经典，是不是牵制我们的思想呢？不是要广学博闻吗？”

我首先在这里与大家分享《密严经》的一句话：“如饭一粒熟，余粒即可知！诸法亦复然 知一即知彼。”每本经书弄通了，会发现都是让我们达到同一个目标解脱成佛，没有其他的目标，所以“一法通了百法通”是有经典依据的。回头说到我

们的《华严经》，都知道太长了，七处九会，从头到尾读一遍需要很长时间，于是老祖师慈悲就抽出了里面两个章节，供我们日常当中修习。一个章节就是《行愿品》，一个章节就是善财童子的五十三参，这两个章节非常有价值。过去的祖师们单独抽出一个章节来，并不是仅仅提供给我们偷懒用的，而是让我们好体会。《华严经》当中的《行愿品》侧重于什么？侧重于从理的层次上，从理论上告诉我们华严经的核心思想：“众生平等，心佛众生，三无差别！”“以大悲心，饶益众生，则能成就诸佛菩萨智慧花果”，这就是《华严经》名句，《行愿品》的名言。五十三参则是从现实的角度，通过善财童子五十三参的修学经历给我们上了一堂生动的公开课示范课，提醒我们在生活当中怎么样才能够做到心佛众生，三无差别。众生怎么才能平等呀？原来人人都是我们的老师，都是我们修行路上必不可少的大善知识。同样道理，再回到《法华经》当中，最了不起的是哪两品呢？

理论上来说告诉我们《法华经》核心思想的是其中第三品《譬喻品》。因为在此品当中有个著名的譬喻叫做火宅喻，火宅喻特别的直接简单明了，没有什么声闻乘、缘觉乘，唯一佛乘，“无二亦无三，唯有一佛乘”，告诉我们的是法法平等。是法平等，无有高下，每一种方法都是让我们解脱的，让我们觉悟的，让我们成佛的。这是第三品从理论上阐述法华经的思想：会三归一，法法平等。

那么第二个呢，从现实角度就像演了一场戏剧一样，生动形象故事情节告诉我们《法华经》核心思想的，那就是今天要跟大家分享的《普门品》。观音菩萨千处祈求千处应，苦海常作度人舟，处处示现，应以何身得度者，即现何身而为说法，这就是用生动故事情节传递给我们《法华经》的核心思想：是法平等，无有高下，法法平等，不一不异。所以说《普门品》在天台宗的主要意义，就体现在一个小小的细节上。众所周知的天台三大部，两部讲《法华经》。众所周知的天台三小部，两部重点就是阐述《普门品》。《观音义疏》、《观音玄义》是天台三小部的内容，所以《普门品》的重要性值得我们重新提起来。



这部经典的传承颇有传奇的色彩，它在历史上曾经也以单行本的形式出现。以单行本形式出现的时候，有时候也直接称为《观音经》或者《普门经》。说到这个单行本的形式呢，它有一个神奇的故事，相信大家都知道。昙无忏大师用《普门品》治好了北朝时期一个国王沮渠蒙逊疾病，这故事很有神奇色彩。有时候多学一点科学教育呀很有好处。曾经就有人问我说：师父！这个东西是不是神话，是你自己编出来的吧？在此我要做一个简单的小小说明，是谁编的故事？那么大家注意，我在这里提供两个真实的案例：一个案例是清朝初年著名的大医学家叫叶天士，医术非常高明。当时的一位巡抚，用现在的话说就是省长，得了抑郁症了。我们都知道现在的官员最怕得抑郁症了，一得抑郁症就会跳楼的。过去的官员也会得抑郁症的，眼看就要到了自杀的地步了，于是就有人请叶天士大师给他看病。那个时候呢，叶天士已经是名震天下了，可是很多人并没有见过他，因为毕竟那个时代信息不发达呀，没有网络、报纸和电视，不知道叶天士何许人也。叶天士到了，巡抚一看，哦！一位老朽，行动不便，老眼昏花似的，心里就想是不是浪得虚名呀，既然来了把把脉吧！巡抚是男的，叶天士一把脉看看巡抚说：从脉相上看你得的这个病是月经不调症！巡抚一听放声大笑说，看到你就不像个好人，还大师呢，原来是个大忽悠，大骗子！立马就叫人把叶天士给轰走了。啥眼神啊，还大名医呢，我堂堂七尺男儿，身为一个地方的巡抚，居然说我得的是妇女病，于是逢人就说，说完就开始笑，抑郁症好了。过了一年之后叶天士上门了，才告诉他谜底，这个疗法在中医上叫情绪疗法，只要天天笑口常开，怎么会有抑郁症呢！比吃什么药都管用，不用上医院，讲个笑话就可以了，当然这个笑话要真发笑才行。这是一则古代案例，下面我再讲个现代的。

说起来也是匪夷所思，像神话一般，辽宁卫视报导一则新闻被传为天下笑谈，我的徒弟给我讲过。有一女士不小心成植物人了，躺在病床上没反应，但也不死，家人问医生有什么办法呢？医生说：“这样吧，她平常喜欢什么，你们就给她唠叨唠叨，多给她说说说话，也许有一天能醒过来。”老公就说：“孩他妈赶快起来搓麻

将了，三缺一。”后来，居然醒过来了，“三缺一”把她给拉回来了。你看看，原来爱打麻将也能治病啊，所以本地的居士你们喜欢打麻将，不要歧视噢，说不定哪一天能救人小命啦。你看看，这是辽宁卫视报道的一则新闻。这两则故事告诉我们：人世间好多存在的东西，是无法用我们有限的思维所能解释的。

《普门品》初传中国的时候，被我们的昙无忏大师用来治疗沮渠蒙逊国王的疾病，而且还治好了，有什么可怀疑的呢？就因为《普门品》治好了沮渠蒙逊国王的疾病，所以他的弟弟沮渠京声就干脆出家了。现在有很多居士读的《弥勒上生经》就是这位国王的弟弟翻译的，他是非常有名的大法师，我们内地的《治禅病秘要经》也是这位法师翻译的。《普门品》这本经书很神奇很重要，经文到底讲什么了呢？下面我们来仔细梳理梳理。《普门品》这本经书形式上分两个部分，前面像散文的部分叫长行，后面部分像诗歌的叫偈颂。这两个部分因为是同样的内容，所以后面重复的地方呢，又叫重颂，就是重新给我们再说一遍的意思。真正的核心内容，架构上看一部分就可以！不管是前面的长行还是后面的重颂部分，内容也就是分两个层次来解释。哪两个层次啊？也就是两个问题：第一个问题就是观世音菩萨为什么叫观世音？因为他在印度叫阿缚卢枳帝湿伐逻，中国名字才叫观世音。第二个问题观世音菩萨凭什么这么有名和众人爱戴？他在生活当中有什么显著圣迹？这两个问题就是要我们用心去思索的，体悟的，在生活当中要去学习模仿的。

第一个问题观世音菩萨为什么叫观世音呀？佛陀讲得很简单，经文里说：“若有无量百千万亿众生受诸苦恼，闻是观世音菩萨一心称名，观世音菩萨即时观其音声，皆得解脱。”就这么简单，不管你是谁有苦恼，听说有这么一位观世音菩萨，老老实实和他打打交道，打打电话，电话拨通了，他就会千处祈求千处应，帮助你排忧解难，所以说他叫观世音。看经文很简单，可是我们要思索一下，如果仅仅是通电话，喊喊名字就可以的话，那应该叫听世音而不应该叫观世音啊，这是我们要用心思索的地方。听到就可以了，干嘛不用听世音而叫观世音呢？这才是该用心的地



方。这个问题有两种解释：一种叫神秘解释，我称为神秘解释，传统大概就这么解释。什么叫神秘解释啊？经典上说啦，观音菩萨神通广大，已经到了六根通用的地步。什么叫六根通用啊？不光是嘴巴能吃饭耳朵也能吃饭，不光是耳朵能听能够吃饭，而且耳朵能闻，能嗅，能够感受；鼻子也能够具备其他各种器官的功能，这就是所谓的六根通用。我称之为神秘解释。为什么称为神秘解释呢？就是超出我们的现实经验，用我们凡夫的修行是无法去验证的，只好作为一种解释了解了解，知道就好了。第二种解释，是人间佛教解释法。我常开玩笑说“不是我常，祖师们也知道常。”哪位祖师最有名呢？我们常说的太虚大师，他就批评我们清末民初的大师说，佛教不能搞死人的佛教，委屈了佛教，搞来搞去自己就要被淘汰掉了，要多关注现实生活。我很喜欢这些话，我经常分享的是这些。对不起，我是个凡夫，我是个活人，我只喜欢讲这些话，我不喜欢讲神话，也不喜欢讲鬼话。所以在这里我要再次表达，我是个凡夫俗子，修行半路上，请允许我用人间佛教的方法来给你解释一下，为什么用观而不用听，因为这个观，它的专门解释是观照的意思。所谓观照就是用心倾听，仅仅是用耳朵听声音的说法，你会听不准，会听错的。

比方说有这么一个故事：有一个同学家里拆迁了，同学们得去庆祝乔迁之喜，同学妈妈非常非常的热情，做一大桌子饭菜，很丰盛啊！多得吃不完，同学妈妈特热情，招呼大家：“赶快吃，赶快吃哦，不能给我浪费，家里都是新房子还没有养猪，倒掉多可惜呀！”听懂这个故事了吗？这个同学一听什么意思，把我们跟猪并列啦？哦！你的饭不能给猪吃，就逼着我们给吃掉啦！字面的意思似乎有一种讽刺意味：哇，这些家伙真能吃，比猪还厉害！可实际上同学妈妈就是想表达珍惜粮食，不能浪费，就是这个意思。所以说光听这个话容易引起误解，仔细想想啊，老人家是慈悲善意的方面。所以这就叫什么呢？听话不能只听音，要听声音背后的真实含义。所以说意思的意，心意的意，上面一个声音的音，下面一个心，心之音，音之心。声音，语言背后的真实含义。像这类似的，在生活当中我们会经常遇到。

比如说我在工作的时候，特积极，每天一早就去打扫卫生，给每个当事人员都要打好水。到年终的时候领导就开始讲啦，“今年这个先进给谁呀？大家说说看！”大家心里都很向往这个先进，可是谁也不会说给我吧，谁也不会说，于是你看看我，我看看你，谁也不吭声。我们这位领导就说啦，“我觉得小张挺好的，大家看看有没有什么意见啦，这小孩多好（我俗家姓张），小张每天来得最早，多麻利！打水、扫地、关灯，特勤快，这个小伙子咱们要培养，大家有什么意见呢？”明明心里有意见，可是嘴里绝对不会表达出来的。而说“哎呀！他家离得近嘛，方便！不像我们住得那么远哦，他是很积极的”。你听他这话，到底是说我积极还是不积极？字面上看绝对是积极的，可是按他的意思是再怎么也不能给他呀，他家离得近来得早，一听这音也能听得出来。但最后他也没办法，领导把先进还是给了我。在生活当中我们都会遇到这样的事情，所以说听音不行要观音，用心倾听它背后的东西，不然你会被声音的相所迷惑。

同样道理，要观音。我们经常在生活当中说“耳听为虚，眼见为实”。眼看到的，亲眼目睹的是不是就可以当真了呢？也不行。因为看到的这个表象也会迷惑我们的认知，让我们把握不准两点：一种是文字相，一种是动作的表象。我在上班的时候，我们班的任老师可好了，天天吃方便面，都知道方便面里有这个对奖小卡片，她做梦都在那个对奖，可是吃了那么多包还是没对着奖。这天猛然吃这个面不小心掉出来一张小纸片，奖中了，写着儿童车一辆。哇，太开心了！我们办公室里有六个人，四个年轻人太兴奋了，任老师你吃方便面吃出儿童车一辆，真是天作之美嘛，你刚生完小宝宝，就给你送来一辆儿童车了。她很开心，很兴奋，大中午的，牺牲休息时间，那是九十年代呀，打的到商场去兑奖。好，上班了，大家问她怎么样啊？哎哟，她苦笑着伸伸手，手掌这么大的停车场，注意哦，像手掌这么大的停车场，那辆儿童车最起码能停七辆，原来是儿童玩具车一辆。她兴奋地认为小孩能骑着到处乱跑呢。你说这个字是不是欺骗了我们呢？这都是因为我们的文字。汉字是什么？



汉字的特点就是象形文字啊，容易引起联想的呀，所以说靠这个字也不够准。

同样靠这字表达个动作也不够准。我们上学的时候男生们调皮捣蛋，曾发生过这么个事儿：学校保安要巡逻，但是男生们调皮捣蛋翻墙倒地，要看夜城电影，然后就看夜城电影去了。看完电影回来了，先蹲墙头上看看有没有巡逻的保安。哎，一看没有，看到一个谁呀？一个校工，同一个楼的，问他有没有巡逻的保安呀？校工看了看两边，就举手捏指地做了一个动作，大学生一看是英文：ok！好，没有，就“蹭蹭蹭”蹲下来了，刚好被蹲在草丛中的保安逮个正着。哎哟，这几个同学给郁闷死了！行呀，你小子，我们天天给你好吃的，贿赂你，你怎么坑我们，不告诉我们呢？还说ok！这个校工说什么呢？“我哪里说ok，我根本就不懂英文，我告诉你们有三个保安蹲在那里守着呢”。所以这动作也不行。

所以说你看看，如果说看这个外在的形象，不管是文字相还是动作的表象，也不一定准确，在解读的时候也是容易出现误差的。我讲观音意味着什么呢？要观相。这个所有的表相、形象，不能单地去感知它，要眼耳鼻舌身意这六根共用。什么叫六根通用？在人间佛教解释的维度里，就是六种器官共用接收丰富全面的信息，才有可能得到一个真实的相。单一的维度解决不了，要观音更要观心，观所有的相，表相背后的实相、真相。

我们说观音之后，重点的是观心。心是核心，本质的意思。还记得我们佛教当中最有名的传说故事吗？在《大般经》当中有一个“瞎子摸象”的寓言故事，很多人不知道这是一个佛教的故事，瞎子摸象是每个人都依赖自己个人的感知，就想得到大象的整体本相，可能吗？不可能。为什么大家吵哇？就在于太相信自己的感受了，自以为是，所以就吵。如果你稍微想一想，我一个人的感知不够，我应该以宽容的心去对待和我不一样的表达、不一样的意见，那么我相信我们在生活当中，不光会摸到真正的象，而且还会得到真正的朋友，得到真正的运势，也就是真理。这个故事很简单，就告诉我们切莫自以为是，要懂得宽容，包容那些跟我们有不同的意见，

这是我理解的观世音。用心体会掌握我们周围每一个众生的真实的含义，这才叫观世音。我见到我们的行政干部、行政领导经常说：“要回去分享呀，我们每一个人都要争取做观世音式的好领导、好干部、好公仆。”为什么呢？领导一定要用心倾听社会群众的疾苦，关心他们，力所能及地帮助社会群众，排忧解难，您说您不就是真正的活菩萨、活观音嘛！所以我经常这么讲的。同样，我们出家人更要如此！我在佛学院，在小寺庙，在双泉禅院，在慧济寺都会这么去分享。谁不是从小和尚做起的呀，我说得难听一点，当年做小和尚是怎样骂领导的呀？今天你做执事、做领导了，一定要想一想呀，千万不要做一个让人家骂的领导，这不就是观世音嘛！我经常给周围的朋友去分享，你拜千手观音一定要记住，千手是一个重要的含义。什么含义呀？我们是两只手的凡夫啊，我修学佛法，怎么样才能具足千只手，无量只手呢？很简单，你是不是用一颗真正的慈悲心去倾听你周围的呼声，把他们的问题当成自己的问题，去帮着他们去分忧呢？如果能够用一颗爱心去倾听他们，帮助他们，我相信你不管遇到每一个人都能变成你的助手，而不是变成你的对手，助手多了，就是具有无量只手，千万只手哇！这就是千手观音。若只是以为，拜千手观音，就能让我回家生个大胖小子，保佑我回家发财，一年过千亿，过万亿，这会是学佛？这是做梦！

给大家讲个笑话好吗？怕你们睡着，给你讲个故事，这个故事意义很深刻。我当年做居士经常跑河北，有一年在河北保定观音寺，我们的真广法师在那里，现在他是保定市佛教协会的会长，是一位很好的大法师，我非常尊重的法师，非常正派的一位出家人。那一年我在那里打佛七，念佛七中场休息，两个老菩萨在那里擦佛台，一个老菩萨就问：“好长时间你怎么不见了，干嘛呢？”她一听就说：“哎哟，我的小孙子考大学，给他做饭，实在出不了，好不容易找个机会，儿子媳妇休息啦，出来参加个佛七，看能不能坚持到底”，“我给你说个好办法，绝对能够考上大学。”“什么办法？”“一天念十遍大悲咒，保证能够考上大学。”“啊，这么好？”“哎哟，



大悲咒可灵验了。”当时真广法师还没有做方丈，他还在那里做小和尚，只是一个普通的执事，听到以后眼睛当时就瞪住了说：“你别瞎说，害人家孩子呢！”一句话就扔过去了。为什么呢？如果说只念大悲咒就能够考上大学的话，我念了一百遍都不止了，却连高中都没上。考学，要用心用功地去学习，不要再考虑其他的東西，你不付出努力，佛菩萨会帮助你吗？感应感应，你自己都不付出行动，没有感这么会有应呢？自己都不努力，佛菩萨会帮助你不用而获？不可能的事情，所以就成为了笑话。我们中国有两大观音道场，东边就是普陀山，西边就是西藏。西藏有一个牧民拜观音，她十五年只有一个心愿，就是求观音菩萨保佑儿子考上北大。可十五年孩子还没有考上北大，郁闷啦！边烧香边埋怨菩萨，您这么慈悲的菩萨，就不满足我这么一个小小的心愿，十五年啦都不满足我呀！埋怨完了，晚上菩萨给托梦了，梦中哭哭啼啼的，眼泪一把鼻涕一把的说：“不是我不保佑你孩子上北大，前提是你别让你孩子去放羊，而去上学呀！”所以说，非分之想，没有人会保佑你，没有人会帮助你，佛菩萨不保佑那些贪心的人，自己不努力的人。感应两个字是用我们的真情去感动我们身边的每一个众生，使他们变成我人生当中的活菩萨，这才是观音、观心的意义所在。

观心，关注每一个众生真实本心，才能找到真朋友！西方有句名言：交朋友不是让我们在生活中寻找那些十全十美者，而是要用真心感动那些志同道合的人。这完全和观世音菩萨的精神如出一辙。东方西方，都是这个道理。用到我们生活中想一想，现在在家人比较多，姑娘、媳妇什么谈恋爱之类的，“剃头挑子一头热”有什么用啊？把你的优秀，把你的才华展示出来，自然有喜欢你的人，欣赏你的人。人家会无故喜欢你？别扯了，根本不可能！有个居士，是很好的护法，给我讲谁谁怎么啦，也不给他打个电话，那是个大居士、大护法，多重要哇！我看看他说：“俗”。一句话甩过去了，太庸俗了。我是谁？我是出家师父呀，“饿死不攀缘”，这是老话。出家人要耐得住寂寞，守得住清闲。看人家有位子，看人家有财宝，就去拉近乎：“吃

了吗，最近怎么样呀，心情愉快不，到我这里住几天不，我给你开个最好的房间……”我做不来，我不这么做，我信奉弘扬佛法。孔子有一句话：“桃李无言，下自成蹊。”假如你是一朵花，就尽情绽放，喜欢的人自然会来聚拢的，不需要你去召唤。不喜欢你的人，你爱来不来，你叫他干吗呢，不来更好，还省事呢，我就这么着！做出真正的自己，活出真正的自我，那才是经典和智慧。今天攀这个，明天攀那个，累不累呀？普陀山每年来山五百万人口，你看得惯的有几个，你千手观音拉也拉不住呀，你得长五百万只手。

言归正传，《普门品》的第二问。第一问讲了观音更要观心，第二问观音菩萨有什么过人事迹呀？说道德楷模，为什么是他而不是你呀，要思索这个问题。“应以何身得度者，即现何身而为说法！”谁都知道不同的人要用不同的办法，太简单了。可是要思索的是：这么简单的办法，在生活当中我们为什么做不到呢？想想在生活当中我们是不是会经常遇到这句话“秀才遇到兵，有理说不清”，是不是很郁闷呢？我经常给朋友分享千手观音的第二重含义，观察嘛。观音菩萨不仅仅有一千只手值得我们去思维思索，他还有十一张面孔，有没有注意到哇？十一张面孔有确指含义的哦。什么含义呀？佛教分世间众生有十法界，一张面孔对应一法界。佛教讲的六道轮回，实际上就是指的六种众生是最常见的，而这十法界即是世间众生的十种心。这是天台宗的理论哦，十心，又要求我们在生活当中，不管遇到哪一种人，哪一种心，我们都用和他相应的方式方法跟他交往交流，这才是观音菩萨十一种面孔的真实含义。那第十一张是什么意思？就是变数当中有永恒不变的东西。你再怎么变化，你的中心是不变的，是为了他好，是为了解脱，因为佛法平等嘛！不是让你害人的，变法是要变，害人的心是要不得的。所以第十一张面孔是永恒不变的为他好，为他解脱的意思。说起来很简单，用在我们社会当中怎么去理解这十一张面孔呀？就是告诉我们要用别人喜欢的方式爱人，不能够一厢情愿。比方说《新民晚报》上登了一则故事，最残忍的故事啦，现在的父母都是喜欢望子成龙，望女成凤哦！从小逼



着孩子练钢琴很多吧？《新民晚报》上登了，一个小孩子，恨死练钢琴了，咔嚓，直接把手指弄断一根！逼孩子逼到这个份上了，自己想想啊，你说这做爹妈的多委屈呀。可怜天下父母心，你为什么是可怜、可恨、可悲，而不是可敬、可喜？因为你不懂得孩子的心，你是用你自认为的态度，实际上是伤害了孩子。用别人喜欢的方式爱别人，都知道难变。为什么难变呢？这是我们要思索的，因为每个人都有惯性，佛教标准词语叫做业力，业力是惯性的意思，到这个时候你就把握不住了。举个简单的例子，听说过这个故事没有？老笑话，有一本书叫《笑禅录》，特别好玩，强烈建议你们有空去读读它。《笑禅录》明代一本好玩的书，潘游龙写的，他用笑话的方式解释佛法。我专门讲了一堂笑话与佛法，全用现代版的笑话，不用古笑话。在今天为了显示这个法师读书很多，不好意思，在这里炫一把哦！给你们讲个古代的故事，再讲个现代的故事。

《笑禅录》讲一个财迷，看到钱就两眼发光哦。我们知道禅宗修行有一个关于禅的标准答案。什么叫禅啦？叫做“制心一处”，把你的心思都放在一个点上，这就叫禅。制心一处，结果就是无事不办。笑话中的财迷绝对到达了禅的境界了，他的心中就只有钱。他一个人跑到熙熙攘攘的街市，那里抢购货物的人很多，这个财迷跑到那里去，看到人家的钱箱子抱起来就跑。有人一看光天化日之下，怎么有人抢钱呢？一个箭步跑上去就把他给逮住了。就问他：“你怎么回事，胆子也太大了吧，这么多人你也敢抢？”财迷只得老老实实回答说：“对不起，我眼睛只看到钱没看到人！”这是古代笑话，一心不乱到了绝对禅定的境界。现代版的一个吃自助餐的故事，活生生的例子。老公带着老婆去吃自助餐。老婆刚坐下没多久，老公就朝餐桌跑过来，边走边说：“老婆，快看肉好新鲜，看样子多好玩！”老婆恶狠狠地看老公一眼说：“你眼神好点行不行呀，你拿的是样品。”老婆刚说完，服务员就跑了上来说：“哎哟，大哥我喊你怎么没听到哇，你拿着样品跑什么呀？”她老公特爱吃肉。你看看，真也是到达了一心不乱的境界，人家在后面急着喊他，那是样品

你拿错了，都听不到。这些故事告诉我们什么呢？当我们的心专一在某个地方的时候，比如你的心在钱上，在人家居士的腰包上，谁都看得很清楚，藏不住的。因为“路遥知马力，日久见人心”，谁都知道是怎么回事了。

我们佛教的忏悔偈不常讲吗，“往昔所造诸恶业，皆由无始贪嗔痴，从身语意之所生，一切我今皆忏悔。”很简单的四句话告诉我们佛法的整个奥秘，你们没有思索过吧！我们为什么会犯错误，会弄出笑话呢？因为内心存在着贪嗔痴，这三种不良心理。你以为你有这种心理的时候，靠演戏就能隐藏得住吗？告诉你身语意之所生，心态决定状态，心里有什么外面就会透露什么信息来，外在的状态就能让人捕捉你内心里的状态。修行要么顿悟，从改变你心理状态入手，破茧成蝶开悟了，立马心态一变，状态就焕然一新；要么就是什么呢？老老实实渐修式的，从自己行为入手改变状态，然后慢慢地根除习气。修行不外乎这两条路，要么顿悟，从心入手；要么渐修，从身入手，这才是我们要真正反省思索的佛法的精要。

再给你们讲个笑话吧，看到大家精神都倍足，不讲笑话不行，再给充充电。有一个人跑到小区送礼公关，见到小孩就问：“你爸爸在家吗？”小孩说：“在家。”好，他就咚咚去敲门，敲了半天没人开门，郁闷。他又继续问：“你家里有人吗，你爸爸在家吗？”小孩说：“在家。”“在家怎么敲门不开门呢？”“那儿不是我家。”敲错门了！为什么敲错门，弄出笑话呢？因为你先入为主，看到这个小孩子在门前玩耍，就一定是这个家里的吗？那可不一定。我在安徽的时候，听到过一件事。一个法师，背着香袋走路的时候，经过一家皮肤病医院门口，都知道了哦，皮肤病是管什么病的，治疗各种隐私疾病的，他从那儿门口经过。就在他从门口经过的时候公交车上的一位居士看到他，哎！他怎么从这个医院出来呢？立马就给举报了。他受委屈了，不少人以为他得了不可告人的疾病。她（居士）告诉了当家，寺院把人家给撵出去了。你说为什么会这样子呀？你联想嘛！你就不想想师父是从这里走过去，难道一定就是看病的吗，想不到是别的原因啊！居士有时候要注意，有时候看



到出家人跟女居士在一块有没有别的想法呢？很多人都汇报给我类似的问题，我都笑一笑说：“谢谢你对佛教的关心，谢谢你的监督，我一定好好努力把队伍工作做好。”我都没有办法去说他，人家说一句话就是针对我吗，干嘛老是这么想？叫师父怎么看待你呀？哎！自己的妄心太重太多，这个心不是你真心，而是我们的业力，我们惯性思维。

我们现在都知道社会上找一个对象多难啊。有这么一个姑娘去找一个男朋友，想考验考验他看是不是值得托付终身。天冷了去逛公园，故意穿了件薄外套，到了公园故意对小伙子说：“今天的天气真冷呀！”这个小伙子怎么办呢？说：“幸亏我今天穿了件厚外套！”他没有展示男子汉风度，把外套脱下来送给她表示关心照顾，这个姑娘一看拜拜，立马打电话走人了。你看看，小小的行为，暴露了你的内心是个不关心别人的人，更多的是关心自己。所以说业力现前，必定有报，到了那个时间你控制不住自己了！修行就是要从每一天开始，每一个当下开始，慢慢地培养成好的习惯，好的行为，才会当局不迷，临危不乱。哦，问题来了。“师父！既然每个人都不能变化，我们修行就是修这个好习惯，什么叫好？什么叫坏呢？”曾经有很多居士问我这个问题，问得非常水平。为什么非常有水平呢？实际上《普门品》包含的含义，简单地概括就是三无碍。哪三无碍呢？第一个无碍，观相无碍。有本事的人善于透过事物的现象把握本质，他不会被事物表面的现象所迷惑，我把它归纳为观相无碍。第二个无碍，施法无碍。他会变，我们世俗里是“秀才遇到兵有理说不清”，要得说得清，你得变成兵，把他斗趴下再说！你不会变吗？你只会受窝囊气。有个居士还给我讲：“高尚是高尚者的墓志铭，卑鄙是卑鄙者的通行证呀！”他引了一句诗来给我分享，没想到我都知道。他拿这个“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身”等等来说事，其实受罪是还业障，活该！你就是业深障重，就应该遭受这种报。为什么呢？没有智慧，不会变换方式方法。菩萨无碍，随意变换，都是为他好，施法无碍。第三个无碍才重要呢，叫做

体道无碍。什么叫做体道无碍呀？我们常说的叫知道，现在的知识分子据说也改名词啦，不叫知识分子了，叫知道分子，因为他光会知不会做。佛教非常好，佛教修行是信解行证。起因就是不停留在知的层次上，而是停留在实践的阶段上。所以体道，光知道不行，要真正体会，落实在当下。什么叫做体道无碍呀？最简单的体道就是什么呢？打破对善恶伦理判断的执著妄想惯性思维。世界上确实没有什么好习惯坏习惯之分，绝对一点说，喜欢杀人绝对就是坏的吗？杀人也不一定是绝对的坏事。想想，假如一个战士在战场上不奋勇杀敌的话，就会被他的领导“嘎嘣”一枪，军法论处。在战场上不奋勇杀敌的，就意味着对人民背叛，是最大的恶。《佛说因缘僧护经》怎么说呢？“为救一国，宁舍一村；为救一村，宁舍一家；为救一家，宁舍一人。”佛法是讲缘起的，不同的环境有不同的结论，不同的条件有不同的结果啊！不能够绝对地说有好习惯，有坏习惯，没有。一切要看什么呢？看本质、看缘起。

好坏没有绝对的。正因为没有绝对的，所以说在我们人生当中怎么才叫培养好的习惯，只要记住三个字即可。哪三个字呢？就是讲题的最后三个字。观音，观心，更要观自在。

都知道观自在是观世音菩萨另外一个名字，这个名字是玄奘法师从印度梵语直接翻译过来的，而观世音是从西域的文字直接翻译过来的，实际上是一回事。我很喜欢跟我的朋友分享，观自在三个字不仅仅专指观音菩萨，更是泛指所有到达观音的这种菩萨境界，也即它不仅仅是特指一位菩萨，更是人生的一种境界。再进一步，它还指到达这种人生境界的具体方法，就是观自在。观前面讲了，用心倾听，用心感受。自，望文生义，自己。你是谁，你在哪里，你到底想做什么？在外部环境，你处在什么地方，什么环境，什么条件当中。自是主观的，在是客观的，每天能够提醒自己，把主客观因素和谐完美地统一，认真地把握平衡，你绝对处处自在，人生完美。举个简单例子，现在有个说法叫什么老板，老板，要老板着脸，对吧？试问你在单位是老板老板着脸情有可原，你在家还是老板吗？你是老公或者是老婆耶，是半边天，



就不要一手遮天，就不能老板着脸，有事要商量，是不是这样子呀？我有个朋友是军队里的一把手，转业到了某个市里面的一个局，做了一个局长。一个月后找我诉苦，“我跟（老婆）她过不下去了，要离婚。”我说“为什么呀？你说说看，我给你排忧解难。”他给我“得得”，三句话一说，“对不起！打断你，你别说了，全是你的不对，全是你的问题。”他问我“怎么都是我的问题呀？”“我说你呀，在部队做一把手做习惯了，养成了命令的作风，长官的意志。”因为部队就是发命令听指挥嘛，服从是天职，他是老大没什么可商量的，你要是百花齐放提升战斗力，绝对失灵哦。养成这个毛病回家了，我说：“你现在已经不再是司令，不再是正师级干部了（因为社会上低聘，聘个副师级），在家有事你要商量，不能再发号施令了，不再是军人，脱下军装，穿上便服，你要回复你老百姓的身份了，你要改掉自己的毛病，要尊重你爱人，多倾听她的意见，家里面大事你做主，但是你好歹也得象征性地征求征求意见吧！不然的话，假如我是你家里人，我也会把你开除家籍的。”我就是这么说的。想想是不是呀？在生活当中也是啊。

有个法师给我讲个笑话，又是真实的。有个小和尚刚出家，我常说“你们这些在家菩萨多原谅原谅他们，小和尚没有经历过，难免要去补补课。”我把它称为人生补课。哎呀！这位小法师他给我说了一件事，把我笑死了。这个小和尚去“补课”去了，人家请他吃饭，给他夹了一块，“呀！小朋友，这么年轻补补身体不，来吃个鸡腿吧。”“哎哟，阿弥陀佛！”他很自然地就合掌念了一句佛号，可当时他穿的不是僧装是俗装！就这个当下，我们的这位法师顿悟了，我是出家人，我不能再做这个事儿呀！从那以后，这位法师就再也不做这种坏事了，再也不去“补课”了。这是普陀山一位法师亲口告诉我的。这都是因为我们人生没有把握自己的角色，没有想到自己处在什么环境当中，才会发生一些笑话。如果说我们在生活当中，能够用心地去观察，提醒自己我是谁，我在哪里的话，你还会发生这些笑话吗？现实生活总是给我讲课提供一些活生生的教材。我有一句名言，自己得意一下，我说什么

叫大居士，真正的居士呀？当你修行修到一点也不像个居士的时候，您是大居士，绝对是维摩诘居士再生。为什么？我有一篇文章叫《在家居士如何学佛修行》，其中讲到一个重要细节，当时我在安徽的时候遇到的，有一位居士修行特精进，时时念佛，处处念佛，没有把握住自己的角色，没有时刻照顾是在什么环境当中，问题来了。九十年代末的时候，那是“法”轮功风声最紧的时候，单位人直接把他当成法轮功给举报了，还到佛教协会去求救兵，让我去给做思想转化工作，我一问好了，嗨，笑死人了！怎么回事儿呀？你说你在寺庙里念佛，那就念呗，这是好事儿呀。可他念佛不看地方和环境，也不一定是好事，为什么？单位上开会发言之前他还要合掌。请问您是谁，您在哪里呀？这个行为，这个动作，放到这儿大不宜，就是犯戒行为呀，怎么能这么做呢！他不管，不是说要时时用功吗？对不起，你又一厢情愿了！你连这个《优婆塞五戒经》都没学过，《优婆塞五戒经》也是沮渠京声法师翻译出来的。在不合适的时候，不合适的举动也是犯戒的呀。咱们在生活当中经常这样子，所以我说人生修行最简单的把握在自己，这是观自在。把握不了，你就永远不得自在。我经常给我的居士们分享，我说我时刻记住我是法师，我是个出家人，我用心提醒我自己，我就不会有问题出现。

这是今天给我们在场的各位同修分享的内容，你们想不想提问啦？我知道还有点时间，想提问的有没有，举手示意一下，如果没有的话，我就做个结束语结束。有没有想提问的？我每一次讲座呢，都是前面先讲，后面自由互动，如果没有我今天就可以偷懒轻松一点。胆子都这么小吗？假如你们不能提问题，那我就以一个问题来做结尾。什么问题呀？《心经》都读过吗？读过的，如果没有读过，你这个同修就不是同修，你是外道。呵呵，开玩笑。《心经》当中有句名言：“心无挂碍，无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想。”对吗？今天我在讲《普门品》的时候，特别把“心无挂碍”这个“无挂碍”的三点给讲到了，通过《普门品》解释了《心经》，你们有印象吗？提醒一下，三无碍，大声告诉我。（众答：“观相无碍，施法无碍，



体道无碍。”)

阿弥陀佛，今天的讲课没有白讲，到此结束，感恩大家给我这个机会，谢谢！

智宗法师简介：法师现任普陀山佛教协会副会长，普陀山慧济禅寺监院。

# 吉祥人生

解读《佛说吉祥经》

文 / 会闲法师

尊敬的诸上座、各位大德法师、大德居士：大家下午吉祥！

先请大家和我一起合掌念佛：南无本师释迦牟尼佛（三声）！

非常荣幸能受我们惟老的邀请来普门讲堂和大家分享佛法。此刻我有点紧张、因为在座的有我的老师、我的学长、我的领导、我的同事，可以说诚惶诚恐。今天想跟大家分享的不是特别深奥的佛法义理，而是来谈谈什么是吉祥的人生，什么是幸福的人，这是我们普遍关心的话题。何为吉祥？吉祥，其实就是人生的一个理想境界，怎样的理想境界才算是吉祥的呢？我想，这种理想的境界至少包括以下六个方面的内容：

- （一）、身体、心理、人格、社会关系等都得以健康；
- （二）、个人智慧、名声、谋生以及发展的才能等都得以发挥；
- （三）、有美好的居住环境、有理想的伴侣、有师长和亲朋好友；
- （四）、得到各类有形或无形的内外支持；
- （五）、有良好机会，以及逢凶化吉、转危为安的运气；
- （六）、五福齐全：即长寿、富贵、康宁、好德和善终。

如果能达到以上这六种境界，你就拥有了吉祥的人生，生活当然幸福。那么怎么样去拥有呢？这就是今天我们要探讨的主题。我们佛教有一部非常受欢迎的经典，

叫做《佛说吉祥经》。这是一部非常受欢迎、非常受尊敬、并且非常有现实意义的经典，说明什么是“幸福吉祥”的经典。

本人非常喜欢这部经典，原因是在上座部的佛教国家斯里兰卡待了八年，看到他们不管在家出家，只要是佛教徒，每天一定会诵这部《吉祥经》。这部《吉祥经》又叫《幸福经》。今天我所参考的译本是由李荣熙居士在1935年从巴利文翻译过来的，发表在当年九月二十二日的《佛教日报》上。解放前太虚大师最早组织了五比丘到斯里兰卡留学，他就是其中的一位，在兰卡追随当时著名佛教学者VAJIRAPANNA金刚智长老受学。因为同在一个地方留学过，这是我喜欢的原因；第一次听人讲这部经典的是我们的净旻法师，听了更受启发；平时断断续续听得最多的是明禅法师，他逢人便介绍这部经，而且一次又一次地解释、讲解，津津有味。所以我也下决心推广、学习这部经典。

今天就和大家一起来走进佛陀的世界，一起来解读佛陀诠释的吉祥人生的密码。每一件事情的产生都有他的因缘，佛经也不例外。那么这部经典又是在怎样的情况下产生的呢？

相传，佛陀在传授这部经典之前的十二年，当时的印度一直存在着一个什么是吉祥的问题，吉祥也就是幸福的另一种说法。这个问题在在家人之间引起广泛的讨论，他们彼此相问：“吉祥是什么？什么是吉祥？”有人说这个是吉祥，有人说那个是吉祥。一些人说看见想要看见的事物是吉祥；有些人则认为听到你想要听的声音就是吉祥；又有人说闻到想要闻的，吃到想要吃的，碰触到想要碰触的，就是吉祥，甚至还有一些迷信的说法。而且这些迷信不容易破除，每个地方、每个国家都有它们的迷信，一些佛教国家也不例外。比如，在缅甸，人们认为猫头鹰的声音是吉兆。如果一只猫头鹰飞到你的家里，并且制造些噪音，那么你第二天就会得到某些东西，进财之兆，所以认为猫头鹰是个吉祥物。在斯里兰卡和新加坡，到处是乌鸦。在兰卡，出门碰到乌鸦叫是吉兆，若是被乌鸦屎击中，那是大吉大利的事情。我开玩笑说：“出

门乌鸦叫，下来一泡屎，劈头又盖脸，是为最吉祥。”

由于每一个人都有自己对吉祥的看法，大家意见不统一，于是就争论不休。这个问题就一直被讨论着，并且很快被传到天堂，天上的神仙和天人都知道了。然而，他们也不知道什么是真正的吉祥。他们又开始彼此讨论，互相问答，最后，还是没有有一个满意的结论。

于是天神们便向他们的国王——帝释天王请教什么是幸福吉祥。帝释天王说：“这个我也不知道。但是有一个人肯定知道什么是幸福吉祥，我将去请问他。”

于是，午夜时分，他来到人间，化作普通天人，走近佛陀并询问什么是吉祥。于是，佛陀告诉天神什么是真正的吉祥。佛陀的回答就成为了《吉祥经》的经文，当中开示了种种最高的吉祥。这就是佛陀讲这部《吉祥经》的缘起。

下面请听我先读诵一遍原文：

## 佛说吉祥经

如是我闻。一时佛住舍卫国祇陀园给孤独精舍。时已夜深，有一天神，殊胜光明，遍照园中，来至佛所，恭敬礼拜，站立一旁，以偈白佛言：

众天神与人，渴望得利益，思虑求幸福，请示最吉祥。

世尊如是答言：

勿近愚痴人，应与智者交，尊敬有德者，是为最吉祥。

居住适宜处，往昔有德行，置身于正道，是为最吉祥。

多闻工艺精，严持诸禁戒，言谈悦人心，是为最吉祥。

奉养父母亲，爱护妻与子，从业要无害，是为最吉祥。

布施好品德，帮助众亲眷，行为无瑕疵，是为最吉祥。

邪行须禁止，克己不饮酒，美德坚不移，是为最吉祥。

恭敬与谦让，知足并感恩，及时闻教法，是为最吉祥。

忍耐与顺从，得见众沙门，适时论信仰，是为最吉祥。  
自制净生活，领悟八正道，实证涅槃法，是为最吉祥。  
八风不动心，无忧无污染，宁静无烦恼，是为最吉祥。  
依此行持者，无往而不胜，一切处得福，是为最吉祥。

### 解经题：佛说吉祥经

佛是梵文 Buddha 佛陀的简略，汉译为觉者，就是觉悟的人。佛是最幸福、最自在、最完美、最如意、最吉祥的人。

#### 佛说

是指本经乃释迦牟尼佛所说，佛是具有说不尽的功德智慧的人，是最吉祥的人，因此“佛说”即是金口宣说。

#### 吉祥

吉无不利，祥为瑞兆。对于人生而言，即是身康心泰，主观世界与客观世界都在最协调、最完美的境界。具体地说，凡是福德、智慧等我们本分应该得到的，我获得了，这是“吉祥”；祸变烦恼等我们不该得的，我们得到了，那就不吉祥。

#### 经

是释尊演说的教理。在这里，我们可以把《吉祥经》理解为佛陀传授给我们的，怎样拥有最吉祥人生的经验和方法。

#### 如是我闻

为经典之开头语。释尊于入灭之际，曾对多闻第一的阿难尊者说，记录佛一生所说的经藏，必须在卷首加上“如是我闻”一句，以区别于外道经典（相当于现在的专利号、商标和防伪标志一样）。

佛陀兴教说法，必须六缘具足，又称六种成就或六事成就。即：

如是为第一成就，称信成就。表示深信此经所记载的内容，都是佛陀亲口所说的教法。佛法大海，唯信能入，信受这个法是佛所说的而不怀疑，故称信成就。我闻为第二成就，称闻成就。即阿难亲闻佛之说法，故称闻成就。一时为第三成就，称时成就。即指说法的时间。佛为第四成就，称主成就。即指说法之主。在舍卫国祇陀园给孤独精舍为第五成就，称处成就。即指说法的地方、处所。舍卫国的位置，大概在尼泊尔境内。祇陀园给孤独精舍的典故，在座的法师们都听了 N 遍了，这里不再介绍了。

#### 时已夜深

上面的一时，为机缘、期遇之时。这里指请佛说法的具体时间，是这一天中的深夜时分。帝释天王选择晚上的中夜时分谒见佛陀，是因为中夜是天神接近佛陀，向佛陀请教问题，或听佛陀说法的时间。根据《阿含经》记载，释迦牟尼佛的一天是很辛苦的。在印度白天晚上一共是六时，我们常说昼夜六时恒吉祥，白天分初日、中日、后日，晚上则是初夜、中夜、后夜，这个时间概念相当于早上六点到晚上六点这是白天，晚上六点到第二天早上六点这是黑夜，夜三时，昼三时。戒律里面讲到比丘的生活是初夜、后夜精进行道，中夜可以休息，要按这个指标来说，实际上就是休息四个小时，相当于晚上八点到十二点。一般，在家众可以在下午去见佛陀，下午的时间是属于在家人的。午后、傍晚和初夜时分则保留给比丘僧。比丘们在这段时间面见佛陀，并提出问题请教等。第二夜分或中夜是天神的时间，那时人们已

熟睡，所以，佛陀的周围就不会聚集太多的人。据说，天神并不想到人间，因为他们无法忍受人类散发的味道，听说奇臭无比。他们大约在离人类 100 由旬，也就是几百里远就能闻到人类的恶臭。

### 有一天神

为第六成就，称众成就。天神为当机者，请法者，又代表闻法大众，相当于学生代表的身份。天神为六道众生之一，是具有灵妙不测之德者的通称，持五戒不失人身，修十善才能感生天上。

### 殊胜光明，遍照园中

事物的超绝而稀有者，称为殊胜。众天神由善业福报，而得光明神力。这位天神是具有大福德、大智慧的，这殊胜的光明就是他的身光与心光，是他的福德之光与智慧之光。他以身心光明，遍照整个祇陀园，代表人天大众，向佛请教最吉祥的事理，足够说明这场佛说吉祥经的法会本身就是一件最吉祥的殊胜稀有之事。

### 来至佛所，恭敬礼拜，站立一旁，以偈白佛言：

这位身心放光天神，来到佛的处所，缓步前进，向佛陀恭敬作礼并站立一旁。他将心中的问题，以偈颂的形式，向佛请教。

### 众天神与人，渴望得利益，思虑求幸福，请示最吉祥。

天神与人，是六道众生中的两善趣，地狱、饿鬼、畜生是三恶趣。我们要敦伦尽份，持守五戒才能得人身；广行十善，积功累德才能生天界。天道与人道的众生，虽然在六道中的品位最高，处的环境最好，寿命最长，福乐最多，但是如果拿天道与人道相比，品位、环境、寿命和福乐又有天壤之别了。然而，生在天道与人道最



终还是免不了生死轮回。

天神的不幸福表现在哪里？就是天神将死的时候有五种衰相现前。即一、头上花萎，就是头上所带的花冠渐渐枯萎；二、衣裳垢腻，就是无缝的天衣生出污垢来；三、身体臭秽，就是天神身上的光明不但消失，而且发出很多臭的气味来；四、腋下汗出，就是两腋之下流出很多的臭汗；五、不乐本座，就是以上种种不好的衰相出现之后，天神便对自己的宝座生出不乐的感受，天女眷属也厌离他们而走开。

同样，如果我们人类，违背了人伦道德，触犯国家法律、法规等种种恶行，也将感受五种衰耗之果：（一）求财所愿不遂；（二）如有所得，日当衰耗；（三）在所至处，众所不敬；（四）丑名恶声流闻天下；（五）身坏命终，当入地狱。

即便在天道与人道，这种衰变、坏堕都无法避免，我们又怎能不忧愁思虑，以求幸福与吉祥呢？这位天神代表人天大众，向佛请示幸福和最吉祥。于是世尊如是答言：世尊就是这样回答的。

### 勿近愚痴人，应与智者交，尊敬有德者，是为最吉祥。

请问诸上座，世间最可怕的是什么？贫穷、饥渴、疾病、恐怖、绝望等等。其中，愚痴最可怕。愚痴，是人生三毒之一，是六种根本烦恼之一。所谓愚痴人，是笨拙无知，心性闇昧，不通达事理，迷惑妄取，而做种种不当行为的人。愚痴的人不明理，不明理的人就颠倒、邪见、恶行，不但影响自己、影响当下，而且影响他人、影响后世。与这样的人来往有什么坏处呢？

俗话说：宁愿为有智慧的人撑伞，不可为愚痴的人出主意。这里说个奸臣与昏君的公案，宋康王问相国唐鞅：“为什么我对臣民这么宽厚仁慈，他们却不爱戴我呢？”唐鞅说：“主公，做君王的不该要臣民爱戴，而该要臣民害怕。你对有罪的人总是重罪轻罚，他们当然就肆无忌惮啦。只有轻罪重罚，主公才会有足够的威严。”于是宋王就开始轻罪重罚。不料轻罪重罚的效果不佳。因此再问唐鞅：“我杀的人



已经够多了，但是臣民还是不怕我，这是为什么？”唐鞅说：“主公杀的人，都是有罪的人。只杀有罪的人，没罪的人当然不必害怕。主公想让臣民害怕，就要不管有罪没罪，时不时地滥杀一通。那样臣民就会人人自危，对主公敬而畏之了。”康王觉得有理，过了不久，他就把唐鞅杀了。这是一个令人毛骨悚然的典故。真可谓“昏君有过，奸臣有罪”。最终落得昏君丧国，奸臣丧命的可悲下场。可见亲近愚痴人，轻则成事不足，败事有余；重则破国亡家，丧身失命，亲近不得啊。

还有一则“愚痴人畏影恶迹”的故事。说的是一个赶路的愚人，非常害怕自己的影子和自己的脚印。为了甩开脚印和影子，他越走越快。可是他不知道，无论走得有多快，影子始终寸步不离脚跟；他不知道，自己走的路越多，脚印也就越多。他更不明白，只要走到树荫里，影子就没了；只要坐着不走，脚印也就没了。他还以为是自己走得不够快，未能甩掉影子与脚印，于是拼命狂奔，终于力竭而死。所以生活中不要亲近、接近愚痴人。

对我们一般人来说，人生的幸福不外三个方面的因素：

第一心灵健康；第二身体健康；第三不缺财富。

愚痴人就是心灵不健康的人，但一般情况下，除了有精神病的人，谁也不会认为自己是个心灵有问题的人。用佛法的标准来检验我们的心灵是不是健康，就是看我们当下是不是有贪、嗔、痴等烦恼，如果有这些烦恼，就会被这些烦恼所障碍，佛法叫“烦恼障”，就算不上吉祥了。那要如何去除这些烦恼呢？用智慧来对治。怎样获得智慧？一是靠自己修学、觉悟；二是靠善知识引导。所以佛陀接下来教我们：“应与智者交”。

我们平常为人处世都讲求天时、地利、人和。与智者交，就是求人和，是选择人缘。物以类聚，人以群分。谁都不愿意与口是心非的小人相依为伴的。常言道：“勿友不如己”，就是这个道理。

古代有个笑话：说的是从前有一个秀才喜欢卖弄才学。一天他看见有一位村姑

手里拿着一个大篮一个小篮，便卖弄说：“大篮也是篮，小篮也是篮，小篮放在大篮里，两篮并一篮。”村姑很讨厌秀才的酸样，便挖苦道：“秀才也是才，棺材也是材，秀才放在棺材里，两材并一材。”秀才差点羞恼而死，说明有知识的、有文化的人不一定就有过人的智慧。

什么是智者呢？智者，就有智慧的人，具有适应环境的普遍能力。俗话说：大的罪恶后面必有大的智慧。世人的智慧如果没有了道德内涵，只剩下经验和知识，完全被欲望和贪婪所驱使，就会变成投机取巧的小聪明，不可告人的机谋和狡计。如果一个人光有智慧、能力、知识而缺乏正确的伦理道德规范，就会变成不近人情、自私粗野的“冷血动物”。这些经验和知识就会障碍我们的人生，佛法叫“所知障”。从前禅宗六祖慧能，近代高僧慧明长老和广钦老和尚，都是目不识丁，但他们却既有知识，又有智慧，而能成就一番道业。所以，佛陀教我们：尊敬有德者。

“德者，得也”。认识了道，内得于己，外施于人，称之为“德”。有德者，能正确处理个人与他人，个人与社会的关系，得到了该得到的一切；佛教所提倡的道德标准并不要求我们“毫不利己，专门利人”，因为在佛法而言，别人与自己的根本利益是共同的，不可分开的，大凡毫不利己的事，也不一定有利于人，凡是利人的事必然利己，包括舍己救人的行为，在佛教看来则是同体大悲的精神。所以佛教的道德标准是自利利人，这是菩萨道的精髓，是双赢的处世方法，值得大力提倡。简而言之，凡举心动念对别人有所侵犯，对社会有危害的就是不道德。损人利己的行为不道德，损人不利己的行为更不道德，损己不利人的行为也不道德。

讲个“子贡赎人”的故事与大家分享：鲁国的法律规定，如果鲁国人在外国沦为奴隶，有人出钱把他们赎出来，可以到国库中报销赎金。子贡有一次赎了一个在外国沦为奴隶的鲁国人，回来后拒绝了国家补偿给他的赎金。孔子说：“子贡，你这样做就不对了。你开了一个坏的先例，从今以后，鲁国人就不肯再替沦为奴隶的本国同胞赎身了。你收回国家补偿你的赎金，不会损害你的行为的价值；你不拿，



就破坏了鲁国的那条代偿赎金的好法律。”可见子贡的行为还没达到孔子所要求的不光利人还要利国、周顾一切的道德标准。事实上，鲁国那条代偿赎金的法律，立意非常好，它的目的是让每一个人只要有机会，就可以惠而不费地做一件功德无量的大好事。即便你的财力连预付赎金都做不到，也应该去设法借来赎金为同胞赎身，因为你不损失任何东西，只需要付出同情心。所以，道德的目的并不是要任何人去做损己利人的重大牺牲，而是乐于做无损于自己但却有利于别人的好事，道德观念是一种综合素质，是良好的修养形成的人生价值观。

在我国古代官吏中，洁身自好、廉洁自律的人本来就屈指可数，而一个家族中几代为官者都能比较好地做到这一点就更属不易。东汉名臣杨震及其子孙们就是其中的佼佼者，尤其是杨震的“畏四知”及其儿子杨秉的“去三惑”，更成了流芳百世的一段佳话。

杨震是东汉安帝时的重臣，历任荆州刺史、涿郡太守、司徒、太尉等要职，素以廉洁著称于世。有一年，他从荆州被调到东莱任太守，赴任途经昌邑时，恰逢当年他推荐的荆州秀才王密在昌邑做县令，从而留下了一段“暮夜却金”的千古佳话。据《资治通鉴》记载，为了感谢杨震当年的举荐，王密夜怀金十斤以遗震。震曰：“故人知君，君不知故人，何也？”密曰：“暮夜无知者。”震曰：“天知，地知，我知，子知，何谓无知者？”密愧而出。

杨震不仅自律严格，对子孙要求亦很严厉。《资治通鉴》上说他“性公廉，子孙常蔬食、步行；故旧或欲令为开产业，震不肯，曰：‘使后世称为清白吏子孙，以此遗之，不亦厚乎！’”

正是由于杨震的言传身教，其子孙后人几代为官，皆以清廉留誉当代与后世。其子杨秉，“少承父业，博通书传”，官至太尉，很受朝廷重用。其孙杨赐、曾孙杨彪等亦皆在朝中为官，且官位显赫，政绩良好。特别是杨秉，史书上说他一生效法乃父，为官清廉，生活俭朴，从不饮酒。夫人早逝，他终生未娶。他曾连任四州



刺史，部下曾凑钱百万馈赠，他却闭门拒受，一时传为美谈。杨秉总结自己的人生经验时说：“我有三不惑，酒、色、财也。”《后汉书》称赞杨氏父子说：“震‘畏四知’，秉‘去三惑’。”这个评价，即使在今天看来，也是非常地道中肯的，仍是我们修身进德的楷模。

因此，佛开示我们，要拥有吉祥的人生，首先是要远离愚痴，做一个智慧与道德完美结合的人。

### 居住适宜处，往昔有德行，置身于正道，是为最吉祥。

第一偈中讲人和，这里“居住适宜处”是求地利，就是选择地缘。孔子说过：同仁义之人为邻里，是件美好的事。选住址不选在有仁义的地方，怎么能算是明智呢？孟子早年丧父，他的母亲为了使她学业有成，曾经三次搬迁居处，最后在一所学校旁边定居下来，这是选择合适的社会环境。因为不良的社会环境对我们的身心、生活和事业都有不好的影响。

居住适宜处，就是因地制宜选择好的自然环境。就是我们平常说的风水宝地，是大自然为有德者造就的；反之，即使有所谓真龙宝地，没有道德的住在那里，也不吉祥。

还有一个重要的环境因素更能影响我们的人生，就是我们的心理环境。儒家讲宁静致远，佛家讲因定发慧。“结庐在人境，而无车马喧。问君何能尔，心远地自偏。”这是东晋时期的大诗人陶渊明的《饮酒》诗。他在这里强调，隐居在什么地方并不重要，如果能在思想上超脱一切，那么即使仍然生活在喧嚣的世间人群中，仍能排除世俗的纷扰。

有一个故事，可能有的朋友知道，就是在江西黎川这个地方有一户人家，那家人非常善良，特别是家里的老太太，做善事真是不遗余力，修桥铺路，接济穷人，做了大量的好事。话说有个天气炎热的夏天，一个外地的风水先生给人看风水后风



坐仆仆地赶路，正好从这家人的门口过，风水先生因为非常热而且渴就上前敲门，敲了好久出来一个男的，就是那家的年轻人，他问风水先生你有什么事啊？风水先生说，我从这里过路，非常渴，能不能给我倒一碗水喝呢？这个人说好，你在这等一下，然后就进到里面去倒水了。那个风水先生就在门口等啊等，等了很久还不见人出来，就有点来气了，心想：不就是讨碗水吗？又不是冰啤酒！这是开玩笑啊，那时的乡下是不会有冰啤酒的。风水先生的意思是不就是讨一碗水嘛，又不是什么值钱的东西。风水先生等得都有点不耐烦了，这时那个年轻人才端着一碗水慢吞吞地出来，风水先生接过水一看，上面还有糠呢。糠就是谷子脱粒以后的那个皮，麸皮。风水先生拿到这种水以后更来气了，因为有一层糠漂在水上面，他只能慢慢地喝，吹一口再喝一口，就这样把一碗水喝下去。喝完以后风水先生进到院里去还碗，还碗的时候他看见院子里放着一口棺材，一个非常慈祥的老太太在院里坐着。风水先生就问了，“你们府上最近有人去世啊？”主人说：“正是啊。”风水先生又问，“这么热的天，为什么不赶紧下葬啊？”主人说：“还没有找好坟地呢。”那个风水先生一听马上心生歹念，他说：“我就是看风水的，我能给你们找一个好地方啊。”主人一听千恩万谢，说：“求之不得啊。”老太太的儿子就带着风水先生到他们家的地上去转悠，风水先生因心里已有个坏主意了就找了个绝户的地方，按风水学讲就是葬到那儿的人的家族会断子绝孙死光光的，也就是老百姓常说的绝户坟。他选好了以后那家主人很感谢，还给了风水先生好多礼金，他就走了。过了几年，风水先生又从黎川这个地方经过，他想起多年前曾在这里讨水喝给人家出过一个坏点子，他心里说，我倒要看看那户人家怎么样了。他就又走到他原来讨水的地方，结果发现那家人的房子造得特别好，门庭高大，门口还张灯结彩的，外面还有人站岗，还有值班室。看起来那一家人很是发达呢。风水先生疑惑了，心想是不是原来那家人已经死光了又换了一家呀？他就上去向仆人问，一打听还是他原来讨水喝的那一家人。他便去见那家的主人，主人对他记忆犹新说：“非常感谢你啊，给我们找了个



那么好的地方。现在家里特别发达，做什么发什么，做什么都成功。”风水先生心里更纳闷了，心想，怎么回事啊，我明明找的是一个绝户的地方嘛。他说：“你带我去看看吧”，那家主人就带他去那个坟地看，他这一看啊傻眼了，他说：“哎，这里怎么变成这样了？”那里的环境全改变了。风水先生就问那家的主人，主人说，“我们把老人在这里下葬后啊，当天晚上就狂风大作大雨倾盆，然后在我们老人的坟的周围啊就形成一道天然的屏障，再冲出一条河，反正就成了一个非常兴旺的风水。”这个风水先生听后一方面很惊叹另外也很惭愧，这时他就实话实说了，“实不相瞒我那时候啊心里面动了坏念头了，我原是想给你们添麻烦的，就给你们找了个绝户坟，但没有想到你们家的人这么有德行，改变了这种风水了。”那个主人很奇怪说：“你当时为什么要动那样的念头呢？”风水先生说：“你还记得我上次在你这儿讨水喝吧？”这个主人说：“记得呀。”风水先生说：“那天我敲门敲了很久你才出来，出来以后又磨蹭了半天才端出一碗水，我拿到水一看水上竟还浮着很多麸皮，使我不能很快地喝，所以我心里就动了嗔恨之心。”主人一听就跟他解释说，你不知道，我这样做是按我母亲的吩咐做的。你不知道我母亲这个人有多慈善哪，修桥铺路帮助邻里，做了很多很多的好事。那天你来讨水喝的时候我进屋去倒水，她问起这个讨水喝的人的情况，我说：“天气很热正在外面气喘吁吁呢。”我母亲听后就说啦，“这个人赶路这么热，你直接把一碗凉水给他，他一口喝下去肯定要生病的。”所以她就叫我动作慢一点，好让你在外面先坐坐能够凉下来，另外再在水上面放一点麸皮，好使你喝的时候不至于一口就喝下去，落病。那个风水先生听到这里非常感动，他心想，哎呀，难怪这一家人能够有这么大的力量把风水都能改变，因为他们行善已经行到了这种地步了呀。他们能够为别人着想，帮助人时又是如此的心细，不是说要水喝就给一碗水，而是还想到这一碗水可能对我造成的伤害，他们要想各种方法使这个被救助的人得以避免。所以你们想一想，这种心态当然能够改造环境了，佛教里讲“心能转境”，我想这个故事是对这话的最好诠释了。

所以，吉祥的人生，不是求来的，而是修得的，所谓“往昔有德行”，是过去世曾经广行众善，积功累德。然而，佛法讲的三世因果，我们凡夫肉眼是看不到的，但是可以从目前这一生的因果中得到启示。

范仲淹少年有德行，划粥割菹（音jī，捣碎的姜、蒜、韭菜等）终成大器，就是一例。范仲淹是北宋初年杰出的政治家、军事家和文学家。他不仅在政治上有卓越贡献，而且在文学、军事方面也表现出非凡的才能。范仲淹之所以有这样杰出的才能，与他在青少年时期的刻苦努力有着必然的因果关系。早年的辛勤耕耘，换来了日后的丰硕果实。

范仲淹的祖籍原来是陕西影州，迁到江苏吴县是后来的事情。他不到3岁，父亲因病去世，他随着母亲改嫁到了朱家。十几岁时，范仲淹知道了自己的身世，便辞别母亲，只身来到应天府书院，拜当时著名学者感同文为师，学习经邦治国的知识，立志报国为民。在应天府书院期间，生活条件非常艰苦，他把粥划成若干块，咸菜切成碎末（划粥割菹），当作一天的饭食。

一天，范仲淹正在吃饭，他的同窗好友来看望他，发现他的伙食非常糟糕，于心不忍，便拿出钱来，让范仲淹改善一下伙食，范仲淹很委婉但十分坚决地推辞了。他的朋友没办法，第二天送来许多美味佳肴，范仲淹这次接受了。

过了几天，他的朋友又来拜访范仲淹。他吃惊地发现，他上次送来的鸡、鱼之类的佳肴都变质发霉了，范仲淹连一筷子都没动。他的朋友有些不高地说：“希文兄（范仲淹的字，古人称字，不称名，以示尊重），你也太清高了，一点吃的东西你都不肯接受，岂不让朋友太伤心了！”

范仲淹笑了笑说：“老兄误解了，我不是不吃，而是不敢吃。我担心自己吃了鱼肉之后，咽不下粥和咸菜。你的好意我心领了，你千万别生气啊！”朋友听了范仲淹的话，更加佩服他的人品高尚。

一次，有人问起范仲淹的志向，他爽朗地说：“不是当个好医生，就是当个好

宰相。好医生为人治病，好宰相治理国家。”这种不为个人升官发财而读书的伟大抱负，让周围的人非常敬佩。后来，范仲淹当了参知政事，提出许多利民富国的措施，实现了自己当年的志向，成为一代名人。这是往昔有德行的最好说明。

“置身于正道”。所谓正道，就是顺应天时的道业。佛陀先说人和（勿近愚痴人，应与智者交，尊敬有德者），后说地利（居住适宜处），再说天时，是顺应事物生成的客观规律的。要成就众事，第一是人，第二是地方，第三是时机。不过，这个天时不是黄道吉日，而是我们身、口、意三业的定位。我们心所想的、口所说的、身所行的与自然环境和社会环境相应时，就是天时，否则，你选个黄道吉日去抢个银行试试？

那么，哪些是顺应天时的道业呢？佛教中有八条正道，是顺应天时的，不但通向世间的大吉祥，而且通向出世间的大解脱，通向成佛的大涅槃。这八正道就是正语、正业、正命、正精进、正念、正定、正见和正思维。

今天就不详细介绍这八正道了，上次修定法师已经专题讲过了。

如果我们能实践八正道，可以净化自己，进而净化社会，使大众行正道，构成和善的、安乐的、幸福的和谐社会。

### 多闻工艺精，严持诸禁戒，言谈悦人心，是为最吉祥。

老百姓有句话，叫“业多好遮身”，佛陀教我们“多闻工艺精”。就是要博闻强识，勤学苦练，拥有广博的知识，掌握多种精湛的技艺，才能更好地为社会，为大众服务。

前面佛陀告诉我们要“尊敬有德者”，这里就是把道德规范具体成“严持诸禁戒”。俗话说，行有行规，客有客体，国有国法，家有家规。一切行规客体、国法政令、人伦礼仪所禁止的做了就是犯，所提倡的和义务之内的事不作为也是犯。所以，佛制的戒律一是戒作恶，二是戒不作善。

佛教最基本的禁戒是五戒，就是人生应遵行的五种道德，在这五种道德的基础



上运用知识和技艺，人生就得大吉祥。哪五种道德呢？一、不杀生而仁爱；二、不偷盗而重义；三、不邪淫而有礼；四、不妄语而诚信；五、不饮酒而正智。这五种是做人应有的道德行为。在人群社会，如果大家能够做到“不杀生”和“不偷盗”，那么每个人的生命都能得到安全了；如果大家能够做到“不邪淫”，那么每个人的家庭都能得到和谐了；如果大家能够做到“不妄语”，那么整个社会国家也都能够和平安乐了。所以，不但个人要有健全的人格，必须实行佛教的五戒；就是人类世界要达到和平安乐，也得大家一起来实行佛教的五戒，推行人生应该遵行的五种道德。在这个世界上，如果到处都有杀人、偷盗、强暴、欺骗等不良现象，社会还能安定吗？五戒的不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语，就是为了禁止这些恶行。只要有一人遵行五戒，社会上就会减少一分危机，增加一分安全。

以上五种道德侧重在自身的修为，“严持诸禁戒”，即是以这五戒为根本，就是戒作恶；而“言谈悦人心”就是进而利及他人，更戒不作善。所以从五戒的不妄语戒中再引申出：不两舌、不恶口、不绮语与不妄言，合为口业四戒。具体不展开了。

### 奉养父母亲，爱护妻与子，从业要无害，是为最吉祥。

吉祥的人生不但无害于己，而且有利于人，将利益推己及人，则由自身的父母妻子推及社会大众，所以，佛陀教我们首先要“奉养父母亲”，“爱护妻与子”。

俗话说，“百善孝为先”；古人也说：“求忠臣必于孝子之门”；中华民族有着“孝顺父母”、“尊长爱幼”、“尊师重道”等传统美德。奉养父母亲一是养体，二是养志。养体，就是以尊敬的态度、和悦的颜色、快乐的心情、合乎礼仪的言行来奉养父母，“冬温而夏清，昏定而晨省”，使其在衣食住行等物质生活方面达到满意。养志，就是让父母生活得快乐、安心、自得。自己要爱惜身体让父母安心、不做坏事让父母放心、子承父业让父母顺心、建功立业让父母开心、规劝父母使之不陷于不义等等。也就是要照顾长者、经济上援助长者、尊敬长者、服从长者、关注长者以及慰问长者。

小时候听家母讲过一个关于观世音菩萨教化逆子的故事：说从前，有个屠夫，嗜酒好斗，而且对自己母亲很不孝顺，举动非常粗暴，常常在外边喝醉了酒回家辱骂老母亲，有时还动手毒打母亲。这位寡苦母亲，生了这个忤逆儿子，竟对自己如此不孝，唯有自恨前世业障深重，嗟叹苦命而已。家中供有南海观音圣像，每当杀猪的儿子不在家时，她就跪在菩萨像前忏悔宿业，哀求观音菩萨大慈大悲怜悯她的老苦，冥中感化她的忤逆儿子，使他回心转意，改恶向善，不要再打她骂她。

真是人有诚心，佛有感应，这个恶屠夫，虽然平时不孝老母，但开始对佛教渐渐有点信心，尤其对南海普陀山特别向往，因为他看见一批一批的香客前往南海普陀山去朝拜观音大士，如果菩萨没有灵感，哪里会感动这许多人？同时他还听到很多人从普陀山回来说，在山上看见活观世音菩萨。因此这个屠夫也发起道心来，随着一批香客，同往南海朝山进香，一路上晓行夜宿，走马行船，有一天终于到了普陀山。屠夫至山，各处遍访寻求，想见一见活的观音菩萨，可是跑遍了全山各寺院，也没有看见哪里有活的观音菩萨，大失所望，心有怨意。

菩萨知他是一个忤逆不孝的恶屠夫，所幸还有一点善心，还知道来山进香，就是不知道孝养家中的老母亲，今天点化他一下，使他能改恶向善，做一个孝子贤孙，免得死堕恶道。因此就化现一个年老比丘，坐在潮音洞前。不孝子看见这位老和尚道貌岸然，想必住山有时，定能详知山上的一切，便打躬作揖问道：“请问老师父！你们普陀山的活观音菩萨在哪里？我来寻访了几天，也没有看见，老师父您若是知道，就请相告。”老和尚说：“你要想看见活观音菩萨，现在赶快回去。菩萨已经到你家里了，赶紧回去拜见，切莫错过机会。”屠夫又问：“我就是回去，也不知道菩萨是个什么样子，见面若不相识，岂不当面错过了吗？”老和尚说：“观音菩萨是很好认识的，你回家看见一个反穿衣、倒踏鞋的老婆婆，那就是你所要求见的观音，要诚心诚意跪下拜见，不可稍有怠慢。”

那位屠夫听了老和尚的吩咐，兼程赶回，想一睹观音的圣容。他到家时已经是

夜间十二时许。他的老母亲自从儿子发愿要去朝南海，心中就暗暗的欢喜起来，不断地在佛前焚香点烛，念观世音菩萨圣号，哀求菩萨显圣，感化这个忤逆不孝的儿子，她每天都在佛前求拜，拜上好久，才安心去睡。那天夜里，刚刚拜了佛上床睡去，万想不到她的儿子会在深更半夜回来。屠夫回来看见双门紧闭，因为他一向对娘没有好声好气的称呼过，大声叫喊他娘赶快来开门，他的娘从睡梦中被他吵醒，一听是不孝儿子的声音，并且已经在外叫骂起来了，老太太一下子可吓坏了，自恨自己太大意，为什么如此熟睡，触怒了活阎罗（指其子）又逃不了一顿毒打！赶快起来开门，嘴里连连答应道：“来了！来了！”因怕心慌，所以来不及穿衣穿鞋，衣服反穿身上，鞋子倒踏在脚上，点了灯火，匆匆忙忙地来开门。老太婆战战兢兢地把门开，唯恐今天又逃不了忤逆儿子的毒打，哪知这位忤逆子，走进门来抬头一看，吓得他慌忙对他的亲娘跪下来磕头便拜，嘴里还连称：“弟子某某，拜见观音老母！”

他娘被他弄得丈二和尚摸不着头脑，还说：“你不要认错了，我是你娘，不是什么观音老母。”他说：“我在南海，有位老和尚告诉我，你回去看见反穿衣、倒踏鞋的人，就是活观音菩萨，我没有看错，您就是观音老母！”老太太这时看看自己，才知道真的衣服和鞋子都穿反了，也不觉哑然失笑，这时才知道观音大士的感应，教化儿子回头，现在儿子既然把她看成观音菩萨，老太太也福至心灵，理直气壮地教导她的儿子说：“‘万恶淫为首，百善孝为先’，你在家中不肯孝养自己的母亲，你哪里能得到好报呢？你还想到南海见活观音，哪里有忤逆不孝的人能够亲眼见到菩萨圣容的？你要知道，那个对你讲话的老和尚就是观音菩萨，因为你忤逆不孝，恐怕你死遭恶报，所以要你回来孝养老母，就如同拜见活观世音菩萨一样的功德。”儿子跪在地上经他娘这一顿教训，忽然良心发现，感觉过去完全不对，不应该对自己的母亲忤逆不孝，就在佛前发愿从此痛改前非，做一个孝顺儿子，改恶向善，并且再也不杀生当屠夫，改业做小生意，侍奉老母，以终余年。

很多人只知道远庙烧香做功德，而不知孝养父母，和乐家庭，祖师大德说：“堂



上双亲你不敬，远庙拜佛有何功？”所以，作为一个佛教徒，首先要孝养父母，然后再去布施放生及供养三宝。

我们人应该孝顺父母，动物也知道孝敬父母，感恩父母。在微博上看到这样一则感人的消息：

淮安城里有一户人家，主人宰杀了自家养的一条母狗，然后全家人就将它烹食了……母狗有三只小狗，这三只小狗各衔着被丢弃的母骨走去一处有土的地方。但见它们各自挖土，随后将母骨埋进土中，接着它们便伏在母骨旁悲号不绝……往来的人看到这样的情景都十分感动！大家都称叹这三小狗为“孝犬”。很感人。

清代扬州八怪之一郑板桥，在山东潍县做县令多年，后被人弹劾罢官，离开潍县时百姓夹道相送，依依不舍。人们请他留下一句话再走。郑板桥沉吟片刻，说道：“今后你们侍奉父母，能像对自己孩子那样就行了。”“爱父如子”，言简意赅，应是天下做儿女的孝行吧。

只有实行孝敬才能得到孝敬，只有实行孝敬和得到孝敬的人生才算吉祥的人生。

孔子说：“君子之道，造端乎夫妇，及其至也，察乎天地。”夫妻是五伦之一，也是一切社会关系的始点，是社会机体的细胞。在我们现今的社会，如何建立美满和谐的夫妻关系，使家家成为菩提眷属，而不是冤家仇敌？如何使我们的社会有健全的男女来往，杜绝怨女旷男的问题？佛陀教我们“爱护妻与子”。

古人说“宁拆十座坟，不拆一桩婚”，拆祖坟是最缺德的事情，但离婚比这还要缺德。即是在今天，离婚虽然合法，但离婚给家庭、子女、社会造成的危害却是很明显的。佛教中理想的情感就是慈悲。佛教徒的感情生活，最好是能以理性来指导感性，以感性来融合理性。文学家说：“幸福的家庭都相似，不幸的家庭各有各的不幸。”

这里试从佛法的观点提醒夫妻双方。首先，做丈夫的男士们如何才能博得妻子的欢心与信任？有四句话供大家参考：



一、吃饭要回家。男人在外奔波了一天，晚饭家里吃，营造和家人团聚的机会，增进和乐融融的气氛。回家和妻儿吃饭，就不会涉足娱乐场所，花天酒地，家庭自然不会闹风波。

二、身边少带钱。金钱能够成就大事业，金钱也能毁灭好前程，先生身边不存很多钱，就不去打牌聚赌，不能金屋藏娇，一切偷鸡摸狗的事自然不可能发生。

三、出门说去处。有些太太抱怨先生一出门，就好像迷失于大海一样，不知去向行踪。朋友打电话来找：“你先生在吗？”“他一大早就出去了，我也不知道他到哪里去了。”如果夫妻到了这种去来互不关怀的地步，表示家庭生活已经亮起了红灯。

四、应酬成双对。有许多先生以事业需要交际、应酬为借口，瞒着妻子在外面胡作非为，最后家庭“革命”，感情决裂。如果真的需要应酬，应该带着妻子出双入对去参加，既可培养夫妻对家庭的共识，让妻子也参与你的事业，做一个贤内助，又可以免除不必要的家庭纠纷。

如果说上面对治先生的四点女士们听了大快人心的话，那么下面四点也要提醒各位如何做好人家的妻子：

一、温柔慰辛劳。先生辛辛苦苦地在外忙碌了一天，尝尽了酸甜苦辣，经略了世态炎凉，受够了委屈排挤，回到家来，为人妻子的应给予温柔慰问，帮忙他从困境中走出来，协助他从沮丧中站起来，而不是一进门就数落：“你到哪里去了？这么迟才记得回来。你看！隔壁人家陈先生为他太太买了卡地亚的钻戒，爱马仕的皮包，就我嫁给你这个穷鬼，一个月赚不了几个钱，真倒霉！”让丈夫抬不起头来。女人埋怨丈夫在外拈花惹草，另结新欢，主要是什么原因呢？因为他到了另一个女人那里，看到的是盈盈笑眸，听到的是柔声细语，受到种种的温柔体贴；而回到家里是一张冰冷的脸孔，一顿粗恶的谩骂，好像进入地狱冰窖，他自然无心回家，一心向往外面的乐园了。女人不能只用美貌来赢取男人的欢心，唯有爱心爱语，体贴

关怀，才能获得男人永久的感情。中国过去有个成语叫河东狮吼，这是形容妇女的凶悍，是个贬义词，意思是说在家里说话嗓门大，对自家男人特别狠，她一吼起来山崩地裂啊，房子都发颤，家里人都都害怕发抖，如狮子吼。的确有这样的人啊！所以做妻子的讲话一定要注意，特别是现今社会竞争如此激烈，人和人的差别又是那样的大——有的人买汽车坐奔驰，有的人每天还骑着自行车，最多也就是骑个三轮车；有的人一个月就挣三万五万，有的人则一个月只有几百，多一点的一千两千。所以在家的女性一定要对男性表示理解和支持，要给他多加油打气，千万不要动不动就骂自家男人“没用啊，嫁给你真倒霉啊！”据说解放前有这样一个笑话，说一对夫妻吵架，女的说“哎呀，嫁给你真是背时”，男的就说，“蒋介石很有本事，但人家不娶你啊！”话说回来，能做夫妻是种缘分哪，所以一定要“温柔好言。”

二、饮食有妙味。有人说，要控制男人，先要控制他的胃。丈夫好不容易回家吃饭，做出来的饭菜老是清一色，顿顿快餐面，不能合乎他的胃口，他当然要借口在外吃喝不回家了。如果饮食有妙味，餐餐色香味俱佳，他在外面反而饮食不习惯，自然就会按时知归，何况良好的饮食是维护丈夫健康的要方。

三、家庭是乐园。现代社会推行美化人生运动，美化人生不仅要美化容貌、美化身体、美化环境，也要美化我们的语言、心灵、家庭。客厅里打扫得窗明几净、纤尘不染，先生回到家来，一杯温热的茗茶，一份喜爱的书报，好比活在乐园，焉有不回家的道理？同时，太太们应该把自己美化起来，每日云鬓光鲜；家庭美化了，人也美丽了，丈夫欢喜回到快乐的家园，卸下他一日的疲惫和辛劳。

四、凡事应报告。女性总喜欢保留那么一点点秘密，有几个钱，不能让先生知道，这个私房钱准备将来不备之用；做一件事，也要瞒着丈夫偷偷地去进行。夫妻是一体的同林鸟，关系最为亲密，彼此应该互相信赖和谅解，凡事应该坦诚相告、商议，没有一丝隐瞒，家庭生活自然幸福美满。

男人和女人是构成社会的两大元素，必须男女之间彼此敬重，互相成就对方，



社会才能更加和谐快乐，世界才会更可爱完美。家庭是社会的细胞，健康、向上、和睦、幸福的家庭对社会的稳定至关重要。人们常说：“家和万事兴”，“妻贤夫祸少”，因此，调适好夫妻关系，搞好家庭团结和睦就成了稳定社会的一个不容忽视的重要方面。

在一个人成长的环境中，若论其影响之大，莫过于家庭中的父母。父母的人格，父母的品德，父母的情感，父母的心态，就像阳光、空气、水、土壤影响着一棵幼苗的成长一样影响着孩子的发展。童年时期的孩子，由于他们的无知和辨别能力差，在成长本能的驱使下，他们的学习经常表现为模仿。因此，父母在孩子面前，无论你的职业，无论你的文化程度，无论你的兴趣，无论你有什么想法，你都要尽力表现为一个大写的“人”，展现你美好的一面；否则，你就别做父母。

《苏氏家语》说：“孔子家儿不知骂，曾子家儿不知怒，所能然者，生而善教也。”有一则“曾子杀猪”的故事：有一次，曾子的妻子要上街，她儿子哭闹着也要去，曾妻便哄儿子说：“你先回去，等我从街上回来杀猪让你吃肉。”她从街上回来，见曾子真的要杀猪，急忙阻拦道：“我只不过是跟孩子说着玩，哄他不要跟我上街，你怎能当真把猪杀了呢？”曾子说：“同小孩子是不能开玩笑的，孩子年幼，单纯无知，处处模仿父母的行为，听从父母的教导，今天你欺骗他，就是教他将来学你的样子欺骗人。做父母的欺骗自己的孩子，以后孩子就不会相信自己的父母，这可不是教育孩子的好办法啊！”于是曾子杀了猪，煮了肉给孩子吃。圣人教子，十分注重言传身教，以身作则。

父母的第一要务是教孩子懂得天下第一等学问，即教孩子做人。家庭教育最主要的是品德教育，一个心地善良、人格健全、品德优秀的孩子，肯定是一个上进的孩子，他会尊敬老师，他会尽力学习。父母关注孩子的学习并没有错，但那更多的和主要的是学校的事情。假如在家庭教育中，父母只关注孩子的文化学习和考试成绩，而忽视孩子的品德养成，那便是本末倒置。

接着说佛陀“从业应无害”的教导。在自然资源有限，人类物欲横流，“一切为我所用”的观念炽盛的今天这尤其显得重要。首先是不从事与杀、盗、淫、赌、毒等恶业有关的职业，在平时的工作与生活中还要注意不损害环境、不损害他人。若能人人从我做起，从现在做起，并把做这些小事养成生活习惯，体现在起心动念、举手投足间，就会减少许多浪费与烦恼，从中得到无穷的受用，这就是修行。这样，我们的自然环境就会更加优美，我们的个人生活、家庭生活乃至人类社会生活就会更加安稳、更加祥和。

#### 布施好品德，帮助众亲眷，行为无瑕疵，是为最吉祥。

意思就是“施舍，依法生活，爱护亲属，行为无可指责，这是最高的吉祥。”

有这么一则故事：一个盲人在夜晚走路时，手里总提着一个明亮的灯笼，别人看了很好奇，就问他：“你自己看不见，为什么还要提灯笼走路？”盲人满心欢喜地说：“这个道理很简单，我提灯笼并不是照路，而是为别人提供光明，帮助别人。如此一来，这样就可以保护自己的安全，也就帮助了自己。”这也正符合“为善至乐”的道理。

如何培养高尚的人格而拥有吉祥的人生呢？佛教中有“六度”法门，就是度过生死苦海，到达快乐彼岸的六种方法，也就是以布施为先的六种好品德。那就是布施、持戒、忍辱、精进、禅定与般若（智慧）。

布施好品德是指“布己所有，施与众生”。“人天路上作福为先，功德林中布施第一”，“未成佛道，先结善缘”，无论是修人天福报，还是行菩萨道利益众生，都以“布施”为先。因此，布施在整个佛法和做人的品德中，是最重要的科目。布施大致可分为三种：财布施、法布施、无畏布施。

一个真正能舍的人，才是真正能得的人。如老子所说，“既以为人己愈有，既以与人己愈多”，也就是说越舍得放下，就越能看得开，也就越能为众人服务，并

且积功累德，所拥有的就更多。我们须知，要舍弃放下的，乃是一切的烦恼、妄想、分别、执著，只要是违反菩萨道（即舍己为人）的一切，统统都要舍，这样的人才有勇气面对一切的挑战，有智慧作最好的抉择，故大舍也不离智慧，大舍是完全放下一切的执著。如此，方能渐渐破除我执，拥有快乐自在的人生。

**帮助众亲眷**是讲布施的对象。布施是为自己种福田，有四种福田对象：一、功德田，即三宝。二、恩田，即父母。三、苦痛田，即贫困众生。四、怨害田，即敌人或伤害我们的人。这些对象都是我们的众亲眷。

**行为无瑕疵**是要以清净心行布施。梁武帝广建寺庙，他问志公长老有无功德，志公回答：实无功德。梁武帝的行为使官税、劳役增加了好多，搞得民不聊生。实际上，他是以侵害大众的方式为自己积福，所以实在没什么功德可言。

苏轼有一则《劝世文》：“凡作佛事，富者以财，壮者以力，巧者以技，辩者以言。若无所有，各以其心。”说得极是。人生在世，能够有钱出钱，有力出力，有智慧贡献智慧，尽心尽力去帮助别人，都是值得赞叹之事。若一无所有，仍可以“随喜”的心，与人为善，成人之美，其随喜功德与布施的人，其实无二致，无分别。“万法唯心造”、“一切法从心想生”，只要我们能够各自“善用其心”，也可成就不可思议的功德。如此种种，可以获得大吉祥。

**邪行须禁止，克己不饮酒，美德坚不移，是为最吉祥。**

意思就是“断绝罪恶，节制饮酒，努力遵行正法，这是最高的吉祥。”凡不好的行为都要禁止。

**克己不饮酒**就是要节制少喝，尽量不喝。说到饮酒的危害，著名哲学家龙树菩萨在《大智度论》中举了一个生动的例子：某人因为饮酒的缘故，将邻居的一只鸡盗来杀了，邻女来寻问，又妄语搪塞，后竟乘酒劲将邻女奸淫。由于饮酒的缘故，杀、盗、淫、妄四罪俱犯。可见，饮酒的确关系到人的身心事业，关系到修行人的法身慧命。

如此说来，佛陀为了防微杜渐而厉行禁止，确实是为了呵护我们的人生、家庭和社会。

佛教提倡以茶代酒，历代禅师们对茶的种植、焙制、烹煮作了大量研究，促成了我国民间饮茶风俗的形成。现在大部分出家人都在提倡喝茶。茶有清心、提神、疗疾、醒酒之功，百利而无一害。它作为一种健康饮料，具有佛教戒酒的精神，融入人们的饮食生活，形成了“诚、敬、清、宁”等等极为丰富的茶文化。

**美德坚不移**就是要做到坚心正意，“一以贯之”。有道是：三军可以夺帅，匹夫不可夺志。坚持美德而不移，就是我们的立身之志，能做到美德坚不移的人，就是“安而行之”的上根之人。

**恭敬与谦让，知足并感恩，及时间教法，是为最吉祥。**

“恭敬，谦逊，知足，感恩，适时听法，这是最高的吉祥。”

**恭敬与谦让**是知道自己“有限”的一种智慧。有一个聪明的男孩，一天妈妈带他到杂货店去买东西，老板看到这个可爱的小孩，就打开一罐糖果，要小男孩自己拿一把糖果，但是这个男孩却没有任何的動作。几次邀请之后，老板亲自抓了一大把糖果放进他的口袋中。回到家中，母亲很好奇地问小男孩，为什么没有自己去抓糖果而要老板抓呢？小男孩回答得很妙：“因为我的手比较小呀！而老板的手比较大，所以他拿的一定比我拿的多很多！”这是一个聪明的孩子，他知道自己的有限，而更重要的，他也明白别人比自己强。这是一种恭敬与谦让。

我们的生命是个体的，而生活则是群体的，每个人都必须依靠家庭与社会而生活，生活的一个重要内容就是处世。“恭敬与谦让”是人生处世的美德，这种美德表现在行为上是恭，发自内心为敬，谦让则是恭顺谨慎，推贤尚善。

这里说个分粥的故事。有七个人曾经住在一起，每天分食一大桶粥，要命的是，粥每天都是不够吃的。一开始，他们抓阄决定谁来分粥，每天轮到一个人。于是乎每周下来，他们只有一天是饱的，就是自己分粥的那一天。后来他们开始推选出一个



道德高尚的人出来分粥。强权就会产生腐败，大家开始挖空心思去讨好他，贿赂他，搞得整个小团体乌烟瘴气。然后大家开始组成三人的分粥委员会及四人的评选委员会，但他们常常互相攻击，扯皮下来，粥吃到嘴里全是凉的。最后想出来一个方法：轮流分粥，但分粥的人要等其他人挑完后拿剩下的最后一碗。为了不让自己吃到最少的，每人都尽量分得平均，即使有些不平，也只能认了。最后大家快快乐乐，和和气气，日子越过越好。

同样是七个人，不同的分配制度，就会有不同的结果。所以一个单位如果有不公的风气，一定是机制问题，一定是没有完全公平公正公开。

**知足并感恩**，知，了了自觉；足，安于本分。知足，意味着不要把生命全部消耗在欲望追求上。把生命全部消耗在欲望追求上，就很难回归到本分上来，享受当下所拥有的。拥有对不知足的人来说反而成了一种负担，一种烦恼。

感恩，就是能感知他人的恩惠。汉字中的恩字，是由“因”与“心”构成的，他的意思是无论何事，举凡促成今日状态的一切原因，皆须常存心内，深刻思念。世间的一切事物皆是依因缘相互和合而发生，相互依存、互为因果，这些因缘就是恩。知足就是惜福，感恩就是培福。活得简单才能活得自由。宋朝高僧法演禅师，也劝人福不可享尽。世界上很多人，身在福中不知福，每嫌不足，诸多要求；或不知节省，任意暴殄天物，为表示高贵大方，随便浪费财富，实在是折福。

**及时间教法**，这是闻、思、修的第一步。闻教法又作听法、闻经，就是听闻佛的教法。凡从佛直接闻法、从高僧闻法、从经典闻法等，均通称为闻法。

古人说：人身难得，中国难生（是指有佛法的地方），佛法难闻，生死难了。闻法是信教入道的第一步，非常不容易得到，经典当中经常说，闻法为世间难事，故称为闻法难。

当年佛在世时，有个城东老母，与佛没有缘，佛说法，她不听；佛现神通，她不看。城东老母从这边来了，佛迎面走过去，她马上转弯，找别的路走了，绝对不想与佛见面。



佛有能力化身，佛到那边，她又拐弯。最后佛现四身把她包围，她低下头来痛哭，也不看佛一眼，这是没缘！众生与佛没缘，佛也没有办法。

因此，亲近善知识，寻求良师，是今天闻佛法的先决条件。今天我们能坐在一起，听闻吉祥经，就是非常有福报了。

**忍耐与顺从，得见众沙门，适时论信仰，是为最吉祥。**

忍耐，顺和，与沙门交往，适时讨论正法，这是最高的吉祥。现实生活中，“忍”字常常被好多人奉为自己的座右铭。佛法对忍有两种解释：一、生忍，又称众生忍。二、法忍，又作无生法忍。（公案一）中国有个“百忍成金”故事：山东张公五世同居，百忍家道兴。据说他曾发愿，在他的一生中，要行一百件大忍辱的事。他忍过了九十九次以后，第一百件碰上他的孙子娶妻那一天，突然来了个道人，要试验他是否真有忍辱工夫，竟开口向他要这个新娘子，先与自己做一夜夫妻。这一件事使张公很感为难。明摆着要给孙子送绿帽子嘛。但他宽心一想，我什么侮辱都忍受过了，这最后一次忍辱有什么不能呢？于是劝他孙子，完成他的百忍大愿，再忍辱一下。后来这位道人在新娘房中跳个不休，嘴里不住地说：“看得破，跳得过。”跳到天亮，忽然倒在地上死了，新娘骇叫起来，大家来看时，道人已变成了一个金人，张家由此致富。所以说张公“百忍成金”。山东那个地方，到现在还有一座巍峨的“百忍堂”，纪念张公忍辱的德行。

（公案二）日本的白隐禅师所居住的禅寺附近有一户人家有个女孩，跟村里的一位男人谈恋爱，不慎怀孕了，而那位男人却吓得远逃到外地去了。女孩的父母大为愤怒，一定要女孩说出那位“肇事者”。女孩无奈，就用手指了指寺院，然后说：“这个孩子是白隐的。”女孩的父母跑到禅寺找到白隐，又骂又闹。白隐明白了怎么一回事，没有做任何的辩解，只是淡然地对女孩和她的父母说：“就这样吗？”孩子生下来后，女孩的母亲又当着寺院所有僧人的面送给白隐，要他抚养。白隐接过婴儿，开始了漫长地抚养婴儿的生活。他每天抱着婴儿到村里乞讨奶水，老是受到村民的戏弄和



辱骂，他总是默不作声地承受着。几年过后，孩子也长大了，孩子的真正父亲也从外地回来了，他向女孩询问以前的亲骨肉。那位女孩便告诉他，因为无力承受这种压力，便说是白隐禅师的。两人受不住良心的折磨，跑到禅师那里，向禅师忏悔、赎罪。白隐仍然平静地说：“就这样吗？”

这是对别人的忍，还有对自己的忍。有一个年轻的爸爸推着一部婴儿车，在拥挤的人行道上匆匆走着，车里面坐一个刚满周岁的小孩，正在大吵大闹，挥舞着双手放声大哭。年轻的爸爸急得满脸通红，汗流浹背，不知所措。他边推着车子，边不停地说道：“大宝，不要发脾气，马上就到家，千万不要生气，顶多再过五分钟就到家了，忍耐，忍耐，拜托忍耐一下哦！”路人纷纷停下来，观看这温馨的一幕。有一个中年妇女走向前来，对这位年轻的爸爸说：“你真是一位伟大的爸爸，我从没见过像你这么年轻，还能这么有耐心地哄着小孩。”“你是说我……”“是啊！一般年轻的爸爸，只要小孩哭闹不休，都会跟着发脾气。”“这位太太你弄错了，我不是在哄孩子，大宝是我的小名，我在哄我自己，免得自己受不了。”

所以生活中修忍辱的机会很多，时时把握自己的心念，就不会受环境的干扰。佛教讲人人皆具佛性，都可成佛。也就是众生本来是佛，只是没有自觉自悟而已，因为有我相、人相、众生相、寿者相的存在。我们众生没能离这四相，却要从佛菩萨那里得到大利益、大吉祥。怎么得呢？佛陀教我们：“得见众沙门”。

沙门是梵语音译，意译为勤劳、勤恳、修道等义，又为出家者之总称。我们学佛修行，首先应该皈依三宝。三宝，是佛、法、僧的总称。佛是救主，法是真理，僧是导师，三者都是令众生得度的重要因缘，缺一不可。所以要经常亲近三宝，亲近沙门。佛法大海，唯从信仰而入，所以，佛陀教我们：“适时论信仰”。

信仰是人的基本需要。信仰，从佛教来说就是要知道归依处。知道了归依处，我们的心，就有了精神家园，就有了精神支柱。这时候，你对生活中的一切，就有一个判断的标准，知道怎么选择，怎么取舍。在人生的种种境遇之中，我们会比以



前更有力量和信心。那么，佛教信仰什么呢？

佛教相信因果轮回定律，正像大家相信吃饭可使胃得到满足那样。佛教的因果律是贯通过去、现在、未来三世，而又连结过去、现在、未来三世，前前无始，后后无穷。所谓种瓜得瓜，种豆得豆，种菠萝不会得C罗。因果的道理听来简单，说来并不简单，所以，如果能及时谈论信仰，知因识果，就能得最吉祥。

### 自制净生活，领悟八正道，实证涅槃法，是为最吉祥。

苦行，梵行，洞悉真谛，实现涅槃，这是最高的吉祥。

佛陀是伟大的教育家，是无上的大医王，根据众生不同的根基，说种种不同的法门；根据众生心中种种不同的烦恼病，施以种种不同的法药。“先以欲勾牵，后令入佛智”说的就是这个道理。佛陀先说人天乘的教法，让我们先得到人天福报，当我们在享受人天福报的时候，进一步就会发现，这些福报也如过眼烟云，就连享受福报的身体也无时不在徐徐老去，虽然得到了世间的一段或一世人生的吉祥，但还是无常的。也就是说，我们只要对于被给定的、既成的和一成不变的生活不满足，我们就开始了探寻人生更高和更丰富的境界，有智慧的人还要进一步求得出世间的永恒的吉祥。

唐代窥基法师是玄奘大师的上首弟子，俗姓尉迟，名洪道，是唐初开国元勋尉迟敬宗的儿子，京兆长安人，自幼容貌魁伟，气概豪迈。贞观二十二年（六四八年），窥基十七岁，玄奘大师登门，要度他出家，尉迟敬宗说：“此子粗俗不堪，只怕难成大器。”玄奘笑说：“此子的学问气度，只有将军才能生得出来，也只有贫僧才能赏识。如果将军同意，便送给我做弟子好了。”尉迟敬宗便同意了玄奘的请求。但窥基却心有不甘，他觉得出家当和尚太苦了，不能饮酒吃肉，每天只许吃一餐，还要节制情欲，自己实在受不了。他就提出了三个条件：即不断情欲，不禁荤血，过午进食。唐僧见尉迟洪道受欲望所制，便答应其要求，待入佛门后再除欲障，同



意用三辆马车满载歌妓美食，随其进寺，法名窥基。这事当时轰动长安，人称“三车和尚”。传说窥基出家后确实一度不断三事，出行常以三车自随，前车载经论书籍，中车自御，后车载家仆妓女及美味佳肴，确实是个“三车和尚”。他后来于太原传法，路遇一老丈，问车中所乘何人，窥基回答说是家属。老丈说：“你既然精通佛法，却带着家属上路，恐怕不合教旨吧。”窥基闻言羞愧难当，顿悟前非，遂独往传法，从此严守戒规，断除了三事。那位老丈，据说是文殊菩萨的化身。

玄奘应用佛教“先以欲勾牵，后令入佛智”的教育原理，终于将窥基法师由不舍情欲、酒肉和夜食的“三车和尚”造就成一位唯识宗的百部论主，成为佛教思想史上的大师。

**自制净生活**就是要像窥基法师那样，因缘成熟，自觉地断除三事，坚持脱离生死轮回之因的清净生活。古时候人们修行出世法，就是坚持苦行和梵行。苦行，意即断除肉体欲望，堪忍诸种难忍之苦，对衣、食、住等弃其贪着，借以修炼身心。梵行就是清净行，即道俗二众所修之清净行为。佛陀对在家弟子教以八正道为梵行。

**领悟八正道**，关于八正道，在前面“制身于正道”一偈中也提到过。因有法师专题讲过，这里不再介绍。

怎样实证涅槃法呢？我们以“慈、悲、喜、舍”四无量心去实践八正道，就能实证涅槃法。何谓四无量心？四无量心就是：与一切众生乐，能给人以快乐，名慈无量心；拔一切众生苦，能帮助别人解除痛苦，名悲无量心；见人行善或离苦得乐，生欢喜心，不生红眼病，名喜无量心；如上三心，舍之而不执着，或怨亲平等，不起爱憎，名舍无量心。因此以此四心普同结缘无量众生，就可以引生无量的福报，故名无量心。以此四无量心去实践八正道，即可实证涅槃。

涅槃的本性即空，空绝对不像石头一样无情无义，如果像石头一样无情无义，那就是顽空，根本就不是涅槃了。涅槃法不可以说给大家听，也不能拿给大家看，只有各人自去亲证。

**八风不动心，无忧无污染，宁静无烦恼，是为最吉祥。**

思想不因接触世事而动摇，摆脱忧愁，不染尘垢，安稳宁静，这是最高的吉祥。

**八风不动心**，就是说我们做人处世要有定力，要有原则，思想不因外部世事的影响而动摇。八风，即：利（利益），衰（衰灭），毁（毁谤），誉（赞誉），称（称道），讥（讥诽），苦（逼迫），乐（欢悦）。

苏东坡是宋代眉山人，嘉佑进士，官至翰林学士、兵部尚书，并曾宦游镇江、湖州、杭州、黄州等地。东坡在镇江时期，耳闻金山寺佛印禅师，深入经藏，器识非凡，便经常和佛印来往，研究佛学。由于受到佛印禅师的影响，东坡居士接受了佛法的熏陶。

东坡居士身居显要，文名盖世，难免有些恃才傲物。有一天，他为了炫耀自己的学佛心得，写了一首偈，派书僮渡江送与佛印禅师。他写道：“稽首天中天，毫光照大千；八风吹不动，端坐紫金莲。”佛印禅师展开书函一看，心知东坡虽在字面上是赞佛，但骨子里却是在自夸。于是拿起笔来，在其原函上批了一个字：“屁”！

东坡以为佛印禅师对他的大作一定会大加赞赏。哪晓得书僮回来，他把书函拆开一看，竟是一个大“屁”字。这一来把东坡居士气得直发抖，面色铁青，马上就渡过江去，找佛印禅师算帐去了。

东坡一进佛印禅师的禅房，立刻气冲冲地问道：“佛印！我刚刚的四句偈语，有何不妥？你竟如此藐视本官！”佛印禅师从容笑道：“仅用一个没有响的屁，就把你逼过江来了，还说什么八风吹不动呢！简直是一屁吹过江吧！”东坡一听，不觉面红耳赤，自惭形秽，谢罪而去。

隔了一些日子，佛印禅师应邀到东坡住所，与当地百姓讨论佛法。东坡特向佛印禅师说道：“弟子之前修养的确还差，但近来虚心检讨，不断向上提升，如今总不致再被‘八风’所动了！”

佛印禅师一听，发觉东坡居士的傲慢心理并未稍减，于是暗示在旁的小沙弥设



法测试他。小沙弥虽然只十几岁，却是口齿伶俐，秉赋不凡。他领会师父的心意，对东坡说道：“我师父常说苏大学士到底是上根利智的人，一经点醒，便获果证，今日一见，果然不虚。”

东坡信以为真，不禁又眉开眼笑，喜形于色，沾沾自喜起来。这时佛印禅师才正色说道：“东坡居士！我们小沙弥的几句赞美之词，就把你牵走了，你还能够抵得住‘八风’的煽动吗？”东坡先生一听，省悟自己又失态了。

上述公案，使我们体会到要真正做到“八风吹不动”（即对利、衰、毁、誉、称、讥、苦、乐等四顺四逆都能不起心，不动念），实在需要一番修炼功夫啊！因此我们必须时时刻刻切记：“心随境转则苦，境随心转则乐”，随时提高警觉，“不怕念起，只怕觉迟”，久而久之，必能逐渐做到：“外不着相，内不动心”的禅定境界了！

有一首打油诗说得好：“主观是观，客观也是观，客观放在主观里，两观并一观。”告诉我们遇境要转，转邪为正，转迷为悟，转一切音声为陀罗尼，世界一切皆可转成美好，能“放下屠刀，立地成佛”也是在一个“转”字。天无绝人之路，行菩萨道的人总会给人无限希望，佛陀教育徒众也就是秉持这般精神，给人信心、给人欢喜、给人希望、给人服务！

一个老太太有两个女儿，大女儿卖伞，小女儿卖鞋。今天如果天气好，出了太阳，老太太就很不高兴，因为她想到大女儿的伞今天一定是卖不出去了。今天下雨了，老太太还是很高兴，因为她又为卖鞋的小女儿担忧。所以呢，不管是什么样的天气，老太太总是不开心，总是唉声叹气。有位智者就问老太太怎么总是愁眉不展，老太太如实相告。智者笑了起来，说：“老太太，我保证你从此天天快乐。你这样想呀，天晴了，小女儿今天生意一定兴隆；下雨了，大女儿的伞肯定卖得很好。这么一想，你不就天天快乐吗？”

所以，命运操在我们每个人手中，人可以改变自己的命运。“怨恨”是这一颗心，“欢喜”也是这一颗心，一个人的情绪起伏，甚至为善为恶，都是由于这一颗心在妄想

分别。心随境转就是迷，就是众生；心能转境就是觉，就同诸佛。达到“心无挂碍”的境界就无忧无污染，就宁静无烦恼。这就是最大的吉祥。

**依此行持者，无往而不胜，一切处得福，是为最吉祥。**

做到上述行持的人，无论在哪儿都不可战胜，无论去哪儿都安全，他们的吉祥是最高的。

最后归纳一下，所谓依此行持，即依“三皈”、“五戒”以立身利己，依“四摄”、“六度”以处世利人。佛法讲“一切唯心造”，这里列出十二颗“心”送给大家：

（一）、以美好的心，欣赏周遭的事物：能够以美好、欢喜的心来欣赏周遭事物的人，最为幸福；

（二）、以真诚的心，对待每一个人：以真诚的心待人、处事、接物，是做人的基本原则，亦是世出世间修身养性的根本；

（三）、以负责的心，做好份内的事：对自己所做的事负责，并且有始有终，乃是一个人成功的必要条件；

（四）、以谦虚的心，检讨自己的错误：懂得谦虚的人，能够随时检讨并修正自己的缺点，更能知道“日新又新”的重要，故能受教有地，取善无穷；

（五）、以愉悦的心，分享他人的快乐：君子应有成人之美、与人为善的心胸，若见到他人的成就，能心生欢喜，就是随喜功德；

（六）、以喜舍的心，帮助需要帮助的人：我们能有机会与能力去帮助别人，是值得庆幸的，故应随时生起喜舍的心来服务众生；

（七）、以不变的心，坚持正确的理念：对于正确的事情（如念佛、断恶修善），能够“择善固执”，以不变的心坚持到底，必能“精诚所至，金石为开”，达到人生究竟成佛的目标；

（八）、以宽阔的心，包容对不起你的人：由于凡夫（包括我们自己）没有不犯错的，只要知过能改，都是应当原谅的。因此我们应学习虚空大地的精神，以宽阔的心来



包容对不起我们的人；

（九）、以感恩的心，感谢所拥有的：对于我们所拥有的一切，要能惜福、惜缘，并且心中要常感恩，因为有了众生辛苦的付出，我们才能过安定的生活；

（十）、以无私的心，传承成功的经验：能将自己成功或失败经验与人分享的人，使自己的经验更有价值，并且扩大自己的福德智慧；

（十一）、以平常的心，接受已发生的事实：由于世间的成败得失，都是缘生缘灭的，非一己之力所能掌握，只要尽心尽力就是圆满，故应以平常心来面对外在已发生的事实；

（十二）、以放下的心，面对最难的割舍：“看破是智慧，放下是功夫”，我们面对世间最难的割舍，若能放下，便能快乐、自在。

这些“心”，就是“清净心”，“吉祥心”，“金刚不坏心”，“无挂碍的心”。心清净就吉祥，吉祥者的心就是金刚不坏心；有了金刚不坏心，就能练成金刚不坏身；有了金刚不坏身，就能无往而不胜，就能一切处得福。无论穷通得失、造次颠沛、顺缘、逆缘、少时、老时、病时、健时，我们的人生都是最吉祥的。

欲达到这个境界，有一个最难信，而又最易行的方法，就是以一句“阿弥陀佛”来完成。因一句佛号就是代表无量觉悟的心，也就是一颗美好、真诚、负责、谦虚、愉悦、喜舍、不变、宽容、感恩、无私、平常、放下的心。“阿弥陀佛”是无量光佛、无量寿佛，念一句佛号，就能使我们的身心安住于无量光寿的大吉祥中。

阿弥陀佛，谢谢。

会闲法师简介：法师现任浙江省佛教协会副秘书长，普陀山佛教协会副会长，中国佛学院普陀山学院常务副院长，普陀讲寺监院。

# 生命存在与生命证明

文 / 圣凯法师

道大和尚、惟航法师、诸位法师和诸位居士：

大家下午好！

这次非常有缘来到这么庄严的一个道场，跟大家一起分享佛法。普陀山确实是我生命的道场，我1995年在普济寺受戒。这么多年来一直跟观音菩萨有无上的因缘，我常常称观世音菩萨是我们家的姑妈。因为她确实是我姑妈，陪伴我走过无数的生命历程。今天呢，跟大家分享的题目叫《生命存在与生命证明》。这个题目大家听起来会觉得比较奇怪。其实人从生下来一直到死去，无论你活多少年，你都在回答四个问题。我相信这个世界上要解决好这四个问题的人不多。什么样的问题呢？当我们两三岁的时候，我们就会问：“我从哪里来？”对吧，小朋友最喜欢问我从哪里来。爸爸妈妈都很含蓄地说：“反正你从妈妈的肚子里跑出来。”其实，小朋友问的是一个很深刻的问题。所以第一个问题我从哪里来。你长大了，你一直都在追寻什么呀？快乐。可是呢，在一个生与死之间你在问第二个问题：这一个问题是我为什么不快乐，对吗？我相信很多人，大老远地从宁波、从别的地方来听课，都是因为我们生命中的疑惑。就是我为什么不快乐，这就是一个很大的疑惑。你觉得你缺什么？年轻的时候你觉得没钱，可是有钱了也不快乐；说身体不健康，可是很健康的身体也依然不快乐。第三个问题呢，就是我这样活着有意义吗？三十多岁的人、

四十多岁的人、五十多岁的人就要问第三个问题：我这样活着有意义吗？如果你快死了，当然在座诸位都活着。假设你们快死了问最后一个问题：就是我死了去哪里？对吗？实际上人的一生，无论你是几十年还是一百年，还是一百零四年都在问这四个问题。你的一生也都在回答这四个问题。我从哪里来，我活着为什么不快乐，我活着有意义吗，我死了去哪里。那么对此，下面我就从十个方面与各位分享我的感悟：

## 一、人生的三大问题

从人生来讲，一个人的一生有三大问题：

第一个是生存。生存问题说明的是人怎么活下去，所以以前我们说要建设小康社会，解决温饱问题，这些都是生存问题。

第二个是生活。当你活下来，你就希望过得好一点点。我最近有个毛病，什么毛病呢？就是一进房间，就想哪里有矿泉水？因为我要泡茶啊。这就是生活，人希望过得好一点。从大一点来讲，这就是一个现代化、全球化的问题，所以现代化、全球化解决的是一个人的生活问题。

最后是人的生命问题。就是当你生存下来，当你生活得不错了，为什么有人还会去自杀，为什么有人仍然不快乐，为什么有人仍然感到不幸福？那就剩下这个问题没有解决掉，这就是生命。你看，无数的高官、无数的明星都在这里出了问题。所以，生命问题无非就是人生的意义、生死的问题，这就是历代哲人智者思考的根本问题，并提供给后人大量的生命体验报告，我们可以从佛陀的教法及宗教典籍中，能够得到引领，受到启发，从而有助于我们面对和解决生命问题。

从一个人来讲，人生的历程有三大阶段：

第一个就是成长。就像在座的诸位，我相信，百分之九十的人都处在成长阶段——完成学习、教育阶段，培养生命观，具备工作、沟通等能力。

第二个阶段是成功。你慢慢进入社会，就需要追求一个成功的阶段。

最后一个阶段是要成熟。有些人成长了，有些人成功了，但是最后没有成熟，这个人生也是不圆满的。

所以，什么是圆满的人生呢？我们前面看到三大问题解决了——生存、生活、生命解决了，三个历程也经历了。每个历程里面都有它的主题。

在人生的成长阶段，有三件事情要做。

第一、学有度。一是有方法，二是要适度。所有的学生进高校的时候，都经历三个阶段：第一年进来趾高气扬，看别人都瞧不起；到了第二年唉声叹气，书不好读啦，论文不好写了，压力慢慢来了；到了第三年，垂头丧气，就是彻底向命运低头，因为毕业困难、就业压力。这里面就有学习的问题，所以说学习应该有自己的方法。第二个在学习过程里面怎么掌握这个度的问题，这就是“学有度”。

第二、思无界。思考应该是没有界限的。我问大家鬼在哪里，有鬼没鬼呀？你们不敢讲吧，很多人都没见过鬼，可是很多人都怕鬼。该研究一下嘛，这鬼到底在不在嘛！天在哪里？很多人仰头说在天上，我小时候跟你们一样的想。所以当我有机会坐飞机的时候，我跟他们讲说一定要坐窗户边上，我花了两年时间干一件事情，在云端寻找神仙。因为我们从小就训练了一种思维，天在头上，地在脚下，没有去想这种习以为常的思维是不是我们人类的错误。我们没见到鬼，就说没有鬼；没见到佛菩萨，就说这个世界上没有佛也没有菩萨。是不是我们的思维有时候该想的不想，有时候不该想的都想了？

下一个问题“行有疆”。当你做事的时候、当你说话的时候，应该有界限。在成长里面要敢去想，但是在行动、在言语、在做事、在做人要知道界限，这就是制度。不是说我的青春我作主，我们就可以随意地挥霍我们的青春；也不是说我们的生活就可以自己做主，你的生活如果都是随自意所转，想干嘛就干嘛，这都不对，因为你没落实“行有疆”。

在人生的成功阶段，如果你想成功，也应该有三大要素。

第一、你需要有才能。无论是你的智商还是你的情商，乃至你的危机管理能力，都是才能。很多人智商很高，可是情商很低，那这个也不叫才能，所以自命不凡的人其实是有缺陷的，因为他的才能不够。所以一个人的成功要素里面，才能是很综合的。

第二、德行。很多人说这个人很努力，各方面看起来也不错，可是他的人生无论干什么失败。这时候要反省，反省什么呢？是不是缺失德行。什么是一个人的德行呢？就是你的支持系统，支持系统就是无论你想干什么的时候都有人帮你。因为人不够强大，不是你想干什么都能成就，这不可能，所有的成就都是别人帮助的结果。比如办夏令营需要有人来讲课，需要你们来，也需要护法，也需要佛菩萨，众缘和合才可以，这就是德行。所以说德行是人成长过程、成功过程的一个要素。有人问我，什么是修行有进步的标准？我说这是个好问题。很多护法居士学佛学了十几年，怎么判断自己修行有进步呢？有三条标准：第一、你是不是比以前快乐了，因为佛陀成佛是两种具足，智慧具足、福德具足。智慧成就，就是你要比以前快乐，因为智慧没有烦恼，所以你会比以前快乐；第二、你的胸怀会比以前宽广，这就是你修行有成就；第三、顺缘具足，这个顺缘具足就是你的德行，你想干什么的时候别人都帮你，这个叫顺缘具足。

再一个是胸怀。胸怀，目标，其实所指是一个人想成为什么，你的所缘对象是什么。如果你整天想着你同寝室的室友，这个家伙真坏，整天想着他的坏，他就是坏的；如果在座的诸位整天想伟大的祖国怎么发展，大家都会有很好的发展前景。若读书的时候只是想着毕业，你的读书生涯很痛苦，如果你把读书生涯、自己的整个生活跟神圣的使命联系在一起，你就发现这个生命不一样。这就是你的所缘对象，因为你整天念兹在兹的东西，所以目标很重要。

在人生的成熟阶段，什么时候说明你成熟了呢？

第一、当你学会了退让。自然界的规律花开了就要谢，稻子熟了头就要焉，人



老了腰就弯，这就是退让。你懂得退让说明你成熟，不是说一直往前，人生的成熟要学会退让。

第二、有韧力。就是意志力，一个成熟的人生是一个坚韧不拔的人生，无论遭受怎么样的打击，无论生活有多大的困扰和困难，你都能够坚持，因为看到自己生命的希望，这就是韧力。

第三、若愚。老子说“大智若愚”，这个“愚”是出离于世间小聪明，得失心淡化的显现，是心与大道相应，也与本届夏令营主题“平常心是道”相应。

## 二、生命存在的哲学问题

生命的存在，其中一个哲学问题是什么呢？

不论儒家还是佛教，都同样说明一个生命存在的问题，就是成己、成物。《中庸》里面讲：“诚者，非自成己而已也，所以成物也。成己，仁也；成物，知也。性之德也，合外内之道也”。当宇宙万物处于自然的状态、本然的状态，这就是“天之天”的状态；可是当你进入一个社会化的过程，比如说一个话筒，话筒无非就是一块钢铁，然后加上某些工具，可是它本然的状态是钢铁，慢慢人把它做成跟人有关联的，这就是“人之天”。可是从修道来讲，你要回到哪里呢？回到人之为人，所以中国的哲学讲“天人合一”。

什么是成己呢？就是从天之天转化为人之天，这就抛弃了人的本然存在状态，所以人就转为一个社会化的存在。什么是人的自然状态呢？其实你看人穿衣服从原始时代起，人逐渐地就进入到一个社会化存在的过程，每个社会确实都体现了这个过程。儒家讲“仁”，什么是“仁”？即克己复礼，就是要其所不是。天之天是所是，是它本来的状态；可是克己复礼，就要人把这个本然的东西转化出来，转化为人之天。

成物也是一样，这个转化是什么呢？就是宇宙万物从原来和人没有关系你要转

化为跟人有关系。就是从这种无涉的存在形态转化为跟人相涉的存在形态。讲最简单的，你看佛像，不就是砖头、石头、木头、铁的、铜的，这就是天之日；然后你把它雕雕，雕完放在那里，还不是叫佛像，可以叫它艺术品，可是你请某位法师开过光，这就叫佛像了。如果你见了佛像，你就要合掌顶礼。从石头、砖头怎么变成佛像的？这就是成物的过程。

在成己和成物里面，有三层意义：

第一个，它要说明是什么，就是认知和理解的意义，从哲学上讲就是存在论跟认识论的问题，这个“是”就是存在，“是什么”就是认识。第二层意义就是意味着什么，因为所有的存在都蕴含着它的价值意义，这就是价值论。你说一个桌子，当我们说它是桌子的时候，它是用来干什么的，这就是价值论。第三个它应当成为什么，这里面又回到实践论的问题。所以，所有的哲学问题都是四大问题，就是存在论、认识论、价值论、实践论。

成己和成物的过程里面，这三层意义，它同样是我们生命存在里面都要去显示的。我们从这三层意义里面讲，三法印——诸法无我，诸行无常，涅槃寂静，就要说明这个问题。这是我最近的一个体悟，我上个月在美国讲课的时候，最后一天，他们就要求我说三句话送给大家，我突然站在那个大殿前面想起来，怎么从三法印开通这三点人生：

“是什么”，其实就是宇宙有为的存在里面它都是无常的，都是无常变化的。所有的小孩都会变成老人，所有的老人都曾经是小孩，这就是诸行无常。所以你看你们来到庙里还好，这个女学生、女居士、女菩萨，最麻烦的就是那几根头发。这个麻烦不单是代表你们整天要变个发型的问题，而是我观察过你们在一个小时里面几根头发拉了很多次，多浪费时间啊！像我们这样的发型多酷啊！（众笑）其实你为什么要把那几根头发呢？“我变一变好看啦”，那好看是什么呢？因为人生里面有“常”的追求，常住不变的追求。我常讲一个比喻，谈恋爱的时候，当两个人有



爱情的时候，结婚时，男方送女方一个钻石戒指啦，钻石戒指那就是你的梦想，什么样的梦想？叫做“忠贞不渝，海枯石烂”之类的。但是，结婚的那个当下，礼堂里面布置满的是气球，还有最重要的，婚车前面扎的也是气球。你知道什么是气球吗？随时会爆炸，所以婚礼还没开始，已经开始爆炸了。所以什么是你的现实生活呢？就是随时会爆炸的气球。什么是你的梦想呢？钻石。但是，往往是气球的力量比较大，因为钻石随时可能会被扔掉，这就是诸行无常。但是，诸行无常并不是让我们去消极，因为这个缘是随时变化的，随时会消失，所以反过来讲，我们要惜缘。你不珍惜它，你不知道下一个刹那是什么，所以要惜缘。

第二、意味着什么，意味着什么就是诸法无我。我们总是觉得任何法里面一定有它确定的意义、可以主宰的意义。其实任何事物它的意义都是在变化的，可是我们人类赋予它以意义。比如这个叫水杯，因为要喝水；如果用来喝酒呢，叫做酒杯；很不小心，如果刚才我内急了，叫尿壶，它随时会变化的，就是个容器而已嘛！假如我就是说这就是个尿杯，很多人就开始跟我吵了，说你错了，它是水杯、茶杯，不是尿杯，这就是人类在意义赋予过程里面一个固定不变的执着。所以佛法说诸法无我。那么正是因为诸法无我，所以要包容。什么是包容的人生？诸法无我。因为事物的存在皆是依赖于他者，只有包容“他”，才能实现事物真正的意义。

第三个，就是应当成为什么，就是三法印中的涅槃寂静。所有的繁华都会归于平淡，所有的喧闹都会回到宁静。所有生命的生灭都应该回到哪里呢？——不生不灭。那么什么是法的不生不灭呢？从出世间法上说，就是涅槃。那么从世间法里面，什么东西才是最永恒的？告诉大家，给别人的才是你的！自己的都不算。比如我有好茶，我最大的嗜好是喝茶，如果我的茶有人说好喝，我说行，给你吧。我的学生到我房间也是这样的，我书架上很多书，我是分开的，一些书是我用的，一些是可以送给学生的，只要喜欢，我都送，送完了，我说：“我的就是你们的”。当然下一句比较可怕，“你们的就是我的。”（众笑）那有什么呢？其实在人生的历程里面，



只有把自己的跟别人分享才真正属于你的。不是你拥有的就是你的，因为你是无常的。一盏灯一定会灭，只有把自己的灯去点亮别人的灯，灯灯相续才不会灭；一滴水很快会干，只有把它放到大海里，这一滴水才永远不会干。所以把你个体的生命融入于大众、融入于国家、奉献于这个无上的教法，才是一个真正不生不灭的人生。

在这个过程中，我们实际上在追寻什么呢？追寻我们生命的意义。那么生命的意义最终在心理上体现出来是什么呢？第一个是理想，第二个就是使命。

不知道大家有没有理想？我觉得今天中国社会最大的问题，也不是说什么毒奶粉啦、三聚氰胺啦这些杂七杂八的东西，今天中国社会最大的问题就是今天中国人普遍都没有理想。大家读书是为什么？为了找一个好工作；为什么找一个好工作？找个好人呗；为什么找个好人呢？我就能够活着呗；最后，你为什么还要活着？这就是理想啊。我每年都会送学生一本书，有时候很多没有选这个课知道所谓内幕消息的，说哪一天老师要送书，就都来了。（全场大笑）去年，我送给同学们白岩松那本书叫《你幸福了吗》。我觉得从一个年轻人来讲，理想的追寻、幸福的追寻，是今天所有年轻人都应该需要的。如果说一个人没有理想，其实这就是孟子说的，“人之所以异于禽兽者几希”。所以人应当期望自己成为什么！想都不敢想，这人能够算人吗？所以，理想从意义来讲，它在心理上是必须的。

第二个就是使命，人应当承担什么？就是说一个中国人要承担今天的中国。无论是今天的社会、国家、世界，都是我们要承担的对象。从佛法上讲这是共业，所以每个信徒都要承担今天佛教的好与不好。讲个最简单的道理，我一去新加坡就觉得自己比较神圣，这就是我为什么愿意去新加坡的原因。我拿新加坡工作签证自由往来。为什么呢？一到新加坡，信徒们一看到我，无论认识不认识都合掌说：“师父好。”原来你觉得当和尚可以吊儿郎当，被一合掌、一叫就觉得自己神圣了，就马上开始假惺惺地像模像样。可是我要是在首都机场被别人用一种怀疑的眼光看着我，看着看着，我就开始吊儿郎当，反正就这样！（众笑）所以什么是你应该承担的？



这就是我们要承担的！所以在这里我劝所有人员，当你们步入社会，一定要想到自己此生的历程里面，曾经在一个庙里面，听一个和尚讲到一定要对佛教好，一定不能骂佛教，一定不能骂和尚！

最后一个就是境界，境界就是悟，悟的“返身性”，渗入于个体精神的升华过程，这升华的过程就是解决生命的问题。

### 三、生命的根本问题

生命的根本问题就是两个字：生、死。大家会说这是问题吗？是问题。禅宗常讲“生从何处来，死往何处去？”你说，人死了就死了呗，不是的。我见过无数的死人，我平均一年见两个以上。有时候看死人是很不舒服的，但是身为和尚，就不得不见死人，见死人也是和尚的工作之一。你以为和尚那么好当吗？你们说人死了赶快躲远一点，我们是人死了还要往前行。

我们学校物理系有个老教授姓范，这位老教授是我读硕士时代认识的，因为打羽毛球，腿摔了一下，然后我们同学带我去找他针灸，他虽然是物理系教授，但是针灸很好，中医也很好，就这么一次机缘。过了6年后，他死了。那天，我在上课，上完课坐出租车回家，我同学说范老师死了，我说：死了就死了呗！他说：你过来看看。我说不看，后来一想人都要死了，还是去看看吧！善心一念，出租车就拐到省中医院。他们为什么找我呢？因为这个教授在病床上躺了一天，所有生命机能都没有了，就剩下脑电波，说白了就是不肯死。我凑到他面前说：范老师啊，我是圣凯。不知道他听不听得见，我叨叨了十分钟，结果他真的死了。（众笑）他死了以后，他的家属就提出来愿意把他住的房子租给我。因为他的房子就在学校对面，离学校很近，我租的房子太远了。我说好啊，谢谢你们啊！我住进去的时候，我导师反对，说刚死去人的房子能住吗？我说没关系，是我把他送走的，如果他再来，我继续把他送走就是了。（全场鼓掌大笑）其实，我心里还是很害怕的，我第一天住进去的时候

躺在床上，眼睛睁得老大，耳朵伸得特别长，看他有没有回来，结果发现他真的没有回来，所以我就一直住在这个房子里。

所以说，死亡不是那么容易的。所以我觉得今天的中国社会里面有很多东西都是缺失的，比如说死亡的教育、临终的教育。我们在新加坡还曾经推动了一个运动——安宁疗护，就是对这些重病患者如何进行教育。有一些癌症晚期病人很痛苦，你不去支持他，他们生命质量就非常低劣了。因为生命质量不仅包括活着时候的质量，也包括死亡的质量。中国人传统讲要“善终”，这就是死亡的质量。所以，生死的问题是个大问题。

佛教的根本任务是“了生死”。什么是了生死呢？我觉得应该有两点：一是了彻，就是你要明白这个生死。很多时候我们不明白，不明白所以痛苦。所谓这个“了”，不是说不死就能不生吗？不是，首先要明白这个生死。生死是当下，每个当下都是一个生死，在这个生死里面有它的痛苦。生死的存在是自他依存的结构，依这个结构而产生——无明，即是结构性烦恼。师生、朋友、夫妻都是自他依存的存在，所以都有结构性烦恼。为什么夫妻会吵架？不是因为你们性格不好、有背景差异，矛盾最本质原因就是你们两个是夫妻。不知道大家有没有明白，如果你明白了一定不会吵架了。

第二个是了结，了结是个什么过程呢？超越这个生死。所以，佛教的超越是一个自我超越的过程。这个自我超越过程在哪里呢？就在生命的存在里面。什么是生命存在的一个呈现呢？——苦。

#### 四、苦——生命存在的不完美呈现

苦是生死现象最本质的一个体现，每个生死现象都是苦，每个当下都是一样，存在即是痛苦，任何存在的呈现都是一个痛苦的呈现。因为，我们对这个存在的自他依存的结构这个本质，我们没办法明白。所以，你说我个工作累啊，谈恋爱辛



苦啊，结婚吵架啊。为什么在这所有生命现象里面，都伴随着无数的眼泪和汗水？为什么在生命现象里面，总是有一种我们无法泯灭的痛苦？就是因为我们是存在的自身。所以，生命里面最本质的都是不完美的，没有什么是完美的。

#### 五、生命存在的心理状态

生命的存在在心里面有一个怎样的呈现呢？有三点：

一是时间形态，我们都是顾恋过去、追求未来。禅心就是要过去无悔，未来要无忧，现在要无怨。

从有烦恼来讲，从时间上说就是顾恋过去。大家知道什么时间说明人老了吗？60岁、70岁都不算，如果有一天你已经靠回忆过日子了，就说明你老了。有的老太太整天讲：我的过去呀，还是有很多人追我的。（众笑）她一定老了。为什么呢？因为现在没人找她，她必须靠过去曾经很多人追她的经历来弥补现在。过去已经过去，可是人靠执著过去来弥补这个现在，所以人生活在过去。比如说失恋，我有个女学生失恋了。我这个当老师的什么都管，他们没钱用了可以找我，谈恋爱时当然肯定不会来找我，失恋了都来找我。（众笑）人失恋的时候，其实有爱就有恨，恨是隐藏的。很多人失恋，无论是男孩还是女孩，我觉得都有种恨，这个恨就是因为你对过去没有放下，其实就是缘聚缘散。

讲一个有关爱情的故事：有个男孩子和一个女孩子谈恋爱谈了很多年，终于要结婚了。在结婚七天前，这个女孩突然通知这个男孩，我不跟你结婚了，我要跟一个刚认识三天的男孩结婚。这个男孩一下子就崩溃了，想想这么多年的感情，如此地虚假、如此地无常，他就病倒了。有一天，来了一个游方僧，他的妈妈就带这个师父来见他。游方僧就在他眼前显出一个景：一个大海的沙滩，有一个裸体的女尸躺在沙滩上，起初有一个男人过去，摇摇头，走了；第二个男人走过去看了看，觉得太可怜了，把自己身上的衣服脱下来，给她盖上；第三个男人过去

觉得一个人死在大海的沙滩上，裸着身体，实在太可怜了，就在大海的沙滩上挖了一个大坑，把她埋了。这个游方僧告诉这个年轻人，你就是这第二个男人，你跟她的缘分就是曾经脱了件衣服给她盖上，她要嫁的是第三个男人。这个故事的标题是《前世究竟是谁埋了你》。所以无论过去有多少的喜怒哀乐，还是有多少的爱跟恨，都应该放下，这就是无悔！

从我们的心态来讲，实际的心态里面，会追求未来。很多人说追求未来不是表明有理想吗？对，是要有理想，但是理想不是妄想。理想是一种激励，是一种愿力。而人在追求未来的过程里面，有时候把未来固定化了。人在对未来的追寻里面，要学会观照因缘法，观照这个缘起，它才是真正的未来观。观察这个缘起，你要怎么观照呢？

首先，要创造因缘；

第二，要掌握这个因缘；

第三，要随顺这个因缘；

第四，要珍惜这个因缘。

这种对因缘的观照，才是对未来正确的态度。我们很多时候既没有对未来产生创造，也没有去掌握，只是在等待，那叫守株待兔，或者只是妄想。

二是空间形态，有自体爱跟境界爱。什么叫自体爱呢？讲简单点就是我。每个人都喜欢一个我，人的自恋是无所不在的。什么是境界爱呢？我所缘的对象就是境界，每个人的所缘对象都是你所爱的。

三是存在形态，存在形态就是创造和毁灭。创造和毁灭是人类心灵里面同时具足的两种心态。所以你看很多宗教的神，既有创造神，也有毁灭神。所以人类的发展，创造跟毁灭都同时进行的，它是怎么来的呢？也是由我们生命里面基本的心理形态来的。



## 六、生命的存在真实——缘起

第六个方面，生命存在的真理是什么？从佛法方面讲，就是缘起。所以缘起法是佛法的根本。这个根本是从存在到生灭，从生灭到解脱，都基于缘起。我们说存在的真理是缘起，那么如何修道呢？也是依缘起、观照缘起。

什么是一个生命的缘起呢？这就是自他一体。两个人吵架，其实吵到最后，你才发现，因为两个人是夫跟妻这个对待，这才是你吵架的根本。当你能观照到这个缘起的时候，你突然明白，我相信这个时候你不会再吵架。

所以佛法的缘起论，否定了第一因，这个世界没有造物主。我们人类的思维里面就有第一因的思维，达尔文的进化论是个著名的代表。人哪里来的？猴子变的。猴子哪里来的？石头里面蹦出来的。所以我们的生命从一个单细胞进化到双细胞，从双细胞进化到人类。佛法里面没有，佛法里面绝对没有第一因的观念。那么很多人说无始以来，时间有没有第一个时间？没有。佛法这个无始，没有最初的开始。我们认为有个最初的开始，这是我们人类思维的局限性。这个局限性在时间跟空间里面我们都有。对于时空理论，不知道大家有没有学量子物理学的？我小时候在寺院里面出家，山上有很多石头，很多蚂蚁在石头里面筑洞，我们平时干活干完了，就玩蚂蚁。怎么玩呢？就是在蚂蚁的家门口围上一堆沙圈，然后就看蚂蚁回不了家。

（众笑）然后这个蚂蚁就围着我的沙圈绕啊绕，回不去了。为什么回不去？这个问题是个大问题呀，蚂蚁为什么回不了家？因为蚂蚁只有二维世界。什么叫二维世界，它只有长跟宽的平面思维。它没有高度思维，所以说它的家门口稍微有一点高了，它就搞不清楚了。我们人类比蚂蚁高一点点，我们是长、宽、高三维思维，所以我们为什么会想天在头顶上，地在脚底下。这是我们人类思维的局限性。所以缘起观里面，它否定了这些东西。所以什么是人类思维的开发呢？为什么说你学了佛法越来越聪明？因为你接受了缘起的信念，这就是缘起法。

缘起，作为一个终极真实，它有什么特点？



第一个，相关的因待性，就是说所有事物的存在都依赖于他者。这个名词“他者”，就是说我们这个东西人人都存在，比如说，老师能存在，因为有学生；比如我今天在这讲课，因为有大家在听，很简单。

第二个，就是说任何事物的存在，都有序列的必然性，就是规律。所以佛法说因果律，如是因，如是果。你掌握了这个规律，你就没有烦恼；你不掌握这个规律你就很烦恼，这是最大的规律。谈恋爱一定要失恋，知道吗？失恋不要痛苦。这是个规律呀！夫妻结婚了会离婚，这也是个规律。很多人说，那没离婚的不还是夫妻么？那下一个规律：总有一天会分开的。什么时候？死亡。

第三个叫做自性的空寂性。因为诸法的无常、无我。在这里面，就没有一个真正的、实在的主体的存在。大家知道，我们这个身体，我们有很强的控制感，其实这个控制感来源于哪里呀？来源于我们对身体的执著。

## 七、生命的主体——我与无我

这就是我们要讲到“我”的问题。所以这个“我”到底有没有啊？一般人会说：“当然有啊！”这个我在不在呢？大家又觉得很真实。可是佛教确实提倡的是无我。

“我”是什么呢？“我”有种种：

分别你我他的这个“我”，代词。比如说，我叫圣凯，这就是我啊，可是我叫圣凯很偶然的。我有两个师父，一个在美国，一个在中国，我是早年著名的中外合资产品。我两个师父都来的时候，互相看看说，给他取什么法名呢？我小时候就很调皮，我说你们爱取什么取什么，跟我没关系。他们说那你去拿一本《新华字典》，你自己翻。我就自己翻，翻到“凯”字的时候，我说这个“凯”字不错。他们说好，那你就叫圣凯吧。这个名字是我自己取的，还真不是我师父取的。可是，时间久了，就慢慢认为“圣凯就是我”。

第二个方面就是生命个体的我，一个生命个体。所以在哲学里面，生命个体的

我怎么来的？自我同一性。就是从小到大，我们似乎看到一个不变的东西。其实不是，我们都在变，可是我们认为它是不变的，这就是自我同一性。所以在唯识里面，经常用瀑布来做一个比喻。其实瀑布一直在流，但是我们认为它是不变的。

第三个就是社会“我”。就是你在各种社会层面形成了一个角色。

最后一个，就是人格意义里面的这个我。或许我们完全生活在同一个世界的就只有自己的影子。所以修行从哪里开始呢？很多人一学佛法，就变得佛法说不要有执著呀，要无我啊。其实不是。

修道从哪里开始呢？从“我”开始。修道的方法从哪里开始呢？也是要从执著开始。柏林禅寺是禅宗的寺庙，大家会听到大量有关禅宗的公案。禅宗有很多公案的，比如说有一个丹霞禅师，冬天很冷就把大殿里木佛像拿下来砍成木块，烧了取暖。很多人说，这个禅师真伟大呀，破除我执，我们也照学不误，拿来佛像一砍烧了，你试试看。修道从哪里开始呢？还是从这个我开始。

《居士传·赵大洲传》中有这么一段话：“王摩诘、苏东坡，黄山谷俱以名士而入道者，入道愈深，我相愈有趣也。然则与不学道者何以分别？”大洲曰：“三人学道，三人我相是雄的。不学道者，我相是雌的”。什么意思呢？什么我相是雄的，就是说这个我相是积极的、乐观的；不学道的人，他的我相是属于消极的、悲观的。王摩诘就是王维。“王摩诘三人学道，王的我相香，苏的我相活，黄的我相瘦。”王的我相香就是说王维这个人比较高尚；苏东坡的我相比较活，苏东坡这个人确实是非常活泼，虽然他的生涯饱经挫折，但是他确实是个非常有乐观精神的人；“黄的我相瘦”就是说黄庭坚这个人非常严谨。所以，“善学道者不要强做着无我，只要在我相上面下着功夫。”看到没有，善学道者不要勉强说无我，而是要在我相上面下功夫。“我相雌的可厌，要修得它雄起来”，就是说那些消极的、悲观的不好，我们要修道修这个。什么是修道啊？要修得它雄起来，就叫积极乐观；“臭得可厌，要修得它香起来，”就是说卑劣下贱的不好，要修得它高尚起来；“死得可厌，要

修得它活起来”，死是什么呀？——僵化，僵化要修得它活起来，就是超越。所以，什么是佛法呀？给人方便、给人希望、给人欢喜，不是给人悲哀，动不动就告诉你：你踩错一只脚，下十八层地狱。经常你会听到寺庙里有这种说法，进大殿时，就告诉你从右边进，右脚先抬；从左边进，左脚先抬；你踩错脚了呢，后边就有人喊了：哎呀，不能踩错脚呀，踩错脚就下地狱了。你说这个大殿谁还敢来啊，没人敢来啊。那么为什么要这么走呢？因为寺庙出入是集体出入，大家同一个方向抬脚，不容易摔倒，这是它最本质的原因；不是踩错脚就下地狱了，要不，下地狱比坐火箭还快，不是这样的。所以这个佛法是：“臭得可厌，要修得它香起来”；“死得可厌，要修得它活起来”；“肥得可厌”，这个肥是贪心、膨胀、欲望大，“要修得它瘦起来”。这就是修道。

所以修道的意义如果从这么讲，有自我又追求无我。所以一个年轻人成长，要有自我，就是你的性格，但是要了悟无我。

## 八、生命的提升

生命怎么提升呢？

第一句话叫心态决定状态。一个人状态好不好？什么原因？看心态。你看一个人走路摇摇晃晃，他的内心就是摇摇晃晃，佛法叫相由心生。那么相由心生，人到40岁以后，你的相貌就自己负责了，跟父母就没关系了。现在你还能找到你爸你妈的样子，到了四十岁以后就基本上没什么关系了，为什么呢？因为生命的历程、这个痕迹已经印在你的相貌上了，所以心态决定状态；第二句眼界决定境界。境界好不好，站得高就会看得远，站不高就看不远；第三句格局决定结局，什么是格局呢？就是你所缘的对象，一个人老抽烟，他的结局就是烟鬼；一个人老喝酒，他的结局就是酒鬼；如果这个人整天想着美女，叫什么知道吧？色鬼。所以你整天脑海里面想的是什么，这就是格局决定结局。



下面三有三无句是我最近几年对人生的总结。三有句是：“有信心就有力量，有愿力就有动力，有佛法就有办法。”很多人对佛法的理解是，我需要的时候它才有用。不是，佛法其实是无所不在，无所不在才是有用的。所以无论你在生活、在生命、在生存，佛法都有用。

三无句叫：“慈悲没有敌人，智慧没有烦恼，佛力没有障碍。”谁有敌人啊，因为心里面有敌人。敌人怎么来的呢？压力怎么来的？我们内心产生。所以我们有慈悲心的时候，就没有敌人；下面“智慧没有烦恼”，“佛力没有障碍”，这跟我们等一下讲到生命的证明有关系，因为我们所有的世间的力量都有作用跟反作用，只要有反作用就是有障碍，可是只要你内心有信仰、佛陀的力量，就没有障碍。为什么呢？佛陀破除一切烦恼，他就没有障碍。

我们大家一起念念这段话，大家合掌：“慈悲遗弃你的人，因为他教导了你要自立；慈悲伤害你的人，因为他磨炼了你的心志；慈悲欺骗你的人，因为他增进了你的见识；慈悲鞭挞你的人，因为他消除了你的业障；慈悲绊倒你的人，因为他增强了你的能力；慈悲斥责你的人，因为他助长了你的定慧。”（全场合念）这也是经啊！你不要认为它不是经啊，凡是可念的、对你有用的都叫“经”。

## 九、生命的证明与幸福

我们讲第九个，生命的证明与幸福。这个问题就很关键了，就是我们讲这个存在，怎么样的存在？存在的意义如何证明？生命的意义如果没有证明的话，这个生命没有意义的。比如说一个讲课的老师，如果没有人听课，这个讲课是没有意义的。从缘起里面要开发它的意义。从儒家里面讲，“人之为人”，这就是生命的自我证明。所以成己是自证，成物是他证。反过来讲，成己是自觉，成物是觉他；成己是觉悟人生，成物是奉献人生。人要自我成就，怎么成就呢？必须奉献人生才能成就自己。所以成己跟成物，从缘起法里面我们回到心理，这是马斯洛的一个心理需求。就一个人



来讲，一个人要解决生理需要，吃喝拉撒，饮食男女；安全的需要；可是到了第三层，归属和爱的需要、尊重的需要，这就是一个社会；最后，人要自我实现。

反过来讲，人生意义的解决、自我的实现，只能用自证来解决，所有的尊重跟爱这些都是他证。生命的意义里面，自证就是你信仰的力量、生命自我的力量。所以你在禅堂里面，你问禅师你坐禅一天多少钱？禅师睁开眼睛骂你一下：神经病，对吧？坐禅一天多少钱能证明吗？证明不了。你说你诵经，很多人说出家法师诵经一天工资多少钱？我说一块钱也可以，一万块钱也可以。那他说到底多少钱嘛？我说你爱给多少给多少，这有它的意义啊。所以生命的自我证明靠什么？要靠自己内在的力量，如果你的生命没有这个内在的证明，那你的生命是没有意义的。所以这个时候，宗教的力量就是必须的。

这个“他证”是为什么呢？从缘起法讲，所有“自”的存在都依赖于“他者”，对吧？老师的存在依赖于学生。如果说一个老师完全依赖于学生行不行啊？绝对不行。为什么啊？如果说一个老师完全依赖于学生，那就像有一位大学教授曾说，你必须赚到四千万才来找我。这就是他的问题，因为他把所有生命的意义都放在一个学生的身上。那么在这个“他证”的外延里面，有两种东西是最有效的，一个是名誉，一个是利益。但是名誉和利益永远是生命的一种中转方式，它自身是无法实现意义的。为什么？赚多少钱算有钱？这绝对是无止境的。为什么呢？因为利益跟名誉，在追逐的过程里面，它是我们生命的外延，随着这个外延的不断扩大，生命的主体逐渐地在消失，我们就这样迷惑在名利里面。所以你就看今天为什么喜欢炒作，他炒作得越厉害，他这个生命的主体——生命的自我就越没有。所以明星为什么会自杀呢？他突然发现自己的生命没有什么意义，为什么呢？因为那个名利没有用。所以，最有效、最合理的方式是什么呢？就是一个恰当和充分的证明方式。什么是恰当和充分呢？就是从社会来讲，一个人有“自我证明”的内心力量，同时他还有一定的“他证”的方法和手段。所以我对名利的总结，名利应该是功德感应，自然而然得来的，不是通过炒作，也不是通过你追求；如果你通过炒作，通过追求，通过依靠种种心

机得来的，背后都潜伏着一种危险。从佛法上讲“因地不正，果招迂曲”；儒家讲“君子爱财，取之有道”。因为你只有“取之有道”的这个财，才是人间正道；如果不是“取之有道”的财和名，这就是非道，那么这种道后面隐藏着很大的危险，所以在年轻时大家对名利应该有这样正确的认识。另外，当你获得名利以后你要小心，要慎之又慎。因为第一个，容易迷失；第二个，它的危险永远存在。因为，它永远都是意义的中转方式！

在生命意义里面，我们在心理方面要追寻幸福，那到底什么是幸福呢？幸福要符合这四个特点：

第一个是创造性，就是不断地改变自己。一只乌鸦不断地飞，在一棵树上休息，有只小鸟就问乌鸦：“乌鸦大哥，你为什么老跑呢？”乌鸦说：“这里的人不喜欢我的声音，所以我必须要走。”小鸟说：“如果你不改变你的声音，永远没人会喜欢你。”所以什么是幸福呢？——创造。我相信所有的人员来这里，都有一种幸福感，为什么呢？因为你通过创造来的。当男孩女孩之间谈恋爱的时候，什么时间最幸福啊？他意想不到地从背后掏出一朵花送给你，你觉得很幸福，为什么啊？因为是创造出来的。

第二是永恒。大家记住，永恒不是永久。我们平常所有的期待，都是永久，不是永恒。很多人就没有理解爱情，说爱情是永恒的，没错，可是爱情不是永久的。为什么呢？因为爱情是生命的一种意义，所以它是永恒的，不是永久的。有没有永久的爱情？没有。它是无常法，它怎么可能是永久的呢？可它是永恒的。永恒的是什么？意义。就像我们这样一个当下，它是永恒的，因为这个当下的意义是永恒的。

第三是直接。什么是直接呢？不是复制的，也不是重复的。为什么抄袭不幸福啊？因为抄袭是复制的。所以谈恋爱你必须亲自送花，人家才幸福。听课经常有人说你帮我好好录音哦，回来我好好听。听录音的感觉跟现场的感觉绝对不一样，为什么？因为直接。所以你想孝顺父母，一定要亲自到跟前向爸爸妈妈问候，每天打个电话



都不够，你爸你妈就想见你一眼。

下面一个更重要，是自成目的性。最幸福的东西是因为它有最纯粹的意义被保存下来。如果你们来夏令营是凑凑热闹来的，到了明天、后天你就后悔了；如果你来夏令营是听说有这么一个和尚来讲课，来见见他，你会发现，哎呀，真沮丧，见到这么一个和尚。对吧！如果谈恋爱是为了结婚，那一结婚，恋爱就结束了。不知道大家有没有体会到，为什么婚姻是爱情的坟墓？因为你认为婚姻是爱情的结果，所以当你结婚的时候，你不再谈恋爱了。什么是爱情真正的幸福呢？爱情的意义是它的自身，自成目的。大家看江苏电视台的有一个节目叫“非诚勿扰”，大家看吧？我也看。（笑，鼓掌）我看的时候，我就想，他们谈恋爱怎么能幸福呢？永远不可能幸福，因为从一开始就不是自成目的性。反过来讲，如果你的修行是一种交换，我们也永远不幸福。比如说这个念佛，很多人就是为了往生净土，这句话没有错，可是如果你把往生净土的这个念头强烈地放在你的念佛里面，这个念佛是痛苦的，为什么？如果不能往生，你怎么办？那你这不白念了嘛，对吧？所以，很多人说，谈恋爱如果不能结婚，那么谈恋爱不是白谈了，所以失恋为什么痛苦啊？很多女孩子一失恋就说那个男孩子不好，骗她，什么什么的一大堆不好。我说你们两个有没有快乐过呢？她想想有快乐过啊，那为什么，问题出在哪里呢？因为你把东西做一个交换，就是有一个结果的设定。

下面一个，有信仰的人不一定都幸福，但是没有信仰的人一定不幸福。什么是幸福呢？幸福等于快乐加意义，有意义而且快乐，它才是幸福。

## 十、自己的幸福与所有人的幸福

最后一个，自己的幸福与所有人的幸福。大家想想我的幸福跟别人有没有关系啊？有关系，那很重要，因为所有的人都追求所有人自己的幸福，可是每个人又只能在人际关系里面去谋求幸福。比如我今天很幸福，因为讲课有人听。如果我今天

讲课没人听的话，我就不幸福了。每个人之间都是互相依存的存在，都是跟他人共在的状态，所以我们每个人的个人的幸福都必然产生于主体之间的关系。那么我们众生不幸原因在哪里？就是不想让别人幸福，所以就大家都不幸福。什么是快乐？快乐是别人布施给你的礼物。什么是道德？给别人快乐。所以成佛为什么要广度众生呢？因为别人幸福了，我就幸福了，所以必须广度众生。所以佛度众生，不是因为众生需要度，而是佛自己需要去度众生，这是一个缘起的规律。

最后祝福大家都幸福，谢谢大家！

圣凯法师简介：法师现任中国佛教协会常务理事、清华大学哲学系副教授、北京佛教文化研究所执行副所长、福建太姥山平兴寺监院、中国佛学院普陀山学院研究生导师、广东尼众佛学院研究生导师。



# 佛教因果思想浅说

文 / 向学法师

## 一、因果是佛教的核心思想

因果是佛教的思想核心，是凡夫流转门的轮回依据，也是圣者还灭门的修证依据。佛教也是基于因果的信仰而展开大众心灵的教化。释迦牟尼成佛在菩提树下成道之后，最早在鹿野苑为跟随他出家的五个随从即后来的五比丘（憍陈如、阿说示、跋提、十力迦叶、摩诃男拘利）开示了苦集灭道四谛法门，这就是佛教历史上所谓的初转法轮，在这第一次开示的四谛内容中，说的就是因果道理。四谛的内容是苦、集、灭、道。

苦谛，是三界六道众生所感受的种种苦果。佛教比喻三界为苦海火宅，说明我们娑婆世界的人生处处是充满着痛苦的。人都怕苦，都喜欢快乐追求幸福，但苦是人生摆脱不了的真相。人的内心有贪、嗔、痴三毒等烦恼的苦，身体有生老病死的无常之苦。佛教对苦的说明很多，比如有二苦：我们众生的身心在日常所感受到的各种痛苦，称为内苦；受外界环境逼迫而产生各种痛苦（如恶贼加害、天灾降临等），称为外苦。三苦：对不如意的现象所感受的苦，是为苦苦。对自己所爱好的自以为是快乐的各种现象，受到破坏和毁坏所产生的各种痛苦，是为坏苦。有人虽然认为人生“苦乐参半”，不一定全是苦，也有快乐的时候，例如过去社会的金榜题名是

快乐、事业有成是快乐、妻贤子孝是快乐、官位升迁是快乐……。但这些都是世俗的快乐，无论是感官或精神上的，都不究竟也不能长久，都不是真实的快乐，因此短暂的快乐过后，还是有失去的痛苦。甚至有时候因为耽著或沉迷于眼前的快乐，不求上进，往往乐极生悲，这就叫做“坏苦”。还有一种苦叫“行苦”，佛教认为世间一切有为法都是迁流不住的，都是刹那生灭的，无法常住安隐，即使你淡泊无求满足于现状，过着无忧无虑的日子，但仍然不能避免无常带来的逼迫，而有世事无常的感叹和苦恼，这种由于世间无常而带来的苦，是为“行苦”。四苦：指生苦、老苦、病苦、死苦。八苦：生老病死等四苦，再加上爱别离苦、怨憎会苦、求不得苦、五阴炽盛苦（五阴，即色受想行识。阴，盖覆之义，这五种元素组成的有漏身体盖覆着清净本性真性，不令显发。使各种苦的煎熬集中在五阴的身体当中，让众生苦苦承受，谓前生老病死等众苦聚集，故称五阴盛苦）。这些苦往往会使很多人感到人生苦不堪言。

这些苦果从哪里来的呢？必有造成这些苦果的原因。这种原因就是集谛，集是聚集、招感的意思，集谛就是指形成痛苦的原因，众生由于无明、贪爱、嗔恚等众烦恼的驱使，而造作种种善恶的有漏诸业，然后依照种种业报而招感种种苦果。这些贪嗔痴等烦恼和种种业能集起招感三界六趣的苦报，所以称为集谛。这苦集二谛是我们众生世界的流转轮回因果。

灭谛，灭是寂灭的意思，指的是涅槃，涅槃在佛教里，翻译为寂灭、灭度和圆寂。涅槃是佛和菩萨等圣者断除灭尽三界烦恼和惑业，证得常乐我净的出世间快乐的寂灭境界，所以翻译为寂灭。也翻译为灭度，灭度的意思是指灭除了惑业，脱离三界生死的种种痛苦，而达到了不生不死的清净快乐境界，所以翻译为灭度。涅槃也翻译为圆寂，是因为圣者断除了三界烦恼和有漏业的寂灭境界，而且一切自利利他的功行圆满，所以涅槃也翻译为圆寂。圆寂的涅槃和世间死的意思是不一样的。有些人听到涅槃这个词觉得很可怕，认为是死了，其实如果能证得涅槃，那就比什么都

快乐了。佛教在谈到三法印的时候说诸行无常、诸法无我、涅槃寂静（三法印是印证是否符合佛教思想的基本内容）。苦、空、无常是佛教对时间的基本看法，但佛陀同时也指出对“涅槃寂静”的追求。因此，“苦是增上缘，不是真目的”。佛教之所以说苦，主要是让众生知苦、离苦，其最终目标还是为了追求幸福快乐的涅槃，所以苦虽然是人间的现实，但并非我们的目的，佛教的目的是为了要解脱痛苦，寻求快乐。现世悲苦的现象不足以代表佛教，佛教的真相是禅悦与法喜，佛教的目的是要证得常乐我净的涅槃，佛教其实是追求快乐与欢喜的宗教，和平常人所认为的消极悲苦才是佛教的误解是大相径庭的。

道谛，道是通达的意思。我们无论去什么地方，都要有一条道路。四谛中的道，就是道路途径的意思，由于这条道能通往达到涅槃城，所以称为道。前面谈到的快乐清静的涅槃，不是凭空而来，也有他的原因。他的原因就是道。道就是佛菩萨等圣者在证得涅槃之前的各种修行，具体内容包括八正道等有关断烦恼证涅槃的各种行为，这些行为能通往涅槃，所以称之为道。这灭道二谛就是佛菩萨等圣人世界的还灭因果。

四谛内容中，苦、集二谛是迷界的世间因果，即流转因果，称为流转门，集是因，苦是果。灭、道二谛是悟界的出世间因果，即还灭因果，称为还灭门，道是因，灭是果。四圣谛是一切佛法的纲要，佛陀最初在菩提树下所证悟的内容，是宇宙缘起的真理，是凡夫和圣者两种因果的内容。佛陀以“四圣谛”来说明众生生死流转及解脱之道的缘起因果道理；进而激发众生厌苦修道的决心。目的就是要使众生从世间因果的内容中去“知苦”、“断集”，从出世间的因果中去“修道”、“证灭”。

佛陀在以后所开示的众多经典中，虽然有很多不同的法门，但都是围绕着因果这一法门而展开的。如十二因缘，六度等法门都是谈因果这个道理。佛教的因果理论不仅道出了世间和出世间的真相，同时也是体现平等思想的主要内容。在当时印度社会的等级制度很严密，有四种姓差别和自在天创造世界的权威性，当时佛陀不



满他们的说法，利用因果的思想武器，对他们进行了彻底的批判，主张众生平等、诸法无我，只要众生能够去恶行善，依法修行，每位众生都可以成为圣者，每位众生都可以成佛。所以佛教的因果思想是蕴含着众生平等人人都是可以成为圣者的思想。随着佛教历史的发展，佛教因果的内涵越来越丰富，如说一切有部等小乘佛教把形成有情世界的原因，根据不同的作用分为六种，称为六因（能作因、俱有因、相应因、同类因、遍行因、异熟因），有时候称为四缘（因缘、增上缘、所缘缘、等无间缘），把这些因所招感的果分为五种称为五果（等流果、异熟果、离系果、士用果、增上果）等内容；以龙树菩萨为代表的大乘中观学的因果观念反对外道数论派因中有果论与胜论派因中无果论等，批判了自性见的因果主张，提出以缘起性空的因果思想，通过缘起性空来建立因果的道理；大乘瑜伽行派则强调突出了“识”的作用，以“阿赖耶识”缘起为理论依据，建立起唯识的因果体系，其中“阿赖耶识”中的因能变和果能变，就是论述了唯识的因果关系。所以从佛教的历史上看，无论是释迦牟尼佛在世时候的原始佛教，还是小乘时期的部派佛教，乃至后期兴起的大乘佛教，都是非常注重因果问题的阐述，都把佛教的因果内容作为弘扬佛法教化众生的核心内容。佛教传入中国以后，和中国传统文化发生相互影响，相互交融的趋势，形成了具有中国特色的佛教。中国佛教因果理论继承了印度佛教因果理论的基本精神，又结合本土儒、道文化本有的劝善精神，从而使佛教因果理论得以在中国得到了更广泛的发扬。深深地影响了中国因果文化的发展，如宋明理学“灭尽人欲，天理流行”之说即是受其影响，历史以来随着三教融汇趋势的加深，因果理论业已成为中国传统文化移风易俗、净化社会的基础理论之一。

## 二、因果的基本内涵

所谓“因果”，“因”是原因，是形成无情世界和有情生命的原因，常与“缘”连用，称作“因缘”（因素和条件），在佛教的因果报应思想中，因多指业因，即众生的



业力造作；“果”即果报，是业因的造作所必定得到的报应结果。佛教认为，依因感果，果又成因，如影随形，报应不爽。如《阿含经》论三世因果：“欲知前世因，今生受者是；欲知未来果，今生作者是。”因和果是缘起的关系，“若此有则彼有，若此生则彼生，若此无则彼无，若此灭则彼灭。”正如俗语所说：“种瓜得瓜，种豆得豆。”既种业因，当结业果。在佛教里，业因从不同的角度可分为染业与净业、善业恶业与无记业、白业黑业、有漏业无漏业、引业与满业等等，其内容有我们大家所熟悉的“十业”，则是指身三业、口四业、意三业。佛教认为，业一旦有了造作，就能去影响他人、牵系自己，称为业力。业力的特点是“自作自受”，即业力由自己造作而成并由自己决定改变。

《佛说十善业道经》指出：“一切众生，心想异故，造业亦异，由是故有诸趣轮转。”有执著就有六道轮回，有妄想就有染污的世界。我们凡圣的世界有十种，称为十法界，这十法界都是众生自己的业因形成的。如地狱境界的业因主要是嗔恚、嫉妒，饿鬼界业因则是贪婪，畜生的业因是愚痴，人界是修五戒十善，天界是修上品十善、四无量心，阿修罗界是天道业因加上好胜心，声闻界是四谛心，辟支佛界是十二因缘心，菩萨界是六度心，佛界则是平等心。可见，十法界都是我们自己的业力所牵引，一切都是自作自受。世出世间一切法都是因果报，都不出因果定律。

因果是因果报，是一切事物生成和发展的规律和依据，是人世间的真相，看似平常，却含有很深的哲学道理。有因必有果，因果相应的准确性丝毫不会差错。因果报应不但人为不能抹杀，鬼神也不能抵抗，即使佛和菩萨也不能更改。因果支配了宇宙人生的一切。《涅槃经》中说：“善恶之报，如影随形。三世因果，循环不失。此生空过，后悔无追”。在佛教里面，有句话具有深远的意义：“菩萨畏因，众生畏果”。菩萨和我们众生不同的地方，就是对因果的看法和态度不一样。“菩萨畏因”，表示菩萨慎于始，知道“招果为因”，对于一切事理的迹象毫不含糊，能够洞察谨慎事先的行为，防患于未然；而众生则不怕因，往往逞一时冲动，在无

明的驱动下，意气用事不计后果，不能善始所以也就不能善终了。因一念无明造作一些罪业之后，就害怕受到惩罚、报应，终日惶恐不安，这就是“凡夫畏果”。

因果，不但是佛教各宗所说的道理，更是从每个人衣食住行的日常生活中随手拈来，随处都能亲身体会得到的真理。只是我们平时没有去好好领会而已。“你为什么要吃饭？”“因为肚子饿！”肚子饿了要进食，进食就是因，通过进食“肚子饱了！”肚子饱是一种果。有了进食的因，才能获得肚子饱的果。天气转冷，我们要穿衣保暖，穿衣是因，身体感到暖和是果，所以我们日常的衣食住行都离不开因果。有些人一生下来就生在优厚的家庭，住在繁华的都市里，享受文明的生活；有些人出生在穷山恶水穷乡僻野，尽其一生都住在荒山野地开垦，或在穷海僻河边营生，月月勤劳日日困苦，这不是命运的不公平，而是因果报的不同。同样是人，为什么有人富贵，有人贫穷？为什么有人生来聪明健康，有人生来愚痴多病？这都是他们自作自受的因果关系不同。并不是命运和世道对他们的不公平。怎么样的业因行为就有怎么样的果证福报，他们之间是相生相成的。

### 三、因果的三世性

因果道理看似一个很简单的话题，但不被一般人所理解和坚信。有的对因果将信将疑或者就根本不信。我们经常听到有人这样说“某某人整年吃素修行，修桥铺路，诵经礼佛，做了不少功德善事，可是一生中却多灾多难，似乎没有一天好日子过，好像老天爷不长眼睛，这么善良的人，却受到这么恶劣的命运，哪里还有因果报应啊？”又说“某某人无恶不作十恶不赦，什么坏事都做尽了，应该受到天谴得到报应才是，可是人家事事顺心辉煌腾达，老天爷还那么眷顾他，这哪里是因果报应啊？”

这些问题，不但没有信仰的人产生疑惑，有时候连信仰很虔诚而对因果道理理解不深的人也会产生迷惑。其实这些现象按照佛教的因果道理来看，是很正常的。因果报应，就时间上讲，有过去和现在，现在和未来相互之间的关系，佛经中有“三



时报”的说法，就是现报、生报和后报。

所谓的现报，是说现世报，今生不管做了善事还是坏事，现世就有报应，如犯罪就会受到法律的制裁，借钱就要还债。现世报就如春天耕种，秋天收获。

所谓的生报，是指今生做了善恶之事，要到来生才受报应。今世造业，来生得到报应，犹如今年播种，来年收获。

所谓的后报，是指今生所做的善恶种种业，没有现世报，也不受来生的报应，而要经过很多生以后才招感果报，犹如今年播种等到几年甚至数十年以后才能获得结果。

还有一种造了业，不一定会受报。如我们过去造了恶业，由于我们后天的各种善业，就可以消除过去的业障，如佛教里的忏悔，就可以忏出过去的业障，犹如佛经里常说的“念佛一句，罪灭河沙”，可以通过念佛的佛门消除我们过去的罪障。又如我们净土法门中的带业往生等。

三世因果报应的道理，我们可以用种植物的譬喻来理解。有的植物春天播种，秋天就开会结果，就可以获得果实，这就是现报。有的今年栽种，明年才能开花结果，要等到来年才可以收获，这相当于“生报”。有的现在种，却要等到很多年之后才会开花结果，才有收获，这相当于后报。佛教有一首偈语说“行藏虚实自家知，祸福因由更问谁？善恶到头终有报，只争来早与来迟”。俗话说“不是不报，时候未到”，从时间上来看因果，只是早晚的分别而已，因因果果，还是丝毫不爽的。

我们前面刚才听到的，某某人今生做了很多功德，修桥铺路修善济贫吃素拜佛，可是一直没有福报，这是因为他过去所造的业因所欠下的因果债务太多，过去世的业障还没有偿还清楚的缘故，即使今生做了很多好事，过去的因果债务不能不还，因此受苦受难还是不能免的，要等到业障消除了，今生所做的功德就会得到好的报应。至于那些为非作歹无恶不作而很幸福快乐的人，是因为他过去世所种的福田多，所积的功德果报还没有用完，等到用完了，自然就要受到苦难的报应。佛经里面有

这样的一句话“假使百千劫，所作业不亡；因缘际遇时，果报还自受”，就是说为善为恶的种子，不管经历多少年月，仍然埋在泥土里滋长，一旦因缘聚合时机成熟，它便立刻发芽长叶，开花结果，自受自报。

佛经中说：“欲知前世因，今生受者是；欲知来世果，今生做者是”。意思是过去种什么因，现在就受什么果，现在造什么因，将来就结什么果。在佛教出现之前，各种哲学、思想、宗教对于因果的早已有各种不同的说法，但都没有佛教的三世因果说得圆满透彻。佛教虽然说三世因果，但是更加注重现世的因果；过去的恶因恶果可以通过今生的善行去改变它，就是未来的善因善果也可以依靠今世的修持而获得它，因此我们大家要趁着现在的时光，多行善业多修功德，及早播种善因，为将来结下的美好果实而准备佛法的资粮。

#### 四、因果与宿命

社会很多人很关心自己的命运，对于命运的看法，因人而有种种差异。有的人在生活当中，遭受折磨辛劳，往往会怨恨命苦；有的人对于自己的遭遇，只知认命，认为人生的一切祸福贫富，都是由命运来去安排；有的人对生活的贫苦困顿，则安贫守节；有的人对于自己的遭遇，则抱着乐天知命的态度，能不忧不惧。佛教以为不论命运乖舛，或者是多么的灿烂辉煌，都不一定要听天由命，而应该培养洗心革面的精神，创造自己的人生。

佛教认为虽然每人的命运和过去的业因有关系，但是有区别于一般机械定性的宿命论。佛教主张诸法因缘而生，空无自性，因此命运也是因缘所生法，没有自性。坏的命运可以依借种种善因善缘而加以改善。

除了慈悲能改变命运之外，修福也可以改变坏命为好命。有的人认为自己业障深重，永远无法扭转命运，其实不然。佛教认为再深重的恶业也可以减轻，好比一杯酸醋，如果将它放入杯子之中，当然酸得无法入口。但是我们如果把它放到很大



的一个缸里或很大的盆子里，醋的酸味自然变淡。罪业的醋不管它如何酸涩，只要以福德因緣的清水放多了，仍然可以淡化。一块田地，虽然杂草和禾苗并生在一起，但是只要我们加以努力精进，辛勤地除去杂草，功德的禾苗认真加以培植灌溉就会茁壮长大起来，获得好的收成。因此，深重的罪业可以藉着广植福田而给以改变。

佛教里消除业障增长福慧的法门很多，普贤十大愿中说：忏悔也是消除业障、增长福慧、改变命运的法门。我们的衣服肮脏了，要用清水来搓洗才会洁白；身体垢秽了，也要用清水的沐浴才能干净；心地污染了，要用忏悔的甘露法水来洗涤，才能恢复清静，所谓的忏悔就是“随缘消旧业，更莫造新殃”。虔诚恳切的忏悔消除我们烦恼的污垢，把原本无染的清静自性心显露出来。因此佛教非常注重忏悔法门，在寺院的早晚功课当中都有念诵《忏悔文》来忏悔业障。其他如《慈悲水忏》、《梁皇宝忏》等，都是历代祖师大德为我们设立的忏悔业障的方便法门。其他如念佛诵经等修行，都可以忏悔业障增长福慧改变自己的不好命运。

佛教重视因果报应的命运，认为命运是可以改变的。如慈悲护生可以改变短命和多病的命运，结缘布施可以改变贫苦的命运，忏悔可以改变命运，持戒可以改变命运，信仰可以改变命运等等。希望大家能够依照佛佛陀的教诲，努力修行，使自己的命运越变越好，使自己的生活会越来越幸福越来越美丽。

## 五、因果的现实意义

一、强调以人为本：佛教因果报应的理论认为，我们有情世间是生死无常的，是带有各种不尽人意的痛苦。而痛苦的原因在于人的无明与贪爱等烦恼和种种行业，在于人类自身的思想与行为，即人的思想和行为是决定人类自身命运的根源。这是佛教对人、人生乃至人类的基本看法。因果报应理论强调人的一切都取决于人自身的思想和行为，既非上帝的主宰，也非天命的安排，人是自作自受。自己掌握自己的命运，自己对自己的行为负责。从而确立了人的主体自主的地位，不是什么神所

创造的，也不是天命安排的，排除了神造和天命主张。佛教认为“万类纷纭，唯人最灵”。六道之中，只有人最富有智慧和灵性，能够修行成佛，能够摆脱轮回的痛苦，所以因果报应的理论，主要是以人类众生为教化对象。

二、促进道德的教化：佛教的因果报应理论，也可以说是一种道德教化的因果理论。佛教因果报应说的中心内容是指导我们人类主体如何根据自己的思想和行为，来塑造将来的新生命。强调佛教道德在生命转化中的重要作用，恶因结恶果，善因生善果，道德是自我塑造未来生命的决定因素。这就把生命和行为道德统一起来。把因果报应作为支配人类社会的根据。所以佛教有不同的戒律，来规范信徒的各种行为，提升道德标准，使自己的人生行为更加完善。

三、创造美好的未来：佛教的因果报应理论谈到三世轮回，其思想中心劝导人们虔诚地行善修道，以忏悔过去的罪业，祈求未来的快乐与幸福。也就是要人们通过现在的努力修行，而获得未来的快乐与幸福。所以人们想获得未来的快乐与幸福，就必须重视现在的努力。所以佛教的因果理论为我们打开了未来生命的一种新希望。

四、促进社会的稳定：佛教的因果报应说把造成人类苦难的复杂原因归到人类主体的自身，归之于前身作业的报应。人们想要在未来的生活里，改变各种苦难，就要修行修道。要根据佛教的道德规范，去恶从善，慈悲平等，自利利他。现实生活的各种现象，都是人类的共业所感，有它的合理性。社会的各种不平等，有他的必然性，不必怨天尤人。要改变我们所认为的不合理不平等，就必须依靠全人类的共同努力。只要我们大家能够依佛陀的教导，领会因果的道理，去恶行善，整个人类社会一定会多一份和谐与稳定。所以佛教的因果教义，对稳定现实社会秩序和安定人心具有特殊的意义。

向学法师简介：法师现任中国佛教协会常务理事，中国佛学院副院长。



# 音声修持法门要义

——《楞严经·观世音菩萨耳根圆通章》略说

文 / 宗性法师

## 缘起

尊敬的惟航法师、普陀山各位出家的上座法师、今天到会的各位在家同道：

阿弥陀佛！大家下午好。我个人很惭愧，蒙惟航法师慈悲敦促，来观世音菩萨道场给各位上座同修汇报我自己修学佛法的一些体会。来普陀山之前，我也作过一些思考，既然这里是观世音菩萨应化的道场，到这个地方来就应该跟大家一起交流一些关于观世音菩萨的佛法修学心得。

佛教今天作为宗教的存在，很大程度上在于跟世间的一些哲学、艺术、文化形态有不一样的地方，在于能够改变我们每个人整个生命的流向。过去在整个佛教里头显教部分，特别在汉地的佛教里头，我们一般会用信、解、行、证或者教、理、行、果来概括指导我们每个人怎样从染污的生命之流转变到清净的生命之流。密教里头有它另外一套，但不管是宁玛讲九乘次第也好，还是格鲁巴讲三士道也好，总的有一个基本的思路，就是说佛法的一个基本指导精神是能够改变我们生死苦海轮回里头那种染污的生命状态，能够转化为清净庄严无染的生命。这种转化不同于其他的哲学、艺术，最根本的地方就在于它能够通过实践，能够通过我们每个人的修证功夫而能达到。因此我这次来到观世音菩萨的道场，想跟各位一起分享我个人在学习

佛法的过程当中对于这样一个问题的思考。

## （一）、观音菩萨修什么法门

我们都觉得观世音菩萨的道场在普陀山，于是每年都有成千上万的人到普陀山来朝拜，来礼拜观世音菩萨。那么我们就有一个思考：这些人到观世音菩萨的道场来礼拜观世音菩萨，他们希望得到什么？当然今天假如用社会学那一套搞调查的办法，发上一千张一万张问卷，我估计会有一千个一万个答案，每个人都有自己的答案。观世音菩萨信仰作为我们中国佛教里头信仰最普及最广泛的一种形态，它得到了所有信仰民众普遍的认同，我肯定很多人会觉得这是观世音菩萨慈悲精神的感召，她能够“千处祈求千处应，苦海常作度人舟”，她有很多灵感的故事，她有很多感应的事迹，所以我们很多人觉得与观世音菩萨相应，就一定要到普陀山来朝拜观世音菩萨，希望能够得到观世音菩萨的加持，能够得到感应。我估计这一类人占多数。但是我们有没有去想过，观世音菩萨能够受到这么多人的认同和尊崇，她是怎么成为观世音菩萨的？

今天我们对观世音菩萨比较熟悉的一般都会觉得是《法华经》中的《普门品》促成了对观音菩萨信仰的推广。当然，这是毫无疑问的。但是，今天我要向各位报告的是谈一谈《楞严经》里头关于观世音菩萨修持法门的一些思考。刚才讲我们每个人每一个信众包括出家的法师们到普陀山这个道场修持，这都是跟观世音菩萨有缘分的。对于观世音菩萨，这么多人不管出家的在家的人都尊崇她，那我们就要去思考观世音菩萨之所以获得这么多人的认同和尊重，原因到底在哪里。从表面上看是观世音菩萨的感应、观世音菩萨的慈悲，但我们是不是应该进一步思考一下观世音菩萨是怎么修成观世音菩萨的功德的。当年苏东坡到庙里参观，由佛印禅师陪同。他们走到了观音菩萨造像面前（据说他们当时看到的观世音菩萨手里是提着念珠的，我们很多佛教徒手里可能都提着念珠），苏东坡就问佛印禅师：我们普通佛教徒都



拿个念珠要么念阿弥陀佛，要么念观世音菩萨，观世音菩萨她还求谁？佛印禅师告诉他：观世音菩萨念她自己，她求她自己。这一个公案可以引发我们的琢磨与反思：观世音菩萨求她自己干什么？她怎么求她自己？

实际上这就是刚才我所说的，我们要去思考观世音菩萨之所以成为观世音菩萨，她的修持是怎么成就她的功德的？她为什么能够三十二应？包括《楞严经》里后面提到她还有十四无畏，她为什么能成就这么多功德？从哪个地方来的？《楞严经》告诉我们观世音菩萨她之所以成为观世音，能够成就那么大的功德，根本的修持法门就是我们每个人生活中离不开的声音。

所以你到了普陀山，你会再到不肯去观音院。我记得那旁边还有个潮音洞，很多人在那里听潮音时或许会想到《法华经》里两句话：“梵音海潮音，胜彼世间音”。但是你有没有去想为什么“梵音海潮音，胜彼世间音”？它的道理在哪儿？现在我来告诉你，要按密教里讲的话就有秘密，它有大的修持在里头。就是潮音，你在听闻潮音的当下，就可以修持观世音菩萨的法门，你如果能够成功的话，你当下自己就可能成为观世音菩萨。可是我们很多人不大会去思考这个问题。今天我想利用下午这个时间跟各位法师和各位信众一起交流一下我个人对音声法门的一点体会和看法。

## （二）、闻解脱与耳根圆通

为什么我特地提这个呢？因为在这个地方可能信奉汉传的比较多，但是近二十年以来，在国际佛教大背景下藏地佛教比较有发展。我不知道大家有没有注意到这几年来很流行的两本书：《西藏生死书》与《西藏度亡经》，那里面主要讲中阴身救度法门。中阴身救度法的原理，实际上就是观世音菩萨的音声法门救度的原理。这里我大概介绍一下它的背景。按照藏地的说法，现在宁玛讲六种解脱：一个叫见解脱，就是你眼睛看的那个见；一个叫闻解脱，就是你听；一个是尝解脱，就是用舌头尝味道；一个是嗅解脱，就是用鼻子去嗅；一个叫过解脱，这个过是那个有过

失的过，这个专门指第六意识，就是你的意；还有一个是佩带解脱，密教的人为什么强调要带东西要带托噶，这个就跟佩带解脱有关。这里我再给你解释一下你就会觉得那一点都不密。所谓见解脱、闻解脱、嗅解脱、尝解脱、佩带解脱、过解脱，其实就是我们汉传佛教唯识里头最重要的眼耳鼻舌身意，它们没离开过这个。眼，你看见不就是用眼根吗，看的（外境）就是眼对；闻的（声尘）就是耳对；你尝的（味道）就是舌对；嗅的（气味）就是鼻对，佩带解脱的佩带就是接触。

今天，我们有的信徒也好，法师们也好，他的衣服一解开，可能里边会佩带个什么什么玉佩啊，或者带个加持的红绳圈啊，那是活佛给你的啊，保证那个绳子能把你拉到极乐世界去了，这就叫佩带解脱，也就是加持。其实这就是接触，就是你的身体所对的。而解脱就是意念，比如这个见解脱，这个时候你眼前有尊佛像，你的眼根对着他，那怎么可以解脱呢？很简单，我个人的经验是，我书房的书桌上面，办公室书桌上面，一般中间会放一尊观世音菩萨，当特别烦闷的时候，特别苦闷的时候，我就点一炷香，眼睛盯着观世音菩萨，你就盯着她看，看了五分钟以后我也没那么烦了，让你不开心的事，慢慢地减轻了，最后好像会慢慢地消失，这就可以叫做见解脱。你烦恼的时候，你有很多贪念的时候，有很多嗔恨要骂人特别恼火的时候，没关系，盯着佛像看，看上五分钟你的火就下去了，这种就叫见解脱。

也许你会说我天天看怎么还没解脱呢？问题在于你看的那一刹那可能解脱，可是过后你又不解脱了。啥意思呢？在诸佛菩萨面前的每一念都保持那个念头在，可是当你一跨出这个讲堂你的念头就没了。所以关键在于你眼睛对着佛像的一刹那之后，你是否能保持它的连续性。我今天很赞同社会上有个词叫可持续发展，你要是观佛像这个念头也能够可持续发展，你二十四小时每一分每一秒都是这个念头，你看看还解不解脱？要是不解脱你把我拉过来打板子！耳解脱也是一样，就是闻解脱。你听到了，比如现在寺庙里那个流通处，光碟有那么多人买、那么多人请，为什么？就是为了听。你坐上一辆车子，也许会听到“南无喝呐怛那哆呐夜耶……”，你问



开车师傅这是为什么，他说我心里烦，听一听我心里头放松多了，这就是闻解脱。不过，开车师傅这个解脱很可能是一刹那，他不能保持连续，这就是凡夫跟圣人境界的差别，凡夫是有间断的，圣人是连续的，所以那个《楞严经》里头念佛圆通告诉你“净念相继，得三摩地，斯为第一”。关键道理在哪儿？我们这些家伙啊（法师用手指点着脑袋）不能净念相继，老是断断续续的，圣人的境界是前后保持一致的，就是刚才所说的可持续发展。这是闻解脱。还有尝解脱、嗅解脱……我不一个一个地讲了，我主要讲了闻解脱大家就可以举一反三了。这个闻解脱就是中阴身救度法的核心，所以你看那中阴身救度法就是通过声音、咒加持他可以往生，这个是完全可以办得到的，可以引导他往上的。这一点后面我还会谈到。

现在这个法门很流行，特别是中阴身救度法和西藏度亡经在西方反响极大。为什么？西方人从来没见过这个，所以他们老往西藏跑。在西方人的宗教里只有一个，你信上帝就上天堂，你不信上帝就下地狱，就这两条路。相比较，他就觉得这法门很神秘，再加上一些人一弄，包括宁玛的，格鲁巴的，传他两招感觉就更神秘了，所以在西方，密教铺天盖地，到处都是。很多人都觉得汉传佛教不行了，修行又没次第了，又没法门了。我告诉你，中阴身救度法门的第一个核心就是讲闻解脱的，汉传佛教同样有啊。

刚才讲《楞严经》中就有观音菩萨耳根圆通，这不就是闻解脱吗！音声是啥？音声不就是闻的吗！不仅《楞严经》里有，过去我们的祖师还把这个溶化到生活里头。你看我们禅宗的丛林里，钟鸣板响即是菩提。那个敲钟打板是什么？那不就是闻解脱！过去很多祖师留下语录，你翻开一读那些祖师怎么开悟的？打钟“噫”，开悟了，那不就是闻解脱？这个闻解脱比那个中阴解脱还更圆顿。中阴解脱还有次第的，还有过程的，可是人家听见打钟“噫”，开悟了。但是这要讲机缘，人家也是打香板，打一板子就开悟了，你天天打板子，把板子都打断了，把骨头都打断了，也不开悟，为啥？还没到那个点。本来三点钟，你两点五十就敲了，呜呼，不行了，还



没到那个点呀！没积累到呀！今天我讲这些没有去想比较哪个好哪个坏这个分别心。我们要明白，不是藏传的才有这个法门，汉传的同样有，只是我们自己没有去弘扬，没有去挖掘。所以我希望你们普陀山将来多弘扬观世音菩萨的音声修持法门——耳根圆通，让大家知道汉传佛教也有闻解脱的法门。

闻解脱是个很重要的修持法门。苏东坡他有四句偈颂：“溪声尽是广长舌，山色无非清净身，夜来八万四千偈，他日如何举似人”。“溪声尽是广长舌”，这就是音声修持的法门，就是观音菩萨的耳根圆通。可是你一天到晚在普陀山听，那个海潮音你也听惯了，那个小溪水声你也听惯了，你都听腻了，你也没听开悟。那苏东坡一听，他就听出名堂来了，“溪声尽是广长舌”，你听出这个境界了吗？别说溪声了，过去我学日本茶道的时候，那个茶道里头都能听出道道来。日本茶道里有两句话“微风吹幽松，近听声愈好”，那个微风不是指外面的那个风，指的是那个壶在烧水，水开的时候发出“咕嘟咕嘟”声响，“咕嘟咕嘟”声响在修行人听来，哎哟，这是海潮音呀，就和普陀山的那个声音一样。要苏东坡一听：哎哟，这溪声尽是广长舌。可是你听起来，或许会越听越烦：别在这里响了，难听死了。为啥？你心里头烦闷，你心里头烦，再好的声音到你那个地方都是噪音。你们有没有这个经验啊？当你心里头不舒服的时候，别人在那里说得再好听，你一听，哎呀，烦死了，别再讲了，吵死了。可是当你心情好的时候，别人不讲的时候，“这个家伙，你看像个木头一样话都不讲。”讲也不是，不讲也不是，其实这不是别人的不是，关键是你自己的不是，你自己不能够调整你自己内心的东西。所以我刚才讲见色闻声尽解脱，这就是中国禅宗里音声修持法，就是中国禅宗里耳根圆通修持法。苏东坡的两句偈颂很明显，“山色无非清净身”，你看普陀山到处是这么好的风景，你看得出那是法身了吗？你一看：哎呀，又污染了！哎呀，又起雾了！哎呀，那个地方太阳又不行了！这就是凡夫的境界。要解脱的境界就是“山色无非清净身，溪声尽是广长舌”，你听那个流水的声音，你听那个沈家门的声音，那是释迦牟尼佛在说法，

听懂了没有？你听懂了就和观音菩萨一个鼻孔出气了。要是听不懂，你就辜负了那个海潮音，知道不？它一天到晚在那响，你辜负它了。人家苏东坡是懂得那个道理的。我这样讲的意思是想说在中国汉传佛教里头关于声音的修持法门是很普遍的，只是我们今天把它忽略掉了，就以为只有藏传佛教才有，汉传佛教就没有了。我跟你们讲这个不是说有分别心，汉传也好，藏传也好，都好，只是看你去不去深究，去不去参究，一参究处处都有法门的，都可以学习的。因此，这次来普陀山是想跟法师们一起交流交流观世音菩萨的耳根圆通法门，也就是我们常说的音声修持法门。总之，我觉得从这个观音信仰里头你就可以看出过去的人是懂得这个法门的。

## 一、观世音信仰与观音道场

### （一）观音信仰——普遍

观音菩萨在民间的信仰那么普及，那对观音菩萨信仰普及程度推动最大的是什么经？一般人都会讲是《普门品》，但是我的看法不同。在民间推动观音菩萨信仰普及程度最大的在我个人看来，是那个《香山传》。那个妙善公主就出自《香山传》。我小的时候什么《普门品》没见过，啥《金刚经》也搞不清楚，一天到晚都是老头老太婆给你讲观音菩萨的感应故事，她的老爹对她不好呀，虐待她呀，她修成功了就到普陀山去了……就讲这个。所以我觉得推动观音菩萨的民间信仰《香山传》是最有功劳的。还有，佛教信仰在民间的推动，就是因果报应学说。民间的人啊，很多时候他搞不懂唯识啊，有个阿赖耶识啊，但他们相信因果，他们最大的畏惧是什么，就是那个十殿阎王。对于学教的人，那十殿阎王算什么，不过是中国人造出来的，学正统佛学的人一般看不上他。但是我告诉你，这个十殿阎王，他对佛教的因果报应在民间的推动成就是最大的。

再回到民间那个《香山传》，其中有这个观音菩萨法门的。你注意到吗？她受虐待的那个庙叫什么庙？白雀寺是吧？她的老爹眼睛坏了，她把她的眼睛施给她老



爹做药引子才把她老爹的病治好。你有没有想过，她为什么是要眼睛而没要耳朵？这里头有问题，你要是把耳朵割了那耳根圆通不了啦！后来，她不但眼睛恢复了，其他的也都好了，为啥？都可以互用的，这就是六根互用，这就是耳根圆通，这里就有修行法门。《香山传》它是编的故事，但是我告诉你那编者还真懂得一点观音菩萨法门的。

### （二）观音道场：偶然、必然

还有，比如宝陀寺的大雄宝殿叫圆通殿，为什么叫圆通宝殿？那还是体现观世音菩萨的法门的呀！因为她是修耳根圆通法门的。实际上观音信仰里头是有观音菩萨的修持法的，可是你不去发现它。我觉得我们今天弘扬《普门品》很大程度上就是让大家去求观世音菩萨，因为《普门品》一上来就跟你讲三十二应啦，你有什么困难就念观世音菩萨，观音菩萨就会帮你解决困难。但是真正的观世音菩萨——共同的观音信仰是有观世音菩萨自身的修持法门的。我只能简单地说从大圆通殿来讲，从《香山传》里要挖观音菩萨的眼睛来讲，这里面都蕴含着观世音菩萨修持的耳根圆通法门。

## 二、观世音菩萨与观自在菩萨

### （一）观世音菩萨

从她的名字来看，比如在《普门品》里（《普门品》是《法华经》里的一品，是鸠摩罗什大师翻译的），为什么叫观世音菩萨呢？谁问佛的呢，诸位？哪个问的？就是无尽意菩萨吧？他问佛：佛啊，观音菩萨为啥叫观音菩萨啊？佛告无尽意菩萨曰：“善男子！若有无量百千万亿众生受诸苦恼，闻是菩萨名号，一心称名，观世音菩萨即时观其音声即得解脱”，接下来就是三十二应了，最后打一个总结：以此因缘名观世音。因为观世音菩萨闻到一切众生求救苦难的声音就去救度，所以叫观世音



菩萨，这是鸠摩罗什大师翻译的。我们民间都把观世音菩萨简称观音菩萨，这是到了唐朝后改称的。

### （二）观自在菩萨

我们天天上殿都念《心经》吧？《心经》是谁翻译的呀？是玄奘法师翻译的，他比鸠摩罗什大师晚。玄奘法师翻译《心经》的第一句是“观自在菩萨行深般若波罗密多时……”，自他翻译成观自在菩萨以后，这个仗在佛教史上开始打了。特别是在玄奘法师的弟子中开始批评了，说玄奘法师翻译的才是对的，译“观自在菩萨”才是对的，以前在文献里译作观世音菩萨，那个《翻译名义集》，包括《般若心经幽赞》里，“凡其翻观世音菩萨者，讹也！”这下开始打架了，很多法师开始讨论了，到底是观世音菩萨对呢，还是观自在菩萨对呢？其实你注意看唐代以后的好几次翻译，都把她翻作观自在菩萨，可是你看佛教徒好像不打仗。不管人家书上怎么批评。就是今天一般的佛教徒念的还是（法师合掌）“唉哟，观世音菩萨呀，你救救我吧”。有难的时候你就不会念观自在菩萨你在哪儿呀？救救我吧！还是念观世音菩萨。

### （三）菩萨名号的梵文

现在《法华经》的梵文是完整的，这是在尼泊尔发现的，今天已经把那些梵文转译出来了。那么观世音菩萨原文是什么呢？音译过来叫阿缚卢枳帝湿伐逻 Avalokiteśvara。这是两个词，“阿缚卢枳”用现代汉语翻译有两个含义：一个是照见，还有看的意思。“帝湿伐逻”翻译作自在。所以今天很多人把梵文的转译拿出来就说“你看，玄奘法师翻译的是对的，鸠摩罗什搞的是错的。”从梵文来看要翻作观自在菩萨，翻作观世音菩萨是不对的，但是，我觉得恐怕也不是那么简单。为什么？这个翻译在很大程度上受《楞严经》的影响，而从《普门品》这个角度来看要称观世音菩萨才是对的。所以，我认为这两种翻译都是对的。

### （四）菩萨的修持法门

我们来简单分析一下为什么称观世音菩萨是对的，称观自在菩萨还是对的？我给你打个比方：你们都照过镜子吧，假如说这是一面镜子（法师拿起茶杯盖子），这个镜子是圆的不是？我拿的这面镜子，里面能照出人影来。从这个镜子来看它的作用就是你是什么样子它都能照出来，但是从这个镜子本身来看，它是一个晶莹的透明体。我要想说明什么呢？称观世音菩萨和称观自在菩萨的差别就在这里。称观世音菩萨就等于说是着眼于镜子的用，它能照出人影来；称观自在菩萨，着眼于这个镜子的体，它是晶莹的透明体。《楞严经》里讲观世音菩萨过去修行的时候，她“从闻思修入三摩地”，下面是“初于闻中，入流亡所”。关键就在后面这两句。那个“流”字怎么讲，还有那个“亡”，是死亡的亡，“入流亡所”是什么意思？你现在听我讲话，我讲的时候有声音，你能够听得见，而所谓“入流亡所”，就是你要进入一个什么境界呢？没有一个在听的你，也没有那个声音，用我们今天的话讲就是能、所双亡，所以叫入流亡所，就是没有能听的人和所听的声音。能听和所听这两个东西要和在一起，就是要圆通。这个地方我只是给你讲一讲观世音菩萨之所以成为观世音菩萨，恰恰就在于耳根圆通，她修的就是耳根圆通法门，并且到最后不仅是耳根圆通。这里我想展开的是关于《楞严经》中的两句话：“自从一读楞严后，不读人间糟粕书”。近现代以来，我们受民国以来的影响，对《楞严经》重视不够，认为《楞严经》是伪经，认为《起信论》是伪论。实际上我告诉你，《楞严经》里处处都是修行的法门，从开始的七处征心，到后面的二十五圆通章，就是二十五位菩萨出来报告他是怎么修行成功的。什么叫二十五圆通？就是二十五位菩萨来报告的他们的修行经验。二十五是怎么加起来的？你注意看：六根、六尘、六识、七大就二十五了。这一点，显教密教全都有的。观音菩萨的耳根圆通法门，实际上是在前面的六根、六尘、六识任何一个法门修通以后，这六根是互用的，耳根不仅是听声音，还能看东西尝味道。这《楞严经》里的圆通法门还影响到了中国的戏曲小说，《封神榜》里有两个



人，一个叫千里眼；一个叫顺风耳。那算什么稀奇！千里眼算啥？真正到了耳根圆通，什么千里万里，无边无际，整个尽虚空遍法界都在他的掌控范围之内。顺风耳，有风才行，但有风才行就不圆通嘛，没有风也行那才叫圆通。有风才行等于和那个电一样，把电要传输出去还得有电线，圆通法门是无线！没有线不要风。佛法里头处处都有修行的法门，只是看你怎么去找。《楞严经》我是很推崇的，各位有精力把二十五圆通好好研究研究，每一个都是一个法门，关于听跟听声音有关法门都有三个，乔陈如、普贤菩萨，中间就是观世音菩萨，他们三个修行的都是跟耳朵有关系，跟声音有关系的法门。刚才我讲的见闻觉知在《楞严经》里全都有，眼耳鼻舌身意，六根六尘，这在《楞严经》二十五圆通里头全都有，那中阴身救度法门也没什么，《楞严经》里全部有。所以人家有两句话“自从一读楞严后，不读人间糟粕书”，所以禅宗祖师后面又概括了两句：“成佛的法华，开悟的楞严”。你要把二十五圆通搞明白了，你要不开悟我也没办法，为啥？那修行是你自己的事。叫观世音菩萨也好，叫观自在菩萨也好，都是对，为什么？因为观世音菩萨修行的法门叫耳根圆通法门，因为这个耳根圆通法门对声音她不用看，哪个地方有求救苦救难的声音，哪个地方有烦恼的声音，她就能照见，是照的，就像刚才讲的像镜子一样（法师再次拿起杯盖子作喻），它不动，任何人的影子从这儿过，它都可以照见。所以观音菩萨是不动真际的，她是如如不动的，可是只要你有任何声音在她那里闪现的时候，她都能融摄进去。所以从用上讲叫观世音菩萨，从体上来讲叫观自在菩萨。

所以观音菩萨呀，她这个耳根圆通法门，虽然是通过耳根来修，但是她是六根互用的，所以她圆通无碍，是自在的，所以叫观自在菩萨吧，这是从体上讲。她修成了这个法门，耳根观自在无处不周遍，就像我们庙里殿堂挂的对联“千江有水千江月”，她可以千处祈求千处应，所以观世音菩萨不论哪儿有求救苦难的声音，她都可以去救度你，那是从用上讲，所以这两个是不矛盾的。各位，你们千万不要听那些外面的人给你考证。佛法跟文字没关系，要是佛法都被那个文字给困住了，完了，

这佛法就死了，这不是我讲的，是祖师讲的。“依文解义，三世佛冤”。三世佛冤哪，佛那么慈悲都跟你是冤家了，因为你曲解了。禅宗祖师告诉你只要用心，时时刻刻哪个地方都是法门，你都可以参究的，你都可以用功夫的，但是我们往往就是大而化之地就把它放过去了。观世音菩萨也在念，观自在菩萨也在念，念了半天你没走进去，这就不行啊！要起行啊，你光是在解上在闻上不管用！所以凡夫还依然是凡夫，入不了圣流，那不是圣者的事，不是佛法的事，是自己不努力。

### 三、《楞严经》载音声修持法门

下面我要介绍一下《楞严经》中的音声修持法门。我们讲耳根圆通，《楞严经》里头有三种。

#### （一）声尘圆通：憍陈那五比丘

第一个就是我们前头讲的声尘圆通，声尘圆通知道是谁吗？乔陈如。《楞严经》上说“于佛音声，悟明四谛……妙音圆密”，得声尘圆通。这是《楞严经》里的话，不是我杜撰的。我们过去学了佛教史以后，一般都会觉得释迦牟尼佛在菩提树下成道以后就到鹿野苑度五比丘，就开始了佛法的宏传。度五比丘当然以乔陈如为代表，怎么度的呢？三转四谛十二法轮，有四谛法苦、集、灭、道，知苦断集，慕灭修道，他们都解脱了，都成罗汉了。可是到了《楞严经》里说法就不同了，在《阿含》里只是说他们知苦断集、慕灭修道、三转四谛，说了三次四谛他们就解脱了，就成罗汉了。《楞严经》里“于佛音声，悟明四谛”，这是说，不仅仅是那个四谛法，还有佛讲的音声。佛讲的都是妙音，所以那个乔陈如一听佛说话就开悟，就是“于佛音声，悟明四谛”。罗汉还有个别称叫声闻，叫声闻弟子。为啥叫声闻呢？你搞不懂了。还有独觉。我们过去都知道声闻是听到说法的音声才解脱的，现在你结合《楞严经》一读，哎，懂了。要听佛说法才能解脱。“于佛音声，悟明四谛”，佛



的音声啊能够引人入圣的。佛说法的音声在《十诵律》、《善见律》里是有记载的，佛的音声有很多功德，美妙、柔和、祥和，你怎么听怎么对，我们一般人发的声音，要么是高，要么是低，要么是尖，都不行。但是，你只要在音声里去修，你同样能把它修成妙音。所以《楞严经》第一个讲声尘圆通就是阿若乔陈如，他们五比丘听佛陀说四谛法是音声相应之下顿悟的解脱。可是我们今天的人办不到了，不过声闻弟子中那些独觉者不用听佛讲话，自己就可以悟。这种人的根性我跟他们开玩笑讲就跟林黛玉差不多，为啥？你看林黛玉闲着没事干，看到哪里掉个花心里难过死了。那个独觉辟支不用听讲话，看到那个花一掉“噢，无常”，开悟了，成罗汉了。我们过去讲声闻声闻，就是在闻此音声，圆通法门里第一个就是声尘圆通，就是乔陈如，他们修这个法门。

《楞严经》里第二个是什么？按照六根六尘的排序，耳根圆通应该排在前头的，但是《楞严经》里第二十四是念佛圆通，是大势至的。那个耳根圆是放在第二十五，是后补的，所以一些学者以为这个经搞错了，前头的搞到最后头了，颠倒了，所以这个经是假的。其实是他不懂，里头是有奥妙的。想知道吧？参！你就知道了。

## （二）耳识圆通：普贤菩萨

除了这个声尘圆通、耳根圆通一头一尾之外，中间有一个普贤菩萨，耳识圆通是普贤菩萨，放在第十三。声尘放在第一，耳根放在最后，这个耳识放在中间，这三个点一对应起来就统一了，他不是搞错了，这是有修行次第的，所以《楞严经》里第十三位记载跟声音修持有关的就是普贤菩萨的耳识圆通。那个书上这样讲：“我用心闻”。诸位，一般人问他你怎么听到呀？他说我用耳朵听到呗。你再想想看，声音是用耳朵听到的吗？你耳朵能听见吗？这种公案在禅宗里就是个话头，是哪个听见了声音？你说是耳朵，那么人死了耳朵还在他怎么听不见了呢？人死了他耳朵还好好的，可他绝对听不见了。普贤菩萨告诉你个法门：我不用耳朵听，我用心闻。

这个心不是你的脑袋也不是你的心脏，是啥？我在这里只能打个六点省略号“……我说本因，心闻发明，分别自在”，修耳识圆通。这是《楞严经》里的话。“我用心闻”，这句话就清楚了，下面还有一句“心闻发明”，我这里简单提示一下。你现在把眼睛闭上，我在讲话，你也听见有个声音，再进一步，你自己是不是觉得有一个能知道你在听声音的那个东西。这个就跟我们修耳根法门有关系，我们就要把那个东西找到，这就是到了后来修耳根圆通讲的反闻闻自性要找的那个东西。外面你听有个声音，你也知道自己在听，那个东西是最关键的，而我们现在讲的普贤菩萨的耳识圆通是指哪一个部位呢？就是指的有个声音你在听，那个听觉就是耳识圆通这部分，但是至于你能够知道你在听的那个就超过这个范围了，不是眼耳鼻舌身意的范围了，那就跟阿赖耶有关，跟如来藏有关，跟自性有关，跟真如有关，跟你解脱有关，要把那个东西找对。我们普贤菩萨修的是耳识圆通法门。

## （三）耳根圆通：观世音菩萨

圆通章里最后一位就是第二十五圆通观音菩萨耳根圆通。《楞严经》里说：“从闻思修，入三摩地，初于闻中，入流亡所，所入既寂，动静二相，了然不生。”耳根圆通章里最重要的就是这几句，下面的一大段文字都跟观音菩萨《普门品》一样的，讲了三十二应呀，跟《普门品》不同的只是除了三十二应以外还有十四无畏，还讲到她的功德。《楞严经》里的耳根圆通章跟《普门品》不同之处就在这里：观音菩萨交待自己修了什么行，修了什么法门，修了什么法能让她千处祈求千处应，能够闻其音声而救度众生的苦，就是这耳根圆通。

上面这一段我主要跟各位交待一下《楞严经》里跟声音修持法门有关的这几位：乔陈如、普贤菩萨、观世音菩萨。



#### 四、音声修持法门的基础

接下来我想跟各位说一下，要修这个耳根圆通法门有一个基础你必须搞明白，就是这个声音我们到底是怎么听见的。我这个地方跟各位讲两点：

##### （一）、世间科学声音听闻的原理

第一就是从世间科学的角度，你必须把佛法和世间科学对于这个声音怎么听的这个差别搞明白，这样你才能真正知道耳根圆通的要义在哪里。以科学而言，声音听闻的原理主要有以下三点：

##### （1）声音的产生——震动

声音是从哪儿来的？是怎么产生的？比如我讲话，讲话有声音吧？声音从哪儿来的？你们天天搞唱念的人，要把这个搞懂了。我告诉你这里面有大密教。我们许多人的声音是从声带出来的，从喉咙里出来的，但是我给你讲这个密教修气脉明点，这个喉咙很重要的，你要把喉咙打开，它上下都管用的。我们一般世间人讲声音是由声带振动而来，你要想发声用意控制你体内的气，气一推动声带，声带就震动，就开始有声了。你看你们这里有打法器的，特别那个打鼓最明显，你打鼓时用眼瞅瞅“卟咚，卟咚，卟咚……”，你看那个鼓的皮是不是在动啊，在跳动啊，用世间科学解释声音怎么产生的，声音是振动产生的，有振动才有声音，不震动就没有声音。

##### （2）声音的传播——声波

还有声音靠什么传播的？声音是震动产生的，你比如说我这里讲话有声音，我这里声音从声带震动出来的，可是你怎么听见的？我的声带一震动把周围的空气分子给激活了，这就叫声波，这个声音有波浪的，这个波浪就一浪一浪地传到你那儿去了，这个声音靠声波来传的。声波一传一传就传到你那儿来了，你就接上了，就传到你耳朵里来了。还有一点，按照今天科学上讲这有范围的，叫做分贝，就是低于多少分贝也听不见，因为声波太弱，超过多少分贝声音太大，你也听不见。所以

声音你怎么才能听得见，要在那分贝值的范围之内，大呢能把你的耳朵给震聋了，小呢你又听不见，说悄悄话你听不见。

##### （3）声音的识别——听觉神经系统

你说靠你的声带震动来发音，有声波来传递到你耳朵，又传过来了，可你是怎么听见的？你怎么知道的？按现在科学上讲，这个脑袋里有个听觉神经中枢。你看这个耳朵，声音进来以后，由耳道进去以后下面有三块小骨头：锤骨、砧骨、镫骨，再下去就是鼓膜，按医学上讲，声音传进去以后，鼓膜一震，它震到神经末梢，神经末梢通过神经传到大脑里头，大脑里头有听觉神经产生反应，但是这里有个问题，你说这个脑袋能听，脑袋在辨别有个声音，因为这个脑袋有个脑，脑腔里装有大脑。我们那个大脑叫脑干，就跟你吃的豆腐差不多。所以说一个人出毛病了，脑袋成了“豆腐渣”。现在我请问，人死了“豆腐渣”还在的，它为啥没有辨别能力了？还有，别说死了，就是晚上睡觉的时候，有些人睡眠很深的，把他抬出去卖了他还不知道钱怎么数的。他的脑袋里头那玩意还在啊！可是为啥他听不见了？要琢磨哟，这就是佛法跟世间不同之处。

##### （二）、佛法中音声听闻的原理

音声听闻这在佛法中怎么讲的？这跟二十五圆通有关，就是刚才讲的十二处十八界。这里有个核心：六根、六尘，还加六识。刚才我报告的世间上科学讲的那一套，不管是耳朵、耳道，还是什么听觉神经、听觉神经中枢，用佛法来讲都是那个根，都是耳根的范畴，只是长在外头的叫浮尘根，长在里头看不见的，你的眼睛看不见的叫净色根，都叫根。佛法讲在这个地方还有个识，那这个识是个啥呢？我也没办法拿给你看，不像我包包里有个珠子（法师从包里拿出佛珠），拿给你看你就看见了，那识有没有？有。拿出来给我看，不行。不行那怎么会有呢？今天人不都是这样吗，要看得见的才相信，看不见就说（法师摇头）恐怕没有。那指的哪部分？

往这儿的部分（法师手指电灯），这是电。我老是喜欢打比方，比如这个电灯它之所以能够亮，首先外面有电灯泡，你说有这个电灯泡就能发光了吗？这个泡里还有个钨丝，还要是真空的，有空气的还不行。那么，有个电灯泡里面有钨丝，且真空，它就能发光了吗？不行。还得有电线。有电线就行了吗？还不行，还得有发电厂发的电。所以要有电、电线、电灯泡这些加起来，这个电灯才能发光。但是有个问题，电能是个啥东西？你们平常讲的电是个啥东西？看得见吗？但它存不存在啊？存在。它只是一种能量，电这个玩意儿只是一种能量。我们佛讲的那个识就等于那个电力，和那个电力是一样的，它有作用但是没有形象。所以《楞严经》里头讲圆通法门，其中有几个讲到识的都是这样一个功能。比如我们讲耳朵能听声音，比如眼根、眼球，眼睛能看见，耳朵能听见，你听到外面传来的那个声音叫声尘，是所对的，你的耳根是能对的，但是有了这两个还不行，还得有个耳识，这个声音才能听清楚。世间的科学它只讲到声尘，就是那个被听到的声音，还有耳根这部分，没有讲到耳识的部分。佛教里讲这个听声音除了耳根和声音以外还有个耳识，这个耳识只是一种功能，一种辨别能力，它无形无相，这是和现在科学不同的。现在西方的学者也在搞这个研究，有很多成果，用科学的那一套也能够证明佛教讲的东西。

### （三）、苏东坡在《琴诗》中的追问

我们刚才一直在问：外面有个声音你是怎么听见的？靠耳朵行不行？不行的。就像那个弹琴一样，这个琴的声音到底哪儿来的？你看苏东坡有首诗，一首写琴的诗，声音从哪儿来的，苏东坡就开始问了，其实那就是法门，就是音声修持法门。苏东坡的那首琴诗：“若言声在琴弦上，放在匣中何不鸣”，就是说琴声从哪儿来的。你说声音从琴弦那儿来的，苏东坡就问你，你说从琴弦那儿来的，那琴放在盒子里为啥不出声呢？后面还有两句：“若言声在指头上，何不于君指上听”，那就不要这个琴弦了，你就拿那个指头来听。但那个指头上没有声。有些人又说了，



声音哪儿出来的呢，指头一拨琴弦就出来了，就有声了，可是那聋子咋听不见呢？耳朵坏了的人听不见，还有睡觉的人听不见，还有谁听不见？牛也听不见，为啥呢？对牛弹琴呗！听不懂。为什么？用我们的话讲不在一个频道上，它那个频道没对准，所以它听不懂。其实苏东坡这个诗是在问大家呢，声音到底从哪里来的？这很大程度上就要懂得耳根圆通法门。真正的声音不是指头上来的，不是琴弦上来的，也不是指头拨弄琴弦而来的，而是有一个真正的闻性，这个才是真正能听得到声音的根本。

## 五、音声佛事修持法

下面我就开始讲音声修持法门了，这一部分还是讲渐修，还讲不到顿修顿悟。今天我讲这个希望我们天天学唱念的师父们也懂这个法门，你那个唱念当下就可以入道的，可以证圆通的。

### （一）供养与歌颂

过去唱念里头有一个赞子专门讲圆通法门的，就是香严童子那个赞子：“一炉沉檀，香严童子悟圆通……”那个赞子就是专门讲香严童子的，就是香烟。烟怎么来的？闻也，就是那个嗅，那个嗅圆通法门。这是第五个音声修持法门渐修的这一部分。怎么修？那说到这个，就说到与音声有关了，过去我们叫音声佛事，这个话是有依据的，《楞严经》里“此方真教体，清净在音闻”。这个音声法门很重要。其实真正的佛这一套是一个修持法门。唱念梵呗最早是跟修行有关的，但跟我们今天外面那个“叮叮当，叮叮当”那个玩意儿无关。我们今天有些变样了。音声佛事最早是跟修持法门连在一起的。你看，按理我们唱念颂连我这个剃光头也是不准的。比丘戒里是有的，那个沙弥戒、沙弥尼戒里都有的，“不过故往观听”，包括大床、香、花、缦，啥都不准，香、花、缦，你看这儿摆这么多，都不行的，声闻弟子那里都没这些玩意儿，不准看，不准听，有点像儒家的那一套，视而不见，听而不闻。

佛教同样有：不歌舞娼妓，不故往观听。唱歌也不能听，别说你唱了，听都不能听，看都不能看一眼，看一眼都要回去洗三天眼睛的，为啥？那东西扰乱身心的，不能看的。可是到了大乘佛教兴起的时候，不但能干，还鼓励多干。看那《法华经》里头，不但叫你唱，还叫你跳呢，还要叫你吹呢，你吹笛子、吹箫的，铙啊、钹啊、磬啊、篪啊一大堆，你看《法华经》里头那法器多了。最典型的你到敦煌去参观那石窟里头，你看那些壁画里头，很多的飞天在吹笙吹篪，那在声闻乘里头才不允许呢，把你赶出山门。在大乘里头，你尽管来，越多越好，韩信用兵——多多益善。所以你看敦煌壁画里头画了好多唱的、跳的。诸位，人家唱的、跳的不是闹着玩的，是干吗的？供养，他说我用声音来供养佛的，还有他说是用声音来歌颂佛的功德的，这就扯到修持法门了，所以最早出自《法华经》。

## （二）马鸣菩萨与《佛所行赞》

后来佛教在印度最集大乘者是哪一位菩萨？马鸣菩萨。他有个《佛所行赞》就用五言一句五言一句把佛的一生，从八相成道开始一直到涅槃，用诗歌的形式编成赞颂，从头唱到尾。他是在印度最集大成者，所以马鸣菩萨了不起。你知道他为啥叫马鸣吗？声音要好啊，据说迦腻色迦王为了得到他在攻打摩竭陀国取胜以后开出条件要三亿两黄金，摩竭陀国王说没那么多。迦腻色迦王说没那么多也行，你用佛钵和马鸣菩萨来换。当时他下面的大臣不理解，说这个皇帝脑子昏了头了，打了一仗三亿两黄金不要，要和和尚干什么？他还要吃，还要开销。国王一想这些家伙不理解马鸣菩萨的功德，于是在皇宫里把他们召集起来请马鸣菩萨升座讲法。马鸣菩萨讲佛法的时候，那角落里拴了六匹马，那六匹马都饿了七天了，饿得躺在那后面，听完马鸣菩萨讲完经开始站起来叫了。所以旁边的人一听，噢哟，这个菩萨不得了，马都听他说法，马都站起来叫，都听懂了，所以给他起个名字叫马鸣。今天你们敲木鱼敲磬，你看它们都听懂了没有，懂了可以给你起个名字磬鸣木鱼鸣，那也不是

不可以哟，要修这个法门，马鸣菩萨声通这个音声法门。

## （三）鱼山梵呗

据说是陈思王曹植在今天的山东渔山创立了梵呗，梵呗的起源在渔山。但是你说那是梵呗吗？我估计也够呛，他实际上是在那个山里听到那个流水的声音得了启发。曹植真正的贡献不在这里，在于他把梵文的音律和汉文的那个词能够完美地结合起来创立了六转声，这个是梵呗最早的起源，他的贡献在这里。按当时的记载，用那个梵文的音律来唱中国的那个词是有难度的，要么就是短了，要么就是长了，还有你用汉文那个曲牌去唱梵文那个词，要么就是词长了，还没唱完你的声又没了，老是搞不到一块。陈思王曹植把这两者糅合在一起创造了梵呗。不过，我们今天的这个梵呗已经变样了，我们今天这个梵呗受戏曲的影响，是和那个唱戏的没有多少区别。倒是在日本还有所保存，你看那日本人和我们念经不同，那日本人就“嗯，嗯嗯……”，不是像我们“唵……”（香赞的起腔）像唱山歌一样。是我们把传统丢掉了，我们把修持的那部分丢掉了。

## （四）华严字母的殊胜

关于真正的梵呗，我刚出家那会儿老和尚教我华严字母的时候，我们就说这玩意儿有啥好？老和尚就骗你说学这个好，他说你把这个华严字母唱好了那个善财童子在空中翻跟头，这玩意儿好玩呀！于是就跟他学，学到会唱了说“老和尚，咋没看到他翻呢？”唱了二十年，再唱二十年也不知道翻不翻。但是这跟修持有关系。你注意看华严字母头一个字母是啥？是“啊”，这是人类的第一个声音。很多修持都跟这个有关系，包括诵咒“唵，啊，吽”，它跟这个“啊”字最有关系，并且跟修喉咙最有关系，这就讲到实际部分了，讲到真修部分了。所以华严字母为什么第一个是“啊”，所有的宗教、所有的人类最早就是这个声。一个小儿刚出生不会哭，那接生的就拍他一掌，“哇”，就开始有呼吸了，一开始的呼吸是肚脐眼，喉咙呼



吸是后天的，但是你看他第一下发出来的是“啊”。不仅佛教是这样，世间人是这样，那个基督教也是这样，“阿门”，那个伊斯兰教的是“安拉”。这个很有意思，这里头可以研究研究的。我们今天的梵呗它已经走样了，大家要注意这是受戏剧的影响。

### （五）金刚念颂

佛事经常要回归。怎么回归？我想教你一个方法，这个金刚念颂法。它不是藏传的法门，也不是南传的法门，这是佛在印度就有的。它的核心要点在哪里？就是气脉和音声要合流，你注意看我们今天唱的时候，你的声音和气是分开的，所以你唱的就“呀……”憋气不自然，而音声和气脉合流唱的是这样：“南无喝啰怛那……”声音气流顺畅自然。这个金刚颂你如果不会我先教你个咒，你把这个咒搞明白了，最后就能很好地把这个音声和气合流的。其实所有的咒最核心的就是三个种子字，所以密教的种子字你不要以为那么神秘，它就是三个字核心的翻译，就是“嗡”，你念嗡的时候头是不是在震动，“嗡”，修破瓦法最重要的就是这个，就是要把头顶冲开。“嗡”第一个感觉就是眉间和头顶在震动，念“嗡”，“啊”在喉咙上头一直到腹腔都要带动。“吽”一定要从哪里发出？从丹田。这三个字你念好了，气脉就打通了，你的声音就不只仅仅这个地方（法师手捏喉咙）震动了，就不是喉结声带震动了，它一定是拉高的，这里有个原理就是金刚颂。

你们这儿有人可能学过《六妙门》吧，《六妙门》讲出入息吧，我给你们讲我的经验：出息和入息都不重要。我要有个皮球就可以给你演示，还有小孩吃奶的奶瓶最好演示了。你们注意包括修禅定都和这个有关。你看我们交流修止观的时候开始数呼吸，出气要么数一，要么就是吸进来数一呼出去就数二。可是我这样搞了多少年也入不了定，后来发现这个东西不好使，再后来学唯识搞明白了。唯识里讲一念心，一念心可以分为三个阶段，哪三个阶段？你比如说手指呀，（法师右手指左手大拇指说）这个（指端）是头，这个（指根）是尾，中间有一节，我们的一念心应该有入息，

这边是（法师右手指左手大拇指指根）出息，中间叫住息。所以禅宗说叫你参禅达到什么境界，前面不起后面不生。这玩意儿我一开始以为这是骗人的吧？什么前念不起后念不生，后来搞明白了，确实有这么一段，就是你的念头是念念相续的，一念一念的，那么上一念和下一念之间一定是有短暂的节头，前一念节头叫入念，这一念跟下一念节头叫出息，中间一刹那，所以修禅定的功夫就是要把住息拉长，住息拉长了你就最容易入定了。如此一套就明白了，修出入息很简单，就是你也别去数出息，你也别去数入息，那你说没出息咋整？没出息就没气了，哎，就要搞没气的时候，那才是真正的功夫。注意啊，实际练的，呼的时候，你尽量呼出的时候是不是感到肚子有些憋呀？这是里面的气在收。你在吸的时候外面的气往里跑，你就尽量往里吸，吸到都吸不动了，好，停着，停着就这一刹那最关键，这叫住，包括出也是，你慢慢地呼也呼不动了，没关系，停着别动，就让肚子在那憋着，你就这样练，开始的时候你是不行的，慢慢地练长了以后住的阶段就长了，你就能够对气运用自如，你再去唱的时候你想唱多长就能唱多长，想唱多短唱多短，你在那个地方干吗？观自在菩萨圆通法门。这就等于有开关一样可以自己掌控，可大可小，大得可以震动山河大地，小得可以和蚂蚁聊天，那不是神话。所以你一直要练这个，金刚颂它为什么气那么长，它就是这么念的。它就是把出息和入息之间的住的阶段拉长。这也是音声法门修持的范畴，这是渐修法门不是真正的圆通、真正的圆顿法门。为什么？因为你真正要到耳根圆通最后要把你身体六根都解决掉，我打个比方，就像刚才说的电一样，你有点电力常识就知道电线是个导体，必须把导体里杂质都处理掉，这个导体才是通的，电才能通过去。我们人也是一样，你现在这个身体有很多杂质，包括你的气，你看你出气都是臭的，尤其你不刷牙的时候出气臭得不得了。所以第一步就要把你气道的杂质排干净，把出入息做到最极限，把中间停留阶段的杂质排干净，包括耳根，通过这个，听觉神经、视觉神经中的杂质都可以排掉。这个气是最能排的，按照中医上讲经络里头气脉是遍布全身的。道家里不是讲气吗？

气脉是充满全身的，但是有一条要点，是你一定不能用嘴呼吸，为啥？这个嘴是管食道的，如果把这两个东西食道和呼吸道搞反了起副作用。所以有些人老用嘴巴呼吸，他唱不了两天嗓子坏了，就是因为这个原理你没掌握住，你的嘴巴里进气了。所以念金刚颂，你就要明白这个道理。比如刚才说“嗡，啊，吽”，它把整个中脉打通了。所以修准提里头，他一口气到底，不会换气的，你试试看，你就不行，为啥呢？你那个气和声音是分开的，它是往上扬的，不是往下沉的。这些是修耳根圆通必要的，是最基本的，要掌握的原理。

#### （六）轮脉修持

除了金刚念颂以外，还有气脉明点，这是密教里头的。我告诉你，这在《瑜珈师地论》里头有，且很多。但这也不是密教独有的。道家练内丹，藏教修气脉明点，还有印度早期练的瑜珈都离不开这个。我们中国道家讲到练气的丹田，有任督二脉。藏传佛教里头讲三条脉，左边右边中间还有一条脉，所以修破瓦的人，他最后从正中冲开把中间的打通，由气脉的控制就能传上去。除了三个脉以外还有四个轮：第一个是顶轮，第二个是喉轮，第三个心轮，第四个脐轮，这第四个脐轮，也就是道家讲的丹田，这个地方很重要，是先天之气，不是后天的，后天的是外面这些气，是这些空气，脏死了，二氧化碳、一氧化碳、二氧化硫全都搞进去了。哎，你要有本事吸气也要把那些污气排出去，所以要把先天的地方修好，就是脐轮这儿。为什么说这是先天之气呢？你看人没有出生之前在母胎里头靠啥呼吸？不是这个脐带吗？肚脐眼这个地方连着胎盘，所有的营养呼吸全从那个地方进来，所以这个地方要护住的，要强化它。但是有些人乱说气守丹田，我告诉你那会害死你，你吸进去二氧化碳要排出来，不排出来压在肚子里头到了一定时候你才知道那个东西有害的，所以你一定要把那条脉打通。所以唯识讲“顶圣眼生天，人心饿鬼腹”，真正有本事的人他能把这儿打通（法师手指头顶），就是从这儿走，那是完全办得到的。



真正有功夫的人这条脉是打开的，最后完全是可以从这个地方走的，他修行的根本原理就是让这个心，让呼吸和气脉明点合在一起。

以上我讲这个修声音法门和耳根法门它完全是可以和声音合流的，但这个简单修音声法门的，不过你要从这个地方修出来那也不简单啊。

#### 六、声音圆通修持法

最后简单说一说观音菩萨的耳根圆通到底怎么操作。个人经验，前面我讲的都是准备阶段，就同密教讲的生起次第是一样的，你把耳根呀，气脉呀，呼吸呀这些东西都要先解决好以后，也就是《楞严经》里的那几句话：“初于闻中，入流亡所，所入既寂，动静二相，了然不生”，动静两个都寂灭，都没有了，“了然不生”了，这是最核心的关键。它具体怎么修？开始的时候还要解决打坐的问题，解决好这个打坐的问题，最后你无论走到哪个地方你都会修。但是你开始的时候不行，就是当你坐下来的时候，这时不要管外面什么声音。真正打坐入定的人有声音他都不怕的，反倒是没有声音的时候他还需要你在旁边制造声音，真正到了一点声音都没有的时候，容易出问题，出故障的。一旦静下来的时候，这个声音（科学上讲声波）传到耳朵你马上接触的时候，好了，这里面（法师手指大脑）马上觉醒起来：有个声音你是知道的，同时你也很明白你知道这是个什么声音，那么这时你就要反问这个能听声音的是什么。其实这点很简单，你马上就可以试验，你坐下来眼睛一闭不管外面什么声音，包括现在我自己正在讲，我也听见我声音，我完全在这个觉性里头，这里也有个东西：谁在讲话？讲话的那个东西是谁？我讲出来的声音是从哪儿来的？你自己听你自己的声音也完全可以是这样的。这里有一点，就是你整个中脉这条线要通。所以实际上你感觉到整个声音在顶门这个地方转，并且开始的时候什么声音都是杂的，什么声音都是很不好听的，但是当你功夫用纯的时候，你就越来越没有声音感了，甚至到最后连自己身上血液流动的声音你都听得见，这个时候你差不多

能够进入那个境界了。这个时候就要观，能听的是谁，所听的声音是谁？这就是《楞严经》前头讲的。为什么我说要研究《楞严经》，《楞严经》在修完二十五圆通之前为什么讲七处征心，就是告诉你有一个不增不减不生不灭的自性，这里就是真心。这个真心就是那个镜子的体，晶莹透明的。如果没有前面这一段，《楞严经》的二十五圆通不能成立的，所以你不要以为《楞严经》看起来没次第，它恰恰有关系的，你要把它联系起来，《楞严经》是通的。所以前面讲的七处征心：心也不在内，也不在外，也不在眼睛，也不在哪个地方，哪个地方都不在，在哪儿？在哪儿都不对，它就是一个灵敏的觉知，我把它叫觉性。所以到这个时候能听的、所听的都回归到那个觉性。就是不管你什么声音到了这个地方（法师手指额头）开始就像豌豆这么一点大一个透明的白点，你要先把这个白点观得晶莹透明，这就等于《心地观经》里观落日也好，观净土也好，都是一样。你别看我们今天很多是观不起来的。比如现在念阿弥陀佛你观吧，真的观得出包括阿弥陀佛的相上毛孔、汗毛、血管、鼻孔里的出气，这样才算是观，修成熟了。如果你不到这个程度是不成熟的，所以观这个明点也是，就是要把这个明点观到晶莹剔透，慢慢地把这个明点放大，再放大，最后在心上融入心轮，从心轮上放大以后自身的身体全部融入到这个光明圈里头，最后只剩下这个光明的东西，那么这个时候再看，能听、所听什么声音全都没有掉了，所以你整个身体全都打通了。这个时候，你什么耳根、眼根、鼻根觉得都是圆通，这个就跟一月映千江一样，就像《心经》里说一样“照见五蕴皆空”了，那完全是照的功夫，不是我们用心察、觉察的东西，都不是，是自心当中出来的，它要不是从自性当中出来的它怎么可以照见？就像镜子一样，它放光，它的透明可以所照，它不用力的。所以我们修菩萨的耳根圆通法门就是这样子，你要把这个音声观得通过这个中脉成为心的明点，完全把它融为一体，成为一个光明圈把自己全部融为一体，最后六根消融，根定圆通，你就能真正的证悟这个方法。

## 七、闻声悟道

### （一）香严禅师

香严禅师有一个很有名的偈颂就是香严敲鼓而悟道，“一击忘所知，更不假修持，动容扬古路，不堕悄然机。处处无踪迹，声色外威仪。诸方达道者，咸言上上机”。他怎么观的呢？他就是在劳动的时候，用锄头挖地的时候，锄头挖到一块瓦砾，他把这块瓦砾一下扔出去敲到那个竹子上，“啪”一声开悟了，这就是圆顿，圆钝的耳根圆通，在这声音一刹那“一击忘所知，更不假修持”。顿悟，这可以成为观音菩萨耳根圆通的实证。这些人是很有经验的。

### （二）虚云和尚

近代的虚云老和尚，他是在高旻寺开悟的，那是在喝茶时，那个倒茶的人不小心把水倒出来烫到他的手了，他手一松杯子一落地，“杯子扑落地，响声明沥沥”，就是杯子掉到地上“啪”的一声，开悟了。历史上有很多这样子的在音声上悟道的。

过去禅宗的丛林里敲钟敲板、钟鸣鼓响这些声音都可以使人悟道，但是你不懂得这个法门，而观音菩萨的耳根圆通法门就告诉你，一切音声你可以拿来作为你修行的道具的，就看你能不能转念，就像我前面讲苏东坡的诗一样“溪声尽是广长舌”，流水的声音都可以使人修成耳根圆通。

## 结语

由于观音菩萨耳根圆通的内容很多，我只从我个人的角度对各位报告我自己对“观音菩萨耳根圆通章”学习的一些体会，很多东西是个人经验，不见得是每个人都可以在用的，但是有一条大家是可以有自信的，就是在闻解脱的这个法门上，不仅仅是藏传里有，汉传里也多得不得了，就看你能不能发觉，所以我们只要能够发觉，到处都是闻解脱，到处都是音声修持。我呢，个人是个业障鬼讲不出什么大道理，

就讲点个人的体会吧，算是请师父们检验，不对的请各位批评指正。感谢各位的慈悲能够容忍我在这里说了两个小时，有让你生烦恼的地方，希望你修耳根圆通。最后感谢各位的慈悲，阿弥陀佛！

宗性法师简介：法师现任中国佛学院副院长兼教务长，四川成都文殊院方丈等职。



## 八正道

文 / 修定法师

尊敬的大和尚、尊敬的宗教局领导、尊敬的各位法师、各位善知识：

阿弥陀佛！大家下午好！今天佛光普照，惠风和畅，普门讲堂迎来了常态化讲经的首场讲座。今天安排的讲题是佛教的“八正道”。

为什么常态化讲经活动的首场讲座要谈这个话题呢？大家都知道，我们这座普门讲堂是用来讲经说法的，那讲经说法的目的又是什么呢？讲经说法的目的是要树立正见，进而在生命当中去实践佛的正行，从而消除我们内心的妄执烦恼，趋向圆满觉悟的人生。因此，讲经说法这种方式，不仅仅是在传播佛法知识，也不仅是表现一种文化形态，而是要引导大众去实践信仰，用生命去觉悟真理。换言之，讲经说法的最终目的，就是要让我们趋入佛道，而佛法中的“八正道”就是入佛道的具体表述。释迦牟尼佛在初转法轮的时候，就向弟子们宣说了八正道。此后无论是南传的，还是我们汉传的，或者是藏传的各宗派，一切正法的修行都要遵循这八正道的指导。八正道是我们每一个修行人修持的总纲领，它是闻思修和戒定慧的总结和发挥。基于这样的理由和意义，所以我们将“八正道”作为普门讲堂常态化讲经活动的开篇序曲。

## 八正道的概念

说起八正道，在座的法师们都熟悉。简单地说，八正道就是走向解脱、走向觉悟的八条正确的道路。这八条正道，涵盖了我们的思想认识、行为，以及精神状态这三个层面。思想认识、行为、精神状态这三个层面基本上就概括了我们生命的全部内涵。佛是宇宙人生的觉悟者，他透彻地了解生命的真相，他通过八个方面来阐述生命的正确状态——即八正道。这八正道的科目，我这里先说一下，第一是正见，第二是正思维，第三是正语，第四是正业，第五是正命，第六是正精进，第七是正念，第八是正定。一个人如果离开了这八个方面的指导，不具足八正道，那就不可能达到解脱的彼岸。

下面我们首先来了解一下“八正道”的名义。八正道，又称为八圣道（即圣人之道）。先说这个“道”字。我们经常在说这个道那个道什么的，如经商之道，为人之道等等。道在佛法当中是指以人生进步、身心净化，最终趋向解脱觉悟的这么一个过程。道的本义是通达的意思，就好比说道路，它是用来行走的，它能够帮助人们通往目的地，它能够让我们一直到达想要到的地方。佛法中这个道，大家可以通俗理解为方法、途径、门路，即能通向解脱、觉悟的意思。八正道中的“正”，是正确的意思，错误的状态，错误的行为，那就不是道了，所以八正道的“正”首先是正确的意思。同时“正”还有不偏不斜地意思，不偏向左边，也不偏向右边，而是处于适当的、和谐的状态，这才能称得上正。比如我们生命的状态，因为贪婪、嗔恨、妒忌等原因，出现焦虑、浮躁、烦恼等情绪，甚至在行为语言上表现出来，这都是负面的状态，不能称为“正”了。生命的正面状态应该是安宁和谐的，不大悲也不大喜，不狂妄自大也不妄自菲薄。又比如我们常说佛法是“不二之法”，理和事是圆融无碍的，它不偏于理也不偏于事，我们不能执理废事，也不能执事废理。执事废理，就是盲修瞎练；执理废事呢，就是谈玄说妙，空谈概念。就好比说食不饱，每天在讲种种美食，但实际上没有得到真实的受用。所谓正道，之所以特别说明不能偏于两边，

而应该立足于中道的指导意义在于——圣人之道不能落于我们分别意识当中。我们总是在对待分别当中去取舍，以自我为中心，我痴、我见、我爱、分别人我是非，这个就是属于偏斜，不属于中道。以上解释了正道两个字。

八正道是从生命状态的八个方面来谈正确的修持理念。佛所说的一切法，它都有一个核心，无非就是要让众生趋入佛知佛见，从烦恼的此岸达到解脱的、清净的、智慧的彼岸。这是一个实践之道，不是在谈概念和观念，也不仅仅是一个思想框架，它是生命的实践之道，是修持的指南。这一点我们学佛的人，应该要深刻认识到。

八正道的名目刚才我说过一遍，因为普门讲堂没有投影，我这里再说一遍，以增强印象，然后开始逐条阐释。八正道，第一是正见，就是正确的知见，包括佛说的四谛法、八正道、缘起因果都是正见。第二呢，是正思维，即正确的思维方式，依照缘起因果，四谛等法进行思维抉择，这才能称为正思维。第三是正语，正确地、正当地使用语言，也就是正当的口业，这叫正语。第四个是正业，业是身口意三业的业，正业就是符合道德规范，不做杀生、偷盗、邪淫等恶行，这叫正业。第五个是正命，正命呢，指的是我们生活的状态要正确，即按照佛陀的教导过着正当的生活。第六个是正精进，即坚持不懈地修行。第七和第八，是正念和正定，正念就是正确的意识和想法，跟佛说的教导保持一致；正定指的是持续稳定的、入道的生命状态。

在这八个科目当中，正见和正思维是从思想认识层面来讲的；正语、正业、正命这三条是从我们语言和行为层面来说的；而正念和正定是从我们精神状态来说的；剩下的一个正精进呢？正精进，是贯穿着思想、行为、精神状态的一个正道，也就是说，无论是思想认识方面，身心修养方面，精神状态方面，我们都要保持在一个正确的、不懈怠不放逸的状态，这就是正精进。

## 八正道的缘起和意义

八正道的提出，有其特定的历史文化背景。释迦牟尼佛那个时代，号称有九十六

种外道，可以说是教门、学派林立。这从一个侧面说明古印度传统文化中，对于生命和精神世界有着很丰富的思考；同时在古代印度，出家修行也是一种普遍的现象。当年释迦太子，在王宫过着无忧无虑的生活，有一次他出了王宫看到了老人、病人和死人，也目睹了大自然中强食弱肉的景象，最后又看到了庄严的修行人，这些情景引发了他对生命的深层思考，回到王宫后，太子内心充满了生命的忧患，不久他就萌发了出家的志愿。后来的事情大家都知道，释迦太子深夜出城，离家修道去了。

对于年轻的释迦太子出家，现在回头看，也许很多人觉得很正常，但如果回溯当年的场景，太子出家这件事情是极不寻常的。太子从小接受当时印度最好的王家教育，据记载，太子从小聪颖过人，文武双全，他是释迦族的希望，未来的一国之君。那到底是什么原因使他毅然放弃王位，放弃殊胜的生活，抛弃了家庭，背负着不忠不孝的罪名，而选择艰苦卓绝的出家生活呢？我们从太子成佛后的思想中，也就是佛教的思想体系中，可以看出佛陀绝不是厌世主义者，也不是逃避社会家庭责任的人，更不是极度自私自我的人，恰恰相反，佛教的思想中处处散发着人性的光辉和温暖，充满了睿智和慈悲。太子出家的真正原因是因为他接触到社会人群，看到了种种众生相，明瞭了人生的苦痛烦恼。在他看来，千百万年来，生活在这世界上的众生，生生死死，一直都在忧患苦痛中度过，这不是哪一朝贤明的君主，或哪一家思想学说可以拯救的。尽管人们从蛮荒的远古一路走来，一直都在努力试图消除痛苦和烦恼，但生命中的生老病死，人生的种种苦痛，依然没有人能彻底根除。我们为什么烦恼，生命为什么痛苦，在这无常的世界中怎样才能获得终极的安宁与自在，我们如何才能究竟地从烦恼中解脱出来……这些问题困扰着年轻的释迦太子。最终他决定，为了给天下苍生寻找到一条解脱大道，他要出家修道。而且他认为，在这短暂的人生中，只有彻底解决人生的忧患，彻底觉悟人生真相，才是生命中最重要、最有价值、最有意义的事情！

太子出家了，带着庄严的使命，到处参访名师。他走了很多地方。先是参访毗

舍离，然后到王舍城，最后来到摩竭陀国。在当时印度文化传统当中，大致上有两种思潮，一个是崇尚享乐主义的，即纵欲派；另一个是追求苦行主义的，即苦行派。释迦太子出家后，参访了几位名师，最后也加入苦行的阵营，他在摩竭陀国的优留毗罗经历了六年的苦行修炼。最后，释迦太子体会到，强化自我意志和苦行的方式，不是解脱的途径，真正的修行应该是离开苦乐两边的中道修行。于是他放弃了无谓的苦行，拖着疲惫不堪的身体走到尼连禅河边，接受了牧羊女食物的供养，恢复了健康，然后在菩提树下，以吉祥草敷设金刚座跏趺而坐，重新调整了修行的理路，进行新一轮的禅修，这样静坐了四十九天，克服了种种内外魔障，止息一切妄念无明，终于在十二月初八的拂晓时分，夜睹明星豁然大悟。释迦牟尼佛成道以后，就到鹿野苑度化最初的五比丘，八正道就是在那时提出的。释迦牟尼佛开宗明义地指出，修行应该依照这八种正确的生命状态去做，而不是极端的纵欲主义或苦行主义，也不能以个人的意志、自己的想象去修行，而应该提倡一种以智慧为本的，不苦不乐的中道修行，这种中道的修行理念，就是八正道。在南传佛教系统当中，八正道也可以称之为中道。由此可知，佛讲的修行，是要我们在生命实践过程当中，以智慧来引导我们的思想行为，以智慧来升华我们的情感，而不应该像印度传统那种方式，认为吃苦才能了苦，也不应该以纵欲来麻醉自己。

这八个正道，我们每一个修学佛法的人，都应该奉为指南。从初发心学佛，一直到圆满成就，自始至终都贯穿着八正道。同时八正道这个系列，它不是独立的一个一个项目存在，而是相辅相成的。虽然说八正道以正见为主导，以正见为核心，但是正见也离不开正思维、正业、正念、正定等辅助。就好比讲戒定慧三学，戒定慧三者它是统一的，三而一、一而三的，不可以把它们单独割裂开来看。不过，我们在学习八正道的时候，是有必要逐步递进来理解的，所以从正见，一直到正定，它们的排列顺序是一个线索，能帮助我们贯穿起来理解修行的框架，也便于解说。但是我们要知道，八正道是统一的整体。

## 八正道的内容

以上解释了八正道的意思。接下来我们探讨八个正道的内涵。

第一个是正见，八正道是以正见为主导，为核心的；同样的，整个佛法也是以正见为主导。一切正法的修行，也都以正见为主导。这个正见就像人的眼目一样，有一双眼睛才能够看清方向。如果我们众生不具足正见，就会茫然无知地在自我误区里打转，在六道生死中轮回不息；没有正见就像一个人在暗夜里行走，很容易走错道路。由此可知，正见在佛法中的地位是多么重要。

那什么是正见呢？正见就是正确的见解，正确的认识。佛法是关于生命的真知灼见，假如以命题的方式来总结佛法，大体上不出这三个范畴：一、世界和生命是怎么一回事；二、我们应该如何安身立命；三、身心的烦恼痛苦如何降伏。为了便于大家记忆，也可以简单说为：怎么回事，怎么定位，怎么修行。对这三个命题正确的见解，就是正见。假如专业一点来说，正见就是明了佛说的四圣谛和缘起论等法。四圣谛是大圣佛陀所亲证的真实不虚的真理，也是佛教最基本的教义。四圣谛即苦、集、灭、道四谛法，阐述了世间、出世间两重因果义理。苦谛、集谛讲的是众生轮回生死的因果（即我们为什么会轮回在这烦恼痛苦的世间），灭谛、道谛讲的是解脱生死获得涅槃的因果（即如何断除烦恼证得涅槃）。佛在《涅槃经》上说：“若能见四谛，则得断生死。”我们今天所说的八正道，当然也是正见，它属于四圣谛中道谛的内容。

除了四圣谛，缘起论也是佛法的根本正见。缘起论指佛说的“缘起性空”的思想，是佛教三法印“诸行无常，诸法无我，涅槃寂静”的理论阐述。

当年印度的外道曾问佛说：“您说什么法？”

佛回答：“我说缘起”。

佛弟子们也常说：“诸法因缘生，诸法因缘灭；我师大沙门，常作如是说。”

缘起论是佛教特有的理论，是佛教对宇宙人生的认识论，是佛法的根本正见。

缘起的意思是说，一切事物现象都是在因缘条件中成立的，它随因缘条件而现起，又随因缘条件而灭谢。离开了因缘条件，事物现象就不可能存在。也就是说，事物现象的存在，是因为条件的存在而存在！由事物现象的缘起性，可以知道任何事物现象本身并没有一个固定的、恒常不变的体性（即诸法无常、无我；一切事物现象没有主宰，没有独立性）。正是因为事物没有体性，所以一切都在因缘条件中迁流变化，房子会旧，车子会坏，人会死等等。生住异灭，成住坏空，社会在变迁，人事在更迭，万物在变化，一切的一切都在展示缘起，也在展示着无常。缘起缘灭，造就了无常的世间，就以人生来说，我们常说人生如梦，用梦来比喻人生转眼成空的无常性，梦中人在梦境中看得很真切，耳朵听得很清楚，感受也很真实，可是一旦醒过来，发现梦里所见所闻竟然是子虚乌有！有道是“梦里明明有六趣，觉后空空无大千”。事实上，我们现实的人生也是一场大梦。你说最后能抓住什么？能抓住名利地位？还是能抓住感情？一切都是刹那生灭的无常相。就像《金刚经》里所说的那样：“如梦幻泡影，如露亦如电！”无论是在感情上，还是对物质的需求，你如果执着了，最终必定会失落；你如果拼命地想拥有它，抱着不放，最终你就会很痛苦。世间的一切都是暂时因缘条件的使然，缘生缘灭，不以个人的意志和想法为转移。既然人生的真相如此，那我们就应该心甘情愿地去承担自己的人生境遇。境遇不好的时候，我们不必怨天尤人，也不要自暴自弃；人生境遇很好的时候，也无须自鸣得意，忘乎所以，而应该笑着人生潮起潮落，从容淡定。面对真相，最重要的是我们的认识和态度，一切痛苦和烦恼，正是因为我们不正确的内心状态造成的。事实上，人生的境遇是由我们过去所造的业力，相应今生的条件而产生的。换言之，命运是自己造成的，昨天你的所做所为，造就了你今天的状况。所谓万事皆有因缘，过去如是因，今生如是果。既然命运是自己一手造就的，那未来你也可以去创造，只要改善了条件就改变了结果，改变了身心状况就改造了命运。再者，缘起论如果以因果报的方式来表述，可以称为缘起的因果正见。因果报虽然是缘起无自性的，

但因因果报同时也是相续不断的。在现实的人生中，我们如果能诸恶莫作，众善奉行，积极改恶迁善，未来的境遇自然会收获福德。现在的境遇只是过去缘起的因果相续，未来我们完全可以通过积功累德来改善命运，乃至通过修行，臻于解脱的境界。佛说缘起的正见，不是为了一个哲学命题，而是要我们如实地观照世间，抵达世间的真相，从而获得以智慧为本的世界观和人生观，进而改造我们的现实人生，迈向觉悟自在的人生新境界。

佛说的四圣谛、缘起论等思想都属于正见的范畴，是佛教的基本理念。世界上很多学者，将佛教思想当做学问来研究，这就偏离了佛道的本质，释迦佛一生为了大众脱离苦海，根据不同根性，不同因缘，善巧方便讲说法法，演绎出一代时教，其目的是要让众生破迷开悟，证得我们的本来面目。所谓“诸佛妙理，非关文字”，甚至历代禅宗祖师，为了不让学人在思想见解上起执著，还特别提倡不立文字，见佛杀佛的修行家风。所以，我们要知道佛道的正见是一把开启修行之门的钥匙，通过这把钥匙的开启，你真的有所悟了，或者真正相信了，你才具有修行的基本素质，才能自觉地走上修行的正道。也就是说，正见的道理只是一个工具，运用这个工具，使自己获得体悟和信解，这才称得上入于正见之道。从修行实践上来说，正信其实也是正见的一种表现，虽然有些人所理解的佛法不是很圆融，但他在修行的态度上、方向上是正确的，这也算具有正见了，因为佛道是自觉自证的生命实践，不是思想研究成果。

关于正见的范畴，有些学佛的人会问：“世间伦理道德以及儒道学说，是否属于正见呢？”这是有争议的话题，我在这里简要说明一下。“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教。”这是概括佛教教义的一首偈语。偈语的内容我们可以解读为：众生因听闻正法而明信因果，开始有意识地“诸恶莫作”，再到自觉地“众善奉行”，进而勤修戒定慧达到“自净其意”的目的，这就是佛所教化的内容。应该说，这循序渐进的层次的确是佛法修行的过程，也是正见不断深化的过程。但佛教所说的“诸

恶莫作，众善奉行”是以“自净其意”为标杆的，“自净其意”才是究竟的目的，不能一听说“诸恶莫作，众善奉行”就以偏概全，认为凡是讲行善，凡是讲不作恶的学说，就是大圣佛陀的宗旨，这就不对了！世间的伦理道德是为人的素质，同时也是佛道的基础，这是没有疑问的，但我们要知道，佛陀讲的“诸恶莫作，众善奉行”是有潜台词的，那就是“自净其意”。换言之，“诸恶莫作，众善奉行”是为了达到“自净其意”的方法。佛法是心地法门，“诸恶莫作，众善奉行”实际上是指熄灭贪嗔痴，勤修戒定慧。贪嗔痴三毒才是诸恶之本，戒定慧才是众善之门。明白了这个道理，我们对于什么是佛法，或者说什么才是佛法的正见，就有了抉择的标准。

讲到这里，有关正见的内容，我们将要告一段落。正见的内容，是非常重要的、非常关键的佛法内容，它是佛法的眼目和纲领，有道是：“宁可破戒，不可破见”。由此可知，正见的重要性。但由于时间关系不能再细说了，后面还有七个正道要讲。

接下来，我们谈八正道的第二条——正思维。正思维也称为正志，即正当的志向，正当的心志。把正思维说成正志，是特别强调正确思路的重要性，就像走路一样，要有个正确的方向，要有个目标。思维也一样，不能漫无目的，而应该要有一个明确的参照和正确的指向，这才能叫正思维。

正思维，是从佛法正见而来的正确思维。正见是思维的参照，在具体实践过程中，始终要把握住正见，不能离开正见，这样才能产生正思维。如果在实践过程中，丧失了正见的照察，就很容易被境界所迷惑，思维上就会出现偏差，也必然会导致一系列的错误行为。

正思维除了依正见为参照外，还要把握思维方式的问题。比如我们平时在生活、工作、修行中遇到一些问题要去解决，这时候你就必须要有正确的思路！如果心里茫然无措，对于问题的性质及前因后果都没有一个正当的判断，一下子这样想，一下那样想，或者稍微有个什么信息出来了，或者有个什么说法出来了，马上立场就发生转变，这就是没有正确思维的表现。有时候，不是我们不明白道理，而是性情

习气，或说是业力在左右我们的思想，尤其在修行过程中，我们心里的烦恼时常会干扰我们的意志，甚至用各种方法劝说、迷惑我们。正思维在这时就要发挥决定性的作用，毫不犹豫地明确立场，否则就会功亏一篑。

另外，正思维还涉及到精神状态，在稳定的心理、良好的精神状态下，容易保持正思维。特别是具足正见，持戒清净的人，思维状态是很稳定的。如果修行到了一定层次，智慧逐渐开发出来，那种超越时空的直觉能力会让一般人觉得不可思议。总而言之，正思维也就是以正确的态度去观察事物，以正确的方式去看待问题的方法论。

正思维是思维的方法论，它不仅对出世间的修行具有指导意义，同时对世间现实的人生也具参考价值。真正影响我们人生、决定生命素质的，绝不是一大堆理念和生活经验，而是认识方式，也就是如何看待问题、如何思考问题的方式。比如：为什么我们尽心尽力了，成功却总是跟我们无缘？为什么我们本分做人，凭良心做事，却屡屡遭受挫折？个中原因固然是多方面，但有一点是可以肯定的，屡屡遭受相同问题的困扰，那是因为我们认识方式和思维方式有问题。成功的秘诀不在道理上，也不在导师身上，而是在我们自己身上。佛陀教导众生这么多佛法，又有多少人真正觉悟呢？李嘉诚的生意经天天跟你讲，你就能事业成功吗？所以，最关键的还是在于生命的状态和认识方式，尽管总结方法论是“术”的范畴，不是“道”，尽管成功也是众缘和合达成的，但正确的认识方式、思维模式的确是成功的基本素质之一，这种素质是可以通过训练而来的，“术”训练到一定程度，如果不是心态有问题，也是能悟“道”的。

在修行过程中，作为八正道之一的正思维，也是要经过自觉地训练才能逐步纯熟的。修行人在听闻正法以后，获得了正确的人生指南，在修行实践当中，依着正法如理思维，于是正见的心志逐渐得到巩固，这就是正思维。正思维不仅是演绎佛法道理的一种思考，更重要的是相应于我们现实身心的自觉观照。也就是说，除了

对佛法的理解之外，现实生活当中，我们内心还应该始终保持着清晰的正见，不让自己的内心被贪嗔痴等烦恼所污染遮蔽，这才能叫正思维。因此，正思维是戒定慧的基础，也是正语、正业、正命、正精进、正念、正定等正道的有力保障。

正见和正思维，是关于认识层面的正道；而正语、正业、正命是关于行为方面的正道。有了正见、正思维之后，我们的生活和行为，就能自觉地趋向修行。佛教把生活中的种种行为，概括为身口意三业，“业”是造作的意思，一切所做所为，包括念头，都会留下影响力，这就是我们常说的业力。业有善业和恶业，善业相应未来善的果报，恶业相应未来恶的果报。身体的种种行径叫身业，语言表达叫做口业，内心的意识念头叫做意业。下面我们就谈第三、第四、第五个正道——正语、正业、正命，就是有关身口意方面的修行，如果按佛法修行总纲领——戒定慧来归类，正语、正业、正命应是戒学的范畴。也就是：哪些行为该做，哪些行为不该做。

正语是说我们讲话要正当，要护念好口业，不该说的坚决不可说。哪些不该说呢？佛陀明确规定，毁谤三宝及妄言、绮语、恶口、两舌的话不能说。毁谤佛法僧三宝这就不用解释了。妄言就是讲虚妄的内容；绮语是说些不切实际的花言巧语；恶口这个大家比较好理解，就是粗话、骂人的话；两舌就是讲是非话、两头话。这些是教条上佛明确强调不可以说的，而对于慈悲的爱语，利益大众、和谐大众的言语，佛则是鼓励的。有人说，既然嘴上不可说，但我心里有看法，放在心里总没有问题吧。其实，佛设置戒律的初衷，是从外在行为的匡正，进而逐步达到调伏内心的目的。《地藏经》上说：“南阎浮提众生，起心动念，无不是业，无不是罪。”妄言、绮语、恶口、两舌在表现形式上固然有影响自己和他人的负面作用，但更大的负面作用还是在于我们的心理面。比如妄语，代表着内心的虚伪；绮语，意味着心态不端和虚情假意；恶口，代表嗔心；两舌，意味着心存狡诈。众生内心的负面状态因为没有具体表现形式，不好匡正，所以只能以行为来考量，用戒律的方式来禁止，这是佛的慈悲与善巧。因此，我们对于佛说的法，要善于思维领悟，这样才能相应于正道。

正业又称正行，指正当的行为，比如布施、持戒、放生等都是正当的行为。不正当的行为如杀生、偷盗、邪淫等不利人也不利己的行为，也就是说除了口业之外，其他一切行径都属于正业的考量范围。在中国传统文化里，佛教和儒家讲了很多的行为规范，这些都是为人处世，乃至修行办道的基础，但这些行为准则和规范，并不能完全概括我们现实人生的所有行径，所以，在日常行持上，我们还是要以正见和正思维来照察自己。修行就是在生活的点点滴滴中去检点，有些行为虽然并没有损害和影响到别人，但对自己的德业和修养有障碍，或者对自己身心健康有损害的，都不可以为之，哪怕是微不足道的小事情，我们都要注意去改正。因为道德的长养，就是从生活小事情做起的。古人云：“勿以恶小而为之，勿以善小而不为”就是这个道理。

当今这个社会，物欲横流，乱象丛生，加上生存的压力，生活上的烦恼，许多人行为、心理上都出现了一些问题，比如坑蒙拐骗、贪污腐败、浮躁焦虑、忧患不安等现象非常严重，各种精神疾病也非常普遍，从某种视角来看，社会人心已经到了正不胜邪的局面，但我们学佛的人要知道因果规律是不会随着社会人心的变化而变迁的，善恶报应也不会就此消亡，既然改变不了社会人心，那我们就呵护好那份最虔诚的信仰，以及守护好我们的正行，因为这些是我们安身立命的根本所在。

接下来说正命。正命这个概念，跟正语、正业是有关的，只是正命更强调生活的态度问题，它特指正当的职业和道德操守。这个道德操守指的是什么呢？指生活作风，简单点说，就是正当的生存方式，不做违背伦理道德，不做伤天害理，不做有损身心健康的行业，同时生活作风也要端正。比如，从事杀盗淫的职业，这就是不正命；另外，放纵身心，及时行乐，这种生活作风和态度也是不正命。

正语、正业、正命这三个正道是佛对我们生活的具体指导，但佛也仅仅是从大原则大方向上给予我们指导，不可能针对我们每一个人的生活情况，给予详尽的指示。所以，要修持好正语、正业、正命这三个正道，就要把握好佛法戒律的精神，这样

才能在生活中自觉地行于正道。比如佛那个时代没有毒品、枪支，佛的教诫中也没有提到过这些，但没有提到不等于可以为之。很显然，佛说的法是要我们去领悟的，只有正确地把握佛法的真谛和精神，这才是真佛弟子。前面谈过的正见和正思维，就是要让我们有判断和抉择能力。虽然释迦牟尼佛那个时代的对机众是两千五百多年前的信徒，人类社会在这漫长的时空中，社会生产力、交通资讯、生活方式都发生了天翻地覆的变化，但佛法的精神，修行的次第，因果的规律，以及众生的烦恼都还是一模一样的。因此，面对现实的人生境界，我们一方面要圆融地理解佛法，一方面也要脚踏实地依佛的教诫去做。其实，道理都不难懂，佛弟子也不难辨别是非对错，关键还是如何才能管得住自己的问题，比如：由于我们的习性，当我们一开口说话、一做事情的时候，常常就忘失了观照自己，以至于说了错话，做了错事，自己都不知道。有时候因为没有控制住情绪，也容易造成过失。世间为人做事，尚且都要常常反省，何况修道之人？因此，修行人更须要谨小慎微地反省照察。所以，依着正道修行，要有意识地训练自己，不断改过迁善，久久磨砺，身心才能端正，为什么初出家要有五年学戒的过程，也就是这个道理。正语正业正命是具体的行持，在此我们只讲总的修行原则，不做细说。一个真修的人，内心必定有一份高度的自觉，有了自觉，又能发长远心精进用功，必定会有成就。

接下来要讲正精进。正精进排列在正语、正业、正命的后面，又置于正念、正定的前面，这是有讲究的。八正道是一个整体的良性循环，互相呼应，又互相辅助。学佛的人，有了对生命正确的认识和定位，在生活中就会自觉地行于正道，但学道如逆水行舟，不进则退，所以行者必须矢志不移，锲而不舍，精进办道，方有出头之日。佛教里说到精进，较常用的词汇就是“勇猛精进”，用勇猛来形容精进的状态，意思是发心非常坚定，毫不畏惧业力烦恼和种种障碍。此外还有“难行能行，难忍能忍”，这也是正精进的具体写照。修行是对自己发动的改造，自己是自己最大的敌人，假如内心畏缩，不敢挑战自我，以及不能够坚持再坚持，道业就根本无法成就。

古德说：“学道犹如守禁城，紧把城头战一场；不受一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香？”世间要成就一番事业，都要付出多年的不懈努力，何况出世间的道业呢！因此，正精进是道人生命中一个永恒的主题。

接下来要说到第七个正道——正念。正念，是重要的修行环节，也可以翻译为正意，即正确的意识、正确的念头。正念也可以理解为：始终在内心里保持着正确的一个状态。比如你打禅七，参“念佛是谁”这个话头，所参的这个话头就是正念。而且你很明确地知道，修行重心和法身慧命都在这一句话头上，所以你不论在坐香，还是吃喝拉撒都会把心安住在话头上面，这就叫做正念，也就是念念不忘，念兹在兹。佛教里修行法门不同，因而正念也不同，比如中国禅宗，以离心意识参（或说离心意识观）为正念；念佛法门，以信愿持名为正念。此外，某个法门具体修行次第过程中相应的观想和对治法，也属于正念。尽管各宗各派修行方式有所不同，但最终的落脚点都有一个核心的正念。佛教的修行主要是破妄想执着，找准一个下手处，抱元守一，就像钻木取火一样，日久功深自然会有消息，所谓：制心一处，无事不办。

正念的目的，就是要获得正定。在正念持续的过程当中，获得一种稳定的、专注的状态，这就是正定了。佛教里说的“定”，不是像枯木顽石一样傻傻地定格在一个境界里，不是那样的。佛教讲的正定，是指安住在无染无杂的、清清楚楚的、具有觉性的状态中。正念和正定是相关的两个正道，在戒定慧三学中都属于定学，是证道的实修环节，它们有究竟和不究竟的深浅层次之分，在八正道中分别统称为正念、正定。

这八个正道，是一切佛法的宗要，它阐述了具体的修行次第，也概述了修道的重要环节，其中有理有事，堪称修行的地图。今天我们对八正道的梳理，加深了对修心理路的认识，也更加明确学佛的目的。在这短暂无常的人生中，有这么殊胜的学佛机缘，我们真的应该好好依着正法的引导去修行，不管菩提道多么遥远，只要我们把修行的人生观定位清楚了，菩提的大愿心明确了，就能把身心放下，安

住于当下，在生活中修行，在修行中生活。

今天就讲到这里，不尽意之处，敬请指正。谢谢大家，阿弥陀佛！

修定法师简介：法师现任普陀山佛教协会弘法办副主任，宝陀讲寺弘法讲经办公室主任。



# 幸福人生的妙方

文 / 达照法师

诸位大德、诸位善知识：

阿弥陀佛！大家下午好！非常荣幸在观音菩萨道场，而且是普门讲堂和大家一起分享佛法。今天分享的内容是《幸福人生的妙方》。

此刻，大家在观音菩萨的海天佛国，应该深感幸福。这里没有是非、对立和冤仇，如果当下融入观音菩萨的普门之中，就能体会到，心像无云晴空一样，没有尘垢，没有妄想颠倒，也不需要执著什么，这正是自由幸福的人生。

观音菩萨又名大悲观世音菩萨，为什么要有大悲？因为众生有痛苦，世间有灾难，菩萨有感于此，生起“无缘大慈，同体大悲”。我们此刻坐在这里，虽然是清净祥和的，但世间还有很多深陷烦恼的众生，正在忍受种种苦难。回顾我们自己，在没有学佛前，也总是烦恼重重，心不能安，乃至无量劫的轮回中，总是在三途六道往返生死，无法自主。

所以，我们要学习观音菩萨的大悲，为自己，也为众生开启幸福人生的妙方。佛法告诉我们，生命本来就拥有自由和幸福，关键只是在于我们能否把握。

## 世间的有漏之乐

《八大人觉经》开篇即告诉我们：“第一觉，悟世间无常，四大皆空，五蕴无我，

生灭变异，心是恶源，形为罪藪，如是观察，渐离生死。”在短暂的人生中，无论你拥有的妻子儿女，还是名利财色，荣华富贵，其本质都是苦的，空的，无常的，无我的。

我们应该追求的究竟是什么样的幸福？是短暂还是长远的？是有苦之乐，还是无苦之乐？我们希望幸福快乐，首先要消除生命中的一切痛苦，这是大小乘佛法共许的。事实上，不仅学佛要解决这些痛苦，包括世间所有的资生产业，科学、艺术的发展，以及古今中外几千年的文明，也包括日常生活中的吃饭穿衣，乃至起心动念，举手投足，都是为了解除痛苦，得到快乐。遗憾的是，因为我们没有智慧，没有眼光，往往为了追求眼前的快乐却带来了各种负面作用，使幸福感不升反降。

释迦牟尼佛成道时，在菩提树下悟到：一切众生都有如来智慧德相，并具足常、乐、我、净涅槃四德，这才是生命的本质。为什么我们体会不到这种永恒的幸福？原因在于，我们自己把它埋没了。众生因为无明而产生错误知见，也就是见惑。又因为观念错误，导致种种错误行为，东奔西跑，抓住各种鸡毛蒜皮的小事，却看不见生命的根本问题，从而在六道中头出头没，反复轮回。所以说，幸福就在一念无明生起后被埋没了。

托尔斯泰说：“幸福的家庭是相似的，不幸的家庭各有各的不幸。”佛法告诉我们：幸福人生是相似的，不幸的人生也是相似的。所谓不幸，无非是迷失了生命真相，不仅给自己制造了烦恼，同时给别人制造了烦恼。整个佛法，就是把生命迷失的原因和本具的快乐告诉我们，进而通过修学，打开真正的幸福之门。

今天的社会经济发达，物质繁荣，但从佛法观点来看，却是一个五浊恶世。所谓五浊，即劫浊、见浊、烦恼浊、众生浊、命浊。受此影响，人们往往以物质作为衡量幸福的标准。从表面看，我们在物欲上得到了极大满足。但这些满足并没有带来幸福，反而让内心有空虚甚至麻木的感觉。为什么会这样？

根据佛法的观点，所有痛苦都是因为不了解五蕴的本质。五蕴，即色、受、想、



行、识。其中，色法就是这个物质世界。我们从小形成的生活习惯，就是以追求物质、满足欲望为根本。当我们迷失其中，就无从了知内在的受想行识。反之，当你把注意力转向内心，对物质的执著就会随之淡化。

众生因为执著所谓的“自我”，就要追求各种属于我所有的东西来维护它——这个“我”需要名，需要利，需要物质，需要享受。衣食住行，家庭事业，样样都在比较，样样都在追求，从而使“我”和“我所”不断膨胀。

这种追求能带来幸福吗？比如饥饿是一种痛苦，需要吃饭来缓解；走累了是一种痛苦，需要坐下休息来缓解。这样看来，吃饭和坐下似乎都能解决痛苦，带来幸福。可一旦吃饱后，如果还继续吃，吃饭就成了痛苦。一旦休息够了，还要没完没了地继续坐下去，坐着就成了痛苦。同样，没钱的人觉得痛苦，当钱足够花了，还要为钱忙碌不休，钱又成了痛苦的根源。单身的人需要感情，需要有人依赖，一旦有了感情纠缠，彼此或是放心不下，或是为生离死别痛苦不堪，感情又转而成为痛苦。

可见，世间所谓的幸福，都是有苦之乐，而且是短暂的，无常变化的。换言之，这些幸福的药方只是狗皮膏药，不能真正治愈痛苦之根。

## 无我和自由

在这个轮回的世间，一切物欲都会削弱内在的精神力量。生命的自由从哪里来？幸福的力量从哪里来？从解脱道来说，就是解脱我执。从菩萨道而言，则是“智不住生死，悲不住涅槃”。

生死包括五蕴，也包括一切有生灭的现象。我们此刻坐在这里，如果没有想，没有念头，心是否还有自我感觉？如果有，这种感觉还是一个相。因为有我，就有你，有他。也因为有我，就有我的本位，有我喜欢或讨厌的人。总之，我和我以外的一切都是对立的。当生命停留在这个“我相”，就会围绕着它，生生世世不得自在！

学佛，就是要认识到——这背后的“我”，根本就不存在！这句话大家可能都听过，



但真正体会到的人并不多。事实上，只有证到初果罗汉以上，才能认识到其中深意。初果罗汉不一定是出家人，不论出家在家，只要确认生命内在本质是无我的，就能证得初果。反过来说，只要没有放下这个错觉，就只能生生世世地不断轮回。

生命本来是具足一切的，只是因为错误的追求，才带来种种痛苦烦恼。所以说，放下这些追求并不会失去什么。正相反，一旦没有这些阻碍，我们才能体会到生命的自足和自在，不再有任何关于“自我”的痛苦。

为什么说生命的本质是“无我”的？我们可以观察一下自己：身体是由四大组合而成，新陈代谢，不断变化；思想是由知识概念组合而成，随时随地，旋生旋灭。生起来好像是有，其实放下就马上没了。

比如身体这台机器，“我”就是使用机器的人，每天指导这个身体举手投足，做这做那，好像是它的主人一般。当有一天，这个身体老了，病了，不听使唤了，你就不再具有指挥它的能力。可见，身体不是我们能主宰的。再比如，你想到这个杯子，想到一朵花，想到的时候，好像这些都是真真切切的存在。可只要你不想要它，心里还有什么？其实什么都没有。

无始劫来，我们都以为有个“自我”，这是个巨大的误会！正是由于这个误会，我们才产生了错误追求，并在追求过程中受尽痛苦，失去生命本来的自由和幸福。

## 菩萨的幸福

罗汉虽能解脱生死，自由自在，却是以涅槃为终极目标，从某种意义上说，并没有幸福可言。作为大乘菩萨，既要有不住生死的智慧，同时又因为慈悲驱动而不住涅槃。也就是说，不让自己沉浸在寂静无为的境界中，而是倒驾慈航，回入娑婆。虽然和凡夫同处红尘，但因为具足智慧，对万法都能融会贯通，所谓“尘尘刹刹尽圆融，千差万别一贯通”。所以，菩萨是靠大悲的愿力来成就众生，成就佛果。

《宗镜录》说：上等十方诸佛之慈心，无恩不报；下及法界群生之悲仰，有感



皆从。众生对佛、对菩萨、对圣人产生一种很悲感的敬仰之心。那上面呢？像佛一样、像菩萨一样犹如自己的手足。

这种感觉一旦产生，才是真正的同体大悲。具备这样的品质，对于家人、同事、道友，乃至周围一切众生的痛苦，都能感同身受。对于产生痛苦的根源，更是看得清清楚楚。又因为内在的自我已经消失，所以在感受对方痛苦的同时，并不遭受痛苦的折磨。菩萨感受痛苦的目的，是为了帮助众生解除痛苦。当众生从痛苦中解脱一点，幸福感提高一点，菩萨的幸福感也会随之提高。

有一个居士说：“我天天求菩萨保佑我，也保佑身边所有人都能幸福快乐，生意兴隆，无灾无难！”我说：“你是菩萨，不容易！”结果她说：“假如我赚很多钱，周围人都没钱，跑来抢我的钱，不是被他们抢光了吗？”我想：这还不是菩萨，她担心的是别人把她的钱抢光，目的还是为了自己。

不过这也说明一个道理，如果我们身边的人都没有修养，没有道心，生活在这样的群体，就没有幸福感可言。但如果你是无我的，就不会受到伤害。就像菩萨进入三恶道度众生，不会难过；和最坏的人在一起，也不会受伤。为什么？因为他自己的问题已经解决了，就不会随境而转。作为真正的菩萨，内心只有众生，没有自己。只有当众生的幸福感提高了，他的幸福感才会提高。

## 人到无求品自高

我们常常觉得不自由，这是因为有太多的欲望和要求。只要放下这些，让精神世界充实起来，对物质的依赖自然降低。当你不再依赖它，它就伤害不到你，也就没什么不自由了。

古人说：“人到无求品自高。”如果我们想体验自由，有个简单的方法：你坐在这里，认真思考一下，对身外之物的欲望能不能从百分之百开始降低？每降低一点，你的自由就会多一点。当你降到零的时候，会发现，其实你并没有吃亏，并没有失去什

么。相反，因为你对外界一无所求，反而有了前所未有的自由，这就是罗汉的境界。罗汉之所以能自由自在，就是因为看到诸行无常，诸法无我，所以对五蕴世界完全没有依赖。这样的话，世间法也就不能对他构成任何干扰。

除了不自由，我们也常常感受不到幸福，那是因为缺乏爱心，缺乏对外的付出。大乘菩萨所修的六度四摄，都是以布施为首。所谓布施，就是付出和奉献，包括物质方面的财施，以及精神方面的法施和无畏施。当你付出后，对方因为接受你的付出而感到快乐，感到幸福，这种感觉自然会反馈到你身上，形成传递正能量的磁场。当然，在你给予对方帮助时，也要考虑到他的需要，否则未必有好的效果。

我们知道，观音菩萨普门示现的所谓“应以何身得度，即现何身而为说法”。也就是说，如果众生需要以佛菩萨的身份度他，就显现佛菩萨的形象去度化；如果众生需要以天龙八部、鬼神乃至以畜生的身份度他，观音菩萨也会毫不犹豫地显现为天龙八部、鬼神乃至畜生的形象。总之，无论众生有什么需要，他都能根据这些需要给予，使众生感到幸福。他的幸福感，自然也随之提高。

如果我们想要感受幸福，同样有个简单的方法：你观察自己，从小到大，身口意三业有没有无私地奉献给他人？如果从未有过，你就感受不到真正的幸福。

有人问我：出家人不从事生产劳动，甚至被称为寄生虫，这说明什么？我说：出家人虽然不从事生产劳动，但把自己的生命都供养出去了，世间还有比这更大的供养吗？当我们真正把生命奉献出去，一切语言行为，乃至起心动念，想到的都是怎样让他人幸福，让他人快乐，让他人从烦恼痛苦中解脱出来，心量就会逐渐打开，这正是幸福的源泉。

我们之所以找不到幸福，是因为生命本可以百分之百地全部付出，结果却总在计较：怕自己受伤，怕自己好心不得好报。其实，这都是因为背后还在执著“自我”，还有那个“我”在作梗。所以大乘佛法告诉我们：你要救人，必须先学会游泳，否则就和他一起死，没有第二个结果！同样的道理，我们只有感受到生命的自由，



才真正具备付出的能力，才能由此获得完整的幸福。

### 度人先结善缘

当我们想要付出，就是发起了愿菩提心。不论在哪里，也不论自己条件如何，都发自内心地想要帮助众生，希望众生感到幸福快乐！这个心一旦生起，善缘就会具足，人际关系就会改善。当我们尝到帮助别人的好处后，就会做得更有信心，更有力量。

佛陀有位弟子叫迦叶尊者，非常慈悲。有次外出托钵时，遇到一位要饭的老人，尊者把钵递过去向她化缘。老人说：“尊者！我连要饭都要不到，已经三天没吃了，拿什么供养您呢？”这位老人为什么连饭都要不到？因为她以前特别自私，整天只顾自己，连丈夫和孩子都不管。等她老了以后，家人都不要她，只能出门乞讨为生。她到了这个地步还是自私，不仅没人愿意施舍她，连其他乞丐都讨厌她。但迦叶尊者对她说：“你可以把钵拿去，到河里舀一钵水供养我。”她就依言舀了一钵水，供养尊者。迦叶尊者接过水，说了四句话：“所谓布施者，必获其利益，若为乐故施，后必得安乐。”听到这些祝愿，老人内心生起从未有过的欢喜：“自己已经一无所有，竟然还能供养别人。”当她体会到这种幸福，再去乞讨时，会把要来的饭先让给其他乞丐，因为给予的快乐远远大于得到的快乐。很快，这位老人变成一位乐善好施的人。当这个名声传出去，她的子女觉得很意外：“母亲居然是这么好的人，连要饭都为别人着想。”所以赶紧把她请回家供养起来，从此，一家人过得非常幸福。

在佛教中，让居士出钱盖庙，或是做三宝事，叫做“化缘”。所谓化缘，就是和你有缘，以这种方式来教化你。同时，希望你通过这个善缘，使生命得到改善和提升。这才是化缘的意义所在。

当一个人懂得付出，他的幸福感就由此而生。作为出家人，当我们把身口意全部布施出去，才能真正体会到，众生的快乐就是自己的快乐，世间的痛苦就是自己

的痛苦。除此以外，不需要什么快乐，也不会有什么痛苦。众生对自我的执著，就像铁围山一样，把自己层层保护起来，生怕受到伤害。就像那些有钱人，走到哪里都要被保安包围着，保护着。如果把一切奉献出去，就没什么可失去，也没什么可害怕的了。

### 无苦之乐

常乐我净的德行，是众生本来具足的。为什么我们现在看不到？就是被自私和自我中心障碍了，这使得我们只看到自己的需求，看不到别人的需求。发菩提心，就要把眼光看得更长更远。在时间上，不仅看到现在的生活状态，也要看到过去乃至未来的状态。在空间上，则是从自己的身边，看到东南西北，四维上下，乃至一切众生的生活状态。如果看不到，我们就会得少为足，得到的往往是有苦之乐。

佛法告诉我们：无苦之乐，才是生命幸福的秘方。所谓无苦之乐，就是戒定慧三学。

首先是戒，这是修学佛法的基础，也是现实世界的规则。比如家庭有家庭的规则，单位有单位的制度，国家有国家的法律，社会有社会的公共道德观念。此外，还有居士的戒律，僧人的戒律。能够遵守这些规则，按照规则行事，我们就不会受到伤害，也不会伤害他人。

其次是定，如果身心不能安定，总是在混乱和躁动中，就会纠结在一起，更谈不上幸福。因为幸福感需要平静的心去接受，去体会。在家庭中，如果整天吵吵闹闹，这个家庭就不可能有幸福感。在团体中，如果总是争执不休，这个团体也不可能有幸福感。包括我们所在的地球，只有稳定运行，才能让人安居乐业。如果到处都是地震、灾难、动乱，哪有幸福可言？

我们的心是也同样，如果总是被贪嗔痴所扰乱，也不可能产生幸福感。所以，不管是诵经、念佛，还是打坐、持咒，都是让妄心停止下来。当你保持内心平静，才能具备相应定力，具备如实观照的能力。同时，智慧也会随之提高，对世间各种

因果果报看得清清楚楚。中国最有代表性的传统文化是《易经》，包含整个天地的运行规律，这也是古人深入禅定观察到的。有些人家里不顺，找个风水先生看看，调一下就好了。其实，这只是表面现象。凡夫心随境转，环境变好了，心就会随这个境有所好转。但要知道，真正的根源在于内心。如果内在智慧没有开启，就不可能生起稳定的幸福感。

中国的传统，是以五福临门为人生幸福。所谓五福，即长寿、富贵、康宁、好德、善终。不仅要生活富足，事事如意，还要寿命很长，受人尊重，这叫有福有寿。此外还要康宁，就是身体健康，内心安宁，子孙昌隆，事业顺利。

常人都想追求福寿康宁，所以努力改善物质条件。但物质只是外在的，就像过去的皇宫，虽然富丽堂皇，但整天钩心斗角，尔虞我诈，也没有幸福可言。如果物质环境又好，大家又有道，又没争执，才是真正的福寿康宁。

### 一切唯心造

佛经说：“应观法界性，一切唯心造”，“一切法，为治一切心。若无一切心，何须一切法。”这个心是什么？为什么会有如此巨大的作用？近年来，无论心理学还是物理学，都开始把对宇宙及人类自身的研究聚焦到我们的心。

中国科技大学前任校长、科学院院士朱清时先生曾以《物理学步入禅境》为题发表演讲，从物理学的研究成果告诉我们，这个世界实在是太奇妙了。物理学和禅境有什么关系？须知，禅的境界就是缘起性空。缘起是指现实的有相世界，包括各种物质、行为，也包括思想观念、人际关系。从物理学的理论来看：一切物质的本质是不存在的，也就是佛法所说的性空。大家听了是不是有失落感？如果你体会到生命的痛苦，不妨看看，痛苦到底是什么？一旦观察到痛苦本质是不存在的，当下就能解脱。

但空不是没有，而是告诉我们：一切法只是条件的聚合，没有所谓的“自我”属性。

就像这个杯子，是由陶瓷做成，不是杯子自己。但陶瓷也没有自己，是由泥巴做成。如果你认为有一个实实在在杯子，就是常见外道。

朱清时先生还告诉我们：一切物质的关系是存在的，也就是佛法所说的缘起。一切事物的本体虽是空的，但它的相、作用和因果果报是宛然有的。比如这个杯子，是因为有泥土、陶匠把它做成这样，可以用来喝水。它的相和作用都存在，虽然存在，但本质是没有的。物理学也是通过缘起来研究世界，认为所有存在都是波的作用。我们看到的事物是光波，听到的声音是声波，当各种波聚集在一起，并被我们所执著，密度就会越来越高，呈现各种形状。

从佛法观点来看，内在身心和外在世界都是众生的妄想和坚固执著所成。比如地水火风空，空是本质。风比空稍重一点，但也看不见，来无影去无踪。只有当树动了，我们才知道有风。有风以后，空中鼓动产生火，产生热能。有了热能，就会产生水大。有了水大，就会产生地大。色受想行识五蕴也是一样。先有识蕴，然后逐渐有行蕴、想蕴、受蕴。有了对受蕴的坚固执著，就会逐渐形成色蕴，形成这个身体。

这个世界的一切都是因缘因果而成，非常公平。不论你遭受多少打击和痛苦，也不论你享受多少幸福和快乐，都是有原因的。如果我们希望世界太平，希望人际关系和谐，就要发送具有正能量的波。这样，才会招感更多的正能量，在一起越来越好。

### 心念决定健康

我们的起心动念，和身心健康有密切关系。如果心念不正，在那里莫名其妙地烦躁，甚至发火，就会对健康造成负面影响。反之，如果你怀着感恩、博爱、慈悲的心，则会提高健康系数，这在医学上有直接证明。

日本春山茂雄博士写了一本《脑内革命》，其中的健康理念，和佛法有相似之处。

他讲到，大脑是身体的指挥部，每个器官都听从大脑的号令。大脑指挥手抬高，它就抬高；指挥手放下，它就放下。有些孩子患多动症，也是大脑在指挥他动个不停。在这个指挥部中，指挥官又是谁呢？就是我们的心念，我们的情绪。

这和唯识宗所说的浮尘根和净色根相通。所谓浮尘根，就是各种器官和神经系统。色身每个有感觉的部位，都有神经系统连接到大脑。而在大脑和起心动念之间，是由净色根进行连接。净色根属于无表色，是解剖学中找不到的，在生命中起到无线电的作用。虽然看不到，但作用是存在的。

书中说到，当大脑受到情绪影响时，会直接作出反应，产生相应的分泌物。比如内心产生快乐、感恩、博爱等正面情绪时，会分泌一种脑内啡。我们知道，吗啡是毒品，可以使人产生飘飘欲仙的幻觉。脑内啡则是大脑产生的吗啡，效力是吗啡的六七倍。所以，当人们遇到喜欢的人和事，立刻精神倍增，这就是脑内啡的作用。有人说“宗教是鸦片”，从某个角度看，它确实有这样的作用。当我们找到生命归宿，对三宝生起感恩之心，那种幸福感，确实超过世间的一切。

书中还说，当脑内啡产生后，会分布全身，使受损细胞得到修复，充满活力。表现出来，就是笑容满面，神清气爽。反之，当嗔恨、失落、忧虑、孤独等负面情绪产生时，也会不断刺激大脑，使人精神萎靡，有气无力，甚至连饭都吃不下。生活中，有些人听到自己得了癌症，因为没有信仰，很快就因为恐惧而倒下。而对于那些有信仰的人来说，因为深信因果，深信佛菩萨加持，就不会感到害怕，而是积极面对，最终战胜病魔。这样的例子比比皆是。所以作者认为：情绪指挥了大脑，使大脑分泌物得到改变，从而影响整个身心健康。这是从医学角度证实，一切都要以心为立足点，从心地开始着手改变。

### 自净其意，福寿康宁

通常，我们只是关注自己的行为，却很少关注念头。其实，内心生起的每一个念头，



都是未来世界的导航。即使你做了有意义的事，如果内心充满无奈和抱怨去做，生命就会种下无奈、抱怨的因。又或者，虽然做的是好事，却是傲慢而洋洋得意地去做，同样会带来负面情绪。

佛法告诉我们：“诸恶莫作，众善奉行，自净其意。”其中，诸恶和众善主要指身口业，而“自净其意”则是身业和口业的前提。这种心念的力量，是决定我们这期生命能否福寿康宁的关键。生活中，不少人吃住条件都差不多，为什么有些很健康，有些却总是病魔缠身？就和各人的情绪有很大关系。当然这也不是说，只要把心念调好，就百病不生了。因为疾病还和我们过去种下的业因有关。

在这个世界上，不论我们的色身，还是感得的外在环境，都和往昔积累有直接关系，是根据自己造作的业力而展开。我们今天选择出家，选择修行，一定有相关的善根。无量劫来，我们种下各种业因，有成佛的因，也有堕落的因。所以，十法界都是我们可以去的地方，关键取决于什么因先成熟。如果恶业成熟，就招感恶道显现；如果善业成熟，就招感人天乐果；如果无我利他的业成熟，就会生活在菩萨的世界中。

近年来，金融危机波及世界，资源短缺，竞争激烈，使很多人感到生活压力加重。同时，各国都在想方设法地争夺资源。其实，物质世界虽然是有限的，精神世界却是无限的。有部电影叫做《2012》，是关于世界末日的预言。末日到来时，首先是地震，然后是水灾，最后在喜马拉雅山出现一个诺亚方舟，很多精英分子都进入其中，还有个老和尚坐在山顶，别人叫他也不离开，最后被水冲走。其实，每个人都会死亡，区别只是在于怎么死。

### 四大的不同属性

佛法告诉我们，身体由地水火风四大元素组成。腿脚就是地大，腹部就是水大，心就是火大，大脑就是风大。关于四大的性质，《金光明经》说：“地水二大，其性下沉；火风二大，其性上升。”地大代表物质，是我们来到这个世界的基础，包

括身体、父母、家庭等。水大代表欲望，如食欲、睡欲等，如果整天不吃不睡，人是无法存活的。火大代表善良、正面、快乐的心念，生命之源由此而来。如果按唯识宗的观点，就是寄居在我们身上的阿赖耶识，“去后来先做主翁”。参加过临终助念的人知道，如果心口最后冷却，说明他的神识从心口出去，多半还会投生做人。风大代表智慧，代表大脑是清醒而非糊涂的。一旦受到欲望刺激，大脑就会糊涂。

如果价值观停留在物质上，以财富多少来判定人生意义时，生命一定是轻飘飘的。有个公司老总，几十年来赚了80亿，结果一笔生意亏了17亿，他就跳楼了。在我们看来，不是还有60多亿吗？比绝大多数人都富有，为什么他要跳楼？因为他把人生价值都寄托在那些数字的提高上，根本不能接受它的减少。不少人把满足欲望作为奋斗目标，好像权力大了，能力强了，可以为所欲为，就是幸福的。当你山珍海味吃够了，世界各地玩够了，剩下的只有空虚无聊，哪有什么意义呢？所以，如果用物质衡量人生价值时，生命是走下坡路的。就像地水二大，泥土是往下滚的，水也是往下流的，这是它的特点。

火大就是善良。如果有一颗善良的心，无论生活中遇到什么挫折，总会往阳光的地方去，总是想着帮助别人。不管是为自己，还是为身边的人，每天都需要做很多事，所以生命力特别强。哪怕只是静静地坐在那里喝一杯茶，都会喝得很有力量。因为火就是能源，是整个身心和外在世界的力量所在。如果只是停留在善良上，可能会福报很大，但智慧不够，看不到生命真相，内心也无法彻底解脱。

所以，风大才是真正了不起的。要把地水两大放下，从火大开始努力。持戒就是保持火大，从正面把身口意调好。坐禅是保持风大，开启大脑的智慧。你的价值观停在哪里，生命就向哪里发展。佛经说，人在死亡时，根据身体最后暖的部位判断出“顶圣眼生天，人心饿鬼腹”。鬼的欲望太重，所以临死时热能从腹部出去。如果从头顶出去，脑子就是清晰的，否则一定是不清晰的。

有人研究坐禅对身心影响，比如我们坐在这里，把眼睛闭起来，注意力收摄进来，



什么想法都没有。看一下，这时哪里最清楚？一定是大脑最清楚，不是肚子很清楚，也不是心口很清楚。所以，坐禅、念佛，都是让大脑保持清楚的状态。

大脑很有意思，里面是拳头大的脑垂体，外部布满红红的神经，连接到全身。全身神经系统中，最敏感的是眼耳鼻舌身五根，分布在整个脑垂体外部，进行对外交流。如果总是把注意力向外，对色声香味触很在意的人，就会不停地刺激大脑周围的神经。每刺激一次，它就会长大一点，膨胀一点，敏感度提高一点。所以，学知识往往是越学越容易，越学反应越快。而不学的人脑子是生锈的，因为神经总是不受刺激，接受信息就很迟钝。生活中，有些人情商很差，对怎么做人、怎么做事都没感觉。别人已经讨厌他在那里讲话了，还啰啰嗦嗦地讲个不停。之所以没感觉，就是平时不注意别人的起心动念。反过来，如果对外在感官太在意了，在意回头率有多少，在意别人是否重视你，刺激的都是大脑表层的神经系统，不刺激脑垂体本身。结果心永远定不下来，没有稳定感，也没有安全感。

当我们静下来坐禅，或者什么想法都没有，内心保持稳定，这个注意力是有力量的。在生活中，我们偶尔打几个妄想，似乎没什么感觉。但注意力集中起来时，力量就会特别大。有句话叫一见钟情，原因在于，他的整个生命力和注意力都集中在一点，所以眼睛就像闪电一样具有杀伤力。当我们保持安定，保持觉照，生命力就在刺激我们的脑垂体，属于理性思维。

理性思维是智慧，感性思维是情感。如果理性思维超过感性思维，就能以智慧驾驭慈悲。菩萨又叫觉有情，感觉非常发达，众生有一点烦恼都能感觉到。同时，他的智慧是靠禅修才能达到的。如果禅修功夫好，心定下来，脑垂体受了刺激就会发达。

我们以为修行是纯精神的，其实，精神和物质是统一的。古人看相，有句话叫“天庭饱满，地阁方圆”。天庭饱满是代表有智慧，当你完全静下来，保持清醒的状态，脑垂体就开始放大。所以，禅修功夫好的人通常额头很高，头型也会有所变化，因



为他的脑垂体特别发达。当然，这只是物质上的一种反应而已。它背后的力量在哪里？就是我们的注意力。

## 开发心空间

去年，温州不少人因为金融危机跳楼了，其中有些人钱并不少，不是因为生活所迫而轻身。但是，当我们把物质和欲望作为体现价值的标准时，就被束缚其中，不断争取各种资源，难免产生竞争，一旦受挫，就觉得走投无路。其实，四维时空是非常有限的，就像我们这个房间，能坐 600 人，过来 1000 人就挤了。在这有限的空间中竞争，非常辛苦。但在这个空间外，还有无限的资源，就是第五度空间。

据说，玛雅文明讲到世界会在 2012 年有新的改变，进入新的模式。这个新的模式在哪里？现在，从医学、心理学到物理学，都开始注意到心的重要性。前面说到，医学家发现大脑的分泌物和起心动念有关，这不是神话，也不是佛教徒劝人为善，而是有科学数据为证明的。

既然心如此微妙，能不能把心的空间开发出来？

对于学佛来说，如果不能进入心灵世界，修学一定是失败的，是心外求法的外道行径。心灵就是第五度空间，它的资源是无限的。因为心灵不仅会改变物质，改变大脑的分泌物，还会改变我们的环境，改变身边的人际关系。当你周围的一切和谐了，世界就会往好的方向发展。反之，如果内心都是贪嗔痴三毒，你的世界一定会越来越糟。因为物以类聚，人以群分，你有什么样的心，就会招感什么样的环境。而这个环境又会反过来影响你，比如我们在一个讲修行的道场，如果道心不够，就会被大家小看，从而策励道心，努力精进。但在一个都不修行的团体，你要修行，大家反而觉得你是怪物，这就成为修行的逆缘。

长久以来，我们迷失在轮回中，把生命的物质部分看得太重，却忘记了，心灵才是改变物质、改变世界的关键。比如说，正面情绪能把空间扩大，把时间缩短。

反之，负面情绪会把空间缩小，把时间拉长。比如我在这里讲课，想听的人觉得时间一眨眼就过去了；而不想听的人，就觉得简直是度日如年。

那么心念和空间又是什么关系呢？有个人房子很小，去问师父：“怎么让它大一点？”师父告诉他：“牵头羊进去，和羊一起睡你就不觉得挤了。”他就牵头羊进去，睡了两天，觉得还不够。师父说：“你再牵头牛进去！”过了几天，他还觉得挤。师父说：“那就牵头大象进去！”有过了几天，他觉得还不行。师父说：“现在你把它们都牵走！”牵走以后，师父问：“感觉怎么样？”他说：“我现在觉得很宽了。”其实，所谓大小都是一个感觉而已，是相对的。问题在于，我们总被这些感觉牵着跑。

如果我们把情绪提高，不把生命价值放在地大和水大，而是放在火大和风大，你的世界就一下子打开了。因为火大的世界无穷无尽，一个人想行善积德，生生世世都有做不完的事，无论到哪里别人都需要。只要你的心足够阳光，没有什么事情是做不成的，所谓“制心一处，无事不办”，佛都要成，何况是做点世间的事业。

## 测量仪和药方

空间是随着感觉变化的，那么，时间到底有没有？过去的人是以滴漏来计时，一桶水放那里，滴完就是多少时间。或者按天色去观察，误差就更大了。后来科学发展，制造了手表等仪器，大家看着手表，知道现在是几点几分。所以，我们就认为时间是真实的。事实上，时间是什么样的？是长短方圆，还是青黄赤白？从来没人见过，只是有个手表作为计时工具，就觉得时间是真实的。很多人都怕自己老，明明四十了，别人问起还说三十。这就是对时间产生了执著，不惜以妄语来自欺欺人，这就必然导致痛苦。

或许，不久的将来，科学家们能将测量情绪的相关仪器制造出来，就像手表一样，让我自己知道自己的正面情绪有多少，负面情绪有多少。比如现在的测谎仪，就是

和情绪相关的仪器，你一讲假话，相关指数就跳上去。再如心电图、脑电图，或许也包含有关于情绪的信息，只是我们现在还不能读懂这一部分。

目前已知的部分，比如正面情绪产生脑内啡，负面情绪产生去甲肾上腺素。如果有个仪器，测量到你被负面情绪控制，马上给你亮红灯；反之，则给你亮绿灯。我们有了这个仪器，今天是绿灯，去办事百分百没问题。如果亮红灯，就回来打坐念佛求忏悔，情绪调好了再去办事。能够这样的话，世界将有多大的变化？当你亮起红灯，烦恼起来，贪嗔痴起来，大家赶紧回避，那么，你不改变都不行，否则就是孤家寡人。

真想明了五福的人，必须牢记，无论健康、富贵，还是好德，都来源于我们的起心动念，需要“诸恶莫作，众善奉行”，开发并保持正面的情绪。甚至是善终，也是根据你的起心动念来定位生命走向。我们看即将往生的人来生会到哪里，基本是用传统的方法，用无名指探一下，看是头热还是心热，或者肚子热。现在可以直接用仪器测量一下：这里的温度是多少，那里的温度是多少。这样就不用碰亡者的身体，在衣服外测一下即可。

在生活中，你的起心动念是否符合生命的正确价值？中国几千年的传统文化告诉我们：要明白天理良心。天就是天空，保持清净的状态；良心，就是善良的心。如果你带着贪嗔痴三毒，首先伤害的就是自己的情绪和身体。当你被毒害了，再蔓延开来，就会毒害到他人，乃至毒害到整个社会。

可见，长寿、富贵、康宁、好德、善终这五种福报，根源都在于我们的一念心！所以说，幸福人生的妙方就是心的药方。无际大师开过这服药方，配方是：好肚肠一条，慈悲心一片，温柔半两，道理三分，信行要紧，中直一块，孝顺十分，老实一个，阴鹭全用，方便不拘多少。

总之，现在的科学研究，从各方面都发现了情绪的重要性。我们有条件出家修行，在寺院天天和佛菩萨相伴，听闻经教，以戒定慧三学作为生命追求，实在是莫大的



福报。希望大家将佛菩萨的指导落实在心中，在心中找到幸福，世界才有真正的幸福！  
阿弥陀佛！

达照法师简介：法师现任浙江省佛教协会常务理事，温州市佛教协会副会长，温州佛教永嘉禅学会会长，中国佛学院普陀山学院研究生导师，苏州戒幢佛学研究所研究员。

# 华严漫谈

文 / 能进法师

阿弥陀佛！大家下午好！

从昨天开始就下大雨，下得很大，我就在担心：自己飘洋过海地过来讲经都很麻烦，那听法的人会不会也受影响，比以前少很多？现在看到大家能为法冒雨而来，真的很感动！希望通过这个小小的讲座，来分享自己对经文一鳞半爪的理解，如果能够让大家由此对于佛法生起信心，在今后的佛法修习过程中、人生道路上对大家有所启发或帮助，这是我的愿望，阿弥陀佛！

这个讲座的主题是漫谈——华严漫谈。一部《妙法莲华经》六万八千字，而一部八十《华严》呢，有80卷之多，60多万字。不用说讲解经文义理，就是一目十行地看一遍，一天看八小时，那也得七到十天的时间。一般寺院的华严法会，诵一遍《华严经》，要二十一天的时间。读诵一部经，都要这么长的时间，今天讲座短短一两个小时，要如实地把佛菩萨的功德称说出来，把佛菩萨境界展示给大家，这是很难，因此选择漫谈。

从教理上讲，海纳百川，因此《华严》称之为教海，意思是《华严》是佛陀的所有教法的总汇，一切经教的海洋。《华严》全称《大方广佛华严经》，说的是诸佛菩萨的境界，展示了佛家终极富贵，不是我们凡夫心量可思可议的，只能用一个词来形容——“不可思议”。经中所谓，“虚空可量风可系，无能说尽佛功德”，

如此尽虚空、遍法界的诸佛功德，如此穷劫难述的佛菩萨功德，最好的形容词就是“不可思议”。“不可思议”，是整部《华严经》的特点，也是今天讲座的关键词。

《华严》一经的主旨，在经题“大、方、广”三字上就囊括已尽了。大，指体性，佛性包容万德；方，指规范，这儿是指佛所宣说广大甚深成佛法门；广，指用周，是说佛之事业，竖穷三际横遍十方，称说难尽。《华严》一经，收来“大、方、广”三字，放开80卷60万余言，这是不可思议其一。

《华严经》中觉林菩萨有说过，“心佛与众生，是三无差别”，这是说，我们这些烦恼重重、苦恼重重的凡夫，居然跟佛菩萨的万德庄严境界无二无别，真是不可思议其二。

据此看来，要理解佛菩萨的功德与境界，我们可以由人人本自具足的这颗心上去入手。因为我们的凡夫心是因，佛菩萨的佛菩提是果，只要庄严我们的自心，就可以成就佛菩提的智慧功德之果。“华严”是我们凡夫心到成佛的因果过程。再简单地讲就是，如果我们了解、开发了自心，就可以圆满成就自己的学佛之路了。“即心即佛”，了解了我们这个心的“体、相、用”，就了解了佛的“大、方、广”，这是不可思议其三。

今天讲座，就从了解心中蕴藏力量，如何修习这颗心，以及在哪些方面让心发挥其功能，这三个方面来分享《华严经》“大方广”的一经主旨。

## 一、大者，心之体

无论是心的体性，还是佛的性德，是以难以用语言来表达的，如果非得表达出来，那就是“不可思议”。《华严经》全称《大方广佛华严经》，其中“大、方、广”就是从“体、相、用”三个方面来说明佛的境界。“佛华严”就是成佛的因果，佛的万德庄严是果，诸菩萨六度等万行是因，以诸菩萨的万行因行来庄严成就成佛时的佛果境界就是华严。经，就是传递给我们以佛果境界与成佛因果的文字载体。一

部《华严经》，简单理解，就是说一个凡夫众生，如何通过修自己的这颗心，而成为一位万德庄严的佛陀。这在经中《入法界品》里说得很清楚，善财童子五十三参，经过五十三位善知识的指点迷津，一生成就普贤境界（佛果）。

我们修学佛法，从一个苦恼的薄地凡夫修成一个万德庄严的佛菩萨，是一个历经三大阿僧祇劫的漫长过程，也可是一生成办的瞬间，这是时间上的不可思议。烦恼重重，苦恼重重的凡夫境界，居然跟佛菩萨的万德庄严境界无二无别，这是境界上的不可思议。从一个薄地凡夫到庄严佛果，关键不在于磕了多少头，烧了多少香，而只在当下的这颗心，这是本质上的不可思议。“不可思议”，是这部华严经的特征，是佛菩萨境界的特征，也是我们人人本具的当下这颗心的特征。

这部经除了“心、佛、众生，三无差别”的不可思议以外，还有三个不可思议的方面，需要关注一下：不可思议的说法主、不可思议的流通主，以及不可思议的译经师。

#### 1、不可思议的说法主

学过天台教观的人都知道“佛说华严三七日，阿含十二方等八，二十二年般若谈，法华涅槃共八年”这个偈颂。这是说佛陀讲说其他的经典花了很长时间，唯独讲这部部帙浩瀚的、被称之为教海的《华严经》却只用了短短的二十一天。大家有没有想想这是何等的神奇，不可思议！经中的不可思议，还不止如此。经中还特别地提到了在听经的时候，二乘在座如聋如哑，如果《华严》一经是佛在最初成道三七日之内宣讲的，当时哪来的二乘在座呢？不可思议吧！要知道佛陀当年在菩提树下，初成正觉，经行禅定总共是呆了四十九天的，那个时候还没有接受天人请，更没有去鹿野苑三转四度法轮度五比丘，如何可能有二乘在座听经呢？如果细读《华严》经文，我们会发现华严经七处九会或者说七处八会是佛陀在定中不离菩提道场，不离菩提树下金刚吉祥宝座而上升诸天宫殿为诸大菩萨天人说法。这样的神通说法，不可思议！《华严》这部经是佛在定中所说，真的是只说了二十一天吗？天台讲“一念三千”，其实何需二十一天，一弹指顷，整部华严即可从佛陀的心底流入法界众生的心田之中了。我们凡夫的时间分限，在佛菩萨境界已经完全不是问题了。至此

我们只能再次感叹：不可思议！

作为说法主的佛陀，宣说这部《华严经》，从说法形式到内容结集，一言以蔽之，不可思议！

#### 2、不可思议的流通主

《华严》大法不可思议，而这部经流通主及流通过程，同样也不可思议。

《华严》经典的流传，要归功于龙树菩萨。龙树菩萨初出家的时候聪明睿智，能在三十天之内把当时世间流传的大小乘佛典记忆下来，统统倒背如流。因为天赋太好，年轻的龙树菩萨以为自己已经读尽了佛陀的教法，而起了我慢贡高之心。幸亏有一位大龙菩萨及时出现，带领龙树菩萨到龙宫里的图书馆走了一趟，那里收藏着所有的佛陀讲的经典。龙树菩萨发现龙宫里收藏的经典不是人间可以比的，甚至不是他本人可以理解可以接受的。这个时候他的我慢心没有了，开始发愿弘扬大乘。在大龙菩萨展示出龙宫的宝藏给龙树菩萨看了以后，说“你可以随意取阅，可以带一部经典回人间”，龙树菩萨就挑了这部《华严经》。整部《华严经》本来有上、中、下三本：上本《华严》有十三千大千世界微尘数偈，一四天下微尘数品。这个数字太大了，有人做了一道数学题，得出一个结论，一个三千大千世界就是十的五十一次方，也就是  $10^{51}$ ，何况每一个世界该有多少微尘的粒数啊。我自己没搞明白这个数字有多大，只能说是不可思议。中本《华严》有四十九万八千零八百个偈颂、一千二百品。下本《华严》是十万偈颂、四十八品。龙树菩萨觉得我们人力无法诵持上中本的《华严》，决定把下本《华严》带回人间。

我们知道现在流通的六十《华严》、八十《华严》、四十《华严》三个经本，经文其实并不齐全。六十《华严》才三万六千偈，而八十《华严》也不过只有四万五千偈。近代高僧弘一大师说，读《华严经》最圆满的读法就是八十《华严》读到第五十九卷的时候，就接下读四十《华严》一整部经。四十《华严》就是《华严经》中《入法界品》的完整版。这样两个经本加起来，也不过有九十九卷，三十九品，合计不



过五万个偈颂，跟龙树菩萨带回人间的十万颂四十八品的经本相比较，还差不多一半的内容。

如果说《华严经》的说法主佛陀，功德威威不可思议；那《华严经》流通主龙树菩萨，其本人及整个《华严经》流通人间的过程，也只能称之为不可思议。

### 3、不可思议的译经大师

这里的译经大师，不仅指翻译八十《华严》的式叉难陀、翻译四十《华严》的般若三藏，以及翻译六十《华严》的佛陀跋陀罗等三位翻译《华严经》的译经师，所有的译经大师们都是不可思议的。从最初的迦叶摩腾、竺法蘭，到著名的真谛、罗什、玄奘、不空四大译经师，到其他无数从未被世人所知的译经师们，在他们各自的译经生涯中，为了使佛法东渐，或千辛万苦从印度来华，或历尽坎坷远赴西域，或口宣梵语而译，或学华言而译，其整个译经过程就是不可思议的传奇。随着时间的流转，诸多译经师名字已经从我们的记忆中消失，诸多翻译的作品也在世间湮灭，但我们不能不心怀感恩：没有这些伟大而不可思议的译经师们，就没有今天的佛教。

《大唐西域记》作者玄奘大师，他本人西天求法、东土译经的经历，就是一个不可思议的传奇典范。感受佛法的力量，除了佛经当中体现出来的佛菩萨境界，还有就是这些古德前贤为我们竖立起的榜样！

翻译六十《华严》的佛陀跋陀罗大师——觉贤，禅、律方面的修行非常精严。如果对他本人了解不多，那我们一定熟知与他同时期的另一位译经大师——鸠摩罗什。《妙法莲华经》、《阿弥陀经》、《金刚经》，除了义理深远以外，而且以文字优美而为古往今来的文人知识分子所喜爱。这些经典，就来自于鸠摩罗什大师的翻译。佛陀跋陀罗大师和鸠摩罗什大师是同一时期的人，他们的译经风格各异却又一脉相承、语言文字非常优美，义理阐述精准到位。即使是今天，研究《华严》的主要典籍主要还是以六十《华严》为依据。

如果有人，佛菩萨境界太过高远难以企及，那龙树菩萨、鸠摩罗什大师、佛陀跋陀罗等这些古德前贤事迹与修为，则对我们末世后学有了榜样可以追随。

## 二、方者，心之相

“大”是佛的境界也是我们心的本体，不可以言语表达也难靠思维来想象，所以说“不可思议”。

“方”是什么？“方”就是规矩，有可为有不可为才称之为方，是正确的学佛方法，也是“轨生物解”的万物法则。我们日常生活有一定的规律习惯，就连思考问题也有一定的规则可寻。这个规律、规则就是方。“方”，也是方向，我们学习佛法，需要正确地引导，需要正确的方向。这个引导、正确的方向，就是“方”。

虽说我们的凡夫心，与诸佛菩萨的清净心无二无别，若没有佛陀的教法，没有善知识的引导，没有建立自己的正见，内心的功能是不可能被开发出来的。“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教”，这个偈颂就是道出来了有可为有不可为的“方”。“诸恶莫作”是不可为，也就是我们所说的止持；“众善奉行”这是可为，是我们所说的作持。“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教”，就是诸佛教诫我们的修行、修心的方向之语。

《华严经》中专门有一个篇章来指导心的方向，那就是《华严经·普贤行愿品》。

记得有一次本山的净旻法师在这里专门讲过《行愿品》，非常精彩，当时我也在场听讲，感受颇深收益很大。讲经要达到净旻法师那样的水准和高度是很难的，我做不到。在此仅想分享一下我个人对《行愿品》的理解，从心修习方向的角度。

十大愿王就是：一者礼敬诸佛，二者称赞如来，三者广修供养，四者忏悔业障，五者随喜功德，六者请转法轮，七者请佛住世，八者常随佛学，九者恒顺众生，十者普皆回向。对此十大愿王，一般的理解可能会认为这十大愿王是独立而互不搭界的。我的理解是，这十大愿王，就像念珠一样，一一愿相对独立，而又共同依存组成一个完整的修学体系，说明修学佛法的一个完整历程。

十大愿王的前面三个大愿，“礼敬诸佛”、“称赞如来”、“广修供养”，主要说明了我们每个人的身、口、意三业修习，即使做不到像普贤菩萨那样的“虚空

无尽，我愿无穷菩萨行，但可以从中得到最朴素、最原始的启示：修学佛法就是在身、口、意这三个方面用功。身口意三业的精勤，离不开以这个心为先导。

四者“忏悔业障”，五者“随喜功德”。记得佛陀有另一段教诲与此相类似，“未生恶令不生，已生恶令断灭；未生善令发生，已生善令增长”。有了身口意三业的运作，无可回避地，就会有白业黑业之分，也就是说行为上有对就有错。对错问题，如何面对，就是此两大愿王：“忏悔业障”，“随喜功德”。错了怎么办？忏悔业障！做错某件事并不可怕，怕的是一错再错！能不犯错是最好，如果错了，那就要改过来不再犯错，这就是“未生恶令不生，已生恶令断灭”。对于正确事物，好的行为，我们又将如何？从善如流。自己能够行善、不犯错，做到“未生善令发生，已生善令增长”，那是最好。佛陀教导我们要“诸恶莫作，众善奉行”，即便做不到广修善行，那至少可以做到，在别人行善的时候，赞叹随喜，这就是第五大愿“随喜功德”。在离恶修善的修行中，华严境界显得更高，更为殷勤恳切。当我做不到众善奉行的时候，我就随喜功德，同样了不起。

六者“请转法轮”、七者“请佛住世”，这两个大愿说的是请法与供佛，其实也是教导我们如何恭敬善知识，尊师重道。佛陀是我们的老师、导师，佛以法来救度我们。我们恭敬礼拜佛陀的时候，不要忘了佛陀的教诲，从法上寻求智慧的启迪，这样才不辜负如来的一片悲心。尊师重道，说的是重道须尊师，对佛陀也好，对一切教导我们的善知识也好，要长请住世。唯有善知识才能让我们认识到佛法的稀有难得，唯有善知识才能让我们发起向道之心，唯有善知识的存在，我们才有心灵得到启迪的可能。如果侍奉老师就像侍奉佛一样，把老师当作佛，那么你同样得到的是侍奉佛那么大的加持。最近电视上的一个公益广告“读书不一定能让你成功，但是读书可以改变你的人生”，表达的也是差不多的意思，说的就是教育的力量。尊师重道，说的就是教育的力量，善知识的宝贵。

八者“常随佛学”，九者“恒顺众生”二大愿，说的是学菩萨道行者的二根本行。

文殊、普贤等诸大菩萨，就是以上求佛教、下化众生为菩萨道的二根本行的。这二根本行就体现在大愿中，就是——“常随佛学”、“恒顺众生”。上求佛教，在佛法方面用功努力，勤求智慧，我们要“常随佛学”；下化众生，普通人都需要人情冷暖、相互关爱，那我们学佛的，就应该做得更好“恒顺众生”，僧团要和谐、信众要关心，积极服务社会，坚持爱国爱教。

最后，十者“普皆回向”。回向，不是简单地把功课后面的回向偈念念就足够，而是一种学佛的自省。近代佛教大德——星云大师，他创建的佛光山道场有一批礼品茶杯，上面刻了四个字“不忘初心”，这说出了普皆回向的特点。学佛之人，不要忘了当初为什么要学佛，如果能时时提醒自己这点，那学佛的道路上就不会有迷失自我了。虽然目前，我们还是个凡夫，这颗心向佛道，是不会在时间与世事的变迁中忘记了自己的本分的，不会忘记自己在佛前所发下的对众生对佛道的大誓愿的。“普皆回向”的深义，我们也许不能完全体会，但如果能“不忘初心”，我想回向之义，基本把握住了。这是我个人理解，提出来与大众分享一下。

现在，我们可以看出十大愿王其实就是一个人完整的学佛历程的浓缩版。如果能依照十大愿王去修行，成佛决定无疑。所谓愿，就是志求满足的意思。十大愿王，指的就是发心的十个次第，这是佛陀指引我们修行的方向，简单地说，就是我们心的方向。

### 三、广者，心之用

最后，我们来说说心之用，也就是心的功能范围，这在《华严经》中还有非常著名的一品——《文殊菩萨净行品》。也许很多人没有诵过《华严经》，还有很多人没有听说过《净行品》，但从我们最初皈依的那一天开始，我们就知道三皈依。“自皈依佛，当愿众生，体解大道，发无上心；自皈依法，当愿众生，深入经藏，智慧如海；自皈依僧，统理大众，一切无碍”。这，就是《华严经·净行品》中的偈子。

无论是有意识，还是无意识，我们中国学大乘佛教的信众们，每天就生活在《华严经》庄严的华藏世界中，每天早晚课诵的，念佛三皈，时时刻刻都在接受《文殊菩萨净行品》的智慧引导：“皈依佛，当愿众生，体解大道，发无上心……”吃饭的时候也是如此：若见钵钵，当愿众生，具足成满，一切善法。甚至，上完厕所后洗手，心里也会念上一句：“以水盥掌，当愿众生，以清净手，受持佛法”。

可以看出来，在《华严经·净行品》中，文殊菩萨处处教我们于日常生活观心做事，这也恰恰说明日常生活的方方面面就是心的功用范围。《净行品》中，首先由智首菩萨问了文殊菩萨一百一十一个问题，学佛人的先天后天情况、前行正行、修成成就等多个方面提了这一百一十一个问题。如同刚才所说的《行愿品》中，有一个完整的佛教修学体系一样；这《净行品》开头一百一十一个问题，也是一个完整的佛法修学体系。

针对智首菩萨的提问，文殊菩萨以充满智慧一百四十一偈颂，即所谓“当愿众生”来作为回答。

这一百四十一偈颂，涵盖了人的一生，人一生中每一个日日夜夜的生活。为了方便理解，我使用了记号，在每一个“当愿众生”前，划一个1、2、3、4……用数字标一下。为什么说，这一百四十一偈颂说的是人的一生？很简单！前面十一个“当愿众生”，说的就是一个在家信众的一生：“菩萨在家，当愿众生，知家性空，免其逼迫”。这个把没有出家学佛人的一生全部概括无余。这样的人，如何善用其心呢？前面十一个偈颂说，一个人要是能处理好对自己父母师长的关系、对自己妻子儿女的关系、乃至对陌生人的关系，处理好婚姻家庭问题、懂得交结朋友、社交聚会、物质生活的享受与精神生活的娱乐，就是一个很圆满的人生了。在这前十一个偈颂中，最初四个偈颂说的是人处于顺境的时候，要如何观心。第十一个偈颂，“若在厄难，当愿众生，随意自在，所行无碍”，说的则是一个人处于逆境的时候，该如何面对与用心。人生总有顺境，有逆境，有高潮有低谷，如果能在顺境逆境都

学会观心用心，那这样的生活一定是潇洒自在的了，即所谓“随意自在，所行无碍”。

接下来的内容，从第十二偈到最后第一百四十一偈，说的是一个出家人生活。也可以理解为，第十二偈到第三十九偈，共计二十八个偈颂，说的是我们出家人的生活。第四十偈到最后，是以一个出家人为例，详细介绍他的一天生活。这里，我们需要有点印度人一生的小常识。在古印度，人的前半辈子是学习和成家立业，这属于世间成就的，多指物质方面的追求。人到中年以后，那会出家修道，追求灵性上的生活。因此也可以这样理解，这二十八个偈颂，说的是人一生中后半生的生活。这样，前面的三十九个偈颂已经把人的一生，无论在家、出家，都涵盖在内了。

人的一生，长的方面，指从生到死；短的方面，从清晨漱口到晚上睡觉。《净行品》第四十偈以后，就说是人一天的具体生活行为。先说到早晨起来先解决个人卫生：漱口、刷牙、上厕所，这些是人生琐事，也是我们修行用功的地方。

接下来是，托钵乞食，吃饭。我们汉地的出家师傅们不需要托钵，在寺庙做完早课就可以吃早饭了。但在印度，出家人清早起来漱口洗过后，要自己托钵乞食才有饭吃的，而且不是一天三餐，有一顿就不错了。托钵的过程中，走什么样的路、见什么样的景色、遇什么样的人、进不进城等生活行为，《净行品》都说得清清楚楚，概括了人一天中可能会遇到，会发生的种种可能情景。至此，早晨起来个人卫生也做完了，吃饭的大事也解决了，接下来得说作为一个出家师父需要干什么——用功办道。诵经啊、礼塔啊、经行啊等等修行上的事，都是用功办道之的法门。第一百四十一偈呢，意思就是：充实、辛苦但很有意义的一天过去了，感恩感恩，该好好休息睡觉了。休息睡觉，在这个时候也是我们的修行。最后一个偈颂，是一个承起的偈颂，意思是一睡醒来，一天新的生活又开始了！

大家请看，《华严经·净行品》是不是远把人的一生，近把人的一天生活，如何修行如何用功办道说得清清楚楚明明白白？清楚自己一生的是“当愿众生”的佛子行，浑浑噩噩一辈子的是凡夫行，这是我们学佛人需要作出选择的。选择的关键

就是“善用其心”，将心的力量开发出来，发挥它的功能，运用在生活的点点滴滴中去，这就是心应有功能与使用范围。

从佛菩萨的境界，从“不可思议”这几个字当中我们感受心的本质与力量，从十大愿王我们感受心的方向，最后从善用其心我们知道如何把高妙深妙微妙玄妙的佛法落实到的自己的现实人生中去，运用到吃饭、喝水等等日常琐碎的当下行为中去，近可以提升自己生命的幸福指数，远可以圆满佛果菩提。这就是我今天要讲的内容，希望大家布施欢喜，谢谢大家，阿弥陀佛！

能进法师简介：法师现任中国佛学院普陀山学院教务长、讲师。

## 净土法门的六信

文 / 戒修法师

各位法师、各位居士：

阿弥陀佛！大家下午好！

非常有幸来跟大家一起分享佛陀的甘露法雨，今天我要讲的一个题目就是净土宗关于信门的六种层次。我们知道信仰是每一个佛教徒的永恒的主题，无论是我们每一个人的智慧地位还是在别人的眼中，我们在座各位都是信佛之人。既然信佛，那么我们对信的概念又了解多少，对佛法的信到了什么程度呢？又到了哪一个层次？这是每一个佛弟子要意识到的一件事。有人觉得反正我就是信佛，我就信了，至于信到什么程度，恐怕连他自己也不清楚。如果我们不把这些弄明白，那么这样的信恐怕就名不符实。信的名不符实我们就很难从佛法当中得到利益，那信跟佛法的利益有关系吗？有绝对的关系。

净宗信藏功德广大无涯，信的最低限度，愚妇愚夫能顺利契入，信的极点，即使是圣人也有所不能。正因如此，于凡于圣都对这个法门产生了诸多怀疑，这就是通常所说的有“八万四千疑网”，其中只是疑惑的程度不一而已。我们每个学佛、念佛的人，都必须努力潜修，开发善根，培植道种，只有突破重重疑网，方能进入净宗信藏的功德宝海。

净土宗当中认为：信是最大的功德，疑是最大的罪根。净土经论无不围绕这个



问题来进行“破疑生信”，包括历代祖师大德的净宗著疏，也都纷纷来阐释信门的问题。有从信门的分类去概括，有从信门的本质去概括，以及从信的功能角度去概括等等。

在众多解释当中，藕益大师的解释最为详明精辟，他在《弥陀要解》当中，把信门概括为六种信：即信自、信他、信因、信果、信事、信理。藕益大师的这种概括，是以天台教理为背景，来阐述净宗信门的层次，其中理事圆融、阐发独到，可以作为净检验宗行人信心的标尺。下面我们就根据《弥陀要解》的文句，对净土六信略作介绍。

## 一、信自

信我现前一念之心，本非肉团，亦非缘影。竖无初后，横绝边涯。终日随缘，终日不变。十方虚空，微尘国土，元我一念心中所现之物。我今虽复昏迷倒惑，苟能一念回心，决定得生，自心本具极乐，更无疑虑，是名信自。

在六信中把“信自”摆在第一位，说明净宗跟其他大乘通途法门有着高度的共同点，通途佛法也表明要相信自性之佛。信自是深信自己的一念心性，竖穷横遍，非三处（中、内、外）、非三世（过、现、未），前念已灭后念未生，中间孤伶伶的一念心性。它不是心肝脾肺肾当中的肉团心，也不是由四大假合而成的八识相分（即浮尘根：此根唯为正根之依处，虚假不实，它没有发识取境的作用），也不是能攀缘诸境的见分（分别心）。

莲池大师在注解《弥陀疏钞》时，高度赞叹自信的微妙：“灵明洞彻，湛寂常恒，非浊非清，无背无向。大哉真体，不可得而思议者，其唯自性欤！”

这说明我们灵明的照体洞彻十方，湛寂常恒的心体竖穷三际（这是从时间和空间上来描述信自的问题）。“非浊”如禅宗讲的：修证即不无，污染即不得；“非清”



是指一切森罗万象无非是妙明觉性之体。“无背”，在迷时好像是背觉合尘，但真心还在理体当中，本来就没有迷可言；“无向”，开悟之后好像是背尘合觉，但真心在理体当中本来就是悟的状态，并不是由于你的开悟才有这个理体。所以这个真体大不可思、不可议，非语言文字名、相概念所能诠释，三世诸佛到此也只能口挂鼻上，断绝言说。

由此可见，我们的自信心是多么的可贵啊！千万不要把它拿来搞其它的歪门邪道，搞特异功能，搞那些有碍生死的杂事，而是利用它直接成佛去。如果有这样的信自基础，然后再去信他才有力度，以阿弥陀佛的大愿作为增上缘，以我们自心力、法力和阿弥陀佛的愿力，三股力拧成一团就能承办大事，势必冲出三界的业力网。所以，信自、信他是一体两面，缺一不可，以这样的信心来念佛，就能收到事半功倍的效果，并且能增上往生者的品位。

## 二、信他

信释迦如来，决无诳语。弥陀世尊，决无虚愿。六方诸佛广长舌，决无二言。随顺诸佛，真实教诲，决志求生，更无疑惑，是名信他。

这段注解说明了“信他”的三个对象：

第一、相信释迦本师金口所宣的一切经教真实无妄。正如《金刚经》云：“佛是真语者，实语者，如语者，不狂语者，不妄语者，不异语者”。由此可见，佛陀所讲的一切法语绝对可信，再者说佛也没有说妄语的动机和说妄语的必要！因为他不是为了名利，也不是为了加强自己的教主地位而拉选票，恰恰是为了其他诸佛能广度苦难众生，而自己却以局外者的身份出现，如此看来，他有必要打这样的妄语吗？释迦牟尼佛为了众生能够相信净土、相信阿弥陀佛，往往都是以特殊的表现形式来证信，诸如放光现瑞、赞叹阿难启问净土的功德等等。比如释迦本师在演说《阿



弥陀经》的时候，就来一个“无问自说”，向智慧第一的舍利弗拈出净土法门。对于释迦本师这番超出常伦的苦口婆心，我们还有理由不相信吗？

第二、相信弥陀决无虚愿。阿弥陀佛在因地做法藏比丘时，在世间自在王如来的开示、加持之下，经过长时间的勇猛精进，最后以八地菩萨的身份发起四十八大愿。弥陀的四十八大愿在因地时是称性而发，这些愿都是从真实智慧当中流现出来的。在无量劫的过程当中，法藏菩萨依愿修行，直至功德圆满，他所发的大愿一一地兑现了。可见弥陀的每一愿无非都是妙明自性的显现，我们只要深信切愿持佛名号，必然就能跟阿弥陀佛的大愿相应，临终得以往生极乐世界。

第三、相信十方诸佛的证信及护念。诸佛为什么以广长舌相作为赞叹的象征呢？众所周知，广长舌相是诸佛的三十二相之一，这是一种非常殊胜的果报之一，也是不妄语的一种见证。在小乘经典当中也讲世间人三世不妄语，其舌相薄而长，能覆盖自己的脸部。诸佛的广长舌相，不仅能覆盖脸部而且能遍覆三千大千世界，可见诸佛于百千万劫中未曾妄语。以诸佛这样的德行来赞叹释迦本师和阿弥陀佛，为这两位伟大的教主作公益广告，这无疑是以他们的圣格来为我们作一个真实可信的证明。应该注意一点，诸佛不仅伸广长舌为我们证信，而且当我们念佛人在念某一佛时，即同时受到十方诸佛的加持与护念。

比如玄奘法师翻译的《阿弥陀经》原来就叫作《称赞不可思议功德一切诸佛所护念经》，由于玄奘法师嫌这个经名太长，后来就改为《称赞净土佛摄受经》；罗什法师在翻译这部经的时候，则直接突出阿弥陀佛的正报，故将其称之为《佛说阿弥陀经》。无论是原来的经名还是现在的经名，无不包含着十方诸佛对念佛众生的护念之情。我们今生能闻到如此的殊胜的妙法，应生希有难遭之想随顺于诸佛的教诲，从而决志求生净土不要再有疑惑了。

信自信他是属于一对范畴，只有对自他的完全相信才能称之为正信、深信。但在现实当中有两种人自他不能统一，一种是那些读经不多或文化不高的人，这种人

往往容易信他而难以信自，他对释迦本师所说的西方极乐世界可能会相信，但是对于自心即佛这一点却有强烈的自卑感。

另外一种是有文化并能对经藏作一些研究的人，他往往喜欢讲自心自佛而不信他佛，这种人多少带有一种贡高我慢的心态，认为信他是心外求法的着相行为，于是导致他轻视净土，不愿求生极乐世界。从这两种人的最终结果来看，不能信自却能老实信他的人，如果他能够一心一意地老实念佛，尽管这种念佛人的品位不会很高，但他一定可以得到往生的利益。

如果只重视自佛而不信他佛的人，他对于“成佛”、“往生”等这些概念，往往容易流于口头禅，却不能切入实际的修持行为当中，这样的人反而会遭到落空之祸。如果对信自和信他都有一定的基础，但又信疑掺半，信的不够深刻，这样的念佛人只能生到边地疑城，这也是善根、智慧不具足的缘故。

### 三、信因

**深信散乱称名，犹为成佛种子。况一心不乱，安得不生净土。是名信因。**

因果律是对宇宙人生真相的一种概括，净土法门虽然是一个圆顿的横超大法，但它的因行果报无不建立在因果律之上。比如《无量寿经》中所说道：“世间诸众生类，不知为善，后受殃罚，故有穷乞、孤独、聋盲、瘡痍、痴恶狂。皆因前世，不信道德，不肯为善。其有尊贵、豪富、贤明、长者、智勇才达，皆由宿世，慈孝修善，积德所至。”这是经中告诉我们善恶因果报应的事实。我们生活在这个世界上，在共业的层面上似乎人人平等，但在别业上每个人都有着不同的待遇和感受，其中一定隐藏着极为深刻的前因后果，绝不是一种偶然的现象。

从因果的类别上来说，有世间因果和出世间因果之分，这反映了我们人类对因果的时间跨度有不同的认识。比如儒家讲一世因果，因此有“不知生，焉知死？”



的提出，表明儒家文化的重点着重于现实生活，不去关注死后的来生。基督教讲二世因果，神对众生作末日审判的时候，只是根据你前生信教与否，从而决定你是上天堂还是下地狱。

佛教讲三世因果，所谓的“欲知前世因，今生受者是，欲知后世果，今生作者是。”当我们面对世间各种复杂的生命现象时，在一世因果或二世因果的理论，都不能给出一个完美的解释模式。

如果只有一世因果的话，世间当中的一些好人为什么总是得不到好的果报呢？那些五毒俱全、恶贯满盈的人，却往往踌躇满志、大富大贵呢？如果用一世因果来解释这种现象的话，人们只能把这种不平等的现象推到老天爷的身上去，你说老天爷冤枉不冤枉！

二世因果也是一种狭隘僵硬的因果，它似乎在告诉我们：无论你今生造了滔天大罪，只要你信教耶稣最终都能替你摆平；尽管你今生行善积德一身清白，由于你没有信教最终也难免遭受地狱之灾，这种因果显然不能解释各种复杂的社会现象。

佛教的因果则是从宏观的角度来分析共业与别业的种种现象，或者说它是从种子和现行互相熏陶的复杂格局，来阐述一切生命现象的因果规律，这样的因果就显得合理、深刻、圆融、究竟。

因果报应有两种意思：一种是报通三世，另一种是转变由心。报通三世是指今生造业今生受报——为现报；今生作业来生受报——为生报；今生作业第三生、第四生或十百千万生乃至无量劫以后才受报——为后报，后报的时间虽然迟早不定，但只要造了业决定要报。如《无量寿经》在分析“五烧五痛”之后的一句总结说道：“虽不及时报应，善恶会当归之”，这句话道出了“纵使经百劫，所作业不亡，因缘会遇时，果报还自受”的基本原理。

佛经强调对因果的重视和相信不出两种原因：一是相信三世因果能拓宽我们的心胸，从而建立起对宇宙人生的真知灼见，将宇宙人生的真理掌握于我的手中。二



是因果报应的确是一种事实，它对众生的行为有着极强的调控作用，能够起到抑恶扬善和建立道德机制的巨大作用。作为一个念佛人，不仅要相信因果报应，而且要发心弘扬因果观念。

净土法门所讲的这个因，就像一颗永不腐朽的金刚种子，一遇到机缘就会生根发芽。佛住世时，有一位贫穷的老人，他看释迦牟尼佛天天带着一千二百个弟子，出去托钵乞食，不沾世务，很是清净自在，于是他也想出家。有一天，他来到给孤独园要求出家，那天恰巧释迦牟尼佛不在，出外应供去了。佛的弟子，有开五眼的、有开法眼的、有开慧眼或全证得五眼六通的。也有证初果、二果、三果、四果的。证了初果至四果的圣人，可以看到八万大劫其中的因缘。老人想出家，这些佛弟子、大罗汉，就观察起来，看看这老人的根基怎么样？可不可以出家呢？一观察，这个人在八万大劫以内，也没有供过佛；也没有拜过佛；也没有念过佛；根本没有种过丝毫的善根，没有善根是不能出家的。

由此看来，诚如古德所说的：“莫道出家容易得，皆因累世种菩提。”表明之所以能够出家，是因为在生生世世种了很多善根，曾经发过菩提心的人，然后才有出家的因缘。并不是说想出家就可以出家的，如果没有善根，就是想出家，也有很多障碍，这就是善根福德因缘不具足的缘故，因此我们不要认为出家是很容易的事。

佛的弟子们看这老人八万大劫以内没有种过善根，于是就告诉他说：你不能出家，你年纪大了，不能修行了，你还是回去吧！老人听了很伤心，一边走一边哭，心里想道：我以为出家很容易，想不到这些佛的弟子都不收我，大概嫌我又老又穷，我这辈子做人也没多大意思，死了算吧！故他边哭边往海边走。正在这个时候，释迦牟尼佛迎他而来。佛问道：你这位老人，为什么要跳海啊？他说：我想出家，到了给孤独园，佛不在，佛弟子都不收留我。我想一个人生活着也没什么乐趣，不如死了算了！释迦牟尼佛说：噢！你要出家吗？那没问题！你跟我回去，我许可你出家。老人乃跟佛回去出了家。老人出家后通过佛陀指导修行，没多久就证得



了阿罗汉果。佛的其他弟子都不明白这件事，就觉得奇怪：这个人在八万大劫之内也没有做过好事，为什么佛居然会让他出家呢？他明明没有善根，怎么会证得阿罗汉果呢？

于是佛就对众罗汉弟子讲：你们只能看到八万大劫以内的种种因果，超过了八万大劫的事，你们就不知道了。这位老人在八万大劫以前的时候，也是很穷，有一天他在山上砍柴时，遇到一只老虎要吃他。他一害怕就赶紧念了一声“南无佛”，因念这一声“南无佛”，老虎跑了。直到现在，他念“南无佛”这善根的种子已经成熟了，所以他不但能够出家，而且还证得了阿罗汉果。

正是基于佛号的功德，所以《法华经》当中讲到：“若人散乱心，入于塔庙中，一称南无佛，皆已成佛道。”也就是说，哪怕众生用散乱心来念佛，都能成为以后的成佛种子（如游客参观寺庙）。作为我们专门念佛的念佛人，如果能念到一心不乱，今生决定速得往生的果报。散乱称名都有如此不可思议的妙果，可见念佛法门真可谓是：因微果丰、妙因妙果、不可思议。

释迦本师曾在《观佛三昧经》中，以一株旃檀树改变一片恶臭无比的伊兰林，用以比喻念佛法门的殊胜因果。在这部经典当中看到，释迦本师劝他的父王修行念佛法门，他的父亲觉得非常奇怪，佛为什么不让我去修其他的法门，却偏偏劝我修念佛法门呢！于是佛陀告诉父王说：“如伊兰林，方四十由旬，有一棵牛头旃檀，虽有根芽，犹未出土。其伊兰林，唯臭无香，若有吃其华果，发狂而死。后时旃檀根芽渐渐生长，才欲成树（比喻众生念佛不断）香气昌盛，遂能改变此林，普皆香美；众生见者皆生希有心。佛告父王：一切众生在生死中，念佛之心亦复如是，但能系念不止，定生佛前。一得往生，即能改变一切诸恶，成大慈悲，如彼香树改伊兰林”。

这段话表明了念佛法门的特殊性，念佛一法是以佛的果觉作为我们修行的因心，即因即果因果同时，其作用非常的殊胜。所谓的揽佛德为自德，香光庄严。在烦恼稠林的臭秽当中，慧树日长，宝香弥漫，临终绝定往生净土。佛陀作为一个大孝子，

向他的父王介绍念佛法门，其中蕴含着深刻的意义，同时也向人们展示净宗法门的殊胜与特异。

#### 四、信果

**深信净土，上善聚会，皆从念佛三昧得生。譬如种瓜得瓜，种豆得豆。亦如影必随形，响必应声，决无虚弃。是名信果。**

俗话说“作善得善报，作恶得恶报”，众生发心念佛则能得到往生净土的果报。所以，在信果的内容当中，它直接指向一个最终极的目标，即解决六道生死圆成佛道的问题，我们对于如是因、如是果要深信不疑。众生一旦往生西方净土，就能与观音、势至把手同行，与诸上善人聚会一处，这样的利益皆由念佛三昧得生。

梵语“三昧”，译为“调直定”或“正受”。在我们没有念佛之前妄想纷飞曲而不直，通过一句弥陀名号至一心不乱，从而使我们的心地不散不乱，犹如蛇入竹筒自然调直一样，所以叫做“调直定”。

“正受”就是正念佛时，想心都息，缘虑并亡，不受外境诸受三昧相应，所以叫做正受。念佛念到能所双泯，内忘六根外忘六尘，根尘双忘内外一如的时候，即成就念佛三昧，以三昧为因往生净土为果。

总而言之，无论是念佛得往生净土之果，还是现前得种种利益之果，这些果报都在情理之中丝毫不爽，如种瓜得瓜果、种豆得豆果。如果从更深刻的层次来讲，在瓜豆的种子当中当体就含有瓜豆之果，这就是我们通常所讲的“因该果海”。将来当瓜豆成熟之时，那么在成熟的果中所具之因，我们通常称之为“果彻因源”。又如人身的影子必定会随着人的身体而动；在深谷当中的喊声必定会有回应的声音。因果是一对完整的理论体系，在佛法当中有着不可替代的作用，因果相随的客观现实是一种规律，因此深信因果是一个佛教徒所应有的素质。



但由于因果现象在过去、现在、未来的时空隧道当中延伸，它的时间跨度之漫长因果现象之复杂，使得凡夫肉眼无法将其全部看清。由于因果现象具有不可见的一面，因此许多人对它产生了诸多的怀疑，就是世间科学家们也认为：如果我们一旦否定因果现象的话，一切自然规律的种种现象也将无法去解释了，因为因果是一种不容置疑的客观存在。

那么，佛陀所指的念佛为因往生为果，这无疑也是一种客观规律，我们依之而行必定能走向光明。正如印度前总统哈克斯坦所说的：“佛陀是把智慧之光投注人类心灵的第一人”，我们只要坚定不移地相信佛陀的伟大圣格，并沿着他所指导的光明大道而行绝对不会错，具备这样的相信才是深信。况且历代以来的念佛人，现瑞往生者不计其数，以确凿的证据来证明念佛法门妙因妙果的真实性。

当我们了解这对完整的因果体系时，应该身体力行来验证念佛的功德利益。如果仅仅口上声称自己念佛求生净土，但是你的所作所为却常被世人讥笑，生活穷困潦倒，遇事常常都很不顺利，甚至还有一点神经兮兮的。当世间上的人看到念佛人都这副模样，自然会使人对这个法门丧失信心，所以在这方面应该引发我们的高度重视。尤其是有些念佛人还问卦、跳大神等等，这无疑是在否定念佛法门的妙因妙果。

## 五、信事

深信只今现前一念不可尽故，依心所现十方世界亦不可尽。实有极乐国土，在十万亿土之外，最极清净庄严，不同庄生寓言，是名信事。

理事是一对范畴。事，外界森罗万象的事相。尽管外界的种种事相千差万别宛然存在，无非都是由心所现，由于我们现前的一念心性无穷无尽，依心所现的种种境界也就无穷无尽。站在这个基点上，我们要深信西方极乐世界是真实有的，并非



愚人所说的假有、幻有，西方净土的种种庄严、殊胜景象，正如净宗经典所描述的那样，绝对是真实不虚的。

既然西方净土是真实存在的，那就不能将它跟庄子寓言划等号。庄子——姓庄名周（约公元前369—286），战国时期的哲学家，宋国蒙人。他继承并发挥了老子的哲学思想，但是他在阐述他的哲学思想时，往往是采用寓言的方式来寄托他的哲思。庄子的很多寓言就是一种假设，他通过寓言的夸张手法来寄托情怀，所以他的寓言不是一种真实的存在。庄子认为通过“坐忘”的修行功夫，就可以做到齐物我、齐是非、齐大小、齐生死、齐贵贱，从而达到“天地与我并生，万物与我为一”的精神境界。

但是他从来就没有说他的寓言是真实的，更没有强调通过某种方法可以证明寓言的真实性，因为他知道那仅仅是寄托哲思理念的一种手段而已。比如他在《南华经》里面讲到：有一个叫混沌的人，刚开始的时候没有五官七窍，是后来南方的儻（shū，龙王名）和北方的忽（龙王名）为了报答他的恩德，才帮助他五官七窍凿出来，等五官七窍凿好了混沌就死了。

包括在他的《逍遥游》里面也讲到：北海有一条鱼名为鲲，鲲的身体不知有几千里那么大，后来这条鱼化成了鸟名叫鹏，这只鹏的背宽也不知有几千里，它飞起来时两只展开的翅膀像满天乌云一样垂天而下，这只鸟想借助于海气的运动迁徙到南海（天池）。从庄子的寓言当中显而易见，实际上根本就没有混沌这个人，也没有这条叫作鲲的大鱼。

而西方极乐世界是释迦本师现量所证到的境界，并且他还告诉我们去西方净土的重要性和方法途径，历代净宗大德根据释迦本师的指示都有实修实证，所以西方极乐世界是可以得到应验的一种真实存在。因此西方极乐世界的现象乃至本质，完全不同于世间学问家、哲学家们所设计的寓言。比如莫尔的“乌托邦社会主义”，柏拉图的“理想国”，康柏内拉的“太阳城”，乃至孔子所讲的“大同世界”等等，



这些都是属于不可证实的、子虚乌有的、空洞的理想而已，我们不能将西方净土跟这些寓言混为一谈。

## 六、信理

深信十万亿土，实不出我今现前介尔一念心外。以吾现前一念心性，实无外故。

在信事当中讲到十万亿佛土之外有极乐世界，在理体层面却告诉我们，十万亿之外的佛土即是我内心的佛土。由于我们的一念心性即是真如自性法界理体，尽管西方极乐世界远离我们十万亿佛刹之遥，但是它都不超出我今现前微小的一念心之外。也就是说，我们微小的一念心即是法界，法界不出此心体，此心体不出法界，此心广大周遍包容一切，这就是通常所谓“万法不离心体”的原理。

戒修法师简介：中国佛学院普陀山学院净土宗研究生导师。



# “我”是祸端

文 / 向庆法师

各位长老、法师、护法居士：

大家下午好！阿弥陀佛！因缘殊胜与大家相聚在宝陀讲寺共同学习佛法。今天我讲的内容是《“我”是祸端》，内容基本和我过去写的一篇文章《漫谈“无我”》相同。在座的各位长老、法师、护法居士对佛教都有很深的研究，我在这里班门弄斧了，请大家多加指教！

佛教的经典和论著浩如烟海，其数量更是数不胜数。随着古德对经典的理解角度不同，得出的修持方法理论也千差万别，故而在印度有二十部之争，中国有八宗之别；在地域上又分南传北传之异。所谓“归元无二路，方便有多门”，其目的都是为了脱生死苦海，登涅槃彼岸。要了生死，不可或缺的条件就是修行。所谓修行，修是修改，行是行为和习气；修改我们不好的行为和不良的习气就是修行的字面含义，在诸多行为习气之中，最大和最容易犯的毛病就是我执。记得美国教育家卡耐基在《人性弱点》一书中提到，美国电信部门对用户的调查之中，在电话里用字最多的一个字就是——我。人人皆以“我”为尊，我的一切最为重要，他人皆在其次。佛陀四十九年的说法，大都基于众生我执而展开的，因此许多经典都可以看到破“我”的文句和内容。如《金刚经》中佛陀一而再地教诲菩萨度生要“无我相、无人相、无众生相、无寿者相。”《心经》说：“五蕴皆空”，五蕴是构成生命的五种因素，



空就是生灭无常，刹那变化，这句话也就是无我义。《涅槃经·邪正品》：“善男子，若有说言，如来不为无量功德之所成就，无常变异，以得空法，宣说无我，不顺世间，如是经律，名魔所说。”如果说言，如来宣说的无我义理，不顺世间，这样的经律就是魔所说，绝非佛法，是故“诸法无我”成为三法印之一。

既然漫谈无我，首先必须对我的含义要有所了解。佛教说的“无”往往和“空”相近，是针对“有”而立的否定概念名词，是治我们的执病，并非一无所有的断见；是要人们以“无”去对治“我”的执迷，以及因“我”产生的各种梦想颠倒，造业受报，轮回六道。“无”正如数学的0，从正数讲是最小的，从负数来说却是无穷大，如果认为0是一无所有，那是小学一二年级的水平，对数学一无所知；同样对“无”如此理解，也可以说对佛法一无所知。

我，梵语 Atman，音译阿特曼，原意为“呼吸”，引申为自我、自己、本质、第一、主宰等义。无我，简要的解释是：无论我们的身心还是外在的世界都在不停地运动，新陈代谢，本质无有恒常不变的自我，同时也是无法和无能力主宰的。

我们再从中国人的心态和象形文字来解释一下“我”字的含义。我字拆开，左边是“手”，右边是“戈”，手里拿着一把戈就是“我”。戈本身是古兵器名，后引申为战争。有人说人类的历史是一部战争史，从某方面讲具有一定的道理；但很少人提到“战争史”的起因，其实就是左手右戈的“我”。我字在日文中是：“私は”，这直接地指出，我就是自私的等号。因而极端自私的人，也是以我为中心的人，这种人，一切从自身出发，时时想到是自己利益，置自己于亲情、友爱及国家民族之上，他所信仰的唯一宗教就是“老子天下第一”！先己后人，益我者昌，损我者亡。这种人在世时往往被讥为是以生命作装饰的无生物，人神共恨，甚至部分人还会遗臭万年（有部分人还没有资格），那么手中的这把戈，刺伤他人的同时也就刺伤自己，正所谓：害人终害己，益人益自己。

我们世人在日常生活之中都认为有一个能吵能闹，能哭能笑，能说能道，活生

生的我；佛教却说我是假有——无我，并且说人之所以造业受报，无不是因为思想当中有一个牢不可破的“我”在作祟，“唯我独尊”主义而去杀盗淫及五逆十恶之罪。“我”是罪魁祸首，我们概念中的“我”，其实只是累生无明习气对自己布下的一个大骗局，让你上钩而轮回生死。我们从五个方面来分析一下“无我”的含义，这五方面也是人们最易认为是“我”所在处。

## 一、身无我

多数人把自己的身体认为是“我”。比如一个小孩在外面跟人打架，回家后父母问他：“你怎么和同学打架？”“他先打我嘛！”小孩多半都这么说。这个“我”就是指身体而言。身体是由地水火风四大合成，从时间上看，我们这个身体从生至死，中间要经过幼、少、青、壮、晚、老等阶段，而每分每秒都在新陈代谢，一生当中人体细胞不知换过多少次，所以经历几十年的风霜，少年好友光滑美丽的脸蛋变成鸡皮鹤发的老人家，如果山河相阻，无缘见面，偶然机会来临，即是同处一室也不敢相认了。由此可知昨日之我非今日之我，今日之我非明日之我，少年之我非青年之我，壮年之我非晚年之我……身体时刻生灭变化，到底哪个才是真实的我？再说身体只是“我”的一部分，比如人常说：“我的身体很棒！”我们在日常生活之中有意和无意中常会犯以局部肯定全部的错误。

佛教是以般若观察一切事物，以智慧探讨人生，以全面来透视宇宙。如：一个人从你十几米远处走来，旁人若问你：“看到前面那个人没有？”“看到了”，你会毫不犹豫地回答。以佛教的哲理认为，你绝没有看到那个人，所看的只是人的一部分而已。你看到前面就没看到背面，若看上面就未必看到下面；即使上下、左右、前后都让你看到，身体内部的五脏六腑你能同时看到吗？所以身体只是“我的”，是“我”的一部分，怎么可以说就是“我”呢？那岂不犯了以偏概全之过了吗？我们总不会因为一个人一生只做了一件好事就认为他是好人，一个人一生只做了一件



坏事就认定他是坏人吧!

## 二、心无我

人是由精神和物质两方面构成。作为四大和合而成的物质身体离开“心”的精神就成了植物人，反过来作为精神的“心”离开了身体也就“皮之不存，毛将焉附”了。本来知身无我就不必谈心无我，为了进一步释疑，不妨再简要一谈。若言肉团心是我，肉团心像倒挂莲花蕊，无有思虑分别，属身体的一部分，身我已破，肉团心无我可明。若言识青黄、辩好坏、知苦乐之心为我，此心不在内、不在外、不在中间，我在何处寻呢？正如慧可断臂求法的公案，心了不可得。若言相续不断的心念为我，心念刹那生灭，前念灭后念生，那么究竟哪一念是我呢？若言前念是我，前念已过去，我也随之消逝；若言当前一念为我，当前一念马上就要由后念接任；再者离开前后念也不存在当前之念；若言后念是我，后念尚未现前，我还没有出生，何我之有？正如《金刚经》云：“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。”再说人一日之中起心动念不下百万次，一生之中更是无以计数，如此一来这个“我”不是成了天文数字之多，岂不犯了无穷过乎？

## 三、命无我

生命无常一口气上不来便成后世。命是伴着从生至死整个人生旅程。命大概有两层意思，一个是命运的“命”，如：“我的命好苦啊！”一个是生命的“命”，如：“今天出车祸差点要了我的命。”由上这两句话可以看出来，无论是生命或命运都不能独自存在，而是附属于我——我的。既然说是我的，就可以说是无我了。为什么呢？因为我们思想中的“我”只有一个，而生活中的“我的”却可以无穷无尽个。假使把“我”和“我的”划等号，除了以上所讲的过错外还会犯三重过：1、多我过。人的身上任何一部分都可以称为我的。如：我的心、我的身体、我的手、我的口……无一不是“我

的”，“我的”是“我”的话，一毛一皮、一屎一尿无不是我了，我何其多哉？2、一体过。若说“我的”是“我”，父母、兄弟、姐妹、朋友无不可以称为“我的”；一切鸡鸭鸟兽等也无不可以称为“我的”，扩而展之，国家乃至世界无不可以称为“我的”，这样岂不成了众人乃至众生一体，只有一人有我，他人及其他动物都不存在了吗？3、无情过。人们所认为的“我”是活生生的有情生命体。如果说“我的”是“我”的话，衣裤、房屋、车子……无一不是我的，我岂不是成了无生命的无情物了吗？命既然不能独立于我之外，所以命无我明矣。

## 四、灵魂无我

经常听人说：“昨夜我做梦，我的灵魂游到某处，见到某人等。”又人常讲：“行善的人死后灵魂上天堂，为恶者下地狱……”从来没有听人说过，光天化日、众目睽睽之下，灵魂和大家一起劳动，灵魂和大家一起吃饭、喝茶等。似乎这灵魂只限于梦时或死后才有，这样，如果说灵魂就是我，在不做梦时、未死之日，岂不是无我了？我只是梦者与死人的代名词了！再说古人关于灵魂有“三魂七魄”之说，三魂七魄全离身体才是死，有一二存者尚可请有道术者招魂等方法救其复活；人之我只有一个，灵魂却有三、七之分，三魂七魄当中到底哪一个才是实我呢？

## 五、名字无我

名字只是个符号，它是为了人类群居的生活方便而立的代号，但是人就是超级的怪物，明知名字是随便可取、随时可换的，然而一旦冠在某人头上，一定认为这个代号就等于“我”。你对他这代号加以赞叹的话，就洋洋得意，飘飘然如神仙；如果加以诽谤，就有可能上法庭吃官司，赔偿名誉损失费。有一点智慧的人都可以理解，名字之中是找不到“我”的，因名字随时随地可更换，“我”不可更换，人不可以，也不可能说：“今天这个我不要了，明天再换另外一个我。”人可有多



乃至几十个代号，而人只有一个“我”，我又是常一不变义，这和可多个、可更换的名字是截然不同的两个反向概念，所以说名字也是无我的。

佛讲“无我”，是希望众生超三界，了生死的。“我”是成佛做祖、成就法身慧命的绊脚石，“我”与“无我”是生死涅槃的分水岭，是轮回与解脱的界线。要当自了汉必须破人我，要想当名副其实的菩萨必须人法二无我。罗汉要断见思二惑烦恼，如果存有我执，贪等烦恼绳尚无法挣脱，如何能脱八十一品等诸惑网乎？菩萨如果存有我执，必有分别人我、贵贱、美丑、好坏……之心，对于贵美者而好之，对于贱丑者而恶之，如何平等对待一切众生？如何运用同体大悲和无缘大慈？

人生最大的敌人是自己——我。纵观历史，横看世界，能载入史册、百世流芳者，无不对人类有所奉献，他们把人类幸福放在自己幸福之上，把民族命运放在自己命运之上，把国家事业放在自己事业之上，把别人利益放在自己利益之上。范仲淹之所以是名臣，因为有“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”；岳飞之所以是民族英雄，因为有“还我河山”；孙中山之所以称为国父，因为有“天下为公”；白求恩之所以值得学习，因为有“毫不利己，专门利人”。他们虽然没有证到佛教无我的境界，是一种忘我的精神，但也难能可贵，值得世人共赞。

佛法不离世间法，让我们一起放下手中之戈，持起智慧之剑，从生活与实践出发，多牺牲一点小我，多献出一片爱心，为建设一个温暖、和平、安详的大家庭献出一份光和热，最终与众生携手共登涅槃城吧！

感恩各位长老、法师、护法居士听我啰嗦半天，有不当之处请批评指正！最后祝大家：

身心康泰，六时吉祥！阿弥陀佛！

向庆法师简介：国内资深法师，曾任闽南佛学院、福建佛学院、普陀山佛学院讲师。

# 建设人间净土的 首要学处——五戒

文 / 慧贤法师

尊敬的法师、居士、朋友：

大家下午好！今天有殊胜因缘在这里给大家讲五戒，我今天要讲的课题是《建设人间净土的首要学处——五戒》。

大家知道作为有情中的人类来到这个世界的时候，就要求我们必须遵守一定的法度，只有遵守一定的法度以后你才能平安、健康、幸福地生活在这个世界上。那么这个法则是什么呢？早在两千五百年前我们本师释迦牟尼佛已经告诉我们就是五戒。

五戒，是一切佛弟子受持的根本戒，是一切戒律的基础。从凡夫发心到因地之中的修行，从修学的增上到佛果的圆满，都离不开五戒。表面上看起来虽然只有五条，但分量很重，佛教一切戒法皆以五戒为根本，无论是八戒、十戒、比丘二百五十戒、比丘尼三百四十八条戒，还是梵网十重四十八轻等一切戒法，一切声闻、菩萨律仪皆由五戒开演而出。在家近事男女如能守持五戒，可以称为清净居士；出家僧众守持五戒，方为清净僧侣。大家知道，就出世而言，戒为三学之首，为道源功德母，守戒、持戒，能因戒生定，因定发慧，进而才能断诸恶法，行诸善法，引导我们迈向涅槃解脱之道。就世间而言，当下每个人的持戒，能使人與人、人与社会、人与

自然的和谐，建设人间净土发挥不可思议的作用。

所谓五戒，即五个戒条：不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语与不饮酒，在这五条戒中，前四戒（又称四根本戒）为性戒，其本身犯了就是罪恶，无论你受了戒还是没受戒，犯了都不可悔。什么意思呢？1、从信仰的角度讲，不管你是不是佛教徒；2、从时间上讲，不分过去、现在和未来；3、从空间上讲，不分亚洲、非洲、美洲。前四戒都是为了保持社会安定、和谐的根本道德准则。犯了四戒中的任何一戒，不但佛法所不容许，国家的法律、人伦也是不允许的。比方说：你若是佛弟子，杀人违犯佛教戒规；你若不是佛教徒，杀人犯国法，也是犯罪。两千年前杀人者偿命，两千年后杀人者还得坐牢，甚至被判死刑。正因为如此，四根本戒（不杀、不盗、不邪淫和不妄语）几乎成了人类共同遵守的行为准则。缺少了它，很难想象社会会乱到何种程度。所以说任何一个现代文明社会的公民，不管你是否是佛教徒，都应该守持此四根本戒，否则就不能称得上是一个“文明人”。第五戒是不饮酒戒，为遮戒。为什么为遮戒呢？因为酒的本身，非恶非善，喝酒也不违国法。可是，因为饮酒而失去理智，不能正确的思维，从而造成不正确的行为，酒成了造种种恶法的助缘，其后果是非常严重的。所以佛陀制定了此戒。

提到戒，好多人都敬而远之，有畏惧之心；也有人认为，我们是大乘佛教，重在利他；还有人，照本宣科，认为戒本上有的就犯，没有就不犯等等现象。所有这些观念，都对神圣的戒律产生了误会、曲解。我们应该正确的思维，对戒律重新认识，用新的时代观念给她注入新的血液，进行新的诠释，让戒律在新的时代产生新的生命力，发挥不可思议的作用，令正法久住。

下面，我们现结合现实生活，对守持五戒的必要性、重要性做一一的介绍：

## 一、不杀生

佛陀告诫我们，生命对每一个众生都是宝贵的，每个众生都具有强烈的求生怕

死的愿望，爱惜自己的生命。对于我们人类来说，每一个人都有生存的权利，并且，当我们活着的时候希望有足够的安全感，这是人权最基本的要求。在任何一个社会中，如果我们的生命安全得到保障，我们会活得幸福，就能安心工作，社会才能发展，国家才能变得繁荣富强。反之，如果我们的生命安全得不到保障，像世界上好多国家和地区一样，饱受战争、恐怖袭击、枪杀、自然灾害等等痛苦，人们随时随地都有生命危险，朝不保夕，生活在这样极度恐惧与动荡不安的社会环境中，我们想到的第一个问题应该是我如何才能活着，人们的主要精力自然都放到求生存方面去了，哪有时间考虑工作，又怎么能够安心工作？这样的社会怎能发展，怎么能够和谐？所以在世界上，第一宝贵的是生命，人们爱惜自己的生命超过世界上任何一件东西，大乘菩萨以慈悲利益众生为先，所以“不杀生”放在第一位。

在《中阿含》中，佛陀把生命存在的形态分为三种：植物、动物和人类。具体地说，不杀生戒包括如下三方面的内容：

### （一）不杀人

不杀人是人类最基本的道德规范，无论是谁，基本都容易受持，犯了杀人罪，戒律中称为“波罗夷罪”，对出家众来说，僧团处罚的方法是“不共住”。这是佛教戒律中最严厉的刑罚，又叫做断头刑。如果出家人犯了杀人罪，他就自动失去比丘/比丘尼的资格（非求道之人），所以不许他在僧团中共住，再也没有资格住在寺院内，接受人天供养。更有，不管是出家僧还是在家众，杀了人都会受到国家法律的惩罚。

### （二）不杀动物

为了慈悲心的生起，后来佛陀进一步要求在家、出家二众，不仅不能杀人，也不能杀害无辜的动物。对生活在寺院的僧人来说很容易，但对在家人来说，并非易事。有些人是靠此谋生的。佛陀在八正道的“正命”中，就明确告诉我们，要有正当的经济生活和谋生方式。譬如开设赌场、酒店、屠宰场，经营贩卖杀生工具的，都不



是正命。也就是说，直接或间接杀害动物、威胁它们生命安全的，不管是谁，以何种理由，都犯了第一不杀生戒。所以说，凡与杀业有关的职业，大家要深思。平时我们坐在家中，或在寺庙，看看外面的世界，觉得天下太平无事。然而，如果我们静心观照，就不难发现，杀生现象极为普遍，有时杀生残忍之程度令人惨不忍睹，现代人们为了贪图口腹，贪图个人利益，而以种种残忍的杀生手段杀害动物，令人发指，比如：

在中国南方有道菜是猴脑。平时每当喂猴子时，训练它把头放在桌面上的圆孔内，把双手双脚放在圈内，然后就给它好的食物。当客人正式要求吃猴脑时，那只猴子自动来到餐桌，高高兴兴地让老板把它的双脚双手绑好，可这次等待它的不是好吃好玩的，而是一把利刀，劈开它大脑的顶部，将滚烫的汤倒在猴脑中，然后一边搅拌，一边品尝。此时的猴子虽然不能动弹，其挣扎痛苦的样子，我们是可想而知的……就为了那几口“鲜汤”，却让一条活生生的生命受如此的折磨，于心何忍？

还有，前段时间，在上海有家牛肉馆，为了吸引食客，当街宰杀牛，客人要哪块肉就割哪块，说什么这样牛肉才新鲜。另外，平时人们到饭店吃饭，喜欢在鱼缸前点鱼，吃野味点活动物，到菜市场拣活鸡、鸭、鹅宰杀等等。太多了，我们不——列出。

### （三）不得损害植物

对二小童和在家居士的要求是不杀有情众生，包括动物和人类。而对比丘和比丘尼来说，要求更高，应该不杀所有的生命：包括植物、动物和人类。

在南传的一些国家，比丘只能从地上捡鲜花供佛，而沙弥则可以从树上摘鲜花供佛。一般情况下树木是不可以砍伐的，除非树枝毁坏了佛殿或佛塔。而现代社会要求人们：植树造林、保护植被、湿地等等，处处都要求不损害植物，体现了人与自然的和谐，也符合今天的环保理念。

当然，大乘佛教的弟子，做到不杀、不损害还不够，还要求我们要做到不叫他杀、

不吃动物肉、不见杀随喜。要认识吃肉有害健康，比如：动物被杀时怨气变成毒素，是任何温度都不能去除的。还有，现在食品安全隐患无处不在，什么防腐剂、色素、速生鸡、瘦肉精等等，无一不在损害人们的健康，我们发现了还要制止、举报。再者，我们还要了知杀生的果报不可思议，要积极提倡放生。这是不杀生。

## 二、不偷盗

这条戒是关于人类赖以生存的物质财产的安全问题，这也是人权最基本的条件。当一个人的生命得到保障后，要活下来，最关心的莫过于自己的物质财产，其重要性可想而知，所以不偷盗戒处于第二位。在我们这个世界当中，如果所有公民都遵守这条戒，我们就无须再为自己的财产安全担忧。这样就能做到夜不闭户，道不拾遗了。人们自然快乐、幸福，社会也就安定了。

那么，什么叫不偷盗呢？盗，就是不与取，无论是国家的，私人的，还是十方的，凡是有物主的，没有得到对方同意，加以盗取、强夺、霸占、侵占等等，就是犯了盗戒。依佛法，不能以任何理由包括饥饿、疾病，或者为孝养父母师长，来盗取别人的东西去布施穷人等等，盗取他人之物，一律有罪，佛法不容，国法也不容。当然仅仅做到自己不偷盗，还不够，我们还必须做到不叫他偷或见偷随喜。正如佛陀在《如法经》说：“佛子应该自觉戒绝在任何地方偷窃任何东西，也不指使他人偷窃，也不赞同他人偷窃，他应该戒绝一切偷窃。”不少人一提起偷盗，便想起小偷，其实不然，偷盗现象极为普遍，偷盗的方式、轻重各有不同，它们对社会的健康发展都有很大的危害。现在让我们具体讨论现实生活中各种偷盗现象：

- 1、对于普通百姓来说，乘公车不买票、菜市场买菜顺手牵羊、平时贪小便宜、未经允许偷看他人资料、日记，私下侦探他人消息等等都属于偷盗。
- 2、对上班族来讲，迟到、早退，工作时偷懒，所取大于付出，就是犯盗戒。
- 3、对做生意的人来讲，贩卖假冒伪劣商品，乱报价格，谋取暴利，是偷盗。偷税、



漏税是偷盗。

4、对技术工人来说，干事偷工减料，造豆腐渣工程等也是偷盗。

5、对国家公务员来说，买官、卖官、渎职、贪污、受贿、挪用公款是偷盗。

如此等等，不胜枚举。所以佛陀所制的不偷盗戒在今天的现实生活中，不但没有过时，而且有很重要的现实意义。事实上，我们国家正在对买官、卖官、贪污、渎职、受贿、挪用公款的国家公务员进行打击、惩罚，正说明了偷盗的危害性。所以我们佛弟子应该好好把持这条戒，不但如此，我们还要发悲心，多布施，认真对待生活中的每件事。

### 三、不邪淫

大家都知道，一个社会最小、最基本的单位是家庭。社会的和平安定，全依靠家庭这个基本单位。在家庭这个基本单位中，夫妻之间的感情、成年男女的素质是关键。只要每一个家庭和睦，每个人都能正确认识男女关系，不乱搞，那么社会就一定和谐、安定。所以第三戒不仅单纯是男女双方的关系问题，它对社会的安定也起着不可忽视的作用。自利修行，以戒淫为先，因淫念染污我们清净的心，障碍定慧的生起。佛陀在《如法经》中说：“智者应该避开非梵行生活”，所以出家修道，或在家修梵行之人，禁止一切淫欲。

食、色人之大欲。男女大欲牵动六根，系缚生死，不得解脱。但是，爱欲又是人生五欲中最难断除的，对出家人来说，容易受持，对在家众则不容易做到，所以在佛教的戒律上，对于在家居士们而言，只要求守不邪淫戒。不邪淫是说：虽是正当的夫妻，但是，也必须要有节制，以不会破坏情操为宜。若无节制，或非时非处，或与不合法的男女，乃至非人类，是为邪淫。所以，不邪淫戒是为了保护正当的男女关系。这在法律上也是受到保护的。

几千年来，除极少数特殊情况以外，人们一直遵守这个规则。这对社会的稳定

发展发挥了很大作用。但是，在今天我们所谓的文明社会中，由于物质生活的高度发达，刺激了人类对物质的贪欲，而忽视了精神信仰的建立，人的价值观发生了扭曲，严重冲击了传统的人类道德底线。现实社会中，离婚率居高不下、失足妇女、小三、强奸、仇杀、情杀、高官落马等等，不胜枚举，比比皆是，都与不正当的男女关系联系在一起，都与邪淫有着不可分割的关系，实在令人触目惊心，这些都是造成家庭痛苦不堪的重要原因，影响社会健康、稳定发展的重要因素。所以，我佛慈悲，以无上的智慧观照众生这方面的诟病，而制定了这条不邪淫戒来对治我们的贪欲。

### 四、不妄语

佛教的弟子都知道，我们造业的方式有三种：身、口、意。口业就占了三分之一，在十善业中口业占40%。《楞严经》所说的四种清净明诲，在利益众生和超脱生死方面，都是同等重要的。而在弘扬佛法方面，不妄语比杀盗淫三戒更为重要。因为，佛弟子持不妄语戒，是在示信给众生，示现真实给众生，是在以自己的实际告诉众生：佛弟子所说真实不虚，佛陀所说真实不虚，佛经的记载真实不虚，众生可以放心信受不必怀疑。若佛弟子所说不能如实如义，信士檀越就会远离我们，那么佛法就得不到弘扬，正法就不能久住；若这个世上再也无人示现真实给世人，佛法必将毁灭。由此可见持不妄语戒是多么的重要。

我们人类有史以来有很多非凡的创造，但人类最有意义、最伟大的创造应该算是我们人类的语言。在社会发展过程中，文化、语言和社会三者总是不可分割的组成部分。如果语言不存在，它所表达的文化就无法生存。同样在社会中，如果我们语言得不到净化，不能使用清净的语言，人人讲粗语、谎话、大话，人与人之间就会互不信任，社会中不和、混乱与冲突的因素会明显增加，这样的社会就不可能和谐。由此可见，妄语给社会造成多么大的破坏作用！反之如果我们有意识地净化我们的语言，做到人人讲爱语、善语、诚实的语言，人与人能够坦诚相待，互相信任，我相信，



大家就能和睦相处，每个人内心就会多一份平静，社会就会少一些灾祸，百姓自然安乐，社会自然繁荣。

但是妄语戒不好持，有谁敢说自已从来没打过妄语？肯定没有。犯了不要紧，关键我们要知道妄语是不对的，认识到打妄语对个人和他人以及社会的危害，怎样把握自己，严净口业，这才是最重要的。

另外，在性质上，这条戒与前三戒不同，杀戒、盗戒、淫戒，犯了就是犯了，性质是恶的。但是，妄语戒不同，在性质上有善恶之分。不妄语戒，好多人一听好像就明白了，就是说实话，不撒谎。可事实呢不一定，为什么呢？这就要看打妄语的人是什么目的以及产生的效果。从目的上讲，是为自己的利益还是为了他人或集体利益；从效果上说，你所说的话对对方所产生的效果是正面的还是负面的。比如：一个癌症患者，大家都瞒着他。若是他问你的时候，你却跟他说就是癌症，活不了几天了。这是什么？从理论上讲，这是实话，可是效果是负面的，病人不但不感谢你，反而因为你的实话加重了他的病情，从此不能安宁。反之，说没事，小毛病，很快就会好，这些善意的谎言，这是妄语吗？肯定是，但性质是好的，我们称之为“方便妄语”，此不犯妄语戒。反而，说实话的却犯了戒，因为你可能破坏了对方今后的生活，会完全摧毁对方的生活意志，效果是负面的。从这里我们应该知道，“妄”，并不是仅仅指不真实。大家查查字典，妄还包含：胡乱、荒诞、不合理的意思。妄语，也是指乱语、胡乱说、胡说八道。妄语并不是简单的指与事实不符。

所以大家切莫误会这个事情，认为不妄语，就是不能说谎。恰恰相反，有时候不说谎才是犯戒的。比如刚才举的对癌症病人说实话，那就是妄语，那才是不合理的，是乱说话。

我们再举个例子，一个人拿着刀子追人砍杀，追丢了，跑过来问你。那个人跑哪去了？你虽然知道，该不该说实话？说实话，那人会被杀，你骗他，反而救了对方。如果你说了真话，虽然是事实，但你违反了不妄语。包括我们平时，有人请你吃饭，

你不愿意去该怎么办？客套、托词这都并非妄语。你如果说我就是不愿意和你吃饭，这可能是事实，可是破坏了别人的好意，破坏了与他人的关系。这就是佛陀设“方便”的巧妙之处。

## 五、不饮酒

《金刚顶续》中云：“酒乃诸祸根，是故当断除。”《不动威猛续》云：“智者莫饮酒，断绝世人谤。”从佛经的记载来看，酒是不能饮用的。但在现实生活中酒是一种文化，自古文人多好酒，商场、官场、民间宴请都离不开酒。科学、医学也证明，适量的饮酒有提神、化瘀、活血，能延年益寿等等好处。既然有这么多好处，那佛陀为什么要加以禁止呢？我们应该知道我们学佛的目的是什么？是得大智慧，获得解脱。酒本身非恶，而喝酒能使人麻醉、乱性，神志不清，障碍智慧生起，不利梵行。故对在家众列为遮戒，但出家僧众以及在家修梵行的居士，就是禁戒。佛陀制定此戒的本意是确保修行人使用健康的精神食粮，本意不在酒，而在酒的负面作用。那么根据现实生活，我们应该重新诠释酒戒，凡是能使人乱性、不利梵行的，就名为“酒”，绝对饮不得。换言之，我们必须戒绝乱人心智、迷失自我的一切东西，如酒、赌、烟、毒，色情、暴力、恐怖影像、不健康的报刊杂志等等都应该包括在此戒内。

### 吸烟

很多人认为，五戒中没有戒烟，所以吸烟不犯戒。这种观点其实不对。吸烟不仅使人有瘾，而且烟草的毒素，对人身体伤害最大，更是长寿的障碍物。吸烟之人，口臭无比、面无祥光，令人生厌，善知识皆远离而去，自然应当戒除。今天，由于环保人士的努力，世界上好多国家和地区都在努力禁烟，这是好的开始。



不健康的电影和杂志

当今电影和杂志充满了色情、暴力、仇恨以及恐怖，所有这些都对我们的思想有腐蚀、麻醉作用，如果意志不坚定，就有可能因此而堕落。当今社会中，暴力的倾向越来越严重，强奸、抢劫、杀人、恐怖、崇尚暴力的现象比比皆是，充满世界的每个角落，而且暴力实施者呈现年轻化的趋势，所有这些都与此有关。

吸毒

目前尽管大家都知道吸毒是罪恶的根源，吸毒上瘾后，就需要大量的钱，缺钱时，只能去偷、抢。人们因此而深恶痛绝贩毒吸毒者，但吸毒的人却越来越多，为什么呢？原因固然很复杂，但就其主要原因看也就这样两点：

1、由于当今社会物欲横流，重物质生活而轻精神生活，当物质生活得不到满足，或不及别人时，或物质依赖垮塌时，他们只能用吸毒、酗酒来填补其精神空虚。

2、现在社会人的通病——孤独、迷茫、工作压力大，无法解除，有人以吸毒使自己暂时解脱一切痛苦，以求临时逃离痛苦的现实世界，却不知等待他的是一个更黑暗的现实。

所以说，饮酒戒虽是遮戒，那是在佛陀时期，但今天我们发现，从酒的负面作用来讲，应该列为禁戒。

以上所述的五戒，不仅是学佛者必须受持，而且是社会上每一个成员都要遵守的共同规则。持五戒不仅对个人有意义，对社会也有很大的价值。持五戒帮助我们保持健康型态的生活。

古今中外，为安定社会，纲维人伦的立法条目，都无法超越这五戒的范围。佛陀所制的五戒，若能依法受持，则有自利利他之功效。就自己方面说：受持五戒就是入道的正因。精进不懈的守持，则惑业渐渐消去，功德渐渐增长，最后即证圣果。

就利他方面说：五戒是净化人心的良药，一人受持，一人得益，万人受持，万人得益，如果全世界所有的人都能受持五戒，则天下太平，人间净土则呈现在我们的眼前。

今天就讲到这儿，谢谢大家成就。新年将至，预祝诸位长老、法师、居士、朋友六时吉祥、新年快乐，阿弥陀佛！

慧贤法师简介：法师现任中国佛学院普陀山学院讲师。

# 从心改造命运

文 / 宏海法师

诸位大德比丘、比丘尼法师、各位居士同修以及今天于此聚会一堂的有缘人：

大家吉祥如意！非常感恩普陀山常住和宝陀讲寺的成就，今天有机会来共同学习稀有难得的佛法，可谓是殊胜之地殊胜之时的一次殊胜之事。这让我本人由衷地感到荣幸，也有几分感慨，当然更多的是诚惶诚恐。

所以感到荣幸，源于十多年前，因缘所致我本人就在海天佛国慧济道场，承蒙师父的慈悲不舍，成就我在观音菩萨座下披剃出家，当时的情景现在还历历在目。菩萨的加持力和作为普陀子孙的自豪感一直伴随着我这些年的参学生涯，十多年后的今天也同样如此。能在此普门讲堂登狮子座作狮子吼的人都是具教德修德的大法师，像我这样只能给佛门添饭量的也来滥竽充数，真是托常住的福和蒙师长的不弃。

所以有几分感慨，因为佛门有言“弘法是家务，利生为事业”。今天的佛事也称为讲经说法，这在现今而言是非常难得的事情。遥想佛法初传东土至魏晋南北朝，诸多善知识对佛典的义理尽情开讲，那时讲法听法就是平常事！后来由于讲席渐盛而产生流弊，正如祖师们所说：说食数宝的多，真修实悟的少了。有此一大事因缘，达摩祖师来演绎教外别传，直指人心的禅法以纠时弊。这些说明当时讲经说法都过了头。而现今包括我们的主管部门都在大力提倡讲经说法，曾经的流弊，竟然成为我们现在的欠缺，可见佛法飘零到了何等地步！佛法从闻思修入三摩地，没有闻怎

么入？没有解，信解行证的次第怎么建立？因此，我们普陀山建宝陀讲寺，定期开讲经法会，可以说是又一次及时的纠偏。本人在这里非常随喜赞叹！

所以说诚惶诚恐，因为在座的尽是我的师尊和前辈。佛门要讲传统，我们常说弟子，何为弟子？学在人后，我们是弟；解从师生，我们为子。十多年来打着求学的旗号一直在外虚度光阴，我感到惭愧！学也没学究竟，修也没修老实，我的水平有限，如有忘形之处不如法的话，乞请诸位大德，多多指教！

刚才我们唱到“无上甚深微妙法，百千万劫难遭遇。”佛法也常说“人身难得，中国难生，佛法难闻。”就我们现在社会情形来看，似乎很多现象还是不难与佛法产生关系。比如普陀山旅游业就发达，我们出去旅游，必然要看寺庙。坊间流传：上车睡觉，下车看庙。都市中，几乎所有的轿车里面都有珠子或菩萨的挂件。庙里来的人常说：我是皈依弟子，但是再稍微说几句就知道他那佛法见地夹生得很。所以说我们现代人啊，不论在僧在俗，入佛法基本上有三难：第一、佛法入心难。入耳容易入心难，对佛法生起真实的信心，用佛教正确的宇宙人生观自然而然地镶嵌在我们的意识中浸入心髓非常难！好多人说自己是佛弟子，其实大多只停留在玩票、消遣的水平来学佛。所以想要入心，真要有足够的善根，这是第一个关口。第二、就是佛门术语叫分齐难。说白了就是分清层次难。面对浩如烟海的三藏十二部，每一部经典都是一场因时、因地、因人而异的针对性法会，因为这个阐述的角度、切入的立场在表面看来似乎都有矛盾！《金刚经》里讲“凡所有相，皆是虚妄”，《地藏经》里又说“天地鬼神，森罗万象”。如果不以四悉檀为背景就分不清这个层次，没办法搞清楚，最后信心乱掉了，没有了。所以要过第二难，需要有足够的悟性。这点不管怎么样，出家的法师比在家的居士还真是容易得多！特别是居士同修有时候读一部经典，念《地藏经》说能消业障，过会儿又说《金刚经》功德大，过几天又说《普门品》相应，后来就弄乱了，最后就不知道怎么样了。第三、就是融会贯通难。纵然能分清法门但是如果如果没有足够的修证和宗教心理体验，往往很难用心地

法门来整合和统一以不断突破对法义的领悟，尽管如此修得上路，但是没有足够的正知见地作为支撑，也就难以再走下去了。我们现在面临的基本上就是这三道玄关。说实在，现实情况能达到后两者已经不易了，第一个建立真实信心，已经是一个难入的关口。诸位也晓得，由于不具备这个信心呢，法师们为了契机不断地退而求其次，佛门常说“先以欲钩牵，后令入佛智”。但是大部分信徒，只热衷欲钩牵，不愿意入佛智。

我今天讲的主题是《从心改变命运》，主要的缘起是佛门还有一个不白之冤，长久以来我们主流认知中，认为佛法等同于迷信、风水、八字。所以我今天的主题呢，《从心改变命运》就是这样一个缘起：算命！

这些年在北京我有时也出去讲经弘法，但现代人基本没有时间去听开讲一大部经典，大多就是我们这样的讲座。我常常坐飞机火车，来去匆匆。有一次我记得是刚上飞机，有个工作人员，他先把乘客安顿好以后，就开始一会儿给我个可乐，一会儿给我个纪念品。我开始以为大家都有，后来发现就我一个人有，我说：“你这个不对吧，为什么大家都没有？”他说：“没关系，别客气！”我当时心里还很欣慰，心想信佛的人越来越多，又是一个三宝弟子，这么恭敬法师。过会儿等他找着时间，就坐着我旁边，把手伸出来：“大师，给我算算吧！”哎呀，当时我就懵了！因为我不会呀，但是人家叫大师啦，碍于情面又不愿意承认自己不会，我又不愿忽悠他，毕竟有因果。这怎么办呢？只好顾左右而言他：“你算了有什么用，真有什么不好的事，还不得硬着头皮去承担？我会算，但我们出家人不屑算。我有一个绝招，可以让你改命，可让你逢凶化吉，转穷为富。”当时他就瞪大眼睛了。于是，我就给他弘扬佛法，总的主旋律无非就是让他多恭敬念南无观世音菩萨。

从那以后，我自学了一套算命方法。今天诸位不嫌酸臭，我们就做一堂梦幻佛事，叫《从心改变命运》，说俗了就叫算命。

我们设想当一个人非常急切于算命的时候，他一定是不安住现前的这个命相。



或者说他对这个命相，百思不得其解，急于要弄明白，才频频地问命。其实所谓问命呢，就是要对生命生起反思。禅门中所谓：不疑不悟。不论在僧在俗，就是要对自我存在的状态形成这个惯性的生命现象起反问。我们生而为人一生一世，要反问活着到底是怎么回事，我们本能的东西是否合理，我到底是一个什么样的角色存在于宇宙天地之间。虽然我们生活如此地真切，和他人有着真实的感情互动，真实的物质世界造就了我真实的生命感觉，但是长久以来这些并不能主宰一切，可为什么好像这一切在摆布我？我一定只能这样吗？是否可以做其他的选择，可以把生命拓展到一个更高的水平？如果有因果报应，那我必将为现在一时的贪图去承担将来的结果，那我就要把命算好，就现在的水平做一个调整，开拓我们生命新的形式，避免生命的低级重复。我们要在生出这种强烈的如同世间算命、问命的心理定势以后，然后可走入佛法以改变命运。

我今天的算命不同于寻常的算命，先不去说这几年的凶吉，一辈子的运势，这都太小儿科了！我们今天算一下大命，提升我们的视野，打开我们的心量，建立起自然而然的佛法宇宙观，以看到有多少命理供我们选择，我们的命运还有多少没有呈现与展开，在无边巨大的宇宙背景中，到底有多少命脉。

首先来看，一共四圣六凡十法界，这都是大家知道的佛学基础常识。我们拿来跟算命衔接一下，最好的命当然就是佛命了！自觉、觉他、觉行圆满、本觉、始觉、究竟觉等等这些都是显示了佛陀彻见宇宙实相这个自在智慧，佛的命就在常寂光土。

《法华经》常不轻菩萨为什么见了人都磕头哇？这里面有秘密，就是一切众生皆有佛性。佛的境界最高、最圆满、最究竟，所以他的国土就叫常寂光，他的法身就叫清净法身，这是第一等的命相。次一等的，就是菩萨，如果按照佛学的名相来讲，就是觉有情，体现在我们观世音菩萨身上就是千处祈求千处应。所以说一旦我们的命理开拓到菩萨的水平，我们的命相就可以分身散影，大做神通佛事，这也是我们命理本具的，但是现在没有开发出来。因此，次一点的命就在实报庄严土。深位菩萨，



文殊菩萨、观音菩萨就能够显现他们可以发挥的命理。再次一等就是阿罗汉、缘觉，他们的命相在方便有余国土。称为方便是因为他所证得命理开发的水平，只开发到然却没有开发到所以然，一般称为二乘。这是我们现在所有的命理。这三组命全部叫圣命、解脱命、跳出三界外不在五行中的命。

我们现在的命在凡圣同居土。诸位在座的里面肯定也有菩萨，但是只有他自己知道常往常寂光，变现出实报庄严。我们所在地国土有凡有圣，所以叫凡圣同居土。把这个凡圣同居土再进行转化，就是我们常说的三界。我们的命啊，在三界内苦得很，最基本的就是我们现在。大家都读过《楞严经》，《楞严经》里面的缘起是大家都去乞食，结果阿难被摩登伽女摄入淫席，这暗隐了我们这个世界众生两个非常突出的生命特征：食、色，要吃东西，要行淫欲，这就是我们的欲界。到色界，它就没有粗重的欲望，只有这个高大的身体，胜妙的宫殿。再往上就是无色界。无色界是超越想象的甚深禅定，最高的非想非非想天。

我们欲界的命运再进行一个转化，就是我们已经烂熟于心的六道的命。诸位法师不管是自受用还是替他人消灾，都读《地藏经》。《地藏经》里面光地狱名号品就有整整一品。对于地狱，还有天人的存在，不解的人颇多，前几天有个网站来作了一次微访谈，好多人都提到底有地狱天堂的这个存在吗？我说这个地狱和天堂存在基本上跟佛法无关，它只是佛发现彻见了以后，又在讲佛法的时候把它带出来阐明了而已！有没有佛法，我们知道不知道，天堂和地狱始终是存在的。

略微比地狱强一点的命，就是鬼道的命。我们老说撞见鬼了，到底有没有鬼呢？我本人说实话，出家到现在这么多年了还没有见过鬼是什么样的。学了这么多年的佛，每一部经里说六道，可是鬼到底是什么样呢？我在北京佛学院，有时候北大、人大的一些学生会来跟我讨论佛法，他们就不信。他说：你凭什么说这个东西有？我又没看见，你有照片吗？你有摄像吗？这把我问住了。我只好问他：是不是鬼的世界或者有一个鬼学生，来问这个鬼和尚到底有没有人存在啦？辩证地想一想，是不是如此。

我们人的视野现在就只能到这个地步，比如一个春天生秋天死的虫子，你对它讲冬天的白雪皑皑，它能相信吗？鬼命也是我们命相之一。

接下来还有畜生、旁生命。旁生呢，就是背朝天爬行嘛，其种类千差万别。在《正法念住经》里面讲：光畜生的品类就有四十亿个品种。有两大原因生到畜生道，一个是愚痴业重，人命终的时候呢，直接生为畜类；再一个就是从地狱里面升到饿鬼，饿鬼里面业消完了，升到畜生道偿还宿债。还有一些不为我们所见的畜生，比如说极小极微的，佛观一钵水，八万四千虫，等等。再一个是精微四大构成的人眼看不见的，比如说这个天龙八部里面的天龙、大鹏金翅鸟等等这一类。这都是什么呀？畜生命类。

再往上的是天人命，这跟我们的关系就比较直接了。在须弥山腰的是四天王天。为什么我们把初一、十五视为非常要紧的两天，就是因为这两天四大天王亲自来巡游，来管理整个这个南阎浮提众生，看他到底是修善还是修恶。这是欲界天中最低的天。再往上就是忉利天命，四面都有八天，中间是帝释天住。《地藏经》是佛升到忉利天为母而说的。讲到忉利天我们要知道这是凭着福报所生之处，凭福报最高能升忉利天。忉利天和四天王天完全是依地而居的。再往上修，下一步就是夜摩天。夜摩天开始就是依空而住。我们常给人家讲：暗室亏心，神目如电；人间私语，天闻若雷。夜摩天宫主殿里有一面当台宝镜一直在自转，转到初一十五这两天，这面宝镜恰恰对着我们南阎浮提众生，所有我们的起心动念都被摄入在里面，所以当我们说这件事你知我知的时候其实早被夜摩天知道了。再上一层是兜率天，一共分内外两院。每一次示现我们娑婆世界八相成佛的菩萨，都一定是先到兜率内院去一生补处。像释迦牟尼佛过去叫善慧菩萨，现在弥勒菩萨也是在五十六亿七千万年以后，在这个世界中出家成道，三会说法！这是兜率天的命。再往上是化乐天、他化自在天。总起来讲这就是我们欲界的六欲天命。

算到我们自己这儿来，是人的命。《阿含经》说：多思多虑，名之为人。这非



常精辟地把我们人的特性概括了：就是生命不息，折腾不止。天天要折腾，不折腾不是人的属性。人的这个世界一共有四大部洲。东胜神洲福报比我们这里大。他们的身型也非常地殊胜，他们那里都是用这个绢呀、棉呀作为货币去流通的，人的寿命差不多是二百到三百岁。东胜神洲的人他们也饮食鱼肉，但是他自己不杀，也不令他杀，只在动物死了以后才去吃。一辈子也有婚丧嫁娶，但他们的淫欲心呢非常薄，一生最多行七次淫欲，如果是一个修行人的话呢，至死都可以不行淫欲。在须弥山的西面是西牛贺洲，那里以牛马为货，自己就开始杀生了。他们的寿命，三百岁左右，死了以后送到山里面，绕尸七圈就走了。淫欲心比东胜神洲要重，一生差不多要行十二次的淫欲。修行者从始至终不行淫欲。最惨的命就是我们常说的三途八难之中的北俱卢洲。为什么说韦陀菩萨三洲感应，就是因为北俱卢州没有佛法，所以那里命很苦！但是那里福报很大，地非常柔软没有高低，而且不会有蚊虫叮咬，地上及时涌出来众宝，没有春夏秋冬，所有的稻米不用种，自己就生出来，下的雨就跟牛奶一样。没有衰老，人都长得跟二十岁左右的人一样，寿命不多不少足足一千岁，而且绝不会夭折。

还有一个是南瞻部洲。诸位每天早上普佛时读文疏会读到：一四天下南瞻部洲，中华人民共和国浙江省普陀山。我们现在就在南瞻部洲。此时此刻我们的样子，我们的生态，就是南瞻部洲的情形。大家现就在感同身受我们现有的命。但是南瞻部洲这个地方有三件事是我们最好的命理体现。第一个就是勇猛强记，能造业行。刚才不是说多思多虑嘛！生命不息，折腾不止。他就是起心动念，无不是业，无不是罪。第二个是勇猛强记，勤修梵行。这个东西你如果用好了以后，就可以用主观能动性来修行，这是我们身在南瞻部洲的价值所在。第三点最为宝贵的就是佛出其土！佛一定会降临到我们这个国土化度众生，这是我们这个世界的命理。啰嗦了半天我本人惭愧起来了，好像跟大家讲佛学基础一样，颇有轻慢倾向！但是我们来看刚才讲的这一切，都是我们命运的可能性。有好命有坏命，有凡命有圣命，有解脱命有

轮回命。生到三界，就是烦恼命、束缚命、轮回命。三界之外，是解脱命、圣人命。我们以后的命，就要在这个上面做一个界别。每一个人要重新改变命运，一定要从这里问命了以后开始知命，这就是我们学佛手中的地图。对于地图，我们一般的认知，它往往是被贴到墙上的，我们站在墙边指点一下，这是美国，这是亚洲，那是非洲，好像跟我们自己无关。可是我们要晓得我们这张地图它是现前就正在运作。诸位法师，我们想想，我们出去弘法，劝一个人相信轮回有多难呀！可是我们仔细想想，我们在这个世界上能找出来一样不在轮回的东西吗？不管是地球自转，绕着太阳公转，一年的二十四节气，十二个月的轮回，春夏秋冬的轮回，一天二十四小时，吃完了拉，拉完了再吃，吃喝拉撒同样也是轮回。可是我们为什么身处轮回而不知轮回！有的法师心里肯定想说，你也太抬举我们了，跟我们来讲这个。但是呢，轮回这样法界运作的规律我们都知道，但知道了能不能意识到？你就算能意识到，你能不能念念相应体会到？我们往往在描述轮回，在指点轮回，谁知道我们自己就在轮回之中，谁都不在轮回之外！

刚才，我跟诸位温习了一下我们所有的命理体现，我们绝对有可能到这些地方。那么既然我们今天要改变命运，我们就得依据改变命运的原理，依着原理，用相应的操作手段来改变。前面讲到宇宙啊、法界啊，虽然有这么多层次分明变化多端的呈现，但是它一定有内在的规律，一个总的枢纽平台来导致其中的转换，这内在的根本动力就是我们所说的：“假使百千劫，所做业不亡，因缘会聚时，果报还自受”，《地藏经》里面说的：“业力甚大，能敌须弥，能深巨海，能障圣道”。这个业，它是唯一延续我们生命进程生死轮转的原动力。我们都说身口意三业，其实就是开言吐语，起心动念。业就是造作的意思。我们的命运要改造，就看你能不能把握住它。

命运转化的原理怎样？就人而言，我做一个简单的陈述：从我们呱呱坠地的一瞬间到我们最后咽气的那一刻，其中从幼年经过少年再到青年这一段时间是我们业力显能功能大于潜能功能的时候，我们就体现出一个朝气蓬勃不断向上茁壮成长的



状态；但一过二十岁、三十岁开始慢慢衰老了，这个时候我们命的潜能作用占了上风，就开始走下坡路了；而到四十、五十、六十直至生命最后只有潜能的力量在显现，到显能的力量完全发挥完了以后，就是到了我们这一辈子的腊月三十——人生的最后一刻。大家都学过唯识学，现代心理学只能讲到人的第六意识，只有佛法讲的唯识才能把我们轮回的原理讲透，那就是第七末那识，它唯一的作用就是执着认为有一个实我存在！世间学术上还有一个讲不通的地方就是第八阿赖耶识。我们这一辈子的起心动念，你的开言吐语、你的举手投足都会形成烙印，点滴不漏地全部含藏在第八阿赖耶识当中。死后我们成为一个中阴身，带着我们上辈子含藏的业力去投胎！在法界，男女行淫欲的时候会有一些光，我们的中阴身会关注到这个光。在此情况下，中阴身就会带上了过去一念无明和这个淫欲贪嗔痴，这些过去的业力种子，就会被吸引到跟前：对男体产生了贪爱，他就投身成女的；对女体产生了贪爱，他就投身成男的。神识与父精母血一结合，坯胎形成，下一辈子马上就要开始啦，就这样没完没了，我们命理陷入到一个低级趣味的重复。所以说我们要改变这个命运，一定要知命。

刚才讲到我们有多少个命，而且命运又是这样轮转，就如我们常说的“冤家成夫妻，欠债是父子”，投胎者与父母无非两种关系：第一个是情感，第二个是财物。如果是父母欠子女的，那么他到他们家之后一定是一个逆子，甚至在生产的时候给母亲出难题，是难产，长大以后既不听话也不孝顺，甚至把父母所有的家产都给败光。如果子女前世欠父母的话这个就比较好说，生下来就听话，相貌也端正，长大以后赚钱也孝敬父母，养老送终。情感呢，那就是冤家，父母亲正在尽力把他们所有的真情与爱都倾注在儿女身上的，可是他活到十七八岁就夭折了，这时候的父母一辈子的牵肠挂肚就落在他身上了，欠了情了。这就是我们法界命运进行的实相。

《彻悟禅师语录》里面有句话：“我人生死关头，如人负债，力强者先牵。”在座的诸位同修，你们家里也有六亲眷属，到他们将走的时候你仔细观察一下，大



概就能知道，他将到哪一道去。如果说我们亲人走的时候，他生起这种怜悯心、欢喜心，有一个正念现前，身体上也没有什么臭味，特别是对家人妻子没有贪爱，有时候仰天莫名其妙地欢喜，含笑天人来迎，这种人一般都能够生天。生到人道里面会怎样表现？他会忆念父母，而且非常怜悯地看着自己的妻子儿女，也会感谢亲人对他的照顾等等，最后也会遗嘱一些家事，把身后事交代清楚。如果他有可能堕到畜生里面，他的表现首先就是对妻子爱恋不舍，有时候手足曲转，遍体流汗，呼吸粗重。他的命运如果趋向饿鬼道的时候，其表现为好舔自己嘴唇，身上就像有火一样在烧，一会儿说饥一会儿说渴，口张开就合不上，这个就是生饿鬼道的征兆。最苦的命相就是走到地狱那个趋势，他会恶眼看他的眷属，把家里六亲眷属当仇人一样，双手向空中乱摸乱舞，不听善友的劝诫，悲嚎大哭，眼睛紧闭不敢睁，用被子把头盖起来，口牙耳鼻都非常臭，这基本上就是落地狱的前兆。所以诸位想想看，其实命相转化就在刹那之间，非常快也非常强。

记得我在北京读书的时候回普陀山来看师父，通常经上海转海道。有一次坐船的时候，我记得好像是上海第九人民医院还是长征医院急救科的一个女主任，她告诉我她为什么要来普陀山。她说，多年在急救室工作有一件令她百思不得其解的事：她发现有的人进了急救室没抢救过来，走的时候发出来的声音就跟这个狗呀、鸡呀、牛羊等等一样，像极了！急救室里面就好像有这些畜生在一样，她实在弄不清楚这个问题。她说：“我是受过唯物主义教育、受过高等医科大学教育的，可就是搞不清楚为什么有这个情形。”其实，她只要明白六道轮回，她就不会有这样的困惑。

刚才给大家讲了那么多，大家想想看，如果我们能够意识到真实的六道轮回，将它的原理脉络全部弄清楚以后，你修行不就是跟逃命一样！为什么？因为我们现在都在苦命里。说到究竟，唯有佛命才不苦、才圆满。我们的命就是人道的生、老、病、死、求不得、怨憎会、爱别离、五阴炽盛分段八苦。就算生到天上还有五衰相现，也是苦的。纵然证得阿罗汉，了脱分段生死，可是住到空性里面，不了达缘起，便



还会有沉苦滞寂之苦。尽管出了三界，变易生死还在。甚至登地的菩萨，包括观音菩萨，这样的深位菩萨，他还有法身渗漏，真常流注之苦！这十法界六凡四圣中，只有佛的命是纯乐不苦。你在任何一道命里边，都是苦的，都是苦命人。我想我们诸位，都不应该甘心这种苦命！佛是可以做到的，既人人皆在轮回，人人也皆可成佛啊！况且我们现在已经占尽了天时地利人和。

以上讲的是这个轮回原理。佛给我们讲法的时候，也因为我们人的感知、领受能力到了这个地步，所以才讲说三世因果轮回。诸位都是在佛法上有过闻思作意的，我们现在现场观照一下：所谓的因果念念变现会是怎样呢？在座的诸位法师都是从其他道场过来集聚在这里听法，你可能是从佛顶山、从法雨寺来，如果我们刚才从法雨寺过来，从佛顶山下来，这会进到我们宝陀讲寺的普门讲堂，现在所有眼前世界呈现的都是普门讲堂，那我问诸位一句：“现在的法雨寺和佛顶山在哪里？”法雨寺、佛顶山乃至你住的房间，等一会儿你回去一目了然又在这一切现在在哪里？等到回到常住后，普门讲堂又在哪里？这全体就是我们阿赖耶识念念变现、念念生灭呀！轮回因果始终就是如影随形。现在为什么我们不去觉察，而是把它凝固化呢？要知道凝固到一定程度的时候，人就习以为常了。所以我们所谓的解脱，所谓的断烦恼就是把它盘活，把它解放呀！像观音菩萨完全盘活了，分身散影，应以何身得度即现何身而为说法，他就把这个命理完全盘活了。这就是说，我们每一个人的命相，包括我们现在每一天过的日子，就是我们命运现在正在进行时。而我们现在命运轨道正在进行的状态，一定是按照过去的业力在不断地发挥显现。假如行进的命运轨道上出现恶的逆境、不爽的遭遇，我们就心生恐惧，这个境界来了就赶紧念：南无观世音菩萨……一旦称念观音圣号显发的这个力量超过过去种子显发的能量力量的时候，显现在我们个人的身心世界中的，就是化险为夷，转危为安，就这么简单！念念改变命运，而不是前生后生。你能把握到这个，掌握到这个，说明悟到了佛法的心地法门，现前一念心性。念念掌握这个诀窍，自己受用，跟别人分享，这称之为

为“弘法是家务，利生为事业”。

现在，我们既然知道了命理有多少，又知道转化命运的原理，接下来呢我们就得算命。我刚才给大家吹牛说我自学成了算命方法，以后在飞机、火车上再碰到求我算命的人，我轻而易举地就可给他算了！而且我可以拍着胸脯说，我不但能算此生此世的命，我还可以算尽未来际的命；我不但能算人道的命，我还可以算六凡四圣十法界的命，全部一目了然，这就是我们今天的总结，叫做“科学算命”。

我今天讲的主题叫“从心改变命运”。这首先要知道什么是心，因为对于心的见地不透，不要说照本宣科地说一说，就是你在心上用了功夫的人，也不一定能把佛法所说的心弄明了。我们常常一拍胸脯说心就在这儿，方寸之间，身体之内。错了！这个我们常叫肉团心、草木心，不是我们的真心，我今天讲的“从心改变命运”可不是说这个心。还有一个思维心，思维心是我们的意识思维，在佛法里面叫缘影心，我们改变命运用的也绝不是这个心。我们诸位一定要往哪儿通达呢？就要往一颗遍法界心上去领会，这是我们可以改变命运之心。为什么我们有佛命，有菩萨、阿罗汉，六凡四圣，三界六道，所有的命我们都具足了，缘在哪里？就在这一念的遍法界心中去取舍跨越。只有把这个见地建立起来，我们才能够依这个遍法界心而去改变命运。否则就错掉了，光说这个肉团缘影就埋没掉了多少修证上的英雄豪杰。诸位知道吗？就是因为一念见地透不过来。

我这个算命是怎么学会的？从莲宗十二祖《彻悟禅师语录》中学的。《彻悟禅师语录》是第一等精采的文章，看了以后不但能让我们见地顿高十倍，文笔也能酣畅淋漓。他里面就讲到人一念心起的决定性作用，大家好好琢磨，千万不要轻易把这个放过，就是我刚才讲的念，现知现觉遍法界灵性之心。《法华经》中的佛知见、《般若波罗蜜多心经》之心全部都是讲的这个，三藏十二部一切经典就是为现前一念心的作用作注解的。这个法如果能够悟了，没有一法悟不了；这个法能够透过来，没有一法透不过来。那么他老人家怎么讲的呢？他说：无念心体，只有佛才能证得！



九界以还，就是九法界从菩萨以下的一切凡圣诸人，全部不能没有念。这个现前一念心就是全真成妄，全妄即真的。打个比方，就是现前一念心就像金子一样，你把金子打造成佛了，他就在佛龛上供着，受人膜拜；但是我们如果命苦的话，就把这块金子打造成马桶了，天天就是盛屎装尿。但是虽然盛屎装尿、打造成佛，金子的性质永远不会改变。所以我人现前一念全真成妄，全妄即真，终日不变，终日随缘。如果不随法界之缘念这个佛法界，那么一定会念九法界；不念二乘，声闻缘觉，一定念六凡法界；不念人天法界，一定念三途法界；不念鬼畜法界，一定念地狱法界。凡起一念，必落九界，这是确定无疑的！

接下来我们要开始算命了，请诸位留心科学算命。如果你以猛炽之心把我们每天现前一念能念之念与上品十恶相应，即堕地狱法界。上品十恶即是十善业的反面，包括杀、盗、淫、两舌、恶口、妄语、绮语、贪、嗔、痴，这叫十恶业。我们每天的心念如果与这十样恶的方面相应，且非常猛烈，将来就堕在地狱法界。这是一命，最苦的命。若以缓急相半心，就是说一会儿猛烈了，一会儿又松懈下来了，与中品十恶相应，那么将来就堕在饿鬼法界，我们的命呈现饿鬼的情形和世界。如果以缓软心，就是说非常柔弱的，不是那么猛烈的，念下品十恶，将来堕在哪里？就在畜生道，这是三恶道。如果修戒善等法，即是修五戒、八关斋戒等等，兼怀嗔慢胜负之心，即堕修罗法界。我们的心若与五戒相应，不犯杀盗淫妄酒，即生的是人法界。如果以四禅八定及上品十善相应，即生天法界。如果以无我心，观察四谛，知苦断集，慕灭修道，念的就是声闻法界。如果以无我心，与十二因缘相应，念的就是缘觉法界。能与菩提心六度万行相应，念的是菩萨法界，这是九法界。这里我还要特别推出一命，那就是希望大家都往这儿去改，都往这儿去造！这里是上好的八字，绝佳的风水。在哪里呀？如果此心能与平等大慈大悲，依正功德，以及万德洪名相应，即念的是佛法界。彻悟禅师是莲宗的祖师。以他的科学算命来看呢，他是最后推出我们要念佛、忆佛，现前当来，必定见佛！要有这个信心，相信我也是未成之佛，只不过是



现在暂时枉受轮回而已！我们现前念念检点我们的日用之行，看我们日用所起之念，与哪一界相应的多，与哪一界相应的猛，那么我们他日安身立命之处，不用手伸出来问别人，自己心知肚明。这就是从心改变命运，算命完毕。

诸位法师，我们往生苦持五戒，今日感来难得人身，当日心高志远，换得这一领袈裟，一旦失去长劫轮回中何时再见盲龟撞朽木的情形！既然与佛有缘，做个出世丈夫，那么现在正是时候，依据本具的这个遍法界心，对比进行从容跨越自在选择，在此希望诸位都能有一个上等的风水，绝佳的八字。谢谢大家，阿弥陀佛！

宏海法师简介：法师现任中国佛学院《中国佛学》主编，中国佛学院讲师，北京佛教居士林讲师。

文 / 修定法师

## 佛法僧三宝

阿弥陀佛！尊敬的各位法师、各位善知识：

大家下午好！今天的讲题是《佛法僧三宝》。这个题目大家很熟悉，但凡是信佛学佛的人，似乎没有不知道这个概念的。可能有人要问了：为什么在这海天佛国的正法讲堂，在这个常态化讲经的地方要谈这个常识性的话题呢？

之所以安排这个讲题，有三个缘由。首先三宝的内涵，它是佛教一切内容的高度概括。学佛的人从发心皈依，亲近善知识，明信因果，持戒修行，乃至最终断烦恼证菩提，都是以三宝为核心的。也就是说，三宝贯摄了整个学修的始终。所以，三宝这个概念不仅仅是佛法僧组合的一个名相，更是有着广博的思想内涵在里面，也可以说三宝就是指整个佛教的内容。因此，从佛教思想层面来说，我觉得有必要探讨三宝这个概念。第二个缘由，是跟今年讲座内容编排有关，前面两次讲座，宏海法师谈到“从心改变命运”，向学法师跟大家探讨了“佛教的因果信仰”问题，这两个主题谈的就是：佛教怎么看待我们的生命，怎么看待因果的问题，其实也就是人生观和世界观的问题。这是启发正信，树立正见的两个主题，站在启发正信、树立正见这个角度，我觉得很有必要接着来谈一谈三宝。因为，对佛法僧三宝的正确认知，是佛教的根本正见。再者，在现今这个魔强法弱的时代，邪师说法如恒河沙，有很多外道伪装成菩萨行者，通过各种渠道、各种方式四处传播假佛法，初学佛的

人，很容易被外道邪说蛊惑，甚至有学佛多年的居士，受到邪说或相似佛法的影响，也逐渐模糊了对三宝概念认识，甚至做了很多破坏三宝、违背三宝的事情而不自知。所以，今天借这个讲座的因缘，专门谈谈对三宝的正确认识。

### 化相三宝和住持三宝

三宝的名义大家都知道，就是佛、法、僧。佛法僧何以称之为宝呢？宝从字面上理解无非就是：尊贵、稀有、很有价值的意味，在《大乘宝性论》中以六种意义来解说佛法僧称之为宝的涵义。在此我们没必要讲那么复杂，只讲最重要的两点，那就是三宝的社会价值和精神层面的价值。从社会文化学的角度来讲，以佛法僧三宝为核心的佛教，它早已融入中华民族的文化血脉当中，成为我们传统文化重要的组成部分。千百年来，佛教的因果信仰，承载着社会公德和良知，所谓“善有善报，恶有恶报”以及“积善之家必有余庆，积不善之家必有余殃”的因果观念以及行善积德的理念，为社会的和谐稳定作出了巨大贡献。从个人心灵层面来说，佛法让我们明白了生命的真相，启发人们去探寻人生的真谛，也让我们迷茫、躁动的心灵回归安宁与自在。所以，无论从宗教的精神慰藉，还是从追求真理的意义上来说，佛教无疑是人类最值得珍视的精神财富。对于我们学佛的人来说，三宝的价值更是无上的，在这个无常的世间，无明的众生如果没有三宝给予启迪和加持，我们将迷失在自我的误区中，一直轮回下去；同时，三宝的利益不仅仅是对未来的期许，如果我们能信受三宝，能自觉地依止三宝修学，生命的当下就能获得受用。站在觉悟生命、解脱自在的意义上来说，三宝的价值真是无法用语言来表达的，岂止是世间的珍宝可以比拟的呢？它是我们生命的究竟皈依处，是心灵真正的家园。我常常有这样的观感：假如今生没有遇到三宝，无缘修学佛法，我的一生真的毫无意义，充其量只不过是一场悲欢离合的梦幻而已。

介绍了“宝”的含义，接着说佛法僧。佛法僧这三者概括了佛教的一切内容，



佛法僧和佛教在主体内容上是一致的，说佛法僧就是指佛教，说佛教就是指佛法僧。事实上，佛教的方方面面都体现着佛法僧三宝，无论是表法意义上的，如佛教艺术、建筑装潢等，还是佛教礼仪、早晚课诵、佛事仪规、教理教义上，处处都体现着佛法僧三宝。比如我们信佛学佛，须从恭敬三宝、理解三宝开始，持戒修行也是依着三宝才如法；再比如寺院的建筑风格、殿堂内的布局等，都是按三宝来规划设计的。以宝陀讲寺来说，寺院最核心的区域供奉着佛宝，然后两边是僧宝，大殿后面的法堂供奉着法宝（藏经楼），同时还有讲经说法的大讲堂（也代表法宝），以三宝为格局是所有寺庙的通规。有人问说普陀山寺院的中央殿堂都以观世音菩萨为主，怎么不是供佛呢？这是个常识性的问题，来山的佛弟子是奔着谁来着？当然是来朝拜观世音菩萨啦！所以在普陀山上，观世音菩萨就代表佛宝，其实观世音菩萨就是古佛再来，他在十方世界以千百亿化身普度众生，他不仅可以现佛身度生，还可以现菩萨身、人身、恶鬼身、畜生身来度众生，所谓“应以何身得度者，即现何身而为说法”。除了殿堂布局外，我们平时的课诵、佛事、大型法会活动，也都要赞颂三宝，礼敬三宝。从这一切表现形式，可知三宝就是佛教的代表。

很多信佛学佛的人，虽然对于三宝的概念是熟悉的，但他们只是在表法的层面去理解，也就是从宗教意义上，从表现形式上去恭敬三宝，事实上，一般信众对于三宝的内涵认识是很模糊的。可能很多信徒会认为，只要对着泥塑木雕的佛像恭敬礼拜，烧香供养，佛菩萨就知道了，就有功德了。至于说什么是佛法僧，什么是真正的功德，估计很多信徒对此是很茫然的。当然，信佛学佛的确是从形式开始的，但佛门表法的意义，只是一种善巧方便，真实的、究竟的佛法僧三宝，在于内心的体认。

为什么人会有信仰呢？因为人们有这方面的需求，需求的层次不同，所以信佛的心态就有很多类型。有人把信佛当成一种时尚；有人把信佛看成是一种精神上的寄托；也有人把三宝当做保护神，只要恭敬佛菩萨就能消灾免难；也有人把三宝看

成是慈悲的给予者，只要向佛菩萨祈求，就能够心想事成，所求如意。这种心态都是人之常情，也都无可厚非，但作为一个正信的佛弟子，我们对三宝须有正确的认知，佛门虽广开方便，但那只是慈悲接引的方法，并非不辨是非曲直，事实上佛教是最崇尚智慧的宗教，也是最平等，最人性化的宗教。佛教的教义都来自释迦牟尼佛的教导，释迦佛在人间成佛，示现从凡夫到成佛的过程，这就是身教，他所说的一切教法，也是从我们现实的身心出发，提倡一种以智慧为本，不苦不乐的修行的生活。佛从来不会抬高自己的地位，或为自己创造财富，他只是慈悲地带领弟子们一起修行，以身作则，宣扬众生和佛一样平等，他尊重每一个生命的存在和权利，彻底否定社会的特权和等级制度，而且他认为生命的最大成就，就是自己觉悟，也能让别人觉悟。这就是我们所皈依的佛宝，一个慈悲的智者。可能我这样表述，很多信徒觉得佛太平常了，平常得跟普通人一样，这跟他们心目中无影去无踪的佛祖大相径庭。事实上，佛的定义就是生命的觉悟者，佛在很多场合下都说：你也可以跟我一样成佛，因为众生本来就是佛，只是妄想执著不能证得而已。如果内心觉悟了，明白了宇宙人生的真相，那众生就是佛。所以，学佛的人，首先要明白佛陀教化众生的目的是什么？那就是让我们也觉悟成佛。成佛做什么？去度化所有跟我们有缘的众生，让众生都获得自在解脱。这是佛教化的目的，也是我们学佛的目的。佛教就是围绕这个“成佛度众生”的主题而展开的。以上是针对信仰佛教有可能误解的一些问题，做个简要的说明。

从释迦牟尼在菩提树下成道开始，我们这个世界就有了佛宝。佛成道后，首先到鹿野苑说法，去度化追随他的五位释迦族的青年，然后又度化了迦叶三兄弟、舍利弗、目犍连等人。不久佛的常随弟子就达到一千二百五十人，由此佛教的三宝臻于完备。释迦牟尼佛，这是我们的教主——佛宝；佛所说的四谛、十二因缘、八正道等法，这是法宝；依佛出家的佛弟子，这是僧宝。这是佛陀时代三宝的形态，我们称之为化相三宝（也叫现前三宝），意思是指佛陀示现应化在人间，度化众生时



的三宝形态。除了化相三宝，三宝的分类还有住持三宝，理体三宝，自性三宝，一体三宝等，这些叫法是从事或理的角度来表述，但我们没有必要讲得这么复杂，主要介绍一下住持三宝和理体三宝。

什么是住持三宝呢？佛陀在世时，佛亲自为导师，引导大众修学。佛灭度后，化相三宝的形态就转化为住持三宝。因为佛不在世了，那就以佛的慈悲庄严形相为佛宝，不管是泥塑木雕，还是金银铜铁做的形象，或者画像也可以，总之佛的形象就代表着住持佛宝。佛所说的教法，以及弟子们的著述，辗转结集成册，如三藏十二部教典，这是住持法宝。圆领方袍，秉持戒法的出家弟子（即比丘、比丘尼），这是住持僧宝。佛涅槃以后，佛教完全仰赖住持三宝，让佛法的精神与教义留传人间，住世不绝，所以叫住持三宝。

以泥塑木雕的佛像为佛宝，其实并不是佛灭度后才出现的形式，佛在世的时候就已经有佛像出现。据记载，有一次佛到忉利天宫为母说法，三月未归。当时的信徒优填王和波斯匿王非常想念佛陀，于是就让人以牛头旃檀香和紫帛真金雕塑佛的形象来供奉，这应该算是佛像的肇始。佛灭度以后，佛像的供奉更是普遍地流行起来。佛陀是伟大的导师，弟子们见到佛的形象，自然从心里生起无限的敬仰。有缘众生能够瞻仰到佛的慈容，也能生起欢喜心，恭敬心，进而亲近佛法，这是一种行之有效的宗教表法，能起到很好的教化作用。其实很多抽象的道理和寓意，都可以用具体的形态来传达。佛教在寓教于形方面运用得很多，比如寺院的天王殿，一进门就看见弥勒菩萨（即布袋和尚）的雕像坐在殿堂中央，一副笑容可掬雍容大度的模样。这形象代表什么呢？这是代表佛门广开方便，能包容一切，欢欢喜喜地迎接所有的人。众生一看到弥勒菩萨就觉得很亲切，很开心。可是一转眼，看到站在殿堂两边的四大天王，却是怒目圆睁，一副凶神恶煞的样子。这又是什么意思呢？这代表着降恶除魔，有些地方天王脚下还踩着小鬼。一个殿堂里，表现出两种态度，到底有什么深意呢？这表明佛门教化的目的，一方面要降伏内心的烦恼恶业，一方

面也要广结善缘，以慈悲为怀。有人按世俗方式来理解，以为是：入我们来都是客，表示欢迎，但如果来者不善，我就不客气了！这样理解是不全面的，众生都是佛的化身，都要尊重的，不客气只是针对内心的恶念，恶念不降伏，会障碍我们的佛心。佛法的宗旨是止恶行善，净化人心。只有把贪婪、嗔恨、愚痴、妒忌、我慢等烦恼都抛弃掉，才能见到真佛。再比如我们来到寺院的大雄宝殿，大家在大雄宝殿看到了什么呢？中央端坐着佛像，两边是神态各异的十八罗汉。有的大殿里，释迦牟尼佛身边还塑有助侍弟子阿难和迦叶，这大雄宝殿表法的场景又怎么理解呢？按常规，大雄宝殿里所表达的都是佛法僧三宝的意义，佛是九法界众生的导师（代表佛宝），佛坐在那里，表示在说法度众生（代表法宝），旁边的菩萨罗汉等，显示不同的德相（代表僧宝）。有人说：佛坐在那里，低眉垂目，一言不发，没见到他在说法呀！其实佛的确在说法，有时候是言教，有时候是身教，也有时候在说无言之教。对于佛法如果仅仅是听，或者看，这都还不够，还要悟！经典上说：“有字是生死之法，无字是涅槃之法”。真正的如来心法，是无言之教。如果能领悟生命的当下就是圆满，你就毫不怀疑佛陀端坐那里一言不发，的确也是在说法度众生。至于阿难、迦叶两位尊者站在佛身边的表法形式，这是再现佛世时说法的场景，佛跟大众说法时，身边往往站着两位大弟子，这情景让人觉得比较生动形象。阿难尊者，是佛在世时的侍者，照顾佛的晚年生活。迦叶尊者是佛的接班人，佛入灭后，僧团由迦叶尊者领导，不久，迦叶尊者结集完三藏经典以后就隐退了，由阿难尊者继续领导僧团。作为僧团的第二代、第三代领导人，阿难和迦叶毫无疑问是僧团的代表人物，因此大雄宝殿中央一佛二助侍的造像，实际上就已经具足了佛、法、僧三宝。

以上我们介绍了住持三宝中的佛宝。接下来介绍住持法宝。住持法宝是指三藏教典，三藏指经、律、论这三种佛教典籍。按佛法修学总纲领戒定慧来归类，经藏诠释定学，律藏诠释戒学，论藏诠释慧学。经藏一般是佛说的法加以编辑而成的，如《华严经》、《法华经》等，也有小部分是菩萨祖师讲的经典。律藏是讲戒律和



规制的佛教典籍。论藏是菩萨祖师们的论文集，祖师们把对佛法的体悟和理解写成论文，后人进行归类汇编成为论藏。经律论三藏是佛门的思想宝库，是佛门的大百科全书，每个寺院都有专门的藏经楼来珍藏三藏典籍。三藏法宝圣典，虽然都完备地存在世间，但教法要有人弘扬，才能发挥法的妙用。

住持僧宝，通俗来说，就是泛指僧团。僧是梵语，翻译过来就是“和合众”的意思，指上求佛道，下化众生，续佛慧命，绍隆佛种的出家众（即比丘，比丘尼）。住持僧宝指的是僧团，不是指某个出家人。佛陀临涅槃时，将佛教事业咐嘱给僧团，所以从教制和法统来说，出家众就是佛的长子，在四众弟子当中是带头人。僧团不仅主持着佛教事业，同时也是三宝之一。现在有些学佛的人只皈依佛宝和法宝，不皈依住持僧宝，这是个很严重的问题。这些所谓的二宝弟子，偏重于皈依理体三宝，事项上只承认住持佛宝和住持法宝，对于住持僧宝，他们只承认某一个他们认可的高僧大德或观世音菩萨、地藏王菩萨等圣僧，有明显排斥僧团的倾向。据说现在的二宝弟子认为只要对着佛菩萨像，或对着某个特定师父的形象照片自誓皈依，就可以称为佛弟子了，这是严重不符合佛教教制的皈依行为，也是一种忘恩的行为。佛教规定，凡佛弟子必须在出家人引导和证明下才算皈依佛门，并明确规定皈依不是皈依某个法师，而是皈依僧团组织。二宝弟子的作风是对佛教道统和教制的一种叛逆行为，破坏了住持三宝的整体性，为佛所不允许。

自从佛陀将如来家业托付给僧团后，僧团秉持佛陀教导，结集三藏，言传身教，建寺办道，流布佛法，将佛教事业一直延续了下来。比如过去的高僧大德，为了佛法能流传到东土，前赴后继西行求法，往往是西行十几个人，最后只有一个人能回得来，为了求法和弘法，他们付出了生命中所有的代价。现在的每一本经书的经题下面一定有翻译此经的法师名字，为什么要把翻译者写到经书里面去呢？这是提醒我们不要忘记僧宝的恩德。千百年来，僧团在佛教各方面的贡献和主导作用是毫无疑问的。可以说，住持三宝中僧团的作用是最重要的，佛法能否发扬光大，佛教能

否健康稳健地延续下去，完全取决于僧团。而僧团质量的优劣取决于对戒律的尊重程度。因为戒律规范出家众的身心，而出家众的身心状态，是修学佛道、住持佛法的基础，可以说戒律就是合格僧才的保障，无论是修行还是做佛教事业，戒律都是最基本的一个考量。所谓“戒住则僧住，僧住则法住”。《四十二章经》中佛说：“佛子离吾数千里，忆念吾戒，必得道果，在吾左右；虽常见吾，不顺吾戒，终不得道。”这是佛陀对出家众的要求，充分体现出戒律的重要性。佛之所以特别强调戒律的重要性，主要是希望弟子们要重视戒律，希望弟子们自觉地去遵守，而不是佛陀喜欢用戒律去管理僧人，这一点我们要有深刻的认识！因为戒律的性质，是一种自觉自愿的身心管理机制，只有具备了对法身慧命高度负责的态度才会去持戒。假如有人将戒律当做一面镜子，专门去照别人，那就误会戒律真正的意义了，甚至可能会演变成破坏佛教，破坏三宝的情况。这点，在家居士要特别注意。为什么现今二宝弟子那么多，除了贡高我慢之心外，主要原因就在于对戒律精神的误解，总喜欢拿戒律去要求别人，心态决定趋向，起心动念落在吹毛求疵上，必定会导致内心越来越失望，最终远离僧宝。僧宝中有贤圣僧和凡夫僧，凡夫僧中有大德僧和普通僧人，我们都要恭敬，你可以选择亲近某一个僧人，但绝不可以选择轻视某一个僧人，这是作为居士的基本素质。

### 理体三宝

以上谈的是化相三宝和住持三宝的意义，接下来我们将探讨理体三宝。三宝的内涵极广，可以从不同的角度来理解，也可以分类为多种三宝。但不管怎么分类，都不出理和事这两个范畴。前面介绍的化相三宝、住持三宝是从具体事相上来说的，接下来我们要从理性上探讨三宝，这就说到理体三宝了。

我们学佛修行，须依止三宝而修学。但事相上的三宝只是修学的缘起，通过对事相上的依止，开始学习理解佛法，最终在我们的内心领会到真实的三宝，这就是理体三宝。所以，事相上的三宝，是接引学佛的前方便，也是必须有的过程。因为，



没有人、事、物的具体三宝，就无法引导人学习佛法。比如，一个寺院，什么表法的形式都没有，空荡荡的一片空地，一个法师，不穿出家僧衣，也没有剃光头，看去就是一个普通的人站在空地里，但他手里拈着一朵小花，面带微笑地站着，这情形就像当年佛在灵山传法一样。你说他这样搞，是在开展弘法利生的事业吗？答案是很显然的，不管什么事情都需要有助缘来促成，没有条件，就没办法达成效果。学佛修行，需要有个接引的过程，这就要借助事相上的佛法僧宝。以住持三宝来说，信徒看到佛像，就心生恭敬谦卑之念，就会向佛像行弟子之礼，内心也自然会接受佛的教化；然后看到法宝经书，就会恭恭敬敬端坐在那里去阅读，以这样的心态去学佛，就能受持佛法；在学佛过程中，如果遇到问题，就会想到去亲近僧宝，僧宝言传身教，师资道合，大家共同进步。佛法是生命的实践之道，在修学的过程中，逐渐就会明白佛法僧的真正内涵。

《六祖坛经》中说：“佛者觉也，法者正也，僧者净也”，讲述的就是理体三宝。六祖大师所说的觉、正、净三宝，众生本来具有，只是因为众生无始以来，妄想执着太重，习业太深，所以需要借助某个法门的修行，通过戒定慧的功夫，最终开显我们本具的三宝性德。所谓：“自性众生誓愿度，自性烦恼誓愿断，自性法门誓愿学，自性佛道誓愿成”。如果真正懂得处处销归自心自性，就找到了修行的根本，也找到了真正依止的三宝。

古来大德，为了让学人明白自性理体三宝，破除学人在事相上的执着，有时也采用极端的方式教学。比如过去有“丹霞烧佛”的公案，话说有一年冬天，天气特别的冷，有位祖师大德闲来无事，就把大殿的佛像劈成柴火当柴烧。大家看到后，非常吃惊，哎呀！这还得了！这不是疯了吗？这位祖师却淡定地说：“我在烧舍利子。”大家愤怒地说：“这是佛像，木头做的，哪有什么舍利子！”祖师就说：“既然没有舍利，木头玩意，你们还整天拜呀拜的，做什么呢？”这是个破除执着的典型公案。祖师大德看似极端的行为，其实严肃地反问大家一句：既然你们都说这是假的，

那真佛在哪里？大家不妨也参一参，真正的佛在哪里？

那个两千五百多年前在印度说法的释迦牟尼佛是不是真佛？如果他是真佛，那为什么《金刚经》中释迦牟尼佛要问须菩提：“可以三十二相得见如来否？”如果三十二相就是如来，那么转轮圣王也就是如来了！须菩提回答说：“如我解佛所说义，不可以三十二相得见如来，所谓三十二相即是非相。”怎么去判断是不是真佛呢？如果以表象来判断，比如以相貌，或者说话声音，或者行为来判断，就可以认定他是佛吗？佛说：“若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不得见如来。”佛的意思是说：如果按照所谓佛的标准来判断，无论是以相貌、语言、行为来判断，都是不对的，不可能见到真正的佛！为什么呢？“凡所有相，皆是虚妄！若见诸相非相，即见如来。”《金刚经》里的这些开示，讲的就是众生的理体佛宝。

还有一个相关的故事顺带也说说，以加深大家对理体三宝的理解。

有一次释迦牟尼佛到忉利天宫为母说法，虽然在天上讲法的时间不是很长，可是按人间的时间，已经过了三个月，终于有一天佛准备要回人间了，饱受思念之苦的弟子们都非常欢喜。此时，出家女众当中有位神通第一的莲花色比丘尼，她也非常思念佛陀，恨不得马上见到佛陀，但她是女众，只能跟在男众师兄后面。于是她就想到运用神通，这样就可以第一个见到佛了。终于等到佛降临人间了，她就用神通化现为转轮圣王，当时在场的有国王、大臣、上座比丘，大家都在迎接佛陀，看到莲花色比丘尼化现为转轮圣王走过来，大家都自动纷纷让路，很快她就到了佛陀面前，现出了自己本来面目顶礼佛足，这时莲花色比丘尼对佛说：“我是第一个见到佛陀的人。”可是佛却回答说：“你不是第一个见到佛的人，须菩提才是！因为他依照我的教导，领悟到了怎样才能见到佛，他不像你一样，第一个跑来迎接我的形象，而是继续在山洞中打坐，终于见到了佛的真身，他才是真正第一个见到佛的人。”佛的这番话是什么意思呢？须菩提尊者他是知道佛要回来的，按理他也应该去迎接佛，但他一转念，想到平时佛的教导：“见法就是见佛！”修行人应当



从内心当中去体悟佛宝，而不应该追逐外在的表相，所以他没有起身去迎接佛，而是继续参悟，结果见到了佛的真身。佛的真身，其实就是我们众生本具的灵觉之性，所谓：“是心是佛”。所谓：“菩提自性，本来清静，当用此心，直了成佛”，这个菩提自性就是真佛。在经典里，因不同的角度，理体佛宝有不同的称谓，如《楞严经》中称为妙真如性，《涅槃经》中称为佛性，《般若经》中称为诸法实相，名称虽然不同，实际上都是指称真实究竟的佛宝。真实的佛宝不从外得，也不可以执着有一个真心可得，也不可以认为有一个实在的理体可得，以无所得才是真得。呵呵，这些语言上的概念，只能勉强地、相似地说说，其作用是指出一个下手的方向，要想见到真实佛宝，唯有依法修行，切身去体悟。

介绍了理体上的佛宝，接着我们说理体法宝。这个“法”的本来意思，是指一切事物现象（包括精神的、物质的现象）。现在说的理体法宝，是特指明了佛说的一切事物现象的真理，包括佛说的人生真相，修证方法等。换句话说，佛弟子对佛法义理的信解，就称之为理体法宝。住持法宝是我们学习的对象，而理体法宝则是我们内心对佛法的体悟。《六祖坛经》当中，有弟子问六祖：菩提从哪里来？大师说：菩提从众生心当中来。这说明佛说的一切法都是站在众生心这个角度而施设的。如果说“佛宝”是以众生觉性为本的话，那么法宝就是以众生心为本。为什么佛说的一切理法，就是指众生心呢？因为佛说的法，不出我们众生心之外，我们有情众生的真相是什么？我们为什么会在生死海中流转？我们为什么会烦恼痛苦？我们应该怎样才可以解脱？可以说，佛法所涉及的人生种种问题和解决方案，其实就是要我们明了众生心的真相，能明了众生心，就能通达佛法，这就是理体法宝的范畴。

作为教化众生，引导众生觉悟的教理，法宝主要包括两方面的内容：一、众生世界的缘起和生命状态；二、怎么看待生命现象，以及如何究竟解决生命世界的烦恼。佛法是生命教育学，既然谈生命，首先就要明了生命现象是怎么出现的，为什么生命是这样的状态。这就像哲学家一样，首先要解决世界的起源、生命的起源问

题。佛法认为生命世界的存在是由众生的业力形成的，并在因缘条件下产生出种种形态。比如佛说的十二因缘，就是具体阐释一期生命流变的原因；又比如六道轮回思想，讲的就是生命状态的分类和演变；再比如佛说八苦、三苦、无量诸苦的话题，就是描述众生的身心状况，这是佛法谈的第一项主要内容。佛法的第二项主要内容，是站在生命真相的高度来看待人生，提出解脱烦恼，觉悟人生，奉献自我的人生定位，并具体阐述了如何修行解脱，如何究竟地觉悟，这第二项内容是佛法的侧重点。假如用简单一句话来概括佛法的义理，那就是“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教。”佛法是一个庞大的思想体系，随着时间的推移，不断有高僧大德进行阐发，逐渐形成不同宗派和区域形态，但佛法最根本，最核心的教理教义是不变的，只是在解说方式和修行方法上有了创新发展，这些创新发展也是整个佛法的重要组成部分。

都说学佛修行的人首先要有正确的佛法知见，六祖说：“所谓‘法者，正也’”，那正确知见的标准是什么呢？我觉得，就是对理体三宝要有清晰的把握。如果不懂佛法到底在说什么，或者只是只鳞片爪的一些模糊印象，那就无法判断法义的是非对错，也就无法获得佛法的真实利益。学佛的人，最起码对佛说的无常、无我的基本理念，以及因果观念要有认识。有些人可能会说：“过去一些祖师以及有些往生瑞相很好的大德，他们没有多少文化，也没研究过经典，不也照样成就了吗？”没有文化，没有多少佛法知识，也可以成就佛道，答案是成立的。历史上这些个案比比皆是，包括释迦牟尼佛，也是自修自证的。但什么样的人，不用学佛理也可以成就佛道呢？这是一个问题。唐时六祖慧能大师，据说没读过书，但在他出生前一百多年，就有高僧预言过他的事迹，所以六祖属于菩萨应化之人。这样的祖师，是一闻千悟的上上根器，但这样的道人相当罕见，纯属特例。这个世界上，什么事情都是有原因的，所谓如是因得如是果，如果没有觉悟的因和缘，想要如法修行，并快速地证果，这是不可能的事情。也就是说，如果不学佛理，那就必须自觉明了众生



世界的真相，并能够自己找到修行的方法，证得解脱。就像过去辟支佛观察花开花落，缘生缘灭，就懂得应该要熄灭妄念，从而获证无我的空慧，类似这样的根器，的确跟学教理没有关系。另外还有就是一些愚夫愚妇，生性敦厚老实，深信净土法门之后，发愿往生西方净土，一心忆佛念佛，也能快速成就。他们之所以成就的原因在哪里？原因就是暗合道妙，按照我们今天的话题来说，就是和理体法宝相应了，不用人教，或没怎么教，自己就相应正道了，这就好办了！所以《六祖坛经》说：“菩提来自众生心”。我前面也引用过这句话来解说理体法宝，其实佛说一切法都源自众生心，我们觉悟也是因为自心的觉悟而觉悟，所谓众生心迷，就是凡夫；众生心觉，就是佛。佛法只是启发众生心的工具，因为众生心中本有修行的智慧，如果能借着佛法的机缘，或者其他因缘，开启了内心修行的智慧，就会真正懂得方法不离自心自性，也就是说，众生本具理体法宝。但话说回来，虽然众生本具理体法宝，如果不亲近善知识，不肯学佛理，就想一闻千悟，转变乾坤，那是很不现实的心态，特别是在这个五浊恶世的末法时期，我们根性暴躁，内心妄念纷飞，狐疑不定，要想修行，还得老老实实从闻思修，戒定慧下手。另外，净土法门虽然三根普被，下手也容易，但在理上也应该明了，多明一分理，就多一分对净土的信心，除非真的没时间，没有条件，那就死心塌地一句佛号受持到底。理体法宝就讲到这里，接着我们谈理体僧宝。

前面介绍的住持僧宝，指的是主持佛教事业，言传身教的出家僧团。而理体僧宝指的是我们内在的性德，即相应于般若的生命状态。《六祖坛经》上说：“心地无非自性戒，心地无痴自性慧，心地无乱自性定。”这里所讲的清净心中的戒定慧，就是理体僧宝。戒定慧三学是修学佛道的通途，有着具体的理事规范，但自性上的戒定慧，是生命觉悟的状态，本身就具足戒定慧，这才是究竟的戒定慧，也可以称之为持戒波罗蜜，禅定波罗蜜，般若波罗蜜，顺应理体三宝而言，它们属于理体僧宝的范畴。正是因为众生不觉，所以佛陀才善巧施设了住持三宝，众生依着住持三宝修学，由事相上具体的行持，最终证得自性理体三宝。依着住持三宝而修，我们

称为缘修，如果依着理体三宝而修，我们称之为性修。缘修是偏重于事相上的修习，有所修的法和所修的人；性修是心地上的无功用行，自他不二，理事圆融。所以皈依三宝的目的，不仅仅是信赖依靠住持三宝，其最终是要证得理体三宝，这才是皈依的目的。理体上的三宝，义理幽深，唯证相应，只有佛与佛才能究竟了知。

其实在最初入佛门三皈依的时候，皈依仪式中就已经体现出理体三宝了。比如皈依时所发的自性四宏誓愿：“自性众生誓愿度，自性烦恼誓愿断，自性法门誓愿学，自性佛道誓愿成”这四句讲的是发菩提心成就佛道的誓愿，但这是从自性的层面来发愿，也就是自性自度，自性自断，自性自学，自性自成。意义很明显，就是告诉我们一切法不离自性。所有众生，所有烦恼，所有法门，所有佛道，都是从自性而缘起，无论是轮回还是止息，无论是修行还是证果，其实都是自性的妙用，如果我们真能依着佛所指引的修行之路，明心见性，彻悟自心自性三宝，那么，也就圆满完成皈依三宝，也真正契合佛说三宝的本怀。站在觉悟真相，明心自性的意境上说，我们今天探讨的住持三宝和理体三宝，一个是事，一个是理，但两者并非不同的法，由事显理，由理明事，事理不二，圆融无碍，两者都是佛为了度化众生的方便教法。

三宝是佛教永恒的主题，也是佛教中内涵和外延最广阔的话题之一，限于个人水平和时间关系，今天只能是粗略地介绍一下三宝的含义，其中有些理解和说法，如果有不妥之处，课后请各位善知识给予批评指正。今天就讲到这里，谢谢大家，阿弥陀佛！

**修定法师简介：**法师现任普陀山佛教协会弘法办副主任，宝陀讲寺弘法讲经办公室主任。