

信心

銘

淺談

僧璨大師著

恒興法師

丙申年講解於加拿大金佛寺

今天和大家介紹禪宗裡的一位祖師和他的著作。這位祖師的號為僧璨大師。

僧璨大師是禪宗的第三祖，初祖達摩祖師，二祖慧可大師，他是慧可大師的弟子。兩位的師徒因緣，在北齊天平年間開始，當時有一位居士大概40歲，慕名來到二祖修行的地方，向二祖慧可大師求法。


他見到慧可大師的時候，就問大師：**弟子被風疾纏身，請和尚懺除此罪。**

慧可大師說道：**將罪來，與你懺。**這就好像當年達摩祖師為慧可大師安心一樣。

過了相當長的一段時間，這位居士說：**覓罪不可得。**慧可大師答道：**已與你懺罪盡，當依佛法僧住。**

禪宗三祖僧璨大師





這位居士說：今日見到和尚，已知自己是一個僧人了，但不知何為佛法。

慧可說：是心是佛，是心是法，法佛無二，僧寶亦然。

居士領悟地說：今日始知罪性不在內，不在外，也不在中間，在於其心，佛法也是如此。



慧可聞言，知是法器，十分喜悅，即為剃度，說：是吾寶也，宜名僧璨。




信心銘

僧璨大師可以說是禪宗裡的一個轉折點，在此前，從達摩祖師開始，禪宗裡的一個特色是“不立文字”，而僧璨大師有146句的〈信心銘〉的著作，有584字，從這個不立文字到僧璨大師，就立了文字，而信心銘也可以說是禪宗裡面的第一個經典，和六祖大師的壇經均為中國的兩個經典。


〈信心銘〉是禪宗裡面的一個寶貝，教我們修行人怎麼去修行，僧璨大師是中國禪宗的第三祖。





至道無難
但莫憎愛

唯嫌揀擇
洞然明白



二零一六年九月三日

為什麼要講這個〈信心銘〉呢？在這個〈信心銘〉文字的方面上告訴我們自己的心是怎樣的。所謂「直指人心」。也告訴我們我們的毛病在哪裡，提出來好讓我們了解自己，知道自己更多，來對治我們的毛病，清除心上面的污垢，將這個污垢的問題處理好，而恢復自己天然的本性，就是我們時常掛在口邊的「自性」。


每四句為一段，有一些是連貫的，有一些是不連貫的。

「至道無難，唯嫌揀擇，但莫憎愛，洞然明白。毫釐有差，天地懸隔。」這是第一句。

「至道者，理之極也」，道就是我們的心。「道」是理，天然之理的極點。「乃人之本具」，這個「道」是每個人都具足的，是不會有所缺陷，不會不足。所以說是無難，本來就有，有什麼難的。「不待作為」，是不需要等有所作為，要做一些什麼呢，或者要修、要證，它本來就具足的。真心不是因為修而有的，是本來每一個眾生都具備的。只不過眾生在迷的時候不知道自己有一個真心。因為這樣，所以就用不上心的能力，就顯不出心的作用。

所以說「唯嫌揀擇」。「揀擇」的意思是有所選擇，任自己的情、自己的喜好。



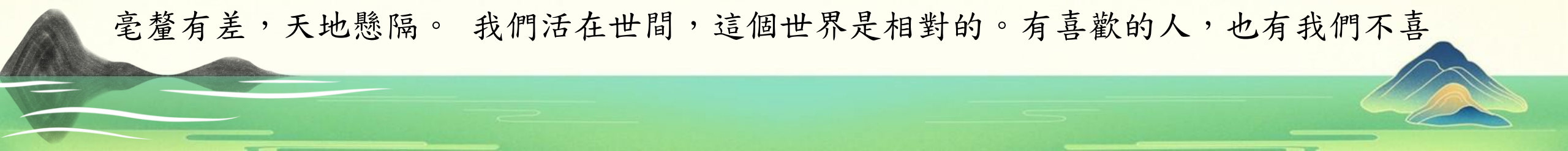



「故唯嫌揀擇，而揀擇者，出於憎愛之心，其憎愛者，如晴天之烏雲，若求其洞然明白至道，但莫起憎愛之心，微已哉，憎愛之烏雲遮蓋。」

如果我們去揀擇，就是一種造作，不需揀擇，不需要做作。揀擇的意思就是有喜好，有厭惡，有取捨，有憎愛，這些心態在裡面。這些揀擇，是非，人我，黑白，長短，方圓，是這個世界的人一個相對的心理，我們人就活在這個相對的世界中。就是因為有這個揀擇，有這個憎愛，就好像一片晴天的一片烏雲。如果說想要得到大道，我們需要怎麼做呢？

下面兩句告訴我們，「但莫憎愛，洞然明白」，如果要能夠洞識，明白這個大道，就不要再有這個憎愛，取捨，是非的心。如果不起這些相對的想念，就是至道了，就能夠明白這個大道。這憎心和愛心，你喜歡也好，你不喜歡也好，好的也好，不好的也好，都是屬於烏雲，都是障礙我們心的展現，都是障礙心的能力的發揮。如果想豁然明白這個「至道」的道理，就要回歸真心，就要從「憎愛」的心來下手。「但莫憎愛之心」，這個憎愛的心只要稍微動一動，有少許的情緒，這種的念，就所謂「差之毫釐，謬以千里」，只是差了毫釐這麼少，就有千里之隔。

「則與至道，即有天地之懸隔」，這和至道，就有天地的懸隔。這是在講我們的心，毫釐有差，天地懸隔。我們活在世間，這個世界是相對的。有喜歡的人，也有我們不喜







歡的人。有喜歡的食物，也有不喜歡的食物。有長有幼小，有親有疏。有朋友，我們要好的；有敵人，我們的對頭、對手。在這個世界我們是用這種方式來生活。有長有短，有高有矮，有胖有瘦，我們這樣互相的對比，比較這個，比較那個。一尺跟一寸比是長，但一尺跟兩尺比的時候就變成短。我們就在這種計較裡面生活，在這種計較裡面起人我的心。

我們以這種來分類，大家有一個共識，知道對方在講什麼，分別對方講得對不對，更重要的是合不自己的心意，合自己的心意的時候就接受，不合自己心意的時候就拒絕。在這種分別裡面又再分別，在第二個分別裡面又有第三個分別，在第三個分別裡面又會再分別下去。無窮無盡的分別。眾生、我們人就活在這種種的分別之中，不能出離。

這裡說「**至道無難**」。這個「道」要證不是很難。你只要能夠放下這個揀擇、放下這個分別的心就可以。在這裡用憎愛的心來講，比較容易理解、容易接受。主要是教我們認識真心是絕對的。分別心就會遮障真心的呈現，但我們人就以分別的心、假的心來存活。

難在哪裡呢？有難有就易，難就難在我們不做不行，如我們受戒，不殺生，不吃肉，不妄語，不惡口，問問自己做的到嗎？難就難在我們做不到，有了憎愛，就離開了這個道了。其實講離開都不對的，因為有離就有合，可以說我們迷失了這個真理，當我們醒悟之



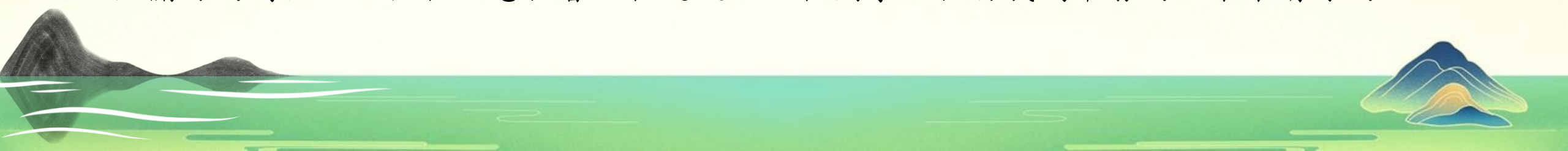



後，就明白原來不需要尋找，也沒有失去什麼，我們本來就是道，只是自己迷失了，起心動念去揀擇，好的接受，不好的拒絕。

「欲得現前，莫存順逆。違順相爭，是為心病。不識玄旨，徒勞念靜。」欲想得到至道這個道理。「至道」可以說是大而無外，小而無內，所以稱為「至道」，大的沒有邊界比它更大，它是包括虛空世界；小的沒有在它裡面。想要得到這個至道的理現前，千萬不要在內心裡面存順逆的境。教我們修行人在順境的時候要忍，在逆境的時候也要忍。順逆都是方便。能夠做到順逆一樣，有一種平常的心，這才可以和至道吻合。因此在真正修行人的心裡是沒有好人或者壞人。好人壞人都是人，都是眾生，都是可以成佛的。

內心裡面不要存「順」「逆」這兩種念頭。能夠離開這個順逆，離開這個相對的法則就是絕對了。沒有事物能夠在心裡產生漣漪。就要像把一塊石頭丟到一個平靜的水池一樣。如果你有順逆的心、憎愛的心。憎心和愛心互相會爭持，這是很自然的事。

如果有了這個順的心，那逆在心裡就出現了，如果違背了這個逆，那順也出現了。所以就令人的信念在這相對之下不斷來取捨，令心不能安定。當我們有所求的時候，有利益關係的時候，理性和欲念就會互相進攻、互相鬥爭。就將我們平靜的、本來清淨的心



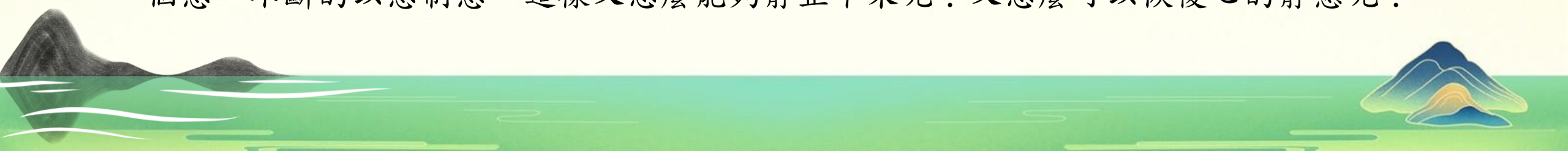



搞混亂了。這就是心的病。這個心的病就在這裡。有這個順逆的心、有憎愛的心、有高下的心。能夠把心擺平，那我們就能漸漸接近「道」。

這個是一個心的毛病，一切的法都是從心裡生出來，也就是說心是一切的總開關。如果心裡有病，一切的機體，心機都會受到障礙，運行起來，就有問題了。

「不識玄旨，徒勞念靜」。「不識」，假如不知道，不認識這個問題的所在，我們沒有辦法知道怎麼樣去修。有這個順逆的心在內心裡面，你不需要有什麼造作，它自己也會相爭、自己也會互相牽持。就好像熱和冷、水和火。熱多的時候冷就會少，冷多的時候熱就會少。這個法則不單我們人是這樣，世界也是這樣，都是互相的爭持。這個玄妙的宗旨就不能認識，那要念念清淨，靜念也是不可能的。這個就是心的病，心的天然的病。只要你存這這個相對的心，內心就會不斷爭持，自然而然互相牽扯。

「病則群機不行，莫論妙理，雖玄旨亦不得識」，意思是說，心是萬物的樞紐、萬物的機關。心有病的時候就會產生種種問題，種種行為都會出現問題。不但要說是微妙的道理不懂，而且這個念在我們內心互相爭持，你想它靜它靜不下來。你想它靜，這個靜也是一個念，不斷的以念制念。這樣又怎麼能夠靜止下來呢？又怎麼可以恢復心的靜態呢？






「圓同太虛，無欠無餘。良由取捨，所以不如。莫逐有緣，勿住空忍。一種平懷，泯然自盡。」

這是說佛法的大體在整體上是圓滿這個太虛空。虛空和虛空是相等、同等。「無欠無餘」，沒有不夠的，也沒有多餘的，不會多了一些出來。這是在表達「無大不充」，是充滿法界、充滿虛空；而「無微不入」，就是沒有東西比它更微小，沒有東西在它裡面，無所不包，無所不容。這是說「一切眾生，本來面目，各自如如」，每個眾生的性都是一樣，都是如如的。

所以不如，良由取捨，調轉過來念，比較容易理解。無欠無餘，是眾生的本來面目，各自如如，何嘗造作。也就是每個眾生自己都具足，這個如是如來之如，都是如如不動。就是因為造作取捨，揀擇，順逆，所以不住在本位了，就不能夠如如了。這裡就失去了本位而被轉了，被境所轉了。所以我們千萬不要追求妄念，追求妄想，打妄想的時候，我們就離開了真理，本來我們就是真理的一份子，但我們一動念，就迷失了，離開了真理。

本來圓滿，「何嘗造作」？由於造作的關係，有取有捨，而不住在自己本來圓滿的位置上。「不住本位」，有取有捨，有憎有愛，這些就是造作。一有這些念動的時候就不能

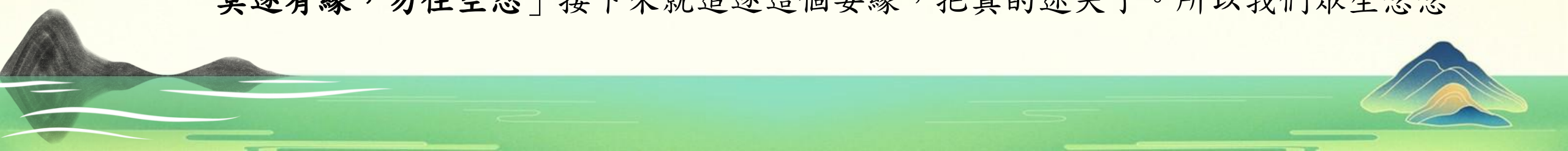



如如了。如如就是不動，就是本來的樣子了。一起心一動念就離開了自己的本位。

我們修行用功的人怎麼樣保持住，不起一些不必要的情緒呢？喜怒哀樂、憂慮、悲傷，這些都會讓心離開本位，擾亂我們的心。上人教我們，修行人最重要的就是不要發脾氣，不論是有理的、無理的，在任何情況下都不要發脾氣。在我們學道的期間都必須忍耐，也就是教我們要時常保持心的不動、保持心的清淨。你能夠保持有多長時間的清淨，你就有多長時間的功夫，多長時間的定力。到你功夫成熟的時候就會有所謂的嶄然入定。因緣到了，福報夠了，種種的助緣都具備了，就自然會得到這個定力。

不能夠如如，心就起念，就會動，有所造作；不能夠如如，就離開了心體，就不能住在本來住的位置上面。「故不如三界見於三界」，於是就有所失。不如三界見於三界，我們人看到事物就會起念，會分別這個事物的好壞美醜，這個事物對自己有沒有利益好處，這個就是不如三界見於三界。有功夫的人，是看事物的本身，事物的本身是怎樣的，他看到這個事物的本身是怎樣的。他不會加一些色彩，也不會加一些自己的見解在裡面。有見解就不如了，就不是如如了，這樣就有所失，所謂被境所轉。

「莫逐有緣，勿住空忍」接下來就追逐這個妄緣，把真的迷失了。所以我們眾生念念



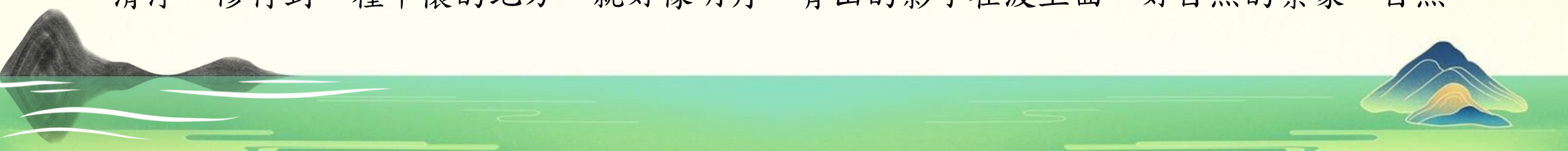



都是在起念。我們看事物不是看事物的本身，我們是看到的是對事物的妄念，以我們的妄念去認識這個事物。這裡是需要我們靜下來慢慢觀察自己，了解自己的問題在哪裡，應該要從哪裡下手，不再受這些不必要的念的干擾，不再跟著它跑。

我們在這個世間，有緣的地方，在這個有為的世界裡，不要住在空忍上。我們要發大心，發一個成就佛道，菩薩道的心，不要住在空忍，不要在頑空就認為足夠了。千萬不要迷真而逐妄，在妄的地方，住在空忍上，得少為足。

這個忍是一個位置，一個地位。這個空不是頑空，也不是斷滅的空，非頑虛空。這是指析法真空。析法真空，是講二乘人的認識；體法真空，是講通教的菩薩所認識；妙有真空，是登地菩薩的認識；真空妙有，是諸佛的認識。這裡說「勿住空忍」，講的是緣覺二乘人得少為足，不再進求究竟的佛道。

「一種平懷，泯然自盡」表達一種佛的境界，看一切的法都是平等的，以平等為懷觀一切的法，才能泯然無物，自然淨盡。古德有句說話：「道人一種平懷處，明月青山影在波。」雖然波在翻動，但是青山明月都能夠投入波裡面，可想而知這個道人的心是多麼清淨。修行到一種平懷的地方，就好像明月，青山的影子在波上面。好自然的景象，自然





的胸襟。


究竟的佛道是怎麼樣的呢？是一種平懷。看一切的法就以一種平等的心去看。心裡面沒有一切的物，泯然無物，自自然然的。今天和大家分享到這裡。大家有沒有什麼問題。我們可以互動一下，大家研究一下。或者你有你的看法，可以講出來大家可以研究一下，讓大家對這個古人所寫的〈信心銘〉有更深入的理解。

問：〈信心銘〉說修道人不要有愛憎，請問法師怎麼可以做到沒有情緒？

師：怎麼可以不起這種不好的情緒。如果從禪宗的角度來看，在還沒悟道的人來說都會有這種現象，要能把握自己、把持自己。要悟道了，見到真理了，見到真相了，就不會被境所迷惑。

他信得過佛所說的一切，信得過自己和佛是一樣的。他有這種信心的時候他就能夠掌握自己不被境所轉。但在我們還沒這種體驗之前，我們多多少少都會被境所影響。從我們學習開始，去明白這個佛法的道理。受戒、持戒、學戒，研究祖師大德的種種著作，無非都是為了要了解這個真理，了解這個道。






對這個道，你越了解，你就越能不輕易起情緒，因為你知道起情緒是傷害自己。它唯一的作用就是這個。情緒就是障礙你成佛，障礙你修道、得道的因緣，沒有其他的。在一般人看這個世間是真實的，但事實上來講，我們人是生活在這些不真實的幻象裡邊，我們就在幻的境界裡爭持，互相追逐。

當你可以對這些不真實的東西有一些些體會，你就會平靜一點。你的體會越深，你的平靜的力量就越強。能夠保持這種平靜的力量，慢慢就能夠控制自己的情緒。看一切的事物都是假的，不真的。我們人就是活在實有執裡面。本來沒有的東西，我們執著它有。一直執著執著執著，偏執到我們感覺到它存在了，是真的了。但是我們不知道，人就是活在這種實有執當中。

佛陀就是來跟我們講這個道理。雖然我們一下子接近不了、體會不了，但是道理是這樣。就看我們自己對這個道的認識和體會有多少，自己對自己就有多少把握。就好像〈信心銘〉裡開宗明義說的憎心和愛心。這個憎和愛在我們心中互相爭持，憎心大的時候，愛心就少。在修道你能定下來有多少，動的就自然減少多少。動得越多，靜的就越少；靜得越多，動的就越少，看我們每個人自己能夠放下多少。



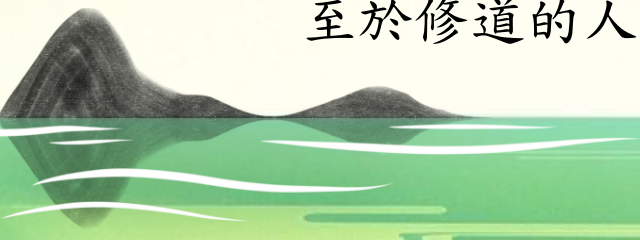



佛陀來世間都是為了告訴我們這件事。讓我們好好的可以早日回家，就是這樣。或者有沒有其他人提出他的經驗。

問：剛剛說到還沒有悟道的人都會有愛憎，〈信心銘〉也鼓勵我們要求道，要見道，要遠離愛憎，所以我們最好不憎不愛。但是這個不憎不愛和木頭人、石頭對外界都沒有反應有什麼不一樣？另外，所謂的「不憎不愛」和「無慚無愧」有什麼不一樣？有些人說「不憎不愛」，所以我也不想改變。我常常想這個「不憎不愛」和「無慚無愧」要怎麼去界定。

師：先從「無慚無愧」上去認識。在這個社會上，在現實中，無慚無愧的人會給你什麼印象，他的行為給你的概念是什麼？沒有慚愧心的人。現象有一些人很喜歡趨炎附勢。看見有錢的人就親近、討好，看見窮的人就嫌棄。他所做的事都是為了利益。沒有利益的事他就不去做，所以在行為上就顛顛倒倒，沒有準則。他的行為只是為了自己的利益而做，沒有覺得廉恥或者不廉恥。做錯事他不覺得錯，無慚無愧。很容易理解，他的行為很容易看出來。

至於修道的人要是沒有憎愛的心，是不是就像一個木頭人呢？剛剛〈信心銘〉裡面







就已經形容了這個道人的心，很清楚地說出來，「道人一種平懷處，明月青山影在波」，這些都是形容修道人的心。有功夫的修道人，所謂「平懷」，「泯然無物」是指的他的內心裡無物，沒有什麼障礙，並不是他不知道怎麼分辨、不懂分辨、不去分別，在他的內心裡，笑的時候它依然是笑，但是他看一切事物都是平平常常，都是一樣的事情，不會因為事情而障礙他的心的清淨。

他心裡面沒有預先有一個物，那當然就無礙了，什麼事物都可以容納，接受。事情來的時候可以來，要去的時候也可以去。他不會放在心上，輕輕鬆鬆，自自然然。所以「明月青山影在波」，平靜的湖水當然可以影出明月和青山。但是當湖水裡面起了漣漪了，明月和清楚都依然是影現的。所以可想而知這個道人的心是多麼平靜，泯然無物。

六祖菩薩有說過「清淨性本然」，說的是眾生的自性，或者心，他本來的面目是這樣，就是這樣的。「性宛然」，宛然而存，宛然而在。這是古人形容道人內心裡面的境界。這當然和木頭人是完全不一樣的。他不是不做事，他一樣是做事的。但是這個事不會障礙到他，令他生起不好的情緒，他也不會把這個事放在心上。這個說的只是讓我們認識一下而已。但是，你想知道這個實際是怎麼樣的，你就需要有所體會。當你有所體會之後，





就不用別人說你也能知道這是怎麼了。說只是讓我們事先知道一下。到你偶然間觸到或碰到，或者剛剛好遇到有這種境界現前的時候，你就知道這是什麼，你不會錯過了。


如果你不認識，不知道的時候，很快就會略過。略過之後，當你有機會靜下來回想起曾經好像有過一些感受，一些經驗。但是當時沒有馬上自己承擔下來，就錯失了一個機會了。因緣是很難說的。我們修行的人每一個時刻，每一分每一秒，每一個念，乃至每一件事都是一個因種，都是種因。這些念，這些時刻，都是我們將來契入佛法的因緣。

契入佛法，是講因緣時節。因緣時節到的時候，隨時隨刻觸著或者碰著，就能接觸到、覺察到。所以隨時隨刻都是悟道的時候。無論我們聽經的時候也好，做事的時候也好，或者是應對的時候也好，你只要能夠注意，不要輕心，這都是你悟道的因種。如果我們輕視了某一個念、某一個時刻，這個情緒一起來，這就錯過了很多人得到利益的因緣。





止動歸止 止更彌動
唯滯兩邊 寧知一種




二零一六年九月四日

〈信心銘〉一開始用「揀擇」這個問題告訴我們憎愛---有喜好、有討厭這兩種心態障礙了我們天然本性的佛性。就好像晴天生起了烏雲，把晴天清朗的境障閉了，因此我們真性的力用就用不上了。如果我們要恢復自己的真性，就必須從這種兩極化的、相對的觀念裡面逃脫出來，不要讓喜歡和不喜歡佔據我們的心，遮障我們真性的力用。前面所說的憎愛、順逆這些相對，都是障礙我們本體的呈現。

但是，我們人活在這個現實的世間，就是用這種相對的觀念生活。這種觀念在我們生生世世的生活裡，不知道累積到有多深厚，一下子我們不能將它放下，所以在後面有很多是針對這個問題去解釋、去說的。我們人是活在相對之中，要想脫離這種觀念，脫離種種的境界、種種的知識，我們就要知道不要被觀念把我們卡住，讓它障礙我們。知道這個根本之後，反而能夠運用這種相對的觀念，從這種相對的法裡面走出來。

我們繼續下一段。「止動歸止，止更彌動。唯滯兩邊，寧知一種。一種不通，兩處失功。遣有沒有，從空背空。多言多慮，轉不相應。絕言絕慮，無處不通。」







「止動」，「止」是停止、歸止；「動」是動相。「止」是靜態屬於陰，「動」是屬於陽，兩種狀態。「止動歸止，止更彌動。唯滯兩邊，寧知一種」，有意在「止」，等於有一點動作，唯滯兩邊，就障礙了，這是一種的呈現，是絕對。

「一種不通，兩處失功。遣有沒有，從空背空」，這四句是從空和有去表達相對。下面四句，「多言多慮，轉不相應。絕言絕慮，無處不通」，這裡是表達在靜的時候，你不去障礙它，這個本性的呈現、本性的功用就沒有不通達的地方，能夠包羅萬象，一切都包括在裡面。

下面的解釋：「佛法本自無為，而無不為，則可知知止，而無不止，非止動而後止，故止動歸止。」意思是說，無為法以及無不為，這是表達佛法和世間法的分別。怎樣去了解世間法而運用世間法。「則可以知止，而無不止」，這裡要連著下一句去理解，「非止動而後止」，這裡的「止」不是說停止了、沒有動作了，然後才能叫止，而是在動的時候，就有止的內容在裡面。「止動歸止」，然後才有後面的「而止更發，彌滿的動相」。

這個我們要怎麼去理解這個「動」和「止」，在「動」裡面就有「止」呢？我們一般人都說停止，就是不動，這和「動」是相對的。在「動」的時候，又怎麼可能有「止」的存在呢？它們是相反的，兩面的。





怎麼樣去理解呢？過去的大德，比如傅大士在他的詩偈裡面有說「橋流水不流」。我們大家都知道橋是不動的，水是流動的，既然是流水，當然就不是止靜的狀態，那為什麼說「橋流水不流」呢？這是傅大士他所見到的境界。另外也有很多大德說靜止的流水，在他們悟道以後見到這種境界，靜止的流水。流水，我們都知道是動相。那為什麼流水又會是靜止的呢？這些都是功夫的現前。


我們可以用比較的方式去了解一下。比如我們看東西，甚至聽東西，聽音樂也好，聽人說話也好，看風景也好，或者開卡通片，或者看電影，或者看舞蹈，這些都是流動的，聲音、聲塵是流動的。但是我們有沒有察覺到，在裡面有不流動的東西呢？

問一下大家，有沒有察覺到有不流動的？

居士：膠卷不流動。

師：膠卷不動那怎麼過呢？要一張一張換下去，不然怎麼看下一張呢？

居士：我用卡通來做例子，我們看到卡通裡面的小豬、小兔子那些好像在動，其實它們是不動的，只不過這些動作是用很多張圖畫鏈接起來，一拉這些圖畫它們就能動了。這是我的看法。



師：不知道大家接受不接受這種解釋？


居士：我在高速行駛的列車上，我站在車上都不動的，但是外面的景色在動，外面的牌子在動。就像為什麼說橋是動的，水是不動的，因為我是在水裡面，所以覺得水是不動的，橋是動的。

師：大家接受不接受這種解釋？

居士：水動是一種現象，橋不動也是一種現象，動和不動都是一種名相，是你的心去識別、去區分。動和不動，只是如是觀的話只是一種現象。如果你的心不動，你沒有去區分它、沒有去識別它，它應該是平等的。

師：它應該是平等的。

居士：我記得在中午法師開示講憨山大師坐在橋頭打坐，他沒有被水流聲所干擾。之前他沒有辦法打坐，因為水聲太大。後來他用妙峰禪師的法，就完全融入到環境裡面。心像虛空一樣，包羅萬象，他包容了水流的聲音，萬事的景色、景象都在他的心裡面，所以他可以如如不動，也不受水流的干擾。我用這個例子來說明橋動水不動。只要去包容，在這個裡面的話，就可以證明這一點。我不知道對不對。




師：我們剛才講在動的相裡面，是有一個不動的。這句法在《六祖壇經》裡面有，你可以去看一下。那怎麼樣理解在動的裡面有不動呢？我們用眼睛來理解。我們看事物、一件事情、畫像，或者是眼前的境在不斷的流動。不論你是看圖案、畫或者風景，景都是一幅一幅。那我們留意一下我們自己眼前這個看，看東西的看。無論是看風景、圖案、畫，是不是都是眼前的這個看？

在來果禪師有一句開示很精闢，他說：「大道盡在目前，尤被目前蓋卻。」意思是說，道就在你眼前，但是又被眼前所遮蓋。看森羅萬象，種種的境界，看眼前種種的事物，你看之前也好，都是你眼前這一念，眼前這一看。你看後面也好，看左邊也好，看右邊也好，都是你當下，眼前的看，它是沒有變的。

種種境界是潛流的，但是這個體是沒有動的，從古至今都是這一個體。但是我們人往往就被眼前的景物所吸引，而在境上起分別。我們就是在這個分別上面不斷的分別，一直分別下去，分別到現在也還是在分別，沒有停止過。分別到現在，就造成一就變成二，二變成三，三變成四，四變成五，無止境的不斷的分別下去，生命就無止境的延續下去。

所以後面一句「止更彌動」，在有意識「止動」的境界裡面，意識「止」就是一點動，





就會有所滯礙，落了兩邊了，有無、長短、生死。一種是絕對、獨立的，是沒有分別之前。如果不明白這個獨立的法門、絕對的法門，如果不明白這個一，你就會失去了平等。所以後面是豈能平等？怎麼能夠平等呢？如果不了解這個絕對、獨立的法門，不了解、不通達，那中道又怎麼能夠成就呢？你就會失去了這個中道。

中道就是真諦和俗諦，後面有提到真空和妙有的關係。佛法和世間法是沒有分別的。要怎麼樣去運用這個獨立的法門呢？這裡先讓我們了解有這個獨立、絕對的存在。你能夠知道有這個絕對的存在，你才會知道要怎樣去修、去達到這種境界。我

回來說這個「**真諦**」和「**俗諦**」的作用和功能。「真諦」是說真空，「俗諦」是說妙有。真空和妙有的關係。也可以說是**緣起**是俗諦，**性空**是真諦，緣起性空。這是在大乘佛教裡面、緣起法裡面有說很多。以這個「緣起性空」來表達佛法，一切一切都是因緣所生的法。但是，這個因緣所生的法都是建立在真空裡面，在真空裡面成就。

也就是說一體兩面，實質是一，有兩面的表達。這裡是表達妙有真空，真空妙有。這個「空」不是一般所說的頑空、斷滅這些空，也不是析法空觀。這個頑空和斷滅的空是違背了真空妙有的空。所以說從空而背空，不是真正要表達的空。






「多言多慮，轉不相應」，說多了就不能和真心、絕對的法相應。「絕言絕慮，無處不通」，能夠不說話、不思慮了，整個虛空、法界沒有一個地方不通達，是遍整個法界，森羅萬象，一切都包容在裡面。

這裡是用動、靜來表達心體。所以說「大道在目前」，這個道在我們眼前，經常和我們在一起。傅大士有一首偈，意思說在起居飲食中，自己本有的佛性和我們在一起。我們休息也好，起床也好，我們的心性始終和我們在一起，未曾離開我們，但是我們不知道。

現在告訴我們，有這種本能，有這種性，就是要我們知道怎麼樣去將自己的性重新呈現出來。這種表達就是「絕言絕慮」，不要說那麼多話，不要思慮太多。動止、止動是我們要靜下來慢慢感覺、接觸它，當你能靜下來到極點的時候，你就會有所感受。如果我們的心不斷攀緣，不斷的奴役這個心，我們就沒有辦法享受這個真心的力用。所以教我們不要分別。

接下來「歸根得旨，隨照失宗。須臾返照，勝卻前空。前空轉變，皆由妄見。不用求真，唯須息見。二見不住，慎勿追尋。纔有是非，紛然失心。二由一有，一亦莫守。一心不生，萬法無咎。無咎無法，不生不心。能隨境滅，境逐能沉。」






這裡是用唯須息見，息滅我們種種的見、意見，真就呈現。我們現在見的都是妄見。「歸根得旨」，歸到根本上，得到意旨、要旨。「隨照失宗」，還需要觀察、覺照這裡是說修行的人，當然悟道了，見到自己的性了，見到自己的真心了，他還需要修，還需要用功。所以古來有很多修行人去水邊林下、阿蘭若、僻靜的地方去用功，稱為「養聖胎」。聖是聖人，悟道以後就好像懷了一個聖人的胚胎，如果你不好好保護的話，就會受到傷害。

因此說需要有「保任」的功夫。「保」是保護它不受到傷害；「任」是放任，當「保」的功夫做到一定程度的時候，就做「任」的功夫。由著心自己的運作，自己去做，自自然然的。在「保」的時候，要照顧自己的言行舉止，會不會有失覺或者越軌。這種在「保」的功夫裡面，保護它的時候去做。有一些修行人二、三十年都在山裡面都在做這個「保任」的功夫，做到功夫成熟了，很自自然然的，能夠有相當的力量，定力了。然後就去城市，做「任」的功夫。

面對種種的境，受一些考驗。會不會因為受考驗而出錯呢？會不會因為有境界就失去了真心的呈現呢？這樣就去市井裡受考驗。在受考驗的同時，將自己的功夫一步一步提升。沒有考驗的時候，環境很好，用心的條件很好，沒有其他境來考驗。但是當考驗來的時候






又能不能保持這種功夫呢？這就要到市井裡面去練習、鍛煉。如果有問題的話，心動了，那就不行了，又要再回去靜一靜，再鞏固自己的心的能力。這是「保任」兩方面的理解。

所以悟道之後，還會有從性起修。這個「聖胎」得到了。就用這個「聖胎」的功夫來修行、覺照，得到這種功夫，就在這種功夫上去磨煉，去累積自己的功力。有的時候難免失去覺照。如果有這種現象的話，就更加需要去訓練自己返照的能力，增加功夫的能力。在這裡有表達，返照的力量只是少少的作返觀、觀察，都比前面所說的析法空觀更加殊勝，比二乘人所見到境界更加殊勝。

為什麼呢？前面所說的空，就是析法空觀的空是有間斷的，它不是絕對的法，不是獨立法門，不是在性上面的，不是整體。而這個見到本性的人，他稍微觀照的功夫，是比析法空觀的二乘聖人更為殊勝就是在這裡，因為它是沒有間斷的。

「前空轉變，皆由妄見。不用求真，唯須息見」。「前空」就是剛剛所講的析法空觀。都是一種見。由分別、分析二來，得到空的定力，是屬於有間斷的。在它轉變的時候都是一種妄念，由於它是有間斷的，所以就不是真，不是獨立的，不是真性上面的東西，不是絕對的法門，不是絕對的境界。





由此可以知道你有所求，你想要怎麼樣，就會有「能」和「所」。「能」和「所」本身就是一個妄。故此後面就說不用求真。你不要去找一個真。「唯須息見」。只有你將種種的見，意見停止下來，唯須息見。息滅種種的見，不要再分別了，越分別就越多分別，越分別離真性就越遠。

今晚講到這裡。大家有沒有什麼問題，可以討論一下。

今天主要使用「動」和「靜」去表達有為法、世間法或者說相對的法。在相對下去認識自己，什麼是動的，什麼是不動的。去重新感受自己的不動的體。在這個不動的體上用功。唯一的方法就是不要去分別，息滅一切的妄想，妄分別，就是絕對，就是平等。

怪不得古來的大德都是教我們修行的人就是要忍。如果我們不能忍的話，當然是有所造作了。無論是造作得大或者小都是傷害心的呈現、傷害我們真性的呈現。所以不斷不斷的提醒，教我們在修道的立場上，第一個要點就是在任何情況之下都要保持自己的冷靜、清醒。天塌下來，地沉下去，最重要你不要動。你能不動，就能保護自己的真性、真心。你不能定下來的話，你的心就會受到干擾或者傷害。或大或小。就看你自己懂得多少了。有沒有問題？



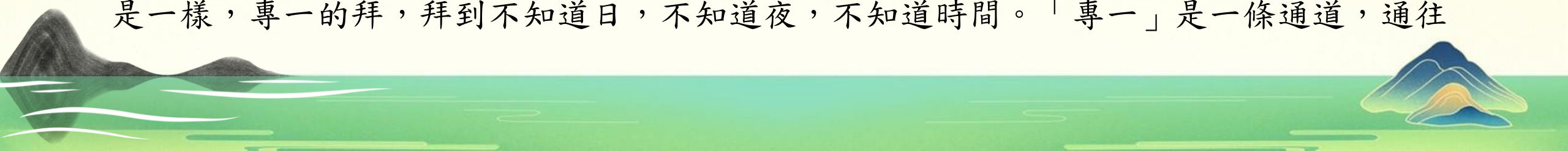



問：昨天說「愛」和「憎」，今天說「止」和「動」，我想問「止動歸止，止更彌動」。這個「止」出現了三次，動出現了兩遍。能不能請法師再為我們解釋一下這三個「止」有沒有不一樣？

師：「止動歸止」。第一個「止動」的「止」是說相對的止，和動相對。第二個「止」是歸到我們妙體的方式來表達，就是回歸到我們自己的根本。第三個「止」是假如在根本上面有小小的動，就會引申出下面的事情「唯滯兩邊」。就落到這個相對的法裡面。所以第一個止是相對的止。第二個「止」是根本的止。第三個「止」是根本的止上面起動，是根本上面的止。就是這樣理解。

問：「止動歸止」。好像萬佛城冬天禪七是屬於修持（靜），萬佛寶懺就是屬於動，這個兩個法要修，要怎麼歸止？

師：說到修就已經在相對之中了。無論是靜坐的法門，用靜相去修；或者我們拜懺，用動相去修。目的只有一個，就是回歸到根本的止。就像昨天說的，就是要我們專一。專一到極點，就所謂「花開見佛悟無生」，就是專一。你念佛念到專一，不念而念；拜佛也是一樣，專一的拜，拜到不知道日，不知道夜，不知道時間。「專一」是一條通道，通往





我們自己根本本性的一條通道。無論是在靜相的修，或者是動相的修，目標都是專一。因為專一，才能回歸到我們自己的本性上面。就是這樣。

問：通常有一個心態，我要拜佛或者我要拜懺。因為我們做了惡業，就有一個心態要求懺悔，所以就好像存在一個「有」，所以歸止就比較困難。請法師開示。


師：我們用懺悔法去認識。在懺悔法來說。有經文、儀軌讓我們去懺，這叫「作法懺」，依著這個法則去做。

「取相懺」，就是有一個對象讓我們去面對，去禮懺，有懺文讓我們去念誦，或者自己內心說出來自己的過錯。對大眾講，或者對佛菩薩講。這些我們叫取相懺。這是屬於世間法，有動有靜。

另外一種在靜坐中懺悔。一步一步的從析法空觀，二乘聖者修的；再深入一點體性空觀，真空妙有；通教菩薩，妙有真空。大菩薩，真空妙有，妙有真空。一步一步的修上去。這個也是懺悔。這是「無生懺」。

像今天所說的在本性上用功就是無生懺。當我們開始打坐的時候，會發覺自己有很多





妄想，我們能觀察到有很多妄念，這些妄念是我們以前的造作而形成的一種思想。這些思想一個一個的在我們靜坐的時候湧現出來。我們人的生活、思念、想什麼，就是有這些念所障礙，或者是由這些念去推動，作為我們生活的模式，形成我們生活的圈子、情況。這些都是我們過去的思想所驅使，我們就這樣的選擇。


無生懺的作用就是把這些妄念切斷。把這些妄念切斷之後，你就可以好好的照顧你當下的念和心。過去種種的妄念平息下來了，不再干擾自己了。那你掌握自己的能力就大了一點，多了一點。在這個地方迴光返照，看自己的心體。

剛剛說的「能」和「所」都是妄。有能、有所就不是絕對。現在迴光返照，就是要找出這個能、所之前的是什麼。回歸到性上面。所以在禪宗裡面的懺悔，就是將過去的念切斷。不再需要去顧慮這些妄念的干擾，能更有力量的用心迴光返照。這兩者都是怎樣才能做到專一。專一才能把我們的本來面目再呈現出來。這都是可以做到的。就看我們能不能專一。就看我們專一的程度是多少。就是這樣。

問：如果在佛菩薩面前懺悔自己的過錯，罪是不是會消滅呢？

師：說出來之後你會覺得舒服一點。





問：只是舒服一點嗎？罪不能消嗎？

師：可以有幫助。看你懺的是什麼？

問：如果已經在佛菩薩面前懺悔了，還要不要在那個人面前懺悔呢？

師：要是你能在那個人面前懺悔，你就用不著向佛菩薩懺悔。

問：如果向兩邊都已經懺悔了，那罪還是有，要怎麼辦呢？就是那個人不管怎樣就是不會原諒你的，那怎麼辦呢？


師：做了好過沒有做。看你做的事情是什麼。有些錯是物質上的，實質上的。你懺悔只是表達了你的心意。但是欠別人的東西，你始終還是欠著。

問：可能那個人不領情。我有跟他懺悔很多次了。很煩惱。

師：你可以在佛菩薩面前禮拜。禮拜那個不放過你的人。禮拜到他可以把這個執著放下。是可以的。


問：剛剛說的「止動歸止，止更彌動」。其實最重要的就是後面的「止更彌動」。






「止動」就是兩邊。所以我們修道的時候停止不好的行為，要做好的，就是執著了。到慢慢修上去之後，就不止這兩方面，兩邊都要做。就像上面寫的一種獨立不通。中道何立。其實中道就是包括不是一樣東西，而是全部東西，就是止動都包括。不要執著止也不要執著動。如果你執著一樣就真俗二諦的功能就不用說了。所以我們從中道方面來研究的話，就很容易明白**這個止動的問題**。請法師開示？


師：這裡用「止、動」去表達，是要我們不要有那麼多分別心，不要為自己打算那麼多。在修行時候，種種的事情我們都要去做，種種的功德我們都要去做，不要執著。「性」和我們是一體的。在動裡面本身就有止，並不是動靜分開，他們本來就是一個，也可以說本來就是中道。但是我們不會運用，或者說我們不知道有這個東西。現在我們知道了，那怎樣才能做到回歸到一呢？這主要是表達這個。怎樣才能回歸到一。用動靜去表達，不要動那麼多念，不要講那麼多話，專一的去用功。專一就是進入絕對的一條路徑。OK。今天就到此為止，明天再繼續。





前空轉變
不用求真

皆由妄見
唯須息見




二零一六年九月五日


「歸根得旨，隨照失宗。須臾返照，勝卻前空。前空轉變，皆由妄見。不用求真，唯須息見。」

就是說修行的人找到這個根本了，得到這個根本的宗旨了，還要隨時覺照，就是迴光返照。由於剛剛得到功夫的成就，還沒有很穩固。因此還要時常保持覺照的能力，以免有所走失。但是這種迴光返照，覺照的能力非常殊勝；就算只有一點點的時間迴光返照，都已經勝過析法空觀，就是二乘聖者所證到的。為什麼呢？由於得到根本，得到一乘的宗旨。這個是絕對的，無為而無不為的法門，是沒有間斷的、平等的法門。

而這個析法空觀是有間斷的、有生滅的，它觀察生滅而成就空觀。這個與根本、平等的一乘大道是不能相比的。所以就算只是稍微用功迴光返照，它的功德已經勝過這個析法空觀的成就。前面所講的空觀是屬於生滅法，屬於妄見。不是在真正實法上面用功，不是得到真正的宗旨，真實之力未能得到。要想得到這個真如實相的理體，不需要去求，只要平息我們的知見，就是這個真的本體。

「二見不住，慎勿追尋。纔有是非，紛然失心。二由一有，一亦莫守。一心不生，





萬法無咎。無咎無法，不生不心。能隨境滅，境逐能沉。」


「二」是對「一」來說，這個「二」不停留，不斷的追尋，沒有窮盡的一天，這個分別的心沒有停的一天，一直一直分別下去，這些都是虛妄的分別，不是真理的本體所應有的。

所謂「開口就錯，舉念則乖」，就是叫我們放下這個分別的心，按照本體，本來是什麼樣子的，就跟隨這個樣子去修。念動才會有開口的因緣，這些都是是非真假的分別，永遠沒有了的時候，已經離開了本心的真相。

「凡有名相，必以因由，故曰二由一有」，有名有相這些，都是因為、所以，都是由因衍生出來的果，故此二由一有。但是這個一亦不可以守，你有所守就有所著住了。也無法不生，不生也就是不執，不執亦不以為心，能隨有之境而滅。

這是「能」「所」的關係，有能就有所，有所就顯出能。這個能知的心就生出所知的境。這告訴我們法不可以執，連這個執也不可以執。掃一切法，離一切相。這個能和這個境都雙雙消失。這個境就跟著這個能知的心沉了，就是不見了。






「境由能境，能由境能。欲知兩段，元是一空。一空同兩，齊含萬象。不見精麤，寧有偏黨。」

凡是一切法都不會單單自己生起的。這個也是說「能、所」的關係。「法不孤起，仗境方生」的道理，有這個境界，有這個助緣就有這個法的生起。由這個能知的心而起，乃至一切環境也是由這個能知的心而生。能知的心也不會自己生起，也是有境所對就有所生。所以說「諸法不自生，不他生，不共生，也不無因生」，故此說「境由能境」，要有能知的心才能成就所觀的境。又說「能由境能」，有所觀的境才能成這個能見的心。

「欲知其兩段之由」，想要知道這兩個的緣由，「元是了不可得」，都是空的。「一空同兩，齊含萬象。不見精麤，寧有偏黨」，如果想知道這兩段的因由本來都是不可得的，都是空的。這個空和兩相，能和所。能境和境能。「一齊同含宇宙森羅萬象，而不見有一空之精微，及能境、境能之麤相」，精麤都不見了，「豈有偏黨之分」，意思是說實質上就是一個。在空裡，看不到有精微的地方，也看不到粗的像，又怎會有一點點的分別呢。

由於舉心動念而產生能和所。但是能觀的心和所觀的境都是由真實的本體所顯現。




就是由一分成二，再分成森羅萬象，而本體的微妙就不見了，隱藏了，這個妙不可言。

「大道體寬，無易無難。小見狐疑，轉急轉遲。執之失度，必入邪路。放之自然，體無去住。」

「大道遍一切處」，沒有難易就是沒有兩邊了。易，從本體上來說，人人都可以成佛，難就是我們現在的處境，人人都是凡夫。「小見狐疑，轉急轉遲」。道的體包括一切。從容易的方面來說，人人都可以成道。在難的方面講，誰能成賢成聖呢？「大道非小見而可受」，「小見」就是大驚小怪。「大道」不是小見的人，也就是不是短視的人可以接受得到的。

由於狐疑的疑心，有疑心就不定了，信心不夠，故此難以成就。好像冬天狐狸過河，河水結冰了，狐狸從這裡走到對岸，它走一步聽一聽，有沒有水聲，就怕跌落下來，如果聽到水聲，就很小心，每走一步都聽一聽，這個疑心就很大。

所以狐疑的人學的話，不是急，就是遲鈍，就是懈怠。匆匆忙忙的想早點有成就。要麼就是慢條斯理，慢慢拖、懈怠，都是屬於兩邊。這又怎能知道「非急非遲之道」，不快不慢的道理？



所謂中道，正如以彈琴來比喻。弦拉得急了就容易斷，鬆了音質就彈不起來，這就是失之過度。太過、不及都是不好，要合乎中道，平平常常，自自然然地去修改自己、改正自己。如果落了兩邊，失了中道，就容易落入邪道，這就修得不對了。要自自然然、平平常常地來修。

這個「大道」，就是這樣平常、自然的。大道的體，是呈現具體，所謂「菩提性宛然」，菩提也就是這個大道、覺道，就是本來的樣子，沒有快、沒有慢、也沒有來、沒有停止、沒有去，因為它大而無外的體，本來就是這樣的。那麼，來、去、住、止，又安放在哪裡呢？這個是說心體的本然性。

「**執之失度 必入邪路 放之自然 體無去住**」如果執著這個遲或是急，就不是中道，落於兩邊，心急或是遲延，不免失之過度，就失去了合適的尺度。假如能夠放之自然，自然的修，大道就會完全體現。無來無去，沒有三世。因為他本來大而無礙的體性，有怎麼會有停止，或者住處，一個邊界呢？就是因為它本來是大而無礙的體，怎麼會有一個處所。

「任性合道，逍遙絕惱。繫念乖真，沉昏不好。不好勞神，何用疏親。欲取一乘，




勿惡六塵。六塵不惡，還同正覺。智者無為，愚人自縛。」

「任性合道，逍遙絕惱」，我們人本具的天性，天然之性，是需要隨順這個性而去做，隨性而行之，從性而修，這樣就合道了，與道相契合。能夠和道合，「任運逍遙」，他表現出來的樣子就是任運逍遙、自自然然、自自在在，絕無煩惱。

如果不然，「若反造作」，如果反過來，有所造作，而特意把持這個念，就會「自乖真常之性」，違背自己的真性，這個平常的性。在這個真常的性上，生起執念，有所執持，就會「造作成勞，自取昏沉」。「造作」就是刻意。你用神用久了，自然就疲勞了，「自取昏沉」，慢慢地，後續不濟的時候就昏沉，這當然就不好了。就是因為這個不好，所以這種執持是勞神的，是屬於虛妄的作為。


「如是之法，皆屬有為」，這樣的法都是屬於有為的法。「不好勞神，何用疏親」，「以為去塵離垢」，以為去塵就離垢了，「故用疏親」，所以就用這個有疏有親的分別。然後就形成好惡，有接受的，有不接受的，有好的人，有不好的人。這樣又怎麼會是「一乘平等大道」呢？




如果你想要這個一乘大道，「不可厭惡六塵」，不要厭惡這個六塵。「六塵不惡，還同正覺」。什麼是六塵呢？這裡是說「大乘之妙有真空」。故《心經》說，「無色、聲、香、味、觸、法」。「承五蘊皆空」，就是這個妙有真空。如果你知道六塵是妙有真空而不厭惡它，妙有真空是不可以厭惡的；你不厭惡六塵，這就等於正覺。「乃智者之無為」，這個是有智慧的人成就的法，無為無所不為。就在這裡修。

如果是愚癡的人，他不明白這個真理、真空，他未得到，不明白這個根本，就會自己綁住自己，被六塵所綁。意思是說，成佛就是在這個色、聲、香、味、觸、法裡邊用功夫，在五蘊裡邊用功夫，有智慧的人懂得用它；愚癡的眾生就不懂得用它，就會被這個色、聲、香、味、觸、法所綁，被五蘊所綁、所愚迷，就成眾生了。

這些在《楞嚴經》裡邊有說。《楞嚴經》裡，佛陀教阿難尊者，沉淪就是因為這個六賊，但是你要成佛，還是要在這六根上去修。令我們生死輪迴是這六根，令我們等同正覺也是這六根，就看我們明白不明白，認識不認識。認識、會用，就等於佛；不認識、不會用，就是眾生。







「法無異法，妄自愛著。將心用心，豈非大錯。迷生寂亂，悟無好惡。一切二邊，良由斟酌。夢妄空華，何勞把捉。得失是非，一時放卻。」

一切法本來無異法的相，從真空之中生出妙有，「妙有」就是相，「真空」就是本體，一切的妙有都是在真空中生起、呈現的。「一切法本無異法之相」，是人心妄自生出喜愛，任自己生出歡喜、不歡喜，歡喜的就執著。

「豈可將自心，妄用自愛自著」，用妄心去分別自己的喜好，生出執著的心。將這個本心，再用這個本心，這豈不是一個大的錯誤！「將心用心，豈非大錯」。「迷之則生寂中之亂」，迷的時候，在寂定之中生出亂。「悟則不生好惡之心」，悟的時候，就不會生出好惡的心。「一切二邊」，「二邊」是指有無、是非。「易生障礙」，這都是容易生出障礙。不可以忽略它們。這個「斟酌」的意思就是商量，再講俗話一點就是計較的心不可疏忽。其實都是由斟酌而來的，不可以忽視它。

「世事如夢幻」，世事就好像夢幻；「富貴似空華」，富貴就好像空花一樣。「何可勞苦把捉」，這又何必苦苦去爭取呢？「貧富得失，人我是非，應當一概即時放下」，富貴、得失，人我是非，都應該即時放下。這裡是叫我們修道要有斬釘截鐵的心，不要因循







自己的習性去分別好惡的心，喜歡的就接受，不喜歡的就拒絕。這都是屬於兩邊，是、非，人、我，難、易。而不是用這個本心去用功、修道，這就離開道了。

每個人都有這個本心，都有這個道心，我們用這個道心去修。修行，沒有別的，就是放下。放下自己妄見，妄執，種種的分別、喜好，就是這麼簡單。

我們人有很多嗜好。喜歡住好房子的喜好，喜好吃吃喝喝，也是一種妄見。有所喜好，有所不喜歡。怎麼樣去把這些喜歡和不喜歡放下，回歸一體、回歸到這個平平常常的心呢？就看我們自己下的功夫了。

比如這個味道，鹹的時候我們會覺得鹹，淡的時候我們覺得淡，油多一點又覺得太肥膩了。這都是一種妄見、執著。主要是叫我們不要起一些不必要的心念，平平常常的。好的也罷，不好的也罷，好和不好都好，就是這麼平常。這樣是非就自然少了。就在平常之中應對、修持，久而久之功夫就會現出來，你就會感覺到自己和以前不一樣。所謂「平常心是道」。我們今天講〈信心銘〉講到這裡。大家有沒有什麼問題？可以提出來大家互相研究，互相學習。





還有什有什麼意見及看法？


居士：我想引用名人的一句話，「世間沒有什麼對或錯，只是你的對方不接受就認為錯，如果你接受就認為對。」另外一句是說，「世事無絕對，只要不執著，事事都能接受，除非很極端的不能接受。」阿彌陀佛。

師：〈信心銘〉這位僧璨大師，禪宗的三祖，告訴我們應該要怎麼樣修。第一表達出根本的道是怎麼樣的，問題在哪裡。然後要怎麼樣去看待這些問題，把問題放下，不要把問題放在自己的心裡面。

他是不注意這個世間的所謂的對或不對。這個世間的對錯是相對的，是我們人與人之間的互動而構成的。在種種的環境不同之下，產生我們所認為的角度不同，相對的角度都不一樣。因為我們有問題，問題是我們自己做出來的。現在說出我們的根本是什麼，我們朝著自己的根本去做、去走，那所有的問題就會迎刃而解。

他不注重這裡面的問題是對還是不對。目的是叫我們看到真的了，就不要被假的矇騙。我們看不見，但是祖師看見了，他們告訴我們本來就是這樣。你要有信心，你就來按照祖師的指導一步一步往前走。你不一定要到達終點，才知道是真的。你漸漸修上去，漸漸



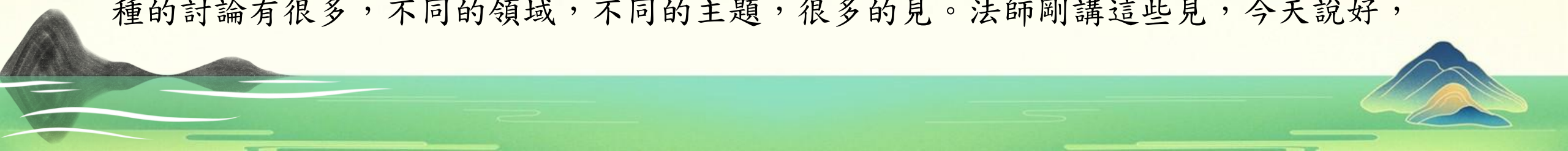



就會開朗、明白。不用到達終點你才能覺得是真的還是假的。因為我們有問題，所以祖師明明白白告訴我們目標。

我們只要按著這個目標把自己錯誤的、虛妄的分別心去掉。不要再被世間上的見所蠱惑、迷惑。這些見是沒有了的一天，沒有一個時候能變成真實。現在承認是真，可以接受它，過一段時間，它又變了，這些都是假的。就像現在的科學一樣，一直以來都在改變，新的推翻舊的科學理論，不斷的推翻。那麼哪一個是真的呢？什麼時候又有另外一個真的出來呢？不知道。所以不要在這個分別上、真假上入手，而要在我們的問題上注意，我們內心的貪、瞋、癡，喜歡的問題，不喜歡的問題，去認識、修改。就是這樣。還有其他的見解或問題嗎？大家可以討論一下。

問：法師，你說要我們不要太在乎社會上的見。〈信心銘〉鼓勵我們要觀照自己，回到自己的本來面目。這樣的話別人會不會認為我們佛教徒、修行人，很不關心這個世界的？不關心社會上發生什麼問題。

譬如，現在大家討論這個資訊很發達，對人性有沒有影響？或者電動玩具，社會上這種的討論有很多，不同的領域，不同的主題，很多的見。法師剛講這些見，今天說好，







明天說不好，今天說不好，改天又說好。法師要我們不要把注意力放在這個上面，把注意力放在問題出在我們身上，會不會讓人感覺我們很不關心？

師：我們在社會上生活當然會用到這個社會上的事物，不可能和這個社會脫節的。科技我們可以用，用在合適的地方就可以了。至於科技是好還是不好。世間法都是兩面的，有好的一面，有不好的一面。我們取好的一面來用，也可以交流、溝通。沒有什麼大礙。

修是修改我們會傷害人的習慣、習氣。要增加我們幫助人的習氣。科技可以幫助人的，我們就要它好的方面，但是它不好的方面我們不需要去理會。要提防它會傷害到自己或者自己的團體，這是很正常的。在平常日用裡面都是在修，工作的時候是在修自己的時候，喝茶吃飯也是在修自己的時候。


在前一段〈信心銘〉裡面很強調專一。做任何事情我們都要專一。我們用功的念佛也是為了求專一，參禪、觀想、觀心、迴光返照都是為了要專一。你能夠專一才能夠恢復自己的本體。做事也是一樣。你做任何的工作，做到極點的時候，你就有所受用。上人經常說，你修任何的法都好，當修到極點的時候，所謂否極泰來，就自然有一個轉身處。這樣講不知道對不對得上你的問題。





眼若不睡
心若不異

諸夢自除
萬法一如



二零一六年九月六日


「眼若不睡，諸夢自除。心若不異，萬法一如。一如體玄，兀爾忘緣。萬法齊觀，歸復自然。泯其所以，不可方比。止動無動，動止無止。」

這裡有說世間法。「人生於世間，如在睡夢中；若睜開睡眼，諸夢自除」，意思是說，我們人在這個世界就像在睡夢中，雖然平日的生活，我們覺得自己很清醒，但是在聖者的眼中我們是作白日夢的人，睜著眼睛在作夢。

要睜開這個睡的眼睛，睜開眼睛是代表什麼呢？是代表一個人的修行有成就，見到他的本來面目。有一些修行人悟道以後的第一句話就是說：我夢已醒。意思是說我已經明白了、已經睡醒了。還沒有悟道的人，就好像睡著的人一樣。悟道之後，這個睡眼就睜開了，看清楚事物了。每一個修行人，在悟道之後都有不一樣的表法，都是表示睡醒了。清清楚楚的看到人生就像夢一樣，所以能夠放下世界種種一切，好好的保護自己的常住真心。眼睛睜開了，夢就自然除去了。

「心若不異，萬法一如」，這個心時常守住自己，護持自己的心，「若不變異」，不改變，不起心動念的話，自然就是萬法一如。

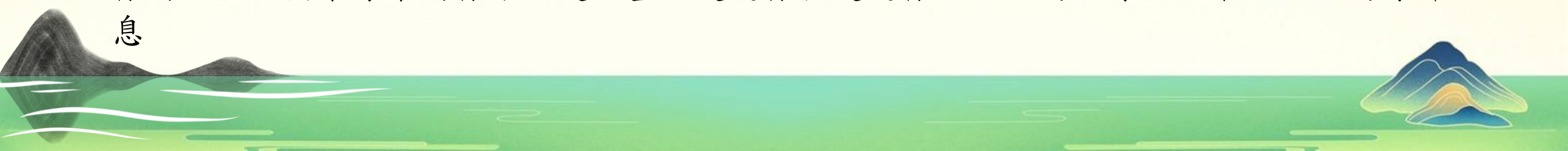





「一如」這個體，是了不可得。這個「一如」也是一個表法，是了不可得。是表達一個人的心清淨，心清淨了，他就有定力了，不會妄動。但是他是沒有一個實在的體，所以說「了不可得」。「體」是表示他所證到的境界。「即謂之玄」。這個「玄」的意思，是不可思議，你看不到、摸不到，但是它存在。

「了不可得，兀而不動」，「兀爾忘緣」，它是不動的。「兀」，我們可以形容說它本來是這樣，就是這樣呈現。或者俗語一點說就「光禿禿」，或者「赤裸裸」。本來的樣子是怎樣的，就是怎樣的。「萬法齊觀，歸復自然」，忘一切緣，一切的緣都忘失了。萬法一齊去觀照，一切的法都在內心之中，因此而恢復自然，恢復自己本體的相。一切的緣識，說因緣所生的法。它是暫然的，不是永久、永恆的，是有時間性的。現在把因緣都忘卻了、失去了，而直接就觀照到自己的本體上。這種觀照是本來就是這樣的，不需要費心費力的。是本來就這樣，現在再呈現出來。所以說恢復自己。回復到自己的宛然性上面。

這樣就「泯其所以，不可方比；止動無動，動止無止」，它本來的樣子是這樣的，這個不可比較，沒有任何東西可以比較。如果由比較去認識的話就變成比量。這裡本來是這樣的，呈現出來原來的樣子，是現量。是這樣就是這樣。一切的因緣、因果、一切的緣都息







滅了。想有止有動，根本就沒有動的地方，一切的動都停息了。就沒有什麼可以再停息的。這裡是說一個清淨本然的本體。

「兩既不成，一何有爾。究竟窮極，不存軌則。契心平等，所作俱息。狐疑淨盡，正信調直。一切不留，無可記憶。虛明自照，不勞心力。」

二一既然成立，二一就是陰和陽，就是相對，是世間法。世間法是由相對而認識的，由相對而比較，比較之後去認識，然後大家溝通認同。所以有長有短，有高有低。既然一沒有了，二也不成立。獨一又怎麼成就呢？究竟到極點的地方哪有這個軌則呢？都沒有什麼可用的，不需要用。所以就不需要保持。

一切的法能夠契心，都契合這個心，已經「超倫絕待」。「超倫」是相對，「絕待」是絕對。這個是天然平等的，所以有什麼要造作的呢？故此所作的，一切都息滅了。「一切」是指世間的法，有為的法。而這個狐疑也沒有生起的地方。自然一切都清淨了。見到自性的人，打開本來的人，悟道的人真正的信心就生起來。這個信心是真的信心。我們一般的凡夫、沒有悟道的人，信是不堅固的。人有一生是信佛法，有一生又不信佛法，很反反覆覆的。這個要看因緣。有什麼因緣生起了，我們就隨著這個業性而轉。所以說自己做不了主，由緣所驅使。



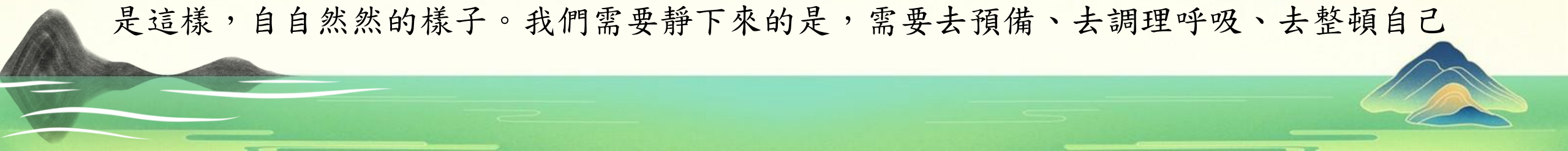



但是見到道的人，這些因緣都落謝了，他恢復了清淨的本體。這個本體是超倫絕待的，不是從因緣有的，因緣已經停止下來了。就像我們人的妄想，妄想也是因緣生的。我們看見境界就起念，起這個念和這個境界相應，這就造成一個因種。將來這個念生起的時候，就驅使我們這樣去思惟、做事。這都是因緣所造成的，因緣所生的法。

現在這位修行人將這個妄想的流切斷了，妄想的瀑布停止了，落謝了，在內心消失了，清淨的本體，本來面目現出來了，一切的因緣都停息了。他見到自己的真性之後，真的信心就生起了。諸佛是真語者、如語者、不二語者、實語者，所以信得過佛。佛所說的法都是真實不虛的。

他自己親身驗證了這個究竟，所以他真信就現前，自然念念都調息了。人是很正直，一切彎曲的都不會留在心裡面。所謂的光明正大，他不會藏什麼在內心裡面。做事大大方方，沒有什麼不能讓人見，不能讓人知的。內心沒有彎曲的念頭。無所謂彎曲，或者是直，他是這樣就是這樣。那當然就沒需要刻意去記事。事來就來，事去就去，他只是有一個虛明、朗然，靈明的自照。

「虛明」、「明朗自照」，這些都是用來形容他的心的受用。不需要用心，他本然就是這樣，自自然然的樣子。我們需要靜下來的是，需要去預備、去調理呼吸、去整頓自己






思想，慢慢的把雜念調息，或者觀察外面的事物，內心的事物。這些都是有作為的、要勞力的、要用心的。但他就已經不需要了，自自然然就是這樣了，靈明自照，而且還是朗然自照。心本身就是光明的了。

「非思量處，情識難測。真如法界，無他無自。要急相應，唯言不二。不二皆同，無不包容。十方智者，皆入此宗。宗非促延，一念萬年。」

這段文是承接上文，「虛明自照，不勞心力」故此，怎樣能虛靈自照呢？這個地方不是思量測度，不是用識心所能做到、理解、明白的。如果用識心的話，就測量不了，受不了，感覺不了。這種的真心就不會呈現。我們舉心動念去想、去思維，這個已經是動了。從本體上生出動相，這就離開了本體。所以說「開口便錯，動念即乖」。

本體的事情不是情識所能夠理解、知道的。「須知一切法，非如不真」，重點在這個「非如不真」上。「如」就是如如不動的意思。如果不如的話，就不是真了。如，才能真，所以叫真如。這個「真」在「如」裡面，這個「如」就是「真」。所以「真如」是一體的。「諸佛十方法界，同是一個真如」，我們十方眾生和佛的真如本體是一樣的。

來果禪師有一次開示時有一些慨歎。有一次，一位居士問老和尚：「『真如』究竟





是什麼？」老和尚：「不要說，告訴你你也不會信的。『真如』是什麼都沒有的。」居士說：「怎麼會呢？」就真的不信。以老和尚的德行都尚且如此，怎麼會「什麼都沒有」呢？

一般人都以為「真如」是一個怎樣奇奇怪怪、難思難議的東西。你要告訴他，「真如」沒有東西，「真如」不是東西，他就完全不信。如果你要告訴他，「真如」有三個頭、六隻腳、八條尾。他就會說：哇，這麼神奇啊！眾生就是這樣，所以叫眾生。

真正的佛法，很難找到知音、知己。這些是大德他們的慨歎，知己真的不容易找。虛雲老和尚在雲南的雞足山的時候，大家可能都聽過了，不過再聽一下也無妨。他在雞足山遇到一個老修行。這個老修行發心要修路很多年了。他覺得這裡的人很可憐，從這個村到那個村之間沒有路，他們只能走山路。他憫念當地的眾生就發心修路，修了很多年。虛雲老和尚見到他那麼發心修路就很讚歎他，就隨喜功德，和他交流溝通。但是起初這位老修行都不說話，和他說話他也不應，結果後來老和尚也不說話了。

晚上就休息，早上就修路。兩個老修行就在雲南的雞足山下做了同修。如是做同修做了一段時間。有一天的晚上大家休息的時候，老和尚就坐在一塊打石頭上打坐，這個老修行就開口問老和尚的事情。最後兩位說到佛法的內容——修行人之間會互相測量對方的功夫



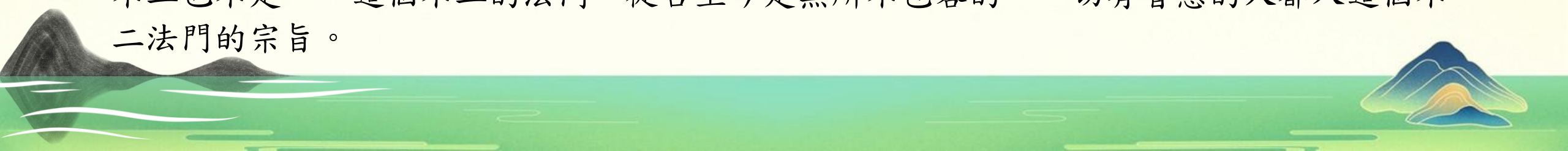



和境界，問到深入的問題的時候，老和尚就回答這位老修行一句話「大好光明」。說到這個真心，就只有一片光明。

這位老修行一聽就知道遇到知音、知己了。於是就說他之所以不和別人交流說話，就是因為這個世界上魚目混珠的人實在太多了，所以他就索性不說話了，實實在在地去做利益眾生的事。所謂真實如如，有所表都是文字上的、聲音、說話、符號，真正的境界需要我們自己去體證。這個也是佛對我們的期望。真的法，是說不出來的；能說出來的，都是方便，誘導我們去接觸這個真的法。當你可以證到真法了，就不需要說了。

所謂心心相印。你的真如，和他的真如，都是一樣的，無二無別，就像空和空一樣，是沒有分別的。不會說今天這個佛堂的空間和外面街上的空間是不一樣的。假如把牆拆掉，那是不是都是一個空間？我們只不過是被礙相所迷惑了。這個真如，是需要我們去證才會以知道的，「哦，佛講的是什麼，過去的大德所證的是什麼」。

「所謂真如法界，無自無他之名相」，無名相，是超倫絕待的。我們只是按照相上去說一下，讓大家可以知道。怎樣可以和它相應呢？沒有第二個法門了，就是這個不二法門。不二也不是一。這個不二的法門，從古至今是無所不包容的。一切有智慧的人都入這個不二法門的宗旨。






宗，是尊貴、尊稱的意思。禪宗、淨土宗、或者教宗，是尊稱，宗門。就是說這個法門很尊貴、很重要。這個宗，不是長也不是短，不是速也不是慢，一念的短，有萬年那麼長，萬年的長，不離一念的短，沒有長和短的分別。意思是離開、不受這個世界的法則。也可以說，世間的法是從真如的本體，因為動而產生出來一切的萬有。怎麼樣從一切的有回歸到真如呢？就是要這個不二法門。

迴光返照，觀察自心，也就是今天所講的「內明」，內明自己的心性。說因果就已經是世間的法則，有因有果，屬於因緣所生法。修行要堅固這個因緣所生的法，也千萬不要忘失這個不二法。

能夠迴光返照，內觀自己的內心，多了解自己，慢慢地教導自己，把自己內心的因緣法慢慢停息下來，觀察自己的心性。你有能力觀察到自己的心性，就繼續觀察下去。久而久之，功成果滿，就自然可以見到自己的本來，就知道什麼是真如。這是要看功夫、時間、耐心。這都是自自然然的事，不需要勉強。

「無在不在，十方目前。極小同大，亡絕境界。極大同小，不見邊表。有即是無，無即是有。」





我們看著好像很玄，但是若知道它的本來，它其實是很自然，很正常的。


「若不如此，必不須守。一即一切，一切即一。但能如是，何慮不畢。信心不二，不二信心。言語道斷，非去來今。」

若要解釋就不夠時間了，留在明天再說。或者可以回頭研究剛剛所講的。剛剛所講的大家有什麼問題、意見可以說一下。這裡面我們會看到有很多相對的表法。比如長、短，一、二，好像萬年的長，延、促就是一個快一個慢，憎、愛，高、下，這種種相對的名相裡面有很多。都是讓我們知道世間有苦就有樂，都是相對的，沒有絕對的快樂，也沒有絕對的痛苦。

正如上人所說：苦受完就沒有苦了。同時快樂也是一樣，你的樂受完了，痛苦也來了。世間就是這樣相對的。看我們造什麼因，就受什麼果。這個因緣生起了，我們就受果報。這個果報，因緣結束了，下一個因緣就生起了，又要面對下一個。究竟是樂還是苦，就看我們怎麼做。這個是世間的法。天上的快樂、地獄裡面的痛苦，就是因為我們過去有這樣的造作。在這個相對的問題上，在兩邊跑來跑去，現在修行就回到絕對上面。

比如忍辱。當你忍辱的功夫成就的時候，就沒有什麼不可以忍，無生法忍，連忍這樣






的心念也不會生起。這是從相對走到絕對上面。所以修行是一條很漫長的路，需要我們歷生歷世發心，發願去成就。但是還好我們過去有這樣的因緣可以遇到佛法。不單只遇到佛法，而且遇到正法，有善知識接引。


大家有這樣的因緣、這樣的心來修行，這是大家的因緣，更加要好好的去掌握。在現在這個世間能夠遇到、修行佛法的不多，少之又少。遇到佛法，你還得要遇到真正的正法。很多團體都鼓吹自己是正法，但是究竟是不是正法呢？那就要看一下內涵了。有一些人走進了歧路、邪途都不知道，有一些人知道，想走出來，但是又走不出來，多得很啊！哪個地方都有。這個世間就是這麼奇奇怪怪。

大家有沒有問題。沒有問題，我跟大家說一個因果故事。

前兩天跟大家講上人在香港的皈依弟子。在香港我見到的，知道的。這些都是從以前的老菩薩那裡聽來的。比如比丘尼恒益師，說出她年輕時和其他一些十幾歲的小菩薩，他們跟隨師父的時候，師父對他們說他們以前的事情。

有三位修行人，這三位都是女眾，今生的因緣是女眾。他們過去生是什麼呢？上人對她們說她們過去的事情。有一位現在是做很大的生意，做珠寶鑽石的。在南非、美國、

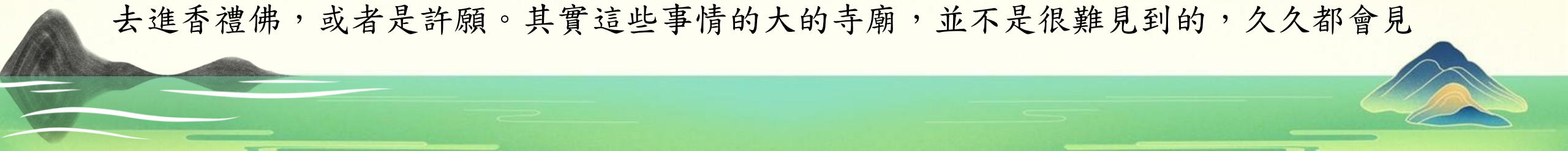





香港飛來飛去。她家在香港。她們在小的時候都很有本事的，幫助師父做法事。西樂園的法事都是她們幾個幫忙的，當然還有其他的，不單單只是她們。我現在只說她們幾個，比較清楚一點。有一個姓黃的，現在年紀已經很大了，是老居士了。她過去生做了四世的方丈，四世都做一個叢林、寺廟的方丈。另外有一個是她的先生是做醫生的，她自己做一些時裝的生意。另外一個是做少奶奶，不用工作，在名門望族的家族裡面長大，不需要工作，只是照顧家族裡面的人。

為什麼要提起她們呢？剛剛說經常飛到南非的做珠寶鑽石的，生意當然是很大的。她過去生做了四世的方丈。另外兩個做少奶奶的和做時裝生意的，過去做了三世的方丈，都是很有修持的修行人。上人跟她們說為什麼今生做女眾呢？

上人告訴他們就是因為打了一個妄想，以前古時候拜佛很不容易的，不是很輕易的就可以去大的廟上去拜佛。有一次有佛事。大廟當然有一些達官貴人，官員、大官、宰相、千金、公子、公主去廟上上香。當然這些有名望的人都會敲鑼打鼓，甚至要別人讓路。以前的家丁會仗恃著主人的氣派、威望，出入都很威風的。有一些達官貴人或者夫人、公子、公主到廟上拜佛，他們都穿金戴銀，奴僕也很多，香囊、香水、香粉當然是不會缺。他們去進香禮佛，或者是許願。其實這些事情的大的寺廟，並不是很難見到的，久久都會見





到的一次的。


但是，有一次這個方丈就動了念。動了什麼念呢？「啊，這樣也挺好的！」生出了一種羨慕的、虛榮的心，可以穿金戴銀，有很多奴僕跟著，前呼後擁，就生起了這些念——就是生起了這一念，就種下了這個因。

修行人如果真的修行，心必然會清淨，舉心動念都會很有力量。所以修行人不要輕易動念，因為動任何一個念影響都會很大。如果是沒有學佛的凡夫，動念是經常的事，你不想它也會動的，這些念不知道多少，它的力量就會很弱。有一些可以成就的就成事實，有一些不可以成就的就不成事實。因為沒有東西支持它，支持的力量不足。所以有一些成，有一些不成。不一定每一個都成。但是如果你繼續支持它，不斷的用功，不斷的用功，它就有機會成就。

成就、不成就是將來的事，不是現在的是。由於修行人的心清淨，一動念，這個種子在心中的烙印就深了，種子就種得深了，種得大了。再加上累積所修的種種福報功德，有什麼辦法不富有呢，有什麼辦法沒有權利呢？

古人說：「山中無衲子，朝中無宰相。」意思是說在朝廷裡面當官的，政府裡的官員



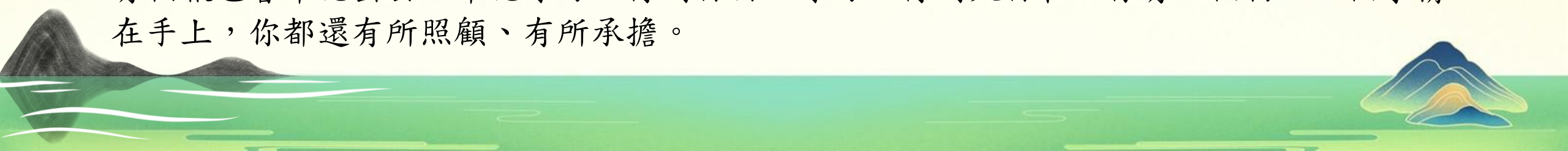



過去都是修行人來的。如果過去不修行的話，不會有那麼大的權力，不會有那麼多人聽他的話。因為他以前為別人多，他要度眾生，為眾生服務，現在還沒成就，但是他那些宿世的果報成就了，所以現在就有人聽他的話，要做他的手下。

一個政府裡面有多少的官員，這些官員的身邊有多少工作人員，無論是文職還是武職，甚至國家的軍隊，這些都是過去生修行的果報。所謂「山中無衲子，朝中無宰相」，古德是這麼說，上人也是這麼教誨我們：「修行的人，在還沒證道以前，都不要享福！」就是這樣。如果你享福的話，福報就削減了，對你的成道就有障礙了。福足慧足，就變得不足了。

所謂「福能容慧」，你有福報就有機會修慧，如果你福報不夠的話，你修起來就很辛苦了。乃至障緣多於順緣，逆境多於順境。這是因為你過去的苦還沒捱盡、沒捱完，到你真的有因緣去修行用功的時候都還要受一點苦，還沒捱完的苦要先捱、先受完，所以修起來就困難了。

因此古德教導，一天還沒成道都不要享福。乃至有一些菩薩他根本就不願意享福，他有福報也會布施出去。布施才可以得到自由，才可以得到大自在。你有一個物、一個事情在手上，你都還有所照顧、有所承擔。





龐蘊居士大家都應該聽過了，他是中國的維摩居士。是一個很有錢的員外，他悟道以後把他的家財裝在一艘船上，把船開到江心後鑿穿，將整條船埋在江裡邊。其他人就問他：「龐居士你為什麼這麼浪費呢？為什麼不拿做布施呢？去利益別人多好呢，可以幫助到其他需要幫助的人。」他就說：「唉，免得麻煩，到時候又要受一些福報，這都是麻煩事。」悟道的人的想法就是與眾不同，非常灑脫，無罣無礙，免得收拾攤子。

那我們又怎樣呢？我們想一想。我們應該怎麼做、應該怎麼想。這個就是凡夫在悟道之前的思想，修行人在悟道以後有他們的思想。大家的見、看法完全不一樣。有沒有什麼問題啊？還有一兩分鐘。

問：法師你說要從相對走到絕對，方法就是要忍。你剛剛的開示是這樣說的。所以我的解讀是說，**如果沒有忍的機會，我們就不容易從相對走到絕對，對不對？**

師：沒有忍耐就不能夠從相對走到絕對。

問：所以有一個境界讓我們忍耐是好的。

師：對啊。



居士：這幾天都一直在說順逆皆方便。就看你會不會用。你會用，就很好用。你從正面看，你可以用到正面的好處，你從反方面看，逆的方面看，你也可以用到逆方面的好處。所以說順逆皆方便。就看你轉不轉得過來。你的念一轉過來了，什麼事都是好事。

師：聽懂嗎？（聽懂。）可以再多講一點點。有兩個人的對話。一般人，普通人與人之間的相處，當然會有是是非非的。一個人就和一個人抱怨心理不喜歡另外一個人。說另外一個人怎樣怎樣的不好。


這個人聽了就說：「不是啊，他還蠻好的啊。他的人又這樣好，又那樣好。」

那這個人就說：「你為什麼要幫他說話？」

他就說：「就是啊，人當然有好有不好。除去不好的，就都是好的了嘛。」


我們會不會用呢？你會用就好了，無往不利。OK。阿彌陀佛。希望我們大家會用啊！





一即一切
信心不二

一切即一
不二信心



二零一六年九月七日


「無在不在，十方目前。極小同大，亡絕境界。極大同小，不見邊表。有即是無，無即是有。若不如此，必不須守。一即一切，一切即一。但能如是，何慮不畢。信心不二，不二信心。言語道斷，非去來今。」

這個「虛明自照」的功能，乃是「無在無不在」，認識的就在眼前，「識者即在目前」，以這個極小，也和極大，沒有大小的分別，也可以說大是從小而來，小延伸到無限大。這個虛明自照的功能是無在無不在。認識的人可以說是在眼前。

這裡說「在目前」，就如來果禪師說的：「大道盡在目前，尤被目前蓋卻。」我們人往往是被境所轉，見境心起，心不斷計算，被境所牽，而不認識自己的真心所在。不單來果禪師這樣說，其他祖師也這樣說。

就像傅大士，是和誌公禪師同一個朝代，梁朝的人，據說他是彌勒菩薩的化身來度有緣的人，他有一首偈頌叫〈傳心頌〉：「夜夜抱佛眠，朝朝還共起；起坐鎮相隨，語默同居止；纖毫不相離，如身影相似。」意思是說我們的佛性、本性、真心，我們睡覺的時候和我們一起，我們早上醒來了和我們一起起來，無論我們坐，睡，或者說話，或者不出聲，





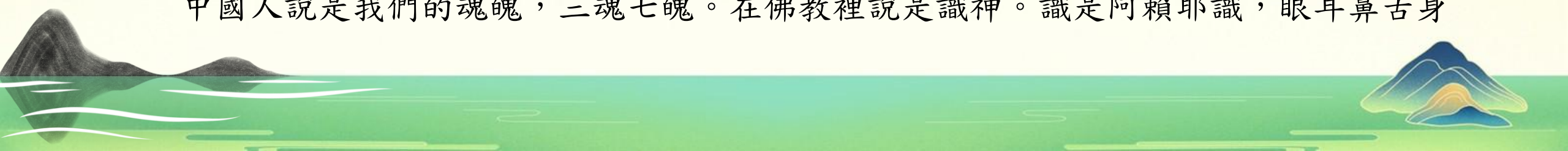
同起居，同止息，完全沒有離開過我們，就好像影子一樣和身體分不開，有身體就有影子，這個道理一樣。這個是他對我們佛性的描繪。


另外一位大德叫雪竇禪師說：「一位無為僧人，在汝等面上，汝等識得否。」意思是說，有一位無為的僧人在我們的面上，我們認不認識呢？沒有位置的人，這個是真正本來面目的人，就在我們面上，但是我們一般人為外境所轉而不認識，看見境界就跟著境界轉。

這些大德告訴我們要稍微停一下、停一停，迴光返照，認識我們自己的本來。我們的能力不止我們現在有的這麼一點點。如果你能找回自己的本來面目的話，你的能力是無窮無盡的。因此勸我們學道的人，首先要先認識自己，認識自己真正的本來面目。如果學道的人不認真的話，那就是認假了，就變成認假作真。

有一位長沙岑禪師也說：「學道之人不識真，只為從來認識神；無量劫來生死本，癡人喚作本來人。」意思是說我們一般人，甚至學佛的人，由於不認識真正的自己，自己的靈明覺性。一般人甚至不知道有，他認為這個思想就是自己了，他不知道我們的想、認識，這是我們的神識，也是我們自性的一個產品。

中國人說是我們的魂魄，三魂七魄。在佛教裡說是識神。識是阿賴耶識，眼耳鼻舌身







意六識，我們用這些識神來生活，以為這個就是真正的自己。無量劫來生死本，這個就是我們生死根本的原因，錯認了這個識神就是我們的根本，不認識本有的靈明覺性，後來就比喻「癡人喚作本來人」，以這個愚癡的集成叫作我們的本來面目，覺得這個就是我們自己。

所以古德就叫我們首先要認識自己，好好運用自己的潛能。為什麼說潛能呢？因為我們還沒把它挖掘出來，它潛伏在裡面，所以叫潛能。但實際上，它時常都在我們跟前，我們時常都在用。吃飯的時候在用，看東西的時候在用，說話的時候，甚至現在講法、聽法也在用，只是我們不知道。現在提示我們，讓我們知道之後，要把它找出來，再認識自己的本來。好好的用我們的本能，自己根本就具備的，是不需要靠外緣的。可以說世間的萬事萬物，都是我們自己化現出來的。

虛雲老和尚悟道之後的一首偈，其中的一句話：「山河大地是如來。」這個山河大地是我們自己變現出來的，只是我們自己不知道。為什麼這樣說呢？我們過去種了這個因，這個因是我們一起種的，是我們的共業所感，是我們的依報。我們種過什麼因，現在的果就呈現出來。



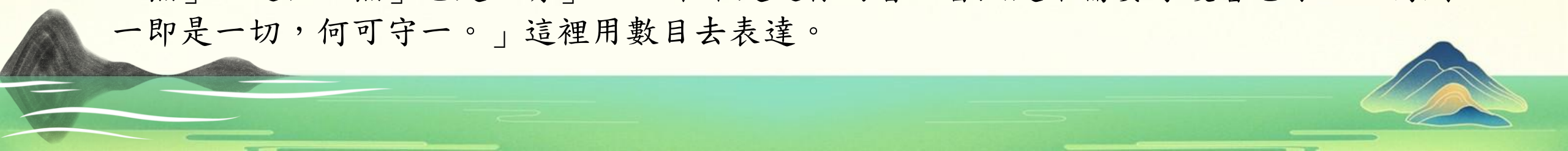



這個山河大地是我們的福報。這個福報顯現出來了，我們當然就去接受它，運用它。所以說這是我們的妙明真心中物。但是我們不知道，知道的人有多少呢？自性是本來就具足一切的，我們現在忘失了以後，只能用到它的百分之一，千分之一，萬分之一，一億分之一都沒有，可以說不能用數目去比喻。

不說那麼遠了，回來這裡。「則境亡而界絕，以何分別大小，以其極大，而同極小，不能見其邊界。」意思是說，我們說有一個境界的時候，在我們的概念裡面就有一個境，你有一個境，就有一個界限。而這個境亡了，沒有境的時候，也就沒有了界，界就消失了。既然沒有界限，又怎麼會有大小的區別呢？所以說極大，也可以說極小。因為大沒有小來區別，小也沒有大去分別。大小都是一個。你用大去形容是這樣，用小去形容也是這樣。所以說不能用大小去分別。大也是小，小也是大。看不見邊界，它根本就沒有邊界，所以說無大無小。

「有所表明，以有即是無，無即是有，若不作如是觀，當然必不須守。」

這裡是「有、無」相對來說，有、無是相對的。有事物、有所表明，這個「有」就是「無」，這個「無」也是「有」。如果不是這樣的看，當然是不需要守護著它了。「何則，一即是一切，何可守一。」這裡用數目去表達。



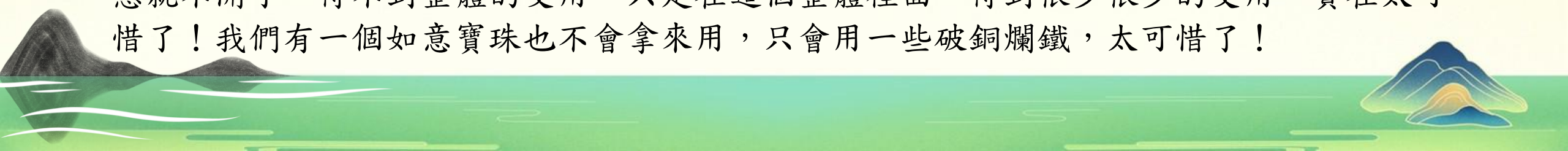



「一切即一，何守一切？但能如是解之，何慮其諸法，不已俱舉。」

「一」是「一切」的開始，「一切」是從「一」衍生出來的，所以說「一切是一」，一包括一切。用數目、有無、邊際的大小，去表達都是這個道理。意思是教我們不要被事情的某一邊卡住，不要執著某一邊。這個世間是相對的，你就用相對去看。它們是一個直接的關係。

在《六祖壇經》裡說：「來去相因，成中道義。」你看它來的時候，你就能意會它的去處。「來」和「去」是互相作因，也產生這個中道的義理。如果我們看來的時候，單單執著來，那心就單單在一邊，不能看到整個，只能看到一部分。如果你可以來和去都觀察到、了解到，那你就知道整個的來龍去脈，就不會讓局部去限制了自己的心、境和思想。所以說：「來去相因，成中道義。」有時候我們看古德為別人解答問題，很多時候問一，他就答無量；問頭，他就答尾；問尾，他又答頭；問前，他答後；問後，他又答前。這些相對作因，去認識整個的變化和關係，而讓人自己悟出道理。

古德很多語錄都是這樣的表法。就叫我們不要守一邊、執一邊，你執著一邊的話，智慧就不開了，得不到整體的受用。只是在這個整體裡面，得到很少很少的受用，實在太可惜了！我們有一個如意寶珠也不會拿來用，只會用一些破銅爛鐵，太可惜了！






佛菩薩看見我們這樣，覺得實在太可憐了，可憐憫者，於是就來幫我們認識自己，不要枉受輪迴、枉受痛苦。這些痛苦是我們不必要受的，但是偏偏我們不認識，所以就自己做出了輪迴和六道，這樣自己折磨自己。

最後，叫我們要信佛所說和過去祖師大德他們的證悟和開導。「但能如是解之，何慮其諸法，不已俱舉。」如果你能夠這樣去理解，又何須顧慮一切的法不具備呢？如果你能這樣了解、運用的話，一切的諸法都具備在裡面。「於是信心」，這個信心，你要有這樣的信心，「不作二想」，不要有第二想法，不要有它想，就是這個想。「不二當體」，就是這樣了，就是這個了，就是信心。「不二法門」，不二這個體，不二當下這個體就是信心。給你一個信心，你要信得過你自己。

「言語道斷，三心了不可得」，不是言語能表達的。到了這個地步時，言語的道路都斷了，沒有言語的道路可走了，言語都用不到了。三心亦都不可得，連一心都沒有，又何來三心，過去心已去，未來心未到，現在心不住。這個就是證明，你還想些什麼呢？

世界空間都是我們做出來的。我們在這個世界，我們認知的時間，在亞洲的時間和美洲的世界是不一樣的。所以說時間是不定的，不是一定的。乃至在宇宙的本體是沒有時間




的，宇宙就是宇宙，虛空就是虛空。在太虛，時間是不存在的。時間存在嗎？我們這個地球的自轉和公轉而形成日夜的時間。離開了這個系統、軌道的時候，虛空就沒有時間了。哪個世界都是一樣。你去到哪一個世界，就在那個世界的規則、規矩之中。只有那個規矩在轉。當你離開這個世界的時候，在太空裡面是沒有時間的。所以說這個時間是我們自己造出來。

《楞嚴經》上說，太虛是是我們真心裡面的浮漚。在我們的大覺海裡的一個波浪、一滴水。所以說這是我們做出來的。我們要認識的是整個。現在我們只是知道一點點，關鍵就是我們不認識我們的本來。當你認識自己的本來之後，你就知道「哦！原來是這樣！」

今天講到這裡〈信心銘〉講完了。現在大家就知道，〈信心銘〉就是講這個「不二法門」。不二法門就是這個信心。一般我們說佛性、自性。無論我們修任何法門都好，到終點的時候都是到這裡，認識自己的本來，然後去修，去成就它、圓滿它。所以這個認識本來是我們佛弟子應該去注意的。應該要認真的，不認真就是認假。不真就是假，不假就是真。不會說真一點點，假一點點。真就是真，假就是假。


到這裡大家有沒有什麼問題？可以討論。




問：「極小同大」，「極大同小」，「有即是無，無即是有」。可以明白那個界亡的時候，已經沒有邊界了，就沒有有無、大小，你可以說大小，也可以說有無，可是「一即是一切，一切即是一」。剛剛法師說，「一切是從一累積而來，一切也包含一」，這樣要怎樣來講這個「一即一切，一切即一」？法師可不可以再解釋一下？

師：世間的萬事萬物，都是從我們的性衍化出來的，我們的性和諸佛的性都是一個性。一切眾生都是這個覺性。事物的衍化是能量，性的能量衍化出來的。所有的一個能力，而生出萬事萬物。人種種的形象，畜生種種的形象，山河大地種種的形象，水流有水流的形象，火有火性的相，虛空大地有虛空大地的相，一切一切各有各的相，但是都是這個性所顯現出來的，所有世界是一體的。

無論是動物植物，無論是聖人凡夫，都是性的作用而顯現的。所以說大家都是一家人，無二無別，大家都是一體的。分開來講就是無量無邊，無窮無盡；收起來說就是性。性都是一個表達；如果連性都不要，那就無所表。就像剛剛說的，它本身是怎樣，就是怎樣，所以一就是一切，一切就是一。就是這個意思。了解嗎？





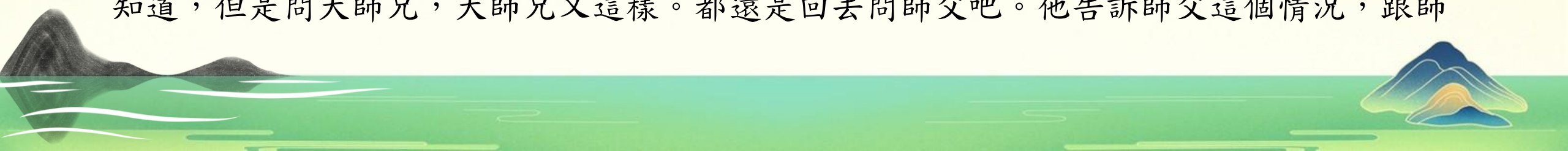
問：法師剛才說如果連性都不要了，那就是本來的樣子。這個我不太了解。可不可以請法師再解釋一下？


師：用古德的話說，「如人飲水，冷暖自知」。有一個故事大家可以認識一下。

在一位大德的座下有一位弟子。有一天，弟子去問師父：「一切未生之前的是什麼？」這個師父就讓他去問大師兄，說你的大師兄知道，你去問他吧。於是他就預備去問大師兄。大師兄每天出坡做事，上山做事。有一天大師兄回來了，他拿了一盆水和毛巾給大師兄洗臉、洗腳、休息。由於他們的工作是粗活，所以大師兄覺得很累。他就在旁邊照顧大師兄。當大師兄正在洗腳，就快洗完的時候，他就問大師兄：「一切未生之前是什麼？」

大師兄不理他。他以為是大師兄聽不清楚，又再問：「一切未生之前是什麼？」他很尊重，很隆重的問。大師兄還是不理他，只是看看他，不講話。他又再問。大師兄這次就不耐煩了。怎麼呢？他的腳在水盆那裏，挑起水來，說：「什麼一切未生之前是什麼！」用腳挑水潑他，潑到全身都是。哇！他就呱呱叫。

於是他就退下了，沒再問。唉！因為被師兄罵了一頓，心裡有點忿。師父又說大師兄知道，但是問大師兄，大師兄又這樣。都還是回去問師父吧。他告訴師父這個情況，跟師






父說大師兄怎樣怎樣怎樣。那師父怎麼回答他呢？師父就說：「是不是啊，我就說大師兄知道嘛！」（你知不知道，我不知道？）好像很有趣。但是，這個徒弟就馬上開悟了。哦！原來是這樣！這樣就可以笑出來了。我們也聽到了，那我們開不開悟呢？悟到了什麼呢？

上人說：「我從虛空來，回到虛空去。」走的時候說，我回到虛空裡去。其實已經露出很多讓我們知道了。但是我們知道不知道呢？我有一次夢見上人，看見他開著一輛高爾夫球車好像吉普車那樣，突然開到我面前，停下來，交了一樣東西給我。是什麼呢？《六祖壇經》。看著這本經，上人說：「把它背起來。」然後就開車走了。我就想，到底是不是這樣呢？於是有跑過去問。很奇怪，我能追得上汽車。就問師父：「師父，是不是這樣啊？」師父轉過頭來說：「師父說的每一句話都不會沒有意思的，不會無端而說的。」然後就開車走了。

所以，悟道的人說的每句話都有他的意思。但是，我們能不能領會他的意思呢？這就有看我們自己。他們每句話都不會白說的，他們不會說空話的。你會聽就有受用，你不會聽就沒辦法了。不過沒關係，這次不行就下一次。





問：三心了不可得。過去心已去，現在心不住，未來心未到。如何解？

師：無解。就是無解。有解的話就像現在我們這樣。無解那你就可以了。連一都多，何況三呢？你能從三退到沒有，你就可以了，真的可以了。明不明白？你不要看輕「無解」兩個字。你要是一聽這兩個字，你就得到了。

剛剛不是說嗎？「來去相因，成中道義。」如果我直接解給你聽，你會完全不懂的。這樣講才能給到你一個入的地方。你的腦和思維才可以轉，醒一醒。雖然這次不能全醒，但是可以下一次。


因果故事

師：其實昨天的故事沒講完。有一點時間再講完這個故事。

昨天說以前跟上人的三位女眾，過去生都是做過好幾世方丈和尚的。有一位姓黃的居士，做珠寶生意的，當然很富有，很精明，她的數學非常好，是上海人，十幾歲就開始賺錢了。她借錢給別人。怎麼借呢？「九出十三歸」，就是你跟她借十塊錢，她給你九塊錢；但是要還十三塊錢。是不是很精明？有什麼辦法不賺錢呢？

這些都是她的福報，但是有福不會用也是麻煩。有一次她打電話給恒益法師。他們年






輕的時候就跟著師父。她說了一件事情，一個業障。她最小的兒子結婚，經過親戚的介紹認識了一個女眾，交往了一段時間，就要結婚。因為她是做生意的人，認識世界各地的人都是非富則貴，甚至搭飛機來大家聚一起就是為了喝她的喜酒，因為她家要娶媳婦。所有的東西都準備好了。酒席當天卻沒有了新娘，對方家裡所有的人都不見了，突然消失了。

但是已經是酒席當天，所有親戚朋友都已經到齊了。那怎麼辦呢？她都依然開席，大家照吃，但沒有新娘。第二天打電話給恒益法師說這件事。雖然是這樣，她自己說無所謂。是一個大騙局，不知道被騙了多少。當然像她怎麼富有的人，人家特意要騙她當然就不會少騙。這些是因果來的！

如果以前沒有因，不會貿貿然出現這個果。學佛法當然要面對接受這些因果。過得了，過不了，都一樣要面對，一樣要過。所以修行人樣樣都要往真的做。一點假都不可以混雜。這些境界在自己要面對的時候，要怎麼樣面對，這樣才能過這一關，這就看自己的功夫了。幸好在萬佛城時候，她都一直有幫師父的忙，一直都跟師父有聯繫。後來她移民去加拿大住。

另外一個做時裝，先生是做醫生的居士。上人給了他經書，和一張上人親手做的相片。




聽說上人做了三張，其中一張給了她。她就供養在家裡的小佛堂。她經常都看見上人到她家的小佛堂，上人圓寂以後都還是這樣。後來，她把這些經書和佛像送回來佛堂，說不要了。以後就沒有了消息了。

還有另外一個女居士，上人說她們兩個做了三世的方丈。很奇怪的，這三個人在今生同一個時間空間都是女生。一個嫁給了名門望族，和先生有一個女兒，在女兒十三四歲左右就離婚，過了不久又再結婚。她曾經去萬佛城做義工幾年。又再結婚，又有一個女兒。第一個女兒後來讀完書就在香港的志蓮女眾道場出家。之後也沒再聯繫。

以前能在一個廟裡做方丈是不容易的。以前在唐朝做出家人是要考試的，考及格了才可以做出家人，批准你出家，才會給你一個度牒。不是這麼容易做出家人的，要很有學識，很有文化。而且她們都不止一世方丈，她們做了三世方丈，修行都很好的。但是到頭來都還是這樣。結一次婚不夠，要結兩次。已經忘記了以前的事情。

所以說，發心修行很不容易的。能夠保持這個修行更不容易。一直源遠流長的保持修行，不退轉就更不容易。一天沒開悟，一天沒認識真，都有退轉的時候。我們一天沒有見到真的時候，這個信心是不堅固的。是信，但是這個信是不堅固的。有時候很相信，死都



可以，生生世世都可以。但是有時候又沒有了信心。全部都看過去種的因是什麼因。

過去種的因成熟了，就會隨著以前所種的因、所種的思想行為而造作，所以我們是沒有把握的。現在這個信不是真信。等你認得真了，真信就成就，這個信就堅固了，就不會退轉。所以古來一直都是對這個修持很認真。首先要認識自己，第一目標。認識自己了，你怎麼修都可以了。就跟大家分享這些。阿彌陀佛。

