



大方廣佛華嚴經

第六講次(上)

1997.11.29 普力宏法師 于台北大乘講堂

弟子宏瑞 筆記整理

前幾個講次，我們已針對經題「大方廣佛華嚴經」等七個字，做過詳細的闡述；也對佛陀的一代教法作了歸納統整。今天在未正式進入經文之前，我們要對本經的宗旨和教相，做個簡單的介紹。

佛陀說華嚴經的宗旨，目的是在顯發「法界緣起」的妙理。根據華嚴宗的判教，將如來一代時教判成「小教、始教、

終教、頓教、圓教」等五教，五教各有其緣起的依據。小教講的是業感緣起；始教講的是賴耶緣起；終教講的是如來藏緣起；頓教則離言絕相，不立文字故，不講緣起法；圓教講的就是我們今天將要講述的法界緣起。

在各種緣起法當中，以法界緣起最廣大、最永恆，它是根據佛陀覺悟的世界來說的，其中思想是詮釋佛陀覺悟的過程，這個宗旨是無所不包的。

現在，我先要將唯識宗的賴耶緣起，與華嚴宗的法界緣起，作個比較：

唯識宗是站在「現在」的一念心來說的。賴耶是指吾人的第八阿賴耶識。一般人只知道有第六意識，並不知道除了第六意識之外，還有第七末那識。心理學家所

說的「下意識」仍然是屬於第六意識的範圍，而不是第七末那識。真正的第七末那識是超乎意識之外的，不受一般意識習慣之觀念所影響，是一種很深很深的執著之自我，不必分別就已經存在了。一般人所說的靈魂，差不多接近第七末那識。由此可見，我們凡夫連第七末那識都不認得，更鮮少有人知道我們的生命裡，還有一個阿賴耶識。

根據賴耶緣起之說，認為整個世界和人生都沒有離開第八阿賴耶識。其他的說法，不論是一神論、多神論、唯物論、水之緣起、或火之緣起，都是不對的！唯識宗認為，我們每一個人有自己的第八阿賴耶識緣起。阿賴耶識能含藏一切「種子」（註一），包括我們過去的已有性、未來的可能性、以及現在的存在性，如此無窮無盡地發展。

認識第八阿賴耶識，對我們的修養很有幫助。如果我們知道有第八阿賴耶識的話，我們就不敢亂起妄念，因為常常起妄念，會成為一種習慣。比方說：我們只是

在心中想一想得到某個東西，並沒有實際去偷拿，這樣有什麼不對呢？如果今天想，明天也想，想多了，想久了，想慣了，有一天就真正的付諸行動。所以法相唯識學告訴我們：只要我們有思想上的壞習慣，有一天我們就會去犯罪。因為習慣是「種子」，而種子會萌芽發生「現行」（註二）。

話雖如此，我們能夠讓我們的第六意識不想，不讓它形成習慣嗎？想壓制妄想，真的很難！對治壞妄想的辦法，是天天打好的妄想，努力去做善事，用嘴巴說好話，或用身體做好事，或用金錢資助貧窮弱勢的人，都可以對治我們的壞習慣。只要我們的好習慣養成了，就可以打擊壞習慣，那麼阿賴耶識中的壞種子就不會生起現行。修學佛法的人就是要這樣子，由養成好習慣做起！

根據華嚴經的思想，認為一切眾生皆有佛性，而唯識學者卻不這樣說。唯識學者是根據現實，認為一切眾生當中，有的有佛性，有的沒有佛性。例如作「一闡提」

（註三）的眾生，壞事做盡，他們現在就在惡的習慣裡轉來轉去，將來有可能會感召善的果報嗎？如果華嚴學者認為：「他們同樣有佛性，即使現在不會成佛，將來也會成佛。」

那麼，唯識學家要提出質疑：「請問是多久以後的將來才成佛呢？如果說將來會成佛，起碼現在要冒一點善的芽苞出來，才有成佛的希望吧！事實上，現在當然不可能成佛的！」

另外，定性聲聞和定性緣覺將來也不能成佛。他們聽佛說「四聖諦」法或「十二因緣」法之後，得到解脫了，修行到此，就算大功告成。唱言：「所作已辦，不受後有。」因為他們從來沒有徹底了知諸法的「自性」是盡虛空、遍法界那麼寬闊廣大！得到如此狹隘的自我解脫，只是分別的「我執」沒有了，而「法執」卻仍然存在，所以不能算是真正見到完整的、全體性的自性。

諸法的自性既然是盡虛空、遍法界那麼廣大，所以一定要廣大發菩提心度盡一切

眾生、利益一切眾生才行。定性聲聞和定性緣覺不能夠做到這樣，所以他們所證到的真理，只是部份的真理而已。所以唯識學者根據「現實」，推斷這兩種人，現在是不可能成佛的！

除了前面所說的三種人，只有發起菩提心的菩薩眾以及迴小向大的聲聞、緣覺眾，才有成佛的可能性。

以上是唯識宗「賴耶緣起」對宇宙人生的看法。

而大方廣佛華嚴經對宇宙人生的看法，是根據法界緣起的道理建立起來的。因為我們的覺性和諸佛的覺性完全一樣，都是盡虛空遍法界的，東西南北上下等十方虛空無量無邊，我們的心性也是無量無邊。哇！好廣大呀！一念心，心包太虛，量周沙界。在這樣的緣起條件下，人人都會成佛，哪怕現在是最壞的大惡人，將來也會有成佛的一天。雖然他現在做了太多的惡業，必須下地獄，但是將來總有一天，果報受盡，一旦能覺悟的本性發掘出來，他就會成佛。所以法界緣起是「盡

未來際」而言，並不侷限於現在的時間、或未來的時間。也許是三千年以後成佛？或是三千劫以後成佛？還是無量劫以後成佛？只要有一天他覺悟了，他就是成佛了！根據這樣的道理，大地眾生無不成了！因此，法界緣起的道理，非常圓滿周遍！

這樣看來，好像不太公平，這麼壞的惡人將來也會成佛，那麼我們「勤修戒定慧、習滅貪瞋癡」，不是枉費力氣了嗎？當然不！好人開始修行得早，絕對成佛得快，也許兩三世就成佛了；惡人現在仍然在惑業果的流轉中，要再經過好長久好長久的未來才起步修行，當然成佛得慢。所以，一切自有因果不昧的道理存在！只要有覺悟的心性，就有成佛的希望，既然我們已經開始發掘能覺悟的心性了，當然我們成佛得快。然而在這種覺性平等的法界緣起之下，超越了時間和空間的限制！談論成佛得遲早快慢，似乎顯得完全不符合法界緣起觀圓融無礙的精神！為何要說法界性呢？因為體悟法界

性，可以除去吾人的劣根性。人們經常將一件事情的不成功，怪罪於別人。例如「都是你害的，事情才會弄到這步田地。」如果體悟了法界性，我們就不會把事情失敗的原因，歸咎於一個原因。

比方說：我們生病的時候，頭痛就去吃頭痛的藥，腳痛就去吃腳痛的藥。換句話說，頭痛醫頭，腳痛醫腳。站在法界緣起的角度來看，這不是解決問題的辦法。真正要解決問題，必須從生活習慣上下手，每天要早睡早起，心情放輕鬆，做適當的運動，不能吃太油太鹹或油炸食物。由法界緣起的道理得知，每一件事情的成功，都是由多方面的因緣所造成的，單一因素或少數因素是絕對不夠的。

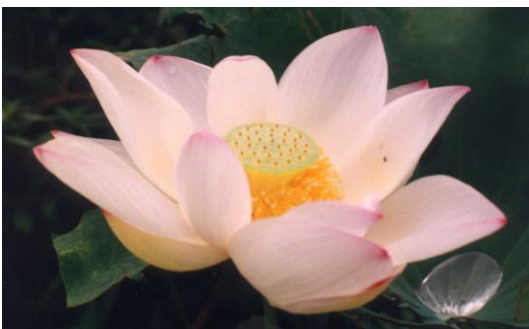
法界緣起觀，在佛教裡面，是一種登峰造極的理論，是無邊無際的圓滿看法。在人生的意義來說，也是非常圓滿的看法。看一件事情，不僅站在我的立場來看，還站在對方的立場來看，更站在第三者、第四者、甚至站在廣大眾生的立場來看，面面周全俱到，這樣才算是圓滿究

竟。

總之一句話，大方廣佛華嚴經是以法界緣起為其宗旨。除此之外，還有其「體」、「教」、「相」、「用」。

前幾回已經談過華嚴之「教」，是「始終頓圓」五教。大方廣佛華嚴經之「體」與「相」，是不容易體會到的，因為那是開悟以後的事，不能用哲學的方法去了解它。如果想用哲學的方法去了解它，那將流於知識論而已！

在「用」方面來說，華嚴經的文字，的確能啟發我們內心的智慧，把狹窄的「我執」「觀念打破，打破之後就不再障礙了，不論別人對我們毀謗或讚嘆，都能處之泰然。如果更進一步把「法執」也打破，此時本體的智慧顯發出來，就能心包太虛、量周沙界了！



◎註一：「種子」——又作種子識。它有能力執持一切法的功能勢用，使令不失，為阿賴耶識之別名。這裡所指的「種子」並不是指一般的稻、麥等種，因為稻麥等種子有生芽果的功能，所以假借譬喻之。詳見法相唯識學種子的「因相」、「果相」、「種子六義」等說法。

◎註二：「現行」——指有為法顯現於眼前之意。又作現行法。唯識宗則主張於阿賴耶識具有生出一切法之能力，稱為種子；自此種子產生色心一切萬法（即現行法），稱為現行。其中，即以種子為因相，依因緣之故，現行為果相。如此，阿賴耶識之種子由因緣和合而生現行，即稱為種子生現行；再次由其現行法之影響，而薰習成新種子，稱為現行薰種子。在種子、現行法、新薰種子三者之間，產生「種子生現行」、「現行薰種子」之密切關係，互為因果，同時完成。亦即現行由種子而生，種子依現行薰成，能生之種子、所生能薰之現行、所薰之種子，形成三法展轉，互為因果，故稱為「三法展轉因果同

時」。參考佛光大辭典 P4725

◎註三：「一闡提」——譯為斷善根、信不具足、極欲、大貪、無種性、燒種等義。指斷絕一切善根、無法成佛的惡心眾生，例如造作五無間惡業的惡人，即殺母、殺父、殺阿羅漢、破和合僧、出佛身血等五種大逆不道的重罪，來世將招感無間地獄的極苦惡果。



釋禪波羅密多次第法門

破魔之法（一）

普力上師講

（九〇.十.二）宏士筆記

第一個發起瞋心的因素，是因為身體健康、氣力充沛，瞋心才發得出來。所以身體健壯的時候，要特別當心瞋心的發起！我是中風過的人，不求身體完全康復。其實，有病並不一定就是壞事，因為有病纏身，就會感覺氣力不夠，沒有什麼氣力，瞋心就發不出來！所以病障對修於道往往是好事，反而是逆增上緣。

第二個發起瞋心的因素，是因為吃得太飽、吃得太好，便容易發起瞋心。因為吃得好、身體健壯，便有足夠的精神力氣和別人口角爭執或賭氣。

第三個發起瞋心的因素，是在生活上一切都稱心如意的時候，也比較會發起瞋心。因為只要稍微有點小挫折，就會經不起打擊，瞋心就發起來了！

反之，如果一個人事事不順利、身體有

氣無力，沒辦法脫離困境，而且常遭受無情的打擊，還會生起瞋心嗎？生不起來啦！因為瞋心是一種積極對付他人的心情。不如意、生病之時，便沒有積極性的力量，發起瞋心的因緣條件就消失了！

過去禪宗祖師曾說：「為什麼不用怕生病死滅？因為它是修行的增上緣。」雖然身體上有些毛病，但脾氣之發動反而不會順遂如意，實在是很好修養的時機。

例如當我們肚子餓時，快要發起瞋心的時候，立刻要想：我肚子餓死了！這頓飯還沒吃，就要和你吵架！那有足夠的力氣啊？我才不願意呢！所以，只要增上緣不夠，吵架就吵不起來啦！因為吵架也要吃得飽、吃得飽、身體強壯才有足夠的氣力使得出來！所以我們只要把會激起瞋心的條件看守好，不要吃得過飽，不要自鳴得意、不要太隨心所欲、或驕傲自滿，心裡就不會發起瞋心！職是之故，誦念甘露頌時，使我們體悟平時要多用心防範生起瞋心的條件，注意心所用到了，瞋心自然能夠減少！

今天講《釋禪波羅蜜多次第法門》一
二八頁第三行：

「復次諸大乘經中，辨種種六塵中幻偽，對意根魔事起相，是中廣說。故『大品經』云：如是等魔事、魔罪、不說、不教、當知即是菩薩惡知識。」

這是說法塵對吾人的第六意識而言，是幻境，什麼是幻境呢？昨夜打坐的時候，我問自己：「什麼是幻境？」忽然間，感覺好像有人拿東西餵我吃！我馬上心裡發覺：人家拿東西給我吃！這不就是幻境嗎？我用心一「看」，它就沒了！忽然間，我又想要參加喜慶宴會，但是我很少有參加宴會的經驗，在那裡面萬頭鑽動，熱鬧非凡。我立刻心中警覺：我是一個打坐的人，怎麼能去參加宴會？「看」住這一念，馬上心神就收攝回來啦！

這些都是魔幻：愛吃，就讓你吃！愛熱鬧，就讓你熱鬧！其實，愛吃與愛熱鬧都是對吾人意識的挑釁，令吾人意識產生種種顛倒妄想。

所以《大品經》講：「意根所生種種魔

事與幻相之事，會使你產生罪惡、魔念。」

也許你會問：「有什麼過患（罪惡）呢？」我告訴你：「你如果吃下去，就會生病！這就是過患！你如果隨境界而去，就會迷失了心性。」

好比我小時候在鼓山湧泉寺遇見的香燈師，他在藏經殿靜坐，卻不知跑到那裡去了，大家滿山遍野地尋找，都找不到，找了兩三天，最後才發現他在羅漢台下面的一個「魔窟」之中，滿口黃泥拌松針。他說是被一個公主的侍童請來這個地方，公主請他吃了一大碗好吃的冬菇麵哩！他愛吃麵，因此公主就拌麵請他吃。麵吃好，他就昏迷不醒，一直睡到被人發現為止，才知道這是件魔事！

如果不知道這種修行境界的人，當然不會教導他人，所以惡知識是不能正確引導人得到禪定的，他只會說：「你修持得不錯！你打坐得很好！你看到了這個境界，真是難得啊！」

如果你信以為真，而沾沾自喜，那就完

蛋啦！殊不知這只是魔事！

如果是我，我一定給你警告：「這可是魔事啊！」

回想當年，我進入禪定境界，而且還是魔界之事、也不是看到大梵自在天。出定後，我把進入初禪、二禪的境界，告訴盛慧老和尚。他卻連連對我說：「魔！魔！魔！」

說起魔事，我便有警覺心，為什麼？雖然它不是真正的魔，也不是色聲香味觸法六塵的魔，但是，如果我們有空界思想的執著，或有解脫思想的執著，或有光明思想的執著，凡是有何執著，都是魔！不論著好、著壞、著六塵、不著六塵，都是魔，只要有丁點執著就是魔境。



南無普賢菩薩

我們總以為執著於壞的境界——色聲香味觸法才有障礙，至於執著於好的境界有什麼關係呢？其實，有任何執著都是對心性的束縛，壞的執著是一邊，好的執著是另一邊，都使吾人的智慧不能夠開展起來！無法解脫！吾人的心裡要保持一直超然的智慧，不受一切執著所感染，才不會著魔！

此處說有三種破魔的方法：「三明破魔法者：當用三法，除卻魔罪：一者了知所見聞覺知，皆無所有，不受不著，亦不憂感，亦不分別，彼即不現。」

這種說法完全與《金剛經》上的說法「凡所有相，皆是虛妄，若見諸相非相，即見如來！」完全一致。如來是無相的真理！你如果有所執著，有所歡喜，都是魔境，怎麼可能見如來？要沒有憂慮，沒有分別，內心常保持如如不動才行！

內心不妄動，對吾人來說是件很困難的事！在白天，境物時刻都在遷動，好比這個朋友對你好一點，送點東西給你吃，你如果好歡喜！心就動了！到了晚上，靜坐

下來，你眼前呈現一幕幕的境界，都是這些經驗，你能夠不心動嗎？

在白天的生活中，如果內心不動，似乎不合乎人之常情，好比有人送東西給你，你連謝謝都不會說，那麼，你就有修行人的執著，完全不合乎世間法。所以平時的生活要兼顧世間法，但是內心卻沒有執著，這也是很重要的修行！

收了這束花，我沒有執著；拿了你給的東西，我不執著；受了你的關心，向你謝謝一聲，我也不執著。好事情現前，我不執著；即使壞事情來到，我也不執著；還是遇到好不好壞的事情，我通通不執著！真正做到「得之不喜，失之不憂」，心裡無得無失，才是完全正確的覺悟。

我在過去孩提時代，很喜歡拜訪鼓山住在山洞裡的老菩薩，他們都是特別用功的人瑞。平時一般人都不會到那裡去。我到崖洞門口，先頂禮老菩薩，進到洞內以後，我說：「今天特地來向老菩薩請益，我們修行最重要的事是什麼？」

老菩薩說：「沒有什麼可說，一點都沒

有。」

為什麼他說「一點都沒有」？就是告訴我不要執著。如果有所執著，都是錯誤，不能有丁點兒的執著。

他說：「我住在這裡幾十年的修行，只有體會三個字『不執著』！不管它是好的境界、壞的境界，就是我一個人而已，沒有人和我講話。比方說今天你進來向我頂禮，很恭敬地和我講話，我當然很高興囉，但是我不敢高興！為什麼不敢高興？因為高興就是執著。我經年累月住在崖洞裡面，門戶雖然常關著，但是我的內心卻很自由自在！等門一打開，有人進來問道，尤其像你這麼一個可愛的小沙彌懂得問道，我當然很高興，但是我不敢高興，也不敢執著，可是也沒有討厭的心理。我在崖洞裡用功，每天修行，即使有人來吵我，我沒有討厭的執著，也沒有歡喜的執著；歡喜是我的障礙，討厭也是我的障礙。所以我的修行無喜、亦無憂，無忍、亦無愁！這實在是修行上非常重要的覺悟！」

因此，心經誦念久之後，慢慢就知道，無得亦無失，就是不增亦不減，這是針對我們用功修行的人心性解脫方面來說的。所以，為什麼不可以執著？因為有得就有失，有增就有減；無得就無失，沒有增就沒有減。要徹底的不執著，必須好事不執著、壞事也不執著，才是徹底的解脫！

沒有一種境界不是虛妄的，我們由生到死都是一轉瞬之間的事，一轉眼就是生、一轉眼就是死，如果你不能體悟這點，就會幻相一來，就跟著它去，很可能馬上就墮入生死流轉之中，在地獄、餓鬼、畜牲三惡道裡轉胎！甚至於一生一死，也都在我們的執著當中，因為執著，才有生死。所以生死流轉的根本就是「執著」二字！如果沒有執著，就能夠遠離生死，顯現大智慧。那麼，你以為什麼是智慧？上天界是智慧嗎？不算，因為那是有漏的短暫福報。當然，做盡壞事下地獄，嚐盡種種苦刑具，算是最沒有智慧啦！凡是有生死、有貪著就會有討厭、有歡喜的情

執，全部都會再來三界受生！必須修行到「了無情執」的地步，才不會再來三界受生！才算是了生脫死。如果有一念執著，便不了生，也不了死！

今天來這裡用功，我們來看看自己有沒有執著？誠實的檢驗自己的一念心：能夠一念不生，當然最好啦！如果一念生了，既生歡喜，又生煩惱，就會煩惱不斷啦！好比民國三十八年初，我從福建過來台灣。後來獲悉煮雲法師住在鳳山，我前去找他，他介紹寺廟給我住下。當時凡是寺廟裡的禪和子一定都有個棕蒲團，棕櫚樹皮為外表，四邊襯出棕毛，坐起來清涼透氣，令人感覺稱心滿意。當初他們說做一個棕蒲團的代價很昂貴，可是我也想做一個，煮雲法師就幫我訂做一個。但這個棕蒲團以後不知流落何方，不知是否被人拿走，竟然莫明其妙地消失了。因此我就常想再訂做一個，這個就是我的執著。從前我在大陸坐禪都是坐棕蒲團，如今在台灣聽人這麼一說，我就心生歡喜，我心生歡喜，就想辦法要取得一個，於是想委託朋



友訂做一個。每一次靜坐時，都有這種欲念產生，陡然增加了許多的煩惱！但是我猛然覺悟：我不要增加煩惱，隨處都可席地而坐，只要乾燥之處就可以安坐，這樣才不會養成習慣，不管是壞習慣，還是好習慣，通通不能養成。

不養成習慣就沒有好的執著，也沒有壞的執著！打坐的目的就是要去掉內心的種種執著，這是了生脫死的根本功夫，能令吾人得大解脫，對一切法不發生染著，證得本來清淨無染的覺性。



普力宏法師指導

弟子宏柳、宏修筆記整理

第一章 歸敬頌（初序分）

歸命盡十方 最勝業遍知 色無礙自在
救世大悲者 及彼身體相 法性真如海
無量功德藏 如實修行等 為欲令眾生
除疑捨邪執 起大乘正信 佛種不斷故

『歸敬頌』包含了三個部分，皆是讚美之辭。第一首頌在讚歎佛寶——佛陀的偉大；第二首頌則讚頌法寶與僧寶的偉大，凡是佛陀的弟子，能夠如實修行的都是僧寶，這是較廣義的說法，若說得殊勝些，則稱之為「賢聖僧」，更可包括在家菩薩、出家菩薩、聲聞乘等；第三首頌則是說明造作此頌的目的。

歸敬頌原先是印度文學的形式之一，後來也成為一種宗教習慣與生活態度，當佛陀弟子準備結集作品前，再三讚嘆佛陀功

德，就像是初見佛陀時，必在佛前繞行三圈，並加以讚嘆之後，才開始請教佛陀問題，是一樣的道理。它不僅存在於佛教，就算是婆羅門教也有這種規矩。因此，每回開講大乘起信論前，都必定要恭誦三遍「歸敬頌」。

『起大乘正信』，可以說是佛教最重要的論題，不論是那一宗派，倘若不能使眾生對大乘佛法產生信心，便失去佛教的意義了。所謂「大乘」指的又是什麼呢？那就是本論中所提到的「有法能起摩訶衍信根」，這「摩訶衍」信根就是「大乘」信根。

一、讚歎佛寶

◎歸命盡十方 最勝業遍知

色無礙自在 救世大悲者

『歸命盡十方』，「命」指的是生命。法相唯識學思想中，將生命的組成分成「壽」、「煖」、「識」三個部分。「壽」與「煖」指的是身體感官的基本反應，可以看出生命表現的動力與狀態；「識」指的是阿賴耶識，有它的存在，生命才具有「能

動」的根源，進而展現五官接觸與判斷的能力。

「歸」以宗教的立場有二種解釋：

①「歸命」是將生命回歸本覺之體，即本來之如來藏清淨心。〈六祖壇經〉

▽：「歸佛者，即歸覺爾。」「歸佛」並非將自己寄託於一個抽象的存在，而是歸於覺悟自性。

②相較於佛教的「回歸本覺之性」，大多數一神論或多神論的宗教則教人皈依於神，這樣的歸屬只能算是「歸去」而非「回歸覺悟」之義。

佛教的「三皈依」乃是皈依佛、皈依法、皈依僧。「皈依」就是歸於自性，能夠回歸覺悟之體，生命才有價值。〈妙法蓮華經〉中提到，佛以一大事因緣而出現於世。這「一大事因緣」就是佛的出世乃是為了使令眾生開發本覺之心，讓我們回歸覺悟之本體，並令眾生悟佛之真理、入佛之真理，這點我們能夠信受無疑。今日研究〈大乘起信論〉，並非僅將個人生命交出即算了事，心外求法是外道行徑，惟有

自己歸於覺悟之本體才是徹底之途，所以皈依佛即是歸覺，亦是歸於自己本覺之體。

胡適之先生曾表示他是不信仰任何宗教的，惟獨相信自己，相信不少人也有這種想法，然而，到底是相信自己哪一部分呢？佛法教人要相信自己的覺性，回歸覺悟之心的智慧、解脫性與覺性，相信自己有成佛的可能，所以佛教對眾生可說是無所不攝。因此，不管信仰那一種宗教，都可以信仰佛教，能夠真正信仰佛教的人，同時也能信仰本覺之體；如此，也就不需要向外去信仰其他宗教了，這才是使我們的生命能回歸本覺之體的究竟目的。

佛教中當一個人圓寂時，常說他是「歸家」去了；叢林內的禪和子們對於死亡，也叫做「歸家」、「起單」等。但對出家人而言，既已出家，又何須歸家呢？其實，真正的意義是在於「歸於覺悟之家」，而不是指一般安身的處所。如此解釋「歸命」，更能涵蓋一個人從生到死的所有歷程，而不會有生命斷滅的恐懼與疑惑。華

嚴思想中強調盡形壽皈依佛、盡形壽皈依法、盡形壽皈依僧，而在密宗則以為盡形壽皈依佛、法、僧、金剛等。因此，「歸命」並非僅是一生一世，而是生生世世都必須歸向覺悟。所以，對密宗弟子而言，生死之迷無需畏懼，主要原因有四：

①自性覺悟之無量如來功德藏時時具足。

②學佛者，有無量願力。

③學佛者，有無窮定力。

④皈依本尊之後，生生世世無論於那一道輪迴，定受本尊加被與照應。

從「盡十方」三字，可以看出《大乘起信論》包含了華嚴的思想。《華嚴經》中的《普賢行願品》提到「盡虛空遍法界，虛空有盡，我願無窮」此乃表示十方皆有無量無邊的諸佛，這是它思想偉大之處，不過，不論十方諸佛是否無量無邊，終究不離眾生自覺之心。但是，要如何才能盡「十方」呢？第一要務是破除我執。

世間人總以為自己最好，這麼說來，究竟誰是最高明的呢？所謂「一佛出世，萬



佛護持」，當釋迦牟尼佛到娑婆世界度眾生時，本是阿彌陀佛弟子的觀世音菩薩，也跟著到娑婆世界來度眾生，沒有佛與菩薩的高低之別；對於凡夫來說，「無明」一日不破，便沒有人稱得上是最高明，若是沒有把握住佛教覺悟的精神，不要說是「盡十方」，就算僅是「盡一方」也是非常困難，所以佛教要我們歸於覺，歸於究竟，其目的乃在求智慧圓滿、覺體圓滿。

『最勝業遍知』是讚歎佛陀的意業最殊勝。世間一切智慧皆自「意」而發，「意」若分別於知識便成為妄想，但如果能迴光返照，就是智慧，覺體就會出現。凡夫與諸佛的分別就在這一念之間，當中差異在於隨順意識則入於色、聲、香、味、觸、法；返流則不入於六塵，才能開發智慧。

由此可知順流於色、聲、香、味、觸、法是一種感情的分別和造作。一般人的意業無法殊勝的原因，就是因為意志薄弱，一旦受環境所包圍，自己便做不了主，任隨環境擺布。佛陀覺了「應觀法界性，一切唯心造」的道理，祂的心能照遍萬物，能將覺悟之體的力量發揮出來，如同阿彌陀佛發四十八大願而創造出西方極樂淨土，接引痛苦者到西方極樂世界一樣，釋迦牟尼佛則發願要在最痛苦的地方度眾生，這是佛的願力在創作。

此外，佛的殊勝意業，可從二個方面來看：

①佛陀的殊勝意業，能掃除一切我執、法執、與空執。

一日，佛陀正在講經，一隻螞蟻自一旁爬過，佛陀指著螞蟻對眾比丘說：「我在凡夫因地時，牠便是螞蟻；如今，我已成佛，牠仍舊在當螞蟻。」佛陀如何能得知這樣的因果呢？那是因為佛陀能打破過去、現在、未來所有空間的隔閡；並且，因為心中沒有一絲妄想，只剩下覺悟光明

之體，所以無量劫以前的事情存乎一心，歷歷在目。一般人因為對「自我」執著，對於時間、空間的阻隔也就愈大；不要說是昨天講過的話，就連幾分鐘前打過的妄想，也無從回想起。即使是有神通的人，只要他一煩惱、一發怒，他的神通也會隨即消失。因此，佛的意業之所以最殊勝、最清淨，乃是由於佛能通達無量無邊的過去、現在、未來而無所隔絕的緣故。

②「意」業能成就一切事業。

我們常在佛經裡看到：佛坐不動道場，於十方世界廣度眾生。這是依靠什麼力量呢？只要是初地以上的菩薩，便能坐不動道場，於十方世界轉大法輪，所以初地菩薩能在一百個佛世界現佛身度眾生；而佛不僅能在三千大千世界度眾生，並且能在十方無量無邊世界坐不動道場，度無量眾生，這些靠的都是意業的殊勝。就拿一般人的生活為例，凡是越有智慧的人，相對的也能成就較大的事業；有些人一旦被家庭的瑣事干擾，便失去

平日的智慧，就是對最簡單的事情也失去判斷的能力，因而周遭的人都顯得比他更有智慧，這便是意業不足所造成的。

假使對佛法有深切的了解，意業自然能夠增強，煩惱無處躲藏，便可逐一打破，進而化煩惱為菩提。因此，若想要使意業增強，第一步便是求取對佛法殊勝的瞭解，並且從內心去享受這份殊勝見解才行。例如，佛教教人要懂得「無我」的道理，假如「有我」便有痛苦，能夠「無我」就能免除痛苦。一般人都害怕歲月的流逝會帶來容貌的衰老；事實上，因為無法遏止衰老的容貌就是違背「自我」意志最好的證明，此時還能「有我」嗎？

所以說「無我」是真理，不是假說，要全部接受這個道理，在日常生活中從「無我」做起，由消極而積極，慢慢地才知道發菩提心、度眾生，這些都得靠殊勝的意業才能達成。

佛陀由意業的徹底而得大解脫，那是一種遍知的意業；因為真理是周遍法界，沒

有時間性與空間性，所以，佛又另名「正遍知」，即是對普遍真理得到正確的認識，如此才能算是殊勝的意業，而這意業能創作、能廣作，永恆地發揮力量。



（白馬寺清涼台）

清涼台全景

生活禪小品

逆增上緣 力發

台灣西南沿海的漁塢，曾盛產鰻魚外銷到日本，作串燒鰻。在運送過程中，是用塑膠袋加水裝鰻，再加灌氧氣後封口，空運到日本。在時間與距離上說，要保持活鰻生鮮，應該是不成問題。但還是常有三成的死亡率，讓業者蒙受不少損失，於是去請教一位漁業專家，這位專家建議他說：

「鰻魚生來很怕四破魚，不妨在氧氣袋中，放入一兩條四破魚去刺激牠，也許會增加牠的活動力，不致於死亡。」

業者依照專家的指導，放入四破魚後，鰻魚的死亡率近乎於零。

【附註】

從初發心開始學佛到成佛，都必須經過「始覺、相似覺、分證覺、究竟覺」，

其中的「始覺」是很重要的關鍵時刻，總有一個契機引領進入學佛的境界，這個契機也許是自己的親朋好友的往生，或是人生旅程上的挫折。

當然也有人只因看到春天百花開、秋天黃葉落，觸景即悟到人生的無常，而學佛求解脫。

古德常說：「學佛之人，不求無病，因為病往往是修道之助緣，不求事事順遂，因困頓正是修行的逆增上緣。」因有橫逆不順，才有機會強迫你及時反觀自己。

儒家《孟子》裡說：「天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚，空乏其身，行拂亂其所為，所以動心忍性，增益其所不能。」考之古今中外的聖賢，此道理確有其真實性！



生機飲食對修行的助益(二)

陳李秀朱 居士

西方醫學之父波克拉克底說：「所有的藥物都無法媲美均衡的飲食生活，藥補不如食補，預防勝於治療。」

「藥補不如食補」，因為食補是自然滋生的，易為人體吸收，具有多元性營養的特性，是滋養身體的最佳補品。

「預防勝於治療」，當我們罹患疾病時，服用藥石只是不得已的手段。但是當身體處於健康狀態時，應當做好保健的工作，使身體的免疫能力常常保持最佳狀況，預防種種疾病的侵襲。那麼，我們平常的飲食就得靠生機飲食來達成身體的良好機能。

家庭裡成員的健康，來自飲食得當與生活的規律。不當的飲食會導致許多慢性疾病，使自體免疫能力降低，使精神體力不濟，產生「心有餘力不足」的慨嘆！人生至此，健康已然亮起了紅色的信號燈！

在傳統觀念中，很多人認為素食對孩子的發育，有不良的影響，其實不然！根據瑞士營養學家柏喬班那(Bircher Benner)

四十年治病的經驗發現：肉食對小孩的發育是有害的！小孩子在成長階段，如果能給予適當的米麵、水果、堅果、蔬菜、核種子(一部份生食)，可以增加抵抗力，使得孩子發育良好，不易滋生各種疾病。

因此，建議幼兒在五歲以內，最好不要食用各種肉類食品，以免使體內的血液呈酸性，破壞了原本良好的體質，將來百病叢生，就不好養育了。同時，有個很重要的觀念，當我們的體質呈酸性時，是滋生癌細胞最好的溫床！

在化學工業發達的今天，化學色素、人工香料添加劑普遍使用的情況下，許多食物是不適合我們食用的！例如許多碳酸飲料中，不但含有大量的糖分，也含有人工香料、色素等，會慢慢地把我們體內的鈣質溶解剝離，且在口腔中的殘留，也會變成酸性，慢慢腐蝕牙齒，對身體的健康是百害無一益的！

本人是素食者，遍尋中外醫學典籍或營養師的著作書籍，以及十餘年來的教學經驗中，對素食有深入的研究，深刻體認生機飲食對我們生活的深遠影響。人的身體宛如一部運轉的機器，而這機器是由許多

部門聯合工作，才能順利運作。因此，我們的身體要有良好的食物補充營養，也要有通暢無阻的管道，來排泄廢物，才能使身體循環正常，精神暢旺，健康又強壯！所以，身體的健康，才能導致生理的舒適；生理的舒適，才容易獲致心理的安寧，精神的快樂。

任何人都希望健康，而延年益壽更是人類共同的心願！雖然醫學的發達使人類的平均壽命提高了，但是卻帶來了許多文明病的侵害，如心臟病、高血壓、糖尿病、癌症等。

每當周遭親友遭逢這些病變的磨難時，總不免使人生起面對死亡的恐懼，心靈產生高度的不安！

人生必定會死，這是自然的法則！但是如果能夠無病苦的折磨，在親友的助念聲中，安詳地往生善處，那將是多麼莊嚴美好啊！

因此，如何吃出健康長壽，便成了一門可貴的學問，尤其是吃長齋的朋友，更要對素食的營養成份有所了解，攝取均衡的營養素，才不會把身體弄虛弱了。我主張有智慧的過生活，因為身體是我們修行的

的工具，也是我們行善助人的依靠，如果有了健康的身體，就可以走更長遠的路，做更多利益自己、惠澤他人的事業！

人類是大自然的一份子，長期以來，人類過著日出而作、日沒而息的固定生活，身體之中彷彿有一個看不見的生理時鐘。好比我們去到了遙遠的美國，因為時差的關係，會讓我們的身體一時間難以適應，要將近一個星期的時間才能調適過來。

年輕人多喜歡熬夜，每每和朋友歡聚或夜遊玩樂，有些人甚或通宵打牌，長期過這種日子，會使肝、膽、腦細胞等機能受損。因為晚間十一時到清晨五點是膽、肝、肺等重要器官休息的時間。如果熬夜不睡，長期使器官過於勞累，就會精神不繼，百病滋生，等症狀出現後，治療起來不但煞費精神與錢財，更擔心藥石枉效的憾事發生！何不趁現在健康之時，多注意自己的生活，每天按時作息，減少攀搭外緣，過簡單的家居生活，攝取生機飲食，常常保持自己良好的健康狀態，才是幸福的最可靠保障！（待續）

戰馬不前

出自《眾經撰雜譬喻經》

宏能

西方有一個國家，沒有出產馬，國王下令國庫減省用度，儲存款項，同時派遣使者到各地尋求名馬。國王買得了五百匹上好的戰馬，以備國家防禦外敵之需。

但是，一連好幾年國家太平，百姓安居樂業，都沒有戰事發生。國王突發奇想：「要飼養五百匹戰馬的糧食消耗太大了，而且對國家沒有幫助。」

國王於是對職掌馬場的官員說：「你可以將這些馬的眼睛矇起來，讓我們去磨坊工作，以免徒然浪費國家的糧草。」

經過幾年，有一天，忽然鄰國發兵入侵，情況非常危急。

國王令戰將們牽出戰馬，準備迎戰。但正要與鄰國對陣大戰時，這些戰馬卻無法順著將士們揚鞭策馬往前衝鋒，只是不停地原地兜圈打轉。因此這個國家很不幸地就輕易被鄰國消滅了。真是遺憾啊！

【附記】

國王因為貪圖近利而釀成了亡國恨事，當然可憐！雄糾糾的戰馬，本該多訓練戰技，如何馳騁沙場，卻因矇著眼睛，兜圈子磨麥，習慣成性，喪失了戰馬的本領！

壞習慣對於我們的生活，也是同樣的可怕啊！好比有人嗜酒、或嗜賭，一輩子就矇起了自己的智慧之眼，不去思想如何改善、提昇自己的生活，始終被這些壞習慣束縛，使得生活變得困頓了！

回想當年自己曾是青年才俊、意氣風發之時，就如同隨時可以赴戰場和敵人廝殺決戰千里的戰馬！

如今卻像匹矇起眼睛的戰馬，拉著沈重的石磨，不停地兜著圈子，千轉萬轉，永遠原地打轉，不求出脫，直到老死，真是可憐可嘆啊！

菩薩之所以偉大，就是因為菩薩能夠發菩提心，誠實地自我檢討缺失，痛下決心修正自己人生中種種錯誤的、愚蠢的行為！從此不再被自私心所局限，不再被欲望所俘虜，身心得到真正的自在！

更發下弘深誓願：

願生生世世，時時刻刻，起心動念，舉手投足，揚眉瞬目間都能讓眾生獲得利益！自然而然的、歡喜的實行六度波羅蜜多。這個誓願普遍於整個法界，並且盡未來際，無有休止，無有窮盡。所謂「廣大如法界，究竟如虛空！」

佛菩薩的無量慈悲，叫人讚嘆！

我們都是凡夫俗子，誰能免於犯下過錯！

但是古德常告誡我們：「不怕念起，只怕覺遲！」

朋友們！好多的善事業等待我們去成就哩！

時時警惕自己：切莫變成了拉石磨兜圈子的驢子！

但願我們永遠是匹精良驃悍的戰馬！要戰勝自己的壞習慣！要戰勝煩惱魔軍！



中國名古剎之旅(二)

——洛陽白馬寺 宏蓮

接引殿，主尊供奉的是西方三聖。阿彌陀佛手呈接引狀，左側持淨瓶的是觀世音菩薩，右側手持寶珠的是大勢至菩薩，是清代泥塑作品。〈阿彌陀經說〉：「若有善男子善女人，聞說阿彌陀佛，執持名號，若一日，若二日，若三日，若四日，若五日，若六日，若七日，一心不亂，其人臨命終時，阿彌陀佛與諸聖眾，現在其前，是人終時，心不顛倒，即得往生阿彌陀佛極樂國土。」故本殿宏揚淨土法門，方便接引眾生，只要有人常執持阿彌陀佛聖號，一心不亂，是人臨命終時，阿彌陀佛及諸聖眾，必定親來接引，往生西方極樂世界。本殿是寺內最小的一層殿宇，原殿被火焚於同治元年，光緒九年重建。

清涼台，位於寺院後部，是一座雄渾古樸的磚砌高台，相傳原為東漢明帝劉庄乘涼、讀書的地方。白馬馱經回來後，所有經典及佛像就供奉在清涼台上，騰、蘭二師在此譯經傳教。中國第一本漢譯經典〈八

佛說四十二章經▽就是在此問世的。東漢以後，便成為歷代藏經之處。於明嘉靖三十四年重修。

毗盧閣，是寺內最後一層殿宇，高聳於清涼台上，供奉華嚴三聖。中間主尊為毗盧遮那佛，是釋迦牟尼佛三身之一的清淨法身佛。左邊為文殊菩薩，背有光，騎青獅；右側為普賢菩薩，背有光，騎白象。三聖像塑於清代，殿宇始建於唐代，元代

曾重建，明代又重修，有古色古香的獨特古建築風味。

騰蘭殿，分別位於毗盧殿前面兩側。東邊攝摩騰殿，供奉攝摩騰大



接引殿

師塑像；西側竺法蘭殿供奉竺法蘭大師塑像。金人西應，寶笈東傳，二高僧引慈雲於西極，注法雨於東陲，後人為紀念兩位開山始祖東來弘法佈教，特在此中國第一座佛寺，第一譯經道場的清涼台建騰蘭殿以永銘恩德！

此外，白馬寺尚有法寶閣、藏經閣、玉佛殿、臥玉佛殿、六祖殿、泰佛殿、梵經台及齊雲塔院等。

法寶閣、藏經閣分別位於清涼台左右兩側，建於西元一九九五年。藏經閣供奉中華古佛，內藏有龍藏、中華大藏經、日本大藏經、西藏大藏經、敦煌大藏經等十餘種藏經，是白馬寺僧眾閱藏修學佛法的地方。法寶閣則供奉印度總理拉奧所贈送的銅佛像，內藏數十種法寶。

玉佛殿位於大佛殿西側，供奉釋迦牟尼佛玉質佛像。為一九八八年雲南玉佛寺妙明法師及緬甸華僑楊廣佛居士所贈，高一點五六公尺，屬緬甸白玉，雕工精美，寶石鑲嵌。

臥玉佛殿，供奉臥玉佛，重八噸，長五

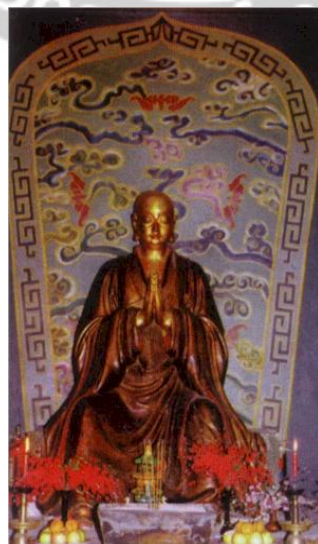
米，位於大佛殿東側，為深圳、廣州的部份居士所捐資。

六祖殿，供奉禪宗六祖木雕像，位於玉佛殿南側。

泰佛殿，供奉一尊重八噸，高七點二公尺的銅質鍍金大佛，是泰國內務部部長瓦塔納及泰國友人常媛女士於一九九二年所捐贈，是一座具有泰式風格的佛殿，位於白馬寺西側。(待續)



攝摩騰大師



竺法蘭大師