



## 般若波羅蜜多心經—第〇一七講

普力金剛上師講於大乘講堂

一九八九、十一、二六

我們說到「觀照般若」，由「觀照般若」說到密宗「觀照般若」的用法；現在我們已經在密宗各方面，大約都介紹過了。現在有一個小問題，就是有人問：「我們觀塔婆觀，就是即身成佛，成什麼佛呢？」成圓滿的毘盧遮那佛！「我們用一個『種子觀』的話，會不會成佛呢？用地、水、火、風、空之任一種觀的話，會不會成佛呢？」可以的！我們就舉出，比方說我們欲成「阿彌陀佛」，淨土宗就是念阿彌陀佛，可以往生西方極樂世界。我們根據善無畏三藏的說法和不空三藏的說法，怎麼樣能夠成阿彌陀佛呢？根據善無畏三藏的說法，是觀白色的水大，觀想

## 虎年偈頌

宏能

二零二二年 歲次壬寅虎

虎相最威猛 虎性易暴怒

虎牙甚堅利 撕咬諸獵物

密宗弟子等 應精進修行

成就金剛慧 降伏心之虎

咬碎諸頑愚 忍辱面和善

長養眾善根 成就三堅法

末法災厄多 我等宜珍重

發行者：財團法人  
普力宏文教基金會  
顧問：劉發泉  
策劃：張榮珠  
編輯：張現能  
校對：洪秀蜜  
電話：(02)27524519  
(02)27400877  
傳真：(02)27117139  
地址：台北市復興南路1段127號  
8樓A座  
劃撥：19619626  
戶名：財團法人  
普力宏文教基金會

## 普力宏文教簡訊目次

起始頁數

般若波羅蜜多心經—第〇一七講：一

生活禪小品（力發老師蒐集整理）

日中一食……………十三

入道要門，發心為首；

修行急務，之願居先……………十三

學會感恩……………十五

各有因緣莫美人……………十六

如何修習聞思修三慧……………十七

如何化解自身的怨結……………二二

熟處轉生，生處轉熟……………二三



字，是通阿彌陀佛；一直到觀世音菩薩，觀「𑖀」字觀可以成就阿彌陀佛功德。換句話說，這水觀「𑖀」就是什麼東西呢？就是大悲心「𑖀」。在我們來講，菩提心、大悲心、平等心，阿彌陀佛、觀世音菩薩，就是大悲心；大悲心就是「𑖀」字觀，「𑖀」字觀充滿了溫和的柔性，所以大悲心要柔，大悲心不是很強烈的心性表現，你可以成什麼佛呢？成阿彌陀佛。「我們是凡夫，怎麼會成阿彌陀佛呢？」因為阿彌陀佛的心也是充滿了大悲，如果我們的心也充滿了大悲，那意密就相通了；阿彌陀佛化為大悲水，水最柔！我們的心也化為大悲水，水在「𑖀」種子字，智慧是「𑖀」字觀。阿彌陀佛的心是「𑖀」字觀，我們也作「𑖀」字觀，這很重要；那我們就是個別成佛，還是成佛！但這不是成大毘盧遮那廣大法界身佛——法界就是我，我就是法界；只是成一方佛，成阿彌陀佛！如果修這種阿彌陀佛成佛觀的人，他修滿三年、五年出來，面孔將充滿了慈悲相，連相貌都變了，這是個別來修。

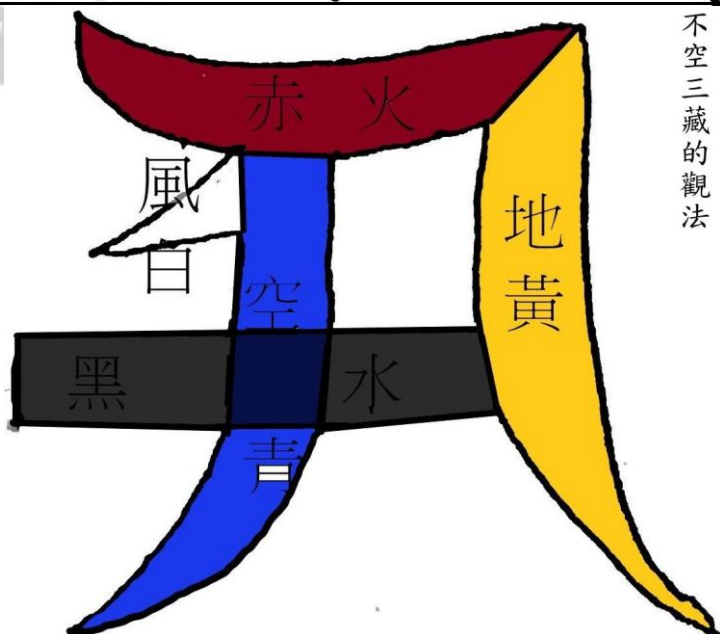
如果我們要修南方世界「寶生佛」，那要怎麼修呢？如果我們現在許多佛教的

善無畏大師的觀法



真理都不懂得，那怎麼辦呢？沒有關係！雖然佛教真理不懂得，但我們懂得事相；依循儀軌修法，我們修「寶生佛」密法的目的，不是為了貪心！如果說我們修了「寶生佛」密法，可能發大財；可能得到世間的金、銀、財、寶、珍珠、瑪瑙、金錢，擁有大財富。如果用這種心態來修法，那絕對是不行的！因為諸佛心中都沒有貪瞋癡三毒的心；而我們卻用貪瞋癡的心來修法，那是絕對不能相應的。這點最起碼要知道！所以修「寶生佛」，根據善無畏三藏來說，就是修「𑖀」字觀。我們先觀「𑖀」字火，焚燒業障身，把身體燒光了；

不空三藏的觀法



世界也要在大火中焚燒，把世界燒光了；三千大千世界燒光了還不夠，十方世界整個燒光了！「𑖀」字火，把我的身體全燒光了，一片大火一直燒，燒到一無所有，燒到甚至連灰都沒有了；這個時候，一片智慧光明現出來。當初修「𑖀」字火大觀時，就是赤色的；如果我們的智慧光明能夠成就的話，就是成佛了，所以密宗才說「三密相應，即身成佛」。這樣說起來，密宗的個別觀，很容易成佛；我們只要照這樣

子，如法修行就好了。請問「寶生佛」是代表什麼呢？代表「平等性智」。「平等性智」又代表什麼呢？代表空性的真理本身。所以，空性之火燃燒一切虛幻的妄想，將虛幻的妄想都燒光之後，我們心性的智慧光，就能顯發出來；這個發出來的智慧光明，就是「寶生佛」，這個智慧光明就是「平等性智」。「寶生佛」手上拿的法寶是什麼呢？是「火摩尼寶珠」。火焰燃燒的「摩尼寶珠」，這時候內心充滿一片「智火」；「智火」把所有妄想都燃燒殆盡。如果就真理來講，「智火」焚燒什麼妄想呢？把我執、法執都燒光，把內心所有的妄想、執著都燒光，所以這個時候，就成「南方寶生佛」。我們今天講個別觀，以前的個別觀沒講的這麼透徹；我們修一個法就夠了。換句話說，如果要想獲得成就，我們一定要努力修習；以我本身的經驗來講，我修護摩法時，總把這個身體燒得光光的，剩下灰，三千大千世界燒了，盡虛空遍法界的火都在燒，就是《楞嚴經》所講的「性火真空，性空真火」；這個時候，在火裡面有沒有貪瞋癡疑慢見？沒有！一片大火，一切有為法都在

燒，燒得很徹底！最後火沒有了，充滿了一片紅色的光，這光就是「平等性智」的智光，把一切分別心都全部燒光！

有許多人說：「好可怕呀！我怕冷怕得要死，冬天好冷，我一作水觀，全身會「皮剝」地發抖；如果夏天我修火觀的話，熱得要死，哇！好熱呀！滿身大汗，這怎麼會相應？如果什麼東西都燒光光的話，我不要！還是有這個身體及世界，我比較有安全感。」那麼，這種人的根基適合修什麼呢？修「阿閼佛」法。我們現在都是說「事修」，這裡不說「理修」。那麼，他就觀想大地，觀想黃色的「𑖀」。大地有山有水，山高又高，水低又低；你就是觀黃色的「𑖀」就好，觀黃色、地大的「𑖀」字觀。根據《毘盧遮那成佛神變加持經》所說，「𑖀」字觀為一切諸佛成佛之門；十方三世諸佛要成佛的時候，都要觀「𑖀」字，否則就沒有辦法成就阿耨多羅三藐三菩提。所以，「成佛觀」開始，都是作「𑖀」字觀，也就是修「東方阿閼佛」的這種月輪觀。這是為什麼？為了那些眾生疑慮「沒有身體怎麼辦？」「沒有世界怎麼辦？」……身心與世界都空空如也，而怕

得要死的眾生，他就可以修「𑖀」字觀。其實，就理上來說，「𑖀」字觀代表「無生法忍」；在這個地方代表「無生即生，生即無生」。所有「無生」的真理，就在一切「生」的現象裡面；所有「生」的現象，沒有離開「無生」的真理。可是，如果他不懂得教理的話，我們暫且不要跟他講這個道理，就請他直接觀想黃色、地大的「𑖀」字觀就好了；當觀想成就的時候，就成「阿閼佛」。請問，阿閼佛手上拿什麼法寶呢？金剛杵！所以金剛杵的本身，就是表「智體」；「智體」也是代表「無生法忍」。

如果有人問我：「上師！您有沒有修過「𑖀」字觀？」「您有沒有修過𑖀 (vāṃ) 字觀呢？」「您有沒有修過𑖀 (vāṃ) 字觀呢？」「您有沒有修過阿彌陀佛、寶生佛的密法呢？」我有！我如果沒有用這個修證的功夫，我沒有辦法將書本蓋起來，跟大家這樣講；尤其是「南方寶生佛」密法。我們沒有學「南方寶生佛」密法，就沒有辦法消除三障諸煩惱；你們看很多人業障纏身，我給他們持咒、加持，讓他們業障消除。我曾聽人說亞君在背後說：「上師全

身都是業障，你們知道嗎？」有些弟子也給她加持，因為她不懂得「消除業障」的方法，所以她累積的業障才是最多的；那麼，我的業障怎麼消除呢？如果弟子們的業障都跑到我身上，我就作火大「字觀，我能夠「性火真空，性空真火」，這一燒，所有的業障就都沒有了，都燒得光光了！這智慧火，不僅能燒掉我自己的業障，而且能燒掉對方的業障；甚至燒掉三千大千世界，盡虛空遍法界都燒光了，連一個「我」的存在都沒有了。業障跑哪裡去了？果報障跑哪裡去了？煩惱障跑哪裡去了？通通都被智慧火燒光了。這個修養很重要！但是光是嘴巴說自己很厲害沒有用；光是嘴巴說，那是吹牛！有人可能會說：「上師！您都說有智慧火燒起來，但是事實上，大家並沒有看見啊！」可是，我加持好對方，我沒有事，他也沒有事，這才算是有功夫！如果對方業障消除了，而我的業障增加；總有一天被累積的業障壓垮，那就完蛋了！過去林雨亭醫師跟蔡尚達醫師問我：「我們醫生給人家看病，有沒有業障會上身呢？」我說：「你們醫生給人家醫病，不會有業障上身；因

為醫生的八字特殊，前生所做的善惡業，感召今生醫生的異熟果，這個異熟的果報身，就帶有醫生能夠治療患者的勝用；所以患者的業氣，不會到醫生的身上。」可是蔡尚達如果管醫療以外的事情，業障就會沾染到自己身上；好比插手李某某的事情，管別人老婆大肚子的事，管別人跟老婆吵架的事，管別人跟老婆鬧離婚的事，……這一插手去管，他一回，兩夫妻就吵起架來。如果他好心把小倆口勸合了，那一邊的業障，就跑到他的身上來；所以，醫生只能夠治療病者、患者，沒有辦法治療醫療以外的事情，這是業氣的關係、果報的關係！

真、假金剛上師，也是這樣！你的身體有病，假的金剛上師給你加持過之後，如果你的病竟然好了，有兩種說法：一種是真的病，一種是假的病。①如果是真的病，給假金剛上師加持之後，你病好了，但他馬上就生病了，甚至倒下去；因為他根本沒有辦法承受弟子的果報障的業力；②如果是假的病，給假金剛上師加持之後，他把大家的業障都消除之後，他本身就會生一場病；但這個病是老毛病，藥

醫治不好，每天都在那裡「唉唷！」「唉唷！」。所以，有沒有如實證到「金剛上師」位？是不可以用來騙人的！但人家不懂教理，我把這話說明了，大家都了解了，這個是修行的秘密。能夠給別人加持好，而他自己卻不會生病，什麼病都沒有、什麼業障都沒有上身；這樣，他才能夠給弟子消除業障！因為他已經「三密相應」，甚至得到「成就佛」位了！他起碼得到「寶生如來」這個果位，他已經能把業障消除，這個知見很重要！真的金剛上師能夠給弟子加持的話，他最少有「三密相應」，得到「阿彌陀佛」的果位。這個是密宗佛位的說法；當然不是「究竟即佛」，而是「相應即佛」！這樣的金剛上師，才能夠給弟子加持頭頂，或加持大悲水、金剛水，很多弟子一喝，病就好了；具有這種神奇的妙用，才表示有「相應即佛」的修證。但是，金剛上師一定要很努力地修習「三密相應」的功夫。

為什麼有些金剛上師給別人加持，明天就生病；甚至天天都在生病呢？他說：「他是替眾生挑業障！」很可惜啊！因為他是沒有修習成就「五佛觀」；「五佛觀」裡

面，任何一尊佛的佛觀，沒有修成就的緣故。至於沒有修成就，有兩種說法：一種是他在「學理上」體悟不夠；也就是智慧不夠，而內心有執著，才會和貪瞋癡相應。另一種是內心和貪瞋癡相應，業氣惹到身上，掃都掃不掉，也沒有辦法掃。所以，金剛上師的內心，一定不要和貪瞋癡相應，才能掃掉種種業氣；到日本學東密的人，學到「胎藏部」和「金剛部」兩大部，一定要對「五方佛」以及「塔婆觀」都學；學了有沒有成就，那就要看他有沒有下功夫修學了，這是事實。所以，在密宗如果單單做金剛上師還不行，單單學了密法也還不行，還要對密宗的「教、理、行、果」要有學習、徹底地如實修行；修行徹底，你就能夠成為一個真正的金剛上師。因為在面對有困難來求的弟子時，金剛上師就好像是國術館的師傅一樣，動的是真刀、真槍啊！像真刀、真槍的業氣，一大堆襲擊上來，兩三下就把金剛上師弄倒下去了！那樣，還有什麼密宗上師呢？根本沒有了嘛！因此，被「業障」纏身來求的弟子，他們是真刀、真槍地來；每天遇到各種奇奇怪怪的事情，當金剛上師

的，一定要能夠消除這些業障！想消除這些業障，金剛上師一定非得修這個法不可，至少把「I」字觀或「J」字觀修好。這個非常重要！

接下來，我還要說，如果我們個別修「北方不空成就如來」的話，我們應觀想什麼呢？觀想黑色、風大的「𑖀」（hūn）字觀。我們知道「𑖀」字觀的意義很大，它代表所有「金剛部」的部主「金剛智」智慧氣；因為所有顏色，最堅固的是什麼顏色呢？黑色！不管什麼顏色，我只要將黑色倒過去，它都變成了黑色；所以，黑色是最堅固的，但初學密法的人沒有辦法修。

你們知道諸佛為什麼沒有業障嗎？因為諸佛把所有的業障、煩惱障、果報障通通消除光了；如果有魔來找祂的話，即便是一「天魔」最厲害的魔——毘那夜迦魔都來找祂的話，祂就修黑色的「𑖀」字觀。天魔認為自己很了不起，能夠障礙一切修行人；諸佛就給他一個黑色的「𑖀」字觀想，立刻就把天魔給壓住了。當天魔來擾亂時，修行人就感覺眼睛動也很痛苦，耳朵動也痛苦，手動也痛苦，把修行人障住了。這時，立刻要作黑色的「𑖀」字觀，就能夠降伏一切

魔；魔是擾亂我們這些所有觀白色等雜色的人。如果能作黑色的「𑖀」字觀，就能立刻把魔給降伏了。

在我看來，魔是我們內心的魔；在魔來看，這「不空成就佛」就是他的魔。天魔遇到這個「魔」，就什麼神通也沒有了；手也沒有辦法動彈了，腳也沒有辦法動彈了，眼睛也沒有辦法轉動了！他本來想要去障礙修行人，卻使不出任何辦法。換句話說，我們如果沒有先修火大的「寶生佛」的密法，就沒有辦法成就修行風大的「不空成就佛」的密法。所以，修行到達什麼程度，才叫「不空成就佛」呢？能降伏一切魔，才堪叫「成就」；能降伏一切魔，是「成所作智」，因此這風大的、黑色的「𑖀」字觀很重要！但是，是不是故意去降伏一切魔呢？不是！是降伏我們自己內心中之魔。心外的什麼魔都不厲害，心裡面的「無明」魔——貪瞋癡疑慢都是魔；但是所有魔裡面都是癡魔，癡魔就是「無明」！降伏無明魔，就是要修「不空成就佛」，是什麼觀？「𑖀」字觀，什麼顏色呢？黑色的！但是它的基礎是從哪裡來？一定是從「I」字來！所以，我傳「準提法」時，

一定要大家先從「字觀」開始；因為怕大家觀黑色有副作用，而白色月輪觀沒有副作用，月輪觀是清涼的。以後如果專修「大日如來」本身的一個佛觀的話，怎麼修觀想呢？觀青色。觀哪一個梵字呢？**𑖀**字觀，**𑖀** (Kṛm) 字觀是「法界體性智」；「法界體性智」的本體就是「毘盧遮那佛」。我在黑板上畫了一個**𑖀**，因為它是本身觀，叫做**𑖀**字觀，它是「總觀」；就在這個梵字裡面，最上面具有「菩提點」，我們觀想「青色」。我們如果觀想這個**𑖀**字，這就等於「五智俱全」的總體，就是「法界體性智」；我們把它當做「毘盧遮那佛」總觀，在總觀裡面還有別觀。我們怎麼修別觀呢？比方說，圖中的最上的「菩提點」及「仰月點」，代表「空大、青色」；「赤色」的一橫，就當做「火」；「白色」的彎，代表「水」；「黑色」的，代表「風」；「黃色」的，代表「地」。這樣一個**𑖀**字，就具足五種顏色了。「菩提點」，是代表什麼色呢？「青色」。「地」代表什麼色？「黃色」。「火」代表什麼色？「紅色(赤色)」。「水」代表什麼色？「白色」。「風」代表什麼色？「黑色」。

單單觀想這個梵字**𑖀**，就可以有這麼多的成就；我們用這個梵字**𑖀**，來說善無畏大師的修觀法。大家應把這個圖記住，一個梵字裡面，可以成就五種佛。

而不空三藏的觀法也是大同小異；因為不空三藏和善無畏三藏不同的地方，只有一個不同！就是不空三藏觀西方風大，是**𑖀** (ṣ) 字觀，而善無畏三藏觀「北方」風大，就是**𑖀**字觀；北方在不空三藏是水大、黑色的**𑖀**字觀；不同的話，就是種子觀不同。如果不空三藏的觀法，是作中央毘盧遮那佛的種子字觀，那就是**𑖀**字觀；**𑖀**字觀本身就是什麼色？**𑖀**字觀本身，在不空三藏來講的話，同樣是地大、是黃色。(請參考**𑖀**的圖)

在不空三藏的觀法，開始修觀時，一定是觀「南方」**𑖀** (ṣ) 火大、是赤色；北方就是**𑖀** (ṣ) 字觀，是水大、是黑色；「西方」風大**𑖀**，是觀「白色」；「東方」觀**𑖀** (ṣ) 𑖀，是代表「空大、青色」。

日本修密的行人，是從**𑖀**字觀入門；把**𑖀**字牌放眼前，每天練習觀想，念咒時就是作**𑖀**字觀！本來**𑖀**字觀是阿闍黎才可觀的；但日本人一開始修密，就讓他們

觀。在《大毘盧遮那成佛神變加持經》裡面說，一切諸佛之母，由**𑖀**字觀而成就；這**𑖀**字觀，加了「菩提點」就變成**𑖀** (ṣ) 𑖀；另外一種寫法，日本人常常這樣寫**𑖀**，把上面一撇放在下面。換句話說，如果有一個不是利根的人當阿闍黎，他沒有研究教理，不像我懂得這麼多；他能夠觀想**𑖀**字觀，他很笨，但是每一次修

**𑖀**字，月輪觀就出現。雖然他其他的都不會觀，每天打坐就觀自己的身體就是整個**𑖀**字月輪觀；有人向他求大悲水，他也是用**𑖀**字觀，來求的人業障也消除了。這是因為他觀想成就，很單純只有一個**𑖀**字觀；他就獲得了「三密相應」的成就，所有修行的成就過程通通曉得。所以，修密有沒有成就？只要拿修密的過程來問我，我一看就知道他到底有沒有成就？因為我已經成就，我當然知道他的三密相應的修行有沒有成就？他能夠不能夠觀想得出來？如果他觀想得出來，「加持力」自然會出來；「金剛水」有沒有力量可以知道。如果你什麼東西都不會觀，可以單單觀一個字；甚至連**𑖀**字觀都不會觀！那麼，你修「準提法」，就單單作「字觀就

好了；你只要不斷地用功，幾十年都是作【字觀，雖然其他教理都不懂得，很多密宗的儀軌也不懂，但是他單單具備這樣的觀想成就，也可以當阿闍黎。因此，修密最重要的，就是要有「三密相應」的成就；如果這樣當阿闍黎，佛教的道理懂得不多，弟子跟他請的大悲水也很靈驗！可是，佛教的道理懂得不多的話，就沒有辦法替眾生開啟諸佛的眼目。雖然這樣，當阿闍黎可以救度眾生，但是就不能弘揚佛法了！當然，他努力修學一法、一印、一個觀想，獲得成就，可以當阿闍黎；如果阿闍黎的嘴巴亂講，那他所獲得的罪，就不得了啦！因為他不懂得佛法，不守「閉口」真言，卻把佛法空性的真理講錯了，把因果的道理講錯了，那將來就要嚐受「違背因果」的重大罪愆；所以，要當阿闍黎實在不容易啊！

想要弘揚佛法的話，對於智慧的修學一定要多薰修；要成就無量的智慧、無量的德能。怎麼修才算是不錯？怎麼修才算如理？這要有簡擇力！佛法「慧」的定義是什麼？慧的意思是「簡擇」義；能夠把諸法的名相、義理，分析得很清楚了。所

以，我們一定要通達顯教的道理；通達顯教還不夠，還要把密宗各種法門通通都通達了。

某個徒弟他是修「大悲法」，修了幾十年不會成功，那怎麼辦才好？阿闍黎應該有智慧簡擇，那就讓他修「寶生佛法」，他一修「寶生佛法」馬上就相應了。因為他的八字上面水太多了，是冬天的嘛！需要火的助緣，他八字上面沒有火嘛！如果他一直修「水大」的「大悲法」的話，會越修越冷，就比較不能相應、成就！一給他改修「南方寶生佛法」，他很快就獲得成就。可見，智慧簡擇也是很重要的修養；有簡擇的智慧，才能夠當阿闍黎！沒有簡擇的智慧，就不能夠當好阿闍黎。換句話說，「簡擇的智慧」在密宗裡面，沒有離開「觀照般若」；如果沒有「觀照般若」，又哪裡來的「簡擇的智慧」？如果沒有「觀照般若」，哪裡來的智慧辨別萬法的自性？如果萬法自性都不能辨別；對於能解脫一切萬法自性的佛法，更不能辨別！那麼，他就沒有辦法當個稱職的金剛阿闍黎！所以，嚴格來講，金剛阿闍黎只修一尊佛或一個字，不能夠當金剛阿闍

黎；只能幫助師父做佛教某一方面的工作而已。想要登台講經說法的話，修為還是不夠；要想廣度眾生，那更是絕對不夠的！如果有成就的話，就可以有足夠的底氣說：「唉！我的修為雖然不夠，師父！金剛水我替您念就好了。」他已經達到這個功夫，將金剛水拿去「加持」一念，生病的人喝下這金剛水，病就好了。他雖然能「加持」金剛水，但他不能貢高我慢，嘴巴亂說，向人炫耀；因為他不懂得許多因果的道理、空性的教義，嘴巴亂說，只有一方面成就，而不是多種成就；智慧沒有達到「大開圓解」的成就。他只是在修法的時候，達到「三密相應」的成就；但智慧沒有到達圓滿成就！如果不修口德，嘴巴亂說話，他還要負擔很多因果責任；嘴巴亂說，就會顛倒許多是非！好比在度眾生的時候，金剛上師不知道弟子是什麼根性，就叫弟子：「你跟我一樣修這個法就很好了。」結果弟子跟他修，修了幾十年也不會成就；那就會冤枉了很多弟子的時間和精力了！當師父的如果沒有「智慧的揀擇」，不能配合弟子的根機；師父雖然成就了，但是弟子的修習，可能

「事倍功半」，甚至「徒勞無功」！這個地方非常重要。

我們修學的時候，一定要在「觀照般若」好好用心；對「五方佛」的法，一定要知道！「五方佛」的法，都可以成佛；但是如果你能夠成五種佛，能夠通達五佛的道理，又能了解眾生的根性；就眾生的根性來說，這在密宗還是屬於「事相」，還不是講「大空」的道理；用中國術語來說，懂得金、木、水、火、土等「五行」相生相剋的道理，或懂得印度的地、水、火、風、空等「五大」的因緣生滅，就能夠通達個中的奧秘！方法說起來也很簡單！用中國的方式來說，眾生離不開金木水火土的根性，或眾生離不開地水火風空的根性；如果能了知弟子所屬的根性，那麼他修起來就容易得到成就。以我自己來講，我的本尊法是「穢跡金剛法」，是屬「火大」的法；在《楞嚴經》裡面有「二十五種圓通」，「穢跡金剛法」也是「二十五種圓通」之一。在楞嚴法會上，頭上面簇光吽吽的烏闍瑟摩（火頭金剛）站出來，頂禮佛足，並告訴釋迦牟尼佛：「久遠劫前，我當初發心修行時，因為自覺淫欲心很

重，好像烈火焚燒著自身；後來遇到空王如來，傳授我觀火大觀。靜坐修法時，就觀猛火在燒；觀想身體燒沒有了，世界也燒沒有了，三千大千世界也燒沒有了，十方無量世界也燒沒有了，燒到什麼東西都沒有時，最後自性的寶光出現，就證到無生法忍了。」

有些人說他的「穢跡金剛法本」完全，可是，如果不把《楞嚴經》裡「火頭金剛」的這一部份放進去，怎麼能夠算完整？絕對沒有辦法的，這個還在其次；另外，「穢跡金剛法」並不是只有一般的「三密」而已啊！其實，它還有五密、有七密、有九密的說法，這是因為我有鼓山盛慧老和尚法脈傳承的關係；慧三法師的法只傳三密而已，其他的五密、七密、九密弟子們都沒有學到。大乘講堂「穢跡金剛」密法，是跟隨上師三十年以上的弟子，我才方便傳授的大法。大家一定要好好了解密宗的道理，好比要了解好「五方佛」的道理；又好比《楞嚴經》裡面的幾種圓通：一個是月光童子的「水大」圓通；一個是穢跡金剛、火頭金剛的「火大」圓通；尤其是裡面還有持地菩薩的「地大」圓通；虛空

藏菩薩的「空大」圓通，還有琉璃光菩薩的「風大」圓通。大家把《楞嚴經》的「二十五圓通」拿來研究，就知道種種修習「圓通」的理論；要當個真正具德的金剛上師，起碼要修習《楞嚴經》裡面的「地水火風空五種圓通」，對於「六大無礙常瑜伽」的道理，也一定要深入的體會，以後我們才能真正了解這方面的修法。

有弟子【問】講台上的「塔婆」是不空三藏的表法，還是善無畏三藏的表法？

【答】善無畏三藏的塔婆，地大是黃色，水大是白色，火大是赤色，風大是黑色，空是中央是青色，這是善無畏三藏的說法；不空三藏的塔婆，如果毘盧遮那佛在下面的話，這個不同！他說「東方」青色，上面這個是阿閼佛；「西方」就是白色；「南方」是赤色，「北方」是黑色，「中央」才是黃色。這樣來看，一般流行的「塔婆」，還是善無畏三藏的觀法；換句話說，他是上面這個圖和這個流行的說法比較合。這是兩個，一個是卐字觀，一個是唵（Kān）字觀，唵字觀裡面，很多都是由唵字出來；我們佛教早課的十小咒裡面，加「伽伽法伽伽伽伽」，會有很大

的變化，很多變化都是從裡面出來，所以「涅槃點」很不可思議。**卍** (sh) 是兩點，它是「涅槃點」；比方說不空三藏觀想的「涅槃點」，「:」是「涅槃點」，這是「世間法」的。如果「出世間法」的話，在 **𑖀** (log) 旁邊打兩點；打兩點有兩種看法，比方說詳細的兩點是這樣 **𑖀**，好像數字 8，簡單的兩點就是這樣「:」，這是代表「涅槃點」。比方我們說阿彌陀佛，我們一般用的是 **𑖀** 訖利 (hrih)，**𑖀** 這是用「大的涅槃點」，**𑖀** 這是用「小的涅槃點」；「涅槃點」，表「證入真理實際」、「常寂光淨土」，是講「成就」。所以說，如果沒有佛學的基礎，只跟我學密宗的「傳法灌頂」，而沒有研究密教經論，你問我「涅槃點」代表什麼？我告訴你是「常寂光淨土」，你根本就聽不懂！到底什麼是「常寂光淨土」啊？我還要從頭告訴你：「佛土有四種，每一種土是什麼……你聽懂了，我還要告訴你這個地方「:」，叫做「涅槃點」……。你說麻煩不麻煩啊？所以，修學密宗之前，一定要先研究顯教；顯教學好了，我告訴你種子字上的這兩點是「涅槃點」，或種子字上的這個「𑖀」

是「菩提點」，表證得「阿耨多羅三藐三菩提」、表證得「大空的真理」。佛具有二德：一個叫做「智德」，這個就是「菩提點」；還有一種叫「斷德」，斷除一切煩惱，斷除一切我執、法執、空執，到達「常寂光淨土」，就代表涅槃點「:」。這個「𑖀」「菩提點」是比較具體的；簡單的表法，就是只加一個菩提點「𑖀」。普通的金剛上師，如果你問他種子字上面的這一點，代表什麼？他都說不出來；因為他不懂，沒有辛苦研究過密教經論嘛！可是他也當起金剛上師，也在收很多弟子；你問他種子字上面的這一點，是什麼意思？他都不知道！種子字旁邊的這兩點，是什麼意思？他也不知道！我們簡單點，比方我們寫 **𑖀** 字觀，加一個 **𑖀**，變成 **𑖀** 字了，一點就表示詳細的「菩提點」；**𑖀** 兩點就代表「涅槃點」。如果沒有從修行次第裡面一層一層爬上來的阿闍黎，根本不懂得這個密教的「行」與「證」，阿闍黎位自己封的；我們拿這些來問他，他根本就莫名其妙，他還不懂完整的密法！如果個別成佛都成不了了，他還能夠成「塔婆」的五方佛嗎？「塔婆」的佛盡

虛空遍法界，六大和我，同為一個毘盧遮那佛，這是總體；根據善無畏三藏的說法，如果「別體」的總體佛，叫什麼字啊？就是 **𑖀** 字；別體的「阿彌陀佛」是什麼字？是 **𑖀** (se) 字；別體的「寶生佛」是什麼字？**𑖀** 字；別體的「不空成就佛」是什麼字？**𑖀** 字；別體的「阿閼佛」是什麼字？**𑖀** 字。整個學起來，「總體佛」就是一個「塔婆」，五字整個變上來；在身體方面來說，就變成五輪。肚臍以下，就是「海底輪」，海底輪一般就是黃色的，就是 **𑖀** 字觀；再上來「臍輪」，臍輪是白色的，代表 **𑖀** 字；再上來「心輪」，心輪是紅色的，代表 **𑖀** 字；再上來脖子的「喉輪」，代表什麼字？**𑖀** 字，是黑色的；再上來到了「頂輪」，是青色的 **𑖀** 字。在密宗來講，這個「五輪觀」就在我們身體上面；「塔婆觀」也在我們身體上面。有些人說：「他會看到東西。」我們就問他：「怎麼會看？」他說：「我自然而然會看。」那就是胡說八道！他可能說：「我的密宗師父傳的。」再問他：「你修這個法，要修得天眼通，怎麼開始修呢？」他不知道！根據塔婆，這是分開的說法，是另外一個說法；我們

有左眼、右眼，一個眼睛是代表火，「」字觀；一個眼睛是代表水，「」字觀；頭髮黑的是代表「」字觀，身體就不講了。單單修「佛頂法」，黑色的是什麼法？「」字，是「不空成就佛」法。眼睛左眼是什麼法？紅色的「」字；右眼是什麼法？白色的「」字；整個面孔是什麼法？「黃色」的「」字，是「阿閼佛」法；頭頂上面，還要再觀想一個青色的「」字，這個就是修「佛頂法」。修「佛頂法」，身體就不修了；單單在頭部修，可能會有副作用，如果發生頭痛的話，就很難受啦！師父如果傳這個法給他的話，他的副作用就是頭痛不容易好；但是很容易開發神通。神通雖然開發出來了，但也很容易變成神經病；我先把副作用講在前面，當然，如果大家想修個神通，不但沒有得到神通，反而得到了神經病！好比有幻聽啦，幻見啦：通通都來了，但是有時候說出來話很準喔！好比他說：「嘿！我看你家裡有吊死鬼哟！……」說看到什麼鬼，說得較準；但也有時候是錯的。所以，我要讓大家知道，單單修「佛頂法」，在頭頂上作觀比較危險；因為我有經驗。如果修身體的「五輪觀」就比較

安全，不會有幻境的事情；修「五輪觀」我們可以放下種種的執著。好比禪宗講「放下、放下、再放下」，禪宗這個「放下、放下、再放下」，我研究佛學幾十年裡面，這就是一個大秘密啊！大家都懂得這個秘訣。我們知道，所有靜坐法裡面，不管是密宗、禪宗、唯識宗、華嚴宗或是天台宗，所有發生靜坐的毛病，不管心理上的病或是身體上的病，只要用「放下」兩個字，就可以有治療的效果，什麼病都可以治療好！眾生的萬病，皆由「放不下」；如果肯「放下」，什麼病都能夠自我療癒好！即使是神經病，也是因為「放不下」；能「放下」，就會好了！

我們現在講密宗的「觀想」，一定講到觀「海底輪」；如果沒有辦法觀「海底輪」的話，就觀「臍輪」，這兩種觀法最能自我療治疾病。靜坐時，我常叫大家觀「湧泉穴」，湧泉穴就是海底輪的觀想範圍，這非常重要！這完全是我的修行的經驗；而且不會因為修行，而出毛病（禪病，詳見《楞嚴經》五十種陰魔）！有的人刻意引導「氣」的運行，結果導致吐血或內傷死掉了；在西藏密宗，這「佛頂法」還是

特別因緣才能教給弟子，我在大乘講堂公開就傳給大家了，一般密宗道場是還不肯傳的。兩個眼睛，一個水眼睛、一個火眼睛；如果修成功了，那就不得了喔！上天堂、下徹地府，什麼東西都看得到！不僅看得到鬼神，天人也看得到。但是，如果修得不好，那就是幻見；幻見對我們完全沒有用！但是上師告訴你們所傳的是「佛頂法」，那就是一百分的成就裡面，你只得到百分之一的成就；裡面的危險性有百分之九十九！所以，我不教人家修這個「佛頂法」，這個很重要！

【問】師父！如果這樣講，「五輪」的身體觀，臉是觀「黑色」的嗎？【答】不要觀「黑色」，也可以！觀整個是「白色」，也沒關係啊！如果「五輪觀」不觀黑色也可以，這不一定是死板板的！好比這個頭髮代表黑的，面孔是紅的，身體是白的，下盤打坐的雙腿是黃的，頂上另外有一顆青色的珠，或琉璃色的珠。不空三藏的「塔婆」，黃色的「大日如來」放在底下，青色的在頭髮，白色的是面孔；白色當風大，稍微頭和尾巴對調一下就可以。但是善無畏三藏的這種「塔婆」為最普遍，是

我們一向最注重的說法。可見，善無畏三藏有相當的基礎，因為他是大成就者；而不空三藏是他的徒弟嘛！雖然徒弟說的話有時候蠻不錯的；但是經驗沒有師父豐富。在開元三大士中，不空三藏當初只是一個小沙彌；他是甘肅人，早先拜金剛智三藏做師父，以後又拜善無畏三藏做師父。但善無畏三藏最早來到中國，他精進修持「準提法」成就，他是個大成就者。不空三藏的成就，是依靠善無畏三藏和金剛智三藏；以後靠自己勤修獲得成就，他學了很多密法。善無畏三藏修「準提法」成就，他的觀法是有實修經驗的；所以日本人雖然是把不空三藏的系統傳流下來，但觀想的部分，還是依靠善無畏三藏的觀想。

唐代時，惠果阿闍黎傳法給日本弘法大師：。（沒有時間講。）

【問】師父！依您經驗，剛才講觀「湧泉穴」；「湧泉穴」也有觀顏色嗎？觀黃色，還是說別種顏色？【答】觀黃色可以。因為凡夫開始觀黃色，有一種顏色可以執著；如果一下就觀五色的話，就很難成功啦！我是觀無相、無色的；既沒有色、也

沒有相。

【問】那麼有觀腳的相，還是沒有呢？

【答】依我的經驗，用功進入狀況後，腳的樣子也沒有！。所以，我說：「我是無相密宗」；我比這個初步的還超越，沒有這個相的存在。

【問】這樣說的話，湧泉穴在哪裡啊？

【答】不要執念湧泉穴在哪裡？完全就在「放下」中；你如果放得下，才體會得到密法，如果放不下，就體會不到，它很「抽象」。本來佛就告訴我們：「祂講經四十九年、說法三百餘會，沒有說一個字啊！」

我還有抽象可說；對佛陀來說，我已經是個大笨瓜了啦！如果大家說「無相」，而沒有研究佛教的經論，明瞭教理、事相，很多佛法的道理都不懂；光說無相：，那

就好比是瞎子的「無相」，看不到一切的事相。所以「無相」有兩種，一種是明眼人的「無相」；一種是什麼事、理都不懂的「無相」。好比沒有受教育的人，心中毫無掛慮；或有受過教育的人，心中也毫無掛慮。請問：這兩種「毫無掛慮」從什麼地方去辨別呢？我們中國老子的哲學講「大智若愚」，大智若愚也是愚啊！「生

下來就愚」也是愚；請問這兩個「愚」是什麼？「大智若愚」和「生下來就愚」的愚一樣嗎？「大智若愚」是他內心是明明白白的、事理分明的，而且從最豐富的知到達「無知」。這和那個一無所知的「愚」當然不一樣，一個是笨笨呆呆的，表面上看起來是一樣的，但裡面的內涵卻是大大不一樣；你如果做「有相觀」也可以，還是做「總相觀」也可以，無相觀對初學者很難啊！我們現在開始靜坐。看你要觀大日如來，還是要修哪一尊佛的法？

靜坐後師父開示：塔婆觀，它可能是寶生佛，或是彌陀如來，或是阿閼佛，或是不空成就佛，還是五佛全部都有就在一身裡面，就是個塔婆。

【問】師父，「字觀」也是「寶生佛」的觀嗎？

【答】理上面是通，你從「準提佛母」的修法，成佛就是「準提佛母」（那不算寶生佛的：）。如果你本來修「準提法」，修成了，就是「準提佛母」，「字觀雖然和「寶生佛」一樣，但本尊不一樣！所以在密宗，有觀想「本尊觀」、「種子觀」、「三昧耶觀」。所謂「三昧耶觀」就是本尊的標幟、手印；「標幟」就是本

尊所執的法寶、還有五種顏色觀。西藏密宗裡面，經常是由「本尊觀」，變成「三昧耶觀」；「三昧耶觀」也變成「標幟觀」；「標幟觀」又變成「本尊觀」，還有「國土觀」。就阿彌陀佛來講，觀西方極樂世界，那是「國土觀」；如《十六觀經》所說，那是「國土觀」。

【問】師父！您剛剛講「觀種子字」的話，觀「字」，它有加一個「月輪觀」；師父講觀一個種子字的話，有副作用，所以觀種子字在月輪上，這樣就沒有副作用，是嗎？【答】我們如果修「寶生佛」密法，觀火紅色的，你就會有副作用；但準提法的「字」觀是不同的，它沒有觀紅色的月輪觀，而是觀「白色」的月輪觀，所以，是最安全的！因為你們是初學密法的，要修學最安全的觀法。什麼是密宗世界？「種子字」就是密宗世界！什麼是密宗世界？「五種顏色」就是密宗世界！什麼是密宗世界？「三昧耶」就是密宗世界！什麼是密宗世界？「標幟」就是密宗世界！什麼是密宗世界？「本尊」就是密宗世界！「形式」、「儀軌」就是密宗世界。一般顯教來講，通通沒有這些東西；而「密宗世界」

是所有眾生有的，密宗世界通通都有！但最高深、最奧秘的密宗，卻是「無相」的！【問】師父！如果用功時，只觀一個種子字，沒有加一個月輪，也可以嗎？【答】可以啊！那就是完整的「種子字觀」啊！加一個月輪，叫做「種子字月輪觀」。密宗有兩個摩尼寶：一個是「月輪」，就是「水摩尼寶」；一個是「日輪」，就是「火摩尼寶」。所以，我們修「準提佛母」法，一邊手上，拿「水摩尼寶」；另一邊手上，拿「火摩尼寶」；身體好比須彌山，這也是一種三昧耶形！「本尊」就是宇宙曼荼羅。

【問】師父！「準提佛母」的形像，是什麼曼？【答】是「三昧耶曼」！三昧耶形就是「標幟」；「準提佛母」一隻手拿一個寶幢（像傘）。「準提佛母」的造像，一般都是十八隻手；有種種法器，如金剛杵、鉤、索、劍、輪等，還有根本手印的「三昧耶」。就我們金剛乘弟子修密法時，也是個標幟；「結手印」護身，也是「三昧耶」；「手執金剛杵」，也是「三昧耶」。

（上師手結「金剛杵密印」，讓大家也

開開眼界，這樣也叫做「金剛三昧耶」；下面手拿的「金剛杵」，叫「標幟金剛三昧耶」，有這兩種三昧耶。）

【問】師父！那這樣身體會不會不安穩啊？【答】「手印」不是一直結著啊！這是要做羯摩（護身的動作）的；密宗還有「羯摩曼荼羅」。它的做法，在裡面要讓「身業清淨」，和本尊的「身密」相應；這個是有目的的呀！這樣做，有密宗甚深微妙的秘密在裡面！你們現在看看自己心裡有什麼感應？看我這樣子，我做觀想……，你們感覺什麼感應？你們現在第一個感覺到的，就是神奇感！（哈哈哈哈哈……）好，大家皆大歡喜！

（有人說沒有啊！你沒有……「本來無一物，何處惹塵埃？」（哈哈哈哈哈……）好！我們來迴向！

願以此功德 普及於一切  
我等與眾生 皆共成佛道



## 生活禪小品

### 日中一食

佛陀帶領的僧團，絕大部分時間是在遠離人群憤鬧的地方，常常是在山上或者遠離村落的森林中；從這些地方出發去乞食的地點，需要走「不近」的路程。例如耆闍崛山離王舍城就蠻遠的；上午出發，中午到了王舍城乞食，下午再回來。如果早中晚都要吃的話，就等於是一整天的時間都花在吃上面了；所以才定下「日中一食」的慣例。

《阿含經》中記錄了一次因傍晚乞食，導致不幸的事件。有一位迦留陀夷比丘，因為其他事務，導致中午沒有去乞食；出去乞食的時候已是傍晚時分，天降雷電暴雨。當他站在一戶人家的門口，等待乞食的時候，這家人恰巧有一位孕婦；在雷電光中，見到一個黑影站在門口，以為是鬼神來，因此，受到驚嚇而導致流產。這戶人家鬧到了僧團，於是僧團集體制定「過午不得乞食」的戒條。

另外，僧團所行處，大部分的家庭並不是很富足，雖然以印度的乞食文化，每家每戶都願意供養修行人；但是一天三餐都需要拿出來供養，對居民來說，還是蠻有壓力的。

因以上兩點原因，所以有了「日中一食」的節制；遵守它，一方面，可以節省時間用於修行；另一方面，可以對居民造成較少的負擔，並且也可避免「飽食」的過患。因此，得到佛陀不斷地強調和稱揚，遂逐漸形成一個修行人的習慣。

#### 【附註】

修行人有一障礙，稱為「戒禁取見」，即不去關注「禁戒」存在的緣由，以及如何善用它，來幫助自身修行，而是一味地把「禁戒」執取成必須、必要的真理，就形成了「戒禁取見」。此障礙本質上仍然是「我執」的一個變種，相當於把「我執」變成了一種「我是有道理的」，這種優越感的方式，繼續存在下去。

那麼，說到佛學中的「日中一食」是怎麼回事呢？道理在於，有修行的人，煩惱少、妄想少、雜念少，所以能量消耗就少；很多研究都指出，大腦消耗了相當多

的能量。如果一個人，沒有把能量浪費在沒有必要的煩惱、妄想和雜念上，心地清淨；那麼，無謂的能量浪費，就少了很多，於是少吃點，也沒什麼！

但並不建議年輕修行人這麼做，因為我們煩惱心沒有斷，清淨心沒有得；如果身體並不處在修行的環境中，或者身體本身就是肥胖的人，沒必要勉強。因為從另一個角度上講，「日中一食」是修行的「副產品」，而不是一種誰都能效仿的修行方法或修行路徑。

退一萬步，即使辟支佛、阿羅漢，一個月也要出來乞食一次；因為他們還有塵沙煩惱和無明煩惱沒有斷，還要消耗能量。所以，這是一個努力的方向，我們應該量力而為！

入道要門，發心為首；  
修行急務，立願居先

無量劫以前，有一佛，名「一切度」；由兩位比丘跟隨，遊化人間。有三位正在路邊嬉戲的孩童，看到佛陀及兩位比丘莊嚴的相貌與威儀，心生歡喜，便各自取下

身上及帽子上裝飾的白珠，來供養佛陀。

「一切度」佛，問三位孩童：

「以此供養功德，你們各有何願？」

一位說：「我願未來能如佛陀右邊具足大智慧之比丘。」

另一位孩童說：「我願未來能如佛陀左邊具足神通之比丘。」

第三位的孩童則說：「我願未來能夠如佛陀，光明無輩、常有眾隨。」

當時，有八千位天子共同讚歎三位孩童的發心，並說：

「果能如此，天上天下皆得其恩。」

釋迦牟尼佛告訴舍利弗：「發願圓成佛果的孩童是我的前身；發願具足大智慧的孩童，是你的前身；發願具足神通的孩童，則是目犍連的前身。」

佛陀又說：「你們當初因畏懼生死流轉，只想速證涅槃，所以今日只成就聲聞的果位；而我因發無上菩提之心，故於今日得成佛果。」

由此可知，同樣一件事，由於發心不同，所得的功德、智慧、果報也就不同。修行要有所成就，立願為先；也就是說，要修菩薩行，先要發菩提願，正所謂「以

願導行，以行滿願」。如果有行無願，行不會堅固，亦不長久；如果有願無行，願也永遠不會實現。

#### 【附註】

省庵大師在《勸發菩提心文》中說：「嘗聞入道要門，發心為首；修行急務，立願居先。願立，則眾生可度，心發，則佛道堪成。苟不發廣大心，立堅固願，則縱經塵劫，依然還在輪迴；雖有修行，總是徒勞辛苦。故《華嚴經》云：『忘失菩提心，修諸善法，是為魔業。』忘失尚爾，況未發乎？」

「發心」既然是「入道要門」，及「佛道能否成就的關鍵」，則進一步要問的是：何謂「發心」？《佛學大辭典》曰：「發心，發菩提心也。願求無上菩提之心也。」換句話說，「發心」就是發起「上求佛道」、「下化眾生」之心。佛弟子唯有啟動這樣的心念，方能驅策身心，往覺悟、解脫的大道前進。

一般人想成就任何事情，都會訂定目標，許下願景；若無弘願，就不能達到所要完成的事情。「世間事業」尚且如此，更何況是「度化眾生」的大事？菩薩道行

者，能不能度化剛強眾生，關鍵不在眾生有多剛強；而在於是否立下「堅定的弘願」。諸佛菩薩之所以能夠度化眾生、圓滿佛道，在於「弘願堅固」，如阿彌陀佛「四十八大願」，接引眾生至極樂淨土；藥師佛的「十二大願」，誓解眾生痛苦，心得安穩，進而修行成道。

修行的目的在於成就「無上正等正覺」；而欲成就無上正等正覺，就要「發菩提心」。古德說：「修行不發菩提心，猶如耕田不下種。」雖然我們尚未具足諸佛菩薩圓滿的功德力，但身為「如來子」，必須肩負起「續佛慧命」、「普濟眾生」的責任與義務。所謂「自未得度，先度人者，菩薩發心。」菩薩道行者，自己雖尚未成就佛果，但為了度化眾生，願代眾生受無量苦，忍受一切辛苦與考驗，這是菩薩「發菩提心」的精神展現；故知「菩提心」為一切諸佛之種子，諸佛如來，因「菩提心」而成就無上正等正覺。若世間多一個人「發菩提心」，就多一粒成佛的種子。

在家人的發心，是發「增上心」，出家眾的發心，是發「出離心」。如果能夠再高一層，「發菩提心」；就能以「出世」

的思想，做「入世」的事業。每一個人要用「增上心」來開發心田；要用「出離心」來耕耘心田；要用「菩提心」來播種心田；要開發心裡慈悲、智慧、信仰、力量、慚愧等寶藏。發心「待人慈悲」、發心「精進修行」、發心「改變氣質」、發心「減少煩惱」；無論做什麼事，只要肯發心，就有「力量」，心一發，世界就不一樣了。

《勝鬘寶窟經》卷一說：「惡盡曰功，善滿稱德。」「功德」就是從「發心」中，成就、增長；人生也從「發心」中，成就事業。



## 學會感恩

一位偏鄉學校的教師，寫信給福特汽車會長：「我們學校很需要一架鋼琴，懇請您資助我們。」

不久收到回信，信封裡只有一百美元。一般人也許大失所望，埋怨福特汽車會長小氣。但是這位老師並不沮喪，反倒拿這一百美元購買品質優良的花生種子，在學校種植。

那一年，花生收成大好，獲得可觀的利潤；因此，第二年撒下的種子更多。幾年過後，這位老師拿買賣花生的錢，買了一架鋼琴；她將感謝信及部分收成的花生寄給會長，並在感謝信中提到：「我用會長奉獻的一百美元購買花生種子，花生有了好的收成、賣了好價錢，終於買下一架鋼琴；非常感謝您的資助！」

後來，會長回信，同時附上一萬美元的支票。信上寫著：

「我以妳這樣的老師為榮！請我們資助的人很多；不少人埋怨我只給小額奉獻，甚至不屑一顧。但是，妳不但感謝我，還送我花生作為禮物，令我深受感動；信裡附上一萬美元支票，作為學校未來的發展基金。日後若需要補助，請妳盡量申請；不論金額多寡，我都樂意奉獻。」

### 【附註】

如果我們不懂得感謝，就將別人的幫助視為理所當然；一旦沒有達到期待，便嚴加批評，這是因為靈魂深處的「感恩」泉源已經枯乾。有句話說：「仇恨刻在水裡，恩惠刻在石上。」我們要有耐心，任何好的成果，都需要「時間的澆灌」和「耐

力的持續」。

許多人常常抱怨「自己缺少什麼？」卻從來不看看「自己已經擁有的」；許多人常犯的錯誤，便是將已經習慣的事物，視為理所當然。例如家人、朋友、友誼、房子、車子、工作、薪水……等等，許多人看不見自己已經擁有的，卻抱怨自己所沒有的東西。其實，只要努力看看自己周遭，就會發現自己擁有的東西還真不少；對於還沒擁有的東西，抱怨是沒有用的！想要，就只能努力工作，賺更多的錢財，以彌補填不滿的欲望。

真正懂得「感恩」的人，不會對過去的事物，感到後悔；因為他們明白過去發生的事，已無法再改變。因此，我們能把握的，只有「此時此刻」；從過去中學習，但不要住進過去裡。「學會感恩」，我們才能夠把過去的經驗，視為是人生的一種經歷、一堂課程，而不會久久無法忘懷；人生中，每一個經過的時刻，都不會再重來。生活中就是要懂得「接受改變」，並且「學會感恩」。我們永遠不知道明天會發生什麼事，今天我們所擁有的，很可能明天就會失去；而今天我們所失去的，

將來很可能再度擁有。因此，接受生命本身，充滿改變；但要懂得「活在當下」！

## 各有因緣莫羨人



話說歷史上的乾隆皇帝是一位學識淵博、才華橫溢的天子；史家給他一個雅號，叫「十全老人」。這位才子皇帝性喜爬山，據說他事母至孝，常陪八十多歲的母太后爬山運動，順道瀏覽中國各大湖光山色及名勝，也因此許多名山大川，都留下了這位才子皇帝駕幸過的龍跡。

就在乾隆皇登基後不久，曾變裝微服到中國的景忠山一遊；在某一年的春天，他輕車簡從，身邊只帶了一個小太監，便一切從簡低調地出了京城，他到景忠山時已是黃昏時分。

乾隆來到山前，定睛一看，但見山勢雄偉，綠蔭如蓋，紅牆古寺，靈氣逼人，果真是一處出塵的佛門聖地。

乾隆不住地讚道：

「真不愧是天下的名山！」

此時，一個斜背包袱的中年和尚正漫

步上山。乾隆向和尚打招呼：

「不知大師的法號怎麼稱呼？」

「貧僧持心，在山頂禪院裡修行。」

和尚雙手合十應道。

「哦！那正好，我們也是要去山上觀景，不知可否結伴一同上山？」

和尚笑道：「阿彌陀佛，施主遠道而來，自是有緣。」

乾隆見這位僧人談吐優雅不凡，想必定是飽讀經書的學問僧，便有意試探他的底，於是用手一指滿山的松樹，說道：「玉樹憑香通靈性，常伴名山化彩衣。」

和尚竟不假思索用手指著山門，笑答：「門在三空靈界，接引眾生坐蓮花。」

乾隆一聽，竟興致大起，隨口吟道：「身在紅塵。」

和尚馬上作答：「心繫青山。」

「嗯！對的不錯！」乾隆接著又說：

「掃除煩惱須無我。」

和尚再對：「各有因緣莫羨人。」

最後，乾隆發現這位高僧，其實早已識破了他皇帝的身份；便暗示小太監，趁此時早下山，免得被掀出底牌。

### 【附註】

金庸晚年，有一次在記者會上，大家祈望他，將他一生寫那麼多的武俠小說，可謂「轟動武林，驚動萬教」的豐功偉業中，能否以簡要的幾句話，來表達他的「人生心得」？他沈思了良久，只說出了七個字：「各有因緣莫羨人！」

「掃除煩惱須無我」、「各有因緣莫羨人」這兩句對聯，或可做為我們學習「喜心」、破除「嫉妒」的座右銘；有很多人身懷豐富的學識與才華，卻常常感嘆生不逢時，沒有富爸爸或貴人相助，以致憤世嫉俗。但以佛法的「因緣業力」來看，萬般皆有因有緣，莫羨慕別人。意思是說：欲真正斷除自己的煩惱，只有放下自私自利的小我才行；這世上的每個人，都由各自不同的因緣而生，也各有不同的命運，千萬不要徒然地羨慕別人，努力做好自己該做的事才是正道！



## 如何修習聞、思、修三慧

掌握正確的修行方法，對所有的學佛弟子來說，都是一件應該高度重視的事情；如果我們的修行方法不當，不按正確的方法去修、去學，就有可能在學了幾十年，甚至幾十年後，依然還在原地踏步，沒有絲毫起色。其實，修行有許多問題需要我們好好把握，特別是對一些原則性的問題，必須要有明確的了解，才不致於盲修瞎練。今天就來和大家討論一些關於「聞、思、修」三慧的內容：

有多少「聽聞」，就有多少的「聞所成慧」；有多少聞所成慧，就有多少的「思惟」；有多少思惟，就有多少的「思所成慧」；有多少思所成慧，就有多少的「修習」；有多少修習，就有多少的過失滅除，引生功德。換言之，聽聞是零，聞慧就是零；聞慧是零，思惟就是零；思惟是零，思慧就是零；思慧是零，修習就是零；修習是零，所滅的過失、所引生的功德就是零。因此，對「實修」來說，聞、思最為重要！若無最初的聞、思，修行可能成為盲修瞎練，甚至流於影像，很難成就！

由此可知，聞、思對於個人修行的成敗和整個佛教的興衰，關係何等重大！因此，我們先來說什麼是「聞慧」？所謂「聞慧」，包括聽善知識的開示，以及自己學習閱讀佛經；聞的對象是語音和文字。佛法修行入門的次第，是「親近善士，聽聞正法，如理作意，法隨法行。」正法要從善知識那裡聽聞而來，而聽聞正法是獲得「聞慧」的主要途徑。業有十善業和十惡業；所謂「善知識」，指的是那些指導我們，在身口意三方面，修十種善業的人。就好比我們的老師、同修、同事，只要在見解上一致、在行持上一致，這樣的人，都可以稱為「善知識」。

當然，「善知識」不僅要能夠指導我們修行，還要能夠以身作則；既要有「言教」，又要有「身教」。反之，就不是善知識而是惡知識了；好比引誘我們修十種惡業的人，就是惡知識。「善知識」指導我們修習善法；而惡知識則會引誘我們去造作惡業。我們對佛法知識的積累，對修行路上的種種障礙和境界，要「看得破」、「放得下」、「透得過」，這些都要在「聞慧」中打好基礎；在因中是聽聞正法，修習「聞

慧」，在果上就是「文字般若」。「文字般若」是有形有相的，「實相般若」是無形無相的；無形無相的妙義，要從有形有相的法門上去體會、去學習，才能有根據，才能學有所成。只有這樣修行，才不致於出現「背離經教」的情況；所以，我們首先要修習好「聞慧」。

接著，我們再來說「思慧」。「思」者，「抉擇」義；思惟什麼？怎樣思惟？通過「抉擇」來作判斷，哪些該學、當學的，就要堅持到底；不當學的，就應該放下。對於「思慧」，我們也可以將它理解為「禪那」；「禪那」可以翻譯成「思惟修」，又或者「靜慮」；就是指在內心清淨、環境清靜的條件下，進行思惟。思惟「人生是苦」，思惟「一切法，因緣所生」，思惟「無我、無人、無眾生、無壽者」四相，思惟「一切法無常」。通過思惟，引導我們在思想上，放下一切執著，遠離一切邪見。人生本來無常，萬法本來無常；無常的事物，如果堅持說是常，那就是邪見，就偏離了事物的本質。所以我們要有「正思惟」，而正思惟作為「八正道」之一，是在「正見」指導下，抉擇思惟的過程，

「思惟修」要求我們定中有慧，「定慧等持」；如果只有定沒有慧，則會成為邪定，不能發揮任何作用！從而導致「斷惡修善、斷惑證真」的力量不足，所以我們要善思惟，要定中有慧、慧中有定。「聞慧」要我們「聽聞正法」，而「思慧」則是要我們「如理作意」；如果我們的思惟，違背了法的根本道理，那就不再是「如理作意」了。

所以，我們學習佛法，首先要樹立「正知正見」，在正知正見的指導下，進行思惟、思考、選擇；這裡的思惟，是指的「善思惟」，而不是胡思亂想。胡思亂想就是打妄想，「思惟」與「打妄想」有什麼分別呢？「如理思惟」，就不是「打妄想」，就不是在「增長邪見」。當然，「思惟修」只是修行的初步階段；到了修行的究竟處，還要去「超越」一切「對立面」。什麼是「對立面」呢？就是對兩件事作比較，有是有非、有邪有正、有善有惡、有你有我；在功夫打成一片的時候，這些對立的東西都超越了、消失了；由此，我們就能夠進入較深的「禪定」狀態。所以，我們一定要明白，「思惟修」不是叫我們

打妄想；在因中是「思慧」，而在果上就是「觀照般若」。

而「修慧」，指的就是做禪定的功夫。我們在聽聞了正法，進行了如理的思惟之後，接下去我們就要根據佛法的道理，一點一滴地在修行當中去落實，這就是「法隨法行」；依法而行、依法而住，在行為中去落實。好比我們選擇一個法門，或是參一個話頭，又或者是參一個公案，這都是要去把已經懂得的道理，去付諸實踐，這就是「修」；聞、思、修講起來有前後次第，做起來卻是渾然一體，沒有次第。因為「聞慧」包括了「思」與「修」；「思慧」包括了「聞」與「修」，而「修慧」則是將三者完全統一起來。用通俗的話來講，就是將「理論」與「實踐」相結合，是「解行一致」，也就是「知行合一」；在因中是「修慧」，在果上就是「實相般若」。

介紹完了「聞、思、修」三慧，再來與大家分享「聞思修時，可能會產生的兩種偏差行為」：

第一種、「聞、思未到量，就盲修瞎練」：如果聞思沒有到量，不明白「修」的次第、方法、數量，不知道如何解決「修

行」中的問題，也辨不清正道和歧途；沒有定解之目標，極易墮入盲修瞎練的險坑中。

第二種、「聞、思此法，修持彼法」：這是不明白教、證二法的關係所致。其實，「教法」是指示修行的道路，教我們怎麼做、怎麼修；而「證法」是按照所指示的道路，真實行持，所以，「修」就是修「聞、思」所決定的法義。如果「聞、思」和「修」無關，也就是說，「聞、思」的法義並不是所「修」的內容；那麼如此下去，即使是「聞、思」二十年，對「修」也沒有任何的幫助！

若按這種想法，很多人都會選擇放棄聞、思，但是，大家想想：佛成道之後，最根本的事業是「轉法輪」；四十九年說法，結集成三藏十二部的教法，如果，這些教法不是指引眾生修行的教授，佛陀四十九年說法豈不是毫無意義嗎？這是對佛的大毀謗。再者，一般人單憑聽聞也無法得到解脫，否則「修」就成了多餘；只要說「聞、思」，不必再加一個「修」。麥彭仁波切在《大乘莊嚴經論釋》中，曾經這麼說過：「如果不是這樣，那應當僅僅

以聽聞無我等法，現量證悟其義，當下即得解脫，所謂的修持，也就沒有任何意義可言；又如果不聽聞無我等法，就可以自修彼義，那宣說諸經論就毫無意義，也就不必宣說了。但這是絕對不可能的，如果想獲得聖者如實見法性的各別自證智，必須首先『聽聞』聖法，然後『思惟』其義而生起定解；接下來，應當專注一緣，修持此法義。因此，初學者，最初必須生起『聽聞』智慧，聽受和所講的佛法，是具有大意義和大必要的。」

#### 【附註】

許多人都有這樣的通病，聽完法，合上書本，就算完成任務；如此即使一部接一部地聞法，其實，根本就沒有「思惟」過，學的雖多，但真正消化、吸收的卻非常少，又怎麼能引生定解？怎麼能相續串習？如此，只會墮入「聞思沒有用」、「聞思不必要」的邪見中。

所謂「從聞思修，入三摩地。」「三摩地」就是禪定，就是三昧；「三昧」者，正定。「聞、思」最後要落實在「修」上；「修」又必須要有正確的「聞、思」作指導，才不會盲修瞎練。好比人如果沒有眼

睛，走路就看不清路況和方向，就有可能走到坑裡去，走到荊棘林中去，走到汙泥濁水中去；什麼叫做「坑」呢？「邪見」就是坑，「貪欲」就是坑；走到貪欲的深坑中，就拔不出來；走到「邪見」的荊棘林中，就無法脫身。荊棘林長滿了尖刺，掙脫了這根刺，那根刺又成了攔路虎，不是紮了我們的手，就是紮了我們的腳；如果紮了我們的眼睛，那就永無出期。

所以，「不怕不開悟，就怕走錯路」，墮到「邪見」深坑裡去了；「撥無因果」是邪見，「斷滅見」是邪見，「有見」是邪見，「無見」也是邪見。總而言之，在「有無、是非、善惡、人我」上起執著的，都是邪見；「色不異空，空不異色，色即是空，空即是色」。如果只講空，不講有，不講色，可能就會成為「斷滅見」；「斷滅見」就是邪見。如果只講有，不講空，又會執著有，那也是邪見；一旦我們執著了事物的某一點，看不清全局，就會「看破」、「放不下」、「超越不了」。總而言之，只有片面性，就會有執著、有障礙、有局限，就會固步自封、停滯不前；所以「聞慧、思慧、修慧」這三者，在修行中缺一

不可。在做功夫的過程中，不要急、不要緩；急了是毛病，緩了也是毛病，一定要取「中道」。

佛教主張行中道，不苦不樂、不急不緩、不快不慢，一切做得恰到好處；多走一步不對，少走一步也不對。當行則行，當止則止；恰到好處，身心就輕安自在，修行就順利圓滿。只有「中道」，才符合正見，才能持之以恆，善始善終。「學佛」不只是為了作理論家、談論家、積累佛學知識；「學佛」的目的，是「解脫」、是「成佛」、是「度眾生」。一切聞思修都應從這點出發，而且注意力要放在「如何修心」、「應修何法」上面；這樣的初發心非常關鍵，應時常銘記於心！

學佛者需知，「佛地」之前，均為「有學地」，均需「聞思修」，均需「輾轉增上」；故應發起「從現在開始，學到成佛為止」的大心。「佛法如大海」，越轉越深，越轉越廣；我們的「聞、思」，就要和「修心」結合，逐漸將「自相續」，轉成「聖賢的相續」，再轉成「佛菩薩的相續」。

## 如何化解自身的怨結

是非從哪裡來？知見、思想、分別、執著、心理不平衡，這一切都是無明的根本；有問題並不重要，重要的是你為什麼不拿他來練你的心，反聞自性呢？我們每一個人，身邊的這個人也許就是你的冤親債主，不知道怎麼一句話，你就起了無明，那如果我們知道，馬上就把它解決了。兩個人的心都很平，這個怨結也就解開了；所以，不明白的人拿錢解怨結，明白的人，自己去解。下面有十五種有效的化解怨結的方法，我們共同來探討一下：

(一)、決不報復、怨天尤人：真正學佛，對冤親債主，決不能用怨恨心，如果每個人都把怨天尤人、報復冤親債主的念頭捨棄，社會衝突就化解了，世界和平就能落實了，大家才能真正過著幸福美滿的生活。應知，心懷怨恨，吃虧的是自己，不是別人；別人對我誤會、對我毀謗、對我陷害，都不放在心上，這是消自己的業障。對待冤家，依舊是真誠心、清淨心、慈悲心，培養自己的福報。

(二)、不念舊惡、不憎惡人：佛在經

典裡面教導我們，我們的心善，看一切人都是善人；我們的心不善，看一切人都不都是善人。所以佛法講「境隨心轉」，外面的境界確確實實沒有善惡，譬如說我喜歡這個人，我很喜歡他、很愛他，但是另外一個人很討厭他，可見，喜歡和討厭並沒有絕對的標準！所以這個道理一定要懂，每一個人的標準都不一樣。

(三)、真誠心為對方設想：怨結，只要用真誠心去為對方設想，沒有不能化解的。佛講得很好：「冤家宜解不宜結」，結下冤仇，冤冤相報，生生世世，沒完沒了，彼此雙方都痛苦。所以我們應當要覺悟，從自己的內心把它化解，希望和平共存。

(四)、肯定眾生本性本善：人都有佛性，中國人講：「人之初，性本善。」所有的不善，那是煩惱習氣在作祟，一切眾生的本性都是善的；我們要看他的本性，不要看他的習性。真正肯定，一切眾生的本性都是善良的，一切境界都是善的，我們的知見就跟諸佛如來無二無別，這就是大乘經上所說的入佛知見。

(五)、凡事忍讓、歡喜感恩：受了傷害、受了侮辱，佛教導我們要能忍、要能

讓；忍讓當中，決不能有一個瞋恚的念頭，這不是懦弱，這是大智，這是大勇，這是大德，這是真正解決問題。不再把這個問題加深，不再結仇恨。你總是以感恩的心對待別人，總是以愛心對人，以真誠心對人，對方早晚會感動；他會覺得我們是個好人，我們可以跟他做個好朋友，為什麼？他一生當中沒有遇到這樣的朋友，到最後，他認為我們是他最可靠的人！我們要用誠心去感化人，不要用怨恨心對付人，仇恨、怨恨，不能解決問題，只會帶來更多麻煩、製造更多問題，所以對一切冤親債主，真正覺悟的人是感恩的。順境、善緣幫助我們提升，逆境、惡緣也幫助我們提升，永遠生活在感恩的世界。

(六)、深信因果、決不結怨：佛家常講：「萬法皆空，因果不空。」為什麼因果不空？因果也是萬法之一，也沒離開萬法；萬法包括因果，因變成果，因就空了；果變成因，果也空了。好比我們種桃，桃核是因，長成桃樹後，桃核沒有了，因就空了；桃樹在結成桃的時候，結成果了，果又變成因。說「因果不空」，它有三個

性質不空：「轉變」不空、「相續」不空、「循環」不空。世出世間法一切都離不開因果報應，善因決定著善果，惡因決定著惡果，這是真理，天然的法則。因此，佛教我們絕不能造惡業，不能跟任何人結冤仇；若跟人結冤仇，將來必然是冤冤相報，沒完沒了。

(七)、清淨慈悲、佛力加持：佛陀教我們忍辱，教我們修定，教我們心地要清淨平等，慈悲忍讓，都是幫助我們在菩提道上減少障礙，使三寶威神加持能產生效力；否則，冤親債主太多，向我們討債，佛菩薩也不能不講理，這是我們應該受的果報！所以自己要認真修行，要忍辱，要能忍讓，不要動意氣，這非常的重要！我們必須知道，一個人在這個世間不是一生一世，確實是過去無始、未來無終。即使今生沒有結怨，也有前世的冤家債主；明白這些事實，人與人之間就可以不再結怨！結怨，生生世世都是麻煩，菩提道上障礙重重！會受許多折磨。

(八)、認真反省、找出原因：佛陀告訴我們，無論何時何處，遇到災難，一定要冷靜地思惟、觀察，找出災難的原因，

然後消除這個原因，問題才能解決。這個指導是非常明智的，具有高度智慧，決不迷信！修行人遇到冤親債主找上身來，自己要反省，我這一生起心動念，有沒有做對不起別人的事情？他為什麼攻擊我？為什麼不找別人麻煩？只找我的麻煩？回過頭來，從自己身上找原因，我一定跟他有過節，跟他結過怨；如果找到了，確實有這些冤親債主，我應該怎樣和解？過去有怨仇，這個怨仇怎樣化解？如果有誤會，這個誤會如何解除？真正改過自新，問題才能解決。真心求化解，即使是冤鬼，絕大多數也都會接受調解。

(九)、誦經念佛，專為迴向：用什麼方法化解冤仇？我們至誠念佛、誦經，專門為他迴向。比如，我們許願作為調解，例如：專念一百部《地藏經》，每天誦一部，念三個月，一百天；或者，念十萬聲佛號、念一百萬聲佛號等等，都是專門供養他的。果然以真誠心與對方談條件，大多數的冤鬼都會接受，不接受的情況很少。有些人冤親債主纏身，來到佛堂念佛，就覺得舒服多了；這是因為在佛堂有很多人念佛，這個氛圍加持著我們，我們

的冤親債主到這個地方來，他也會感受到這個氛圍，覺得歡喜，就不再找我們麻煩了。由此可知，誦經、念佛的殊勝。

(十)、為立牌位、恭敬禮拜：你不妨試試，為自己的冤家、最討厭的人，寫一個長生牌位，供在佛像旁邊，每天拜佛也拜他，把他當佛一樣看待；有一些同修做了有效，有一些同修說：「我已經做了三年，可是我看到他還是討厭，這可怎麼辦？」那麼，我們再繼續拜三年，這是因為我們的功夫不夠！什麼時候能把冤親債主都看作佛菩薩，對那些討厭、不喜歡的人，也慢慢不討厭而喜歡他了，修行的功夫才有進步。

(十一)、以戒定慧，降伏魔怨：世尊用什麼降魔？無非是用戒定慧；戒定慧是什麼樣的魔，都沾不上邊的。所以佛子心裡常住戒定慧，魔就不得其便，而且我們自己的道業也容易成就；成就道業之後，回過頭來，也度這些邪魔冤親債主，他們都是我們幫助的對象，是我們度脫的對象，大家要懂這個道理。

(十二)、真誠不夠，懺悔無用：修懺悔、做超度佛事，都沒有感動冤親債主，

第一個因素，是我們的真誠心不夠；再者，也要以真誠心求三寶加持，真誠心才能修積功德，與冤親債主共享。所以儒、佛都教導我們，至誠心上可感動諸佛菩薩，下可感動天地鬼神，所謂「精誠所至，金石為開」；我們雖然已經努力在做了，但做得還不夠，為什麼？冤親債主對我們怨恨還沒有化解掉，這就是我們做得不夠！當真的功夫做到家時，一切怨結自然化解；這一生不夠，來生再來，生生世世不能間斷！真修行人，無論是順境、逆境，統統能把自己的境界提升。

（十三）、業緣要從內心化解：我們常常遇到冤親債主，有意無意毀謗我、侮辱我，甚至陷害我；我們要明了，真正學佛，絕對不跟一切人事物對立。他懷疑我，我真誠信任他，他與我對立，我心中與他沒有絲毫對立，要把對立的念頭，從內心化解，平等對待，和睦相處，這就好啦！絕對不能有瞋恚報復之心。我們要學佛在《金剛經》上所說：「忍辱仙人被歌利王割截身體，那是最大的侮辱、最大的傷害，可是忍辱仙人用什麼態度？沒有一絲毫瞋恚的念頭，忍辱波羅蜜圓滿；沒有一絲

毫報復的念頭，持戒波羅蜜圓滿；而且還發心，我將來成佛之後，頭一個度他，布施波羅蜜圓滿。這正是我們要學的！一般人遇到這種情況，一定生瞋恚、起報復的念頭，互相報復，生生世世，沒完沒了，這麻煩就大了。

（十四）、逆來順受，一筆勾銷：我們一定要覺悟，無論別人用什麼手段、方法對待我們，我們能逆來順受，這個帳就一筆勾銷了。歡歡喜喜，一絲毫怨恨的念頭都沒有；慢慢地對方覺悟了，也就不會再怨恨我們、辱罵我們、欺負我們了。為什麼？他覺悟明白了。這是我們對他的回報，幫助他覺悟，也幫助他消業障，成就自己的德行，一舉數得，這是好事不是壞事。試想，從釋迦牟尼佛開始，往後佛的這些弟子，祖師大德們示現教化眾生，哪一個不受眾生的糟蹋，受眾生的毀謗、侮辱，甚至於陷害！這些找麻煩，侮辱、陷害我們的眾生，是我們無始劫來的冤親債主；假如他加給我苦難，我統統接受，沒有一點怨恨心，這個怨結就一筆勾銷了。這是佛菩薩教導我們消業障的不二法門；如果不能接受，那麼冤冤相報沒完沒

了。我們念佛縱然念得成就了，想往生，臨終時他來擾亂障礙，絕對不會讓我們往生。為什麼？我們要往生了，他沒有辦法報復，一定把我們拖回在六道裡，讓他報仇；我們害他的命，他要向我們討命，我們騙他的錢，他要我們還債。欠錢的還錢，欠命的還命，我們怎麼能走得掉呢！

（十五）、點頭微笑，阿彌陀佛：我們每個人在這個世間，不止這一世，我們過去生生世世中，不知與多少眾生結了冤仇，所以這一生的日子哪有那麼好過！我們遇到一個陌生人在馬路上，素來不相識，他狠狠瞪我們一眼，這是過去生中結的業；我們學佛的人明白，他瞪我一眼，阿彌陀佛！我也不要看他，低著頭念一句佛號回應他，就化解了！不能說他瞪我們一眼，我們也再瞪他一眼，那個麻煩就大了。所以，見面時，給我們點點頭微笑，那是過去生中結的善緣。

【附註】許多人覺得我是好人，心地好，從來沒害人之心，為何會有冤親債主？其實，無量劫來，我們身、口、意三業，造作了太多的貪瞋痴、殺盜淫等惡業，跟無量無邊的眾生結了不少怨仇。別的惡業暫

且勿論，單是殺生吃肉，就跟他們結下深厚的怨仇。

印光大師說：「凡屬危險大病，多由宿世現生殺業而得。」一碗之肉，冤魂纏繞，一念殺心，罪債難逃。牠們被我們殺害時，產生無量的痛苦，這個怨恨就像無形枷鎖，把牠們的痛苦牢牢地鎖住，讓牠們無時無刻不在痛苦的折磨中，而不得開解。牠們的痛苦如此之大，難怪今世遇到殺害牠們的人，就迫不及待地要討債！討回一個公道。我們看到人臨終時的痛苦現象，看起來都不忍心；為什麼會有那些現象？這都是他的冤親債主來找他算帳。他不懂這些道理，只知道跟眾生結惡緣，不懂自己累劫來的冤親債主，大部份都是被自己吃來的！

不僅是病苦，就連日常生活中許多不如意、不順遂的事，也常常是受到冤親債主干擾而不自知。《地藏經》中提到：「閻浮提行善之人，臨命終時，亦有百千惡道鬼神，或變作父母，乃至諸眷屬，引接亡人，令落惡道，何況本造惡者。」這些臨命終時現身的惡道鬼神，也都是冤親債主變現來誘騙我們前往三惡道受苦的。

因此，當我們遇到重大病苦或諸多不順時，理應依照佛法的教導來正確面對，而非到處求神問卜，藉卜卦改運來化解災難；這種做法即使花再多的錢，終究也是徒然！印光大師說：「世間人有病及危險災難等不幸，不知念佛修善，卻妄想祈求鬼神的加持，遂致殺害生命，業上加業，實為可憐！人生世間，凡有不如意的境況因緣，大多是由過去世的業力所感；既有病苦，念佛修善，懺悔宿業，業消則病癒。那些鬼神自己尚且在輪迴的業海之中，怎麼能夠令人消除業障呢？即使有大威力之正神，他的威力如果比起佛菩薩的威力神通，其間的差距，如同螢火蟲的光比太陽的光那麼大。佛弟子不向佛菩薩祈禱，卻向鬼神祈禱，就是邪見，就是違背佛的教誨，這個道理不可不知！」

### 熟處轉生，生處轉熟

律航法師，他原是一位將軍，俗名黃臚初；他最初學佛的時候，去請教當代一位高僧——持戒念佛的慈舟法師。慈舟法師見他是一位軍人，又是一位將軍，能夠

跪在出家師父面前問佛法，就很讚嘆他！開示了一句法語，就是：「熟處轉生，生處轉熟」；也就是說，我們若想修行，就得把熟悉的地方，轉為生疏的；生疏的地方，要把它變為熟悉的！

這位黃將軍初接觸佛法，也不懂什麼是「熟處轉生，生處轉熟」？慈舟法師就向他開示說：

「你是軍人，對爭名奪利熟不熟？」他說：「很熟，整天都在想怎樣升官發財，對這些很熟！」

法師說：「那你對好好念佛、拜佛、研究佛理生不生疏呢？」

他說：「我整天都在想名利的的事情，對佛法哪有時間去用心？」

法師說：「這就對了！你把它轉過來，把心都放在一句『阿彌陀佛』上，把心都放在『研究佛理』上；自然你那些想要吃喝玩樂、爭名奪利的心，因為你沒時間去想而自然退掉了，如此修行就成功了！」

黃將軍晚年在慈航法師座下出家，專念「阿彌陀佛」；法號律航法師；他往生前，開示：「修行以『念佛』最方便、最圓頓、最殊勝；我『念佛』二十年，現臨

命終，一心不亂，求生西方，此是最好證明。」

寺內敲鐘，集合大家助念，這樣子往生，實在太好了！這是將軍出家、修行、念佛、往生的好榜樣！

【附註】「修行」很簡單，就是修正錯誤的行為及不正確的思想觀念，也就是「轉」；要將「生處轉熟，熟處轉生」。也就是將原來生疏的善法，轉為熟悉的；而原來熟悉的惡法，轉為生疏的。所謂「生處轉熟」，是我們過去生沒有修過的東西，如打坐、聽佛法、看經、持戒乃至六度波羅蜜多……，所以，今生做起來很不自在；現在知道了這些善法，就要把握今生的因緣，加功用行，這就是「生處轉熟」。所謂「熟處轉生」，對於過去起的貪瞋癡，好比貪財、貪色、貪名、貪利、貪吃、貪睡……，心裡起種種的人我是非，這些惡法要漸漸地「遠離」；最根本就是心要「遠離」，如果沒有辦法一下子做到，就要讓身體先「遠離」。身體不去接觸「遠離」這些境界，先養成這種好習慣。身、口不造業了，最後達到心也「遠離」，心裡連想都不會去想這些事情；那麼，我們這一生當中「修行」，就能見功效！

廣欽和尚四十三歲時，在福建清源山的岩洞中苦修，入定了幾天後，有一天突然聽到老虎吼叫的聲音。老虎把尾巴伸進來揮一揮，然後大叫一聲，意思是說：「這原來是我的地方，你為什麼在這裡呢？你應離開才是啊！」廣欽和尚個子瘦小，他不但沒有畏懼，還跟老虎說：「阿彌陀佛，老虎莫瞋！冤冤相報，終無了期；你是在地的，我是出外人，你這個地方讓與我修行，以後我就就，必當度你。皈依佛，皈依法，皈依僧！」老虎聽後，吼了一聲，就離開了。過幾天，還把它的「虎太太」和「虎小孩」集合起來，蹲在廣欽和尚修行山洞的門口，替和尚看守門口，心甘情願地挪窩給他修行，廣欽和尚授它全家三皈依。山上的猴子每天摘水果供養他。連異類眾生也被他的德行感化！所以廣欽和尚在泉州，人們尊他為「伏虎和尚」。

老和尚於一九四七年來到台灣，到一九八六年二月安詳示寂，對身邊眾人說：「無來亦無去，攬沒有事！」有人拍得空中出現妙蓮花！老和尚常年修「不倒單」的苦行，在台灣弘揚佛法四十年，是家喻戶曉的高僧。人們尊稱他「果子師」，常年不食人間煙火。

寒山詩

瞋是心中火

能燒功德林

欲行菩薩道

忍辱護真心

千江有水千江月

有感即通

萬里無雲萬里天

無機不被