諸位法師，諸位同學，請坐。請看《大經科註》第三百九十九頁第一行，下面這句：

「《探玄記三》曰：三昧，此云等持，離沉浮故」。這也是平等受持，是定慧均等，這是佛家講的禪定。定慧要不等，定不能成就。如果定多慧少，容易昏沉；慧多定少，這個心就浮躁，心浮氣躁定不能成就。所以定成就一定要調，把它調伏，一定要調到定慧均等，禪定的境界就會現前。禪定不一定是打坐，打坐可以修，初學的時候比較容易，行住坐臥統統可以修。只要把定慧調到平等，心地清淨沒有雜念，沒有妄想，這就是禪定。很深的禪定、很高層的禪定動靜一如，像諸佛菩薩能在十法界現無量無邊身，他沒有起心動念，他在定中。像釋迦牟尼佛示現在我們世間，八相成道，住世八十年，講經教學四十九年，他沒有起心、沒有動念，他八十年在定中。所以定管用，不是不管用；盤對面壁那個定不管用，不能辦事，像這些法身菩薩、諸佛如來他的定管用。在西方極樂世界人全在定中，這些人在定中有能力分身無量無邊，到諸佛剎土去供佛、去聞法、去度化眾生，在定中，也就是說他沒有起心動念。起心動念尚且沒有，怎麼會有分別執著！所以他們的境界不可思議，我們怎麼想都想不到，這是什麼？這是自性的德用。「定慧等故，名等。心不散故」，心裡頭沒有妄念，沒有雜念，沒有妄想，心住在一處，這個一處就是跟真如相應，「住一境故，名持也」。

「至於諸三昧中，唯有念佛三昧，最尊如王，至貴若寶，故《大集經》中稱之為寶王三昧」，寶王三昧就是念佛三昧。「此處所指，應即此三昧也」，這個偈子裡面所說的，應該就是講念佛三昧

，念佛成佛。「表以上種種盛德，乃由此三昧力也」。故云『無明貪瞋皆永無，惑盡過亡三昧力』，「此六句願文，以智慧為首，以寶王三昧及定慧等持為結」，為總結，「實有深意」。這個意思很深，顯示出自性的德用，自性的微妙，自性是萬法的本體。它沒有現象，所以我們的六根緣不到，六根裡面的意包括阿賴耶的意識跟末那識，都緣不到。它能起無量的妙用，上求下化。在果地只有下化，在因地，因地是法身菩薩，確實他見性，但是他的無明習氣沒有斷盡，在實報莊嚴土還有相，這個相不是阿賴耶的相分，是自性的相分，自性相分是什麼樣子沒法子說。

世尊在《觀經》裡面透了一點信息，阿彌陀佛的報身，佛的報身有八萬四千相，不是三十二相八十種好就結束了，有無量相，相有無量好，每個相有八萬四千好；身有八萬四千相，每個相有八萬四千好，每個好放八萬四千光明，每一道光明裡面，都有佛菩薩在教化眾生、講經說法，示現度化眾生的事，看不盡，無法想像的。報身菩薩跟報身佛在極樂世界是一個相，完全相同的。所以說彌陀的報身，就是說每個往生到西方極樂世界都是得同樣的身。極樂世界是平等世界，所以身是法性身，居住的環境是法性土。這個身不需要飲食，壽命長遠無量壽，容貌不變；不像我們這個世間，隨著歲月漸漸老化。西方極樂世界沒有老化，永遠年輕他不老，為什麼？他沒有變化。老化是阿賴耶，阿賴耶是念念不住，是無常；它那邊沒有這個現象，所有一切物質不是波動現象產生的，它是自性光明裡頭變現出來的。這些現象也是妙有，非有而有，有而非有，不能執著，執著就錯了。這是念老在此地，註解裡頭末後這一句，說明六句偈的深義。

我們再看底下這一首，「如佛救苦」。

【亦如過去無量佛。為彼群生大導師。能救一切諸世間。生老

病死眾苦惱。】

生死都能夠救度，其他的苦就不必再說，為什麼？這是最大的苦，最大的苦能救，那平常的、小的就不必說了，諸佛如來有這個能力。我們看念老的註解，上面這一段願文，「求佛之覺他德」，這幫助眾生。「首四句表法藏比丘願如過去無量一切諸佛，為一切有情之大導師，導引眾生，離苦得樂，從迷得悟，出生死海，入佛知見」。這一句裡頭說明法藏比丘他在沒成佛，在因地，但是他發願，要跟過去無量一切諸佛一樣，有同樣的德能，有同樣的智慧，能夠做一切有情眾生的『大導師』。大導師他做的是什麼？就是下面的，引導眾生，離苦得樂、從迷得悟，就這八個字。這八個字說明，十方三世一切諸佛如來應化在世間，目的是什麼？用意是什麼？是看到眾生太苦，迷惑顛倒，造作惡業，感得輪迴的苦報，是為這個來的。佛知道眾生的苦從哪來的，苦都從迷來的，迷了就有苦，不知道法界虛空界一切眾生的真相。經裡面所說的，「諸法實相」，就是一切法的真相，不了解它，迷了，看錯、想錯了，連帶的說錯、做錯了，錯了不是沒事，錯了有果報。果報是從感應當中出現的，善與善感應，惡與惡感應。

日本江本的水實驗，你看善念感應就很美，人看到歡喜；惡念，那感應很醜陋，人不願意看它。這個感應就是果報，這是果報的原理，這個感應是自然的，不是人為的，做了惡，閻羅王審判你，那閻羅王是你自性變現的，心外無法，法外無心。惡的念頭變現出來的，變現出地獄，變現出三途境界，統是自己變的。善念善行變現的天堂，二十八層天也是自己善念變現的，除了念頭之外什麼也沒有。就像今天科學家發現，說了一句真話，世間所有一切物質現象都是從念頭生的，這現在科學家相信。這個話三千年前佛說在先，經典裡面常說「相由心生」，相是現象，物質現象、精神現象、

自然現象，全是從念頭生的。所以「境隨心轉」，外面的物質環境隨著你的念頭在轉變。起心動念不僅是周遍法界，後頭還變化無窮，《還源觀》上講「出生無盡」，就是變化無窮。

你說我看沒有變化，你看的是眼前，範圍太小，你看不見的地方有沒有變化？我們試想想，我們住在地球這個地方，整個地球有沒有變化？剎那剎那在變化。整個太陽系有沒有變化？整個銀河系有沒有變化？你往外面一推，出生無盡這一句就完全明白。所有一切變化跟我們的念頭有關係，不是沒有關係，好的加了一分，不好的也加了一分，起個惡念加一分不好的，起個善念加一分好的，就這麼個道理。因為念頭才動周遍法界，它就影響遍法界虛空界，理跟事都要明瞭。這是被科學家捕捉到、看見了，他承認，看不見的懷疑，這看見了。但是他看不見的還有很多，慢慢從這邊增長信心，要真正徹底了解，要放棄科學的方法，要用內證的功夫，就是戒定慧。戒定慧可以能夠親自看到，不用戒定慧不行，用儀器看得不圓滿，用戒定慧，用內功不求外頭幫助。所以幫助眾生離苦得樂就要從破迷開悟下手，因為苦樂是果，迷悟是因，果上沒辦法斷，斷一定從因上斷。迷破就離苦，苦就沒有，開悟樂就得到了，所以諸佛菩薩法喜充滿，常生歡喜心，為什麼？他開悟了，徹底開悟了。

出生死海，生死海有兩種，一種分段生死，我們六道眾生這分段生死，同時還有一個變易生死。我們人到世間來，從出生到死亡這一段，這叫做分段生死。變易生死是天天變化，一天比一天老，不是十年比十年老，一年比一年老，一天比一天老；再給你說，每一分鐘比每一分鐘老，這叫變易。變易從近處看不出來，隔一段長時期就看得很明顯，每天見面看不出你老，隔個三年、五年一見面，老了！那個老不是三年、五年才老的，天天在老化。所以佛知道破迷開悟能令眾生離苦得樂，用什麼手段？教學，諸佛菩薩沒有一

個不教學的。他不是用教學做手段，他就是來表演，不外乎這兩種方法。表演是用身教，說法是用言教，他落實到這裡幫助眾生出兩種生死。入佛知見就是入佛的境界。「並以種種方便」，方是方法，便是便宜，它兩個合在一起，就是最妥當的方法，最善巧的方法，「令一切眾生得無畏力」。

我們這個地方，「佛知見」有術語的解釋，「了知照見諸法實相理之佛智慧也」，這種智慧叫佛智慧，是真實智慧。「是為二智中一切種智之用」，一切種智起的作用，「故就智體而云知。又為五眼中佛眼之用，故就眼而云見。得此佛知見，有開示悟入之次第」。智慧開了有大小不一樣，有小智慧、有大智慧，這裡分為四種，這個四種，「初於十住位斷一分之無明，得少分之佛知見，謂之開佛知見，乃至於十地終」，就十地圓滿，「斷盡無明，知見圓明，謂之入佛知見。釋迦佛出世之一大事因緣，為開示悟入此佛知見」。就是釋迦牟尼佛到這個世間來，來幹什麼的？幫助眾生開示悟入佛之知見。十住是開，十行是示，十迴向是悟，十地是入，開示悟入這四個字四個階段，《華嚴經》上所說的。

「《法華經・方便品》曰：諸佛世尊，欲令眾生開佛知見，使得清淨，故出現於世」，佛出現在世間幫助眾生開佛知見，這是第一步。第二，「欲示眾生佛之知見，故出現於世。欲令眾生悟佛知見，故出現於世。欲令眾生入佛知見道，故出現於世」。《法華文句》第四卷，《文句》智者大師作的，「佛以一切種智知，佛以佛眼見，開此智眼乃名佛知見」。《法華玄義》第九裡面說，「靈智寂照名佛知見」，後面這個意思說得很深，為什麼？法身無相。有沒有知見？有。佛無所不知，無所不見，極其微細，我們凡夫完全不能覺察，佛是清清楚楚、明明白白。

我們想以前的電影，是用幻燈片組成的，現在用數碼不一樣。

幻燈片這個道理很容易懂，放映機鏡頭開關的速度很快，一秒鐘二十四次，我們睜開眼睛看銀幕，銀幕上的畫面是不斷重疊產生的，所以看到這個畫面會動，這個道理我們懂。如果幻燈片裡面，只有一張是有畫面的，有音聲、有畫面，一秒鐘這二十四張，只有一張有畫面，其他的都沒有，我們讓這片子在放映機裡面放，我們睜大眼睛看銀幕，會產生一個什麼現象？產生光一亮就沒有了，看到一道光，有一道光亮了一下，裡面的內容不知道，二十四分之一秒只看到一道光，光裡頭什麼不知道。現在把這個速度加到一秒鐘一千六百兆次，這個鏡頭的開關一秒鐘一千六百兆次，試問問，就在眼前你看到沒有？沒看到，連光都看不到。二十四分之一秒能看到一道光，這種現象千真萬確就在眼前，我們看不見；巨大的音聲，星球爆炸巨大的音聲聽不見。就在面前，聽不見、看不見，也想不出來，這個事實真相被現在量子力學家發現了，真的不是假的。所以佛教我們修定，定到一定的程度，我們的頻率跟宇宙現象的頻率相同就看到，不同看不到。這非常微細的念頭，我們的念頭太粗了。極其微細的念頭，大乘經裡常說八地以上，八地以上菩薩他們看到了。可見得佛知見是真有，而且佛告訴我們，一切眾生個個都有，不是只有他有，人人都有。只是你現在迷了，這個能量你失掉，失叫迷失，不是真的失掉，只要你把心定下來，它會恢復，它能夠現前。

所以佛能以種種方便，還教一切眾生得無畏力，如來果地上無所畏，沒有畏懼的，他樣樣明瞭。故曰，『能救一切諸世間，生老病死眾苦惱』，「諸世間者，淺言之，欲界、色界、無色界是世間。三界無安，猶如火宅，皆在生死海中」。這個三界就是六道輪迴，六道裡頭分三界，欲界有欲望，有欲的念頭就離不開欲界，欲界眾生情執最深。如果能把欲控制住，這要靠定功，所以要修四禪八

定，真正得到禪定，禪定能把心集中在一處不散亂。所以，欲界裡面的習氣沒斷，但是有定功把它伏住，它不起作用。所以有初禪、二禪、三禪、四禪，佛告訴我們，四禪總共有十八層天。再往上去無色界，連身體都不要，我們一般人把它稱為靈界，這靈魂，他只有靈魂，他不要身體，他不去投胎，不要身體，這是世間凡夫，真正叫高級凡夫。有身體有累贅，不自由，沒有身體得大自在。

中國老子有這個想法，《老子》這本書裡頭有句話說，「吾有大患，為吾有身」，這老子說的。他說我有很大的憂患我有個身體，身體多麻煩！所以老子所期望的最好沒有身體，那就是無色界天。老子沒有遇到釋迦牟尼佛，要是遇到佛法他一定去修四空定，修四空定就能生無色界天，沒有身體。這個天壽命非常長，無色界第四層，最高的這一層壽命八萬大劫，這真長。一個大劫是世界成住壞空一次，換句話說，這個世界成住壞空八萬次，他的壽命才到。你說這壽命多長！但是再長總有到的一天，那天到了怎麼辦？還要繼續搞輪迴，所以這叫不究竟。三界無安，猶如火宅。好像房子，你住在這個地方，房子起火，沒有燒到你這層，很快就燒到。皆在生死海中，把六道輪迴比喻作生死大海，佛看見，法身菩薩看見，「故願救度」。為什麼他願意來救度？因為他知道一切眾生跟他自己是一體，都是一個自性變現出來，不是外人。一體怎麼能不關懷，怎麼能不照顧！

下面說，「進言之，則地前諸位亦是世間，無明未盡，亦應度脫」。這是前面註解沒有說到的，前面只講六道輪迴，這個地方講到四聖法界，四聖法界也是世間，為什麼？無明沒有破。見思煩惱破了，塵沙煩惱破了，無明沒破，他脫離了六道輪迴，沒有脫離十法界，六道十界統苦。諸佛菩薩發願來幫助這些眾生離苦得樂，必須離開六道才真正叫離苦，離開六道還不行得離十法界，真正離十

法界，這真叫離苦得樂。我們今天學的這個法門，這個法門往生極樂世界，得到阿彌陀佛本願威神加持，皆作阿惟越致菩薩，就等同離苦得樂。阿惟越致菩薩是法身菩薩，上上品往生的沒問題，本經講的三輩，《無量壽經》講三輩，《觀無量壽佛經》講九品，三輩每一輩裡頭有上中下，三三九輩就是九品。上輩往生生實報土，中下兩輩不是實報土，但是不是實報土，他跟實報土的法身菩薩智慧平等，神通道力平等。這是一切經裡頭沒說過的，一切諸佛剎土裡沒這個事情，在遍法界虛空界只有阿彌陀佛這一處，他這個世界很特別。這是我們必須要把它搞清楚、搞明白，一定要發願求生，這條路確實是成佛的捷徑，非常快速而且穩當，好處太多了！一門超出，在修學時間上來講，大幅度的縮短，決定不能夠疏忽。

下面第四段，「悉令成佛」，幫助眾生幫助到什麼地步？一定要幫助他成佛，這幫人幫到底。

【常行布施及戒忍。精進定慧六波羅。未度有情令得度。已度之者使成佛。】

這個願才叫圓滿，『常行布施』、持戒、忍辱、精進、禪定、般若，用什麼方法來幫助他？用菩薩的六度。「六波羅蜜」，我們這個參考資料裡頭有，在第二十二頁，第一個「檀波羅蜜，檀者檀那之略」，翻成中國的意思叫布施。布施裡面有財施、有無畏施、有法布施，分為這三大類，能夠得到三種不同的果報，財布施得財富，無畏布施得健康長壽，法布施得聰明智慧。諺語有所謂「佛氏門中，有求必應」，真的，一點都不假。所以現在人想發財，想得聰明智慧，又想健康長壽，他又不學佛，還反對佛，那這三樣東西得不到。你要是學佛，這三樣東西得到，而且得到什麼？你心安理得。得到時候快樂，沒有憂慮，不會擔心，是正當得來的，不是用非法手段得來的，正常方法得來的。佛教給我們，你想發財，怎樣

才能發財？財布施，愈施愈多，愈多愈施。你不要留，不要積財，經上常說「積財喪道」。財中國古人稱之為通貨，通是它流通的，這邊流出去，那邊就有進來的。你要是不讓它流出去，它就進不來，就這麼多，堵死了。所以它進多少你就出多少，愈來愈多，這是真的一點都不假。因此古人相信命運，命裡有時終須有，它一定會來的；命裡無時莫妄求，求不到。

《了凡四訓》是最好的例子，《了凡四訓》的光碟，我最欣賞的是早年馬來西亞拍攝的兩片，那個拍得好。不耽誤時間，等於是上《了凡四訓》課一樣，很短的時間，把裡頭精彩的統統講出來。現代人東西太長沒時間看，兩片四個小時可以，很喜歡看。《俞淨意公遇灶神記》也非常精彩，農曆年將到，這個做禮物好，又是財施，又是法施，又是無畏施，這種布施三種果報都得到。所以過年送禮要會送，送這個光碟是最好的禮物，勸人修財施，你就得財富。

中國古時候有一個人他懂得，范蠡，讀歷史一定會讀到他，越王勾踐的大夫。越王的國被吳滅掉，以後能中興，能夠再起來把吳國打敗，全靠兩個人，范蠡、文種這兩個人才。范蠡非常聰明，他知道越王勾踐這個人可以共患難，不能共富貴，患難時候，他有求於你，他需要你幫助，言聽計從。吳國打敗之後，統一了，他不用你，他不用你他又怕你，怕你造反奪他的政權，他一定要把你殺掉。所以他就悄悄的給文種講，文種不相信，留在越王身邊。他就逃掉，改姓名叫陶朱公，帶著西施，西施是他的妻子。真正做出了最大的奉獻，你看他的妻子給越王送給吳王夫差，做夫差的妃子，那去幹什麼？現在講當間諜。所以吳王點點滴滴的祕密她都傳給越王，也才能打勝仗。吳王死了以後，他們夫妻團圓，兩個人逃掉了，做生意，三年，從小本生意做起，三年發了大財，把他所得的財物

統統救濟貧窮人家，散財。散掉之後從小生意再做起，三年又發，三聚三散，他懂得散財，所以生意就愈賺愈多，愈多愈散。中國人奉他為財神，這很有道理。這個人真聰明，為國家做出最大的犧牲奉獻，晚年做出好榜樣，教人發財之道。

第二個無畏施，別人有所畏懼、有恐怖，你能夠保護他、安慰他，讓他離開恐怖，這叫無畏施。無畏施裡面第一個不吃眾生肉，真正不吃眾生肉，野生的動物，你跟牠在一起，你招招手牠會來，牠不怕你，為什麼？牠眼睛能看到你很慈祥，你沒有殺氣。那個很凶猛、殺生的人，牠一看到趕快就跑掉；一個不吃肉的人，愛護眾生的人，你跟牠打招呼，牠來。外國的野生動物，人都會愛護，一般牠們都不怕人，小松鼠、小兔子野生的，真的一招手，手上拿一點東西給牠吃，牠就來。我住在澳洲院子很大，鳥很多，不是自己養的，野生的，早晨、晚上都餵鳥，統統都來，在院子都是的。我們的菜園很大，小動物很多，小袋鼠、兔子很多，早晨起來都會看見，我們的圍牆是鐵絲網，小松鼠很容易通過。所以無畏布施得健康長壽，幫助病人，幫助有苦難的人，幫助他們得健康長壽。

法布施得聰明智慧，釋迦牟尼佛四十九年講經教學就是法布施，果報！三種布施都修，認真的修、努力去修，這三種果報你都得到。三種果報都是人喜歡的，沒有人不要的，但是你得修因，你才能得到果報。這是如理如法，你得到的果報心安理得，是你修得的。命裡面沒有也能修得，命裡有那就增長、就加倍，更多，沒有的話會得到，有的就得更多。這是幫助苦難眾生。過去生中的事情我們自己不知道，阿羅漢以上的沒有一個不知道，菩薩、佛統統知道，知道你生生世世。

第二「尸羅波羅蜜。尸羅，譯曰戒」，就是持戒，戒律有在家戒、有出家戒，出家裡面有小乘戒、有大乘戒等之一切戒行。持戒

能斷惡，佛教導我們斷惡修善，都含攝在這條裡頭。無論在家出家不能沒有規矩，中國人講規矩，印度人講戒律。中國人常講「家有家規，國有國法」，現在家規沒有了，大概公司行號、一般社團裡面還有章程，還有規約，這都是屬於中國家規一類的，必須要遵守，不遵守這個團體就亂。現在社會亂了，什麼原因？規矩沒有了，禮沒有了。儒家的禮就是佛家的戒律，名稱不一樣，意思完全相同。現在佛教裡頭也亂，無論出家在家都亂，什麼原因？把戒丟掉。我們想學佛要想成就，佛告訴我們戒定慧三學。如果沒有戒，你得不到定；換句話說，你的心不會清淨。心不清淨就不能開智慧，起心動念全是煩惱，這個問題非常嚴重。這些年來我們走遍許許多多地方，看到什麼？在家十善做不到，出家《沙彌律儀》做不到，這問題很嚴重。你問社會為什麼這麼亂？道理就在此地。要想社會恢復正常，恢復安定和諧，戒律太重要！

古人學戒很容易，一點都不難，現在為什麼這麼難？古人從小就教，教規矩。所以在中國，小孩在童年是嚴加管教，一定要守規矩，不守規矩的時候就處罰，不敢不守規矩，養成守規矩的習慣，從小養成好教。《弟子規》我們最近提倡的，《感應篇》、《十善業》，在中國過去都是小孩三歲之前學的；三歲之後學那就來不及，學壞了。三歲之前所有一切不善的東西，根本不能讓小孩接近，不能看，你要看了回家挨打，不能聽。所以孩童三、四歲以前，母親管得非常嚴，母親做榜樣把孩子都教好。所以到上學，六、七歲上學很有規矩，懂得孝順父母，懂得尊重兄長，懂得尊重老師，聽話，都是教出來的。現在不教這些了，誰教小孩？電視教小孩，網路教小孩。外國的小學生一年級就使用網路，用電腦，網路裡面東西很複雜，他什麼都看，什麼都學，本來是很好的根，全被教壞了，學壞了。

好像前幾天，有同學在網路上下載的新聞告訴我，好像是美國地區，有個小孩殺了他的父母，三個弟弟殺掉了。還有一個學校裡面，學生殺同學，死傷十幾個人。美國人槍枝氾濫，這個沒有禁止的，槍枝誰都可以去買，美國人講求自衛，所以幾乎家家都有槍枝，小孩拿到槍枝就殺人。所以沒有規矩怎麼行？學佛沒有規矩不會成就，道場沒有規矩叫造孽，道場沒有規矩就是破和合僧，罪過都在地獄。因為道場你自己沒有生產，你的衣食住行都是十方供養，十方為什麼供養你？希望得福報，你是福田，你有道德，你有功德。我們要問，我們接受人家供養，有什麼道德？有什麼功德？念幾句佛號有口無心，這迴向他能得福嗎？他要得不到，來生披毛戴角還。我們今天就欠施主的債，來生要還債逃不掉，因果的定律，殺生要償命，欠債要還錢。明瞭因果的人，不敢做虧心事，不敢做傷害眾生的事情，尤其不可以傷害三寶。

第三羼提，「羼提波羅蜜」，翻譯中文叫忍辱，「忍受一切有情罵辱擊打」，這碰到有情眾生統統能忍。不忍怎麼樣？不忍就打仗、就鬥爭，那個傷害就更大。忍，我受傷害，對方不受傷害，那就是你的無畏布施，你的果報得健康長壽。所以中國古人說「吃虧是福」，福不在眼前，福在之後，有人積的福很大，這一生晚年就享受到。所以忍不吃虧，忍是真正佔便宜，古人說的吃虧是福，是一點都不錯。所以對於人為的加害，一切都要能忍，替自己消業障，替自己增福慧，不但不怨恨還感謝。另外的是「非情」，不是有情眾生，環境寒熱飢渴，這些自然環境也要能忍，不能過分；資生之具適可而止，夠用就很好，決定不能貪求。飲食要節量，古人所說的「病從口入」，絕大多數人生病都是好吃，吃出病來的，所以飲食愈少愈好，這是什麼？叫自愛。因為你吃過分，腸胃要消化，太多它消化不了，它工作得很辛苦；少吃一點它消化很快，很舒暢

，這你能夠愛護自己的腸胃，你才會健康長壽。不可以喜歡吃的東西就拼命吃，不喜歡吃的東西就不吃，挑挑揀揀的，這都是沒有福報的樣子。飲食決定不挑剔，有什麼吃什麼，愈簡單愈好，愈簡單愈健康、愈長壽。

第四是精進波羅蜜，「毗梨耶譯曰精進，精勵身心進修前後之五波羅蜜」。前面布施、持戒、忍辱要真幹、要精進，後面有禪定、有般若，精進對應哪裡？就對這五種。認真去做，絕不懈怠，果報不可思議。

第五禪定波羅蜜，「禪波羅蜜」，禪那翻譯中國的意思叫「惟修」，新譯的叫「靜慮。又名三昧，譯作定。思惟真理定止散亂之心之要法」。我們的心散亂，如何把散亂的心定下來？世出世間法都講究，定下來你就得安靜，所以它翻作靜慮。靜，心靜才能夠考慮問題，才不會把問題想錯了。世出世間都把這個看作真的修養，真實的功夫。愈是重大的事件愈要冷靜，要如如不動，你才有智慧能解決。如果問題到，心就慌亂了，你肯定失敗，要能定得住。這後面說，「有四禪八定乃至百八三昧」，四禪八定是世間禪定，百八三昧裡頭是出世間禪定，是佛門的。四禪八定是古婆羅門教傳下來的，世尊教小乘也用這個，也教大家修四禪八定。禪定就是我們經題上的，清淨心、平等心。這些方法無非是幫助我們放下執著，放下分別，放下妄想，這就屬於禪定。

最後一個，「般若波羅蜜」，般若翻成中文是智慧的意思，「通達諸法之智及斷惑證理之慧」。對於一切法的真相明瞭，明瞭的方法最重要是讀經，從經典裡面知道一切法的真相。然後在日常生活當中細心去觀察，讓我們自己在一切法當中，見到性空妙有，就契入了，這智慧就開了。我們所契入見到的，跟佛經上講的相同，用佛經來做證明，我們的看法沒有錯誤。如果我們看到跟佛經上講

的不一樣，這個時候要承認我們看的有問題，佛經上沒有問題，對佛經要有信心。問題不能解決放在那邊，叫疑情，也許過一、二年你明白了，有時候過個十年、二十年搞清楚、明白了。這是大乘教裡面所說疑情，不是懷疑，我相信但是我的能力不夠，智慧達不到，所以小疑就小悟，大疑就大悟。這種疑情不要去找答案，找答案肯定是錯誤的，不找答案總有一天豁然開悟就明白了。「菩薩修此六法，究竟自利利他之大行，到涅槃之彼岸，故稱六波羅蜜」。菩薩所修的！

經裡面舉《華嚴經》一個比喻，我們把這個比喻念一念，《普賢行願品》裡頭的，「譬如曠野沙磧之中有大樹王」，這沙漠裡頭有大樹，「若根得水，枝葉華果悉皆繁茂。生死曠野菩提樹王，亦復如是」，也像這個樣子。「一切眾生而為樹根，諸佛菩薩而為華果。以大悲水饒益眾生，則能成就諸佛菩薩智慧華果」。「又《大日經》曰」，意思差不多，「大悲為根」。「今法藏菩薩亦復如是。以大悲故，廣行六度，普度群生」。

「六波羅蜜，即六度，是證涅槃之正因」。在這裡我們必須把六度度什麼要交代明白，布施就是度慳貪的，我們有貪心、有吝嗇，自己有的捨不得給別人。佛教我們布施把這個病根拔除，布施度慳貪，是我們的根本煩惱，人要沒有貪心、不吝嗇，他沒有煩惱。持戒度惡業，佛教我們不殺生、不偷盜、不淫欲這些惡業，持戒是度惡業的。忍辱是度瞋恚的，能忍，日常生活當中無論是人事，不如意的事情，或者寒暑。我聽說今年各地方氣候反常，澳洲悉尼白天溫度達到四十五度，這要忍；寒冷的地方氣溫在零下三十度，這對於大自然要忍耐，度瞋恚。精進度懈怠，禪定度散亂，智慧度愚痴，它都有對象的。佛把我們的煩惱歸納六大類，用這六個方法來對治，所以叫六度。度我們自己的煩惱習氣，煩惱習氣統統沒有了

，涅槃就現前，所以六度是證涅槃的正因。

「願行六度，即法門無邊誓願學」，四弘誓願裡頭第三句；「與佛道無上誓願證」，我們一般課誦裡頭是用誓願成，法門無量誓願學，佛道無上誓願成。這底下說了，「布施治慳貪，持戒治破戒」，破戒就是惡業，「忍辱治瞋恚，精進治懈怠，禪定治散亂，智慧治愚痴。常行六度，是即煩惱無邊誓願斷。自覺覺他，以己之覺，普覺眾生；以己之行，導引眾生；以己之德，迴向眾生，是即眾生無邊誓願度」。總是先成就自己然後才能幫助別人，自己沒有成就不能幫助別人，那全是假的，一定要自覺才能夠覺他。特別是在現代這時代，現在這個時代崇尚科學，科學是崇尚證據，你拿證據來。我們學佛要勸人修六度，有沒有證據給人看？自己確確實實慷慨大方，見到人有困難，真的全心全力幫助他，人家看到你修布施。三皈、五戒、十善、《弟子規》、《感應篇》落實在日常生活當中，人家看到他才相信，沒有看到他不相信。

忍辱，你遇到困難真能忍，真不生氣，真的若無其事，每天還歡歡喜喜。他要遇到逆境，他就會想到你，你怎麼應付的。我這個忍辱，是念初中三年級的時候，跟我一個同學學來的。可是我們離開學校之後，這個同學就沒有消息，同學當中打聽也沒有人知道。我這同學姓白，白振寰，有忍辱功夫，別人欺負他，他能忍，同學當中確實忍辱第一，做出來讓我們看到，我們心服口服。以後離開學校在社會工作，遇到這些事情我就會想起他，對我幫助很大！尤其學佛之後完全明白了，小不忍則結大怨，能忍不跟人結怨。永遠記住，跟任何人有誤會、有怨恨的統統要化解，忍辱就能夠化解，冤家宜解不宜結。他對我傷害再大，我也原諒他，不要計較，沒有報復，讓他過一段時期冷靜想想他會懺悔。為什麼？人都有良心，人都有善根，何必計較！

孔老夫子修忍辱波羅蜜，怎麼知道？《論語》上有一句話說，「夫子之道，忠恕而已矣」。那恕就是饒別人，饒恕別人，不跟人計較，就忍辱波羅蜜。學生們對夫子的批評，大家說老師有什麼德行，你看他們公認夫子有五種德行，一般人很難做到，溫良恭儉讓，他有個讓，不忍就不能讓。孔子溫和、善良、恭敬、節儉、忍讓，這聖人，於人無爭，於世無求，這個生活過得多自在、過得多幸福！太平盛世如此，亂世就更應該，不跟人爭，看到什麼都好，沒有一樣不好，自己清心寡欲。把自己的德，好處、功德迴向給眾生，希望大家都能夠得佛菩薩加持，消災免難，福慧增長，這眾生無邊誓願度。積極的就是修三種布施。

故下云『未度有情令得度』，還沒有得度的眾生，要幫助他，真正能夠離苦得樂，破迷開悟，佛法講得究竟，一定要把佛法介紹給大家，不管他信不信。我聽說有人送一本《認識佛教》放在書架裡頭，七、八年沒看到，偶然翻翻看看他就信佛了。時節因緣沒成熟，他家書架上有，沒看，不定什麼緣分觸動他，看看好奇翻一翻，他就真得利益。『已度之者』，已經相信，一定要勸他念佛求生淨土，他就成佛了。「拯濟負荷，悉登彼岸。此之四句，實攝四宏誓願」。這個裡頭的意思就是四弘誓願，修布施、忍辱，特別是四攝法，四攝法真正落實在日常生活，跟人就結歡喜緣。別人對我怎麼不好不要緊，沒關係，慢慢的統統都感化了。他為什麼不好？生活在現前這個社會裡頭，天天跟人爭，勾心鬥角，他有什麼好心情，遇到我們這個老實人，他欺負我們，拿我們出氣，應該的，我們能想得到，讓他一點，算了！讓他出了氣就算了。過幾天他會慢慢想，常常看我們這個樣子，他慢慢會覺悟，這就是度了他。要有耐心，要長時間，你對我不好，我對你都好，跟你見面對你都打招呼，都給你行禮，不管你理不理，時間久了慢慢他就想通，他就感化

了。好，今天時間到了。