太上感應篇　　（第五十六集）　　1999/7/15　　澳洲淨宗學會　　檔名：19-012-0056

諸位同學，大家好。前面講到化他，總說義趣是：

【正己化人。】

註解裡面說得很好，「所謂其身正，不令而行也，正己有許多功夫，化人有許多妙用，人能正己，未有不能正物者也」。這些話都說得非常肯定，要幫助別人，幫助這個社會，昨天我們也講了很多，最重要的還是在自己。自己不正，要想幫助別人就非常困難，當然會遭遇到許多的障礙。尤其是在我們現代的社會，事與理自己都要很清楚、很明白，自己的心正、言正、行正，自然能夠得到大眾的尊重。不但大眾對你尊重，鬼神也對你尊重，冥冥當中自然得到擁護，更能得到諸佛護念。自己要行得正，最重要的是心正。我們每一個人也都想學，很願意學，為什麼學不來？學不來的原因就是自私自利的念頭不能放下，都是被這樁事情障礙住，所以要想自己這個心行得正，必須要把這些障礙捨掉。可是有些同修說，我們也很想放下，就是放不下。這個原因在什麼地方？實在說原因是對於諸法實相沒能夠了解。釋迦牟尼佛說法四十九年，四十九年說的是什麼？一句話，就是諸法實相。用現在的話來講，宇宙人生的真相，真相明白了，自然就容易放下，一點難處都沒有。

可是宇宙人生的真相是既深又廣，很難明瞭，所以佛要用那麼長的時間，尤其是專說這樁事情，就是《般若經》。佛說《般若經》說了二十二年，說法四十九年《般若經》佔二十二年，幾乎佔全部時間的一半。用這麼長的時間，苦口婆心，只有一個目的，幫助我們看破。看破之後，修行菩提道上就沒什麼大障礙。菩提道是個什麼道？是一個幸福美滿的生活之道。菩提是印度話，意思是覺悟

，我們生活在朗然大覺之中，對人、對事、對物都不會迷惑顛倒，這就叫菩提道。所以菩提道就是生活，就是日常工作，就是對人、對事、對物一種正常的活動。正常的活動就是菩薩的生活、佛的生活，我們學佛目的也就在此地。這是我們首先要認識清楚的，不可以把佛菩薩當作神明來看待，祈求神明保佑我們，這個觀念就錯了。

『正己化人』，在功夫上當然首先要建立一個正確的宇宙人生觀，也就是說對人生的看法，對我們生活環境的看法，有正確的認識，這是智慧。有了智慧還得要有功夫，功夫是什麼？是克服自己的煩惱習氣，這是功夫，必須要克服。煩惱習氣無始劫來養成的，儒家講習性，習慣成自然，習性。這個習性很可怕、很麻煩，很不容易斷掉。可是要不斷掉，雖理解了也沒用處，還是要搞六道輪迴，還是要墮三惡道。三惡道怎麼去的？是非人我、貪瞋痴慢，這些觀念、這些行為是墮三惡道的業因，我們把這個因素消除、捨掉，這才不會墮三惡道。可是幾個人能消除得了？為什麼不能消除？他不肯克服自己的煩惱習氣，六根接觸外面六塵境界，他就自自然然生起貪瞋痴慢，自自然然生起自私自利，這個麻煩可大了！

所以佛教導我們要做一個轉變，這一句話說得好，一定要做一個轉變。在功夫上講要轉惡為善，從哪裡轉起？從念頭上轉起，從行為上轉起。以往我們念頭是為自己，行為都是為自己，把這個念頭轉過來，從今而後我們為別人不為自己。念念為別人想，為社會想，為一切眾生想，世間可憐的人太多了。他們為什麼這麼可憐？沒有人教他，不知道行善，不知道積德，惡因感受的果報，雖得人身，衣食常常不足，我們看到了要盡心盡力的幫助他。釋迦牟尼佛在世，不但他老人家自己，他的一班學生，不是不能過一點富裕的生活，他辦得到，輕而易舉。他是王子出身，國王大臣是他的護法

，物質上要什麼樣的享受，對他來說都不是困難的事情。他為什麼要去托缽？為什麼去過那麼清苦的生活？沒有別的，無非是想省一口飯，給那些沒飯吃的人，幫助他。他是不是真能幫得到？給諸位說，真能幫到，減損自己的物質受用，幫助那些缺乏的人。這個心我們就沒有，那菩薩行當然就不可能了！先要有這個心，這個心是純善之心，純善之行，所以感動天龍善神都護持，一生當中教化眾生才能收到效果。我們學佛要從這個地方學起，要有真正的功夫。

我們今天在物質上的受用，以飲食來講，三餐飯還不飽，還要以零食來補充，這是什麼原因？這身體是業障身，心有業障，身也有業障。飲食對一個人的生命來說是最重要的，我們的生命，身體是一部機器，這個機器不斷的在運作，運作需要能量補充，飲食是能量的補充。業障重的人消耗量大，補充少了他就會生病，他就不能工作；消耗量少的，他工作一樣正常。能源的消耗到底消耗在哪裡？學佛的人知道，百分之九十以上，大概總能達到百分之九十五，消耗在妄念上，我們常講胡思亂想。修行人跟一般社會大眾比，心地總比較清淨，妄念少，妄念少消耗量就少，所以他補充就少。世尊為我們初學的人示現，教我們把一切憂慮、牽掛這些煩心的事情放下，因為那都是不必要的，那麼你的身心健康，你的消耗量逐漸就減少。所以一天一餐足夠了。這一餐不吃也沒有關係，也照樣的去運作，這是事實真相。

我們在經上看到，阿羅漢心非常清淨，妄想雜念幾乎沒有了，他的能量補充，一個星期托缽一次，也就是一個星期吃一頓飯，他那一頓飯一個星期夠了，那個養分足夠了。辟支佛定功更深，比阿羅漢的心還要清淨，半個月托一次缽，兩個星期吃一頓飯，他夠了！實在講佛與法身大士，他們要不要飲食？不需要，可以完全斷掉的。佛陀在世是示現給我們做榜樣的，要是在他那個身分上他可以

完全斷掉。完全斷掉，我們凡夫看了做不到，那還得了嗎？所以告訴我們，修行人每天吃一餐夠了！修清淨心重要，禪悅為食，法喜充滿。用禪悅、用法喜來滋養你的身體，用清淨心，這是消耗能量最少的，這都是行門上的功夫。

這個功夫要在日常生活當中去鍛鍊，鍊清淨心，鍊清淨行，清淨心、清淨行沒有別的，放下而已。不相干的事要放下，不相干的念頭要斷掉，常常保持正念現前，正念就是念佛，二六時中，時時刻刻心裡頭只有一句佛號，這是正念。一切眾生不知道佛法的殊勝，不知道念佛的好處，我們以善巧方便幫助他，使他知道念佛的好處，也能夠學習效法我們念佛。菩薩幫助一切眾生的事說不盡，但是只有一個目的，最後誘導他念佛，這個目的是純正的目的，除此之外沒有其他的目的。所以處事待人接物你要慈悲，要寬宏大量，要認識大體，決定不能隨順自己的情欲。隨順自己的情欲就是隨順煩惱，你會做錯事情，佛家講你會造業。

所以在日常初步功夫，我們要把是非人我淡化掉，斷不容易，先把它看淡。尤其是毀譽，遭到別人毀謗，或者是有人對你的讚歎，毀譽不動心，你的心慢慢就會清淨。沒有必要的事情不必要去知道，沒有必要接近的人不必去認識。古人說得好，「知事多時煩惱多，識人多處是非多」，煩惱多、是非多，你的心怎麼能清淨？你的心不清淨，你的淨業就不能成就。我們希求的是西方極樂世界，早一天親近阿彌陀佛，往生西方極樂世界唯一的條件，「心淨則佛土淨」。我們念這一句佛號，效果在哪裡？是用這一句佛號把我們的妄想分別執著念掉。心裡面才有雜念，「阿彌陀佛」提起來，雜念就放下了。果然二六時中只有一句佛號，妄想雜念不起來，你功夫成就，你往生就有把握，你跟阿彌陀佛就感應道交；一面念佛，妄念不斷，功夫當然不得力。

有人問，學教也分心，是不是雜念？學教要為自己名聞利養是雜念，學教是為光大佛法、普度眾生那是正念。由此可知，我不是為自己，我為眾生破迷開悟，這就是正念現前。如果為自己名聞利養，那是輪迴的念頭，講經說法還是造輪迴業，是輪迴業裡面的善業，果報在三善道。如果名利心太重，大概三善道都沒有分，那到哪裡去？惡道裡面去享福去。總之弘法利生是修福，過分重視自己的名聞利養，貪圖五欲六塵的享受，畜生道裡享福，餓鬼道裡面享福，這個例子太多了，不勝枚舉。

諸位想想，安世高當年他的同學宮亭湖的龍王，畜生道，蛇身。他造的什麼業？他是出家人，明經好施，佛法的道理通達，又喜歡布施，自私自利沒放下，托缽托的這一頓飯大概不太好吃，不中自己的意思，心裡面不太舒服，就造這麼個業，來生墮畜生身。畜生，福報大，他明經，他有智慧，所以墮畜生身去做龍王很靈，靈是他有智慧。福報很大，一千里內的信徒都去拜他，都去供養他，福！他喜歡布施。苦不堪言去當龍王。安世高去度他，給他講經說法，勸他回頭是岸，安世高傳記裡頭寫得很清楚。小小不如意、不滿意，明經好施還要墮三途；我們今天經也不明，也不好施，脾氣比他大得多，你將來往哪一道去，不是很清楚、很明白嗎？你決定不如他。所以想想這些事情實在可怕，知道可怕就回頭，就不敢起個惡念，不敢有惡的行為。所以傳記多讀有好處，能夠時時刻刻警策自己，勉勵自己。