止观—三止三观　　（第三集）　　2008/3/11　　香港佛陀教育协会（节录自华严经12-17-1931集）　　档名：29-125-0003

诸位法师，诸位同学，请坐。请看「须弥顶上偈赞品第十四」，经文第三大段第二个小段，南方一切慧菩萨。

十首偈颂里面从第三首，三、四、五、六这四首偈讲到真观、真止。教下修行总的来说离不开止观，宗门是讲参究，净土是讲念佛，名称不一样，实际上它的原理原则、方法完全相同。用最简单的话来概括，那就是章嘉大师教给我的「看破、放下」，观是看破，止是放下。在禅里面，达摩祖师从印度传过来的禅宗，禅宗所用的方法，就是禅这一个字这个字是印度话，翻成中国的意思是静虑，静是安静的静，虑是思虑的虑，你看看，虑就是观，看破；静就是放下，就是止。你想想看，意思它真的是相同。在净土里面教我们念佛，念佛是不是止观、是不是禅？是的，一点都不错。世尊在《大集经》里面告诉我们，念佛是无上深妙禅。这个佛怎么念法？这一句佛号六个字，「南无阿弥陀佛」，清清楚楚了了分明，这是观，这是看破。止的是什么？把妄念打掉，用这句佛号代替一切的妄念。所以妄念放下了，佛号提起了，提起叫观。通常一般讲，就是讲禅定，八万四千法门包括净土在内，修什么？修禅定，念佛也是修禅定，用这句佛号来修禅定，方法很多。所以八万四千法门、无量法门方法很多，方向、目标决定是一致的。看破，了解诸法实相，诸法实相用现在的话来说，就是宇宙人生的真相。放下什么？放下一切妄想分别执著，你就是如如佛，你就真的回归到自性。所以这四首偈非常重要。

讲到真止、真观，我们就把天台跟华严本宗他们修行的纲领「

止观」略微介绍一下。这两天我们讲的是天台智者大师所传的修行方法，「三止三观」，我们再用最短的时间、最简单的来介绍天台的三观。「空观」是讲宇宙的本体，「假观」是讲宇宙的现象，空假是一不是二，这非常重要；「中观」是讲作用，我们怎么生活？怎么样破迷开悟、离苦得乐？要行中道，不能偏在空，也不能偏在有。偏空偏有，你们诸位想想，里面是不是有分别执著？分别执著放下了就是中观，空有二边都不执著，为什么？空有是一不是二，《心经》上说得好，「色即是空，空即是色」。什么叫空？真难懂，如果空是没有，什么都没有，三岁小朋友都懂。佛法讲的空不是这个意思，佛法讲空是什么？有就是空，空就是有，是一桩事情。明明这是摆在我们面前有，怎么是空？相有性空，事有理空，这就真不好懂。

我刚才进来，有个小朋友问我：「现在存不存在？」这个问题问得很深。我说现在有，过去也有，未来也有，这叫三世，过去现在未来。这是什么？这是随顺世间说，是不是真的？不是真的，真的是什么？真的是都没有，都没有就不懂了；有跟没有是一不是二，这就更难懂。所以这个三世，过去现在未来，从现相上讲有，从体性上讲没有。我们今天看到《维摩经》上有这么几句话，我写在这个地方，这是《维摩经．弟子品》里面几句话，「三世之法」，三世就是过去现在未来，三世之法，「新新生灭，更不相待也」。这话是什么意思？一切法离不开三世，它有过去有现在有未来。说过去，过去已经过去了；说未来，未来还没有到；说现在，现在就过去了。所以《金刚经》上说三心不可得，「过去心不可得」，已经过去了；「未来心不可得」，还没有来；现在？说现在，现在过去了，哪有现在？这是现相，好像是有。好像是有，是新新不住。新新是什么？是法，法就是森罗万象，万法，万法永远是新的没有

旧的，刹那生灭。

前面跟诸位说了很多，这个问题讲得很多，也讲得很详细。现相的发生，佛问弥勒菩萨说得非常好，我们重复几遍也没有关系，为什么？你还没有懂，懂了之后就有受用。宇宙、生命、万物从哪里来的？这是哲学的问题，也是科学的问题，大问题不是小问题。从哪来的？佛说得好，从「心有所念」发生的，有念，宇宙就生起了，速度之快我们无法想像。佛这个地方问得非常好，几个念？几个相？相是物质现象；几个识？识是精神，佛法讲心法。相就是色声香味，这属於现相；识，见闻觉知这属於识，也就是妄想分别执著，这是识。现在讲的是什么？物质、精神，哲学里面讲唯物、唯心。佛告诉我们，心跟物是一不是二，物里头有心，心里头有物，物不能离开心，离开心，物就没有了；心也不能离开物，为什么？心它生现相。这是法相宗讲得很透彻的，心是见分，阿赖耶的见分；物质是阿赖耶的相分，境界相；它的本体，本体是自证分，自证分叫法性。一切万法，大乘教里面讲「唯心所现，唯识所变」，森罗万象是识在变，就是妄想分别执著它在变。

所以佛问几个念？几个相？几个识？弥勒菩萨答得好，「弥勒言，举手弹指之顷」，这个时间太短了，举手弹一个指头有多少念？「三十二亿百千念」。三十二亿百千念是多少？用中国的数字来说，三百二十兆，兆是万亿，也就是三百二十万亿，这么多的念头，我们没法子想像。这就是一弹指，一弹指三百二十万亿分之一秒。我们弹指弹得快，一秒钟可以弹四次，再乘上四，那一秒钟有多少兆？一秒钟，三百二十兆乘上四，一千二百八十兆，一秒钟。弥勒菩萨回答，一秒钟是一千二百八十兆。弥勒菩萨跟我们讲，「念念成形」，形就是物质，就是现相，每一个念都有现相；「形皆有识」，每个现相都有见闻觉知。这个形，大是宇宙，小是微尘，大

小不二。你不要瞧不起这个很小的微尘，甚至於我们肉眼都看不到，现在用科学仪器观察出来，原子、电子、基本粒子、夸克用肉眼看不到，它里面有圆满的见闻觉知，这个不可思议，有圆满的色声香味。为什么？它是法性变现的，所以再小的物质，它也具足圆满法性的信息，这不可思议。

由此，佛教我们观，你要修观，观就是你要看，你看清楚，它存在的时间这么短，这个我们要常常能够想到是一千二百八十兆分之一秒，它存在的时间，所以简直不可得。《般若经》上讲「一切法无所有，毕竟空，不可得」，你看这九个字是不是真的？但是我们现在看到一切现相都是有，不知道有就是空，有就是不可得。这个现相是什么？这个现相是相续相。要知道我们在一秒钟当中，这个概念我们有，一秒钟的概念，这个相的生灭多少次？一千二百八十兆次，所以相是假的，相不是真的。那个现相跟体性是一不是二，古大德用金跟器做比喻，把金比喻作自证分，就是法性；把现相比喻作器皿，我们一个金的戒指、金的手镯、金的项炼，那是器，那是现相。器从哪里来？器是金做的。金跟器能不能离开？离不开，器要离开金，这器就没有了；金要离开器，金也没有了，金跟器是一不是二。这就说明佛法里面讲的，就是阿赖耶里面讲的四分，自证分、见分、相分它是一体，它不能分的。你怎么知道？它还有一分叫证自证分，证自证分是智慧，智慧也是本有的，不是外头来的，所以讲四分。四分就是一体，决定不能分家，它是个完整的，法尔如是，它本来就是这样的，这不是哪个人创造的，所以叫性德，自性本具的性德。你要是真的理解、真的明白了，而且真的受用到了，你就叫做佛菩萨；你要是不懂得，迷在这里面，你就叫做凡夫。那我们想想，这个世界上几个人真懂得这个？可以说除佛与法身菩萨之外没人懂，听都没听说过。念念成形，形皆有识，这是我

们应该要知道的。

这后面还有几句话说，「一切法生灭不住，如幻如电，诸法不可得，乃至一念不住」，一念不可得。一念不可得，给诸位说，念念不可得，你说是真的还是假的？《金刚经》比喻得好，「一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观」，跟我们今天讲的是一个意思。这是说我们对於「空、有」要认识清楚，有在哪里？有在空里；空在哪里？空在有里，空有是一不是二，你真的搞清楚、搞明白了。果然搞明白之后，那个妄想分别执著自然就放下了。我们现在为什么放不下？没搞清楚，虽然听佛这么说，半信半疑不能接受。这个现象可以理解，为什么？你迷了真相是无量劫，过去生生世世都迷了，今天一说你就能豁然大悟，那是什么人？在中国只出现惠能一个人。从前我这三个老师都是这样讲，三个老师都没见过面，跟我讲的是一样的话。在中国几千年来只出了一个惠能，没看到第二个；在印度，我们只看到释迦牟尼佛，真有这个能力，一听到马上就放下，马上放下就转凡成圣，他就觉悟了。无量劫来所有一切习气业障统统没有了，还有一种习气没有放下，无始无明习气，除这个之外全没有了，见思烦恼的习气、尘沙烦恼的习气全都断尽了，成佛了，这不是假的，这是真的。世出世间一切法，自然通达，不要学，为什么？心现识变，你见到心，你明白识了，心现识变，你还有哪一桩不知道？那我们的迷，我们迷於空，不知道空，也迷於假，不晓得是假。真正明了之后，这才谈到第三个，「中观」，用中，「中即中正，绝二边对待之谓也」，空假是二边，对待就是对立，中是什么？没有二边就是中，也就是没有对立。

我们常常讲，这是九一一之后，第一次我接受昆士兰大学的邀请，给他们和平学院的教授举行一个座谈会，讨论怎么样化解冲突。我提出一个概念，这是他们没想到的，化解冲突从哪里开始？要

从自己内心深处把对人的对立化解、对事的对立化解、对万物的对立化解，要从这里做起。我们自己本身没有冲突，身心没有冲突，才可以做化解外面冲突的工作，才能做得有效！自己内心对於一切人事物的冲突没有化解，你怎么能够调停冲突？这是这些专家学者们从来没想到的。你看佛法这个化解，真解决问题，问题不在外面，问题在自己。这就是说，肯定宇宙之间没有对立，没有对立就和谐了，矛盾、冲突自然就没有了。所以我们在大乘教里面看到，极乐世界没听说有冲突，华藏世界没有看到冲突，什么原因？他们那边人具足空假中三观，所以他们的世界只有和谐没有对立，只有和睦相处没有冲突，这是真理。

这里教我们，「观一念之心，非空非假，即空即假，名之为中」。观一念之心是什么？是能生能变。能生能变在哪里？能生能变就在所生所变，能所是一不是二。所生所变的是什么？随拈一法。你看看禅宗的语录，《五灯会元》一千七百则公案，祖师测验学人有没有开悟，问他「会么？」会，「在哪里？」随拈一物。为什么？法法皆如，法法皆是。不拈一物，举个手指也行，真的没错，为什么？这是相，这是有，空在哪？空就在里头，这就是空。一般人不懂，老和尚懂，老和尚点点头，点点头你及格了，给你作证明没错，你确实见性。见性的人肯定妄想分别执著放下了，他不放下他做不到。章嘉大师告诉我不用止观这名词，用看破放下，那更好懂，看破是观，放下就是止。

所以心，你要晓得，心什么都没有，佛法用圆来表法，法轮，法轮常转，用一个ＭＡＲＫ，圆。这个意思很深，圆，在几何里面，圆有没有圆心？有，圆心在哪里？圆心是个抽象的概念，它决定有，为什么找不到？它不是一根线，它不是一个点，你用个点点一点在里面，在放大镜里面看，它是面积，它就不是点。所以点是抽

象的概念，你不能说它没有，也不能说它有，非空非有，圆能表这个意思。再明显的，明显的是，心是空的，圆周是有的。圆周是依圆心画出来的，没有圆心哪来的圆周？圆周是现相，是有，圆心是空，你看空有是一不是二。圆周离不开圆心，圆心也离不开圆周，没有圆周，它那个心就没有了。佛用这个东西，用这个图形来表法。你明白这个道理，你就懂得养生，我们的身是物质，这身体，这个东西有形相；心在哪里？心在这个形相里头。心是什么？见闻觉知，这个东西是心。可是我们的心很糟糕，心是动，见闻觉知它动，这个动就叫妄心。真心怎么样？真心不动，见闻觉知有没有失掉？没有。这个情形像水一样，你看这小池塘的水，水不动的时候，水像一面镜子一样，四周围的风景它照得清清楚楚，这我们见过的。照得清清楚楚，这就是见闻觉知起作用了。如果这个水动了，起了风，它水上有浪了，动了，能不能照？也能照，照得怎么样？支离破碎，这个画面不完整。我们现在的心就是动，照外面的时候，把外面景观全部都破坏了，所以就产生很多错误的见解，不是真智慧。错误的见解，我们就会做出错误的事出来，那就感受错误的果报。

错误的果报是什么？六道三途是错误的果报。这从哪里来的？是从你那个心动了。六道里头愈往下，心动得愈大，好像这个水波浪愈大；天道往上面去，波浪愈小，总是有波浪；没有波浪，六道就没有了。所以六道从哪来？心在动。佛这个图案给我们显示，养心要不动，心里不能有东西，心里没有东西，心里有东西很糟糕！但是身怎么样？身是圆周，那一定要动。所以身要运动，要动，心可不能动。佛教我们怎样养生？身动心不动，拜佛！拜佛的时候，心里一念不生，心清净，身在运动。中国佛教除这个拜佛之外，世间法也懂这个道理。譬如中国的太极拳，打拳，心是定的，身是动

的，这是养生之道。真能懂得这个道理养生，百病不生，健康长寿。现在人真颠倒了，现在是什么？心动身不动，全颠倒了，不该动的他动，该动的他不动，所以他的健康丧失掉了。不是他没有，他有，跟佛一样金刚不坏身，是现在人不懂得养生之道，完全搞错了，这个道理我们要懂，我们要明了。

心不动，还能办事，还能解决问题吗？能，心不动是智慧解决问题；心动是情识在解决问题，这一动就变成识了。情识解决问题会产生很多流弊，为什么？他是迷，他不是觉，智慧解决问题决定没有后遗症。所以佛菩萨是智慧解决问题，我们凡夫是情识解决问题，感情、常识。感情本身就是问题，烦恼！知识是什么？知识是所知障，全是烦恼习气，没有真智慧。真智慧从定中来的，不是读很多书就有智慧，那你错了，读很多书是常识丰富，我们今天讲知识不是智慧。智慧跟读不读书没有关系，这个话是《六祖坛经》惠能大师说的。惠能大师的示现不认识字，没有念过书，有智慧，世出世间无论什么问题，你向他请教，他都给你解答，决定没有错误，这是智慧解决问题。释迦牟尼佛虽然学了十二年，十九岁出去参学到三十岁，十二年学了不少，最后怎么样？最后在菩提树下统统放下，这大彻大悟。他如果十二年所学的不肯放下，全变成所知障，那就是什么？全是知识，不开智慧；放下，智慧开了。由此可知，真智慧现前与学跟不学没关系，与什么有关系？与看破放下有关系。看破里头最重要的，空有不二，性相一如，理事不二，因果一如，这个高，它真管用。

人生在世最难得的、最可贵的，要在这一生当中把宇宙人生的真相搞清楚、搞明白，那就没有白来了。真正明白之后他用上了，用在哪里？用在日常生活当中，用在工作里头，用在处事待人接物。那叫什么？那叫圣人，那叫菩萨，在佛门里叫菩萨，在我们世间

法叫圣人，孔子是圣人，孟子是圣人。孔孟所修的，就是现在大家看到四书里的《大学》、《中庸》，《大学》是方法，《中庸》是理论。我们讲中观，《大学》是什么？用中，它的原理原则跟佛法讲的是很相似，几乎没有两样，从哪里开始？从把烦恼放下开始。你看《大学》在方法里面，头一个就讲格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下，下手处叫格物。物是什么？物是欲望，物欲，那是烦恼。欲望愈多，烦恼愈多。所以做学问要清心寡欲，欲望少了心就清净，欲望太多心不清净。释迦牟尼佛给我们的示现，过最简单的生活，日中一食，树下一宿，三衣一钵，什么都没有，所以他什么烦恼都没有，把欲望降到最低的限度，他得自在！实在讲，他早就入不二法门，根本就没有妄想分别执著，他可以过荣华富贵的生活，他没有执著，荣华富贵跟他这个三衣一钵不二，他为什么不选择荣华富贵，去选择托钵？没有别的意思，真正的意思就是用这种示现劝别人要放下，放下你才真正得到究竟圆满。

好像经典里头有这么一段故事，我记得不太清楚，佛当年在世的时候，佛不是讲诸佛的报土吗？极乐世界阿弥陀佛有实报庄严土，毗卢遮那佛有实报庄严土。有人问：世尊，你的实报庄严土在哪里？佛当时真的示现，他盘腿坐在那里，他把腿放下来，放下一条腿，把脚指按在地上，整个这个环境变了，金色的世界，树木花草都是七宝，使人家看到非常惊讶，佛示现的这是他的实报土，给你看一看。那我们想，这可不可能？可能，太可能了，为什么？境随心转。这理论上讲得通，确实能示现给你看。由此可知，佛当年在世一切示现，是为了帮助这个世间众生觉悟，帮助他回头，为什么？看到这些众生迷恋在物欲里，迷得太深，回不了头来，所以他做个榜样给你看。你要是像他这样子，你的实报土也现前。

这个地方讲的是观一念之心。这句话非常非常的深，我们怎么

观法？我们怎么晓得什么叫一念之心？不是弥勒菩萨这样详细的说明，我们完全不知道。一念之心就是自性，具足万法，能生万法，体不可得，相也不可得，体是真空，相是幻有。所以这真相，真相只能够说是非空非假，即空即假。非空非假是说能现能变，即空即假是讲所现所变。这里头真正的意思就是说，现相有，你得不到，真正的意思是叫你在这里头不要起心、不要动念、不要分别、不要执著，好，完全对了。你可以欣赏，你不可能拥有，如果说我想得到、拥有，错了，那你的烦恼就现前，你就被这个现相欺骗了。我们看电影，知道电影是假的，真的是即空即假，非空非假，我们看电影。可是怎么样？你看的人还是动感情，还是被它欺骗，知道它是假的也被它欺骗，它对你产生影响。佛菩萨来看，不产生影响，为什么？他不起心、不动念、不分别、不执著，看得清清楚楚、明明白白，那叫智慧；不起心不动念，那叫禅定。用在哪里？就用在日常生活当中，穿衣吃饭。佛那个时候采取的方式，托钵，人家给什么吃什么。有没有起心动念？没有。起心动念尚且没有，哪来的分别执著？一切饭菜在佛的面前统统产生变化，变化什么？变化真的味，为什么？境随心转。我们做不到，我们是什么？我们是心被境转，这个东西好吃多吃几口，不好吃的就不想吃了、就拒绝不吃了，我们是被境界转。佛不是的，佛是所有境界随自己的心转，好的很好，不好的都变成很好，他有这种能力。这是真的，心转境界是真的，心被境界转是假的，完全错了，你怎么被人家转了？所以教下这三止和三观作用大！你这才真叫学佛。你不懂这个道理，你去读经听讲有什么用？那是佛学，学的是佛教的一些皮毛，学的是一些常识，真正受用你得不到。

「由观一念中故，一中一切中，无空无假而不中，以三观当处皆能绝待故也」，这个绝待就是没有对立。空、假、中三个对不对

立？不对立。空在哪里？空在假里头，空在中里头；中在哪里？中在假里头，中在空里，一即是三，三即是一，这是真正的佛法。佛法跟你说的永远是圆融，永远是一体的，给你说三方面，你才能够理解，你才知道它怎么回事情。大，叫你看整个宇宙，小，叫你看一微尘，无论是人是事是物，没有一个例外，你才真正能看到它的事实真相。大乘法里面叫「诸法实相」，诸法是万法，是一切法，一切法的真实相。

我们如何能真正懂得性空相假？性相不二就是中，知道一切法是自性变现出来，就好像在作梦一样。所以佛经里面用梦做比喻是用得最多，为什么？大家都有这个经验。你梦中作梦的时候，你的意识模糊，不知道是作梦，你梦里面有山河大地，有居住的房屋；梦中有很多人与事，很复杂！梦里面有喜怒哀乐，有快乐也有苦难，醒过来之后有没有认真去想一想，在梦里面这事从哪来？梦里面这些人物从哪来？梦里面的山河大地从哪来？梦中的虚空法界从哪来？现在科学家告诉我们，全是意识变现出来的，这话讲得没错。我们学佛，梦中见到阿弥陀佛，阿弥陀佛是我们自性变现出来，自性弥陀；见到释迦牟尼佛，自性释迦，绝对不是外面的，是我们自己意识心变现出来的。梦中的世界也是如此，梦到极乐世界，唯心净土；梦到我们现在这个娑婆世界，唯心娑婆。整个梦境，心外没有梦境，梦境外，整个心就变成梦中境界，这不就是阿赖耶的自证分完全变成现相了吗？性就是相，相就是性，性在哪里？性在相里头，相在哪里？相在性中，是一不是二，然后你才真正体会到整个宇宙原来是自己，是一体。你要是能从这个地方省悟过来，恭喜你，为什么？这叫你证得法身。法身是什么？一切法是自己。证得法身之后，你自性里面的智慧现前，慈悲现前，所以慈悲是性德。宇宙之间所有一切万事万物你会尊重，你会敬爱，为什么？一体。就

像我们一个人爱惜身上每个细胞、每根汗毛，你都会爱护它，你都不会伤害它，你晓得整个宇宙是一体。

佛在大乘教里面讲，「同体大悲，无缘大慈」，慈悲就是爱心，同体是原来我们是一体。山河大地是我心变现的，所有一切人物也是我自性变现的。这个爱，这种慈悲，无缘就是没有条件，同体还有什么条件？左手这里痒了，右手去给它搔搔痒，还谈条件吗？为什么不谈？同体，谁明白？佛菩萨明白了，阿罗汉明白了一半，不彻底，算是不错了，算是个明白人，菩萨才真正明白，究竟彻底的明了叫做佛。那我们要问，这个宇宙当中到底是明白的人多，还是糊涂的人多？给诸位说，明白的人多，糊涂的人不多。宇宙太大，我们这个地球上糊涂的人多，你要到华藏世界，都是明白的人，没有一个糊涂，个个都明白，到极乐世界也是个个都明白。所以要晓得，我们这个小地球就像小村庄一样，非常闭塞，对外面的事情知道得太少，我们不可以坐井观天，宇宙太大。

这里教我们观法，「由观一念中故，一中一切中，无空无假而不中」，中在哪里？中在空里头，中在假里。「以三观当处皆能绝待故」，说一就是三，说三就是一，说空也行，说假也行，说中也行；说空是体，说假是相，说中是用。「盖言空则空外无法」，假跟中都在空里头；「言假则假外无法」，空跟中都在假里；「言中则中外无法」，空假都是中；「三皆绝待，即为圆中，是名中观」。我们能这样学习，都是在日常生活当中，在穿衣吃饭，在待人接物，常常能作如是观，这是真修行，这是真佛弟子，真正在修行。这天台家讲的，在中国教下非常普遍，但是在近代天台家没落了，没有人信佛。

我们在此地学的是《华严》，也讲讲华严家教我们怎么修行，华严也有三观，「法界三观」。这是出自华严法界观，「法界三观

者」，先介绍一下，「乃帝心尊者依华严经而立也」。帝心是杜顺和尚，他是国师，是华严宗的初祖。我们现在读的《华严经》是清凉大师的《疏钞》，清凉是第四代，这是第一代，杜顺和尚是第一代。他教我们修行方法是依《华严经》而建立的。「法界即所观之境，三观即能观之观」。这是把法界观，法界就是我们今天讲的宇宙，但是它比宇宙的范围大，清楚，因为它包括一真法界，包括十法界依正庄严，所以他讲得很清楚。「此三种观，虽自下升上，渐次深广，然修之者，但一道竖穷，展转圆妙，非初观外别有二三」。这也就是先告诉我们，这个三观是圆融的，但是给你讲的时候是有次第的。次第也从真空观开始，这个真空观是观本体，本体确实无论哪个宗派说法都相同，体是空的，体不可得。空不是无，它有，为什么说空？我们六根接触不到，你眼看不见、耳也听不到，你也闻不到，你也摸不到，你也想不到，你去用想的，想也想不到，所以叫做空。它能现，它能变，这真空观。

我们看第一个，「真空观，谓非虚妄念虑曰真，非形碍色相曰空」，这把真、空两个字的定义说出来了。由此可知，念头，顾虑、忧虑，虑是念头，只要有念头都是假的。什么叫真？不是虚妄的念虑，有念即妄，无念即真，真心里头没有念。念头一起就迷了，所以念叫妄念。你看那个名词就用得很好，念头是妄，不是真的，真心没有念头。宗教里头，宗是禅宗，教是教下，宗门教下有说「真心离念」，没有念头的时候是真心，有念头的时候是妄心。那我们念头没有，什么念头也没有，是不是真心？不是的，为什么？你还是有念头，有什么念头？「我没有念头」，没有念头还有个念头，这还是妄心；连「没有念头」的那个念也没有，真心才现前。有个我没有念头了，没有念头是堕在无明里头，是没有念头，但是什么都不知道。如果是真的没有念头，什么都知道，那个心像镜子一

样，照见，大而宇宙，小而微尘，没有一样不明了，透视，那叫真没有念，这境界就现前了。

所以有念是妄念，妄把真障碍住，你的明了，明没有，了也没有，明是大光明没有黑暗，了是样样清楚，没有一样不清楚。所以佛他要学？他不要学，你问他什么他都给你讲，他清楚，什么障碍都没有，无所不知，无所不能，这是你的本能，佛说了，每个人都是这样，一切众生都是这样的，一切众生本来是佛。现在为什么变成这个样子？就是因为你有妄念，妄念就生起分别，分别就生起执著。这个虽然是有次第的，那个速度太快了，也可以说这三种东西，一即是三，三即是一，念头才起，分别就起来，分别才起，执著就起了；也可以说是，一念它就圆满具足。一念，我们知道，这一念里头有一千二百八十兆的生灭，这些生灭的是念念成形，形形有识，这叫不可思议的境界，你没办法想像，太微细了。所以你能够离开妄念才叫真，这真就太难了。这真是从真心上说的，能现能变上讲的。

下面言空，非形碍色相曰空。形是物质，有形状的，有大小、有方圆、有长短、有形相，有形相它就有障碍，色相色法它有障碍。不是形碍色相，这叫空。这些形碍色相到底有没有？没有，它是幻色，它不是真的。形相，形相也是假的，也不是真的，所以「梦幻泡影」。我们现在把这形相看作是真的，那是什么？是你的分别执著以为它是真的，其实它不是真的，这是什么？我们看错了。如果晓得所有一切形相都不是真的，你就不会执著它，你不执著它，见思烦恼就没有了；你不分别它，尘沙烦恼就没有了。所以佛教我们凡夫从哪里下手？放下，放下愈多、放下愈彻底，愈自在，为什么？跟你的自性愈来愈相近。《三字经》上的话很有味道，「性相近，习相远」，放下了跟性就相近，你不肯放下，那你跟自性愈来

愈远。我们为什么不肯放下？就是以为这是真的，以为这个确实是我所拥有的，我所得到的，这错了。头一个错误的观念就是身见，认为身是我，不知道身是个幻相，身是假的。所以佛法的入门，大乘佛法入门从哪里入门？你三观功夫得力，知道身不是我。

《金刚经》上说「无我相」，我是假的，人也是假的，森罗万象也不是真的，然后告诉你时间、空间也是假的。你看，「无我相」，我是假的，知道了，不执著；「无人相」，我是假的，人跟我一样也都是假的；「无众生相」，众生是森罗万象，山河大地、花草树木，那就是属於众生；「寿者相」是时间，过去现在未来全没有，这就入门了。谁能证得？须陀洹就证得了。这可不是小乘须陀洹，小乘须陀洹没这个能力，大乘，不是小乘，四相空了入大乘之门。大乘之门是什么？叫不二法门，性相不二，理事不二，因果不二，生佛不二，自他不二，真妄不二，不二可多！你才真正悟入整个宇宙是一心，是一体，不能分割，不能独立，它是一体，你才真正入了法界。《华严》末后一品叫「入法界品」，那入法界是谁？我们现在学的这一品经十住品，初住菩萨入法界了。所以《金刚经》讲的须陀洹可不是小乘，那是大乘，小乘到不了这个境界。四相空了，再向上提升，四见空了，「无我见，无人见，无众生见，无寿者见」。这四见空是什么？四见空了是起心动念没有了，真清净，这才真正是到了真空观。

它下面说，「故简情妄以显真性」。简是拣别，把情妄，情是烦恼障，妄是所知障，把这两种障碍都把它剔掉，也就是把它放下，真性就现前。所以你带著有情，就是你带著有烦恼，七情五欲，这情是什么？喜怒哀乐爱恶欲，我们中国人叫七情；妄是外面的境界，凡所有相，皆是虚妄，你能把这个放下，真性现前。真性在哪里？真妄不二，就在其中，只要你见到真性，烦恼就变成智慧，你

那个七情五欲就变成智慧。所以说「烦恼即菩提，生死即涅盘」，你才真正得到解脱，真正得大自在。

我们用科学家一句话说，宇宙之间科学家肯定相信有许多不同维次的空间，但是不知道用什么方法能突破。佛法用禅定，只要放下妄想分别执著，这个空间维次就没有了。由此可知，空间维次从哪里来？是从妄想分别执著里头变现出来，就是它造成障碍，障碍了自性。佛教给我们，我们慢慢放，没有能力一下放掉，一下放掉怎么样？上上根人，那不是普通人，我们慢慢来，先从最粗（粗细的粗），最粗的烦恼开始放。最粗的是什么？执著。分别比这个执著微细，起心动念更微细，尽可能的不要执著。佛、祖常常劝导我们初学，可以不执著的就不要执著，这是教给我们什么？就是执著也要慢慢放。先要放的是什么？可以不执著，真正要执著的还是要执著，为什么？凡夫！可以不分别的尽量不要分别，也就是古人所谓是「多一事不如少一事」。到最后怎么样？「少一事不如无事」。这个无事是什么？无事是心里头没有妄想分别执著。事情来了怎么样？事情来是智慧解决，不是烦恼，与烦恼不相干。智慧解决是根本一丝毫妨碍都没有，为什么？你没起心动念，没有分别执著。譬如，释迦牟尼佛当年在世每天给人讲经说法，实在说，释迦当年在世开口就是讲经，你把它记录下来就是经典。对一个人他也说，对两个人他也说，对几千几万人也说，他有没有起心动念？没有，有没有分别执著？没有，所以他没有疲劳，没有厌倦。我们为什么会疲劳？我们讲经讲了几个钟点，累了，境随心转，我们身就会累。他根本没有个累的念头，没有起心动念，说而无说，一天说十几个钟点，一点不累，没说，说跟不说是一不是二。我们今天说跟不说是二不是一，说不是不说，不说不是说，我们是对待，他没有对待，所以他永远不会疲劳，永远不会厌倦。这是什么力量？这是性

德自然流露。

佛告诉我们，我们每个人都是这样的，体质是什么？都是金刚不坏身，相好都是三十二相八十种好。三十二相是什么？这是我们世间人说的；佛在经上给我们讲，「身有无量相，相有无量好」，这是什么？这是你自性本来的样子就是这样，佛的报身，身有无量相，相有无量好。佛告诉我们，人人都是一样的，没有差别，就是佛佛道同，佛佛智慧同，佛佛相好同。我们在前面念过好几次，佛在这个经上告诉我们，「十方三世佛，共同一法身，一心一智慧，力无畏亦然」，我们已经念过好几次了。为什么看到他们有受用，我们为什么得不到受用，变成这样？佛说得很清楚，「但以妄想执著而不能证得」，一句话把我们的毛病说破了。我们由於有妄想、有分别、有执著，所以自性里头本自具足的智慧德相不能现前，道理在此地。

我们今天很幸运得人身、闻佛法，遇到大乘，遇到《华严》，遇到净土，不可思议！这真的是百千万劫难遭遇，真的像彭际清所说的，无量劫来希有难逢的一天，我们遇到了。遇到怎么样？遇到要真干才行，自己真干，自己才能契入；自己能契入，才能把这个事情讲清楚、讲明白，帮助有缘人。什么叫有缘人？你也得人身，你也闻佛法，这算是第一个缘由；第二个缘，你能不能信，你能不能理解，能信能解，这第二个缘由；还有第三个缘，第三个缘真干，确实把我们的观念改正过来。这个观念是什么？该放下的要放下，该提起的要提起。我们希望在这一生成就，成就的方法是到极乐世界亲近阿弥陀佛。那我们该提起的是什么？阿弥陀佛，信愿持名，这是我们该提起的，是我们这一生当中第一桩大事，没有比这更大。任何事业都不能妨碍我们这个大事情，不妨碍可以做，妨碍就不做，该放下的？身心世界，一切放下。

所以印祖给我们指导的，那都是不思议的法门，告诉我们志同道合二十个人盖一个小茅蓬真修。现在在这个时代真修，从前是真念佛就行，现在还要研究经教，每天能有四个小时研究经教，能有十个小时念佛，决定成就。为什么叫你盖小茅蓬？容易放下，你不会留恋，你要盖个寺庙盖得很豪华，像宫殿一样，人会留恋，「这地方很好，舍不得到极乐世界去！」所以叫你盖小茅蓬，生活很简单、很清苦，对这个世间留恋的念头没有了。多长的时间能成就？那我们知道，在古往今来一般真正这样干的人，大概三、五年就成就了，二十个人，二十个人统统往生，还得了，太殊胜了。在中国给我们做第一个榜样的，慧远大师，我们净土宗第一代祖师，在江西庐山他建了个念佛堂，东林念佛堂，志同道合的一百二十三个人，个个成就，我们后人认为他是我们净土宗第一代祖师，到西方极乐去作佛去了。一定要晓得，其他的都不是大事，都是小事，都是什么？轮回之事。我们真的能干，给学佛的同修们做个好样子，叫自行化他。我们自己没有真做，不能给别人做榜样；换句话说，别人得不到利益，充其量只是在阿赖耶识里头种一个佛法种子而已，这一生不行。所以我们自己要知道，要真正做一个好榜样。

这个世间灾难多，我们现在为什么会有灾难，我们很清楚、很明了，为什么？境随心转。住在地球上的现代人，人心不善，所以业力感召这么多灾难来，这才是灾难第一个因素。这科学家没办法探测到，我们很清楚。灾难能不能化解？答案是肯定的，只要人心转恶向善，灾难就没有了，这些例子太多！所以消灾免难从哪里消？从转变自己的心行上去消掉，所有一切灾难都是我们错误的观念、错误的想法、错误的看法、错误的做法所造成的。什么是错、什么是不错？标准是经典。经典念没用，经典要行，信解行证。念，信不信？半信半疑，那念总比不念好就是了，转不了业。转业怎么

样？要信、要解、要行，你就转了，转过来时候，那就是证了，所以要真干。从哪里干起？这很多同学关心，一定要从《弟子规》、从《感应篇》、从《十善业道》，要从这里干起。三止三观是给我们讲总的原则、总的纲领，这非常重要，为什么？你不明了，你学《弟子规》、《感应篇》、《十善业》不圆满，你做得不彻底，你做的是形相，跟心性连不起来。如果你有三止三观，你跟心性完全连起来了，那怎么样？《弟子规》、《感应篇》、《十善业》原来全是性德圆满的流露。那怎么会一样？不但能转自己的业，转众生的业，那个力量就大了，所以经教不能不学。

再下面讲的，「故简情妄以显真性」，你只要把这个烦恼，烦恼障，妄是所知障，也就是情就是执著，妄就是分别，你把这两种放下，真性就透出来了。「使见色非实色」，色是什么？物质，你看到这个物质世界不是真的，你晓得它是虚妄、虚幻，相似相续的抽象概念，它不是真的，「举体全是真空」，真空在哪里？色相就是真空，离了色相找不到真空。「令见空非断空」，不是说把这色相去掉叫空，不是的，就在色相上看到真空。看到什么？看到相续相，确实它不是真的，它是相续相。「举体全是真性」，它就是我们自己的自性，就是法性，就是佛性。「如是则能廓情尘，而空色无碍」，这个廓是放大，情是情识，尘是微尘。情是什么？情是智慧，真实智慧；尘是什么？尘是法性，空色无碍。「泯智解」，智是什么？知识，解是说你对它的了解，这都不要了，为什么？你的智解都是错误的，都不是正确的，你也能把它放下。「而心境俱融」，这个时候你的心跟法界融成一体，跟虚空融成一体，你得大自在！什么是身？整个宇宙是身，什么是心？遍法界虚空界是一个心，真空，这是华严境界。你真正体会到了，真正认识到了，真正得受用。今天时间到了，我们就学到此地。