

諸位法師，諸位同學，請坐。請看「賢首品第十二」，發心行相第二首偈看起。我們先把經文念一遍：

【不求五欲及王位。富饒自樂大名稱。但為永滅眾生苦。利益世間而發心。】

前面我們學習到清涼大師《疏鈔》裡面的開示，在十個小段裡面我們學習了八段，今天我們從第九段開始學習。第九段「若其心念念五塵六欲外樂蓋微，三禪之樂由如石泉其樂內薰，此發梵心，行色無色道」，這是第九小段。說這個人，如果他念念對於五塵六欲，我們一般講是六塵五欲。六塵是六根所對的，說五塵就不說意根，就是講眼耳鼻舌身，所對的是色聲香味觸，這叫五塵。為什麼？色聲香味觸，根塵相接觸的時候，染污我們的清淨心，塵是染污的意思。如果說是六塵，那還要加意根，意根對的是法塵。所以《金剛經》上佛告訴我們「法尚應捨，何況非法」。學佛的人，世間五塵能夠放下，往往被法塵所染污，那還是沒有法子，出不了三界的，這個道理我們要懂。六欲也指的是色聲香味觸法。講五欲，範圍就比較小一點，五欲是講財色名食睡。所以這個意思都是相通的。

對於五塵六欲淡薄了，我們講外樂蓋微，這都是屬於外面的，五欲六塵全是屬於外面的。蓋是煩惱，就是外面的煩惱微薄了，我們現在講很淡薄，五欲六塵的享受看得很淡。他歡喜什麼？歡喜三禪之樂。禪定確實有法喜，心到清淨的時候你才能夠感受得到。禪悅之樂就決定不是欲界眾生所能夠體會。對於世間名聞利養、五欲

六塵他能放得下，心清淨，可是禪悅他放不下，樂此不疲，禪悅的樂。色界四禪，無色界四定，他為什麼不說四禪之樂要說三禪？世尊在經教裡面常常跟我們說，在禪定當中，三禪最樂。三禪是我們娑婆世界的極樂世界，你就曉得娑婆世界裡面最樂的是三禪天。

三禪是淨、清淨，四禪是福報大，四禪是福天。初禪是梵天，二禪是光天，三禪是淨天，四禪是福天，所以講樂就舉三禪。這也不容易。我們想想自己，再觀察我們周邊的人，有沒有人能夠達到這個境界？實在講不多，為什麼？欲放不下。欲界六層天，就是財色名食睡，只要這五樣東西一樣放不下就出不了欲界，而且佛還特別警告我們說五欲是地獄五條根。一條都不得了，五條都具足，你還能夠逃得出三途嗎？三途，前面講的三惡道。為什麼？你細細去想想，財也好，色也好，這個色是男女之色；名，好名；食，飲食；睡眠，這是五欲，這地獄五條根任何一條都會引發貪瞋痴慢。

前面我們在第一個小段裡面學過，貪瞋痴慢都是三惡道的業因，把它分配在地獄、餓鬼、畜生是從重而說。貪瞋痴慢都嚴重，比較起來，貪更重，餓鬼道；瞋恚最重，地獄道；愚痴最重，畜生道，你就知道麻煩。我們今天在人間，人道要修學的課程也是要把這個東西淡薄，把名利看輕，要能把五欲六塵放下，身心不能再受染污，這樣才能夠超越，超越什麼？超越三惡道，不是超越別的。

倫理、道德、因果，佛教導我們的三皈、五戒、十善，我們達到一定的標準就上升了，就生到天道去了，一般講是好事情，我們在前面看到，修福的、生天的，那一點也不假。欲愈淡薄，你生到天上去層次愈高，但是欲沒有斷，所以就出不了欲界。色界天，像這些學禪的，我們不講三禪，講初禪，他是超越欲界，色界天去了。他怎麼樣超越的？他不是把欲斷掉，禪定功夫深，能夠把欲望伏住，不起現行，也就是說五欲六塵的念頭不起，心清淨，這超越欲

界。只要還有這個念頭（我們講習氣）就不行，他就上不了色界天，只能在欲界。

禪定的功夫愈深，到二禪、三禪、四禪，再深就是無色界，這些人有覺悟，覺悟什麼？身是個麻煩事情。在中國古時候，老子就說過「吾有大患，為吾有身」，這個意思是說我有很大的憂患，憂患是什麼？因為我有個身體，我要沒有身體多好！諸位要曉得，到欲界的時候，財色名食睡沒有了，不要吃飯也不要睡覺，可是有身體。有身體就要有房子住，要有住處，要穿衣服，他有身，他不需要飲食。那也是個不壞身，壽命很長，四禪就夠得上是長壽天了。

他厭倦，不喜歡有這個身體行不行？行，定功再往上升級就可以把色身捨掉，我們一般人講靈界，他不需要居住的地方，也不需要穿衣服，靈界，無色界。實際上說，他是不是真的沒有身體？要沒有身體那不就完全滅斷了？不是，他還是有身體，不過他那個色身不是物質的色身。我們今天講色身是講物質，它不是物質，它是純粹精神體，我們中國人習慣稱為靈魂，也分等級，四空天也有四個階級，一個比一個殊勝。既然有高下之分就不是真的，真的是平等的，沒有高下。所以到什麼時候才是真的？一定到一真法界。一真法界人的身體是不可思議的，就跟四空天一樣，它不是物質，那當然比四空天是更為殊勝。

華藏世界，我們在《華嚴經》上讀過的；西方極樂世界，我們在往生經裡面讀過的，依正莊嚴都不是物質。雖然它講金銀七寶，也不是物質，如果我們把它想成物質那就錯了，七寶池、八功德水統統都不是物質，我們無法想像的，那個境界才叫永恆。《中觀論》上講的八不：不生不滅、不來不去、不常不斷、不一不異。佛用這些言語來形容，怎麼樣形容也只能形容一個彷彿，沒有辦法形容得恰到好處，超越六道眾生的常識，所以這是唯證方知，你沒有契

入那個境界，你沒有辦法想像。而實在講是不能想像，你想像決定想錯，愈想愈錯。什麼都不想也許你能見到，真的是「言語道斷，心行處滅」。

如果我們的功夫能夠達到這個境界，達到色界天的境界、無色界天的境界，我們要問，我們要是往生西方極樂世界，西方世界四土，我們生在哪一土？給諸位說，還是凡聖同居土，為什麼？你煩惱是伏住，這叫什麼？帶業往生，你沒斷。西方淨土再上面一層方便有餘土，誰以往生的？小乘人，我們來講的話，不是凡夫，他們見思煩惱斷了，也有三輩九品，斷煩惱的功夫不一樣。像初果須陀洹，只斷見惑，未斷思惑，他要往生那是到凡聖同居土，不是方便有餘土。我們真正能夠有四禪的功夫，有四定的功夫（無色界天四定的功夫），凡聖同居土裡面上輩往生，上上品往生，這個道理不能不知道。所以生西方極樂世界的品位我們要爭取，世間這些拉拉雜雜的東西一概要放下，這是累贅、是麻煩，沒有別人找你，是你自己惹來的。明白了就曉得這個東西不是好東西，徹底放下，記住世尊在《般若經》上告訴我們「凡所有相，皆是虛妄」。

兩個星期前，國內有個同修打電話給我，說出一件奇怪事情，石頭講話。我就告訴他，能不能把石頭所說的這些內容寫成文字，傳來給我看看。前天我才看到這個文字的報告，講的是什麼東西？勸人念佛求生西方淨土。真的是石頭說的。這個石頭在山東，兩塊大石頭，康熙年間的，有好幾百年。聽說它說出來，希望別人不要拿髒的東西塗在石頭上，不要糟蹋石頭；然後說出三惡道的因果，說出西方極樂世界的殊勝，勸大家一切要放下，求生淨土。這一、二天我們會把它印出來，同學們可以拿到做做參考。這年頭怪事很多，能不能相信？能，為什麼能相信？因為它講的跟經上沒有差別，所以我們的標準是用經典來做印證。它講的跟經典上講的是一樣

的，可以相信，如果講的不一樣，太離譜了，那不能相信，那就是妖魔鬼怪在造謠。這個我看，它不是造謠，它說得很好，說得很有道理。

總而言之，最重要的一句話，最重要的要離欲、要放下。許多念佛人到最後不能往生，原因在哪裡？總有那麼一、二樁事情他牽掛在心裡，他放不下，那就是這一生這個緣就錯過，這一生的修學只是跟西方極樂世界結個善緣，去不了。這樣的情形我們自己一定要清楚、要明瞭，過去生中生生世世錯過這個機會太多次，絕對不是這一生。根利的人，聰明的人，明白的人，他什麼時候抓到這個機會，真的徹底放下，他就成功。這個法門真的叫易行道，太容易了，難就在放不下，就是對這個世間名聞利養、五欲六塵，你有貪瞋痴，你不肯放下。過不在別的地方，在自己，沒有人障礙你，自己一定要曉得。這個機會太難遇到，遇到之後不肯抓住就真的太可惜，百千萬劫難遭遇。

你就曉得我們這個靈魂在欲界裡頭待了多久？無量劫了，都出不了欲界，甚至欲界天都沒有分。欲界天人要修上品十善，我們做不到；要修慈悲喜捨，慈悲喜捨最難的就是捨，捨就是放下。這一生我們得人身，難，人身難得，這一生得到了；佛法難聞，這一生也聽到了，問題就是你有沒有聽懂？真懂了嗎？不多，為什麼？真懂了，他一定會真幹。沒有真幹，你就要謙虛一點，你沒有聽懂，不要自己以為聽懂了，那就錯了。

我在初學佛的時候跟章嘉大師，就跟他老人家討論過佛法的知跟行，就是解行。老師告訴我，佛法知難行易。這個說法跟孫中山先生的說法相同，中山先生的主張也是知難行易。所以你做不到，換句話說，你知道得不夠透徹。你要知道得透徹，你怎麼會做不到？我們舉一個很淺顯的例子來說，飲食，素食，你為什麼不能夠放

下葷腥採取素食？你對素食的好處不知道。一般宗教裡面講，佛教、道教裡面講，吃牠半斤，將來還牠八兩，沒人相信。

我學佛採取素食很快，不是這個思想，而是知道素食對健康的好處，趕快採取。我在沒有接觸佛教以前，那是在初中念書的時候，我有個很好的同學，他是回教徒，我在他家住過一段期間，所以我對他們的飲食習慣懂得一些。他雖然是肉食，他有選擇的，很多他都不吃的，什麼原因？他要保護性情。我從這裡就體會到了，以後一學佛，這才明白。我們一般人只懂衛生，講究衛生。衛生是什麼？保護生理，保護這個肉身，保護生理，吃東西要乾淨。

古人常講「病從口入，禍從口出」，真的，一點不錯。所有一切衝突誤會都是說話不謹慎，「說者無心，聽者有意」就造成誤會，誤會愈來愈深就變成衝突，小是兩個人，大是國家，所以言語很重要。多說不如少說，少說不如不說。待人接物總是要真誠恭敬，尊重別人，所以禮就很重要了。但是現在大家不學禮，也沒人懂得禮，你用禮貌對待別人，他根本不懂，這就難。活在這個世間不容易，唯一的方法，修忍辱波羅蜜才能得輕安自在。

所以飲食懂得衛生。現在的飲食跟衛生真正是對立，為什麼？這些化學的東西決定不衛生。肉食，幾乎全是用化學飼料，讓這些動物都帶著嚴重的病原，你吃了之後會得很多奇怪的病，現在人發現了。蔬菜也用化學肥料，用農藥，都是違反衛生的。現在為什麼這麼多人不健康、多病？從飲食來的。伊斯蘭教注重衛生，還著重衛性。你看這些動物，凡是性質不好的他們不吃。我那個時候年輕，向他們道長請教，為什麼不吃狗肉？為什麼不吃豬肉？奇奇怪怪的這些動物他們都不吃。他們給我的解釋，牠們的性情不好，豬懶惰，狗瘋狂。我才懂得，他們的飲食除了懂得衛生之後，他懂得衛性，保護我們善良的性情，我很讚歎。

到以後接觸佛法，佛法採取素食保衛慈悲心，我立刻就懂得這種飲食是最完備的，為什麼？衛生、衛性、衛心，它這三方面統統顧到了。伊斯蘭教對於保護慈悲心還沒有，它只有保護善良的性情。我明白這個道理，我就採取素食，五十五年了。不吃眾生肉真的是養自己的慈悲心，用現在的話說，培養愛心。不但愛人，愛動物，愛這些蚊蟲螞蟻，愛花草樹木，愛山河大地，培養你的愛心，愛心遍法界，善意滿娑婆，你的心情多麼快樂！所以佛法的飲食你才知道是大學問，你沒搞清楚不會接受，搞清楚之後，非常樂意接受，而且永恆的保持，身心健康。

我們一定要懂得養生之道，自己身心健康，你就能夠接引很多人，影響很多人。你的身體為什麼這麼好？為什麼這麼快樂？這些話，問我的人很多。你為什麼這麼快樂？沒有煩惱、沒有憂慮、沒有牽掛，為什麼？什麼都放下了，到一無所有的時候是真快樂。本來無一物，不應該背那麼大的包袱，本來無一物。要向古聖先賢學，要向佛菩薩學習。

三禪之樂由如石泉，這是比喻，就好像泉水一樣，你看山裡面的泉水從石頭裡面冒出來，源源不斷。這裡說其樂內薰，它不是外面來的，這快樂不是從外頭來的，是自己內心裡面出來的，這個內心是愛心、善意，愛心之樂、善意之樂，在佛法裡面講是智慧之樂、慈悲之樂，智慧、慈悲是真樂。這裡只有清淨，只有清淨心的樂，這是發梵心。梵是從印度名相裡面音譯過來的，意思就是清淨。所以他行的道是色界天、無色界天，這是六道裡面最高的層次，沒有比這個更高！

到這個地方我們要懂得，我們希不希望生色界、無色界？不希望，為什麼？沒有出六道。既然沒有出六道，他壽命長，長還是會到頭的，壽命到了之後，他不能再上去了，他也沒有辦法留住，那

只有往下墮落。這是佛在經上跟我們講了很多，他墮落的時候必定墮地獄，什麼原因？因為這些修行人，他們的目標無一不是希求般涅槃。這些人不是普通人，全都是修行人，修行人的目的就是求得永恆的不生不滅，而他們把色界天跟無色界天誤會，以為那個地方就是不生不滅，就是大般涅槃。

像最高的，最高的這是非想非非想處天，無色界，佛給我們講他的壽命多長？八萬大劫。八萬大劫我們很難理解，不知道它多長，可是從一個比喻裡頭你曉得，一個大劫就是這個世界成住壞空一次。這個世界到底是指地球還是指太陽系？都不是，是指一個銀河系。銀河系是個小千世界，黃念祖老居士跟我們講是個單位世界，我們不講小千、中千、大千，就以這個來算就不得了。銀河系成住壞空八萬次，你說那個時間多長！那個世界壞掉了，他到哪裡去？他到他方世界，還有世界沒有壞的，他有能力，等於說移民到那邊去。這個世界將來又形成了，他又可以回來。

無色界沒有身體，真的得大自在，那個神通能力也非常之高，五種神通都達到很可觀的境界，就是漏盡通沒有。漏盡是煩惱沒有斷，統統是伏住，伏得很好。可是八萬大劫到的時候，他就伏不住了，他的定功只能夠支持八萬大劫。到八萬大劫之後，他的心，煩惱起現行，就是心又煩了，靜不下來了，他就知道壽命到了，於是講「聖賢人講的話是假的不是真的，我已經修到涅槃了，怎麼還會生煩惱？」這個念頭起來，這叫謗法，毀謗聖賢，自己走錯了路不知道。這個地方不是涅槃的境界，這是無色界天的境界，誤會以為是涅槃。所以這個念頭起來之後，毀謗聖賢的罪過墮地獄，從地獄再慢慢修、再慢慢修。你看爬到最高掉下來，掉下之後，慢慢再往上爬、往上爬，爬到上面又掉下來，不知道多少次！這個現象就是我們一般人講的輪迴的現象，我們搞這個把戲不知道搞多少次了，



這些一定要懂得。還需不需要繼續再搞？累死了。

佛在經上講，說我們這些眾生在六道裡頭叫生死疲勞。這話講得很有味道，生死疲勞。我們如果真正明白了，聽到佛說這個話應該要生慚愧心，應當要明瞭這才是真正的恥辱。人家都成佛了，多少人我們在一起修行，生生世世，都成就了，都脫離六道輪迴苦海，都脫離了，我們還在裡面打滾。真正想到這個事實真相，明白這個道理之後，我們捨棄所謂身心世界，一心求生淨土這個意願才真正能夠發起來。

蕩益大師跟我們講得好，《彌陀經要解》裡頭說的，能不能往生淨土決定在信願之有無。真信切願，哪個不往生！今天你們接觸淨土法門，時間不算短，有沒有真信？有沒有切願？你自己要好好想想。真信切願從哪裡看？從放下看。我常說，自私自利的念頭沒放下，名聞利養的念頭沒放下，貪戀五欲六塵的念頭沒放下，貪瞋痴慢沒放下，你的信靠不住，你的願更靠不住，這就是你往生的障礙。所以什麼叫真信切願，我說的這十六個字你全放下，你真信，你真的發願了，你就決定往生。往生的品位是你功夫的淺深，但是淨宗法門是平等法門，是不可思議的法門，所以蕩益大師說下下品往生也是最究竟圓滿的成就，他這個話說得有道理，印光大師佩服到五體投地。現在時間到了，我們休息幾分鐘。