



如何利用《金剛經》來修行(23-11)

--第二十品 離色離相分

釋善祥 阿闍黎 主講

(2009.06.21 講於 法爾禪修中心)

四、金剛經經文解釋

第二十品 離色離相分

(四)如何用《金剛經》來修行

《佛說大乘菩薩藏正法經》，云何名為聖出離法能盡苦道？其有一法，是聖出離道。何等為一：謂諸衆生心悉清淨。

二法是聖出離道：謂奢摩他、毘鉢舍那(奢摩他śamatha意為止、寂靜、能滅，毘鉢舍那vipaśyanā，意為觀之義，以寂靜之慧，觀察六根、六塵內外諸法)。

三法是聖出離道：謂空、無相、無願。

四法是聖出離道：謂身念處、受念處、心念處、法念處。

五法是聖出離道：謂信根、精進根、念根、定根、慧根。

六法是聖出離道：謂念佛、念法、念僧、念戒、念施、念天。

七法是聖出離道：謂擇法覺支、精進覺支、喜覺支、輕安覺支、捨覺支、念覺支、定覺支。

八法是聖出離道：謂正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定。

看講義第七頁，上一次講到「聖出離道」，怎麼解脫自己的心能夠從煩惱裡面走出來的話就是聖人。講到三十七道品裡面的五根，用五個法，五個法就是五根—信根、精進根、念根、定根、慧根。上一次講到這裡。

六法是聖出離道：謂念佛、念法、念僧、念戒、念施、念天。

今天開始講這一段有六個法可以「聖出離道」，那一直講到十個法。六個法就是念佛、念法、念僧（、念戒、念施、念天）。一般我們剛接觸佛法以為這三個是三法，其實念佛法僧三寶這是一回事情，同時你念佛你就會學到佛所說的法。末法時期，代表真正修行的人是僧眾，所以「念僧」。當然這個僧眾是戒律嚴謹，要成就正法阿羅漢，這些都代表佛的法。我們留下來的法藏經，翻過來的還是有限，在龍宮裡面翻出來的，除了阿含經所顯示兩千五百年前有記錄下來，其它很多大乘法、密教的法，都不是一般人聽得到。所以在龍宮裡面儲存很多這些法，有因緣才會出現。像你今天能夠聽《金剛經》，累劫已經親近好多的佛，不是一個、兩個，是千萬億佛，才有辦法聽到《金剛經》。因為《金剛經》的法是要讓你成佛的，你要成佛你就要讀《金剛經》。那這裡面講了很多道理，都是

真正大乘佛法在學的。

所以念佛、念法、念僧，我們看它沒有加口字邊的「念」，現在有口邊沒口邊，有時候分不清楚。有的說念佛沒有口邊的，他也是用嘴巴在唸，沒有口邊是用心念，所以常常要憶想佛叫作念佛。那想這些不好的事情、想煩惱的事情，你不如多想佛，想釋迦牟尼佛、阿彌陀佛、藥師佛、什麼佛都可以，你喜歡哪一尊佛都可以想一想。或者你也觀想觀想法爾道場的幾尊佛像，也是在念佛。不是只有嘴巴唸阿彌陀佛、阿彌陀佛，在唸佛。有的是嘴巴唸，心都沒在念，所以嘴巴唸眼睛亂飄亂看，然後起煩惱心。嘴巴雖然唸佛，心不淨，這種念佛的功夫當然打折扣！你說我唸多久了，我唸幾千聲了，但是很多妄想在里面。

那「法」，當然是以釋迦牟尼佛講的法為主，釋迦牟尼佛講的法從小學生到大學到博士班還有超博士班。我們中文很會翻，把這個博士後的研究當作超博士。博士後的研究是找不到工作，所以在實驗室裡面再待下去，這超博士。我們翻超博士不得了，不是這樣子。你有去國外讀書的話，所謂超博士都是後來沒有找到工作，在那裡等工作，那老闆請他在實驗室裡面暫且做一做，有錢可以領。

這個法不能互相的搞混，前面的法跟後面的法都有銜接性，你不要說阿含道不好，阿含道不好你就修不來啊，因為它都是從戒律開始修起。還有一個問題，最近有一個人來問：「三皈依以後再受戒，戒好像比較高？那守的戒好像比三皈依要好？」三皈依我們都是，師父找來，然後一個對一個，或者一個對千萬個，然後就皈依了，有的有名字，有的根本沒有名字，這好像不莊重。其實皈依法、皈依法、皈依僧這三寶是真正的發菩提心的開始。那你守戒，後面要念戒，第四個念戒。守戒，天道也可以守戒，所以你要成佛當然要三皈依，你要守戒不一定要信佛才能守戒。我們武俠小說看了清真道人他們也在守戒律，道家也有戒律，這個基督教也有十戒，其他這個回教徒阿拉，他們也有戒律，所以守戒律不是說比較高段！沒有！因為每個宗教徒都可以守。你不受三皈依也可以守，但是不皈依三寶，未來就成不了佛，所以三寶很重要，要放在最前面。

那這個小乘的法是基礎，然後修到大乘的法，講性空緣起，心裡面的煩惱怎麼來控制，這就是法。那法有的看得懂、有的看不懂，所以叫佛來幫你安定這個心，才能夠讓你學習法，聽得進去，不然你坐在這裡有的聽不進去啊，有的胡思亂想，不該得的他就聽不進去。所以要念佛的時候祂可以加持你的心，讓你安定再來學法。所以小乘法修完修大乘法，大乘法修完也要修密法。進入密教就是更簡潔，用幾個 *dhāraṇī* 幾句話，當作一個咒語一樣，卻可以去產生無限的威力，這就是進入密法裡面。

所以，法是有階段層次，法沒有什麼高低。你程度低的你就學低的法，智慧高的看低的法他也可以成就，看高的法他也可以成就，智慧差的只能學比較低的法。像你第一次接觸佛法就聽《金剛經》，聽得懂又可以做得到，這不是你今生熏習的，這過去世已經熏好久，所以一聽就喜歡，一聽就能聽進去，一聽重點就抓得住，然後就用在心裡面斷煩惱。

「念僧」，現在中國比較特別，只要出家人好像都是菩薩，在印度不是這樣子。所以有的人說菩薩就是在家的，出家眾一定是阿羅漢，這在印度是這樣子。因為他出家當比丘就是要成就道業，所謂道就是一定要成阿羅漢，脫離三界。那菩薩是不想成阿羅漢，也不想離開三界，他就是在六道之中輪迴，然後去度眾生。但是到北傳的佛教以後，因為中國有大乘佛教的思想，所以只要你出家，就是說也可以當菩薩，當然不是絕對是菩薩，菩薩是要有行為去度眾生的，但是有的出家人就專修行，修得好就入涅槃了，就不管了，先自己入涅槃再講，還有這種人。但在北傳佛教來講等於是說一出家，大概就是要度眾生，所以這個有人說是菩薩比丘。菩薩跟比丘兩個把它湊在一起，化二為一，這個人是出家人現出家相，但是他不入涅槃，不修解脫道（所謂解脫道是小乘的解脫），而是行菩薩道，所以兩個在中國很特別，合在一起。

本來這個「僧」呢，真正的意義就是和合眾，就是和平的那個和，把你攪和在一起，然後合作。就是一個團體裡面，大家共同在修行的，叫作 **samgha**。後來我們中國文化發展出來變成沒有頭髮的就是 **samgha**，這個跟原意是不一樣。原意就是一堆人，只要三個以上在一起共同修行的，就是僧團。這個僧團裡面也有在家的、也有出家眾，各有僧團。現在我們四眾在一起的也有，那這是混和部隊一樣的就混和僧團。

南傳的很嚴謹，南傳的女眾不能出家，都是男眾出家。後來雖然世尊在的時候，世尊的姨母勉強後來出家了是有比丘尼。但是孔達拉先生講的只有那一批特准，其他以後都沒有。所以以後應該不准再有比丘尼，中國卻出現很多比丘尼。這個歷史背景不一樣。

還有，末法時期男生都不修行，你看這邊(男眾)總是比這邊(女眾)少，為什麼？這世尊早就講過了，末法時期這個男眾喜歡玩，但他不修行；那女眾雖然是業障比較重，她心有時候比較柔軟、柔和，所以想修行的很多。這個世尊早就預言了，末法時期真正男眾的修行愈來愈少，大部分都是女眾發心修行。所以這個念僧，我們說真正的三寶，你只要皈依三寶，認真皈依，不要說：哎呀，哪個大名的師父來趕快再皈依一次，然後皈依好幾十次，所有大山頭的住持、名人都是你的師父，那你也皈依太多了，沒有真正皈依！

就像我們現在誦《金剛經》，每一次都要唸一下三皈依。最好每天想一下：皈依佛、皈依法、皈依僧。你去（印度菩提迦耶）大塔是不是這樣？大塔清晨就在唱這個皈依，剛開始不曉得唱什麼，就是那三句一直重複、一直重複，原來那三句就在唸——皈依佛、皈依法、皈依僧；我再皈依佛、皈依法、皈依僧；我第三次的再皈依佛、皈依法、皈依僧——就在唱這個。沒有去過大塔的，沒有了解那是什麼狀況。很多去朝聖，這麼一天看看看看那麼多，沒有像我們一個月待在那邊，等於那邊的過程都很了解。所以現在網路上就是慢慢把 2003 年去一個月禪修的相片啦什麼都一直 po 上去。你們有去過的回想回想一下，那沒有去過的也可以了解一下，當初那些人在搞什麼東西。

這個念三寶，主要「念」就是隨時在想、在記憶。你有困難要想，你有病痛要想，你有不如意要想佛法僧。已經皈依的，這個隨時要想。那很可怕的，經典上有講，你雖然說皈依佛、皈依法、皈依僧，很容易破戒，馬上就破功了！為什麼？外道的書你一看，這三皈依的功德沒有了！這個戒體沒有了！前幾天網路上不是一個人他皈依了，正式皈依沒有不知道，他說皈依出家密教的師父，然後灌頂了，後來又去信基督教了，又受洗了。他問說：「現在看佛法還是比較好！那我以前皈依的算不算呢？」你去接觸到外道，三皈依戒體就沒有了！你去看到外道的書，三皈依的戒體也沒有了！你看到盧勝彥、清海、妙天、什麼什麼...這些人的書，你的三皈依已經沒有了！你要趕快再重皈依一次！為什麼？你已經接觸到外道典籍！不懂不知道嚴重性！

所以奇怪，我們皈依佛、皈依法、皈依僧都是得到很大的利益，為什麼你們皈依佛、皈依法、皈依僧以後還是"沐沐泐" (閩南語：bók-bók-siû，指載沉載浮)？原來你們都到處去亂跑，然後就接觸了外道、邪道、魔道，亂去接觸，佛菩薩怎麼會照顧你？當然不會照顧你！所以這三皈依是很嚴肅的問題，也是有智慧的人才會真正得到三皈依的戒體。這個書拿來一看就知道不對了，沒有拿去燒掉也要趕快丟掉，怎麼會去看？！這種書根本都是不清淨，都是讓人家起煩惱的。所以皈依的心態很重要，要嚴肅。如果你真的沒有破戒，你一次已經夠了，不管大師父、小師父，沒有分別心，只要你虔誠對佛法僧，因為佛都知道你對祂有沒有向心力很強。如果祂知道你那麼拼命的在為佛教付出的話，祂隨時都在照顧你，因為你起心動念祂都知道！對吧！我們今天誦的，如來悉知悉見。所以念佛、念法、念僧，這三個重要。

以前我還講過十念，不管是六念也好、十念也好，這裡提出六個，其他就是修行上的。念身，念呼吸，那是用在身體修行上的。後面講的這個也是一樣，念戒、念施、念天。為什麼要念天？你說天界不好，叫你不要去天上，又要念天？當然念天是念天上很多菩薩，不是只有天神，天神有的是菩薩，有的不是菩薩，

每一天的教主都是菩薩，我講好幾次了，所以你不必有分別心。

我們有人說他是天上來的，天上來的不像一個天上的樣子。天上來的一定長的很美麗，道德行為很好，然後嘴巴都不講話，行為中規中矩，這才是天上來的。也就是說能升天的人都一定有德行，能升天的人都有愛心，為別人著想，不會想自己，這是天的善念。如果沒有這種心態，你光講我天上來的，人家看了不相信。為什麼？天上來的一定是為別人，一定是心性柔和的，行為中規中矩，不要人家來講。像看一個人的心性就知道他是不是天上來的，所以心很重要，行為很重要，用行為去表示說你是哪一個地方來的。如果隨隨便便的行為，說天來的，那很低的天也有啊，四天王天忉利天是很低的天，夜摩天、兜率天、化樂天、他化自在天，那更高的天他們德行更好。你說要去忉利天玉皇大帝那邊，你起碼要守十戒：不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不兩舌、不惡口、不綺語、不貪、不瞋、不癡，這十戒要守，孝敬父母、尊敬師長，光這樣你就可以升天了！這很簡單，不用在這裡這麼盤腿很辛苦的在打坐用功看這個呼吸，當然這個辛苦有辛苦的代價，他升的天更高。所以這裡的念天是念高天的菩薩，高天的天神，不是只有念低階的。

你這樣講說：「老師，你又有分別心？！」如果你的程度，四天王天忉利天都可以當你的師父，那你的程度太差了！如果是你的程度很高了，當然他們可以當護法神。玉皇大帝是釋迦牟尼佛的一大護法，再另外一個是大梵天王，就是初禪天的大梵天王。所以你看只要釋迦牟尼佛一升天，這兩個天王一定是左右手，阿難還要排到旁邊去。

所以，「天」，你在還沒有成就以前要尊重，像我們這邊的神，你都還要尊重，何況是天神。人間的這些神他們還是有福德，只是他們修得不夠好，雖然是修一點，但是脾氣不好，或是修一點還有忌妒心一點。有受人家拜拜，但是不能夠升天。你說升天，天龍八部都是天神，天龍八部有的長得很不好看的，有的長的肚子大大的蛇，有的長的怎麼樣，這天龍八部你看經典常常看到，這個八種十二類眾生都是天神。所以你不要想我是天來的，也許你是這個阿修羅，男生那個很醜陋的來的，他也是天來的；阿修羅女生長得很漂亮，但是忌妒心很強，爭鬥心很強，那也是天啊。所以天神要看是什麼天神，如果真正的天神，祂的心是完美的，如果帶有一點瑕疵那就變成天龍以外的八部，變龍神，變摩睺羅伽，這個大肚子的蛇一樣，還有金翅鳥，等等的都是天！

那我們說修行，佛法不是說在比高低，說你的心性多柔和，心性柔和所有的眾生都要恭敬。當然天總是比你在地上人間要好，所以我們要念祂、恭敬祂，尤其這幾個每一天的天主都是菩薩嘛。我講了，四天王天的天主是一定證到初地菩

薩的。你說玉皇大帝怎麼才在第二天？第二天祂就二地菩薩，二地菩薩多難呢，心清淨了呢！你有心清淨嗎？心不清淨你當然沒有玉皇大帝的功夫啊，祂是二地菩薩。

以前大陸有一個女孩子，身體有一些亂七八糟的通，然後她就去找一個人，那一個人說是三地菩薩，也是女孩子，我說：「哦！三地菩薩，不得了呢！三地了！她在幹什麼？」「她沒做什麼啊，天天就打坐啊！」打坐是三地菩薩？三地菩薩已經開悟的人，修到沒有煩惱了，為什麼？明地，心明了！心明多不簡單啊！前幾天有人還告訴我們，台糖有一個人，蕭某某說他已經明心見性了！我說：「明心」以後還「見性」，那不得了！明心是二果（我們的四果，隨便吃兩果就二果？），這是明心的人。明心是心連一點污垢都沒有呢，那麼簡單啊！所以不懂就會造妄語！你這個見性就是阿那含果，阿那含果一定有五神通，如果沒有五神通，笑死人了，這是什麼果！所以佛法要多看、多聽，不要自己亂肯定自己還肯定別人。

所以，「天」還是要念，念就是恭敬祂們。認真修行的人，你不念天也不行，為什麼？因為你要人家護持，知道嗎？你又不能跟人家打架，不能打架又要修行，那怎麼辦？只有這些護法神來跟你守護。所以你看看釋迦牟尼佛功夫那麼好，還在修行的時候，都還是要這些天神保護，祂在弘法的時候碰到障礙，還是要這些天神來替祂辦事。所以這些天神看你的德行好不好，不是看你的修行修得怎麼樣。有怪力亂神的能力，祂比你還要強，因為每個天神都有神變的能力，這個化樂天五天以上的這些都不得了。

欲界二天的忉利天天主—玉皇大帝，以前橋陳如也是當過玉皇大帝，所以那時候祂來考驗釋迦牟尼佛的前身。考驗他，你有慈悲心，我考考你。他就化一隻鴿子，然後再化一個獵人，獵人追殺這個鴿子，這個鴿子就飛飛飛飛到國王的身邊去（那時候釋迦牟尼佛當國王），然後獵人就一直追，追到國王那裡去。這個國王說：「你要幹什麼？」「我要抓這個鴿子啊！」「這鴿子你不要抓牠，你要幹什麼？」「當然抓鴿子要吃肉啊！」「你不要吃牠肉，我割肉給你吃好了！」真的就割了，這在考驗他真的有那麼慈悲心嗎？所以連忉利天主祂都有無量的神變，還有忉利天主專門在我們人間幫助降伏這些外道、魔道。你說二地菩薩好像是很低，不是那麼看法，祂心清淨還可以玩弄神通。

今天講這個念天，就是欲界天。如果你修得不好，今生總是比墮落三惡道好，所以你就升天去吧！很多小乘的經典都在講升天，對大乘菩薩來講，不要升天，一升天去那裡享樂，就忘記行菩薩道了，所以發願生生世世行菩薩道！有一些人不行啦，欸，修行會累呢！看你們累不累啊？很累啊！很累，所以你到天上

去休息一下，一休息就是幾千億年了！我們剛開始當然對天是要恭敬，所以你要帶大眾修行，正月初九就會拜天公，拜玉皇大帝，一樣的道理，恭敬祂們。恭敬祂，祂就會利益你、保護你，你修不成佛以前都要人家保護。

第五個，「念施」，就是布施，看你能夠做什麼，這《金剛經》裡面講的三個波羅蜜，一個是布施波羅蜜、一個是忍辱波羅蜜、一個是般若波羅蜜。這三個波羅蜜在你讀大學的時候，《金剛經》就要做這三個波羅蜜。所以布施是最基本的，你能夠財施就財施，力施就力施，工作的能力，力施，不然你就作法施，法施就是講經說法。講經說法不行，那你就印經典，幫助印經典。你要印經典要小心，不要去印那些不三不四的經典。有的人不懂，反正做好事嘛，然後那個外道邪道的人在印經，你也去參加。最好是印正式的經典。有時候都是唸啊唸啊，那以前都是抄來抄去，根本都湊來湊去，不是講經典錯，是那些咒語前前後後都是沒有一次搞得好的，所以大家亂唸，末法時期沒有辦法。

如果你有一個能力可以無畏施的話最好，無畏施你要修到空觀，修到空觀的人，只要人家走到你的範圍，他心就安了！很奇怪！你也不用什麼心法，也不用什麼樣。譬如說法爾禪修中心，你只要走到佛像的前面，你心就安了！你煩惱就沒有了，這是一般人。如果我們修行的人，你在外面隨時憶念佛，佛就加持了，你煩惱也就沒有了！但是一般人他沒有這種概念，一定要到佛像的前面，才是我看到佛了！因為佛是無所不在的，只要你把心安靜下來或者心慌意亂把心安靜下來，你就可以體會佛的法身存在，你就安祥。當然有這種無畏施的不多啦，但只要是菩薩以上都有這個能力。

「念戒」，戒是修行的一個根本，三皈依以後就是要持戒。我剛剛已經講了，你持了兩百五十戒或者是菩薩二十八戒，不是說高過前面的佛法僧皈依三寶，不是！佛法僧皈依三寶是讓你成佛的，你持了兩百五十戒是讓你成阿羅漢的。這個皈依三寶又持菩薩戒二十八戒，你是真正的皈依三寶的，是要行菩薩的，累劫修菩薩道，在六道裡面一直輪迴一直輪迴在度眾生的，有一天你就會成佛。

在《佛說大乘菩薩藏正法經》裡面講，你用這六個法，就可以得到心清淨，出離煩惱，所以「聖出離道」，這六個要隨時背一背，早上起來還沒下床，念佛、念法、念僧、念戒、念施、念天。這比有的宗教說起來就念“阿門”，總是多念幾個好一點。念“阿門”，只有念第六天的天神而已啊，你還念佛、念法、念僧，這三寶。那有一部經在講佛法僧其實合一的，他引用很多的經典去講這些道理。凡夫是一分為三，如果你懂得佛法，三就是一，所以你只要念了佛、皈依了佛，你就會學到真正佛所說的法，然後末法時期代表佛的僧團，你就會接觸到。

這個你們之前大略都有這些概念，我們就講到這裡。

七法是聖出離道：調擇法覺支、精進覺支、喜覺支、輕安覺支、捨覺支、念覺支、定覺支。

第七個法是什麼法可以「聖出離道」呢？這是「七菩提支」，三十七道品到最後兩個，七菩提支，菩提一出來就是你要有能力做到什麼東西都黏不上，這叫菩提。你的般若智慧也是這種力量，不是你很有智慧，不是你說我是得到博士或者超博士了，你就有智慧。得到博士、得到超博士的，很多神智不清楚的，很多！還有很多這個什麼夫妻吵架的，因為他們沒有智慧，有世間的智慧，沒有出離世間的智慧。

你們現在在這裡學《金剛經》，就要學出離世間的智慧。出離世間的智慧是什麼智慧？就是沒有煩惱的智慧。很多人沒有來修行以前，這個心非常野，到處亂飄以外，人也要到處跑，所以說很野。那我天天三百六十五天，不是道場就是回家睡覺，睡覺完了又來道場，我天天被關在道場只有我那個一坪大的電腦前面，關三百六十五天，我也是覺得我海闊天空，我覺得我很舒服。所以心不清淨，就是整個地球給你跑光了，你還是覺得不過癮；如果心清淨，給你關在一個只有一個榻榻米的房間，你也覺得很偉大，好像睡在整個地球上的一樣，非常的闊大。你心量不夠的話，再給你站在喜馬拉雅山上的話，你還覺得不夠，因為你心都不清淨！所以心很重要，你在這裡學佛法，就在學斷這種煩惱。

為什麼我一定要亂跑？就是你心不淨，心淨的人就雙腿一盤。身體可以管住你，你的心是可以到外太空，可以到阿彌陀佛世界，可以到哪裡去，因為「心」人家管不到你。所以小萍你可以坐在這裡，然後想一想我去 101，我也去了這個四平街啦，然後我已經回老家看媽媽啦！所以身在這裡，心已經可以到處亂跑了，這個就是沒有神通的人他不會用，有神通的人應該會用這些，尤其天神來的更是這樣。所以心你要怎麼去海闊天空，沒有人管得到你！

她不知道掛單的規則，在這裡掛單就不能亂跑出去，沒有特殊的原因就不能說我要出去買個報紙、我要出去喝個涼水、我要去幹什麼...。因為她剛皈依不到一個禮拜，所以這些佛教的道理都不懂。你到一個道場去掛單，就是不能亂動，作息都要跟大家一樣。不能說：「哎喲，我在家裡是睡到十二點！」人家九點要作法會了，八點去跟你拉起來，妳說太早太早！這就是什麼？這是沒有想到別人，這種說天神我就不大相信！她跟我說她是天神！天神沒有人這樣！天神一定是想到別人，為別人罣礙，沒有自己，這是天神的那個心態。菩薩也是這樣啊，天神就是未來的菩薩啊，有的是已經現在菩薩。

像大慧菩薩，祂是在玉皇大帝那邊的呢，你看過經典了吧，你現在會唸了，增慧陀羅尼。一大堆的天神邀了幾萬個去找大慧菩薩：大德！大德！我們這個腦筋不好，記憶力不好，我們希望你講個咒語，讓我們增長記憶力！那這個大慧菩薩就開始講了：om pieico pieico para ngieya varidhanīya jaraḥ jaraḥ medhā varidhanīya dhīriḥ dhīriḥ buddhe varidhanī svāhā。你好好唸，七個月以後你就記憶力，每天一千偈，哦不得了，一偈七個字，一千偈就七千了。這個咒語很奇怪，我這麼弄一下，我就記起來了，我不是天天在唸，有時候它自己會唸。我不知道你們有沒有在唸，記憶力不好的趕快唸一唸，這大慧菩薩講的。

天上很多還是菩薩在居住，這個天神有的是比較...剛去的啦，年資比較淺的，都只會玩，會吃、會玩，像善住天子一樣，祂天天玩樂、玩樂，然後一個聲音告訴說：「祇七天以後要死了！」祂才緊張，所以才有《佛頂尊勝陀羅尼》這一部經的出現。這是因緣，釋迦牟尼佛去跟祂製造這個因緣說：「你會死！」祂就去找祂父王玉皇大帝，玉皇大帝想不到辦法了，你死了以後還不要緊，還墮落到地獄道、畜牲道，做爸爸的當然也緊張了，所以就來求救釋迦牟尼佛，釋迦牟尼佛才講這個〈佛頂尊勝陀羅尼咒〉，是這麼來的。

那你這六個做完了以後，你就要有智慧，這第七個都是在講智慧的。「覺支」就是讓你覺悟一切法的真實，覺悟以後就不要去黏它，如果覺悟了以後黏就不叫覺悟了。所以叫作「覺支」，「支」是一個方法、一個手段、一個重點。那你有沒有「覺」？沒有覺就天天煩惱，天天想那些有的沒有的；覺的話呢，你也是做很多事，但不會煩惱。做的事情都為別人，不是為自己，為什麼？因為你是菩薩，你覺了以後只有一件事就是作菩薩。所以這個覺支很重要。那因為它是三十七道品的小乘法裡面，跨於大乘小乘之間的法，所以小乘的人他也要覺才能夠解脫嘛，大乘的法他是解脫的更徹底。

譬如說小乘修行人他覺了，他不去犯正反兩邊的錯誤。大菩薩呢，祂才沒有什麼對錯正反的概念，反正法就是法，什麼叫對、什麼叫錯？所以菩薩你看他，沒有什麼守戒不守戒的，如果還在守戒，那個不是大菩薩！所以你說：「欸，老師亂罵人！不守戒，一定是大菩薩！」不是這樣講！對你們實在沒有真的罵，那是很早修的時候，對小孩、對家人會罵，對你們哪一個敢真罵？愛你們都來不及了還敢罵？！罵就是愛你，就是讓你要有成就，我們一般話語叫作鞭策，讓你進步。不隨你的意也要讓你進步，因為我們初開始修行的人，常常我想要這樣、我想要那樣，這樣就永遠不會進步。所以你不狠下心來說：你不能這樣、不能那樣。剛開始修行的人會覺得很委屈，我不能做這樣、也不能做那樣，那人生有什麼意思啊？人生很有意思啊！如果你天天為大家這麼忙，我覺得人生多有意思啊！你如果天天吃飯、天天睡覺、天天到處玩，你覺得很有意思，但是只要一個人的

話，就覺得很孤單，活著不曉得要幹什麼！人的觀念要改變！

這個覺支，就是讓你覺悟，七個怎麼覺悟才能夠入聖道？第一個「擇法覺支」，有正知見的人，一定接觸的都是對的地方、對的法。如果沒有正知見的，他照樣在到處要學法，到處要成就，偏偏就是碰到邪道的師父、外道的師父。所以擇法覺支，這是累劫修下來的，哪一個對、哪一個不對，你自己有那個正知見，永遠不會走錯路。

像我一路走來，到現在快七十歲了，小孩子不懂事不講它，還沒有走過不好的這種邪道宗教團體，沒有！有到那個什麼天主教堂去玩，那時候是小時候，去玩都是去那裡爬來爬去，反正禮拜天他們有法會，其它時間都開著，開著就去那裡爬來爬去，有進去那裡，沒有去受洗沒有怎麼樣。因為你的腦筋裡面還沒有成熟沒有錯，但是你就不會喜歡那個宗教。

到高中的時候，我騎腳踏車過去，我們北港那個天主堂，那個牆壁寫了幾個字，你看了就不順眼，那時候才十幾歲呢，什麼博愛啦，神愛世人啦，信我者得永生啦，這樣很平常的標語嘛，那時候我就想：「那不信你的人要怎麼辦？信你的永生，不信你的要下地獄？」很諷刺的旁邊又兩個字，寫一個博愛！博愛就是信不信都要愛，對不對？好人壞人都要愛才是博愛！當然不像男生博愛，男生博愛，這個女人也要愛、那個女人也要愛，大家都愛光光啦，這種博愛是不行。那宗教徒的博愛就是壞人、好人都要愛，信我的也要愛，不信我的也要愛。

因為宗教都有高低層次嘛，現在你學到真正的佛法，所有宗教都是在這一條成佛的路上，所以你不要去排斥天主教、基督教、阿拉回教或者其它的宗教，除非他們不是宗教的宗教。不是宗教的宗教，自己最近創出來的亂七八糟的教，那個是沒有歷史的，所以你能信基督教、天主教或者回教，佛教當然是最正統的。要統一各個宗教只有佛教，為什麼？因為它從最基層的到最高的，它都概括了。

以前有一個一貫道的，他就說五教合一，五教合一當然它是最大，所以把所有宗教都吃進來，叫作五教合一。這是井底之蛙，他不知道他是大還是小。如果你是佛教徒而且聽經聞法那麼多，你才知道各個宗教的層次在哪裡，你就不會講這個話。有夠資格講這個話的，五教合一的，只有佛教。你要天道的道理，釋迦牟尼佛講很多；你要禪修的道理，釋迦牟尼佛講得更多；你要成阿羅漢的道理，釋迦牟尼佛講了；你要成佛、菩薩的道理，講得更多。所以這些呢，只有佛教才可以五教合一。

現在看第一個「擇法」，你如果沒有走錯路，我相信你過去一定都是釋迦牟尼佛的弟子，永遠都是在佛教這個範圍，其他的宗教你不想看、聽以外，不會去參與他們的什麼活動。那你現在在學佛法了，要學小乘法嗎？還是學大乘法？還是要學密法？這個是階段性的，不是你要就可以做到。像我現在帶你們帶帶帶帶到陀羅尼這一部分來了，有的人跟不上，跟不上就留級了，在後面後半段放牛班，放牛班的要來不來的，沒辦法！這是你的能力問題。你說不然我就修心，好好把這個心管好，起碼也可以學得四聖諦、十二因緣觀、三十七道品，這基礎的功課。菩薩也要這些基礎，沒有一個菩薩說會放棄這些，因為這些是根基，所以懂得話沒有互相衝突，大小乘不衝突的。

你到哪一個時間要學什麼法，如果真正一個要開悟不開悟階段的人，一定要看《般若經》、看《金剛經》。如果你看了《金剛經》一定不會走錯路。《金剛經》叫你空一切法，叫你凡所有相皆是虛妄，叫你不要去執著你天性那種能力、真如的功用，都不去執著。所以為什麼《金剛經》說，一切如來都從這一部經出來的，你要成佛都是從這一部經出來，就是讓你走對路。

你看很多這些外面的人，不是真正佛教的，是掛羊頭賣狗肉的這些人，勢力都很大，他們沒有一個人在講《金剛經》，他們就不敢去誦《金剛經》，一誦《金剛經》就空掉了，空掉他就沒市場了！所以只能講什麼？只能講一些有的沒有的，不然講一些咒語，不然講一些什麼，無知的人才會跟著。所以擇法覺支，當然覺悟，你要怎麼去選法很重要，但是我講這個是跟你過去世的因緣有關係，不是說你一定要這樣做。要這樣做是對，但是你做不到也沒有用；一定不能這麼做，不能做你偏偏會做，因為你心不清淨嘛，所以還是要學比較基礎的法。

如果你是以後要當人家的師父，你就要有能力說這個人你是適合修什麼法。喜歡打妄想的人、胡思亂想的人、嘴巴愛講的人，你就叫他閉嘴。像現在小萍，我叫她閉嘴！為什麼？她愛講話！不管她講真的假的，愛講話的人就很傷神，很傷神一定神經衰弱，神經衰弱你看怎麼會安定呢？所以以前一個禪師，那個皇帝娘娘召見他，這個禪師被皇后召見了還得了，那皇后高高在上，然後他在底下，堂堂一個禪師，也不能平起平坐，就在底下。然後她就問：「禪師！我要修什麼法？」誰敢講妳該修什麼法？所以禪師只能講：「老僧持不語戒。」我自己本身持不講話的戒，意思就是說，妳愛講話，所以妳也持不語戒，像我一樣。但是不能這樣講啊，不能說皇后妳應該守不語戒，那大概走不出這個大殿了！所以他說：「老僧持不語戒」，說法完了就要回家了！有智慧的人這一句話已經開始修行了，很夠用了，對不對？

第一個，修行一定要先閉嘴，閉嘴要修多久？不是叫你永遠不講話，有一段

時間自然不講話的話，是入空的境界，那個不能怪誰，因為你起心動念很不舒服。像小萍她不起心動念，她才不舒服；你叫她起心動念，她一定很痛快。但是修到空觀的人，他不想講話，有一段時間一天講不了幾句話。頭可以點一下的就點頭，眼睛眨一下就代表「是啊！、都好啦！」懶得去講話。那種寂靜是非常舒服，小乘的人就喜歡這樣，懶得跟你們講話，天天打坐，那種舒服多快樂啊！那還要動嘴巴、還要動心念，你才知道哦為什麼涅槃那麼多，古代的這些人那麼風行啊，像在吃鴉片呢，你不知道啊！

所以你一嚐到那種味道的话，你放不開。阿羅漢他們就是喜歡這樣天天坐，七天、十四天才出來吃一次飯，這阿羅漢的種性，所以他會接觸到阿含道。如果你是菩薩種性的，你喜歡《金剛經》、《般若經》大大小小的這些經。所以你修行，《金剛經》一定要看，才不會走錯路。這經典你已經唸了很多了，因為你不管布施也好，不管為別人講也好，這個功德是無量無邊的多，你未來很有機會成佛。

這「擇法覺支」，先覺悟了，要怎麼選法，如果你自己可以選，表示過去你的智慧因緣都具足，所以你對「選法」自然就不會錯。

那你選了法以後要怎麼去用功？「精進覺支」，*vīrya*，那這個精進，你心如果懂，不去做，就是沒有在動嘛！有在動就是進，進的時候又很提綱契領抓重點，講那麼多佛法在講什麼？重點抓住就好了。譬如說你今天誦《金剛經》，小萍是今天第一次來誦，我是沒有坐在她旁邊，不知道她有沒有認真誦。如果她今天看到裡面說「凡所有相皆是虛妄」，你這一句話看到了，眼睛一亮，靈光一閃：「哦，正是我需要的！」今天誦經已經有功德了！只要學一句話就好了！抓重點然後拿來用，就是精進。你說我懂啊，這句話我懂啊！懂，不去做，不去做就連「進」都沒有，哪裡有「精」？同時一天除了睡覺以外，時時都在用功，這才是精進。哪裡有一個法可以這麼精進？就管你這個心不要動，那這已經到初禪以上的境界。

初禪以上的起心動念你自己知道，起了什麼念，好的、壞的念也知道，然後你可以看著它，這樣不是隨時在精進嗎？你一定不會說，我去做了一件事，做錯了才覺得懺悔，然後再來佛前拜一拜：「真的很懺悔！」這個都是太慢了！初學的還是要這樣沒有錯，但是你修行那麼久了，《金剛經》也聽那麼多了，打坐也用功了那麼多了，你這個心應該可以看出來，有一個覺知的心，可以看到你妄想的心起滅。

如果有一個人，天天說：我今天一定要出去、我要出去...「出去幹什麼？」

「出去看看人！」「看什麼人？」然後一直想、想..，你知道自己有這個想出去的心，就看著它，這就是精進了。如果不知道覺知，你的起心動念都不知道，你精進不起來。每日都在想要吃什麼？要出去買什麼？要出去幹什麼？都這樣而已！修行上的是這樣，你行菩薩道的精進呢，這個用心拼命這樣為大眾，這個更高的精進。所以精進同樣講也還是有很多層次的分別。我意思就是說，你隨時可以管住你這個心，就是正精進。不行，你就是天天固定時間做功課，每一天兩小時的心中心法修完，沒有一天間斷，也是精進。因為每個人的精進不是都一樣。

這些阿羅漢啊，準阿羅漢，他們都很用功，他們一坐下去都是一天坐在那裡，哪裡有什麼睡覺啊，都睡墳墓，墳墓那裡有什麼好睡，那就起來打坐啊，打坐姿勢擺了就定在那裡，有的七天吃一餐，辟支佛十四天吃一餐，那我們天天為三餐這麼忙，今天有人煮，明天沒人煮，天天煩惱死了。義工煮的都特別豐富，所以現在吃得愈來愈胖，每一樣菜夾兩個而已不多嘛，就一盤了。吃倒很精進！這種精進不好。所以「精進」，每個人去思惟。你要覺悟，要精進。

對於剛開始學的人你要覺悟說，我那些沒有必要的事情不要再去；那你已經修很久的人，你要怎麼提綱契領抓重點去修行，能夠管住你這個心是最好；如果你已經要度眾生的話，你的精進又不一樣了，去多看經典。你要先懂，看人家怎麼講，然後你經典看得多、體會得多，以後你有機會講，你才不會把別人帶到錯誤的路上去。

「喜覺支」，後面是在講打坐的境界。你精進以後打坐，也有拜佛，也有念佛，第一個選法的智慧有了，以後就要用功了，用功以後你一定會產生心裡的愉快。你念佛也可以法喜充滿，這才是真正的快樂，覺悟的人所得到的快樂。不是你去那個什麼舞廳裡面跳舞，跳得非常..好像覺得很快樂，結果回來就覺得很寂寞。為什麼？那麼多人在跳很快樂，回來呢心就很寂寞，那種怎麼快樂？沒有快樂。

你要打坐，打坐到你自已沒有出去玩，坐在這裡也沒有什麼好高興的，那個心就一直高興起來。學真正佛法的人還不能亂高興，我只要起這個高興的心，我就打死它，你到底在高興什麼？！常常會有這種感覺，為什麼呢？因為你沒事的時候，心會覺得很舒服。什麼叫沒事？你的心沒有罣礙，你心向虛空拋出去的時候，每個人都好像很平安，沒有罣礙，你那個法喜會起來。這禪宗講的，不要落在「無事匣子」裡面就是這樣！你有高興的時候就是你沒有事情做的時候，沒有事情的時候怎麼行呢！雖然不是我去做事，你修到一個境界的話，它自己自性會去做事。

剛剛講，我們有一個同事說明心見性？什麼叫「見性」？見性就是你的自性出去做某一件事情，過程你都要清清楚楚，這種不簡單呢！我們知道有事情了，今天怎麼心慌慌，心慌慌知道有事情要來了！什麼事情？也不知道，等到發生了，哦，原來是這樣啊。

昨天的頭就一直痛，昨天下午吃兩顆藥，上課前還去吃藥，下課以後再吃兩顆，頭不知道在暈什麼，開始痛起來。開始痛起來，這是好事，有在做事。你如果法喜起來，那是沒有在做事，只有禪定的喜樂感，這個不行！以後你行菩薩道的話，碰到這樣的話，你要懺悔——我又沒有事了！當然這裡講的是小乘的法，小乘他們都打坐，打坐一定會法喜充滿。那你修念佛也一樣，念到一個程度也會法喜充滿。這種快樂比你往外去看什麼..泡咖啡廳啊，或者去跳舞或者幹什麼，那種快樂要快樂的多了！那不能相比！你要追逐這種快樂，不要去追逐人世間的那種身體皮肉，表面上看起來很快樂，其實都在痛苦。心不寧所以才出去亂跑，亂去找一些好像快樂，其實不快樂！

「輕安覺支」，身體輕，心裡很安祥，你要有智慧去感應到這個。這個輕安，未到地禪就有了，你初禪、二禪就一定會有輕安，一到二禪的時候就進入定中了，那當然有輕安。你打坐如果腦筋很清楚，然後說下座就下座，腳動來動去，你一定沒有進入輕安。因為進入輕安一定進入二禪，進入二禪的話，你要爬，爬不起來，哪裡會痛？都不會痛！因為氣充滿整個身體，所以輕安就起來了。喜是二地禪；輕安，二地再進去三地禪，第三禪。輕安就是整個毛孔都充滿氣，你打坐一定有氣，這氣是真氣的炁。如果修行沒有真氣，你保護不了這個肉體，你打坐就會痛，所以喜也喜不來，輕安也輕不來，天天在熬這個腳好痛苦，這是沒有進入初二禪，不能久坐。

那個阿羅漢，或者古代二千五百多年前，他們姿勢雖然沒有像每一尊佛這麼雙盤，他只有南傳的坐法，他都可以坐在那裡二十四小時耶，有時候七天或者五天才出來吃一次飯，托鉢一次，這個怎麼不會進入喜覺支、輕安覺支！你現在說我們都在學名相，我們為什麼做不到？你每天在這裡聽兩個鐘頭，回去就操它、加班、帳算不完、什麼玩樂玩不完，這裡玩樂的比較少，除了小萍以外，小萍喜歡玩樂，你們大家在這裡聽久了就不喜歡玩樂，沒有錯，但是用功有限，這怎麼能夠輕安覺支起來？起不來的！

你有那個身體的功夫，你心才會產生這些現象，這是因果嘛！那你動一動，很愛惜它，我兩小時已經很不錯了，我單盤也很不錯了，我熬兩小時就不錯了，當然也沒有一點喜，也沒有一點輕安，還沒有嚐到味道！有生之年趕快用功！有時間啦，現在上班賺錢當然養家沒有話講，我不能說你不要上班你好好用功。我

常常鼓勵這些已經退休的，沒有後顧之憂的，多用功一點，你們的福報都夠了，都沒有專心用功。

我們看佛法都看得很高興——喜覺支、輕安覺支。自己卻不知道怎麼輕安、怎麼覺支？！全身氣脈通的時候，這個身體都要浮起來，這個要不要輕安？我那時候剛好去我師父那邊，睡在一個地板上，手沒有地方放，這個手就放這樣，這個手好像千斤重這麼壓在這裡，為什麼？你身體氣通的時候，只要一根汗毛跨在上面就覺得多餘的，那種輕安的感覺，你知道嗎？所以像走到那個時候，你不會飛才怪！那我們修菩薩道的不去學這個飛呀，仙道的人一定這個時候他就——「欸！這樣就可以學飛了！」他就想怎麼飛。

我們《解深密經》裡面講了嘛，一個是用你的心念把身體提起來，就飛了，像鳥一樣飛了！神足通是這樣嘛，這是最差勁的神足通。高一點的神足通就用觀想的，我觀想 101 在前面，它到我面前來，我舉一步已經到了，這是用心意念，這是中等菩薩。那佛呢，根本沒有去沒有來，連這一步都不必跨，祂只要心動念就到了。所以你們有聽《解深密經》，這三種神足通的境界。

你身體全身經絡通的話，不要說你觀想它啦，它就一直浮起來，這也是輕安。氣很順，就是心不順，因為第一次碰到這種事情，你會心慌意亂，所以我才千里迢迢跑到台東去找我師父。沒有一個人跟你講這些。跑到 XX 寺——「啊...你這個沒辦法，回去回去！」沒有一個真正修行的人哪！後來才找到我的師父，他是真修行人。他看到你這個傢伙就是怎麼樣他知道，不跟你講那些有的沒有的。所以去就畫一個十法界，我還沒去，他已經畫好在那裡了。心在中間，然後佛、菩薩、聲聞、緣覺、天神、人、阿修羅、畜生、地獄、惡鬼，總共十法界畫在那裡。然後跟我講這個十法界你要選哪一個自己選，就說完法了！來！喝茶！就是這麼簡單啊！不用說在那裡跟你講，什麼叫精進覺支？什麼叫擇法覺支？什麼叫作什麼覺支...不用啦！跟你說這十個法界，你要選哪一個？這樣說法完了！我從台北衝到高雄又衝到台東只有聽他這一句話！所以你智慧夠的話，一句就好了，不用像我們上了六年了！有的人有進步，不能夠達到我的理想，不過還是要褒獎。心裡面有疙瘩有怎麼樣就要突破，我常常講你是三秒鐘，還是三分鐘，還是三個鐘頭，還是三天、三個月才突破？其實一念轉三秒鐘！

我現在比較喜歡講實際修行上的，講太多對你們有障礙，也許對你們有好處。你如果出去走路，都會碰到這些東西，這個東西說：欸，這個身體會發光喔，考他看看，就考下去了！你沒有正智慧的話，馬上就倒掉了；有正智慧的話，三秒鐘一轉就一百分，考卷交了一百分！你要有這個智慧，這個智慧怎麼辦呢？要累劫修。如果突然間考得都是太離譜的事情，讓你出現這個念頭——「家

裡火災了！」你們如果不會打電話回去問的人舉手看看，那邊有一個舉手，很有把握！不然就是——「你兒子車禍了！」你如果都不打電話，車禍就車禍嘛，火災就火災嘛，燒完再建就好了，有沒有這個魄力？凡夫都是生活在這種恐懼之中，沒有說燒就燒，死就死，沒有那種魄力！你最害怕什麼，它就考你這個。你太愛命他就用說你會死，來威脅你。

像我常常講最近身體不舒服，去年底我就想，算了！我來休息了！死掉算了就休息了嘛！那我們護法菩薩說：「不行！你不能死！」如果你怕死就越容易死，如果不怕死就越不會讓你死。都是我們的智慧啊！所以你心裡有什麼疙瘩要去突破，不必怕東怕西，其實都是虛幻不實在的，都是自己想的。你們很多被考過的，鑽進去那個牛角尖，不是三秒鐘，三天、三個月有時候還走不出來！如果兩個同學吵架，三年也走不出來，心裡面就有疙瘩，反正就不服輸。我說：「抱一抱！」「怎麼抱得下去，心不舒服怎麼抱！」心不舒服才要抱啊，一抱泯恩仇！哎呀！那麼困難啊，都是一種不甘願的心，這種叫什麼？不服輸的心。修行就在修柔軟心，忍辱。你的心如果像麻糬這麼軟的話，讓人家欺負，麻糬你捏這邊它就跑那邊去，你捏那邊它就跑那邊去，它永遠都是那個形狀耶，你要讓心這麼柔軟。釋迦牟尼佛講了那麼多法，就在修這個麻糬的心，你都沒有體會到？

所以這個你要了解我們的個性、我們的習氣、我們的執著很多。如果真的那麼完美的話，我們都要到（佛桌）上面來坐了，就是我們太不完美了，所以我們才要修，修這些打坐啦、選法啦，產生的這些喜覺支、輕安覺支，都是過程之間的事情。你一定要去體會，如果沒有機會體會到這些，你修行都是假的！

今天講得比較...，有時候覺得坦白一點，對你們坦白可能比較好，對我可能不大好，為什麼？講得太多，有一些是不能講的，若是十年前二十年前，這些現象都是三十年前的老帳，為什麼現在才講？可能現在已經體悟到說，知者說不知，不知為不知，知之為知之，知就要講，不講也是犯戒。懂了就要講；不懂的，沒有得到說你得到，那個就不能亂講。

我現在講到身體輕安，你一定要感覺。我這幾天在找那個相片，我看他們在剪接影片，我發現了一個秘密，我們班長每一次在印度作法會都享受這種喜覺支還是輕安覺，有沒有在念誦不知道啦，已經氣充滿了整個身體，在這裡也有啦，在印度的時候，因為照相下來，每個在幹什麼都清清楚楚。你們以後有機會多回去欣賞一下。這個是還要突破，氣堵在那裡沒有通。氣通的話就跟一般人一樣，腦筋清楚，然後氣自己流動，那才是真通；不通就塞在那裡，要動也動不了，就像進入二禪一樣，人家下座了他出不來。

李大德有一次也是這樣，她有一次在三重那時候也是這樣，那時候是修五會念佛，修修修就入定去了，進入二禪了。人家已經要回向要解散了，她還在那裡出不來，怎麼辦啊？你阿賴耶識已經控制不了這個身體，所有權已經轉交了，明明知道啊，那個覺知一定清楚的，大家已經要散會了，然後我還坐在這裡就出不來，這真的二禪境界。還有謝大德在台中也有一次，聽我講經說法，他進去那個境界。已經要打掃了，他同修過來：「老師！老師！你看他現在這樣坐到起不來了！」然後他又緊張，氣就亂衝，亂衝就會出差錯，也可能走對路，也可能走不對路，出差錯走不對路，對的話可能就開悟了。後來我說：「不要緊張！不要緊張！」然後用引磬敲幾下，慢慢心就安下來。這個就是進入有一點輕安的狀態，氣旺！如果你沒有體會到這種，你打坐都沒有境界，有時候鬼神灌氣，什麼初果二果三果，什麼明心見性，搞得那麼轟轟烈烈，開玩笑！

再來，「捨覺支」是四禪的境界，捨就是心平等，心平等就沒有好壞善惡的這種觀念，因為你的心都平等了嘛，所以學佛法是在學這個平等。那你什麼事情都是保持一個平常心，心不煩，碰到愉快的事情也不覺得愉快，碰到煩惱的事情也不覺得煩惱。我禮拜三在講的股票跌跌不休你也覺得很好，雖然沒有拍手，心裡面也是過得去，這也是「捨覺支」。不好的你把它看成跟好的一樣，這是「捨」。你沒有再起心動念頭了嘛，所以哪裡有什麼好壞的分別？這些名相都沒有了，這叫作「捨覺支」。不然你看到一個好的就喜歡心起來，看到不好的我要逃避，這個心就起來，這哪裡有平等？沒有啊，這不是捨！

「捨覺支」講起來有兩種狀況，一個心安不動，第二個就是你心平氣和，眼睛、耳朵、鼻子、舌頭所接觸的六塵照單全收，沒有什麼好壞。這樣你還有什麼好人、壞人？還有什麼好話、不好話？所以有時候講話講得過火了，或者講得太甜蜜，或者講得太怎麼樣，你都覺得也沒那麼嚴重吧！有的覺得不是——這句話嚴重啦，這句話傷害到誰啦！——會被傷害的都是沒有「捨覺支」的人，心不平才會被傷害啊。所以我常常說，講課會講到哪個人怎麼樣、哪個人怎麼樣，我點名的當然講那個；我不點名的話，你就覺得又在講我、又在講我、又在講我...，這個就不必這樣子！就是聽歸聽，不要去想，那我有這個毛病我改一改，沒有的話就保持平常心。

「念覺支」，剛剛我們說要念佛、念法、念僧、念戒、念施、念天，這個「念覺支」，不是講這些，是心念的力量。前面三個禪定的境界：你有欣喜快樂的感覺起來；你這個輕安的感覺身體快樂起來；你這個平等心建立了。你這個念頭起心動念，你要知道它有多大的威力，這是念力。這個念力要用在好的，不要用在不好的。當然已經排在捨覺支的後面，這種人起心動念都好的。如果有這個能力

排在前面的呢，那外道、邪道是鬼神灌氣進去，有那個心的能力，當然他會為非作歹，為自己。

這裡講覺支都是正派的修行，所以走到第六個了，你起心動念要利益哪個眾生，要怎麼樣、要怎麼樣，很奇怪，它都成就。有的人就是用練習的，練習的不算，那世間禪定裡面的人都是用練習的！瑜伽士他們在練，我看一個報導就是，日本人最喜歡這一套，忍者（Ninja），忍者龜，忍者要像烏龜一樣，該縮就要縮，能伸才伸，那是真的的忍者龜。我們要學忍者龜，縮進去人家打穀都打不死你。他們忍者怎麼修的呢？因為他要練習他的心力，那小木頭用心力點火很簡單，他都找那個大的木頭，差不多十公分直徑的，然後擺在那裡，打坐觀想讓它起火起火起火...，一直訓練一直想，叫它起火，當然要練好幾個月，練到最後有一天啪一下真的那一塊木頭起火了，是這麼去練這個念力，這是外道、邪道在練的。

佛法就是這麼進來的，選了法以後，有精進，有打坐，有喜覺支，有輕安覺支，有捨性平等的境界的時候，這個時候不要學，你只要起心動念，它就事情辦完了，那就好了！你如果明心見性的人，它去怎麼辦事情，我剛剛講他要懂喔，他第一步從哪裡飛出去，第二步飛到哪裡，有沒有到 101 繞一圈，然後再到你要去的地方去，跑到東勝神洲去了，然後怎麼去做？都要清清楚楚呢！見性那麼簡單啊？明心都不簡單了，何況講見性！

我們大部分都是在哪一個境界？就是你心慌意亂，我坐在這裡沒事怎麼會心慌意亂？有事情！什麼事情？不知道！後知後覺，你們每一個人都有這種感覺。如果你有心再打坐一下，觀想到底誰有事情？這個就菩薩，菩薩天天沒事就坐在那裡觀啊！那我們天天一來就在電腦前面忙了十小時，這個心都在用，哪個人怎麼樣怎麼會去知道？我昨天頭痛，頭痛一定有道理，什麼道理我不知道，等到事情發生了，哦原來就這樣！事情就去辦啊，有事就去辦啊，這樣也很自在啊。

後知後覺還好一點，你如果知道哪一個人...，以前那個小兔子，有一天三個月前：「XX 會發生車禍，車禍以後會死掉呢！」然後她就罣礙了三個月，在等待那一時刻發生。那我都不知道，我等到那一時刻發生，她打電話。那時候去南部，然後剛好過造橋收費站，電話進來了：「老師，快一點！快一點！你在哪裡？」「在造橋而已啊！」「XX 發生車禍了，現在不能呼吸，送到台大了！」我說哦好。回來之後我再去，去的時候，他已經回家了，也沒有死啊！沒死這個也確實撞得很嚴重，心臟不通，塞住了，我跟他扎腳，扎針，那時候還沒有學針灸我自己會亂做，扎腳，通氣，然後磁環就安上去，磁寶戴一戴，這樣大概不會

死掉了吧？！真的沒有死掉！所以她知道，沒有辦法處理；我不知道，到時候再去處理。她罣礙了三個月，這種都不正常，知道的話你應該是有辦法去解決。我們要先不知道，然後能解決；到以後每一件事情都知道，也知道怎麼去做。欸，阿那含了呢，三果。我們哪一個心在末法時期會明心見性，我實在很佩服！如果真的，我們每個人都要去朝拜，拜一個阿那含，不得了！

如果你天天想，用意念去想得到這個財，也有可能啊，但這是不義之財。你要懂得修到這裡，起心動念都可以成就事情，但是你不能去做。我講故事，我不是在說我們師父的壞話，要講給你們聽，你們才知道。悟本師講的，那個我們師父，水果師：「你們兩個出去國外跑一趟去辦什麼事！」悟本師：「摸摸口袋說我沒有錢，去哪裡？」「沒關係，你們幾點到機場去。」他跟另外一個出家師父就到機場去，結果真的在機場等飛機的時候，有一個信徒就來了，就找師父，找到兩位師父，錢就拿出來了。這是什麼？表示我們師父用念力去找一個比較有錢的，趕快布施錢，那兩個和尚要出國辦事沒有錢。師父有這種能力，這種能力不能用到自己，用到自己就不行。你要懂得法。你亂用，如果沒有斷貪的話，你不是下地獄如射箭嗎？所以你沒有這種——心平等、不喜愛錢財、不喜愛一切的這些貪瞋癡慢疑種種的毛病的——你有念力的話很危險！

像我們那個什麼盧 X 彥，現在美國出一個大汽車非常的漂亮，「噯阿吽！我要一個！我要一個！」過不久人家就送來了！這是哪一門修行人？我搞不懂耶！光看你這個貪心都沒有斷。我一個摩托車，你們好心說換一個新的吧！我說這個也很好騎啊。已經很好了，你為什麼要開一個新車，要面子要什麼的，根本捨念都沒有清淨，你要行什麼菩薩道？所以沒有覺啊！這覺知真的覺耶，沒有覺有這些能力都是著魔，知道嗎？要小心！不要看這個很好。起心動念都可以成就，那是利益眾生可以，為眾生辦事可以，不能去為自己做什麼，這不行！

最後，「定覺支」，你修了一切法都要得定，得定就沒有煩惱，所以能夠得定的人，這裡講阿含道，他就是解脫三界。我們學菩薩法的，不能以這樣為滿足，為什麼？你還要練到，用法而沒有用法的執著，所以「作有為，不作有為想、不作無為想；作無為，不作無為想、不作有為想」，這麼很圓融的這麼去做。所以以後你有定的時候，你這邊也可以罵人、那邊可以打人，然後都很自在。不是說，「哎喲！我犯戒了、我犯戒了，糟糕！趕快跪在這裡懺悔！」這就菩薩的定。當然我講的這個是小菩薩，小菩薩才會罵人，你有沒有聽過大菩薩在罵人的？大菩薩，你不聽話就跟你轉一下，你就聽話啦，不必這麼罵。你這個心轉不過來，把你轉一下，你乖乖的兩個就相抱泯恩仇，還要我來罵？這是小菩薩的小菩薩，才這樣沒辦法。所以幾分功夫做幾分事情，你也可以看出我們過去祖師大德這些禪宗，修到這裡而已，因為祂們都是也會打人耶，棒喝！也會罵人，

功夫還不夠。菩薩是有個樣子，還不夠究竟。

這個七覺支很重要，跨大小二乘，包括修行在內，喜、輕安、捨覺支都是修行，然後你就產生念覺支跟定覺支，你做什麼事情都自在。如果你去行菩薩道，現在開始轉菩薩道，也是自在，有沒有發展都很自在，有沒有道場也自在，有沒有信徒也自在，什麼都自在，一切覺故。好，今天就講到這裡了。