

成佛之道

淨空法師講述 講記小組恭敬整理

淨空法師於一九九九年十一月二十六日在澳洲淨宗學會開示「成佛之道」，共計一個半小時。講記小組親聆音帶，摘要記錄，順文整理，草成此篇，供養讀者。

諸位同修大家好：

這次來到此地，時間雖然很短，但是一切都很圓滿，我非常高興。借這一堂課的時間，我簡單扼要的來談談「修行」。

一、何謂「修行」

「修行」二字，學佛的同修常掛在嘴邊，而真正理解其意義的人不多。所以，天天說修行，自己的心行卻沒有改正過來。「行」是行為，行為包括的範圍非常廣大，佛為了教學方便，把無量的行為歸納為三大類：身體的動作是「身」的行為；言語是「口」的行為；心裡起心動念是「意」的行為，這三種行為稱為「三業」。業是什麼？業是造作的結果。我們正在造作的時候是事；事做完之後，結果就叫業。業可以分為三類：善業、惡業和無記業（說不上善也說不上惡）。這就將我們的行為、造作統統包括盡了。

什麼是善？什麼是惡？善惡的標準何在？佛講了很多層次，正如學校教學一樣，小學生的善惡標準與中學生不同，中學生的善惡標準與大學生又不同，大學生的善惡標準與社會大眾又不同，佛法亦復如

是。佛法講的比這個更詳細，因為佛教學的對象是虛空法界一切眾生。而一切眾生因為根性不同，文化、種族、生活方式、居住的地理環境、信仰的宗教也不相同，因此標準不只一個，一個標準決定談不上契機，所以標準有很多。

何以有這麼多標準？譬如現在交通便捷，資訊發達，我們到國外旅行是一件容易的事情；在古代，別說是出國旅行，就算到其他城市去，都是一樁大事情。我們到其他的國家，這個國家的風土人情、法律規章，與我們國家不一樣，所以要「入境隨俗」。在我們地區認為這是善的，可能他們認為是惡的；我們認為是惡的，可能他們認為是善的，所以就有很多不同的標準。

標準儘管不同，但總有一個永遠不變的標準，那就是「愛」。無

論是哪個族群，不同的文化、不同的宗教信仰，「愛」是共同的標準。宗教也說「神愛世人」，因此「愛」是一個絕對的標準。我們掌握絕對的標準，犯的過失就少。

佛法不但說愛，而且是從真誠心、清淨心、平等心中發出大愛，這就是佛法講的「慈悲」。慈悲是理性的愛，與其他宗教的愛不一樣，其他宗教的愛是情，不是真智慧。感情的愛會變化，理性、智慧的愛是永恆不變的，所以佛不用愛，用慈悲。慈悲與愛在形象上完全相同，但是用心卻不一樣；慈悲是用真心，愛是感情，是用妄心。用感情的愛會變成恨，智慧的愛永遠不會變質。你愛諸佛菩薩，諸佛菩薩也愛你；你恨他，他還是愛你；甚至於你陷害他、嫉妒他、殺害他、毀滅他，他還是愛你，他的慈悲絕對沒有絲毫改變，這是真實的

愛。凡夫用的是妄心，妄心是生滅心，諸佛菩薩用真心，常住真心。換言之，凡夫用念頭，佛菩薩不用念頭，用禪定。何謂禪定？不分別、不執著、不起心、不動念。不是不做事，事沒有妨礙，心地清淨，心有主宰，不為外境所動，就是禪定。

明瞭這些原理原則，我們就曉得如何來修正我們錯誤的行為。我們六根接觸外面境界，看錯、想錯、說錯，也做錯了。怎麼說是錯了？六根隨順外面境界，完全是煩惱作主，這是過錯的根源。眾生無量劫來迷失了自性，見思煩惱當家，於是將一真法界變成六道輪迴。因此，六道輪迴是見思煩惱變現出來的。見思煩惱第一個錯誤，就是執著身是「我」，從這個地方一錯到底，回不了頭。

身不是「我」，身是我所有的，身好比是衣服，衣服不是我，衣

服是我所有的。如果把這個道理參透了，人有沒有生死？沒有。譬如說我的衣服髒了，脫掉再換一件，脫掉就等於死，換一件就等於生。人在六道裡面捨身受生，就跟換衣服一樣。

到底什麼是「我」？印度有些高級的宗教認為「神我」是我；中國人講靈魂，佛法講神識，印度教講神我。他比我們執著身體是我，進了一大步。為什麼？神識在六道裡投胎，換一個身體就像換一件衣服一樣，所以他們對於生死沒有恐怖，心態非常正常。如果你一生修善業，這個身體就愈換愈好，人身換成天身，欲界天身換成色界天身，相貌愈換愈端莊，壽命愈換愈長，福報愈換愈大，這是「種善因得善果」。反之，造作惡業，這個身就愈換愈差。

最近，有些中國的同修到新加坡參學，他們告訴我，天津有一位

老太太，她的兒子死了兩年，有一天她作夢夢到兒子，她問兒子說：「你現在在在哪裡？」他說：「我現在在一個廟裡。」她問：「你在廟裡做什麼？那個廟的名字你還記得嗎？」他說：「我在廟裡看門」。她聽了很難過，醒來之後，過了不久，她和一些佛門同修結伴去朝山，到達的這個廟，好像就是她夢見兒子的那個廟。她向寺廟的老和尚打聽：「你們這個廟有沒有門房？」老和尚說：「我們沒有門房。」她說：「誰在看門？」老和尚說：「有一個小虎。」她聽到小虎的時候，寒毛直豎，小虎就是她兒子的小名。她說：「在哪裡」？老和尚說：「牠是一條狗。」她的兒子投胎作狗（可能這隻狗長得很雄壯，像個小老虎般，所以人家就叫牠小虎）。她跑到門口去找那隻狗，那隻狗看到他的母親就流眼淚，人跟狗抱在一起。人投胎作狗，

這是造不善業，所以換的身體就差了。以後此事在天津傳遍了，天津人來看牠的時候，牠很有靈性，牠就躲藏起來，不好意思見人；其他地區的人來，牠就走出來。有些懂得佛法的人就勸老太太，把這件事情多多宣揚，不要難為情，這樣能度很多眾生。這是最近發生的事情，所以輪迴是真的，決不是假的。

肯定了輪迴是真的，我們起心動念就不能不注意。人在世間的時間很短促，死不可怕，重要的是死了以後到哪裡去，這是非常嚴肅的問題。我們修行的目的也在此地，希望來生比這一生殊勝，明天比今天更好，因此要懂得如何修法。佛在經上教導我們的很多，我們要掌握佛陀教導的綱領。

二、修行的根本

佛教導我們最根本的，就是《觀無量壽佛經》所說的「淨業三福」。第一、「孝養父母，奉事師長」，這是佛陀教學的核心、大根本。無量無邊的佛法就是以此為基礎，所以佛法是孝道、是師道。《菩薩戒經》云：「一切男子是我父，一切女人是我母。」孝養父母從這裡建立。又說：「一切眾生本來成佛」，奉事師長的根就在此地。所以，菩薩眼睛中，一切眾生是父母，一切眾生是諸佛如來，以對父母的孝心對一切眾生，以對佛陀的恭敬對一切眾生，這是菩薩行。

我們今天修行不能成就，就是缺乏這種心態，處處總以為我是老大，我比誰都強，別人都不如我，無絲毫孝敬之心。以這樣的心態，既使一天念十萬聲佛號，也無濟於事，正是古德講的：「喊破喉嚨也

枉然」。將來該怎麼墮落，還是怎麼墮落。《楞嚴經》云：「因地不真，果招迂曲」；因地就是最初的念頭。所以，修行就是要依照佛陀的教誨，把錯誤的觀念修正過來。

經上常講：「一切眾生是過去父母、未來諸佛」。說一切眾生現在就是父母、諸佛，我們很難懂，所以佛才換一個講法說：「一切眾生是過去父母、未來諸佛」。這樣我們聽了，勉強可以接受，但是還是不能落實。如果真正能落實，這個人就是菩薩，至少是初信位的菩薩，已經把基本的觀念修正過來了。

宗門教下祖師大德都教人修行「從根本修」，這是根本之根本，從這個根就生出真誠心、清淨心、平等心、正覺心、慈悲心。佛陀教學的綱領，我們掌握住了，但是修學仍得不到受用，原因就是根沒找

到，所以一定要把這個念頭轉換過來。我們無量劫來生死輪迴的原因，就是不知道宇宙人生與自己是什麼關係。佛是過來人，他為我們說破了，我們對他要相信、要接受，要真的改過來，改過來之後，才能行菩薩道，菩薩道就是菩薩的生活。

「菩薩」是印度話，翻成中文是覺有情，覺悟的有情眾生。我們都是有情眾生，覺悟了就稱為菩薩，不覺就稱為凡夫。菩薩與凡夫，其實就是覺、迷不同而已。覺悟的人時時刻刻會將自己錯誤的行為修正過來。所以，你要想把自己錯誤的行為修正過來，首先要能發現自己的錯誤。發現錯誤，在佛法就叫做「開悟」；悟後起修，把錯誤改正過來，就叫「修行」。

三、修行的方法·六波羅蜜

菩薩修行有六大綱領，即六波羅蜜，對治六種大毛病。我們的第
一個大毛病是貪心、慳貪，貪圖五欲六塵的享受。佛教菩薩要「布
施」，布施度慳貪。慳貪的根是貪生怕死，自私自利。我們如何用布
施的方法，將這個毛病修正過來？那就要懂得布施的真正意義。布施
不是到寺廟裡捐一點錢、添一點香油。布施的真正意義，就是「孝養
父母、奉事師長」。一切眾生是我的父母、師長，我要用真誠的孝順
心、尊敬心，為一切眾生服務，這就是「布施波羅蜜」。我們捨財為
社會、為眾生造福，屬於外財布施。我們捨身為眾生無條件的服務，
作義工，這是內財布施。時時刻刻心裡想著社會需要什麼，眾生需要
什麼，我如何幫助眾生，這就是法布施。財施、法施、無畏施統統都
要具足。總而言之，布施就是為社會、為一切眾生服務。

布施裡有孝順心、恭敬心，這個布施就稱作「供養」，就變成普賢行，普賢行是最高級的修行。因此，養成這個心理，比什麼都重要。決不能輕慢一個人，輕慢人就是輕慢父母，這是不孝；輕慢師長，這個罪很重。天天造作罪業不知道，還自以為有大功德，所以念佛不能往生。

我們為社會、為一切眾生服務時，無論事情大小，都須合理合法；合理是般若波羅蜜，合法是持戒波羅蜜。你辦事方法很正確，沒有過失，這叫持戒。持戒就是守法、守規矩，無論辦什麼事情，都有次第、程序，有條不紊，別人看到都尊敬你、佩服你，向你學習，這是「持戒波羅蜜」。持戒度惡業（壞習慣、壞毛病，不足為社會大眾做榜樣的行為）。無論做大事、小事，其程序、方法都要給社會大眾

做好榜樣，這個心是持戒的心，這個行為就是持戒的行為，所以持戒不能死在戒條之中。如理，不論事情大小，合乎人情事理，這是智慧，這是「般若波羅蜜」。

服務要有耐心，耐心就是「忍辱波羅蜜」。做事情沒有耐心，就容易發脾氣，忍辱是對治瞋恚的。大的事情要很大的耐心，小的事情也要小的耐心，沒有耐心決定不能成就。《金剛經》云：「一切法得成於忍」。菩薩修學的六個綱領，特別提出忍辱，就是說娑婆世界的眾生沒有忍耐心，所以世法、佛法、一切事業都不能成就。要想成就，一定要培養自己的耐心。

無論做什麼事，做得太積極、太快容易出差錯，緩慢一點好。所以，明瞭事情的緩急、次第，這是學問。中國儒家的教學，進德修養

要急、要快，物質生活上的追求要緩、要慢。積極追求的是品德的修養，佛法講道業的修養，生活方面過得去就行了。許多宗教都重視苦行，基督教、天主教不叫苦行，叫神貧，過一種清苦的生活。從這個原理原則，我們體會到：為眾生的事情要積極，要認真努力；為自己的事情要緩慢。一定要為社會、為眾生造福，不為自己。這就是「精進波羅蜜」，精進度懈怠。

禪定度散亂。我們的心思很亂，禪定就是精神意志集中。《金剛經》上，須菩提尊者發心度化眾生，佛教須菩提尊者，度化眾生最重要的條件就是定慧。經上講：「不取於相，如如不動」，六祖惠能大師的教學，也是根據這兩句話，但他說得淺：「外不著相，內不動心。」「外不著相」就是不取於相，「內不動心」就是如如不動。你

能具備這個條件，就可以度化眾生，什麼地方都可以去，什麼境界都可以接觸，因為你有定慧，不會被外境所轉，你有能力轉境界。沒有這個功夫，就去教化眾生，反而會被眾生度了。自己接觸外面群眾起貪瞋痴，合自己意思的生貪戀，不合自己意思的生瞋恚，這是沒有定功，沒有智慧。有定慧的人，順境不起貪心，逆境不起瞋恚心，始終保持自己心境清淨平等，這叫禪定。

修禪定不是在禪堂裡面壁打坐，面壁打坐是教初學的。接受訓練之後，離開禪堂，在社會上也要像在禪堂一樣。在工作當中接觸各個層面，心地如如不動，不會被外境所轉，這是修禪定。《華嚴經》上，鬻香長者修禪定，是在最熱鬧的市場。所以，在家裡看電視，或在熱鬧場所唱歌、跳舞、看戲劇，都能保持「外不著相，內不動

心」，這是「禪定波羅蜜」。外面境界是表演，清楚明瞭，那是智慧，是「般若波羅蜜」。般若是一切明瞭，不起心、不動念、不分別、不執著，這是定慧等持。

這六條綱領，如果學會了，一生受用不盡。以此功德迴向求生淨土，決定得生。佛說，只要你有求生西方極樂世界的念頭，念佛十念、一念都能往生。十念、一念憑什麼往生？憑平常修學的功德，起心動念、言語造作都是功德。

四、修行就在生活中

菩薩將這些原理原則應用在生活上、工作上，並沒有改變原來的生活方式，也沒有換一個工作，在境界裡，不起心、不動念、不分

別、不執著。所以，在任何環境、工作當中，都是行菩薩道。

「善財童子五十三參」中，甘露火王、勝熱婆羅門、伐蘇蜜多女，在我們看來都是做殺盜淫之類的事，可是他們是在修菩薩道。五十三參就是現實社會，所以各行各業都有菩薩，無論從事哪個行業都是在行菩薩道，廣度眾生。由此可知，佛法涵蓋了整個社會。他們從事的行業，都是真誠心、清淨心、大慈悲心，為眾生、為社會造福，這些不善行業是替眾生消災、消業障，那是菩薩。我們不懂這個境界，不是發菩提心，不是行菩薩道，做這些不善行業就是惡因惡報。

《華嚴》的教學，行門上的綱領，就是文殊菩薩的「十波羅蜜」、普賢菩薩的「十願」，這二十條是華嚴海會法身大士修學的總綱領，每一條的境界都是盡虛空、遍法界，深廣無際。對我們初學來

講，修學找個好環境是必要的，因為我們是佛法幼稚班的學生。《華嚴》是佛法的大學，他們的修學，就在自己現實生活環境當中，在現前工作裡面，不改變生活方式，也不改變工作行業，就本位上修十波羅蜜，修十大願王，本位當中就成菩薩、成佛。我們要懂這個道理，雖然事上我們現在做不到，但理上要曉得，自己的境界才會不斷向上提升。如果你不明白這個道理與事實真相，縱然修行很認真努力，境界也不高，因為你的觀念就是一個界限，使你無法突破。

這些年來，我們跟許多不同的宗教、不同的族群接觸，這就是修《大方廣佛華嚴經》法，這是真修！古德說：《大方廣佛華嚴經》是大本《無量壽經》，《華嚴》到最後，文殊、普賢「十大願王導歸極樂」。因此，你只要遵守這些理論方法去修學，修正我們錯誤的生活

行為，錯誤的想法、看法，以此功德迴向求生淨土，就生實報莊嚴土。這種殊勝的功德利益，諸佛菩薩說之為「不可思議」，我們這才是真正的懂得這個意思。由此可知，《華嚴經》對現代眾生很契機。

五、懂得掌握機緣

雖然現在眾生造的惡業太深重，但這些眾生也有深厚的善根、福德，可惜的是他沒有遇到好的緣分，如果有好的因緣，他的善根、福德就能引發出來。念頭一轉就是大乘圓頓根性，轉不過來，這一生就空過了，古人所講的，「該怎麼生死，還是怎麼生死；該怎麼輪迴，還是怎麼輪迴」。念頭一轉，就立刻破迷開悟、轉凡成聖，正是善導大師所說的「總在遇緣不同」。因此，我們修行證果，「緣」是最重

要的一個因素。

可是凡夫畢竟是凡夫，聽一百遍、一千遍、一萬遍，還是回不了頭。所以，世尊講經說法四十九年，千遍萬遍才能喚醒我們，這樣佛度化眾生的目的就達到了。現在佛不在世，我們的緣有沒有缺乏？沒有，緣是要你自己懂得掌握。「新加坡佛教居士林」林長陳光別老居士，最近往生了，他就是能把緣抓住。他今年八十六歲，八十三歲的時候身體不好，所以放下工作，在家養病。養病期間，每天聽經八小時，聽了四年，他成功了，這就是緣殊勝。臨命終時，預知時至。往生前三個月，就知道自己什麼時候走。兩年前他見到阿彌陀佛時，就要求往生，阿彌陀佛囑咐他再等兩年，大概是要照顧居士林這個道場。果然照顧到這一屆的改選，改選的時候，他坐著輪椅參加，改選

完之後，沒幾個月他就走了。我們所有的錄影帶，他都有，這是他的緣殊勝，一般人沒有這個緣。

六、一門深入、長時薰修

沒有這個緣不要緊，只要有一卷就行了，你每天聽八個小時，保證你的功德超過老林長。「一門深入，長時薰修」，戒定慧三學統統具足。你每天修八小時的戒定慧，修上三、四年，哪有不成就之理！所以，我們自己不能成就，不能怪別人，不能怪運氣不好，沒有遇到善知識、好的同參道友，這都是推卸責任。真正修道人過失都在自己，別人沒有過失，環境也沒有過失，都是自己錯過了機緣。

十五年前，我在美國講經，洛杉磯的趙立本居士聽得很歡喜。他

找到我早年講的兩套錄音帶，一套是《六祖壇經》，一套是《金剛經》，在家裡反複聽了二十六遍。來問我：「法師，我學經教，我聽這兩樣就夠了，其他的我不聽了，我就念佛求生淨土，行不行？」我說：「行！你聽多少遍了？」他說：「二十六遍。」我說：「太少了！至少要聽一百遍。」他真幹！一百遍聽完了，我告訴他再聽一百遍。現在這兩部經，他講得很好，而且很多地方請他去講。所以，熟透了就變成自己的。這個修行方法就是戒定慧三學統統具足；依照這個方法修學就是持戒，專心不再學別的東西，你心定了，定了就開智慧。為什麼一般人不能開智慧？心太亂了。心定就開智慧，聽經遍遍都有新悟處，積小悟就成大悟，積大悟就大徹大悟，以此功德迴向求生淨土，決定得生。《無量壽經》的「三輩往生」，他是屬於「一心

三輩」，他不是修《無量壽經》、《阿彌陀經》，是修學其他大乘經典，以此功德迴向求生淨土，也能成就。這些人修學的方法，都足以給我們做榜樣。

所以，今天科技發達，只要自己有一部經、兩部經的帶子就足夠，利用錄音機、錄影機重複的聽，哪有不成功的！只要自己真正肯做，菩薩六波羅蜜都在其中，做任何一樁事情都具足六波羅蜜。六波羅蜜不是分開的，任何一樁事情統具足六波羅蜜，這是菩薩行。要明白這些道理，知道自己如何修行。

由此可知，這些成就的人，真的如佛所說的：「一切法得成於忍」。他有耐心，他不改變，天天聽經，天天改過。佛對我們的教訓，哪些應該做，哪些不應該做，聽懂了、聽熟了，自然就記得了。

在生活、工作、處事待人接物上，念頭一起，就知道是對、是錯。如果是錯誤的，立刻改過，這是真修行、真用功。不再隨順自己的煩惱習氣，一切隨順佛陀教誨，沒有不成就的！《無量壽經》上說，這種人是「如來第一弟子」。如來第一弟子的條件，就是世尊常常囑咐、勉勵我們的：「受持讀誦，為人演說」。只要把這一條做到，就是如來第一弟子。

佛所說的，你真聽懂了，就會接受；還不能接受，就是你沒有真懂。大經常講要「深解義趣」，為什麼你不能深解？你讀的遍數不夠多。古人說：「讀書千遍，其義自見」。讀書、聽講都是一個道理，你聽講聽上一千遍、兩千遍會開悟；聽的遍數太少了，不管用。聽經要專，不能雜；雜，悟門就堵死了。能做到專，聽經、讀誦就是戒定

慧三學一次完成。如果聽多了、聽雜了，就是「記問之學，不足以為人師」，沒有任何受用。祕訣就是專精，長時間的薰修，就會得定、會開慧。妄想少、煩惱輕、智慧長，這是得定的樣子。處事待人接物聰明了，從前常常做錯事，現在不會做錯事，這是慧的樣子。一切都在功夫要用得深，才能把無量劫來錯誤的習慣扭轉過來，轉煩惱成菩提，轉惡為善，轉迷為悟，轉凡成聖。

這是每一個人都做得到的，關鍵就在你懂不懂這個訣竅；不懂這個方法，你會把修行看作與生活工作毫不相關，天天在念佛堂念阿彌陀佛，禪堂裡打坐，坐上一輩子都不能成就。懂訣竅的，任何一種行業、任何一種生活方式都能成就。

因此，穿衣、吃飯都離不開三學六度，點點滴滴再小的事情，都

具足圓滿的波羅蜜，這才是《華嚴經》上所說的：「一即一切，一切即一」。任何一行都具足無量無邊的行門，一行不是獨一，不是專一，而是任一，任何一個行門都具足圓滿波羅蜜，所以一成一切成。大乘經教裡的這些原理原則，我們要常聽、要多聽，才能把妄想、分別、執著突破，使我們對修行不至於產生誤會、產生障礙。

今天時間雖然不長，我把修行的重點、關鍵，向大家做一個簡單的報告。這個錄影帶要多聽幾遍，現在有這些科技設備方便了，可以重複聽，這是我們比古人殊勝之處。一遍聽不懂就再聽，聽的遍數多了，真的明白了，就曉得路應當怎麼走法，這是「成佛之道」。