

## 了知真相 看破放下

節錄自 淨空老和尚講演集

《金剛經》云：「凡所有相，皆是虛妄」，相是假的。科學家也證實了宇宙之間只有物質、能量、信息。科學家講信息就是阿賴耶的見分，物質是阿賴耶的境界相，能量是阿賴耶的業相，這是阿賴耶的三細相。三細相起作用，就變現出整個宇宙萬事萬物，三細相是能變，萬物是所變。

《菩薩處胎經》云：「佛問彌勒，心有所念，幾念幾相幾識也？彌勒言：舉手彈指之頃三十二億百千念，念念成形，形皆有識，識念極微細，不可執持。佛之威神，入彼微識，皆令得度。」「佛問彌勒，心有所念」，我們凡夫起個念頭，時間很短暫，這個念頭有幾念、幾相、幾識？相是物質現象，識是精神現象。幾識，就是受想行識，有多少個受想行識？菩薩說：「舉手彈指之頃，有三十二億百千念」，百千是單位，一百個千是十萬，三十二億乘十萬是三百二十兆。彌勒菩薩又說：「念念成形」，形就是物質，就是四大；「形皆有識」，每一個念頭裡物質現象跟精神現象是同時存在的，無法分開。「識」是信息，每一個物質現象裡都有信息。信息就是見聞覺知，受想行識，這是精神現象。「佛之威神」，這個事實真相，佛不是用機械發現的，而是在甚深的禪定中看到了事實真相。

我們所看到的都是假相，是一念不覺，從真性裡面生起一個虛妄的假相，叫阿賴耶。自性是真，心，永恆不變。阿賴耶是妄心，妄心從哪裡來？是從波動現象產生的。這個波動在什麼時候？不是過去、不是未來，就在當下一念。我們要曉得「當下」也不存在，一動立刻就沒有了，比閃電還快。第二個又冒出來，第二個沒有，第三個又冒出來，所以它是連續相，就像我們看電影，就是連續相。這是說明宇宙的物質現象，不但六道的物質現象如是，四聖法界亦如是。故經云：「凡所有相，皆是虛妄」。我們知道電影螢幕上的畫面是動的，一秒鐘二十四張幻燈片，是一張一張連續的假相，就把我們的眼睛欺騙了，以為是真的。佛告訴我們，現實的環境一秒鐘振動多少次？一千二百八十兆，這是極其微細的波動現象。

我們以為是真的，其實「凡所有相，皆是虛妄」。常常作如是觀，心就定了，妄念雖然斷不掉，分別、執著肯定淡薄，那你功夫就提升了。從理上講，這屬於高等哲學，從事上講這是高等科學。今天哲學家、科學家不能解決的問題，在佛經上全有，科學講究證據，釋迦牟尼佛是拿出證據來了，什麼證據？禪定。大乘經典講，到什麼時候才能看到這個現象？八地以上的菩薩能見到，能不能控制

它？不能；能不能掌握它？不能；能不能得到它？不能，它太快了。我們要明白這個道理，我們看這個世界應該怎麼看？像看電影。這現象你可以看，能不能得到？不能。

既然得不到，那就要放下。首先要放下五惡，殺生、偷盜、邪淫、妄語、飲酒。這就是中國老祖宗講的五常，不殺生是仁，不偷盜是義，不邪淫是禮，不妄語是信，不飲酒是智，仁義禮智信。所以真修行、真做功夫，就在日常生活當中，起心動念要跟佛菩薩、老祖宗所講的倫理、道德、因果要相應，相違背趕緊把它改過來，這就對了。

在佛法裡面還有一個不可思議的阿彌陀佛，那是善中之善，沒有比這更善的。念頭才起，不管是善念、惡念，立刻轉為阿彌陀佛，心中只有阿彌陀佛，這一生決定成佛。阿彌陀佛是誰？是自己，自性彌陀。西方極樂世界從哪來的？都是自己心變現的，唯心淨土，自性彌陀，不是別人。我們將來到極樂世界，人人都是阿彌陀佛，同一個自性，阿彌陀佛是圓滿性德的名號。我們現前這個世界怎麼來的？還是自性變現的，極樂世界也是自性變現的，有什麼不一樣？我們這個自性變現裡面摻雜許多惡業，妄想分別執著統統都有，而且執著是非常非常嚴重，就變成我們現在的樣子。

明白這些道理，世間所有一切災難是可以轉變的，病痛的身體可以轉變為健康。意念主宰一切，這是經教裡佛常講「一切法從心想生」。從哪裡轉變起？從自己的念頭轉起，不在外面，所以佛法稱為內學，經典稱為內典，它從內到外，不是從外到內。在日常生活當中，要把惡念轉變為善念，把邪念轉變成正念，把染的念頭轉變為淨念，這是真正在修行，真正在做功夫。如果真的把一切念頭都轉成阿彌陀佛，這一念能讓凡夫在一生當中得圓滿成就。

學佛，把事實真相搞清楚，心就安了，心安之後妄念自然就少，清淨心就浮現起來，身體自然就健康，許多的毛病也就都能夠恢復正常。都是念頭在做主宰，所以人不能沒有善念、淨念。道理明白了，首先我們得的利益，身心健康，百病不生。