

行持基本德行

南無第三世多杰羌佛說法

什麼是修行？修者修正，行者行為，即將自己不正之行為——在佛教中稱之為凡夫行為，修正到符合佛所立之中正行條。要學好佛，必須修行。所以，學佛就要求腳踏實地，一步一個腳印地以世間上的一切來磨煉和加強自己的修養。首先，要以四無量心、十善、六度萬行、三聚淨戒來更正自己的行為。我們修行首先要真心為人類謀福利，心中要想到人民，要想到整個國家的大利益。

談到學佛修行，什麼是佛？佛就是智慧（比如在我們人類，就是一個人的智慧）到了圓滿極限，沒有再高層次了，故稱之為無上，這時達到徹底圓滿，就叫佛。菩薩是菩提薩埵的簡稱，就是自覺覺他，度脫有情，為眾生而修行。那是把眾生作為依傍，去實踐自己的道德品質，依生正行，即為度脫眾生修正自己的行為，這就是菩薩行。

學佛修行離不開皈依發心。如何發心？“諸佛正法眾中尊，直至菩提我皈依，我以所修諸資糧，為利眾生願成佛。”就是說：諸佛菩薩和一切賢聖僧啊，我一直到成佛的時候都皈依你們，決不去皈依天魔外道，決不去做違背佛教的事情，一定要以慈悲為本。從內心裡要這樣想，又實踐中要這樣做。“我以所修諸資糧，為利眾生願成佛。”就是今天以所修佛法積累的功德，積累的資糧不是為

我自己，都是為了一切眾生，但願他們都幸福，達到國富民強乃至直達成佛。我從內心真正地這樣想，而且還要徹底做到。

要真正學好佛，還要觀無常。觀一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，有情決定死，無情決定滅。一切有為法，就是我們世間所看到的一切，大至宇宙空間的萬物萬有，小至一微塵因的意識，都是有為法，一切有為法都是無常性的。什麼叫無常性？無常性就是成住壞空，不管有生命的和無生命的，都是無常性的，如露亦如電的，都脫離不了“有情決定死，無情決定滅”的諦相。譬如說我們坐的凳子很快就要壞，我們穿的衣服、住的房子都會壞的，它們屬無生命的東西，無生命的決定要滅。再說我們的身體是四大組合的，即由地水火風組成的，中含靈知和空大。外四大是我們看得見的房子、山河大地、一切林木及空中所有遊戲的那些細菌，均為有為之法。遠至宇宙太空，近至肉體組合身心，都屬於四大。四大都是無常，都要成住壞空，就是說必須要死，必須要壞的。我們的身體為什麼是四大？我們的肉、骨頭、牙齒、鬚髮是地大，我們的血液、精血、汗水等一切水份液體之類的叫水大；我們身上所發的熱能、產生熱量的叫火大，外界所產生的風行氣墜，如出的氣，運動之相、一切所能起推動力的均為風大，人由地水火風組成了我們這個軀殼。除了這四大還有空大和識大，因為肉也好，骨頭也好，熱能也好，氣也好，水份也好，都是建立在空間的，它建立了空大。識大稱為心識，叫做靈知，就是指揮四大運動的一切就叫意識，稱為識大。人除了六大，什麼東西都沒有。佛家說出了六大皆空為真

諦，這是宇宙萬物之諦相。一般人講四大，但不管幾大，都是成住壞空，都是有情決定死無情決定滅，必須壞。

既然知道自己身體是四大組合，必須壞，因此最好在安靜的地方仔細想想，想你的生活，想你的悲劇，想你的一切行為，想你的遭遇，想自己的親友離別，想到世事變動之大，而且時間不斷推進，年齡不斷增加，自己將入其土，說不定馬上就要死了，像流水一去不回頭。觀起了怖畏心境，無常心就生起實相，再觀想幾天，出離心也就生起了。生起出離心後，自然會恐怖害怕，因為時間不再回來，死亡就要來臨，所以，首先要求學佛的人生起出離心，而且要觀當下念頭已經過去，已成無常，我們就要少活這麼多時間，就是常言所說的“無常歲月增中減”，大家的年齡都不會增加，只會減少，那麼一天天接近死亡，死無定期，一氣不來，當下兩手空空而赴黃泉。這時候如果修行沒有到某種程度，就要把生死業力帶走，跟隨你到六道輪回去轉。想到這裡，我們人是沒有意義的，所以必須依照佛法去修行。

懂得這個道理後，就會產生劇烈的恐懼心，這個時候，不管修什麼佛法，守任何戒律，對人民對國家都會全心全意施益於眾。如果沒有生起出離心就不相應。因為沒有生起出離心，就根本不想學佛，就是鬧著玩，甚至於利用佛法來做某些事情，或者是抱著探討心理去研究，這樣的人是下不了決心守戒律，更不會守戒的。要是生起了出離心，就會覺得人生真短暫，他就守戒律了，就會如法實施四無量心等行條。真正下了決心後，才能生起真正的信願行，真正的信心生起了，才能有真正的願心，真正的願心生起真正的行為，

才能建立信願行的境界，才能真正實施，這才算得上修行起境。所以學佛千記要生起真正的出離心才能產生受用，佛教中任何宗派都是如此，有句俗話叫做“沒有出離境，修行不真心。”

懂得生起出離心這個道理以後，還得守戒。其中戒很多，只要守好三聚淨戒也一樣。一開始守三聚淨戒，第一條攝律儀戒，第二條攝善法戒，第三條攝眾生戒。攝律儀戒就是誓斷一切惡，無一惡不斷，所有的壞事一點都不能做。攝善法戒就是誓修一切善，無一善不修，哪怕很小的善事都要去做。攝眾生戒就是誓渡一切眾生，無一眾生不渡。

若要修法得用無疑，必行十善，若行持有異，當下修正。至少要在靜處深思十善是不是照著佛所說的十善去做了，照著做了修法得用就無疑，若行持沒有照著十善去修正，就要馬上改，不然就得不到成就。十善還算不上高層次之修行，乃為天道之善業，但能做好也不錯了。十善是什麼呢？十善就是：一不殺生而行放生。二不偷盜而行施捨，不僅在行動上，心裡也不要去想偷人家東西而行施捨。三不邪淫而修梵行，不邪淫不只是指不亂搞男女關係，看到別人好看就死死盯著別人看，也叫邪淫，而修梵行就是要依照釋迦世尊所教導的行持去做，一步一個腳印的行持。四不妄語而說實言，妄語是指未證到那個境界而說證到了，所以不能亂說，亂說就成妄語，對上師不能打妄語，對賢聖僧不能打妄語，再小的事情也不能去亂編。五不綺語而說質直語，就是說話不拐彎抹角。六不兩舌而說調解語，就是不挑撥是非，要說利於團結的話。七不惡口而說柔和語，就是說話時不要去刺傷別人，不要罵人。八不貪而修不淨觀，

就是不能有貪愛之心，是我的就是我的，不是我的我不要，有貪心就要產生我執。學佛法首先要斷除我執，修不淨觀就是要把自己的一切不乾淨的行為全部改掉。九不嗔而修慈悲觀，絕不能起半點嗔恨心，因為一起嗔恨心就脫離了修行，沒有嗔心，只要真心修行，則一切圓滿。十不癡而修因緣觀，就是對一切因果都不能產生疑惑，要絕對相信自己一切都是因果，但不能以癡心盲目聞，事事都得以入於理道。因此修行就要好好考慮為什麼沒有修好，回答很簡單，肯定是自己行為有問題。

在十善的基礎上進一步嚴格實施四無量心建立德行，四無量心是：願諸眾生永具安樂及安樂因，願諸眾生永離眾苦及眾苦因，願諸眾生永具無苦之樂我心怡悅，願諸眾生遠離貪嗔之心住平等捨。

“願諸眾生永具安樂及安樂因”，就是說從我們的內心裡首先願望一切眾生永遠住在安樂的境界中，並願望他們長在安樂的因地裡，沒有任何煩惱的安樂，還指佛法上的一切平靜，一切法喜，一切禪樂，一切勝境，一切善意，都稱安樂，安樂因就是種的因都是安樂的。我們從內心裡是不是真正的願望眾生永具安樂及安樂因了，可以考察一下看自己是不是總想挖苦某人幾句，是不是總想把別人整倒，這樣就不行。

“願諸眾生永離眾苦及眾苦因”，就是希望眾生都離一切苦及一切苦因，希望眾生都幸福，包括種的因都是幸福因。

“願諸眾生永具無苦之樂我心怡悅”，就是但願一切眾生永遠具備沒有痛苦的快樂，樂也是有苦的，但這裡說的是無苦之樂。只

要眾生是無苦的快樂，我們就高興。譬如想到我們的人民生活幸福了，有前途了，我們的國家昌盛了，人民生活水平提高了，我們心裡就非常高興。中央領導同志身體好，我們內心裡都很高興，因為他們也在考慮大家的幸福生活，整天在為大家的幸福生活而勞碌奔波操勞。

“願諸眾生遠離貪嗔之心住平等捨”，就是說貪心嗔心癡心都離開，住平等捨，就是對一切事情不存分別心，深一點說即是佛性之道。

於是當隨意即觀慈、悲、喜、捨四無量，對諸眾生於實際行動中發起此四種無量之心，施於實踐，就是說念完四無量心後，馬上就要隨即觀慈悲喜捨。即慈心、悲心、喜心、捨心。慈心就是要像父母親疼愛自己的子女那樣去愛眾生，愛人民，見到眾生愚癡不懂，我們要產生慈愛之心去幫助他。悲心就是見到眾生的痛苦我們要像父母親一樣去悲痛他們、去關懷他們。喜心就是見到一切眾生幸福了，我們應該感到高興，看到大家富裕了，不應該嫉妒，應該做到別人高興我就高興，別人幸福就是我的幸福。捨心就是看到眾生有困難，他需要的如果是善意的對他確有幫助，就毫不猶豫的讓他拿去幫助他。只要能解決得了問題，我一切都捨給他，這叫捨心。但是慈悲喜捨這四個字說起來容易做起來難，所以慈悲喜捨這四無量是要在實際行動中為眾生而發起。我們在實際行動中做事時就要具體落實到眾生身上，怎麼落實呢？舉一個例子，例如在路上有一個人的腿被車壓斷了，你會說“多可憐啊，幸好我在後面”，這個想法就不對了，因這“幸好我在後面”接著想的是“不然我就糟了”，

這就不是慈悲喜捨。應該想到：壓到他就和壓到我一樣，和壓到自己的子女一樣。這時你們可以觀想自己的子女殘疾了，自己心裡多麼難過啊。如果在慈悲喜捨上生起了實相，看到別人被車壓他同樣難受，同樣不堪忍受，覺得像傷到自己的親人一樣，當生起了實相，即名真修行人。因此四無量心要落實到眾生身上。比如國家有困難，我們要盡最大的力量幫助國家，那麼就要盡自己的心，依照國家的政策去努力，絕不能只在口頭上說得好聽，回家就變了，這就不對，就沒有四無量心。四無量心是釋迦世尊要求我們做到的，所謂修行就是修正自己的行為。

對眾生於實際行動中發起此四種無量心時，當依次第而入，先國家後自己，先大家後個人，再由生身父母妻室兒女岳父岳母諸親眷屬、常處身邊親近友人，次第而進，隨之散於六道眾生，這個次第是符合實際的。如果自己對最大恩德的父母都不慈悲喜捨，那麼對別人發的慈悲喜捨就是假的。你對父母都不知道去愛護，對世間上的眾生所謂的慈悲就是走過場。所以我們的慈悲喜捨是有次第的。如果依上述次第發的慈悲喜捨就是真的慈悲喜捨。釋迦世尊就開示我們，眾生在往昔都互為父母、互為妻室兒女，所以我們不能說“今生的父母我們才愛護，往昔的父母我們就不愛護”，都應該愛護，都應該和善，都應該尊重，都應該實行慈悲喜捨。如果連最起碼的互相幫助都做不到，還叫什麼佛弟子啊，還談得上什麼修行呢？

因此我們的身業、口業、意業三業應該統一，應該一致相應於慈悲喜捨。就是指說話時是以慈心、悲心、喜心、捨心對待眾生的，所做的事也和說的話一樣去完成，思想想的也完全一樣照著辦，這

就是三業相應。當然三業相應先由思想提供發起，先由意識的想象，然後隨之付於行動，語言也是照著慈悲喜捨的思想境界去實行的。所以說具體落實不是一句空話，關鍵的問題是三業相應的問題。三業相應什麼？就是按照四無量的實相境界去對待一切眾生，對待國家，對待人民，就叫修四無量。當然還有勝義的四無量，但首先必須把前面所說的四無量修好，按照三業相應做到了，以四無量心實施於眾生，是真正做到，絕不是勉強的。

這時就可以修六度萬行。念念不忘自覺覺他，以自己覺悟來覺悟眾生，就開始發大菩提心，即一定要渡脫眾生，希望一切眾生都脫離煩惱之苦。因為每個眾生都有煩惱、互相矛盾、生老病死等苦。產生大乘菩提心，才知道“眾生有苦即我苦，眾生不盡我長度。”發這個菩提心要自己立願心，做得到就發，不能亂說，大家都這樣去做。做得到就發心，做不到就不要亂發。但至少現在怎麼辦，有缺點堅決改正。例如在家對妻子或丈夫總覺得他又怎麼不好，其實完全是自己的問題，哪裡是他呀？六道眾生都是自己的父母，自己還沒有認識到，四無量心都沒有修，還修什麼成就啊？！所以願心是自己立的，如果立了願心，以後三業就不能有異了。若口言渡生而返照四無量心未能三業相應，就沒有實相，也就是沒有功德，修的行就白修了。所以若未能三業相應，縱能終日用功，終歸是竹籃打水沒有收益。

所以要修高度的德行，要做超雷鋒似的人物，否則每天修假行，都是沒有作用的。因此必須有出離心才能守戒律，必須有戒律才能照四無量心去實行，必須照四無量心實行才能產生勝義菩提心，產

生勝義菩提心才能得到圓滿修行境界。如果不這樣就沒有效果。因此修行需要的是德和品，德品具備了，功夫也就應有盡有。釋迦世尊的整個佛法所需要的是修行，祂自己也是修行證到了佛的境界，若行持不正，法就不相應，萬法都在行持中。若自己終日唸阿彌陀佛，而對國家不忠心熱愛，對父母不孝敬，對人民不善良，這是自欺欺人的假行者。一生行持端正，知道愛國愛民，熱愛世界和平，對父母孝敬，對人民善良，處處助人為樂，臨命終時唸一聲阿彌陀佛，佛來迎接，這才是真正的佛法。

所以，如果三業不相應，終日持咒修觀誦經，打坐修儀軌等等，終歸是竹籃打水無從收益，沒有受用，故當日審，依照佛義、上師之教，查己為任。每天都要抽時間審查一下自己，一天所做的事情到底是如何做的，做對沒有，認真負責沒有，產生了甚麼想法，符不符合慈悲喜捨的境界，符不符合大乘菩提心的境界。如果不符合當下正之，凡與上述教化的理論違背的馬上修正。我們靜而思之，想想上面講的一些道理，每天想自己做了些甚麼。如果多年的習氣一下改不了，就要立個透關法，在佛菩薩或上師面前下決心，從何時起堅決不行邪門歪道，堅決改正缺點，決心下定一定要改，有些一下改不了的，就立兩個月，但是一定要記住，到那一天一定要辦，不辦就等於騙子，是不會有半點修行成就的。所以立透關法也要說到做到。

上面所說的是佛法的修行至要。當建立了生起次第後，入正行自然解脫。什麼叫建立了生起次第？照著做了也不一定就是生起次第，生起次第是照著去做了，實際也做到了。比如觀四無量，硬是

觀到“他人的痛苦和自己家裡人一樣的痛苦，他人的幸福即是自己的幸福”才叫生起次第。這個時候修行才名實行無虛者，自渡聖者之風。

上面所講的道理是佛教之正論，簡而言之，第一步愛國愛民熱愛世界和平，第二步眾生平等，第三步自覺覺他。認真照佛教的教義去修持，是名佛教入門之真修行法。

一九九三年七月二十五日