

依师闻法 精进学修

学 诚

一、学法首求善知识 同行善友共增上

修学佛法，必须依靠善知识。善知识，需要我们主动去希求，因为跟他学法的人是非常多的，并不是只有一个两个，像当年印度那烂陀寺，有学法僧众八千人。你去找那里的善知识的时候，他不一定有时间，有时候想见都不容易见得到。那么怎么办呢？必须要有强大求法的心。佛法是缘起法，善知识一心一意想把法传下来；作为学人，我们必须去求。没有广大的希求心，法就传不下来。古代多少高僧大德不远万里，置生死不顾，西行求法，他们的行谊策励了一代又一代的出家人为法忘躯，求法不懈。唐代义净三藏法师所作《求法经》云：“晋宋齐梁唐代间，高僧求法离长安，去人成百归无十，后者安知前者难。路远碧天惟冷结，沙河遮日力疲殫，后贤如未谙斯旨，往往将经容易看。”

现代社会科技高度发达，经书法宝很容易得到，便利的交通工具可以让我们安全快速地到达遥远的寺院朝圣参学，但是我们却很难再体会到祖师大德们对佛法、对善知识那份虔诚的希求心。般若经里面记载了一位常啼菩萨求法的公案，所谓“常啼”就是天天哭泣。为什么天天哭泣呢？因为他非常想学般若经，但是却学不到般若经，也遇不到善知识，所以他非常着急，急得天天哭，就名为常啼菩萨。他至诚求法的心后来终于得到了感应，有一天空中有声音告诉他，你的法缘不是在这个地方，你的法缘在东方，有一位法涌论师跟你有缘，是你宿生的善知识，你应该到他那里去求学。常啼菩萨听了以后非常高兴，马上就到东方去找他的老师，经历了种种的难行苦行，终于得以在

法涌论师座下听闻般若经，而且得到了很高的成就。因为他求法的心非常至诚恳切，所以能够感得空中有声音指点他，在我们中国历史上也有类似的公案。

净土宗的祖师、人称弥陀化身的善导大师在他20多岁时，听说道绰禅师在晋阳开阐净土宗风，于是不远千里长途跋涉，寻师访道。据《新修往生传》记载：“时逢玄冬之首，风飘落叶，填满深坑，遂挈瓶钵入中安坐，一心念佛，不觉已度数日。乃闻空中声曰：可得前行，所在游履无复挂碍。遂出坑进程，至绰禅师所，展会夙心。”对于善导大师的参访，道绰禅师非常欢喜，知道眼前这位年青的行者将是自己的后继者，因而为他详细解说弥陀本愿与《观无量寿经》的真意。善导大师在道绰禅师的指授下，一切疑问当下冰解，彻底领悟了净土法门的真髓，成为道绰禅师门下杰出的弟子。

在经典中，佛菩萨、祖师大德求法的公案有很多，乃至像释迦牟尼佛因地为求半偈舍身、慧可大师断臂求法等，在常人看来都是无法想像的境界，却给后代学人留下了一种永恒不朽的精神，策励着我们在学法的道路上精进不懈。

我们修学佛法一方面要依靠善知识，另一方面还要依靠同行善友。善友的摄受也是非常重要的，如果同行朋友，天天让你去吃喝玩乐，那还怎么修行呢？反过来说，如果一群志同道合的朋友，依止共同的善知识，大家彼此策励、相互劝勉、分享心得，善业就能够快速展转增上，修行就容易进步。《翻译杂阿含经》说：“夫为智者，自身取证，深得解达，须善友，须善同伴，

恒应亲近如是善友。”(卷第四)

我们应当结交什么样的善友？与善友应该怎样交往呢？在《论语》里说：“益者三友，损者三友。友直，友谅，友多闻，益矣；友便辟，友善柔，友便佞，损矣。”(朱熹注：友直，则闻其过；友谅，则进于诚；友多闻，则进于明。便，习熟也，便辟，谓习于威仪而不直；善柔，谓工于媚悦而不谅；便佞，谓习于口语，而无闻见之实。三者损益，正相反也。尹氏曰：自天子至于庶人，未有不须友以成者，而其损益有如是者，可不谨哉？)结交善友有三个原则，第一条原则是“友直”，就是要交讲直话的朋友，讲真话的朋友。《维摩诘所说经》说：“直心是道场，无虚假故。”(卷上)就是朋友之间，彼此要真诚相待，要互相信任，这样才会真正建立起佛法的友谊。同行善友之间能做到情同手足、亲如兄弟，才能够毫无保留地分享修学心得、传递经验，对于彼此的缺点和过失也能够坦诚劝谏，这样修行就容易长进。如佛陀在戒律里所要求的：“同一师学，如水乳合，于佛法中，有增益安乐住。”如果彼此之间有隔阂、不信任，就不可能推心置腹、直言相谏，很多话就讲不出来，因为讲出来，对方也不会接受，甚至会有反效果。同行之间要做到友直需要一定的条件，一方面要有好的业缘，另一方面个人烦恼的净化也要到一定的程度。那不具备这些条件时怎么办呢？有时同行间会有一些磕磕碰碰，意见不一致，这时就要用到第二条原则“友谅”。谅就是原谅，就是能够互相谅解。我们如果能够原谅别人的过失，包容别人的缺点，那我们的德行就会宽厚、心胸也会广大。如果对别人的一些过激言语，或是片面的、有偏差的一些看法，我们能够包容，这样彼此之间才能够交友，才不会妨碍共事、共学。否则一点小的境界没有过去，心就会被卡住，就看不到别人的长处了，也就不会愿意向别人学习，共事时也会难受。要知道我们见到的人、听到的话不可能都是自己喜欢的，因为每个人的缘起不同，有的人想到什么就说什么，有什么情绪就说什么话，在与人接触时，不可能别人讲的话都是自己想听的。我们经常

会遇到这种情况：很多人讲的话、做的事不是自己喜欢的，甚至非常不喜欢，但他就这么讲、这么做。那我们该怎么办？就要去设身处地，了解他这么讲、这么做的原因何在，理解他的处境和心境，慢慢就能原谅他。比如说佛学院晚上睡广单，几个人睡一个屋，有人半夜打呼噜，你有什么办法呢？不可能让他不打他就能做到不打，到时候他就要打，那你晚上可以用棉花把耳朵塞起来。要让自己学会去适应别人，而不是让别人来适应自己，这样才能够做到包容别人。古人讲“严于律己，宽以待人”，我们能够对自己要求很严格，对别人很宽容，这样才能更广泛地与人交往，也容易从更多的人身上学到优点和长处。

第三条原则“友多闻”。这个“多闻”不单单指知识渊博，更主要指有智慧，因为智慧要从多闻得来。如《法句譬喻经》说：“多闻能持故，奉法为垣墙，精进难逾毁，从是戒慧成。多闻令志明，已明智慧增，智则博解义，见义行法安。”(卷第一)结交有智慧的朋友，对修行是很重要的，有句话讲：“宁与智者共苦，不与愚者同乐。”

跟有智慧的人交朋友同与没有智慧的人交朋友相比，意义和价值要大千百倍。比如说你天天跟愚痴的人在一起，再过多久你的智慧也不会长进。许多愚人聚在起来，遇到事情，大家就束手无策，不知道该怎么办，需要有智慧的人出来引领。做事如此，学法、修行同样也是如此，必须要跟有智慧的人学习才比较容易进步，这是很重要的。

在修学佛法的道路上，能够得到善友的摄受是非常幸运的，也是非常重要的。善友之间切磋琢磨、砥砺心智，能够让我们时时具足正念，精进不退。同行善友能够保护我们不被烦恼“打败”，在我们起烦恼的时候，能来劝谏、督促、勉励，让我们不会放逸懈怠，偏离修行的正道。如果没有外在力量的加持，靠我们自身的能力去提策正念是不容易的。因为，当一个烦恼、邪见生起的时候，我们通常没有办法对付。比如，我们常听到一句话——打起精神，但是当我们昏沉、散乱、内

心没有力量的时候,精神很难提得起来。我们的精神提不起来,不是说自己不想提,而是自己没有力量把精神提起来。没有精神的时候,我们拜佛、诵经、持戒、劳动等等,都会觉得了无动力。如果我们周围有同参道友,并且你对他很有信心,这时候他就会创造一个境界,来策励加持我们。我们去缘这个境界,沉寂的心就可以转变过来,精神就能提起来。这种提起来,也就是一种相应,靠自己是做不到的。这并不是一个简单的小事或道理,而是我们在修行过程中必定会有的体会。

善友对于修行如此重要,那具足什么样的条件,才能得到同行善友的提撕摄受呢?最重要的是我们要有一颗真诚求法的心,真正想要改善自己,突破自己的习性,依法提升,这样就能够感得善友摄受。《法苑珠林》说:“夫至道无隔,贵在忠言,故出其言善则千里应之,出其言不善则咫尺如瞽。但教流末代人法讹替,或凭真以构伪,或饰虚以诈真。良由人怀邪正,故法通真俗,名利既侵,则我人逾盛,现亲尚无附之,况元来疏薄,故难交友。”(卷第五十四)这里面讲“至道无隔,贵在忠言”,真正修道的人面对众生时,内心是没有藩篱的,道友之可贵就在于能够讲忠言。但是到了教法衰微之时,有些人学法的动机不清净,放不下名闻利养,处处保护自我的习性毛病,不能以诚心待人,同行间本来非亲非故,又沒有很深的缘份,如此就很难交友了。在《弟子规》里面说:“闻过怒,闻誉乐,损友来,益友却。闻誉恐,闻过欣,直谅士,渐相亲。”如果别人指出自己过失的时候就不高兴,只有听到称赞的话才高兴,那恶友就会接近,善友就会远离,因为我们求的不是佛法,而是名闻利养。反过来,如果听到赞美之词内心就很警策,知道它容易引发骄慢心;听到别人指出自己的过失就很欢喜,因为看到了自己可以改善的地方;久而久之,那就能够得到善友的摄受。《论语》中孔子说:“丘也幸,苟有过,人必知之。”说他觉得自己很幸运,只要有过失,就会有人告诉他。子路也能做到“闻过则喜”,表明儒家的圣贤内心当中都有这样的境

界和功夫,修学佛法的人就更应该如此了。所以,我们应当时时反省自己是不是一个至心希求佛法的人,不够条件接受师友的教诲,这点是最重要的。

二、如理听闻断器过 一切圣言皆教授

我们修学佛法,就是要通过亲近善知识来听闻正法,然后如理思维、观察、修习,最后得到相应的证悟。最初如理的听闻是非常重要的,它是趣入佛法的先导,总结起来有三个步骤:初善启请,中善谛听,后善流通。

什么是初善启请呢?就是在讲法之前,听法的人要向说法师作启请。我们可以看到在佛经中,佛陀与很多弟子在一起,其中有一些弟子请教问题,佛陀就给他们讲法,这些人就叫做当机众,当机众的启请是促成佛陀讲法的重要因缘。佛陀讲法时,会场中还有三种人:一种是影响众,像文殊菩萨、弥勒菩萨等大菩萨,他们在场的目的是影响别人。弟子们看到这些已有大成就的等觉菩萨也坐在里面听法,自然也就愿意来听。另一种是结缘众,他来听法的目的就是为了和大家结缘。还有一种是随喜众,他们是碰到了就听,碰不到就不听,随喜大家而已。其中大部分的人是随喜众,但最关键的是当机众,由他们来向佛做启请,佛才会讲法。因为释迦牟尼佛所讲的佛法,除了《佛说阿弥陀经》外,其它的经典都是有人请问才讲的,众生有困惑,佛才应机回答。就像我们生病去看医生一样,有什么病才给你开什么药,佛说法也是因病予药,才会应机,而不是像小贩卖货一样,不管要不要都给人说,那就不对了。世间上的一切事物都是因缘所生法,不是靠我们凭空去想像的,因为佛菩萨观察到众生机缘成熟了讲佛法,所以我们要希求心,才容易感得闻法因缘的成熟。这就是初善启请的目的所在。

我们如何培养闻法的希求心呢?就像世间人做生意一样,要先看到好处才愿意去做,听法也是一样,要先知道它的殊胜利益才会有希求心。我们可以从不同的角度去思维,如《大宝积经》说:“多闻解了法,多闻

不造恶，多闻舍无义，多闻得涅槃。善听增长闻，闻能增长慧，慧能修净义，得义能招乐。聪慧得义已，证现法涅槃，闻法净黠慧，证得第一乐。”（卷第五十）

《佛说大乘菩萨藏正法经》说：“譬如入暗处，现前诸色相，彼眼不可见，以火能破瞋。如是现在劫，彼有生死人，于善不善法，不听而不知。由听是法故，于罪不应作，及除非义利，速能趣涅槃。乐亲近师友，增长于闻慧，彼慧清净故，获得妙乐义。彼闻义智者，见非法出离，于净法勇猛，得殊胜妙乐。若于菩萨藏，闻已住法性，光明照世间，真行菩提行。”（卷第三十三）

《瑜伽师地论》说：“若诸菩萨欲听法时作五种想，应从善友听闻正法。一作宝想，难得义故；二作眼想，能得广大俱生妙慧因性义故；三作明想，已得广大俱生慧眼，于一切种如实所知等照义故；四作大果胜功德想，能得涅槃及三菩提无上妙迹因性义故；五作无罪大适悦想，于现法中未得涅槃及三菩提，于法如实简择止观无罪大乐因性义故。”（卷第四十四）

希求心的行相，如《瑜伽师地论》说：“菩萨云何求闻正法？谓诸菩萨于善说法，应当安住猛利爱重求闻正法。如是略说于善说法安住猛利爱重之相，谓诸菩萨为欲听闻一善说法，假使路由猛焰炽然、大热铁地，无余方便可得闻是善说法者，即便发起猛利爱重欢喜而入，何况欲闻多善言义。又诸菩萨于自身分，及于一切资身众具饮食等事所有爱重，于欲听闻诸善说法所有爱重，以前爱重方后爱重，于百分中不及其一，于千分中亦不及一，于数分中亦不及一，于算分中亦不及一，乃至邬波尼杀昙分亦不及一。菩萨如于是善说法深生敬重，常乐听闻诸善说法，无有劳倦，亦无厌足，净信淳厚，其性柔和，心直见直，爱敬德故，爱敬法故。”（卷第三十八）当然这里讲的希求心的量是很高的，对于初学者，只要依着经论随份随力去思维，让内心对听法产生好乐，就是有了希求心。

初善启请还有一个目的，是提策学法者对说法师的恭敬心。印光大师说：“佛法从恭敬中求。”有几分恭敬，就会有几分受用。可是凡夫最容易从外相上分别

好坏，对法师挑毛病，这是最要不得的。不论法师相貌、声音等有没有缺陷，只要他讲的是佛法，我们恭敬地听受就能得到好处，反过来说，如果对法师生轻慢心，观察过失，那就肯定不愿意听他说法了，最后受伤的还是自己。因此在听法前，对法师种种的非理作意、不恭敬的心态都要净除。如《瑜伽师地论》说：“若诸菩萨欲从善友听闻法时，于说法师由五种处不作异意，以纯净心属耳听法：一于坏戒不作异意，谓不作心此是破戒不住律仪，我今不应从彼听法；二于坏族不作异意，谓不作心此是卑姓，我今不应从彼听法；三于坏色不作异意，谓不作心此是丑陋，我今不应从彼听法；四于坏文不作异意，谓不作心此于言词不善藻饰，我今不应从彼听法，但依于义，不应依文；五于坏美不作异意，谓不作心此语粗恶，多怀忿恚，不以美言宣说诸法，我今不应从彼听法。如是菩萨欲听法时，于是五处不应作意，但应恭敬摄受正法，于说法师未尝见过。若有菩萨其慧微劣，于说法师心生嫌鄙，不欲从其听闻正法，当知此行不求自利，退失胜慧。”（卷第四十四）

在启请中还应对说法师做种种的承事供养，这能够消除我们很多不敬法和法师的业障，同时积聚听法的资粮。例如佛陀在因地中求闻《法华经》时，曾对仙人承事供养历经千年，如《妙法莲华经》说：“尔时佛告诸菩萨及天人四众：吾于过去无量劫中，求《法华经》无有懈倦，于多劫中常作国王，发愿求于无上菩提，心不退转，为欲满足六波罗蜜，勤行布施，心无吝惜象马七珍、国城妻子、奴婢仆从、头目髓脑、身肉手足，不惜躯命。时世人民寿命无量，为于法故捐舍国位，委政太子，击鼓宣令四方求法：‘谁能为我说大乘者，吾当终身供给走使。’时有仙人来白王言：‘我有大乘，名《妙法华经》，若不违我，当为宣说。’王闻仙言欢喜踊跃，即随仙人供给所须，采果汲水拾薪设食，乃至以身而为床座，身心无倦，于时奉事经于千岁，为于法故，精勤给侍令无所乏。”（卷第四）

什么是中善谛听呢？就是在正式听法的时候，要

调整好我们的心态,让闻法与说法相应。我们可以看到,每部经都是以“如是我闻”开始,听法的人要很认真,不能听错,这样才能得到受用并忆持记录下来。真正相应的时候,当下就能够调伏烦恼,开显智慧。每部经结束时都是一切大众皆大欢喜,多少人发无上道心等等,这就是善谛听闻的效果。

如何做到善谛听闻呢?在《菩提道次第广论》的听闻轨理中讲到,听法时首先要断器三过。打一个比方,说法就像天降甘霖,听法就像用杯子去接,这接水的容器必须准备好,不能有三种过失:第一种是覆器,就是杯子倒覆过来,那就接不到雨水;第二种是垢器,虽然没有覆器的问题,但是杯子里面是脏的,有泥巴甚至有毒,如此,接到的水就不能饮用。第三种是漏器,虽然没有前两种问题,但是杯子有洞,水也存不住。

听闻佛法也是一样,要断除这三种过失。佛陀也常常在讲法的时候说:“谛听谛听,善思念之。”这八个字的内涵就是断器三过。我们千万不要小看这八个字,听闻佛法真正的关键就在这里。第一个“谛听”的意思是说我们要把法听进去,要断覆器。我们在听法的时候,容易有的一种状态是散乱,如《阿毗达磨集异门足论》说:“云何心散乱性?答:诸心散性,若心乱性,心躁扰性,心流荡性,不一境性,不安住性,是名心散乱性。”(卷第十七)就是心念不能安住,东想西想,听法时心不晓得跑到哪里去了,根本就听不到法,这就是覆器。无散乱心听法的行相,如《瑜伽师地论》说:“云何菩萨无散乱心听闻正法?谓由五相:一者求悟解心听闻正法,二者专一趣心听闻正法,三者聆音属耳听闻正法,四者扫涤其心听闻正法,五者摄一切心听闻正法。菩萨如是求闻正法。”(卷第三十八)对治散乱的方法,比较重要的是要在听法之前做好前行准备,可以通过供养、皈依、祈求等提策对闻法的希求心和恭敬心,从而让自己的心能够收摄。

听法时还容易有的一种状态是昏沉,如《大乘广五蕴论》说:“云何昏沈?谓心不调畅,无所堪任,蒙昧为性,是痴之分,与一切烦恼及随烦恼所依为业。”就

是心智蒙昧,不清明,没有能力去感受外在的境界,再严重的就会打瞌睡,这也是覆器的典型行相。我们听法时昏沉,其中一个主要原因就是业障,以前造过不敬法的业,所以遇到这种情况时要好好忏悔。

第二个“谛听”,是指听法时内心一定要良善、清净,不能夹杂不良的动机,这是断垢器。如果内心不纯净,动机不纯,学佛法的时候就会受到染污,虽然有点相似的帮助,但是会有很多坏作用,乃至根本得不到佛法的受益。如《瑜伽师地论》说:“又以善心听闻正法,便能领受所说法义甚深上味,因此证得广大欢喜,又能引发出离善根。”(卷第二十)听法的目的是让我们出离、解脱,究竟成佛,不能为名为利,那是世间八风。学法时动机不纯就是因地不正,因地不正就不会有好的果报。《瑜伽师地论》说:“如来弟子依生圆满转时,如先所说相而听闻正法,唯以涅槃而为上首,唯求涅槃、唯缘涅槃而听闻法,不为引他令信于己,不为利养恭敬称誉。”(卷第二十)

后四个字“善思念之”,指的是能够忆持所听的法义,不失念,这是断漏器。如《大乘广五蕴论》说:“云何失念?谓染污念,于诸善法不能明记为性。染污念者,谓烦恼俱。于善不明记者,谓于正教授,不能忆持义,能与散乱所依为业。”失念就是听完了就忘记掉,内心不能执持所闻的法义,听闻也就等于白听了。我们听法前都要念的开经偈中有一句“我今见闻得受持”,见闻之后就要受持,受是指领纳,持是执持。受持后,我们才能慢慢地理解如来说法的真实义,这是很关键的问题。对治漏器的方法,要在平时多培养内心的专注与寂静,不断增强自己的念知力,不能忆持法义的过失,慢慢就会得到改善。

有的人听法时还会存在这样的心态:我来听听,看看这位法师讲的有没有道理。这样听闻是不会得到受益的,因为他不是在学习,而是拿自己的见解去评判说法师。符合自己的见解才认可,觉得不合己意时,就会想:“你讲你的,我有我的看法。”这是内心不纯净、有邪执的一种表现。

还有一种心态,听法者觉得法师讲的都是别人的问题,没有讲到自己。其实真的没有讲到自己吗?不是,是没有用心去听,没有把法和“我”联系起来。“这个法师是为我讲佛法”,一般人很少这样思维,这就是法不入心的一种行相。如果用法师讲的法去看别人,观别人的过失,那就是法镜外照,错上加错了。

以上三种器过属于负面的部分,属于听法时要断除的过失,要想得到更大的受益,还应该从正面观察思维,让自己的好乐心增长。这些思维的角度如《大方广佛华严经》说:“复次善男子,汝应于自身生病苦想,于善知识生医王想,于所说法生良药想,于所修行生除病想。又应于自身生远行想,于善知识生导师想,于所说法生正道想,于所修行生远达想。又应于自身生求度想,于善知识生船师想,于所说法生舟楫想,于所修行生到岸想。又应于自身生苗稼想,于善知识生龙王想,于所说法生时雨想,于所修行生成熟想。又应于自身生贫穷想,于善知识生毗沙门王想,于所说法生财宝想,于所修行生富饶想。又应于自身生弟子想,于善知识生良工想,于所说法生技艺想,于所修行生了知想。又应于自身生恐怖想,于善知识生勇健想,于所说法生器仗想,于所修行生破怨想。又应于自身生商人想,于善知识生导师想,于所说法生珍宝想,于所修行生拈拾想。又应于自身生儿子想,于善知识生父母想,于所说法生家业想,于所修行生绍继想。又应于自身生王子想,于善知识生大臣想,于所说法生王教想,于所修行生冠王冠想、服王服想、系王缙想、坐王殿想。”(卷第七十七)

什么是后善流通呢?听完后要依教奉行,就是把善知识的教授教诫如法行持。教授跟教诫不同,教授是告诉我们一个法门,应该怎么做;教诫是告诉我们什么事情不能做;这是一体的两个方面,一个是该取的,一个是该舍的。我们要对善知识的话深信不移,对于他教诫我们不能做的,如果只是今天没有做,明天还是照样去做,那是没有用的;同时教授我们要去做的,必须老实地做,一直坚持下去,才会有成

就。如果只遵守教授而不遵守教诫,或者反过来,都是不行的。就像冷热阴阳的相生相克一样,所有的教授教诫都要遵行无违,这是很重要的。我们自己听法后能够依教奉行,并将学习实践的心得为他人宣说,广为流通,这就是后善流通。

刚才提到,如理听闻佛法能够让我们开启智慧,乃至佛陀讲完一座法后,就有许多人开悟证果。其实我们学习佛法,无论听闻也好,看书也好,都不能停留在文字理论上,文字只是一种符号,是表征佛法的,我们一定要趣入文字背后的内涵,才能够启发智慧,得到佛法真实的受用。

《菩提道次第广论》上讲“一切圣言现为教授”,就是说佛陀所有的言教都是我们修行的教授,都是现前对治烦恼究竟圆满成佛的。我们容易去接受文字理论,但是要体悟到内涵就不容易。我们学佛法是要通过如理听闻、思维、修习,到最后是要得到智慧,由智慧才能到彼岸,究竟地解脱生死。我们要以智慧解决问题,而不是以经论的文字语句解释问题。佛在四依法中讲“依义不依语”,学文字是为了得到内涵,听闻、看书是要通达佛法,解真实义。如《瑜伽师地论》说:“由诸菩萨思惟法时但依其义、不依文故,于佛世尊一切所说密意语言能随悟入。”(卷第三十八)很多人学佛要么在文字上转,要么在义理上转,从这个概念推到那个概念,没办法现为教授。现为教授有什么效应?就是在听闻的当下,现行烦恼得到调伏,开启智慧,很多疑惑得到破除。比如讲无常,我们可以用无常来解释境界,但如果内心无动于衷,那有什么用呢?讲无常是要破除内心的常执,提起警策心和精进力。真的发起了精进,放逸懈怠等烦恼现行就会被破掉,这才是佛陀告诉我们无常的本意,其他法类也是一样。在经典中记载了一个故事,佛陀有一次生病,正在休息,这时阿难在外面给别人讲佛法,讲到精进的时候,佛陀听到了,马上就坐了起来。阿难看到了,就问佛陀为什么不休息,佛陀说我听到你讲精进,心里好欢喜啊!佛在生病时都是这样示现的,一听到法,内心马上就能

够相应。学习佛法真正能够现为教授了,就会有这样的功效。

如果听法久了,不想再听了,甚至疲掉了,好乐心没有了,那就是学出了问题。有些人学到最后成了“老油条”,什么道理都懂,烦恼却不能调伏,就是没有做到现为教授。学佛法就要让圣言活起来现为教授,要想办法真正体会佛法的内涵,真正体会到了佛法的境界,对法才会有感觉,才会生起不可动摇的信心。比如说我们对三宝的功德真正有了体会,才能谈得上建立终极信仰,就是要成佛、取证涅槃。真正建立起终极信仰的人,遇到什么境界都不会怯弱,每一天都很清楚为何而活者,所以内心很踏实,也非常有力量。如果体会不到佛法的内涵,就会感到佛法这么好,为什么我学了这么久还有如此多的烦恼和问题?就会疑惑重重。

我们学习佛法,不能把圣言现为教授的原因何在呢?《大乘起信论》说:“一切诸法唯依妄念而有差别。”意思是说,我们在人生过程中,所经历的一切,感受到痛苦也好,快乐也好,美好也好,丑陋也好,都是自己的妄念产生出来的,是分别心分别出来的。我们肉眼所看到的事物,只能看到外表现象,无法辨别本质。因为我们只是看到局部、有限时空因缘下的事物现象,以及由这些现象所产生出来的各种各样的感受、知识、经验等。这些都是凡夫内心当中的经验,同时也是问题,必须用佛法去净化和提升。如果不能认识到这一点,听闻佛法时就会以个人的经验和认知去理解佛法,这就是问题所在。

学习佛法必须要借助语言文字,儒家也讲“文以载道”,语言文字是承载佛法的工具,在佛法中叫做名言。在学习佛法之前,我们接触的都是世间名言,也就是世间的语言文字,它是用来安立诸法和表达思想的工具,可是世间人却反而受到这套工具的支配和束缚。因为凡夫的名言所指的是世间法,它是从分别心出来的,从烦恼出来的。我们的一切看法、想法、观念,都是受名言的支配,不仅会导致自己内在起烦恼,

还会影响别人。佛法就不一样了,所讲的都是圣者的名言,它也有所指,却是从智慧流露出来的,所有言说皆依诸法实相,清晰地指出问题所在,但又不落入名言的执着中。凡夫被世间名言束缚住了,跳不出去,不能得到解脱。因此必须用圣者的名言来代替世间名言,否则你执着世间的一套名言,就难以接受佛教中圣者的名言,就会被束缚住。世间的成就恰恰是要放下的,世间讲“我”,佛法讲“无我”,世间讲“常”,佛法讲“无常”。我们学习佛法,一切圣言现为教授的目的就在这里,要让我们名言概念体系,符合圣人的名言体系,这样才能够转凡成圣。世间名言都是有为法,一切有为法如梦幻泡影,都是会无常迁灭的。凡夫皆以有为法而有差别,圣人则以无为法而有差别。我们要透过学习,将内心中世俗染污的名言转变成佛法善净的名言,最后用智慧彻底破除一切执着,才能解脱生死,修行即是要达到这种胜义谛的境界。

学习佛法,就是要去体会佛菩萨的境界。一切圣言现为教授就是要把内心里面无明烦恼的名言种子、业种子去转化,转染成净,这是一件非常困难的事。因为我们以前都是凡夫的境界和经验,现在要去学习佛菩萨的境界和经验,这个境界和经验不容易学,那我们怎么去学呢?就是要依靠善知识,在善知识的引导下步步深入。

三、依师修学信为本 次第方法无错谬

佛陀的言教都是指导我们修行的,祖师菩萨造的论是解释佛经的,也是指导我们修行的教授,但是由于一般人的条件不够,无法靠自己的力量得到经论的内涵,必须靠善知识的善巧引导,让我们从自己的缘起点出发,一步一步迈上去,让佛言祖语能够现为教授。否则我们自己看经书,会觉得佛法很好,像天上的星星一样,看得见却够不着。善知识是真正有经验的过来人,知道我们的条件如何,学修的下手处在哪儿,能够帮助我们对治烦恼,除遣疑惑,破除我法二执。我执跟法执的概念其实每个人都知道,但是知道概念不

一定就能够破得了，修行最终就是要去破我执跟法执，让我们究竟解脱。

依止善知识，当然不是随便依止的，所依止的善知识要具足一定的德相。但作为弟子而言，最重要的是不能观察善知识的过错，对善知识要有信心。有信心的话，善知识才会为我们作指导，让我们突破修行的障碍，跨越心灵的樊篱。如果我们连很小的事情都不信，大的事情他也不可能给我们讲。对善知识的信心就像电脑的网卡一样，要靠它去接收信号，网卡要是坏了，信号就没有了。对善知识没有信心或信心不足，就得不到指导和加持，就像网卡坏了，信号就断了。我们遇到善知识示现一些不容易理解的行为时，不能用自己的逻辑来推理，更不能用凡夫的心态分别善知识的过失，这是非常重要的。因为只有境界高的人才能看清楚境界低的人，境界低的人看不清楚境界高的人，心胸格局窄的人，不了解心胸格局宽的人，心胸格局宽的人却能把窄的涵盖进去。因此我们不管在任何时候，遇到任何事情，都要有信心，就像密勒日巴尊者一样，他依止玛尔巴尊者时，不知道受了多少委屈，经历了多少折磨，但他对善知识的信心从来没有动摇过。

汉地的祖师也是一样，禅宗里有一位很了不起的丹霞禅师，成就很高。他准备出家的时候，想要找一个当时最了不起的大善知识，整个佛教界公认的大德做师父。他到处去问，大家都说马祖道一禅师最有成就，就千里迢迢跑到马祖道一禅师那里去求，说我要到你这里出家，请求成全。马祖道一禅师告诉他，你的出家因缘不在我这里，我不收你。丹霞禅师说，我已经梦寐以求了很多年，到你门下来出家，你居然不收我？你说我出家的因缘不在你这里，那我究竟应该到什么地方出家？马祖道一禅师就告诉他，你应该到石头希迁禅师那里出家。丹霞禅师磕了三个头就走了，他真的就到石头希迁禅师那里出家去了。到了石头希迁禅师那里，丹霞禅师就给他跪拜顶礼，说我要到你这里出家，石头希迁禅师就让他住下来。在两年的时间里，石头

希迁禅师既不跟他说话，也没有教他什么佛法，就让他去劳动。丹霞禅师很听话，就在庙里天天劳动。后来有一天，丹霞禅师刚好遇到马祖道一禅师，马祖道一禅师就给他讲了一句话：“庭前草长。”意思是庭院前面的草已经长长了。丹霞禅师非常有悟性，他回去后马上端了一盆水，拿了一把剃刀，去找石头希迁禅师，就这样落发了。剃度之后，他赶紧礼谢剃度的师父，石头希迁禅师摸摸他的头，说：“佛子天然。”丹霞禅师再次礼谢。石头希迁禅师问：“我还没给你取法名，你怎么就再感谢？”丹霞禅师说这个就是法名，然后石头希迁禅师就给他讲了一些佛法。刚刚讲了几句，他就跑出去，说我不听了。石头希迁禅师觉得奇怪，说我不容易给你讲法，人家求都求不到，你还不听？他说佛法我已经听够了。石头希迁禅师说，你怎么能说佛法听够了？我刚才讲了什么？你怎么认识佛法？拿出来给我见识见识。丹霞禅师就跑到佛像前，坐在那里不说话。石头希迁禅师就对他说，你将来必定有大成就。他后来果然成了一位成就很高的大禅师。

这个公案的意思是说，禅师开悟是有一定因缘的。禅宗所有大德的开悟都是有因缘的，净土宗、密宗，其它的宗派也是一样，大德下面的弟子们能有成就，都是有因缘的。过去在丛林里，不论是禅宗、净土宗还是其他宗派，出家学习佛法，要读哪些经论，不是自己随便乱读的，要经过善知识同意才行。善知识让弟子怎样修行，弟子就怎样修行，所以，必须对善知识有坚定的信心才可以。在丹霞禅师的公案里，如果马祖道一禅师让丹霞禅师去找石头希迁禅师时他不去找，或者另外去找别的善知识，最后就不一定能有大成就。

所以修学佛法，最重要的是依止善知识，对善知识要有信心，对他的引导要有信心，这样才能走得上去。善知识的引导，特别是对于初学者，主要是两个方面：一是次第，二是方法。

次第是什么意思呢？比如我们盖一座楼，先要把地基打牢固，然后慢慢垒墙壁、架楼板、铺地砖等等，

有它的前后次第。反过来说,如果我们没有做地基,直接就在泥土上面垒房子,等到盖得高的时候,房子就会倒塌。修行也是这样,它有相应的次第——目标是什么,下手处在哪儿,先修什么后修什么,前后怎么配合等等,都要在善知识的指导下认识清楚,按照次第去修,才不会走弯路、错路,才容易成功。次第没有弄明白就盲目去做,很容易出偏差,要么事倍功半,要么半途而废,都是因为对修道的次第不甚明了所致。所有的佛菩萨、善知识,都要引导我们成佛。怎么成佛呢?就要按照次第一步一步去学,一步一步去修。学的内涵是明确目的地,认清道路和方向;修的内涵是脚踏实地,一步一步去走。学跟修,就是我们所谈到的见跟行。

有了次第之后,还要有方法。好比我们对造房子的次第一步一步弄明白了,但是如果我们没有实际的经验和操作方法,这个房子依然盖不起来。学佛修行也是一样,还有一个具体怎么修的问题。有人认为自己知道了次第就能够修得上去,那也未必,如果没有方法、不得要领,依然修不了,所以方法就非常关键了。挖地有挖地的方法,煮饭有煮饭的方法,炒菜有炒菜的方法,做任何事情都有方法。

这种方法是一种经验的传承,有修行的人必定有修行的经验,才有办法对我们做指导跟引导。反过来说,如果不是在修行上面累积了很多的经验,是不足以去指导人的。比如说,你掌握了很多医学常识,但是没有实际的临床经验,依然是不敢给人看病的,看病也容易发生误诊。一个看了几十年病的医生,他只要眼睛稍微看一下,手摸一下脉相,就知道患者得了什么病,就可以开药,并且是很准确的。

我们常常讲学佛要种正因,意思是知道了学佛的目标是成佛之后,就要在因地上去努力,因正才能果圆。但是如果不明修道的次第、方法,那又如何种成佛的正因呢?就犹如播种一样,你究竟怎么来播种呢?如果没有挖地、平地,没有把地里的石头、杂草去掉,我们的种子种下去,最后的收成肯定会受影响,甚至也

可能没有收成。因为土质太差,种子种下去不能生根发芽。同样的道理,我们的心如果太僵硬了,都是烦恼发生现行,都是杂草石头,善法的种子种下去就会被埋没,无法生根发芽。因此学佛一定要把基础先打好,怎样依止善知识,怎样亲近善友,怎样听闻佛法,怎样让自己成为一个具相的弟子,这些基本条件要先具备。基础不稳固就想种这个正因,就如同地没有整好就去播种一样,最后不仅没有收成,甚至连种子也浪费了。很多人刚开始学佛的时候比较好奇,发心很大,用功也很猛,但久了之后,就发不起来了,退心了,坚持不下去了。其原因就是基础性的修习没有做好,没有集聚学法的资粮,条件不具足,就像土地没有垦好一样。这是很多人学佛过程当中常常发生的问题,想用很快的时间修出一个什么模样、境界出来,结果不仅没有修成,最后连学佛法的兴趣都没有了,对佛法的信心都动摇了,会觉得佛法不是很灵验啊!这些都是由于不知道次第,又没有正确的方法,盲修瞎练造成的。

佛法就是成佛的方法、成佛的途径。怎样按照这条路一步一步去走,走好走稳,最终成佛,是有它的次第和方法的。我们依止善知识修学佛法,其目的就是要对学修的路越来越明晰和笃定,越来越有方法。有没有方法的表现现在哪里呢?在于能不能调伏自心。调伏自心是要调伏心中的烦恼,学佛法的目的是为了要对治烦恼。如果不能调伏自心,就说明没有方法;如果能够调伏自心,就是有方法。内在的无明烦恼得到调伏,就有智慧了。

有人说,我不生气,也不骂人,是不是烦恼调伏了呢?单单不生气、不骂人还不够,还要看内心有没有光明?有没有力量?有没有承担心?内心中有力量去面对各种境界的考验,承担利他的责任,就是有智慧,就是烦恼真正得到了调伏。

我们要调伏自心,就要看待好心 and 境的关系。在学佛修行之前,我们的心都是随着境界转——看到好的境界,就起贪心;看到不好的境界,就起瞋心。因此

刚刚开始用功的时候,需要远离外境,也就是通常所说的“防护根门,远离外境”。远离外境才能防护根门,才能有办法转心。但是远离境界之后,慢慢地,内心跟外在的境界中间就会有距离,虽然我们看到各种人事物,或者听到别人反映的问题,但是实际上自己内心当中会产生一片空白的境界,觉得这些东西好像跟自己没有什么关系。这是大部分有用功的人会有的一种感受,这就是我们离境修的时候,沉空滞寂所造成的问题。

比如我们要观空、证悟空性,要达到观空证空而出有才可以。如果我们一直在观空,而却少慈悲心等法类的修习,一旦证悟空性,就会在这个境界中出不来,这是非常可怕的事情。因为内心中有这么一块空白地带,就接受不进外在的境界。佛世的时候,须菩提的舅舅长爪梵志非常自负,他喜好辩论,去找释迦牟尼佛辩论时立了一个宗:一切法不受,释迦牟尼佛就问他:一切法不受的这个说法你受不受?其实这也是一个受。受有三种:苦受、乐受、舍受,如果一切法不受,就落到舍受中去了。同样的道理,如果不领受境界、拒绝境界时也有受,它就是舍受。当我们落到舍受中,而自己又不知道的时候,就是处于无明的状态。如果我们的心的长期远离境界、拒绝境界,对外境逐渐就不敏感了,面对具体的人事物时,常常无法判断现在应该怎么办?这件事情怎么处理?最后,我们的心就会丧失面对境界的能力,不能面对日常生活中种种境界的挑战,这就是没有承担心的表现。没有承担心就不可能发菩提心,大乘行者要发菩提心,在广大承担中面对种种境界去历练。菩提心是心心念念不舍有情,如果不能面对境界,就与菩提心相违背了,也有违我们调伏自身烦恼的本意。如《般若波罗蜜多经》说:“佛告善现,诸菩萨摩訶萨于诸有情誓不舍故,谓作是愿:若诸有情未得解脱,我终不舍所起加行。善现,诸菩萨摩訶萨愿力殊胜,常作是念:一切有情若未解脱,我终不舍。由起如是广大心故,于其中道必不退落。善现,诸菩萨摩訶萨恒作是念,我不应舍一切有情,必令

解脱,然诸有情行不正法,我为度彼,应数引发寂静空无相无愿解脱门,虽数引发而不取证。善现,是菩萨摩訶萨成就善巧方便力故,虽数现起三解脱门,而于中间不证实际,乃至未得一切智智,要得无上正等菩提方乃取证。”(卷第三百三十二)

没有承担心、沉寂偏空是一个将佛法学偏而导致的比较大的问题,是由于没有把握住修行次第和方法中的关键点所致,只有依靠具量的善知识的引导,才能避免这类问题。因此,修学佛法对善知识的信心是根本,次第和方法就是决定。

四、密集稳定双用功 忏悔发愿恒常修

最后再谈一谈修行用功方法的问题。用功分为两种,一种是密集的用功,一种是稳定的用功。密集的用功指精进佛七、禅七、结夏安居、闭关等,能够在七天、三个月乃至更长的时间内保证连续地修行。密集用功在修行上是必须有的阶段,因为在放下一切外缘的情况下,经过一段时间的密集用功,专心致志地安住在佛法的修持上,能够比较快地转变心续,获得一定的体验,增长我们对于佛法的信心,乃至获得成就。丛林里每年都有密集用功的阶段,到夏季要结夏安居,冬季要打念佛七、禅七。佛世时的僧众通过三个月安居静修,会有很多人开悟证果。参加过精进佛七的人,也可以得到不同程度的佛法体验,例如业障消除、身心轻安,生起无常、皈依的觉受等等。对于在家居士,如有条件最好能到寺院里参加打七,如果条件不允许,也应该过一个阶段就有一些加功用行,多吃一些功课,这是很重要的,能够帮助我们快速提升心力,就像加油站一样。

另一种是稳定的用功,就是在日常生活中的修行用功。它有一个原则:“身心稳定,心灵提升。”让自己的身心有一个稳定的状态,避免大的起伏与波动,这是修行的基本功,有了这个条件后,才能更细致地在内心做功夫。这就要求我们每天的生活作息要有规律,什么时候做什么事都要事先规划好,避免任遇所

缘和心无所缘。出家众比较有条件做到这一点,因为寺院的生活作息是很有规律的,只要能够坚持每天随众上殿、过堂、出坡、诵经、学习等,身心就会很稳定,在这些境界里慢慢地学会用心,久而久之内心就会培养有一种无形的力量,这种力量是以后密集用功修行的基础。反过来讲,如果没有平时稳定用功的基础,密集用功也是使不上力的,乃至于是做事承担也是不容易长久坚持的。因此作为一个出家人,随众是非常重要的,随众就是最好的修行,尤其是对于承担寺务工作的执事法师更要努力做到这一点。

稳定用功对于在家居士们应当如何操作呢?在保持自己生活起居尽量规律的前提下,最重要的是给自己定功课。它有三个原则:第一,每天必须要有固定的时间、固定的时段。做功课的时间由自己来决定,一般早晚比较合适,早晨可以有缘念,晚上可以回向。第二,应该要有固定的地点,每天都在同样的地方做功课。第三,要有固定的内容,无论诵经、打坐、持咒、念佛,每天都是同样的内容,不要经常改变,也不要时多时少。做功课不能停也不能断,长期坚持才会有功夫。就像我们吃饭一样,如果一天吃,一天不吃,肯定会出问题,每天吃多少保持定量,身体才会健康。做功课也是如此,每天坚持,我们的身心才会稳定、进步。

在每天的功课里边应当有两个最重要的内容:一个是忏悔,一个是发愿。对自己过去、现在的种种过失至诚忏悔,同时对未来的期许要发愿。

忏悔就是对以前所造的种种过失、恶业要追悔,而且保证以后不要再造。如《六祖坛经》说:“忏者,忏其前愆。从前所有恶业,愚迷憍诳嫉妬等罪,悉皆尽忏,永不复起,是名为忏。悔者,悔其后过。从今以后,所有恶业,愚迷憍诳嫉妬等罪,今已觉悟,悉皆永断,更不复作,是名为悔。故称忏悔。”为什么要常常忏悔呢?因为我们要离苦得乐,决定苦乐的是我们造的善恶业,而业一旦造下去就不会亡失,因缘会合时就会感果,唯有通过忏悔才能消除恶业。凡夫在无量烦恼之中,无始以来造的恶业无量无边,如《地藏经》说:

“南阎浮提众生,举止动念,无不是业,无不是罪。”(卷上)因此要常常忏悔。只要真诚忏悔,罪业即能消除,如《四十二章经》说:“有恶知非,改过得善,罪日消灭,后会得道也。”即使是阿闍世王杀父的重罪,由于他至诚忏悔,虽然堕入地狱,但是暂入旋出,并未受地狱的痛苦。如《佛为首迦长者说业报差别经》说:“复有业能令众生堕于地狱,暂入即出。若有众生造地狱业,作已怖畏,起增上信,生惭愧心,厌恶舍弃,殷重忏悔,更不重造。如阿闍世王杀父等罪,暂入地狱,即得解脱。于是世尊即说偈言:若人造重罪,作已深自责,忏悔更不造,能拔根本业。”

在现实生活中,我们也可以看到,有些人就是通过忏悔找回了善良的本心,了解了人生的意义,从而进入佛门。有些人虽然学佛,但是内心烦恼非常粗猛,佛法不能入心,这时最需要做的就是忏悔。在皈依仪轨里面,正受三皈前要忏悔,受戒前也是一样,要先忏悔清净才能得到皈依体和戒体。学佛要想真正上路,第一步就要忏悔,不论对出家人还是居士都是非常重要的。

忏悔的方法,对于犯戒罪,有相应的作法仪轨,这里不细谈,对于犯戒以外的业道罪,就要用具足四力的方法来忏悔。《菩提道次第广论》说:“诸恶还出者,应由四力。开示四法经云:慈氏,若诸菩萨摩訶萨成就四法,则能映覆诸恶已作增长。何等为四?谓能破坏现行、对治现行、遮止罪恶及依止力。作已增长业者,是顺定受,若能映此,况不定业。”(卷第五)历代祖师制作了很多修忏悔的仪轨,如八十八佛忏、三十五佛忏、药师忏、金光明忏等,这些仪轨的内涵就是四力对治。其中破坏现行指的是对我们已造的恶业产生极强的追悔心,就像误食毒药般地后悔,这样造恶业的现行烦恼才会破掉;对治现行是指用种种的方法例如持咒、诵经等产生对治恶业的力量;遮止罪恶是指发起很强猛的誓愿,誓不再造;依止力指皈依三宝和发菩提心。对于注定要感果的作已增长业,都能够依四力对治忏悔清净,何况其它的业。但要真正生起四力具

足的量,如《金光明经》说的“不起邪心,正念成就”(卷第三)是很不容易的,通常要到密集用功的时候,比如打佛七,有善知识引导,才比较容易做到。

我们平时每天的忏悔该如何做呢?一方面四力忏悔可以随份随力去做,另一方面比较重要的是养成反省的习惯,常常检点自己身语意三业的过失,只有知道自己有问题才会去忏悔、改过,这也是四力忏悔的基础。反省的内容有两方面是比较重要的,第一个方面是从“所求”和“业果”上去反省。“所求”就是我们行为背后的动机,因为动机决定造业的性质。我们学了佛法都知道要造善业,不要造恶业,但是有时候把握不好自己的内心,动机就会出问题。例如初学佛的人往往会有一种心态,见到善知识、法师的时候,既想去亲近但又害怕。这时就要去反省自己为什么要亲近?为什么会害怕?亲近善知识到底是为了求什么?想亲近是由于学习了一些亲近善知识的理念,知道能得到利益;害怕是因为自己内心有烦恼,怕善知识不给自己好脸色,怕被他看透自己的习气毛病。这种畏惧善知识的心理,就如《大学》中说的:“小人闲居为不善,无所不至,见君子而后厌然,掩其不善而著其善。人之视己,如见其肺肝然,则何益矣!”亲近善知识要想得到利益,就必须要做到坦诚,要有学习、改过的心,不能文过饰非,把自己包装起来。如果只想求肯定,一旦善知识不肯定自己,就会害怕失望。不想让善知识知道自己的过失,自我保护,不知不觉地就造下了远离善知识的因,这是在亲近善知识的过程中,需要常常反省的地方。

除了反省所求以外,从业果的角度反省也是很重要的。我们在学修、生活当中与人相处的时候,常会发生摩擦碰撞,比如别人不客气地讲我们一句,自己就会很难受,这时一是要反省自己的所求:我为什么难受;二是要进一步从业果上去反省:为什么别人会这样讲我呢?这就是自己的业力所感。我们不能去怨天尤人,因为业未造不遇,《大学》说:“言悖而出者,亦悖而入;货悖而入者,亦悖而出。”一切都是自作自受的,

因果报应毫厘不爽。这时我们需要静下心来,认真地回忆往昔是怎样对待别人的,哪些地方给别人造成过伤害。仔细反省的话,一定可以发现自己也曾经这样对待过别人,能够反省到自己的现行,才会去忏悔、改过。孔子说:“己所不欲,勿施于人”,好好地因地上改善自己,善待他人,才是我们真正应该去努力行持的地方。

平时反省的内容还有另一个方面,用禅宗的话来讲就是要起疑情。要常常扪心自问:“我自己的学习、用功、工作、生活的方式、方法对不对?是不是跟佛法的精神相违背?”

我们学修佛法是要依法行持,根据佛法一点一滴来返照自己、改善自己,而不是以佛法来诠释、说明自己的观念与行为的合理性,这是非常关键的一个问题。如果我们意识不到这个问题,学了一些佛法的概念、名词术语,就以自己的认识来理解佛法,认为佛法就是这样的一个道理、意思,慢慢学久了以后,不知不觉地就会产生一种心态:自己就是佛的代言人、法的代言人,好像自己理解的佛跟法才是正确的。而实际上自己跟佛法已经越来越远,对佛法的执着越来越严重,这就是我们常常听到的把“佛法学死了”。很多人学佛会出现这种情况,到最后就会认为自己内心里的佛法观念才是正确的,其他人都学错了,都是学得有问题。这样就会导致自己的心很难与大众相应,很难与大众沟通,而自己恰恰忘记了学习佛法的目的是要调伏自心和转变自心的。

举一个例子,比如大家在一起研讨佛法,很多人不知道怎么研讨。我们到寺院里来研讨录音带、经论,自己要先用功,然后把问题带来。在研讨过程当中,可以表达自己对于这一段经文是怎么理解的,别人也可以表达他是怎么理解的。当然你也可以不赞成对方的观点,但是你没有必要说对方是错的,这本身就是他的理解,要去研究对方为什么会这么理解。比如说五个人有五个答案,我们就要去思考别人为什么这样理解。研讨的目的就是要让大家造共业,了解对方。如果

他理解得很浅，你要去了解他为什么理解得这么简单，下一步才知道怎样去帮助他。反过来说，理解浮浅的人要去了解别人，看人家哪些方面可以值得自己借鉴、学习。不然的话，你说他错了，他说你也错了，他说你很浅，你说比他还深，无形当中就会互相观过，乃至想教别人，好为人师，这些都是非常错误的。这样学下去的结果是每个人都越来越固执，善知识引导时都会很困难，因为长期熏习的结果，只认为我最对，我的认识是正知见，实际上不晓得错到哪里去了。本来在学佛以前，还知道自己有很多问题、很多烦恼，要通过学习佛法来净化自己。学了佛法之后，久而久之，不仅内在的我执没有淡化，外在的我相没有放下，反而加深、加重，最后变成用佛法把自己包裹起来，好像自己所做的都是最如法的，都是最如理的，别人好像都不如法，都是有问题的等等。这些都是学修佛法比较久的人特别要注意的地方。

因此我们对自己要常常怀疑，对别人不能产生怀疑。如果不能扪心自问，不能对自己起疑情，自己的一些错误观点就会越来越坚固，就会认为自己就是最正确的。我们对自己起疑情，就是反省自己，也就是忏悔，这样我们才会进步，智慧才会得到增长。我们在几十年短暂的人生过程中，只有不断坚守自己的正念，不断认识到生命的弱点，知道自己在修什么、修不上去的原因何在等等，才能不断地突破、进步，这才是真正的修行。真正有了生命提升的经验以后，才能够理解别人在修行过程当中的一些境界和成长，才能够有条件了解别人内心的功夫。如果我们自己的执着非常重，那就根本不可能了解别人，因此反省忏悔对于修行非常的重要。

我们养成了对自己起疑情、反省的习惯后，就会发现自己的问题，这些问题慢慢积累下来，就要学会去分类——学习上面的问题、用功上面的问题等等，当遇到善知识的时候，只要给你指点这些问题的核心、要害在哪里，就可以把所有的问题全部解决。不然的话，有一天善知识来问我们学修有没有什么问题，

我们回答不出来，就失去了得到指导的机会。原因是平时没有去反省思考自己的学修是进步还是退步了，对自己没有起疑情，就不会知道有什么问题。

除了反省、忏悔以外，每天的功课里另外一个要做的就是发愿。发愿就是发起志愿、誓愿，是对未来的一种期许。我们常常说发愿回向，但它们还是有一点差别，发愿是做事之前的动机，回向是积集资粮以后，把资粮、功德回向到希愿的地方，因此有事先与事后的差别。我们学修佛法，沿着道次第增上，就要不断地净除罪障、积累资粮，同时还要不断地广发正愿，把净罪集资的功德回向到学修的各个目标上去。这样做的好处，是能够让我们的功德、资粮向期许的方向去感果。如《欽智度论》说：“诸菩萨见诸佛世界无量严净，发种种愿。有佛世界都无众苦，乃至无三恶之名者，菩萨见已自发愿言：我作佛时世界无众苦，乃至无三恶之名亦当如是。有佛世界七宝庄严，昼夜常有清净光明，无有日月，便发愿言：我作佛时世界常有严净光明亦当如是。有佛世界一切众生皆行十善，有大智慧，衣被饮食应念而至，便发愿言：我作佛时世界中众生衣被饮食亦当如是。有佛世界纯诸菩萨，如佛色身三十二相光明彻照，乃至无有声闻辟支佛名，亦无女人，一切皆行深妙佛道，游至十方教化一切，便发愿言：我作佛时世界中众生亦当如是。如是等无量佛世界种种严净愿皆得之，以是故名愿受无量诸佛世界。问曰：诸菩萨行业清净自得净报，何以要须立愿然后得之，譬如田家得谷岂复待愿？答曰：作福无愿无所播，立愿为导御能有所成；譬如销金，随师所作，金无定也。如佛所说，有人修少施福、修少戒福、不知禅法，闻人中有富乐人，心常念著，愿乐不舍，命终之后生富乐人中，复有人修少施福、修少戒福、不知禅法，闻有四天王天处、三十三天、夜摩天、兜率陀天、化乐天（专念色欲，化来从己）、他化自在天（此天他化色欲与之行欲，展转如是，故名他化自在），心常愿乐，命终之后各生其中，此皆愿力所得；菩萨亦如是，修净世界愿然后得之，以是故知因愿受胜果。复次，庄严佛世界事大，独

行功德不能成故，要须愿力。譬如牛力虽能挽车，要须御者能有所至；净世界愿亦复如是，福德如牛，愿如御者。”（卷第七）

要成就圆满佛果，就要发种种殊胜的大愿，像经论中所说的因愿而受胜果。反过来说，如果不向正确的目标发愿，就有可能成为“三世怨”。有的人虽然学了佛法，也做了很多功德，但是内心真正希求的还是世间的快乐，下一生感果的时候就会回到世间，做一个很有福报、很有脑筋的人。如果没有遇到佛法，远离了善知识、善友，这些福报、好脑筋就有可能成为造恶业的工具。一旦造了恶业，就种下了未来生堕落的因。因此，广发正愿是非常重要的。

发愿回向的另一个好处，是能够让我们的善根功德增长广大。如《大智度论》说：“问曰：若不作愿不得福耶？答曰：虽得不如有愿。愿能助福，常念所行，福德增长。问曰：若作愿得报，如人作十恶不愿地狱，亦不应得地狱报？答曰：罪福虽有定报，但作愿者修少福，有愿力故得大果报。如先说罪中报苦，一切众生皆愿得乐，无愿苦者，是故不愿地狱。以是故福有无量报，罪报有量。有人言最大罪在阿鼻地狱，一劫受报；最大福在非有想非无想处，受八万大劫报；诸菩萨净世界愿亦无量劫，入道得涅槃，是为常乐。”（卷第七）

此外，我们在发愿回向时越能够把功德回向给别人，回向给法界有情，我们自己获得的果报也就越大，如《地藏菩萨本愿经》说：“复次地藏，未来世中若有善男子善女人，遇佛形像、菩萨形像、辟支佛形像、转轮王形像，布施供养得无量福，常在人天受胜妙乐；若能回向法界，是人福利不可为喻。复次地藏，未来世中若有善男子善女人，遇大乘经典，或听闻一偈一句，发殷重心，赞叹恭敬，布施供养，是人获大果报无量无边；若能回向法界，其福不可为喻。……复次地藏，未来世中若有善男子善女人，于佛法中所种善根，或布施供养，或修补塔寺，或装理经典，乃至一毛一尘、一沙一涕，如是善事但能回向法界，是人功德百千生中受上妙乐；如但回向自家眷属，或自身利益，如是之果即三

生受乐、舍一得万报。”（卷下）

发愿如此重要，那我们具体应该如何发愿呢？作为一个佛弟子，我们的愿不外乎总愿与别愿两类。总愿就是学佛的终极目标——上求佛道、下化众生，别愿是把总愿分解成一个个具体的阶段性目标，也可以说别愿都是为总愿做准备的。总愿和别愿都很重要，如果只有总愿没有别愿，就容易感觉很空洞，找不到行持的下手处；反过来讲，别愿失去了总愿的摄持，就失去了信仰的终极目标，没有了方向感。我们所做的一切如果不是为了终极信仰的话，就是没有意义的行为。

我们可以参考佛菩萨、祖师的发愿文，吸取前人的经验，例如阿弥陀佛四十八愿、药师琉璃光如来十二大愿、普贤菩萨十大愿王、智者大师发愿文、善导大师发愿文、宗喀巴大师极乐发愿文等等，仔细揣摩，可以得到佛菩萨、祖师的加持，然后写出自己的发愿文来，每日受持。不可忽视的是，我们的愿必须要有和现实缘起相配合的部分，也就是这一生对自己有什么样的期许，另外要把自己的命运和师法友的命运联系在一起，结好无限生命中生生世世与师友增上的缘也是非常重要的。

发愿回向是功课里很重要的内容，是天天都要做的，要清清楚楚，不能马马虎虎。如果认为反正佛菩萨有神通，我们心里想什么佛菩萨都知道，不用天天刻意去造作，这个就是邪见，因为自己有去讲和没有去讲，有去做和没有去做完全是不一样的。业就要去造作，如果我们没有每天殷重发愿回向，就没有造这个业，也就不会有相应的果。

善知识、善友的摄受，如理的听闻，修行的次第和方法以及对自己起疑情、反省忏悔发愿，都是学习佛法非常重要的基本内容，希望大家能够有正确的了解，得到真实的受用。