

《八大人觉经》略讲

——二〇一五年·沈阳

目 录

《八大人觉经》略讲	1
【略说利益】	1
【经题】	1
【译者】	1
【经文】	2
一、总标	2
二、别明	4
（一）无常无我觉	4
1、世间无常	5
2、国土危脆	7
3、四大苦空	8
4、五阴无我	11
5、生灭变异	16
6、虚伪无主	17
7、心是恶源，形为罪藪	19
8、如是观察，渐离生死	20
（二）常修少欲觉	20
（三）知足守道觉	26
（四）常行精进觉	31
（五）多闻智慧觉	36
（六）布施平等觉	38
（七）出家梵行觉	40
（八）大心普济觉	44

《八大人觉经》略讲

【略说利益】

我们学习《八大人觉经》，一个重要的原因就是它涵盖了声闻的佛法，也包括了大乘的佛法。大家知道，我们汉传佛教的主体是大乘的摇篮，但是没有离开小乘的大乘，就像没有离开小学、中学的大学一样。但是，我们很多学习佛法的人，因为自己认识不到自己内心隐藏的一些烦恼，所以带着过去一些惯常的错误的心的运作来学习佛法，于是在学习佛法的时候，也表现出来很强的贪快图易的心，甚至是好大喜功的心，对于必要的基础和必要的这样次第的学习、升进，没有足够的重视，这也是我们很多人自己觉得自己学了了不起的佛法，但是过了相当长的时间，却发现自己在一些事情面前，还没有办法获得一个很有力的对治。或者说，面对很多事情不能有一个坚定而通透的认识和把握，它的一个比较深层的原因。我也希望通过这样一个共同学习，能给大家在佛法学习，或者是说在生活中的运用有一点点可供参考的利益。

【经题】

这部经典，经名叫做《佛说八大人觉经》。八大人，说的是八种大人觉。不是有八个大人。什么叫大人觉？什么叫大人？大人就是指的佛、菩萨。这个在这部经的后面有说明。说“诸佛菩萨，大人之所觉悟”，这个大人，指的是佛、菩萨。这个八，指的是八种，而不是八个佛菩萨，是八种佛菩萨他们觉悟的真理——八种大人觉，是这样的意思。

【译者】

这部经在我们汉传佛教的翻译，是在后汉（东汉）有一个味位被称为安世高的大师，他所翻译的。安世高，他并不是俗姓安，因为古

时候，特别是汉、南北朝那个时候，很多僧人是从西域来的。也就是今天类似于新疆，或者是中东一带，来的。这些僧人来到我们中国之后，当时的出家人还不像现在，我们汉传佛教出家人统一叫“释某某”，那个时候还不是这样的，那个时候对西域出家人的称呼，是他们来自哪一个国家，就把那个国家的第一个字作为他的姓，比如安世高是因为他来自安息国，所以就把他的国家的第一个字“安”，中国人作为他的姓来做一个标志，另外的，比如有一个月氏国，所以叫“氏（支）”，比如说“氏（支）称”“支遁”等，有这样一个当时的习惯。安息国是今天什么国家呢？基本上对应伊朗。他是当时国王的太子。这个安世高也是太子，后来出家行道，也是放弃了太子的身份，后来到了中国，做了很多佛典翻译和——用今天的话讲——禅修的教学工作。他带着这样的一些弟子，一起来修习禅法。这部经就是安世高禅师或者安世高大师翻译的经典之一。

安世高大师有很多神奇的故事，我在这里就不讲了。对于翻译本经的译者就大概介绍这些。

《佛说八大人觉经》，后汉沙门安世高译，这是略略说了经名和译者。下面进入经的正文。

【经文】

选这部经的原因之一，是这部经非常短。我们完全可以在一天甚至半天内，一起把它学一遍。不过，如果想特别细致地学习的话，那它的八分之一，我们可能也得花几天的时间。这一次应该是略说。

一、总标

《八大人觉经》这部经可以分作三个大部分。在第一觉悟之前是一句话，然后一二三四五六七八——八个大人觉，最后还有一段文，大体可以这样概略划分一下。

为佛弟子，常于昼夜，至心诵念，八大人觉。

这句话，字面的意思应该说很清楚。略略地通一下，就是作为一个佛的弟子，应该常常地，不管是昼日间，还是夜晚的时候，应该自己用很诚挚、很真诚的心，来读诵忆念思惟这八种大人觉。意思是这样，很简单。

什么叫“佛弟子”？佛弟子是有标准的。在今天来说，佛弟子是有软硬两个方面的标准。软的标准是说，这个人真的认同释迦牟尼佛是究竟的觉者，释迦牟尼佛所觉证的佛法，是宇宙人生的真理，能够指导究竟离苦得乐的道路；而且佛陀的出家弟子众们，是住持佛法的中坚力量，有赖于他们，佛法能够代代相传。那么，这个人能够发起这样的志愿，我愿意依靠佛陀和他所宣说的正法，以及他的弟子众的教化，走向人生的圆满，走向生命的真实。这个人有了这样的认识，发起了这样的志愿，他在软的方面就成为了一个佛教徒。

但是，在现今的实际生活中，成为佛教徒还需要一个很标志性的事件来完成它，那就是受三皈依。受三皈依本质上是一个庄重的道德誓言，并不是大家想象中的很隆重的宗教仪式。它本质上是一个道德誓言，更像我们中国所熟悉的什么情况呢？就是拜师。我们中国古时候，要入私塾要学东西，要拜师；要学一门手艺要拜师，那么，学习佛法这样重要的事情，也需要拜师。其实，三皈依有一个成分的意义就像一个拜师礼一样。而且这个拜师礼，如果用我们世间的眼光看，是很赚的，为什么呢？因为佛法僧三宝，是这拜师礼、三皈依里要皈依的对象，其中那个僧，指的是什么呢？狭义的指的是一切贤圣僧，就是这些出家的圣人；广义的就是指的一切的出家人。意味着什么呢？中国现在在册的真正的出家人，大家猜有多少呢？现实情况是，汉地、藏地加一起——二十万。其中，藏地 约占十万。意味着，汉地这么大的人口基数，这么大的国土面积，只有十万真正的出家人在为佛法住持，在为众生离苦得乐（三个字）（10分38秒）。不太乐观吧？是不是奇怪？也看到不少出家人啊，假的不包括在内。不过这也很好，还有十万。这个人皈依佛法僧三宝，皈依三宝这个仪式之后，就意味着这个人有十万个师父在中国大地上。因为皈依三宝，这个僧

宝是指的一切出家众，他自己内心 没有隔碍的话，他看到任何一个出家师父，都像能够指导他生命方向的师父一样，那样亲切。那确实是很赚的一件事。从此到哪儿都能找到组织了。

另外的一层意思，它是庄重的道德誓言。光有内心的这种认识，我们大家是不是觉得有一些时候，自我的约束力不够啊？所以，这样庄重的道德誓言也很重要，这不仅仅是一个仪式，这里边有学问，有关于人身心规律的学问。所以这样的三皈依仪式也是成为一个佛教徒很必要的硬件条件。

有了这样内在的软件和外在这个仪式的硬件，那么在见天就说这个人是佛教徒，是佛弟子。然后后面的意思就比较明白了。

“常于昼夜，至心诵念，八大人觉”，这个诵和念是两个意思。诵是指自己已经记在心里了。然后常常想起来，念一念后面的话，能提醒自己。这个念字，是内心的回忆，内心的反复地品味，把这个意思融入到心里去，来改善自己的身语意。因为大家在学稻盛，稻盛跟王阳明是有一点思想上的关系，所以连带着，大家对于生明理学多少有一点关注。朱熹说“读书在玩味”，“涵泳功夫兴味长”，就有一点这个念的意思。这是把这一句话常常在内心品味它的意思，让它的法味入心，来对自己产生更大的、更深刻的影响。这是这个念字，稍说几句。

后面就开始说一一的大人觉。

二、别明

（一）无常无我觉

第一觉悟，世间无常，国土危脆。四大苦空，五阴无我，生灭变异，虚伪无主，心是恶源，形为罪藪，如是观察，渐离生死。

这是八种大人觉的第一个觉，谈的是无常无我的内容。

1、世间无常

上来就说世间无常。如果问大家，怎么理解的世间无常啊？大家可能对这个世间还是有一点模糊。觉得，好像说一切都是无常的，这都是差不多。佛法说世间，常常做两类说明。一类是所谓的器世间，一类是有情世间。器世间就是我们 现在常说的物理世界、物质世界——山河大地，日月星辰，这个叫做器世间。另外一个与之相对应的，叫做有情世间。什么叫做有情世间呢？有情，指的是有情识的生命。在佛法中指的是六道轮回中的这些众生。我强调有情识的生命，没有包含植物。有情世间指的是在轮回中的这些有情。当然，实际上有情也包括了那些解脱的圣者。这是器世间和有情世间。

不管是器世间还是有情世间，他们有一个共同的特点，就是没有常恒性可得。这是“世间无常”。

这个无常，大家以为都理解。什么叫无常？比如这个杯子，我们觉得什么叫这个杯子的无常呢？是不是觉得，所说这个杯子的无常就是指这个杯子刹那刹那变化，这个杯子在刹那刹那变化就叫这个杯子是无常的，是不是我们常常这样说？那我说这种描述很不准确，它里边包含着错误，大家能接受吗？有没有对无常另外其他的说明？或者觉得刚才那个有什么问题。什么叫这个杯子无常啊？难是道说，我失手这个杯子掉在地上打碎它就叫这个杯子无常吗？当然不是。我们常常感受这个杯子，或者认为这个杯子从物质上来说，在刹那刹那变化，叫做这个杯子无常。以为打碎了就叫这个杯子无常，那太粗糙了。但是，这个杯子刹那刹那变化叫做这个杯子无常，这里面有问题吗？有没有哪位发现它的问题？或者对这个杯子无常有更好的描述？说这个杯子在刹那刹那变化，叫这个杯子无常，有什么问题？

我们能不能说两个东西，是这个东西变成了这个东西？不会。大家会觉得那是一种错乱的表达？不会说两个东西之间有所谓这种关联性的——从这儿变到这儿。那么，我们说这个杯子刹那刹那变化，叫做这个杯子的无常，我们说是有一个杯子在变化，是这样吗？

那么，这个杯子它在变化，意味着什么呢？我们感觉中的这个杯子是个什么样的呢？我们感觉中，这个杯子有变成其他的吗？我们感觉中，这个杯子一直是这个杯子，这个杯子没有变成这个杯子，也没有变成这朵花，也没有变成其他，这个杯子始终是这个杯子，但是我们一推理，这个杯子又在刹那刹那变化。所以，我们感觉中始终是这个杯子的杯子在刹那刹那变化。就是有我刚才的那个描述。实际什么叫做这个杯子一直是这个杯子？它背后蕴含着什么样的意味？大家能体会到吗？什么叫这个杯子一直是这个杯子？他就是说这个杯子没有变化吗？难道不是吗？这个杯子如果变化了，还是这个杯子吗？这说明，我们感觉中这个杯子一直是这个杯子，其实是我们觉得这个杯子没有变化，叫做这个杯子一直是这个杯子。然后，我们说这个一直没有变化的杯子在刹那刹那变化。这用我们老百姓的话说，这不是神经病吗？这样认识无常描述无常，很混乱。混乱在哪儿？他内心先认同了一个没变化的杯子，然后又根绝推理，觉得它必须变化，又觉得它在变化，这叫做自语相违。我们东北人说起来比较狠，叫做自己打自己嘴巴子。所以，这个表述其实是有问题的。它实际上是一个运作的常见——认为这个事物是常的，在这种认识的基础上，贴了一个它需要变化的这样一个标签，是一个自相矛盾的事情，并不是一个无常的智慧的洞见。

那么，怎么样离开刚才那种错误呢？别把它当做一个东西。你把它当做一个东西的刹那，其实已经取着了这个东西有一个不变的自体。所以，你把它还原到一个现象，一个什么样的现象呢？一个依赖于众多的因缘才得以现起的一个现象。这个杯子，不是众多因缘现起的吗？玻璃从什么烧来的？从沙子。需不需要生产线？需不需要设计方案？需不需要工人？需不需要监管？等等这一系列，这种种的因缘现起了这个杯子。但是，在我们自己的感觉中，这个杯子跟那些因缘没关系，用我们东北的话说他自己就是他自己个儿。这就是我们的错误。那么，纠正我们的错误，我们要认识到，这是一个依赖于众多因缘才能现起的现象，而不是自称自体，也就刚才的那句话——他自己就是

他自己个儿的那个东西。他不是一个自成自体的他，他是一个依托于其他因缘的现起而现起现象。

那么，这个依托于其他因缘现起而现起的现象在佛法里叫什么呢？叫缘起法。缘起的现象，它有一个固定的常性可得吗？没有。这说为缘起法的无常，也就是缘起法没有常性可得，叫做无常。这有刚才的过患吗？没有了。因为，当我在说缘起的现象的时候，我们指向的是它一系列支撑它呈现的那些因缘的组合。我们并没有忽略或者割断这个现象与这些因缘的关系，更没有把它体会为一个自成自体的固定不变的东西。所以，一个更准确表达应该说——缘起法，没有常性可得。没有一个不变化的那种可能性。缘起法没有常性可得，或者缘起的现象没有常性可得。

为什么一开始就让大家烧烧脑呢？因为我们对佛法有很多似是而非的认识。就像这个无常，如果我们对无常都没有正确认识，当我说正确认识了佛法，那岂不是滑天下之大稽呢。无常，每个人都觉得很简单，问个小学生，他只要不太笨，他也会告诉你，但是我们不见得都正确地把握了什么叫无常。

第一句话“世间无常”，就是这样的物理世界和这样的生命的世界，它们都没有常性可得，这叫世间无常。因为，不管是物理世界还是有情世间，它们都是缘起法，都是依托于种种因缘、种种条件，才能给现起。跟这个杯子本质上哲学上有差别吗？没有，是一样的。所以，应该体会到，这世间都是缘起的，而缘起法是没有常性可得的，这叫做世间无常。

2、国土危脆

下一句话“国土危脆”。我刚才读“国度”是随顺古时的读法。读成“土”的时候，土，感觉是不坚实的，是散开的；读成“国度”就带一点坚实感。其实，这里读成“国土”也很好。

国土危脆，这在古人来说是比较难认同的。为什么呢？山还是那

座山，水还是那个水。他感觉不到变化。少小离家老大还，回去之后还那样。我们现代人感受就更明晰一些。有几个原因：一个是我们人类改造自然的能力不知道强大了多少倍，一个山头儿，自己离开的时候还在，回来的时候变成平地了。石头哪儿去了？变成大地了，铺成路了。这都是有的事。我们比古人更容易地体会到国土危脆。包括现在资讯发达，哪儿地震了，只要是二三级以上的，我们都知道了。所以我们发现原来地球会比较频繁地得感冒，会咳嗽。特别在大地震发生的时候，在震区的人，这一点感受特别明显。大地龟裂，山崩楼塌等等。在今天，我们没有问题了。古人那里，这个大地是多么的坚实，群山是多么的可靠，今天知道这一切都是无常的、不坚牢的——国土危脆。危是指的不完全的意思，脆是指的不坚固的意思。

3、四大苦空

前面那个国土危脆说的是器世间，就是物理的世界——山河大地等等这些。在今天，我们知道日月星辰还是危脆的呢。天体有它的成住坏空，这个在佛典中其实也有说。这个国土危脆，近的就是在说我们的世界，远的是在说他方世界，这两个都是包括在内的，这是器世间的问题。

四大苦空之下就说到了有情世间的无常和无我。四大是地水火风，古时候，包括古印度，认为物质是由地水火风四大类主要的基本元素——这个元素跟化学周期表里的那个元素不是一个概念，是四大类基本成分的意思——四大类基本成分构成的。不过，这个地水火风并不是我们一般人所想象的那样——大地、河水、点着的火焰、流动的空气叫做地水火风，不是的，真正的佛教里所说的地水火风是指的坚湿暖动性。什么叫坚湿暖动性？是指的触觉。比如这张桌子，我们的手放在上面会感到坚硬的这种支撑，这就叫做这张桌子有地大的特征。从古老的那个年代人们对于物质的认识来说，这叫这张桌子地大的特征。这是说它的坚性，因为它有坚性体现它地大的特征。什么叫湿性

呢？比如这杯水，它有润湿、润下的功能，这叫做水的湿性。这种湿性称为水大，而不是水本身被称为水大。暖性，指的是火大。就是跟这些热量、热量交换相关的，叫做火大。我们能感觉到这样的热。风大，是指的这样动转的特征。

在任何一个事物上，如果用古人的分析方法，可以用地水火风四大来描述，即便是这张桌子——它的坚性我们说过了，它有什么湿性啊？用我们今天的话说，这含不含水？含水。如果压榨一下，这里边又有木组织结构里边的油——植物的油，你们应该有人用过这些植物萃取的或者压榨的油，也有其中的一些水分，这些都是可以分离出来的。所以说，不能说这里没有湿性。暖性，其实它在任何情况下，用今天的话说它会有热运动，它会呈现一定的非零的温度，它有它的暖性。动性，在今天就看得更清楚。实际上，这张桌子并不是凝固不动的，它里边微观的运动时刻在发生。所以，在古代印度人们用坚湿暖动这四大类特征来描述色法。一切色法可以被这四大类特征来描述，所以，有人说色法是四大所成。再强调一下，四大并不是元素周期表里面的意思，而是四大类特征，从特征的角度去认识色法、把握色法。色法的意思大家知道吗？就是物质。

四大苦空，说的是这一切色法，不管是无情的色法，还是有情的色法——有情就包括了我们人，这些色法，这些物质都是四大所成的。那么，四大所成的会有什么问题呢？这四大都是无常的，比如这个桌子的坚性，一直在这儿吗？也不见得。要是我们大家哪一天觉得它被破坏了或者发生了其他的情况，已经不堪用为一个讲桌了，我们决定拿出去，把它用作烧烤的劈材，烤完了，剩点灰，甚至连灰都不剩了，这时这个坚性就不像从前那么显著了。所以，它的坚性是可以变化的。湿性也是这样，暖动都是。四大不是常恒不变的。四大是无常变化的。那么，无常变化的其实就是佛教里常说的这个苦它更深层的意思。

佛教里谈苦，大家都听说过。然后，一般听到佛教里谈苦都是一个情绪反应，叫做我不愿意听。为什么呢？太消极了。真是这样吗？并不是这样。它并不是那样消极的，因为佛教里谈苦不是停留在苦上

谈苦，佛教谈苦更像是一个人得病了，去医院，医生的诊断，判断一下这个人是不是有病，如果医生的诊断说这个人有病，难道就因为医生诊断结论说是有病，就是说医生是消极的吗？不会。每个人都会很忐忑的焦急地问医生——能不能治好？怎么治？医生发现这患者有病，本身并不是消极的，如果医生告诉你不要治，你回去吧，这个时候应该说是消极的。但是，一个正常的医疗机构和医生会积极地帮助我们想办法。想什么办法？分析这个病是怎么回事，看看这个病能不能治好，怎么治。佛法里谈苦，是一个意思。一样是基于——问题是什么，问题的原因是什么，问题能不能解决，如何去解决，来谈的苦和苦的原因、苦的消灭和灭苦之道。

我们生命中有没有种种不圆满呢？是有的。生命中的种种不圆满就是佛法中所说的苦。即便圆满了，会不会变坏呢？会变坏。为什么呢？因为是无常的。人无千日好，花无百日红。很多人都是有阅历的，谁还没有点起起伏伏呢？这都是正常的规律。正因为这个世间是无常的，所以就意味着逼恼，这个逼恼就是苦的意思，这种不圆满就是苦的意思。那么，佛教谈苦并不是消极的，而是要积极地去分析苦的原因是什么，苦能不能够根本解决，如何针对它的原因圆满地解决苦的问题并最后离苦得乐，这是佛法。这就像一个人身体出了问题去医院，医生给出一个诊断说是什么病，然后积极地帮助分析病因，然后安慰或者鼓励这个患者不用担心，一定能治好，只要你这样去治。这就是佛法。佛法就是医，就是药，来治疗我们的生死大病。

这是说四大苦空。说了它的苦。从无常能够看出来，一切世间——有情世间和器世间的苦，也能够看出来它的空。刚才说这个杯子，大家有没有感觉啊？说这个杯子一直是这个杯子，那是很荒谬的，荒谬在哪儿？我们觉得有一个杯子的自体没有变化，我们刚才分析过之后，大家都感觉到那个没有变化的杯子自体是很可笑的，也是不可能的，这是一种错误的认识。那么，什么叫做这个杯子的空？并不是说这种现象压根儿就不存在，不是说这个缘起现象压根儿就没有，而是说，如我们所认知所投射的那个自成自体一直不变的杯子根本不存在。

如果我们认知的那个自成自体一直不变的杯子在一切处都找不到，这叫这个杯子的不可得、毕竟空。

这样说，大家有认识吧？一般人以为空是睁眼睛说瞎话，硬要把这明明能装水，明明能喝水的杯子说成是没有，以为这个就是佛法说的空。不是。佛法的空并不破坏缘起现象的如幻假染，但是它指向我们错误认知中的那个东西。我们错误认知中呈现一个自成自体的没有变化的杯子，而且把这种意象反向投射到这种缘起现象上，所以我们觉得这个杯子就一直没变过。这个杯子就一直是它自己。这个杯子真是这样吗？我们一分析，不是。只是我们错误认知向这个现象上的投射。现在要指出的是，在这种缘起现象上，根本没有我们投射的那个自成自体的杯子——那个常恒不变的杯子，这叫杯子的性空。这叫这个缘起法它的自性空。

这是从无常就能体会到的空，就能体会到这个杯子自成自体——常恒不变的自体，不可能，这就叫无常，所以能体会到杯子的空。这是说到四大苦空这几个字。

当然，四大苦空这几个字，是可以遍于有情世间和器世间的，因为都是在说色法的事。后面的就是明确地在说我们有情世间这一块了。我以人为例子来说。有情不仅仅是人，还包括了畜生或者天人等。我们用人做例子来说明，跟我们的生命最切近。

4、五阴无我

五阴是指的色受想行识，后来也被译为五蕴。也有一种译法叫做五众。说来说去都是在说色受想行识。

什么叫五阴无我？先要理解什么叫五阴。五阴——色受想行识，其实就是用这五个术语、这五类现象来说明有情（人）的生理现象和心理现象，所有的都包含在内。那么，是怎么定义的呢？

色阴：色，就是物质的，包括了有情所有的生命现象中物质的活动，靠近生理的那一部分的活动。这是色蕴。蕴、阴、众，是同一个

意思。是表示什么概念呢？就是集合的概念。就是同一大类事物的概念。所有的色法叫做色蕴。所有的色法叫做色阴。所有的色法叫做色众。所有的物质叫做色阴。那么，我们的身体中种种的物质现象，当然也都是色阴所摄。

受阴：色阴说过是所有物质，那么受阴肯定是精神现象那一边的了。指的是什么呢？以人为例，指的是我们人内心中产生的苦、乐、不苦不乐的感受。我们人是怎么回事，其他的有情也是类似的。我们人，内心中苦、乐、不苦不乐的感受，这个叫做受阴。受阴的意思，还是这种苦、乐、不苦不乐的受总和叫做受阴。

想阴：如果用我们今天的话来说，有一句话来说想阴，叫做什么呢？这个想是指的认识结果——认识之后形成的那个意象。我举起这个杯子，装着茶水的杯子，大家头脑中都形成了一个相应的认识结果，都呈现了这个意象，叫做你的意识中呈现了这个杯子的想。这就是想的意思。术语叫“想，取相为体”。想就叫取相，就像我们照相机照个相那样，形成一个认识结果，形成一个意象。我这是从眼睛这边举的。你尝一个东西的味道，有没有想啊？也有想。甜的、咸的、苦的、辣的，这都是我们头脑中形成一个认知结果，一个意象，这些都属于想。所有的想合成一类——大的现象分类，叫做想阴、想蕴、想众。阴、蕴、众，都是同一个词，汉语不同的翻译。

这是说了色受想，想是什么现象？是精神现象。

行阴：行指的是什么精神现象呢？狭义的行，其实是指的一种叫做思的活动，它能够形成我们内心中明确的抉择，甚至推动我们去说话、去行动，是这样的内心活动，被称为狭义的行蕴。这是指的思心所——思这一类的内心活动。广义的行，是指的除了受和想着两类心理活动之外，其他的所有心理活动和心的状态，都被称为行。它是排他性的这种定义。我们心有很多活动，除了受和想这两大类心理活动之外，其他的心理活动都可以广义地归入到行蕴中去。这个行，是迁流变化的意思，是造作的意思，这是从刚才讲的这个“思”来的。因为思这个心所有强盛的判断和推动我们去行动去造作这种能力。一个

人说一句话做一个动作，需要思心所——思的这种活动来推动来造作。但是，广义的行包括了受、想之外其他心的活动。

到这儿为止，所有的心理活动都说完了。因为行是排他性定义，它和受想合在一起其实就是所有的心理活动。那么，后面那个识阴或者识蕴指的是什么呢？

识蕴：指的就是我们这些意识，或者佛教里说的眼耳鼻舌身识。就用老百姓熟悉的意识来说。我们的意识，包括其他相应的这些识，它们就被称为识阴、识蕴、识众。识在佛法中的定义是统觉的认识的能力。所谓的“识谓各了别”指的是我们的识有这种认识的能力，有对于认识这种统觉的能力。

刚才做了一个细节的说明，五阴——色受想行识，我相信大家脑子有点缺氧了，我们把问题简化一下，所谓的五蕴、五阴说的就是身心两类现象。这个在佛法中也有一个名词，叫做名色。色就是物质的，名就是精神的。佛法中也有这样简单说生命的角度，就是物质和精神现象的复合体，就是生理的和心理的现象的复合体，这就是生命现象，没那么难。但是，经文里有五阴，我们说一下又对不起听众。简单说一下，现在大家可以把五阴先暂时忘却了，我们说名色，说精神和物质的复合，说生理和心理的复合。什么叫做五阴无我？什么叫做身心无我？五阴无我翻译过来不就是身心无我吗？那就要看一看我们觉得我是怎么一回事儿。

其实，在一个人认知的过程中，需要有认知的对象。他在说五阴无我的时候，其实就是在说生命现象是一回事，我们对于生命现象本身的认识是另外一回事。生命的现象是五阴和合的，是身心和合的，是这样物质和精神的复合体，这个没问题，生命现象这样描述，我们完全能够认同。但是，一般人在这样五蕴和合上，在这样身心的复合体上，在这样物质和精神的整合体上，产生的错误认识叫做我。如果现象是大拇指的话，我们的认识就是食指；现象是 A 的话，我们的认识就是 B，是这样的。我们的认识，对这个流动的生命，对这个生命之流的认识，是怎么样的呢？这是我，每个人都天然地形成这样的认

识结果。这是“食指”，这是 B，这是我，基于的现象是这样的身心的复合体 A，这样的精神的物质的复合体 A，这样的五阴复合体 A，基于这样的 A 我们形成了这样的 B——叫做我。这个我，可不可能呢？比如说，你早上起来，今天有点什么事，定个闹表，到时间了，闹表响了，自己发现闹表响的那一瞬间，内心有个心理活动叫做“我要不要起来呢？可不可以再睡三分钟呢？”或者说“我还是马上起来吧”等等，在这里又一系列关于我的心理活动。就说这个我，我们直接感觉中的这个我，因为那个时候大家都会感受一下——舒服不舒服啊，起来不起来啊，今天几位特别是我从小到大的朋友，今天印慈在那边讲，我还是早点去吧——决定“我起来”。不管是怎样，不管是什么原因，这里边有一个活动的我，我们对它有一个感觉，现在就说这种感觉，这种直接感觉中的你——“我要不要起来”这个直接感觉中的你，跟父母有没有关系？没关系。“我要不要起来”，我问这个问题的时候，你可能说“我没有想过啊”，没有想过就是没关系，有关系不就呈现出来了嘛。这又不是让你去推理我们到底是不是父母生养的，那当然是了，小孩子都知道，还用去问成年人吗？问的就是你当下感觉的那个我自己，跟父母有关系吗？没有。跟这个水有关系吗？没有。跟饮食有关系吗？没有。跟空气有关系吗？“啊，我还需要空气啊？”跟地球有关系吗？没有。我非常欢喜看见各位超然。跟太阳有关系吗？还没有。请问：你直接感觉的那个我自己，直接感受中的那个我自己，你觉得需要依赖于宇宙中的任何东西存在吗？没有。不需要依赖于任何条件的我自己，那种决定的自成自体的我自己。这是我们认知中的 B，关于生命现象的认知的中的 B——所谓的我自己。但是，现象 A 是什么样的呢？是需要父母生养的，需要饮食支撑的，离开水活不了十天的，离开空气活不了十五分钟的，离了地球就玩儿不转的，离了太阳会冻死的。这是现象，但是认知你看差多远呢？非常可怕的是，每个人都把 B 投射到 A 上，所以感觉这个生命就是这样的我，所以我们所有的一生辛勤的奋斗都建立在被投射的我自己上，也不知道到到头来为谁辛苦为谁忙。在一个错误的基石上，来建造自己人生的

大厦。然后反过头来需要发现这个基石到底存在不存在。我总觉得每次摧毁这个基石的时候，好像有点不道德。这样自成自体的东西，就像刚才说这个杯子自体，是不是荒谬的？可能吗？在哪儿也找不到。一起处也找不到那样一个，跟父母没关系，跟饮食没关系，跟水、跟大地、跟太阳，跟宇宙中的一切都没有必然关系的我自己，你在一切处也找不到。但是，你认为那就是我自己，那就是我生命的当体。我的一切奋斗都是从这里出发的。都是为它的安全、为它的荣耀、为它的壮大服务。这就是关于生命最根本的问题。

现实的生命是什么呢？并不是什么也不依靠的我自己，并不是这样——我们东北话说，一阵个儿我自己个儿的我自己，用佛法的话说就是自成自体的。那样自成自体的，大家听着不给力，也不知道说什么，用我们家乡话一说，大家就都知道了。

我下面用术语说，我们说自成自体这个词，不说一整个儿自己就是自己个儿那个。自成自体的这个我自己，它在现象上这种五蕴和合的义，一样吗？不一样。跟这种身心复合的不一样，因为我们觉得它就是一个不可分割的一个整体。内在感觉的那个我自己，跟谁都没有关系的我自己，没有。自成自体的是独一完成的，而不是五蕴和合的。所以，你真的认识到现象上是五阴假合的、五阴和合的，是身心复合的，其实就破坏了这个自成自体的意象。所以，能够认识到是五蕴和合的生命现象，就破坏了内在的自成自体的独一的这样整体的我自己。那这个我自己有什么问题？就是刚才说的，我们从这样错误的自我认知——我们说它是 B，现象是 A，B——我们对生命现象的认知，所谓的我自己——错误，那么我们根据这个错误发动种种身心的运作，我们说它是 C，那么，这些身心活动因为基于错误的认识，它必然造成种种问题。比如，某个人说我看了这个人就生起，为什么呢？他太让人来气了。那么在这个过程中，这个人觉得是什么呢？觉得是现象 A 本身有问题，什么问题？“让人来气”，所以 C——“我对他生气”（那是理所应该的）。实际的现象是什么？现象 A——这个人，认知 B（可能是一个错误的认知——他是令人生起的），然后基于这个 B，

产生了 C——生气。因为他把错误的 B 向现象上投射，让他以为现象本身就是可气的。然后他是基于一个事实，产生了所谓正确的有道理的反应——对他生气了，所以每个人都觉得自己充满了道理。请叫我常有理。但是，实际上是几乎每个人都在时时刻刻地发生着重大的错误，然后基于这些做出自己的身心反应，包括一切情绪反应。所以，生什么气呢？不光是气坏了自己，搞坏了关系，更重要的是——那个小孩儿一起在那玩游戏，他自己堆的沙堡被人破坏了，自己哇哇大哭去跟人干是一样的，为什么？因为那个孩子把那个沙堡投射成是真的了——真的属于我的非常宝贵的东西。我们基于这种错误的认知，去生气，去怎么样，可笑程度不亚于此——因为玩个游戏结下生死大仇，不高明，是一样的。

这是概略地说一下五阴无我。这是从和合的角度来说明无我。但是我们把和合的生命现象，种种因缘所成的生命现象，依因待缘而成的生命现象，领会成了自成自体的，所以有这样的错误。认知到生命现象是怎样的依因待缘现起，也就破坏了自成自体的这种意象，我们开始有了无我的智慧，这叫五阴无我。

5、生灭变异

因为上来我就讲了“这个杯子在刹那刹那变化就叫做无常”这种错误，大家可以理解了，我说更不容易引起错误的表述是“缘起现象是没有常性可得的”。在我刚才说的感觉到的我自己身上，也有这样常恒的错误。我想一想就知道，我要起床的那个瞬间感觉到的我自己，跟上小学前一起玩游戏的那个我自己，有没有变成两个不同的人？你是感觉“我的过去”“我的童年”，还是另外一个人童年？每个人都觉得是我的童年、我自己的童年，我的小学、我的中学，然后后来——我的婚姻、我的家庭，甚至从今天往后，一步一步走向衰老，乃至走向未来每个人都必然面对的这一生的最后一天，这不都是我吗？都是同一个我啊。是不是啊？都是这样一直不变的我自己。问题是，你在

这样的身心现象上或者前面说的五蕴上，能找到任何不变的东西来跟那个内在我自己的感觉对应吗？身体变不变化？刹那变化。心理活动呢？那更是迅猛地在变化着。有什么是不变的？就像这个杯子，它有哪两个刹那是一模一样的？但是，因为我们错误的认知感觉有个杯子一直没变。这个是一样的错误。在生命现象上，没有两个刹那是一致的。但是在我们错误的认知中，呈现为一个不变的我自己，常恒的我自己。正因为我们感觉的我自己是常恒的，所以有什么问题呢？很少有人能够有智慧，平静地，甚至开放地面对我的死亡，因为那意味着那个常恒的东西到那儿就突然消失了。

所以，没有智慧的人既不敢想死，也不敢谈死。我非常高兴，我谈了这么半天没有跑的。有什么好怕的呢？人应该有一点生命的智慧，这本来都是小朋友应该知道的关于生命的常识。为什么不敢面对呢？或者探究它深层的生面的奥秘呢？一味地回避，不能带来问题的解决。只有真正地面对去探究才能带来问题的真正解决。这是说的生灭无常。

生命现象是刹那生灭的，是没有常性可得，认识到了生命现象的没有常性可得，也就破坏了自己这种错误的意象。我们根据这个错误的常恒的自我的意象，其实也有很多错误的C——错误的身心反应，这种错误得到纠正之后，我们的人生可以变得更有智慧。

6、虚伪无主

虚伪无主在说什么？还是和生命现象和我们对生命现象的认知有关系。生命现象是这样的，但是我们认为生命现象中呈现的这个认知结果——我是怎么样的呢？我们都说，今天早上是从哪儿来到这里，每个人都觉得天经地义。包括现在，我说请大家把左手拿起来、右手拿起来，大家都会拿起来，也没觉得你自己支配这个动作、主宰自己的身体有任何意外，或者有任何稀奇，觉得理所当然。这其实包含对自我一种什么样的认识呢？觉得我可以主宰我自己，而且这种主宰天经地义、理所当然。不能主宰那是病，能主宰才是常态。不能主宰就

是两个情况吧，被关起来了，或者是身体有病了。其他情况，我们都觉得自己能主宰。但问题是这种主宰能成立吗？我们现在生活条件好了，很多朋友人到中年之后，免不了这个高那个高了，能够主宰的话，我们一句话就应该能变成事实。“血压降下来”——问题是降不下来；“皮肤变白一些”——没那回事；“小腹的脂肪再少 1.2 斤”——没有发生；“这个肿瘤，马上给我消失”——仍然在，能主宰吗？我们这种主宰是很虚伪的，哪儿有什么能主宰的？

这个错误的主宰感从哪儿来呢？从生理学上说的骨骼肌的随意运动来。觉得手能动吧，我们把这个现象内心诠释为什么呢？这叫做“我能主宰我的手”。每个人都是这样来觉得的。意味着我能主宰我的手，而不是真的像生理学上描述的那个现象，是意识发生什么样的活动，导致什么样的神经冲动——一个神经生物电现象导致了骨骼肌的收缩，然后有了手的运动——这样一个骨骼肌的随意运动。这里哪儿有我啊？不就是一系列生理现象吗？哪儿有一个我，哪儿需要一个我啊？

但是，在这样的现象边上，我们认知为有一个我来主宰这个过程。然后，我们犯了什么错误？我们犯了一个错误的扩大化。这本身就是一个结论——我能主宰手，我能主宰我的手，已经是一个错误的结论了，他把这种错误自觉不自觉地放大了。后边还有我能主宰我的一切。其实，随意运动只发生在骨骼肌上。我们 每一个人也主宰不了自己的骨头，否则的话，骨折这件事情就太简单了——“给我合”，它就应该合上了，没有的事。我们甚至连平滑肌都主宰不了，所以胃疼的时候，疼得在床上打滚儿，给胃的平滑肌说“麻烦你放松放松吧”，人家不搭理你。我们连平滑肌都主宰不了，更何况骨头皮肤呢？我们这种主宰多虚伪啊？多荒谬啊？——虚伪无主。

要说到主宰这件事，那是很大的问题。为什么呢？它对我们人际关系影响太大了。比如，家庭生活中常常听到类似这样的话“你又不听我的”“什么时候你听我的一回啊”，这就是主宰，这就是把什么东西摄成是我的之后很自然的一种支配，甚至有的时候，因为把这个东

西当做了跟我是同体的，那你就必须得听我的了，你要不听我的那不对，因为我是应该能主宰我自己，你是属于我的，你应该听我的主宰。老板对员工是不是也这样呢？有这种支配的主宰，这就会造成问题。基于错误的自我认知，会造成错误的思，会造成很多问题。但是实际的情况是在这样缘起的生命现象中，存在的是此有彼有的一些生理心理现象，而不是有一个我在主宰什么，所以称为虚伪无主。

7、心是恶源，形为罪藪

“四大苦空，五阴无我，生灭变异，虚伪无主”：五阴无我是从和合的角度说明了没有那样自成的我，生灭变异是从无常的角度说明了没有那样常恒的我，虚伪无主是从缘生的角度来说没有那样主宰的我，我们感觉的这个自我，是自成的、不待于他缘的，是常恒的、一直在的、没有变成其他的，又觉得能主宰能支配是自在的，但是，都不是，这全是关于生命现象错误的认知，生命现象是缘起的，是没有常性可得的，也不可能离开了因缘而有绝对的自在和主宰能力、支配能力的，但是我们错误地把它认知为自成的、恒常的、有主宰、有自在的，然后产生错误的 C，所以生命有无穷无尽的问题。这个 C 的错误，后面是怎么说的呢？心是恶源，行为罪藪。这就说到了错误的身心反应。我们基于错误的 B 的认知，会有身心的活动、身心的反应，这样基于错误 B 认知的身心活动有没有错误？有错误。刚才举过几个例子都看过，而且会造成问题。所以说，基于这样错误认知产生的心的活动——心是恶源，产生种种恶法的这样的渊源、源泉。形，基于这样错误认知而产生的身语的行为——形是罪藪，是罪恶的冤藪。渊藪和源泉的意思是类似的。这一切是基于什么？基于我们的无明烦恼——B。我们对于现象和本质的不如实知，佛法中说为无明，基于我们的无明烦恼 B，所以有了错误的内心的运作和身语的运作——心是恶源，形为罪藪。

8、如是观察，渐离生死

当我们真的清楚地认识到了——情况是这样的，错误是这样发生的，事实这样而不如我们颠倒认知那样的话，恭喜大家，我们慢慢开始走向了一条智慧的道路。常常地这样来观察来反思，来调整自己的认知，来调整自己的身语反应，那就是——如是观察，渐离生死。这样去观察，你对于身心的错误，就日渐地有远离的力量，你会提醒自己来协调自己的认知和反应，使他更少地发生错误。当然，这种如是观察是有深意的。我们散心的这样听一听想一想，有没有用？有一点点用。但是，来一个强烈的境界可能就不管用。比如大家听见过的，有人在后面突然给你一棒子骂你一句，我就不信你能想起来前面还有一个错误的B。当然了，有特别厉害的，那应该表扬。

这个如是观察指的是什么呢？反复地闻思抉择，获得闻慧、思慧，思慧的时候就已经很强烈了，这个时候就有一点意思了。如果再有禅定或者止观的训练，那个身心会变得更有力，能够更少的犯这些错误。这个观察，不仅仅指散心这个一般状态的观察，还是基于止观的这样的观察——如是观察，渐离生死，因为这样的观察，能生起更强有力的智慧。

这是说的第一觉知，有一点长，但是我想可能对大家还是有点作用的，所以稍微讲一下。

（二）常修少欲觉

第二觉知，多欲为苦。生死疲劳，从贪欲起，少欲无为，身心自在。

第二觉知，多欲为苦。这一段也非常好。大家能够感觉到多欲为苦吗？多欲本身是带来痛苦的。能认同的都是对于生命有体验的。因为，我给一些年轻的大学生也经常讲一些事情，就会有这些大学生跟我说，说：“法师！人生的苦，如果换一个角度看，不也挺好吗？那

不也是一种生命的经历吗？”我对于这种问题往往是几种回答。那你觉得，要是你自己得了晚期癌症，全身扩散，躺病床上，哪儿都疼，没几天了，生命的美好经验呢？艾滋病，瘦的跟人干儿似的，一场感冒就可能没命，谁都躲自己远远的，那眼神儿都是那样的，人生美好经验呢？另外再说什么呢？之所以年轻人有这样的认识，还是因为有幻想，充满了幻想的憧憬。我常常告诉他们“知道为什么四十岁以后的人都不这么说了吗？因为他们的幻想破灭了。”所以，我们因为年龄比他们大，这些事情都买账。

多欲为苦啊！这个事情我稍后再细分析。我们先把这个句子断一下。多欲其实是带来痛苦的，而不像那些年轻人——没有经历过多少世事的年轻人，充满了憧憬和幻想的头脑中所想象的那样，只有这些是能够给我带来什么什么什么，多欲是能给我带来苦恼的。

“生死疲劳，从贪欲起”：不知道在座的有没有文学爱好者，或者关注一点新闻的，知不知道有一部小说叫生死疲劳啊？而且是诺贝尔奖获得者的小说，莫言就写过一本小说叫《生死疲劳》，他在瑞典颁奖会上的发言还提到了这部小说，名字就是从这部经中这句话来的。为什么这么说呢？我打一个比方，假如说有一个人辛辛苦苦地花了很大的代价，做了一个很好的杯子放在这儿，然后拿个锤子把它砸个粉碎；再辛辛苦苦再重新做一个杯子，然后又过来一个人一锤子砸个粉碎，一百遍，一千遍，谁能够真的这样——任你虐我千百遍，我还待你如初恋吗？不可能吧。就感到很疲劳没有意思，对不对？生生死死也是这样。生了，然后稀里糊涂或者明明白白——自己觉得明明白白，基于这个错误活，奋斗一辈子，然后，咔嚓，啥都没了。下一辈子再来，挣扎、拼搏，到头来，咔嚓，又啥都没了。生死疲劳啊！

知道这样的生死疲劳从什么来吗？生死疲劳，从贪欲起。人之所以在生死中流转，是因为有无明有欲贪，我先通通语句，意思后面再推。

“少欲无为，身心自在。”解决方案呢？既然是“生死疲劳，从贪欲起”，这个人少欲而且有智慧（无为是跟智慧匹配的），断除了根

本的烦恼，那个，他当下身心自在，而且以后再也没有被它虐个千百遍的事了，也就摆脱了这种生死疲劳。少欲无为，身心自在。

这是概略地通了文句。现在准备把里边核心的文句跟大家说一说。一个是多欲为苦的意思，一个是少欲无为，身心自在的意思。把他们两个合在一起说一说。

我们每个人，其实作为一个正常的人，都天然地本能地而且也无不可厚非地趋乐避苦，每个人都在趋利（乐）避害（苦），有问题吗？没有问题。我们不这样做才有问题。但问题是，我们有按照规律办事吗？什么叫按规律办事？苦乐有没有它背后的规律啊？其实，我们每个人的内心当中，都是按照自己认为的苦乐的规律，在趋乐离苦。比如一个穷小子，他就认为他啥也不差，就差钱。有了钱，没问题，生活就剩下快乐了。对于他来说，他心里就是这样想的。这就是他心里关于苦乐的规律。他认为这就是关于苦乐的规律，客观的规律，他只要这样把钱挣回来，他就必然快乐而且只剩下快乐了。有钱，就只有快乐。但是，事实怎样呢？我发现，钱多了之后，大家更有精神追求了。为什么？发现光靠钱解决不了所有问题。这个时代，尽管说整体精神状况、道德的水平，还不是那么令人完全满意，但是毕竟还是有很多人，开始有很多的精神的需求、道德的需求、价值的追求，实际比前一些年情况要好。为什么？因为有更多的人认识到，像那个穷小子那样想是不符合规律的，不是那么回事儿，光靠那个解决不了问题，正是因为这样，所以我们值得反思一下，苦乐它背后的规律到底是什么？

因为我们今天人多，就不用互动了，就不一一请问大家：你觉得是什么带来了不快乐，是什么带来了快乐？我们可以看这些情况来。比如说我讲一个段子，这个段子本身不一定真实，但是类似的情况，我们生活里不知道看了多少。

有一对小夫妻俩，自己菜地里摘点菜，进城卖个菜，维持个生活。到了饭点了，小夫妻里的丈夫去买两个盒饭，买回来跟他妻子一起吃。小年轻，可能也刚结婚不久，两个人吃饭也感情蛮好的，你给我夹，

我给你夹，你依我依，吃得很满意，很快乐。然后来个买菜的，你买菜就买菜呗，还不老实看看人家吃啥，看就看呗，还多话“你看你媳妇长得挺漂亮的，你就给她买这个吃啊”，请问：这对小夫妻听了人家这话之后，刚才那个满意、快乐、你依我依还在不在？不在了。星星还是那个星星，月亮还是那个月亮，盒饭还是那个盒饭，为啥前边有快乐后边就没快乐了呢？为啥前边满足后边就不满足了呢？

从他们的内心看（不要说外边人说什么话），前后有什么变化呢？可能男士会想，一个是没面子，再一个也想“也是啊，我要是钱多一点，我也不用买饭的时候想着买便宜一点了，或者我去买一个更好一点的，或者我再多挣点钱吧，这以后可能更好”。什么意思？他对当下的情况不满意。不满意是因为什么呢？是因为他有了新想法，他在吃饭这件事情上，在挣钱这件事情上，有了新想法，什么叫新想法？就是新的追求，新的更高的需要。用今天比较好听的一个词叫做他对此有了新的诉求。那妻子那边呢？刚才还挺感激丈夫的，挺体贴的，还知道跑去买，按我口味买，听见人家一说，感觉脸红了，什么意思？觉得吃饭吃得不好，让人看见了，有点丢脸了。女士比较容易这样。另外一边，心里也有点小埋怨“你说你，就是不肯给我多花点钱”，不管是在感情的获得方面，或者说对当下的饮食方面，她都有了一点新的诉求。有了新的诉求，刚才不管对于吃的东西的内容，或者街上的那种感情表达的满足还在吗？不在了，于是快乐也没有了。这虽然更像一个段子，但是类似的情况多了，甚至不仅仅是一个盒饭的问题。我曾经给朋友讲过一个这样的故事，他和他太太都在座，他说就是前一段时间给他太太买个钻戒，然后当着他两个的面有个朋友就说，你怎么给买个这么小的？幸亏他太太不在乎，所以安然无事状，然后这位先生给我讲完这个故事之后，我本来点点头就要过去了，他又补了一句“早知道我就买个更小的了”，然后他太太还不在于，我就莫名惊诧了。这说明什么啊？你要不在乎的话，你那个满足还在不在呢？还在。为什么？因为你没有生起新的诉求，你没有生起新的追求。这是现实版的。这个现实版的我觉得补充得更充分。这里边，后面关于

苦乐、快乐不快乐和欲求之间的满意不满意，这些中间的关系，我不知道大家品味没品味出来呢？

实际上，是什么导致了快乐？是满足导致了快乐。这个满足，只要有一个新的欲望生起，这个满足还在吗？不在了。还快乐吗？不快乐了。多欲为苦吧？从我们内心细致的观察上，就知道多欲为苦，少欲快乐吧。

但是，这个少欲大家知道是什么吗？这个少欲的少，我们都学过一点英文，是相当于英文里边 **raise** 这个词，基本上表示否定的，并不是留一点，是那个意思。实际上，是这个人如说无有希求的话，意味着什么？意味着十分满足，因为满足的当下在对这个对象上、在这一类主题上他满足，意味着他没有新的希求，意味着他没有希求，他如果在这个现象上有希求，满足吗？不满足。所以，他在这个主题上满足，意味着他在这个主题上没有希求。换句话说，你可以说满足带来了快乐，更准确地说，是无求带来了快乐。等价地说，是无求带来了快乐。只要在这个上产生了追求，还有吗？没有满足，没有快乐。无求，带来快乐；有求，剩下的就是疲劳了。

有求皆苦，无求乃乐。这就是关于苦乐的真实规律。但是，说到这儿，大家能买账，但是对这个规律不买账，往往都是有一个担忧——“那要无求了，我怎么挣钱？我怎么养家糊口？”社会责任感再强一点的——“要是都无求了，社会怎么进步？”“你说吧，这个车怎么开我怎么开回本溪？”大家会有这样的一些想法。这是什么呢？这其实是把一个人前进的动力源窄化，而且限制在了有污染的低级能源上。就像这个时代我们对于能源有很多选择，你可以用化石燃料，比如说煤——比较初级，甚至可以说是柴火，那还不是化石燃料呢，也可以是石油制品等等。清洁吗？都不够清洁。能量力度够吗？也都不太高。跟核能、太阳能比，都不行。比如说清洁能源，而且假如说人类都能很好利用的话，比如太阳能，是不是很好啊，可能要比烧煤好吧。比如用氢氧做动力源，是不是毫无污染啊？而且，如果解决了它的存储的话，那也几乎是取之不竭的啊，那多好呢。

我们的生命也涉及到一个动力源的问题。没一个人都有向前的动力，但是谁说这些动力只能来源于人的贪欲呢？贪欲就像充满了污染的动力源，会给人的内心带来雾霾。你要想让自己的内心少一点雾霾，你要考虑你在用什么材料作为自己内心的动力。用贪欲，雾霾是必然的；郁闷、焦躁，甚至说受不了抓狂，要自杀，那是可能的。问题就在于前面的很多东西错了，关于自我的认知错了，动力源也选错了，等等都错了。这里再谈有求无求的问题，偏于谈动力源。

那么，换个动力源，把它换成什么？建立在智慧和慈悲基础上的动力源，建立在智慧和价值判断基础上的动力源。我觉得在现今社会，有一些实践就是很好的探索。一个企业，或者是个人，我们可不可以用价值——一个正确的价值观作为自己的动力来源？而不仅仅是纯粹的“我想，我喜欢”做能源来推进？或者是企业，我们企业应该怎样能够获得更大的利益，不仅仅是这样——不仅仅是贪欲作为动力，要有一个动力源的置换。谁说把煤给取缔了，这个车就跑不了了？特别在未来，没有这些污染的能源，人类会生活得更好。

同样，我们个人的内心生活也是这样。去掉贪欲这种造成内心污染、身心污染的，乃至流转生死的这些动力源，把它换成清洁动力，绿色无公害的动力，这是对自己、对社会、对人类，乃至对所有有情更有意义、更负责任的方式。

有求皆苦，无求乃乐。如果打一个比方的话，无求乃乐这个人，他置换了他的动力源，用愿力、用智慧、用慈悲摄持，用价值取向为动力，来驱动自己向前去，同时内心又离开了对欲染的追求，你知道会怎么样吗？因为他时时无欲——在这件事上无求，所以他在这个事情上时时快乐。他不用达到目的他就快乐。一般人认为的是什么呢？我要设定一个目标，我不断向这个目标努力，当我到达这个目标之后，我能满足，我能快乐。这是一般人认为的模式。我需要有一个目标，我不断向这个目标努力，达到了，那当然我就满意了，刚才的说明大家也知道，满意之后会怎么样？会快乐。他的快乐存在在那儿（1:36:00）。那从快乐不快乐来说呢，假如说这是桌面儿，没有快乐，

在这儿这是快乐，他的模式是这样，设定目标，然后开始努力，这一路都没有达成——不满意，所以也没有快乐，没有满足，到这儿，达成了，快乐一下，然后就告诉他那个盒饭不怎么样，快乐又没了；又设定一个目标，还是没有快乐，继续努力——不快乐、不快乐、不快乐，终于换了一个大盒饭，又快乐一下，人家告诉他“你这辈子能不能不吃盒饭呢”——又不快乐了，然后继续。

那么，一个无求的人是什么心态呢？设定一个目标——因为价值、因为悲心、因为愿力设定一个目标，但是内心毫无所求，从一开始就没有一个希求相伴，而是靠着自己的智慧和悲愿来行事，从一开始就无求，从一开始就快乐，然后向着目标去前进——快乐、快乐、快乐，达成了——也没有什么特别的高兴，特别的高兴还是会抓住不放，你看稻盛最后把日航拯救了之后，潇洒地华丽地转身而去了。正因为不抓取，所以毫无希求继续地快乐下去，有事无事，安然快乐。好不好呢？内心用清洁的无污染的能源，对自己，对别人，都是有利无害。然后，内心常常快乐安稳。

有求皆苦，无求乃乐。无求不意味着什么也做不了，反而意味着可以没有公害、没有阻力境地更好地去做事情。

这是“第二觉知，多欲为苦。生死疲劳，从贪欲起。少欲无为，身心自在。”这里大体的意思，之前已经通过了就不再通了，这里特别把这里所包含的“有求皆苦，无求乃乐”的佛法的义趣，跟大家说出来。

（三）知足守道觉

第三觉知，心无厌足。惟得多求，增长罪恶。菩萨不尔，常念知足。安贫守道，惟慧是业。

这里说的八大人觉的第三觉知。“心无厌足，惟得多求，增长罪恶”，这是跟刚才有延续性的。一般人的内心中，错误的认知里，永远不知足。这个厌是指的满足的意思，而不是讨厌的意思，不是不喜

欢的意思。有个成语叫做“引取无厌”，就是他总是想获得，就是内心没有满足的意思。这个厌，在古汉语里是满足的意思。心无厌足，这厌和足都是表示满足的意思：人心不足蛇吞象，是这个意思。人的心一直没有一个满足的时候，只知道获得了再获得，永远无止境的贪求下去——惟得多求，这其实是在增长什么呢？增长罪恶。

前一阵子，看到莫言有一句话，我没有考证是不是真是他说的，因为现在段子比较多。据说是他说的，愿意的可以去考证考证。他有这样一句话，说“有一千双鞋一万件衣服的人，是有罪的。”就是这个意思。看来莫言很熟悉《八大人觉经》，又是拿它做小说名，又是化用它的意思。“心无厌足，惟得多求，增长罪恶。”他为什么这样说呢？你这样国度地消耗资源，有一些资源是短期内不可再生的，我们要为子孙后代他们的匮乏负责任，你是有罪的。

那菩萨怎么样呢？菩萨不是这样。菩萨不是引取无厌，不是这样惟以欲求为能事，不是对这些东西多多益善。“菩萨不尔，常念知足”，是行的少欲知足的法，内心常常地安住于自己对于法没有希求的，对于外在的这一切事物没有希求的状态。这是说少欲，少欲前面说过，本质上不是说一定要留一点，而是的向于离欲。少欲知足，什么事情啊，好像很好，不必一定要怎么样。

然后，他表现的形态是“安贫守道”。对于物质上的多多少少，受用上的好好坏坏，评价上的高高低低，不在意，安于贫困。不是说没有办法或者不得已地硬忍着，而是即便自己的这些物质条件很不够，他内心也很安然，不是硬忍着。类似的情况，大家如果熟悉《论语》的话，知道颜回“在陋巷，一簞食，一瓢饮，人也不堪其忧，回也不改其乐。”所以，孔子赞叹说“贤哉！回也！”用今天的话来譬喻说，住棚户区，拿一个大家都不太常见的葫芦瓢喝水，吃的饭是一个簞粮，过的是贫民区的生活，大家都觉得过这样的生活太艰难了，你说颜回又有学识，又有道德，你为什么不去怎么怎么样呢？你这种生活多苦啊？“人也不堪其忧”，但是颜回呢？乐在其中。安贫守道。“回也不改其乐。”

佛法的修养，可以比那个还要自在，而且广大。为什么？原因在哪儿呢？“安贫守道，惟慧是业。”菩萨不仅安贫守道，而且向于甚深的智慧和方便的慧——甚深的如所有智、尽所有智，以及种种的度众生的妙方便慧，来利益一切众生，向于这样的目标。

这是第三觉知，大概地串一下。第三觉知里所说的“心无厌足，惟得多求，增长罪恶”，我觉得是切中了我们这个时代的人心的问题。消费主义至上，必然会有这个问题。做营销的，或者是做产品的，很多都在干嘛？想着怎样挑动人们更多的欲望，还要讲究产品的粘性问题的，来抓住客户，在保证不流失或少流失的基础之上，怎么能切一块更大的原本不在我盘子里的蛋糕，靠的是什么呢？靠的是对人的欲望的挑动，让人们去觉得——这个我应该拥有。这个是这个时代的一个问题。我们的商业或者说我们很多这样经济的模式，如果这样的话，是不是唯一的道路？是不是最佳的道路？我想这会是一个不好回答的问题。不好回答，不在于价值判断上，而在于它怎样跟一个健康的经济、持续的经济、（1:46:40 空两个字，没听清）的经济能够互相吻合上的问题。

但是，如果重视价值取向的话，如果重视在经营中产生的社会价值对于人心、对于文化，乃至对于历史影响的话，这是一个不可回避的问题。必须正视，不能简单地忽略或者美化，就飘然而过。

我自己不做经营，也不懂管理，所以这方面我能发言的余地都很小，就不多说了。各位，在这个因缘下，恰恰应该思考这些问题。这是最近这一两年因为开始有一点社会弘法的活动，跟方方面面有一点的交道，确实也开始感到很有希望，也很欢喜的一件事，就是我们一些企业家也好，或者一些金融家也好，大家开始越来越重视价值。不仅仅是商业的，更多的是指道德，甚至是人的价值，如何在自己的事业中来实现它。甚至有的人把这个放到了更高的优先度，甚至是第一优先度。

我来沈阳之前去了上海，有一位高中同学，现在他自己从一个大的基金出来，自己做一个机构，他说自己出来的动机就是为了智慧、

为了价值，这是他的第一目标了。我真的感到这样的现象很值得让人欣喜的。这也正常，为什么正常呢？因为有一些人的人生阶段已经变了。丰子恺，我们在座很多人应该知道他吧？是弘一大师在家的时候，教书的期间，几个后来比较有成就的学生之一。丰子恺看到弘一大师出家前后的这些事情，包括出家之后皈依弘一大师，或者说从弘一大师那里皈依佛教，对于很多事情的认识和思考之后，他提出一个三层楼的理论。第一层楼是关于物质的，因为人生活在这个世间需要必要的物质来支撑，这无可厚非。但是，有一些人并不满足于这种动物性的需求——只是活着，动物也会；往自己家划拉东西，动物也会；把自己的地盘占得越来越大，小猫也会。当人不满足于这些动物性的东西的时候，他会开始希求精神上的享受。这就表现为文学啊、艺术啊、哲学啊等等，包括这些精神活动，精神层面的东西在里边。这样就够了吗？这样实在还不能触及到生命深层的东西、底层的東西、终极的问题。所以有一些有生命灵感的人，他必然地会意识到，除了那些让我活下去的东西，除了一些基于活下去给生命来一点装点的这些东西，生命还有更内核性的东西，在等待着我去叩问，在等待着我去找到答案，于是他生命更深的一些追求觉醒，必须继续向上走，到第三层楼，那是什么样的生活呢？宗教的生活。在这里，一个人才可能找到——可能，不是必然——关于生命终极问题的真正解决方案。它不在物质生活里，也不在一般的精神生活里，只可能在宗教生活里。这是丰子恺三层楼的理论——物质的生活、精神的生活、宗教的生活。

我后来有一个类似的感受，被我称为三生，哪三生呢？第一个层面是生存的层面，为了生存，我们需要柴米油盐酱醋茶，这些都需要，谁说不需要那是不知道缘起，真的觉得孤零零地自己一个人飘在宇宙中，跟谁也没关系；第二个层面，我说是生活的层面。在这个层面，衣食住应该说基本没问题了，大家开始讲究生活的情调。读读书啊，打打球啊，欣赏欣赏艺术啊，看看电影啊，或者是思考思考哲学问题啊，旅个游啊，都是这个层面的问题。这就是全部了吗？当然不是。总有一些人，会感觉到他有更深层的东西需要去解决，这就上升到了

生命的层面。对于生命本身的反思、关注和寻找。这个就必然地跟宗教发生关联。这也算是一个三层楼，基本是一样的。

为什么在“心无厌足，惟得多求”这里谈到这个三层楼呢？现实社会是什么样呢？前一阵子在上海，一位算是比较知名的民营企业家跟我说：中国人这一百多年就是是穷怕了、饿怕了。我当时是没有附和他，其实我心里是非常认可的。大家都穷怕了，都饿怕了，想一想哪怕只是三十年前——八五年，大家基本上都是一样的贫穷，就算是有一些比较好的位置，也就是待遇好一点，配配房子，有个电话，这样一些事情。那时候有个电话是多么了不得的事情；钱多一点，但是也没有那么大的差距，大家本质上都是穷小子。

然后，世界变化了，机会来了，有一些有机会，能抓住机会，或者挤进机会的，开始有机会脱离穷小子的状况了。穷小子嘛，总是觉得满足我第一层楼的需要是第一需要的，于是柴米油盐酱醋茶使劲往里头塞，对于穷小子来说，这完全正常的——他不这样不正常，他确实需要这个。问题是，当一楼都塞满了，都从一楼堆到二楼了，他本来应该在挂画的地方挂画，摆书的地方摆书，但是他干嘛呢？穷小子的思维仍然主宰着他的头脑，他继续向该摆书、挂画的地方，塞柴米油盐酱醋茶，以此来判断自己的价值，以此来判断别人的价值。继续塞，二楼塞满了，给顶到三楼去了，还这样塞——穷小子思维、穷小子习气。

实际上，如果是这样的思维，这样的习气，这样一种固定不变的认知的话，实际上内心还是把自己当作穷小子，没有实现自我认知的调试，也许是变化发生的太快了太突然了，以至于还没有准备好。说顶到二楼了还摆柴米油盐酱醋茶，当然有点夸张，可能买个文物摆到那儿了，不过话是怎么说的呢？并不是这个文物背后有什么历史文化、折射出什么，而是说这个文物多少钱，这幅画多少钱，本质上还是柴米油盐酱醋茶，顶到三楼了，进了寺院了，一支香上上去，不是说“愿诸众生永具安乐及安乐因”，而是上了一炷香说“这件事你给我办一下”，还是在第三层楼塞柴米油盐酱醋茶，这就是“心无厌足，惟得

多求”在我们这个时代可能给我们造成的困惑。

（四）常行精进觉

第四觉知，懈怠坠落。常行精进，破烦恼恶，催伏四魔，出阴界狱。

第四觉知讲的主要是精进方面的内容。

懈怠坠落。什么叫懈怠呢？这个在法相里其实有一个很准确的定义：“于所防修，纵荡为性。”就是懒惰为性的意思。这就是懈怠的表现。懈怠跟精进是一对反义词。精进的反义词就是懈怠。精进指的是什么呢？“于善恶品修断事中，勇悍为性”，那就是精进。什么叫“善恶品修断事”？简单地说就是断恶修善。我们于这些不善品，也就是恶品，种种烦恼事，应该断除；对于种种善法，内心的种种善品，应该修集，这叫断恶修善。“于善恶品修断事中”，善和恶分别对应后面的修和断——修善、断恶；如果是这个人纵荡为性，懒惰为性，那么就是懈怠。在善恶品的修断上，在断恶修善这件事情上，如果是纵荡的，就是随顺自己懒惰懈怠的，那就是叫做懈怠。如果能够发起勇悍不可调伏的精勤的意乐，那叫精进。

懈怠这一法，如果谁有了它，不仅出世间的善法没有办法成办，世间的善法也很难成办。不要说世间那些很好的善法，就是我们工作学习或者是做生意，没有一点精勤，还懈怠的话，也很难成办。所以，佛教里有一个偈颂说：“诸烦恼所依，独一谓懈怠，谁有一懈怠，彼便无诸法。”这个人，他如果有了懈怠者一法，那其他的种种烦恼，都容易滋长。其他的烦恼就因为懈怠占了上风，纷纷地此起彼伏了。这样的话，这个人的善法就没有办法增长了。

他有了懈怠以后，与烦恼相应，很难有善法增长。这个我们看多了，不管是世间还是出世间，所以这里第四觉知说“懈怠坠落”。不管是出家还是在家，不管是世间还是出世间，被懈怠主宰了，就要走下坡路，这就是坠落的意思。

那么，应该怎样呢？既然懈怠会使我们走下坡路，我们应该如何呢？应该“常行精进，破烦恼恶。”应该做懈怠的违品，就是跟懈怠敌体相对的力量，那就是精进。精勤地断恶修善，发起勇悍不可遏止的力量。我们中国人对佛教有很多莫名其妙的看法，其中有一种，了解佛教的有点哭笑不得的就是觉得佛教非常没有力量，学了佛之后，用我们东北的话说——软塌塌的才对。或者谁一学佛，他马上说了“你可不要消极啊”。这句话，前两天我刚刚听我们一起学《金刚经》的一位法友跟我说，他的领导听到他来学《金刚经》，跟他说“喂，某某，你可不要消极啊”，给他搞得很莫名其妙，我学《金刚经》，懂得了应该怎样正确发心，发起了这种很强大的力量，我觉得我干劲儿很足啊，我怎么消极了？这是我们中国人的误解。看看佛法中说的是什么？说的是应该怎样发起精进的力量，用精进的力量破除烦恼的障碍。

精进是什么意思呢？精进的内容，总的来说是断恶修善。但是，可以说得更清楚一点。佛法中有一个门类，叫做四正勤。勤，就是精进的意思——勤勇、勤奋、翘勤。四种正确地发起精进的方式，叫做四正勤。包括哪些内容呢？“已生恶令断，未生恶令不生；未生善令生，已生善令增长。”一般人理解的精进是什么呢？就是我们猛了劲儿地干，就叫做精进；很卖力地去做就叫做精进，这不是佛法中说的精进。佛法说的精进，必须是跟断恶修善这个方向直接相关的，然后发起很强盛的力量，这才叫精进。所以，这四种正确的精进分别是针对已生的恶、未生的恶，未生的善、已生的善。

已生恶令断：已经生起的恶不善法，不管是身语上的，还是内心的，应该令它截断——立刻、马上、没有犹豫；同样的，没有生起的恶法要防范它，令它不生起。这个怎么防？其实我们很多人有尝试过。比如戒烟、戒酒，因为那些确实对身体有伤害，它不是善法，对自己没什么好处，对人家也没什么好处，都是伤害的这个法，这属于不善法，因为它是与愚痴相应的，愚痴是不善法，是烦恼，如果这一法，搞来搞去，就戕害我们自己的身体，顺便把别人也稍微戕害一点，我

们还觉得这个事儿没什么，这是愚痴。为什么我们看有些人是傻子呢？他抓一些脏东西往嘴里放，他拿一些东西来伤害自己，我们觉得这个人傻，为什么呢？正常人，谁自己伤害自己啊？谁说正常人就不伤害自己了？愚痴控制他的时候，他一样伤害自己，各位可以想一想。

比如说这个人他要戒烟，对于他来说就叫做令一种不善法不生起。当然，我们都听过这样励志的话，叫做戒烟很容易，我一个月能够戒三十回。这是说已生恶令断，未生恶令不生。

未生善令生，没有生起过的善法，让它生起。比如，我们很多人没有体会到什么叫做禅定的状态。那是一种善法。禅定的状态，身心是协调的、安宁的，而且是稳定的，是有很多身心的好的状态在产生在持续。那是良好的身心状态，是善法，我们没有，可以修集起来。

已生善令增长，比如说，我们很多人在做一些布施的善法，乃至护持一些善法的事业，这都属于善法，令这样的事业在增长广大。

这是谈一下精进的义趣。精进不仅仅是攥着拳头瞪着眼睛向前冲就叫精进，还要看做的是是什么。如果这个人用很大的精勤去做恶法，算不算精进呢？不算。不仅不是精进，反而是懈怠。因为他没有在断恶修善方面正确地用功夫；反而有恶不断，有善不修，那是懈怠。

这个人常行精进，能有什么好处呢？能破掉种种烦恼的恶法。烦恼包括了什么呢？很多——贪嗔痴慢疑，身见邪见禁，掉举欲昏沉，不信及懈怠，放逸及失念，散乱不正知，等等，这些都属于烦恼。这些烦恼，我们有精进力的话，正确地用功，都能够使它得以调伏，乃至最终的断除。

这是说“常行精进，破烦恼恶”。上午说的ABC，我不知道大家是不是还有印象。现象A，在现象A上形成了认知和内心诠释B，基于B会有相应的身心反应C，因为B常常是有问题的，所以导致我们C的问题。那么，B可以说为是无明烦恼这些东西，我们用精进的调伏来解决B和C里的问题，这是可以的。

“破烦恼恶”，然后后面说到“摧伏四魔，出阴界狱”，是说到破烦恼恶之后能够达到的作用。如果这个人烦恼都断尽了，会怎么样

呢？会解脱生死。为什么这么说呢？这就要看看我们生死中的苦痛从哪儿来的。这个在下一个觉悟会去说明，这里先不去展开。

这里说的催伏四魔是指的哪四魔呢？有烦恼魔、五阴魔、死魔和天魔。烦恼魔，刚才说了，这种种的烦恼的恶法。本质上我们把它说成是坏人善事的，叫做魔。魔是怎么定义的呢？不仅仅是人格化的，不是这个烦恼变成了人格化的魔，来恼乱我们。魔，梵音成中文是“杀者”，所以，佛法中把这种能够坏人善事的，能够坏人善法的，这个叫做魔。烦恼能不能破坏人善事啊？能。所以在这个意义上，说烦恼也是魔。而不是烦恼变成了一个魔鬼，张牙舞爪窜了出来。不是。而是它能坏人善事，能够破坏善法，所以说烦恼是魔。

五阴魔，就是前面说的“五阴无我”那个色、受、想、行、识——五阴或者叫做五蕴。五阴为什么叫魔呢？因为我们人错误地颠倒执我。上面说了，在无我的缘起的五阴假合上，计执有一个自成自体的我；在生灭变化的缘起现象上，计执有一个恒常不变的我；虚伪无主的缘生缘灭的现象上，计执有一个能主宰有自在的我，是这些问题导致我们在五蕴上，起了种种颠倒执着，所以在五蕴上成为了捆绑我们，害我们善法的这样的事情。从这个意义上，假名五蕴是魔。而不是五蕴本身里面有多少魔鬼跳了出来。

死魔怎么能够坏人善事呢？这个人本来修道修得还好，如果正常地修下去，他会有一定的精进，乃至能够有所成办。但是，死亡突然到来了，他的善法成就就被中断了。从这个意义上说，死也是我们修道人，或者说是成就善法的人，所要面对的一个魔境，并不是真正人格化的。

这四魔中唯一一个人格化的，确实是作为一个有情出现的，就是最后说的天魔。天魔是什么呢？天魔实际上欲界凡夫中福报最大的有情。他居住在哪儿呢？居住在欲界天最上面一层——他化自在天最顶的天宫。梵文音译，他的名字叫摩罗。叫杀者。他其实是整个六欲天最高的天主。我们欲界的人间是归四天王天他们来巡视统治的，所以，实在来说这个欲界的六欲天的总舵主——摩罗，他本身是个天人，他

有很大的福报，他确实能够障碍一些修行人的修行。真有这回事啊？是有。不过，我曾听一个法师有一个很好的表述，是一些学佛人问这位法师，说“师父！现在这个修行容不容易着魔啊？”然后这位法师跟他说“不会着魔”。“师父！你为什么说不会着魔？那不是明明有摩罗能够对修行人产生障碍吗？怎么说没有着魔的可能呢？”“因为你现在就是魔子魔孙。”这是什么意思呢？他要坏的是想要修离欲法的人的修行。这个人如果修离欲行，最后出离欲界饮食、男女、睡眠种种欲贪的覆盖，修行得到色界的初禅，乃至种种果证的话，相当于说脱离了六欲天最顶上他化自在天那个摩罗他的魔网，脱离了他的可以发力的范围，他不希望这样的事情发生，所以他会去做一些障碍的事。这个人，他压根儿也没有想过出离五欲，没有想过向上道德更高的胜进，修行佛法只是为了一点点现世的利益，这个时候谈不上什么着魔不着魔。跟他没关系，因为他现在随逐五欲，就是这个摩罗的魔子魔孙。这位法师讲的是很有道理的。修行有没有可能面对摩罗的这样一些侵扰、障碍？有可能，不是必然。但是，需要这个人是真正地离欲，离欲，向于寂灭，他才有这个资格，可能被稍微干扰一下。不过，在佛法的精进力面前，这些都没有问题，都不会成为真正的问题。如果懈怠的话，有可能坠落，真正的常行精进，破烦恼恶，就能够真正地摧伏四魔，没有问题，不用害怕，两军相逢勇者胜！修行如一人与万人战。有这种气概！不用怕。挂铠出门，必将得胜而还。

这样精进，“破烦恼恶，摧伏四魔”之后，能够怎么样呢？能够“出阴界狱”。什么叫阴界狱？阴，指的是五阴。界，指的是三界。这个五阴或者说五蕴，它就像一个牢狱一样，或者说整个三界就像一个大牢狱一样，我们始终在里边生生死死，出不来。轮回就是这个世界最坚固的牢狱，没有几个人能越狱而出。听到《越狱》大家都会心一笑，对不起，我没看过，不能做更多发挥。我们要打破这个牢狱，成为一个自由自在的这种生命的形态。这是第四觉知的内容。

第四觉知，懈怠坠落。常行精进，破烦恼恶，摧伏四魔，出阴界狱。修行是需要精进力的，需要对治自己的懈怠。

（五）多闻智慧觉

第五觉悟，愚痴生死。菩萨常念，广学多闻，增长智慧，成就辩才，教化一切，悉以大乐。

第五觉悟，愚痴生死。什么意思呢？这是在说明我们生死轮回的根本原因是什么。我们轮回生死根本原因是愚痴。其实，这个结论、这个内容，我们上午有没有说？有讲。在我说现象是 A，对于现象的认知是 B，而 B 又不等于 A，有种种错误发生，我们却又根据这种错误的 B，发生种种错误的身心反应 C，这样错误的 B 和导致错误的 C 就造成了问题，就造成了我们生死的流转。根源在哪儿呢？根源在 B 等于 A，这是什么？这就是无明，这就是愚痴。无明的意思就是对于事物的现象和本质不如实知，这种不如实知就是无明，就是愚痴。

我们因为无明而流转生死，无明缘行，行缘识，乃至生缘老死，这是十二支因缘所说的内容。所以，愚痴生死就是在简单地说——因为有无明，所以我们有生死流转。也就是上午说的，因为有错误的 B，所以有生死流转。这样说的话，我们修行的原理是否就清晰了呢？既然是因为 B 不等于 A 造成的，那是不是就意味着，当 B 等于 A，问题就解决了。如果我们能够如实知见，有正确的认识了，错误的认识还会产生吗？当然不会。

就像大家，如果戴了一个有色眼镜看这个，可能是一个错误的颜色，摘掉有色眼镜能够看到正确的颜色，错误的颜色认识就不产生了。B 等于 A 了，天下太平了。这也是佛法修行的目的，就是引发我们的无漏智慧，能够如实知见，这种 B 和 A 知见的不一致不协调被排除了。

“愚痴生死”，这是问题的所在。菩萨是怎样的呢？“菩萨常念，广学多闻”，菩萨修道不仅仅是为自己，如果一个人只为自己的话，他可能不必很广学多闻，因为他只要致力于无漏智慧的生起，令 B 等于 A，他个人的问题就解决了。菩萨为什么有必要广学多闻呢？因为众生的根性种种，因为世间万法的法相纷繁，菩萨要想有最大的利益众生的能力，他必须广学多闻，以便能够更好地因应众生的根性，用

适当的说法，来给众生以恰当的引导，所以在第五觉悟中说到“愚痴生死”，正因为愚痴生死，所以菩萨要开导众生的智慧，这需要种种的方便。“菩萨常念，广学多闻”，菩萨就需要常常地发起这种意乐，要广学多闻，用种种道，示（释？）种种心，令众生能够入佛知见。广学多闻之后能够做什么呢？广学多闻之后，菩萨能够“成就辩才”。

什么叫辩才？佛法中常说四无碍辩。就是四种无碍辩才——法无碍辩、义无碍辩、辞无碍辩、乐说无碍辩。

法无碍辩，能够正确地理解诠表名言章句——佛经。义无碍辩，对于里边的义理内容能够准确地把握，而且善巧的宣说。辞无碍辩，主要是语言方面的。这个法师，他的水平很高，但是他是一个外国人，到了我们中国，不懂中国话，给我们讲法，我们也没有办法很好地来接受。甚至说方言，所以回到东北我就很得力。为什么呢？东北话，我懂。说起来，也可以说是辞无碍辩的一种。你如果方言，这一点在其他一些方言盛行的地方，特别明显。因为我在福建也接触一些东北去的师父。有的师父就在学闽南话，我说这是为什么啊？说很多当地的老人，只会说闽南话，给他们说法，就只好用闽南话。这说明掌握一门外语有多重要。最后一个叫乐说无碍辩。乐说无碍辩就是我们说的善巧说法。这个比较深的内容，大家能够用比较喜闻乐见的方式说出来，让大家听了能够听懂。这是乐说。再一个，也是他自己有这种慈悲心，这个人又慈悲心，愿意给大家说，而且是不厌其烦地说。

成就这样的辩才，为的是什么呢？不是菩萨为了显示他多了不起，他多么值得令人尊重、敬佩，而是菩萨要用这样的辩才，方便地宣说佛法，利益有情，所以要“教化一切”。教化一切的目的是什么呢？就是《金刚经》所说的“我皆以无余涅槃而灭度之”，就是“悉以大乐”。什么叫大乐？就是无余涅槃。用佛法教导众生，令众生能够觉悟佛所说法的义趣，向于究竟解脱的境地，最后得到生命终究的圆满和安乐，那就是涅槃的境界。悉以大乐，不是他直接给的，是他引导，令众生自己证入涅槃。

这是第五觉悟的内容，说了生死流转的根源，是什么？是愚痴，

是无明——愚痴生死；菩萨为此做什么？菩萨常念，广学多闻，增长智慧，成就辩才，教化一切，悉以大乐。

（六）布施平等觉

第六觉知，贫苦多怨，横结恶缘。菩萨布施，等念怨亲，不念旧恶，不憎恶人。

这个世间，因为是有因有果的，是有业有报的，所以，对于一些苦恼现象，我们应该从因缘上去解决它。比如说有一类现象，就是这个人一生受到贫穷困苦折磨。种种因缘，有这样的人，在过这样的生活。生活中，一般你很难看到安于贫困的人——他心安理得，他住在这个境界里，他不怨天不尤人，他能够很乐天的很知命的过自己的一生，这样的人，很难。一般处于贫苦中的人，总是有很多埋怨，或者是怨这个不公平，或者怨那个没机会，或者怨谁挡了我的路，或者怨谁坑害了我、整了我等等。贫苦多怨，这是常见的社会现象，这当然是苦。贫苦，是他的果报上就是已经这样苦了，他又不能够内心接受它，内心产生很多错误的运作，导致内心更加痛苦——多怨。贫苦是身苦，多怨是心苦，他这样身心二苦的交织，确实是值得怜悯的。

那么，菩萨面的这种情况，怎样做？为什么呢？

菩萨布施。在生命的长河中出现这种情况——贫苦多怨的苦，菩萨是怎样避免它发生在自己身上呢？他要做布施的工作。先说避免发生在自己身上。因为，一个人的财富，我们往往不知道它的内在原因是什么。很多人以为，财富的来源来自于我的努力、勤奋、聪明、机遇等等。不能说这些不起作用，没有这些确实可能没有那样的财富，问题的是，几乎每一个奋斗过的人都承认，这个世界上，甚至就在他的身边，总有人比他更勤奋，聪明也不下于他，也不是一点机会没有，但是却没有像他一样后来走向了胜利。所以，有些人就觉得不得不相信有福报这回事。要是没有福报，我也没有今天。财富确实是过去布施所得来的一个果报，如果要是打一个比方，就像什么呢？就像两个

人都去银行 ATM 机取款，都拿着银行卡在那儿刷，一个卡里有钱，一个没钱，两个人同样都是顶着太阳走了两公里到这儿刷卡，有钱的，这两公里没白走，刷个卡，钱取出来了；那个没钱的，在那里就是把卡刷薄了，他也取不出来。顶着太阳走了两公里路，那就相当于大家都拼过，最后能不能取出来钱，那就要看有没有福报了。

因为菩萨正确地认识了因缘果报，所以他在因上就解决了贫穷的可能，他要常常地行布施。菩萨布施，为自己未来种下了资具圆满的果报。资具圆满，就是富乐啊，有财富啊，想要什么基本上不会缺啊。但是，菩萨不仅仅是为自己来布施的，正因为这世界上有一些人，他们是贫苦的，用今天的话说——弱势群体、贫困群体，他们需要一些种种形式的帮助，包括直接的物质上的帮助，所以菩萨自己也需要资具圆满的果报，来帮助这样的一些人，不仅仅是自己免于这样的苦。他修布施，不仅仅是为了自己的乐，更重要的是，有这样有资具的圆满福报，来帮助需要帮助的人。

那么，菩萨在修布施的时候，他是怎样来修的呢？

等念冤亲：他平等地面对跟我好的和跟我不好的。他的内心对于跟我好的、跟我不好的，是一个态度。不至于说，这两个人都是它的布施对象，一个是跟他好一点儿的，一个是跟他不好一点儿的，这两个会有多么大的差别。菩萨不是的。菩萨是等心布施——平等心的布施。“菩萨布施，等念冤亲”，这个听起来已经有点难了。后面听起来更难。

“不念旧恶”，什么意思？这个人，从一般世间来说，跟这个菩萨是有点合不来的，而且过去还恶意地攻击过、伤害过这位菩萨，这就是旧恶——过去的时候，做过对不起他的事，菩萨在这里也不把这件事揪住不放，让这一页轻轻地翻过。

一般人行布施，内心中还会有怎么样的抉择的呢？这个人，看着是好人，大家都愿意去帮他的忙；这个人是恶人，大家心里就懒得这样去帮他。比如说刑满释放人员，同样做慈善的，有多少人想到他们？因为大家觉得这些人应该受惩罚，他现在的结果是他自找的等等。

今天早上还跟法友说，这个世界上，哪一个痛苦没有它的原因呢？我们面对痛苦这个结果呈现在眼前的时候，我们往往很容易发生悲悯心——这个人又瘸又聋，身体又弱，自己确实做不了事，还揭不开锅，大家都觉得挺可怜，愿意帮一帮；或者这个孩子身体被烧坏了，大家看了都很心疼，不管怎样希望能够帮助他解决一点问题和痛苦，至少很容易生起慈心。但是，事情是有因有果的，哪一个痛苦没有它前面的恶因呢？为什么我们看到恶因的果的时候我们可以生起慈悯，面对恶因本身的时候我们却满怀愤怒呢？真正懂得因果又有慈悯心的人，看到了这些为恶的人，反而倍复悲悯——更加地悲悯他，这个慈悲心更强大，为什么呢？他现在造恶，还在因的阶段，你可能对他施加更大的影响，帮助他生命的未来走向发生一些变化，那个恶果不至于那么强烈地呈现出来，是可能的。生命的方向把握在我们自己手中，我们可能通过恰当地努力改变生命的轨迹——自己的或者帮助他人。所以，一个恶人实际上更值得我们付出自己的悲悯和帮助，而不是心里硬邦邦地说——你活该，那个跟佛法慈悯的义趣不太相应。

这是说菩萨，菩萨“等念冤亲，不念旧恶，不憎恶人”，是这样来修习布施。这是第六觉知，菩萨的悲心是这样的广大。

（七）出家梵行觉

第七觉悟，五欲过患。虽为俗人，不染世乐。常念三衣，瓦钵法器，志愿出家，守道清白，梵行高远，慈悲一切。

这里讲得越来越深入了。到这儿，那就是真刀真枪的修行了。怎么说？直接面对五欲，来认识五欲的过患。五欲有过患吗？当然有。五欲有什么过患？系缚我们于生死中。五欲是什么？没学过的，不知道；学过一点，又没学到更深的，会说是“财色名食睡”；只有学到比较正统佛法的才会说是“色声香味触”——这是五欲。我们一般的，常把五欲说成是“财色名食睡”，那是中国的解读；佛法里一直都说是“色声香味触”，什么意思呢？我们五种感官所直接对的五种境。

色，是指的可见光，我们眼所对的境界是可见光；耳所对的境界是声音；等等，是这样的色；声；香；味；触。

人们在色声香味触上取着这样一个一个的东西，然后贪着它。比如这杯茶，如果一个人以贪心来饮的话，可能执着于这个口感、味道怎么怎么好，这就叫做被这个味所系缚。当然，对于茶的品尝其实是一个比较复杂的过程，不仅仅有味觉，可能还有触觉，因为包括了水温的问题，还有形成的复杂的口感的情况，那就还有触的问题。包括我们手里拿着一个杯子，假如说这是一个很名贵的杯子，值很多钱，很喜欢的人会生起贪着，那这个贪着主要来自于什么？主要来自于它的色——我们的眼睛能够看到，还有触——手能够感受到。我们的种种贪着，总是于我们的感官和所触对的境界有关系，所以佛家把这些称为五欲——对于色声香味触的贪欲。这里边其实有深的东西。

很多人以为，假如说他贪这个杯子，他认识不到他贪是色和触，以及这样的色和触的组合——一直呈现在一起的这样的关联的组合。他贪的其实是这个。他会以为他在贪的是这个杯子的自体——说过了，因为他基于错误的认知，他以为他在贪这个杯子的自体，这是更深一层说，先不在这儿展开了。

简单回顾一下。五欲过患是在说，因为众生贪着五欲，所以被系缚在生死中，苦恼无尽，这是五欲最根本的过患。略说一下就好。这个部分如果对出家众讲，应该是特别浓墨重彩地讲，因为出家人的生活应该是向于离欲的。在家的生活不必像出家人一样向于离欲。因为在这里的听众都是在家众，就不去细说了。

“虽为俗人，不染世乐”：这里有两种说法。虽然是一个在俗的人，那就是表示没有出家的人，先做这种理解，但是心也不应该贪染于世乐。确实是这样，你可以受用这样的色声香味触，因为你有这样的福报，但是内心应该不贪染它，这是一种修行。佛法的修行，不是说苦行——非得不能用一个好沙发，非得不能用一个好茶叶，那不是，但是你不应该贪染它。

“虽为俗人，不染世乐”，染是指的贪着贪染、系缚；世乐，在

现象上不能说没有，但是贪染它就有过患。“虽为俗人”，这个人他虽然是一个俗人，这是做俗人、世间人、在家人这个角度讲，但是他应该不仅仅进修自己在家的法，还应该知道佛法中还有更胜进的法，那就是出世的法。

“常念三衣，瓦钵法器”：这个三衣和瓦钵法器都是出家生活要用到的，用这些来指代出家生活。是说什么呢？如果这个“虽为俗人”的俗人，要是在家众的话——这是佛对在家众的一个指示：虽然你们在过着在家生活，但是不应该舍弃对于更高的圣道的这种向往和追求，应该常常系念于三衣一钵这种随缘应化的出家生活，时刻准备着，当众生和佛法需要你们的时候，能够走出这扇门，走入那扇门，为佛法，为众生，过一种清净自活梵行高远的生活。在是把这个俗人作为在家众人解的时候，会有这种解读。就像我们小时候，常常被问到一句话：准备好了吗？标准答案是：时刻准备着。作为一个资深在家众，要是这个俗人作为在家众解的话，应该作这种思想准备——时刻准备着，为佛法，为众生，走出这扇门，走入那扇门。

另外一种解说。这个俗人指的是凡夫，虽然他是出家人，但是他还是凡夫，所以，也可以说成俗人。这是另外一种解读。这种解读可能大家安心一点——“好了，按照这种解读，我就不用时刻准备着了。”

“虽为俗人，不染世乐”，虽然还没有尽断烦恼，成为无漏的圣者，但是自己能够善巧地调伏烦恼，不滋纵五欲，不在色声香味触上随逐、奔驰、迷惘。

“虽为俗人，不染世乐”，这个俗人，可以是出家的俗人，也可以是在家的俗人，只要还没有证入圣道，跟无漏圣者比起来，还都是俗人。作为一个出家人，当然要想一想自己这个出家身份，所以，从这个意义上说，他们常见三衣、瓦钵、法器是正常的，就像佛说，出家人应该每日三摩头，为什么摩头？古人都是留长发的，中国和印度都是这样，那么，出家人剔除须发，这就是一个非常重要的标志了；佛教的出家人，剔除须发，自己摸摸头，知道我现在是个出家人了，我选择是这样的生活，是因为 ABC，所以我应该为了 ABC，继续去过

这样充满了价值、喜乐的生活。

“常念三衣，瓦钵法器”，三衣是指的五衣、七衣和九衣——出家人的三类袈裟，三类衣。瓦钵，就是乞食用的钵，又叫应量器。在那个时候，瓦钵是正制，就是用粘土烧的。因为容易获得，又不贵。在那个时代，铁这一类金属，还是比较有用的而且是贵的。想一想，在我们中国古时候，特别是比较早的时候，像佛陀出现于世的那个时候，有多少铁器？你做一个铁钵，难道不是奢侈的一件事吗？所以，那个时代，佛制正制的是瓦钵，像铁钵这些都是开缘，因为也算是不容易获得的东西，挺好的东西。当然，在今天这些铁钵或者其他的金属钵，就没有人太当作好东西了，可能情况会有一点不一样。

“**志愿出家**”：自己志愿出家，这是针对出家人说了——不要忘了，自己是一个出家人。当年，是你自己为了佛法也好，为了众生也好，为了自己解脱于生死苦也好，是你自己主动要出家的——你自己克服了千难万险，你自己主动地走进了这种生活——是你自己要辞亲割爱背井离乡的，不要忘了自己的初心。世间常说一句话：莫忘初心。

“**守道清白**”：既然你有这样的初心，不要忘记自己的初心，应该守道清白。出家是有戒律的，什么叫守道清白？在种种戒律上没有染犯，称为守道清白。特别是在男女欲染方面，世间人一般都是觉得这是多么必要、不可或缺，甚至是好的事情，但是出家人，特别是对于佛法真正有精进的人，会认识到其中混杂的问题，甚至是将要制造的痛苦。所以，他为了更高的道德目标，为了生命更加的圆满和真正的解放，甚至说为了佛法，为了众生，他自己觉得要过梵行的生活才好。什么叫梵行的生活？狭义的梵行的生活是指离了男女欲染的生活；广义的梵行的生活，是指向于圣道的生活，这两种梵行的生活在这里都可以用进去。

“**梵行高远**”：高，是远超于一般世间人的生活的。远，是指他所图者甚大、甚远，并不仅仅是这一生的一点点事情，而是向于生命终极的圆满，或者向于究竟的自他二利这样远大的目标。

“**慈悲一切**”：这个人，或者这样的修行人，他的动力是来源于

对于一切有情的慈悯，对于一切有情，希望能够拔苦予乐的悲济。

这是第七觉悟的内容。

（八）大心普济觉

第八觉知，生死炽然，苦恼无量。发大乘心，普济一切。愿代众生，受无量苦，令诸众生，毕竟大乐。

第八觉知就是地地道道的菩萨的大愿，菩萨的大悲增上意乐，和菩萨的伟大发心。菩萨的这种伟大发心，所缘是什么呢？他的所缘就是众生的苦难。菩萨想到，在这无量的生死中，无边的生死中，像大火一样炽然翻涌的生死中，那样多的有情在里边死死生生——生死炽然，苦恼无量。

这个苦，佛法中常常怎样说呢？说三种层次的苦——苦苦、坏苦和行苦。苦苦，就是说他从感受上就是苦。坏苦，是说本来在感受上是乐的，感觉是美好的，但是这件事情无常了、结束了、坏了，感到苦。比如说，一段感情，挺好的，当时可能有点乐，然后以分手做结局，然后就感到痛苦，这就叫坏苦。第三层苦的意思是行苦，行苦的意思是，一切有为法都在刹那刹那迁灭。尽管一般人的内心当中，没有感觉这个刹那刹那的迁灭中本身有很强烈的苦呈现出来，其实这种刹那的迁灭本身，就是对无常的事物执着有常这种错误下的一种逼恼，会让人感到苦。这是行苦，说得深一点，我不去展开它。

说一说苦苦。苦苦，我们常常说有生、老、病、死、爱别离、怨憎会、求不得。一个人，出生苦不苦呢？是很苦的。顺产，母子俱苦。老了，苦不苦呢？人到老了，被人看不起。然后，身体又有种种老弱出现。就不说病的情况出现，身体衰弱了，眼睛也看不清了，耳朵也听不清了，人家说一句话，自己还总打岔，最后搞得自己心里怯生生的，都不敢跟人说话。有没有啊？这都是有的。这都是老苦。我们现在看的可能是长辈是这样的，再过三十年，我们再相会，我们也就都

那样了。病苦，我好想没听过谁生下来道现在没得过什么病的，从生到死不得病，基本不可能。得病的时候，我们去医院就知道了，各种病苦。死苦，这个是我们中国人最容易感受的，因为中国人没有信仰的多，没有信仰的，到了生死大限来临的时候，基本上都处于抓狂的状态，因为不知道自己生命的落脚点在哪儿，不知道这个生命向何处去安顿，不仅身体上有痛苦，更重要的是内心彷徨无助，所以，人应该早一点去觉醒生命的意志，去发现，去意识到，去感受到，去面对生命的终极问题，而不是平时装作没这回事，到时才手忙脚乱的。这是说生理上的，只要是人都会有生老病死苦。

内心的苦呢？爱别离：亲爱的人或者生离，或者死别，总是让人难受的。怨憎会：看不顺眼的人，大家总要在了一起或者生活或者工作。当然，这个世间从来都不缺少复合的现象，很可能——两个人，离开了是爱别离，在一起了是怨憎会。这也是有的。求不得：是说想要得到却得不到，或者已经是不幸的事情发生在自己身上，想要分开也分不开，这都叫求不得——就是自己所愿都不能够成办。所愿都不能成办，这叫求不得苦，然后自己还没有办法接受这种结果，自己内心还煎熬，大家知道会发生什么吗？容易发生抑郁，或者是焦躁。大家都知道，我们社会上这么多人，有或者明显或者不那么明显的抑郁和焦躁，原因何在呢？多欲为苦。就是这么简单。欲求多苦，烦恼亦多，所以，少欲无为，身心自在。

上午说“有求皆苦，无求乃乐”，中午大家在一起用斋的时候有人说“那不容易啊”。感觉不容易，那就说明还得受一段苦。

这是大体说一下这几种苦苦。

“生死炽然，苦恼无量”，哪一个有情不面对这些痛苦呢？有钱的不面对吗？有权位的不面对吗？那就更不要说穷人和弱势群体了。所以，菩萨周遍地观察这一切有情——男人、女人、老人、小孩儿，富有的人，贫穷的人，显赫的人，卑微的人，善良的人，凶恶的人，忠厚的人，狡诈的人，可亲的人，可憎的人，等等等等，这一切人等，都有这样的生、老、病、死、爱别离、怨憎会、求不得，都有这样的

坏苦与行苦，都在这样炽然的生死中受种种煎熬，菩萨缘这些苦相，不仅仅是人，我这里只是简单举人为例。那动物的苦更厉害，我们人很少被架在架子上活烧，还要转动两下刷点油。昨天刚听一位说，那个鱼，被捞上来，拿棒子把脑子打晕，还没死，开膛、破肚、刮鳞，蘸着调料下锅炸，还在那摆尾巴呢。苦不苦？菩萨对这个感同身受。我们就举人为例，这样种种的大苦，菩萨见到之后，内心生起很深切的悲悯，希望众生得到安乐，离开种种的苦。所以，菩萨“发大乘心，普济一切”。

“发大乘心，普济一切”：发起来大乘的意乐，希望众生都能够离苦得乐。这叫发大乘心，普济一切。普济一切，如何去济？就是最开始讲这部经的时候，念的一个偈颂：“十方所有诸众生，愿离忧患常安乐，获得甚深正法利，灭除烦恼尽无余。”这个说的就是应该拿什么去利益众生。因为众生是有愚痴有无明才有生死，那么解决问题就是帮助众生生起真实的智慧——无漏的智慧。就是，B 的错误导致了问题，那把 B 纠正过来就好了，靠什么？靠佛法。所以“十方所有诸众生，愿离忧患常安乐”，靠什么来实现这个愿望？“获得甚深正法利”，希望他们获得佛法的利益，来生起智慧明，破除愚痴闇，来获得正法的利益，走向生命的究竟离苦得乐。“发大乘心，普济一切”，应该是这样的。

但是，菩萨并不是忽略现世的苦难，因为这样智慧的生起，这样烦恼的断除乃至离苦得乐，不是一朝一夕的事，现实中，众生要受种种的苦难，菩萨无动于衷吗？不，菩萨虽然有这样真实的利益，还有一些暂时的利益。那是什么呢？

“愿代众生，受无量苦”：这是什么意思啊？怎么代众生受苦啊？我想请问大家，佛教讲因缘果报，讲业果报，一个人做的业，另外一个人能不能去承受它的果啊？有没有这种事情呢？是没有的。佛法说明，业是自作自受的，它不会出现这样张冠李戴的现象，它必然是自作业自受的。既然这样，菩萨发这种大心“愿代众生，受一切苦”，是不是一个空愿啊？应该看作菩萨训练自己大悲增上意乐的一种方

法，这是第一层意思。第一层意思，菩萨训练自己大悲增上意乐，什么叫大悲增上意乐？大悲是说平等的愿意拔济一切有情令他离苦得乐的心。这个平等，意思是没有亲疏远近没有男女等等这一切标准的差别，所有的人，他都是一样的。普遍，是说不遗漏任何一个人。菩萨发起这种平等普遍而又无尽的大心。无尽是说，时间上没有设定一个最后的节点，是尽未来际的这样的心。这样的大悲增上意乐，增上意乐指的是什么呢？我们一般帮助人，往往有一个没说出口的前提，或者自己内心隐藏的前提，是什么呢？我可以帮你，但是前提是不要伤害到我，或者不要伤害到我太多。这往往是我们帮助人的前提，所以我们帮助人是有前提条件的。真正的了不起的菩萨行，了不起就了不起在这里，他们没有这个前提。

如果一个建筑物着火了，大家都在各处找逃生通道，这个菩萨第一个找到了逃生通道，你们猜他会怎么样啊？自己冲出么？不是，是回去。都到门口了，这条道能通出去，太好了，回去，把这些人都串起来，组织好，一个一个跑，他一定要最后一个出去——这是菩萨！如果这个建筑物扛不住火烧，塌下来了，那把最大的风险留给我——这是菩萨！这是不是愿代众生受无量苦啊？这是菩萨的大悲增上意乐。

从业果报上，他是没有办法把张三的业果报拿到身上来，让我替他得癌症，让我替他半身不遂，菩萨真有这样的心，但是拿不过来。那么，菩萨可以用什么形式来代众生受苦呢？菩萨的智慧是很伟大的，他如果愿意用智慧断尽一切烦恼，自己迅速地证阿罗汉果离苦的话，对于很多菩萨是如弹指之易，就像打个指响这么容易。但是，不。为什么不？那样的话，自己证了阿罗汉，证了无余涅槃，命终之后跟这个世界没有办法交互了，没有办法度众生了，也没有办法最后圆成佛道更广大地利益一切有情了，所以那么简单就能离开三界这个火宅，他不干。他留在三界中，无数的生死，来跟众生结种种善缘，来直接或间接地帮助众生，来集聚智慧福德资粮，向于最终的无上觉道，等到成佛的时候，能够更广大圆满地利益广大有情。他是为谁留在生死中的呢？为这一切众生。他本来不必受这些生死的苦，他是不是为了众

生的安乐，某种意义上在替众生受生死的苦难呢？是这样。就像刚才说的那种情况，在火场中他可以轻而易举地出去，但是他不，他回去，组织大家疏散、逃离；如果有问题，他面临的痛苦最大，这就是菩萨的“愿代众生受无量苦”。他的志愿在于“令诸众生，毕竟大乐”。希望众生能够得到究竟的涅槃安乐，那才是生命真正的圆满，那才是生命真正的安然，这是菩萨的伟大的襟怀。

我们回到上一页，把这一段再一起读诵一下，请大家合掌：

第八觉知，生死炽然，苦恼无量。发大乘心，普济一切。愿代众生，受无量苦。令诸众生，毕竟大乐。

好，请大家放掌。菩萨是怎样炼成的？就是这样炼成的。如果这样去训练，早晚有一天——你可以，我也可以。

如此八事，乃是诸佛菩萨大人之所觉悟。精进行道，慈悲修慧，乘法身船，至涅槃岸。复还生死，度脱众生，以前八事，开导一切，令诸众生，觉生死苦，舍离五欲，修心圣道。若佛弟子，诵此八事，于念念中，灭无量罪。进趣菩提，速登正觉，永断生死，常住快乐。

这是八大人觉都已经说过之后，一段最后的结文。

“如此八事，乃是诸佛菩萨大人之所觉悟”：这样的八种事，是诸佛菩萨大人他们所觉悟的。这里说明了前面讲“八大人觉”这个“大人”是什么意思，是指的佛菩萨这种大人。

“精进行道，慈悲修慧”：作为这样的佛弟子，应该怎样呢？应该像前面说的那样精进行道，应该像前面说的那样具有广大的慈悲来修习智慧。而不是仅仅的为了自己一个人而怎么样。那么，这样能达到什么样的效果呢？

“乘法身船，至涅槃岸”：即能够自己证得无漏智慧。所谓的“乘法身船”是一种譬喻。乘法身船的意思，是说我们现在所学的佛法它本身就是佛陀的法身，是佛陀的法身——这个佛法、这个舟楫，载着我们能够到达了生脱死的涅槃彼岸。

这里说一下，为什么我们所学的佛法，佛陀所宣说的正法，就是

佛陀的法身？这个义趣是什么呢？《佛遗教经》里有这样一句话，说：“我灭度后，我诸弟子辗转行之，即是如来法身常在而不灭也。”佛说，佛灭度之后什么是他的法身呢？他的这些弟子众们，这些佛弟子们，辗转地学习实践佛陀的法，就叫佛陀的法身常在。佛是“正法以为身，净慧以为命”的，是以法身慧命为体。所谓的法身，就是“若佛出世，若未出世，此法常住，法住法界”那个宇宙人生的真理。我们能够解脱生死，也是靠着宇宙人生的真理，并不是靠其他。我们觉悟了这样的真理，也就到达了涅槃的彼岸。

但是，作为菩萨虽然有这样自己迅速了脱生死的能力，但是他不耽着于此，他甚至说，在因缘不成熟的时候，坚决不会去取无漏的智慧。而是“复还生死，度脱众生”。就像我刚才举火场那个例子，他找到这个救火通道，一看，到这儿就能逃脱出去，然后回来，告诉大家往这边跑，沿着这个路线。

“复还生死，度脱众生”，如何来度脱？就是说法来度脱众生。具体说什么法？就是前边说的“以前八事，开导一切”。我刚才说的那个偈颂“十方所有诸众生，愿离忧患常安乐”，希望十方所有众生都能远离一切忧患得到究竟的安乐，但是通过什么来达成啊？“获得甚深正法利”，是通过佛法的利益使众生生起智慧，以智慧断除无明烦恼，得到真正的解脱和安乐——“灭除烦恼尽无余。”

那么，在这里的说的内容，是用什么来度脱众生呢？“以前八事”。以前面那八种大人觉，来开导一切众生，“令诸众生，觉生死苦”，令这些众生能够觉悟——认识到这生死中是有种种苦痛的——生、老、病、死、爱别离、怨憎会、求不得，即便是所谓快乐的事，也不能够一直保持——还有坏苦，还有刹那刹那逼迫的行苦。“觉生死苦”之后，就要离开这个生死苦难的根源，要舍离种种颠倒妄想，所谓的要“舍离五欲”。

这个“舍离五欲”我要说明一下。对于修行，“舍离五欲”意味着不吃不喝不睡吗？不是。意味着什么？不染世乐。吃饭还是要吃，睡觉还是要睡，喝水还是要喝，坐车还是要坐，但是不染世乐——我

估计这次回去，可能有人会挂横幅“不染世乐”了吧。不染世乐，这是舍离五欲的意思——内心“修心圣道”，向于无漏觉道。

“若佛弟子，诵此八事，于念念中，灭无量罪”：作为佛弟子，如果能够常常地诵持、忆念这八种大人觉，你觉得是不是非常伟大啊？你看看那第八大人觉，可能刚刚体会到一点细节的，会觉得有一点惊心动魄，又感动莫名，但是如果你常常地那样运作你的心，你就会想起一首歌唱教师的歌，叫做长大以后我就变成了你。每一个菩萨都是从第一步开始走的，只要这一路不停顿、不改向，最终都能够成就无上觉道，成为为一方世界照破黑暗的那盏明灯，叫做世间觉，成为佛陀。那么，能这样的话，念念中，灭无量罪。为什么？内心中很多愚痴黑暗的东西，消灭了。已生的，消灭了；未生的，生不起来了。就是前面说的“已生恶令断，未生恶令不生”。我们所有的问题和罪恶，都来自于这些内心的不善法，错误的 B，导致了错误的 C，就是这样而已。

当这个人，能够诵此办事，内心能够正确运作，更少地发生错误，发起更广大的慈悲和精进的断恶修善的力量时，他的恶法在急剧地减弱，善法在极大地增强，能够“进趣菩提”。这个“趣”是古时常用的方法，通我们今天说“趋之若鹜”那个“趋”。“速登正觉”，能够迅速地圆满无上正觉，能够利益众生，也能自己永断生死，常住快乐，这就是涅槃的究竟安稳利乐。

这部经，到这儿我们就一起学习完毕了。作为最后的因缘，我们一起合掌诵一遍这部经。大家听到了，刚才大家齐诵的时候我没有跟着诵，因为一条戒律的原因，请大家帮助我，我诵一句大家跟诵一句。

《佛说八大人觉经》

为佛弟子，常于昼夜，至心诵念，八大人觉。

第一觉悟，世间无常，国土危脆。四大苦空，五阴无我，生灭变异，虚伪无主，心是恶源，形为罪藪，如是观察，渐离生死。

第二觉知，多欲为苦。生死疲劳，从贪欲起，少欲无为，身心自在。

第三觉知，心无厌足。惟得多求，增长罪恶。菩萨不尔，常念知足。安贫守道，惟慧是业。

第四觉知，懈怠坠落。常行精进，破烦恼恶，摧伏四魔，出阴界狱。

第五觉悟，愚痴生死。菩萨常念，广学多闻，增长智慧，成就辩才，教化一切，悉以大乐。

第六觉知，贫苦多怨，横结恶缘。菩萨布施，等念怨亲，不念旧恶，不憎恶人。

第七觉悟，五欲过患。虽为俗人，不染世乐。常念三衣，瓦钵法器，志愿出家，守道清白，梵行高远，慈悲一切。

第八觉知，生死炽然，苦恼无量。发大乘心，普济一切。愿代众生，受无量苦，令诸众生，毕竟大乐。

如此八事，乃是诸佛菩萨大人之所觉悟。精进行道，慈悲修慧，乘法身船，至涅槃岸。复还生死，度脱众生，以前八事，开导一切，令诸众生，觉生死苦，舍离五欲，修心圣道。若佛弟子，诵此八事，于念念中，灭无量罪。进趣菩提，速登正觉，永断生死，常住快乐。

下面我们一起做回向：

愿以此功德，普及于一切，
我等于众生，皆共成佛道。

这部经，我们共同的学习，到此圆满了。感恩大家。