

2024 年玄中寺六月佛七开示

（一）

大家把自己的心念照顾好。

敲了木鱼以后，为自己找个位置坐下。但是不要从大拜垫后面的拜垫和供桌的这两个空过，可以从前面的空过。当然，不让过是有一定的理由和规矩，这个以后再说。

佛经里面经常提到一个问题——生老病死四大瀑流。有过一点闻思基础的人都听过“生老病死”。“生老病死四大瀑流”就包括了我们一生的经历。

为什么称为“瀑流”呢？为什么这样去形容它呢？代表的意思就是：我们的生老病死是不停歇的，就和瀑布、流水一样不停歇。

当我们知道生老病死是不停歇的时候，知道了这个事实，我们就不会去和生老病死产生一些对抗。

而我们普通人的一生都是希望停歇，希望任何事情都按照我们想象的方式发生——也就是“决定”，我们希望能是某一种“决定”。

大家有没有想过：如果瀑布是决定的、是固定的，就没有人去看了，它丧失了某一种美；如果冬天的雪是决定的，就没人去赏雪；如果花是决定的，也没有人去赏花……

但我们人的一生总是想去“决定”，那就意味着我们在和人生的事实抗衡。人生的事实就是“生老病死瀑流”——不断地流动、不断地改变，这是我们人生的事实。

并且佛陀在经典当中给四大瀑流做了一个形容，怎么形容的呢？——生老病死苦！

生老病死的本质是苦的，而我们总想在这个当中找到一个乐，所以我们总是和生命做一些抗衡，总感觉哪个地方活得不太得劲儿。不得劲儿的原因，就是我们在和这个事实抗衡。

所以，生命最奇特、最美好的地方，就是它在不断地变化。这个变化是很美好的，固定就不美好了。所有的愉悦都是在“变化”当中得到的，而我们却认为是在“确定”当中得到的，这就是我们的一个迷惑。

你希望有一段关系，去和一个人交往……为什么刚认识一个人的时候，你会和他聊天，经常有一些交往？而且你会觉得很高兴，为什么？因为不确定。有一天，你们的

关系确定了，你可能连一个信息都懒得回。

所以，你的愉悦都产生在不确定当中，而你却希望确定，这就是我们生命的“拧巴”。

我们的本质是生老病死苦，而我们却想寻求快乐。有人在寻求快乐当中就选择了佛法，但你要记住：佛法不会给你带来快乐，佛法没有这个义务，佛法也不会告诉你怎么才会快乐。佛法只会告诉你“你没必要不快乐”，但它不会告诉你“你要快乐”。

如果佛法告诉你如何快乐，那你就不要不断地做、不断地做……只要你停止，你就不快乐，因为快乐在你的思想当中是“做”出来的。佛法不会做这样的敷衍，它会告诉你“你没有什么不快乐的”，它会告诉你一个事实。

所以，你想变得快乐，用专业术语叫“有为法”，你要不断地“做”。而佛陀告诉你“你没有什么不快乐的”，那是一个事实、那是一个真理。只要你知道这个真理，你就是快乐。

这个我们一定要分清楚。不要和别人说佛法的时候说：“学佛你会变得快乐。”这不是佛教，佛教没有让你快乐。佛教让你解脱，佛教让你回来，佛教让你把那个不快乐的东西拿掉，因为你就是快乐。

你要拿掉那些不属于你的不快乐，也就是——没有什么不快乐，你就是快乐的，这才是佛法。为什么把如来藏形容为“根本善”呢？就是这个原因。

在一生当中，我们一再地和苦的本质抗衡。其实无论你追求任何东西，现在你认为追求的快乐——有的人喜欢玩手机、看视频、跟

别人聊天……他认为这是一种快乐。

这是不是一种快乐呢？这是头脑快乐的“敷衍”，从某些意义上来说，是最低级的东西。因为在生老病死这个四大瀑流出现的时候，这些东西一点都用不上，给你洗刷得干干净净，你只能沉浸在这种无尽的痛苦当中。

佛陀要求我们不要做这样的散乱，并不是反对这些，是因为只要散乱到这个当中，我们就会忘记生老病死的本质是苦，我们会停止脚步，不会再向那个永久的、快乐的本质进军了。所以佛陀说“不要去散乱到这个当中”，但他并不否定这些。

我们会觉得佛陀是出世的。其实佛陀不是出世的，也不是入世的，佛陀只对事实感兴趣。所有符合事实的事情，佛陀就感兴趣；所有不符合事实的事情，佛陀就不感兴趣。

你在河里边游泳，河是流动的。你逆行而游，会觉得河流在跟你抗衡，还是你在跟河流抗衡呢？你肯定认为你在跟河流抗衡，因为河流向下流动，你向上游，逆水而游。

我们觉得“逆水而游”是一件很蠢的事情。没有人认为一个逆水而游的人会觉得河流在和他抗衡。但大家有没有想过：我们在和生命抗衡的时候会说“生命在和我们抗衡”，但其实是我们在和生命抗衡。

我们没有随顺这个事实。让我们的心随顺这种事实，如是而住，我们做不到。

所以，我们要了解生老病死是常态，每个人都会经历。五十年以后，我们在座的，除了几个小孩子以外，没有人在人间。这个念佛堂也许在、也许不在，但是你不在；你的东西也许在，但它不属于你了，你已经不在了；也许

你的名字都不在了——这就是事实，这就是生老病死的瀑流，会摧毁我们一切的幻象。

如果现在你没有能力从这个幻象当中出来，你就会永远卷在生老病死瀑流的漩涡当中，反复地去感受这种苦。

有的时候，你觉得你是惧怕死亡，其实不是，你是惧怕生命。有人说：“我怎么会惧怕‘生命’呢？”——生命是流动性的，而你要变得固定，所以你才惧怕生命。你每天都在惧怕生命，你要去想：明天我要干什么……

有很多人说：“我有社交恐惧，我有焦虑。”为什么你有焦虑？因为你不知道未来会发生什么；为什么你有社交恐惧？因为你不知道和那个人怎么沟通。你没有想过，就是因为你不知道怎么和那个人沟通，你的生命才会有奇迹吗？

所以，你并不是惧怕死亡，你是惧怕生命的流动性，因为你要变得固定，而凡是固定的事情都是死的。你一再想到你在惧怕死亡，其实你是在惧怕生命。你惧怕流动、你惧怕变化、你惧怕未知——未知是充满无限变化的。

所以，在理解佛法的时候，不要肤浅地理解。一旦肤浅地理解佛法，它不会进入你的生命，它只会进入你的头脑，变成你的知识，问题出现的时候你根本用不上，你会变得非常的自以为是，你在问题面前懦弱得像个刚出生的婴儿。

我们虽然学了佛法，但是我们没有精准掌握佛陀给我们的教言。为什么佛陀在世的时候讲一个故事大家就会开悟？因为那个时候不存在所谓的“理”和“事”。什么是“理”？就是道理；什么是“事”？就是你可以做到。

那个时候的人，他的心接受能力特别强，没有那么多思维和头脑，佛陀说什么他就接受什么。佛陀说：“你是一果。”他就得一果；“你是二果。”他就得二果；甚至佛陀说：“你是佛。”他就成佛！

我们现在说：“你是佛。”“我不是。”“你是一果。”“你才是呢！”我们不可能变得那样，我们总觉得自己的想法是对的。

所以，我前一段时间说，我们念佛人的信心是相信自己——“我可以！”这很重要！

可能大家在群里面也看到了我发的一位居士往生的纪实。那个居士叫孙博，她的法名叫妙白。她认识我也没几年，是长春那边的一位居士。纪实当中说她临终的时候身无病苦，那个是假的，其实她临终的时候还是挺痛苦的。

为什么我知道这个事情呢？因为她刚认识我的时候，是一位叫妙唯的长春居士介绍的。那个时候我在大连，她就要去找我，我说：“没必要，等什么时候回宝莲寺再去。”她就非要去，我说：“那你就来吧。”

她来了以后，是在一个居士家（我没记错的话应该是在法宇——我的一个男众徒弟的家里）见到我，我和她聊了聊。她以前是学一些道次第方面的，但她这个人很发心，也特别善良。我就给她讲了讲：“阿弥陀佛的愿力如何殊胜，我们要全交给阿弥陀佛，要念佛……”她听了以后很受用，就一直这样去做。当然，我也单独给了她一些教授，因为单独的、具有针对性的教言也是很重要的。

她也是一直在念佛，但因为 she 接触的团队并不完全都是我们这个传承的团队，她也

接触一些其他闻思的团队，所以她的心总是摆来摆去。每次她见到我的时候，也都会问一些摆来摆去的问题。

后来我去天津，她也去了。去了以后讨论了一些问题（其实也没说什么），住了几天。最后一次见面是在长春，当时我知道她有病，她是八二年属狗的，“属狗的和我很合。”——我会这样和她开玩笑。

但是知道她有病以后，我就会经常想到她、经常关注到她，用比较美好的形容就是：我会把她放在我的心莲之上，想到她的时候，我就给她念念佛，经常想到。

有一次她给我发信息，说她病得很严重。当我知道她病得很严重的时候，隔几天我就给她发一个信息，或者发个语音问一问，经常关注她。说跟她很熟吧，也算不上，因为一共

也没有见过几次面，但也就是这种因缘吧！

有一次她给我发信息，有人说她几月几号往生，但以我的推测，她拖不到那个时候。所以，我和她说：“你不要相信这个，你什么时候往生那是佛的事情，无所谓，你把你自己交给佛。你也不要想‘我什么时候往生？我今天往生？明天往生？’佛什么时候来，你就什么时候走，就可以了”。

以我多年的经验，我知道她那样的一个梦境不是很真实。所以，我也和她说：“你不要和别人说，你能不能往生完全取决于佛，你把自己交给佛，佛什么时候接你，你什么时候走。”

其实她的心那个时候也不是特别坚定，因为她和我说，每天都有一些师兄和她聊天，“你应该做点这个……你应该做点那个……”

来打扰她念佛。我和她说：“这些人都不要见，什么都不要做，也不要念其他的经，每天就念佛。也不要和人说话、和人聊天，把你的心专注在念佛上面就好了。”

他们还做什么“欢送法会”，我也不知道是哪来的，但这些我就不管了，我也没说什么。她还发信息给一个居士说：“前两天师父给我发信息了，我很欢喜。”

其实我觉得我也挺欣慰的，有这样的一个徒弟，能这样念佛，就因为我发了这个信息，她就很高兴。作为一个将要离开这个世间的人，被自己很有信心的一位出家人关注，她觉得很高兴。

其实我也知道，她没有几天了。她临走前大概两天左右，她的妈妈用她微信给我发信息说：“她已经看不到了，已经听不到了。”

后来她也用语音说：“师父，我看不到了，听不到了，我这样子，会不会影响我往生？”

你们看她还挺有觉知的，我感觉自己心里也不好过。我就和她说：“你是决定可以往生的！阿弥陀佛给你保证！我给你保证！你往生往生和你能不能听到、能不能看到没有关系，依佛愿力，决定往生！把你交给阿弥陀佛就好了，你念佛就好了。”然后她的妈妈把我说的话很大声地和她说了，她的心就放下了，专心念佛。

之前她让我写过两幅字，我写字非常不好看，但是徒弟也不嫌弃，我脸皮也厚。我就写了两幅字，一幅字写的是“南无阿弥陀佛”，另外一幅字是“不为自己求安乐，但愿众生得离苦”。她就把这两幅字挂在她的卧室了。之前听她妈妈讲，她对妈妈说：“把师父的字收

起来，我现在生病了，有的时候我这样睡、那样睡的，脚朝着这个字，不恭敬。”

她有这样的一个恭敬心怎么可能不往生？她肯定会往生极乐世界。平时她这个人就非常非常的善良。

所以，一个临命终的人，你提醒她“决定往生”是非常重要的！你不要对自己充满什么，你就告诉自己：“我可以！”我们的往生，是佛的愿力决定的，“我可以。”

因为她是乳腺癌，动过手术以后就扩散了，她很疼，但是她很坚强，她就一直这样在念佛。最后被送到一个助念的地方去，这个助念团也不知道是一个什么样的团队（菩萨们会知道），然后拍一个视频。

其实那个视频中的抻腿、掰胳膊、腿软……我倒没觉得有什么。但是她走的那个状态，我觉得她在世的时候，都没那么笑过。就像我们看到的，就是躺在那笑着走的。

我又打听一下，她走之前，有个居士提醒她说：“谁来，你都不要走。就阿弥陀佛来，你才能走。”她之前是先看到一些菩萨，最后阿弥陀佛来了，她就笑着跟佛走了。

我就想：很惭愧呀，前几天她见我的话，还供养我呢。现在我要是念佛祈祷的话，她就在我上面了，已经变成菩萨了。

刚刚我在养息香、打坐之前去祈祷，祈祷阿弥陀佛、祈祷观世音菩萨、祈祷大势至菩萨、祈祷清净大海众菩萨……她往生极乐世界了，应该是清净大海众菩萨了。很惭愧！以前我还是她师父呢，现在她马上成佛我就成为她的

弟子了，她已经是菩萨了。

但她临终的时候是有苦的，所以我们就经常发愿：在我们临终的时候无有病苦，“愿我临欲命终时，尽除一切诸障碍”。这样的愿要经常发。

而且我们多做一些善法，会导致我们临终的时候远离这些病苦、成就一些善缘，这很重要！平时我们的心要非常专注于阿弥陀佛之上。

我们要相信自己，往生是决定的，依佛决定。所以你要相信自己，你可以。如果有一天你真的要走的时候，必须告诉自己：“我可以，佛的愿力是决定的，绝对可以。”然后你就很顺利地往生极乐世界。

其实熟悉的人当中，我有一位道友也是确定往生极乐世界了。我还有一位出家的女徒弟叫明摄，很多人都知道，她也是往生极乐世界了。

她往生那天，我在五台山的一个山洞里面，弄了一个经堂打坐（这说来话长），那天下午的时候我就坐在一个特殊的地方，突然间这个心境（我自己是这么认为的）进入比较好的状态，坐了一段时间。

然后我从山洞下来又和一个道友喝茶。刚坐下，我的一个徒弟明满发信息说，“明摄走了。”我第一时间给我师父发了信息，我说：“我有一个徒弟走了，师父要加持往生极乐世界。”我师父说：“没问题的。”

因为我和我师父达成过协议的，我收的所有的徒弟，女徒弟都是“妙”字辈的，男徒

弟都是“法”字辈的，希望我师父能够祈祷阿弥陀佛，在他们临命终的时候蒙佛接引、往生极乐世界。我收一个徒弟就当作一个供品供养给我师父、供养给阿弥陀佛，我要保证你们能够往生极乐世界。但是你们得保证听话，要是跟我对着干的话，我也没办法。

所以，我经常收徒弟，也就是收“供品”。现在是来者不拒，什么“供品”都可以，往极乐世界拉人这个供品是最好的。

包括妙白（孙博），我是在她去往生堂的时候和师父讲的，对师父说了一下她的名字、发了一张照片。孙博是在早上五点四十分走的，她走了以后，我第一时间告诉了我师父要给她超度，但我觉得她肯定已经往生极乐世界了。

包括后来我问过我师父：“明摄是否往生了？”他说：“她都没用我超度，人家自己就走了，都不需要我超度。”

妙白也是一样，她都没需要超度，人家自己就去极乐世界了。佛就来了，直接给接走，不需要超度。

然后他们的助念团觉得：“哇！我们一大帮人给她送去了。”其实就是人家自己的信心和阿弥陀佛（的愿力）。

比如像我，我就希望我走的时候，应该在一个比较宁静的时间，身边没有人，安安静静地点个小灯，也不要人助念，就往那一躺，“嘎嘣儿”就没了，就完事了。

如果你的信念不足、念力不足，助念很重要；如果你的念力很足，然后有觉知去念佛，

你是行持善法的人，那你完全是很自在的，你更会笑着离开这个世间。

所以她这样离开世间的时候，留下那么一个自然的微笑。

我见过那么多死去的人，都是皱着眉头，一脸凶相。有的看起来很吓人，吓得好几天睡不着觉的都有。像她这样很安详的，先不说请我师父去观察她往没往生极乐世界，就说她这个外相，一般人也是做不到的。

所以和大家说这么多，也是为了增长大家的信心。只要我们念佛，阿弥陀佛不会辜负我们任何一点一滴的信心；因果不会辜负我们任何一点一滴的作意。

你造了什么样的业，就得什么样的果。你对阿弥陀佛的“信心”是因，阿弥陀佛“接引”

你必定是果，因果就是这样的。

所以，我们平时的时候不要装，装是没有用的。我们可以学一些所谓的高深的教法，但是高深的教法现在不为你所用，你只是知道而已，没有用。疼的时候就是疼，苦的时候就是苦。我们可以学习那些，但我们一定是要多念佛。

我们能否往生，就看佛的愿力。善导和尚反复地强调一个观念就是：“一切善恶凡夫得生者，莫不皆乘阿弥陀佛大愿业力为增上缘。”

但我们很多时候都变得很自以为是：“我要怎样、我要怎样……才能往生。”你只要听话、照做，你就能往生。你不是想往生吗？听话、照做就可以了呀！很简单。

打佛七也是这样，你把你的心照顾好。等你出了念佛堂，那是另外一回事。进了念佛堂，你的心就放在这里。

每一次打佛七大家尽量发一个愿，什么愿呢？一支香，哪怕一分钟都不要空。除了公事以外、除了上厕所以外，上完厕所立马回来就绕佛、念佛。把你的心在一个七当中，全心全意地放在这个地方。

不要坐的时候就坐（坐香），走的时候（行香）就出去了——刷一刷手机、跟人聊聊天、搞搞这、搞搞那……净弄些没有用的事情。

你的心不断地被这样间断，那你怎么打这个佛七？等我们这一年的佛七打完了，你回顾一下，你连一个完整的、没有任何空挡的佛七，你都没打过。你都是带着某一种散乱、某一种东西在里面，然后又自称自己是修行

人、自称自己是念佛的人。我们怎么去用那么大的嘴和那么厚的脸皮，说那样的话呢？

所以，每次的佛七，如果你能在这里住一天，你就要发一天的誓言：除了上厕所、除了喝点水以外，我全在佛堂里，全心全意地出声一起念。不是你在那，一听“吧啦吧啦”，不要很神、很诡异、很什么的样子，没有必要。

你要随顺大众，随顺大众的念头，跟着大家一起唱这句名号，用你的全部身心去念住这句名号。

如果你住两天，就发两天的誓；如果你住一个星期，一个星期能止语是最好的。不能止语，至少你在念佛的七天，把你的身心全放在这个地方。

如果你不能做到这么“通”，那佛菩萨的感应无法从你这个“通道”当中过来呀！因为中间有阻塞，你堵了呀！你堵着它怎么过来呀？它不能过。

但这是我的建议，不是所有的人都要那样去做。我们最初刚出家的时候，我师父要求我们就这样做的。我从小打禅七，刚开始的时候会偷点懒，因为腿特别疼，坐不住。后来我们打禅七的时候，从来没有偷过懒。包括以后打佛七也是这样的，养成一种习惯了。

现在有的时候还偷点懒，太累了或者怎么样，辛苦的时候就想办法。但我们尽量去愿意念佛，能忍就忍一忍，念佛的人嘛！要经受这个娑婆世界的苦——夏天就是热，冬天就是冷，事实就是这样的。

就是这样和大家说一说，增长一下大家的信心……佛七讲开示，对我来说有点困难，肚子里没东西，不知道讲什么，每天得琢磨我要讲什么东西，每天琢磨、每天琢磨……很困难。

明天想给大家讲一讲，大家特别喜欢的“自性弥陀、唯心净土”之类的，因为很多闻思的人喜欢这些东西。

那我就从另外一个角度给大家分析分析，因为好多人都发微信问我这个、问我那个，我一般不太喜欢在微信上面回答问题，就讲开示的时候提一提。等写成文字的时候，大家可以看一看，这样就行了。

（2024 年 7 月 21 日 果然师父开示于玄中寺念佛堂）