

## 2024 年玄中寺十月佛七开示

### （四）

大家把自己的心念照顾好。

说三个事情。第一个，明天有一个日本的访华团来我们玄中寺参拜。这个团很重要，都是日本净土宗最主要的代表人物，据说里面方丈就有二十多个。

为什么来玄中寺参拜呢？因为玄中寺是神州净土祖庭。太阳之下，无论哪个地方有持名念佛，都是从玄中寺传承出去的。

日本访华团已经连续来了很多年，疫情期间停了。其实对外的交流很重要，虽然很难有理论上、教理上的深度交流，但是友谊的交流也很重要。

一个人的信心也是先从情感开始的。如果你看到一个人感觉很亲，那他说的话你可能就会相信；如果你一看到这个人就很烦，本来可以吃两个馒头的，只吃了半个，他说什么话你也不一定听得进去。

法轮未转，先结人缘。你到哪个地方人缘没结好，以后弘法利生的时候也会处处是障碍。所以，发愿有一个好的人缘很重要。

好的人缘起于心，从于口，立于行。什么叫“起于心”？就是你的心非常善良，有慈悲心。

什么叫“从于口”呢？有了慈悲心，你说话的方式就会软言轻语，而不是磕磕碰碰。带扎、带刺儿的都没有，让人听起来就很舒服。

什么叫“立于行”呢？光有心，光说不做，这样显得有一点虚伪，所以在行为上面也要体现。身语意三业达到一致，三业纯和，人缘结下了，法缘就会很顺畅。

有一些法师说法特别好，但就是没人听。一看这个人还挺好，一听他说话就闹心。这是什么原因呢？可能人缘没结下，或者语言方面当年没修好，种种因缘。

所以，我们发愿与世界、宇宙、全法界的众生们结缘，能把阿弥陀佛的名号传遍三千大千世界。

就像《阿弥陀经》里面讲的：“出广长舌相。遍覆三千大千世界。说诚实言。汝等众生。当信是称赞不可思议功德一切诸佛所护念经。”这也是阿弥陀佛四十八大愿当中的一愿——第十七愿，诸佛赞叹愿。我们去

友好地交流、发大愿，也是去实现阿弥陀佛这样的愿。所以我们很重视。

今天很多人发心打扫法堂。明天他们要在我们这儿吃饭，大概一上午的时间，需要师父们还有一部分的居士配合。具体怎么做呢？明天我们在其他的寺院借调了十位师父，再加上我们寺院现有的师父，应该是够的。

明天是这样安排的：他们应该是八点半到玄中寺，我们是八点起香。起香的时候，师父们来念佛堂，把海青和七衣都带着。我们也不太清楚他们具体什么时候念经，如果你们都在房间，我一个一个去喊就很麻烦。所以，明天大家在念佛堂把海青和七衣都带着，如果需要搭七衣，我们就搭，不需要搭，我们就穿海青。海青穿干净的，上面能写字

的那种不要穿。

大家带到念佛堂来，可以先不穿，或者先穿上也行，因为很快就要出去帮念一个经。具体念什么呢？前面可能唱《炉香赞》，然后“南无本师释迦牟尼佛”三称，引磬，接着唱“一心皈命极乐世界”，后面唱“愿消三障诸烦恼”，大概这样表示一下。据说他们也会念一些经，我们这边念一些经，类似于这样的一个过程。

时间到了以后，有人来喊师父们，师父们就出去，女众师父不用去。念佛堂当中，能戒师父留下带着念佛，其余所有的师父都去陪场。“陪场”的意思就是人要到位，算是对寺院的一种贡献，也算一场佛事。

念完经以后，大家可以回念佛堂念佛。因为那边在法堂应该会有一个交流、讨论，

不需要我们参加（应该是不需要我们参加的，需要的话再说。如果不需要我们参加，我们就到念佛堂念佛）。

大家念佛的时候声音大一点，他们也能听到我们净土的道场一直在念佛。前天我们商量，访华团来了，念佛可不可以停几支香。我直接说：“不行。”念佛七怎么能停呢？念佛七停了还叫什么念佛七？不能停。

所以，我们留一位维那师父、两位女众师父带着居士们念佛。有人过来喊我们的时候，其余的师父们就排班出去，到大殿去帮念经，念完经以后我们就回念佛堂。大家回念佛堂念佛，不要回自己房间。因为回房间的话，他们就会看到我们转来转去的，也不好。

流程上他们是十点四十吃饭，十一点二十结束。结束以后，他们就去下一个净土祖庭——香积寺。我们要配合常住做好，师父们也发心随喜，这是一个事情。

这个事情大家用点心，我说的很清楚了：明天早上起香以后，把海青和七衣带到念佛堂来。带着，可以不用穿，需要我们出去的时候，马上穿上就行。

第二个事情，是提醒我们常住的居士和师父们，在常住上发心和在世间单位工作是不一样的。我们这个地方不叫“工作”，叫“发心”。“发心”的意思就是：我们做的不是事情，我们做的是功德。

你在三宝地，哪怕看到一块砖翘起来了，上去跺一跺脚，都是有功德的；你随便扫一扫一片叶子，功德也是无量的。哪怕这个寺院没

有了，只剩一块砖、一片瓦，伽蓝菩萨也发愿护持。等这块砖、这片瓦化为微尘了，菩萨才会离开。寺院的存在有很多我们难以想象的因缘和功德，我们在寺院护持也是功德无量的。所以，彼此要在发心的过程当中各尽其责。

发心是做事情、做功德，在做事情、做功德的时候，不要有情绪。情绪是个人的，事情是集体的。在事情上面我们可以吵、可以说、可以讲，但是结束以后，我们要恢复修行人的平静和姿态，不要影响自己的心情。我们要有能力、有勇气，敢于分离自己的心，敢于让我们的身体变成不同的化身。

做事情的时候，你是给常住发心做事情的一个身份；这个事情做完以后，你就是你自己修行人的一个身份；喝水的时候，你又

是喝水的一个身份。如果你能有这样的思想见解：你不是一切，你又是一切——这就是“化身”。

所以，什么叫“化身”和“报身”呢？就是让你的身体和语言变成别人想要的样子，这就是所谓的化身和报身。

什么是“法身”呢？就是让你的心做它自己。当你的心能够做它自己了，你的语言和身体就会随顺不同众生的根机变成不同的样子——语言层面可以称为“报身”，语言是能量层面的东西；身体层面就称为“化身”，色身是物质层面的东西。

我们了解这一点以后，就知道心是干干净净的、纯粹的，是我们的主宰、我们的主人；而身、语要尽量“丢”给众生——把自己身体和语言丢弃。

为什么丢弃？因为总有一天我们要离开这个世间，会把我们的身体和语言丢掉。既然它们总有一天会被丢掉，何不现在就把它們丢出去呢？丢到有功德的地方去，丢到寺院、丢到常住、丢到发心的岗位去，让它们更有意义。

一个人这一辈子怎么过都是过，要让它过得看起来有意义一点。所以我们在发心过程当中，要彼此互相协调、互相调配好，把自身的工作做好。除此之外的事情，如果能做也去做，这才叫“发心”。如果做不了，就直接说做不了。

我的性格也是这样，这件事情你交给我做，如果能做到，我会跟你说：“我应该可以。”或者“我会努力。”如果这件事情我办不到，我会直接说：“这个事情我办不了。”

我们在生活当中也是这样，可以就是可以，不可以就是不可以，要懂得拒绝，拒绝本身是一种最直接的礼貌。但我们尽量去发心。

在发心的过程当中，无论是执事还是居士，语言都要柔和。执事要以慈悲心对待，如果这个人实在不听话，可以训斥。但训斥的过程当中，你是“罗刹面、菩萨心”。因为你是针对一个常住的事务，不是针对你与我、你与他的纠缠。

但很多时候我们会带入自己的情绪，这是我们凡夫人经常心随境转的原因。所以，我们在彼此发心当中有一些磨合、碰撞很正常，要敢于担当、敢于承认错误。“这是谁干的？”“我干的。”“今天为什么下雨？”“我的事儿。”“明天下不下雪？”“那也

是“我的事儿。”要以一种戏剧性的心面对我们一定会结束的戏剧性的人生。离开以后，只留下喜悦。

在发心的过程当中，最能够快速看清自我的脆弱和自我没有担当的软弱。为什么古人把寺院叫“大冶洪炉”呢？无论我们是破铜还是烂铁，只要在寺院、常住当中这么磨练，都会被炼成好钢、好铁。

以前的人在寺院修行都是“法身付予龙天，色身交于常住”，特别能放得下。这是我们要讲的第三个方面——道心的问题。

我们修行人现在缺少的就是向道之心。有很多修行人，无论是居士也好、出家师父也好，都是一种不伦不类的状态。他修行的样子有、那身衣服有，但一天二十四小时，他的心有没有一分钟是在自我的修行？什么

叫“自我的修行”呢？就是主动去做。

为什么说“大众熏修希胜进”呢？因为你已经没有力量了，已经带动不了自己了。如果你带动不了自己，大众修行的时候也带动不了你，那么你已经没有资格修行了，或者你已经没有机会再修行了。你的心完全不在这个地方，浑浑噩噩地过日子是没有意义的。所以，道心非常重要。

但现在让我们的身心完全去向道那也不容易。科技的发展，手机、游戏、各种聊天软件特别多，让我们散乱的地方特别多。

古人修行散乱的时候，最多上山走一走，爬爬山、玩玩水，或者是砍砍拐杖、弄弄葫芦，或者像我们以前弄弄拂尘、弄弄禅杖，最多散乱到这个地方去。

现在你想散乱，一个手机就行，世界都在里面，你的贪嗔痴各种烦恼都能满足、都能实现。

所以，我们的心被宠坏了，一点都不听话，也没有一个什么坚固的道心。“坚固”这两个字，根本就谈不上。佛陀千经万论、善知识的千言万语，还没有一本小说、一部电影或者一个小女子的电话有吸引力。这就是现状。

所以，我们现在能做的就是在大众会下保证自己的状态。如果在大众会下共修的时候，我们还不能被带动，还在这里自己去找空子放逸，那我们今生的修行怎么实现呢？根本就实现不了。

即使我们受了戒律——有些居士受了居士五戒，出家人受了出家的戒律，只是违缘

没有出现而已，否则稍微出现一点点违缘，戒就破了。我们没赶上文革，要是赶上文革，不用什么外缘，全部报名，集体还俗。为什么？正好有个名正言顺的机会。现在只是没这个机会。

居士也是一样的。受了五戒，自己没有正知正念，也没有遇到好人，随便一个外缘，根本戒就破了。然后就不可增上余戒，以后出家也不行。

这个时代修行是很不容易的，我们还能在寺院当中打个佛七、念念佛，这是我们无量劫来的福报。

我听老和尚们以前讲过一个故事，是虚云老和尚在世的时候，在禅堂开示当中讲的。在云南昆明（小东门）这个地方有一户姓蔡的人家，这户人家很富有，田园、房屋都很

富足。父母过世以后，遗产就交给了儿子。这个儿子为人朴实、有善根，也是个学佛的居士。因为家境很好，他没事的时候就种种菜，以卖菜为生。

他是明朝人，出家以后有一个别号叫“秤锤”（就是我们说的“秤砣法师”）。为什么叫秤锤法师呢？他卖菜的时候总是要多给人一些，秤锤高高的。他说：“这是我自己家种的，给你结个缘。”

秤锤法师出家前有个妻子，貌美如花、沉鱼落雁、倾国倾城。但是，人美、好吃、不爱动，“饱暖思淫欲”，啥都全了，于是她不满足于一个丈夫，在外面就有了别人。趁着蔡居士外出卖菜的时候，她就跟别人约会。

蔡居士也知道，但是他很大度——不是大度，他是放得下，是真有出离心。他觉得所有的轮回都应该打包丢掉，所以他无所谓。

后来他的妻子胆子越来越大，直接就把这个外人领到家里来。有一天，蔡居士出去卖菜，算好了这个外人没有离开他家，他就买了酒肉回家。

回到家以后，妻子很慌张，那个外人就跑到床底下藏起来了。蔡居士生火做饭、炒菜、温酒。妻子想：怎么回事？她就洗了脸，帮着忙活。忙活完以后，蔡居士说：“来，把碗筷摆上。”妻子摆了两副碗筷，蔡居士就说：“要三副，今天我要请客吃饭。”

摆了三副以后，妻子问：“客人呢？”蔡居士说：“那你让客人出来吧！”妻子说：“你在说什么鬼话，哪里有客人？”蔡居士

说：“我知道的，在房间里呢，让他出来吧！”妻子还是不承认。蔡居士也很厉害，拿起一把菜刀放在桌子上说：“他要是不出来，我就砍他一刀。”

妻子害怕了，那个外人就从床底下钻了出来。蔡居士非常恭敬，倒上酒再敬酒给外人，外人不敢喝，为什么？怕下毒呀！怕毒死他。于是蔡居士自己先喝了一口，再给他倒上。

酒足饭饱以后，蔡居士退后三步，向那个外人磕了三个响头，说：“我家宅、田园富足，妻又年轻貌美，无人照看，今蒙你照看，甚是感恩。从此以后，我的田园、妻子都奉送给你。”

你看看，这是怎么样的放下？佛陀、祖师们丢掉的东西，我们现在却想方设法地拿

回来。为什么他们会丢掉？因为他们知道，应该解决的是生死的问题，时间一到，这些东西都会失去。

所以，什么是“酷酷”的行为呢？就是有一天在你离开这个世间以后，所有的东西都会被拿掉，但你却能拿出不被拿掉的东西，那才叫“酷酷的修行人”。

为什么我们念佛的人叫“往生”，不叫“往死”呢？因为我们是生，不是死，我们是超越生死的“生”。

那个外人很害怕，妻子也想：“他是不是疯了？出去吃错什么药了？”刚开始她不同意，后来蔡居士就说：“你们如果不同意的话，以你们两个人的行为，我可以把你们杀掉。”然后他们没办法，才不得不同意。

蔡居士两手空空，独身一人去了长松山西林庵修行，不久就得了见地。每天修行、种菜，重操他的旧业，每天就是这样的过日子，日子过得特别好。为什么？心有法在，定有法喜。他有法在，又有法喜。我们现在基本上是这样——“板响云堂赴供，钟鸣上殿讽经，般般如意，种种现成”。当年皇帝都说了：“朕若得如此，千足与万足！”他就这样每天如是，后来就得了成就。

而妻子跟了那个男人以后，那个男人不守家业、好吃懒做，没事还打她，最后把家业全部败坏光了，导致这个妻子以要饭为生。她想起了蔡居士的好，想重续旧情。她知道蔡居士喜欢吃昆阳的金丝鲤鱼，乞讨到几文钱以后，好不容易弄了一条金丝鲤鱼，做好了送到西林庵给蔡居士吃。

那个时候，蔡居士已经叫“秤锤法师”了。秤锤法师说：“你的情我领了，这条鱼我就拿去放生了。”妻子说：“这条鱼已经做好了，不能放生。”“可以的，可以的。”他就把这条鱼放到河里边，也不知道是念的“南无阿弥陀佛”还是念的什么，这条鱼摆摆尾巴就游走了。迄今为止，云南昆明的黑龙潭当中还有这种鱼。长什么样子呢？就像鲤鱼做熟的样子，烧得糊糊的，就是那种样子的鲤鱼，至今仍有。

老和尚给我们讲的这个公案中的秤锤法师，他是真的能放得下。我们能做到吗？肯定做不到。当然了，我们也不需要这样做，现在可能确实也做不到。但我们目前至少要能做到自己能够做到的。

我们可能无法在二六时中很精进，但我们在大众熏修的时候应该精进、应该做到职责之内的事情。因为“职责”是能维护常住，“念佛”是我们个人的修行。无论从哪个方面来讲，在不耽误两者的情况下，我们可能会有一点放逸，这也很正常。

现在的修行人可能就是这样。像我们以前在禅堂当中，为什么每支香都开个静、喝杯茶、吃个点心？那也是一个环节。不吃点、喝点，人的心在那个地方很难，它不相应。

我们需要这么一个环节，但不能太过分。太过分了以后，我们甚至在大众熏修之下也不能把自己带入，那就不符合我们修行的资格和身份。不符合，就不配这个位呀！古人讲：“德不配位，必有灾殃。”它是有果报的。“不是不报，时候未到”，一旦到了这

个时间，你哭、你嚎，那是没用的。

所以，做好现在的自己，才会有一个精彩的未来。我们不能嘻嘻笑笑地放逸、哭哭啼啼地感果，这是没意义的。无论是常住的居士、来打佛七的居士，还是师父们，一定要记住古人告诉我们的：道心坚固，非常重要。

当然，这个“道心”不是外在，不是你不吃、不喝、不睡觉，而是你内在不掉进那些妄境、尘缘当中去，这叫“道心”。

还有人可能觉得：道心就是晚上不睡觉坐着，夜不倒单。以前，古人的“夜不倒单”是真正功夫非常得力，一晚上心很清明在用功。现在的“夜不倒单”，谈不上，那就是换一种方式睡觉。有的人是躺着睡，有的人是坐着睡，有的人是趴着睡……就是类似于

这样。

所以，重要的是“心不睡”，那叫“夜不倒单”，不单单指的是身体坐着。而且如果经常身体坐着不睡觉，就会养成一种“禅病”。什么禅病？只要一坐就睡觉，慢慢的功夫就不得力。

我年轻的时候也夜不倒单，三五个月以后，身体也不行了，然后一坐就睡觉、一坐就睡觉。后来我师父说：“你不要搞这些，放弃！睡觉的时候好好睡觉，用功的时候好好用功。”

所以，真正的“道心”是让我们的心不要掉进那些尘缘、妄境当中去。在尘缘、妄境面前，你能说出一个字，就叫“道心”。什么字？——不！这就是道心。

当我们道心坚固了以后，后边的修行，通过大众的提携、个人的努力，三年五载以后，慢慢就上了路。就像蔡居士一样，内心有了见地、有了见解，每天如是地过日子，心里很欢喜，法喜充满。

像古德、祖师们说的那样：“岩房终日寂寥寥。世念何曾有一毫。虽着衣裳吃粥饭。恰如死了未曾烧。”这样的一个境界，是很愉悦、喜悦的状态，也是我们所有修行人的一个向往。

今天给大家说的这三点，特别是第一点，明天的时候，我们不要忘记，忘记了就互相提醒一下。

我们坐一会。

（2024 年 11 月 18 日 果然师父开示于玄中寺念佛堂）