

2024 年玄中寺冬月佛七开示 (二十二)

大家把自己的心念照顾好。

极乐世界中讲到了很多庄严的景象——七宝池、八功德水、空中楼阁等等，听起来貌似只是一些物质的繁华，但这是有必要的。

你看，我们今年打了十几个佛七，从没见过这么多人，一听说冬月佛七结束有纪念品，全来了。所以，功德不重要，实际的东西才重要。当然这是开玩笑，大家打佛七肯定是因为功德。

我已经说过很多次了，在第一圈绕佛的时候，大家跟紧，中间不要空一个格。但是是一些常住的居士，我在前面一慢步，他就开始“漫步”了，像走太空步一样的，导致我

们念佛堂绕佛的“贪吃蛇”都咬到了“尾巴”。大家要跟紧前面的人，全部都跟上、绕开了以后，再一句四步地慢慢走、慢慢念。

我们要“照顾自己”——照顾自己的一种存在方式。如果没有这种“照顾自己”的能力，没有这种自知、自觉，我们不但会影响自己，也会影响他人。

很多人来玄中寺打佛七，有的人不知道为什么来，只是说：“那个地方有佛七，我去打一打。”有的人就说：“我想往生极乐世界，我想解脱，所以来打佛七。”

但我们确实想往生极乐世界吗？坐在这个地方，我们边念佛边想自己不能往生的种种理由，为什么？——“我要么念一会儿就睡着了，要么一会儿想这个、一会儿想那个，这样能不能去极乐世界啊？……”这就是我

们众生的一种“自以为是”。

我们总是觉得自己那点儿小心思、小想法、小烦恼，能够障碍佛不可思议的愿力和功德，我们总觉得自己“最大”——这就是我们众生的无明。

大家都听过佛教当中很重要的“四依法”——依法不依人，依义不依语，依智不依识，依了义经不依不了义经。“四依法”的次第不能错，第一个一定是“依法不依人”。

基本上稍微对佛教有点了解的人都听说过“四依法”。但是有没有人仔细思维过“四依法”，并且把它运用在我们的修行当中呢？据我了解和观察，这种人是非常少的。

我们在说、在做的时候，都会说“我依法不依人”，但事实上我们的内在是“依人不依法”的。

“依法不依人”有两个层面的意思。这里边讲的“法”是什么？“人”又是什么？很多人认为“人”就是指某个人、某位师父、某位法师；“法”就是佛说的一些方法、一些道理。我们在修行过程当中，应该依靠佛教导的“法”，而不应该依靠某一个人。大家这么理解对不对呢？对。但即便是这样比较肤浅的理解，我们也很难做到。

因为人是情感动物，和一位师父接触久了，会对他产生一种信任感，或者听别人介绍这位师父很了不得，你的信念就都放在这位师父身上了。当这个信念产生以后，法在你心里边已经“淡泊”了，你就会觉得这位师父说什么都对。如果他再会说一点、再会做一点，你就会想：他这么精进，那他说的应该是对的！然后你就相信了。当你产生“我应该相信这个人”这样的想法时——不好意思

思，第一个“四依法”没有了。

任何时候，我们都应该是“依法不依人”。因为任何一个人都无法让我们解脱，只有法才会让我们解脱。

法是一个“门”，所以叫“法门”。你只有通过法，才能走进法身的门、解脱的门。

我们要看一位师父讲的东西是否符合于佛的三乘教法，如果符合，我们可以去学习、去行持；如果不符合，我们就应该放弃。这就是比较表层的“依法不依人”的道理。

“依法不依人”另外一层意思，“人”指的是什么？指的是你自己——你自己的喜好。

“我喜欢修这个法，不喜欢修那个法；我觉得这个法好，那个法不好；我觉得这个法与我相应，那个法与我不相应；我觉得应

该这样念，不应该那样念……”我们有很多自己的想法，很多时候，我们只是跟着自己的想法走。当我们跟着自己的想法走以后，就表示我们所有的想法都在人类的认知范围内。而解脱是超越人类认知的，所以我们永远解脱不了。

驴吃再多的青草，都没有办法变成骏马。我们必须是小马驹，然后吃相应的草，长大以后才会是一匹骏马。所以我们要清楚：我们不是“驴”，我们就是“马驹”，不要被自己与生俱来的三个“骗子”骗到。

第一个“骗”我们的人就是父母，给我们取了一个虚假的名字，从此以后，让我们有了装痛苦的“兜子”。

我们与生俱来就会带着三个“骗子”。哪三个“骗子”？第一个是心，第二个是语，

第三个是身。我们无量劫轮回，都是因为身语意这三个“骗子”。

放蒙山或者受皈依戒、受五戒时，我们都会念：“往昔所造诸恶业，皆由无始贪嗔痴；从身语意之所生，一切我今皆忏悔。”我们造的业都是从哪儿来的？从身语意三门来的。

身语意这三门“骗”了我们本来的自己，让我们造作了一些不符合于自己本来面目的业。我们被这三门迷惑、欺骗了，致使我们流转生死。

而我们现在的修行是很虚假的。大家坐在这个地方，问一问自己：我真的相信极乐世界吗？很多时候我们不敢面对自己的心，当我们坐在这里念佛时，突然有一个想法说：“极乐世界到底存不存在？——罪过！罪过！”

我怎么可以有如此大逆不道的想法？造业啊！”

我们不敢去面对。其实我们有这样的疑惑，又有什么问题呢？疑惑和局限是没什么问题的。疑惑可以使我们进步，让我们去探究。佛陀为什么走出王宫？就是因为他怀疑真理的存在。

我们在座的人念佛的时候，如果对“极乐世界是否存在”生起怀疑，应该更能激发念佛的心——因为你要通过念佛来证实，它就是存在的。

所以，不要去敷衍自己的一些想法，也不要因为你学了某一些东西，就说：“哦，这个想法是不对的，那个想法是对的。”你用所学的东西成功地欺骗了自己、敷衍了自己。

为什么很多修行人都是非常独立的，而我们学法的时候却要集体学呢？因为集体“骗”才行，一个人支撑不了。

十个人学习极乐世界，这十个人对极乐世界都只是概念，但谁都不说，不敢说。因为只要有一个人说：“极乐世界真的能存在吗？”另外九个人就会说：“业障深重！你看你这个业力，佛说的你都不信！”

其实有一点我们要了解，最底层的逻辑我们要知道：极乐世界存在或者不存在，都不在人类的思维范围之内，它不是人类的认知。就像一只蚂蚁，它无法想象人类的存在和生活，而人类存在吗？人类存在！但在蚂蚁的思想当中，人类是不存在的。

作为有智商的人类，我们应该知道：一定存在超出我们思维范围的事实，或者某一

个世界、某一个国度、某一个净土……作为一个人类，你不会愚蠢地认为只有你思想认知范围内的事情是存在的吧？你没蠢到这种程度吧？

如果身处唐代，你站在长安街当中，对古人讲现代的高楼大厦、电灯、飞机……那古人会认为你就是个神经病——因为超出他们的思想了。

我们学佛的人最底层的逻辑，只有一条：解脱是超出我们思想的，不要用我们的思想想象解脱，我们只要去做，结果就会发生。

在佛教里面有一句话特别重要，四个字——依教奉行！这四个字特别重要，否则我们就会变得非常虚假。

在依教奉行的过程当中，你会有一些自己的想法，但不要去敷衍它，你要去看到它。

你学了一些教法、学了一些观点，比如看到一个男人，你必须管他叫“父亲”；看到一个女人，你必须管她叫“母亲”。因为佛说了：“一切男子是我父，一切女子是我母。”

你的想法是：“为什么？”然后你用所有的思想、所学的东西来说服自己：他必须是“父亲”，她必须是“母亲”。

如果是一个反向思维的人，就会觉得：“要这么说的话，我也是他父母。”但佛说：“如果你认为你是他的父母，你应该产生爱护；如果你认为他是你的父母，你应该产生感恩。”佛陀给我们的所有思考都是正向的。

有人说：“我没有办法对一个陌生人产生‘他是我父母’的想法，怎么办？”于是佛陀给了我们一些教言，什么教言？放宽我

们的视线，不要用此生去看待人生，要用永久去看待人生。那就是说，他有可能是我们的父母，或者他未来有可能是我们的父母——这在我们的感知当中变得有可能。

而我们现在是什么？明明我没有办法知道他是我的父母，我生不起感恩心，还不做分析，就通过反反复复给自己“洗脑”，让自己认为：对，他就是！

这导致我们的修行在一种非常虚假的过程当中完成，别人是看不到的，我们自己更不敢触碰，一触碰就崩了！

很多修行人，出家人也好、居士也好，在修行很多年以后，有两种去向。第一种去向，就是神经兮兮的——“哎呀，这个不行，那个不行；这个是业，那个是福报……”“你怎么能这样说呢？你这样说就完了，你造孽

呀！”“你今天没赶上某某事，你看你的福报欠缺！”“打个佛七你还感冒了，业力深重！”……我们有好多“神经兮兮”的举动。

第二种去向，变得很无所谓，没有追求、没有目标，什么都行：“极乐世界有吗？有吧！”“修行，修也行，不修也行吧！”让他说的时侯，把修行说得天花乱坠的；让他做的时侯，“唉，干不了，混日子吧！一天天混吧！”

为什么会这样？因为没有在佛法上真实受益过。修行应该是非常真实的一个事情。出家人如果前三年修行没受益，后边受益就很难，除非遇到某些重大的事情转变了内在、坚固了道心，否则就是悠悠泛泛的一生。

居士也是一样的。居士和出家人最怕遇到什么呢？遇到不好的所谓的“引导者”。

被一些貌似具备正见、实则不具备的人引导，这样一生的修行也就废了。

我们不能变成这两种人，应该时刻保持三个非常基础的观点。第一点，你必须问自己是不是真的想解脱。如果你真的想，就干！人生几十年，就干这件事儿！不要模棱两可，“啊，解脱也行，不解脱也行……”这样就没有动力了。所以第一点，你要经常问自己：“我是不是想解脱？”

我遇到一些事情的时候，内在也有痛苦、也有快乐。痛苦时，就问自己：“我是不是想解脱？”“对，我想解脱，所以这个痛苦我要抛弃。”我快乐时，会问自己：“我是不是想解脱？”“想解脱，哦，这个快乐我要抛弃。”因为快乐和痛苦都是轮回中的事情，我要把它们都抛弃。

轮回像垃圾一样，是需要整体“打包”丢掉的。而不是你在丢垃圾的时候，还翻一翻，看有什么需要的东西再拿出来。所以，你想解脱这个事情，必须是真实的。

第二点，我们对解脱知道多少？我们对解脱一无所知。虽然我们对解脱有很多概念性、知识性的了解，但没有经验上的了解。而解脱就是一种经验，“解脱唯迷尽”，它是迷惑全尽的一种经验和状态。

所以在修行的过程当中，不要用自己的想法去想象解脱的状态。想象不了，只能去做。

为什么念佛法门很高级呢？因为念佛法门就是超越思想的——你去念，你必须放下你的想法，你必须实践它。

为什么《阿弥陀经》里一直讲到“执持名号”？因为对我们在座的人来说，极乐世界只是一种概念、一种假设，为了让这种概念和假设实现，我们才去念佛的。所以，我们对解脱真的是一无所知。

第三点，就是依教奉行。如果我们对解脱一无所知，那就要做到依教奉行——对那些真正经验过解脱的人的教导奉予实行，我们就可以达到那个经验、达到那个感知。这是我们对解脱唯一能够做的事情。

我们坐在念佛堂当中，就不要再边念佛边用所学的各种知识说服自己——“我不行！”在念佛、修行的过程当中，我们依靠的是什么呢？“四依法”中的“依智不依识”。

什么叫“依智不依识”呢？在闻思的过程中，我们完成的是前三个步骤——依法

不依人、依义不依语、依了义不依不了义。
但在修行的过程当中，我们是依什么？依智
不依识。

什么是“智”？阿弥陀佛的名号就是
“智”。什么是“识”？你自己的各种想象
就是“识”。

在修行、念佛的过程当中，你只能念清
楚、听清楚，把你自认为的一些想象全部放
下。因为你所有的想象，都与你作为人类的
认知有关系。

但你可以用这个认知去向上认知，把你
的心向极乐世界靠近。你可以做观想，观想
阿弥陀佛也好、观想极乐世界的种种庄严也
好，用你最完美的心去做最完美的想象，去
靠近那个“智”。

不要用你有限制的一些思想去想：“啊，往生极乐世界不可能吧？”这个想法是错误的，因为我们的心是无法理解极乐世界的种种庄严的。

但是大家也不要认为疑惑是不好的，疑惑没有不好，限制是不好的。因为限制不会让我们进步，而疑惑会让我们进步。限制指的是什么？你根本就不相信它存在，所以你会固步自封，不会前进。而疑惑是可以的。

“哎呀，极乐世界存在吗？应该存在吧！”当你内心生起“极乐世界是否存在”的疑惑时，不要紧！你就念“南无阿弥陀佛”。

“极乐世界应该存在吧？”“南无阿弥陀佛。”“极乐世界应该不存在吧？”“南无阿弥陀佛。”

在修行的过程当中，你内心无论生起什么烦恼——贪、嗔、痴、慢、疑、忌等等，你都念“南无阿弥陀佛”。

念佛念得不专注，你念“南无阿弥陀佛”；念得很专注，你也念“南无阿弥陀佛”。你必须通过阿弥陀佛这个名号的“宇宙飞船”，跨越十万亿佛土！

《阿弥陀经》中说：“从是西方，过十万亿佛土，有世界名曰极乐。”“十万亿佛土”指的是什么？可以说有十万亿佛土，但它也是一种代表，代表我们的心有十万亿种想法。

你要用阿弥陀佛的名号，去超越这十万亿种想法！作为一个净土宗的行人，你内心当中无论生起什么样的想法，都去念这句“南无阿弥陀佛”。

那些修禅宗的、修更高深法的人也是一样。他们内心中难道就没有分别念吗？他们是木头、砖头瓦块吗？不是。事实上，他们也会有分别念，也会有各种贪嗔痴烦恼。但是因为他们体验过自己内在的本质，当贪嗔痴烦恼生起的时候，他们就用自己体验本质的智慧去融摄贪嗔痴、融摄分别念。

这与我们修念佛法门的人是一样的。当你生起各种分别想法的时候，你就用名号去融摄所有的想法、超越所有的想法。

这两种，一个是修“真空”、一个是修“妙有”，是同等高级的法门。

看内心的本质、自己的法身，不是所有人都可以看到、做到的，一般人也没有办法“经验”到自己的法身。而念名号，所有人都可以做到——我们张嘴就可以念“南无阿

弥陀佛”，闭嘴也可以念“南无阿弥陀佛”。

作为一个修念佛法门的人，念这句名号时，你要做到一点：把名号带进你的身语意。因为你的身语意就是你一天的所有、你一生的所有。

你把名号带进生活的每一个刹那，时刻牵挂向往那个方向——也就是善导和尚讲的“念念不舍”。当你“念念不舍”的时候，就是“顺彼佛愿”，刚好与佛的愿相应。我们就这样去实践一个净土宗真正修行人该有的行为。

我们要变得很真实，不要变得很虚假。因为虚假的内心不会产生一个真实的行为，最后就不可能有一个真实的结果。

坐几分钟。

（2024 年 12 月 9 日 果然师父开示于玄中寺念佛堂）