



万缘放下身心何等自在 一念回光烦恼顿成菩提

# 自在之行

回生



佛法正道论

陈兵·著

华夏出版社



# 自在之行

—  
佛法正道论

华夏出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

自在之行 / 陈兵著 .—北京: 华夏出版社, 2009.10

ISBN 978-7-5080-5536-7

I. ①自… II. ①陈… III. ①佛教—基本知识 IV. ①B94

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 201210 号

自在之行

---

著 者: 陈 兵

责任编辑: 梅 子 晓 燕

图书策划: 北京世纪拓普图书有限公司

版式设计: 九章文化

出版发行: 华夏出版社

地 址: 北京市东直门外香河园北里 4 号

邮 编: 100028

电 话: (010) 64663331

印 刷: 北京雨田海润印 刷有限公司

开 本: 710×1000 1/16

印 张: 23

彩 插: 3

字 数: 390 千字

版 次: 2009 年 10 月北京第 1 版

印 次: 2010 年 2 月北京第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5080-5536-7

定 价: 38.00 元

---

华夏版图书, 版权所有, 侵权必究  
如有印刷或装订错误, 请随时联系

# 目 录

## 上篇 现代人学佛之道····· 1

### 一、大乘根本加行论·····2

坚固净信 / 发菩提心 / 得正知见 / 忏障积福

### 二、居家学佛之道·····14

多障碍亦多殊胜 / 人天乘善法为基 / 解脱道与大乘道 / 居士林的意义及其建设

### 三、论出家学佛·····27

出家修道之旨趣 / 出家应具备的条件 / 出家之正业 / 出家后的再出家 / 僧宝与皈依僧 / 汉传佛教关于出家的错误观念

### 四、与青年朋友谈学佛·····51

佛教与青年 / “了生”为主旨，菩提心、智慧、方便为首要 / 大乘渐道为本 / 解决矛盾 摆脱困惑

### 五、佛教人生观·····70

正视人生缺陷，把握人生根本问题 / 珍视人生，创造应有的人生价值

### 六、烦恼的辨认及对治转化·····85

烦恼之辨认 / 烦恼的过患与特点 / 调伏烦恼的技术 / 以般若智慧断、转烦恼

### 七、染污末那及其转依·····110

恒执内自我的染污末那 / 末那识的相应心所及所依的根 / 末那识之必有 / 末那识为“染净依” / 染污末那的转依

# 自在之行 ——佛法正道论

## 八、阿赖耶识与修行 .....125

阿赖耶识的摄藏功能 / 阿赖耶识的行相、所了境及相应心所 / 阿赖耶识为染净之本 / 阿赖耶识的真妄 / 阿赖耶识之必有 / 阿赖耶识在修行中的应用 / 阿赖耶识与开悟、见道

## 中篇 禅净密指要 ..... 149

## 九、观音圆通法门释 .....150

一门深入与观音圆通 / 耳根为何“圆通超余者”、“方便易成就” / 耳根圆通的修证次第 / 圆通之果与自性观音

## 十、大勢至圆通章释义 .....164

法门皆趋性海 / 意根圆通与大勢至菩萨 / 念佛三昧 / 以如子忆母之心念佛 / 念佛见佛 / 以念佛心入无生忍

## 十一、四祖禅述略 .....178

依《楞伽》“诸佛心第一” / 依《文殊般若》一行三昧 / “直任运”的顿悟法门 / 观身空寂与守一不移 / 自性净土与接人机用

## 十二、《坛经》禅法解读 .....190

前行——依止善知识、传香、忏悔、发心、皈依、得正见，在生活中修行 / 正行——言下见性，以无念、无相、无住调心，入三三昧 / “随方解缚”的教学法

## 十三、虚云和尚的禅学思想 .....204

宗、教圆融 / 三学并重，戒行为基，渐修顿悟 / 切实的参禅法要 / 在动用中勤修万行，久经磨炼 / 禅净融通

## 十四、生活禅浅识 .....223

生活化与化生活 / 禅要——“生”与“活”

## 十五、净土法门实似论 .....230

似浅实深 / 似显实密 / 似消极实积极 / 似易实难 似难实易

## 十六、太虚大师的净土思想 .....244

净土非一，皆唯心造 / 西方净土与念佛往生 / 兜率净土 / 人间净土的建设

## 十七、禅净双修论 .....262

永明四料简与由禅入净的必要性 / 禅净之融通与双修 / 融禅净于一炉之念佛

## 十八、大手印导论 .....277

传承、典籍及种类 / 大手印之见 / 大手印之修、行、果

## 十九、大圆心髓略识 .....291

部居与传承 / 大圆心髓见 / 大圆心髓前行 / 大圆心髓正行 / 大圆心髓之果

**下篇 附录：回忆、访谈、诗偈、楹联 ..... 301**

## 二十、南天眼目痛长瞑——缅怀法海上师 .....302

## 二十一、忆访黄念老 .....311

## 二十二、难忘的参访永恒的怀念 .....315

## 二十三、怀念贾题韬老居士 .....317

## 二十四、师友杂忆 .....322

京华四大高僧 / 圆彻法师 / 清定上师 / 隆莲法师 / 龙山法师

## 二十五、永怀母亲 .....335

## 二十六、参透佛心 回报社会——陈兵教授访谈录 .....340

## 二十七、诗偈选 .....345

感怀 / 读经 / 念佛 / 题观音像 / 思乡曲（歌词） / 蜗庐 / 普陀山纪游（五首） /

# 自在之行

——佛法正道论

寄怀圆彻法师 / 贺赵州柏林寺普光明殿落成呈净慧法师 / 题虚云老和尚画像  
/ 悼念妙湛大和尚 / 再上庐山 / 神圣的青藏高原（歌词） / 永乐北藏影印志贺  
/ 六十自述 / 贺明海法师荣膺柏林禅寺方丈 / 贺《太虚大师全书》出版 / 题《生  
与死》赠史文 / 春节感怀 / 口头禅 / 大理行 / 我是一只老犬 / 莲花生大师赞 /  
忽然 / 普贤法界 / 游白塔禅院 / 题月琴 / 题达摩面壁图

## 二十八、佛教楹联 .....355

大雄宝殿 / 释迦牟尼佛 / 卢舍那佛 / 弥陀殿 / 观音殿 / 大势至菩萨 / 法堂 / 佛  
学院 / 台州佛教文化馆 / 赠何泽霖居士 / 柏林寺万佛楼 / 悼念茗山法师 / 贺《菩  
提道》创刊 / 贺绵阳佛学研修中心成立 / 其他

上篇 现代人学佛之道



## 一、大乘根本加行论

加行(梵语 prayoga),意为加功用行,又译方便,或称前方便、方便道、前行、道前基础,指正式修行(“正行”)之前的必要准备。就像行军之前的备办粮草,出车之前的加油打气,见道证果之前所修的一切行,都可叫做加行。佛教各种修行道,都有其加行作前提和基地,如三乘修定以持戒为加行,神通禅以四神足(欲、念、精进、慧)为加行,天台止观以具五缘、河五欲等为前方便,唯识学菩萨道五位中以资粮位后、见道位前的暖、顶、忍、世第一四位为加行位,等等。本文所言大乘根本加行,是包括了资粮在内的广义加行,指大乘显密诸宗共同作为修行之根本、初学者入门必先修习的各项课目。

盖房立舍,必先打好地基,地基不固,房舍难免坍塌。学佛修道,必先修好加行,加行不修或修而不固,便无资格进入正行,邈等修学,必多障难。大乘多种经论,都强调加行的重要性,阐述了加行的内容和观修方法。

入门先修加行,本是佛教诸乘修道之通途。藏传佛教直承印度晚期成熟的佛学,十分重视“道次第”,强调道前加行的修习,有系统、严整的加行修持法。如噶举、宁玛以观人身难得、思惟无常、观轮回苦、观善恶业报为显密相共的“四共加行”,格鲁派以净信、修四无量心、思无常、发菩提心为四共加行,以出离心、菩提心、正见为“道之主要三根本”。

汉传佛教本来亦重加行,天台宗的修学次第尤为系统。但自唐宋以来,禅、净二宗盛行,禅宗专接上根利器,不立阶渐,以扫荡一切为方便;净土为诸宗归宿,以信愿二门为加行。禅净二宗,尤其禅宗,出于应机设教的特殊方便,对大乘根本加行的修学,强调不够,未建立严整的加行观修法仪。影响至于今日,难免产生诸种弊端:一些学人虽入佛门多年,却连三皈依都不能清净,拜祀神鬼,迷信卜筮,皈依气功师,认三教学理为一致;或则虽然念佛、诵

经、持咒、布施，而无出离心、菩提心，贪求世间福报，器量狭小，停留于低层次的神道信仰；或则虽然证道心切，急于打七闭关、入山住洞，而因正见、资粮不备，业障未除，久修无获，乃至入魔发颠，丧身失命。尤其是近年来一批从练气功转入学佛的人，往往执着气感，希冀神通，只把佛法当作一种“功夫”来练，结果不是难以深入，便是被鬼魔所附而不自知，或者被气功界的歪风所诱，急于为人之师、受人供养，假佛法为旗号，办班教功，牟利捞名，状若巫祝，行类方士，败坏佛法与气功的声誉。如此种种，皆是加行不备、因地不真所致。

有鉴于此，笔者认为欲提高佛教徒的素质，令众生如法修学而得佛法实益，应吸收藏传佛学之长，严格修学次第，首先建立诸宗相共的大乘加行道，这是重建中国佛学至为重要的一着。本文特总结汉藏佛学诸加行说，将初学必修的资粮、加行归纳为坚固净信、发菩提心、得正知见、忏障积福四条，名曰“大乘根本四加行”。

四加行的修习，应以在禅观中“思惟修”和日常生活中随时观察而“数数修”相结合，以由师长讲说引导、集体观修为殊胜方便。此应有详备的仪轨，可制成磁带光盘以广流通。本文仅举其纲要，以供有缘者参考。

## 坚固净信

《华严经》谓“信为道元功德母，长养一切诸善根”，“信能欢喜入佛法，信能增长智功德，信能必到如来地”。对佛法僧三宝的正信、净信，是学修佛法的起点，进入佛道的门槛。无信或信心不坚固而修法，狐疑不定，见异思迁，三宝加持的信息无法打入其身心，难以得到佛法实益，《大智度论》喻如“牛皮未柔，不可屈折”。菩萨道以十信位为初门，天台教以起圆信为解、行、证的基础，即示坚固净信为入佛初门。乍入佛门，或有心接触佛教，无论受三皈依与否，皆应先着力解决信的问题，祛除疑惑，生起正信，坚固净信。生起、坚固正信，略有三种方便：

1. 亲近善知识。善知识，指能引导、帮助人修学佛法的师友，这种人起码须善解佛法，具正知见，有德行，有修持，与自己有缘，对之能生起信任。《华严经》喻善知识为趋向佛果的眼目与导师，对修学佛法极为重要；《瑜伽师地

# 自在之行

——佛法正道论

论》卷六四以亲近善知识为三皈依所修四正行之首。所亲近的善知识，须谨慎观察选择，僧俗不拘，不依名望，重在实德。对善知识应尊重钦敬，虔诚咨问法要，求其解答疑惑。更须观察善知识的身教，从其智慧、德行、人格，去认识学佛的利益。

2. 听闻正法。《瑜伽师地论》列为三皈依所修四正行之二。这是对佛法获得正确认识而生起正信的根本途径。初学者应多听讲经说法，先读一些佛学概论类的书，如太虚大师、蒋维乔同一书名的《佛学概论》，印顺法师《佛法概论》、张澄基《佛学今论》等，对佛法获得一个整体性的大概了解，然后再由浅入深，研读经论原典。《阿含经》、《心经》、《金刚经》、《净土四经》、《楞严经》、《起信论》、《摄大乘论》、《成唯识论》等，有条件者皆应熟读、读懂。文化程度高、有余暇者，应更广阅教典，将佛法与各种世间法反复研究，认真思择，确认佛法为无上的真理。

3. 阅读佛传、僧传、佛教史、佛教感应故事等，从佛教流传和实践的历史，认识佛教、佛法产生及经久流传的根源，及佛教净化人心、促进社会文明发达的作用和价值，认识佛法在传统文化中的重要地位。特别应阅读有关佛法与现代文明、人文科学、人体科学、自然科学等比较研究的文章著述，认识佛法历久弥新的宝贵价值。

生起、坚固净信，须对三宝的功德和皈依三宝的利益、必要性进行观察思择，由正确认识三宝，生出对三宝的由衷敬信，从而以三宝为真正究竟的皈依处。

观佛宝功德，应依佛传和佛典有关记述，观释迦牟尼佛非同无可稽考的天帝神祇，而是真实的历史人物，生当人智大启的文明盛世，贵为太子，为求彻底解脱生老病死等痛苦的大道，舍弃王位妻子，出家苦行，穷诸外道之所证，终由禅思而证大觉，说法教化，创立僧团，言传身教，班班可考。道流全球，泽及万世，被尊为人天导师，历代自帝王将相、英才智士到庶民百姓，鲜有不钦崇敬仰者。其道德、智慧、人格，圆满无比，堪为我人之师表楷模。应依佛本生故事等，认识佛历劫勤苦，为追求正法、利益济度众生而精进不息、不惜身命的精神。应依佛典记载，确信佛诸惑尽净，万德斯圆，具三身四智、三明六通、十力、四无所畏、十八不共等超人的功德。确信佛化身虽已示现

灭度，法、报二身长存不灭。由释尊之修行成佛，确信无始以来、无量世界中，必有无数人早已、现在成佛，释尊所说十方诸佛及其功德，真实不虚。确信大乘经所言皈依佛、念佛、供养佛，必为佛所护念加持，得世出世的殊胜利益。

观法宝功德，应观佛陀教法，尤其是以涅槃妙心为核心的缘起、四谛、三法印、实相印等，不同于仅依思辨而建构、以理性解释世界为旨的诸家哲学，不同于专究物质现象、为人类生活问题服务的诸门科学，不同于依神启天降而建立的各种世间宗教。佛法，乃是佛陀及无数佛弟子通过禅思等修行实践所证实，真实不妄，颠扑不破，如实揭示了宇宙人生的实相，指明了彻底解决人存在的根本悖论——生死问题之道，超越世间法而又包含世间的伦理、政道、哲学、宗教，超越理性而又不离理性，堪为我人的人生司南、安身立命之大本。思惟如此正法，乃是佛陀长劫追求，历尽千辛万苦，方才证得；经卷法本，凝聚着求法、翻译大德们的血汗与虔诚，来之不易，遇之甚难，应当尊重顶戴，以为究竟的皈依处。思惟佛法的心髓，在指示众生皆具佛性，应确信自心有无尽宝藏，只要依法修持不懈，定能不断开发，圆满成佛。

观僧宝功德，应观一切贤圣僧，如观音、文殊、普贤、地藏等大菩萨，舍利弗、目犍连等大阿罗汉，历代祖师、大德高僧，传佛家业，见道证果，见地齐佛，梵行清静，分证佛德，住持佛法，堪作我人最为可靠的师友、助伴，为究竟的皈依处。

观三宝功德而生正信，未受三皈依者，应依清静比丘受三皈依；已行三皈依者，应观三宝功德而修三皈依，以坚固净信，达到对三宝生起信根，根深难拔，任何外缘皆不可转移。如《优婆塞戒经》卷三所说：

若皈依佛已，宁舍身命，终不依于自在天等；若皈法已，宁舍身命，终不依于外道典籍；若皈依僧已，宁舍身命，终不依于外道邪众。

三皈依不但初学者必修，在从凡夫地至佛地的整个修行过程中，皆不可舍离。密宗皈依偈云：

诸佛、正法、贤圣僧，直至菩提我皈依。

大乘各种禅法，密法各种仪轨，皆以观修三皈依为首。这是得到三宝护

# 自在之行

——佛法正道论

持指导，以如法修学、不起魔障的根本保证。

## 发菩提心

菩提心，亦译“道意”，具名“阿耨多罗三藐三菩提心”，指上求佛道、下度众生的誓愿。《金刚经》谓发菩提心者，当生“我应灭度一切众生”之心。《瑜伽师地论》卷三五谓菩萨最初当发如是愿心：

愿我决定得证无上正等菩提，能作一切有情义利，毕竟安处究竟涅槃，及以如来广大智中。

要之，立志成佛，并尽度一切众生皆共成佛的志愿，谓之菩提心。菩提心是成就佛果的种子和本因，是修行菩萨道的本源动力。《大日经》卷一谓“菩提心为因”。《集一切福德三昧经》谓“一切福德无有不入初发心中”。发菩提心，为大乘根本四加行中最重要的一门。此心一发，即入菩萨之数，若更护持不令忘失，则随其所作，乃至工作学习、谈说嬉笑，皆成修行，皆成菩提资粮，有如仙丹点石成金，将人的生活点化得极富价值。菩提心不发，或虽发而不真不固，多所忘失，即使念佛修密、坐禅习定，皆成世间有为法，不能生出世间果报。《华严经·离世间品》甚至说：

忘失菩提心修诸善业，是为魔业。

菩提心为大乘之本，大乘以人天乘、小乘为基础。菩提心的发起，应以发人天乘的胜进心、小乘的出离心为天帝神祇。

胜进心，谓立志奉行诸善，不作诸恶，现世完善道德人格，后世保住人天果报。此心主要依观善恶因果而发起。观行善必得善报，能做好人，受人尊重，身心安和，得诸福报，后世得人天善果；行恶必得恶报，现世受国法处罚，遭世人嫌弃，身心不安，贻害社会，后世堕入饿鬼、畜生、地狱三恶道，长受饥寒交迫、楚毒加身等巨苦。须通过听闻研读有关经论，参阅历史上因果报应的事实，观察现实生活中善恶报应的事例，——观十善十恶的因果果报，深心畏苦趋乐，决志弃恶修善。

出离心，指永远出离三界生死的愿求。此须由观身过患、观生死无常、观轮回苦、观人身难得佛法难闻而生起。

观身过患，谓观我人由业所感得的血肉之身，多诸缺陷，危脆不坚，秽

恶不净，为大系缚，能生种种苦恼，为不理想的生命形态，不值得执着贪恋，应立志变革升华。《发菩提心经论》说观身过患有五事：一观我身五阴四大皆能兴造无量恶业而欲舍离，二观身九孔常流臭秽不净而生厌离，三观身有贪瞋痴无量烦恼而欲除灭，四观身如泡如沫念念生灭而欲弃捐，五观身无明所覆常造恶业轮回六趣。禅门五停心观中的不净观、四念处中的身念处观等，初学人尤贪恋肉身者应予修习。

观生死无常，谓观人命无常难保，身心活动念念生灭，无一常住之实“我”可得，经中喻如山水、奔马、逝波、风中灯烛。生死去来，全不得自主，独生独死，无伴无依。长寿难过百年，转眼即过，常多病夭折横死，谁能预卜，试观古往今来，多少帝王将相、英雄豪杰，谁能免死；请看相知亲友，渐渐所余无几。死，终有一天会降临自己头上，亲属儿女，从此永诀，人生幸福，从此终结，事业财富，一样也带不走。这是人生最大的悲哀、最大的不幸，岂容麻木无知，不思超离！禅门十想中的念死，为观生死无常的具体修法，应予修习。

观轮回苦，谓观由缘起法则所规定，死后必有生死相续、业果相续，必然被生前所造的业力所驱牵，轮回于六道之中。生于善道者甚少，堕于恶道者极多。佛曾譬喻说，人死后堕恶道者多如大地土，生善道者少如指爪上土。恶道众生，饿鬼恒为饥寒所迫，较人中最极贫穷者，其苦更剧，且寿命长于人数百千倍。地狱众生常受镬汤炉炭、刀山剑树、锯解碓磨等巨苦，其寿命更长于饿鬼多倍，易入难出。畜类愚痴无知，或受人奴役鞭挞屠宰，或互相食啖，常怀惊恐怖畏。三善道中，阿修罗常为嫉妒斗争所苦，身心不得安宁。纵生为人，经住胎之迷，改头换面，不记前世，又从头受八苦交攻，而且人间甚多声色名利的诱引污染，造恶易而行善难，最为危险。诸天虽乐，能往生者极少，纵能生天，寿长经劫，亦终有五衰相现、堕入下五道的一天。即使贵为天帝，也有堕入驴胎马腹之虞，堕落之苦，其苦尤剧。当思世间诸苦中，轮回之苦，最深最剧；世间诸可怖畏中，轮回一事，最为可畏。怖畏轮回，当志求出离。

观人身难得、佛法难闻，应观众生于六道轮回的恶性循环中，由恶业所牵，多时在三恶道中沉沦，生为人的机会十分难得。佛经中多处叹惜：人身难得。



# 自在之行

——佛法正道论

人间有佛出世、正法住世的机会，更为难得，经中喻如极难开放而又极易萎谢的优钵昙花，喻如长夜中的电光一闪。以极难得的人身，遇极难逢的佛法，其机会之难得，经中喻如“盲龟值浮孔”——一只瞎眼的龟在茫茫无际的大海中遇到一根有可供栖身之孔的浮木。纵生为人，非盲聋痴哑，能生值佛世，长于有佛法流传之地，并不被邪见障蔽而于三宝生信心，更为难得。《四十二章经》佛言：

人离恶道得为人难；既得为人，去女即男难；既得为男，六根完具难；六根既具，生中国<sup>[1]</sup>国难；既生中国，值佛世难；既值佛世，遇道者难；既得遇道，兴信心难；既兴信心，发菩提心难。

得无缘遭逢信受佛法的八无暇（八难）——生于地狱、饿鬼、畜生、边地（无佛法的边鄙之地）、长寿天、不逢佛世、盲聋暗哑、执邪见，具有缘修学佛法的十圆满——得人身、生于中国、诸根具足、宿有善根、生正信心、值佛出世、值佛转法轮、值佛教法住世、有人佛门之缘、得遇善知识，是为难中之难。试看眼前多少畜类，无缘闻法，人中能具法缘、遇善知识而生正信者，为数亦不甚多。既得极为难得易失的八无暇、十圆满，应极珍惜，发勇猛心，决志即生出离生死。否则，错过今生，欲重得暇满，再生正信，怕要等到驴年。古人说得好：

此身不向今生度，更向何生度此身！

出离心，为出世间之因，若无出离心或出离心不坚定，必贪着三界，纵修行尘劫，至多成长寿天之果，不可能超出生死。然痛发出离心，尚仅局于小乘，发大乘菩提心，还须进一步推己及他，广观一切众生而发报恩心，观众生苦而发大悲心，观佛果功德而发向上心，观佛及自性而发增上意乐，观佛法衰微而发护持心。

观一切众生而发报恩心，谓观我与众生互相缘起，众生于我皆有大恩，理当报答。此可从父母观起，思父母养育劬劳，恩深难报，衣食赡养、瞻慰侍奉，只能令其得现前的小利乐，不堪令其永出生死，享受常乐。欲彻底报恩，唯有修菩萨行，获得利益济度、令其得究竟利乐的福慧与方便。又观

[1] 中国：指佛法流行的中心地带。

六道众生，自无始以来轮回不休，莫不曾有过父母眷属的关系，皆为过去世父母。佛即以慧眼观见“一切男子皆我父，一切女人皆我母”。而十方诸佛，亦皆为我过去世父母，其恩深德厚，更逾生身父母。我现在的生存，亦有赖大众的劳作服务。众生于我皆有深恩，应平等报恩，誓愿普度一切众生皆共成佛，唯此能报佛的深恩。《楞严经》卷三偈云：

将此深心奉尘刹，是则名为报佛恩。

观众生苦而发大悲心，亦可从父母观起，观其现前有生老病死等苦，有无常无我之苦，死后有轮回不休的无尽之苦，一切众生莫不如此。设身处地，体其苦痛，深发悲愍济度、拔苦与乐之愿。观众生虽本具佛性而迷昧不觉，执持邪见，不信因果，恣情纵欲，被声色财位牵着转，贪赃劫夺，杀盗淫妄，造诸恶业，妄受苦果，污染社会，贻害人间，歪曲人应有的形象，空辜负难得的人身，实可悲愍，我当唤其觉悟，济其脱苦。这种大悲心，为菩提心之根本、成佛的根本，《大日经》谓“大悲为根本”。四无量心观中的悲无量心观，便是专门观众生苦而增广悲心的禅观。其余三观，慈无量心观观令无量众生受乐，喜无量心观观令无量众生受乐而欢喜，舍无量心观观于无量众生住平等舍心，皆能对治瞋嫉，改造心理结构，养成慈悲喜舍的情怀，增长菩提心，初入门者应作观修。

观佛果功德而发向上心，当观佛圆满开发了自性潜能，得大自在、大解脱，永出分段、变易二种生死，永断无明，具有无所不知的大智慧、衽席众生的无缘大悲，住无住处涅槃境，尽未来际利益、济度无量众生而不休息，实现了生命的最高价值、人生的至上理想。我人应以佛为楷模，以成佛为鹄的，向上趋求，立志臻于圆满正觉之域。

观佛及自性而发增上意乐，应观我身本具佛性，与佛无异，“彼既丈夫我亦尔”，应学佛发心，学佛修行，以济度众生为己任，以行菩萨道为光荣。《发菩提心经论》说思惟诸佛有五事：一思惟诸佛初始发心，亦如我今具烦恼性，然终成无上道；二思惟诸佛终得菩提，若此菩提是可得法，我亦应得；三思惟诸佛于无明壳建立胜心，自拔济出于三界，我亦应如是；四思惟诸佛为人中雄，度生死烦恼大海，我亦丈夫，亦当能度；五思惟诸佛发大精进，舍身命财求一切智，我当随学。

# 自在之行 ——佛法正道论

观佛法衰落而发护持心，应观佛法为无上的真理，能令众生得现世、后世、究竟的利乐，最宜于从根本上针治各种社会弊病，净化人心，祥和社稷，庄严国土。佛法的盛行，曾促成过东方古国的鼎盛繁荣。然时当末法，衰微不振，积弊渐深，遭世人误解，障难迭起，人才凋零。我当奋起护持，为如来使者，肩弘法重任，尽心尽力，自度度人，以我在正法在的气概，令佛日重辉，法门光大，促进民族振兴、人类进步、世界和平。

作以上观修而发菩提心，应具庄严仪式，面对佛天，依发愿文郑重发愿，发愿之后，须时时护持，念念不失，随时注意观察人生疾苦、社会弊病、佛法衰况等，令菩提心不断增长巩固。

## 得正知见

得正知正见，为佛教诸乘诸宗修道之前提与导首。四谛中八正道以正见为首，菩萨行六度，度度皆须以般若为导，禅宗只贵见地不贵功夫，天台宗以开圆解为起圆行的前提。藕益大师谓“先开见地，后可言修证”。<sup>[1]</sup>不得正见，诸宗皆说无资格修行，无正见而修，称为盲修瞎练，难免堕坑落堑。尤其是无正见而修禅定、密法，危险最大，容易着魔。《法句经》谓“无智不禅”，在定心中以正智修观，以所得修慧断烦恼，为佛道通途，不得正见，就无从修观。佛法之所以称佛法、出世间法，唯在正见。无正见而修持，三学六度皆成世间法，至多只得有为福报，不成波罗蜜，不能度到涅槃彼岸。

得正知正见，一般须通过闻思经教，先听闻讲经说法，研读经论，由闻而知，由知而解；次须对所知所解深思细察，反复抉择，并在禅观中思察，观心中体会，生活中应用，获得领悟，生起决定胜解，确认所解为绝对无谬的真理，成为自己的思想见解，方能运用于修持，指导修持。若从禅宗参究而入，起码应有解悟，其见地经善知识印证，或与经教之说相符。

用以指导修持的见地，以对真实或实相的见解为核心。大乘诸宗的实相说，自不无顿渐偏圆之差，作为诸宗共以为基的见地，大略以缘起论为本，包括真谛、俗谛两个方面。俗谛主要讲业报因果，是修戒学的主脑，不深信因果，

[1] 《灵峰宗论》卷二。