

圓覺經
第十六講
最尊貴的淨蓮上師講解

經文

於是普眼菩薩，在大眾中，即從座起，頂禮佛足，右繞三匝，長跪叉手而白佛言：「大悲世尊！願為此會諸菩薩眾，及為末世一切眾生，演說菩薩修行漸次；云何思惟？云何住持？眾生未悟，作何方便，普令開悟？世尊！若彼眾生無正方便及正思惟，聞佛如來說此三昧，心生迷悶，即於圓覺不能悟入。願佛慈悲，為我等輩及末世眾生，假說方便。」

作是語已，五體投地；如是三請，終而復始。

爾時，世尊告普眼菩薩：「善哉！善哉！善男子！汝等乃能為諸菩薩及末世眾生，問於如來，修行漸次、思惟、住持，乃至假說種種方便。汝今諦聽，當為汝說！」

時，普眼菩薩奉教歡喜，及諸大眾默然而聽。

「善男子！彼新學菩薩及末世眾生，欲求如來淨圓覺心，應當正念，遠離諸幻。先依如來奢摩他行，堅持禁戒，安處徒眾，宴坐靜室。

我們知道所謂的「修行」，就是依「信、解、行、證」來達到最後的目標。首先要有信解，才能夠依解修行而證入。

前面的第一文殊章就是先建立信解——頓悟本有圓覺妙心，本無無明生死。所以，文殊章告訴我們信解什麼呢？就是信解圓覺妙心是本有的，無明生死是本無的，所以法門就是「知是空華，即無輪轉」，只要知道一切都好比虛空中的花朵，就能夠免於輪轉生死。

第二普賢章，是依這個信解來修行。怎麼修呢？「知幻即離，不作方便；離幻即覺，亦無漸次。」就用這兩句話來說明，修行的時候如何用心。

但是這兩章所說的，都是屬於頓教法門，是用頓悟、頓證的，所以不藉方便、不落次第，對於上上根的人來說，當然是不成問題，但是如果不是這樣的根器，那又要怎麼修呢？

所以，從第三章開始，佛就詳細說明如何依解修行，隨根證入的內容。就是不論你是屬於上根、中根、下根那種根性，上、中、下的那種根性，都有法門可以契入。其中共分爲九種問答，分成三大類：最初的四種問答，是屬於上根人所修證的內容，稱爲「通明觀行」。什麼叫做「通明」呢？就是凡是大乘初學的人，都必須明白這些觀行，所以稱爲「通明」，就是共通要明白的，包含了有普眼、金剛藏、彌勒、清淨慧這四章。接下來的四種問答，是屬於中根人所修證的內容，稱爲「別明觀行」。「別明」，就是個別要明白的觀行，它包含威德自在、辯音、淨業、普覺這四章。最後一個問答，是屬於下根人所修證的內容，說的是「道場加行」，就是圓覺章。流通分，就是賢善首章，最後的流通分。這三大類，前面不包含後面，後面必定包含前面的內容，這就是本經所要說的大綱。

我們首先介紹第一類的第一種問答，就是普眼章。在普眼章當中，也

是分爲「請問」和「佛開示」這兩個部分。在第一請問當中，又分三個內容：第一、請法威儀；第二、正述請問；第三、表示虔誠，這些都跟前面一樣。

我們看經文：

於是普眼菩薩，在大眾中，即從座起，頂禮佛足，右繞三匝，長跪叉手而白佛言：

這個是第一請法威儀。

接下來是第二正述請問，分爲舉法請、反顯請、還有結請。

我們看經文：

大悲世尊！願爲此會諸菩薩眾，及爲末世一切眾生，演說菩薩修行漸次；云何思惟？云何住持？眾生未悟，作何方便，普令開悟？

這是舉法請，也就是請佛開示修行的漸次。或許有人聽到前面說「知幻即離，不作方便，亦無漸次」，就以爲只要「知」就好了，不用再假借修行，所以普眼菩薩要請佛開示修行的漸次。而且前面兩章都是談論頓教法門，上上根人當然可以不經方便、不落次第當下契入，但是根性比較差的，如果沒有方便，則無門可入，若是沒有漸次，也很難頓悟，因此普眼菩薩「請求大悲的世尊，爲此會的諸菩薩眾，以及末世求大乘的眾生，演說菩薩因地修行的漸次；如何思惟？如何住持？凡是未悟清淨圓覺妙心的眾生，應該作何種方便，下手用功，才能普令開示悟入？」

「云何思惟」，是說該如何思惟，才知道一切身心、世界是幻？所謂的思惟，不是用第六意識去分別，第六意識是想心所，這邊的思惟是思心所，所以不是用第六意識的分別、想心所去想，就是坐在那邊起心念動，那個都是第六意識的分別，不是思心所。什麼是思心所呢？就是以智慧去觀照審查，這個是思心所，它是智慧的觀照，所以它不是第六意識的分別，而是以智慧去觀照審查一切法的真實面貌，也就是所謂的諸法實相。一切法的真實面貌到底是怎麼樣呢？我們用智慧去觀照審查，經過觀照審查之後，我們才發覺一切身心世界本來空，這個就是稱爲「思惟」。

「云何住持」，是說該如何住持在諸法實相當中。就是我們前面藉由思惟，了達一切身心、世界本來空之後，我們就安住保持在這個實相當中，就是諸法實相當中，不起妄念，這個稱爲「住持」。住持，就是安住保持。

所以思惟，就是如何去發覺諸法的真實面貌。像我們平常練習，就是你去觀察一切法，一切法發覺它都是生滅無常的，生滅無常就是無自性、就是無我的，就會觀察到這樣的結果，只要是因緣所生的，都是無自性、都是空的，這個就是體會到諸法自性「空」的部分。可是雖然它是空的，它會隨不同的因緣，作不同的展現，這又是它「不空」的部分，所以你不能說它自性是空，然後諸法就沒有了，不可能，可是我們看到一切法都是存在的，它只是如幻，不是真實的存在，爲什麼？因爲它是生滅無常的，它停留不住的，它是會消滅的，只要是生滅無常的，它就不是真實的存在，

我們明白這個道理，就是進入了諸法的空相，知道它是無自性、空的；可是一切法又是隨它的因緣展現，所以我們又不能著在這個空當中，這個就是「不空」的內容。知道一切法會隨著它不同的因緣，作不同的展現，雖然它不是真實存在的，可是它會隨緣顯現，這就是諸法的真實面貌，「空而不空」的道理。所以我們不會著在空，也不會著在實有當中，這就進入了諸法實相的境界，就是明白它空而不空的道理。所以你明白這個道理，你每天六根面對六塵的時候，你知道一切境界都是如幻的，為什麼？因為它自性是空的，可是它又如幻假有的展現，你會不會再著在一切的法上？不會。所以你六根面對六塵境界，你都知道它是空而不空的，它只是如幻的顯現，這是不空；它自性不是真實的，是生滅無常的，這就是空的部分。這個就是「思惟」。

你明白了這個道理，你就可以安住保持，剛才講的住持，就是安住保持。你明白一切法的真實面貌之後，就是諸法實相，你就安住在這個諸法實相當中，這個就是「安住保持」。所以當你悟到了諸法實相的道理，就安住保持在這個實相當中，這個時候，你也不可能再去攀緣或者執著一切法，每天儘管六根面對六塵，你也不會起心動念，這個就是「住持」。如何思惟、如何住持的內容，每天就是這樣子來修。

前面聽佛開示是屬於聞慧，這裡的思惟是屬於思慧，住持是屬於修慧，我們想要轉凡成聖，就必須要假借這三慧，所以普眼菩薩才會為大眾請求佛開示開悟的方便，就是聞思修三慧的重要性。

「眾生未悟，作何方便，普令開悟」，這個是請示度生的方便。前面是問智慧，聞思修三慧，現在這裡是問慈悲，所以先智後悲，先智慧才慈悲，所以一切的慈悲在大乘來說，它都是有智慧的攝持，不然就是那句話，叫做「慈悲生禍害」，慈悲為什麼會生禍害呢？就是因為沒有空性的智慧的攝持，所以智慧雖然重要，但是如果沒有慈悲，又會墮在小乘當中，所以大乘人必須同時具備智慧和慈悲這兩個，而且是以智慧為先，要有空性的智慧攝持，所有的慈悲就不會變成禍害，也不會有任何的過失了。所以它這邊才會先說智慧，然後才問慈悲。

什麼是「開悟」呢？開悟，就是開、示、悟、入的意思。

開，是「無上」義。無上，就是無人能超乎其上，就是除了佛的一切智智以外，沒有其他人能更超乎其上，只有佛能為我們開啓菩提涅槃之門。所以，這裡的「開」，就是雙開菩提涅槃，菩提涅槃雖然我們眾生本來有，但是被煩惱障、所知障障礙住了，所以沒辦法顯現，現在佛為眾生開菩提涅槃、除煩惱所知障礙，這樣我們本有的智慧就能夠顯現，這就是「開」的意思。

示，就是「同」義。同，就是相同。說明什麼相同呢？說明雖然有聲聞、緣覺、菩薩三乘的差別，卻是共同一法身這，就是「示」的意思，說明三乘是共同一法身。

悟，是「覺知」義。所以如果你說你悟到了什麼道理，那就是指明你對那個道理已經有所覺知，所以「悟」，是「覺知」義，覺知的意思。

入，是「因」義。就是因為你能契入佛所說的智慧，因此能開悟登初地，登初地就是證得菩提涅槃的因。所以「入」，就是「因」的意思，說明證初地是菩提涅槃的因。

接下來，是反顯請。說明眾生如果沒有方便和思惟，則會心生迷悶。反顯，反顯什麼道理呢？反顯若是能聽聞佛所說的方便和思惟，就能開悟，所以稱為反顯請。

我們看經文：

世尊！若彼眾生無正方便及正思惟，聞佛如來說此三昧，心生迷悶，即於圓覺不能悟入。

普眼菩薩唯恐現在和未來的眾生，聽聞前面佛所說「知幻即離」這些內容，則心生迷悶不能悟入圓覺，因此請佛開示開悟的方便。

「若彼眾生」，指的是現在此會和未來末世的菩薩。

什麼是「正方便」呢？方，是方法；便，是便宜。所以，方便就是對機便宜的方法，就是對不同的根機，用不同的方法，那個最便利有效的，我們就稱為正方便。最便利有效的，不同的根機用不同的方法，那個最便利有效的，我們就稱為正方便，所以它是應機而說的方法。

「正思惟」，就是前面剛才才說什麼叫「思惟」，所以這個很重要，它是修止觀最初下手的功夫。所以我們最初修止觀都是從正思惟下手，思惟然後才能夠安住保持，你沒有思惟出諸法實相的內容，你的心要安住在什麼地方呢？那就是安住在紅塵當中，那就是因為沒有安住在諸法實相的境界當中，所以要先有正思惟，然後才能夠安住保持在實相當中。

「聞佛如來說此三昧」，聽聞佛如來所說的如幻三昧，就是前面的離幻法門。

「心生迷悶」，是心中反生迷悶。迷，就是迷惑，不能了悟；悶，就是悶住了，悶住了就不通，不通就不能契入。所以，迷，就是不了、不悟；悶，悶就是不通、不入，這個叫迷悶。

「即於圓覺不能悟入」，因此，不能悟入圓覺。

最後是結請。

我們看經文：

願佛慈悲，為我等輩及末世眾生，假說方便。」

如果以我們的真如本性來說，眾生本來覺悟，因為覺性本來圓滿，這個是以我們的真如本性來說，它本自具足，菩提自性本自具足，所以覺性本來是圓滿的；而幻妄本來空無，無明它本來是沒有的，在我們清淨的自性裡面本來沒有無明，由無明而生起的身心、世界也本來沒有，但是因為我們不知道，所以才會執為實有。現在「知幻即離，離幻即覺」，所以只要知道是幻，當下就能遠離，離到離無可離，本覺就現前，這個我們前面都

已經說過。這個實在來說，它並沒有所修的方便，就是知幻，就遠離了，一切遠離，我們的本覺就現前，所以它其實是沒有所修的方便，但是我們眾生因為煩惱習氣深重，很難立刻頓除，雖然知道「知幻即離，離幻即覺」，當咒子念，念了半天，他還是執為實有，這是因為我們煩惱習氣太重的關係，雖然現在聽聞這個道理，但是沒有辦法馬上就頓除無明，雖然知道這一切幻化本空，卻又未免繫縛，還是繫縛在生死輪迴當中，繫縛在紅塵俗世當中，沒有辦法解脫，因此普眼菩薩願求佛慈悲，為我等輩以及末世眾生，於無修中強說修習的方便。

為什麼普眼菩薩要結請方便呢？因為最初修行必須假借正方便入門，然後才能得正思惟。前面如果頓悟法門沒有辦法當下契入，怎麼辦呢？你總要有一個契入的法門，有正方便能夠入門，我們才能得正思惟，才有所謂的安住保持，所以才結請方便。由於是權巧施設，於無方便強說方便，於無階級中說出次第，因此稱為「假說方便」，所以又不要把這個方便當作是真實的法門來修，它只是假說方便，本來沒有方便，強說方便。

作是語已，五體投地；如是三請，終而復始。

這是第三表示虔誠。

在「佛開示」的部分，內容也分三個部分：第一、讚許；第二、佇聽；第三、正答。這跟前面一章所說的內容是一樣的，這是三個大綱。

爾時，世尊告普眼菩薩：「善哉！善哉！善男子！汝等乃能為諸菩薩及末世眾生，問於如來，修行漸次、思惟、住持，乃至假說種種方便。汝今諦聽，當為汝說！」

這是第一個讚許，先讚歎，然後開許。

時，普眼菩薩奉教歡喜，及諸大眾默然而聽。

這是第二佇聽。很恭敬的站在那邊洗耳恭聽。

第三正答，也是分為長行和重頌兩個部分。長行又分為三：第一、標意；第二、廣釋；第三、總結。

首先是標意。就是總標問意，先標出最初修行的方法。

看經文：

善男子！彼新學菩薩及末世眾生，欲求如來淨圓覺心，應當正念，遠離諸幻。

所以佛說：「善男子！凡是初發心的菩薩、以及末世修大乘的眾生，想要求十方如來，本起清淨，圓覺因心，就應當正念思惟，遠離諸幻。」

所以它說出了法門最初修行的方法，要怎麼修呢？想要遠離諸幻，就要以「正念」為下手的方便。我們要先知道，什麼是「正念」呢？正念，就是正思惟。剛才講的正思惟，就是正念，就是不起妄念，只是一心觀察，了知此身心是幻。我們眾生為什麼沒有辦法悟入圓覺？就是因為從無始以來，念念相續，念念相續就表示我們打這個妄念從來沒有停過，從來沒有離念過，包含在作夢也沒有離念，因為第六意識獨影境，獨影意識就是我

們所謂的夢境，也是我們第六意識的作用，所以包含我們在晚上睡覺，我們的妄念也從來沒有停過。所以一切眾生從無始以來，就是因為念念相續，從來不曾離念，所以才不能悟入圓覺。現在想要遠離一切虛妄想念，就要直心正念真如，就是所謂的「正念」。

所以，正念，就是無念；無念，就是無妄想、念真如。如果能夠做到無妄想、念真如，自然就能夠遠離諸幻，為什麼呢？因為你內心有所緣念，才有外面的一切法，因為你內起緣念，才會外見有一切法，現在我們內無妄想，當然一切法就不能存在了，因此正念一起，就能離幻。

前面說種種幻化，皆生如來圓覺妙心，所以，只要有起心動念，在圓覺體性當中都是幻化，如果能夠做到現在講的一念不生，無妄想、念真如，一切幻妄自然息滅，這就是「遠離諸幻」，圓覺妙心自然就能夠現前，因此說：「欲求如來淨圓覺心，應當正念，遠離諸幻。」

這個先標出最初修行的法門，修行的法門就是正念思惟，只要你做到正念思惟，就能夠遠離諸幻。

長行第二個是廣釋，就是詳細解釋修行的方便。

前面講了一個最重要的正念思惟，就能夠遠離諸幻，但是詳細的呢？詳細的內容再解釋。所以長行的第二個，就是廣釋。廣釋，就是詳細解釋修行的方便。內容分為兩個部分：第一個，是講戒定；第二個，是講觀慧。就是戒定慧，戒定慧就是修行的方便，最重要的剛才講「正念」，就是包含了戒定慧三個內容。下面要解釋，怎麼來修戒定慧的內容，所以這個是承接上文，想要遠離諸幻，必須依戒定慧三學，於無漸次中，方便漸次而修。本來是沒有漸次的，現在講一個方便漸次，依這個方便漸次來修。

所以，首先介紹戒定。

我們看經文：

先依如來奢摩他行，堅持禁戒，安處徒眾，宴坐靜室。

「先依如來奢摩他行」，這個是關於「定學」的修行。

為什麼要先依定學呢？剛才講了，因為眾生念念妄想攀緣的心，從來沒有停歇過，現在馬上要做到無念是不可能的，所以要先修定學，以作為離念的正方便。所以，要先修定，「奢摩他」，是止。止，就是定的意思。

我們一般都說戒定慧，現在為什麼先說定呢？為什麼要先講定，再講戒呢？這個是因為如果沒有定力的攝持，就是散亂心來持戒，就不能夠入現在講的觀門，所以要先修定，後持戒。

我們現在要講這邊的「奢摩他」，為什麼加「如來」？我們一般就說奢摩他，就是修定，現在為什麼「奢摩他」前面，要加上「如來」這兩個字呢？這就說明它不是屬於外道、或者小乘粗淺的小定，而是同時包含止觀在內。所以這邊講的「奢摩他」，不只是止，還有包含觀在裡面。所以這裡的止，就是體真止；觀，是屬於空觀。所以這裡所謂的奢摩他，是止觀雙修，定慧雙得。同時修止觀，同時得定慧，這是這邊講「如來奢摩他」的

意思，就是止觀雙運。

這個體真止，是天台宗的止觀的內容，有說明到體真止。修習體真止，也是同時修空觀的方法，我們怎麼來修體真止、還有空觀呢？怎麼止觀同時下手來修呢？我們打坐，雙腿一盤，把我們的身放下、心放下，身心內外一切放下，還有一個放下的念頭，對不對？我要放下身、放下心、要放下，然後再把放下這個念頭再放下，這下就沒有什麼可以再放了，連要放下的這個念頭也沒有，身放下、心放下、內心外境統統放下，連放下這一念再放下，一直到放無可放，這時候還有沒有妄念？沒有妄念，一切妄念自然停歇息滅，剩下什麼？內外一片空靈，就是都沒有了。在這個空靈處，最有機會體會到你的真心，因為這時候一念不生，妄想全部止息，就是剛才講的無妄想、念真如，妄想自然不起，在這一片空靈之處，最適合來體會什麼是你的真心，所以它稱為「體真止」，最能體會或者體合真心，所以稱為「體真止」。在這個定中，妄想不生，諸念自離，因此能夠「遠離諸幻」，你連念頭都沒有了，當然一切幻化也沒有了，所以你只要能夠安住在這個體真止當中，一切的幻化自然能夠遠離，這個就是如何達到「無念」的正方便，就是無妄想、念真如的正方便，就是從這邊來下手修，這個就是所謂的「先依如來奢摩他行」。就是我們打坐的時候，一切身心內外都放下，連放下這一念也放下，這時候自然妄念不生，這時候就能夠體會我們的真心，這也是空觀，也是體真止，所以它是止觀雙運，定慧雙得。這是先修如來奢摩他行。

接下來，「堅持禁戒」，這個是關於「戒學」的修行。前面說到先依如來奢摩他行，即使是先依如來奢摩他行，也必須要從戒下手，不是修定就完了，戒還是很重要的。什麼叫「堅持禁戒」呢？一向嚴謹絕對不犯，叫做「堅持」，絕對不犯，非常的嚴格、嚴謹地來觀察自己絕對不犯，這個稱為「堅持」；防禁根門，約束身心，稱為「禁戒」。所以，禁，就是禁止的意思，它是屬於止持；戒，是戒法，是兼作持。

這個戒，一般我們就說有三聚淨戒，就是所謂的律儀戒、攝善法戒、和饒益有情戒，這個就是戒法的內容。這邊雖然說律儀戒，實際上它是義通其他的兩戒，在律儀戒當中，又以四重為最重要，就是殺、盜、婬、妄，這是四重，這個是最根本、最重要的。所以四重，它是通大小乘，是一切戒的根本，殺、盜、婬、妄這四戒，我們能清淨的話，就皎潔如冰霜，自然就不能生出一切的枝葉，所以這個根本如果能夠清淨的話，那當然就不會生出其他的枝葉，就是說其他的你也不會犯，因為根本的你已經做到了。所以經典上也這麼說：「不斷殺、盜、婬，想出三界者，無有是處。」所以你想要解脫三界，如果你殺、盜、婬不斷的話，你想要出三界是不可能的，這就說明四重戒的重要。所以這邊講的「堅持禁戒」，就是以四重戒希望能夠清淨，當然也包含了其他的攝善法戒還有饒益有情戒，只是說你四重罪你能夠清淨不犯的話，其他攝善法戒、饒益有情戒也比較有可能去圓滿持

它。

我們剛才說，爲什麼要先持戒，然後才修定呢？因爲散亂心持戒，就不能夠入觀門，所以要先修定，後持戒。另外還有一個原因，就是如果能夠先修奢摩他行，剛才講的，就能夠妄念不生，所以一念不生，你還會不會破戒？你連妄念都沒有，你會不會破戒？意業清淨，身口當然就跟著清淨，這個就是說如果你能夠先修如來奢摩他行的話，你就能夠做到一念不生，一念不生，眾戒自然具足，自然就做到「堅持禁戒」，所以這時候的戒，就是即定之戒，就是戒定不二的意義。你只要做到前面的定（奢摩他行），自然就能夠做到「堅持禁戒」，所以這時候的戒是即定之戒，就是包含了「如來奢摩他」的定在裡面的戒。

什麼叫「安處徒眾」呢？這個就是指能夠安心辦道、共處一堂的同修法侶，包含了我們的善知識還有善友。所以這邊的安處徒眾，這個徒眾的內容，就是包含善知識還有善友、同行善知識。既然已經得暇滿人身，就應該依止善知識，聽聞正法，聽聞之後，勤發精進，就和有共同正見的同行善友，安處一室，互相討論、互相策勵，以增長道緣，使修行容易成就。這就是爲什麼要安處徒眾的重要性。我們如果沒有親近善知識，你在那邊盲修瞎練，也不會有什麼結果，所以我們要先親近善知識，聽聞正法之後，跟同行善知識，就是這些善友、同參道友，一起共同的互相策勵，這樣子我們修行才容易成就，很重要的這個善友，就是要有共同正見的同行善知識。共同知見，就是說大家都有共同的正見，不會說你是修這個、他是修那個，相處在一起的時候就是抬槓，我說我的法門最殊勝、你說你的法門最殊勝，所以每次聚在一起共同討論的結果就是心生煩惱，都墮在自讚毀他這樣的煩惱當中，所以有共同正見這個善友，這個共同正見、同行善知識是非常非常重要的。如果你是修行人，他沒修的話，這個也是很麻煩的，你跟他在一起也不知道要講什麼好，沒有共同話題，說的都是紅塵俗世，增長貪瞋癡慢疑的煩惱的機會就大大的增加了。而且在我們戒定慧三學還不穩的時候，如果你跟那個惡知識，我們說的，他又不相信三寶，又會毀謗三寶，或者是沒有學佛的，我們不是說要唾棄他們，只是說我們現在講要「安處徒眾」它的重要性，就是說你跟這些人交往到底有什麼過失呢？他會影響你什麼修行呢？你當然也別想持戒清淨，也別想得定，當然就沒有開發空性智慧的機會，所以在我們真正想要好好地穩固我們的戒定慧三學的時候，這些惡知識要先遠離。廣論上也說，惡知識好像毒樹一樣，它連吹出來的風都是毒的，可見用這個來比喻它會障礙我們的修行，尤其在我們還不穩定的時候。我們怎麼知道他是不是惡知識呢？那就是你跟他相處兩個小時，你回來會不太舒服的那個就是，你經常跟他在一起，你是不會想要好好地安下心來做功課，就是你出去跟他看個電影還是喝個咖啡回來，奇怪，你那個散亂心就起來，不是掉舉很重、就是昏沉性很重，頭腦就不清不楚，所以他會讓你失去判斷，因爲你常常跟他相處，因爲他的

磁場不好，如果以磁場來講比較能夠了解，因為他磁場的影響會讓你第六意識不清明，就會昏昏的，就是昏沉性比較重，昏沉性比較重，你就會思考錯誤或者是判斷錯誤，就會常常做出那種錯誤的判斷，那個就是因為他影響我們的思惟，讓我們腦筋沒有辦法很清明的來思惟佛法，剛才講的正思惟是沒有辦法做到，因為他會讓你渾渾噩噩，腦筋昏昏的，昏昏的除了障礙你判斷以外，你也是沒有心想要好好地精進用功。你如果是跟同行善知識，今天大家都共同處在一起，或者今天共修完，回去就會很想精進很想拿書出來看，很想把功課或者大禮拜再多拜五百下，就會有勇猛精進的心生起來，那個就是因為你跟善友相處的關係，因為那個磁場效應互相激盪的結果，你回去會更想要精進發心來修行，或者是跟那個有慈悲心、有菩提心的人相處，你回去莫名奇妙，那個菩提心也很自然就能夠生起，這就是講到同行善知識的重要，就是你跟什麼樣的人相處，他就會影響你有什麼樣的發展，尤其是那個能夠精進修行、還是不能夠精進修行，可是如果你不是跟這樣的同行善知識的話，你就會很倦怠，會很散亂、很昏沉之外，還會很怠惰在修行上面，就是說你提不起想要拿一本書來看，也提不起那個念說我要把這個法門好好來用功，就是提不起想要修行的心，那個就是因為你常常跟不是同行善知識相處，所以他就不會策發你想要精進修行的心，大概就是這樣的一個情況。所以我們現在講到「安處徒眾」的重要性，就是它能夠讓你很好樂聽聞正法以外，還能夠勤發精進，互相討論、互相策勵來增長我們的道緣，就是說你在學佛修行上面，能夠精進、很快速地成就的原因，就是你常常親近善知識還有善友，這就說到安處徒眾的重要性。

「宴坐靜室」也很重要。宴坐靜室，就是說在靜室當中安坐。宴，就是默、安的意思；坐，是爲了攝心。所以宴然安坐，是來先收攝我們的身，身住則心安。所以爲什麼要坐？就是爲了要攝身，我們的身攝了以後，比較容易安住，我們的心比較容易能夠得安，所以身住則心安。靜室，就是指沒有喧雜聲的地方，譬如我們說的阿蘭若處等等，比較安靜的地方。因爲你要攝身，攝其身，身住則心安，所以爲了要攝身，你就要找一個沒有喧雜聲的地方來靜坐，這樣功夫才容易成就。這個是對初學者來說，定力高的就沒有關係，因爲平時大多是處在動亂的境界當中，如果不宴坐，就不能攝身；不處靜室，則不能攝心，現在安坐在靜室當中，就能一心修體真止，剛才講的空觀，才能一心來修正觀，這就是宴坐靜室的重要性。

看起來這兩個好像是互相衝突的，對不對？一個要跟大眾相處，一個要自己躲起來，所以前面說要「安處徒眾」，現在又說要「宴坐靜室」，這兩個有沒有互相矛盾衝突呢？是不是互相違背的呢？這邊這樣子說，這兩個都很重要。爲什麼說要安處徒眾，又說要宴坐靜室呢？它有兩個理由：

第一個理由，就是根性不同。還要看他的根性，因爲每個人的根性不同，如果說他是多昏沉的，昏沉性比較重的，就適合安處徒眾，因爲他在

家裡自己用功都在打瞌睡，陷入大昏沉當中，所以這個時候就適合安處徒眾，藉著大眾來策發自己，大眾一起共修，就比較不會有昏沉性，為什麼？就是我們剛才講磁場的關係，奇怪，一個人在家坐跟共修大家一起坐，就是不一樣；如果是多掉舉的，就是散亂掉舉心比較重的，他就比較適合自己安坐靜室來修止觀，因為安坐靜室能夠止息一切的世緣，不會再繼續攀緣，自己躲起來修，不然常常跟大眾在一起閒心雜話，他的心就更散亂了，所以這個時候多掉舉的，他就適合自己安坐靜室，就是要宴坐靜室。這是第一個理由。

第二個理由，是因為我們要定慧等學。為了定慧平等的學習，所以要止觀互相資助，止觀要同時修。平時必須要依止善知識、或同見同行的善友，互相議論佛法，使我們的用心不至差錯，以免差之毫釐、失之千里，這個時候是需要安處徒眾，先建立我們的正知見，以免你自己在家用功，走錯了路；除了聽聞和議論佛法之外，也必須靜坐思惟、修習，就是說你靜坐就是要正思惟、修習，使聞思修三慧圓明，這個時候就是宴坐靜室，這個也是很需要的，所以這兩者並不互相違背。

以上所說就是戒定的內容。

第二是觀慧，因為內容比較長，所以我們下一堂課再說。今天就到這裡。

願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。