

## 讲题：如何修行 最尊贵的净莲上师讲述

修行其实是一件很容易、很简单的事情。为什么很简单呢？因为它只是恢复自性而已，就是把我们的心的恢复到它本来的状态，它最自然的状态。它本来是这个样子，只是我们经过了太多的造作、伪装，所以就不是它原来的样子。

所谓修行，就是恢复它原来的样子。它原来的样子，其实是最自然、最清净、没有丝毫的杂染。

恢复了之后，就有无量的智慧、无量的慈悲、无量的神通妙用。这些是我们自性本来就具足的功能，可是它什么时候才能够显现呢？除非我们恢复真心，恢复清净心，恢复它本来的样子，自然能够显现。因为这些都是我们本来有的，所以，不用往外面去找。明白了这一点，我们应该非常放心，一点也不必焦虑，也不用修得很辛苦。如果你往外找，就会修得很辛苦，越修越烦恼，越修越复杂，尤其是这么多法门，怎么办呢？我到底要从哪边下手呢？古代比较没有这个问题，因为古代信息不发达，好不容易长途跋涉，找到一位师父，就这样子跟定他了，所以很单纯。现在是信息爆炸的时代，我们上计算机就可以学很多法门，到处也都是不同的法门，这样反而把我们弄混淆了，弄复杂了，不知道怎么下手才好。所以，我们先要抓住这个根本，就是说你不管从哪个法门下手，就是从心性下手就对了。这个根本掌握了之后，你就不会修得很辛苦，也不会找得很辛苦，因为只要往内求，而且是本来具有的。如果是本来没有的，然后要修出一个什么东西来，那就没有把握。现在既然是本来有的，那就很简单啦，我们只要把它恢复就可以了。所以，不管用什么法门，就只有这么一个单纯的目的而已。如此一来，我们就不会把整个修行弄得很复杂，一切的法门，也就是帮助我们恢复自性、恢复清净心这样而已。一旦恢复了，无量的智慧、无量的德能，就能够显现。

其实所谓法门，就是这些证悟者，在他们恢复了自性之后，从自性里自然流露出来的慈悲开示。那么，不同根性的众生，就给他们不同的法门，由于有无量的众生，因此就有无量的法门；也因为八万四千的烦恼，所以就有八万四千个法门，看你有什么毛病，它就有方法来治你的毛病，这就是为什么佛法这么圆满的原因。但是，不管是八万四千也好，无量法门也好，都

没有离开我们当下这一念的自性，所以只要我们找到了自性，全部的法门就从自性，很自然、很慈悲地，透过智慧的摄持，就这样子流露出来了。同样的，借着这些法门，我们可以恢复自性，也可以趣入佛法的核心，这样明心见性最快，开悟成佛最快，同时我们也不用担心会不会智慧不够？会不会慈悲不够？不会的！因为这些能力我们本来就有的。所以我们不用担心，其实我们可以很安心地，看现在有什么因缘，就接触什么法门，从这个学法的因缘趣入就可以了，不管它是多么复杂的法门，也都没有关系，因为都没有离开我们的自性。既然都是从自性流露出来的，当然它也可以全部回归到自性，然后灵活地应用。只要我们抓住这个重点，修行就变得很单纯，就不会复杂化。

那也许你会说，这么多法门，不知道从哪儿下手，我应该学哪一种好？是南传的？小乘的？大乘的？还是金刚乘的呢？如果一时还不知道要走哪一条路的话，我们就先静下来问问自己，我为什么要学佛修行？我学佛修行的动机是什么？我到底要达到什么样的目标？如果我今天学佛修行是为了中马票、发财，也没有错啊！这都很正当，笑什么？我求健康、长寿、富贵、平安、顺利，很好！佛法里都有。你想得什么果，你就种什么因；你不希望得什么果，你就不要造这个因，就是这样子下手。一切不好的果，就是因为恶因的关系，你不希望得到一切的不圆满，那就断一切的恶，所有的坏事都不要做，你就不会得到恶果；同样的，你希望得到的一切圆满，就只要种善因就好了嘛！看你求什么？就种那个因，自然就能得那个果，像这样希望达到世间一切的圆满，走的就是人天善法的道路。

可是，如果觉得这些不够，你说：「我希望解脱！娑婆世界太苦了，我不要再来了！」也可以，有解脱道。你就好好地修四念处、内观禅，四圣谛，十二因缘等法门，这些是最快速教导我们这一生就可以解脱的方法，那么，你就好好地修你的解脱道。如果你觉得这样还不够，我要发「众生无边誓愿度」的四弘誓愿，也很好！那你就发菩提心，行六度，圆满十波罗蜜，你就可以开悟成佛，然后利益一切众生，这样走的是大乘的路线。如果你想要修金刚乘，那也很热闹，红教、花教、白教、黄教，也是很多，说的都是即身成就的法门。所以，先问问自己，我学佛的动机、发心，是为了什么？那你就选这样的路走，你就可以到达。

如果已经知道要走什么样的路，可是，没有老师怎么办？怎么选老师？老师也有很多，有南传的老师，还分上座部、大众部，也有很多不同的传承，那我应该怎样选？大乘的更多，有天台宗、华严宗、禅宗、密宗、净土宗、律宗、俱舍宗、唯识宗……，那我要选哪一宗？老师要怎样找？宿世的因缘最重要，娑婆世界这么大，怎么这样巧，就刚刚好接触这个道场，亲近这位师父，难道没有宿世的因缘吗？应该有吧！所以，我们宿世的因缘，会带领我们去亲近过去曾经修学过的法门，过去曾经亲近过的师父，你见到他，就好像见到亲人一样，有种熟悉的感觉，那就是你的师父了！你看到他会很喜欢，希望常常去亲近他，很喜欢接受他的教导，很喜欢修习他的法门，你大概就是跟这个法门，跟这个师父相应了。所以，这也是最简单的方法，就是随顺你的因缘（你过去所结的缘）来选择法门、师父、或者道场。

当然，师父的选择也有基本的条件，譬如他一定要持戒清净，他一定是禅定成就，他要有见空性的般若智能，除此之外，还要有大悲心，这些都是最基本好老师的条件，我们可以依照这些条件来找跟我们有宿世因缘的老师。也是因为他所教的法门，我们过去有修学过，所以现在只要一开修，就会非常快速成就。如果你还是不知道要选择什么法门，你就去找一位师父，问他说：「我要修什么法门比较好？」把你的问题丢给他，这也是一个好办法。所以，如果你实在找不到自己要走的路，就去找一个好老师请教他。

其实，不管修哪个法门，都是一样的。因为法无高下，法无定法，只是针对我们的需求所假立的方便而已。「方便」的意思是说：它只是引导我们趣入的一种方法；「假立」的意思是说：对我们修的法门不要太执着，这也很重要。就好像我们头痛去看医生，医生给我们头痛药，我们把药吃了，头痛好了，那个药就不要再用了。

我们的自性就好比无云的晴空，本来是万里无云，一片蓝天，可是我们却偏偏每天要制造许多云层。你生起一个好的念头，就是一片白云飘起来了，等一下又生起一个坏念头，一片黑云又飘起来了，每天我们要制造多少黑云、白云、黑云、白云，硬是把蓝天层层遮住，越来越厚，最后终于看不到天空是什么颜色？是什么样子？这就是我们的迷惑。所谓修行，就是除掉这些云层。依这些云层的厚薄，遮障的程度来分，有所谓的见思惑、尘沙惑、无明惑。我们刚才所讲的，如果你希望得到世间种种的圆满，要求好的果报的话，

就去掉所有的黑云，剩下白云，那就是人天善法。去掉黑云的意思，是去掉恶法，只剩下白云的遮障。但是还是有遮障，对不对？所以，它不究竟。进一步的解脱道，就是把白云再去掉一点点，可是还是有遮障。因为见思惑的破除，只能证到四果阿罗汉，还没有办法恢复我们自性的清净心。因为他还有一点点对善法的执着、对涅槃的执着，这就是小乘的解脱道。到了大乘的权教菩萨，就进一步再去掉所谓的尘沙惑，使那些白云再去掉一些，可是，还有遮障。从破一品无明进入法身大士开始，一直到四十一品无明全都破尽为止，这时全部的白云才都去掉，恢复本来朗朗的晴空，这就是究竟圆满的佛果。当我们明白自己有那些迷惑之后，就这么一层层的去掉这些迷惑，恢复我们清净的自性心。

所以，讲到修行，实际上是非常简单的。我们一旦选定老师之后，很重要的，就看我们对这位老师这个法门有没有清净的信心和至诚的恭敬心。这两点是我们这一世能不能修行成就最主要的。因为有了至诚的信心和恭敬心，我们恢复真心最快。还有就是，如果你已经有固定的上师亲近的话，就要乖乖听话，这样也成就最快。乖乖听话的意思是说：你不再有自己的想法、看法、思想和见解，没有自己的主意，全部师父说了算。你可不可以做到？做得到就叫乖乖听话。曾经有一位弟子想要找根本上师，就问一位上师说：「我可不可以作你的根本弟子？」这位上师回答说：「要作我的弟子可以，只有一个条件，那就是乖乖听话！」结果这位弟子吓跑了。因为他所认为的乖乖听话，就表示，从此以后没有自由了，全部都要听师父的，那还得了！所以，虽然只有一个条件，也不敢答应。可是，这个条件非常重要，只要你做到，你就成就了。为什么呢？乖乖听话，破我执最快，对不对？因为没有我了嘛！全部身语意供养上师，上师怎么说，我就怎么做，是不是破我执最快？我在亲近上师的时候，内心充满了信心、至诚恭敬心，那个恭敬心跟信心，让我不敢打妄想，是不是成就定力最快？我这样小心谨慎，深怕做错了事情，是不是也不会破戒？所以，见空性的智慧就是这样生起来的。因为在你亲近上师的同时，不但持戒清净，又成就定力，有了这些基础，见空性的智慧当然很快就会开显，所以我们才会说最快开悟、成就的方法就是乖乖听话，但是又有几个弟子能够做得到呢？

今天就说到这里，谢谢各位！