

点

滴

王骧陆上师 著

《点滴》

王骧陆上师 著

2024 年 3 月排版



HOME OF THE HEART

| 以禅为体 以密为用 以净土为归 |

目 录

丁亥天贶节赠言	1
真心息妄法	3
简捷禅定之法	7
简捷放下法门	9
引人入道法门	11
大心之用	14
性灵	20
丁亥岁首示同学	27
劝学佛勿分门户偈言	30
金刚寿	31
父亲节	43
婚姻之礼	46
归性顿渐之图	48
悟前悟后心境略说	50
法身语报身文	54
云月对语	56
观心偈	58
断烦恼偈	59

我有烦恼么	60
苦闷的解决	74
佛法在社会上有什么用处	86
说道德会的王凤仪先生	92
对于庙产兴学之意见	95
生日不称觞之要义	99
为普天下男女延寿	101
杀的问题	104
初基学佛心要	108
印心精舍释名	118
印心精舍图释	120

丁亥天贶节赠言

凡欲见性，向外驰求固不是，即向内拟心思量亦不是。以此皆妄心，立影像故。经云：“如实知自心”，诚为见性成佛之总诀。行者当知我人本具如来无漏智性，一切现成。徒因久迷而忘其所以，斯沉沦六道。迷者乃自迷，以识神用事而迷，故不自见性。若心不起，则无影像，无影像则妄不立。此迷妄缘心息处便是真心，便是佛。同是此物，非有二也，故曰烦恼即是菩提。行者又莫看得容易，以为不过尔尔。果信得及者，其人曾在千万佛所种诸善根，具无量福德方堪承受勿疑也。上期曾告诸仁：先从无心下手。静息时无事于心，动作时无心于事。如舟行大海，出没波涛中，指南定盘勿失其向，无分动静，而湛寂之真体本不动摇也。上云一切现成，则无难易之可说。然灵慧者，不难在见，而难在见而能信得深，又难在信而敢于承当，尤难在勿看轻而草草忽过，更难在每日有二三十次勿忘记，以增其力。人生大事，有过于此者乎？世人碌碌一生，不过为生活耳。纵得满足，亦不过似昙花一现。即尊贵如帝王，也不免与草木同腐，何如此事之一了百了，关系于生生世世者乎！金刚偈云：“三千七宝诚多，用尽终归生灭”，吾人苟于此处悟者，当下直证菩提，是何等意气！何等庆快！是以行人未见性者，如未脱火坑，三恶道早晚有份，安可不痛切惶怖。至人生贵贱穷通，早已前定，各有因缘，亦无不了之事。今因生活小事，误却此生大事，殊不值也。况一切人事无碍于道，正欲于繁忙恼乱时练功夫。勿轻

忽，是见性前之精进法；勿忘记，是见性后之保任法；勿着意，是入无功用地之随顺养道法。法门无量，一言以蔽之，曰见性。故离见性，即非佛法。真伪宜正，亟应取法乎最上，直下荐取，尤当老实而虚灵。岁不我予，毋自误也！

真心息妄法

元知纳禅师有真心息妄法十门，兹再伸其义：

第一门觉察。此功夫最为紧要，由未悟以至彻悟，由初地以至十地，无一事无一时不要凛觉。不但才起一念要觉察，即日常应付人事，应对万机时，念念仍要觉察，觉察“动念即乖”。念念无住，不住妄，亦不住真，不住于觉察，更不住于不住。如是绵绵密密一、二十年，打成一片。初为有功用之觉察，进到无功用之觉察，遂至一切无所谓而未尝离觉，六根无所依，即妄无所依，自入于大休歇时也。

第二门休歇。不是休歇了便一无所有如痴如聋，正是随起随休，随动随歇，亦不住于休歇，以休歇亦法也，心也。此功夫，呆不得一点，休即休去，歇即歇了，此境实说不出，好比冷湫湫古庙香炉，但此还不免有着，不落对治压制，即入沉空守寂，力量反不开展。此一二门功夫，当互相调剂去做，不可着实。

第三门泯心存境。心与境何可分乎，所云不顾外境，但自息心。即为有心可息，非境而何？若言无心可息，是本来无心，一落言诠，即又落境矣。何况有一泯一存之对，宛然有心有境，殊不干净。庞公云：但自无心于万物，何妨万物常围绕。此是无住心，故可接万物而不染，此第三门之意也，学人不可分作两截看。

第四门泯境存心。当知一着于法，其病与第三门等。当知心境

内外，本自空寂。对境不必观了才空，是本来空，用观是初步对治法，以观即立境立心，非究竟也。既知本来是空，又何妨与万法为侣，与诸尘作对乎。但此亦用功时必经的过程，在初总不免倒东倒西，至彻悟后，自不会落于一边。至云真心独照，不是单有个真心去独照，要亲见实相后朗朗常见，唯有一真实。经云：无知觉明。以无知觉故，不立境，不立心；以明故，朗朗普照。真且不立，遑论乎妄，不泯而自泯，一了百了，更不必立泯存二见矣。

第五门泯心泯境。此法最险，容易落入死水坑中。人到无办法时，往往求定不得，求寂不能，见此一条，必喜出望外，以为能如是即可成就。昔智隍枯坐二十年，即中此病，非玄策引之见六祖，便活不过来。不知“人牛俱不见”是要死透了。“正是月明时”要你看“正是”两个字。在“俱不见”时，正“月明时”也。再活过来，参是什么光景，不可忽略，进门就在此。

第六门存境存心。此“存”字勿作“有”字会，否则泯时会作无时矣。须知存乃暂时不废幻有之意，泯为回复本来空寂之境，此心境各不相到，却又往来联系，应各住各位，心住于本来无生位，境住于本来不有位，以同属幻有而有遂各住于幻有位。故《法华经》云：是法住法位，世间相常住。法位者，各有因缘而又同一性空为本位者也。以决定知其性空，故可接而不染，亦不畏其有碍，此门最可增长力量，方可下接四门矣。此法最上乘最圆满，非真认得清、空得透、悟得彻，即不敢承当。但切忌重着“存”字而落法见。稍稍偏重，即落于有，遂失存心之义，斯又妄矣。

第七、八门内外全体全用。只是一条，是物我情忘之境。体用本不分，宇宙一切都不离我之自性。

第九门即体即用，无所分别。到功夫纯熟时，打成一片矣。

第十门透出体用。心中更无内外体用之量，浑然一道清平，到事事无碍时矣。此功夫非可丝毫做作，亦无功夫可言，乃自然而致者矣。

以上十门，目的在借以息妄。非到相当力量时，决无从着手。因地正者必从心地上下手，决不从妄心上下手，若从妄心下手，必至越转越迷，辗转成妄。此十门功夫，亦是釜底抽薪法，使妄心自然而然化，而不会抽薪的人，总跳不出圈子去。

此十门乃不得已而强立，一着意即入圈套，不易摆脱。故宗门总无法以示人，只教伊自悟自觉。故曰：无法向人说。又云：我不会佛法。经云：不应取法，不应取非法。是在活用，到大休歇时，更有何门可取乎。

论到入佛正宗，只有见性一门。不见性者，学法无益。学人不可妄认妄心为无，但切不可妄认妄心为实有。初学人，只是怕妄，是认为有也。若先见性，自然渐渐化除，切须先看“妄”究竟是何物？觉圆则妄尽，法空则见亡。唯佛一人居净土者，言十地菩萨以下，皆不免于微细惑也。经云：无明者，非有实体。又道：心无形段，妄无处所。你在未见性前，自然处处畏缩。明白了，却又怕什么？

前者，我欲诸仁于此十门中，看哪一门与自己有缘，诸仁已上了当也。无怪又上了知纳的当。老在此十门中翻身，出不出圈子。今天我又以文字圈子惑人，大胆的且进圈子来，再跳出去。倘有人问我，既要人跳出圈子去，何必立此圈子呢？我只可哈哈大笑，反问道，你即今立在哪里？

简捷禅定之法

炎炎长夏，闷热烦恼。于人事颠倒、无可排解之时，用一“断”字法：（啪）当下身心，一齐放下！顿如木石相似，一念不起（并此文亦毋著），而又见闻了了。看这是什么？此时善亦不思，恶亦不想，非空非有。如是一分钟，再提起心来办事，于事何碍，于时何碍。只这一下，好处不可尽述。何乐而不一做！再如欢喜畅快时，身心愉悦、手舞足蹈时，亦不妨断一下。所得利益更不可尽述。又何乐而不一做！每日试行多次，久久自得寂灭轻安之境。那时本来面目自然证得，定慧空三力自然启发。只怕你不肯做。果能忙里偷闲，做一次，熟一次，即可刻刻禅定、时时念佛，可以打成一片。到了末后那一天，自能正念分明。心上的恐怖、身上的痛苦顿可解脱，因旧债夙业先已陆续还清，并可预知时至（同仁中信而有征者已有多人矣）。人无远虑，必有近忧。近忧者，言转瞬即到眼前也。世唯有福德者、智慧者、痛切生死者，始信我言。但你对面的人事牵引力太强，能使你自然忘记。所以要痛切，识得真假，莫上虚荣的当，误了人生大事。你常把末后那一天想一想：假如已到眼前来，可怖可怖。自然凛觉了，是谓顿出火坑。哈哈！“火坑”二字。有谁肯信？岂知你现在最得意者，即是将来最痛苦者，非火坑而何？佛云：“三界无安，犹如火宅。”你只一断，可以顿觉，火坑即是青莲。其简捷如是。

能于恐怖时一断，自会从容不乱，启发妙用。

能于气恼时一断，自不激刺过甚，血冲脑海。

能于病苦时一断，自可减低热度，速得痊愈。

能于悲伤时一断，自能节哀有度，心不亏耗。

能于一切时一断，自得轻安之乐，见性成佛。

（此即所谓弹指圆成八万门也）

看这是什么？（可在平时参。正拍时，一念不起，参反成妄）

面目——不有，妙有非有。

实相——非无，真空不空。

本体——空净寂灭而无生灭。

法用——万能。一切由之建立。

性质——污染而毕竟不污染。

尊贵——无上。天上天下，唯我独尊。

形状——无量无边，遍满法界。

奇特——人人有。一切现成，无凡无圣。

地位——一切一切的主人。故是佛母。

远近——见者在眼下，不见则千山万水。

简捷放下法门

凡初学者，不习于放下法门，实无从下手，于是硬制此念勿起，以为放下，或将心归入身上，守窍守丹田，执住精气神，自以为得定见性，皆非正道。今示一简捷法门，但有先决条件，行者务要注意：

一用此功夫时，不可有丝毫贪得心，求功太速，即是着意，反不得定。

二用此功夫时，宜敏捷，说用即用，说丢开即丢开，行所无事，方不被法所缚。

三用此功夫时，知本是一时借用，以不着意为功，因根本上在去此有着心，使化于无形归于空寂，若执持有个空寂，便是法见，转不空寂矣。

四用此功夫时，绝不可运气，却照常呼吸，唯将此心有意无意间，略略浮存于该处，半分钟，即行舍去。

五用此功夫时，以短以勤为主，每日至少行十数次，有一百日，即可随处随地勿忘记矣，但切切勿贪着。

六用此功夫，能到不忘时，当进一步练个无功可用，言并此功夫亦须舍去，是在不即不离，若有若无之间，第一勿死执而活用之。

七此法勿轻传于粗心暴气之人，及有好胜心之人，以及愚笨之

人，或传其一半，不全予说明，具此劣见者，自身必得恶报，以可引入外道，断人慧命也，此法不在打坐时用，乃在平时忙乱或无事时，所以练心也。

一、【沉】。言于百忙中，忽而将身心一齐沉落，若无此身，若无此心一切打去，只半分钟，再提起来应付各事。

二、此时见闻觉知，了了分明，但无有念，寂然无所住着，便是放下。

三、此时此心，略略浮存于丹田，有意无意，忘亦无碍，呼吸出入照旧，切不可将气纳入丹田，成为外道，至要至要。

四、此时不许见光见佛，若有所见，即是魔见，不是放下，而着意一无所见，亦是不放下，当参第二条。

五、此法至多一分钟或半分钟。立即舍去，过一时再来用功。

六、此法每日至少行十数次，亦不必计次数多寡，但要参第二条。

七、用纸条写许多【沉】字，分贴室内各处，或办公室桌上，见到此字，即行一次，但用他法时，或打坐时，切勿用此法，若有疑时，勿自以为是，此有二法，一勿自生疑，二来函请问即答。

八、每日常发大悲心，以为回向，祈祷世界和平，一切众生，消灾延寿，共成佛道。

引人人道法门

一、于初入道者接引之法，在彼务令其怖世间诸苦，勿贪小乐，要伊勇猛发心，在我当时时正其因地，勿入偏见，流于邪道。

二、勿以神秘引之，信心当初于信己，否则日后必因不信而退转，或转入于迷信，反是以害之。

三、下手不妨以高深法引之，直令由心田下手，内求诸心，至多一个不懂者，或机缘已熟，一引便开。否则植诸善根亦可引近一步，其所误入者在似是而非，轻于相许，彼不是糊涂认识，即是看得容易，永不得精进，且入于顽空狂妄，令人生厌而轻法。

四、使伊笃信自己决可成佛，还得发心痛切，至诚前来请教，不可迁就，并得使其恭敬。

五、于上根人当以法试验之，故使其不信仰者去而不来，则其福分亦有限，与我之缘亦不过如此，则应放弃之，不可再与之接，接之反远，若彼仍能笃信勿以为奇，必是最上乘人，以彼已近不二，可以大法引之矣！

六、其人第一要根基厚，如不孝不悌不信之辈，天性已薄，即非大器，断不能入道，授之即所谓谤法。

七、接引人勿太热心，亦不可急，当俟机缘，于家中人尤为困难，切忌勉强督责，且责著则离，反使谤法，即又是自己之爱根坚

固。

八、于初学人行心未坚者，切忌令其著修、压修。

九、其情性固执者，难于开化，利根人易浮动，信心均难以坚定。

十、固执者每好名，可利用其好胜心督之上进。

十一、常常肯来请教之人，必是日有进步，要防其得有所知而自障，此时启发为最要紧，当细心引之，应先令欢喜，再加驳斥使感觉自己之不够。

十二、有恶疾者、气傲者、相之寒陋者、多疑者、显贵者、自奉厚者、好修饰者、严细节者、量小者、好强辩者、忙于生活者、无信实者皆不可轻接。

十三、宁接一外道，不接我见坚固而不用功之人。

十四、凡看自己生命极重之人，即是取内相坚固之证，内相既固外相即不肯舍，此等人断不能学心地法入最上乘。

十五、观心一法乃入佛第一关键，其余尽属分外。为引入观心之前方便法，所谓指月之指毕竟非月，正一时之借用而已，至观心法实不可死执定法，当随其机而引之：

先问：伊眼前形形色色，尔何以能见？彼必曰眼。

次问：更用什么来见这个眼？彼必曰心。

次问：如是则是心见，何以前曰眼见？彼必曰心是主，眼是缘

助之物。

次问：心既能见，眼前无物时何以不见？彼必曰如镜中之无影。

次问：心既无影，则心又潜伏在何处？彼必曰伏于根内，如镜光之不起作用。

次问：心潜伏于根内，此心是生灭还是不是生灭？彼必有所答……

次问：既云有生灭，何以始终不坏不离，既云无生灭，则何以忽起作用忽又不起？彼必曰此心是幻有，有而非实。

次问：既幻而非实，则真心又在何处？

次再问：心何以起作用，其作用既为心，而作用本能由何出发？

次问：其本能还可见否？这是什么？

次问：譬如铁可以成剪、成刀成车轮机件诸器，器可以见，铁可见否？彼必曰可见。

次问：硬可见否？……

如是层层追问，必可逼进一步。

大心之用

甲申十二月书示南北同人

颠倒者，心小用之果也，人与人，族与族，国与国，皆因小见而多争，以小用则自然渐趋于恶。言善者，平之而已，未能空也。古人争论性之善恶，以未见性，故作此语。此性者，习也，心也。性无善恶，而起心以成习。一若出乎性之本然者，遂有此偏见，不知善恶乃心上幻起之变化，非性分事。性不因此而增损，故曰：不污染。庄子《逍遥篇》，其旨欲人大其心而后可以入道。华严之旨，佛以此经付大心凡夫，心大则志趣远大，承当力强，于觉为近。此君子小人之分，而大心之中，复有澈与未澈之比。未见性者，心未空寂，其用虽大而不圆，或圆而不遍。每从心上计心，心日趋于小。为精为专，以相对也。必先内证空寂之本性，然后起诸心用，则妙观一切本空之理。我心之所执持者不坚，故能广而大，圆而遍，通而不住。善且不取，何有于恶，此大心之用，非乐小法者堪知。

人之生焉，以秉五欲而来。所谓因淫欲而正性命。五欲者，财、色、食、名、睡是其根也。既有其根，则必滋生枝叶花果，遇缘而发，无有穷期，此自然之势也。以演变之无穷，遂有六道之妄立。发挥其幻心，求畅其五欲，本性由是迷昧。所用之心，不觉由大而小，枉自受苦，不知所止。此先觉者之所悲悯，而大悲之愿所启发

也。管子曰：心之中又有心也。此始觉者也。知以心摄心，用减其欲。自古先哲，莫不本此义以救世。于是倡为学说，曰：先正其心，心正于内而后所行不妄。立善防恶者，礼也。禁非立是者，法也。和其情意者，乐也。兴发其志趣者，诗歌也。皆谋所以调伏其心。亦无非引之由小而大，自除其苦而已。

心为万物之主，而易为奴。心系于欲，为欲之奴矣。父子昆弟夫妇朋友之情，皆依于欲，而真义已亡。社会人类之相处，无不尚利以资其欲，此义之所以不敌，而道之日丧也。欲者，非人力所可化除者也，亦非空言天理所可制止者也。礼教者，亦防之于一时，其根仍在也。虽有贤父兄之导化，亦比较稍善，其根仍在也。即能自动制止，亦只止于一时，外诱之力若强，仍可循故道而发挥，其根仍在也。何也？有史以来积习深厚，岂半生之力所可化除者哉！故虽百圣千贤训导之导，礼教法治督责之严，终不能使其究竟者也。心者，幻也，以言乎幻，知不可究竟矣。徒能暂救于一时，以为方便，乃假名曰究竟耳。佛无法以度无缘之人，其他可知。众生之类，何止八万四千，其中知了脱生死者，百万中不得一也。怖生死而肯痛切求了者，百万中不得一也。能自了生死，又为他人谋者，又百万中不得一也。何也？人生以了生死为究竟。今于颠倒中求了生死，终难得也。生死者，幻心也，惟离幻心以见真性，由真性中自起大用，方为彻底。神会大师云：知空寂而了法身，了法身而真解脱，是名正宗。今不明心见性，徒从幻上计幻，竞相颠倒，有何究竟之可言哉。

虽然，众生佛性固自平等也，但为五欲所蒙，一时迷惘，其本性原无杂无坏也。今一时沉溺于海，菩萨以大悲力而施广度。惟因缘不同，有居水面者，有沉海底者，有近有远者，有肯出不肯出者，乃至有疑谤反对者，顾此则失彼，虽不胜其劳苦，而菩萨本愿不退也。唯佛知其因缘，不事强求，随缘而度，亦无喜恼。暂以一时方便为究竟，言于不可究竟中，如是方便为究竟耳，故有度之成佛、成菩萨、成圣贤、天人者，亦皆幻化而已。且曰：“彼非众生”，此言彼皆佛也，不得以众生目之。又曰：“非不众生”，此言即今一时幻心颠倒，又不得不名为众生矣。唯以不明自性，故所用之心，小而不大。一切贤圣，其未见性者，所用之心，亦大而不圆。均未究竟，惟大小善恶邪正高下之分而已。古先哲之所用其心以救世者，曰：使其自救，其方针与佛不异，而法用不同。彼曰：制心、伏心、正心、摄心，皆以心外之心相对治者也。管子所云心之中又有心者，此心亦依心而起，但知以心制心，非见性后所用之心。故不外对治，对治之果，为去恶而存善，若有所存，非究竟也。如非礼勿视，其初心为非礼，其再起心为觉知非礼而勿视，而勿视之心未泯。故曰：犹有所存。至于圣人，则知心之上，独有一物也，故曰：慎独。彼曰：清心、曰净心、曰无心，于此中已悟见有声无臭者，隐微莫显者，推之以名曰性、曰道，是去见性已近。已知有至高无上独一无二之本性，而未澈见者也。故其心用，皆不敢离于本位。然比较为圆为大，第以见之未澈，遂有存养之意，以惧其亡失也。且亦无人明言心为绝对之幻化者，性之相貌究为何者，但曰：我天然本有者曰性（天命之谓性），随性而起之心，合乎自然者曰道（率性之谓

道），道亡而教以复其本曰修（修道之谓教）。此数语，实已见到性分上事，惜下文未有归性之法，仍不离乎心用，但曰诚而已矣。至如何而曰明心、曰空心，用以证入此真性者，则未之闻也。心性未可分也，愚者强分为二，更不知明心见性为何事。又如外道小得定相，幻见月轮于青眼者，自谓已明心见性矣，岂不怪哉！

礼教者，菩萨顺度之慈化也。治者，金刚逆化之方便也。必二者同出于大悲之愿，则无或滥或峻之偏。政滥则民慢法，峻则民残，故曰宽猛相济，政是以和。彼之欲求万世不易之法，以为究竟者，多见其不知量也。救度众生幻心，终不得究竟之法也，亦暂时维系而已。法有时而穷，恶无时而或绝。故有一时一世之究竟者，十世百世之究竟者，以论乎时间，则终非究竟可知矣。佛故曰方便以为究竟，正以参透世界众生，但能如是维系。若求根本解决，唯有使其明心见性之一法。教以六度万行三十七助道品者，皆明心前之方便幻法。苟能自觉自度，则不劳一切法治而自普化，能起觉照，因果自然洞明。所谋者远，五欲自能制止。觉于心者，虽觉未澈也，恶根未拔也。觉于本者，虽一时未觉，而根已松也。由觉本而再觉于心，则大用以起，其根必可拔除而彻底解决矣。此中过程，非一言所可决定，亦非一时之修所可造诣，亦曰习而已矣。

以心反观者，内证之德也。以心起用者，外修之功也。前为入道，为本。后为法用，为末。内证之德以自问，外修之功以对人。必先由内而外，方为有体有用之学。但人习于务外，不知内证为何事。故自鉴者鲜，不自鉴则责于人者深，求其究竟，其亦难矣。况

人之贤愚，高下不等。凡稍才之出众者，又自执以为是，众生又从而推尊之，使其执我益强，而反观内证之道益疏。若复更有智者，即起而与之相竞，各倡为说，各执理由。众生之心，本习于浮动，于是分党立派，入于意气用事，祸患且不可测。淮南子曰：体道者，逸而不穷。任教者，劳而无功。善游者溺，善骑者堕，各以其所好，反自为祸。是故，好事者未尝不中，争利者未尝不穷云云。此无他，心向外驰，忘其本也。使人人知此，则能所以自处矣。

自古先哲所言救世之道，无不曲尽其理，惜未尝有进行之方法。内证之道，亦未见指示，几令人无下手处。遂使诸外道肆其邪说，人转趋之若狂。足见人人未尝不思求道，苦无入门之路。自误者七，误于人者三，岂其福德因缘耶！

佛教人布施者，所以发大心也。布施至去其我见，为最大之法布施。布施之意，为发大悲心也。为人者多，则为己者少。然必依菩提心为因，言因地必证入性空，而大悲之根本以植。以由性空所发，故能具方便之妙用，然后可言究竟。此大心之初步法用，亦为入佛之根本。如《华严经》云：此经不付菩萨等乎，乃付予大心凡夫。可见大心乃成佛之关键，亦自度之根本。今不于性内转，而于心外求，其基已小，决难成就。故曰：依于众生而起大悲，依大悲发菩提心，依菩提心成等正觉。如是佛法处处不离众生，即不离世法人事。可谓积极之至矣。且视自他不二。发菩提心者，自利也，亦为利他。方便者，应付世事也。必依菩提为本，乃能发大心之用。能处处方便者，大心之果位也。否则徒托空言而已。

佛经之来中国，在中古之世。古人有未及见者，更以门户之见过深，不取而融会之，遂不得其用。有晋人《牟子》一书，言佛最详，世人稍知佛学之广大。若渊明一流，意境实迫于佛，其超然物外，深具般若之机用。后之大儒，晚年亦无不取法于佛以作根基。至明之王阳明先生，则能起佛之妙用矣，以体大则用大也。今之学者，如欲了生死起大机大用者，于见性一道，其痛切加之意哉！

性灵

宇宙间一切一切，由人类以至万物，无不各有其性，即无不各有其灵，灵是灵用。如铁有坚性，有坚的妙用，这是铁的灵；棉花有柔性，即有柔的灵用，这是棉的灵。但棉和铁，不能自启其用，而人为万物之灵，其灵特异，故能发挥一切的灵用，造成这个世界，这是人为，不是神为、天为。所以人的性能，威力不可思议，我今单说人的性灵。

人的本性是自体不二的，不因贫富贵贱，男女老幼而有区别。如吃糖人人知是甜的，月亮人人见是白的，无一不同。但灵用却又不同，因为各有所长，习性不同，果地亦各不同，譬如糖，有爱吃有不爱吃。

人的能力启发于性以用之不尽，灵应亦无穷，但此灵用必由学而成，学成于习，习成于专，专成于恒，恒苦则巧思巧劲自然而生。孟子所说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨”一段，正是磨练而出，再加补助品多，又所谓工欲善其事，必先利其器，发挥的灵用亦更大。

人性有独具的本能，故可以凭空造成一个世界，而缘助又自然而来会，这还是人为，不是天授。世人不明三世因果之理，以为此人天然聪明，不知其夙世先有所学习性已成，所以今世随机启发与众不同，即其愚笨亦不是一时所成就，亦不必专指生前死后，即今

世三十年亦可造成许多世界。

性灵发挥的威力非常之大，超过原子弹，因为此是原子弹的主人，他的助缘亦非常之广，所以技能的发明亦无底止。莫以为我是聪明有能力，这是人人有份的，他人的专成或过于我，如原子弹的配合构造，人人都有此能力，都有此缘助或且高过于我，只暂时的因缘不同罢了。所以有知识的人能用其技能，而有智慧的人呢，决不敢独特其技能和骄人的心理，知道是靠不住的。

因此，性灵有大有小，现在世界文化物质的进步，只是性灵的小作用，还不是大作为。因此，人类但得身体上的享受，却造成个精神上恐怖和疑忌，即是原子弹再有一年必有更新的发明去抵制他，便无用了，如是层出不穷，世界的恐怖就没有止境，必有追悔的一日。

性灵的大用是求究竟的、普利的，不在一时之快利，在永久的安乐，又是通盘计划的不肯造恶，因此自害的即如希特勒，是完全代表愚笨的结果，因为他的性灵和他的一切缘助都可惜小用了，追步他的日、意，也遭同样的命运，这是个大榜样，但世人真觉悟的究有几个？还登向他的坟墓上走，因为他们不知道性灵的大用。

杀人即是自杀，夺人便是自盗，人的性灵不但没光明，而且是迷黑了但有个性灵。算不得灵用，因为天下至愚的人是自贼，所谓损人不利己。

现在世界只是文而不明，物质是文采了，人反而不明了，物质享受是进步了，人心的不安、经济的压迫更进步了。所以怪病也多

了，寿命也短了，少数人快乐了，多数人痛苦了，人的知识技巧是进步了，害人的方法也精了，道德是消亡了，一提到道义人人笑你。这都是性灵的颠倒和罪恶。

性灵妙用是变化无穷的，普通人只拿心去参究人事，越参越精，但只是窄小的，他从不肯拿心去参心，所谓以心制心。虽亦有人参究心理学，又只是参究制人的心理，从不曾参究自己的心理。然也有两个人参问自己，警戒自己，何者是善，何者是恶，已是凤毛麟角，称为圣贤了，但又从不参究心灵究竟是什么，我的善恶是本有的呢，还是驱迫变化而出的呢，所谓我的智能是本有的呢，还是因磨练而成的呢？

一面铜镜可以鉴照，但改铸了一只鼎，那光到哪里去了？铜可以磨成镜，铜的光是本有的，但何以要磨，不磨则不有呢？人又是归功于磨，但何以砖虽磨，却不能成镜呢？可见性灵是本有的，但必磨练而出。人性本来是灵的，何以又有冥顽不灵的呢？即是铜可以有光而不磨，但又如何是磨呢？“磨”这个字，普通人只明得一半。世人但知道用心思维即是磨，然只是半个磨，倘知道“无知之知，不灵的灵，无心之心”这三句的妙理，这个磨才是完全，才是大用。然而世人对于这三句连信心也没有，因为世人但能用已动心之心，不能明未动心前之心，这问题不是片言可决，当再论之。

你问他，心是什么？他只说是思想。问思想从哪里来的，他至多说是脑海中出发的。又好比你问他，灯光是什么，他只说是电力。问电从哪里来的，他只说是电灯泡中发出的。这两个简单答复能使

人满意么？世人不明性灵的道理笼统一说，正是一样。

世上一切都是心造，心的数数便成习惯，习惯既久成为定例，这定例还不是第一个人假造的么？人既造成习惯，反而被习惯所左右，他自己的喜怒哀乐，完全不能自主。惟其各人的习性有同与不同，遂不能和同而有顺逆，不同的多争意气，同的多争利益，表面不能争的又不能各自制止，贪欲遂生，嫉妒阴谋而人事越烦，作弊越多，防止越严，疑忌亦越多而痛苦益大，辗转成习，迷而不觉。所以物质越进步，人的爱美贪欲日见膨胀，亲亲仁爱之义日见短少，残贼的心理亦日见炽盛，造成今日恐怖的世界。

“自利”是人情所应该的，但如何是真自利呢？真自利是永久的、究竟的、没流弊的，是广大的。（一）求安心满足。要知世上一切是共同的、相互的、有影响的、有反动的，譬如德国希特勒，他的初意是不是求安心满足？但结果是自作自受，所以他的自利便不是真的。（二）求一切胜利。不知胜利必始于相争，我即使胜利，根本也已受伤，何如彼此勿争。而胜利只是一时的机运，无形中已种后果。譬如原子弹是一时的胜利，难保没有更大的反动。这个自利是不究竟的，有流弊的。所以一年来国际疑忌恐怖，双方都不得真自利，眼前即是事证，何以都不觉悟？

我的利安寄托在他人的身上，能得大皆普利才是真利，真自利的决不损人以利己，因为专利的断没有不招反动的，无异于自造恶因，自受恶果，即所谓独夫。世人如真慧自利的，必得先明因果，求得彻底广大的自利又何尝是不好的名词呢？

“知足”不是谨小畏缩，是适可而止的言思。譬如人的食量过少不饱，过多胀满，都不得舒服，但并不是不吃，亦不是畏缩不敢吃，调之知足，此正是求足到正足时，自己知道了，截然而止，不再过分反而丧失。又如坏的事，如德国的侵略，如亦懂得截然而止，完全变更故策，不再与俄国树敌，亦何至于一蹶不振。所以贪不是好事，知足却不是消极，正是灵机的活泼，作用于奋斗中一种手腕，可怜世人又误解了。

我人走路力能行一百里，前进到五十里他不走了，旁人以为他知足笑他懦弱，不知他走回去还有五十里，何曾懦弱，你们前进到一百里，但不能回来了。所以人的见地不可死执，奋斗是要谋定而动，这就是性灵的作用。

世上最漂亮的人不是浮滑的，而是圆通的、诚实的。圆通是双方各有好处，面面圆到，诚实是不欺于人，即是利己。性灵是非常的灵敏，眼光远大，执见不固，转风极快，处事简净，心量总是活泼泼地，因为能远观，观宇宙间一切一切本是虚妄不实，原本是空幻的，所以能为此、肯为此。

世上一切是幻妄的，独有功夫不幻妄，要做到这个功夫自然先要除贪，但贪由认真而起，以为一切能见能闻，能捉摸的皆非虚妄，因此你贪我也贪，你求我也求，有得有不得，而你恼我也恼，天下扰乱，人生痛苦均由于此，所以佛家救世的精意在使自觉，先见到一切本空之相，而又不许落空入于断灭。知心本是幻，此一切是幻心所造，非有实体，但就幻中心了幻事终不废于幻，亦不执于真，

观世事为非真非假，过真则劳劳太苦，过假亦空泛乏味，只是随缘应付。所谓：为无为，事无事，味无味，貌若无知，而实无所不知，状若不灵，而实大智若愚。所谓不灵之灵，此正是无心之心，如此贪心至少已打去六七成，人与人的摩擦先已隔离，即使苟有误会冲突，亦易于化解。所以两个君子不会争，一个君子一个小人也不会争，因为君子肯让，亦使争不起来。只有两个小人，那非争不可，两个都是性不灵活，没有退转的余地。

有人说退让是好事，但如日寇来侵略，我也退让么？不，这个性灵又不通了。譬如人身上何必定要生疮疖，最好不生，但既不幸而生了，只有开刀之一法，毒物不净受累更大，并且连好肉也得去一点。所以是贼害的东西，不得不去恶务尽，这正是性灵的作用。试问在疮疖未生之前，特意剜肉成疮，这又何苦。

世人苦恼颠倒或明知故犯，意气用事，枉自劳虑，都缘心有偏执，不知变通。有力的与有力的相争，皆是气分上用事，初是争利，后是争气，结果两丧，其苦已早伏，非一日也。虽然此又天然之势。花无百日红，人事赖此摩擦以自灭，否则永久不败，万无此理。

一切灵用即是心，一切心即是一切法，一切法皆是一切义。法无定法，义无定义。甲可以独制，乙可以自斥。在甲为是，在乙又为非是，此原无定义，姑相约公认，于不定中假立一个定，惟其不定，所以允则必变。要无非是性分中的灵用。

成败、荣辱、得失、是非、贵贱、盛衰、起伏、生灭，在普通人观之总是有别，在通达人观之只是一场游戏，如昙花一现，正是

不二以慧眼，同一是虚妄不实，目前非无，毕竟是幻，明此理者，才是真灵用，所以贫贱能不移，富贵能不淫，威武能不屈。问耶稣为什么肯背十字架？当时并无沽名求利的心，是早已洞达一切至理，所以能如此，此即是圣灵的作用。

小儿的灵智要他发育不可太拘束，但又不可放纵，必得有个范围。要他精明，不要他刻薄；要他浑厚，不要他呆板；思想要他圆，不要他滑；心量要他大，不要他小。人是有模仿性的，独立性就弱了。独立性是好的，但固执不是独立。依赖心不可有，借助性不可少，希望心不可少，但不可必成可，欲望是迷信了灵敏。人每不肯用功，用功人每涉于呆钝，所以用功还要灵活，必有所发明。小儿的气要使他发扬，但要正直不可散漫；先要养成他个平等心，自然不骄于人；养成他个慈悲心，自然才能不作恶。父母有这等的教训，才是慈，才是为真正社会服务，才是国家的光荣。德国人但知功利，使人人有才，所以作世界的罪魁祸首，就缺少了慈悲的德性，所以必定灭亡，这是自杀，这是性灵的丧失。前车之鉴，大智应改变方针，莫贪功利，莫恃武力，脑筋不可太旧了。

丁亥岁首示同学

道家主静，佛家主净。静者，排外境，以摄心于一。净者，摄内心，以归于空，而境亦泯。一是对治，一是根治，其差别非可以道里计也。

世人不知一心之妙，只是念且是念念，于是念念成妄。“一心”者，未动心前之心也，现量心也，了了觉知而无分别。虽明辨是非，而无著、无住、无染之心也。无以名之，名之曰菩提，又名曰“无心”。念者，人有二心也。初心者本觉，见境而起分别，立二见，是为二心，是为念，是为生死，其机微矣。

道家不知心由境起，境因心立，互成为妄，莫辨其主，于是以心摄心，硬破外境，见境不动。而摄心之法，借于血气之调服，同时可得长生，以为计之得矣。不知无形执取有相，且是压制功夫，转开后来，忘本之渐，反失摄心要道，误以精、气、神为道，而害人至千万也，岂不哀哉。

近之修密宗者，视开顶为无上法门。赖一师之加持，顿可开顶，尚不知见性成佛为何事，而自己之习气如何，定慧力又如何，全不再求精进。又开顶后之用功又当如何，亦不请益、研究，岂不哀哉。夫开顶者，初得佛力加持，开极微细之一线光耳，借此幻躯，以图向上一路，非可执此以为究竟也。行者当于此努力加工，日夜不倦，方有相应。如开矿者茫无所据，乃赖矿师指示，由某处开入，必可

得金。此开顶法也，虽有名师，而我不努力，师亦无可奈何也。个个学密者，比比皆是，又学佛而妄计身上功夫，究与外道何别。是以因地不正，不得成佛，了生死也。

精气神虽道家所尚，亦学佛者之资粮也。此可凭脉性以自察，且看眼珠，脉分左右，寸关尺六部，两尺属肾，左宜沉，右宜浮，瞳若漆，是为精足。左关属肝，以弦为实，左寸属心，以细为实，而眼珠圆、高是为气足。右寸属肺，以涩为实，右关属脾，以洪为实，目黑而光，是为神足。如骨节有声，呼吸平，能不寝，是为三品，斯品可以修法矣。

春不可过寒，夏不可过凉，秋不可过爽，冬不可过暖，养生之术也。冬为精旺之时，亦易动，亦易丧。未动心前，为元气无形之真精。一动欲念或情、妄、贪、瞋、喜、怒等念，即成有形之浊精，布于机体，为生机发育之障，是以有病，而促成老死。以念一动，火亦随之而动。火者，心也。心为君火，精为民火，即肾火，心肾连也。两火相因，无有不焚而丧身。唯有平气，气为臣火，不卑不亢，一言冲和，足以调剂之。然三者皆心之所自主耳，此保寿法也。

呼吸相生之谓息。但呼出有六，曰：呵、呼、呬、嘘、吹、嘻，吸入则一而已。呼由内而出，易粗；吸由外而入，声易寂；均宜徐徐而微，吸入不可无声，呼出不可有声。否则，声寂火柔，声粗火旺。

做到老，学不了，何可骄于人哉！行年六十二始知做干菜之法，书以告蔬食同人：

芥菜一百斤，洗净晾干，晒一二太阳，即用盐（只要一满饭碗花椒炒，切宜淡，万不可多）揉后压一夜，取出绞干，分开晒干，然后将汁水下锅先煮，同时放糖二斤，将菜放入煮透，提出弄干，再晒干，再煮，将汁收干后，再晒晒后，然后上蒸，蒸后再晒，再蒸，再晒，如是三次即可收藏。按每次用多少，大小结成一束，以便填放，以便取用，不糟蹋，如藏久，稍有霉花，即再蒸一次，绝不変味，如是可藏三、四年不坏，其鲜无比，较绍兴之干菜好十倍也。

劝学佛勿分门户偈言

佛法是整体。方便而分立。法法都归元。门门皆般若。
三世一切佛。依之波罗蜜。痛彼分宗者。妄树门庭见。
念佛不放下。如何而老实。第一秘密持。终归无相法。
破相勿执相。戒体应先立。教外虽别传。不传于有别。
教内无文字。立者为谤佛。佛为劣慧者。兼存有相说。
纷争何日已。药病几时释。唯依般若宗。无垢不荡涤。
昏昏千百年。大梦应先觉。倘得心地明。自可融归一。
直至归元地。一旦不可得。如是而行修。斯是真净业。
妙哉心中心。顿可转八识。密法通禅净。圆照清净觉。
神通非外求。通慧斯通佛。证此无边身。入月不见月。
诸法皆空相。破见即破执。明知无法法。且说不可说。
冷暖各自知。证者不能惑。当仁则不让。无心乃为佛。

金刚寿

人生寿命，约有两种：一为身寿，属于肉体报身。上古长寿之人固多，即近世一二百岁之人，亦可常见。惟身寿终属生灭。比较长短，遂别夭寿。然寿无定义（九十岁死，世称为寿，但一百二十老人视之，又叹为夭矣）。二为心寿，乃灵台心性。不生不灭之法身，永永存在，坚如金刚，故曰金刚寿。此实为主，以肉体报身夭寿生杀之权，操之于心。身病之起，无不由心虚弱，外邪乘入。而心虚气弱，每由心魂恼乱，真体不充，发现种种不安。贪食贪胜贪得贪乐逸，皆足以致病。以贪之不得，于是乎瞋。贪瞋可使心荡气促，胆惊肝旺，六脉震动，五脏沸腾，外邪同时乘入，此病之起因。药石仅救于一时，若不从根本治疗，则一时虽愈，病根潜伏在内，再发则抵抗无力而殆矣。凡人欲求长寿，应先除病。欲求除病，当明用气。欲明用气，当先养性。养性之法，当先调心。调心之法，虽可传授，必经面示，故从略。然根本总以少气恼为主。余之伯母潘太夫人，今年寿一百岁，身尚康健，平生不知有气恼事，此即调心之功也。近世病人太多，短命自杀之风，日见增多。仅靠医药，得救者不过百分之一二耳。

世界一切进化。独寿命与康健，无不退化。且怪病百出。求因求果，两皆不顾。人徒知衣食住之贪得满足。欲念增高为因，寿命短促为果。得不偿失。已属可笑。再加不明死后不灭之理，造诸恶业。人杀自杀，相习成风。颠倒狂魔，日见其多，良堪哀悯！故说

金刚寿。使无病者可以延年，有病者可以去病，家居者可以少恼，旅行者可以无怖。再进而引入参究佛乘，开大智慧，明不生不灭之理，证得金刚长寿，宁非快事！故欲救种救国救世，先由救己救病救心做起。亦本会同仁弘法利生之本愿也。

人受五行之气而治生，故肉身以气为主。气亏则病，气滞则病。欲治其病，先治其气。草木药石，有寒凉温热平之五气，乃五行气之偏者也，尚能却病。何况人身本有之真气，得五行气之全者乎。又草木药石，性有寒热不同，用之不当，立可杀人，故不如自用其气耳。用气之法，又在乎心。心又为气之帅也，人身藏气之处，在心下肾上，属于脐。脐心属脾土，为五脏八脉之祖，内有八窍，能通诸络。凡保守此处，固中宫之气，必去其病，必得其寿。百病之始，起于风邪乘入。如体气虚弱，营卫失调，或忧思惊恐，酒色劳力，真气耗而外邪入矣。故起有麻木疼痛者，风湿也。口眼歪邪者，风中经络也。左身不遂，手足瘫痪者，血虚血死也。右身不遂，手足瘫痪者，气虚与痰湿也。两旁皆如是者，气血大亏也。手瘫痪口渴语涩者，血虚火旺也。气以行血，血以补气，二而一也。凡人久视则伤血、久卧伤气、久坐伤肉、久立伤骨、久行伤筋，七情六欲之过则伤元气、伤心肾。相火旺，真阳耗，为嗽为痰、为喘为热、为吐血、为衄血、为盗汗遗精。上盛下虚，手脚心热皮焦，午后怕寒，夜间发热。或日间不退，或憎难怔忡，呕哕烦躁，胸腹作痛，饱闷作泻，痞块虚惊，面白唇红，头目晕眩，腰背酸痛，四肢困倦无力，小便赤涩。皆属阴虚火动，水不上行，火不下济。故有种种

疾患，此皆气不流通之故。

治病有二：一攻其客邪，二补其不足。攻邪先定正气，是以心定为主，运气以敌之。补不足则先养心，亦运气以补之。

治五脏之病，莫先于补气。肾犹亟焉。气能运血生液，液如财源，各经赖以济。第补气在勿动心，心动则肝旺，各脉震惊，真水耗损。余尝以心喻扇，主动引风。风动则火旺，火旺则水干，水干则地损。当以诸法调心，使心勿动，则贪瞋疾无由起发。虽发亦易制。内而肝风，外而八风，皆不动摇。四大自调，延年益寿之法，无过于此。

治病切不可全赖医生。医生只能替病人去病，不能替病人养病。只能替病人去风邪，实不能替病人养元气。病万无死理，不养气者，无有不死。纵不死，亦不能除根，不久必发，再发必死。养病补气，所以保持心脏，此为治病根本条件。德国某名医谓“凡人病死，不是死于本病，实死于心脏突然虚脱”。旨哉此言。

医之方法无量。主要者，不外药石、针、灸、按、摩、割治、巫咒六种。派别有中西，治法有今古。其中以巫咒为最灵验，惜失传已久，所得不全。巫咒似近乎神秘，而实非迷信。用之每得奇效，于病体有益无碍，且可与药石并行者也。惟病人不信，则功效为少，否则神速不可思议。其次为灸，再次为针，为按摩，同一效用，以无药石之偏与流弊，而有开穴通窍之功。更其次为割治、为药石，近世最为流通。割割之法，中国失传久矣。科学进步，大称便利，如救急注射割割解毒，及审查有形状病等等，当以西医为第一。如

调治湿温，营养元气，以及病后调理等，当以中医为最宜。如治除病根，气机运化，开通八脉，当以针灸为上。如平肝理气，肃清肠胃，速得汗吐泻之效，以及小儿不能说病，不肯吃药等法，则以按摩为最便。至巫咒则在施法者，心定神一，受治者信坚心专，两心相合，可以统治百病，无不神效。其实无论针灸按摩等法，百病皆可治疗。以所学未精，用未得全，遂偏执而生误。

自中西医并行而后，互相冰炭，各树门庭，偏执新旧，大非病人之福。然主见不定，中西杂投，亦非病人之福。是在病家先定主张。如病之属于有形，而病人元气尚充足者，自以西医为宜。而病关气化温湿，属于无形者，以保元气为主，自以中医为妥。若中西医力所不及者，则急病宜针灸，长病宜按摩。若针灸按摩力所不及者，则以巫咒治之。必可救之于万一。倘能善用之，则先西后中，或先针灸而后按摩。是在医家打破习气，慈悲为心，勿执我是。此即病人之福也。

处于现在环境之下，人又安得而不病，病又安得而不死。但人一面怕死，一面却加工造病。更可怜到死还不曾明白我究竟何因而病，何病而死。

身病有多种：一遗传病。二已成病。此属于果地，非可避免者也。三未来病。又分甲、传染，乙、因病转病，丙、新造病。此属于因地，可免而不肯免者也，佛所谓四大不调之病是也。四夙世业报病。五魔鬼乘便病。此二种可以解除之。但世人执为迷信而不信也。又心病如愤怒忧怖疯狂，以及自杀等等，均称为病，此最重要，

极易丧生。世人反忽之何也？世人诸病，不论男女，在中年人中，每百人内，几乎有八九十人得肝胃病，四五十人得心脏病或血压太高病，八九人得怔忡癫狂病。在老年人，过五十者，多半心脏或半身不遂病。在青年人中，每百人中，有六七人得肝肾病虚弱病。在幼童中，则每百人中，有七八十人得胃病。富厚之家，尤难逃免。中年已弱，未老先衰。若单靠医生或一个运动法门，谓可以强身保种，思想又未免太简单耳。

幼童之胃病，系不明事理之父母与保姆所养成。父母终日出门游戏，一切不管。保姆又无知识，饥饱寒暖，绝不关心。有钱之家，小吃零食，冷热生熟，已伤其脾。任性娇惯，又害其肝。故无有不虫不病以至于死。即不死而虫病胃病已成，潜伏根内。倘遇痧痘等症时，必中虚不可抵抗。富厚之家，子女尤为危险。青年子弟，或受父母先天之不足，身体已极薄弱。种种环境，又复不良。如同学中贫富不均，引其恼怨。男女少艾思慕，引其颠倒。社会不良、国衰民弱，引其愤恨。恶友之利诱威逼，引其贪得与恐怖。毕业后无生计可谋，引其忧思。若在学校，则功课繁杂，精力已感不足，神思颠倒，更逼其运动尚武，是引其瘳伤。故用功者每易致病。我家青年子侄，已有多人病死矣！十年前著有自性长寿法一论，正为此也。

中年人生活艰难，忧思伤脾，愤怒伤肝，郁闷伤胃，惊恐伤胆，劳累伤筋肾。诸病汇集，遂病心脏。肝属木，木克土则胃不和，运化不灵，是以夜眠不安。肾属水，水涸则火旺。心属火，所以心脏

过度衰弱。凡人生一切营养精液，统归于心脏，由心脏分派各部。脾胃若病，则收入顿少。心脏不足，各部同此衰落。火愈旺，血液消耗益多，心脏衰弱至极，则突然虚脱，中风脑出血，皆由心脏衰弱、血气停顿所致。势若土崩，不可挽救。故人身如房舍，只有晴天可以修理，万无大雨渗漏时再修之理。人何不略分一二分谋衣求食之劳，移作养身修性之用，以延此一命哉。汝莫谓现在精神好，年少气盛，有恃无恐。一经大风浪，即不够用。人命若有常者，死期当可核定，世间应无少年夭折耳。况近代青年，十有九病，根本即靠不住，至可虑耳。致病原因，约有多种。兹别之如下：

一、心神不安。为第一总因。（如自杀或恼怒卒中气闭者属之）

二、起居不常。（奔驰露宿等属之）

三、饮食不节。（鸦片白面或误食不洁等亦属之）

四、劳动过度。（学生在运动后，更犯手淫，必病必死。又长途奔驰劳者属之）

五、风邪所感。

六、小心太过。（骄奢习染不惯等病属之）

七、忽受惊恐刺激。（先世冤报等属之）

八、鬼神乘便。（癫狂等属之）

九、坐禅失调。（又道家死守窍门，或绝不起念之打坐法属之，久久皆可致病而癫狂也）

十、车马飞机流弹等意外伤害。

致死之原因，亦有多种。兹别之如下：

一、信医太过，误于医药。（麻醉过度而死者属之）

二、病后失调而复病。（有食复、劳气复、房复及风邪复等。手淫及房复者必死）

三、防病太过。（凡本来不病，预先割治，体弱不任而死者属之）

四、夙世冤业。（不可逃避）

五、医药乱投。（有钱与性急之误）

六、不识病症，延误时日，不及救治。

七、无力医治，或无此药。

八、病人任性躁急，不能制伏忍耐。

九、不懂自治法门，并不信医外治法而自误。

十、因罪而死，或自杀，及被杀害。

总之病无致死之理。凡轻病转重，重病致死者，又有原因多种。兹别之如下：

一、心神不安而病人躁急。

二、有钱人医药乱投。

三、病后失调复病。

四、药不见效，不知更改治法。

五、无力医治，或无此药。

六、有夙冤而不知解释。

七、不懂医外治法。

居今之世，富人犯一、二条者居多，穷人犯四、五条者居多，青年则犯一、三、六诸条者居多。有一于此，已属不救，况多乎哉。至第七条则知者甚少，无怪其然也。

心神不安，情性躁急，为致病致死之总因。故安心法，为卫生第一要诀。现在之卫生，实是卫身。但求衣食住满足，仅知身上安适，不知心上自在。生指生命而言。生命之权，操之于心。人之生命，为精气神之流转。衣食住，仅补助肉体，加以保卫，不能主精气神也。唯心可以主动一切。心定则气和，气和则血顺，血顺则精足而神旺，精足神旺者，内部抵抗力强，病自除矣。健复者，恢复至精足神旺之地位也。药者，可以助精气神之力，以抵抗病也。然而药有流弊，过量或不及，或转他病，不可不慎。故治病当以摄心为主。风寒阴阳暑湿，在在皆可使人致病。万一抵抗力薄弱，即可乘虚而入。身弱者多病，即是此理。富人有保卫力，如衣食住等等。贫人有抵抗力，如气足神旺，毛孔厚密，不易侵入等等。富人多食肥甘，伤胃伤齿。贫人多饿，所食不杂，故无肠病。富人多逸，故多气恼。贫人多劳，故少疾病。富人不造福而享福，只是消福，消尽则穷。穷人能勤俭，即是造福，果熟即富。凡衣食住之保卫力富，则精气神之抵抗力弱。保卫力弱，则抵抗力强。保卫力不能自由携

带，每受强夺。抵抗力则处处可以方便自在。保卫力只是舒适，足以丧志败家，亡国灭种。抵抗力可以耐劳忍苦，负担大任，得失不可以道理计算。逸豫可以亡身，愿富有之家，慎勿毒害其子弟也。

金刚寿乃人人所喜。处处是力求与自己过不去，抑又何也？我今以金刚寿法，告授同仁，有三要二诀。云何三要：一要未病前勤于防，使其勿病。二要已病后心有主宰，勿乱医药。三要病愈后耐心调养，勿使复病。云何二诀：一曰注意病内之病。二曰留心医外之医。

未病前之防卫，此救于因地，为最重要者也：

一、第一勿动肝郁忧思。第二勿纵贪欲。第三勿多疑。第四勿起居不时，饮食无节，或食非时之品。第五宜宽量，多习布施，可造未来福寿。

二、谨于寒暖，勤于易衣，勿自恃力壮，懒于调伏。

三、每日至少定心二十分钟，一心不染，静坐观空，或秘咒养气，必可延年。

四、用手运法，及自己按摩。（此法必面授）

五、勿使过饱即睡，睡前勿食水果，勿食荤厚之物。

六、勿恼怨忧思，睡时勿思索等等。

七、勿杀生，免种恶因，并可灭夙业冤害诸债。

八、勿懒，亦勿运动过劳。

已病之主宰，此救于果地者也。

一、不许自认为病人，不许怕死，要忘却其病，若无事人者。定心勿恐怖，则邪不入脏。宜放下一切事务。

二、切忌性急，勿乱医药。切不可一日请两医三医，中西杂投，必死之道。

三、见机宜速，凡药三剂而病不减者，当改方针。

四、少食，尤忌荤腥，能饿则更妙。

五、不可全赖医生，但用手运自按法，必可减病速愈。

六、持咒，养心，戒杀，可以延年。

病愈后之调养，乃因果同时并重者也。

一、戒劳，尤戒房劳，并戒多食与气恼。

二、宜食清淡，少吃多顿。戒杀，忌大荤为最妙。

三、每早听音乐十分钟。

四、宜放下一切杂缘，专心持咒养心。

五、大病初愈，切忌理发洗足沐浴等。

六、不可常药。如服长方，中间可停止一二日，以防伤胃等病。

七、切忌性急。如病后应养十日者，当预定二十日，则不十日已愈矣，以心定也。否则十日必不愈，以心乱也，关系之巨如此。

八、不可不小心，不可过小心，在自己之支配。

注意病内之病云何？

凡病之现于外者，果病也，根不在此。如头痛，其根病在肝，肝病又在气恼，气恼亦病也。气恼病根，又在心量偏执，不能放宽观空。求其因而治之，所谓病内之病也。

留心医外之医云何？

凡病人无不求医。不知昏迷不省人事者，只可赖医。但自有主宰者，医外亦可自医。自行手运按摩，及持咒静坐等法，此即医外之医。有此二诀，必得除病，必得其寿。又如怪病必有夙业冤害等等，宜另行解之，亦医病之法。至于符篆等，切不可认为迷信，以确可治病。余已治愈多人。人不自信又奈何。

总之身病无不起于风邪侵入，情欲内伤，乘虚而入，居十分之七八。起于夙冤者究少，不过十之一二耳。凡人血肉之身，由夙世造因，情爱所染，借父母为缘，分其精气神以生者，此为报身，又名色身，终属朽灭。前所云保卫诸法，仅能维持此肉身现状，使比较驻世长久，遂名曰寿。至人之性灵识心，名曰法身，一切法之所自出。此灵虚之体，以不可见而非无，故名真空。以虽空而妙用恒沙，故曰妙有。是物为精气神之主，为六根与六尘相接而起念之工具，故名曰心王。凡情欲诸病，亦由彼而起。例如气恼，不可凭空而起，先由根尘相对，识其是非，遂名谓心。由是非而起种种比量分别，定遂顺逆，爰定喜怒，因喜怒震荡而及脏腑。不胜其恼乱者，即伤气耗血，眠食俱减，心更恐怖恼怨，身尤软弱虚损，外邪乘入，益不能支，此病死之由，所谓心病死也。故求长寿无病，常强肉身。

欲强肉身，当调伏精气神。欲调精气神，当拒绝扰乱之贼。欲杜此贼，当先摄心。欲求摄心，当化贪瞋痴三毒。欲化除此三毒，必学心戒。但空口言戒，无益于事，必求开慧，方不为所愚。欲求开慧，必先求定。欲求得定，必学静坐，然非呆坐死守，可得究竟，故必依止于师，求授密法。密法妙用，大之可以明心见性，开大智慧成佛，小之可以得定强身，减除烦恼夙业。此又金刚寿根本中之根本，亦即本会救世传法之前方便。故本会引度初学，传授诸法，皆无定法。第一，考察其身，先除病苦。第二，考察根器，再授以法，或密或禅或净，因人而施。第三，时时考问修持意境，免入歧途。身心所得之利益，不可胜数。倘能老实修持，不存我见，必得各种证明，各种利益受用，不可尽说。不明其义者，或生疑怖，讥为狂妄。然非实修人不知。此乃身心并寿之法，自问可以寿世而不误者。我言若妄，愿入阿鼻。惟所说太简，未尽万一，在人自己领悟，法则非传不可。总之能静则仁，有仁则寿，有寿是真幸福。再配上衣食住，福更无量。敬祝世间一切求进步者，愿其证得金刚寿，为一切之保障。我寿人寿，一切众生皆寿。若求不寿者，则我杀人杀，一切众生互杀。杀之因在贪瞋痴，一人如是，社会如是，国际亦如是，世界恐怖乃如是。祸福无门，唯人自造。不信我言，则一任颠倒横流，俟种种恐怖到来可耳。

一切修身修心法门，只有两字诀曰：回头。只要一回头，病者顿愈，迷者顿觉，此真无量寿者。说金刚寿竟。

父亲节

做父亲的居然也有了节，真是奇事。大概是原子炸弹的感应力吧，否则这两个字早已没人顾问。想不到也有登报的命运，并且年年八月八日做纪念，定为父亲节。世上许多做父亲的不知有何感想，这一天仅仅是父亲受儿女孝养的日子么？是父亲做牛马解放的日子么？还是徒然叫喊口号呢？

节是什么东西我不知道。但是，竹有节，木有节（身上也有疖）。竹木没有节便没有劲，人事没有节便没有段落，气候没有节便没转变，可见节是好的。但身上骨节不灵或血气阻阂生了疖子，又如失了礼节或一年三节债务的逼迫和礼分过节见不能缺少，正是苦难重重，那节又是坏的。然而，做父亲的天天是节，时时是节，没一刻不是节关。管你好的坏的，都得过到死方休。并且，谨慎小心的做孝子还怕儿女们讨厌，说老头子处处节外生枝，使他们种种不自由，你想可怜不可怜？假如三百六十天中只有八月八日一天得到这一点空安慰，还有母亲不愿意吃干醋，连这一点也不着冈，岂不可笑而又可叹！所以，做父亲的真是天字第一号的大冤桶，这冤桶节是个无期徒刑。

这个节是有传染病的。一到三十岁，大都十有八九是染上了的，一代比一代的更厉害。他们初做父亲的不觉喜出望外，欢迎这牛马的滋味。从此，牛马套上了车子，走得慢了点，母亲还帮他鞭策。

一不小心就投向贪污作恶或汉奸的路上去，但根本不是父亲的本愿，是父亲的不幸。

我做了父亲了，我儿子也做了父亲了，我的孙子也快要做父亲了。但我二十岁以前真不知道孝是什么事。你看“孝”字上半是半个“老”字，下面一个“子”字，原来人到了半老有了儿子时，吃了儿子的苦头，才想到当初父亲的苦楚；那孝的意思才发生出来，才悟到老子与儿子是分不开的。老的靠在儿子身上，儿子头上先得顶着老的，一慈一孝，全在一个“孝”字上表演出来；分开了便不成其为“孝”字了。

今日是父亲节。我正想个节制法，奉劝世人做牛马也得有个节制，不必过分。而做父亲的人也得向上看一看自己的父亲，再向下对儿子也得有个节制。不可太溺爱了儿女，害他们终身，养成他们不孝。能把儿子身上的分出百分之一或十分之一对于父母，已是世间第一号孝子了。

人最痴不过的是父母。他最不放心是他的儿子，尤其是他死了之后。所以想尽方法要使他们不受苦，于教育之外又留下许多金钱产业。还不放心，想托付有人在自己死了后的照应。但是无人可托，个个不妥。只有自己的孙子关系最密，可以托付。于是向儿子商量，要教孙子如何孝顺。但你做父亲的先得有个榜样给他。明知是假的，你先假做孝顺，孝顺我你必不吃亏，将来孙子学样也会孝顺你，我死了也瞑目了。这是做父亲最苦的痴心。

现在物质文明，人情野鄙，伦理是快消亡了。人和人就靠“仁

爱”两个字来互相保障。与善人相交，处处放心安慰；与恶人相处，时时疑忌恐怖。一切人事都寄托在人的道德上。假如这个人连他父母弟兄都无情义，天性之薄，于旁人更可想而知的了。人既无人，但知有我，则贪心自然而炽盛。贪者必争，争者必残，残必两伤，仍是害了自己。在家的孝悌是先练习一个“厚”字。生时的孝养，病时的侍奉，终时的丧葬，平时的祭祀，处处给榜样予后代看。政府先要提倡，民德自然归厚，此正是培植人才的根基。一个国家全仗的是民气，民气要赖民德。这是天然的民权。民德一厚，民生自裕，民族自固。打倒“孝”字，即是希望人人不忠、个个不信，何异提倡奸污。所以汉奸的多即是打倒礼教的果。人人趋向功利，不知道礼义廉耻为何事。党政界感受到无人可用，社会上感受到无人敢托，连夫妻儿子弟兄彼此都不敢信任，尔虞我诈，还是个人的世界么？既不是人的世界，自然要用血来洗涤，火来扫荡。但究竟不是个个禽兽，所以也有个玉石之分。来个饥馑疫病，有消灭有不消灭，有早有晚，有重有轻。原子炸弹的发生是因为人的原子已腐烂了。人的原子是道义，道义的威力可以消灭原子炸弹，使他放不出来，所以不敢在都市上试验，因为都市上尽是父亲尽是儿女，即使对付敌人也多所顾忌。杀人者人恒杀之。痛快了一时，从此无刻不在疑忌恐怖之中。这便是道义的战胜。况且有利即有弊，利大弊亦大。应悔多此一事！树了许多敌，弄得神魂不安，天天吃鸡尾酒也敌不了这个痛苦。何苦何苦！佛说天下未乱之前，人民不讲道义，不孝父母，六亲不和，君臣疑忌，天灾人祸就来了。

婚姻之礼

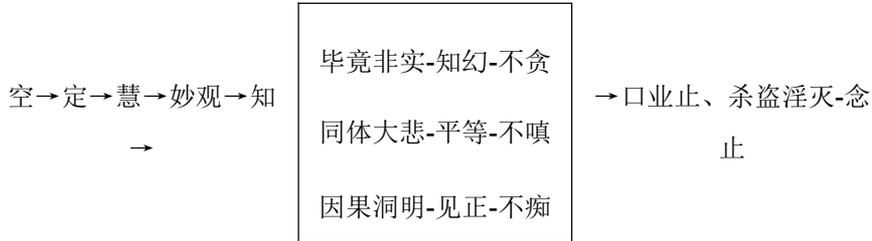
经云：婚姻之礼废，夫妇之道苦矣。此婚姻者，由文字起，至成婚大礼告成，乃至白首偕老止，礼皆不可废也。其郑重如此，原因夫妇为人伦之始，由夫妇而家庭，家庭而社会而有国。上以承宗继祖，下以启发后人。此正是对社会服务，对国家尽职；不是放弃家庭，出门做事，为社会服务也。

夫妇的融合，第一是缘。何以生在当时，而又异地相逢，不是夙缘，决不相会。第二是色。有缘的，不在乎色，也会要好的。第三是爱。爱有小爱大爱之别。小爱是一时形色，有时而衰，靠不住的。大爱是精神，以情意相交，处处体恤怜爱。即有不合处，大皆能原谅退让，便是一生幸福。所以第四是情。但夫妇即是朋友，相处既久，就免不了有所误会，然朋友可以不来往而断绝，夫妇即不能。义之所在，法律上亦不轻许。因义的关系，爱情更可久长。所以情根于义。故第五是义。人而不义，则与禽兽无别。第六是敬。敬是互敬，各尽其礼也。所以第七是礼。由今日大礼告成起，至白首偕老止，全仗此同心合作，外系于礼而敬，内感于情而爱。一生幸福，都在双方各自的做法。所以叫做做人不是简单的。彼此遇着快乐的事，勿过高高兴；遇着失误的事，勿彼此埋怨；遇着恼怒的事，双方先忍耐一下，过了一分钟，就忘记了。即此无住功夫，就是成佛本钱。所谓不念旧恶，怨是用希。切不可争意气，讲虚面子。各人的脾气，应先预告。切不可因爱而求其同我一样，反致情而不情。

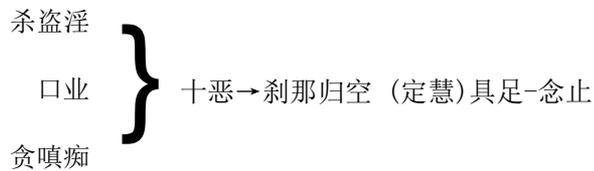
凡是误会，都是过爱的反动。所以做男的，勿使女子有怨意。做女的，务使男子得安慰；饮食起居，以及家庭整洁，井井有条，使男子自然向内不向外，感情自然一日好一日；意外的非礼，也自然绝了。

至于家庭是具永久性的，俭朴方可久长，然不可鄙小。量小者定是福薄。宁可自奉俭，待人不可刻薄，但亦不可滥，这个幸福才能永久。及至宝贵得意时，又切不可骄傲于人，原是昙花一现。譬如一件新衣服，只三天新鲜，转眼旧了。倒是旧的可以穿十年八年。总之，双方要活泼，要漂亮，要仁厚，要合作，才是永久而美满。照此做法，双方感情定好，家业定然兴旺，做事也有精神。即使受点苦，也没有怨言。病痛也少了。生的儿女亦结实了。岂不美满呢！这篇道理不是专对你们二人说的。你们要发个大愿，愿普天下的夫妇都得和好圆满，不圆满的要改变作风，同具此幸福。你们先来做个榜样。等到你们的儿孙结婚时，也把此同样的说这一遍，才是真快乐。祝你们永久的夫唱妇随，百年偕老，世世无极。

归性顿渐之图



(次第而下，是名渐法——有修之修)



(刹那归真，是名顿觉——无修之修)

(顿)

成佛无他妙诀 在使真心常现
真性如何相貌 本是圆明湛寂

(渐)

将心归于空寂，惟有止念一法
念止心自化除，寂光真境现前
见闻觉知了了，无住无杂无坏
依图而明顿渐，空王身现无边

壬午十二月二十

歸性頓漸之圖

空 ↓ 定 ↓ 慧 ↓ 妙 ↓ 和

畢竟非實 | 初幻 | 不貪 | 口 | 殺
因果洞明 | 見正 | 不底 | 業止 | 盜滅
念 | 改節而下
止 | 最若斷法

有倚之倚

殺 (口) 貪
盜 (業) 慧
淫 (癡)

剎那歸空 (定) 具足 念 剎那煉毒 無情之倚

(頓) 成佛与他妙法。在使真心常現。真性為何初觀。本是因明法辨。
(漸) 明心昧於空辨。惟自山念一法。念止心自化除。特先其境現前。
見因竟知了了。上生與孰與壞。依圖而明於漸。空王身現亦也。

仁知書於印心精舍 壬午十二月二十日

悟前悟后心境略说

众生佛性本体，与佛不二，惟无慧照力，随业流转，是名曰迷。迷觉□若三途，性相则不二也。是以迷在心，觉亦在心，惟心不可得，迷觉同成为幻。□□境者，亦依幻离幻，冀依幻灭幻而已。

心境非是二物，所言灭者，仍心中幻起之影像也。此□在迷谓识，在觉名智，□□本觉名曰悟，悟□悟曰心□。悟自心与外境相接时，究如何景象，是随波流转耶？抑有所□耶？今与昔比，其力如何？能不被八风所动否？

行者自觉，譬如登高而下视，但能觉知其下于我者，稍高则不及矣。今悟自心亦然，冷暖自知，若稍高于我者，不能知也，故初地不知二地。今略分四时：未悟时、正悟时、已悟时、非悟时。行者取以□觉而□省□可也。

一、未悟时

如人□□物往□，心只在物，一味外驰，遍执于物。失之则忧，得之则喜，喜忧随物，自无主宰。不绝知心□□□何物，法□何事，□执于有，见物则有物，说心则有我，完全处于被动。纵□心□所起，自立我见，亦依境而生，仍为被动。故不能转境而随境，久久转成内习。复有随习而转，□随外境，既随内习，被动于不自觉知，此名业才，又名□浪□流，生生世世，不离贪瞋痴三毒，反视本觉为怪事，及□感觉，则又因习气而畏难，天道轮转，□自己时，遂

接近善友，稍尽人道，亦只恶善二途，仍属比量，认有漏之天□为极则，于修心一门，则远之远矣。

二、正悟时

言开始觉佛光，初知自性法身，与佛不二；知非除无明，不能成觉；亦知学佛必得求心。成佛无非开慧，慧有定发，定以戒得。但终日诵经礼佛、念佛求佛，不知内求明心、痛改习气者，不在开悟之列。此时意境半信半疑，忽明忽昧，懂得理解，未臻事相。说灭，则偏于事相；说定，则执于死定；说密，则染禅门口习。于习气前来，真实地，仍努力与之对抗。如登山已见山巅，身居山下可望而不可及，惟不再退转而已。

三、已悟时

言已居明悟之后，识得本来时之境也。

（一）知外境本无是非美丑、顺逆之分，原来空寂，以自心分别故，起诸幻像，乃假立为法，我心仍不被摇惑。

（二）知此分别者，乃我缘起之幻心，□成幻法。而我以慧照力，空此幻法，明心自不可得，当体三轮体空。三轮者，一能起之幻心，二所缘之幻境，三中□之幻法。此非明心者，不能如此。

（三）觉知三轮虽空，而我觉知之本能，非属断灭，仍由不生灭之藏性中流出。此性本来湛寂，恒常不变，故真如性，妙用恒沙，空有齐资，故名真如。行者明悟无生，不落归空，深具妙用，不执于有，此名见性成佛。

(四) 于自己习气，□□□□：一由重转轻，二由长转短，三由大事转小事，四由后觉转先觉，五由无力转有力，六由勉强转自然，七由着意转不觉，八由浓厚转平淡，九由偏小转广大。总之，昔时坚固执持者，根已处矣。

(五) 能于一切法，不惊不怖不畏，以境破则心空，心空则法亡。一切平等观，自无比量分别诸见，卓然不动不摇。

(六) 其见解能更进一步，透过一关，自亦不觉其何以如此。

(七) 日有宁喜，以挂碍日少故。

(八) 只见进而不见退，有沛然莫之能禁之势，此亦诚有自己觉知。

(九) 定慧力日强，□□□我相，自然□合，不取于相，与不□恶，□思慕善。

(十) □思精进，践最上乘，皇皇惟恐不及。

四、非悟时

言彻悟后，翻□未悟时事，□意境完全非人可测。不知者惊为退转，或指为□，不知其□动超□，无□无进，此名非悟，非□指所悟也。正悟到悟亦同幻，觉亦非真，其□□□，真□亦圆，乃真本来□□。

一□□与都有心心既空□，则分别□复□□。

二知三轮体空，□□不空。不妨立此幻法，以应常□之想。

三知明心见性乃当然事、平常事，毫无奇特处。

四于自己习气，在在圆照，时时成觉，力量胜于习气，□□□胜于境，□属于心，则心又浑然如同木石。□如木石，则又了了觉知，不同死物，活泼泼无可名状。于习气来时，一转即了不可得，无捉摸处。凡□捉不着，圣亦摸不到，但如是而已。及正如是时，如是时亦不可得，顿超于思议之外，是名□觉。

五能一切作平等观，常亦起比量分别，与□不平等之□□事，尽能随顺□圆。

六六根互起，□□心自湛寂，若存若亡。存则一切处遍□，亡则□□□染，即色即空，了无挂碍。

七心不疾恶，亦不慕善。

八前之皇皇惟恐不及，今则不然，如东流之水，一任其滚滚而已。

凡此四种境界，非身历其境，决不能亲证觉相，故修行人只有问己，不可疑他。所云破无明证实相，完全□□于自己事，与人何关？所谓师者，亦不过以自己之经过，为他印证。乃至能自觉之时，即深入而又深入，是在自己之痛切体□也。

（本文登载《佛化新闻》第 238 期 1942 年 6 月）

法身语报身文

民国庚辰秋，熊君为摄影。戏作《法身语报身文》题之于后，用以自警。且劝世之视幻躯过重，枉自尘劳者。

与君同生，五十五年。形影不离，从不相见。
今忽回头，始识君面。我能见君，君不我见。
君之与我，非一非二。人以见君，乃知有我。
我隐于微，君显于前。赖君之身，我得依恃。
非君之舌，我无以言。借君之目，用辨于色。
借君之耳，我得闻佛。种种方便，伊谁之力。
拜君之惠，亦云至矣。念君之德，何异于亲。
虽然本来，实又非君。君与我交，常而不亲。
君不我知，岂为知心。我有烦恼，君不我解。
我思作恶，君助为虐。君之衣食，惟我之力。
不如君意，面红耳赤。一事之微，尝愠于色。
为君扬眉，我则奔蹶。为君吐气，我劳心力。
一生辛苦，又为谁忙。此何因缘，惟问彼苍。
我欲绝君，乃不我弃。至死方休，附骨之疽。

我之绝君，如是之深。而我妻孥，则又爱君。
认君为我，目为至亲。悲君衰老，恐君疾病。
闻君不寿，彼则心惊。人笑其痴，我原其情。
呜呼知己，难言之矣。君未我知，遑责于彼。
行当自返，复自怜矣。我之与君，无我无人。
亦怨亦偶，非假非真。君之来焉，我实邀之。
我求名利，君亦劳止。贪嗔之念，由我而起。
我若息心，君亦安止。我如成佛，君居其名。
我若作贼，系及君身。其权在我，君则奉行。
谁为之奴，谁作主人。君不负我，我实负君。
今与君约，期各相安。君不我逼，我不苦君。
苦乐随缘，任运而行。我本自在，无求于人。
以孤为性，超然不群。大雄峰上，独坐为尊。
君为我侣，亦所欢迎。若复谢去，亦勿留情。
今假君躯，以销夙业。奉养君者，若款上宾。
彼此相知，即称知己。同来此世，一场游戏。
惜君无常，我则不死。几时分手，君东我西。
览斯文者，或笑或啼。与我一样，如是而已。

（本文载《觉有情》半月刊第 58、59 期合刊 1942 年）

云月对语

中秋之夜，皓月常空。月亮语道：我自千万亿年来，每日周行世界一次，张大了眼，正观侧视，或在明处，或在暗中，看茫茫宇宙，古往今来，多少人事物物，无非发挥贪嗔，追逐名利、善恶贵贱、成败得失，究有几个肯回头肯放下者？只是从母胎里，出生入死，幻生幻灭，无一非镜花水月，一个个都在我眼里。再看下去，再来个千万亿年，还是无古无今，一样糊涂颠倒，能跳出火坑的，真是凤毛麟角。漫漫长夜，终无了期。却不知人人本来可以和我一样地自由，超然物外，何苦枉自辛劳，枉自受苦？真属可笑！

那时忽然来了一片云，对月道：月兄！你果然明白世情，痛惜今古。但一遇到我，你也有糊涂之时，况且你月兄终不曾见自己的相貌，与世人的不自见，正是不二，你不怕世人笑你么？

当时月亮哈哈大笑道：云兄，你说的实在不错。但云兄尽管遮蔽我，我却光明不减，依旧放光。虽人家见我糊涂，我终不会迷了去。人生在世，原本不应消极自了，否则我月亮也不终岁周行，自强不息了。正因世人不从根本事业上努力，徒然好名生事，贪慕虚荣，波波一生，空劳白费。你看多少英雄豪杰，发心救国，何曾救得一人？平白地死了一万万人口，到底同归于尽，同归空幻。他们如果真明白了，忏悔都来不及，痛哭也来不及，还有功夫笑我么？至于自己见自己的面目，乃是小弟自己切身的大事，见不见，只有

自己知道。所谓冷暖自知，千圣不识。也没法向人道得，正亦不必道，徒乱人意。若我自说，我能自知自见，岂不又被云兄遮蔽了么！不如休了罢。

那云听了，忽然不见。月亮则依旧朗照大千，清空万里。仁者且道这是什么？会么！

（乙酉秋夜，有客来谈，问西来意。以游戏文答之，用助其参。又世人知有不知空，行者知空不知有，五十步笑百步耳。此一大事，全赖自己，求佛何用！故不着佛求，不着法求，应如是求。仁知居士）

（本文载《觉有情》半月刊第 149、150 期合刊 1945 年 1 月）

观心偈

万事缘空 何苦作真
一切放下 惟有观心
心本不有 烦恼何起
即此一转 便是妙诀
求佛得一 求己得七
此虽世道 即是佛法
烦恼若息 顿得清凉
能自觉者 无上威光

断烦恼偈

万事缘空 何苦作真 一切放下 唯有观心
心本不有 烦恼何起 但此一转 即是妙诀
贪焰若灭 顿得清凉 能自觉者 无上威光
我佛慈悲 垂示妙法 人唯自度 乃能解脱
求佛得一 求己得七 此虽世道 即是佛法
方便接引 法轮无尽 冷暖自知 还问尔心

（本文载《觉有情》半月刊第 33 期 1941 年）

我有烦恼么

世上要有一个人烦恼，即是世界上共同的烦恼，因为关系是相联的。烦恼可以养成世界恐怖，大之战争，小之残杀，自杀杀人。一切起因，由于尔虞我诈。其所以奸诈者，自因生活艰难，经济压迫，而不经不济之原因，实在淫奢，如国际的海陆空军备扩张，人民的衣食住物质奢侈，正同发狂一般。无非好虚荣，争面子，互相疑忌。国际间谍对外发展，发展原因，还在生产过剩，恐失业而革命，不知革命由不均不平而来。以少数人运用机器，以为操纵，抱独利主义，恶象由此环生。先哲发明科学，目的是谋众福，非便私利。社会原则应该互利，不是偏枯。其所以不明此理者，由于人无智慧，无智慧由于不明佛法，世人误解佛法为消极，为迷信，因此不肯提倡，照此糊涂下去，世界必日坏一日，烦恼必日多一日。所以要人反省，一问自己，“我有烦恼吗”？如是猛醒回头，心上一转，把烦恼就变为快乐了。

不论你是男女老幼、富贵贤愚、当国的主人公、讨饭的乞丐、有钱无钱、有势力没势力，总逃不出“烦恼”两个字。请你自己想一想，“我有烦恼吗”？如有烦恼要解除，不能不听我一劝，定使你开豁心胸，不走极端，也自然转祸为福，转苦为乐了。

“烦”字从火，“恼”字从心，心内有火，是不安之极了。但人的烦恼，各各不同，总不外乎五种欲：一财二色三名四食五睡。

欲是心欲，便是有所求，求不得，遂生恼怒。所以佛说有六大根本烦恼，是贪、瞋、痴、疑、慢、邪见。

“贪”，是贪得。所谓不贪者，不是无所求，如当作无求，就变为消极了。不懂佛法的人，就说学了佛，不应该再做事发财，这是根本大错。佛法不是消极，是积极；不是无求，是不强求；是随缘，不是做作；有财尽管发，不是抢夺，不是魂梦颠倒想中发财票。又“贪”字，不是单指贪财而言，凡求五欲满足过分者即是贪，惟财色是最容易引人起贪心罢了。贪求不得，固是烦恼，但正当贪求时，患得之心，如火焚炽，此亦是烦恼。食不甘味，夜不安眠，无一不是苦。及有所得，用心保存，经营劳苦，患失之心，亦如火焚炽，更是烦恼。只因习惯已久，不知不觉，如辣味久尝忘其为辣，蛆之居厕又忘其臭秽也。此烦恼之不可见者。

“瞋”，是怨恨愤怒。贪是因，此是果。因贪求不能如愿，故又恼怒，此心火炽盛之表于外者，随环境之大小而变，小之谩骂打杀，大之斗争攻战。此烦恼之可见者。

“痴”，是糊涂。凡不明因果，不辨真伪，不识是非，颠倒逆行者，皆痴也。此烦恼之不易觉者。

“疑”，为一切人事纷乱之起因。先由固执我见，无中生有，从患得患失中，自起妄见，执以为是。如疑人侮我，或疑失恋，或疑有人进谗。此皆以糊涂贪痴为种子，患得患失为因，分别计较为果，渐渐引入于瞋者也。又凡修行人，用功至中途，忽起所知障，亦属疑病，此自以为聪明巧妙，而烦恼于不觉者。

“慢”，从自大而起。自视过高，遂以骄人，骄人则人易侮弄之，结果仍入于瞋，因此而生烦恼者。

“邪见”，凡具足前五烦恼者，皆名邪见。但又因邪见而生前五烦恼也。邪见者，见之不正者也。不正由于不明究竟，要以痴为根本，而一切烦恼随之。凡修外道者，自以为究竟，皆邪见也。故学佛以明心开慧为第一义。

此六大烦恼，根本在一“执我”。佛教布施，布施者，舍也。若能舍去我执，则烦恼自净，良由人在世上，事无大小，无不计我，一一向内思维，何物为利我，何事为害我，独于内省明心一事，则不计也。

因执我故，遂分顺逆二途，逆我者烦恼，顺我者欢喜。不知欢喜亦是烦恼。一因欢喜之对面即是烦恼；二因喜之过甚，实有患失之忧；三因心脏同一沸荡不安，多笑伤筋，狂喜成类，气促肺张而致病。总而言之，一切过分，所谓不胜是也。最近有一人，因喜极纵酒而死者，此又欢喜烦恼之明证。

向上之心，人皆有之，此又争之渐也。但此争是进步，争胜是人类进化的一种汽体燃料，不是固体的煤炭木柴，也不是液体的汽油火酒，实是汽体精神。但争胜和争夺不同：争胜是向上，是谋自己学业进步，于人非但无损，且有观摩鼓励之意，是普利的。争夺是谋自己财利进步，取他人所有以归我，于人有损，而于己无益，是兼害的。普利是文明进化的表率，兼害是野蛮时代的盗行。古人当仁可以不让，复有兄弟让产之风，贵贱是非，判别分明，进化退

化，程度如此。故普利则烦恼自少，兼害则烦恼益多。若误解进化，势必以盗行为向上，公理既亡，战争日酷，养成世界的大恐怖大烦恼。此又一二自作聪明人，纵欲贪狂之所致也。

大烦恼因何而起，人有几种不安乎？

一、苦的不安。各各有知，不必论矣。

二、乐的不安。亦各有因缘不同，前亦论之矣。

三、非苦非乐的不安。如一般人衣食已足，但觉乏味，心无寄托。因此思量未来事，或死时，或死后，或疑病等。遂生种种不可言说的不自在。

四、家庭忽起纷争，或意外事发生，在在可虞，此基于快乐及富有者居多。

五、因向上欲念之澎涨，所以国际多疑忌，外交多侵略，工商业尚奇胜，学说主义多怪诞，男子多奸诈，女子多淫奢，有金钱即体面，不道德亦光荣。衣冠禽兽之不分，骨肉天伦之日替，人生至此，有何意趣？自杀之风，由厌极而起，世上说不尽的烦恼又如此。

六、凡极靠不住的人，却又极望人家对伊靠得住。凡口口要打倒忠孝的人，却又极喜人家对伊忠心，并说自己儿子如何好，如何听话。此即贪求患得之烦恼也，及至上当吃亏，苦无可诉时，则又烦恼之极矣。

七、人到病苦时，烦恼更不必说了，不外乎怕费钱、眼前难过及怕死三种。但平时绝不肯留心保养。病又不外乎两种：一外侵，

约十之一二;二内扰，约十之八九。外侵是风寒暑湿水土传染等类，内扰是自己量小看不开，因细故而烦恼、愤怒、忧郁，或病或死，吃多病短命之大亏，或阴谋而遭残杀等等。世间此等人极多，每自以为聪明，而不知极呆极笨，为第一可怜烦恼之人。

八、一班君子人，疾恶如仇，自表其善，是不是烦恼？

九、行善举的人，恨一班悭吝人不肯布施，是不是烦恼？

十、和尚居士，要立门户，争庙产，求施主，是不是烦恼？

十一、慈悲人怕大家入外道遭魔，因而嗔恨，是不是烦恼？

十二、更有一般瞎烦恼，最是可笑。列举如下：

1. 有洁癖者，如太好洁净，疑惑种种不净等。

2. 说话恐伤人，应说不说，护慎太过，因而禁若寒蝉者。

3. 客气过甚，忘其所以者。昔清乾隆时，有两相国均衰老，甲病而乙访之，于病榻相语。甲曰：我二人均老矣，不知谁人先入地？乙拱手曰：还得先让老尚书。传为笑话，即此例也。

4. 妇人不许男子梦见前妻或亡妾，戒其夫嗣后不准再作此梦云。此亦实事，第忘其名矣。

5. 席上好说大话，每引闻人为友，而实不识也。某日又自称与乙相识，夸为多年至好，而乙适在座，遂致哄堂，因逃席而去者。

6. 赌博时无心扣一牌，对方成为切齿之恨者。故最无谓最伤友感情，余故终身戒赌。

7. 友人于大众中，因太忙忘及招呼，彼疑为轻视之者。

8. 于人情事故不肯丝毫疏漏，曲意承旨，周密备至，耗其心血，自喜其工到，久久习于不觉，近于伪矣。又若他人对之有所不周，彼又嫌恶而生恼也。

9. 了无主张，人云亦云，喜怒随人而转者。

10. 无子承嗣而生烦恼，此至可笑也。世间第一等福人是无子，第二是少而好，第三好而多，第四好多坏少，第五坏多好少，第六少而全坏，第七又多又坏。大凡子女均因夙世关系而缘会，结善缘可得好子，种恶因自得劣子。恶因中，远因以欠负为主，近因以不教育为主，而不教育中，尤以多财骄逸放纵为第一也。

11. 认佛法为迷信者，明知非迷信，又恐人讥笑而不学者，此世间最愚笨之人。譬如吃菜，必先知味而后敢尝，天下宁有此理，此皆瞎烦恼也。

总之一切一切都是不安，都是烦恼，八苦交煎，都包括在内。佛说三界不安，犹如火宅。三界内外，只分迷觉一条线。迷则造业受苦，是居三界之内；觉则明苦知乐，了达究竟，不造苦因，不得苦果，是出三界之外矣。

今当言如何是烦恼，及其断法。

甲、烦恼种类极多，但各有其因。

兹约略记述之，姑举七十二种。可见无一日不在烦恼中，又无处不是因果：一因种种病苦，二因求借或索欠不遂，三因侮辱或受

制，四因夙怨，五因失恋遗弃，六因误会，七因受激动挑拨，八因失却机会，九因起居不适，十因恐人谋我，十一因无一事使我满意，十二因老大悲伤，十三因丧去所爱之人与物，十四因生活艰难，十五因无所事而乏味，十六因年老无伴，十七因相貌丑陋，十八因左右为难，十九因客居逢节，二十因私弊恐人知，二十一因学业不成，二十二因路见不平，二十三因儿女不孝，二十四因妻室不和，二十五因闺门不幸，二十六因前盛后衰，二十七因友人以怨报德，二十八因贵物因急贱售，二十九因出门逢久雨，三十因逢忌讳事，三十一因疯病忽发，三十二因食不甘味，三十三因衣不合体，三十四因富不能胜人，三十五因禁赌或输，三十六因得意之物与事受毁谤，三十七因性急而久待，三十八因失言伤人，三十九因失仪，四十因妄言被驳，四十一因地产落价，四十二因银行动摇，四十三因世乱，四十四因盗贼，四十五因中途川资不敷，四十六因事牵连受冤，四十七因中保受累，四十八因思虑不安，四十九因厌客久坐不去，五十因无聊应酬难却，五十一因强颜为欢，五十二因忍辱或忍笑，五十三因得财而恐人知，五十四因喜极而不胜反至病苦，五十五因闻出门遇险，五十六因苛捐，五十七因欲远离，五十八因无子嗣，五十九因征兵远征异国，六十因怕死，六十一因好洁而偏见不净，六十二因闺怨，六十三因待遇不均平，六十四因仰承人颜色，六十五因敷衍无赖小人，六十六因见故人坟墓，六十七因新衣受污，六十八因狐鬼扰乱，六十九因生产，七十因办交涉，七十一因慈悲过甚，七十二因烦恼而烦恼。这七十二种烦恼，是杀盗淫的媒介，充具量可以亡国灭种，杀人盈野，流血千里，结果是两败俱伤。不可因其

微细而忽之，从来大火焚烧，开首原不过一点，此因地之不可不慎也。但学佛者不知自求，亦是不明因果。

乙、烦恼即是不安，但如何名“安”？

“安”者，放心而已。放心则无挂碍。有真安、假安、暂安、久安、独安、众安、可靠与不可靠安之分。凡独安者，必暂而非久，假而非真，必不可靠。故太平是真安，太是普遍大众，平是平等，就是大家皆安，我才是真安。譬如夜睡关门，用保镖保险，武装卫队，此是假安。何如无盗贼无敌人之无挂碍为久安乎？古人独乐与众乐即是此理，所以真聪明人要保永久平安，须要参学佛法。佛教你布施，即是自保。譬如有一百万财产的人，有一半也足够了，却将五十万用作地方公益设工厂，使人人有饭吃，又谁肯做盗贼来害你，而我之五十万才能永保，所有一切保镖等费根本无所用之，此是真而且久及可靠的安了。但世人生性吝啬，眼光不远，只顾目前。宁可留给子孙受痛苦，自己再受烦恼，故明白此理方明白安的真义。然而目前不望大布施，只望大家稍放松一点，不走极端，已可稍安，与虎谋皮，本是不易。

丙、所谓烦恼不安者，是何物乎？

凡人但知头痛是头的痛，腰酸是腰的酸，而不知其非是。盖痛是知觉，头和腰的酸痛，不由心的知觉，也不会感到。因此烦恼不安都属于心，心去分别比量。好坏顺逆，得失是非，一对对的引起，于是喜怒哀乐随之而生。假如贪念不起，自不爱取执有，分别心少，得失念轻，无所谓安不安，则烦恼自除。佛家所以先要明心见性以

为根本也。欲明心地，当看佛学诸书，实行修持，则得实在受用矣。

丁、如何断烦恼法

断烦恼法门，本属无量，但有一诀四法。所谓一诀者，谓惟此一妙诀，别无二门。言烦恼从心起，还从心解。解是用智慧去了解，心上一转念，就是慧照。照见一切本空，苦厄自除。《心经》一文，是无上救苦救难之妙诀。奈何读而不解，依旧颠倒痛苦，更视为迷信而忽之哉。四法者，本此一诀而变化其妙法者也。一曰救因，二曰救果，三曰转念，四曰事证。

（子）救因者，于事之入手前，先一凛觉。例如要起争执时，是烦恼之起因，先一思量，此事因在何处？又我今如是，日后之果如何？则自然谨慎。口不乱说，祸自灭；身不乱行，害自除；心不乱起，恼自断。此救于因者也。世人老不肯转念，回头一想，不养成此习惯，故临时每无退步，一触即发。如下等人每喜打架斗骂是也，此在幼时父母失于教训，纵养反成。故礼节谦让，万不可认为虚文而忽之，此是人类相互间斗争中的一道防线，到此限止，自然少许多事，此真因地救乱之妙法。近世人尚竞争，误解尚武之义，不知武是止戈之意，言止其争也。欲止其事，则文治万不可忽。凡人越文明，越威武，此名威仪。越好斗，越野蛮，此名威力。威力终必打倒，以其无知识也，必更有强大之武力以制之。但无知识人，不足与语此。

（丑）救果

此救于事之已发者也。烦恼已起时，当思如下：

- 一、得不偿失，所争得者甚微。
- 二、我宝贵之精血，因之而消耗，尤犯不着。
- 三、譬如物已破裂，不可再裂，使之扩大。
- 四、遇甚者必有极大之反动。
- 五、不可使损失外再加损失。

作此想者，其恼心自然解除。总之，烦恼多争，决无好处，此并非消极自了。若有值得做的事，为保卫国家战争而死，死亦光荣。古有杀身成仁者矣。佛法是积极救众，况救国乎。舍身布施，正是解空第一，如金刚经恒沙身命布施，在有智慧，此又救于果者也。又如敌人不可以理喻时，则必给予教训，制止其贪欲。文王一怒而天下安，此亦救果之意。近来世风日下，人心益薄，自利之心益厚，人之痛苦益多，以痛苦烦恼之甚，谋自卫之心亦益坚。思想日渐尖锐，主义日见离奇，爱国不敌爱己，此世道之可忧也，爱身不敌爱见，此怪论之可怖也。世界之烦恼，岂不如火上浇油哉。但人类有不移之原则曰敌对。敌对之演进，即互为因果。我之极者，其反动必过之。势力之往还，后者必加于前者，不可以一时得失论也。此无他，以人类愈苦则恶念愈多，器量愈小。因此更演进一步，又成一原则，曰：“事之从大多数人满意者胜。”天下之嗷嗷，新主之资也。新主之机会，皆旧主所驱逐赠予。以此类推，人有烦恼，放宽一步，无往而不利矣。

（寅）转念

转念者，觉悟之始也。若其人固执心坚，则牺牲性必弱，以最难牺牲者曰我见。此惟极聪明人，肯下此辣手。充其量，放弃而已。此放弃，在表面似觉有失，在骨子是大有所得，得于无形而利无尽也。佛教布施，主意在养成一个牺牲性。至我见亦肯舍去时，是名真大布施。初学佛者，每不明此义。久学佛者，又明知而不肯舍，故曰法见之难除也。惟有极聪明智慧人，见机早，回头快，脑筋灵，手段辣，其得便宜也亦大。韩信求封假王，汉王反以真王予之，楚汉成败之机，决于一小牺牲，此所谓得于无形而利无尽也。我人不必求未来好处，只把目前的烦恼，一转念而达观之，实断烦恼之妙法。况不花本钱，但一试之何妨。

在社会上，只是人和人的关系往来，所以称人事。人事有往还，报施分厚薄，其施焉薄，其报焉不能厚矣。又如借人元，至多亦还百元加利而已，断无倍之者。且借者还甲，决不误还于乙。至于不求报之布施，其施不重在金钱而重在情义。凡重在情义之人，必受社会所敬喜，人人得而报之，不必定有所受也，则其所得无形之利，无穷尽也，此在一转移间耳。

（卯）事证

此切于实行，谋根本解决烦恼者也。

（一）教育：父母欲真爱子女，使不受各种痛苦烦恼，宜于幼时切施教育。若教以礼让，则冤家敌对日少。切勿姑息一时，因细故而代之争胜，养成骄横之性，则敌少矣。若教以节俭，则日后不致

习惯奢侈，苦自断矣。若教以和顺，则性自宽和，肝不受伤，自长寿矣。若教以勤苦，自无暇游戏而学业进矣。此父母之责也。故最可怜之子女，即生于骄惯而无教育之人家，其父母不明因果，贪一时之逸乐而使子女受终身之害也。

(二)功德布施：功德布施，应有多种，在小者为好事，大者名功德，而佛家又以有相者为好事，无相者乃为功德，今略举之。有相功德：一修塔庙。二斋僧众。三修桥路。四施粮食。五施衣物。六布医药。七设工厂。八育婴。九除盗。无相功德：乃立身作范者。一排难解纷。二施法布教。三流传经论言。四办学堂，或劝世小说电影戏剧等(然亦可害世)。五忍辱观空。六慎因。七无畏而负责。八心地光明平直。九无心。人人思做功德而不懂做法，故烦恼终不能免，良可惜也。第一功德事在无相，因有相功德只暂时而非永久，偏于救果而非救因，有限而非无量，形式而非究竟，故功德莫大于救人心，使之觉悟成佛。布施之中，以法施教育为上，无畏施次之，有相更次之。

(三)自修：自修以观空为第一。如布施不望报，不贪名，不骄傲，则无烦恼。但根本在开慧，此学佛所以为究竟也。

结论

人世烦恼，根于人事，然人事不可废，故烦恼无尽，不知烦恼不在人事，乃在人心，染贪嗔等六病为大烦恼，不觉为总烦恼。有粗分，有细分，只要一转即空。从来烦恼每对于未来事较多，人每计较未来。如今有十元可无恐怖，则竭力以谋之。一月有百元可无

恐怖，则必达到百元为足，由此推进，恐怖愈多，贪心愈炽。贪求不得，于是乎恼，此一定之理也。不知世上无饿死我之人，只是自己饿死，第一懒，第二靠不住，到无人敢请教你时，只有堕落而死。凡事有定命，无可勉强。而此定命，亦属前因后果，今人首先不信夙世，不明因果，实至愚至笨之人。假如人无夙世，则人生下后，应该一律，何以有贤愚之分。况夙世转生，事证极多，人生之穷达，亦由自己夙世造定前因，故有生于富贵或生于贫贱者，不可强也。多财究何用，留以害子孙添烦恼，甚无谓也。又如年年恐怖年年过，未必恐怖财更多，则也可以悟矣。至称无因果者，则尤可笑。因果称为律，言不可动摇者，否则恶人可以无报，杀人亦可无事，宁有此理。近世疯病聚多，又多自杀者，往往鬼神扰之，并非迷信，确有事实可证者。欧西科学，亦有灵学，不能废也。人何如早自觉悟，多作功德，以广福田，如农夫之留些种子，为来年下种收入，则可长保富贵，永断烦恼矣。此所以不觉悟为烦恼也。

断烦恼之唯一办法在开慧，开慧在得定，得定在学佛，学佛在求法，求法在得当机之师，对师要恭敬，对己宜痛切。世上最短的是寿命，最快的是光阴，最犯不着的是烦恼，最快乐不过的是明心。我今劝人，究为何事？正因自己是个烦恼人，惟因烦恼而感觉回头，所以念及同病，务望读者一问自己：“我有烦恼么？”乘此时机，赶紧回头，此便是大丈夫。因大难现在眼前，要消灾免难，第一要忍辱，我生不辰，处此不讲公理之世界，如自身烦恼，或家庭不和，最足以引起外魔，使恶事近身，世界之乱，尽由不平而起，集无量

数之小不平，合成一个大战争，痛苦还及自身。你想烦恼还有个了期么？！

（本文连载《觉有情》半月刊第 28、29、30、31、33 期 1940 年）

苦闷的解决

引言

自从世界大战之后，已完全成了个苦闷的世界。几无一国无一处无一家无一人不苦闷，有苦的，有闷的；有既苦且闷的；有本不苦闷的，冤枉逼到苦闷的；有忍受着苦闷而说不出的，有不肯说的，不敢说的；或有表面故示镇静，实实内心苦闷的。种种现象，不一而足。但没有一个人不想解决这个苦闷，却没有一个人能脱离这个苦闷。年关已届，苦闷的空气格外浓厚。然而天气又特地晴朗，春意盎然，似乎在笑着我们明明有一条光明大路，你为什么不走，真冤枉造业受苦，大好时光，牺牲在无谓的苦闷之中何苦何苦。今者亡羊补牢，尚不为晚，只要你转一个念头：看那个苦闷的是谁，感觉苦闷的又是什么东西？你当他苦闷，就越发苦闷了。你如明白苦闷的是心上的比较造作，人家有什么，你就去比什么，那苦闷就永无了期。或已经苦闷了的，你再去苦闷，正似雪上加霜，又有何用？倒不如平心静气，想补救的办法。我不是愿意在冬天说风凉话，又是我们一班同此苦闷的人，追想从前的错误，知道苦闷是不值得的，不是无法解决，是另有一条光明大路。一切苦闷既由心造，当然可以由心解决，不可一误再误的了。况且苦闷是自己的事，只有自了自决，不能依赖人家。须知年年苦闷年年过，从前苦闷在何处，

抚心自问，应当失笑。这就一笑中，把一切苦闷打扫净尽，落得个快活新年。

民国三十六年丁亥除夕王骧陆

在十年以前，抗战开始，早料到不是短期的痛苦。结果是“苦闷”两个字，丛集在各个家庭之内。而苦闷的近因，无非是贫病。贫不必说，且说病，有形无形，不知多少。有形的如衰弱虚劳，肺结核神经病，脑冲血失眠病，肝癌肾脏病，或生育怪胎等类，多半因生活艰难，环境逼迫，以致营养不足。而那无形的病呢，是疑忌、恐怖、奸诈、险恶、心上的愁闷若郁，发出来就是愤恨暴戾，这是内伤，心神既不安宁，各种身病，又自然而至了。因此经济越来越困，苦闷越来越多，才造成这个苦闷的社会，变成个恐怖的世界。

人总不甘老是“苦闷”的。个个要想求个出路，去解除这个苦闷，但终得不到彻底的办法，因此贫病之外，又加上一个“穷”字。穷是没有办法的意思，你想躬身入穴，四面周转不灵，还有什么办法呢？现在不问有钱无钱，有力无力，都成了个僵局。要打开这个僵局，如果不择手段，势必有力的轨外行动，倒行逆施。力弱的，奸骗欺诈，寡廉鲜耻；而无力的，只有气杀饿杀急杀病杀，甚至自杀。这种苦闷的僵局，几成了普遍性。连生计宽裕的家庭，也终日气恼愁闷和种种恐怖。如此贫苦的也穷，富有的也穷，长此糊涂下去，富有的退到贫穷的地位，贫苦的退到捣乱死亡的地位，越来越穷，越无办法。但并不是没有办法，是不从根本上想办法，以为苦

闷过活，怨天尤人，又有什么用处呢？可怜人已不知道人生有乐趣的了，甚至不愿再有家庭，其苦闷也可想而知的了。

在今日苦闷的环境之下，人不知道如何是好，也没有办法解决的方法，所以人生观是个极大的问题。但至亲不过是自己，除了自己谋出路之外，竟无人可以商量解决，如果自己再不想办法，还要和自己过不去，那只有神经错乱，颠倒发狂，终究死路一条，正是苦上加苦。我今给你一个自决的办法，解决人生观，从苦闷中得到一个安慰，一个办法。

为什么叫做“做人”？因为人是要自己做的。譬如造房子，砖瓦木料人工，一切现成，你不去计划动工，使用就不得享受的。虽造法各个不同，有好有坏，但总可以住一时。最苦是把砖瓦木料人工都废弃了，岂不可惜。人生最大的毛病，是个“懒”字。心有所赖是名“懒”，专靠依赖人家现成的，分人之利，自己无办法，不想振作有为，便是苦闷的总因。

懒是从心上起的，先是不肯用心，不去研究个所以然，所以心机钝了。凡一切学问的进步，每从自问出来，“为什么”是研究一切学问深入的唯一法门，亦是灵机启发的必经过程。从“为什么”三个字中，可以推出过去的因，量出未来的果，一因一果，前后洞明，一切人事就解决了。但顾目前，无有远虑，此即是懒的根性，遇事一味敷衍因循，即是懒的根性。具了懒的根性，积之既久，竟可无一事不懒，无一时不懒，永远振作不起来，此即是慢性自杀。

处于乱世，尤其懒不得，非有眼观四处、耳听八方的精神，不

能应付环境。非有见境不惑，自立主张的定力，不能度此难关。倘再如太平时代一样的观法，和人讲虚荣，争意气，比胜负，弄权巧，真是不合时宜，自寻烦恼的了。所以处乱世，只有以静制动之一法，即是守定主见勿动，必可免于种种危险。即拿一般汉奸来比，他们的初心何曾想做汉奸，只因一时的冲动，弄巧成拙，或是不见机，不识时务，好出风头，但顾目前，不计后患，一失足追悔也来不及了。

人性愈懒，那贪得的心自然而愈炽，幸得心也愈甚，在经不住利诱威迫，不人道的事，忍心害理的事，只顾一时快意，都做出来了，终究是损人不利己，抑又何苦。须知世界之大，无奇不有，人心人事，幻变无常，固不得不防，亦不得不调和善处。因此心理上的作用，必须研究，果能通达人情，即可无往而不利，于本人、于家庭、社会、以至国事、都逃不出心理人情，实是人生最大的经济学问。

世上只有两种苦闷人：一个是求不得的苦闷；一个是保守不得的苦闷。所谓安乐者，也只是暂时的，求不得的苦，人虽是多数，苦却是少数，只一心去营谋罢了。那保守不得的苦，人虽是少数，苦却是多数，他贪心不足，保守之外，还加上个求不得的苦。如果知足了，那苦自然可以减少许多，但环境的驱迫，自心的贪妄，不知不觉，深入重地，并且误解“知足”两个字没出息，不知知足是限制他的过分，免去种种危险。譬如一杯茶，不是不要满，是不要过满。但不是对学问上说知足，如果学问自以为足，即是自满。要

知学问无止境，既无碍于人，亦无危险性的，况且在社会上互换的代价，全来我的学问，既少学问，那求不得的苦，天然又要加增了。世人于自己的学问，反而自满知足，大学毕业之后，正是用功开始之时，乃就此放弃，经不住一年的荒废，又加社会上用非所学，弄到一生结果，反不如厂家一小工。然而对于代价所求，又格外的不知足，欲望愈大，求得愈难，环境压迫亦愈甚，心胸既非常苦闷，言论即无形怪诞，平日之志趣又小，目的只在升官发财，一旦有了事，就要满足从前的欲望，解除眼前的痛苦，即不得不贪污了。然而贪污不是他的本怀，无奈终岁勤勤，不得一饱，既养廉无资，纵不贪污，亦想兼营他业，更不能专心办事，还有什么功夫去求学问。国家无形的损失即是人才废弃的可惜，究有几个人能跳出这不知足的火坑呢？你想有事的尚且如此，那求不得事的人呢，又有几个肯知足安分，肯再去求学问，也只好南走越北走胡耳。

又有人说，“知足”二字，我也晓得，但必稍足而止，是为知足，我今终日不得一饱，求稍足亦不可得，又奈何呢？此话不错，我如何敢责备一班十分困苦的人呢，但此等怪象，不是永久性的，我人除了忍受之外，又有什么办法呢。我中华民族性，本有以柔胜刚的伟大力量，他能克制一切的苦难。古人在苦难时，有“安分”两个字的秘诀，用以自制其欲望；在舒服时，有“知足”两个字的办法，用以自维其现状。而于学问呢，则当仁不让于师，师且不让，其勇猛力岂可限量。我今所说的是心力，安分知足，不是腐败名词，处于今日环境之下，如不安分不知足，那只好当强盗去，岂足为训。

至于一班已足了的，尚不肯知足，不但贪得无厌之可鄙，其巧取聚夺，又与强梁何别，其危险性岂不更大么，其昏迷岂不更甚么？这样看来，知足岂不是美德呢，所以没出息的人，才是不知足。

世上的人，都知道有了金钱，就可以解决一切，不知金钱是暂时过渡的运用品，是有流通和公用性的，呆守而不流通，便是有罪。公用而没有信义，妨碍着流通，更是有罪。呆守是有危险性的，他以为有钱即有恃而无恐，不知恐怖更多，金钱越不流通，社会上的生机越窄，贫困人越多，盗贼亦越多，有钱人越不得安。非但此也，富家子弟往往因此骄纵，妇女们多骄奢浮，或是多恼多病，再加富有人家，太空闲无事，赌博游戏，流毒社会，罪恶更大了，所以不久便衰微了，或穷困了，再去累及社会，作社会之蠹，岂不是愚。

人但知道肉体上的舒适，不知道精神上的安慰，其人之麻木糊涂，又与动物何异。人身由血气所构成，无一坚实处，稍破即可流血至尽而死，因为太柔弱了，就饿不得、饱不得，冷不得、热不得，重不得、轻不得，酸不得、痒不得，即无形之不入耳不顺眼的事，均受不得，所以身上越舒适，心中越安慰，越放弃不得。然而人所需要的，无非是心满意足，可见还是精神上的安慰，比较重要。而心上的安慰，莫过于无恐怖，要无恐怖，莫过于“知足”二字。因为物质上的安乐有止境，欲望上的贪求无穷期，人又富于模仿性，比较性，好胜性，进步性，不知不觉相互增长了彼此的贪欲竞争。以有限的物量，必不足以供多数人的欲量，于是势在必争，先争物质，后争意气，不惜牺牲一切，而争点达于最高潮，积久而不知其

根本错误了也。失败了，有丧气以至于自杀，期间精神上之种种失望痛苦，岂能尽述；得意了由骄满以至于患失，其精神上种种之疑忌防卫，又岂能尽述，人又安得而不苦闷以老死。

人生至多六十年，前二十年是糊糊涂涂，中二十年是辛辛苦苦，后二十年是忧忧愁愁，满意的日子，不知有几天。又人一生好运，至多不过十五年，一不小心连五年也未必能维持，而维持之年限中，又不知经过多少困苦，真快乐的享受，又不知有几天。好容易奋斗半世，弄到一块地，造好房子，装修完备，住了进去，娶有妻室，生有子女，等到一切齐备了，来一个完全脱离关系曰死，你想他伤心不伤心呢？于是想把一生经营所得的，分作两份：有形的是利，交付他亲爱的子孙；无形的是名，交付在一种纪念物上去，所谓豹死留皮的意思。也真是无聊之极，再也想不出更好的法门来，直与草木同腐罢了。

人之所以为人，都有及重大的意义在里面。人上要有个字来表扬的，如圣人贤人至人善人伟人等等，又有愚人怪人贱人恶人或不是人等等，即是表明所以为人的意义，而定以贵贱和荣辱。复有大人阔人闻人有学问人以及了事人果断人发起人，乃至险谋人诈伪人害群人等各种名称，社会上的一毁一誉，都是表明他的人格。总之人的为人，能有益于社会上的，是为圣人贤人大人阔人等类，有害于社会上的，也自有各种称号，所以叫做口碑，又叫做不利于众口。自从社会清议公议一亡，便无是非公道，阿猫阿狗，只要有几个钱，坐汽车，起居阔绰，肆无忌惮，便公然是个阔人。古人所谓散敦厚

之朴，成贪鄙之化，就本者寡，趋末者众，正说尽了现代人的毛病。然而崇拜圣贤，敬仰良善的风气，虽不如从前，却始终保存着，可见公道自在人心，未使不可以挽救，是在上位的提倡，教育的灌输。我见街头上，常有礼义廉耻的标语，但口说又有何用呢。

要挽救现代人心，且莫说高深无我的道理，只说个有我，要真有我，人果知道了有我。方肯自爱，不和自己作对，方肯爱惜羽毛，求个我的真快活。凡是烦恼颠倒愚痴奸恶的人，都因为无我，他不知我是什么，更不知我如何做个人。寿命是人人欢喜的，短命是人人厌恶的，人如果知道有我，就决不肯慢性自杀。因为苦闷颠倒愚痴奸恶四病，是可以促短寿命的。人有两个寿命，一是生命，一是心命，凡犯了这四病，小则癫狂，大则丧身，又何苦呢。所以知道有我的人，决不肯如此的行为。

“安乐”两个字，是性质不同的：乐是有对象的，或是一物，或是一事，合我的意而快乐；安是心中舒适，不必定有对象，心中常得自在。但两个字，都是从心，心以为安乐就安乐。乐是有欲望的，安是无恐怖的，有欲望即有营求，求之不得，便是苦恼；安是随便的，求得亦可，不得亦可，得亦不喜，失亦不忧。世上的人，但有乐的乐，没有安的乐，所以世上最苦闷的人，是心无所寄，不得安宁，左右无办法，是之谓穷。穷是无办法的意思，一个人贫得穷不得，贫了有办法，必不会终贫，富了无办法，势必终贫。办法者先要心有办法，第一能自制其心，使心有主见，排除一切虚荣，办法自然出来了；第二心定了，一切看得明白，事事有条理，先有

个布置，自然解决了。又凡是无办法的人，必有三种恶习：一是心无主意而乱；二是懒，不肯未雨绸缪；三是临机不能刚断。所以遇事没办法，不是临时性的，是早已没办法了，所谓有其因，必有其果，人人但知求安乐，却不预遣个安乐之因，由此苦闷无尽期了。

论到人的本性，是没有善恶的。善恶是心上的变化，忽而善，又忽而恶，正如一幕幕的幻影，善念忽起，那恶影就灭了，惑念来时，那善影又灭了。人只是迷多觉少，不能常常保持这个善念，因此迷而造业，遂受诸苦。且心念一动，不能心上再来个心，使自己觉悟，另开一条路径，转一个念，却一直前进，愈进愈深，愈执愈紧，不易退出。所以人必得明白因果，觉知现在的因，原可一时快意，但将来必有更大的苦果，一经凛觉便截然而止了。

做一个人，第一要立志。不贪学问，但贪利禄，即是没志气。做女子的，肯向家庭里去做的事，做男子的肯向农村里去，国家才有希望。若大家皆贪求功利，势必尔虞我诈，口不应心，所做的事未必成功，孽都先作了。

世人都是要好的，苦于不识路径，却是个极可怜的事。在家庭既无人教导，在学堂既无暇研究及此，在社会更有很多恶环境的引诱，因此善恶的趋向、邪正的分判、荣辱的真理、重轻的辨别，他都茫然了。

因为荣辱的真理不明，所以重轻无法辨别，邪正也分判不出来，善恶的趋向，又如何又有标准呢？所以明白荣辱的真理是最要紧的事。因为面子是人人要的，真面子是不懂的。人不知如何者是荣，

何者是辱，但知道有金钱是荣，贫困是辱，此是社会上根本一大错误。举凡世间一切苦恼，如个人颠倒、家庭不和、社会不安、国事纷扰，以至世界大战，无不从这一点上来。今后世界的希望全在一班青年，但青年的志向，切不可再如从前的在家庭：只知道骗父母的金钱去浪费，即以为荣；在学堂只知道骗取一张文凭，以为荣耀；在社会只知道骗取地位，目的在升官发财；在政界，只知道奔走权门，倾轧攻讦，他不知道都是可羞可耻的事。

世间大小之争，不外乎贪得。老子说：不贵难得之货，使民不为盗。不见可欲，使心不乱。祸莫大于不知足。我东方文化只教人以无争，而西方学说只鼓励人民去奋斗，其程度之高下文野且不说，而其结果，惟有增加苦闷，此即是他们的失败。尤可怪者，已经直接间接受了很多苦的人，还十二分的信仰，可见物欲害人，无有底止的。

总之，苦闷从贪的欲望中来。举凡地位越高的人，他的虚荣心越大，责任越重，那精神痛苦越厉害，这是骨子里的苦闷。他的求出路，也比任何人为难，他不知道截然而止，所以更深入了，它既不肯毅然放下，终被“虚荣面子”四个字绑住了，弄得分毫不得自由。所以要打开这个苦闷的僵局，先得打破“虚荣”两个字，处于这种环境之下，只有一“忍”字。

莫怕苦闷，苦闷不是永久性的；

莫怕耻辱，自己不贪污卑鄙，世间没有可耻的事；

莫怕病，未病前莫贪口腹，正病时勿乱医药，自然少病；

莫怕贫，只要勤，无谓为浪费；

莫怕人弃，有了忠实的信誉，自然有人来就我；

莫怕不升迁，只要忠于事，熬出资格来；

莫怕儿女不良，只要多教育，少让他用钱，自己以身作则，禁止妄语偷盗，和骄纵；

莫怕婢仆不忠，你先要宽厚整饬；

莫怕盗贼，只要勿表示阔绰，少交匪类，禁止赌博；

莫怕子弟不孝，先问自己；

莫怕夫妇不和，只要彼此原谅，识得各人的难处，切不可互相责难；

莫怕因人受累，只少交游，少换名片，要察省看人的邪正；

莫怕地位不阔，只要懂得用人法子，有容人之量，处处体贴人情，勿轻慢不如我的人。对上勿与争名，对下勿与争利，对中勿与争意气，骨子要刚，面子要和，气要平，心要空，手段宜敏捷，自处宜退让，久久自得众望；

莫怕不长寿，只勿心贪，果能心定，神安处事有条理。每日能静坐半小时，勿间断，自然而寿。但切勿练精气神学外道所修，反而致病。

有了这十几个不怕，一切苦闷，自然解决了。因为一切以心为主，你觉得苦闷的是个心，不当他苦闷的也是这个心。我今最后的

几句办法，就是一切人事，是维持人的事。人在世上，千万消极不得，也积极不得。譬如住客栈，只几天功夫，何必贪求讲究，装璜美丽，不久就弃去了。但也何必十分寒陋，弄得门窗不全，受着风露呢。身不受物质的束缚，心不受荣辱的牵挂，尽本分做人，要从苦闷里奋斗出来，才有滋味。一切一切，你莫当真，当真也太苦了；你亦莫当假，当假太乏味了。能够非真非假的应付这个环境，自然没有过不去的道理。这是因地上根本上解决苦闷的好法子，舍此之外，更没有办法的了。

（本文由上海印心精舍 1948 年发行）

佛法在社会上有什么用处

（讲演稿）

自汉明帝时代，佛法正式来到中国，至今一千八百余年，只极少数的人，明白佛法是怎么一回事。其余社会上一般人士，不问有识无识，始终不曾明白佛法所以然。因此佛法的好处，社会上竟一点也享受不到，一向埋在黑暗之中。甚有不肖的出家、在家人，不但不向社会上沟通，把真正佛法的精义妙用，贡献到社会上去，反发生许多厌恶的事情，使人有所借口，大肆攻击，再养尊处优，由寄生虫进步到害生虫。狮子身中虫，自食狮子肉。佛法的困难，可想而知了。

社会上一般舆论，对佛法无非是以耳为目，从不肯悉心研究，只笼统说“佛法是消极的”。但不知经上明明说，度尽无量众生，成就无余涅槃（即是成佛），又云，我不入地狱，谁入地狱！可见是绝对积极的。他们又说“佛法是迷信的”，不知佛说，众生迷惑颠倒，作业受苦，自造惑业苦三轮，为贪嗔痴三毒所迷，必得度彼，登于觉岸，了达人生真谛，云云。可见是绝对破除迷信的。况且世上不学佛的人千千万万，何以一样的颠倒迷信呢？世上所论的鬼神迷信，此是灵学，本与佛法无关。拜祭邪神的迷信，佛经上明说丝毫无益。一般不读经的人，妄作许多议论，真是不见货而论价，岂

不可笑。所以真正有学问的人，对于一件事，在没有研究以前，决不肯垄断立论贻笑大方的。

佛门过去的一切，本不必向社会上辨明，也不必说佛法是如何好，因为是没有用的。譬如一种药，可以起死回生的，向不病的人千说万说，表扬好处，试问有什么用处。还不如简单表明用法，让真正自己感觉有病的人，自然地自动来试验。妙在此药，只要肯吃，无有不灵的。到了有效验时，你要他不信也做不到了。有这一层的真力量，所以颠来倒去，佛法总没有坏灭的时候。所以我常说，塔庙、舍利、佛像、经论，一切都可以毁坏，只有佛法永永打不倒。为什么呢？他自说打倒的那个东西，就是佛法，如何能自己打倒自己呢？

言归本传，少说废话。我把佛法的好处，贡献在新建设的社会上，使目下自认为苦恼的病人，不妨试用一下，才知不是虚妄，不是老太太求福报平安的佛法。在十五年前，我个人也有过慢、疑，后来看见一篇佛论，句句都是我心里的话，才知道佛法不是如此简单的，不是迷信的，不是消极的，也不是但求佛的，于是又发心学佛。数年之后，又觉得经论是靠不住的，竟要完全靠自己的，自己明白自己才是真学佛，学得同佛一样。如讲文字理解，等于空口答白，开一张空头支票，银行不付现款的。于是一心走入正路，实行参究。到现在，略为明白佛的好处，知道如何是佛，如何是法，又如何是社会上必须要的，必须用的，竟一步也不能离的。佛法在社会上，譬如一种食料，豆腐和米粮，看得不要紧，而又极要紧的。

世上一切一切事业，不管国事政事、家事人事社会事，花样尽管翻新，佛法是永不变不易的。食料中拿豆腐来比，佛法是一块豆腐，你要红烧、清炒、麻辣、油灼、作羹、作馅都可以。但豆腐不能变换，能离了豆腐做豆腐，佛法才能打倒，因此法是种种生灭，佛是不会变化生灭。因为佛法，不单比米粮和豆腐，竟是吃米粮和吃豆腐的我，可以打倒吗？

佛说佛法，不是我释迦佛的法，世人第一要认清，释迦佛不曾有法教人，只要众生明白自己的佛法，才是佛法。这一点如果不明白，就不能研究上乘佛法了。因为世人不明白这一点，所以佛法在社会上，似乎不发生关系。但不是佛法无关系，是世人不明白处处是关系，并且是至密至切的关系。又譬如游子离家，忘却本来产业成一穷人，岂不冤枉而可惜呢。佛是什么，是人的可能性，是从性里发挥出一切能为作用，就是心。心的种种变，立出许多法门，才是法，这才是佛法。所以佛法，是人人有的，因为名称上的误解，当作释迦佛的法，那是大错特错，错到万里以外去了。

佛是觉的意思，又是本觉义；人人有本觉，有觉的本能性，所以有一切作为。不过作为有对不对，合适不合适。这一块豆腐做的好，做的不好，是另一个问题，豆腐却不曾改变的。因此佛，是不动不变的，法是幻起幻灭的。就是性是不生不灭的，心是幻来幻去的。诸位如果嫌“佛法”这两个字太陈腐，就改个名称，叫“能力”亦可，“能”是体，“力”是用；“能”是本有的，“力”量不同。譬如人人“能”做事，但“力”量有大小不同；“能”是永在的，

“力”是变化的。试问人的“能力”，可以取消打倒吗？

社会是人的组织，人人发挥那本能，只要合法。所以经上说，“一切法皆是佛法”。人用一把刀，去救人或去杀人，一救一杀，是人不是刀。虽同是一把刀，能救也能杀人，有了功不在刀，犯了罪于刀又有什么相干呢？因为人是佛，刀是法，社会上真正需要的，究竟是什么呢？是人还是刀呢？当然是人，而且要有用的人，这是一定不易之理。但如何是有用的人呢？必有个唯一条件，当然是利公众事业的人，不要害社会的人。但人又如何而能不害社会呢？又必有个唯一的条件，当然是要明白的人，不要糊涂人。但人的明白与糊涂，只在觉与不觉，觉悟的人必有种种表现，所谓智者不惑、仁者不忧、勇者无惧，这才是社会上最需要的有用的明白人。

但人个个有智、仁、勇三德，何以老是忧愁、迷惑、恐怖呢？就是因为不觉。有能力而不会起用，所以逢到贫穷就不能不移，得到富贵就不知不觉的淫放，见到威武就不敢不屈服了。试问一家人口，上至家长下至仆役，个个是没出息没主意的人，还成个家么？推广开来，人人如此，还成个世界么？人人要发挥那本能力，要从本能中生出三力来，就是定力、识力、体力。人失去了三力，只可做环境的奴隶，就不能和环境奋斗。有能无力，是个没用的迷人，社会上要他做什么！

如何是定力呢？定，见境不惑。人受了环境压迫，改变宗旨，就失去了定力。

如何是识力呢？人要判断一件事，进退得失，眼光非远大不可，

认识的清，见过于人，是识力。

如何是体力呢？人身健康，体力充足，饥饱寒暑者不怕，方可以担任大事。所谓精神为事业之根本，此是体力。

此三力，相因如环。第一在定力充足，则识力远大，无论何种困难事，可以不动心、不惊怖，心定神安，气足血旺，自然而康健。康健的人，自然志气坚强，不动不摇，胆识兼优，可见三力是不分的。

人生在艰难恐怖之中过日子，如何而能不病呢？多病的人，又如何而能长寿呢？一切事业无由发展，关系之大，不可思议。世人往往缺乏定力，得失心既深，忧虑亦日多，遇到困难事，无法排解，无法应对，痛苦不堪言状。再加上环境压迫，内外交煎，不老即病，不病即死，甚至厌世自杀，此岂社会之福！推求原因，由于应付无办法，不是无办法心乱了，想不出办法来，并且无力量去抵抗。你看，三力与人生的关系，大不大呢？

要得三力，不是读读书明白一点理解，可以做得到的。事到其间，往往一点也无用。前清时代，当初一个老先生，带了几个学生去考，先生自己也下场同考。那先生，平日以理学自命，道貌俨然，不可侵犯，常教学生要练定力。考毕后，喜报到来，说学生中了。那学生大喜，不觉忘形。老先生大加训访，说道，不过中得了一个小举人，何以忘形至此，平日所教的顶镇之力，都哪里去了！学生遂肃然不敢放肆。不到半日，老先生正在小遗，忽报老先生中了。那老先生，手执溺器，口虽不言，却忘乎所以，把溺器竟放在桌子上

去。可见，口说定力是无用的。

我们要求真正的定力，非依佛法禅定不可。禅定只是识自本心，见境不惑，由定生慧，即是识力。凡习禅定者，往往少病延年，信而有证者，在本会已有许多人证明，不必再表明的了，因此为事证，是由凭据，不是迷信。本会成立，八年以来，贡献社会上只这一点，是真真实实的法门，转痛苦为健康，转自杀为解放，转烦恼为欢喜，尚是极小的好处。至于经济、学问，养心练气的大功夫，在修的人自己得知，就不必谈了。

总之，佛法是人的心法，以心明心。以明白的心应付环境，吃得苦，忍得了辱，坚强不拔，百折不回，志大行圆，明因达果，养成有体有用之人才，这是佛法的用处。这社会上，是绝对不可少的。王阳明先生一生得力处，全在佛法。法何负于社会，平白的受了许多疑谤，岂不冤枉哉！但此不是疑谤人的罪过，还是我们不介绍的罪过，至于一般借佛法来骗钱骗人，还要保护自己不死，害得大家不信佛的人，那又不足论了。

我今天这个议论，不是替佛法做广告、装门面，实是平心贡献世上，真有试探性的青年，不妨试一试，看到底有用没用！如肯照我的修法禅定一百天之后，如果没有凭据，请来问我。

说道德会的王凤仪先生

八十余年前，热河朝阳县有一位肉身菩萨，名王凤仪，是农家出身。八九岁时，替人家牧牛。同时牧童往往打牛，他竭力反对，说我们替人家看牛，受人之托，好比看护人家儿女，它又不会说话，你打它做什么。其天性平等仁慈，自幼即是如此。后来母亲亡故，他庐墓六年，后来入山，在洞中修道，又是三年，共坐了九年。忽然想到菩萨救世，不是消极自了，我当苦劝世人，下山度化才是。于是到处说道，讲做人的道理，疯疯癫癫，世人莫测高深。他本有个骨瘰病，身上有个洞，时时出水。有一天，忽然悟道，向天自言自语说：“我的病终日身流恶水，可见身内种种的不净。但我虽一心慕善，却是疾恶如仇，见他人的过恶，这个恶就到了我的心身之中，我亦变了恶人了。我如何不病呢？要痛改呀痛改，从此不可再见他人的过恶了。”如此一心忏悔，他的病不知如何就好了，方悟到百病只要忏悔自然而愈的道理。同时有一位杨先生，亦是劝善讲道，不知为了什么事，受了胡匪嫌疑，下了狱。王先生听见了大惊，飞奔入城营救，一路走，一路向天大呼，说是好人死不得的。赶到城门口，天还没亮，他又忽然省悟了，说人事有一定的因缘，杨先生因有六个月牢狱之灾，决不会死的，那时自然脱灾的。遂进城去探监，解劝一番，一面还替他证明。果然六个月杨先生释放了。自此到处劝善，逢人开讲。有一个军官，亦是学道，因为误听人说王某是外道，竟不分皂白，将王引入营中，私刑拷打，每打一下，王

先生大呼打得好，越打得重，越唤得响，军官只得放下，验看一点伤痕亦没有。问他何以唤好，王先生云：“谢你助我成道，岂不是好？我正没有练心的机会，不是矫情说好。”那军官大惊，向之谢罪，又向之问道，不觉畅谈至夜半，成为道友。由此无人不知有道人王凤仪了。王先生到处说道，前后四十年。他的儿子在教育界服务，醉心科学，大不以老人为然，说他太迂腐。有一天王先生正要升台开讲，他的儿子先上去，在黑板上写了一项一项的名目，要强兵富国，兴教育，办实业等，说这是当今的急务，你天天讲道，有什么用处呢。王先生并不生气，等他讲完了，再上台说：“你的一条一条都对，都不错，但是已经有人办了，我这个讲道是没有人办的，况且修道正是补助一切富国强兵教育实业，并不是反对，要废除了一切。人们如果有了道德，自然真爱国，真讲科学了。”他儿子才不反对。以王先生四十年的奔走，在华北各处讲道地方，现在已有一千七百余分处。尤其注重家庭教育，他说母教是国家的根本，凡是家庭不和气，骄奢淫佚，都是女人不好，驱迫男子作恶，所以女性要温柔。做姑娘时要性如绵，处处和顺贤淑。当家的妇人要性如水，无可无不可，但柔中有刚，有主张，有力量。做老婆婆要性如灰，老了老了，不管闲事，少些烦恼口舌，凡子女的不孝，多半是父母的不慈云云。他的讲道之处，入会者不论男女，个个要讲道，凡有病人，先得自己表示自己的一生罪恶，那病他就好了。此是王凤仪先生的一生大概事略。

王先生于廿二年圆寂了，世寿将近八十岁。受他感化的不知道

有多少人。我们学佛的人真正惭愧。他是个不识字的人，所作所为所悟无不合道，的是现身的菩萨。幼年时爱护畜类，是其仁慈；于父母六年守墓，是其大孝；悔悟不可疾恶，是明菩萨不见他过；下山救世，是其大悲；营救杨先生，是其仁勇；受辱不惊，是其怨亲平等；处处不忘乎道，不反对科学等，是其融通方便；至于注重家庭女教，正是热心救国，挽回人心。以四十年之毅力，试问哪一个及得了他？诸位何可讥笑他是外道呢？可惜他自己因缘不好，不曾闻到大乘佛法，但所做所为，无不合道。现在学佛的人往往不讲究做人的道理，世故人情全都不懂，所以论根本，当以入最上乘明心见性为得体。于人事上研究道德为起用，况法法平等，无有高下，当机的就是无上，现在做人的资格尚不够，还想成佛么？真是因果颠倒，可怕之至。诸位心地虽然明白，但要起用，行菩萨道，是宜以王先生作榜样，才能消除夙业而成佛。幸各努力。

（本文载《觉有情》半月刊第 72、73 期合刊 1942 年 10 月出版）

对于庙产兴学之意见

前几天上海寄来中国佛教会发行的一种印刷品，因为中央大学教职员邵某等发起庙产兴学，因此大起反对。我以为双方全多认错了题目。我希望在党国之下有公正的政府、明白的国民，把这问题彻底解决一下，免得发生别种误会；并且在国民大会之前，佛教团体应有一定的准备。特地发表六层意见，作我的贡献：

（一）我人对于庙产兴学的事，是极表赞同的。本来庙产根本上是用来兴学，不是专养活僧尼的。但是兴佛学，不是作别用，各有各的界限，和天主耶稣各教堂同一性质，所以僧尼不宏法、不兴学，是僧尼放弃责任，自有佛教团体去理论，断不能因此牵到庙的本身上去。好比一家商店，经理办得不好，只有股东说话，辞退经理，岂有商店充公之理，稍有常识的人就应明白这种公理。这一层是全国民众应当认明白的！

（二）邵某主张庙产兴学，并非没有理由。但兴学是政府和大家的责任，不是佛教团片面的责任。只要政府减少兵费百分之一，教育界就大放光明了。现在军事结束，兴学是第一根本重要问题。政府既未表示消极、声明不负责任，亦未指令教育界在庙产上想法，那末教育界应积极的向政府据理力争、正当要求，不应消极的放弃了政府一边，却来攘夺那可欺的和尚的饭碗，违反民意。至于党国基础，要靠庙产巩固，这政策也甚可怜之至了！欧战之后，各国内

部经济恐慌，千倍于中国，只因政府调济有方，不久即恢复原状，并不闻其允许人民对于有产的天主耶稣教堂有何种夺产的行为。可见政府的地位，自有应施的伟大计划与公正的调济政策，所以保全政府的威信，不能让二三子垄断攘夺，损害政府的体面，这一层是政府应当认明白的！

（三）先总理拿三民主义来革命，革命成功，是主义的成功；人民信仰，是主义的信仰；违背了这个主义，即是反革命。所以僧尼不是外国人，这就是民族；人民有信教自由，这就是民权；人民或团体有固定的产权，这就是民生！“寺庙财产及法物为寺庙所有”以及“宣扬教义维持戒律及其他正当开支”等，在政府已有公布的法令，住持是个代表，明令保护，即是尊重三民主义。倘若轻轻加上他一个地主资本家的罪名，一概抹煞，则国内除僧尼之外，拥地数万亩，积资千百万的居民很多，无一个不人人自危！事未必成，怨已先结，空使人民恐怖，添生厌恶，反使人民误解三民主义，又岂是我党国之福？这一层是党部应当认明白的！

（四）不肖僧尼的腐败，深入群众的脑海，实已无可讳言，目下除了几个大丛林几个大法师及少数僧尼真实发心宏道之外，其余多不堪问闻。究其实，只是中财产的毒，平时养尊处优，不肯宏道。即以北平一地而论，如财产最多的法源寺，就年年打官司，月月换住持，真不成其局。可见庙产用来兴佛学，是施主的宏愿。倘用作个人私产，平添许多恶业，失去施主的本愿，倒还不如引魔入室，全数夺了去，落得个干净。我以为庙产在有道之世，是可以兴教的；

在颠倒之世，反可以害教的。物必自腐而后虫生。从前众居士苦口劝僧尼宏法布教，他们何曾肯听半句，及至外界后夺之声一起即又蚁聚求救，不知佛法兴替，只在人心。人心即是佛心，心地清淨，即是淨土。如果真心宏法的道场，当然有人出来保护，自己亦不必恐慌。否则魔由自召，纵有贤明政府、发心居士，也无法保护了！就是大士现金刚相，也只是护法，不是护产。先要办那打倒戒律不守清规的僧尼。这一层是僧尼界应当认明白的！

（五）庙产的关系既如上述，可见庙产本有自身正当的用处，此后佛教界当然有自兴的改革，断不能一任外界攘夺的，请你们不必费心思！况且庙产是固定团体的主权，由施主委托和尚兴佛教、办佛学。如果和尚不办，是和尚的不是，岂有任第三者夺去就算了事呢！譬如甲付钱予乙，托其办事，乙把钱盗了去，不办事，忽又来丙夺乙的钱，半斤八两，就按法律手续来研究，请问对不对呢？这亦是促进会应当认明白的！

（六）自民国以来，佛教各团体对于庙产，除了请求政府保护之外，始终无切实办法。因为政府尊重先总理遗训，顾全民意，所以明令保护，不为己甚。但居士方面，以为政府一有明令，就算责任已了，一切不管。于是不肖的僧尼又照旧放任起来，全不悔悟改良，长此以往，终非了局。愚意此后居士，当认清题目，我人是护法，不是护产，但也不能任外界来攘夺。对于政府，当示以办法，发挥我们佛教团的真正精神，应联合南北有名四众，共同讨论一永久办法，要求政府设立礼教部，各省分设礼教厅。本来政府对于蒙

藏专业为边务起见，以及管理各国天主耶稣传教等事，亦应有所组织，以张威信。只因无人主张，政府也没有办法了。如果政府有此认识，一切整理都归在礼教部去，用大刀阔斧的手腕来整理一下，省得和尚和夺产的双方捣乱，反使真正苦行的僧尼，无故受极大的影响，更替一班地方上新土劣去造机会。今日用佛教的产，兴佛学的事，只要办理允洽，哪能个敢违背公理、出面反对？就是邵某等岂有不表同意的道理！切不可再用老套，发两次通电，托几处人情，就算了事。我敢说十几年来的因循坐误，我居士们应负一半责任的，如果真正发菩提心，应把大悲方便，一齐提出来才是。所以最后的办法是要四众的合力、一致的主张。这一层是居士们应当认明白的！尤希望大家特别注意的！

（本文曾载《中国佛教会月刊》1931年第13—19期合刊、《大云》1931年第102期、《正觉杂志》1931年第7期、《海潮音》）

生日不称觞之要义

人生百年，如白驹过隙，由少而壮而老，一弹指顷耳。故逢喜庆事则言贺，忧凶事则言吊。独于生辰寿诞不言贺而言祝者，何也？以人生寿命随其时而渐减，非可庆贺；但祝其长保康健，以至期颐而已，是不宜于庆贺之例也明矣。原夫世寿之绵长，有二因焉：一曰夙世不杀生；二曰今生少气恼。今欲再造未来长寿之因，须于因地下种，不宜大张筵宴，多所杀伤。故于举行家庆之外，谋所以寿世之道，则过去于法施者矣！法施者，以佛法劝人，正其慧命，而同登无量寿域者也。人之寿命本有二：一者身命，上古增劫之世，有至八万岁者，然终属生灭；二者慧命，乃此灵觉智性，永无生灭，故称无量。惟灵性为情欲所染，尘劳日众，生命随减。今之享大年者，情欲必淡，而少恼不耗其气血，则生命自然而绵长。语曰“仁者寿”，洵不诬也。

施老伯母蒋太夫人寿八十矣。太夫人为申浦望族，仁慈节孝，戚尚咸钦，奉佛吃斋，老而弥笃。当二十余岁时得失眠症，垂五十年，百药罔效。壬申春皈依大愚法师授心中心法，日坐两小时，其病顿失；今则满八百余座，勇猛精进，心不退转，每次礼佛，尚可百余拜，腰脚之健，年少者恒叹勿如。今岁孟冬，同仁等拟公祝太夫人寿，令嗣少补师兄仰承慈旨，不事铺张，惟广印权世文多种，为亲友普皆祝福，同臻寿域，此书其一也。希世之读斯文者，爱人以德，一回向其孝思，易俗移风，更推广而流布，则寿世功德有胜

于三千七宝之施矣！

民国丙子年十月世愚侄王骧陆顿首拜志

为普天下男女延寿

寿有二种。一为性寿。即无量寿，乃人人同具之不生灭金刚性，万古常存，永无变灭者是，故曰无老死。今之生死者，若金器之还炉重冶，器之形状，随时可易，而金体终不变也。二为身寿。最古之世，人寿有八万岁，退至今日，八九十为上寿矣。其可贵者，为比较希有耳，然未足以言其胜也。

寿之可贵者，在德不在岁。此身而可保持八九十岁，乃至百龄以上，其能保持之功能，自有其不可及处，此可贵也。兹有七义：

一、人生住世，如器之厚薄强弱，坚固者永久。人以气为主，气厚者寿。此德之可贵者也。

二、寿者必有前因。凡仁慈不好杀生者长寿，诚实不虚者长寿，少气恼者长寿，气宇凝重而量大者长寿。此德之不可及者也。

三、寿者经历必多。天必留此榜样以利后生，故老人者，乃人世经验之顾问，关系世运极大。周末以至秦汉，其间老人甚多，焚书而后，博采古时文化，皆赖老人背诵而得，可见老人之可贵可敬。此世寿之可重也。

四、洪范五福，维寿居先。世俗每言福禄寿，而西藏则以寿为上，谓寿福禄，此言福禄本虚，维寿较实。此亦重其德性也。

五、仁者寿。仁不专指仁慈而言，仁者通达人情物理，仁从

“二”从“人”，言尽人道也。又仁即“天”字，天为二人合写，言合乎天理也。惟仁者为能尽人道合天理，以不专是为己，且以为人。从人为大，即不离大悲。此德之尤可贵也。

六、一家之有老人，如得大树之荫覆，泽及后昆，故曰家庆。国由家而成，有德之家，影响目及于社会。此可敬可贺者也。况有寿者必多福，有福者，人且利赖之，亦一乡一党之光荣也。昔前清乾隆时，嘉兴有一寿者，年一百二十岁，政府赐匾为“花甲重周”；至一百四十岁时，又赐匾为“古稀再见”，举国以为荣，叹为人瑞，其宝贵如此。

七、世有长寿者，人必推求其所以得寿之故，见其慈祥恺弟也。可以明世俗之凉薄而易其风气，民德自厚；见其欢喜自在也，可以自警，少气恼，多宽和，且学其先苦后甘，不争一时之荣利，用权未来之福田。如是，人人得享长寿矣。其尊贵尚可言乎？至寿者之平居懿德，自有其一乡之人知其详，为之称颂以为表扬。今为此语，用以劝世之求长寿者。长寿，人之所喜，而长寿之因，在乎修德，此身寿也。

身寿有限，故尤在乎学佛，此性寿也。性寿无穷，由世寿而晋于金刚性寿，斯为无上之珍贵。

今为普天下老人祝福，特普传金刚延寿法，愿大家福慧双修，长寿无量。

金刚延寿法（诵普贤延寿陀罗尼咒修之）

嗡。哇计拉。欲山司哇哈。

(欲字甚重要，音油 you，上声拖长。山音 sa)

不论男女，凡多病或年高，恐修佛法不及者，可先修此法。每日用念珠轻声持三十串，计三千二百四十遍，不可分两次念，如一隔断，即不算，当重修。每日勿过亥时修，至三十四天圆满。中间如停一日，则起头重修三十四日。修时最好面向北，每日发愿回向，不专为自己一生求寿而修，为修佛成就，用以度众生而修。以尽大悲本愿，则灵应不可思议。修时当恭敬礼拜，勿草草是要。又病人亦可卧修，但切勿出声持。

民国三十四年乙酉三月仁知居士王骧陆谨誌

(本文载《觉有情》半月刊第 58、59 期合刊 1942 年)

杀的问题

杀报循环，因果至理，本极明显极平常。杀人之父，人亦杀其父。但世人反以为陈腐，或指为迷信，把戒杀放生等文，当作《太上感应篇》同等，不值一看，并且取笑他人不时代化，以为脑筋太旧。要知科学昌明时代，人心偏急之时，原不当以迷信劝人，当就实理上解释，方可使其明白，不至误会。

戒杀之文，专重宰杀禽畜之类，已失戒杀之意。举凡杀人、自杀，以及杀意、杀行、教杀、助杀，皆当严戒，则题目比较广大，人亦易于警觉了。

大凡一个人，没有不思利己的。但欲利己，首在先施于人。如我欲求得一物，在得物之前，必以相当代价施之于人，人即有以报我。我如欲求辱，则先骂人、侮人。如求人杀我或杀我之父兄，则我亦必先杀其人或先杀其父兄，此一定之理。未有我辱骂人或杀害人，人反以好感报德于我之理。纵使其人被杀，一时无抵抗之力，其灵识终不散灭，日后转生报复，亦属循环之理，不能逃避。即使来世杳惘不可见，但其子弟眷属同类，必不放弃报复。正是自己戕害自己，不是自利，其愚笨莫过于此。

戒放动物，一时原不易劝化。当知好杀者养成习惯，手既滑溜，不觉杀人亦易。昔有一屠夫，醉后杀人，醒而大悔，彼动手时，且误以为猪也。此即自养之习惯，成为间接自杀，至可怜也。

好杀之人，当起意杀人时，心已恐怖不安，自身之心脏肝肺翕张摇荡，不无受伤，及至事后追悔，神思颠倒，夜眠吃惊，亦已苦极，且满身充布恶电，外面一切邪祟亦由此而引入，即其恨毒怨愤之气，已足以短寿促命，究有何种好处？人由疑忌而起恶意，因恶意而生恨毒，其心先已焚烧，血液由此消耗，种种阴谋，种种恐怖，究有何称乐趣？人初意在求快乐，此事先不快乐，岂非至愚至笨之事？

或云：假如土匪盗贼来攻时，亦说戒杀放生之理，此亦非人情也。曰：然。但御盗自是正理，此时又当别论。今如我忽被土匪绑去，于正欲杀害我时，我之恐怖怨毒岂可名状？忽来一人，为我求解，求其解放，我之感激又岂可名状？即我之父兄子弟眷属，其恐怖怨毒，其感激欢喜，亦岂可名状？但正欲释放我时，忽又来一人，力阻其释放，必欲杀我为快，我此时之怨毒惊怖，必更加十倍百倍，而我之父兄子弟闻之，怨毒其人，亦必十倍百倍，于他日行报复时，必先杀此阻放者，此亦一定之理也。然我今被绑，尚属有口可伸，有情可说，至于不开口之动物，虽口不能言，力不能抗，但其怨毒、恐怖、感激，正完全与人一样，以我比之，岂不伤心？杀业之惨，世上岂有第二件事可与比拟？人又何苦而欲杀害生灵哉？此理目前即见，何以不知？

世人杀害生灵以资口腹者，不外二途。一曰取充食料。且云鸡鸭鱼肉不吃，必至到处是鸡鸭，鱼亦充满江河，不知世人并不吃猫狗虎豹，何以不见其多耶？二曰杀生可以强身体。于是日日鸡汤肉

汁，以为滋补，不知乡人只有蔬菜粗食，身体反而强健。又人之盼望身健，最好力大如牛，强壮如马，不知牛马只吃草料，并无鸡汁滋补，且鸡亦只吃粗食，并未吃人参也。此理甚明，何以不知？

凡肉食之人，必有二病：一曰淫欲炽盛，二曰贪食习懒。故讲究饮食者，其人必身弱多病，亦必不务正业。彼事多忙碌之人，必不暇计及饮食。古人云：士志于道而耻恶衣恶食者，未足与议也。如养成舒服懒惰，其愚蠢且近于猪，又何取也？

病后复病，多半由于饮食不调，厚味生痰助火，消化力弱，尤易致病，又何取也？况滋养一个月，抵不过一朝恼愤，与一夜失眠。如果杀生真可长寿，则富贵之家尽八、九十高年，乡下人都夭折矣。此理甚明，何以不知？

试观荒年逃荒之辈，于乱离之世，往往吃不起苦，因而生病致死。由于平日太舒服，是今日害我者，乃是昔日之鸡鸭鱼肉也，实为自害也。此理甚明，何以不知？

总之，杀生是习惯。一切姑勿论，只如居家立国，今日何日，再如从前之酒食奢侈，已属过分，于心亦不安，更当减省食料，以示节俭。又世人好奇怪食物，如食猴脑，活剖取食，尤属伤害天理。同一生灵，而不平如此，其人其家，必有不祥恶事来临，断不能免。且使子弟辈眼受无形教育，养成凶恶习气，又岂家庭之福？正不必来世受报，目前即有不堪。昔有友人陈日初者，为安利洋行贸办，平日极讲究饮食，后因事被其厨子所杀害。因厨子脑海中只有厨刀，每日只习于宰杀，用刀手滑，出于自然也。又有许多军人，每为其

部下用枪所杀，以其人平日习于用枪，脑海中亦只有此一物也。习惯之害，于此可见，其理又甚明，何以不知？

在英国某地，近屠宰场，有许多小儿，亦试以斧头斫伤小牛之腿，英国政府感于教育之不良，引为大戒，不许小孩参观屠宰场，此亦恐其成习惯也。久久杀人，亦必以斧矣，可怕可怕。

世上一切事业，都由学样而成，恶例实不可开。如世人一时不能断腥，则世上现成之物，可以买食，不必定欲宰杀，以增恶业。尤当感念杀生有害无利，力行戒除，实可减少晦气，增添福运。世上刀兵之劫，都是怨气所成。东方文化，依佛教慈心为根本，仁风所感，好因必得好果，不可不知。

戒杀必自家庭慈心始。世人往往虐待使婢和童养媳，此恶甚于杀生，因动手打时恨不一气打死，充满杀意，必得恶报。民国廿四年，同乡有某女学生，虐待使婢，惨无人道，余亲见其病死，周身溃烂无完肤，由于平日恶气充满于胸心，血化为热毒也，杀之无意味无知识又如此。

（本文载《觉有情》半月刊第 54、55 期合刊 1942 年 1 月）

初基学佛心要

世人要去苦恼，除灾祸，得康健，保富贵，先得明心；心明则不造业作恶，祸害自远，身心泰然矣。但明心必学佛，学佛必自求，求佛得一，求己得七，此为正因，别无二法。初学佛者，先读此书，明心要作根本，有进一步登堂之妙焉。

天津印心精舍丙子七月盂兰胜节纪念

本月是佛天欢喜节，人也要欢喜。但人生第一欢喜事，无过于学佛。人为什么要学佛？学佛是求觉悟。因人世上无一事不感觉是苦，佛是极乐，人要去苦得乐，明白苦乐之义，在心不在身，亦不在贫富贵贱，所以要学佛。

今先说两种人：一贫贱，一富贵。双方的苦楚，比较如下。贫贱人苦，其正苦在求有所得。其附苦有四：一怕债权人逼迫，二怕病或夭寿，三怕人轻贱失面子，四所求不得如愿。富贵人苦，其正苦在求无所失。其附苦有十五：一怕盗贼，二怕索借，三怕募捐，四怕失面子，五怕财产管理经营之劳苦，六时局多变事业恐动摇，七怕病或夭寿，八怕冤家逼迫，九用人无心腹之顾虑，十家庭气恼口舌多病，十一子孙游荡，十二出门或起居不适，十三怕子孙受人愚弄，十四酬应烦恼之苦，十五所求不得如愿。由此可见富贵人痛苦，反比贫贱人多。

苦有多种，总名八苦。所谓八苦者：

一、生苦 贪为总因。由贪爱欲而入胎出胎，受诸苦恼，往来生死，六道轮转。

二、老苦 由生到死，中间必经之缘。此身本是生灭，时时变化，虽初生之儿，亦随时老变。如幼而壮，壮而衰老，发白齿落，此苦于微细不觉者。

三、病苦 由放纵贪嗔痴为总因，得此苦果。然由中途或临时自造的苦因为多。

四、死苦 对于此生为结束，名曰苦果。对于后世为另转新因，苦乐有未定者。

五、求不得苦 贪为总因。

六、爱别离苦 痴为总因。

七、怨憎会苦 嗔为总因。

八、五蕴炽盛苦 疑怖为总因。以不安、不自在为苦果。

众生不论贫富贵贱，终逃不出此八苦。但有多少轻重之别，现在未来之分。有智慧人，先杜未来苦恼，从因上下手，是明因果，但当先明此八苦之来源。

在未受苦之前，因地只是作业，善业则乐，恶业则苦。在未作业以前，因地只分迷与觉，迷则作恶业，觉则作善业。所以惑业苦，是入生死的定轮。由心的迷惑为起因，身造恶业，入生死为缘助，

有生死而受苦恼为苦果。恶业者，十恶之行相也。云何十恶？其轮转因由又如何？

十恶者，意三恶曰贪嗔痴，口四恶曰两舌恶口妄言绮语，身三恶曰杀盗淫，是名十恶。

十恶以杀盗淫为恶之极，亦受苦之始，但有一定因果。如环之轮转如下：

问：何以有杀盗淫与两舌等四恶？曰：由于贪嗔痴。

问：何以有求不得等四苦相压迫？曰：由于集苦，即是心与境相集而成之苦。

问：何以有集苦？曰：由于根尘未脱，即六根六尘之相缠。

问：何以有根尘未脱？曰：由于心不解脱。

问：何以有心不解脱？曰：由于心地不明。

问：何以有心地不明？曰：由于无慧照力。

问：何以有无慧照力？曰：由于心无主宰无定力。

问：何以有心无主宰无定力？曰：由于不修。

问：何以有不修？曰：由于不闻正法。

问：何以有不闻正法？曰：由于不遇善知识。

问：何以有不遇善知识？曰：由于自己不痛切而近恶友。

问：何以有自己不痛切而近恶友？曰：由于识见不正慧力未足。

问：何以有识见不正慧力未足？曰：由于迷惑。

问：何以有迷惑？曰：由于造业。

问：何以有造业？曰：由于受苦。

问：何以有受苦？曰：由于修十恶，由此轮转来。

因修十恶故，受大苦恼。因苦极故，感觉发心回头。因发心回头故，求师以为皈依。因得师故，得闻正法。因闻正法故，得开觉慧。因开觉慧故，不惑不动。因不惑故，不造恶因度一切苦厄，心不贪著，即了生死，是名成佛。

佛是什么？佛是觉的意思。求佛是求觉，求自己觉悟，和佛一样。释迦牟尼佛等是先觉者，是做榜样的人。我们学佛，譬如模仿一张画，看了样本，还重在自画；如果单看样本，自己不动手，终究是一张白纸，结果是自骗自，是世间极笨的人。古人云：智者求心不求佛，愚人求佛不求心。不知佛也要求，心也要求；求到自己开觉慧时，便是学成佛，但不是变一个佛；因为人本来可以成佛，释迦牟尼未成佛前，也和我们一样颠倒，只因觉的早、修得早，所以成得早。又譬如佛是已雕刻的图章，我是未刻的图章；本体同是一块好石，不是豆腐，不是粉块，自己切勿以谦退当作恭敬。

又佛和人，丝毫无别。凡人如醉汉，正醉时，原是颠倒，但一切勿失，一醒就回复照旧，所以世间没有真坏人。又譬如房屋坏了，自己不能修理，终究是坏。独有人，昨日坏了，今日又好了，可见昨日不是真坏，只要一转变就好。但是转好固容易，转坏也容易，

不能同圣人一样永久是好。所以圣与凡，本体不二。只是有迷觉之别，修与不修之分。

修的意义，只是要回复本来。因人本来是觉，本来不苦，徒因半途忽迷，误入恶道，只要退出来，退到原来觉地，方知从前误入，是冤枉一梦。

修的目标，在明心见性。第一条件，又在本人心愿，真切肯修，方是有益。譬如缺米，要买粮。缺用，要求财。如果不缺，就不要。

现在的人，可分三种：一是无空修，忙于生计，无暇及此。二是无需乎修，以为衣食住满足，并无病苦，用不着修。三是要修无门路。此又分为四：一者所求不正，如求福报等；二者不明法之所以然；三者法不当机；四者缺乏师资。此是因缘的不同，然不论修与不修，人的目标总是求乐去苦。

不肯修的人，误以修为苦事，根本还是求乐。肯修的人，虽知求乐，不明究竟乐的道理。佛菩萨本愿，在慈悲。慈是予乐，悲是去苦，要人到究竟乐，是为极乐。但予乐，不是佛有个乐可予；去苦，不是佛代为去苦，佛只是付予一方法，教人自己去苦取乐，去取在人自己；用自己的定慧力，照见苦乐是心的分别，当他苦，就是苦。当他乐，也就变为乐了。如果明白了此义，观一切是空，苦厄自度。所以苦乐的分别，只在意境上高下的不同。

	普通人	以衣食住满足为乐。	以缺衣食住为苦。
二	高尚人	衣食住不必定要满足，但求成名为乐。	以不得扬眉吐气为苦。
三	苦修人、罗汉	怕衣食住满足，但求自己速成佛道，不知利他。	以富贵为累，不得清净修持为苦，此但死修无方便者。
四	发心菩萨	不求衣食住满足，但求得过，惟以明心利他为乐。	以不得度生为苦。修慧兼修福，而重修慧。
五	大智慧人登地菩萨	衣食住不必定取不满足，有则享之，无则不强求也。	以此生不能大成就为苦，福慧双修平等不二。
六	大成就人佛	苦乐两无碍，亦无所谓苦乐，得大自在之乐。	无苦，福慧具足。

世间乐	出世乐
衣食住，名利恭敬，即财色名食睡五欲。（身乐）	衣食住等一切照旧，但不贪著，惟心无挂碍，常得自在之乐。（心乐）
以无常有限有生灭故，不究竟故终归苦。	以究竟乐，其乐无限，毕竟是乐而无苦。
一重在身，二有生灭，三可夺，四有量，五不久只一世，六有比量即苦生，七于苦难中得来，虽享受而心常恐怖。	一重在心，二无生灭，三不可夺，四无量，五永千万世，六无可比量而大自在，七于功德中修证而得，可安心自在享受，心无得失恐怖。

世间恶事，多半是苦人做。苦人为什么肯作恶？只因心地糊涂。所以惑是因，造业是缘，受苦是果；转过来，苦又是因，惑又是缘，造业又是果矣，是名惑业苦三轮。今因修而开慧，因慧而知空，因

空而得定，定即是不惑。慧、定、空也是三轮。所以有福人，每不肯作恶，但一作即是大恶，翻身又是大善。

因此修世间福报，已属不易。如不修善，必得苦果。所以戒十恶，是修福的根本，亦是修慧的初步。有了世福，才有善缘。得遇明师闻正法，修出世福。譬如登楼，世福是个梯，但登梯勿上楼，终不究竟。所以有了梯的世福，还得要登梯的出世福。总而言之，是修心，把苦心转到乐心，把糊涂颠倒心转到光明自在心，才是修的目标。

修的法门，不是三言两语可以说的尽，必求得明师，以为皈依。因为各人根器不同，不能用一个法来普传大众。学佛法门，随人而施，法法不同，要人归到本来，却是一样。譬如禅宗是用禅定法归宗，净土宗是用念佛法归宗，密宗是用密法归宗……宗是个本来清净觉地，地是心地。这清净觉地，在禅宗名曰禅定，在净宗名曰净土，在密宗名曰悉地，名称各别，此物不二，此物即是法身。性是心之体，心是性之用，所谓明心见性，到究竟地，总名曰证法身。

但如何修证？曰持戒得定，明因果，开觉慧。一切尽载印心精舍《乙亥讲演录》一书中。此书中分三分，先读第一启机分，然后求师请法；再读第二正修分，与修时合参；到自己有所得时，再读第三印证分，将自己心地法，一一印证，此是真实功夫，可以证法身成佛。

修的利益和结果，是万万无法先讲的。譬如吃茶，滋味好，要肯吃的人自吃自知。不吃的人，虽尽种种言说，终归无用。兹略说

一二以坚修行人信心，使其放心而已。

甲、有形可见之利益

一、无水火灾。

二、家庭不遭魔鬼缠绕。

三、无冤家或枉事近身。举凡修善之家，心气和平，恶事不内生，外魔不引入。因恶事近身，中间必有魔为媒介，先勿使近，故无危害。

四、无气恼口舌，而家庭和顺，少意外枉事。

五、无疾病而得长寿，如干血症、中风症、脑冲血、血压高、肝胃等病，未过七成者，绝对可治愈。

六、无瘟疫传染之灾。修行人心多宁静，见机必速，百不动气，事事避重就轻，口舌自然勿生。且智慧一开，则察事分明，闲言是非，不入小耳，自无意外枉事。平时心定神安，身自康健，故无疾病感染诸苦。但此是暂时的利益，不名究竟。

乙、无形之真实利益

七、心地光明，以了因果故，不造恶因而受苦果。

八、了解入世出世之理，永断诸惑，不入生死。

九、凡夙世冤家，从此解脱，宿债全消。“要灭未来苦，先断造恶因，要勿造恶业，先得心地明，此即是不惑。不惑则不贪取，不入生死，即是出世。”心常大悲，发心救众，使冤家亦自动慈化，

宿怨自消，此则不花本钱而万金难得之真利益也。且杀生念断，新冤不添，无债一身轻，超然出世矣。

十、入大乘法。

十一、得当机修证之法。

十二、得遇明师。

十三、信行证解无明自灭。

十四、此生明心见性，到究竟地，开慧眼，即身成佛，是证法身佛。

十五、扫荡习气。凡修法，宜超最上乘。万无客气之理，所谓当仁不让是也。信彼佛必信自佛，方名正信。但知理解，不肯事修，不名正行。不信不行，决不能证。所证既圆，即名解脱。故修者惟心，除习气亦在心。明心功夫，如何修证？如轮之一面向上转，一面向下退，恶上则善落，善上则恶落，圆转如轮，故心明则无明灭矣。

丙、究竟利益

十六、得大自在的意境，于顺逆二境，无可无不可。

十七、通达诸法，一切皆空，可以度众利生。（一）空外境；（二）空内心，心是幻故；（三）空习，虽内外空两空而习气尚在也；（四）空觉，觉亦是幻，由心所立，此亦法也。法即不立，觉亦是幻，故空之；（五）不空，知一切本空，但非断灭，不妨一切照旧，只是不着不执而已。

十八、入于无念。无者，非有无之谓也。以有念也不执著，等同虚空之谓也。

十九、习气日销，灵感日通。此即神通初现时，于未来事，以因果洞达，决断不同，遂若先知。但此证得，必在明心之后，非作怪异神变，久久出于自然不觉，而他人视为怪异耳。故天眼天耳等五通，佛家虽有，必明心后证得，不许贪求，恐误人也。

二十、未死前预知时至。平时一心不乱，舍报定生西方，此乃自然而往，非贪得强求者可比。

以上二十条，亦不过举其略耳。如肯修证，功夫到一二分，已欢喜不可思议，况彻底乎！究竟圆满乎！我今奉劝，实念世人太苦，再不自救，更待何时？今日富贵，岂可长保？转瞬福尽苦来，就来不及矣。人家上楼，求一座梯，已是千难万难；诸君有梯不上楼，还要退下来，宁不可惜！所谓究竟上楼者，即是明心见性，明白我自己究竟是什么，但不靠佛不靠法，是要靠自己。

印心精舍释名

自古佛佛道同，心心相印，无非为一大事因缘而入世度生。自我释迦佛后，历代祖师及诸大德因之，皆当仁不让之意也。今吾人亦为此大事而设印心精舍，道场虽有大小之殊，宗旨岂有异哉。大事者何，明心见性是矣。离此而言法，非为正法，舍此而言修，不为正修，五祖所谓不识本心学法无益者也。夫法既由心而立，心亦藉法以明，是本道场以明心为旨也固宜。然则名为明心精舍可耳，而必曰印心者，则更有说焉：尝考《说文》，印者瑞信也，符合也，因也；瑞信者，证其真实，用昭大信之为瑞，以无信则不立也；符合者，合其本相，《大日经》所谓如是也；因者，资也，资以为用也，又前汉百官公卿表，二千石皆银印。故印者，严密敬事之意，今以印心名者，欲人决定自心真实立信，使知人生至当宝贵之物，无过于心。心何由而明，则必符合于性体者方知。而一切般若妙用，皆资于心，以发扬者也，可不敬而尊之！至于心之相貌如何信入，亦惟以心密印于自心而已。心合于空，心不可得，如幻三昧，无量妙义，无不资于一印，其所包者广矣大矣。且夫宇宙万有，一切唯心。凡属有相，何莫非心，诸幻皆灭，非幻不灭，能实证乎此者，是谓印心。然吾人日处于万象森罗列布之中，本与冥合而无毫末之间，此心能与息息相通，斯无往而不融洽。倘吾心虽明，而与此有一息之忘，不能相印，当下便成窒碍矣。故曰印心之要，不是一印便了毕也，无时不印，无境不印，古人之风可尚也。然能印者，此

心也；所印者，亦此心也；在我则以心印心，对境则心心相印；何心不印，何印非心，能印所印，非一非二，能所双泯，则无心无境，证入心境双融，是谓真能印者。

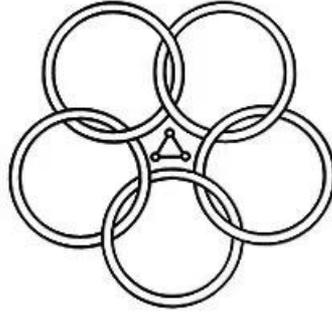
或曰：心之为物，既不可得，而景境之陈，同属幻化，何必印为？不知佛之慈悲，正缘众生未明心不可得，幻尘幻心，枉自系缚，故欲其解脱，印合于自性之清静觉地，知所谓心者，乃一点浮光幻影，虽有而不可得，毕竟虚妄不实，亦非断灭而无所有也。空有两边同此不住，烦恼菩提，在此一转，则大事了矣。

再问：当如是，则此印得毋亦非妄耶？曰能印则全妄皆真，不能印则全真成妄，究之真妄，非一非二，皆属假名，皆不可得，而此印亦不可得，知乎此，则印心之事已毕。是以佛佛相传之法，不论其为禅，抑为净密，以印得心本不有莫不为究竟之会归，再能彻了此印亦不可得，是谓清静，清静亦不有，则十方佛土，本在当前。故印心门下，无一法可执，而无一法不立。其实心既幻有，印亦幻印，法法又何曾法也哉。惟不废于幻者，为不断灭故，为众生一大事故。依幻化幻，不离真实，无实无虚，即心了义。

如是如是，略叙所见，惟高明鉴之

印心精舍图释

印心精舍图案



世不离五大，人不离五蕴。由五欲而起五障，行五恶五逆，入五无间，遂成五苦。何如由五根而持五戒，起五力，开五智，通五明，成就五眼，而证五菩提乎？今以五洲之广，五色人之多，五族之亲，愿皆同五识五种性者。愿以此五字真言，开一华五叶之旨，敬敷五教，此同入五解脱轮。又此五轮者，互摄而互入，相聚而无碍，是宜备五福而入三轮，曰法身，曰般若，曰解脱，汇为一心，心心相印，此即印心之志也。