

与西园寺弘法部居士一席谈

——2008年11月讲于西园寺弘法部

济群法师

大家发心来道场来做事，是很好的人生选择。但我想，亲近道场的主要目的还是为了学法，如果单纯做事，意义就不是很大了。所以，希望大家在学修上有所提高。尤其对《道次第》的学习，是奠定修学基础的关键，这也是我们研究所预科阶段的教学重点，希望大家引起重视。现在各地都在开设“《道次第》专修班”，相比之下，你们有更好的学习条件，应该好好珍惜，及时把握。

在最近发表的《我的判教观》一文中，我对佛法修学的几个重点作了定位。这篇文章的出发点，是对教界现有问题所作的思考。在今天这个社会，商品空前繁荣，从而导致很多盲目的消费。信仰市场也同样如此，我们可以像逛商场一样，方便地接触种种法门、种种开示，若不具备一定信仰素质，必会晕头转向，不知所措。其中有两类比较突出的现象，一是博览经论而不得要领，二是抓住一点便以偏概全。前者的问题在于目标不清，即使把自己武装成一个图书馆，也没多少真实受用。后者的问题在于基础不稳，即使得到某些短期效益，接着就是原地踏步，不见起色了。

怎样解决这些问题？《道次第》为我们提供了具有对治性的引导。

一、《道次第》修学提示

【对初学者来说，《道次第》的作用就相当于地图。对学佛日久却停步不前者，《道次第》又是一份检查标准，相当于“常见故障处理法”。】

对初学者来说，《道次第》的作用就相当于地图，从道前基础到下士道、中士道、上士道，层层递进，次第井然。掌握这张地图，就能对修行方向了然于胸，也可随时判断自己进行到哪个阶段，下一步的目标又是什么。

对学佛日久却停步不前者，《道次第》又是一份检查标准，相当于“常见故障处理法”。就像机器出现故障时，若对它的内部结构和原理一无所知，除了干着急，就是瞎使劲，不但无法恢复运转，还可能加重故障，使之彻底报废。必须具有相应的专业知识和处理经验，才会知道问题所在，知道如何解决。当我们学到一定程度却没有进展，甚至出现退步，不妨以《道次第》作为对照，看看问题究竟出在哪里。

比如闻法效果不好，就要检查闻法态度是否如法；修行不能相应，就要检查依止法是否到位；对三宝缺乏归属感，就要检查是否提起念死无常的紧迫感，提起轮回险恶的危机感，提起对三宝的信赖依附之心。找到症结所在，才能有的放矢地加以对治。

很多人之所以修学不力，就是不曾意识到生命在轮回中的处境，觉得日子似乎不错，再有些宗教信仰作为点缀，就天下太平，万事大吉了。那么，人活着究竟为什么？这关系到价值观的取向，也是古今一切宗教、哲学探究的终极问题。《道次第》所说的暇满、义大、难得正是告诉我们，人身蕴含着多少宝藏，应该怎样使用，才能活得更有意义，才能实现生命的最大价值。

此外，出离心也非常重要，这是走向解脱的前提，也是成就菩提的基础。怎样才能生起出离心？必须真切意识到轮回本质是苦，意识到三界不可久留。否则，对世间还会心存期盼，还是不忍舍弃。那样的学佛，是不可能具有深度的。因为他们的目标并不在于解脱，表面看似在学，但实际不过是要过一种有宗教情调的世俗生活，是把佛法作为生活的一点润滑剂，一个装饰品。这种定位，和学佛的真正目的有着本质区别。

宗大师为学人建立的这个套路，既是成就解脱的轨道，也是圆成佛果的途径。依循这张地图，就能知道途中每个阶段的坐标，知道继续前进的方向，而不至于多走弯路，甚至南辕北辙。这也是我反复向大家推荐《道次第》的初衷。

【修行是要转迷为悟，转凡成圣，所以不只是在学一种知识，而是在学习改善生命的技术。】

通常的学习方式，很容易使学佛成为一种知识性的学习，也容易流于过程，似乎是在完成某项任务。对一部论的学习，怎样才算到位？是不是能够完成作业就算通过？是不是能够参加考试就算毕业？这些过程固然需要，但只代表最初阶段的完成。修行，是要转迷为悟，转凡成圣，这就必须摆脱现有的凡夫心行。所以，我们不只是在学一种知识，而是在学习改善生命的技术。

在此过程中，需要逐步调整心行，调整生命轨道。我们有种种心理，但根本区别就两类。一是轮回以及和轮回相应的心理，一是解脱以及和解脱相应的心理。修行所要做的，就是解除轮回以及和轮回相应的心理，培养解脱以及和解脱相应的心理。这就必须知道，哪些心理是和轮回相应的，哪些心理是和解脱相应的。选择之后，还要了解每种心理的产生背景和运作规律，依此进行调整。因为心念也是缘起法，是缘生缘灭，有章可循的。认识其中规律，就能有效解除负面心理，培养正面心理。

如果用一句话来概括《道次第》的修学要领，那就是“舍凡夫心，成就佛菩萨的品质”。凡夫心是什么？是轮回以及和轮回相应的心理，包括根本烦恼和随烦恼等，那是我们的家贼，是一切问题的源头。佛菩萨的品质是什么？是依出离心、菩提心及空性见的修习，最终成就的悲智二大品质。

【《道次第》的每个步骤，都在帮助我们完成某一方面的修正。】

我们现有的生命体是五蕴和合而成，也是无明制造的一个产品。所以，这个系统是有缺陷的，不完善的。

怎样才能改造这个有漏的生命系统？就要依法，要使自己成为合格法器。《道次第》告诉我们，闻法应离三种过，具六种想。离三种过，就是令心向法开放，使法乳清净无漏地盛载其中。如果接受渠道不畅通，法就不能顺利进入我们的生命系统，更谈不上产生作用。六种想，也是为了达到同样的目的。其中第一个观想，就是把自己当做病人。换言之，我们必须意识到现有系统的缺陷，从而生起改造动力。如果一切安好，改什么呢？修什么呢？

对于这项生命改良工程来说，《道次第》的每个步骤，都在帮助我们完成某一方面的修正。比如对暇满、义大、难得的认知，就是对价值观的重塑。说到价值观，我们也许会觉

得是一个哲学问题。事实上，这是生活中时刻需要运用的。我们每天都面临很多选择，大到事业、家庭的选择，小到日常琐事的选择。我们究竟做什么还是不做什么，学什么还是不学什么，几乎所有选择都离不开对价值的判断。

如果没有明确的价值观，多半就会跟着感觉走。但凡夫的感觉是什么？无非是迷妄，是颠倒，是人云亦云，却很少考虑自己要的究竟是什么。因为不知道自己要的是什么，也就不知道不要的是什么。相对而言，现代人似乎特别浮躁，特别经不起诱惑。原因何在？正是因为我们的内心没有信念在支撑。就像一片羽毛，轻轻的一阵风，就能使它失去方向。

对学佛者来说，什么才是正确的价值观？《道次第》告诉我们，在生命延续过程中，人身难得而易失，惟有将此机会用于修行，才能实现它的最大价值。除此而外，轮回中的所有盛事都是虚幻不实的，其本质都是痛苦。若对这一选择确定无疑，许多烦恼就不复存在了。因为所有烦恼都有相应的依托基础，这个基础就是我们原有的错误设定和执著。比如曾经喜欢过什么，执著过什么，在乎过什么，当心纠缠于这些局部时，就会将此当做一切，颠来倒去，越缠越紧。而从生命的真正价值来看，从一个制高点来审视，就会发现我们纠缠的不过是幻影，是尘埃，其价值是短暂而微不足道的。看清这个真相，我们还有兴趣为此付出一切吗？

【《道次第》的学习，应围绕这两个项目展开，一方面是改变观念，一方面是调整心态。】

学佛，关键是将佛法正见落实于心行。在这方面，《道次第》为我们归纳了一些必不可少的基本认知。除暇满人身外，念死无常是告诉我们如何看待死亡，深信业果则是告诉我们如何看待世间的因缘因果，等等。这些问题看似简单，但都代表着佛法提供的认识角度，教导我们怎样以正确观念看待问题。

我们所认识的世界，其实都是自己的一种设定。在见道之前，我们看到的永远不是世界真相。但我们可以从认识上了解并接近这种真相，这就需要知道从什么角度、以什么方式看待问题。每件事对我们产生什么影响，往往不在于事件本身，而在于我们如何看待，如何处理。

学佛之前，我们都有自己固定的观察方式和处理习惯。其中，主要决定于观念和心态。

通常，我们是通过观察和比较，考虑此人此事对自己的利弊得失，然后再生起好恶之感，这就是观念在影响心态，决定心态。所以，必须从观念着手修正。佛法给我们提供的，就是看待问题的正确方式。依此正见，再对所缘对象重新审视，去除我们附加其上的错误执著。

进而还要解决心态问题。这是代表无尽生命的积累，所以，心态有时是走在观念之前的。比如看到不喜欢的人，不用经过思考，直觉就会讨厌。这种近乎本能的抗拒，就是心态在直接产生作用。改变这一状况，也需要从观念契入。因为心态并不是凭空而有，而是由往昔业缘所致，由无始无明所致，也是无自性的。当串习产生作用时，我们不要盲目跟进。而要找一找，它的源头在哪里，它的所依是什么。如果找不到，这些心态也就失去生长基础了。

《道次第》的学习，也应围绕这两个项目展开。一方面，通过反复不断的观察修，以佛法正见来改变观念，与法相应。一方面，将观念落实于心行，在运用过程中调整心态。

二、《道次第》修学规则

【一、理解论文本身。二、理解文字所诠义理。三、依法解决人生问题。四、将正见落实于心行。五、以正念解决实际问题。】

最近，我给“《道次第》专修班”学员提供了一个学习规则。按照这几个步骤，学习才会落到实处。

第一步，理解论文本身。对《道次第》的文本，从每个词到每段话都要理解透彻。大家可以根据我在研究所的课程录音，同时对照《略论》原文学习，这样才会吃得更透，记得更牢。

第二步，理解文字开显的义理。因为文字是表法的，是载道的，其中蕴含着无量法义。我们不仅要理解文字本身，更要认识文字开显的佛法义理，认识每个环节的修学原理和彼此关系。

第三步，依法解决人生问题。每部经论都是围绕若干问题展开，所以，学习中要有问题意识，要围绕问题来理解，而不是埋头苦学，却不知学了究竟用来解决什么。《道次第》每一部分的内容，都是说明某个问题，然后提供对这一问题的看法或解决方式。如果脱离实

际问题，所学就会抽象而空洞，就是干巴巴的说教。但我们结合自身问题来理解，就知道，这些道理都是围绕人生或修行的某个问题，具有很强的实用性。

然后再去思考，《道次第》对这个问题的说明是否合理，是否让我们发自内心地信受。如果仅仅觉得祖师那么说，姑且一听，这种接受是没有力量的。唯有反复听闻，不断思维，直到内心完全确认，法才能对我们产生作用。比如念死，论中提出三点。一是死王必来，二是死期不定，三是死时除佛法外余皆无益。我们依此思考，看看是否还有疑问。若有疑问，就有针对地予以解决。包括佛法所说的无常、无我、涅槃寂静，都要一一思考。无常，是不是真的无常？当我们通过观察发现，世间确实找不到任何常的东西，这个无常观才会变成自己的智慧。否则只是书本上的，好像也知道，但终归隔了一层。就算把三藏典籍背诵下来，如果不去运用，和人生究竟有多少关系呢？所以，需要通过思考来消化。思考到确信无疑之后，才会产生胜解，也就是坚定不移的信解。在佛法修行中，胜解行地是一个重要阶段，资粮位、加行位都属于胜解行地。

第四步，将佛法观念落实于心行，成为自己的认识，自己的观念。这需要有一个磨合的过程。每个人都不是一张白纸，而是有自己的观察方式和处理习惯。这种习惯来自无尽生命的积累，具有强大的惯性。我们虽然学了一点佛法，但只是在概念阶段，尚未形成心行正念。这就需要通过修行来解决，一方面是摆脱不良串习，一方面是培养正确观念。这两种修习要轮番进行，在反复摆脱和培养的过程中，使佛法正念逐步取代原有串习。

第五步，以正念解决实际问题。我们已具备相应的佛法正见，懂得如何从佛法角度看待问题，接着还要学会运用。面对每个问题，在第一时间，就要以正念而不是固有习气对待，使错误观念没有活动机会。只有这样，心才能进入和解脱相应的轨道，否则就是和轮回相应的轨道。这两条路非此即彼。如果选择解脱，就要不断培养并加强正念。开始时，正念就像婴儿一样，虽已出生，但还需要精心呵护，不然随时会有夭折的可能。建立这样一个修学氛围，也是帮助我们培养正念的重要助缘。如果身处五欲六尘，那些和轮回相应的妄念就会得到成长。在呵护的同时，还要不断运用正念，在解决问题的过程中，完成心态的调整，完成生命轨道的改变。

生命轨道，就是我们的心灵轨道。所以，轮回的根源也在我们内心，是代表内心对某

种对象的渴求。这种渴求促使我们去追逐，在追逐过程中，渴求又在增长，推动下一轮追逐。因此，每种心念都会发展出不同的生命形态，发展出不同的轮回。不必等到来生才去轮回，现世就在轮回。追求权力的人，每天在官场轮回；追求财富的人，每天在商场轮回。从事各行各业，就是在制造各行各业的轮回。唯有依戒定慧解除内心迷惑，才能解除轮回之根。

【在做事过程中，我们更能看清自己的心态，看清自己的功夫，看清自己究竟进步了没有。】

对《道次第》的每一部分，都要根据这五个步骤来学习。在学习过程中，对文字或义理的理解要经常讨论，讨论到大家觉得真实不虚，才说明我们已得胜解。然后还要转化为自身观念并不断运用。在运用过程中，又会面临着很多现实的冲突，这些问题也可以共同讨论。讨论到没有疑问了，再努力去做。这样，我们的观念和心态就会随之改变，随之向解脱靠拢。

这几年，我有很多关于《道次第》的讲座，相关文章也有不少，如《道次第修学要领》、《道次第实修理路》《道次第修学地图》等。这些都可以看一看，从宏观上对《道次第》修学纲领有所了解。

当然，关键还是你们自己用心学，反复听闻，反复思考。开始时可能枯燥一点，一旦尝到法味，学得上路了，就其乐无穷了。初学佛要有信心，不要太杂。现代人往往好高骛远，东学习学，东看西看，结果都是停留在表面，学得再多也难有实际力用。不如花两年时间把《道次第》的基础打好，今后再学其他，就会比较容易上路。没有这个基础，很多大道理是用不起来的，最后就学成一种哲学，一套法。每天挂在嘴上说着，内心却毫无感觉。

在寺院住着心要清净，这样才能和法相应。相应了，才能在寺院享受这份清福。希望大家好好努力，发心护持道场。事实上，做事也是修行，生活也是修行。不要以为做事是做事，生活是生活，那你就没时间修行了。你要带着修行的意乐，带着菩提心、带着观照去做每件事。那样，做事当下就是最好的修行。在做事过程中，最容易展现固有串习，也最容易失去观照。所以，做事正是最好的用功处，而且做事本身也是菩提心的实践，要带着感恩、利他的心去做。遇到什么不愉快或挫折时，随时反省，随时检验自己的心。在这个过程中，我们更能看清自己的心态，看清自己的功夫，看清自己究竟进步了没有。

【济群法师主页】 <http://www.jiqun.com>

【济群法师博客】 <http://blog.sina.com.cn/sjqun>

【济群法师微博】 <http://t.sina.com.cn/jiqun>

【西园论坛】 <http://bbs.jcedu.org>

【戒幢佛学教育网】 <http://www.jcedu.org>

【西园寺法宝结缘处】 <http://book.jcedu.org>