

20240308《靜思妙蓮華》自度度彼 悟道自在（第1628集）（法華經·隨喜功德品第十八）

◎如來所持之無我，德具八大自然法，故稱佛曰自在人，自得自度亦度彼。我今禮敬大自然，佛陀悟道大自然。

◎佛陀：在家者以自愛、愛人自在為樂，出家學道者，以體解輪迴不自在為樂。

◎「而作是念：我已施眾生娛樂之具，隨意所欲，然此眾生，皆已衰老，年過八十，髮白面皺，將死不久。」《法華經 隨喜功德品第十八》

◎「我當以佛法而訓導之。即集此眾生，宣布法化，示教利喜。」《法華經 隨喜功德品第十八》

◎「一時皆得須陀洹道、斯陀含道、阿那含道、阿羅漢道，盡諸有漏，於深禪定皆得自在，具八解脫。」《法華經 隨喜功德品第十八》

◎一時皆得須陀洹道：須陀洹道，此云預流初登道果預聖入流。

◎斯陀含道：此云一來，證二果已，更來欲界一返受生，酬還宿債。

◎斯陀含道：謂欲界有思惑，更須欲界一番受生，是故為名一來。以其應受人天供養，持法為世福田。

◎阿那含道：此云不來，證三果已，住於四禪，更不復來欲界受生。

◎阿羅漢道：此云無學，斷見思惑，證入四果，梵行已圓，無法可學。

◎盡諸有漏：盡諸世間三界有為一切漏業。盡諸有漏：為斷性障。

◎於深禪定皆得自在：於無學位諸禪定樂，善入無礙，名為自在。於諸禪定皆得自在，為斷定障。性障由無始俱來，定障則由修習而得者。

◎具八解脫：即八背捨，背麤向細，捨惡從善，名八解脫。

◎既有財施，則眾生生活上之苦已為除免，然眾生老病之苦，生死流轉之苦，尚難獲免。

【證嚴上人開示】

如來所持之無我，德具八大自然法，故稱佛曰自在人，自得自度亦度彼。我今禮敬大自然，佛陀悟道大自然。

如來所持之無我
德具八大自在法
故稱佛曰自在人
自得自度亦度彼
我今禮敬大自在
佛陀悟道大自在

我們要知道我們，所以我們是凡夫，佛陀他是覺悟者；佛陀的覺悟，他「所持之無我」。佛陀，他是已無我了，將這個法入心了，他覺悟天地宇宙萬理之法，去掉了所有人我相，所以他無我。我常常說，將自己這個我化為「零」，沒有執著自我，沒有我相、人相，什麼相都沒有了。大覺者已經能夠將一切相皆空，無所執著，愛的力量放大了，心包太虛，得大自在，所以，他「德具八大自在法」，「八大自在」，說來是很深，細項很多。

但是，佛陀是以日常生活，來讓我們看、讓我們知道，如何戒、定、慧？如何持戒？如何心定不動？如何啟發智慧？他用身教、言教在教育我們。所以佛陀是這樣的用心，取得我們人人的尊重，「故稱佛曰自在人」。佛陀已經沒有受，外面的境界所影響，他自在，天地宇宙真理瞭若指掌；他沒有迷，沒有迷惑。我們現在的凡夫，不是迷在自己的執著，人我是非，便是擔憂在天下眾生的事情，這種兩極端，這都還是有煩惱，煩惱重重。

怎麼會發生這樣？突然間，這是要如何去幫助、解苦、解難、解困難？這難免就需要用很多的擔憂，心，操心，一直要到了整個事情都完成，才說心安自在。還未完成都是心不安、心不自在，哪怕是菩薩救濟眾生，也是這樣，這就是與佛的這個「修」，心態還有差別。佛陀因為他道理都很清楚了解，這稱為「自在人」，佛陀很自在。

所以，「自得自度亦度彼」。自己自度自得，自度了；自己覺悟，覺悟之後，還要再將這個法普遍，盼望讓大家知道，盼望人人都能夠透徹了解，道理原來存在。人人本具佛性，人人都有可能能夠回歸本性，這是絕對可能，只是我們是不是能夠通透，願意接受佛陀的教法，這

是要看我們人人。人人本具，卻是人人，在這個修學佛法過程中，我們還有層次要再上去，不要半途停止。有的深，有的淺；有的在階梯，從下面開始在爬坡，有的人事先在爬梯了，這樣已經一步一步向前。雖然還未到達頂端，但是他還是一步一步，繼續向頂端為目標。

我們若是開始要爬了，爬到半路喊累了，停滯在那個地方，或者是不如歸去，那就完全沒有希望。一入無明就千古了。因為無明不斷不斷再覆蓋，我們一定要一口氣，要這樣向前走，向上看。所以我們要得大自在，一步走、一步牽，我們能夠多上一層，後面的人跟我們也多上一層，互相牽攜往上走。或者是自己一口氣，一口氣直接去到上面，看到上面的風光，再下來，一一來牽上來，這就是自度度人。菩薩行菩薩道，他就是要一個一個牽，就像地藏菩薩，他要先站在梯下告訴大家：趕快，趕快，趕快上去啊。到大家都上去，完成了，自己的耐心、大願，心安自在了，「我從後面開始登梯向上」，這樣他的力量就很強了；這已經早就知道這條路，「深信解相」，將這些人都送上那階梯的上面。安然自在，他自己本身就放心向前走。這是又不一樣的菩薩。

有的菩薩就是我先努力；有的菩薩，「我已經知道道理，我要趕緊入人群；下地獄，最苦難的地方，我願意去。先解決苦難的地方，解決完，大家都接受得度」。所以「地獄不空，誓不成佛；眾生度盡，方證菩提」，這就是菩薩的願。各人的願不同。佛陀是要度盡菩薩、度盡眾生，生生世世不斷來回娑婆，一直到因緣成熟，現這個佛相，說「我成佛了」，應因緣再來一次的度化。因為世間眾生相的執著，在這個地方，因緣現相成佛，來度化眾生。

過去，他生生世世，現在成佛是不是已經就到達呢？其實佛還再來人間，因為現在「本師」還是釋迦牟尼佛，從二千多年來，佛發心沒有離開。發心沒有離開，來人間度化，還是一樣沒有離開這種愛的能量，「自得自度亦度彼」。我們已經知道，佛陀的精神理念，所以「我今禮敬大自在」。我們每天進佛堂、講堂來，就是要禮敬，到哪裡的地方有佛像，就是禮敬。其實那只是一個像，佛永遠都在我們的心，時時起著「禮敬大自在」，我們大家心中的禮敬，了解佛陀覺悟，悟道之

後已經得大自在。

佛陀：

在家者以自愛、愛人

自在為樂

出家學道者

以體解

輪迴不自在為樂

自在，佛陀是這樣說，「在家者以自愛、愛人，自在為樂」。在家人已經是佛教徒，專心一致學佛的道法。這在家菩薩，他們大家，人人自愛，疼惜自己的生命，生命啟發出了價值；這個價值，去愛人。因為我們的生命中，就是要有價值，這叫做自愛。不是隨著這樣的日子過，這樣的日子，這個日子是什麼日子？這個人間，到底我們來的目的是什麼？生在這個人間就是為人來，這是我們的目的，我們理解法了，我們就要入人群。為什麼要入人群？我們自愛、利用生命，因為很多的眾生生命需要我。所以自己要知道，我們的生命很珍貴，每一天、每一時，我們都為愛眾生而自愛，所以，「以自愛、愛人，自在為樂」。付出無所求，所以雖然很辛苦，但是我很甘願、我很自在，眾生得救了。當他們有苦難的時候，我用盡心思去幫助他，他解除了他的困難，我很自在、我很快樂。這就是在家學佛者，自愛、愛人自在為樂。

若是佛陀對出家，「出家學道者，以體解輪迴不自在為樂」。因為大家要「念無常」，我們出家之後，真正要覺悟世間無常，生死在哪一天會來，我們都不知道。我們人人修行，知道輪迴，我們若沒有日日警惕自己，將我們的習氣，壞的習氣，若沒有好好清除，還帶著凡夫的習氣，習氣沒有改，如何叫修行呢？所以自己要自我警惕。要體解大道，這個「大道」，我們就要知道無常一旦來時，這時候沒有好好把握，一不小心，我們要一直輪迴！由不得自己啊。想到這樣，我們就不自在。

我們豈能放著不自在呢？我們不可以不自在。在家人懂得自愛、愛

人，這種為樂，而我們呢？更加要自愛，好好將我們的心，將我們日常生活的行為，都要固守好。真正的修行，以前常常說，「修行者無行可修，只是改除習氣」。行要怎麼行？就是我們的習慣好好改除，這才是我們真正自在，其他說再深的法，無法體會，我們聽了，僅僅只是困擾而已。若能夠在生活中，體解大道，發無上心，而體解大道的道理在哪裡？大道理就是一不小心輪迴六道，真正要用心體會。

說不盡我們凡夫的境界，但是經文這樣在寫，前面「而作是念：我已施眾生娛樂之具。」

而作是念
我已施眾生
娛樂之具
隨意所欲
然此眾生
皆已衰老
年過八十
髮白面皺
將死不久

《法華經 隨喜功德品第十八》

前面的經文，佛陀是應機逗教，在《法華經》中，已經火宅譬喻、三車譬喻，用種種的方法要呼喚大家出來，脫離那危險火宅，所以外面就要設，應眾生所需要，他們娛樂的玩具，所以這已經應大家的根機、滿足大家。所以「施眾生娛樂之具」，讓他們選擇，「隨意所欲」，已經用種種方法，用隨機逗教，滿足大家的心，根機所需要。「然此眾生，皆已衰老，年過八十」。已經說過了，「八十」就是，我們全都在這樣「八識」中，行動過來。有的人很敏銳，能夠接受，日常生活中，就是每天所過的，沒有離開八識，根、塵、識全都是在經過。我們每天所做，都是歸入這個業識中。我們的思考一念偏差，差毫釐，行動失千里，一直六識在緣行動，緣要如何做？思考之後，決定行動，差毫釐，失千里，又是再輪迴。

儘管你體解大道，但是也迷在輪迴。修行者體解大道，這個大道是什麼？要警惕眾生在輪迴中，我們每天這樣在做，常常都忘了自己，在家人忘了自愛、愛人，修行者習氣沒有改。只是說：「我每天在聽法，我體解大道」，這都很明朗，但是很深的道理，大道之中包含著六道輪迴，我們都沒有去想到。大家那個敏銳的念已經消失了，所以我們還迷在無明，還在無明中。一念無明，那就是在這個行，緣在行，行就緣識，識就緣名色去了，就這樣一直緣下去，無法停歇，一直輪迴去了。

在這個六道中，哪怕是做人同樣會老。很多新聞讓我們注意到，哎呀，老很苦！看，八、九十歲的人，這些人過去的年輕好像一支花，很亮麗，曾幾何時，一轉眼拿來對照看看，以前是這樣、這樣這麼的流行，那麼享受。現在躺在那個地方，問他，「我是誰，你知道嗎？我在講話，你聽懂嗎？」這種不知道有沒有聽懂，答非所問，苦啊！什麼人能夠去體會這種苦？「知道啦，知道」，「孩子有來看你嗎？」「沒有！」。

甚至又聽到，在銀行界的人就說，唉，老來很可憐，很多孩子，都勉強父母去住安養院，安養院一些老人都很無奈，「我就不要來，就我的孩子、我的……等等，強迫將我帶來這裡住」。回過頭，這些孩子說：「老人，讓他們到老人院，所有的印章、手續，都在他的手中，銀行趕緊先辦過戶」。有的兄弟，大家開會分一分，有的是為了分，起爭執。做人，到底是為什麼做？人生到老來，「髮白面皺，將死不久」，這種老人問題真正是很大，看開了，這就是業力。輪迴業力來了，就算你一生很有錢，很風光，到了你老來時也沒辦法，就是沒有方法，將我們老來的尊嚴，與孩子的關係維持。年輕時，你是這麼盼望你的孩子，為你的孩子在打拚，老來時，送去安養院，這樣的下場，這是人生無奈啊。尤其是人間剩多久？「將死不久」，這就是人生。

下面接下來這段經文：「我當以佛法而訓導之。即集此眾生，宣布法化，示教利喜。」

我當以佛法

而訓導之
即集此眾生
宣布法化
示教利喜

《法華經 隨喜功德品第十八》

佛陀開始為了那些人，所以我要面對這些人應機逗教，我要為這些人現身成佛，讓這些人能夠趣向、了解。在這個時候，我也要趕緊用佛法訓導，他要趕緊用佛法，就是要轉入真實法，所以「我當以佛法而訓導之。即集此眾，宣布法化，示教利喜。」趕緊要轉入了，佛道真正的重點在哪裡？開始，接下來這段經文，這段經文若要用解釋的是很細膩，這是修行者生活感受的層次。這個地方這樣說，「一時」，我們若接受到佛的教育，想要出家，你要經過幾個層次的修煉，心靈，心靈要如何去淨化？

那就是下面說的經文，這樣說：「一時皆得須陀洹道、斯陀含道、阿那含道、阿羅漢道，盡諸有漏，於深禪定皆得自在，具八解脫。」

一時皆得
須陀洹道
斯陀含道
阿那含道
阿羅漢道
盡諸有漏
於深禪定
皆得自在
具八解脫

《法華經 隨喜功德品第十八》

這是修行者，佛陀的時代，心無掛礙，每天在佛的身邊，早上就是去托鉢，中午回來了，吃飯、洗鉢，就是要聽法，好好內修自在，這個自在的境界要怎麼過？所以「一時皆得須陀洹道」。

一時皆得
須陀洹道：
須陀洹道
此云
預流初登道果
預聖入流

佛陀開始，你進來修行，須陀洹，這須陀洹就是預流證道，才開始進來而已，預流就是才進來，清水才開始在洗淨，要淨心。開始初入道了，還未真正對這個法很透徹了解，所以「初登道果」，他叫做「預聖入流」。

你若照這樣、這樣，一直修下去，將來也能夠入聖流，就慢慢沐浴在佛法的教化中，這就是初入佛門，隨佛修學，過著這種平靜，與人、事無爭；就是這樣很簡單，三衣一鉢，一鉢出去托鉢，回來吃飯過後，休息了之後就聽法。給他佛法，了解嗎？初聞佛法，才開始準備初登道，這叫做「預流」。「斯陀含道」，就是第二果。

斯陀含道：
此云一來
證二果已
更來欲界
一返受生
酬還宿債

「斯陀含道」，叫做「一來」，慢慢心中無欲了，慢慢就是脫離了那個污濁，所以最後，雖然他已經了解，也已經入二果，但是他還得要一次受生。因為他要還過去的因緣果報。就像目犍連，他跟隨佛，神通第一，最後在山下坐，山上，外道將石頭推下去，石頭滾下去了，目犍連雖然神通第一，也逃不過他的業。佛陀說：「目犍連的果報，是『多生業報一生受』。」；過去生累世網魚，撒網捕魚，殺生的業報很大，本來就要一生一生，多生報應，但是有修行，所以多生業力，一生報完。因為那顆石頭很大，整個滾下去，整個身體都碎掉。這目犍

連的故事也曾說過了。所以斯陀含道，這是第二果，還是要再這次輪迴去，去受盡一切的苦難，受報，要去受這個報應，要還這個果報。

斯陀含道：

謂欲界有思惑

更須欲界一番受生

是故為名一來

以其應受人天供養

持法為世福田

「斯陀含道」。他就是還要在欲界，受這些欲界的一番，所以「一來」，雖然還有一次，但是他有修行，他應受人天供養，在佛陀的時代，他要一家一家去托鉢，受人的供養，「應受人天供養，持法為世福田」，接受他們的供養。讓他們有一個因緣來種福田。所以再下來，就是「阿那含道」。

阿那含道：

此云不來

證三果已

住於四禪

更不復來

欲界受生

「阿那含道」，這第三果。他就是已經，將所要一次受報的去除了，現在已經第三果了，證入第三果，已「住四禪」，不用輪迴來去了，所以現在就是在四禪。這靜思惟，在天界，還是在四禪天裡，「更不復來欲界受生」，四禪，那就是不會再回來欲界，這是第三果。再來，「阿羅漢道」。

阿羅漢道：

此云無學

斷見思惑

證入四果

梵行已圓

無法可學

阿羅漢，那就是無學，無學了，已經佛陀說的法，他都聽了，初果、二果、三果，這都他經過了，現在到小乘的極果了，叫做「羅漢」。獨善其身，一直修學到這個時候，算是四果羅漢了，所以他不用再有什麼可學，叫做「無學」，學該所學，這樣已經所學的、該學的，都學完了。所以，「斷見思惑」。佛陀所講法，見思惑，我們眾生人人，就是還帶著這個見思惑。看到，迷失我們自己的方向；思想，一念之差，千里之錯；惑，很迷惑著，到底我這樣做，錯在哪裡呢？很迷惑。看別人，好像事事不順眼，樣樣不如意，這就是惑。阿羅漢道，那就是這種「見思惑」，他都完全斷了，體解大道。他知道輪迴是如何來的，他可以不用輪迴，因為他體解大道，見思惑都斷除了，體解大道，「梵行已圓，無法可學」。梵行、清淨行，他都修了，所以他不用再學什麼。

再來，就是「盡諸有漏」；「盡諸世間三界有為一切漏業，盡諸有漏，為斷性障」。

盡諸有漏：

盡諸世間三界

有為一切漏業

盡諸有漏

為斷性障

我們過去一段時間說，「轉識成智」，「有為法、無為法」，過去一段時間一直說過了。什麼叫做有為法？就是人與人之間還有所作為，這我還要做的，那我要再做的，這我有責任，那我也有責任，這全都是有為。而且，善惡、人我是非，還是難免還有，所以這都是列入有為法。所以他四果羅漢已經，「盡諸有漏：為斷性障」。我們凡夫心，凡夫的習性，他都完全斷除了，已經沒有障礙了，這是四果羅漢，「於深禪定皆得自在」。他能夠靜思惟，出入沒障礙，他沒有偏差，這很難。但是就是難，才叫做四果、極果，才有辦法在輪迴這些道理清楚，因為他斷

除障礙。所以，「於深禪定，皆得自在」，在這個禪定進出無礙。

於深禪定

皆得自在：

於無學位諸禪定樂

善入無礙

名為自在

於諸禪定皆得自在

為斷定障

性障

由無始俱來

定障

則由修習而得者

四果羅漢，「於無學位諸禪定樂」。很快樂，就是自在了，「善入無礙」，很自在，無礙了，「名為自在」。因為佛覺悟，稱為大自在者。這四果羅漢，在禪，在他獨善其身，他感覺他很自在了，所以，「於諸禪定，皆得自在，為斷定障」。因為這個「定」的障礙，他也都去除了。因為坐禪很危險，凡夫不是這樣說，大家坐下來，就是想，想哪一個方向，有各種的、各種的，我們若是一不小心，幻相若出來就很麻煩。佛陀最後要成佛、將要覺悟之前，還有很多要破魔，很多境界現前，在他入定中，是很多境界現前，那若沒有斷除，入定中，這麼多的幻相，一不小心，那就是受這個，障礙、煩惱引出去，走火入魔，不只不得正道，還要落入魔道，這是很危險。

所以，「性障由無始俱來」，我們是生生世世煩惱所造作，這些煩惱、無明，一直浮現在我們的心中。所以，定有定的障礙，「則由修習而得」，這修習用什麼方法修習？其實在行動中，先將心修好，道理先了解，心若修不好，道理不了解，還有人我是非的掛礙，這要去打坐是很不得法，很難得法，也很危險。所以，「具八解脫，即八背捨」。

具八解脫：

即八背捨

背塵向細
捨惡從善
名八解脫

這個「八解脫」，那就是將這些無明、煩惱，就要都捨掉，捨得很乾淨，而且「背塵合覺」，塵就是粗相，很多粗重的煩惱，我們日常，不論看得到、看不到，我們的心還是在粗相中，所以我們要「背塵向細」，這麼的粗相，我們都為這些很粗的形相，在起煩惱，我們的心要修得細微一些，這麼粗相的事情何必起煩惱呢？我們好好地捨除，這叫做「背捨」。「背塵合覺」，我們那個塵就是粗的，我們以前是向著塵，隨著這個粗相在生活、走，現在我們要在這個人我是非，我們將它反過來，向細思，我們要看得詳細一點，思考清楚，心要包容一切、善解一切。我們的心要從這個細心開始，捨諸惡、從諸善，「捨惡從善」，這是我們真正要好好歸向。

所以，「具八解脫」。若這樣我們就能夠，「具八解脫」，因為我們是「背塵合覺」，也就是背離了八粗，我們捨掉了煩惱，向著微細，我們的心思好好思考。惡的不要做，善的要趕快，「諸惡莫作，諸善奉行」，未生善令生，已生善就是更增長，未生惡令不生，已生惡要速消滅，這就是我們要很細心分別得到，這樣叫做「八解脫」。

既有財施
則眾生生活上之苦
已為除免
然眾生老病之苦
生死流轉之苦
尚難獲免

眾生就是這樣，「既有財施，則眾生生活上之苦，已為免除，已經付出了，免除了眾生的苦。但是，老病的苦呢？生死輪迴的苦，還是難逃。我們有辦法付出無所求，但是既來人間，生、老、病、死，我們應該要很自在接受。接受，我們盡量，盡量就是顧好我們的心思，要常常與人接觸，才不會讓人說癡呆，因為樣樣，我們都向著衰邁，就

是樣樣都較弱了，比較弱，我們就要增強。入人群，思考，還得要好好思考，在人群中，善事，我們要去多投入，要用我們的體力，用我們的精神，正方向，不要停歇，這樣我們才不會老來癡呆。

所以這個地方告訴我們，「既有財施，則眾生生活上之苦，已為除免」。我們該做的，都這樣在做了，但是人人，我們人人與眾生一樣，都有老、病、死，我們都在生死中在流轉，我們無法度脫，但是我們一定要顧好，我們的心思。我們的心思要如何顧得好呢？那就是要時時善念累積，入善的人群中去互動，我們的智力才能夠正向，沒有顛倒。這就是我們年紀較大的人，開始就要往這個方向，我們去想，不要脫離善的人群，不要喪失自己能為善，做人生命的權益，總是做就對了。所以大家要時時多用心！

～證嚴法師講述於 2018 年 10 月 2 日～