

# 正信的佛教

圣严法师讲述

## 佛教的修持方法是什么

是的，这是一个非常重要的问题。如果仅仅信仰佛教而不作佛教生活的实践，那只算是种了一些将来成佛的善根种子，但却很难得到即生的利益。

佛教的修持，即是佛教生活的实践。最主要的有四大专案，那就是：信、戒、定、慧。

没有信仰心，根本尚未进入佛门，所以，信心是学佛的基本要求。皈依三宝，就是信心的最初建立。

戒的内容很广，一般的要求，能够持好五戒十善，便可以了；若能增受八戒乃至菩萨戒当然是最好的事。戒对于佛教徒的功能，好像战场的防御工事对于戍守士兵的功能。若不先把五戒十善持好，根本没有佛教徒的气质；如不持戒而修禅定，也会落入魔境。

禅定，是收心摄心而使心力不受外境动摇的工夫，这也是各种宗教共同著重的工夫，印度的各外道宗教都修定，中国道教的吐纳以及西洋耶稣教的祈祷，也都是禅定工夫的一种。禅的功能，能使心念集中定于一境，唯有有了心定一境的工夫，才能体察到宗教价值的崇高伟大，才能得到身心方面的轻利安乐——绝非五欲之乐能够相比。一旦有了这种心定一境的经验之后，他的宗教信仰也会加倍地上升，再要他不信也不可能。

但是，禅定的工夫并不是佛教独有的，佛教独有的是指导禅定并脱落禅定之贪著的智慧，因为，禅定虽是不受外境动摇的内证工夫，一旦进入禅定，受到禅悦之乐，便容易贪恋禅悦之乐而不思离开禅定了。像这一类人，一旦色身死亡，神识便生禅天。但在佛教的境界层次中，禅天分为高下的八大等级，称为四禅八定，四禅八定都是

三界之内色界及无色界的天境，天的寿命虽长，却未解脱生死，所以佛教只是把禅定当作修持的一种方法，而非修持的目的；所以中国的禅宗，虽然以禅为宗，却是重开悟而不重禅定。悟，就是智慧的开发，唯有开发了悟透诸法实相的智慧，才能解脱生死而出离三界。

事实上，有关修持的问题，最好是亲近大善知识，才能摸著门路，本文不能详加介绍，只能略举如上的大概而已。读者如有兴趣，不妨参阅另一篇拙作‘怎样修持解脱道’。（按：此文今收于‘学佛知津’一书中——本社出版）