



道海長老

現任台中南普陀寺住持兼佛學院院長

佛教僧伽醫護基金會董事長

董事長開示

打七的意義

行致居士 記錄

各位法師！各位居士！大家晚安！

我們第一天佛七開始時，把受八關齋戒的功德利益，大概地說了一說，如果能夠持戒清淨，戒體無染，對於生起念佛三昧，或一心不亂的境界會有所幫助。所以佛告訴我們，有三種決定之義，就是戒淨可以生起定慧。

什麼叫做一心不亂的定境呢？「定」在經論上，它的解釋叫做「心一境性」。就是我們利用我們這一念能念的心，相對所緣的境界，一心專於一境，其他的境界，不能搖動我們的心，不能擾亂我們的心，由於我們一心相對一境，只在一境上觀察所緣，這叫做「心一境性」。

實際上，這個「心一境性」，正合乎我們念佛的規則，合乎我們念佛的意義。我們能夠以能念的心，相對所念阿彌陀佛的一境，而不被其他的境界所擾亂搖動，這就是心一境性，這就是一心不亂的意思，由此也就能夠達到習定的境界。所以由戒而生定，意義就在於此。我們昨天把這意思大約也解釋過了，今天我們就把「打念佛七」這個意思來說一說。

我們在這裡打念佛七，有的地方打觀音七，或者打地藏七、華嚴七、法華七、禪七等。或者念佛、念菩薩、念經，只是別名不同，通通都叫做打七，那麼究竟「打七」二字的意思又是什麼呢？

「打七」這個「打」字，在字典上查到，它是以工作的「作」字解釋，所以「打」就是工作的意思。「七」就是我們規定七天的時間，在華藏寺的大殿念佛。實際上「打七」兩個字，就是說我們來到念佛堂中，其他所有一切工作暫時放下，專做七天念佛的工作，叫做「打七」。

事實上的確如此，我們來到大雄寶殿工作，念了七天的佛號。但是為什麼不念八天，也不念五天，只是念七天呢？這「七」是表達我們生理方面的變化，曾經有醫學人員研究過，每一個人的身體都是七日一變。譬如一個人今天吃了飲食，它一天一天慢慢轉變成微細的細胞，七日之後，我們全身的細胞，全部都換成新的，七日一週，從週一、週二直到週日，始終從一至七，週而復始。全世界都在七日一週、七日一週的輪轉，所以佛教之中，或者打念佛七，或者打禪七，也是取其七日為一週的意思。

因此規定七天為一週，就是根據我們身體的變化，這表示我們沒有打念佛七之前，他是一個迷糊的人，假如我們在這七日之中，或者得到一心不亂，或者得到念佛三昧，那就換成一個完全新的人，而不是舊的那個迷迷糊糊的人了。打七就是取這個意思，因此打佛七又有剋期取証的意思。好像打禪七，在一個禪期之中，它能夠悟道，明心見性，這個已經悟道而明心見性的人，跟來打禪七之前的那個人，是完完全全的不同，變成一個全新的人。這是七日一新的意思。

我們確實在念佛堂中，工作了七天念佛的工作，這是根據事實的道理，來說明打七的意思。另外一層更深的意義，是要說明打七的理論。依理論而言，就是要打倒我們的第七識，如同眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識和第七末那識，把它利用念佛的工作，了知第七識之中所執著的這個我，是本來不可得。打倒第七識的執著有我，是按照佛經所說的打七的道理。就如禪宗一樣，限制在七日之中需要開悟。開悟是悟了什麼呢？就是明白不但身心之中無我，而且身心諸法也沒有個我的道理。

談到七識，沒有聽過教理的人，可能不太明白，我們不妨把它大約的說一說。每一個人都有眼根，有這眼根就生起眼的認識，識是明了分別的意思。它能認識外邊青黃赤白等種種的顏色，長短方圓等種種的形狀。因為眼根起了眼識的分別，分別出長短方圓、青黃赤白等這些色法。由於我們的耳根生起耳識，能分別是男聲、女聲、有情聲、無情聲，是喜歡聽的聲音，或是不喜歡聽的聲音，它能分別這些事情。由鼻根而生起鼻識，它能分別香、臭，或者非香非臭，或者香中有臭、臭中有香，它通通可以分別得出來。由舌根生起舌識，它可以分別苦、辣、酸、甜、鹹、淡等種種滋味。我們的身根生起身識，它可以分別是冷是熱、是光滑是粗澀、是餓是飽等，它通通可以分別。

這些是我們眼、耳、鼻、舌、身五識所分別的境界，假如我們的眼耳鼻舌身五識休息下來了，那麼第六識的生起，它可以憶念過去的色、聲、香、味、觸等種種的五塵，它也可以分別現在的色、聲、香、味、觸種種的五塵，它也可以推想未來的色、聲、香、味、觸等種種的五塵。它憶念過去，分別現在，推想未來，這就是第六意識的功能。前五識只能相對於現在起作用，第六識則對於過、現、未三世，都能生起分別作用。

提到第七識的作用，它是執著我們身心之中，有一個常住不變的我，有一個獨立自主的我。大家認為你、我、他三者，都是有一個獨立自主的我，或是常住不變的我，我今生死之後，來世還可以再來，以為生生世世我都可以來到這個世上。認為雖然這個身體有生老病死，「我」並沒有生老病死，而是常住不變、獨立自主的。佛在世的時候，很多外道有這種「執我」的思想，佛當時就將它破除了，說身心之中，根本沒有一個我，把外道這種「執有常我」的見解否定了。執著有我是第七識的功能，所以打念佛七，應用念佛的工

作，應用參禪的工作，了知身心之中無我的道理，這叫做打七。依照理論來推敲，打七是含有這層深義。

學佛最重要的事，就是要打倒這個「我」，就是要無我相、無人相、無眾生相、無壽者相。我們每一個人都執著身心之中有一個我，或者身心就是我。經上講：「或者五蘊即是我，或者五蘊之外另有一個我。」不管身心是我，或身心之外另有個我，總之都以我為主。因為執著有一個我，那麼做任何一件事情都以我為主。「我要主宰一切，一切不可以主宰我」，因此做事就不能公道。如阿羅漢證到無我的道理，他所辦理一切佛、法、僧三寶的事情，他完全是公平正直，可以說是天下為公，完全沒有私心的辦事。假使我們能夠請到這樣的人出來辦事，那決定是可信任的。所以佛在律中，讓成就阿羅漢果的，才可以管理三寶的事情。縱然沒有成就聖果的，也需要懂得因果的人，才可以管理佛法僧三寶的事情。因為有這樣的人出來管理，他絕對是大公無私。

所以學佛的第一要務，就是要破除我執之見。而這個「我」就是因為有四種根本的煩惱纏繞著它，而不能夠解脫。四種煩惱即是我見、我愛、我癡、我慢。為什麼沒有我瞋呢？因為我們每一個人可以瞋恨別人，而不會瞋恨自己，所以四種煩惱沒有我瞋，與我執不相應故。「我癡」是愚癡，是不明白道理的意思。不明白身心之中沒有一個我，不明白身心也不是我，不知無我而執著有我，所以叫做我癡。其次，「我見」是絕對有一個我，不能沒有我，它這種有我的執見，非常地根深蒂固。我們每一個人，都深深地愛著我自己叫「我愛」。當我們處理任何一件事時，都認為自己絕對是對的，別人不一定是對，因此它會生起我的高慢，就叫做「我慢」。因為有我慢、我愛、我癡、我見四種根本煩惱的纏繞，使令「我」的執著難以放下而無法解脫。實際上，一般稍有智慧的人，隱約地也會察覺到這樣的事實。不過這種道理，的確是很難明白、很難了解。但是我們婉轉一點把他說明白，或者還可以聽得懂。總而言之，「有我」則種種的是非煩惱都會因而生起。

打七的意思，在事實方面有一種解釋。在理論方面，的確是希望假藉打禪七的功夫，明心見性了解身心無我的道理。打佛七也是一樣，假使我們能夠念到一心不亂，達到念佛三昧，一樣是屬於有定力。由於定的力量，我們不被任何環境所擾亂搖動，於身心寂靜之際，就能夠把這個環境看得清楚分明，了解身心之中，的的確確是無我的道理，而能夠生起眾生本空的智慧，破除有我的執著，證到我空的真如，這樣才是我們念佛打七真正的意義。

前面所講的是七種識的分別認識，至於什麼是第八識？現在大約講一下。我們的心識是無形無相的，身體是有形有相的，好像我這個身體。眼、耳、鼻、舌、身、四支、八骸，大家都可以看得到。你也可以看到我的，我可以看到你的。我們眼識的分別。耳識的分別等，是來自第八識的功能。我們能不能看得到呢？誰也看不到誰的。就是極其粗重的，能分別色、聲、香、味、觸的五識，它一樣也是看不到，只覺得有此功能而已，因為心識是無形無相之故。因此古來的大德就說，我們這個身體是有形有相，而沒有任何的作用；我們的心識，是無形無相，它卻有很大的作用。就是以無形無相的心識，來驅使運轉有形有相的身體，好像要你看你就可以看，要你聽你就可以聽，讓你走路就走路，讓你吃飯就吃飯，讓你睡覺就睡覺。實際上，一切的善惡行為，都是我們心的作用，這個身體只是一個工具。譬如想去殺人，假如你沒有想去殺人的心，這個身體就不會去殺人。心裡沒有起罵

人的念頭，你的口業就不會去罵人。所以心是做善做惡的主人，我們的身體，只是做善做惡的工具而已。

剛才把第八識的情形，大概地描述一下，本來這個道理，大家或許比較難以理解，不過既然講到這裡，就把它分析一下。論上有十種證明確實有第八識，其他的暫時不談，只是拿其中一種，叫做悶絕不省人事，來證明我們有第八識。就好像一個人突然撞到車，或者發生其他種種意外事件，他的前六識，完全不起作用了，如同、相似死人一樣，但是在這時，他並沒有死去仍然是存在的。在悶絕不省人事之後，或是一個鐘頭、二個鐘頭，甚至一天、多天之後，他忽然又恢復了知覺、憶念等。這就表示第八識相續執持我們的身體，它並沒有離開，所以生命仍然存在。現在只是拿這一點來證明，這一點大家可能還可以了解，講其他的不一定能了解，況且也沒有那麼多時間來講。這證明第八識執持我們的根身，不壞、不散、有知有覺等，它的的確確是有的。而且第八識是來先去後，我們最初出生入母胎之中，第八識是最先來，到最後死去之後，氣已終斷了，最遲約八小時以後，如果身體還是熱的，表示第八識還沒有走，它能執持我們的身體不壞，縱然三天、五天悶絕，身體並不壞不爛。假使正式死了之後，第八識一離開，這個身體不到一天的時間，就馬上膨脹朽壞了。

這說明我們現前，有這個身體有這個心識，身體是有形有相，心識是無形無相。因此談到打七的意思，理論方面講，是打倒七識中的我執；事實上講，我們是念七天念佛的工作。這是打七的意義。打七的工作就是繞佛、禮佛、念佛，在事實方面，我們的的確確是這樣子做。在理論方面，我們也應該了解，假使不能體會其中的道理，只是在事修上面做了七日念佛工作，這叫做擔板漢，只是懵懵懂懂地去做，而不解道理。如能深入了解其中的道理，那我們就可以明白打念佛七的目的了。

平常有一句話：「禮佛一拜罪滅河沙，念佛一聲福增無量。」究竟怎麼禮佛，才可以罪滅河沙？怎麼樣去念佛，才可以福增無量？今天時間不多了，等明天再來談這個道理。下邊就念佛回向！