

1. 心生則種種法生

《晉書·樂廣傳》記載著下面一段故事：樂廣曾經宴請一位好友吃飯喝酒，分別後那位朋友卻久久不再來往。

有一天，樂廣遇到他就問他何以如此，朋友說：「上回承蒙你請我喝酒，但那天就在我舉杯想喝時，我看到杯中有一條小蛇晃動著，我當時雖然厭惡得心裡起疙瘩，但礙於你做主人熱心招呼的情面，我只得吞飲下去。回家後我就病了，連醫生也看不好。唉！我現在就渾身難受，連茶飯都不思不飲呢！」

樂廣大吃一驚，心想：「杯中怎會有一條小蛇呢？」回家後左思右想，朝思暮念，總想不出一個所以然。

直到有一天吃飯時，樂廣坐到朋友上次所坐的位子，拿起酒杯想一飲而盡，無意間往杯中看了一眼，頓然嚇一跳，杯中居然也有一條小蛇。晃一晃酒杯，移一移位子，再仔細一看，唉呀！原來是牆上的弓箭折射到杯中的影子。樂廣急忙再把好友請來，讓他坐在原先的位子，酌了一杯酒奉上：「你瞧！不要慌，是不是又來一條小蛇啊？」樂廣接著起座拿走牆上的弓箭：「再仔細瞧！小蛇哪裡裡去了呢？看看這張弓，這就是上次造成『杯弓蛇影』的罪魁禍首了！」朋友一聽，恍然大悟，病也就痊癒了。

《大乘起信論》有云：「三界虛偽，唯心所作，離心則無六塵境界。……以『心生則種種法生，心滅則種種法滅』故。」後面兩句話可說是佛教的唯心論，其義理相當深奧，簡單地說，就是我們的念頭能夠改變環境，它不但包含心理學且超越心理學的層次。

因此，從佛教的立場看，我們必須從自己內心做起，提倡心靈環保，希望從自己的內心改變自己的觀念，然後透過教學，用語言來影響他人，繼而從行為上，改造自己，提升自己的境界，使環境改變。因此，「心生種種法生」是凡夫可以體會到，也做得到的。

至於「心滅則種種法滅」也一樣；例如，我們看到冤親債主或仇人時，心裡分外痛苦，但是我們如果將心念轉變一下——寬恕他、原諒他、感恩他，以慈悲心對待他。當慈悲心一生起，怨恨就消失了；當我們沒有怨恨的心時，「仇人」就不再是仇人，「仇人」這個想法、「仇人」這個現象，也就不存在了。

所以，我們對任何一件事，只要念頭轉變或消失，外界也就沒有固定的、永恆的、不變的現象。現象是隨著我們念頭的轉變而變，這也是「心滅種種法滅」。

進一步而言，如果講到生死心，只要凡夫煩惱心生起，凡夫世界就出現；只要聖人清淨平等心出現，凡夫世界就消滅。所以佛成佛時，一切眾生皆成佛，凡夫世界就不復存在了！

2. 畫馬變馬

宋朝的名畫家趙子昂，不但精於山水，更擅長於畫馬。有一回，他為了畫一百零八匹馬，天天研究馬的型態，如馬的立姿、睡姿、奔馳動作、神情等。由於過度入神，有一天在午睡中真魂出竅，變成一匹馬。

不久後，其夫人疲累想上床休息，幃帳一掀開，赫然見到床上橫躺著一隻龐然大物——馬，突然尖叫一聲，並且嚇昏過去。夫人尖叫的聲音驚醒了夢中的趙子昂，忙把夫人救醒。夫人一睜開眼，連呼：「不得了！床上有一匹馬啊！」趙子昂回顧床頭說：「床上哪有馬？剛才明明是我在睡覺嘛！」

此時趙子昂回頭一想，才明白自己天天想馬，由於「一切法由心想生」，想馬就變成馬。因此我們心想佛時，如《觀經》所說：「是心即是三十二相，八十隨形好。是心作佛，是心是佛。」念佛自己就變成佛，乃為當然之理。民國初年，圓瑛法師在北平天壇講解《楞嚴經》，天天講「三界唯心，萬法唯識」，每天講說二小時，而每講完一小時便休息十分鐘，休息時大家可以自由發問。那時在座聽講者中，就有一位信奉「唯物論」的教授。某次休息時，該教授就朗聲問：「你每天講『三界唯心，萬法唯識』，我認為不合真理，我們講唯物的，一切都要拿出證據才可確信。你既然說一切『唯心所現，唯識所變』，那麼我要你從心中變出一匹馬來！」

圓瑛法師一聽，對方要自己像魔術一般，事實上變出一匹馬來，這怎麼可能呢？但圓瑛法師就回答說：「你這個問題，我第二天會把答案掛在牌上，你要看我變馬，請你明天來看牌。」圓瑛法師當時並非胸有成竹，因此當天晚上，整夜既想不出也睡不著，雖睡不著也仍然想不出，一夕輾轉反側，直到天漸破曉，雞已啼鳴，忽然情急智生，疾呼侍者取牌來，當下揮毫：「趙子昂畫馬變馬，唯心乎？唯物乎？」

圓瑛法師便引用「畫馬變馬」這個故事拿去掛牌，侍者一看牌中所記，欣喜非常，直道：「我們的法師實在有大智慧啊！」旁邊另一侍者卻說：「真僥倖！還好對方要求的是變馬，要是說變牛，又如何變得出呢？」圓瑛法師一聽，大聲道：「回來！回來！再把這話說一遍，須知畫馬既能變馬，畫牛又焉能不變牛呢？」

由上述公案可知，世間的一切，皆是「唯心所現，唯識所變。」如《華嚴經》所說：「心如工畫師，能畫諸世間，五蘊悉從生，無法而不造。」又云：「若人欲了知，三世一切佛，應觀法界性，一切唯心造。」《楞嚴經》亦云：「諸法所生，唯心所現，一切因果，世界微塵，因心成體。」確實真實不虛啊！

3. 萬法唯心造

在唐朝時代，朝鮮有兩位華嚴宗的名僧，一位叫元曉，一位叫義湘。這兩位法師相隨，一起到中國留學。

有一次在旅途當中，正值月黑風高的夜晚，兩人行至中途，既飢且渴，而又無一人煙，只好在一荒野外的墳場過夜，等到天明之後再上路。雖然飢餓可忍，口渴卻難當，在黑暗中摸索，希望找到一點水喝。兩人終於在一低窪的土坑當中，發現有水，二人欣喜若狂，急用雙手汲水而飲，當時感覺有如飲甘露似的甜美。

第二天天一亮，兩人想要喝飽水後再上路，又找到那水坑，竟然發現有一

個死人的頭骨埋在坑內，還有頭髮露在外面，水中並有一些蛆蟲在蠕動，坑內還有一股腐臭之味，聞之令人嘔吐，二人看了不但不敢再喝，連昨晚喝進胃內的水，險些吐了出來。元曉法師就在那時，悟得：「三界唯心所造」的道理。

正因為「三界唯心，萬法唯識」，吾人更應於日用動靜閒忙中，掌握「動則萬善相隨，靜則一念不生」的修行原則，藉事練心，在事相上磨鍊，「動心忍性，增益其所不能」，進一步行菩薩道，廣度眾生，不住空、不住假、不住中，圓融無礙，大作夢中佛事。

此外，再舉另一個眾生因心理變化，而產生兩種不同感受的故事。即有一個喝醉酒的人，因夜尿很急，便拿起茶壺當夜壺。第二天酒醒以後，發現了這個錯誤，連忙用各種消毒水將茶壺洗滌乾淨。但是以後若將那茶壺泡茶來喝，心理上總有那茶壺不潔的疙瘩存在，而不敢再喝那茶壺倒出來的茶水了。以上兩個故事，都是說明因心理的作用，而有萬法的差別相，這就是「三界唯心，萬法唯識」的道理啊！

4. 心淨則國土淨

在《維摩詰所說經》〈佛國品〉中，世尊提到：「若菩薩欲得淨土，當淨其心，隨其心淨，則國土淨。」爾時，舍利弗即作是念：「若菩薩心淨則佛土淨者，我世尊本為菩薩時，意豈不淨，而是佛土不淨若此？」因在一般人的觀念當中，如心是清淨的，則國土就不應當汙穢；如國土是汙穢的，內心就不清淨。

佛知道舍利弗的念頭，即告之言：「於意云何？日月豈不淨耶？而盲者不見。」舍利弗回答說：「不也，世尊。是盲者的過失，不是日月本身不淨的過咎。」

佛陀接著開示舍利弗說：「眾生罪故，不見如來佛土嚴淨，非如來咎。舍利弗！我此土淨，而汝不見。」舍利弗言：「我見此土，丘陵坑坎，荊棘沙礫，土石諸山，穢惡充滿。」

於是佛以足指按地，即時三千大千世界若干百千珍寶嚴飾，譬如「寶莊嚴佛」所有的「無量功德寶」所莊嚴的淨土。當時佛陀作此方便變現時，法會中的一切大眾，忽然見到國土嚴淨如此，證知佛土確實是嚴淨的，於是悉皆歎未曾有。

不但如此，而且每個人皆自見坐寶蓮華上，個個都像菩薩那樣，具足三十二相，身如金色。不但土變，連人也變，可謂甚是稀有的奇事！

到了這時，佛告舍利弗：「汝且觀是佛土嚴淨。」舍利弗言：「唯然，世尊！本所不見，本所不聞，今佛國土嚴淨悉現。」意即舍利弗當下承認佛土確實是嚴淨的，像這樣嚴淨的佛土，是舍利弗過去從來沒有見過和聽過的，所以說：「本所不見，本所不聞」。

佛又告訴舍利弗：「我佛國土，常淨若此。為欲度斯下劣人故，示是眾惡不淨土耳。」「如是，舍利弗！若人心淨，便見此土功德莊嚴。」事實上，這個國土的每個角落，無不是莊嚴清淨的，正所謂：「淨土即此方，此方即淨土」也！

由此可知，佛的究竟清淨國土，是遍一切處，而無所不在的，正如西方極樂世界一樣：「無大小江海，丘陵坑坎，荊棘沙磧，鐵圍，須彌，土石等山。唯以自然七寶，黃金為地，寬廣平正，不可限極。微妙奇麗，清淨莊嚴。」依此意而言，則此娑婆世界，就是佛的淨土，本來清淨如此。但是世尊為教化眾生，也就隨順眾生的相，隨順眾生的土，而示現方便救度的穢土。

由於國土之淨染，乃是眾生之「心」所變現的，正如國父所說：「國者，人之積；人者，心之器。國家之治亂，繫乎政治之隆污；政治之隆污，繫乎人心之振靡。」是故要建立一個安定的社會，必須要從「淨化人心」下手，唯有眾生的心地清淨，人人有正確的價值觀，如此「心淨則國土淨」，方能塑造地球成為安和樂利的人間淨土！