

淨空老和尚開示：

真正修行人，真正想在這一生求出離，出離六道輪迴，出離生死苦海，自了法師的這篇報告，要多看幾遍，要認真的學習，對我們修淨土有很大的利益。我對於這篇看得很重，不亞於海賢老和尚的表法。

無量壽經科註第四回學習班
自了法師學習報告
淨空老法師講評

香港佛陀教育協會
(二〇一五年增訂版)

生死心切



蓮宗十二祖徹悟大師開示：
真為生死，發菩提心，
以深信願，持佛名號。
若真為生死之心不發，
一切開示皆為戲論。

佛陀教育基金會 印贈

一切佛經，及闡揚佛法諸書，無不令人趨吉避凶，改過遷善。明三世之因果，識本具之佛性。出生死之苦海，生極樂之蓮邦。讀者必須生感恩心，作難遭想。淨手潔案，主敬存誠。如面佛天，如臨師保。則無邊利益，自可親得。若肆無忌憚，任意褻瀆。及固執管見，妄生毀謗，則罪過彌天，苦報無盡。奉勸世人，當遠罪求益，離苦得樂也。

無量壽經科註第四回學習班《生死心切》目錄

第八十三集	一
生死心不切，若真為生死之心不發，一切開示皆為戲論		
——從海賢老和尚反省我們求往生的信願（一）		
第八十四集	三三
凡修淨業，以決志求生西方為本		
——從海賢老和尚反省我們求往生的信願（二）		
第八十六集	五三
佛一邊念，生死愛根一邊長		
——從海賢老和尚反省我們求往生的信願（三）		
第八十九集	八九
重新認識淨土法門		

第九十集 一二八

時時作臨終想

——從海賢老和尚反省我們求往生的信願（四）

第九十二集 一六九

念佛法門，首為凡夫

第九十三集 二〇〇

常念不絕，則得道捷

——從海賢老和尚反省我們求往生的信願（五）

第九十四集 二三二

日暮途遠

第九十五集 二六〇

攝耳諦聽

第九十九集 二八五

歷代祖師示真信切願

——從海賢老和尚反省我們求往生的信願（六）

第一〇一集 三二四

是心是佛，是心作佛

第一〇三集 三四一

印光大師述《無量壽經》緣起

第一〇五集 三七〇

都攝六根，淨念相繼

第一一〇集 四一三

欲報親恩唯念佛——淺談祭祖最重要的內涵

附錄（一）十念記數法……………	四三六
附錄（二）望江南（蓮華世界詩）……………	四三九

無量壽經科註第四回學習班（第八十三集）

2014/9/23 澳洲淨宗學院 02-042-0083

學生：《無量壽經科註》學習班心得報告，釋自了。尊者師父上人慈悲、諸位同修慈悲，阿彌陀佛。不肖弟子冒昧報告的主題是：「生死心不切，若真為生死之心不發，一切開示皆為戲論——從海賢老和尚反省我們求往生的信願（一）」

提綱。一、開頭。二、提出問題：（一）普遍現象：念佛功夫不得力。（二）根本原因：生死心不切。（三）生死心是入道基礎。三、分析問題：（一）生死事大。（二）

「死」字真正含義。（三）海賢老和尚榜樣。（四）古人修行榜樣。四、解決問題：（一）印光大師開示生死心切。（二）省庵大師開示生死苦。（三）佛經祖語示生死苦。（四）從比喻、故事體會生死心切。五結尾。

一、開頭。中峰禪師說，現在人參禪不靈驗的原因是不把生死無常當作一件大事。同理，念佛不靈驗的原因是不把生死當作一件大事，生死心不切。生死心不切是個大問題，但這個大問題大多數人都不重視。

二、提出問題。（一）普遍現象：念佛功夫不得力。念佛十年、二十年，功夫不得力，往生沒把握，什麼原因？打

個佛七，一開始好像念得不錯，貌似很精進，可是慢慢愈念愈枯燥無味，愈念愈不想念，念不下去，什麼原因？閉關念佛，剛開始凌晨三點鐘起床念佛，過幾天五點起床，再過一段時間八點起床，最後索性不起床睡大覺。大家不要笑，換成你你也可能也是這種狀態。大部分人都是這種狀態，念佛時不是打妄想，就是打瞌睡。明明知道淨土法門殊勝，知道名號功德不可思議，可是這一句佛號就是愈念愈沒味道，愈念愈沒動力，最後乾脆放棄，什麼原因？

（二）根本原因：生死心不切。以上問題，我們從歷代祖師大德的著作裡面去尋求原因，終於找到答案，根本的原因就是生死心不切。生死心不切，這是我們目前普遍存在的

嚴重的大問題，所以念佛多年，乃至念了一輩子，功夫不得力，往生沒把握。我們現在先不說往生沒有把握，我們連不墮三惡道的把握都沒有，對嗎？

（三）生死心是入道基礎。因此這篇報告把徹悟大師的一句話做為題目，「若真為生死之心不發，一切開示皆為戲論」。生死心不切，跟他說再多都是多餘，廢話。相反，真正生死心切，不需要開示，自然就會一句阿彌陀佛分秒必爭、日夜不斷，像海賢老和尚那樣。生死心是入道的基礎，仍然引用徹悟大師的原文，「世間一切重苦，無過生死。生死不了，生死死死，生生死死。出一胞胎，入一胞胎；捨一皮袋，取一皮袋，苦已不堪。況輪迴未出，難免墮落。豬胞

胎，狗胞胎，何所不鑽。驢皮袋，馬皮袋，何所不取。此個人身，最為難得，最易打失。一念之差，便入惡趣。三途易入而難出，地獄時長而苦重。七佛以來，猶為蟻子。八萬劫後，未脫鴿身。畜道時長已極，鬼獄時長尤倍。久經長劫，何了何休。萬苦交煎，無歸無救。每一言之，衣毛卓豎。時一念及，五內如焚。」印光大師評價徹悟大師的這段話說，「此一段開示，精切之極，當熟讀之。」

三、分析問題。(一)生死事大。蓮池大師年輕時便書寫「生死事大」四字放在書桌，策勵自己精進用功。如果我們覺得這四個字與自己無關，那麼對不起，你還是門外漢。真為生死的心沒有生起來，修行還沒入門，念佛也沒入門。

印光大師說，「人生於世間，事事無不預為之計，唯有生死一事，反多置之不問。直待報終命盡，則隨業受報。不知此一念心識，又向何道中受生去也。人天是客居，三途是家鄉。三途一報百千劫，復生人天了無期。由是言之，則了生死之法，固不可不汲汲講求也。」我這一生死了，死了往哪裡去？我能夠往哪裡去？這是我們每一個人的大事，叫生死大事。有沒有認真的、慎重的考慮過？來生，我有把握往哪裡去？是要繼續輪迴，還是要結束輪迴？古人常常提醒我們生死事大。生死事大，可是我們的現狀呢？世尊在《無量壽經》說的，「世人共爭不急之務」，我們整天忙著不急之務，本末倒置，對於與生死無關的事情爭先恐後，卻從來不

把生死當成一件重大的事，也不懼怕六道輪迴的苦，更不想死後往哪一道去。偶爾有想一下，或者有時候看到身邊的親戚、朋友突然去世，暫時有一點觸動，但很快又被世間的不急之務淹沒了。嘴上雖然也念幾句佛，念後能不能往生？打一個大問號。

(二)「死」字的深刻含義。我們聽到鍋漏匠的故事，一句佛號，念累了就休息，休息好了再念。我們很羨慕，很嚮往過像他一樣的日子，古人描述的，「百八輪珠六字經，消磨歲月度光陰」，但真正去做的時候，我們做不到。剛開始很精進，慢慢就懈怠；懈怠，長時懈怠，最後一蹶不振。關於長時懈怠，印光大師有一段簡要的開示，「汝之懈怠，

由於不詳審未來之苦，倘能詳審以思，斷不至長時懈怠。」這是生死心不切，不詳細去思惟，如果不能往生，來世墮在三惡道的痛苦。所以印光大師教給我們念佛的祕訣，把「死」字貼在額頭上。

死，這個字有無窮、深刻的含義。古人說，「不見棺材不掉淚」，現在的人是見了棺材都不掉淚，不怕死，不害怕輪迴。我們同修經常去給別人助念，看到別人臨終痛苦的情形，常常有所警覺，暗下決心說，「這次回去我一定好好念佛，萬緣放下」。可是沒過幾天，原形畢露，該怎麼忙不急之務，還是怎麼忙不急之務。結果？死後該怎麼輪迴還是怎麼輪迴。所以祖師教我們用這個死字來提醒自己生死事大。

他老人家簡單扼要這樣開示，「欲心不貪外事，專念佛。不能專，要他專。不能念，要他念。不能一心，要他一心等。亦無奇特奧妙法則，但將一個死字貼到額顱上，掛到眉毛上。心常念曰：我某人，從無始來直至今生，所作惡業無量無邊。假使惡業有體相者，十方虛空不能容受。宿生何幸，今得人身，又聞佛法，若不一心念佛求生西方，一氣不來，定向地獄鑊湯、爐炭、劍樹、刀山裡受苦，不知經幾多劫。縱出地獄，復墮餓鬼，腹大如海，咽細如針，長劫饑虛，喉中火然，不聞漿水之名，難得暫時之飽。從餓鬼出，復為畜生，或供人騎乘，或充人庖廚。縱得為人，愚痴無知，以造業為德能，以修善為桎梏，不數十年，又復墮落。經塵點

劫，輪迴六道。雖欲出離，末由也已。能如是念，如上所求，當下成辦。」

（三）海賢老和尚榜樣。上面談到諦閑老法師的徒弟鍋漏匠，念佛往生的典型代表，宋朝的瑩珂法師、鍋漏匠，乃至最近的海賢老和尚，其實包括《淨土聖賢錄》裡面記載的所有往生的人，他們都有一個共同點，他們念佛之所以能成功，都隱含了一個很容易被忽略的大前提，什麼呢？生死心切！生死心很切，這是他們念佛成功的共同大前提。我們看海賢老和尚的光碟，看他一生的經歷，在在處處都透露出一個隱含的消息，他生死心很切。生死心很切，必定是求往生的心很切；求往生的心很切，必定是盼望自己能早一點往

生。這個世界苦不堪言，我要留在這裡幹什麼？最好是眼睛一閉，阿彌陀佛馬上接我走，一刻也不願意多停留，迫不及待。海賢老和尚就是這樣，這叫真信切願。

我們讀古人的詩就能體會到這種心情。比如，大家都很熟悉的中峰國師說，「便就今朝成佛去，樂邦化主已嫌遲，哪堪更欲之乎者，管取輪迴沒了時。」再比如日觀大師在《懷安養》這首詩裡說，「夢中哭向佛，願早死便得，小小蓮華開，永超生死窟。」意思是即使在夢裡，我也不斷在阿彌陀佛面前哭著祈求，願我早一點死，早一天離開娑婆世界，生到佛的座前。不必說更高的，只要我的一朵小小蓮花能夠開放，從此就超出了生死魔窟，得到永遠的解脫。這就說明，

他心中最大的願望是往生極樂世界，是真心的求願往生。

我們看兩段海賢老和尚的原話，「我現在一百多歲了，要往生到西方極樂世界去，老佛爺（阿彌陀佛）是我老和尚的根啊！我給老佛爺求過幾次，要跟他去，可老佛爺都沒叫我跟他去，說我修得好，再多活兩年，做個樣子給大家看」、「我要趕緊念佛，求阿彌陀佛來接我」。這些話大家不要輕視了。我們捫心自問，自己一輩子有幾次發自內心的想往生？又有幾聲佛號是在真信切願的攝持下念出來的？所以念佛不得往生是當前存在的一個很嚴峻的問題，也是很普遍的。印光大師說，「往生者少，實由信願不真切之所致。信願若真切，即臨終始念，亦有得生之理。」海賢

老和尚一生唯持六字洪名，時時刻刻、日日月月、年復一年不曾間斷。老人家為什麼能做到這樣？我們現在不要說一年從頭到尾念佛，我們就連念一天的阿彌陀佛都念不好，精神好的時候打妄想，精神不好的時候打瞌睡，念著念著不想念了，念不下去，是不是這樣？老人家為什麼能二十四小時這句佛號不間斷？原因就是老人家生死心很切。生死心很切，必然求往生心很切；求往生心很切，必然這句佛號晝夜不停，停不下來。

（四）古人修行榜樣。看看過去真心修行的人，晝夜精進。唐朝的懷玉法師，一生之中常坐不臥，誦《阿彌陀經》三十萬遍，每天念佛號五萬聲。寶相法師，每天誦《阿彌陀

經》七遍，念佛號六萬聲。道綽大師，每天念佛號七萬聲。宋朝的思照法師，每天四更時起床（凌晨一到三點）開始念佛，三十年如一日。蓮宗十一祖，清朝的省庵大師，自從他二十四歲受具足戒後，一生當中日中一食，夜不倒單。到晚年的時候，每天念佛號十萬聲。並且在會客室寫了一首《寸香齋銘》，「尊客相逢，勿談世諦，寸香為期，唯道是語。不近人情，不拘俗禮，知我罪我，聽之而已。」為什麼古人修行能夠日夜不停的用功，不休息？因為人家生死心很切，想到生死事大，想到無常迅速，一刻都不敢放鬆。我們想學鍋漏匠學不來，念佛堅持不下去，佛號常常中斷，原因就是生死心不切。

四、解決問題。

(一) 印光大師開示生死心切。

一、如墮水火、如救頭燃以念佛，則無業魔不消矣。

二、欲求出苦之要，唯有念念畏死，及死而墮落三途惡道，則佛念自純，淨業自成。一切塵境，自不能奪其正念矣。

三、念佛要時常作將死、將墮地獄想，則不懇切亦自懇切，不相應亦自相應。以怖苦心念佛，即是出苦第一妙法，亦是隨緣消業第一妙法。

四、念佛心不歸一，由於生死心不切。若作將被水沖火燒，無所救援之想及將死、將墮地獄之想，則心自歸一，無須另求妙法。

五、念佛不昏即散，是以泛泛悠悠之心了事之現象。若能如墮水火、遇盜賊，以急求救援之心念，自無此種毛病。

六、禍害迫切，便能誠懇，優遊無事，便寬緩，此凡夫通病也。然當今之時，其世道局勢，有如安臥積薪之上，其下已發烈火，但未燒至其身，轉瞬則全體熾燃，遍界無逃避處。尚猶悠忽度日，不能專志求救於一句佛號，其知見之淺近甚矣。

從印祖自勵的楹聯，也能看到他老人家生死心很切。

一、「道業未成，敢使此心散亂。死期將至，力辭一切應酬」。

二、「虛度七十，來日無幾。如囚赴市，步步近死。謝絕一切，專修淨土。倘鑒愚誠，是真蓮友」。

三、「汝將死，快念佛，心不專一，決墮地獄，餓鬼畜生尚難求，勿妄想人天福果。汝將死，快念佛，志若真誠，便預蓮池，聲聞緣覺猶弗住，定克證等妙圓乘」。

(二) 省庵大師開示生死苦。省庵大師的《勸發菩提

心文》，印光大師讚歎其「繼往聖，開來學，驚天地，動鬼神。果能依而行之，肯定能俯謝娑婆，高登極樂。」裡面有一段詳細描述生死苦的文字，這是我們生生世世在六道輪迴裡面的狀況：

「我與眾生，從曠劫來，常在生死，未得解脫。人間天上，此界他方，出沒萬端，升沉片刻。俄焉而天，俄焉而人，俄焉而地獄、畜生、餓鬼。黑門朝出而暮還，鐵窟暫離而又入。登刀山也，則舉體無完膚。攀劍樹也，則方寸皆割裂。熱鐵不除饑，吞之則肝腸盡爛。洋銅難療渴，飲之則骨肉都糜。利鋸解之，則斷而復續。巧風吹之，則死已還生。猛火城中，忍聽叫嗥之慘。煎熬盤裡，但聞苦痛之聲。冰凍

始凝，則狀似青蓮蕊結。血肉既裂，則身如紅藕華開。一夜死生，地下每經萬遍。一朝苦痛，人間已過百年。頻煩獄卒疲勞，誰信閻翁教誡。受時知苦，雖悔恨以何追？脫已還忘，其作業也如故。

鞭驢出血，誰知吾母之悲？牽豕就屠，焉識乃翁之痛？食其子而不知，文王尚爾。啖其親而未識，凡類皆然。當年恩愛，今作冤家。昔日寇仇，今成骨肉。昔為母而今為婦，舊是翁而新作夫。宿命知之，則可羞可恥。天眼視之，則可笑可憐。

糞穢叢中，十月包藏難過。膿血道裡，一時倒下可憐。

少也何知，東西莫辨。長而有識，貪欲便生。須臾而老病相尋，迅速而無常又至。風火交煎，神識於中潰亂。精血既竭，皮肉自外乾枯。無一毛而不被針鑽，有一竅而皆從刀割。龜之將烹，其脫殼也猶易。神之欲謝，其去體也倍難。心無常主，類商賈而處處奔馳。身無定形，似房屋而頻頻遷徙。大千塵點，難窮往返之身。四海波濤，孰計別離之淚？峨峨積骨，過彼崇山。莽莽橫屍，多於大地。向使不聞佛語，此事誰見誰聞？未睹佛經，此理焉知焉覺？其或依前貪戀，仍舊痴迷。只恐萬劫千生，一錯百錯。人身難得而易失，良時易往而難追。道路冥冥，別離長久，三途惡報，還自受之。痛不可言，誰當相代？興言及此，能不寒心？是

故宜應斷生死流，出愛欲海，自他兼濟，彼岸同登。曠劫殊勳，在此一舉。」

（三）佛經祖語示生死苦。無始劫以來，我們在生死輪迴當中受苦是無量的。按照《除憂經》所說的內容來思惟，能令心對輪迴生起極大的厭離，這是我們每一個人在輪迴中曾經受過的苦。「數於地獄中，所飲諸烱銅，雖大海中水，非有爾許量。生諸犬豕中，所食諸不淨，其量極超過，須彌山王量。又於生死中，由離諸親友，所泣諸淚滴，非海能為器。由互相鬥諍，積所截頭首，如是高聳量，出過梵世間。為蟲極饑虛，所啖諸土糞，於大乳海中，充滿極高盛。」

下面從祖師大德的詩也可以幫助我們激發生死心。元朝優曇大師，「委骸回視積如山，別淚翻成四海瀾。世界到頭終有壞，人生彈指有何歡。成男作女經千遍，戴角披毛歷萬端。不向此生生淨土，投胎一錯悔時難。」

省庵大師，「一自娑婆繫業因，多生流轉實酸辛。須臾出屋又投屋，迅速捨身還受身。曾作王侯爭國邑，幾為螻蟻喪埃塵。這回若不思歸去，依舊從前受苦輪。」

以上是佛經和祖師大德的開示，培養我們的生死心。下面從一個比喻和一個故事來體會生死心切的樣子。

(四) 從比喻、故事體會生死心切。羅什大師有個至心喻，「譬如有人，值遇惡賊，直來欲殺。其人勤走，渡河求免。爾時但念渡河方便。但有此念，更無他念。當念渡河，即是一念。此等十念，不雜餘念」。這就是生死心切的樣子，但有此念，更無他念。海賢老和尚就是用這種心念佛，念念都是阿彌陀佛，所以他能成功。生死心很切的人，內心只有阿彌陀佛，沒有其他念頭。

舉一個例子體會生死心切的樣子。梁武帝請寶誌公禪師看戲。結束時梁武帝問禪師：今天戲演得好嗎？禪師答：我不知道。武帝又問：今天戲唱得好嗎？禪師答：我不知道。武帝十分奇怪，禪師明明坐在這兒看戲，怎麼會不知道？禪

師說：陛下，明天不妨再要這一班戲子來做戲，並選一已判死罪就要殺頭的罪犯，命他手捧一盤水，跪在戲台前看戲，並對他說：等戲好了，這盆水一滴都不灑出來，立刻賜你無罪；如果灑出，立刻綁去斬首。武帝雖不知用意，但還是照辦。

次日，罪犯看完戲，水一滴也不灑出來。寶誌公問罪犯：戲好看嗎？答：不知道。寶誌公又問：戲好聽嗎？答：不知道。寶誌公問：你跪在台前看戲、聽戲，怎麼會不知道？答：我心顧著這盆水都來不及，哪有心看戲、聽戲？武帝一聽，終於明白，心不在戲，對戲就會視而不見，聽而不聞。寶誌公心在生死大事，而不在戲，豈能知戲演的好壞？

如果我們心在生死大事，心在往生大事，那麼這句佛號自然就不會中斷，就算人家不讓你念，你心裡仍然綿綿密密，一聲接一聲。就像海賢老和尚，文革人家不准他念佛，他在心裡念，這句佛號從來不曾丟失過。

五、結尾。印光大師在普陀山法雨寺閉關三十多年，住藏經樓，把《大藏經》熟讀透了，總結出兩句話告訴我們，「歸根結頂高深處，只在洪名一句中」。歸根結頂高深處，只在洪名一句中，海賢老和尚把這一句洪名默默無聞執持了九十二年，自在往生。從海賢老和尚身上，我們是否應該好好反省一下我們的信願，求往生的信願？他老人家的真信切願是滿分，我呢？及格嗎？生死心不切，哪來的真信切願？

沒有真信切願，怎麼能往生？不論在家、出家，我們應該冷靜反省反省，我們遇到念佛法門的時候二十多歲，今年我們三十多歲、四十多歲、五十多歲了……多少年過去了，體力一天不如一天，我們卻仍然一事無成，道業上一事無成！忙忙碌碌一輩子，正像羅狀元《醒世詩》說的，「辛苦到頭還辛苦，奔波一世枉奔波」，古人也說，「舉世盡從忙裡老，誰人肯向死前休」。大多數人都是在忙忙碌碌中老去，沒有幾個人會想到死，知道要提早放下世間的事。再這樣下去，我臨終往哪裡去？真的像印光大師說的，「決墮地獄，餓鬼畜生尚難求，勿妄想人天福果」。無量劫以來的生死大事，不是靠晃晃悠悠唱幾句心不在焉的佛號就能解決，那叫杯水

車薪。我們的佛號常常夾雜，常常丟失，常常中斷。真正想在這一生往生的人，好好在信願上下功夫，在真信切願上下功夫。而強化信願，首先要生死心切，真為生死。

值此澳洲淨宗學院戒學研習班期間，摘錄蓮池大師的一段開示供養大家，共勉共進，「戒定慧，即是念佛法門。何也？戒乃防非為義，若能一心念佛，諸惡不敢入，即戒也。定乃除散為義，若一心念佛，心不異緣，即定也。慧乃明照為義，若觀佛聲，字字分明，亦觀能念所念，皆不可得，即慧也。如是念佛，即是戒定慧也。」蓮池大師的話。蓮池大師作過一幅念佛堂的對聯，印光大師說蓮池大師這幅對聯好極，但絕未見人用過，所以印光大師常常抄了送給人掛起

來。由大師之德，感人必深。上聯是「主極樂六八大願之慈尊，絕限量壽命光明，不離當處」，下聯：「過娑婆萬兆佛邦之淨土，妙莊嚴樓台池沼，原是吾鄉」。

最後，這篇報告其實不是我寫的，而是集合祖師大德關於生死心的法語，以報告的方式供養大眾，並啟請師父上人講解、開示。這些法語實在太重要了，針針見血，能夠幫助我們念佛。報告過程恐有錯誤，懇請師父上人及諸位同修批評指正，不吝賜教，望眾慈悲，布施歡喜。阿彌陀佛。不肖弟子釋自了叩呈。

老法師：我們看了這一篇的報告。法師的德號不是自

了，如果是自了，他就不提出報告了。提出這個報告，真的是供養大眾，普度眾生，把現在修行人的毛病從根上挖出來了，說得一點都不錯。引用經典、古大德這些開示，有些我們讀過的，在這裡重複再溫習一遍。真的要溫習，為什麼？全忘掉了。沒有讀過這些經論的，今天在此地也能夠讀到了。佛在經中的開示，祖師大德為我們的提醒，人生第一樁大事，確實就是生死大事。可是人都迷惑了。過去的人對這樁事情警覺性比我們高，我們現在全忘掉了。為什麼會忘掉？每天忙著這個花花世界，把我們薰習迷惑到所以然的程度，對於真正大事忘得乾乾淨淨。雖有人提起來，一天提十幾遍也是枉然，為什麼？沒放在心上。可是關係很大，這一生不

能解決，來生必定沉淪，一沉淪非常可怕。

李老師在世，特別是晚年，非常慈悲，常常提醒我們，我們對這些事情耳熟，可是怎麼樣？沒有真正去做，人沒有辦法把緣斷掉。緣有善緣、有惡緣，我們有能力辨別善惡，遠離惡緣。但是善緣，特別是善緣能夠利益眾生，我們不能不做。沒有緣，決定不攀緣。雖有緣，我們盡心盡力，為苦難眾生做一點好事，決定不能放在心上。放在心上，與三空三昧不相應，變成什麼？變成人天福報。不放在心上，能相應，就是無作無願。無作無願不是說真的不做，是做了，作而無作，身做了，口做了，心沒做，心裡乾乾淨淨，一塵不染。為什麼？心是真心，所以行是正行，言是正語，三業都

得其正。正不要著正的相，不要有這個念頭，有念頭就又變成福報，沒有這個念頭是功德。功德跟福德差別在此地，心裡頭有念頭是福德，沒有念頭是功德。功德幫助我們了生死出三界，福德受人天福報。

佛這些開示我們都得搞清楚、搞明白，我們從早到晚起心動念、言語造作，是跟功德相應還是跟福德相應，這都是好的。如果跟惡業相應，跟貪瞋痴慢相應，跟自私自利相應，問題就嚴重了，那是什麼？那是造地獄三途業，非常可怕。為什麼？畢竟我們還沒有能力辨別真正的是非善惡。我們今天是非善惡是自己以為的，跟經教裡所說的相差很遠。這是什麼？我們不虛心，我們有傲慢，甚至於還有嫉妒，我

們並沒有依教奉行。佛的教誨，大根大本就是三皈、五戒、十善。大乘八萬細行都是從這個地方延伸出來的，小乘的三千威儀歸納起來就是三皈、五戒、十善，開合不同，開出來無量無邊的行門，歸納起來就這幾句。我們有沒有把它搞清楚、搞透徹，有沒有相應？這個很重要。

這個法師，我們看了這篇東西，他不是自了，他是來度眾生的，來廣度眾生。這篇東西，真正修行人，真正想在這一生求出離，出離六道輪迴，出離生死苦海，要多看幾遍，要認真的學習。我對於這篇看得很重，不亞於海賢老和尚的表法。所以我們感恩、感謝他。今天時間到了，我們就學習到此地。

無量壽經科註第四回學習班（第八十四集）

2014/9/25 澳洲淨宗學院 02-042-0084

學生：尊者師父上人慈悲，諸位同修慈悲，阿彌陀佛。

不肖弟子釋自了冒昧報告的題目是：「凡修淨業，以決志求生西方為本——從海賢老和尚反省我們求往生的信願（二）」

一、我們念佛是為了什麼？念佛的目的是什麼？

曾經有一位同修，念佛四天四夜沒睡覺，夜以繼日的念。後來人家問他，為什麼能如此精進？他說為了他女兒的戶口能遷入廣州。類似的例子很多，念佛求身體健康，求升

官發財，求世間福報，好一點的，求開悟，求功夫成片，求一心不亂。

我們念佛求什麼？印光大師斬釘截鐵的定論：「凡修淨業，以決志求生西方為本。」「念佛根本道理，是要人生信發願，求生西方，了脫生死。不可只發求世間富樂，不求生西方。能一心念佛，求生西方，世間災難亦可消滅。非念佛不能消滅災難也。」念佛，以求往生為根本。很多人念佛念了一輩子，卻還是懵懵懂懂。今天，請印光大師來給我們釐清這個問題。

二、下面是摘自《文鈔》的法語：

佛開念佛法門，唯期一切眾生現生即生淨土。使如來不開此法，則末法眾生，無一能了生死者。

須知佛法，法門無量，若欲以通身業力之凡夫，現生即得了生脫死，離此「信願念佛，求生西方」一法，佛也說不出第二個法門了。

外行人，多多以求悟，求得種種境界，而不以決定求生為事，即所謂「捨本逐末」也！

若或有生人天之念，則西方便無分矣。以生死心熟極，一絲毫力，可敵了生死心千鈞。

倘不求生西方，但求消災，及不失人身。猶如以無價之摩尼寶珠，換取一根糖吃。其人之愚痴可憐，不識好歹為最第一矣！

念佛一法，乃佛普度一切眾生之最大法門。若有危險，念之即可逢凶化吉。無事時念之，則可消災增福。然必須要求生西方，方為究竟大利益。

若不念佛求生西方，縱生到至極尊貴之非非想天，天福一盡，仍復輪迴六道。若具志誠懇切念佛，縱將墮阿鼻地獄，尚能蒙佛接引，往生西方。

現在浩劫當前，大家通要認真念佛，求生西方。切不可

求來生人天福報。縱得福報，也只暫時。福大則造業大，既造大業，必受大苦。若生西方，則永離眾苦，但受諸樂矣。

若有一念求來生人天福報之心，即修持精純，亦名「違背佛教」。雖種善根，而了生脫死，當在驢年。可不哀哉！

佛教人念佛求生西方，是為人現生了生死的。若求來生人天福報，即是違背佛教。如將一顆舉世無價之寶珠，換取一根糖吃，豈不可惜？愚人念佛，不求生西方，求來生人天福報，與此無異。

淨土法門，以真信切願念佛，決定求生西方為宗旨。若念佛人不願求生西方，即為違背佛教。譬如王子寄居他國，

不信自是王子，但願終日乞食，不至餓死，便為志得意滿。其知見之下劣，能不令人憐憫乎？

須生信、發願，求生西方，萬不可求來生福報。若求來生福報，即是破戒違法！以念佛法門，乃是教人求生西方的法門。汝既念佛，不求生西方，又要求來生，是不遵佛教。此是佛教人必定要依之法，汝不肯依，故名「破戒違法」。

欲生淨土，須先認清宗旨。普通修持，無不以開悟為希冀。而開悟一事，亦非易易。若知淨土宗旨，絕不預期開悟。若不注重信願，開悟亦難了脫。若能一心念佛，不悟亦可往生。

真能念佛，不求世間福報，而自得世間福報（如長壽無病，家門清泰，子孫發達，諸緣如意，萬事吉祥等）。若求世間福報，不肯迴向往生，則所得世間福報，反為下劣。而心不專一，往生便難決定矣！

當須發決定心，臨終定欲往生西方。且莫說碌碌庸人之身，不願更受。即為人天王身，及出家為僧，一聞千悟，得大總持，大弘法化，普利眾生之高僧身，亦視之若毒荼罪藪，決定不生一念欲受之心。如是決定，則己之信願行，方能感佛。佛之誓願，方能攝受。感應道交，蒙佛接引，直登九品，永出輪迴矣。

淨土法門，注重在信願。有不知者，或求人天福報，或求來生為僧，弘揚佛法，度脫眾生。此種心念，要丟得乾乾淨淨，若有一絲毫，便不能往生矣。往生，則超凡入聖，了生脫死。不往生，縱一生二生不迷，絕難永遠不迷。迷，則由有修持之福，而所造之業，為可懼耳。惡業既造，惡報自臨，求出三途，恐無其日。

念佛一法，要緊在有真信、切願。有真信、切願，縱未到一心不亂，亦可仗佛慈力，帶業往生。若無信、願，縱能心無妄念，亦只是人天福報。以與佛不相應故，固當注重於信願求生西方也。

只知念而不生信、發願，縱得一心，也未必得往生。果具真信、切願，雖未到一心不亂，亦可仗佛慈力往生。

縱能執持名號，只因不求出離，便成人天因果，受享痴福。因福造業，仍沉惡道。

以上法語，都摘錄自《印光大師文鈔》，印祖的開示，字字皆末法之津梁，言言為蓮宗之寶鑑。他老人家自己謙稱說：「印光之《文鈔》，文雖拙樸，所述者皆佛祖成言，不過取其意而隨機變通說之，豈印光所杜撰乎哉？印光乃傳言譯語，令初機易於曉了耳。然雖為初機，即做到極處，亦不能捨此別修。以淨土一法，乃徹上徹下之法。」「印光學識

褊淺，無大發揮。然能依之（指《文鈔》）而行，決定有益無損。決定能了生死於現生，侍彌陀於沒後。」

印光大師有一段經典的開示，我們應該牢牢的記住：「佛唯欲眾生超凡入聖，了生脫死。然眾生根機不一，心願各別。或有眾生求福、求壽、求財、求子等，只要心誠求之，有求必應。此雖是世間法，然接引下根，漸種善根，故亦滿願。若論佛之本意，唯欲眾生一心念佛，求生西方，仗佛慈力，臨終接引往生西方。一得往生，便出三界輪迴之苦。從茲漸進，以致成佛。方為念佛究竟實義。」

三、這次淨宗學院舉辦戒學研習班，剛開始，部分人有

所動搖，對淨土的信心動搖了。確切的說，應該是我們原本對淨土的信心就不堅固。不是別人要動搖我們，而是我們本來對阿彌陀佛的信心就很脆弱，所以小風吹則小倒，大風吹則大倒。諸位是否記得，師父上人最近在《淨土大經科註》第一百零三集裡面講到：「我們在此地學戒律，戒律在這一句佛號之內，沒有在佛號之外」。

善導大師為了堅定我們對淨土法門的信心，在《觀經四帖疏》裡面說，就算「十方諸佛，盡虛空遍法界，現身放光，勸捨淨土，為說殊勝妙法，亦不肯受」。祖師這是肺腑之言，對我們真是「恨鐵不成鋼」，悲心切切。

印光大師在《文鈔》中多次、反覆強調，末法時期，想要當生了生脫死，只有一個法門，淨土。這是我們唯一的一條生路，所以行策大師才說：「若不專念彼佛（指阿彌陀佛），求生彼國（指極樂世界），必至隨業流轉，受苦無量」。所以蕩益大師才說出了前人所沒說過的一句話，「隨順諸佛真實教誨，決志求生，更無疑惑」。

蕩益大師五十歲那年，對他的門人成時法師說：「我往年念念想恢復比丘戒法，近年念念求生淨土」。成時法師不解，後來才知道，大師的意思是：我只有往生極樂世界之後，阿彌陀佛本願威神的力量加持我，我才有能力回來恢復戒律。在這個娑婆世界，看到出家人不守戒律，真是心有餘

而力不足啊，於是一意西馳！祖師一意西馳的舉動值得我們深思。這段記載，在《蕩益大師年譜》，弘一大師編的。

弘一大師，律宗大德，倓虛老法師曾經請他到青島湛山寺講戒律。弘一大師大概住了半年，臨走前給大眾最後一次開示，反覆勸人念佛。四眾弟子到山門給大師送駕，大師說有兩句話送給大家做臨別贈言，他掏出一個小紙條，上面寫著：「乘此時機，最好念佛」。這個經過在《影塵回憶錄》，非常感人。

海賢老和尚常常說：「老佛爺（阿彌陀佛）是我老和尚的根啊！」這句話是什麼意思呢？根，是命根，我們用印光

大師的一句話來詮釋這句話，更為易懂：「將此一句佛號，當作本命元辰，誓求往生。縱令以死見逼，令其改轍，亦不可得。」這就是「根」的意思，阿彌陀佛是我們的命根。

看看蓮池大師怎麼說：「今人不肯念佛，只是輕視西方。不知生西方，乃是大德大福、大智大慧、大聖大賢的勾當。轉娑婆成淨土，不同小可因緣。汝但看此城中，一日一夜，死卻多少人？不要說生西方，即生天，千百人中尚無一個。其有自負修行者，只是不失人身而已。」

「其有自負修行者，只是不失人身而已」，可不可怕？「只是不失人身而已」，這是實際情況，也是給我們敲響一

個警鐘。我們自詡為念佛人，最終能不能夠往生？

印光大師曾自稱，「擬作粥飯自了僧，不做弘法利生夢」。蕩益大師也有兩句，異曲同工：「直待西方去復來，普與塵沙擊法鼓」。其實，自了真的是自了嗎？祖師們並不是自了漢，他們的舉止值得我們深思！我們太多的人，自己沒有了，忙著去度眾生。《彌陀要解》一語道破，「能自度即普利一切」。海賢老和尚就是最好的例子，他這一往生，度無數的眾生。

四、弟子無修無行，怎麼會有心得？只是把祖師的開示搬出來，希望藉學習班這個平台，讓更多的同修，透過祖師

的開示，堅定念佛求往生的信願。「凡修淨業，以決志求生西方為本」，念佛，唯求往生！這條路對了，其他都不要。海賢老和尚不是說嗎？「什麼感應、稀奇，不要求，什麼都是自然才好。」功夫成片也不要，功夫成片是自然而然的，不是求來的。老人家說，「念佛念到一定時候，不管什麼時候都在念佛」，這不就是功夫成片嗎？功夫成片是自然的，不是造作出來的。

祖師，他們都是修行的過來人，他們的開示吐心吐膽、嘔心瀝血，句句力透紙背，沒有半個字廢話。千言萬語，無非是為了堅固我們求往生的信願，極樂世界非去不可！我們的信願，要堅固到「風吹不入，雨打不濕，如銀牆鐵壁相

似」，往生有望。

夏蓮居老居士說的「欲得八風吹不動，須從一句定綱宗」，一句就是一句阿彌陀佛，「將一句阿彌陀佛，如靠一座須彌山一樣，無論遇到任何順逆苦樂的境界，絕不忘失這一句佛號，方為堅持正念」。海賢老和尚做到了，海賢老和尚雖然不認識字，沒有文化，可是祖師大德的以上開示他都做到了，他求往生的信願無比堅固，天塌下來都不會動搖。你問他念佛的開示，他跟你說，沒什麼好開示的！他不會像印光大師一樣跟你長篇大論講大道理，可是，他本身就是一部活的《印光大師文鈔》，印光大師講的道理他都圓滿落實，所以他一句佛號念成功了。印祖開示我們，「一句阿

彌陀佛，只要念得熟，成佛尚有餘裕，不學他法，又有何憾？」海賢老和尚用他的一生，把這句話演繹得淋漓盡致。

夏蓮居老居士作過一幅輓聯，輓淨土宗第十三代祖師印光大師，他是會集秦、唐兩譯《阿彌陀經》經文。弟子以為，這幅輓聯拿來輓淨土宗第十四代祖師海賢大師，同樣適合。上聯：「法音宣流（秦譯），令得殊勝利益安樂（唐譯）」；下聯：「慈悲加佑（唐譯），成就如是功德莊嚴（秦譯）」。

做為一個出家人，我有義務也有責任，在結束之前，把印光大師在《文鈔》中，以各種方式重複多次的那句話再強

調一遍，提醒大家。當然，印祖的原話是文言文，弟子直接把它歸納、翻譯過來，這句話是：「末法時期，想要當生了生脫死，唯一只有一個法門，淨土。」我們的當急之務是念佛求往生，在這句佛號上狠下功夫。

最後，供養大家兩句詩，這兩句詩是省庵大師表達自己的話，也正是海賢老和尚的真實寫照：「平生只有西歸願，肯為他緣負此心？」

今天就報告到這裡，報告過程恐有錯誤，懇請師父上人和諸位同修批評指正，不吝賜教，望眾慈悲，布施歡喜。阿彌陀佛。不肖弟子釋自了叩呈。

老法師：我們下面還有三十五分鐘，還有幾篇？還有兩篇。我想我們聽聽都得受用。自了師不是自了，他是幫助我們每個人自了來的。這個自了不是他一個人專用，我們人人都應該自了。其他的我就不多說了，再聽下面的。每個人的報告都好，這讓我生歡喜心。

無量壽經科註第四回學習班（第八十六集）

2014/9/30 澳洲淨宗學院 02-042-0086

學生：心得報告。尊者師父上人慈悲，諸位善知識慈悲，阿彌陀佛！不肖弟子釋自了冒昧報告的題目是：「佛一邊念，生死愛根一邊長——從海賢老和尚反省我們求往生的信願（三）」。

一、開頭。印祖一錘定音：「凡修淨業，以決志求生西方為本」。請問，你下定決心求往生了嗎？如果現在問大家：「你願不願意往生？」大家會異口同聲：「願往生。」但是仔細觀察，我們大多數是「口念彌陀，心戀娑婆」。一

方面想去極樂世界；另一方面，娑婆世界的事這也放不下，那也放不下，這就往生不了，這不是下定決心求往生。真正下定決心求往生是什麼樣子？對娑婆世界完全放下，沒有絲毫貪戀，沒有絲毫捨不得，必然是海賢老和尚那個樣子，一句佛號分秒必爭，從來不曾丟失。我們才知道我們的差距有多大！願往生不是天天在佛前唱「願生西方淨土中」就叫願往生，這是口頭，內心呢？內心卻堅固的貪著輪迴裡的人、事、物，心甘情願沉溺在欲海當中，根本不願意出離。這是大部分人的通病，憨山大師有一帖對治此病的良藥，《示念佛切要》，今天我們一起來學習。

二、憨山大師簡介。憨山大師與蓮池大師、蕩益大師、

紫柏大師並稱為「明末四大高僧」，至今肉身不壞，與六祖惠能大師肉身同在廣東南華供奉。對憨山大師我們有點陌生，但是對於蕩益大師我們就不陌生了。蕩益大師二十四歲那年，一心想禮拜憨山大師為剃度恩師，但是當時憨山大師遠在廣東曹溪，緣不成熟，蕩益大師只好在憨山大師的高徒雪嶺禪師座下剃度出家。蕩益大師是什麼人？可想而知憨山大師非同凡響。憨山大師雖然不是淨宗的祖師，可是淨宗的十祖是他再來的。淨宗十祖截流大師的父親名全昌，乃宜興老儒，與憨山大師為友。憨山大師圓寂後三年，一天晚上，全昌夢見憨山進臥室，隨後，截流大師出世，由此全昌為兒子取名為夢憨。所以印光大師作的淨宗諸祖讚頌裡面說：

「憨山宿願尚未酬，故復示生作截流」。通常說的淨宗第十代祖師虞山普仁行策大師，即是截流大師。

三、憨山大師開示。（一）憨山大師《示念佛切要》，我們先把這篇開示從頭至尾讀一遍，再把重點的地方提一下。

「念佛求生淨土一門，元是要了生死大事，故云念佛了生死。今人發心因要了生死，方才肯念佛。只說佛可以了生死，若不知生死根株，畢竟向何處念。若念佛的心，斷不得生死根株，如何了得生死。」

如何是生死根株？古人云：業不重不生娑婆，愛不斷不

生淨土。是知愛根乃生死之根株。以一切眾生，受生死之苦，皆愛欲之過也。推此愛根，不是今生有的，也不是一二三四生有的，乃自從無始最初有生死以來，生生世世，捨身受身，皆是愛欲流轉。直至今日，翻思從前，何曾有一念暫離此愛根耶。如此愛根種子，積劫深厚，故生死無窮。今日方才發心念佛，只望空求生西方，連愛是生死之根的名字也不知，何曾有一念斷著。既不知生死之根，則念佛一邊念，生死根只聽長，如此念佛，與生死兩不相關。這等任你如何念，念到臨命終時，只見生死愛根現前，那時方知佛全不得力，卻怨念佛無靈驗，悔之遲矣！

故勸今念佛的人，先要知愛是生死根本，而今念佛，念

念要斷這愛根。即日用現前，在家念佛，眼中見得兒女子孫，家緣財產，無一件不是愛的，則無一事無一念不是生死活計，如全身在火坑中一般。不知正念佛時，心中愛根未曾一念放得下，直如正念佛時，只說念不切，不知愛是主宰，念佛是皮面，如此佛只聽念，愛只聽長。且如兒女之情現前時，回光看看這一聲佛，果然敵得這愛麼？果然斷得這愛麼？若斷不得這愛，畢竟如何了得生死。以愛緣多生習熟，念佛才發心，甚生疏，又不切實，因此不得力。若目前愛境主張不得，則臨命終時畢竟主張不得。

故勸念佛人，第一要知為生死心切，要斷生死心切，要在生死根株上，念念斬斷，則念念是了生死之時也。何必待

到臘月三十日，方才了得，晚之晚矣！所謂目前都是生死事，目前了得生死空，如此念念真切，刀刀見血，這般用心，若不出生死，則諸佛墮妄語矣。故在家出家，但知生死心，便是出生死的時節也，豈更有別妙法哉。」

忠言逆耳，良藥苦口，祖師無限慈悲，讀到這樣的開示，我們如獲至寶。這篇開示叫「念佛切要」，名符其實，切中要害！大師確實是修行的過來人，直抉病源，語語痛快。這篇開示雖然篇幅不大，只有七百多字，可是它在淨宗中的分量絕對不輕！對於指導我們念佛，有切實下手處。

提請大家高度注意文中兩個地方。第一，「空求生西

方」。我們求往生只是嘴上說說，好像喊口號一樣，別人喊我也喊，但我們的求沒有內涵、沒有實質，所以大師不給我們留一點情面，說是「空求」，喊破喉嚨也枉然！回頭看看海賢老和尚，他的求是實實在在的！他是真真切切發自內心求阿彌陀佛趕緊接我走，所以他的佛號晝夜不停。我們現在，如果阿彌陀佛現在就來接我們去極樂世界，馬上就走的，大部分人當場嚇跑。我想往生，但不是現在。我還有這件事未做，還有那件事要辦……這種貪戀世間的心，就是我們往生最大的障礙。所以我們這種求往生是空的（空殼）、騙人的，騙人說要求往生，佛真正來接我又捨不得走。

第二個地方，「愛是主宰，念佛是皮面」。憨山大師

毫不留情揭穿我們，假念佛人！念佛只是門面功夫，所以佛號一邊念，生死的根一邊長，像兩條平行線，永遠不相交。現在被揭穿，還好過臨終時手忙腳亂才被揭穿！現在被揭穿，還來得及。自己根本沒有出離心，沒有真信切願，天天做的都是表面上的事，怎麼可能往生呢？祖師們都告訴我們，念佛法門是「萬修萬人去」，可是現今萬修只有二、三人去。問題出在哪裡？印祖一語道破：「永明所謂萬修萬人去者，指信願具足者言也。」真信切願，就萬修萬人去；信不真、願不切，就變成萬修二、三人去。

我們普遍存在的問題是信、願、行不到量。不能說不信，半信半疑；並不是沒有願，又願又要猶豫；也不是沒有

行，三天打魚兩天曬網。比如說，往生需要百分之百的信願，而我們只有百分之十的信和百分之十的願，這就往生不了。為什麼信、願、行不到量？根本原因就是沒有出離心。出離心就是「厭離娑婆、欣求極樂」的心，古人說的「願離娑婆，如獄囚之冀出牢獄。願生極樂，如窮子之思歸故鄉」，我們連一點樣子都沒有！出離心是信願的內涵。

憨山大師勸我們放下，言辭痛切，無非為了觸動我們。因為我們麻木不仁太久了！對生死的大事無動於衷。大家都會說，哎呀，放下真難啊，放不下、放不下。其實，哪有放不下的？而是我們捨不得放，捨不得放！想想看是不是？捨不得子女，子女的子女還是捨不得，樣樣要操心；捨不得你

銀行裡的存款；捨不得你名下的幾處房產；捨不得別人對你的恭敬讚歎……這些都是一條一條的繩索，把我們牢牢綁在六道輪迴裡面。捨不得放，那麼生死的根就繼續滋長，無量劫又無量劫，不知什麼時候才能出頭。我們對於愛的，牽腸掛肚；對於恨的，耿耿於懷，這怎麼能夠往生呢？所以佛在《四十二章經》感嘆：「人繫於妻子舍宅，甚於牢獄。牢獄有散釋之期，妻子無遠離之念。」一天二十四小時，我們回想一下，二十四小時裡面，我有多少時間心繫極樂？又有多少時間心繫娑婆？我們心繫娑婆的時間多，心繫極樂的時間少！少得可憐，微乎其微，二十四小時當中有十分鐘想往生嗎？這個比例太懸殊了！這是一天的狀況，如果天天都是這

樣，再這樣下去，年復一年，我們拿什麼去往生？才知道我們有多危險！海賢老和尚、師父上人都是時時刻刻想往生，那叫真信切願。

海賢老和尚常常告誡身邊人：「好好念佛，成佛是大事，其他什麼都是假的。」老和尚的話，如果你能引起共鳴，聽到他那樣說，心想：對啊，我就是這種心態，一切都是假的，只有念佛成佛才是真的。那是實實在在想到極樂世界去，迫不及待，那麼，你的求往生不是空求，不會落空；否則，趕緊加功用行。

下面十祖截流大師的一段開示與憨山大師的《示念佛切

要》不謀而合，如出一轍。上面印祖說過，「憨山示生作截流」，兩人是一不是二。

(二) 截流大師《示丁耕野居士》。「譬如萬斛之舟，欲有所往，檣非不高也，舵非不正也，資具非不完備也，去志非不決也。乘風張帆，有瞬息千里之勢。倘若船頭一樁未曾拔卻，被一條纜索繫住。雖種種推排，其能有濟否？今時淨業人，有終日念佛，懺罪發願，而西方尚遙，往生弗保者。無他，愛樁未拔，情纜猶牢故也」。祖師舉個比喻：一艘船，萬事俱備要啟程，但船頭一樁被纜索繫住。這就好比念佛人啊，整天念佛，可是西方還很遙遠，往生沒有把握。什麼原因呢？愛樁未拔，情纜猶牢也，即是憨山大師前面說

的「生死愛根沒斷」，致命的障礙。截流大師接下來教我們對治的辦法：「若能將娑婆恩愛，視同嚼蠟，不管忙閒動靜、苦樂憂喜，靠著一句佛號，如須彌山相似。一切境緣無能搖動。或時自覺疲懈，惑習現前，便奮起一念，如倚天長劍，使煩惱魔軍，逃竄無地。亦如紅爐猛火，使無始情識，銷鑠無餘。此人雖現處五濁之鄉，已渾身坐在蓮華國裡，又何待彌陀授手、觀音勸駕，而始信其往生哉」。

我們念佛多少年了，往生有沒有把握？這件事不必問別人，問你自己！蕩益大師有一個衡量的標準：「世情淡一分，佛法自有一分得力。娑婆活計輕一分，生西方便有一分穩當。此事只問心，不必問知識也。知識亦勸淡世情，輕活

計，專修出要耳。」自己心裡要清楚，對這個世界消極，才能對西方淨土積極；對娑婆愈是放得下，對極樂就愈能提得起；對這個世界的感情愈淡，對極樂世界的感情就會愈來愈深。娑婆活計輕一分，生西方便有一分把握；娑婆活計輕十分，生西方便有十分把握。你才會發自內心的認同海賢老和尚說的那句話：「阿彌陀佛是我的根啊！」

憨山大師雖然不是淨宗的祖師，但是他對淨宗的貢獻不小。參禪大徹大悟，通宗通教，勸人念佛求往生。大師著作等身，清朝趙鉞居士從《憨山大師全集》中選錄出二十二篇開示習禪修淨學人的法語，編成一書《憨山大師淨宗法要》。一九五〇年，這本書在香港大嶼山寶蓮寺的廢紙堆中

被人發現，於是印刷流通。我們再從《憨山大師淨宗法要》中摘錄三段供養大家參考：

（三）憨山大師《示淨心居士》。「修行第一要為生死心切。生死心不切，如何敢云念佛成片？且眾生無量劫來，念念妄想，情根固蔽。即今生出世，何曾一念痛為生死？日用念念循情，未常反省。今欲以虛浮信心，就要斷多劫生死，所謂滴水救積薪之火，豈有是理哉？若果為生死心切，念念若救頭燃，只恐一失人身，百劫難復。要將此一聲佛咬定，定要敵過妄想，一切處念念現前，不被妄想遮障。如此下苦切工夫，久久純熟，自然相應，如此不求成片而自成一矣。此事如人飲水，冷暖自知，告訴不得他人，全要自己

著力。若但將念佛做面皮，如此驢年無受用時（十二生肖中沒驢年，即盡未來際無受用時）。直須勇猛，更莫遲疑。」

（四）憨山大師《示修淨土法門》。「念佛必要為生死心切，先斷外緣，單提一念，以一句阿彌陀佛，以為命根，念念不忘，心心不斷，二六時中，行住坐臥，拈匙舉箸，折旋俯仰，動靜閒忙，於一切時，不愚不昧，並無異緣。如此用心，久久純熟，乃至夢中亦不忘失，寤寐一如，則工夫綿密，打成一片，是為得力時也。」

（五）憨山大師《示大凡禪人聽演楞嚴宗旨》。「從今將一往生平，馳逐攀緣妄想之心，一齊收攝放下。折合向一

句阿彌陀佛上，消歸自己本命元辰，念念不移，心心不斷。以前妄想，乃造生死之染因也，念佛一念，乃出生死之淨因也。果能將此淨念，薰前染污苦因，變而為淨土真因，則頓令無量劫來生死苦因苦果，變而為淨土樂因樂果矣」。

四、結尾。念佛並不是枯燥無味的，印光大師說：「念佛之樂，唯真念佛者自知。」念佛的樂趣，我們體會不到，海賢老和尚體會到了，愈念愈喜歡念。這一句佛號，老人家念了九十二年，自在往生。從老和尚身上，我們每一個自詡為念佛人的人，是時候在內心深處做一次徹底的自我反省，反省我們的信願，反省我們念佛的功夫。不要自欺欺人，不要裝模作樣，不要場面行持。這一句阿彌陀佛，我到底念得

怎麼樣？尤其我們出家同修，憨山大師的《夢遊集》裡面多次提醒出家人，「三途地獄未是苦，向袈裟下失卻人身，始為苦也」，我們就知道，這一生如果不往生，後果不堪設想！真是夏蓮居老居士說的，「腳根無線似飄蓬，才出迷途又失踪」。古人出家都是為生死大事，所謂「大事未明，如喪考妣」，如救頭燃，我們現在呢？把生死大事拋到九霄雲外。

五、附言。時光如梭，戒學研習班即將結束。這一次，我們在澳洲淨宗學院聚會；將來，我們在西方極樂世界聚會，那個會，叫蓮池海會。五十年後、一百年後的人們，回想公元二〇一四年的秋天，淨空老法師在澳洲圖文巴的這一

次講經盛會，就好像我們現在回想三千年前世尊在世講經法會一樣。

弟子笨拙，不懂用什麼詞句來形容師父上人，師父上人真是慈悲到了極處，念念希望眾生早一天成佛，不要再在六道裡面逗留。唯恐我們不能往生，還要再來輪迴受苦。上根的，像海賢老和尚那種根性，讓你一句佛號不拐彎，念到底；中根的，苦口婆心給你講道理，引導你生信、發願、念佛，爭取這一生能往生；下根的，業障太重、不願意念佛的，窮盡辦法、種種善巧方便誘導你，希望你五戒十善這一生先保住人身，來生、來來生接著再幹，遇緣念佛。最終總是要把我們都拽到極樂世界，不忍我們仍在六道輪迴裡面頭

出頭沒。

釋迦牟尼佛給我們表演一生教學，師父上人給我們重演一生教學。「一代時教，浩若淵海。其究竟暢佛普度眾生之本懷者，唯淨土一法而已」，講其他的法門，「如來普度眾生之心，鬱而未暢」，印光大師說的。釋迦牟尼佛給我們表演極暢本懷的淨土大法，師父上人給我們重演。世尊當年在世，王舍城有三分之一的人，知道釋迦牟尼佛這個人，並且現場聽過佛講經說法；有三分之一的人，聽說過釋迦牟尼佛這個人，但是一生沒有見過面，沒有現場聽過他講經；有三分之一的人，一生聽都沒聽說過釋迦牟尼佛這個人，不知道佛法。這樣你就知道你是何等的幸運！中國目前十四億人

口，你是哪一個三分之一？恐怕是三十分之一！師父上人現在在世，就像世尊當年在世一樣，而你來到他的身邊。

《釋迦譜》好像有一段公案，大概是這樣：釋提桓因請佛到忉利天宮說法。世尊爽快的答應了，他說：「走走走，我的四眾弟子大多數懈怠、懶散，不聽我講法，現在我就不告訴他們我去哪裡，也不帶侍者（就連他最貼身的阿難尊者也沒帶去），讓他們嘗嘗渴仰於法的滋味。」（渴仰於法是指對法的希求好像口渴了對水的希求一樣），於是世尊屈伸臂頃到了忉利天宮。世尊失蹤了三個月，在忉利天宮說法圓滿之後，回到世間就告訴大眾，不久他要入滅了。於是弟子們悔懼交至、痛苦不堪。從這個小故事，回頭對照我們自

己：是否跟世尊當年的弟子們一樣？師父上人接近九十高齡了，還天天苦口婆心、不厭其煩的給我們講解淨土大經，可是我們珍惜嗎？萬一有一天，師父上人突然示現無常，我們怎麼樣？是不是像世尊那些弟子一樣，後悔莫及？悲劇不會重演吧。我們都希望師父上人長久住世，沒錯，但是我們得拿出行動啊。大家記不記得李炳南老居士為什麼提前走了？沒有人依教奉行！所以想留住師父上人，我們要依教奉行，大家要發心，你也發心，他也發心，我也發心，聽者、聞者都發心，發心做什麼？發心做真念佛人！發心真求往生！師父上人講了一輩子，不就唯一希望我們都能往生成佛嗎？尤其是出家眾，要帶頭！帶頭念佛求往生。不要以為你還年

輕，要學些大經大論，要建個大廟，要幹一番大事業……你把這些事暫先放一放，先辦生死大事！因為無常不會等你準備好了才姍姍來遲，我能保證我一定能活到老嗎？無常突然到來，我死往哪裡去？也不要急著去講經，道業未成去講經，叫「相似利他」，不是真正利他。今生決定往生極樂世界，才不枉出家一回。

最後，以夏老居士的一首偈來結束今天的報告：「若問如何出愛河，只有彌陀念得多。念熟方能登樂土，倘生不免墮娑婆。」報告過程恐有錯誤，懇請師父上人及諸位善知識批評指正，不吝賜教，望眾慈悲，布施歡喜。阿彌陀佛。不肖弟子釋自了叩呈，二一四年九月二十七日。

老法師：我們剛才聽到自了師的報告，也看到文字了，確實給我們現前大眾，他是代佛、代表祖師大德給我們當頭棒喝。這一棒能不能打醒？希望有打醒的。當然不能打醒的還很多，由此可知，眾生的業障有多重。重要的是回過頭來看看自己，才真正得受用；如果不能回光返照，我們這一生往生淨土確實有問題。

我們在學習過程當中常常提到科學的成就，為什麼？它能幫助我們觀照，幫助我們看破、幫助我們放下。德國普朗克博士告訴我們，這是一生專門研究物質是什麼東西，這個謎被他揭穿了。他發現微中子，微中子擊破之後就沒有了，物質不見了；換句話說，微中子就是佛經上所說的極微色、

極微之微，這個東西不能再分了，再分就沒有了。他把這個找到了，分了物質沒有了，看見什麼？看見是念頭波動的現象。這才恍然大悟，物質從哪裡來的？物質從念頭來的，不是真的物質東西，是一個幻相、假相。真的，真的它根本不存在。

我們今天看到物質現象，那就是彌勒菩薩跟世尊對話上說的，佛問彌勒菩薩，凡夫心有所念，我們今天起個念頭，這個念頭是多少微細念頭組成的？我們才發現這個念頭，單獨一個念頭是決定不能夠想像的，你毫無感覺。彌勒菩薩回答（彌勒是唯識專家，用現在說是佛教心理學的專家），菩薩回答我們，「一彈指有三十二億百千念」，這是答覆念

頭。我們起心動念，一個念頭多少念？三十二億百千念，多長時間？一彈指。「念念成形」，形就是物質現象，「形皆有識」，每個微細的物質現象，就是科學說的微中子，佛法講的極微之微、極微色，它就是《心經》上所說的五蘊。我們念《心經》念了幾十年，根本就不懂得五蘊什麼意思，「觀自在菩薩，照見五蘊皆空」，五蘊是極微色，這個極微色由念頭產生的，而且存在。我們今天時間是用秒做單位，一秒鐘能彈幾次？有人告訴我，我以前是想著大概五次，我彈的差不多，有比我更年輕的，體力好的、力氣勇猛的，他可以彈七次。這個念頭一彈指三十二億百千念，三十二億乘百千，百千是十萬，三十二億乘十萬，三百二十兆，一彈

指，三百二十兆再乘七是一秒鐘，哪有這個東西存在！

所以普朗克下了一個結論，這個宇宙之間根本沒有物質這個東西存在，你們認為物質這個東西存在，完全看錯了。這個要跟《金剛經》一對，佛說的「凡所有相皆是虛妄」，普朗克證明了。假的，不是真的。「一切有為法如夢幻泡影」，都是《金剛經》上的話，你執著它，錯了；你分別它，錯了；你起心動念，也錯了。真正明白這個道理，了解事實真相，不把它放在心上了，破身見就不難了，身見是一切罪惡的根源。

了師報告裡面講的，煩惱的根源是愛，愛的根源是我。

這是什麼？唯識裡面講的第七識，第七識就是我見。根本沒有我，偏偏執著有個我，跟著我起來的，我愛、我慢、我痴，這就是貪瞋痴三個根，與生俱來的煩惱。從一念不覺，迷失了自性變成阿賴耶，阿賴耶就是這個東西組成的。阿賴耶的業相，含藏種子，從這裡變現出末那，末那就是四大煩惱常相隨，末那就這四個東西：我見、我愛、我慢、我痴。所以我們要曉得，我們如何對付貪，能把貪放下。貪的核心是愛，你看破這個東西了，曉得它是假的，你才能放下。愛是煩惱，不是好事，愛是六道輪迴的根本，這個東西不去掉不能出輪迴。傲慢，傲慢是瞋恚的根。懷疑是愚痴的根。

我們學習聖教，最重要是不能懷疑。可是我們今天懷疑

養成習慣，科學第一個講懷疑，頭一個就是教你懷疑，不知不覺染上嚴重的習氣。所以我們為什麼入不了聖教？就是疑沒有斷乾淨。我們信，百分之九十九信，還有一分懷疑，那一分可不能看輕它，這李老師常常告訴我們，那一分起作用，就把你全部功夫毀掉了。我們對聖教不疑，多難。古人容易。所以今天我們非常感嘆，為什麼這麼難？沒有紮根教育。紮根教育就是中國古人講求的，從胎教開始。懷孕的時候，母親眼不視惡色，耳不聞淫聲，口不出傲言，她就持戒了，為什麼？她能這樣做，她的胎兒正常。小孩生下來之後，張開眼睛他就看，他那個小耳朵就在聽，他就在那裡學習，父母要好好照顧他，負面的東西不能讓他看、不能讓他

聽，不可以讓他接觸到。要看多久？一直要看他到滿三歲，就是一千天，這叫紮根教育。所以小孩受這種教育，他三、四歲就有能力辨別是非邪正，邪的、不正的他會排斥，他會拒絕。所以古人有一個諺語講「三歲看八十」，他一生不會改變，根紮得深。

我們今天沒有這個根。沒有這個根，他學了佛、學了戒，到最後不能受持，來破戒犯規，這個我們要原諒他。為什麼？他沒根。好像建大樓一樣，是蓋好了，地基不穩固。《無量壽經》上佛慈悲，話說得多好：「先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也。」大慈大悲要原諒這些人，要勉勵他，最重要的，自己要做好榜樣給他看。像海賢老和尚，

一生做樣子給人看。他也是受阿彌陀佛囑咐的。我相信他的壽命也不過就是七、八十歲，他活到一百一十二歲，那是阿彌陀佛加持的，一定要等他表法。到最後表的是，拿到這個《僧讚僧》，那是什麼？那是挽救淨土。現在在這個時代，毀謗淨土的人、排斥淨土的人太多了，能量太大了，史無前例。有個法師送我四個字「大難大難」，跟我說的，我確實是如此。我也放四個字放當中，我把它連起來，「大難大忍」，要修忍辱波羅蜜，我能忍受，「大忍大難」，這兩個難字，一個是困難的難，一個是災難的難，我們才能度過，沒有忍辱波羅蜜就完了。不能起怨恨，要生憐憫心，他為什麼這麼做？我們傳統文化丟掉兩百年了，前一百年疏忽，還

有一點樣子，沒有人真幹了；最近這一百年，樣子都沒有了，這就多困難。所以我們總希望學佛的同修要做個好樣子，那就是真正護持佛法，讓社會大眾看到佛的形象。佛不在了，我們所表演的就代表佛的形象。是不是釋迦佛當年的形象？佛法興旺眾生有福，佛法衰了眾生可憐。我們到這個世間來了，得人身、聞佛法，又聞到淨宗，又遇到真正善知識，多麼幸運！

首先，我常常勸勉大家，要破身見，不要執著身，不要想我。為什麼？身見破了，邊見、見取、戒取、邪見都破了，才能證初果。沒有能證得的時候，初果以外沒入佛門，這個要知道。沒入佛門能有成就的，行，那就是阿彌陀佛無

盡的慈悲，給我們開這個念佛法門，沒有證聖果的人也能往生。如果說八萬四千法門，你不走斷煩惱、證菩提，你沒分，哪一個法門有帶業的？所以我到八十五歲，看看這不行了，哪個經論、哪個法門都救不了我，不能幫助我脫離輪迴，我回過頭來專弘《無量壽經》，專念阿彌陀佛，全放下了。你們不幹我幹，為什麼？我要想脫離六道輪迴，這個輪迴太苦了。我這個年齡，經過軍閥割據的戰爭、中日戰爭、第二次世界大戰，我親眼看到的，佛說的八苦、三苦一點都不錯。我的出離心比你們強，我受的苦太多了，出家也受苦。唯一的安慰，就是釋迦牟尼佛給我們做了榜樣。世尊當年在世，三衣一鉢，樹下一宿，日中一食，我現在比他還強

一點，這值得安慰。想起世尊，我心裡就平了，他給我做了最好的榜樣，我們要向他學習。

一切稱心善緣不能有絲毫貪戀，要看破。一切惡緣，我們不願意遇到，遇到了，不生瞋恚。現實的社會，從早到晚我們六根接觸的人事物，我們在這修行，在這下功夫。修什麼功夫？根本的，這些東西全是假的，物質是假的、念頭是假的，沒有一樣是真的。你真看穿了，你就肯放下了，你不會再抓這個東西。抓這些東西幹什麼？抓這個東西就是六道輪迴。它製造六道輪迴的，它製造十法界的，我們想出離六道、出離十法界，這個東西要放下。怎麼放下？假的不是真的，一口氣不來，什麼東西是你的？我常常勸人，我們現在

穿的衣服是自己的，不穿的時候就不是我的；我住的這個房子，在這住的是我的，我離開這房子，房子不是我的；我身上裝的錢是我的，銀行錢不是我的。怎麼？很容易丟掉，不操心，沒有牽掛。佛來了要我走，馬上就跟他走了，什麼事都沒有。還有沒有牽掛？沒有了，這才能痛痛快快快的走。所以不能不知道，不能不放下。祖師大德苦口婆心，我們感恩。社會上這些表演，無論正面、反面的我們都感恩，時時刻刻在提醒我。有緣就做，這個緣絕對是利正法久住，利益眾生的我們要做；沒有緣，不生念頭，隨緣不攀緣，我們才能得自在。所謂心安理得，道理搞清楚、搞明白了，心安了，心安沒有念頭了。

無量壽經科註第四回學習班（第八十九集）

2014/10/6 澳洲淨宗學院 02-042-0089

學生：尊者師父上人慈悲，諸位善知識慈悲，阿彌陀佛！不肖弟子釋自了冒昧報告的題目是「重新認識淨土法門」。

一、開頭。

萬萬沒有想到，聽經十幾、二十幾年了，對淨土的信心仍是這般不堪一擊，「真堪痛哭流涕，聲震大千。心片片裂，腸寸寸斷矣」。這對我們真是冷水澆頭。弘法幾十年，

念佛人無數，究竟有幾個真的對阿彌陀佛的信心堅定不移？我們普遍的毛病，喜歡做表面文章，說一些沒用的廢話，耽誤自己，更耽誤別人的大事。我們暫且放慢腳步，先不要炫耀一天念佛號多少萬聲、多少個小時，這個時候很有必要來補補課，重新認識淨土法門。淨土的理论，是歷代傳法的祖師大德開示得不够明白，還是師父上人講解得不够透徹，還是我們自己業障太重不肯相信，為什麼有人說出來的話如此這般不相應，甚至背道而馳卻還洋洋得意？

這份報告，特地摘錄《印光大師文鈔》關於淨土法門的開示，整篇都是印祖的開示原文，不敢絲毫增減。如果這些開示不是很重要，對於堅定我們的信願，我們絕對不敢在此

浪費大家的時間。認真讀讀印祖的開示，讀一遍，即是得到大勢至菩薩一遍的加持；讀一遍，自己對淨土的信心堅固一遍。對淨土信心不堅固的，由此堅固起來，信心已經很堅固的，則愈加堅固。

淨土法門，一言以蔽之，印光大師常常說的：

「九界眾生離是門，上不能圓成佛道；十方諸佛捨此法，下不能普利群萌。」

「淨土法門，釋迦、彌陀之所建立也。文殊、普賢之所指歸也。馬鳴、龍樹之所弘揚也。匡廬、天台、清涼、永明、蓮池、蕩益之所發揮宣導，以普勸夫若聖若凡、或愚或

智也。

此諸菩薩大士，於千百年前，早已為吾遍研藏教，特地揀出此不斷惑業，得預補處，即此一生，定出樊籠，至圓至頓，至簡至易，統攝禪教律而高出禪教律，即淺即深，即權即實，殊特超越天然妙法也。吾信仰佛祖，以古為師，豈不如親近今時知識之為愈乎？

《華嚴》一經，王於三藏，末後一著，歸重願王。華藏海眾，悉證法身，咸求往生，企圓佛果。吾何人斯，敢不景從？捨爾狂心，力行斯道。功德利益，當自證知。何待遍參，方為知法哉？」

二、印光大師開示

(一) 世尊出世。

大覺世尊，愍諸眾生，迷本妙心，輪迴生死。示生世間，成等正覺，隨眾生機，說種種法。雖大小權實不同，偏圓頓漸各異，要皆為令眾生，開示悟入佛之知見，究竟成佛而已。

然眾生根有大小，迷有淺深，不能直下暢佛本懷。又為末世眾生，業障深厚，智慧淺薄，壽命短促，知識稀少，匪仗佛力，決難了脫。於是特開一總攝初中後法，普被上中下根之淨土法門，俾彼已證法身者，速成佛道，未斷煩惱者，

亦出輪迴。

其為利益，超出一代時教之上。以一則專仗自力，一則兼仗佛力。譬如跛夫，盡日只行數里，若乘轉輪聖王輪寶，一日即可遍達四洲。故得九界同歸，十方共讚，千經俱闡，萬論均宣。以其為十方三世一切諸佛，上成佛道，下化眾生，成始成終之總持法門故也。

（二）特開淨土。

設如來不開此法，則末世眾生，誰能斷煩惱以了生死，出五濁以超三界乎？淨土一法，須另具隻眼，不得以常途教義相例。使如來不開此法，則末世眾生之了生死者，不可得

而見之矣。佛法，法門無量，若欲以通身業力之凡夫，現生即得了生脫死，離此「信願念佛，求生西方」一法，佛也說不出第二個法門了。

吾人一念心性，直下與釋迦、彌陀無二無別。而釋迦、彌陀，已成佛道於塵點劫前，又復數數示生，數數示滅，以行化導，欲令吾人，繼其芳蹤。而吾人以煩惱惑業，無力斷除，直至今日，尚在生死輪迴中，頭出頭沒，渺不知其何所底止。縱令往劫曾聞佛法，依教修行，但以自力劣弱，不能斷惑，依舊常沉溺於生死苦海中，莫之能出。靜言思之，能不愧死！釋迦、彌陀有鑑於此，特開一信願念佛法門，令其仗佛慈力，橫超三界。俾上中下根，同得往生西方，可謂真

慈大悲，至極無加矣。

（三）暢佛本懷。

溯自大教東來，遠公首開蓮社，一倡百和，無不率從，暢佛之本懷，唯此法為最。自茲厥後，代有高入，續焰傳燈，光騰中外，迄至於今，宗風不墜。而天台宗之智者大師，賢首宗之清涼國師，慈恩宗之窺基法師，禪宗之百丈禪師，律宗之大智律師，莫不釋經著論，普勸修持，其事蹟具載於《淨土聖賢錄》。是知禪、教、律諸知識，悉隨華藏海會之班，一致進行，求生極樂，況末法根機淺薄者乎！

始自阿含，以迄般若，莫不曲順根性，而為宣說，令其

漸次增進，就路還家。佛之本懷，祕而不宣，迨至法華會上，開權顯實，開跡顯本。人天權小，皆是一乘。客作賤人，實長者子。普授三根之記，大暢出世本懷。與最初華嚴，始終互映。可謂一大事因緣，全體咐囑，了無餘蘊矣。

又以末世眾生，根機陋劣，斷惑證真，實乏其人，以故特開淨土一門，俾上中下根，若聖若凡，同於現生，出此娑婆，生彼極樂，以漸證夫無量光壽。其深慈大悲，實屬至極無加矣。

大矣哉，淨土法門之為教也。是心作佛，是心是佛，直指人心者，猶當遜其奇特。即念念佛，即念成佛，歷劫修證

者，益宜挹其高風。普被上中下根，統攝律教禪宗。如時雨之潤物，如大海之納川。偏圓頓漸一切法，無不從此法界流，大小權實一切行，無不還歸此法界。不斷惑業，得預補處，即此一生，圓滿菩提。九界眾生離是門，上不能圓成佛道，十方諸佛捨此法，下不能普利群萌。

是以華嚴海眾，盡遵十大願王。法華一稱，悉證諸法實相。最勝方便之行，馬鳴示於《起信》。易行疾至之道，龍樹闡於《婆沙》。釋迦後身之智者，說《十疑論》而專志西方。彌陀示現之永明，著《四料簡》而終身念佛。

匯三乘五性，總證真常。導上聖下凡，同登彼岸。故得

九界咸歸，十方共讚，千經並闡，萬論均宣。誠可謂一代時教之極談，一乘無上之大教也。

（四）三根普被。

如來聖教，法門無量，隨依一法，以菩提心修持，皆可以了生死，成佛道。然於修而未證之前，大有難易疾遲之別。

求其至圓至頓，最簡最易，契理契機，即修即性，三根普被，利鈍全收，為律、教、禪、密諸宗之歸宿，作人、天、凡、聖證真之捷徑者，無如「信願念佛，求生西方」一法也。

淨土法門，乃一代時教契理契機之特別法。下自五逆十惡，上至等覺菩薩，皆當修習，皆可即生超凡入聖。其餘所有一切高深玄妙之法，多是契理，而絕不能普契上、中、下三根之機。我等從無始來，以至今生，尚在輪迴中流轉。皆因夙生，或以愚而不敢承當，或以狂而絕不信受之所致也。

（五）帶業往生。

佛愍眾生無力斷惑，難了生死，故特開一「仗佛慈力，帶業往生」之橫超法門。一切法門，非斷盡煩惱，不能出離生死。唯茲淨土，但具真信、切願，即可入佛封疆。

念佛一法，重在佛慈加被，雖屬具足惑業之凡夫，亦可

承佛慈力，帶業往生。餘一切法，則絕無此義。末世眾生，不依淨土，修餘法門，但得人天福報，及作未來得度之因緣而已。以無力斷惑，則生死根尚在，何能不發生死之苗芽乎哉？

末世眾生，欲於現生了生脫死，若不念佛，求生西方，決定做不到。何以故？以無力斷惑故。念佛求生西方，仗佛慈力，未斷惑者，亦可往生。既往生已，惑業苦三，悉皆消滅。喻如片雪當於大冶洪爐之上，未至而化。以西方乃佛菩薩境界，凡夫到此，凡念不期斷而自斷。

佛法，法門無量，通須做到業盡情空，方可了生脫死。

否則縱有所得，依舊不奈生死何。若在今時，恐舉世亦難得一二做到業盡情空地位。唯有念佛一法，若具真信、切願、志誠念佛，求生西方，縱有通身業力，皆可仗佛慈力，往生西方，所謂帶業往生者。一生西方，則了生脫死，超凡入聖矣。

佛法法門無量，所有一切法門，同須斷盡煩惑，方可了生脫死，煩惑若有絲毫未盡，仍然莫出輪迴。唯念佛一法，全仗佛力，若具真信切願，決定可以仗佛慈力，帶業往生。較彼一切法門，其難易相差奚啻天淵懸殊。吾人既無斷盡煩惑之道力，若不以念佛求生西方，為自利利他之專注大事，則塵沙劫又塵沙劫，仍在六道輪迴中。

(六) 全仗佛力。

學佛之人，當具擇法眼，佛法，法法都好，然須知有自力、佛力之不同。自力了生死，非宿根深厚者不能，末世眾生何能企及？末世眾生，不仗佛力，決難現生了脫生死。念佛了生死，全仗佛力，由自己真信、切願念佛之力，感佛垂慈接引，故能帶業往生也。譬如渡海，仗自力如飛渡，仗佛力如駕慈航。飛渡難免墮落之虞，駕慈航決定有到彼岸的曰子。末世之人不依此修，則雖是修行，亦可憐也，以不知仗佛力，而偏欲仗自力，則恐永無出生死之曰矣。

吾人從往劫來，固有種善根之時，但以未遇仗佛力即生

了脫之法門，故致仍然在六道輪迴中，不能自出也。末世眾生，欲了生死，不修此法，泛修其他仗自力之法門，則但可作未來得度之因，斷難獲現生了脫之果矣。淨土法門超勝一切法門者，在仗佛力，其餘諸法門，皆仗自力，自力何可與佛力並論乎？此修淨土法門之最要一關也。多劫不能成佛，由修自力法門故。須知淨土法門，縱臨終始聞，能生信願而念，即可往生西方，了生脫死。況未至臨終，即已預修乎！

近有一種專逞口解脫者，指念佛者為腐敗待死，祈勿被此種邪說所惑。當今之世，縱是已成正覺之古佛示現，決不另於敦倫盡分，及注重淨土法門外，別有所提倡也。使達摩大師現於此時，亦當以仗佛力法門而為訓導。依餘法門，仗

自力斷惑證真，了生脫死，多多皆是但植福慧善根，不得高預聖流。王十朋、蘇東坡、黃庭堅、曾魯公等，皆是前生錚錚出眾之高僧，而此生已不如前生，來生又不知如何結局。思及此，可為痛哭流涕長太息，若不發憤專修，仗佛慈力，往生淨土一法者，非夫也。

念佛一法，至極穩當，小慧之流，每棄佛力而修仗自力之法，非愚即狂，莫由挽救。吾人但當深信佛言，固守淨宗之旨，當不至流入邪外，及以意見明瞭為親證也。近有高明真切用功，流入偏知謬見，貢高我慢，藐視念佛者，亦復不少。此等皆因不自量，而妄以己之能了知，為能證得也。豈知坯器未火，經雨即化為塵土耳？

近人多好立異，不肯做老實工夫，故有學禪宗、相宗、密宗者。此三法門均不可思議，然均屬自力。密宗雖有現身成佛之義，而現身成者究有幾人？莫道學密之人不能現身成佛，即傳密宗之活佛，也不是現身成佛之人。汝等且莫隨此各法門知識轉，則現生便可出此五濁，登彼九品，為彌陀之弟子，作海會之良朋矣。

設如來不開此法，則末世眾生，誰能斷煩惱以了生死，出五濁以超三界乎？良以一切法門，皆須依戒定慧之道力，斷貪瞋痴之煩惱。若到定慧力深，煩惱淨盡，方有了生死分。倘煩惱斷而未盡，任汝有大智慧、有大辯才、有大神通，能知過去未來，要去就去，要來就來，亦不能了。況其

下焉者乎？仗自力了生死之難，真難如登天矣。

切勿因讀大乘經，或遇宗、教、密等等知識，喜其法門廣大深妙，與其開示親切高妙，遂捨淨土而修其他法門。則不至徒有種了生死之因，決難即生得了生死之果矣。何以故？以一切法門皆須自力修持到業盡情空時，方可了生死。否則任汝功夫深，見地高，功德大，倘有一絲一毫煩惱未盡，則仍舊仍是輪迴中人。既在輪迴中，則從迷入悟者甚少，從迷入迷者甚多，又不知還能遇佛法否？即遇佛法，不遇淨土之法，則仍舊出苦無期。仗自力則舉世難得一二，仗佛力則萬不漏一。淨土法門，以自己之信願持名感佛，佛則以誓願攝受，譬如乘輪渡海，非己力之所可比也。

五祖戒禪師（五祖寺名，師戒禪師為五祖寺住持，故稱五祖戒），於宋初名喧宇宙，門庭高峻，若龍門然，死後為蘇東坡（有事蹟可證）。東坡以前世慧力，其文字見地俱不平常，而復不拘小節，其守杭時，尚常邀妓自娛，可知戒師並初果尚未能證。何以故？以初果得道共戒，（自然而然）任運不會犯戒。若不出家，亦娶妻室，縱以殺身之威脅之，令犯邪淫，寧肯就死，決不肯犯。禪者若知此義，何敢藐視淨土，高推禪宗，讓愚夫愚婦仗佛力以往生，自己甘處輪迴，不願出離乎？印光說此者，恐汝不知所以然，被禪者所屈，而捨佛力以仗自力，致了生死於驢年（盡未來際亦無驢年）。

修持法門，有二種不同，若仗自力修戒定慧，以迄斷惑證真，了生脫死者，名為通途法門；若具真信切願，持佛名號，以期仗佛慈力，往生西方者，名為特別法門。通途全仗自力，特別則自力、佛力兼而有之。即有深修定慧斷惑之功，而無真信切願念佛求生，亦屬自力。今以喻明，通途如畫山水，必一筆一畫而漸成；特別如照山水，雖數十重蒼蔚峰巒，一照俱了。又通途如步行登程，強者日不過百十里；特別如乘轉輪聖王輪寶，一日即可遍達四大部洲。

夫明心見性，乃大徹大悟也。若最上上根，即悟即證，則可即了。否則縱悉知未來如圓澤者，尚不免重複受生耳。至於五祖戒再作東坡，草堂清復為魯公，尚未至甚。而海印

信為朱防禦女，已屬不堪。雁蕩僧為秦檜，則誠堪憐憫矣。甚矣，自力斷惑證真了生脫死之難也。一切法門，皆須以戒定慧之道力，斷貪瞋痴之煩惱，煩惱斷盡，方可出三界了生死。在昔頗有此種人，而今則恐全世界也無一二人可得也。是以愈向後，愈宜專修淨業也。

三、結尾。

佛念眾生，比眾生念佛，當切百千萬倍。今有淨土一法，如仍不肯修，其辜負佛天之恩德也大矣。諸位既具有信心，當依光所說之淨土法門而修。須知此法，乃諸佛、諸祖、諸大善知識之所弘揚者，光不過承諸佛、諸祖、諸大善

知識之語意而傳述之。切勿謂汝何人斯，遂敢令人捨佛所說之禪、教、密法門，而專依汝所說而修乎？若作此議，則為不依佛教。以光之所說，乃十方三世諸佛同說者，何可以光之不才而遂不信從乎（光是印光大師自稱）。

以上都是摘錄印光大師的原文，我們沒聽過的，重新認識淨土法門；曾聽過的，加深認識。雖然有一部分人隨波逐流，對淨土的信心輕輕易易就動搖，自己善根淺薄不願意念佛，還振振有詞拿祖師的開示來做理由。比如蕩益大師，大師是五十九歲走的，你要看他老人家晚年，五十歲以後的所作所為，而不是搬他三十幾歲、四十幾歲的著作來充當你的論據。這些人正像印祖說的「業深障重，未應解脫」。但是

我們堅信，也肯定有一部分人，對淨土的信心真的是「風吹不動，雨打不濕」，多年來對淨土的信心有增無減，外面大風大雨的時候，正是這些人對淨土的信心愈加堅固的時候。

劉素雲老師說的一點沒錯，「正修是念佛，助修也是念佛」，真信切願的人，必然正修、助修都是阿彌陀佛，海賢老和尚就給我們示範這個榜樣。信不真、願不切的人，喜歡搞一點別的，喜歡夾雜，就把他夾雜的東西美其名曰助修。佛要救你，你不願被救還自以為是。有人請教蓮池大師：「人不信淨土，恐只是本來福薄？」大師答：「此言甚是。」我們的信到底有幾分？善導大師說過兩句話，「唯有徑路修行，但念阿彌陀佛」。憨山大師補充了兩句，「此外

別求，皆為邪見邪行矣」。連起來，「唯有徑路修行，但念阿彌陀佛，此外別求，皆為邪見邪行矣」。這樣的話，我們知道了也不敢說，說了別人會說我們狂妄，幸好古人早就給我們道破了。

不肖弟子報告至此，懇請師父上人及諸位善知識批評指正，不吝賜教。阿彌陀佛！不肖弟子釋自了叩呈。

老法師：我們聽了自了師這份報告，這份報告應當單獨流通。像黃念祖居士《淨修捷要報恩談》，《淨修捷要》是他的老師夏蓮居老居士作的，《報恩談》是他的講解，也就是他的註解。這份資料一共有四個光碟，經裡面是三十二

拜，每一拜都有很深的義理在其中。這個小冊子、跟自了法師這篇文章，多多的念一些，你的信心就堅固了，你就不會動搖了。你不堅固，很容易動搖，這個我們能夠理解，一點都不稀奇。為什麼？一切諸佛都說這個法門叫難信之法，你怎麼會那麼容易就相信？所以不能相信、半信半疑是正常的。如果真相信，那是非常人，那不是平常人，古人說的，大智慧人、大福德人他才能信能願，能信能願自然他就持名。不但凡夫難信，二乘難信、三乘菩薩難信，誰能相信？上上根人。上上根是什麼人？是明心見性的法身菩薩，他們深信不疑。沒有明心見性，不相信，我們都能夠承認的，是真的不是假的。

我們能相信這個法門，難！我學佛到今年六十三年，前面三十年都不相信，我不毀謗，都是佛說的。我不願意修這個法門，好高騖遠，對大經大論迷在裡頭，認為這個太簡單、太容易了，我怎麼會學這個法門？我跟諸位報告過，老師勸我，我都沒接受，陽奉陰違。我能相信這個法門，得力於《華嚴》、《法華》、《楞嚴》，講這三部經才真正把淨宗搞明白了。年輕學教，我們崇拜的偶像是誰？文殊、普賢。《華嚴》到末後，文殊、普賢怎麼成就的？念佛往生淨土成就的。再看看他的得意門生，一定是傳他法的，這個人就是善財童子，五十三參裡頭第一參德雲比丘，修般舟三昧，專修念佛法門。給他開示，講了二十一門的念佛法門，

二十一門，二十一不是數字，是密宗的表法，而且表圓滿；換句話說，這一門就是十方三世一切如來圓滿的法門，總持的法門。我們才明白，先入為主，第一個。最後一參，這一頭一尾最重要了，最後一參普賢菩薩十大願王導歸極樂，這還有什麼話說？我從這個地方深信不疑，才接受了。

《楞嚴經》我講過七遍，二十五圓通最後是兩個特別法門，不是一個。我過去也聽過別人講《楞嚴》，都講一個特別，「觀世音菩薩耳根圓通章」，沒有想到大勢至也是特別法門。它按排列順序，大勢至菩薩是七大裡面，地水火風空見識，是見大，大勢至菩薩代表。識大是彌勒菩薩代表，他應該排名在彌勒的前面，彌勒在他後面。最後第二十五是觀

世音菩薩代表的，這特別的。他兩個順序顛倒了，彌勒擺在他前面，第二十三，大勢至擺在第二十四，這是一個位次的差別，很多人疏忽了，沒有發覺。我們發現了，發現還有人提問，才把我問出來；要沒有人提問，我還是囫圇吞棗下去，沒有真正注意到。

這個問我的人是個日本的法師，他在台灣大學，學校聘請他做客座教授，台大的幾個學生帶他來看我。問我學經教學什麼？我說學《楞嚴》。修什麼法門？修淨土法門。他冷笑一聲，淨土與《楞嚴》有什麼關係？一般人都認為《楞嚴》與密有關係、與禪有關係，不知道與淨土有什麼關係。他冷笑諷刺我，你修念佛法門，研究《楞嚴經》，好像是錯

了。我的反應很快，當時立刻我就想起二十五圓通，我就問他，觀音、勢至跟淨土有什麼關係？我這一問他臉變色了。西方三聖，你看當中是阿彌陀佛，那就是觀音、勢至，觀音、勢至是《楞嚴經》二十五圓通裡頭兩個特別法門。所以參學有好處，有人問的時候，不問不知道，一問就知道了，馬上就想起來，我就能回答他。回答他，他啞口無言。所以真的是千經萬論處處指歸。

夏老的《淨修捷要》寫得好，簡單明瞭，斬釘截鐵，讓你信心十足。三十二拜，特別是第十三拜，這個小冊子我們多印，這四個光碟我們大量流通。了師這篇的報告，完全是印光大師的開示，他完全抄在此地，這份東西加上《淨修捷

要報恩談》，堅定淨土的信心。你要真的把它念明白了，把它的義理想清楚了，你這一生不會改變方向，那就恭喜你，你這一生決定得生淨土。生淨土就是成佛，一生成佛，不要等來生。淨土是無量壽，我們往生的時候，到西方極樂世界，這個無量壽是有量的無量壽。怎麼是有量？彌陀本願加持，只加持到法身菩薩，成佛還要你自己修行。修什麼？無始無明的習氣沒斷。

我們在大經裡面看到，阿羅漢見思煩惱斷了，見思習氣沒斷。他在阿羅漢的果位上修什麼？斷習氣。見思煩惱習氣斷了，他就不是阿羅漢，他提升了，辟支佛。辟支佛是見思煩惱連習氣都斷了，他修什麼？他斷塵沙煩惱。塵沙煩惱斷

盡，他是菩薩，十法界裡面的菩薩。菩薩在這個位次上修什麼？斷塵沙煩惱的習氣。塵沙煩惱習氣斷盡，他就成佛了，十法界的佛，天台大師說相似即佛，不是真的。為什麼叫相似？真的假的是論心，用真心是真佛，用妄心是相似佛。妄心修到最好就是十法界的佛，你怎麼去看，像佛；換句話說，佛的經教他完全落實，但是他還是用第八識。第八識用得純正，一點都沒有用偏邪，就是這個位次。

在這個位次他修什麼？他破無明，就是根本無明。根本無明斷了，根本無明是什麼？起心動念。他在這個境界裡頭，眼見色看得清清楚楚，不起心不動念，耳聞聲不起心不動念，練這個本事。我們能不能做到？做不到。為什麼？起

心動念我們不曉得，起心動念太微細了。彌勒菩薩告訴我，念頭的生滅，一秒鐘二千一百兆次，你怎麼能掌握到？所以無明難斷。什麼人斷無明？法身菩薩斷無明。無明斷了，我們知道他還有習氣，於是才搞清楚、搞明白，四十一位法身大士，這實報土裡頭四十一個階級從哪來的？無始無明習氣厚薄不一樣。習氣厚的在下面，十住位，十住、十行；習氣薄的，十地；快要斷盡了，佛在經上常講的，什麼樣的菩薩？八地以上，快要斷盡了。用什麼方法斷？沒有方法。為什麼？有方法你起心動念了，你沒有起心動念，有什麼方法。四十一位法身大士統統都不起心不動念，我們知道，不起心不動念是平等的，平等裡面有習氣，帶的習氣厚薄不一

樣。等覺菩薩是最後一品無明習氣，這品無明習氣斷掉了，他就離開實報土，實報土不見了。所以，凡所有相，皆是虛妄，沒有說實報土例外，這是我們要注意的。

統統斷盡了，無明習氣斷盡了，他提升了，妙覺如來，等覺上面妙覺，妙覺上面沒有了。所以妙覺是無上菩提，沒有在他上面的，他是最高的，他是法身，圓滿法身。法身佛，融入常寂光，法身佛在常寂光淨土。常寂光裡面沒有現象，沒有物質現象，沒有精神現象，也沒有自然現象，常寂光在哪裡？無處不在，無時不在，它是一切法的本體。我們常常學經教用電視屏幕做比喻，屏幕就是常寂光，統統融在裡頭。實報土以下一直到我們凡聖同居土那是什麼？電視上

的頻道。我們電視打開，一片光明沒有現相，你按上鍵鈕的時候，相就現出來，那就現實報土、現方便土、現同居土。

所以惠能大師說得好，「何期自性，能生萬法」，萬法包括世出世間一切法，從哪來的？自性，自性就是真心、就是本性，自性變現的。既然是自性變現的，遍法界虛空界跟自己一體，這個概念，學大乘的必須要有。我們修行最後的目標，怎樣證得，現在是知道，沒有辦法證實，怎麼樣證實？用放下證實。你知道這個事情這是看破，看破是智慧，不得實用，得不到受用，要放下才得受用。你看，你能放下起心動念、放下分別執著，就是妙覺如來。

無明放下了，就是不起心不動念放下了，無始無明習氣在，這個東西沒有辦法放下，要多長時間？三個阿僧祇劫。所以，三大阿僧祇劫不是講別的，是講你破無明、證法身到常寂光，要經過三個阿僧祇劫。因為他那個習氣，實在講它什麼都不妨礙，你的神通道力，你到遍法界去供佛修福，教化眾生，一點妨礙都沒有，跟法身佛沒有兩樣，就是不能契入常寂光。就這一樣不行，其他的沒有兩樣，跟法身佛沒有兩樣。所以在實報土也要待三大阿僧祇劫，阿彌陀佛沒有辦法幫助你馬上就回歸常寂光，這個做不到，你要在極樂世界待三大阿僧祇劫。三大阿僧祇劫之後，那真的無量壽，有量的無量壽立刻轉入真正的無量壽。所以那個有量的無量壽，

我們也可以說它是真的無量壽。

你想極樂世界能不去嗎？要靠自己去修證，真的，無量劫還要加上無量劫，時間太長了。沒有證得法身之前有退轉，有進有退，進得少退得多。哪能生生世世都得人身、都遇佛法？不可能。人間壽命短，天上壽命長，餓鬼、地獄壽命也長。畜生要論次數，墮畜生道，墮一個狗的畜生，這狗身，要輪多少次？幾百次、幾千次，那個麻煩可大了。要論次數的，一、二百次那是最少的了。所以惡道不能去，太恐怖了。

要能脫離輪迴，確實，諸佛菩薩慈悲到極處，阿彌陀佛

建立了極樂淨土，來幫助我們解決這個問題，十方一切諸佛讚歎。佛佛道同，阿彌陀佛建立極樂世界，咱們釋迦牟尼佛為什麼不建一個？佛跟我們眾生想法不一樣，眾生好高騖遠，你做，我做得比你更好，他爭；佛沒有，佛只要有一尊佛做，好，我這個眾生統統送給你，我度不了的話，都勸他到你那去，你度就是我度。佛佛道同，他沒有分別，不會說居功，我不如你，你比我殊勝，沒有這個念頭。有這個念頭就煩惱起來了，那就墮落到六道裡去。這個觀念是真的，所以我們要知道，別人他度眾生一些環境比我好，勸他到那邊去，這是對的，自他不二，自他是一，各人緣不同。阿彌陀佛已經發這個心了，十方佛讚，西方極樂世界誰建的？一切

諸佛共同建的。我們今天念一句佛號，就是在極樂世界貼了一片金，莊嚴佛國土我們就有份。你念得愈多，你在西方極樂世界貢獻就愈大。別的東西它都不要，它就要佛號，聲聲佛號，至誠恭敬，在西方極樂世界貼金放光。這是真正覺悟了，真正明白了，一即一切，一切即一，這是《華嚴經》上說的。

所以，這兩篇東西把它印成小冊子。黃念祖四片光碟，不多，四片光碟，講得非常好，跟印光大師講的完全一樣。我們要多聽，有時間多聽聽你就明白了。當作課程，我主張還是海賢老和尚這片光碟，真幹，他教我們真幹。《淨修捷要》裡頭，那真的是認識淨土，印光大師的開示太好了。

無量壽經科註第四回學習班（第九十集）

2014/10/9 澳洲淨宗學院 02-042-0090

學生：尊者師父上人慈悲、諸位善知識慈悲，阿彌陀佛。不肖弟子自了冒昧報告的題目是：「時時作臨終想——從海賢老和尚反省我們求往生的信願（四）」

一、念佛祕訣

生死心不切，大家都著急，不少人在問：怎樣才能生死心切呢？如何對治生死心不切？

我們曾經在歷代祖師大德的著作裡面去尋找，尋找念佛

的祕訣，最後發現六個字：時時作臨終想。歷代祖師傳給我們念佛的祕訣，就這六個字：時時作臨終想。濃縮起來就一個字：死。

對於「死」這個話題大家不要忌諱，有人談死色變，我們往往該忌的東西不忌，不該忌的東西去忌。古人說：「現在即須畏懼死亡，臨終時則無所畏懼；我等相反，現在無所畏，臨終時唯以手抓胸」，手忙腳亂。

大家都羨慕海賢老和尚念佛的功夫，他念佛的功夫怎麼成就的？每一時、每一刻都當成今生最後一刻，拼命念佛。

生死心不切，從哪裡下手？

從痛念無常下手，時時作臨終想。

宋朝草庵禪師寫了一篇《念佛訣》，簡單扼要，不到三百字。這篇開示很短，但可以說是歷代祖師開示念佛祕訣的經典代表作，對指導我們念佛非常寶貴。草庵禪師在《淨土聖賢錄》榜上有名，往生極樂世界。

《念佛訣》：「阿彌陀佛，誰不能念？而偏難念；西方極樂世界，誰不願生？而罕得生者，蓋念佛之人未得訣耳。教念佛而使之真切者，其唯一「死」之一字乎？」

「死」之一字在念頭上，境緣自然冷淡，情愛亦自輕微。名利勢豪，向此處俱用不得；見聞知解，到此時也行不得。四大各離，將何所靠？孤魂無主，安得自由？此時不見彌陀，恐逢羅剎；不生淨土，恐入驢胎。

莫視此事為緩！明日之事，今日不知。莫將此事為輕！錯過今生，沉淪永劫。

是一切事，無如生死大事，則事事皆不切之事。於一切時，總作臨命終時，即時時皆念佛之時。如是念佛，斯為切心。如是切心，方生淨土。

須下「死功夫」，才成淨業。常念「死時節」，方肯切

心。此乃成佛之階梯，是誠念佛之妙訣也。

二、且不死心

且不死心，就是認為自己暫且不會死的心，這是我們普遍的心態。大家雖然都意識到自己終究難免一死，每一個人都知道自己總有一天會死，生命是很短暫的念頭和想法大家都有，但是卻在每一個日子裡，天真地認為「死神不會在今天降臨」，就這樣直至命歸黃泉的那一刻，都執持著自己萬壽無疆的念頭。

我們不是認為自己不會死，而是總認為：還早、還早，

還沒有輪到我死，我今天不會死，今年也應該不會死。這是我們內在、隱形的心理狀態。所以，念佛修行的大事一拖再拖，今天等明天，今年等明年，總認為還有時間、還有時間，而往往，在這個等的過程，無常突然到來。死亡從來不會跟我們提前預約，回想一下親朋好友，不少人都在認為「我還不會死」的心態中死去，身邊的例子比比皆是。

有一位老人，生病臥床，那天要求她兒子燉一碗燕窩給她吃。吃完之後，她跟兒子說：「我還不會死，我不會那麼快死」，然後她兒子就去上班了。結果在去上班的路上，就接到電話說母親已經斷氣。

生生世世，我們多是久住惡道，假使少部分時間偶爾來一下善道，也多是投生在不能修行的地方，縱然難得有一次得到能夠修行的人身，但是沒有如理修持正法，原因就是這個「且不死心」。總是想著「我還不會死」，因此修行不精進，這種狀態害了我們一生又一生。

有一位藏傳佛教公認的大成就者，一位康巴的修行人特地前來拜訪，請求傳法，成就者什麼也沒傳。經過再三請求，成就者拉著他的手誠懇地說：「我也會死，你也會死！我也會死，你也會死！我也會死，你也會死！我也會死！」這樣重複三遍，並告訴修行人：「上師的訣竅沒有別的，我也發誓沒有比這更殊勝的訣竅了。」康巴人聽完後，依此教言精進修

持，終獲成就。

人家說「某人得了癌症，快要死了」——其實每個人都要死，我們沒有一個不死的，只不過是遲早而已。古人告訴我們：「晨不念死，則晝空過；晚不念死，則夜空過。」以念死來策勵我們趕緊念佛，時時作臨終想。

三、死期不定

《集法句經》云：「上午所見多人之中，便有下午不見而亡者；下午所見多人之中，便有次日上午不見者。」生命非常脆弱，就像泡泡，隨時可能破掉。我們看小孩子吹的泡

泡，它就算平平穩穩在空中飛，說不定什麼時候碰到障礙物就破掉了。而我們的現狀，古人舉了一個比喻：譬如從險峻的高峰墜地，在下墮空中的過程，我們還快快樂樂，若無其事，不知道趕緊念佛，隨時啪的一聲墜地，終將粉身碎骨。

我們自從受生之後，就像待宰的羔羊被牽往屠宰場一樣，剎那剎那地被牽引到死亡面前。與上個月相比，這個月更接近死亡；與昨天相比，今天更接近死亡；與白天相比，夜晚更接近死亡；與上一剎那相比，這一剎那更接近死亡。

死亡並非像你臆想的那樣緩慢而充滿規律，它所出現的方式、因緣及時間永遠是無法確定的。由於死期的不定，你

又怎能保證明年、明天或下一時刻，自己不是在惡道中輾轉呻吟？所以死亡不會等待誰浪費了大量時間，還能輕鬆充分地做好迎接它的準備後，姍姍來遲。故當你看到死亡的迅猛與怖畏後，要放下對世間的追逐與執著，努力修行以圖改變命運啊！

現在車禍的發生率極高，我能保證自己出門不遇上車禍嗎？無法保證。幾年前有位父親去接放學的兒子。兒子剛出校門，見到父親就高興地跑過去。這時突然來了一輛卡車把孩子撞飛，當場死亡。父親被突如其來的慘禍驚呆了，哭著朝孩子跑過去，剛好一輛轎車從他後面開來，把他當場壓死。孩子的母親聽到丈夫和兒子雙雙斃命街頭，無法接受，

在絕望中服毒自殺。家裡的祖母一天中失去了兒子、兒媳、孫子，心臟病發，也在搶救無效中死去。

再想想，我能保證在哪種威儀中不死呢？走著會死，站著會死，坐著會死，睡著會死，口裡吃東西時會死，大笑時會死。有人走著，突然倒在地上，就再沒有站起來。有人在月台上站著，被擠到鐵軌上壓死。有人吃東西一口堵在喉嚨裡噎死。還有個清朝官員私吞賑災銀兩，前一刻還睡著，突然坐起來，口吐鮮血而死。往昔我們造了那麼多業，怎麼能保證下一刻決定不死呢？

黃檗禪師說：「我且問爾，忽然臨命終時，爾將何抵敵

生死？須是閒時辦得下，忙時得用，多少省力。休待臨渴掘井，做手腳不迭，前路茫茫，胡鑽亂撞。苦哉苦哉。」

在面對死亡時，我有什麼把握呢？按照多數人目前的情況來看，死後不墮三惡趣的把握都沒有！但是，只要一心靠定阿彌陀佛，就可以在臨終往生淨土，徹底脫離輪迴苦海。所以，早一天念佛，在死時就能多一分把握。

四、今日必死

死無定期，即在今日以後，百年以前，死亡已定，而在此中間時段，死亡何日來臨亦無固定日期，即今日死或不

死，皆無法決定。譬如，有一猛利無比的大敵人，從今日起至某日間，知其決定會來殺害我，然而不知何日到來，必須日日對彼謹慎防備，我們對死亡的態度也應當如此：日日謹慎防備。所以古人教我們，把一向「今日不死」的心態，轉變為「今日必死」的心態。每一天都當作生命的最後一天，在生命的最後一天我們應該幹什麼？當然是連命都不要地念阿彌陀佛，求生淨土，哪裡還會去忙毫不相關的世間俗事？果真發起「今日必死」的心，日日如是，念佛功夫自然得力，像海賢老和尚一樣。

《竹窗隨筆》中有一則公案：一位僧人，常年患肺結核，卻未生起必死之念。若對其提及死亡，便會不悅。時蓮

池大師命人轉告，望其速速籌備後事，一心正念。彼卻言：「男子生病，最忌生日前死去，待生日後再作考慮。」當月十七號為其生日，豈料十六號便猝然而逝。此僧死前數日，仍執著今日不死，故未籌備後世之事，下場極為可悲。

五、痛念無常

古人教我們，無常不但要念，而且要痛念！你思惟無常，思惟到有一種痛感，這種痛感策勵我們去念佛。無常隨時會來，來了我不念佛、不往生，我到哪裡去？一旦真的能夠痛念無常，我們的念佛沒有問題，個個功夫得力。我們深有體會：沒有無常心而繞佛，只不過是讓腳白白地疼痛而

已。念佛念不下去，提起無常，無常是一種源源不斷的原動力，推動我們拼命念佛，一刻都不敢放鬆。我們念佛懈怠、懶散，晃晃悠悠，原因是沒有如救頭燃的緊迫感，總以為時間還很多很多。

舉兩個無常的例子：

（一）這是我很多年前在雜誌看到的一則真人真事，但印象還很深刻：二戰期間，有一對夫婦逃難，跑了一天很累，來到河邊，兩人想洗洗臉、喝口水再繼續跑。兩人在岸邊同時趴下身體捧起河水來洗臉，抬起來的時候，丈夫的頭瞬間不見了！因為當時炮火連天，子彈飛行的速度非常快，

當丈夫抬起頭的一瞬間，正好一個彈片飛過去，把他的頭削掉。妻子當場發瘋。這就是無常！沒有料到的。

(二) 《明宮史》裡記載：明朝天啟六年五月初六，北京西南王恭廠一帶，發生了一起破壞慘重的災難。這天早上，天色皎潔，忽然空中響聲如吼，從東北方逐漸傳到京城的西南角。隨之灰氣湧起，屋宇動盪。忽然空中一聲巨響，好像天崩塌下來一樣，四周頓時一片漆黑，像亂絲、像五色、像靈芝形狀的煙氣沖天而起，很久才散去。東自順成門大街，北至刑部大街，長約三、四里，周圍十三里，上萬間房屋和兩萬多人都變成粉碎狀，瓦礫、人頭、手臂、大腿、鼻子、耳朵等紛紛從空中落下。一瞬間大街上的碎屍堆積如

山，散發出濃烈的血腥味和焦臭味。不但人員傷亡慘重，包括驢馬雞犬都同時斃命。在紫禁城裡施工的兩千多名工匠，從高高的腳手架上被巨大的響聲震落，絕大多數工人被摔成肉餅。成片的樹木被連根拔起，飛落到遠處。石駙馬大街有一尊五千斤重的大石獅子莫名其妙地飛出順成門外。象來街的皇家象苑房全部倒塌，成群的大象受驚而出，四處狂奔。有個坐著八抬大轎的女人，正好趕上這場劫難，轎子被砸壞放在大街中央，裡面的女人和八名轎夫全都不見了。有個人正跟六個人講話，突然他的頭顱不翼而飛，身體撲倒在地，旁邊的六個人卻安然無恙。

我們總是覺得，無常是別人的事，不會發生在我身上。

錯了！無常發生在他身上，也同樣會發生在我身上。我們常常給別人助念，有沒有想過，不定哪一天，會是別人給我助念；我們常常給別人寫牌位，有沒有想過，不定哪一天，就輪到別人給我寫牌位，我變成「已故的某某人」。佛經說「火燒頭燃，尚可暫置，無常盛火，應速除滅」。

蓮池大師《竹窗隨筆》中有一則故事：說有一個老人死後見到閻王，責怪閻王不早告知其死訊。閻王回答說：「我早告知過了！你的眼睛視力漸漸模糊，這是一次告知。你的耳朵漸漸聽不清了，這是二次告知。你的口齒漸漸損壞，這是三次告知。你全身一天天的衰弱……告知你很多次了。」這是針對老年人說的，一個少年也責怪閻王：「我眼晴明

辨、耳朵靈敏、口齒利索、身體強健，閻王為什麼不早告知我呢？」閻王回答說：「也有告知你的，你自己沒有察覺罷了。東邊鄰居有四、五十歲就死亡的人吧？西邊鄰居有三、二十歲就死亡的人吧？還有不到十歲，以及幼童嬰兒而夭折的吧？這不是告知嗎？」良馬看見鞭影就前行；一定等到錐刺入皮膚的，那是懶怠的劣馬了。後悔感嘆就來不及了！

海賢老和尚往生前一天下午，還和弟子們一起在菜地裡幹活，與平時沒有兩樣，沒有人會想到他要走了。這是給我們上了一節生動、深刻的無常課，示現無常，我們看懂了嗎？

六、走出誤區

很多很多的同修說，太忙沒時間念佛，等老了、退休了再念。這是無常心沒有生起來。這種想法非常危險！天如禪師《淨土或問》中詳細解答這個問題。

「問曰：一生造惡，臨終念佛，帶業得生，又無退轉。此彌陀願力，誠乎不可思議矣！然則我於生前且做世間事業，直待臨終，然後念佛，可乎？」

答曰：苦哉苦哉，何等愚謬之言也！砒霜酖酒，毒中之毒。今汝此言，毒於砒霜酖酒者也。非特誤賺自己，又且誤賺天下曰僧曰俗善男信女，皆此言也。

向所謂逆惡凡夫臨終念佛者，乃是宿有善根福德因緣，方遇知識，方得念佛。此等僥倖，萬萬人中無一個半個。汝將謂人人臨終有此僥倖哉？豈不見《群疑論》云，世間有十種人臨終不得念佛：

一者善友未必相遇，故無勸念之理；二者業苦纏身，不遑念佛；三者或偏風失語，不能稱佛；四者狂亂失心，注想難成；五者或遭水火，不暇至誠；六者遭遇豺狼，無復善友；七者臨終惡友壞彼信心；八者飽食過度，昏迷致死；九者軍陣鬥戰，奄忽而亡；十者忽墜高巖，傷壞性命。

如此等十種之事，皆是尋常耳聞眼見，不論僧俗男女，

人皆有之。或宿業所招，現業所感，忽爾現前，不容迴避。爾又不是神通聖人，有宿命通，能知臨終有業無業。又不是有他心、天眼，能知臨終好死惡死。

如上十種惡緣，忽然遭著一種，便休了也；便做手腳不得了也；便有知識、活佛圍繞，救爾不得了也；便須隨業受報，向三途八難中受苦受罪，到那時要聞佛名不得了也。

直饒爾無此惡緣，只是好病而死，亦未免風刀解體、四大分離，如生龜脫筒、螃蟹落湯，痛苦逼迫，怕怖惶惶，念佛不得了也。

更饒爾無病而死，又或世緣未了，世念未休，貪生怖

死，擾亂胸懷；若是俗人，又兼家私未明，後事未辦，妻啼子哭，百種憂煎，念佛不得了也。

更饒爾未死以前，只有些少病痛在身，忍疼忍苦，叫喚呻吟，問藥求醫，祈禱懺悔，雜念紛飛，念佛不得了也。

更饒爾未病以前，只是年紀老大，衰相現前，困頓龍鍾，愁嘆憂惱，只向個衰老身上左安右排，念佛不得了也。

更饒爾未老以前，正是少壯之日，正好念佛之時，稍或狂心未歇，俗務相關，東攀西緣，胡思亂想，業識茫茫，念佛不得了也。

更饒爾清閒自在，有志修行，稍於世相之中照不破，放不下，把不定，坐不斷，忽有些子境界現前，一個主人隨他顛倒，念佛不得了也。

爾看他老病之時，少壯清閒之日，稍有一事掛心，早是念佛不得，況待臨終時哉？何況爾更道「且做世間事業」，爾真癡人，說此癡話，敢保爾錯用身心了也！

且世間事業，如夢如幻，如影如響，哪一件有實效？哪一件替得生死？縱饒廣造伽藍，多增常住，攀求名位，交結官豪，爾將謂多做好事，殊不知犯了如來「不體道本、廣造伽藍」等戒。豈不見道：「有為之功，多諸過咎，天堂未

就，地獄先成，生死未明，皆成苦本。眼光落地，受苦之時，方知平生所作，盡是枷上添枷，鎖上添鎖，鑊湯下增柴炭，劍樹上助刀槍。袈裟下失卻人身，萬劫難復。鐵漢聞之，也須淚落！」祖師如此苦口勸人，曾許爾且做事業，待臨終方念佛乎？

又不見死心禪師道：「世間之人財寶如山，妻妾滿前，日夜歡樂。他豈不要長生在世？爭奈前程有限，暗裡相催。符到奉行，不容住滯。閻羅老子不順人情，無常鬼王有何面目？且據諸人眼裡親見，耳裡親聞，前街後巷，親情眷屬、朋友兄弟、強壯後生，死卻多少？世人多云：「待老來方念佛。」好教爾知黃泉路上無老少，能有幾人待得老到？少年

夭死者多矣！」死心如此苦口勸人，曾許爾且做事業，待臨終方念佛乎？

當思人生在世，能有幾時？石火電光，眨眼便過。趁此未老未病之前，抖擻身心，撥棄世事。得一日光景，念一日佛名。得一時工夫，修一時淨業。由他臨命終時好死惡死，我之盤纏預辦了也，我之前程穩穩當當了也。若不如此，後悔難追。思之思之！

問曰：上文所云抖擻身心，撥棄世事。今世網中人，間有境緣順便、身意安閒者，則可依此而行。其有世事不容撥棄者，又當何以教之？

答曰：世網中人，若是痛念無常，用心真切者，不問苦樂逆順、靜鬧閑忙，一任公私幹辦、迎賓待客，萬緣交擾，八面應酬，與他念佛兩不相妨。不見古人道：「朝也阿彌陀，暮也阿彌陀，假饒忙似箭，不離阿彌陀。」又云：「竹密不妨流水過，山高豈礙白雲飛。」

其有世緣稍重，力量稍輕者，亦須忙裡偷閒，鬧中取靜。每日或念三萬聲、一萬聲、三千聲、一千聲，定為日課，不容一日放過。

又有冗忙之極，頃刻無閑者，每日晨朝，必須十念。積久功成，亦不虛棄。

念佛之外，或念經、禮佛，或懺悔、發願，種種結緣，種種作福，隨力布施，修諸善功以助之。凡一毫之善，皆須回向西方。如此用功，非唯決定往生，亦且增高品位矣。」

七、抓緊念佛

《入胎經》說：人壽一百歲之中，有一半時間是被睡眠睡掉，最初十年幼稚無知（沒有修行的意樂），最後二十年衰老無力（沒有修行的精力），中間二十年又因愁嘆苦憂和瞋恚等煩惱耗去許多時間，從身體所產生的種種疾病，又耗去了一部分光陰。七除八扣，真正能修行的時間少之又少。古人說：假如一個人的壽命是六十年，這六十年中，除去飲

食、睡眠、疾病，其餘能修行的時間，尚且不到五年。就說這五年吧，我們都用在念佛嗎？聲聲佛號都是真信切願嗎？

明代一元大師曾作詩云：「西方急急早修持，生死無常不可期，窗外日光彈指過，為人能有幾多時。」時時作臨終想。

東抄抄，西摘摘，拼拼湊湊成這篇報告，不過這篇報告正是在廣釋印光大師的一個字：「死」字，這個字含義無窮。報告過程恐有錯誤，懇請師父上人及諸位善知識批評指正，不吝賜教，望眾慈悲，布施歡喜。阿彌陀佛。不肖弟子釋自了叩呈。

老法師：自了法師這篇報告，是提醒我們對於求生淨土要早做準備。特別是在現代這個時代，我們看到媒體的報導，電視的播放、還有網路，我是不接觸，但是能夠體會得到。昨天晚上我看了一片光碟，是香港一次講座裡面錄下來的，節目做得非常好，宣揚傳統文化。當中插了一些新聞報告，我看到之後很有感觸，這些新聞報告實際上是提醒我們，社會的動亂會造成嚴重的災難。心地稍微清淨的人都能看得很清楚，確實跟古大德所說的，「人命在呼吸之間」。我們有沒有這個高度的警覺心？很少人有。

我每天念佛、拜佛、繞佛，每個念頭都是求阿彌陀佛來接引我往生。我自己相信，我總有一天會見到阿彌陀佛，他

帶我到極樂世界。為什麼？我天天念他。我對於現前這個世界，多災多難，度過了八十多年，沒有絲毫眷戀。為什麼還有些事情我要做？那是隨緣，「隨緣消舊業，莫更造新殃」。是有助於正法久住，有助於接引大眾，特別是淨宗法門，我遇到了，我會做；我沒有遇到，我不會去找。我所找的，就是求阿彌陀佛早一天來接引我，其他的都沒有放在心上。所以同學們對於我，也別想著我會能住多久。這個事情很多人問我，我說我不知道，我沒有神通，阿彌陀佛知道。不定什麼時候，阿彌陀佛就帶我走了，我毫無留戀、毫無牽掛，這真的。為什麼？這幾十年在大乘經論裡面，完全明白了，這個世間萬事萬物都是假相，根本不存在。

彌勒菩薩說得最清楚，所有的現象都是在高頻率振動之下產生的幻相。物質現象、精神現象都不離一念不覺，一念不覺就是動相，一念不覺就是阿賴耶。自性裡頭有沒有一念不覺？沒有，一念不覺是假的，不是真的。可是迷失了自性之後，他把這個東西當作真的。如果真正知道那是假的，我們的心就定了。定是什麼意思？身心世界徹底放下了，這就定了。不但世間法放下，佛法也放下了，《金剛經》大家念得多，《金剛經》上就有，「法尚應捨，何況非法」，非法是世間法，法就是佛法。為什麼？佛法是因緣生，佛法是假的，佛法是從迷失自性而建立的，幫助眾生回頭是岸，眾生只要真的一回頭，就沒有佛法了。如果再念著佛法，又迷

了，被佛法迷了，那就錯誤了。自性清淨心中一法不立，沒有一法，這才叫清淨。

但是自性是我們無法想像的微妙境界，它雖然一法不立，它又能現一切法。怎麼現的？感應，眾生有感，自性是自然有應。為什麼會有感應？因為真妄是一體，真心跟妄心是一個心。真心不動，妄心動，所以一念不覺就是妄心動了，這個現象在佛法裡叫它做根本無明。根本無明就是一念不覺，通常我們在學習課堂裡面，常常說的起心動念就是的。但是起心動念這句話很不好懂，真正懂得的人真的是不多，因為這個起心動念是極其微細，依彌勒菩薩的說法，高頻率所產生的現象。這個現象有精神現象、有物質現象，頻

率多高？一秒鐘二千一百兆次，一秒鐘。我們今天看的電視，數碼電視，最先進的電視，一秒鐘是一百次，頻率生滅是一百次。我們實際這個現象裡面是一秒鐘二千一百兆次的生滅，你怎麼會知道？它就在現前，包括我們身體，一切現象都是在這個頻率所產生的，根本它就不存在。

《金剛經》上說三心不可得，那心就是念頭，前念過去了，不可得；現念，說現在，現在過去了，不可得；未來的還沒來。過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得，三心不可得，這說真話，這是事實真相。所以修行修什麼？八萬四千法門都是佛的方便，黃葉止啼而已，不是認真的，但是把眾生欲望的目的都滿足了，不是究竟法。究竟法，必須

要放下。般若講得簡單、講得徹底、講得圓滿，一切都是誘導我們回歸自性的。真正回歸自性了，佛教導我們的目的達到了。自性什麼樣子？《般若經》上所說的，不可得，如果有所得，那就錯誤了。為什麼無所得？一切法、一切現象是自性變的，你真的回歸自性，你知道整個宇宙是你自性變的。

因此我們現在還沒有覺悟，還迷在六道裡頭，六道裡面一切的因果，自己要完全負責任。有沒有天堂？有。天堂從哪來的？自己的業識變現的。有沒有地獄？有，也是自己業力變現的。上帝有沒有？有，自己業識變的，統統離不開業識。能現能生是自性，惠能大師講得好，「何期自性能生萬

法」，遍法界虛空界，就是十法界依正莊嚴，全是自性所生所現。自性所生所現，實際上是一真法界，我們叫真，只有這一個是真的。其他的都是假的，十法界是假的，六道是假的，夢幻泡影。為什麼會有假的？假是通過阿賴耶，阿賴耶會變，自性能現，能生能現，阿賴耶能變，把它變成十法界，把一真法界變成十法界，把一真法界變成六道輪迴，與任何一個人不相干，自己變的。

我們自己在日常生活當中，面對著人事物，這是我們境界，起心動念太重要了。要用什麼樣的心來對待？《無量壽經》的經題上告訴我們，清清楚楚、明明白白，清淨心、平等心、正覺心（覺悟的心），清淨平等覺，你完全生活在真

相裡頭，這個真相就是實報莊嚴土，實報莊嚴土自然現前。你起心動念了，降了一級。住在一真法界裡面，就是實報土法身大士，統統是明心見性，統統是不退菩薩，阿惟越致菩薩。如果起心動念，就降一級了，降一級變成什麼？三乘菩薩。三乘菩薩住哪裡？住十法界裡面菩薩法界、佛法界，住這兩個地方，比我們高。我們為什麼？我們不但有分別而且還執著，起心動念、分別執著全有，全有在哪裡？在六道輪迴。

六道輪迴墮進去容易，出來好難。今天我們遇到佛法了，佛法有無量法門，只有一門能幫助我們，在這一生當中脫離六道輪迴，回歸實報土。往生到極樂世界，就回歸實報

土，這法門不可思議。雖然說法門平等無有高下，為什麼？門門都能通達實報土，無量法門，門門都通達。問題有的路好走，有的路不好走，這一點要知道。淨土法門不靠自己，完全靠阿彌陀佛，所以叫他力法門，完全依靠阿彌陀佛。只要你真正相信，沒有絲毫懷疑，絲毫懷疑會障礙你不能往生，要真信、要切願，我的願真實，我不想住這個世界，我也不想住十法界，我一心一意就想求生極樂世界，親近阿彌陀佛，就這一念，除這一念沒有第二念。這能不能往生？決定得生。你在這世間還有別的念頭，還有其他的放不下的，你這一生的往生未必能實現。那要怎樣讓我們這一生能往生？這一份報告提出來了，常常想到人命無常，我能知道我

明天還在世間嗎？明年還在世間嗎？所以還常常為明天想、為明年想，還往後十年想、二十年想。這是什麼？這作夢，夢幻泡影。

不能沒有這個想，這個想是替別人想，不是替自己，這很重要。我這一口氣還沒斷，我替別人想，對他們有好處，絕不是對我自己想。我們現在想，想的就是十年，現在先從道德講堂辦起；希望三年之後，提升到多元文化論壇；再有個三年，我們可以正式辦一個研究院，培養師資。準備什麼？準備辦大學。這是早年張其昀先生在台灣所做的這個例子，我看到了很佩服。他辦這個文化大學，文化大學的前身是學院，我在那個學院教過四年，我到美國去了。他的這個

學院的老師，是他早年辦的研究所，研究所拿到博士、碩士學位，之後建文化學院，他們畢業就就業了，到學校教書。現在這個學校，從學院正式成為大學了。我們是看到他這個成就，所以我想到我們要辦研究所，將來研究所畢業的學生，我們建宗教大學。所以有很多人問，宗教大學打算什麼時候啟動？十年以後，我們這一個階段一個階段，真正做好確實是能夠兌現的。我能不能看得見，我不想這個。

這個想法你們大家覺得有道理、覺得可行，應該好好努力，這是一樁好事。我們的目的就是佛陀所說的，幫助一切眾生離苦得樂，為這個。佛法要興旺，傳統文化要振興，需要安定的社會，動亂的社會不容易實現，一定要社會安定。

道德講堂跟多元文化論壇，可以幫助這個世界化解衝突，恢復安定和諧，能做到這一點。有這個基礎，這樣的環境，中國傳統文化跟大乘佛法，乃至於所有宗教，所有傳統好的文化，都能夠發揚光大，所以這是一樁好事。可是我們自己念念求生淨土，對這個事情不是想我要把它做到，我才不想這些事情，想這個累死人，想這個生煩惱，我不生煩惱。諸位一定要懂得，這篇東西多看，多看幾遍，認真學習，對我們修淨土有很大的利益。

無量壽經科註第四回學習班（第九十二集）

2014/10/14 澳洲淨宗學院 02-042-0092

學生：尊者師父上人慈悲、諸位善知識慈悲，阿彌陀佛。不肖弟子自了冒昧報告的題目是：「念佛法門，首為凡夫」

一、元曉法師開示

黃念老的《大經科註》，前面「教起因緣」有這麼一句話，元曉師云：「四十八願，先為凡夫，兼為三乘聖人」。可見淨土之妙，首為凡夫得度也。到後面正釋四十八願的時

候，四十八願的第一願「國無惡道願」、第二願「不墮惡趣願」。黃念老又說「國中無有三惡道願。此正表彌陀大悲心切，故首兩願唯願眾生無苦。三惡道乃苦中之極也。」「此章大願，攝二殊勝。一者，惡趣眾生，亦得往生極樂，不復更墮惡道，表彌陀悲心無盡，度化無餘也。二者，凡往生者，悉皆作佛，究竟菩提。由此可見彌陀本心，念念願一切眾生成佛，而此願既已成就，足證彌陀智慧功德、威神力用不可思議。」

我們是業障深重的博地凡夫。阿彌陀佛發四十八願，為誰發的？為我們發的！阿彌陀佛開淨土法門，為誰開的？為我們開的！阿彌陀佛建極樂世界，為誰建的？為我們建的！

阿彌陀佛的所作所為，無不是為了救度我們凡夫，凡夫！我們要直下承當啊。

元曉法師說「四十八願，先為凡夫，兼為三乘聖人」，不是空洞理論，不是紙上談兵，相反，恰恰是對淨土深廣無邊的理論透徹之後，才說得出這樣的話。淨土法門，「廣說之，雖三藏十二部之玄言，五宗諸祖師之妙義，亦詮不盡。縱饒盡大地眾生，同成正覺，出廣長舌，以神通力，智慧力，塵說剎說，熾然說，無間說，又豈能盡？良以淨土本不思議故也。」

今天，我們嘗試著用印光大師的話，來詮釋元曉法師

「四十八願，先為凡夫，兼為三乘聖人」這句話的內涵。下面把每一段話在《印光大師文鈔》中的出處做為小標題，方便有興趣的同修查閱。（註：《文鈔》總共七冊：增廣上下冊、續編上下冊、三編上下冊、三篇補）

二、印光大師開示

（一）《嘉興真如寺開念佛堂專修淨業緣起疏》

佛法深廣，猶如大海，雖法身大士，尚不能窮源徹底，況博地凡夫乎。然如來以大慈悲，欲令一切若聖若凡，同於現生，出離生死，特開一「信願念佛，求生淨土」法門。如跛足懦夫，終日難行數里，若乘轉輪聖王輪寶，不須崇朝，

即可遍達四大部洲，二者遲速，天淵懸殊。凡夫未斷惑業，固無了生死分，若以信願念佛，感佛慈悲攝受，即於現生，往生淨土，超凡入聖，登不退地。較彼唯仗自力，修戒定慧，以期業盡情空，了生脫死者，殆非譬喻言說所能形容也。由是歷代緇素高人，無不以此自行化他，以其為入道之要門，成佛之捷徑故也。

(二) 《淨土釋疑序》

佛法深廣，猶如大海，博地凡夫，孰能窮源徹底，一口吸盡。雖然，倘能生正信心，自可隨己分量，各得其益。譬如修羅香象，及諸蚊虻，飲於大海，各取飽腹而已。如來

出世，隨順眾生，為其說法，各令得益，亦復如是。而末世眾生，業障深厚，善根淺薄，心智狹劣，壽命短促。加以知識希少，魔外縱橫。修餘法門，欲於現生斷惑證真，了生脫死，誠為甚難稀有之事。

唯淨土一法，專仗佛力。以故不論斷證，唯恃信願。信願若具，雖罪大惡極，將墮阿鼻地獄之流，尚可以仗十念之力，徑蒙佛慈，接引往生。噫。如來大慈普度，一物不遺。唯此一法，最為周摯。由是西天東土，菩薩祖師，高僧鉅儒，莫不以此自利利他。

（三）《棲真常住長年念佛序》

念佛法門，其來尚矣。以吾人一念心性，猶如虛空，常恆不變，雖常不變，而復念念隨緣。不隨佛界之緣，便隨九界之緣，不隨三乘之緣，便隨六道之緣，不隨人天之緣，便隨三途之緣。由其緣之染淨不同，致其報之苦樂迥異，雖於本體了無改變，而其相用固已天淵懸殊矣。譬如虛空，日照則明，雲屯則暗，雖虛空之本體，不因雲日而為增減，而其顯現障蔽之相，固不可以同年而語也。

如來以是義故，普令眾生緣念於佛，故曰「若眾生心，憶佛念佛，現前當來，必定見佛，去佛不遠」。又曰諸佛如來，是法界身，入一切眾生成心中，是故汝等心想佛時，此心即是三十二相，八十隨形好，是心作佛，是心是佛，諸佛

正遍知海，從心想生。夫隨佛界之緣，則是心作佛，是心是佛矣，若隨眾生各界之緣，則是心作眾生，是心是眾生矣。了此而不念佛者，未之有也。

念佛一法，乃以如來萬德洪名為緣，即此萬德洪名，乃如來果地所證之無上覺道。由其以果地覺，為因地心，故得因該果海，果徹因源。如染香人，身有香氣，如螺贏之祝螟蛉，久則化之。即生作佛，轉凡成聖，其功能用，超過一代時教一切法門之上。以一切法門，皆仗自力，斷惑證真，方得了生脫死。念佛法門，自力佛力，二皆具足。故得已斷惑業者，速證法身，具足惑業者，帶業往生。

其法極其平常，雖愚夫愚婦，亦能得其利益，而復極其玄妙，縱等覺菩薩，不能出其範圍。故無一人不堪修，亦無一人不能修。下手易而成功高，用力少而得效速，實為如來一代時教中之特別法門，固不可以通途教理而為論判也。末法眾生，福薄慧淺，障厚業深，不修此法，欲仗自力斷惑證真，以了生死，則萬難萬難。

(四) 《歸宗精舍同修淨業序》

如來一代時教，所說一切法門，雖則大小不同，權實各異，無非欲令眾生斷惑證真，了生脫死，圓彰本有，直成佛道而已。但以眾生根機不一，故致如來隨順機宜，作偏圓頓

漸，種種說耳。

然眾生輪轉生死，久經長劫，惑業深厚，障蔽妙明，非宿根成熟者，欲於一生取辦，實乏其人。既不能一生取辦，則再一受生，其迷而退者，萬有十千，悟而進者，億無三四。仗自力修戒定慧，以斷煩惱而證涅槃，其難如是。致如來普度眾生之懷，鬱而不暢，眾生速出生死之道，塞而罔通。

然如來大慈，必欲令一切眾生，同於現生了生脫死，超凡入聖，遂開一「信願念佛，求生西方」之淨土法門，無論上中下根，悉令現生度脫，乃以己信願念佛，感佛慈悲攝

受，感應道交，故獲斯益。其有已斷煩惱者，即可頓證法身，速成佛道，縱令惑業深厚者，亦可仗佛慈力，帶業往生。以故《華嚴》證齊諸佛之等覺菩薩，尚須以十大願王，導歸極樂。《觀經》將墮阿鼻之逆惡罪人，猶得以十稱洪名，預諸末品。三根普被，利鈍全收，盡法界一切眾生，但有信願，無一不被其澤，其圓頓直捷，超出一切法門之上。

末世眾生，欲了生死，不修此法，泛修其他仗自力之法門，則但可作未來得度之因，斷難獲現生了脫之果矣。

(五) 《橫超蓮社緣起序》

《法華經》云，三界無安，猶如火宅，眾苦充滿，甚可

怖畏。況當此互相鬥爭，弱肉強食，殺人之法，無奇不有，而復種種天災，頻相見告之時乎。有智識者，因茲提倡淨土法門，以期一切同倫，同得出此三界，登彼九蓮也。若論豎出，非力修戒定慧道，斷盡煩惱不可。倘煩惱稍有未盡，則三界依舊莫出。況末世眾生，善根淺薄，壽命短促，修者縱有億億，出者難得一二。以其唯仗自力，是故難得實益。若論橫超，但依淨土法門，生信發願，念佛名號，求生西方。兼以敦篤倫常，恪盡己分，諸惡莫作，眾善奉行，則萬不漏一，咸得往生。既往生已，則了生脫死，超凡入聖，永離眾苦，但受諸樂矣。功夫成熟者，固登上品，臨終方念者，亦預末流。此則全仗佛力，其利益與唯仗自力者，天淵懸殊。

(六) 《示淨土法門及對治瞋恚等義》

如來出世，原為令諸眾生，斷惑證真，了生脫死，直下成佛而已。但以眾生根性不等，以故如來曲順機宜，為說一切大小權實，偏圓頓漸等法。法雖種種不一，皆為成熟眾生善根，令其究竟成佛耳。然斷惑證真，了生脫死，豈易言哉。若非宿種今熟，及法身示現二種人。縱有修持，亦非即生，及一生二生所能頓了。根機鈍者，則久經長劫，尚難了脫，以其唯仗自力故也。

如來憫念眾生自力了脫之難，於是特開一「信願念佛，求生西方極樂世界」之淨土法門。但具真信切願，持佛名

號。雖五逆十惡，將墮阿鼻地獄之極重罪人，尚得往生。況諸惡莫作，眾善奉行之善人乎。況受持三歸，具足眾戒之佛弟子乎。

淨土法門，三根普被。正接上上根器，旁引中下之流。愚人每每闢為淺近小乘，總因未閱大乘經論，未親具眼通人。以己顛倒執著之心，測度如來原始要終之道。如盲睹日，如聾聽雷。彼固不見不聞，宜其妄想評論也。

須知信願念佛一法，乃如來普度眾生，徹底悲心之所宣說。唯觀音、勢至，文殊、普賢等菩薩，能究竟擔荷。彼見愚夫愚婦，皆能念佛，便目之為淺近小乘。是何異見小星懸

空而小天，小蟲行陸而小地耶。

若於此法，能生信向，即是多劫深種善根。若能以深信願持佛名號，都攝六根，淨念相繼。則即凡夫心，成如來藏。如染香人，身有香氣。現在與佛氣分相接，臨終有不感應道交，蒙佛接引者乎。

(七) 《淨土十要序》

如來一代所說一切法門，雖則大，小，頓，漸不同，權，實，偏，圓各異，無非令一切眾生，就路還家，復本心性而已。然此諸法，皆須自力修持，斷惑證真，了生脫死，絕無他力攝持，令其決於現生入聖超凡，成就所願也。唯淨

土法門，仗佛誓願攝受之力，自己信願念佛之誠，無論證悟與否，乃至煩惑絲毫未斷者，均可仗佛慈力，即於現生，往生西方。既得往生，則已證悟者，直登上品。未斷惑者，亦預聖流。

是知淨土法門，廣大無外，如天普蓋，似地均擎，統攝群機，了無遺物。誠可謂十方三世一切諸佛，上成佛道，下化眾生，成始成終之總持法門。二根普被，利鈍全收。上之則等覺菩薩，不能超出其外。下之則逆惡凡夫，亦可預入其中。暢如來出世之本懷，開眾生歸元之正路。故得九界同歸，十方共讚，千經俱闡，萬論均宣也。

而況時值末法，人根陋劣，捨此別修，不但具縛凡夫，莫由出離生死，即十地聖人，亦難圓滿菩提。以故文殊、普賢、馬鳴、龍樹、遠公、智者、清涼、永明，悉皆發金剛心，為之宏贊。以期六道、三乘，同得橫超三界，復本心性也。

(八) 《無量壽經頌序》

淨土法門，其大無外。全事即理，全修即性。行極平常，益極殊勝。良由以果地覺，為因地心，故得因該果海，果徹因源。一切法門，無不從此法界流。一切行門，無不還歸此法界。三根普被，利鈍全收。等覺菩薩，不能超出其

外。逆惡罪人，亦可預入其中。統攝律、教、禪、密之宗，貫通權、實、頓、漸之教。於一代時教中，獨為特別法門，其修證因果，不得以通途教義相繩。

古今多有深入經藏，徹悟自心，於此法門，不生信向者，以死執仗自力通途之教義，論仗佛力特別之因果之所致也。使知此義，則其信向修持之心，佛也不能阻止矣。以此法門，乃十方三世一切諸佛，上成佛道，下化眾生，成始成終之總持法門。故得九界同歸，十方共讚，千經併闡，萬論均宣也。

溯此法之發起，實在於華嚴末會。善財遍參知識，至普

賢菩薩所，蒙普賢威神加被，所證與普賢等，與諸佛等，是為等覺菩薩。普賢乃為稱讚如來勝妙功德，勸進善財，及華藏海眾，同以十大願王功德，迴向往生西方極樂世界，以期圓滿佛果。以華藏海眾，皆十住、十行、十迴向、十地、等覺，四十一位法身大士，已遍遊塵刹佛國。其彌陀誓願，極樂境緣，往生因果，一一悉知，故不須說。

然華嚴會上，絕無凡夫二乘，及權位菩薩。故雖大弘此法，而凡小莫由稟承。乃於方等會上，普為一切人天凡聖，說《無量壽經》，發明彌陀往昔因行果德，極樂境緣種種勝妙，行人修證品位因果。此經乃說華嚴末後歸宗之一著，說時雖在方等，教義實屬華嚴。華嚴唯局法身大士，此經遍攝

九界聖凡。即以華嚴論，尚屬特別，況餘時乎。使如來不開此法，則末法眾生，無一能了生死者。

（九）《滬西念佛社緣起》

大覺世尊，調御眾生，隨機說法。雖大小偏圓不同，權實頓漸各異。要皆為令眾生親證即心本具之真如佛性而已。

然此佛性，即心本具。非從外來，不自他得。如取家寶，受用現成。故其證也，乃極易事。無奈眾生久居生死，迷惑甚深。喻如寶鏡歷劫蒙塵，欲令即復本體，徹現照天照地之光明，固非一日二日揩磨之功所能得也。

如來悲心真切，知眾生自力親證之難。縱有修持，以煩惱未斷，再一受生，不免復迷。從茲墮落者多，超升者少。於是特開信願念佛法門。俾彼已證法身者，速成佛道。未斷煩惱者，亦出輪迴。較彼唯仗自力修戒定慧，以迄了生脫死超凡入聖者，其難易蓋天淵懸殊也。以一則專仗自力。一則兼仗佛力。譬如跛夫盡日只行數里。若乘轉輪聖王輪寶，一日即可遍達四洲。故得九界咸歸，十方共讚，千經俱闡，萬論均宣。以其為十方三世一切諸佛，上成佛道，下化眾生，成始成終之總持法門故也。

溯自大教東來，遠公首創蓮社，當時高僧鉅儒之與會者，凡百二十三人。自茲厥後，所有律教禪密，莫不以求生

淨土為返本還元之末後一著。以故蓮風扇於中外，法利遍及古今。

三、結尾

元曉法師說得沒錯，淨土法門本來就是為我們開的，專門就是為我們開的。我們對淨土的信心不夠堅固、願力不夠懇切，不要害怕，只要對阿彌陀佛有堅定不移的信念，內心求阿彌陀佛一定要救我，你就有救，就會得救。哪怕我們目前信、願還不夠，有沒有辦法補足？有！什麼辦法？聽經，而且要反覆地聽。為什麼要反覆？聽一遍，你的信願堅固一遍；聽十遍，你的信願堅固十遍；聽一百遍、一千遍，你的

信願堅固一百遍、一千遍。你對淨土的信願會愈來愈堅固。這是古人教給我們的學習方法！孔子乃生知之聖，讀《易》尚至韋編三絕。將編書之熟皮繩，磨斷過三次，可以知讀之遍數不可計也。吾人能以孔子之恆而讀佛經、持佛名，必能以佛之言之德，薰己之業識心，成如來之智慧藏也。

我們現在生在人道，頭腦也還清醒，懂得向阿彌陀佛求救，求阿彌陀佛救我不要墮地獄，求阿彌陀佛救我往生極樂世界。如果不能往生，將來萬一墮在三惡道，諸位要明白，那時連求救的能力都沒有啊！因為心識散亂愚痴不堪能。

只要對阿彌陀佛有堅決靠定的信念，儘管這個信念現在

很薄弱，阿彌陀佛一定會幫助你，攝受你，加持你。只要有感，一定會有應。玄奘大師翻譯的《彌陀經》（即《稱讚淨土佛攝受經》）裡面有八個字，羅什大師的譯本沒有的：慈悲加佑，令心不亂。

我們聽一段印光大師的自述：「光宿業深重，雖則五十餘年虛預僧倫，一切諸法，皆無所知。雖常念佛，以業重故，其心與佛，未嘗相應。然信佛無虛願，當不棄我，故其志願，任誰莫轉。」印祖當然這是謙虛，他老人家早得念佛三昧了。也是示現，給我們打一支強心針。「佛無虛願，當不棄我」，阿彌陀佛的四十八願，真實不虛，願願都是為了我們業障凡夫，只要你不捨棄阿彌陀佛，阿彌陀佛不會捨棄

你，不會捨棄任何一個眾生。那麼麻煩的是，有些人剛強難化又剛愎自用，「西方有路少人登，把手牽他行不得」啊。

念佛的道路，坎坷曲折，儘管屢戰屢敗，但是你要屢敗屢戰！不管怎樣的艱難困苦，千萬不要半途而廢，不要半途而廢！要堅持到底！對阿彌陀佛的信念絲毫不要動搖。不要因為碰到一點點的逆境，就改變方向、改變路線。阿彌陀佛這條光明大道，儘管一直走下去，阿彌陀佛絕對不會讓你失望，最終都會把你帶到極樂世界。其他都是小路、彎路，有危險又浪費時間。

這一句阿彌陀佛是大總持法門，這句話不是我們「王婆

賣瓜，自賣自誇」自己憑空捏造出來的。一部《印光大師文鈔》，就是在廣釋這句話；一部《淨土大經科註》，也是在廣釋這句話；一部《大藏經》，更是在廣釋這句話。祖師早就說過：「淨土法門，乃十方三世一切諸佛，上成佛道，下化眾生，成始成終之總持法門。一代時教，皆念佛法門之註腳也！」一代時教，皆念佛法門之註腳也！如果不相信，捨棄總持法門而去修學註腳法門，非愚即狂吧。

報告至此，報告過程恐有錯誤，懇請師父上人及諸位善知識批評指正，不吝賜教，望眾慈悲，布施歡喜。阿彌陀佛。不肖弟子釋自了叩呈。

老法師：了師的報告確實苦口婆心，幫助我們信心不堅，在菩提道上各人遇緣不同，遇緣能保持不變，這種人很少；多半都是遇了緣他就亂了，不是走彎路，就是走邪路了。所以念佛的人多，往生的人少，少到不成比例。早年我在台中蓮社，李老師常說，他不說別人，說我們蓮社的蓮友，一萬個念佛人，真正能往生的三、五人而已。我那個時候聽到覺得很不錯了，一萬人當中有三、五個往生，台中蓮社那個時候有二十多萬人，就算三個人，十萬人就有三十個人，二十萬人就有六十個人，不少了，很可觀了。為什麼不能像祖師說的萬修萬人去？祖師說出這句話肯定是事實，不是隨便說的。一萬個人只三個，我們很難入圍，萬修萬人

去，我們個個都成就了。祕訣在哪裡？就是在六根接觸六塵境界，不分別、不執著、不起心、不動念，堅持到底，不被外面環境干擾，不受外面環境影響，我們就成功了，這才是真正的——向專念。發菩提心，蕩益大師解釋得非常之好，只要有信有願，那就是無上菩提心。我們對於念佛法門絲毫懷疑沒有，有堅定的願心，我這一生決定要到極樂世界去，這個世界一切人事物跟我沒關係，不要放在心上就行了。了師對印光大師的《文鈔》念得很熟，在《文鈔》裡面節錄這麼多的祖師開示，時時刻刻都在勉勵我們，我們還要受外頭環境影響，怎麼對得起祖師大德？

為什麼不能放下？自然是自己業障習氣太重，讀經太

少。我們相信一般人學的經論很多，學得很雜，學得很亂，功夫不得力，遠遠不如一門深入，長時薰修，那種人功夫容易得力。為什麼不能相信這一部經，一門深入？這就是煩惱重，智慧少。智慧是從清淨心裡面生出來的，不是廣學多聞得來的，這個諸位一定要知道。廣學多聞只增長知識，知識多了變成所知障，它障礙你的悟門，你沒有辦法開智慧。釋迦牟尼佛學了十二年，做樣子給我們看的，印度所有宗教、所有學派他都去學過，都經歷過，那是什麼？增長知識，堵塞悟門，所以十二年他放棄了。十九歲放棄王位，王位的繼承權放棄了，放棄宮廷裡面榮華富貴的生活，那叫放下煩惱障；三十歲把所學的東西統統放下，叫放下所知障。你看，

煩惱、所知二障放下了，他開悟了。做的這個樣子，我們沒有看清楚，有沒有看明白？要想明心見性，要想大徹大悟，世尊這個榜樣比什麼都好。這二障是先放下煩惱還是先放下所知？這個不定，哪一種障礙重，你就先放下哪一種。世尊是生在國王這個家庭，煩惱的薰染很嚴重，先放這個。我們一般人過的是平常人的生活，如果不追求物欲的享受，那就煩惱障輕；我們受環境的薰染，所知障這個東西重。總而言之，二障統統放下了，智慧就現前了。智慧能解決問題，解決什麼問題？斷疑生信，堅固願心，這一句佛號念到底就成功了。

所以了師這個報告，我們把它多看幾遍，記在心上。接

受祖師大德的開導，深深相信自己，相信阿彌陀佛，自己心
裡面有佛，阿彌陀佛決定不會把我們遺棄，這個信心就建
立了。

無量壽經科註第四回學習班（第九十三集）

2014/10/16 澳洲淨宗學院 02-042-0093

學生：尊者師父上人慈悲、諸位善知識慈悲，阿彌陀佛。不肖弟子自了冒昧報告的題目是：「常念不絕，則得道捷——從海賢老和尚反省我們求往生的信願（五）」

海賢老和尚，一句阿彌陀佛刻骨銘心，根深蒂固，年年、月月、日日、分分、秒秒，從來不曾丢失。相反，我們這一句佛號常常丢失，常常中斷。有時一丟丟好幾個小時，有時一連幾天都提不起佛號，把它忘得一乾二淨。

一、念老釋「常念不絕」

「常念不絕。則得道捷。我法如是。作如是說。如來所行。亦應隨行。種修福善。求生淨刹。」右經八句，實為全經之總結，淨宗修行之綱要。世尊此會所說之長行，於此告終。故知此八句，實為淨宗之末後句，全經之結束語也。此八句理事齊彰，正助並顯。如來祕藏，和盤托出。首云「常念不絕」者，「常念」首指常念本經。……究竟所指，則在常念此一句名號也。「不絕」者，淨念相繼也。行人果能真實發心，老實念佛，唯此一句，念念相繼。則必定「如染香人，身有香氣」。臨命終時，佛來接引。慈悲加佑，令心不亂。決定往生，逕登不退。圓生四土，究竟涅槃。故佛慈示

「常念不絕，則得道捷」。「捷」者迅速捷疾也。又如捷徑，指徑路也。是謂持名一法，乃修行之徑路，老實持名則得道迅速也。蓋以信願持名之法，心作心是，果覺因心，故得道捷。因唯此持名念佛之法，是彌陀大願之本，最易下手，最易成就，故稱易行法，號徑中徑也。

念老這段話說得太好了！把佛的本意挖掘出來。常念不絕，指常念《無量壽經》，更指常念阿彌陀佛。這一句佛號，要常念不絕；求往生的心，要常念不絕。

二、夢中及臨終常念不絕

(一) 紫柏大師示夢中念佛不斷

紫柏大師與蓮池大師、蕩益大師、憨山大師被後人尊為「明末四大高僧」。

有位出家人參訪紫柏大師，師問曰：「汝出家為甚麼？」曰：「為求出苦。」師曰：「以何法而求出苦？」曰：「我資鈍，但念佛。」師曰：「汝念佛常間斷否？」曰：「合眼睡時便忘了。」師震威呵曰：「合眼便忘，如此念佛，念一萬年也沒幹！汝自今而後，直須睡夢中念佛不斷，方有出苦分。若睡夢中不能念佛，忘記了。一開眼時，痛哭起來，直向佛前叩頭流血，或念千聲，或念萬聲，盡自家力量，便

罷。如此做了三、二十番，自然大昏睡中，佛即不斷矣。且世上念佛的人，或三、二十年，或盡形壽念佛，及到臨時，卻又無用。此是生前睡夢中不曾有念頭故也。人生如覺，人死如夢。所以夢中念得佛人，臨死自然不亂也。」

紫柏大師教導我們：睡覺時佛號就忘了，這樣子念佛念一萬年也不能往生。必須睡夢中念佛不斷，才有出苦的希望。我們才知道問題有多嚴重！不要說睡夢中佛號斷了，我們連清醒時佛號也常常中斷。世間人念佛念了一輩子，到臨終提不起佛號，這是睡夢中不曾念佛的緣故。人活著時如覺醒，死去時如睡夢。所以夢中能念得佛的人，臨死自然不亂。

這句佛號要常念不絕，不僅是平時覺醒的時候，連睡夢中時也要常念不絕。試問，我們每天早晨醒來第一個念頭是不是阿彌陀佛？所以睡覺時開著念佛機有一個好處：半夜醒來，提醒自己念佛。聽說功夫成片的人，他的睡眠很少，並且他睡覺時佛號也是綿綿密密一句接一句，似睡非睡。

我們平心靜氣地想一想：我夜眠睡夢中，做得了主嗎？在歡笑驚怖時，能不為夢境所動而佛念現前嗎？假如做不得主，那麼，等臘月三十日（喻臨終）到來，妻子繞榻，疾病昏迷，風刀解體，痛苦迫切，再加上生前經過的事件，與死後未了的牽纏，一一都湧上心來，又怎能做得主而念佛求生西方呢？須知白天能做得主了，於夢中則一半主也做不得；

夢中能做得主了，死時一半主也做不得！因為夢中是半昏迷而死時是大昏迷呀！

同修們親見很多念佛多年的人，臨終為病苦所惱，不能念佛，甚至不願聆聞佛聲；或想念親人，不願憶佛念佛；或昏迷不醒，不能念佛聞佛。不是懷念世緣，便是留戀家財；不是落得個病苦難當，便是昏迷不醒。所謂往生西方者，不知到什麼地方流浪生死去了。

（二）臨終彌陀「慈悲加佑，令心不亂」

宋代靈芝法師說：「凡人臨終，識神無主。善惡業種，無不發現。或起惡念，或起邪見，或生繫戀，或發猖狂。惡

相非一，皆名顛倒。」意即，凡夫臨終時心做不得主，識田中的善惡業習種子，紛紛現行。有的起惡念，有的起邪見，罵佛謗法，有的對眷屬、財物生起貪戀，有的心神發狂……種種惡相，都是顛倒。平生造重罪的人，以惡業力，臨終見到種種恐怖惡相，身體寒毛豎起，手腳亂動，大小便失禁，手抓虛空，兩眼翻白，口吐白沫等。而且四大分解，苦極深重，如活牛剝皮、生龜脫殼（烏龜放在熱水中煎煮而脫掉外殼）。在這種情形下，有幾人能心無顛倒、正念分明呢？為此，阿彌陀佛施大慈悲，在眾生臨終困難之際，以佛力加持眾生，令其心不顛倒，且與大眾現前圍繞，使他心得安慰，在歡喜中往生極樂。

佛在《稱讚淨土佛攝受經》中說：「臨命終時，無量壽佛，與其無量聲聞弟子、菩薩眾俱，前後圍繞，來住其前，慈悲加佑，令心不亂。」從「慈悲加佑，令心不亂」這一句看出，一般凡夫臨終全仗佛力加持，令心不亂，正念分明。

《圓中鈔》中說：「娑婆世界的眾生雖能念佛，但浩浩蕩蕩的見思煩惱實未伏斷，而能做到臨終心不顛倒，本非自力所能安住，全仗彌陀拔濟，雖本非正念而能生起正念，故能心不顛倒，隨即往生。」

《悲華經》中說得更詳，阿彌陀佛說：「臨終之際，我與大眾圍繞，現在往生者心前，其人見我前來接引，內心歡

喜。彼時，我入無翳三昧，以三昧力，在其前為說妙法。以聞法故，立斷一切苦惱，心生大歡喜，而得寶實三昧，以此三昧之力，令心住於正念及無生法忍，命終之後，必生我國。」所以，只有具特殊修行的人，能憑自力在臨終時心不顛倒、正念分明、如入禪定。但這是業重凡夫無法企及的，因為白天做不得主，夢中就做不得主；夢中做不得主，病中就做不得主；病中做不得主，死時更做不得主，因為死時的痛苦最深重。然而，依仗佛的願力殊勝加持，淨業行人能在臨終，心識清明、安詳，無有顛倒、錯亂，不經中陰，無間就化生在極樂世界的蓮花中。修淨土的人有多安樂！生時安樂，死時還安樂，不必要經過中陰。修得好，提前預知時

至，坐著甚至站著往生。以這個原因，普賢大士帶領華藏海眾發願：「願我臨欲命終時，盡除一切諸障礙，面見彼佛阿彌陀，即得往生安樂剎。」

三、佛號中斷的原因

人人都會說「一句佛號念到底」，可是真正去念的時候，偏偏念不到底，常常中斷，還沒到底就斷了。

（一）情執

我們的佛號，往往被情執打斷，不能常念不絕。對人固然有情執，對事、對物也有情執。

行策大師說：「倘若娑婆事業，在在縈懷，一暴十寒，心不專篤。遇五欲時，如膠如漆。遭逢逆境，結怨銜恨。而欲命終，彼佛接引，又必不可得之數，豈非難事？」

由此觀之，淨土法門，藥也；娑婆貪愛，忌也。眾生業病，教奉醫王，甫服其藥，復飽食其忌，可乎？及乎臨欲命終，重處偏墜，淨因微弱，難脫苦輪，翻謂醫王誤人，佛法無驗。悲夫！若輩顛倒極矣。曷不思匡廬法社十八高賢，暨百二十三人，俱留瑞應，具載方策。古今日月，古今山河，彼既丈夫，我豈不爾？當知不爾者，只是重處放捨不下故也。」

「吾觀今之富貴利達者，或貪粗敝聲色，不知苦本；或著蝸角勳名，不悟虛幻；或復愛殖貨利，會計經營。現在碌碌一生，將來隨業流轉。彼佛剎中，依正莊嚴，無量勝妙樂事，不聞不知，從生至死，未曾發一念嚮往之心。反不如窮愚困厄之夫，多能念佛，從冥入明，轉生勝處也。」

故今敬勸諸友，既各標名蓮社，便是火宅優曇。必也具真實願，發忻厭心，視三界如牢獄，視家園如桎梏，視聲色如鳩毒，視名利如韁鎖，視數十年窮通際遇如同昨夢，視娑婆一期報命如在逆旅，信宿捨離，惟以歸家為務。如意亦得，不如意亦得，捨得寸陰，一心念佛。果能如是，若不生淨土者，諸佛皆成誑語矣，願共勉之！」

(二) 外緣

我們的佛號，往往被外緣打斷，不能常念不絕。以前有一位居士，他真是個大好人，組織很多念佛團，勸很多人念佛。可是他自己沒有時間念佛，每天都有人請他去布置道場、請他去關懷病人、請他去弘法利生……整天東奔西跑，外緣非常多，常常忙到連睡覺的時間都沒有。那時有人敬告他「你再不靜下來念佛，你會死得很難看！」等到他想拒絕外緣，關門靜修的時候，根本沒辦法靜下來！有一次他生病，心想正好趁養病的時間在家裡安靜幾天念佛，沒料電話從早到晚不停地響，把電話關掉，卻馬上有人敲門來找他，絡繹不絕。外緣到了拒絕不掉的地步。最後，他在外出途中

一次意外突然死去，死的時候身邊一個親人或道友都沒有，死後隨即被送到醫院太平間冷凍。等他的親人趕到的時候，打開蒙在他臉上的紗布，正應了之前別人提醒他的那句話「死得很難看」……這給我們一個深刻的前車之鑑，希望我們不要重蹈覆轍。很多人忙忙碌碌，什麼才是我今生最大最重要的事情？自己心裡要主次分明。上根人固然能夠在一切外緣境界中常念不絕，可我們是下根人，想要成就，心必須要狠，暫先隔絕外緣。沒有外緣最好，不要主動去攀緣，外緣一旦沾染，弄到你無法擺脫，因此《西方確指》云：只「強順人情，勉就世故」八個字，誤卻你一生大事。道業未成，無常至速！急宜斂跡韜光，一心向道，不得再誤！

省庵大師在世有一位茅靜遠居士，他是一般人所讚歎的「大慈善家」，省庵大師寫了一封信勸他念佛。《與茅靜遠居士書》：

「足下造橋事畢，可謂莫大之功。然居士之心好善無倦，一善甫完，復作一善。美則美矣，其如生死大事何？苟不以生死大事為急，而孳孳為善，所作善事如須彌山，皆生死業緣，有何了日？善事彌多，生死彌廣，一念愛心，萬劫纏縛，可不懼耶！」

居士世間公案久已參透，西方淨業久已修習，然而生死心不切，家緣撇不下，人情謝不去，念佛心不專，何也？將

名根不斷耶？抑愛念牽纏耶？於此二者，宜加審察。苟不把家緣世事一刀斬斷，六字洪名盡力提起，欲望娑婆之脫，安養之生，難矣。不生安養而欲脫生死，不脫生死而欲免墮落，抑又難矣。縱一生、兩生不失人身，濟得甚麼事？

嗟乎！居士慧心如此明利，家緣如此豐足，繼嗣如此賢能，事事適意，尚不能放下萬緣，一心念佛。為天負人耶？為人負天耶？不以念佛為急，而以世間小善為急；不以生死大事為先，而以人天福報為先，是不知先後也。

居士今日要務，唯當謝絕人事，一心念佛。加以齋戒二字，尤為盡美。大抵西方佛國，非悠悠散善所能致。萬劫生

死，非因循怠惰所能脫。無常迅速，旦暮即至，安得不為之早辦耶！」

（三）妄想

我們的佛號，往往被妄想打斷，不能常念不絕。「人在世間，不能超凡入聖、了生脫死者，皆由妄念所致。今於念佛時，即作已死未往生想。於念念中，所有世間一切情念，悉皆置之度外。除一句佛號外，無有一念可得。何以能令如此？以我已死矣，所有一切妄念，皆用不著。能如是念，必有大益！」印光大師說的。

「倘平日有過頭妄想，欲得神通，得名譽，得緣法，得

道等。如是完全以妄想為自己本心，越精進勇猛，此種妄想，越多越大。若不覺照，永息此妄，則後來還會著魔發狂，豈但妄想而已乎！固宜汲汲息此過頭妄想也。」

「凡有忿怒、淫欲、好勝、賭氣等念，偶爾萌動，即作念云：『我念佛人，何可起此種心念乎？』念起即息，久則凡一切勞神損身之念，皆無由而起。終日由佛不思議功德，加持身心，敢保不須十日，即見大效。若只偶爾念一句、二句，便欲見效，則是自欺欺人。」

蓮池大師曰：「妄念是病，念佛是藥。久病非片劑所能療，積妄非暫念所能除，其理一也。莫管他妄念紛飛，只貴

在念佛精切。字字分明，句句接續，極力執持，方有趨向分。所謂真積力久，而一旦豁然，喻如磨杵作針、鍊鐵作鋼者，定不誣也。入道多門，唯此一門最為捷徑。不可忽，不可忽！」

（四）喜怒

我們的佛號，往往被喜怒打斷，不能常念不絕。再看一段紫柏大師的開示：

「念佛法門，最為簡便。但如今念佛之人，都無定志。所以千百人念佛，無有一兩人成就者。」

這一句佛，一切菩薩、一切天、一切人，若生西方者，莫不因此這一句阿彌陀佛，而度苦海。

然念佛心真不真，勘驗關頭，直在歡喜、煩惱兩處取證，其真假之心，歷然可辨。大抵真心念佛人，於歡喜、煩惱中，必然念念不間斷。是以煩惱也動他不得，歡喜也動他不得。煩惱、歡喜既不能動，死生境上自然不驚怖。今人念佛，些小喜怒到前，阿彌陀佛便撇在腦後，如何能得念佛靈驗？

若依我念佛，果能於愛憎關頭不昧此句阿彌陀佛，而現在不得受用、臨終不得往生，我舌根必然破爛。你若不依我

法行，則念佛無有靈驗，過仍在汝，與我無干。」

四、常念不絕即是「如子憶母」

印光大師開示：

大勢至菩薩，以「如子憶母」為喻。子心中只念其母，其餘之境，皆非己心中事，故能感應道交。

譬如小兒念母，一日之中，無時不想念其母也。縱睡眠、洗澡、抽解之時，豈能令心中完全忘卻念佛之事？既記得無礙，則心中默念亦無礙也。

修習淨土，隨分隨力。豈必屏除萬緣，方能修持乎？譬如孝子思慈親，淫人思美女，雖日用百忙中，此一念固無時或忘也。修淨土人，亦復如是。任憑日用紛繁，決不許忘其佛念，則得其要矣。

五、小結

果真生死心切，唯恐墮入三途惡道，受苦無量求出無期，必然這句佛號常念不絕；

果真痛念無常，如救頭燃，時時作臨終想，必然這句佛號常念不絕；

果真真信切願，念念求生淨土，一刻都不願停留，必然這句佛號常念不絕。

相反，這句佛號還常常中斷，常常忘記，我們的信願出了問題，要在真信切願上再下功夫。果真常念不絕，必然則得道捷，像海賢老和尚一樣。

最後，供養大家蓮池大師一段話：「古人教親近明師，求善知識，而善知識，實無口傳心授祕密法門，只替人解粘去縛，便是祕密。今但『執持名號，一心不亂』，此八個字，即是解粘去縛祕密法門，即是出生死堂堂大路。朝念暮念，行念坐念，念念相續，自成三昧，莫更他求也。」

報告至此，懇請師父上人及諸位善知識批評指正，不吝賜教。阿彌陀佛。不肖弟子釋自了叩呈。二〇一四年十月十五日。

老法師：我們同學們，大家都看到、都聽到自了師的這份報告，回頭想一想，我們是不是他報告裡面所提到的，二六時中這句佛號常常丢失？有的時候真的，一丟幾個小時，一丟十幾二十個小時，平常事。淨宗法門無比殊勝，這「無比殊勝」這句話，我們是不是真的明白了？如果真明白了，我想這句佛號二六時中不會丢失，像古大德所說的，晚上作夢也念佛。為什麼會丢失？說個實實在在的話，對於這個法門一知半解，這就需要教了。

夏蓮居老居士何必要給這個經再做一個會集本，有沒有必要？如果我們學佛的人，把這部經都徹底搞清楚、搞明白了，那是個什麼現象？信心堅定，願心不移。蕩益大師告訴我們，信願就是往生淨土第一個條件，有信有願就決定得生；至於佛號功夫的深淺，那是往生到極樂世界品位不一樣。可見得念佛人最重要的，真信切願，我們這裡出了問題。蓮公老和尚為我們做這個會集本，目的是什麼？目的是把極樂世界、娑婆世界這兩個世界都講清楚、講明白、講透徹，讓我們自己好好冷靜去思惟、去選擇。

娑婆世界，尤其生在我們今天的社會，整個地球動亂不安。這一次的動亂，在這個世間歷史上從來沒有發現過的，

亂到極處了。人活在世間，貧富貴賤哪個人不苦？貧窮人苦，富貴的人更苦，還值得留戀嗎？極樂世界之樂，我們天天讀經聽說了，為什麼不肯下定決心要去？半信半疑：真的嗎？真的是經上所說的嗎？真有嗎？問題出在這裡。為什麼？我們雖然聽經，念經念得很多，我們的懷疑沒斷。真的，有人一輩子，到臨死都斷不了，臨死到了念阿彌陀佛，佛真有嗎？真來接引我嗎？還有這個疑惑。所以信這個字難，大難大難！

我跟諸位提到過，我出家兩年以後才受戒，我一生隨緣，受戒的緣成熟了。受完戒之後，回到台中拜老師，謝謝老師的栽培。老師在慈光圖書館，我到圖書館去，我在大門

外，他在裡面，看到了，他就用手指著我：「你，你要信佛！」這句話講了十幾遍。怎麼我學佛七年，出家了，出家就教佛學院，佛學院已經教了兩年，現在受了戒來看老師，老師怎麼叫我說叫我信佛？我迷惑，不知所云。走到裡面去，老師叫我坐下來，告訴我，我的話你聽懂了沒有？我說沒有聽懂，想不通。老師就告訴我：有老和尚到臨終還不相信！是事實，不是假的，說明信真難。淨土宗，信是根本，三資糧是第一個，沒有信，後頭就沒有了，哪來的願行？願就是求生淨土，行就是老實念佛。這句佛號老是丟失，就是信願出了問題。

我們真有福氣、真有善根、真有好的緣分，為什麼？讓

我們看到這樣的文字，聽到這樣的聲音，不容易！這是我們的善友、善知識，時時刻刻有人在提醒我們。我們這第四回的學習採取這個方式，學習班，學習班怎麼落實？怎麼真幹？真幹裡頭有許許多多的問題出現，這些問題如何解決？如何幫助我們不走彎路、不走邪徑？這就是真正的福報，這就是彌陀的加持。同學當中確實有心得，他們的心得給我們分享。他得到受用，他不自私自利，把這個受用提出來給我們大家分享，這個功德才圓滿、才究竟。總是希望將來我們在阿彌陀佛世界，極樂世界上我們能再聚會在一堂，在阿彌陀佛大講堂成就我們的道業。

所以真清楚了，他就徹底放下；放下功夫才得力，不放

下功夫不得力。我們看到很難過，只能在經文上苦口婆心的勸導大家。同學當中有聽明白了、有聽懂了，提出來的心得報告，增長我們的信心，堅定我們的願心，這句佛號常使不絕、常念不絕，這一生往生不退成佛就靠得住了。

所以，我們每一次的這些報告，學習報告，都留在檔案裡面，我們要挑選，選出最重要的印成一冊，常常提供同學們做參考，這很有必要。到今年年底，一年有一冊。第四回，因為講經的時間只有一半，以前四個小時，現在是兩個小時，這部經學習圓滿要兩年。這個進度沒有關係，最重要的是堅定信願，這句佛號要學到一切時、一切處像海賢老和尚一樣不曾丟失。世間事，乃至於佛事，我常說，都隨緣。

有緣，看看這個事於正法、於眾生有真正的利益，要做，不能不做，不做沒有慈悲心。做，妨不妨礙念佛？不妨礙。需要思考的，把佛號放下，做完之後我佛號又提起來，這就對了，這就不算丢失。事情愈少愈好，多一事不如少一事，少一事不如無事，別去找事。

今天我們住在圖文巴，圖文巴這個緣好像是成熟了，再加一把勁，他們能上軌道，那就是團結宗教。團結宗教的意義在哪裡？用宗教教育這個能力幫助這個社會化解衝突，促進安定和平，唯有安定和平的社會，才能夠成就佛法；社會動亂，佛法不能夠紮根。我們今天比不上古人，原因在哪裡？第一個原因，古時候社會安定，社會安定，人心安定，

容易成就；現在社會不安，亂了，我們心跟著亂，成就很難。所以，能幫助這個社會安定和諧，這個要做，這是自利他，自利是幫助佛法的建立、成長，利他是希望大家都能離苦得樂，回歸到安定和諧。要珍惜我們的緣分，我們遇到災難、遇到疑惑、遇到衝擊，你看，就有人提醒我們，這都是佛力加持、彌陀的加持。我們永遠要感恩，感恩世尊，感恩彌陀，感恩十方諸佛，感恩一切善友。

無量壽經科註第四回學習班（第九十四集）

2014/10/18 澳洲淨宗學院 02-042-0094

學生：尊者師父上人慈悲、諸位善知識慈悲，阿彌陀佛。不肖弟子自了冒昧報告的題目是：日暮途遠。

古人有個成語，日暮途遠。古時候沒有車，出門都靠步行，要去一個地方，走了一天，眼看太陽下山天色已晚，而離目的地還很遠，心裡著急。印光大師常常引用這個成語，比喻老年人時日無多，而往生還沒把握。

印光大師對老年人有一篇專題開示：《示周余志蓮女居

士法語》。這篇法語表面是給周老居士的開示，實際上普遍適合我們每一個人。雖然是對老年人的開示，但同樣適合年輕人，因為「黃泉路上無老少，孤墳多是少年人」，無常說來就來，沒有哪一位年輕人有把握保證自己一定能夠活到老。我們每一個人，都是日暮途遠：時間不多了，但是生死大事沒有辦妥。

下面一起聽聽印祖開示的原文：

「汝已七十多歲，不久就要死了。現在就要把一切事，通安頓好。心裡頭除過念佛外，別無一件事掛牽，則臨終時，方可無罣無礙。若現在還是樣樣放不下，看不開，則臨

命終時，所有貪戀衣服，首飾，房屋，子孫之心，通通現前，如何能夠往生西方。既不能生西方，則汝一生守節念佛，及所作種種有益之事，完全成了福報了。

汝現在尚無智慧，雖常精勤念佛，心中尚不決定求生西方。到了來生享福的時候，決定被福所迷，便要造諸惡業。既造惡業，必定就要墮於地獄，餓鬼，畜生中受苦了。此種大苦，皆是現世念佛，不知決定求生西方之所感召的。光憐憫汝，恐汝後來或成此種景況，故預為汝設法。汝若肯依我所說，就不會因福得禍。

現在雖很強健，就要做就要死了想。凡現在要穿的衣

服，留到穿。凡綢緞皮襖等貴重衣服，均分與孫媳等。首飾，臂釧，耳墜及金，銀，翡翠等，通通救濟災民，以此功德，回向往生。若心中見識小，捨不得賑災，亦須分與女兒，孫媳，孫女等。自己身邊，決不可留此種令人起貪戀的東西。所有存款，為防養老者，亦須交與孫子。即田地契誌等，亦須交代的乾乾淨淨。

汝心裡除念佛外，不使有一點別的念頭。連汝這個身子，也不預計死後作什麼樣安頓。連孫子重孫等，都要當做素不相識之人，不管他們長長短短。只管念我的佛，一心盼著佛來接引我往生西方。汝能照我所說的做，一切事通通放下，到了臨命終時，自然感佛親垂接引，往生西方。

若是仍舊貪戀一切好東西，及銀錢，地畝，房屋，首飾，衣服，及女兒，孫，曾等，則萬萬也不會生西方了。西方既不生，則下世決有痴福可享。因享福而造業，定規一氣不來，墮落三途。由惡業障蔽故，心識不明，縱有活佛來救汝，也救不得了，豈不可憐可憫乎哉。

願汝信我所說，則實為莫大之幸。」

前些天有位女居士告訴我，古代的婦女，到了四十五歲就要做壽衣，準備後事。她說她快四十五歲了，也準備做一套壽衣。世間人會覺得不吉祥，但這對修行人是很好的方式：提醒自己無常迅速，生死事大。《淨土聖賢錄》有這麼

一個人：吳秉信，他特地做了一個棺木，每天晚上睡在棺木中，以這種方式提醒自己時時作臨終想。南宋高宗紹興年間，吳秉信在朝廷任官。因為與秦檜意見相違，被貶斥為平民。於是回到故鄉在州城的南邊建築一間小屋，日夜寂然地靜坐修行。叫人做一個棺木，夜裡則在棺木中睡覺。每到天亮時，就叫童子敲叩棺木並唱曰：「吳信叟，歸去來，三界無安不可住，西方淨土有蓮胎，歸去來！」吳秉信一聽到童子唱歌，即起來習禪課誦。經過很長一段時間後，秦檜死去，因此又被朝廷召為「禮部侍郎」，不久後又出任常州的知府。紹興二十六年，被召回京城，經過蕭山驛站的旅舍時，吳秉信靜坐休息，才過一會兒，即叫他的家人仔細靜

聽，大家都聽到天樂之聲。吳秉信即說：「在清淨法界的本性中，因為失念而來到此世間，金台既然已經到了，我也該走了！」說完之後即安然往生。

我們老年同修們該好好考慮自己的生死大事了！時間過得很快，說不定這幾年就有無常到來。到了死時有沒有下落呢？是該好好想一想啊！

如果平常沒有靠定阿彌陀佛，沒有訓練，死的時候一無主張，這樣還是要再輪迴。如果惡業發動，墮了三惡趣，那更是千萬劫在惡道受苦啊！

看看自己所在的城市，這一天一夜裡死掉多少人，不要說生西方，就連生天，百千人當中沒有一個。再說修行人裡不求生西方的話，又有多少人了生脫死。現在你已經有把握了嗎？準備在臨終怎麼來通過。

人生大部分的時間已經空過了，是該好好算一筆帳了！在這一生，修行有多大的進步，煩惱減了多少，業障又消了多少。以五年來計算，以前的五年有多少進步，往後就只剩下五年或者兩個五年，而且精力愈來愈衰弱，老年的苦會愈來愈多、愈來愈重。如果不抓緊這段時間，盡全力積好往生資糧，這一錯恐怕就成千錯萬錯了！

好好想想，到臨死的一刻，自己有沒有生死自在的境界。再想想，現在生一場大病，能不能心裡不亂呢？生大病時，心裡都做不了主，慌亂、迷惑，何況死亡呢？臨終四大分解，就好像活牛剝皮，不是大修行人，哪裡能輕鬆度過呢？再想一想，這一生敢保證只有善業，沒有惡業嗎？就看平日裡，心裡想的、口裡說的、身上做的，造了多少業，臨終如果惡業發動，就會把心拉向三惡趣。這一投下去，那是千生萬劫也難以解脫。墮在惡趣受苦報時還會引惡心，舊的業沒有報完，又加上新的業，這樣就是無窮無盡地輪轉，怎麼得了呢！經上講：「七佛以來，猶是蟻子；八萬劫來，未脫鵠身。」就是墮落成螞蟻之後，一直到七尊佛出世以來，

都一直是螞蟻。還有投了鴿子的身體，八萬劫都超脫不了。一想到這些，身上汗毛都會豎起來，怎麼還不著急呢？

在臨死的時候，親父親母救不得你，兒女代替不得你，你眼睛看看周圍，有誰可以做依靠呢？能靠得上誰呢？只有阿彌陀佛能救度你、能攝受你、能保護你、能成就你。這不是很明白嗎？生死大事誰都依靠不上，只有靠阿彌陀佛，往生極樂世界。這一點抉擇清楚了，就要一心一意地念佛求生淨土。對我們來說，再沒有第二條路了！再沒有第二個可依靠處了！切切要趁著現在眼睛還看得見，腳還能夠走，還有精力，身體還健康的時候，身心依靠阿彌陀佛，向佛求哀乞憐，從早到晚，向佛誠懇祈禱，不可以片刻放捨。

如果對這個法門不珍重，靠不定、靠不穩，那就不免糊裡糊塗錯過去了。從早到晚，隨隨便便，無所事事，晃悠悠，幾年一晃就過去了，到後面疾病纏身，臥床不起，口裡想念也念不出，心裡想緣也緣不了，這個時候再後悔，已經晚了，機會錯過去了。

常常要想我剩下來的時間不多了，就像風中的殘燭，隨時都會熄滅；又好像草上的露水，太陽一出，就會蒸發掉；又像水上的泡沫，風一吹就破滅；又像石火電光，一閃而過。這樣一個虛假的身體，到了垂暮之年，隨時都會滅掉，不是在早上，就是在晚上，不可不著急啊！

人生最多只有百年，現在已經到了晚年，就應當放開心量、看破世間，就像一場戲劇，哪裡有真實呢？演戲的時候，台上有各種表演，這裡面哪一點是真的？全都是假的！我們在人生之中，就是演一場戲，夫妻的戲、母子的戲、各種家庭事業的戲，已經到了晚年，應該知道這人生的種種都是演戲，沒有真實，所以不要執著。

晚年的時間不多，也就只有三、五年了，這三、五年怎麼度過呢？就以一聲阿彌陀佛來消遣光陰。以極樂世界做為我的故鄉。我現在念佛，日後就往生到西方，這是何等的幸運，何等的幸福。這麼一想，要常常生歡喜心，不要生煩惱。

如果遇到不如意的事心裡起煩惱時，要立即把心轉在一聲佛號上，快快地提起來、念起來，再回光返照這麼想：我是阿彌陀佛世界裡的人，怎麼能跟世間人一般見識？這樣就回瞋作喜，還是阿彌陀佛！阿彌陀佛！高高興興地念。世間事不要多理會，不要爭個你長我短。像這樣就是智慧中人啊！這是自己得安樂，自己得自在。

現在兒女不孝順的多。如果在家裡有兒女對你不好，有時受媳婦的罵，或者住的房子很差，要幹很多家務，這些都不要太在意。要一心念阿彌陀佛，其他不要去想它。你想得很多，只會愈想愈生氣，愈想愈委屈。要想心裡不苦，就要一心想阿彌陀佛、念阿彌陀佛，這樣想、這樣念，就會愈念

愈歡喜。知道這個道理之後，心就要一直靠著這句佛號不離開。

只要你心裡有佛，一切就都會變好。在小屋子裡念佛，這個屋子念得香光莊嚴，就成了極好的屋子。做家務時邊做邊念，做事也變得非常安樂。所以只要一心念佛，其他不想，人生的小苦就會脫掉，不但這點小苦脫掉，連生死的大苦也能脫掉。到了臨終，阿彌陀佛接你去極樂世界，那有多好！所以真能放開，一心念佛，不要等往生之後，現在就能時時享受安樂。

民國浙江慈溪有個老婦女，家裡窮苦，兒子又不孝順。

有一天她被兒子罵了，心裡難受，就找附近的出家師父訴苦。

師父說：「妳知道自己身上有苦，為什麼不把苦賣掉？」

她問：「怎麼能賣掉呢？」

師父說：「妳專心念阿彌陀佛求生西方，臨終佛接妳到西方，就斷了一切苦，以後只受安樂，這就是把苦賣掉了。」

老人說：「我們母子倆住同一間房子，裡面既有床，又有灶，床下還有豬圈，這麼邋遢，怎麼能念佛？」

師父說：「這都沒關係，妳只管常念不斷，有空就到廟裡來拜佛。」

這以後老人就依教奉行，一心求脫苦，念佛從不間斷。

三年過了，在她臨終前幾個月，她對兒子說：幾月幾號我要生西方，你不要外出，給我料理後事，也算盡兒子的孝道。她兒子根本不信。過了一段時間，再次提起時，兒子還是不信。

到了臨終前幾天，她兒子忽然聞到奇異的香氣，到處找也不知道從哪裡傳來，這才相信母親說的是實語。到這一

天，他在家守候，只見母親沐浴更衣，端坐著念佛往生了。

像這位老人家裡窮苦，兒子忤逆不孝，照一般，晚年是很苦的。但她因為自己苦，而一心想脫苦，就一心靠阿彌陀佛，結果這一切苦都解脫掉了。

老人家們，只要一心一意地念這句佛，什麼時候都不忘掉佛，那就算在家裡做一些事，也不會覺得苦。我們在念佛的時候心裡歡喜了，幹什麼都是歡喜的！見什麼人都是歡喜的！日日夜夜，有哪一樣不歡喜呢？所以晚年要想安樂，就不能離開這句佛。一離開佛，心裡起無明煩惱，就又落到苦裡去了。

如果能這樣專一、能這樣堅持念，也用不了太長時間，就可以做到邊做事邊念佛不斷。做到了之後，心裡的苦就會愈來愈小，一定會愈來愈安樂。

所以要好好想一想，是不是一句佛號安度晚年？現在我們講老年問題怎麼解決？在一句阿彌陀佛裡解決。現在的人普遍孤獨，如果能把心思放在阿彌陀佛上，自己的心和佛心相應，就能去苦、消愁。兒女不如意，怎麼能做到不苦惱呢？就是念阿彌陀佛，佛念得熟了，世間事不會想它，心裡就不苦。不念阿彌陀佛，沒有一個寄託，心總是緣在這上面，那就會很苦。所以要把心換過來，不斷地念佛，這樣念得好，有佛的加持進入心裡，心情會很好，心裡會有寄託。

很多長年念佛的老人耳聰目明，思惟清晰，而且人生有希望，不會對死絕望。所以這是大安樂法門！一想到臨終有阿彌陀佛接引，一想到由自己的勤修一定能往生。這個時候會信心充滿，歡喜充滿！

人的晚年心裡沒有了憂苦，身上雖然難免有一些病苦，但有這句佛號在心，就好得多了。能念阿彌陀佛，就有前途有希望。沒有念佛，各方面的苦都難以避免，尤其是老年孤苦寂寞，絕望恐懼，怎麼面對？怎麼解決？

現在這個社會跟過去不一樣。過去還有幾代同堂。這個時代，老人愈來愈孤獨。子女不孝順的多，和老人共處交流

的都很少。但是我們有一句佛號就不怕，因為我們念念在佛，這些就都不是問題，老人的孤獨是因為自己想不開，沒有寄託，又看到兒女不孝順、不交流，自己的心沒地方放。但能把心思放在佛上，一心一意地依靠佛，佛不會嫌棄我們。自己的心會放得開、會開朗、會歡喜。這個歡喜不必要外在的條件，佛號常常持在心裡，這就是歡喜靈丹。有人晚年念佛得到了幾十年得不到的安樂。這不是孝子所能給予的，不是吃好東西能得到的，也不是穿衣服、住好房子能得到的。世間的一切樂都比不上的。所以要作有智慧的老人，把心放在阿彌陀佛上，就一切問題都能解決。

還有，老年人可能會面臨各種各樣的慢性病，老年痴呆

啊，腦中風啊，提前怎麼預防？還是一心一意地念阿彌陀佛，祈禱阿彌陀佛，求佛保佑你、加被你。一心投靠的話，自己的晚年順利得多。阿彌陀佛慈悲，臨終都能讓你正念分明，當然臨終之前也能幫你避免這些問題。但你自己要肯這樣來做。

所以年老了就不要再管世間閒事。印祖開示說：「凡家中家計，並兒孫之事，皆當置之度外。譬如我於六十後就死了，那兒孫還不是一樣做人？我今只管念佛了生死，他們既不能替我了生死，我豈可因他們誤我的大事？能如此設想，自然就會一心念佛了。」

唐朝白居易有幾句詩這樣說：「余年七十一、不復事吟哦。看經費眼力，作福畏奔波。」（我已經七十一歲了，不再作詩。眼睛不好，看經很吃力。作福德也害怕來回奔波，這個衰弱的身體折騰不起了。）何以度心眼，一聲阿彌陀。（這老年的心怎麼來度過呢？把心寄託在什麼上呢？就是一句阿彌陀佛。）行也阿彌陀，坐也阿彌陀。縱饒忙似箭，不廢阿彌陀。（走也是阿彌陀佛，坐也是阿彌陀佛，就算非常忙，也不丟掉這句阿彌陀佛。）日暮而途遠，吾生已蹉跎。旦夕清淨心，但念阿彌陀。（已經快天黑了，解脫的路還很長遠，而我這一生已經錯過了。我現在從早到晚，就是以清淨心只念阿彌陀佛。）」

這個佛號是不可思議的如意寶，一切世間和出世間的利益都可以成辦，它能解世間的厄難、能解毒、能治病，還能解生死苦，把人從生死輪迴中救拔出來，轉凡成聖。所以一切的事情都能用這句佛號來解決，關鍵我們要有真實的信心。

為什麼要講這些呢？因為老年人容易遇到病苦、遇到一些意外，這時候的第一個反應應當是提起佛號。比如遇到危難怎麼辦？就是放下萬緣，一心一意念阿彌陀佛，求佛慈悲接引自己往生。這一點，平時就要訓練純熟。

一般人對於名號的功德認識不深，往往會迷信外在的藥

物、醫療等科學技術。他不知道佛號有極其不可思議的力量。在一切不可思議中，以阿彌陀佛的力量最不可思議，而佛號就是佛果地的境界，所以應該對阿彌陀佛的名號生起極大的信心，用歡喜心和虔誠心來持念。信心圓滿的話，得到的加持也圓滿，而且極其不可思議。

像現在人知道有錢可以買車買房，可以過好日子，就對錢非常有信心，拼命地賺錢。我們不要相信錢，要相信佛號不可思議的作用，真正有信心的話，決定會全心地投入、全心地依靠，全力地持念。這樣決定得到真實不虛的利益，即生解脫的利益。這是最簡單、最容易、最方便了，不需要任何外在條件。誰只有肯持就會得到不可思議的利益。這麼不

可思議的佛號，這是方便到極點，是阿彌陀佛用來救度一切眾生的無上妙寶。關鍵是能不能對這句名號生決定的信心，能不能持之以恆地持念。如果能，那就一切都變得順利了，再加上有往生的決定誓願，就決定能往生西方。

我們老人家們已經這麼大年紀，沒有很多時間了。這僅有的一點時間一定要用好，如果自己心裡相信阿彌陀佛，一心想去極樂世界，又能從早到晚把時間用在念佛上，那就一定能往生。如果這段時間不用好，只是東奔西跑，什麼都搞一搞，這樣心不專一，沒有固定的方向，到了臨終心裡慌亂無主，那就危險了。

所以不管怎樣，年紀大了最好以西方為歸宿。在人間就只剩下幾年了，一定要分清主次，要把往生淨土做為修行的重點，而且要让這個重點突出再突出。這樣一心投入在念佛上，讓念佛的念力一再地加強，最後就是一門心思唯一念阿彌陀佛，唯一趣向極樂世界，這樣就一定得佛接引，往生西方。

海賢老和尚告訴我們「世上無難事，只怕心不專」；佛說「制心一處，無事不辦」；印光大師更直截地告訴我們：「一心念佛，無事不辦」。

今天就報告至此。報告過程恐有錯誤，懇請師父上人及

諸位善知識批評指正，不吝賜教。阿彌陀佛。不肖弟子釋自了叩呈，二零一四年十月十七日。

老法師：自了師這篇報告，要把它單獨印出來流通，翻成外國文，普遍的這些老人院、醫院裡邊，我們都多多的要送一些，是真的，不是假的。我昨天收到一封老朋友的信，我這個朋友大我一歲，今年八十九了，身體不很好。告訴我，前一段時期住在老人院，晚上起來跌倒了就爬不起來，一直到第二天，還算不錯，身上受傷了，頭腦很清楚，到第二天早晨，整理房間的人進來才發現了他。所以老人真苦！要碰到兒女不孝更傷心，心情怎麼會好？所以這種開示對他們來說，非常迫切的需要。真能夠相信有佛，相信有極樂世

界，相信有阿彌陀佛，一直念下去，他身心就平和。我們知道境界隨心轉，一切法從心想生，只要念頭一正，對他身體健康大有幫助。我們在此地，醫院跟我們的關係很好，此地有個安寧中心，這中心跟我們也是有十幾年的關係。我們幫助他，在財力上幫助他，精神上也幫助他，類似這些開示，無論は今人、古人，我們把它蒐集起來，印成小冊子，我相信能提醒很多念佛人，老年人會讓他安心。

無量壽經科註第四回學習班（第九十五集）

2014/10/27 香港佛陀教育協會 02-042-0095

學生：尊者師父上人慈悲、諸位善知識慈悲，阿彌陀佛。不肖弟子自了冒昧報告的題目是：「攝耳諦聽」。

上次談了念佛的祕訣：時時作臨終想；接下來應該談談念佛的方法。有些人念佛的時候，專心在字上，精力集中在腦海裡要清晰地浮現「阿彌陀佛」這四個字。

念佛的方法，我們請民國三位大德來開示，他們都是念佛的過來人：夏蓮居老居士、律航老法師、印光大師。律航

老法師是夏老的學生，是我們的大恩人，他把《無量壽經》會集本從大陸帶到台灣，李老居士遇到了後來交給師父上人，我們今天才能看到。

祖師大德教給我們念佛的方法是：攝耳諦聽，即是聽聲音，用耳朵認認真真地聽自己念佛的聲音。

一、夏蓮居老居士《聽佛軒記》

(一) 原文

法門無量，要在明心，功高易進，無如念佛。此方真教體，清淨在音聞。欲成三昧，先修耳根。一切時中，佛號歷

然。聲不越竅，耳聽常滿。隨緣自在，聞性內熏。思專想寂，滯情融朗。佛是本覺，念是始覺。以念啟聞，以聞修念。聞即是念，念成於聞。有念必聞，無聞非念。有念念息，無聞聞盡。從聞入流，返聞自性。但能聲聲喚醒自己，即是念念常覺。但能不隨顛倒，即是翻破無明。初則背塵向覺，繼則始覺合本，久則始本相泯，自然能所兩忘。

（二）略釋

引用夏老居士《淨語》的原文，連貫起來，略釋他上面的《聽佛軒記》，即是用夏老的話來解釋他自己的話：

「此方真教體，大要在心聽。圓通先從耳根證。念來字

句用心聽，自喚自醒還自應。妄想千般都莫管，聲聲佛號要分明。一句六字真經，循環莫教暫停。無論苦樂動靜，耳邊歷歷佛聲。防被境緣牽轉，如護生鳥風燈。互融互攝以心聽，聽久轉凡能入聖。聞熏聞修聞自性，一根還原諸根淨。聽時更比念時真。都攝六根學勢至，返聞自性奉觀音。自呼自醒還自知，念佛見佛成佛時。聲合乎心，心應乎聲。心聲相依，妄念自清。始覺究竟即本覺。果能心口，字字相應，淨宗功夫，十得八九。果能念到，心境如一，方知真空，不離妙有。一聲佛號一聲心，念念彌陀攝六根。字句分明耳應口，凡情消處見慈尊。此是蓮宗真途徑，純以音聲續慧命。」

二、律航老法師《並耳念佛法》

念佛宗旨，本為攝心專注一境，令散亂心，漸成片段，乃至一心不亂。若欲達此目的，必須將阿彌陀佛四字宏名，字字都念的清清楚楚，聽的明明白白，但耳根對聲塵，須由聽力強銳，方能格外清晰。

並耳者，即合併兩個耳根的聽力，用在一個耳根上，試看古人射箭，今人放槍，當他瞄準時，皆閉一眼，用一眼，視力格外分明，而聽力亦復如是。

律航初學此法時，先將右耳聽力作意並在左耳，聽一百聲；再將左耳聽力並在右耳，聽一百聲；然後兩耳平均聽一百聲。或者攝心記數，初三聲注入左耳，次三聲注入右耳，

再四聲二耳一起聽，共為十聲。

如是循環練習，不過一月，大見功效，一往妄念紛馳，現因聽力特別增強，漸受約束，偶起妄念，隨即覺知，日久自成習慣，不必作意並耳，而自然並耳矣！

經云：「此方真教體，清淨在音聞。」則持名念佛者，誠不可不加強聽力。

三、印光大師開示都攝六根

（一）「都攝六根，淨念相繼」乃以彼背覺合塵之生滅，轉而為背塵合覺之生滅，以期證於不生不滅之真如佛性

也。今人若不「都攝六根，淨念相繼」念佛，絕無實證之希望。

（二）攝心念佛，為決定不易之道。而攝心之法，唯反聞最為第一。

（三）念佛下手，最要莫過於聽。聽則心沉而一，所謂「都攝六根，淨念相繼」者。

（四）當時常自念自聽！大勢至菩薩「都攝六根，淨念相繼」，即注重於聽之一法耳。

（五）念佛之要，在「都攝六根，淨念相繼」。欲都攝

六根，只長聽自念之佛聲，則得之矣。

（六）念佛之法，各隨機宜，不可執定。然於一切法中，擇其最要者，莫過於攝耳諦聽。

（七）都攝六根，淨念相繼。心念、耳聽，字字句句，念得分明，聽得分明，便是往生正因。

（八）都攝六根而念，為淨念。念佛時，常聽自己念佛音聲，即是都攝六根之下手處，切須注意！

（九）聽即都攝六根之法。此法無論上、中、下根人，用之皆有益而無弊。凡一切人皆以諦聽告之。

（十）念佛一法，理極高深，事甚平常。欲求心佛相應，第一是志誠懇切；第二是聽，反聞念佛聲。誠、聽兼到，昏散自除。

（十一）攝心方法，種種不一。隨其人之根器用之，自得其益。若夫最為切要之法，總不過大勢至「都攝六根，淨念相繼」八字。

（十二）念佛要心中念得清楚，口中念得清楚，耳中聽得清楚。從朝至暮念，從朝至暮聽。比貪多貪快，而含糊不清，功效懸殊也。

（十三）念佛之時，必須攝耳諦聽，一字一句，勿令空

過。久而久之，身心歸一。聽之一法，實念佛要法，無論何人，均有利無弊，功德甚深。

（十四）《楞嚴經·大勢至圓通章》云：「都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一」，即是攝耳諦聽之法。當依此而念，不至仍舊妄想紛飛耳。

（十五）所言心、口、耳悉令清楚者，即都攝六根之法則也。心，即意根。口，即舌根。心、口念而耳聽，眼鼻決不至向外馳求，身亦不至倨傲放肆。今人念佛，多多都是不肯認真，故無效耳。

（十六）須心中念得清楚，口中念得清楚，耳中聽得清

楚。即默念，亦須常聽。以心一起念，即有聲相。自己之耳，聽自己心中之聲，固明明了了也。

（十七）無論聲默，均須攝耳諦聽。能常聽見念佛的聲，則心自歸一。此法最穩當。無論上、中、下根，均可得益，絕無受病之虞。

（十八）都攝六根，入手在聽。無論大聲念、小聲念，不開口心中默念，均須字字句句聽得清楚，此念佛之祕訣也。信願行三，為淨土綱要；都攝六根，為念佛祕訣。知此二者，更不須再問人矣！

（十九）念佛之要，在於都攝六根。當念佛時，攝耳諦

聽，即是攝六根之下手處。能志心諦聽，與不聽而散念，其功德大相懸殊。此法無論上、中、下根人皆可用，皆可得益，有利無弊，宜令一切人皆依此修。

（二十）當念佛時，或聲或默，均須攝耳諦聽。不令一字一句，滑口念過。大勢至菩薩所謂「都攝六根，淨念相繼」者，即此隨念隨聽之一法也。果依此說，決定往生。若或討巧，定成大拙。自誤誤人，害豈有極！

（二十一）須知都攝，注重在聽。即心中默念，也要聽。以心中起念，即有聲相。自己耳，聽自己心中之聲，仍是明明了了。果能字字句句，聽得清楚，則六根通歸於一。

較彼修別種觀法，為最穩當、最省力、最契理契機也。

（二十二）念佛法門，以信願行三法為宗。念佛之要，在於都攝六根，淨念相繼。欲都攝六根、淨念相繼，無論行住坐臥，常念佛號，或聲或默，皆須聽己念佛之聲。倘能如是，則業消智朗，障盡福崇，凡所作為，皆悉順遂。

（二十三）吾人果能具真信切願，如子憶母，都攝六根，淨念相繼而念。即是以勢至「反念念自性」、觀音「反聞聞自性」，兩重工夫，融於一心，念如來萬德洪名。久而久之，則即眾生業識心，成如來祕密藏，所謂「以果地覺，為因地心」，故得「因該果海，果徹因源」也。

(二十四)念佛必須攝心，念從心起，聲從口出，皆須字字句句，分明了了。又須攝耳諦聽，字字句句，納於心中。耳根一攝，諸根無由外馳，庶可速至一心不亂。大勢至所謂「都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一」者，即此是也；文殊所謂「反聞聞自性，性成無上道」者，亦即此是也。

(二十五)念時須心中念得清楚，口中念得清楚，耳中聽得清楚。即不開口，心中默念，亦須字字句句，聽得清楚。以心一起念，即有聲相。自己之耳，聽自己心中之聲，仍是明明朗朗。能常聽得清楚，則心歸一處，神不外馳。故眼也不他視，鼻也不他嗅，身也不放逸，故名「都攝六

根」。如此念佛，名為「淨念」。以攝心於佛號，則雜念雖尚未全無，然已經減多多矣。若能常常相繼，便可淺得一心不亂，深則得念佛三昧矣。

（二十六）無論行、住、坐、臥、聲、默，都要字字句句，心中、口中念得清楚，耳中聽得清楚。默念不開口，心中仍有聲，自己的耳，聽自己心裡的聲，與開口朗念無異。此為念佛最切要之妙法，且不吃力。《楞嚴經》大勢至菩薩云：「都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一」。耳能聽得明白，則六根都攝無遺矣！如此而念，名為「淨念」。淨念能常相繼，則可得念佛三昧矣。

(二十七) 欲攝妄念，第一要心存恭敬，常若身在佛前，不敢起別種念想。第二要字字句句，心裡念得清清楚楚，口裡念得清清楚楚，則妄想自漸漸消滅矣。即默念，也要聽。以心一起念，即有聲。自己的耳，聽自己心裡的聲，仍然明明了了。

《楞嚴經》大勢至菩薩云：「都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一」，注重在聽。六根，即眼、耳、鼻、舌、身、意。心，即意根；口，即舌根；聽，即耳根。心念、口念、耳聽，此三根一攝，眼也不會東張西望，鼻也不會聞別的氣味，身也不敢放逸懈怠，故名「都攝六根」。都攝六根而念，自無污雜妄念，故名「淨念」。淨念，必須

要常常相續不斷，故名「淨念相繼」。能淨念相繼，久而久之，則得念佛三昧。此「都攝六根，淨念相繼」，為得三昧之第一妙法。故云：「得三摩地，斯為第一」。「三摩地」，即三昧之別名。如此念之，決有淨念常存、妄念全無之一日。

（二十八）都攝六根，淨念相繼，久而久之，即眾生業識心，成如來祕密藏。則由三昧寶，證實相寶，方知此寶，遍滿法界，復以此寶，普施一切。

攝耳諦聽，並不只是印光大師提倡，古來大德都是這樣教人。隨舉一例，蕩益大師，我們看《彌陀要解》幾段話：

「唯以信願執持名號，則一一聲悉具多善根福德」、「信願行三，聲聲圓具，所以名多善根福德因緣」、「所持之名號，真實不可思議。能持之心性，亦真實不可思議。持一聲，則一聲不可思議。持十百千萬無量無數聲，聲聲皆不可思議也。」、「只此信願，莊嚴一聲阿彌陀佛，轉劫濁為清淨海會，轉見濁為無量光，轉煩惱濁為常寂光，轉眾生濁為蓮華化生，轉命濁為無量壽」。祖師這裡都用「聲」：一聲阿彌陀佛、聲聲阿彌陀佛，他不用「句」，通常我們說一句阿彌陀佛。大師的措辭不是無的放矢，不是隨隨便便，這是有他含藏的意思：提醒我們念佛的方法：聽聲音！攝耳諦聽。

今天就報告到這裡。報告過程恐有錯誤，懇請師父上人及諸位善知識批評指正，不吝賜教。阿彌陀佛。不肖弟子釋自了叩呈。

老法師：我們聽了自了法師的報告，也看到這篇的文字，確實是他對我們大家，最好的供養。他這些年來修行，沒有白費功夫，沒有浪費光陰，確實有心得，這是我們應該向他學習的。為什麼他有成就？我們的成就比不上他，原因何在？經論上說的，祖師大德教導我們的，他認真去做了，確實是一門深入長時薰修，他做到了。我們懂得，也會說，但是自己沒有做到。所以他確確實實是給我們心得報告，這篇東西對念佛人，尤其是念佛功夫不得力的人，長時間的念

佛，念了幾年，念了幾十年，功夫依然不得力，原因在哪裡？聽了這份報告我們就明白了，我們的念佛不如法。

他舉出這三個例子，夏蓮居老居士、律航老法師，《楞嚴經》上所說的法門，《印光大師文鈔》，他用的功夫最深，他的根柢，是從《文鈔》上奠定的。印光大師一生教人，他就記得很清楚，重要的開示，他隨手可以拈來，所以一門深入，長時薰修，讀書千遍，其義自見。我們知道，沒真幹，尤其是念佛。念佛最重要的，佛在經典上告訴我們，念從心生，念佛這個念頭從心生的，從口裡頭念出來，從耳朵聽進去，這樣就能夠攝心。許多人念佛時間很長，不能攝心，就是雜念很多，用念佛的方法雜念去除不掉，於是怎麼

樣？另外想別的辦法，覺得自己業障很重，去尋找其他的方法消業障。殊不知，念佛是最好消業障的方法，我們不懂這個方法，或者聽了不相信這個方法。為什麼不相信？我們學習的時候功夫不夠，不是幾句就能攝心，要養成習慣才能攝心。還沒有養成習慣就想換別的方法，這就壞了，而不能夠一個方法堅持到底。這裡說的三個人，夏蓮老、律航、印祖，隨便哪個人的方法都行，都把這個重點說到了。他今天在此地提醒我們，把這些重要的開示都寫在此地，我們多看、多念念，自己再試試看。

我們最大的障礙就是世緣放不下，這才是真正功夫不得力，真正原因所在。我們對於這六根對六塵境界，太在意

了，不肯放下，不知道六根六塵六識，都是虛妄不實，都應該放下。尤其是年歲大的人，中國古人是以六十歲為老人，六十是花甲老人了，六十一甲子。李老師以前常常告訴我們，人到六十歲就要為來生打算，為什麼？這一生差不多過完了。六十是人生的冬天，六十到八十，人生的冬天。把人一生分為春夏秋冬，從你出生到二十歲，春天，這二十年；二十到四十，夏天，成長了，成熟了；四十到六十，秋天，該收斂了；六十到八十，冬天，要準備走路了，換句話說，聰明人要準備來生。人死了並不是就了了，有來生，六十歲以後認真為來生著想。

念佛法門就是為來生，來生到哪裡去？心裡面嚮往的是

西方極樂世界。怎麼去？信願持名，真信切願沒問題，問題在持名。持名，印祖說得好，能不能往生全在信願之有無，可見得真信切願，是能不能往生最重要的關鍵。真信切願的人，肯定把世法佛法都放下了，像《金剛經》上所說的，「法尚應捨，何況非法」，得放乾淨，然後修一向專念。

他這篇東西完全著重在念的方法，這個念怎樣消業障。攝心就是業障消了，業障沒有消，你一面念佛，還是一面有妄想雜念，妄想雜念很多，止不住，這就是業障現前。業障現前有沒有方法對付？念佛是最好的方法，那就是消業障最好的方法。注重這個念是心生，口念耳聽。特別把這個心放在耳上，耳聽，為什麼？你專心在聽著，聽自己念佛的聲

音，不是聽外頭的，容易攝心。不出聲念，我們心裡默念，有沒有聲音？有，別人聽不到，自己清楚。還是要聽別人聽不到自己起心動念那個音聲，這樣它都攝六根，為什麼？眼不是不看，耳不是不聽，眼也看，耳也聽，沒有放在心上。心裡面，心裡頭專聽自己念佛的佛號，這重要，一切時一切處都要這樣用功。

這樣用功，我在此地特別給諸位聲明，你在走路的時候，在外面走路，不可以，你要注意交通狀況，你這樣下去，車撞到你你還不曉得，那就錯了，這時要注意路況。尤其如果是自己駕車，駕車的時候決定不能用這個功夫，用這個功夫會出車禍。什麼時候？在你平常繞佛的時候，佛堂用

這個功夫；你自己家裡院子裡，用這個功夫，清淨場所用這個功夫就對了。特別是早起，睡覺之前，用這個功夫最好。

這是我們非常感謝，感謝他提供我們這份資料，幫助我們知道念佛方法、念佛的祕訣。念佛真消業障，比什麼方法都快，你要用上你就知道了。我們自己功夫得力了，就要勸告別人，自利利他，自他是一不是二，能接受的人就要幫助他。這份資料，我們可以多印一些放在二樓，跟人家結緣的那些文件裡面。

無量壽經科註第四回學習班（第九十九集）

2014/1/10 香港佛陀教育協會 02-042-0099

老法師：我們在這一生難得得人身，聞佛法，這個緣太殊勝了，可以說是無比的殊勝。最重要的，我們在這一生當中抓緊這個機會，要往生極樂世界。不生極樂世界就大錯大錯了，不管你得什麼利益，六道輪迴跑不掉；不能脫離六道輪迴，肯定在三惡道的時間長，三善道的時間短，這是決定逃不過的。一般世人懵懵懂懂，他沒搞清楚，我們把它搞清楚、搞明白了。

這一句佛號，底下一句是求生淨土，阿彌陀佛，求生淨

土；阿彌陀佛，求生淨土，就對了。這一句佛號無所不包，你們聽了戒律，自己多歡喜，一句佛號裡頭，三聚淨戒圓滿在裡頭。為什麼？這一句佛號叫你得清淨心、得平等心。戒律的目的是什麼？就是得清淨心。它要那麼麻煩才能得到，我們一句佛號就得到，比它高明太多了。學教，這一句佛號是一切教的大總持法門，不但世尊一代時教，十方三世一切諸佛所說的經教全在這一句佛號裡頭。所以這句佛號，你往生極樂世界什麼都通了，根本就不需要學的，全通了，何況阿彌陀佛在極樂世界講經教學沒有中斷，「今現在說法」。說什麼法？你想聽什麼法，聽到就說這個法，妙不可言。「佛以一音而說法，眾生隨類各得解」，我想聽《金剛經》，

聽阿彌陀佛講的就是《金剛經》；你想聽《華嚴》，你聽的就是《華嚴》，一點都沒有錯，妙極了！

那個地方無量壽，那個地方沒有白天晚上，人的精神飽滿，不會疲倦，你說這多好，不需要飲食，我們這個地方生活上帶來這些困擾，極樂世界完全沒有。你想到十方世界去參學，本身在極樂世界阿彌陀佛大講堂沒動，佛也沒動，我們也沒動，在聽經。那辦事呢？佛以無量無邊的分身到十方世界去接引往生的眾生，這是他的本願，他一定要去接引，分身去的，本身在講堂沒動。同學們呢？本身在講堂也沒動，有能力像阿彌陀佛一樣，分身到十方世界。彌陀分身到十方世界是接引往生的，我們分身到十方世界是修福修慧，

供佛、供僧是修福，聽經聞法是修慧，福慧雙修。能分無量身，同時親近無量諸佛如來，聽到諸佛所說的一切經，真受用。這個好事我們現在沾到邊了，一步跨進去就得到。不肯念佛的人他沒搞清楚，真搞清楚，哪有不念佛的道理？哪有不求生的道理？念念求生淨土！像海賢老和尚，念念求往生，佛把他留在世間是為表法。為什麼？就是為我們現在學的這個法，懷疑的人太多了，不相信的人太多了，表這個法，讓我們真正相信，決定不再動搖。海賢住世這些年功德無量，沒有比這個更好了。

在這個世間沒有緣就算了，沒有緣絕不攀緣；有緣，隨緣幫助苦難眾生，也是幫助正法久住。正法能久住，這個世

間一定是太平盛世，世出世間法都能建立，如果是亂世就不行。在過去，我們不能說沒有疑惑，雖然有很堅定的信心，別人不相信，我相信，可是沒有領導人。要有大智慧、大福德的國家領導人出現，我們信心就足了。難得我們遇到了，今天習主席就是這個人，這是上天派下來的，來救這些苦難眾生的（不僅是中國，全世界），來復興人性的教育，中國傳統教育。這世界上有許多族群，他們老祖宗傳下來的，宗教傳下來的，你細心去體會，你用恭敬心去觀察，平等心去觀察，都是好東西。不是好東西，怎麼能傳那麼多年？早就被淘汰掉了。能傳到今天的，我們都不敢輕視，為什麼？它有這麼長的生命力，它一定有道理，沒有道理早就給人丟掉

了，都是好東西。如何把它整合成為一體，文化大匯合、大圓融，這個好！唯有文化圓融，文化融合在一體，這個世界上永遠沒有鬥爭，永遠沒有戰爭，太平盛世。天天都是太平盛世，地球就是極樂世界、就是天堂。我們遇到這個緣，隨緣，也盡心盡力去做，但是我們把所做的這些功德，統統迴向求生淨土。我對這個世間，人間、天上什麼都不要，我只要求往生極樂世界，這就對了，點點滴滴幹這一樁事情。好，我們現在開始。

學生：不肖弟子自了冒昧報告的題目是：歷代祖師示真信切願——從海賢老和尚反省我們求往生的信願（六）

印光大師說：「凡夫若無信願感佛，縱修其餘一切勝行，並持名勝行，亦不能往生。是以信願最為要緊。蕩益大師云：『得生與否，全由信願之有無；品位高下，全由持名之深淺』，乃千佛出世不易之鐵案也。能信得及，許汝西方有分。」可見信願最重要，每尊佛出世，必定弘揚信願持名。歷代傳法的祖師大德，必定開示真信切願，或言傳，或身教。因此恭錄祖師關於真信切願的開示如下：

甲、印光大師總示真信切願

一、念佛了生死，全仗佛力。由自己真信切願念佛之力，感佛垂慈接引，故能帶業往生也。

二、居士既深信念佛，若未參承淨業知識，又不廣閱淨土經論，則真信切願從何而生？縱能執持名號，只因不求出離，便成人天因果，受享痴福，因福造業，仍沉惡道。

三、念佛法門，注重信願。有信願，未得一心，亦可往生。得一心，若無信願，亦不得往生。世人多多注重一心，不注重信願，已是失其扼要。

四、信願為前導，念佛為正修。有以專求一心，不講信願。及注重開悟，不求往生者。皆不知念佛之宗旨者。棄佛力以仗自力，忽佛智而矜己智。其自誤誤人也，大矣！

五、往生淨土，固貴久修。然其所重，在乎決定不易之

志願耳！彼終身念佛，心常冀人天福報者，縱令精進，因其心願尚戀此娑婆，何得有生極樂之望乎？固知信願，實為吾人生西方大根據也。

六、念佛一法，要緊在有真信切願。有真信切願，縱未到一心不亂，亦可仗佛慈力，帶業往生。若無信願，縱能心無妄念，亦只是人天福報。以與佛不相應故，固當注重於信願求生西方也。真有信願，妄當自己。（註：已是停止之意。很多同修說念佛總是妄想紛飛，原因在此：信願不真。真有信願，妄想自然停止。）

七、淨土法門，以信願行三法為宗。有信願，無論行之

多少、淺深，皆得往生。無信願，即到能所兩忘、根塵迴脫之地步，亦難往生。以真證到能所兩忘、根塵迴脫之實理，便可自力了生死，則不必論。若但有工夫見此理，尚未實證，若無信願，亦難往生。

八、往生全仗信願真切。若先有怕不能往生之疑，則不能往生矣。萬不可卑劣自居，謂「我業重，恐不能生」。若作此想念，則決定不能生矣。何也？以心無真信、切願，無由感佛故也。

乙、歷代祖師分示真信

一、正面勸信

(一) 善導大師《觀經四帖疏》：言深心者，即是深信之心也。亦有二種：一者決定深信自身現是罪惡生死凡夫，曠劫以來常沒常流轉，無有出離之緣；二者決定深信彼阿彌陀佛四十八願，攝受眾生，無疑無慮，乘彼願力，定得往生。

(二) 善導大師《觀經四帖疏》：深信者，仰願一切行者等，一心唯信佛語，不顧身命，決定依行。佛遣捨者即捨，佛遣行者即行，佛遣去處即去，是名隨順佛教，是名隨順佛意，是名隨順佛願，是名真佛弟子。

（三）蕩益大師《彌陀要解》六信：信自者，信我現前一念之心，本非肉團，亦非緣影；豎無初後，橫絕邊涯；終日隨緣，終日不變。十方虛空微塵國土，元我一念心中所現物。我雖昏迷倒惑，苟一念回心，決定得生自心本具極樂，更無疑慮。是名信自。信他者，信釋迦如來決無誑語，彌陀世尊決無虛願，六方諸佛廣長舌決無二言。隨順諸佛真實教誨，決志求生，更無疑惑。是名信他。信因者，深信散亂稱名，猶為成佛種子，況一心不亂，安得不生淨土？是名信因。信果者，深信淨土，諸善聚會，皆從念佛三昧得生。如種瓜得瓜，種豆得豆，亦如影必隨形，響必應聲，決無虛棄。是名信果。信事者，深信只今現前一念不可盡故，依心

所現十方世界亦不可盡；實有極樂國在十萬億土外，最極清淨莊嚴，不同莊生寓言。是名信事。信理者，深信十萬億土，實不出我今現前介爾一念心外，以吾現前一念心性實無外故；又深信西方依正主伴，皆吾現前一念心中所現影。全事即理，全妄即真，全修即性，全他即自。我心遍故，佛心亦遍，一切眾生心性亦遍。譬如一室千燈，光光互遍，重重交攝，不相妨礙。是名信理。

（四）截流大師《淨土警語》三種真信：所謂真信者，第一要信得心、佛、眾生三無差別。我是未成之佛，彌陀是已成之佛，覺性無二。我雖昏迷倒惑，覺性未曾失。我雖積劫輪轉，覺性未曾動。故曰莫輕未悟，一念回光，便同本

得也。

次要信得我是理性佛、名字佛，彌陀是究竟佛，性雖無二，位乃天淵。若不專念彼佛，求生彼國，必至隨業流轉，受苦無量。所謂法身流轉五道，不名為佛，名為眾生矣。

次要信得我雖障深業重，久居苦域，是彌陀心內之眾生；彌陀雖萬德莊嚴，遠在十萬億刹之外，是我心內之佛。既是心性無二，自然感應道交。我之苦切必能感，佛之慈悲必能應，如磁石吸鐵，無可疑者。

（五）徹悟大師《徹悟禪師語錄》：知小而不知大、見近而不見遠者，此眾生之常分也。如阿彌陀佛，於諸眾生，

有大恩德，眾生不知也……若以眾多觀之，佛則普為一切眾生也；若以一人觀之，佛則專為我一人也。稱性大願，為我發也；長劫大行，為我修也。四土為我嚴淨也，三身為我圓滿也。以至頭頭現身接引，處處顯示瑞應，總皆為我也。我造業時，佛則警覺我；我受苦時，佛則拔濟我；我歸命時，佛則攝受我；我修行時，佛則加被我。佛之所以種種為我者，不過欲我念佛也，欲我往生也，欲我永脫眾苦、廣受法樂也，欲我輾轉化度一切眾生，直至一生成佛而後已也。噫！佛之深恩重德，非父母所可比，雖天地不足以喻其高厚矣。非聞開示，安知此意？不讀佛經，安曉此理？今而後，已知之矣，唯有竭力精修，盡報歸誠，拼命念佛而已，復何

言哉！

（六）徹悟大師《語錄》：若正修淨業時，倘達摩大師忽現在前，乃曰：「吾有直指人心、見性成佛之禪，汝但捨置念佛，吾即以此禪授汝。」但當向祖師作禮，謂「我先已受釋迦如來念佛法門，發願受持，終身不易。祖師雖有深妙禪道，吾則不敢自違本誓也。」縱或釋迦如來忽爾現身，謂曰：「吾先說念佛法門，特一時方便耳。今更有殊勝法門，超於彼者。汝當且置念佛，吾即為說勝法。」亦只可向佛稽首陳白：「我先稟受世尊淨業法門，發願一息尚存，決不更張。如來雖有勝法，吾則不敢自違本願也。」雖佛祖現身，尚不改其所信，況魔王外道，虛妄邪說，豈足以搖惑之耶？

能如是信，其信可謂深矣。

（七）徹悟大師將真信具體列為十種：一信生必有死（普天之下，從古至今，曾無一人逃得）。二信人命無常（出息雖存，入息難保，一息不來，即為後世）。三信輪迴路險（一念之差，便墮惡趣。得人身如爪上土，失人身者如大地土）。四信苦趣時長（三途一報五千劫，再出頭來是幾時）。五信佛語不虛（此日月輪，可令墮落，妙高山王，可使傾動，諸佛所言，無有異也）。六信實有淨土（如今娑婆無異，的的現有）。七信願生即生（已今當願，已今當生，經有明文，豈欺我哉）。八信生即不退（境勝緣強，退心不起）。九信一生成佛（壽命無量，何事不辦）。十信法本唯

心（唯心有具造二義，如上諸法，皆我心具，皆我心造）。

信佛語故，則造後四；不信佛語，但造前四。故深信佛言，即深信自心也。修淨業者，能具此十種信心，其樂土之生，如操左券而取故物，夫何難之有？（註：古代契約分為左右兩聯，雙方各執其一，左券即左聯，常用為索償的憑證。操左券比喻成功有把握。）

二、反面勸信

（一）截流大師《淨土警語》：苟無真信，雖念佛持齋，放生修福，只是世間善人，報生善處受樂。當受樂時即造業，既造業已必墮苦。正眼觀之，較他一闡提、旃陀羅

輩，僅差一步耳！（註：闡提，斷善根無信仰的人。旃陀羅，以屠殺為業的人。）

（二）蓮池大師《彌陀疏鈔》：明智者當為世人決疑起信，在在處處，弘讚流通，即是代諸佛出廣長舌，即是報佛深恩。如其違背聖言，故為魔說，其為罪也，何可言盡！今以喻明：於此有人，日出萬言，以謗萬佛，積滿千歲，是人罪業，無量無邊；而復有人出一惡言，撥無淨土，阻人念佛，是人罪業，過於前人百千萬倍，乃至無算。何以故？微塵諸佛，讚歎西方，惟欲人人成佛；汝獨生謗，即是遍謗微塵如來，陷害眾生，常沉苦海，不得成佛。故罪如是，其慎辭哉！

（三）蓮池大師《彌陀疏鈔》歸納十種難信。唯有狐疑是棄材，疑根未斷，即是罪本。凡夫眾生對淨宗的懷疑，不出狂妄與愚痴二端。如下：

①現居娑婆穢土，習久心安，乍聞西方極樂世界清淨莊嚴，疑無此事。

②縱信有極樂世界，又疑十方佛刹皆可往生，何必一定要往生極樂淨土？

③縱信應當往生西方淨土，又疑娑婆世界離西方淨土有十萬億刹土之遙，如此極遠何能得到？

④縱信距離不是障礙，又疑博地凡夫罪障深重，云何業障未除而得往生彼國？

⑤縱信帶業能生，又疑生到西方淨土，必有奇妙法門，多種功行，云何但持名號，遂得往生？

⑥縱信持名得生，又疑執持名號，必須多歷年劫，才能成就，云何一日七日，便得往生彼國？

⑦縱信七日得生，又疑七趣受生，不離胎卵濕化，云何淨土諸往生者悉是蓮華化生？

⑧縱信蓮華化生，又疑初心入道，多遇逆緣退轉，云何

一生彼國，便得入不退轉位？

⑨縱信一得往生便入不退轉位，又疑淨宗念佛法門主要是接引鈍機眾生，上智利根不必往生彼國。

⑩縱信上根利智亦應求生極樂淨土，又疑其他經典，或說有佛，或說無佛，或有淨土，或無淨土，狐疑不決。

上述十種難信，前八種屬愚人高推聖境而不敢信，第九種是狂者蔑視西方而不屑信，第十種雙兼狂愚二病。可見凡夫眾生迷惑顛倒，觸途成滯，對淨宗不可思議圓頓大法，疑網重重，乃是眾生業力所障。吾人應深自檢省，盡捐狂愚二

弊，虔誠篤信。

（四）蕩益大師《靈峰宗論》：今念佛求生淨土，正返迷歸悟，至圓至頓，概以夢幻掃之，可乎哉？今人於夢幻妻子家緣不能當下割捨，夢幻功名富貴不能當下遠離，夢幻苦樂寒暑不能當下覷破，乃至夢幻詩文機鋒轉語不能當下唾棄，獨於夢幻西方則不求生，亦大惑矣。夫依對待而論，娑婆活計，添夢者也；求生淨土，醒夢者也，不可不求生也。依絕待而論，惑業感於三界，惡夢也；念佛生於淨土，好夢也，亦不可不求生也。苟深思此理，淨土之生，萬牛莫挽矣。

（五）印光大師《文鈔》：至於修行淨土，有決定不疑之理，何必要問他人之效驗？縱舉世之人皆無效驗，亦不生一念疑心，以佛祖誠言可憑故。若問他人效驗，便是信佛言未極。而以人言為定，便是偷心，便不濟事。英烈漢子，斷不至捨佛言而取信人言。自己中心無主，專欲以效驗、人言為前途導師，可不哀哉！

丙、歷代祖師分示切願

一、徹悟大師《語錄》：若赤熱鐵輪旋轉頂上，不以此苦，退失往生之願；若輪王勝妙五欲現前，亦不以此樂，退失往生之願。此逆順至極，尚不改所願，況世間小小逆順境

界，豈能引轉哉？能如是願，其願可謂切矣。

二、蕩益大師《靈峰宗論》：佛祖聖賢，未有不以逆境為大爐鞴者。佛四聖諦，苦諦居初，又稱八苦為八師。苟稍存喜順惡逆之情，終與夏草同腐而已，安能如松柏之亭亭霜雪間哉！美玉不琢不成器，頑金不鍛不致精。鐘不擊不鳴，刀不磨不利。豈有天生彌勒，自然釋迦？欲為聖賢佛祖，必受惡罵如飲甘露，遇橫逆如獲至寶，方名素患難行乎患難，方可於穢土植淨土因，方如蓮出淤泥，超登不退。倘無事則駕言念佛求生淨土，一遇不如意，輒悔慍咨嗟，吾恐三昧不成，生西未保。（註：倘若在平日無事時就高談闊論念佛求生淨土，一遇到不如意事，當即就後悔、惱怒、怨恨，我恐

怕其人念佛三昧不能成就，往生西方也沒有保證。）須於此十大礙行（註：此略），一一自驗，果於病時、難時，乃至被抑時，唯增念佛心，明苦空觀，不尤不怨，庶蓮萼日滋，稱三昧寶王矣（註：念佛三昧又稱寶王三昧）。

三、徹悟大師《語錄》：如此信已，願樂自切。以彼土之樂，回觀娑婆之苦，厭離自深，如離廁坑，如出牢獄；以娑婆之苦，遙觀彼土之樂，欣樂自切，如歸故鄉，如奔寶所。總之如渴思飲，如飢思食，如病苦之思良藥，如嬰兒之思慈母，如避怨家之持刀相迫，如墮水火而急求救援。果能如此懇切，一切境緣，莫能引轉矣。

丁、信願行三而一

一、徹悟大師《語錄》：聞佛法已難，況聞彌陀名號，淨土法門尤難。何幸而得難得之人身。何幸而聞難聞之法。聞之而猶不肯信，不深為可惜也哉。不信姑置。即如信者，信而不願，猶不信也。願而無行，猶弗願也。行而不猛，猶弗行也。行之所以不猛，由願不切。願之所以不切，由信不真。總之生真信難。信果真矣，願自能切。願果切矣，行自能猛。真切信願，加以勇猛力行，決定得生淨土，決定得見彌陀，決定證三不退，決定一生補佛。既得生淨土矣，曠大劫來生死業根，則從此永斷。既一生補佛矣，至極尊貴無上妙覺，則便得圓成。此一念真信所關係者，豈淺

淺哉。苟非障道緣薄，生死業輕，久種善根，宿因深厚者，何以能爾。然吾人無量劫來，業力輕重，善根深淺，皆莫得而知。但業力由心轉變，善根在人栽培。是故宏法者，不得不善巧方便，懇切開示。而學道者，不可不竭力奮勉，勇往直前。但一言入耳，一念動心，皆可轉變業力，皆能栽培善根。雖聞種種緊要開示，都無一言所入。雖遭種種逆順境界，曾無一念奮發。是為真業力深重。真善根輕鮮。則亦莫可如何也矣。

二、徹悟大師《語錄》：一句阿彌陀佛，是阿伽陀藥，無病不療；是如意珠王，無願不滿；是生死苦海之慈航，無苦不度；是無明長夜之慧燈，無暗不破。但得一歷耳根，便

為有緣；但能一念信心，便可相應。信心果真，願不期發而自發。只將此信願二法，常存在心。如忠臣之奉明君密旨，孝子之受慈父嚴命，憶念不忘，作為第一件要事。不論所處境界，靜鬧閑忙，多念少念，總皆為往生正因。只恐介在勤怠間耳。吾人曠大劫來，久在輪迴，豈永不發出離之心，修向道之行耶。皆廢於因循，敗於怠惰，所以常在生死，受大苦惱。今聞持名簡要法門，若仍因循故轍，安於覆敗，可謂第一等無血性漢子矣。

三、印光大師《文鈔》：念佛有信願，決定會臨終往生西方；無信願，則只得人天福報而已。有信無願不名「真信」；有願無信不名「真願」。信、願二法，如車之二輪，

鳥之兩翼，缺一不可。

戊、諸祖自述流露真信切願

一、蕩益大師《自像贊》

（一）不參禪，不學教，彌陀一句真心要。不談玄，不說妙，數珠一串真風調。由他譏，任他笑，念不沉兮亦不掉。晝夜稱名誓弗忘，專待慈尊光裡召。懸知蓮萼已標名，請君同上慈悲造。

（二）願大不遺塵界，膽小怕墮地獄。見人嬉笑滿容，禮佛悲哀痛哭。終日輪串數珠，唯恐萬聲未足。縱有一隙獨

明，且無片長可錄。只圖下品蓮生，便是終身定局。豈敢大言欺世，致使法門受辱。

二、省庵大師《偶成四首》

百八輪珠六字經，消磨歲月度光陰。平生只有西歸願，肯為他緣負此心？

三、徹悟大師《念佛偈》

(一) 猛切持名如救頭，娑婆那更可遲留，即今撒手便歸去，已較前賢輸一籌。

（二）劃斷塵緣百不思，通身著力念阿彌，娑婆深厭輪迴苦，早向花池占一枝。

（三）自憐身作太平僧，了生脫死卻未曾，但願名標蓮蕊裡，不須高列上傳燈。（傳燈指《傳燈錄》，禪宗語要。）

（四）話到無常只自悲，百年彈指欲何為。惟求慈父垂哀憫，小小蓮花與一枝。

已、說明

這份報告，十二祖徹悟大師的法語居多，主要摘自《徹

悟禪師語錄》（也稱《夢東語錄》）。印光大師評價說「《徹悟語錄》，洵為淨宗最要開示，倘在蕩益老人前，決定選入《十要》。」（註：指蕩益大師編的《淨土十要》，印祖評為淨宗至要之書）

淨宗歷代祖師，並非都是著作等身。有的祖師沒著作，如承遠、少康、省常；也有的祖師少著作，如法照、截流、省庵、徹悟。印光大師曾就此答覆云：「徹祖、省祖之少著作，亦各人之心願耳。其道德之優劣，固不以著作之多少為定。古今有法身示現，但少數言句，無所著作者，多多也。何得在此處生疑？須知吾人欲了生死，實不在多。只一真信切願，念佛求生西方足矣。縱饒讀盡《大藏》，亦不過為成

就此事而已。」

這份報告，可以說是用歷代祖師的法語，來詮釋海賢老和尚一生表法的內涵，他沒有著作，但是他表演給我們看了——真信切願。他老人家說，「我要趕緊念佛，求阿彌陀佛來接我」、「我現在一百多歲啦，要往生到西方極樂世界去，老佛爺（阿彌陀佛）是我老和尚的根啊！我給老佛爺求過幾次，要跟他去」……這些都是真信切願的自然流露，這些話我們可曾發自內心的說出過？

芸芸念佛人，普遍功夫不得力，這是我們不得不面對、不得不檢討、不得不反省的問題，無法迴避。原因很多，五

花八門，總的來說，不外乎信願出了大問題！信不真、願不切，所以「萬修萬人去」變成「萬修二三人去」。那麼，信願的內涵是厭離心，厭離娑婆才會欣求極樂。大部分人覺得這個世間還不錯，日子過得很美滿，對六道輪迴不畏懼，對極樂世界不嚮往，古人說的「口念彌陀，心戀娑婆」，因此念了二、三十年還沒消沒息。

報告至此，報告過程恐有錯誤，懇請師父上人及諸位善知識批評指正，不吝賜教。阿彌陀佛。

老法師：自了師這一份的報告，我們聽到了，也看到了，他給我們提供最好的警惕。我們今天確實有問題，最嚴

重的問題就是我們對於淨土信願的不足。因為信願不足，所以常常受到世出世間一切法的干擾，用心不能專一，疑慮就更多、更深、更嚴重，它確確實實是會妨礙我們這一生往生淨土。自了師他對淨宗的根紮得好，這麼多年來，他主要是一部《印光大師文鈔》，這部《文鈔》他念得熟透了，總念了幾十遍，這是他深信切願的根本。今天念佛同學，無論在家出家，《印光大師文鈔》偶然翻個幾頁，幾個人認真去學習？真正認真學習，往生淨土就肯定了，為什麼？真信切願一定能生得出來。印祖在世的時候，因為方言（口音）的關係，他在晚年住在南方時間多，南方人聽不懂，所以他一生用文字弘法。他講經別人聽不懂，要翻譯很麻煩，所以用文

字、用書信。這就是祖師往生之前也就編了《文鈔》，現在有《續編》有三篇，內容非常豐富，每一篇都是勸人修學淨土最緊要的開示。

我在初學佛的時候，跟懺雲法師住茅蓬半年，那個時候他叫我讀《印光大師文鈔》，讀《阿彌陀經》三個註解：蓮池大師的《疏鈔》、蕩益大師的《要解》、幽溪大師的《圓中鈔》，我那半年的時間就學這些東西。只是叫我自己看，沒有講給我聽。要我把三個註解做一個科會，就是把經裡面這個科整理出來畫成一張表解，把經文再繫進去，這叫科會，這是我以前沒有見過的。自己把這三個註解的科會做成之後非常歡喜，真正體會到佛經文字之美。從科會才能看出

來，看出什麼？這個文章不能加一個字，也不能少一個字，加一個字是廢話，可以刪掉的，少一個字它就斷了，就連不起來了，這就是中國古人標準裡頭最好的文章。以後我們看到《華嚴經》，清涼大師的科判，那麼大的經，還有六百卷《大般若》，古人都用表解把它會成科會本，我們從這個地方學習了用科會來看文學。在台中，李老師每個星期有一堂古文，我們學的《古文觀止》，老師教我們練習做科判。因為《古文觀止》文字少，很容易做，經文字太長。發現古文裡頭，現在人的文章不能比，現在這些文章，你去做科判做不成，古人的文章篇篇都可以，它有章法結構、思想體系，從科判上全能看到。所以科判就是註解經的，就是經註，那

是提要，重點的提要，講義那是詳細的說明。

自了師有這麼深的根，他對於淨宗的信願，我們在他的報告、在他的文字當中可以非常明顯的看得出來，他是我們的好榜樣，我們要向他表示學習。祖師大德這些語錄，是修學淨土人紮根（紮信願根）的依據。經文字太深，不一定看得懂，祖師的開示淺，從這上紮根，然後再去讀經，對於經裡頭字字句句會生出感恩的心，你才曉得字字句句是真實教誨。

無量壽經科註第四回學習班（第一〇一集）

2014/11/15 香港佛陀教育協會 檔名：02-042-0101

學生：尊者師父上人慈悲、諸位善知識慈悲，阿彌陀佛。
不肖弟子自了冒昧報告的題目是「是心是佛，是心作佛」。

念老謂「是心是佛，是心作佛」為淨宗第一義諦。

十二祖徹悟大師曰：「《觀經》『是心作佛，是心是佛』二語，不唯是《觀經》一經綱宗法要，實是釋迦如來一代時教大法綱宗；不唯釋迦一佛法藏綱宗，實是十方三世一切諸佛法藏綱宗。此宗既透，何宗不透？此法既明，何法不

明？所謂學雖不多，可齊上賢也。」下面摘錄印光大師若干段相關法語，因稍深奧難懂，祈請師父上人講解。

一、印光大師開示念佛

（一）眾生者，未悟之佛。佛者，已悟之眾生。其心性本體，平等一如，無二無別。其苦樂受用，天地懸殊者，由稱性順修，背性逆修之所致也。其理甚深，不易宣說。欲不費詞，姑以喻明。諸佛致極修德，徹證性德。譬如大圓寶鏡，其體是銅。知有光明，日事揩磨。施功不已，塵盡光發。高臺卓豎，有形斯映。大而天地，小而塵毛，森羅萬象，炳然齊現。正當萬象齊現之時，而復空洞虛豁，了無一

物。諸佛之心，亦復如是。斷盡煩惱惑業，圓彰智慧德相。盡來際以安住寂光，常享法樂。度九界以出離生死，同證涅槃。眾生全迷性德，毫無修德。譬如寶鏡蒙塵，不但毫無光明，即銅體亦被鏽遮，而不復現。眾生之心，亦復如是。若知即此銅體不現之廢鏡，具有照天照地之光明。從茲不肯廢棄，日事揩磨。初則略露銅質，次則漸發光明。倘能極力盡磨，一旦塵垢淨盡，自然遇形斯映，照天照地矣。然此光明，鏡本自具，非從外來，非從磨得。然不磨則亦無由而得也。眾生背塵合覺，返妄歸真，亦復如是。漸斷煩惱，漸增智慧。迨至功圓行滿，則斷無可斷，證無可證。圓滿菩提，歸無所得。神通智慧，功德相好，與彼十方三世一切諸佛，

了無異致。然雖如是，但復本有，別無新得。若唯任性德，不起修德，則盡未來際，常受生死輪迴之苦，永無復本還元之日矣。吾輩既為佛子，當行佛行。縱不能豁破無明，頓復性體，以直趣妙覺果海。豈可不圓發三心，篤修淨業，以期斷煩惑於此身，託心識於蓮邦，為彌陀之弟子，作大士之良朋，安住寂滅，游泳佛國，上求佛道，下化眾生乎？倘不自奮勉，高推聖境，自處凡愚。畏半生修持之勤勞，甘永劫沉淪之酸楚。迷衣珠而弗珍，登寶山而空歸。以具無量功德智慧神通相好之妙真如性，枉受無量生死輪迴煩惱業果之幻妄極苦。豈非喪心病狂，惡升樂墜。生作行肉走屍，死與草木同腐。三世諸佛，稱為「可憐愍者」。凡我同倫，各宜

努力。

（二）念佛之心為佛因，則近之即得往生西方，遠之畢竟圓成佛道。

（三）佛之心，如出礦之金。吾人之心，如在礦之金。雖有金之體性，了無金之功能。是以自心是佛，更須要認真念佛，求生西方。

（四）證佛果者，亦不過徹底究竟證其在凡夫地本具心性功德力用，親得全體受用而已，實未加一絲毫於其初也。

（五）佛憫眾生迷昧自心，教令念佛求生西方者，以最

愛惜眾生之本有佛性，恐其永遠迷失，故令生信發願，念佛求生西方，庶可親證此本具佛性。

（六）須知由其心即是佛，故佛教人念佛。若心完全與佛不相符合，如冰不可入爐烹煉。唯其心之本體，與佛無二，故佛令人念佛。以佛威德神力之智慧火，烹煉凡夫夾雜煩惱惑業之佛心。

（七）此之佛性，在凡不減，在聖不增。佛以究竟證故，常享常樂我淨之法樂。眾生以徹底迷故，恆受生死輪迴之妄苦。譬如大圓寶鏡，經劫蒙塵，雖有照天照地之光，莫由發現而得受用。

（八）當思我與如來，同一心性。彼何以惑業淨盡，福慧圓滿，安住寂光，常享法樂乎？我何以起貪瞋痴，造殺盜淫，輪迴六道，莫由出離乎？心性是一，苦樂天淵。若猶以佛性功德，獨讓如來親得受用者，尚得名為大丈夫哉？

（九）能知自心原是佛心，則知佛光即是心光。而此心光，寂照圓融。寂而常照，故為「無量光」。照而常寂，故為「無量壽」。無量光壽之理體，固一切人之所同具。無量光壽之實證，須待往生西方，面見彌陀，蒙佛授記，圓滿菩提以後，方能徹得。此《華嚴》歸宗，以十大願王，導歸極樂之深旨也。

(十) 大矣哉吾心本具之道，妙矣哉吾心固有之法。寂照不二，真俗圓融。離念離情，不生不滅。謂之為有而不有，不有而有。謂之為空而不空，不空而空。生佛皆由此出，聖凡俱莫能名。類明鏡之了無一物，而復胡來漢現。猶太虛之遠離諸相，不妨日照雲屯。正所謂實際理地，不受一塵。本覺心中，圓具諸法。乃如來所證之無上覺道，亦眾生所迷之常住真心。

(十一) 煩惱是妄，何可云不能斷乎？所言不能斷者，乃係真性。真性在未證前，隨惡緣則成煩惱，而仍不變。隨善緣淨緣而成菩提，亦不變。譬如真金打做馬桶夜壺，雖曰盛糞，而金性仍然不變。打做佛像菩薩像，雖極其貴重，而

金性仍然不變。世間人各具佛性，而常造惡業，如以金做馬桶夜壺，太不知自重了。若知此義，誰肯常作馬桶夜壺之下作東西乎？然人爭著做馬桶夜壺。百千萬億中，或有不肯作馬桶夜壺，一意要作佛像菩薩像，連天帝大王之像亦不肯作者，蓋甚少甚少也！

（十二）有血性漢子，決不肯令本具之真如佛性，背悟淨緣，隨迷染緣，長劫輪迴於六道之中，而莫之能出也。

（十三）人皆可以為堯舜，人皆可以作佛。彼既丈夫我亦爾，不應自輕而退屈。庶可不辜負即心本具之佛性，及即生了脫之大法也！

祖師的文字，法味濃濃，讓人讀了一遍，還想再讀第二遍、再讀第三遍，忍不住反覆閱讀，這是大師的攝受力。展開《文鈔》，靜靜看幾個小時，那是什麼？那是法界淨宗初祖大勢至菩薩對你直接的加持、給你殊勝的灌頂。然後呢？照著去做，儘管不能一下子做到，但是我們朝這個方向努力，最後決定念佛成佛。

二、蓮池大師普勸念佛

念佛法門，不論男女僧俗，不論貴賤賢愚，但一心不亂，隨其功行大小，九品往生。故知世間無有一人不堪念佛。若人富貴，受用現成，正好念佛。若人貧窮，家小累

少，正好念佛。若人有子，宗祀得託，正好念佛。若人無子，孤身自由，正好念佛。若人子孝，安受供養，正好念佛。若人子逆，免生恩愛，正好念佛。若人無病，趁身康健，正好念佛。若人有病，切近無常，正好念佛。若人年老，光景無多，正好念佛。若人年少，精神清利，正好念佛。若人處閒，心無事擾，正好念佛。若人處忙，忙裡偷閒，正好念佛。若人出家，逍遙物外，正好念佛。若人在家，知是火宅，正好念佛。若人聰明，通曉淨土，正好念佛。若人愚魯，別無所能，正好念佛。若人持律，律是佛制，正好念佛。若人看經，經是佛說，正好念佛。若人參禪，禪是佛心，正好念佛。若人悟道，悟須佛證，正好念

佛。普勸諸人，火急念佛。九品往生，華開見佛。見佛聞法，究竟成佛。始知自心，本來是佛。

三、善導大師讚歎念佛

《觀經》最後釋迦牟尼佛讚歎念佛人，說：「若念佛者，當知此人，則是人中芬陀利華。」芬陀利華就是大白蓮花，所謂「千葉白蓮」，非常殊勝、尊貴、稀有。《涅槃經》讚歎釋迦牟尼佛稱為「大芬陀利」，而釋迦牟尼佛把這種尊貴的比喻用在念佛人身上。善導大師解釋說：「若念佛者，即是人中好人，人中妙好人，人中上上人，人中稀有人，人中最勝人也。」大師用五種讚譽來說明念佛人，我們

聽了信心倍增，沒有比真正念佛求生更殊勝的了。

報告至此。報告過程恐有錯誤，懇請師父上人及諸位善知識批評指正，不吝賜教。阿彌陀佛。

老法師：自了師這一篇報告完全是祖師的開示，是念佛最重要的開示，要常讀，常常放在心上。我們念佛功夫不得力，常常被外面環境干擾，這些開示如果記在心上，會起作用。祖師這些開示都是幫助我們看破實相，實相看破了，我們在境緣當中心得自在，不會受它干擾；不受干擾，功夫才能得力，由於功夫得力，就能法喜充滿。

這裡頭有幫助看破的、有幫助放下的。首先舉的是《觀經》上的，《觀經》上這兩句話，是淨宗念佛成佛的理論依據。為什麼要念佛？念佛為什麼能成佛？這就說了，「是心是佛」，這個心就是佛，佛就是心。但是我們現在迷了，迷了怎麼樣？還要用這個心去作佛。用什麼方法？念佛。理明白了，你心裡常常想佛就是佛，想菩薩就是菩薩，想羅漢就是羅漢。現在人想什麼？頭一個是想錢，貪無止境，除了錢之外什麼都不知道。這是餓鬼道，是心作餓鬼，他不知道。瞋恚心重、傲慢心重、嫉妒心重，那是地獄道。愚痴、懷疑，沒有智慧，畜生道。三惡道的業因、習氣我們要知道，我們在日常生活當中千千萬萬要留意，這三種惡念不能

有。我們想在這一生當中脫離六道輪迴，如果這些習氣要常在，那對我們是嚴重障礙，要把它捨掉。

真能捨掉，首先知道它是假的，它不是真的。《金剛經》是最好教我們識別真妄，「凡所有相，皆是虛妄」，包括實報土。實報土也不是真的，說它作一真法界，那是跟十法界比較，十法界有生滅的現象，它沒有生滅。雖沒有生滅，它有隱現，有時候現、有時候隱，就沒有了，它有隱現。現不能說它有，隱不能說它無，這才是它的真相，完全是自性本具。本具什麼？本具全宇宙。全宇宙我們無法理解，為什麼？沒見到，我們只看全宇宙裡頭的一個小點，太渺小了。想一想這地球，在整個太空裡頭非常渺小。但是我

們的心量變現出來的是圓滿的宇宙，佛經上講遍法界虛空界，十方一切諸佛刹土都在其中，是我們自己心現的，是我們自己識變的，心現識變。轉識成智之後，只有心現，沒有識變，那就是實報土。無始無明習氣斷乾淨，實報土沒有了，融入常寂光。

常寂光遇到緣它就現，它又能現，這個是自性。祖師大德明心見性之後，為我們透了一點信息，我們有智慧、有福報，聽到這個教誨、這種開示，沒有懷疑，完全接受，做為我們自己修行觀照的基礎。「凡所有相，皆是虛妄」，「一切有為法，如夢幻泡影」，這才徹底放下。然後提起這一句佛號，為什麼？到阿彌陀佛極樂世界去，圓滿的成就在極樂

世界。先取極樂世界，然後在極樂世界究竟圓滿成就，這就對了。

自了法師對於《印光大師文鈔》下了很深的功夫，這是在這一生修行之所以得力之處，我們一般人比不上他，因為功夫不夠深。他真的是一門深入，長時薰修；讀書千遍，其義自見，對了。今天他所提出來的這些，確實幫助我們放下、幫助我們看破，祖師的文字有一定的深度，愈讀愈歡喜，愈讀愈能夠體悟，遍遍都有悟處。難得從祖師那麼豐富著作裡頭，拈這幾篇來供養我們大眾，我們大眾歡喜讚歎，感謝他。好，今天我們就學到此地。

無量壽經科註第四回學習班（第一〇三集）

2014/11/20 香港佛陀教育協會 檔名：02-042-0103

學生：尊者師父上人慈悲、諸位善知識慈悲，阿彌陀佛。
不肖弟子自了冒昧報告的題目是「印光大師述《無量壽經》緣起」。

一、總述：說時雖在方等，教義實屬華嚴

淨土一宗，肇自普賢。震旦遠公續法源，中外廣流傳。
遍令聖凡，現在證涅槃。《華嚴經》末後，普賢菩薩以十大願王導歸西方，此釋迦佛法中最初首倡也。（小乘見思惑盡便了生死，證真諦涅槃，故以了生死為證涅槃。大乘成佛，

方為究竟涅槃。不可謂此涅槃，為佛之究竟涅槃也。）念佛求生西方一法，乃華嚴一生成佛之末後一著。實十方三世諸佛因中自利、果上利他之最勝方便也。彼妄謂淨土法門，為權漸小乘者。皆毀謗《華嚴》，及謗佛、謗法、謗僧之極重罪人也！

溯此法之發起，實在於華嚴末會。善財遍參知識，至普賢菩薩所，蒙普賢威神加被，所證與普賢等，與諸佛等，是為等覺菩薩。普賢乃為稱讚如來勝妙功德，勸進善財，及華藏海眾，同以十大願王功德，迴向往生西方極樂世界，以期圓滿佛果。以華藏海眾，皆十住、十行、十迴向、十地、等覺，四十一位法身大士，已遍遊塵刹佛國。其彌陀誓願，極

樂境緣，往生因果，一一悉知，故不須說。

然華嚴會上，絕無凡夫二乘，及權位菩薩。故雖大弘此法，而凡小莫由稟承。乃於方等會上，普為一切人天凡聖，說《無量壽經》，發明彌陀往昔因行果德，極樂境緣種種勝妙，行人修證品位因果。此經乃說《華嚴》末後歸宗之一著，說時雖在方等，教義實屬華嚴。華嚴唯侷法身大士，此經遍攝九界聖凡。即以華嚴論，尚屬特別，況余時乎！使如來不開此法，則末法眾生，無一能了生死者。

二、分述：

甲、稱性極談，如來正說

淨土法門，其大無外。全事即理，全修即性。行極平常，益極殊勝。良由以果地覺，為因地心，故得因該果海，果徹因源。一切法門，無不從此法界流。一切行門，無不還歸此法界。三根普被，利鈍全收。等覺菩薩，不能超出其外。逆惡罪人，亦可預入其中。統攝律、教、禪、密之宗，貫通權、實、頓、漸之教。於一代時教中，獨為特別法門，其修證因果，不得以通途教義相繩。古今多有深入經藏，徹悟自心，於此法門，不生信向者，以死執仗自力通途之教義，論仗佛力特別之因果之所致也。使知此義，則其信向修持之心，佛也不能阻止矣！以此法門，乃十方三世一切諸

佛，上成佛道，下化眾生，成始成終之總持法門。故得九界同歸，十方共讚，千經並闡，萬論均宣也。

乙、三根普被，聖凡齊收

生死，吾人第一大事也。淨土法門，了生死無上妙法也。一代時教，浩若淵海。其究竟暢佛普度眾生之本懷者，唯淨土一法而已。以下凡信願念佛，即可帶業往生。上聖若肯迴向，速得圓成覺道。仗佛慈力，與唯仗自力，其難易固曰劫相倍。

淨土一法，為一切諸法之所歸趣。以故華嚴證齊諸佛之等覺菩薩，尚須以十大願王，迴向往生。則文殊、普賢、馬

鳴、龍樹、智者、慈恩、清涼、永明等，自行化他，同歸淨土者有由來矣。知此，則唯執自力，不仗佛力者，可以怵然驚，憬然悟。以期現生即得出此娑婆，生彼極樂。與觀音勢至等諸上善人，俱會一處。常時親炙阿彌陀佛，以冀證無生忍，圓滿菩提而後已也。吾言不足信，請質之普賢菩薩，自可無疑矣！

丙、他力妙法，善護行人

多劫不能成佛，由修自力法門故。淨土法門，超勝一切法門者，在仗佛力。其餘諸法門，皆仗自力。自力何可與佛力並論乎？此修淨土法門之最要一關也！

末世之人，不依此修，則雖是修行，亦可憐也！以不知仗佛力，而偏欲仗自力，則恐永無出生死之日矣！

倘不於此法認真修持，而於如來所說一切諸法中，隨修一法，或兼修各法，欲了生死，勿道即生不能了，或經百千萬生及百千萬劫，尚不能了者，多多也。何以故？以念佛求生西方一法，專仗佛力。自己但具真信切願，持佛聖號。則於臨命終時，決定蒙佛接引，往生西方。其餘一切法門，必須修到業盡情空之時，方可了脫生死。否則，任汝功夫深，功德大，煩惱若有一絲一毫未盡，則仍然不能出離六道輪迴之外。以自力了生死，比仗佛力了生死，其難易奚啻天淵懸殊也！

丁、暗合道妙，巧入無生

淨土之為教也，肇始於彌陀導師，演暢於釋迦世尊。十方諸佛，出廣長舌以讚揚。兩土聖賢，發金剛心而流布。總而論之，一代時教，百千法門，無非令人由文字般若而起觀照般若，由觀照般若而證實相般若。既證實相般若，則心淨土淨，情空境空。如一月普印於千江，若萬籟咸鳴於一風。光明壽命，橫遍豎窮。直與彌陀世尊，同一廣大悠久。如是則何經非淨土之經？何行非淨土之行？約而言之，唯淨土三經，專明其致。大啟願輪，深明緣起，其唯《無量壽經》。

如來於一代通途教理以外，所立之特別法門。如阿伽陀

藥，萬病總治。故無論業之輕重，惑之厚薄。但能信願念佛，無一不獲往生。如摩尼珠，隨意雨寶。故但能都攝六根，淨念相繼。待至業盡情空，心佛雙亡時。則一切法門，河沙妙義，無不融會貫通於自心矣。淨土法門，其妙如是。其有欲上薦先亡，下濟群品。令一切人，不廢本分職業，各得現生出離生死輪迴者，可不汲汲從事於此法門乎哉！

戊、大聖垂慈，特留此經

佛在摩竭提國，靈鷲山中，說阿彌陀佛，最初因地，棄國出家，發四十八願。又復久經長劫，依願修行。迨至福慧圓滿，得成佛道。所感之世界莊嚴，妙莫能名。十方諸佛咸

讚歎。十方菩薩，與迴小向大之二乘，具足惑業之凡夫，咸得往生，等蒙攝受。是為《無量壽經》。

九界眾生，捨此則上無以圓成佛道。十方諸佛，離此則下無以普度群萌。若如來不開此法，則末法芸芸眾生，誰能出離苦海乎？是知釋迦彌陀，乘大願輪，興慈悲，度脫眾生。一則示居穢土，以穢以苦，折伏而發遣。一則示居淨土，以淨以樂，攝受而鈞陶。

俾讀者各各執持名號，咸歸一心。迴出塵世，倏登極樂。以法藏之願輪，攝取眾生。仗淨土之境緣，直趨佛果。

三、結語

以上內容是摘錄散布在印祖《文鈔》中不同地方，與《無量壽經》有關的若干段落，按照念老《大經解》「教起因緣」的五個小標題順序排列，取題名「印光大師述《無量壽經》緣起」。這份報告，其實是會集，並非《文鈔》中有一成文為「述《無量壽經》緣起」。全文都是印祖的原話，實無一字弟子臆造。

錯誤之處，懇請師父上人及諸位善知識批評指正，不吝賜教。阿彌陀佛。不肖弟子：釋自了叩呈。

老法師：難得自了法師，為我們提供這一份寶貴的資料。他說得很清楚，都是印光大師所說的，但是不是在一起說的，是印光大師所說的這些話，把它聚集在一起，這也是會集。會集得很忠實，自己沒有加自己的意思進去，沒有改動一個字，這就是忠於會集，像夏蓮居會集《無量壽經》一樣，這也是我們值得宣揚的。

《無量壽經》的緣起，得到印祖這份資料，我們就更清楚、更容易明白了，它幫助我們重新認識淨土法門。在我們學習佛法過程當中，不能不學這門課，不能不用這個方法幫助我們在一生當中了生死出三界。為什麼？除了這一法，之外再沒有一法能幫助我們一生成就的。這句是老實話，是一

切諸佛所說之法，我們永遠要記住，要依教奉行。這一法得來不容易，佛在《無量壽經》上給我們講得非常詳細，四十八願是怎麼來的。了解事實真相之後，我們才會把這個法門當作珍寶，不敢遺失，它能救我們法身慧命。

不但十法界、六道輪迴是假的，佛在《般若經》上把它比作我們的夢境，一場夢。作夢的時候有，醒來的時候沒有了，「覺後空空無大千」。不但六道是假的，十法界也不是真的，跟六道一樣。不一樣的地方，六道裡頭造的業很重，所以有惡報，四聖法界造的業輕，沒有這麼重，換句話說，那是世尊的淨土，六道是世尊的穢土。我們要超越，不但要超越六道，還要超越十法界。通途法門，八萬四千法門，要

想超越十法界，往生到華藏世界，《華嚴經》上所說的，要經歷，用大乘來說，十信、十住，上面還有十行、十迴向、十地、等覺、妙覺，五十二個位次。前面五十一個都是因地菩薩，最後一個是佛果，妙覺。要多長的時間？確實是無量劫，無量劫才能夠大徹大悟，超越十法界。超越十法界之後，還要三大阿僧祇劫，才能超越四十一個菩薩階位，這是《華嚴》圓教初住到等覺。然後你才能夠圓滿回歸常寂光，證得妙覺的果位，太難了！

這個法門教我們當生成就，就在這一生當中圓滿證得，而且方法太簡單了，所以讓權教菩薩都不敢相信，聲聞、緣覺就不必再說了。權教是別教三賢，別教的十住、十行、十

迴向，沒見性，他們居住在四聖法界，在那邊修行。必須要破一品無明、證一分法身，才能夠往生到實報土。到實報土之後，三個阿僧祇劫，所以常說的三大阿僧祇劫不是對普通人說的，對誰說的？對別教初地以上說的。權教等覺成佛，實際上他的果位等於圓教二行位的菩薩，十住、十行，第二行位的菩薩，你就知道多難。這個法門太奇特，彌陀所成就的，諸佛如來為我們介紹的，我們相信佛沒有妄語，佛的話句句是實話，希望我們在這個地方建立信心。

信為道元功德母，淨土三資糧，信擺在第一，有信你就能成就；沒有信心，還有懷疑，很難往生。為什麼念佛人多，往生的人少？唐朝初年，善導大師在世給我們透的信

息，這個法門萬修萬人去，一個都不漏。為什麼現在一萬個念佛人，能夠往生的只有幾個？六十年前，李老師告訴我們，他說台中蓮社的蓮友，台中蓮社是他老人家創辦的，蓮友裡面同學一萬人當中往生不過是三、五個人。六十年之後的今天，我們可以說一萬個人當中真正往生只有一、二個。這什麼原因？信出了問題，雖然有願，想去，他有懷疑，對於淨宗的真相不明瞭。

淨宗的典籍，能把極樂世界講清楚、講明白，容易讓現在人聽得懂的，只有夏蓮公的會集本、黃念老的集註。但是現在，這個社會上依舊有不少人說這經是假的，這是偽造的。有影響，早年依照這個本子學習的，現在換了，不敢依

照這個學了。這些人能不能往生？很難，他造的有很重的業。什麼業？我們自己捨棄這個本子，會不會影響別人？如果別人看到我們放棄了，跟著也放棄了，我們自己不能往生，豈不是害了他也不能往生。這是什麼？斷人法身慧命。這個果報在無間地獄，是多麼可怕的事情。好在現在科技發達，我們一心一意深入這部集註，希望把它講清楚、講明白，讓大家都能夠生起信心，不再懷疑。

非常難得，彌陀慈悲，囑咐海賢老和尚住世表法。若不是這個緣故，海賢老和尚念佛往生，他要是我壽命不要了，他的壽命我相信也不過是七老八十，正常的，不可能有一百一十二歲，那是阿彌陀佛給他的。他要不要壽命，他二十五

歲以前決定可以往生。我們看到一個例子，諦閑老和尚的一個徒弟鍋漏匠，念佛三年站著往生。那是什麼？那是，我深信不疑，他還有壽命他不要了，他求著阿彌陀佛跟他走了。這是《淨土聖賢錄》、《往生傳》裡頭，絕大多數三年往生，都是還有餘壽不要了，提前走了。

海賢老和尚有這個本事，有這個條件。我們相信他，他二十歲出家，師父教他一句佛號念到底，還說，明白了不要亂說，不能說。那個明白是什麼？開悟，你念到理一心就開悟了。他都記住。所以他要是捨壽的話，應該在二十五歲這個階段。我相信這個階段就受佛囑咐，佛來獎勵他，修得很好，在這個世間多住幾年，做個好榜樣，做個學佛的好榜

樣，做個念佛的好榜樣，他真做到了。在這個基礎上再努力，像這樣的人，五年他可以把一句佛號甚至於連夢中都念佛，他有這個功夫；再念個五年，事一心不亂可以達到。事一心不亂什麼境界？把見思煩惱斷掉了，見思煩惱斷掉等於阿羅漢，就是事一心，往生極樂世界生方便有餘土。再過個五年，或者假設再長一點，十年，肯定到理一心。理一心就是師父告訴他的，你明白了可不能說。所以我的看法是，事一心他應該在三十前後證得，理一心最遲也是四十前後就證得。一句佛號能明心見性，明心見性是大徹大悟，世出世間法全部通達了，得大自在！

住在人間表法，一直到他看到一本書，《若要佛法興，

唯有《僧讚僧》，宏琳法師編輯的。這部書的內容就是弘揚正法，向大家詳細說明，夏蓮公的會集本是真的，把會經這樁事情講得清清楚楚、明明白白。經不是不能會集，最早翻譯的時候就有會集，他都給你舉出來，在《大藏經》裡頭，你看，哪有不能會集的道理！會集是有問題，有很多把原來的經文字改動了，這是會集最大的顧忌。有沒有？有，連王龍舒的有，魏默深的本子也有。這個本子沒有，因為夏老知道，別人批評會集本都抓這些弱點。所以他的經會成之後，經過六、七年的時間，十次校對、修訂，讓這部經上每個字都是原譯本的經文、原譯本用的字，一個字沒有改。這是最忠實的會集，所以字字句句是真經，讓我們對經產生信心，

不要再懷疑。第二個表法，是幫助黃念祖老居士的註解，他也是會集的，集註。用了八十三種經論、一百一十種祖師大德的註疏，來註解這部經，沒有錯誤，非常不容易。

我們一般人有經驗，知道有這樁事情，全心全意為佛法，有佛菩薩加持，有不思議的感應。我們相信這些加持感應，夏蓮老有，黃念祖老居士也有，我們這些年學習經教有，時候也有。都說明諸佛菩薩慈悲到極處，特別憐憫現在動亂的社會，眾生苦不堪言，佛菩薩哪能不救護？救護必須要現身說法，有這些人真正發心，真正做出犧牲奉獻，佛菩薩就加持。海賢老和尚的壽命就延長了，一直延長到他看到這本書，拿著這本書照相。他身邊同修們告訴我們，老和尚一生

不拒絕別人跟他照相，不拒絕，但是沒有主動要求的。唯獨這一次主動的，穿袍搭衣主動要求大家給他照相，這就一次。三天之後他自在往生了，沒有生病。一切眾生老病死苦，他老人家老，不苦，沒有病，沒有病苦，也沒有死苦，這我非常羨慕的。他臨走的那天，他是晚上走的，白天還幹了一天活，這是表什麼法？表有生，沒有老病死苦。念佛人好！說走就走了。白天還在菜園裡面整地、平土、拔草、澆水，幹了一整天。大眾看到他，黃昏了，天黑：可以收工了，明天再做。他告訴大家：做完了我就不做了。這話裡頭有話，他做完了，晚上就走了，再也不做了。

念佛，來佛寺三個都是這樣走得自在，沒有病苦、沒有

老苦、沒有死苦，說走就走。頭一個走的他媽媽，第二個海慶，他是第三個。走得這麼自在，走得這麼瀟灑，清清楚楚、明明白白，阿彌陀佛接引他往生了。這個事是真的不是假的，他告訴一個老同參，在家居士，老居士，告訴他，這兩天阿彌陀佛來了，告訴我，帶我到極樂世界去了。他給我們證明這些事情我們要記住，決定沒有迷信，他頭腦清楚，他不是糊塗人。第一個告訴我們，極樂世界真有；第二個告訴我們，阿彌陀佛真有，彌陀四十八願接引眾生是真的不是假的。

他一生多次見佛，多次見到極樂世界。我們在典籍裡頭，只看到東晉初祖遠公大師，他在世的時候四次見到。海

賢老和尚念佛九十二年，我估計他，見極樂世界、見阿彌陀佛決定不會少過十次。證得理一心，想佛佛就現前。佛在哪裡？遍法界虛空界無處不在、無時不在，他是常寂光。所以跟佛見面，這《楞嚴》上所說的，「當處出生，隨處滅盡」，沒有來去。在那個境界裡頭沒有時間、沒有空間，統統是當處，你想見，佛就現身，想看極樂世界，極樂世界在你面前，不想看就沒有了。沒有來去，只有隱現，它所現的是實報土。不但能見佛，十方諸佛刹土凡聖依正莊嚴想見統統見到。所以，他住哪裡？他住極樂世界，人在我們這個世界，他所住的是極樂世界，他知道，別人不知道，他不宣說沒人知道。用這種方法為我們做示現，增長我們的信心，加

強我們的願心，讓我們好好的向他學習，這句佛號一切時一切處都不能夠丟失。

自了師今天這份報告非常有價值，我們要將它單獨流通，供養我們淨宗同學。這裡頭字字句句印祖說的，說得非常清楚，會集得很好。常常想到「人身難得，佛法難聞」，不要以為今天這個好像很容易得到的，「百千萬劫難遭遇」，我們過去世所修的善根福德因緣，才見到、才遇到。特別是遇到海賢老和尚給我們做表法，你看清楚、看明白了，不能不相信。相信了，就照他的模式真幹，希望我們每個人這一生當中都能圓滿成就，一定要學老和尚，老和尚就是給我們做這個榜樣。

我們接觸的外緣，有順有逆、有善有惡，順逆是環境，順境不生貪戀，逆境不起怨恨，用平等心看待。善緣、惡緣是人事環境，也不能執著。善緣我們有報恩心，沒有情執，要有情執就麻煩了，就不能往生。惡緣，遇到都是找麻煩的，毀謗你的、陷害你的，甚至於想殺你的，我們要幫助他懺悔業障，我們念佛要給他迴向，冤家宜解不宜結。會有這麼大的怨恨，這一生並不相識，不認識，沒有遇到過，那總是過去生中造的業。我們要相信人有輪迴、有三世，過去生中的冤親債主，這一生他對我們起很多惡意、很多障礙，我們要感恩他，不要把這些事情放在心上，修忍辱波羅蜜。海賢老和尚的忍辱功夫第一，這要向他學習，能忍，能忍心就

安了。

釋迦牟尼佛在世跟我們講忍辱仙人的故事，那是他過去生中遇到的。歌利王將他凌遲處死，這是辱裡頭最嚴重的，沒有比這個更重的侮辱，忍辱仙人臨死的時候告訴歌利王，我將來成佛第一個度你。釋迦牟尼佛成佛了，第一個得度的憍陳如尊者，憍陳如尊者就是以前的那個歌利王，佛說話算話。他為什麼？佛沒有怨恨，佛感恩，讓釋迦牟尼佛提前成佛了。怎麼提前的？忍辱波羅蜜圓滿。賢劫千佛，釋迦牟尼佛本來排列是第五尊的，結果他第四個成佛了。原本第四個是彌勒菩薩，他是第五，因為忍辱仙人這個功德，讓他提前成佛，彌勒菩薩變成他的後補佛。這是世尊為我們表法，讓

我們在這裡醒悟過來，隨喜功德不可思議。

我們要學普賢十願，禮敬平等的，善人、惡人都要禮敬，為什麼？他本來是佛。植物、動物要禮敬，山河大地要禮敬，無不敬。佛這樣教我們，儒家的禮也教我們，你看《禮記》第一篇，「曲禮曰，毋不敬」。我們佛門，打開拜懺的懺儀，第一句話，「一切恭敬」、「一心頂禮」，就這個意思。恩怨平等，統統是成就我們。順境、善緣成就我們斷貪瞋痴慢，逆境、惡緣也是幫助我們斷貪瞋痴慢的，不在境界裡頭鍛鍊，你怎麼知道你的心清淨平等了？一定要在境界裡頭去練，練到真正不起心不動念、不分別不執著，功德圓滿了。所以，順逆境緣都是我們的恩人，如果我們還有怨恨、

還有貪戀，錯了，我們就墮落了。統統是佛菩薩示現表演來考我們，我們經過這些考試，關關通過，就成就圓滿功德。所以，一切眾生都是恩人，有恩於我，有德於我，我怎麼可以怨恨？

你要把理想通，如果有這個煩惱習氣重，天天想一遍，你煩惱就會減輕，智慧會增長。境界現前如如不動，生起感恩的心，絕不會有貪瞋痴慢，決定不會有報復，這就對了。宇宙跟自己一體，千萬記住，害別人就是害自己，敬別人就是敬自己，成就別人就是成就自己，這就對了。

無量壽經科註第四回學習班（第一〇五集）

2014/12/2 香港佛陀教育協會 檔名：02-042-0105

學生：尊者師父上人慈悲、諸位善知識慈悲，阿彌陀佛。弟子之前寫過一篇報告「攝耳諦聽」，表達得不够充分，今天這篇做為補充，題目是「都攝六根，淨念相繼」。

甲、理論

（一）大勢至菩薩所傳：都攝六根，淨念相繼

《念佛圓通章》最後，大勢至菩薩總結性的回答：「佛問圓通，我無選擇，都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為

第一。」印祖解釋說，這是大勢至菩薩用來教化九法界一切眾生的方法，實在是三根普被，有利無弊。「都攝六根，淨念相繼」，為得三昧之第一妙法。如此念之，決有淨念常存、妄念全無之一日。淨念若能常常相繼，便可淺得一心不亂，深則得念佛三昧矣。印祖曾經作過一首《大勢至菩薩像讚》：「如子憶母勤念佛，都攝六根耳聽著。若依大士此開示，因心各得契果覺。」這首讚把念佛最切要之妙法和盤托出，毫無保留。

(二) 印光大師所傳：十念記數，攝耳諦聽

一、印光大師原話

《文鈔》中有五段話，這五段話不是一起出現，但是把它們擺在一起連貫起來看，有內在的關聯。

第一，都攝六根，淨念相繼乃以彼背覺合塵之生滅，轉而為背塵合覺之生滅，以期證於不生不滅之真如佛性也。今人若不都攝六根，淨念相繼念佛，絕無實證之希望！

第二，大勢至謂「都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。」利根則不須論。若吾輩之鈍根，捨此十念記數之法，欲都攝六根，淨念相繼，大難大難！

第三，光（自稱）近來得一攝心念佛方法（指十念記數

法），若已成片，固不須此；若未成片，此法實易為力。都攝六根，淨念相繼，當以此為前方便。

第四，〈楞嚴經·大勢至圓通章〉云：「都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一」，即是攝耳諦聽之法。當依此而念，不至仍舊妄想紛飛耳。

第五，當念佛時，或聲或默，均須攝耳諦聽。不令一字一句滑口念過。大勢至菩薩所謂都攝六根，淨念相繼者，即此隨念隨聽之一法也。果依此說，決定往生。若或討巧，定成大拙。自誤誤人，害豈有極！

二、解讀印光大師的話（對照一）

第一，這一段是講都攝六根念佛的重要性，為什麼要都攝六根？因為末法的我們如果不都攝六根，淨念相繼念佛，絕對沒有實證的希望。印祖用雙重否定的語氣，並且加了一個「絕」字，絕對，斬釘截鐵，意即必須都攝六根，淨念相繼念佛，才能實證。

那麼，如何才能都攝六根，淨念相繼？第二，印祖謙虛，把他自己與我們列在一起，像我們這樣的鈍根，捨棄十念記數法，而要都攝六根，淨念相繼，則大難大難！用重複的語氣「大難！大難！」有很大的難度，幾乎不可能。意即

我們想要都攝六根，淨念相繼，不用十念記數法就做不到，能夠做到的、能夠下手的，只有用十念記數法。這個十念記數法不是古人提倡的十念，而是印祖發明的十念，後面再談。

第三，十念記數法是都攝六根，淨念相繼的前方便。如果你已經功夫成片，固然不須此法；如果你功夫還未成片，那麼這個方法實在容易得力，你不妨試一試。

第四，都攝六根，淨念相繼，即是攝耳諦聽之法。自己的耳朵，認認真真聽自己念佛的聲音。都攝六根，入手在聽，聽即都攝六根之法。此法無論上、中、下根人，用之皆

有益而無弊，凡一切人皆以諦聽告之。

第五，大勢至菩薩「都攝六根，淨念相繼」即是隨念隨聽，依此開示去念佛，決定往生。印祖為什麼來這個世間？《大勢至菩薩念佛圓通章》說得很清楚：「今於此界，攝念佛人，歸於淨土」。按理來說，念佛人歸於淨土是必然的，理所當然，何必還要麻煩大勢至菩薩來攝呢？原因是萬修萬人去變成萬修二、三人去，念佛人不能歸淨土的太多太多。因此，大勢至菩薩來到世間，告訴我們念佛的方法。

三、歸納

以上印祖五段開示，可以寫成一個簡單的公式：

都攝六根 〓 十念記數 + 攝耳諦聽。

這個公式是印光大師傳給我們念佛的方法：以十念記數法為基礎，再加上攝耳諦聽，保證能夠都攝六根。都攝六根，淨念相繼是得念佛三昧的第一妙法。他老人家這樣教我們，他自己也是這樣念。祖師絕對不會教給我們做不到的方法。再濃縮，簡單來說，念佛就兩個要點，一個數，一個聽，人人都能做到，不識字的人也能做到。那麼問題來了，一些人試驗之後說：我也十念記數，我也攝耳諦聽，可我怎么不都攝六根，我還是妄念紛飛？理論弄通了，下面談談

實踐。

乙、實踐

（一）十念記數法

「如或猶湧妄波，即用十念記數，則全心力量，施於一聲佛號，雖欲起妄，力不暇及。此攝心念佛之究竟妙法，在昔宏淨土者，尚未談及。以人根尚利，不須如此，便能歸一故耳。印光以心難制伏，方識此法之妙。蓋屢試屢驗，非率爾臆說。願與天下後世鈍根者共之，令萬修萬人去耳。」

印祖的十念記數法知名度很廣，基本上念佛的人都知道

三三四，得到受用的人很多，得不到受用的人也很多。因此我們有必要把十念記數法的要點再重溫一遍。

一、「所謂十念記數者，當念佛時，從一句至十句，須念得分明，仍須記得分明。至十句已，又須從一句至十句念，不可二十、三十。」十句、十句為一個單位記。

二、「隨念隨記，不可掐珠，唯憑心記。若十句直記為難，或分為兩氣，則從一至五、從六至十。若又費力，當從一至三、從四至六、從七至十，作三氣念。」通常所說的三三四或五五，心裡記數記得清清楚楚。

三、「念得清楚，記得清楚，聽得清楚，妄念無處著腳，一心不亂，久當自得耳。」阿、彌、陀、佛這四個字，字字句句都要落實三個清清楚楚。如果用十念記數法收不到效果，那麼就是這三個清楚落實不到位，要麼是數得不够清楚，要麼是聽得不够清楚。當然，你不要急，夏老教導我們，「磨杵作針，豈是暫磨之力？功夫用軟磨」，不要念幾天不見效就放棄，滴水穿石不是滴幾滴石頭就穿了，「功夫用至省力處正是得力處」。

四、「此之十念，與晨朝十念，攝妄則同，用功大異。晨朝十念，盡一口氣為一念，不論佛數多少；此以一句佛為一念。彼唯晨朝十念則可，若二十、三十，則傷氣成病；此

則念一句佛，心知一句，念十句佛，心知十句。從一至十，從一至十，縱日念數萬，皆如是記。」就算每天念佛十萬聲，也是十句十句數。

五、「須知此攝心念佛之法，乃即淺即深，即小即大之不思議法。但當仰信佛言，切勿以己見不及，遂生疑惑，致多劫善根，由茲中喪，不能究竟親獲實益，為可哀也！」這一個十念記數法雖是印光大師發明的，但是它有依據，印祖自己透露這是借用佛所說的五停心觀中的數息觀來數佛，所以他說「但當仰信佛言」，這個十念記數法也等同佛說。

（二）攝耳諦聽

「念佛時，常聽自己念佛音聲，即是都攝六根之下手處」，類似這樣關於都攝六根的開示，在《文鈔》中出現了太多次。這是祖師的慈悲，重要的問題必須多次重複，不重複引不起我們的重視。大勢至菩薩講的都攝六根，即是攝耳諦聽，原來如此！大勢至菩薩沒有細講，印祖把它詳詳細細講清楚了，原本以為都攝六根高不可攀、望塵莫及，但是印祖把切實下手的地方給我們道破了。攝耳諦聽，這個人人都可以做到，就是自念自聽、隨念隨聽，用自己的耳朵認認真真聽自己念佛的聲音。世之舉重物者，尚須以聲相助，況欲攝心以證三昧者乎？「聞性本具圓通常，動靜寤寐總昭彰。若能返聞聞自性，娑婆當處即寂光。」

楞嚴會上文殊菩薩揀選圓通，說「此方真教體，清淨在音聞」，夏老居士直接解釋為「此方真教體，大要在心聽」。「念來字句用心聽，自喚自醒還自應」、「互融互攝以心聽，聽久轉凡能入聖」，用心聽就是用耳聽。欲修念佛三昧，先修耳根，耳根一攝，諸根無由外馳，庶可速至一心不亂，即是以大勢至都攝六根之法門，修觀世音返聞自性之功夫。

念佛之人不知攝心，愈念愈生妄想；若能攝心，方可謂為真念佛人。攝心念佛，為決定不易之道，而攝心之法，唯反聞最為第一。念佛之時，必須攝耳諦聽，一字一句，勿令空過，久而久之，身心歸一。聽之一法，實念佛要法，無論

何人，均有利無弊，功德甚深。

「欲都攝六根，只長聽自念之佛聲，則得之矣。」自念自聽，就能都攝六根，有這麼神奇嗎？有人打個問號。聽自己念佛的聲音，其他的都聽不見，不可能吧？舉個大家熟悉的例子，從這個例子去體會，就明白可能。在一個很熱鬧的場合，朋友聚在一起說說笑笑，這時你的手機突然響了，你接起電話，精神全部集中在聽電話對方說什麼，這個時候在你身邊吵吵鬧鬧的聲音你是不是聽不見？因為你的聽力全神貫注在聽電話對方。同樣道理，當你的聽力全神貫注在聽自己念佛的聲音上時，外界的音聲是不是聽不見？那麼，還能聽見外界的聲音，說明我們聽自己念佛的聲音還聽得不够

專注，不夠集中精神。夏老說，「千萬句如一句時，何愁不見彌陀面」。聽千句、萬句佛號，如同聽一句時聽得真真切切。

那麼，如何加強聽力呢？

（三）並耳念佛法：十念記數與攝耳諦聽的結合

印光大師的十念記數法和攝耳諦聽，實踐起來還是有點生疏，不懂得如何去聽自己的念佛聲。阿彌陀佛真是慈悲，有感必有應。當年我在《淨土聖賢錄》看到律航老法師的並耳念佛法，感覺就像在沙漠中找到了水，如獲至寶。

律老的並耳念佛法把印祖的十念記數法與攝耳諦聽結合起來，具體化、明確化，讓我們更容易落實。律老是軍人出身，半路出家，念佛二十多年，預知時至，自在往生。他教我們的方法是並耳，即是把兩個耳根的聽力集中用在一個耳根上。依據是射擊瞄準的時候閉一眼、睜一眼，以加強視力，那麼聽力亦復如是。攝耳諦聽，如果你覺得兩耳同時諦聽有困難，那麼不妨試試律老的辦法，用一個耳朵專注去聽。先將右耳聽力作意並在左耳，聽一百聲；再將左耳聽力並在右耳，聽一百聲；然後兩耳平均聽一百聲（註：不管百聲、千聲，都要十句十句記）。或者攝心記數，初三聲注入左耳，次三聲注入右耳，再四聲二耳一起聽，共為十聲。循

環練習，日久自成習慣。自己念佛的聲音是什麼樣，可以從這個動作體會一下：你口裡出聲念佛，用雙手捂住耳朵，這時你所聽到的聲音就是你自己的聲音。聲音往裡聽，向內聽，注意力向內，不要向外聽，不要聽外面的，叫反聞。

有人問我念佛怎樣念才能攝心？我說用耳朵念，左耳念累了用右耳，右耳念累了用左耳，意思是用耳朵聽，兩隻耳朵輪流聽。我本人長期是獨耳聽，尤其是在嘈雜的場合，獨耳更能專注。因為我是左撇子，習慣了用左耳念佛，默默聽。左撇的人左邊器官比較伶俐，右撇的人右邊器官比較伶俐。

（四）聲默俱聽

需要說明的是，攝耳諦聽並不是念出聲才能聽得見，出聲、默念都要攝耳諦聽。剛開始學攝耳諦聽不習慣，不能一下子默念，先出聲念，聽自己念佛的聲音。起初會覺得彆扭，正聽反聽就是無從下手，你可以借助MP3，錄你自己念佛的聲音（五五或三三四），單獨念佛、拜佛、繞佛的時候，把耳機插在耳朵上，可以插一耳，也可以插兩耳，用這種方法反覆聽自己念佛的聲音。聽一段時間比較適應了，就不用MP3。從出聲慢慢過度到默念，最終以金剛念、默念為主，才不至傷氣致病。

我們看印祖的幾段相關開示：

一、禮拜不須出聲，但心裡念。繞念當出聲，不可音聲太大，以免傷氣。坐念不昏沉則默念，昏沉則朗念。

二、念佛須音聲高低適中，緩急合宜。若高聲如趕賊之猛烈，始則心火上炎，或至吐血，以成不治之病。

三、若朗念無礙者，宜於特行念佛儀軌時朗念。然只可聽其自然，不可過為大聲。過為大聲，或致傷氣受病。

四、念佛宜小聲念念，默念念，不可一味大聲著力念，否則必致受病。當靜心淨念，勿著急念。念佛要拼命念，但

不要拼命喊。有人一進念佛堂就大聲唱喊，他覺得那樣心情很舒暢，喊完出來喉嚨又痛又傷氣。人體本身是個音箱，除非你懂點聲樂，你懂得胸腔共鳴、腹腔共鳴等等。我見過唱歌的人，他用頭腔共鳴，唱歌的聲音從頭腔發出來。你會運用丹田氣（剛出生的嬰兒，他夜晚哭喊幾個小時聲音都不會啞，因為他用丹田氣，不是用喉嚨），你怎麼喊都不會累、不會啞，那可以，否則要學著小聲念、金剛念、默念，這樣才不會傷氣。

特別要提出來的，如果你是閉關靜修或是打精進佛七，整天念佛，天天念佛，譬如現在流行十天念百萬佛號，那麼你更要學會金剛念、默念。「除特行念佛外，若終日常念，

固宜小聲念、金剛念、默念。以朗聲常念，必至於傷氣。未證法身，必須調停得中，方可唯益無損耳。」這個很重要，如果你整天念佛，那麼用你平時說話的聲音念已經太大聲了。「念佛隨各人氣力大小，而為大聲、小聲。然出聲念久傷氣，故又須靜坐默念。無論大聲、小聲、默念，總要自己聽自己之佛聲。默念中亦仍有聲，故亦須聽。能常聽，心自歸一。此念佛最妙之法也。」

有人說我出聲才會念，默念不會念，這個不算會念佛。請問，臨終四大分離，痛苦不堪的時候，你能出聲念嗎？還唱得出來嗎？我們平時就要培養默念的習慣，任何場合、任何時候都可以默念，默默念、默默聽。有人念佛時喜歡閉起

眼睛，在腦海中想阿彌陀佛四個字。我們應該把注意力集中在聽。印祖說：「念佛閉目，易入昏沉，若不善用心，或有魔境。但眼皮垂簾（即所謂如佛像之目然），則心便沉潛不浮動，亦不生頭火」、「合目亦是致病之本，以後但不他視，切勿合目。平常念佛，決不可過為太急，急則傷氣，傷氣則或致震動。亦不可過慢，過慢氣接不住，亦致傷氣。」

有人問我，大眾念佛堂播哪個佛號好？我認為，播淨空老法師念佛的佛號最好，這個佛號最攝心。有快念、有慢念，繞佛用慢念，大家跟隨老法師的聲音一字一步，專注聽老法師的佛號，也可以跟著念；靜坐用快念，攝耳諦聽。念佛沒必要唱念，印祖自己說，「光絕未學唱念」。現在外

面有很多聲調的佛號，有的把阿彌陀佛當成歌曲，唱得很動聽、很抒情，但這個與了生死沒有關係，因為他不是真信切願。念佛的關鍵是攝心，不是動聽。

有些人喜歡熱鬧，一群人到處跑道場，打佛七、辦法會，大家在一起念他能念，回到家讓他自己念他念不下去。這個不是真念佛人。他的心靜不下來，喜歡一群人湊在一起，做場面行持，像小孩子過家家一樣，出了念佛堂不會念。這樣念佛能不能往生？自己要多多想一想。真會念佛的人，他不單是大眾在一起能念，自己獨處的時候也能念；真會念佛的人，他不單順境能念，逆境更能念。像祖師說的，平時沒事就雄心壯志、高談闊論念佛求生淨土，一遇到不順

心的事就把阿彌陀佛拋到九霄雲外，我們大多如此。

丙、結語

古人云：「三十年聞水聲，不轉意根，當證觀音圓通。」憨山大師修行的時候，溪上有獨木橋，大師日日坐立其上。初則水聲宛然，久之動念即聞，不動即不聞。一日坐橋上，忽然忘身，則音聲寂然。自此眾響皆寂，不復為擾矣。那一年大師三十歲。

印光大師說：吾人果能具真信切願，如子憶母，都攝六根，淨念相繼而念，即是以勢至「反念念自性」、觀音「反聞聞自性」兩重功夫融於一心，念如來萬德洪名。久而久之

之，則即眾生業識心成如來祕密藏，所謂「以果地覺，為因地心」，故得「因該果海，果徹因源」也。大勢至菩薩傳的念佛祕訣，簡簡單單只八個字，「都攝六根，淨念相繼」。印光大師把落實這八個字的方法跟我們講清楚了，人人可以做到，就兩個關鍵，一個數，一個聽。數，十句十句數；聽，專專注注聽。不管數還是聽，都必須清清楚楚。力極功純，久久純純熟。若只偶爾念一句兩句便欲見效，則是自欺欺人。或是數得不够清晰，或是聽得不够清晰、不够專注，所以無濟於事。

按照祖師的教導去做，久了就像師父上人所說的，只聽見自己念佛的聲音，外面任何的聲音都聽不見，應該慢慢

就能品嚐到念佛的樂趣。像印祖所說的「都攝六根，淨念相繼。反念念自性，性成無上道。其為樂也，莫能喻焉」、「念佛之樂，唯真念佛者自知」。海賢老和尚、歷代念佛的諸位大善知識，他們的佛號為什麼晝夜不間斷？因為人家早已嘗到念佛的樂趣，欲罷不能。

這份報告供養初學的同修做為參考。我們功夫還不得力的都屬於初學，功夫已經得力的，自然沒必要再去數佛號了，心裡佛號不會斷，記數、掐珠這些都只是形式。印祖一生極力提倡十念記數法，晚年卻自述「今老矣……念佛不記數，以記數費力故」，這顯然是他老人家念佛功夫已經純熟。

這份報告匯報的是念佛的方法，最根本的，不能忘記，是真信切願！想辦法讓自己生死心切，想辦法讓自己厭離娑婆、欣求極樂，真信切願才能生得起來，這是往生的決定因素。

錯誤之處，懇請師父上人及諸位善知識批評指正，不吝賜教。阿彌陀佛。不肖弟子釋自了叩呈。

老法師：我們聽了自了法師的報告，也看到了文字，這一篇報告不僅是對初學，對老修都管用。為什麼？我們到處都能看到，念佛幾十年的，功夫都不得力。什麼原因，這報告都說出來了，很有價值。自了師是個念佛人，他從念佛經

驗裡面體會到祖師大德的開示，真的落實了。最後把所有念佛人的毛病從根上給我們說出來了，那就是生死心不切，放不下，這是功夫不得力的大根大本。所以必須要看破這個世界，這世界還值得人留戀嗎？真正搞清楚、搞明白了，尤其在大經裡頭，《無量壽經》，世尊將兩個世界做了很詳細的比較，極樂真樂，娑婆真苦，不是假的。你要都搞清楚、搞明白了，你選哪一個？你不能兩個都要，你只能選一個。真正發心選一個，我選極樂世界，我把這個世界全放下了，功夫自然得力；對這個世間還有牽掛、還要操心，錯了。我這麼大年歲了，你要問我，我跟海賢老和尚一樣，我不怕死，我很想死，為什麼？到極樂世界去，這個世間沒有絲毫留

戀。活一天，像他老人家講的，我們要對得起世尊、要對得起阿彌陀佛，表個法給別人看看，做一個學佛的好榜樣、念佛的好榜樣。什麼都不要放在心上，我們的緣分成熟了，佛菩薩來接引我們往生，問你還有沒有什麼事情沒有交代的？沒了；還有什麼需要處理的？沒了，什麼事都沒有，說走就走，這才能走得了。世間統統放下，就都攝六根。日常生活當中我也勸過大家，眼見色看得清楚，耳聞聲聽得清楚，六根起的作用清清楚楚，根塵識都清楚。這是什麼？這是自性本具的般若智慧，本具的德能相好；要緊是什麼？不起心不動念。看得清楚，聽得清楚，接觸得清楚，沒有起心動念，這是佛的境界，那就是你成佛了。起心動念是無明煩惱，不

起心不動念無明煩惱沒有了，不就是佛了嗎？至少都是法身大士，大徹大悟、明心見性的境界。這個難，為什麼？起心動念我們自己不知道，你無從下手。

這個事實真相我們現在都明白了，我們的明白是聽說的，聽佛說的，聽科學家說的。微細的念頭，頻率之快我們無法捕捉，現在科學家用最高的、最新的儀器也測不到。像彌勒菩薩給我們說，一彈指三十二億百千念。一秒鐘可以彈七次，乘七，三七二十一，二千一百兆分之一秒，也就是一秒鐘生滅多少次？二千一百兆次。這個事實就擺在我們面前，一天到晚沒間斷，誰發現過？誰會在這上面有個概念？大乘經上告訴我們，什麼人？八地以上。在西方極樂世界實

報莊嚴土四十一位法身大士，十住、十行、十迴向、十地，十地是第八地以上，八地、九地、十地、等覺、妙覺這五個位次，對於一秒鐘二千一百兆的頻率他看得清清楚楚，這事實真相親眼看到，一點都不假。我們這眼睛不靈，我們眼睛能看到一個概念，至少是二分之一秒，有個概念，很模糊的概念。這個東西我們可以做實驗，我們用電影放映機（我過去玩過這個東西，所以有經驗），老式的電影是動畫，放映機開關的速度，一秒鐘二十四次。也就是說，一秒鐘我們二十四張幻燈片打在銀幕上，你有個概念，用一秒鐘。如果減少一半，半秒鐘，就十二張，十二張有沒有概念？有個概念，非常模糊，好像有人，有樹木花草，有山，有房屋。有

沒有看清楚？沒看清楚，有這麼一個模糊概念。如果是放一張，二十四分之一秒，我們用這個電影的底片，把二十三張抹黑，統統是沒有光的畫面，黑的，只留一張，那就是二十四分之一秒，放在銀幕上，我們有沒有看到？有。看到什麼？光閃一下，光裡頭有什麼不知道，只看到光閃一下。現在事實真相擺在面前，一秒鐘二千一百兆次的生滅，我們一點感覺都沒有。科學家用儀器偵測出來，佛法是用禪定功夫，那真是上上禪定，八地菩薩證得。在他那個境界裡，看二千一百兆分之一秒，看得清清楚楚，像我們拿著文件在面前看一樣，看得清清楚楚。這是諸法實相，一切法的真相。

所以我們要想功夫得力，不管修哪個法門，八萬四千法

門、無量法門，最重要的是看破、放下。早年我初學佛的時候章嘉大師教我的。看破是明瞭，放下是功夫。你放下多少，你能看到多少成的真相；你完全沒有看破，那你全迷了，你把這個世間常常當真的。我們現在了解，這大乘經上這麼多年來，天天讀誦有這個概念，凡所有相皆是虛妄。為什麼是虛妄？就是每一秒鐘它生滅二千一百兆次，哪一次是真的？沒有一次是真的。一個畫面，就是它存在的時間，就是二千一百兆分之一秒。一秒鐘它變換的次數，這麼高的頻率，一秒鐘二千一百兆，我們無法想像。我們想一想有個概念，一秒鐘，很快。一秒鐘這個概念，細念，微細的念頭，有二千一百兆次。彌勒菩薩是等覺菩薩，古佛再來，他看得

清楚，我們看不清楚，為什麼？他心不動，道理在此地。為什麼不動能看見？因為不動能生。我們心是動的，心動就不能生。六祖大師講得多好，「何期自性，能生萬法」。自性為什麼能生萬法？不動，不動就能生。動就不能生，動就染污、就不平，所以它不生。要知道自性本定，這是真的，不是假的。我們現在全是假的，真的不知道，統統搞的是假的，這叫可憐憫者。真的，跟諸佛如來沒有兩樣。

所以佛法成佛不難，不認識字也能成佛，不學經教也能成佛。成佛就叫你放下，徹底放下就成佛了，放得不徹底的，是菩薩、是聲聞、是緣覺。《華嚴經》上給我們列出修行人的品位，五十一個階級，這菩薩。五十一個階級怎麼分的？

放下多少來分的，放下愈少地位愈低，放下愈多地位就愈高。好像念書一樣，從小學一年級念到五十一年級，畢業。在佛法的是這五十個，十信好比小學，十住好比中學，十迴向好比大學，十地好比研究所，它一個一個往上升的。他放得多，徹底放下就成佛，妙覺位，那到頂了，無上菩提。無上菩提就是徹底放下，放下虛妄，真實圓滿現前，真實是常寂光。淨土四土，常寂光土徹底放下了，實報莊嚴土無明放下了，也就是講不起心不動念了。為什麼還有那麼多階級？無始無明習氣沒放下。習氣沒有法子的，沒有任何修行的方法能夠叫它放下，怎麼辦？時間長了，隨它去，自然沒有了。要多長的時間？三個阿僧祇劫。三大阿僧祇劫是對法身

大士說的，不是對我們說，我們是無量劫，三個阿僧祇劫是有期限的。在實報土裡，無始無明斷掉了生實報莊嚴土，在那個地方要住三個阿僧祇劫就沒有了，習氣沒有了。

習氣沒有了常寂光現前，實報土不見了，所以實報土也不是真的，這個要知道。那極樂世界不是真的，你要認為極樂世界是真的，你回不了常寂光，你不能成無上正等正覺。極樂世界的殊勝，就叫一真法界。為什麼？它那個境界裡頭有隱有現，沒有生滅。我們這些有生滅，一彈指三十二億百千念。極樂世界沒有，沒有這個現象，這個要知道，所以極樂世界是無量壽。有生有滅就有生死，極樂世界沒有，人，身的相

貌，活一萬年、活十萬年、活百萬年、活千萬年相貌不變，永遠年輕，不會老，到等覺菩薩的時候，三大阿僧祇劫都不老，面孔都是年輕人，這個時候叫有量的無量。無始無明習氣斷乾淨了，真的無量，無量的無量。所以極樂世界有量的無量跟無量的無量它是結合在一起的，這跟十方世界不一樣，極樂殊勝在此地；最殊勝的，生凡聖同居土也作阿惟越致菩薩，這十方世界裡沒有的，只有極樂世界有。

阿彌陀佛歡迎我們去，釋迦牟尼佛跟十方如來勸導我們去。我們真相信，我們真想去，真佛弟子。我們還有猶豫，還有懷疑，還不想去，甚至於對這個世間還有所貪戀，這不是真學佛，真學佛對這個世間決定沒有貪戀。在這個世間隨

緣不攀緣，遇到有這個緣，對眾生有利益的事情應該去做，沒有這個緣不要去找，去找你就用錯了心。為什麼？隨緣不造業，攀緣造業，好事造的善業，惡事造的惡業，惡業招感的三惡道，善事感應的三善道，出不了六道輪迴，這個不能不知道。

我們平常修行的功夫就是放下，也就是這份報告所說的核心的一句，「都攝六根，淨念相繼」。都攝六根，六根不起作用，眼有見，沒有妄想分別執著，這就對了。妄想剛才說了，難，它頻率太高了，我們概念都沒有。我們從分別、執著下手，見色聞聲不分別、不執著就好，不執著清淨心現前，不分別平等心現前，這個就決定得生。我們經題上「清

淨平等覺」，修因就這三樁事情。我們的心一年比一年清淨，一月比一月清淨，功夫得力了，決定往生。要還有染污，就不能出離輪迴；那就是淨宗有方法，除了淨土之外，八萬四千法門，你心不清淨，你出不去。淨宗全憑阿彌陀佛的願力加持，帶業往生，但是帶舊業不帶現行。臨命終時對這個世間還有貪戀，還不能放下，佛沒辦法。所以念佛的人很多，往生的人不多。往生的人真放下，真放下決定得生，最後一念是阿彌陀佛。我們平常念佛像練兵一樣，最後一念是打仗，關鍵在最後。養成念佛的習慣，一切時、一切處佛號不中斷就好，到臨命終時，第一個念頭阿彌陀佛。平常念，提醒自己，無論一切時、一切處，念頭不生則已，一生

就是阿彌陀佛，這人功夫成片，功夫得力了。如果那個念頭還有貪瞋痴慢，還有是非人我，還有七情五欲，這個要高度警覺，怎麼還這些念頭出來？這些念頭出來不得了，這是六道輪迴的念頭。都攝六根意思在此地。

最容易修的是淨土法門，跟八萬四千法門比較，但是這個法門最難相信。蕩益大師給我們講得好，真信切願，決定得生。我們有沒有真信？還想著明天的事情，還想著明年的事情，不想走，這不是真信，這不是切願。真想走的人，真有切願，念念都想走。什麼時候走？最好現在就走，我念念就等阿彌陀佛，等他來，這個才叫真信切願。我對這個世間，阿彌陀佛還沒有來接我，世間人太苦、太艱難，有這個

緣，我們要來幫助他。幫助他怎麼樣？不放在心上。幫助他放在心上麻煩大了，我心被染污了，清淨心沒有了，平等心沒有了。不放在心上，心地清淨，心地平等，清淨心、平等心幹一切事情不造業。不可以染著，比什麼都重要。

自了法師今天提出來的是他修學的心得，給我們會有很大的幫助。我們自己練成功夫了才能夠教別人，自己有把握，真正有把握，教人斬釘截鐵，沒有絲毫疑惑。確實來佛寺的三聖，我把海賢老和尚的媽媽都算進去。媽媽老居士，你看她八十六歲往生，往生之前親自下廚房包饺子，大家吃完之後，腿一盤坐在椅子上，告訴大家我走了，就真走了。你看多自在，在家念佛，預知時至，知道自己什麼時候走，

真的清清楚楚、明明白白。八十六歲沒有老苦、沒有病苦、沒有死苦，這是真功夫，這真對得起佛菩薩，為世間人做最好的表法。她能做到，說明每一個人都能做到，只要你徹底放下。佛度有緣人，不相信，還有懷疑的，放不下的，這都是緣還不足。真放下，為什麼？假的。海賢老和尚說：好好念佛，成佛是真的，其他全是假的。這跟我們說真話，這叫看破，真正看破。看破不是不幹了，看破幹不放在心上，不幹也不放在心上，這叫得大自在。

無量壽經科註第四回學習班（第一一〇集）

2014/12/13 香港佛陀教育協會 檔名：02-042-0110

學生：尊者師父上人慈悲、諸位善知識慈悲，阿彌陀佛。不肖弟子自了冒昧報告的題目是「欲報親恩唯念佛——淺談祭祖最重要的內涵」。

一、親在，勸其念佛；親死，迴向其往生。

印光大師在《佛教以孝為本論》中談到，佛教之孝，「以成道利生為最上報恩之事。且不僅報答多生之父母，並當報答無量劫來四生六道中一切父母。不僅於父母生前而當孝敬，且當度脫父母之靈識，使其永出苦輪，常住正覺。經

云：供養父母功德，與供養一生補處菩薩功德等。親在，則善巧勸諭，令其持齋念佛求生西方。親歿，則以己讀誦修持功德，常時至誠為親迴向。令其永出五濁，長辭六趣。忍證無生，地登不退。盡來際以度脫眾生，令自他以共成覺道。如是乃為不與世共之大孝也」。

二、母當望子，子應濟母。

佛經說：我觀大地，難得一人不曾在這塊土地上受過無量生死。因為轉生無始，就有無量生世，無始至今，我們受生的身體無量無邊，上至梵天下至地獄，未曾取受過的身體一個也沒有；受生的地方無量無邊，十方世界的每個角落我

們都曾投生過；自己生生世世的父母、妻兒等也是無量無邊，眾生無不做過自己的親人。

佛在《梵網經》中說：「一切男子是我父，一切女人是我母，我生生無不從之受生。故六道眾生，皆是我父母。」《心地觀經》中也說：無始以來，一切眾生輪轉五道，經歷百千劫，在多生之中，互為父母。以互為父母之故，一切男子即慈父，一切女人即悲母，往昔生生世世中有大恩德故，與現在父母的恩德平等無別。每一位眾生都曾經做過自己的母親。不僅做過，而且做過無數次。她們都像今生的母親一樣，為了養育我們，曾經不顧惜身命，全心全意，但是我們把她們當初對我們的恩德忘得乾乾淨淨。在無盡的過去生

中，生養過自己的母親多得可以充滿虛空。每一生喝過的母乳足以匯成無盡的海洋；每一生讓母親傷心流下的淚水聚成四大洋；每一生母親給過的衣食堆滿大地；每一生母親為我們做過的事，記錄成書，高過須彌山；每一生為養育我們所造下的罪業，足以讓母親在惡趣中感受無量的苦惱。因此《心地觀經·報恩品》說：善男子、善女人，為了報答母恩，一劫中每日三時割取自己的身肉供養父母，還不能報答一日之恩。

《廣論》中有個生動的比喻：在生死輪迴之中，自己累世的母親正處在極悲慘、恐怖的境地，她們因無明障蔽而被煩惱魔擾亂，失去了正念，心識狂亂、兩眼失明，又沒有善

知識引導，在輪迴崎嶇的山路上瘋狂的一顛一跛，走向惡趣險崖。眼看母親一步步跑向深淵，做為孩子能忍心坐視不管嗎？母親若不祈望自己的孩子救她，又能指望誰來救她呢？母當望子，子應濟母，理所當然。如果子不救母，誰來救母？所以，孩子應當義不容辭從險難中救度母親。

三、眾生愈醜惡，愈是自己未孝他們的最好證明。

藏地當代兩位最偉大的法王，晉美彭措法王和阿秋法王，密宗的大善知識，他們的遺教都指歸極樂世界，可見淨土法門確確實實是一切法門的歸宿。晉美彭措法王一生中的最大心願，也是最主要的事業，就是引導無邊無際的苦難眾

生往生極樂世界。他老人家經常說：「我今生中最大的願望，就是將凡與我結下仇緣或親緣的所有眾生都引到極樂世界。雖然有東方現喜剎土、鄔金銅色吉祥山剎土等許許多多清淨剎土，可是像極樂世界那樣功德圓滿，又極易往生的淨剎卻絕無僅有，而且往生後可以成就一切所願，無勤度化一切有情……」法王時常宣講極樂世界的功德，不僅自己發願往生極樂世界，並且勸無量有情發願往生。他曾在極樂法會上意味深長的對信眾們講：「你們一生中造的惡業不少，今生更應求生西方極樂世界，永脫苦難，凡與我結過緣的人，因信願不足或業障過重，今生未能如願往生，無論下一世你們轉生到哪一道中，我都將化身到你們身邊，度化你

們，直到你們往生極樂世界為止。」聽到法王的教言，在場的幾十萬弟子無不落淚。法王還曾經開玩笑的對弟子們說：「我會在極樂世界沏好奶茶等著你們。」

我們讀一段阿秋法王的開示：佛陀以其遍知的智慧向我們證明並指出——一切眾生都曾經做過我們的父母，可悲的是眾生們出於對兒女（即我們）的疼愛而造下種種惡業，而輾轉於輪迴之中；更可悲的是我們竟然對於眾生由我們而生的痛苦視而不見；最可悲的是，甚至在成佛這件事情上，修行者還要在自己與眾生之間，分一個孰先孰後！

由於自己有一顆高高低低的心，故難將一切攝為自己悲

心利用的物件。因為在生生世世的養育過程裡，我們的父母為了兒女一念的歡喜做下永溺惡道的行為。他們以非理造業的方式滋養了我們，使我們有餘力去接觸善知識並親近善法。所以，我們會一世比一世善良並前進，有更好到最好的善樂機會接近成佛。而他們卻由於惡因的積累，會不斷遭遇惡緣，然後使得他們一世比一世糟糕，乃至墮入魔道。所以，當我們現見諸多惡人，並伺察他們的過失時，應當先生起無量無邊的慚愧與痛苦——「你是為了我才變成今天這副模樣的，我的爸爸媽媽！」而且，眾生愈是醜惡，便愈是自我未孝、未利益他們的最好證明。所以，我們見眾生的過失，是對自己過失的最大提醒。眾生是為了我們，才變得這

般失損，我們又有什麼資格去追譴與聲討眾生的過失？由此，我們應當明瞭，讓眾生成佛，並非自己無限高尚，這只不過是在做一件早該做好的分內的事情而已！

四、我雖不見不聞，彼必求拯求濟。

淨土宗第十一代祖師省庵大師《勸發菩提心文》講眾生恩：「我與眾生，從曠劫來，世世生生互為父母，彼此有恩，今雖隔世昏迷，互不相識，以理推之，豈無報效？今之披毛戴角，安知非昔為其子乎？今之蠕動蜎飛，安知不曾為我父乎？每見幼離父母，長而容貌都忘，何況宿世親緣，今則張王難記。彼其號呼於地獄之下，宛轉於餓鬼之中，苦痛

誰知？饑虛安訴？我雖不見不聞，彼必求拯求濟，非經不能陳此事，非佛不能道此言。彼邪見人，何足以知此？是故菩薩觀於螻蟻，皆是過去父母、未來諸佛，常思利益，念報其恩。」

佛在《梵網經》、《悲華經》、《地藏經》、《阿含經》、《大日經》、《心地觀經》等經典中，明確揭示了眾生無始以來互為親人的事實。前世父母輾轉變成各種各樣的眾生相，但我們卻舉目是親不識親。現在他們正在地獄的烈火裡焚燒慘叫，在餓鬼界中輾轉呻吟，這樣的苦痛有誰知道？他們的飢餓向誰訴說？雖然我們看不見、聽不到，但他們一定在急切的求救！既然他們是有恩於我的父母，我是他

們的孩子，怎麼能在他們無依無靠的時候置之不理？

五、代宿世父母念佛，念念中先免其八十億劫生死重罪。

周安士居士《西歸直指》述報恩法門：「修淨土者，靜想吾一生以來，受恩最深者，莫如父母。自十月懷胎，三年乳哺，以及教訓養育，此恩此德，何能上報。又念吾從無量劫來，托生之數，不可窮盡。則父母之恩未報者，亦不可窮盡。此無量宿世父母，現今必有在地獄中，燒煮屠割者；必有在餓鬼中，饑火焦燃者；必有在畜生中，負重牽犁者。吾若不信有此，是猶母雞被殺，而小雞不信也。吾若不思救

度，猶小雞雖見母殺，而不知所以救度也。興言及此，便當涕淚悲泣，舉身投地，代為宿世今生父母，及受恩師長眷屬，發菩提心，至心稱念聖號若干聲。念念中先免其八十億劫生死重罪，俟我往生之後，回入娑婆，然後盡行度脫。若有至親骨肉，新遭喪亡者，亦迴向在內。」

六、念佛一念間斷，便是地獄業也。

天如禪師《淨土或問》示念佛報恩：「（父母）如今或在三途受罪受苦，望你救他，望你度他。你（念佛）卻念念間斷，淨土不成。淨土不成，自救不了，如何救他？既不能相救，你是忘恩負義，大不孝人。經云：不孝之罪，當墮地

獄。然則一念間斷之心，便是地獄業也。」

七、使吾親之名，標於西方寶蓮之上。

印光大師開示父母喪事：世人每每所行之孝，皆是為親加罪過。（生則殺生以養，死則殺生以祭，及待吊者，只顧悅人之耳目口腹，不計累親負罪於九泉，可不哀哉。）其行流俗以為孝，實大不孝之孝！此孝於己於親，均無所益。但博無知俗人之稱美虛譽耳。

古者喪禮絕不葷酒。隋煬帝為太子時，其母死，不敢喫肉，偷令用竹筒裝肉，以蠟封口，用包袱裏而進之。可見喪中用肉，古儒者如此之嚴，雖為太子尚恐人知，作此種辦

法。今人自己也喫肉，且以肉享賓客，賓客皆不知喪是何事，居然飲酒食肉，當作一場熱鬧開心事辦。其於先王禮法，全體違背，而只知其要人誇美。如欲避用素係為省錢之嫌，宜標示大義，而特提出若干錢以作公益，則人自不至以省錢怪也。

人子於親，當令神識得所。今之為人子者，多多皆是以落井下石為孝。如其不肯下石，似乎羞慚無顏見人一樣，愈下的石多愈自為得意。可憐父母一生為兒女，及至其死，又藉此喪事殺諸生命以祭其靈，以宴其賓，以自食啖。尚揚揚得意曰，我於我親喪，殺了幾隻豬，買了幾多雞鴨魚蝦以宴賓客，我父母生我一番，我也可謂盡心焉耳矣。而不知因

親喪殺生，令親受殺報，凡眼不見，謂為行孝；天眼視之，比殺親為更可憐憫！何以故，以所殺生多，令親與自己及賓客，生生世世相為酬償，可不哀哉。成家之子，不借重債，況欲行孝，而借性命之債乎？

世間人，唯知在軀殼上、儀式上注意，至於心識、利益二方面，則置之不究。或有似欲利益者，實則但是為世人耳目做事，不是為亡靈靈魂上做事也！今人多好名作傳作記，此皆虛華。但竭力修持，俾親未往生則立即往生。已往生則高增品位。方為人子盡心於親之要務。餘皆世俗耳目中之熱鬧而已！今人多好虛名，不務實行，每每訃啟粉飾得極好極好，冀人觀之以為榮。而不肯認真念佛，令親真得了生脫死

超凡入聖之實益。並現在眷屬亦皆各各種臨終往生之因。豈非好名而惡實哉！俾彼得以往生，實為大孝。須知了生死一事，非同小可。大禹大聖人也，尚不能令其父不為黃熊。緬想及此，吾人真有莫大之幸。

念先人之苦節，當力行其佛化，令一切人悉得了生脫死之利益。俾吾親之名，標於西方寶蓮之上。比此間碑銘之虛榮，當天地懸殊也。孝親者，當務其大者。其小者可行可止，不必專以此為志事也。自己以志誠心念佛，則比請酒肉僧念經拜懺功德大多。念佛是人生一件最要事，非因親喪方念，平時便不念。親喪乃係為親起見，實即以親死，引汝等同證永劫不死之一大事也，當知感恩。能認真念佛，即為

報恩！念經、拜懺、做水陸，光絕不肯一語提倡。以難得如法，只張羅場面而已。做佛事，當以念佛為第一，餘皆場面好看而已。至於死後，只可念佛。切勿做水陸、念經、拜懺。以此等事，皆是做場面耳！虛張聲勢，殊少實益。又喪中一概不可用酒肉。六道眾生皆是我父母。而殺而食者，即殺我父母。

八、一切皆成佛。

蕩益大師二十三歲時所發的四十八願，前兩願就是報父母恩的大願：「第一願，我本發心，上報慈父鍾之鳳生恩，願三寶力，令我無始慈父，咸生淨土，速證菩提，令聞我名

者，亦報父恩。第二願，我本發心，上報悲母金大蓮養育恩，願三寶力，令我無始悲母，咸生淨土，速證菩提，令聞我名者，亦報母恩。」印光大師曰：「成就親往生，即是成就親作佛。凡作佛者，必度無量無邊眾生。世間盡孝之事，尚有大於此乎？」一切眾生都是我們過去生生世世的父母，一切眾生都是我們過去生生世世的祖先。祭祖最重要的內涵就是法藏比丘發的那個願：「一切皆成佛」。天上飛的、地上爬的、水裡游的，地獄、餓鬼，四恩三有，法界眾生，統統回到極樂世界，不退成佛。祭祖最殊勝的方式就是念佛，代歷代祖先求生淨土。自己先練就往生的本領，成就往生的弘願，再回頭振拔這些處在水深火熱之中迫切待救的曾大恩

於我們的親人。「佛云生死如紅日，升落輾轉無盡期」，古人把六道輪迴比喻為苦輪，普令自、他同出苦輪，最容易又最有效，並且唯一的辦法就是念佛，認真念佛，即是真實報恩。這是我們每一個為人子女責無旁貸、刻不容緩的事情，眾生都是我們多生多世的父親、母親。因此，夏老居士說，「欲報親恩惟念佛，幾回西望淚沾衣」。因為我們本來是佛，所以佛教我們念佛。如果我們本來不是佛，佛不會做徒勞無功之事。

這份報告，基本上都是祖師大德的開示，必要的地方弟子用簡單的語言連貫、過渡，沒有摻雜自己的意思。錯誤之處，懇請師父上人及諸位善知識批評指正，不吝賜教。阿彌

陀佛。不肖弟子釋自了叩呈。

老法師：自了師這一份的報告，完全用祖師大德的開示提醒我們，我們很感謝他。我們自己冷靜想一想，經典、祖師大德所說的話，句句都是真實話。我們這一生得人身，最難得的又遇到佛法，還遇到淨宗，如果這一生自己不能成就，報恩全落空了。所以自己認真念佛往生淨土，才真正能報生生世世父母祖宗之恩，才有能力幫助他們離究竟苦得究竟樂。離究竟苦就是脫離六道輪迴，得究竟樂就是往生極樂世界。這個緣分無比殊勝莊嚴，不是容易得來的。我們相信佛在大乘經上所說的，每個念佛往生的人，過去生生世世無量劫來，曾經供養過無量諸佛如來，這一生當中又遇到這樣

的勝緣，得到無量諸佛加持，你才能夠信願持名。分分秒秒不曾丟失才能做到。於是我們把經論、祖師大德的教誨，冷靜細心跟自己一生修持對照一下，我們的慚愧心生起來了。原因在哪裡？依據經典上的教誨，我們在過去生中，供養諸佛如來那個功德還不夠。所以我們有沒有得佛加持，得佛力加持？加持，可是自己的煩惱習氣太重，信願持名常常中斷，甚至於在拜佛、繞佛，煩惱習氣還是現前，有雜念、有妄想。這個內在的原因是我們過去修行時間不夠長，外在的原因是我們遇到亂世，外面善緣少，太少了，惡緣太多，對我們修持功夫有極大的干擾能量。我們自己沒有能看破，沒有能放下，這一生遇到這樣殊勝的法緣，能不能往生還是個

未知數。

了師這篇的報告提供給我們，我們應當常常多讀幾遍，幫助我們懺除業障，幫助我們發起真正的信願，真正的信願。向海賢老和尚學習，向海慶老和尚學習，這兩位是距離我們最近的好榜樣。我們這一生要努力，要真正覺悟，這一生當中決定要往生極樂世界，不然的話三途有分，而且三途裡面肯定地獄有分的成分最大，如果我們怕地獄苦，就得認真學習，這一生我們有機會永遠超越，不要把這個機會喪失掉了。學，學放下，放下萬緣。賢公老和尚常說：「好好念佛，成佛是真的，其他都是假的」。假的就應該放下，真的就要分秒必爭。時時刻刻要把佛號提起來，丟失了不怕，一

覺悟馬上找回來，跟打仗一樣，我們丟失就失敗了，我們撿回來就追上了，不斷的在這上下功夫。我們相信有個一年、二年，非常認真來做這樁事情，一定會能做好。念佛不能再丟失了，常常想到這個世界苦，這個世間苦，災難太多。如何化解災難？祖師大德都告訴我們，念佛可以化解災難。個人的災難是病痛，大家共同的災難就是地球上許許多多的天災人禍，每個人都想遠離，遠離的方法，老實念佛就對了。

了師這篇文章我們要常常溫習，裡面所說的全是經論，全是祖師大德的教誨，好，我們要認真受持。

附錄（一）十念記數法

恭錄自《印光法師文鈔》 印光法師

至於念佛，心難歸一。當攝心切念，自能歸一。攝心之法，莫先於至誠懇切。心不至誠，欲攝莫由。既至誠已，猶未純一，當攝耳諦聽。無論出聲默念，皆須念從心起，聲從口出，音從耳入。（默念雖不動口、然意地之中、亦仍有口念之相。）心口念得清清楚楚，耳根聽得清清楚楚，如是攝心，妄念自息矣。如或猶湧妄波，即用十念記數，則全心力量，施於一聲佛號，雖欲起妄，力不暇及。此攝心念佛之究竟妙法，在昔宏淨土者，尚未談及。以人根尚利，不須如此，便能歸一故耳。（印光）以心難制伏，方識此法之妙。蓋屢試屢驗，非率爾臆說。願與天下後世鈍根者共之，令萬

修萬人去耳。所謂十念記數者，當念佛時，從一句至十句，須念得分明，仍須記得分明。至十句已，又須從一句至十句念，不可二十三十。隨念隨記，不可掐珠，唯憑心記。若十句直記為難，或分為兩氣，則從一至五，從六至十。若又費力，當從一至三，從四至六，從七至十，作三氣念。念得清楚，記得清楚，聽得清楚，妄念無處著腳，一心不亂，久當自得耳。須知此之十念，與晨朝十念，攝妄則同，用功大異。晨朝十念，盡一口氣為一念，不論佛數多少。此以一句佛為一念，彼唯晨朝十念則可，若二十三十，則傷氣成病。此則念一句佛，心知一句。念十句佛，心知十句。從一至十，從一至十，縱日念數萬，皆如是記。不但去妄，最能養神。隨快隨慢，了無滯礙。從朝至暮，無不相宜。較彼掐珠記數者，利益

天殊。彼則身勞而神動，此則身逸而心安。但作事時，或難記數，則懇切直念。作事既了，仍復攝心記數。則憧憧往來者，朋從於專注一境之佛號中矣。大勢至謂都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。利根則不須論，若吾輩之鈍根，捨此十念記數之法，欲都攝六根，淨念相繼，大難大難。又須知此攝心念佛之法，乃即淺即深，即小即大之不思議法。但當仰信佛言，切勿以己見不及，遂生疑惑，致多劫善根，由茲中喪，不能究竟親獲實益，為可哀也。掐珠念佛，唯宜行住二時。若靜坐養神，由手動故，神不能安，久則受病。此十念記數，行住坐臥皆無不宜。臥時只宜默念，不可出聲。若出聲，一則不恭，二則傷氣，切記切記。

附錄（二）望江南（蓮華世界詩）

恭錄自《淨土十要》明白雲大師

娑婆苦。身世一浮萍。蚊蚋睫中爭小利。

蝸牛角上竊虛名。一點氣難平。

人我盛。日夜長無名。地獄盡頭成隊入。

西方無箇肯修行。空死復空生。

娑婆苦。光影急如流。寵辱悲歡何日了。

是非人我幾時休。生死路悠悠。

三界裏。水面一浮漚。縱使英雄功蓋世。

祇留白骨掩荒丘。何似早回頭。

印光大師開示：

佛開念佛法門，唯期一切眾生現生即生淨土。使如來不開此法，則末法眾生，無一能了生死者。須知佛法，法門無量，若欲以通身業力之凡夫，現生即得了生脫死，離此「信願念佛，求生西方」一法，佛也說不出第二個法門了。

生死心切 功德主名錄

委印文號：104287

四八、〇〇〇元：三寶弟子。

以上計新台幣：四八、〇〇〇元，恭印一、〇〇〇本。

回向：天下和順，日月清明，風雨以時，災厲不起，國豐民安，兵戈無用，

崇德興仁，務修禮讓，國無盜賊，無有冤枉，強不凌弱，各得其所。

祝願法界一切有情，所有六道四生，宿世冤親，現世業債，咸憑法力，悉得解脫。

祝願現生者增福延壽，發菩提心，常隨佛學，勤修精進，利濟群生。

祝願已故者往生淨土，同出苦輪，共登覺岸。

附記：本會接受善信委託，代印經書、佛像，其必要之費用，均經本會審慎評估；若有結餘，均續作本會之印（購）經書及運費，為施主廣積陰德，歡迎十方大德善加利用。

普為出資及讀誦受持
輾轉流通者回向偈曰

願以此功德
消除宿現業
增長諸福慧
圓成勝善根
所有刀兵劫
及與饑饉等
悉皆盡滅除
人各習禮讓
讀誦受持人
輾轉流通者
現眷咸安樂
先亡獲超昇
風雨常調順
人民悉康寧
法界諸含識
同證無上道

佛曆二五五九年／西元二〇一五年七月

恭印：一〇〇〇本

流水號：13377
書號：CH69-52

生死心切

發行人：簡豐文

出版者：財團法人佛陀教育基金會

地址：100 台北市杭州南路一段五十五號十一樓

網址：<http://www.budaedu.org>

E-mail：budaedu@budaedu.org

電話：(011) 3395-1198 傳真：(011) 3391-1342

郵局劃撥帳號：〇七六九九九七九

銀行名稱：台灣銀行城中分行（請於電匯或轉帳後告知本會用途）

銀行帳號：〇四五〇〇四五九七五〇三

本會經書免費結緣之請取方式如下：

(一) 親臨本會三樓講堂。(二) 利用傳真：(02) 23965959

(三) 撥打電話：(02) 2395198 分機：11、12

(四) 網址：<http://www.budaedu.org/books/>。(五) 寫信指定：本會法寶流通股。

為提高服務效率，請您嚴謹考量，慎選所需經書；儘量少用電話，多利用文字方式請取，並請詳寫經書名稱、冊數及收件人姓名、地址、電話、郵遞區號，以減少本會之處理時間；若大量申請，請註明用途，且避免姓名、地址等文字上書寫之錯誤。

◎ 本會經書，歡迎翻印（請勿增刪），贈送流通，功德無量。

◎ 本會交通

※ 捷運：善導寺站 5 號出口，至杭州南路右轉，過兩個紅綠燈。

※ 公車站牌：審計部站 → 212、299、232、205、276、605、257、262

台北商業技術學院 → 253、297、237 仁愛路二段 → 253、297 開南商工 → 208

仁愛路、杭州南路（紹興街）口 → 630、270、263、245、621、651、37、261

行政院新聞局出版事業登記證局版臺業字第三八六九號



