



《毛毛蟲變蝴蝶之七》

# 從樂入樂——由一念入無限美好

上道下證法師講述

林美瑛  
李曜安敬記

附：上道下證法師事蹟與往生紀實



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。

《從樂入樂——由一念入無限美好》目錄

一念變無限美好（從樂入樂）：…………… 1 ~ 14

001 一念之力

002 心念——電波——影相之「因果律」

003 心念決定命運

004 學習打電腦——打好「宇宙人生立體電腦」

006 自己觀察，作實驗

007 修行——打好心頭的「按鍵」

修正消除不良電波

009 別埋怨自己命運坎坷，先檢討自己負面（黑暗）的心念



從樂入樂——由一念入無限美好……………15  
66

- 0 1 5 念佛是當下這一念的用心，不是看年資、履歷表
- 0 1 7 如秤兩頭，低昂時等
- 0 1 8 一念虔誠，就可轉變命運
- 0 1 9 提起信心和願力，把心真正放在「佛」
- 0 2 0 念「擔憂」，念「懷疑」——錯用心，佛神通廣大，何須瞎操心！
- 0 2 2 「業障」重石本必沈，託付「願船」就能浮
- 0 2 3 前世今生一堆債，彌陀慈父願解決
- 0 2 4 了解佛心肯信任——一心念佛得佛助
- 不解佛力瞎操心——只好自己苦勞碌
- 0 2 5 念佛要對準頻道，作得了主
- 0 2 7 真正的思念——念茲在茲，時刻不離



0 2 9 念佛要有佛的精神，不是佛堂內作功課而已

0 3 0 別錯用心——挑剔「音聲」，不「聞佛名」，自生障礙，失功德利

0 3 2 念佛，身、心要柔軟、恭敬（無須緊張、僵硬）

0 3 4 全部心力，集中專注念當下「一個字」，其他都放鬆

0 3 5 阿彌陀佛也是「解脫光」佛

0 3 5 阿彌陀佛也是「歡喜光」佛

0 3 6 念佛全攝佛功德成自功德，如吃果實得一切精華

0 3 8 越肯慈悲奉獻的人，越能體會佛心——信深則力大

0 3 9 往生——並非死亡，是一往不退，生活在快樂佛世界

（心念頻道改變，畫面節目就改變）

0 4 1 別誤會「阿彌陀佛」！

宇宙中，最美妙的共同語言：阿彌陀佛！

0 4 3 有口當念最吉利的「阿彌陀佛」——感召無限幸福

## 目錄



0 4 5 念佛——提醒自己，面向光明，處處覺悟

提醒自己，用佛性無限潛能，邁向清淨世界

0 4 6 自性堅定、清淨，是「西方」義

自性無有眾苦，但受諸樂，是「極樂」義

0 4 8 有福、有慧的人，才能信佛心、妙事

污染、無福的人，只能信災難、惡事

0 4 9 不曾對人慷慨慈悲，必然懷疑佛之慷慨慈悲

0 5 0 為何平時要常念佛？

0 5 4 只有老實念佛修行的人，臨終預知時至、歡喜自在、蒙佛來接引

0 5 5 勿因不愛下雨，故意不帶傘

勿因不愛死亡，故意不準備

0 5 7 是佛慈主動發願要救度我們，只要我們信得過，願接受

0 5 9 什麼叫「功夫」？



0 6 2 有信心，則不擔憂，不用妄想製造業障

信佛之「護念」，必勝自己「雜念」（嘮叨）

0 6 4 真信佛，就安心，不偷偷煩惱

（抱著煩惱，哪有空手可以牽佛呢？）

祈願變事實——佛慈回信，不忍心讓她失望………67  
85

0 6 7 一通鼓舞信心的電話

0 6 8 出現令她激動的光明沙

0 6 9 佛力加被，一一如願以償

0 7 0 真誠祈願下的巧合因緣

0 7 2 簡介三世因果，和彌陀大願

0 7 4 鼓勵家屬，盡最大孝心——把握臨終念佛，幫助母親生極樂

0 7 5 希望有緣助她一臂之力







【附錄一】上道下證法師事蹟與往生紀實……………103  
164

- 1 0 3 出生和雙親
- 1 0 5 童年和求學時代
- 1 0 6 因病苦而立志行醫
- 1 0 7 學佛因緣
- 1 0 9 以病苦為師
- 1 1 0 行醫學佛——醫院當道場，實踐普賢願
- 1 1 3 拯救「病」「死」——推動「臨終關懷」與「往生助念」
- 1 1 5 生死熾然，苦惱無量
- 1 1 6 出家修行——不畏病苦，志在「證道」的上道下證法師
- 1 1 8 信願堅固，勇猛精進，跨越憂惱，淨心畫佛
- 1 2 0 嘔心瀝血，清蓮飄香——勸請大家「娑婆憂惱處請回首仰望靈山」
- 1 2 2 與腫瘤和平共處，法語墨寶，共結佛緣



- 1 2 4 信願念佛，資糧具足，唯說彌陀本願海
- 1 2 8 效法李炳南老居士，度化一方
- 1 3 0 活在「當下」——隱居山中，錄音著書，法音遍世界
- (一)、言教 (二)、身教
- 1 3 4 拜佛與醫學
- 1 3 6 極樂童子聚會一處——彌陀要解學習班
- 1 3 8 放生——「放」下娑婆，同「生」極樂
- 1 4 0 宣講四十八願
- 1 4 1 盡形壽，嚴持戒律
- 1 4 3 此生使命——錄製淨土五經有聲書
- 1 4 4 預知時至，回歸彌陀願海
- 最後遺言——「是佛在念我，不是我在念佛」

【附錄二】蓮池大師西方發願文——上道下證法師墨寶…………… 178 165

編後語…………… 179 177



# 一念變無限美好（從樂入樂）

## 一念之力

我們的心念，決定言語和行動，乃至能影響整個生活環境和世界。

我們心中動一個念頭，就有一個波動產生，彷彿觸動湖水的點，便有波紋漣漪遍及整個水面甚至湖底，水波蕩漾出去，又會有一個反作用力，由四周返回來原點。一個心念的力，是遍及時空，不可思議的，心念的因果（作用力和反作用力）也是循環

一念變無限美好（從樂入樂）



無盡的。

## 心念——電波——影相之「因果律」

我們心中動一個念頭，也如發射一份電波出去，彷彿操作電腦，按一個鍵，就出現某種功能、影相。這「按鍵」和「功能、影相」之間，是有一定規律的。這規律也就是我們常說的「因果律」。雖然「影相」是由電波能量幻現的「假相」，但因果律是存在的。

心念，會投影出夢中的山水、人物和境界、劇情。

心念，也會投影出醒時的山水、人事和世界。

睡在同一張床上，每一個人夢中的境界都不同。住在同一屋



中，每一個人感受的世界也都不同。在同一張床上，一個人夢見去參加宴會吃甜蜜的水果，很高興；另一個人可能夢見坐飛機失事，嚇一身冷汗。在同一屋中，甲可能專心拜佛很寧靜喜悅，乙可能在屋角瞪螞蟻很心煩。所以，同一時空，有人世界是佛，有人世界是螞蟻。我們可能以為大家在同一世界，其實每個人當下所享受的世界是完全不一樣的。就像攝影，在同一個地點，每個人所拍攝的角度、取景不同，拍出來的相片，也就不同。大家心念發射的電波不同，人生的影相，也就大異其趣。

## 心念決定命運

一個美好快樂的心念，能產生仁慈和悅的言語，做出關懷、

一念變無限美好（從樂入樂）



助人的行動，產生自樂、樂他，自度、度他的功能和影相，不但現在自己享受美好快樂的氣氛，也投影出未來幸福光明的影相。

一個貪婪、氣憤的心念，會發動惡毒、惱人的語言，做出陷害、傷人的行動，產生自害、害他，自苦、苦他的作用和影響，不但現在自己陷於懊惱痛苦的泥沼，也會投射出未來黑暗逼惱的影相。

### 學習打電腦——打好「宇宙人生立體電腦」

現在，不學會打電腦，好像很落伍，然而却很少人學妥善發射自己心念的腦波，整個宇宙人生的大電腦也很少人懂得該學會好好來打，才能使自己人生的電腦立體大螢幕，能顯現美好的影



相。說實在話，佛是最先進，最懂得打「宇宙人生立體電腦」的先知先覺，他明白人生立體螢幕上，種種影相、劇情的電波來源，就是心念波；也知道打好心念波，影相就會好。

佛說：「應觀法界性，一切唯心造。」

我們換句比較現代的語言來體會——就是「宇宙人生大電腦」上一切影相，都是由心念的電波，投射顯影（製造）出來的。人生螢幕的影片劇情，控制鍵就在我們的心。

佛經上說：一念十法界。

我們的心念電波，大分為十個不同的頻道。發射一個念頭出去，就決定入十個頻道中的哪一個頻道，顯現那頻道的相應影像。

一念變無限美好（從樂入樂）



## 自己觀察，作實驗

我們可以自己做實驗來體會：

當我們心中很真誠尊敬喜歡某人時，就會發出敬悅的心電波，即使沒說話、沒行動，這種心念、電波一發出去，就會投射顯影出一個更可敬可愛（他）的影相，使我們更歡喜尊敬。同時，自己也會因此種良善電波，變得可愛。

而，當我們心中很討厭、看不慣某人時，就會常發出討厭憎惡的心念、電波，即使沒說話、沒行動，那種電波發出去（對方也能收到），也可以投射反映出一個他更可惡、可憎的影相，來使自己更厭惡、不快樂。而自己也因為常發出這種黑暗的電波，





變成一個令人不悅、可憎的人。

## 修行——打好心頭的「按鍵」

### 修正消除不良電波

假如，我們了解萬法唯心造的道理，明白「心念——影相」之間的電波關係，就能以心念來創造自己的世界。

當我們能調好自己的心，發射出慈悲、光明的電波，就會顯現相應美好的影相。

像上例，我們本來討厭某人，發射著憎惡的電波，如果，我們能降伏自己不好的心念，調柔自心，絕對不再打出憎惡、不滿的電波，而代之以真正為他好，慈悲、善解、感恩、體諒的電波

一念變無限美好（從樂入樂）



，則根據「電波—影相」的原理，下次見到他時，他所現的必然不會再是那麼可憎的影相。如果我們的心念電波，打得夠純、夠強，可能，他會顯現前所未見的慈善影相。

假如我們心頭的「電腦按鍵」控制不好，常常亂按、錯按，也就是對他的觀感、心念，搖擺不定——又有時善解、有時不滿、憎惡，那麼發出的電波也波動不定，時有干擾波，當然所現「他的影相」，也就時好時壞、時善時惡。

所謂修行，也就是在學習打這宇宙人生的大電腦，學習打好心頭的按鍵，控制念頭的電波發射。因為電波一旦發射出去，就會顯相，產生作用（有因果報應），除非我們懂得按對「抵消、消除」的按鍵（相當於懺悔），否則發射出去的電波，是很難收



回的，以後「顯相」，也是自己要領受（果報還自受）——好壞影片都得自己看。修行就是下心地功夫，也就是在心念發射的當下，能有覺照，控制得了。假如一覺察發射有誤，能夠馬上消除、懺悔（抵消）清淨。我們的心念電波，發射得越真誠、慈悲、純淨、強大，影相世界就越美好、清淨、持久。

## 別埋怨自己命運坎坷

### 先檢討自己負面（黑暗）的心念

了解這道理的人，就不會隨便放縱自己動壞念頭，或負面、黑暗的念頭，因為動一個壞念頭，就會發射一股電波能量，不但會返回自身，也會投影顯現不良、黑暗的影相，使自己命運坎坷

一念變無限美好（從樂入樂）



、前途黑暗。我們且先別「埋怨」自己命運坎坷，先檢討自己不是有很多負面的心念（光是「埋怨」這一念，就已是一股黑暗的電波了）。有很多「好人」，因為自己做得好，就會覺得別人做得不好，心生不滿，這「不滿」就是一個不好的心念；又，因為想做好，也就很怕做不好，這「怕」也是個陰暗的心念；或許因為自己很負責，所以心中常怪別人不夠負責，這「怪」與「埋怨」都是負面的心念；或許自己很熱心助人，所以也會怪別人，批評別人不熱心、不助人，這「批評」也是一股嗔怪的黑暗波。我們仔細反省自己，常常會發現我們在「做好人、做好事」之中夾雜了很多黑暗的心念，發射了很多干擾波，這就是我們命運坎坷的重要因素。我們如果想擁有幸福的影相、美好的生活，必得



要發射美好光明的心念波，才能如願以償，顯影出美好光明的世界、人事。

有人就懷疑，問：比如我的心很希望考上某某學校，但是為什麼結果卻沒有顯現考上的事實影相呢？

當我們「很希望」考上的時候，可能有幾種不同的心態。

一是：很希望考上，但又很怕、很擔心會考不上。

這樣，所發出的其實是「怕」和「擔心」的負面電波，當然很難顯出正面的影相。

二是：希望考上，但心惶惶不知道能不能考上。

這發出的是沒有信心（有懷疑）、沒把握的負面電波，當然也很難顯出正面的影相。

一念變無限美好（從樂入樂）



三是：希望考上之後「能得到種種私欲的滿足」。

比如被稱讚啦、得獎啦、覺得高人一等啦、以後財利收入高啦、表現我家教育優秀啦，這發出的是「貪」心的黑暗電波，當然很難有光明影相。

四是：希望考上，揚眉吐氣，表現我贏過某人，或不輸給某人。這發出的是「爭強好勝」的黑暗電波（驕慢心）。

五是：希望考上——同時也認為我這人一向很棒，比別人聰明很多，考上有什麼問題嘛！

這雖有信心，但帶了些自以為了不起的驕慢（優越感），也是含有黑暗的電波。

六是：希望我考上，但我成績實在太差了，不可能考上的。



這是「肯定自己一定會考不上」的沮喪黑暗電波。

七是：希望我考上，就心無雜念，很單純地用功，設法使「願望」和「實行」相應，靜心用功到有把握，自然會發出真實有把握的信心電波。

由上可知，我們雖然有某種「心願」，但發出心念電波很複雜、紊亂（不必要的雜念很多），所以會干擾影相，使「現相」和我們的「心願」不能相應，就是「事」與「願」違，當我們事與願違時，就要好好檢討自己的心念，是不是我們曾發出了很多負面黑暗的電波呢？

既然心念的電波這麼重要，那麼該發射什麼樣的心念電波，才會有最美好吉祥的影相呢？才能使發射當下快樂，未來影相也

一念變無限美好（從樂入樂）



快樂呢？就是念佛——只有念佛必定從樂入樂，因為佛是至真、至善、至美的覺悟者，是潛能全然發揮開顯的意思，也是快樂無憂的智慧者。所以發出念佛的心念電波就是發出最真善美的一念，會感應最光明、最清淨、真善美的影相，讓我們由一念變無限美好。





# 從樂入樂——由一念入無限美好

林美瑛  
李曜安 敬記

## 念佛是當下這一念的用心 不是看年資、履歷表

有人認為念佛一定要念很久之後，功夫才會夠用，或是認為念佛資歷長的人功夫一定比較好，這是不一定的。因為念佛是看我們「當下這一念的用心」，並不是看年資和履歷表。我們可以用一個比喻來了解，比如說用手打一塊木板，有人是輕輕地打、散散漫漫地打，這樣每天打一百下，連續打一年，都不可能把木

從樂入樂——由一念入無限美好



板打斷。但是如果有人很集中又很有力去打，只要伸手打一下，馬上就可以把木頭打斷掉。念佛就像這樣，是看您用心是不是集中、是不是虔誠，並不是看您資歷加起來總共多久。如果您念了一百年，但常常是嘴裡念佛心裡想別的事，想著鍋子裡煮的紅豆湯不知道會不會燒焦；想著孩子要補習不知道給他吃什麼？常常阿彌陀佛都不如您那鍋紅豆湯來得重要，也不如您孩子的瑣事重要，像這樣用心，可能念一百年都念不到一句「相應的佛」。有人一邊念佛一邊想著：那個人今天罵我愛出風頭，不知道是什麼意思？像這樣掛念著人我是非來念佛，念一千年也不相應。



## 如秤兩頭，低昂時等

蕩益大師講了一句話很有道理，他說：好比是一支秤的兩頭，一頭如果放得比較重，另一頭就比較輕會翹起來。我們如果把這個世間的雜事秤得很重，當然阿彌陀佛那邊就會相對變輕翹起來。如果把阿彌陀佛秤得很重，世間的雜事自然就輕了，這叫「如秤兩頭，低昂時等」，所以並不一定念佛的年資愈老愈好，因為人有時候會老油條，念久了反而不專心，甚至還感覺到自己是老修行，反而生起驕傲輕慢的心，不但沒有功夫去降伏本來的煩惱，又加重了驕傲的煩惱和面子的罣礙。

從樂入樂——由一念入無限美好



## 一念虔誠，就可轉變命運

如果我可以活到八十歲，說起來好像還可以練功夫練很久，似乎比較安全，其實不見得。因為夜長夢多，世事多變，也不一定比較好。如果有人宣判我們只能再活一年，表示我們只剩下十年的壽命好準備，這樣也很好，因為短跑比長跑好跑。人只要肯集中心力的話，只要一個念頭，就可以集中起來，不必擔心時間不夠用，功夫不夠好。因為只要相信阿彌陀佛的慈悲，願意去西方極樂世界，這個信念堅持到臨終都不動搖。即使念十念或一念的「阿彌陀佛」都可以往生西方，所以我們不必擔心。如果能把時間真正用在念佛，一念乃至十念的虔誠，就足夠轉變我們的命



運。

## 提起信心和願力，把心真正放在「佛」

念佛是靠我們的信心和願力，心清清淨淨地念，是要把心真正放在佛上面。如果明天我和世間的因緣就盡了，更是不能浪費時間去悲哀煩惱，我今天必須好好歡喜過一天，盡最大的心力念佛，把「阿彌陀佛」的電話打通就可以去極樂世界。我們如果可以自在歡喜得去西方，就可以安慰每一個在生死關頭恐怖的眾生，讓他們知道有西方極樂世界可以去，不必怕死。

從樂入樂——由一念入無限美好



念「擔憂」，念「懷疑」——錯用心

佛神通廣大，何須瞎操心！

有的人念佛數目念很多，但是並沒有得到信心和歡喜，為什麼呢？因為他沒有把眼光注意在佛，都是放在自己的妄想上面，如果一旦發現自己有妄想就開始煩惱，我念佛功夫這麼差不知道會不會往生？其實這樣的心都在「念擔憂」、「念懷疑」，根本沒有把重點放在佛上面，這樣就是錯用了心！要記得「信」與「願」才是決定往生的因素，心裡若是還有懷疑擔憂，就是「沒有信心」的表現。比如說：我們如果相信一個人，把事情委託他辦，是不是一交出來，我們就不用操心了呢？如果我們委託一個



人辦事，交代了他又很不放心，就表示我們並沒有信任他。「信佛」也是一樣，有信心就不煩惱，有信心就不懷疑。我們如果相信阿彌陀佛的慈悲願力，真正肯去西方，佛一定知道，會來迎接我們的，這哪有什麼好擔心的呢？你難道懷疑佛會耳聾沒有聽見你在念他？或者擔心到時候佛會不會打瞌睡，忘記來接您？或是懷疑佛會不會呆呆的不知道您有發願要去西方？阿彌陀佛神通廣大，哪有那麼差，那麼不值得信任！哪需要您經常在那裡煩惱、懷疑！

從樂入樂——由一念入無限美好



## 「業障」重石本必沈，託付「願船」就能浮

又有人經常在擔憂，我業障那麼重，不知道可不可以去西方極樂世界？我們要了解，一塊石頭如果放在水裡，不管是多小的石頭都會沉下去。但是把石頭放在大船上，不管多大的石頭都會浮著過海。我們凡夫的業障確實是很重，就像石頭，如果要靠自己大部份都會沉下去。但是坐在阿彌陀佛的大願船上，就可以安

全地浮過生死大海，這樣才不會枉費過一生。





## 前世今生一堆債

### 彌陀慈父願解決

我們由前世到今生必定欠了眾生很多的債務，債務包括了：我們殺生吃肉欠眾生很多的命債，還有欠人錢財的債務和人情債。這些債務我們可能要還好幾輩子也還不完。如果我們真的相信佛有很大的能力和大慈悲，就好像我們的爸爸是個大富翁，爸爸肯出面替我們還所有的債，什麼債都可以還，什麼債都可以解決。只要我們很信任地低頭，打一通電話給他就好了。爸爸就會來處理一切，又把我們接回故鄉。

從樂入樂——由一念入無限美好



了解佛心肯信任——一心念佛得佛助  
不解佛力瞎操心——只好自己苦勞碌

佛是隨眾生心，應所知量。您如果了解佛有偉大的力量又完全信任他，佛也可以完全承擔，完全加被。但是如果您認為佛沒有辦法，沒辦法承擔，必須要您自己去還債才有辦法，這樣佛要加被您也加被不上，只有順著您，讓您自己去還債。佛是我們大慈大悲的爸爸，他不怕我們要求任何合理的事，就唯恐您不相信他；或者是在外面為非作歹流浪慣了，不敢回頭去找他，不敢低頭向他求助。



## 念佛要對準頻道·作得了主

有人說念阿彌陀佛沒有效，他肚子痛的時候念佛也一樣痛，為什麼他念佛會沒有效呢？因為他肚子痛的時候念佛根本沒有把心放在阿彌陀佛，都在罣礙他的肚子，並沒有專心放在佛。就好比我們看電視，如果要看台視，就一定要對台視的號碼頻道，如果號碼不對或是一下子跳這個台，一下子跳那個台，這樣畫面就亂七八糟看不清楚。這個道理很簡單，念佛也一樣，念佛必須要全身、全心都放鬆，專注在一句「阿彌陀佛」。如果身體還有緊繃、僵硬，就表示心還掛在身體上很多地方，沒有放下，沒有專注在佛，這樣不專注，注意的焦點很多，當然就不容易相應，就

從樂入樂——由一念入無限美好



好比電視的號碼跳來跳去就見不到效果。說起來道理是很容易了解，事實上要控制自己的心，隨時靜下來、安定下來集中在念佛，是需要耐心來練習才可以做到的。您如果不相信，現在就可以試試看，您現在就來念十句的「阿彌陀佛」，如果您念十句都沒起雜念，這樣就稍微有基礎。如果您念一、兩聲就想到冰箱裡的豆包快壞掉了，不煮一下不行；想起我那件漂亮的衣服被蟲咬了一個洞，好可惜。一下子想東、一下子想西，都在罣礙娑婆世界一些破銅爛鐵，沒什麼價值的事，這樣就表示我們的心給很多東西綁得很緊，不能作自己的主人。連自己的心都沒有辦法控制，我們的生命就同樣沒有把握，自己沒有把握不知道什麼時候要走，走了也不知道自己要去哪裡，這樣才是真正不吉利，這樣就會



恐怖。如果我們平常練習把嫌東嫌西、說長道短的時間省下來，把煩惱東、罣礙西的力量省下來，念「阿彌陀佛」，練習隨時可以把心集中起來念「阿彌陀佛」，練習轉變我們本來的妄想執著，練習可以不受外圍環境的干擾，可以作自己的主人，可以自己作得了主，這不是很好嗎？不管是生還是死，都可以很自在。

### 真正的思念——念茲在茲，時刻不離

我們還可以體會，一個孩子如果真正思念媽媽，他就會常常把媽媽放在心裡，譬如放了學，同學約他看電影，他就會想到媽媽在家等我回家吃晚飯；如果有人請他吃好吃東西，首先他就會想到要給媽媽先吃；早上睡醒，眼睛一張開就會先想起媽媽；如



果有不良少年要找他打架，他就會想起媽媽叫我不要和人家打架；有人欺侮他，他也會想起媽媽要我凡事要忍耐；受了委屈也會想起媽媽，這就是真正想媽媽。這種思念，無論是想起媽媽的面容聲音、媽媽的教導……等，這都是真正的思念。反過來說，如果有另外一個孩子，需要人家給他規定——你在這個房間裡開始叫媽媽叫一個小時，他就開始叫：「媽媽、媽媽、媽媽……。」叫了一個小時後跑出去玩，就把媽媽完全忘掉了。有好吃的，自己吃光也不會想到媽媽；自己去看電影，去玩得都忘掉了媽媽在家等他吃飯；跟人家打架，打到受傷，讓媽媽很擔憂，他也不在乎。我相信您絕對不會認為這種孩子是真的思念媽媽。我們念佛的道理也差不多，大家很聰明，可以自己去體會。



## 念佛要有佛的精神，不是佛堂內作功課而已

有人念佛是在佛堂裡面作功課，好像孩子被規定在房間裡面叫媽媽一樣，一出佛堂就把佛完全忘記了，照著自己本來的習氣、煩惱去過生活，就好像孩子跑出去玩就完全忘記了媽媽。您想：這是不是真心念佛呢？有一位念佛的女居士，她的先生故意去信基督教，為什麼呢？那位先生告訴我：他太太作功課時念佛，但一出來和大家相處，卻連一點「佛的精神」也沒有，樣樣小事都要計較，常常生氣找麻煩，所以她的先生故意不要信佛教，這是很值得我們反省的。



## 別錯用心——挑剔「音聲」，不「聞佛名」，

### 自生障礙，失功德利

有些人雖然有因緣去道場跟著大眾念佛，但是很可惜，他沒有把心的重點集中在「佛」，都在嫌這個人聲音怪，嫌那個人聲音不好聽，可以說他只有聽到「聲音」來起分別心、生煩惱，並沒有聽到佛的萬德洪名，來生起清淨心、恭敬心。本來聽聞佛的名號功德是很大的，但是他只有聽到「聲音」來生煩惱，沒有用心來聽「佛號」，所以等於沒有得到聞佛號的一切功德，這是非常可惜的。其實媽媽不會嫌棄自己的孩子聲音難聽，真正念佛不管聲音是好是壞，佛都會知道。我們要特別注意：如果我們養成





聽人家念佛沒有生恭敬心的習慣，恐怕到了臨命終時，人家來助念，我們聽了也會心生煩惱，不能夠恭敬一心念佛，那麼就會造成障礙，這是自己生煩惱，沒有用真心來念佛，這可不能怪佛沒有來接引。所以我們平時要養成習慣，一聽人家念佛就要馬上生恭敬心，也歡喜念佛，這樣才能夠安全。

經典上說：極樂國民聽到百千種音樂同時演奏，也自然生起念佛、念法、念僧的心，何況我們在這裡聽聞到念佛的聲音，怎麼不生起念佛的心呢？怎麼反而要生起煩惱呢？

從樂入樂——由一念入無限美好



## 念佛，身、心要柔軟、恭敬（無須緊張、僵硬）

有人問我念佛要怎麼念，我念佛並沒有什麼特殊的功夫，但是有一點可以提供給大家作參考。念佛的時候，全身要放輕鬆，每一個關節都要放得滾柔軟，不需要緊張。因為念佛也不是要參加拳擊比賽，根本不必緊張用力。我們時常說往生西方的人有瑞相，是全身柔軟的，我們必須了解，如果一個人活著的時候，經常都緊張得硬邦邦的，個性很倔強，很難溝通，這種人死掉以後要柔軟有瑞相，似乎不太可能。「瑞相」是活著念佛就需要有的，經典上說：接受到佛光照過的人一定會身心柔軟。所以我們的身體和心都柔軟是一個很重要的條件，我們的內心如果緊張有壓



力、有很多的要求和執著，身體就一定會有一些肌肉馬上緊繃起來，關節也會僵硬。這種身心都硬邦邦的狀態，念佛很不容易相應。念佛的心要像雲彩，像虛空。我們知道雲和冰塊都一樣由水變成的，但是它們柔軟自在的程度不一樣。冰塊是又硬又冷，又很定型，一塊一塊格格不入，會相碰，會碎掉。雲就很柔軟可以遍滿虛空，自由發展。念佛的心也一樣，如果身心像冰塊很硬，一塊一塊就不流通，和佛就格格不入。如果是像雲彩，行在青天，到處流通，就容易和無量光明、無量壽相應。



全部心力，集中專注念當下「一個字」，

### 其他都放鬆

再說念佛的時候念一個「阿」字，就全部的心力集中在一個「阿」字，其他什麼都沒有，身心世界都等於消失掉了，就只剩下一個「阿」字。念「彌」的時候也一樣，全部的心力集中在一個字，念每一個字都只專心注意那個字，其他什麼都消失掉，都空掉，這是最輕鬆、簡單又愉快的事，也是最好的休息和充電。能夠這樣念一陣子，您就可以體會佛的名號裡不可思議的功德。



## 阿彌陀佛也是「解脫光」佛

我們知道阿彌陀佛的另一個名字叫「解脫光」。當我們念佛名「阿」字的時候，下巴要放輕鬆發這個聲音，自然會把我們所有的鬱悶、痛苦、煩惱都放下。我們如果能把煩惱放下，解脫得光光的，自然會放出「解脫光」和佛相應。

## 阿彌陀佛也是「歡喜光」佛

阿彌陀佛還有一個名字叫「歡喜光佛」，當我們念到「彌」的時候，就好像從心裡笑出來，嘴也像佛一樣地在笑，笑得像含苞待放的花朵，笑出我們佛性的歡喜，愈念愈清淨歡喜。念佛的



名號，每一個字都會有拔苦與樂的功用，就看我們是不是很用心，一個字一個字清清楚楚恭敬地去念。老實念佛的人就會念出佛的智慧光、安穩光，念出佛的無量光明，這不是趕功課隨便念念的人可以體會的。

## 念佛全攝佛功德成自功德，

### 如吃果實得一切精華

蕩益大師開示我們說：念佛就是把佛的功德完全變成我們的功德——「全攝佛功德成自功德」。很多人都曾聽過這個開示，但是很少人能這樣真正相信體會。佛的功德是無量無邊非常大的，但是當我們念佛時，那些功德竟然完全送給我們，變成我們的



，這種事似乎太好了，好得讓我們不敢相信承擔。法華經裡講一個比喻：有一個孩子從小和爸爸失散了，失散了五十年，他流浪天涯，又窮又沒有志氣。有一天他流浪到爸爸大富翁的門口，他的爸爸在屋子裡一看，就認出門口的人是自己的孩子，但是那孩子已經流浪貧窮慣了，在門口看到富翁的家那麼豪華氣派，根本就不敢進去，想要逃走。爸爸叫人把他找回來，要他繼承財產，他還以為來的人要找他麻煩，對他不利，嚇一跳，就昏倒在地！其實這個孩子只要肯接受、肯承擔，馬上就可以接受所有的家產。我們念佛也是一樣，如果了解道理，敢當下承擔接受的人，每一聲佛號中都接受佛所有的功德。這就好比農夫種水果，是非常辛苦的過程，所種出來的水果，我們只要接受，開口吃下去就會



得到所有的營養，所有過程中的日月精華、風霜雨露都包含在這個水果裡面，肯吃的人就可以得到一切。佛就好比是農夫，他所修行的功德就濃縮在他的名號裡，就好像成熟的果實一樣，我們只要念佛的名號，就等於吃到果實，就可以得到佛所有修行的成果。肯把辛苦修行的一切成果免費地送給我們，這就是佛不可思議的大慈悲。

越肯慈悲奉獻的人，越能體會佛心——

信深則力大

一個人如果從來沒有對人慈悲，一定很難相信佛竟然會這麼慈悲，無條件能夠對我們這麼好。所以在生活中愈可以無條件慈





悲奉獻的人，表面上好像很吃虧，其實他佔了很大的便宜。因為愈可以慈悲奉獻的人就愈可以體會佛的心，愈能體會佛的慈悲心，「相信」的程度就會愈高，信得愈深，由信所產生的力量就會愈大。

往生——並非死亡，是一往不退，生活在快樂佛世界（心念頻道改變，畫面節目就改變）

我們一再強調：往生西方極樂世界並不是死了以後才去的，是活的時候當下就可以去。極樂世界就是沒有痛苦、清淨快樂的世界，是阿彌陀佛慈悲光明的世界，他和我們這個世界中間並沒有圍牆隔起來，中間也沒有界線。極樂世界和我們這個世界就好

從樂入樂——由一念入無限美好



像同一個電視螢幕中不同頻道的節目，螢幕雖然是同一個，但是節目完全不一樣。因為心念的頻道不一樣，所以畫面和風景就完全改變。同樣活在這個空間，有人生活得很黑暗很煩惱，有人念佛念得很清淨很快樂，這是完全不同的思想世界、生活世界。如果一個人活著的時候活得很煩惱很黑暗，將到臨終的時候，忽然要跳到一個快樂的世界，這當然比較困難。我們只是說「比較困難」，並不是完全不可能。因為一個人如果忽然覺悟了，肯換節目，趕緊把節目號碼改變了，當然還是有可能。號碼一改，畫面就隨之改變。但是一個人要在臨終的時候才忽然間覺悟，又要有力量去轉變電視號碼，這機會是比較少的，可以說很少人有這一種機緣，最好我們大家由今天現在開始就調整頻道讓它出現極樂



世界清淨美妙的畫面，馬上讓自己活在阿彌陀佛快樂的世界，用念佛來安住我們的心，享受清淨光明。現在就牽上阿彌陀佛的手，當然就不必再擔憂生死的問題，現在歡喜，臨終那一天更加歡喜。

別誤會「阿彌陀佛」！

宇宙中，最美妙的共同語言：阿彌陀佛！

人類的語言中最好的一句話就是「阿彌陀佛」，有的人一聽到就很想笑，學著電視回答：「善哉、善哉！」；有的人一聽到就很煩惱地說：「我又還沒死，你怎麼給我念阿彌陀佛呢？」他以為阿彌陀佛是人死掉以後，師父為人超度而念的，這都是錯誤

從樂入樂——由一念入無限美好



的看法。到底「阿彌陀佛」是什麼意思呢？我們先來講「阿彌陀」這三個字，這三個字是梵語翻譯過來的，意思是「無量」。什麼叫無量？就是很多很多，多到無可限量，包含無量光明，無量光明是無限的空間中美妙的一切；又包括無量的壽命，也就是無限的時間中一切莊嚴美妙。還有「佛」這個字，是我們常常聽到的，不過也常把「佛」和一些鬼神混在一起分不清。其實佛並不是鬼神，它的意思是覺悟者。他已經覺悟宇宙、人生一切的道理，而且他的慈悲、智慧透過修行都已經開發達到圓滿無障礙的地步。佛不但自己覺悟已經達到絕對快樂歡喜的境界，而且他願一切眾生都和他一樣永遠不必受一切痛苦，可以解脫自在。所以佛不斷以慈悲心用智慧來教化眾生、救度眾生。所以我們念一



句阿彌陀佛就包含著無限意義，無限的祝福。因為他的意義是無量光明壽命、無量慈悲智慧、無量覺悟、無限的歡喜。您想想看，我們的語言當中有哪句話比這句話更好呢？

有人認為阿彌陀佛是老太婆才念的，哪有年輕人念這個呢？事實上，阿彌陀佛是真正有研究的人才知道非念不可的。目前的大學生念「阿彌陀佛」經常比老太婆還虔誠。因為他們研究佛教的道理，了解這句「阿彌陀佛」原來是這麼深奧，這麼美妙。

## 有口當念最吉利的「阿彌陀佛」—— 感召無限幸福

有一些人一聽到別人跟他說「阿彌陀佛」，他就說：「不好



意思啦，小聲一點，讓別人聽到不好。」您想想看，我們這張嘴什麼不好的話都敢說，比如現在很流行「傷腦筋」、「真頭疼」。

其實您想想看傷腦筋有什麼好的？我們不明白意思就隨便跟著人家胡說，也不自己用腦筋想想看，到底什麼時候會傷腦筋？比如說：車禍撞到頭，受傷就會傷到腦筋，或是高血壓中風就會傷腦筋，那半身不遂是很悲慘的，有什麼好呢！為什麼這種不吉利的話大家都掛在嘴上，自己卻不知道。反過來說，像「阿彌陀佛」這麼好的話反而不知道該時常說、時常念，這樣是不是顛倒呢？

再說人與人見面總是問「您好嗎？」、「您吃飽了嗎？」不管是回答好或不好，不管是回答吃飽或是還沒吃飽，都沒多大意思。

不如我們互相說一句「阿彌陀佛」代表彼此之間無限祝福的意思，



讓我們互相祝福前途光明、消災延壽，祝福無限吉祥，這就是阿彌陀佛無量的意義。也可以互相提醒要以智慧來辦事，提醒我們彼此慈悲相待，相互勉勵隨時覺悟、處處覺悟，這不是很好嗎？

念佛——提醒自己，面向光明，處處覺悟

提醒自己，用佛性無限潛能，邁向清淨世界

自己隨時念佛也就是提醒自己，隨時面向光明，處處覺悟，不要給世間種種虛幻的假相迷惑了。我們年輕人如果常念阿彌陀佛，心情就會平靜，也可以將我們潛在的智慧開發出來；做事就會順利，福報跟智慧都會增長。在我們病苦的時候，如果能夠至誠念阿彌陀佛，心就能和佛解脫自在的智慧相應；也可以受到佛

從樂入樂——由一念入無限美好



力加被。佛力包含了無限治病的能力，含有無量光壽的偉大療能。佛力加被下，身體的疾病自然會加速康復。病中真能念佛，心中會充滿喜悅和慈悲，身體有病，心也不痛苦，有病也沒有妨礙，甚至比平常人更加明朗活躍，更樂於效法阿彌陀佛奉獻生命。假如我們和這世間的因緣已經盡了，壽命將終的時候能夠至誠懇切地念阿彌陀佛，阿彌陀佛還會來接我們到他的西方極樂世界，永遠不再受生老病死的痛苦，這就是念阿彌陀佛最好的作用。

自性堅定、清淨，是「西方」義

自性無有眾苦，但受諸樂，是「極樂」義

在這個宇宙中有很多的佛，他們本來和我們是一樣的眾生，





但是他們覺悟了、修行成就了，開發出本有的佛性就叫做佛。比如說：釋迦牟尼佛、藥師佛都是佛。阿彌陀佛也是一尊佛，他的名字就叫「阿彌陀」，這尊佛在過去修行的時候，曾經發過願：如果有人曾經聽過他阿彌陀佛這個名號，生起對他的信心，歡喜要去他的世界，甚至是臨命終才聽到，到臨命終時肯念十聲佛，阿彌陀佛都會來接引他去西方極樂世界。什麼叫做「西方極樂世界」？祖師告訴我們說：西方代表我們自性的堅定和清淨，因為是阿彌陀佛修行開發出清淨的佛性所顯現出來的世界，所以叫做西方。為什麼叫做「極樂」？那個世界可以說是宇宙中最美最莊嚴的世界，在那裡完全沒有罪惡和任何痛苦，只有無限的清淨喜樂，所以叫極樂。阿彌陀佛就像校長，建設出最好的教學設備，



安排了像觀世音菩薩那樣偉大的諸大菩薩，做我們的老師、同學，陪我們一起遊玩，在快樂中學習，讓我們聽聽鳥唱歌、風吹樹葉的演奏音樂，看著花朵放光，甚至到水裡去游泳都可以開悟。

有福、有慧的人，才能信佛心、妙事  
污染、無福的人，只能信災難、惡事

和自己的心相應的事情比較能夠相信，和自己程度差太多的事情比較不容易相信，這是理所當然的。像西方極樂世界這麼好的真實消息，必須要很有福報的人才可以相信，才可能接受阿彌陀佛的邀請到西方極樂世界去留學。一般人的頭腦比較污染，也比較退化了，都只能相信報紙所寫的一些罪惡、災難、恐怖的事



，比較缺乏福報能力來相信這種好事，甚至會把這當作是神話。這就好像古人不相信有火箭能夠飛到月亮，非洲的土人不相信世界上有美國一樣，這也不能怪他們不信，因為「信」是需要智慧的，也是需要相當福報的。哥倫布要是當時沒有智慧，相信海的那邊一定有陸地的話，他也不會駕駛船去航行，發現美洲。

### 不曾對人慷慨慈悲，必然懷疑佛之慷慨慈悲

我如果說要送給您一包柳丁，您可能不會懷疑，敢接受。我如果說我美國有一間房子，花園、司機、汽車都沒有條件要送給您，您可能會嚇一跳，懷疑我不知道有什麼企圖，您可能不敢接受。因為您這一生如果不曾對人慷慨，當然會懷疑我的慷慨。我



們衆生很少有佛那樣的慈悲，所以也時常會懷疑佛的慈悲，不敢接受佛的慈悲。極樂世界雖然是千真萬確的事實，但也只有善根福報足夠的人才敢相信、敢接受。臨床當醫師，我已經看到一些人因為他一念相信了，願意去極樂世界又肯念佛，在他臨命終時，真的看到阿彌陀佛現前接引他到極樂世界，這種大好的福報和美妙的西方，真的給他得到了，這真是太便宜又太簡單了。這種事在實行上實在不困難，可是要真的相信比較難。

### 為何平時要常念佛？

有人會說：「既然如此，那我等到臨終時再念佛就好了，何必平常時時要念呢？」您想想看，為什麼我們平常時時要念？比



如一個小孩，從小不寫習題，爸爸媽媽、老師說的話也不愛聽，閒著就看電視、在外面閒逛，這樣怎麼能考上大學呢？所以我們平時要隨時練習念佛，念佛在念的當下，我們的心就平靜，我們的心就光明了，可以說馬上就進入極樂世界。

我們平常健康好好的時候，若不練好功夫，一般人在臨命終時會非常痛苦。譬如我每天在醫院裡看到人將死的時候，如果不是很痛，痛得不休止，又沒辦法說話，吃不下、睡不著，要不然就是喘不過氣，一口氣都喘不上來，要專心念佛就有困難，並不是完全不可能，是相當困難，必須要有相當願力的人才有可能做到。我們再說十大死亡原因中第一位就是癌病，這種病一般都很痛苦，除非他平時肯認真念佛，佛力加被之下才有可能不痛苦。

從樂入樂——由一念入無限美好



一般沒念佛的都會很痛、很難過。您想想看，平時被一隻蚊子咬到就覺得心煩，沒有辦法安靜念佛的人，假如有一天大痛起來，是不是可以靜下來念佛呢？也有可能是大出血，嚇都嚇得發抖，要安心念佛就有困難。再說高血壓，假如中風就昏迷不醒。一般人十個當中有九個可以說是臨命終時都是昏迷不醒，自己作不了主。要不就是意外災害，臨時在車禍、飛機失事、火災當中喪命，這都是在非常恐怖中去世。您想想，這種恐怖的意外，怎麼可能平靜地念阿彌陀佛呢？除非您練習到無論什麼緊張的情形，第一念都能念出阿彌陀佛，才有可能在意外變故的時候念出佛來。所以平時念佛就是練習，隨時提醒自己要有光明慈悲的心。比如說，我們最好知道：假如是火災就打「一一九」就會有消防車



來救火，我們如果完全不知道火災到底要打什麼電話才會有人來救，心中又自己固執這樣想——「唉呀！管他什麼火災，那是很不吉利的。」或是自己認為——「不會啦！我才不會那麼倒楣，遭遇火災呢！」因為不喜歡火災，所以故意不去注意，也不記得是什麼號碼會有人來救，萬一真的遇上那就真的很麻煩。甚至您的左鄰右舍有人遇上了，您也不知道要怎麼幫忙他。以前在台南，有人在火災的時候心裡一驚慌，也不知道該拿什麼東西出去，心慌意亂的，拿這樣也不對，拿那樣也不對，換來換去，最後抱了個尿桶跑出去，這是事實，我們千萬不要笑別人。我在醫院裡看到很多臨終人的情形，從來沒看過平常不念佛的人能夠很鎮靜又舒服，在滿臉的微笑中去世的。一般人去世都很痛苦，手忙腳



亂的，和抱尿桶逃走實在沒什麼兩樣。

只有老實念佛修行的人，

臨終預知時至、歡喜自在、蒙佛來接引

我只有看過佛教中修行很好，平常很認真念阿彌陀佛的人，他自己預先知道時間到了，就很自在，彷彿要回到故鄉看風景，要回到故鄉看親戚朋友那麼高興，很自在地回去了。我們要明白，阿彌陀佛就有如「一一九」那樣的電話號碼，是不可以不知道的。假如事先知道，到時候心裡就可以打出「阿彌陀佛」這個電話號碼，一打出去自然就會有佛菩薩派人來解救。





## 勿因不愛下雨，故意不帶傘 勿因不愛死亡，故意不準備

我們都知道如果快下雨了，出門就要帶雨傘，以免被雨淋到，淋得感冒生病。我們如果因為不喜歡下雨就故意不準備雨傘，一旦下雨就只好淋雨了，難過也是自己難過啊！而且並不是說我們一買雨傘馬上就會下雨，如果說一買雨傘就會馬上下雨，那麼派上用場更好，總是比淋雨感冒好。平時如果將雨傘買起來就不怕下雨了。大家不要誤會以為我在賣傘，這個意思是說念佛也是一樣，並不是一買傘就下雨，下雨是要看因緣的；也不是說一念「阿彌陀佛」，阿彌陀佛馬上就會來接我們往生西方極樂世界，

從樂入樂——由一念入無限美好



要往生極樂世界也要看因緣。有人把往生西方極樂世界當作是「死亡」的意思，這是很大的誤會。其實往生極樂明明說的是「生」，是從此過著沒有痛苦，清淨快樂的生活，過著佛、菩薩的生活，並不是死亡的意思。這是在現生、活著的時候就達到的，也可以來生才達到。如果能夠一念佛就感應到阿彌陀佛現前，從此就過著極樂的生活，這是最虔誠的上等功夫。一般人虔誠不夠，內心放不下的垃圾還很多，所以念佛念不專心，心裡好像還有很多事比佛還重要。



是佛慈主動發願要救度我們，

只要我們信得過，願接受

有人常常擔心自己的功夫不知道夠不夠去極樂世界，其實我們能不能夠去極樂世界，主要並不是由自己的能力來決定；主要是因為阿彌陀佛在建立極樂世界的時候，他就發了大願，佛很歡迎所有的眾生都到極樂世界去，永遠安樂不必再受苦，直到成佛。阿彌陀佛如果沒有發這個願，我們的功夫再好，也不可能去。是阿彌陀佛他先主動發願要救度我們，我們只要相信佛的慈悲心又願意接受佛的好意邀請，而且對這世間的種種又都放得下，這就是有「信」又有「願」，有信又有願，即使只念一句阿彌陀佛

從樂入樂——由一念入無限美好



也夠力量往生，當然臨終的時候能念十句佛是一定可以去的。所以「信心」和「願力」是決定我們能不能夠去西方極樂世界的主要因素。

◇就恐怕我們什麼不好的事都肯相信，只有西方極樂世界這種好事不敢相信；

◇就恐怕不實在的凡夫說的我們都聽得很信，偏偏佛的實在話，我們不肯相信；

◇就怕您什麼痛苦都肯接受，只有極樂世界的快樂，您不敢接受；

這就是一個沒有福報的人！

如果是有福報的人，一聽馬上就相信接受。一面清淨念佛，



一面就可以把佛的電話接通。

## 什麼叫「功夫」？

前面說到我們最好趁年輕健康的時候把功夫準備好。什麼叫做功夫呢？並不是飛天鑽地奇奇怪怪的事，是隨時可以把心靜下來念佛的能力。總之，不管發生什麼事，我們對佛的「信心」和要去西方的「願力」都不會動搖、丟掉，都可以很清楚得打電話給阿彌陀佛。把「阿彌陀佛」四個字念得正確清楚，不管發生什麼變化，不論心情是怎樣，我們和阿彌陀佛的溝通電話都不會故障，和西方極樂世界都有線路相通；也就是說不管在這個世間發生好事、壞事，我們都一樣對佛有信心，一樣想往生西方，隨時

從樂入樂——由一念入無限美好



可以集中精神念佛，不受那些好事、壞事的影響而動搖。即使在  
這世間發生再好的事，比如：升官、發財，甚至您的孩子考中狀  
元或是您當選了好人好事被登報讚揚一番，或者您先生今天買了  
一顆大鑽石加一束花給您，您還是一樣信佛、念佛想要往生西  
方，不會對這些榮華富貴和暫時的幸福生起貪念，不會因為一時  
太高興就把阿彌陀佛丟在一旁，開始得意迷惑。即使這世間的人  
都誤會您、看不起您，甚至毀謗您，您還是一樣信佛、念佛想要  
去西方，不會想要為自己解釋來爭取這個世間的肯定，這就是有  
「信」、「願」的功夫，如果還想要去解釋、爭取，這就表示我  
們還很在意這世間的人對我們的了解和肯定，還認為它很有價  
值，值得爭取，這就是還捨不得、放不下。我們想想，對這些都



捨不得、放不下，哪裡有可能真的願意去西方呢？譬如您想移民到美國，台灣的親友也得放下才去得成，如果很捨不得這邊，怎麼去得成？怎麼叫願意去？我們是不是真的有願，是不能騙佛的，到底我們的願是真的還是假的？譬如說，今天忽然找不到一樣東西，就覺得生氣，說：「不知道是誰拿走我的東西！」我們想想，如果連一件東西都捨不掉，臨終的時候哪可能放得下整個世界到西方去呢？真的有願去西方，對這個世間的人、事、東西一定肯放下、捨得。比如說：受人冤枉的時候，因為我們想要去西方，這個世間的清白名聲對我們實在沒什麼用處，別人要，我們就讓給他，因為我們信佛，佛什麼都知道，根本不可能冤枉我們，所以我們照常歡喜念佛，沒有委屈的感覺。



有信心，則不擔憂，不用妄想製造業障

信佛之「護念」，必勝自己「雜念」（嘮叨）

一個有信心的人，會相信只要一念佛就會有二十五大菩薩在旁邊保護照顧，而且十方諸佛都會護念我，所以有信心的人不會怕東怕西，也不會煩惱一大堆。比如說，今天孩子比較晚回家就開始擔心，想說不知道會不會發生什麼壞事？然後打妄想，想出一百種恐怖的狀況來嚇唬自己，這就是不相信佛的人。如果是信佛的人就不會打妄想，去想那種恐怖又沒用的事，想那些無聊的煩惱，我們知道妄想是會製造出業障的，業障就是由妄想來的。一個信佛的人，他的孩子如果晚一點回來，他就會趁著清淨沒有





人吵的時候去念佛、拜佛，自然諸佛護念，會去照顧他的孩子，不但保護平安，而且會引導他們一條光明的路，比自己去擔憂嘮叨要好。我們想想看，如果您信的佛菩薩沒有能力護念您的孩子，處處要靠您自己去擔憂、嘮叨，這樣您所信的佛是不是比您更沒有功能？比您更沒有功能的怎麼能算是佛呢？所以實在講來，真正相信佛是大慈大悲又有偉大能力的人，他會了解諸佛護念比自己雜念（嘮叨）要好，他就會運用念佛，請諸佛護念，代替自己去雜念（嘮叨）、代替自己擔憂，這就是有「信佛」的人。



## 真信佛，就安心，不偷偷煩惱

（抱著煩惱，哪有空手可以牽佛呢？）

真有信佛，自然您就念佛念得下去，念得安心，不會一面念一面又偷偷煩惱。所謂「安心」就是有「放下憂愁、煩惱的能」才能安心。要念出「阿彌陀佛」並不是很困難，三歲小孩也會念，問題是無論什麼時候都能安心堅持念下去。有的人很愛堅持煩惱，如果勸他不要煩惱，他就要說：「這種事不煩惱怎麼行呢？」好像世界上如果沒有他來負責煩惱，全世界都活不下去一樣。到底他煩惱了一輩子，是解決了什麼？又得到了什麼？



◇愛煩惱的人，自然有很多事讓他煩惱。別人不煩惱的，他也愛煩惱；

◇愛生氣的人，自然有很多事讓他生氣，別人不生氣的，他也生氣；

◇愛嫉妒的人，常常會比別人差，才有人可嫉妒啊！

◇這都是很捨不得煩惱，把煩惱抱得緊緊的。

◇捨不掉煩惱，哪裡有空出來的手可以牽阿彌陀佛呢？

◇要牽上佛的手，先要把手上的煩惱丟掉。

◇能牽上阿彌陀佛的手就什麼都有，什麼也不需要帶，什麼也不需要抱住。

◇不只說您家那些垃圾，破銅爛鐵不需要抱得緊緊的，就是



金銀財寶也不用抱啊！

沒有「信願」的人，念佛念了一輩子也是負擔沉重，心裡都是憂愁，也不會得到什麼！有「信願」的人會輕輕鬆鬆、歡歡喜喜念佛，不但不會失去什麼，反而當生就可領到極樂國民福利，享受和彌陀慈父同出同入的喜悅，處處散播佛的心香……。



# 祈願變事實——佛慈回信，不忍心讓她失望

## 一通鼓舞信心的電話

有一天晚上，我在腫瘤科值班，正在護理站寫病歷的時候，忽然接到一位病患家屬的電話，是彰化打來的長途電話，由電話中傳來一位女子的聲音，她告訴我說：「郭醫師！我們沒有見過面，我實在很冒昧打這通電話給您。但是，我一定要告訴您，我心裡的感動，也讓您增加信心，有勇氣繼續跟病人講佛法。」

祈願變事實——佛慈回信，不忍心讓她失望



## 出現令她激動的光明沙

電話中，她繼續說：「有一位病患張某某，您還記得嗎？我就是張某某的媳婦。但是，因為我的先生很早就過世，後來我改嫁了。不過，我的婆婆很好，她病了以後，我還是常常回去看她。前幾天我回去看她，正好遇到她臨終，我看到全家人，由早上一直圍繞著婆婆，為她念佛，念到晚上八點鐘，我很感動。婆婆在大家的念佛聲中去世，表情非常的安詳，面帶著微笑。我看見小姑們拿出小包東西，像是銀白色細細的沙子，一邊念佛，一邊灑在她的額頭上和身上，我就問小姑說：『那是什麼？』」

她們說：『是光明沙。』



我聽了很驚奇，問他們說，『那是哪裡來的？』

小姑娘說：『是醫院裡一位郭醫師轉贈的，說是她的師父懺雲法師加持的。』

這位媳婦說到這裡很激動，又描述說：「我聽到小姑娘說是光明沙，真的差一點就哭出來。」

### 佛力加被，一一如願以償

她講到這裡，怕我莫名其妙，就趕緊又解釋說：「對不起！醫師！您可能莫名其妙。我自己是剛剛學佛不久，有一位朋友送給我慧律法師的錄音帶，錄音帶中提到光明沙的殊勝功德，我聽到了，就好希望我婆婆也能夠得到光明沙的加持，但是，一直不

祈願變事實——佛慈回信，不忍心讓她失望



知道要去哪裡才可以得到這種光明沙。自從我知道婆婆的癌症已經很嚴重，醫療已經很困難之後，我就一直拜佛求佛加被，假如，她的壽命已經盡了，祈求阿彌陀佛保佑她臨終的時候沒有痛苦而安詳地念佛往生西方極樂世界，而且能夠得到殊勝的光明沙加持。我真覺得冥冥中佛力加被不可思議，今天竟然一一都實現了！我的小姑娘們全家本來也是沒有念佛的，竟然婆婆臨終的時候，全家都一起合力很虔誠地給婆婆助念，我真是太感動了！」

### 真誠祈願下的巧合因緣

這位媳婦又悲又喜地告訴我這一件事，她又鼓勵我，一定要有信心積極地幫助病患們念佛學佛。我放下電話，感動良久，都





說不出話來，心裡想：「人的願力和因緣，實在不可思議。」因為，說實在的，這位張老太太並不是排給我看的病人，她是已經在各大醫院治療過，情況已經到了醫藥無法再幫忙的地步，才轉到本院來，而且是排給另一位醫師的。記得她好像只住了兩天，家屬也知道病情無法挽回，就想送她回家。那天，其實是她的主治大夫不在，所以才由我代替去看她，代替簽字，讓他們辦出院手續。

當我去看她的時候，第一眼感覺這位張老太太面容很慈祥，一看就有一種讓人很心疼的感覺。她雖然因為腫瘤壓迫到神經，而身體沒有辦法動彈，但是，表情卻是很平靜，看不出什麼因痛苦而掙扎的樣子。記得當時在旁邊陪伴照顧她的是她的女兒，好



像兩位都是當老師，看來都是很優秀明理的人。其中有一位很感嘆地告訴我說：她的母親是非常善良的人，待人很好，當她病倒的時候，有一位在她家裡幫忙工作很多年的歐巴桑，非常傷心地說：「為什麼是讓這麼好的老太太生病，而不是讓我生病呢?!」這位歐巴桑大有願意代替張老太太生病的心。

當時，我聽到這段話，很感動。心裡想：「這一定是一位行世很仁慈的老太太，才能這樣感動在家裡幫忙的歐巴桑。」所以，我忍不住就抽空，向她們簡單介紹佛法。

### 簡介三世因果，和彌陀大願

當時是隨緣說一點三世因果的道理，並安慰她們說：「不論



是什麼人，在遙遠記不清楚的前世，一定或多或少做過一些不好的事，比如殺生、傷害別的動物、說謊話等等，那就像播了一粒荊棘的種子，當因緣時機成熟的時候，就會因為踩到長成的荊棘而刺痛流血。我們今生所遇到的不幸，就像踩到以前種的荊棘一樣。但是這一生所做的善事，就像種蘋果、種水蜜桃，時候到了也會收成，而享受甜美果汁，一點都不會白費的。」

我又嘮嘮叨叨地向她們介紹西方極樂世界，有一尊偉大的阿彌陀佛。阿彌陀佛發了四十八個大誓願，慈悲地救度一切眾生，免除生死的恐怖和痛苦，假如有人發心願意生到他的極樂國，充滿信心念阿彌陀佛，即使到了臨終才知道這件事，才念十念阿彌陀佛，佛也會來接引他到清淨的佛國土。

祈願變事實——佛慈回信，不忍心讓她失望



## 鼓勵家屬，盡最大孝心——

### 把握臨終念佛，幫助母親生極樂

當時看她們的表情，頗能接受，就又告訴她們：假如這是我  
的母親，我一定會勸她說：「我們小孩子會好好照顧自己，請您  
老人家放心，只要一心念阿彌陀佛，跟著佛先到極樂世界去等我  
們，以後我們也都會去和您團聚，那時候就不再受生離死別的痛  
苦。」我試著鼓勵她的女兒：在和母親這一生最後的相聚當中，  
要盡最大的孝心，為母親念佛，讓妳們這位偉大的母親能夠不虛  
此生，在臨終重要的關頭，能夠握住阿彌陀佛的手，而生到極樂  
世界，永遠安樂、清淨，在那裏跟佛菩薩一起修行，這也就是她



一生行善最大的善報。

## 希望有緣助她一臂之力

因為我和她們是第一次接觸，而且是偶然的接觸，就面臨到這問題，我也不知道她們能不能接受。因為在行醫當中，實在也碰過不少釘子，可是無論碰到什麼釘子，我都覺得：自己有幸能夠聽到佛法，而不告訴別人，尤其是不告訴這麼痛苦的人，實在是對不起良心，也對不起佛希望所有的眾生都能夠脫離痛苦的一片慈悲。當時，因為還有別的病人在叫我，所以就只能大略說明，又送她們一些簡單扼要的佛學書籍，請她們一定要抽空靜下心來看一看。最後又告訴她們說：「假如妳們願意按照佛法，為她

祈願變事實——佛慧回信，不忍心讓她失望



念佛，幫助她生到極樂國土到佛的身邊去，那麼，在妳們離開醫院前，麻煩請再來找我，我願意把我的師父上懺下雲法師加持的光明沙轉送給您的母親結緣。我的師父是一位非常慈悲的高僧，光明沙是他老人家為痛苦的病患特別加持，寄來醫院讓我隨緣贈送的。佛法的力量不可思議，您的母親這麼好，我真希望有緣能夠助她一臂之力。」我這樣告訴她們之後，就趕去看別的病人。

### 難得冷靜又信受奉行的眷屬

後來，沒有想到，這位張老太太的女兒，在她們出院之前，真的一直找我，而且又很耐心跟著我，等我處理好別的病患，她們一心惦記著，一定要請一些光明沙給她的母親，她們的孝心、



耐心和記憶力，讓我很感動。因為大部份的家屬，無論平常是多麼聰明、伶俐，到了臨命終的關卡，都是心亂如麻，甚至連自己家的電話號碼，都一直打錯，很多重要的注意事項，無論我如何叮嚀、拜託，大多數的人，還是因為心慌意亂，記不清楚。像這一家人，一聽到就能夠記得清清楚楚，點點滴滴地奉行，真是難能可貴！

## 光明沙的助益

本來依照阿彌陀佛的大願，只要我們有信心、有願力想要去西方極樂世界，臨終念佛就可以去，並不一定需要光明沙的加持，當然有光明沙的加持是更加殊勝。因為光明沙是由高僧大德持念

祈願變事實——佛慈回信，不忍心讓她失望



佛所說的「毘盧遮那佛大灌頂光真言」而成的。等於是高僧大德，用他的虔誠光明幫助我們放光，給我們帶路。我們知道在黑暗的路上，如果自己已經點了一盞很亮的燈，那也就夠了。如果有人旁邊幫忙，再點一盞更大更亮的燈，那當然更容易行走，會走得更平坦順利。而對於自己還沒有點亮燈的人，光明沙的光明是非常重要的引導。

### 佛慈悲安排的回信

這一位媳婦打給我的電話，使我深深的感觸。這一位媳婦有一顆孝心，有善良誠懇的心願，默默地自己拜佛，祈求婆婆能夠到佛的世界，永遠安樂。這一番孝心和佛的心、菩薩的心相感應





。既然她向佛求光明沙給婆婆，佛菩薩很慈悲，一定不忍心讓她失望。

這意外偶然的因緣送她的光明沙，等於是佛慈悲安排送給她一封的回信，表示佛已經聽到她的祈禱。心的力量可以超越空間、超越時間的障礙。一念的至誠可以跨越千里，乃至跨越十萬億佛國，冥冥之中，自然有不可思議的感應。

佛會聽到我們每一個內心的聲音！

佛會聽到我們每一聲的祈禱！

佛會了解我們真正的願望！

祈願變事實——佛慈回信，不忍心讓她失望



只要有真誠的心，有善良的願望，老實地念佛，自然會生活在光明的佛力之中。

## 光明沙的另二則啟示

### (一) 光明感應

上面講到光明沙的加持，我們就再說一個事實，給大家參考，證明經典所說的，都是真實不虛。光明沙的名字也不是隨便取的，而是真的有光明的力量。

我有一個朋友，她的姑媽患了很嚴重的肝病，肚子已經因為腹水，腫得很大，皮膚也變黃了。她已經很久都不能起床，有時



昏迷不醒，奄奄一息。這位姑媽是一位眼睛看不見的盲人，但是她並不是從生下來就目盲，是長大以後，才變瞎的。因為她已經昏迷奄奄一息，大家看她的情形，就準備為她辦理後事。我的朋友就去為她灑光明沙，本來這位姑媽是已經昏迷奄奄一息，但是當我的朋友為她灑上光明沙的時候，她竟忽然間開口叫我朋友的名字，對她說：「妳是幫我照相是嗎？不然為什麼那麼亮呢？」我們才知道，原來光明沙灑在臨終人的身上，真的可以使她有看見光明的感覺。佛所說的話，是真實不虛的。

祈願變事實——佛慈回信，不忍心讓她失望



## (二) 如是因，如是果

### 一切非偶然巧合，須真誠用心

下面我們再補充說明另外一個事實，讓大家了解，光明沙雖然是別人送給我們的加持和幫助，但是也不是隨便可以得到的。

阿彌陀經上面講到：「不可以少善根、福德、因緣得生波國。」要去西方極樂世界，必須要具足善根、福德、因緣。我們如果沒有真誠用心，甚至現在就去請一包光明沙放在口袋，到時候也不一定用得上，這是確確實實的。我曾經送給一位亡者的兒子一包光明沙，希望他回去灑在他爸爸的遺體上面。結果過了幾天，這位亡者的兒子，很憂愁地送光明沙回來還給我說：當他想要為爸



爸灑上光明沙的時候，他家所有的親戚都反對，說：「你爸爸在世的時侯，最氣人家吃素拜佛，你還是不要用的好。」這位兒子很為難，他不敢違抗所有的親戚，所以他把光明沙帶回來，問我說：他可以不可以供在他家的佛堂，留著以後自己用？這件事情給我很深的啟示，真的，人種什麼因，就會得什麼果。平常障礙別人的人，到時候就會有人障礙他；平常幫助別人的人，到時候就會有人幫助他。

每一件事情，其實都不是巧合的，也不是偶然的。所以我們平常就要真誠用心，真誠念佛，栽培我們的善根、福德。到時候，不用擔憂，自然會有好的因緣。

祈願變事實——佛慈回信，不忍心讓她失望



## 勿輕慢佛法，或無意中誹謗

有些人因為對佛法不了解，所以會批評、誹謗，這是難免的。但是有些人雖然自認為是佛教徒，但是無形中也會輕慢佛、輕慢佛法。比如有些人因為很尊重念佛的法門，所以認為「一心念佛」就好了。當然這種專心一意是非常正確，非常好的。但是一心念佛，並不代表，對別的法門要有輕慢的心。金剛經明明告訴我們「是法平等，無有高下」。所以不可以因為尊重念佛法門，就輕慢別的法門，或者無意中去誹謗別的方法。比如說：「用光明沙沒有效，或是沒有必要哦！」或者是很驕傲地認為：「我才不需要呢！」當在說這個言論的時候，其實都已經不是一心念佛



了。因為用光明沙救度臨終的人和亡者，這也是佛所說的方法之一，目的也是要幫助有緣的眾生，用光明來照破黑暗的業障，使他有機會去西方極樂世界，免除永遠的輪迴痛苦。一個「一心」念佛的人，哪裏會有第二心去輕慢和誹謗佛所說的話呢？！

## 如何有效運用佛法

我們運用佛法是不是有效，主要看用心是不是虔誠恭敬，是不是信心清淨，沒有雜念。一個信心清淨的人，用什麼都有效，一個夾雜懷疑、不恭敬虔誠的人，用什麼都不會有效。我們凡夫所知所見都很少，不要隨便和佛唱反調，免得以後後悔。

祈願變事實——佛慈回信，不忍心讓她失望



## 求人不如求佛，求自心

我在內科當住院醫師的時候，曾經收到一位肝硬化的病人，他才三十七歲，剛來住院的時候，他的腹水和下半身的水腫都很嚴重，由原來的六十公斤腫到變成八十公斤，連膝蓋都很難彎曲。這位病人和他的妻子看起來都是誠懇忠厚，也受過高中以上和專科的教育，我們平常談得很投機。有一天我去查房的時候，病人的妻子一臉憂愁地告訴我說，她的摩托車騎到醫院來，停在附近丟掉了。說實在，病人雖然有勞保，但是一連病了好幾年，可以說完全沒有收入，太太要照顧他，也不可能專心上班，家境早





就有困難，現在又住院，病人的太太唯一就是依靠那輛摩托車兩頭奔跑，兼顧著家庭和住院的先生，她家住得又遠，車子丟了真是使他們原來就捉襟見肘的情況更加困難。我看他們實在已經不堪再憂愁加重病情，假如再加重病情就會有生命危險，於是一方面安慰他們說，妳可以先騎我的車子去辦事；一方面也告訴他們我親身經歷的念佛感應，丟掉的車子自動回來的事；希望他們能夠化解憂愁，一心念佛。

本來我很不願意人家誤會，學佛的目的只是在向佛求一些日常的瑣事而已，那樣實在太辜負偉大的佛法了，所以我一向很少提這樣的事，這一次因為情況特殊，我才告訴他們這件事。我向他們說起，在我到醫院上班前一星期，我的摩托車也不見了，當

求人不如求佛，求自心



時我大約有一年沒上班，可以說是一文不名，那部車子還是哥哥嫂嫂買給我的，所以車子丟了對我確實也造成困難，你們知道我為什麼一年不上班嗎？因為我在醫院頭兩年當中，發現了一件事，發現了什麼事呢？本來我聽佛經中說，阿彌陀佛發願：如果有人聽聞了他的名號，很誠懇，願意生到阿彌陀佛的國度，甚至只要臨終的時候能夠念出十聲的「阿彌陀佛」，佛就會來接引他去極樂世界，到極樂世界就永遠不必受生老病死、輪迴的痛苦，可以享受安樂的生活，安樂中修行直到成佛，廣度眾生。

我最初看佛經，覺得這實在太簡單了，我一定沒有問題的。然而真正臨床觀察了兩年之後，竟然發現沒有一個病人能夠在病重臨命終的時候，突破痛苦而念出一聲「阿彌陀佛」，更不用說



念十聲佛了。這使我心中大大地驚訝，才知道要安定自己的心來念佛實在不是一件容易的事。所以我再也不敢輕忽念佛了，那一年我就暫時不上班，在家練習念佛，讀佛經，有機會就去寺廟參加齋戒學會，或是打佛七，所以自己一點收入也沒有，很慚愧都仰賴哥哥嫂嫂生活。我的哥哥嫂嫂度量很大，對兄弟姐妹都很照顧，他們不但沒有責怪我，反而很護持我念佛，後來我決定到醫院上班，他們還買了一部五十CC的達克達給我。就在上班的前八天，正好精舍有一個一星期的法會，我就決定去拜佛七天再上班。在法會第二天早上，我正準備騎車去參加的時候，走出了我住的大廈，發現原本鎖好放在騎樓的車子丟了。我繞著整棟公寓大樓找一圈都找不到。突然間心中一驚，想到昨天還有車子騎，

求人不如求佛，求自心



怎麼會知道今天忽然間沒有了，今天還有腳可以走路、拜佛，明天不知道有沒有？世間真是變化無常，還是念佛修行要緊，我這樣想，就沒有去驚動大樓的管理員，也沒有稟告媽媽，就立刻跑去參加拜佛的法會。

在法會之前，我曾在心中向佛菩薩默默禱告說：「今天弟子的車子不見了，不知道是誰騎走了，假如是弟子前世欠他一部車子，那麼應該要恭恭敬敬、高高興興還給他。我想人都是不得已才會騎走別人的車子，假如真的是他生活有困難，需要那部車子，那麼弟子很願意把車子送給他，千萬不要算是他偷車子，因為偷車子要受到不好的果報，弟子不希望他受不好的果報。假如他有困難，我誠心誠意希望他能解決困難，也求佛保佑他平安快樂。假如都



不是的話，而是他一時糊塗，貪圖方便或是好玩，那麼願佛菩薩加被他迴光返照，起慈悲心，麻煩他把車騎回來，送還弟子，因為那是哥哥嫂嫂買的車子，弟子還沒有上班又毫無積蓄，目前實在沒有能力可以買車。假如佛菩薩要弟子學習吃苦耐勞的話，弟子也很願意走路去上班，只是走路太慢了，有時候會耽誤病患的緊急事情。」

我很相信一切眾生心裏想什麼，佛都能夠很清楚地了解，所以在心中這樣默默禱告之後，就認為沒有必要再牽掛這件事了，只有打了一通電話稟告媽媽說，我這星期要暫住在精舍中專心拜佛懺悔業障。因為我不願意老人家多操心，所以還是沒有向媽媽說車子丟了的事。

求人不如求佛，求自心



一直到七天法會結束了，隔天早上我回到家想起這件事，又繞著公寓找一遍，還是沒找到。只好告訴媽媽說：今天假如車子沒回來，因為明天要上班了，我必須去測量一下走路去上班需要多少時間，從高雄中正公園的附近，一直走到上班的阮綜合醫院是相當遠的。當天中午和媽媽陪一位親戚去吃飯，回來的時候忽然下起雨來，在路上正好遇到一位醫師同事，他很好意，看天下雨就請我們搭他的便車回家，他載我們到家門口時，一方面正好沒有停車的空位，一方面在那裏下車離騎樓比較遠，要淋雨，所以他就很好心地繼續開車繞一圈，想要找個比較理想的地點讓我們下車可以不必淋雨。但是繞啊繞，還是沒有找到理想的空位，後來只有在大樓另一個門附近停車才有空位。您知道嗎?!當我們



一下車，赫然眼前就是我丟掉的那部車子！還是原來的車牌原來的鎖，而且鎖得好好的，連車籃裏的東西也沒有丟掉，也擦得滿乾淨的。這地方我原來也找過，並沒有車子啊！佛菩薩加被，車子真的自動回來了。後來大樓管理員很感慨地說：「你們念阿彌陀佛很有感應哦，大樓中很多人車子鎖得好好，放在外面丟了，都沒有有人找回來過。」我把這件事情原原本本地告訴病人和他的太太，看他們兩人都笑了起來，我也笑著向他們說：「天下車子那麼多，他專騎走我們的車子，這其中也有因緣的。也許過去生我們曾經對不起他，現在我們念佛向他懺悔，不要再氣他，才不會又結下惡緣。普門品中有講到，假如遇到怨恨我們的賊把我們包圍起來，而且個個拿著刀要加害我們，如果我們能夠念觀音菩

求人不如求佛，求自心



薩慈悲偉大的力量，這些怨賊都會生起慈悲心的。經文是：『或值怨賊繞，各執刀加害，念波觀音力，咸即起慈心。』我很相信：佛菩薩強大的慈悲心力能夠喚醒眾生慈悲的心。假使遇到怨恨你的賊拿刀要害你的時候，你能想起菩薩大慈大悲偉大的力量，念觀音菩薩的名號，對方一定會生起慈悲心，即使過去彼此曾經有怨仇，也是可以化解的。在這段經文中也蘊涵了，如果我們的心轉變了，境界也會跟著轉這個道理。佛菩薩的慈悲心深重，我們眾生如果有困苦，他們一定會相助的，縱使有拿刀要加害的怨賊，都能夠使他們生起慈悲心，何況現在也沒有人拿刀加害我們啊，只不過是一部車子不見了而已，那對佛菩薩的能力來說更是不成問題的。只怕我們的心被這些倒楣困苦的事擾亂了，而不能





夠安定至誠。假如心可以平靜下來，以至誠來念佛，絕對是有求必應。千江有水千江月，水面越平映照出來的月亮就越清楚明晰。我的車子能夠自動回來，你的車子一定也會自動回來，不但是車子會回來而已，我們的心如果轉向佛，不要隨著發生的事去生煩惱，去團團轉，那麼境界和整個命運都會自然轉好，轉向光明的。我們一起好好念佛，佛菩薩是神通廣大、法力無邊而且又富貴無比，買部車子對我們有困難，對佛絕對不會有困難的。佛那邊的電話是永遠不會故障的，只要我們照顧自己的電話不要故障，能夠安然地把號碼撥好，把阿彌陀佛名號（猶如電話號碼）念好，這樣就一定會收到佛的回應。」

這位病人的太太聽了就立刻發心，告訴我說：「郭醫師，妳

求人不如求佛，求自心



每天做功課的時候，我也和你一起念經，平常我們自己吃素念佛。  
」從那天起她真的天天和我一起念佛，做早晚課。

我告訴病人說：「當我看到你的腳腫得不能彎的時候，第一個念頭就是，腳這麼腫要怎麼拜佛呢？於是我心裏就一直希望你

的水腫能夠全部消掉，好能夠拜佛，你要發大願念佛，讓我們一起努力。」過了幾天，這位太太歡歡喜喜，蹦蹦跳跳地到護理站歡呼說：「阿彌陀佛，觀世音菩薩保佑，我的車子真的回來了！」而且出乎意料之外，她先生的腳和腹部的積水也都一天一天地消下去了。他真的復原能夠拜佛了，我從來沒有治療過反應這麼良好的肝硬化病人。

當然，我們了解，念佛如果只是為了要找回失去的東西，或



是祈求一時的病好，那實在是像小孩子無知不懂事，拿了一顆大鑽石去和人家換一顆糖吃吃一樣，念佛最偉大的功用是在於徹底解決我們生死的大困難，免除長久的輪迴。阿彌陀佛既然可以解決我們最嚴重、最痛苦的生死問題，給予我們最珍貴美好的極樂世界，來做我們進修的樂園，那麼我們人生其它的小問題，對阿彌陀佛來說又有什麼困難呢？佛菩薩慈悲，他們知道雖然只是一部摩托車，但是對一個已經重病垂危的病患來講，這部車子不可思議地送回來，實在使他們的信心大大地振奮起來，這遠比我買一部車子來送給他意義強大太多了！他們的信心念佛也使得同病房的患者們都自動發心來念佛。真是佛力無邊，慈悲深重，千處祈求千處應，所以祖師教導我們凡事求人不如求佛，求自心。

求人不如求佛，求自心



## 聖人的血淚

印光大師教我們，佛法從恭敬中求。有一分恭敬就有一分利益，有十分恭敬就有十分利益。懺公師父更常提示我們：「竭誠盡敬，妙妙妙妙！」記得我第一次參加齋戒學會，有一天晚課打坐止靜之後，聽師父開示，因為時間長了，雙手捧著課誦本，捧得手酸了，就把課誦本放在盤著的大腿上，這樣聽師父開示，自己也不覺得怎麼樣。突然間聽到師父如雷貫耳的聲音說：「是哪一個同學那麼沒有善根，把經本放在大腿上？」當時我還呆呆地看看左右，後來才知道，師父不就是說我嗎？抬頭一看，果然師



父的面孔非常嚴肅，但是又無限地慈悲。師父的這一聲喝斥就如同地藏菩薩的錫杖，攔住了我衝往地獄的路。接著又聽見師父說：「你看，前邊這位同學多有善根，把經本恭恭敬敬地捧在胸前。」師父說的那位同學就是我的妹妹。當時我非常慚愧懺悔，因為佛經中的每一個字句，都是救度我們出離生死苦海的寶貝，假如平常漫不經心，輕慢了寶貴的佛法，在生死關頭又怎麼能用得上呢？

我曾經看過一部影片，叫做「躍馬天朝血淚史」，是記載唐朝年間，日本派遣留學的出家人，到中國來延請鑑真和尚到日本弘法的故事。其中描述有一位日本僧人，留在中國三十年，每天抄寫經典，設法要把經典抄得字字正確，以便傳到日本。當時交



通不便，海難很多，一百個人當中難得有十個人能夠生還，他們等船等了好多年才等到，而航海中又遇到暴風雨，為了減輕船上的重量，必須把行李都拋入海中。其中有一位法師為了要保全經典，讓日本人民有幸能夠得到佛法的甘露，在那個時候，他就說：「我下海代替這一些經典！」聽到他說這句話，我忍不住哭了出來，深深感受到，我們得來很容易的經典，都是前人的生命換來的，我們確實應該雙手恭恭敬敬地捧著，因為那字字句句都是聖人的血淚。

想到玄奘大師當年如何到印度取經，真的是在萬里無寸草的地方行腳，在荒野沙漠中尋著前人的屍骨前進，甚至在冰上走七天七夜，這一切過程真的有如剝下自己的皮來做紙張，以骨頭做



筆，以滿心的鮮血為墨汁來書寫經典。為了尊重聖道，不惜生命。而如今印刷發達了，印經結緣贈送的人也很多，這些血淚的歷程也被淡忘了。平常既然不十分恭敬，在緊要的關頭也就發揮不出作用來，所以師父才會再三再三提醒我們，但願我們都能改掉放逸、輕慢的習慣。

有些學長們覺得，研究了很多佛法的理論，但是與實際生活似乎脫節了。其實理論幫助我們了解宇宙人生的全貌，而真正運用起來就是隨時檢討，發現內心有貪慾、瞋恚、愚痴，就隨時放下、降伏，隨時遵照佛的教導，面向光明而已。

有些人也許覺得，遵守戒律一定像個呆子一樣死板板的，一定會吃虧上當，起碼也會被人家笑是傻瓜。這個我可以肯定地告



訴您，「不會的！」只要遵照佛陀的教導，就如同在佛陀的左右，一定會活在光明中。佛菩薩絕對不會辜負我們的，他們隨時都默默在加被我們，這種加被，這種真實的財富，是小偷偷不走，疾病困難也難不倒的，我們必須把眼光放遠一點，不被違背戒律的事所引誘，也不輕視不守戒律的人，這樣自己內心才能平靜、安定。這種安定才能夠產生出真正的智慧，這種安定本身就是強大可貴的能源。

維摩詰經上有一句話告訴我們，持戒的正確態度，就是自己堅守戒行，而不輕視、譏毀別人的缺失，心地能如此便是菩薩的清淨國度。經文說：「自守戒行，不譏波闕，是菩薩淨土。」





放光現瑞，普攝群萌

附  
錄

上  
道  
下  
證  
法  
師  
事  
蹟  
與  
注  
生  
紀  
實

受教弟子  
臺灣大學資訊管理學系  
副教授謝清佳博士敬輯





# 上道下證法師事蹟與往生紀實

受教弟子  
臺灣大學資訊管理學系  
副教授謝清佳博士敬輯

## 出生和雙親

民國四十五年（公元一九五六年）二月二十七日，農曆丙申年元月十六日，一個風雨交加的清晨，上道下證法師誕生於台灣文化古都台南市。

師父俗姓郭，名惠珍。父親郭瑞福醫師，自幼苦讀，於國立臺灣大學醫學院畢業後，開業專治當時難以醫治的肺結核，活人



無數。行醫之餘，經常優游於繪畫與音樂，深得其中旨趣，無形中給予師父相當的藝術薰陶。他總是在生活中啟發師父人生的哲思與人格的養成（請參閱毛毛蟲變蝴蝶：《獻給慈父的感恩與懺悔》一書）。郭醫師顧慮病人的感受，往往不顧及自身被感染的危險，總是親切地看診；這種悲心救苦的風範，使師父日後立下行醫救人的悲願。

母親郭魏瑞雲女士，畢業於日據時代台南第二高等女學校。身懷師父時，仍照常幫忙看護病人，甚至曾經倒痰盂，清理病人咯出的血。這期間只要一聞到葷腥蔥蒜的味道即莫名地作嘔，而且變得喜歡素食。母親身教給予師父很大的影響。親近過師父的人，都能感受到她待人非常恭敬有禮。記得師父拿東西給別人，



都用雙手。後來，發現師父的母親拿東西給晚輩也是一樣。她老人家快八十歲了，每天拜佛念佛，所以坐姿站姿都很端正；待人處事很替別人設想，和藹可親。這些生活言行舉止的細節，常又於師父身影中出現。

## 童年和求學時代

從永福國小到中山國中，師父都在台南市就學。在老師心目中，她是品學兼優的好學生，常被選為班長；在同學眼裡，她能言善道，活潑合群，又熱心助人，是大家的好模範。師父在國中三年級以前，一切堪稱順利，身體健康、品學兼優、家境富裕，人人稱羨。然好景不常，就在那年發生車禍，受傷後，身體漸漸



出現毛病。國中畢業後，她如願考上北一女，離家北上就讀。就在高一下學期的某天，正彈著鋼琴的當兒，右手突然麻痺了，就連一支筆也拿不動，無法上學，只好休學，南南北北四處求醫。為便於照顧只好回台南老家，她也以高分插班考上台南女中。但還是因病無法按時上學，高中念了四年沒能畢業，只好在家進修，以同等學歷考上中興大學食品科學系。

### 因病苦而立志行醫

這場病對師父來說，影響很大；使她深深體會到人生無常及病人的痛苦與無奈。後來，一位雙目失明的針灸醫師治好了師父的病，這也促使她想進一步探討中醫的奧妙，立志成為懸壺濟世



的良醫。大一暑假，參加轉學考，考取了中國醫藥學院中醫學系。醫學院繁瑣艱深的課業，絲毫沒讓她退失醫病救人的志願，反而增長行醫的知識與智慧，也鍛鍊出百折不撓的毅力和無比的耐心。這段時間也是她學佛很重要的關鍵時刻。

## 學佛因緣

師父在國小六年級，初見弘一大師法像時，心中就受到極大的震撼；之後再讀《弘一大師傳》，便生起向佛的心，開啟學佛之門。國中一年級時，在某天看到螃蟹被殺，竹筷活生生穿插胸肚當下的痛苦與掙扎慘狀，師父哭著說：「原來我以前吃的螃蟹是這樣來的！」從此就不吃葷食。



高中休學時，師父經常研讀佛經、背誦《心經》等。大學時，曾參加中興大學智海學社，轉學後則加入中國醫藥學院醫王學社。其實，初上大學，師父學佛的心行並不像後來那麼熱切。她曾懺悔說，剛進醫學院，參加醫王學社的活動，覺得學佛的人很嚴肅、很呆板，就不常參加，而寧願去看電影。後來，大學六年級在台中省立醫院見習，七年級在高雄阮綜合醫院當實習醫師，於臨床上見到許多病苦與無奈，才升起了熱切而強烈的求法心。畢業後當醫師更親身感受生老病死的逼迫，才積極學佛；參加上懺下雲法師舉辦的齋戒學會，並親近當代弘揚淨土法門的李炳南老居士創辦的台中蓮社。這期間，她正式受三皈五戒和菩薩戒，並且奠定了佛法義理的基礎，以及念佛的信願。





## 以病苦為師

師父那飽受病苦折磨的身體，表面上看來雖是她求學的障礙，其實卻是一所真正的「醫學院」——她在病中，親身體會為病苦所纏的感受，而以同理心領悟到病人生理和心理上種種的需要，進而知道如何醫治和照護病人，關心和體貼病人，以減輕他們身心的痛苦，終使她日後成為一位人人愛戴的醫師。

病苦的折磨，也使她覺悟：

「世間無常，國土危脆，

四大苦空，五陰無我，

生滅變異，虛偽無主。」



她深知要徹底解除痛苦與生死的折磨，得到究竟的快樂，唯有接受佛陀的教誨，精進修行；因此她日後更是窮其一生不遺餘力地弘傳佛法，成為眾所欽敬的法師。

### 行醫學佛——醫院當道場，實踐普賢願

民國七十一年（公元一九八二年）六月，師父以第二名畢業于中國醫藥學院，先後考取了中醫和西醫執照。七十二年起任職於高雄阮綜合醫院內科，其後再轉任台中順天醫院腫瘤科。在這段醫師生涯裡，她盡心行醫，精進學佛，早晚課不斷，且在醫院裡推行佛法。她把醫院當成道場，行醫即是修行，發願要讓每位病患都願意稱念阿彌陀佛萬德洪名。



在醫院中，師父盡心盡力做到對所有的病人：

「種種承事、種種供養、

如敬父母、如奉師長及阿羅漢、

乃至如來、等無有異。

於諸病苦、為作良醫、

於失道者、示其正路、

於闇夜中、為作光明、

於貧窮者、令得伏藏。」

在往返病床的空檔，她會背誦普賢十大願王，提醒自己以普賢菩薩的精神來照顧病人。師父曾說，她進病房前，都會在房外



先靜靜地觀想病人就是文殊菩薩，以對待菩薩的恭敬心去照顧他們。她深入體會病人的痛苦如同身受，徹底瞭解他們的需要，盡全力解除其痛苦，也讓病人得到心靈上的安樂；因是郭惠珍醫師的「善行」也就深深烙印在許多人的心中。

為了安慰痛苦而徹夜難眠的病人，她就把握下班時間錄製「佛教小故事」，以佛法的甘露滋潤他們憂苦的心靈，而暫時舒緩病痛。後來更號召醫王學社的學長和室友及朋友們一起發心講故事，錄製錄音帶，勸大家學佛念佛。這一則則蓮音小故事，就是後來流通海內外「毛毛蟲變蝴蝶」的前身。

在她慈悲盡心的照顧下，凡是得遇她的病人莫不生起感恩的心，甚至有人臨終卻不想回家，只因醫院裡有郭醫師。有的病人



和家屬，即使在她出家多年後，仍念念不忘舊恩，四處找尋她……。

## 拯救「病」「死」——

### 推動「臨終關懷」與「往生助念」

倘若病人已走到醫療的極限，無法救治，師父在醫院裡懇請護士及蓮友為病人助念，求生西方極樂世界，為生死關頭的病人做最後最溫暖的提攜。師父的作為使得病人的家屬及醫護人員逐漸瞭解「臨終關懷」和「往生助念」的意涵和重要。知道即使患者已經斷氣，仍要善待他們的遺體，在神識尚未離開身體的八小時內不要移動，不要馬上送去殯儀館冷凍或火化，而要助念八小



時以上，幫助亡者往生極樂世界。後來，漸漸地全省各地的醫院也陸續響應，設立了助念室、助禱室、安寧病房等相關設施，使無數臨終和剛斷氣的人，能得到慈悲的護祐而安詳往生。

在醫院裡給亡者助念，本來是件很不容易的事，要實踐難免遭遇冷嘲熱諷與反對聲浪，更何況是廣為推動。師父克服種種困難，勇於堅持與實踐理想，拯救「病」「死」，並助其往生的慈悲精神，堪稱「菩薩醫師」的表率。師父不論在家出家，甚至抱病在身，只要有緣遇到的人，她都竭盡心力，做到最周全的「臨終關懷」。師父對助念前後過程大小細節與人情世故的種種變化，總能以善巧智慧「順情而化」，根據眾生不同的根性作適切的開導，依據當時的狀況及時作出準確的判斷。師父總其一生為人



助念的心得，為了讓大家瞭解臨終助念的要點，建立大家正確的助念心態，於往生前不久編著完成了《佛要救你》一書，流傳很廣。

## 生死熾然，苦惱無量

師父行醫之餘，也經常應邀到各大專佛學社團、齋戒學會演講，與大家共勉。透過這麼一位仁心仁術、熱誠盡責又悲天憫人的醫師侃侃道來，句句肺腑，字字血淚，刻骨銘心，不但警惕世人，也激發了無數佛子的菩提心。

師父當醫生時，演說佛法紀錄下來的三部書——

### 《學醫與學佛》



## 《朝聖之旅》

### 《傾聽恆河的歌唱》

流通數以萬計，震撼了廣大佛子的心靈。李坤海教授曾說：

「在《學醫與學佛》、《朝聖之旅》、《傾聽恆河的歌唱》三本書中，道證法師（編者註：師父出家後的法號）的慈悲和虔誠，躍然紙上，讀來感人肺腑。凡讀過這三本書者，即使鐵石心腸，也一定為之動容，這三本書說是一字一淚綴成的，絕非誇大之詞。」

出家修行——不畏病苦，

志在「證道」的上道<sub>下</sub>證法師

師父在醫院裡盡心盡力照顧病患，直到她罹患「卵巢癌」，





腫瘤大到直徑三十公分，腳腫到無法穿鞋子，實在無法支撐才辭去醫師職務，並自知時日無多。成群的蓮友紛紛來探望，擠得房子水洩不通，大家情不自禁地哭成一團。大專學生亦發起朝山念佛，祈請郭醫師住世。上廣下欽老和尚的兩位弟子上傳下緣法師和上傳下淨法師亦前來慈悲慰問。當兩位法師進門的那一剎那，老和尚的慈容頓時呈現在師父眼前，使她想起多年前老和尚要她出家的往事，遂決心放下一切，出家修行。即於民國七十六年（公元一九八七年）農曆四月初八佛誕日依止兩位法師剃度，法名道證，時年三十一歲。出家後入山潛修，仍病苦纏身，幸賴兩位恩師及常住大眾法師護持，師父潛心念佛、拜佛、誦經、畫佛，病情奇蹟似的好轉。



## 信願堅固，勇猛精進，跨越憂惱，淨心畫佛

在病苦中，師父總是精進勇猛，信願堅固，求生西方。時常清晨兩點就開始做早課，觀想和一切眾生一起禮拜，然後盤坐背誦淨土五經。除了定課之外，其他時間拜佛、念佛、畫佛，訓練自己身語意盡量保持念念不離佛。

師父依照經典的描述與義理，恭繪五幅八尺阿彌陀佛聖像，以慰娑婆遊子「不勝懷慕」之心，也希望在漫漫長夜裡，各角落病榻上苦痛難眠的病人，能和她一樣，因信願念佛而跨越憂惱，滿心歡喜；故而應台中蓮社前社長王炯如老居士的祈請，著述

《畫佛因緣》一書。自述道：



一幅「外行」所繪的佛像，

在專家大德看來，是沒有意義的，

這只能說是一個癌病患者突破身心疲苦的奮鬥史；

是許多慈悲的菩薩師友

鼓勵<sup>末學</sup>跨越生命辛酸考驗的血淚歷程；

也是沈汨在五濁穢惡的心，回首望向淨土的心路；

是聆聽彌陀召喚的甜蜜歸途……。



嘔心瀝血，清蓮飄香——

勸請大家「娑婆憂惱處請回首仰望靈山」

師父雖然入山潛修，仍感念上懺下雲法師長年護持青年學子學佛的熱忱，所以當懺公師父慈諭拍攝錄影帶勉勵齋戒學長時，正天天發燒嘔吐的她，猶振奮精神響應此事。在佛前燃臂三顆，不眠不休，不顧自己腹痛、血崩、發燒，為攝影腳本錄音，後來錄製成「娑婆憂惱處請回首仰望靈山」的錄影帶。這裡面的每一字、每一句，都是盡所有的生命力，懇懇切切地護念眾生，勸發菩提心。當她心力交瘁之時，就再度燃臂，使已透支的精神又振作起來，並奮力說：「我從無始生死以來，數數喪身未曾為法，



讓我為護眾生，為護佛法而死，……只要能幫助苦難的心靈越過重重難關，就要盡力去做，有十分力，就要盡十分力，才算誠心。」勸她稍作養息，她卻回答：「我遺憾的是，我只有一條命為佛法犧牲！」

師父的這種作為、這種精神，不但讓佛子們深受感動，也深刻體會到佛菩薩無盡的悲心。師父可以不顧自身的錐心病痛，不求安適，只為了要讓齋戒學長們早日覺察生死苦，修心聖道。佛菩薩要救度我們的心，不也正是如此嗎？佛菩薩不顧自身性命，不論我們多麼剛強難化，仍然要救度百千萬劫流浪生死的我們啊！

此卷錄影帶的講詞亦抄錄成書，名《清蓮飄香》。



## 與腫瘤和平共處，法語墨寶，共結佛緣

自從病發以來，師父總是與腫瘤「和平共處」，奉腫瘤為「善知識」，經歷了無數大痛、小痛，從來沒有用過任何止痛劑、鎮定劑或安眠藥，也不曾怨天尤人，只將痛苦化為千錘百鍊的菩提悲願：

「但願一切眾生無痛、無苦、無病、無惱……。」

「願代眾生受無量苦，令諸眾生畢竟大樂。」

這是師父在病中時常念誦的句子。病苦愈深，師父的悲願愈切，一切痛苦煩惱都化成無盡的悲願，奔流入朝夕澎湃的彌陀願



海，吞盡融化一切苦痛，吞盡融化一切無奈。就這樣，師父以「度眾生出苦的悲心」和「信願念佛」，作為她的止痛劑。病中的師父仍然說：「敞開胸懷讓阿彌陀佛的歡喜光，充滿心中。」

師父本著「不為自己求安樂，但願眾生得離苦」的精神，在病苦中一心信靠阿彌陀佛，以念佛轉心，時有體悟，而每有體會，便利用畫佛剩餘的顏料，書畫精美的法語和大家結緣，謙稱是「幼稚園兒童畫，供養極樂寶寶。」弟子們將其點點滴滴的彩繪，嚴嚴整整的翰墨，以及至至誠誠的法語，二百餘幅匯集成冊，取名為《金蓮盛開水月清——西想集》。



## 信願念佛，資糧具足，唯說彌陀本願海

師父在修行上經歷了許多轉折，而這些轉折與磨練也更堅定了她的信願。師父初出家時，拼命念佛，她說：

「……那時候在拼晝夜二十四小時念佛，一直『拼』的時候，……因為我病已經這麼嚴重了，死在眉睫，真的會緊張。我很害怕不能往生，睡覺的時候，都不太敢睡。真的是睡覺都要提高警覺，比以前值班還要緊張。自己生死交關的時候，那種緊張，我也實在不會形容。對佛，願力、信力要是不夠，碰到那個節骨眼，實在很恐怖。」

後來，師父在修行中漸漸體會出，念佛的心態要對，必須以





感恩的心，有信願的心來念佛，每一聲佛號都是湧自感恩、信願的心，而不是用多少句佛號來跟阿彌陀佛交換往生。師父的開示中說到：

「有機會讀經，要知道『佛』真正的意思。不可在讀經時斷章取義，取幾個重點，在這幾個重點上執著、領會，這很容易產生偏差。如『信願行』，自己偏到『行』去，然後就在那裡計較佛號到底要念幾聲、念幾句，念得很緊張，一點法樂都沒有。然後才又擔心說：『糟糕！我都沒有一心不亂，我是不是不會往生？』結果就是因為『行』不好，以至於連『信』都沒有，這就是偏差。沒有體會到佛真正的意思——佛要你去極樂世界做什麼？你自己為什麼要去極樂？佛為什麼要你去極樂？『佛心者·大慈



悲是·以無緣慈·攝諸衆生。』佛的大慈悲是沒有理由的，只是希望你安樂！只是一心一意要救度你！……同樣是信願念佛，如果觀念對了，心態對了，就很輕鬆愉快；否則的話，連念佛這麼舒服的事情都會變成壓力。」

師父仔細參究各種淨土經典，發現玄奘大師翻譯的《阿彌陀經》——《稱讚淨土佛攝受經》的一段經文，闡述了重要的義理，從經文中可見，是由於阿彌陀佛「慈悲加祐」，才「令」臨終的人，心不顛倒昏亂，正念分明，隨佛往生。《悲華經》的經文，對「慈悲加祐，令心不亂」描述得更詳細。這兩段經文師父曾一再強調，一再開示。師父亦常引用蕩益大師《彌陀要解》的話：



「得生與否，全由信願之有無；

品位高下，全由持名之深淺。」

與大家共勉。而師父的錄音帶「毛毛蟲變蝴蝶」及此一系列的書，就是教導我們如何在日常生活中檢討自己的「信願」。

師父在病中，經歷種種病苦和折磨，切身體會到阿彌陀佛四十八大願救度眾生的偉大和親切，所以她一生中最大的悲願就是弘揚彌陀大願，作阿彌陀佛的廣告員——廣告阿彌陀佛的各種好處，幫助眾生念佛往生西方，永離眾苦。師父曾在火車上大聲念佛，只為了要讓同車的人聽聞到這句佛號，而能夠「一經於耳，假使千萬劫後，畢竟因斯度脫。」有位居士曾說：「道證法師興



出世，唯說彌陀本願海！」這句話確確實實道出了師父的心聲。

## 效法李炳南老居士，度化一方

民國八十五年（公元一九九六年），師父在埔里結夏安居，律已甚嚴，除了背誦淨土五經、《往生論》，亦詳讀《彌陀疏鈔》、《彌陀要解》、《式叉摩那尼戒本》、《觀經四帖疏》、《三時繫念》等。

師父來到埔里以後，有感於李炳南老居士之行誼——老居士每到一處，就要利益這個地方，如果有因緣就講說佛法，或隨緣義診，看病施藥。若無這些因緣，就去菜市場買些即將被宰殺的生物放生，將放生功德迴向當地。師父秉持這個精神，度化一方



，利益埔里。她真誠慈悲的言行，使許多鄰居從此戒殺、吃素、念佛。師父弘法的錄音帶，如：

歡喜菩薩真人真事

歡喜念佛

笑著進入七寶池

毛毛蟲變蝴蝶系列

行住坐臥四威儀與醫學原理錄影帶

都是在埔里期間著手錄製的。

道證法師事蹟與往生紀實



活在「當下」——

隱居山中，錄音著書，法音遍世界

民國八十七年（公元一九九八年）九月，師父到嘉義隱居，秉承師教，以「做一天和尚，撞一天鐘。盡此一報身，同生極樂國。」的精神，全力錄製：

願慫消災免難

阿彌陀經要解讀誦

自然念佛

菩薩戒白話淺要複習

信心紮根

放生感應奇蹟記

發菩提心

憶上圓下因老法師

畫佛因緣

佛要救你（出版於師父往生之後）



淨土五經有聲書（出版於師父往生之後）

菩薩戒本經白話淺述——地持菩薩戒（出版於師父往生之後）

錄音帶流通之後，就有蓮友發心謄寫成文稿，呈給師父審定，如此一部一部的書，就開始流通，這期間出版的有：

《歡喜菩薩真人真事》

《笑著進入七寶池》

《毛毛蟲變蝴蝶之一：獻給慈父的感恩與懺悔》

《毛毛蟲變蝴蝶之二、三：考古變今用·枉死變往生》

《毛毛蟲變蝴蝶之四：缺陷變寶蓮》

《毛毛蟲變蝴蝶之五：癌細胞變快樂佛細胞》

《毛毛蟲變蝴蝶之六：黑社會變蓮池海會》



《毛毛蟲變蝴蝶之七：從樂入樂》（出版於師父往生之後）

《拜佛與醫學》

《佛要救你》（出版於師父往生之後）

《發菩提心》（正排印中）

這些書和錄音帶流通海內外，甚至遠至南非、莫斯科、紐西蘭。這一則則感動人心的故事，是佛子實踐佛法的真實事蹟；透過師父流暢的文筆及親切安定的音聲流傳開來；影響所及，改變了很多人的心念，也改變了許許多多的家庭。師父教法的特色，可以分「言教」和「身教」兩方面來說明：

### 一、言教

師父說法的特殊之處在於著重「實際修行」，開示的內容落





實在具體的行為上，透過許許多多生活上的實例和簡明易解的譬喻，讓聽聞者自自然然領悟了高深奧妙的佛理，而又能知道如何在日常生活中運用，並對修行生起嚮往之心。這種貼近一般人日常經驗的說法方式，是師父獨具心思的智慧選擇，目的就是要「將佛法的修行帶回大眾日常生活之中。」

## 二、身教

學佛人在領悟佛理之後，要能在日常生活中實踐佛法，這其中還有一個重要關鍵，那就是——「有一顆和佛一樣的心」，唯有在內心轉化之後，才能真正實踐佛法。師父曾一再教導：「體會佛的慈悲，是每個人一生中最重要的事。」師父以一己之力，



帶著示現病痛的身軀，無私忘我而又「將心比心」，時常像是能看透對方心意一般，適時而溫暖地給予人們最需要的幫助和切身的指導。她點點滴滴以身語意對眾生無怨無悔的奉獻，最能讓人體會到「佛心者，大慈悲是，以無緣慈，攝諸眾生」這句經文的涵意。她的作為和精神深刻地觸動了許多學佛人的內心，既而轉化，趨向佛心；於是，也就能把佛法在日常生活中實踐出來。

可能是由於師父的教法具此特色，所以法寶流通很廣，影響甚大。

## 拜佛與醫學

師父的著作中，很特殊的是《拜佛與醫學》，師父的拜佛方



法，初步上能符合人體解剖學、生理學、物理學之原則，進而，再由拜佛之「事」，契入實相之「理」。透過這套拜佛方法，「唯攝一精明，而六根都攝住。」師父告訴弟子：「現在我把這些心得無條件送給你們，你們能夠用心學習，拿得去，才是你們的！」許多蓮友學習這套拜佛方法之後，身心舒暢，拜完數百拜，還像第一拜一樣，才體會出師父所說「拜佛是人生至高的享受」這句話誠然不虛。

不少佛子因拜佛而得利益，可是誰又知道這本書的背後，有多少師父的心血呢？除了寫稿，收集示範圖片之外，最困難的是繪製醫學解剖圖，山上沒有圖桌，師父一本克難的精神，用有圓洞的塑膠板凳，下面打燈光，半蹲半坐地在小板凳上繪製，這個



姿勢往往會擠壓到腹部的腫瘤，師父不顧自身病苦，盡心盡力完成此書，若以「為法忘身」來形容，一點也不為過。

### 極樂童子聚會一處——彌陀要解學習班

民國九十年（公元二〇〇一年），台灣大學晨曦學社念佛組的師生們發心禮佛十萬拜求見師父，師父為大家的誠心所感，遂以電話答問或錄音的方式慈悲教化。這些「極樂童子們」（大人者不失其赤子之心，故稱童子）錄下上課學習的錄影帶，請師父指正。偶爾師父也會北上指導，或是極樂童子們南下請益。從此以後，除了這些台大師生之外，不失赤子之心，願意追隨師父同歸彌陀慈父極樂家園的「極樂童子」日漸增多。



師父給晨曦社極樂童子的教導，其中最核心的，莫過於學習《彌陀要解》。其緣起是，童子們曾經聽師父說：「時常遇到一些學佛的朋友，問起有關淨土法門的很多問題，大家的問題，大同小異，而答案其實都已經明明白白寫在蕩益大師的《阿彌陀經要解》當中。如果大家能撥出時間，用些功夫，把《要解》讀熟，那麼，很多問題自然迎刃而解。」

師父又說：「我自己生病之後，面對生死考驗而念佛，得到《要解》的幫助實在很大，內心感恩莫名。因為蕩祖的開示，使我們能夠確立正知見，才能生起信心；對佛力和智慧能夠深信，才能深信佛名號的功德；對名號的功德能深信、深入體會，才能發起大願來持名；每念一聲佛才都具足信心願力。由信願發出的



佛號，力量自然不同，自然強大。」

童子們體會到熟讀《要解》和領悟《要解》的奧祕，是一個人一生中最重要的大事，遂向師父祈請，而成立了「彌陀要解學習班」。這其中留下了許多珍貴的法寶，都是師父針對童子們的疑問，對淨土法門的關鍵問題所作的開示。

### 放生——「放」下婆婆，同「生」極樂

民國九十一年（公元二〇〇二年），上圓下因老法師往生前，希望把帶領蓮子放生團的事務交給師父推動。為了讓老法師安心，一心念佛，成辦往生大事，師父才不顧自己的病情承諾下來，自勉說：「將此一命，布施眾生。假如捨我一條命，能夠救一個眾



生，都尚且應該做，何況是為了救千千萬萬的眾生！」

師父接下大放生後，「把魚經當佛經念」，日夜辛勞，南北奔波，親自拜訪養殖場和魚塢，請教魚類的生活習性和安全運送的方法，並把一句「阿彌陀佛」萬德洪名送給養殖業者，種一顆慈悲放生的種子在他們的心田裡。

師父一心要把魚兒平安送回大海，而製作了《活魚袋放生心得分享》的影音光碟。此外，師父心心念念不忘的就是要把有緣眾生送回極樂世界的家。她常說道：「放生並不是用很多的鈔票，去換很多的魚，再把魚放到海裡去，而是藉著『放生』引發我們的慈悲心，『放』我們的慈悲心『生』，希望一切眾生『放下婆婆，同『生』極樂！」所以放生後，師父都會在現場開示，



導歸淨土。許多人參加放生後，生起了素食、念佛之心。

## 宣講四十八願

師父在帶領蓮子放生團之後，亦應弟子和蓮友的祈請，在水里念佛堂宣講四十八願。

師父對第十八願「至心信樂」，「所有善根，心心迴向」有特別的體悟，她說：「阿彌陀佛以其『至心』救度我們……阿彌陀佛有『至心』，希望我們往生，……所以『至心』、『信樂』、『欲生』，都是起自於佛力的召喚，都是起自於佛力的加被，我們只是『歡喜信受』。佛『至心』幫助我，我就至心接受。」

又說：「當眾生可以體會佛心的時候，心一轉向，迴轉趨





向，把凡夫的心轉成像佛的心、跟佛一樣的心、接受佛的好意，就這樣，所有的善根不是來自於自己，而是來自於佛的迴向。：念佛可不是跟佛條件交換，念佛是情不自禁報佛恩，領受佛的力量，就是佛的願力迴向給我們，作我們的願力；佛的力量迴向給我們，作我們的力量。這就是真正與佛合而為一的『南無阿彌陀佛』！……佛入我心，我入佛心，這叫心心迴向。」

### 盡形壽，嚴持戒律

師父於民國七十一年（公元一九八三年）在台北臨濟寺受菩薩戒，後來上廣下化老法師曾為師父講授菩薩戒。出家時受沙彌尼戒及式叉摩那尼六法。師父終其一生，盡形壽地執持。



師父執持「不捉持金銀戒」，因此身上沒有任何一分錢，也不接受任何信眾或弟子的金錢供養。本來師父有病在身，「不非時食」戒原可開緣，但是師父執持過午不食，以天文台每日午時為準，只要過午，即使才過一秒鐘也不繼續用齋。師父常說：「一位和尚一份齋，和尚不到齋不來，無論一個人或一處廟，有修行，有道德，自然也有感應，不怕無人供養。」師父對佛有深切信心，認為佛是全知全能，早就預料到三千年後今日的情況，所制定的戒律一定是恆久可以執持的。師父的心念是出家披上袈裟，就要處處為佛教著想。

在師父身邊，可以感受到她那一份戒行清淨又內外瑩徹的道氣，與念念不忘拔苦與樂的慈悲。



## 此生使命——錄製淨土五經有聲書

修行人在世間，多半會知道自己此生使命，而竭盡心力去完成。師父是一位修行人，自然也不例外。然而到底什麼是師父此生使命呢？師父給一位弟子的信中曾提及：「多年前，未學就開始『五經』之錄製工作，而病牛破車進度甚慢，近日自知軀殼無常，只能捨時間續作完成，以免辜負此生使命。」

由此可知，師父此生使命就是出版淨土五經的讀誦帶，以利大眾讀誦受持，好讓念佛人生起欣慕極樂之心，體會「佛心者，大慈悲是，以無緣慈，攝諸衆生。」——佛就是要救我們，沒有任何理由，也沒有任何條件！十四片淨土五經的語音光碟（包含



《無量壽經》五種原譯本和玄奘大師翻譯的《阿彌陀經》——經名為《稱讚淨土佛攝受經》），可以說是師父傾其一生之修學，體會了再體會，查考了再查考，祈求了再祈求，讀誦了再讀誦，辛勤累積的智慧結晶。

## 預知時至，回歸彌陀願海

### 最後遺言——「是佛在念我，不是我在念佛」

民國九十二年（公元二〇〇三年）七月十八日（農曆六月十九日，觀音菩薩成道日）凌晨，師父還是一如往常，正念分明地念佛，她問一旁陪著念佛的人：「這個時候，誰能來幫忙？」她回答：「誰都沒辦法，只有阿彌陀佛！」師父堅定地說：「對！只有



阿彌陀佛！」就繼續靜靜地念佛……。

隔了一會兒，師父又說：「念佛不要著事相，重形式……。我現在要講的話很重要，你要記住！我現在是用盡全身的力氣講這些話……，念佛的心態很重要，你知不知道念佛的真義？念佛的心態是『佛在念我』，不是『我在念佛』。……我已完全明白、了解了！」師父這時候看起來仍是信願堅固、沈穩安詳，意識非常清楚。

就跟平常一樣，師父一邊念佛，一邊開示旁人念佛法要。然而，這一次，她開示這一段話後，右側臥，小聲念了幾聲佛號就往生了，時間是凌晨兩點四十分。

師父往生時，吉祥臥，安詳捨報生西，享年四十八歲，僧臘



十七，助念廿三小時後，由剃度恩師及常住大眾師合力淨身入殮，遺體柔軟異常，剃度恩師不禁說出：「上品上生！」在大眾師及蓮友熱誠的助念八日八夜日夜不斷，連同三時繫念法會、追思會估計參加者超過上萬人次。

七月廿五日，假嘉義沅水國小舉行三時繫念法會，恭請上真下華長老主持。七月廿六日上午舉行追思法會，恭請上真下華長老、上慧下天長老、上果下清長老主持。於中午時移靈，往水里慈德寺火化，靈車經過時，靜候道旁的大眾，就地頂禮相送，十分感人。移靈的路上，火化的現場，莊嚴肅穆的佛號連綿不斷，響徹雲霄。火化後約在下午七時許，夜空中，一次又一次的頻頻放光，光色不同，粉紅色、淺紫色、白色、金色等，放光有點像閃電



，卻又沒有雷聲，倒是蓮友們的喝采聲和掌聲此起彼落，整個現場的氣氛由極度的悲慟轉為歡喜。這樣的光，持續約兩個多小時，直到大眾賦歸，天空仍一陣一陣地放光照亮著歸途，北返或南下的蓮友說：一直到清晨一時許，仍見天空陣陣地放光。

火化後有許多舍利，金色、銀色、……猶如極樂七寶，清淨莊嚴，尚有一尊舍利像極了垂首慈悲憫念眾生的觀世音菩薩，還有，二十餘顆一式一樣小木魚形狀的舍利。師父自度度他地走完人生旅程，回歸極樂大學留學。虔盼她能不違本誓，換得金剛那羅延身後，早日乘願再來娑婆，廣種西方九品蓮。關於追思會、移靈、荼毘、放光，恭奉舍利的實況，請參看《上道下證法師追思讚頌法會紀念專輯》之影音光碟。



師父一生的菩薩行誼，對阿彌陀佛有無比的信心，對一切眾生有無盡的悲憫，究竟由何而來？師父曾語重心長地告訴弟子：「我一生所學就靠一句『阿彌陀佛』！！」

（上道下證法師之事蹟詳細情形，請參閱〈菩薩走過人間〉一書。）





# 法寶

菩薩走過人間  
留下的珍貴法寶





## 幼兒時的師父

■ 師父（後方小女孩）從小就受到相當的藝術薰陶

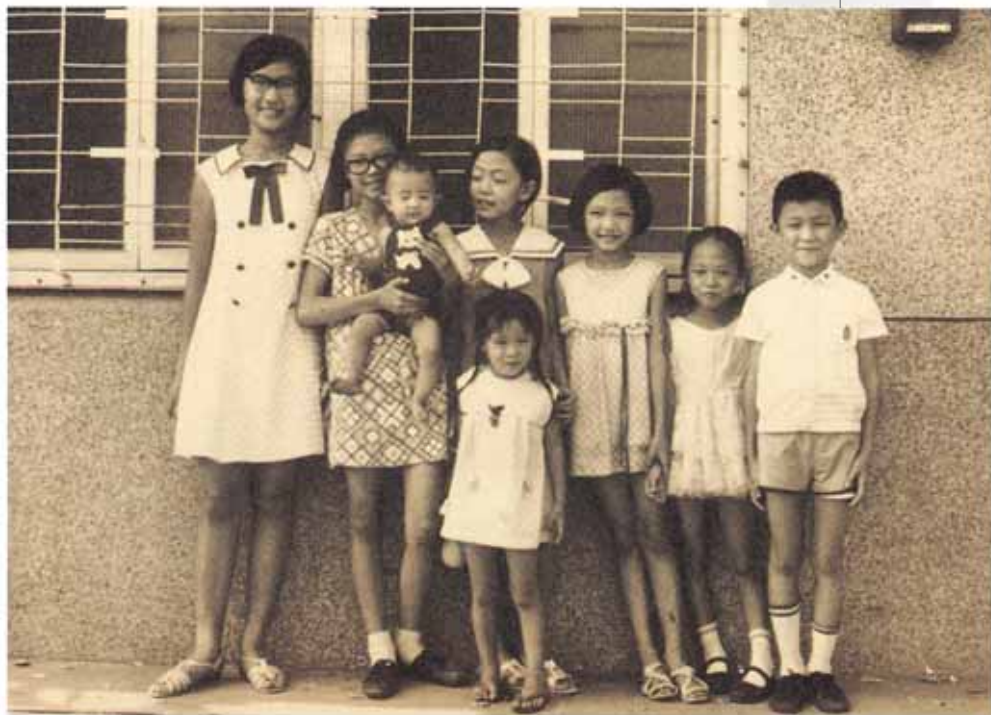
# 鄉 辮 子 的 大 學 生

■ 求學時代的師父



# 孩 子 王

■ 師父（下圖左一）和童年玩伴



# 拿骨頭

■就讀於中國醫藥學院的師父和——人骨頭教具——（可是真的人骨喔！）



## 畢業照

■ 師父以第一名畢業於中國醫藥學院中醫系



## 手術照

■ 開刀房內的師父（圖右二）





戒學會41屆76.2.11

# 懺公師父齋戒學會

■ 師父（第一排右二）參加齋戒學會



## 大專女學生齋戒



## 廣欽老和尚

■ 師父（上圖右方站立者）參拜  
 上廣下欽老和尚及上廣下化老和尚



## 朝聖之旅

■ 師父在朝聖途中禮拜佛陀



# 禪修

■ 庭院內禪坐



# 樹下講法

■ 師父以錄影方式向齋戒學長們講演「娑婆憂惱處請回首仰望靈山」時的法照





## 放生後 和老菩薩合照

■身雖有病痛，心中無時不充滿了阿彌陀佛的歡喜光，師父走到哪裡，開朗的笑容就到哪裡，歡樂和溫暖也就到哪裡

# 小鳥皈依

■ 善待有情眾生，一小鳥立在師父手上，師父授牠三皈依



## 進場

■一清早，四面八方的大眾，依序進入追思會場



## 向靈車頂禮

■靈車經過，大眾就地頂禮相送



# 放光

■ 空中放射霞光  
陣陣放光持續數小時



# 舍利一

■右邊兩半圓形的小舍利，粒粒精緻如小木魚，而且形狀一致，有二十多粒，大概是師父二十四小時心中都演奏著優美的萬德洪名而結成的吧！





## 舍利二

■有一尊舍利像極了垂首慈悲憫念眾生的觀世音菩薩（圖前排左一）

## 菩薩走過人間

短暫但卻永恆、痛苦卻有歡樂，用阿彌陀佛更換了地獄的深淵，撫慰了無數痛苦的心靈





蓮池大師西方發願文



稽首西方安樂國  
接引眾生大導師  
我今發願願往生  
惟願慈悲哀攝受



弟子

普為四恩三

有法界眾生，求於諸佛一乘，  
無上菩提道故，專心持念阿彌陀佛萬德洪名，期生淨土。  
又以業重福輕，障深慧淺，染

心易熾，淨德難成。今於佛前  
翹勤五體，披瀝一心，投誠懺  
悔。我及眾生，曠劫至今，迷本  
淨心，縱貪瞋癡，染穢三業，無  
量無邊，所作罪垢，無量無邊。

所結怨業，願悉消滅。從於今  
日，立深誓願，遠離惡法，誓不  
更造。勤修聖道，誓不退惰，誓  
成正覺，誓度眾生。阿彌陀佛，  
以慈悲願力，當證知我，當哀

愍我當加被我。願禪觀之中，  
夢寐之際，得見阿彌陀佛金  
色之身，得歷阿彌陀佛寶嚴  
之土。得蒙阿彌陀佛甘露灌  
頂，光明照身，手摩我頭，衣覆

我體使我宿障自除，善根增  
長，疾空煩惱頓破，無明圓覺  
妙心廓然開悟，寂光真境常  
得現前。至於臨歿，命終預知  
時至，身無一切病苦厄難，心

無一切貪戀迷惑，諸根悅豫，  
正念分明，捨報安詳，如入禪  
定。阿彌陀佛與觀音勢至諸  
聖賢眾，放光接引，垂手提携。  
樓閣幢幡，異香天樂，西方聖



境，昭示目前，令諸眾生，見者  
聞者，歡喜感歎，發菩提心。我  
於爾時，乘金剛臺，隨從佛後，  
如彈指頃，生極樂國，七寶池  
內，勝蓮華中，華開見佛，見諸

菩薩，聞妙法音，獲無生忍。於  
須臾間，承事諸佛，親蒙授記，  
得授記已，三身四智，五眼六  
通，無量百千陀羅尼門，一切  
功德，皆悉成就。然後不違安

養，回入娑婆，分身無數，徧十方刹，以不可思議自在神力，種種方便，度脫眾生，咸令離染，還得淨心，同生西方，入不退地。如是大願，吾界無盡，眾

生無盡，業及煩惱，一切無盡，  
我願無盡，願今禮佛發願，修  
持功德，回施有情，四恩總報，  
三有齊資，法界眾生，同圓種  
智。

## 編後語

本書是上道下證法師所著《毛毛蟲變蝴蝶》一系列書籍之第七本，也是其中最後一部。本書由林美瑛、李曜安二位蓮友，發殊勝的菩提心，逐字筆錄錄音帶的內容，敬呈上道下證法師審定。經法師親自審看、修改，並分段落，加標題。此外，更增寫了本書第一部份（一念變無限美好——從樂入樂）。完稿之後，請和裕出版社打字排版。法師在世時，曾親自看過一校稿，準備出版發行。未料法師遽然西去，本應儘快校對出版，敬奉大眾，以滿法師心願；但因諸多因緣，拖延歷二年之久，在此謹向大眾致歉，並請慈悲見諒。

法師往生後，各方人士緬懷之情，分外濃厚；許多蓮友想要了解法師一生的行持，作為修行的指南。因此特將「法師事蹟及往生紀實」一文刊錄於本書之後，以滿眾人心願。並收錄法師手書之蓮池大師西方發願文，恭敬供養大眾。

本書由鄭淑婷、陳惠珍、王雅琳三位打字排版，魏瑞雲、蔡碧秀、王敏華、王為禕、卓敏枝、黃端嫻、謝清佳、陳鳳尾、侯正德、林麗雪校對，特此謹致謝意。又，蓮友謝采玲暨三軍總醫院六樓佛堂信眾亦發心謄稿，約在一年前，提供了一份逐字稿，一併參用，特此謹致謝意。並承蒙慈光圖書館、蓮子放生團、臺灣大學晨曦學社及三寶弟子出資流通，功德無量。最後，感謝協助此書出版的一切有緣人士。

釋道祥 謹誌

民國九十四年（乙酉年）五月於竹林精舍

## 【聲明啟事】

道證法師所著作陸續出版之法寶（包括書籍、CD、VCD、DVD等），敬施大眾完整翻印，但不得增刪，尤其嚴禁販賣，一旦發現有此違法行為，將追究其法律責任。

道證法師即郭惠珍醫師，於2003年6月19日觀世音菩薩成道日往生；其著作權，目前由其繼承人即其母郭魏瑞雲老菩薩享有，並依著作權法第30條保護50年。又製版權係於著作權消滅後，首次發行，並取得原著作、原件，依法登記，對該版面始有製版權（著作權法第79條、製版權登記辦法第3條）。希各方發心翻印大眾，不要誤會，而阻止他人翻印，著作權人若發現有此故違情事，必依法禁止該人翻印，並追究其法律責任。

各方發心翻印者，請在經書法寶之封底裡頁，登載上開啟事。

欲發心翻印者，請電（07）2611612

義務法律顧問：北部：賴玉山律師 電話：（02）23216989

（07）2911525

許坤立律師 電話：（02）27095366—198

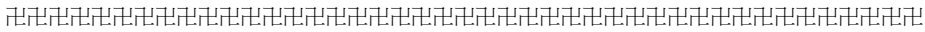
中部：陳賜良律師 電話：（04）24365934

南部：陳三兒律師 電話：（07）2516040

林錦芬律師 電話：（08）7531321

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



佛曆二五五年/西元二〇一一年十二月

## 從樂入樂(毛毛蟲變蝴蝶之七)

發行人：林國營

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.buddaedu.org>

E-mail：[buddaedu@buddaedu.org](mailto:buddaedu@buddaedu.org)

電話：(011) 2395-1198

劃撥戶名：財團法人佛陀教育基金會

銀行名稱：台北富邦銀行東門分行(請於電匯或轉帳後告知本會用途)

銀行帳號：五八〇二一〇一九三三三

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) 23951198 分機：11、12

(四)網址：<http://www.buddaedu.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→222、297

開南商工→208、295、297、15、22、671

行政院新聞局出版事業登記證局版臺業字第三八六九號

恭印：一〇〇〇本  
流水號：9956  
書號：GH30-48