

\*\*\*\*\*

# □ 火焰化红莲

果煜法师

\*\*\*\*\*

圣严法师法允同意转载

\*\*\*\*\*

## 目 录

- 《一》第一天 念佛的方法与心态
- 《二》第二天 信·愿·行
- 《三》第三天 念佛法门的层次与行证
- 《四》第四天 往生的条件及品位之高低
- 《五》第五天 西方的象徵与阿弥陀之玄义
- 《六》第六天 一心不乱

### 《一》第一天 念佛的方法与心态

佛七之义，除了连续专心地念七天的佛号外，另有其深意——克期取证，期待在七天的精进修行后，于身心、见地有所突破。在药石结束后，我四处观察一番，发现虽仍有人在用功拜佛，但也有不少人闲坐一旁，看著人来来往往，像这种用功方式，怎可能取证呢？晚课时大家都诵到普贤菩萨警众偈：「是日已过，命亦随减.....。」如将七日当作生命之一期限，则一日复过一日，所剩便十分有限了。如再不加紧用功，一旦大限期到，你拿什么做担保呢？「万般带不去，唯有业随身。」还是好好用功吧！

#### 一、念佛的方法

今天是佛七第一天，首先为大家介绍念佛的方法与心态。所谓「应观法界性，一切唯心造」，故是念佛而非念佛。念佛并非不用出声，而是由心指挥口而念，心是主，口为工具。一切从心起，一切回归于心。若念佛，只是有口无心，就像放录音带一般，其对身心的改变，便难有什么帮助了。

念佛当集中精神专注而念。既要念得清楚，且要听得分明。只念而不听，气向外放故，念久则散气伤身。应由心中念出佛号，再由心中摄入佛号。念非口念，听非耳听，如以口念耳听，则气将聚集脑部，容易引起虚火上升、口焦舌燥，甚至不得安眠等现象。

「心」于大乘佛法中是很抽象的名词，但在实际用功时，则为注意力集中的意思。念佛，气应配合佛号，佛号从心起，气则上提；佛号回摄自心，气则下降，如此一升一沈才好相互平衡，气得平衡，则身安心定，用功得力。以上所说，乃以个人自修为主。若共修时，则应配合大众音声与法器的节奏而念。闻声而念，随念而听，不然，若使自己声音突显怪异，将干扰大众的专心。

念佛的得力处，不在声音之大小，而在于心中之清楚分明。因此昏沈时应大声地念，神气若上扬，才能恢复心念的清楚。但精神还好时，则宜用平常声音来念。又念佛的速度，宜以不缓不急。急则导致气之不顺不调，而使身心无法安定，反之念慢，则空隙多，妄念纷扰形成散乱。每个人各当仔细揣摩，以拿捏出其适当之速度而念。念佛的得力处，亦不在次数之多寡。许多人误以为念佛的次数愈多，愈有功德效用。因此念得急急躁躁，于是既因计数而惨杂妄念，且又急躁而不得分明，终究是自误误人而已。

至于念佛时要不要用念珠？此可由二方面来说明：（1）如念珠是为计数而用，既前已声明念佛不必计数，因此念珠便无所用矣！（2）念珠可为辅助摄心之用，此在等车、坐车、经行、绕佛等散心时，得以用之，但在专心境界，如结跏趺坐而念时，用念珠反成累赘矣！

以上只就个人修行而言，若大众共修时，为免彼此干扰还以不用为宜。另外念佛，除在佛堂绕念坐念外，工作、经行时，能就当下的动作配合佛号而念，此为最现成方便之念佛方法。

## 二、念佛的心态

以上所谈为念佛的方法，其次再谈念佛的心态。念佛的念，用中文拼字是「今心」，此指当下一念之意。要修行，不管用任何法门，首先须孤立自己，将内与外、前与后，完全孤立，不留一丝牵挂。如目前大众一起共修，你必须万缘放下，一心称念，既无视于人我之亲疏恩仇，也要绝断于过去、未来，唯有如此才能保证当下佛号之清楚分明。心念口念，心口如一，念念相续、无有间断。心中只有佛号，除佛号外无杂用心。更不能期待念佛时，得有感应或某种觉受，离开念佛方法，所有境界皆属妄想、魔境，不得有丝毫期许攀缘之心。又整个念佛过程中，应保持「平常心」——即不动情绪之意。如以念佛而由衷产生欣喜、悲戚或啣哭等事，还宜加以节制。所谓：「宁动千江水，莫扰道人心」，情绪妄动时，要好好节制，既利人也为己。

如念佛，得有真正的进步，乃是指心量之增广、见地的突破。非有关任何感官觉受之变化，如听到妙音、见著瑞相，或闻奇香……等境界，转眼便烟消雾散而恢复原状，说穿了不过梦境一场而已，有什么好执著的呢？《金刚经》云：「一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。」念佛还应依经典所云：以「无所求、无所得」为方便而念。

### 《二》第二天 信·愿·行

这虽是很传统的题目，但我的说法与传统略有不同。首先，信有共信与别信；愿有共愿与别愿的差别。共信、共愿是所有修行学佛者所应具备之信愿，而别信、别愿则为专修净土法门者才需具备之信愿。共信和共愿是别信、别愿之基础。若共信共愿的根基不稳，则别信、别愿就没有依靠了。其或将退转，或将变成外道见了。

#### 一、信

##### (1) 共信

信，首先说共信——因果业报。一个正信的佛教徒，首先须肯定因果业报。因果业报的原则，其略有几种表达的形式：

A. 「善有善报，恶有恶报。」目前社会之所以会这么乱，就是因为很多人不相信因果，尤其不信三世因果。他们常为贪图眼前的享受而犯罪造业，一无所顾。因此，今日的佛教尤须强调因果之重要性。此对世间人如此，对修行者亦然。修行是善因，解脱为善果。不肯努力于善因之修持，而冀望善果之顿得，这根本还是外道邪见呢！

B. 「欲知过去因，今生受者是。」当我们努力修行而遇到障碍时，当知那是因我们往昔中已造下恶因才会变现出来的。因此，对这些障碍逆境，应坦然接受，不可于内心起矛盾冲突，更不可因此失去对三宝、对修行的信心。「欲知未来果，今生作者是。」希望将来有善果，则要从今日起广修善因，精进不懈，才会成善果。

C. 「自作自受」——许多人认为净土法门乃靠他力。事实上就因果的角度来看，修行乃以自力为主。我这么说并非否定佛菩萨的慈悲与愿力。如经所云：佛菩萨之慈悲愿力，本如阳光之普照万物，万物既存于世间，无不受其恩德，求与不求并没有什么差别。然而有些众生之所以不能感受到佛菩萨的慈悲加持者，为其业障深厚，自绝恩泽，彼譬如密室中见不到阳光。而要消除业障，主要靠自己努力于身心、见地、行为之净化，才能消除。所以修行是自力的努力为因，他力的加持为缘，因缘和合乃有善果的成就。然而就修行者而言，仍应以自己的努力精进，这才是重点。

以上所说是学佛修行者所应共具之信念，若移彼于净土法门，即为净信——净土之别信。

##### (2) 净信

A. 「净有净报，浊有浊报。」此世界之所以为五浊恶世者，盖有其浊因。同样来世欲往生净土，也须先具备往生净土之因，方得成就。这是从共信的因果，旁通别信的因果。

B. 「欲知娑婆因，过去作者是。」世人为何堕落娑婆而沈沦苦海呢？此为往昔生中，因无明牵动，而造种种恶业，恶因既造，恶果便难避免了。在佛七中，何以有忏悔仪式？「往昔所造诸恶业，皆由无始贪嗔痴；从身口意之所生，今对佛前求忏悔。」忏悔是指对过去所造诸恶业，由坦然认错而致发心改正，以使身心渐成清净之意。非企图逃避恶果而不受恶报也。「欲得净土果，今生作者是。」希望往生净土，必先于此世用功修行，并将一切福德智慧至诚恳切尽悉回向净土，回向即发愿之意。

C. 「自作自受。」能修净土之因，自得净土之果，这是因果。法尔如是。有人曾问：「如我今生努力于净土法门之行持，但在临命终了，却不能如愿往生净土，则此一生心血岂不白费？」各位若也有这种担心和顾虑，便表示你对因果不够了解、不够透彻。就因果而言，「一分耕耘，一分收获」，心血是不可能白费的。

### （3）从共信到别信

修净土的因，必成就佛土的果，因此我们对净土的肯定，不但是因释迦牟尼佛于净土三经或其余大乘经典中一再赞叹、推介而相信，更且是由因果的原则来肯定净土是必存在无疑。若一人修净因，一人得净报；若众人修净因，则众人得净报，此则净土世界得以形成。我们相信在往昔修行者中，会有像法藏比丘那样的悲愿，于是因他的摄受，很多众生皆因此修净土法门，也因此共同成就极乐世界之殊胜庄严。此又如现在农禅寺之开发法鼓山，既因师父之带动，更因很多人在护持，则将来必定建设出一个人间之小净土。以此推而广之，三千大千世界中，因更有众生共修净土法门，而另有一更大更殊胜之极乐世界。这是从因果的原则，而推断它必定存在。所以严格说来，不信净土者，并不是很了解因果业报的道理。有人以为在原始《阿含》中，佛不谈净土法门，而排斥净土，也是对因果业报的了解不够透彻所致。

由因果的原则而看净土，我们会比较有信心，此信心不但在顺境修时没问题，一旦遇上逆境，信心也不易退转。以上从共信因果业报到别信净土之存在，都是信的要点。

### 二、愿——从共愿到别愿

其次说愿，共愿即菩提愿，菩提即觉悟意，亦即是自觉、觉他、觉行圆满之谓。所谓「上求佛道，下化众生」及四弘誓愿等皆属之。而为了要完成自觉觉他、觉行圆满之共愿，故有净土别愿的形成。在娑婆世界里修行，因环境恶劣，障道缘多，不易成就；尤其以寿命较短更形成大障，行者常于功行未成就时寿命已尽。所谓「菩萨有隔阴之迷」，舍生易报，顿忘前修，下辈子能否继续潜修，实难把握，故既发菩提心，为行菩萨道，乃有必要找一个更理想的修行地方。在极乐世界修行，有几种殊胜：

一、佛现身说法——「其土有佛，号阿弥陀，今现在说法。」而娑婆则释迦如来已入涅槃。

二、善知识多——「其中多有一生补处，其数甚多，非是算数所能知之。」「诸上善人聚会一处。」极乐世界善知识愈聚愈多，而此土则愈来愈少。

三、资生容易——彼土受用自然，不俟经营；而娑婆则多为资生而耗费时间，甚至造诸恶业。

四、恶缘不存——极乐无障道之恶缘，所有境界，包括有情、无情，皆是助道之善缘。「是诸众鸟，昼夜六时，出和雅音，其音演畅五根、五力、七菩提分、八圣道分管籥...。」「彼佛国土，微风吹动，诸宝行树，及宝罗网，出微妙音。譬如百千种乐，同时俱作，闻是音者，自然皆生念佛、念法、念僧之心。」

故求生净土实为助成佛道，将来还入娑婆、度化群机，这如同出国留学与深造。如果误以为求生西方只是为了去享受极乐世界之庄严，或为逃避娑婆世界之苦难，则净土法门，便不够资格称为大乘法门了。

以上从共愿至别愿，皆从发菩提心、行菩萨道，而有求生西方的愿，然此愿也是易发而难持久。有人于事业顺利、婚姻美满之际，便很容易忘记所发誓愿，至于实际修行用功更渺不可及。古云：「荣华终是三更梦，富贵还同九月霜。」宜极力猛省，莫叫五欲之乐麻痹了道心。另外亦有些很苦之人

，也没办法往生西方，人之所以苦，乃因放不下，既因放不下而苦，又那来放得下而往生呢？即使是佛现身接引，还未必能放下哩！因此，发愿往生，首要对娑婆世界的种种诱惑、执著能全部放下，方得往生。真愿不能发，脚踏两头船，那不苦死才怪哩！

### 三、行

有人认为念佛是以前五根或第六识来念，这有很大的问题。前五根与第六识皆属不相续之生灭相。若唯以此念佛，无法得到真正的安定。尤其要知道，人在临命终时，前五根与第六识皆已不起作用了，如果平常只执此念佛，则临命终时，你还拿什么来念佛呢若平日或临终时，不能用前五根或第六识来念佛，那我们又有什么可用的呢？

其实我们于平日间，主要是以信愿为基础而薰习第八识，使具备清净的念佛种子。唯识学上说「第八识乃恒而不审」，恒者不间断也，即使生死交关，也是存在其作用。于是因清净种子之摄受，而引导我们的业识往生极乐世界。又依唯识学所说，八识种子将现形为三：（一）意识、（二）根身、（三）器世间。因此以信愿为根本而薰习八识种子时，则所内受之身心与外见之世界便早跟别人不一样已。故不一定要等到往生以后，才能见到净土。所植净因愈多，则现行净果的力量也愈大，所谓：「心净，则国土净。」尤其八识田中清净种子的力量愈大，要往生西方才更有把握。而正闻薰习之力量，依唯识学而言是由「思心所」成就的，因为是从「思心所」才能成就，所以，信要信得坚固，愿要发得清净。这样内薰的力量能更稳定更坚强，也就不必担心临命终时，当下一念是否清净。这也是说，行者该把握的是当下的努与否，而无须为临终失念之事而担忧。

## 《三》第三天 念佛法门的层次与行证

昨天讲信、愿、行。在行中主要是以正信、净愿来薰习第八识之净种子，此薰习方法即今日所要阐明之念佛法门。净土法门一向以信、愿、行为三要素，但在传统佛法中，则将修行分信、解、行、证四次第。现将净土之信愿归为信之次第，则净土行门中应包括解、行与证。

### 一、解

现先叙述解门部分。念佛之「佛」，可由四方面来理会：

（一）佛名——此以执持名号为念佛方法，阿弥陀佛、释迦如来、观音、文殊、地藏等诸佛菩萨的圣号。《阿弥陀经》或〈普门品〉中，即以持名而为念佛方法，如《阿弥陀经》有「若有善男子、善女人，闻说阿弥陀佛，执持名号，若一日、若二日宿心不乱。」又如〈普门品〉中云：「是故众生皆应受持观世音菩萨名号。」

（二）佛相——观想佛的相好光明。此为一切名号皆由相所生。例如：世间之所以有花、草、树木之名者，乃为世间有花草之相而安立。若能由名号而更知其相，则我们将更有信愿。观佛相好主要依佛之三十二相、八十种好而观。彼又如《华严经》所云：「佛有九十七种大人相，无量随形好。」净土行门中，依观相而为念佛方法者，即《观无量寿经》中所说。

（三）佛德——忆念佛之功德。此为佛之一切相好，乃由功德所生。佛因于过去生中六度万行，造诸功德故成就种种相好光明。如顶髻相，因修智慧而显现。《金刚经》云：「不可以色见我、以音声求我。」要见佛，至少要忆念佛之功德。佛之功德略云有三：

（1）智德：佛为一切智人，故成就最圆满最殊胜的智慧。佛智涵盖总相智和别相智，总相智是世间所共通之理。而别相智是各各不同之名号、相貌、因缘、本末.....等。故又谓佛智为一切智、道种智、一切道种智。

（2）断德：佛已断除一切生死烦恼、一切业障、习气。故佛能解脱自在，能神通无碍。

（3）恩德：此云佛对众生有大恩德。佛往昔生中难行能行、难忍能忍，如割肉喂鹰、舍身饲虎等，为众生故勤求佛道。佛成道后又四十九年说法，开种种方便以让不同根机之众生皆能悟入佛之

知见。又如法藏比丘往昔生中发四十八愿，更经累生累劫之修行，而终能成就极乐世界之殊胜庄严，娑婆众生如具信愿皆得往生西方。此为对娑婆众生最大之恩德。

以上忆念佛德，即念佛之智慧、慈悲、神通、解脱。当忆念时，自能由衷发起欢喜、欣慕、向往之心。在《阿含经》中佛最初说念佛法门，即是对给孤独长者所说忆佛之功德。

（四）佛性——参诸佛之本性。如前已说，佛一切之功德皆从性而起。行道之人由见性而起修，故成诸功德。因此，念佛行人，更进一步要参出佛之本性。何谓佛？佛是觉悟义，觉有能觉、所觉之差别。例如人皆动心起念，然此动念由何而起？又人皆自谓有心，而心之理体为何？如此一路参究，若能参究出来，则可谓见佛性已。净土法门于回向偈中有「愿生西方净土中，九品莲花为父母，花开见佛悟无生，不退菩萨为伴侣」。此无生即是佛性，即心之理体，以心本不生不灭故。任一切境界迁化而心无所动，此亦称无生法忍也。

这也就是说念佛法门，不但是持佛之名号尔，更亦观佛之相好、忆佛之功德、悟佛之本性，如此统合才堪为完整之念佛法门。

如经典所云：佛有三身，即法身、报身、化身。若能悟佛之本性，彼乃念佛之法身；若忆念佛德、观佛相好则为念佛之报身；至于执持名号，则但念佛之化身尔。此为佛之名号有很多故，所谓：如来、应供、正徧满行足、善逝、世间解、无上士、调御丈夫、天人师、佛、世尊等。在《华严经》中更有〈如来名号品〉。如来名号无量无边，以众生根器不同故，所现之名号亦各成差异。故名号者，应化身尔。总之，从解门而言，必要深入经藏，才能如实了解佛是什么，也才能圆满修行念佛法门。

## 二、行

接下来是行门之介绍。行门重点在个人之实修。比如：

（一）佛名——以持名念佛而言，要经常提醒自己已是三宝弟子，三宝弟子应具有的德行为何？须时勤加检讨反省。例如：持名念佛，贵在一心，故应以念佛之正念，克制攀缘之妄念。如此以念佛摄心，清净三业。

（二）佛相——常人虽不可能有佛之三十二相、八十种好。但亦应持戒而行，必使威仪端庄、态度安祥，如此也能令人产生信心和道心。

（三）佛德——或依教理努力于福慧双修，或依三学持戒、修定、证慧。或依四圣谛知苦、断集、修道、证灭。或依六度、八正道……等，依教奉行，证诸功德。

（四）佛性——欲明佛性，须用参禅法。

## 三、证

一般净土法门多讲信、愿、行，甚少提及证量。然完整之净土法门亦必有其次第之证量。以下先标立再说明：信愿具足→执持名号→念念分明→身心轻安→一心不乱→念佛三昧→内：明佛本心、外：见佛净土。

修学净土者首要坚定信心，并保持愿力。有些人对净土好像已具足信愿，但实际上一遇到障碍，甚至五欲之乐，便退失信愿，这不叫信愿具足。若信愿已具足，进而执持名号，使佛号念念相续，既不间断，也不错乱。更次要能念念分明，每句佛号既要念得清楚，也要听得分明。如此净念相继，粗妄念逐渐减少，以过去不忆，未来不忧，一切人我是非不管，故能从种种束缚爱悔中跳出来，而得身心之轻安。当身心轻安后，再继续用功，而将前后之细妄念降伏后，才能入一心不乱之境界。于一心不乱、无功用行中，外见山河大地、音声法尘，皆成佛号、皆成佛相、皆成净土世界之依正庄严。又于一心不乱、无功用行中，内观诸法，如梦如幻，唯心所现，而悟「无生法忍」，而见佛实相，实相即是无相也。以上外现佛土、内悟佛性，皆是念佛三昧也。这也就是说，三昧有由定而成就者，亦有由慧而成就者；而真正的念佛三昧，必待悟佛本性才算成就。

#### 四、方便非究竟

以上所说从持名念佛至见佛实相，主要在阐明持名念佛的方便与界限。持名念佛，老少咸宜，普被诸根，不受时空限制，只要念头一动，便可当下进修，故为最方便、最简易之修行法门。但最方便者不表示即是最究竟也。彼必至见佛实相才算究竟，这也是说，行者在持名后，仍应深入经藏、参究佛性才能提升修行的层次，圆满念佛的法门。

宋永明延寿禅师俗谓弥陀再来。他不但大悟彻底、见佛实相，且日持名号十万声，更日行一百零八种功德。彼为修净土法门之典范。日前有提倡净土法门之大德谓：「持名号便足矣！」我想这会有很大问题的。佛法中最切要的一句话说：「众因缘生法。」一切存在皆由众多因缘聚会才得成就。佛法虽重因果，但因果非单因生单果，而是众因缘具足而成果。因此往生西方的果并非单持名号之因即可成就。《阿弥陀经》中有：「不可以少善根、福德、因缘得生彼国」，亦正是此意。

中国佛教在唐以前本十分昌盛，何以至宋朝以后即逐渐没落？此因宋以后，许多禅师教人「单提话头」，而许多净宗大德亦提倡「只持名号」而不管其他。以致原本博精深的佛法，日渐式微、粗浅，甚至被讥为消极、迷信，皆与此不无关系。

#### 五、一门与深入

或许有人要问：「修行不是要一门深入吗？不是只要精进持名就可以了么？」不然，从持名开始虽可说是一门，但不得为深入。彼应从持名观相以至参究佛性，层层渐进，方谓深入。因此深入非钻牛角尖而使眼光变小、心量更窄也。经云：「方便有多门，归元无二路。」学佛最后会发现八万四千法门，皆门门相通。若证其相通，便不会被一宗一派的修行法门所限制矣！

#### 《四》第四天 往生的条件及品位之高低

今天，我们继续谈往生之条件与品位之高低。我想在座之中，虽口里不断地持名念佛，但内心里总免不了有些困惑疑虑：「似我这般用功，到临命终时，是否能够往生西方呢？又若能往生西方，那又该得何等品位呢？」今天所讲内容，即为回答这些问题。但重点所在，其实只有两句话：

##### 一、「具信愿为往生之条件」

这是说若有人已具备对净土法门之信心与愿力，则已成就往生的条件了。这个条件听起来似乎不难，只要有信心、有愿力，每个人都可往生西方。但事实上并不尽然。其原因在于信心若不坚固，将会退转，愿力若不深切，忽尔消失。因此问题不在具信愿后能不能往生；而在于是否真能于信愿之坚持与恒久。

##### 二、「依福慧定品位之高低」

往生西方极乐世界之后，是依各人所修之福慧，定其品位的高低。如有人所修福德不够，所证智慧不高，但仍具足信愿，则其品位大概是下品。若有福德虽足，但智慧不高，则其往生之品位，应是中品。因此，唯有福德智慧皆具足者，方为上品。以下且引净土五经之经文以证明此二句话。

##### （一）、《阿弥陀经》

（1）信愿——「汝等皆当信受我语，及诸佛所说……」，「若有信者，应当发愿，生彼国土。……」这是强调对西方净土要有信愿。

（2）福慧——「不可以少善根福德因缘，得生彼国……」，「执持名号，一心不乱」，「是人终时，心不颠倒」。此虽是叙述福慧部分，但未明品位之高低。

##### （二）、《无量寿经》

(1) 信愿——于阿弥陀佛所发四十八愿中，与往生条件较有关系者有：第十八愿：「设我得佛，十方众生，至心信乐，欲生我国，乃至十念，若不生者，不取正觉。唯除五逆，诽谤正法。」这也是说众生只要至心信念意乐，即使只有十念，还得往生西方极乐国土。

第十九愿：「设我得佛，十方众生，发菩提心，修诸功德，至心发愿，欲生我国，临寿终时，假令不与大众围绕，现其人前者，不取正觉。」此云众生若已至诚归命求生西方，且又造诸功德，则临命终时，必蒙佛及圣众，现前接引而往生西方。

第二十愿：「设我得佛，十方众生，闻我名号，系念我国，植众德本，至心回向，欲生我国，不果遂者，不成正觉。」此云众生若闻佛名号，至心系念欲生西方，必得往生。

以上三愿皆在强调信愿，只要有信愿，必得往生。在其经文中，又有「诸有众生，闻其名号，信心欢喜，乃至一念，至心回向，愿生彼国，即得往生。唯除五逆，诽谤正法」。由经文中知，具信愿，则必往生。

(2) 福慧——《无量寿经》上又说，行者往生西方后，依其行持，可分为三辈。

上辈：「舍家弃欲而作沙门，发菩提心，一向专念无量寿佛，修诸功德，愿生彼国。」

中辈：「至心愿生彼国，虽不能行作沙门，大修功德，当发无上菩提之心，一向专念无量寿佛，多少修善，奉持斋戒，起立塔像，饭食沙门，悬缯然灯，散华烧香，以此回向，愿生彼国。」

下辈：「至心欲生彼国，假使不能作诸功德，当发无上菩提之心，一心专意，乃至十念，念无量寿佛，愿生彼国。若闻深法，欢喜信乐，不疑惑，乃至一念，念于彼国，以至诚心，愿生彼国。」

由以上经文得知，能出家修福德智慧时，才为上辈。其次能在家修布施、供养、持戒、修善等，则为中辈。最后，若无其他更好因缘，则只需至诚发愿，念无量寿佛，则犹得往生为下辈。

### (三)、《观无量寿经》

「若有众生，愿生彼国者，发三种心，即便往生。何等为三？一者至诚心；二者深心；三者回向发愿心。具三心者，必生彼国。」其次，「欲生彼国者，当修三福：一者，孝养父母，奉事师长，慈心不杀，修十善业。二者，受持三归，具足众戒，不犯威仪。三者，发菩提心，深信因果，读诵大乘，劝进行者。如此三事，名为净业……乃是过去、未来、现在，三世诸佛，净业正因。」

依《观经》所云，往生西方后，复有九种品位：

1. 上品上生：慈心不杀，具诸戒行，读诵大乘方等经典，修行六念，回向发愿。（乘金刚台，见佛色身，众相具足，闻佛说法，即悟无生法忍）

2. 上品中生：不必受持读诵方等经典。善解义趣，于第一义，心不惊动，深信因果，不谤大乘。（坐紫金台，经宿则开，闻说深义，经于七日，得不退转，经一小劫，得无生忍）

3. 上品下生：亦信因果，不谤大乘，但发无上道心。（坐金莲花，一日一夜莲花乃开，七日之中，乃得见佛，三七日后，乃了了见，经三小劫，住欢喜地）

以上往生上品的基本条件，皆为由深信大乘而发菩提心。如更能从信而解，则为中生，而唯有从信解而行证，自度度人，圆满福慧，方得上品上生。

4. 中品上生：受持五戒，持八戒斋，修行诸戒，不造五逆，无众过恶，以此善根，回向往生。（坐莲华台，莲花寻开，闻四谛法，应时得阿罗汉道，三明六通，具八解脱）

5. 中品中生：若一日一夜，持八戒斋、沙弥戒、具足戒，威仪无缺。（坐七宝莲花，经于七日，莲花乃敷，闻法得须陀洹，经半劫已，成阿罗汉）

6. 中品下生：孝养父母，行世仁慈，临命终时，遇善知识，为说弥陀极乐等事。（经七日已，闻菩萨说法，得须陀洹，过一小劫，成阿罗汉）

以上综合中品三生，乃做人天善事，孝养父母，慈心不杀，修诸戒行，即得中品。

7. 下品上生：作诸恶业，虽不谤方等经典，多造恶法，无有惭愧，临命终时，遇善知识为说大乘十二经首题名字，合掌叉手称南无阿弥陀佛。（经七七日花开，闻二菩萨说法，经十小劫，入初地）

8. 下品中生：毁犯五戒、八戒及具足戒、偷僧只物、盗现前僧物、不净说法，无有惭愧，以诸恶业而自庄严。临命终时，遇善知识，为说弥陀信愿，戒定解脱等。（经于六劫花开，闻观音、势正说法而发菩提心）

9. 下品下生：作诸不善，五逆十恶，具诸不善，于命终时遇善知识，教令念佛，如是至心，令声不绝，具足十念。（满十二劫莲花方开，闻二菩萨说法，而发道心）

以上得为下品者，虽作诸不善，但于命终时，遇善知识，教令忏悔，至心称念阿弥陀佛，信愿具足故，得以往生下品。

#### （四）、《楞严经》〈大势至菩萨念佛圆通章〉

（1）信愿：「子若忆母，如母忆时，母子历生，不相违远。若有众生，忆佛念佛，现前当来，必定见佛。」以信愿具足，而忆佛念佛，便得往生。

（2）行持：「以念佛心，入无生忍」，「都摄六根，净念相继，得三摩地，斯为第一。」以念佛心，成就福德智慧者，皆为净念相继。

#### （五）、〈普贤行愿品〉

（1）信愿——「临命终时，一切诸根，悉皆败坏，唯此愿王，不相舍离，以一切时，引导其前。一刹那中，即得往生极乐世界。」行愿若能入心，则临命终时，以愿力引导，即得往生西方净土。

（2）行持——十大愿王：一者、礼敬诸佛，二者、称赞如来，三者、广修供养，四者、忏悔业障，五者、随喜功德，六者、请转法轮，七者、请佛住世，八者、常随佛学，九者、恒顺众生，十者、普皆回向。

由以上经文皆可肯定信愿为往生之条件。或问：「真的只要具足信愿便能往生吗？」答曰：如前已谓，真正的信，是从深信因果开始，盖因确信因果者，必能至诚忏悔，并努力于行善避恶，自利利他。所谓「放下屠刀，立地成佛」是也。又真正的愿，亦从发菩提心而有，愿往生西方，悟无生法忍后，再倒驾慈航，还度娑婆众生。以至信、切愿故，能除累劫生死业障，譬如冰遇火即化；暗遇光则明。因此问题不在具信愿后，能不能往生西方，而是诚信与切愿之不容易。有些人虽口口声声求愿往生，然对娑婆的一切，这样放不下，那样放不下，又怎能算是具足信愿呢？

其次，「依福慧定品位之高低」者，若有众生虽造五逆众罪，破戒犯僧，应堕三恶道者，因诚信至愿，忏悔恶业，称诵佛号，乃至十念，回向西方，亦得往生而为下品。

复次以诚信净愿而修人天福善，譬如布施、供养、持戒、修定等，并以此功德回向，得往生西方而为中品。

更者发菩提心，修无漏慧，善解大乘，自利利他，并以功德回向发愿，得以往生而为上品。

由上「依福慧定品位之高低」，故一个发大乘心之念佛人，必先从持名念佛而具信愿，更修福慧而增品位，以至圆满见性，而成就上品莲位。



或有些人认为，只要能到西方就好，即使是下品下生也不错。答言：非也。俗语说「取法于上，得乎其中」。全心准备考一百分的人，即使稍一失手，仍有八、九十分，相反地，「取法于中，得乎其下」，若只准备考六十分者，万一只考五十九、五十八，那就糟糕了。又大乘者，以发无上道心故方为大乘，志气下劣、心性怯弱者，非大乘也。故行者应从持名念佛，以至参究佛性，方为大乘之念佛人，亦才能莲品高升，广利人天。

## 《五》第五天 西方的象徵与阿弥陀之玄义

### 一、西方的心理指标

何以极乐世界是在西方？而非东方、北方？又何以彼佛名为阿弥陀，除标示名号外是否有余更深的涵义？

西方的「西」除了指明方向外，另一意为心理的指标。日出于东而没于西，东为起点，代表因地的修行，西为终点，象徵果位的圆满。如阿弥陀佛之无量光、无量寿，与极乐世界的依正庄严，都是果德圆满之意。故发愿往生西方，即是求最殊胜、最圆满之果位。很多净土行者，因不能明了真正的「西方」在那里？因此于行持的心态便有了偏差。

欲成就圆满果位，须于因地努力修持。「菩萨重因，众生重果」，菩萨知于因地去努力，故为菩萨。相反地，众生但期望得到果位之圆满，而不肯在因地精进，故为众生。我们修行要从当下去努力，而不必费心计较于果位的成就。而修净土者常常担心能否往生西方，而不自问是否于当下去努力。所谓「水到渠成」、「水涨船高」，因地健全了，果位自然圆满。

我们放眼看当今宗教的弊病，是太多人急求果位的现成，而不肯于因地去力行。因此便让「即刻开悟」、「立证果位」的江湖郎中大行其道。彼虽披佛外衣，实乃狮子身中虫，唯败坏佛教的庭院，摧残众生的善根而已。此不从因地去努力，而急求果位之成全，为第一项偏差。

### 二、从东到西的修学过程

在佛经中，既有东方净土，也有西方净土，综合东西，实为菩萨道的修学历程：如在《维摩诘经》中，有东方妙喜世界的阿门佛。妙喜即菩萨十地中之欢喜地，也就是因见道而法喜充满之意。阿闪佛者，意指不动智佛，以见「佛性、法性、空性」之普遍性与恒常性，故曰不动。性者不随时空而变化，又行者能见「无我」之理，以无我故，不随境界动心起念，因无能动，故曰不动智佛。

所谓从东方到西方的修学过程，首先要见佛法之真理，而为见道位。次由见道而修道，最后圆满证道，才能到达西方。故在净土法门中应强调先见道，而非往生。将见道前之信愿与证道后之果德混为一谈，乃净土法门中第二项偏差。

### 三、阿弥陀佛的玄义

有人或许已知，阿弥陀佛便是无量光佛、无量寿佛，但何以是无量光与无量寿呢？光，代表智慧之无限；寿，代表福德的圆满。因此无量光、无量寿乃是福慧两足。所谓佛为两足尊，即福慧双全之意。由上所说，念「阿弥陀佛」即是希望自己能成就无量智慧、无量功德之意，因此真正念弥陀者，应以信愿为基础，而致力于福慧双修。若徒然口念弥陀而不修福慧，非真念佛人。是以口念「弥陀」，而行非「弥陀」，是净土法门中第三项偏差。

### 四、有量与无量

更进一步谈弥陀之为无量者，除数量极多以致无法计算外，还有其更深层次的涵义——无量即非量，不去衡量之意，既非多量亦非少量。以多与少皆从分别心而有。有分别故，有限有量；必无分别，才能无限无量；以无分别故，即不动智之真意。

无分别并非如草木、顽石一般，无知无识；而是犹如大海容纳百川，宽广无涯，涵容一切。以能容故，福德乃大。以心量大、无烦恼故，智慧乃深。所以无量能容，宽心坦然，则处处是净土、人人是弥陀，这才是真正念佛人。相反地，用分别心，用取舍心，坐东望西，畏苦祈乐，便易成为净土法门中第四类偏差。

## 五、极乐世界之觉受

此「极」，依我个人领会是超越之意。超越的乐称为极乐，以乐至极点反而平淡也。如禅修中，于初禅称离生喜乐地，二禅为定生喜乐地，三禅是离喜妙乐地，都有喜乐的觉受；但到了四禅以上则谓舍念清净地，以无分别心故，曰舍念清净。超越三禅以上的乐称为极乐，也就是由无分别心，而得心中之清净。

故净土行者，切莫将世间之乐视为极乐之乐。从世间法来看，苦乐本是相对，有苦才有乐。如以患病为苦，则病愈为乐也；如以失为苦，则复得为乐也。倘一向身强体健或不曾失去，则无彼乐受。因为极乐世界无苦的存在，当然，也就无苦尽甘来之乐。极乐之乐，乃涅槃之乐，非现世五欲之乐，亦非外道升天之乐。是故修行应秉平淡的心，不要于感官的觉受与现世之感应中瞎费功夫。将极乐之乐与现世五欲之乐混为一谈，是净土法门第五项偏差。

## 六、易行道与难成道

净土法门一向被称为易行道，尤以持名念佛来说，似乎十分简单，人人都会。但我们当知，所谓易行道，路虽好走，不一定能很快的到达。譬如登山，路若平坦易行，则必迂回绕远；相反地，路陡峭直切而上者，反较速捷，因此易行道是难成道。从世间因果上看，好捡便宜者，未必有好结果。如经所云：释迦如来与弥勒菩萨本同时发心，修学佛道，以弥勒菩萨修易行道，故至今尚未成佛；而释迦如来因行难行道，故成佛较早，因此想早成佛道，应修难行道。成佛是为度众生早日离苦，而非急功好名，徒为贪慢尔。有净土行者，误以为易行道便是易成道，故老说是应先往生西方极乐世界修学，等成就后，再反入娑婆度化众生。但西方的一天，是娑婆世界好几劫，等你修行圆满，再来娑婆，那娑婆众生恐怕都不知苦到哪里去了？以为易行道，便是易成道，是净土法门中第六项偏差。

## 七、往生净土与庄严净土

广义的净土法门其实有二种：（1）往生净土，（2）庄严净土。

现代一般人所称之净土法门，都是说净土早就形成了，而凡夫但求往生彼处，去坐享其成而已。而更如法的净土法门是庄严净土，此是菩萨实地用功，从调伏内在身心至改造外在世界，终而建设人间成为净土。此如《维摩诘经》中〈佛国品〉所述，修行之要务，乃从把握当下去努力，亦即是从福慧双修而庄严人间净土，不应企求于将来之往生净土，有前后之际，有迎拒之心，皆非究竟之法。又求往生者，常给人不良印象，或谓彼但求死后世界之安乐，而失去面对改造现存世界的希望与信心。学佛应是学「活」而非学「死」，要活得潇洒自在，要活得圆满无碍。著重死后的往生及临终之正念，而不肯从事直下身心的净化，又是往生净土法门者之另一偏差。

以上所说，庄严净土与往生净土，其实是可相辅相成的，此即从深信因果、发菩提心，并由此福慧双修——以涵容的心，上求佛道，下化众生。在当生中，努力建设人间净土，并以此功德回向往生西方净土。以「依福慧定品位之高低」故，此之往生，不但必能成就，更且莲品高升。

事实上整个净土法门的修学与一般佛法的修学，并无多大的不同。从共信因果到别信净土，从共愿菩提到别愿往生，从共修福慧到别向西方，净土只是以绕道西方而成就佛道，故与其他法门，略有差异尔。

## 八、放下与提起

或问：要建设人间净土，不就是放不下娑婆世界吗？答曰：所谓放下乃是不计较未来之得失，而非放下现前的努力。因此真正的放下，并非逃避畏缩，而是更了无窒碍地负起当下所应肩挑之责任。佛法至重要的基础乃是因果，不可从错会放下而忘失因果之关系。这也就是求西方、念弥陀，还应从因位之福慧双修与建设人间净土做起。

## 《六》第六天 一心不乱

如经所云：「由戒生定，从定发慧。」所以一心不乱对修行来讲是很重要的里程碑。一心，依明末莲池大师所说，有「事一心」与「理一心」。而我依解行所体会，此一心又有「唯一」与「统一」之别，至于不乱也有「静中不乱」与「动中不乱」之差异。

### 一、事一心

用实际修行方法而达一心不乱之境界。

(1) 静中之唯一——以下乃以持名念佛为例，以说明其方法与次第。念佛要达一心不乱，首要：

A. 「念与听相应，身与心不离。」口念耳听，心要了了觉照于当下之所念、当下之所听，以此方法用功，便渐达「念念分明」之境界。能将每一佛号、每一字眼、每一音节，都念得仔细，都听得清楚，而不掺杂任何妄想。

其次要能「过去者不忆」，对过去的事情都不回想，对念过的佛号也不回想，以及对刚打过之妄想都不去理它。「对未来者不期」，对未来的事不期待、不担心，也不挂虑。对未念之佛号、未打之妄想，皆不管它。「当下者不住。」对现前之一切境界，皆任其去留而无所谓，这能做到不追忆、不期盼、不住著，于是整个时间便消失了，此谓之「前后际断」，截断过去、未来、现在，圆摄三世成当下一念。以上是就时间而言。

C. 若由空间来说，一般人念佛时，即使没有粗妄想，也会有「我正在念佛号」之分别。这有「我能念」与「所念佛号」之意识分别，也是妄想。所以进一步要由不分别「能念之我」、「所念之佛」与「当下而起之分别意识」，而成「能所双泯」，化根尘识十八界为一心之境界。

一心境界亦可说是「念而不念」（虽念但不感觉有我在念）、「不念而念」（不动念佛之心而佛号不断）。因此在一心中根本无所谓「念」与「不念」、「分明」或「不分明」的分别心。自觉得念佛念得很顺很好，没有妄念，这不是一心。因为你尚有感觉，尚觉得念得很好嘛！

或问：一心与无记之差别？

答曰：一心必由散心、专心之层次后，更超越时空而得入；而无记多从昏沉或散乱而入。又初从「一心」境界而出时，佛号仍清晰明朗而不间断，只是杂有「前、后」、「能、所」之分别尔；至于无记则如大梦初醒，空洞茫然，不知来处。

(2) 动中之唯一——在行、住、坐、卧、吃饭、工作诸威仪动作中，亦专持佛号而入一心境界。

(3) 静中之统一——当念佛功夫扎实深厚，心中充满了佛号，于是眼、耳、鼻、舌、身五根所受，意念所及，皆成佛号。如耳虽听风声、雨声，但念头一转，还成佛号声，外境尽管变异非常，但念头所到，全是佛号。

某些净土修行者，不管见面打招呼，甚至碰到些惊奇的事，出口便是「阿弥陀佛」，这是因彼专心念佛，故动心起念不离佛号。然彼多仅第一念能保住尔，随以境相分别而忘失佛号矣！

(4) 动中之统一——在无作意中，随当下之动作而现成佛号。如拖地时，左边拖过去是佛号，左边拖过来也是佛号；走路时，举足、下足皆成佛号。

问：此统一之一与唯一之一有何不同？

答：唯一是从作意而专持佛号。统一乃自然现成，不假造作。能于动静中皆达统一之人不会有烦恼，以烦恼皆从妄想起故。以上为事一心，也就是由实修而入一心境界。

### 二、理一心

由解悟佛理而知万法本是一心。

(1) 缘起之理——一切境相的生灭变化，皆从众因缘和合而有，以因缘复由因缘起故，缘起之网，连连交络，无始无终，无边无际。因此从一法出发，即收尽一切法界，所谓：「一即一切，一切即一。」故《华严经》名其为「一真法界心」——诸法本来一心也。

(2) 唯识之理——一切境相之产生，皆因分别心而有，如所见所闻皆通过意识而存在。经云：「三界唯心，万法唯识。」既然一切法因分别故有，则宇宙大地本来不出「一心」之境界也。

以上理一心既是唯一之一，也是统一的一，既然理本一心，则事当不乱，以乱是因矛盾而生，既一心当然不会有矛盾。

(3) 不定不乱：《般若经》云：「不乱不昧故，应具足禅波罗蜜。」不乱者不昏沈亦不散乱；不昧者不执定境定乐。从理而观诸法，本是不定亦不乱，因诸行无常，生灭相续故不定；以缘起交涉，相辅相成故不乱。从不定不乱之理而起修，才能具足禅波罗蜜。

诸法不定不乱，才是实相。例如：人的心脏应不断跳动，血气才能运行；肺部应不断起伏，呼吸才能畅通。若定止则人必亡，如错乱则身乃病。所以宇宙或个人，必不定不乱，于和谐中产生变化，才能进步。这也就是修静中之定不够踏实，必能于动中统一，才是真定真修。

(4) 乱从「我」生：经云：「诸佛常在定，无有不定时。」佛似和凡夫一般食、衣、住、行，一样说法布教，只是没有「我」与「非我」的矛盾，没有「前念与后念」之分别，故常定而不乱。而众生之所以乱，乃因自私心重，常为己利而攀缘、造作、计较。俗云：「人生不满百，常怀千岁忧。」因为放不下过去、未来，所以不安，因不安故觉得苦，以苦而勤求解脱，于是努力念佛、打坐修行，其实都是为了「我」。也就是说，不管世间的苦，还是修行的乱，都根源于我执，若能证得「无我」之理，则动静得失，皆了不相干，无心方为真定。

永嘉《证道歌》云：「梦里明明有六趣，觉后空空无大千。」对觉醒之人而言，不仅世间名利是梦，即使修学佛法也是多余。但对未醒之人，还是要勇猛精进，以若不修行，就不能觉醒。故就理一心而言，最重要是去除我执，才能与宇宙一心相应。

### 三、世间之一心

广义的修行，要能将崇高的理念，落实于生活之中，故除持名等专修的方法外，还要有生活中的调理，故以下更谈世间之一心。

世间的一心，必从(1)思想有系统、(2)生活有目标、(3)行为有规范、(4)做事有次第开始。在此原则下，身心既能安顿，生活亦有规律，便不致造次紊乱。现今社会之所以混乱无章，乃为(1)人的思想混杂偏失，邪说充斥。(2)生活虽忙碌而没有真正的目标。(3)不信因果，忽视伦理道德，故妄作非为。(4)急功好利，做事不依次第，由是人心不安，社会脱轨。如何与一心相应呢？

因此对修学净土者而言：(1)首要以往生西方的信愿——得无上之果位圆满，为生命的目标。(2)由是深入经藏，亲近善知识，以建立正知正见。(3)深信因果，肯定善恶的准则，并遵行佛所订之制度与戒律，而福慧双修。(4)做事与修行皆应依照本来次第而行，尤其要于因地中发奋努力，而不费心计较果位之得失。这也就是真正的定，是要在大风大雨、波涛汹涌中，仍然掌握既定的目标与方向而前行不已，此亦即是净土法门所一向强调之信、愿、行。

佛七至今已第六天了，然不管你这几天打得好不好，这都不是最重要的事，因为修行本非一天一夜或七日七夜而已，乃是一生一世甚至多生多劫之事。因此如何抱定信念，怎样坚强誓愿，这才是最重要的事。但愿大家皆能珍惜此次佛七因缘，待佛七结束回到社会后，各能站稳自己的岗位。当今社会越来越乱，但愿能由于大众的信愿，而为此昏暗的天地中，增添一点光明。或由于大众的力行，而能在此滔滔乱流中，凝聚成中流砥柱。这也就是，愿在阿弥陀佛的慈悲摄受下，共同携手开创佛教之明日，最后谨以此与诸位共勉！阿弥陀佛！

七八、一二、二八至七九、一、五 讲于农禅寺

\*\*\*\*\*

□东初佛学小丛刊□  
火焰化红莲  
作者：果煜法师  
出版者：法鼓山农禅寺  
台北市北投区大业路六五巷八九号  
电话：八九二六五六四  
邮拨帐号：一五三四一〇七〇 陈玉如  
行政院新闻局局版台业字第二一七七号  
欢迎助印。请勿翻印  
三宝弟子 果茂 YESORNO (正反之间)

美国分社地址：  
Ch'an Meditation Center (New York)  
90-56 Corona Avenue  
Elmhurst, N. Y. 11373 U.S.A.  
Phone : 0021-718- 592-6593  
Fax : 0021-718-5920717