

2025 年 10 月 27 日至 11 月 3 日
於「馬來西亞漢學院」

2025 年 10 月
立志「皆願作佛」
課程延續共修會



歡迎流通 普利群生

2025 年 10 月立志「皆願作佛」課程延續共修會

2025 年 10 月 27 日至 11 月 3 日，「馬來西亞漢學院」

學習資料

目錄

(甲)	一個念佛人的心路歷程 —「老實、聽話、真幹」	第 1~6 頁
(乙)	如何在生活中念佛	第 7~27 頁
(丙) 一	印光法師：「念佛人的行持」	第 28 頁
二	師父說 誠敬謙和自消業	第 29~35 頁
(丁)	轉迷為悟 — 要點	第 36~43 頁
(戊) 一	會念佛 — 要點	第 44~63 頁
二	會念佛 — 要點（撮要）	第 64~75 頁
三	補充資料	第 76~88 頁

(甲)

一個念佛人的心路歷程
—「老實、聽話、真幹」

一個念佛人的心路歷程

「老實、聽話、真幹」

1. 我這一生沾了一點好處就是對老師尊敬，對老師的教誨決定沒有懷疑。

老實、聽話、真幹，這就是成功的祕訣。古今中外所有成功的人，你細心去觀察他，決定是老實、聽話、真幹。

凡是不能成就的、半途而廢的、有始無終的，都是不老實、不聽話、不真幹。

[淨土大經科註（第 233 集）2012/3/8]

2. 老實、聽話、真幹，這樣根性的眾生好教，很容易成就。

不老實，自以為很聰明，自以為很能幹，對佛菩薩教誨半信半疑，他就無法認真去落實，所以學了一輩子，得的是佛學，他沒學佛。

學佛，把佛經當作世間一種學問來研究，叫哲學，佛經哲學，講得頭頭是道，甚至於著作等身，李老師後頭有兩句話，該怎麼生死還是怎麼生

死，就說你搞六道輪迴，你沒有辦法超越輪迴；學佛能超越輪迴，能往生極樂世界。

[淨土大經解演義（第 536 集）2011/8/12]

3. 踵閑老和尚的念佛的徒弟鍋漏匠，這個故事很多人都知道，不認識字，沒念過書，他成功的祕訣就是老實、聽話、真幹。

出家，踵閑老和尚就教他這一句「南無阿彌陀佛」，六個字，什麼都沒給他講，就講六個字。

告訴他：你就念這一句佛號，念累了你就休息，休息好了就接著念。末後給他說一句話，將來準有好處。

你看他老實，他也不問什麼好處不好處，他只教你這麼念，他就這麼念，好處不好處他不想，他也不問什麼好處，不問。老實！念了三年，預知時至，站著往生。

[淨土大經科註（第 272 集）2012/4/4]

4. 海賢老和尚不認識字，沒有讀過書，家境非常困難。二十歲出家學佛，師父只教他一句南無阿彌陀佛，教他一直念下去。

師父是了不起的人，為什麼？認識眾生的根性。

這個人老實、聽話、真幹，待人接物真誠、恭敬，心地清淨沒有染污，也就是他沒有什麼妄想，沒有雜念，這一句佛號就產生我們無法想像的能量。

[念佛共修談話 2014/6/27]

5. 記住，他成功的祕訣，是我們一般人做不到的，老實、聽話、真幹，真誠、恭敬、清淨，這別人不能比的。

所以師父教他的，他就一絲毫懷疑都沒有，完全接受了。這一句佛號二六時中沒有間斷，念了九十二年。二十歲念起，念到一百一十二歲往生。

[念佛共修談話 2014/6/27]

6. 所以真正有志氣，不能落在這些人後頭，這些人都沒有念過書，都不認識字，人家憑藉的就是老實、聽話、真幹，就這麼六個字，他就成功了。

我們自以為聰明，學得這個、學得那些，到臨終的時候手忙腳亂，錯了。所以要幹真的，不能幹假的。

這個方法真的，最極圓頓之法，我們遇到了一定

要珍惜，一定要依教奉行，不能錯過。決定能幫助眾生在一生當中往生極樂世界，親近阿彌陀佛。

[淨土大經解演義（第489集）2011/7/11]

7. 誰能保證生生世世得人身，生生世世聞佛法？保不住。

得人身，又到人間來投胎了，能保證遇到佛法嗎？能保證遇到淨土嗎？遇到能相信嗎？一層一層的難關，每一層難關都不容易破除。

所以佛才說「人身難得，佛法難聞」。這個話的用意，是說我們現在得人身、聞佛法應該知道珍惜，得來太不容易了！

珍惜就得要認真幹，要學老實、聽話、真幹，這一生決定成就。

[二〇一二淨土大經科註（第227集）2013/3/23]

8. 我一心一意要想見阿彌陀佛，要想生極樂世界，二六時中老實念佛，這是福德。

什麼人最有福？願意見阿彌陀佛，願意生極樂世界，一天到晚念阿彌陀佛的人，這個人第一大福，沒有人比他的福報更大，這是真的，不是假

的。

世間這些富貴是假的，古人講「萬般將不去，唯有業隨身」，你在這個世間這一切財富、威勢、權力、地位，死的時候一樣都帶不走，全是假的。

我們念這句阿彌陀佛，那是真管用，到臨終的時候佛來接引，帶我們到極樂世界去，這是真的。

[佛說阿彌陀經要解（第10集）1993/6]

9. 「法尚應捨，何況非法」，我們老實，只抓住這一句阿彌陀佛，就成功了。這個機會是決定不能夠放棄的，一定要認真，要抓住。

千經萬論，一句阿彌陀佛包括了，所有災難，一句阿彌陀佛化解了。我們要相信！真相信，一點懷疑都沒有。

[淨土大經科註（第272集）2012/4/4]

10. 只有這個法門在一生能幫助我們永遠脫離六道，脫離十法界，這一生作佛去了，只有這一門。八萬四千法門只有這一門能成就，任何一門都沒有辦法成就。

為什麼？要斷煩惱，要消業障，這兩個條件我們就做不到，這是事實真相。

所以真正想出離，想了生死脫十法界，我們對這個法門要真信，真正相信有西方極樂世界，真正相信有阿彌陀佛，真正相信一心專念阿彌陀佛，臨終時候阿彌陀佛來接引，一絲毫懷疑都沒有。

這是往生淨土的三個條件，真信、真願、真念佛，萬緣放得下，這一生決定成就。

[淨土大經科註（第 470 集）2012/8/15]

[(224) 老實、聽話、真幹
淨空老法師 | 師父說 | 155 老實、聽話、真幹]

(乙)

如何在生活中念佛

如何在生活中念佛

目錄

頁次

第一部份：學阿彌陀佛用真心處事待人接物

(一) 生活與念佛的關係.....	1
(二) 「佛」是什麼？.....	2
(三) 何謂「念佛」？.....	2
(四) 放下.....	4
(五) 是心是佛，是心作佛.....	6
(六) 老實念佛.....	7
(七) 不怕念起，只怕覺遲.....	8
(八) 學為人師，行為世範.....	9

第二部份：如何在生活中念佛

(一) 淨空老和尚之二〇一九年三月三日澳洲 淨宗學院餐後開示.....	10
(二) 海賢老和尚.....	11
(三) 淨空老和尚.....	13

如何在生活中念佛

目錄

頁次

第三部份：關鍵之處

(一) 信.....	14
(二) 真發無上菩提心.....	14
(三) 求生淨土真的很容易，關鍵就是自己要放下.....	15
(四) 勤修戒定慧，息滅貪瞋痴.....	15

第四部份：參考資料

(一) 祖師大德念佛（用真心生活，用真心念佛，用真心求生淨土）.....	16
1. 蓮池大師	
2. 鍔漏匠	
(二) 放下.....	17
行者：都攝六根。淨念相繼。不假方便。 自得心開。	

第一部份

學阿彌陀佛用真心處事待人接物

(一)生活與念佛的關係

1. 阿彌陀佛存的是什麼心？也就是阿彌陀佛用什麼樣的心處事待人接物，我們要學他。經上說得很明白，阿彌陀佛用真心，不是妄心，用清淨心、用平等心、用大慈悲心，我們是不是也用這個心處事待人接物？我們真能用這個心處事待人接物，給諸位說，你是真念佛，你的心跟佛心一樣。

[阿彌陀經疏鈔演義（第 271 集）1984/12]

2. 我們看這些芸芸眾生，他們心裡有什麼？他們心裡面專門想著五欲六塵，他們心裡所念的是財色名食睡，他念這個，他心裡頭真有！念念不忘！心裡面有這些五欲六塵，結果是什麼？結果是六道輪迴、三途六道！他心裡有貪瞋痴慢，心裡充滿五欲六塵，他搞這個東西。一切法從心想生，六道輪迴、三途就是從這個心想生的。

一個道理，我們把念頭轉過來，我們念佛、念菩薩，念戒、念定、念慧，念清淨心、念平等心、念正覺心，這叫做念佛。

[如何挽救社會風氣系列（六）1997/7]

(二)「佛」是什麼？

1. 那佛是什麼？佛所講的道理、佛所說的教訓、佛所說的境界，我現在心上真有！這叫做「念茲在茲」，這叫做念佛，你才真的會成佛。何以故？佛講得很好，佛說：「一切法從心想生」，我們心裡面有佛的教誨、有佛的境界，那你心裡真正有佛，你當然作佛。

[如何挽救社會風氣系列（六）1997/7]

2. 念阿彌陀佛，念西方極樂世界依正莊嚴，念阿彌陀佛在十方世界接引眾生、成就眾生，無量無邊的功德，我們要效法，我們要學習，這叫念佛。不是單單空念這一句佛號；念這一句空洞的佛號，沒有實質上的內容，不能成就，那就是古人講的：「喊破喉嚨也枉然」。念這一句佛號，聲聲佛號都有具體的內容，那你是真念佛，你就不是假念。這樣念佛，當然就成佛，所以念佛是因，成佛是果。你要想成就究竟圓滿的智慧，念阿彌陀佛求生西方極樂世界，是一條捷徑；而且這一條道路，諸佛都給我們說，不只是釋迦牟尼佛一個人。

[如何挽救社會風氣系列（六）1997/7]

(三)何謂「念佛」？

1. 諸位要懂得「念佛」，那個「念」是什麼意思？念不是口念。你看中國的文字，我前面曾經講過，中國的文言文、中國的文字，是全世界任何國家民族所沒有的，是高等智慧的產品。文字是個符號，這個符號是會意。你看「念」，上面是個今，下面是個心，今心就是現在的心，現在心裡有佛，這叫做念佛。可見得，不是在口裡。口皮上念佛，心裡沒有佛，不是念佛；心裡真有佛，這叫做念佛。

[如何挽救社會風氣系列（六）1997/7]

2. 阿彌陀佛存的是什麼心？也就是阿彌陀佛用什麼樣的心處事待人接物，我們要學他。經上說得很明白，阿彌陀佛用真心，不是妄心，用清淨心、用平等心、用大慈悲心，我們是不是也用這個心處事待人接物？我們真能用這個心處事待人接物，給諸位說，你是真念佛，你的心跟佛心一樣。

[阿彌陀經疏鈔演義（第271集）1984/12]

3. 阿彌陀佛是什麼願望？經上的四十八願，四十八願願願都是普度眾生。我們把四十八願念得很熟，把四十八願變成自己的大願，我的願跟阿彌陀佛的願也一樣，這是真念佛。阿彌陀佛怎樣修行？阿彌陀佛如何證果？如何在十方世界接引眾生？我們把這些事情時時刻刻放在心上，淨念相繼，這是真念佛。依照阿彌陀佛這個模樣來塑

造自己，使自己跟阿彌陀佛一模一樣，諸位想想，那還能不往生嗎？決定往生。

[阿彌陀經疏鈔演義（第271集）1984/12]

4. 我們看這些芸芸眾生，他們心裡有什麼？他們心裡面專門想著五欲六塵，他們心裡所念的是財色名食睡，他念這個，他心裡頭真有！念念不忘！心裡面有這些五欲六塵，結果是什麼？結果是六道輪迴、三途六道！他心裡有貪瞋痴慢，心裡充滿五欲六塵，他搞這個東西。一切法從心想生，六道輪迴、三途就是從這個心想生的。

一個道理，我們把念頭轉過來，我們念佛、念菩薩，念戒、念定、念慧，念清淨心、念平等心、念正覺心，這叫做念佛。

[如何挽救社會風氣系列（六）1997/7]

(四)放下

1. 舉個比喻，像夢，如夢，在夢境裡面，一切時、一切處所皆是本心，你承不承認？承認。皆是本佛，你不承認了，為什麼？因為你把這個佛看作什麼？是你外面一個人，釋迦牟尼佛、阿彌陀佛，這不是你自己。你只曉得別佛，不曉得你的本佛。本佛就是本覺，佛者覺也。本覺迷了，變成夢境，整個夢境就是本覺，本覺就是本心。本

心從體上說，本覺從作用上說。這個比喻，用夢境來比喻，容易理解。由此可知，十法界依正莊嚴都是我們真心、本心、本佛的夢境，要曉得這個道理。

[六祖大師法寶壇經（第6集）1982/10]

2. 念佛同修要記住，世出世間拉拉雜雜的東西都是障礙，統統要放下。放不下，放不下也要放下；不放下就是障礙，障礙這一生往生，那個麻煩就大，那你就不是經上講的善男子善女人，善男子那個善的標準是萬緣放下。放下，千萬要記住，不能錯會了意思，不是教你事上放下，事上沒有妨礙，事事無礙；心上放下，心裡不能有。無論什麼事情，世間善法、不善法，佛法、非佛法，統統放下，就是這一卷經、一句名號，就成功了。

[阿彌陀經疏鈔演義（第269集）1984/12]

3. 放下不是不學，這個要懂，我們要學習。學習怎麼放下？學，明瞭之後不要放在心上，就叫放下。實在難，真難。所以這個法門就妙了，深妙無極。

4. 我們把什麼放在心上？阿彌陀佛放在心上，一切時、一切處，自己生活，獨自生活，跟大眾一起相處，心裡就是阿彌陀佛。

[淨土大經科註（第三十九集）2011/11/6

(S19)要怎樣加強我們的念佛？]

* 相關補充開示，請參看後述「第四部份：參考資料」(二)。

(五)是心是佛，是心作佛

1. 世尊在《觀經》上說的兩句話，「是心是佛，是心作佛」，是心是佛是你的本心，是心作佛，希望你現在能夠回頭，不要再迷惑，一回頭，回到本心，你就成佛了。人人都能成佛，問題就是你肯不肯回頭。諸佛菩薩他們的本願、他們的本懷，是希望一切眾生早早回頭。這個法門是八萬四千法門、無量法門裡面一個特殊的法門，你要遇到這個，那真正是太幸運了。

[二〇一四淨土大經科註（第59集）2014/6/10]

2. 我要怎樣加強我的念佛，讓我的念佛達到究竟圓滿？方法有。

你看一切眾生都是阿彌陀佛，每個人都是阿彌陀佛，每樁事都是阿彌陀佛，一切萬物沒有一個不是阿彌陀佛，你念佛功德圓滿了。

3. 遍法界虛空界只有一個阿彌陀佛，你說你成不成佛？你決定成佛。

道理就是世尊在《觀經》上所說的，「是心是佛，是心作佛」，我心裡頭是阿彌陀佛，是心是佛；我今天六根所接觸的境界全是阿彌陀佛，那是心作佛，你就真成佛了。

[淨土大經科註（第三十九集）2011/11/6
(S19)要怎樣加強我們的念佛？]

(六)老實念佛

1. 老實念佛，老實，不懷疑、不夾雜、不間斷。唯此一句，就這一句佛號，這是我們一定要認真努力學習的。把心裡頭的妄想清除掉，把心裡面的雜念放下，這顆真心沒有妄想、沒有雜念，只有一尊阿彌陀佛，只有一句彌陀名號，你就一直念下去。念念相繼，一句接著一句，不要間斷。將妄念、雜念清除，就是都攝六根，大勢至菩薩所說的「淨念相繼」。不要想別的，想人、想事、想物都是輪迴業，專想阿彌陀佛，專念阿彌陀佛，這就對了。臨命終時，還是想阿彌陀佛，還是念阿彌陀佛，就決定往生。

[淨土大經科註（第 562 集）2012/10/12]

2. 世間常講「心上人」，你把阿彌陀佛變成你的心上人，你就成功，那就真正叫持名。口裡念不念不要緊，心裡真有，真願意到西方世界，真願意早一天見阿彌陀佛，要有真心，口念不念無所

謂。口念佛，兩個意思：一個意思，怕心裡忘掉，心口要相應，口念提起心憶，心裡憶佛念佛，憶念都是心，都不是口；第二，口念佛念出聲音是度眾生，讓眾生有這個緣分聽到一句阿彌陀佛的佛號，這一句佛號一歷耳根永為道種，這是化他。

[阿彌陀經疏鈔演義（第269集）1984/12]

(七)不怕念起，只怕覺遲

1. 我們用這方法，一定要「堅持不懈」，決不懈怠。宗門大德常說，「不怕念起，只怕覺遲」。這兩句話我們用得上。不怕念起，念起就是住六塵境界，就住相，不怕念起，要覺得快，要轉得快，第一念起來是五欲六塵，第二念就是阿彌陀佛，這個轉得快，這叫真正會用功，這叫真正念佛人，他會念佛、他會用功，功夫得力了。
2. 雖然如此，我們還是要至誠懇切求三寶加持，怎麼個至誠懇切法？諸位要曉得，還是念頭轉得快，那就是至誠懇切，念頭轉慢了，誠意就沒有，懇切也沒有。
3. 至誠懇切不在其他，就在念頭轉得快，你念頭轉得快，阿彌陀佛與十方一切諸佛如來一定照顧你，能感得諸佛護念，放光加被，我們得的助力就大。

- 念佛功夫為什麼不得力，沒有真看破，沒有真放下，心還住在六塵上，念阿彌陀佛那怎麼會得力？怎麼會有感應？那不可能的。

[金剛般若研習報告（第32集）檔名：9-23-032]

(八)學為人師，行為世範

- 對於父母尊長做得非常非常的圓滿周到，為什麼？給社會大眾做好榜樣。這就叫佛法在世間，不離世間法，會給世間做最好的樣子。五倫八德統統要做到，一點也不含糊。但是心地清淨，決定沒有一絲毫沾染，那就是佛法。

佛法跟世法是一法，不是二法。你覺悟了，佛法就是世間法，世間法就是佛法；不覺悟，佛法也是世間法。為什麼？你心不清淨，你染污，你生煩惱，不生智慧。佛法在世間，生智慧，不生煩惱，不一樣。

- 面面都做得非常周到，演戲，佛講的是演說，你要做出一個覺悟的樣子，做出佛的樣子，做出菩薩的樣子。

[中峰三時繫念法事全集（第四十七集）2003/7/2]

第二部份

如何在生活中念佛

(一) 淨空老和尚之二〇一九年三月三日澳洲淨宗學院餐後開示

1. 要放下，喜歡的要放下，討厭的也要放下，不管你是怎麼樣，只要你有一樁東西，喜怒哀樂沒有放下，你就去不了。
2. 我們要用清淨心、平等心處事待人接物，善友恭敬；不善的道友，冤家對頭，也要用善心接待。
3. 修行，信願行，有信有願，願是決定求生淨土，親近阿彌陀佛，願，信願，還有行，行就是這一邊徹底放下，這叫行。
4. 怎麼個放法？

不要放在心上。不是說不要放在事上，事照幹，特別是為大眾服務的事情，為利益眾生的事情，我們要多做，要真幹。不要放在心上，事情做完了，不管善跟惡，都不放在心上，這叫放下，比什麼都重要。心裡面只放阿彌陀佛，除阿彌陀佛，什麼都不要，這叫真修行，這叫真有道。

5. 什麼時候放下？

當下就放下，根本不要把它放在心上，才有跟阿彌陀佛感應的條件。那一邊是通的，沒有障礙，障礙在自己，不能不知道。

6. 章嘉大師給我六個字，「看得破，放得下」。看得破，了解事實真相，事實真相是什麼？是空，萬法皆空，你自己以為是有，有是錯誤的。現在量子力學家證明了，把佛這句話證明了。

7. 我們怎麼修？

這一天過去了，絲毫印象都不留，高明。好的事、壞的事，隨它去吧！它過去了，一秒鐘過去了，這一念過去了，隨它去吧！不要去想，好的壞的都不想，好的一場空，壞的也是一場空，你去想它幹什麼？把這個念頭拿來想阿彌陀佛就對了。希望這句阿彌陀佛，二六時中不間斷，我們往生決定有分。

(二)海賢老和尚

1. 他怎麼修的？

你細心去看來佛寺的海賢老和尚，你看他，他怎麼修的？沒有往心上放。

從早到晚，六根接觸六塵境界清清楚楚、明明白白，那是智慧，不放在心上那就是定功。他的心上只有一句阿彌陀佛，我們要學這個。

2. 眼見色，阿彌陀佛；耳聞聲，阿彌陀佛；鼻嗅香，阿彌陀佛；口嘗味，阿彌陀佛，全是阿彌陀佛。

除了阿彌陀佛之外，決定不要把境緣放在心上，境是物質環境，緣是人事環境，都不可以放在心上。

放在心上心就被染污，心就動了，心就不平等；不放在心上，心永遠是清淨的，永遠是平等的。

3. 老和尚教我們什麼？

這個事情難，真不容易，老和尚教我們什麼？教我們用一句佛號，見色聞聲，放在心上全是阿彌陀佛，不放別的，這個法子妙絕了。

天天這麼做，做久了自然而然是阿彌陀佛，別的東西都放不進去了。你看，先從勉強我們這樣做，到最後變成自然的，習慣成自然。

4. 這是教導我們放下身心世界，放下萬緣。真的，一天不止萬緣，你一天看多少次，你一天聽多少次，你這個眼睛張開都是東張西望，你都在那裡

看。

但看歸看，心裡是阿彌陀佛，看一切人是阿彌陀佛，看一切事是阿彌陀佛，看一切萬法是阿彌陀佛，全是阿彌陀佛。

5. 這什麼？這是修行，這是修無上菩提，無上菩提就這個修法。在生活裡面修，在工作裡面修，在待人接物裡面修，一定要把它養成習慣。

一就是一句阿彌陀佛，一即一切，一切即一，一切統統歸阿彌陀佛，用一句阿彌陀佛代替一切法，這叫入一法句，這就是心淨則佛土淨。

[二零一四淨土大經科註（第五十八集）2014/6/9
(S26)用一句阿彌陀佛代替一切法]

(三)淨空老和尚

我念佛確實跟你們不一樣。我心目之中盡虛空、遍法界一切眾生都是阿彌陀佛。我對一切眾生的尊敬、對一切眾生的讚歎、供養，跟對阿彌陀佛決定沒有差別。我們應當學。

[菩提心貫注在整個生命中（共一集）1999/12/24
(E26)【本來無量覺】菩提心，不是把眾生當作阿彌陀佛]

* 相關補充開示，請參看後述「第四部份：參考資料」(一)。

第三部份

關鍵之處

(一)信

1. 這個法門是難信之法，可是最容易成就，難信易行，人人有分。一切法門、一切經論是為不相信的人說的。
2. 首先要建立自信心，自己充滿了信心，佛菩薩才幫得上忙。佛菩薩想幫你忙，自己對自己沒有信心，「我煩惱很重，我業障很重，我成就不了」，一切諸佛菩薩都幫不上忙了。首先自己要建立清淨的信心，這一首偈【諸苦盡從貪欲起。不知貪欲起於何。因忘自性彌陀佛。異念紛馳總是魔。】是幫助我們建立信心。
3. 一切諸佛度眾生成佛道，都是勸眾生念阿彌陀佛，求生淨土，生到西方極樂世界就不退成佛了。

[繫念法事講話（第二集）1994/6（新加坡）]

(二)真發無上菩提心

1. 返妄歸真（依三皈依）
2. 轉迷為悟

3. 依報隨正報轉
4. 一切法從心想生
5. 一悟一切悟，一真一切真

(三)求生淨土真的很容易，關鍵就是自己要放下

1. 求生淨土真的很容易、很簡單，非常穩當，一點麻煩都沒有，關鍵就是自己要放下。
2. 我們之所以不能放下，就是誤會以為眼前一切都是真實的，這是我們的病根。
3. 常常做這個觀想，就曉得是假的不是真的，真正知道「一切法無所有，畢竟空，不可得」，這個話《大般若經》上說的。

釋迦牟尼佛二十二年講般若，就是講這一句話，告訴大家要把事實真相看破，看破，你就真的會放下，放下，你的障礙就沒有了。你遇到淨宗的時候，你就成佛了。

[二零一二淨土大經科註（第七集）2012/10/25
(C03) 求生淨土真的很容易，關鍵就是自己要放下]

(四)勤修戒定慧，息滅貪瞋痴

1. 一句阿彌陀佛
2. 入一法句→用一句阿彌陀佛代替一切法

第四部份

參考資料

(一) 祖師大德念佛（用真心生活，用真心念佛，用真心求生淨土）

1. 蓮池大師

余下劣凡夫，安分守愚，平生所務，惟是南無阿彌陀佛六字。今老矣！倘有問者？必以此答。

[《晚晴集講記》六、福慧始聞・老實念佛，第 70 條]

2. 鍋漏匠

諦閑老和尚念佛的徒弟，鍋漏匠給我們做了最好的榜樣。諦閑法師是他的同鄉，小時候的玩伴，鄉下人，諦閑法師出家了，找到他之後，求出家。老和尚說：你不能出家，年齡已經四十多歲，不認識字，沒有智慧，人奇笨無比，你怎麼能出家？

可是他一定要賴著非出家不可，老和尚到最後也沒法子，他說：那這樣好，你真的要想跟我出家，你得要答應我一個條件。他說：什麼條件？諦老說：你一定要聽我的話，我教你怎麼做你就怎麼做。他說：這個行，我既然認你做師父，你說什

麼我都聽，我都照做。

老和尚只傳他「南無阿彌陀佛」六個字，告訴他：你就一直念下去，念累了你就休息，休息好了就再念。這個樣子他真的聽話，老老實實照念，念了三年，三年，門都沒有出去，就像閉關一樣。

這種念佛方法非常好，沒有壓力，對現在人來講很方便，念累了就休息，休息好了再念。也不分晝夜，什麼時候累了，什麼時候休息；什麼時候醒來，什麼時候接著念。真正做。他這樣念了三年，預知時至，站著往生。

[華藏淨宗弘化網 >認識淨宗> 證> 往生故事分享> 不識字者> 鍋漏匠 <https://former.hwadzan.com/k42/k423/1894.html>]

倓虛法師常常用他這個師兄弟勉勵大家。真成就了，憑什麼？憑老實、聽話、真幹。你看不就這六個字嗎？一點懷疑都沒有，對諦闇法師那個信任百分之百。老和尚就教他這一句南無阿彌陀佛。

[淨土大經科注（第六集）2011/10/2]

(二)放下

行者：都攝六根。淨念相繼。不假方便。自得心開。

1. 都攝六根，就是放下身心世界，不要去攀緣。眼

不向色攀緣，耳不向聲塵攀緣，鼻不攀緣香，舌不攀緣味，身不攀緣觸，意不攀緣法。眼耳鼻舌身意收回來，不向外攀緣，淨念相繼，六根清淨，一塵不染。這個時候念這一句阿彌陀佛就相應了，一念相應一念佛，念念相應念佛。相應是跟一心不亂相應，一心不亂就是佛。

2. 如果你真的明白，真的覺悟，你會變成什麼樣子？恰如念佛堂主所說的，「放下身心世界」，這裡頭包括世出世間一切法，你統統放下了。
3. 你看看佛在淨業三福，頭一句教我們孝養父母。我們一切都放下，對父母就不孝了。這孝養父母兼顧到家裡，如何能夠（好像跟佛經上講的）兩面都能顧到？怎麼樣去學習才如法？
4. 放下不是在事上放下，是在心上放下。心上放下，你還要懂得，不是說事都不管了。你想想諸佛如來、法身菩薩，他們明心見性，他們是怎麼放下的？你只想一想佛常常教導我們受持讀誦，為人演說。

真放下、徹底放下了，但是放下之後怎麼樣？為人表演，就是你真的放下。現在怎麼樣？現在你在戲台上演戲，你要演得很逼真，那就對了，這樣子理跟事就圓融。

5. 心裡面一絲毫都不沾染，宗門大德常講，「百花叢中過，片葉不沾身」。百花叢中過，就是隨緣，佛法在世間，不離世間法，佛法在世間，不壞世間法，世間法做得樣樣都如法。孝養父母、尊敬師長、友愛兄弟，倫理道德樣樣都做得很好，做得很圓滿，心裡頭真的叫一絲不掛，這就是佛菩薩；心裡面有，你是凡夫。所以事有理無，相有性無，性相無礙，理事一如，你才叫真正懂得。所以愈是真正懂得，愈是真正放下，做得愈好。

6. 對於父母尊長做得非常非常的圓滿周到，為什麼？給社會大眾做好榜樣。這就叫佛法在世間，不離世間法，會給世間做最好的樣子。五倫八德統統要做到，一點也不含糊。但是心地清淨，決定沒有一絲毫沾染，那就是佛法。

佛法跟世法是一法，不是二法。你覺悟了，佛法就是世間法，世間法就是佛法；不覺悟，佛法也是世間法。為什麼？你心不清淨，你染污，你生煩惱，不生智慧。佛法在世間，生智慧，不生煩惱，不一樣。

7. 面面都做得非常周到，演戲，佛講的是演說，你要做出一個覺悟的樣子，做出佛的樣子，做出菩薩的樣子。

[中峰三時繫念法事全集（第四十七集）2003/7/2]

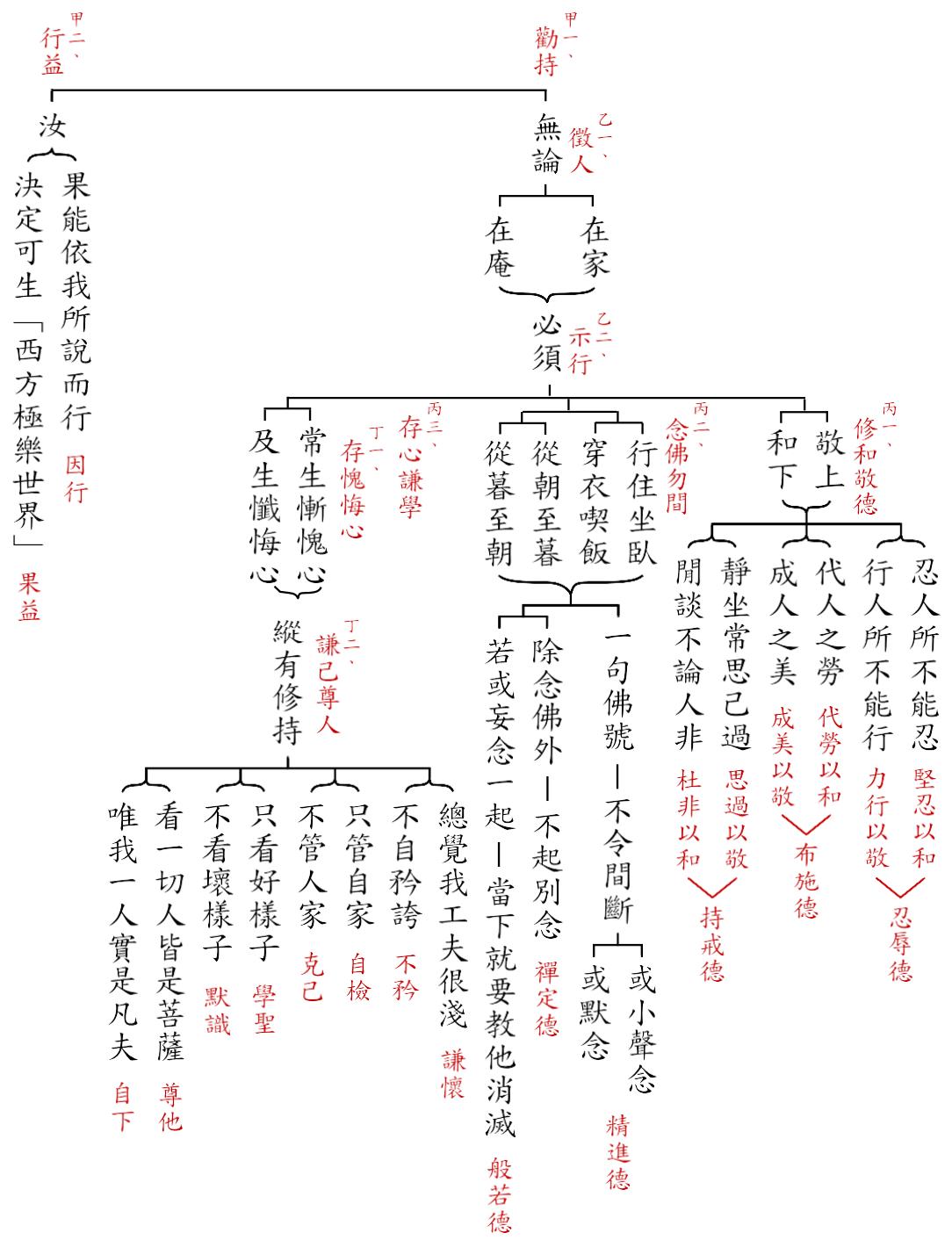
(丙)一

印光法師：「念佛人的行持」

◎ 念佛人的行持

印光大師復葉福備居士書節錄

無論在家在庵，必須敬上和下，忍人所不能忍，行人所不能行；代人之勞，成人之美；靜坐常思己過，閒談不論人非。行住坐臥，穿衣喫飯，從朝至暮，從暮至朝，一句佛號，不令間斷；或小聲念，或默念。除念佛外，不起別念；若或妄念一起，當下就要教他消滅。常生慚愧心，及生懺悔心。縱有修持，總覺我工夫很淺，不自矜誇。只管自家，不管人家；只看好樣子，不看壞樣子。看一切人皆是菩薩，唯我一人實是凡夫。汝果能依我所說而行，決定可生「西方極樂世界」。



(丙)二

師父說 | 誠敬謙和自消業

師父說 | 誠敬謙和自消業

師父說 | 513 誠敬謙和自消業 | 淨空老法師

【經句】

1. 自己的業障要自己消，任何人不能代替。
2. 佛經上講「父子上山，各自努力」，父子都不能代替消業障。
3. 如何消業障？「誠敬謙和」，真誠、清淨、謙虛、和睦，對待任何人都保持這個態度。

【節錄】

1. 自己的業障要自己消，要知道任何人不能代替。

佛經上講「父子上山，各自努力」，父子都不能代替，沒有人能代替，一定要懂得自己消業障。

消業障，我們平常講四個字，「誠敬謙和」，真誠、清淨、謙虛、和睦，對待任何人你都保持這個態度。

[學佛答問 2006/12/15]

2. 對人對事對物，自己謙虛，恭敬心生起來，這是德。謙敬是自性的性德，沒有障礙，自然流露出來。

聖人教導我們學謙、學敬，誠敬謙和，聖人教我們，教我們什麼？去煩惱，誠去妄，敬去慢，謙去懷疑，是去煩惱的方法，和是溫和。

[淨土大經科註（第 548 集）2012/10/5]

3. 誠敬謙和是性德，中國古人講的五倫五常、四維八德都是性德。一個正常的人，這個德自然流出來，覺悟的人，就是明理的人，自自然然流出來，本能。

迷了的人，流出來是相反的，流出來的是貪瞋痴慢疑，這是性德的反面，流出這個東西，這叫煩惱。它永遠障礙自性，自性不能現前，這些東西起作用，就是造業，業裡頭有善惡，這就是六道輪迴的因。

[淨土大經科註（第 548 集）2012/10/5]

4. 業障的淺深對我們修學影響很大，我們明白這個道理，真正的功課，要認真去做的，擺在面前第一門功課就是消業障。

業障在哪裡消？也就是我們的學習、我們的功課怎麼做？在生活上做，在處事待人接物裡面去學習，學習謙虛，世出世間的聖人都教導我們，真誠、清淨、謙虛。

[大方廣佛華嚴經（第 1652 集）2006/11/5]

5. 希望我們做到真誠，沒有虛偽；恭敬，沒有傲慢；謙虛，沒有自大；和睦，互相學習，互助合作。慢慢的我們都能夠覺悟，都能夠明瞭，遍法界虛空界都是一個生命共同體，這是事實真相。

為什麼我們不能明瞭？堅固的執著所謂是門戶之見。自尊自大，輕慢別人，造成對立，造成矛盾，甚至造成衝突，這些都毫無意義，完全錯了。

[大方廣佛華嚴經（第 1652 集）2006/11/5]

6. 所以在世間做學問、出世間修道，最重要的是心要虛。《易經》裡面講「滿招損，謙受益」，謙虛的人得益處。

自己滿，自以為是，你就不能夠接受別人的意見，不能夠接受別人的教誨，那你什麼都得不到。

人要能夠常存謙虛，真的受益，為什麼？無始劫來的煩惱習氣，如果不認真的學習，這個東西淘汰不掉，一定要認真學習才能夠淘汰得掉。

[大方廣佛華嚴經（第1652集）2006/11/5]

7. 認真學習到哪裡學？除了自己之外，個個都是老師。在大乘菩薩戒裡面，《菩薩戒經》，佛說「一切男子是我父，一切女人是我母」。

我們對待一切眾生都把他看成是我們的父母，佛講他是過去父母、未來諸佛。要常常存這個心，你天天都在進步，天天福慧增長，學無止境，成就你自己圓滿的智慧德行。

[大方廣佛華嚴經（第1652集）2006/11/5]

8. 哪一個人，不管他說話不說話，那個形象都是自己的好樣子。

他做錯了呢？錯了也是提醒我們，好樣子，我有沒有犯他那個過失？有則改之，無則嘉勉，我學到了。

他做對了、做好的，我想想我有沒有？沒有要向他學習，如果有，要好好的保持不要失掉。

[大方廣佛華嚴經（第1652集）2006/11/5]

9. 所以孔子講「三人行，必有我師」，必是必定，肯定的。

三個人是什麼？自己一個，一個善人，一個惡人，這叫三人行，那兩個人一定是我老師。

好人，向他學好；壞人，他常常提醒我，我有沒有那些毛病，有趕快改，所以他也是我的老師，他在我面前示現，讓我好好反省，全是恩人。

[大方廣佛華嚴經（第 1652 集）2006/11/5]

10. 毀謗我的，侮辱我的，無論他是有意、無意，我都把他當作善知識看待。

他毀謗我，我聽到了，我好好想想我有沒有過失，有過失，感謝他，他提醒我，我趕快要改；我沒有這個過失，我也感謝他，為什麼？他替我消業障。

我現在沒有這個過失，過去肯定有，生生世世不知道幹錯多少事，怎麼可以生氣？怎麼可以不高興？我聽了難過、不高興，那你想我錯了，他來考試我，我沒有通過。

[大方廣佛華嚴經（第 1652 集）2006/11/5]

11. 我們必須要學聖人，要學佛菩薩。佛菩薩尊重一切眾生，自己謙卑，斷除一切損人利己的念頭，於一切人、一切物往來接觸，表現都是誠敬謙和，自卑尊人。

在日常生活當中，善人幫助他，惡人也要幫助他，他是人。我們只記別人的善，不要記別人的惡。

[中國傳統文化與和諧社會 2007/4/16]

12. 真正聰明人必須愛護自己純淨純善的心性，決定不肯把自己純淨純善的良心做為別人的垃圾桶。

若是只裝別人的不善，只記別人的不善，我們的心就變成不善，這是大錯，這是把自己的良心做別人的垃圾桶，這錯誤。

所以真正修行人要把自己心裡的垃圾清除乾淨，心裡決定不放別人過失，口中不說別人過失。

所以我們對人讚歎他的善，不要記他的惡，保持自己純淨純善，這是我們這一生學佛能不能成就的關鍵所在。

[中國傳統文化與和諧社會 2007/4/16]

13. 明白之後放下，把惡念放下，把雜念要放下，所有一切不善放下，不善的言語放下，不善的行為放下，你自然就得自在。

日常生活當中隨緣，沒有一樣不好。然後你才真正體會到人人是好人，事事是好事。

為什麼？都是在幫助我們、教導我們，消業障，長智慧。

因此處事待人接物所表現出來的態度言行自然是誠敬謙和。

[中國傳統文化與和諧社會 2007/4/16]

<https://www.youtube.com/watch?v=h4qmoSblhuA>
淨空老法師專集網 2023年11月11日 9:50

<https://www.youtube.com/watch?v=fHdIgrAmLjA>
香港佛陀教育協會 2022年7月2日 9:50
淨空老法師 | 師父說 | 誠敬謙和自消業

(丁)

轉迷為悟 — 要點

轉迷為悟 — 要點

甲、了知萬法，才能頓見自心

1. 自然中自然相，自然之有根本，自然是包括一切萬法，宇宙之間沒有一法不在其中，全都包括了，等於我們現在說全宇宙，一個都不漏掉，這是自然的意思。
2. 自然之有根本，自然指一切法，一切法從哪裡來的？能生一切法的，能現一切法的，這叫根本，這就是自性。
3. 所以根本者，本體，一切法的根本自體。
4. 但是這個本體我們看不見、摸不到，六根都緣不到它，它在，在哪裡？就在當下。
5. 為什麼說在當下？我們見聞覺知所接觸的，不就在當下嗎？這是它所現所生的，阿賴耶所變的，我們六根能緣得到的，它有體，它要沒有體，它就不能存在。
6. 「了知」，要明瞭，要知道，「萬法」，就是一切法，「盡在自心」，離開自心沒有一法可得。

7. 「頓見真如自性」，頓是一念，完全明白了，這是我自性變現，離開自性無有一法可得。
8. 「自心自性即是根本」，從根本修就是從自心自性修。

怎麼修法？用真心，用自性、用自心，用自心生活、穿衣吃飯，用自心工作，用自心應酬。

用自心就是沒有分別、沒有執著、沒有起心動念，就是用自心自性。諸佛如來用自心自性，法身菩薩用自心自性。

- 「故云自然之有根本」，他全落實了，全用上了。
9. 「《淨名經》曰」，《維摩詰經》、「即時豁然，還得本心」。
- 豁然是什麼？「即一旦開達明徹」，豁然就是開悟，大徹大悟，明心見性，就是還得本心。
10. 他悟個什麼？悟遍法界虛空界是自心變現出來的，就是惠能大師所說的，「何期自性，能生萬法」，就這一句。

前面四句是描寫本心自性，真如本心什麼樣子？

清淨、不生不滅、本自具足、本不動搖，這自性的樣子。

11. 它起作用就是能生萬法，現出無有邊際的境界，一切依正莊嚴。

所有一切諸佛剎土不離自性，無量無邊諸佛世界諸佛剎土，經上都說。

[恭節錄自《了知萬法，才能頓見自心》
二零一二淨土大經科註（第五三七集）2013/12/13]

乙、莫問一念由何生，都是六道迷路人

12. 阿賴耶從哪裡來？一念不覺。
13. 為什麼會有一念？沒有原因，你找原因就愈陷愈深，它沒有原因。
14. 為什麼叫妄念？不是真的，是你自己迷了，不是別人給你的，自己迷了。
15. 那個迷有因嗎？第一念沒有因。佛舉這個例子告訴我們，第一念真的是沒有因，但第二念就有因。
16. 所以因果從哪裡來的？因果從第一念開始那是因，第二念就是果，第二念是因，第三念是果。

你能夠真搞清楚了，真搞清楚，你就不再追究；不再追究，念就沒有了；念沒有，心就明了。

17. 你要老是追究，「我這第一念到底什麼原因，到底是幾時有的？」你糟糕了，你愈迷愈深，你永遠出不了迷關。
18. 再告訴你真話，沒有時間也沒有空間。
19. 然後你才完全明白，我們生活在哪裡？生活在當下這一念。說當下，當下已經過去了。
20. 《金剛經》上三心不可得，那就是阿賴耶，過去心不可得，現在心不可得，說現在，現在已成過去了，未來心不可得，這是什麼？這是給你講事實真相。

你了解事實真相，心就定了，為什麼？不再打妄想，不再想東想西，愈想愈壞。

21. 你為什麼淪落到這裡？就是因為你想得太多了。
22. 那你要想怎麼樣解脫？我什麼都不想，人就解脫了。

活得這麼辛苦，誰負你？自己，沒有別人，自作

自受，你要再怪別人，是你罪加一等。

沒有別人給你受的，完全是自作自受。

23. 覺悟，一下醒過來得大自在。所以要知道，「染心之源，究竟終窮同於本覺」，所以始覺就是究竟覺，它沒有開始，也沒有終了。

有開始、有終了是生滅法，無始無終才不生不滅，才是真的。

24. 自性裡頭本有的智慧，智慧起用就是覺，智慧不生不滅，覺性也是不生不滅，然後你就曉得德能相好統統是不生不滅。

[恭節錄自《莫問一念由何生，都是六道迷路人》
淨土大經解演義（第一七三集）2010/10/23]

丙、「夢幻泡影」的意思

25. 一定要曉得，理離不開事，事離不開理，理事是一體的兩面，一切諸法沒有例外。法師（智者大師）以此性識為體，根性利的人一聽他就覺悟、就明白。

26. 古德講：「全事即理，全理即事」、「全相即真」，相是指現相，真是講真性，所以說性相不二，理事一如。

27. 我們都有作夢的經驗，夢中有相，相從哪裡來？絕對不是無中生有，沒這個道理。

相從哪裡來？相是自心變現出來的。

28. 你的心是什麼樣子、心在哪裡？不知道，找不到，心沒有相。

29. 世尊問阿難尊者心在哪裡？阿難說了七個地方，世尊都把它否認了。

30. 由此可知，心在不起作用、不現相的時候，找不到。

它有沒有？真有，而且從來都沒有失掉。

它是宇宙一切萬法的本體，一切萬法是從它生的，就好像我們夢境一樣，夢中的境界就好比是宇宙一切萬法，是從你心裡變現出來的。

變現出這個相分，如果你要問心在哪裡？可以說整個夢中的境界相就是。

31. 世尊問阿難尊者心在哪裡？阿難尊者如果聰明，說盡虛空遍法界一切皆是，釋迦牟尼佛就沒有話說，這說對了。

說在一處就錯了，一處不能涵蓋全體，無論說哪一處，都是證明阿難沒有悟入，根本對於事實真相，無論對事對理，他都迷惑，都沒搞清楚。

32. 既然心變成夢境，夢境是假的，夢境是心性的相分，相分是妄，全妄即真，全真即妄；心在哪裡？心已經變成相。
33. 我們從夢境這個比喻就能夠聯想到，現在盡虛空遍法界是我們自性變現出來的相分；唯心所現，這個心是心性，所現的相分，十法界依正莊嚴、淨土穢土、一切眾生、虛空法界，都是自性變現出來的；換句話說，沒有一樣不是自己，這是菩薩的心。
34. 我們有沒有？我們也有，跟諸佛菩薩沒有兩樣。
35. 我們現在為什麼叫凡夫心，不叫菩薩心？我們迷了，不了解虛空法界是自己，迷了叫凡夫，覺悟了叫佛菩薩。
36. 覺悟什麼？盡虛空遍法界是我自己，這個覺悟了。

禪宗講的是大徹大悟、明心見性，他覺悟的是什麼？就覺悟這樁事情。

37. 什麼叫見性？見到一切法相就是自性。

在一切有情眾生，有情眾生的自性，佛在《楞嚴經》說得比較淺顯，我們大家都能夠覺察到，六根的根性在眼叫見性，在耳叫聞性，在意叫知性，六根的根性是我們的真心，這個東西能現。

38. 自性上帶一分無明就變成識，識能把自性所現的現象轉變，如果沒有轉變，這個法界叫一真法界，因為有識的作用，把一真法界就變轉成十法界。

所以佛說「一切法從心想生」，這一切法是講十法界，十法界是從心想生，是識變的。

39. 性跟識是一樁事情，性是體，識是作用，有體有用，它才現種種相，諸佛菩薩如是，一切眾生無一不如是，這當中的差別就在迷悟。

迷了，受無盡的苦惱，造無量罪業，要受無量的苦報。

覺了的時候得大自在，《華嚴經》講到無障礙的法界，末後《普賢行願品》的品題，《四十華嚴》翻譯的具足，就是「入不思議解脫境界」，你說這個多自在！

[恭節錄自《「夢幻泡影」的意思》，地藏經玄義（第十集）1998/12]

(戊) 一

會念佛 — 要點

會念佛 — 要點

第一部份

1. 怎樣做到「一念不生」？

一念不生做不到，為什麼做不到？妄想習氣太重，自自然然一個念頭一個念頭往外冒，就像泉水一樣，不斷從地上湧出來，這是六道十法界眾生的病根。

這個事情怎麼辦？隨它去，別理會它，這就是放下。

放久了禪定出現，你就定下來，定久了就大徹大悟，自性裡面的光明就透出來。

念佛人的方法是八萬四千法門裡面最巧妙的方法，就是念阿彌陀佛。

阿彌陀佛不是妄也不是真，阿彌陀佛就是自性，阿彌陀佛就是真心，阿彌陀佛就是真如，妙不可言。

對待這一句阿彌陀佛，決定沒有懷疑，決定沒有

妄想、沒有雜念，時時刻刻提得起，沒事就念阿彌陀佛，別再打妄想。

2. 怎樣叫「憶佛念佛，現前當來必定見佛」？

用這一句阿彌陀佛取代你所有的念頭，這叫念佛人，這叫「憶佛念佛，現前當來必定見佛」。

後面這兩句是說它的效果，必定見佛你就成佛了，你不成佛你見不到佛，見佛就是成佛，成佛就是見佛。所以無縛無脫，一句佛號念到底就好。

[恭節錄自《但只除妄，不必求真》
淨土大經解演義（第四六八集）2011/6/25]

3. 阿彌陀佛是最好的意念，這個念頭叫萬德洪名，一念裡面具足世出世間一切的德能，一切的美好都在這一念當中，為什麼不念？為什麼還要懷疑？

4. 什麼是「念佛人」？

i) 《楞嚴經》上說得好，「若能轉境，則同如來」，如來能轉境，我們轉境跟如來差不多了。所以，六根緣外頭境界，我們會轉，統統歸這一句阿彌陀佛，這叫念佛人！

ii) 阿彌陀佛名號裡頭有自性的理體，自性的現象，自性的作用。

阿彌陀佛是自性，自性的名號。這個名號裡頭有自性的理體，有自性的現象，有自性的作用，這一句阿彌陀佛名號全都取代了，都概括在其中，這叫念佛人。

iii) 「遠離分別」，這是「真念佛人」。

一有分別，錯了！『遠離分別』，為什麼要分別？有執著，錯了，別執著。這是真念佛人，真念佛道場。所以六根同歸寂靜，這就是都攝六根。

5. 什麼不是「念佛人」？

看到佛像是阿彌陀佛，看到別的不是阿彌陀佛，那不是念佛人。

6. 怎樣才做到都攝六根，淨念相繼？

淨念這個淨字，沒有懷疑、沒有夾雜就叫淨念。

必須在境界裡頭有個轉變，看一切人；好人，壞人也是阿彌陀佛，不要去分別，全是阿彌陀佛，

我們才修成功。

[恭節錄自《遠離分別，阿彌陀佛是最好的意念》
淨土大經科註（第一五五集）2012/1/23]

7. 印光大師的老實念佛祕訣

i) 這個祕訣是什麼？

要在平常訓練。生死的死字，常常想到死到臨頭。死不害怕，諸位要知道，死是身有生死，靈魂沒有生死。

ii) 能不能做得到？

人人能做到，只要你懂得印光法師這個啟示，常常想到我的壽命就今天一天，不要想有明天，今天一天，你還有什麼放不下？

只有今天一天，今天是最後的一天，我應該辦什麼事？老實念佛，那不就成功了嗎？

iii) 怎麼個念法？

我這個身體每一個細胞都是阿彌陀佛，每一根汗毛都是阿彌陀佛。

iv) 這就是念佛

我再睜開眼睛看看外面的世界，聽聽外面的聲音，六根所接觸的沒有一個不是阿彌陀佛，阿彌陀佛周遍法界，這就是念佛。

[恭節錄自《怎樣念佛》
淨土大經解演義（第五集）2010/4/9]

8. 這個法門，十方諸佛都讚歎，難信易行，問題是難信。
9. 這麼大的事業，這麼簡單的方法能成就嗎？一句佛號能成功嗎？能。
10. 四十八願第十八願講得最清楚。第十八願講什麼？十念必生。
11. 這個道理太深了，我們不懂。深在哪裡？

深在一切眾生本來是佛，只是一念不覺，墮落成今天這個樣子。

12. 信願持名是大徹大悟。
13. 淨宗這一句名號，南無阿彌陀佛就是大徹大悟。

14. 什麼叫自性？自性本自清淨、本不生滅、本自具足、本無動搖、能生萬法。

諸佛如來如是，一切眾生皆如是。

15. 你本來是佛，只是這一念迷惑，這一念迷惑放下，你本來面目就恢復了，不難！

問題就是你肯不肯放下，願不願意將放下這個模樣做出來給別人看，也幫助別人放下，那就對了。

[恭節錄自《念佛功德不亞於大徹大悟，念念都是定慧現前》
二〇一四淨土大經科註（第三七九集）2016/10/8]

16. 祖師大德教我們怎樣念佛？

祖師大德教我們念佛，分別執著才起來，立刻一句阿彌陀佛把它伏住，初步功夫；更進一步功夫，這一句阿彌陀佛就把它化解了，這是第二步功夫；更深一步功夫，一句阿彌陀佛圓融了。同樣念這一句阿彌陀佛，各人功夫不相等，這個法子好！善財參訪第一位善知識，就是用這個方法。佛法裡排列順序是有意義的，不是隨便排的。

17. 什麼叫參學？

五十三位善知識代表無量無邊的法門，善財童子

去參訪，他可以去看看參觀參觀，可以去聽聽；看了、聽了，自己絕對不動搖，還是一句阿彌陀佛念到底，還是一心一意求生西方極樂世界，絕對沒有受他們所講的動搖，他的心永遠是清淨的，這個叫參學。

18. 五十三參成就什麼？

他五十三參成就自己，成就什麼？成就自己堅固的信心，他沒有動搖，他還是一句彌陀念到底，沒有拐彎，沒有受外面影響，反而這個信心愈來愈堅定。我們要學善財，善財是一句阿彌陀佛念到底的，當中經歷無量法門，那個五十三參代表無量，不為所動，對念佛求生淨土增長信心，堅固了願心。

19. 蓮池大師教：正助雙修，全是念佛

要以念佛求生淨土為主，修道行善、誦經持戒這都是附帶、都是輔助的，有緣可以做，沒有緣不去做。我這一句彌陀念到底，正助雙修，這蓮池大師說的。

古人提倡正助雙修，我以念佛為正修，還以念佛為助修，正助全是念佛，說得好！

20. 蘭益大師說

蘭益大師說的，真正相信，真肯往生，這個心就是無上菩提心。

為什麼？我們講菩提心，真誠、清淨、平等、正覺、慈悲，都在這一句佛號裡頭，都在西方極樂世界，到極樂世界一切都圓滿、一切都成就，不必再搞這些了。

21. 臨終十念、一念決定往生。所以平常功夫太要緊。一定要把心定下來，一生決定不改這個法門，一句彌陀念到底。

天天念佛，佛念得很熟，臨終的一句阿彌陀佛現前，這就決定往生，第十八願，臨終十念、一念決定往生。所以平常功夫太要緊、太要緊，一定要把心定下來，既然抉擇這個法門，決定選擇這個法門了，我一生決定不改，我就一句彌陀念到底。

我天天想阿彌陀佛，想彌陀本願功德，想西方極樂世界依正莊嚴，想久了印象深刻，臨終一念還是想這個，那就成功了，往生的道理就在此地。

[恭節錄自《師父說 | 383 徹始徹終就是一句阿彌陀佛念到底——徹始徹終，一句佛號》]

22. 這一念心一起來的時候就是阿彌陀佛，念佛要這樣念法。

「此一句佛號，正如《要解》所示，即是眾生本覺理性，故知此介爾能念之心即是如來果覺」。

這個心是真心也是妄心，妄心裡面跟真心最接近的。為什麼？起心動念，不起心、不動念是真心，起心動念就是妄心，但是介爾是剛剛起心。

在真妄的邊際上，這個心難得，用這種心念佛，就是這個地方所說的如來果覺，就是如來果覺，他不迷，他沒有惑，不迷惑，這一念心一起來的時候就是阿彌陀佛，念佛要這樣念法。

23. 佛是什麼？

佛是心，真心，不是我們這個妄心，是什麼？能生能現的心。

24. 「是心是佛」、「是心作佛」

《觀無量壽佛經》上有這樣兩句話，「是心是佛」、「是心作佛」，這兩句話都是經上的原文。

是心是佛，我剛才講了那麼多話就是這四個字，

我說我們全身的細胞，細胞還是大的，細胞再分析就變成分子，分子去分析變成原子，分到最後是基本粒子，每一個基本粒子都是阿彌陀佛，它是心變的。

25. 是心是佛，那一法不是！那一樁事情不是佛！

26. 是心是佛，沒有一樣不是佛，用這個心來持名、來念佛。

[恭節錄自《念佛成佛 | 沒有一樣不是佛，用這個心來念佛》
淨土大經解演義（第五集）2010/4/9]

27. 真信真願，從什麼地方表現？徹底放下，一塵不染；心裡就一句阿彌陀佛，嚮往的就一個極樂世界。

i) 生老病死苦在極樂世界沒有，名詞都聽不到。所以我們要用真心念佛，真信真願。

從什麼地方表現？從放下，徹底放下，一塵不染，心裡就一句阿彌陀佛，嚮往的就一個極樂世界，除這個什麼都不想，什麼念頭都沒有了。這樣念佛，功德難思。

ii) 「以此為因，則臨終正念現前，定得往

生」，這個定字用得好，肯定，毫無懷疑。

「但此乃菩薩之十念」，我們能不能學？能學，學海賢就是菩薩的十念。

他十念當中一切妄念都沒有，沒有妄想、沒有雜念，在日常生活當中都放下了。

放下是《金剛經》上講的無住，放下之後最可貴的還能提起，提起是《金剛經》上講的生心。

iii) 用在我們功夫上是什麼？放下，萬緣放下，佛法也放下；提起呢？一句佛號。

提起佛號的時候是放下，放下佛號的時候是提起，提起跟放下是同時，這就是無住生心，生心無住。

生心是提起，生心就是無住，無住就是生心，跟禪宗不謀而合，不可思議。

這是我們要學的，我們怎麼念法？就這個念法。

iv) 《無量壽經》上有，「以清淨心，向無量

壽，乃至十念」。

最重要的就是清淨心，清淨心要跟無量壽結合起來，這個無量壽就是願生淨土、願見彌陀，這個願要念念相續不能中斷。

v) 無論在什麼時候、無論在什麼場所，念這句佛號，用什麼心念？用向無量壽心，用這個心。

這個心是清淨心，為什麼？裡面沒有夾雜妄想，沒有夾雜。

vi) 願生西方極樂世界，願見本師阿彌陀佛，問我們有什麼願？就這兩個願，往生極樂世界，親近阿彌陀佛，一切都圓滿了。

絕不能夾雜別的念頭，夾雜別的念頭就是六道輪迴，出不去。

乃至十念，這就是講即使是下下等只有十念也行。這是真念佛，真心念佛。

vii) 妄心持名不能往生，為什麼？極樂世界是淨土，你心不清淨，念阿彌陀佛去不了。

這一句佛號對我們來說是幫助我們恢復清淨心的，心淨則佛土淨。

viii) 在這個世間，日常生活當中用什麼態度？逢場作戲，可不能當真，沒有一樣是真實的，都是假的。

「一切法」，一切善法、一切惡法都叫一切法，「無所有，畢竟空，不可得」。

所以一句佛號裡頭不摻雜一切法，一切法放下了，心裡就是一句阿彌陀佛，起心動念想極樂世界。

[恭節錄自《真信真願，從什麼地方表現？徹底放下、一塵不染》
二零一四淨土大經科註（第三三〇集）2016/5/11]

第二部份

恭節錄自 一位淨宗行者的修學點滴（三）之 念佛心得總結分享（內容大綱、補充資料）

1. 用真心，不要用妄心

- i) 用真心的人永遠離開妄心了，用真心念佛，用真心信佛，用真心求生淨土。
- ii) 人人有真心，只要你肯用，真心從來沒有離開你，妄心有時候會離開，真心不會離開。
- iii) 妄心在捉弄你，你跟它很親熱；真心成就你，你跟它很疏遠，這就錯了。

2. 往生的都是用真心（念佛用真心；念完不用真心：你的真心還是妄心）

- i) 那要怎麼辦？世尊彌陀、諸佛菩薩教我們一個方法能消業障，就是真懺悔。真懺悔要用什麼？要用真心，你要把心改變過來，那個力量非常強大。為什麼？所有的業，無量劫來造的業，全是妄心。

- ii) 佛憑什麼救度一切眾生？憑真心。造作無量無邊罪業，妄心。把妄心換成真心，業就沒有了，就真的消掉了。這個是佛法裡最精彩的修學修因證果的依據，理論的依據，用真心什麼問題都解決了，真就不假。
- iii) 在什麼地方用？我念佛的時候用真心，念完之後我就不用真心了，你的真心還是妄心。
- iv) 一真一切真，一妄一切妄，生活用真心，工作用真心，待人接物，一切時一切處，無不是用真心，恭喜你，你這一生成就了。

[二零一四淨土大經科註（第七十九集）2014/7/20
往生的都是用真心 | 造作無邊罪業，妄心]

3. 老和尚怎樣念阿彌陀佛？

我念佛確實跟你們不一樣。我心目之中盡虛空、遍法界一切眾生都是阿彌陀佛。我對一切眾生的尊敬、對一切眾生的讚歎、供養，跟對阿彌陀佛決定沒有差別。我們應當學。

[菩提心貫注在整個生命中（共一集）1999/12/24
(E26)【本來無量覺】菩提心，不是把眾生當作阿彌陀佛]

4. 信非常難，怎麼樣才能把這信心生起來

信非常難，怎麼樣才能把這信心生起來，這頭一關難。所以不聽、不學，你信心怎麼能生起來？開頭勉強的信心，生信心。這什麼？我們對老師有信心，這是關鍵。這個老師你對他沒有信心，你對他不恭敬，你跟他一輩子，什麼都學不到。你真正恭敬他、真正相信他，一點都不懷疑，你跟他不需要長時間，他的東西你全部得到，你都學去了，人家一生所修學的，你只花二、三年全得到，這叫善學。

[(T11) 師父說 信，必定具足解行證
<https://www.youtube.com/watch?v=QAgnO5f9RvI>]

5. 信願行是淨土宗的三資糧

- i) 信願行是淨土宗的三資糧，是往生極樂世界的三個條件。信，真正相信西方有極樂世界，真正相信極樂世界有阿彌陀佛，沒有絲毫懷疑。願，我真想去，我對這個娑婆世界沒有留戀，萬緣放下，連這個身體都放下，何況身外之物。什麼時候放下？現在就放下，念念都放下，念念不離阿彌陀佛，這個世界完全放下，身心世界統統放下。你看信、願、行三和合，這是往生正因。
- ii) 信願行是一而三，三而一。真正相信，你才會發願；你有願，才肯念佛。換句話說，

真肯念佛，這個信願行統統都具足了。為什麼？行裡面一定有信、願，願裡面一定有信。信，不見得會有願；有願，不見得會有行。真正到肯念佛，這些條件統統具足了。

iii) 為什麼要念這句佛號？《無量壽經》，阿彌陀佛教我們念他的佛號，他就來接引你往生。我們相信阿彌陀佛決定沒有妄語，釋迦牟尼佛決定不會騙人，你要信得過，這不是迷信。你能把這四個字，三樁事情，信、願，念佛是行，信願行叫三資糧，就是往生極樂世界三個條件，你具足這三個條件，你就是阿彌陀佛的弟子。

[(T11) 師父說 信，必定具足解行證
<https://www.youtube.com/watch?v=QAgmO5f9RvI>]

6. 怎麼學？

無論造作什麼，統統都歸到阿彌陀佛

i) 我們今天怎麼辦？怎麼學？無論造作什麼，統統都歸到阿彌陀佛，穿衣吃飯、日常工作、待人接物，一切都迴向給阿彌陀佛，回過頭向著阿彌陀佛，就造這個業，除這個之外，其他的業不造了。

i i) 記住，什麼樣造作統統歸阿彌陀佛，就對了。這一生到這個世界上來，沒有遇到阿彌陀佛以前那不談，遇到之後所有都歸阿彌陀佛，阿彌陀佛完全擔當去了，我們往生到極樂世界。

[二零一二淨土大經科註（第九十五集）2012/12/29
檔名：02-040-0095 (D09)無論造作什麼，統統都歸到阿彌陀佛]

7. 活在當下

抓住今天，不要想過去，也不要想未來

i) 跟你講真話，一切眾生、諸佛如來沒有例外的，活在當下，這才是事實真相。

i i) 《金剛經》上講的三心不可得，那個意思講得很深，過去心不可得，過去已經過去了，再也找不回來；現在心不可得，說現在，現在也過去了；未來心還未來，還沒來。

i ii) 這都是給我們講時間，時間是一個概念。我們明白了，善於運用，才知道，你不會著急，我這個功夫要什麼時候才能夠成就？我求往生，這一生當中能不能往生？你能把時間搞清楚之後，你把這個念頭就

放下了，能不能往生在一念。

- iv) 阿彌陀佛四十八願第十八願講得很好，臨命終那個時候，最後的一念是求生淨土，你就決定得生。

那我們應該怎麼學法？我就把現在一念當作最後一念，那我就念念在求生，哪有不生的道理！那些念佛往生的人就是這麼個道理。

- v) 不要等著，還長，這眼前還不要緊，到我臨命終時再念吧！那你就錯了，就在當下。

真正會用功的人，真正成就的人，抓住今天，不要想過去，也不要想未來，這叫活在當下。

[淨土大經解演義（第六十集）2010/6/17 檔名：02-039-0060
(Q35) 抓住今天，不要想過去，也不要想未來]

8. 求生淨土真的很容易，關鍵就是自己要放下

- i) 求生淨土真的很容易、很簡單，非常穩當，一點麻煩都沒有，關鍵就是自己要放下。
- ii) 我們之所以不能放下，就是誤會以為眼前

一切都是真實的，這是我們的病根。

iii) 所以，我們時時刻刻就觀想彌勒菩薩告訴我們的，一秒鐘一千六百兆的頻率，那是生滅的現象。

一秒鐘，我們的身、我們的心生滅多少次？
一千六百兆次，一秒鐘。

iv) 常常做這個觀想，就曉得是假的不是真的，真正知道「一切法無所有，畢竟空，不可得」，這個話《大般若經》上說的。

釋迦牟尼佛二十二年講般若，就是講這一句話，告訴大家要把事實真相看破，看破，你就真的會放下，放下，你的障礙就沒有了。你遇到淨宗的時候，你就成佛了。

[二零一二淨土大經科註（第七集）2012/10/25
(C03) 求生淨土真的很容易，關鍵就是自己要放下]

(戊) 二

會念佛 — 要點（撮要）

會念佛 — 要點（撮要）

目錄

頁次

(甲) 放下.....	1
(乙) 真信.....	5
(丙) 是心是佛.....	7
(丁) 活在當下.....	8
(戊) 老和尚怎樣念阿彌陀佛？.....	11

(甲) 放下

1. 求生淨土真的很容易，關鍵就是自己要放下

[《會念佛一要點》第19~20頁；第二部份，第8點]

i) 求生淨土真的很容易、很簡單，非常穩當，一點麻煩都沒有，關鍵就是自己要放下。

ii) 我們之所以不能放下，就是誤會以為眼前一切是真實的，這是我們的病根。

iii) 所以，我們時時刻刻就觀想彌勒菩薩告訴我們的，一秒鐘一千六百兆的頻率，那是生滅的現象。

一秒鐘，我們的身、我們的心生滅多少次？一千六百兆次，一秒鐘。

iv) 常常做這個觀想，就曉得是假的不是真的，真正知道「一切法無所有，畢竟空，不可得」，這個話《大般若經》上說的。

釋迦牟尼佛二十二年講般若，就是講這一句話，告訴大家要把事實真相看破，看破，你就真的會放下，放下，你的障礙就沒有了。你遇到淨宗的時候，你就成佛了。

[二零一二淨土大經科註（第七集）2012/10/25
(C03) 求生淨土真的很容易，關鍵就是自己要放下]

2. 真信真願，從什麼地方表現？徹底放下，一塵不染；心裡就一句阿彌陀佛，嚮往的就一個極樂世界。

[《會念佛一要點》第10~13頁；第一部份，第27點]

i) 生老病死苦在極樂世界沒有，名詞都聽不到。所以我們要用真心念佛，真信真願。

從什麼地方表現？從放下，徹底放下，一塵不染，心裡就一句阿彌陀佛，嚮往的就一個極樂世界，除這個什麼都不想，什麼念頭都沒有了。這樣念佛，功德難思。

ii) 「以此為因，則臨終正念現前，定得往生」，這個定字用得好，肯定，毫無懷疑。

「但此乃菩薩之十念」，我們能不能學？能學，學海賢就是菩薩的十念。

他十念當中一切妄念都沒有，沒有妄想、沒有雜念，在日常生活當中都放下了。

放下是《金剛經》上講的無住，放下之後最可貴的還能提起，提起是《金剛經》上講的生心。

iii) 用在我們功夫上是什麼？放下，萬緣放

下，佛法也放下；提起呢？一句佛號。

提起佛號的時候是放下，放下佛號的時候是提起，提起跟放下是同時，這就是無住生心，生心無住。

生心是提起，生心就是無住，無住就是生心，跟禪宗不謀而合，不可思議。

這是我們要學的，我們怎麼念法？就這個念法。

iv) 《無量壽經》上有，「以清淨心，向無量壽，乃至十念」。

最重要的就是清淨心，清淨心要跟無量壽結合起來，這個無量壽就是願生淨土、願見彌陀，這個願要念念相續不能中斷。

v) 無論在什麼時候、無論在什麼場所，念這句佛號，用什麼心念？用向無量壽心，用這個心。

這個心是清淨心，為什麼？裡面沒有夾雜妄想，沒有夾雜。

vi) 願生西方極樂世界，願見本師阿彌陀佛，

問我們有什麼願？就這兩個願，往生極樂世界，親近阿彌陀佛，一切都圓滿了。

絕不能夾雜別的念頭，夾雜別的念頭就是六道輪迴，出不去。

乃至十念，這就是講即使是下下等只有十念也行。這是真念佛，真心念佛。

vii) 妄心持名不能往生，為什麼？極樂世界是淨土，你心不清淨，念阿彌陀佛去不了。

這一句佛號對我們來說是幫助我們恢復清淨心的，心淨則佛土淨。

viii) 在這個世間，日常生活當中用什麼態度？逢場作戲，可不能當真，沒有一樣是真實的，都是假的。

「一切法」，一切善法、一切惡法都叫一切法，「無所有，畢竟空，不可得」。

所以一句佛號裡頭不摻雜一切法，一切法放下了，心裡就是一句阿彌陀佛，起心動念想極樂世界。

[恭節錄自《真信真願，從什麼地方表現？徹底放下、一塵不染》
二零一四淨土大經科註（第三三〇集）2016/5/11]

3. 無論造作什麼，統統都歸到阿彌陀佛

[《會念佛一要點》第17~18頁；第二部份，第6點]

- i) 我們今天怎麼辦？怎麼學？無論造作什麼，統統都歸到阿彌陀佛，穿衣吃飯、日常工作、待人接物，一切都迴向給阿彌陀佛，回過頭向著阿彌陀佛，就造這個業，除這個之外，其他的業不造了。
- ii) 記住，什麼樣造作統統歸阿彌陀佛，就對了。這一生到這個世界上來，沒有遇到阿彌陀佛以前那不談，遇到之後所有都歸阿彌陀佛，阿彌陀佛完全擔當去了，我們往生到極樂世界。

[二零一二淨土大經科註（第九十五集）2012/12/29

檔名：02-040-0095 (D09)無論造作什麼，統統都歸到阿彌陀佛]

4. 淨宗這一句名號，南無阿彌陀佛就是大徹大悟。 [《會念佛一要點》第5頁；第一部份，第13點]

[恭節錄自《念佛功德不亞於大徹大悟，念念都是定慧現前》
二〇一四淨土大經科註（第三七九集）2016/10/8]

(乙) 真信

1. 這麼大的事業，這麼簡單的方法能成就嗎？ 一句佛號能成功嗎？能。

[《會念佛一要點》第5頁；第一部份，第9點]

2. 這個道理太深了，我們不懂。深在哪裡？

[《會念佛—要點》第5頁；第一部份，第11點]

深在一切眾生本來是佛，只是一念不覺，墮落成今天這個樣子。

[恭節錄自《念佛功德不亞於大徹大悟，念念都是定慧現前》
二〇一四淨土大經科註（第三七九集）2016/10/8]

3. 信願行是淨土宗的三資糧

[《會念佛—要點》第16~17頁；第二部份，第5點]

- i) 信願行是淨土宗的三資糧，是往生極樂世界的三個條件。信，真正相信西方有極樂世界，真正相信極樂世界有阿彌陀佛，沒有絲毫懷疑。願，我真想去，我對這個娑婆世界沒有留戀，萬緣放下，連這個身體都放下，何況身外之物。什麼時候放下？現在就放下，念念都放下，念念不離阿彌陀佛，這個世界完全放下，身心世界統統放下。你看信、願、行三和合，這是往生正因。
- ii) 信願行是一而三，三而一。真正相信，你才會發願；你有願，才肯念佛。換句話說，真肯念佛，這個信願行統統都具足了。為什麼？行裡面一定有信、願，願裡面一定有信。信，不見得會有願；有願，不見得會有行。真正到肯念佛，這些條件統統具

足了。

iii) 為什麼要念這句佛號？《無量壽經》，阿彌陀佛教我們念他的佛號，他就來接引你往生。我們相信阿彌陀佛決定沒有妄語，釋迦牟尼佛決定不會騙人，你要信得過，這不是迷信。你能把這四個字，三樁事情，信、願，念佛是行，信願行叫三資糧，就是往生極樂世界三個條件，你具足這三個條件，你就是阿彌陀佛的弟子。

[(T11) 師父說 信，必定具足解行證
<https://www.youtube.com/watch?v=QAGnO5f9RvI>]

(丙) 是心是佛

[《會念佛一要點》第9~10頁；第一部份，第23至26點]

1. 佛是什麼？

佛是心，真心，不是我們這個妄心，是什麼？能生能現的心。

2. 「是心是佛」、「是心作佛」

《觀無量壽佛經》上有這樣兩句話，「是心是佛」、「是心作佛」，這兩句話都是經上的原文。

是心是佛，我剛才講了那麼多話就是這四個字，我說我們全身的細胞，細胞還是大的，細胞再分析就變成分子，分子去分析變成原子，分到最後是基本粒子，每一個基本粒子都是阿彌陀佛，它是心變的。

3. 是心是佛，哪一法不是！哪一樁事情不是佛！
4. 是心是佛，沒有一樣不是佛，用這個心來持名、來念佛。

[恭節錄自《念佛成佛 | 沒有一樣不是佛，用這個心來念佛》
淨土大經解演義（第五集）2010/4/9]

(丁) 活在當下

1. 活在當下

[《會念佛一要點》第18~19頁；第二部份，第7點]

抓住今天，不要想過去，也不要想像未來

- i) 跟你講真話，一切眾生、諸佛如來沒有例外的，活在當下，這才是事實真相。
- ii) 《金剛經》上講的三心不可得，那個意思講得很深，過去心不可得，過去已經過去了，再也找不回來；現在心不可得，說現

在，現在也過去了；未來心還未來，還沒來。

iii) 這都是給我們講時間，時間是一個概念。我們明白了，善於運用，才知道，你不會著急，我這個功夫要什麼時候才能夠成就？我求往生，這一生當中能不能往生？你能把時間搞清楚之後，你把這個念頭就放下了，能不能往生在一念。

iv) 阿彌陀佛四十八願第十八願講得很好，臨命終那個時候，最後的一念是求生淨土，你就決定得生。

那我們應該怎麼學法？我就把現在一念當作最後一念，那我就念念在求生，哪有不生的道理！那些念佛往生的人就是這麼個道理。

v) 不要等著，還長，這眼前還不要緊，到我臨命終時再念吧！那你就錯了，就在當下。

真正會用功的人，真正成就的人，抓住今天，不要想過去，也不要想像未來，這叫活在當下。

[淨土大經解演義（第六十集）2010/6/17 檔名：02-039-0060
(Q35) 抓住今天，不要想過去，也不要想像未來]

2. 這一念心一起來的時候就是阿彌陀佛，念佛要這樣念法。

[《會念佛一要點》第9頁；第一部份，第22點]

「此一句佛號，正如《要解》所示，即是眾生本覺理性，故知此介爾能念之心即是如來果覺」。這個心是真心也是妄心，妄心裡面跟真心最接近的。為什麼？起心動念，不起心、不動念是真心，起心動念就是妄心，但是介爾是剛剛起心。

在真妄的邊際上，這個心難得，用這種心念佛，就是這個地方所說的如來果覺，就是如來果覺，他不迷，他沒有惑，不迷惑，這一念心一起來的時候就是阿彌陀佛，念佛要這樣念法。

[恭節錄自《念佛成佛 | 沒有一樣不是佛，用這個心來念佛》
淨土大經解演義（第五集）2010/4/9]

3. 往生的都是用真心（念佛用真心；念完不用真心：你的真心還是妄心）

[《會念佛一要點》第14~15頁；第二部份，第2點]

i) 那要怎麼辦？世尊彌陀、諸佛菩薩教我們一個方法能消業障，就是真懺悔。真懺悔要用什麼？要用真心，你要把心改變過來，那個力量非常強大。為什麼？所有的業，無量劫來造的業，全是妄心。

- ii) 佛憑什麼救度一切眾生？憑真心。造作無量無邊罪業，妄心。把妄心換成真心，業就沒有了，就真的消掉了。這個是佛法裡最精彩的修學修因證果的依據，理論的依據，用真心什麼問題都解決了，真就不假。
- iii) 在什麼地方用？我念佛的時候用真心，念完之後我就不用真心了，你的真心還是妄心。
- iv) 一真一切真，一妄一切妄，生活用真心，工作用真心，待人接物，一切時一切處，無不是用真心，恭喜你，你這一生成就了。

[二零一四淨土大經科註（第七十九集）2014/7/20
往生的都是用真心 | 造作無邊罪業，妄心]

(戊) 老和尚怎樣念阿彌陀佛？

[《會念佛一要點》第15頁；第二部份，第3點]

我念佛確實跟你們不一樣。我心目之中盡虛空、遍法界一切眾生都是阿彌陀佛。我對一切眾生的尊敬、對一切眾生的讚歎、供養，跟對阿彌陀佛決定沒有差別。我們應當學。

[菩提心貫注在整個生命中（共一集）1999/12/24
(E26)【本來無量覺】菩提心，不是把眾生當作阿彌陀佛]

(戊) 三

補充資料

補充資料

目錄

頁次

(甲) 誠敬是聖學，是佛法修學的基本功………	1
(乙) 一切事物就是真如，是有就是空，這樣說法對嗎？……………	5
(丙) 《淨空老法師九十年譜》	
(一) 功夫：「境界現前，把念頭轉成佛號，專心！專念！」……………	7
(二) 佛法是不二法 「盡虛空遍法界是自己，是真我；全妄即真，全真即妄， <u>真妄是一不是二</u> 」……………	9
(三) 遵從佛菩薩的教誨，就是遵從自性的性德，自性的法則； <u>自他不二</u> 。	11

(甲)誠敬是聖學，是佛法修學的基本功

恭節錄自
二零一二淨土大經科註（第四六四集）2013/10/6
香港佛陀教育協會 檔名：02-040-0464

請看《大經科註》七百七十三頁，倒數第六行，我們從前面看起，前面是在第七行最後一句：

1. 「經云住大乘者，其心清淨，聞甚深法，即生信解。如是智慧猛利，信願堅固之人。唯智者、永明、中峰諸大老，方所堪能」。

前面我們學習到這個地方，我們將這幾句重複念一遍，知道經文前後脈絡連貫。這幾句話也非常重要，實在講我們多讀幾遍有好處。

2. 住大乘者，這就是發心修學大乘，大乘要有菩提心，本經教導我們，「發菩提心，一向專念」，這就是住大乘者。大乘最難得的是心地清淨，一塵不染。

為什麼？諸佛如來、祖師大德有修有證，如同經題上所說的，「清淨平等覺」。

3. 清淨心，二乘人所證得的，聲聞、緣覺；平等心，菩薩證得的；有清淨平等，才能大徹大悟，明心見性，下面這個覺字就是法身菩薩的境界，他徹悟了，他見性了。所以聞甚深法，即生信解，絲毫懷疑沒有，能信能解。

4. 這個信是真信，不是常識，是智慧。我們現在學佛，絕大多數人學的是佛學常識，是文字，沒有生智慧。

為什麼不生智慧？清淨平等心沒有得到。

這也是我們常常感到憂慮，常常提到的問題，大乘沒有傳人了。也許有，我們少見寡聞，我們沒有遇到，不敢說沒有，世界之大，人口之多，我們也有理由相信，有諸佛菩薩再來的，來救苦救難的。

5. 佛法的承傳最重要的就是真誠、恭敬，誠敬是聖學，是佛法修學的基本功。因為它不是常識、不是科學。

科學、常識沒有恭敬心可以學得到，聖學不行，為什麼？它是從真誠心裡面流露出來的，必須真誠心他才能相應，不是真誠心他不能相應，道理在此地。這就是聖學一定要講求悟處，要開悟。

佛教傳到中國將近二千年，這些理念跟方法，二千年前中國人接受了，儒接受了，道也接受了，就是接受佛法所說的戒定慧三學。

戒是規矩，定是樞紐，因戒得定，定就是清淨平等。

6. 得到清淨平等之後繼續提升，不能夠中止，不定遇到什麼機緣就豁然大悟。這個悟是見性、是證果，大乘果位是圓教初住以上，法身菩薩。

在實報莊嚴土四十一個階位，這個階位不一定是由下而上一步一步提升，不定，像讀書，他可以插班，有人生十住，有人生十行、十迴向，乃至於十地，這是我們在經典裡面常常看到的。

7. 它的根是真誠、是恭敬，真誠是住大乘者的心性，恭敬是它的起用，愈是證入深的人，待人接物表現出愈是恭敬。

像世尊所表現的，世尊心目當中一切眾生本來是佛，對一切眾生決定沒有輕視的，正因為他是佛，他對一切眾生看的都是佛。

8. 他是菩薩，看一切眾生都是菩薩；他是凡夫，看一切眾生都是凡夫。

從這個地方能看到他的境界，做為我們自己修學的參考，我們到什麼等級，完全看我們對於一切人事物的看法。

這看法不是學來的，是真功夫，決定是通過持戒、修定、開慧。

(乙)一切事物就是真如，是有就是空， 這樣說法對嗎？

學佛答問（答香港參學同修之四十五）（共一集）

2006/8/18 香港佛陀教育協會

檔名：21-334-0001

諸位法師，諸位同學，大家好。今天有二十五個提問，我們按照順序來解答，首先有四個問題是網路同學提問的。

問：第二個問題，請教「一切事物就是真如，是有就是空」，這樣說法對嗎？

答：佛菩薩這樣說法對，我們這樣說法就錯了。同樣一句話他講得對，我們講得就不對。為什麼？不是我們的境界。那你要說到什麼時候你這樣講才對？至少你把分別執著斷掉了，那就對了。你還有分別，還有執著，這個話就不是你講的，為什麼？事實的真相你沒見到。為什麼有即是空，空即是有？《心經》上天天念的，「色即是空，空即是色，色不異空，空不異色」，天天念不是你的境界！如果是你的境界，你還會去爭嗎？你就不會去爭。這是什麼原因？你執著沒放下，放下執著確實不需要競爭，一切自然、一切現成的。但是眾生被業力

拘束住，你沒有自由，你不得自在！必須把業力消除才行。業力是什麼？總的來說，就是妄想分別執著。所以會修行的人把綱領抓到，一斷一切斷，一悟一切悟，一法得到了一切法都得到了，這才叫真正究竟。

<https://www.youtube.com/watch?v=4oFHcKC3uQU>

極樂寺—社團法人台南市淨宗學會 2025年7月13日 2:32

(丙)《淨空老法師九十年譜》

(一) 功夫：「境界現前，把念頭轉成佛號，專心！專念！」

西元 2002 年 壬午 76 歲 (第 210 頁)

八月八日——九日，於澳洲淨宗學院佛七開示，有同修問：

1. 若在平常生活中，心裡偶爾出現莫名其妙的煩惱，因此產生心理上不必要的掙扎，縱然對於理事的通達，無法將之克服，請問這種現象是不是業障的現前？該如何將這個問題對治？

師答：

2. 這確實是業障現前。淨宗對治的方法就是一句佛號。

這個境界現前的時候，把這個事情不要去想它，放在一邊，佛號提起，專心念佛；把這個念頭轉過來，轉成佛號，這就對了。

3. 你能够常常轉，常常能够把煩惱習氣伏住，這是功夫得力。

我們淨宗講的功夫成片，那就是功夫得力的再加深，深到什麼？

你的煩惱習氣確實沒斷，但是你確實有能力控制。

這一句佛號常常現前，二六時中都是一句佛號，除這句佛號之外，心裡頭一個念頭都沒有，這叫功夫成片。

4. 功夫成片是念佛三昧最淺的，就是剛剛得念佛三昧。但是我們不能小看它，這一點功夫就肯定能生淨土，生凡聖同居土。

如果念佛還不能念到這樣的功夫，那你就要知道，往生淨土沒有把握。

所以沒有別的，專心！專念！

(二) 佛法是不二法

「盡虛空遍法界是自己，是真我；全妄即真，全真即妄，真妄是一不是二」

西元1998年 戊寅 72歲（第137及138頁）

四月十三日，於新加坡淨宗學會講《華嚴經略說》，共19集。開示《佛經是自性的流露》，師談到：

1. 常住法身在哪裡？就在你現前，你自己不認識，你自己不承認，有什麼法子！

清淨法身，如果你要把這四個字細細揣摩揣摩，也許你能够體悟到，就是法！世出世間一切法，一切法就是自己，盡虛空遍法界，禪宗裡面說是「沙門一隻眼」，這個人就證得清淨法身了。

2. 罷虛空遍法界是自己、是我，這是真我；罣虛空遍法界是我、是自己，然後你的慈悲心當然就生出來了。愛護眾生是愛護自己，自愛，糟蹋眾生是糟蹋自己。

所以是無緣大慈，同體大悲，罣虛空遍法界跟自己是同體的，常住真心、清淨法身，現前了。

所以說全妄即真，全真即妄，真妄是一不是二，哪裡會有個「真」，跟真對立有個「妄」，沒有這個事情！

凡是有對立的，不是佛法；有能所的，不是佛法，那是二法。

3. 你們讀《六祖壇經》，你看印宗遇到六祖的時候，向六祖請教，知道他在黃梅學過，他去向六祖請教，向惠能請教：五祖當時跟你們在一起的時候，對於禪定、解脫，他怎麼講法？

你看惠能怎麼答？禪定、解脫是二法，佛法是不二法。印宗聽了就覺悟了。

我們學佛今天就是執著在二法上，所以，永遠進不去，都在門外，怎麼樣也進不了門。

(三) 遵從佛菩薩的教誨，就是遵從自性的性德，自性的法則；自他不二

西元 1998 年 戊寅 72 歲 (第 154 及 155 頁)

十二月一日，於新加坡居士林開示《遵從佛的教誨是遵從自性的性德》。師談到：

1. 佛在《華嚴》上講「唯心所現，唯識所變」。又告訴我們「一切法從心想生」，心是能生，法是所生，你所生的這些法覺得不如意，是你能生的心跟法性不相應。

所以一切境界，不是別人變給你去享受，是你自己變現自己受用，這才是事實真相。

2. 了解事實真相，我們希望生活在一個適意的環境裡面，很適合自己意思，自己歡喜的環境裡面，我們就一定要遵從佛的教誨。

實在講遵從佛的教誨，不是遵從他的教誨，是遵從自性的性德，自性的法則。

3. 諸佛菩薩所講的是我們自性的法則，不是他的，所以他說他從來沒有說過一句話，我們要

懂得這個意思。

他所講的全部是我們自性，性德的開發，只有真正明白這個道理，了解事實，對於佛所講的話真正是五體投地，全部接納，因為這不是聽別人的。

4. 所以我們跟佛學，要知道是隨順自性，佛就是代表我們的自性。

菩薩、大聖大賢他們是性德的示現，是性德的流露，是自不是他，大乘經上常講自他不二。

5. 我們講跟別人學，總是覺得不甘心、不情願，我為什麼要聽你的？

佛菩薩這些聖賢人不是他，他正是自，你要把這個意思會過來，從這個地方建立信心。

果然能够契入，契入之後才恍然大悟，諸佛菩薩是自己性德流露出來的，十法界依正莊嚴，哪一法不是自性流露出來的？