

繫念思惟念佛法門

——幫助末法時代之念佛人

生信、發願、起行，速登蓮邦淨土

藏傳佛教修**雙身法**，非佛教



繫念思惟念佛法門

—幫助末法時代之念佛人—

生信、發願、起行，速登蓮邦淨土

蔡正元老師 著

佛菩提道之修學，應求大乘般若之實證——見道；見道已，便得次第進修而正式進入初地通達位，然後可入修道位中，次第邁向佛地。大乘般若之見道，即是禪宗之破初參明心——親證本來離念、本性清淨之自心如來藏。欲求親證如來藏者，應依真正之善知識修學。真善知識之助人見道，所言所授之法，必須有明確之次第與確實可行之法，學人方有得悟之可能。若親近假名善知識，雖有大道場、大名聲、廣大徒眾、身穿僧衣，然所說所授者皆屬似是而非之法——同於常見外道意識境界；縱使學人以畢生之身口意供養之，所得唯是常見與斷見本質之相似佛法而已，必將浪擲一世於相似佛法上，殊堪扼腕！

——佛教正覺同修會——

禪宗自從天竺流傳下來時，本來就是實證「天上天下唯我獨尊」的第八識如來藏，傳入中國以後仍然如此、法同一味，都是實證經中所說的「法離見聞覺知」的如來藏，即是經中所說「無覺觀者名爲心性」的第八識如來藏，一向不以離念或有念的靈知心作爲修證之標的。正覺同修會的實證即是第八識如來藏，正是中國禪宗古今實證者之所證；千年前提倡默照禪的有名祖師天童宏智正覺禪師，同代弘揚看話禪而享有盛譽的大慧宗杲禪師，也都明說禪宗的所悟即是第八識如來藏。如今各大道場異口同聲說：「蕭平實所弘揚的明心是證如來藏，與我們各大道場所證的『離念靈知、放下一切煩惱的覺知心』都不一樣。」這已顯示各大道場所弘揚的實證內容都是意識，而不是天童宏智正覺與徑山大慧宗杲所悟的如來藏。有智之人由此即可了知各大道場的所悟同樣都落入意識中，與常見外道的落處並無不同，差異之處只是常見外道們不用佛法名相來弘揚，而各大道場都用佛法名相，來弘揚與常見外道們一樣的意識心境界。

目錄

第一節	何謂繫念思惟念佛法門	001
第二節	如何修行繫念思惟念佛法門	021
第三節	繫念思惟念佛法門的相關教證	069
第四節	往生到極樂世界的品位如何提昇	088
第五節	念佛法門有淺有深不可輕視	106
第六節	如何提昇念佛人的修證	120

第一節 何謂繫念思惟念佛法門

念佛法門種類繁多，釋迦如來經中、菩薩論中提到的念佛法門約有三十多種。一般我們比較熟悉的念佛法門有：「持名念佛」、「觀想念佛」、「憶佛」跟「觀像念佛」，其中又以「持名念佛」最爲大家所熟悉，而且修學「持名念佛」的人也最多。爲什麼呢？因爲「持名念佛」簡單容易修學，三歲的小孩也會唸，八十歲的老翁也難不倒他，所以我們講到念佛大家都會以爲就是「持名念佛」。

「持名念佛法門」大家比較熟悉，也是因爲這一個法門是出自於《佛說阿彌陀經》，而此經流通普遍的緣故，大家對持名念佛比較熟悉。「觀想念佛法門」很多經典有提到，

大家比較熟悉的觀想念佛，乃是出自於《觀無量壽佛經》，「憶佛法門」是出自於《楞嚴經大勢至菩薩念佛圓通章》，「觀像念佛法門」是出自於《大寶積經》。而「繫念思惟念佛法門」這一個法門大家比較少聽聞，它是出自於玄奘法師所翻譯的《稱讚淨土佛攝受經》。

這一部《稱讚淨土佛攝受經》裡面有提到三種念佛法，都是屬於「繫念思惟念佛法門」。我們熟悉的「持名念佛」，其實就是這一部《稱讚淨土佛攝受經》裡面三種繫念思惟念佛法其中的一種！因為《佛說阿彌陀經》和《稱讚淨土佛攝受經》它們都是同一部經，只是譯者不同。鳩摩羅什法師所翻譯的《佛說阿彌陀經》是以意譯，依義不依文的方式譯出，字句章節不與梵文原典盡合；而玄奘法師所翻譯的《稱讚

淨土佛攝受經》是以直譯的方式譯出，遵守梵文格式，逐字翻譯，能信、達於原典意旨。因此我們可以了知《稱讚淨土佛攝受經》裡面所說的三種繫念思惟念佛法較寬廣，而《佛說阿彌陀經》所說的持名念佛法是繫念思惟念佛所含攝。

爲什麼要介紹繫念思惟念佛法門給大家認識呢？有三個原因：

第一、佛法大海信爲能入、智爲能度，尤其念佛法門若無深信、淨信，則願不切、行無力，那要相應淨土始終遙遠。如何有信呢？若不認識阿彌陀佛、不認識極樂世界，信如何生起！此繫念思惟念佛法門就是教導念佛人，如何經由智慧觀察的思惟，來認識阿彌陀佛不可思議的功德、阿彌陀佛不可思議的名號及不可思議的極樂世界功德莊嚴。透過智

慧觀察的思惟來認識瞭解；經由認識瞭解而熟悉。當念佛人認識、瞭解、熟悉此三種法後，自然能生起堅固信、能發大願、能有大力之行；因為有了信、願、行的功德成就，相信對大家的道業會有所幫助。

第二、因為大部分的念佛法都跟繫念思惟有關係，並且每一種念佛法的修行要有所成就，也都離不開繫念思惟，但多數的念佛人都不清楚這一點。

第三、除了要幫助所有發願往生極樂世界的念佛人能順利圓滿生到淨土外，並且希望藉由繫念思惟念佛法門這一個念佛正知正見的熏習，能使念佛人知道如何努力精進，讓未來往生的品位能由中品中生提昇轉進為上品中生或上品上

生。

我們舉《稱讚淨土佛攝受經》的經文來說明：

若有淨信諸善男子或善女人，得聞如是無量壽佛無量無邊不可思議功德、名號、極樂世界功德莊嚴。

先解釋此句，淨信諸善男子、善女人，淨信就是清淨信。能夠相信世間有善惡因緣果報；能夠相信世間有佛法僧三寶，也就是說十方世界有諸佛隨緣利樂有情度化眾生，十方世界有諸佛所說的法能夠讓眾生斷煩惱證涅槃。也相信十方世界有賢聖僧、有凡夫僧，他們能住持佛法，能教導眾生佛法，乃至能夠修證佛法；能夠相信佛法僧三寶，也能相信眾生有真如佛性，因為眾生有真如佛性，所以這一個世間會因

爲眾生所造的善惡業而有三界六道的生死輪迴。因此能夠相信因果、相信佛法僧三寶、相信眾生有真如佛性，具足這個信就可以稱爲淨信的佛弟子。

什麼是善男子、善女人呢？就是能夠受持三歸、五戒、行十善業的佛弟子，就可以稱爲善男子、善女人。善男子、善女人如果能夠聽聞阿彌陀佛不可思議的功德、聽聞阿彌陀佛不可思議的名號、聽聞不可思議的極樂世界功德莊嚴。注意！這裡提到有三種法，不是只有一種；也就是說能夠聽聞到阿彌陀佛不可思議的功德，這是第一種；聽聞到阿彌陀佛不可思議的名號，這是第二種；聽聞到不可思議的極樂世界功德莊嚴，是第三種。

接下來經文又說：

聞已思惟，若一日夜、或二或三、或四或五、或六或七，繫念不亂。是善男子或善女人，臨命終時，無量壽佛與其無量聲聞弟子、菩薩眾俱，前後圍繞來住其前，慈悲加祐，令心不亂。既捨命已，隨佛眾會，生無量壽極樂世界清淨佛土。

解釋這一段經文之前先說明兩個重要法義，思惟和繫念不亂。思惟有三種層次：

1. 思念、想念、憶念。
2. 以各種知見，推求、判斷其義理，進而認識瞭解。
3. 透過智慧觀察。

繫念不亂也有三種意思：

- 1．一直想沒有離開過。
- 2．心得決定，不懷疑、不動搖。
- 3．專念不散制心一處，乃至一心專念。

經文說能夠聽聞阿彌陀佛不可思議的功德，阿彌陀佛不可思議的名號，不可思議的極樂世界功德莊嚴這三種法之後，要聞已思惟。思惟就是能夠去思念、想念、記住此三種法；或是能夠以各種知見，推求、判斷其義理，進而認識瞭解此三種法；或是能透過智慧觀察此三種法，簡擇當中甚深內涵。這樣就是修學這個思惟阿彌陀佛不可思議的功德，思惟阿彌陀佛不可思議的名號，思惟不可思議的極樂世界功德莊嚴。思惟多久呢？要一天一夜乃至於七天七夜，繫念

不亂。繫念不亂就是一直想著，沒有離開過這三種法；或是心在一天一夜乃至七天七夜中，於這三種法能心得決定、深信不疑、不動搖；或是心在一天一夜乃至七天七夜中，於這三種法能專念不散乃至一心專念，這樣就是繫念不亂。能這樣修行就是「繫念思惟念佛法門」。

在這一部《稱讚淨土佛攝受經》裡面提到的「繫念思惟念佛法門」跟大家所熟悉的「持名念佛法門」，是有一些差別！有什麼差別呢？我們來想看看，你是在這一個四字洪名或是六字洪名的持名念佛當中，一心不亂比較容易？還是在思惟阿彌陀佛不可思議的功德，思惟阿彌陀佛不可思議的名號，思惟不可思議的極樂世界功德莊嚴這三種法上面去繫念不亂比較容易呢？我想大家都能夠明白，是在這三種法上

面思惟，比較容易成就繫念不亂的功德。爲什麼呢？因爲前面只在一個四字洪名的念頭上，要一心不亂，必須要有念佛三昧的功夫，必須要有定力才有辦法一心不亂。如果你沒辦法有一天一夜乃至於七天七夜念佛三昧定力，就無法一心不亂。可是在這一部經說，只要在這三種法上面一直想而沒有離開過，這樣就能夠成就這一個念佛功德。所以有這樣的一個正知見，讓大家來瞭解，念佛有很多種方式，也有很多種深淺廣狹不同的層次。因此，去思惟想念 阿彌陀佛不可思議的功德也是念佛，去思惟 阿彌陀佛不可思議的名號也是在念佛，去思惟想念 阿彌陀佛不可思議的極樂世界功德莊嚴，這個還是在念佛，這不是在打妄想。

經文接著說能夠這樣做的話，「是善男子、善女人臨命

終時，無量壽佛以及聲聞弟子、菩薩眾俱，前後圍繞來住其前。」在這裡，佛說只要這一些善男子、善女人，能夠這樣發心來念佛求往生，臨命終的時候，佛會來到這一位善男子、善女人的身邊。接下來很重要的一句話「慈悲加祐，令心不亂」！這裡很重要，因為是佛以祂的威神力來「慈悲加祐」這位佛弟子，讓他「令心不亂」。「既捨命已，隨佛眾會，生無量壽極樂世界清淨佛土。」捨報以後就會跟隨阿彌陀佛、菩薩眾等生到極樂世界。

有很多念佛人一直擔心一件事，特別是持名念佛愈久的人，他們一直在擔心未來是否能順利生到極樂世界。因為《佛說阿彌陀經》上面講說：「執持名號，若一日、若二日、若三日、若四日、若五日、若六日、若七日，一心不亂。」

平時就很有功在持名念佛，參加念佛精進共修或是在家裡面用功念佛，求一心不亂。等過了三年、五年乃至十年、二十年，終於漸漸能夠有一點一心不亂的功夫。可是他又擔心一件事，就是說：雖然現在能夠一心不亂，可是《佛說阿彌陀經》上面又說：「是人終時，心不顛倒，即得往生阿彌陀佛極樂國土。」所以他又擔心：在臨命終的時候，會不會因為業力或是病苦的關係心顛倒了，沒辦法提起念佛求往生的正念？會不會因此障礙我往生極樂世界？有這樣的一個擔心！

在此我們舉這一部《稱讚淨土佛攝受經》裡面提到的這一個「繫念思惟念佛法門」，來告訴大家其實不用擔心。也就是說，只要你是清淨信的善男子、善女人，平時能夠信受

因果、信受三寶、信受眾生有真如佛性。能夠受持三歸、受持五戒，行十善。平時能夠依止善知識，熏習正知見，斷除種種惡法、修種種善法或修學菩薩六度萬行。只要這一生中，有依《稱讚淨土佛攝受經》裡面提到的這一個「繫念思惟念佛法門」一天一夜乃至於七天七夜來修行（持名念佛即是此三種繫念思惟念佛的第二種繫念思惟阿彌陀佛不可思議的名號所含攝，這個道理稍後再說），那這些都是經上所說的善男子、善女人；臨命終的時候你不用擔心，佛說會來你身旁，以祂的威力慈悲加祐你，令你心不散亂。不會因為業力的關係、也不會因為病苦的關係，無法提起念佛求往生的正念。

所以你如果是持名念佛的善男子、善女人，你不需要因為沒辦法執持名號一心不亂而擔心：是不是能夠往生極樂

世界？或是擔心：臨命終時，因為業力或是病苦的關係，沒辦法提起念佛求往生的正念，這樣是否能順利往生極樂世界？在這裡要告訴你不需要去擔心這個事，因為在這一部經中，佛說得很清楚也很明白，也幾乎是一種保證。也就是說，在臨命終的時候會來你身旁，慈悲加祐你，令你心不散亂。讓你不會因為業力的關係或病苦的關係，沒辦法提起念佛求往生的正念。在這裡讓大家瞭解這一個道理：我們念佛應該要擔心的是另外一件事，也就是說：我要怎麼樣念佛，才能夠使我的品位提昇？

基本上只要是清淨信的善男子、善女人，他只要發願念佛求往生，其品位依據《觀無量壽佛經》上面的九品往生來說，至少都是中品中生以上。而且這裡佛又說，會慈悲加祐，

令心不亂。所以你不需要擔心能不能往生的問題。因為下品往生的是那些在世造惡業的眾生，不恭敬三寶也不修學種種的善法，少善根福德因緣的人。這些眾生，他們在臨命終的時候，若能夠遇到善知識跟他講極樂世界的功德莊嚴，跟他說阿彌陀佛的殊勝大願，這樣只要他能夠生起歡喜心、讚歎心，然後能夠發願要往生極樂世界，能夠具足稱念阿彌陀佛十念。這種造惡業的眾生也都能夠下品往生，何況這些清淨信的善男子、善女人，受持三歸、五戒、行十善的佛弟子，哪裡會不往生呢！絕對沒有這個道理。

所以我們不需要擔心能不能往生極樂世界，是一定能夠往生；要擔心的只是說：那品位到底是要用什麼辦法，才能夠從中品中生往上提昇到上品中生或是上品上生？這

個相信各位在聽聞完佛教正覺同修會所講的《念佛三昧修學次第》以後，大家就知道要用什麼方法才能提昇品位，只要照著去做就沒問題。這裡提到的繫念思惟這三種法的念佛法門，是爲了讓大家更具足信心；有十足的信心，才有餘力發起大願；信、願具足才能行菩薩行，才能上品往生。

爲了讓大家對《稱讚淨土佛攝受經》裡面所說的「繫念思惟念佛法門」更有信心，我們來介紹一下這部經的翻譯者，就是玄奘法師，讓大家瞭解，使大家能夠對這一部經，生起一個不懷疑、能受持、能夠依經來修學奉行的一個信心。

玄奘法師是中國一位偉大的譯經家，他是生在隋末唐初年代的人。玄奘法師也是一位通達經律論三藏的三藏法師，

他所翻譯的經典特別注重「信」與「達」。信就是說，他所譯的經典能夠忠於原經典；達呢，就是說，他所譯的經典能夠如實通達於佛經的意旨，也就是說他所譯的這些經論能夠遵守原來梵文的格式、義理，逐句逐字來翻譯。所以他所譯的這些經論的文字章句、文字章節，能夠跟梵文的格式義理契合，能夠跟梵文原經典完全相吻合，能夠忠實傳譯佛經的原典意旨。

另外有一個玄奘法師的事跡，我們順便提一下；玄奘法師曾經在當時印度佛教最高學府那爛陀寺，跟戒賢大師修學佛法。當時戒賢大師已經是一〇六歲，德高望重，因為戒賢大師精通大小乘三藏、外道的論典。所以當時的學佛人都不敢直接稱呼戒賢大師的名字，都以「正法藏」——因通達經

律論三藏——來稱呼祂，所以又稱爲法藏大師。玄奘法師在天竺的時候，就是跟戒賢大師（法藏大師）來修學佛法。所以祂也精通了大小乘的三藏經論，並且玄奘法師也曾經遊化五印度前後達十七年之久。回國前應印度戒日王的邀請，主持了曲女城法義無遮辯論大法會。曲女城無遮辯論大法會是佛教史上一件很重大的事情，參與盛會的有五印度大小乘的沙門、婆羅門、外道義解之徒，大約有七千多人參與盛會，場面非常的壯觀。玄奘法師當論主，祂以《制惡見論》一千六百頌，立「**真唯識量**」的論義，來開示參與大會的人。並且跟大眾宣稱：如果祂所說的論義，有一個字沒有道理，能夠被質疑、問難而破斥，那就請把祂的頭砍去！祂說了這樣的一個重話。經過了前後十八天，始終沒有一人能夠發現玄奘法師的論義有錯誤的地方。因此玄奘法師聲威遠播，名

震五印度，戒日王禮拜祂為老師；大乘的修行人尊稱祂為「大乘天」，就是大乘佛法最高的修行、最高的成就者；小乘的修行人尊稱祂為「解脫天」，因為小乘就是修解脫道，而解脫道最高的成就，就是證得四果解脫。

從這個事跡我們就可以瞭解到，玄奘法師對佛法義理上面，所要求的準確度、精確度，是值得我們信賴，也是無庸置疑的；所以祂所翻譯的經典，確實能夠忠實來傳達佛經原來的意旨，也能夠通達於佛法的意旨。因此在這部《稱讚淨土佛攝受經》裡面所提到的：繫念思惟 阿彌陀佛不可思議的功德，思惟 阿彌陀佛不可思議的名號，思惟不可思議極樂世界的功德莊嚴。這種繫念思惟念佛法，確實是佛所說的一種念佛法門；而且這個繫念思惟念佛法門義理寬廣，持名

念佛就是屬於這法門裡面的第二種，繫念思惟 阿彌陀佛不可思議的名號所含攝。這個道理，我們後面會繼續為大家來解說，所以對於這個法門我們要有絕對的信心。

第二節 如何修行繫念思惟念佛法門

繫念思惟念佛法門的修行方法有深、有淺、有廣、有狹，可隨眾生的根性、智慧、福德、時間等差別而隨意修學，都能成就往生極樂世界的功德。此法門三歲小孩修得，八十歲老翁也行得。修行這個法門另有一些殊勝利益，也一併為大家解說：

- 1．能夠滅掉眾生八十億劫的生死重罪。
- 2．平時能夠被佛的妙光所攝受、護念。
- 3．臨命終的時候，佛會來你身旁慈悲加祐，令你心不顛倒、散亂。
- 4．若有定慧之正知見，可漸次成就有相念佛三昧、無

相念佛三昧乃至實相念佛三昧。

5. 能增益聖道門，菩薩三學六度之修行，成就上品往生的功德。

前一節提到繫念思惟念佛，就是把心念放在三種法上面來思惟。也就是去思惟阿彌陀佛不可思議的功德，思惟阿彌陀佛不可思議的名號，思惟不可思議的極樂世界功德莊嚴；這樣繫念思惟一日一夜乃至七日七夜，不離不散失此三種法，就能成就。

思惟和繫念不亂，有三種層次不同。可隨個人因緣，任意修學，都可以成就。

第一：思念、想念、憶念 阿彌陀佛不可思議的功德，思念、想念、憶念 阿彌陀佛不可思議的名號，思念、想念、憶念不可思議的極樂世界功德莊嚴。一直思念、想念、憶念此三種法，一日一夜乃至七日七夜沒有離開過。（憶念就是記住不忘。）

第二：以各種知見推求、判斷 阿彌陀佛不可思議的功德之義理，進而認識瞭解 阿彌陀佛不可思議的功德。最後能於 阿彌陀佛不可思議的功德，心得決定，不懷疑、不動搖。

以各種知見推求、判斷 阿彌陀佛不可思議的名號之義理，進而認識瞭解 阿彌陀佛不可思議的名號。最後能於 阿

彌陀佛不可思議的名號，心得決定、不懷疑、不動搖。

以各種知見推求、判斷不可思議的極樂世界功德莊嚴之義理，進而認識瞭解不可思議的極樂世界功德莊嚴。最後能於不可思議的極樂世界功德莊嚴，心得決定，不懷疑、不動搖。

這裡所說的各種知見，有世間善法知見和佛弟子出世間正知見，皆可隨緣修學，都可以成就。

第三：以智慧觀察 阿彌陀佛不可思議的功德，以智慧觀察 阿彌陀佛不可思議的名號，以智慧觀察不可思議的極樂世界功德莊嚴；能於此三種法，專念不散失乃至一心專念。這裡所說的智慧觀察，可隨佛弟子修證三乘菩提所得之

斷我見、證我空及證實相等差別智慧來觀察。專念不散失乃至一心專念，是指繫念一處，從有覺有觀、無覺有觀到無覺無觀，皆可隨緣修學，都可以成就。簡單的說就是**定慧等持**，**止觀雙運**，來繫念思惟此三種法。此法的修學，若得善知識傳授正知見的善緣，可以親見自性彌陀，證悟法界實相；亦可因離開諸無明煩惱相，就與阿彌陀佛大願相應，而入蓮華藏世界海（華嚴世界海）親見極樂世界。

把心念放在這三種法上面：要怎麼樣來思惟這一些法，才能夠成就這一個念佛的功德，臨命終的時候才能夠順利往生極樂世界？在這裡我們就略說，要繫念思惟哪些法。因為阿彌陀佛的功德是無量無邊不可思議，說之不盡；但因為智慧有限、時間有限，所以這裡只能夠略說。修行繫

念思惟念佛法門有一個前提，大家不要忘記！就是必須是淨信善男子或善女人來修學，才能成就。淨信就是能夠相信世間有善惡因緣果報，能夠相信世間有佛法僧三寶。也就是說十方世界有諸佛，以不同之佛身（應身、化身、報身）在隨緣利樂有情、度化眾生。十方世界有諸佛所說的法，能夠讓眾生斷煩惱證涅槃。也相信十方世界有賢聖僧，有凡夫僧，他們能住持佛法，或教導眾生佛法乃至能夠修證佛法。能夠相信佛法僧三寶，也能夠相信眾生有真如佛性。因為眾生有真如佛性，所以這一個世間會因為眾生所造的善惡業，而有三界六道的生死輪迴。因此，能夠相信這一個因果、相信佛法僧三寶、相信眾生有真如佛性，具足這個信，就可以稱為淨信的佛弟子。善男子、善女人呢？就是能夠受持三歸、五戒、行十善業的這一些佛弟子，就可以稱為善男子、善女人。

一、如何繫念思惟阿彌陀佛不可思議的功德？

有人說 阿彌陀佛的功德無量無邊，所以他不知道該從何想起，不知道要怎樣來思惟是哪些的功德。這樣是不可以思惟清楚的，也就是說我們在修學這個法門，繫念思惟阿彌陀佛不可思議的功德這一個修行法，必須要很明確的瞭解到、思惟到 阿彌陀佛到底有哪些的功德，是我們應該要去繫念思惟的？在這裡我們就舉 世親菩薩所造的《往生論》當中所說的一些內容來介紹。在 世親菩薩的《往生論》當中，有提到五種念佛法門，又稱五念門。分別為禮拜門、讚歎門、作願門、觀察門及迴向門，這五種念佛法門。眾生如果能夠修學這五種念佛法門，一定能夠往生極樂世界，而且

品位能夠不斷的增上。

「禮拜門」就是用眾生的這個身業，這個色身來恭敬禮拜阿彌陀佛；所以禮拜阿彌陀佛就是一種念佛法門，大家也應該有這個正知見。「讚歎門」就是以持名念佛來讚歎阿彌陀佛，也跟剛剛我們所提到的思惟阿彌陀佛的名號功德，都是同樣的一個道理；因為佛的聖號就是代表萬德洪名的緣故，所以持名念佛也是屬於這裡的「讚歎門」所含攝。

「作願門」這個也是一種念佛法，也就是說心常常要發願往生極樂世界，心裡面常想著這個願，有一種渴求、有一種希望要往生極樂世界，非常願意要往生極樂世界，心裡面常常有這樣的一個願求，這個就是「作願門」，所以發願也是一種念佛法門。

「觀察門」在《往生論》裡面這個「觀察門」，世親菩薩說要以智慧觀察三種法：第一、智慧觀察極樂世界的國土莊嚴，就是我們第一種提到的繫念思惟極樂世界的功德莊嚴；第二、智慧觀察阿彌陀佛的功德莊嚴，也就是繫念思惟阿彌陀佛不可思議的功德莊嚴；第三、智慧觀察極樂世界的菩薩功德莊嚴。所以簡單來說，智慧觀察這個念佛法門就是繫念思惟念佛法門，而且繫念思惟念佛法門含攝的範圍就比較廣。在五念門（五種念佛法門）裡面，包括「讚歎門」、「作願門」、「觀察門」，都是屬於這一個繫念思惟念佛法所含攝，這個道理也讓大家瞭解。「迴向門」就是將自己修學此五種念佛的善根功德來迴向，不求自身安樂，但願眾生離苦，發願度一切眾生同生極樂世界。接下來我們就開始介紹要怎麼樣來思惟阿彌陀佛不可思議的功德。

在《往生論》裡說 阿彌陀佛的功德莊嚴有八種：第一、座莊嚴，第二、身莊嚴，第三、口莊嚴，第四、心莊嚴，第五、眾莊嚴，第六、上首莊嚴，第七、主莊嚴，第八、不虛作住持莊嚴。

（一）思惟 阿彌陀佛的座莊嚴：阿彌陀佛有一個法座，這個法座是無比的莊嚴，無比的殊勝。這個法座是無量大寶王所莊嚴而成的，這個無量大寶王所莊嚴而成的法座，是一個微妙清淨的蓮花寶座。這個微妙清淨的蓮花寶座可以在十方世界，也就是東西南北、東南、東北、西南、西北、上下十方，在十方世界，隨 阿彌陀佛的心意自在變現，作種種的佛事來利樂有情、度化眾生，是非常不可思議的一個寶座。

(二) 思惟 阿彌陀佛的身莊嚴：阿彌陀佛佛身的相、好、光明，超越一切眾生之上。也就是說 阿彌陀佛的應身、化身具有三十二種大人相，具有八十種隨形好。而阿彌陀佛的莊嚴報身，則具有八萬四千種相，每一種相都有八萬四千種好，每一種好都有八萬四千種光明，這個就是 阿彌陀佛的莊嚴報身。至於 阿彌陀佛的清淨法身呢？這個就如同《華嚴經》上面所說的，佛的清淨法身有無量相、無量好，這個就是 阿彌陀佛身莊嚴。

(三) 思惟 阿彌陀佛的口莊嚴：要怎麼樣思惟 阿彌陀佛的口莊嚴呢？阿彌陀佛音聲微妙，柔軟悅耳！聽聞 阿彌陀佛音聲的人不分遠近，聲音都是歷歷分明如在耳邊，就好像在你耳朵旁邊說話，不管你人在多遠都是很清楚，這個是

不可思議。又阿彌陀佛說法的時候，這個法音是秘密不可思議的！阿彌陀佛所說的法，能夠隨有情的根基不同，在一個音聲當中來演說無量無邊的妙法，讓有情各個聽聞自己相應的法。也就是說在同一個音聲當中，在座的每一位都能夠聽到不同的法，而這一些不同的法都是跟自己所相應的法，實在是不可思議！在一個音聲當中，每一個人所聽到的法各個不相同，而且都是自己相應之法，這個就是阿彌陀佛的口莊嚴。

（四）思惟阿彌陀佛的心莊嚴：阿彌陀佛的心如同地、水、火、風、虛空一般無分別，爲什麼說阿彌陀佛的心如同四大虛空一般不分別呢？我們先來瞭解這個四大、虛空它能夠成就什麼？它不分別什麼？就是說四大、虛空它能夠成

就有情的五陰世間，也就是說有情的五陰這個色身是四大虛空所成就的。另外四大、虛空它也能夠成就十方世界的器世間，也就是說山河大地，這一個國土也是四大、虛空所成就的。當四大、虛空在成就這個有情的五陰色身的時候，它不會分別。不會因為這個是好人，我就成就他的身體好一點；那個是壞人我就不成就他的身體，或是成就他的身體差一點。不會！當它在成就眾生色身的時候，它是平等無分別，一體成就。隨順眾生的善惡業，平等無分別，一體成就，所以稱為無分別，稱為不分別。

又這個四大、虛空在成就器世間的時候，它也是一樣，不會因為這一個器世間是三善道的器世間，我便成就它；那個是三惡道的器世間，我便不成就它。不會！它在成就十方

世界的淨土或是穢土或是六道的器世間時，也是一樣平等無分別，隨眾生的共業，隨眾生的種種別業，及佛菩薩種種的淨業之不同，都一體成就，平等無分別，因此說是不分別、無分別。

阿彌陀佛的心就如同四大、虛空一般無分別，這個無分別是一種智慧，不是像木塊石頭一樣的無分別！這是一種無分別智。也就是說阿彌陀佛心的這一種無分別智，是因為通達一切法空性如來藏，所成就的一個無分別智。也是由於福德、智慧圓滿，而成就了這個無分別智。所以這一種無分別心，祂是一種智慧，是無分別的智慧。這一種無分別心，雖然不知、不見，卻是無所不知、無所不見。簡單的來說，阿彌陀佛這一個無分別心的心莊嚴，具體表現出來的，就是

極樂世界天樂鳴空、泉水說法等不可思議微妙甚深之法。這一些都是阿彌陀佛的心莊嚴所成就的，這個就是心莊嚴的思惟觀察。

（五）思惟眾莊嚴：往生阿彌陀佛極樂世界的天、人、聲聞、菩薩，都是蓮花化生。蓮花是出淤泥而不染，所以蓮花就是代表沒有染污的花，代表清淨的花。這一個花又有法的意思，所以這一個清淨的花，沒有染污的花所化生；也就是代表在極樂世界受生的這些天、人、聲聞、菩薩，他們都是清淨的法所化生。

那什麼是清淨的法呢？愚癡、無明的法是清淨法？還是覺悟、正覺的法是清淨的法呢？當然是覺悟的法、當然是正

覺的法，是清淨的法；不會是愚癡的法、不會是無明的法是清淨的法。所以這個蓮花化生，也就是代表著清淨的法、正覺的法所化生，所以是無比的莊嚴。簡單來說，就是極樂世界的這些大眾「天、人、聲聞、菩薩」，都是仰仗阿彌陀佛的清淨法，阿彌陀佛的清淨智海所化生，就是阿彌陀佛的清淨法界所化生。因為是阿彌陀佛的清淨法界所化生，所以他們都具有三十二種大人相，都是無比的莊嚴，這個就稱為眾莊嚴。

（六）思惟上首莊嚴：極樂世界阿彌陀佛的上首弟子是誰，各位知道嗎？極樂世界阿彌陀佛的上首弟子，就是觀世音菩薩跟大勢至菩薩。這兩位大菩薩當然是無比的莊嚴，也就是說極樂世界這個上首弟子，這兩尊大菩薩他們猶

如須彌山王一般，勝妙無比。須彌山就是這個世界最高的山，也就是妙高山。這個妙高山是高大無比，而且如如不動搖，也就是說這兩位上首弟子，他們的功德高大無與倫比；他們在度化眾生的時候，不為一切境界所動搖，所以是無比莊嚴。因此就稱阿彌陀佛上首弟子，是無比的莊嚴，猶如須彌山一樣高大、不動搖，因此就稱為上首莊嚴。

（七）思惟主莊嚴：什麼是主莊嚴呢？也就是說阿彌陀佛祂是極樂世界的國主，而且祂常常被具有三十二種大丈夫相的天、人、聲聞、菩薩大眾，所恭敬圍繞、恭敬瞻仰。因此這一些具有三十二種大丈夫相的天、人、聲聞、菩薩大眾，恭敬圍繞阿彌陀佛，恭敬瞻仰阿彌陀佛。這樣就顯現出這個淨土國主，就是阿彌陀佛有無比的莊嚴，這個就是

主莊嚴。

（八）思惟不虛作住持莊嚴：阿彌陀佛是極樂世界國土的國主，也是住持佛法的法主。阿彌陀佛以四十八大願來攝受已往生、當往生、今往生的一切眾生，凡是往生到極樂世界，都能見佛聞法，也必定得不退轉於佛道，必定得阿鞞跋致的功德。因為這樣的緣故，所以阿彌陀佛有不虛作住持的功德莊嚴。

繫念思惟阿彌陀佛不可思議的功德，修學此念佛法的目的是爲了什麼？是爲了知阿彌陀佛，具足無量不可思議的功德、具足無量的莊嚴。能夠對阿彌陀佛生起絕對的信心、生起清淨不懷疑的信心，能夠樂於歸命阿彌陀佛，

樂於發願念佛求往生，這個就是修學這一個繫念思惟念佛法門的主要目的。

此外 阿彌陀佛及諸佛皆有二德：一、法身德，常住不滅，清淨法性之身。二、般若德，覺悟一切諸法實相，得一切種智。三、解脫德，遠離一切煩惱，證無住涅槃。又阿彌陀佛及諸佛皆有五分法身功德：一、戒身，謂如來身口意諸業，永離一切過非。二、定身，謂如來心真寂靜，永離一切妄念。三、慧身，謂如來四智圓明，通達法性。四、解脫身，謂如來之身心，解脫於一切繫縛。五、解脫知見身，謂如來證得四種涅槃，於解脫法之正知、正見，圓滿具足。若念佛人通達諸佛種種功德，皆可隨緣加以思惟，亦可成就念佛功德。

二、如何繫念思惟阿彌陀佛不可思議的名號

要怎麼樣來繫念思惟阿彌陀佛不可思議的名號呢？要思惟阿彌陀佛不可思議的名號之前，我們先要來了知阿彌陀佛具有什麼樣的功德，具有什麼樣的莊嚴。有人會說因為阿彌陀佛無量數劫修種種難行之行，度無量無邊的眾生，成就了無量功德，成就了無量莊嚴。就如同前面所說阿彌陀佛的功德無量、莊嚴無量，既然有無量的功德、無量的莊嚴，那要以什麼來代表這個無量的功德跟無量的莊嚴呢？這個很簡單，每一尊佛皆有一個名號，這個名號就稱為萬德洪名，佛無量的功德莊嚴都可以用一個名號來代表。

也就是說我們可以用「阿彌陀佛」四字洪名的聖號，來

代表 阿彌陀佛無量的功德、無量的莊嚴。所以 阿彌陀佛的名號就是具有不可思議的功德，所以藉由 阿彌陀佛的名號來持名稱念 阿彌陀佛，或是經由聖號的認識心念 阿彌陀佛，這個就是在讚歎 阿彌陀佛無量的功德，讚歎 阿彌陀佛無量的莊嚴。所以持名念佛或是心念佛，就是在讚佛，也就是在修學繫念思惟 阿彌陀佛不可思議的名號。

爲什麼 阿彌陀佛的名號是不可思議呢？因爲它是萬德洪名的緣故，也因爲藉由 阿彌陀佛這個聖號來稱念 阿彌陀佛，藉由這個名號來想念 阿彌陀佛、思念 阿彌陀佛、憶念 阿彌陀佛時，《觀無量壽佛經》說這樣能夠滅掉眾生八十億劫的生死重罪。因爲這個緣故，所以說 阿彌陀佛的名號不可思議。又因爲 阿彌陀佛名號具有無量壽、無量光的意思，

所以不可思議。

無量壽：因為娑婆世界人壽，滅劫時最少為十歲，增劫時最多為八萬四千歲，而阿彌陀佛的壽命有無量阿僧祇劫。不僅阿彌陀佛的壽命是無量壽，連往生到那裡的有情，因為阿彌陀佛的護念攝受，他們也同樣成就了無量阿僧祇劫的壽命，也都是無量壽，因為這樣所以稱為不可思議。

無量光：因為阿彌陀佛恆常普放無量無邊的妙光，而且這些無量無邊的妙光能夠遍照十方一切佛土，能在十方一切佛土上作種種的佛事，利樂有情、度化眾生，沒有障礙。因此說不可思議！有些人有疑惑，說阿彌陀佛的妙光作哪些佛事？在此為大家解說一下。阿彌陀佛的妙光，能夠化作

無量的佛身，來接引十方的有緣眾生。只要十方世界眾生，念阿彌陀佛，發願求生極樂世界的時候，就能夠跟阿彌陀佛的妙光相應，能夠被阿彌陀佛的妙光所攝受、護念，這個就是以妙光作佛事。

又眾生如果能夠以至誠心，歸命禮拜阿彌陀佛；或是以至誠心，來稱唸阿彌陀佛；或是以種種的偈頌，來讚歎阿彌陀佛；也常能夠在夢中或是定中，感應阿彌陀佛的示現，或是見到阿彌陀佛種種的威神光明，這個也是妙光作佛事。或是有人能夠深心，來發露、懺悔自己的業障罪障，也能夠感應佛來摩頂放光，這也是妙光作佛事。或是有人以至誠心、深心，來迴向發願；將自己修學正法、護持正法的善根功德來迴向，不求自身安樂，但願眾生離苦；發願度一

切眾生同生極樂世界，也一樣常常能夠感應到佛的種種瑞相，這也都是妙光作佛事。

另外有眾生想念佛、思念佛、憶念佛，在冥冥當中，佛也都會以佛光來加被，消除眾生的罪障、業障，這個也都是妙光作佛事。另外阿彌陀佛也常常在十方世界一切佛土，隨緣應化利樂有情。譬如在唐朝國清寺有豐干禪師跟寒山、拾得兩位貧士，相傳他們就是阿彌陀佛跟文殊菩薩還有普賢菩薩的化身，這個也都是妙光作佛事，因此說阿彌陀佛的名號具有不可思議的功德。

阿彌陀佛無量無邊的妙光，遍照十方一切佛土，就在我們身旁。這些不可思議的妙光，猶如電波，當收音機調對頻

率就能聽到聲音，當電視機調對頻率就能看到影像及聽到聲音。同樣道理，當眾生心念佛、憶佛、想佛、思惟佛，或心念正法、或發菩提心、或發菩薩願、或行菩薩道，也都能跟佛妙光相應，被佛所攝受，被佛所護念。又此妙光，能化作妙色、妙音、妙香、妙味、妙觸、妙法，作無量無邊的佛事。因爲一切法由心生的緣故，而阿彌陀佛於心得大自在，故於一切法能得大自在，因此說阿彌陀佛的名號不可思議。

繫念思惟 阿彌陀佛不可思議的名號，修學這個念佛法，它有一個目的，就是要能夠去了知：阿彌陀佛的名號就是代表阿彌陀佛無量的功德莊嚴，藉由名號來稱唸、想念、思念、憶念阿彌陀佛，能夠滅掉眾生八十億劫的生死重罪，能夠跟佛的妙光相應，能夠被佛的妙光所攝

受。因此眾生就樂於來念佛、想佛、思惟佛，樂於來歸依佛，樂於來歸命佛。這個就是修學繫念思惟阿彌陀佛不可思議的名號，這一個念佛法的主要目的。

此外由玄奘法師所翻譯（直譯）的《稱讚淨土佛攝受經》和鳩摩羅什法師所翻譯（意譯）的《佛說阿彌陀經》中，能夠了知繫念思惟阿彌陀佛不可思議的名號，有含攝持名念佛的意思。由世親菩薩所造的《往生論》，五念門之讚歎門中，也能夠了知持名念佛就是稱讚阿彌陀佛不可思議的功德；而且經中所言，萬德洪名就是以名號來代表佛無量的功德。綜合這些論述，我們可以知道繫念思惟阿彌陀佛不可思議的名號，這一個念佛法，可以用持名念佛的方式來修學，也能以思惟及憶念的方式來修學。

也就是執持 阿彌陀佛的聖號，稱唸 阿彌陀佛的聖號，或是藉由這個名號來想念 阿彌陀佛、思念 阿彌陀佛、憶念 阿彌陀佛、心念 阿彌陀佛，都是屬於這個繫念思惟念佛法的修學。所以繫念思惟念佛法門比較寬廣，持名念佛是其中所含攝的一種念佛法，這個道理在這裡讓大家瞭解一下。

三、如何繫念思惟不可思議的極樂世界功德莊嚴

(一) 思惟極樂世界有情無有一切身心憂苦，極樂世界是一個非常殊勝的世界。在那個世界的一切有情，他們沒有身心種種的憂苦，不像娑婆世界有種種的身苦、心苦。身苦上面有生老病死苦，有冷熱痛癢之苦；心上面有求不得苦、愛別離苦、怨憎會苦，還有種種的五陰熾盛身心之苦，此外還有種種的憂慮、恐懼、不安。這個娑婆世界的眾生身心，就是飽受這無量的憂苦。

在極樂世界的有情，他們壽命無量，而且不會生病，他們不需要辛苦工作。不像娑婆世界的有情，每日都要辛苦工作，才能求得三餐溫飽。在那裡日常生活所需，都能夠隨意

變現；而且不會有種種的意外災難，不會有天災人禍，也沒有三災八難，一切都是順心如意。不僅身心沒有種種的憂苦，相反的在那裡的有情，身心常受種種的歡喜快樂，是一個令人嚮往的世界。

（二）思惟想吃飯的時候，七寶鉢器自然會化現在眼前，而且百味飲食自然充滿其中，酸鹹辛淡皆如各人所欲。人們不會因為美味就過量而食，食後自然消化，散於身分肢節，沒有大小便穢。也可以見色聞香，以意為食，就可以飽滿。吃飽以後體力增長，身心柔軟；不會像娑婆世界，吃飽飯就會昏沉。而且不會有種種美味的貪愛跟執著，不像娑婆世界，吃到好吃的，聞到好聞的香味，就會念念不忘，過了三年五年，都還想著什麼時候還要再去吃，都是有種種的貪

愛跟執著。而且極樂世界吃完以後，鉢器飲食自然化去，不需要人們善後整理，真是令人歡喜快樂。

（三）思惟極樂世界沒有三惡道，沒有地獄、餓鬼、畜生。不像娑婆世界，如果五戒沒有持好，就會失掉人身；如果造作種種的惡業，就會下墮三塗，一墮下去，時劫都是很久遠。而且佛說過，娑婆世界得人身者如爪上土；失人身者如大地土。所以那裡有情不用擔心下墮的問題。爲什麼這樣呢？因爲極樂世界有情都是蓮花化生，只要是蓮花化生，心性都是調柔，少貪瞋癡，甚至不會有貪瞋癡。因爲沒有貪瞋癡，所以就不會感得地獄、餓鬼、畜生的果報，所以極樂世界沒有三惡道。

(四) 思惟極樂世界的有情都具有三十二種大丈夫相，非常的莊嚴。而且在那個國土沒有婦女，沒有男女淫慾的事，沒有男女情愛的事，因此不會有種種的貪欲，也不會因為貪欲而下墮，所以那裡是一個清淨世界。

(五) 思惟極樂世界氣候是非常的溫和、涼爽、舒適，它不會太冷，不會太熱；不像娑婆世界，冬天大冷，夏天大熱。在那裡也不會有強風大雨，也不會有水災、火災、風災甚至地震等，是一個令人心曠神怡的世界。

(六) 思惟極樂世界不像這個娑婆世界，到處都有大小江海，到處都有高低的山谷深坑，種種險惡的地理環境。那裡的大地是寬廣平正的，那裡的大地沒有種種的險惡，是因

爲那裡的有情眾生，他們的心地都是清淨平等；因爲心地清淨平等，所以感得大地是寬廣平正。而娑婆世界的眾生，因爲心地不清淨，有染著，有貪、瞋、癡、慢、疑、種種惡見的煩惱，所以感得種種險惡的大小江海，高低山谷深坑，因爲心不平所以地不平。

（七）思惟極樂世界遍地都是黃金，而且在遍地黃金當中，還有無量的妙寶夾雜其中，非常的殊勝莊嚴。這些無量的妙寶，包括金、銀、琉璃、水晶、車渠、赤珠、瑪瑙等。而且這個黃金寶地，地面都是潔淨柔軟的，腳踩在上面猶如棉花一般，有微妙的樂觸；不像娑婆世界的大地，都是堅硬的。那裡的大地都是柔軟的，這也是因爲眾生心性的不同。極樂世界眾生心性調柔，是柔軟的；娑婆世界眾生心性是

剛強難以調化的，所以顯現出來的世界大地就是不一樣。這一些黃金寶地不僅普放光明，而且有種種的香氣，隨處飄散，令人歡喜快樂。

（八）思惟極樂世界有種種的宮殿樓閣，有些宮殿樓閣矗立在地面，有些宮殿樓閣飄浮在空中。這些宮殿樓閣能夠隨人們的心意變大變小，有些是一寶所莊嚴而成，有些是二寶乃至七寶所莊嚴而成的。這些宮殿樓閣的殊勝莊嚴，都勝過他化自在天天主所住的宮殿百千萬倍；這些七寶宮殿都是諸上善人所居住的處所，也是大家聚會講經說法的地方。

（九）思惟極樂世界這些宮殿樓閣外面，有排列整齊的七寶樹，這些七寶樹高大莊嚴，色彩繽紛。樹的上面還覆蓋

著由金縷線貫串真珠、百千雜寶而成的寶羅網，是一個非常美麗莊嚴的景象。

（十）思惟極樂世界常常有奇特的妙風，會從四面吹向七寶樹、七寶羅網，會發出微妙的音聲。此微妙音聲，猶如百千種樂器，同時在演奏一般，令人歡喜快樂。眾生聽聞此音聲後，會有所警覺！會生起念佛、念法、念僧的善心和善念。不像在娑婆世界，聽聞悅耳的音聲就會貪愛執著，甚至忘了應該要在道業上去精進用功，會懈怠。這一些微妙的音聲也會演說種種的妙法，非常奇特而不可思議。

（十一）思惟極樂世界的七寶樹，樹跟樹間能夠映現出十方佛國的莊嚴景象，包括世界的人民、他們在做什麼事，

以及世界的種種莊嚴物，都能看得一清二楚，就好像從鏡子裡看到自己的面相一樣的清楚。

（十二）思惟在極樂世界處處都有七寶池，這些七寶池的池底都是金沙鋪地，寶池裡面充滿八功德水。人們如果沐浴在這個八功德水中，會有八種功德的受用：第一、澄淨，水澄清潔淨；第二、清冷，水能夠使人清涼，沒有熱惱；第三、甘美，水的味道，甘甜美味；第四、輕軟，水輕柔軟；第五、潤澤，能滋潤人們的身心；第六、安和，能夠使人心安和舒暢；第七、除患，飲用這個水，能夠止渴除饑；第八、增益，能夠使人增長善根。

除了這八種功德之外，八功德水還有三種殊勝：

1. 能夠隨人的心意，或深或淺、或冷或熱。

2. 當這個池水，來回激盪的時候，能夠發出妙音，來演說種種的妙法。

3. 沐浴這個水以後，道業能夠不斷增上，實在是不可思議。

（十三）思惟極樂世界的七寶池跟八功德水上面，有無量無數「微妙香潔」的寶蓮花。「微」表示這個蓮花是細緻的七寶所長成的，不像娑婆世界這一些蓮花，都是纖維，都是這一些粗糙的根莖植物所長成的，在那裡是細緻的七寶所長成的。「妙」就是這些蓮花，有無量的色彩，而又能夠放光。「香」是說這些蓮花，都有香味，能夠飄散很遠，長時間不散。「潔」乃是這些蓮花由八功德水所生長而成的，所

以蓮花的花體非常清淨、潔淨，沒有染污。

（十四）思惟極樂世界有種種奇妙雜色的鳥，包括鸚鵡、孔雀、迦陵頻伽、共命鳥等。這些鳥不是三惡道的有情，這一些鳥都是阿彌陀佛想要讓法音不停宣流，而以不可思議的神力所變化而成的。而且這些鳥都能夠到處發出柔和優雅的音聲，宣講每一個人心中所想聽到的佛法。

（十五）思惟極樂世界時常有天樂鳴空，這一些鳴空的天樂，都能夠隨每個人的意願，聽到自己喜歡聽到的音樂。而那裡的天空，也時常晝夜不停的飄落色彩繽紛的天花，猶如下雨一般。這一些花雨、花海非常的壯觀，景象奇特勝妙，令人讚歎。而且天花墜地以後，不需要打掃，就能夠自動消

失，令人歡喜快樂。

（十六）思惟極樂世界下從地起上至虛空，一切萬物都會普放光明；不但人有光明，連大地、宮殿、樓閣、樹木、還有池水、蓮花都會放光。所以極樂世界是一個光明遍照的世界，不需要日月，自然光明遍照。此外極樂世界也是一個芬芳的世界，因為那裡所有的一切用物，都是無量的寶香和合而成，所以到處瀰漫香氣，到處散發芬芳，令人歡喜快樂。

因為阿彌陀佛的願力無量廣大，所以極樂世界的功德莊嚴，也是無量而不可思議。我們的智慧有限，能夠講的也只是一點點；隨著每個人所聽聞、閱讀各種經論，和不同的智慧去思惟，這樣來繫念思惟極樂世界不可思議的功德莊

嚴，都是屬於這一個念佛法門所含攝。極樂世界因為有無量的功德、無量的莊嚴，所以生到那裡的有情都是阿鞞跋致，都是不退轉於佛道，這個是最殊勝也是最重要的地方。

往生到極樂世界的眾生都是阿鞞跋致，都會成爲不退轉；有些人對這個有些疑惑、不清楚，我們在這裡爲大家解說一下。這個阿鞞跋致不退轉，大概有五種不退轉的內涵：

第一「信不退」：菩薩修學十信位功德圓滿的時候，能夠成就信不退的功德；於三寶及三乘菩提，得決定信。

第二「位不退」：菩薩從初住位到六住位，修學般若波羅蜜。當因緣成熟的時候，一念相應，觸證法界實相，證悟如來藏，能夠般若正觀現在前。如果這時候能遇到佛或是菩

薩或是善知識的攝受，就能入到七住位，成爲位不退的菩薩，可於自身所現觀之般若實相不再退失，這是位不退。

第三「行不退」：修行菩薩道，證得初地無生法忍以上的菩薩，也就是證得淨心地的菩薩，他們能夠成就行不退的功德。於菩薩道不會再有身行、口行的退轉，這是行不退。

第四「念不退」：修行菩薩道，成就了八地以上的功德，就能夠成就念不退。也就是八地以上的菩薩於菩薩道，不僅身口、行不退轉，連意行（心念）也不會退轉，這是念不退。

第五「究竟不退」：修行菩薩道圓滿，成就佛果的時候，能夠成爲究竟不退。

所以極樂世界的不退轉，阿鞞跋致是包含凡夫十信位的信不退及三賢位的位不退。一般來說，如果是初地菩薩，因為已經證得淨心地，他的心地已經清淨，而且有無生法忍功德，說他不退轉，這不會有疑惑。可是凡夫十信位及十住、十行、十迴向三賢位的菩薩，為什麼能夠不退於佛道？這個大家倒是有一點疑慮。爲了讓大家沒有這個疑慮，所以我們來解說一下。因爲極樂世界有幾種殊勝功德的攝受，所以凡夫十信位及三賢位，能夠不退轉於佛道：

第一、長壽，往生到那裡的有情都是無量壽，跟阿彌陀佛同樣的長壽，長時間能夠見佛聞法來修道，所以不退轉。

第二、極樂世界國土沒有女人，而且往生到那裡的人都

是三十二種大丈夫相。所以在那裡，沒有淫慾、沒有男女情愛的事，所以不會因為貪欲而下墮、而退轉。

第三、極樂世界的六塵境界很殊勝，那裡的六塵境界不像娑婆世界的六塵。娑婆世界的六塵，只要六根接觸六塵生起六識的見聞覺知心，都往往會有染污的心行；都會在六塵的境界裡面，生起種種的貪、瞋、癡、慢、疑、種種的惡見、種種的染污心，因此導致娑婆世界的眾生不斷的退轉下墮。

可是在極樂世界不會，極樂世界的六塵很殊勝，在那裡見色、聞聲、嗅香、嚐味、覺觸、知法，不僅不會下墮，反而會生起菩提心。看到好看的色法，就會生起斷惡修善的菩提心；聽到悅耳的音聲，就會生起念佛、念法的菩提心；聞

到種種香味，就會生起無常、苦、空、無我的菩提心；了知種種妙法時，就會生起度無量眾生的菩提心。那裡的六塵境界是非常殊勝，跟娑婆世界是截然不同的，因為這一種功德，所以眾生在那裡雖然是凡夫位、三賢位，也不會退轉。

第四、極樂世界沒有不善之法，也沒有不稱心如意的事。在極樂世界，物質上面都是隨心所欲，有種種神通變化；雖然是隨心所欲，可是不會有貪愛跟執著。不像娑婆世界，在物質色法上面，不僅不是隨心所欲，反而是五欲不滿足；而且只要有五欲，就會生起種種的貪愛跟執著，在極樂世界卻不會。此外極樂世界的有情，因為都一直跟佛及大菩薩在學法、聞法、修道；所以精神上，在他們的心識上面，常常受用種種的法味，受用種種的禪悅。也就是說他們的心識一

直有智慧三昧，一直有一心三昧的受用功德，所以他們不會退轉。

第五、極樂世界沒有惡友，那裡沒有酒肉朋友，也沒有斷見、常見等外道；也沒有假名善知識會來誤導眾生，帶領眾生進入邪見深坑。因為沒有這些惡友，所以不會退轉。不像娑婆世界有酒肉朋友，有斷見外道、常見外道及各種邪見外道，也有種種的假名善知識會誤導眾生。此外還能夠常常見到十方諸佛，供養十方諸佛，跟隨諸佛來修學，也常常能夠接近一生補處菩薩。當佛弟子能夠常常跟佛在一起，能夠常常跟一生補處菩薩在一起，他是絕對不會有貢高我慢的心，也不會懈怠、怠惰，他會很精進，所以不會退轉。

第六、因為極樂世界是阿彌陀佛功德願力所成就的一個莊嚴世界，大家都在這願力攝受下，所以在那裡的有情絕對不會退轉。

如同上述所說，極樂世界確實是一個殊勝、功德莊嚴的世界；我們思惟這個極樂世界不可思議的功德，修學這一個念佛法，它的目的就是要讓我們認識極樂世界種種不可思議的功德，能對極樂世界生起歡喜心、嚮往心，能夠發起求生極樂世界的心願。

經由前面的介紹，相信大家對繫念思惟念佛法門已經有一個認識，也知道要怎麼樣來修學這個法門。這個法門是玄奘菩薩所翻譯的《稱讚淨土佛攝受經》裡面佛所說的真實念

佛法門。這個繫念思惟念佛法門比較寬廣，持名念佛是其中所含攝的一種念佛法，這個道理前面已解說過；所以各位要以何種方式來修行，或交互修行，彼此增上，皆可隨意任取。只要是一位清淨信，也就是能夠相信這個世間有善惡因緣果報，能夠相信三寶的真實功德，能夠相信眾生都有真如佛性，同時也是一位善男子或善女人，就是能夠受持三歸、受持五戒、行十善業，平時能夠守本分的去依止佛法來斷惡修善。那這樣來念佛發願求往生，絕對能夠成就，絕對功不唐捐。

若念佛人想要往生極樂世界，建議在一生當中至少要有
一次（當然你可以更多次更好），能夠一日一夜乃至於七日七
夜，來修學這個繫念思惟念佛法門。也就是說，你在一日一

夜當中能夠身心清淨，來思惟阿彌陀佛不可思議的功德，思惟阿彌陀佛不可思議的名號，思惟不可思議的極樂世界功德莊嚴此三種法。只要在這三種法上面去思惟，能夠一日一夜乃至於七日七夜，一直想，沒有停過，這樣就能夠成就這個念佛法門的功德。釋迦如來在經文上面說，臨命終的時候，阿彌陀佛會來這一位善男子或善女人的面前「慈悲加祐，令心不亂」，佛會以祂的威神力來加持庇祐這位佛弟子，讓他心不散亂；「既捨命已，隨佛眾會，生無量壽極樂世界清淨佛土。」捨報以後就會跟隨阿彌陀佛、菩薩眾等，生到極樂世界。所以你就不用擔心沒有一心不亂的功夫；不用擔心臨命終，因業力、病苦遮障，無法心不顛倒的問題，佛一定會來攝受、會來接引的。

因爲阿彌陀佛大願功德成就，隨著各人善根、福德、知見、智慧、定力之不同，修學此繫念思惟念佛法門的每一位淨信善男子、善女人，皆能成就各種不同的信願行之功德，皆能此感彼應，皆能相應成就各種不同的淨土功德：有凡聖同居土、方便有餘土、實報莊嚴土、常極光淨土等差別。常寂光淨土是阿彌陀佛的自住淨土，至於念佛人能夠出生在其餘三種淨土中的哪一種淨土，就要看各人在念佛法門中的修學程度差別，也就是隨著各人所能獲得的往生品位高低，而分別往生於不同等級的這三種淨土中。

第三節 繫念思惟念佛法門的相關教證

《佛說大乘無量壽莊嚴經》、《大阿彌陀經》上面所說的讀誦演說思惟念佛法門，也跟繫念思惟有關，介紹讓大家都知道：原來念佛法門有很多種，可隨自己相應的方法來修學皆可成就。

在《佛說大乘無量壽莊嚴經》卷三說：

佛告慈氏：「若有苾芻、苾芻尼、優婆塞、優婆夷、天龍、藥叉、乾闥婆、阿修羅、迦樓羅、緊那羅、摩睺羅伽、人、非人等，以此經典書寫供養，受持讀誦，爲他演說，乃至於一晝夜思惟彼刹及佛身功德，此人命終速得生彼，成就阿耨多羅三藐三菩

提。
」

在《佛說大乘無量壽莊嚴經》這段經文中，佛告訴彌勒菩薩：如果有四眾弟子、或是天龍八部、人、非人等，能夠書寫這一部《佛說大乘無量壽莊嚴經》來供養，或是能夠受持讀誦這一部經，為他人演說這一部經；那這些人臨命終的時候，都能夠迅速往生到極樂世界去。如果前面這些功德善法，你都不能夠去修學，可以改為修學比較淺的念佛法門：乃至於一晝夜思惟彼刹佛身功德（就是要一天一夜來思惟極樂世界，思惟阿彌陀佛的功德，就跟前面所講的繫念思惟一樣，就是這一日一夜想念、思念、記住、思惟極樂世界，思惟阿彌陀佛的功德），這個人在命終也能夠順利生到極樂世界。

接下來在《大阿彌陀經》有一段經文，釋迦世尊說：

當來之世，經道滅盡，我以慈悲哀愍，特留此經百歲；眾生值遇，無不得度。若有眾生，於此經典書寫供養、受持讀誦，為人演說，乃至晝夜思惟佛刹及佛身功德；臨壽終時，佛與聖眾現其人前，經須臾間即生彼刹。

71

這裡佛又說未來世，就是正法、像法、末法已經過了，佛法也開始消失，三乘菩提的聖道已不被眾生所信受，眾生也不喜歡、不樂於修學三乘菩提的聖道；甚至已經沒有人能夠親證三乘菩提的聖道（比如說斷我見、證我空或是證第一義）的時候，釋迦如來因大慈悲心，哀愍眾生，以威神力特別留下這部《大阿彌陀經》，多留住一百年，讓有緣的眾生能夠

遇到；眾生遇到這一部經，若能書寫供養、讀誦受持、爲人演說，都可以得度，都能夠順利往生到極樂世界。如果前面講的這些功德都沒辦法去做，那你一日一夜思惟極樂世界，思惟阿彌陀佛的功德，也是可以順利往生到極樂世界，這個也是一種思惟念佛的方法。

《阿彌陀三耶三佛薩樓佛檀過度人道經》裡面所提到的一心求生念佛法門，這個也跟繫念思惟念佛有相關。在《阿彌陀三耶三佛薩樓佛檀過度人道經》裡面有說中輩、下輩生人，下輩就是三輩生人裡面的下品往生的人。經文中是這樣說：

其三輩者，其人願欲往生阿彌陀佛國，若無所用分檀布施，亦不能燒香、散華、然燈、懸雜繒綵，作

佛寺、起塔、飯食諸沙門者；當斷愛欲，無所貪慕；得經，疾慈心精進，不當瞋怒，齋戒清淨。如是法者，當一心念：『欲往生阿彌陀佛國』，晝夜十日不斷絕者，壽命終，即往生阿彌陀佛國。

這裡說的是屬於下品往生的有緣眾生，因為是下品往生，都是造惡業、造罪業的少善根福德的眾生，他們如果想往生極樂世界，由於在世往往都沒有因緣修集種種的布施、修集種種的善根福德；他們沒辦法去燒香、散花、燃燈來供養三寶，也沒辦法懸掛種種彩色的幢幡，或是作種種的法會來度化眾生，也沒辦法起造佛塔、舍利塔讓眾生來禮拜供養，也沒辦法布施飲食給沙門，來修集種種的福德資糧。而他又想往生極樂世界的話，要怎麼辦呢？經文上面說，他若

有因緣得以聽聞這部經，「當斷愛欲」，就是要暫時斷除愛慾，對男女情愛不貪戀愛慕，要趕快生起慈悲心、生起精進心，然後行忍辱行，不當瞋怒；然後受持八關齋戒，使身心清淨。能夠這樣的話，要「一心念：『欲往生阿彌陀佛國』」；這裡講說要一心想著，要往生阿彌陀佛極樂世界，這樣來想念、思念、憶念，同樣是繫念思惟的道理；然後一直想，沒有離開過；經過十日十夜，就能夠在未來壽命終了時，順利生到極樂世界。這就是一心求生念佛法門，也跟繫念思惟有關。

同一部經的經文又說：

至要當齋戒，一心清淨，晝夜常念「欲往生阿彌陀佛國」，十日十夜不斷絕；我皆慈哀之，悉令生阿

彌陀佛國。

這一段經文說，像剛剛一樣十日十夜一心想著要往生阿彌陀佛極樂世界；你能夠這樣做，我釋迦牟尼佛，就會慈悲哀愍，讓你在將來捨報的時候生到極樂世界去。所以這裡是指釋迦牟尼佛祂幫助你往生到極樂世界，所以有時候也不一定是在阿彌陀佛來接引；有時候是因為其他佛或大菩薩因慈悲眾生，施設種種方便，當因緣成熟時，就如同此經所說，由釋迦牟尼佛或大菩薩們幫助你順利往生到極樂世界去。

接下來還有一段經文，它是這樣說：

有空閑時，自端心意，念身作善，專精行道，十日十夜者。殊使不能，……當絕念去憂，勿念家事，

莫與婦人同床，自端正身心，斷於愛欲，一心齋戒清淨。至意念生阿彌陀佛國，一日一夜不斷絕者，壽終皆往生其國。

這裡講，如果前面那個十日十夜一心想著要往生極樂世界，這樣的專精行道你做不到的話，可是又想往生極樂世界，那你要怎麼辦才能順利往生？因為有些眾生他世間事務比較繁忙，或因為自己的心多妄想、多煩惱，無法十日十夜來專精行道，可是他又想往生極樂世界，那有什麼辦法？這一段經就說：那也可以！但是你必需要一日一夜來努力用功；在這一日一夜中，當絕念去憂，勿念家事；也就是要斷絕世俗的雜念，去掉種種世俗的煩憂，然後不掛念家事，不跟婦女同床，也就是在這一段時間裡面要斷除男女情欲。這

樣一心齋戒，就是受持八關齋戒使身心清淨，「至意念生阿彌陀佛國」，在這個一日一夜當中要一心想著，要往生到阿彌陀佛的極樂世界。這樣一日一夜一直想而不中斷，那這樣臨命終時也能順利往生。所以這一部《阿彌陀三耶三佛薩樓佛檀過度人道經》裡面，所提到的一心求生念佛法門，這個也跟繫念思惟念佛有相關。

《無量壽經》裡面所講的一向專意及十念求生、一念求生念佛法門，跟繫念思惟念佛也有相關。在《無量壽經》的卷下有說：

下輩者，十方世界諸天人民，其有至心欲生彼國，假使不能作諸功德，當發無上菩提之心，一向專意乃至十念，念無量壽佛，願生其國。

這段經文提到下輩者，就是這些造惡業的眾生，他們少善根福德，可是又想往生到極樂世界的話，要怎麼辦？當發無上菩提之心，就是要發這一個四弘誓願：眾生無邊誓願度、煩惱無盡誓願斷、法門無量誓願學、佛道無上誓願成；發這樣的四弘誓願，然後還要發願去極樂世界那裡跟佛學法修道，求明心見性以後回來娑婆世界廣度眾生，這個就是發無上菩提心。發了這個心以後會有兩種情形：

第一種，如果能夠的話，你就一向專意；一向專意就是說你一心想著一件事，心中不懷疑。想什麼事呢：「念無量壽佛，願生其國。」也就說要想念無量壽佛，發願要往生極樂世界。你就把這件事放在心上一直想著直到命終。這是第一種情形，這樣就能夠順利往生。

第二種情形，就是有的人沒辦法一直想著，因為他要忙很多的事，或是他的心比較散亂、妄想比較多，沒辦法。那佛在這裡又說第二種方式：如果做不到一向專意的話，乃至十念就好；就是說你最少要起十個念頭，具足十個念頭，想念無量壽佛而發願要往生極樂世界，這樣也能夠順利下品往生。

在《無量壽經》同一段經文下面又說：

若聞深法，歡喜信樂，不生疑惑；乃至一念，念於彼佛，以至誠心願生其國，此人臨終夢見彼佛，亦得往生。

這是第三種情形，也就是說前面發了無上菩提心之後，

如果偶而聽到人家說比較深妙的佛法，在講明心見性的法或是講第一義經典的法；那你聽聞以後能夠「歡喜信樂、不生疑惑」，能夠生起歡喜心，樂於相信而不會懷疑。若能這樣的話，這個人乃至一念，乃至只要生起一念，想念無量壽佛，然後以至誠心發願要往生極樂世界。只要有這麼一念來想著無量壽佛，然後以真實誠懇之心發願要往生極樂世界，那這個人臨命終的時候也會好像睡著作夢一樣，在夢裡也會看到無量壽佛；這時候他就能夠想起念佛求往生的正念，也能夠跟阿彌陀佛到極樂世界去了。

《無量清淨平等覺經》裡面也有提到十晝夜一心求生念佛法門，跟繫念思惟念佛也有相關。在《無量清淨平等覺經》上面也有說：

佛言：其三輩者，其人願欲生無量清淨佛國，若無所用分檀布施，亦不能燒香、散華、然燈、懸繒綵、作佛寺起塔、飲食沙門者，當斷愛欲、無所貪慕、慈心精進；不當瞋怒，齋戒清淨。如是清淨者，當一心念「欲生無量清淨佛國」，晝夜十日不斷絕者，壽終則往生無量清淨佛國。

這裡也是一樣說下品（下輩）往生的人，這些造惡業的眾生如果想往生極樂世界，也是一樣要繫念思惟，心一直想著念著「欲生無量清淨佛國」，想念著「我要往生極樂世界」，一直想而沒有離開過，持續十個晝夜，雖然沒有修集過什麼福德，那這樣也可以往生極樂世界。

《大阿彌陀經》卷上有一段經文說：

若有眾生，聞此光明威神功德，日夜歸命，稱讚不已；隨其志願，必生其刹。

這裡說如果有眾生，聽聞過阿彌陀佛的光明、威神……等種種的功德，然後日夜歸命、稱讚不已。只要你能夠不斷的以種種言語、偈頌，稱讚阿彌陀佛種種的功德，稱讚完就歸命阿彌陀佛，歸命完就發願要往生極樂世界。然後這樣一日一夜不斷的重複，稱讚、歸命、然後發願求往生，這樣一日一夜不中斷，這樣也能夠在未來捨報時順利往生極樂世界。也就是說你要思惟阿彌陀佛的種種相、好、光明，把它分成一小部分一小部分來稱讚；思惟種種威神或是思惟種種的功德，把它們也分成一小部分、一小部分來稱讚。當

每一小部分稱讚完，就歸命阿彌陀佛，然後發願要往生極樂世界；再換另外一小部分來稱讚阿彌陀佛，稱讚完就歸命阿彌陀佛，然後發願要往生極樂世界。這樣不斷的重複修行一日一夜，也一定能往生極樂世界，所以這裡講的稱讚、歸命、發願，也都是跟繫念思惟有相關。

經由前面所舉的淨土經教解說，相信大家對繫念思惟念佛法門，已能更廣泛的認識。確實在很多部經典都已經說明，繫念思惟念佛就是一種念佛法門，而且大部分的念佛法都跟繫念思惟有相關。所以各位菩薩念佛如果要能夠有所成就，希望能夠順利往生極樂世界，一定離不開繫念思惟，大家也要瞭解這樣的一個正知見。

此外有人雖然往生到極樂世界去了，卻是胎生，叫作邊城胎生。這是因為這位念佛人，在世的時候雖然修學種種的功德善法，也發願念佛求生極樂世界，可是後來卻有懷疑的心、有後悔的心，在心中懷疑：種種布施、種種的善法修學，未來世是否有福報？懷疑是否有阿彌陀佛、有極樂世界？懷疑是否真有人能往生此清淨佛國？懷疑大乘經典所說甚深微妙之法，後悔他在三寶上面所做的種種布施。雖然爾後也陸陸續續還有念佛求往生的心，可是往往暫時相信，暫時不信。就是有時候他相信就念佛發願求往生，有時候不相信就會懷疑、後悔，他的心志、心意始終是猶豫不決，猶豫不定。

那這一種人他在臨命終的時候，佛也會化現在他的面前

讓他看到，這時候他雖然嘴巴不能夠說話了，可是他的心仍然是歡喜的。因為看到阿彌陀佛來了，所以會慚愧，會懺悔他所生起的懷疑的心、或是後悔的心；也因為懺悔的關係，他也能夠跟隨阿彌陀佛到極樂世界去。可是他只能夠生到邊地七寶城中，所以就叫作邊城胎生，不能夠生到佛前。雖然是邊城，也是很殊勝的，那裡跟娑婆的忉利天宮是一樣的廣大殊勝；只是在那裡一時還沒辦法離開，必須待在裡面一段時間，只能夠看到佛光，可是見不到佛、也見不到菩薩、也見不到聲聞，也沒辦法聽聞種種的經法，那這個就叫作邊城胎生，都是因為心中懷疑所致。

所以我們修學佛法絕對不能夠後悔，也不能夠懷疑，因為「信是道元功德母，能夠長養諸善根。」也就是說有信

的話，才能夠生起種種的功德善法；尤其是念佛法門，必須要有絕對的清淨信、絕對不懷疑的信，才能夠順利往生到極樂世界。而繫念思惟念佛法門，可以各種知見，推求、判斷阿彌陀佛及淨土之義理，進而認識瞭解；也可以智慧觀察阿彌陀佛及極樂淨土之功德，進而心得決定，不懷疑。所以繫念思惟念佛，是一種容易起信的念佛法門，這一點大家也要瞭解。

此外有人說：「經中有言『不可以少善根福德因緣得生彼國』，所以不是很容易就能往生極樂世界。」這是因為佛恐怕眾生曾聞佛說過「下品往生者臨命終時遇善知識，爲他說法教令念佛，臨終十念即得往生」，就想：「那我現今壽命未盡，還可以玩樂放逸。」爲遮止此過失，故

言「不可以少善根福德因緣得生彼國」。因爲淨信的善男子、善女人平時對念佛法門已有信願行；也因平時修行念佛法門，已除滅八十億劫生死重罪，臨命終時必可順利往生淨土。所以念佛發願求往生極樂世界，決定是在這一生即可成辦，大家不需擔心；應該要努力的是：如何讓往生的品位可以提昇？

第四節 往生到極樂世界的品位如何提昇

《觀無量壽佛經》說：

欲生彼國者，當修三福：一者、孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業。二者、受持三歸，具足眾戒，不犯威儀。三者、發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸進行者。如此三事，名爲淨業。

此處所說這些善法就是三福淨業，是淨信的善男子、善女人，想求生極樂世界應該具備的基本條件。有了三福淨業的善根福德，念佛發願往生極樂世界至少是中品中生以上。佛在《觀無量壽佛經》又說：

此三種業，乃是過去、未來、現在三世諸佛，淨業正因。

因此想提昇念佛往生的品位，必須建立在三福淨業的基礎上。

第一福爲人天福：即修世間善法，因爲有此福，臨命終時得遇善知識，爲其廣說阿彌陀佛國土樂事，亦說因地時的法藏比丘四十八大願，可得中品下生。

第二福爲加修戒福：即受持種種佛戒，以此功德迴向，願求生極樂國，可得中品中生或中品上生。

第三福爲加修行福：即發大乘心，上求佛道下化眾生，悲智雙運，以此功德迴向，願求生極樂國，得上品下生或

上品中生或上品上生。

先解說戒福相關的正知見。戒有分三類：人天戒、聲聞戒、菩薩戒。人天戒以五戒爲主，受持五戒可保人身，加修十善可生欲界天中享樂。聲聞戒以比丘、比丘尼戒爲主，聲聞戒又名二乘戒，或名小乘戒；受持聲聞戒主要目的，爲速斷煩惱障、速證有餘涅槃，成爲阿羅漢；捨報後入無餘涅槃、灰身泯智，自身得解脫。聲聞戒爲盡形壽受，即一生受。菩薩戒又名大乘戒，或名千佛大戒；過去莊嚴劫、現在賢劫、未來星宿劫，皆有千佛因受菩薩戒而修行成佛；所以受持菩薩戒主要目的乃爲成佛，爲度無量眾生。菩薩戒是盡未來際受，戒體能夠去到未來世。

念佛人有些人受持一種戒法，有些人受持多種戒法。譬如出家的念佛人，有人同時受持聲聞戒與菩薩戒，但若想與極樂淨土上品往生相應，必需以菩薩戒為正解脫戒，以聲聞戒為別解脫戒；否則修習這個淨業以後只能中品往生，不能上品往生。也就是要以大乘經律為依歸來修學佛法，要不著表相，依法不依人；因為菩薩功德不可思議，菩薩不一定都現出家相。此外菩薩戒本質就是與淨土上品往生相應，聲聞戒只能相應中品往生。

又《觀無量壽佛經》指出「九品往生」：

●上品上生者：若有眾生，願生彼國者，發三種心，即便往生。何等為三？一者至誠心，二者深心，三者迴向發願心。具三心者，必生彼國。復有三種眾

生，當得往生。何等爲三？一者慈心不殺，具諸戒行；二者讀誦大乘方等經典；三者修行六念，迴向發願，生彼佛國。具此功德一日乃至七日，即得往生。

●上品中生者：不必受持讀誦方等經典。善解義趣，於第一義，心不驚動；深信因果，不謗大乘。以此功德，迴向願求生極樂國。

●上品下生者：亦信因果，不謗大乘。但發無上道心，以此功德，迴向願求生極樂國。

●中品上生者：若有眾生，受持五戒，持八戒齋，修行諸戒，不造五逆，無眾過患。以此善根，迴向願求生於西方極樂世界。

●中品中生者：若有眾生，若一日一夜持八戒齋，若一日一夜持沙彌戒，若一日一夜持具足戒，威儀無缺。以此功德，迴向願求生極樂國。

●中品下生者：若有善男子、善女人，孝養父母，行世仁義。此人命欲終時，遇善知識，爲其廣說阿彌陀佛國土樂事，亦說法藏比丘四十八大願。

●下品上生者：或有眾生，作眾惡業。雖不誹謗方等經典，如此愚人，多造惡法，無有慚愧。命欲終時，遇善知識，爲讚大乘十二部經首題名字。以聞如是諸經名故，除卻千劫極重惡業。智者復教合掌叉手，稱南無阿彌陀佛。稱佛名故，除五十億劫生死之罪。

● 下品中生者：或有眾生，毀犯五戒、八戒，及具足戒。如此愚人，偷僧祇物，盜現前僧物，不淨說法，無有慚愧，以諸惡法而自莊嚴。如此罪人，以惡業故，應墮地獄。命欲終時，地獄眾火，一時俱至。遇善知識，以大慈悲，即為讚說阿彌陀佛十力威德，廣讚彼佛光明神力，亦讚戒、定、慧、解脫、解脫知見。

● 下品下生者：或有眾生，作不善業，五逆十惡，具諸不善。如此愚人，以惡業故，應墮惡道，經歷多劫，受苦無窮。如此愚人，臨命終時，遇善知識，種種安慰，為說妙法，教令念佛；彼人苦逼，不遑念佛。善友告言：「汝若不能念彼佛者，應稱歸命

無量壽佛。」如是至心，令聲不絕，具足十念，稱南無阿彌陀佛。稱佛名故，於念念中，除八十億劫生死之罪。

由觀經九品往生的條件可知，發菩提心，修行菩薩正道（即六度波羅蜜），才是品位提昇的關鍵。菩提心分爲世俗菩提心和勝義菩提心。世俗菩提心即是發起四弘誓願：眾生無邊誓願度、煩惱無盡誓願斷、法門無量誓願學、佛道無上誓願成；勝義菩提心即是證悟法界實相，即是解第一義，即是受持大乘方等經。當世俗菩提心與勝義菩提心和合就是發菩提心，具足菩提心才能成就《觀經》上品上生所說發三種心：至誠心、深心、迴向發願心。

(一) 何謂至誠心？誠者真實之義，至誠心即至真實之心。即第一義真如心也，就是證悟法界實相、第八識如來藏。依止此真實心，捨去種種虛妄想、顛倒想，此即是發起了至誠心。

(二) 何謂深心？深心即是深重心，即是不退心。決定不退轉於菩薩道，有堅固的菩薩種性，樂於行菩薩正道之心，即是深心。樂於修學六度波羅蜜之心即是深心，也就是樂於上求佛道下化眾生。《楞嚴經》說：「理則頓悟，乘悟併銷；事非頓除，因次第盡。」即是佛道之修學，當緣熟證悟法界實相第八識如來藏後，於理上可離一切無明相；但事相上面、境界上面還不行，仍須悟後起修。修什麼？

就是修行菩薩正道，就是修行六度波羅蜜。藉由至誠心、深心的發起，樂於行菩薩道，可漸次圓滿佛道。

（三）何謂迴向發願心？大慈悲心是也！前說樂於求佛道，但是求佛道要作什麼？就是爲了度無量眾生。因爲無量眾生都是我們過去世的父母師長親友，不忍他們長劫輪迴受苦，所以迴此向彼，將發菩提心修行菩薩正道之一切善法功德，拿來作爲將來度無量眾生之用；因此發願生極樂世界，速證無生法忍，得大智慧、大神通，廣度一切眾生離苦得樂，這個就是迴向發願心。

佛說：「若有眾生，願生彼國者，發三種心，即便往生」。也就是佛弟子想往生極樂世界，只要他發起世俗和勝

義菩提，心樂於修行菩薩道，有大慈悲心，就能生起至誠心、深心、迴向發願心，必定可於阿彌陀佛國淨土上品上生。因此念佛人若想提昇往生品位，應該要在發菩提心、行菩薩道、有大慈悲心三種法上去努力。因為上品三生，都被此三法所含攝的緣故。念佛人要如何於發菩提心、行菩薩道、有大慈悲心三法，用功精進呢？底下有些建議供諸位參考！

（一）發菩提心：念佛人要發菩提心，需尋覓真實善知識，依止真實善知識。真實善知識必須是有證量，有智慧，有悲心，有方便善巧，能施設種種修學次第，讓念佛人快速於一、二年內即可建立三乘菩提的正知見：瞭解聲聞菩提、緣覺菩提、佛菩提的各種解脫知見。真實善知識能教導念佛人，如何觀行斷我見。真實善知識能傳授念佛人念佛功夫的

提昇轉進方法：如何從散心念佛提昇轉進爲定心念佛，再提昇轉進爲淨心念佛。真實善知識能教導念佛人，如何修集福德資糧、智慧資糧，如何熏習菩薩種性。真實善知識能教導念佛人，如何藉由念佛親見自性彌陀，證悟法界實相，解第一義，如何發起世俗菩提心與勝義菩提心等等。

（二）行菩薩道：念佛人希望能上品往生，必須行菩薩道。菩薩道就是覺悟之道，能自己覺悟，也能覺悟眾生。想要覺悟需有智慧，多讀誦受持大乘方等經典才有智慧，多依止真實善知識才有智慧。如果只在消災、超薦、拜懺種種法會或救濟貧困病苦上用心，是能夠有人天福報，但沒辦法成就菩薩覺悟之道、自覺覺他。又菩薩也是大道心的眾生，世間善法、聲聞道、緣覺道皆是小道，佛菩提道才是大道。願

意去探討、請問佛菩提道及十信位、三賢位、十地、等覺、妙覺的內涵，以及樂於修學，才是大道心的眾生，才是行菩薩道。

（三）大慈悲心：念佛人發菩提心、行菩薩道，本來就是為拔濟眾生苦而發心行道。為何能夠如此？因菩薩有大慈悲心，但慈悲心不是與生俱來就有的；須以種種智慧、方便善巧觀行，接受眾生就是無量世來的父母、師長、親友，瞭解眾生一直有三苦、八苦的逼迫。信受眾生長劫於三惡道受苦，如佛所言：得人身者如爪上土、失人身者如大地土。即使暫得人身三善道受樂，很快又因無明、煩惱造業，而下墮三惡道。因此確信眾生於三界中，猶如火宅，身心受苦無量，故菩薩願意發起大悲心，拔濟眾生苦。所以念佛人需多

多熏習、多多長養慈悲眾生的心，有了大悲心才容易跟極樂世界上品往生相應。

又爲何說發菩提心、行菩薩道、有大慈悲心三法，必定能上品上生極樂世界呢？這是什麼道理？此三法即是成佛的正因，十方諸佛皆因發菩提心、行菩薩道、有大慈悲心三法，而成就無上正等正覺。以此三法而度無量眾生，以此三法而成就佛國淨土，以此三法而成就四智圓明、十力、四無所畏、十八不共法、無量百千三昧等功德。因此說發菩提心、行菩薩道、有大慈悲心三法，必定能上品上生極樂世界。

又此三法收攝則爲一心，此一心就是眾生心，也是菩薩心，也是佛心。即是人人本具的第八識如來藏心，生佛平等

的真如心，此一心就是真菩提心。念佛人因如理、如法修行念佛法門，使此心種子漸漸清淨，遠離了無明煩惱，生起智慧相；遠離了我愛，生起平等相。因為智慧而行菩薩道，因為平等而起大慈悲心，悲智二法皆是依此菩提心體而現起之清淨妙用。眾生雖有此菩提心，無奈常被無明所覆、貪愛所障，只能現起染污不清淨之用；即是三界六道，即是貪瞋癡等。因此念佛人發菩提心，可起清淨用，生大悲心，行菩薩道，眾生則是昧於菩提心而生死輪迴。因為此心即是佛心，所以說念佛人發菩提心可以上品上生極樂世界。

又 觀世音菩薩有言：

大悲神咒陀羅尼相貌是大慈悲心，是平等心，是無為心，是無染著心，是空觀心，是恭敬心，是卑下

心，是無雜亂心，是無見取心，是無上菩提心。

若念佛人發菩提心、行菩薩道、起大悲心，則可悲智雙運，能與大悲神咒陀羅尼相應，能與觀世音菩薩所說的這些善心相應，因此說念佛人發菩提心可以上品上生極樂世界。

此外，念佛的真實義，念佛人也應明瞭。佛者理事圓滿、福慧兩足。佛在理上即是自性清淨心、真如理。念佛即是念真如心，心念念中依止真如的平等性、無爲性（無漏法即是）、無染著性、無雜亂性、無見取性，捨去種種貪、瞋、癡等妄想顛倒。佛在事上即是大悲心，拔濟眾苦。念佛即是念大悲心，心念念中依止菩薩道，修三學六度，廣度無量眾生。念

佛人依理行事來念佛，自得福慧兩足圓滿。所以念佛絕對可以消罪障，念佛絕對可以轉凡心，正確的念佛絕對可以上品上生佛國淨土。

以上略說《觀無量壽佛經》上品上生，須發三種心：至誠心、深心、迴向發願心的道理。即是念佛人不捨聖道門，依止真實善知識，學習三乘菩提的正知見；修學念佛三昧，求證自性彌陀，熏習菩薩種性，發菩提心至誠無邪；起大悲心迴向發願，生極樂速證無生，拔濟眾苦；行菩薩道深心不退。如此必可於命終之時上品上生，如《觀經》所言：

自見其身，乘金剛臺，隨從佛後，如彈指頃，往生彼國。生彼國已，見佛色身，眾相具足；見諸菩薩，色相具足；光明寶林，演說妙法。聞已即悟無生法

忍，經須臾間歷事諸佛，遍十方界，於諸佛前次第受記；還至本國，得無量百千陀羅尼門。

第五節 念佛法門有淺有深不可輕視

有些人認爲念佛這個法門很粗淺，認爲念佛只是執持名號、或是繫念思惟、或是觀想念佛、思念佛而已。會有這樣誤解的人，是因爲這些人在佛法的一心三昧上面，還沒有功夫、還沒有發起定力的緣故。以及在佛法的智慧三昧上面，也還沒發起的緣故。不知道念佛法門有淺有深，不知道念佛種類繁多，有所謂的：有相念佛、無相念佛、實相念佛。有相念佛又分爲念應身佛、念化身佛、念報身佛的不同。念法身佛又名無相念佛，無相念佛又分爲因地的無相念佛跟果地的無相念佛。此外念佛人爲求親見自性彌陀，又稱爲體究念佛；若證悟後的無相念佛，即可稱爲實相念佛。這一些都是

甚深微妙之法，所以念佛法門有深有淺，大家不可輕視它。

（欲詳細瞭解者，請閱平實導師所著，《念佛三昧修學次第》一書。）

在此略說「念法身佛」讓大家都認識，想要念法身佛，先要知道什麼是法身。法身就是眾生的真如、真心、如來藏，這個法身是生佛平等，在聖不增、在凡不減。這個法身有祖師這樣說：「有物先天地，無形本寂寥，能為萬象主，不逐四時凋。」所以法身是無形無相的；祖師們也常常說，這個法身不是色、不是心、也不是佛。什麼是不是色的意思呢？就是說這個法身，祂不是物質色法，祂沒有大小、方圓、處所，所以稱這個法身不是色。為什麼不是心呢？這個法身祂是第八識如來藏，祂是第八識真如，所以這個法身祂不是六識心的見聞覺知；祂沒有見聞覺知的分別，所以說祂不是

心。此外法身祂也不是第七識末那心，祂不會思量造作，因此說這個法身不是心。也就是說這個法身既不是六識心，也不是末那心，沒有見聞覺知的分別，也不會思量造作，因此說這個法身不是心。法身是第八識真如，第八識在因地凡夫位的時候就稱爲阿賴耶識，在果地佛位的時候就稱爲無垢識，祂就是眾生的如來藏。所以說祂不是心，只是說祂不是六識心，也不是第七識末那心，而是第八識如來藏。

再來說祂不是佛，爲什麼說法身不是佛？因爲這個法身無形無相，祂不同於大家所瞭解、所熟悉的應身佛、化身佛或是報身佛。因爲一般的應身佛、化身佛及報身佛，都是有形有相，都是可以見、可以聽聞。可是這個法身無形無相，不能見也不能聞，因此稱這個法身不是佛。所以不要誤會，

「不是佛」只是說祂不同於應身佛、化身佛跟報身佛一般有形有相的佛，其實這個無形無相的法身才是真佛。

所以說這個法身不是色、不是心、也不是佛！我們要念這個法身佛。那既然祂不是色、不是心、不是佛，祂無形無相，那我們要怎麼樣念呢？所以我們念這個法身佛，就沒辦法用語言、文字、音聲、形相來念，而是要離一切相而念。簡單的說就是要無相而念，所以我們剛剛才說念法身佛就是無相念佛，這個道理也就是在這裡。

《佛藏經》〈念佛品〉跟〈念法品〉當中有說「念無分別、修習念佛、清淨念佛、真實念佛」等，這一些都是屬於念法身佛。因為念法身佛的時候，沒有語言、音聲、形相，

所以稱爲無相念佛。唐朝懷感大師所著的《釋淨土群疑論》卷七有說：

得無相念佛三昧，念法身佛。得有相念佛三昧，念報化身佛。

也就是說念報身佛、應身佛、化身佛，就是有相念佛，因爲牠們有形有相。念法身佛就是無相念佛，所以念法身佛就是要離一切相來念；而法身就是眾生的第八識，又可稱爲眞如、眞心、如來藏，這個道理大家要先瞭解一下。

《佛藏經》：

是念佛法斷語言道，過出諸念，不可得念，是名念佛。舍利弗！一切諸念皆寂滅相，隨順是法，此則

名為修習念佛。

這段經文講的就是念法身佛，要怎麼念呢？要「斷語言道」，也就是說諸佛法身是言語道斷。因為言說都是屬於七轉識見聞覺知所有，都是屬於這些覺知心所相應的法；而法身是第八識真如，祂從來不相應見聞覺知，因此說法身是斷語言道，因此說法身不屬於語言文字；一切言說，說不得法身；也就是法身沒有言說，會言說的從來就不是法身。也因爲這樣，所以釋迦牟尼佛講經說法四十九年從來沒有說著一個字，這個就是以法身說法，而法身離言說的緣故，因此念法身佛就是要斷語言道。

又說念法身佛就是「過出諸念，不可得念」，諸佛的法

身除了言語道斷之外，祂還是心行處滅。因為法身沒有心行，沒有心念，所以說念法身佛就是過出諸念、不可得念。為什麼說這個法身是心行處滅呢？因為法身是第八識真如，祂不是七轉識見聞覺知，所以這個法身祂就沒有七轉識的心行、沒有七轉識的心念，因此法身是無念無分別。因此諸佛法身心行處滅，一切心念不可得；法身沒有念，法身不會念。

在這裡我們要稍微來瞭解一下，法身沒有哪些念？法身又不會念哪些？我們知道眾生所熟悉的心，就是七轉識的見聞覺知心，眾生一向以此為心。這些心有哪些念？眾生的心最喜歡念什麼？就是念五欲啊！眾生的心一向喜歡在財色名食睡上面去攀緣、貪愛、執著，在這上面起心動念，所以

眾生的心就是最喜歡念五欲。此外眾生的心也一向喜歡在六塵上面攀緣、分別、執著，所以眾生的心也一向喜歡在色聲香味觸法六塵上面起心動念。又眾生的心也一向喜歡念五陰、十二處、十八界，爲什麼說眾生的心喜歡念五陰呢？譬如說念色陰，這個覺知心一向喜歡念眾生的色身，喜歡去注意我們的身體是好或是不好，喜歡去分別、貪愛、執著。如果這個身體好就歡喜，如果這個身體有病苦就憂慮、恐懼、不安，所以眾生的心念也一向喜歡在這個色陰上面去攀緣，去起心動念，這個就是念色陰。

再來念受陰，眾生的心也一向喜歡在種種的覺受上面去分別，一向喜歡分別現在是苦受、樂受、憂受或是喜受，喜歡在各種受裡面起心動念、貪愛執著，這個就是念受陰。再

來念想陰，想就是知，同時也是指妄想，有知才會有妄想。眾生無始劫來心就一直喜歡打妄想，不只在五欲上面、六塵上面想，在一切的世間境界上面，也有大想、小想、無量無邊的虛妄想，這個就是念想陰。另外眾生也喜歡念行陰，也就是說不斷的在起心動念，要怎麼樣去造作種種的身口意行，來成就滿足自己的這些貪瞋癡的煩惱，這個就是念行陰。什麼是念識陰？識陰就是六塵中的分別，眾生一向喜歡在六塵境界上面起分別，起眼識的分別、耳識的分別乃至意識的分別，這個喜歡就是念識陰。眾生的心只要睡覺醒來，就一直在分別，乃至在睡覺作夢的時候也是在分別，這些都是不斷的在念識陰。

所以眾生心，無始劫來，念始終都是在五蘊、十二處、

十八界上面，不斷的打轉，不斷的起心動念。

可是法身沒有這些念，法身也不會去念這些；所有三界六道的念、蘊處界的念，都是屬於眾生七轉識覺知心的念，統統不是屬於法身的念，這一點大家應該要清楚。此外這些蘊處界、三界六道的念，都是落在二邊上面；也就是說落在有無、好壞、來去、得失的兩邊。眾生的心一向都喜歡在這個二邊上面去取相分別；喜歡在生死、染淨、美醜、大小、高低二邊上面去起心動念。可是法身統統沒有這些念，法身也不會去念這一些，法身也從來不會在二邊上面去取相分別，這是非常重要的不同。所以眾生心有念，法身沒有念；眾生心會念，法身不會念。因此當我們在念法身佛的時候，要能夠「過出諸念，不可得念」，這樣來修學，才是念法身

佛。

又「舍利弗！一切諸念，皆寂滅相。」爲什麼說一切諸念皆寂滅相呢？也就是說，法身是離眾生見聞覺知心的自性：法身沒有一切覺知心的分別，沒有一切心念，所以一切覺知心的心行都寂滅的境界，才是法身的境界；一切覺知心的心念都寂滅的境界，才是法身的境界；所以一切諸念皆寂滅的境界，就是法身的境界。能夠這樣「隨順是法，此則名爲修習念佛。」就是修習念法身佛，要能隨順這些法。隨順哪些法呢？隨順這個法身不念一切法，法身不得一切法，法身離一切相，能夠隨順這樣不念一切法、不得一切法、離一切相來念佛，這個就是念法身佛的修習。

《大方廣佛華嚴經》卷四十六：

彼諸如來，不來至此，我不往彼。知一切佛，無所從來，我無所至。知一切佛及與我心，皆悉如夢。知一切佛，悉如電光。了知己心，如水中像。知一切佛，皆悉如幻，己心亦爾。知一切佛音聲如響。

此經說佛沒有來這個地方，我也沒有去到如來的處所，這是什麼意思呢？這就是說真實的佛是法身佛，因為法身佛無形無相，所以沒有來去可說。你不可以說佛有來這個娑婆世界，你也不可以說我有到極樂世界，為什麼？因為真實的眾生，他也是這個法身，也是無形無相，也沒有來去可說；所以佛沒有來這個世界，我們也沒有到佛的世界去。

要知道一切有形有相之佛都是因緣生因緣滅，而眾生七轉識的見聞覺知心也是因緣生因緣滅，故說「一切佛及與我心，皆悉如夢。知一切佛悉如電光、知一切佛悉如幻化、知一切佛音聲如響」，也就是說雖然法身佛無形無相，沒有來去，沒有生滅；可是諸佛因大願成就，法身佛能隨順眾生得度的因緣成熟及差別，能夠變現應身佛、化身佛、報身佛的不同，來利樂眾生度化有情。可是這三種佛，都是有形有相，有生有滅的；也是有爲造作之法，不是真正的佛；因此說這三種佛，猶如電光一般、猶如夢幻泡影一般、猶如谷響一般，是虛幻不實。

有相的應身佛、化身佛、報身佛，跟無形無相的法身佛是有所不同，因此念法身佛就是要離一切相來念，這個就是

無相念佛。但是能夠真正念法身佛，必須要親證法身真如；如果還沒有證悟法身真如，那這樣的修學念法身佛，這是屬於因地無相念佛。

第六節 如何提昇念佛人的修證

念佛人要提昇佛法的證量，需要有定慧的正知見，要知道念佛功夫若想提昇，需要有不同的轉進。如同太空船飛向天際，也必須捨掉一節又一節的推進器，才能繼續往上昇。念佛也是如此，須由散亂到專一，再由專一轉為清淨；須由有相到無相，再由無相轉為實相。制心一處，自然有定力；斷我見、證我空，自然得智慧；有定慧便能斷煩惱，證涅槃。以持名念佛為例，要提昇定力，大概有四個轉進過程：口唸耳聽、心唸心聽、心唸心憶跟不唸而憶。

爲什麼要轉進才能提昇？因爲《楞嚴經》中〈大勢至菩薩念佛圓通章〉說：

若眾生心憶佛念佛，現前當來必定見佛，去佛不遠；不假方便，自得心開；如染香人，身有香氣，此則名曰香光莊嚴。我本因地以念佛心入無生忍，今於此界，攝念佛人歸於淨土。佛問圓通，我無選擇；**都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。**

大勢至菩薩說：若眾生心能憶念佛、想念佛，能收攝六根不向外攀緣，來專心憶佛念佛；則念佛時可離六塵相，成爲無相的清淨心念佛；若無相的清淨心念佛相續不斷，便可得念佛三昧。念佛法人如何都攝六根來念佛？就是念佛時眼根眼識不攀緣色塵、耳根耳識不攀緣聲塵、鼻根鼻識不攀緣香塵、舌根舌識不攀緣味塵、身根身識不攀緣觸塵、乃至意根意識不攀緣五塵上面的法塵，這就是都攝六根。所以要有一

個正知見：當都攝六根在念佛時，念佛時的心是離開六塵相的，是無相的。而無相念佛的念，才是大勢至菩薩所說的淨念，故知若要清淨心念佛，必需都攝六根離六塵相來念佛。所以清淨念佛就是無相念佛，所以念佛裡面的淨念確實是無相的念，有相絕對不是清淨的念，必須是無相才是清淨的念。

持名念佛有四個轉進過程，可以成就都攝六根，淨念相繼的淨心念佛、無相念佛。「口唸耳聽、心唸心聽、心唸心憶、不唸而憶」，此過程就是由散亂到專一，再由專一轉為清淨；也就是從有相到無相的過程。

一、一般念佛人執持名號、稱唸佛名，開始時口唸耳聽。

口清晰唸，耳專注聽，對治散亂妄想。當漸漸有一點功夫的時候，這個粗的妄想、粗的妄念已經降伏了，這時候就要轉成心唸心聽，繼續專心念佛。因為口唸耳聽當中，容易有身根身識攀緣觸塵，耳根耳識攀緣聲塵，意根意識攀緣五塵上面的法塵。也就是口唸耳聽當中，六識六根動轉比較厲害，沒辦法都攝六根，須慢慢轉成心唸心聽。

二、在專注的心唸心聽當中，當心因為專注，因為制心一處，往往會入定（欲界定、未到地定等）。因為心中沒有妄想、沒有妄念的緣故，而進入一心、一念不生定中，這時候往往心不想佛，也沒有佛號。念佛人要有正知見，知道這個是定（通於外道法），不是念佛。這時候要把心唸心聽，轉進為心唸心憶。又心唸心聽當中，仍有二根（舌根、耳根）動轉，

爲了都攝六根，所以要轉進爲心唸心憶。

三、心唸心憶時，要知道誰是主角，誰是配角。因爲念佛要求淨念，而淨念是無相，心唸佛號時是有相，心憶佛才能無相。所以在心唸心憶時，心中唸佛號，只是讓你容易藉由心中的佛號去憶念佛、想念佛而已，重點是心憶佛，不是心中唸佛號，唸佛號時若沒有在憶佛，就不是念佛。當憶佛的功夫漸漸純熟時，你會覺得心唸佛號不僅是多餘，而且會對憶佛的淨念產生干擾。這時要把心中的佛號捨去，由心唸心憶轉進爲不唸而憶。這是因爲心唸心憶中仍有一根動轉，爲了都攝六根，所以要轉進爲不唸而憶。

四、不唸而憶，當捨掉這個心中的佛號，然後專注的憶

念佛、想念佛。這時雖然沒有佛號的聲音、沒有形像，可是想佛的念都是清楚分明的。這時候就是清淨念佛，就是無相念佛；這個念若能相續不斷，就是淨念相繼。當這個功夫漸漸純熟了，就可入三摩地，得念佛三昧。

什麼是憶佛？就是無相念佛！就好像母親在想念兒女，或是兒女在想念母親一般。當母親在想念兒女，當她想得入神的時候，當她想念得專注的時候，雖然沒有語言、文字、聲音，也沒有兒女的形像，但是她想念兒女的心念卻是念念分明、念念明白，念念了知她所想、所思念的是誰，這就是無相的念、就是憶念。如同母親想念兒女，或是兒女在想念母親一般，念佛人也可以用這個無相的念、清淨的念來憶佛，這個就是無相念佛。所以各位不要覺得這個憶佛——

無相念佛，是很高深的，是可望不可及的。不是！它是很平凡實在的，很平易近人的，也合乎人性的，這就是《楞嚴經》中大勢至菩薩所說念佛圓通法門。

以上略說念佛人修行持名念佛，藉由「口唸耳聽、心唸心聽、心唸心憶、不唸而憶」四種轉進，來成就淨心念佛，而入三摩地，得念佛三昧功德的過程。

此外念佛人若無真實善知識的教導，想藉由念佛法門的修行，親見自性彌陀，證悟法身——證悟真心如來藏——進入實相念佛，實屬不易。若念佛人大願，因為念佛虔誠，罪障消除，善根發起；感應佛菩薩慈悲攝受，自會安排真實善知識出現在你周圍。但是念佛人千萬不要自己障礙自己，因為

善知識的臉上，不會寫著「善知識」三個字。祂有可能會現在家相，如同《大方廣佛華嚴經》善財童子五十三參中，只有六參的善知識是現聲聞出家相，其餘四十七參的善知識都是現在家相。是故不可以表相來衡量善知識，需依法不依人、依義不依語、依智不依識、依了義經不依不了義經，以四依法來揀擇。到此有人免不了還是要問：「到底哪裡有善知識，可教導我們淨心念佛，入三摩地得念佛三昧功德；可教導我們親見自性彌陀，證悟法身、證悟真心如來藏；可教導我們轉依法身真如，進入實相念佛？」那我就好人做到底，直接明說，免得諸位大海撈針，一再受騙上當，學來學去，老是學人天善法、表相佛法、世間佛法、外道佛法、乃至假名佛法。

有真實善知識的地方，就是台灣佛教正覺同修會，由平實導師所領導的正覺教團、正覺講堂的菩薩僧團。那裡有真實善知識，可教導諸位念佛及三乘菩提的正知正見，此是如實語、不誑語、不妄語。

當念佛人尋覓到善知識時，要請善知識教導我們什麼呢？教導這個體究念佛的正知見，教導我們第一義的知見，教導我們斷我見的觀行，教導我們要怎麼樣修集菩薩見道的福德資糧，教導我們要怎麼樣發起菩薩種性；因為這個自性彌陀、如來藏、法身，是菩薩的根本大法，如果你不發起菩薩種性，即使你證悟了、親見了，也會退轉。所以你也要請善知識教導你，這一些證悟法身的因緣條件相關的次法。所以找到了善知識後，還要慢慢修學，具足這一些證悟法身的

因緣條件相關的次法。當因緣成熟的時候，你便能一念相應，觸證法身如來藏，此時也能親見自性彌陀，也能真正的念到法身佛。不久就能知道極樂世界爲何泉水會說法！爲何有天樂鳴空等微妙甚深之法。

親見自性彌陀之後，要依止法身真如，起大悲心，行菩薩道。就是於六度萬行當中，觀照一切法的真實相，力求轉依，成就實相念佛之功德。也就是經由體究念佛，證悟法身真如，悟後能努力觀行世間、出世間一切法跟法身真如，有不一不異、不即不離的真實道理。生起實相的智慧，漸漸能夠安住在真如法身的三昧境界當中，離開世間一切憂苦煩惱，離開世間一切顛倒妄想，慢慢發起真如的不可思議功德，來度化眾生、利樂有情，這個就是實相念佛。

這意思就是說，持名念佛之人可經由「口唸耳聽、心唸心聽、心唸心憶、不唸而憶」四種過程，轉進來成就淨心念佛而入三摩地。得無相念佛三昧後，要尋覓善知識，請善知識教導我們體究念佛的方法，才能親見自性彌陀、法身真如；接著悟後起修，要依大願而行，才能成就實相念佛。要起大悲心，行菩薩道，拔濟眾苦，度一切眾生同生淨土。於行菩薩道過程中，力求轉依，依止法身真如，漸漸轉捨煩惱障跟所知障，轉得大涅槃跟大菩提。也就是要以實相的智慧，安住在這個法身真如的境界，雖度一切眾生而無一眾生可度；雖說無量法而無一法可說，從此以後，晏坐水月道場，修習空花梵行，降伏鏡裡魔軍，成就夢中佛果。這個就是實相念佛。

這裡稍微講解一下，當證悟法身真如以後，想要依止法身真如來觀照一切法的實相；必須要能夠去觀行蘊處界，了知這世間一切法都是法身真如所變現的；也都是這個法身真如藉由無量的因緣直接出生、間接出生、輾轉出生。知道一切法都是在法身真如上面，如幻似夢般的顯現，非有非無，不來不去；能夠觀行生起這個智慧，再來要能夠去觀行：真如法身雖然隨緣出生蘊處界一切法，可是卻從來不分別這一切法，也從來不貪愛這一切法、從來不執著這一切法、從來不攀緣這一切法。能夠這樣的觀行，生起一切法無我的智慧，確信自己見聞覺知心中種種不如理作意的想，確信自己見聞覺知心對一切法貪愛執著攀緣的想念，都是虛妄不實，都是虛偽的假我。因為觀行到法身真如的清淨法性，確信祂才是真實的我，而祂在一切境界當中沒有貪愛、執著、攀緣，

沒有妄想、顛倒。因為無我，所以願意生起大悲心，拔濟眾苦；於行菩薩道的過程當中，慢慢的轉依真如的清淨法性，捨去貪瞋癡的煩惱，捨去有無、好壞、得失的虛妄想、顛倒想；於自己無所得，於眾生無所求，這就是轉依，這也是實相念佛。

迴向發願：念佛人將此持名念佛、淨心念佛、體究念佛、親見自性彌陀及實相念佛功德，迴向無上道及度無量眾生，發願生極樂世界，速證無生法忍，得大智慧、大神通，迴入娑婆及十方一切佛土護持正法，救護有情，廣度一切眾生離苦得樂。若能如此，念佛人不僅必定上品上生，而且能速證佛道。有智慧的念佛人，萬不可看輕此世得以修學念佛三昧的善因緣；只要遇到真實善知識，你的念佛功德，就能如同

此書所言，大大提昇。能夠現前受用念佛三昧法樂，也能受用解空、無我法樂，受用慈悲眾生法樂。當你有了智慧的淨信，大悲的大願，菩薩的善行，何愁至誠心、深心、迴向發願心無法發起？何愁蓮邦淨土無法上品上生？

佛教正覺同修會

贈閱書籍 目錄 2010/06/21

- 1.無相念佛 平實導師著 回郵 10 元
- 2.念佛三昧修學次第 平實導師述著 回郵 25 元
- 3.正法眼藏—護法集 平實導師述著 回郵 35 元
- 4.真假開悟簡易辨正法&佛子之省思
平實導師著 回郵 3.5 元
- 5.生命實相之辨正 平實導師著 回郵 10 元
- 6.如何契入念佛法門(附:印順法師否定;極樂世界)
平實導師著 回郵 3.5 元
- 7.平實書箋—答元覽居士書
平實導師著 回郵 35 元
- 8.三乘唯識—如來藏系經律彙編
(精裝本 長27 cm 寬21 cm 高7.5 cm 重2.8 公斤)
平實導師編 回郵 80 元
- 9.三時繫念全集—修正本
(長 26.5 cm×寬 19 cm) 回郵掛號 40 元
- 10.明心與初地 平實導師述 回郵 3.5 元
- 11.邪見與佛法 平實導師述著 回郵 20 元
- 12.菩薩正道—回應義雲高、釋性圓…等外道之邪見

正燦居士著 回郵 20 元

13. 甘露法雨 平實導師述 回郵 20 元

14. 我與無我 平實導師述 回郵 20 元

15. 學佛之心態——修正錯誤之學佛心態始能與正法相應

附錄：平實導師著《略說八、九識並存…等之過失》

正德居士著 回郵 35 元

16. 大乘無我觀——《悟前與悟後》別說

平實導師述著 回郵 20 元

17. 佛教之危機——中國台灣地區現代佛教之真相

(附錄：公案拈提六則) 平實導師著 回郵 25 元

18. 燈影——燈下黑 (覆「求教後學」來函等)

平實導師著 回郵 35 元

19. 護法與毀法 正圓老師著

——覆上平居士與徐恒志居士網站毀法二文

回郵 35 元

20. 淨土聖道——兼評選擇本願念佛

正德老師著

由正覺同修會購贈 回郵 25 元

21. 辨唯識性相——對「紫蓮心海《辯唯識性相》

書中否定阿賴耶識」之回應

正覺同修會 台南共修處法義組 著

回郵 25 元

22. **假如來藏**—對法蓮法師《如來藏與阿賴耶識》
書中否定阿賴耶識之回應 正覺同修會
台南共修處法義組 著 回郵 35 元
23. **入不二門**—公案拈提集錦 第一輯(於平實導師公案拈提諸書中選錄約二十則，合輯為一冊流通之) 平實導師著 回郵 20 元
24. **真假邪說**—西藏密宗索達吉喇嘛《破除邪說論》
真是邪說 正安法師著 回郵 35 元
25. **真假開悟**—真如、如來藏、阿賴耶識間之關係
平實導師述著 回郵 35 元
26. **真假禪和**—辨正釋傳聖之謗法謬說
正德老師著 回郵 30 元
27. **眼見佛性**—駁慧廣法師眼見佛性的含義文中謬說
正光老師著 回郵 25 元
28. **普門自在**—公案拈提集錦 第二輯(於平實導師公案拈提諸書中選錄約二十則，合輯為一冊流通之) 平實導師著 回郵 25 元
29. **印順法師的悲哀**—以現代禪的質疑為線索

恒毓博士著 回郵 25 元

30. 識蘊真義 平實導師著 回郵 35 元

—現觀識蘊內涵、取證初果、親斷三縛結之具體行門。

—依《成唯識論》及《唯識述記》正義，略顯安慧《大乘廣五蘊論》之邪謬

31. 正覺電子報 各期紙版本 免附回郵 每次最多函索三期或三本 已無存書之較早各期不另增印贈閱

32. 現代人應有的宗教觀 正禮老師 著

回郵 3.5 元

33. 遠惑趣道—正覺電子報般若信箱問答錄

第一輯 回郵 20 元

34. 遠惑趣道—正覺電子報般若信箱問答錄

第二輯 回郵 20 元

35. 確保您的權益—器官捐贈應注意自我保護

正光老師 著 回郵 10 元

36. 三乘菩提—由正覺教團多位親教師共同講述錄製

DVD 八片，MP3 一片，共九片。有二

大講題：一為「三乘菩提之意涵」，二為「學佛的正知見」。內容精闢，深入淺出，精彩絕倫，幫助大眾快速建立三乘法道的正知見，免被外道邪見所誤導。有志修學三乘佛法之學人不可不看。製作工本費 100 元，回郵 25 元

- 37.佛藏經 燙金精裝本 每冊回郵 20 元
正修佛法之道場欲大量索取者，請正式發函並蓋用關防 寄來索取
- 38.西藏文化談—耶律大石先生著
正覺教育基金會印贈。回郵 20 元。
- 39.隨緣—理隨緣與事隨緣 平實導師述 回郵 20 元。
- 40.學佛的覺醒 正枝居士 著 回郵 25 元
- 41.導師之真實義 正禮老師 著 回郵 10 元
- 42.淺談達賴喇嘛之雙身法
—兼論解讀「密續」之達文西密碼
吳明芷居士 著 回郵 10 元
- 43.魔界轉世 張正玄居士 著 回郵 10 元

44. **一貫道與開悟** 正禮老師 著 回郵 10 元

45. **博愛—愛盡天下女人**

正覺教育基金會 編 回郵 10 元

46. **意識虛妄經教彙編—實證解脫道的關鍵經文**

正覺同修會編 回郵 25 元

47. **第七意識與第八意識？** 平實導師述

—第七、八識有可能是意識嗎？

俟電子報連載完畢後出版

48. **邪箭嚙語—從中觀的教證與理證，談多識仁**

波切《破魔金剛箭雨論—反擊蕭平實對

佛教正法的惡毒進攻》邪書的種種謬理

正元老師著 俟正覺電子報連載後出版

49. **真假禪宗** 正偉老師著

—藉評論釋性廣《印順導師對變質禪法之
批判及對禪宗之肯定》以顯示真假禪宗

附論一：凡夫知見 無助於佛法之信解行證

附論二：世間與出世間一切法皆從如來藏實
際而生而顯

俟正覺電子報連載後結集出版 回郵未定

50. **雪域同胞的悲哀**—揭示顯密正理，兼破索達吉
師徒《般若鋒兮金剛焰》。

王心覺居士著 俟正覺電子報連載後結集出版

51. **真假沙門**—依佛聖教闡釋佛教僧寶之定義

正禮老師著 俟正覺電子報連載後結集出版

★ 上列贈書之郵資，係台灣本島地區郵資，大陸、港、澳地區及外國地區，請另計酌增（大陸、港、澳、國外地區之郵票不許通用）。尚未出版之書，請勿先寄來郵資，以免增加作業煩擾。

★ 本目錄若有變動，唯於後印之書籍及「成佛之道」網站上修正公佈之，不另行個別通知。

函索書籍 請寄：佛教正覺同修會

103 台北市承德路 3 段 277 號 9 樓

台灣地區函索書籍者請附寄郵票，無時間購買郵票者可以等值現金抵用，但不接受郵政劃撥、支票、匯票。大陸地區得以人民幣計算，國外地區請以美元計算（請勿寄來當地郵票，在台灣地區不能使用）。欲

以掛號寄遞者，請另附掛號郵資。

親自索閱：正覺同修會各共修處。★請於共修時間前往取書，餘時無人在道場，請勿前往索取；共修時間與地點，詳見書末正覺同修會共修現況表（以近期之共修現況表為準）。

註：正智出版社發售之局版書，請向各大書局購閱。若書局之書架上已經售出而無陳列者，請向書局櫃台指定洽購；若書局不便代購者，請於正覺同修會共修時間前往各共修處請購，正智出版社已派人於共修時間送書前往各共修處流通。郵政劃撥購書及大陸地區購書，請詳別頁正智出版社發售書籍目錄最後頁之說明。

成佛之道 網站：

<http://www.a202.idv.tw> 正覺同修會已出版之結緣書籍，多已登載於成佛之道網站，；若住外國、或住處遙遠，不便取得正覺同修會贈閱書籍者，可以從本網站閱讀及下載。書局版之《宗通與說通》亦

已上網，台灣讀者可向書局洽購，成本價 200 元。《狂密與真密》第一輯~第四輯，亦於 2003.5.1.全部於本網站登載完畢；台灣地區讀者請向書局洽購，每輯約 400 頁，賠本流通價 140 元（網站下載紙張費用較貴，容易散失，難以保存，亦較不精美）。

**** 藏傳佛教修雙身法，非佛教 ****

佛教正覺同修會各地共修處：

台北正覺講堂：

台北市承德路三段二七七號九樓（捷運淡水線圓山站旁）

電話：(02)2595-7295（請於晚上共修時聯繫）

(分機號碼：九樓 10、11 十樓 15、16 五樓 18、19 十樓書局 14)

桃園正覺講堂：

桃園市介壽路二八六、二八八號十樓（陽明運動公園對面）

電話：(03)374-9363（請於週六早上共修時聯繫，或與台北聯繫）

新竹正覺講堂：

新竹市南大路二四一號三樓（竹蓮市場附近）

電話：(03)561-9020（請於晚上共修時聯繫）

台中正覺講堂：

台中市南屯區五權西路二段六六六號十三樓之四（國泰世華銀十三樓）

電話：(04)2381-6090（請於晚上共修時聯繫）

台南正覺講堂：

台南市西門路四段十五號四樓（民德國中北側京城銀行四樓）

電話：(06)282-0541（請於晚上共修時聯繫）

高雄正覺講堂：

高雄市中正三路四十五號五樓（復興中正路口捷運信義國小站旁）

電話：(07)223-4248（請於晚上共修時聯繫）

美國洛杉磯正覺講堂：

17979 E. Arenth Ave, Unit B, City of Industry, CA 91748 USA.

Tel.:(626) 965-2200 Cell.:(626) 454-0607

正覺同修會網址：[http:// www.enlighten.org.tw](http://www.enlighten.org.tw)

正覺同修會所有結緣書內容之閱讀或下載：

成佛之道網站：<http://www.a202.idv.tw>

正智出版社 書香園地：<http://books.enlighten.org.tw>

繫念思惟念佛法門

《免費贈閱》

作者：蔡正元老師

印贈者：正覺教育基金會

103 台北市承德路三段二六七號十樓

電話：〇一| 25956092 25957295

分機 10-21 (請於夜間共修時間聯繫)

傳真：〇一| 25954493

函索處：正覺教育基金會

親自索閱：正覺同修會各共修處

初版首刷：二〇一〇年 月 冊

正覺同修會網址：[http:// www.enlighten.org.tw](http://www.enlighten.org.tw)

繫念思惟念佛法門

——幫助末法時代之念佛人

生信、發願、起行，速登蓮邦淨土

◆ 正覺教育基金會 編印 ◆

