

在《佛遺教經》上，佛陀開示說：「汝等比丘於我滅後，當尊重珍敬波羅提木叉。如闇遇明，貧人得寶。當知此則是汝等大師，若我住世，無異此也。」比丘是七眾弟子的首領，波羅提木叉就是別解脫、處處解脫的意思，所謂別解脫就是持一條戒就得一條的解脫、持十條戒就獲得十條的解脫，如果持全部的戒條就得全部的解脫，解脫生死的苦惱、成就聖道。若要處處解脫就要持身、口、意三業之處的戒法，持身處的戒法，身處就得解脫；持口處的戒法，口處就得解脫；持意處的戒法，意處就得解脫。戒法就好像在黑暗裏遇到光明，我們眾生都有無明的昏闇，如果能夠依照戒法好好地受持的話，就如同遇到大光明，可以破除無明的昏闇；也好像貧窮的人得到珍寶，就變成富貴了。

佛陀告訴他的弟子：戒法就是我們的導師，它和佛陀是沒有兩樣的，佛陀在世時以佛為師，佛陀不在世時就以戒為師。《涅槃經》也說道：「欲見佛性證大涅槃，必須深心修持淨戒。」想要照見佛性，證得大涅槃，必須有深信之心來修持清淨的戒法，換句話說，去除所知障就證得大菩提，去除煩惱障就證得大涅槃，想要證得大菩提，證得大涅槃，就是由持清淨的戒法而獲得，所以持戒太要緊了。

在《華嚴經》的偈頌裏說：「戒是無上菩提本，應當具足持淨戒；若能具足持淨戒，一切如來所讚歎」。我們要怎麼樣來持戒呢？我們必須要少欲知足，少欲則少苦惱、知足則常樂；持戒要輕重等持，將輕的戒法與重的戒法以平等心來受持，不要因為現在是末法時代，就只持重戒，對於輕戒就隨便放逸；要知道：假如我們對於輕戒隨便放逸的話，重戒就保不住了。

在念佛方面，《印光大師法語》中說道：眾生的真如本性，和十方三世諸佛都是同類同體的，只是因為眾生無始劫來一念不覺而有了無明，乖違了真如本性，因此起惑造業、流轉於三界六道的苦海中得不到休息。我們的本師釋迦牟尼佛慈悲憐憫一切眾生，隨著眾生的根機來宣說法要，普遍使令有情的眾生，逆著生死路回到清淨涅槃的彼岸、眾生的家鄉（家鄉就是極樂世界）。佛陀所說的法門雖然很多，有所謂的八萬四千法門，而其中最要緊的唯獨有兩個，就是禪宗和淨土宗了脫生死最容易。

接著，《印光大師法語》將禪宗和淨土宗兩個宗派的情形分別一下：禪宗只靠著自己修持之力，淨土宗除了自力之外，兼具阿彌陀佛大慈悲願力的接引，所以淨土法門是二力的法門；這兩種法門互相比較起來，淨土宗最契合末法眾生的根機，好比有人要渡過大海，必須靠著舟船，才可以很快到達彼岸，使身心安樂自在，這就比喻我們修行之人，想要渡過生死的大海，必須靠著阿彌陀佛慈悲的教法，如法去修行，可以很快達到極樂世界。末法時代的眾生，唯獨這個法門堪能修行，否則就乖違了末法時代眾生的根機，那會非常勞苦而難以成就。

而淨土法門要怎麼修呢？《印光大師法語》中說道：我們要發起大菩提心，上求諸佛的覺道、下化無邊的有情，假如依照淨土法門來講，就是不但自己求生極樂世界、了脫生

死而已，也使眾生和我們一樣往生極樂世界。菩提心又牽涉到觀經上品三心的內涵，上品三心是什麼呢？一者至誠心、二者深心、三者迴向發願心。

所謂至誠心就是修淨土法門要至誠恭敬，將一切惡法、虛妄之法斷除得乾乾淨淨，勿以惡小而為之。在受三聚淨戒的時候，第一攝律儀戒就是至誠心的內涵，在因地受第一攝律儀戒，在果地就可以成就法身佛，如果三聚淨戒能夠配合淨土法門三資糧的話，至誠心是配合行的資糧。

三品上心的第二項—深心，是深信之心，也就是淨土法門信的資糧；根據《起信論》來講，深心的意思是樂集一切諸善法之心，也是眾善奉行的意思；如果我們在因地受三聚淨戒的攝善法戒，在果地就可以成就報身佛。

三品上心的第三項—迴向發願心，是淨土法門願的資糧，所有萬善功德盡皆迴向往生極樂世界；如果我們在因地受三聚淨戒的饒益有情戒，在果地就可以成就應化身佛。至誠心、深心、迴向發願心就是菩提心的內涵，發起大菩提心要生起真實的信心、發起懇切的願，簡單地說，對於本師釋尊在《淨土五經》裏頭所說的以及大乘經典所宣說的有關淨土法門的內容，我們要深信不疑，還要相信阿彌陀佛在因地作比丘的時候，發起四十八大願，願願都是要度脫十方世界的眾生，往生到西方極樂世界去，獲得種種殊勝微妙的安樂。

有了信心之後，再發起懇切的願，厭離娑婆欣羨極樂，因為娑婆世界有種種的苦厄，所謂三苦、八苦、一百一十苦、八萬四千苦、無量諸苦……講都講不完，《法華經》上說道：「三界無安，猶如火宅，眾苦充滿，甚可怖畏。」意思是說眾生在三界之內，就好像一個人住在一棟正在被火燃燒的房子裏頭，應該趕快出去一樣，所以眾生在三界之中也應該趕快求出離；而往生極樂世界卻有種種殊勝的妙樂，且不會退轉，直修到成佛，往生極樂世界可以和諸上善人聚會一處，無論有情、無情都為我們說法，往生之後都可得到相好光明和無量壽，而且思衣得衣、思食得食。

眾生要生起真實的信心、發起懇切的願，堅定地執持阿彌陀佛的聖號，老實念佛；什麼才叫做老實念佛呢？就是在念佛的時候要念茲在茲、不打妄想，假如一面念佛一面打妄想，比方說想到某某人對不起我，我對他發脾氣，或者什麼東西很好吃，不吃可惜，或者對因果報應不明白、生起愚愚癡癡的心，一面念佛一面起貪、瞋、癡的心，那就不叫做念茲在茲了，也不叫做老實念佛了。老實念佛還有一種意思，就是終身不換題目，唯佛是念。假如今天修了這個法門，明天聽了善知識說修另一個法門更好，於是就去修另一個法門，不修淨土法門了，那就不叫做老實了。因此憶佛念佛，現前當來必定見佛。

我們在日常生活當中，一舉一動都是為了將來往生極樂世界，譬如：聽經聞法、供佛點香、待人接物……都是為了往生極樂世界去。當我們一有工夫就提起佛號、念茲在茲、

不打妄想，那麼到臨終的時候，佛號必定會清楚分明、念念分明，那樣就能往生到極樂世界去。當我們念佛的功夫做到極點，凡情都忘了，正如印光大師說的「念而無念，無念而念」就是念到相應的時候，沒有一點起心動念的念相，雖然沒有起心動念的念相，然而一句佛號卻常常稱念或憶念，果能如此就能夠達到禪教妙義徹底顯現。禪宗教下的微妙義理是什麼？就是諸法實相、真如本性、中道第一義諦，這樣微妙的義理就徹底顯現出來了。

等到我們臨終的時候，能夠蒙受阿彌陀佛大慈悲的接引，直接登上上品、證得無生法忍，也就是對於諸法不生不滅的真理，忍可於心、再不動搖。有一個祕密的訣竅，劉實懇切的告訴我們：念佛要至誠恭敬，有一分的誠敬就能滅除一分的罪障、得到一分的福慧，有十分的誠敬就能滅除十分的罪障、獲得十分的福慧，真是太殊勝、太殊勝了！

此外，印光大師曾經開示大眾：無論是在家眾或者出家師父們，必須對上位的人恭恭敬敬，對待下面的人要和氣，要忍受人家所不能夠忍受的事情，也就是菩薩戒所說的，「惡事向自己，好事予他人」，像我們的本師釋尊在因地做忍辱仙人的時候，被歌利王割截身體，連一點瞋恚心也沒有，而且還發願說：「我將來成道，首先要度的人就是你！」，後來歌利王就是五比丘中的憍陳如，他是釋迦牟尼成道後，在鹿野苑所度的第一位比丘。可見釋迦牟尼佛的胸懷多麼廣大，平常我們被人家罵幾句，心裏就很難受了，何況身體被割截。因此我們學佛就要學習佛陀的表現。

其次，我們要做別人所不能做的事情，這裏有一個公案，就是虛雲老和尚有一位高徒，叫做具行，他是雲南會理地方的人，幼年的時候就喪失了父母，長大後，沒有資產可以娶妻子，就被人家招贅，婚後生了兩個兒子，由於家中貧窮，他就到雞足山虛雲老和尚的道場工作，到了二十一歲的時候，就率領全家八個人去出家，受具足戒。虛雲老和尚因他的根器而教導他念佛求生西方極樂世界的法門，他依教奉行，凡是別人不喜歡做的事，他都撿來做，從不計較；在平常生活中，他是佛號不離心口之間，一有空就拜佛、念佛。到了三十六歲的時候，他向西趺坐念佛，以火焚燒自己，後來虛雲老和尚知道了，就跑去看他，發現他成就非凡，三十六歲就往生了。這就是難行能行的典範。

《印光大師開示》中說：修淨土法門的人要「忍人所不能忍，行人所不能行」、要代替人家的勞苦、成就別人的美事、還要有隨喜的功德，是身業的清淨。靜坐的時候常常想到自己的過失，在二六時中多多禮拜十方佛、懺悔過去的罪業，更應當常常生起慚愧心，不可以仗恃自己有修持，而毫不反省自己的過失，這樣我們的意業就可以獲得清淨。閒談的時候不要討論人家的是非，不談東家長、西家短，應多談如何增長我們的道業、彼此互相策勉纔好，這是口業的清淨。

在行、住、坐、臥之間，或者穿衣、吃飯的時候，從早上到晚上、從晚上到早上，時時刻刻都念著一句佛號，不要讓它間斷；念佛號的時候，可以小聲念或者默念，但是總要聽到自己念佛的聲音，聽得清清楚楚才表示自己不在打妄想，假如聽不清楚，就表示自己在打妄想。一旦妄念生起，當下就要讓它消滅，前一念打妄想，後一念就趕快用「阿彌陀

佛」聖號壓住它，心中越是起妄想，就越要用佛號壓住它，如此妄想漸漸就降伏了，伏久了，煩惱就斷除了。所以古德說：「不怕念起，唯恐覺遲」，譬如早上打一個妄想，一直打到晚上睡覺，那今天都白花工夫、浪費光陰了。

《印光大師開示》中又說：修行人要常常生起慚愧心及懺悔心，有慚愧心我們才能止息一切惡法、修持一切善法；所謂懺悔，懺是止息斷絕未來的過非，悔是對過去所犯的過失生起羞恥心，使自己將來不再造作過非。縱然自己有修持，總是覺得功夫還差得很，不要矜持自誇自己的修持，因為在菩薩戒裏是不許自讚的，假如又毀他，那就犯重罪了。只管自己的身、口、意三業有沒有清淨，不要管人家的是非善惡，看到好的榜樣就見賢思齊，看到不好的榜樣就自己反省、不要跟他一樣，這就是「見不賢而內自省也」。

印光大師告訴我們：看待一切人都是菩薩，因為一切眾生皆有佛性，唯獨自己是實實在在薄地的凡夫；反之，眾生看待任何人都是凡夫，即使佛菩薩在他們跟前也看成凡夫了，所以我們每個人都要好好反省自己。如果能夠依照大師所說的話努力去修行，將來一定可以往生到西方極樂世界去。