



道海長老

現任台中南普陀寺住持兼佛學院院長

佛教僧伽醫護基金會董事長

道海長老開示

念佛的道理

行致居士 記錄

各位法師！各位居士！大家晚安！

佛七已經是第四天了！光陰過得很快，不知不覺地，已經超過一半的時間，因此我們在佛七念佛的領域之中，要警覺無常的快速，但念無常，慎勿放逸！

昨天講過佛七之中禮佛的道理。禮佛的目的，是要懺悔過去的煩惱障以及惡業障，如果能夠將禮懺的善根回向西方，一樣是有功德，一樣是可以得到利益。在禮佛偈中「能禮所禮性空寂」，如果能夠這樣的觀想，而至誠懇切的拜佛，則必能消滅無量河沙罪業，這禮佛的功德不可思議，非是心口所能想像形容的，所以說感應道交難思議。我們放下世間所有的工作，來參加打佛七，來到念佛堂中，唯獨所做的工作是禮佛與念佛，我們已經把禮佛的意思大略說過，今天再來講念佛的道理。

念佛這個「念」是指我們能念的心，「佛」是指所念的境界，能念的心與所念的境界，合起來就叫念佛。念是憶念、思念的意思，經中講「念」是「明記不忘」，就是分分明明，記憶清楚這一句佛號，使它在我們心中，一點也不會忘失，叫明記不忘，這叫「念」。念佛的人，應該依據念佛的意思，時時刻刻，念念之間，都要分分明明記憶這一句阿彌陀佛的佛號，不要使它忘記，這樣才叫念。能念就是我們的心，但是我們的心，必須把它收攝歸於一心，然後於此一心，專念於佛號的境界，才能攝心而不亂，專在一境念佛，才能夠心境相應。

我們把能念的心，和所念的佛號分開來講。先來解釋能念的心。能念的心，在佛經的記載，有四種名稱：一、肉團心，二、妄想心，三、集起心，四、真實心。

一、肉團心：每一個人身體之中，有心、肝、脾、肺、腎五臟，這個心臟是由肉團所成，也是四大假合所生起的，叫肉團心。這個心不是能念佛的心，它是四大假合，只是一種功能作用而已，心臟如果停頓不跳動了，人就死了。肉團心的形狀，它在我們身體之中，猶如一朵倒掛的蓮花，我們睡覺時，它就合起來，我們醒來它又打開，這個雖然不是能念的心，但它是第六意識所依止之處。也有人講，這肉團心是扶塵意根，如同我們的眼識依眼根而生起，耳識依耳根而生起，乃至身識依身根而生起，第六意識以這肉團心為所住之處，也就是扶塵意根，但是意根它屬於心法，而不屬於色法。這只是有人這麼講，實際上它不是意根，這意根，前一念滅叫做根，第二念生起來分別，才叫第六意識。這說明這肉團心是四大假合，不是能念的心。

二、妄想心：又叫攀緣心、緣影心，它就是第六意識。為什麼說它是攀緣心呢？因為它能憶念過去的五塵境界，分別現在的五塵境界，推想未來的五塵境界，這叫攀緣，而且它是向外攀緣虛妄分別，所以叫妄想心。又五塵境界已經過去了，只剩下一個影子，它還可以攀緣過去影子，所以叫緣影心。

三、集起心：這是第八意識，因為它能集合諸法的種子，生起諸法的現行。種子為因，現行為果，有了種子就能開花結果，既然有了因，就能感果，所以集合諸法的種子，生起諸法的現行叫集起。

妄想心正是念佛所要對治的心，假如沒有方法對治它，我們口裏念佛，心裡胡思亂想，就如古德所說：「口中念佛心散亂，喊破喉嚨也徒然！」因此要應用念佛的方法，對治第六意識心。如何對治法呢？口裏稱念阿彌陀佛聖號，心裏一定要觀想，要有一個所緣境界。如我們現在念佛，口中念佛，身體端坐，心要觀想。觀想在一般普通凡夫來講，就是思惟，就是憶想。思惟憶想觀察一個所對的境界，什麼樣的境界呢？有的心中觀想蓮花，如臺灣打佛七，佛堂中間會排青色、黃色、赤色、白色四色蓮花，這是根據阿彌陀經所講：青色蓮花放青色光，黃色蓮花放黃色光，赤色蓮花放赤色光，白色蓮花放白色光，觀想蓮花放光，這就是我們所對的境界，所想的境界。因為在境界上觀想蓮花放光，所以就不會打妄想了。這就是經典裏，佛告訴我們「心不二用」，當我們的心專注一境，就不會再去想其他境界，妄想也就不會生起了。

觀想蓮花是一種，有的觀想：我在念佛，我的身體就坐在蓮花上，觀想自己所坐的蓮花放光。這樣也可作為我們的所觀境，所想的境界。也有觀想蓮花在七寶池中的。

或者觀想佛號的聲音：口裏邊把阿彌陀佛四個字，念得清清楚楚；耳根裏邊把阿彌陀佛名號，聽得清清楚楚；心中觀想阿彌陀佛名號，也是清清楚楚。這樣子攝心念佛，才叫身口意三業完全相應。坐禪、修止觀、持咒，也不外如此。

也有觀想阿彌陀佛這四個字：念一句佛號觀想第一個字，念二句佛號想第二個字，每念一句佛號，都觀想一個字，心裏頭把阿彌陀佛四個字，一個字、一個字的觀想，也可以對治妄想了。

印光老法師告訴我們一種心裏記數法：不是數一、二、三、四、五這樣數數，而是讓我們記住，阿彌陀佛！阿彌陀佛！阿彌陀佛……，一句記一個數，五句記五個數，十句就記十個數，從第一句到第十句，從第十句再由第一而記起。這樣週而復始，一句一句到十

句，再從頭記起，這樣記數目，記得清楚分明，因為數目是無記性，非善非惡，也可以對治妄想。

我們知道，這第六意識心，是思前想後，思左想右，它是無事不想。所以我們打念佛七，就是希望能夠在佛七之中，應用這一聲佛號，應用種種的觀想，對治第六意識，不讓它憶念過去、分別現在、推想未來，這就叫做攝心歸一，把種種的虛妄分別心攝歸一處，然後將這一心相對於念佛號的一境界之中。什麼叫做定呢？前天講過「心一境性」，把我們能念的心，攝歸於一個境界之中，不被其他的境界所擾亂，不被其他的境界所搖動，這叫做一心不亂，一心能夠不亂，境界就能專一了。所以第六意識，是功魁禍首，輪轉生死、修學聖道，都由它造作。經云：「應觀法界性，一切唯心造。」

以上所講的都是對治妄想的方法，歷代祖師們也講了很多，又如觀佛像，或觀眉間白毫，或觀肉髻頂相等，可以隨你自己選擇，任用一種。只要能夠對治這個心，不令生起妄想分別，這樣念佛就會相應了。

其次，再來解釋第八識集起心，它是集起諸法的種子，生起諸法的現行。就好像念佛，今天一句佛，或念了一支香，或念了一天的佛，就在我們八識田中，種下了念佛的種子，種下了念佛的往生正因，這叫做集。等到臨命終時，將要往生的時候，這念佛的正因，念佛的種子，就從我們八識田中生起現行，生起念佛求往生的心，這時候這一念是最重要的。當念佛的正念生起來，阿彌陀佛就一定來接引我們，所以有了念佛種子的正因，就可以有往生的果報了。這是第八識先集合念佛的因，然後生起念佛的心，這就是往生的正因正果。

不但念佛種下正因種子，可以生起往生的果報，其他一切善惡諸法亦是如此。如果我們由第六意識做了惡事，在八識田中種下惡因，將來所感的就是惡劣的果報；我們由第六意識做了好事，就在八識田中，種下這個好的因，將來就會生起快樂的果報。就好像坐禪、修止觀、誦經等等，都是第六意識去做，種下正因的種子，存在八識田中，將來它所感的果報，就是隨順所種的因，而感果報。如世間人說：「種豆得豆，種瓜得瓜。」就是做善因得樂果，做惡因得苦果。

第八識是集一切因，起一切果。因此我們要明白，因果都是由第六意識作善作惡，種下八識田中善惡的種子，將來所感到善惡的果報。自己所作，還是自己要受，這叫自作自受，和別人沒有關係。假如我們種下世間六道雜染的因，將來就得到世間六道雜染的果報；假使我們種下出世間清淨的因，將來就感到出世間，聲聞、緣覺、菩薩三乘聖人的果報。這是絕對的因果律。因此平時就要注意第六意識的所作所為，自己要小心謹慎，不要種下了惡的種子，以免將來感受苦果。因果是絲毫不爽的。

這一次來這裏打念佛七，目的是讓我們專門一心一意地種淨土的因。淨土的因就是要稱念阿彌陀佛的聖號，口裏稱阿彌陀佛聖號，身體禮拜阿彌陀佛聖相，心裏憶念觀想阿彌陀佛無量無邊的功德，這樣我們三業才能專注於一境。世人稱念佛的人叫「淨業行人」，因為身業禮拜阿彌陀佛，身業清淨；口業稱念阿彌陀佛，口業清淨；意業觀想阿彌陀佛的無量功德，意業也就清淨了。所以稱修行淨土法門的人，叫做淨業行人。這就是念佛往生的正因，往生的種子。

打念佛七是為了要種淨土的因，但是想得淨土的果報，那就要看念佛的工夫是如何了！如果我們每一天每一天、每一念每一念都在念佛，那在八識田中所種的因就很深了。平時人家問你，你有沒有工夫？工夫就是我們念念之間都在念佛，對治妄念，念念之間也不會被別人打我的閒岔，別人想要打我的閒岔也打不到我的閒岔，「別人打不到你的閒岔」這才是真正的工夫。

所以古來大德曾說：我們在靜中念佛，念到十分有把握，任何的境界都打不退我念佛的工夫，在這清淨的境界中有十分的工夫，但是在動亂的時間，只有一分工夫；假使在動亂時候，念佛有十分把握，睡夢之中，只有一分工夫；在睡夢之中能念佛，不被他境所轉，但是在臨命終時，只有一分工夫。

今天大家在這裏念佛，助緣殊勝，在這時候，自己尚且不能作主，專心一意地念佛，到寺院之外，那樣動亂的境界，還能專注於念佛的境界嗎？在動亂之中作不了主，在夢中更作不了主，那麼臨命終時，怎麼能夠往生呢？這是古來祖師要引導、勸誡我們，使令我們念念之間都要念佛，念念之間在八識田中，把往生的正因種子種得根深蒂固，在任何境界之下，都不被他擾亂搖動，這樣子才有往生的把握。在這兒打念佛七時候，大家念的比較精進，但是回去以後，還要繼續努力，完成十分的工夫，那個時候才是真的有把握，念佛念到一心不亂，那才是往生有份。不過蓮友們也不要怕，現在沒有十分工夫，可以繼續努力，雖然不能有往生的把握，但是我們已經種下念佛的正因，將來也會有結果的。不過那是屬於遠因，不是今生可以得到，但是就是種個遠因也好。工夫是靠自己的，誰也幫不了誰，自己沒有工夫，自己知道，如人飲水冷暖自知，完全要自己精進努力地去修學。

上面講過肉團心、妄想心、集起心，最後來談談真實心。真實心是念佛相應了，生起現行，可以往生到極樂世界去。往生極樂世界，去做什麼事情呢？去到極樂世界的目的，就是花開見佛悟無生忍。見到阿彌陀佛，聽阿彌陀佛說法。阿彌陀佛會觀察我們是什麼根機，應機說法，使令我們聞法之後，得到無生法忍。無生法忍即是不生不滅，涅槃的境界。此境由智慧契入，功行顯發，非因非果，故云真實。

好像我們的身體，我們的心裏，世間一切諸法，都是無常的，無常故苦，苦故無我，無我故空。前幾天，都是解釋苦、空、無常、無我的道理，阿彌陀佛跟我們說法之後，我們得到心性法身的理體。不生不滅的法身理體，它不隨我們的身體而生而死，也不隨我們的心念而生而滅，也不隨世間一切諸法成住壞空，它是不生不滅。悟到無生法忍之後，就明白這個境界。

回向偈云：「願生西方淨土中，九品蓮花為父母，花開見佛悟無生，不退菩薩為伴侶。」最後一句，或有改為：「迴入娑婆度有情」。這是看你在極樂世界的目的是什麼？到了極樂世界以後，假使你想在極樂世界，繼續修學佛道，就念「不退菩薩為伴侶」，有很多不退轉大菩薩為你的伴侶，陪伴你進修究竟佛道。假使你發大慈悲心，在證得無生法忍之後，想要回到娑婆世界，利益眾生，就說「迴入娑婆度有情」。這但在看你的志向，你的願力，你有沒有大慈悲心。

時間已經到了，今天就講到這裏。希望與會的各位蓮友，個個都能夠使工夫特別相應，恭祝各位，能夠圓滿成就！向下念佛回向。（2002年於澳洲雪梨華藏寺）