

2016年8月21日

[21/85:54] [+886 933 586 872](tel:+886933586872): 竹筠問：「如何修持『都攝六根，淨念相繼』？凡夫如何做到呢？」

答：「都攝六根，淨念相繼」的教法是出自《楞嚴經》卷五之〈大勢至菩薩念佛圓通章〉。在《楞嚴經》之廿五種圓通中，排列第廿四種，第廿五種圓通是觀世音菩薩的「耳根圓通」。（這兩種圓通被分列在最後，而且並連續隔鄰，這中間有些密意，以後有機會，再用講述的方式，跟各位大德分享，因為使用書寫方式，不容易說明白。）

如同竹筠所問：「凡夫如何做到呢？」的確，證入「圓通」是件不容易的事。《楞嚴經》所教導的廿五種圓通，都是大菩薩的修行層次，吾等凡夫的確不易達致。所幸，近代蓮宗十三祖印光大師專對〈大勢至菩薩念佛圓通章〉提出重要開示，並將〈念佛圓通章〉列為淨土法門的主要經典之一，對該經開示的修持方法，有獨特見解；歷來古德根據此章提出個人修持見解及方法，以大師所述最為詳盡，也最具個人特色。（據聞，印光大師是大勢至菩薩的再來人，想必，他來娑婆世界「推廣」自己的法門，也是理所當然之事。）以下，專就其說，跟各位大德、先進分享。

〈大勢至菩薩念佛圓通章〉曾被淨土學人認為是整部《楞嚴經》的菁華所在，亦被視為淨土法門之「心經」。此圓通章不長，只有二百四十四個字，講述大勢至菩薩自白其在因地時，超日月光佛教祂念佛三昧的方法，因此證入無生法忍。經文最後，云：

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。

印光大師特別注重「都攝六根，淨念相繼」此句經文，曾斬釘截鐵地說：

淨土法門……，修持之要在「都攝六根，淨念相繼」。無須多說，依此力行，則自可親得其益矣。

「都攝六根」的原意是六根齊念，即眼根亦在（或說亦能）念佛，耳根亦在（或說亦能）念佛，鼻根亦在（或說亦能）念佛，舌根亦在（或說亦能）念佛，身根亦在（或說亦能）念佛，意根亦在（或說亦能）念佛。我們通常使用持名念佛法，是以舌根跟意根來念（一般只用舌根，而不專注，散心而念）。但〈念佛圓通章〉教我們要六根齊念，一如大勢至菩薩所云：「我無選擇」，表示祂沒有選擇使用哪一根來念佛，而是「都攝六根」，使用六根齊念的方法來念佛。這恐怕不是凡夫所能做到的。

因而，我必須回過頭，先從四種念佛法——實相念佛、觀想念佛、觀像念佛、持名念佛，來跟各位介紹一下，然後，大家才能明白，為何我們要使用持名念佛。然後，再循此線索，介紹「都

攝六根，淨念相繼」，說明何以能夠使用「持名念佛」來修持？並進一步，介紹「都攝六根，淨念相繼」的修持方法，以達到竹筠所問的「凡夫如何做到呢？」（即「凡夫何以能夠做得到」？）

自華嚴宗五祖宗密大師（780-841）將念佛方法歸納成「實相」、「觀想」、「觀像」及「持名」四種後，淨土行者大抵沿用之。後來蕩益大師（1599-1655）又將念佛分為「念他佛」、「念自佛」、「自他俱念」等三種。印光大師將實相念佛歸屬於「專念自佛」，觀像、觀想、持名歸屬於「專念他佛」，另一種名為「禪淨雙修」的則歸屬於「自他俱念」。（附言，因為群組裡的多位大德都曾問及「禪淨雙修」，我曾回覆，這是參禪的路數，不屬於淨土。例如印光大師即如此說：「自他俱念即所謂禪淨雙修者。有以專看『念佛的是誰』，以期明心見性，不以信願求生為事。」在此順帶一提，供各位參考。）

印光大師曾說「實相念佛」是一切法門的通途妙行，因為實相乃「法身理體，圓離生、滅、斷、常、空、有等相，而為一切諸相之本」，由是「實相念佛」可說是佛教各宗派的共通教法。但是這種念法不容易，大師提出警告說：「念實相佛，說之似易，修之證之，實為難中之難。非再來大士，孰能即生親證。」因此大師不主張習行此方法。例如大師曾言：「悟二（指法、我）空理，證實相法，乃約省悟修持，示現因後果。且勿僥倖自任，謂現生便能如是。現生證實相者，非無其人，恐賢契無此善根。若不詳陳其故，或致妄期聖，則志高而行不逮。久而久之，必致喪心病狂，未得謂得，未證謂證，求升反墜，弄巧成拙。……二空理唯言悟，則利根凡夫即能。……若云證實相法，則非博地凡夫之所能為。」又言：「……曰念實相佛。實相，雖為諸法之本，凡夫業障深重，何能做到！」又言：「端坐念實相，即一心專注於不生不滅之真如佛性，以期徹悟而實證耳。此種工夫頗不易得。倘理路不明，或起魔事。不必用此工夫也。」可見，悟入實相與證入實相二者不同，實證不但不是博地凡夫所能作到，且亦容易引起魔事。基於這些原因，大師不贊同凡夫直接從實相的修證入手。

再者，有關「觀想」跟「觀念」的念佛法，印光大師云：

一觀想：謂依《十六觀經》作觀，或專觀白毫，或但觀丈六八尺之佛身，或觀廣大法身，及具觀十六種觀。二觀像：謂對佛形像，想佛相好光明等。

觀想念佛乃依《觀無量壽佛經》所示的十六種觀法作觀；觀像念佛是對著佛像（塑雕或綵繪）觀想佛的相好光明等殊勝形像。

《觀經》所示的十六種觀法中，當先從易修的著手，如白毫觀或雜想觀。大師非常注重修持觀想念佛的利害得失，曾說：

如欲作觀，必須熟讀《觀經》，深知「是心作佛，是心是佛」，及心淨佛現，境非外來，唯心所現，不生取著。既不取著，則境益深妙，心益精一。能如是，則觀之益，殊非小小。如觀境不熟，理路不清，以躁妄心，急欲境現。此則全體是妄，與佛與心，皆不相應，即伏魔胎。

大師表示欲修持觀想念佛，須深知「是心作佛，是心是佛」，以及「唯心所現」的道理。何謂

「作佛」、「是佛」？大師說：「作佛者，謂觀想佛像，憶念佛德，及與佛號。是佛者，謂當觀想憶念之時，佛之相好莊嚴，福德智慧，神通道力，悉現於觀想憶念者之心中，如鏡照相，敵體無二。」

何謂「唯心所現」？大師說：「唯心所現者，雖其像歷歷明明，實非塊然一物。若認做外境，作塊然實有，便成魔境矣。」能清楚以上的道理，並依之作觀，則觀想的利益非同小可。然而，若對觀想的境界不熟悉，對作觀的道理不明了，僅是急躁地妄求境界現前，則會遭魔。因為，修觀想的行者，常因觀境現前時，妄生喜悅之念而遭魔。另外一種遭魔的情形是，由於妄欲見境，導致心中益加躁妄，因此多生累劫的怨親債主，會現作境界。此時行者不知境界乃魔業所現，遂大生歡喜，而情不自安。嚴重的程度可能會導致喪心病狂，此時縱令活佛現身救度，亦未如之何。總之，印光大師認為：「觀想一法雖好，必須了知所見佛像，乃屬唯心所現。若認做心外之境，或致著魔發狂。不可不知。」大師不贊成修持觀想念佛，其因在此。他說：

觀想，本佛所開示。但以世人每每不能徹底息滅妄想，以躁妄欲得心修觀，則甚危險。古今來著魔者，多坐此故。故古德謂，境細心粗，觀難成就，或起魔事。非謂絕不許人修觀，亦非謂修觀通皆著魔也。

觀想的方法本是佛陀所開示，大師並沒有絕對不許人修習，也沒有說凡是修觀皆會著魔。他所以不贊成修觀，乃因行者常以躁妄欲得之心來修觀，有著魔的危險。觀想之難在於作觀的人通常不明理路，造成修行上的反傷害，此乃事實。因此，大師站在教化的立場，坦白且肯切地表示「觀想一法，大非易事。……但以至誠恭敬為主，能觀則觀。」指出修觀實非易為，唯行者要是能做到志誠懇切地修持，也不妨「能觀則觀」。（題外話，舉例一則，當時王慧常居士（王柏齡將軍）曾因修持觀想念佛而頗為煩惱，他到普陀山當面請示印光大師，王氏回憶說：「師輕描淡寫的說『能觀則觀』，通體冰釋。」可見，「能觀則觀」是大師教示觀想念佛的基本態度，不反對也不鼓勵。總之，大師認為時丁末法，眾生根器不足，修觀難以成就。）

相對的，在三種念他佛的方法中，印光大師認為持名一法於當今末法之際，最為合機。他說：「持名一法，最為末法透機之法。善導雖疏《觀經》，實最重持名一行。」從大師對《觀經》的第十六觀的解釋，也可看出他重持名一法：

第十六觀，又令惡業重者，直稱名號。由稱名故，即得往生。……「觀」不能作，「稱」即獲益。于此諦思，知持名一法，最為第一。末世行人，欲得現生決定往生者，可弗寶此持名一行哉。

《觀經》第十六觀的一段經文，教令惡業眾生臨終時稱佛名號，即能獲得救濟。從此可知「持名一法，最為第一」，而且大師曾云：「下品將墮地獄之前，大開持名之法，是《觀經》仍以持名為最要之行。」因而，末世行者不可不特別珍視。此法的殊勝，在於持名也能通向實相，據大師云：

四種念佛，唯持名最為契機。持至一心不亂，實相妙理，全體顯露，西方妙境，徹底圓彰。即持名而親證實相，不作觀而徹見西方。持名一法，乃入道之玄門，成佛之捷徑。

實相念佛和觀想念佛是業力凡夫難以修持的法門，而持名則較易行，且又有實相、觀想等法的相同成效，透過持名念佛，可以親證實相妙理，徹見西方妙境，難怪大師盛讚此法為「入道之玄門，成佛之捷徑」。

印光大師比較持名念佛跟觀像念佛、觀想念佛，云：

持名念佛一法，普利三根。觀像、觀想，唯心地法門明白之人則可。否則或致起諸魔事。持名念佛，加以攝耳諦聽，最為穩當。任憑上中下根，皆有利益，皆無弊病。

持名念佛以「攝耳諦聽」為方法，任何根器的行者皆可受益，不像修持觀像、觀想等法，如果不熟悉心地法門者，容易起魔事。因此大師一再強調「切不可謂持名一法淺近，捨之而修觀像、觀想、實相等法。」因為「於持名識其當體實相，則其益宏深。外持名而專修實相，萬中亦難得一二實證者。」總之，大師認為今人對於教理、觀法皆不明瞭，若修觀想、實相，或至著魔，弄巧成拙，求升反墜。所以應該修持易行的持名之法，自能感應到至妙之果。

以上對於四種念佛法的解說，大抵上是要分辨其難易。重點在於，不一定不能修實相、觀想之念佛法，但須自我衡量，是否能從中得到實益。反之，持名念佛亦非淺近，這種修持方法一樣能夠證入實相。而持名念佛是以「攝耳諦聽」作為下手處。

瞭解「持名念佛」的殊勝後，以下，我們接著介紹如何使用「持名念佛」來修持「都攝六根，淨念相繼」。

大師強調「念佛之要，在於都攝六根。」《文鈔》中屢次提出「都攝六根」的念佛法，說：

都攝六根者，即是念佛之心專注於佛名號，即攝意根；口須念得清清楚楚，即攝舌根；耳須聽得清清楚楚，即攝耳根。此三根攝於佛號，則眼決不會亂視。念佛時眼宜垂簾，即放下眼皮，不可睜大。眼既攝矣，鼻也不會亂嗅，則鼻亦攝矣。身須恭敬，則身亦攝矣。

大師一一說明如何收攝眼、耳、鼻、舌、身、意等六根。他首先指出念佛之心如能專注於佛的名號，即攝意根；口中稱念佛的名號，須句句清楚，即攝舌根；耳中聽佛名號聲，亦須句句清楚，即攝耳根。大師教人先攝意、口、耳三根，三根既攝，則眼根亦隨之而攝。眼根既攝，鼻根亦隨之而攝。而心存恭敬心，則收攝身根。照大師這說法看來，六根的收攝有連帶關係，層層而進。例如他曾說：「心念屬意，口念屬舌，耳聽屬耳，眼皮下垂，即見鼻端，則眼鼻二根亦攝，五根既同歸一句佛號，身根焉有不恭敬嚴肅之理乎。」

就收攝六根而言，大師以為攝意、舌、耳三根最為重要，只要此三根俱攝，餘三根便隨之而攝。他說：「所言心、口、耳悉令清楚者，即『都攝六根』之法則也。」又說：「心、口念而耳聽，眼鼻決不至向外馳求，身亦不至倨傲放肆。」可見大師以為攝意、舌、耳三根，即可達到六根俱攝的目標。

至於攝意、舌、耳三根，大師一再表示須徹底做到「清清楚楚」的地步，此是重要法則所在，大師說：

念佛之人，當恭敬至誠，字字句句，心裏念得清清楚楚，口裏念得清清楚楚。果能如是，縱不能完全了無妄念，然亦不至過甚。多有圖快圖多，隨口滑讀，故無效也。若能攝心，方可謂為真念佛人。

無論心念或是口念，皆須念得「清清楚楚」，此是恭敬至誠的一種表現，如果不這樣，念佛則無法獲得真實利益。因此念佛時要絲毫不含糊、也不求快不求多，確確實實攝心而念，才可名為「真念佛人」。大師一再強調「無論大聲小聲，均須心裏念得清清楚楚，口裏念得清清楚楚，耳中聽得清清楚楚。」可見「清清楚楚」是「都攝六根」的首要法則。

大師又進一步簡別攝意、舌、耳三根的主從關係，指出三根之中，攝住耳根最為重要，他說：常聽自己念佛音聲，即是「都攝六根」之下手處。切須注意。

須知「都攝」，注重在聽，即心中默念，也要聽。心中起念，即有聲相。自己耳，聽自己心中之聲，仍是明明了了。果能字字句句，聽得清楚，則六根通歸於一。

「都攝六根」的下手處在於攝住耳根，清清楚楚地聽自己念出來的佛號聲。又念有心念及口念之別，大師解釋說：「默念雖不動口，然意地之中，亦仍有口念之◆。」意地之中的口念之相即指心中默念之聲相，而逐字逐句地清楚聽自己心中之聲相，則能將六根通攝於耳根，故可名之為「都攝六根」。

所謂攝住耳根，亦即「攝耳諦聽」之意，所以大師說：「念佛時能『攝耳諦聽』，即『都攝六根』之法」，又說：「當念佛時，“攝耳諦聽”，即是攝六根之下手處。」他對此有較為詳細的說明：

念佛必須攝心，念從心起，聲從口出，皆須字字句句，分明了了。又須「攝耳諦聽」，字字句句納於心中。耳根一攝，諸根無由外馳，庶可速至一心不亂。大勢至所謂「都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一」者，即此是也。文殊所謂「反聞聞自性，性成無上道」者，亦即此是也。切不可謂持名一法淺近，捨之而修觀像、觀想、實相等法。

《楞嚴經》〈大勢至圓通章〉云：「都攝六根，淨念相繼。得三摩地，斯為第一。」即是「攝耳諦聽」之法。

攝耳諦聽即能攝心；攝耳諦聽即能「都攝六根」；攝耳諦聽即能「反聞聞自性」。攝耳諦聽是以持名念佛為法，字字句句，清楚分明地聽自己念出來的佛號聲。而耳根一攝，其餘諸根便不會向外馳逐。欲達到「都攝六根，淨念相繼」，則無論行、住、坐、臥，須常念佛號，或聲或默，皆須聽自己念佛之聲。大師說：「如是攝心，妄念自息。」總之，念佛時如果耳根所聽之佛號稍有不分明的情況出現，即表示不真切而有妄想。而且只念不聽，容易產生妄想。

既然六根已攝，則得以「淨念相繼」，大師解釋說：

六根既攝而不散，則心無妄念，唯佛是念，方為「淨念」。六根不攝，雖則念佛，心中仍然妄想紛飛，難得實益。若能常「都攝六根」而念，是名「淨念相繼」。能常常「淨念相繼」，則一心不亂，與念佛三昧，均可漸得矣。

所謂「淨念」，乃指都攝六根而念。此時心中沒有雜妄之念，只有佛念。足見「淨念」的呈顯乃由「都攝六根」而來，六根不攝則心中妄想紛飛，無法獲得念佛的真實利益。若能一直「都攝六根」而念，是名「淨念相繼」。大師還保證說，能常常淨念相繼，則一心不亂與念佛三昧，皆可依次而得。所以大師說：「『都攝六根，淨念相繼』為得三昧之第一妙法。」證得念佛三昧，即是證入實相。有關證入「念佛三昧」的境界，前次答覆 Basial Li，曾特別說證入「念佛三昧」的人，已是聖人。其情況如上次所答覆，這裡不再贅述。

能「都攝六根」而念，即名「淨念」。對此，仍須再進一步說明，大師指出：

能都攝六根，則心識凝靜而不浮散，便名淨念。以六根既攝，雜妄等念，潛消故也。

大師所謂「心識凝靜」，可能指第六意識的分別計度，與第七末那識的衡審思量等作用被攝伏住，因此雜妄等念能漸漸減少，以至於無。此時將心安住於佛號，使之不散亂，即名為「淨念」。可見，「淨念」指心持佛號不忘失，亦指心安住於佛號而不散亂。此即前言「心無妄念，唯佛是念，方為淨念」之意。

總之，能「都攝六根」而念，即為「淨念」。但淨念須持續不斷，才能獲得「一心不亂」或證入「念佛三昧」；「淨念」未即是「一心不亂」。所以上引文之後大師接著說：「淨念若能常常相繼，無有間（間）斷，自可心歸一處，淺之則得一心，深之則得三昧。」大師以深、淺不同，作為「一心」跟「三昧」的分辨所在。

於此附帶一提的是，大師雖認為「都攝六根，淨念相繼」為得三昧之第一妙法，但又指出得三昧並不容易，他說：「念佛三昧，說之似易，得之實難。」所以勸人以求「一心不亂」為先。不過，他又指出得一心不亂，也非易事。例如他說：「事一心，若約蕩益大師所判，尚非現世修行人之身分，況理一心乎！以斷見、思惑，方名事一；破無明、證法性，則名理一。……若實係具縛凡夫，則事一尚不多得，況理一乎！」（有關「事一心」與「理一心」的問題，俟日後機緣，再與各位大德分享個中道理。）

綜上所論，大師依〈大勢至菩薩念佛圓通章〉經文的開示，實踐個人的淨土修持，得到結論是：「都攝六根」乃攝心之最佳方法。此法的下手處在「攝耳諦聽」，其目的在去除妄念，制心一處，得到「淨念」呈顯；或是現證「一心不亂」及「念佛三昧」。

以上回覆竹筠有關「都攝六根，淨念相繼」的修持法。本來《楞嚴經》所教示的廿五種圓通，都是實相念佛的修法，因而，竹筠有所疑慮，認為凡夫實難證得。的確如此。因而，我先從四種念佛法來介紹。雖然篇幅稍長，但讓各位大德知悉這四種念佛法的下手難易，進而對持名念

佛產生必然的信心。當然，此信心亦非人云亦云即可，我們講求智信，先了解其所以然，然後依之起修，才不會陷入迷信的窠臼裡。

如今依照印光大師開出的善巧方便，教導我們使用持名念佛的方法來修持，並且保證，若能依此「攝耳諦聽」的方法來念佛，必定往生極樂世界。我想，祖師大師有其親證的現量，他如此保證，表示他已透過此方法而親證實相。我們遵循他的教法而修，亦必能成就往生極樂國，於現生跳脫六道輪迴。

[21/85:56] [+886 933 586 872](tel:+886933586872): 對於如何修持念佛法門中的「持名念佛」，有較為清楚的理解之後，接著回覆嚴太的提問。

[21/85:56] [+886 933 586 872](tel:+886933586872): 嚴太問：「我一向同意發菩提心，行菩薩道，修念佛法門。所謂：歸元無二路，方便有多門。但，身處近代煩忙社會，必須因時、因地，而保持內心清淨，非常困難。請教授指教。」

答：如果能夠在行、住、坐、臥，保持「攝耳諦聽」，那麼，處於現今繁忙的社會裡，亦能保持內心清淨。我想，困難雖有，但只要下點功夫來修持「持名念佛」，應該可以從中受益。佛法泛說有八萬四千法，各種施設都是為了淨心，現今流行的觀呼吸，（印光大師有「十念記數」的教法，跟觀呼吸有密切關切，俟日後機緣，再與各位大德說明。）亦是如此，在平時的作務中，無論多麼煩忙，時時提起正念，隨時觀察自己的「呼」跟「吸」，這亦不外乎為了淨心。並且在「淨心」的過程中，反觀自照，覺察境緣，進而面對境緣，接受境緣、處理境緣、放下境緣。（這是應用聖嚴法師所說的「面對它、接受它、處理它、放下它」，解決人生困境的「四它」教法。）

如果配合前幾日所談的「菩提心」，修持淨土法門的行者如果能夠發起大心，有明確的方向，道理了然於胸次，即便在娑婆世界的繁（煩）之中，在此五濁惡世也能提起正念，而毫無畏懼。

以前日的「菩提心」為話題，我再引用星雲大師的說法，來跟各位大德共勉。星雲大師說：「欲求生淨土，必得發菩提心，持戒修善，自行化他，勤修三福，經云：『不可以少善根福德因緣得生彼國』，那裡僅有念佛一途就能成事？」可見求生淨土，必得發菩提心。但是，令人遺憾的是，曾幾何時，中國彌陀淨土信仰的行者，竟然有絕大部分不明事理，認為只須念一句彌陀名號，即可了生脫死，至於古今之祖師大德等前賢，苦口婆心底勸導發菩提心、勤修「淨業三福」等教誡，乃至奮力修持，證入空性以達一心不亂或念佛三昧等等教法，都充耳不聞，實不知往生十方淨土，亦須從人間做起。

星雲大師又說：「許多人一開始學佛就急著閉關修行，以求了生脫死，其實生的問題尚未解決，焉能談死？阿彌陀佛雖慈悲接引眾生往生淨土，但也說：『不可以少善根福德因緣得生彼國。』不先福利人間，積集道糧，那裡能了生脫死？」一再強調《阿彌陀經》所教示的「不可以少善

根福德因緣得生彼國」，多少能修正少部分不明事理的淨土行者的心態。換言之，一般人將修行「侷限在打坐、念佛、誦經、持午、閉關等名相上。……但發心、弘法、講學、著作、創業、利眾、隨喜、隨緣等這也都是修持。」大師擴大了修行層面，亦對「修行」作出有別於傳統的新詮釋，符合時代需求，讓現代人在各行業、領域中修行，20 在生活中修行，在無功中修行。尤其重要的是，以「福利人間」做為往生資糧，這點表示修持彌陀淨土法門亦不能捨離人間。

時時、處處、事事，皆可修行，修行是「自行化他」，凡符合此義，在各領域、各行業之人士，皆能「藉境緣而煉心」，而充分地修行。星雲大師希望佛教徒：「能切實了解修行的真諦，發心做社會的貢獻者，不要做社會的分利者；立志做世間的生產者，不要做世間的消耗者。」我想，這句話充分地體現了「菩提心」的真髓，也是修淨行者所應三致意焉！

[21/88:13] 1 林張麗琮: 陳教授早安！

謝謝您每問都清楚解說，另大家對淨土宗加深認識，由其"對立的說法"的一段，啟發我深入探討高僧大德對現代修行重要性，感恩老師！

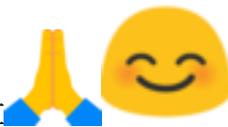
[21/88:59] 周薇青:



[21/89:10] 周薇青: `淨心`過程是我們日常生活中其一實在可行的修持的方法。



[21/89:25] 黃堅強: 感謝陳教授闡析分享



[21/89:26] [+852 9645 2546](https://www.facebook.com/85296452546): 陳教授早安吉祥。真的是看君一篇文，勝讀十年書！教授功德無量！



[21/89:56] 吳竹筠: 陳老師早安



感動,



感恩陳老師的詳細的解答



我也要好好消化義理，努力修行，不負佛的教法，與及陳老師的循循善誘，亦感恩智度會及

Dordor 恩德與各位老師的用心教導!



我感到非常慚愧，必需堅持菩提心，自利利他精神，行菩薩道。雖不易行，也要行，圓成佛道！共

勉之~



[21/810:04] [+852 9770 2818](tel:+85297702818): 萬分感激陳教授，相信很多人都可能有此種問題，經詳細解釋，必

能心開意解！一念南無佛，皆共成佛道



[21/813:54] 李玉權: 陳教授對「修行」解說很清楚，謝謝！



[21/814:00] [+886 933 586 872](tel:+886933586872): 請各位先進，不要客氣。大家討論、討論，共同切磋。

[21/814:20] [+886 933 586 872](tel:+886933586872): Jeannie Chou 云：「『淨心』過程是我們日常生活中其一實在可行的修持的方法。」

覆：的確。學習佛法，主要在於「淨心」，所有的行門 我們的身心為主要目的。然而，淨化身心之前須先「明心」。

一如蓮宗十二祖徹悟大師說：「一切法門，以明心為要。一切行門，以淨心為要。然則明心之要，無如念佛。『憶佛念佛，現前當來，必定見佛，不假方便，自得心開。』如此念佛，非『明心』之要乎！復次『淨心』之要，亦無如念佛。『一念相應一念佛，念念相應念念佛。』『清珠下於濁水，濁水不得不清；佛號投於亂心，亂心不得不佛。』如此念佛，非『淨心』之要乎！」這段話，太美、太經典了。徹悟大師的教誡，引用了《大勢至菩薩念佛圓通章》的經句（「憶佛念佛……」）來說明「明心」；引用唐代李通玄居士《新華嚴經論》、五代永明延壽大師、明代蕩益大師（「一念相應……」）、唐代飛錫大師《念佛三昧寶王論》（「清珠下於濁水……」）的話來說明「淨心」。

以上，供養給各位大德，供大家參酌。

[21/814:23] [+886 933 586 872](tel:+886933586872): 補充：五代永明延壽大師《宗鏡錄》、明代蕩益大師《靈峰宗論》。

[21/820:42] [+852 9770 2818](tel:+85297702818): 五代永明壽禪師，但主張念，「有禪有淨土，尤如帶角虎；有禪無淨土，十人九錯路。」就是這位禪師嗎？

[21/820:51] [+886 933 586 872](tel:+886933586872): 是的。

[21/820:52] [+886 933 586 872](tel:+886933586872): 不過，這句偈語，經考證，不是出自他的說法。

[21/822:11] 周薇青: 謝謝陳教授指點。



[21/822:12] 周薇青: 五代末期延壽禪師主張禪靜不二。唯心淨土與西方靜土並不矛盾。唯心指妙明真心，即宇宙全體，西方極樂世界也在其中。

欲求淨土 須淨其心

唯其心淨 則國土淨

唐詩人白居易淨土頌：

我年已七十 不復事吟哦

看經費眼力 作福畏奔波

何以度心眼 一聲阿彌陀

行也阿彌陀 坐也阿彌陀

要脫輪迴苦 須念阿彌陀

[21/822:15] [+852 9770 2818](tel:+85297702818): 謝謝！