

《唯識與淨土》簡要科判及目錄

前言代序	一
甲一、總標佛教基本教義	六
甲二、別明大乘修學法要	二二
乙一、設定修學目標	二二
丙一、為何要設定目標	二二
丙二、如何來設定目標	三一
乙二、認識生命真相	三八
乙三、修學大乘止觀	七八
丙一、感應道交	七八
丙二、功德利益	九〇

前言代序

這次跟大家共同學習「唯識」與「淨土」思想，交互運用之關係。在開始講課之前，先做一個簡單說明：

中國佛教在二千多年的時間當中，的確出現了很多有修有證的高僧大德，好比：天台宗的智者大師、華嚴宗的法藏大師等。這些大師的出現，除了善根深厚之外，還有一個極重要的影響，就是：**建立宗派**。

中國佛教的祖師，將甚深廣大的佛法，加以系統化。比如：天台宗有天台宗修學的道、華嚴宗也有它的道，使令一個初學者，在浩瀚的佛法當中，能夠根據自己的根機，馬上找到自己相應的法門，減少很多摸索的時間。所以宗派的建立，對於中國佛教的發展，有很重大的貢獻。

但是到了末流，特別是在宋朝以後，也出現了過失。最嚴重的過失就是：也因為宗派的建立，而產生了「門戶之見」，使令後代子孫得少爲足、畫地自限。從今以後，學「唯識」的不再看「天台」的教理、學「天台」的不學「唯識」的教理，乃至「淨土宗」的所有教理都不看。這樣的結果，造成修學者的思想，變得更爲封閉。

我們要知道：修學的重點「行門宜專，解門宜廣」；你在教理上，越是封閉，修學當中有很多障礙，你就沒有辦法突破。如果這些障礙一直放在那，就會減損前進的動力，雖然花很多時間用功，進步的卻非常少，就是因爲我們的障礙沒有去除。

所以到了宋朝以後，強調「宗派互相學習」，其中最具有代表性的，就是「永明延壽大師」提出了「禪淨雙修」。他說：淨土宗的修行，你是念佛的，你照樣念你的佛號，但是你可以用禪宗的「觀心法門」

，來幫助你「破除心中的執取」。如果你心中對三界的執取還很重，只是念佛，那也是不能往生，因為這種執取就是一種生死業力。所以從宋朝以後，這些大師開始冷靜思惟：宗派之間應該互相學習。就是說：行門上，你修什麼法門，你還是修什麼法門，但是在教義上，應該要相互融通。而「唯識與淨土」這堂課，就是要教我們：

怎樣透過「唯識的止觀」，來幫助我們「念佛」。

「唯識」強調的是「心力不可思議」，是指「能念的心」不可思議；「淨土宗」強調的是「佛力不可思議」。「心力」和「佛力」之間應該怎樣互動？這件事情值得我們探討與深思，這是我們上這堂課的主要目的。

◎大科說明（分成三大科）：

甲一、總標佛教基本教義

首先，從大乘的「教義」來探討生命的緣起，佛教對生命的看法是什麼——「佛教的生命觀」這是第一個主題。

— 「乙一、設定修學目標

甲二、別明大乘修學法要—乙二、認識生命真相

— 「乙三、修習大乘止觀

其次，我們在實際的修學當中，有三個重要的次第：

一、設定修學目標：大乘佛法的修學都是先「發願」，才有修學，沒有人走一步算一步的，不能這樣修行。所以必須說明：爲什麼要先

發願？應該怎樣來發願？這就是「設定目標」。

二、認識生命的真相：這一科，從大乘的角度來說明：「生命是怎麼產生的？」更重要的是：「生命又是怎麼改變的？」我們現在的生命是這樣子，當我們要趨向目標的時候，應該做些什麼事情？換句話說：從現在的我，要改造成未來的我，這中間過程應該怎麼做？這就是「認識生命的真相」。

三、修習大乘止觀：這就真實的把「止觀」的力量，回歸到「淨土」的修學。

甲三、結示勸修

最後一科，做一個簡單的總結。

本堂課，總共分成這三個主題，來加以說明。

甲一、總標佛教基本教義

佛教對生命的態度，我們可以用一首偈頌，來做一個總持：

「諸法因緣生，諸法因緣滅；

我佛大沙門，常作如是說。」

所謂「諸法」，是指我們生命的「色心諸法」，或者講「五蘊的諸法」。我們常常聽到祖師大德講一句話，說：「何期自性，本自清淨」。也就是說：我們每一個人生命的起點，其實都是一樣，但得到的結果卻不一樣。我們隨各自不同的因緣、業力，流浪生死到現在——有些人變成男眾、有些人變成女眾；有些人很富貴、有些人很貧窮；有些人長得很莊嚴、有些人長得很醜陋；有很多的差別相貌。為甚麼大家剛開始原點是一樣，結果會變成不一樣？這是怎麼回事呢？

「諸法因緣生」！

因為在生命當中，我們每個人的「因緣」不同；我們創造了很多不同的因緣，不同的因緣就會產生不同的結果。大智慧的佛陀，也經常作如是說。換句話說，從佛教的角度來觀察——生命有它一定的軌則，簡單講：「事出必有因」。一件事情會在你的生命出現，背後一定有它的原因；沒有一件事情是莫名其妙在你生命出現的，不可能，「事出必有因」，這就是「諸法因緣生」。生命是遵循一定的軌則在運作的，這是值得我們去思考的一個問題。

何謂因緣？

因……心中的思想（名言種子）
緣……所造的業力（業種子）

「因」就是心中的思想，唯識學叫做「名言種子」；「緣」是所造的業力，叫「業種子」。「因、緣」這兩個最有力量、最具有主導性的是「因」，就是你的「思想」；「緣」是比較次要的力量，它是輔助性的，叫做「業力」。大家所受的果報，為什麼會不同？就是因為我們前生的思想不一樣。

事實上，你現在的「思想」，正在創造你的「未來」。

我們可以這樣說：生命可以分成三部份來看——現在、過去、未來。那是因為你過去有種種的思想，所以創造了現在的你——過去的你，創造今生的你；今生的你，又創造未來的你。總而言之：

是你自己的思想，把你自己創造出來的！

我想問問大家：「當你面對某件事時，你的想法是什麼？」比如說，當你賺到錢時，你會生起什麼樣的想法？你會有什麼想法？你說

：「談！這些錢，應該就我自己來受用。」那你來生一定很貧窮——慳貪；如果你看到錢，你的想法是：「談！這些錢，應該大家一起受用，我願意跟人家分享。」我保證你來生的物資，一定非常充足。所以說，我們可以從你現在的思想，預測到你的未來，因為「諸法因緣生」。除非改變你的思想，否則你來生變成沒福了。

很多人都想知道：**我來生是一個什麼樣的相貌？**

其實你不用去問別人，你只要靜下來觀察你的內心：「我經常**起什麼樣的想法？**」那就是在告訴你一個消息——經常性的想法、習慣性的想法、強有力的想法，對你的生命會產生主導的力量，這就是所謂的「諸法因緣生」！因緣條件已經具足了，除非你懺悔改變，否則你未來生命的相貌，已經慢慢的有個雛形出來了。特別是四十歲以後，你來生的相貌，差不多已經出來了。

福德是——安樂之本
智慧是——解脫之門

「觀念」改變，「生命」就改變！

事實上，你所造作的業力，對你的生命影響，只是一種暫時的改變，但是你心中產生一種美好的思想，好比：布施的思想、持戒的思想、忍辱的思想：對你的生命，才是永久的改變。

所以，大家要知道一個觀念：我們今天學習佛法、學習教理、聽聞佛法，目的是爲了甚麼？我們學佛之後，看了很多經典、聽了很多教理，諸位知道這是爲甚麼嗎？其實學習教理的目的，不是爲了增長知識，是要「改變你的觀念！」因爲你的「結果」是由你的「行爲」而來的。那你爲甚麼會有這種「行爲」？是因爲你內心當中，還有這種「思想」存在！

我們可以看看「犯罪心理學」：好比這個人整天想造罪，他說「他從今以後不造罪了」，不可能，那只是壓抑而已。你暫時的壓抑、今生不造罪，你來生照樣造罪，因為你的思想並沒有改變。所以探本求源，他有這個「罪業」，就是他背後有那種「思想」，只要思想不改變，他的行為怎麼可能改變呢？所以我們修學佛法的目的，就是爲了——**改變錯誤的思想**。

我們修習教理，重點是要能夠掌握它的「道」，就是它的「**核心思想**」，我們常講的「解脫道」，就是指這個「道」。這本經論、這入門戒律的課程，它的「道」到底在哪裡？它的核心思想在哪裡？想告訴我們甚麼觀念？你要能夠掌握得到，這對你人生的改變，才是根本上的改變。

所謂「道」，這當中有「世間之道」與「出世間之道」：

一、世間之道

（一）、「世間之道」最有代表的就是『孔子之道』；我們今天研讀上下篇的《論語》，到底講的是甚麼？一言以蔽之就是講「仁」，仁愛的「仁」，『仁愛』就是「孔夫子之道」。孔夫子認為「仁者愛人」，他認為人生本來就不平等，他說：人生，每一個人都有他的定位，你看君君、臣臣、父父、子子；再看一個道場，有方丈和尚、有當家師、有知客師、有清眾：生命本來就不平等。但是不平等沒關係，我們可以透過「愛的力量」，來建立一個和諧的社會。那怎麼做到呢？孔夫子強調——推己及人、將心比心。說是：「己所不欲，勿施於人」，你必須站在對方的角度來思考，你不願這件事情發生在你身上，你就不要加諸在別人身上。以這種「推己及人」的思想來建立仁愛之道、建立一種和諧的社會，這就是《論語》的思想。

其實孟子跟孔子的「道」是不一樣的，孔子講「仁」，孟子講「義」，他講正義感。孟子認為生命的目的要「賞善罰惡」，單僅慈悲心是不夠的，做人最重要的是要「明辨是非」，然後「賞善罰惡」。做錯了，你要嚴正的指正他，告訴他做錯了；做對了，你應該要讚歎他。所以孟子強調浩然正氣，是一種比較對治性的。古人說：讀孔子「如沐春風」，可以感受到孔夫子散發出慈的悲心；讀孟子「如聞戰鼓」，像打仗打鼓一樣，非常強調對治，所以「孔夫子之道」和「孟子之道」，其實是不一樣的道。

那爲什麼講「孔孟之道」呢？因爲兩者有互補的性質，慈悲心要有正義感，正義感要有慈悲心，這就是我們常說的：『孔孟之道』。

(二)、這世間之道，另外一個叫『老莊之道』；老莊之道的思想強調「無爲」，他認爲人生不要有太多的作爲，培養慈悲心、培養正

義感，那都是自作聰明。人只要自自然然的、自由自在的活著就好，他主張「天定勝人」，上天的力量是不可以違背的，我們只要順其自然的活著就好。

有一次楚國的國君，要請莊子去做他們的宰相，就派了二個使者來找莊子，莊子這時正在湖邊釣魚，那兩位使者就到湖邊對他說：「諛，莊公啊！我們國君要請您老人家做我們的宰相，來輔導我們的國君」。莊子說：「我聽說你們楚國的國君，之前得到一條已死三千年的神龜，他寶貝得不得了，把這個神龜供奉在神廟當中，還蓋上極美好的絲綢。」莊子就問這兩位使者說：「我想問你們二位，身爲一隻烏龜，是死後被供奉在那個地方好呢？還是做一隻普通的烏龜，夾著尾巴在泥土裡面打滾好呢？」那兩位使者一致回答說：「那當然是自由自在在泥巴裡面打滾的好！」莊子說：「且容我繼續在泥巴裡打滾吧

！」所以莊子的思想認為：人生不要有所作為，順其自然。那麼，也許大家會說：這樣很消極啊，這個怎麼算是「道」呢？他的目標在哪裡呢？

其實孔孟和老莊的處世哲學，這二種「道」都有它的作用。

古人說：「得意有儒家，失意有老莊」。

當你「得意」的時候，要有所作為；當你遇到順境、得到重用的時候，你應該培養慈悲心來愛護老百姓、培養正義感來賞善罰惡，建立一個和樂和秩序的社會。所以得意的人，應該以慈悲之道、正義之道，齊家、治國、平天下，有所作為。

當你「失意」的時候，怎麼辦呢？「失意」以老莊思想來安身立命，隨遇而安。所以有人說：漢文化當中，為什麼中國人自殺率特別低？因為他有老莊的思想，退一步海闊天空。

「得意有儒家，失意有老莊。」這就是佛教還沒有傳入中國之前，我們依循這兩種「道」，得以維持人生的平衡。但是這兩種道，都是世間之道，會讓你今生過得很快樂、會讓你今生趨吉避凶，但是不能讓你了脫生死。

二、出世間之道

在「出世間」當中，又有大乘、小乘之道：

(一) 小乘之道：簡單說就是「出離」，以出離爲道。所以翻開《阿含經》、小乘的《阿毗達磨論》，都是告訴你：生命是無常的、是變化的。你看你昨天好好的，今天變成這個樣子；你昨天很健康，今天生病了；你們兩個感情昨天好好的，今天變成這樣子；生命是不安穩的，誰也沒辦法掌控；所有的快樂也都是變化的，根本就掌握不住。從無常當中，我們得知一切法無常故苦，生命的本質即是痛苦。爲什

麼呢？因爲你沒有安全感，你不知道它什麼時候會變化。「無常故苦，苦即無我」，從痛苦當中知道：原來我們對生命沒有主宰的能力，生命的快樂、痛苦不是你決定的，是「他」決定的——「依他起性」，是「業力」決定的，這就是：「無常故苦，苦即無我，無我即空」。

所以《阿含經》看多了，你會感覺：生命就像一個破舊的瓦片，趕快把它拋掉比較好，早一點往生早一點好。因爲它所散發的道就是「出離」，你一天都不想留下來，那種感覺就是——一心勤求出離。

（二）「大乘之道」是什麼呢？大乘是以菩提爲道——菩提心。我們可以這樣說：小乘法對人生的看法，以大乘佛法來說是過於悲觀，把人生看得太過不堪。你想想看，你用無常、無我的思想去看一切事情，都沒有價值，布施也是無常無我的、忍辱也無常無我，什麼都是無常無我的，所以常看小乘法，你就不會好樂修善，也不會好樂修大悲

心，因為一切都沒有價值，都是無常無我的。而大乘佛法對於人生，不但有負面的批判，也有正面的提倡——有所放下，有所追求——中庸之道；所以大乘菩提道的根本思想，只有兩句話：「應無所住，而生其心」——「無住、生心」。

事實上，大乘佛法的根本在「生心」，你要依止你的菩提心，上求佛道、下化眾生；但是你這個菩提心要有一個基礎，以「無住」為本，以空正見做根本。你在實踐菩提心，上求佛道、修善、度眾生的時候，必須有空性的智慧，來保護你的菩提心，我們常講的：「做你該做的事！」

菩薩斷惡、修善、度眾生，不用去管別人說三道四，你還是做你該做的事——你該做什麼，你就做什麼，對於外在的因緣不要太在意。「結果」不要太重視，重視你的「因地」就好。菩薩的目的是積集

資糧，你的目的是爲了來生而活的。整個大乘思考模式就是認爲：生命有所放下，有所追求；放下的是那些成敗得失，這些都是沒有價值的；重點是你的心，在這一生當中，積集了多少的福德跟資糧？那個「生心」你要注意！

「因地」要注意，「結果」要放下，這就是大乘之道——菩提道。

我們今天讀聖賢書，可以得到四種道：仁愛慈悲之道、無爲之道、還有出離心之道、菩提心之道。學習這些「道」做什麼呢？因爲我們這明了的心，跟這個道接觸的時候，這個「道」對我們的心，能產生引導的作用，可以使令我們的「思想」提昇，我們的「行爲」就可以徹底的改變，最後的「結果」也就改變了，這就是所謂的「諸法因緣生」。

以佛法來提昇生命——

最重要的是：我們心中要把握住整個「佛法之道」，以這樣的思考模式，重新來面對生命的一切，這就是你生命變化的開始。如果你沒有掌握這個「道」，一般來說只是表面上的修學，那這個叫做暫時性的，來生你就變了，就像智者大師講的：你心裡面的「種性」，根本沒有建立起來。雖然你盡在表面做一些善法，但是你的思想都沒有這個「道」的支持，你來生就完全恢復原狀，因為你沒有建立「種性」、沒有建立「道」。

簡而言之，佛法的因緣觀，是從內而外的；所有的修學都是從內而外，先由「思想」的改變、心理建設，然後再表現出外在的「行爲」。這就是整個大乘佛法的生命觀：「諸法因緣生」。

甲二、別明大乘修學法要^三

乙一、設定修學目標^二

丙一、為何要設定目標

前面已講過，修學佛法是爲了改變我們的「思想」，進而改變我們的「行爲」，最後改變我們的「結果」。那應該怎麼改變思想呢？這科有三段，第一「設定修學目標」，你心中要有一個願力、一個目標。先看第一小段「爲何要設定目標」：

《大學》云：「物有本末，事有終始，

知所先後，則近道矣！」

佛法的修學，有它的「本、末」；「根本」是它的核心思想，即是「道」；「枝末」是它整個修學的儀軌，身口的修持方法叫做枝末。也

有它的「終始」：「終」就是你最後的目標是什麼？「始」就是你剛開始下手，首先該做什麼？你能夠掌握「本末、始終」的修學次第，就能夠成就一種解脫的功德。所以整個修學佛法，一定要先掌握它的本末、始終。

「一、確定生命方向

設定目標——二、引生修學動力

「三、突破現前障礙

「設定目標」有什麼好處？

第一、確認生命的方向：我們修學佛法，很忌諱的一件事就是——你今天持「大悲咒」，持了三個月；三個月之後，改修「往生咒」

；又持三個月，後來又念「地藏王菩薩」三個月：你的修持法門不斷的改變，結果每一個法門，都沒有真正相應，因為你的心力都被分散掉了。

蕩益大師說：你現在口渴要掘井，今天在東邊挖了三百公尺，沒有挖到水，就把它放棄了；到了西邊，又挖了五百公尺，又沒有挖到水，又放棄了：你一輩子也挖不到水，因為你把力量全都分散了。你應該把精神放在挖一個井，繼續不斷挖下去，直到有水為止，在佛法中，這叫——「一門深入」。因為我們的生命非常有限，你能夠修行的時間非常短暫，你沒有確定目標，你就不知道你該做什麼！

我們常說：「諸法因緣生」，每一個行爲，都有一個結果，如果你不設定目標，當這個結果出現的時候，可能就不是你所想要的結果。好比你看有些人，有一種習慣的想法——「經常在後悔」；他二十歲

的時候，後悔他以前所做的事；到三十歲的時候，又後悔他以前所做的事。爲甚麼呢？就是不設定目標，所以一輩子都活在後悔當中。我們修學佛法，是先有目標才有過程——以願導行。有了目標，你才能夠確認生命的方向，才知道你來生應該要去哪裡。

第二、引生修學的動力：這就是所謂的「精進」。有些人剛開始學佛很精進，但是慢慢的修行就沒有力量。我們常說「老參沒有力量」，爲什麼？因爲他的目標消失了，他剛出家的時候，所設定的目標早就達到了，所以我們的目標，必須不斷地做階段性的調整。

一個人沒有先設定「目標」，就沒有動力往前邁進了！

你說：哎喲，每天早晚課、拜佛的時候，他也出現，但是看他怎麼都沒有進步呢？因爲他修行沒有「心的動力」在那個地方，缺少一種「增上的意樂」。你看他早晚課也沒有缺席過，但是二十年前是這

樣子，現在還是這個樣子，站在原地，沒有變化，因為沒有精進的動力。所以你沒有目標，你就缺乏前進的動力，這是很嚴重的問題。

第三、突破現前的障礙：我們每個人剛開始修學，都是帶著種種障礙而來的，我們的修行不是很順利，這個障礙在唯識學叫做「自我意識」。「自我意識」是怎麼產生的？就是你過去所留下的一些負面思想——可能你前生遭遇過很多的逆境、挫折，產生諸多的印象；這些印象就像灰塵一樣，一層一層就你的心中累積起來，因此而產生——自我意識。你總覺得自己做不到，先否定自己；或者「我的個性就是喜歡發脾氣，我改不了；我的個性就是喜歡貪愛，我也改不了：」這個自我意識就把煩惱很堅固地強化了。

故事一：超越自我·舞出生命

有一位獵人，這個獵人養了一隻老鷹，他爲了節省錢，就把老鷹

養在雞群當中，跟雞生活在一起。我們常講：「一個人的見、聞、覺知，會熏習種子，阿賴耶識會接受熏習」。在牠成長過程中，跟雞在一起，所以牠就覺得：「我是一隻雞，是長得比較大的雞而已。」當牠長大之後，獵人對牠說：「你是一隻老鷹，你應該要飛翔才對啊！你的翅膀很正常，強而有力，你跟雞是不一樣的！」但是老鷹不相信，說：「不對！我就是一隻『雞』。」獵人想盡辦法，希望能讓老鷹飛起來，老鷹就是不飛，始終認為：「我怎麼可以飛呢？我沒有辦法飛的！」自我意識很強固。最後這位獵人感到很失望、生氣，就把老鷹帶到山頂上，想讓牠由高空下落，自由落地。到了山頂，他就把老鷹這樣放下去——當老鷹從空中快速的掉下來，就快要著地的時候，突然間潛能發揮出來，立即展起大翅膀，直往高高的天空飛，老鷹終於突破了「自我意識」。

所以，一個人如果不設定目標，就永遠活在過去；你過去是什麼樣的相貌，三十年後，還是這個相貌。爲什麼？因爲你不想改變！

一個人要改變，只有一種情況：就是你自己想要改變！

其他人都沒有辦法。佛法只能給你一些改變的方法，真正的改變是你自己要改變。好比我們受戒一定要面對三師、七尊證，由你自己發願：我從今以後，過去的種種譬如昨日死，未來法王座下添新生；從現在開始我要做出改變，我要「誓斷一切惡、誓修一切善、誓度一切眾生。」很多事情別人可以幫你做，但是這些「願」必須要你自己說出來，你才能夠得戒體。你自己不講出來，你就得不到戒體，就產生不了防非止惡的作用。

講到「突破自我設限」，我可以再舉一個實際的故事，給大家做參考：

故事二：鞋子裡的人生哲學

這是發生在美國的一個真實故事：有一年的聖誕夜，大雪紛飛，雪下的很大。到了晚上的時候，有一位小男孩，站在賣鞋子的櫥窗前面，眼睛盯著一雙美麗的鞋子在看著，站了三十分鐘之後，鞋店老闆就覺得有點奇怪，這位小男孩一直盯著那雙鞋子做什麼呢？就問小男孩：「你想要做什麼？」小男孩就跟老闆說：「老闆，你可不可以替我向上帝祈求，我很喜歡這雙鞋子，請祂把這雙鞋子送給我。」老闆說：「好，好，那你先進來。」就請他坐下，說：「我替你去向上帝禱告，你等一會兒。」老闆就走進房間裡面。等了差不多十分鐘之後，老闆走出來，告訴小男孩說：你的願望，我幫你向上帝禱告了，上帝要我轉達這個信息給你。祂說：

「上帝不能送你一雙鞋子，但是祂可以送你一雙襪子，你穿這雙襪

子，去尋找你夢想中的鞋子，你要自己去找鞋子！」

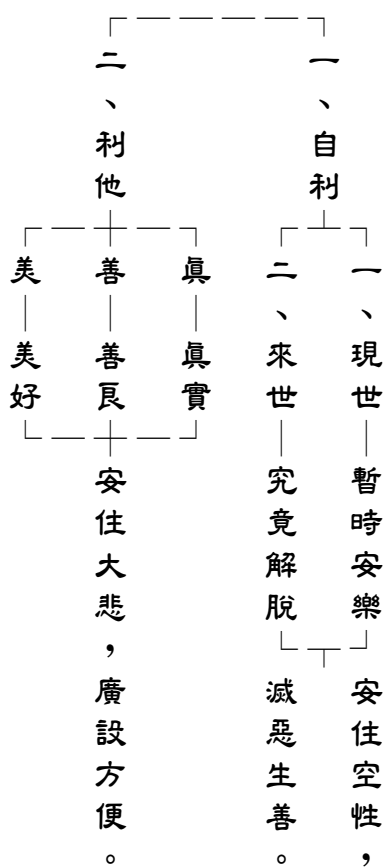
講完之後，就幫小男孩把腳洗乾淨，將襪子穿上去，再把他送出門。三十年後，有一天，鞋店老闆接到一位陌生人的來信，說：「某人啊，你還記得三十年前，站在櫥窗前看鞋子的小男孩嗎？當初你送我一雙襪子，還給我很多人生的鼓勵，要我自己努力，去尋求夢想中的鞋子。因為別人不能把鞋子送給我，即便是上帝也不可以，我現在終於找到我的鞋子了。」後面署名：「美國總統林肯」。

這個故事意思是說：佛陀不能把「目標」送給你，不可以。你今天想要成佛，你說：「哎呀，受戒真麻煩啊，不要自己發願，佛菩薩幫我發願就好了。」不可以的！所有生命的改變，都是你自己要對自己說：「我**一定要改變**！」這句話一定要從你的內心說出來，否則你就永遠保持原狀。

我發覺受戒的力量不可思議，而真正最不可思議的，就是那個「誓願力」。你在這麼莊嚴肅穆的場合當中，在三師及七尊證前，登壇受戒時，鄭重的宣布：我的生命從今開始改變。很奇妙的，下去之後，真的改變了！這就是佛菩薩的智慧，因為改變是從內而外的，自己要發願，你那句話沒有講出來，你就沒辦法改變。

所以，改變生命的第一個重點：就是從你心中的願望，去確定生命的「方向」，成就你修學的「動力」，然後慢慢突破所有的自我障礙，這是修行的第一個問題：「爲什麼要設定目標」

丙二、如何設定目標



在「設定目標」當中，有兩個內容：一是「自利」的功德，二是「利他」的功德。從菩薩道的角度來說，自利的功德有兩個：

第一、追求「現世暫時的安樂」。

第二、追求「來世的究竟解脫」。

我們依止這樣的目標，開始安住於「空性」，得以消滅心中的惡法，六波羅蜜的種種善法，才能生起。不過，我們生活的目的，真正的價值來自於「生命本身」。很多人都不知道生命的目標在哪裡，追求別人對你的恭敬、別人對你的讚歎、很多的利養，其實這些都是身外之物，真正的重點在於生命本身——要讓自己活得快樂、活得有意義。一個人活得不快樂，追求那些東西有甚麼用呢？而最有意義的快樂，就是努力實踐「來生的快樂」。

如果「今生的快樂」跟「來生的快樂」沒有衝突，那當然兩者皆可兼得；如果這件事情，雖然讓你今生得到快樂，卻會犧牲來生、會影響你往生的，那你就選擇追求來生的快樂。所以我要提醒大家一個觀念——其實你的生命、你的人生目的，從大乘佛法的角度來看，你不只是為「今生」而活的。要是只為了今生而活，那你不用活得那

麼辛苦！

我們都是爲了創造美好的來生而活的！

諸位有沒有想過：爲什麼我們要那麼辛苦，早上這麼早起來拜佛，拜完佛還要靜坐，靜坐完還要誦經、加強自己的思想？因爲我們都有一個願望——希望「來生」活得更好，希望「來生」能到淨土嘛！其實，我們現在所有努力的修學，都是希望有好的來生，是這樣的目的，它支持著我們前進——我們是爲來生而活的，是爲了來生的解脫！這才是重點。這是從「自利」的角度來看。

二、從「利他」的角度來看：「自利」的心態跟「利他」的心態，是不一樣的。在「利他」當中有「真、善、美」——「真實、善良、美好」。而「真實與美好」兩者往往是衝突的，「真實」的東西通常是不美好，「美好」的東西也不見得真實，對不對？小時候，父母告訴我

們：「諛，月亮上面有嫦娥，嫦娥旁邊有一隻兔子。」所以我們中秋節吃月餅的時候看月亮：諛，好像上面真的有嫦娥。但是美國太空人登上月球之後告訴我們，其實月亮上面什麼也沒有。當真相出現之後，那種美好的意境就消失了。

一般來說，「小乘」佛法是求「真」，小乘佛法把生命講得太真實。但是被這麼看透之後，就沒有辦法感受生命美好的一面了！無常、無我，那是真的啊，真的是這樣。你看生命是無常的，在那無常變化當中，每一個變化你都沒辦法決定，都是由因緣來決定的，所以它是苦的。佛陀講《阿含經》，把生命講得非常的真實，當你了解之後，你一天都不想留在娑婆世界，因為這個世界不美好。

「人天乘」的法門，把人生講得太美好：布施能夠得到富貴的果報、持戒能夠成就尊貴身、忍辱成就莊嚴：但是並沒有告訴你這一切

，遲早都會失掉，粉飾太平，所以人天乘是追求「美」。

至於「大乘佛法」，它不求真，也不求美，它追求「善」——安住大悲。講實在話，在行菩薩道的過程當中，你不能事事都要求真，這樣子，沒有人敢跟你相處，很多事情不能講太白，安住「慈悲、包容」就好。尤其是人跟人之間，思想有衝突、沒辦法共識的時候，你不把話道破，彼此間還可以保持一點默契。就像古人講話，不會把話講太絕。尤其是彼此之間，還沒有達到共識時，你不說、我也不講，還可以保持平衡。所以待人處世，不能求真，也不能求美，只能要求自己保持慈悲心，菩薩道是求善——「以善爲本」。

總上所說，從「自利」的角度來說，是追求來生的安樂；從「利他」的角度來說，是追求「善良」。這就是我們生命的目標。

第二卷

「思想」的力量：佛陀說我們的生命，就像無止盡的水流，不是點狀的，而是一條線，是流動的。它從過去流到現在，也會從現在流到未來，這個水流的引導者，就是你「心中的思想」！

你的「思想」決定你的「行爲」，也決定你未來的「果報」。

一般來說，我們的思想很難改變，所以我們的生命大都是不斷重演。好比在經典上，佛陀看到弟子造了殺、盜、姪、妄，佛陀會說：這個人不是今生才這樣做，他前生就常常這樣做。因為我們的思想是一種慣性的想法，這就是爲什麼我們今生的遭遇，跟前生會有很多的雷同，很多的歷史不斷地重複。直到有一天，我們遇到了三寶，歸依在三寶座下，發心受戒，很冷靜的面對三寶境界，開始發願；這時候感動了天地——天地迸裂，釋放出清淨的雲霧，然後灌到我們的心中

，產生新的願望，這時候我們才下定決心：「我一定要改變！」生命就從那一天開始變化了。

但是我們講「思想」，其實『思』跟『想』並不一樣，「思」是你心中的願望，「想」是你心中的想法。所以我們第一個要改變的，是由「思心所」帶動的，就是你心中的「願」；有了思心所的願望之後，第二個「想」，就是心中的「觀照力」，你要培養對生命一種正確而不顛倒的想法。這就是第二個主題——怎樣培養「正確的想法」，來引導我們「正確的行爲」，就是所謂：「認識生命的真相」。

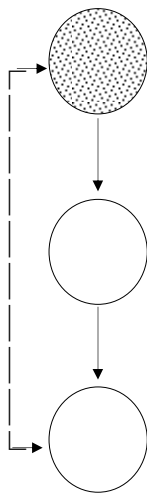
乙二、認識生命真相

(一) 萬法唯識：

(第八識)

(第七識)

(第六識)



流轉門：觸、作意、受、想、思
還滅門：作意、觸、受、想、思

(異熟)

(思量)

(了境)

從「心念」看因緣果報——

首先，我們要知道：你的生命是由你自己的『心』所變現的，你過去的心態，創造了現在的你；你現在的心態，又創造來生的你，不

是上帝創造我們，「是你自己的心，把你自己創造出來！」當我們的心在變化萬法的時候，有三個重點：第一個是「第八識」，第二個是「第七識」，第三個是「第六識」。這八識當中，最重要的是「第八識」和「第六識」。「第八識」主宰你的「果報」，「第六識」主宰你的「因地」。

大乘佛法認為我們的生命，有二個內涵：第一個、承受果報；第二個、造作業力。

一、從「承受果報」的角度來看：（圖由上至下）

（一）首先，就是有初能變的「第八識」，也就是「異熟識」。「熟」就是成熟的意思，它可以使你「阿賴耶識」當中，強而有力的善惡種子，成熟變成果報。就好像你把米放到電鍋裡面煮，這個電鍋可以把生米煮成熟飯；阿賴耶識亦復如是，你熏進去的是一種「潛在

功能」，但是它釋放出來是一種「色心諸法」。爲什麼？因爲它有成熟種子的力量。換句話說，是第八識把這個果報變現出來，所以才有你獨立的生命體，可能是男眾、或者是女眾，或者莊嚴、或者：等等。是誰變現出來的呢？就是你的「阿賴耶識」自己變現出來的，這跟別人都沒有關係，所以你長得怎麼樣，事實上跟你父母沒有關係，那是你自己的「阿賴耶識」釋放出來的。

（二）「阿賴耶識」釋放出來之後，就到「第七識」，這是「思量」。也就是：當你有了這一期的生命，你就會在這五蘊身心當中，捏造一個「自我」；所以我們所說的「我」，其實就是以這個果報體爲我、以五蘊爲我。我們之所以產生「我」的概念，這個「我」是「第七識」捏造出來的，所以第七識很特別，它不變現果報，也不造作業力，只做一件事，就是把這個果報體捏造一個「我」出來。

(三) 有了這個「我」之後，就有「第六意識」，以這個自我為中心，開始去了別六塵的境界——色、聲、香、味、觸、法，產生很多不同的感受，有快樂的感受、痛苦的感受……等等。

簡單說，我們講「承受果報」就是這樣來的——「第八識」把這個果報變現出來，「第七識」產生一個自我的想法，然後以自我為中心，「第六識」開始去受用六塵，產生快樂、痛苦，這個叫做「承受果報」。

二、當我們在承受果報時，同時又造作新的「業力」（圖由下而上）
這個我們就要特別注意了，這跟「來生」有關係。

(一)「第六識」在承受快樂、痛苦的時候，產生一個「想法」（這個非常重要），這個想法可能正確，也可能錯誤。如果它產生的想法是及時行樂，那就不好，這個人要修善就很困難。如果生命的目的

是在「及時行樂」，那他可以不擇手段來讓自己快樂，那會傷害很多人、造很多罪業。如果他的想法是：今生痛苦或快樂不重要，來生比較重要，我是為來生而活。那這個想法就正確了，這種人就容易去要求自己斷惡修善。所以當你的果報出現，「第六意識」去了別外境的時候，所產生的快樂、痛苦，又讓你產生另一個想法，這個想法當然跟你過去所學的聖賢之書、你體驗多少有關係。

(二)「第六意識」的想法，由於「第七識」使令它更加堅固。

(三)然後，再回存到「第八識」，又把它熏進阿賴耶識當中。

所以「第八識」它變現了果報，讓「第六識」來受用；第六識受用之後，又造了新的業力，又把它存回到第八識，就構成生命的相續、業果的相續。

好比說：為什麼你今生死了之後還有來生呢？因為你今生在受用

果報的時候，又造了新的業力，這些業力又創造來生的果報。「阿羅漢」爲什麼死了之後沒有來生呢？因爲阿羅漢業力釋放出來之後——「觀一切法空」，他不再造業——空、無相、無作，所以阿羅漢今生結束之後，他沒有生死業力，就入無生、入涅槃了。

總之，如果你要觀察「承受果報」，就從第八識↓第七識↓第六識；如果你要觀察造作業力，就從第六識↓第七識↓第八識；它的主導者是「第六意識」。

當「第六識」在承受果報，同時在造業的時候，有兩種選擇：

一、選擇「**流轉門**」：就是「觸、作意、受、想、思」。如果我們心中沒有目標，想做什麼就去做什麼，造惡也無所謂、造善也無所謂，那就由「**觸**」，由外境來決定——到清淨的環境你就造善，離開寺院到外面去，你就造業，這樣的人是屬於流轉門。

二、當一個人受了戒之後，就不同了，你的第六識有「作意」的警覺功能，就懂得「如理作意」——不管外境怎麼變化，我一定要斷惡、修善、度眾生；我心中的三聚淨戒，跟外境沒有關係，這就是所謂的「還滅門」，你是由「作意」來引導的。這是一個總說，再看下一段：

◎相由心生（過去：：現在）：：承受果報（應無所住）

「無始時來界，一切法等依；由此有諸趣，及涅槃證得。」

——《成唯識論》——

這種「承受果報、造作業力」的道理，可以分成二段來說明；這是指「過去」和「現在」，生命這二部分的互動。當在「承受果報」時，其實我們「現在」深受「過去」的影響。那在「承受果報」這個

地方，請大家括弧寫上「應無所住」，我們把這個「大乘的道」也放進來。對於「承受果報」是要安於無住的，你就不能太在意。下一段「相隨心轉，造作業力」這個地方寫上「而生其心」。在這裡要注意，我們是怎麼來承受過去的果報？

第一、相由心生

先看第一段：『無始時來界，一切法等依；由此有諸趣，及涅槃證得。』佛陀說我們不是今生才有生命，我們已經經歷了無量無邊的生命，而這些生命，凡是走過的路必定留下痕跡，這個痕跡就是所謂的「界」，「界」就是「種子」的意思。雖然你的生命結束了，但是在這一期生命當中，你所造的善惡種子，都被保留下來。然而這些種子「一切法等依」，都被誰保留下呢？是「阿賴耶識」，就是依止阿賴耶識而住。所以我們每一次生命都留下很多的痕跡，有善的痕跡、有惡

的痕跡。當這些業力成熟時，就創造了「由此有諸趣，及涅槃證得」——有些人到天上去、有些人到人間去、有些人到三惡道去、有些人到涅槃去了。也就是說，我們今天爲什麼會招感果報呢？是因爲我們過去造了很多的業力，這些業力就不斷出現這些差別的果報，是這個意思。

「鬼傍生人天，各隨其所應；

等事心異故，許義非真實。」

——《攝大乘論》——

這六道眾生，像地獄、餓鬼、或是畜生、人、天，爲什麼有這麼多差別的果報呢？因爲「各隨其所應」——各隨其心中的業力種子，而出現它相應的果報；這個果報是你自己的心，把它創造出來的。怎麼知道果報是由心所創造出來的呢？舉出一個例子來：「等事心異故」

，好比同樣一件事，每一個眾生所受用的感覺卻不一樣。

比如說「水」：「人」去看是水，是一種溼潤的水；但是「餓鬼道」眾生看到水，變成很可怕的火。如果說這個水是真實的，應該人去「看」是水，餓鬼去看也是水。正因為人跟餓鬼心中的「業力」不一樣，所呈現出來的東西也就不一樣——「等事心異故，許義非真實」，由此我們可以得知：「一切法但有名，但不代表實體」。所謂「一切法空」——「法空觀」就是這個道理。

你看我們住在寺裡，住了一百多個人，吃同樣的飯菜、做同樣的早晚課，但是每個人內心的感受會一樣嗎？不一樣啊，是不是！雖然相逢就是有緣，大家過去生一定有很多的因緣，才會聚在一起；但是大家一起造業，「共業」中有「別業」。比如說：大家都來寺裡，可能是哪一次在蓋廟的時候，大家都出錢，但是有的出三百、有的出五百

：還是不一樣，對不對。所以你看有些人住在寺裡，生活得很快樂：「○寺非常好，環境也好：」有些人就覺得「還有一些缺點」。爲什麼同樣的環境，我們的心同時去接觸，會產生不同的感受呢？就是因爲每一個人的福報不同。諸位要知道——

其實：沒有真實的○○寺！每個人，都活在自己的心中影相中！

說實在話，沒有真實的○○寺存在。那我們是在受用什麼東西呢？你是受用你「阿賴耶識」所變現出來的一切！

再舉一個例子來說明，你就了解什麼是「沒有真實的法」

你看目犍連尊者——神通第一的阿羅漢，他成就阿羅漢之後，以禪定看他過去的母親墮落到餓鬼道。我們講過「事出必有因」，他母親生前因爲慳貪，什麼東西都抓著不願施捨，因此而墮到餓鬼道去。阿羅漢有慈悲心，看到自己的母親墮落到餓鬼道，就趕快托鉢拿飯菜給

他母親吃：他母親的旁邊，就有很多餓鬼過來搶，他母親慳貪的思想並沒有改變，還是把別人撥開，結果飯菜還未入口，就化成火炭了，遂不得食。

爲什麼目犍連尊者明明看到的是飯菜，到他母親的口中，卻變成火呢？諸位怎麼解釋呢？就是沒有真實的飯菜可得！你看是飯菜，他看到是火，因爲他的業力跟你的業力不一樣，你的阿賴耶識跟他的阿賴耶識不一樣。

認命、無住

所以我們今天在承受果報的時候，唯獨做一件事情，就是懺悔自己的業障——認命、懺悔，就是這樣。不要在果報上做太多的努力，因爲這些都於事無補，這跟我們過去所做的，必定有關係。我發覺有很多人花很多時間在不能改變的事情上，結果浪費很多的生命。

當阿賴耶識在變現果報的時候，不會因為你討厭它，它就停止；也不會因為你喜歡，它就多一點，它跟你的想法完全沒有關係。阿賴耶識，它該放多少就放多少，等業力結束了，它也不會多放一秒鐘。所以我們面對果報，只有二個字「認命」，也就是「應無所住」，不要把心血放在這個地方，因為它不會因為你的想法而改變，不可能。

所謂懺悔業障，你要知道：那是業力還沒有變現果報，你懺悔還有用；一旦變現了，就很難懺悔。好比你今生是個女眾，你想懺悔成男眾！不可能嘛！這個米已經煮熟了，再怎麼變它就是熟飯。懺悔是怎麼回事呢？這個業還沒有成熟，趕快懺悔有用。如果它已經變成果報了，那你改變心態會比較快！

所以，對於承受果報，大乘之道是怎麼樣呢？以「應無所住」來面對，不要在這個果報上、成敗上浪費太多時間，因為它是不能改變

的。諸位，它不能改變，你怎麼弄就是浪費時間，你自己還起煩惱。

第二、相隨心轉

重點是在這裡，這個是可以改變的，會影響到我們的未來！

「相隨心轉」這個很重要。當這個「相」出現的時候，我們又會去創造一個「業」，這時候你的想法很重要，你要培養一種正確不顛倒的想法。

◎相隨心轉（現在∴未來）∴造作業力（亦生其心）

「性界受三恆轉易，根隨信等總相連；

動身發語獨為最，引滿能招業力牽。」

——《八識規矩頌》——

當「第六意識」在面對果報的時候，它的情緒變化是很複雜的。怎麼複雜呢？「性界受三恆轉易」，「三性」是講善性、惡性、無記性

；或者欲界、色界、無色界；有時候是講苦受、樂受、捨受，這都是不斷變化的。在變化當中，有時候跟「根本煩惱」相應，有時候跟「隨煩惱」相應，到了佛堂又生起信、進、念、定、慧的善根：這樣子的變化，對我們身、口，起了引導作用，所以說：「動身發語獨爲最，引滿能招業力牽」，它不但時時在變化，等到力量增大的時候，還會驅動你的身體、你的嘴巴去造作，最後造了「引業」跟「滿業」。

「引業」就是強大的業力，會影響「總報」——生命的形態；「滿業」就是薄弱的業力，會影響「別報」——充實正報條件，就創造了一個來生的果報。所以這個地方「思想」非常重要，你「第六意識」的情緒變化，會帶動你的身口去造業，這些業又影響到你的未來。思想和果報的互動關係，這就要看第二個偈頌：

「名事互為客，其性應尋思，

於二亦當推，唯量及唯假。」

——《攝大乘論》——

「名」是指「名言」，就是你的思想、你的「想法」；「事」是指你外在的「果報」。我們的果報會影響我們的想法，想法也會影響我們的果報，這兩個是互相影響的，這樣的性質，身為一個菩薩應該好好的去體會。

不同的想法·會起不同的作用——

在這個「名言」和「外境」當中，你要知道一個觀念：「唯量及唯假」，每一件事情是「無自性」的，你有什麼樣的想法，就會產生什麼樣的作用。這個果報到底是傷害你？還是幫助你？果報本身並不能決定，是你的想法決定的！

比如說：你這個人身體多病，我們只能夠說「多病是痛苦的果報

「，但是不能說生病就是你的障道、不得道，那是你自己的想法。「病痛」叫做痛苦的果報，但是不一定障道。蕩益大師說：如果你對病痛有正確的想法，它就可以產生正面的力量。好比：能消除我們很多妄想，增長我們對於「苦、空、無常、無我」的觀察。爲什麼你知道無常呢？因爲有病痛，你就發覺人生不能久住，來生不能再輪迴了。

諸位要了解一個觀念，無始劫來，我們結了很多善緣，也結了很多惡緣，這是不能改變的。佛法講「改變」，很多人不了解——主要是「改變你的想法」。如果你把每個人都當作善知識，他果然扮演善知識，每個人都能幫助你修行；如果你把每個人都當作惡知識，每個人都變成傷害你，這是事實！

當果報出現時，《唯識學》說它是「無記性」，非善、非惡。那麼怎麼會變成有善有惡呢？是你自己『想』出來的！所以一個人經常生起

負面的想法，其實是你自己傷害自己。說實在話，沒有人在傷害你，阿賴耶識只是如實的把果報呈現出來，誰知道你會這樣想呢？你跟果報接觸的時候，就會產生一種想法，這種想法會影響你去造什麼樣的業。

我曾問過很多念佛人——

「當你聽到佛號的時候，你會生起什麼想法？」

你說：「誒，我聽到佛號都沒有任何想法。」那你絕對沒有辦法往生！你沒有想法，你就沒有好樂心、歸依的心。如果你聽到佛號，對這句「南無阿彌陀佛」完全沒有想法，這個佛號你念不住啊！你看打佛七，有些人佛號一念下去，佛號就在心中，一句「阿彌陀佛」念、誦、聽跑不掉，就算跑掉了自然會拉回來。有些人不容易專注，佛號念念念：念不住，跑掉了，拉回來又跑掉。因為你們之間沒有一種

——「**意樂的心**」，它跟你沒有關係嘛。就是你沒有思惟到：這句佛號是萬德洪名，具足種種功德莊嚴、無量光、無量壽……。

我舉一個很淺顯的例子來說明：「好比你今天想到巧克力，你會有什麼想法？」你說：「我沒有什麼想法！」你沒有想法，你一輩子也吃不到巧克力，因為你跟它沒有任何交集，你沒有正確的憶念它。你說：「這個巧克力很甜美哦，吃下去有一種幸福的感受，還會給我種種的能量。」當你對巧克力的想法是：甜美的感受、給你能量，它是可可愛做的、有安神的作用：你會聯想到巧克力可以帶來很多益處，你就有一種意樂的心，在你未來的生命當中，就可能與巧克力再次相遇。

我們講「憶佛」，為什麼要憶念阿彌陀佛？就是因為這樣，我們跟佛陀之間的因緣，才能夠建立起來，原因後文會再詳細說明。

總之，你的「生命」跟你的「想法」是很有關係的，如果你不善用其心，你來生還是有很多問題要處理。我們今生面對果報時，你要注意如何「生其心」，這是你該注意的，因為你所想的會影響你的未來。那是怎麼影響的呢？

(二) 業果差別：

「富貴從布施中來，貧窮從慳貪中來。

「長壽從慈悲中來，短命從殺生中來。

「莊嚴從忍辱中來，醜陋從瞋怒中來。

「高位從恭敬中來，卑賤從驕慢中來。

我們有講過：生命是由你的「思想」所創造的，如果你想知道「

我來生是怎麼情況呢？」這裡有一套公式，只要把它代進去，馬上就會知道你來生是怎樣。

一、「財物」：你來生會不會跟財物相遇？擁有很多、還是很少的財物？我們可以檢驗自己的思想：「富貴從布施中來，貧窮從慳貪中來」。假設你今天有五仟塊，你會有什麼想法？先看你的直覺，就是直接看你的想法——如果你想：誒，五仟塊，我要拿出三仟塊來供養常住，二仟塊留下來自己用。這樣你來生還會繼續有錢，一定還會有錢。因為你有布施的心，從這個地方可以看到「富貴」的果報。「貧窮從慳貪中來」，你有五仟塊，你把它藏在床鋪底下，那你的錢到今生就結束了。一切法因緣生，「事出必有因」——有果必有因。一個人不願與他人分享自己所擁有的，受害的還是自己！所以，你必須想想來生的問題，不能只想今生，想到來生的話，你就會強迫自己改變自己的

思想。

二、前面講到財物，這地方講到生命：我來生的生命是健康呢？還是多病呢？也可以檢查一下：「長壽從慈悲中來，短命從殺生中來。」如果你遇到人事的因緣，你會用慈悲心來面對，最起碼不損惱眾生，無論他對我怎麼樣，我不想去傷害他、也不忍心傷害他。你能經常起這種想法，我可以肯定的說：你來生會活得很健康長壽，不用去找醫生，因為「慈悲」的思想，是創造健康的果報。反之，如果你的想法是想去觸惱、傷害對方，有這種攻擊性的想法，那你來生可能是「短命多病」，這跟別人完全沒有關係，跟上帝也沒有關係。

三、「莊嚴從忍辱中來，醜陋從瞋怒中來。」這是講到一個人的外表長相。將來我的外表，是長得莊嚴？還是醜陋呢？如果你遇到事情，別人來刺激你的時候，你習慣性的想法是：「啊，算了，退一步海

闊天空」，你經常生起這樣的想法——「寬恕、包容」，來生長相莊嚴。有些人是以「瞋怒」回應，你對我不好，我就對你不好，以牙還牙，你經常有這種瞋恚的想法、報復的想法，你來生可能會長得很「醜陋」。

四、最後講到「地位」的問題，我來生是居高位的？還是低位的呢？「高位從恭敬中來，卑賤從憍慢中來。」假設你是謙卑的人，經常保持著低調，總覺得自己修行還不到家，那你來生就容易生長在高位的地方，來生有因緣到寺院，方丈和尚該是你做，因為你有這種因地！所以我們和尚尼前生必定是修謙卑的，才能感得這個果報。

每一種果報，都有他的因地——事出必有因。那我們前生沒有做好，沒有關係，我們來生有希望；因為今生的你，是前生的你創造的，要怪應該怪前生的你，沒有種好因；沒關係，來生你還有希望、還

有機會。「卑賤從憍慢中來」，如果你遇到事情，都是高高在上，總是覺得別人比不上你，那你來生會生長在「卑賤」的地方，會讓別人瞧不起。

總而言之，從這個表格，可以觀察到二件事情：第一個、你可以知道你過去做了什麼事情，對不對！從你現在的情況，就知道「過去的你」是怎麼回事；你也可以知道「來生的你」是怎麼回事。

因行與果報一定是相應的！

當然我講過：來生還沒有出現，還沒有出現的東西都有希望、都可以改變，只要你設定目標，生命就有無量的可能性，未來就有無量的希望。

善用其心——可以扭轉人生

你說：「我來生想要有錢」，一個菩薩沒有錢，不能做慈善事業、

想做什麼都不方便：那很簡單，你從現在開始培養布施的心情。培養布施的心情不一定要有很多錢，好比我現在有十塊錢，我布施五塊、六塊，可以嘛，重點是——培養那種思想。

你可以從這個表格，「檢查過去的你」，做些什麼事情；也可以「預測你的未來」，是一個什麼相貌。這個表格非常有用，這就是我們常說的：「應觀法界性，一切唯心造。」生命就是這樣子出現的，這跟別人完全沒有關係。

是：「你自己把自己創造出來，然後你自己再去受用；過去的你創造現在的你，現在的你又創造未來的你！」

我希望大家把這個「生命的緣起」好好的了解；了解之後，開始發願你來生要到淨土去。那你如何培養一個跟淨土相應的思想呢？我們說「事出必有因」，你要往生淨土，就要有淨土的思想；你能培養

一種求生淨土的思想，淨土當生就可以成就了。當然這只是一個總說，這是從「生命的緣起」來探討「生命是怎麼出現的」。到目前我們都還沒有把這一套理論，運用到淨土去；但是這個理論你必須先了解，你能夠「善用其心」，未來的生命就在你的掌握之中。

問題是「你願不願意改變？」那就看你自己了。你不想改變，那「來生的你」跟「今生的你」，差不多就是這樣子，所以要先「發願」，發願之後培養一種美好的「想法」，你就可以預見到一個美好的未來，是這個道理！

第三卷

身爲一個有情眾生，在我們的生命當中，曾經出現過很多痛苦的果報，也出現過很多安樂的果報，這些果報是怎麼產生的呢？這都不是上帝創造的，完全是由我們內心所變現出來的。這句話的意思，如果嚴格的來說，其實這個「心」不是諸位「現在的心」，是你「過去的心」所變現的，所以我們講「一切唯心造」。當我們對現在的果報不滿意時，那你應該怎麼做呢？你應該要善用你心靈的力量——

只有你的內心，能夠改造你現在的環境，不必向外追求！

我們如何運用心靈的力量，來改變自己的生命呢？

首先，你要「發願」！你希望你未來有什麼樣的結果，先有一個目標。我希望將來是一個有福德資糧的菩薩，一個人如果福報不夠，障礙會很多。其次，我希望我將來要有智慧，一個人沒有智慧，再怎

麼修行，心有千千結，煩惱始終打不開，沒有辦法化解。那麼，當你設定目標之後，就要開始去培養「隨順目標」的思想——你要培養福報，你就要有布施的思想、隨喜讚歎別人的思想，別人有好處，要勉強自己去讚歎他。你希望自己更有智慧，就要培養讀經、思惟法義的思想。

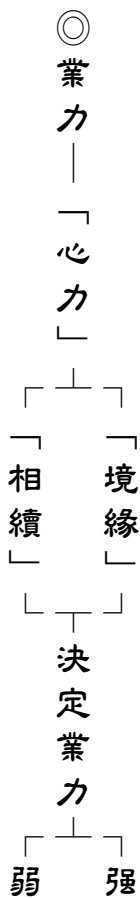
總而言之，未來的生命是可以創造、期待的，但是你要先做好心理的準備。佛教的所有修學，都是從內而外，先做好心理建設，然後再付諸行動。如果心理建設沒有做好，只有外在的修學，那與佛法根本就沾不上邊，這叫做「心外求法」。

你未來的生命，其實是你現在的心境來決定！

你可以設定目標、可以培養一個美好的思想，來創造美好的未來。這是前面說過的，修行人要善用心靈的力量，這種力量非常廣大，

我們就來探討：我們內心有很多思想、很多願望，到底哪一個力量最強？怎麼判斷呢？先判定業力的「強、弱」：

(三) 業果強弱



《唯識學》上說：我們未來的果報，是由「業力」來決定的，而「業力」受三種因素影響：第一個是你的「心力」；第二個是「境緣」；第三個是「相續力」。

第一、「心力」

這是你內心當中，產生一種堅定的願望，你做這件事情時，充滿了意樂和堅定。你看有些人做事情總是猶豫不決，這樣的業就很薄弱

。比方說我們剛剛拜了一部《八十八佛》、拜了阿彌陀佛，大家一起做了一堂功課；但是雖然大家一起做功課，下了殿之後，每個人的功德並不一樣；有些人是主動去拜佛，有些人是因為常住安排的功課，不去還不行，勉強行之，這樣的心就是猶豫不決，你這一堂功課的功德就有限。花同樣的時間、同樣的所緣境，但是你的心力薄弱，結果就變差了。

你說：「我要往生極樂世界。」但是我「想要」往生極樂世界，跟我「一定要」往生極樂世界，兩個人的未來並不一樣。你「想要」往生，那表示你還有很多的選擇；如果你「一定要」往生，那你沒有退路了；二個人往生的力量是不一樣的。所以才說：你的心力將決定你業力的強弱。

第二、「境緣」——即你的「所緣境」

一般來說，所緣境有三品：

(一)「上品」：你的所緣境是父母、師長、三寶。在這種所緣境造業，力量最強。

(二)「中品」：是屬人道的眾生。所有人道眾生所造的業，無論是善業或是惡業，都是屬第二強的，是中品的。

(三)諸天、鬼神、畜生，這個叫「下品」境。

就是你在造業的時候，你心中所想的境緣，也會影響你業力的強弱。

第三、最重要的是「相續力」

其實你來生會去哪裡，你不用問別人：你在一天當中，哪些念頭是特別堅固的，而且是經常出現的，出現的次數非常多，那這個念頭不管是好的、是壞的，對你來生有很大的牽引力量，因為它是你的熟

境界。除非你現在開始用止觀把它扭轉，否則你的生命，已經受某一種力量在牽引了，因為它「次數很多」，這就是一種徵兆的出現。我們講「事出必有因」，每一個結果要出現之前，會有很多徵兆，最容易觀察的徵兆就是——**觀察你的念頭！**

在戒律裡面有講到「懺悔」，這當中有一個非常好的法門叫「**責心懺**」。意思是說，當你起一個惡念的時候，不要放過它，一定要**責**它；如果你放縱它，以後一定會再出現，而且勢力會愈來愈大。所以你應該**訶**責它：「這個念頭是不對的！會讓我感得痛苦的果報……」你用過失來**訶**責它，那它的勢力就薄弱了。反之，如果我們生起一個善念：「我要為常住做事、我要多拜佛……」這種念頭你應該要讚歎它，它的勢力就越來越強。

總而言之，你想要創造美好的未來，就要注意你現在的念頭——

它的堅定與否、它的所緣境是什麼、它生起的次數是多寡？你能夠好好調整你的心態，你的未來是值得期待的，佛法說生命是可以創造的，一點也不假，重點是你要善用其心！

（四）結示法要：

「菩薩畏因，眾生畏果。」

「生命的相貌」

「一、心隨境轉……凡夫（流轉門）」

「二、境隨心轉……菩薩（還滅門）」

基本上，佛法把眾生分成二類：一個叫「覺悟的眾生」，一個叫「顛倒的眾生」。覺悟的眾生我們稱爲「菩薩」，顛倒的眾生我們稱爲「眾生」。菩薩跟眾生對於生命，有不一樣的想法。所謂：「菩薩畏因

，衆生畏果」。「菩薩」是活在未來、著眼在未來，所以他要的是內在的心地法門，重視他心中的想法。「眾生」是活在現在，所以把果報看得很重要，爲了追求眼前的果報，可以犧牲未來而去造惡，像這樣的人，他可以不管未來，他要的只是現前的快樂。所以菩薩跟眾生的心態不同。當然我們從心態，也可以看出未來的結果不同，在心態上，你有二種選擇：

一、如果你「心隨境轉」：做一個生死凡夫，即產生無盡煩惱、無盡生死輪迴。

二、如果你「境隨心轉」：做一個菩薩，即產生還滅之解脫。

總之，我們的生命，受二種力量的影響，第一個是「外境」的影響；第二個是「心靈」的影響。前面講過，佛教是重視心靈的力量，所有戒、定、慧功德，都是從內心發動出來的。如果你放棄了心靈的

力量——那你這一生，完全由「外境」來主導，只能活在「業力」當中。所以你一出生，你的命就被算準了，什麼時候該怎麼樣：清清楚楚的，這就是標準的「生死凡夫」——「心隨境轉」。

因為你沒有培養一種心靈的力量，你對未來沒有任何願望，沒有培養好的思想來改變自己，這種人叫做「活在過去」，頂多是活在現在。但是一個菩薩，他會利用心靈培養一種美好的力量，然後去創造美好的未來。

前面有講過，我們今生是由很多的過去所累積來的，所以很難擺脫過去，真的是如此。我們的內心有很多過去的等流習性，直到有一天，諸位知道我們生命真正變化是在什麼時候嗎？對了！「受戒」。

一個人產生最大的改變是在「受戒」！

當你在受戒的時候，面對三寶的境界，發自內心許下心中的誓願

，我從今以後：「誓斷一切惡、誓修一切善、誓度一切眾生」。而這個願望的可貴，是面對十法界的有情無情，也就是說不管什麼境界出現，不影響我斷惡、不影響我修善、不影響我度眾生。

有些人會說：一般人也會斷惡，也會修善啊？事實上，一般人斷惡、修善，都是靠外在的環境而來的，你對我好、我就對你好，你傷害我、我就傷害你，不停的心隨境轉。受戒的人不是這樣，我不管外境怎樣變化、別人怎樣刺激我，我心中斷惡、修善、度眾生的誓願，一點也不會改變，由「心靈的力量」來引導你的生命，而不是用「外境」來引導，這個人的生命就開始產生變化了。

我們講過生命有二種力量：一個是「外境」的力量，一個是「心靈」的力量。如果你經常是由「外境」來牽引你，那你就不能擁有美好的未來；如果你的生命是由「心靈」來引導外境的，那你現在可

能不是很滿意，但是我保證你一定有一個美好的未來，因為你的生命不斷的進步、不斷的消業障。所以你一定要用心靈的力量來引導生命，不能用外境的力量來引導生命，這個很重要！

你怎麼知道是外境在引導你？或者是心靈在引導你呢？

之前也講過，一個人一天當中都是做你「喜歡做」的事——跟著感覺走，外境給你什麼刺激，你就做什麼，你就很難期待有美好的未來。所以要做你「應該做」的事情，這樣才對。

改變生命的最大力量是「心念」！

我們講一個佛在世的小公案，給大家體會一下：

諸位知道佛陀在世的時候，有一位弟子叫「鴛掘摩羅」，這個人在家是一個殺人魔王。他為什麼殺人呢？因為他受了他師父的誤導，拜一個婆羅門的外道做師父，他師父告訴他說：「你想要生天啊，很簡

單，你先去殺一千個人，殺死之後把他們的手指剝下來，串成像花鬘一樣的項鍊掛在身上，然後我再告訴你修學的種種方法，怎樣持咒、怎樣觀想，這樣你很快就可以生天了。」

鴛掘摩羅聽了之後，產生了邪惡的思想，以殺人爲功德，就拿著刀子去殺人。殺了九百九十九個人，把整個城裡面的人幾乎殺光了，不是被殺死、就是逃走了，幾乎沒有人了。這時候鴛掘摩羅心想：我的功德還沒有圓滿，還差一個啊。他就想到家裡還有一位老母親在等他。一個人起顛倒的時候，什麼事都敢做，就要去殺他母親。

這時候，大慈悲的佛陀現前了，鴛掘摩羅看到就想要追殺佛陀，但是無論他怎麼追，佛陀都跟他保持一定的距離。鴛掘摩羅追得很累，才說：「沙門啊，你停下來，停下來，不要跑那麼快！」佛陀說：「我早就停下來了，是你的心沒有停下來，我早就停下來了！」鴛掘摩

羅這個人善根很深厚，一迴光返照：誼，心停下來——把心帶回家，他的瞋心、邪見馬上寂靜下來，就覺得自己不對，誠心地向佛陀懺悔，之後跟隨佛陀出家證得阿羅漢果。

證得阿羅漢之後，他還修慈心三昧，懺悔他過去殺人的罪業。有一天他去托鉢時，看到一個婦人在生小孩，釋放出那種痛苦的叫聲，鶩掘摩羅很感動，就問佛陀說：「我要怎麼做，才能幫助這個婦人，以減輕她的痛苦呢？」佛陀教他說：「你可以做一件事，來減輕她的痛苦。你把出家以來，你內心當中，對一切有情眾生，完全沒有生起一念傷害之心，把這個功德迴向給她。」不容易啊！對眾生完全沒有傷害的心！這個蚊子怎麼叮我、怎麼咬我，我完全沒有想要傷害牠，這不容易。他把那種完全無瞋的念頭迴向給她，對這個女眾產生很大的加持力。

我們今天講到鴛掘摩羅，說是：「諸法無自性，一切從緣起。」鴛掘摩羅這個生命體是沒有自性的，好比他以前是瞋心、看到人就殺，經過佛法思想的轉化之後，變成一個完全沒有瞋心、沒有傷害心的念頭。所以我們說：「罪從心起將心懺，心若滅時罪亦亡。」從此，他的生命就有了徹底的改變。

一個生命改變的原點，一定是從心靈發動出來的！

從「心靈」的改變，才有「行為」的改變，最後才有「結果」的改變。所以整個修行是從內向外發展的，所有的修行，都必須做好心理建設，才有資格談修學，這是「唯識」的思考。《唯識學》認為：你心理建設沒有做好，你的修學不可能產生太大的變化，只能叫做「積集善業」，你的心還是一樣隨境界轉。所以，想要成就解脫，一定要先培養心靈的力量，包括你心中的誓願、願望，和美好的思想。

以上講到生命的二種力量：第一個、「誓願力」；第二個、「觀照力」。總之，你要創造美好的未來，最重要的是：一定要培養一種美好的思想！

乙三、修習大乘止觀^三

丙一、感應道交

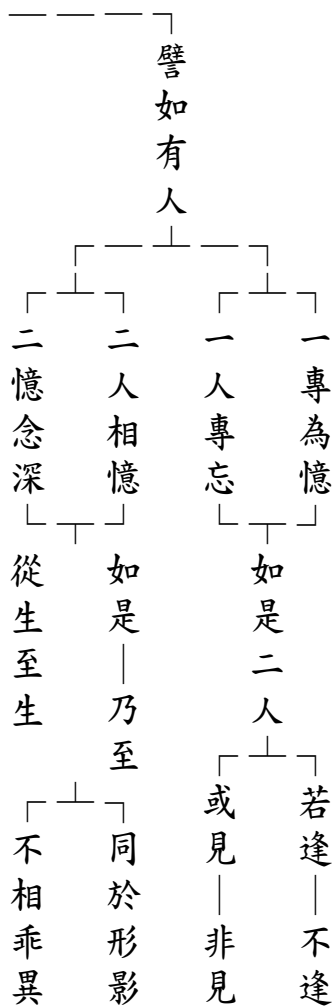
前面是講到我們個體生命的改變，從內心發揮出一種誓願力、觀照力；這個「觀照力」當然很重要，我們現在就把這樣的觀照，運用到淨土。

前面是個體生命的成長，那我們怎樣運用心靈的觀照，來培養對阿彌陀佛的「感應道交」？就是二者之間的互動關係。也就是說：前面是個體生命的成長，這裡是我們跟佛之間，如何透過心中的憶念、觀照，來觸動佛陀的加持力？在大乘止觀當中，淨土宗的第一個根本

思想，就是「感應道交」；什麼叫「感應道交」呢？它的內涵是什麼？看以下經文：

「譬如有人，一專為憶，一人專忘，如是二人，若逢不逢，或見非見。二人相憶，二憶念深，如是乃至從生至生，同於形影，不相乖異。十方如來，憐念眾生，如母憶子；若子逃逝，雖憶何為。子若憶母，如母憶時，母子歷生，不相違遠。」

這段經文，我們分成二段：第一段先講「譬喻」，第二段再「合法」。



佛陀對於感應道交的觀念，舉世俗容易了解的譬喻來說明：

好比說：世間上有二個人，某甲跟某乙。他們之間，未來生命的相互關係是怎樣呢？

說是：『一專為憶，一人專忘。』某甲經常去憶念某乙的好處：「誼，這個人不錯，很勤勞、很有慈悲心。」把這個人的好處經常放在心中，明記不忘，這叫某甲去「憶念」某乙。但是另一人「專忘」，事

實上某乙早就把某甲忘掉了，他心中已經沒有某甲的存在。這樣的話，這個某甲和某乙，在未來的生命當中，因緣會怎麼樣呢？

『如是二人，若逢不逢，或見非見。』這一個人縱然相逢，「誒，你出生在嘉義、他也出生在嘉義」，但是「有逢」就像「沒逢」一樣。你騎腳踏車過去、他騎著摩托車過去，二人見面，完全不產生作用。或者說『或見非見』，即便有機會見面，比方說二個人都在○寺住，但是見到面沒甚麼感覺，彼此之間沒有互動力量。爲甚麼呢？因爲單方面的憶念，不能構成感應道交。

其實，二個生命體會產生互動，來自於「心靈相互的憶念」。所以心靈的力量很大！不但影響你個人未來的前途，還影響到二個人之間的互動關係。你憶念他，他不把你當一回事，你們兩個將來還是起不了作用，這是講單方面的憶念，是不能構成感應的。

反過來，我們看另外一種情況：

『二人相憶，二憶念深，如是乃至從生至生，同於形影，不相乖異。』假設這二個人是互相憶念的，而且某甲憶念某乙的好處，某乙也憶念某甲的好處，兩個人之間的因緣就比較深了。乃至於「二憶念深」，不但是偶爾的憶念，而是深切的憶念，輾轉增勝。這樣兩個人在未來的生命當中，可能會有一生，乃至於多生；如果因緣淺的話是一生，因緣深的話會多生，就像「身形」跟「影子」一樣，再也分不開了。

因此，人跟人之間的相逢，跟你的心靈有關係，就是說你們不是彼此的互相憶念。佛陀講出憶念這部分觀念，再把這個觀念引申到佛陀跟眾生的相互關係：

「若子逃逝，雖憶何為？」

「憐念眾生」

「十方如來」

「子若憶母」

「如母憶子」

「」

「如母憶時」

「母子歷生——不相違遠」

『十方如來憐念眾生，如母憶子。』身為佛陀，安住在清淨大般涅槃的境界，因為過去曾發此大悲願力，雖然已證得我空、法空，但是祂的大悲心是不空的，經常釋放出悲愍眾生的心情，就像是母親憶念她的獨生子一樣，總是希望能跟兒子見上一面。但是身為兒子，假設一心一意想要離家出走、想要攀緣三界的果報，不把阿彌陀佛的淨土放在心上，『雖憶何為』？

修學淨土宗的佛弟子，都知道念佛法門有心力和佛力——「能念的

心」跟「所念的佛」，這二種力量都不可思議。但是對於佛力來說，你想要把它啓動，就必須用你的心力——你要去憶念祂，才能夠啓動佛的加持；如果你不憶念祂，那佛陀的四十八種力量，有就等於沒有。

用「心」去感受「佛」的存在！

很多人都會問一個問題：「念佛真的能夠消業障嗎？」又說：「禮佛一拜，罪滅河沙」，拜佛真的有這麼大的力量嗎？答案只有一個：你說呢？對啊！「你說有，它就有；你說它沒有，它就沒有。」很奇妙的事，我覺得佛菩薩的加持力，就是——你說怎麼樣，祂就怎麼樣。你認為它沒有，它果然是沒有；縱然有，跟你也沒有關係。雖然阿彌陀佛發了四十八種願望，這四十八種加持力，已經存在法界當中，隨時可以跟我們感應道交；我說沒有的時候，那就真的沒有；你說它有

，它就真的有。所以當你將四十八願研究透了，就會發覺：

了解阿彌陀佛的功德、憶念他的功德，非常的重要！

你想要啓發祂的功德、想要憶念祂，當然要先了解祂。「感應道交」不是單方面的力量，佛陀釋放四十八種力量，你要把這個力量轉成你的力量，就必須要做一件事——**你要憶念祂！**

在座的有些是做過師長，你們知道師父最在乎弟子甚麼事嗎？其實徒弟有沒有出息是其次，做師父的最在乎是：徒弟心中有沒有我的存在？這是很現實的！如果徒弟不憶念師父，二個人的緣就愈來愈淡了，真的是這樣，你以後當師父就知道；做父母親也是這種觀念，這個兒子心中有沒有我的存在？因為這樣才能夠保持因緣；維繫母子、師徒之因緣，都是靠彼此的互相憶念。

所以說：佛陀的力量再大，也不能主動幫助你。你要先釋放一種

力量（能感），祂才能夠產生回應（能應）；這是修淨土法門，所應有的正確信解。佛陀回應的力量有多大？就看你釋放的力量有多大，祂回應就有多大。佛陀的力量是很強大的，但是需要借助心靈的力量，這就講到了「三力不可思議」：

◎三力不可思議

「佛力不可思議——能應」

「法力不可思議」

「感應道交」

「能感」

「心力不可思議」

「感應道交」有三種力量：

第一個、佛力不可思議：佛陀的本願功德力，這裡我們不詳細說明，等下一堂課再詳細說明「什麼是佛力不可思議」。阿彌陀佛有四十八種力量存在法界當中，等待你去啓發它。總而言之，這是已經成就的功德。

第二個、法力不可思議：能代表這四十八種力量，就是「阿彌陀佛」聖號——「名以召德」。這四十八種力量有一個共通的入門，只要你找到這個門，就能夠得到四十八種加持力，這個門就是「法力」。

第三個、最重要的是：你必須用一把鑰匙，來打開這個門，就是你的「心力不可思議」。好比諸位身上掛了很多觀世音菩薩的咒牌、南無阿彌陀佛的咒牌：諸位覺得這些有沒有加持力？答案只有一個：「你說呢？」對啊！如果你不相信它的力量，它就沒有力量。你說：「

這是什麼法王加持的！」事實上，雖然是法王加持的，你不憶念他，久了也就沒有力量。因為所有外在力量的加持，都是存在的，但是它不會主動救拔你；如果你心中不肯釋放力量，不會產生回應的！連佛陀也不例外。所以我們念佛人要知道：一定要釋放你的「心力」，才能夠得到一定的回應。

我們講一個實際的公案，來證明這件事情：

《淨土聖賢錄》講到清朝有一位老婦人——百不管老嫗。這位老婦人是做生意的，南北貨的生意做得很大，後來先生往生了，她就獨自撐起整個廣大的家業。這個老婦人學佛之後，知道淨土法門是這麼殊勝，就專心念佛，把事業交給她的子孫來經營。

但是這位老婦人在家裡念佛三年，覺得自己沒有甚麼增上，業障也沒有消除、煩惱也沒有突破、對往生也沒有把握：功夫不上路。就

去請教一位叫道源老和尚。老和尚問說：「妳是怎麼念的啊？」就回答說：我是怎麼、怎麼念的：道源老和尚就告訴她說：「妳這樣念佛，沒有辦法產生感應道交，雖然妳嘴巴一直念佛，心裡還在攀緣這些世俗的事情，內心沒有真實地憶念佛陀的功德、淨土的功德。」這個老婦人善根很深厚，她知道佛力不可思議，但是必須把心力放進去，她之前就是沒有把心力放進去，沒有善用心靈的力量，所以佛力表現不出來。老和尚說：「妳從今以後專修一個法門，就修『隨他去』！什麼事隨他去！」她就自封為「百不管」——百不管婦人。

這時候，她就對娑婆世界攀緣的心，全部收回來，一心歸命極樂世界阿彌陀佛，之後念佛沒多久，就往生了。

我們看同樣一句佛號，為什麼她之前沒辦法相應，後來能相應呢？因為之前她缺乏一種心靈的力量。雖然我們相信佛陀的力量存在，

但是也要把心力放進去。佛的所有力量，都必須透過你心中的憶念，才能夠把它啓動起來。這是修淨土的人，必須要知道的事。

丙二、功德利益二

丁一、現世安樂

當我們的心靈不斷地憶念阿彌陀佛的功德、憶念淨土的功德，會有什麼好處呢？這地方有二個：第一個講到「現世的安樂」，第二個講到「究竟的解脫」。先看「現世安樂」經文：

「若衆生心，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。」

這段經文，我們分成二段：第一段先「法說」，第二段再講「譬喻」。

消釋

「憶佛」「現前」「必定見佛——去佛不遠
——
「若眾生心」——
「念佛」「當來」「不假方便——自得心開

我們一個人的心力，我們要把心靈的力量放進去。放什麼力量呢？這個地方講二種力量：第一個「憶佛」，第二個「念佛」。

所謂「憶」是指一種「觀想」，經常想像極樂世界的依正莊嚴，然後不斷地告訴自己——這個地方是將來要去的地方，我一定要往生！我一定可以往生！

真正能把阿彌陀佛放在心中，這一點我們「顯教」做得不夠，你看「密宗」對自己本尊的功德、法身的功德、淨土的功德，畫成圖錄式唐卡，不斷地修本尊相應法——我一定要去這個地方、我一定要去

這個地方：就把你的願景，在心中畫出來。「念」是指明記不忘，就是「執持名號」，那是修止的方法，一心專注在佛號上。

我們要跟阿彌陀佛的功德相應，有「憶佛」和「念佛」兩種方式。一般人可能偏重於「念佛」，忽略了「憶佛」，這是很可惜的。那麼你不斷地憶佛、念佛，你「現前」，是指你現生的利益；或者「當來」，是指你臨命終時；現在、或者當來，必定可以見佛。

見了佛之後——『去佛不遠，不假方便，自得心開』。「見佛」有什麼好處呢？你不必假借其他持咒、拜懺方便之法，自然可以得到「心開」。這地方的「心開」是指業障消除。你看我們這一念心，一般人很難打開心門，也就是你的心眼被業障蓋住了。

就像有些人剛出家，念佛時很容易打瞌睡、做早晚課也昏昏沉沉、暗暗鈍鈍的，就是你的心被業障障住了。念佛之後，這些業障慢慢

就可以消除。這種心開的方法，當然不是靠你的力量，而是透過憶佛、念佛，啟動佛力來幫助你。這種情況舉個譬喻：

——
「如染香人——身有香氣，此則名曰「香光莊嚴」。

就好像一個做「香」的人，本來身體沒有香氣，但是因為經常跟香在一起，就可以把外在的香氣，引到自己身上，就是「仰仗他力」，讓自己也有香氣，這叫做「香光莊嚴」，有香氣、光明。

這地方講到一個很重要的觀念：

我們的成佛之道，必須要消除各種障礙，有煩惱障、業障、報障，但是你有兩種方法可以選擇：

第一個、完全用你心靈的力量。我們前面講到，你要在心中發願，培養一種美好的思想，單獨面對所有的煩惱障、業障、報障。這是

一種選擇。

第二個、你想何必這麼辛苦呢？「阿彌陀佛」有這麼大的力量，我應該善巧運用，把阿彌陀佛的功德轉成我自己的功德，可以把他力引導進來！

以我帶佛七的經驗，我現在平均一年打三次佛七、一次佛三。我覺得念佛跟持咒有一個很大的差別，就是你念佛念到第二天、第三天的時候，馬上感到一種寂靜的力量——法喜、寂靜，而且身心非常的調柔舒暢，一般持咒很難做到這一點。剛開始我還不曉得是爲什麼，最近編輯四十八願講義，編到第四十五願，終於找到答案了！

第四十五願說：「**設我得佛，十方菩薩聞我名號，皆悉速得清淨解脫普等三昧。**」意思是說：一個菩薩行者，聞我名號，能夠不斷用歡喜心、專注心，來憶念我的名號，就能夠成就清淨解脫的普等三昧。

而這種三昧的力量，就是一種「調柔寂靜」的力量。所以諸位打佛七，感受到調柔寂靜，這不是你自己心力創造出來的，是你心中跟那個摩尼寶珠接觸之後，這個摩尼寶珠有四十八種力量，其中一種力量就是「清淨解脫普等三昧」，是祂釋放給你的，祂力的加被啊。當然也要你的心靈力量釋放出來——你要憶念祂，祂才能夠產生反應。

事實上，如果我們能夠善用「佛力」，在無盡的生命當中，就可以達到更好的效果、產生更好的效果；不一定要單獨去面對自己的業障，不必這樣辛苦。舉《淨土聖賢錄》往生女人第九，念佛消業的實際公案來講解：

在淨土宗的中冊中，講到明朝有一位居士叫「楊選一」。這位居士在地方做一個小官，娶了太太之後，夫妻二人都學佛。他太太學佛比他還認真，楊夫人平常把家事忙完之後，就專心念佛。楊夫人到了

三十一歲的時候，生了一個男孩，之前生了幾個女孩，生下這個男孩之後，就跟楊先生說：「我的責任已了了，已經給你保留一個後代，從今以後要專心念佛了，希望你能夠成全我！」這位楊先生也很不錯：「好吧，我們家的三合院，你找一間空房子住吧，好好念佛！」

楊夫人就找一間空房子住，開始專心念佛，可以說是——**心不離佛、佛不離心**，念佛念得非常法喜。但是沒多久，她的背上長了一個膿瘡，就像雞蛋一樣的膿瘡，化膿、流膿不止，看醫生吃藥都沒有用。楊夫人知道醫生沒有辦法治癒，就很虔誠求佛力加被。阿彌陀佛有四十八種力量，一定要把這四十八種力量引導到她的生命裡。

有一天晚上，她做一個夢——夢到一個大鬼，拿一把刀子要追殺她，她嚇得趕快跑，跑到一個地方，出現一尊更大的神像、放大光明的神像，她就躲到祂的背後去，這個神像就把這些鬼趕走。從那次夢

境醒過來之後，她背上的膿瘡就慢慢的好轉、慢慢的乾枯，最後脫落就完全好了。經過了這件事，她就更有信心，她也沒有做什麼事——「不假方便，自得心開」嘛。後來念佛沒多久就往生了，臨走之前還把她先生叫過來，說：「有四個童子要迎接我到淨土去了！」跟他道別後，就安然往生了。

諸位都知道，在我們修行當中，最難處理的就是「冤親債主」，你要處理冤親債主，不是有慈悲心就可以，你還要有「功德力」。好比說你欠他一百萬，你還不起，有一個大富長者說：「沒問題，這件事我來幫你負責，你欠他一百萬，我給你五百萬，行吧？」可以！所以「如染香人身有香氣」就是說明：我們不一定要自己創造香氣，重點是你要把香氣引到你的身上來。你再怎麼修行，你修得過阿彌陀佛嗎？不可能嘛，祂是佛，你是眾生。我們的重點不是「我要跟阿彌陀佛

相比」，而是：如何把阿彌陀佛已經成就的功德，轉成你的力量？

這件事很重要、很重要！

第四卷

前一堂課講到念佛的功德有二個：第一個是「現世安樂」，第二個是「來世究竟解脫」。淨土法門的特色，是一種本尊相應法。也就是說，我們整個修行，在破惡生善的過程當中，主要是要仰仗本尊的加持力——「他力法門」，問題是「怎樣把本尊的功德啟動起來，變成自己的功德。」這個是重點。

那麼，本經有講到「**憶佛、念佛**」，運用這兩個方法，就可以把本尊的功德，轉成你自己的功德。套一句印光大師的話——**即能以凡夫心，投佛覺海**！一個平凡、沒有資糧的凡夫，只要肯憶佛、念佛，投入阿彌陀佛無量光、無量壽的功德大海，就可以享受到佛的功德，這就是所謂的「本尊相應法」。

我們能夠憶念、念佛，這對我們來生有什麼好處呢？看以下經文

:

丁二、究竟解脫

「我本因地，以念佛心，入無生忍；
今於此界，攝念佛人，歸於淨土。」

這是講到大勢至菩薩自利、利他的功德。先講自利的功德：

消釋

「以念佛心

「我本因地」

「入無生忍

「我本因地」，大勢至菩薩回憶他過去在因地，還是凡夫的時候，是怎樣修學呢？『以念佛心，入無生忍。』剛開始，他也曾和我們

一樣具足煩惱，但是他能夠善加利用佛陀的功德，不單獨去面對這些障礙，他知道整個法界是——「深信諸佛皆充滿」，無量諸佛有無量的本願功德，必須善巧地把佛的功德，引進他的心中；因為有佛力的加持，所以證入了「無生法忍」。

在這裡，大勢至菩薩並沒有強調往生淨土。其實諸位可以看看淨土法門的傳承，最早的龍樹菩薩，他在判教中分成：難行道、易行道，並不強調求生極樂淨土；是要在娑婆世界生生世世念佛，然後修止觀，證得無生法忍。到了曇鸞大師，才把求生淨土的觀念放進去。這部分我們等下文再來說明。

——「攝念佛人

「今於此界」

「歸於淨土

但是現在大環境不同了，大勢至菩薩並不勸我們走這樣的路，因為那是生長在正法、像法時代，因此善知識很多、三寶力量也很強；現在是末法時代，魔強法弱，惡因緣的力量，超過正法的力量，所以他現在是攝受念佛人、勸勉念佛人，趕快到西方淨土去，成就所謂的不退轉。經典上說，菩薩初發菩提心之後，於娑婆世界求增上生，想要保持不退轉是非常困難的。因為被惡師邪友的誤導，菩提心很容易退失，更嚴重的連二乘解脫道也退失，退到生死凡夫去了。

這裡，我們引用了然法師的說明：他說阿彌陀佛四十八願，其實總歸起來有四種攝受：

第一、光明攝受：這種光明攝受是做什麼用呢？是爲了消滅眾生無始的業障。我們在念佛的時候，把阿彌陀佛的光明，引到我們的身心世界，接受阿彌陀佛光明的攝受，就可以消除業障。好比說：你過

去會造了很多殺、盜、姪、妄的罪業，你有念佛，阿彌陀佛就可以慢慢把你的業障消除。

第二、神力攝受：能破除鬼神、冤親債主的障礙。我們過去因為起顛倒而造了很多罪業，現在冤親債主找上門，不願放過你。沒有關係，依靠阿彌陀佛，阿彌陀佛有神通力，四十八願當中有很多消除鬼神障的方法，這叫神力攝受。

第三、法身攝受：能令念佛人的菩提善根慢慢地增長。我看過有很多修大乘法的人——退大取小，但是念佛人退大取小的情況，在所有宗派當中比例最少。這是因為念佛人有阿彌陀佛的法身攝受，所以不容易退轉。

第四、色身攝受：這是最重要的！臨終的時候，阿彌陀佛現前開示慰導、接引往生，這叫色身的攝受。

前面三個：光明攝受、神力攝受、法身攝受，是講現世的安樂。色身的攝受，是講臨命終時，只要你一心念佛，阿彌陀佛就會親自來開示、慰導你，把你接引到極樂世界去。

爲什麼說要往生淨土呢？前面我們只講到念佛能夠「破除障礙、消業障」，並沒有強調「往生淨土」的思考，但是大勢至菩薩就強調：「今於此界，攝念佛人，歸於淨土」。

所謂『歸於淨土』，之前我們也有講過，淨土宗的判教，最早龍樹菩薩的《十住毗婆沙論》，並不強調求生淨土，他只強調以念佛來破除障礙，當做助行。但是到了唐朝的曇鸞大師，認爲這樣不夠究竟，他說：「五濁惡世很容易退失菩提心，應該爲菩提道求生淨土。」

蕩益大師在《佛說阿彌陀經要解》中，也有這種觀念，他說：在我們一大事因緣當中，「三界生死最難跳脫！」成佛之道那麼長遠，其實真

正困難的地方是在前半段。也就是在成佛之道的過程當中，時間花最多、障礙最多的，就是跳出三界這一關！

講實在話，三界這一關你能跳脫出去，後面的修行就容易多了，因為障礙少了。佛法講斷惡、修善，那時候大都是在修善，要斷的是「所知障」，只是觀念的問題而已，不像三界的煩惱障、業障、報障，障礙那麼嚴重。如果你今天跳脫了三界，是初果，或者是初住、二住、三住：頂多進步得比較慢而已，但是：

如果你繼續在三界打滾，會有什麼後果？

好比你現在是一個正念分明的出家人，但是你來生可能會造五逆十惡的罪業，有可能。因為當你福報現前，如果你內心沒有很強的正念力，很容易心隨境轉。我們講菩薩的福報現前，如果沒有甚深的般若智慧觀照，很容易產生放逸。放逸之後，就起顛倒。一般會造大罪

業，都是福報大的人。因為你第一世積集資糧、布施持戒↓來生福報現前，就造了惡業↓第三生墮落，這叫「三世怨」。所以三界的退轉問題，是很嚴重的，會讓一個初發菩提心的菩薩，退墮到地獄去。所以這裡講：「今於此界，攝念佛人，歸於淨土。」你應該趕快到淨土去修學，成就不退轉的功德。這才是我們念佛最重要的目的。

丙三、修學方便

前面講到要把阿彌陀佛的功德轉成自己的功德，必須要憶佛、念佛。但是怎樣憶佛、念佛，才能感應道交呢？有沒有什麼方便法門？下文大勢至菩薩把成就方法說出來：

「佛問圓通，我無選擇，都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。」

消釋

◎佛問圓通，我無選擇」

「都攝六根」 「得三摩地

「淨念相繼」 「斯為第一

所謂的「圓通」就是「三昧」，不過這裡的「三昧」是指「真如三昧」，而不是一般的三昧。佛陀問我如何成就「首楞嚴王三昧」，沒有其他的選擇，只有二個最好的方便法，第一個是「都攝六根」，第二個是「淨念相繼」，這就是成就「念佛三摩地」當中，最簡單、最有效的二個方便法。

「一、都攝六根……專注力

「二、淨念相繼……相續力

印光大師解釋「都攝六根、淨念相繼」，他說「都攝六根」是對佛號的一種專注力；「淨念相繼」是把專注的力量轉成成片，是一種相續力。這裡，我們解釋一下：

我們都很想要把佛陀的功德，轉成自己的功德，所以我們會去憶佛、念佛。但是這個當中成敗的關鍵，在於你是不是能夠「都攝六根、攝心專注」。講實在話，佛陀對你的加持力，不是你佛號念得很多就有效，而是每一句佛號，必須如印光大師說的：要念得清清楚楚！那種虔誠專注的心要生起來。

過去，讓我印象特別深刻的就是：有一次××上師來臺，在高雄舉行一場演講，那時候××上師有去參觀佛光山，電視新聞節目都有報導出來。我在看這則新聞的時候，上師的一舉一動我都看著：他剛開始跟星雲大師有說有笑，菩薩都是很隨緣自在；但是當他一進大殿

看到佛像時，整個人開始收攝六根，變得非常嚴肅。然後，很虔誠的禮拜下去，我看了之後非常感動。

我曾看過上師的傳記，每一次遇到障礙，只要他修本尊相應法，就很容易求得佛菩薩的加持。也許我們會覺得佛菩薩很不公平，為什麼他每次祈求都有效果，而我都沒有什麼效果呢？後來我找到原因了，原來真正問題不在外境，而是我們「都攝六根」不夠。你看上師他平常輕鬆自在，但是當本尊現前時，他就非常地認真，這就是為什麼他能跟佛菩薩感應道交的原因。

念佛的要訣——

我要真實告訴大家：念佛法門只有一個原則——寧可少、不可草。你說你沒有時間，那你寧可念少一點，但是你必須要「攝心專注」，每一句佛號都要聽得清清楚楚。第二個「淨念相繼」，當你的心，把

佛號聽得很清楚、很專注的時候，就要慢慢把佛號擴大變成一種片狀，我們講「由生轉熟」。有一位念佛的老居士，他說念佛只有兩句話而已，每一次佛七開示他都會說：「由熟轉生、由生轉熟」，就這二句話。

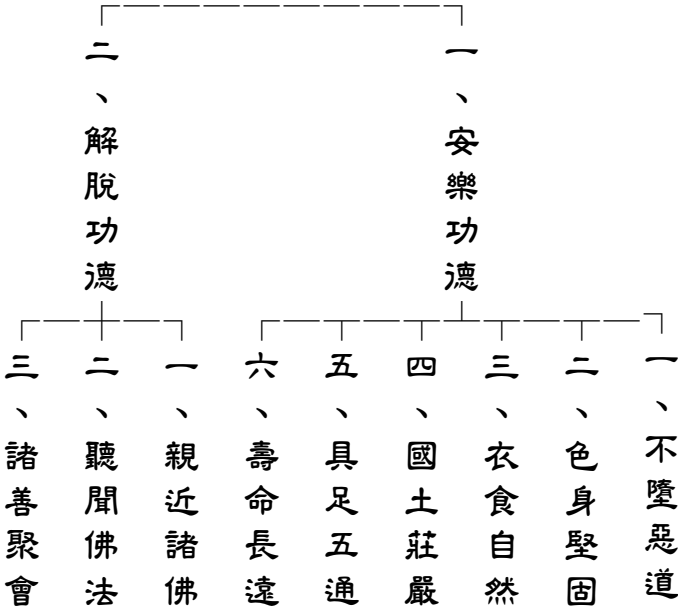
「由熟轉生」是什麼意思呢？就是你平常很熟悉三界五趣的果報，你要把它「由熟轉生」；第二個、你對極樂世界的功德莊嚴很生疏，要「由生轉熟」。所以整個佛七，我把它匯歸成二句話就是：「打得念頭死，建立阿彌陀佛！」也就是把你三界之中的念頭，慢慢地消滅；對阿彌陀佛歸依的念頭，慢慢地建立起來，淨土宗就是要修學這個——一心歸命極樂世界阿彌陀佛！

其實，淨土宗的思考模式，跟聖道門不太一樣。聖道門是完全靠自己，什麼事都靠自己；淨土法門是你必須想盡辦法，把佛陀的力量

轉成你的力量——「自他不二」。這兩種思考模式不一樣。但是有一個共同點，都是——向內追求。

我們要知道，淨土法門雖然祈求外力，但是跟外道不一樣。外道在憶念上師、本尊的時候，他是「心外求法」的；佛教是「向內安住」的。我們也講過，念佛是由內而外，是由內心的攝心專注、虔誠恭敬，來感召佛力的加被，不可以一開始就注意「佛菩薩什麼時候現前？」不可以這樣修行，這個地方要特別注意！

◎ 憶念淨土功德（作意、觸、受、想、思）



—— 糅合《佛說阿彌陀經》 ——

如何成就「憶佛」的功夫？

前面是講到念佛的方法，那我們想要往生淨土，對於未來的願景，應該如何規劃，才能對佛陀不斷地憶念，而產生歸依的心呢？

首先，我們一定要有「作意」，把淨土莊嚴描繪出來，就好像繪製地圖一樣，先把它描繪出來↓然後不斷地接「觸」↓產生歡喜的感「受」↓產生一種正面的聯「想」，我一定要去西方淨土，我一定可以去↓最後，產生「思」想的造作。

我們也可以將極樂世界這個願景，根據《佛說阿彌陀經》經文，分成二個部分來看：第一個是講到「安樂的功德」，第二個是講到「解脫的功德」。

一、安樂的功德

這是講到「離苦得樂」——「無有眾苦，但受諸樂」。我想在我們

生命當中，對於離開痛苦其實是比較急迫的。

(一) **不墮惡道**：我們的生命有很多災難，比如說發生車禍、很多的意外；但是我要告訴大家，生命當中最大的災難就是——**墮落到惡道**，受那種刀山油鍋的痛苦。而且不僅僅只是痛苦的感受而已，還會產生一種愚癡相，遮蔽我們菩提心的善根。因為當你從惡道出來之後，你的菩提心幾乎是完全被毀掉，所以菩薩要避免墮到三惡道去。

極樂世界是：即便你過去生有很多殺盜姪妄的罪業，但是你往生到極樂世界，起碼保證你——直至成佛為止，不再墮到三惡道去，這是很重要的保證，你一定要把「不墮惡道」的願景列進去。

(二) **色身堅固**：這是跟阿彌陀佛四十八願有關係，就是說：成就往生的菩薩，他的色身叫做「金剛那羅延身」，身上沒有任何病痛。《華嚴經》說：菩薩修學，不怕老、也不怕死，菩薩最怕什麼諸位

知道嗎？對了，生病！這件事情滿益大師感觸良深，你看滿益大師的自傳，他說：「我每一次一修行就生病。」，滿益大師的心力、行力、觀照力，不得了的，但是他每一次加行，就生病。當然這也是他的增上緣，滿益大師要不是病苦，據他的傳記來看，可能就不會求生淨土，就是因為病痛的關係，才開始念佛。他說：「他病到七日七夜不能坐、不能臥，只有含淚念佛」。等病障消滅、出關之後，從此一心歸命阿彌陀佛，萬牛莫挽，對阿彌陀佛就產生一種真實的歸依了。

由此可知，這個病痛對祖師是如此的折磨，那我們凡夫就不用講了。所以阿彌陀佛跟你保證，往生極樂世界之後，在這一期的生命，你絕對不可能生病，不管你以前有什麼殺業，那些業都不再活動了。這二個保證很重要——「不墮惡道、色身堅固」，最起碼能遠離這二種痛苦。

「得樂」當中，我們先看它的依報。依報是第三和第四：

(一) 衣食自然：如果你來生選擇在娑婆世界，那你就必須為衣服、飲食付出精神體力去工作、去追求；極樂世界，思食得食、思衣得衣，你想要什麼飲食，它自然會出現，用完餐也不用洗餐具，自然消失掉，減少很多精神體力的耗損，這是一種安樂的環境。

(二) 國土莊嚴：諸位都知道美好莊嚴的環境，的確會讓人產生歡喜心，在《佛說阿彌陀經》當中，講到國土莊嚴主要有四項：

1、生處的莊嚴：你往生到極樂世界，是在什麼地方受生呢？是在七寶池、八功德水的蓮華中化生，那是非常莊嚴、非常尊貴。你看我們娑婆世界得硬拉拉出來的，那是一件很痛苦的事。

2、住處的莊嚴：極樂世界的居住環境是宮殿，這個宮殿諸位在想像、觀想的時候有二種：一個是地上的宮殿，一個是樹上的宮殿。

有些人喜歡住在樹上，居高臨下；有些人喜歡住地上宮殿。

3、大地的莊嚴：黃金鋪地。《無量壽經》中提到：極樂世界的黃金是柔軟的，而且會釋放香氣，這就是大地的莊嚴。

4、虛空的莊嚴：極樂世界的虛空，經常產生美妙的音聲，使令我們自然生起念佛、念法、念僧之心。

我們應該經常把極樂世界種種莊嚴想像出來，因為我們不可能往生到一個完全陌生的地方。如果你不把極樂世界想出來，你對本尊的功德一無所知，你怎麼去跟本尊感應道交呢？諸位知道修行最大的過失是什麼嗎？「愚癡、無知」的過失最嚴重！如果無知，你就沒辦法想像，而是打妄想。

前面是講依報，下面第五、第六是講正報。

(三) 具足五通：極樂世界只要往生到那裡，阿彌陀佛給你的果

報體是——天眼通、天耳通、宿命通、他心通、神足通。《佛說阿彌陀經》中，特別講到神足通，祂提供你一個非常方便的交通工具，讓你能夠供養他方十萬億佛。所以剛開始雖然是念阿彌陀佛，事實上往生到淨土，是去親近十萬億佛，而且回到極樂世界的時間非常的快，果報體的功能很大。不像我們住娑婆世界，你從義德寺到台北，就要花好幾個小時，而且你的活動範圍就在地球打轉，沒有辦法離開地球，你怎麼去親近十方諸佛呢？沒有辦法！二者環境是有差別的。

（四）壽命長遠：這一點很重要！「時間」是修道的基礎。你問問那些老參就知道時間的重要。好比我個人的修學情況，剛開始聽聞佛法，佛陀講「諸行無常、諸法無我」，感覺就是一句法語而已。之後慢慢感受到人生真的是變化無常，但還可以接受；這個「無我」才是可怕，它怎麼變你沒有辦法控制，一切法你沒有主宰性。

我相信出家愈久，對於「無常、無我」的感受，就愈深刻。經典是需要透過生命去體驗的，點點滴滴先把它存在心中，然後跟環境不斷的碰撞、產生反省，就可以把文字的道理，轉成一種智慧的觀照，這是一個必要的過程，那都需要時間來歷練！

我覺得修行想要有成就，就要想辦法讓你自已活得久一點，真的是這樣！如果你時間太短，你真的沒有時間來修學。那阿彌陀佛提供我們一個「無量無邊阿僧祇劫的壽命」，你就有很多時間，來親近善知識、聽聞佛法。

極樂世界的這種安樂果報，從脫離痛苦，到成就依正莊嚴，最後給你一個相當殊勝、具足五通，以及長久的生命果報體，這些你都要牢記在心中。

二、解脫的功德

前面是「安樂」，這裡是「解脫」。

(一) **親近十方諸佛**：學佛者要時常親近善知識，因為善知識有方便力。其實我們在修行當中，有些障礙沒有辦法突破，就是因為沒有找到好醫生，沒有人來指導你。說實在話，可能你自己也沒有這個福報，過去生中沒有跟善知識結緣。那麼，所有善知識最殊勝的就是「佛陀」——親近十方諸佛。我們現在只能親近佛像，這有很大的差別。

(二) **聽聞佛法**：在極樂世界，你能夠透過鳥類的聲音、風吹寶樹的聲音來聽聞佛法。佛法有開慧之功，能夠開啓你心中的智慧。一個人不聽佛法，久了之後，就會跟著妄想走；沒有智慧了，就容易起顛倒，所以聞法有開慧之功。

(三) 諸善俱會：這是講到「諸上善人俱會一處」。那裡有一個清淨的菩薩僧團，時時跟智者大師、蕩益大師一起，自然也就不敢放逸，因為那裡有三寶的力量，能夠攝受我們。在那種清淨安樂的環境當中，很容易成就聖道。

總之，我們要知道一個觀念：我們修本尊相應法的時候，必須先知道「結果」，才知道如何種「因」。所以蕩益大師提出了：「因果相應法」，他說阿彌陀佛的清淨法身，創造一個淨土的功德，也創造了一個佛號——「淨土」是一種「成果」，「佛號」是一個「近因」。那你應該怎樣做呢？「一念相應一念佛，念念相應念念佛」，也就是：

你必須把「淨土的功德」跟「佛號」連結在一起！

諸位知道這是什麼意思嗎？就是把你未來的功德，跟佛號連結在一起。好比你希望來生長壽而且沒有病痛，那你就發這個願：我希

望生到極樂世界去，那裡沒有病痛。爲什麼能去呢？因爲有佛號！我希望來生的果報體，不要像現在障礙這麼多，想去親近阿彌陀佛也沒有辦法、去親近藥師佛也不行。你希望能夠自由自在，今天親近藥師佛、明天親近阿閼鞞佛、後天親近文殊菩薩：能具有神通的果報體。那爲什麼能有這種神通呢？因爲有佛號！總而言之，你必須把來生的願望，跟心中的佛號聯想在一起，這時候你對佛號才能產生強烈的歸依。

就像你現在擁有一顆鑽石，如果你不知道這顆鑽石的價值，你就會把這顆鑽石，當作石頭一樣丟掉，你忘失了嘛。相反地，如果你把你的願望跟鑽石連結在一起——誒，我這個鑽石不能丟掉！因爲我想買一棟房子；爲什麼能買房子？因爲我有鑽石；我想要買高級汽車、珍寶；也是因爲有這顆鑽石：這個時候，這顆鑽石你還會丟掉嗎？

不會的！因為它是你的未來、你的生命和你整個希望！

修淨土法門的人，必須怎樣呢？先「設定目標」！

你未來的願景，有——七寶池、八功德水、依正莊嚴，以及三寶的加持力：你要把你的功德跟佛號聯想在一起。

諸位知道爲什麼念佛的時候，有些人的佛號，很容易憶持得住；有些人的佛號，念沒多久就跑掉了。諸位知道原因嗎？事出必有因，對了！就是因爲你對佛號，沒有產生與功德關係的聯想。當它只是一個佛號、一種聲音，那你對它似乎是可有可無，根本沒有對佛號修歸依嘛！

如果你對佛號沒有產生「功德聯想」，這個佛號你是念不住的！

你必須把你未來往生淨土的願景，跟佛號緊密的連結在一起，這叫「一念相應一念佛，念念相應念念佛」，這樣的佛號，意義就重大

了！你必須告訴你自己，離開了佛號，你就一無所有，再看你敢不敢離開佛號！絕對不敢。如果你心想：「怕啥，沒有佛號，我靠我的戒定慧」，那你沒有辦法修淨土法門，因為你沒有全心投靠、一心歸命，佛號對你來說是可有可無，那就跟學禪宗一樣，把佛號當作攝心之方便而已。

修淨土宗的人，想要把佛號念好，首先對佛號必須生起一種強烈歸依的心，我們講「不共的歸依」——你要觀想自己是業障凡夫，離開了佛號，來生就完全沒有希望了，這個才叫做「通身靠倒」！

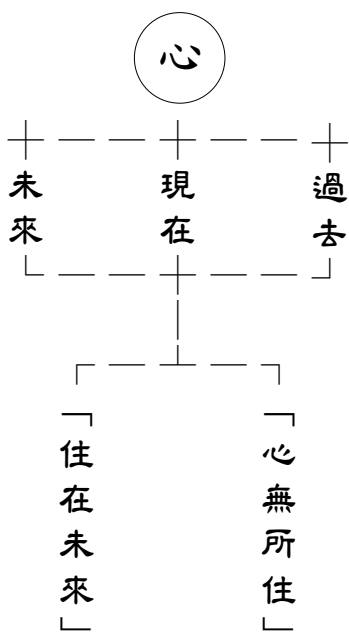
如果你把未來的希望，全都寄託在這句佛號上，我保證你這個佛號一定能念得好，而且也可以把本尊的功德，全部啟動起來，這就是我們所說的「都攝六根、淨念相繼」，也就是「一心歸命」的意思。

甲三、結示勸修二

乙一、結示法要二

丙一、心念之安住

最後一科我們把前面「心靈的力量」跟「佛的力量」；唯識講心靈的力量，淨土講佛的力量；心力與佛力做一個總結。第一段文「結示法要」：



甲三、結示勸修

整個大乘佛法的止觀修學，有二個重點：第一個「云何應住」，第二個「云何降伏其心」。你的生命應該怎麼安住？這是根本問題。也就是你的目標在哪裡？

關於我們這念心的安住，其實有三種情況：一個是住在「過去」，一個是住在「現在」，一個是住在「未來」。我們常說一句話：「下等之人是活在過去」。你看我們有今天、昨天跟明天，你比較在乎昨天還是明天？明天啊，那你這個人有希望哦！如果一個人老是想到昨天、前天怎麼樣，那就完了，因為已發生的過去不能改變。一個人老是注意過去，就會失去未來！你在意一個永遠不能改變的東西、你把精神體力放在過去，又有什麼用？所以諸位要知道，一個人不能老是「活在過去」，因為它不能改變，這根本是浪費時間，你再怎麼樣去想它、再怎麼樣去努力，它永遠就是不能改變。但是，你也不能住在「

現在」，因為現在變化多端，無常、無我，你根本沒有辦法掌握。一個人要活在「未來」，未來是可以期待的，它有無量可能性的。

對於過去、現在、未來，聖道門是修「無住」——過去心不可得、現在心不可得、未來心不可得；但是淨土宗是「有所住」，一個人完全無住，那沒有辦法修學淨土宗。你說：我完全無所求，我來生往生淨土也好、不往生淨土也無所謂，那你這個思考模式不是修淨土宗的！

正確掌握淨土的思想——我們是爲了來生而活！

每一個法門都有它的傳承，在這個傳承當中，都有一個中心思想，核心價值各有不同。你沒有掌握到淨土法門的心要，你怎麼修呢？爲什麼所有的法門都要上師的口授傳承？就是要把這個基本精神把握住嘛！你光是念佛能夠往生嗎？我看未必！淨土宗的中心思想，用

一句話來表達最清楚：「我今暫做娑婆客，不久蓮池會上人。」淨土宗的生命觀，如果你真能把今生當做最後的客人，你的目標只有一個「不久蓮池會上人」——

你能把生命放在來生，我保證你一定往生！

這是根本問題、安住的問題。

有很多念佛人忽略了根本，他把今生的得失看得很重，然後再來對治，怎麼對治都不對，因為你剛開始就錯誤，就不應該住在現在嘛。我要提醒大家，修淨土宗的人不能重視今生的；講實在話，你住在「現在」，是障道；因為淨土宗是住在「未來」，修淨土宗的人，他的生命只有一個理念，「是爲了未來而活」，人生目的只是來積集資糧而已！如果你能夠掌握這個中心思想，佛號念多念少，都是其次。所以「我今暫做娑婆客，不久蓮池會上人」，這句話你要能參透，淨土法

門的核心思想，你大概就掌握到了，你修淨土法門就不難了；但得其本，不愁其末！

丙二、心念之增上

當我們真實想要往生極樂淨土，那麼應該怎樣去增上呢？用枝末來加強根本，就是加強心中的憶念——一心歸命阿彌陀佛！

「一、娑婆即是苦，極樂真實樂。

◎思惟十二、我是業力凡夫，無有出離因緣。

「三、阿彌陀佛有大誓願，決定可以救拔我。

真真切切如此思惟——

第一個、你要思惟「娑婆即是苦、極樂真實樂」。告訴你自己，你

來生有二個選擇：一、繼續留在三界六道之中打滾，那你要繼續面對煩惱障、業障、報障，其結果充滿了變數；二、往生極樂世界，極樂世界有很多的功德——不墮惡道、沒有病痛、有種種依正莊嚴、三寶的加持：你要經常把極樂世界的功德放在心中。

第二個、你要思惟「我是業障凡夫，無有出離因緣」。我很想往生到極樂世界受用極樂依正莊嚴，但是我自己沒有力量，這個很重要啊！你要相信你沒有力量，才能夠真實的歸依這句佛號，如同印光大師講的「死盡偷心」——「一心歸命、通身靠倒」。修淨土宗的人不要對自己太有信心，要對佛有信心。

第三個、你要思惟「阿彌陀佛有大誓願，決定可以救拔我」。相信阿彌陀佛有四十八種力量，決定可以救拔我們。這四十八種力量，我們會另文一一的加以說明。

總之，這裡的整個思考模式就是：首先要建立你未來的願景，你希望以後如何、如何：未來這些目標，都是因為有「佛號」的關係，才有辦法來完成，你平常就要有這樣的心態。這時候，你跟阿彌陀佛、佛號的關係就愈來愈深了。因為你離不開它，離開它你什麼都沒有。就是要透過這樣的思惟，來建立我們跟阿彌陀佛之間的因緣，要愈結愈深！最後一段總結：

乙二、舉頌勸修

漸漸雞皮鶴髮，看看行步龍鍾；
假饒金玉滿堂，難免衰殘老病。
任汝千般快樂，無常終是到來；
唯有徑路修行，但念阿彌陀佛！

——善導大師——

甲三、結示勸修

這是善導大師爲了對治我們：「太重視今生、活在現在」的過失，因爲我們對於今生的生命，有三方面的執著：

第一、縱然你用很好的東西，來保養你的「色身」，結果色身還是讓你失望。爲什麼呢？「漸漸雞皮鶴髮」，臉皮的皺紋出現了、白頭髮也長了、體力也衰退了、行動也龍鍾緩慢了；因爲色身也是無常法，終歸敗壞。

第二、如果你把精神體力放在「財寶」，「假饒金玉滿堂，難免衰殘老病」，就算累積了很多財富，生病的時候什麼也不能受用。

第三、你把你的生命寄託在你的「眷屬」。雖然你有很多美好的眷屬，會給你帶來一時的幸福快樂，但是當死亡到來的時候，各奔前程、各分東西，都只是暫時的相聚而已。

所以我們把精神住在今生，臨終你一定會後悔的。應該怎麼辦呢

？「唯有徑路修行，但念阿彌陀佛。」應該把你的精神、體力放在佛號上，去創造一個美好的未來，這才是有智慧的抉擇。

整個淨土宗，心靈的力量很重要，就看你如何去引導你自己！

等到下一堂課就會講到：如何去創造來生的願景。你必需要有一些資料，就是——阿彌陀佛的四十八願。希望透過四十八願的學習，諸位心中能把阿彌陀佛的功德建立起來，然後不斷的修歸依，總有一天，你一定可以心想事成！