

第三日 (1983.3.19) (中華民國七十二年)

如何實踐淨業、四安樂行與菩薩行

1、效法九祖淨行 (43表)

2、注意四安樂行 (44、47表)

(a)身 (b)語 (c)意 (d)誓句

3、無量壽經教誡五大惡轉成五大善：

(a)切誠恃強凌弱，殘害殺戮。

(b)切誠奢淫嬌縱，妄損忠良。

(c)切誠常懷邪惡，貪意守惜。

(d)切誠兩舌惡口，違親慢師。

(e)切誠妒嫉懈怠，憎親鬥僧。

4、守護菩提心，受菩薩戒，學菩薩行

(a)任何行持保持三要：

(i) 初一為大眾發心，

(ii) 中一保持正定，

(iii) 後一迴向大眾菩提。

(b)四種菩提心考驗：

(i) 自他兩利正當作，

(ii) 利他損己亦當作，

(iii) 自他兩害不當作，

(iv) 利己害他不當作。

(c)照菩薩戒四十餘條，逐一檢討，實行不犯。

(d)各種善事必依三輪體空行之。

5、常讀感應錄古今名人傳記模仿其善行。

6、常勸化他人行善，所謂教學相長。

〔講〕

淨宗如何實踐呢，要仿效九祖的淨業。現在已到了十三祖，不過九祖傳比較通行，時間比較久。看43表，初祖在廬山結蓮社念佛，當時二十四小時念佛的。十二座蓮輪代表十二時辰。所以念佛應該是久念不斷的。現代人常說十念佛號可以往生，或一天只須十念，解釋得太簡單了，可是初祖那時候二十四小時念佛是最可靠的，我們雖然做不到，但是也不要念得太少啊。

二祖善導大師寫經要照經文一行一行寫，腦想口念專心地寫。我們若是每個月寫十卷或一卷也是很好的。要知道古德是很努力的，今天我們罪業很重，不要馬虎才好。假如我們時常想到師祖的行為，一定會得到他們的加持。

三祖承遠穢形垢首九十一年，書塗巷刻深谷。所以我們湖南佛教徒在街頭巷尾也時常寫佛號。

四祖法照大師遍訪行脚。

五祖少康喜歡拿錢勸小孩子念佛，這也是一個辦法。

六祖永明延壽禪師本來參禪，七次捻籤皆得「專心念佛」，所以可以知道念佛這法門比其他法門安全可靠。

七祖省常刺血書華嚴淨行品。

八祖蓮池提倡老實念佛著彌陀疏鈔。

九祖省庵大師把日課分三種：1.十分持名，2.九分作觀，3.一分禮懺。他有兩次見到西方三聖。所以現在很多人只提倡念佛，但是作觀想，拜懺也很重要。像拜三十佛懺，大悲懺，水懺，及唸百字明都可以。

十到十三祖也有傳記，但不太通行。

我們修淨業一定要實踐，要去做才行啊。祖師也是人，他們做得到，我們也做得
到。

2、(a) (身) 我們看44表，為什麼要修「安樂行」呢？不接近這個、那個是因為要防範造罪業！罪業重的人，惡鬼接近他；你跟他接近，惡鬼也接近你。在美國，我曾勸 大寶法王不要接近美國人的那些嘻皮，後來得了病跟這有關。不接近王、官、

大臣是因為怕自己出了事情，你若不恭敬，他說你犯罪。

袈裟是金黃色的，我們要尊敬佛陀呢，就不要用黃顏色衛生紙，因衛生紙是用來擦屁股的。我到很多地方，像加拿大時看到用黃色衛生紙，我就跑去說，唉呀，法師這不能用呀，要表示尊重袈裟。

還有，下樓梯時不能要師父先下，你自己要先下，可以防備師父跌倒時，你可以擋著。如果你要師父先下，你萬一跌倒，不是摔在師父身上嗎？

如果領加持也不能亂加持，要看時間順序，先要年輕的徒弟加持後，才到年長及地位高的面前領加持，要不然先給大的加持後，才給小的，那就沒得加持了。

2、(b) (語) 吃葷就賀爾蒙多，會刺激性欲，所以要吃素，吃素以後呢，就不要有房事，兩頭都要戒。

有時父母交代做事就「色難」，口裡沒講出，但顏色表現出，父母也不會喜歡。因為「有諸於內，必形之於外」，所以意念要防範。

2、(c) (意) 修密宗的人對師父一點疑心都不能起，因為有些師父示現病行，你不能起疑心，否則重要的法就不傳你，而且護法也不喜歡你，還可能處罰你。如果跟師父太接近也有點不好，像家人就會不看重。

像從前有人求上師修「頗瓦法」，他死去親人有一顆大松耳石，很大很漂亮，將它供養後又心生懷疑，向師索回，所以「頗瓦法」沒修成，這個親人便墮在惡道，這就是師父在修法時，不可起慳貪懷疑的念頭。

像修法度人時對其妻妾不可起貪心，要常常有菩提心、善心，若是煩惱心一起，就要醒覺。

2、(d) (誓句) 「誓句」呢，就是發了願就要去實行，如在佛前發願添油讓兒子病好，病好了之後一定要還願。47表裡面所說的要好好去仔細看，然後去做。

念佛也要做善事，善事平時也要多做才好。像一般人以為要死時才寫遺囑，到時引起爭財產就糟糕了，這會影響臨終正念。

3、現在呢，講到善行，應該特別注意這一段，如「切誠恃強凌弱，殘害殺戮」等：

(詳見大綱3.)

(上師引無量壽經以證明：)

『佛告彌勒，吾語汝等

，是世五惡，勤苦若此，五痛五燒，展轉相生，但作眾惡，不修善本，皆悉自然入諸惡趣，或其今世先被

殃病，求死不得，求生不得，罪惡所招，示眾見之，身死隨行，入三惡道，苦毒無量，自相焦然，至其久後，共作怨結，從小微起，遂成大惡，皆由貪著財色，不能施惠，癡欲所迫，隨心思想，煩惱結縛，無有解已，厚己諍利，無所省錄，富貴榮華，當時快意，不能忍辱，不務修善，威勢無幾，隨以磨滅，身坐勞苦，久後大劇。天道弛張，自然糺舉，綱維羅網，上下相應，熒熒忪忪，當入其中。古今有是，痛哉可傷。佛語彌勒：世間如是，佛皆哀之。以威神力，摧滅眾惡，悉令就善，棄捐所思，奉持經戒，受行道法，無所違失，終得渡世泥洹之道。佛言：汝今諸天人民

，及後世人，得佛經語，當熟思之。能於其中，端心正行，主上為善，率化其下，轉相勅令，各自端守，尊聖敬善，仁慈博愛，佛語教誨，無敢虧負，當求度世，拔斷生死眾惡之本，當離三塗無量憂怖苦痛之道。汝等於是廣植德本，布恩施惠，勿犯道禁，忍辱精進，一心智慧，轉相教化，為德立善，正心正意，齋戒清淨……佛言：我哀愍汝等諸天人民，甚於父母念子，今我於此世作佛，降化五惡，消除五痛，絕滅五燒，以善攻惡，拔生死之苦，令獲五德，升無為之安。

。』所以呢，要知道善有善報，惡有惡報，這個惡業絕對不可以做的。

3、(c) 像有人時常有貪污念頭，常想用邪法去謀害別人。

3、(d) 講到「兩舌惡口，違親慢師」呢，以前我們對老師都很恭敬，現在已經不同了，如果考試題目難了，卻去打老師。

3、(e) 這個門出家人，現在末法時代越來越多，說是打破迷信，其實那是愚癡不可及哪。

現在台灣的大學生很多人研究佛法，是好現象，其他地方很少有這樣的，所以佛法可以希望復興起來。不像美國打殺總統的事也有，所以呢，我對美國並不很樂觀。這個嘻皮呢，也是亂學佛法的皮毛而已，我常常要批評他們的。不是說他們反對「天」呢，就是信佛，連天都不能接受，那能接受佛法呢？

佛都要弟子讚天的，信仰神明，因為是天勸請釋迦佛降生，及助佛出家。佛也會經回答文殊菩薩說：「我有神通，一是我的三摩地，一是天的幫助。」所以呢，我有寫諸天讚頌文，在曲肱齋叢書裡有。像這個鬼頭馬面、神明呀都是有的，講有呢，一切都有，不可亂說佛是無神論的，不要把神明看不起呀！得罪神明是要吃虧的！

像嘻皮的壞習慣很多，不要以為學寒山、拾得就是禪宗的行者，他們啊，我看了都覺得很危險。

佛呢，在空性裡說一切都無自性；在緣起裡則樣樣都有，所以呢，以上五點都要

特別注意！

4、(a) 說到守護菩提心，受菩薩戒、學菩薩行，任何行持，要保持「三要」，因為各個修持都有初、中、後「三要」。

(i) 為救度眾生，所以要發起菩提心，這叫做「發心」。

(ii) 發心起修後，要時常保持在定中。在房中專修時，電話呀、客人來呀，都不管它，也不可看書畫報紙，要念茲在茲，專心一意。

(iii) 修完法之後，必得迴向一切眾生，世界人類和平，不要專只為個人迴向。要分普遍迴向及自己的個別迴向，因為自己也是眾生之一。

菩薩最提倡這「三要」。

4、(b) 有四種菩提心來考驗行者，就是菩薩行戒。一、『自他兩利正當作』，就是自己及他人有利益的事情要作。二、『利他損己亦當作』，如把東西賣掉做好事就是。三、『自他兩害不當作』對自己及他人有害處的都不可以作。四、『利己害他不當作』一些人就是會做損人利己的事，但是我們千萬不可以。

4、(c) 如果請了、受了菩薩戒，便要一條條照做，要實行，不可以犯。沒受過戒，大乘菩薩戒本也可以看，看了，覺得自己做得到後，就去請菩薩戒好的和尚傳授。

4、(d) 「各種善事必依三輪體空行之」，例如梁武帝造廟很多，達摩祖師說他並無功德，只是培福，因梁武帝執著作善事而不能領悟空性的道理。

三輪體空要怎樣呢？第一，這個「我」便要去掉，「我」修行，是持正見智慧而行，而不是執個我要怎樣怎樣的。修行呢，是以正見為起點，由聞、思的正見來指導。

第二，對化渡之眾生亦空，有我相便有人相、眾生相；有我、便有利益自己的想法。而以菩薩行戒來利益別人呢，是教人開發眾生的佛性。

第三，化渡的時候，所運用的錢和物，還有佈施的方法也是空的。《聖經》中也說：「錢是禍根。」錢如果運用的好，那是做善；使用不當，那是造惡啊。

所以呢，布施不起貪著，不求回報，要懂得三輪體空來作善事，如果不懂這個三輪體空呢，就只是生天呀。要知道淨土是建立在空性上的，不是執著上的。《感應錄》裡，其實呢，多是生天的，但常被誤以為生西。如果人死時，心識從頂上四指的地方出去是生天，沒得生西；生西呢，是要從頂上八指的地方出去的。（上師示範以左、右手八指、姆指除外，從髮際之處量起。）

懂得空性呢，中脉就能開口；心裡上放得開，想得通，脈就打通，不打結了。如

果放不開，想不通呢，脉就糾結。知道空呢，就鬆、廣大、慈祥、開放、就平等，這樣呢才能取得生西的把握。你們不要以為「空」難懂啊，比如法相唯識宗、三論宗談來談去好像很複雜，學問很多的樣子，其實呢，那些學者他們幾個真正達到空性呢？其實，無我就證空了，你找着眼、耳、鼻、舌、身、意有個「我」嗎？天天去找「我」，那裡有「我」呢？放得下就快樂了。（上師手舞作快樂狀）從無我下手就空就寬坦了。（按：陳上師有論觀空之捷徑小冊子，亦收於曲肱齋文四集頁二三四一）

5、古人經過長期時間編成很多感應錄，讀後要照做。

6、多勸人行善，你自己也得到好處。你教別人，或別人問你，一問一答，自己也獲得更多，教學相長嘛。很多人當學生時只有一分學問，教書後得到十分，也增加很多其他各種知識。

我們要發願度人，改變世界，奉勸諸位，大家努力行善。

（第三日竟）

第四日 (1983.3.20) (中華民國七十一年)

如何嚴密考驗自己的修行，
檢舉易犯之苟簡以取得往生把握

1、反省能修之自性，出乎我執，抑或正見 (29表)

(a) 已有聞、思二慧之經歷是否已構成一個中心佛教思想合法之正見。

(b) 日常行為是否受業力習氣所控制，不能如法合理。

(c) 對一切修行上之魔障及中斷是否有決心反抗，直至消滅。

2、正修定中是否有下列各種之騷擾

(a) 散亂

(b) 昏沈

(c) 忘失正知正念

3、每日之常課是否已上癮。

4、各種法事不要苟簡（參見54表）。

5、尊敬袈裟顏色——黃色。

6、（筆錄遺失）

7、左右之習慣要遵照佛法，以右為尊。

8、當知時量不如數量，數量不如證量。

9、當知夢中不如相中好，相中不如定中好。

10、當知自見不如他見，他見不如共見。

11、檢舉各種浪費，當知惜福延壽。

〔講〕

這個修行自性之推究，看第29表，是出乎我執呢？還是正見呢？

1、(a) 佛指示我們「聞、思、修」三慧，以此三慧完成修行的中心思想。正見，是由中心思想而來的。正見也是由佛所說的小、大、密三乘經典而來的。修行的自性不是我執，而是正見。八正道首標正見，可見正見之重要。

1、(b) 我們日常行為，一切作為，都要符合正見，而不是我執、我見。人道有人道的事情、業力。業力是由過去世界累積而成，藏於八識田中。我們的習氣不易改變，所以要依照佛所說的戒律、方法行事，來改變它。如果不能依照佛所說的去做，就配不上成為一個佛教徒。

1、(c) 說到修行上的障礙，如佛法上說的，對於世間法，要能超越它。貪嗔痴如果不能超越，就要避免它，比如家庭的飲酒、打牌等壞習慣都要遠離。如果爸爸媽媽不皈依佛法，不可依他的作為。世間事情的觀察都要依佛法的正見。大家都以為「念佛念法念僧」是皈依了，但我還是以為不實際做，還不算真皈依。我有一首詩：『回到童心似少年，世人傳說已瘋顛，言語彼此都無味，面目相看兩可憐。』如果不去修

行呢？大家還是一樣輪迴。

我們的皈依是不是有求出輪迴，了生脫死的觀念呢？如果沒有上述的觀念，四

皈依咒 念十萬八千遍也沒得多大效用。

佛教徒要是在普通人的條件下，那就不好，不除煩惱，不能看空，沒有一個方法出輪迴，逃出無明系統。我們精神上要求解脫，脫離輪迴，才算是真實皈依佛教。比如莊先生（此次演講主辦人）介紹皈依三寶，隨便念念，回去還是一個人像以前一樣，還不是跟沒學佛一樣嗎？腦筋還滿是五毒煩惱。現在師徒互騙，能了生死嗎？「消業往生」的人太少了。

2、我們修行要學習定才行。有句話說：『工欲善其事，必先利其器』。修行人以心來修，而業力所感的業心，屬昏沈、散亂和失念。

像這個昏沈是從疲勞來，疲勞呢？是從工作多而來。要消除昏沈，就要消除疲勞，就要除去世間的事情，才能專心修定。我有這個學佛 八次 第 一，大家看57表，第一個就是「無常」，第二個「出離」。有無常心才會怕死。

我們學佛修行呢，如果還沒修「無常」等於還沒有開始，一曝十寒的，修一百年也沒有用。釋迦佛常教訓徒弟要「出離」，出離家庭的束縛，一意專心地修行。五百

大阿羅漢都是出離專心修行而成就的。我們多生多劫都在修，不然今生是不會遇到佛法的，但是為什麼還沒有成功呢？像六祖說的「佛法在世間，不離世間覺」是指在此世界裡修行及成佛，不要誤會是教我們不用出離呀！「不思量、不斷惡」是有成就者的修行，普通人辦不到。佛法有為各種不同根器的人說的，要量根而取呀！（按：上師語氣特別強調）。

還有，一般佛學說得很好的人常說，不要「出離」，「出離」是阿羅漢，但是請問他時，他說 he 自己是菩薩，但是他有功德救度眾生嗎？他這種人自己沒有成就，可能要墮落呢！唉！以盲引盲，真是誤人不淺呀！所以要照本師釋迦佛的法，實實在在地、好好地修持，才能成就，千萬不要唱高調。

真正的講，「受戒」以後才能真正地「發菩提心」。所以呢，鬼為何找你呢？因為你不「發菩提心」，所以呢，有病呀、有痛呀、打坐習定時，這邊也癢、那邊也癢，滿身不舒服，一身都是魔障。這些都是因為你沒有真正地「發菩提心」。所以呢，還沒有習定前就先要「受戒」、先要「發菩提心」。（按：師語氣強調）

然後呢，再「發大悲心」念六道輪迴的痛苦。像那些餓鬼都很可憐啊，細口大腹的；地獄的八寒八熱等等都很苦啊！而他們的苦，我們卻常常都沒有去想到。……

你曉得你皈依了，你可以憑著這些知見，然後你曉得「發大悲心」的道理。有大悲心的這些道理呢，然後你有這個條件呢，然後才「施定力肥」，有定力後，可以「開智慧」，有智慧呢，可以「結佛陀果」，所以我有一個譬喻：「以無常錢，買出離土，築戒律牆，下菩提種，灌大悲水，施定力肥，開智慧花，結佛陀果。」

所以這個定呢，就都在有這些東西之後。你馬上學定呢，你就糟，所以沒有前面這些東西，你不能習定。不能習定呢，你這個心便不能訓練好，心不能訓練好，其他的觀呀，就不能做啊，那「十六觀」就沒法子觀起。

我們這個心，沒有訓練好，就沒辦法起觀。但是並非我們就沒有法子修持、念佛。而我們要做個早課，一定要定個常課，常課就是念佛，念就是念阿彌陀佛，念要念著極樂世界……

如果沒有時間專修，就刻刻時時喜歡極樂世界，形成那個世界。出離心也是這樣，你不要出離，這個、你不要說你離開家，你不要離開家庭，也不要離開社會，還是照樣地做事，照樣地組織這個家庭。但是你要把這個家庭「節約」，起很多的、很多的「節約」，就把我這個「節約」，來訓練訓練啊。如果訓練這個一輩子，到臨終死的時候，我希望能夠有阿彌陀佛來接引我，我現在就曉得一邊工作，一邊發心念佛。

但是我這個工夫一定要上癮，（師語氣特別強調）像吃鴉片一樣地吃上癮，為什麼吃鴉片吃上癮呢？如何才吃上癮呢？就是說：你不要今天早上念佛，明天就晚上念佛，後天就下午念佛。你一定要用一個時間念佛，就是由你自己決定一個時間。每天早上，通常是七點鐘就起床，你現在就決定啊，在六點四十五，起床。這個多早起十五分的工夫呢，就可以成為念佛的『關』。那麼這個十五分呢，天倒下來了，父親死了，母親死了，都不管！一定要支持這個十五分鐘的這個一百〇八遍的念佛。天天都是這樣，時常念！無論那天都是這樣！假如是這樣修下去，心裡面就是天天都記得極樂世界，我就決定不想什麼，我就希望能夠在死的時候呢，能夠到極樂世界去。我這輩子，也無法開大智慧，因為今天無明；因為修定呀，也修不起；我念佛可是老實念了，我心可是想著極樂世界！那麼這種堅持以後，就會悟到一種徵兆，如果你自己能夠可憐你自己啊，你曉得保持這個工夫啊，你一定還是可以「消業往生」的！

所以說：『工夫上癮豈難行，要在堅持以死生』，死也要念！生也要念！『百忙咬定鏗不捨』無論何時何處都要念！『彌陀感此現恩情』。我管不到，我只管這個一天，只是念，那麼你假如是這個情形之下呢，那麼你這個臨終的時候呢，一定還是可以蒙佛接引！（上、下師皆以強調語氣）不過要有這個出離心，身都不用出離，世間

事都不用出離，但是心要出離！

心要出離，這是什麼呢？我雖愛父親啊，但我還是愛這個阿彌陀佛勝過父親。雖愛母親，但還是愛觀音勝過母親。雖愛兄弟，但我還是愛大勢至勝過我兄弟。我希望我的親生父母，親生兄弟跟我一同到那裡去！那裡是淨土！那裏是永遠的淨土！這裡呢，是一輩子、一輩子的、變了很多次數的，每一輩子都有一個的父母，每一個父母都一個痛苦，這是非常無常的！這是可悲的！

這一想呢，這個心，不論你吃了什麼好的東西，你想到，無論是怎麼好，我還是不喜歡，我只是喜歡那裏的飲食自在；無論是怎麼樣好的衣服，我還是不喜歡，我還是在那裏極樂世界的莊嚴；如果你這麼樣的在這裏無論是怎麼樣的幸福，怎麼樣的快樂，我還是在那裏的大悲莊嚴。你身沒自由，你就是不出離，不離開職業，不離開家庭，到時候呢，你這個現象，不厭離這個身，一直到死。假如是這樣，你用這個心，還是用這個上癮的一點點的修持，這是永遠做得到的修持，假如有這兩個了，我還是可以保證你「消業往生」！

這是永遠可以做得到的！無論男女老少，都可以做到的。但是一定要堅持上癮！一定要有一定的時間！不要今天這裏皈依後，這個時間念佛，那個時間忙。『忙則丟

，熟則溜，死則休」一定要這個時間呢，這個時間是剛剛是這個時間，你就不會打妄想。……（按：師針對在家居士易犯的「忙則丟，熟則溜、死則休」三病，著有熟

溜病及其對治一文，收於曲肱齋·文初集、全集 總頁數

○一七八，讀者宜作參考）

現在這個時間，提早十五分鐘起床，我就家裏的人還沒起來我就念佛，我的朋友不會來得這麼早，假如郵差也不會來得那麼早，現在是這個時間，天天都這樣做。這個時候如果颱風來了，有警報來了，你都不要開門，一心念佛，天天都是這樣堅持下去！心起碼要曉得去極樂世界就好，其餘的事，我心都不願意看到，不要留戀，你假如一有留戀，這樣是不行的。你可以不出離，但是你不能留戀！你留戀呢，阿彌陀佛他如果現在來接引了，你就想到我不能去呀，我明天還要怎麼樣呀，還有什麼東西放不下沒做呀，那你就沒辦法去極樂世界了！（按：見跋文有關此段之感應。）

所以啊，這個時間要一定顧到，你時候一到，各種法事呀，都不用問，只管修持淨業，你並不用花很多錢，你並不用特別花精神，但你不能苟簡。苟是「苟且」，簡是「簡便」，不能苟且簡便，要規規矩矩，恭恭敬敬，誠誠懇懇。好比念佛不能苟簡，你不要念一句，念珠就扣了三下去了，東看西瞧的，再念一句阿彌陀佛也扣了六下

，這是不對的，很多人都是這樣子的，這個數目都不能算呀，何必自己欺騙自己呢！這樣就苟簡，咳嗽不能算，講話不能算，呵欠也不能算。

這個念珠呢，一串中有三節的那顆，上面呢，是父珠，下面是母珠，旁邊一百〇八顆啊，是子珠。這三個珠啊，都同一個質料，瑪瑙，都用瑪瑙；檀香呢都用檀香，不能用別的。（師笑）：就是說你父親母親生育了你是一個形色，哥哥姐姐、弟弟妹妹又是一個形，後來又有很多形，不是很奇怪嗎？（眾笑）。所以呢，都是一種父母是一個體系。不要用不同的隔珠，一百〇八顆都是一樣，不要這個隔個白的，那個隔個紅的，不好看嘛，念珠要如法。

禮拜也要規規矩矩的，和尚都是慢慢拜的，你不要隨隨便便，折扣地拜啊，頭還沒有碰地就算拜了，便起來，人家拜一拜，他就拜兩拜，這就不對。

如有幾層樓高的，佛堂就要安在頂樓。……像我們家裡父母在時，「出必告，返必面」，而我們跟佛堂裏的佛菩薩也一樣要這個樣子，像這個佛像你拜久了，他硬是有感情，會有感應的。所以呢，不可把佛菩薩丟在一旁，不告別、不面稟，不祈禱，不供養的，這不對啊。

這個香呢，一般人喜歡買便宜的香，一點錢，便一大把，是不好的。香呢，一定

要用檀香，用不好的香是供鬼的，不是供佛；你燒不好的香，鬼就來。因為鬼呢，有食香鬼，都是吃香的。你燒檀香，佛呀、天呀就來。為什麼道理呢？佛在忉利天為母親說法的時候，地下的弟子很懷念佛，佛就告訴他們說：用檀香木來造我的像，來代表我。

修行好的人啊，身上會有檀香的味道。

密勒祖師圓寂要火葬時候，先把火止住，為的是等那些天人。天人來後，地上的人請他們下來受供養，說：你們下來呀，到我們這裏來呀。但是天人覺得人一身的臭味，不敢靠近下來。所以呢，寧可不點香，不可點壞香。

供花的時候呢，不能朝自己供，因為你是供佛呀，不是供你自己，所以要把好看的那一面供佛。孔雀毛也是一樣。

我們使用的大便紙，可以有很多顏色，何必一定要用黃色的呢？像我在加拿大講經時就跑去跟他們說，唉呀！這不行啊，我不敢用黃色大便紙，要尊重釋迦佛及袈裟呀！

講到左右的習慣，我們要遵照佛法，中國的習慣是左大右小，佛法呢，則是右比左尊。所以呢，西方三聖的畫像，觀音是右輔，大勢至是左弼，所以應該把以前左觀

音、右勢至的畫法改過來，因為那是中國的習慣，不是佛的規定。記住一個原則，凡是跟佛法有關的，照佛的規定。

還有，修行上很重要的一點，要知道時量不如數量，數量不如證量。我們考察自己的功夫要知有這三量。說到時量，比如閉關二十五年，很久，也靠不住，因為究竟在關中做什麼？這個數量就好一點，但還沒有證量來得好，證量則要看證到怎樣的功德。（參看67表）

看67表說的三證，夢中的不如相中的好，相中呢，就是快睡醒而又沒有全醒的中間，而這個又不如定中明明顯顯的好。

俗話說：「百聞不如一見」，有這個三見，一呢、自見；二呢、他見；三呢、常見。（參看67表）……像西康有一個渣噶活佛成就四臂觀音，很多人看見他顯現四個手臂的作用。

講到最後一項：『檢舉各種浪費，當知惜福延壽』，因為我們修持工夫不好，要在世界敷衍不能出離等等，比如你：

福100 + 壽100 || 200 你惜福就變成：

福50 + 壽150 || 200 你就可以延壽了，壽可以延，就多幾年可以修行念佛、做功德

什麼的。

今天台灣的生活好啊，浪費的東西也多，所以要惜福！你如果不惜福呢，壽命便會減少。

舉一個例子你們聽：以前大陸黃教的成就大喇嘛，多傑尊者，他在四川時傳一個「財神法」給一個弟子，但有一個條件，修成後要多布施行善、救濟貧苦，弟子滿口答應。做一個箱子，每天錢啊、大洋銀元啊，自然而來，但是他硬是不去布施行善，不出三年，就死了！後來人家報告多傑尊者，他說「這個徒弟因為得了福不布施所以才折壽的！」所以錢多不布施便折壽！

（第四日竟）

第五日 (1983.3.21) (中華民國七十二年)

如何了知平日橫死、臨終之危險，預為防範

1、如何使平日之功行不致流于放逸，能積以恆心，逐日評點改進。參見評點表15、16、17。

2、如何防止橫死：

A. 學佛人不可仗佛欺神。

(a) 如城隍廟、娘娘廟、媽祖、土地、伯公等世間神明不可輕視得罪。

(b) 不可輕率踐踏古墳、枯樹、古屋、破廟，不得已而過，必存恭敬，口念佛號，并代念皈依咒，希望他皈依佛門。

(c) 不可以足踏家中廚房灶上。

B. 謹慎駕車免招車禍。

C. 不可與路上醉漢接談。

D. 不可過兵營軍庫。

E. 不可私藏刀劍戈矛。

F. 不可藏安眠藥及一切毒藥、硫酸、燒酸。

G. 不可狂飲猜拳狂笑。

H. 不可黑夜獨行。

3、當知平日死於安樂，貴在反省；橫死、死於無防。宜恭敬神鬼，臨終死於欲防不可得，當先積資糧。

4、當知五馬分屍之危機（表69）

5、當預為建立五海以對治之

6、當了知業報之先後、時機，分別加以預防

（一）先報重者，後報輕者，故當於平日檢舉何罪，最重者，早日懺悔。

（二）如平日之罪重輕相等，則視近於臨終者先報，遠於臨終後報。

（三）如臨終之業先後相等，則先報有增上緣者，後報無增上緣者。

（四）如增上緣相等則先造先報，後造後報。

7、當徹底分別欣厭，支持出離，專求生西。

〔講〕 第一項，「如何使平日之功行不致流于放逸，能積以恆心，逐日評點改

進」你們參看評點表15、16、17。

古人對於念佛，有畫圈圈表示的，但是沒有多大意思。因為重要的是淨業要加強，我們要如何一步步的加強每天應當做的事呢？我已列表起來，給你們參考，但是你們每位也都可以增加項目。

比如頭一條（見15表），避惡友是很難的！有人的思想偏左，喜歡殺人放火，我們跟他做朋友，不要以為沒有關係。要知道那些罪業重的人，常有很多，很多的惡鬼跟隨著他，他的罪業一定會影響我們。這點一定要注意。

羊啊、牛啊、雞啊等肉類，殺死的有怨氣在肉中，帶回家呢會招來不祥，所以念佛人不可以開館子，那是不行的。

我們自己要知道所作的業，跟殺、盜、淫有沒有關係。比如理髮本來是乾淨的職業，但是呢，今天的台灣加上「馬殺雞」、賣淫，那卻變成淫業了。

所以呢，半修念佛，半造罪業是不行的！

有人說，修行不用看書了，這是不盡然的，有些經典還是要看的。比如詩、詞、

文藝小說，抄來抄去的文章不必去看它。而看經典呢，也不一定要看注疏，因為有很多是錯誤的，我們中國人都喜好註書，動不動就註書，但是好多人都未必真懂。例如我有一些老朋友不懂空性也注心經，也注佛經，那真是誤人的。

像有些不屬「三藏十二部」的書，但是有需要參考，也還是可以看的。學者的書，只是資料多，未必是好。而行者的書，因為他有實修的經驗，有修持的工夫，所以就有用處了……所以，可看的書還是很少的。

這個評點表，要逐日逐日的反省看有那一點還沒有做到，就要加勉自己。我們不要以為臨終才算死，其實天天都在死啊，天天都不是永遠的你呀，所以要天天地做評點。

我們要可憐可憐自己啊，沒有解脫生死，自己沒有了生死，不要怪別人，只怪自己不努力修持。

沒有人可以救你啊，自己的業報是自己受的啊。十個法界，要落在那一個法界都隨自己的業，自己的業不是一時來的，而是天天來的，所以要天天反省，天天評點，把修持淨業的工夫來考察。

2、如何來防止橫死呢，這件事情，很少人注意，為什麼會遭到橫死呢？天天都有

人橫死，為什麼我沒有呢？這其中一定有它的道理。

橫死就一定不能往生，當橫死的那一刻，一定要墮落三惡道！因為那個時候沒有辦法念佛。人橫死的時候，心中一定有怨恨、瞋心，所以一定要墮落，那這個如果生前有念佛，那這個念佛的功德，是要等以後才報的。

看，「學佛人不可仗佛欺神」，就是說這些「城隍廟、娘娘廟、媽祖、土地、伯公等世間神明不可輕視得罪」。尤其是一般學者，以為皈依佛了，又沒得修持，就執理廢事，仗佛欺神。

我在印度時候，聽說一位行中法師啊，他也是大學畢業，跟過大勇法師學密，也曾經留學西藏，他到加爾喀答的時候，看到某華僑的佛堂有關公像，他就取下來撕破，用脚去踩，喊着那是外道，我們不可神佛不分。

我知道後就跟他說：法師啊，你要懺悔！你不懺悔遲早要受猛厲果報的呀！你知道關公是佛教的護法，功德很大的呀！他已不是以前還沒皈依三寶前的「三國演義」的關公了！我們中國向來文尊孔子、武尊關公，地位尊貴，何況現在呢？他是佛教的伽藍啊。可是他聽不聽。

後來呢，有一天他要到其他地方，坐火車時，因為人已經擠得滿滿的，他便站在

車廂外隨着火車，車開到一個地方，他便跌倒、摔到鐵軌上被火車輾碎成幾截，後來又被野狼等咬碎了屍首，就像撕碎關公、踩關公一般的果報。這就是欺負神明的果報……

一般的佛教徒，常常輕慢神明，像這個城隍廟等等的，都看不起。我是出外面去，看到神廟一定舉掌，就好像打招呼一樣的，你如果敬他，他一定也敬你。

昨天我們去撒米超幽，在墳地上看到山靈神明之位，比墳還小，這是不對的。因為你死去的先人還不知在那一道呢！像以前皇帝的祈天殿，都起造得很莊嚴，年年祭祀，古人對神明很尊敬。所以呢，如果要在墳上安神明，一定要安在比墳還要來得高的地方。

(c) 每年家家戶戶都送灶神上天，所以啊，灶是有靈的，腳不可以踏在灶上，以免灶神不喜歡。

(b) 不可輕率踐踏古墳、枯樹、古屋、破廟，如果你不得已要經過時，口裡念佛，或是替他代念皈依咒（按，咒曰：「南謨布達雅、南謨達嘛雅、南謨僧噶雅」。）不管他喜不喜歡，總之他會以為你是好的。

我到香港的時候，頭一次講經，有跑馬地的城隍爺跪着迎接我。我也到他的廟去

打招呼、加持他、代他念皈依。

第二次去，有一個女居士是開車接待我的，她說很煩惱，因為她的丈夫想離開她，離家不知道那裡去了。我便安慰她，叫她到跑馬地城隍廟求城隍爺幫忙，說是陳健民介紹我來的。她去找城隍爺祈禱後，不久她的丈夫就回家了，她跟她丈夫都很驚訝，因為馬上有感應呀！比如日常有些小事，你找蔣總統是不行的，要找警察幫忙才行。……所以呢，不要信了佛就欺神明，這是不對的，很多好的神明都尊敬佛教的。還有，你不要貢高我慢，自以為了不起，得罪古墳、枯樹的鬼魂是有麻煩的。

B. 「謹慎駕車免招車禍」，現在大家都會六字大明咒（按「唵、嘛尼唄謎、吽」），駕車、坐車時可以念。我在湖南時，坐車時都觀想車的四輪是咒輪以加持之，希望不撞人，全法界都在觀想中，我一時沒有念的時候，聽到天語說為什麼不念大明咒呢？當時就險些出了車禍，差一點撞到一個老婦人。

C. 「不可與路上醉漢接談」，因為談不攏時，可能被他打傷或者殺死。

D. 「不可過兵營軍庫」，以免意外被流彈、炸彈所傷。要以防萬一。

E. 「不可私藏刀劍戈矛」呢，因為吵架時，家人可能拿出來互相殘殺。

F. 「不可藏安眠藥及一切毒藥、硫酸、燒酸」，可能一時不如意，想不開時會吃安

眠藥等等的。

G. 「不可狂飲猜拳狂笑」，酒，性烈，多喝可能會死、狂笑也會死、笑死也是橫死。生時笑，死時哭，心臟受刺激，也不會念佛了，橫死都不能生西的。

也有睡着時死的，我的一個老朋友叫瓦特，是睡死的。有人以為是安詳的，其實不對，因為他無法準備往生，最主要原因是昏迷不知念佛。像西藏人啊，很多發願要肺病死的，因為肺病的人死很慢，可以生無常心、出離心來精進念佛，往往見佛而安詳生西。

死啊，是天天都在死的，一剎那一剎那地都在死，無時無刻都在死！所以呢，平時都要當作臨終，那麼，臨終時候就不會抱佛脚了！

3、死，是隨時都在死，所以隨時都要當作臨終似的！「橫死、死于無防，宜恭敬神鬼。臨終死于欲防不可得，當先積資糧」。這個要注意。

4、五馬分屍的危機呢，看69表，我畫的「五馬分屍圖」。

父母雖親，可是臨終時往往成為我們往生之障礙。

妻子呢，本來更親，如你臨終時，她在面前就哭哭啼啼，把心給卡住了，你就不念佛了，便想起她的種種好處，貪戀一生起，就不能往生。從前啊，有一個男人，很

愛他的太太，死後還變成（轉生）她家裡的狗，天天看着她，她改嫁別的男人時，就跟着去，後來呢，就被她的新丈夫活活地給溺死。

還有，財產的障礙，放不下，或兒女在沒死前跟你吵，要爭多些財產……。

總之，輪迴是很痛苦的呀，要來解脫！

念佛往生呢，是「萬人不修，萬人不去」；「萬人修，才能萬人去」。老年人就早點安排，早點念佛，少年人就早點出離修持。

還有，隨喜邪說暴行的，死的時候一定有很多魔障，如暗殺、特務、麻雀、戰死冤魂、清算死的。所以，見作隨喜而不懺悔，都要受報的。

死的名冊，都列在一起了的。例如基督教說的，有「羔羊冊」的才可升天。有隨喜惡業的人，如果第三次世界大戰，可能會橫死，因為名冊已先有他的名字。我在二次大戰時，人在上海，看到人死的有斷手、斷腳，很悲慘，這個世界很混亂，其實都是「天」假人手來報應的。

考試取功名時，也有報應的，做了缺德事的，常會意外落榜。

「辛亥革命」是因為新年放爆竹而起的。爆竹一放呢，大家都以為起義了，都去響應。

「天」始終都是賞善罰惡的，所以大家要多做善事來改變業力。

5、 「當預為建五海以對治之」，詳細情形呢，看70表。

像「韓戰」時，用人海，美國就沒辦法。也有的戰爭用火海。

關於「海」的建立呢：首先要知道如何念法。開始呢，觀想自己立在中央，父親在右手邊，母親在左手邊，眷屬在前面，六道眾生在後面，依次是：地獄、餓鬼、畜牲、人、修羅及天。念佛時觀想他們都跟着念，也請六方佛來念，就有「眾生海」、「佛海」。平時呢，對神明、鬼、天、龍恭敬，就有：「神海」、「鬼海」、「天海」、「龍海」，那麼魔障就可以避免了。

大家從今天開始，照以上的方法念佛，到臨終為止，天天累積，越來越多，閻羅王見到都怕呀。

6、 「當了知業報之先后、時機，分別加以預防」，因果律是有一個公式，俱舍論說得很仔細。這個公式呢，如下所說：

(一)「先報重者，後報輕者，故當于平日檢舉何罪，最重者早日懺悔」像：

惡業中，偏向貪的，餓鬼之業；

惡業中，偏向瞋的，地獄之業；

惡業中，偏向痴的，畜牲之業；

人道下品十善、雜染五煩惱，輕重隨人不同；

修羅道中品十善、五煩惱中疑忌較重；

天道上品十善、五煩惱中以慢為多。

我們的心呢，偏向何種，當下就是那一道，所以舉心動念要謹慎，一天的思想裡就有很多的六道輪迴，在夢中也是如此。

如果說沒有輪迴，那是斷見外道！千萬不要相信這種邪見。

大家今天想一想，從小到大，我們那一種業造得最重，那就要快點殷重懺悔。

(二)「如平日之罪，重輕相等，則視近于臨終者先報，遠于臨終者后報」，如梁武后，她跟梁武帝造寺、布施、渡僧，功德很大，應該是生天，但是臨終時，有一個侍女不小心把扇子墜落在她的面上，所以一時起了瞋怒的心而墮蟒蛇身，藏在御園中，後來善業發生作用，託夢給梁武帝，請給她懺罪，就請了誌公禪師來修懺法，修完她就脫蟒身生天了，那個懺法，就是現在的梁皇寶懺。

(三)「如臨終之業先后相等，則先報有增上緣者，後報無增上緣者」，如民國初年在大陸有一個屠夫，死的時候不能斷氣，他的太太便拿了一個殺豬用的盆子和屠刀給他

，希望他早點斷氣以免痛苦。不久一個和尚進來，他向和尚舉一手合掌致敬，便斷了氣，那和尚有神通，對他太太說他將生在隔壁為豬，有一隻人手，妳把牠買回來，送到我的廟，再行超渡。

(四)「如增上緣相等，則先造先報，後造後報」，因為先下種子的，先開花結果。因果律，是自然有的。帶業只有輪迴，要消業才能往生。這個業，你們為什麼一定要帶呢？為什麼不消呢？經上只有說要消多少業，才能往生的。

7、「當徹底分別欣厭，支持出離，專求生西」，這一條人人都要遵守，詳見55表。

謝謝大家，阿彌陀佛。

(五日演講之筆錄竟)

《陳上師淨土五經會通第二十九次演講，筆錄者跋文》

當年（一九八三年三月十六日）承蒙孫一居士推荐，得以隨侍 陳上師弘「淨土五經會通」法要於台灣宜蘭縣羅東鎮。為方便彼地聽眾，祥耀受命當場筆錄以供邀請人兼主持人莊明和居士譯為閩南語。因時間匆促，現場完成，無從校正，故闕漏錯誤在所難免，於此先致懺闕之意。又因此次 陳上師為便利聽眾，多用翻閱「會通資料表」對照而講，當此之時便頗有難以振筆記錄之感，是故筆錄文字隨之而少，附誌之以求讀者體諒。

祥耀親聞 陳上師講此「淨土法要」四次，此次可謂最為老婆心切，自頁二一一最後一段至頁二二四之開示，極為契合現代忙碌而缺少閒暇之信眾，特為提出，幸以垂注，庶不負 陳上師一片苦心。因重謄時，覺此段開示甚為重要，乃深契時代之機緣者也，因此乃回憶再三，鍛鍊再三，玩味 陳上師之語氣再三，務使流暢完整，經數日卒順暢完成，心中殊感欣悅快慰。翌晨，一九八九年十一月十七日，相中（夢醒之間），頓蒙 陳上師住我頂上，誦「勝樂金剛咒」加持，師狀一如生前，著藍色長袍馬掛，盤坐姿勢，寂靜巍然，咒聲迅速而有威力，我得暖樂而醒，信心大增。意者

「極樂」與「勝樂」同義詞也，豈非 陳上師特藉此夢印證，欲我告知大眾，苟具出離心依此而行持不輟，定課無間，則臨終必仗 阿彌陀佛慈力，接引往生極樂世界也歟！跋此銘 恩，亦以昭信云焉耳。

今逢 陳上師示寂兩週年，感念師德，特從久藏七年筆錄原稿重新謄出，以利淨業行人，共沾 師恩，同生淨土，迴向願文曰：

願我臨欲命終時

盡除一切諸障礙

面見彼佛阿彌陀

即時往生安樂刹

一九八九年十一月 陳祥耀敬跋

（附誌：夢中得蒙 陳上師誦「勝樂咒」之感應，承林鈺堂居士建議而實錄增補，再識於一九九〇年十二月）

陳上師淨土五經會通 第四十次

講於明尼蘇達州洛切斯特市

因道果三位淨業之嚴密檢討

(一九八五年五月三十一日至六月二日講)

筆錄：潘先泰、李勃齡

校訂：林鈺堂

因道果三位淨業之嚴密檢討，分三天講，今天是第一天，分二重講，第一重講通常平實之商量，它又分很多因位所包括的事情，一個是欣與厭，一個是念佛與成佛之因明量，一個是身語之出離與心上之出離，一個是一心與多（散）心。

現在先講因位的欣與厭，這個因道果，我在寫英文時，常喜用三個字，即所謂的 III C. Cause、Course、Consequence。因，好比種菜，先有個種子，先把種子弄好。然後這個道，就是這個種子該什麼時候種，什麼樣子的氣候，它是喜歡雲霧或天晴

，或喜歡落雨的天氣？在氣候上喜歡那種，先把它在氣候的道，亦即方法上，應該注意哪些事情，這就是Course，道，即是指實際的方法。Consequence，就是它的結果，應該求得怎麼樣才是它圓滿的結果，上等的結果，應該得到什麼成就，什麼標準；次等的結果應該得到什麼標準；下等的結果，最少有個什麼標準。這麼一來，一件事情只要把這三位，因位，道位、果位，所有該注意的事項，便已全包括在內了。

淨土宗所說淨業，業，也有它一定的因，一定的道，及一定的果。要如何才能得到最低限度的下品下生？中品上生又該如何？乃至九品蓮位又有什麼樣的條件？最低限度該達到何等條件才可以往生？不合此條件則根本不能往生。這些條件曉得了，便一定要辦到，方可能往生。倘能求得更高品位當然更好，但倘不能辦到，則至少要達到最低條件。所以為達到這些條件的標準，也便是我們一定要做的事情。這問題比較上是很嚴重。我之所以要擬這個題目說，一方面是為從未聽過的人講，另一方面即使以前曾聽過淨土五經的人，能再聽一次就更好了。

綱要上所列的幾個名詞，其實都是老生常談。如欣與厭，欣便是喜歡，欣求阿彌陀佛的極樂世界，而討厭現前的娑婆世界。大家都有業，都生到這個世界上來，我們要盡我們的責任；不是說迷信，專搞念佛這一套。我們有個人應盡的責任與該做的事

情，爲求一簡單又不妨礙個人平日該負的責任，爲得此最低限度的目標，向這上頭努力也就夠了。不能像一些學佛的人，一味迷信到底，一味阿彌陀佛，沒有幾個人能真正歡喜這種事的，這也是我要說這题目的主旨。

先從欣厭講起：因位，即是修行人本身的心地，要有見地。因位是思想上的，人的行爲都是先起於思想而後有行爲。如佛所規定的次第，亦是聞、思、修；先要聞，然後想，最後才是修；絕非盲從。因位便是講心裏所含的思想。欣與厭，在淨土宗中講得最多。說到此發現前面落了些開場白；開場白倒是無關本旨，但想說明兩件事：一先聲明，我其實是個東南西北人，大家都說我是湖南人，但我離開湖南攸縣已幾十年，口音早非湖南話。雖曾待在四川多年，卻也不帶四川腔；既不像湖南話也不像四川話。好在潘先生夫婦以前曾聽我說過，較熟悉我的口音，等一下如果有人聽不明白，可以即時發問說明，讓我們像個圓桌會議，不需弄得像講演的樣子，只我一個人高高在上，而你們都不得開口似的，無需如此。你們隨時可提出問題。另一點是錄音帶，錄的便是我的普通話，有許多人認爲自己只要不說廣東話，便是北京話，其實既非北京話也非廣東話。記得以前沈家禎先生請我去講經，問我究竟是說什麼話，是北京話或是廣東話？我說都不是，就是平常我跟你講話一樣的普通話。難道你自己講的算

北京話或廣東話嗎？我聽都不像，甚至也不是你們紹興土話，所以我講的便是現在這種話，待會兒有誰不懂，請立時發問，如此也馬上錄進帶子，在錄音帶上就已修正了。

從前我曾發願要講四十八次淨土五經，所以編了不少表來幫助說明，而這回來到此地，事先並沒準備講經，所以沒帶五經會通表來，不過我將補寄過來，每個人都可拿一份參看。

書中便列有欣厭表，第九欣厭會通細目，大家一看很容易明白了。現在大家沒有書無法參看，但書很快會寄過來，說來我們本來在這方面並無任何組織。我前面曾說過三C；而我自己的為人處世倒有三F：Free，我生性喜好自由，不受拘束，不搞組織也不搞團體，更不當什麼領袖；另一是Float，像球一樣，踢我到這邊，我便到這邊，踢我到那邊我便到那邊，很隨順，你喜歡怎樣就怎樣，我沒什麼我見，像流水般是流動的。再一個是Flexible，即彈性很大，我可以講一天，也可以講兩三年。講淨土宗材料很多，講禪宗也行，華嚴宗也可以。所以希望各位儘量問，都非常歡迎。

在欣厭表中，我用的是對比的辦法，每個表都分兩層，上層和下層，上層講厭，下層講欣，對著來的。我以五經為緯，欣厭為經，經緯相兼編就此表。所謂五經即是

指無量壽經、十六觀經、阿彌陀經，此為主要三經，任何五經都一定包括這三經，因為這是佛所說的。至於後來人再加入的，那就各有不同了，一般人加的有普賢行願品、以及楞嚴經裏的圓通章。楞嚴經中說的二十五個圓通的故事，問到大勢至菩薩，他說我的圓通是，當念佛時完全想到母親憶念我般深切，我乃得此圓通。楞嚴經雖不是淨土經之一，但圓通章講的是念佛，所以亦收入。另外普賢菩薩發願往生，便也把普賢菩薩行願品加上；其實普賢菩薩行願品是屬於華嚴宗。至於我的五經，則刪除普賢行願品而加入了心經。為此我標舉了許多理由，何以要加入心經。需知普賢行願品雖是發願往生的，但其他發願往生的書也有，並不僅普賢行願品而已，其他書上還多得很。如此一來，可就不止淨土五經了，可增列成淨土七、八經了，所以加入行願品並沒有什麼意義。為何要加入心經呢？因為心經是觀世音菩薩說的，觀世音菩薩是西方極樂世界的補處佛；而且心經中所說般若波若羅密是講空性，其餘四經全未涉及空性。心經中說空性，如何可以捨棄呢？倘以普徧性來說，普賢行願品唸的人很多，而唸心經的人卻更多，這些都是我所標舉的理由之一。世上事實是在是難說的，我知道自己缺少福報，所以我也不當什麼領袖，也沒什麼野心，但卻有許多人仍不能放心。我在台灣曾講淨土五經多次，但每次主辦人都會接到許多恐嚇電話，要他們不要請我去講

，否則到時將到會場去搗亂。這種電話打得越多，我倒越講到他們那邊去了。原先在台南講，後來講到台中去，他們便在台中那兒，甚至在新竹還有人揚言，要把我這五經會通的書全燒了。我寫信給他，歡迎燒去。我本人在一九五〇年左右便開始寫及分贈小冊子，如Buddhist Meditation及Booklet，分贈全世界，甚至遠及紐西蘭全都有，我把地址也一併給了他，看他是否能寫信到世界各圖書館將書全要來，一起給燒了，我倒也不介意。許多人對於五經中加入了心經很不以為然，雖經我標到許多理由，他們仍不能同意。所以講經說法還是得有福報啊，否則不論講得多有道理，仍不免遭受誹謗。諸如此類事不勝枚舉，可見一個人不僅要求智慧，還需求福報。

在欣厭表中，有圓通章，子一定要憶念母；而在阿彌陀經中則有許多說及憶念方面的，如七重欄楯，七重羅網、七重行樹，皆是四寶周匝圍繞，常作天樂、黃金為地、光明無量、念佛念法念僧，但受諸樂等等，這些都是可念的，都是心中應記著的，所以並不只光憶念母親，在心中還要欣求這些事情，對於母親不能有違，時時反省，自己在家中對母親是否有不孝的行爲，如果有的話，這些事就能妨害你往生，要檢討。

在美國我有位朋友張澄基，我曾在詩中提及，此詩已付印於短笛集。他母親及他

本人都看過我的詩，他二人皆讚歎。平時他母親有時還借用我的詩去批評他兒子，因為我的一首詩，曾描述兒子們長大後，對母親的諸般違逆，可說一個比一個不堪。我很樂意以詩來描寫一個家庭的和樂氣氛及痛苦情形。而張澄基本人是很孝順的，可是他的太太有許多事按照美國習慣。張娶了太太後，也自然以此行事，不免與母親有些磨擦。雖說這是在美國，因而行事上有些不同，只得照美國式，但談到往生，如要求往生，便要注意這些可能引起的妨礙。如美式住宅密不通風，母親要開窗子通風，就讓她開點也沒關係啊。母親口味不同，自己另做兩個菜孝敬也不花多少錢嘛。有很多美國習慣不一定都是好的。他們在物質上有許多的浪費。房子密閉不開窗讓自然空氣流通，僅憑室內的小氣孔，住得慣當然好，住不慣他們就不順眼了。需知母親已老了，能在家中住多久呢？你們多順她一點意多好啊！這些個欣厭，是否合乎條件，要靠自己多體驗。欣厭表上尚有許多，在此沒有辦法一一說明，其中較要緊的事，如一個人愛他的妻子勝過愛阿彌陀佛，那他不能往生；愛他的兄弟勝過大勢至菩薩，他也不能往生；倘他愛錢勝過唸佛，也不能往生；對這幾句能了解的話，那就對了。

人生不帶來死不帶去，父母恩德何等的大，我們何必爲了些許錢對父母不住，那是很不對的。大家要留心，隨時要反省，從家庭中做到。不能光聽枕邊語，太太說的

就聽，母親說的不聽，這樣阿彌陀佛是不會歡喜的。行事要如法如理，待阿彌陀佛來接引你時，你和他兩手才能緊緊拉得穩，否則即使阿彌陀佛來拉你，你的手還是握不住他的。所以自己從欣厭表中仔細比較，就知道自己能否往生。倘若我們希望自己父母往生，因為自己信佛，希望父母也因此而信佛往生，那他們便是我們的金剛父母，可以永永遠遠的見到他們，報他們的大恩，能這樣想，可謂之大孝。以上所說道理淺顯容易明白，下面要講「念佛與成佛之因明量」，道理較深些。

念佛，有些人說是三根普被，即上根、中根、下根，上根當然是要成佛的，而中根、下根則在九品裏頭包括了。九品往生在十六觀經中有。上根往生在十六觀經中說的不太明白，但其實也有。古人對此解釋有四種異說，都拿華嚴經中之十地位、十信位、十住位、十迴向位來說，而其中都沒講到成佛之位。那淨土宗豈不成了沒有上根？只有中、下根了。十六觀經中所說的上根，他們皆以為那只是一種觀想而已，並不是說你自己可以成佛。後來我解釋十六觀經，第一觀及第七觀都是在解釋成佛的依報，依報便是講西方是什麼個樣子；同時八觀到十三觀，已是法身佛、報身佛、化身佛，一一清楚現出來了。但它沒有說你自己可以成就，它只說這便是法身佛，而報身佛即是無量壽佛，至若觀世音菩薩，大勢至菩薩，這些就是化身佛了。他們說如果你明

白的話，是心是佛，是心作佛，其他就沒說這樣詳細了。而我以為這之中已明明白白指示了。古來註解十六觀經的人，都沒有指出來，說它已經說出這三身，是指修行人自己可以成就，只是說這樣的話，便是佛的淨土，這樣的話則是佛的正報，即法身、報身、化身等正報。他並沒說，你如能做到這樣，則你自己就可成佛，他何以不如此說呢？因為這事原本是難，不一定個個人都可成就。所以九品，從上品上生到小品下生，一品一品它都清楚的一關關說清楚了。而後來的人解釋十六觀經，就專只講九品往生。在十六觀經中，第十四講的是上品、十五、十六講的是中、下品。書上是因怕人墮落，所以它說如果你不能如此如此的話，就不能往生。而前十三觀講到法身佛，要成就至此當然很難，書中又何必明白說出指定你要做到這樣才可成就，但它也沒有指定否定你不能啊，所以我說十六觀經是上、中、下根全都有了，即包括上、中、下三根，你不能光只講中、下根的九品往生而已。

普通人都只講念佛，而不講成佛；因為成佛便是上根，念佛則都是中、下根。九品中從上品上生到小品下生，此六品是中根；下品上生到小品下生，這三品都是下根。一般人只講九品，把淨土宗變成只有中、下根，而沒有上根了。楊仁山可說是中國清末民初，學問最好，道德最高的一位學者，且修行也是最好，我並不反對他所寫的

因明量，但他的因明量毛病卻很多，現在我們既然要講因明，就要以因明來講。即便是佛說的，也可以因明來辯。合因明就是對的，不合因明就可批評。佛法是科學化的。何以我們玄奘大師可以騎象回來？後來象雖死了，他仍爲此修了座白馬寺，白馬馱經。玄奘大師當年在印度，是曾騎過象遊過街的，因他學問極好。在他回來後，他只念南無彌勒菩薩，他是念佛往生兜率天，並不是修唯識成就。由念佛的力量得到往生是無庸置疑的。由念佛往生構成一個因明量，在經文上來說，這是不錯的。但他這因明裏宗、因、喻是有許多毛病的，現在我就講這些毛病。「念佛往生是有爲法」，本來佛法講空性無我，應該是無爲法，但念佛全是有爲法。如果你不相信這有爲法，那對這西方極樂世界就會有所懷疑，何以西方有極樂世界，我們東方爲什麼不能有極樂世界呢？東方應該也可以有極樂世界啊！何以阿彌陀佛只在西方建立極樂國土，何以他不在東方娑婆世界建立極樂世界呢？那是沒有道理的，到處都是一樣的，到處都是淨土啊！「是法住法位，世間相常住。」有何不可呢？然在有爲法中，有個因緣故，西方極樂世界，阿彌陀佛與我們有緣，他喜歡這娑婆世界的人。同時極樂世界因此因緣法，它有個出離，所以過十萬億佛土乃有西方極樂世界。以生理上來說有個出離，而以心理上說就沒有出離，無有遠近。極樂世界是個地理，既是地理就可測驗，乃說

十萬億佛土，它是不錯的，它是有爲法，所以念佛是有爲法，不是無爲法，他所說的第一個宗旨，有爲法，這一點並沒錯。但接下來說自力他力爲宗，這就有毛病。宗不能有两个，或者以自力爲宗，或者以他力爲宗。淨土宗一切古德，都說是他力宗，因爲它全靠阿彌陀佛來接引的，是他力，那如何能說自力宗呢？既是爲宗，就只能是一個啊！淨土是他力宗，禪宗才是自力宗。禪宗靠自己開悟。華嚴宗亦是自力宗，全靠自己修華嚴五十二位。一切古德皆說淨土是他力宗，現在你既說自力又說他力，違反排中律，要不就是對，要不就是錯，半對又半錯，那是不行的。再接下去他說「因果相感爲因」，這話也有毛病，因果相感就不只是因了，果也在裏面了，爲因就不應含果，爲果就不能說因，義理當需合邏輯，因果相感爲因是不對的，因爲全歸到因上去。因果相感之後，因也有了，果也有了，不可以就偏在因上去。又如車兩輪爲喻也有問題，這兩輪需得是朝同一個目的地走，不能南轅北轍呀，南面的車不能走到北面去。這個輪子往南邊去，得同時兩個輪子都往南邊走；如走到北邊，亦必是兩個輪子全走往北邊去。如說要從娑婆世界求往西方，就是要從娑婆世界去，一個在南，一個在北，或一個在西，一個在東，但不能說兩個輪子是同時的，卻把一個輪子丟在西邊，另一個輪子丟在東邊。這個比喻不恰當，兩個輪子總得一致行動才能動。現在卻把一

輪放在娑婆世界，另一個輪擺在西方極樂世界，車輪比喻是不合適的。有人不明白這兩輪指的是什麼，即你不能又喜歡娑婆世界，又嚮往極樂淨土，上面分析了這許多錯誤，後來我自己把它作了些改動，這樣才比較符合道理。

綜上所說，楊仁山所說第一點「念佛往生是有爲法」這點是對的。事實上佛說是無爲。但以生理上說，是有所謂出離，但心理是無爲法。佛說空性無我，是可以由我們自主的，主權便操之在我。我們要以什麼樣心理才可往生呢？從欣厭表中可以仔細比較，喜歡的要增加，可厭的要日漸丟棄，這樣是一定可以往生的。但這之間是很不容易啊！儘管我們修了幾十年了，吃頓飯，覺得這菜滋味好，這一念一起，就不能往生了。這時我心中該當馬上升起，西方極樂世界雖沒這樣東西吃，但彼處有它的甘味，八功德水的滋味，那才是不可思議，是永遠的，是吃不盡的。我們該追求那個，要報施主的恩，希望他們也去，我也去，在那兒吃是永遠吃得到的。不若此處，待我住了五天回去後，就想再吃他們做的東西，也不容易了啊！所以在這上面，我們不要如此貪求，可見得這個心，完全操之在我們自己。這個心只需稍微動一點念，落到哪一道，就全是這個心的緣故；六道輪迴皆由此生。在此我記起以前在西康，有一位教授，他曾受過愛因斯坦的教化。愛因斯坦曾跟他說，佛教中講宇宙間沒有絕對完全的真

理，一切都是因緣和合而成。這位教授聽後，也才因此能信仰佛法。當時我正閉關，待出關後準備到西藏去，該教授也擬前往。他曾對我說，無絕對的真理我能接受，也相信。但說到輪迴這件事，我卻没法相信。誰知道有輪迴？誰曉得呢？誰又能證明這個輪迴？我說這很容易證明的。比如人晚上睡覺作夢，這個夢便是輪迴。它是一天一晚的輪迴，日有所思，夜有所夢。白天所做的事，晚上就夢到了。這之間便有點輪迴的道理了。至若人死了，這就是結束了一個長夢，又另外來一個夢，這個夢便是輪迴。一個觀念便是一個道，如這觀念是善性卻又帶著驕傲，便是阿修羅；如爲純善便可昇天；如是貪念便到了餓鬼道了；如帶惡心想殺人，或是已經殺了人，都入地獄了。六道輪迴其實就是這些個念頭。有了這六道輪迴的念頭，將來便是六道輪迴的種子。有人問往生是否就不墮入輪迴，那是當然。因爲往生，那個地方是空性的地方，它是無爲法，它不生所以也就不死了，不生故不滅。求往生得這邊丟，那邊才可以得呀。所以要出離，出離就在這個心。而心是摸索不定的，全靠自己控制。心之所轉，決定了六道中投向那一道，自己可以決定的。善心多便昇天；善心多又多妒，則生修羅，善心不多不少則生人道；多帶貪則生餓鬼道；帶惡心則生地獄道。所以要隨時觀察自己的心，要想生極樂世界，就要時刻想阿彌陀佛。要想空性無我是不容易的，因爲

它非得有最高定力不可。而因阿彌陀佛發了願，祂說只要哪個人想到我念到我，他雖不懂空性，我也要想辦法將他帶到我這兒來。所以心出離很重要，但是心又實在不容易出離，心隨時都在變動，要自己控制得住這個心，要咬牙切齒，自己看到自己的觀念，隨時一個觀念起來，就要警醒這個觀念將落到哪一道。

再轉回方才所講西康的那位教授，他一直一路問到底，還問我有什麼力量，可以使他的觀念改動。我說我可沒有什麼力量，我又不是成了佛的人，但我心中爲他加持了一下，立刻他覺得頭疼，他便嚷頭痛，我一停下，他就不再痛。問他對這事究竟相信否，他笑說，看來是不錯的。以後我們也曾通過信。他所有的是以研究興趣爲出發點，並不是真修行的，他只試探罷了。

現在我把前面對楊仁山批評的幾點，改寫如下：

一、念佛往生是有爲法。二、直以他力爲宗。三、以欣彼厭此爲因。四、如人在井外伸手救井中人爲喻。

再接著講「道位淨業之嚴密檢討」，第一、淨業苟簡，這也有一個表，在淨業檢討表，表六十五，我們可略微談談。

威儀苟簡：威儀就是我們的行動，四威儀行、住、坐、卧。「出必告，返必面。

「這是禮記上說的，但我們在佛法上也不能不照著做。現在有佛堂的人很多，但都是把它擺在那邊而已，這不行的。家中如有佛堂，出去時要到佛堂打個招呼，說我現在出去了。回來後也要到佛堂打個招呼，說我現在回來了；路上沒有遇到意外。如能這麼做，這麼感激，那下回也必定還能保證不會讓你遇意外。這些事情雖小，功德卻很好，但很多人卻不明白。安個佛堂也只擺在那兒，等於掛個字畫一樣，這太疏忽了。你既安了佛堂，就要當它硬是有個人在那兒。所以孔子說，「祭如在」。祭神如神在，就硬是要當它有個人在。如家中有客人，禮貌上你也一定會打聲招呼說，我出去一會兒，馬上回來。家中有佛堂，也應當如此做。回來時帶些鮮花，或供養物品，以示感恩，感激沒有任何意外。需知即便駕車技術好的人，也難保沒有意外，倘碰上喝醉酒的駕駛人，你開車技術再好也沒用，他還偏來撞你；被壓死的，常常是技術好的人。所以曾文正公說，「天意含十分之七，人事只占十分之三。」人事所占，並沒有很大力量，其餘十分之七全是天意呀！所以信佛的人該當知道，這十分之七當交給天龍，交給佛祖，感激祂們的恩。

磕頭也是一樣，不管再忙，一樣得規規矩矩磕，不能打折扣。前一拜還未站起，已接著拜第二拜，這種打折扣的磕頭，我看過很多，大概這些人太忙了。我知道有一

位老先生，他也介紹許多人信佛，他本人磕頭便是這樣，他已磕下四個頭，我卻一個都還沒磕完。這樣是不對的，但他自己不覺得。

至於供香，寧可買貴的香，得是檀香作的，不要買那種便宜的香，尤其不可買帶花露水味道的香。需知有食香鬼，他們就偏愛那類花露水味道的香。這種香不但佛不喜歡，且會引了鬼來。還有，如香已斷了或滅了的，不要再點用，把它給扔了。但如是卧爐用，倒沒有什麼關係。倘是普通那些立著的香爐，凡是已斷了或已滅的香，不拘長短，一概都別用，因它謂之斷頭香。以前我在加拿大，他們才蓋了新廟子，施主來上香，施主尚未踏出門，他們卻已把香拿出倒插弄熄，這也很不對，很違反佛菩薩的意思。他們是因爲看牆壁很白，怕點香把牆給薰黃了。有許多廟，在門前有大香爐，如是施主一大把一大把的上香，便可在門前的大香爐插，在外面就不怕薰了。即使沒這樣的大香爐，也可把香拿到別處用火燒化了都行，就是不該把香倒插，這樣佛菩薩是一定不喜歡的。

還有廁所用的衛生紙，佛菩薩原本沒有這個戒，說不可用黃紙擦屁股。但我們需知，佛菩薩都是穿黃衣服的，我們要因此敬重尊貴這顏色。我曾在廟裏用廁，發現是黃紙，便請他們換白色紙。他們不解爲什麼，我便將原因告訴他們。並且說諸位師父

都是出家人，跟佛陀一樣，你們自己一家人用來大概不要緊；但是我是在家人，我自己心裏難過，這是佛菩薩袈裟的顏色啊！他們一聽馬上道歉換了別顏色的紙來。所以這些事，不講的話別人是不知道，一講就明白這不對了。爲什麼一定要用黃的呢？黃的擦屁股擦得乾淨些嗎？不應該啊！但仍有人認爲沒關係，說釋迦牟尼佛原本是印度教的，印度教都穿白衣服。後來佛陀說我們不可學印度教的辦法，我們要染一下，所以說緇衣。緇素要分得清，緇就是染了，素就是沒染，緇素就分內外，倘內外都不分，還可以行嗎？他們不知道這個重要啊。

再講供花：大家把花買回來，拿瓶來插花，插好後，由於排列的形態，這一盤便往桌上一擺，這瓶花到底是供佛呢？還是供自己？如果是供佛，便該把瓶子有花的一面轉向佛菩薩。但我看大家都是把好看的一面朝著自己。我在大覺寺時，每次看他們供花，都是漂亮的朝外很好看，我便將它翻轉過來。等我一會兒打轉身來，它又給翻到外頭了，真沒辦法。

現在有許多裝飾用的彩繪蛋，應將畫好的那面朝向佛，不應向著自己。可是我看大家都把白的部分朝著佛，好看的一面朝自己。還有那些孔雀毛，正面顏色漂亮又發亮很漂亮，裏面部分沒有發亮彩翎，這面便該朝自己才對。

有人辯稱將好看面朝外，是爲了莊嚴佛堂佛菩薩。其實我們買花來，本意是要供佛，並不是替佛來光榮我們自己。那種說法無論怎樣都不是很真的。佛法上最講因地，他沒有那樣的意樂，沒有意樂便不成功。如懺罪就要意樂。好比唸百字明，我爲我自己唸百字明，這就是一種意樂。這一意樂之後還要有方法；就是決定一個因。犯了這個戒之後，意樂是這頭一個。好比一個人犯了殺戒，先有這個意樂，他要殺這個人。然後用這個刀，然後他真把人給殺了，而且沒有殺錯人，就構成了犯罪。一共有四事。所以一切都看因緣和合，不能隨個人解釋。它有它的緣起。佛法講因緣和合，倘若沒有這個因緣和合，便是空的，不成其爲事情。

此外有刺的花也不供的，普通這些個外國人喜歡供玫瑰，不能供，因玫瑰有刺。有刺的花供護法還勉強可以。要供上師、本尊、空行就不可以。

第二日

今天要介紹「按月積分表」，在「淨土五經會通」的圖表十五、十六、十七，這個表是我自己假想我每天所該做的事，一條條列出，這樣每個條文配合三十個格子，看每日的事實，自己是如何修的，如下品下生是有些條件的，如對邪誘，三惡殺盜淫，能絕對斷除否？能按月唸佛否？有否誤解帶業往生否？謗禪宗密宗否？能知懺悔否？能孝敬父母否？能憶恩否？能斷不正業否？能恭敬師長受益友規勸否？能斷家中殺生並戒煙酒否？我把下品下生中，平常易犯的事，是否已完全斷絕，隨自己量力去打個分數，如能照表每日逐條反省記錄，天天如此下去，那對自己以後能否往生，能否有把握不墮落，自己便已一目了然，所謂操之在我。佛法中完全在講因緣業果，它如何種的，在乎每天的行爲，倘如能對自己每天行爲做個反省，並且有個標準的統計，對將來的能否往生，是否墮入輪迴，在這積分表上就可以看得到。

這本會通前後已印數版，共有好幾千部，究竟能有幾個人真照著做，那我就不知道了。不過功夫全在個人，我也只能盡心。願意做的人，當然能見出一定的效果，至於不願意做的人，誰又能勉強誰呢？我常在想，一個人不需把自己的工作看得太重要。父母教訓我們，兄弟勉勵我們，朋友互相關照我們，家庭、社會、學校教育我們，

乃至自己讀書等，可知整個宇宙，即是我們的大教室，整個人類行爲，便是我們的教化，而所有日常生活，更是我們磨鍊的對象，自己要把握住就去做了，倘自己不做，別人也勉強不來的，我也不盼望有什麼結果，只能盡心盡力罷了，如能收致效果當然很好，但如有反效果的，我也無法顧啊！

舉個例，最近在台北設立五輪塔後，氣象台多次發表颱風轉向的消息，這是客觀又科學，報氣象的人我又不認識，如何能左右他們的播報，但仍是有人不信，那我也無法，只得由他了。不久在五輪塔附近又建幽冥鐘，也是我題的。甚至有人造謠，認爲我所著書中，如禪海塔燈，裏面講太多有關口頭禪流弊等事，我甚至直指姓名，中有與我相熟的人抽鴉片，我力勸不可，普通時打坐已有昏沈，但毛病還不多，平躺時之昏沈少些，坐者則毛病多，氣都往下去了，而吃鴉片的昏沈，它把人的氣都帶著往下，使人無論坐、躺都更昏沈，這種昏沈會墮落，這是自己害了自己，別以爲煙是物質，自己修的是形而上的精神，這樣想是錯誤的，需知煙使人的氣往下帶，氣之所至，神亦隨之，人就昏沈了，不管你禪宗如何超天超地的解脫，這還是要墮落的，但我勸歸勸，他們是不大聽的。

四川人一起來便往茶館去，一切事不論大小，都可在茶館裏解決。我那時因要去

西藏，曾經過四川成都一帶，要會個朋友，也非到茶館不可，因為在那兒才找得到他，我有一首詩便是描述這的，詩是「四座風生三寸舌，百年浪擲一杯茶，明朝未死且相約，不醉無歸小酒家。」

四川那些元宵、小點心、小菜也真說不盡，我也吃過也愛吃，有個雞油元宵，吃到口裏就化了，那邊的人成天在街上換小酒家，小茶座，時間就如此浪擲，我看了心裏很傷心，那時我才三十來歲，他們說我看來年輕，思想卻很頑固。我曾有一方印，上為「得力平生解自憐」，人需要自己可憐自己，自己不可憐自己，還有誰來可憐你？要自己知道可憐自己，才會改變自己，也才可以使自己得到好處。

再講唸佛四十八法，舊的四十八法，是由作者自己想的，當然我自己不敢破壞，因都是好法子，然而我覺得，我們無論做什麼事，只要依循佛菩薩的聖教量，既已有十六法，觀經十六觀，這十六觀經就是道，其中無量壽經發四十八願，它是三經中的「因」，觀無量壽經講從哪一個觀起，到哪一個觀止，觀這十六個就是三經中的「道」，而「果」則為阿彌陀經中的莊嚴淨土，我將阿彌陀經中所講的種種淨土莊嚴，拼成十六個果，而十六觀經是現成的，就是道，前面無量壽經的四十八願，我也有個表，清楚標明阿彌陀經的每一個果，究與哪些個願相關連，有這四十八個願，就有阿彌

陀佛那些個莊嚴的果，所以佛的因果關係，都是明明顯顯表現出來，因道果各有十六，所以也有四十八法，我這四十八法是完全依照這三經而來，也完全實行經上所說的。我們要檢討自己的因地，是不是懂得這四十八法，倘懂的話，那所有修淨土的因都完全有了。

接著講二九反省。這也有個表，一爲上根，另一爲中下根，二九反省屬於六十七表，初九講的是低級的反省，不必修禪也不必修密，而高級的則是既修禪又修密，還修淨土，初級的裏面分三量、三證、三見，現在只可大概講講，倘要細講就要花很多時間了。

三量即指時量、數量、證量。時量不如數量，數量又不如證量。時量是什麼呢？好比有人說他學佛已幾十年了，這便是時量，像我在一九七一年到美國來，到此已有十多年了，但時量不如數量是什麼緣故呢？一個人說他學佛了，從皈依那天起便算，但他卻並不是時時刻刻都在做工夫啊！很多老頑固都說那些個新居士竟在外講經，很不以爲然，自己已學佛七、八十年了，還不敢在外講經哩！那便是擺時量的資格，事實上這整個時間並不在做工夫，也不是天天在做佛法的事，他仍有許多時間要用來盡個人責任，維持生計，或服務社會。而數量呢！唸一句就算一句，唸十萬就是滿十萬

，數量要比時量靠得住些，然數量又不如證量，因數量上你不一定唸得很好，而證量呢！則一定要證了個東西，得到一點好處。

證量又分三種，夢中證，相中證，及定中證。如一個人唸了幾十萬佛，究竟到了什麼程度呢？他可能說，他曾在夢中夢到阿彌陀佛三次，或曾夢到了蓮花，或夢到了西方世界三次、四次之類，這是夢中，但夢中不如相中，相中是在定與夢之間，已醒而未完全醒之際，人已清楚知道在夢外，有了心智在夢之外，但在腦中或眼觀中看到一個像，那種像平常是昏沈像，前面所說夢中像那當然全在夢中，較淺些，而這相中像則可靠性要强過夢中，因人已從夢中出來了，而相中又不如定中，定中是在打坐中看到的像，三證中有夢中定，相中定、定中定，三定中還有三見，即自見、他見、共見。而自見又算淺些，如是他見，他人也可以見到，如自己見到了阿彌陀佛，對在旁的太太說，你看我見到了阿彌陀佛，太太抬頭一看，果然也見到了，倘是這種情形，那所見阿彌陀佛又要深一些，是謂他見。但你的兒子、女兒尚未見到，可用觀想，他們也見到了，即是共見。這一來就更可靠了，這是高級的九層。

舉個例，我從前在西藏，有個師父已修成了四臂觀音。大家都說他已修成四個手了，我便問如何能證明呢？他們說有很多人看到了，有一次甘孜的縣長去見他，他

很忙的，西藏人上面披的是件衣，下面則穿裙子，縣長去見他時，他忙著穿衣，上面兩個手在搭衣，下面兩個手在穿裙子，大家都看到了，不止縣長自己看到，縣長帶來的勤務兵也都看到了，這便證明了，大家都確實承認他已成就了四臂觀音。不要以為沒有這樣的事，人家可是確確實實看到了。另外我自己有個黃教師父，叫嚴定法師，他把前面所提那位成就的古修喇嘛所做的丸子，給了我一顆吃，西藏喇嘛許多都製有那種小小黑色的丸子，那些丸子都是很好的東西，我那師父就給了我一顆要我吃吃看，吃後，他問我覺得怎麼樣，我說那丸子大概是檀香做的吧，因為吃了滿口都是檀香味，師父就笑說，我對古修大概有點信心，問我可知丸子是什麼做的，是他的尿做的啊！我說很好啊！平常人尿都有騷味，他的卻是檀香味。師父把這尿和了糝粃做成許多丸子送人，有許多人吃了都沒有什麼感覺，而我吃了卻有檀香味，師父說我對古修喇嘛信心好的緣故，其實丸子本身全是一樣的，是我對他信心不同的感應，由此也可以證明他是四臂觀音，四臂觀音的尿當然如甘露一般，甘露吃起來便有檀香味了。這些全是事實，不能扯謊，扯謊是要墮落的。

以上是低級的反省，即不必兼修禪密的，普通唸佛人便可能達到的，至若高級反省，那就很少有了，我們在這兒也略微說說，有三脫、三化、三無。

三脱有陸脱，即了脱生死的辦法，如二祖脱化是砍頭去的，當時白血冲天，當時是玄宗誣賴他的，他並沒有罪，普通人砍頭怎會有白血，白血何況還冲天呢！另外隱峰倒立，隱峰禪師有一天說他要去了，他倒立而去，事先他問門徒有那種死法是他們沒見過的，大家說坐著、躺著或走路的都有，就是沒見過倒立而死的，隱峰禪師他就這麼去，他把腦袋頂起，像人練瑜伽那個樣，更奇的是，一般人倒立，衣服仍會自然往下垂，可是他的卻不同，連衣服都跟平時一樣順體而住，而且死後還不倒地，不弄倒那就沒辦法安葬呀！後來還是他姊姊來了，是個有道的尼姑，打了他一個嘴巴，罵他一輩子欺騙人家，臨死還要騙人家，死了就去吧！她的意思是不要顯什麼神通了，何必弄得這麼奇怪，上下前後都是無雲晴空，何必搞得驚世駭俗，這樣他的屍體才倒地。這兩個例子都是了生脱死中陸脱。三脱中還有水脱，在水中去的，如船子禪師，他傳他一個徒弟說，就這個樣子，沒有別的話說，徒弟便問，是否還有什麼口訣呢？船子和尚當時駕著船，已把口訣都告訴徒弟，也知道他明瞭了，但徒弟總疑心是否還有什麼沒說的，船子和尚往水中一跳便去了，表示再也沒有別的了，這便是水脱。

還有空脱，由空中而去，普化和尚就是空脱去的，那時他手拿鈴向人化東西，說要化一件很長的東西，當時有人猜出他大概要死了，就化了一口棺材給他，而他當時

又不死，大家便幫著推棺材，推到一塊平坦空地上，圍了許多人看，普化和尚說就那個地方好了，於是站在棺材中，一面手還拿著鈴搖，棺材便跟著他的腳往空中飛去了，遠遠的在空中，大家都還聽得到鈴聲。

此外有三化，即半化、全化、同化。我有個師父便是半化，當時我去求法，在西康遇到他，那時我已知自己母親病重，便向他哭求為母親超渡，他答應了，我磕了頭後就往西藏，待從西藏回來時，這位師父已圓寂，他原本有五尺高左右，去的時候化了只剩九寸高，他的徒弟只需用兩手捧著給人看，這便是半化。

還有全化，半化跟全化的差別，當然全化的功夫要好些，但也有許多半化的，實際上原該可以做到全化的，這就扯到帶徒弟的危險了。有許多人告訴徒弟說，這禮拜我只全心打坐，不吃飯，你們別來管我的事，也別喊我的名，七天之後才可開門來看，他也没說他會死；而那些徒弟，在兩三天過後，想到師父没吃飯，總不能把他餓死在裏面，有些衝動的就勉強去開了門，師父已然死了，只化了一半還在那裏，倘若當時不開門，還是活的，可以一點一點的縮，慢慢化完。完全化光的，印藏有很多，但有些還剩一點爪髮留在座位，這功夫還差一點點，因為髮爪是血之餘，仍屬於氣血中的東西，這些已長出來的東西，他的力量還沒有辦法化，化得好的，連衣服、爪髮都

可以化完，他的力量、光明可以將之化完。而同化，則不僅可化自己，他的力量甚且可將其他家人一起化走，這有麻巴，他有九個太太，當他要走時，他第九個太太化光到第八個太太，第八個化光到第七個太太，依此到第一個太太，第一個太太再化光到他自己身上，他再全部化光，此為同化，是更好的例子。

還有三無，無隱、無住、無死。無隱就是不隱，如蓮花生大士，他原可以隱的，他已成就可以隱身的，他已成就光明身了，西藏藏王用手去摸他，由胸通背，如穿虹光，他已成就虹光身。由四大天王捧著馬腳送他到藥叉國去當國王，現在都還在。無住是已化了，他已不住這個世界，他住別的世界去了。無死是根本就不住，有時出現在這裏，有時出現在那裏，不必用火燒，不用荼毘，這成就更高。

平常我們說生死，說無常，一個人一定會死，那是通常的道理，而這種無死呢，就硬是有修無死的方法，我已編了無死瑜伽的修法在英文小冊中，已將方法公開，如果肯按著修，至少都可以長壽。

在書中四十三表，有九祖淨業簡介表，這是舊版，在新版則有十三祖。有許多人太把淨土宗看得苟簡，認為只要平日唸點佛就可以了，或十口氣唸佛便可往生了，以為淨土宗便是如此苟簡，這麼容易成就，這是為初修的人講的，因為人都畏難苟安，

就順著世人懶惰的習慣來講，事實上大家仔細看這些祖師們，他們都是非常勤苦修行，如初祖慧遠，他刻了蓮花漏，那時沒有鐘錶，十二個漏就是十二個時辰，一漏接一漏，永遠不停的，唸佛唸了多少更是無法統計了，唸佛要勤快，自己要勉為其難，法乎其上就可得乎其中，法乎其中只得乎其下，法乎其下，那下面就沒什麼可得了。

要求大家像祖師那樣做當然不可能，一代也就一個祖師，但至少有限度，我常常提出的是要有出離心，不必要出離身，這個身還是可以去服務去做事，去教書或研究事情，只要不犯戒不殺生或做壞事，那都可以的，並不一定要把所有事全擺開，對家庭、父母、妻子、兒女全不管，並不要這樣，要的是出離心，心有很多不同，心是複雜難以把握的，所以一定要談定，講到這個心，全靠定。

以上第一重因道果淨業檢討大致是如此，現在第二重講理事圓融。這也分因道果，先說「因位之唯心淨土檢討」。什麼東西都與心有關係，從前歐陽竟無，是佛學大師，學問很好的，他底下有個學生說，佛法即心法，主要便在了解心。在阿彌陀經中的心並不只在法上的，法上說的八識，但淨土中不光只八識，阿彌陀佛的四十八願，所謂信、願、行，這不全是心意識而已，而歐陽竟無那一派，他們所研究的不出六識、七識、八識，心意識或許包括一些，但信、願、行是超過這些個東西，阿彌陀佛的信

願行，如不超過普通人的這些念力，那祂如何能發揮這麼大的願力呢？又爲什麼祂與我們娑婆世界這麼有緣？而西方極樂世界，是在西方十萬億佛土之外的一個世界。倘按法相宗的說法，一切是托質變成，那是托質哪一個呢？沒有阿彌陀佛以前是托哪個質呢？阿彌陀佛因發四十八願，所以祂以後成就後，就建立了極樂世界，按法相宗說，所有山河大地，各人能夠所見相同，是因托凝腦中印象而出現的，假如在阿彌陀佛以前，沒有極樂世界，那又如何托凝，而有這個極樂世界呢？這就無法答覆了，這些全部非法相宗所可解決的問題。你說是空宗嗎？空宗說一切世界都是常寂光土，一切皆是唯心淨土、自性彌陀，空宗與法相宗沒什麼關係，法相宗便不能講空宗的話，這兩宗一向是反對的。在皈依圖上，釋迦牟尼的皈依圖，左邊是文殊菩薩，專講空宗，右邊是彌勒，專講法相，要二諦交融以後，才是釋迦牟尼整個的教化。所以說常依於二諦，唯識宗的話，只「唯」識啊！法相宗，只「唯」法相，這樣都不對，唯空也不對，「唯」是只有，only，要知自性彌陀，它是圓融的，不容許有個「唯」，一說「唯」，就是「只有」，是單獨的，獨立的，不是圓融的，在圓融之後，根本就沒得「唯」了。如共產黨只講唯物史觀，但他很厲害，又搞洗腦，這洗腦可就不是唯物了，唯物中根本没講腦也不說心的，只講整個歷史上古到現代的經濟發展史，那腦和心

從何而來？根本是毛澤東思想，那個小紅冊是害人不淺的東西，一方面搞合作社，要人做許多事只吃一點點，限制人的口糧，另一方面又抓住心，要人敬重他、服從他，誰能做這種事，秦始皇都沒辦法。要控制人的腦筋，又要控制一切物質，想掌握一切，又要人少吃卻多勞動，想倒想得好，但死後還不是墮地獄去了。這些都不能折服人的。事情一「唯」就不對了。淨土宗不說空性也不說法相，二者是圓融的，它說唯心淨土，自性彌陀，合起來談，理事相圓融，一個是淨土，一個是心性，兩個調和起來，物質與心理，兩者融化了。唯心淨土與自性彌陀是相對待的，只有一個就不對了，所以此處的「唯」就有所不同了，它是兩者合起來說的。前面所說的唯，是兩個不同的思想，而此處的唯，唯心淨土、自性彌陀，則是一個人行爲的融合。淨土是地皮，是物質，而心是精神，物質與精神融合便合這個道理了，這是淨土宗要緊的話。它是物理與哲理的相融合，乃成淨土宗最高原理。

淨土是地皮，是很清淨之地，地皮是物質，但它是常寂光，所以物質中有精神，而彌陀呢，是精神中之最高領袖，它的性現有三十二相，所以心與性相融合，而心與土又相融合了，這二重的道理便可了解，對淨土宗也就了解了，懂得唯心淨土、自性彌陀，對西方極樂世界就不會反對，因它也屬淨土，也有彌陀啊！這兩個不過是一個

在西方，一個在娑婆，與西方無二無別的整個世界，等於是大宇宙和小宇宙的感應。

在彌陀經中說一心不亂，若一日，若二日，乃至若七日，念到一心不亂，這個心不亂，到底是事一心呢，還是理一心呢，所謂事一心，就是說唸佛的這個事情，這個唸誦的功夫，是一心一意，不差其他的事，是謂事一心，而理一心呢？就是了解淨土的光明，它是清淨無爲，不受娑婆世界貪嗔痴慢疑的染污，所以物質裏頭有精神，事業裏面有精神，而精神裏面也有物質，是以不能光只說事一心或光只說理一心，事理都在這裏頭，事一心是它，理一心也是它，所以這個一心不亂的一心，是世間心的，而這世間是無住無形的，凡事相通的，所以它有無自性的時間，因它是無自性的，所以它是理性，又因它有時間的限制，或一天，或七天，有這分段的時間，這又是事一心，所以事一心中有理一心，而理一心中也有事一心，倘能了解這些便沒問題了。

那我們要如何來掌握心呢？最要緊的就是講定。明白心的道理，那是因上的道理，要如何去修，就是道上的道理。要駕馭這個心全靠習定，這要講三十七菩提支，要什麼時候定，在之前與之後有哪些菩提支，在這裏都有了，本來三十七菩提支，小乘中佛曾說過，大乘中佛也說過，而密乘中也常引用，所以三十七菩提支是個很重要的

鐵則，它有一定的次第。「物有本末，事有終始，知所先後，則近道矣。」要曉得先後，就了解這個道了，所以儒家也有這個說法。三十七菩提支中，最主要的中心，其實就是定，而定不能馬上就得到的，雖然定是很要緊的，但人都有偷巧的心理，佛法浩如煙海，要白首窮經是很難的，所以得把它最要緊的東西先來修，於是就有許多和尚、法師到處都喜歡講定，但有不少師父卻將定與道家混在一起，因為道家是專講定的，而佛法則講聞、思、修，修裏頭則講戒、定、慧，是先聞、思、而後修，修裏頭是先戒，然後定，然後慧，這之間已經有次第了。孔夫子曾說五之，即博學之、審問之、慎思之、明辨之、篤行之，在篤行裏面才有定啊！而博學、審問、慎思、明辨，這些都是聞思裏面的事，所以修行有它的次第，不能說自己要的急，或事情多，趕著要立刻就拿出來的事，這樣就亂了，本來定是要靜的，要有次第的，不亂的，你偏要搞一個亂的次序來修這不能亂的東西，這就很難了，也不會有什麼好結果。有些師父說自己教出來的徒弟，一坐能兩三個鐘頭，其實全在那兒打瞌睡，或散亂，只不過坐著那個樣子罷了。在禪宗裏有位德山和尚在參話頭，他是躺著參的，黃檗禪師知他參得很好，就過去敲了他三下，德山知道師父的意思要他半夜去印證，而黃檗禪師又到他另一位大徒弟的座位上罵他，說他只是坐著樣子好看而已，還不如躺著的那個小

孩子好，他知道那位高足只在打妄想，一打妄想是沒什麼意思的，不論坐多久都沒用。還有，我們平時打妄想力量小些，而坐著打妄想則很深刻，報應也就很強，而坐著的昏沈，報應也很厲害。所以我平常不主張馬上教人打坐，打坐需有一定的準備，不準備好的話那別打坐還好些，寧可唸佛，想打瞌睡就去磕大頭，散亂時就誠懇的懺悔，這些功德還大些，因為佛法上說，只要你誠心唸，祂便會來接引你，藉祂的願力而可得到好處，但倘要坐著靠自己的力量，那就得照規矩來，要是犯了規矩，那就有罪過了，所以三十七菩提支，佛菩薩教人是有一定的次第，現在講的就是這個。

一心不亂，阿彌陀經中講的就是這個一心不亂，它是個很大的綱要，除了在事上一心不亂，在理上也要懂得一心不亂的道理，曉得我與佛是一心，所以能夠感應，佛的大慈心，與我的信心，兩個是相應的，佛的極樂世界，及我對極樂世界的信心，沒有遠近的問題，需知遠近並不在地理的測量，即便在同一個家庭中夫婦吵嘴了，都可變成同床異夢，咫尺天涯，倘若感情好的話，隔得再遠，還是能互相憶念，佛法也是如此。

有些人說，還是發願往生兜率好，因為兜率近啊！兜率在天上，天比極樂世界近一些，另有人說往生蓮花生大士的地方好，因蓮花生是我們人間的淨土離得很近，這

些全是外行話，只要自己夠誠，馬上就到了，心到就誠到，一心不亂，你能通達這個道理，曉得自己的一心和阿彌陀佛的一心是同等的，沒有分別的，祂的大慈大悲的心，和我這恭恭敬敬的心是一樣的，除了這個信心外我沒有別的，能如此的話，一想就到了。

我有個佛教界朋友普觀法師，他隨時隨地都見到極樂世界，他的腳下有蓮花，我有一首詩讚他，其中一句說他「何曾隔得一重牆」，他隨時都看得到極樂世界，他喜歡擔一桶桶糖水到山上叫螞蟻吃，螞蟻來了，他就聽到螞蟻唸佛，你看他像個普通和尚，但他的心不同就不同了。

能把一心不亂這個理路通了，再一心去修定，要求這個定，一時是不能的，因為定中的魔障全要靠修加行，不把加行修好，是不會得到好的定的。

三十七菩提支中第一組是「四念處」，它是習定的思想基礎，有此四念處，則散亂心與妄想就少了，四念處即觀身無常，觀身不淨，即這皮囊是要死的，有這無常心生起就會想習定，人之所以不願意習定打坐，就是總以為自己明天還不會死，還可以活好多年，身體又不錯，其實這不一定啊！隨便哪一天，醉酒的人開車就能把你壓死，現在無常的因素越來越多，空氣的污染、水的污染，乃至外界的污染全比以前嚴重

，何時死都不知道啊！如能觀身不淨，觀身無常，便會興起這種無常心，不定明天就會死，不如今天得空先打一坐，這就有了打坐的動機。

第二念觀受是苦。受可以有三種，即樂受、苦受、平等受，而定中只有樂受沒有苦受，它常常是樂受，定常講輕安，喜樂便是這原因。

第三是觀心無常，希望藉定使心安，不敢顛倒。

第四是觀法無我，要有定力就可以見到無我，倘若不經定力，則口裏空說無我，無我就不能現起的。

接下來是四正勤，這很不容易，它是習定的善行基礎，如果已有惡，就要趕緊將惡斷除，如我原先是喝酒的，現在要打坐不宜喝酒，就要馬上斷了，已生之惡要快快斷了，這是消極方面。第二對未生之惡則要繼續防範，不讓它生起。第三則對未生之善要勤修。如看別人很精進，就要效法跟著學好樣。第四是對已生之善要增加。四正勤即是善行基礎，有了這個你便心安理得，坐在那邊，妄想就少些，如果不先除掉妄想的根源，待打坐時才去除妄想，已是遲了。

四如意足，即是打坐之起點，第一是欲如意足，即先有這意樂，一定要打坐，第二勤如意足，先有了這個意樂，定太少了，便加勤快一點。第三心如意足，現在我已

經修了，又很勤快，但還未能一心專注，要修這一心。第四觀如意足，這時要開始觀空性，由止起觀，所以習定是包括止觀的。

然後到五根來，五根中就有定了，信心、精進、意念、定、開智慧便是所謂五根。由觀才可以起這五個東西，即五根。有了信心，即信仰由定力而可得哲理思想之凝固，要發生力量，先得把思想凝固，要凝固便需經過定，天天這麼想，大家看過聊齋中的故事，像男的追女的，就這麼想，硬能想到了，看到了，近來有部這類電影叫「人鬼狐」，主角叫桑公子，他就是心裏想著，硬想來了，先有一隻狐狸精，還有一個新死的女鬼，這女鬼原有丈夫，但飄遊遠方，她想不到了，東飄西泊全碰上這個桑公子了，這人原本不信鬼的，他天天很勤懇的讀書到很晚，那時間可能剛好是鬼來的時候，時間久了，便先出來了第一個狐狸精，接著來的是女鬼，頭個狐狸精可是修鍊過一千多年的，所以變化自在，而後來的那鬼沒曾修過，沒有這樣大力量，所以她丟了雙鞋子，因她沒曾修過，不能像狐精隨時知人心念，要那位公子在想她時，只需手摸鞋子心想著，她便能知道前來。所以這些都是種思想的凝固，人的思想有這種力量，如果有這思想，但一天飄飄忽忽的動些妄想，那是不會成就的，現在這人成天想著同一件事，同一個對象，又是所愛的女子，又是那個時間，加上那些因緣，於是那種精

靈就硬是來了。我曾看過一本科學雜誌，講的一些數理難題，要人不准用代數解題，只可用普通數學方法解，雖然是很難，但只要用心想，時時刻刻想，所謂思之思之，必能得之，還是有辦法做到的。這個人雖是個數學家，卻也懂得這個道理。都是一樣的，多多想，多多思維，對著同一個對象，不要東想西想，且在同一個時間，有一定的目的，一個好的目的，那是一定要成就的，我們唸佛也一樣，同一個阿彌陀佛，同一個極樂世界，同一個這樣好的信心和願力，兩個和合起來，這樣就有把握了，否則零零碎碎的唸佛是沒有用的，他沒有一個上癮的念佛方法，習定也一樣，要養成上癮定，上癮沒別的方法，就是一個固定的時間，不可以今天五點半，明天六點半，後天七點半，這樣是不會上癮的，要規定固定的時間，即使時間定得很短也沒關係，但時間務必固定，比如唸佛今天唸一串，明天唸一串，後天也一串，即使只一串也沒關係，但每天一定要固定在相同時間唸，為什麼說上癮呢？就是像吃鴉片一樣，那些吃鴉片的人，有時你去看他，瞧著他打泡，燒煙很好奇，可能他也勸你吃上一口，說吃一口不會上癮，如果你真吃了，明天又是同一時間吃上一口，後天也一樣，時間久了，自然而然上癮，我說唸佛或習定要上癮有什麼好處呢？因為一旦上了癮，時間一到，你就非唸不可，天塌下來也還是要唸，不顧一切的要唸。當年我在家中就是如此，

有個上癮的時間，在那個時間內，我內人再怎麼敲門，我都不出，我們各有自己的房間，那一次我岳母去世了，岳家派人通知我內人，我內人邊打我門邊哭，但我正上了癮，在那兒唸佛還沒唸夠，我根本不出，我聽到岳母死了，那我正好可以為她迴向啊！在上癮定時唸佛，那個力量要比平常不上癮時唸佛還強些，岳母死的是很好的時間，所以我還是唸佛唸到底。待我出來時，內人便往我身上打，我說我在唸佛不是更好嗎？岳母一定往生去了，不信便去看看，到了岳家，他們按習俗給岳母洗澡，但岳母雙眼睜開總也不閉，到後來我跪下了用手一摸，她就閉了，她知道我們都來了，安心了。所以我在家中唸佛不是好些嗎？何必及早跑來只在那兒哭哭啼啼呢！這便是一心，訓練自己到一心不亂，不管太太也好岳母也好，上了癮唸佛，就非唸滿不可，要有這個決心。我到處講五經，都介紹這個定，很有效驗，很多人都得到好處，上癮要比不定時間來得好，許多人都不定時間，唸了幾十年卻不得力，而上癮定，你自然上了癮，那就没有不得定的，像是吃鴉片的人，一旦上癮，你叫他做什麼他都幹，只要有煙吃，因為有這個癮在，吃鴉片真吃得有鴉片蟲在，上癮時不吃，蟲子都會忍不住而爬出來，我聽說我自己祖上有位曾祖是吃鴉片的，老鼠因常聞煙味，搞慣了也上癮，常盤在曾祖腳邊聞煙味，竟然會趕別的老鼠，我曾祖很歡喜，老鼠竟然能當貓用，所

以上了癮，老鼠也可以成了貓。那些唸佛不上癮的人，再唸幾千萬遍也不會得力的，上了癮才有力量，不上癮就沒力量，上癮的辦法沒有別的取巧，就是要同時，不需多久，只要一兩個禮拜便能上癮。

五根中的第四項才是定，先要有信心，要精進，要憶念，這個念是指上面四念處的念，然後才有定，然後才開慧，所以只要有了定，就不怕沒有慧，上了癮什麼滋味都有了，什麼力量都產生出來，由根發生力，有力就有業，有業就有果，根深則有力，就有了五力，等五力也很深的時候，就變成八正道，以後就有果，這些果都是定中的功德，由定中所得的結果，從前面四念處、四正勤、四如意足，五根、五力、八正道、七覺支，一共有三十七，就是三十七菩提支。七覺支所講都是由定所得的果，有擇法覺支，精進覺支，喜覺支，輕安覺支，念覺支、定覺支、行捨覺支，都是得的定的果，如輕安啦，喜啦之類。

第三日

今天我們繼續講定，在「定」裡頭，最普通的是「六妙法門」，中國天台宗的智者大師，將三藏十二部裡，一切講止觀的部分都彙集成冊，稱爲「摩訶止觀」，由於收集的太多，別人無法看，因此他又節錄成「六妙法門」，所以「六妙法門」又稱「小止觀」。

六妙法門是用六個字把天台宗的止觀都包括進來，這是習定的主要方法之一，此外我自己平常喜歡提倡九次第定。九次第定比較六妙法門，在修定的系統上，有關能證，所證或能斷所斷的功夫上，都有比較詳細的次第，九次第定是不論界內禪定，或界外禪定，都以此爲基礎，因此我們今天就拿這二種方法作比較的講解，希望對禪定的瞭解有個輪廓，同時我們亦可歸到念佛的「上癮定」上，應該如何的修法，這樣各位在家就可實行了。

習定主要所斷的有三個：「妄想」、「昏沈」，和「忘失正念」。妄想即爲散亂，也說掉舉，粗重一點即爲掉舉，輕微一點即爲散亂，掉舉與散亂時，心氣都是向上的，利用的是「上行氣」，而昏沈則氣向下沈，利用的是「下行氣」。這裏，先向各位介紹「氣」，人身體有五種氣：第一是「上行氣」，如講話、吃飯、呼吸等，用到

肺的都是上行氣；第二是「下行氣」，如大、小便等，用到精道、尿道、糞道的，都是下行氣；第三是「中住氣」，中住氣停在小肚，膀胱，氣海（陰毛以上，臍孔以下），這一帶，這地方由於是空的，沒有太多食物停留，所以叫做氣海，許多道家所修的黃中，或黃道，都在這個位置，氣沈此處，也不上，也不下，也不進，也不出，因此中住氣是最和平的，所以道家佛家均注意此地，因為它不易散亂，也不易昏沈；第四為「命氣」，所謂有此氣則有命，無此氣則無命，那麼命氣是何東西呢？它又藏在那裏？它藏在心輪的中心，亦即中脈的心輪，中脈在人體前後左右的中心，這個心輪的中心點十分重要，假如在此修「阿」字觀，則可證得不生，若修「吽」字觀，則可得不滅，如果修「唵」字觀，則可得廣大。若是這地方錯亂了，則是要發狂的，如果根本離開了它，就要死亡了，因此稱這地方的氣叫命氣；最後一個為「遍行氣」，它又在那裏呢？從小腹，即密輪（臍輪以下，生殖器上都叫密輪）起，所有的氣都遍行到四肢，因此又謂此種氣為遍行氣。

對學打坐的人，最重要的就是中住氣，如何能使氣入中脈，才是最重要的，因此無論是唸佛或打坐，一上坐就要調和鼻子內的氣息，就鼻孔左、右的氣而言，不能一大一小，如發現左邊的氣大，或是右邊的氣大都是不好的。左邊的氣向下，雖然不好

，但卻是長壽的，右邊的氣向上，雖然不好，但它能助消化，然而二氣要平行，不高、不低、不强、不弱，才是中住氣，才是真正能入中脈的定氣，才是我們需要的。

至於有什麼法子能使它們一樣呢？有法子的，這些都是寶貴的經驗，你們聽了要注意！凡是左邊的氣太長了，就睡向左邊，使右邊的氣加強，因為睡的那邊，血管被壓到了，氣就被壓到了，向上的一邊氣就流暢了，反之亦然。

問：「如何知道自己的氣那邊長？」

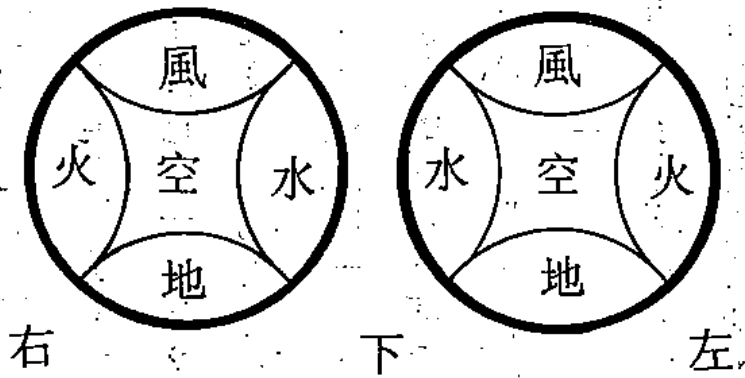
答：「那要自己細心看，別人作不了主，自己細心調，調得夠長的時間，就曉得那邊氣長，那邊氣短了。」

問：「那怎麼感覺呢？是不是由鼻子的出氣去感覺？」

答：「是的，甚至用手也觸得到，有少許定功的人都能感覺到，不過太粗心的人，根本不管這個氣，不管它，就根本不知道了，然而你打坐時，少許坐定一下子，不要去管這個氣，好似沒事人一樣地，輕輕鬆鬆坐在那兒，慢慢調，久了就可感覺那邊長，那邊短了。」

我們不但要管氣的强弱，甚至連地、水、火、風、空的氣都要知道，如何分別這些氣就比較難了。如附圖，每個鼻孔好比一個古老錢，中間有個孔。地氣沿著鼻子的

底邊走，因為它粗重，火氣它挨著鼻子的兩旁向外走；水氣它挨著鼻孔的內邊走；風氣則向上吹；而空氣則走鼻孔的中間。凡是走中間的氣就不要調，因為它自然是到中間去的，自然是平平和和的，所謂氣之所至，心亦至焉，心之所至，氣亦至焉，心氣如同姊妹一樣。



打坐之人要曉得調氣，如果氣調不好，則定就不容易得。左、右二氣的調法已如前述，此外它們還有一層關係，右氣向上，是爲助消化的月氣，左氣沿左脈下去，是爲壽命的日氣，或稱陽氣。附帶一提的，如有人睡著時，口吹氣，那個人就很危險了，小孩或自己都要注意，恐怕有病要來，而且是很危險的病。當然，打坐之人是不會有這樣危險的氣的，不過仍要知道陽氣向下走，氣向下則昏沈多散亂少，氣向上則散亂多昏沈少。普通人多半是散亂多，一上坐就東想西想，但是一上坐就打瞌睡的人倒是，除非是吃鴉片的人，因此打坐的人如果得不到兩個鼻孔中間的氣，則寧可取左邊的氣長些，因爲這是長壽氣，氣沈到底下去，那只少許有點昏沈，只要打起精神就可對治。而對治的方法就是不要閉眼睛，眼睛開闔的原則是依散亂昏沈的多寡而定的，昏沈重，則眼睛多開一點，散亂重則眼睛半開半合，完全閉，則昏沈更重，完全開，則散亂更重。

普通人不打坐時，家裡的事還放得開些，一上坐，則一切事都想起來了，好比缸裡的水，不攪它，灰塵還沈到底下，但一攪拌，則灰塵全跑上來了，所以習打坐的人，能曉得有妄想還算不錯的了，有些人就一路妄想下去，也可坐二、三鐘頭，這就是騙人的了。師父如此騙徒弟，徒弟亦如此騙人，定功是不會成就的。曉得了這些道理

，就知道昨天所講的三十七菩提是當準備的。四念處，四精勤，四如意足都準備好了，然後到信、精、念、定、慧的定，才是習定的開始。因此習定有了這些準備功夫，然後氣也調和了，那個心還沒打坐就不一樣了。所以佛菩薩總是勸我們要聞思修，要先聞思，才好起修。現在一般人，光是想偷巧，想圖便宜，想快，那是不可能地，務必要把次第弄清楚，然後知道調氣，修定才易成功，因此有了聞思的功夫，懂得了這些道理，還沒打坐，妄念就已減少，一上坐就能輕輕鬆鬆的得到很好的定了，不然，今晚各位回去試一座，就會比昨晚要好些。

現在我們懂了調氣的情形，及五氣的位置，再回過頭來講六妙法門，就好比較了。所謂六妙，即是指：「數」，「隨」，「止」，「觀」，「還」，「淨」。前面講的我們觀察鼻子出氣，分別強弱，就是數、隨的作用，六妙法門的數，是指數息，由一數至五，然後再由五數至一，這樣心就靜些了，如果能隨氣走就更好了，氣這邊走，就跟到這邊，氣那邊走，就跟到那邊，氣長，就長著走，氣短，就短著走，漸漸就曉得氣的強弱，就不要隨著去觀察了，因此是先要數，然後隨，然後止，然後才是觀，而不是止、觀、數、隨。

問：「觀，是不是指思想？」

答：「觀就是指思想，所謂的止觀，在英文裡頭亦有很大的分別，講Meditation，就是觀，Absorption，就是止，或叫Concentration，止就是集中的意思。」

我有二句話講止觀：

無一念之可取為止

無一念之可捨為觀

取、捨之間，就是我們的思想，或取或捨均隨我們。止裡裏，根本不可起一個念頭，不起一個念頭就是止；不捨一個念頭就是觀，隨便什麼壞念頭都可以取，都可以觀，若有個念頭不可以取就不是觀了。譬如，貪、瞋、痴、慢、疑五毒，都是壞念頭吧！但如沒得貪，那修雙身法怎麼會成功呢？若沒得瞋，那修忿怒本尊又怎會成功？若沒痴，又如何修睡光明？若沒慢，又如何生起本尊佛慢？若不疑，那為什麼又說小疑小悟，大疑大悟，不疑不悟呢？所以因為疑，就觀話頭，而觀話頭就是觀，因此破初關，破重關，破末後牢關都離不開觀，即觀這話頭。而止呢，就是要不取一念思想，要把腦筋裏的東西捨得乾乾淨淨，若存少許一點念，就不是止了。觀時則要將任何一個觀都利用起來，且把它們歸到佛法上去，因此先要有數隨，然後才能止觀。

至於還與淨，則是哲理上的道理了，即是將它還到它的根源，空性的根源，所謂

返璞歸真，這是還。至於淨呢，就是本來清淨，什麼是本來清淨？空性無我的道理就是本來清淨，所以還與淨是很高的，它們在六妙法門中所擺的位置沒有錯。

解深密經，這部經對止觀的次第講得很嚴格，這是唐朝翻譯的經典，智者大師是隋朝人，沒有見過這部經，解深密經講到應先修止，然後修觀，然後才修止觀雙運，甚至對初地乃至十地菩薩，等覺、妙覺菩薩，應有的證量都講得很清楚。智者大師對他講的頭一個「止」，即謂為「體真止」，這是錯誤的，因為體真就不是止了，它是止觀雙運，體是體會，真是真如，體會就有觀的意思，至於真如，根本就是講哲理的，它的理論雖高，但在止裏是不應有任何理論，任何思想的。止完全是死水，所謂「心如死水」，所以禪宗說先要「大死一番」，然後死裏才能起大用，這裡講的死，並非生與死的死，而是說讓腦筋裏頭這些拉雜的東西全部清除掉，然後裏頭才能現出真的大用，譬如，要天不落雨可以，但得先排開黑雲，黑雲與天沒有什麼關係，天還是原來的天，但黑雲一排開後，蔚藍天空的本來面目就現出來了，排除黑雲就是止，就是大死一回，然後本來面目現出來就是觀了，看到了原來天空，本來清淨，空性無我就在那時候現出來，所以真如與緣起，實是一物的兩面。我們有句話常說「繪事後素」，繪畫是由白紙畫出來的，要先有白紙，然後才能繪畫。止、觀亦同，要先有止，

將烏雲排開，才能得到空性的觀。因此體真不是止，而是止觀雙運了。

昨天已介紹了解深密經，這部經並不貴，有單行本，不過百把頁，容易看，翻也翻得很好，真真實實的，沒有一點雜字雜句，很明顯地把那個是止，那個是觀，那個是止觀雙運，那個是初地，那個是二地都解得很清楚；初地有什麼毛病，二地有什麼毛病，初地見到了什麼，二地見到了什麼，它硬是有數目的，甚至初地見多少世界，二地見多少世界等等，它都寫了出來，因為佛菩薩他有經驗，他自己證了果，看得見，所以這部經裏頭是確確實實的東西，科學化，邏輯化，有條有理，是靠得住的，因此我們學定的人，應先把聞，思搞清楚，搞清楚了，也曉得怎樣調整了，就照著去修，就很好了。

介紹完了六妙法門，現在我們再來看九次第定，所謂的九次第定即為：初住、續住、回住、近住、伏住、寂住、最寂住、專住、等住。這九次第的前四個是破散亂魔的，散亂魔是心魔，心的魔去了，定的力量就很大了，定的力量大了，再用此定力，把真如的最高理論凝固化，這個抽象的東西就可變成具體的證量了，那就絕對可靠了，那有不成佛、不往生的呢？這是一定的！所以外道亦提倡九次第定，連界內禪也提倡這個東西，目前教打坐的人都不太講這個東西，我也不曉得他們是什麼意思。我個

人最喜歡講九次第定，因為它一步一步地，硬是能把三個魔，即散亂、昏沈和無記或忘失正念都打破。

初住，是要曉得選擇地方，專注一點，九次第定是完全講止的，初住的一點如何選擇？在那個地方？有人說住於眼所能觀的十六指線外的地方，在該處擺一個東西，或一尊佛像。這種說法是不準確的，因為十六指，量得上一點就離得遠一點，量得下一點又離得近一點，我主張在身上選擇此點，而不應在身外選擇，然而身上最標準的一點在那裏呢？是在中脈上，當然，沒有修過密宗的人就不懂中脈了，我們講淨土宗又何必提到中脈呢？我們不妨把中脈當作一個名詞亦可。每個人都有一個身，修淨土的人亦有，中脈的位置在左右兩肩，與前後胸背的中心，而介於兩乳之間的心臟即是中脈的中心點，初住所應觀的這一點，就是這個中心點，然而並不是說這一點就上也上不得，下也下不得了，還是可以上下調整，為什麼呢？因為上一點則可使昏沈減少，下一點則可使散亂減少，散亂與昏沈的多少，與前世的打坐有關，與這世的打坐亦有關，與飲食、衣著、氣候均有關係。吃飽了飯，因氣向下，故易著昏沈，太餓了則多半易著散亂。衣服穿多了，太暖，則昏沈多，穿太少則帶點寒氣，易著散亂。氣候亦是如此。總之，所住之點若太下則昏沈多，太上則散亂多，要曉得自己調整，選擇

適應自己的一點，時常記得自己的打坐經驗，爲什麼今天這麼昏沈呢？我吃的是什麼？穿的又是什麼？氣候怎麼樣？天天如此觀察，要避免的，就都可避免了。因此選擇的一點，可能在中心點，也可能在喉間，或腦殼裏，亦可能在臍裏頭，或會陰（肛門與生殖器之間）裏，但都是沿著中脈而上下的。

有些人隨便選擇，不依自己調整，或停止在肚子上，則肚子就出毛病了，有些女士守臍孔，田夫人聽了就说守不得呀！會得血崩，她就吃了虧，她是有經驗的，因此向各位女士們介紹，這是有可能的，但有些女的亦不會如此，因此全靠自己實驗，一旦有問題馬上停止，或改變打坐的時間就沒有了。

問：「所守之點，應觀多大？」

答：「觀碗豆那麼大。」

問：「應觀什麼顏色？」

答：「凡是昏沈重的人則鮮明的顏色，如紅、黃、淺黃或淺藍等。散亂重的人則觀深一點的顏色，如藍、青、紫等色，爲什麼呢？因爲深色下沉，淺色發散，因此顏色沒有一定的準則，但看散亂與昏沈的輕重來決定。」

另外有一點要附帶說明的是，雖說此點可上下活動，但你們東挑西挑的也不行，

在規定的一座時間內，一旦固定了就不能再調，就算是血崩了，也要坐滿固定的時間，否則隨時亂調，永遠修不成，因此自己要觀察統計那個合適，那個不合適，下回上座時即可調整。由於各人體質不同，必需依著自己的經驗來調，師父是不能替你來決定的，若由他來決定，則這個師父必是不通的師父。

問：「如果固定了一個位置，經過了一段長時期，又覺得需要調整時，是否能再調整？」

答：「如果經過長期覺得好，則不必再調，除非是出了毛病，否則一千年一萬年，都要繼續下去！」

問：「在飲食上，有些什麼東西是不適合打坐的？」

答：「這個問得好，白蘿蔔及茄子吃不得，這些是助昏沈的，這由那邊可以證明呢？白蘿蔔吃多了會打屁，屁是向下的氣，所以是會昏沈。」

問：「茄子爲什麼又不能吃？」

答：「茄子也是下氣的。茄子與白蘿蔔下氣是本草綱目裏說的，而且新科學對茄子亦有批評，說它一點維他命都沒有，中國人喜歡吃茄子，因爲它味道好，但那是圖口味，不是衛生的，應該如理如法。辣椒也不能吃，因爲它助散亂，爲什麼呢？因爲

它上火氣，香料裏頭，只有花椒可吃，但只吃皮，不吃子，或打碎或炸成花椒油均可。」

問：「大蒜能不能吃？」

答：「不能吃，因為大蒜是刺激性慾的，不過修密宗的人可以吃，修護法的也可以吃，因為護法喜歡吃蒜，像麻哈嘎拉、天王等，他們都吃蒜，但龍王雖是護法，他就不吃蒜，龍王是吃素的，他連雞蛋都不吃。」

問：「若規定一座為五分鐘，或十分鐘，會不會坐一下就想看看時間，坐了多久了？」

答：「這問得好，最好是不要看時間，可以這樣，因為你並不是這一次才打坐，在此之前也打過坐，能坐多久自己可知，若是坐不了這麼久，則把坐的時間減少，寧可時間訂得短而坐得長，不可時間訂得長而坐得短。」

問：「一天裏頭，有沒有哪個時辰是適合打坐的？」

答：「有，本來子、午、卯、酉四個時辰為魔行時，不宜打坐，在道家佛家均有此種說法，但其中亦有分別，有些懶人藉此名義偷懶，因為四個時辰有八個小時，一天就去了三分之一，那還了得，這簡直是懶得一塌糊塗了，但要如何分別呢？在魔行

的時辰，只要避開中間的一小時，前半小時與後半小時都沒有關係，譬如十一至一十二點，避開十一點半到十二點半的時間即可，這樣就可抽出一半時間了。」

問：「還有沒有別的時間要避開？」

答：「其他時間則應看各人的功夫，如果功夫平平，則應避開大雷大雨的時間，若功夫好則不必避開。」

問：「子時不好，相對講來，午時就是最好的，對不對？」

答：「不對，子午是同樣的，卯酉亦是魔行時，均應避開中間的時間，普通人修定，並不能馬上一定二個鐘頭，真正能一定二個鐘頭那就很好了，因此喜歡在子時修定的人，在子時之初，子時之尾即可，中間就不要了。」

問：「早晨六點半可不可以？」

答：「五點半到六點半不要定，原則是正子，正午、正卯、正酉的中間那一個小時不要定。」

問：「初住所觀的那一點能不能由頭頂上開始調？」

答：「可以，昏沈很重的人可以，昏沈不重則不要，因為頂上這一點開了是會往生的，如果常想那個地方，頂會開，頂一開那得短命。」

問：「這一點能不能觀在兩條腿以下？」

答：「不能。」

問：「是不是那裏已經沒有中脈了？」

答：「是的，最低只能在會陰，最高可到頭頂，但這裏觀久了會發癢，出血，修頗瓦就是想這個地方。」

問：「剛吃飽，因為昏沈的緣故，能不能把那一點放上一點？這樣就不昏沈了？」

答：「剛吃飽最好不要打坐，稍微休息一下，昏沈的調整，是在飲食、環境沒有問題時才做的，如有問題，應先調整它們，因為外面的條件是我們不能作主的，等一切都沒問題了，然後才調上下，順自己，這是由自己作主的，若要用自己的力量去抵抗外面的環境，我們目前還沒這份力量。」

初住破散亂以後，就是續住，繼續住下去，初住以後主要出毛病的地方就是續住，因為你不繼續住下去，則散亂又來了，因此初住與續住均是破散亂的。回住是在續住以後，警覺有散亂時，將心收回定點上，謂之回住。若回住太多次，宜下座經行，念佛懺悔自己業障太重，然後上座再重頭開始。當散亂慢慢消了以後，那就是近住了

，因為這時的心就慢慢接近要住的樣子，並不是真正的能夠住，它只是快要成功的樣子，所以叫做近住，它仍是破散亂的。近住以後才是伏住，近住與伏住的差別是伏住不但接近可以住，而且它可調伏散亂，當散亂一起，馬上警覺，馬上就沒有了，這就謂之伏住，這時破散亂才成功，由初住到伏住破散亂魔才算完全成功。

然後，寂住與最寂住就是破昏沈。人的心之難管理啊！因為伏住以後，散亂就沒有了，它沒有了，心就沒事可做了，心一沒事做，就開始打瞌睡了，所以寂住是指真正的寂，很多習外道打坐的人，以為伏住以後就成功了，這就不對，因為他以為寂住了其實並不寂，維摩詰經裏講任何一個一秒鐘裏頭，均有幾千萬萬個妄想在那兒轉。我們想，那會有這麼多，其實他們有成就的人就看得，我們自己不曉得，以為沒得散亂時就是平靜了，不是的，它只不過是才有點平靜的樣子，因此這個時候就要防備昏沈，而防備昏沈有何辦法呢？有的，防備散亂時眼睛是半開的，這時就要向上顧一點，胸部也要向前挺一點，要記住這些話，這些都是經驗，眼睛不要太鼓，因為太張了散亂又會回來，胸部原是頷壓喉結的，這時也要稍許向上仰一點，這一來，這個氣就有明合在裏頭，氣與明合是很好的，氣與不明合則昏，昏則不明，爲了對治它，則明要增加，增加的辦法就是把眼睛稍許打開，喉結稍許寬鬆，這時的寂住是防止昏沈

的辦法，如把寂住弄得好，它才是最寂住，這時不但不會昏沈，而且會比以前寂得更好些，因為它與光明相應，所以定境就更加明顯，更加明顯就更加寬坦，更加寬坦就更加輕安，所以寂住與最寂住完全是破昏沈的。

最後專住與等住是破「忘失正念」的，為什麼忘失正念亦是魔障呢？你不是說修正不要念嗎？忘失正念豈不更好？為什麼還要不失正念？要曉得，正念與忘失正念並不是完全相反的東西，忘失正念是說，雖然是明明顯顯的，但自己卻不覺得自己在搞什麼，他就忘失了正念。而正念是說，有念就不是止，而無念也不對，是在有念與無念之間，而自己卻明明白白的知道自己在打坐。有些人明也有了，無念也有了，但他就沒有「有念」這種妙有的經驗，這還是不對，這就落到「頑空」去了。

要曉得，雖是不起普通散念，而仍要知道自己在發心打坐，外面的環境與自己搞成一團，定在那裏，我與它沒有分別，它與我也沒有分別，我也沒有要分別它，它也沒有要分別我，我也不想它，它也不想我，但是我與它之間似乎有個形體的存在，而此形體本來是包括萬物的，前面不是說過要與光同在嗎？要寬坦光明嗎？此時就是在光明寬坦最寂住的地方，發現外面與我原是一體的，就好像原來是一張紙摺起來的，現在則是打開來的一張紙，原來是自己一個人，現在則是與環境，即明一體，在一片

光明清淨之中，所以比以前就更寬坦，更光明，更凝固了，這就是專住，正念沒有忘失。反之，正念忘失的人，他在那兒打坐，外面昏昏沈沈他不管，而自己卻處於懵懵懂懂、渾渾噩噩的狀態，許多修道家的人還以為這是很高的了，可以成天仙，其實這都不然，這些都還是愚痴，若沒有這些愚痴，而看到外境與自身是一體的明淨，那就是專住了，因此所謂專住，就是自己與環境同一體，在『光明』之中，且凝固在一起，就謂之專住了。

專住以後爲什麼還要等住呢？那力量就更大了，等住就是下了座以後，隨著那邊都是這個樣子，專住時覺得全世界與我一體光明；下了座，隨到任何一點，任何一個地方，都仍是在一體光明之中，就謂之等住了，這時就完全成功了，完全沒有忘失正念。

問：「開始修初住時，有沒有一定的打坐姿勢？」

答：「就是普通的七支坐。」

問：「是單盤還是雙盤？」

答：「一定是雙盤，假若不能雙盤，單盤亦可，但若說七支則一定要雙盤，如不雙盤，就少了一支，就不是七支坐了。」

這七支是根據毗盧遮那佛的姿勢而來的，他成佛時是這個姿勢的，所以又稱毗盧七支坐，這七支就是七個條件：

- 1、脊柱挺直
- 2、兩肩開張
- 3、頷壓喉結
- 4、舌抵上顎
- 5、目視定量
- 6、手結定印
- 7、足盤雙跏

假如不能雙跏，單盤亦可，一個腿壓另一個腿，左腿在上或在下都沒有關係。手結定印為拇指相抵，右手或左手在上、在下都沒關係、目視定量前曾提過十六指遠，但這不好，宜半開半閉，望著心中那一點，注視外面一點是不太正確的。

有的人天生可雙盤，我內人她雙盤熟了，手都不要搬，自己就可雙盤。雙盤是有作用的，因為它可使下行氣制住，下行氣多了，不光是昏沈，人還會有遺精的，有很多壞毛病，因此能控制下行氣是很好的，（不過便秘的人就要放鬆）。關於定方面的

，是說也說不盡，現在就告一段落，我們要講果位方面的事了。阿彌陀在果位上面，有二個問題，阿彌陀，是梵音，它有二種翻譯，可譯成無量光，亦可譯成無量壽，這都是阿彌陀，是果位的名字，都指的是一個人。但如果說無量光，則指的是法身佛，如果說無量壽，則指報身佛，如果說阿彌陀，則指化身佛，但這三個身都是一個人，本來每尊佛都有這法、報、化三身，釋迦牟尼佛亦有他的法身、報身與化身。法身都是講裸體的，雙身的；報身則與菩薩一樣，著天衣綢裙，帶五佛寶冠，如長壽佛就有個長壽寶冠；化身則如釋迦牟尼佛一樣，現披三衣的比丘像，外面搭紅的，裏面搭黃的。

法身佛本來無相的，但紅教的說法亦可為有相，報化二身是有相的，化身則都是人身，都是要到這娑婆世界成佛的，譬如將來的彌勒佛，還是要從兜率天下生，到龍華樹下成佛，為什麼一定要到人類成佛呢？因為人類的無常心切，壽命沒有一定，大家都怕死，因此易接受佛法。天上因壽命一定，所以無常心不易生起，不能示現八相成佛。不光是他們二個，將來的佛都是如此的。

此外化身尚有三十二應，如觀世音菩薩的三十二種應化身，他不但化人身，各種身，如畜生、鳥鴉、鸚鵡、鳥獸都變，不要以為這些鳥獸是他的罪報所變的，如阿彌

陀經裏亦說，極樂世界裏的各種鳥，都是阿彌陀佛欲使法音宣流變化所生的。化身是有相的，有爲的，他以空悲不二爲主，報身以空樂不二爲主，法身以空明不二爲主，所以法身則專住長寂光，每個人證到的法身均相同，若證到報身就有各種不同的了，因各人所修的不同，所得的受用也就不同了。化身因一定要變化到六道中度衆生，因此以悲爲主，報身以樂爲主，法身以明爲主。

我們現在念佛，是念的阿彌陀佛，有的人說，念阿彌陀佛是念阿彌陀佛，念無量壽佛亦是念阿彌陀佛，不要去分別，分別就是愚痴，其實不是這樣說的，因爲無量壽佛是指報身佛，說無量光佛就是指法身佛，說阿彌陀佛則是指化身佛，稱呼不同，所指的法報化亦不同，但並不完全是二個人，也不是完全是三個人，然而三個都是有互相關係的，好比說一個人有三種品德，三種作用。報身佛並不教化衆生，因此要八地以上的菩薩才能見到報身佛，化身佛則任何人均可見到，法身佛則更不易見到，除非你證到法身佛的常寂光，才能見到法身佛。

並不是說我們念佛就完全不必分別佛的三身，但也不是要像密宗這樣硬是分別，但最低限制要曉得，我們求往生與求長壽是不相反，不矛盾的，很多人不曉得利用這個道理，他以爲一念佛就是求往生，這是錯誤地，因爲念佛的人何必一定馬上要往生