李明雪記

靜老說的話

大家喜歡看的話請做參考

淨空敬題

李明雪記

靜老說的話

大家喜歡看的話請做參考

淨空敬題

靜老 已於西元二〇一〇年，七月十二日，上午五點十五分圓寂，享年九十又八歲。

靜老 要回西方時開示：「依照這一本書的法意去落實，心不要忘記佛，亦持名念南無阿彌陀佛，自然可相應諸佛菩薩，及我在暗中加持的力量。」

末學 李明雪 謹記

南無阿彌陀佛

淨空老法師談《靜老說的話》一書

今天跟諸位介紹一本書，這本書題目叫《靜老說的話．大家喜歡看的話請做參考》。

靜老在二〇一〇年七月十二日往生，享年九十八歲。他要回西方的時候說了，依照這本書的法義去落實，認眞去做，心裡頭不要忘記佛，南無阿彌陀佛，自然跟諸佛菩薩相應，他也會在暗中加持。這是他老人家最後的遺言。他是山東人，在戰爭的時候很年輕就來到台灣。我跟他沒有見過面，聽說他希望這本書能讓我看到，現在總算是有緣，我看到這本書了。

老人一生的行持跟淨宗有特殊的緣分。他出生在山東，十三歲的時候父母過世，叔叔把他養大成人。他們一家不是佛教徒，當然依照行業，他的父親過世之後落在惡道裡。他的佛緣很深，他還記得六歲的時候，跟小朋友在一起玩耍，遇到一個出家人，把他抱起來，叫他坐下，然後把他的雙腿盤上，教他念南無阿彌陀佛。又找了兩個小朋友，一邊一個站在旁邊，這個出家人哈哈大笑就走了，走了以後再也沒有見過。他一生就記住這個和尚教他念的

這句話，「南無阿彌陀佛」。他跟寺廟出家人沒有往來，一生沒有進過寺廟，可是一生念佛，勸人念佛。

我們知道他沒有人教，但是由他說的這些話當中，我們知道這個人的心清淨，唯有清淨心才能生智慧。他的話是智慧的話，可以跟《無量壽經》、跟黃念老的集註得到相應。尤其末後一段講到「般若實相、般若淨土」，這裡面所說的有相當的深度，從前面看很平常，很容易懂。

《靜老說的話》，我在封面上寫了幾個字，「我們果然能夠依教修行，放下萬緣，一向專念阿彌陀佛，改習氣，求生淨土，必定往生，不要懷疑」。因爲它很白、很淺顯，什麼人都能看得懂，不需要人講解，所以是最理想的一部淨宗捷要。他說的話跟淨土三經完全相應，沒有違背，值得大力提倡。他在這本書裡面告訴我們，「眞信願持名」，這句話他從頭到尾講了幾十遍。眞信、眞願意求生淨土，行是眞幹，就是老實念佛。在《無量壽經》上，經文是「發菩提心，一向專念阿彌陀佛」，他這句話跟經文的意思完全相同。

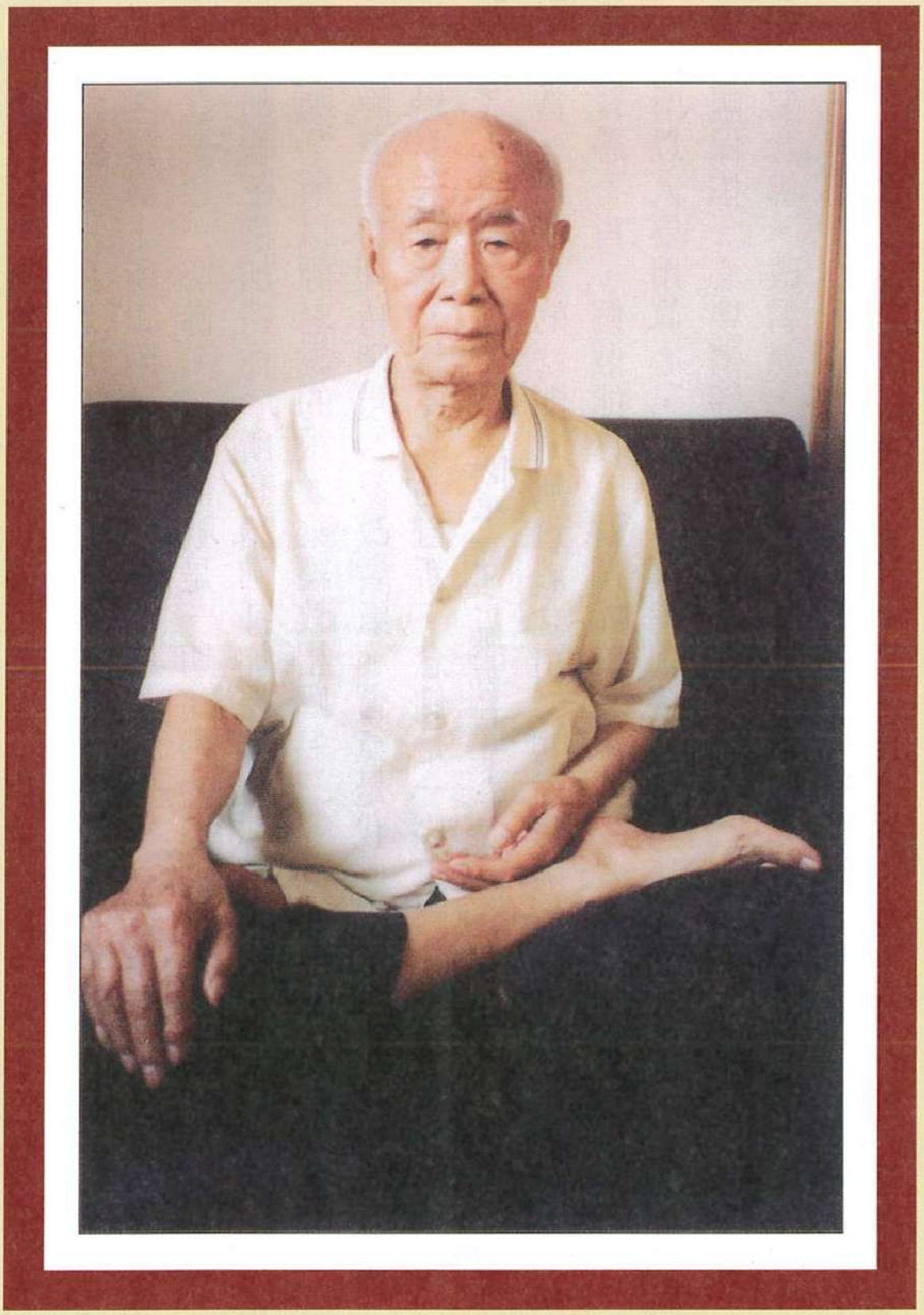
阿彌陀佛這個名號就是一切佛號。阿彌陀佛這四個字是梵語，阿翻作無，彌陀翻作量，佛翻成覺，意思就是無量覺，覺是覺悟，無量無邊的覺悟。釋迦牟尼佛在《阿彌陀經》裡解釋無量壽佛，用兩句話，無量光、無量壽；無

量光是智慧，無量壽是福德。福德裡壽命是第一德，如果沒有壽命，再多的福都等於零，所以無量壽就代表無量的福報。我們想想，哪一尊佛不是無量光、無量壽！所以阿彌陀佛這個名字是所有一切諸佛共同的名號，念這一句佛號就是念一切佛。一句佛號是一切諸佛的名號，一切諸佛都加持你，極樂世界阿彌陀佛加持你，所有諸佛都加持你！你還能找到第二個法門比這個更好的嗎？所以靜老說的跟大乘經教相應。

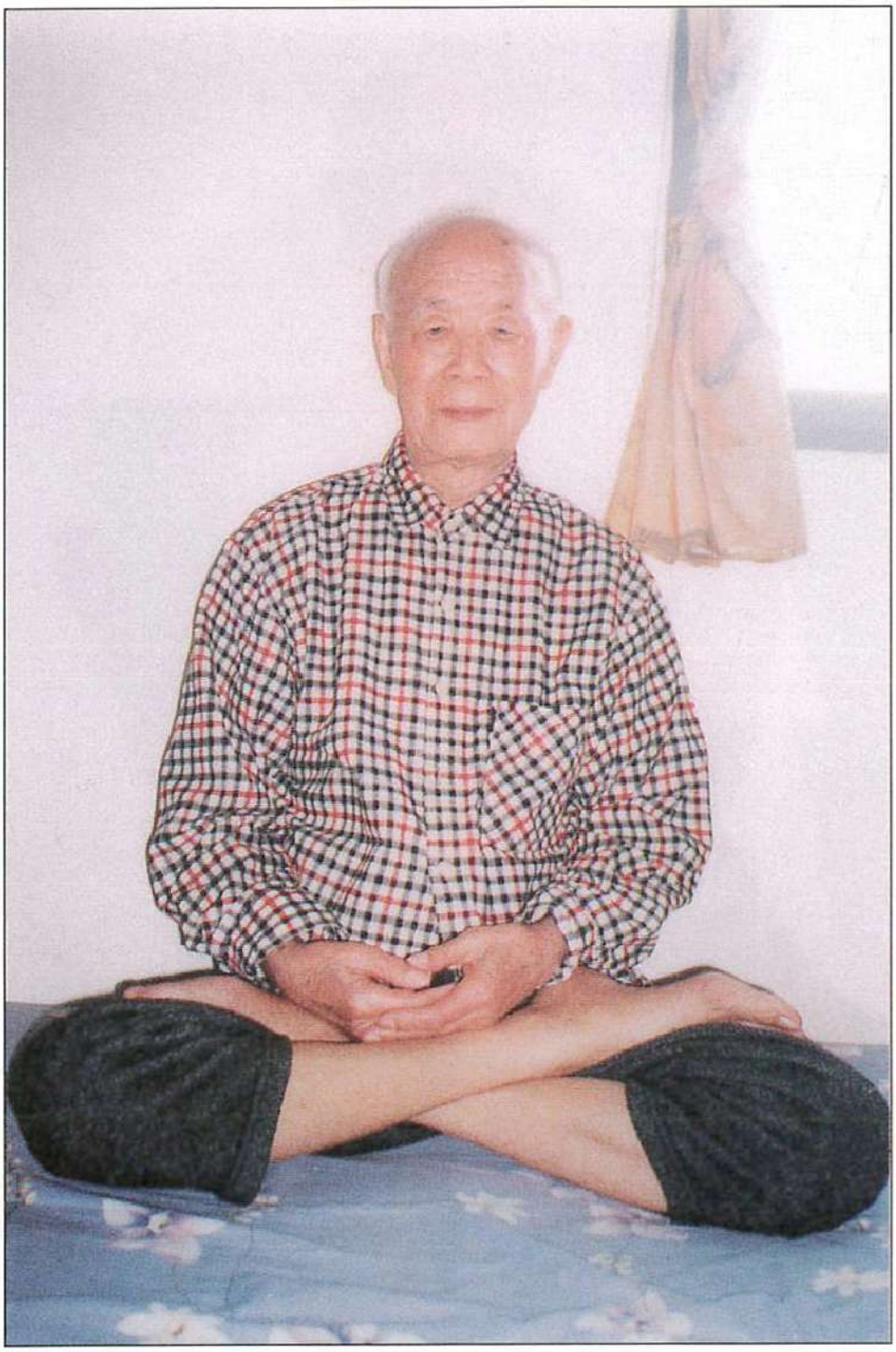
靜老在書裡特別重視眞改習氣。習氣是我們的習慣，不好的習慣一定要改，想要求智慧，就要改過自新。念佛是一條正路，正路當中的正路。《金剛經》上說得很好，「法門平等，無有高下」，但是八萬四千法門，最快速、最穩當、最容易的法門，無過於念這一句南無阿彌陀佛。人人會念，男女老少、賢愚不肖，個個能修，個個能成就。

所以人要用眞心，平常處事待人接物不可以虛僞，要用眞誠，眞誠心得佛菩薩保佑。心要清淨，不要被外頭境界染污，染污離不開六道輪迴。所以我們要念佛、改習氣，幫助我們身心健康，永遠離開六道輪迴。

節錄自二〇一四年二月十九日淨空老法師講於香港尖沙咀街坊福利會



靜老93歲德相



靜老97歲德相

靜老98歲德相

目錄

靜老簡介……一
靜老事蹟略說……四
序……一
前言……四
壹、如何離苦得樂……一
貳、一般觀念解行……三九
參、念佛觀念解行……七三
肆、為何會輪迴……一〇六
伍、要出離六道須改習氣……一一九
陸、要往生西方須念佛……一二九

柒、要如何往生西方……一三七
捌、西方極樂世界略說……一四八
玖、前段結語……一五三
小偈語……一五七
勸勉信函……一六〇
般若實相篇、般若淨土篇……一七〇
【第一章】……一七〇
【第二章】……一七三
【第三章】……一七五
【第四章】……一七七
【第五章】……一七八
【第六章】……一八〇

【第七章】……一八二
【第八章】……一八四
【第九章】……一八五
【第十章】……一八七
【第十一章】……一九〇
【第十二章】……一九二
【第十三章】……一九四
【第十四章】……一九七
【第十五章】……一九八
【總結】……二〇一
回向……二〇四

介紹

靜老說的話句句與無量壽經相應依之修行放下萬緣一向專念阿彌陀佛改習氣求生淨土必定得生不須疑也

八十八歲淨空勸

靜老簡介

靜老因全名當中有個靜字，所以我跟家人都尊稱他為靜老。

靜老祖籍山東省，幼年時家境富裕，後因戰亂才隨軍隊來台定居。在他出生及十三歲時，父親及母親即相繼辭世，後由三位叔叔扶養長大。他父母在世時都不是修行人，父親辭世後輪為鬼道，母親輪為越南人，但都因託靜老修行之福，現都已往生西方極樂世界了。

靜老民國二年出生，表相看似六十幾歲，任職專科老師退休，行步快穩，說話聲音宏亮，不愛名利供養。靜老從沒有去過任何道場或寺廟，沒看過任何經書，心清淨沒有妄念，心只有佛，及一句佛號念到底，不曾更改或加入任何法門（一門深入）。

靜老小時候，當時家鄉並沒有寺廟、佛法。有天在學校下課時（靜老當時六歲），他與一大群小孩正在休息室遊戲，當時不知道從哪裡走過來一位和尚，出現在靜老跟前，笑笑地就把靜老抱到桌面上坐著，教他（靜老）雙手合掌，雙腳雙盤。之後和尚又走回小孩群中兩隻手一邊各拉一個男同學，站立在他（靜老）身邊，一邊各站立一個（當時同學站立在地上）。隨後和尚就跟靜老說了一句：「持名南無阿彌陀佛」，之後即哈哈大笑就不見了。（因當時年紀小又想玩，根本不會去注意和尚是往哪裡走）。回家之後曾問長輩：「什麼是持名南無阿彌陀佛？」但長輩都聽不懂他問的這句話是什麼意思。從此他（靜老）也就不再跟任何人提起這件事情，但從那時候起，靜老就開始自己默默持名南無阿彌陀佛。

靜老事蹟略說

一、靜老小時候曾跟幾位表哥及朋友到湖邊去玩水，因為當時他不會游泳，所以便手扶著一艘小船，在湖中戲水。後來表哥們告訴他，把手放開可以玩得更盡興，但當靜老手一鬆開，他就立刻往湖底沉，喝了好幾口湖水。此時，靜老忽然感覺到，他的背後出現了一隻比他的背還要大、且毛絨絨的手掌，將他向上一托，於是靜老就回到岸邊的淺水處了。

二、靜老來台後，有很多可以當大官將領的機會，但靜老都一一推辭了。

三、靜老自從六歲時在學校遇到那位教他念佛的和尚，即一心不亂，入一相念佛三昧的層次。

四、靜老到目前為止，已經來人世間很多次，他這趟來世間的目的，並非是用公開身份講經說法的方式幫助眾生，而是默默的在暗中護佑眾生，讓眾生的苦難減至最輕，讓眾生可以過比較安定的日子，且他亦幫助眾生，信願行念佛往生西方極樂世界。

序

末學在民國七十八年開始接觸到佛法，期間雖然有在念佛，但亦曾雜修許多法門，一路跌跌撞撞。直到民國八十五年，承蒙佛、菩薩的恩惠，讓我遇到靜老，靜老視我為親人般，並教導我走信願行念佛往生西方極樂世界之路。但因我生性愚癡，罪業深重，至今凡夫心還是很重，但比起以前是有改善些了。

承蒙佛菩薩的恩惠，讓我遇到靜老，且教導我這麼好的教理與方法。我從民國九十一年開始，便把他老人家教導我的話（法）筆記起來，在我的心意經靜老同意

之後，再出此書與大家共同分享。（此書的所有內容，都請靜老鑑定過，且書名亦是靜老親自取的）。

雖然我們現在所緣並非像正法時期那樣，可當佛身邊的弟子，但只要我們有照正確的教理及方法去調整心的品質，效果亦是相同的，即是佛弟子。

靜老的事蹟原本想多敘述，讓大家多認識他。但靜老不愛名利，並一再吩咐要依法不依人。他老人家把原始的佛法，用最淺意的文字相講出來，是為了讓因忙碌沒空看書，或看經書亦難解其法意的末法眾生，也都能方便看懂。文字相雖淺，法意卻深亦穩當。希望有因緣接觸到此書的人，能用直心學習，並時常溫習與落實此

書的法意，而不要以論法的心態來讀此書，如此才能「了解佛講的教理及方法去實修」，而一輩子皆落實念佛，直至往生西方極樂世界。

末學　李明雪　謹記

南無阿彌陀佛

靜老說的話　大家喜歡看的話請做參考

前言

佛法是「心」法，所以一切得從「心地」做起。「萬法唯心造」，自己要往六道路走，或要往西方極樂世界的路走，完全都取決在自己「心的品質」。我們凡夫因為八識（習氣的倉庫）存檔了很多深重的貪、瞋、癡、分別、我執、五欲六塵等妄想、執著的習氣種子，要是沒真修行，就會永遠留在六道轉圈圈。因為凡夫心在往六道走的這條路上走得很自然、很習慣又熟悉，所以每次來到人世間，雖然有離六道的機會，但因為沒修行或沒修成功，才會再次跟著自己的習氣往熟悉的原路

走（隨業走）。等再輪到得人身，「至少」又要等個幾百年，要是下了三惡道，那種生活是很痛苦淒慘。往生西方極樂世界、成佛這一條路，雖然我們凡夫很陌生，但只要我們真正用佛經裡面的話來行，「真信願行念佛改習氣，即可捨掉六道輪迴」（一門深入），今生自然可換跑道（走向往生西方，成佛之路）。只要有真信願行持名南無阿彌陀佛，即是一切佛號、一切佛經、一切佛法的總持。

末法眾生因無福與佛同住世間共同生活，也很難有機會遇到真的善知識，沒有佛在身邊時時加持與教育，且自己又常以表相的文字意理為佛法，不知何為真修行，不知何為真改習氣，找不到解脫之路。佛早就知道

末法眾生的根性及處境可憐，為了要救度末法眾生，所以釋迦牟尼佛與阿彌陀佛才特地合作，推廣簡易殊勝的「信願行念佛」法門。

凡夫因妄心攀緣攀習慣了，所以若能一門深入修淨土法門，讓心裡「攀」著佛號，就是最適合世間人走的路。雖然很多人都在念佛（走淨土法門），但卻有不少人，不得其門而入。而淨土法門是「在八萬四千法門以外，但又包含八萬四千法門」，是最簡易又有佛力幫助的最殊勝法門，不但不需老師教導（只要心裡有佛，佛號就是我們最好的老師（無上師）），且不論士農工商，何時何地皆可念佛，一點都不會影響到工作與日常作息。不論身在何處，一輩子都要有往生西方的堅決心

意，一輩子皆不要忘記佛，一輩子皆堅信念南無阿彌陀佛（心不離佛，佛不離心），即可增加福慧，能更平安順利，與家人、他人相處得更和諧，且今生與世間緣盡了，亦可不須再去淪為動物體或其他六道身體，而可往生西方，擁有與佛、菩薩相同的永無痛苦之體。

壹、如何離苦得樂

一、生氣一次，肉體要三天才能恢復正常，因為惱怒、煩悶等情緒，皆會使血液產生毒素，傷害的是自己的肉體。病皆從心出，所以不要生氣，不要煩惱，才能保持元氣。（生病時，要一方面看醫生，一方面放下身心，一心念佛，心清淨肉體自然就沒病。）

二、肉體雖是借用的（因肉體住在世間是有期限的），但亦要與它配合，才是真正愛惜它。心裡想的事、吃的東西、肉體所做的事等，身心所做的一切事情皆要適當，皆不超出肉體的負擔才可以。

三、有病、有苦時，是提醒我們要真心念佛改習氣（是幫助消業的因緣）。把心裡的垃圾（習氣、妄念）去掉，慢慢自然能健康、平順。

四、生病有兩種原因：

A、自己不小心，沒有把肉體照顧好。

B、因過去生，或今生造業所導致的業障病。

五、此生唯有用真信願行念佛，真改習氣，才能永遠把過去所造的一切業（債）破除掉。且所有冤親債主，也會因我們走到「正路」，託福沾光而得到好處，才能真消業、消災、消障礙。

六、肉體生病是暫時的痛苦；心染到往六道輪迴之病，是永遠的痛苦。

七、「念佛改習氣」，就是幫助我們身心健康，也可以離六道的「特效藥」，切記！走到哪裡都要「記得用」。

八、在家裡好好地隨緣了緣，沒事不要到處攀緣，對於真正在修行的人，處處皆是道場（真正的佛法要在不離世間的日常生活中修行）。

九、親戚朋友或家人若還未學佛，是因緣未到，不要急著想改變他。倘若小孩言行有錯，長輩則應教育導

正他，但長輩不可藉情緒化教育小孩，這樣才能化解業障。「真心善待家人，是做人的基本。」

十、在家中經常向小孩隨緣提「南無阿彌陀佛」，種下種子，待種子成熟後，將來必定也會念佛。自己也要靜下心來念佛，當我們往生時就不會有牽掛，可以放心地走。

十一、凡事都要量力而為：若你走在路上看到一個老人跌倒，你走過去扶他一把，這是好事；但若看到一個人在溺水，而你自己不會游泳，也不知救人的方法，就跳下去救人，造成兩人都溺水，這就不是好事。

十二、在日常生活中與家人或他人相處有衝突、煩惱時，不要用惡念、惡語、惡行去對付，才不會加重雙方的惡緣，若有因緣能解釋就溝通一下，不然就靜下心來念佛，才是真對治（可消業之法）。若能將與我們相處不愉快之人事物等日常生活的世間緣相視為助緣，那麼那些緣相即可成為幫助我們覺悟與修行的好因緣，所以看事情不要只看到表面。

十三、雖然某些家人可能是自己的冤親債主，但也不要用視之為冤親債主或累贅的心態去對待。世間是找不到圓滿的，唯有惜福知足，才會幸福。今生能得人身，又能遇到佛法，這個福報就已經夠令人滿足了，要心存感恩，不要太貪心。家庭和諧、一家人快樂，處

事、念佛才能更好。（與家人、他人相處時，不要只看到別人的不對，也要時時自我反省。）

十四、看到親人或他人的好，應高興與祝福，心量要放大，不要有嫉妒的念頭。若看到親人或他人有困難時，應「隨緣」給予善的、正的幫助與祝福，因為「隨緣」幫助親人與他人，是為人的本分，且其實底子裡幫助的是自己，因為福報皆是自己的。

十五、只要是凡夫，皆可能會有幫助他人或需要他人幫助的因緣出現，必要時皆要用善的、正的態度去做或接受，「但不可濫慈悲」。

十六、待人接物時，雖然表面上說的是好聽的話，且表現出和善的樣子，但心裡卻有不好的念頭，或是起瞋心，那就不是真善。

十七、吃素、不殺生，就是放生，亦是做環保。

十八、修行並不是一定要選在一個人的地方，或等到退休後，或等某件事完成之後才可以做的事情。心情放輕鬆，當心不須專用在某件事上時，則何時何地皆可念佛，皆可把心貼在佛號上。

十九、修行若走對路，因為有佛的加持力，遇事即可四兩撥千斤，心與一切緣的磁場自然會改善，家庭自

然會因你的修行，而變得愈來愈和樂，且生活也會更平順。即使覺得不怎麼理想，也不會繼續惡化。

二十、只要是用正當賺來的財富，再多亦不算貪（但亦要留些給別人賺），富有是好，但要有計劃，惜福節儉，把錢用在正當處及善處，且心不貪戀六塵相，才是真正的福報。少錢就以少錢的方式過日子，貧窮也要感恩，因為貧窮可以省掉很多事（可少計劃），且更有機會看到世間的冷暖。精神的自在並不是用金錢能買得到的寶，有錢有閒是假的自在，放下習氣才是真自在。（從得看凡愚，從失看淨智。）

二一、為了使生活過得平順些，是有必要未雨綢繆

作規劃，但財富不能了生死，不用看得太重，只要有正當的計劃，基本生活過得去就好。人心方寸小，欲望滄海大的人，才是最貧窮的人，亦是最可憐的守財奴。

二二、對世間人而言，最幸福的事情是能過著平安、健康、長壽、家庭和諧、工作順利、經濟富裕、受眾人恭敬等等舒服的日子。但縱使全都得到了，亦是生滅無常的，且依然不能解決習氣及生死輪迴的問題。

二三、五欲六塵如刀口蜜，但凡夫因沒有實修或不願接受真善知識的提醒與教導，就無智慧洞見其中的危險，心總是隨著由意識心作主而出來的習氣走，一次次迷失在六塵相中，又再次往六道輪迴了。

二四、人生最痛苦的是：有感受，但身心卻不能做主，有真有假卻沒智慧洞見真相，總是迷失在假相裡打轉。所以不管別人說什麼，都要以念佛改習氣為主，才能解脫一切「痛、苦」。

二五、一般人最擔心、最惶恐、害怕的是：失去擁有的一切、身心瀕臨死亡時、擔憂死亡後的未知世界，這三件大事若能破除，就能「無我能忍」。

二六、我出生時，親朋好友互道喜；我臨終時，親朋好友互哭啼；無奈業力牽引來，落入六道忙、盲、茫。

二七、不趁「人身」修行，等於白來一趟，若再次輪迴六道，須經過很長久的時間，才可再得「人身」，亦不一定有機會再遇到「佛法」。

二八、有時候因為對人生的不安全感，而延伸出一股莫名的壓力、疲憊、焦慮、沒自信等不快樂的情況，這是因為：

A、小時候或過去曾被親人或他人，有意或無意地傷害，之後就一直將悲傷、憤怒的情緒放在心裡沒丟掉。

B、被自己過去生所帶來的習氣影響，所以遇到不合己意的人事物時，心裡就會習慣性出現不滿的感受。

C、因環境不能滿足自己習氣的慾望。

D、被自己或他人的觀念影響，心裡產生不甘心、自卑

等不正確的想法，並延伸出更多心結而習慣性地不快樂。

「六塵現象是生滅緣，並非問題所在，問題是自己心裡的想法是否正確」。壓力、煩惱情緒，只會讓身心更痛苦，於事無補。會遇到苦的事情，皆是自己過去所造的業報，「就藉遇苦，更懂得惜福」，若想法轉得過，一切苦的現象就成修行的墊腳石，自然能快樂做自己。

二九、有時候別人對你不好，請不用傷心難過，因為對方其實並不是在針對你，而是因為每位凡夫都被習氣操弄著，才會產生不同的價值觀。所以與其求他人改變或肯定，不如反求自我，往自己的內心修行（不疑佛

號的功德，持之以恆，因緣自然會隨著自己的善根增長而改善）。

三十、世間的一切皆是緣起無常法，所以沒有人可以完全依照自己的意思去過日子。往生時也沒有任何一樣可以帶走，惟有帶走業力及果報。

三一、不管是已婚或未婚的人，日常生活都要正當，且真念佛改習氣，佛自然會幫我們做最圓滿的安排（用佛的辦法）。任何事都不要放在心裡煩惱，才不會都用到習氣來處理事情（用自己的辦法）。

三二、「世間的本質」，本來就是有善的也有惡

的，有合我意、不合我意的人事物。罪業凡夫所造作出來的一切事情，多不離貪瞋癡等等往六道走的「壞」事情，所以才需要依靠佛講的教理與方法（有正確的知見，才會有正確的想法與做法），去提升身心的品質、改善生活環境。

三三、只要現在還有呼吸的人，就是還有希望、有福報的人，應把過去一切不合我意之事放掉。原諒別人，並非濫慈悲，而是可使自己身心自在祥和地過日子的方法（原諒別人，就是善待自己）。人生已經很累了，再加上凡夫都有執著、有習氣，若又因心結而讓自己苦中加苦，就更不值得了。「若能用平常心去看待世間」，日子就會過得較輕鬆了。

三四、心若不轉換「知見想法」，就沒機會換跑道，無論到何處都會感到痛苦。

三五、知見想法會影響今生及來生的命運，所以末法凡夫若要離一切苦，一定要專精淨土法門的教理及方法去修行。

三六、世間的一切人事物（無常的六塵緣、相），都不能當做了生死的依靠，所以不管遇到的因緣是好是壞，既然現在已經遇到了，就應把心裡的仇恨、牽掛放下，在道德之下過日常生活，隨緣結個淨緣、了緣吧！

三七、每件事、每個相、每個剎那都是生滅，並非

如表相所看的是連貫相。凡事看淡點，太執著不是好事。若遇到不好的因緣時，就要離外緣，同時心念也要離。若外緣不能離，心念亦要離（並非無奈或冷漠不關心，而是正當事還是要隨因緣照做，但心只放佛號不攀其他相）。

三八、「各人造業各人擔」，自己要照顧好自己的因果。因為一切身口意的造作，絲毫皆在因果之內。

三九、「最危險的敵人」，是自己心裡的習氣，所以不要想去改變他人，來合自己的意。應改變自己，遇事需用善的、和諧的方式去處理它，然後放下它，且落實念佛，讓自己往好的因果路走，才能真保護自己。

四十、如果自己不落實念佛，又不捨棄習氣，卻一昧將自己習氣所帶來的痛苦都怪罪於他人，或只希望得到佛的同情與幫助等的想法與做法，都是知見不正確所導致，才會用錯方法、走錯路。

四一、世間的每件事，皆是好壞相隨，似一塊雜亂的拼圖，人生的路上難免有不如意的時候，「苦」並非絕路，只是個過程，亦是修心的跳板。

四二、本心清淨無染，是因起了貪念，才會產生分別等繁雜的妄想執著，才有了「妄心」。六塵的一切現相，不會去招惹人，而是自己被自己的習氣（妄心）所用，是自己的習氣去招惹了六塵相。

四三、在尚未準備好往生西方極樂世界之前，就需如同芒刺在背般地謹慎。

因為理雖可頓悟，但事需漸修，如果只有表相放下人事物，是假的放下。心放下六塵一切相，「六塵即是佛法」。心有行深信願行念佛，「心即是道場」，亦是最安全及最高的修行方法。

四四、我們現在是世間人，過的是世間人的生活，做的是世間事，不管是順境或逆境，都要「在道德之下，隨著自己的因緣可事事照做」，但不要把世間一切討厭的、喜歡的、好的、壞的人事物六塵一切假相往心裡放。不忘記佛，及真誠心念佛號（就是生活中有在行佛法）。

四五、在還沒有智慧分辨真法、假法和真、假善知識之前，自己要更小心，不要隨便攀緣，心亦不要亂想。若有發現之前所學所行，並非佛講的教理及方法，就要當機立斷，從現在起把心裡的萬緣放下，真信願行念佛到底，有佛力的加持，慢慢才會有智慧出來，就能認清真、假。

四六、「若對佛講的教誨信願不真」，在修行的過程，就找不到佛法的門。入不了門，或會先正後偏的原因，皆是因不知自己已把佛經及真善知識講的法意「會錯意」了，才會表相上用的是佛法，底子裡用的卻是自己自以為是的教理及方法。佛是已到達「果地」的無上聖人，而我們凡夫還是在「因地」，所以在修行的路上

還是要腳踏實地才安全。

四七、有些人只要一念佛號，就起傲慢心，則把佛及佛的教誨皆拋掉了。

四八、在未往生西方之前，沿路皆要注意自己的傲慢心，才不會剛在入口處或在半路上又往岔路走。

四九、凡夫總是好奇心太重，這個也想知道、那個也想看到，一不小心，反而容易落入法執或走向偏邪之路。試想，「凡夫連隔壁鄰居的事，甚至是自己的習氣都看不到，哪有能力看到佛、宇宙真相」？

五十、凡夫只是在學佛心、佛行，並非已在用佛心、佛行。（雖然眾生都有佛性，都有機會成佛，但若不往成佛的道路去實修，要如何成佛？）

五一、在修行的道路上，難免會遇到與自己不相同的法門，自己相不相信，都是自己的自由，一切隨緣，沒有人會勉強我們。信不信佛，行不行佛的教育，亦是個人之事，佛亦不會勉強任何人。任何教理及方法，都只是在做介紹與做為修行的參考，用不用，就看自己的意願。

五二、一切方便法只要不離正法（佛經的教理及方法）就是好，不用做比較，因為最後皆匯歸「淨土」

（清淨心念佛）。

五三、根性高的人，可以不需要教理，或只需要幾句話，自己就知道往修行的正路走，但一般罪業凡夫都需要靠「真的」善知識，依佛經的教理與方法來「引導」入心調整心態，才能漸漸地往對的路走。

五四、要往生西方、要成佛，皆是同一條路，只是層次不同而已。念佛人要有往上品上生的準備，這樣要往生西方就能更有把握（但在修行的過程不可去執著品位高低之事）。

五五、若是往生活中的物質去追尋，永遠都補不足

心裡空虛的感受，「不會快樂，且念佛也不能往生西方」。若有真下功夫深入念佛，心自然會離相且離念，而解脫心不甘寂寞之苦，亦可往生西方。

五六、信願行念佛，一門深入，不必再修其他法，「惡」自然斷。

五七、行深信願行念佛者，即是皈依佛，即是佛弟子。

五八、佛法不是迷信，是教育家，是教育我們在日常生活：

A、「學做好的人」：待人要真心誠懇，不要想、也不

要做損人利己及害人害己之事，與人相處得好，辦事、念佛修行才會更好。修行與待人處事，皆要往正當的方向去做。物質生活飽暖即可，若過量就會成為物質的奴才，亦是在損福。

B、要「行善路」：自己用功修行，把家照顧好，雖然沒有刻意去做好的事（善事），但也不能自私自利，若自然地遇到做好事的機會，就要隨緣、量力去做。做任何好事都不要想得到世間的好處，應該把心放到真空般若。（雖然有做善事，但心不要有做善事的相，才能得到出世的福報。）

C、往「心不執相、不住相」及「信願行念佛」的路走。

五九、佛法是心法，一切要從「修心」做起，並不是要學做學問，也不是要學考試或要學背多少經書、比較念佛數量多寡、打坐多久、睡多少、吃多少、功課做多少、執著表相要如何莊嚴等有模有樣的花樣。（妄想執著習氣減輕，就是在學莊嚴。）

六十、念佛修行，目的是在清除往六道走的習氣，達到清淨心念佛，沒有其他的花樣，修行亦不是在刻意修神通。（「正」的神通不是學來的，而是當我們因為修行而把執著、妄想等習氣的種子都去除了，那麼自己清淨心具足的功德，自然就會出來運用。）

六一、自己是否曾靜下心來仔細想想，自己每日「所忙、所行」是否真正能讓自己安下心來？在每天的日常生活，行、住、坐、臥之中，是否有真正精進地一門深入在實修？是否能讓自己的心愈來愈乾淨，更自在念佛，往回家的路走？或者只是在文字與外相的「幻相」上打轉？是在往沉淪的路走，還是在往出世的路走？是在「忙」著攀緣、攀相，還是在「忙」著真心念佛、真改習氣（丟垃圾）？

六二、「福報」每個人都有，福報存在每個人的心中，只是看自己要不要拿出來用而已。六道及西方極樂世界都在自己的心裡，心「相信」怎樣的教理及方法，就會朝著哪條道路走。心要往哪個方向走、要往生到哪

個世界，一切皆在「為人心造時」。全都是自己一路上所造作的結果，與他人無關，能決定要往哪個方向前進的，只有自己。

六三、如果是真心真意要往生西方的人，心裡自然會恭敬佛，隨時都不會忘記佛，也會誠心念佛號。

六四、要知惜福感恩，才不會把福報掏空。要改造命運，得從「心地」做起，心不再起惑造業，真心念佛，命運自然會慢慢改善，亦能了生死。

六五、如果相信有人的世界，就一定有六道的世界，也一定有西方極樂世界。所以不要因凡夫無智慧看

不到宇宙的真相，就不相信有六道、有佛。

六六、凡夫容易把輪迴與日常生活的痛苦忘記，但卻容易隨眼前的一點小樂處而情願跟著自己的習氣走，不僅身忙，心更忙。若能從今日起，不再浪費生命，一方面誠信的真信願行念佛，一方面心不住六塵一切妄相，就能「身忙心不忙」。

六七、A、不真念佛的人，是貪戀六道，無智慧的心，會帶給人「痛苦」。

B、落實念佛的人，是出離六道，有智慧的心，會帶給人「快樂」。

六八、真誠心要往生西方，心不忘記佛，又真誠心念佛號的人，即是用功。

六九、若是用自殺的方式往生，會被罪業牽引著去受長期極痛極苦的日子。那種痛苦比活著的時候還要加重無數倍，且承受那種痛苦的期限是非常長久的（自殺的罪很重），並非死了就一了百了。所以不管眼前的環境因緣如何，皆不要一直去想煩惱的事情，要把心安下來念佛，才是往解苦之路走，等世緣盡了，即可往生西方，才能永遠離一切苦。

七十、世間日常生活的「本質」，本來就會有不同觀念的人，有不同的事、物，有悲歡離合、生老病死、

喜怒哀樂、衝突對立等等事相，用自殺來解決痛苦，是會讓自己受更苦的辦法，何必要想不開，跟自己過不去呢？（肉體雖非真我，但我們必須借用他才能念佛、消業。）

七一、靈魂會隨因緣而改變：人是人的靈魂、狗是狗的靈魂，唯有佛性是永遠不會改變的。

七二、兩人同時往生，或死後埋葬在一起，即使往生後有再相逢，也會因為有隔陰之迷，而互不相識，且每個人都會被各自的業力與因果報牽引，在六道中各自輪迴。

七三、逝者已矣，不要再一直執著地想念往生者。只要生者真心念佛，往生者不管身在何處，皆能因你真心念佛而感應佛力加持，而可得到最大的利益，一定可以過得更好。

七四、世間的一切人事物，皆是無常，緣起緣滅，沒有永恆不變的因緣與事物。不管任何緣、相都不要留在心裡，不執著、不住心，心無所求，只知真信願行念佛，一切聽其自然不要亂想，不要自尋煩惱。

七五、世間人有已婚、未婚，有各自的因緣。在日常生活皆要隨自己的因緣、環境去過日子，安守本分，不用與別人做比較。要知道一切相、一切緣皆是無常

（緣起性空）。「凡事」不要認得太真，一切順其自然，認真念佛往生西方，才不會糟蹋這好不容易得為人身的福報。

七六、生活的不如意，只是暫時的苦；心被雜相蓋住，被習氣牽著往六道走，才是真正的痛苦。「而修行的苦，就是在於要捨掉習氣」，不要害怕苦，只要心不再跟著六塵一切相走，心跟著佛走，即能離苦。

七七、少慾、少執著、少攀緣，生活就會回到平凡。心不住相，落實念佛，心就會回到清淨。（但並非頑空或做為懈怠的藉口。）

七八、來也空空，去也空空，不要跟世間的人事物做計較，不自私也不濫慈悲，入境隨俗，隨緣合群，但心不攀入世緣（心不隨六塵相起舞）。

七九、修行是修改自己的知見及習氣，才能跳脫塵俗。若依改變心外之事相，來合自己的意，「即葛藤會愈多」。

八十、「世間」是：摻入一點點「無常樂」的「苦世界」。世事皆無常，一切相皆「因緣生，因緣滅」。世事一分快樂，九分苦。有何放不下？（放下，並非不顧日常生活，而是放下自己心裡的一切習氣。）

八一、凡夫需要求佛保護與照顧，才有出世的智慧與週全的力量去過快樂自在的日子，與世緣盡時又能往生西方。

八二、真信有西方極樂世界，真願往生西方極樂世界，真行念佛，亦真懺悔者（以後永不再犯惡），就是在「求佛幫助」。

八三、能覺悟輪迴苦、緣起無常苦、得不到苦、生老病死苦、妄心習氣苦等諸苦的人，就比較會想離苦，也比較會進入真心念佛求生西方的決心。

八四、既已淪為世間人，就要入境隨俗過日子，但

心不要再隨惡，及隨緣起幻化的凡情過日常生活，要隨善及隨法情過日常生活。

八五、當災難現前時，不要驚慌，或怨天尤人，應要冷靜反省懺悔。

八六、在世若做貪佔他人財物等貪污之事，來世必會輪迴做牛馬以還眾人。

八七、若心裡有起不正當的念頭，就要把心念轉為念佛，且身口意永不再造惡業，而往念佛的道路走，就是懺悔，亦是真精進修行。

八八、念佛人的日常生活跟一般人沒兩樣，不一樣的是心的品質（覺悟、無明）。

八九、念佛的人如果自滿，容易會「首熱尾冷」，若不能持之以恆，結果是會「進一退十」的。

九十、「修」是把身口意不對的行為改成對的，「行」則是落實改正了。

【小結語】

要真念佛才能在生活中，有定慧「時常保有覺心」，可幫助在日常生活中學習隨緣念佛、學習生活、學習放下。

「每天都有比昨天」少慾少怨、少自我合理化等，在日常生活中隨習氣、隨六塵相轉的時間減少了，把心收回來，念佛的時間增多了，即是有進步，「但定慧及三昧皆有淺有深，所以不可自滿」。

是否有進步、是否能往生西方？問自己就知道了，不用問他人。

如何看待生命的價值？願不願意信佛念佛跟著佛走？要往生何處？都是由自己做選擇，不是任何人或是佛菩薩可幫你做決定的。但並不是每個因緣及每件事，錯過了，都有機會可由自己決定重新來過。

貳、一般觀念解行

一、眾生都有佛性，是因為被「妄想執著」擋住了，而無法出來運用。

二、因果報，並非任何人「訂定」出來的，而是由自己的身口意「造作」出來的，一切起心動念、身口意造作、事相，皆不離因、緣、果、報。行什麼因，自然得什麼果，這是大自然的定律。

三、馬有五種：

A、看到皮鞭的影子就知道跑。

B、要打到皮。

C、要打到肉。

D、要打到骨頭才知道跑。

E、打到骨髓了還不願意跑。（想想自己是哪一種人？）

四、有些人初聞佛法時，當下很高興，但經過二、三天之後，就又退回到自己的想法。所以不是佛號不好念，是自己的習氣在障礙修行，「也是因信不純，就不會去用佛講的教理，慧根就無法持續增長」。

五、A、有些人「不敢」聽聞真相的原因，是以為不聽就不會有事。

B、有些人聽到真相的話會苦，是因以為自己本來沒苦，是聽了真相的話才有苦，卻不知道「苦事」其實是被自己的習氣蓋住，尚未遇到苦的境界出現時，只是暫時沒有發現而已，並非不存在。

六、聽到真相的話，有些人會感恩誠敬，有些人則會起煩惱心。因為每個人的習氣就如同雲層：厚、薄不同，感受也不一樣，但只要真心信願行念佛，自然能慢慢撥雲見日。

七、一般人因為有「我執」，才會喜歡聽「合我意」的假話。假話雖然好聽，卻非正的教理，信了是會吃大虧的。

八、佛是無上正等正覺、徹知一切真相的聖人，祂說的每一句話，都是從清淨心出來的真相話（覺悟出世的話）。凡夫說出來的話，每一句話都是從妄心出來的話（迷相六道的話）。所以寧願相信佛說的一句話拿來用在修行，也不要聽信無數億的假話來修行。

九、「真的善知識」是指：實際走正路，已修行成功之人，並非自稱的。

十、有真心修行的人，自然會遇到真善知識而得助緣，助其修行得力。

十一、若遇到真善知識時，自己的傲慢心太重或心

存有投機、不誠的心態，則亦會錯失因緣。若今生再錯失佛法、真善知識的教導，就是不懂惜福，也是吃了大虧之人。

十二、念佛修行改習氣，並非像想像那樣困難，而是難在自己把佛經與真善知識講的正知正見的教理及方法誤解了，自己用到偏知邪見去了。

十三、在接觸真善知識說、寫的佛法時，「要誠心受教」，正法才能入心。亦不能只一直停留在思想知道的層次，要「落實做到」。否則只是思想知道，而不去落實，就等同「紙上談兵」。但也不要好高騖遠，只要落實佛講的教理及方法，入心受用，若習氣能捨掉一

分，則智慧就能增加一分。

十四、是否能真與佛法的法意相應，完全決定於「心地的品質」。要是自己心不真誠，即使每天接近佛法，真善知識再怎樣教導，自己在運用的依然是意識心的產物，所行亦是我執的見解。若用錯心、修錯法、走錯路，那麼心的品質不但不會提升，反而會更黑暗。

十五、「我執」是凡夫的通病，認為「我」的言行皆對，只要事相不合我習氣的標準，皆認為是不對的。且執相，才看不到自己的不對及危險。

十六、相信、感恩、恭敬是入法與成功的總根源，

若信不真誠，聞到正法也不能與「正法緣」相應。一般人往往都不懂得珍惜遇到佛法的因緣，亦不知今生能遇到出六道的因緣並非易事。

十七、佛、菩薩度「有緣人」，有「真相信佛講的話」，實際在日常生活依佛經的法意修行的人，即是跟佛「有緣」。

十八、跟佛、菩薩有緣、無緣或斷緣，都取決在自己的身、口、意（想法與做法），不可把自己的煩惱怪罪到佛菩薩身上。

十九、不是佛、菩薩不慈悲，祂們時時刻刻都沒有

離開眾生，祂們用一切辦法要幫助眾生離開一切苦。但凡夫自己卻執迷在一切相，自以為是的想法太深太重，所以很難把凡夫心的知見、想法調整過來。若自己肯「接受」佛法，調整心態，即能離六道。

二十、只要是真心向善、走正路的人，佛菩薩都會幫助，但只幫助「好」的事情，不幫助壞的事情。（凡夫的起心動念，佛菩薩皆清清楚楚。）

二一、與佛、菩薩不相應的原因是：凡夫心所想所行所求皆是自私自利、「自我合理化的好事」。佛、菩薩只會幫助人家離開六道的事情，不會幫助人家繼續往六道路走，這樣凡夫才不會更加重心中執迷六塵一切相

的習氣。

二二、並非除了自己修行的事以外，都不能再另外求佛幫助日常生活中正當的事，而是：不能「口信心不信」，或認為佛幫助我是理所當然的，或只要事情的結果不符合我習氣的標準（期待），就起瞋心等等。若心中有這樣的傲慢心態，就會離佛更遠，那麼即使佛加持你，你也收不到佛的加持力。

二三、「有時」佛、菩薩對凡夫的幫助，是一種獎勵，目的是要讓凡夫更平順、更有力量，而更能好好用功念佛、改掉往六道走的習氣。

二四、得到佛的幫助有：

A、平常有困難時，得到臨時的幫助。

B、此岸帶到彼岸，得到永恆的幫助。

C、臨時及永恆的幫助都得到。

二五、只要有持之以恆，落實信願行，念佛改習氣，就是有跟佛走同一條道路的人，佛菩薩就絕對不會捨掉你（佛、菩薩「不捨一人」）。

二六、佛雖有無上的慈悲、願力、平等心幫助眾生，但是願不願意把佛所講的教理及方法「聽進心裡」，並且落實，這「權力的把柄」還是要由眾生自己決定。自己是否真相信，是否有落實在做，或許騙得了

他人，卻騙不了佛，也騙不了自己，更騙不過因果。

二七、成佛要先做好為人的本分，尤其對父母不但要孝養，亦不可做出讓父母擔心的事情，這樣才有做到基本的善。

二八、修行才是真正的大孝，亦是對父母最大的利益。

二九、拿東西供佛時，心態上真正誠敬，才是真恭敬，而不是在挑自己家人愛不愛吃，或以有所求的出發心來供佛，否則所供的不是佛，而是自己的貪、瞋、癡。

三十、佛是已空無所空，證無上菩提的聖人，我們恭敬佛，並不是因為祂要眾生恭敬，而是因佛法本來就是「從善亦清淨之法」，所以我們當然要誠心恭敬。（敬佛如佛在，不敬如泥塊。）

三一、在道德之下過日常生活，心放下六塵一切妄相，真信願行念佛改習氣，就是在做佛事（做能成佛之事），亦是真讚佛、供佛。心無習氣（心無住相），才能見實相；自覺覺他，即是菩提心。

三二、學佛不是麻煩的事情，學佛可讓自己擁有「出世」的智慧，是很輕鬆自然，愉快自在的事情。士、農、工、商，在日常生活裡的忙閒、走、站、坐、

躺，只要心不專用在某件事時，處處皆可念佛。說沒時間念佛修行皆是藉口。

三三、「時間」並無好壞之分別，但若把時間拿去怨恨他人、說是非、沉迷看電視或打電腦、計較不甘心、嫉妒、擔心雜想等等，做煩惱無益之事，就是做了最不值得及最浪費的投資。

三四、不管做任何大小善事、惡事，或修行走正、偏、邪路，皆會有果報。

三五、不管是心存善念或心存惡念的人，或像一般人是善惡摻半，只要從現在起真心願意回頭，往信願行

念佛這一條路走，每個人都一定來得及轉為有智慧又可成佛者，不但能得到永恆自利，亦可永恆做出大愛平等、真正造福眾生之大事。（念佛是自利利他的事。）

三六、惡夢是惶恐及瞋念等一切惡念的幻境，「真」修行的人，睡覺時很少作夢。夢是妄心的幻境，不要當真。

三七、只要少慾知足，不要在無常夢幻泡影中找永恆、找快樂，心只住著佛號，就有定慧過著活在當下的日子，身心及心外的現象，自然能和順。

三八、凡人不知天高地厚，所以「畏果」；菩薩因

了知一切真相，故「畏因」。凡夫心因沒有出世的智慧，不知道事情的真相，否則一定不敢為所欲為，放任自己的身口意。

三九、有些人雖然有遇到佛法的機會，但卻沒有徹底去了解經書的法意，或雖然有聽到真善知識講的話，但「深」的聽不懂，「淺」的又覺得很普通，或以為只要懂語言文字相上的片面意義，就已是在修行佛法了，卻不知若只看懂文字相，心的態度沒有落實去將佛法的法意「做出來」（心裡無佛），即非真懂。

四十、「所知障」是指：心裡所知道的法意，皆是凡夫心合理化的教理及方法，「是往六道走的工具」，

不能引導修行人往正的路走。

四一、凡夫不知道佛法的法意是「難解易行」之法的原因，是因為佛法並不是任何人設定出來的，而是宇宙永不生滅的真相、真理。因凡夫心無智慧洞見其真相，也不願意用「直心」去學習，才會與正法難相應（難解難行），也就沒有智慧可提升心的品質。

四二、佛法是醫治眾生習氣的處方，只是方便用，並無定法，只要真正確認其法意，實際去實行就好。不要把法相放在心裡一直想，才不會執著於法相（真法實無相）。

四三、佛法有分「正行」與「助行」：清淨心念佛即是「正行」；雖然不用刻意去找善事來做，但若「有遇到」善的、正的語言、法、事、物等，皆要隨緣去助他，即是「助行」。（不作一切惡業即是善，善亦無分大小。）

四四、A、當我們把好的、正的語言、文字、法、事、物等，隨緣布施他人時，若能再加上心不住相念佛，就能藉「善」提升為「淨」，也就是在去除習氣，才能走向「無我」，即是與佛、菩薩走同一條路。

B、若自己得到的好處都捨不得和他人分享，或有藉「善」來要名要利、滿足自己的慾望等等不正的造作，皆會造成由「善」落入為「惡」，會加重傲慢、我

執等等習氣，那麼即使念再多佛號，與西方極樂世界、與佛、菩薩皆不能相應。

四五、「悟」有：「離相」的開悟、「執相」的開悟、「執幻」的開悟。離相開悟後，就有智慧洞見真假，遇一切事時心皆不離正念，能夠永遠往正路走；執相的開悟，僅是一個過程而不徹底，容易半路又走向偏、邪的岔路；執幻的開悟，則會迷在邪知、邪見、妄相裡打轉，會往邪路行（一切相皆虛幻，不要把幻境誤認為是修行進步的成績）。

四六、修行本沒有「得」，真正離相開悟之後，清淨心的「實相」自然會流露出來運用，永不退轉，且

不向外求，故無所得（無形無相，說而無說，無說而說）。

四七、任何法門都有它的教理及方法，就好比我們現在人在台北，想要去北投與去澎湖的方向及交通工具就不相同；同樣的，想要在世間時就有智慧可平順快樂地過日子，又想往生西方極樂世界的人，就要用「止惡，身口意行善不著相，真信願行念佛改習氣」做工具，才不會用功一輩子，但卻往生到三惡道去，那就太慘太可惜了。

四八、一般人要修行很容易，但要往正路走，要成功的機會很少的原因是：無法分辨真假善知識、不清楚

真假教理及方法，老是往自我合理化的岔路走（好比是會開車，但卻不會認指標）。

四九、若念佛修行很多年，但妄念、執著等習氣沒有減輕，還在原地轉圈圈，沒有智慧，不知道如何往正路走，是因為接觸到正法時，只看到表面的語言、文字相，沒有看到佛法真實的法意，就無法得到實修的般若（智慧）。

五十、接觸佛法不在於多，重點是在於「把以前所知所學皆放掉，心靜下來，心甘情願地看與聽」，才會有「聽聞佛法」的般若，進而轉入「實修」的般若，就能找到答案及正路。

五一、學佛：不是要依賴崇拜佛，或只是嘴巴說，或只是心裡有個感恩的念頭，而是要「心甘情願」相信及依照佛講的話去做，才是「學佛」。

五二、人與人之間都須要感恩與尊敬，更何況是對佛，更是要有真誠的感恩與恭敬。因為有了佛法，才使我們有機會從凡夫心、凡夫肉體，回歸為佛心、法體。

五三、「修行人的心態，要愈單純愈好」，不要想得到神通、一心不亂、愛名利、明心見性、見佛、開悟、平安富有等等，有所得的心情來念佛（著相的神通是自己的業障，故要走老實念佛改習氣才安全）。

五四、不是單「想」往生西方就可以去的，而是要念佛改習氣才能去的。

五五、若把想要好處的心態放前面，念佛放後面，「是得不到好處」，應無所求，用直心的心態念佛，「自然有好處」。

五六、信不信佛的教誨，權力的把柄是在凡夫這邊，而不是在佛那邊。不信，就是不願意接受佛的幫助，不想要佛、菩薩救度你。所以問題並不是「佛幫不幫」忙，而是「你願不願」與佛親近。如果心裡不是真信願，對佛存有絲毫的疑慮（是你自己捨掉佛），就會抵擋佛的幫助，而收不到佛的加持力，正法無法相應，

「佛也就幫不上忙了」。

五七、凡夫若不把心放在「念」佛，就都會把心放在「念」人事物、貪瞋癡：六塵一切相中過日子，只會更加重凡夫心的習氣，不會有智慧。

五八、「凡夫」一出生，就在日常生活的每分每秒中，在幫自己做死從何處的功課，所以平時身口意，務必走正確的路，才能往生到好的地方。

五九、能把六塵轉為六淨，即是智慧；能善用方便法（真隨緣），即是智慧的啟用；能超越一切方便法，即是實相。

六十、佛講的一切法，皆是「正法」。但我們在選用修行的方法時，「自己要先了解自己的根性、因緣及目標」，才不會一聽人家說那個法門好，就跟著去學，反而讓心更亂。

六一、生死之路是孤身萬里行，修行也是在了個人的生死，就如「各人吃飯各人飽」，要小心點才不會因小失大。

六二、末法眾生，因習氣無明重，所以平時自己身口意所造作之事，皆非解脫法，要是今生沒往生西方，往生後大多數都會往三惡道去。

六三、今生有機會解脫一切痛苦，若不把握，難道是還想要一直在六道打滾嗎？在六道打滾得愈久，習氣、罪業累積得愈來愈深，想要解脫的機會也就愈小了，等到下三惡道時再後悔，就已經來不及了。一旦錯過機會，來生還會比今生更好、更有機會嗎？

六四、佛對每個眾生皆無時無刻不忘，但眾生的心卻無時無刻只顧迷戀六塵之事。會忘記念佛，是因為自己對於「了掉六道輪迴、往生西方的心意不夠真，才不會重視佛」。

六五、人生苦短，不要再為某件事或某些情執而被「耽誤於眼前的一點小好處，也不要再怨天尤人了」，

應把有限的時間拿來賺取無限的利益。

六六、目前雖是末法時期，但也有佛、菩薩住世庇佑眾生。

六七、不是每個佛、菩薩都是用講經說法的方式度眾生，有些佛、菩薩默默地在幫助眾生，祂們所做的事情是凡夫看不到的，且其實看不到的力量更廣大。但佛、菩薩的目的都是同一個（幫助眾生離苦、成佛）。

六八、有「真」信願行念佛的人，自然會有一切佛、菩薩來護持，邪就無法靠近、侵犯，就能真正安全到達目的地。

六九、有些人世間的事情學得快也做得很好，言行也知做些善事，但心裡並沒有捨我執、妄想分別，不知道這樣只是在做修福報的層次，所以不能了生死。而是要言行往善的方向去做，且要真念佛，及把心裡的習氣捨掉，才是往修布施功德的層次走（可自利利他、了生死）。

七十、學識愈高，愈聰明的人，可以研發出如：電視、汽車、藥品等等可幫助世人生活更便利的物品。然而心中善念較多的聰明人，雖然可以使自己生活充實，也可造福他人，但並不能藉此改掉往六道輪迴的習氣，也不能了掉生死；有些善念較少的聰明人，反而容易因心裡想的點子多，見解多不誠實，對修行這條道路，可

能反而是障礙，聰明反被聰明誤，可說是自己跟自己過不去。

七一、從聰明心得到滿分的好處，不如轉為從智慧心得到一分的好處，因為聰明心是看不透真假的真相，所以皆以自我合理化的習氣在「對付」生活，也不懂得往正路走。而智慧心因有慧照力，心不易被相轉，所以皆以智慧在「對治」生活，也懂得往正路走，且可造福更多人。

七二、智慧是從出世法裡學，聰明之人依入世法，智慧之人依出世法。人道，就是眾生換跑道（出離六道）的「大總站」，要好好珍惜與把握。

七三、凡夫因心被雜相蓋住而無明，日常生活心皆隨六塵相遊轉（迷者）。佛菩薩因心清淨，能徹知一切真相，所以日常生活似遊戲（覺者）。

七四、雖然妄心是生滅相，亦是空性，但末法凡夫的根性，若想要「伏住」妄心，一定要靠信願行念佛，在佛力的幫助之下，才辦得到。若想要「完全破除」妄心，亦要靠信願行念佛往生西方，才辦得到。

七五、在人生的旅程中，或許有很多事情不是自己可以做選擇的，但自己心路歷程所要扮演的角色，「要往哪條路走」，是可以由自己來創造的，不是任何人可以幫我們決定的。

七六、也許今生在人生的旅程中，沒有多大的成就，但只要能止惡向善，且基本生活過得去，修行也能用對法，走對路，能往生西方，能出離六道輪迴，就是今生最大最優的成就了。

七七、在修行的過程，若有所「悟」，悟的是可助捨習氣、助更落實念佛之悟，才是正知見，且不可有悟有得之想，才不會加重傲慢心走錯路。

七八、因為煩惱好斷，習氣難改，所以要常自我檢視，對於六根所觸的六塵是否已真放下了，或是自以為已經放下了。若是落入假信願行念佛，假放下的層次，到臨終時不能與佛力相應就麻煩了（被自己騙了）。

七九、若想再找其他的方法，就是對佛號起了疑心，反而如此念佛跟佛力不能相應，所以「改變外相是治標，改變內心是治本」。

八十、把惡念轉為善念，把計較轉為知足，把煩惱轉為念佛，即是轉念。心無住相，只住佛號，即是轉境。

八一、修行是從初發心至成佛，皆在修覺悟，「佛是已證無上的大覺者」。

八二、遇到初學者，隨緣鼓勵其念佛，讓他人也有機會種下念佛的種子。

八三、正法施的福報比財施大多了。

八四、要放下對人事物的控制及佔有，才能解開習氣的繩索。

八五、老實、落實、直心、真誠、心甘情願、心裡有佛、心不離佛、佛不離心，名相雖不同，但皆是「信願行念佛」的代名詞。

八六、生滅心、意識心、妄心、假我、八識、倉庫等，名相雖不同，但皆是「凡夫心」的代名詞。心有污染，即是凡夫，清淨心才是佛。

八七、「妄想、執著」即是一切習氣的總名詞。

八八、經書裏有許多名相不同的文句、說法、比喻，但意思都是相同的。然「正法實無相」，一切有相法都是因為凡夫的根性與習氣都不同，佛、菩薩怕凡夫因不懂法意而誤用，所以才設出來的「方便法」。任何說出來、寫出來的一切語言、文字，只要遵循著經書的教理，皆可稱為「正法」，都是方便引導凡夫回歸到清淨心的工具。

【小結語】

生活中的一切六塵現象，皆是眾生的妄想執著，所造的共業與別業。所以會隨著個人的業報，在過日子至死亡，及隨個人的念頭、業力，而再去六道輪迴。若想要重業化輕業，皆要靠自己願意去行無上醫王（佛）的教誨，才能改正身口意的行為，才能消業。

參、念佛觀念解行

一、十方世界佛的老師都是阿彌陀佛。阿彌陀佛是無量壽，無量光佛。

二、佛有三身：「法身」，無形無相（不動尊）；「報身」，徹知一切真相（慧身）；「化身」，隨度生而方便用的色身（如人身、動物身、天人、鬼等，隨類應化之身）。

三、世尊（釋迦牟尼佛）出世，是為了告訴眾生了生死的教理與方法，幫助我們往生西方極樂世界。因凡

夫心的品質無法看到佛的法身，也聽不到佛講的話，為了救眾生，所以祂才用肉體出世為人（應化身）。

四、世尊出世時雖貴為皇子，但祂放下所有名利、地位，犧牲小我完成大我，這些舉動並非無情，而是為了救度眾生，成就大事，所以「演現放下」，為的是幫助眾生了生死、成佛。

五、世尊的隨眾，即聲聞眾生（大比丘僧），過去都學邪道，跟了世尊之後，個個都去邪法歸正法，個個皆修行成功。（在學佛修行的道路上，若發現自己走不對路的時候，當知懸崖勒馬，回頭是岸。）

六、佛在經書裡講的法，與當時祂教導身邊弟子的佛法，全都是在教導要如何改習氣（調整知見、想法、方法），才能入佛心、佛行。

七、佛、菩薩原本都是世間的人（凡夫），祂們全都是利用可以成佛、往生西方的教理及方法，清掉凡夫心的一切污染（習氣種子）而成佛，成為西方世界之『人』。只要我們老老實實地用佛經的教導來落實，一定也會成功。

八、「持名念佛」是釋迦牟尼佛與阿彌陀佛為了要救度我們末法時期的眾生脫離六道輪迴之苦，而合作出來的最特別的方法。

九、末法時代的眾生一定要用念佛法門（淨土）才能了生死（如同穿衣服一樣，需隨著朝代而改變款式才合適）。佛在世間時是正法時期，當時的環境人心忠厚單純，適合以小乘方法修行；末法時期的環境，佛法衰微，且人心較雜亂，故適合用淨土法門（即大乘）來念佛修行。（自己可以想想古代、現代的環境與人心，是否有所差別？）

十、持名念佛並不在八萬四千法門之內，但卻包含八萬四千法門，是最殊勝、安全、易懂、簡單、快速，且不論上、中、下根的人都適合使用的方法。

十一、只要真信願行念南無阿彌陀佛六字聖號，必

可以解決一切問題，因為南無阿彌陀佛早已把祂無上大慈悲、無上大願力、無上大醫王，及可解決一切問題的無上大藥王，全都輸入在這六字聖號裡面了。

十二、「南無阿彌陀佛」是一切佛號、經書的總持。念「南無阿彌陀佛」就代表已念到一切諸佛了。一切諸佛、菩薩皆會為有真信願行念佛的人「助念」。除淨土法門之外，其他法門皆需靠自力，沒有佛力護念。

十三、有行深信願行念佛的人，即能相應佛力的護念，所以心的品質亦會自然跟著轉換到正的跑道，且往六道走的習氣，不但不用刻意捨，亦會自然捨（因有定慧，明白六塵真假的真相，而放下）。

十四、依《大寶積經》的法意：末法眾生億億人修行，罕一得道，唯有念佛得度生死。

十五、念佛名義上是「淨土法門」，其實也就是「心地法門」。

十六、過去的高僧大德，其修行成就的方法不一定是淨土法門，但為了不退其正等正覺（不退轉），亦會老實念佛。

十七、清淨心念「南無阿彌陀佛」，就是佛，就是西方極樂世界。

十八、《阿彌陀經》，是佛的自說經，內容所講的皆是信、願、行、念佛。「念佛」是無上甚深微妙法，不要小看這一句佛號，不要想再外加其他方法來修行，才覺得更有效果，這是不對的想法。

十九、佛是無上綜合大「醫王」；南無阿彌陀佛聖號，是無上綜合大「藥王」；「真」善知識是無上有效的「助緣」，可治六道的一切痛苦。

二十、真正知道正確的教理及方法只是「處方」，有拿到處方藥且「有服用」，病才會好。且一路上要「一直服用」，直到往生西方，到了安全的世界，才不會再犯「六道輪迴之病」。

二一、唯有佛才有無上的正知正覺，明白宇宙的一切真相與真理，我們凡夫無法衡量祂的一切。唯有照佛講的教理及方法（指標）去實行，才能真正永遠離苦，也才有智慧做出平等、大愛的事情。

二二、若要接觸多種或其他法門之前，要先知道自己的根性在哪裡，才不會走冤枉路。

二三、一方面修行，一方面研讀佛經，要花很多時間，所以修行所需的時間亦會延長。若尚未真正開悟，看經書反而可能誤解法意、增長慢心，而障礙修行，所以還不如單純且老實地念佛號，既可保證安全，且成就又大。

二四、講錯法，會傷害眾人的慧根，故不可隨便講經說法。有時因為一句話，就會背負大因果。

二五、若想邊念佛又想邊看經書者，初學者可參考看《阿彌陀經》，等過一段時間，念佛號的基礎穩了，再參考看《無量壽經》、《觀無量壽佛經》及《地藏經》、《大勢至菩薩念佛圓通章》；等念佛有成就時，再參考看一些般若經書，如：《心經》、《金剛經》、《楞嚴經》等。看經書，要先看完一本再看另一本。平時、早晚課時，都要以一心念佛為主。看經書的時間，不須刻意安排，平時有空閒時再看即可。若能真正把一部經書的法意通徹到底，其他一切經書雖不看但亦可全部都通徹。

二六、佛經的教理及方法是佛講的，所以關鍵是在於要把佛經的法意拿來「實修」，而不是要拿來「念給佛聽」，也不是在做給他人看。

二七、念佛念到成就時，三藏十二部經自然全都包括在心中了；過去修行大德，有的人原本不識字，但修到後來不但能看經書、能說法，甚至能寫字弘法。

二八、所有一切語言文字、一切相，皆是生滅相（方便用的假相）。唯有「南無阿彌陀佛」聖號，可幫助末法眾生離六塵一切相，且成佛。

二九、未往生西方之前，皆還不算是真正修行成

功，皆要持續地真心念佛。

三十、要漸漸學習放下分別、執著、妄想，才能漸漸進入萬緣放下，「心不住相念佛的層次」。

三一、念佛人，不要用自己習氣的那一把尺去測量佛菩薩及他人，或因生活較平順了，自以為念佛的成就都歸功於自己（要小心貢高我慢）。

三二、面對正當的事，一方面要盡力去做，另一方面則要順其自然，且要知足也要有因果觀念，日子就會更順利。

三三、修行是要靠自己在生活中落實去體悟，而不是靠感覺或自我合理化。

三四、不能才念佛幾天、幾年，覺得沒有什麼效果時，就不再信、不再修此法了。此時應自己誠實地靜下心來，反省一下，自己是否有真相信、真照佛講的教理及方法去行？「若有真依照佛經的教理及方法實修，即使不想要順利、不想要好處、不想往生西方也難」。

三五、念佛時若心裡無佛（心隨妄念習氣雜相走，是在靠自力念佛），那即使念一輩子也相應不到佛力的幫助；但若沿路心口一致，真信願行念佛，那麼不用斷盡見思惑，亦可得到佛力的幫助，不但能消業障，且在

世間的日子也能過得自在舒服，與世間緣盡時亦可帶業往生西方。

三六、有些人表相看起來很用功在念佛，很懂經書，很相信佛法的樣子，但因心裡「自以為是的主觀習氣太剛強，且跟著妄心的合理化走」，所以才會依自己的習氣，且攀幻境為主修。像這樣的修行者，就算修行了幾十年、幾輩子，還不如用清淨心念一句佛號所得的利益。

三七、修行之人的目標只有一個——讓自己活在世間時能「改掉執取六塵的習氣」，能一心念佛，且與世間緣盡之後能往生西方，沒其它花樣。（修行的過程要實

在，才不會因為著相，招引幻境，而往偏路走。）

三八、正法的工具，只要到達彼岸，皆要捨去，何況非正法的工具，所以路程的風光皆不可攀，心只攀佛號才安全。

三九、不是要刻意「造」個清淨心、不住相的心、不亂的心來念佛，而是「心」不需專事時，什麼相都不跟，「心」裡只有佛，「心」只管輕鬆地跟著佛號，就是往改習氣、往清淨心的方向走。

四十、過去生因無明，而跌進了六塵相的泥沼中，才會在六道輪迴，若今生再不覺悟，就又會被六塵相留

在六道輪迴了。

四一、因為宇宙間有很多條路，亦有很多方法在運作，但結果都不同。

四二、心若隨習氣、六塵相走，就會像迷路的小孩一樣，回不了家。心若跟著佛走（心不離佛，佛不離心），就可往生西方，回歸到清淨的家。

四三、雖然有在用功念佛，但不是真正願意往生西方（心捨不得丟掉攀緣、攀相的習慣），導致正解脫法無法入心，那麼縱使整天念佛，也只是跟佛號「結個緣」而已，念一輩子，也是枉然。

四四、念佛號很「簡單」，三歲小孩也都會念佛號，關鍵只在於，要將心的善念及清淨，運用在身口意的作為上，「才能通過臨終的大考驗」。

四五、若不知知足惜福，就不能真正放下，修行就會進進退退。在逆境裡肯學，變順境就不學了，或想到時就念幾句佛號來「安自己的心」，就打混過去了。光知道眼前之事，不知眼後之事，其人可憐，罪還不知要受到何時才能止。

四六、當我們還沒有做到一切相都不入心之前，若想利用看電視來「調整一下心情」，最好能在未看之前就先把預計要看電視的時間設定好。如果原本預計要看

十分鐘，等時間一到，不管劇情有多吸引人，最好能慢慢訓練自己能做到離座或者不看。因為若能做到以這樣的心態去看電視，才能說是休閒，而不是一直放任自己的心與電視裡的相合。

四七、發現妄想生起時，只要知道就好，不要再跟著它往下想。只管念佛號，才不會妄念「長似連續劇」。

四八、並非要等有空才念佛，而是心不須專用在某件事時，記得就要念佛。

四九、「只要習慣念佛的種子，勝過習氣的種子，

就能慢慢破除妄想執著，往一心念佛的層次走」。

五十、早晚課念佛畢，也把平時所有善行，都回向往生西方，不要再眷戀世間福了。

五一、念佛時，有妄念出現，並非全是不好，正因為有在念佛改習氣，「才會發現」自己的妄念，所以不要覺得懊惱。只要心有佛，及真誠心念佛號，「不去管妄念」，那麼反而可藉妄念來修行。久了妄念、習氣自然會慢慢消減。（沒有念佛、修改習氣的一般人，根本「不會發現」自己的妄念、習氣。）

五二、若念佛時，心有佛號與妄念同時並行，就如

同走到「分叉路」，只要不往妄念的那一條路走（不往妄念那邊的題目去想），只往念佛號這一條路走（心跟著佛號走），就是走對路。

五三、念佛念不好，並不是你笨，而是因為這一條路你還不熟悉，不要懊惱、氣餒，只要常常念佛，念佛修行的層次自然會慢慢提升至「心不離佛、佛不離心」。

五四、「心不離佛，佛不離心」是指：身走到哪裡，心皆不忘記佛，心跟著佛號走，心不跟著妄相走，「因為唯有佛號才是真的」。

五五、要相信所有眾生皆有佛性，只要止一切惡，落實念佛一門深入到底，就會有因緣成佛。（念佛是因，成佛是果。）

五六、對於自己最珍愛、最重視的人事物，因感情深厚，所以會最放不下，會最想念他。工作時想，吃飯時也想，走、站、坐、躺，思思念念「想」的都是他。若我們能把這樣的感情拿來「想念佛」，那麼很自然地就不會再忘記念佛了。

五七、假設某大賣場在舉辦三分鐘免費搬東西的活動，賣場裡的一切東西都可以自由搬回家去。我們若能把在搬東西那時的專注及迫切的心態，拿來用在念佛修

行，分分秒秒不敢懈怠，則今生一定會有成就。

五八、一般人都只知重視六塵、六道之事，卻不知道要重視了生死的大事，所以才會忘記念佛。

五九、修行若一下很用功，一下又放鬆回來，像是要報答自己剛剛用功的辛勞；或一方面念佛，一方面又執著六塵相，一再加重習氣；或不肯腳踏實地，心裡老想著最好有一個方法，聽一次就能得戒定慧，把問題都解決了，這些都是不對的想法。要無所求，只管念佛，才是正確。

六十、生氣、煩悶、心酸的時候，雖然也是有在念

佛號，但若生氣、煩的心情還是存在，那念佛號的效果就會比較不理想。應把生氣、心酸的心情放掉，若放不掉就不要去管它，任憑它出來吧。只管心不離佛，及真心念佛號，就不會再被意識心出來的產物「牽著走」而加深業力（習氣）。

六一、心有事就有苦，心無事就不會苦，心黏在佛號，就會自在，有煩惱有苦皆是自找的。

六二、念佛須念「南無阿彌陀佛」六字聖號，最好加「南無」表示恭敬及皈依，但隨眾念時則可隨緣。

六三、早晨醒來的第一個念頭要念佛，在日常生活

中，只要心不須專事時，「心」就要萬緣放下，心要回來攝在佛號，晚上睡覺時，身心平靜放輕鬆，心裡也要默念佛號。睡前念佛，關鍵不在於念多或念少，要平靜地念，自然地睡著，不要提著一份心在念，才不會影響睡眠。

六四、念佛號時不論是默念、出聲念、金剛念（雙唇微動）皆可，沒有規定要以什麼形式來念，只要適合自己，「自然」就好。

六五、初學者想用個方法，使自己念佛號能更加攝心，可參考用：「字字口念清楚，字字耳聽清楚」的方法，「慢慢就會有定慧」。

六六、把佛號字字口念清楚、字字耳聽清楚，目的是要幫助我們攝心，才能破除妄想、攀一切相等習氣，讓心慢慢能更清淨念佛。「若沒有聽到自己的念佛聲時，就是心已被相拉走了」。

六七、只有念佛，不外加其他法門，且萬緣放下，一心一意攝在佛號，這就是「老實念佛」。

六八、念佛的過程，若心裡有感覺枯燥乏味，或有起任何煩惱時，皆不要去研究它，「要不取不捨，才不會愈理心愈亂」。

六九、每個層次的定慧若有提升了，不需他人教，

自己就會知道再提升層次，「真用功三至五年，就會加深定慧，而明白真假相，幫助放下」。

七十、要辦一切事皆有順序，修行的成就，也有層次。「只要路有走對」，不但不會盲修瞎練，修行的層次也會自然提升，所以不要好高騖遠。

七一、念佛的層次是在「功夫的深淺」（妄想執著分別、貪瞋癡的習氣放下愈多，往生西方的品位也會愈高）。

七二、原本用計數念佛、拜佛，可參考改用計時念佛、拜佛，會比較自然。

七三、若早晚課一做好，就覺得輕鬆了，那表示是用應付的心態在做。不管是做早晚課時，或是平時念佛，心都要平靜放輕鬆，自在地念，才不會覺得累。做早晚課也不要缺課，若停做一次，就會前功盡棄。

七四、初學的人念佛，比較容易感到昏沈，靜坐時若是有深重的昏沈出現時，就休息一下，等睡飽再念佛；若是輕微昏沈，心裡也要念佛，或起來拜佛，或走動一下，喝點水等等。活動是身體在動，吃東西是嘴巴在吃東西，不需要用到心去走動或用心吃東西，所以要心不離佛。

七五、靜坐時要以念佛為主，心不要放空也不亂

想，心不要攀相，才安全。

七六、洗澡、睡覺、上廁所、在不潔之處時，念佛要改用默念，表示恭敬。

七七、平時不會頭痛，但念佛時會頭痛，那是因為當時把力都用在頭腦（氣往上升，且用頭腦修行，也不能得定），「只要放輕鬆，專心地念佛」，頭痛就會改善。

七八、心外的念佛聲（例如念佛機等），是提醒自己心裡要念佛的助緣，心不要去攀相，「心」要貼著自己心裡念的佛號，才是走對路。

七九、念佛時，心不要急，心只有佛號，一心一意地念，一句接一句。把「念佛但又同時在想事情的習慣丟掉，不再用它。肉體的一切感受、世間的一切六塵相雖然都在，但心都不要去管它」。不是硬撐、不是壓抑，要自然面對一切緣相過正當生活：餓了就吃、癢就抓、冷就加衣等等，主要是心不攀六塵相，心甘情願念佛，才能入「念佛之門」。

八十、念佛修行的過程，會因心態的轉變，而感到不習慣，以及因為你的用功，而把八識裡習氣的種子「逼出來」，心裡的妄念、感受，將會比未念佛、未改習氣之前，變得更多、更孤單寂寞、心的感受會更苦或更煩更亂（會反覆翻滾多次）。但此階段只是必經的過

程，是在幫助我們清垃圾、改習氣的好機會，也是修行的關鍵處，千萬別放棄或苦惱。遇到這種狀況時，只管冷靜放輕鬆，知「凡所有相皆是虛幻」就好，所以不要去管它，心裡認定念佛號才是「真」，千萬不要再被習氣牽著跑，或再外加其他法門，才不會又往岔路走。「只要有真信願行念佛改習氣」，佛菩薩自然會幫助你平順通過這些過程。

八一、如果所在的場合不方便念佛，或遇到有人不願意見到你念佛時，則可改為在心裡默念即可，不須要因為任何狀況的阻撓而改變自己念佛修行的心意。（自己心裡在念佛，凡夫不會知道你心裡在做什麼。）

八二、走路時，眼睛可以觀看一切萬物，但相皆不要往心裡面放，「要把心往內攝在佛號」，心才不會跑出去攀相，才是用對法。

八三、當在看書、工作、講話、算錢、計劃事情等心須專用的時候，就先專心地做好事情，等事情做好了再念佛。但如果是做一般家庭瑣事，或在做不須要很專心的事，則表相上雖然在做事，但心裡也要念佛。

八四、當我們在把修行的路想清楚時，或是在計劃某件正當的事情時，因為自己還沒有走到有慧照力的層次，就需要靠「想」臨時方便用，但心也「不要同時念佛」。等把事情想好了，心就要萬緣放下，「心轉為念

佛」。如果能依照這樣做，就不算是妄念。

八五、念佛不是為了要肯定自己或精神寄託、與他人比高低比名氣、或做人情跟流行。在修行的過程也不要因為有一點小悟出現，就認為自己有多了不起（有得），若有這種傲慢心，就很容易會失去正確的方向。

八六、順境時不可執相，逆境時更不可執相。好壞念頭、所有習氣出現，皆是可使修行人，藉修行將八識裡的污染去除掉的好機會。修行人要有決心與耐心，不要急躁或嫌無聊，應一路不更改地一門深入再深入。

八七、「至心信樂」是指：心裡的堅定要如同「釘

子釘住了」！心就不再動搖，從此一門深入念佛，「能一心念佛，和萬緣放下，心才不會亂，就能意不顛倒」。

【小結語】

不要因認為自己罪業深重，就產生懷疑：自己有資格往生西方嗎？佛會救度我嗎？等擔憂疑慮的心態，才不會加深雜念，而阻擋自己信願行念佛，往生西方的機會。

今世有幸得人身，不管自己長相如何、身份地位高低、過去是好人或壞人，從現在起：自己真心願意在道德之下過日常生活，把執著六塵相的習氣，換為信願行念佛的習氣，就是歸依佛，就是佛弟子。

肆、為何會輪迴

一、人是由「四大」（骨頭、血液、體溫、氣息）所組成；雖然外在的體形不同，但每個人都有「六根」（眼耳鼻舌身意），與六識（眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識）、「七識」（如有走到正路而證，識即會轉為智）、「八識」（習氣的倉庫）、「五蘊」（色、受、想、行、識）；而每天人體所接觸到的皆是「五欲」（財、色、名、食、睡）與「六塵」（色、聲、香、味、觸、妄心的想法）。

二、凡夫為了要讓自己的肉體及心裡感到舒服，就

會把心思用在金錢、淫欲、地位、口欲、睡欲等五欲方面去費心去執著，且迷失在眼睛所看到的人事物、耳朵所聽到的聲音、鼻子所嗅到的氣味、舌頭所嚐到的味覺、肉體所碰到的觸覺、心裡的念頭等等六塵妄相，拼命地去執著、去抓取。且在日常生活中「六根對六塵」時，總是被凡夫心的習氣牽著去執著愛恨情仇、食衣住行、吃喝玩樂，更愛享受他人的尊敬與肯定，心裡的一切感受皆要合自己的意，否則就會不舒服。不愛依佛經講的解脫路去行，而偏好用自己往輪迴的那一套習氣去行。就算念佛也愛打妄想，心不甘寂寞，總愛在外相上打轉，在心外求法。

三、富貴如浮雲，人生短短數十載，就算真的貪圖

到一點小好處，又真能享受多久？世事無常，且生命其實是脆弱不堪的，應好好想想今生來世間的目的到底是什麼？為何要執著，緊抓著「垃圾」（六塵的一切無常緣、相）不放呢？若真等到失去人身，才體認到「萬般帶不去，唯有業隨身」的道理，那可就太遲太慘了。

四、肉體是五蘊的「傀儡」，也是五欲、六塵的「奴才」。妄心、雜相，是生滅相、空性，只要心不去攀它，心攀佛號，「心」就不會有事。

五、一切六塵包羅萬象，皆是因緣假合（緣起而生，緣盡而滅），所以不要當真，不要執著。

六、心若隨六塵相波動，心就會與六塵相糾纏不清。心若放下萬緣，行深信願行念佛，心就會有戒定慧，心就不會再隨波逐流。命運會如何？一切端看自己心裡的觀念及方法，是用入世法或是出世法在過日子？

七、每個人都是自己命運的建築師，所以不必與別人做比較，煩惱也無用，但自己要「深思熟慮」，要清楚自己要的是什麼？若已確立了正當的目標，就要盡其一生去落實，「不要迷失在慾望與得失心之下，身心一再被物質與凡情所用，糊塗、匆促地走完一生」。

八、過去心（記憶回憶）、現在心、未來心，三妄心皆是虛有，別當真。

九、凡夫心就是被「相」污染的心（染著習氣的種子），而「相」可分為兩種：

A、「內相」如：貪、瞋、癡、嫉妒、回憶、煩、苦、痛、感受、想法、念頭等等一切受想行識感覺之妄念相。

B、「外相」如：色、聲、香、味、觸、語言、文字等等一切人事物之緣相。

因為凡夫八識（倉庫）裡存檔了習氣的種子，「若種子不清乾淨，則春風吹又起」。例如：當你聽到不合你心意的話，或看到不喜歡的人事物時，瞋心的念頭（瞋的習氣種子），就會出來與相合。若是這樣，則八識裡頭，瞋的習氣種子，不但不會減輕，反而又加重了一份力量，其他一切相、心裡所有念頭、感受也是如此。

十、煩惱與習氣等一切相，皆是凡夫心「想」出來的，「想」是妄心的總根源。只要「想」一出來，一有起心動念，心與相合了之後，就會指揮肉體的身口意去造作。就如心裡想要看電視就會去看；想到不喜歡的人事物，心裡就會煩。雖然凡夫是用「意識在修行」，但只要「心裡想」的是佛號、是佛、是西方，就不算是妄想。

十一、凡事都因先有「想」，才會去做，有「想」就會迷失在「自以為真」的六塵一切妄相中過日子。所以要是能在心不專事時，把心的「念頭」都攝在佛號，慢慢就能不再隨意識心的「念頭」去造業。

十二、凡夫並不知道，每個起心動念皆是妄想。若沒有佛力的幫助，「想」是捨不掉的。

十三、凡夫以為心裡什麼都沒想，其實心是處在無明；而行深落實念佛的人，什麼都沒想，則是處在戒定慧。

十四、凡夫心因為執著五蘊、肉體當「真我」，且把生活中的人事物，及六根所接觸的無常相，認為是真的、永恆的，加上自己內心「合理化」的慣性，才沒辦法超越自己的十八界（六識、六根、六塵）。

十五、「心不用」妄想執著分別，用行深信願行念

佛，則清淨心的智慧自然會出來，隨著「真理」而行。（相歸相，心歸心，本不相干。五蘊不用，即能捨識用根，而超越十八界。）

十六、意識心是「麻煩心」，所以今生一定要下定決心，行深信願行念佛，在佛力的幫助之下，才能藉六塵相捨妄心，且可以永遠解脫麻煩心。

十七、修行的目的，是希望能有智慧、能過著快樂自在的日常生活，且今生即能脫離六道，往生西方。是否能如願的關鍵皆在「自己的心」。

十八、如果反覆在六道輪迴有這麼美好，為何還會

愁眉苦臉？如果你是真心希望今生可以解脫六道輪迴，往生西方，那麼平時就應和諧地過日子，應心不離佛、佛不離心（心跟著「佛」走）。

十九、造是非者，是幫他人消災，而自己是在造惡果，是很不划算的事情。

二十、過去的雖然不能重來，但還有未來，所以從現在起，真心懺悔，珍惜眼前的福報，且行深落實念佛，就還有機會跳脫習氣的牢籠。

二一、若改變不了他人，就要改變自己（自己要迴光返照，不再去看他人的對錯，才不會生生世世，一直

在重覆恩恩怨怨的事情）。

二二、是否能往生西方，是在平時就要真捨掉，貪瞋癡慢疑等五欲六塵。

二三、要有得，就要捨得失去，「放下」，只是失去本來就要捨掉的東西。

二四、得人身時，心路歷程有兩條路可選擇：一條是再續走六道路；另一條是可轉換走念佛往生西方路。

二五、對於念佛往生西方之事，目標要明確，發心要真，要落實去做。

二六、真念佛的人，累了就休息，不累了就再念，習氣有減輕就不會累了。

二七、「上根者」，聞到佛法，就會堅信堅穩地往上修。「中根者」，聞到佛法，就會沉、浮地修。「下根者」，執意不聞佛法，或有聞到佛法，也不願入心。「根性何等」，皆要看個人是否有落實，在修可了掉輪迴之法。

【小結語】

因為每個人對人生真正的意義有不同的見解、所追求的目標有所不同，或對生命無常轉眼成空的真相也有不同的體驗與認知，所以對於追求生命的真實意義，與對了生死的迫切程度也就有所差別。

不管是男女老少，我們每個人都有佛性（真我），只是因為經過累世以來的造業，受到妄念、執著的污染，而使本來澄澈純淨的法體，變成了汙濁的肉體。肉體是有生滅的，肉體死後腐化就不存在了，只剩妄想、習氣（造業的力量），再次受到業力的牽引，去換上另一個肉體。但我們的佛性並不會因這些生滅輪迴而損失

或消滅，因為佛性是清淨沒有形體，是不生不滅的實相。

有生必有死，死亡並不可怕，死亡就如換另一件新的衣服。可怕的是：你不相信佛的願力，不趁「今身」的機會落實念佛往生西方。把造業的力量捨掉，不再續造六道的肉體，不再續住六道的世界。

伍、要出離六道須改習氣

一、在世間的日常生活當中，最會擾亂身心與生活品質的，就是習氣。修行最大的困擾也是習氣。修行沒成功而會往六道輪迴的原因，一切都是，自己不願意用佛法轉習氣（因為自己捨不得丟掉習氣）。

二、有在念佛，但沒有真心要改習氣的人，念佛要念到一心不亂，時間要很長。

三、凡夫心的習氣，是生生世世累積而來的習慣，若沒有靠佛力的幫助，只靠自己一樣一樣去修改習氣，

是很困難的，且永遠都改不乾淨。

四、一般人想要修改脾氣或其他習氣時，皆會刻意用壓抑或忍耐等「入留」的方法來對付，不但會累積怨恨等習氣而傷害身心，且又不能真正解決問題。若能用「入流」的方法來對治，自然就會和諧多了。「忍耐」是世間的辦法，「心不住相，落實念佛」才是出世的辦法。

五、識情者，是用世間法在「對付」生活，每日皆是忙盲茫在過日子。智慧者，是用佛法在「對治」生活，每日皆是快樂的好日子。

六、「改習氣」就是：看淡，不再貪愛六塵，放下妄想、執著的意思。

七、「改習氣」，並非只是改掉脾氣而已，是要把貪瞋癡慢疑、財色名食睡、妄想、執著、分別等，會讓我們往六道走的習氣放下，才是正確路。

八、心能把習氣放下幾分，且可進入一心不亂念佛的層次，跟修行的時間長短、學歷無關，而是取決於自己的信願及實修落實幾分？

九、心不住相（真放下），加上落實念佛，「雙管齊下」，力量就更大了，因為此方法不但可以使新業不

入八識（倉庫），且又能在不知不覺中慢慢去掉八識裡舊的雜念與習氣（消業）。只要心愈來愈乾淨了，自然會慢慢有出世的智慧出來運用。

十、「心不住相」是指：不管是眼睛看到的任何人事物、耳朵聽見的聲音、鼻子聞到的氣味、舌頭嚐到的味覺、肉體觸到的觸覺、心裡跑出來的念頭……一切合我意、不合我意的六塵一切妄相，都不要往心裡放。走路時就走路、吃飯時就吃飯、看電視時就看電視、睡覺時就睡覺、念佛時就念佛、工作時就工作，應酬、穿衣、吃飯、走站坐躺、所有閒忙動靜之間，都能在道德之下事事照做，「但心無著痕」。

十一、「心不住相」，並不是要使人成為木頭人，什麼事情都忘記了，什麼事都不做，或變得忘恩無情、逃避消極、或濫慈悲。而是指：只要是正當的事，皆可事事照做，且心只有佛及住著佛號，有佛力的幫助之下，這樣「心」才不會與內、外相打交道，才能擺脫六塵相的束縛。

十二、「有往心不住相的層次走，且沿路信願行念佛的人」，一定可以往生西方。根性高的人可上品上生，而根性低的人也可帶業往生西方。

十三、不要因為滿足自己一時的貪欲，得到眼前不正當的便宜，而感到高興。因為後續必定有吃大虧的苦

果報，隨時等著你去受。（萬法皆空，因果不空。善惡皆逃不過因果報，要時時保護自己的身、口、意。）

十四、若在心裡咒罵別人死，是心殺之罪。有感恩知足、有念佛的人最漂亮。

十五、要往生西方、要成佛，並不是「學」表相之事就可以成就的，而是要把往六道走的習氣放掉，把習氣改為念佛（是「修改」出來的）。

十六、「心」執黏六塵相，嘗習氣之苦，何不改為：「心」執黏佛號之樂？

十七、若一方面念佛，一方面卻又不願改掉惡習，那念佛修行是為了什麼？

十八、真懂得愛自己的人，不但不會忘記佛，也會落實念佛，且知道用淨念善行去待人接物。否則即使有再大的委屈、功勞苦勞，也抵不過尖酸、怨恨、心胸狹窄所造成的過錯。（心若起惡，受苦報的是自己。）

十九、能降伏自己的習氣，且今生可往生西方的人，才是真正的贏家。

二十、要往生西方或六道輪迴，皆是「唯心所造」：心若想到惡念，身口意就會造惡業；心若想到善

念，就會造善業；心若不染相，心裡只有佛，及真心念佛號，就是造正業（走正路）。

二一、不要苦的人，心只會跟著相走；要離苦的人，心就會跟著佛號走。

二二、我們念佛不就是為了要了生死，為了要往生西方嗎？為何還要再去執著，會讓我們不斷生生死死、往六道輪迴的東西呢？

二三、時間會過去，但業力不會隨著時間了，最好在意識清楚，身體健康時就要修行，不需要等到有苦境時，才想要修行，才比較穩當。

二四、因緣世事難料，早日修行才實在，不要再為習氣辛苦，為習氣忙了。

二五、世間日常生活中一切美好的事相（世俗所謂的好命），都比不過在日常生活中，有正知見，有智慧認清自己與世間的「本質」，能落實念佛往生西方極樂世界的因緣福報來得「好命」。

二六、心放下無常的假緣相、改掉一切習氣、心不住相、萬緣放下，名相雖不同，但皆是「心不住六塵一切妄相」的代名詞。

二七、心裡的感受、想法，皆是妄心的意思。

【小結語】

別小看輪來做人的福報，因為六道裡只有在人道時，才最有機會「換跑道」，可幫自己造來生的好去處，且也是利他之事。往生西方就如同要移民到國外，平時心裡就不要再貪執本國之事了。

雖然末法凡夫，是不可能在今生，就修到業盡情空的層次，但只要肯行深信願行念佛，定可漸進凡轉聖，切莫錯過。

陸、要往生西方須念佛

一、不管任何長相、貧富、任何身份地位的人，世間之旅總有一天會走到盡頭，自己是否曾經想過：當臨命終呼吸困難、四大分裂時，肉體將有如抽筋折骨之痛，再加上心裡對世間一切人事物的不捨，還有冤親債主的報復障礙，身心將承受一切「極痛極苦」的感受。雖然意識是清清楚楚的，但想動動不了，想說又說不出口，也無法用任何表情來表達心意，且最少要這樣持續八至九個小時，意識才會離開肉體。如果當時得不到佛力的幫助，那麼將會是怎樣的情形？將會往生何處？

二、亡者是否有真正往生西方，不是光看表面的緣相而定，而是要看實際的因緣。

三、如果還沒有修行成功，但壽命已盡，佛、菩薩自然會讓「真」信願行念佛的人延壽。

四、末法眾生因有淨土法門可以修，可得到佛力的幫助，所以要往生西方極樂世界，比往生為人、為天人的機會，還要來得容易。所以一定要把握此生，從今起決心專修真信願行念佛這條道路。

五、修行再怎麼苦，也不會比在六道生活中，所遇到種種不合我意之痛，亦不會比淪陷在惡道受千刀萬剮

之痛。念佛即可消除業障、捨習氣，又不用花錢，或是要特別花時間來念佛。念佛亦不會痛也不吃虧，反而念佛是最愉快的事情。所以心要放下萬緣，才不會再受輪迴之痛。

六、有些人雖然想要離六道輪迴，也有在修行，但總是不得力，是因沒有在心不需專事時，就要不斷的訓練「萬緣放下，專心念佛」的事修，總是走走停停的，才沒有辦法提升層次，就會覺得修行很難。其實只要「做了」就不會難。凡心是需要「經過正法意不斷的訓練」才能一步一步地轉為聖（有真下功夫修行三至五年，就會有明顯的進步）。

七、末法眾生要是沒有佛力的幫助，正教理就無法入心受用，修行就會盲修瞎練。且整天都是守著六塵相，守著慾念、藉理由在過日子，很難捨掉往六道走的習氣，臨終時不能一心念佛往生西方，就會被自己的業力強拉去受六道輪迴之痛。

八、心不忘記佛，及真心念佛號的人，自然會相應佛力的幫助，即使尚未修到成就之前就往生了，也不會墮落三惡道，而會直接再輪迴得人身，得到繼續修行的機會。「但因輪迴會有隔陰之迷，所以來生也有可能不知修行之事，所以還是要把握機會，今生就修行成功才安全」。

九、若沒真念佛的人，因處在今日的五濁惡世，煩惱、誘惑太多，且生生世世所造的習氣、業障太雜太重，大多數轉世都不能為人，皆會隨著自己的業力下三惡道。

十、佛只會幫助我們往好的路走，絕不會傷害我們、讓我們不好。只要真心願意回頭，確實行佛講的教誨，就有因緣提升至「把六塵轉為是修行的法具」。不管身在哪裡，心皆會快樂自在（已是有智慧的人）。

十一、若平時「心」沒有往落實念佛的道路走，等臨終時，還來得及換跑道的人，是少之又少。

十二、若心不換跑道，則生生世世皆被妄心所操控；若能在起心動念之前就開始念佛，就能不再起惑造業，而能斷生死根。

十三、活著時能不能有智慧，快樂自在地過日子，世緣盡時是否能往生西方，責任皆在人「心的品質」，而不在佛法，不在佛、菩薩。

十四、在六道輪迴，就像與家人失散，在外流浪受苦的小孩。今生有幸遇到念佛法門，就是遇到永不嫌棄、永不捨棄我們的淨身父母（法身父母），讓我們有機會回去最幸福、最安全、永無一切苦的「家」。所以我們應該把佛號當成如：最親最愛的家人般，來念佛

號。（心裡除了有親情般的親切心態，專注念佛之外，不需再加任何文字或觀像。）

【小結語】

雖然六塵相是緣起無常，因緣皆會改變，但相的本身並無苦樂，是因知見不對，用錯心念了，如：「我的身心、我的人事物、我的感受、我的付出等，把五蘊誤認為是真我，把六塵相認為是真的」，才會把緣起的現象，誤認是「我的」苦樂了。

「用習氣在過日子，是痛苦的包袱」，放下它，全心念佛，才不會跟世事的是與非同流合污，而亂了自己的念佛心。

柒、要如何往生西方

一、往生西方這件事，不可馬虎當兒戲，要知道自己的修行是否是真往正路走，才不會又加重業力，又走冤枉路。

二、想要往生西方極樂世界，並非是自私或小願的人，而是因為目前自己還是罪業凡夫，若依照自己的教理及方法，是改變不了環境的，且亦不能幫自己及他人了掉生死輪迴的大事。應等到了西方極樂世界之後，擁有真實的力量，明白真正的真相及真理後，再來掛心未完成的事情，再來救度眾生，才是實際的。

三、雖然凡夫皆是受業力牽引而轉世為人，但每個人都有帶著自己的福報而來。兒孫自有兒孫福，每個人都有自己的因緣，有自己人生的功課要做。自己要守本分，心要以念佛為主，不要為六塵事煩惱、擔心。往生時，更切記要捨去親情與一切六塵，尤其是父母對子女的放不下，不但對子女沒有任何幫助，更會障礙自己往生。只要自己修行成功，所有親人、眾生，自然都會託福受益，才是真正在做大功德。

四、若想如願往生西方極樂世界，在臨終時，心中只有佛，及一心念佛號，其餘的都不要再想，必須真正將六塵的一切相撇得乾乾淨淨。倘若心中有一點留戀，那就無法如願了。

五、臨終時會出現「有形、無形及自心的習氣，這傷害會造成臨終者非常嚴重的痛苦」（障礙往生者的情形，並非一般人所知道、所看到的那麼少），所以平時就要真懺悔，且落實真信願行念佛改習氣，及身口意不結惡緣的事修，也把功德迴向給冤親債主，解冤釋結，有佛力又有自力雙管齊下，消業的效果就更大了。

六、自己造的業，要自己真心懺悔，且以後永遠不再犯才「有效」。若求他人幫助，是在心外求法，「效果少，甚至於無效」。

七、有真信願行念佛改習氣，即可消業障，習氣放下愈多（心愈清淨），臨終時就會少病痛、少障礙。

八、平時就要止惡向善，且萬緣放下真念佛。若能持之以恆至臨終，則不論是上根或善根淺薄的人，也絕對可十修十人，百修百人，萬修萬人，皆可往生西方極樂世界。

九、有些人平時都沒有依照淨土法門的教理及方法在修行，但在臨終時，只因念了一句或十句佛號，就得到佛的加持力及幫助而往生西方，那是因為，此人前世是專修信願行念佛，但修行並不徹底，所以今世他才有這個福報及因緣，能遇到「真的善知識」跟他說正確的淨土法門的教理與方法，並且有佛、菩薩在暗中「助念」，幫助他在臨終時，即刻排除一切的痛苦與障礙，

且在他斷氣前，心的品質可提升至一心不亂的情況之下，念一句或十句佛號，便能穩當地往生西方。

但在臨終時，能剛好有這麼大的福報及因緣出來受用，且心的品質又可立刻轉換跑道的人，實在是少之又少。所以我們若能「提早換跑道」，做好準備，平時不再一直依著習氣再造六道業，那麼不但平時能平順自在，快樂過日，臨終時，又可穩當地往生西方。

十、業已比較清淨的修行人，幾時要往生，要去哪裡，自己可以做主，也可入「正定」；一般人往生時，就如同做夢那樣，一切感受都很清楚、很實在，但自己卻不能做主。平時做夢，若遇到有苦有害怕時，還有個身體好回來（醒來），就沒事了，但亡者可就再也回不

來肉體了。

十一、大善或大惡之人，往生時沒有中陰身，會直接升天或下地獄。而真信願行念佛的修行人，不會在沒念佛時往生。

十二、修行仍未證正道者，到臨命終時，因還沒有能力分辨真相與假相，不管眼前出現什麼境界，或出現佛、菩薩、親友的相時，都「不要想去辨認是真是假，都不要管，心裡沒有任何文字、形像，也都不要跟任何相走，把一切都放下。只相信佛的安排，及只一心一意地念佛號，自然就會與佛力相應，這樣才最安全，亦是真跟佛走的方法」。

十三、「信願行念佛改習氣」是：真信且真願往生西方極樂世界，往生西方的品位，是決定於念佛的功夫深淺，改習氣是：真放下妄想執著。

十四、要接受死這件事實，亦要早日做好人生旅程最後那一念（能用這一句佛號伏住妄想執著），因為最後那一念，是沒有第二個機會的。

十五、在生活中要隨緣不隨習氣，才不會讓心波動得更厲害、更墮落。

十六、念佛改習氣，並不是往生時才需要做的事

情，而是要變成是平時最習慣的事情，臨終時才比較有把握。且因緣福報大的人，即可修到實相念佛、預知時至、上品自在往生的層次。

十七、末法凡夫雖然難修到上品上生的層次，但平時亦要往上品上生的方向修行，至少還比較有機會，保有帶業往生到「凡聖同居土」再修行，進步就更快了。

十八、往生西方共有九品位。往生時，業能了多少，是決定品位的高低。但「只要能到西方極樂世界」，所有業障全都會消清，絕不會再退轉。

十九、現在不知道的事相，等到了西方極樂世界，即可一切都明白了，亦可心想事成，其他更多更大、正當的好處與利益，看你要什麼，就能全部由你要、由你得。

【小結語】

修行就如同要出國旅行，跟著要往哪個國家的領隊員，他就會用往那個國家的交通工具（修行的教理及方法）領著團體走。一旦確認了自己的方向，就要腳踏實地朝著對的方向往前走，不要中途又往自我合理化的岔路去行，那是很不安全的。

世間人要出門旅行，必須帶著外相疲憊的肉體，花錢打電話回家，要準備錢、衣服等日常用品；且內心又要帶著對家人的情執、對工作的擔心，還要怕家裡遭小偷，擔心人事物是否安全。旅途若有不合我意的安排，就會起瞋癡的念頭，若有合我意的事情，亦會起貪執，

沿路都脫離不了內心的妄想、分別等等心裡的污染。

但想要往生西方，就不用攜帶一切內、外物品，只要心裡貼著佛號，就已具足可回西方的一切資糧了。回到西方極樂世界，即無肉體（假我），而可「換得」永遠無一切苦、擁有一切功德受用、永遠不生滅、永遠像十八歲那樣年輕的法體（真我）。

捌、西方極樂世界略說

一、修行成就的人，平時即可自由來去西方極樂世界，或其他佛國、其他世界，並不是一定要等到往生之後才可以去。

二、西方極樂世界與娑婆世界是在同一層，都屬第十三層。往生的時候，不管你身處在何處，只要當時臨終者能用清淨心念一句或十句佛號，那麼剎那間，此處就會轉換成西方極樂世界。例如：要是當時你坐在家裡的客廳或廚房往生，那麼你家的客廳、廚房一剎那間就會轉換成西方極樂世界，只是空間不同而已。（生一定

生，去實不去。）

三、西方極樂世界的蓮花，不是蓮藕所生，是沒有體質的。念佛人在娑婆世界（世間）若有真信，精進念佛修行，極樂世界就自然會生出一朵該修行人所屬的蓮花；但如果信不真，或念佛退心了，那麼那朵蓮花亦會自然枯萎。

四、西方極樂世界的『人』，外表看似肉體一樣，但並非肉體，即使把全世界最美好之人的長相，聚集於一身，都無法比擬。有些『人』還背著自己的宮殿走路（可縮小可放大），且地面全是金黃色。

五、西方極樂世界裡的『人』，日常生活與環境的美妙、莊嚴、一切功德受用，是沒有辦法拿世間的任何語言、文字、世間的一切形相來形容的（可看《阿彌陀經》做參考）。最好的辦法，就是自己親自去到那裡，就一切都明白了。

六、凡人修行，總是進進退退，但到了極樂世界就不會了。在那裡修行，一世即可成功，不用二世。極樂世界所謂的「一天」，比娑婆世界長很多。（但在西方極樂世界，時間並沒有長短之分，因為所謂的長、短，其實完全只是心的感受罷了。）

七、只要能往生到西方極樂世界，就絕對會成佛，

即可三不退：念不退、位不退、行不退。

八、等往生西方成佛了，即可隨自己的願，可繼續留在那裡或到其他佛國、任何地方，一切都可由自己決定（心想事成）。如果想來世間當凡人亦可，要當男生、女生，要在哪一家出生，環境、日常生活要如何過日子，要來遊戲人間，或隨緣度眾生……，所有一切事相，都可由自己先選擇好再來，絕對不會有差錯。再來人不管表相示現為在家人或出家人，要過的日常生活，與凡夫都是一樣的，不同的是其心的品質，身、口、意的造作，一定不會是往六道的路走。且等來世間的緣盡了，不管其今生修行的程度如何，都可往生回去西方極樂世界，恢復到祂本來的身份地位。

九、西方極樂世界的環境非常莊嚴美妙，且還可思衣得衣，思食得食，心想事成；一切日常生活所接觸到的『人』，皆是佛、菩薩；當你想念世間的家人時，當下（比電話響一聲的速度還要快）即可看到世間或他方的一切人事物；想要回世間或到他方一遊，當下即可想到哪裡就到哪裡，且亦可玩到哪裡，就在哪裡自在愉快地幫助眾生，想要換到別的地方時，想走就走。功德受用無窮無盡，才是真正有智慧、可改變一切環境之『人』。

玖、前段結語

壹、此書的宗旨：【心不忘記佛且持名南無阿彌陀佛往生西方極樂世界】。

一、總持：一切佛、菩薩、各經書、各咒語、觀想觀像、禪、密、明心見性、心不住相、戒定慧、信願行、往生西方極樂世界等一切八萬四千法門，全都具足在南無阿彌陀佛聖號裡面了。

二、總改：不用花錢、用力，不需要靠自力去一樣一樣刻意地改習氣，就自然會變成有智慧、覺醒、光明

之人，今生的命運自然會改善，且往生後一定可到西方極樂世界。

三、總得：可消災、保平安、消業障、有福報、有功德……佛有的一切好處與利益，我們將可全部得到；佛所沒有的妄想、習氣、生老病死及六道輪迴等痛苦與煩惱，我們便不會有。

四、平時至臨終，皆真信願行念佛改習氣的人，在世間的生活及臨終往生西方的所有事情，「佛皆會在暗中幫他做好安排及隨時保護著」，我們「只要做好修行及自己本分之事」，全都會順利的。

貳、一、「努力不如選對方法」，如果你已「識得」念佛路了，就不需再靠方便法來導入念佛了。因千知萬解，皆不如相信佛的安排，隨著緣分正當過生活，落實一心不亂念佛，實現往生西方的目標。

二、心放輕鬆，佛號從心裡發出來，口念清楚，心裡也聽清楚，「要攝心伏住、捨妄想執著才有用」，可漸入相歸相、心歸念佛的層次。

三、念佛能到一心，但沒放下（沒改習氣），不能往生西方。有放下，但沒有念佛，亦不能往生西方（念佛及放下皆要真下功夫）。

四、信有西方，願往生西方，心專注念佛號，並持之以恆。雖然習氣未斷盡，「但能靠這一句佛號，伏住妄想執著，不讓習氣起現行」，佛號自然就會導航你，帶著舊業往生西方。

參、身口意行惡，會有惡報，會下三惡道（畜牲、鬼道、地獄）。

身口意行善，會有善報，會往三善道（天人、修羅、世人）。

身口意行善，且心不住相，會有清淨報（可出離六道之人）。

身口意行淨，且真信願行念佛（可往生西方極樂世界之人）。

小偈語

執扛習氣者　隨相左右擺
執意不放下　便做其奴才

習氣真漸捨　輕鬆自在活
信佛真念佛　心淨即是佛

識情煩惱起　淨業斷煩惱
淨心本無識　念佛見淨土

六塵非我處　借用勿當真
聖號引歸路　直直勿繞行

佛號照光明　指路歸家鄉
如影隨形處　何須覓覓尋

凡心自是自對想　自造自縛不知曉
依佛教育慧力現　即可駛得清淨船

妄想之心是虛根　落實念佛治妄心
貪戀六塵墮輪迴　信願念佛出輪迴

來此一回莫虛行　執持名號正路行
放下包袱輕鬆行　自在消遙西方行

六道旅程莫依戀　入境隨俗凡緣了
今生決行西方道　來生即是乘願來

天空雲彩飄何處　後院花香鳥兒鳴
春夏秋冬任其在　雷音停在何山谷

勸勉信函

李小姐：

餘不套，茲將念佛法門《淨土》略述，請作參考。

淨土一法乃如來一代時教，最玄最妙，至圓至頓之法門。一法具一切法，名圓；即生修，即生證，名頓。我們凡夫亦能入此法中，一切菩薩不能出此法外，實在是上聖下凡速成佛道之一條快速道路。信願持名，現生了脫，與觀音、勢至同為伴侶。所以持名念佛，乃是即事即理，即淺即深，即修即性，即凡心而佛心之一大法門也。

念佛之樂，唯真念佛者自知，然必須懇切，攝心而念，不可著外境相。念而無念，無念而念者，念到相應時，雖常念佛，了無起心動念之相，雖不起心動念，而一句佛號常常稱念，或憶念，故云念而無念，無念而念也。無念不可認做不念，無念而念，謂無起心動念之念相，而復念念無間。此境殊不易得，這對修行人很重要，請特別注意。

以上是我的一知半解，敬請指教。不多陳。

敬祝　近好

靜老　敬啟

李小姐：

承囑之事，實不知如何說好，茲將我一點心得略述，以供參考。

菩薩無相、亦無所得，學人若處處著相，處處求得，則其心念不能與無相菩提相應，如求福報，報盡還墮，枉費辛勤。惟以無相為本，視一切有相皆是虛妄，自然大雄無畏，勇猛直前，至誠不二，自可與天地合其德，日月合其明。不求得而自得，無法相亦無非法相，度一切眾生，亦無所度之心念，如此乃是，即相離相，心無相即菩薩。

學人應在心念上用功，心念清淨，則超凡入聖。心

念不清淨則起惑造業，即是凡夫，故凡聖之分，只在心念而已。以念佛心破除一切妄念種子，待知見不生，妄念已清，自然真心現前，自佛他佛一體相應。

其他以後再談，不多敘。

敬祝　道安

靜老　敬上

李小姐：

今將大勢至菩薩修行之法提出，供參考。

大勢至菩薩說我就是「以念佛心，入無生法忍」，沒有靠別的方法，就從這個念佛的心入無生法忍了。大勢至菩薩就在這個娑婆世界，攝受一切念佛的人，都回歸到淨土，所以我們念佛就得到大勢至菩薩加持攝受。念一句佛號，就把眼、耳、鼻、舌、身、意，六根一齊攝在佛號中了，一齊都清淨了。一心專誠念佛，一聲接一聲，於是念佛的淨念自然相繼，就是入「三摩地」的第一圓通之法。這裏所說的「三摩地」不是通常的正定、正受，而是首楞嚴大定。它在果性叫做「大佛頂」，在因性叫做「首楞嚴」，修首楞嚴者叫做菩薩，

證大佛頂者即是如來。大勢至菩薩說：「欲入楞嚴大定，念佛法門最為第一」，可見用眾生的凡心信願持名，即可得無生法忍與首楞嚴大定的無上妙果，所以說持名念佛是方便中第一方便。

嗣後我說的話，請作為個人參考資料，不可向外言說，恐擾學者淨心之罪，拜託，拜託！

敬佳　指教　不多陳

此祝　道安

靜老　敬上

李小姐：

學佛至見性以後，並非就算功行圓滿，仍需仗慧照力量，逐步掃蕩習氣，因為種種煩惱皆我練心之處，種種艱巨皆我練智練力之處。也只有在塵勞憂患之中，方能提高警惕，激發志氣。要堅毅奮發，自強不息，一心化除自己習氣。見惑為我執，解而空之；思惑為我愛，轉而疏之。越不易化除，越要化除，常與自己逆，於有礙中忍得過，方能進功。在修而得力時，中途必將發生心思格外紛亂現象或慾念橫發，或心生煩惱，這是由於第八識中所含藏的過去許多習氣種子，被功夫迫急翻動出來，這正是進步的時候，切勿懷疑。只要知道它是本

空，不取不捨，沈著應付，翻動愈烈，則去泥愈多，經過百千次的翻騰上下，自然證入不動。

因為我們的煩惱習氣，根深柢固，仗自力是不夠的，須靠佛力。唯有一個最簡捷、最圓頓地念「南無阿彌陀佛」聖號。攝心專注而念，歡喜也念，煩惱也念，做不用心事也念。初行不免打失，要記得即念，不勞分別考究，只貴淨念相繼，老實行持，久久念頭澄澈，證入一心不亂。一般人往往以念佛為迷信，哪裡知道一句佛號，正是念念打破自己貪、瞋、癡、迷妄的有效辦法。迷妄若去，智慧自照，它的妙用非局外人所能想像。在已學佛的人們中，又往往以念佛為淺近，不知佛

法本來平等圓融，就在極平常處見功。若好高騖遠，正是知見未忘。實際上，真能念佛念念無住，即是精進；一心不亂，即是禪定；明明歷歷，即是智慧。一句佛號不是大徹大悟的人，不能全提。但能驀直念去，自然水到渠成，全身受用。《大集經》說：「若人但念阿彌陀，是名無上深妙禪。」況且參禪修觀，全仗自力，不是一件容易的事。必須斷盡見思煩惱，方能解脫六道流轉的分段生死。而且在修持過程中，常有種種境界發生，變化莫測，若不是真具道眼，難免不被調弄，而枉用功夫。念佛則因自力、佛力配合，只要一句頂一句，執持不失，妄念無處潛身，自然一路平穩，沒有障難。

念佛的妙用確是不可思議，各部經論一致讚揚，希望初學者能加注意。若能因此生信，將終身受用不盡。

以上是我的一知半解，擾亂學者的淨心，罪過、罪過！

靜老　敬啟

般若實相篇、般若淨土篇

【第一章】

一、欲求往生，當放下此世間，並放下過分之狂妄心。如同菩薩在生死中度脫眾生，此須自己是菩薩始得。若自己尚是凡夫，便欲擔任此事，不但不能度人，且不能自度。世間多少善知識，皆受此病。尚謂之有菩提心，須知此心，先求往生，則有益。以此不求往生，須是菩薩則可，否則為害不淺。過分之狂妄心，為真修行者之一大障礙，不可不知。

二、心跳惡夢，乃宿世惡業所現之兆。然現境雖有

善惡，轉變在乎自己。惡業現而專心念佛，則惡因緣即轉為善因緣。應把宿世之惡業，翻為今世之導師。惜世人多被業縛，不能轉變，遂成落井下石，苦上加苦矣。

三、法界之內，事與理原不相礙，無法何以度人。人若執取非法相是空執，而偏於無法，即與泥著，我、人、眾生、壽者四相一般。豈能使真性空明方便應現呢？此即無智慧者，如何得成佛道？人心不可取相如此，該把這兩頭見執，直須截斷。不應執取有法而泥於言說，亦不應執取非有法而淪於頑空。當知我與你們所說的法，未明性時不可無言，於明性後亦須忘相。如渡水之船，人未渡時須用以渡，既登彼岸，此船即棄之不用矣。有法尚應該捨去，何況本非有法？未信患其不能

信，即信又患其不能捨，若著相以求，失之遠矣。

四、萬法皆空。若執為有法，而悟性虛靈莫測，可以說有，固非是有法。然真空不空，若執無法而悟性隨感即應，何可說無。亦是非是，非有法也，有法無法都不是，從此得一是處，方是真法。所以為是處者何在？無上菩提之法，皆我自然覺性，不假人為，乃無為法也。自古以來，一切賢如菩薩、聖如諸佛，皆都以這無為法而得正果，及其成功，同一無為，此如來之法，所以無可得，無定說也。

【第二章】

一、無我能忍的菩薩，做世間種種福德，所做福德，都歸般若真空，全不著相，只是利益無量眾生，而並不知道是利益眾生，自然沒有貪戀執著的心。

二、「萬緣俱絕者，即一切法性空是也，法性空者，即一切處無心是，若得一切處無心時，即無有一相可得。何以故，為自性空故，無一相可得。無一相可得者，即是實相。實相者，即是如來妙色身相也。」

三、如來度眾生，以悟真性，只一個空無所空之心法也。將一此法為實相也。而真體空寂無形可觀，無相

可見，而妙用無方，時時呈露，處處周圓，亦無虛也。所以人不可著相求法，不著相處，即為自性如來。

四、念者，即一切處無心。得無念時，自然解脫。何名見無所見？見一切色時不起染著，不起愛憎心，即名見無所見也。若得無所見時，即名佛眼。若見一切色時起愛憎者，即名有所見，即是眾生眼。乃至諸根亦復如是。

五、經云：「欲得淨土，當淨其心」。云何是淨心？一切處無心是淨，得淨之時不得作淨想，即是無淨也。

六、修道者以何為證？於外不染色聲等，於內不起妄念心，得如是者，即名為證。得證之時不得作證想，即名無證也。

七、云何是解脫心？無解脫心，亦無無解脫心，即名真解脫也。

【第三章】

一、萬法本空，若於法有得，是為執相；若於覺有證，是為有我。人、法兩空，則順菩提。

二、佛說無可得，因為如果有法可得菩提心，便要

受法所束縛。而無法可得，乃通萬法，終得解脫。

三、聲聞人久著法相，執有為解，不了諸法本空，忽聞經云，諸相不生，言下成佛。

四、無明者，無所明了，不明圓覺真心，不明諸法幻相，不明生佛平等，不明我法皆空，故曰：無明。

妄惑空，名為永斷無明。

法身顯，方成佛道。

【第四章】

一、佛法講空義。

空是宇宙萬法之本體，覺性也、理體也、法性也、真性也、實相也、無生法也、無為法也、清淨心也、一塵不染也、清淨法身也。

空是真如理體，真如境界。非世智辯聰之所能知，非意識分別之所能到，亦非思考推理，亦非見聞覺知。無取無捨，離言語名字心緣等相，言語道斷，心行處滅，平等一如，寂靜一味，體同虛空，量周法界，無漏無為，無量無邊，即是如如本源覺性，畢竟空中六通自

在，智慧普見，妙用無盡。以上說明般若空義。

二、心法之妙，非言語所可說，佛化眾生，未嘗不以言語，不知都是借來的比方。若認定言語就是真法，便是指人影子，說是真形，反把真形瞥眼失之。要知所說法，正在那非說處，方是佛之真性也。

真性中本來無法可說，惟不著諸相，心無所住，即名為說法。蓋無說之說，乃是真說也。

【第五章】

一、學道的菩薩於所行之法，應無所住。所謂目不住著在色上而為運用之布施，耳不住著在聲上，鼻不住

著在香上，舌不住著在味上，身不住著在觸上，意不住著在法上，而為運用之布施。學道的菩薩應不住著於六塵之相。學道的菩薩不住著在色相上運用布施，則是能悟真空。自得無上菩提之道，具福慧道德無有窮極，不是人心所可思想測量的。

二、我們在世間，而事事出以無心，祇是真性運用，即在世，而出世也。

三、色身是城，眼耳鼻舌是門，外有五門，內有意門，心是地，性是王。王居心地上，性在王在，性去王無，性在心身存，性去心身壞，佛向性中作，莫向身外求。

四、凡夫業障深重，不知五蘊本空。若是具大智慧的人，則當下脫體無依，五蘊空而諸苦消滅，一真顯而萬德圓彰矣。

【第六章】

一、「靈性」是最靈妙的知覺性，並不是一般人所說的靈魂，靈魂是常常會改變的，靈性是永遠不變的。知覺性是眾生本來有的性，有了這個性，才有知覺，沒有這個性就同木、石一樣。人往生了，他的靈性還在，才能再投生做人。

二、眼見色愛色
既與色合而成相
耳聞聲而愛聲
既與聲合而成相
凡夫與一切法皆合相
菩薩與一切法皆不合而散
蓋合即起生滅
散即解脫不生不滅

三、法身乃我之清淨本性。

此心包括太虛，周藏世界。無相無形，無可比量。學道的菩薩應離去一切塵相，不應住著在色相上生心，不應住著在聲音上，香臭味上、感觸上，道法上生種種

塵心。若住塵生心，便被污染，鮮能清淨矣。要令心時時發現而生其明覺之心，如明鏡當前，物來悉照，物去即空，自然十分清淨。

【第七章】

一、無住行施，因深也，無相見佛，果深也，因果俱深，真性自現。

二、無為法，即是無上菩提，即是涅槃，即是如來，即是金剛般若波羅蜜。後學往往把「無為」兩字，認作空寂，可見菩提所得與不得，責在人而不在法。如來所謂佛者，乃心之全體，所謂法者乃心之大用，是真

佛真法也，真佛無形，真法無名。

三、如如之理，乃真實見解，如者，自在也。性體常住，無有變更。我相乃諸相之根，我相既無，何相可有，則尚有何法可得乎？尚有眾生可度乎？尚有土可嚴乎？以此降伏無降伏相，以此安住無安住相，直至空無所空，又何可容其思議哉，名真菩薩，自當受記成佛矣。

四、經云：眾生相即是非相，一悟即空，覺諸相空，心自實念，念起自覺，覺之即無，修行妙門，惟在此矣。

【第八章】

一、凡夫有生則有滅，滅者不能不生，是故凡夫生滅，如身中影，出入相隨，無有盡時。

聖賢有生亦有滅，滅者歸於真空。聖賢生滅，如空中雷，自發自止，不累於物。世人不知生滅之如此，而以生滅為煩惱大患，蓋不自覺也。

二、世間法為妄因果，出世間法為真因果。殊不知佛法警人，因果為最，大則三世循環，小則一言一動，無適而非因果所在。所以人當隨處修省。不然，人生幾何，因緣果報之說，有關世道人心也。深信因果者，終

必達明心性也。

三、佛說的法乃是真空本性，無相無住，非有非無之妙法。其精微處，不可以心去思，以言去議。人若以此修行，所得之正果報，應以有不可心思言議者，以其能照破諸相，洞見性源，斬斷輪迴根本，真登諸佛彼岸也。

【第九章】

一、大乘佛法的真精神，可以說是空不空，無我便是空，慈悲便是不空。雖知無我，而不斷慈悲，故空而不空。雖行慈悲，而不執有我，故不空而空。那有我的

慈悲不是真慈悲，要無我的慈悲才是真的慈悲。

二、如來所說身相，原是幻形，即非真實身相。凡世間所有色相，皆是虛而不實，妄而不真，不能常住也。人若識見破了諸般色相，都非真實之相，則色相空時，真體即此呈露，不待推測，自能回光返照，而見色身中有法身自性之如來矣。何必泥區區形相之末，始為見如來也。

三、慧眼即般若智觀也，慧眼了知空，得慧眼，則見諸法皆空矣。

四、般若實相，乃妙明本性也。如太虛空，即是非

有相可見。但就無相中能生照心，如來說，這便為實相，無相之相乃真相也。如果人能脫離諸般的形相，其心空寂即到覺地，就可名為諸佛出世了。

【第十章】

一、如來以法為身。但應觀法性，法性者，所謂空性也，此即諸佛第一義身。若能內觀返照，即此而修，見無所見，聞無所聞，知無所知，證無所證，諸相俱空，方得見法身自性之如來。如來豈是可以相觀哉。要知佛所說的真理，無上正等正覺，深妙難言，隨人證入，無有一定的法，名為阿耨多羅三藐三菩提。如來以方便法，引導眾生真性，都是因病下藥。

二、佛說人、法、空三相。分說合說，合而分，分而復合，合中有分，分中有合。叮嚀反覆，勸戒兼深，讀者當潛心玩索。

三、要人知佛所說法，全在自悟，不在言語文字尋取，連名目都是假的。般若之法，只在人自性中，須人自悟，直下無開口處。佛不是不說，實無處所可說。

四、關於解脫生死的事，必須從自性中做起。無論何時，念念不忘要自淨其心，自修其行。要見到自己的法身，也就是見到了自性佛，這才可以自度，才不虛來此一行。

五、若欲成就種智，須達一相三昧。若於一切處而不住相，於彼相中不生憎愛，亦無取捨，不念利益成壞等事，安閑恬靜，虛融澹泊，此名一相三昧。若於一切處行住坐臥，純一直心，不動道場，真成淨土，此名一行三昧，若人具此二三昧。如地有種，含藏長養，成熟其實，一相一行，亦復如是。

六、法身、報身及化身三身本來是一身。若向性中能自見，即是成佛菩薩因。性中各自離五欲，見性剎那即是真。說法度人，但隨緣利益，不知我能說，不知人聽說，不知法可說，是謂不住相。不住相，斯不住塵矣。須知斷惑之人，便無凡情，既無凡情，何有生死。

【第十一章】

一、若人欲識佛境界，當淨其意如虛空。

二、親得離塵垢，子道方成就，能照破諸相，洞見性源，直紹天人師種。如如之理，乃真實見解，如者，自在也，性體常住，無有變更。

三、一切處無心，即是自性空，即是實相，實相者即是如來妙色身相也。《金剛經》云：離一切諸相，即名諸佛。

四、佛法之要，不在文字，而亦不離於文字，不必

多讀，祇《金剛經》一卷足矣。

五、若欲學解，從凡夫地乃至佛地，一切諸法無不當學。若欲學行，當擇其契理契機之一法，專精致力，方能速證實益，否則經劫至劫尚難出離。所謂契理契機之法，無過信願持佛名號，求生西方。

六、所謂心不離佛、佛不離心，就是心隨佛走，不隨妄跑。如果做到妄盡、覺滿，便得到正等正覺了。

七、《金剛經》云：過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得，此三心皆謂妄想心也，故有過去、未來、現在，若真心則無始以來未嘗變動，焉有過去、

未來、現在乎？不可得，謂無也。若饑而思食，則此心過去矣；正食而知味，乃現在心；未思食，則此心未有，故為未來心。此三心皆隨時壞滅，故云不可得。

學道的菩薩，欲知應云何住，但只應當如我所教的不住相之理，就此安住，永不退轉可也，有住著者，都是六塵；無住著者，乃是本心安住之所。

【第十二章】

一、眾生根器不一，如來慈悲無量，果能真實至誠恭敬念佛，到臨終時，自有不期然而然者。若對有真信切願者說，則為有益，對稍種善根未能專修者說，則彼

以為生西無我分，從此便打退堂鼓。說法不投機，便是閒言語也。

二、聰明人則禪淨雙修，而必以淨土為主。若普通人，則亦不必令其遍研深經奧論。但令諸惡莫作，眾善奉行，一心念佛，求生西方即可。此人不廢居家業，而兼修出世法，雖似平常無奇，而其利益不可思議。良以愚夫愚婦專以念佛，即能潛通佛智，暗合道妙。比大聰明人之卜度思量，終日在分別中弄識神者，為益多多也。愚夫愚婦念佛易得益。參禪一法，非現今人所宜學，縱學亦只成文字知見，決不能頓明自心，親見自性。何以故，一則無善知識提持決擇，二則學者不知禪之所以名為參禪，實為誤會。

三、末世之人，心之下劣，都受此病。請以力修淨土法門自勉，則將來決定獲大利益矣。

四、「念佛」亦養氣調神之法，亦參本來面目之法。何以言之，吾人之心，常時紛亂，若至誠念佛，則一切雜念妄想，悉皆漸漸消滅。消滅則心歸一，歸一則神氣自然充暢。汝不知念佛息妄，且試念之，則覺得心中種種妄念皆現，若念之久久，自無此種妄念。

【第十三章】

一、大勢至菩薩的都攝六根，淨念相繼的念佛方法：心中要念得清清楚楚（意根），口中要念得清清楚

楚（舌根），耳中要聽得清清楚楚（耳根）。意、舌、耳三根，一一攝於佛號，則眼也不會東張西望，鼻也不會嗅別種氣味，身也不會懶惰懈怠，名為都攝六根。都攝六根而念，雖不能全無妄念，較彼不攝者，則心中清淨多矣，故名淨念。如果常常不間斷，淺之則得一心，深之則得三昧，就是三摩地，就是正定。

二、如何念佛得無間斷？一信之後，不疑，無雜念，持續清淨心，即是不間斷。

三、吾人持名稱念『南無阿彌陀佛』，能念之心，所念之佛，了不可得，即是止。能念所念，歷歷明明，即是觀。當知，正歷歷明明時，當體了不可得，正了不

可得時，而卻歷歷明明，當下即止即觀，即觀即止。止觀雙修，即定慧均等之無量光壽。如能以淨土念佛法門而修止觀，現前當來決定成佛。

四、至心念佛，即意業善行。

稱佛名號，即口業善行。

合掌禮佛，即身業善行。

由此三業善行，能滅八十億劫生死重罪。

五、終日度生，終日無度，終日念佛，終日無佛。終日求生淨土，終日無願無求，方名大菩提心。能行心不離佛，佛不離心，是心是佛，是心作佛。能發此心，必證正覺。

【第十四章】

一、淨土法門，別無奇特，但要懇切至誠，無不蒙佛接引，帶業往生。

二、至誠心念佛即是信願行念佛（用清淨心念佛），即得往生西方。

三、既有真信切願，必須志心執持『南無阿彌陀佛』六字洪名。無論行住坐臥，語默動靜，穿衣吃飯，及大小等等便利，總不離此六字洪名（四字持亦可），必須令其全心是佛，全佛是心，心佛不二，心佛一如。若能念茲在茲，念極情忘，心空佛現，則於現生之中，便能

親證三昧，待至臨終，生上上品，可謂極修持之能事也。

【第十五章】

一、佛度人，雖不捨一人，但要真相信佛，與佛有緣的人才能得度。

二、真心念佛、真改習氣的人，即是真相信佛、亦與佛有緣的人。

三、念佛的時候，心不必向外跑，不會有危險，不會做錯事情，不會說錯話，一切事都安全，但是要有真心才可以成功。

四、要了解人的生死，靠念佛就可以知道，念到一心不亂就成功了。

五、佛法包羅一切，日常生活人事物無所不包。只要到一心不亂念佛，就得到無所不知。

六、念佛時只有念佛之心，其他一無所思，即是一心。（用此方法念佛，習氣自然會消失。）

七、心沒有妄念即是不亂（念佛信得真，妄念自然減少）。

八、念佛一法，乃背塵合覺，返本歸元之第一妙

法。於在家人分上更為親切，在家人身在世間，事務多端，唯念佛一法，最為方便，早晚於佛前禮拜持念，回向發願。除此之外，行住坐臥、穿衣吃飯、一切時、一切處，皆好念。但於潔淨處，或出聲、或默念皆可。若至不潔淨處，宜默念，不宜出聲。默念功德，與常時一樣。

九、淨土宗之妙，在不離佛法而行世法，不廢世法而證佛法。捨離一切執著，成就無量功德，曠無他念，無有憂思，自然無為。

十、念佛能淨三業，治一切煩惱心病，願攝心專念，念到心空境寂，煩惱業障自然消除也。

【總結】

念佛法門，以吾人一念心性，猶如虛空，常恆不變，雖常不變，而復念念隨緣。不隨佛界之緣，便隨九界之緣，由其緣之染淨不同，致其報之苦樂迥異。雖於本體了無改變，而其相用固已天淵懸殊矣。譬如虛空，日照則明，雲屯則暗，雖虛空之本體，不因雲日而為增減，而其顯現障蔽之相，固不可以同年而語也。如來以是義故，普令眾生緣念於佛，故說，若眾生心憶佛念佛，現前當來，必定見佛，去佛不遠。又說，諸佛如來是法界身，入一切眾生心想中。是故心想佛時，此心是三十二相，八十隨形好，是心作佛，是心是佛。諸佛正

遍知海，從心想生，夫隨佛界之緣，則是心作佛，是心是佛矣，若隨眾生各界之緣，則是心作眾生，是心是眾生矣，了此而不念佛者未之有也。

念佛一法，乃以如來萬德洪名為緣，此萬德洪名乃如來果地所證之無上覺道，以果地覺，為因地心，故得因該果海，果徹因源。如染香人，身有香氣，其功能力超過一代時教一切法門之上。念佛法門自力佛力二皆具足，其法極其平常，帶業往生者，雖愚夫愚婦亦能得其利益；而復極其玄妙，已斷惑業者，縱等覺菩薩不能出其範圍，故無一人不堪修，亦無一人不能修，下手易而成功高，用力少而得效速，實為如來一代時教中之特別

法門，固不可以通教理而為論判也。末法眾生，福薄慧淺，障厚業深，不修此法，欲仗自力斷惑證真，以了生死、往生西方，則萬難，萬難。

罪從心起　將心懺
心若滅時　罪亦亡
心滅罪亡　兩俱空
是名真懺悔

回向

願以此功德　莊嚴佛淨土
上報四重恩　下濟三途苦
若有見聞者　悉發菩提心
盡此一報身　同生極樂國

此冊到此結束，供讀者參考。免費結緣，為非賣品。

歡迎翻印，功德無量。

南無阿彌陀佛

此生唯有用真信願行念佛，真改習氣，
才能永遠把過去所造的一切業（債）
破除掉。
且所有冤親債主，
也會因我們有走到「正路」，
託福沾光而得到好處，
才能真消業、消災、消障礙。

——摘錄自《靜老說的話》

古德云始學者未能破相
但能依相專至善不往生
不須疑也靜老之教亦如是

淨空敬題 二〇一〇年二月五日

南無阿彌陀佛

回向偈

願以此功德
莊嚴佛淨土
上報四重恩
下濟三途苦
若有見聞者
悉發菩提心
盡此一報身
同生極樂國

靜老說的話

大家喜歡看的話請做參考

敬贈者—香光淨宗學會
電話：（〇二）八五一一〇九五五
傳真：（〇二）八五一一〇九五三
地址：新北市三重區中興北街179號1樓
網址：www.hsiangkuan.org
E-mail：hsiangkuan@sparqnet.net
淨空法師影音網址—淨空法師專集網站 http://www.amtb.org.tw
淨空法師專集簡體網站 http://www.amtb.cn
淨空法師英文網站 http://www.chinkung.org
排版承印—和裕出版社（〇六）二四五四〇二三～七
中華民國一〇三年七月恭印壹萬本結緣
佛曆二五五八年

版權開放，歡迎翻印，上傳網路，功德無量，免費結緣，敬請愛護珍惜
註：本會已陸續將所印製之法寶，轉成電子檔，請自行至本會網站下載

看破 放下 自在 隨緣 念佛

真誠 清淨 平等 正覺 慈悲

本會法寶・免費結緣・絕無託人募款義賣・敬請明察・愛護珍惜

Printed in Taiwan(This book is not to be sold.)
FOR FREE DISTRIBUTION