

上淨下空老法師 講述

香港佛陀教育協會恭敬整理



菩提心貫注在

整個生命中





目錄

壹、什麼是圓滿的菩提心（佛心）	五
貳、把菩提心落實到生活上（佛行）	二〇
一、三福	二三
（一）孝養父母，奉事師長， 慈心不殺，修十善業	二三
（二）受持三皈，具足眾戒，不犯威儀	三四



(三) 發菩提心，深信因果，

讀誦大乘，勸進行者……………三五

二、六和：見和同解、戒和同修、身和同住、

口和無諍、意和同悅、利和同均……………四一

三、三學：戒、定、慧……………五一

四、六度：布施、持戒、忍辱、

精進、禪定、般若……………五二



目
錄

五、普賢十願……………	六〇
(一) 禮敬諸佛……………	六一
(二) 稱讚如來……………	六五
(三) 廣修供養……………	六七
(四) 懺悔業障……………	六九
(五) 隨喜功德……………	七三
(六) 請轉法輪……………	七四



(七)	請佛住世·····	七六
(八)	常隨佛學·····	七八
(九)	恆順眾生·····	七九
(十)	普皆迴向·····	八三
參、淨土指歸的十種信心·····		八七

發菩提心一向專念



南無阿彌陀佛

釋淨空頂禮



菩提心貫注在整個生命中

一九九九年講於新加坡淨宗學會

諸位同學大家好！今天有來自中國吉林興隆寺的十八位同學，他們明天就要離開新加坡，所以我們利用今天早晨這兩個小時，專門為吉林的同學、為北京的同學，談談念佛法門，所以我們的《華嚴經》跟《太上感應篇》的講解暫停

一次。

學佛首先要知道佛是什麼，這是最重要的。

學佛是學作佛，作佛是心去作佛，我們一定要學佛的存心、佛的用心，這才是真正抓到了根本。念佛大家都會念，都念這一句「南無阿彌陀佛」，可是每個人得的結果不一樣。有的人能往生，有的人不能往生。實在說，往生的人少，不能往生的人佔了大多數，即使往生了，生到西方



極樂世界，品位不相同。有人生實報土，有人生同居土，原因到底在哪裡？我們要明瞭，原因就是你有沒有把佛的根找到。佛的根是什麼？世尊在《無量壽經》上跟我們講得很清楚、很明白，我們天天讀，實在講粗心大意，沒有能夠理會到。

你看看經裡面講的「三輩往生」、「往生正因」，世尊特別強調的「發菩提心，一向專



念」，上輩、中輩、下輩，乃至於一心三輩，都不能離開這八個字。一心專念做了，菩提心沒發，那就不能往生。念得再勤，古人所講的一天念十萬聲佛號，也不能夠往生。菩提心發了，有人發得圓滿，有人發得不圓滿，能往生，往生品位不一樣。所以善導大師講得好，往生的品位都在遇緣不同，這一句話講得太好了。你遇到的緣殊勝，你把這個理念、道理、理事因果都搞清



楚、搞明白了，你在這一生當中可以修成實報土上品上生。沒有搞清楚，發了一點菩提心，與菩提心相應的，也能往生凡聖同居土，差別很大。

壹、什麼是圓滿的菩提心（佛心）

什麼是圓滿的菩提心？世尊在《觀無量壽佛經》上告訴我們：至誠心、深心、迴向發願心，這個說法我們也不好懂。馬鳴菩薩在《起信論》



裡面給我們講：直心、深心、大悲心，還是不好懂。把經論合起來看比較容易體會，菩提心是真實、究竟、圓滿、覺悟的心。換一句話說，我們凡夫迷，迷而不覺，菩提心是覺而不迷。我們為現前多數同修著想，我們將菩提心寫成十個字：真誠、清淨、平等、正覺、慈悲。這十個字就是菩提心，我們要把這十個字抓到，變成自己的心。在日常生活當中，工作裡頭、應酬裡頭，處



事待人接物我們用真心。什麼叫真誠心？古德教給我們，「一念不生是謂誠」。真誠心裡頭沒有念頭，佛經上講得很多，「真心離念」。換句話說，有念頭，念頭是妄心，不是真心，真心沒有念頭。

由此可知，我們一念不生的這個時候是真心，境界很難體會。我們還是遵循佛陀的教誨，我們的真心為什麼會變成妄心？佛說：「但以妄

想執著而不能證得。」我們就曉得了，我們有妄想、有分別、有執著，落在妄想分別執著裡面，我們用的是妄心，妄心是輪迴心，用輪迴心修什麼樣的法，還是出不了輪迴。如何把輪迴心轉變成菩提心，這個事情要緊。我們懂得這個道理，也就曉得轉的方法，那就是我們決定不用妄想分別執著。只要你不用妄想分別執著，你的心就是菩提心，你的心就是真誠心。摻雜妄想分別執



著在裡面，你的真心就變成妄心，這是根本。我們用這種心念佛，那就叫「一念相應一念佛，念念相應念念佛」，跟佛才相應。不是這個心就不相應，只能在佛法裡面種一點善根，跟阿彌陀佛、跟西方極樂世界結個善緣，這一生當中很難成就。

我們要想真的成就，真的在這一生當中生到極樂世界去親近阿彌陀佛，我們處事待人接物要

用真心、用真誠、用清淨。什麼叫清淨？六根接觸外面六塵境界，決定不污染就叫清淨。什麼是污染？喜怒哀樂愛惡欲，我們中國人講七情五欲。你跟外面境界接觸，心裡頭生七情五欲，你就被污染了。也許有人要問了，「如果我跟外面人、物接觸，不起七情五欲，那不就變成木頭？怎麼能跟人相處？」要知道佛教給我們的，外面的表演跟世間人一樣，看到可愛的喜歡，看到不



可愛的也有討厭，那是演戲，不是真的，心裡頭決定不染，這叫離一切相。所以佛法在世間，不壞世間法。不壞世間法就是表演的時候很生動、很活潑，而且是真心表演，不是妄心。世間人講愛、講恨，假的，虛情假意。為什麼？他的心是假的。早晨愛了，晚上就恨，變化太大了。佛菩薩雖然表演出來，他是真心表演的，真心就跟鏡子一樣，所以用心像鏡子。我們笑，鏡子裡的人

也笑；我們哭，他也哭。我們笑哭有心，他笑哭沒有心，表演得非常逼真，他裡頭確實沒有情、沒有執著。他是智慧，高度的智慧、圓滿的智慧。我們學佛從這裡學。

要以世間人來說，誰有真感情？佛菩薩有真感情，真感情叫慈悲。世間人虛情假意，決定不可靠。他說他愛你，你聽見點點頭，假話，不是真的，別當真。當真，那你麻煩可大了，你就會



生煩惱了。他說恨你，也是假的，過兩天他就好
了。所以世間人用的是虛情假意，決不是真實。
我們學佛要學佛的真實。我們是真的，真的決定
是清淨，決定是智慧，裡面決定沒有情識。佛慈
悲一切，神愛世人，那個愛都是智慧的，不是感
情的，所以他的愛是平等的，沒有差別的。

眾生能夠感受諸佛菩薩、上帝神聖之愛，能
感受多少，看你用心。你有幾分真誠心，你就感

受到幾分。你一分誠敬，就感受到一分；你十分誠敬，就感受到十分。所以修行首先要發菩提心，菩提心就是真誠心、清淨心。諸位記住，清淨心裡頭決定沒有感情的污染。感情上的污染最嚴重的就是自私自利、貪瞋痴慢，這是最嚴重的，比中國人講七情五欲還要嚴重。這個心才真的清淨，永遠不受外面境界污染。平等，對待一切眾生決定沒有傲慢，把一切眾生看作諸佛如



來。有同修問我念阿彌陀佛，我也曾經跟諸位講過幾次了，我念佛確實跟你們不一樣。我心目之中盡虛空、遍法界一切眾生都是阿彌陀佛。我對一切眾生的尊敬、對一切眾生的讚歎、供養，跟對阿彌陀佛決定沒有差別。我們應當學。這不是把眾生當作阿彌陀佛，眾生本來就是阿彌陀佛，是他自己不知道。

阿彌陀佛是什麼？意思是無量覺。哪一個眾

生不是無量覺？哪一尊菩薩不是無量覺？個個都是！世尊在《華嚴經》「出現品」說得多好，「一切眾生皆有如來智慧德相，但以妄想執著而不能證得」，所以一切眾生都是阿彌陀佛，就是因為你有妄想分別執著，不能證得，你自己不知道你是阿彌陀佛，不知道一切眾生是阿彌陀佛。我們透過《無量壽經》、《往生論》、《大方廣佛華嚴經》的學習認識了，體會到了。體會到就要落



實，落實就是「一切眾生皆是諸佛如來，皆是過去父母，未來諸佛」，這是佛經上常講的，我們要真正做到。學佛先要講用心，一定要具足這五個心。菩提心是講三心，我們現在講五心，五心就是三心，真誠、清淨、平等、正覺、慈悲。一定要愛護一切眾生，真誠關懷一切眾生，照顧一切眾生，決不能分別。

今天晚上是基督教跟天主教的大日子，是耶

耶穌聖誕的前夕，聖誕夜。此地的大主教，我們中國人稱樞機主教，是這一個國家地區天主教最高的領袖，他邀請我們參加今天晚上聖誕夜的祈禱。我們今天都參加，所以等一下大家剃頭，儀容要端莊，我們穿海青，搭衣去，穿大禮服。這是宗教史上的盛事，過去沒有過的。出家人跟天主教，他們也是出家人，我們在一起過聖誕夜，在一起做禱告。我們對天主真誠地孝敬，這是佛



陀的教誨。我們佛門每年大年初一，第一樁事情是供天。供天是什麼？供天就是對於天主致敬。所以我們今天參加這個聖誕夜，是供天的一種儀式，要很恭敬、很真誠地做，不過儀規不用我們佛門的儀規，用天主教的儀規，都一樣，入境隨俗，沒有一樣不好。菩提心一發，給諸位說，所有一切罪障都消除了，所有一切冤親債主都得福。為什麼？我們跟他有關係，我們發菩提心就

成無上道。菩提心不發，你是凡夫。菩提心一發，你們看看大乘經典上所說的，就入圓初住的位次。圓教初住菩薩叫發心住，在別教就是初地的位次。我們要用這個心去念佛，你就決定得往生。

貳、把菩提心落實到生活上（佛行）

如果再把菩提心落實到生活上，落實到我們



整個人身上，每天二十四小時，念念不失菩提心，念念不離菩提心，那就恭喜你了，你這一次念佛往生，生實報莊嚴土，不是在凡聖同居土。怎麼個落實法，佛有沒有教給我們？佛教了，可惜你粗心大意，你沒有留意，你沒有認真去學習。你要認真去學習的話，你這一生決定取實報莊嚴土。佛教給我們什麼？我們淨宗學會成立的時候，我在緣起上寫出淨宗同學修行的綱領，五



個科目：三福、六和、三學、六度、普賢十願，這就是菩提心圓滿的落實，念佛往生那是實報土上上品往生，你與佛的心、佛的念、佛的行為完全相應。下面我們有一個半小時的時間，我要告訴大家，菩提心如何落實在我們的生活當中，貫注在我們整個生命過程裡面。我們這樣念佛，那就是第十八願所說的「一念、十念，決定往生」，而且是高品位的往生。

一、三福

(一) 孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業

菩提心不是口頭上說說就管用，真誠、清淨、平等、正覺、慈悲一定要落實，一定要很認真去做到。落實在生活裡面，世尊教導我們「孝養父母」，從這個地方做起。我們對父母有沒有



真誠？有沒有清淨、平等、正覺、慈悲？「奉事師長」，我們有沒有用這個心對老師？佛法總結起來就是這兩句話。佛法的修學是從孝親尊師開始，佛法的大圓滿也是這兩樁事情。所以什麼人把孝親尊師做到百分之百的圓滿？諸佛如來。等覺菩薩還有一品生相無明沒破，那就是孝敬的不圓滿，還欠缺一分。所以我們知道，佛法是孝道、是師道。孝道跟師道是虛空法界的大圓滿，

決定不能夠疏忽。

「慈心不殺」，這是對一切眾生。不殺，在此地是一個形容詞，換句話說，決定不可以惱害一切眾生。叫眾生因我而生煩惱，我們就錯了，所以菩薩所在之處，令一切眾生生歡喜心，我們要懂得這個意思。我們在任何場合要叫人生歡喜心，別人看到我不高興，我迴避過去，我避開，他也生歡喜心，要明白這個道理。與人要結善

緣，決定不能結惡緣。如果諸位真正發這五種心，處事待人接物，一切眾生沒有不尊敬你的，沒有不歡迎你的，沒有不愛護你的。我們今天得不到社會大眾的諒解，一定要回過頭來反省，「我的問題到底出在哪裡？」反省就是開始覺悟。發現自己的過失，立刻就痛改，改正自己的過失，這叫真修行。

修行，你每天念那麼多佛號，磕那麼多大



頭，如果處事待人接物不能夠落實，你的佛是白修了，你的成就很有限，佛不是這樣教導我們的。對個人的行持最基本的是十善業。所有一切宗教教化眾生，都是以十善業為第一條。你看看天主教的十誡，再看看伊斯蘭、祆教（此地叫拜火教），你看看他們的經典，他們教導人最基本的也是這十條。這十條不僅是佛法，所有一切宗教都重視。不殺生、不偷盜，偷盜就是非法的佔

有，沒有得到別人的同意，你佔有都屬於偷盜。在佛法裡面講，賄賂也是屬於偷盜。你有權有勢，人家並不是甘心情願來供養你的，逼不得已供養你，你接受了，也是屬於偷盜。所以偷盜的範圍很廣大，如果不是細細去研究戒經，你不懂得這裡頭的含義。古人把這條戒解釋為不與取，這個話說得很有道理。但是不與取這一句話簡單，意思很深很廣。不邪淫。這是身三業。口，



口的過失最多，最容易犯，所以佛在口業上說了四條：不妄語；不兩舌，兩舌是挑撥是非；不惡口，惡口是說話很難聽；不綺語，綺語是花言巧語欺騙別人。我們條條要遵守，用真誠清淨慈悲心來修十善業道，那是菩薩行。

凡聖就在用心不一樣，表現在行持上沒有兩樣，用心不相同。一個是用真心，一個是用虛妄的心。意三善，這是講存心，不貪、不瞋、不

痴，對於世出世間法都不貪，貪圖佛法也錯了。一有貪瞋痴，心就被污染了，你的心就不清淨了。不清淨就不真誠，不清淨就不平等，所有都失掉了，真誠、清淨、平等、正覺、慈悲都沒有了。這五句十個字，每一個字裡面圓圓滿滿含攝其他四句八個字在裡頭。一有一切都有，一條沒有，統統都沒有。這個道理要懂。《華嚴經》裡頭常講一即一切，一切即一，一多不二。要認真



去修十善業，以十善業自己約束自己，所謂自律，就是起心動念、言語造作都與它相應，這就是圓滿的佛法。

我們看到佛像，畫的佛像都畫一個圓光，圓光上面有三個字，有用梵文寫的，也有用中國文寫的。這三個字叫「唵、阿、吽」，是什麼意思？就是身口意三業至善。換句話說，十善修到圓滿就是這三個字。「唵」是身，「阿」是口，

「吽」是意，三業清淨。世尊在《無量壽經》一開端就教給我們三業清淨，三業他特別把口業放在前面，不是身語意，他是語身意。一開口，佛就說了，「善護口業，不譏他過；善護身業，不失律儀；善護意業，清淨無染」，你看看佛所說的，這三椿做得圓滿，就叫成佛。所以佛的畫像圓光上面寫的三個字就是這三個字。十善業，初學佛從這裡下手；成佛，這個十善圓滿。我們怎



麼能夠疏忽？有幾個人把這個事情放在心上？起心動念用這個來對照對照？我有沒有違犯十善業？這個叫做根本修。

菩提心是根本之根本。孝親尊師，慈悲十善，這個是落實在事相裡面的根本，我們把這個根本忘掉了，所以修什麼樣的佛法都不踏實。我們常常聽同修說功夫不得力，不得力的原因不曉得。要知道心有根本，行有根本，這四句是行的



根本，菩提心是心的根本。這就是宗門教下祖師大德常常教導我們的從根本修，這是最聰明的人，最有智慧的人。你只要念念不離開這個根本，無論修學哪個法門都能成就，「法門平等，無有高下」。你要是忘失了根本，念佛這一生都不能成就，你說多可惜！

（二）受持三皈，具足眾戒，不犯威儀



希望同修們要記住。從這個根本再往上面修，這才是「受持三皈，具足眾戒，不犯威儀」，這是二乘。從凡夫提升到二乘，也就是超越六道，進入到四聖法界了。

（三）發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸
進行者

再往上提升，是一真法界，超越十法界了。



超越十法界最重要是發菩提心，這個發菩提心是理事統統圓滿。我們淨宗祖師大德常常教人三心圓發。此地發菩提心是三心圓發，圓發也就是我們講的真誠、清淨、平等、正覺、慈悲你統統做到了，這個才叫圓發。

深信因果，這個因果不是別的因果，是淨土的因果：「念佛是因，成佛是果」，深信這個因果，念佛成佛。我剛剛選了這兩條：一個是十種



信心，印在這邊發給你們，十種信心，決定要信淨土；第二個是念佛十種殊勝的利益。我們要多看，要多念，堅定信心，決定不懷疑，這是深信因果。讀誦大乘，我們念《大乘無量壽經》就好。每天讀誦，一定要求深解義趣，解得淺不行，要解得深。如何才能夠深解？一定要依教奉行。佛在經上的教誨我統統做到，我很認真、很努力天天在做，已經做到的保持不失掉；沒有做



到的，一定要發心把它做到。然後你對於經的意思愈理解愈深，愈理解愈圓滿，天天生智慧。

從前六祖惠能大師，見五祖忍和尚，他對忍和尚說：「弟子心中常生智慧。」我們看了很羨慕。為什麼會常生智慧？依教奉行。我們今天為什麼不生智慧，一天到晚常生煩惱，原因在哪裡？我們學佛法完全沒有做，你當然生煩惱，你怎麼會生智慧？此地讀誦大乘是這個意思，並不



是教所有大乘經都去念，沒有這個必要。一經通，一切經通。一定要以《無量壽經》為主，你們要聽《華嚴經》，可以。《華嚴經》為輔助，是《無量壽經》詳細的註解。《無量壽經》是《華嚴經》的精華、是《華嚴經》的精要，這兩部經確實是一部經。所以我們受持，依《無量壽經》最好，抓住綱領。理解，《華嚴經》好，《華嚴經》講得詳細。我們今天在此地開華嚴班，其

目的也是讓同學們深入經藏，能夠把《無量壽經》、《觀經》、《彌陀經》講得好，我們目的在此地。末後一條：勸進行者。勸進行者就是為人演說，我們要表演給人看，做出來給人看，完全落實，決不是口說。由此可知，世尊很慈悲，真的把菩提心、把念佛教給我們，而我們自己粗心大意，看經讀誦，忽略了，沒有留意。



二、六和：見和同解、戒和同修、身和同住、
口和無諍、意和同悅、利和同均

第二個科目是六和敬。六和敬是佛教導我們人與人之間怎樣相處，決定不能違背，違背六和敬的罪很重很重。什麼罪？破和合僧，墮阿鼻地獄。你說這個罪多重！但是多少人犯這個罪，他自己並不知道。我們如果勸他，他還瞪我們一

眼，還恨我們，那有什麼法子！所以我們也只合掌念阿彌陀佛，沒有話好說。現在人勸不得，不聽勸，聽騙不聽勸，認假不認真。這就是佛在經上講的一闡提，可憐憫者！諸佛菩薩對他都無可奈何，我們也只好合掌念佛，我們念佛給他迴向，求佛菩薩保佑他。我們還是一個至善的心，這是處事待人的心態。我們怎麼存心，用什麼態度，六和敬裡面最重要的是見和同解。我們沒有



明心見性，沒有證果，我們見和同解這一條如何落實？我在講席當中常常勸導同修，我們今天的作法是放棄自己的成見，也就是放棄自己的想法、看法，遵循佛陀的教誨，這就是見和同解了。佛在經上怎麼說的，我們一切依佛陀的教誨，不依自己的成見，這樣就好了。

前清初年，康熙、雍正、乾隆年間，宮廷裡面讀《無量壽經》，用《無量壽經》來達到見和

同解，所以那個時候國家強盛。這個皇帝聰明，不用自己的意思，我的意思大家不服，佛的意思、無量壽佛的意思，大家沒有話說，個個人都歡喜。用《無量壽經》來建立朝野的共識，所以清朝自始至終沒有昏君。清朝亡，亡在哪裡？慈禧太后。宮廷裡面讀經，慈禧太后廢除了，大概慈禧太后聽經上所講的都是罵她的，她聽了不高興，不念了，國力就衰了。所以清朝早期這些



帝王是以《無量壽經》治國。諸位在《無量壽經》梅光義老居士序文裡面可以看到，他在序文裡頭介紹得很詳細，很清楚。所以六和敬裡面這一條最重要，我們相信佛的話，大家都依照佛的教訓去做，這使所有一切意見都能夠化解。

這是屬於思想問題，其他是屬於事相，落實在實際事相上是「戒和同修」，這個戒是廣義的，不是狹義的。這個戒是什麼？就是佛陀的教



誨、教誡，我們要遵守，要養成守法、守規矩的習慣。大家在一起都有個公約、常住公約，我們都應當遵守。凡是在事相，可以有變化的。因為古今生活習俗不一樣，這個一定要因時因地，我們在生活中方便。佛家的戒律到中國唐朝，百丈大師立清規，就把印度這一種戒律中國化了。哪些適合於中國人的，哪些不適合於中國人，應當如何來修訂，就是把釋迦牟尼佛的戒法，做了一



次適合於中國人修學環境的修訂，精神、原則決定如理如法，但是在戒相上有很多改變，這是正確的。所以佛法不是定法，佛現身，就沒有一定的人身相。應以什麼身得度，他就現什麼身相；應該說什麼法，他就說什麼法。佛無有定法可說，大家記住這個原則。所以每一個地區定的規矩，只要符合佛法的精神，在事相上可以變更，原理原則不變。每一個地區生活方式不一樣，氣候寒



暖不一樣，這個要懂得。佛法是開放的，特別是大乘佛法，能夠適應時代。我常常講，佛法一定要落實在本土化、現代化，才能普度眾生，才能夠利益一切眾生。如果守住一成不變，那只能夠利益古人，不能利益現代人，一定要現代化。

下面這個好懂，身同住，口無諍，意同悅，利同均，這是我們處眾必須要遵守的六個原則。如果離開這六條，縱然是很多出家人住在一起，



也不叫做僧團，只是一個普通的團體，不可以稱之為僧團，僧團是決定修六和敬。你一個家庭，一家四個人，都依照佛的教誨修這六條，你的家庭就是道場，你這個家庭就是僧團。凡是僧團，一定得諸佛護念，龍天善神、護法神保佑。你只要把這六條做到就行了，六條做不到，你家裡供一百尊韋陀菩薩，供一千尊韋陀菩薩，沒有一個韋陀菩薩真的保佑你。護法善神是依法不依人

的，不是講人情的。你心正、行正，你沒有供護法神，護法神也不離開你。不是說供他就有，不供他就沒有。用什麼供？用我們的心去供，用我們的行為去供，不是形象。供一尊像，每天香花、水果去供養，那是什麼？香花、水果是賄賂、巴結，護法神不接受巴結、不接受賄賂。我們用真心，用菩薩行去供養。



三、三學：戒、定、慧

第三個科目：「三學」。戒、定、慧三學，這是佛法教學的總綱領，我們決定不能夠違背。戒學是如法，如理如法是屬於戒學；定學是清淨平等；慧學是真誠慈悲。

四、六度：布施、持戒、忍辱、精進、禪定、

般若

有性有相，有事有理，表現在事相上，就是世尊教給我們這五個科目。在日常生活當中必須遵守的原則，決定不可以違背的。學菩薩，佛給菩薩的守則有六條：布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若，我們有沒有做到？



布施是放下，般若是看破。放下什麼？布施是放下慳貪，持戒是放下惡業，放下惡業就是持戒。心裡頭沒有貪心，對於世出世間法沒有貪心、沒有慳吝心，自己有的，肯幫助別人，毫無保留的幫助別人。我有財物，用財物幫助別人；我有能力，用能力幫助別人；我有智慧，用智慧幫助別人，樣樣幫助別人。今天講的是為人民服務、為社會服務、為一切眾生服務，這個叫布

施。所以斷絕一切惡業，持戒就圓滿了。

忍辱是對瞋恨嫉妒，於世出世間一切法中決定沒有瞋恚，決定沒有嫉妒，這個叫忍辱波羅密。

精進度懈怠，我們對人對事對物，自己修學，就是自己過日子，服務大眾，幫助別人，決定不懈怠，決定不懶散，這就是精進的意思。

禪定是對散亂，我們世間人常說，精神集



中，意志集中，這就是禪定的意思。禪定不是叫你天天面壁打坐，我們面對一切人、事、物心有主宰，不會受外面境界動搖，這叫禪定。佛在《金剛經》上告訴我們：「不取於相，如如不動。」不取於相是禪，禪的意思就是你不會受外面境界誘惑，不會受外面境界干擾。定是心有主宰，不為所動。內不動，外不受干擾，這叫禪定。大乘經上常說，「諸佛菩薩，那伽常在定，

無有不定時」，行住坐臥都是禪定。也就是說，行住坐臥他都能夠外不著相，內不動心。

般若是智慧，看破世界，有如《金剛般若經》上所說的，「凡所有相，皆是虛妄」，「一切有為法，如夢幻泡影」。世尊在大般若經上，給我們講了幾千次不可得，我們如果真正明瞭不可得，你得失的這個念頭就沒有了。於是在現實境界當中，你所得到的，決定不會生歡喜心；你



失掉的，絕對不會有懊惱。為什麼？不可得。說到極處，生死不可得，所以對於死不恐怖了，這是智慧，真實的智慧。對於宇宙人生性相、理事、業因果報樣樣清楚，樣樣明瞭，覺而不迷，這是般若。

我們佛教的教旗，同學們現在常常看到，是全世界通用的五色旗。總共六條，前面五條是單色的，每一條一個顏色，代表前面五度，代表布



施、持戒、忍辱、精進、禪定；後面一條是雜色，五種顏色都有，雜色的代表般若。這個意思很明顯，布施裡頭有般若，才叫布施度。布施裡頭沒有智慧，那是修福，是世間有漏的福報。前面五條裡頭沒有般若，都是世間福報。你修禪定，修成功了，生色界天，生無色界天，不能出六道輪迴；如果禪定裡面有般若，那就超越六道了。



般若究竟是什麼？世尊在《金剛經》上給我們說了一句名言：「離一切相，修一切善。一切相是般若；修一切善，一切善就是布施、持戒、忍辱、精進、禪定，這五樣叫一切善。般若是離一切相。這是佛教給我們的，教得非常具體，我們沒去做，不能怪佛，怪我們自己。」



五、普賢十願

這就是什麼？菩提心的落實。菩提心究竟圓滿的落實是普賢十願，大經裡頭常說，菩薩不修普賢行，就不能成佛。你要想成佛道，一定要修普賢行。淨宗殊勝在哪裡，我們就明白了，淨宗是普賢行的落實。你看《無量壽經》序分經文開頭第一句話：「咸共遵修普賢大士之德。」所以



我們曉得淨宗的修學是普賢行的落實。普賢行無量無邊，整部《華嚴經》上所說的皆是普賢行。佛菩薩慈悲，把無量無邊普賢菩薩的行持，歸納為十個綱領，這就是普賢菩薩的十願，我們好記，有下手之處。

（一）禮敬諸佛

第一條：「禮敬諸佛」。誰是佛？虛空法界

一切眾生個個是佛，有情眾生是佛，無情眾生也是佛，所以這個禮敬是平等的禮敬，真誠的禮敬。我們對這個人好，對那個人不好，就錯了，這一條沒做到。決定是以真誠、清淨、平等心尊敬一切眾生，因為一切眾生皆是諸佛。佛在經上說得很多，一切眾生皆有佛性，凡有佛性皆當作佛，這是佛對我們說的。佛在《華嚴經》、《圓覺經》講真話，真話是什麼？一切眾生本來成



佛，這個話我們聽起來很難體會。要說一切眾生皆當作佛，我們能夠體會，他現在是凡夫，將來慢慢修行，會成佛的。說現在就是佛，我們很難體會，但是佛所講的是事實。所以我們對於一切眾生怎麼能不恭敬，怎麼能不尊重？我們沒做到！不但沒做到，甚至於對父母瞧不起，對老師瞧不起，對同學瞧不起，你念佛怎麼能往生？你念佛的功夫再好，都不能往生。為什麼？西方極



樂世界統統修普賢行，你與普賢行沒有一絲毫相應。阿彌陀佛很慈悲，歡迎你去，西方世界這些大眾不歡迎你。為什麼？你跟大眾不能相處。你到那個地方會尊敬阿彌陀佛，對大眾你不會尊敬，你不是普賢菩薩。

西方極樂世界，普賢菩薩的法界，從凡聖同居土下下品，到實報土上上品，全是普賢菩薩。也就是我們常說的十信位的普賢菩薩、十住位的



普賢菩薩、十行、十向、十地的普賢菩薩，統統是普賢菩薩。所以普賢十願，祖師把它列在早晚課裡頭，天天要念，天天提醒自己，時時刻刻不能忘記，我們起心動念與十願相應不相應？

（二）稱讚如來

第二：「稱讚如來」。永遠保持一個善心，如何能夠落實稱讚如來？惠能大師講的話，「若



真修道人，不見世間過」，這一句話就落實了。所以普賢菩薩只有讚歎，沒有毀謗。見到一切善事，稱揚；見到一切不善事，心裡頭痕跡都不落，這一條才落實。那我們今天是什麼樣子？人家的好事忘得乾乾淨淨，人家的惡事，記得好清楚，永遠不會忘記。完全跟普賢十願顛倒，你怎麼能往生極樂世界？我們要想真去，得到西方世界諸上善人普遍歡迎我們去，我們能不能做到？



能做到。只要我們起心動念、言語造作跟十願相應，西方極樂世界的大眾沒有一個不歡迎你。你要與十願相違背，說老實話，今天十願大家會念，十願裡頭的意思不懂。你能講、能解，解得不夠深度，所以你沒有辦法落實。

（三）廣修供養

「廣修供養」。這個廣是什麼意思？廣是多

的意思。你解得淺，你解得不够深。廣是平等的
意思，是普遍的意思。不分國土，諸佛如來無量
無邊國土不分、不分族類、不分宗教信仰，清淨
平等的供養。我們今天晚上大家統統到天主教，
我們是修供養，我們參加他的禮拜禱告，這是供
養，以我們的誠心供養，以我們的恭敬心供養，
以我們的愛心供養，廣修供養。你要解得深，你
要解得圓，你才曉得怎麼作法。我們對於其他宗



教，也有財物上的供養，惹來很多毀謗。很多人批評、罵我，我一句話不說。為什麼？他們對廣修供養的意思不懂，他們只曉得供養兩個字，廣不知道。廣是沒有界限，沒有分別，沒有執著，盡虛空、遍法界平等地供養，這是廣的意思。

（四）懺悔業障

「懺悔業障」。是完全對自己，怎麼樣懺

悔？這個十願其他的九願統統做到，就懺悔了。如果有一條沒有做到，你的懺悔不徹底，你的懺悔不究竟。你們想想對不對？不是說我做錯事情，在佛菩薩面前禱告禱告，求佛菩薩赦免我的罪過，那是迷信。對諸佛菩薩來說，你求不求他赦免罪過，與他毫不相干。為什麼？你造所有一切罪過，佛菩薩心裡頭痕跡都不落。他不是凡夫，佛菩薩只記得一切眾生的善，決不會記得一



切眾生的惡。你造的惡業，你自己會感受惡報。懺悔是改過。我在初學佛的時候，章嘉大師教我，給我講懺悔的大意，懺悔不是在佛菩薩面前禱告，那個沒有用。什麼叫懺悔？後不再造。章嘉大師教給我的，跟儒家講的不貳過一個意思。我知道我做錯事情了，以後不再造重複的過錯，這叫真懺悔。諸佛歡喜，天龍眾神尊敬你。所謂是「人非聖賢，孰能無過，過而能改，善莫大

焉」，世出世間第一等的大善是改過。知道自己的過，承認自己的過，能把自己的過改掉，這個叫懺悔業障。禮敬諸佛是改不敬一切人事物的過；稱讚如來是改對一切人瞋恨嫉妒的過、專看別人錯誤的過、專宣揚別人過失的過。你看看哪一條不是懺悔？廣修供養是改正我們慳貪的過失、改正我們心量狹小的過失，這都是懺悔。

（五）隨喜功德

後面「隨喜功德」。特別是加強對嫉妒障礙的過失，人家有好事，不能夠嫉妒障礙，要隨喜。隨喜什麼？幫助他，成就他的好事。成人之美，不成人之惡，他做這個事情對社會、對眾生有好處、有利益，縱然是我們的敵人、冤家、對頭，我看到了，我也要去幫助他。我正面去幫助

他，冤家對頭他不接受，他說我不懷好意。我們幫助他錢的時候，可以請別人轉給他，不要用我的名字，我也幫助他了。時間久了，將來知道了，那個冤結就化解了。所以要修隨喜，不可以有障礙。

（六）請轉法輪

「請轉法輪」，是我們非常容易疏忽教學的



過失，我們疏忽了，這是世間第一等的善事。現在社會動亂，人心沒有歸依，原因在哪裡？沒有人教他。《無量壽經》佛說得好，「先人無知（不善）」，「先」是前一輩，「不識道德」，沒有人教，所以才變成這個樣子。我們疏忽了，所以要請轉法輪，請善知識來教導我們這一方。我們這一方人無知，不會請，我懂得了，我有這個責任，請法師大德到這個地方來講經說法，教

化這一方。這個意思就是要提倡佛陀的教育。

（七）請佛住世

如果這一位善知識的教導、德行，受到我們這個地方的大眾的尊敬、仰慕，願意跟他學習，我們更進一步請他長住在這個地方，請佛住世，我們這個地方的人得利益了。古時候，大家在經上念到祇樹給孤獨園，給孤獨長者傾家蕩產請佛



住世，禮請釋迦牟尼佛，連帶他所有的學生長住在舍衛國，在舍衛大城弘法教學，利益眾生。如果沒有人請，佛就不會來，到別的地方去了。所以要懂得，最後這兩條太重要了，懂得請法師來講經，懂得請有德的高僧或者是大德居士，長住在這個地方教學。

普賢的十願，實際上願只有這七條，後面三條是迴向。常隨佛學，是迴向菩提；恆順眾生是

迴向眾生；普皆迴向是迴向實際，就是迴向自性，後面這三條是迴向。所謂迴向是拓開心量，大乘法裡面常講「心包太虛，量周沙界」，後面這三願是心包太虛，量周沙界。

（八）常隨佛學

「常隨佛學」，哪個是佛？一切眾生皆是佛，這誰懂得？一切眾生的善，我們要學；一切



眾生的惡，我們要反省，我們要改正。所以善惡都是善知識、都是老師、都是菩薩學處，我們要認清楚，要懂得。

（九）恆順眾生

「恆順眾生」。就是我們常講的要懂得現代化、本土化，我們恆順眾生。諸位想想，兩千年前佛教剛剛傳到中國，印度這些高僧大德就能夠



隨順我們中國人。建的道場，中國宮殿式的，不是印度式的。如果把印度式的建築搬到中國來，我們中國人不會歡迎，不會接受。為什麼佛教到中國能夠生根，能夠弘揚這麼普遍，基督教，唐朝叫景教，也是在那個時候傳來的，為什麼不能夠像佛教這樣的興旺？就是他建的那個教堂是外國的樣子，我們一看，「洋鬼子」，所以就很不喜歡接近，他不懂得恆順眾生。佛教教人恆順眾



生，佛的造像，在中國一定是中國人的容貌；在日本，日本人的容貌；在西藏，西藏人的面孔；泰國是泰國人面孔。他在哪裡，他的相跟當地人一樣，這叫恆順眾生，我們沒有發現。他的建築一定跟當地一樣，從前人懂，現在出家人不懂。很多中國法師到美國去，建道場還建成宮殿式的，常常嘆息只有幾個老華僑進來，外國人一個都不進來。為什麼外國人不進來？外國人一看，



「你們是外國文化」，所以不能度眾生。

我極力提倡，大聲疾呼，希望這些法師，他們有福報，在美國建教堂，要建什麼樣子？建白宮的樣子，美國總統住在白宮，建那個樣子。我們中國道場建宮殿，宮殿是從前皇帝住的樣子。所以到美國要建白宮的樣子，佛像面孔一定是美國人，他一看很親切，就來了。建築是中國宮殿式的建築，佛像面孔是中國人，他很不甘心情願



來學佛。這就是不懂得恆順眾生。佛講得太清楚了，觀音菩薩三十二應，應以什麼身得度就現什麼身，恆順眾生；他喜歡什麼法就給他說什麼法，恆順眾生。我們自己的過失就是分別執著，這是破我們分別執著的過失。

（十）普皆迴向

「普皆迴向」。那就是「心包太虛，量周沙

界」，拓開心量，救我們小心量的過失。這是發菩提心，一心念佛落實在生活上，落實在我們日常處事待人接物上，統統叫念佛，不是口念。跟這個完全相應，你生活是念佛，工作是念佛，應酬是念佛，沒有一樣不是念佛。我們今天晚上參加天主教的平安夜祈禱是念佛，幾個人懂？現在人學佛真是愈學心量愈窄小，愈學愈執著。我今天看到傳真過來的一些問題，明天我再來解答。



完全違背了佛陀的教誨，還自以為是佛教徒，自以為很如法，自以為天天在修積無量無邊功德。真正的原因是不讀經之過，不研教之過，不能夠深解義趣的過失。

這是為我們淨宗同學擬定的五個課程，這五個課程做到就夠了。佛講的方法太多太多了，我們只要抓到這個綱領，「三福、六和、三學、六度、十願」，很好記。要懂得每一條的意思，讓

我們在生活當中起心動念、言語造作都能與它相應，這叫真正念佛，你把念佛落實了，不是口念。你的心念，你的身念，你的行為念，這是佛心、佛行表現在日常生活當中，這是真念佛。然後我們提的念佛，這個念佛是專求生淨土，把我們的功德，什麼功德？生活是功德，工作是功德，處事待人接物沒有一樣不是功德，與這前面五個科目相應，都是功德。以這個功德迴向求生



西方淨土，決定得生，真的是古大德講的萬修萬人去。所以末後我講的是歸心淨土，世尊教化能事就圓滿了，末後總歸到淨土。

叁、淨土指歸的十種信心

第一條：「佛所說法，金口誠言，真實不虛」。我們要相信，決定要相信佛的話。佛用的是真心，我們用的是妄心，一天到晚胡思亂想。

所以自己的意見不可以相信，自己的想法、看法不可以相信，一定要相信佛陀的教誨。

第二條說：「凡夫識神不滅，六趣循環不已」。什麼叫識神？是非人我，自私自利，只要你是非人我、自私自利的念頭沒有忘掉，你就是六道輪迴，你決定出不了六道輪迴。這是事實。

第三條：「此土修行，未得道果，不免輪迴」。這個道果是阿羅漢果，超越六道輪迴，你



不能夠證阿羅漢果，你就決定不免輪迴。阿羅漢果，世尊在經裡面跟我們講得很清楚，見思煩惱斷盡了。也就是我們講的分別執著斷盡了，於世出世間一切法再不會起分別執著的念頭，這個人是阿羅漢，這個人才能超越六道輪迴。我們還有自私自利，還有是非人我，你就決定脫不了輪迴。不管你修什麼法門，念佛法門也不能夠脫離六道輪迴，這個要知道。



「未出輪迴，雖生天上，不免墮落」。這是講你縱然修行不錯，有成就，你不求往生極樂世界，你所修積的功德會生天，果報在天上。你修上品十善、四無量心，在欲界天；你修禪定，禪定功夫成就了，你生色界天、無色界天，但是出不了六道輪迴。天的壽命雖然長，畢竟還有到的時候，壽命到了，還要墮落。縱然生到非想非非想處天，壽命八萬大劫，這時間夠長了。八萬大



劫之後，還是要墮落，所以不是究竟的。

再看第五條講：「極樂世界，眾生生者，永無退轉。」這種功德利益我們要清楚、要明瞭。真搞清楚、搞明瞭了，你還要搞這個世間是是非非，你不叫自找麻煩嗎？你不叫愚痴到極處嗎？這個世間一切人事物與我沒什麼關係，能大師說得好，「只見自己過，不見別人過」。這是個修行人，是個修行的好樣子。說老實話，人家有沒



有過，我們自己不知道，相信自己意思，就鑄成大錯特錯。為什麼？說不定做錯事那個人，是佛再來的，是菩薩化身示現的，我們怎麼會知道？五濁惡世，龍蛇混雜，造罪的人多，佛菩薩在其中示現的也多。佛菩薩示現造業，然後示現被法律判刑、槍斃，這是什麼？教化眾生的。你看，你們要做錯事情，就像這樣下場。他是示現的，他是教化眾生成就無量無邊功德的，我們哪



裡曉得？天天還咒他，天天還罵他，天天恨他。我們造了罪業，人家成就無量功德，怎麼會知道？所以佛一再勸我們不要相信自己的意思，我們沒有覺悟，你自己的看法、想法往往看錯了，所以不識好人心，狗咬呂洞賓。佛在經上一再告訴我們，你證得阿羅漢果之後，你才可以相信自己的看法想法。沒有證得阿羅漢果，不能相信自己的想法、看法，往往都是錯誤的。



再看底下一條：「眾生發願，願生淨土，決定往生。」關鍵在發願，發願就是發菩提心，一向專念，願生淨土。這個發願就是經上講的這八個字：「發菩提心，一向專念。」諸位要記住，發菩提心，菩提心落實就是三福、六和、三學、六度、十願。那你是真的發菩提心，否則你的菩提心是嘴皮上的菩提心，空的不能落實，不能兌現，你是假的菩提心，不是真的。真的菩提心要



落實，要把這五個科目做到，你是真的發菩提心。以這個功德迴向求生淨土，決定往生。所以大家千萬不要誤會。

「一稱佛名，能滅八十億劫生死重罪。」這是佛在經上常說的，我們每天念十萬聲佛號，都滅不了罪，罪還在心裡生。什麼樣的人一稱佛名？發菩提心的人，就是跟諸位講的起心動念、言語造作、日常生活都能夠與三福、六和、三



學、六度、十願相應的人，那個人念一聲佛號能滅八十億劫生死重罪，這不是指我們平常人，是這種人，真正發菩提心一向專念的人，我們要搞清楚。所以佛經的意思不能錯解，錯解了我們不但不得受用，反受其害，以為我學得不錯了，其實都搞錯了。到後來修行，臨命終時不能往生，還搞輪迴，這一下還要怪佛菩薩，怪經上講得不靈。「我都依照你的方法修行，為什麼不能成



就？」你修錯了！佛的意思你沒搞清楚。所以佛家常講，「望文生義，三世佛冤」，三世諸佛喊冤枉。不是這個意思，你搞錯了。

第八：「念佛之人，彌陀神通光明攝取不捨。」這個事實，我想你們同學們都很清楚。真正念佛人，佛菩薩常常在他旁邊，常常照顧他，常常保佑他，問題你肯不肯真幹。

「念佛之人，十方諸佛同以神力護念。」諸



位要知道，念佛之人，那個念佛，念不是口裡頭念。你看那個念字，不是口，念什麼意思？你看看這個字的樣子，「今」「心」，你現前心跟佛的心相應，跟佛的行相應。佛的行就是三福、六和、三學、六度、十願，這個叫念佛。如果是口念，心行都不相應，那就是古大德講的，「口念彌陀心散亂，喊破喉嚨也枉然」。所以這個念，心行相應叫念，我們要搞清楚。你的心是佛心，



佛是什麼心？真誠、清淨、平等、正覺、慈悲；你的行是佛行，佛行是三福、六和、三學、六度、十願。你得十方三世一切諸佛的護念，你得一切龍天善神的擁護，一點都不假。

最後一條你要相信的：「淨土壽命無量，一生當得無上菩提。」這個話是真的，不管你是凡聖同居土下下品往生的，或者是實報土上上品往生的，都是無量壽，真實的無量壽，決定一生圓

滿菩提。十種信心，決定沒有疑惑，你是真正念佛人。雖然你現在沒到極樂世界去，你在極樂世界已經註冊了，極樂世界已經有你的名字，你現在就是極樂世界的人，你不是凡人。所以諸佛護念，龍天善神保佑你。另外，你們翻過來這一面，「念佛十種殊勝的利益」，諸位常常念念，常常看看，以後我有時間，再把這個詳細跟諸位說說。

真為生死發菩提心
以深信願持佛名號

淨空九十歲





淨宗脩學之

落實在淨業三福

根本在發善提

十善業道才是多善根福德

心一何專念

