

【實踐求願往生淨土之要項－安心、起行、作業】

～善導大師《往生禮讚偈》（T47,no.1980,p.438b～p.448a）

講於：佛陀教育基金會「常精進菩薩抗疫課程」（2021/6/28、7/5、12、19、26、8/2、9）

【講解參考資料】

1. 專為已發願往生淨土之淨宗行者而說。
2. 偏重行門解釋，解門部份，亦是為解釋行門。
3. 並非末學已經完全能做到，而是以大師的訓誨為指南針、學習的目標方向。
4. 疏鈔。要解，念佛三資糧：信願行，何者是「信」？何者是「願」？如何「行」？便是此題中要充分理解、解說者。
5. 三業中有三心（安住於三心）→三業起行（用五念行）→配合四修而作淨業。
6. 三心、菩提心，到底何者是往生正因？何者正確？從佛的立場？從念佛行者的立場？佛大慈大悲，無有不收，然行者有淨業、輪迴業之差別，只要能與佛的願力相應（即是淨業成熟），必然能往生；否則，即使發菩提心之大乘行者，不與阿彌陀佛的願力相應，還是不得往生。故良忠謂總、別安心。
7. 「真實心」中作善三業，還是有上中下等無量差別，大師所作，標準較高，故往生品位高；吾等凡夫「真實心」所作，程度低，故往生品位低；然不可放縱自己的煩惱習氣，須要時時懺悔，要有進步，即使進步慢。

8. 大師開示的「真實心」，便是《起信論》（三心）中的「直心」。
- 「直心」＝正念真如法。安住真如實相者，必定是「真實心」；真實心中捨三業惡，真實心中作善三業，真實心中持佛名號，真實心中安住阿彌陀佛佛性之中，即是發菩提心之凡夫安住正念而行淨業，便可漸漸趣向真如。
9. 大師開示的「深心」，便是《起信論》菩提心中的「深心」落實在淨業中。「深心」＝樂集一切諸善行。念佛行者，深信佛功德、佛名號功德，以好樂心行正、助二行，持念佛名的正行，禮拜阿彌陀佛、觀想阿彌陀佛、迴向極樂、迴向眾生，就是修集無上善行。
10. 真實、深信心中，迴向作得生想＝相信決定可以往生。生彼極樂國已，以「大悲心」，迴入娑婆度有情。
11. 「發菩提心，一向專念阿彌陀佛」，兩句皆須注重，不可偏一。何故定要「一向專念阿彌陀佛」？因為已發菩提心，為實踐此宏願故，一向專念彼佛名而求願往生。何故要「發菩提心」而念佛？因為已信佛、念佛，願求往生，能發菩提心便與佛心、佛願相應故，得佛願力加持故，蓮品上昇有望故。
12. 曇鸞大師《註》，解「奢摩他」＝「止」，且云：一心專念阿彌陀如來名號及彼國土名號，能止一切惡。良忠《傳通記》亦云：聖道、淨土二門，雖同止惡修善；聖道門機，能治力強，滅惡障故方成出離。淨土門機，雖善心劣，住於止惡修善正見，而用隨犯隨懺之時，本願加力，令微少善以成出離大善，故乘佛願即生淨土。若不爾者，

本願何要？從此可知：為何我等凡夫一心專念阿彌陀如來名號，能止一切惡？(1)有止惡修善的正見，(2)隨犯隨懺的功夫，(3)得阿彌陀佛本願加持故。

13.國土莊嚴功德，17種：(1)清淨功德，(2)量功德，(3)性功德，(4)形相功德，(5)種種事功德，(6)妙色功德，(7)觸功德，(8)三種（水、地、虛空）功德，(9)雨功德，(10)光明功德，(11)妙聲功德，(12)主功德，(13)眷屬功德，(14)受用功德，(15)無諸難功德，(16)大義門功德，(17)一切所求滿足功德。

14.佛莊嚴功德，8種：(1)座功德，(2)身業功德，(3)口業功德，(4)心業功德，(5)大眾功德，(6)上首功德，(7)主功德，(8)不虛作住持功德。

15.菩薩莊嚴功德，4種：(1)不動本處，遍至十方供養、化生莊嚴；(2)一念一時，遍至佛會利益群生莊嚴；(3)一切世界讚嘆諸佛莊嚴；(4)無三寶處，示現三寶莊嚴。

16.「毘婆舍那」譯曰觀，但汎言觀，義亦未滿。何以言之？如「觀身無常苦空無我」、「九想觀」等皆名為觀；亦如「樹木」名，不得「桑樹」、「柳樹」也。故大師以二義釋「毘婆舍那」、「觀」。何故言「此功德如實」？因為，阿彌陀佛因地中以真實心修諸菩薩道，果地上成就真如實相的萬德莊嚴；吾等眾生心想佛時，便與佛心如實相應。何以故？用「真實心」想佛、念佛故，與自性真如相應故。

17. 「成就柔軟心」，《往生論註》：「柔軟心者。謂廣略止觀，相順修行成不二心也。譬如以水取影，清靜相資，而成就也。」

(T40,p.842,a1-3) **柔軟心**者，禪定功深，心性調柔，故能心得自在。若心不調柔，不得定，即不能如實觀察了知廣略諸法。若不修得心柔軟忍，則貪著五欲等境，不能知止而定，不能詳細觀察。故止觀二門，須使柔軟心成。略即止修，廣即觀修。**先修奢摩他—止，心乃得柔軟；修毗婆舍那—觀，乃能如實知諸法。**止中有觀，觀中有止，止觀雙運，止觀不二，故云「相順修行成不二心」，以水取影作譬喻。

18. 【成就巧方便迴向】「**如實知廣略諸法**」：知廣、略皆是實相→知三界眾生虛妄相→生真實慈悲。

意即：極樂清淨 29 種莊嚴（實相） $\longleftrightarrow$ 三界輪迴（虛妄相）。

知真實法身（清淨莊嚴）→生起真實、堅固歸依、信解之心→迴向發願求生→即是發起上求佛道之心。

知眾生虛妄相（虛妄受苦、起惑、造業）→生起拔苦與樂的慈悲菩提心→迴入娑婆度有情→即是發起下化眾生之心。

*所謂「真實心」有淺有深，大師前述之「自利真實」、「利他真實」，著重在凡夫意識心上，必須以斷惡修善（以世間、事相而論）；而此處所言「**如實知**」，則重在究竟理體「真如實相」而論。

故末學前說：以真實心念佛，功夫有淺、有深；深者，上三品往生，

淺者，中三、下三品往生；如實知「實相」而念，即是合乎《起信論》之「直心，正念真如法」。

19.入第一門（近門）—禮拜阿彌陀佛。入第二門（大會眾門）—讚歎阿彌陀佛。入第三門（宅門）—一心專念作願生彼土。入第四門（屋門）—專念觀察彼土正報、依報妙莊嚴。出第五門（園林遊戲地門）—以大慈悲，迴向度化一切苦惱眾生。

20.「策」：督促；使進步。引申為扶持；架起。「用策三心、五念之行」＝落實三心、五念的修行，督促自己能在淨業上更進步。

21.三種修（恭敬、無餘、無間）若能畢命為期，誓不中止，即是長時修。

22.良忠《選擇傳弘決疑鈔》卷2：「雜修文。舉十三失。」(D42,p.47,a1-2)

（D：國家圖書館善本佛典）「雜修十三失」即指修雜修者的十三種過失。依善導《往生禮讚偈》所載，雜修十三失為：1 由雜緣亂動故失正念；2 與佛本願不相應；3 與教相違；4 不順佛語；5 繫念不相續；6 憶想間斷；7 迴願不慙重真實；8 貪、瞋、諸見煩惱來間斷；9 無有慚愧、懺悔心；10 不相續念報彼佛恩；11 心生輕慢，雖作業行，常與名利相應；12 不親近同行善知識；13 樂近雜緣，自障障他往生正行。

23.若是觀察淨土宗歷代祖師之淨土念佛行門，皆合乎此四修，故能決定上品往生，終為一代祖師。我等凡夫，皆因不符此四修，才會導致臨終時有障礙、不能突破障礙。故我等應慎思之！警惕之！

24. 「聖道門」、「淨土門」之分，為淨土真宗教義；二門之分，應是為我等能一心專修「淨土門」，故作此說；若是因此「自讚毀他」，甚至造「誹謗正法」之惡業，豈非本末倒置？故我等念佛行者萬萬不可輕視「聖道門」或「自是非他」，以免造下「誹謗正法」之惡業。「誹謗正法」者，或言此門不能成就了生脫死大事，或言此法非是釋迦佛之究竟說，或言此僅是佛學非是佛法等等。

25. 又「發菩提心者」，蕩益大師於《要解》中云：「深信發願即無上菩提，合此信願的為淨土指南，由此而執持名號乃為正行。」乃是上三品往生之菩薩行者，修持念佛之準則；不但絕不違背善導大師所主之「三心」，甚且完全即是「三心」。其中「深信」須具足六種「信」（信自他、信因果、信事理），即與善導大師之真實心、深信之心、迴向心（迴自向他、迴因向果、迴事向理）相應。《要解》中「發願」，有事有理：「娑婆即自心所感之穢，而自心穢理應厭離；極樂即自心所感之淨，而自心之淨理應欣求；厭穢須捨至究竟，方無可捨；欣淨須取至究竟，方無可取。故《妙宗鈔》云：取捨若極，與不取捨亦非異轍。」「若達全事即理，則取亦即理，捨亦即理，一取一捨，無非法界。」《四帖疏》中解「迴向發願心」，已是「事理無礙」、「事事無礙」，欣厭無非「法界」。

26. 依淨空老和尚平素所開示：「菩提」者，覺悟也；「菩提心」即是覺悟之心、清淨心。此「覺悟之心」須是覺悟「上求佛道、下化眾生」之心，欲令一切眾生皆圓滿成佛之心，方是大乘菩薩之覺悟，

否則會與二乘之「覺心」、「出離心」、「求解脫心」相濫。「清淨心」亦復如是，須是大乘「自性清淨心」，方合乎「勝義菩提心」，否則會與煩惱輕微、無記心相濫。

27. 大師答問：何故不令作觀？只因眾生障重，觀難成就；非是一定不能修觀想。依《觀經》，第二觀至十三觀，所觀、所緣境，皆非僅有單純一境，初修者，如大師所言「境細心麤，識颺神飛」，因此不易修得奢摩他（三昧）。

28. 「專稱一佛」：正行念佛三昧。如同《觀經》第九觀云：「憶想令心明見，見此事者，即見十方一切諸佛，以見諸佛故，名念佛三昧。作是觀者，名觀一切佛身，以觀佛身故亦見佛心。諸佛心者，大慈悲是，以無緣慈攝諸眾生。」元照《觀無量壽佛經義疏》卷3云：「見多佛者，法身體同。念佛三昧從此得名。」(T37,p.297,a19-20)
「念一見多」：證念佛三昧時，便可見佛三身（法、報、化），三即一、一即三，皆是盡虛空徧法界之「多」身。

29. 若依蕩益大師於《要解》中所示：須先由解悟圓理，信知「自他不二、生佛不二」，「事理相即、圓融無礙」，「因果相即、一念圓成」；以此「深信」而發「切願」一厭離自心所感之穢（娑婆），欣求自心所感之淨（極樂）；捨至究竟，取至究竟；取亦即理，捨亦即理，一取一捨，無非法界。以此深信發願（即無上菩提心，與四弘誓相應）而執持名號，乃為正行；以此慧行為前導而執持名號（行行），猶如目足並運，二行相持乃為正行也。此時，持佛名即

是念佛法身，亦即是念自性佛；即心作佛（念佛），即心是佛；「心、佛、眾生三無差別」，用此心持佛名號，乃是真實心作，此心深信佛之大慈悲願不離自心，豈非念念迴向？

30.修念佛三昧者，可依「九住心」次第堪驗自己是否以真實心而無餘修、無間修？

31.「九住心」：修禪定時，九種攝心的修習過程。(1)內住、(2)等住（又稱續住）、(3)安住、(4)近住、(5)調順、(6)寂靜、(7)最極寂靜、(8)專注一趣、(9)等持。

(1)內住：收攝外散的心，使心憶念佛號；此中，定要有善導大師所示的三心，或《要解》之「深信發願」，方能做到真正「內住」。

(2)等住（續住）：令心不流散。久修、無間修「內住」，散動心可以多少停息下來，令心住內境（正念）且相續而住，不再流散了；務使離開「散亂」與「昏沉」兩種習氣。（此第1、2住為「勵力運轉作意」）

(3)安住：論云：「散亂速覺了，還安住所緣。」雖能相續而住，偶有失念而流散，但此時能做到妄念一起、心一外散，立即覺了，攝心還住於所緣中。至此階段，心才可說安定了，故云「安住」。

(4)近住：初以念力令心不散，從寬泛境漸收其心，使其漸細、漸高。此時便覺「分別心」如潭中水，無違緣時，可安靜而住，但遇違緣時，即不能住；至此階段，對於分別，起疲勞想；已能做到不起妄念，不向外散失；因為妄念將起，就能預先覺了，先為制伏而令之

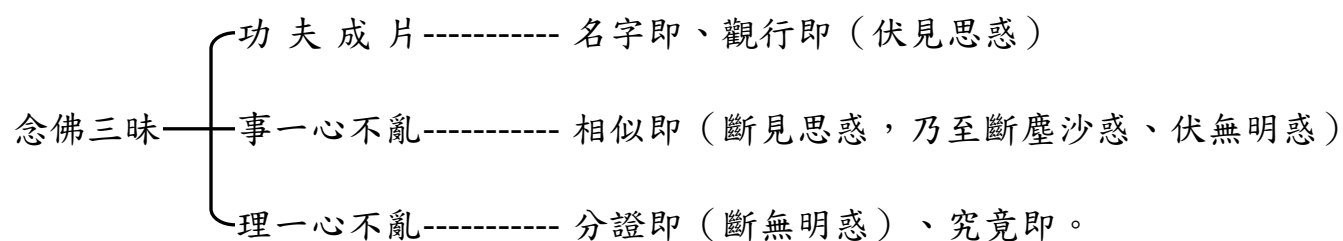
不起。心念完全專注在佛號上，佛號連綿不斷，絲絲入扣。《廣論》云：「具慧上上轉，於內攝其心。」（此第3、4住，必須在聞思基礎上，更加精進的憶佛念佛，方能達此階段。）

(5)調順、(6)寂靜：以般若慧而正知貪欲、煩惱的過患，從而遠離五塵諸相的擾亂，及遠離種種諸惡尋思，令心深化調順、寂靜。即是由思惟正定功德，令於正定心生欣悅，成就「調順心」。亦以般若智慧觀照「諸行無常」、「諸法無我」，以「無我慧」了知一切皆如幻化、如泡影，而修「三昧」，令心「止息」煩惱，「停止」於寂靜心（安住於寂靜）。於散亂觀其過失，於三摩地止息不喜，成就「寂靜心」。至此，可謂已成就「功夫成片」，雖未得「禪定」，但於離「坐」之平時生活中，已有此功夫，若能保持至臨終時，必定心不顛倒、正念往生。

(7)最極寂靜、(8)專注一趣：如《瑜伽論》中云：隨所生起諸惡尋思及隨煩惱，能不忍受，尋即斷滅，除遣變吐，是故名為最極寂靜。也就是說，最細分別心與煩惱，才一念生起，皆能馬上斷除；此乃更進步的「功夫成片」。而第8住心「專注一趣」，就是由於精勤加行，無間無缺，而能相續安住勝三摩地。因為尚有加行、有功用，所以屬「無間缺運轉作意」（前述第3住～第7住為「有間缺運轉作意」）。至此，沈掉、煩惱、惡尋思等，不會生起，完全不能障礙三摩地，定心能相續生，住三摩地。有此「功夫成片」，應能預知時至，何時往生皆得自在。

(9) **等持**：既無沈掉為障，亦不須恆依功用，故為第四「**無功用運轉作意**」，就是快要得根本定（初禪）了；但是如《廣論》引《解深密經》云：「雖得如是第九住心，若未得輕安，如下所說，尚不立為得奢摩他。」也就是僅得「**未到地定**」而已。「若時生起身心輕安，如其所欲，心於所緣獲得自在，應知爾時生奢摩他。」此時雖未得「初禪」，已可論為得「念佛三昧」，因「三昧」通欲界定、未到地定故。

32. 合論「念佛三昧」與「一心不亂」、天台宗「六即」



33. 有謂：「念佛」最重要是有信、有願，無需論其次第，亦無須與「通途法門」作比較，因為它是「特殊方便行門」，是三根普被、利鈍全收之圓頓大法；故引淨宗祖師語而言：「愚夫愚婦念佛，**潛通佛智、暗合道妙**。」甚至說言：用此次第，便落入「聖道門」，而非「淨土門」。若是如此，何故釋迦佛於大經、觀經中作三輩、九品之差別說？又何故古來中國淨宗祖師大德作種種「念佛門」而適應不同根器眾生？又何以將「一心不亂」配合斷惑淺深而分「理、事一心不亂」？天台祖師又何故以「六即佛」解釋「觀佛三昧」？以修行位次淺深而判往生九品高下？我們念佛時，知道「佛智」、「妙道」是什麼嗎？如何念，才真正能夠「潛通」佛智、「暗合」道妙？

34. 以此可見，吾等具縛凡夫必須真正瞭解何謂「老實念佛」，才可「潛通佛智」、「暗合道妙」？蕩益大師《要解》云：「得生與否，全由信願之有無。品位高下，全由持名之深淺。」是故，若已具足信願求生（慧行）之念佛行者，更需著眼執持佛名（行行）功夫之篤行實踐，以期往生更有把握，蓮品提昇有望。若能以通途法門之「資糧位」、「加行位」來驗證自己是否真正具足「願求往生心」？是否真實心中願修「念佛三昧」？再將修止之「九住心」次第，用以堪驗自己念佛修行是否真正合乎修「三昧」的進程？因此使得自己能得「功夫成片」，決定往生；乃至能融合天台、華嚴之圓教教理而念佛，最終能得「事一心不亂」、「理一心不亂」，便可與淨宗祖師同侶。

35. 《阿彌陀經疏鈔》卷1：「普門品疏。釋一心稱名。有事有理。存念觀音。無有間斷。名事一心。若達此心。四性不生。與空慧相應。名理一心。普門無不亂二字。智者尚作空慧釋之。今云一心不亂。何得貶為散善。」(X22,p.614,c16-19)

36. 《阿彌陀經疏鈔》卷3：「事一心者。如前憶念。念念相續。無有二念。信力成就。名事一心。屬定門攝。未有慧故（未能破妄想）。」「憶念者。聞佛名號。常憶常念。以心緣歷。字字分明。前句後句。相續不斷。行住坐臥。唯此一念。無第二念。不為貪瞋煩惱諸念之所雜亂。」

37. 「理一心者。如前體究。獲自本心。故名一心。於中復二：一者了

知能念所念。更非二物（**能所不二**）。唯一心故。二者非有非無。非亦有亦無。非非有非無。**離於四句**。唯一心故。此純理觀。不專事相。觀力成就。名理一心。屬**慧門攝**。**兼得定**故。」

38. 「四種念佛。從淺至深。此居最始。雖後後深於前前。實前前徹於後後。以理一心。即實相故。」「持名雖在初門。其實意含無盡。事一心則淺。理一心則深。**即事即理**。則**即淺即深**。故曰徹前徹後。所以者何？理一心者。一心即是實相。則最初即是最後故。問：豈得稱名便成實相？答：實相云者。非必滅除諸相。蓋即相而無相也。經云：『治世語言皆與實相不相違背』。云何萬德洪名。不及治世一語。『一稱南無佛。皆已成佛道』。何況今名理一心也。又觀經第九。觀佛相好。疏直謂觀佛法身。相好既即法身。名號何非實相。」(X22,p.661,b20-p.662,a21)（**若了知：名號、實相不二，離四句而持名，則持名念佛即是實相念佛。**）

39. 【結語】智者大師於《四念處》卷4云：「行四三昧皆是念佛。」四種三昧是《摩訶止觀》上所舉之常坐三昧、常行三昧、半行半坐三昧、非行非坐三昧；此乃將眾多之「止觀行」依其實行方式而分類為四，藉由此四種行法，即可正觀實相，住於三昧。蕩益大師也於《起信論裂網疏》中云：「通則一部論文，皆是念佛三昧，皆是往生正因。」(T44,p.426,b18-19)以上二位大師開示，吾人應可推知：**一切行門皆可視為念佛三昧**矣。