

尊敬的主法和尚，各位法師，各位嘉賓，各位大德，大家好！很高興看到大家來參加今天的法會，今天是個吉祥的日子。去年我們在此地舉辦第一屆「中峰三時繫念法事」，今天是第二屆。這個法事簡稱「三時繫念」，我們辦三十多年了，確實是冥陽兩利，能夠護世息災，功德殊勝！

藉著今天在英國舉辦三時繫念的機會，我想跟大家大致介紹一下「中峰三時繫念法事」的含義、內容和原理，以期與會嘉賓明瞭我們為什麼要舉辦三時繫念。這本《中峰三時繫念法事全集》事理圓融、契理契機，如果把它當作一般經懺佛事來做，有口無心，那就錯了，我們應當把它當作課誦來做。所以我們應當首先了解一下「中峰三時繫念法事」的內容，真正明白之後再照著儀軌去做，在儀式裡面隨文入觀就能收到很好的益處，才真正有意義。

### 中峰三時繫念法事的含義

「中峰」是元朝明本禪師的法號，他是中國禪宗的一代大德，大徹大悟，明心見性。他大揚禪風，上至王公，下至百姓，無不受到他的教化。後來，元朝的皇帝還特別封他為國師。他會集這一本繫念法事，以禪宗一代大德來弘揚淨土，意義非常之深。在這個法本當中，他處處顯示淨土與禪宗是同等高深的境界，而在度眾生的善巧方便的層面來說，淨土甚至比禪宗更加殊勝。

「三時」，法事裡面有第一時、第二時、第三時，這是三時狹義的意思。除此之外，還有更廣的含義。古時候的印度，把一晝夜分做六時：晝三時，夜三時。由此可知，三時引申的意思就是從朝至暮晝夜不斷。

「念」這個字，在中國文字，這是屬於會意字。你看看上面是「今」，下面是「心」，也就是我們現在心裡頭有的、正在心上的就是念。所以「繫念」就是現在當下心繫一處、念念不捨的意思。普通凡人與聖人最大的區別就是在念頭。古大德說：「聖狂之分，在乎一念。」聖人的心念，可以隨心所欲的繫念、專注在任何一件事物上，而凡夫的念頭是散亂的、不集中的，所以不容易發揮大的作用。我們做「三時繫念法事」，正是在訓練自己對念頭的控制能力，也就是現代學者所重視的注意力，集中能力。佛在《遺教經》上說，「心者，制之一處，無事不辦。」我們要能把心專注在一個地方，這就得定，那心的力量、效果就很不可思議。因為一心能生無量智慧、無量的德能，所以一心非常重要。把心集中在一處，就是佛法裡所說的禪定、定力。一切修行法門的樞紐、綱要，都是在定力。整個佛法，歸納到最後就是戒、定、慧三大類。而這個三大類當中，定是樞紐，可見其重要性。

「法」是中峰國師為我們制定的這個法本。「法事」是依照這個法本來修行求往生的這樁事情。你看這裡面有讚佛、有誦經、有念咒、有禮拜、有懺悔、有迴向，修法很圓滿，跟天親菩薩《往生論》裡面所講的禮拜、讚歎、發願、觀想、迴向五念法門義趣相同，都是大乘佛法修定力、得到佛菩薩加持的方法。所以這種讓大眾聚集在一起，在布置得莊嚴肅穆的會場，與法師們共同進行莊嚴的儀軌、儀式。其實正是佛陀教育中非常高超玄妙、內含深刻的藝術與教學活動，其中蘊含著佛陀無盡的慈悲與智慧。

### 三時繫念的內容舉要

《三時繫念法事全集》從序文開始，先由「戒定真香」開啟，主要內容依次是《般若波羅蜜多心經》以及各讚頌的偈子。而後是第一時法事，由一遍《佛說阿彌陀經》起始，後面接著讚頌、發願

、念佛，以及有四番開示的內容穿插在其中。休息後的第二時法事，還是由《佛說阿彌陀經》開始，跟著四番開示加上各讚頌與念佛。最後第三時法事，依然是一遍《阿彌陀經》加上四番開示，以及結尾的至心懺悔發願。所以我們不難看出，整個《三時繫念法事》就是在不斷的開理，不斷的打開普通凡人所執著的、局限的思想境界，進而接收、受持阿彌陀佛的思想境界，與佛菩薩的境界相靠攏。而在整個過程當中，實際上也正是在開發我們每個人本來就具備的非凡卓越的能力。

主法開場這四句話很重要：「覺海虛空起，娑婆業浪流。若人登彼岸，極樂有歸舟。」這個四句偈內容非常豐富，前面兩句是說明宇宙生命的起源，這是迷了以後的現象，後面兩句是教給我們回頭是岸的方法。我們怎麼樣迷失了自性？覺海虛空起，覺海本來沒有虛空，覺海就是性海，經論裡面常講到心性，心性就是覺海，自性本覺。馬鳴菩薩在《大乘起信論》裡面告訴我們，「本覺本有，不覺本無。」本覺就是自性，它本來就覺，從來也不迷惑。今天我們講迷失自性，這是隨著凡夫的話來說。其實，自性是真性，真性怎麼會迷？真性不可能迷，迷只是一種幻相，猶如作夢一樣，不是真實存在的。這樁事情中峰國師在《繫念法事》裡面講得很明白，在它的迷悟，迷悟也不是真的，這愈說就愈玄了。虛空，先有虛空，然後再有世界；有世界之後，再有眾生。說的時候有先後，實際上生起就是唯心所現。

這個現起太快太快了，現代的科學家也這樣說法，愈說跟佛法愈像，叫「一時頓現」。沒有先後次第，你沒有辦法講先後次第，它的速度是用二千二百四十兆分之一秒來講，你怎麼能發現它有先後次第？所以佛在楞嚴會上說這樁事情是「當處出生，隨處滅盡」。當處是什麼？就是現前，沒有遠近。沒有遠近就沒有空間，沒有

先後就沒有時間。時間、空間都是凡夫的情執，不是事實。事實到底是什麼？就是迷悟，這個地方講覺迷。迷是迷什麼？佛經上講的「一念不覺」就是迷。那個一念的時間太短了。佛經上所說的清淨寂滅相是八地以上大菩薩所證得的境界，在他那個大定裡面是不動的，這是覺海。但是凡夫是動的，一動麻煩就來了，空間遠近、時間先後就從這裡生起來，這就叫做世界。世是指的時間，界是講的空間，時空就發生了。我們今天看的是幻相，是虛幻的一種相續相，把虛幻相續相以為是真實，在這個裡面起了妄想分別執著，就是娑婆業浪流。業浪流是什麼？六道輪迴。

我們現在所住的這個世界是娑婆世界，三途六道是從妄想分別執著裡面變現出來的境界，幻相跟作夢一樣，可是你這個夢是惡夢，這個惡夢又不醒，繼續在做，很苦。無量劫來都醒不過來，而且愈迷愈深、愈陷愈苦。後面這兩句「若人登彼岸，極樂有歸舟」。末法時期，只有淨土法門這個辦法，除此之外，沒有第二個辦法。彼岸是覺岸。我們今天在迷的岸這邊，諸佛菩薩在覺的彼岸，我們要想破迷開悟、要想返迷歸覺，極樂世界有辦法。舟是運載的工具；歸是回頭。極樂世界有歸舟，歸舟就是指這個法事，你依照這個法事，等於說你有歸舟可以依靠，你穩穩當當的坐上這個船，就返妄歸真、返迷歸覺，就到了覺海。

中峰國師在這個法事題目上給我們說出來「繫念」，一心繫念阿彌陀佛。我從早到晚只有一個念頭阿彌陀佛，除阿彌陀佛之外，其他什麼念頭都沒有。這也不是個容易事情。成佛哪有那麼容易？但這是最容易的了。八萬四千法門要是跟這個法門相比，這個太容易了！這個方法就是說，不管是什麼念頭，你要知道統統叫妄念。無論什麼妄念起來，立刻就歸到阿彌陀佛去，這是古人常說「不怕念起，只怕覺遲」，能夠這樣修行，你就成功了。所以，這個四句

偈雖然只有二十個字，意義深廣無盡。只有返妄歸真、破迷開覺是真的，這是真正的佛法。這個三時繫念的宗旨，這四句偈全部說出來了。我們為什麼要依這個法事來修行，這都說出來了，這是一生不退成佛的方法。

第一時的開示當中有這麼一段：「悟則生滅皆無生，迷則無生皆生滅。所以離此別無，是乃一體而異名也。」佛菩薩覺悟了，知道生滅統統是不生，一切法不生，不生哪來的滅？這才是宇宙人生的真相。迷的人分別、執著，在他的感官之中，宇宙之間所有的萬事萬物，統統都是有生有滅。其實它本來是一體，一體而異相。接著說：「審如是，則阿彌陀佛即是我心，我心即是阿彌陀佛。」你很認真、很仔細把這個問題看清楚了，你就能肯定，阿彌陀佛從哪來的？心現識變的。誰的心？我們自己的心。諸位要曉得，真心是共同的，妄心不同。離妄想分別執著，這是真心。大乘經上常講「十方三世佛，共同一法身」，所以它是一，不是二。阿彌陀佛就是我們的真心，我們的真心就是阿彌陀佛，無二無別。

「淨土即此方，此方即淨土。」我們這個地球跟西方極樂世界是一不是二，沒有兩樣。西方極樂世界的人心善，它的反應就變出無量無邊的珍寶。我們這個地方人心不善，所以世界都變成了泥、沙、石頭。實際上是一個東西，沒有兩樣。「豈非迷悟之自殊，何有聖凡而彼此。」凡聖只不過是個名詞而已，名不同，真正造成這個不同現象的原因是迷悟。西方極樂世界人覺悟，所以一切萬物，隨悟而變現的境界，就是不可思議的美好。我們這個世間的人心行不善，所以這個地方所有一切的萬物，變現的就不美好了，就是這麼個道理。所以十法界依正莊嚴，都是我們自心所現、所變的影像。這些道理我們要明瞭，然後從哪裡改？從我們的心上改，要真修。真修不在形式，在實質。實質是什麼？起心動念。你的心變善，

沒有一樣不善，相隨心轉。這就是說「一切唯心造」、「心淨則國土淨」。如果參加這個法會的人真修、真幹，心地清淨了，就能產生淨化這個世界的作用。所以能夠護世息災。

第三時的開示中有「清珠投於濁水，濁水不得不清；念佛投於亂心，亂心不得不佛。」前面這兩句是比喻，是陪襯的話，後面這兩句才是主要要講的。持名念佛的原理是「真信切願，執持名號」；大勢至菩薩教導我們的是「淨念相繼」。淨念，念要清淨，清淨就是不懷疑、不夾雜，這叫淨念；相繼是不間斷。你看看古大德不懷疑了，所以能夠放下身心世界，提起正念。念佛這樁事情很重要，往生西方淨土是百千萬劫難遭遇，我這次遇到，一定要抓到，其他的都不要、拋棄掉。所以他念佛決定不夾雜妄想分別執著，這個念佛就如法。所以佛號投向亂心，亂心自然就消失了。這個方法好，很有效。諸位要是認真去念，如理如法，我常常講，三個月到六個月效果就很顯著。到時你自己發現到，這裡面就產生法喜充滿，你就喜歡念了。開頭難，開頭怎麼難？要把你的煩惱習氣伏住。無始劫以來的煩惱習氣很嚴重，你如理如法的念，自自然然就伏住了。這裡頭最要緊的，就是我們平常講的「一門深入，長時薰修」，功夫決定不能間斷、決定不能夾雜。你愈念心愈清淨，你感覺到妄念少了，妄念少就是煩惱輕、智慧增長，以前看東西看不懂，聽人家講話聽不懂、聽不明白，現在愈來愈清楚、愈來愈明瞭，這就是智慧增長，念佛功夫得力了。

底下說：「念佛之人，須要信心懇切，正因凜然；重念死生輪轉之可悲，深厭塵勞紛擾為可痛。」這段是講，念佛用心要像這個地方所說的才能夠相應。所以我們讀到這段開示，要想想平常念佛跟他說的相應不相應。如果相應，很好，好好的保持；如果不相應，就要痛改前非。所以頭一個信心懇切，有真誠的信心；正因凜然

，修淨土法門要發菩提心、一向專念，這是往生正因。我們在《無量壽經》裡面講往生，專門講念佛方法的「三輩往生」、「往生正因」這兩品經。這個正因要清清楚楚，一點都不含糊。

「重念死生輪轉之可悲」，一定要有這個心。無量劫來搞生死輪迴，所謂頭出頭沒，在六道輪迴裡面頭出就是做了一點善因，遇到善緣，生到三善道；三善道的報報完了，惡的因現前，馬上一個跟頭栽下去，到三惡道裡面去了。佛經上告訴我們，只要你是在六道裡頭，肯定在三惡道的時間長，非常之長，在三善道的時間很短。所以六道輪迴裡面的眾生，三惡道是他的家鄉，三善道是出來觀光旅遊的，時間很短暫。你要曉得這個可悲，你的生死心才會真切。「深厭塵勞紛擾為可痛」。厭是厭惡、厭煩。什麼事情？塵勞紛擾，就是我們現前這種生活狀況。年輕人不容易感觸，七十、八十的人，實實在在說這個世間差不多也都見過，看久，討厭了，我們現在一般人講厭世。厭世不能解決，這非常悲哀的，每一天人事物的煩擾，身心得不到清淨，尤其是上了年歲的人，這個生活是痛苦的。這裡頭哪裡有快樂？輪迴苦，現實的生活苦，尤其活在現代的社會，現在人不知道什麼叫仁義道德，深深的迷在五欲六塵的誘惑之中，不知道回頭。這些誘惑全都是負面的，說得不好聽，全都是罪業。尤其現在的電腦，電腦的內容是些什麼？我沒看過，我聽一些同學們告訴我，裡面都是殺盜淫妄，都是教你作惡，你說這多可怕。年輕人，甚至於小朋友，從小迷戀在網路上，每天在看這些東西，把他一點良知良能全部都破壞掉，破壞得乾乾淨淨，可悲可痛無過於此。這些人造惡業他自己不知道，為什麼？他已經沒有能力辨別是非善惡，沉迷在這裡面。你要講一些善的東西，他感覺得很奇怪，他從來沒有聽說過。聽到你講，好像在講神話，他不能接受，聽不進去。他的心是大風大浪，這還得了！我們看看現在社會所

造的因、所造的緣，然後你就會想到後面是什麼樣的結果。

底下說「舉起一聲佛名」，也就是說在這樣沉痛的心情之下提起這一句佛號；「直下更無異見」，無異見是再沒有懷疑，再沒有分別，再沒有執著，什麼都放下，一條路，一直走去。下面禪師舉個比喻，「如太阿劍，橫按當軒」，太阿劍是寶劍，鋒利無比。這就好比在打仗一樣，將軍手上拿著寶劍，乘著戰車，軒是車前面的橫槓，手扶在車上拿著寶劍，這是在戰場上的姿態。又「如火輪，星騰燄熾」，這大火輪就好像現在的原子彈。「萬物撻之則燎，觸之則傷」。萬物撻之則燎，是講大火輪無論什麼東西只要接近它，你就被燒掉了。觸之則傷，是講太阿劍，一碰到它，你肯定受傷。禪師用這個來比喻一聲佛號，一聲佛號就像太阿劍、就像大火輪一樣。大火輪比喻什麼？比喻念佛的般若智慧，太阿劍比喻念佛的三昧。什麼東西觸之則傷、撻之則燎？前面講的死生輪轉、塵勞紛擾，只要碰到定慧它就沒有了，煙消雲散，用這個比喻來說。

「直至一心不亂，能所兩忘」。一心不亂是我們念佛的目標。我們念佛為的是什麼？為的就是求一心不亂，到理一心不亂的時候能所兩忘，就是入不二法門了，法身菩薩的境界。「到家之說，不容再舉」。為什麼？都是廢話，到與不到都沒有了，入不二境界。

「捷徑之詞，何勞挂齒」。這個法門是徑路，徑路當中的徑路，是修行證果最快速、最捷徑的一條道路，現在你已經到了，不但這些話沒了，連念頭都沒了。這幾句話完全講的是功夫的境界，你已經契入念佛三昧，已經入不二法門，已經契入如來的境界。

上面只是舉出一小部分的內容加以說明，就足以看出「三時繫念法事」確實是殊勝無比！今天很難得，大家騰出寶貴的時間來參加這個法會，一定不要空手而回，白跑一趟。關於《中峰三時繫念法事全集》，我曾經做過很詳細的講解，大家可以參考。最近有同



修發心整理成精簡的小冊，方便大家了解其中內容。能夠事先了解法本的含義當然最好，有助於隨文入觀。即使沒有來得及了解大意，只要大家虔誠一心，隨著這個法本引導做下去，也能獲得殊勝的利益。真誠心最重要，所謂「至誠感通」，用至誠心，真正的智慧就會從內心流露出來，真正能夠達到冥陽兩利，護世息災，真正是功德殊勝！

最後，祝福法會功德圓滿，與會大眾法喜充滿、光壽無量！祝福英國國運昌隆，國泰民安！祝福世界安定和平，盛世大同！謝謝大家。