

請掀開經本，一百一十五面倒數第四行從第二個字看起：

經【若佛滅後。諸眾生等。濁惡不善。五苦所逼。云何當見阿彌陀佛極樂世界。】

這段文是韋提希夫人代我們後世的眾生啟請這個法門。從這個地方我們會深深的體會到，佛在前面自己說過，「如來今者，為未來世一切眾生」，這就說明了這個法門不僅僅是為韋提希夫人所開演的，實實在在是為末法時期煩惱業障習氣非常深重的人，如何在一生能夠究竟圓滿度脫，佛的本意給我們說出來了。在這個地方又看到夫人也是像佛一樣的大慈大悲，跟佛這個心願完全相同。

『濁惡不善，五苦所逼』。在這種情況之下，如何能夠見阿彌陀佛往生西方極樂世界？這確實是一樁大事。佛法裡面常講大事因緣，我們細細冷靜的去想想，確確實實這是世出世間第一等的大事，沒有比這個事情更大，這是叫一切苦難的眾生在一生當中離苦得樂圓滿成就，所以真的是第一樁大事。佛在《法華經》上說「佛為一大事因緣出現於世」，這個大事因緣在這裡我們才真正領悟到。

「濁惡」，善導大師在這裡有簡單扼要的開示。這個文在一百二十一面，上一次我們也讀了一段，第五行說的「劫濁」，第六行裡面「眾生濁」，再底下是「見濁、煩惱濁」，最後是「命濁」。這五濁，濁就是，今天的話就是染污；五種，見與煩惱是因，命是果報，劫與眾生濁是現象，關係最重要的就是見與煩惱。見，簡單的講就是我們對於宇宙人生迷而不覺，我們看錯了、想錯了；這個見就是見解、思想錯誤，染著。煩惱是與生俱來的習氣，貪瞋痴慢不斷的天天在增長，而且是加速度的增長，普遍沒有止境的在增長

。這是我們今天在這個社會、在這個世界，幾乎每個地區都明顯的看得出來，特別是都市。這決定不是好現象，所以帶來的命濁。

這個命濁不僅僅是像經上講的這個壽命短。壽命短我覺得還沒有什麼痛苦。這個痛苦是生活非常苦，這叫真的命濁。這個命我們可以把它看作現實的生活，這生活太苦，無論是物質生活，無論是精神生活，非常之苦。苦還罷了，一切眾生，諸位一定要知道一個事實真相，那就是有過去世還有未來世，這個事情就麻煩。假如沒有未來世，那這事情就好辦，俗話常講：死了就一切都了了。那這問題就解決，這解決不難。事實上不是這樣的，事實上死了以後，麻煩更大。有個什麼？有個輪迴在。如果真正知道輪迴這一樁事實，那我們就可以說死了就不得了！這真的。所以這一個大事必須在我們有生之年要把它解決，這就是佛法裡常講的「生死事大」，這是生死大事。

這一樁事情，自古以來這個世間的學術，科學、哲學、宗教都不能解決。如果世間有人能解決這個問題，那我就可以告訴你，佛菩薩就不到這個世間來，來這幹什麼？來這叫多事。諸佛菩薩出現在這個世間，就是見到這個世間已經認識這一樁大事，想解決解決不了，沒有智慧、沒有能力解決這個問題，這他來，叫感應道交；眾生有感，佛菩薩就有應。所以他來到這個世間，沒有別的就是幫助我們解決這個問題。所以《法華經》上說：佛為一大事因緣出現於世。這就是這麼一回事情。所以一個人能夠真正體會到人生之苦，覺察人生之苦，這就是覺悟。迷的人所謂醉生夢死，他不能覺察，覺察之後，有心要求解決這個問題，這就能夠感得諸佛菩薩示現。這個濁是因，感到五苦，這個五苦可以說都是前面那個命濁的詳細解釋。命，生命為什麼會濁？因為你有五種苦。

疏【言五苦所逼者。八苦中。取生苦。老苦。病苦。死苦。愛

別苦。此名五苦也。】

這是大小乘經上常講的『八苦』，一般學佛的同修都能夠明瞭，這是佛學普通的常識。所以三苦、八苦，這裡『五苦』是八苦裡面的前面五種，要加上「求不得，怨憎會，五陰熾盛」，這就是八苦。這一些苦難六道眾生統統具足，只是程度上有輕重的差別不同，只要不出六道，沒有一個人能夠倖免的。『生苦』，我們是經歷過，但是都忘掉，這眾生很健忘，這生之苦都忘掉。雖然忘掉，如果我們看到嬰兒出世，你仔細觀察你也能夠體會他的痛苦，能夠體會得到、能夠覺察得到。『老苦』，我們看到也是親身經歷到。『病苦』、『死苦』都容易覺察。

生老病死是任何人都不能夠避免的，這就是世間法裡面所講的真理，無論貧富貴賤統統都免不了。這個現象從哪來的？生老病死這是果報，有果必有因，細說因緣就是《十二因緣經》。十二因緣跟我們講這個原因，說明六道輪迴的原因，那是遠因。如果我們看近因，近因就是五濁裡面的見與煩惱，這是近因。這個因與緣找到，事情就好辦，好像一個大夫診斷病況一樣，他把病原掌握到就可以對症下藥，佛為一切眾生治病也是這個道理。我們這五苦、八苦的因緣，講近的不說遠的，就是見與煩惱。假如我們見清淨、煩惱清淨，給諸位說這幾種苦就沒有了，這是真的。這個事實，除佛與大菩薩，真的世間人都不知道。科學不知道，哲學也不知道，宗教也不知道，唯獨佛知道這個事實的真相。所以佛教給我們對治的方法，教我們修清淨心，教我們修戒定慧，教我們修六波羅蜜。這些東西就是教我們修清淨心、修平等心，把見與煩惱統統斷掉。

身心清淨，那麼你這生過去了就沒有老苦了。老，老得很健康，耳目聰明，六根不壞。六根，眼耳鼻舌身它不衰、它不壞，這個老不苦。這在台灣修行人當中例子很多。我們看到一個好榜樣，就

是從前台中李炳南老居士，他在九十七歲往生的，他往生前兩個星期還在講台上講《華嚴經》。那麼大的年歲，他沒有戴過眼鏡，《辭源》、《辭海》裡頭那個小字他能看得清楚。他曾經念給我聽，他說：你看看，我眼睛怎麼樣？眼睛沒有衰，不壞！耳朵很聰明，沒有重聽，這就是老不苦，老沒有苦。

心清淨，身就清淨，百病不生。這病從哪裡來的？病從妄想煩惱來的。這是在講席當中常常提醒諸位同修，不要去想病。這是佛給我們講的，世出世間一切法從心想生，你心裡想什麼它就變現什麼。所以你想病，那一定病就生了，想久了這生理就起變化。你想生什麼病，它什麼病就出現；你想這個病嚴重，那這病就一天比一天嚴重，到最後就不可救藥。知道一切法從心想生，你為什麼不想健康？你為什麼不想長壽？為什麼不想佛菩薩？你要把念頭給轉過來。所以我們看到許多念佛的同修，往生的時候不生病，曉得哪一天走，走得很自在，走得很瀟灑。正因為如此，我們特別將倜虛老法師過去在佛七當中所開示的錄音帶，我們也是有緣，從美國一個同修得到這麼一片九十分鐘，現在我們把它做成了C D片。這個帶子裡面所說的全都是事實，都是老和尚親眼見到的。他說得很清楚，他一生當中見到念佛人不生病，自己曉得哪一天往生，站著走的，坐著走的，他一生見到二十多個。聽說的那就太多，自己親眼見的二十多個人。

在我們台北市，可以說往生最自在的是李濟華老居士，這大概也有二、三十年之前。龍江街蓮友念佛團，老居士八十多歲，在法會當中跟大家講《阿彌陀經》。講了一個半小時，講完了，告訴大家：我要回家了。向大家告假，他要回家了。聽的人以為他年歲大，講了一個半鐘點講累，他要回家去，哪裡曉得他一下講台，到客廳沙發上一坐，他就回西方極樂世界去。這在台北市大家所見到的

。這不病，不但不病，再告訴諸位不死。他是看到阿彌陀佛來接他，他跟阿彌陀佛去了，這肉身不要了，丟了，他去了！所以他這個不是死。

由此可知，佛教給我們這個法門，真的不老、不病、不死，真的把這個問題給我們解決。我們是無始劫來這個大事沒有法子解決，佛為我們解決了。我們看到許許多多的榜樣，這是像基督教裡面講的見證，這是許許多多證明，事實上的證明。看到這些往生的狀況，我們再要不相信，那就一點辦法都沒有。由此可知，苦不是不能解決，確確實實能解決。但是你要不依照這個方法修，這個問題是真的不能解決。

我再要奉勸諸位，大小乘佛法都是解決這個問題的。在一切佛法裡面最有效果的，也就是最容易、最快速、最穩當的，無過於念佛，這是事實，我們所見到的統統是念佛人。就連倜老法師自己他也說過，他一生他活到九十多歲才往生的，長壽！他看到過參禪的，參禪得禪定他見過；參禪大徹大悟，他不但沒有見過，聽也沒有聽說過，你就知道困難。禪裡面得定，可以盤腿面壁打坐，一坐坐上十天半個月，甚至於功夫好的坐兩三個月出定的，這叫得禪定，這種人他見過，也見到不少。但是這種功夫能不能解決問題？給諸位說不能解決問題。原因在哪裡？出不了六道輪迴。

你有禪定，看你定功的淺深，你將來往生是四禪天、四空天，在六道裡頭，沒有出六道。六道的諸天都有壽命，縱然有很深很深的禪定，能夠生到非想非非想天，壽命是八萬大劫，可是八萬大劫到頭還要往下墮落，你三界出不去。所以這不是究竟解決的辦法。真正能夠解決的只有念佛求生淨土。諸佛菩薩、歷代祖師大德真正覺悟之後，可以說沒有一個不是苦口婆心的勸我們念佛。念佛念到有效果，念到有成就，祕訣就是專，沒有別的。也就是古人講老實

念，什麼叫老實？老實就是專心念。像覺明妙行菩薩講的不夾雜、不間斷、不懷疑，你只做到這三個條件，這就叫老實，這就叫專，那決定有成就。

韋提希夫人既然發大慈悲心，為我們濁惡五苦的眾生來請法，釋迦牟尼佛當然要為我們演說這一個法門。經文到這個地方將散善講完了，下面是第三個大段，定善。諸位看一百二十五頁，定善。善導大師在這個註疏裡頭，告訴我們：

疏【從此已下。次辯正宗。即有其十六。】

前面所說的是本經的序分，從這以下這是本經的正宗分，也是本經的正說分，要教給我們往生西方極樂世界的方法，這就正說。方法一共有十六段，這經就是十六章，所以我們稱它作《十六觀經》。這十六種方法，並不是叫你每一種都要學，你在這當中學一種，學成功了就行。學兩種、三種也可以，看你自己的能力，只要有一種成功，就決定得生。十六種裡頭有難有易，難易不等。前面十二種是觀想念佛，這在前面都有曾經跟大家介紹過。第十三觀是觀像念佛，最後第十六觀是持名念佛。如果要說到難易，我們想想十方一切諸佛如來在《無量壽經》、在《阿彌陀經》裡面，都勸我們執持名號。換句話說，他教導我們的是選擇第十六觀，選擇本經最後的這個法門，由此，也能夠知道這個法門是無比的殊勝。好，我們從第一觀開始看起，看經文最後一行：

經【佛告韋提希。汝及眾生。應當專心繫念一處。想於西方。】

這一句是教我們求往生方法裡面的總綱領，這一句是總說。這根性利的人得這一句開示，他的問題就解決了。這是佛給我們指路，這一條是了生死的道路，這一條是超越六道輪迴的道路，這一條是一生圓滿成佛的道路，真的沒有比這個更殊勝。

世尊在此地叫著韋提希，『汝』是你，『及眾生』，那就是韋提希夫人代這佛滅度之後一切濁惡苦逼的這些眾生們，包括我們在內。佛今天把生死出三界、圓成佛道的祕訣告訴我們，『應當專心繫念一處，想於西方』。西方就是極樂世界。繫念一處，這個一處實在講就是指的名號。如果就本經來講，這個一處就是指下面所講的十六處，這十六處，你任何一處都行。我們不要去打妄想，還是老老實實的把這一處死心塌地的定在名號上，我們就把心定在名號上。為什麼？這其他的十五處不太好修。你不信，看看底下第一處，這是十六觀裡頭的第一觀。第一觀觀什麼？觀太陽，觀日觀。下面請看這個經文，接下去看：

經【云何作想。凡作想者。一切眾生。自非生盲。有目之徒。皆見日沒。】

先教我們日觀。日觀，佛就說了，『一切眾生』，只要不是生下來眼睛就瞎了的人，他總會見到太陽下山，就是日落的這個景象，他總是見過的。佛就叫我們觀落日這個景象，這是把所觀的事相給我們說出來。為什麼要繫心一處？我們一定要明白這個道理，然後對佛的教誡我們才很樂意的去接受它。佛給我們所說的一切方法都是對治我們的毛病的。我們病在哪裡？善導大師在此地給我們說了一段，諸位看一百二十七頁，看第二行，從第二句看起：

疏【此明眾生散動。識劇猿猴。心遍六塵。無由暫息。但以境緣非一。觸目起貪亂想。安心三昧。何容可得。自非捨緣託靜。相續注心。直指西方。簡餘九域。是以一身。一心。一迴向。一處。一境界。一相續。一歸依。一正念。是名想成就。得正受。此世後生。隨心解脫也。】

這段很重要。這段把事實真相簡簡單單幾句話說盡了。我們的大病就是心不定，所謂胡思亂想。學了佛怎麼樣？學了佛還是胡思

亂想。今天下午有一個出家人來看我，他告訴我，他很勤奮、很用功、很好學，學過法相唯識、學過中觀、學過大小乘佛法，也學過藏密，學得很多，一樣一樣都講給我聽。什麼叫八識，什麼叫中觀，說了一大堆，說完了之後來問我。我就老實告訴他，我說：你所講的是佛教的名詞術語，這名詞術語裡的意思你完全不懂。這個學法永遠在佛教門外，沒有入門。他很驚奇。我說：你是滿腦袋的佛學名詞，滿腦袋的胡思亂想。開經偈裡頭說得好「願解如來真實義」，你把佛的意思全想錯，那不是佛的意思，是你自己的意思，你怎麼能成就得了？那些是佛學的常識，佛學的皮毛，根本不是佛法。

為什麼說根本不是佛法？法是一切諸法，佛是覺悟，對一切諸法真正覺，那叫佛法。你沒覺，你還是在迷，不但你對世間法迷，你對於佛法經典也迷。所以我就勸他，學佛從哪裡學起？要把這些東西統統放下。就是此地講的『一心』、『一處』，從一才能入得了門。你搞那麼多就搞亂，那怎麼能入得了門？不是佛法不好，是你自己學錯。我就舉個簡單的例子給他說。他也是大學畢業生，我說：你念大學，你念一個科系四年畢業，對不對？他說：對。我說：假如你同時去念十個科系，那你要四十年才畢得了業；你念一百個學系，那你要到四百年才能畢得了業，你能活多久？佛法無量法門，你無量阿僧祇劫也畢不了業，同樣的道理。你真正要想入進去，唯一的方法一門深入。無論哪一門，只要一門。

一才有入處，一是什麼？到一心。一心是能入，一真是所入，你才有個入處。到一心就開悟，就覺，二心是迷。六祖大師說得好，在《壇經》，六祖離開黃梅之後，在獵人隊裡面住了十五年，這個機緣成熟，到了廣州遇到了印宗法師，就是現在的廣州光孝寺。印宗向他請教，印宗知道他是五祖的傳人，就向他請教：五祖平常



有沒有講解脫？有沒有講涅槃？有沒有說這些？而六祖大師回答得很乾脆：解脫涅槃是二法，二法不是佛法，佛法是不二法。這答得非常乾脆，這真正入門的人才明白。小乘常講的戒定慧三學，二已經迷，那三個更不必說。菩薩所講的六度法門，三已經錯，那六不就更錯？不曉得錯到哪裡去。

在我們凡夫，真的觸處全是錯，沒有一樣是對的。在佛菩薩口裡面，無論他怎麼說他都是對的，這又是什麼原因？《華嚴》上說得好，「一即是多，多即是一」；又給我們講「萬法歸一」。這個一不是獨一，不是獨特的一，這個一是任一，都要明瞭這個。如果我們講布施，萬法都是布施，沒有一法不是布施；我們講持戒，所有一切法都是持戒，布施也是持戒。所以法才平等，法無有高下。無量無邊法從一裡面開出來的，無量無邊法可以回歸到任一，這個法叫清淨法、叫平等法、叫無障礙法。所以佛菩薩怎麼說他都是對的，不落一點痕跡。我們凡夫為什麼說都錯？執著，有分別執著。人家沒有分別執著，這是我們一定要知道的。

所以廣學多聞是得一念之後的事情。你還沒有得一心，你怎麼可以廣學多聞？這就是我們近代無論在家、出家看不到人才出來。古時候代代都有了不起的高僧大德，包括在家的居士，原因是什麼？人家都是從一門奠定根基，從一門下手，然後才廣學多聞。一門下手就是《般若經》裡面所講的求根本智。根本智是無知，就是清淨心，《般若經》上所說的「般若無知」。底下一句是「無所不知」，一定要到無知，然後才無所不知。有知就壞了，不可以有知，要無知。無知，心是清淨的，像《壇經》講的「本來無一物」，這個心地乾淨什麼都沒有。心像鏡子一樣，外面境界這一接觸就明瞭，不但現在的事情明瞭，過去、未來統統都明瞭，這叫照見。你看《心經》裡面講的照見，他才有這個能力。

我們現在這個心是亂七八糟的，照的能力完全喪失，把這個照的功能變成了妄想分別執著，你看這個苦不苦。佛教給我們的方法是恢復我們清淨心，恢復我們的本能，在此地也是這個原則。你看看無論哪一個法門，無論哪一個經典，佛雖然講的不一樣，方法不一樣，你仔細看它的原理原則，決定是一樣的。這個地方的比喻很好，眾生就是凡夫的心是散是動的。散就是精神意志不能集中，動就是剎那生滅，一個念頭起，一個念頭滅，一天到晚這個妄念不斷的在生滅，這叫動。『識劇猿猴』，我們看到動物當中，猴子是最會動的，停不住的，我們的念頭那個動相比猿猴還要厲害。

『心遍六塵』，六塵是你攀緣的境界，六塵是講的色香味觸，是講這些，就是六根接觸的對象。眼所見的統統用一個色做代表，耳所聞的以聲為代表。我們六根攀緣外面的境界永遠沒有止境，『無由暫息』，不停止，不知足，這接觸了就起貪瞋痴慢，就起煩惱。順著自己心意的就起貪心，希望貪得；不喜歡的希望遠離。遠離還是貪心，貪什麼？貪它遠離我，不要接觸我。總而言之，順逆境界都用一個貪，貪不到就起瞋恨。喜歡的不能得到，瞋恨心生起了；不喜歡的時候，它不離開，瞋恨心也生起來了。所以說貪、瞋、痴、慢、疑、惡見，這無量無邊的煩惱就從這裡生起來，『起貪亂想』。

『三昧』是正受，三昧就是清淨心，這個清淨心怎麼能夠得到？佛菩薩的心跟我們的心不一樣的地方，我們的心是亂想的，他們的心是清淨的，他們心裡頭沒有妄念。沒有妄念的人就叫佛菩薩，有妄念的人就叫凡夫。由此可知，凡夫跟佛菩薩只是名字不同而已，除了名字不同之外，還有什麼差別？沒有差別。

我們遇到苦難，想求佛菩薩保佑，你想佛菩薩會保佑你嗎？你要以為佛菩薩真的會保佑你，你一定會吃虧上當，你受騙。如果你

認為佛菩薩沒有能力來保佑你的話，那你又錯。要知道佛菩薩怎樣保佑我們，佛菩薩是我們的老師，他對我們的保佑就是對我們的教訓。雖然現在他不在世間，他的教訓寫在書本裡頭，流傳到今天，我們展開經卷就是接受佛菩薩的教訓。我們明瞭他的意思，依照他這個意思去做，這就是佛菩薩對我們的保佑。

我們供奉佛菩薩的形像是兩個意思：第一個意思是報恩的意思，我們接受到這麼好的教訓，我們對於老師的恩德念念不忘；第二個意思是藉著這些形像，提醒他對於我們的教導，使我們對於他的教訓念念不忘。見到佛菩薩形像，就想到他在經上給我們說的，是這個意思。這裡頭沒有迷信，迷信不能解決問題，所以菩薩教我們要「一心，一迴向，一處，一境界」。假如我們這些做不到，你每天給佛菩薩磕頭，一天磕十萬個頭，頭磕破了也枉然，你的問題還是不能解決，所以要明白這個事實。佛菩薩不是神明，神明，說實在話也不能幫助我們解決問題。神明是六道裡面，天道、鬼神道裡面有身分、有地位的人。說穿了，他自己本身都不能解決問題，怎麼能幫助我們解決問題？所以決定不能迷信。

這裡教給我們的原理原則，叫「安心三昧」，這是我們所求的。三昧是梵語的音譯，翻成中國的意思就是禪定，也翻作等持，也翻作正受。正受就是正常的享受；等持，等是平等，這心裡面常常保持著平等，保持平等那就是定。這是我們所求的，也就是《彌陀經》裡所講的一心不亂，三昧就是一心不亂。這是佛法修學的中心，也可以說，佛法雖然法門無量無邊，修的是什麼？就是修定，而是修定的手段、方法不相同。所以法門，法是方法，門是門徑，方法、門徑不一樣，所修的東西是一個，統統修定。絕對不是禪才修定，那教下不修定？教下的止觀就是禪定，念佛的一心不亂也是禪定，密宗的三密相應也是禪定。這個名詞不相同，內容境界完全相

同。就是這個修學方法手段不一樣，但是這個原則原理相通的，那就是一定要『捨緣託靜』，不管你用什麼方法。

緣是什麼？外緣。你要想修清淨心，你必須要離開外緣。這個外緣是常常在誘惑你，常常在擾亂你，你要把這些誘惑、干擾把它離開。所以古時候佛門的道場都建立在深山，為什麼建立在深山？遠離都市，避免誘惑與干擾，容易得定，容易成就。環境關係很大，因為畢竟你是凡夫，你擺脫不了外面境界的干擾，所以懂得避免。現在人要講修行的話，我們的環境、福德比不上古人，古人有個清淨環境可以進修，現在沒有了。現在如果你真的找到一個清淨環境，過不了幾天那就變成觀光旅遊區，找不到。深山裡面建的這些道場都變成觀光旅遊的中心點。這是說我們現在修學的環境不如古人。

現在這誘惑的東西愈來愈多，最普遍的電視、廣播、雜誌、報紙，這全是誘惑你的。這都是我們佛經裡面講的魔王，統統是魔王，叫你的心不能定下來，天天被它們誘惑。無論是吃的、是穿的、是用的，你看天天有新產品，天天有新花樣出來，叫你的心不能安。剛剛買的，新的樣子出來，我的這個落伍了，你看看你心就動、就被它牽跑，你的「安心三昧，何容可得」？得不到。這是我們要曉得，要知道捨緣，要知道託靜，託是依，就是依靠的意思，要依靠一個清淨的環境，要把外緣斷掉。

所以你要想真正求一心，真正求功夫成片，這我常常講電視不能看，報紙不能看。有些人說：那社會上一些事情我都不知道。不知道，好！不知道，天天天下太平，沒事。沒事，外面沒事，我心也定了。你知道的事情多，你憂慮也多，你牽掛也多，你煩惱也多；你認得人多的話，你是非也多，長短也多，麻煩可大。這要覺悟。這是佛教給我們的原理，不管修哪個法門，你要想成就的話，統

統要離開外緣，確確實實找一個清淨環境來修行。

『相續注心，直指西方』。「注心」是把心安住在一處，這個注就是注入一心，直指西方極樂世界，這是把方向指出來。「相續」是不能間斷。「相續注心」這四個字跟《大勢至圓通章》裡面所講的「淨念相繼」是一個意思，說法不一樣，意思境界都相同。相繼就是相續，淨念就是注心，注心就是淨念的意思。

『簡餘九域』，這是我們講十方，我們專注西方，其他的統統捨掉。那麼這其他指什麼？指的是其他九方諸佛刹土。東方琉璃世界、所有一切諸佛菩薩，我們暫時都把它放下，專注一方；換句話說，專跟一尊佛學，就是這個意思。再說得明白一點，專門依照《彌陀經》、《無量壽經》學，這是專講西方極樂世界，這三經一論，除這個之外，我統統都不學，就是這麼回事。如果還兼學其他大乘，那就不是直指西方，這就不專，所以底下特別要求我們要「一身、一心」。

身本來就是一個，何必還要說一身？這一身說的是什麼意思？這一身是身也要學一個，不能我這個身又參禪又念佛，我這個身是又拜阿彌陀佛又拜藥師如來，這身就不一。善導大師在註疏裡頭特別教給我們，我們這個身專禮阿彌陀佛。我們每天拜佛，拜什麼佛？就專拜阿彌陀佛，除阿彌陀佛之外統統不拜。這絕對不是貢高我慢，我們不專一就不能成就。但是專拜阿彌陀佛，這個拜佛的儀規當中，首先要三拜本師釋迦牟尼佛。這是什麼？這不忘恩。這個法門是釋迦牟尼佛傳給我的，我們不能把這個本師忘掉。下面要拜，無論拜多少拜，統統拜阿彌陀佛。阿彌陀佛拜完之後，拜三拜觀世音菩薩，三拜大勢至菩薩，三拜清淨大海眾菩薩，這才圓滿，這叫專，身專。心專，心裡面念念就是阿彌陀佛。「一迴向」，無論修積大小功德統統迴向求生西方極樂世界，不作第二個想法；也就是

說，決不求人天福報，決定不求現前福報。連現前福報都不求，來世福報更不求，只求往生西方極樂世界。

「一處，一境界」，統統要歸一。這個一處怎麼說法？處是講你修行的處所，這個意思就是教你不要去到處跑道場，這是真的，你在一處修行，你才會成就，為什麼？他心定了。決定不搞人情佛事。諸位看《印光大師文鈔》，《文鈔》裡面就有很多地方，他老人家多半是回答人家信件的。老和尚這些學生偶爾到靈巖山寺，這是蘇州，這是印光法師晚年就住在這個地方，去看老和尚。老和尚一進門就呵斥他：你來幹什麼？我來看看師父。師父你從前看過了，你還來看什麼？你不在家裡好好的用功，浪費時間，浪費精神，浪費錢財。罵回去。這一處的意思。地方跑多了心就散亂，這諸位一定要知道。一個境界，這個境界就是經上所說的境界。如果我們在夢中、在定中這個境界現前了，這是瑞相。沒有這個境界也不求，只求心清淨、身清淨，一句佛號不間斷，求生淨土這個願望不間斷，這好境界。

『一相續，一歸依』。相續好懂，相續就是不間斷，信不間斷，願不間斷，解行不間斷。「一歸依」，皈依是回頭，不但從世間五欲六塵裡面回頭，我不再貪圖；所有一切大小乘佛法，我也從那裡回頭，我也不再去研究，一心一意依靠往生經，就是淨土三經，現在我們講的淨土五經，這五經都是教導我們求生西方淨土的，這叫一皈依。五經裡面，依一部經就能成功，這一部經任憑選擇。如果你有時間，你可以選擇《無量壽經》，為什麼？《無量壽經》對於西方世界介紹得最詳細。如果你工作非常繁忙沒有時間，你可以選擇《大勢至菩薩念佛圓通章》，這個經文比《般若心經》還短，容易受持。這都是屬於一皈依。

『一正念』，除這一念，這一念求生西方之外，決定沒有第二

個念頭，這叫一正念。我們把這幾句話都做到，這叫『想成』。諸位要記住，善導大師在此地這一段開示是貫注這十六觀的。十六觀，每一觀都要用這一個原則，你才能成就。你如果違背這個原則，叫你觀這個太陽你決定觀不成，你不會成就的。觀成之後，『隨心解脫』就是自在往生。所以往生的時候為什麼沒有病苦？沒有死苦？他自在去的。這個自在往生，功夫好的人可以隨時往生，想什麼時候去就什麼時候去，想在這個世界上再多住幾年也沒有關係，這叫真正自在，生死自在。這個生死自在，就是佛家常講的了生死，沒有生死了。這是不是真的？真的，千真萬確的事實。

過去有些同修來問我，他說他們看《淨土聖賢錄》、看《往生傳》，有一個發現。我說：發現什麼？他說發現很多往生的人，念佛都是念了三年他就往生了。他來問我，他說：是不是這些人剛剛好遇到佛的時候，他三年壽命就到？哪有那麼巧？絕對沒有那麼巧的！沒有那麼巧，為什麼他三年就去了？他三年功夫成熟了，西方極樂世界他見到了，那麼好的地方他為什麼不去？他在這裡受罪幹什麼？他當然去了。我們這是什麼？是想去去不了，無可奈何沒有辦法。如果要是真能去得了，那早就去了，絕對不會在這個世界再去受罪。所以這才是真正的事實，才是真實的答案。

人家這個境界一現前，一有能力去，他就走了，不再留戀這個世間。還有一種人能去而不去的，出家在家都有，他與這個地方的眾生還有緣分沒斷。什麼緣分？幫助他們往生的緣，不是其他的緣；其他的緣那統統都斷掉，也就是接引眾生的緣。換句話說，他在此地多住幾年，多幫助一些人往生，是為這個原因可以在這個世間再多住幾年，這是不礙事的。這一段要牢牢的記住，因為後面十六段的原理原則都完全相同，所以後頭都不說了。我們再回來看經文。接著看經文，這是教給我們觀想的方法。

經【當起想念。正坐西向。諦觀於日欲沒之處。】

這太陽快要下山的地方。經上說得很清楚，要『正坐西向』。修這個法門，善導大師在這個註子裡頭說得很清楚，要在春秋，不取冬夏。因為冬夏太陽日出日沒它的方位偏差很大，不是正東、正西；春秋的太陽出沒是正東、正西，所以他取這個時候，而不取冬夏。所以方位要正確，感應才快速。

經【令心堅住。專想不移。見日欲沒。狀如懸鼓。】

看到這太陽下山就像一個鼓掛在空中一樣，距離地面沒有多遠，這紅紅的太陽，這個太陽的光度不會刺眼睛，我們張開眼睛可以看見它。如果它的距離地面高一點，光度很強，我們眼睛沒有辦法觀察。看到它快要落山的時候，看這個像。至於怎麼樣觀法？今天這個時間快到了，我下一堂再跟諸位細說如何來作觀。觀成的現象：

經【既見日已。閉目開目。皆令明了。】

這就是你觀成了，這一觀觀成功了。觀成之後，無論在什麼地方，我們眼睛張開這個落日在面前，別人看不到，你看得很清楚；閉了眼睛，這個太陽也在面前，這才叫觀成。如果對著太陽下山看得很清楚，太陽落下去之後沒有了，這個沒有用處，這個不能往生。一定要把太陽，睜著眼睛，閉著眼睛，無論在什麼地方，太陽都在你面前，這才叫觀成功。你就想想這不容易，很難。下一次我把這個方法告訴諸位，告訴諸位，我們明瞭就好，恐怕很難，我都沒有辦法，我還是老實念佛。修這個法門很不容易，要這樣修成這才行，如果不是到這個境界，那都沒有用處。

經【是為日想。名曰初觀。】

這個經文，十六觀第一觀的經文到這裡講完。這個意思我下一次再跟諸位補充，補充就是如何觀法。