

諸位觀眾，大家好，阿彌陀佛。這集我們繼續看經文，第一百二十六頁第一行，從第二字看起：

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。當起想念。正坐西向。諦觀於日欲沒之處。令心堅住。專想不移。見日欲沒。狀如懸鼓。】

我們從這一段看起。這一段經文教給我們觀想的方法。修觀的原理原則與觀想的方法就是在這一段，後面每一觀的原理原則都是一樣。善導大師開示得很清楚，我們也必須要將大師的開示好好記住。因為持名念佛也是屬於觀想的一種，不僅是持名念佛，如果以廣義的看法，可以說大小乘所有一切修學的方法都離不開這個原則。這正是佛在了義經裡面所說的，「一即一切，一切即一」，任何一個法門都能夠圓融包括一切法門。他這一段開示一定要好好記住。

首先佛告訴我們凡是有眼睛的人，只要不是出生眼睛就瞎了，他沒有機會見到太陽；只要不是『生盲』，凡是有眼睛的人都曾經見過日落，佛就教我們觀想日落的景象。觀日落也離不開這個原則，就是教我們修「一心，一迴向，一處，一境界」。善導大師在註解裡面告訴我們，世尊為什麼不教我們觀別的，第一觀，觀落日懸鼓？大師說這裡面有三個意思。

疏【問曰。】

這是假設一個問答。如果有一個人提出這樣的問題。

疏【韋提上請願見極樂之境。】

『上』是前面。上一段經文裡面，韋提希夫人向釋迦牟尼佛請教，她願意見西方極樂世界的境界。

疏【及至如來許說。】

一直到如來答應她的請求，給她說明，教她的方法，告訴她：

疏【即先教住心觀日。有何意也。】

這句話的意思就是佛答應她的啟請，要跟她講，教她觀西方極樂世界，為什麼一開頭就教她看落日懸鼓？看太陽將要下山，黃昏的落日，這是什麼意思？為什麼佛第一觀教她觀落日？善導大師這個開示很重要。這就是有人提出這個問題來問。下面：

疏【答曰。】

這就是回答這個問題，這是善導大師的開示。

疏【此有三意。】

如果有人問這個問題，回答，有三個意思。

疏【一者欲令眾生識境住心。指方有在。】

這個回答就是先教我們把心定在一處，因為阿彌陀佛極樂世界在我們這個世界的西方。諸位要知道，這個世界不是只有指我們這個地球，如果是地球，問題就來了。我們曉得地球自轉，往西方走，走到後來又走回原位，西方到底在哪裡？問題就多了。佛講的西方世界是娑婆世界的西方。娑婆世界到底是有多大？以前人講是我們現在科學家發現的銀河系，一個銀河裡面的星球就算不完，星球實在太多太多了，我們這個地球在這一個銀河裡面是其中的一顆小星球而已。過去有人說佛經說的娑婆世界就是現在科學家發現的銀河系，這一個銀河是娑婆世界。

中國北京黃念祖老居士，他是我們佛門的大德，他在世間學術裡面，他也是學過科學的。他說佛經說的娑婆世界不是只有指一個銀河系，銀河系只是一個單位世界，不是一個三千大千世界，是三

千大千世界當中的一個單位世界。假如銀河系是一個單位世界，我們這個娑婆世界，三千大千世界有多少銀河系？十億個銀河系。換句話說，照黃念祖老居士這個講法，釋迦牟尼佛教化這個區域（娑婆世界）有十億個銀河系。我們想想，一個銀河系我們看起來就是天文數字，這些星球就算不完，何況十億個銀河系！這樣才是一個三千大千世界，才是我們這個娑婆世界。依這個說法，經典上說西方極樂世界是在我們這個娑婆世界的西方，這一個大世界的西方，就是一個三千大千世界的西方。一個大千世界是一尊佛的教化區，是他教化的範圍，所以經典上講西方是指我們娑婆世界這個西方，不是地球上的西方，這點我們要明瞭。

觀落日懸鼓最重要的一個目的，太陽從西方下去，雖然不是娑婆世界的西方，是地球的西方，我們觀落日就能夠聯想到西方的情景。教我們一心專注，你不要懷疑西方世界在茫茫太空當中到底在什麼地方？將來我往生要往哪個方向走？實在講，你不用懷疑，也用不著操心，為什麼？這一句佛號就是訊號，誠心誠意念這一句阿彌陀佛，跟西方極樂世界阿彌陀佛念念感應道交。我們念一聲佛，他那裡就回應，保持密切的聯繫，到時候阿彌陀佛來接引我們去，不用我們辨別方向，我們見到他跟他走就行，決定沒有錯誤。所以這裡一定要建立信心。往生三個條件：不懷疑、不夾雜、不間斷。懷疑對於往生會造成很大的障礙。先教住心。『指方有在』，這就是把方向指得清清楚楚，有一個地方很明確，這樣心就定得下來。下面說：

疏【不取冬夏兩時。唯取春秋二際。其日正東出。直西沒。】

這就是講方向要正確，西方，正西方，東方就要正東方，正東、正西。所以在修觀想的時候，我們的四季裡面要觀春秋的日沒，就是春天跟秋天這兩個季節的落日；不觀冬夏的日沒，不取冬天、

夏天的日沒，因為冬天跟夏天落日角度偏差很大。所以：

疏【彌陀佛國。當日沒處。直西超過十萬億剎即是。】

這是說善導大師給我們註解，要觀落日，要取春秋，不取冬夏，冬天跟夏天不適合修日觀，春天跟秋天比較適合，因為這個方位比較正，沒有偏差。這是第一個意思。第二個意思：

疏【二者欲令眾生識知自業障有輕重。】

這也是觀日很重要的一個意思。因為你開始作觀的時候，確確實實能夠發現自己的業障，觀落日就是要讓我們知道我們自己的業障到底是輕還是重，透過觀落日能夠發現，確實能夠發現自己的業障。業障輕重不同，有人比較輕，有人比較重。關於業障輕重的相，他的現象：

疏【自見業障輕重之相。一者黑障。】

『黑障』是業障最重的。黑的，這最重。

疏【猶如黑雲障日。】

你觀落日懸鼓的時候，看到好像黑的雲彩把太陽遮住。你觀落日觀到一個階段，這個落日現在你面前，但是這個時候業障會現前，業障重的就出現黑色的雲霧遮住，就好像黑雲遮住太陽。遮住，太陽就看不到了。黑的就是自己的業障，這是業障最重的。第二種黃障，黃色的雲霧遮住太陽，這業障比較輕一點。第三種白障，像白色的雲霧遮日一樣，這業障又輕一點。如果業障現前，不要怕。這是講作觀會出現這種現象，你修這個方法，依這個方法來修，修到一個階段你會發現自己的業障，輕重大致上有這三種。你修觀想才有這種現象，我們現在不修這個法門。如果依照這個法門修，業障現前是好境界，他平常自己有業障不曉得，沒有發現，一修行才發現業障。這我們有很多學佛同修，確確實實是這樣，我們自己本身，以及我們認識的同修，聽說的，這就很多。有人沒有學佛的時

候，好像自己什麼業障都沒有，一學佛發覺業障很多，種種的業障不斷現前。這是不是說不學佛就沒有業障，學佛才有業障？不是這樣，這個說法講不通。實際上的情形是怎麼樣？我們本來就有這些業障，你沒有學佛、沒有修行，你沒有發覺；一學佛、一修行才發現到，才發覺到，是這個情形。所以業障現前不用怕，這是好事情。

一修行發現業障，業障現前，你修這個觀，你會看得清清楚楚，修觀想有這個情形。我們現在不修觀想，用持名念佛這個方法，持名念佛也有業障，也能發現，不過不是眼睛看到，你修觀想是眼睛看到。我們持名念佛，念佛的人一起共修念佛，最普遍的業障。在止靜的時候佛號停下來，雖然佛號停下來，心裡面佛號不能斷；口不出聲音，心裡佛號依然不斷，這是功夫得力。我們念佛止靜，在這個時候常常有兩種現象，一種昏沉，一止靜坐下來，坐沒兩分鐘就開始打瞌睡，精神提不進來，眼睛睜不開，這是屬於昏沉蓋的業障，昏沉這個業把我們障礙住，這是一種。另外一種叫掉舉，一坐下來，心裡妄念很多，心起起落落，想東想西，善念、惡念、雜念一大堆，奇奇怪怪的念頭一直出來。心起起落落，定不下來，身坐在那裡不能安靜，這是屬於掉舉。掉就好像東西吊在上面，一會上一會下、一會上一會下，這叫掉舉。這類屬於掉舉的業障。這都屬於業障現前。

有些人說，我不念佛的時候還不會，好像沒有什麼妄念，一念佛，愈念妄想愈多。平常就沒有這麼多妄想，怎麼一念佛，妄想這麼多？其實你這個想法錯了，你不念佛的時候，妄想本來就是這麼多，但是你沒有發覺，沒有覺察到，這一念佛才發現這個東西。所以這些妄想絕對不是念佛念來的，不是念佛才有這些妄想，沒有念佛就沒有妄想，這個要知道。是本來就這麼多，你沒有念佛、沒有

修行，你沒有發覺。當你心靜下來要開始念佛，或者修其他法門，修定，發現妄念那麼多，這是本來就有。念佛的時候發現這些妄念怎麼辦？有人嚇到不敢念。你如果不敢念就錯誤，不要怕，要繼續念。妄想一直起來怎麼辦？止都止不住，不要去理會它。妄念起來，儘管讓它起來，讓它起來，反正是妄想，它起它的，我將精神注意力集中在佛號上，不要理會這些妄想、不要管這些妄想，知道這些妄想沒有什麼妨害，不管它，不理會它，這樣慢慢妄念就會減少，佛號功夫漸漸得力。所以這個現象差不多是每個念佛人都有，不但現在的人有，古時候的人也有，是六道眾生的通病，這兩大類。

過去在台北景美華藏佛教圖書館，那時候我剛從佛陀教育基金會過去，早期。在圖書館，那時候家師淨空上人、韓館長，他們訂每個星期日早上八點半到下午五點，每個星期都念佛念一天，到下午五點，念佛念一天。一年打三個佛七，就是清明、七月中元、冬至祭祖，這三個佛七。早期我跟師兄悟本法師，早期我們兩個人，他做維那，我就敲木魚，有時候輪流。念佛當中都會止靜，止靜，我跟師兄兩個的業障就是這裡講的，屬於這兩大類。我師兄止靜就開始打瞌睡，精神就提不起來，眼睛一閉，頭就一直點，他是屬於昏沉這種業障。剛開始念佛我的情形跟他不一樣，我是屬於掉舉，坐在那裡混身就不對勁，一直想要跑出去，坐不住，心裡的妄念起起落落，妄想雜念一大堆，坐在那裡實在很痛苦。因為有聽經，家師在講席當中常常講到這樁事情，所以那時候念佛我真的是咬緊牙根，勉強忍耐盡量坐。這個情形大概經過半年，慢慢慢慢，坐下來佛號提起，心就能安定下來。不像一開始，心實在很亂，坐都坐不住。以前沒有念佛好像不覺得有妄想，一念佛止靜下來，才發覺原來妄想很多。所以我是屬於掉舉這類，師兄屬於昏沉。

另外在這裡補充跟大家報告，清朝灌頂大師在《大勢至菩薩念

佛圓通章疏鈔》，他的註解裡面也有說到念佛的人業障發相，他講得比較詳細，講五種。第一種昏沉，第二種掉舉，這是一樣，因為這兩種是最普遍，最普遍的是這兩種。第三種是病事障，病就是生病。過去我在圖書館，有一位老菩薩大概五十幾歲人，一位女眾，有一天跑來問我一個問題，她說：法師，我念佛已經念了半年，我一生身體很好，不曾生病。她說：現在開始學佛，開始修念佛法門，這半年來她全身是病，怕到不敢念。當時，她問我這個問題，我也很納悶，因為平常聽家師講經大部分都是說昏沉、掉舉，如果她拿這兩種問題來問，我就知道，因為這兩種聽經有聽說過。說念佛會生病就不曾聽到過，應該念佛有病念到沒病，沒病愈念愈健康，這樣才對！怎麼會原來身體很好，念佛卻開始生病？這個問題在我的心裡一直有個疑問，當時我也沒有辦法答覆她。

一直到以後，家師在美國聖荷西，他摘錄一本書叫《淨土集》，《淨土集》就是摘錄《無量壽經》、《觀無量壽佛經四帖疏》註解的精華，有「彌陀經要解精華」、「行策大師警語精華」，包括印光大師的「法語精華」，也包括灌頂大師「大勢至菩薩念佛圓通章疏鈔精華」。我在「圓通章疏鈔精華」就看到家師有摘錄這段，念佛的人有善根發相，有業障發相。業障發相，昏沉、掉舉，這兩種一定有，這是最普遍。我看到病事障，我就恍然大悟，原來以前那位菩薩問我這個問題，原來也是業障發相的一種，就是念佛的過程你會生病，這也是一種業障，自己的業障。這種業障是不是好事情？好事情。這跟昏沉、掉舉的發現，這是一樣的意思，跟我們本經說的作觀，看到黑霧、黃霧、白霧一樣意思，是好現象。病事障來怎麼辦？繼續念，就是我們念佛功夫還要加強。

出現這個業障，這當中當然難免我們會退轉，會受到障礙，像那位菩薩說怕到不敢念，不敢念就退步、就退轉。實際上我們每個

人，在念佛修行過程當中遇到業障現前，當然暫時會出現這些障礙，有這些障礙就不能再向前精進，就會耽誤，這是一定的。這些障礙要怎麼排除？排除最直接的方法還是繼續念，愈念業障愈現前，更加要精進念佛。譬如說生病，有病，念到有病怎麼辦？不敢念，不要念。一般不知道這個情形，不知道這個道理，難免心裡會怕，想說本來沒病念到生病，當然不敢再念，難免對念佛就失去信心。如果知道這個道理，你就不會失去信心，會繼續念。

過去也有一位同修，這也是聽家師講的，聽說大概是七十幾歲，一位男眾，他念佛念到一段時間，一樣是業障現前，一樣是病事障，中風，我們一般講半身不遂。這在一般人來說他不敢再念，甚至對念佛他就沒有信心，怎麼會念佛念到中風？好像佛都沒有保佑。我們念佛出現這些業障，實際上也是佛力的保佑，怎麼說佛力保佑？這在經典上，在古大德的開示中，尤其印光祖師的《文鈔》，也都有說到，這叫重報輕受。因為我們要知道，我們無始劫以來一直到這一生，我們所造作的惡業，實在說是無量無邊。就像《地藏菩薩本願經》裡面所說的，「南閻浮提眾生，舉止動念，無不是業，無不是罪。」我們只要起一個心、動一個念頭都是罪業，你看我們一天到晚起心動念多少？剎那剎那，連晚上睡覺都會作夢，都不停止。你想這業障有多少、有多重！所以佛說無量無邊，這都是事實。

我們起心動念，念頭有善念、有惡念、有淨念，我們冷靜想一想，我們過去到現在，起心動念是惡念多，還是善念多，還是淨念多？淨念就是念阿彌陀佛。如果你冷靜一觀察，才發現原來我們起心動念都是自私自利，想自己不想別人，私心太重。私心太重，想我自己，想我自己一家人，還是想我自己這個道場，想我自己這個家庭，不會去想到別人，難免就會傷害到別人，這都是惡業、惡念



。我們想一想，我們自己是不是都是這種心念？所以惡業多。《地藏菩薩本願經》講得沒錯，「南閻浮提眾生，舉止動念，無不是業，無不是罪。」起心動念都是罪業，怎麼會沒有果報？怎麼會沒有業障？一定有。我們起心動念有多少念頭想到別人、想到眾生？還是都在想自己？只有想自己就是惡，想眾生就是善，想別人是善，想阿彌陀佛是淨，淨業。所以大多數都是惡業障較多，起心動念自私自利難免造十惡業，殺盜淫妄這些惡業都起來，貪瞋痴慢。

所以病事障，這個病也是造惡業來的。佛在經上告訴我們，造殺生的業，得到多病短命的果報。我們想一想，我們自己一生殺生殺多少，吃肉吃多少！過去生不要說，就這一生，從出生到現在，你去想一想，很可怕。這怎麼會沒有業障？現在修行念佛得佛力加持，所以這些業本來都要墮落三惡道去受苦，長劫受苦，因為你念佛，這罪減輕了。減輕，你的功夫還沒有修到完全都沒有了，重報不用受，輕報還是要受，輕報就是在現前這一生像生病，或者其他不如意的事情。就像佛在《金剛經》上講，如果有修行人依照金剛般若來修行，乃至修學任何一種法門，都一樣的原理，修行修到很如法，遭遇到別人的侮辱、毀謗，輕賤、輕視，這什麼原因？重罪輕報。過去生中造的惡業本來是應該墮落三惡道受長劫的苦報，現在因為修行，在這一生當中受人毀謗、輕賤、侮辱，乃至身受一些病苦來消你的罪業。這個罪業消了，你就不會墮三惡道，道業就能夠精進。

所以七十幾歲這位同修很難得，他念佛念到中風，他信心堅定，沒有懷疑。他這個不懷疑，我們也能夠知道，一個是這一生有聽經明理，對道理明瞭，他不懷疑，知道這是重報輕受。另外，雖然沒有聽經，他信心也沒有動搖，這是他過去生中的善根深厚。如果善根不足，善根少的，難免他就懷疑。所以這位同修他繼續念，念

到最後，中風好了。由這個例子我們可以證明，念佛業障現前不用怕，就是繼續念。我們的業障還沒有排除，就是我們念佛功夫還沒有得力，我們至誠心還不夠，還要加強，一直念下去，不懷疑、不夾雜、不間斷，這些業障報完，後面就沒有障礙了，你精進就能夠一帆風順。所以念佛有這些現象不用怕。

另外一種就是恐怖的業障。這個恐怖就是一般來說止靜的時候，看到沒有頭的，或是我們在高山被人追，跌下來，或是看到一些恐怖的境界，使你的身心不能安定下來，心不安穩，身也不安穩，這是恐怖的業障，這是定中。另外一種就是在夢中做惡夢，我們念佛念一段時間，或者誦經、持咒、參禪，夢中還會做惡夢，有時候做惡夢做到心驚肉跳，這我過去很有經驗，有很多人有這種情形。晚上睡醒，隔天人很不舒服，這是屬於恐怖這類的業障，恐怖的事障。

還有一種，灌頂大師說事務牽纏的業障，這一類也很普遍。往往我們想要好好靜下來修行，就事情很多；我們不修行，就好像沒事情。譬如說我們要讀經、念佛，電話就來了，或者就有什麼事情耽誤你。過去我們台北景美華藏圖書館，每一年都有組團到美國達拉斯去打佛七，我也曾經遇到好幾位同修都是告訴我：悟道法師，這次一定要跟你去美國打佛七。第一個報名，第一個繳錢，但是到要出發的前一天，他家裡就有事情，不是她婆婆住院，不然就是媳婦要生了。臨時有事情，實在走不開，退錢、退票，第一個報名，第一個不能去的。這一類也很多，這類屬於事務牽纏的業障。

所以灌頂大師的註解《大勢至菩薩念佛圓通章疏鈔》，為我們舉出這五種業障，使我們念佛人在念佛修行過程當中出現這些問題，我們知道是什麼道理、是什麼情形。知道以後，我們才不會退轉，才會知道再精進努力，繼續去排除這個業障。業障輕的在短時間

就能排除，業障重的時間就需要比較長，最重的時間需要最長。這在《了凡四訓·改過之法》後面，也將懺悔業障的事理給我們說得很清楚。這集的時間到了，我們就講到這裡。下面，下一集再繼續向大家報告。謝謝大家收看，阿彌陀佛。