

諸位法師，諸位同學，請坐。請看《大經科註》第二百九十一面，第四行：

「《大寶積經發勝志樂會》彌勒問佛：若有眾生發十種心，隨一一心專念向於阿彌陀佛，是人命終當得往生彼佛世界」。這是「發勝志樂會」，這十種心，我們從《三藏法數》裡面節錄出來，十種，我們學了前面四種。這個第四，我們從第四念起好了。「無執著心。念佛之人，常以智慧觀察於一切法，不生執著，是名無執著心」。這條裡頭最重要的就是智慧觀察一切法，我們今天欠缺的就是這一條。智慧從哪裡來？不是學來的，智慧是從清淨心裡面現出來的。換句話說，我們今天智慧生不起來，是心不清淨，經聽得再多，是屬於知識。如果是清淨心聽經就生智慧，心不清淨，聽經是知識，博聞強記，屬於這一類的，他的分別執著依舊非常熾盛。這總的關鍵問題還是在放下。所以我想到早年章嘉大師傳給我的，看破、放下。為什麼放不下？沒有看破。看破、放下雖然相輔相成，絕大多數的人要從放下下手。第一個是放下，提升你的看破，然後才會相輔相成。放下，內外都要放，內外統統不執著，清淨心容易現前。學習的方法當然非常多，所謂八萬四千法門，無量法門。怎麼樣幫助我們看破，怎樣幫助我們放下，各人的機緣又不相同。看破放下是總綱領、總原則，要在各人會用，這叫善巧方便。

對於人事物一切法，確實要用智慧來觀察。我們在大乘教裡面學了不少年，特別是在圓教經典裡面，《華嚴》、《法華》、《楞嚴》這都是講理的。理明白了，就容易放下，知道為什麼要放下；理沒有搞清楚，情執很深，換句話說，不容易放下，原因在此地。

最難搞清楚、搞明白的就是宇宙的源起，佛說的跟科學家講的不一樣。科學家說的不能服人心，我們聽得很多，好像都有理由，不能叫人心服口服；佛所講的，沒有證明，佛說唯證方知，誰證明了？所以多半是半信半疑，這都造成我們修學的障礙。念佛不能專心，處世還是隨順煩惱習氣，變成是真正功夫提不起來，所以進步非常緩慢。

難得近代的科學家，現在他們稱為前衛科學，就是還沒有被科學家普遍承認，但是實驗確實有證據，不是隨便說的。這個裡頭最重要的，就是心理跟物理是一樁事情，不是兩樁事情，這在科學上來講是個革命性的發現。德國的普朗克，首先發現了物質現象的真相，是意念累積產生的一種幻相，實際上根本沒有物質這個東西，這是他說的。物質的基礎是意念，所以現在新的科學提出「以心控物」，意念可以控制物質現象。現在西方確實真的應用在生活上了，特別是用在醫療。用善的念頭讓我們身心健康，遠離疾病，甚至於致命的這些疾病，嚴重疾病，意念都能夠治好。這個例子是愈來愈多。科學家根據他們學習的理論，意念集中的能量非常不可思議，不但能改變我們身心健康，能改變星球。星球出了問題，可以用意念去把它彌補；換句話說，可以化解地球的災難。這個跟佛經上講的愈來愈接近。他說以心控物，佛家的理論說境隨心轉，物質環境是根據你念頭在轉變，念善一切都善，念頭不善，一切負面作用就出來了。

學重要，非常重要，學以致用更重要！學了不能沒用處，學了如何能應用生活上，用在工作，用在處事待人接物，這個學問是實學。佛的經論是實學，傳統文化、祖宗留下來的全都是實學。這些東西，典籍在，學的人愈來愈少。將來我看還是現在這些前衛科學家他們來帶動，向古聖先賢學習，向傳統文化學習，這社會才會安

定，地球的災變才能夠化解。我們在這一生當中能夠遇到，這非常非常的幸運！遇到真搞清楚、真搞明白，鏗而不捨的去學習它，不但度自己，而且能度眾生。

不生執著，在佛法裡頭非常重要的一句話，世出世間一切法都不能執著。為什麼不能執著？它不是真的。佛法也是因緣生法，既然是因緣生法就不是真的；真的是不生不滅，因緣生法有生有滅。你看佛所說的，說得真好，佛法有人講、有人聽、有人學、有人證果，這叫正法。反過來，沒有人講、沒有人聽、沒有人學，這叫滅法，有生有滅。既是有生滅法，它就是無常的，它不是真的。所以《金剛經》上說，「法尚應捨，何況非法」，這個話說的有道理。世間法是生滅法，佛法也是個生滅法，眾生有感它就生了、就應了，沒有感它就滅了。不生不滅的才是真的，什麼東西不生不滅？真心不生不滅。

真心是什麼？能起念頭的那個心，不是念頭，念頭有生滅。念頭從哪裡生的、從哪裡滅的，那個能起念頭的那是真心，那個東西不生不滅。就像波浪一樣，波浪有生有滅，有大浪有小浪，波浪從哪裡來？水。水沒有生滅，再大的浪它還是水，平靜的它也是水，它不生不滅。我們從這個比喻裡面去曉得，就是真心不生不滅，妄心就是風浪，真心好比水，妄心是浪。我們就知道了，佛講的清淨心即是真心，平等心是真心，清淨、平等起的作用就是覺悟。大乘經教上佛常說，「覺心不動」，動就是不覺，一念不覺，無明就生起來了，無明就是阿賴耶，阿賴耶是動的。所有物質現象是動的，絕對沒有一個物質是靜止的，沒有，全是動的。因為能生物質的是阿賴耶，阿賴耶是動的，動的它不會生個不動的。這些道理我們學了之後要常常去思惟它，然後利用這些東西來觀照，來看世間萬事萬物，我們就真正看到像佛經上講的無常。

我們現在如何回歸到自性？方法很多，從理論上講，任何方法都能夠回歸，你只要反其道而行之，它就回歸了。反其道裡頭最重要的，就是不起心、不動念，不分別、不執著是輔助，它的核心是不起心不動念。不分別不執著是它的前方便，從這裡下手，這就是禪定的原理，原理原則。不起心、不動念是自性本定，起心動念是控制意識，最重要是控制第六識跟第七識。我們明白這個道理，雖然甚深禪定我們現在還做不到，能把世緣看淡一點，執著不能完全放下，也要淡薄一點，那就有進步。進步不能自己滿足，為什麼？我們還沒有到出離六道，距離出離六道輪迴還很遙遠。見思煩惱都斷了才真正出離六道，就是說對於世出世間一切法真不執著了，這是四果阿羅漢他能做到的，超越六道輪迴了。還超越不了十法界，超越十法界必須是不起心不動念，因為十法界也不是真的。

我們再看底下一段，第五「起淨意心」。這是一個一個往上提升，最初一個是無損害心，這是最嚴重的，不能夠殺害眾生。這個能做到了，再提升無逼惱心，不能讓眾生因我而生煩惱。反過來，大乘教裡面常說，「菩薩所在之處，令一切眾生生歡喜心」，這是什麼？布施喜悅！彌勒菩薩是代表，布施喜悅。人怎樣才能真正喜悅？那就是真的不執著了，真看破，以平等心對待一切眾生，歡喜心生出來。這個歡喜不是刺激，「有朋自遠方來，不亦樂乎」那是快樂，那不是喜悅，那是從外面的刺激，不是從內心生的；內心生的是真的喜悅，夫子有感受，「學而時習之」非常快樂，這是從內發的。大乘佛法裡面講「常生歡喜心」，那是內發的，那是喜悅；教化眾生，看到眾生得利益，那是快樂。

「念佛之人，能離世間雜染之法，復於利養等事，常生知足之心，是名起淨意心」。這也教給我們怎樣去做，對世間，雜，雜是多，世間事情太複雜、太多；染就嚴重了，染是什麼？受想行識是

染，你被染污了。受是有感受，身有苦樂的感受，心有憂喜的感受。你生出苦樂憂喜了，要知道，苦樂憂喜全是假的，你沒有把它看破，你真的有苦樂憂喜，你心不清淨了；苦樂憂喜捨統統沒有，清淨心。學佛怎麼修？觀照怎麼觀法？順境，那個喜悅心剛剛生出來，錯了，這不是喜悅，這是感情。我看他很順眼、很歡喜，全是假的；不歡喜的，看到討厭、起怨恨。這叫人之常情。他為什麼脫離不了六道？原因就在此地。他每天生活在這個裡頭，生活在佛家講的五蘊色受想行識，他生活在這裡頭。

觀自在菩薩有智慧，「照見五蘊皆空」，人家照得徹底。照得什麼地方的五蘊？一念，彌勒菩薩所講的一念，那一念裡頭五蘊具足。這一念就是阿賴耶的業相，「心有所念」；「念念成形」，形是阿賴耶的境界相，就是物質現象；「形皆有識」，那個識就是受想行識。你看把阿賴耶的三細相，業相、境界相、轉相，彌勒菩薩說出來了。五蘊從這裡看，才叫從根上看出來了。所有一切萬事萬物統統離不開五蘊，五蘊就是今天所說的，它裡頭有精神，精神跟物質的基礎，基本粒子，科學家稱它為粒子，都是它組合的。它本身是五蘊，所組合的一切，無論是動物、植物、礦物、山河大地統統都是它組織的。基本粒子是五蘊的，色受想行識，所組織成的東西當然都沒有例外的，當體皆空，了不可得。所以菩薩能夠離世間雜染之法，他看破了，這個東西不是真的，五蘊皆空。這是從理上講。

下面從事上講，「復於利養等事」，這是我們日常生活。日常生活什麼樣態度？常生知足之心。有很好，沒有也很好，叫做知足。儒家也說，你命裡頭是富貴人，安於富貴，是貧賤人，安於貧賤，他都知足，社會安定，沒有人爭論。那是什麼？聖賢教育成功了。那人為什麼富貴，我為什麼貧賤？你要跟人家求平等，這個於理

上講不通。五個手指伸出來不一樣齊，我要平等，把長的全部砍掉，短的再給它接上去，這行嗎？這能解決問題嗎？這不懂因果！富貴是前世修的福，貧賤是過去生中沒修，這個道理只有佛能說得清楚。但是從前人聽，現在人不聽，現在人說，他是人，我也是人，為什麼他富貴？我要分他的財產，我要奪他的。現在人不相信因果，他的財產你能奪得到嗎？奪不到。你把他殺了，他命裡有的還是有，他命裡的財富沒有享完被你奪去了，他到來生還做富貴人。命裡那個富沒有消完，他還有，還有餘福；你沒有福，現在在造罪業。理上講不通。

這個道理儒釋道都講。中國講君子、聖賢，為什麼？他們是明白道理的人，對一些事實真相了解得很清楚，所以他能夠安貧樂道，於人無爭，於世無求。君子無所爭，不會跟人競爭，心是平靜的，平靜的心生智慧，智慧裡頭有樂趣。孔子當年在世，沒有做過大官，家庭也不富裕，勉強可以度日。弟子顏回是學生當中最優秀的學生，但是他命很薄，你看不但是短命，他物質生活非常缺乏，居陋巷，簞食瓢飲。這是說他生活狀況，吃飯連飯碗都沒有，喝水一個水杯子都沒有，喝水用葫蘆瓢，吃飯，竹子編一個竹簍盛飯。這樣的生活環境，一般人受不了，可是顏回是最快樂的人，沒有把這些事情看作是憂心的，他真正代表了常生知足之心。顏回的智慧不是天生的，從哪來的？知足而來的。他對物質生活沒放在心上，那樣清寒貧苦的生活他過得很快樂，每天能吃得飽，足了。享受的是道，跟夫子所學的，他全學會了，全聽懂了，而且應用在生活上，現在叫活學活用，他快樂。夫子心裡有數，他那些東西他是全部得到了，別的學生得到一部分，他是全部得到。所以學東西要會用心，用心去學，用清淨平等覺去學佛，你就真能學到。

前面兩條，無損害、無逼惱，就是儒家所講的格物。現在有很

多人把格物的意思講錯了，格物不是研究，不能解釋錯誤。司馬光就講得很清楚，格是什麼？格是格鬥，物是欲望，物欲；也就是說我們要跟物欲做一次鬥爭，要戰勝物欲，這叫格物。戰勝物欲，你就不會被物欲誘惑。現在的人很可憐，都是物欲的俘虜，都跳不過它的手掌。物欲帶給你是什麼？貪瞋痴慢；克服了物欲，你就清涼自在。所以這不是好東西。古今中外真正修道的人，對物欲非常淡薄。古時候修行人都住在山上，有一點點小塊的地，自己種植一點，他生活就夠了。中國古人，古書裡頭記載，五畝之地就可以養一家生活，養他的父母子女。佛教傳到中國，百丈大師提倡自給自足，「一日不作，一日不食」。寺院裡頭提倡農耕，施主對寺廟不是以金錢布施為主，是以恆產山林土地捐贈給寺廟。所以寺廟的經濟來源，多半寺廟田地多了，租給農夫去耕種，向農夫收租，這是寺廟經濟的來源。所以他不靠信徒，他不化緣、不募捐，心就是定的，不攀緣了。

現在寺廟沒有財產，那得靠你自己想辦法。方法是有，恢復叢林，回歸教育。寺廟是個學校，裡面一樣開課程，你來讀書可以收學費，在現在這個時代我們得改變。現在交通便捷，一個好的學校，佛教有它的優點，每個宗派都有非常重要的典籍，做為一門深入專攻。像中國在過去，《華嚴》，五臺山第一，想學《華嚴》都到五臺山去；想學《法華》都到天臺去，浙江天臺去了；學法相唯識，到長安去，大慈恩寺。就像辦學校，你這個學校有一個科目是世界之冠，大家嚮往，大家來學習，那就有很大的號召力。淨土宗是廬山，江西廬山東林念佛堂慧遠大師興起來的。宗教必須回歸到社會教育，對社會會起很大作用。這個裡頭有專門的學術，是一般學校學不到的。大學不可能用這個東西教學，即使用佛法裡的教材，但方法不一樣，不是一門深入、長時薰修你就沒有辦法達到尖峰。

佛門可以做到，我這一門功課可以學十年，鍥而不捨，達到登峰造極。佛教登峰造極就是大徹大悟！一門，守住這個規矩不變，這就是持戒；深入之後一定會得三昧，就是得定，因定開慧，大徹大悟。一般學校不是用這個方法，他們的定慧沒有，所以他所學習的二年、四年，研究所兩年，大學四年。那都是學的一些知識，不能深入，收不到佛經裡面所講的那個標準的效果。所以知足常樂，知足比什麼都重要。

第六，「無忘失心。念佛之人，求生淨土，成佛種智，於一切時，念念不捨，是名無忘失心」。這十心是講念佛往生，所以不用舉別的例子了，就舉念佛。我們今天念佛常常把佛號忘掉了，又妄念起來了，佛號就沒有了。我們如果真的想到極樂世界，認真反省，我這一天從早晨起床到晚上睡覺，這十幾個小時，我心裡頭有阿彌陀佛的佔多長小時？把阿彌陀佛忘掉了，心裡有妄想的時間佔多少？這兩個一比較，然後就曉得我往生有沒有把握，很清楚。用什麼方法提醒自己？古人的方法是造佛像，家裡供佛像，讓你看到佛像就想起念佛，這是個方法。或者是經文寫成字畫，家裡面常常懸掛著，時時看見。現在印刷術進步，印的品質又好，價錢又低，這些方法在今天還是管用。目的無非是提醒自己不要把念佛忘掉，真求往生，一定要念念不捨。如果把這個事情當作是我們一生當中第一樁大事，其他的是小事，都可以不理，這個人決定得生。要知道，生到西方極樂世界，你無量劫來的事情全都了了，你真成就了，你這一生沒有白來。多少人，人是好人，就是雜念太多，佛號常常忘掉，臨終時候一念錯了，又去搞輪迴。福報大的，修福，生天去了，造作罪業的，三途去了。極樂世界很容易去，但是就是會把它忘掉。所以古人幫助我們，無論是在家、出家，教導我們去立兩堂功課，早晚課決定不要忘記。



我們看所有宗教，我看到回教，每天，《古蘭經》上規定的五次禮拜，向著麥加的這個方向，一天五次。無論你在什麼地方，到這個時候你什麼都得放下，向麥加這個方向去禮拜。時間雖然不長，他一生做成習慣，這養成習慣，這個方法非常好。佛門裡的這個功夫，真精進是念念不捨，念念皆是阿彌陀佛，這種念佛在普通一般人講三年就成就了。關鍵就是真放下，真的把這個世間看破了。我們在六道裡頭，生生世世無量劫來搞得這麼辛苦，到人間來還算好一點。佛在經典上告訴我們，真話，不是假話，我們的起心動念肯定是惡念多善念少。五十一個心所裡面，善心所十一個，煩惱心所二十六個，這是從本身講，就是說你的煩惱多於善念。外面的環境就更不必說了，跟你煩惱相應的不曉得大多少倍，跟你十一個善心所相應的很少很少。所以人都變壞了，道理在此地。你要是真正通達大乘佛法，你一點都不覺得奇怪，你會覺得這很正常。可是，那個重業所感的果報就很可怕，感得來的是災難。災難來了怎麼辦？學佛的人知道，人是不會死的。這是不學佛的人不知道，學佛的人知道人不會死，身有生死，靈性沒有生死。

而且佛講得很好，一切眾生本來是佛，你本來是佛。什麼時候成佛在乎你自己，你自己什麼時候覺悟，就成佛了；什麼時候迷惑，你就墮六道去了。覺悟怎麼？覺悟就放下了，覺悟真正是明瞭，真懺悔，真錯了，搞六道輪迴錯了。搞四聖法界是對了，四聖法界超越六道，他前面的路雖然很遙遠，他也是進進退退的，但是他不會退到六道。所以他終極的目標是成佛。人，這不論是那一道，最大的幸運是他一生能夠遇到淨土，這無比的幸運。為什麼？遇到淨土，一般都一生當中成就了，搞其他的法門那是生生世世。這個法門要有善根，沒有善根的人不能接受。善根又不是一天成就的，佛在這經上告訴我們，我們才真的明白了。每一個對淨宗有信心的人

，想發願求生的人，過去生中都曾經供養無量諸佛如來，沒有這樣的善根，怎麼會相信！跟你一講你就相信、就接受，哪有那麼容易！這一相信，肯發願、肯念佛就行了，念念不捨。

我提倡的十念法是從伊斯蘭那裡學來的，伊斯蘭一天五次，我那個十念法是一天九次，時間更短，換句話說更有效果。用這個方法修學，得利益的人很多，打電話、寫信告訴我，真管用！我這種十念法非常簡單，就是念十句佛號，用現在印光大師教的方法，念得清楚、聽得清楚、記得清楚，就十句。念的時候不要念得快，慢慢的念，「阿彌陀佛，阿彌陀佛」，自己念，自己聽，這一句佛號十念當中第幾聲，能攝心。十念當中時間短，兩分鐘就念完了，這兩分鐘不會有雜念，那就屬於淨念，叫淨念相繼，這個裡頭不可以讓東西夾雜進來。早晨起來念十句佛，晚上睡覺之前念十句佛，你看看，一次不會超過三分鐘，什麼人都做得到。三餐飯三次，吃飯之前，我不念供養咒，我念十句阿彌陀佛。上午上下班兩次，上班之前，工作之前，念十聲佛號才開始工作；工作完了之後，念十聲佛號再離開。下午亦如是，就四次。總共九次，很簡單！這是什麼？這叫定課；其他的時間，有空就念佛，那叫散課。善導大師在《觀經》上講的，定善、散善，定善是定課念佛，散善是不定課的念佛。念佛是善，善中之善，沒有比這個更善。你要做善事，最大的善事是念阿彌陀佛，你做其他的任何善事都不能跟它相比。念阿彌陀佛能往生極樂世界，這是大善。所以，無忘失心是我們成敗的關鍵。我們看到自古至今，許許多多的念佛人不能往生，都犯了這個毛病。

第七是「無下劣心。念佛之人，常行平等之心，於諸眾生，尊重恭敬，不生輕慢，是名無下劣心」。這一條也非常重要，這是養成什麼？普賢十願的第一願「禮敬諸佛」。用平等心看一切眾生，

一切眾生皆是菩薩，一切眾生皆是佛，一切眾生皆是未來佛。在佛經上常常這樣教導我們，我們沒有把它落實，我們看到小動物還是輕視牠，牠是畜生，牠愚痴，這就是傲慢。如何能看到這些小動物生憐憫心、生慈悲心、生恭敬心、生尊重心，我們對牠尊重恭敬，我們稱牠為菩薩。我們起心動念牠知道，所以跟這些小動物可以感應道交，真做它就真有效，牠就真有感應。初學的時候比較困難一點，你把那個難關克服過去，正常了。沒法子克服過去是什麼？是自己不肯布施。蚊子來咬我，我現在不殺牠了，把牠趕走，不肯施與，我們對牠的心還是有輕慢。真的尊重、恭敬牠了解，牠也會尊重你、也會恭敬你，可以和睦相處，互不干擾。我們要下定決心，要真幹，要真正做。

無下劣心就在這些小動物身上，落實在這個地方，真誠心、恭敬心，我們常講真誠、清淨、平等、正覺、慈悲，對待這些小動物。能以真心待小動物，對人、對事當然就一片真實，這個人菩提心發起來了。淨宗修學的條件你就具足了，「發菩提心，一向專念」，你就成就了。印光大師在《文鈔》裡頭記錄，他都常常寫到、提到，他房間裡面有跳蚤、有蚊蟲、有螞蟥，他的侍者要把牠清除出去，他禁止：讓牠們在此地，給我警惕，我的德行還不夠，還沒有真正能感動牠們。過了幾年之後，老和尚七十歲以後，他是八十歲圓寂的，七十歲以後他房間裡這個東西都沒有了，你去找，找不到。偶爾到外面，只要他住的房間，這些蚊蟲螞蟥都不會去。這說明老和尚七十歲之後，感動這些動物了。他是演給我們做榜樣，這是我們應當要學習的，用平等心處事待人接物。

第八，「生決定心。念佛之人，不著世間言論，於無上菩提之道，深生正信，畢竟不惑，是名生決定心」。特別是在今天，全世界災難信息時時刻刻你都可以看到。今天在這個世界上，公開討論

二〇一二馬雅災難預言已經沒機會了，公開來討論這個事情。連科學家，有一半認為可能，也有一半認為不可能，比例相當。到底有沒有？一年之後我們就看到了。有人問我，我認為可能。我從哪個角度上看？從因果上看。我們中國老祖宗常說，「積善之家，必有餘慶；積不善之家，必有餘殃」，《易經》上說的，這兩句話是孔子說的。我們地球上，現在居住在地球上的人他不是積善，積惡。這不是小惡，不是少數人在做，非常嚴重，絕大多數人在做，這個事情多麻煩！現在人想的是什麼？這講念力，現在人起心動念貪瞋痴慢疑，這是現代的人心，在佛法裡面講五毒。現在人的情緒是怨恨惱怒煩，現在人所造的業是殺盜淫妄，這樣的因怎麼能感好的果報？在理上講不通。

我們明白了，知道錯了，真正懺悔，徹底改過自新，這是我們這一生當中莫大的幸運。遇到佛法，遇到大乘，遇到夏蓮居老居士的會集本，太難得了！遇到黃念祖居士的集註，難中之難。給《無量壽經》做註解的人有，沒想起搞集註，集註才真正有說服力。他的老師會集經有個大願，希望這個會集本字字句句都有來歷，不是自己隨便寫的，而是五種原譯本的原文。我相信這也是給他老人家的靈感，他的註解也是每一句的註解也有來歷。他蒐集了八十三種經論，這是來自佛菩薩的，一百一十種祖師大德的註解，真有根據，這個註解令人佩服，讓人看到無話可說。這不是老居士自己寫的，是他集古大德的註解、集經論的註解流傳於後世，真實智慧，真實利益。

我們得到了，想成就，想快速成就，最重要的一個條件就是生決定心。我們決定一門深入，長時薰修，我們今天取經本只取這一部，其他的都放下。專修這部經，專求淨土，希望我們在一年中能夠收到效果，這個效果是真有把握往生。換句話說，我們從今天起

務必要做到念念不捨，一切時、一切處把阿彌陀佛放在心上，果然這樣做就是自利利他，給學佛的同學做個好樣子。特別是這個法門，提倡的是「發菩提心，一向專念」。這八個字是淨宗的核心，是阿彌陀佛第十九願跟第十八願，「一向專念」是第十八願，「發菩提心」是第十九願。這兩願是大願的核心，日本人稱它為本願，就是大願的根本。我們今天對於世出世間的言論都要暫時放下，於求生淨土深信不疑，求願往生是我們現前唯一的一條生路，決定不能再迷惑。這是生決定心。

第九「無雜染心」，跟前面「起淨意心」是一對。「念佛之人，修習功行，種諸善根，心常遠離一切雜染煩惱，是名無雜染心」。雜染心是什麼？是貪瞋痴慢疑、怨恨惱怒煩，這是雜染心。這個東西要捨，凡是障礙我們清淨心、平等心、正覺心的都是屬於雜染心。我們對於防止雜染，我這一生真正做到是一樁事情，不看電視了，電視、電影、廣播、報紙、雜誌，這個五十年沒看了，心清淨了不少。有人問我，生在這個時代，媒體斷掉了，這個日子你怎麼過？許多事情應該要知道，你怎麼都不知道？我說日子過得很自在，我是真不知道。那些重大的信息？重大信息有朋友他們看到的時候告訴我，我從他們那裡得到一點信息。好像不知道天下事就沒有辦法生活在現前這個時代，這是一般人的觀念。我相信不知道天下事也能在這個時代生活下來，我不是短時間，五十年的時間。生活得很好，生活得很健康，妄想少了。你要是接觸，你沒有辦法沒有妄想，我們沒那個功夫，那是真功夫，接觸沒有妄想這是真功夫。我們的方法是不接觸，不知道，讓心情寧靜下來。

所以說是一切沒有必要的，年輕的時候喜歡讀書，這些書都不必要讀了，統統都捨棄掉了。有些好的書勸年輕人讀，他們讀了有用處，幫助這個社會安定，幫助世界和平，幫助眾生能夠恢復到幸

福、安穩的生活。像現在有志於這方面的年輕人，《群書治要》是好書，要讀。《國學治要》是中國古聖先賢留下來那些典籍的一把鑰匙，你拿到了，這些遺產就是你的；你沒有這把鑰匙，拿到了也沒用處。這套東西重要！學佛，年輕的同修這些書還是要讀，六十歲以上不要讀了，求生淨土，全要放下，鼓勵年輕人好好學習。

最後一條，「起隨念心」，這是善導大師所講的散念，不是定課。「念佛之人，雖觀如來相好，而不生愛著之心；於無念中，常念彼佛，是名起隨念心」。這是時時刻刻都能生得起念佛的念頭。要怎樣才能生得起來？念熟了就生起來了，常念就會生起來。念得不夠熟，常常會忘掉，念熟了就會生起來。初學的同學聽經是必要的，為什麼？我們對這個信的程度不夠，原因就是我們對於極樂世界了解得不夠。對極樂世界、對我們娑婆世界、對十方世界了解得愈清楚，你的信心才是真誠、懇切。了解透徹了，我們發願求生一點疑惑都沒有，這個決定是正確的，才會認真去真幹。所以聽經的目的在哪裡？斷疑生信，第一個目標。更進一步的，破迷開悟，這是對於念佛有相當基礎的人，他清淨心、平等心已經現前，他多聽經會開悟。過去聽得多、看得多，半信半疑，所以沒有顯著的效果。但是阿賴耶裡頭有這些種子，一旦真聽明白了，它馬上就起作用。為什麼？對於過去所聽的這些業習種子不懷疑了，不懷疑就生智慧。

這裡頭有句話說得很好，「雖觀如來相好，不生愛著之心」。如來，我們塑造的佛像，依照《造像量度經》的標準，把三十二相八十種隨形好造出來，世間人所稱為這是貴相、福相，沒有留戀，沒有染著的心。對於佛尚且如此，世出世間一切法你當然不生愛著之心。「於無念中，常念彼佛」，無念是失念的時候，心裡頭沒有其他的念頭，這個時候要生起念佛的心，常常想到佛，常常不離開

佛。所以念佛人手上拿一串念珠，掛一串念珠，這念珠的作用在哪裡？提醒自己念佛，是這個意思。印光大師告訴我們，念佛不必計數，計數怎麼？分心，心不清淨。他自己念佛為什麼要計這個十聲數？十聲數這不是計數，這是一種對治的方法，讓雜念不能進來。就是用什麼方法能達到不夾雜，這個方法可以達到不夾雜，真正到不夾雜的時候就不需要了。可是印老他念成習慣了，到老年他念佛還是這個老方法。他就是三個清楚，念得清楚、聽得清楚，這一聲佛號是第幾聲，心裡頭記得清楚。

胡小林居士給我打個電話，他做了四個月的實驗，很有效果，告訴我，但是常常忘掉。念的時候，念個五、六聲之後就不曉得這第幾聲了。所以他教人用這種方法，阿彌陀佛一、阿彌陀佛二，這是什麼？這就是計數，阿彌陀佛裡頭夾雜著一到十。但是也有個好處，只夾雜這個，不夾雜別的雜念。這個一到十也容易丟掉。所以我就告訴他，我說對初學來講，行，但是要告訴他，不是永遠的，這是一個階段，階段性的。你用一個月，一個月能捨你就把它捨掉，不能捨再用一個月。用它做初學的一種方法可以，不能常常依賴它，因為佛號裡頭畢竟還雜著有妄念在裡頭。佛號不許夾雜妄念，這才能跟阿彌陀佛相應。佛法沒有定法可說，要應各種不同的根性，應機施教，念佛人的功夫也要常常提升。

經典裡面告訴我們，從定課、散課念到功夫成片，功夫成片是一心不亂裡頭最淺顯的功夫。也就是心裡頭確實只有一聲佛號，除佛號之外，不夾雜任何雜念了，這叫功夫成片。功夫成片就決定得生，而且功夫成片裡頭也有三輩九品。上輩的可以自在往生，不一定等壽命到，想什麼時候走，他真能走得了。再提升，那是見思煩惱斷了。所以這個法門妙就妙在此地，你不要去有意斷煩惱，沒有這個必要，也不要有意去消業障。斷煩惱、消業障都在這一句佛號

當中，自然的，煩惱不斷自然沒有了，業障不消自然消失了，妙在此地。你這樣念佛，你才能得到阿彌陀佛本願威神加持，加持裡頭最大的效果，就是把你的煩惱、習氣、業障自然就沒有了。所以你只要把整個精神、意念集中在一點，這一點就是佛號。前清乾隆年間慈雲灌頂法師說得好，他這個話沒人相信。那個話誰相信？今天新興的這些科學家，量子力學家們，他們要聽到一定相信，就是集中意念。人有重罪，五逆十惡重罪，所有的佛法，這些經典、懺法都沒有辦法幫助他消業障，他說最後還有個方法可以消除，就是一向專念阿彌陀佛。專到什麼程度？專到完全相信，一絲毫疑惑都沒有。

我們在過去看到「山西小院」的例子，那個光碟我們協會還有保存。四十多個人，不是少數，都是得到重病，醫院放棄治療，告訴他們壽命大概二、三個月。他們被這個宣布，等於說一定要剋期取證，他們沒有想病好，也不求治療，一心念佛求往生，意念完全集中，沒有雜念。念到三個月之後，好像身體愈念愈好，再去檢查，癌細胞沒有了。這些人現在還在，他沒有往生，都還好好的活下來；換句話說，他的壽命還沒到。佛來接引是他壽命到了，臨終來接引，壽命還沒到，繼續不間斷他就成功了。我聽說有人講，這人我沒接觸過，他們現在多半在修地藏法門。修哪個法門都好，《無量壽經·三輩往生》最後一段，慈舟大師判的一心三輩，那就是不是修淨土法門的，修其他大乘。無論是哪個法門，將自己所修的功德迴向求生淨土，統統都能得生，淨土法門廣大沒有邊際。什麼是功德？清淨心是功德，純淨純善是功德，前面我們講的，尊重、恭敬的心是功德，將這些功德迴向求生淨土，統統都能往生。修學其他法門，每天能夠加上我所提倡的這個十念法，一天九次，決定不妨礙他的修學，不妨礙他的工作。因為這個方法很簡單，不超過三



分鐘，九次，一天九次加起來不到三十分鐘，那就更好！以這個做為定課，正助雙修，功德就無量無邊了。所以末後講「起隨念心」，這個好。

我們再看經本，我們從第五行，第五行最後的兩句。「由是心故」，這個由是心就是前面講的十種心，發這十種心，「當得往生彼佛世界」，彼佛是阿彌陀佛，一定會生到極樂世界。「可見彌勒大士正是襄贊釋尊同宏淨宗妙法也」。在「發勝志樂會」裡面，我們看到彌勒菩薩教人發這十種心，命終一定會往生極樂世界。釋迦牟尼佛弘揚淨宗妙法，彌勒菩薩也不例外。「又本經中第卅二品下」，三十二品以下「彌勒當機」，彌勒菩薩代表菩薩，六種成就裡面菩薩眾，阿難代表聲聞眾。「第四十六品，佛咐囑彌勒大士曰：我今如理宣說如是廣大微妙法門，一切諸佛之所稱讚」。這個法門是十方三世諸佛所稱讚的獨一的法門，沒有一尊佛不讚歎的。「咐囑汝等作大守護」，汝等是彌勒菩薩帶頭，「當令是法，久住不滅」，因為這一法能夠普度一切眾生，只要眾生遇到就能得度。遇到，沒善根，遇到就種善根，阿賴耶裡頭開始下種子。來生後世遇到緣，他的善根就會增長，善根福德因緣成熟了，他決定往生。

我們今天能遇到，能信、能願、能念佛，過去生中種的善根，我們今天成熟了，善根福德因緣具足，成熟了，不是偶然的。現在很多沒有遇到的人，我們要給他種善根，善根裡頭究竟圓滿、無與倫比的經教就是這部經。所以我們這次印了兩萬部。我不知道後面的一萬五千方部有沒有印好，希望能趕快送到澳洲。澳洲辦十週年紀念，每個人送一套，聽說有一千多人參加，這個好！已經有善根的他會成就，沒有善根的給他種善根。這是釋迦牟尼佛咐囑的，當令是法，久住不滅。「彌勒承佛咐囑，宏持是經，是故大士，不但當來龍華會上，必說此經，直是盡未來際，亦必常說不絕」，這是真

的。所以淨宗同學要學就學這部經，自己成就了，也幫助別人了。  
現在時間到了，我們就學習到此地。