

如何契入念佛法门

平实居士◎著



如何契入念佛法門



平实居士 著



如何契入念佛法门	1
都摄六根 净念相继	1
从事持达理持 即凡心是佛心	9
不假方便 自得心开	14
佛法在世间，不离世间觉	24
《学佛的觉醒》序	27
《我的菩提路》（选登三篇）	39
平实导师及其弟子著作推介	80

如何契入念佛法門

——平实居士 著

都摄六根 净念相继

念佛是三根普被、利顿兼修的修行法门。尤其适合繁忙紧张生活的现代人。念佛法门简单易学，八十老翁念得，三岁孩儿也念得；大学教授念得，贩夫走卒及不识一字的阿公阿婆也念得。但能信心具足，皆可依其根机而获得或多或少的利益和感应；若能深入佛法、细意思维，乃至能因念佛法门而明心见性。有极少数人因为自视为利根人，不屑于念佛，而丧失修行上的大利益，颇令人惋惜感慨。

念佛虽然人人念得，却因根器及知见之不同而有不同之层次。兹将持名念佛法门所修之境界，由浅至深，简略分述于后：

一、随兴持名：此种人刚开始学习念佛法门，还不明白为什么要念佛！甚至不知道“念”佛与“唵”佛之不同。只是听说念佛好，便跟着别人学念佛，从持念佛名开始。口中虽在念佛号，心中却老是在打妄想。贪瞋痴慢疑，样样皆不离。偶尔参加念佛共修，遇到刮风下雨或心情不佳，便不参加共修。平常心中默持佛号，也只是随兴默念，大约是打妄想的时候多。

二、念佛不辍：此种人因为过去生所种善根福德为因，今生复有善侣提携接引为缘，常与念佛人伴党；渐渐知悉为什么要念佛，以及念佛有何好处，已能相续执持佛号。有时可以全心放在佛号上，时时默唱佛号。

亦有人不曾念佛，缘因父母师友平日常与念佛人共修念佛法门，一朝忽然见其舍弃报身，诸莲友们为其助念佛号，此人睹其父母师友往生时之瑞相，或见念佛人助念时之庄严自在，而接受念佛修行法门，时时默唱佛号。也开始了解所念之佛菩萨，其本愿与事迹及其佛土世界之依正庄

严，开始解知念佛之好处。

三、持名忆佛：此人不但已知诸佛土（通常是指极乐世界净土）之依正庄严，深信有极乐世界，深信释迦世尊所说弥陀四十八大愿绝对真实，深信念佛可以往生彼国，而于深心之中发起誓愿，愿生彼国。因此开始探索念佛法门，欲求一心深入，时时系念思维，渐渐深入研读善知识们阐述念佛法门之著作，了知念佛号与念佛之差别。明白了知念佛共修时不但要口念，还要心念；不但要心念，还要心听；不但要心听，还要忆念；不但要忆念，还要持续不断、放下万缘，不让妄想打断佛号与忆念。

如此每周或者每日精进地持念佛号，配合忆念而不间断。此种共修念佛，不可大声念佛号，以免伤气伤身。要点在于保持忆佛之念不离佛号；以佛号不断故，忆佛之念亦不断。若因昏沉或妄想减少时，即应随众不高吭不低沉地持念佛号，同时忆念于佛。平时则于心中默唱佛号，心念心听。

若得心念心听、清楚分明，即应改为心念心忆，以默念佛号配合忆佛。心念心听是心中默默念佛号，并专注一心，观照心中佛号之音声，使不间断；此是功夫，成就者少。若能成就此心念心听功夫、清晰分明而不间断者，即须进一步探讨：为何要心念心听？若仔细观察思维，便知心念心听之目的，其实是在集中精神排遣妄想，当时忆佛之念若有似无，并不分明。有时乃至全无忆佛之念，而处于定境。既已观察分明，便知转折。此时应改心念心听为心念心忆，配合心中连续不断的佛号而保持忆想佛菩萨之净念于不断。当我们修学念佛法门到此一地步时，应已在念佛过程中，或多或少得到佛菩萨的冥感或显相的感应，信心极强，不易退失。

四、无相念佛：此类人之所以能修学至无相念佛之层次，应已于过去生中恭敬供养世尊、供养三宝，广种福田、深植善根，并曾兼修禅定，净定双修而不偏废。常亲近善知识，却绝不人云亦云。肯深入探索思维念佛法门，而不断地提升

自己的念佛层次。因此今生虽仍主修念佛法门，仍不忘摄取修定之知见；因净土法门及修定法门之基本知见已具备故，于精进不断的修学过程中，细法渐出，自然而然到达无相念佛之层次。心中忆佛之时，佛号、佛形了然不生。以具备深厚善根福慧之故，深知此种法门是真实念佛，毫无犹疑，一心决定，深入修持；自信必能于舍报之时以较高品位往生极乐净土。此法即是楞严经中，大势至菩萨念佛圆通章所说：“忆佛念佛，都摄六根，净念相继。”若能辅以无相忆念拜佛之方法，则可很容易地将无相念佛法门运用于日常生活中，而成就动静之中皆能无相念佛之功夫。

一旦修成此种念佛法门，并能在日常生活中时时保持此种功夫者，我说此人对于佛法僧三宝，已经信心具足；于自己也一样信心具足。此生必定不离三宝，出三界之家的心念油然而生。若有自修或共修时，持名忆佛极为精进，持念至无佛号可念之际，尔时佛号不起，而能一心系缘

于所念之佛，心不散乱、忆念相续不断者，则能体会此种境界。

如果此人能更精进，于此法门深入忆念、思维、修习，清楚分明地了知：佛之形像非佛，佛之名号非佛，佛号之音声非佛，乃至感应时佛所示现之佛形像非佛。佛者唯是一心，佛乃觉者。二千五百年前示现于印度之释迦牟尼佛，乃由法身所示现，是应化佛。佛之本际不生不灭，真实之佛不即空有而不离空有，唯是真心而已。是故吾人所念，既是此一心，心无名相，心无声相，心无形相；我所念之佛，唯是此心，何须经由声相、名相、形相来念佛呢？便于深心确定：念佛时应当舍离声相、名相、形相而念佛。若念佛人能一心思维、深入此知见者，便能舍离声相、名相、形相而开始无相念佛，若能将此无相念佛之净念由坐中移转至日常生活中继续练习者，则无相念佛之功夫可于一至三天之中初步成功。若极精进之人，继续修习深入体会，一、二周乃至一、二月可以修至不忆而自忆之境地，忆佛之念

犹如泉涌，源源不绝。无需刻意提撕此念，时时刻刻自然存在。

此忆佛之念虽然无相，然非忆十方佛，而是专忆特定之一尊佛。虽然无相，但是心中却清楚分明地了知所忆之佛是哪一尊。此忆佛之念，以无相故，较难体会。若已有持名忆佛之功夫，则较容易体会。末学另以无相忆念拜佛之法以为佐助，帮助念佛人迅速深入此一境界。读者欲知其详，可函佛教正觉同修会索取《无相念佛》一书，以便深入探讨。

欲修习无相念佛法门者，必须减少或消除攀缘心、觉观心、疑心、慢心。若有攀缘心，则不能舍离名相、声相、形像；即使能舍离，也不能保持净念之相继不断。若不舍离觉观之心，则会疑神疑鬼，或希求佛菩萨之感应，难以安住无相念佛（忆佛）之境界中，欲求净念相继，便不容易。

疑心不除，则怀疑此境界，认为无所根据；或疑此法非是佛法。此疑不除，则需等候十年、

二十年，乃至五十年、一百年后，此法之弘传已进入烂熟时期，彼方肯学。彼时或者垂垂老矣，或者已至来生，未必能遇此胜法，殊堪惋惜。却不知古今大德阐述此法者不少；而末法时期流通佛书者，常以为此境界难以修成，而予以忽略，未能广为弘扬；或有极少数人为方便故，将大德所述之“忆念”之旨，释为持名，致念佛人多有所疑，裹足不前。

复有一种人难修此法，所谓“慢心”。此辈人或以禅为贵，花费一、二十年光阴，虽摸不到“话头”，却仍锲而不舍，令人既敬佩又怜悯；或以皓首穷经为贵，成为佛学大家；时光荏苒，转眼垂老。

此二种人往往懒于念佛，不乐与念佛人为伴。需知佛教以莲花为象征，非无因缘；莲花象征佛法之清净尊贵，但莲花却于卑湿淤泥之中生长。学佛人若能去除慢心，则心谦卑、容易受法，修学念佛法门，易得成就。

末学自一九八九年五月起，以无相念佛法

门助人学佛以来，深觉慢心之为害学佛人至深且巨。若无慢心则修学迅速，得法容易。若有慢心，则往往流于权威崇拜，而不信任没有名气之善知识。即使真正善知识现前，亦不肯学，失之交臂。是故，欲深入念佛法门，必除慢心。

从事持达理持即凡心是佛心

又此无相念佛法门虽名无相，仍非实相。以此念佛法舍离名相、声相、形相故，相对于世俗之有相而施設此一无相念佛之名。

实相虽然无相，但无相不一定是实相；此中差别在于相对于有相而存在之无相，尚能以世俗之认识而了知；譬如无相念佛之无相、灵知心之无相、无色界众生之无相、虚空之无相等。而实相则非世俗认识所能了知，譬如真如、佛性、菩提、涅槃。

大乘佛教所谓实相，非仅无相一端而已。乃是空有不二，是即相离相，无相无不相；不即空

有二边，而亦不离空有二边，所谓中道。明心而不见性者，犹不能见此真实，何况凡夫之意识思维，孰能至此？无相念佛虽然无相，仍非实相，而此境界，自古至今，真实有之。乃援引《大宝积经》卷四所载：“言无相者，所谓无身及身施設，无名无句亦无示现。”故施設此无相念佛之名，以便弘扬念佛法门，利益末法时代之念佛人与修禅人。

此无相念佛法门虽已无相，犹是因地念佛。设使无相念佛法门已经修成，忆佛之念犹如泉涌。法喜之觉受则因时日之俱增而渐渐习惯、淡薄、消失。若能继续修持无相念佛法门，必于某一时节突然一念回光返照：“念佛者是谁？”或遇善知识冷冷一句：“念佛者是谁？”当下直得不辨东西南北，一头栽进漆桶里。从此每日孜孜矻矻体究此一疑情，犹如一团美味滚烫元宵，卡在嘴里；吞又吞不下，舍也舍不下。此时凭借无相念佛之深厚功夫，不必依赖语言文字，即能深入体究。有朝一日，突然悟得：“色身觉受、

妄心妄识都不是我，那一念都无之真心，真实是我。”直下承当，毫无犹豫。从此识得一切生命之本源，见到那肉眼不能见得之真心，从此不以灵知为真。

如今突然打失鼻孔，有人因此哈哈大笑，有人因此喜极而泣，有人则不动声色、安住真心之中。从此顿觉轻安无比，身心明净。身（我）见顿时断除。身（我）见断故疑见随断，疑见断故禁取见亦断除。此三缚结断故，其无相念佛即是果地念佛。虽是果地念佛，亦不过预流而已。既名预入圣流，即非真实圣者，犹执空性一边以为真实。此即明心而未见性，尚未进入实相，即当求见佛性，进入实相念佛层次。

五、实相念佛：佛子修习念佛法门而能成就无相念佛者，殊不多见。今此无相念佛人复能究明真心，因体究念佛而得明心（开悟），断三缚结，倍复可贵。而善知识给予印可后，多嘱咐弟子念佛保任而已。师徒之间，从此相安无事，浪掷光阴，徒耗米粮，殊可浩叹。不知犹未亲见佛

性，仍需努力体究念佛。此一果地念佛之佛子若能知此，当即排遣万缘，寻访善知识。若有因缘得遇真善知识，此善知识当时闻其见地，考其过程，观其根器之后，或者一掌打来，或者丢来一枚苹果，或将拳指在念佛人眼前晃。念佛人若仍不见，便垂示一二句法语，令念佛人体究。

此念佛人若能精进奋发，努力参究，待得因缘时节到来，或者暖烫、或者寒凉、或者撞跌、或闻狗叫、或见花红柳绿，或是欢喜悲痛，突然之间一念相应，识得佛性，再破无明。此时恍然发觉佛性无处不在，一时忍俊不住，摸摸头顶，便笑自己以前真是愚痴，佛性本来就在眼前，以前竟然不觉。便到处看、随处摸：无处不是佛性嘛！

若是打坐静中体究，一念相应之后，随即住于一切音声中，细细体会佛性之无处不在。下座之后，亦到处体会其存在。到此时便知何谓禅净双修、禅净互通了。佛子此时之境界，是远离妄想杂念，一心住于觉照之中，远离语言、文字、

思维法则、世间施設，无法形容，只一个“觉”字了得。此即理一心之境界，亲见诸佛本源，即是见法身佛。从此开始，一连七天，乃至十个七天，觉明时时现前，远离昏沉散乱。平时不起妄想，无一念可当情，而在色声香味触法之中，觉照佛性之真空及其真实存在、能生万有。夜晚则不昏沉，躺在床铺、一念清明，乃至东方之既白。或者清晨三、四点钟便已醒来，了无睡意。即起盥洗，燃香礼佛已毕，又自道：“我实从本以来不曾拜佛。”从此以后，便见身心世界皆是虚幻，真实感顿失。阅读甚深第一义谛经典，倍觉亲切，犹如述说自心境界，若为他人叙述自己所见境界，人皆以为此念佛人在解说甚深第一义经典，便向此念佛人道：“别只在经论之名相理论上追求，应该下功夫去实修。”真是啼笑皆非。此外尚有许多功德受用，唯证乃知，不拟详述。

不假方便自得心开

以上所述，系一般念佛人体究念佛（理持）之过程。然亦有根器猛利者，于明心之同时一念相应，得见佛性；不待善知识诱导，自得见佛法身；此即大势至菩萨念佛圆通章所说：“若众生心，忆佛念佛，‘现前’当来，必定见佛”。若是来生修到这个理一心的境界，便是“当来”必定见佛。这个见佛是见自性佛，见诸佛法身，见一切众生之法身，而不是感应所见之化身佛。此时便恍然道：“原来诸佛法身竟是如此，一切众生之本来面目亦复如此。”若此念佛人亦曾参禅，此时便道：“原来此是土城和尚立地处，好与三十拄杖。”

此一实相念佛之修持，从起疑到见性之全部体究过程，便是“不假方便，自得心开”。何以不假方便？实因忆佛念佛无相之故，与实相无相极为相应。无需学禅，自然会禅；无需学参话头，自然会参话头；无需揣摩挤破脑袋，自然能