



净土文摘

福建省佛教协会佛教教育基金会印

免费赠送 广结法缘

印造佛经佛像十大利益



- 一 从前所作种种罪过，轻者立即消灭，重者亦得转轻。
- 二 常得吉神拥护。一切瘟疫、水火、盗贼、刀兵、牢狱之灾，悉皆不受。
- 三 夙生怨对，咸蒙法益，而得解脱，永免寻仇报复之苦。
- 四 夜叉恶鬼，不能侵犯，毒蛇饿虎，不能为害。
- 五 心得安慰，日无险事，夜无恶梦，颜色光泽，气力盛，所作吉利。
- 六 至心奉法，虽无希求，自然衣食丰足，家庭和睦，福寿绵长。
- 七 所言所行，人天欢喜。任到何方，常为多众倾诚爱戴恭敬礼拜。
- 八 愚者转智，病者转健，困者转亨，不愿为妇女者，报谢之日，捷转男身。
- 九 永离恶道，受生善道。相貌端正，天资超越，福禄殊胜。
- 十 能为一切众生，种植善根。以众生心，作大福田，获无量善果。所生之处，常得见佛闻法。直至三慧宏开，六通亲证，速得成佛。

印造经像，既有如此殊胜功德，故凡遇○祝寿○欢喜○免灾○祈求○忏悔○超荐之时，皆宜欢喜施舍，努力行之。

施资檀越

财团法人佛陀教育基金会
香港佛教青年协会

回 向

世 界 和 平	人 民 安 乐
正 法 久 住	法 轮 常 转
灾 障 消 灭	祸 患 不 生
法 界 有 情	同 生 极 乐

福建省佛教协会佛教教育基金会印

净 土 文 摘

现代语译意

目 录

一、念佛方法与原理

念佛加行·····	1	往生净土决疑·····	17
往生净土怎样行持·····	2	修净须知·····	19
摄心为戒·····	3	念佛原理·····	22
三大要·····	3	十六字诀·····	24
信愿持名·····	4	真实信心·····	26
死心念佛·····	7	修净正行·····	28
无后心念佛·····	7	念佛和十法界·····	30
念佛应防魔·····	8	明心和净心·····	32
痛念无常用心真切·····	10	修净切要·····	33
念佛心勘验·····	11	唯心净土和一相三昧·····	35
念佛方法·····	12	念佛的微妙道理·····	38
怎样居家修行·····	14	念佛和止观·····	40
出生死法·····	14	念佛和参禅·····	42
信真愿切行纯·····	16	净土证成·····	45
念佛三昧·····	17	佛法平等·····	49

二、念佛往生实证

西方来信·····	51	丁炳文居士·····	53
成都文殊院清定师·····	51	谷海涛居士·····	54
丁固元居士·····	52	石经寺常扬法师·····	55
清居比丘·····	53	一念投诚即登彼岸·····	56

自知时至无病往生·····58	金亦相居士往生记·····60
心真则事实，天乐迎行人59	聋彭往生·····61
	最近念佛往生纪实·····63

三、杂 录

一心念佛 灾厄解脱·····65	感 应·····66
假修和真修·····68	环境和心境·····69

一、念佛方法与原理

念佛加行

修净土法门的，除念佛外，应该做到二种“加行”：

（一）不要妄想。对眼前一切境界，都要看作是空的，不可执着它想念它。因为我们到世间来受生，都是由於妄想所成，所以妄想是生死根本，不可不知。（二）耐冷淡。世人造业，都是由於耐不得冷淡，要在名利热闹场中去生活。要知，既想做个出世圣贤，怎么可以同世俗人一般，贪逐五欲呢？这不但修不成佛，就是阎罗老子他不是瞎子，也不会轻易放过你的。那末，为什么有妄想呢？就是因为耐不得冷淡，过不惯平淡朴素的生活。所以说，这是大病根。如果先除去这二种病，心内自然寂静，智慧自然光明，於佛法修持，就能得到迅速成就了。

学佛法，因地要真。求了生死，求生西方，这是正因；求世俗果报，这是邪因。求持咒灵验，求神通，求特殊功能，也是邪因。

有人问，日课应该怎样规定呢？这非常简单，只要努力念佛就是了。四字六字都可以，能盘膝坐念最好，如果有多余时间，可念《普贤行愿品》。如果经济生活不宽裕，可以随便做一些工作，所谓“治生产业，不碍圆宗”。为了生活而生产，是並不妨碍修圆融的佛法的，但不能犯十恶业；过去的不正确的知见，必须彻底扫除干净，一心念佛，也不要求义理解会。

（刘洙沅居士《佛法要领》节录现代语译意）

往生净土怎样行持

修习净土法门，应该实行信、愿、行三件要事。具备了这三个条件，临终往生极乐世界是决定无疑的。而其中“行”更重要。在处理日常公私事务中，不论闲忙顺逆，内心应不忘记佛，并时刻想念极乐世界。比如世俗的人有紧要关切的事牵挂在心上，虽然经历着谈话、行动、坐卧等种种活动，但那件事总是宛然在心头，密密忆念着，念佛的心也应该这样。如果偶然忘失，就应立即摄收过来，忘了又想，再忘再想，使得久久成为习惯，经常在记忆之中。《楞严经》说：

“假使众生的心时常想念着佛，那末，现在或者将来必定能见到佛。因为念念在忆想着佛，就和佛相距不远，可以不必另外有什么方便，自然能开悟明心了。”

能这样系心于佛，也可以随时止息恶念，因为当你要作恶的时候，由于心里在想佛，恶行就作不成了，即使随着恶念而作恶的时候，心情也会柔和些，这犹如身有香气，自然离臭了。

还有，当你发觉心里稍微在起恶念时，立刻想起佛来，由于佛力的作用，恶念自然会消失。这就象一个人在遇难时，求强有力者来相助，一定可以得到免脱的。

念佛的人，若见到别人在受苦的时候，应该以念佛心怜惜他，愿他离苦。就是作法官的。当判刑时，也要以念佛心，怜悯罪犯，愿他能够离苦。虽然按照国法应当处罚，但在心里可私自祝愿：“我为了执行国法，必须判你的罪，可这不是我的本心，愿我能生到净土去，然后一定来救济你。”

在经历一切境界中，不管是善是恶，必须心里忆佛，并作出善良的誓愿。普贤愿王说：“愿我作一切恶都不成就，若作善业都能和合成办。”含义也是这样。如果能相续不断念佛在心，就能办成一切净因功德。（慈云忏主《净土决疑论》）

摄心为戒

一句佛名，有着不可思议的神力，能治一切烦恼心病。当每次逆境来的时候，心生烦恼，当即绕着圈子，步行念佛，四步一声佛号，循环往复，念了数周之后，就会觉得心地清凉，热恼自然消除。有时事多，心里烦扰，夜半更深不能入睡，也可专称佛号。经过片刻之后，就会心身安定，容易睡着，没有颠倒梦想。当写经时，一笔一句佛号，能使精神不散，妄念不起，时间写得久了，也不会觉得辛苦。如果能相信这一念佛法门，专心称念，没有间断，念到心空境寂，烦恼自然无从生起了。

《楞严经》说：“摄心为戒”。念佛正是收摄散乱心的最好方法。因为这是以念佛的正念，止息攀缘的妄念。倘若遇到妄心攀住色尘的缘就专念阿弥陀佛，净念不断，妄心就自然不会随着色尘而转，摄归到念佛的正念中去了。攀着声尘、香尘……等缘，也都可用念佛的方法。这样，自然不至於破戒作恶了。

念佛念到念念与佛相应，一切念头当然不会起来，意业就能清净，各种戒律自然都具备而不犯了。要知，身口二业’都是从意业所起，意业不想作杀、盗、淫，不想说妄言、绮语、恶口、两舌，身业和口业自然不会去犯戒。所以念佛是净业法门，一念佛名，能净三业。这不是念佛具备了一切戒学的明证吗？

（《圆瑛法汇》节要现代语译意）

三大要

对於年老的人，生前应办好三件要事：

第一、少说话，多念佛。要做的事，快快做成，应吩咐的事，早早吩咐。不要留恋人间富贵，不要羡慕天上快乐。关于做好事，办福利事业，劝化人起信学佛，应随自己的能力和条件去做。但主要应把时间和精力，放在念佛求生西方见佛闻法上面去。

第二、立定主意，不听他人的闲言语，随着他人口头转，跟着他人脚跟走。人情应酬，可省则省，不必迁就敷衍。年老了，光阴有限，切勿空过。对于佛法有疑问的地方，应随时向善知识请问明白，不可含糊自误。

第三、时时反问自己：阿弥陀佛在心头吗？佛像在眼中吗？行住坐卧都在念佛吗？不论闲忙，总在念佛吗？凡所做的佛法世法中的善业，如举办慈善福利事业，诵经、念佛、持咒、礼忏！静坐等功德，都要作如下的回向：现在家属平安，将来庄严净土，临命终时，预知时至，心不颠倒，蒙佛接引。

（文觉大师遗著现代语译意）

信 愿 持 名

要想速脱轮回的苦，没有比持名念佛，求生极乐世界，更好的了。要想决定生到极乐世界去，最好是以“信”为前导，以“愿”作为鞭策。信得坚决，愿得真切，就是散心念佛，也能必然往生；如若信不真，愿不猛，就是能达到一心不乱，也是不能往生的。

什么是信呢？一、信阿弥陀佛的愿力；二、信释迦牟尼佛的教导；三、信六方诸佛的赞叹。对于这些不能相信，那真是不可救药了。所以应该首先深信，不起疑惑。

什么是愿呢？无论在什么时候，应该厌恶娑婆生死的苦，羡慕净土菩提的乐。所作的任何事情，不管是善是恶，

都要回向求生。所作善事，固然要回向净土；就是作了恶事，也要在至诚忏悔以后，发愿求生极乐。除此之外，更没有第二志愿。

信愿既然具备了，然后必须切实去行持。要以念佛为正行，改恶修善为助行。随着功夫的浅深，分为九品和四土。修行到了哪一品、哪一土，只须自己检察，不必去问旁人。

当深信切愿念佛，而念的时候：心多散乱的，就是下品下生；散乱逐渐减少的，就是下品中生；不会散乱的，就是下品上生；念到事一心不乱。不起贪瞋痴的，就是中三品生；念到事一心不乱，逐渐先断见惑、思惑和尘沙惑，并能伏断无明的，就是上三品生。所以信愿持名念佛，依照功力浅深，能分别进入九品，是确实不会错的。

还有，信愿持名：消灭业障，带惑往生的，所到的是凡圣同居净土；没有了见、思惑以后往生的，所到的是方便有余净土；豁破一分无明而往生的，所到的是实报庄严净土；持到了究竟之处，无明断尽而往生的，所到的是常寂光净土。所以持名能净四土，也是确实不会错的。

为什么持名能断无明呢？因为所持的佛号，无论对已开悟的，或者还没有开悟的来说，都是一境的真、俗、中三谛。能持的念心，无论对已通达的，或者还没通达的来说，都是一心的空、假、中三观。只因为众生妄想执着，以情识见解作分别，所以不能契合圆常的真理，要知道，能持的心，就是始觉，所持的佛，就是本觉。就在直下持去，能持的心以外没有佛，所持的佛以外没有心，能所是统一的，是不二的。这样，始觉合于本觉，叫做究竟觉。

念佛法门没有什么奇特的地方，所贵的，只在于信得真，守得稳，一直念下去，或者昼夜十万，或者五万、三万，以

决定不缺为准则。在一日中，出声一炷香，默持念一炷香，接着，再一炷香一炷香念下去，循环不断，决定以一心不乱为预期目标，尽这一生，誓不改变。在这样用功之下，如果不能往生的话，三世诸佛就成为诳语者了。

得到了往生之后，就永不会再退转，种种法门都会显现在目前。切忌今日张三，明日李四，遇到教下人讲经说法，就想偏读经论，寻章摘句；遇到宗门下禅客，又想参研问答；遇到修密人，又想持咒求速效求神通。这样，就会头头不了，账账不清。岂知念得阿弥陀佛熟了，三藏十二部最高最微妙的教理，都在里面了，向上机关也在里面了，六度万行、三聚净戒也在里面了。

为什么说，六度万行也在里面了呢？因为真能念佛，不再起贪瞋痴，就是大持戒；不计人我是非，就是大忍辱；不稍间断夹杂，就是大精进；不再妄攀缘，就是大禅定；不为其他歧路所惑，就是大智慧。

修学的人，应该随时自己检点：若是身心世界还没有放下，贪瞋痴还在现起，是非人我还时刻挂在胸怀，间断夹杂还没有除尽，妄想驰逐还没有消灭，种种歧路还能惑乱意志，那就不能算是真念佛。

要到一心不乱境界，最初下手必须用数珠，将数字记得分明，并且要规定课程。规定以后，决不减缺。久久纯熟，就会不念而自念。然后，计数也好，不计数也好。若是初学修学的人，念佛没有根底，就说好听话，要不着相，要学圆融自在，那总是因为信不深、行不力。纵使你能讲得十二分教，下得千七百转语，也都是生死岸边的事，临命终时，决用不着。

（藕益大师《灵峰宗论》摘要译意）

死心念佛

修净土法门，必须切实用功，应该死心念佛。古人所谓“打得妄想死，救得法身活。”要把念人情恩爱名利是非的心，转换过来念佛。比如作贼的人，只有把贼心死下去，才能一心作正人。这样，直念到没有能念的我和所念的佛。到了能所双忘，也就没有身心世界了。

杂念一起就成障碍，因此，要用念佛的念，加以清除，要像铁扫帚一样扫去一切杂念。杂念虽多，不出财色名食睡等五欲。先应以铁扫帚扫粗念，然后再扫细念；虽一时扫不完，也须逐渐减少，务必全部扫清，方见太平。

修持的时候，要自己仔细检察：念佛能不能扫去自己的恩爱牵缠、名利污染？若是扫不了，须生大惭愧，更加发愤精进，更深信、更切愿、更力行、一定要得到实际受用，一定要达到一心不乱。要想一心不乱，还须要一心不乱地去念。

（慈舟大师法汇节要现代语译意）

无后心念佛

承你问我，念佛从什么地方下手。昙鸾法师有“无后心和无间心”的话，是值得你参考的。来信中说：“光阴易移，早办前程”等的话。这些话看来没有错，可是已犯了“无后心”的诫语了。要知道，人命在呼吸间，怎么可以存这种后心，以为还有时间可作准备呢？无论千念万念，只应该用当前一念（佛念），作为往生正因。因为前念已过，后念还未到来，当前一念极为重要，必须紧紧抓住。这样，心就不会缘虑过去，预计将来，而能专注当念的一句，这也就是所谓

“一心”，有了这心就什么时候都可往生了。久久纯熟，当前一念也自然脱落，便进入到理一心了。如能这样往生，品位一定是很高的。至於无间心呢，也就是无后心的纯一境界。因为没有后心，就能念念没有间断，纯净一片了；而念念没有间断，也就没有后心可产生了。

来信说：“求生净土，必须发菩提心，修六度行。这不是很难吗？”其实，这也不难。因为信净土法门的，发愿自度度人，使大家共同证得佛果，这就是菩提心，专修念佛，看到世间一切财物，没有一件可爱乐的，不起贪吝的想念，就和布施度相应了；专修念佛，当逆境现前时，不生瞋恚的心，就和忍辱度相应了；专修念佛，心不散乱，就和禅定度相应了；专修念佛，不受世间愚迷的习俗所惑，就和般若度相应了；专修念佛，念念在佛，不起恶念，就和戒度相应了；专修念佛，不间断，就和精进度相应了。如果能这样，在日常生活中逐渐增进，便成菩萨妙行了。

（杨仁山居士遗集节要现代语译意）

念 佛 应 防 魔

近来修行的，多有着魔的事故，这都是由于躁妄心，急于希望有感通、有胜境出现。应该知道，不要说显现的境界是魔所现，就是胜妙境界，只要生起贪着喜爱的心，就会受到障碍和损害，对修持不会有丝毫的利益，更何况多数境界未必都是胜境啊！

假使对佛法有涵养的人，没有躁妄心，见到了各种境界，不加理睬，如同没有见到的一样，不生欢喜贪着，或恐怖惊疑的心情。那末，不要说是胜境的出现对他有益，就是出现魔境也是有益的。为什么呢？因为不为魔转，就能顺利上进

了。

急躁情绪是修法的一大障碍。急于求成，非但不能称心如愿，还将成为障道因缘。如果不急不躁老实念去，到了功夫成熟，自会得到应有的成果。古人说：“但事耕耘，不问收获”，只要辛勤耕耘，不必去问收获迟早或数量多少。

出现黑影，并不是佛菩萨的影，也不是怨家对头的影。因为佛菩萨现身，必然是明了的，可以见到面目和身体；怨家会现出可怖畏的面相，所以黑影可能是宿生有缘的孤魂，希望仗修行者念佛诵经的力量，得以超生到善道里去的。因此，当于课诵回向以后，专作回向，使他消除恶业，增长善根，仗佛慈力往生西方。这样才不负他现影一番的苦衷。

念佛必须至诚，但由于至诚恳切，有时会心中悲痛起来，这是善根发现的相状，但决不可经常这样，否则，必然会著“悲魔”。如果遇到适意的事，也不可过分欢喜，否则，必着“欢喜魔”。

念佛时眼皮须垂下：不可提神过分，以致心火上升，这样，可能发生头顶发痒发痛等毛病，所以必须调定适中。

闭目念佛容易昏沉，若是不会很好用心，或者会有魔境出现。偶或出现魔境，当思凡所有相都是虚妄，唯心所现，即时提起正念，张开双目，正视现实，魔境即便消失。这时，可继续闭目念佛。

念佛时，头上假使有物在抚摩或牵制等情况，这是念佛时心往上想，以致心火上升了。发现有这种情况时，应将眼皮下垂，心向下想，那末，心便沉潜，不再浮动，火就不会上升了。切不可认为这是念佛的功夫，也不可恐惧，以为这是魔境。只要至诚摄心而念，并想自身在莲花上坐着或立着，一心想着所坐或所立的莲花，自然可以去除这些毛病了。也

可以把注意力集中在脚底下，这样，心火头火都可以不生了。

见佛很不容易，在没有得到一心以前，断不可有见佛的思想。等到得了一心，那时，心与道合，心与佛合，要见佛就立即可以见到佛，不见佛，对修证佛果也无影响了。如要急于想见到佛，以致心念纷飞，想见佛的念头固结在心中，就成了修行的大病，时间久了，多生怨家会趁这躁妄情想，现作佛身，来企图报复宿怨。由于自己心中没有正见，全体是魔气分，一见便生欢喜，从此魔入心肺，着魔发狂，虽有活佛在前，也没有救药了。

因此，只要念佛能一心，又何必预计见佛不见佛呢？一心之后，就会自己知道是非邪正。不见，固然能功夫上进，见了，更加能息心专修，决不会发生误会，只有向前胜进之益了。

（印光大师生钞节要现代语译意）

痛念无常 用心真切

人生在世，能有几时，真是象石火电光，一眨眼，便过去了。因此，应该趁现在未老未病之前，抖擞精神，把世事看清淡些，能得一日光景，就念一日的佛名；能得一时的工夫，就修一时的净业，不管它临命终时，好死恶死，我的车旅费已预先备办好了，我的前程已经稳当有把握了。

世网中人，若是能够痛念无常，用心真切的，他虽在苦乐逆顺、静闹闲忙，公私事务纷繁，迎宾待客，八面应酬交扰中，和他念佛还是两不相妨。假使有的人，念佛功夫较浅，力量稍弱，而世缘又较重，但也必须忙里偷闲，闹中取静，每日或念三万声、一万声、三千声、一千声，定为日课，不可一日放过。再如有人繁忙到了极点，没有片刻空闲，

但在每日早晨必须十念，积累日久，也有一定的功德。

念佛以外，或诵经礼拜，或忏悔发愿；种种结缘作福，随力布施，修众多善的功德，作为助行。所有极微小的善，都要回向西方。如果能这样无间断地用功，不但决定往生，而且必然增高品位。

专持“阿弥陀佛”名号，或加礼拜忏悔，这正合善导大师“专修无间”的教导。专修无间是：身须专礼阿弥陀佛，不掺杂其它礼拜；口须专称“阿弥陀佛”，不称念其他名号；意须专想“阿弥陀佛”，不掺杂其他想念。当贪瞋痴来间杂的时候，应随犯随忏，不要等到隔日隔夜，一定要使心念常在清淨之中。（元·天如大师净土或问节要。现代语译意）

念佛心的勘验

紫柏大师问僧海州：“你念佛常有间断吗？”

“合眼睡时便忘了。”海州回答说。

“合眼就忘了吗？！”大师震威一喝，说：“这样念佛念一万年也没用。从今以后，直须睡梦中念佛不断，才有出苦的希望。若是睡梦中不能念佛，忘记了，一开眼时，应该痛哭起来，直向佛前叩头流血，或念千声万声，尽自己力量便罢。这样做了二、三十次以后，自然能在大昏睡中念佛不断了。世上有很多念佛人，有的念了二、三十年，有的尽一生都在念佛，可是到了临终，却是没有用处。为什么呢？这是由于在睡梦中不曾有念佛的念头。要知道，人活着如觉，人死了如梦，所以梦中念得佛的人，临死自然心不散乱，一心往生了。

“念佛的心真不真，勘验关头，须在欢喜，烦恼中取得

证明。这时，真假的心很明显地可以辨认出来，大抵真心念佛的人，於欢喜、烦恼中，必然还是念念不间断的。因为欢喜动他不得，烦恼也动他不得。烦恼欢喜既然不能动，那末，死生境上自然不会惊怖。现在人念佛，遇到一些微小的可喜可怒景象，就把“阿弥陀佛”撇到脑后去了，怎么能得到念佛的灵验呢？如果依照我的方法念佛，真的能於爱憎关头不忘失这句“阿弥陀佛”，假使在目前日用中得不到受用，临终又不得往生，我的舌根必然破烂。”

（《紫柏老人集》节要。现代语译意）

念佛方法

念佛有各种方法，如高声念、默念、金刚持念等等，可以随各人自由选择，以能对治昏散，身心安适为准则。

高声念佛觉得太费力，默念又容易昏沉，这时可用金刚持法。那就是绵绵密密，声从唇齿间轻微出来，但又不可执定，觉费力时不妨默持，觉昏沉时不妨高声。如今念佛的人，只是手打木鱼，随口叫喊，所以得不到利益。必须句句出口入耳，声声唤醒自心。比如一人浓睡，一人叫唤他说：“××，××！”他就立即醒觉了。所以念佛最能摄心。

杂念是病，念佛是药，念佛正是为了治杂念。有的人为什么治不了呢？那是因为他念佛不亲切。当杂念起来的时候，应该立即用力加工念，便字字句句精一不二，这样，杂念自然平息下去了。

念念念佛，再没有其他杂念，这叫做一心。一心念佛，又一心修其他种种法门，这是二心。到了没有杂念的程度，还只得到事一心。现在学佛的人，就是事一心还不能得到，更谈不上理一心了。所以念佛的人，必须守志不二，不要因为三昧难成，而随意改修其他法门。