

原始佛教的念佛

佛教的修行方法非常繁雜，早在部派佛教時期，念佛的功德便受到重視，《增一阿含經》中便以念佛為十隨念之一，繫念佛的功德及相好，能除恐怖，得生諸天，也是證得涅槃的方法之一。此時的念佛是透過憶念或觀想而令心專注，並沒有口稱念佛。「南無如來」常只是弟子對佛陀單純的稱呼或皈依。

念佛與彌陀淨土

將念佛方法與往生彌陀淨土聯繫起來的最早經典，是支婁迦讖所譯的《般舟三昧經》。經中提到：若有人一心念西方阿彌陀佛，一日至七日，能見十方諸佛悉立於前。如何得生極樂世界，「阿彌陀佛報

言：欲來生者當念我名。莫有休息，則得來生。」其中「當念我名」常為彌陀淨土「持名念佛」的根據。

執持名號是口稱？還是心念？

至於《阿彌陀經》中的「執持名號」，是心念？還是稱念？多數祖師大德將之解釋為是憶念或作意。智圓的《疏》中說到：「執持名號者，執謂執受，持謂任持。信力，執受在心；念力故，任持不忘。」這是強調心念而言。也有祖師大德認為：執持為心念；口稱為表現。以口稱詮釋持名念佛的，則是唐朝善導大師為先。

三種念佛的內容

念佛的內容對象，按其歸類，也可歸為三種：

◎實相念佛：大乘佛教的實相，指稱宇宙萬有總的本相，實相念佛又稱法身念佛。這種念佛是強調：悟解佛的實相，即「理即佛」。

◎觀想念佛：觀想西方淨土依正二報諸相，是形象性的念佛，不需進一步去作哲學性的探索。

◎持名念佛：稱念阿彌陀佛的名號，包括口念、心念，或心口同念。

【參考資料】

1. 《淨土教概論》，望月信亨著，印海法師譯，台北市：嚴寬社文教基金會，2004。
2. 《淨土與禪》，印順著，台北市：正聞出版社，1992。
3. 《淨土宗教程》，魏磊著，北京市：宗教文化出版社，1996。
4. 《中國淨土宗通史》，陳揚炯著，南京市：江蘇古籍出版社，2000。