

修行之特別捷徑 | | 「念佛法門」

摘自《佛學與人生》

◆ 張有恆

一般人在接觸佛法之後，對於佛法的道理都生起羨慕的心。大多認為佛教經典非常的豐富，博大精深，在理論上、在事相上，解說周詳。同時修證的方法非常精細，而且因材施教，所以開演了八萬四千法門。不但是在宗教界裡，學術界也非常嚮往學習佛法。然而大多數人把它當作一種學術來研究，對於自己的生死大事卻疏忽了，疏忽之後苦難就在眼前，佛觀察愚癡顛倒的眾生，稱之為「可憐憫者」。吾人要想離苦得樂，唯有自覺。佛菩薩來這世間就是要幫助我們覺悟，如果自己不自覺，佛菩薩也幫不上忙，也無可奈何！

講到修行，一般人之所以會產生畏懼。乃是因為「斷惑難」。惑是迷惑，就是「見思」煩惱。「見惑」包括：「身見」、「邊見」、「戒取見」、「見取見」、「邪見」；「思惑」包括：「貪」、「瞋」、「癡」、「慢」、「疑」等煩惱。佛曾經對斷除煩惱有個比喻：「四十里截流」（流就是瀑布），譬如有四十里寬的瀑布，要用力把它阻擋住，使這個水不流，這需要很大的力量，比喻斷惑真難！而且吾人斷惑的「時間長」，在斷三界八十八品「見惑」之後，還要天上人間七次往返，才能把八十一品「思惑」斷盡，時間須「三大阿僧祇劫」。三個阿僧祇劫，這個數目字確實是天文數字（約 3×10^{47} ）。要圓滿佛果，須經歷三大阿僧祇劫，時間實在太長了。因此一般人往往在佛學學術上去鑽研，疏忽修行，這種修學等於「說食數寶」，亦即肚子餓了，說這個菜不錯，那個菜也不錯，說了半天，肚子還是空空的，這是「說食」；「數寶」，就像銀行出納，一天到晚數鈔票，都是別人的，不是自己的。我們學佛最怕走上這個道路，「說食數寶」與自己生死毫不相關。學佛一定要斷煩惱，要能「轉識成智」，這才是真功夫，也才會有效果，因此我們修行，不斷煩惱就是「說食數寶」。

一般來說，學佛需要很長的時間，才能成就，但是學佛也有捷徑。「捷徑」就是「近路」，成佛最近的一條道路。「近路」就是大乘法，大乘比小乘要快得多。在大乘佛法裡，「禪」是捷徑，但比「禪」還要快速、還要穩當的行門，那就是「念佛法門」。藉由念佛法門修行成就的人非常多，我們在《淨土聖賢錄》、《往生傳》可以看到，近代學佛人往生淨土的例子也不少，可見得這個法門實在可靠。不但歷代祖師弘揚，當年佛陀在世也特別稱讚這個法門。佛的父親淨飯王，以及他的家族許多人，都是修西方淨土的念佛法門，這些都給我們很大的啟示。

每一個人修學佛法都想有成就，而許多法門確實有它的困難處，不適合我們現前來修學，所以佛開的八萬四千法門，就是要我們選擇適合自己的一種方法來修學，這種方法能夠幫助我們斷煩惱，幫助我們得到清淨心。在一切法門裡，佛指給我們大方向：「正法時期」，修持戒律可以成就，換句話說，修戒律、禪定、淨土都能成就；「像法時期」，修持戒律很難成就，但修禪定可以成就，淨土也可以成就；「末法時期」只有修持「淨土」才能成就，這是一條修行的捷徑（Short Cut）。在淨宗法門，我們真正能一生成就的原因是：「帶業往生」，這是非常難能可貴的

事。故《大集經》云：「末法億億人修行，罕一得道，唯依念佛，得度生死。」是故在目前末法時代，念佛法門乃是最為契機的修學方法。

然而，淨土法門所以是一條特別捷徑，乃是由於其他法門，唯依「自力」，而淨土兼仗「佛力」。依「自力」故難，仗「佛力」故易，譬如搭飛機，行藉航空器，須臾即至千里，所以《十住毘婆沙論》稱念佛法門為「易行道」。所謂「佛力」，就是仰仗阿彌陀佛慈悲願力（阿彌陀佛四十八大願）：「示現佛國，宏願接引」。由於我們的煩惱習氣沒斷，是個凡夫，娑婆世界環境不好，沒有辦法修學，不能成就；佛創造一個好環境，供我們修學。好像我們在家裡讀書很難成就，佛辦個學校（「宇宙人生大學」）來幫助我們修學佛法，那就是「西方極樂世界」。有這麼好的所在，佛很慈悲，隨時歡迎我們去。西方極樂世界不在我們地球上，距離我們娑婆世界甚遠，找也找不到，但是在我們臨命終時，佛來接引，不需要我們去找，「佛力」就是幫這個忙。這對於我們來講實在是便利太多了，我們今天修行，不必用在「斷惑」上，只要全心全力用在「求往生」就行了。可是「求往生」與「斷煩惱」也有分不開的關係，能夠「斷煩惱」當然更好，品位更高；不能斷煩惱，能夠把煩惱壓住、控制住，不讓它起現行，就可以往生西方極樂世界。我們一旦到達極樂世界，所得的利益、所得的好處，實在是不可思議；《彌陀經疏鈔演義》、《彌陀經要解》，告訴我們可以一生不退成佛。淨土宗所根據的經論，有三經一論，三經即：《無量壽經》、《觀無量壽經》、《佛說阿彌陀經》，一論即《往生論》。此三經一論皆是介紹彌陀行願，及西方極樂世界之依正莊嚴，普勸行人發心皈向，求生淨土。

淨土法門除了靠「佛力」外，也要靠自力，故稱為「二力」法門。所謂「自力」有三條綱領，我們自己在這一生可以辦得到的。第一、「方便伏惑」：「伏惑」就是伏住煩惱，這是必要的條件。沒有這個條件，佛號念得再多也不行，如古人所說：「喊破喉嚨也枉然」！第二、「帶業往生」：是指帶業習種子，不帶「現行」；亦即我們煩惱雖然沒斷，但是能夠伏住煩惱，這樣便可以往生。譬如我們有貪心，含有貪的種子和習氣，貪心起作用的時候是「現行」，我們「帶業」是帶種子、帶習氣，絕不帶「現行」。所以我們平常在生活裡就要注意，不讓煩惱起現行；煩惱就是七情五欲，常常心裡生起這些念頭，佛號念得再多也是枉然。我們念佛要念到能夠把煩惱壓下去，亦即當煩惱起來時，一句阿彌陀就把它換過來，換成阿彌陀佛的正念。煩惱起來只有第一念，第二念就變成佛號，把煩惱壓下去，這才叫做念佛人，有這種本事才能帶業往生。所以我們貪、瞋、癡念頭一起來，要立刻就警覺，「不怕念起，只怕覺遲」，這一句佛號就是警覺，確確實實能把妄想、妄念控制住，這就是「功夫成片」，就能帶業往生，而且才有把握往生「凡聖同居土」。第三是：「當生成就」，念佛法門可以幫助我們在一生當中，圓滿成就佛道，以上是靠自己願意「信願持名念佛」，自己具備這個條件，佛力才幫得上忙，才能與阿彌陀佛感應道交。

大勢至菩薩在楞嚴會上告訴我們念佛法門，可以：「不假方便，自得心開」。「心開」是「理一心」不亂、明心見性；只用這一句佛號，不用其他法門，就是「一

句佛號念到底」，從伏煩惱到明心見性，就是靠「念佛」這一個方法。就事而言，「念佛法門」為一殊勝、特別、方便而究竟的法門，故不須再假藉其他方便法門，以助顯我本性也；就理而言，念佛即是念心，心佛無別，自他不二，故不需心外他佛作方便也。如印光大師所說：「一句南無阿彌陀佛，只要念得熟，成佛尚有餘裕，不學他法，又有何憾？」因此，我們「切莫念外覓方便」，不必在這一念佛之外，還要再找更方便的法門，因為那只是庸人自擾而已。

此外，念佛人須了解淨宗法門有三種殊勝的功德利益。第一、「超出三界輪迴」：凡夫出三界非常之難，就通途法門來講，見思煩惱不斷，沒有辦法出三界。淨土法門真是特別，見思煩惱沒斷，能出三界。此乃由於阿彌陀佛現前來接引，靠阿彌陀佛信願力加持，帶領我們出三界六道。第二、「了脫分段生死」：分段生死（就是壽命有「分」限，形體有「段」落）是六道裡的生死輪迴，到達西方極樂世界可以永遠擺脫六道生死輪迴。第三、「皆不退多補處」：這是指往生到西方極樂世界之後，絕不退轉，功夫每天進步。而且到了極樂世界之後，修學環境良好，多半都是和補處菩薩或等覺菩薩等諸上善人聚會一處，而且尚有無量無邊的佛來教化。這麼好的修學環境，我們要是不曉得選擇這個法門，自己要去吃苦頭、要去苦修，真是「非愚即狂」啊！

在《彌陀經》裡面最重要的內容，就是「信、願、行」。《彌陀經》經文雖然不長，蘊義非常豐富，全經的綱領首先是教我們建立信心。益大師在《彌陀經要解》裡列舉六條綱領：第一、「信自」：相信自己的自性、信自佛；第二、「信他」：相信本師釋迦如來、彌陀世尊、十方諸佛決無妄語，相信佛力；第三、「信事」；第四、「信理」；第五、「信因」；第六、「信果」。在此謹就往生三資糧——「信、願、行」分別說明如下：

1.信 | 「如聖言量，真實不虛」：相信自己本有的心性，清淨廣大，一念回心，自心本具極樂，更無疑慮（信自）；相信佛所說的話是聖言量，真實不虛（信他）；同時，我們要相信實實在在有西方極樂世界，最極清淨莊嚴。相信西方極樂世界有阿彌陀佛，今現在說法（信事）；深信十萬億佛土，並不在吾人心外，以心無外故；又深信「心作心是」，西方一切依正主伴，皆吾心之所現（信理）；此外，我們深信念佛功德不可思議，其散亂稱名，猶為成佛種子，何況一心不亂，安得不生淨土（信因）；其次相信：「念佛是因，成佛是果」，吾人念佛，決定功不唐捐（信果）。吾人具足上述之「六信」才是「真信」也。

2.願 | 「專修往生，乘願再來」：我們在娑婆世界的時間久了，與這裡的眾生都有許多密切的關係，生生世世互為眷屬，有很深的感情。我們往生西方並不是不顧他們，等我們到西方極樂世界成了佛，乘願再來才有本事幫助和我們有緣的這些眾生。我們要想成無上正等正覺，非到西方極樂世界不可。修其他的八萬四千法門，到最後還是要到西方淨土，豈不是繞了好多圈，走了很多冤枉路？這一個事實我們在《華嚴經》裡看到，普賢菩薩「十大願王」導歸極樂，說明無上正等正覺，只有在西方極樂世界完成，可見得這個法門的殊勝。所以《華嚴經》到最後導歸極樂，就是歸到《彌陀經》；《彌陀經》可以說是《大方廣佛華嚴經》的總

結論、最後的歸宿。所以我們要發願求生淨土，乘願再來，千萬不要捨不得娑婆世界，否則永遠不能成就。修學這個法門，一定要下決心把這個世間捨掉，如果還留戀這個世間，決定不能往生。因只要我們有一絲毫的留戀就不能成功，就去不了！

3.「行」|就是修行，一定要修正自己的行爲，符合西方極樂世界的標準；西方極樂世界的人沒有作惡，都是善人，而且是上善之人，上善之人心裡不會有惡念。如果我們心裡還有殺盜淫妄，還有貪瞋癡慢的念頭，仍是惡人，不是善人。極樂世界，只有善人才能去，所以一定要斷惡修善。換言之，淨宗之修行須「正助」雙修。「正行」是「持佛名號」：二六時中一句阿彌陀佛不能間斷，用這個方法來訓練自己達到「一向專念」或「功夫成片」的境界，進而達到「一心不亂」的目標。「助修」是「止惡修善」：就是要持戒，持戒的意義是「斷惡修善」，期達到「心不顛倒」的目標。

淨宗在念佛功夫的要求，就是每一聲佛號都要具足「信、願、行」這三個條件，這是修持淨土的「三資糧」，資助我們往生西方極樂世界。佛號裡真正具足信、願、行，心一定是清淨的，決定是上善之心，不會有一個惡念，自然就能與西方淨土相應。此外，修持念佛法門，一定要「一門深入，長時薰修」，印光大師在他的房間裡面，就是一尊阿彌陀佛像、一本《佛說阿彌陀經》、一個香爐、一個蒲團。除此之外，一個「死」字掛在旁邊，一天到晚看到，我快要死了，趕緊念佛，所以功夫能成就。蓮池大師說：「三藏十二部，讓予別人悟；八萬四千法門，饒與別人行」。古德常講：「但得見彌陀，何愁不開悟！」所以，一句佛號念到底，什麼都不求，只求臨命終時，阿彌陀佛來接引，於品位高下，統統不管，這樣才能夠成就，才能真正念到一心。

總之，一切佛教行門，不出禪、淨、密、律、教五大宗；而密、律、教，又可攝之於「禪」，以同屬專仗「自力」，見性成佛故；然則，一切佛法修持之要，不外禪淨二門。若比較言之，有宋永明延壽禪師《禪淨四料簡》云：「有禪無淨土，十人九磋路，陰境若現前，瞥爾隨他去；無禪有淨土，萬修萬人去，若得見彌陀，何愁不開悟。」真爲生死者，當發起「念佛求生淨土」之願，因苟一念回心，自心本具極樂，決定得生淨土！v