

五念門是《往生論》的心要(二)

● 陳木子

玄奘學術研究院教師

這智慧、慈悲、方便三者，即是無上菩提心，是成佛的基本因素和必要條件，與《觀經》、《大般若經》所說三種心，含義相同。假如修五念門，僅知念佛、拜佛、作願、觀察，而沒有智慧、慈悲、方便迴向，則不能遠離三種與菩提相違的法，當然會產生障礙菩提大道。大菩提心不成，不僅不可能成佛，往生淨土亦是不容易，行者當慎思之。

七、順菩提門。菩薩遠離三種相違菩提門法，得三種隨順大乘菩提門法——無染清淨心、安清淨心、樂清淨心，三種皆名清淨心，即是《大智度論》所說的空性。這正說明心清淨才能生淨土，圓證「法身德、般若德、解脫德」，為成佛的共同大道，是名大乘菩提門。

(一) 無染清淨心。菩提是無染清淨處，依智慧門破除我見

我執，「遠離我心貪著自身」，得無染清淨心。因為沒有我見我執，則一切煩惱不起，其心清淨。唯僅是無我無染，只得自身清淨，這只是二乘菩提，必須再依人法空的般若智慧，斷我法二執，證得我法二空，一心二門，能行菩薩道，攝取一切眾生，同生安樂國，同成佛道。這才是大乘菩提，才是《往生論》所說的無染清淨心，即是隨順大乘菩提門。

(二) 安清淨心。菩提是安穩一切眾生清淨處，若不發願救度一切眾生離生死苦，即是與菩提相違。依慈悲門拔除生死苦，給予一切眾生安樂，名為安清淨心，這種大慈悲心，即是順大乘菩提門法。

(三) 樂清淨心。菩提是畢竟常樂處，若不發願給予一切眾生畢竟常樂，則違菩提。依方

便門不為自身求安樂，但願眾生得成佛，即名為樂清淨心。這種樂清淨心是欲令一切眾生同得大乘菩提覺法樂，同得生西方安樂國，無有眾苦，但受諸樂，不變不失，安住大般涅槃，具足常樂我淨，自在清淨的真實功德樂。這才是《往生論》所說的順大乘菩提門法。

八、名義攝對。《往生論》說「智慧、慈悲、方便三種門，攝取般若，般若攝取方便」、「無染清淨心、安清淨心、樂清淨心，此三種心略一處成就妙樂勝真心」。智慧、慈悲、方便三種門，總攝為般若與方便，也就是權實二智、一心二門、真俗二諦，為自性清淨心的體與用。方便即是善巧妙用，《往生論》稱為「巧方便迴向」，是從般若而來，故為般若之妙用。

菩薩遠離三種菩提障，成就無染清淨心、安清淨心、樂清淨心，歸納作一處來說，就是「妙樂勝真心」。因為菩薩是緣佛的名號、相好、功德而生，故

稱為「妙好」；極樂世界是無有眾苦，但受諸樂，故稱為「妙樂」；極樂世界超過三界中的一切樂受，故是「超勝」；不同三界所有五欲、三禪樂，皆是虛幻顛倒，故是「真實」。成就「妙樂勝真心」就是成就實相無相之涅槃妙心，禪宗諸祖相傳亦是傳此心，所修亦是修此心。由此，我們就可以知道淨中有禪，禪中有淨，即禪即淨，即淨即禪。

九、願事成就：願事成就者，為能生淨土，隨意自在等成就。修行五念法門能成就四種清淨心，即是智慧心、方便心、無障心、勝真心，此四種清淨心在我們一念心中具足，故能生淨土。《觀經》云「是心作佛，是心是佛」，正是「一清淨一切清淨。」信解淨土法門是易行道，隨順修五念法門，所生功德力，能往生清淨佛土，出沒自在。因為禮拜門成就身業功德、讚歎門成就口業功德、作願門成就意業功德、觀察門成就智慧功德、迴向門成就方便智業功德。修五念

門的功德和合成就隨意自在業，能得隨意出沒自在業成就。能成就五念門，必得往生安樂國，生則不退，究竟一生補處，能同佛一樣的自在。

十、利行滿足：利行滿足者，是說禮拜、讚歎、作願、觀察、迴向五念門，漸次修行，淨業行者能成就入出隨意自在，自利（入）利他（出）圓滿具足。漸次者是循序漸進，先入後出的次第，這樣便可成就五種自利利他的功德；亦稱五果門，一者近門，二者大會眾門，三者宅門，四者屋門，五者園林遊戲地門。前四種是成就入功德門，第五門是成就出功德門。

成就了入出五種功德門（五果門），示現入出次第相，入相中，以身業禮拜阿彌陀佛，即是禮敬諸佛，導歸極樂，信願往生淨土，面見彌陀，聞法授記，初至淨土，入大乘正定聚，近於阿彌陀佛、諸上善人及阿耨多羅三藐三菩提，是為第一門相——近門。入淨土已，以清淨三業念佛

讚佛時，觀想阿彌陀佛的光明智相，能令極樂世界功德莊嚴，於自心中顯現，起信樂心，即得生淨土，進入彌陀說法的大會眾數（內），聞法樂，受持奉行，是為第二門相——大會眾門。入眾數已，當至修行安心之宅，以一心作願，往生彼國，修奢摩他寂靜三昧，極樂莊嚴，安心居住其中，是為第三門相——宅門。入宅門已，在安樂淨土，無有眾苦，但受諸樂，當修行毗婆舍那，止觀雙運，彼國微妙之境，與心相契，如居華麗屋宇，朗然於屋內設備，受用種種法樂，是為第四門相——屋門。修行成就已，得清淨處，身心安樂，修行自利功德一切成就，三身、四智、五眼、六通、十力，不可思議一切功德，皆悉成就，即不違本願，以慈悲心迴入娑婆及十方世界，以種種不思議方便度化眾生，以利他成就自利，入煩惱園生死林中，遊戲神通，度化一切眾生，名為教化地，是菩薩自娛樂地，故為出門，為第五門相

——園林遊戲地門。

菩薩修行五念門應先入後出，即是先成就自利功德名為入，然後成就利他功德名為出，也就是「先自度而後度人」，為千古不易的道理，龍樹菩薩在《大智度論》中亦說：「不能自度而能度人者，無有是處。」這次第譬如要下海救人，必須自己已懂游泳技術，否則，自他俱沉，毫無意義。

伍、五念門的實踐

五念門要在日常生活中實踐，長時薰修，成為習慣，始為修行，始能成就功德。淨土法門是易行道，故其行法不難。茲簡述筆者對於五念門的實踐，以供大家參考。這不是要炫耀筆者修行的認真精進，而是為了提供初學者的善意參考，以利修行。修行者是要有三輪體空、三解脫門，和無四相無四見的正見，這是我們所應知者。

一、禮拜門。每天早晚課

以身業禮拜阿彌陀佛，尤其晚課時稱念一句佛號，頂禮拜一下，如是拜四十八拜。禮拜時亦可同時觀想一佛入我心中，我在禮拜一佛，進一步觀想無量佛入我心中，我心出無量我，無量我禮拜無量佛，這是「他人我入」的禮敬諸佛，又須對一切眾生要如同對諸佛菩薩一樣的禮敬，因為一切眾生都是未來佛，這是禮敬諸佛在日常生活中的應用。

二、讚歎門。每天早晚課時以口業稱念阿彌陀佛名號，讚歎阿彌陀佛，配合十善業道，默念一善即盡一口氣的念佛，如是十念念佛。走路或爬階梯時，或登山時，默念「阿彌陀佛」四字洪名，即是每走一步默念二字，走二步默念一句。走路或運動時，一定要是默念，才不會傷到氣。晚課時，如前禮拜門所述，稱念一句佛號，頂禮拜一下，如是稱念四十八念，亦是禮拜四十八拜；又稱念讚佛偈云：「阿彌陀佛身金色，相好光明無等倫，白毫宛轉五須彌，紺目澄

清四大海，光中化佛無數億，化菩薩眾亦無邊，四十八願度眾生，九品咸令登彼岸。」每晚就寢躺在床上，先默念十句阿彌陀佛，並且觀想在佛光注照之下入睡，早晨醒來亦先默念十句阿彌陀佛，並同樣觀想佛光注照，然後才下床，這樣可使佛號日夜繫念不斷。

三、作願門。即發菩提心，持戒念佛，求生淨土。每天早晚課時，發四弘誓願：「眾生無邊誓願度，煩惱無盡誓願斷，法門無量誓願學，佛道無上誓願成。」早課讀誦《阿彌陀經》，經中略述西方極樂世界依正二報莊嚴功德及諸佛護念，可增強求生淨土之信願行，堅定往生目標，既有明確目標，可止息妄念，斷惡修善。

四、觀察門。觀察即是觀想，每天早課讀誦《阿彌陀經》，依文起觀，觀想西方極樂世界依正二報莊嚴功德成就。又於禪坐時依「五念門」之觀察門，觀想西方極樂世界的國土、

教主、大菩薩等三種莊嚴功德成就，由是觀想可在心中產生光明智慧，破除心中之無明黑闇。或可收集古今西方極樂世界圖，以利觀想。

五、迴向門。筆者是在娑婆世界修行的凡夫，雖然未有功德成就，但是仍然應當隨緣、隨分、隨力的迴向眾生，例如將早晚課的功德迴向一切眾生，認養越南貧童，長期捐助大願興學計劃，及老人安養村，在佛學院及精舍義務講經等，這就是實踐將自己的能力、功德迴向於眾生，唯應三輪體空，不可著相，才能與空性相應。

陸、結 論

五念門為淨土宗修行的五種法門，是《往生論》的心要。前面四門是自利，是向上進修，入安樂淨土，圓滿自利功德成就；第五門是出安樂淨土，示現應化身，迴入娑婆及十方世界度化眾生，圓滿利他功德成就。如同

《法華經觀世音菩薩普門品》所說，觀世音菩薩三十二應化身，遊戲神通，慈悲度化，如是成就了五種功德相（五果門）——一者近門，二者大會眾門，三者宅門，四者屋門，五者園林遊戲地門，這樣的人出隨意自在，自利利他的功德，一切功德圓滿，速成無上正等正覺。

修行五念門所應注意者，是應以智慧、慈悲、方便的大乘菩提心，遠離與大乘菩提心及五念門相違的三法，即遠離我心貪著自身、遠離無安眾生心、遠離供養恭敬自身心。因遠離與大乘菩提相違法，可得隨順無染清淨心、安清淨心、樂清淨心三種大乘菩提門法。這也正說明了「心淨則佛土淨」、「水清月現，心淨佛現」的道理，心清淨西方極樂淨土才能現前，乃至蓮華化生、成就佛道。

淨土法門是易行道，在戒定慧三無漏學的基礎上，如能在道場與大眾共修，當然最好。如果不能共修，也可以參考本文的

實踐方式，設計規劃一套適合自己修行的五念法門，例如每天早晚有十分鐘至半小時的定課是必要的，其餘則是散課。請注意不要干擾鄰居和家人，又如果能再加修二、三十分鐘的禪坐，則是禪淨雙修了。將五念門融入生活，不影響工作，不干擾他人，如此養成習慣，長時薰修，生活即是修行，修行即是生活。《無量壽經》彌陀四十八大願其中的第十八願「十念必生願」，第二十九願「住正定聚願」，與第三十五願「一生補處願」，說明依靠阿彌陀佛因地本願力和果地威神力，合自力信願行，持戒念佛，求生淨土，勤修五念門，更有十方諸佛護念，定可成就淨業，不需三大阿僧祇劫，只此一生便可圓成佛道，自度度人。淨業行者當堅信莫疑，信受奉行，共成佛道。☉（全文完）