

# 《念佛止觀修學法要》

○將述此義，大科分四：

甲一、總標念佛法要

甲二、別明止觀體性

甲三、念佛止觀方法

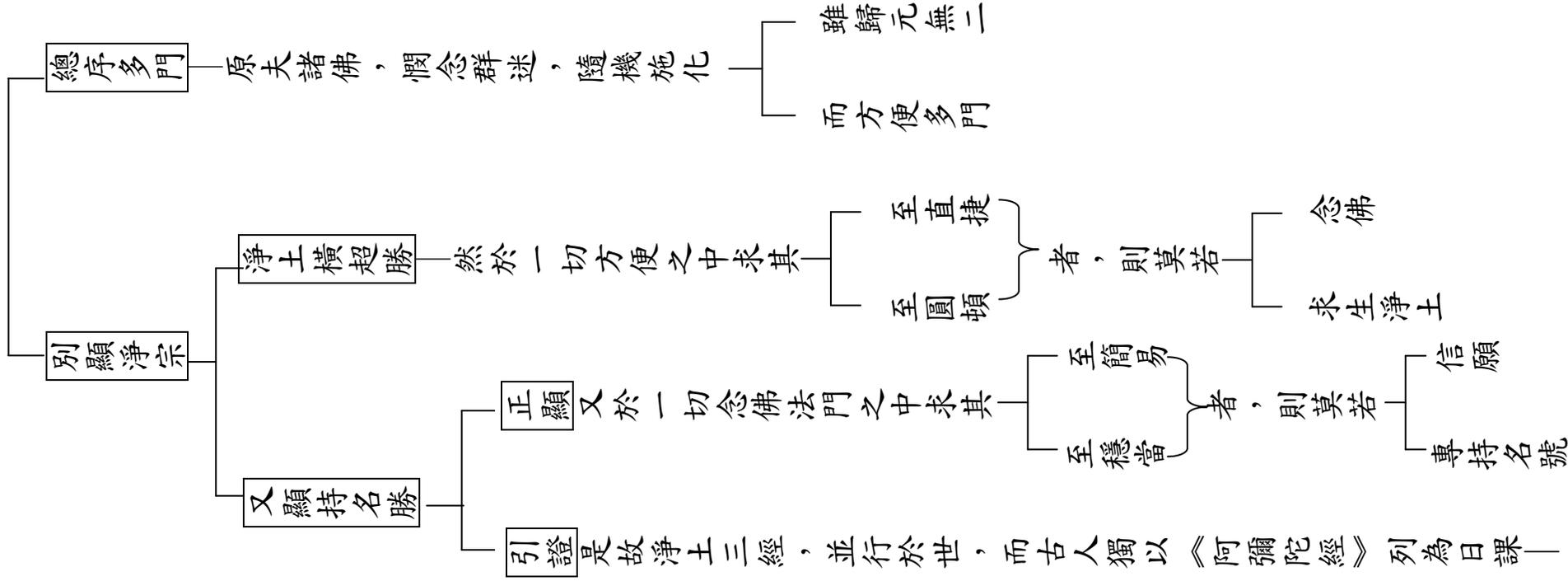
甲四、結示勸修

今初

## 甲一、總標念佛法要<sup>二</sup>

### 乙一、明念佛超勝

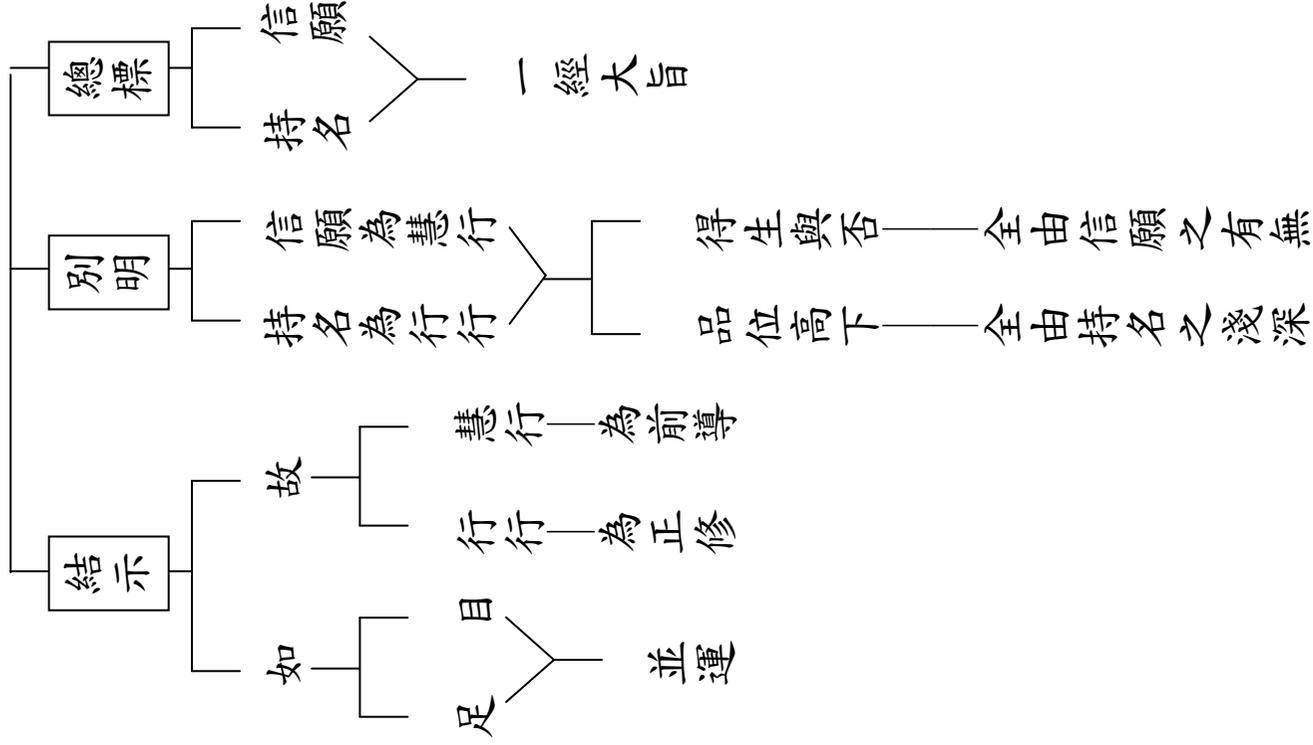
原夫諸佛，憫念群迷，隨機施化，雖歸元無二，而方便多門。然於一切方便之中，求其至直捷、至圓頓者，則莫若念佛求生淨土。又於一切念佛法門之中，求其至簡易、至穩當者，則莫若信願專持名號。是故淨土三經，並行於世，而古人獨以《阿彌陀經》列為日課，豈非有見於「持名」一法，普被三根，攝事理以無遺，統宗教而無外，尤為不可思議也哉！



— 豈非有見於「持名」一法 — 普被三根  
攝事理以無遺  
統宗教而無外 — 尤為不可思議也哉！

## 乙二、示念佛方法

信願持名，一經大旨。信願為慧行，持名為行行。得生與否，全由信願之有無；品位高下，全由持名之淺深。故慧行為前導，行行為正修，如目足並運。



甲二、別明止觀體性 分二：初、止的體性。二、觀的體性。 今初

## 乙一、止的體性

「以善緣心，心一境性，諸三摩地，悉皆攝為奢摩他品。」

— 《菩提道次第略論》 —

「獨處空閒，作意思惟，復即於此能思惟心，內心相續作意思惟，如是正行多安住故，起身輕安，及心輕安，是名奢摩他品。」

— 《解深密經》 —

## 乙二、觀的體性

「又凡揀擇如所有性，盡所有性，諸善妙慧，悉皆攝為毘鉢舍那品。」

— 《菩提道次第廣論》 —

「彼由獲得身心輕安為所依止故，即於如所善思惟法內，三摩地所行影像、觀察、勝解、捨離心相。即於如是三摩地影像所知義中，能正思擇、最極思擇、周徧尋思、周徧伺察、若忍若樂若慧若見若觀，是名毘鉢舍那。」

— 《解深密經》 —

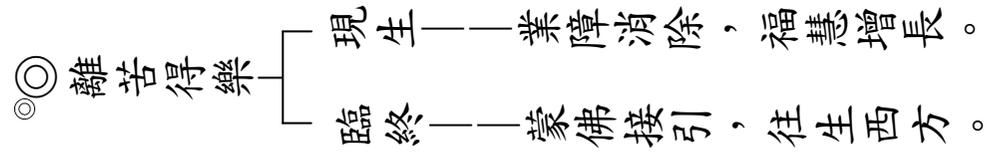
甲三、正示念佛止觀方法

分二：初、道前基礎。二、正修止觀

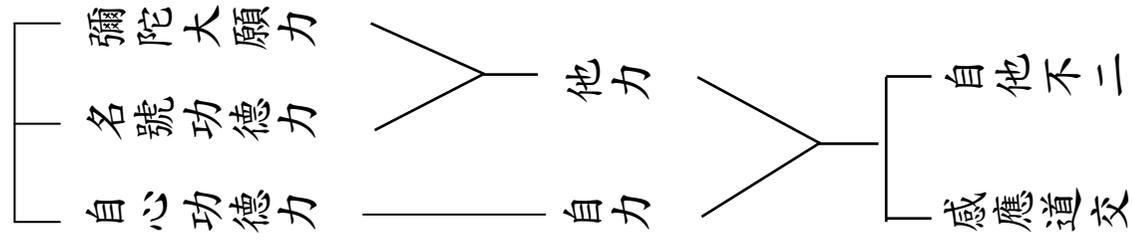
今初。

乙一、道前基礎

丙一、確認修行目標



丙二、建立真實信心

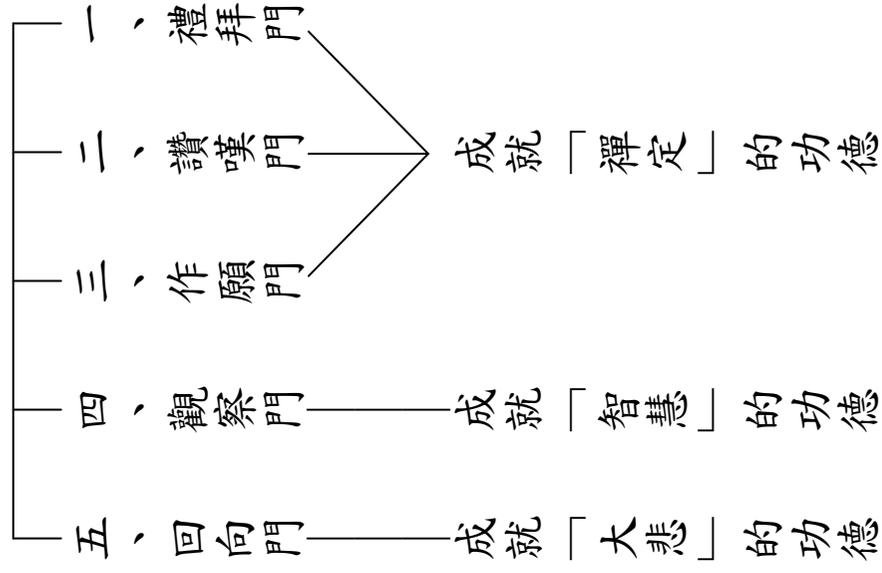


乙二、正修止觀<sup>三</sup>

初、總標

二、別明

丙一、總標



## 丙二、別明<sup>三</sup>

### 丁一、成就禪定功德<sup>三</sup>

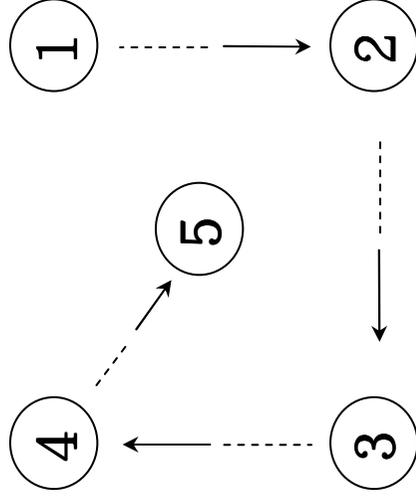
#### 戊一、成就彌陀正念

楞嚴經大勢至菩薩說：「都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。」念佛時，心中要念得清清楚楚，口中要念得清清楚楚，耳中要聽得清清楚楚。意舌耳三根，一一攝於佛號，則眼也不會東張西望，鼻也不會嗅別種氣味，身也不會懶惰懈怠，名為都攝六根。都攝六根而念，雖不能全無妄念，較彼不攝者，則心中清靜多矣，故名淨念。淨念若能常常相繼，無有間斷，自可心歸一處，淺之則得一心，深之則得三昧。

——印光大師——

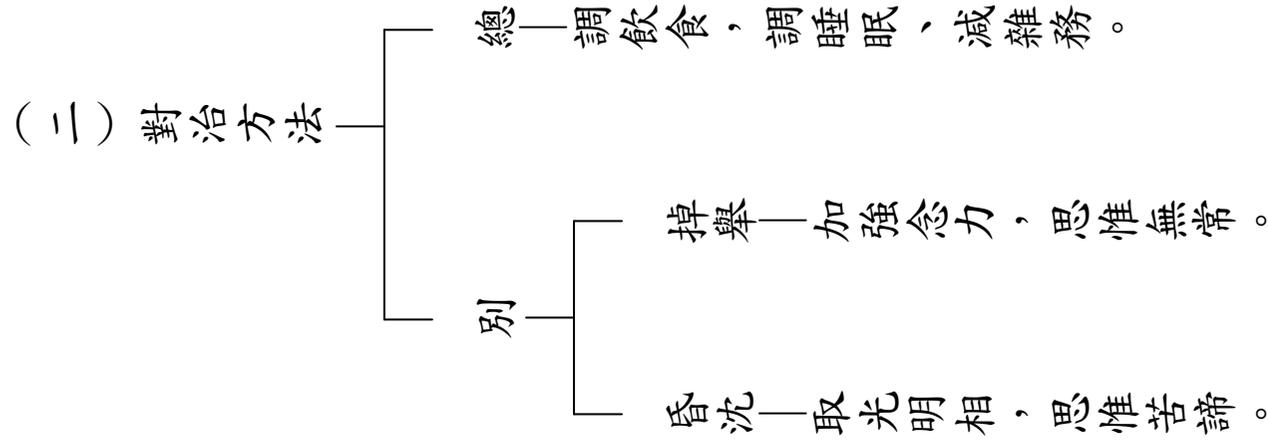
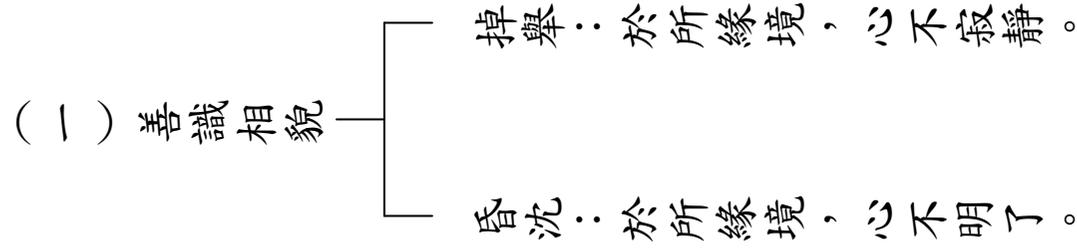
- 一、專注力——「都攝六根」——一句彌陀念誦聽。
- 二、相續力——「淨念相繼」——十句成片三三四。

◎靜坐五點記數法：



- 一、安置地上，令心下沉。
- 二、所緣行相，清楚分明。
- 三、寧可少念，不可草率。
- 四、先求記數，再入圓融。

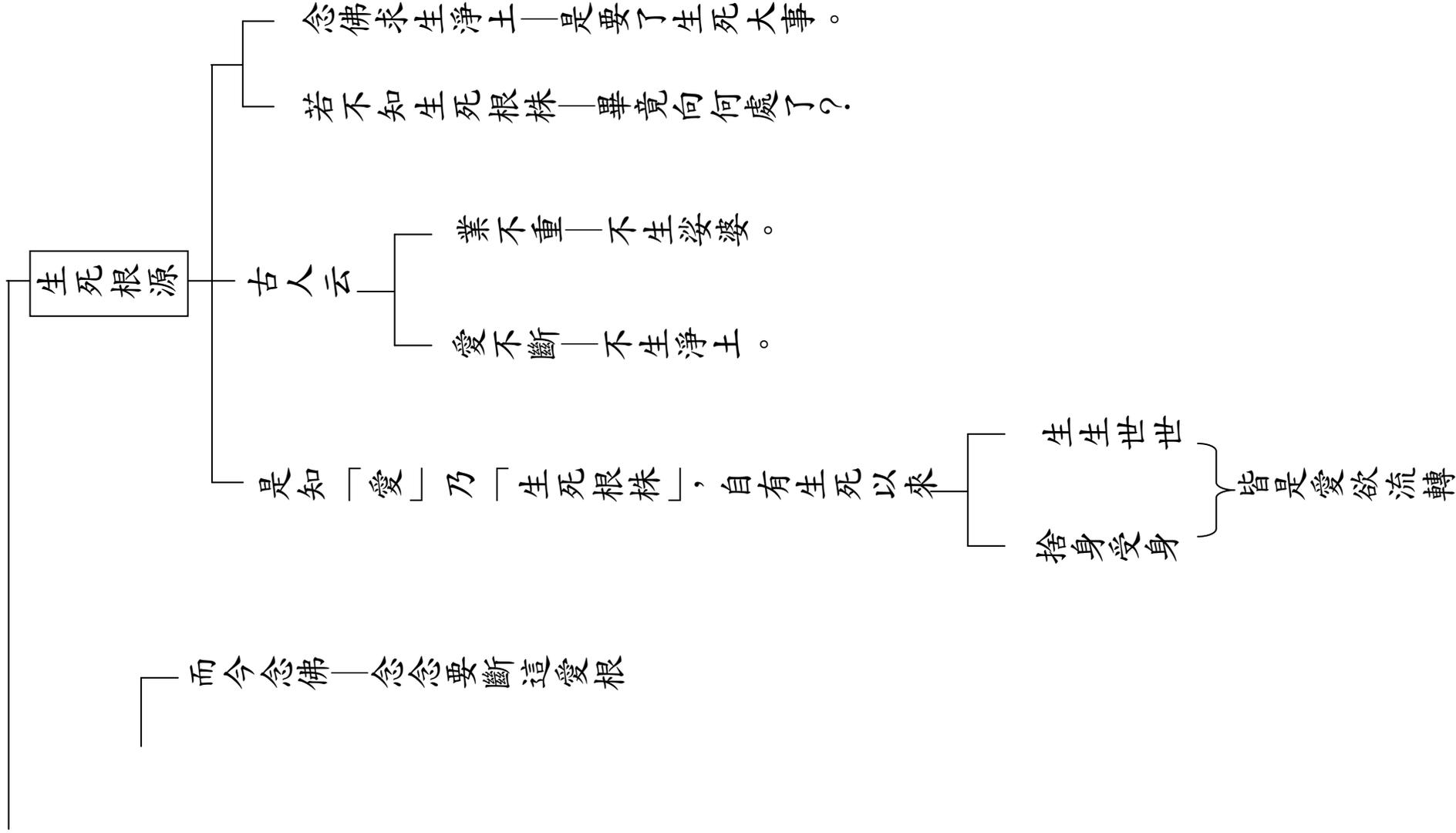
## 戊二、對治昏沈掉舉



——糅合《菩提道次第廣論》——

戊一、明修觀之重要

念佛求生淨土，是要了生死大事，若不知生死根株，畢竟向何處了？古人云：「業不重不生娑婆，愛不斷不生淨土。」是知愛乃生死根株，自有生死以來，生生世世，捨身受身，皆是愛欲流轉。而今念佛，念念要斷這愛根，即日用現前，在家念佛，眼見兒女子孫，家緣財產，無一不愛，則無一事一念不是生死活計。正念佛時，心中愛根未曾一念放得下，如此佛只聽念，愛只聽長。且如兒女之情現前時，回光看這聲佛，果能敵得這愛麼？果能斷得這愛麼？若斷不得這愛，畢竟如何了得生死？以愛緣多生習熟，念佛才發心甚生疏，又不切實，因此不得力。若目前愛境主張不得，則臨命終時，只見生死愛根現前，畢竟主張不得。故勸念佛人，第一要為生死心切，要斷生死心切，要在生死根上念念斬斷，則念念是了生死時也！



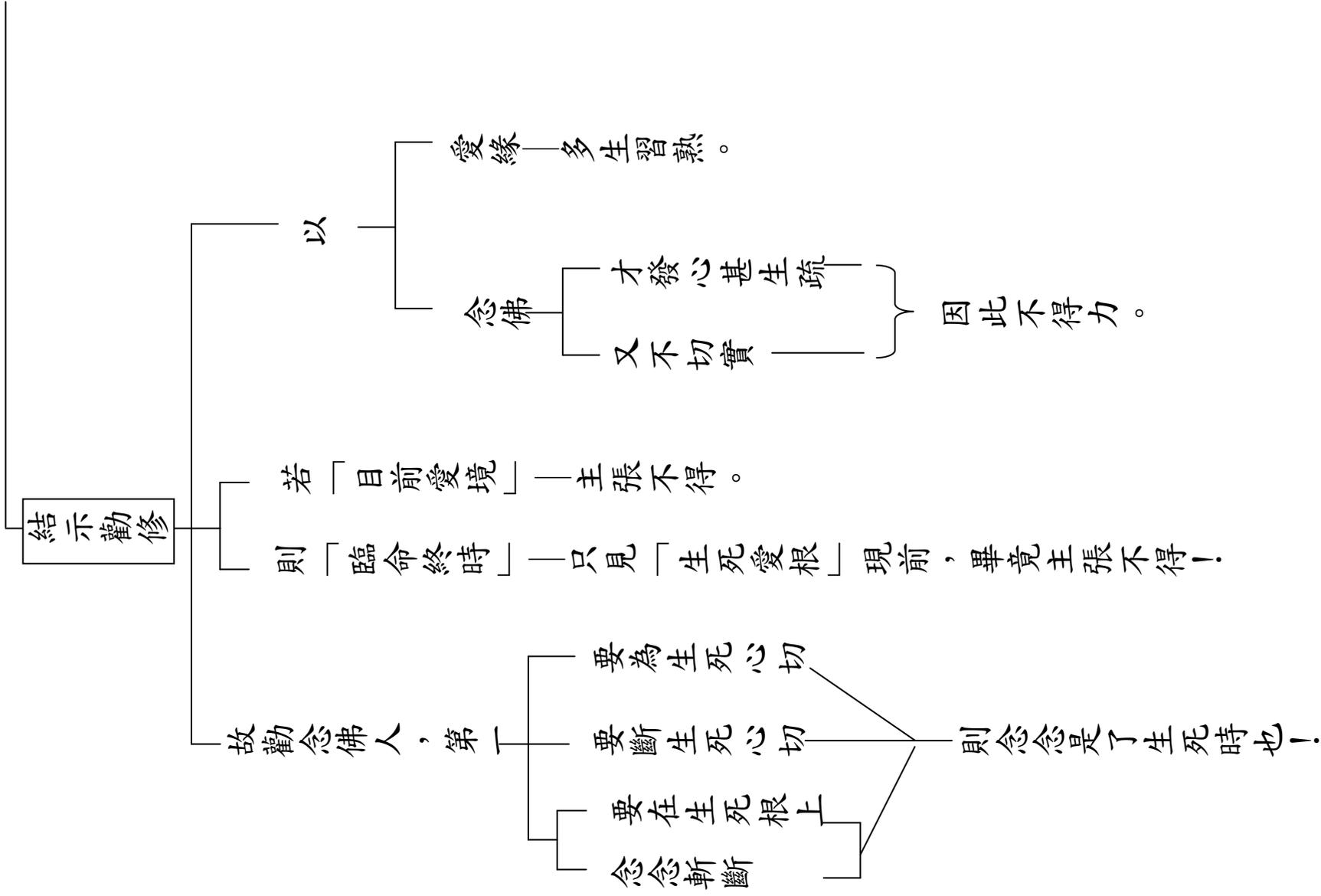
對治方法

即日用現前，在家念佛，眼見  
兒女子孫  
家緣財產  
無一不愛

則無  
一事  
一念  
不是「生死活計」

正念佛時，心中愛根未曾一念放得下，如此  
佛只聽念。  
愛只聽長。

且如兒女之情現前時，回光看這聲佛  
果能敵得這愛麼？  
果能斷得這愛麼？  
若斷不得這愛  
畢竟如何了得生死？



戊二、示修觀之方法<sup>二</sup>

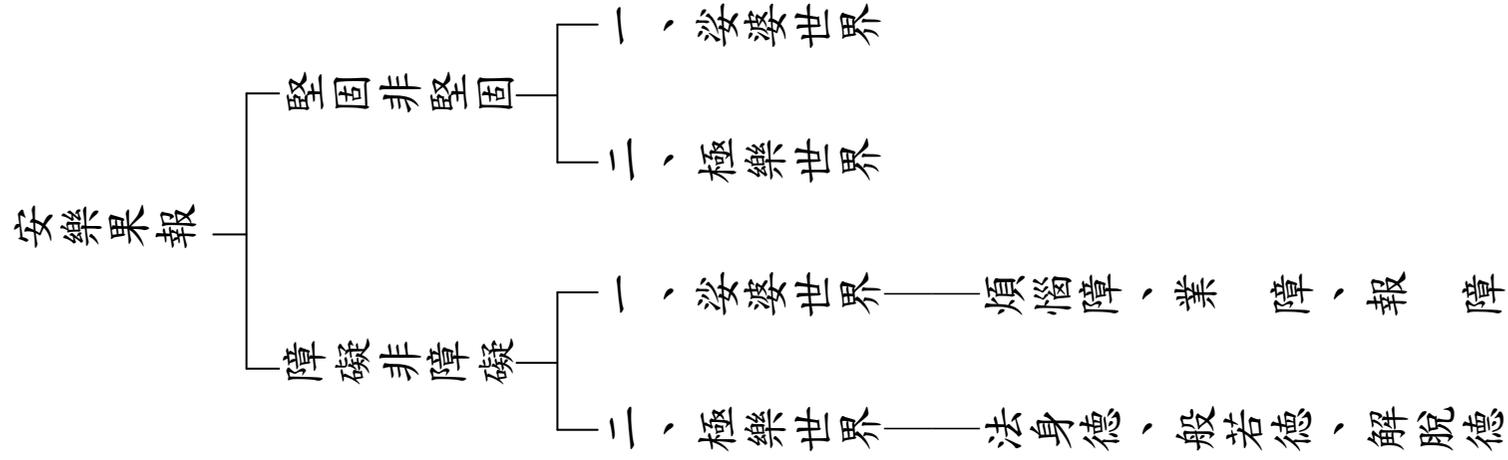
己一、真如觀

心空如太空 豁然無所住

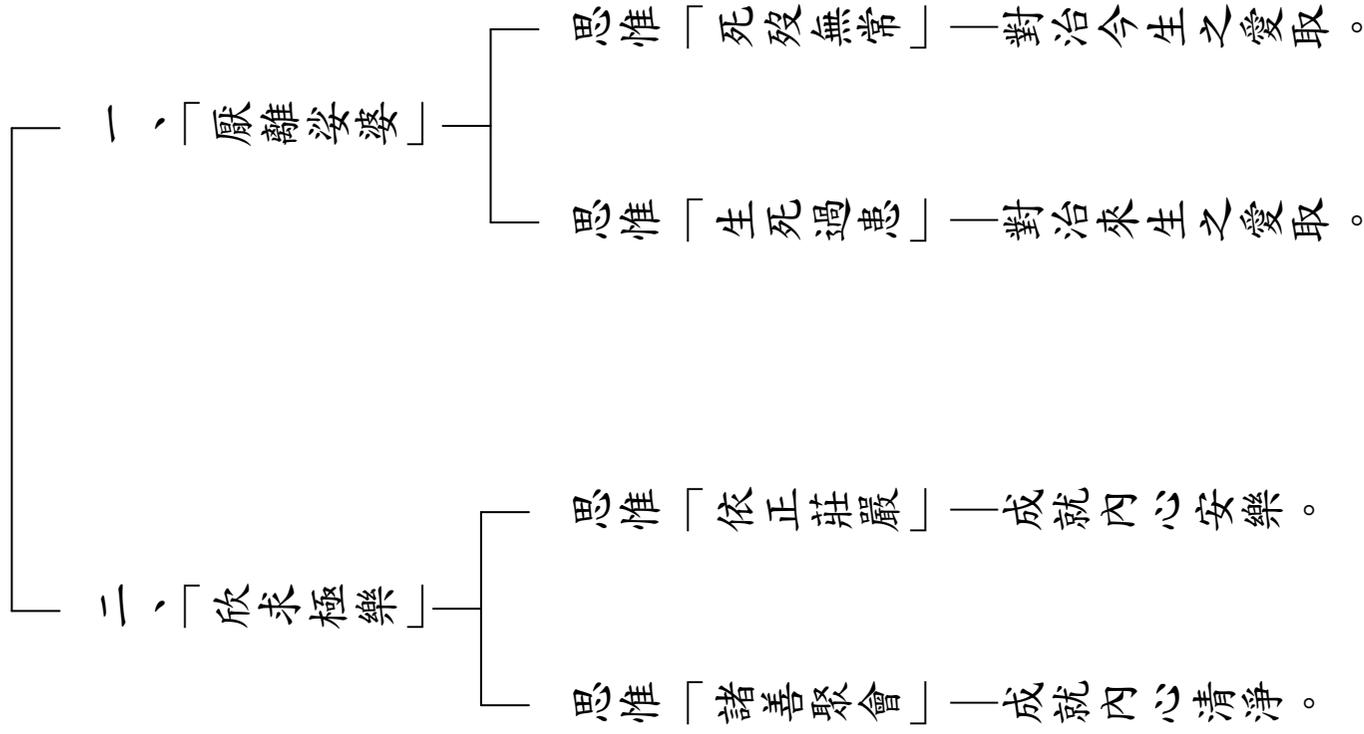
一真法界中 寂照常安住

己二、因緣觀

庚一、總相觀



庚二·別相觀



### 丁三、成就大悲的功德<sup>三</sup>

#### 戊一、明修大悲之重要

譬如曠野沙磧之中，有大樹王，若根得水，枝葉華果悉皆繁茂。

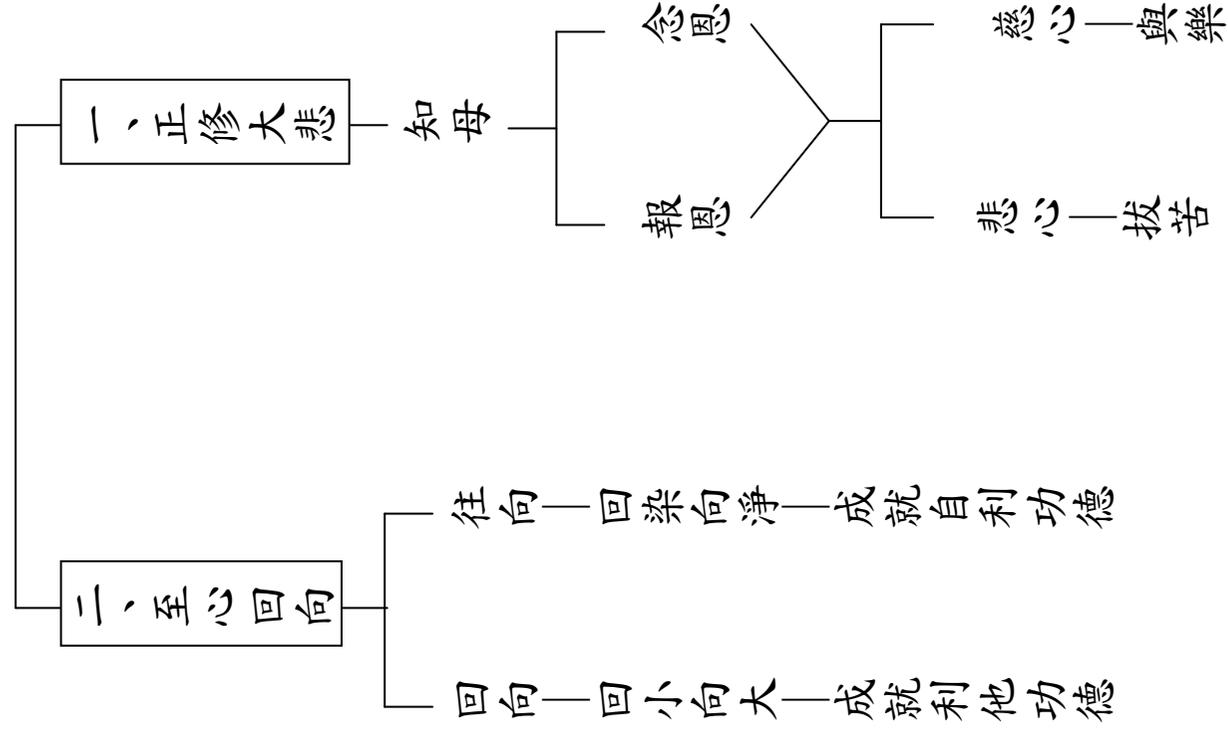
生死曠野菩提樹王，亦復如是。一切眾生而為樹根，諸佛菩薩而為華果，以

大悲水饒益眾生，則能成就諸佛菩薩智慧華果。何以故？若諸菩薩，以大悲水饒

益眾生，則能成就阿耨多羅三藐三菩提故。

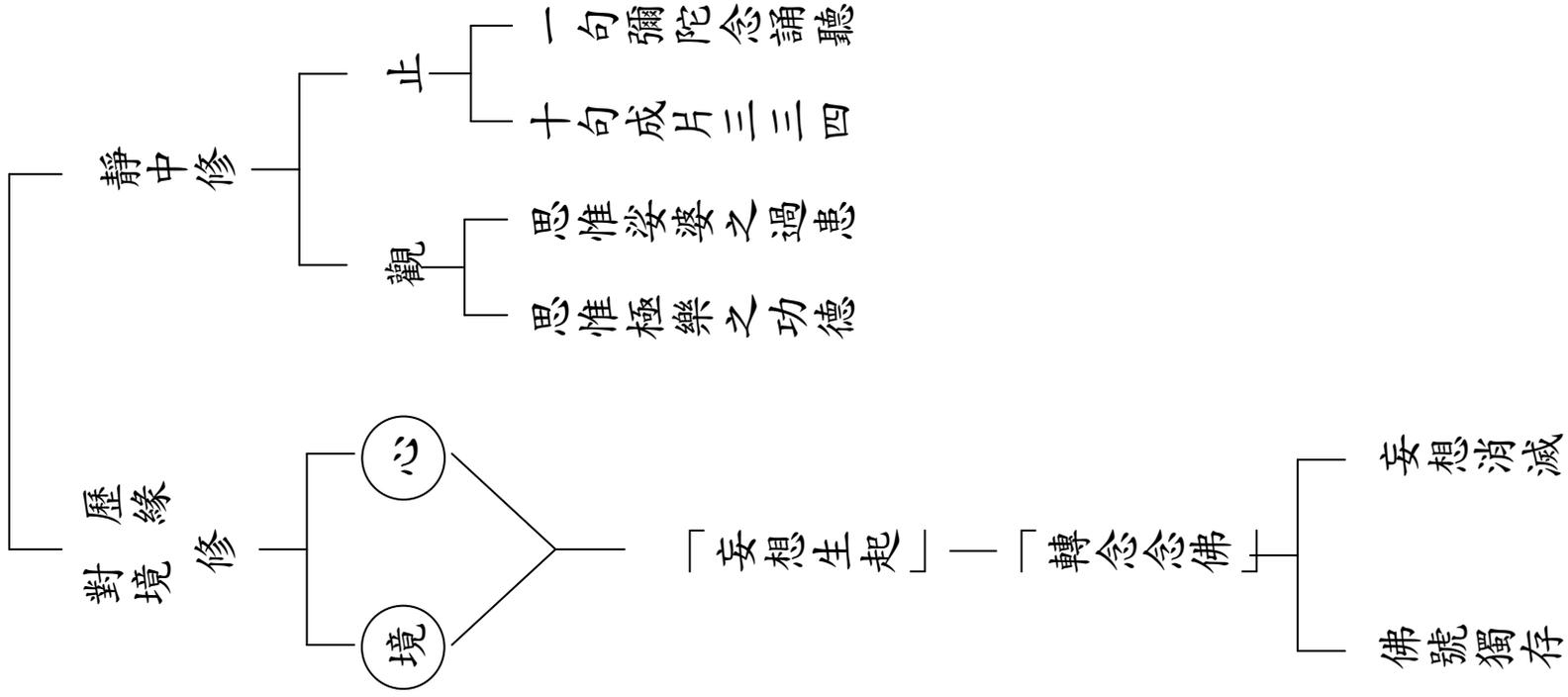
是故菩提屬於眾生，若無眾生，一切菩薩終不能成無上正覺。

## 戊二、明修大悲之方法



甲四、結示勸修<sup>三</sup>

乙一、結示法要



— 糅合 《修習止觀坐禪法要》 —

## 乙二、舉頌勸修

漸漸雞皮鶴髮 看看行步龍鍾

假饒金玉滿堂 豈免衰殘老病

任汝千般快樂 無常終是到來

唯有徑路修行 但念阿彌陀佛

——善導大師——

——《念佛止觀修學法要》講表竟——