



# 淨法概

## 第四章 持名念佛

### 第一節 實相觀想持名三者之比較

念佛並不是專指口念，心念也算是念佛，所以念佛法中，除持名念之外，尚有實相念和觀想念各法。實相念即是入第一義心，觀佛法身實相，此其所得的三昧，是真如三昧，亦名一行三昧。這一法門，本屬於禪，但禪心所顯的境界，便是淨土，故亦攝於淨土法中。此法非上上根器，不能悟入，故中下兩根，便不能普被，所以在淨土法中，很少有人提倡，而歸禪門去提倡。其次即是觀想念，這是依照觀無量壽經中，對於阿彌陀佛極樂國的依正尊嚴，作十六種觀法，觀行若得純熟，則開目閉目，無非極樂，立可轉娑婆為淨土，不俟命終，即身便遊樂國，功效之大，匪可言喻，此其所得的三昧，是般舟三昧，亦名佛立三昧。惟是觀法微細深玄，有五種難成：一者，根鈍則難成。二者，心粗則難成。三者，無善巧方便則難成。四者，認識不深刻則難成。五者，精力不及則難成。若要根利，心細，聰巧，再加上印象深刻，精神強旺，這就萬不得已了，所以也不能普及，也是難行門。再次即是持名念了，持名念比較上述二種念法，容易得多，不論上中下根，但使能念，無不成功，念到一心不亂，便得三昧，此其所得的三昧，是念佛三昧。持名念佛一法，經過二千年來，佛門大德，不斷提倡和實行的結果，已成為最普遍而深入民間的佛法。就因為它有修必成，及三根普被，利鈍全收的緣故，所以其所度脫的人數，也遠非各宗所能望其項背，可以說佔有佛法以來，得度總人數百分之七八十以上，所以若單就數量一項來計算，已足使各宗都黯然無色。其實它所含道理的博大精深，不特較諸各宗，絕無遜色，並且各宗所有的精髓，竟無不包羅在內，實具有集各宗之大成之汪然氣度。此所以論效果，論學理，論難易，確都卓然獨步，無與比肩；於此可知世人瞧不起念佛法門，謂為係愚夫愚婦之所修者，此人之自身，即係一十足之愚夫愚婦，對於念佛法門裏，所含有的原理，可以說是毫無認識，假使他是真有認識的話，那他對於淨土這一方便法門，自然會佩服到五體投地，恐怕就是殺他的頭，也要念呢。

### 第二節 各種持名方法

所謂念佛或執持名號，即是念「南無阿彌陀佛」或「阿彌陀佛」之謂。這六個字，是由印度文譯音而來，若譯義，則南無是敬禮或皈依，阿是無，彌陀是量，佛是覺者，所以將這六字合起來，就是敬禮無量覺者之意。這一尊阿彌陀佛，便是極樂國的教主，他曾發過：誰念我名號，此人命

# 述 (續七)

# 方偏

終時，便來接引往生我國之願，這便是後人稱念佛號之所根據。彌陀經裏說過：「彼佛壽命，及其人民，無量無邊阿僧祇劫，故名阿彌陀」。所以也有人稱他為無量壽佛，念佛號時便也念：「南無無量壽佛」。這原無不可。不過稱無量壽，則無量二字，便僅限於壽命，其範圍和意義，便被限制了，所以不如稱「南無阿彌陀佛」，把壽字除掉，較為廣闊合理。考這一尊佛，除壽命無量外，其他如光明，尊嚴，慈悲，功德，神通，智慧等，皆是無可稱量的，決不可僅指明某一項，而把其餘各項的意義，完全都抹煞，此所以稱他為「無量壽」便不如稱他為「阿彌陀」了。

爲了要適應念佛時的環境和心境起見，爲了要適合念佛人的根器起見，所以念法便有種種不同，每一種方法，都有它的作用，有它的特長，行人念佛時，可以自己選擇下列合宜之方法，加以實行。若是念了些時，覺得此種方法，又不能鎮定當時的心境時，便可以再換一種念法，如是一換再換，八換十換，均無不可，只要這一刻能定心掃除妄念的，便是這一刻的好方法。譬如醫病，但醫得病好的，便是對症良藥，衆生妄念是病，佛號是藥，能除痼病，便是妙藥。持名一法，原爲淨土修行途徑之中堅，因其重要，故特將各種念法分別詳述於左。

### (一) 高聲念

念時聲音洪大，把全身之精力，都貫注在一句佛號上，大有音若金石，聲滿天地之慨。此種方法，雖然稍嫌耗氣喉啞，不能持久，但是它能對治昏沉懈怠，驅除相續的雜念。行者念佛時，若昏昏欲睡，或想入非非時，猛一提起精神，高聲朗念，頓覺頭腦清醒，正念恢復，仍舊有無窮活力，強大作用，並且會使聞聲之旁人，亦生起念佛之心。昔永明禪師，在杭州南屏山頂念佛時，山下行人，覺其聲音如天樂鳴空，高朗嘹亮，所用的就是這種念法。

### (二) 默念

念時自外表看來，只見動唇，並不出聲，雖是不出聲，但「南無阿彌陀佛」六字，在行者心識中，還是清清楚楚，明明白白，爲了清楚明白之故，所以心不走失，正念得凝成一片，故其效力，並不減於有聲。這一種念法，可用之於臥時，病時，沐浴如廁時，或不便出聲之旅次，及公共場所。

### (三) 金剛念

念時聲音不大也不小，甚爲中和；行者一面念，一面用耳聽，不論四字念，或六字念，但能一字字聽得分明，不走失，自然心定。此種念法，

效力至大，故以金剛喻之，蓋金喻其密，密則不為外境所滲入，剛喻其堅，堅則雜念無不破，在各種念佛方法中，獨此最為常用。

(四) 覺照念

念時一面稱佛名號，一面迴光返照自性，所以眼前虛靈超拔，但覺我心佛心，我身佛身，凝成一片，光突突，圓陀陀，境界遼闊，充塞十方，所有山河大地，房舍器具，一時頓失所在，乃至自己四大假身，亦不知落在何處，如此則報身未謝，已證寂光，佛號初宜，便入三昧，以凡夫身，預佛境界，無有較此更捷者；可惜非上上根人，不能領悟實行，故度機較狹。

(五) 觀想念

念時一面稱佛名號，一面觀想佛身相好尊嚴，卓立我前，或手摩我頭，或衣覆我體，或再觀想觀音勢至，侍立佛旁，諸聖賢眾，圍繞於我，或者觀想極樂國金地寶池，花開鳥鳴，寶樹羅網，光輝嚴麗，如觀想真切，即身便可遊於極樂國土，如不真切，亦可作為念佛之助緣，使淨業易於成辦。倘久觀令熟，平時已在心目中，存留甚深印象，一旦報體衰謝，此方塵緣，不復牽累，則極樂勝景，便一齊現前了。

(六) 追頂念

念時用上面金剛念法，但將字與字之間，以及句與句之間，連綴得極其緊密，形成一字追一字，一句頂一句，中間不留空隙，所以名為追頂念。因為追頂緊密，不留空隙的緣故，雜念便無法乘機楔入；此是念時情緒緊張，心口允進，正念的威力，蓋過一切，故能使無明心相，暫時歸於沉寂，所以此種念法，效力至大，淨業行人，多採用之。

(七) 禮拜念

念時一邊念一邊拜，或念一句後拜一拜，或不論字句多寡，但邊念邊拜，邊拜邊念，成為念拜並行，身口合一，再加上意中思佛，便是三業集中，六根都攝。這樣則吾人身體上，所有能發生作用的器官，全部都用在念佛上，更沒有閑傢具，能再涉及念佛以外之事，或念佛以外之念頭了。所以此法是特別精進，效力也特別大，惟是拜久則身勞氣喘，故只宜兼用，不宜專用。

(八) 記十念

念時用念珠記數，每念十句佛號，撥過一粒念珠，或用三三三制，或用三三三制，皆於第十句念畢後，撥過一珠。如此心中既要念佛，還要記數，不專也要專，若不專心時，則數目便錯亂了；所以此一法可算是強迫專心的方便法，故對治雜念，極有功效。

(九) 十口氣念

念時但用追頂法念去，不論佛號多寡，但以盡一口出氣為度，待到出氣已促，勢須抽吸進一口氣，方能再續念時，名為一口氣，如是十次，名為十口氣。此係專為每日並無暇晷念佛之極忙人，而特設的方便法，大約

念完十口氣。只須五分鐘左右，每日只須念過一次十口氣，便够往生極樂國，所以縱使極忙人，也能做到。此是根據彌陀第十八願：十方衆生，欲生我國，乃至十念，若不生者，不取正覺之願文而設；據古人研究結果，謂所謂十念，即是十口氣，因為佛願甚廣，而淨土法又最切實，所以雖僅十念，臨終佛亦必來迎也。

(十) 定課念

念佛最怕的是始勤終懈，無有恆心，故古今行人，每將念佛一事，定為按日功課，只要日日實行，便是道心不退。佛號多寡，規定時可以不拘，古人中每日定為十萬，七萬，五萬等，皆為常有之舉，可見其精進。總之，此事當斟酌環境，及自身力量，定為功課，既定之後，無論如何忙法，也要把它念完，否則次日即當照補，養成習慣。若起初藉一股勇氣，定得太多，以致後來做不到，則不好，若定得太少，則近於懈怠，亦不好，所以在決定之時，是要細加斟酌的。

(十一) 四威儀中皆念

行者淨種純熟，則念佛自會精進，由於勇往直前的結果，便不以定課為滿足，在定課之外，不論日裏夜裏，除睡眠外，幾乎無時無刻不念，這便是行住坐臥，四威儀中皆念，久之成為習慣，則一句彌陀，永不離口矣。這在古人往生傳中，就比比皆是，有的業打鐵，便一面打，一面念；有的業磨豆腐，便一面磨，一面念，最後都是聲音一停，便已立化。這都大可作为吾人之借鏡，果能做到這種程度，則定課和不定課，便不成問題了。

(十二) 念不念皆念

上述四威儀中皆念，是指口念，此處念不念皆念的最後一念字，是指心念，照題目即是說：不論口念，或口不念，而心中皆是在念佛。這樣說起來，口念時心中固是在念佛，即使口不念時，心中也是在念佛，這就於持名之外，又加上憶想，當憶想時，也正在持名，所以與單是口念時總想佛者，又有不同。行者果能做到：不論何時何地，也不論口念口不念，意中都是在念佛，如此則淨念堅牢，心如銅牆鐵壁，風吹不入，腳踢不破，沒有一絲世念染念，能够闖得進去，此時念佛三昧，不成自成，往生彼國，便如操左券了。古人說：念而不念，不念而念，即是這種境界，若不是念佛有年，功行純熟，則決做不到，所以不是初學者所能行。

「假預約」者注意

上期本刊刊出擬翻印「佛學辭典」徵求「假預約」一事，因預約者尚不及五十部，與原定數字相差甚遠（至少需有五百部以上方能翻印，否則成本過鉅，無法付印），決定作為罷論。現本刊已向香港請購前上海佛學書局出版之佛學辭典（非影印）數十部，月內即可寄到，但價格較高，每部連郵共需壹百五十元，需要者請利用各地郵局本報刊號一九〇二四先付行款，一俟書寄到時，即行寄奉不悞。本社發行部啓