

淨
土
指
歸

元音老人 著述

佛法修证心要

《净土指归》

元音老人 著述

心密之家 2024 年 3 月排版



| 以禅为体 以密为用 以净土为归 |



| 心密三祖 元音阿闍梨 |

目 录

前言	8
净土指归	2
甲 关于佛法的修证	2
乙 关于经文方面	4
一、弥陀经文之“彼佛光明无量，照十方国，无所障碍”	4
二、若今生、若已生、若当生	4
三、饭食经行	4
四、花开见佛悟无生	5
五、关于十二劫花开	5
六、临命终时，彼佛现前	6
七、读诵大乘	6
丙 关于用功的误导	7
一、念佛不消一心不乱	7
二、不消念佛，只要相信有西方极乐世界，也能生西 ..	8
三、往生西方很难，还是发愿往生边地疑城为好	8
四、误解三	9

五、修法当中的两条歧路	10
六、世法与佛法不二	11
七、追求三昧与不消三昧	11
八、关于十念法	11
九、只要稍事念佛即可生西	12
十、关于带业往生与消业往生	12
十一、关于念佛修行定中所现的境界问题	13

前言

1999年下半年，元音老人于根据当时佛教界情况，用个人切身体验，对净土经典有关义理进行了深入阐释，道前人所未道。上师悲心切切，身体力行，写下在世最后一文，取名为“净土指归”，谨祈净业同门须真为生死，发菩提心。但经年后，我们发现有的版本印制时，将“乙”之四、五两节删去，我们甚感惋惜。因四、五章节也是上师指示净土行人修行的最关键所在。故今次付梓，特将此二章原文内容补上，以益后人。

乙丑夏 心中心弟子拜叙

净土指归

一九九九年秋

甲 关于佛法的修证

众生同具和佛一样的无漏智性，本无差别，但因迷于事相，各个造业不同，迷惑的深浅也因之各别，向道的根器就有智、愚、慧、拙的分别。在这种不同的根基上，我佛慈悲，为了适应众生，犹如医生治病，应病与药一样，说了种种不同的大、小、方、圆、顿、渐诸法，无非让众生早日病愈回家，脱离苦海。其中并无深浅、高下的不同。后来的祖师因自己的修持与适应众生的爱好，创立了种种不同的宗派。在佛法极盛的唐宋时代，我国佛法有十大宗。后来因时节因缘之不同，社会风俗之变迁，人民生活之艰辛，佛法渐渐衰颓，现仅存禅、净、密三大宗。在此三大宗中，修证最迅速、便捷者莫过于禅宗。但末法时代众生根器陋劣，障重慧浅，直指其见性既不投契，即或有点解悟，但未深信，站不稳脚跟，又不能于事上磨练、保任、除习成道。至于参话头，则疑情不起，妄想割不断，根尘不易脱落，能所更不能双亡，何能明心见性！因而宗下后继乏人，大有消亡断绝之势，良可悲也！

密宗，我国原有之唐密，因后来历代帝王之恐惧、反对，至明

朝朱元璋时灭尽。现行之密宗，除西藏之密法外，还有日本之东密。此法分九乘次第，高下、深浅完备，恰是末法时代修行之妙法。但仪轨烦琐，初修都很执相，又不无接近鬼神教之嫌，不大适合国人爱简捷便当之修法。而且有西藏言语之隔阂，因之密宗在汉地不大能广弘。

此三宗在现阶段说来，最适合国人修持者莫过于净土宗。净土宗只要一心专念弥陀圣号，别的什么也不用修，真是最适合国人之契理契机之教。一句圣号看来简单，含义实在深广。它是在切近处下手——在心中密密提持一句圣号，令人在不知不觉中将凡心转成圣心，犹如人的头发与指甲不见其长而自然长出来一样。因此它既包涵三藏十二部经文之精义，也可统括一切宗派之力用，我们再不专心致志的念佛，修净土，实在太可惜了！

但近来修净土者对此宗之真理与修法大有错会之处。将博大精深之净宗，宣扬得犹如小乘之修法，说修此法到西方去享福、过好日子，免在娑婆受苦。这种说法使有识之大心修士不敢接近，避而远之；无识者又怕西方难生，多错误地发愿往生边地疑城。将原本宏伟的净宗弄得面目全非，使人不知何去何从，真是罪莫大焉！

上面说过，净宗一句弥陀圣号可以赅括三藏十二部之教义，摄尽一切宗派之行法。但弘教者未将真理说清道明，才弄得大家疑是疑非，因而净宗近来也一蹶不振。这全由于弘教者自己未真明白教义与修法，只是以讹传讹，焉能不将净宗弄得面目全非？！

兹为便于大家修行，扫清净宗修行之障碍，重振净宗雄风起见，不惜口业，将大家易于误会之处，一一简便说明于后。

乙 关于经文方面

一、弥陀经文之“彼佛光明无量，照十方国，无所障碍”

“彼佛”二字母庸猜疑，当然是指阿弥陀佛。但广义说来，并非单指阿弥陀佛，是指一切众生之佛性。因心、佛、众生三无差别，众生之本觉妙体与佛同体不二，所谓在圣不增，在凡不减，我们只要勤于修法，将一切恶习——无明消尽，恢复本来面目，无人不和阿弥陀佛一样，光明无量，照十方国土无障碍。这样讲可使大家增进信心，勇于用功，更不会怀疑能否往生西方。

二、若今生、若已生、若当生

说法者均将“若当生”说成将来修法成就，可以往生西方。其实不然，中国字一字多解，用处不同，解释也不同。这“当”字固然可作将来讲，但在这里不作将来讲。因净宗是圆赅八教的大宗，不是小乘，应该作“当下”，即现前讲。就是说修念佛法门既可以今生修成往生，也可以当下不动脚步而生到西方。因心即土，土即心。只要你心清净，一物不沾，烦恼消尽，当下便是西方，不用死后往生。所以净宗大德说要确保能生西方，要现在能生西才行。六祖大师在坛经中说，可将西方移在诸仁面前，即此之谓也。

三、饭食经行

说法者将此句利益大众的大乘经文，误解为小乘法的自利文。他们说在西方吃饱饭后没有事，经行经行，散散步，消消食。这真

是笑谈，错会到极点。这句经文“饭食”二字应卷声读，“饭”应读“返”，“食”应读“伺”。即在西方听佛菩萨说法，吃饱法食，修成大道后，即应经行十方，教化众生。如乌鸦之反哺，反过来给众生吃法食。所以说净土宗是大乘，不是只顾自己，在西方吃饱饭经行、游乐而已。

四、花开见佛悟无生

一般都说坐在莲池里的莲花中，下品下生的人须等待十二劫，莲花才能开敷，才能出来见佛。这种说法从字面看来确是不错，但经文的涵义却不是这样。而是说下品下生的人著相牢固，心花一时不能开，须待十二劫的一番刻苦用功，渐渐地将执着妄习消尽，心花才能开敷而亲见自己的佛性，不是十二劫后才能拜见阿弥陀佛。假如是十二劫后才能见佛，那么在佛来接引往生西方时不是已经见佛了吗？何须再等十二劫呢？！更进一步说这“花开见佛”不是生到西方后才能莲花开敷见佛，而是说我们现在用功念佛，念到妄念断处，佛号消殒，能所双亡时心花自然开敷，亲见自己的佛性。如禅宗自证佛性一样，所以说净即禅也。

五、关于十二劫花开

讲经者都讲成下品下生的人须闷坐在莲花胎胞里十二劫，莲花方始开敷，才得走出来。不知这十二劫的莲花胎胞是指边地疑城的胎狱，不是指下品下生的西方凡圣同居土。只要你生到西方凡圣同居土，纵是下品下生也是行动自由，而不是关在莲花胎狱里。之所以闷在莲花胎狱里者，皆因生时未获真信、切愿，只是半信半疑，所以生到边地疑城，否则，绝对不会生到边地疑城去，更不会闷在

莲花胎狱中。当然，不是往生西方的人均须经过边地疑城。至于十二劫，更无一定时间。你用功精勤，时间即短，否则时间即长，一念可超百万劫，何况十二劫，一刹那即过去。

六、临命终时，彼佛现前

大家都说“临命终时”——即死下来时，阿弥陀佛即自然现前了，这句话也不确当。因净宗修法者如真能一心专持名号，即能当下见佛，毋须等到死时。这见“佛”的佛字，既是指阿弥陀佛，也是指自性佛。这“临命终时”四字不是只指死下来时，而是说当你念佛念到妄念消融，生死命根断绝时，佛一定现前。我们要了生死，先须知道生死之由来，如断水者先知其源一样。不然胡乱瞎搞一番，非但不能见功，还要闯祸。要知我们之所以有生死，就是有妄念。假使不迷于外相，妄念不动，不造业，则根本没有生死。因为我们的佛性本来没有生死，皆因迷诸外相，不守自性，无明妄动，才造业受报，枉受生死轮回之苦的。我们用功念佛，念到根尘脱落、能所双亡即是生死命根断绝之时，也即是临命终时。所以说“临命终时”不是等死下来时，而是说用功用得绵密，久久功纯，到一心不乱时，佛性自然现前。

七、读诵大乘

佛说要上品往生须读大乘经文。但现在竟有人主张，修净宗只须读《弥陀经》和《无量寿经》，其它经文一概不要读，否则乱了套，不能生西方。这不是明明和佛作对，淆惑信众吗？！佛说读诵

大乘是教人豁开正眼，开拓智慧，真正知道往生西方的真理，一切不著，上生才得上品。西方净土虽是佛历劫修行所感的果报土，但也不离佛性的妙用，不可认为实有而生住着心。《金刚经》云：“凡所有相，皆是虚妄。”即教我们认清此理，得真实受用。否则，执为实有，心中不空即生障碍，何能上品往生？！我们试看净宗大德说的话，即知端的：“生则生矣，去则未也，去则去矣，生则未也。”可见本性空净，一切皆无，所有色相皆是空幻。我们只随缘应用，不去执著，则一切无碍，才得潇洒自如。否则，即被缠缚，何能上品往生。

丙 关于用功的误导

一、念佛不消一心不乱

佛说念佛须专心致志，若一日，若二日，乃至七日，一心不乱，彼佛现前。现在的导师说念佛不要一心不乱，只要散心念佛，即能生西，这真是害人。散心念佛果真能生西，那佛为什么教人念佛须一心不乱呢？大势至菩萨为什么叫人念佛要“都摄六根，净念相继”呢？这“都摄六根”就是教人摄心在佛，不可动一毫妄念呀。“净念相继”更难，这就是禅宗的悟后保任功夫，不是一般人能做到的，现在就不多谈了。憨山大师说得更清楚：“口念弥陀心散乱，喉咙喊破亦徒然。”又说，念佛须极力追顶，如推重车上山，不可稍懈。根据佛、菩萨、祖师们的教导，可见现在导师的教导乃是误导，不可听信。

二、不消念佛，只要相信有西方极乐世界，也能生西

这比前说更为害人。净土宗的高妙就在信、愿、行三字。如真深信、切愿生西，为什么不行？且知净宗是寓高深之理于平易践履之中，于真实行处而暗合道妙。如光是口说不行，能成功吗？切实的行才表示你有深信切愿；不行，所谓愿从何表示？千里之行，始于足下。今一步不行，如何能达到目的地？！教人者其行——不消念佛，正是毁灭净土宗也，安可信哉？

三、往生西方很难，还是发愿往生边地疑城为好

这种见解更害人。往生西方是佛发愿接引众生的。你只要真心向往，愿去彼土，正是与佛的大愿吻合，如磁吸铁，毫无难处。况且极乐世界虽是佛因地修行的果报土，但也不离自性。我等众生的自性与佛无殊，既是自性土，我等众生也有份，只要心地清静，往生即是回自己的家，又有什么难处？那些往生边地疑城的人，上面已述，皆因信不真，愿不切所致，不是佛不准他们往生，派他们坐胎狱里的。我们明白了这点，对往生西方就毫无疑惧而欣向往生了。

综上所述，往生西方极乐世界实无难处，只要我们真信切愿，忠实履行，无有不能往生的。尤其是下品下生，只要我们真切地认识到这娑婆世界是苦难的世界，一切色相皆是幻影，无有真实，不可得，不可求，从而一切放下，毫无沾染牵挂，心中放教空荡荡地，临终自然往生西方极乐世界。至于要求上品上生，那就要进一步认识，纵是西方宝土也非真实，只不过是渡人的舟筏，一时的妙用，也不可得。《金刚经》云：“凡所有相，皆是虚妄。”西方既有种种妙相，可见也是虚妄的了。但相虽虚妄而妙用不无，也不是断灭

空。故往生有九品之别，那就看行人修功的深浅、悟道之高下而定了。《心经》云：“色即是空，空即是色。”色空一如，既不著空，也不著有，妙有如如，即果地佛矣。

四、误解三

（一）修来世

西方净土难生，念佛只有修修来世享福，不受贫穷苦难。这个误解在一般念佛人中普遍流传，害得修净土人大失信心，只想来世做人享福，而丧失了往生西方、成道了生死的慧命，真是冤者枉也。上面说过，生西方上品上生是不易，但下品下生没什么困难。只要你真心相信，切愿往生，一心向往往生西方的好处，放下娑婆世界的一切事物、人情，真是万修万人去，没有一个留落下来的。所以我今天特别提出这个问题，劝大家清醒，不要听人瞎说而耽误了自己的前程。

（二）怕妄念多

初发心人念佛，妄念不可能立刻停息，总是念起念落，纷飞不息。但念佛者往往误会自己根基不好，不堪修道，或者以为念佛反而妄念多，不如不念，因而不修，断送了自己的慧命，真太可惜。不知念佛时，知道自己妄念在动正是好事。因为在不念佛忙乱时，心念乱动，一点看不见。现在因为念佛，心比较静了，才能看见妄念在动。这犹如从缝隙间照进的阳光中，能看见屋内的灰尘一样；又如混水沉淀下来，上面的水清时才能看见下面的沙泥一样。所以这是始觉慧光，得空的前兆，是大好的事。不须害怕妄念多，只要

耐心地念下去，妄念会渐渐地由多而少，最后就没有了。

（三）怕落空

念佛人因诚心专念佛号，念到妄念消停，佛号念不出来时，即生恐惧，以为离开了佛落空了，马上提起佛号重新再念。殊不知此时正是心佛道交、打成一片、净土现前时，因无人指点，不在此时猛着精彩，抓住良机，认清本来面目而错失念佛三昧，断送了将来上品往生的良机，真是可惜。

五、修法当中的两条歧路

念佛修道有二条歧路不可不知，一是昏沉入睡，二是落入无记。

（一）初心念佛总是妄念纷飞，名为掉举。渐渐功深定下来了，又易昏沉入睡。昏沉入睡往往易和入定混淆，使人搞不清楚。因为初入定者，免不了有些若昏若睡的现象，不知者以为这是入睡了，赶快警醒，因而破坏了定境，深为可惜。现在把定和睡辨别一下，免犯错误。初入定者虽有些若昏若睡，但身体不倒，手印不散，佛号不断，此时应静静地保持不动。睡则身体倒，手印散，佛号断，此时应警觉，睁开双目，高声念佛，驱散睡魔，再慢慢摄心入定。

（二）落入无记。一心念佛，毫无所求的人不易落入无记。有些人念佛，压念不起，求迅速入定，往往易落无记。所谓无记，即沉空滞寂，毫无知觉，这与三昧大有区别。得念佛三昧，虽妄念消融，身心世界化空，但不是毫无知觉，而是了了灵知不昧，不可混为一谈，我们修念佛三昧应该知其所别。

六、世法与佛法不二

用功人还常易犯的毛病，就是不知世法也就是佛法，佛法就是世法，而常常厌离工作，喜入深山修空，或整日坐在座上不动。殊不知这样坐下去，只是枯木禅，不得活用，将来顶多证得罗汉果，弄得不好还易落入无记，成为死水，不能成佛，也不能往生西方。因此我们用功念佛，须知一切世法均是佛法，尽管尽力去做不要执着，就是佛法。淘米烧饭、洗衣浆裳就是念佛，工作写文、设计构思无非念佛。这样做事念佛两不误，既不会引起别人的误解，说佛法是消极离世的，也不会堕入沉空滞寂的死水而落入土、木、金、石的误区死果。

七、追求三昧与不消三昧

念佛人常常有要三昧与不要三昧之争。要者极力追求，因而招致入魔；不要者往往易流入散心念佛，因妄念纷飞而不得生西。因此我们念佛只用一种平常心，专一精切念去，不管它是否得三昧。起先虽有些妄念起伏，但久久功深，不求三昧，三昧自然现前。相反，不用功，追求三昧，非但不得三昧，还要坠入歧途。

八、关于十念法

净土宗确是异方便，面面俱到地照顾，从此也显见佛和祖师们的用心良苦。对于学佛忙碌的人，无暇念佛修道，特开出十念法，仅在每晨面对佛像焚香，礼拜后念十口气佛，即算修完早课。于是大家都按此法修习，念十口气就算完毕。殊不知此十念法，是教忙碌的人无暇用功打坐专念而致，用短时间，以气来摄心，使妄念不

生而清净本心的妙法。当心清净下来后，即在行、住、坐、卧中念兹在兹地保持此清净心，而不是十念后，即可任意乱想或胡作非为的。所以在面对佛十念后，还须在四威仪中绵绵不断的念佛，千万不要以为十念即算完事。

九、只要稍事念佛即可生西

因为菩萨的慈悲和修法的简便，往往使人误会生西方只要马马虎虎念几声佛即可以了，不知生西是怎么生法，也不知佛来接引是怎么接法。永明寿禅师在《宗镜录》里告诉我们：佛来接引，实无来去。所谓接引，犹如天上的月亮，月亮不动，而千江万水月影一时齐现。你向东走，它向东走；你向西走，它也向西走。看起来月亮也跟着你向东向西，其实月亮也无向东向西。佛来接应也是这样，只要你心清净，即在你心中现起佛相；心不净，犹如一盆污水不能现月影一样，就不见佛来接，不能生西了。于此可知，能否生西，全靠心地清净，绝不是佛跑到我们跟前来，拉我们生到西方去。所以生西的不是我们这个臭皮囊，而是我们的清净心。因此要能生西，必须用佛号把我们的污秽心——贪、嗔、痴洗刷清净了才行，而不是马马虎虎念几声佛即可以的。

十、关于带业往生与消业往生

念佛修道原本是消除业障而成道，说不上什么带业，“观无量寿经”云：下品人念佛能消五十亿、八十亿劫生死重罪。可见念佛是消业成道的最好法门，我们只要诚心敬意的念佛，所有业障皆能消除，不用担心业障深重而西方难生。

但是现在为什么又有人大谈带业往生呢？因为我们多生历劫

积累的贪、嗔、痴、慢、疑种种罪业，不是一下子能消光的。藕益大师说：我们修道念佛所消之业障，只如爪上土，未消的业障如大地土。因此之故，我们念佛未消的罪业还很深厚，不是这一生能消光的，临命终时往生西方，就不免带着这未消的罪业而往生了。

净宗有这殊胜往生因缘，又引起学人的误会：以为可以带业往生，不妨于修法时际，为贪心所驱使造点恶业；又有人以为能带业往生，念佛不须全心全意的专心念佛，只马马虎虎念几句佛即可以了，所以又创出散心念佛、带业往生的念佛的谬论；更有人因此进一步发挥出生西既然这么容易，只要我们愿意去西方，不念佛也可以往生，把净土宗搞得支离破碎，害得后进者无所适从而不能生西。这真太可惜！要知道生西虽是他力修行，靠佛接引，但只有他力毫无自力（念佛力）是不行的。古德说：念佛生西如蝇附骥尾，不自用力，抓紧马尾是生不上的，何能不专心致志的念佛？！大势至菩萨教我们念佛“都摄六根，净念相继”，怎么能够不专心念佛，或不念佛而生西呢？

这些谬论，实在不可轻信，带业往生只能带未消完的余业，千万不可边念佛修行，边造业害人，那是绝对生不了西方的。

十一、关于念佛修行定中所现的境界问题

我们初念佛时，免不了杂念纷飞，渐渐心净了，会现出种种不同的境界。有的人见佛现前，或见光耀眼，或见西方胜境，大家皆以为这是瑞相，是念佛得力所致，互相赞叹，执著不放。殊不知这一切境相，皆是幻相，而非真实。《金刚经》云：“凡所有相，皆是虚妄。”所有境相，不管是圣是凡，是净是秽，皆是伪相，绝非真实，不可执着，无知执为真实，即有著魔之虞。上海有二位居士，

一位在三楼阳台，念佛见佛来迎，即踊身跳下，结果跌死。另一位见荷花池中现西方圣境，也跳进池中而淹死。这都是不知是幻，执为真实而招致的误果。所以我们学佛，须知定中所现境界，皆是幻现，千万不可执实，以免深陷误区而不能成道。

但念佛人于临终时，只一心念佛毫无追求，自然感得圣境现前，于弹指顷，即得往生西方极乐世界。

奉劝诸君，真正认识西方极乐世界，乘阿弥陀佛的大愿方便往生，跳出六道，实乃佛法最方便、最简易、最迅捷之道。但须认真修行，切莫听信谗言，不切实用功而散心念佛，希冀带业往生；更不要不念佛，用一种无功行的虚信假愿而求往生，那是万万做不到的。

我曾见很多念佛不痛切和某些主张散心念佛、带业往生，或不消念佛即能往生的人，到命终时那种欲生不能，欲死不得的痛苦情形，实在令人警心。故于此不惜口业，啰啰嗦嗦地说了一套，是否有当？因事关佛教的命脉和后学的慧命，兹事体大，不容误解，尚望海内诸大善知识不吝教诲，指正错误，感德实无涯也。

南无护法韦驮尊天菩萨

