



有禪念，
人生就沒殘念……

只有在一句彌陀的聖號之中，把自己的道業修好，你就會發覺，原來所有的問題，都肇因於自己沒有智慧、沒有福報、不會修行。當我們有智慧、有福報、會修行的時候，一切事情都可以迎刃而解。

——果如法師

拍照／江思賢

佛的願力是令眾生都能究竟離苦得樂。而我們如何能夠增長自己的願力，真正成就利生大業，就需具足智慧、慈悲跟信心，否則，所謂的發心立願，就會變成徒具形式、無法承擔力行的空口白話。

學佛，尤其是念佛法門，就是要能把一句佛號聲，念成自己跟佛之間互融互攝的願力，才算真實的修行得力。

念佛，要像印光大師所說的「三到」——口到、耳到、心到。口到，用嘴巴念；耳到，耳朵清清楚楚聽到自己念出來的聲音，同時也要聽到大眾的念佛聲、法器聲。再來，心要到。儘管耳朵聽、嘴巴也念，但假使只是像小和尚念經，有口無心，那就不好。你只是阿彌陀佛、阿彌陀佛的念，眼睛收闔起來後，心眼卻沒收，還在胡思亂想，那就如憨山大師所說：「口念彌陀心散亂，喊破喉嚨也枉然」。

■佛心即自心，佛願乃己願

專心一意的認真念，把一切妄想、牽掛都拋到九霄雲外，為什麼？這一輩子我們已經想了不少、擔心了不少，但是有用嗎？全部都沒有用。只有在一句彌陀的聖號之中，把自己的道業修好，你就會發覺，原來所有的問題，都肇因於自己沒有智慧、沒有福報、不會修行。當我們有智慧、有福報、會修行的時候，一切事情都可以迎刃而解。

所以，如何在一句佛號聲中，真正建立對自己

生命的承擔力量，對未來、對生死的真實準備，並能夠依據佛菩薩的悲智願力，於現實人生中成就、莊嚴眾生，使得自己在每個現前當下，就能夠常常不離佛，身心如同佛一般，所處、所緣、所行的皆是無比慈悲、柔軟、光明，這就是我們的努力方向。

■成就自己的念佛法門

這一句佛號聲，不僅是阿彌陀佛的願力，還代表阿彌陀佛累劫以來的種種修行及努力，我們佛弟子在稱念他的聖號時，一定要從心裡誠懇地念出來，把佛號聲念入我們的生命內裡，感受佛菩薩的願力及佛力的不思議，感受到自己跟佛是緊密熨貼、相應一體。念久了，頑劣剛強的心就會變得柔軟，然後身心愈安定專一，就愈能感受佛菩薩的力量，從我們內在迸發而出，你會驚覺：佛，原來是這麼靠近、這麼真實而親切！此時，這句佛號聲才會對生命產生意義、價值跟作用，才算是成就了自己的念佛法門。 **禪**

活動報馬仔～

◆11/23～24、12/21～22 戒淨禪：

八關齋戒+念佛禪的24小時不眠精進，快來體驗心力、佛力的不思議！

◆2014年2/3～5 新春禪三、2/7～16 中英精進禪十：

憨山大師說：修行容易遇師難，不遇明師總是閒；自作聰明空費力，盲修瞎練也徒然。果如法師主七，快把握明師指導的機會，讓修行更得力喔！報名請上網 www.changrove.org