

《念佛 念法 念僧》

恩师卢军宏台长讲述于观音堂2020-08-31

过去佛陀在舍卫国祇树给孤独园弘化之时，就是在弘法时，佛陀曾经为比丘们开示：如果有人奉行十善法，将来命终得生天上；如果一个人造作十恶法，那么就会堕落到恶趣，就是堕落到畜生道、饿鬼道、地狱道三恶道；若善修十念法，则

能证入涅槃的境界。这里面讲了三个要点，第一，奉行十善法，你可以命终得生天上；第二，如果造作十恶法，你会堕落到三恶道；第三，如果修十念法，你能证入涅槃的境界，这是一种高境界。师父已经专门讲过十善法和十恶法，十善就是不杀生、不偷盗、不邪淫；不妄语、不恶口、不两舌、不

绮语；不悭贪、不瞋恚、不邪见（不痴）。实际上，十恶法正好是和十善法倒过来的。接下来，师父跟大家着重讲如何修行十念法，将来能证入涅槃，这个境界就高了。首先了解一下十念是哪十个念：念佛，念法，念比丘僧，念天，念戒，念施，念处寂静，念出入息，念身，念死。要懂得，念念要舍离生天，也就是说我们

平时的念头，一个意念接着一个意念，就要舍离红尘，舍离自己人间各种不好的杂念，这样才可以生天。如果你保留着那些不好的念头，你就可能造就了堕落三恶道的因，所以我们要奉行善修。大家要知道，修心也有恶修的。恶修是什么？就是走偏了。一个人如果学会修心念经之后去诅咒别人，用不好的方法去嫉妒别人，

去给别人下降头，这个人是不能得到解脱的。所以要证入涅槃，必须修行十念法。

第一叫念佛。大家要时时刻刻刻在脑子里想着，佛是多么伟大，佛给我们人间留下了这么多的善念、善德，让我们去做很多努力，这个努力就是功，用自己的道德品质做事就是德，那么，你就会经常想到自己要很努力精进地用自己本性当中的道德去

做善事，因为这就是佛，所以你就会拥有功德。你拥有了功德，就是因为向佛学习了，因为佛的榜样就是让我们懂得，应该用什么样的初始心，来完善自己高贵的人格，然后才能出离六道，进入涅槃境界。我们必须要以成佛作为修佛学佛的人生目标，我们在人间修行时，首先就要想到，自己这辈子修心一定要成佛。

如果不能成佛，你修什么心？

其实，念佛有三层含义，首先是念佛的理，就是每一个念头都要想到佛的道理是多么的深广，佛的道理是多么的伟大，佛的道理就是让我们脱离六道的指路明灯。其次是念佛的相。相是什么？你看看佛菩萨站在那里，庄严吗？“相好光明

以自严”。再看看世间的人，恶起来时的那个狠脸，恨起来时的那个凶相，看别人时那种讨厌别人的神态，嫉妒别人时那种五官收紧抽气的样子，这些都不能成为佛的相。生活中有些人讲话喜欢跟人家挤眉弄眼，有的人讲话时样子怪怪的，还有人喜欢眼睛左看右看，这些

都是凡夫相。如果一个人常念佛的相，他就会越来越有佛相。

此外，就是念佛的境界。佛相、境界和道理就是佛法界经常讲的体、相、用，用在我们生活当中的念佛境界。一个红尘中人、一个凡夫，他在念佛的时候，就算跪在佛前，也是脑子里一边想着佛，一边杂念

纷飞。你要是能够用干净的心、纯洁的心来净心念佛，那么，你只要在一念之间，一个念头想到佛了，你的相也端庄了，讲出来的话也头头是道，然后证到圣位，也就是说，你的境界修到了佛的果位。

第二叫念法。法是什么？法就是佛法的道理，比方说，大乘佛法、小乘佛法都有经文，这些经文都是佛的

道理，就是佛理。什么叫念法？就是你脑子里经常要想到佛的法，要将佛所说的一切法念念在心中。举个例子，很多人出去演讲，绞尽脑汁也讲不出什么，实际上，你只要把佛的那些短小精彩的句子背出来就非常有用，你讲出来的就是佛法，比如：“一切有为法，如梦幻泡

影，如露亦如电，应作如是观”“众善奉行，诸恶莫作”“放下屠刀，立地成佛”等。如果你的意念中有了这种佛经的法，你就是把佛所有的法，念在心中，时时地念法，时刻在心中想着：“物质是空的，宇宙空间都是无常的，佛告诉我们人间是无常的，不要去痛苦，不要去难过，一会儿会变，

一会儿会过去的。”你把这
些法句、法语记在心中，每
一天在行中，照着佛法去
做，那么，你就是念法。第
三叫念僧。念僧就是时时刻
刻要忆念贤圣僧的清淨梵
行，贤就是贤达人士，有智
慧、有文化的修行人；圣就
是圣人；僧就是比丘和比丘
尼。经常要想念他们，要怀
念他们，要感恩他们。他们

留给我们的很多清淨梵行，可以帮助我们培养出自己要出世间的心念：“我不一定这辈子在人间，我要修出世间。”梵行指的是在人间行的菩萨行。念僧之人心态要好，要尊敬贤圣僧。比方说，你经常要想到佛陀当年的故事，佛陀、菩萨、僧人是怎么救人的。你们到大庙里去，一走进去就会看见有五百位罗汉菩萨，那五百位罗汉是怎么样能够得到圣果

的呢？每位罗汉菩萨都有他们成就圣果的经典故事。所以要懂得感恩他们，要经常脑子里想着那些僧人，从佛陀开始，包括所有的护法菩萨，他们都是来救度我们的。举个简单例子，济公活佛（道济禅师）的故事大家都知道，你们想想济公活佛当年是如何在世救人的，还有目犍连尊者。师父已经给你们讲过这些故事，

你们经常在脑子里回想这些佛法故事，就会激励你们修心，会激励你们进步。还有佛陀、观世音菩萨、文殊菩萨等佛菩萨，他们都是我们学习的榜样，我们要诚心礼敬这些佛菩萨，以他们为榜样修心修行，牢记他们那些伟大的超越人类境界地去帮助众生、救度众生，这就叫念僧。

以上内容排版、处理等如有不如理不如法的地方请南无大慈大悲观世音菩萨和护法菩萨原谅！请各位师兄原谅！