

禪與淨土

二千零七年九月二十二日講於香港智度會

◎佛，佛陀（外來語），譯為覺者、聖者。

佛教：大覺聖人之教誨。方東美先生曰：釋迦牟尼是大哲、是聖哲。佛經是高等哲學，學佛是人生最高的享受。

釋迦牟尼簡介：

◎頓悟入道要門論曰：

問：云何為禪？云何為定？

答：妄念不生為禪，坐見本性為定。

本性者，是汝無生心（不起心、不動念）。定者對境無心；八風不能動。

（八風：利、衰、毀、譽、稱、譏、苦、樂，是名八風。）

惠能大師曰：外離相曰禪，內不亂為定。心不亂者，是真定也。若得如是定者，雖是凡夫，即入佛位。

禪那（外來語），譯為靜慮。靜即定，慮即慧。定是慧體，慧是定用。定慧均等之妙體曰禪那。

佛法依此發無漏智而修之，華嚴云，『一切眾生皆有如來智慧德相。但以妄想執著而不能證得。』欲成就者，必須放下一切執著、分別、妄想。

能大師曰：何期自性，本自清淨、本不生滅、本自具足、本無動搖；能生萬法。

◎淨土：聖哲所居之國土，無五濁之垢染，曰淨土。惠能大師曰，直心是道場，直心是淨土。

淨土宗：佛教之一派，以大勢至為法界初祖，普賢為娑婆初

祖，晉慧遠為中國初祖。遠師居廬山，結蓮社，得同志一百二十三人，依無量壽經同願往生極樂。此宗依五經一論，以觀想持名專修為主。往生淨土，親近彌陀，修得明心見性。故大集經云：「念佛是無上深妙禪也」。

最初方便，依淨業三福為根基。

觀想

依十六觀經

觀想念佛

觀像念佛

持名念佛即第十六觀

持名

發菩提心，一向專念「南無阿彌陀佛」。得一心不亂即能往生。

Ho'oponopono 的療法，即是執持「我愛你，謝謝！」或「我很抱歉，我愛你！」

◎ 教學理念

肯定人性本覺，一切眾生本來是佛。
自性本來清淨、平等、具足、不變、能生萬法。
一切法皆是心現、識變，法界本是一體。

◎ 不二法門

大（法界）小（微塵）不二。生佛不二。自他不二。一多不二。禪淨不二。性具圓足。知一切法無二相也。
夏威夷島上傳統的 Ho'oponopono 云：「全世界是你創造的。萬物、一切人事物，都是神聖的、至善的、平等的。」

真誠、清淨、平等、正覺、慈悲
看破、放下、自在、隨緣、念佛

自修勸化