

## 《般舟赞》 第一课

今天是 2025 年正月十六，也是玄中寺今年首个佛七的第一天。和去年一样，每个月我们都会打一个佛七，或者诵《无量寿经》等等。总之，每个月都有一次共修。

寺院最初的形成，就是为了给修行人提供一个修行的平台，也就是所谓的“道场”——用功办道的地方，不是供人观赏的地方。在寺院当中最重要的就是用功办道，它相当于娑婆世界的隔离区、净土的接引殿。

来到道场，你要把你的心放在用功办道上面，不要放在吃得好、住得好、孰是孰非上面，要利用好这样的道场和人身。就好比你要做某件事情，借用了三天工具，那你会在这三天之内充分地利用这个工具，完成你要做的事。

同样，我们的身、心也是借来的“工具”。怎么借来的呢？通过“业”借来的。它是什么工具，取决于使用工具的人。如果你用一把刀去伤害众生，那这把刀就是“下去”的

工具；如果你用它去雕刻佛像、切菜供养僧众和众生，那它就是“上去”的工具。

我们用这个人身造业，每天在这个身体上下功夫、做各种保养。其实身体怎么保养都是没用的，它只能是相对的好，但不会真的好。因为它是一个死去的、腐烂的状态，它会一直腐烂……最终尘归尘、土归土，不会有其他的结果。

所以，我们要利用好这个人身修成佛，完成这样的“大业”，就相当于让借来的人身实现它应有的价值。

这个人身最终都会离开。当我们知道这个事实时，就要提前把它丢出去，丢给众生、丢给修行、丢给弘法利生的事业，丢给有意义的事情。如果把它丢给无意义的事情，我们就会成功地利用这个“工具”打造一个无间地狱，以及无间地狱的狱卒和刑具……

我们获得这样的人身，又在这样的道场当中，就不要去议论是是非非、你我他，也不要斤斤计较一些没有意义的事情——谁干多了、谁干少了；谁吃多了、谁吃少了；谁说

这个、谁说我那个；谁看我不顺眼、我看谁不顺眼……如果要做这些事情，你可以到寺院之外的世间去做，那里是分辨善恶是非、你我他的地方。而寺院是用功办道的地方，无论做任何事情都是你所得。

佛教特别讲究事实。什么是“事实”？不需要被证实的就是事实。所以，事实在哪里？事实就在这里——你坐在这个地方，看向内在，这就是事实。

大家想象一下，自己坐在这儿回忆过去的某一些事情。当你回忆过去某些事情的时候，如果你忘记了“你只是在这里回忆过去”，那就是“过去心”；如果你没有忘记，那就是“过去心不可得”。你在这里想未来的事情，你“掉”进了未来，忘记了“你只是在这里想未来”，那就是“未来心”；如果你还能意识到自己是在这里想的未来，这就是“未来心不可得”。“现在心”亦复如是。

未来心会焦虑呀！过去心会抑郁、会痛苦呀！所以，我们只有当下，只有即知、即刻。而了解自己只有即刻，那

就是开悟，没有其他的东西。

大家想象一下，即使到了未来，十年以后的我们看向内在，也是当下；我们到了极乐世界，花开见了佛，看向内在，也是那个时候的当下，不会有其他地方。这就是存在的事实。

所以，佛陀宣讲事实就是这个意思。佛法的核心就是在不同层面上讲事实——人身难得、无常、慈悲心、缘起、空性……都是讲事实。

事实不是一套理论。我们很多时候认为理论就是事实，但理论不是事实。此岸与彼岸中间有一条河，你要过这条河，理论只是那艘船，上了船不代表你到了彼岸，只有通过船到达彼岸，那才是真理、才是证得。不是你上了船，拿了一套理论就是真理了，这是两回事。

我们在这个世间还有机会在寺院当中，发自真心的、自愿的打佛七，这是非常难得的因缘，特别是我们能在持名念佛发源地的念佛堂中持名念佛。不想这件事情时觉得没什么，一想就觉得很不一样。一定是充满着各种各样的善因善缘，

把大家聚集到这个地方，一起行道、一起念佛。我们要珍惜这个因缘，最大化地实现人生的意义。

所以，我想利用佛七期间，和大家讲一讲善导大师的另外一部著作——《般舟赞》。以前总是讲开示，开示是我在这儿信口开河，和祖师们的教言不一样。

祖师们的教言都是金子，而我在这儿信口开河的东西都是糟粕。所以，我想利用现在和以后的佛七，每一个佛七讲一点，把祖师们的教言跟大家一起分享、一起学习。

讲《般舟赞》的原因，其一，它是善导大师的著作“五部九卷”之一，我们去了解善导大师的思想很重要；其二，现在有很多人自认为在弘扬善导大师的思想，其实不然，他们只是随顺自己的习性断章取义，自认为这是善导大师的思想。

如果你想真正学习善导大师他老人家的思想，就要去学习他整个“五部九卷”的内容，以及记录他一生行持的传记。把这两者结合起来，我们才能够知道：哦，这位祖师说了什

么，他怎么做的……在他所说当中你没有看到的东西，去看他所做的，你就会知道。

为什么祖师们都留下传记呢？就是与他的言教进行互补。现在很多所谓的法师，把适合解释他一些借口的所谓祖师的言论拿来，去教导一些迷迷糊糊的信众们。信众们也听取，也觉得是对的，就跟随。以盲导盲，随顺自己的习性——“因地不真，果招迂曲”。

所以，我们修行之前的知见特别重要。最重要的是，你遇到了什么样的人，做了什么样的引导，这个引导是否有真实的传承，这很重要。

你走什么样的路，取决于你有什么样的思想；你能遇到什么样的人，取决于你有什么样的福报。

我也是第一次比较细致地学习祖师的著作，边学习边跟大家分享。所以也谈不上我去讲解，只是跟大家一起学习、一起分享祖师的著作。

当我们慢慢把祖师的著作全方面地学完以后，你会知道善导和尚确确实实是一位非常了不起的祖师。他的思想非常圆满，一点不偏激，没有任何漏洞。

不像有一些法师讲法，一开口全都是漏洞；或者行为上面有过分的地方——不符合于佛的教义、不符合于祖师们行为的地方。那我们是不随学的。

我们要随学祖师们的“言”、“教”和“行持”。基于以上两个原因，我们共同学习《般舟赞》。

《般舟赞》中“般舟”这两个字是梵语，翻译成中文叫“佛立”——佛一直站着；也叫“常行”，就是不坐、不卧，所以我们称“般舟三昧”为“常行三昧”；也叫“现前”。为什么叫“现前”呢？如果你能够常行、常立地持诵“南无阿弥陀佛”的名号，诸佛皆得现前。

念佛法门也叫“诸佛现前三昧”。去年佛七开示，我们引用了一部摩诃般若波罗蜜多的经典，其中文殊菩萨和释迦牟尼佛的对话中也提到过这个问题，这是一种很深奥的行持

方式。

善导大师结合了《无量寿经》《观无量寿经》《阿弥陀经》《往生论》等经论，去赞颂“般舟三昧”的行道往生等的功德和利益，所以叫《般舟赞》。

《般舟赞》的原文挺长的，大家听一听就可以了。如果以后听录音，可以找一下原文再听。我也是略略给大家读一读、讲一讲，不会太广讲。

我们从三个方面学习《般舟赞》——引言、正文，以及最后的总结和劝请。

**全文分三：一、引言 二、正赞 三、结劝**

**甲一、引言分四：一、慚謝佛恩 二、普行贊順 三、淨業因行 四、般舟樂義**

**乙一、慚謝佛恩分二：一、起信 二、教行**

首先我们讲引言中的第一个——生慚愧心感恩佛陀。先讲起信，就是我们为什么要感恩佛陀？感恩他什么？从哪个方面来感恩？是从语言上面，还是从行为上面感恩呢？或者说佛陀为我们做了哪些事情，我们要感恩他？这个很重要。

在很多经论当中，都把轮回比喻成茫茫的苦海。我们不小心掉到海里面去了，四下眺望，一望无际。就在我们快被大海淹没的时候，突然来了一艘船把我们救上了岸。我们会感恩这个船长，为什么？因为他救我们上岸，做了一些对我们有利益的事情，所以我们要感恩他。

### 丙一、起信

**“敬白。一切往生知识等大须惭愧。释迦如来实是慈悲父母。种种方便发起我等无上信心。”**

这里善导和尚从两个方面让我们感恩佛陀：第一个是起信；第二个就是教行。所以在原文当中说：“敬白。一切往生知识等大须惭愧。释迦如来实是慈悲父母。种种方便发起我等无上信心。”这是感恩的第一条。

为什么感恩佛陀呢？他教导我们起信。怎么起信呢？你看善导大师非常恭敬我们念佛的人，“敬白”就是很尊敬、很恭敬地对我们这些“往生知识”说。他为什么把我们称为“往生知识”呢？因为在阿弥陀佛成佛那一刻、那一刹那起，我们都是有资格往生的。这个资格是我们选定的，所以往生

是种“选择”。离开这个世间时，我们“选择”往生就可以了。所以善导和尚就说了：“敬白。一切往生知识……”

我们每天念阿弥陀佛，信愿具足。信愿具足是因，而往生则是果。就像我们做饭，明明煮的是米，但为什么我们叫“做饭”呢？因为米一定可以煮成饭——以果之名立于因，所以叫“做饭”。

我们现在信愿持名，就一定可以往生，所以称我们为“往生的人”。而善导和尚称我们是“往生的善知识”。

他说“大须惭愧”，就是我们要生起惭愧心。我刚出家时，老和尚们在禅堂里讲开示，经常会说一句：“惭愧呀！”因为人生起惭愧心时，就意味着他在生起道心。为什么有惭愧心呢？遇到了这么好的法门、这么好的道场、这么好的善知识，却没有精进修行。

“惭”是针对自己的心来讲，对不起自己的心；“愧”是针对诸佛菩萨来讲，对不起诸佛菩萨。就像我们有一个很好的机会，可以做一件很好的事情，却没有把握住，所以“大

须惭愧”。

因为我们烦恼深重，从无始劫至今生，一直在生死轮回中无法出离。所以善导和尚在其他著作中，说我们是罪恶生死凡夫。我们要念已是罪恶生死凡夫。我们这样的罪恶生死凡夫，如同在大海中漂泊的人，又不会游泳，那应该怎么样？肯定是感念佛恩啊！之所以让我们惭愧，是因为我们仍在生死轮回中没有出离。

那为何感恩佛陀呢？因为释迦如来是慈悲父母。释迦牟尼佛出世成道后，次第宣讲三转法轮，开启八万四千种法门，以种种方便引导众生出离、解脱。无量劫以来，佛陀为了利益众生、圆满佛道，行持种种苦行，不惜舍弃头目脑髓。为求得一句佛法，他可以千刀万剐，可以身穿百孔燃其油灯，供养善知识求取正法。

正因为佛陀无量劫的苦行，以至于作为王子出家后，也是日食一麻一麦，历经六年苦行，最终圆成佛道。这都是为了我们这样的罪恶生死凡夫而示现的。

所以，佛陀成道以后，依靠他的大慈悲心，为我们宣讲了八万四千种出离苦海的法门。然而，我们的心却像石头一样无法被水浸透，不为之感动，没有入道之心——“我心真如巨铁球，或如石头无有心。”

现在很多修行人也是如此。如果你给他买一部高级手机或高级电脑，他会感动得两眼泪汪汪、双手颤抖；如果你给他讲一部法，他会爱听不听、爱搭不理。我们都是这样。

我以前学法的时候会有一种什么心理呢？这部法一定要从头到尾听完整，一堂课一分钟都不能断，对一部法的整体感有着特别强大的执着。而我们现在的态度却是无所谓，有一堂没一堂的，听也可以、不听也可以。

以前我们听法，如果这堂课断了或者某个人睡着了，下课会找另外的法师把没听到的那段再讲一讲。而我们现在没有这样求法的心，也不会去依教奉行，更没有惭愧心。

即便如此，释迦牟尼佛仍然利用种种方便劝导我们厌离娑婆、求生极乐。所以，释迦牟尼佛就像慈悲的父母，“犹

如慈母与病儿”，更加珍爱我们。这就是释迦牟尼佛如父母般的心，他没有放弃我们。

为什么释迦牟尼佛讲净土法门会无问自说？因为太过高深、太过难得，所以释迦牟尼佛不请自说，并故意示现了不同寻常的状态。我们在学《无量寿经》时讲到过这个问题——放光，最后示现极乐世界。讲了阿弥陀佛的四十八大愿，做了种种比喻，解除了种种疑惑，从不同的角度让我们对极乐世界产生了真实的信心，并且发愿求生极乐世界。

为什么叫“起信”呢？我们对极乐世界的信心是通过释迦牟尼佛的教导、种种方便的开导才生起的。对于我们来说，怎么才能和佛的开导连接呢？就是生起惭愧心。所以，我们平时要经常思维自己的过错和不足。当我们生起惭愧心时，就与道相应了。

而我们没有惭愧心时，就会什么都无所谓，即使杀了十万众生、造了堕入地狱的业，也会觉得无所谓。但有惭愧心的人，哪怕对一点点的业，内心都会无比惭愧，并且去忏悔。

我们现在很多人即使犯了戒都会无所谓，什么都觉得无所谓，这就是没有惭愧心的表现。没有惭愧心，怎么与道相应呢？是没有办法相应的。所以，我们要有惭愧心。

释迦牟尼佛劝导我们要对净土产生信心。佛陀的劝导发起了我们向往极乐世界的愿望和信心，所以我们要感恩佛陀。在引言中，第一个就是要感恩佛陀，因为释迦牟尼佛让我们起信。

今天就讲到这里。坐两分钟。

(2025年2月13日 果然师父于玄中寺念佛堂)