

印光大師法語一攝心念佛法

復高邵麟居士書四

當攝心切念，自能歸一。攝心之法，莫先於至誠懇切。心不至誠，欲攝莫由。既至誠已，猶未純一，當攝耳諦聽。無論出聲默念，皆須念從心起，聲從口出，音從耳入。（默念雖不動口、然意地之中、亦仍有口念之相。）心口念得清清楚楚，耳根聽得清清楚楚，如是攝心，妄念自息矣。如或猶湧妄波，即用十念記數，則全心力量，施於一聲佛號雖欲起妄，力不暇及。此攝心念佛之究竟妙法，在昔宏淨土者，尚未談及。以人根尚利，不須如此，便能歸一故耳。（印光）以心難制伏，方識此法之妙。蓋屢試屢驗，非率爾臆說。願與天下後世鈍根者共之，令萬修萬人去耳。所謂十念記數者，當念佛時，從一句至十句，須念得分明，仍須記得分明。至十句已，又須從一句至十句念，不可二十三十。隨念隨記，不可掐珠，唯憑心記，若十句直記為難，或分為兩氣，則從一至五，從六至十。若又費力，當從一至三，從四至六，從七至十，作三氣念。念得清楚，記得清楚，聽得清楚，妄念無處著腳，一心不亂，久當自得耳。須知此之十念，與晨朝十念，攝妄則同，用功大異。晨朝十念，僅一口氣為一念。不論佛數多少。此以一句佛為一念。彼唯晨朝十念則可，若二十三十，則傷氣成病。此則念一句佛，心知一句。念十句佛，心知十句。從一至十，從一至十，縱日念數萬，皆如是記。不但去妄，最能養神。隨快隨慢，了無滯礙。從朝至暮，無不相宜。較彼掐珠記數者，利益天殊。彼則身勞而神動，此則身逸而心安。但作事時，或難記數，則懇切直念。作事既了，仍復攝心記數。則憧憧往來者，朋從於專注一境之佛號中矣。大勢至謂都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。利根則不須論。若吾輩之鈍根，捨此十念記數之法，欲都攝六根，淨念相繼，大難大難。又須知此攝心念佛之法，乃即淺即深，即小即大之不思議法。但當仰信佛言，切勿以己見不及，遂生疑惑，致多劫善根，由茲中喪，不能究竟親獲實益，為可哀也。掐珠念佛，唯宜行住二時。若靜坐養神，由手

動故，神不能安，久則受病。此十念記數，行住坐臥皆無不宜。臥時只宜默念，不可出聲。若出聲，一則不恭，二則傷氣，切記切記。

印光法師文鈔上冊

與徐福賢女士書

念佛必須攝心，念從心起，聲從口出，皆須字字句句，分明了了。又須攝耳諦聽，字字句句，納於心中。耳根一攝，諸根無由外馳，庶可速至一心不亂。大勢至所謂都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一者，即此是也。文殊所謂反聞聞自性，性成無上道者，亦即此是也。切不可謂持名一法淺近，捨之而修觀像觀想實相等法。夫四種念佛，唯持名最為契機。持至一心不亂，實相妙理，全體顯露。西方妙境，徹底圓彰。即持名而親證實相，不作觀而徹見西方。持名一法，乃入道之玄門，成佛之捷徑。今人教理觀法，皆不了明。若修觀想實相，或至著魔。弄巧成拙，求升反墜。宜修易行之行，自感至妙之果矣。

印光法師文鈔上冊

復徐彥如軼如二居士書

所言俗務糾纏，無法擺脫者。正當糾纏時，但能不隨所轉，則即糾纏便是擺脫。如鏡照像，像來不拒，像去不留。若不知此義，縱令屏除俗務，一無事事。仍然皆散妄心，糾纏堅固，不能洒脫。學道之人，必須素位而行，盡己之分。如是則終日俗務糾纏，終日逍遙物外。所謂一心無住，萬境俱閒，六塵不惡，還同正覺者，此之謂也。至于念佛一事，最要在了生死。既為了生死，則生死之苦，自生厭心。西方之樂，自生欣心。如此則信願二法，當念圓具。再加以志誠懇切，如子憶母而念。則佛力法力，自心信願功德力，三法圓彰。猶如果日當空，縱有濃霜層冰，不久即化。初心念佛，未到親證三昧之時，誰能無有妄念。所貴心常覺照，不隨妄轉。喻如兩軍對壘，必須堅守己之城郭，不令賊兵稍有侵犯。候其賊一發作，即迎敵去打。必使正覺

之兵，四面合圍。俾彼上天無路，入地無門。彼自懼獲滅種，即相率歸降矣。其最要一著，在主帥不昏不惰，常時惺惺而已。若一昏惰，不但不能滅賊，反為賊滅。所以念佛之人，不知攝心，愈念愈生妄想。若能攝心，則妄念當漸漸輕微，以至於無耳。故云，學道猶如守禁城，晝防六賊夜惺惺。將軍主帥能行令，不動干戈定太平。

印光法師文鈔上冊

復又真師覺三居士書民國二十年

念佛之人，當恭敬至誠，字字句句，心裏念得清清楚楚，口裏念得清清楚楚。果能如是，縱不能完全了無妄念，然亦不至過甚。多有只圖快圖多，隨口滑讀，故無效也。若能攝心，方可謂為真念佛人。大勢至菩薩，以如子憶母為喻。子心中只念其母，其餘之境，皆非己心中事，故能感應道交。又曰，都攝六根，淨念相繼，得三摩地，(即三昧也。)斯為第一。所言心、口、耳、悉令清楚者，即都攝六根之法則也。(心，即意根。口，即舌根。)心口念而耳聽，眼鼻決不至向外馳求，身亦不至倨傲放肆。今人念佛，多多都是不肯認真，故無效耳。又不念佛時，妄想雖多，無由而知。非不念時無妄想也。譬如屋中虛空，縱極好的眼，也看不見有灰塵。若窗縫中照來一綫之太陽光，則見光中之灰塵，飛上飛下，了無止息。而光未到處，仍然不見有灰塵。是知念佛時，覺得有妄想，還是念佛的好處。不念佛時，完全在妄想窠裏，故不知也。又念佛一法，要緊在有真信、切願。有真信、切願，縱未到一心不亂，亦可仗佛慈力，帶業往生。若無信、願，縱能心無妄念，亦只是人天福報。以與佛不相應故，固當注重於信願求生西方也。真有信、願，妄當自己。儻平日有過頭妄想，欲得神通、得名譽、得緣法、得道等。如是完全以妄想為自己本心，越精進勇猛，此種妄想，越多越大。若不覺照，永息此妄，則後來還會著魔發狂，豈但妄想而已乎，固宜汲汲息此過頭妄想也。做功課，當依功課章程。念佛歸位，有加釋迦、藥師、二佛者，亦無礙。論理，未念之前禮佛，則

係釋迦佛也。世人多以人情為事，人無不求消災延壽者，故加念藥師佛。實則阿彌陀佛，與十方三世一切諸佛，威神功德，悉皆齊等，非念阿彌陀佛，不能消災延壽也。

印光法師文鈔續編上冊

復朱德大居士書民國二十一年

念佛法門，注重信願，有信願，未得一心，亦可往生。得一心，若無信願，亦不得往生。世人多多注重一心，不注重信願，已是失其扼要。而復又生一既未得一心，恐不得往生之疑，則完全與真信切願相反矣。此種想念，似乎是好想念。實則，由此而益加信願，以致一心，則是好想念。若由因不得一心，常存一不能往生之心，則成壞想念矣，不可不知。欲得攝心歸一，第一要為生死心切，第二要懇切至誠，第三要著實從心中念，勿只滑口讀過。若再不能歸一，當依文鈔十念記數之法，自可易於歸一也。

印光法師文鈔續編上冊

復楊煒章居士書

今日為寫法名，以一函徧復作開示。信發後，看汝信，知汝不知淨土宗旨。當依一函徧復所說，生真信，發切願，志誠懇切，念佛名號。勿用觀心念法，當用攝心念法。楞嚴經大勢至菩薩說，都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。念佛時，心中（意根）要念得清清楚楚，口中（舌根）要念得清清楚楚，耳中（耳根）要聽得清清楚楚。意、舌、耳、三根，一一攝於佛號，則眼也不會東張西望，鼻也不會嗅別種氣味，身也不會懶惰懈怠，名為都攝六根。都攝六根而念，雖不能全無妄念，較彼不攝者，則心中清淨多矣，故名淨念。淨念若能常常相繼，無有間斷，自可心歸一處。淺之則得一心，深之則得三昧。三摩地，亦三昧之別名，此云正定，亦云正受。正定者，心安住於佛號中，不復外馳之謂。正受者，心所納受，唯佛號功德之境緣，一切

境緣皆不可得也。能真都攝六根而念，決定業障消除，善根增長。不須觀心，而心自清淨明瞭，又何致心火上炎之病乎。汝以極重之業力凡夫，妄用觀心之法，故致如此。觀心之法，乃教家修觀之法，念佛之人，不甚合機。都攝六根，淨念相繼，乃普被上、中、下，若聖若凡，一切機之無上妙法也。須知都攝，注重在聽。即心中默念，也要聽。以心中起念，即有聲相。自己耳，聽自己心中之聲，仍是明明了了。果能字字句句，聽得清楚，則六根通歸於一。校彼修別種觀法，為最穩當，最省力，最契理契機也。既發心念佛，必須戒殺喫素，煙酒同斷。清心寡欲，娶妻原為生子。世人每以行房事，為家常茶飯，而望生好子，則難乎其難。汝以妄為幾殆，當斷欲一二年，為生子故，待婦天癸淨後，又須吉日良夜一行，必定受孕。從此永斷，所生之子，定規賢善強健。又須敦倫盡分，閑邪存誠。諸惡莫作，眾善奉行。內而家庭，外而同人，均當以此奉勸，則是真佛弟子。否則尚為名教罪人，況欲了生脫死，超凡入聖，何可得乎。

印光法師文鈔續編上冊

復修淨師書

念佛法門，下手易而成功高，用力少而得效速。行、住、坐、臥，一切時，一切處，均好念。若衣冠整齊，手臉潔淨，出聲念，默念，均可。若睡倒，及衣冠不整齊，尚未洗漱，及到不潔淨處，或抽大小解時，皆須默念，不宜出聲。雖睡不可赤體，須穿衫袴。心中常存敬畏，不可放縱。欲攝妄念，第一要心存恭敬，常若身在佛前，不敢起別種念想。第二要字字句句，心裡念得清清楚楚，口裏念得清清楚楚，則妄想自漸漸消滅矣。即默念，也要聽。以心一起念，即有聲。自己的耳，聽自己心裡的聲，仍然明明了了。楞嚴經大勢至菩薩云，都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一，注重在聽。六根，即眼、耳、鼻、舌、身、意。心，即意根。口，即舌根。聽，即耳根。心念、口念、耳聽，此三根一攝，眼也不會東張西望，鼻也不會聞別的氣味，身也不敢放逸懈怠，故名都攝六根。都攝六根而念，自無汙雜妄念，

故名淨念。淨念，必須要常常相繼不斷，故名淨念相繼。能淨念相繼，久而久之，則得念佛三昧。此都攝六根，淨念相繼，為得三昧之第一妙法。故云，得三摩地，斯為第一。三摩地，即三昧之別名。如此念之，決有淨念常存，妄念全無之一日。光老矣，目力、精神、均不給，已經拒絕一切信札。愍汝之誠，為汝說其攝心，及請經書之辦法。然經書已久，恐無存者，即借不到，亦有利益。若借得到，當依之而行，則往生便可決得矣。

印光法師文鈔續編上冊

復李吉人居士書

念佛必須攝心，使雜念無由而起。若欲攝心，則當諦聽。若能字字句句聽得清楚，自然心不至於大散。雖不作觀，亦同作觀。若心不能攝，觀境不清，理性不明。妄欲得生上品，任己意以作觀，則着魔發狂者多多矣。往生上品，豈作觀方能哉。念至一心，並有大菩提心，又復自行化他，廣行六度，誰不能登上品。而以作觀為上品之因，亦一往之說也。攝心念，為上中下共修之道。其得益則隨人而分大小。作觀，則不知所以然者，斷斷不可盲修，以其或致著魔也。

印光法師文鈔三編下冊

復丁福保居士書七

光現在打七，祈勿來書。縱有商量，且待明年三月。若於三月前來書，概不奉復。祈慈諒。

念佛一法，當依淨土經論為準。末世眾生，業重障深，依觀經修觀，尚難成就。是以蓮宗諸祖，多皆專主持名。以持名易故，相續即生。至於攝心方法，種種不一。隨其人之根器用之，自得其益。若夫最為切要之法，總不過大勢至都攝六根，淨念相繼八字。大心念佛三昧法門，雖各有見處，不堪普徧教人。以下根不能修，而上根雖能修，固不須用此方法也。至於書額，佛之一字，寫得潦草古怪。足見其人

之平日，實未能於佛分上至誠懇切矣。凡此惡套，須力戒之。

印光法師文鈔三編上冊

復丁福保居士書十

玉峰法師行持雖好，見理多偏。其所著述，依之而修，亦可往生。但其偏執之語，未免有大妨礙。即如念佛四大要訣，其意亦非不善。而措詞立論，直與從上古德相反。不除妄想，不求一心，全體背謬。經教人一心，彼教人不求。夫不除妄想，能一心乎。取法乎上，僅得其中。豈可因不得而不取法乎。若以不得而令人不取法，是令人取法乎下矣。大勢至云，都攝六根，淨念相繼。彼極力教人散心念，不讚揚攝心念。念佛雖一切無礙，然欲親證三昧，能靜固好。不能靜，亦無妨即動而靜。彼直以靜為邪，謂大違執持名號憶佛念佛之旨，其過何可勝言。且念佛一法，圓該一代一切法門。而靜之一字，尚隔其外。豈可謂為淨宗真善知識。祈二次再版，刪去此四大要訣。庶初機不至受病，而通人無由見誚也。弘法利生，大非易事。稍有偏執，其弊叢生，不可不慎。

印光法師文鈔三編上冊

復夏壽祺居士書

汝父年高，當令即刻通身放下，一心念佛，求生西方。念時須心中念得清楚。口中念得清楚。耳中聽得清楚。即不開口，心中默念，亦須字字句句，聽得清楚。以心一起念，即有聲相。自己之耳，聽自己心中之聲，仍是明明朗朗。能常聽得清楚，則心歸一處，神不外馳。故眼也不他視，鼻也不他嗅，身也不放逸，故名都攝六根。如此念佛，名為淨念。（此三句，師自加密圈。）以攝心於佛號，則雜念雖尚未全無，然已輕減多多矣。若能常常相繼，便可淺得一心不亂，深則得念佛三昧矣。此係平日勸令專心致志之要義。

印光法師文鈔三編上冊

大佛頂首楞嚴經楷書以供眾讀誦序

唯淨土特別法門，仗彌陀慈悲誓願，與自己信願憶念之力，於臨命終時，蒙佛接引，往生西方。俾上上根人，速證無生，即下下根人，亦預聖流。其為利益，何可名言。此義乃華嚴末後歸宗之一著，切不可光之人微，而謂為謬妄也。吾人果能具真信切願，如子憶母，都攝六根，淨念相繼而念。即是以勢至反念念自性，觀音反聞聞自性，兩重工夫，融於一心，念如來萬德洪名。久而久之，則即眾生業識心，成如來秘密藏，所謂以果地覺，為因地心，故得因該果海，果徹因源也。有緣遇者，幸勿忽諸。此是微塵佛，一路涅槃門，況我末法人，何敢不遵循。

印光法師文鈔續編下冊

復吳希道居士書

人生世間，第一要親近良師善友。有良師善友，便可歸於正道。否則，燕朋相聚，便日淪於下流，而疾病亦因之常不癒也。淨土法門，其大無外。無知識人，每每小看。汝已持名，而心不歸一，以業障深故。念時，要心存敬畏，念起於心，聲出於口，音入於耳。要使句句聽清楚，從朝至暮，無用心事，則常念。大聲、小聲、心中默念、都要聽。以心一起念，便有聲相。自己之耳，聽自己心裏之聲，乃極明了事。早晚立一功課，或念彌陀經一徧，往生咒三徧，即念讚佛偈，念佛，或一千、八百、五百，隨各人工夫立。若忙極，即用晨朝十念法念。除早晚功課外，行、住、坐、臥、都要念。只求心歸於一，不必定求瑞相。以心若歸一，自與心浮散時不同。若不以心歸一為事，常想見瑞相，或起魔事，不可不知。至誠懇切聽，決不至起魔事。都攝六根，淨念相繼，乃念佛最妙之法。

印光法師文鈔續編上冊

與張靜江居士書民國二十四年

聞居士久已念佛，不知曾注意於信、願、求生西方否。佛法法門無量，無論大、小、權、實，一切法門，均須以戒、定、慧，斷貪、瞋、癡，令其淨盡無餘，方可了生脫死。此則難如登天，非吾輩具縛凡夫所能希冀。若以真信、切願、念佛、求生西方，則無論功夫淺深，功德大小，皆可仗佛慈力，往生西方。此如坐火輪船過海，但肯上船，即可到於彼岸，乃屬船力，非自己本事。信、願、念佛、求生西方，亦然，完全是佛力，不是自己道力。然一生西方，則生死已了，煩惱不生，已與在此地久用功夫，斷煩惱淨盡了生死者相同。故念佛決定要求生西方，切不可求來生人天福報。彼離信願以教人念佛求開悟之開示，切不可依。念佛之要，在於都攝六根。當念佛時，攝耳諦聽，即是攝六根之下手處。能志心諦聽，與不聽而散念，其功德大相懸殊。此法無論上中下根人皆可用，皆可得益，有利無弊，宜令一切人皆依此修。本欲詳說，以為時無幾，恐誤歸期，故略取要義書之。餘詳文鈔、嘉言錄，閱之自可悉知。

印光法師文鈔續編上冊

復郝智朗居士書

語云，富翁不知貧人之苦，壯夫不知老人之苦。汝意光之拒絕，不過為靜修耳，不知真是目力、精神、不給耳。祇汝之來函，并此回字，乃手、眼、二鏡并用，方能看寫。雪白紙耀目，一字不能寫。念佛三昧，亦不易得，若不自量，或致著魔。須知往生淨土，全仗信、願。有信、願，即未得三昧，未得一心不亂，亦可往生。且莫只以一心不亂，及得念佛三昧為志事，不復以信、願、淨念、為事。（都攝六根而念，為淨念。念佛時，常聽自己念佛音聲，即是都攝六根之下手處。切須注意。）或恐志大言大，未得實益，由不注重信願，不能與佛感應道交，仍在此五濁惡世中，做苦眾生耳。所言蕩益警策，當請善書者，寫作恭楷大字，張之庭壁，以發起一切人之信心，實為要義。至祈另作警策，文鈔中所說，均不足以警策乎。現在時局，危岌之極，當勸家屬老幼人等，同念南無阿彌陀佛，並念南無觀世音菩薩，以作

預防之計。否則，禍來時，避無可避，防無可防，為之柰何。當以此語，與一切有知見之人說之，庶令聞者，種出世之善根。此後切勿來信，凡題跋校勘，概不能應酬。

印光法師文鈔續編上冊

復幻修大師書民國二十三年

念佛的宗旨，是生真信，(即信)，發切願，(即願)，專持佛號。(即行，信願行三，為念佛宗旨)。念佛用功最妙的方法，是都攝六根，淨念相繼。都攝六根者，即是念佛之心，專注於佛名號，即攝意根。口須念得清清楚楚，即攝舌根。耳須聽得清清楚楚，即攝耳根。此三根攝於佛號，則眼決不會亂視。念佛時眼宜垂簾，即放下眼皮，不可睜大。眼既攝矣，鼻也不會亂嗅，則鼻亦攝矣。身須恭敬，則身亦攝矣。六根既攝而不散，則心無妄念，唯佛是念，方為淨念。六根不攝，雖則念佛，心中仍然妄想紛飛，難得實益。若能常都攝六根而念，是名淨念相繼。能常常淨念相繼，則一心不亂，與念佛三昧，均可漸得矣。

印光法師文鈔續編上冊

靈巖山篤修淨土道場啟建大殿記民國二十四年

諸大乘經，帶說淨土者，多難勝數。而楞嚴經大勢至念佛圓通章，實為念佛最妙開示。果能如子憶母，都攝六根，淨念相繼而念，豈有不現前當來，必定見佛，近證圓通，遠成佛道乎哉。

印光法師文鈔續編下冊

阜寧合興鎮淨念蓮社緣起序民國二十四年

須知念佛法門，以信願行三法為宗。念佛之要，在於都攝六根，淨念相繼。欲都攝六根，淨念相繼，無論行住坐臥，常念佛號，或聲或默，皆須聽己念佛之聲。儻能如是，則業消智朗，障盡福崇，凡所

作為，皆悉順遂。士農工商之職業，不但了無妨礙，且能啟發心靈，精於本業。以心不散亂，作事有主，如理亂絲，神凝則易，心躁則難。所以古之建大功，立大業，功勳徧四海，言行垂千秋者，皆由學佛得力而來也。

印光法師文鈔續編下冊

彌陀聖典序民二十年

三持名，謂一心稱念阿彌陀佛聖號。此三種念佛，法雖不同，皆需具有真信切願，方可與佛感應道交，方可決定現生出此娑婆，生彼極樂。此四種念佛，唯實相念佛，諦理最深，然頗不易修。以唯仗自己戒定慧，及參究照察之力，別無他力補助。若非宿根成熟，則悟尚不易，何況實證。唯持名念佛，下手最易，成功最速。儻能都攝六根，淨念相繼，必於現生親證念佛三昧，臨終決定往生上品。縱根機陋劣，未證三昧，但以信願持佛名號，如子憶母，常時無閒，迨至臨終，感應道交，仗佛慈力，帶業往生，末世眾生，唯此是賴。否則但種來因，難得實益。果能志心持念，念到全心是佛，全佛是心，心外無佛，佛外無心，無念而念，念而無念，心佛兩彰，而復雙泯時，則實相妙理，覲體顯露，西方依正，徹底圓彰。即持名而深達實相，不作觀而親見西方。攝機最普，得益最深，最利末法鈍根之士，大暢如來出世之懷。以故從上知識，多皆注重於持名一門，此念他佛之大致也。

印光法師文鈔續編下冊

復徐志一居士書

前寄法名經書，此次來信，但云謹稟，未免太傲慢了。念佛之法，各隨機宜，不可執定。然於一切法中，擇其最要者，莫過於攝耳諦聽。念從心起，聲從口出，音從耳入。行住坐臥，均如是念，如是聽。大聲，小聲，心中默念，均如是聽。默念時，心中猶有聲相，非無聲也。大勢至念佛圓通章云，都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。

念佛時能攝耳諦聽，即都攝六根之法。以心念屬意根，口念屬舌根，耳聽則眼不他視，鼻不他嗅，身必不放逸懈怠，故名都攝六根。攝六根而念，則雜念漸息，以至於無，故名淨念。淨念能常相繼不間斷，便可得念佛三昧。三摩地，即三昧之異名。吾人隨分隨力念，雖未能即得三昧，當與三昧相近。切不可看得容易，即欲速得，則或致起諸魔事。得念佛三昧者，現生已入聖位之人也。故須自量。隨息之法，在淨土十要第五寶王三昧論第九，此生他生一念十念門，觀之自知，故不多說。祈慧察。當此大劫臨頭，家國身命存亡不定之時，固宜一心念佛，念觀音，以祈和平。不宜泛泛然求開知解，以期做大通家也。

印光法師文鈔三編上冊

復孫藝民居士書

至於修持法則，文鈔乃為初機入道之要書，不可不看。念佛人靜坐也須念佛。非外道只靜坐而已。念佛行住坐臥都可念。行時聲默隨意。臥時宜心中默念，不宜出聲。坐時切不可掐珠，掐珠則神不能定，久則受病。臥時亦然。無論行住坐臥聲默，都要字字句句，心中口中念得清楚，耳中聽得清楚。默念不開口，心中仍有聲，自己的耳，聽自己心裡的聲，與開口朗念無異。此為念佛最切要之妙法，且不吃力。楞嚴經大勢至菩薩云，都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。耳能聽得明白，則六根都攝無遺矣。如此而念，名為淨念。淨念能常相繼，則可得念佛三昧矣。祈努力依行，決定可以出此五濁，登彼九蓮。凡見一切女人，均作母姊妹女想。即自妻亦作此想，則淫欲魔無如汝何矣。念佛求生西方，以真信切願為前導。以至誠持念為正修。切不可求開悟，明心見性，看念佛的是誰，此是參禪人的工夫。即真明心見性，若見思惑未斷，尚無了生死之分。況未到明心見性地位乎。此係仗自力了生死者。念佛乃仗佛力了生死法門。若看念佛的是誰的人，決定無有真信切願。未斷惑，則不能仗自力了生死。無真切信願，則不能仗佛力了生死。求昇反墜，弄巧成拙，許多癡人，均以此為高超玄妙，可哀孰甚。今為汝取法名為慧淨。謂以佛智慧所說淨土法門

而修，決定可以往生淨土也。(民廿八 八月初七)

印光法師文鈔三編上冊

復明性大師書

手書備悉。譽我過甚，令人不安。光之為人，心直口快。不過譽人，不受人譽。年雖八十，一無所知。故止以念佛為自了計。但以業重，絕無所得，由有六十年之閱歷，所說不至誤人耳。座下既不以文鈔蕪穢見棄，當依文鈔所說而修，決不至誤汝大事。至於來山一事，實可不必。淨土法門，絕無口傳心授之事。任人於經教著述中自行領會，無不得者。蓮宗九祖，非各宗之一一親傳，乃後人擇其宏淨功深者而稱之，實則尚不止九十也。光出家後，發願不收徒眾，不作住持，不作講師，亦不接人之法。當唐宋時，尚有傳佛心印之法。今則只一歷代源流而已。名之為法，亦太可憐，淨宗絕無此事。來山尚不如看書之有益。古人云，見面不如聞名。即來與座下說者，仍是文鈔中話，豈另有特別奧妙之秘法乎。十餘年前與吳璧華書末云，有一秘訣，剴切相告，竭誠盡敬，妙妙妙妙。又楞嚴經勢至圓通章末後云，佛問圓通，我無選擇，都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。無選擇者，徧用根塵識大以念佛也。念佛仗佛力了生死。禪仗自力了生死。今人能悟者，尚不可多見。況證四果（藏教）及七信（圓教）乎。（四果七信，方了生死。）都攝六根，入手在聽。無論大聲念，小聲念，不開口心中默念，均須字字句句聽得清楚，此念佛之秘訣也。信願行三，為淨土綱要。都攝六根，為念佛秘訣。知此二者，更不須再問人矣。

印光法師文鈔三編上冊

復方聖照居士書二

老人當以念佛為正行。寫經要志誠恭敬，一筆不苟。又須過細校對，不令有錯。若或有錯，當另寫。不可剗補，以免久則糴性退而落

脫也。寫一句，校一句。寫一行，校一行。一葉寫完，通葉再詳校二三次，方可無錯。若錯不願寫全頁，則將錯字點一筆，即寫正字於其旁。千萬不可剜補。汝之字，不甚好，不必又寫華嚴。以字不甚好，後來人不甚注重，還是一心念佛好。若念佛有妄想，當用心聽。字字句句，都要聽得明白。無論大聲小聲，心中默念，都要聽得清楚。久而久之，心自歸一。楞嚴經大勢至圓通章云，都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。即是攝耳諦聽之法。當依此而念，不至仍舊妄想紛飛耳。(正月廿九)

印光法師文鈔三編上冊

復拜竹居士書三

尚彬皈依法名之信，早已寄去，或是郵誤，或是轉者所誤。今為另取法名為宗誠。宗，主也，本也。謂以誠為主為本，自可業消病愈，轉弱為健。所言次子長子婦之瘋顛，亦是宿業所使。亦或被外道以汝反彼教，役使邪鬼邪神作祟，欲汝仍崇信彼教耳。汝能不為所動，而病者亦不為所動，則彼邪鬼邪神無奈正何，故悉得愈。外道多有此種邪法，蠱惑無知無識之人。所言三皈五戒，在佛前自受者，文鈔中與徐州徐福賢女士書中，有說此事。祈查閱之。尚彬痛為廢人，而念佛日止二三千聲，何得所望者大，而修者小乎。當盡日常念，自可步履如勇士矣。所言念佛妄想多，當一心念，攝耳諦聽，字字句句，勿令空過，久而久之，心自歸一。此念佛最妙之法也。楞嚴經大勢至圓通章云，都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。聽即都攝六根之法。此法無論上中下根人，用之皆有益而無弊。凡一切人皆以諦聽告之。餘詳文鈔，此不具書。(甲戌十月初五日)

三摩地，即三昧之別名。此云正定正受。謂一心念佛，不為外境所動，不為雜念所侵，故名正定正受也。

印光法師文鈔三編上冊

復常逢春居士書五

郵票收到，以後切勿再寄東西。一心念佛，又不可專事閱覽。念佛是正行，行路等何必看書，祇好念佛。看書與念佛兩不相同。念佛行住坐臥都好念。看書，非凝神靜慮，不得其義意。念佛之要，在都攝六根，淨念相繼。欲都攝六根，只長聽自念之佛聲，則得之矣。至於開法名之首字，以後代為皈依，此事光絕不贊成。以有流弊，故不開其端。

印光法師文鈔三編上冊

復常逢春居士書七

手書并劉文章書，備悉。所開單，本欲書於名上，而目力不給，不能細書，因另紙書之，祈為分送。至於開示，總以敦倫盡分，閑邪存誠，諸惡莫作，眾善奉行，信願念佛，求生西方，自行化他為準則。念佛下手，最要莫過於聽。聽則心沉而一，所謂都攝六根，淨念相繼者。今為汝寄書二十五包，大部頭無多者，存會中大家看。單本多者，除留會外，擇通文理，有信心，能恭敬者送之。劉文章好學，而住處遠，無論大小，每種各送彼一分。不可來信攪擾，但自認真修持而已。二十五包書收到後，只寄收到信片，不得多絡索。光目力不給，看字亦甚吃力，不可不體諒，祈慧察。并與諸人說之。(二月廿一日)

印光法師文鈔三編上冊

復張曙蕉居士書八

世間多少聰明人，皆被之乎者也所誤，畢世不得實益。居士慧根夙植，固為難得。然以多知多見，反為障礙。既信淨土法門，何不於此法中死心做去。而修返聞數息唯識等觀，此各種法，均是大乘法門。然皆屬自力，未可與仗佛力之法門論其利益也。今既發心念佛，當以心佛相應，生前得一心不亂，報盡登極樂上品為志事。不必求其大徹大悟，明心見性也。宗門以開悟為事，淨宗以往生為事。開悟而不往生者，百有九十，往生而不開悟者，萬無有一。此義認不準，或致因

求悟而反不以往生為事，則其誤大矣。今修念佛法門，當依大勢至菩薩所示，如子憶母之誠心，修都攝六根淨念相繼之實行。果能死盡偷心，則一心不亂，念佛三昧，或可即得。然念佛三昧，乃三昧中王，且勿視為易易。縱不即得，當亦相去不遠矣。都攝六根，為念佛最妙之一法。念時無論聲默，常須攝耳諦聽。此乃合返念念自性，與返聞聞自性之二義而兼修者。返聞單屬自力，返念兼有佛力，則為益大矣。心念屬意，口念屬舌，耳聽屬耳，眼皮下垂，即見鼻端，則眼鼻二根亦攝。五根既同歸一句佛號，身根焉有不恭敬嚴肅之理乎。故知都攝六根，下手在聽。能都攝六根，則心識凝靜而不浮散，便名淨念。以六根既攝，雜妄等念潛消故也。淨念又能常常相繼無或間斷。則念佛三昧，可即得矣。故下曰得三摩地，斯為第一。此大勢至菩薩，以教化九法界一切眾生者。實三根普被，有利無弊也。果肯依之而修，當必有觀行相似等利益可得也。

印光法師文鈔三編上冊

答俞大錫居士問

（六）念佛時跏趺對像坐，口念耳聽，手數珠，心想無量光佛，以冀三密相應，乃昏散仍不能免。將從容以待其純熟，抑有何法以資都攝。

答：跏趺坐念，不宜掐珠。掐珠則心難靜息，或致受病。宜按鐘計數，一刻鐘念若干佛，即與掐珠同。都攝六根，淨念相繼，乃最妙之制心法。

印光法師文鈔三編下冊

答幻修學人問

問：都攝六根，淨念相繼，云何行持。

答：念佛的宗旨，是生真信，（即信）發切願，（即願）專持佛號。（即行）信願行三，為念佛宗旨。念佛用功最妙的方法，是都攝六根，

淨念相繼。都攝六根者，即是念佛之心，專注於佛名號，即攝意根。口須念得清清楚楚，即攝舌根。耳須聽得清清楚楚，即攝耳根。此三根攝於佛號，則眼決不會亂視。念佛時眼宜垂簾，即放下眼皮，不可睜大。眼既攝矣，則鼻也不會亂嗅，則鼻亦攝矣。身須恭敬，則身亦攝矣。六根既攝而不散，則心無妄念，唯佛是念，方為淨念。六根不攝，雖則念佛，心中仍然妄想紛飛，難得實益。若能都攝六根而念，是名淨念相繼。能常常淨念相繼，則一心不亂，與念佛三昧，均可漸得矣。祈注意。但祈都攝六根，淨念相繼，則業消智朗，心地開通。何愁不解經義乎哉。祈勉力。

印光法師文鈔三編下冊

淨土法會課儀跋

如來一代所說一切法門，皆須斷盡煩惱，方可了生脫死。惟念佛一法，若具真信切願，即可仗佛慈力，往生西方。念佛法門，以信願行三法為宗。信願為前導，念佛為正修。有以專求一心，不講信願。及注重開悟，不求往生者。皆不知念佛之宗旨者。棄佛力以仗自力，忽佛智而矜己智。其自誤誤人也，大矣。念佛之心，必須懇切至誠，如子憶母。縱有他境當前，終不能令此憶母之心，或有忘失。當念佛時，或聲或默，均須攝耳諦聽。不令一字一句，滑口念過。大勢至菩薩所謂都攝六根，淨念相繼者，即此隨念隨聽之一法也。果依此說，決定往生。若或討巧，定成大拙。自誤誤人，害豈有極。

印光法師文鈔三編下冊

南京素食同緣社開示法語

故知了生脫死，入聖超凡，捨淨土別無長策。念佛一門，須信願行具足。信之既深，則發願必切。發願既切，則行持必力。但念彌陀，莫加他法。當以真信切願，執持名號。都攝六根，淨念相繼。心念耳聽，字字句句，念得分明，聽得分明，便是往生正因。既以此法自行，必須又以此法化他，則化功歸己，實為往生最勝資糧。

淨土法門說要

修持淨土念佛法門，當以信願行為宗。信者，當篤信佛力。彌陀如來在因地中，發四十八願，願願度生，中有念我名號，不生我國，誓不成佛。今者因圓果滿，故我今念佛，必得往生。次信佛力慈悲，攝受眾生，如母憶子。子若憶母，如母憶時，定蒙接引。次信淨土法門，如永明禪師四料簡所言。較諸餘法，其間大小難易得失，迥然不同。雖有餘師稱贊餘法，不為所動。乃至諸佛現前勸慰，令修餘法，亦不退轉，此乃真所謂信也。願者，願以此生誓往西方。不取多生修習，於穢土中頭出頭沒，從迷入迷。復願既生西方，回至娑婆，度脫一切眾生。行者，真實依教起行。大勢至念佛圓通章云，都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一。則知念佛之法，當都攝六根。都攝六根之前，尤當先攝二三根。二三根者，何也。即耳口心是也。將南無阿彌陀佛六字，一句一句，一字一字，口中念得明明白白。心中念得明明白白。耳裏聽得明明白白。稍有不分明處，即是不真切而有妄想。（祇念不聽，易生妄想。）念佛固要字句分明，不加思索。其他看經亦然。切莫一路看一邊分別，則獲益少而情想多。昔有寫經者至誠寫經，專心一意，祇管寫經，別無情見，迨天已黑，仍抄寫不輟。忽有人告以天黑，何能寫經。爾時寫經之人，情念一動，遂不能寫。夫明暗之分，眾生之妄見也，眾生之凡情也。故當專心一意，妄盡情空之際，祇知寫經，不知天之既黑，亦不知天黑則無光，而不能寫經。迨至為人提破，無明動而情想分。妄念一動，光明黑暗，頓時判別，遂致不能寫經。故知用功之道，端在專攝，不事情想。若無思想，那有邪見。邪見既無，即是正智。