

第一節 大乘通說

- 一、通論大乘
- 二、根機與教法
- 三、佛性
- 四、菩薩道

第二節 菩薩行通說

第三節 布施波羅密

第四節 尸羅波羅密

第五節 忍辱波羅密

第六節 精進波羅密

第七節 禪定波羅密

第八節 般若波羅密

一、總說

二、詳說般若

三、大乘三系

第九節 大乘行位(十地)

第十節 佛果功德

第一節 大乘通說

一、通論大乘

- 在前四乘的共德上，進一步說明菩薩的因行果德
 - 人天法：雖善但不能脫離生死
 - 二乘法：雖能離生死但不究竟(以脫離生死為主)
- 佛法的真實義—佛出世是為度眾生，使眾生悟入佛道，所以發菩提心、修菩薩道、成如來果，才是佛法的真實義。

二、大乘與不共

1、「大乘」的意義

— 「相對」義而言：

(1) 殊勝大 — 超勝了小乘

(2) 含容大 — 含容了小乘

— 「絕待」義而言：

(1) 超勝到無所對待

(2) 含容到無所不攝

2、不共

— 是人、天、聲聞、緣覺乘中所沒有的。

— 統攝一切功德，無不成為大乘的特法。

二、根機與教法

(一) 根機：迴入&直入

1、迴入：先修二乘再發心成佛

- 有的初學聲聞行不曾決定，就轉學大乘。
- 有的在聲聞中已得決定（忍位），或是已證入法性而得初果（須陀洹）以上，再發大心的。
- 有的已證第四阿羅漢果再發大心的。
- 也有入了無餘涅槃，再發大心的。

❖ 迴入大乘的原因

- 恥有所不知：
 - （1）佛為彌勒菩薩說法，但阿羅漢無法了解。
 - （2）阿羅漢智慧不如佛，遇可度眾生而不度。
- 恥有所不能：
 - 不能演說無上道，不能莊嚴佛土、成就眾生。
- 恥有所不淨：
 - 二乘人未斷習氣(或還有所知障)

2、直入

(1) 種種原因而發心：

- 親見如來色身相好而發心修學大乘法。
- 見如來神通威力而發心。
- 見如來法會莊嚴，聽如來圓音教化而發心。
- 聽佛弟子教化(出家、在家)
- 誦讀佛經深義而發心。

(2) 發心大乘的真義：

- 不忍聖教衰 — 護法，為弘揚佛教而發心
- 不忍眾生苦 — 利生，為救度眾生而發心。

(3) 三種根性：

瞋行人	知	智慧	法行人	智增上	誦經	文殊
貪行人	情	慈悲	悲行人	悲增上	吃素	觀音
痴行人	意	信願	信行人	信願增上	念佛	普賢菩薩

(4) 三類入佛道身行

A 依聲聞入—先修聲聞再迴入

- 一般：證果或未證果，迴入大乘。利根：內秘菩薩行，外現聲聞身

B 依天乘入—求生天

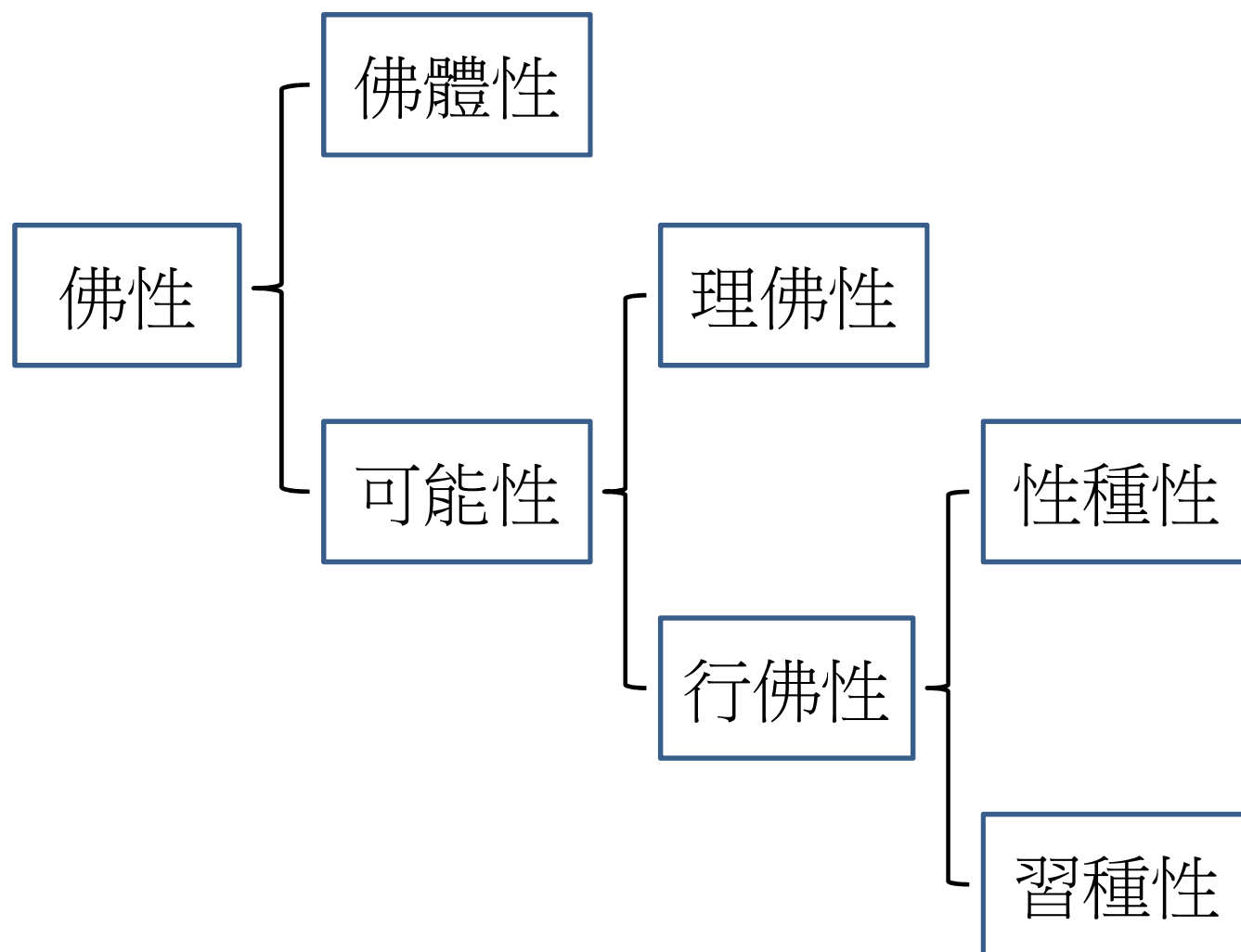
- a.淨土行者：一般人，先在淨土中修得信心不退，再迴入娑婆。利根者，早發菩提心，解法空性，一登淨土即能悟無生
- b.秘密行者：修欲天色身，以三秘觀想。利根者，三心相應，以方便至究竟

C 依人乘入—依三心修十善行—六度

(二) 教法：權實二教、方便vs究竟說

- 權教：方便說(教)、迴入
 - 小乘是方便：先修小乘再迴入大乘
 - 大乘中的方便：異方便或勝方便，依天乘入
 - ❖ 依淨土迴入
 - ❖ 依密法修天色身迴入
- 實教：究竟說
 - 依人乘入：依人身修菩薩道，即人成佛
 - 依人生三心相應，修十善、六度

三、佛性



(一) 通俗說：佛的體性

- 體性本具說，眾生本有佛的體性、有佛的本性
- 如黃石中有金性
- 最通俗的說法，引導契入的方便

(二) 真實說：成佛的可能性

- 有成佛的因緣
- 佛性的深義，一般不易信解
- 理佛性 vs. 行佛性

1、理佛性(理一空)

- 1) 空性：一切法從本以來無自性 → 本性空寂。
- 2) 佛性：這無性即空，空即不生滅的法性，可稱為佛性
- 3) 成佛的原理：此法空性，就是可凡可聖，可染可淨的原理，也就是可能成佛的原理
- 4) 悟：但空性就是勝義，是悟而成聖，依而起淨的法性，為成佛的要因
- 5) 眾生有佛性：法空性是遍一切一味的，於一切眾生無差別，所以說一切眾生都可以成佛
- 6) 方便立名：為了引發一般的信解，方便說此法空性為如來藏、佛性，而說為本有如來智慧德相等

2、行佛性(事一緣起)

- 1) 發心：依修習發心而成為成佛的因性。
- 2) 唯識：依『法界等流』的『聞熏習』，成為成佛的種子。
- 3) 行性：一切法空性，為可能成佛的理性。依佛菩薩的教化，發心成聞熏習，為可能成佛的行性。
- 4) 緣起性空：因為無性空，所以從緣而起；從緣而起，所以是無性空的
- 5) 約理佛性說，一切眾生都是有佛性的。約行佛性說，待緣而成，所以是或有或無的
- 6) 二位：性種性位，習種性位

a. 性種性位

- 起初，以見佛聞法為因緣，發大菩提心，熏習成大乘佛性。如下種一樣，菩提心一發起，永為成佛的因緣，名性種性。
- 但這不能說是本有的，因為是依發心而熏習成的。

b. 習種性位

- 熏修：有了菩提心種，就依這佛性而漸漸修發，使佛種的清淨功能，由下成中，由中成上。
 - 習種性：大乘的功德淨能，不斷熏習而增勝起來，名為習種性。
 - 佛體性：等到久久熏修，引發無漏清淨功德，那就不但是佛的因性，而且已分得佛的體性了。
- ❖ 法空性（理佛性）雖凡聖一如，眾生界，菩薩界，佛界，平等平等，而成佛或不成佛，還要待修習來分別：**1**、發菩提心，**2**依菩提心種而不斷熏習增長。

第二節 菩薩行通說

一、菩薩與菩提心

- 菩提薩埵（菩薩）：Bodhisattva (enlightenment seeker) —強烈追求無上菩提的有情（覺有情）
- 菩提bodhi—覺
- 薩埵sattva—意志、追求、勇心、有情識
- 發菩提心：上求菩提下化眾生
- 眾生之上首
- 攝一切世間出世間功德：五乘功德
- 菩提心為「一切佛法種子」

二、學佛(大乘)三要

- 菩提心：目標；入門方便，如念佛，佛功德
- 大悲心：動力；普門品，大悲咒
- 無所得心：方法；心經
- 三心相應攝導一切善法入於成佛之道

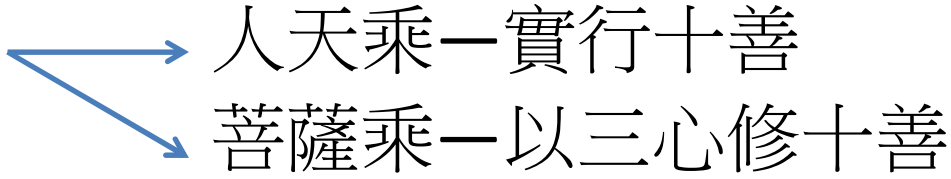
❖ 人類特德的淨化

壞	人性	好	三心	佛果德
痴	知	智慧	無所得心	般若德(智德)
貪	情	慈悲	大悲心	解脫德(恩德)
瞋	意	信願	菩提心	法身德(斷德)

- 成佛之道—將人性知情意發心轉換成菩薩三心，經過長期修行提昇淨化成佛的三德

三、菩薩學處(行/戒)

1、十善

- 發心之後如何做? 受戒— 菩薩戒
- 菩薩戒— 十善為根本，十善正行的深廣實踐
- 十善 
 - 人天乘—實行十善
 - 菩薩乘—以三心修十善
- 三聚淨戒—善行的不同意義，不同面的觀點
 - 攝律儀戒(自利) —防非止惡的功能。律：規範，儀：外表的行為，律儀：身體的行為
 - 攝善法戒(利他)—廣集一切善行，養成善行的習慣，積極做好事
 - 饒益有情戒(最終目標)—利益救濟一切眾生(大悲為上首)

2、菩薩戒相

- 受菩薩戒要先受七眾戒
 - 在家二眾，出家五眾
- 大部份菩薩戒都附見於經中
 - 佛並無制菩薩戒
 - 祖師從大乘經中摘錄出來
- 五戒、菩薩戒都在三歸依中得戒
- 五戒盡形壽：這一生
- 菩薩戒盡未來際：未來無限生

- 漢傳種種菩薩戒
 - 羅什譯梵網經菩薩
 - 十重四十八輕
 - 漢傳出家眾受
 - 曇無讖譯優婆塞戒經
 - 六重二十八輕
 - 在家眾受
 - 玄奘譯的《瑜伽菩薩戒本》
 - 四重四十三輕戒
 - 推廣中
 - 《虛空藏經》，《菩薩本業瓔珞經》，《勝鬘經》等
- ❖ 我國一向採用《梵網戒本》，但廣說開遮持犯，犯輕犯重戒相的，《瑜伽菩薩戒》要明確得多

3、菩薩重要禁戒

- 退失菩提心
 - 如對於利益眾生，起了厭倦棄捨的意念，不想求證無上菩提
 - 菩提心，可說是菩薩的根本戒，總相戒
- 殺盜淫妄等共聲聞重戒，不消說是犯菩薩戒，更是一般道德規範。

- 嫉、慳、瞋、慢
 - 嫉：為了貪求個人的利養恭敬，因此嫉妒別人，故意的自讚毀他。
 - 慳：有來求布施的，由於慳吝心，雖然有法有財，而不肯修法施財施。
 - 瞋：瞋心極重，不但罵詈傷害別人；別人來懺悔，請求諒解，也不受懺謝，永遠的怨恨他。
 - 慢：不虛心，自以為了不起，這才宣揚一些似是而非的佛法，反而毀謗別人弘揚的正法。
- ❖ 這四項重戒，都是障於利他的菩薩行

4、犯戒與重受

- 發了菩提心，受了菩薩戒，怎麼也不會退失的
- 犯戒的是暫時失卻作用，所以應如法再受，給以新的熏發，恢復菩提心戒的功德。
- 發了菩提心，受過菩薩戒，縱使是退證小果，或者退墮到三惡道中，終究要依此菩提心戒的清淨善根，迴入大乘道而成佛的

四、菩薩道通說

1、六度(波羅蜜)

- 大乘的修行要目
 - 布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若
 - 波羅蜜：到彼岸、究竟、圓滿
- 般若攝導五度，五度圓成般若
- 六度每一度都是自利利他的德行
- 分別說
 - 施、戒、忍是利他的福德道
 - 禪、慧重自利的智慧道
 - 精進通二道

- 實說、方便說

- 有時約偏重說：修某一法能速成菩提
- 有時約融攝說：修某一度能具足六度
- 就實說：佛果必依萬行而成，萬行統歸為六度

2、四攝

- 攝：攝受，這四法能攝化眾生
- 布施、愛語、利行、同事

3、菩薩位

- 信心位：修習信心—十信位(修一萬劫)
- 修習位：三大阿僧祇劫開始—十住、十行、十迴向(共修一大阿僧祇劫)。
- 聖位：十地

- 十信位：

- 初學發菩提心、修學菩薩行的，是在修學信心的階段。稱為十善菩薩，也即是十信菩薩。凡夫的初學菩薩法，還沒有堅固不退時，都屬於此。
- 依經論說，這一階段，要修學一萬劫。
- 正行：
 - 要培養信心、悲心，學習發菩提心；樂聞正法，聞思精進。
 - 而著重以十善業為菩薩道的基石。
 - 這類菩薩，雖沒有什麼深定大慧、神通妙用，但能修發菩提心，修集十善行—菩薩戒，精勤佛道，已充分表示出菩薩的面目。

第三節 布施波羅密

一、利生為本

身及諸受用 三世一切善 為利諸眾生 無惜而行施

1、布施真義

- 大乘：一般布施的深化—三心相應
- 總相：捨己為他：
 - 破除慳貪
 - 消除我執 (不易布施的原因—執為己有)

2、一切施：為利益眾生無惜而行施

- 身：身體的部份或生命，或身體的服務勞動
- 受用：自己受用的資具財物
- 善法：世間、出世間等等一切有利眾生之法

二、動機觀念

1、下士為己施

- 下士：發增上生心而求人天功德。
- 下士的布施是道德的，其實出於功利心，為自己的人天福樂而布施。
- 布施的功德是有的，但極其有限

2、中士解脫施

- 發出離心求解脫生死的，名「中士」。
- 中士是厭離生死苦，為求解脫而施，著重於解脫，不受財物等所累。

3、大士利他一切施

- 大士：發菩提心名為大士，就是菩薩。
- 利他施：這並非說布施沒有功德，而是不從自己的功德著想，專為與樂拔苦的利他而布施。
- 一切施：菩薩是內而身心，外而財物，一切功德善法，什麼都施捨

例：自己如雇員或公僕一樣，代為管理經營，如物主需要時（有人來乞求時），就無條件的奉上(合於法理)。自己的享受，正像雇員的取得合法的生活費一樣。

三、施物

1、財施：身外財物—外財；身體、生命—內財。

2、法施：

- 以自己所解所行的佛法，教化眾生。
- 以種種有益的知識技能，教授別人。

3、無畏施：

- 對受各種傷害之人，菩薩都能給以力量，協助他，保護他，使人獲得沒有威脅，沒有恐怖的自由，叫無畏施。
 - 有情之禍：惡王，盜賊，流氓、獅子，虎，狼，毒蛇等威脅傷害的怖畏。
 - 自然災害：水災，風災，地震，瘟疫等傷財失命的怖畏。(再如生、老、病、死等)

四、行施態度

1. 難施：

- 或是自己還不夠用的財物，或是自己最心愛的物品，或是以極大努力與犧牲而得來的東西，菩薩也能樂意的施捨出去，所以是不容易的布施。

2. 殷勤施：

- 常施；清淨心，恭敬心，歡喜心來布施，而且親手布施。避免：不得已才布施、隨便施捨、冷譏熱諷等等。

3. 聞施心歡喜：

- 聽到有布施善法或機會，心常生歡喜。

五、不應施

- 1、原則：布施，是為了於他有利，於自己的道業有益。如違反了這一原則，那就不應該施給他。
- 2、三方面：
 - 能力(自)：菩薩要漸漸修學，忍力強，悲心深，不帶一分勉強才得，否則會障礙修行
 - 求施者(他)：從求布施的人來說，如是邪魔外道，故意來搗亂；或是瘋狂，或是幼稚，作不正常，不需要的求索，都不應該施給他
 - 目的(所為)：要求布施，到底為了什麼；如為了小小事而乞求身命，那是不應該施的。或如要求幫忙做壞事等等。

六、修意樂

- 布施一般以實際的布施，利益眾生為主
- 從(圓)自成佛道來說，布施度以圓滿捨心為最「勝」，重在養成一切能施的意欲。
- 菩薩應常常修習「勝解」的布施，使能施的意樂增長。
 - 禪觀勝解：在禪定中，以勝解力，現起廣大無量的種種資財，拿來上供諸佛，下施眾生。
 - 宗教行為：常發願、迴向等等
 - 輔助加強宗教實踐的信心和毅力。

七、布施波羅蜜

- 無所得：般若引導布施而成波羅蜜多，一定要以無所得的般若為方便而修
- 三輪體空：
 - 三輪：一、施者，是能布施的自己；二、受者，是受布施的人；三、施物，是布施的事物。
 - 如布施時，對於施者，受者，施物—「三輪」，能與無所得的空慧相應，深入法性空，不取我相，不取法相，那就是有方便善巧的布施，不為煩惱所繫縛，名為出世間的施波羅蜜多
- 近以與真實：真實的出世波羅蜜多，是大地菩薩與無分別智相應的布施。發心住以上菩薩，能與法空慧相應，名為近（似）波羅蜜多，也能趣向佛道了。

第四節 尸羅波羅密

一、持戒的根本目的

戒斷於損他 普施無所畏

二、失戒過患

失戒眾患本 惡趣亦貧困

三、三種持戒發心

持戒三善本 增上決定勝 為他淨尸羅 則入於大乘

四、持戒心態

受持淨戒者 如護於浮囊 不輕於毀犯

五、戒波羅蜜

持犯俱不著

一、持戒的根本目的

(一)護生不損他

- 保護其他眾生的生命、財產
- 尊重他人的權利
- 尊重他人的自由
- 從不損他的願心而表現於對眾生的合理行為

(二)普施無畏

- 對像：對一切眾(以人為主而擴大之)
- 時間：盡未來際
- 行為：一切無損、利他的行為
- 以攝律儀戒而上通攝善法戒和饒益有情戒。

二、失戒過患

- 為什麼不能受持淨戒？
 - 過重的煩惱
 - 不知道犯戒的過失、持戒的功德
- 性戒：不問有沒有受戒，犯了都是罪惡的
- 過患：墮三惡趣和貧窮
- 功德：人天福樂
- 外依三寶的加持，內發深切的誓願而受戒，是能做到清淨不犯的。

三、三種持戒發心

(一) 發增上生心持戒

- 人的基本倫理道德---五戒
- 得增上生，生人天而得富樂自在的果報

(二) 發出離心持戒

- 滅除我執
- 出離三界輪迴—屬於「增上戒學」
- 以出離心而持戒的，能得「決定勝果」。「決定」：是證得聖果勝法的，一得永得，決定不再退墮生死

(三)發菩提心持戒

- 為追求無上正等正覺(發菩提心)，護念一切眾生而持戒—大乘戒
- 三聚淨戒---自利利他
- 七眾的別解脫戒，從菩提心出發而受持的，就是菩薩的別解脫律儀
- 有人聽到持戒，就以為是小乘，這是大邪見為佛教衰落與混亂的原因

四、持戒的態度

- 毀犯原因：
 - 外在環境：誘惑力太大
 - 內心煩惱：力量太強沒受到對治
 - 淨戒力量太弱：沒有養成善習
- 如護浮囊(橡皮艇)
 - 從小小戒做起，養成習慣。
 - 菩薩在未得忍力以前，在生死大海中，常願生在人間，見佛聞法，利益眾生；淨戒就是確保人身而不致失敗墮落的浮囊。所以菩薩的受持淨戒要『輕重等護』。

五、尸羅波羅密

- 三心持戒—菩提心、大悲心、無所得心(三輪體空)持戒
- 持犯不著：
 - 持戒：三輪體空—持戒者、對境、戒法
 - 犯戒：不輕視毀犯戒法的眾生
 - 從大悲心來說，這是可憐憫，而不是可輕視
 - 凡輕視毀犯的，自己早落在我執我慢的分別心中
 - 如輕視毀犯，由於意識上的對立，不容易教化他
- 菩薩的淨戒，是無所得的空慧相應—尸羅波羅密。

第五節 忍波羅蜜

一、攝生為本

攝護於眾生 菩薩修忍度

二、三種忍

耐怨安受苦 及諦察法忍

三、別說忍義

瞋他有何益 自他增憂苦

瞋火燒善根 忍則五德具

四、綜述前三度

施戒及安忍 多為在家說

廣聚福資糧 是佛色身因

一、攝生為本

- 菩薩道：攝護眾生---布施、持戒
 - 忍功能：護持布施、持戒的功德
 - 忍(辱) kṣānti
 - patience, forbearance, endurance, indulgence
 - 認知：深刻的了解
 - 意志：意志力上的忍受
- } 所產生的耐力和毅力
- ❖ 忍是意志堅定，經得起打擊，受得了磨難，不問怎樣艱苦，都能保持自己，不受外來的影響，而改變宗旨，或者引生罪過。

二、三種忍

(1) 耐怨害忍：

- 對怨敵來加害的忍
- 如：他人在身體及精神上的迫害與攻擊的忍

(2) 安受苦忍：抗壓性

- 對外在自然環境：冷、熱、風、雨等等
- 內心煎熬：工作上、家庭上、出家修行上

(3) 諦察法忍—

- 審細諦察而悟入佛法(法)，忍是安心入理的意思。
- 對一切事的緣起性有深透的認識和知見，進而生起自然而然的忍的力。(三個圈)

❖ 深悟緣起世間而不起瞋恨心的作為與反應。

三、特說忍義

- 受人損害時，會引起瞋忿的反應，取敵視，反抗，報復的行動，這確是凡夫的本性一苦的產生。
- 自身的失敗，決不單是為了他人的損害破壞，主要還在自身的不健全。換言之，自己才能損害自己。眼前的受損害，受冤曲，在自己如法的進修中，沒有不被了解而恢復的。惟有自己不向上，到死而德業無成，才是可憂慮的。
- 依佛法，就是一生的冤抑，屈辱，犧牲，在無盡的生死過程中，這算得什麼？**惟有不能趣向佛道，永遠在生死中頭出頭沒，才是可悲哀呢！**
- 不忍而瞋忿報復，徒然使自己與他人，增長種種的憂苦。自增煩惱+與他人更結惡緣。

瞋恚的過失與忍的功德：

- 1、壞色：人而多起瞋怒，面貌是很快的衰老了。
 - 2、失辯：瞋心一起，情感壓倒了理智，有的連對方說話的意義都聽不明白。
 - 3、善士遠離：凡性情暴躁，多起瞋忿的人，良善的朋友，都會為了不值得結怨而離去的。
 - 4、毀戒：瞋忿發作，只圖達到報復目的，什麼都顧不得了。殺盜淫妄，無惡不作。
 - 5、墮落：這樣的積集瞋業，一旦老死到來，還有什麼善報，只有墮落惡趣的一路了。
- 忍則五德具：相貌端嚴，辯才明晰，善友共聚，不犯禁戒，死後上升而向佛道

四、結說施戒忍

- 1、在家行：偏重說，施戒忍多為在家人說，出家的修持重心為禪慧。
 - 尤其是財物的布施，為在家弟子的要行。出家人僅可隨分行施，如像在家人那樣，積聚財物來作種種布施，就會過失叢生，非佛制所許可了。
- 2、福德道：前三度為偏重於福德道，是福慧二資糧成佛的必行。(對治的意義)
- 3、色身因：在佛的法身及色身中，前三度為佛的色身因，後二度為法身因。
 - 偏重說：前三度重緣起的廣大資糧，後二度重性空平等的無所得性。

第六節 精進波羅蜜

一、大乘精進特性

二、障難對治

(一) 總敘二障：不想、不敢

(二) 別治怯障

1、三退練心

2、易行方便

(1) 方便攝護

(2) 特說淨土：彌陀淨土和藥師淨土

三、精進善巧：修集四力

一、總說精進

佛說精進度 福智之資糧
無厭心如海 力盡而不止

二、障難對治

(一) 總敘二障：不想、不敢

推延著世樂 自輕心怯弱

(二) 別治怯障

1、三退練心

滿果亦難行 久處於生死
資糧廣無邊 練心勿退屈

2、易行方便

(1) 方便攝護

怯弱下劣者 希求易行道佛有勝方便 攝護於初心

(2) 特說淨土

- 彌陀淨土

於中殊勝者 往生極樂土 彌陀佛力持 不退於菩提

- 藥師淨土

不捨現法樂 而向於菩提 藥師大悲願 東方現淨土

三、修集四力

勝解堅固力 歡喜休息力 能修於四力 精進不為難

一、總說精進

佛說精進度 福智之資糧

無厭心如海 力盡而不止

(一) 通於福智二資糧

(二) 以無盡的法界為境

- 對境的無限精進：四弘願；以一切眾生、一切善法等為境。
- 持之以恆而不是不自量力的急進
- 內心無限的精進：在各種障礙中，現有力量(體身、能力、智力、財力等)可能耗盡，但內心無限精進卻永不停。

二、障難對治

(一) 總敘二障：推延著世樂 自輕心怯弱

1、不想：

- 推延障：推延懈怠，日日有明天，年年有明年。對治：無常想。
- 世樂障：貪染世樂，五欲中過日。對治：對 苦的真實觀察。

2、不敢：

- 難成障：佛道無上難成
- 怯懦障：心性怯懦，認為自己根鈍障重(下面說)

(二) 別治怯障

1、三退練心

滿果亦難行 久處於生死

資糧廣無邊 練心勿退屈

(1) 佛道無上難成：

- 難障：自己覺得不行，無法成佛
- 對治：
 - 崇重賢善：十方無量數菩薩，都能修行圓滿而成佛，我為什麼不能
 - 現法樂：對教理的了解與運用，能得現法樂。

(2) 菩薩道難行：

- 難障：聽說菩薩要修難行、苦行，覺得太難太苦，自己做不到
- 對治：
 - 苦的認知：從無量世以來，每墮落在惡道中，說不盡的苦。
 - 方便善巧：菩薩修行，有方便善巧，次第學習。忍力成就，悲心增勝，才施捨身分，並非專以受苦為修道。

(3)、久處生死

- 難障：聽說菩薩修行，要長久的處在生死海中度眾生，時間這樣的長，要積集的資糧，又那麼的廣大無邊，覺得自己修不了，也就不敢進修了。
- 對治：
 - 1) 菩薩能通達生死如幻，才能長在生死中度眾生，並非長在生死中墮落受苦。
 - 2) 無邊資糧是無邊的功德，還會嫌多嗎？誰會聽說財富多而怕計算的麻煩呢？
- ❖ 對菩薩道，如由於心性怯弱而有退屈心，應以上面的理論，多多訓練自心，讓自心堅強起來，精進的荷擔佛道，而勿使退屈才是。

對治練心小結

- 正見熏修
 - 不斷聽經聞法，對佛法有正確的認識
 - 日常生活中不斷的思惟、磨練、熏修正見。
- 初階持戒
 - 修學的第一步，規範行為，養成好習性
- 進皆修定
 - 依定進而克制內心的欲樂煩惱
 - 增強抗壓力
- 宗教行為生信
 - 從初學必依禮佛、誦經、持咒等等增加宗教信念。

2、易行方便(方便道、易行道)

(1) 方便攝護：

1) 菩薩二道

- 正常道(難行道)
 - 發菩提心，俱大悲願，解空性見，久處生死。
- 方便道(易行道)
 - 二種：目的：為攝化初學者或心性怯懦者
 - 二乘為方便：先求解脫，再迴小向大
 - 大乘異方便：想修菩薩行而不敢修，羨慕佛果的究極圓滿，但對於菩薩的廣大心行，卻不敢擔當，精進修行。

2) 易行道內容

- 總說：依宗教行為培養信念而入佛法
- 別說(種種宗教行為)：
 - 一、念佛：易行道不但是念一佛，而是念十方佛
 - 二、其他：除稱佛菩薩名而外，應憶念，禮拜，以偈稱讚。
 - 三、各種宗教行為：復應於諸佛所，懺悔，勸請，隨喜，迴向』等等。
 - ✓ 七支：憶念，稱名，禮敬，懺悔，勸請，隨喜，迴向。
 - ✓ 普賢十大願：禮敬、稱歎、供養、勸請、住世、懺悔、隨喜、隨學、恒順眾生、迴向。

四、易行道為心性怯弱的初學說，重在攝護信心

五、易行道的攝護信心

1、求生他方：以信願，修念佛等行而往生淨土。到了淨土，漸次修學，決定不退轉於無上菩提，再迴入娑婆。

2、由易轉難：或者是以易行道為方便，堅定信心，轉入難行道

❖ 總之菩薩的易行方便道，終將引入菩薩的難行正常道

(2)特說淨土法門

1) 彌陀淨土

- 極樂世界，在西方十萬億國土以外；阿彌陀佛，現在那邊說法教化
- 阿彌陀佛所表顯的特色，是因中立二十四大願（或作四十八願）
- 不論什麼人，只要信賴彌陀願力，願生極樂世界，稱念阿彌陀佛，一心不亂，就能為彌陀的願力所加持，死後往生極樂世界
- 在極樂世界中，物資非常豐富，所以沒有所求不得苦

- 與諸上善人在一處，精勤佛道，所以沒有怨憎聚會，愛別離的苦惱。
- 往生極樂淨土的上品上生，當下就華開見佛，悟無生忍。
- 其餘中品下品根機，雖還沒有了生死，而可說生死已了，也就是必了無疑。雖還沒有得不退轉，但可說已得不退，所以沒有老病死苦。
- 總之，在極樂淨土修學的，不論時間多長，一定不退於無上菩提的。
- 如覺得自己心性怯弱，菩薩道難行，恐怕會墮落二乘，或者隨業力而漂流，不能趣向佛道，那末稱念阿彌陀佛，最能攝護初心眾生，不致退失信心的妙方便了。

基本修行法

- 稱念阿彌陀佛，應該禮拜，讚歎，懺悔，勸請，隨喜，迴向。
- 依淨土論的五門漸次成就來說，應從禮拜，讚歎，而進入止，觀，迴向，也就是漸成智慧，慈悲，方便。
 - 信願培養：禮拜，讚歎
 - 止：依念佛而攝心修止
 - 觀：三種觀察：佛土、佛身、諸大眾功德莊嚴
 - 迴迴：以一切功德迴迴一切眾生離苦得樂

2) 藥師淨土

不捨現法樂 而向於菩提 藥師大悲願 東方現淨土

- 藥師琉璃光王佛，在因地中，以大悲願，發十二大願，目的在：開發知識，促進事業；救治身體殘廢，貧病無依；大家獲得豐富的衣食康樂；一切眾生成佛。在東方世界，現起與極樂世界一樣清淨，一樣莊嚴的淨琉璃淨土。
- 為了攝護一類不捨現法樂的初心學人，使他也能向於菩提，所以釋迦佛又開示藥師佛的淨土了。
- 以此淨土法門，攝護信心，使眾生能得人天增上益，往生淨土益，終於成就無上菩提。

兩大淨土比較

- 根性：
 - 彌陀佛的極樂淨土法門，是厭棄現實人間的。所以專重死後往生的。
 - 藥師淨土攝護一類不捨現法樂的初心學人，使他也能向於菩提
- 象徵：
 - 藥師淨土在東方，象徵生長
 - 彌陀淨土在西方，象徵歸藏
 - 中國佛教界，為了超薦死亡，就稱念彌陀佛，為了消災延壽，就稱念藥師佛，充分顯出了後世樂與現法樂的差別。

三、精進善巧：修四力

(一) 勝解力

- 「深忍欲樂」；「信為欲依，欲為勤依」
- 深刻信解就能產生真實的信念，由信念而有不斷實踐的欲求。
- 信的培養：信忍、信樂、信求
 - 信忍：知—由正確知見而來
 - 信樂：情—由知見配合實踐而來的法樂
 - 信求：意—實踐的欲求

(二)堅固力

1. 養成恒心：

- 恒心毅力為成功的基本條件
- 聽經聞法、知見養成要有恒心
- 宗教行為要有恒心，恒長固定的行為
- 宗教實踐的恒心

2. 尊重自己

- 由多聞勝解中找出適合自己的法門
- 對自己的信心，修行主要在自力的培養
- 他力為助緣

(三) 歡喜力

- 在長期修行中，各階段都能有法喜，就能更有信心，更加精進。
- 佛法真能填充內心的空虛與恐懼，生命不再沒著落。

(四) 休息力

- 初學者不可急進
- 任何法門，都有階段性的偏重和適應。
- 可以安排有期限的功課
- 二十億耳經