

# 【 念佛三要 】

毛惕述園居士 輯

## 《念佛三要》目錄

第一 生必有死 惟苦無樂 .....	四
第二 死往何處 輪迴六道 .....	五
第三 往生淨土 離苦得樂 .....	七
第四 常念佛號 現即獲益 .....	八
第五 普勸念佛 須具三要 .....	一〇
一、要深信 .....	一一
二、要切願 .....	一三
三、要力行信 .....	一六
甲、正行 .....	一七
乙、助行 .....	二四
第六 念佛儀式 簡而易行 .....	三一
一、晨朝十念法 .....	三一
二、簡易念佛儀 .....	三二
三、通行早晚課 .....	三三

附錄：毛凌雲居士簡介.....	四一
-----------------	----

# 《念佛三要》

菩薩戒優婆塞惕園 毛凌雲 纂述

佛法難聞，生死難了，吾雖不敏，幸聞佛法中即了生死之念佛法門，願與眾共修，同生極樂。前輯《念佛法要》，普勸修持，恐末法人情，喜簡厭繁，難期普及。謹再節取佛經祖語及淨土文等要中之要，而為《念佛三要》，誠了生脫死、離苦得樂之捷徑也，幸勿以簡易而忽之！

## 第一 生必有死 惟苦無樂

有生必死，乃人生不可避免之第一大事，了生脫死，為佛說不可思議之無上妙法。所有其他各宗教，皆無如此殊勝之法門，或教人服氣煉形，以求長生，或教人彌撒祈禱，以求永生，而幻質非堅，或反夭促，無常迅速，終皆死亡。

蓋物有成住壞空，人有生老病死，欲違反此自然之定律，豈非徒勞辛苦，空費心力耶？況身為眾苦之本，無可貪戀，因色受想行識五陰（即五蘊）熾盛於中，使人昏昏擾擾，焦勞不安，而起惑造業，受苦無窮。初出胎獄，即先啼哭，是生為苦之

始也。稍長成人，或為饑寒而勞苦，或為名利而辛勤，或為享受而忙碌，或為妻子而奔馳。或求富貴而反貧賤，或求安樂而反憂危，求之不得固甚苦，既得患失苦更甚。尤以最親愛之人物，偏生離而死別，最怨憎之仇敵，反聚會而永隨。刀兵水火，災禍頻仍，竊盜是非，煩惱無盡。富貴全如泡影，安康能有幾時？耳聾眼花，身漸衰老，諸虛百損，病更纏綿。眾苦所逼，死苦尤甚，四大分離，肝腸痛裂，而一生所作善惡諸業，悉皆現前，隨業受報，恐怖萬狀！

縱夫恩妻愛，無計留君，雖子孝孫賢，誰能替汝？惟報以一坏黃土，遠葬荒山，或酬以一爐烈火，頓化灰塵，此身既空，況身外者乎？男既如此，女亦如是，靜心思之，恍如一夢，古人云：「一日無常到，方知夢裡人，萬般將不去，惟有業隨身。」悔之晚矣！吾故續云：「普勸早念佛，帶業能往生，一生極樂國，佛道自圓成。」福慧圓滿，萬德具足，豈僅長生或永生耶？

## 第二 死往何處 輪迴六道

我究生從何來？死往何處？何所為而來？何所獲而去？惜皆迷而不覺，任意造業，隨業受報，輪轉六道，枉受眾苦，不求出離，洵堪憫念！幸睹佛經，方知人死心不死，因我一念心性之神識，本無生死，以宿業所感一期之報盡，故捨此身復



受別種之身耳。夫神之來而託於此，此身由是而生；神之去而離於此，此身由是而死。是神者我之心，即俗所謂靈魂也；身者我之正報，即佛斥之為臭皮囊也。

神有去來，故身有生死，生從何來？從六道來，死往何處？仍回六道，何所為而來？為受善惡之業報而來也，何所獲而去？獲帶善惡之業報而去也。如我所造之業：乃上品十惡，死墮地獄，受諸極苦；中品十惡，死墮餓鬼，饑火燒身；下品十惡，死墮畜生，受人宰殺；此三惡道，所受惡報，惟苦無樂。

若精修十善，死升天道，天福享盡，即五衰相現，仍須墮落。堅持五戒，仍生人道，八苦交煎，以警惡勸善，浮沉苦海。若修戒善等法，而懷瞋慢勝負之心，死落阿修羅道，瞋恨所逼，苦惱無盡。此三善道，所受善報，亦苦多樂少。輪迴六道，了無已時，不能長生或永生以久留於人天之道者，以我所造之業，非久而不盡，業盡則身死，身死則神無所託，又隨我今生所造之業而去矣。既造如是業，必受如是報，自作自受，因果昭彰，絲毫不爽也。

佛說：「要知前世因，今生受者是，要知後世果，今生作者是。假使百千劫，所作業不亡，因緣會遇時，果報還自受。」吾故續云：「是心若作佛，是心即是佛，若不早念佛，失身難再復。」苦重時長，誠可畏也。十善、十惡、五戒，均見後助行五。

### 第三 往生淨土 離苦得樂

幸蒙本師釋迦牟尼佛，憫念眾生沉淪生死苦海，俯垂救拔，隨機施教，廣說八萬四千法門，求其至直捷、至圓頓者，莫若念佛求生淨土。而念佛一法，復有多門，求其至簡易、至穩當者，莫若專持名號，普被上中下根，統攝律教禪宗，下手易而成功高，用力少而得效速，但具深信切願，專念接引導師阿彌陀佛，即可仗佛慈力，帶業往生西方淨土之極樂世界：

- 一、永離輪迴六道之苦，即得橫超三界之樂。
- 二、永離胎獄出生之苦，即得蓮華化生之樂。
- 三、永離形容衰老之苦，即得福壽無量之樂。
- 四、永離內外疾病之苦，即得身心健康之樂。
- 五、永離生死無常之苦，即得了脫生死之樂。
- 六、永離恩愛別離之苦，即得海會常聚之樂。
- 七、永離怨憎會遇之苦，即得上善俱會之樂。
- 八、永離所求不得之苦，即得所欲自至之樂。

九、永離五陰熾盛之苦，即得觀照空寂之樂。

十、永離塵緣障道之苦，即得受用現成之樂。

無有眾苦，但受諸樂，故名極樂。見佛聞法，忍證無生，直至成佛，永不退轉，實為如來一代時教之特別法門，普度眾生離苦得樂之唯一捷徑也。

#### 第四 常念佛號 現即獲益

無論僧尼道俗，老幼男女，士農工商，陸海空軍，貧富貴賤，善惡賢愚，一切人等，不費錢財氣力，不妨職業營生，隨時隨地，皆可以念，不惟有利於身後，且大有益於生前，凡念佛者，現世即獲十種功德利益：

一、晝夜常得，諸天神將，並諸眷屬，隱形守護。

二、常得觀音，以及一切，諸大菩薩，隨護保佑。

三、常為諸佛，晝夜護念，阿彌陀佛，放光攝受。

四、一切惡鬼，夜叉羅刹，毒蛇毒藥，皆不能害。

五、水火怨賊，刀兵牢獄，橫死枉死，悉皆不受。



六、先作罪業，皆悉消滅，所殺冤命，皆蒙解脫。

七、夜夢吉祥，或復夢見，阿彌陀佛，勝妙金身。

八、心常歡喜，顏色光澤，氣力充盛，所作吉利。

九、常為一切，世間人民，供養禮拜，猶如敬佛。

十、命終之時，身無病苦，心不怖畏，正念現前，阿彌陀佛，及諸聖眾，接引生西，受勝妙樂。

古今典籍所載現世感應，及往生事跡，皆信而有徵。現值世界大亂，殺劫瀰漫，核子毀滅，恐怖尤甚，無地可逃，無人能救，惟有佛能拔苦與樂，轉禍為福；觀音菩薩悲願甚切，代佛垂慈救苦，有求必應。平時宜多念佛，少念觀音，定蒙慈祐，確保安全，生享福壽康寧，死歸極樂世界。若遇天災人禍，或臨陣作戰，核子空襲，種種險難，宜專念觀音，決蒙救護，轉危為安。

縱定業難轉，喪身失命，亦可仗菩薩慈力，帶業往生，離苦得樂，誠惟一光明幸福之路也。內子鄭侶梅，於大陸撤退時，常念觀音，即蒙垂祐，獲隨吾飛出重圍；因體弱多病，蒙賜丸垂救，俾履險行健。頻逢險難，屢示趨避，每遇車禍及飛機故障，皆化險為夷；或化司機，駕車遠送，令離虎口；或現士兵、少女，分告匪情，

令速前進，脫險來臺。

因子陷大陸，而求子得子，更得兩孫。為吾求壽得壽，使百病潛消，髮脫復生。種種靈感，詳念佛感應記，常蒙隨感隨應，益堅吾普勸念佛，定蒙加被，即獲各種功德利益之信願也。近年往生者，如李濟華老居士，預知時至，民國五十一年二月廿七日，於臺北市蓮友念佛團領眾念佛，午餐後，講《阿彌陀經》大義歷兩小時，從容講畢，別眾坐化，如入禪定。俾共見共信，急起直追，益堅吾普勸念佛，定蒙接引，共生極樂世界之信願也。

## 第五 普勸念佛 須具三要

事之有利無害，莫過於此，普勸中外同胞：「人身難得今已得，佛法難聞今已聞，此身不向今生度，更待何生度此身？」錯過今生，沉淪永劫，曷勝危懼！幸蒙佛說《阿彌陀經》：先陳依正以起信，次勸求生以發願，末示持名以立行，是即以信願行為念佛之三要，亦即淨土之三資糧。蓋非信不足以啟願，非願不足以導行，非持名妙行，不足以滿所願而證所信，如鼎三足，缺一不可，三者具足，決定得生極樂世界。故普勸念佛，須具三要：

## ■ 一、要深信

入道要門，信為第一，佛法大海，信為能入，佛能度一切眾生，不能度一切不信之人。而《阿彌陀經》，以持名念佛，為一切世間難信之法，故六方諸佛共勸：「汝等眾生，當信是稱讚不可思議功德、一切諸佛所護念經。」

本師釋迦牟尼佛亦勸：「汝等皆當信受我語，及諸佛所說。」歷代祖師無不叮嚀勸信。

雲棲八祖云：「往生淨土，要須真信，千信即千生，萬信即萬生。」

夢東十二祖云：「真為生死，發菩提心，以深信願，持佛名號，此十六字，為念佛法門一大綱宗。」

昔王仲回問楊無為：「如何念佛得無間斷？」楊曰：「一信之後，更不再疑，即是不間斷也。」王欣躍而去，未幾得生，還來致謝。

是持名一法，信尤為要，故普勸念佛，首要深信：

(一) 信娑婆極苦，無量無邊。略如前述，苦已難堪。加以寒熱苦惱，穢相熏熾，三界無安，猶如火宅，故名苦海，急應厭離，豈容貪戀久住耳？

- (二) 信人命無常，生必有死。七十古稀，百年能幾，一息不來，便屬後世。古德云：「莫待老來方念佛，孤墳多是少年人。」豈容一刻虛度耶？
- (三) 信輪迴路險，一念之差，便墮惡道，三塗易入難出，地獄時長苦重。雖有善業，得生天上人間，而受盡福報，依舊輪迴，豈不速求出離耶？
- (四) 信淨土實有。如地球上實有無量國土，虛空中實有無量星球，我雖未見，而佛眼見無盡世界，如在目前，戒人妄語，決不自以妄語誑人也。
- (五) 信西方極樂，其國皆清淨莊嚴，無三惡道，及諸雜穢，故名淨土。其人皆遠離眾苦，純受諸樂，故又名極樂，急應欣求，豈不速願往生耶？
- (六) 信彌陀願力，阿彌陀佛有四十八大悲願，攝取十方念佛眾生，乘佛願力，即得橫超三界，往生極樂，如人乘機飛行，須臾千里，依他力也。
- (七) 信自心念力，不可思議。如心念要去，身即隨去，若身死時，惟存一念心性，故一念在淨土，即生淨土無疑也，況佛與菩薩又接引往生乎？
- (八) 信我心具佛。吾人現前一念心性，橫遍豎窮，彌陀淨土，總在其中。以我具佛之心，念我心具之佛，豈我心具之佛，而不應我具佛之心耶？
- (九) 信因必有果，確切不虛。以我念佛求生之因，必感見佛往生之果，如種麻

得麻，種豆得豆，因不虛棄，果無浪得，不待問佛而能自信者也。

(十) 信生皆不退。此土修行，障道緣多，難進易退。但得往生，便可圓證位行念三，皆得不退。以境勝緣強，退心不起，一生成佛，如操左券。

## ■ 二、要切願

信心既深，發願須切，淨土雖遙，有願即生。故佛說《阿彌陀經》時，再三勸以：「眾生聞者，應當發願，願生彼國。已願已生，今願今生，當願當生。若有信者，應當發願，生彼國土。」

《華嚴經》云：「是人臨命終時，一切諸根，悉皆散壞，一切親屬，悉皆捨離，一切威勢，悉皆退失，乃至象馬車乘，珍寶伏藏，如是一切，無復相隨，唯此願王，不相捨離，於一切時，引導其前，一剎那間，即得往生極樂世界。」

靈峰九祖云：「欲決定得生極樂世界，莫如以信為前導，願為後鞭，信得決，願得切，雖散心念佛，亦必往生，信不真，願不猛，雖一心不亂，亦不得生。」

夢東十二祖云：「修習淨業，信貴深，願貴切。以信深願切故，一切邪說，莫能搖惑，一切境緣，莫能引轉。若赤熱鐵輪旋轉頂上，不以此苦退失往生之願，若



輪王勝妙五欲現前，亦不以此樂退失往生之願；此逆順至極，尚不改所願，況世間小小逆順境界，豈能引轉哉？能如是願，可謂切矣。信深願切，而修淨業，則易純熟。極樂淨業若熟，娑婆染緣便盡，則臨終時，雖欲輪迴境界再現在前，彌陀淨土不現在前，皆不可得。然此信願，要操之有素，臨時自不入於歧路。」是淨土門中，以願為最要，須平時常存想此願，早晚課後懇切發願，凡有願者，必生極樂。故普勸念佛，次要切願：

- (一) 願厭離娑婆、生死之苦，及欲愛不淨、男女等身，猶如死囚，欲出牢獄，絕無一念繫戀之心。
- (二) 願欣求淨土、菩提之樂，及清淨無染、法性生身，猶如遠客，思歸故鄉，豈有一毫因循之念？
- (三) 願阿彌陀佛，慈悲攝受，神遊淨土，見佛妙相，甘露灌頂，光明照身，手摩我頭，衣覆我體。
- (四) 願業障消除，善根增長，疾空煩惱，頓破無明，圓覺妙心，廓然開悟，寂光真境，常得現前。
- (五) 願臨欲命終，預知時至，身無病苦，心不貪戀，諸根悅豫，正念分明，捨

報安詳，如入禪定。

- (六) 願佛及聖衆，放光接引，樓閣幢旛，異香天樂，西方聖境，昭示目前，令見聞者，發菩提心。
- (七) 願乘金剛臺，生極樂國，七寶池內，勝蓮華中，華開見佛，見諸菩薩，聞妙法音，獲無生忍。
- (八) 願承事諸佛，親蒙授記，三身四智，五眼六通，無量百千，陀羅尼門，一切功德，皆悉成就。
- (九) 願分身無數，廣度衆生，四生六道，無不樂從，咸令離染，還得淨心，同生西方，皆不退轉。
- (十) 願福慧兩足，佛道早成，化此苦海，皆為樂邦，四恩總報，三有齊資，法界衆生，同圓種智。

### ■ 三、要力行信

願既切，修行須力，功行愈深，生品愈高。

靈峰九祖云：「念佛法門，別無奇特，只是深信、切願、力行為要耳。信願既具。念佛方為正行，改惡修善皆為助行，隨功力之淺深，以分九品四土，纖毫不濫。

深信切願念佛，而念佛時：心多散亂者，即是下品下生；散亂漸少者，即是下品中生；便不散亂者，即是下品上生。念到事一心不亂，不起貪瞋癡者，即是中三品生。念到事一心不亂，任運先斷見思塵沙，亦能伏斷無明者，即是上三品生。

故信願持名念佛，能歷九品，的確不謬。又信願持名：消伏業障，帶惑往生者，即是凡聖同居淨土；見思斷盡而往生者，即是方便有餘淨土；豁破一分無明而往生者，即是實報莊嚴淨土；持到究竟之處，無明斷盡而往生者，即是常寂光淨土。故持名能淨四土，亦的確不謬。」

又云：「得生與否，全憑信願之有無，生品高下，乃視持名之深淺。」古今坐化立亡，上品往生者，皆念佛功力之深也。故普勸念佛，更要力行：

## 甲、正行

《阿彌陀經》云：「若有善男子、善女人，聞說阿彌陀佛，執持名號，若一日至七日，一心不亂，其人臨命終時，阿彌陀佛、與諸聖眾，現在其前。是人終時，心不顛倒，即得往生、阿彌陀佛、極樂國土。」

《要解》云：「阿彌陀佛、是萬德洪名，以名召德，罄無不盡，故即以執持名號為正行，不必更涉觀想、參究等行，至簡易、至直捷也。聞而信，信而願，乃肯執持，方名聞慧。執持、則念念憶佛名號，故是思慧。」

然有事持理持：事持者、信有西方阿彌陀佛，而未達是心作佛，是心是佛，但以決志願求生故，如子憶母，無時暫忘。理持者、信西方阿彌陀佛，是我心具，是我心造，即以自心所具所造洪名，為繫心之境，令不暫忘也。

一心亦有二種：不論事持理持，持至伏除煩惱，乃至見思先盡，皆事一心。不論事持理持，持至心開見本性佛，皆理一心。事一心、不為見思所亂，理一心、不為二邊所亂，即修慧也。

不為見思亂故，往生同居、方便二種極樂世界。不為二邊亂故，往生實報、寂光二種極樂世界。」

憨山大師云：「修行之方，亦有節次，如僧家功課之法，不必拘套，但以念佛為主，每日早起禮佛，即誦《阿彌陀經》一卷，持數珠念阿彌陀佛名號三、五千聲，或一萬聲，完即對佛迴向，發願往生彼國。此是早課，晚亦如之，日日以為定課，定不可缺，是為常行。

若為末後一著大事，做工夫更要親切，每日除二時功課外，於二六時中，單將一聲佛橫在心中，念念不忘，把一切世事都不思想，只將一句佛作自己命根，咬定牙關，決不放捨，乃至飲食起居，行住坐臥，此一聲佛時時現前。若遇逆順喜怒煩惱境界，心不安時，就將者一聲佛提起一拶(ㄆㄢˇ)，即見煩惱當下消滅。以念念煩惱，是生死苦根，今以念佛消滅煩惱，便是佛度生死苦處。若念佛消得煩惱，便可了得生死，更無別法。若念佛念到煩惱上作得主，即於睡夢中作得主，若於睡夢中作得主，則於病苦中作得主，若於病苦中作得主，則於臨命終時，分明了了，便知去處矣。」

覺明妙行菩薩云：「修淨之法，不出專勤二字，專則不別為一事，勤則不虛棄一時。」

靈巖十三祖云：「善導和尚係彌陀化身，所示專修：謂身業專禮，口業專稱，



意業專念，則往生西方，萬不漏一。雜修：謂兼修種種法門，迴向西方，以心不純一，故難得益。此金口誠言，千古不易之鐵案也。」故普勸念佛，尤貴專勤正行以修慧，切勿兼修雜行而自誤。

- (一) 高聲念：若神志昏沉，或妄想紛起時，即振作精神，高聲念佛，念到數百聲，自換一番境界。《業報差別經》云：「高聲念佛，有十種功德：一、能排睡障，二、天魔驚怖，三、聲遍十方，四、三塗息苦，五、外聲不入，六、心不散亂，七、勇猛精進，八、諸佛歡喜，九、三昧現前，十、往生淨土。」若長用高聲，恐傷元氣，致喉痛音啞，不宜久行。
- (二) 低聲念：若精神散失，或勞極疲倦時，即收斂神明，低聲細念。或隨人境好惡而輕重之，當沉小雅重，俾兩肩之人隱聞。若長用低聲，恐易昏沉，反起思慮。候氣息完固，精神勃興，人境無礙時，便可高聲念佛，使天神歡喜降護，鬼畜聞聲解脫，其功彌深。
- (三) 金剛念：若心氣不適，或人地有礙，高聲、低聲、均覺不便時，但動口脣、半明半默念，綿綿密密，聲在脣齒之間，咒家名為金剛持也。不拘多少，須字字從心裡過，句句從耳裡入，自易心定。

- (四) 默念：若高聲、低聲、均不相宜，金剛念、仍嫌著輒；或汙穢不潔之處，及沐浴、便溺之時，不宜出聲念，即繫心一緣，無聲默念。默則字多難念，宜念四字，微以舌根敲擊前齒，心念隨應，音聲歷然，聲不越竅，聞性內融，從聞入流，反聞自性，是三融會，念念圓通，久久遂成念佛三昧。惟女人生產時，宜出聲朗念「南無觀世音菩薩」，決無苦痛、難產、血崩等患。因默念心力小，故感應亦小，或致閉氣受病也。
- (五) 記數念：若防懈怠，須一串數珠不離手，一聲佛號不離口，念佛一聲，手過一珠，念得分明，記得清楚。單念四字，勿雜六字，以四字易成片也。或在阿字上過珠，或在陀字上過珠，劃定規模，不得錯亂，此借珠束心之法。或晝夜十萬聲，或五萬、三萬聲，初少定數，隨後漸增，剋定課程，不得缺少，久久純熟，不念自念，然後記數可，不記數亦可。此宜行住二時，若靜坐養神，不宜掐珠，由手動故，神不能安，久必受病。
- (六) 攝心念：若心難歸一，當攝心切念，攝心之法，惟反聞最為第一。先要至誠懇切，攝耳諦聽，無論出聲默念，皆須念從心起，聲從口出，音從耳入，心口念得清清楚楚，耳根聽得明明白白，如是攝心，妄念自息。如猶未一，即用十念記數法，從一句至十句止，又從一句至十句念，不可

二十三十，以免心力不堪，必致受病。若難十句直記，或分兩氣，從一至五，六至十。若仍費力，當從一至三、四至六、七至十、作三氣念。惟憑心記，不可掐珠，則全心力施於一聲佛號，妄念無從著腳，一心不亂，久當自得。

但做事時，便難記數，當驀直憶念，事畢仍復攝心記數。此與後列晨朝十念，攝心則同，用功大異，彼以盡一口氣為一念，只可晨朝一用，常用則傷氣受病。此則從朝至暮，或聲或默，隨快隨慢，行住坐臥，皆無不宜。不但去妄，最能養神，較彼掐珠記數者，利益天殊。

(七) 靜坐念：若靜坐時，先以左足壓右股，後以右足壓左股，令兩足掌仰於二股之上，名跏趺坐。手亦右壓左，兩掌向上，大指相接，安於臍下跏趺上，名彌陀手印，亦名法界定印，能除一切妄想。如年老骨硬，半跏或端坐亦可，只要身體端正，不動不搖，宜順乎自然，不可將腰作意挺起，以免火氣上升，亦不可縮腰垂頭，易入昏沉。舌抵上顎，有津徐嚥。眼皮垂簾，默觀鼻端，想出入息，每一息默念一聲，方便調息，不緩不急，隨其呼吸，心息相依，行住坐臥，皆可行之，常自密持，勿令間斷，此寶王隨息法門。攝心既久，息念兩忘，即此身心與虛空等，久久純熟，心眼

開通，三昧忽爾現前，即是唯心淨土。但隨息不如靜聽，隨得不好會受病，靜聽不會受病。初用口念耳聽，了了分明，不散不昏，便是不亂境界。漸用心念心聽，即已六根都攝。若至神念神聽，豈非寂之至照之至耶？

- (八) 睡眠念：若睡眠時，宜右側臥，右手枕頭，左手安左股上，名吉祥臥。觀想己身合掌跪在佛前，恭敬默念。不可出聲，一則不恭，二則傷氣。床頭如有時鐘，藉以助念更妙。縱令昏昧，繫念而寢，覺即續之。一生睡眠，耗去光陰大半，如此攝心念佛，是廢時利用，功效最大，必於夢中得見彼佛，夢之不已，三昧成焉，面睹玉毫，親蒙授記，萬無一失也。
- (九) 剋期念：若要一心不亂，現證三昧，須擇靜室，屏絕外緣，謝客禁語，用追頂念，一句頂一句，一聲追一聲，不可高聲傷氣，或逼氣動火；不可默努傷血，或輕鬆養識，沉靜墮昏。亦非窮年累月寬念得來，只在健時猛念一日，無少憩息，猛之又猛，情識一斷，便無心可亂，即名一心不亂。

但追頂易受病，不宜久用，一日不成，將養一日再念，或連念二日，消

停再念。或連念三日四日以至七日，視精神酌定，一七不成，調養精神，七之再七。如仍不得一心，須閉關專念，要不緩不急，不散不昏，調停得中，僅使耳聞。雖飲食便溺睡眠，口不得念，而心念不斷，如呼吸相似，不可須臾夾雜停止。先剋小期，少則十日，多則二三十日。修習純熟，再剋大期，當以春夏或秋冬之間百二十日為定程，以免期短難於現證，期長又寒暑難支。一期未證，再訂後期，果能精進不懈，必有現證之日。

- (十) 臨終念：一句佛號，朝念暮念，行念坐念，乃至終日終年念念不休者，無非為熟此臨終之一念而已。因此一念，所係甚重，牽魂引魄，造命生身，莫不由此，念善上天堂，念惡下地獄，念魔便成魔，念佛便成佛。若非平時常念多念，熏習熟利，及臨終時，早已忘失念佛之正念，仍隨多生習熟之善惡等念而去矣，輪迴六道，皆此一念為主，若一念專注在佛，則身雖死亡，而神不散亂，即隨一念而往生淨土矣。當此千鈞一髮時，應牢記阿彌陀佛四字勿忘為要！故平時要作臨終時想，不得貪生怕死，當念此身即非我有，何況親屬財產，前路茫茫，歸宿何方？惟有一心歸命極樂世界阿彌陀佛，方是安身立命之處。時時如此存心，萬緣自能放



下，一念自然提取，何患淨業之不成耶？

纔有疾病，便念無常，一心念佛，求生淨土。於此身命世界及一切事務，慎勿思念貪戀，偶一念及，但急念佛，只此一念，更無異念，決定往生。命若未盡，自得安寧，當存自存，當死須死，但求往生，切勿疑慮。百劫千生，在此一舉，努力直往，更勿猶豫！須知平生不知念佛，甚至作諸惡業，應墮惡道，如張善和等五逆十惡，（五逆者：出佛身血、破和合僧、殺阿羅漢、殺父、殺母也。十惡見後。）臨終地獄相現，遇善知識教以念佛，至心具足十念，乃至未滿十聲稱南無阿彌陀佛者，於念念中，除八十億劫生死之罪，即得往生極樂世界，況無逆惡等罪，一向念佛者耶？但此係宿種今熟，否則，恐為業障所牽，善友難值，病苦所逼，正念難成，十念雖易，實難倖致。當趁身強健，勇猛精進，早備淨土資糧，以免臨時自誤為要。

## 乙、助行

《觀經》云：「欲生彼國，當修三福：一者、孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業。二者、受持三皈，具足眾戒，不犯威儀。三者、發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸進行者。如此三事，名為淨業，乃三世諸佛淨業正因。」

幽溪大師云：「助行有二：一、世間之行，如孝順父母，行世仁慈，慈心不殺，具諸戒律，一切利益之事，若能迴向西方，無非助道之行。二、出世之行，如六度萬行種種功德，讀誦大乘，修諸懺法，亦須以迴向心而助修之，無非淨土之行也。更有一種微妙助行，當歷緣境，處處用心，如見眷屬，當作西方法眷想，以淨土法門而開導之，令輕愛以一其念，永作將來無生眷屬。若生恩愛時，當念淨土眷屬，無有情愛，何當得生淨土，遠離此愛。若生瞋恚時，當念淨土眷屬，無有觸惱，何當往生淨土，得離此瞋。若受苦時，當念淨土無有眾苦，但受諸樂。若受樂時，當念淨土之樂，無央無待。凡歷緣境，皆以此意而推廣之，則一切時處無非淨土之助行也。」

王龍舒云：「或為世間一切利益，不拘大小多少，若止以一錢或一杯水與人，下至毫芒之善，必起念云：『以此善緣迴向，願生西方。』常使一念不斷，念念在彼，必上品生。」故普勸念佛，還要隨緣隨力廣行眾善以修福，皆應迴向西方，以為助行，福慧雙修，決定臨終即得往生，以其心與佛合，故感佛慈接引也。切勿別求人天福報以自誤。

（一）孝養父母：念佛為諸法之要，孝養為百行之先，有親在堂，如佛在世，當服勞奉養以安之，或立身行道以顯之，並早勸念佛，俾生極樂。若父母

亡日，當課佛三年，或一週歲，或七七日，求佛接引，已往生者，增高品位，並願往生聞法後，度盡歷劫父母，同生極樂，以報親恩。

- (二) 奉事師長：父母生育我之身體，師長教養我之慧命，若無世間師長，不知禮義，同於異類；若無出世師長，不解佛法，永沉苦海；皆恩重難報。當皈依僧，依僧為師，不再皈依異教外道徒眾。常以飲食、衣服、臥具、湯藥、四事供養，竭力奉事，依教奉行，並勸念佛，以報師恩。
- (三) 敦倫盡分：對於家庭社會，當盡誼盡分，如父慈子孝，兄友弟恭，夫和妻順，主仁僕忠，朋友互助，以敦倫常。宗族鄉黨，鄰里姻親，相接以禮，相與以恩。若在朝則赤心為國，為官則仁慈利民，為長則善以安眾，為下則勤以事上；或教導愚蒙，扶助孤弱，或周急濟貧，止惡勸善，或解冤釋結，以德報怨，無不恪盡己分，並普勸念佛，以報眾恩。
- (四) 供養三寶：文殊菩薩告五會四祖云：「諸修行門，無過念佛，供養三寶，福慧雙修，此二門最為徑要。」應各盡可能，掃靜室一間，供西方三聖像：阿彌陀佛及觀世音菩薩、大勢至菩薩各一尊，《阿彌陀經》一卷，每日燒清香一爐，換淨水一碗，夜燃明燈一盞。視佛經像及諸菩薩，皆同

真佛，早晚朝參，出入問訊，翹勤五體，必誠必敬。一飲一食，必先供養，舉目動口，無不是佛。或獻花懸旛，建塔修寺，印經造像，齋僧布施，種種三寶上崇奉，當盡力之所能，以報佛恩。

- (五) 戒惡行善：念佛之人，必須嚴持淨戒，若口雖念佛，心中不善，不得往生。凡男女居士，須受三皈（皈依佛法僧）五戒及在家菩薩戒。如殺生、偷盜、邪淫為身三業；妄言、綺語、惡口、兩舌為口四業；貪欲、瞋恨、邪見為意三業，總為菩薩戒之十重戒。能持而不犯為十善，即純白業，而又諸惡莫作，眾善奉行，必上品生。若犯而不持為十惡，為純黑業，雖因念佛，免墮惡道，必為業障所牽，決難往生。僅持前四戒，加不飲酒為五戒，而又隨力行一切善事，亦不失中品生。若不能持五戒，必先戒殺及戒惡口，亦為雜業，而又常存念佛行善之心，當不在下品下生矣。
- (六) 吃素持齋：不結冤孽債，臨終無障礙，故在家念佛，當吃長素，如或不能，當持六齋或十齋：農曆初八、十四、十五、廿三、廿九、三十日為六齋；加初一、十八、廿四、廿八日為十齋，月小儘先一日持之。又正、五、九為三齋月，宜持長素，作諸功德，由漸減以至永斷。雖未斷葷，宜食三淨肉，切戒家中殺生，並為曠劫所殺食衣諸眾生，早晚迴向，超度往生。

齋者：不食肉、不飲酒、不淫欲、不食五辛。三淨肉：謂不見殺、不聞殺、不疑為己殺；加自死、鳥殘、為五淨肉。五辛者：蔥、蒜、韭、薤、興渠（此方所無）等五種葷辛，氣味臭穢，妨於淨法，熟食發淫，生啖增恚，凡修行人，皆不宜食。此隨緣消舊業，更不造新殃，免為往生障緣也。

(七) 懺悔業障：普賢菩薩尚有懺悔之願，何況我等凡夫，無量劫來，身口意業，所造已深，能為種種障礙，故名業障。每日早晚課禮拜及迴向時，恭對佛前，翹勤五體，披瀝一心，投誠懺悔：我及眾生曠劫至今，所造殺盜淫妄等黑業，無量無邊。現世所有生老病死等苦業，煩惱業，舉手下足業，起心動口業，一切微細不可稱量業，願悉消滅。所有惡法，誓不更造，必如是真實懺悔，使業障消除，身心清淨，淨業易成，往生可必。

(八) 普勸修持：勸人念佛求生西方，即成就眾生作佛，功德最大。因我有生死，我求了脫，一切眾生皆在生死，皆應了脫，彼等與我，本同一體，皆是多生父母，未來諸佛，若不普勸修持，惟求自度，則於理有虧，心有未安。況大心不發，外不能感通諸佛，內不能契合本性，上不能圓成佛道，下不能廣度眾生。無始恩愛，何以解脫？無始冤愆，何以解釋？積劫罪業，難以懺除，積劫善根，難以成熟，隨所修行，多諸障緣，縱有所成，



終墮偏小，故須稱性發大菩提心也。

大慈菩薩勸修西方偈云：「能勸二人修，比自己精進，勸至十餘人，福德已無量，如勸百與千，名為真菩薩，又能過萬數，即是阿彌陀。」非徒於全人類，當普勸念佛，凡見一切禽獸蟲魚之類，及形相不可見之鬼魂等，皆當為念佛數聲，發善願云：「願汝等盡生極樂世界，我得道後，盡度汝等。」如此，則善念甚熟，必上品上生，他時化度，於一切眾生皆為有緣，無不樂從者也。

(九) 滅情斷愛：情不滅不生淨土，愛不斷不出輪迴，蓋以情愛纏縛，致失念佛正念，不能往生。情有喜怒、好惡、嗜欲等，養情為惡，縱情為賊，折情為善，滅情為聖。甘其飲食，美其衣服，大其居處，若此之類，是謂養情。飲食若流，衣服盡飾，居處無厭，若此之類，是謂縱情。犯之不校，觸之不怒，傷之不怨，是謂折情。犯之觸之傷之如空，反生憐憫愚癡之心，是謂滅情。悟此理，則心地常淨，如在淨土，臨終必生淨土無疑也。愛有夫妻、兒孫、功名、財產、文藝、寶玩等，有一愛存於懷，臨終為此愛所牽，依舊輪迴，是愛為生死根株。須知緣盡則散，各不相識，歷劫六親，而今安在？功名財物，死不帶去，王賊水火，轉眼皆空，一切如

夢，何愛之有？要在愛根上念念斬斷，則念念是了生死、出輪迴之時也。

(十) 錄音助念：凡人臨命終時，眾苦畢集，非三昧久證，不易得力。況眷屬不諳利害，每以世情破壞正念，功敗垂成，追悔莫及。若當此時，得人善巧開導安慰，令生正信，輪流換班念佛，以助淨念，使耳聞佛名，心緣佛境，一心念佛，即可感佛接引往生西方。切戒搬動哭泣，致生瞋恨或情愛，貽誤往生大事，一髮千鈞，要緊之極。

須知肯助人淨念往生，亦得人助念之報，實為自利，不徒利人而已。但念佛工夫深淺不同，難皆預知時至。若病重時長，請人助念，難於持久，直待臨終時方請助念，又恐耽誤，且屋小或住醫院，不便助念，或住鄉村，念佛人少，家屬助念，亦或少或無，因緣難遇。惟有用電唱機助念，較為妥便，購念佛錄音片或錄音帶，可日夜輪流續放，不慮間斷，既持久，又省力，與緇素助念，無二無別。

如遇重病，即於床前常作助念往生之演習，以免臨時手忙腳亂也。往生時，須助念至氣斷八小時或一日一夜後，始能搬動哭泣，沐浴大殮，最少須四十八小時或七日後，始能火葬或土葬。勸多提倡，普遍推行，實

為保護及成就行人往生之方便中最勝方便。如輾轉倡導，俾普天之下，咸知其益，各皆依行，則所有亡人，皆能神超淨域，永斷生死，不僅吾人之生死可了，漸至所有眾生之生死，皆可由此而了，其福德誠不可思議也。

## 第六 念佛儀式 簡而易行

早晚功課，為正行中之常行，儀式繁簡，可因人制宜。如初機淺識，由簡易入；公冗私忙者，亦以簡而易行，若必強同，非普勸修持也。茲舉三例，各隨己意，擇一行持，只可由簡而繁，不可先繁後簡，而自退惰。

### ■ 一、晨朝十念法

每晨起服飾盥漱後，面西正立，合掌連聲念南無阿彌陀佛，盡一口氣為一念，如是十氣，名為十念。隨氣長短，不限佛數，惟長惟久，氣極為度。佛聲不高不低，不緩不急，調停得中。如此十氣，連屬不斷，意在令心不散，專精為功。名為十念者，顯是藉氣束心也。念畢，發願迴向云：「願同念佛人，共生極樂國，見佛了生死，如佛度一切。」

願已問訊（作揖）而退。為官不妨公務，為士不妨修讀，商賈不妨販賣，農工不妨耕作，凡一切所為，皆不相妨，但盡此一身，不得一日暫廢，至誠如此，無不往生。雖品位不高，但預末品，即入聖流，是費時少而收效速，用力小而成功大，終日雖忙，豈無片刻之暇，何不挪一茶之頃，而求永劫安全之樂耶？惟須隨氣長短，不可強使多念，強則傷氣。只可十念，不可二十三十，多亦傷氣。如漸能多念，可加每晚十念，再不可多。若忙裡偷閒，有暇即念，或作務時念佛無間，生品必高。但不可用此十念一法。若謂此法最能攝心而常用，則傷氣受病，為害不小也。

## ■ 二、簡易念佛儀

每日早晚，向西正立，合掌問訊，或焚香頂禮三拜，念

南無西方極樂世界大慈大悲阿彌陀佛 一聲隨念

南無阿彌陀佛 數百聲或一千聲越多越好

南無觀世音菩薩 三聲

南無大勢至菩薩 三聲

南無清淨大海眾菩薩 三聲

念畢，再合掌念〈大慈菩薩讚佛懺罪迴向發願全偈〉一遍云：

十方三世佛，阿彌陀第一，九品度眾生，威德無窮極。

我今大皈依，懺悔三業罪，凡有諸福善，至心用迴向。

願同念佛人，感應隨時現，臨終西方境，分明在目前。

見聞皆精進，共生極樂國，見佛了生死，如佛度一切。

問訊或頂禮三拜而退。此偈有大威力，能滅一切罪，長一切福。每日如是，必中品生。如教人念此偈，得大福報。如家中供有佛像，須對佛禮念。初少定數，隨後漸增，但須持之以恆，不可或作或輟，忽多忽少。記數須用數珠，或用香，或用鐘錶記時亦可。最忌視為具文，心求速了，但具形式，難得實效。待其漸入漸深，如食肴知味，則日用云為，自能拳拳服膺，惟佛是念，非限於晨朝十念，或百聲千聲，以為定規也。

### ■ 三、通行早晚課

(一) 供養：佛堂惟供西方三聖像。佛前供香、花、燈、果、水等，倘力不足，供水一杯，上香三枝，燈花聽便。上香時應默念或朗念香讚：

願此香華雲 遍滿十方界  
供養一切佛 世間難信法  
及諸上善人 普熏諸眾生  
皆發菩提心 同生極樂國

(二) 禮拜：拜時應先合掌誠懇默念：

一心頂禮娑婆世界大慈大悲人天教主本師釋迦牟尼佛 一拜跪念

弟子某某普為四恩三有，法界眾生，至誠懺悔：我及眾生

往昔所造諸惡業 皆由無始貪瞋癡

從身語意之所生 一切我今皆懺悔

罪從心起將心懺 心若空時罪亦亡

心亡罪滅兩俱空 是則名為真懺悔

一心頂禮西方極樂世界大慈大悲接引導師阿彌陀佛 一拜跪念



弟子某某普為四恩三有，法界眾生，誠發四弘誓願：

眾生無邊誓願度 煩惱無盡誓願斷

法門無量誓願學 佛道無上誓願成

一心頂禮西方極樂世界大慈大悲救苦救難廣大靈感觀世音菩薩摩訶薩 一拜跪念

弟子某某普為四恩三有，法界眾生，誠發大願：願我及眾生

宿世現生諸父母 歷劫祖宗及怨親

同仗如來慈悲力 接引往生安樂國

一心頂禮西方極樂世界大慈大悲大勢至菩薩摩訶薩 一拜跪念

弟子某某普為四恩三有，法界眾生，誠發大願：願我及眾生曠劫

所殺食衣諸冤命 十方被殺諸眾生

悉獲度脫生淨土 願佛慈悲普攝受

一心頂禮西方極樂世界大慈大悲清淨大海眾菩薩摩訶薩 一拜跪念

弟子某某普為四恩三有，法界眾生，誠發大願：願我及眾生

共以普賢殊勝行 無邊勝福皆迴向  
普願沉溺諸眾生 速往無量光佛剎  
一心頂禮常住十方大慈大悲一切諸佛，一切尊法，一切菩薩賢聖僧。 一拜跪念  
弟子某某普為四恩三有，法界眾生，誠發大願：願我及眾生  
共消三障諸煩惱 共增福慧與壽考  
普願災病悉消除 往生圓成菩薩道

(三) 念誦 坐念

南無蓮池海會佛菩薩 三聲

《佛說阿彌陀經》 一遍

拔一切業障根本得生淨土陀羅尼（即往生咒） 三遍

接念〈讚佛偈〉 一遍

阿彌陀佛身金色 相好光明等無倫

白毫宛轉五須彌 紺目澄清四大海  
光中化佛無數億 化菩薩眾亦無邊  
四十八願度眾生 九品咸令登彼岸  
南無西方極樂世界大慈大悲阿彌陀佛 一聲  
南無阿彌陀佛 坐念或繞念數百聲或數千聲  
阿彌陀佛 坐念或止靜默念百聲或千聲  
南無觀世音菩薩 以下跪念或拜念各三聲或各十聲  
南無大勢至菩薩  
南無清淨大海眾菩薩

(四) 迴向 跪念〈慈雲懺主發願迴向文〉 一遍

我弟子某某，一心歸命極樂世界阿彌陀佛，願以淨光照我，慈誓攝我，我今正念，稱如來名，為菩提道，求生淨土。佛昔本誓：若有眾生，欲生我國，至心信樂，

乃至十念，若不生者，不取正覺。以此念佛因緣，得入如來大誓海中，承佛慈力，眾罪消滅，善根增長。若臨命終，自知時至，身無病苦，心不貪戀，意不顛倒，如入禪定。佛及聖眾，手執金臺，來迎接我，於一念頃，生極樂國。華開見佛，即聞佛乘，頓開佛慧，廣度眾生，滿菩提願。十方三世一切佛，一切菩薩摩訶薩。摩訶般若波羅蜜。起立

(五) 三皈依 對佛合掌念：

自皈依佛，當願眾生，體解大道，發無上心。 一拜

自皈依法，當願眾生，深入經藏，智慧如海。 一拜

自皈依僧，當願眾生，統理大眾，一切無礙。 一拜

和南聖眾 三拜課畢

此非定規，可自由增減，如禮拜加為各三拜，迴向改用蓮池大師〈西方發願文〉。課畢加「頂禮西天東土蓮宗歷代祖師暨皈依師三拜。」「代為父母師長，暨歷劫祖宗怨親，禮佛三拜，求生淨土。」或加念〈大悲咒〉一至七遍，觀音聖號百至

千聲，祈求「干戈早息，國運昌隆，眾生安樂，世界和平，化娑婆世界為極樂世界。」

如有所求，隨意祈禱，只要心誠，有求必應。或禮拜減為共三拜。每拜跪念：「為求往生成佛度生歸命禮。」迴向減用前偈，前後減〈香讚〉及三皈依，隨各閒忙酌定。

以上課儀，一經選定以為早晚常課，決定無缺。如或因事失時，寧可遲睡早起，不可藉故間斷，必通宵有事，方可於次日對佛懺說補念。念佛之法，貴在信願深切，心意誠懇，無用莊嚴形跡，貪求熱鬧。

在家居士，不必定穿緇衣，自可常服念佛；不必定敲魚鼓，自可寂默念佛；不必成群做會，自可閉門念佛。千里燒香，不如安坐家堂念佛；供奉邪師，不如孝順父母念佛；廣交魔友，不如獨身清淨念佛；寄庫來生，不如現在作福念佛；許願保襁，不如悔過自新念佛；學習外道文書，不如一字不識念佛；無知妄談禪理，不如老實持戒念佛；希求妖鬼靈通，不如正信因果念佛。若鳴鑼擊鼓，如唱如歌，翻成瀆慢，難獲實益。繞念須由東而南，自西至北，順繞有功德，不可逆繞，有罪過。

迴向須懇切至誠，依文發心，句句從心中發出，方符發願本旨。禮拜須各想其

像，如佛與菩薩現身在此，受我禮拜，聽我念誦，專志如此，生品必高。至於平時念佛，不必照此儀式，但息想定慮，徐徐念去，要使聲合乎心，心隨於聲，念久純熟，自得諸念澄清，心境絕照，證入念佛三昧。若餘年未盡，得以所證，為眾嚮導，報佛深恩！臨命終時，決生極樂，坐寶蓮華，登不退地，再返娑婆，廣度眾生，同生西方，同成佛道，以滿所願，而證所信，皆三要具足之果也。

(全書竟)



## 附錄：毛凌雲居士簡介

毛凌雲居士，是一位虔誠的佛教信徒，淨土行者。他號惕園，是湖北省通城縣人，清宣統二年（一九一〇年）出生。幼年入鄉塾受儒家傳統教育，及長考入北平民國大學法律系，畢業後加入中國國民黨，在軍事委員會調查統計局服務。自基層人員做起，以摘奸立功，歷任軍事委員會處長、國防部秘書、主任，國家安全局副主任及委員等職。一九四九年隨服務機關來到台灣，五十四年屆齡退休。

惕園之崇信三寶，始於一九四九年，那時他在重慶任職，受善友丁敏之居士的接引，領他到重慶長安寺，聽能海法師講《觀世音菩薩普門品》，歷三星期聽經圓滿，偕妻鄭侶梅，同皈依於能海法師座下，法名定西、定侶。惕園來到台灣後，一九五〇年春，在台北善導寺參加護國消災利生薦亡法會，復隨眾人皈依於章嘉大師座下。

能海、章嘉兩位都是密宗大師，而惕園志在淨土，不相契合，是年復經善友趙茂林居士引介，偕妻皈依於智光老和尚座下，法名淨蓮、淨果。自此一門深入，專修念佛法門。同時他並深入經藏，研究教典。在閱藏過程中，凡有關持名念佛法門的文字，隨閱讀隨節錄，隨加按語，輯成《念佛法要》四卷，自費印行三千冊以結

淨緣。繼而恐末法人情，喜簡厭煩，難期普及，特再節錄佛經祖語、及淨土文中要語警句，輯為《念佛三要》一書，先後徵印五版數萬冊，普贈海內外。

惕園自公職退休後，益發精進不懈，他自思淨土法門，從行門入者，六字洪名即可涵攝一切；惟若自解門入，必須遍讀大乘，廣學祖教，凡是發明淨土之書，皆須一一參求。如此，則非深入三藏，難於尋究。這時適台北松山寺的道安法師，承接了由朱鏡宙居士創辦的“台灣印經處”，擬編印各宗叢書，囑惕園先編印淨土叢書。惕園即就已蒐集所得的淨土典籍，擬具目錄及凡例草案，於佛教雜誌上發佈，徵求目錄以外的淨土經典。歷時數年，搜遍中外，到一九七一年冬，共蒐集得淨土典籍三百八十餘種，乃精選出三百種，分編為經論、註疏、精要、著述、纂集、詩偈、行儀、史傳八門，編纂成為洋洋大觀的《淨土叢書》。

此後，毛惕園居士又以印光大師重刊的《淨土十要》中、所附印的《往生論注》、《蓮華世界詩》、省庵大師的《勸發菩提心文》、及《徹悟禪師語錄》四書為基礎，又加上了《印光大師文鈔》、《印光大師嘉言錄》、《西方確指》、蓮池大師的《西方發願文解及注》、截流大師的《淨土警語》、及《龍舒淨土文》六種，依淨土十要的體例，編輯為《續淨土十要》。同時，坊間流通的《淨土聖賢錄》一書，初編為二林居士彭際清之侄彭希涑所輯，刊印於乾隆年間；續編為蓮歸居士胡珽所輯，刊

印於道光年間；三編為蘇州報國寺德森和尚所輯，刊印於一九三三年。而一九三三年以後，至民六十年（一九七一年）又復近四十年，往生者又不知凡幾，他再為蒐集料，得往生四眾三百六十八人，輯為往生傳四輯。

毛惕園居士自一九五二年參加中國佛教會，任中國佛教會第二屆監事、第三屆至第八屆理事、常務理事。協辦佛學講座、及影印大藏經等弘法利生事業。一九六八年，惕園復與佛教居士李謩、周邦道、丁俊生、錢召如等，發起成立“中華佛教居士會”。居士會成立，惕園先後擔任該會理監事等職。毛惕園居士所編述的叢書，除《淨土叢書》、《續淨土十要》、《淨土聖賢錄四編》等外，尚編輯有《觀音靈感錄續編》、《在家戒儀錄要》，及《念佛法要》、《念佛三要》、《苦海夢》等書。

《苦海夢》一書是毛惕園老居士個人生平自述，出版於一九七三年，是年惕園六十三歲。惕園晚年時，更增訂《念佛法要》，將廣欽老和尚、雪廬老人李炳南等近代往生高僧大德之法語增錄之，並纂述《佛說阿彌陀經今譯淺解》、《大勢至念佛圓通章》、《太上感應篇淺解》、《文昌帝君陰騭文淺解》、《關聖帝君覺世真經淺解》（此三聖經淺解由揚善雜誌社印行），可謂裨世良深。

毛居士於二〇〇〇年夏曆六月十九日--觀世音菩薩成道日，安詳念佛生西，享

年九十一歲。

毛凌雲居士有《六十感懷》七律二首，錄之如下：

六十年來風雨頻，備嘗憂患與艱辛，亂離骨肉如飛絮，閱盡興亡似轉輪。  
一息尚存全仗佛，四恩未報恥為人，樂邦有願終須到，贏得逍遙自在身。

苦海無邊任去留，急須放下猛回頭，功召蓋世空中電，富貴榮華水上漚。  
看破死生皆夢幻，願修福慧少營謀，寸陰尺璧誰能買，一失人身萬事休。

于凌波 著



