





淨

慧

天法師講述

釋果清敬題



話



敦倫盡分  
老實念佛

慧天敬題



# 自序

十多年前，在南部經常主持佛七，每天晚上總是要檢討，當日用功情形，並作必要提示。

聰德居士有心，除了自己參加的佛七外，更蒐集些錄音帶，加以分類整理，印成一冊，名為「淨話」。恭請<sup>上</sup>果<sup>下</sup>清律師題字。清公慈悲，欣然俯允，惠賜墨寶，並婉謝供養，經聰德再三申請，始勉強收下，當即交聰德隨喜印資。聰德居士，學有根柢，文字暢達，只可惜我所講的內容，多為老僧常談，了無新義，對初學念佛法門，或可小有助益，如老參之士，則多成贅語，實在難登大雅，自己翻閱，猶感汗顏。

但據聰德告知，竟有蓮友並不嫌棄，閱覽後對念佛法門生起信心，出資助印，又要了幾份最近佛七中所講的原稿，準備再版，除了對這些發心的菩薩，表示謝意之外，也更增加了我內心的感愧！

念佛法門，本是三根普被，凡聖同歸，三世諸佛弘揚，十方諸佛護念，一切菩薩修學。上自等覺，猶發願往生，下至十惡五逆眾生，臨終十念，亦蒙佛接引，生極樂國。箇中義理甚深，唯佛與佛乃能究盡。故千經萬論處處指歸，經道滅盡，獨留百年，廣度有情，實乃本師釋迦如來，無問自說，徹底悲心之所流露。

故印祖曾引大集經，謂末法眾生，億億人修行，罕一得道，唯以念佛得度生死。真是「九界眾生離是門，上不能圓成佛道，十方諸佛捨此法，下不能普利群萌！」

慧天

自慚福淺障深，入道恨晚，幸遇知識，得聞彌陀名號，本願功德，深信此一念佛法門，實為生死苦海，飄流眾生，唯一依怙，不唯自修，亦願善與人同，普願有緣見聞，同植淨因，同發菩提，同念彌陀，同生極樂！

其次，本書之能出版問世，實得力於聰德居士動員全家人力——秀鳳精心校對，廷昱、妙華兩個孩子，整理謄錄，最後由聰德總其成，印製分配，備極辛勞，感人無已！無厭無倦，出錢出力，普與眾生，廣結淨緣，真可謂荷負如來

家業，作眾生不請之友，為佛化家庭之楷模，菩提眷屬之榜樣！

又此書之內容，僅為佛七當中，應機方便之說，囿於時間，必多掛漏，尚祈有緣高德，不吝指教是幸！

中華民國九十二年四月廿七日

淨業學人 釋 慧 天 謹識於

埔里正覺精舍

# 緣起

內典示人「諸法因緣生」，余編上慧下天老法師的開示錄，頗有同感。

民國七十六年春因緣成熟，余連續三年於嘉義朴子「靜修精舍」，參加老法師主持的精進佛七。每晚最後一枝香聆聽師父字字珠璣的開示，如沐春風，如飲甘露，喜悅滿懷。為了便於日後溫習，余隨聽隨記（難免掛一漏萬）。佛七結束後，余多次翻閱，受益匪淺，師之神采，亦歷歷在目。

師先受聘鹿谷「淨律學佛院」任教，後北上新竹「福嚴佛學院」擔任教務主任，培育僧才。大約六年前，師駐錫埔里「正覺精舍」。余常攜家眷，或與蓮友相偕上山拜謁慈顏。

師儒佛會通，誨人不倦，婆心懇切。開示時深入淺出，侃侃而談，信手拈來，皆能稱性發揮，語雖平常，然有至理，頗能應機，聽者無不滿意歡喜。歸來，余輒就記憶所及恭錄之。此期間，余曾多次電話請師釋疑解惑，承多方指

示、鼓勵，余亦一一筆記惕勉。數載珍存，積稿盈尺。

余憶古德有云：「勸人一時以口，勸人百世以書。」師之開示，對初機學人道心之提升，知見之建立，大有裨益。余不敢自秘，因思編輯成冊，付印流通，期與有緣人同沾法益。

余以管見稟告，師初以「都是平常語，無甚流通價值，不必大費周章。」婉辭。經余再三懇求，師感余誠，遂領首。

師解行並重，慧光透露，悲心深廣，常以「但願眾生得離苦，不為自身求安樂。」自勉。為了弘法利生，師南北奔波，不以為苦。邇來，雖年逾古稀，然法緣所在，曾數次遠赴大陸、澳洲、馬來西亞主持佛七、傳戒。惜鮮有錄音帶流通，師又虛懷若谷，述而不作，職是之故，以文字呈現者，殊難一見。

余不敏，雖發願編輯，惟心餘力絀，只能勉力為之。《淨話》以師撰之〈勸修念佛〉為首，次為〈佛七開示〉，逐年編錄；再次是平時訓勉，依內容分為〈攝心念佛〉、〈護持慧命〉、〈降伏煩惱〉、〈教育有情〉等四部份。末篇是師親撰之〈如何培育子女修福修慧〉，與卷首〈勸修念佛〉相輝映，彰顯

了老法師世、出世法融會貫通的教育理念。慧心的讀者自能善會斯意。

本書承蒙 上果下 清律師於百忙中抽空題字，由衷的感激。書中部份格言摘錄自《明倫月刊》，謹致謝忱。

願有緣披覽者，福慧增勝，信願深切，淨業早圓。



壬午年正月初四 後學 陳聰德

沐手恭書於南投

## 印光大師法語(一)

吾人心性，與佛同儔。祇因迷背，輪迴不休。如來慈憫，隨機說法。普令含識，就路還家。法門雖多，其要唯二。曰禪與淨，了脫最易。禪唯自力，淨兼佛力。二法相校，淨最契機。如人度海，須仗舟船。速得到岸，身心坦然。末世眾生，唯此堪行。否則違機，勞而難成。發大菩提，生真信願。畢生堅持，唯佛是念。念極情忘，即念無念。禪教妙義，徹底顯現。待至臨終，蒙佛接引。直登上品，證無生忍。有一祕訣，剴切相告。竭誠盡敬，妙妙妙妙！

南無阿彌陀佛(請多念！請常念！)

無量壽命無量光 福慧雙增最吉祥 一念相應一念佛 念念相應念念佛  
南無阿彌陀 佛力難思議 念久心自開 直入如來地

## 印光大師法語(二)

無論在家在庵。必須上敬下和。忍人所不能忍。行人所不能行。代人之勞。成人之美。靜坐常思己過。閒談不論人非。行住坐臥。穿衣喫飯。從朝至暮。一句佛號。不令間斷。或小聲念。或默念。除念佛外。不起別念。若或妄念一起。當下就要教他消滅。常生慚愧心。及生懺悔心。縱有修持。總覺我工夫很淺。不自矜誇。只管自家。不管人家。只看好樣子。不看壞樣子。看一切人皆是菩薩。唯我一人實是凡夫。汝果能依我所說而行。決定可生西方極樂世界。

南無阿彌陀佛！阿彌陀佛！

# 目 錄

- |    |                 |    |                 |
|----|-----------------|----|-----------------|
| 1  | 菩薩四宏誓願如何起步      | 23 | 十方諸佛護念「念佛人」     |
| 1  | 菩提心是大乘佛法的根本     | 24 | 阿彌陀佛大悲願海三根本     |
| 5  | 眾生無邊誓願度         | 26 | 一念不亂，一心不亂       |
| 10 | 煩惱無盡誓願斷——先伏瞋恚   | 28 | 圓發三心上品生，般若淨土原非二 |
| 13 | 法門無量誓願學——先學念佛法門 | 31 | 佛道無上誓願成——豎出與橫超  |
| 16 | 淨土三經與菩提心        | 32 | 人成即佛成——改過、寡過、無過 |

38 菩薩四宏誓願起步紀錄表(一)

53 在家學佛次第

39 菩薩四宏誓願起步紀錄表(二)

56 念佛用功參考資料

40 勸修念佛

58 普為眾生離苦得樂祝願文(早課用)

43 往生淨土三資糧

59 普為眾生離苦得樂祝願文(晚課用)

46 修念佛法門

60 普與眾生廣結善緣祝願文

48 念佛三昧知津

61 點亮心燈

49 念佛最好

65 從人道 入佛道

50 念佛人歡喜面對痛苦橫逆

66 十福臨門 吉祥永昌

51 只要我念佛

67 勸善

52 淨土法門與一般法門成佛之路

68 心靈講座——因果輪迴

70 授五戒后叮嚀

80 修行要先守住身口

71 十善十惡因果表

81 瓜必先苦後甜

72 佛七開示

82 菩薩畏因，眾生畏果

72 小事不輕忽，大事能圓滿

83 佛法自恭敬中求

73 我慢如高山，法水不能入

85 念佛要專注懇切

74 理事要圓融

86 福田不離方寸

75 善行像自家珍寶，不輕易示人

87 業障消除，見到彌勒菩薩

76 烤龜的果報

88 念佛要動靜、苦樂、生死一如

78 處處鑿井，會沒水喝

89 心光湧現

79 提起佛號，放下臭皮囊

90 人心不死，道心不生

91 信心是明燈

92 親近善知識

93 留德給兒孫

94 打佛七是挖寶、淘金

95 持戒方始顯現佛性

96 嚴密修持，進步神速

97 一人吃素，千佛歡喜

98 對經典要生恭敬心、難遭想

99 學佛要守好五戒

100 深信切願定能往生

101 對治昏沈，誠心懺悔

102 誠心念佛，感應道交

103 暗處不欺隱，小處不滲漏

104 道在吃飯、睡覺中

105 佛七的前方便

**106 攝心念佛**

106 見性後，慧光透露

107 人一能之，己百之

108 念好每一句佛號

110 力行念佛法門

111 為何念佛

112 佛是強力電源

113 懺悔與三輩往生

115 念佛十大利益

116 護持慧命

116 念佛——定慧等持

118 行善念佛要持戒

119 利人即利己，盡量播種

120 清心寡欲，時時覺照

122 情與無情同圓種智

124 多聽經聞法，堅固道心

125 出汗泥而不染

126 敦倫盡分，老實念佛

128 解行並重，修行才有力

129 惜紙如金，視字如寶

130 把佛法融入生命裡

131 一雨普潤

132 降伏煩惱

132 轉逆境為順境

133 煩惱即菩提

- 134 以佛號伏住煩惱
- 135 境界來了要如何對治
- 137 **教育有情**
- 137 勇於反省改過，即能轉凡成聖
- 138 因勢利導，就路還家
- 139 煩惱障蔽清淨覺性
- 140 以「臨深履薄」的心情做事治學
- 141 小心翼翼，任重道遠
- 142 克己復禮，克念作聖
- 143 福田與罪田
- 144 文字可以超越時空
- 145 替佛祖播種
- 146 共業中不共業
- 147 行善從關心父母開始
- 148 無心插柳柳成蔭
- 149 念念無常
- 150 對治習氣
- 151 法寶在即佛在
- 153 感應源自於善心
- 154 轉惡緣成善緣

- |     |                 |     |           |
|-----|-----------------|-----|-----------|
| 187 | 福智四宏願           |     |           |
| 186 | 福智十善法           |     |           |
| 183 | 如何培育子女修福修慧      |     |           |
| 179 | 在家學佛【三】(老年—結果)  | 199 | 高山仰止·修行典範 |
| 175 | 在家學佛【二】(壯年—開花)  | 198 | 在校修慧紀錄表   |
| 172 | 在家學佛【一】(青少年—扎根) | 197 | 在家修福紀錄表   |
| 170 | 如何度越「五濁惡世」      | 195 | 交友頌       |
| 163 | 發菩提心知津          | 193 | 勸學頌       |
| 157 | 談發菩提心           | 191 | 尊師頌       |
| 155 | 平實中有至理          | 188 | 孝親頌       |

# 菩薩四宏誓願如何起步

上慧下天法師開示於南林寺

(91. 6. 16.)

## 菩提心是大乘佛法的根本

世尊最初說的一部經典是《大方廣佛華嚴經》，最初的當機者是善財童子。善財童子發菩提心以後，五十三參圓成佛道。這證明我們學佛第一步要發菩提心，不發菩提心是沒辦法成佛的。

大乘與小乘的區別就在這個菩提心上，小乘沒有菩提心，只求自己了脫生死、斷煩惱、入涅槃就好了；大乘佛法要自他二利，上求佛道，下化眾生。《無量壽經》裡講三輩往生極樂世界，都要發菩提心，一向專念阿彌陀佛。由此可知，發菩提心是非常重要的。

我們常講成佛要三大阿僧祇劫，那從什麼時候開始算起呢？不是從現在就開始，而是從「信滿入住」，發菩提心後算起，也就是《大乘起信論》中的信成就發心——直心、深心、大悲心。發了這三種心以後，就「入住」，入到十住的「發心住」，也就是入「正定聚」。因此，發菩提心對我們學佛人來講實在太重要了；換句話說，不發菩提心是沒辦法成就佛道的。

佛門有一個公案，是大家都知道的。有一位老阿羅漢帶著一位小沙彌行腳，小沙彌背著衣鉢在後面打妄想——我將來要發菩提心成佛，我不要証阿羅漢。他師父有神通，知道小沙彌這麼想，就對沙彌說：「把那個衣鉢包給我，你走前面。」於是沙彌遵命走在前面。走了一小段路後，沙彌又打妄想——修行佛道要三大阿僧祇劫，時間太長了，還是先証阿羅漢，了生脫死要緊。沙彌念頭一起，他師父就對他說：「沙彌！這個包包給你，你走後面。」

沙彌一臉疑惑的問師父：「一會兒要我走前面，一下子又要我走後面，到底是為什麼？」

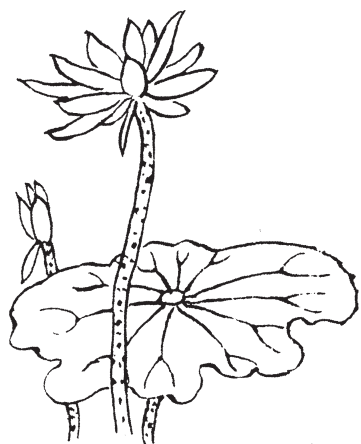
羅漢對沙彌說：「你方才發菩提心要成佛，雖然還沒成佛，但是你已經是大

乘菩薩了，位次在我上面，理所當然應走前面；可是後來你又退心要証阿羅漢，那你還早得很呢！初果都還沒証，而我已經是四果了，所以要你走後面。」

我們一發菩提心，阿羅漢就讓路了，由此証明菩提心是多麼重要啊！那菩提心的內容是什麼呢？就是「大智、大悲、大願」這六個字。說具體、清楚一點，一切菩薩開始發菩提心，就是四宏誓願裡的「眾生無邊誓願度」，這是總說。下面的「煩惱無盡誓願斷」、「法門無量誓願學」、「佛道無上誓願成」，是別說。你發菩提心，要度眾生，自己得先斷煩惱，不然怎麼能度眾生呢？可是光斷了煩惱，而沒有佛法來度眾生也是不行的。因此，法門無量誓願學，學到什麼時候為止呢？要到成佛，才能夠度生圓滿。等覺菩薩雖然也可以度眾生，但那只能度等覺以下的，如果是等覺菩薩就不能度，為什麼呢？因為等覺菩薩的問題，就是他的問題，怎麼能度呢？因此，你想度生圓滿，必須要成佛，圓滿了一切種智，等覺以下的一切眾生都可以度了。所以說佛道無上誓願成。

我過去也常鼓勵人要發四宏誓願，可是有人就對我說，這四宏誓願太高了。眾生無邊誓願度，怎麼度呢？無量無邊的眾生，怎能度盡呢？煩惱無盡誓願斷

，八萬四千煩惱怎麼斷呢？法門無量誓願學，八萬四千法門怎麼學呢？佛道無上誓願成，成佛要三大阿僧祇劫，怎麼起步？這一個問題我想了很久，寫了二張表——〈菩薩四宏誓願起步紀錄表〉（按：如附表）。當初剛製成時較簡略，比較小張，各位不知道有沒有拿到？第二版的內容比較充實，較大張一些。前兩天我感冒住院，想起可以供養諸位，大家都是有意緣人，這兩張隨你們喜歡那一張都行，重要的是要做，學佛不是用說的，要實實在在的去做，信、解、行、証，一定要透過行，才能証。



## 眾生無邊誓願度

菩薩的四宏誓願，眾生無邊誓願度。從那裡度起？我本身也是眾生，先從我自己度起，處處以身作則。我們來看這一張大張的，這裡頭說的還是比較抽象，那到底要怎麼去做呢？依我看應包含四個細目。首先是己所不欲，勿施於人。孔門教弟子就是這一句話，自己不喜歡的事情，不加諸在別人身上，這是第一步，將心比心，是恕道啊！其次，要推己及人。要常想，除了我以外，還有別人啊！那麼就推己及人，勸人行善。再來是常存幫助別人的心。多多助人，自己也會很快樂。最後是對眾生存感恩心。我們這個世界上每一個人幾乎都是為自己而工作的，比如：沒有一個醫生是為了治自己的病而去學醫的，都是為了治別人的病；開鞋店、布店的，也不是為了自己有得穿而開業的；裁縫店、西裝店也都是為別人而開的。因此，別人的滿意才是我們的成功。〈普賢十大願王〉裡頭，第九是恆順眾生，裡面說菩提屬於眾生，要是沒有眾生，一切菩薩終不能成無上正覺。試想，假如沒有眾生，菩薩的六度萬行要從那裡去修

？沒有對象了嘛！我要布施，你布施給誰？沒有眾生，你怎麼布施？所以我們佛門在打齋時，還要「拜齋」，我請你吃飯，我要謝謝你，給你頂禮，謝謝你接受我的供養。對一切眾生常存感恩心，這樣一定很快樂，假如我們能常想到一切眾生都是成就我的，你就會很快樂。在家裡當主婦，當母親，這是很辛苦的。但是假如想到家人都是我的福田，那你就會很快樂；要不然這個事情是很煩的，又是先生，又是孩子，又要燒飯，又要上班，真的很煩。可是你別這麼想，要換個角度想，這是我的福田，那你就很歡喜了。因此，要對一切眾生生歡喜心、感恩心，這樣就與道相近了。所以，眾生無邊誓願度，先從這裡開始作起，每天晚上想一想，己所不欲，有沒有施於人，如果沒有，那很好，就打一個勾（√），這一項我今天做到了。推己及人，我想到自己，也想到別人，雖然我自己一時沒有做也沒有關係，但我有想到別人，這也算是菩薩心腸啊！常存幫助別人的心，有機會就來幫助別人，你有這個心就是在行善了，這就是善心嘛！因緣具足的話我去做，因緣不具足，我有這個善心，還是有功德的。

這個世間的眾生都是我的福田，父母親尤其是我的第一福田，可惜現在一般

人不喜歡父母親，為什麼？因為父母親老了，反應不靈敏，動作也不靈活，須要人照顧，變成累贅了，於是不喜歡。放著大好福田不要，真是令人感嘆啊！佛說：「有佛在世的時候，供養佛，禮拜佛；佛不在的時候，供養父母，禮拜父母，父母是子女第一良福田。」一般人之所以沒有福，就是這一點沒做好，家裡有錢，把父母送到養老院就好了，其實，這就是把福田推出去了，殊為可惜啊！

佛在世時，有一年是荒年，大家都沒有收穫，世尊連續托了三天的空鉢，沒有人供養，不是不供養，而是真的沒有東西吃，自己都沒有東西吃了，怎麼供養？有一個比丘遇到世尊，給佛頂禮，世尊對他說：「比丘啊！我已經三天沒托到鉢了，你現在有什麼問題不要問我。」比丘聽了，心裡很難過，就把自己的「三衣」賣了，買點米做了一鍋飯，歡歡喜喜的要供養佛。

佛陀問比丘：「現在是荒年，都托不到鉢，你那裡來的飯啊？」比丘回答：「我把三衣賣了，世尊您三天沒托到鉢了，我來供養您。」世尊聽了之後，訶斥他：「愚痴的比丘，三衣是三世諸佛清淨幢相，我怎麼可以吃這個飯呢？」

這比丘一聽，開始緊張了，三衣賣掉了，佛陀又不吃這飯，那怎麼辦？

世尊就問他：「你有沒有父母？」

比丘回答：「有。」世尊再問：「信佛了沒有？」比丘回答：「還沒。」於是世尊叫他回去先幫父母授三皈依，然後拿這飯給他們吃。比丘問佛陀：「世尊您是聖中聖，天中天，都不能吃了，我父母是凡夫，他們可以吃嗎？」佛陀說：「你父母可以吃。對你來講，他們是等覺菩薩，可以吃的。」善導大師的《觀經四帖疏》裡有這個公案。所以我們要孝順父母，各位在家的菩薩們，父母是你們身邊的第一良福田啊！



我們講眾生無邊誓願度，自己度完後，先度家人，可是家人不好度啊！家人彼此太了解了，你還沒說，他就曉得你要說啥了。因此，度家人不要用嘴巴說，身、口、意三業要善巧方便嘛！不要用講的，那怎麼辦呢？用身、意業，時時關心、照顧，幫家人做事，無止盡的付出愛心，讓他們慢慢的感覺你最值得信賴，你是最可靠，最能夠幫助他的人，那時候他有問題來問你，就可以給他講了。在因緣沒有成熟以前，先不要講佛法，免得萬一他順口溜，反倒成了謗法，那就不好。記住，度家人要用愛心，不要光用講的。如果真的非講不可呢？要懂得技巧，也就是要先讚歎。每個人都有優缺點，先說他的優點，尤其對於兒女，更要這樣，優點說完了，再告訴他們還有一點點美中不足的地方，如果改過來了，會更好。他一聽，會覺得自己還不錯，只有一點點美中不足。假如你一開始就說他不好，他會想，那我乾脆就不好到底算了！那就糟了，這一點在佛教裡也有許多公案。要使人歡喜，說歡喜話，度家人一定要這樣。家人沒度好，在修行上會有障礙；如果度好了，會有功德。別忘了，家人也是眾生啊！眾生無邊誓願度，所以也要度他啊！既然有緣結合在一起，那就從這裡度起，不要怕煩，成佛本來就是件很麻煩的事情，要是怕麻煩，就不能成佛了。

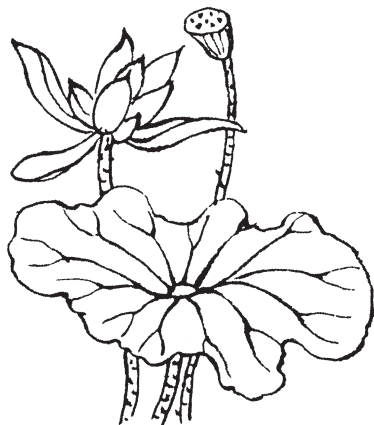
## 煩惱無盡誓願斷——先伏瞋恚

第二項是煩惱無盡誓願斷。所有煩惱當中，對我們造成傷害最大的，立即、最直接傷害的是瞋恨心。所以第一要緊的是先把瞋恨心伏住，制伏這個瞋恚，絕對不要生氣。「一念瞋心起，百萬障門開。」《華嚴經》上，普賢菩薩告訴所有華藏海會的菩薩，瞋恨心在一切煩惱過失中最重，一念瞋心起，一切障礙的門都開了，此時要做什麼事都沒辦法，可以說根本是寸步難行。一把無明火，功德盡成灰，辛辛苦苦的做一點財施、法施、無畏施，發一次脾氣以後，滿腹熱惱，功德通通沒有了，可惜啊！所以大家切忌發脾氣，尤其是在家的菩薩們，煩惱較多，要想煩惱是成就我的，考驗我的，我就是不發脾氣，讓煩惱變成了善因緣，大家要記住啊！千萬不要發瞋恨心。現在請各位合掌，我們來念：「莫生氣！莫生氣！絕對莫生氣！一念瞋心起，百萬障門開，一把無明火，功德盡成灰。」好發脾氣的人，要天天念，早晨起來還沒下床，先念一遍：不生氣！不生氣！絕對不生氣……。晚上臨睡覺時也念，念一段時間就見功效了。

這就是往我們的八識田裡熏，現行熏種子，種子生現行，熏久了以後，要發脾氣時，就會突然想到——不可以發脾氣。自自然然的起了一種防非止惡的功能，這是一種「無表色」的作用，大家可以這樣做。有的人根本就不會發脾氣，那就不用念了，也就是不要再「因藥發病」了。

一般人都很容易發瞋恨心，我們要想法子伏住它。下面這四點應念茲在茲。一、時刻勉勵自己，提醒自己，一天中保持不動瞋恨心。二、常生慚愧心。印光大師說：「看一切人都是菩薩，唯我一人實是凡夫。」很慚愧啊！一切眾生都是菩薩，只有我一個人是凡夫，常這樣觀照，這樣思惟，果能生起慚愧心，就不容易發脾氣了。三、常生歡喜心。人身難得，佛法難聞，我能開始修菩薩的四宏誓願，感到很歡喜，如果為了小事而生氣，是多麼不智啊！四、常生慈悲心。這個世界上，很多人沒聞到佛法，我們幸而聞到佛法，是多麼有福報，萬一遇到什麼困難，還可以求佛菩薩，可是那些沒聞到佛法的人該怎麼辦呢？他們最多求土地公，弄兩杯酒，殺隻雞，然後在那邊許願，愚痴顛倒的結果，只會使事情更糟糕啊！

對愚痴顛倒的人，我們應生起慈悲心，設法教化他們怎麼遠離災禍，怎麼求得吉祥福慧。但，話說回來，教化要看因緣，因緣還沒成熟，也不能冒然行事。不然，你一說，他就起煩惱了，那最好的辦法是怎樣呢？以身作則給他看，我學佛就是這樣子，看久了以後，他慢慢的就服氣了——某某人從不發脾氣，老是高高興興、歡歡喜喜的；他的錢也不見得比我們多，工作也不見得比我們輕鬆，但是他很歡喜、很快樂，這是什麼原因呢？原來是他信佛了，那好，我們也信佛吧！度眾生就是要這樣悲智雙運啊！



## 法門無量誓願學——先學念佛法門

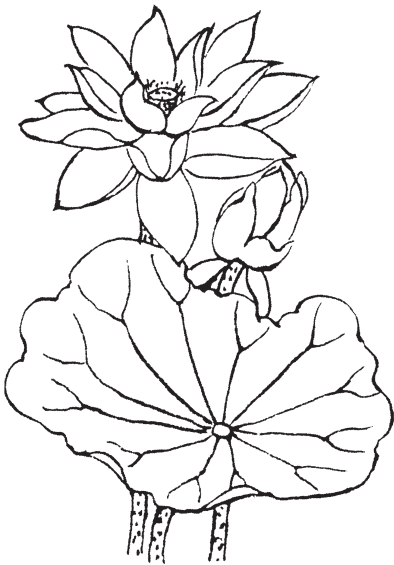
下邊我們講法門無量誓願學。只要是佛說的法門都好，八萬四千法門，三藏十二部經，都是告訴我們了脫生死，斷煩惱，証菩提，成佛道。但是，我們要選一個最快速、最方便、最容易成功的，用力最少、不花錢、不求人，很快就能成就的方法，這個法門是什麼呢？就是念阿彌陀佛。專修念佛法門，求生極樂，再來娑婆，普度一切眾生。

我利用這個時間，簡單的把念佛法門概要的說一說，《華嚴經》中善財童子五十三參，發菩提心以後，首先參德雲比丘，德雲比丘告訴他修念佛三昧，念佛三昧這個名字很長，叫做「憶念一切諸佛境界智慧光明普見法門」（出自《華嚴經》）。然後，善財童子繼續參訪善知識。參到彌勒菩薩那裡，善財童子跟彌勒菩薩一樣，已經是等覺菩薩了，這個時候他想要回去看他的老師。文殊菩薩從遙遠的地方伸出手來摸他的頭，並對他說：「你不要回來，你還沒有圓滿，你再去參普賢菩薩。」善財童子又遵從老師的教導，去參訪普賢菩薩。到

了普賢菩薩這裡，〈普賢菩薩十大願王〉讓他往生極樂世界。所以古德說，善財童子不是五十三參，是五十四參，最後參阿彌陀佛，到極樂世界成佛去了。一部《華嚴經》就是世尊的根本法輪，這根本法輪就是一生成佛，發菩提心，修念佛三昧，往生極樂世界。在淨土法門的三部經典裡，《無量壽經》說三輩往生都是要發菩提心，一向專念阿彌陀佛。四十八願當中有三個願，在我們凡夫因地最能夠用得上力。

第一個是十八願：設我得佛，十方眾生，至心信樂，欲生我國，乃至十念，若不生者，不取正覺。唯除五逆，誹謗正法。若十念不生，阿彌陀佛說我不成佛，但是有一個條件，要「至心信樂」，十念乃至一念都能往生。《無量壽經》裡佛陀告訴我們，信心、歡喜心，一念都能往生極樂世界。所以有些祖師主張「一念」往生，我們現在主張「十念」往生，是希望我們功夫下得多一點，較保險。這就好比出門，鈔票要多帶一些，不要只帶一點點，買了機票就沒錢了，這可不行。口袋多帶一點錢，類似十念的功夫。十念能夠往生，往生以後入正定聚，便不退轉了，一生成佛多好啊！阿彌陀佛有一願是定成正覺，你一

往生，阿彌陀佛保證你，給你背書，一定在極樂世界成佛。十念就能往生，往生就能成佛，還有比這個法門更好的嗎？

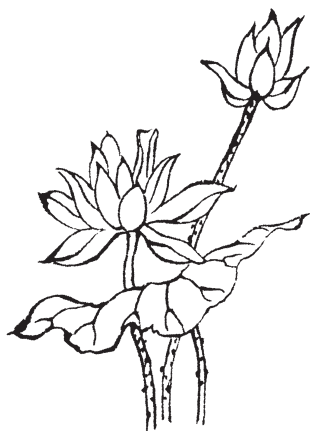


## 淨土三經與菩提心

《無量壽經》下卷有「五惡、五痛、五燒」，世尊說我們這個世界上所有痛苦，就是這五種惡行所造成的。那五種惡行呢？簡單的說，就是殺生、偷盜、邪淫、妄語、喝酒，所以你要修念佛法門，要受五戒、發菩提心、專念阿彌陀佛，十念、一念都能往生極樂世界圓成佛道。

淨土宗的另一部經典是《觀無量壽佛經》，這是本師釋迦牟尼佛對韋提希夫人說的。韋提希夫人是修止觀法門的，所以世尊就教她修十六觀，也就是觀想往生極樂世界的方法。世尊首先告訴她要修「淨業三福」，那是三世諸佛淨業正因。那三福呢？一、孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業。十善業包括身三：不偷盜、不邪淫、不殺生。口四：不妄言、不惡口、不兩舌、不綺語。意三：不貪、不瞋、不痴。合起來是十善業，這是第一個世間福。二、受持三皈，具足眾戒，不犯威儀。不論是受三皈依、五戒、菩薩戒，乃至於受八關齋戒，都要把戒持好，還要不犯威儀，即便是微細的地方也不要犯。也就是「

勿以惡小而為之，勿以善小而不為。」一般人做事在小的細節往往都馬馬虎虎，可是小地方輕忽了，就導致最後的結果有漏。所以古德告訴我們，小處不馬虎，大處有受用啊！我們修行就是從小地方修起，絕對不可能一步登天的。三、發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸進行者。發菩提心就是四宏誓願。深信因果的「深」字要特別注意，有的人學佛，他也相信因果，只是信得不深。他信佛，也曾皈依、受戒，也參加各種法會，可是突然間遇到逆境，就不歡喜了，就懷疑了——我也信佛了，也皈依、受戒、吃素了，怎麼還發生這種事情呢？佛法根本不靈嘛！就開始抱怨了。



過去買股票賺錢的時候，就幫佛菩薩裝金，賠了錢，就把佛龕都甩掉了。這就是不明因果啊！不明因果是不行的，要相信因果一點不假，種瓜一定得瓜，種豆必然得豆，果報只是時間早晚的問題啊！我們行善絕對不可能得到壞的果報。一路行善，若遇到橫逆來了，須知那是過去生的惡行所感召，千萬別退心。我們信佛以後，難道就可以把因果一筆否定掉了嗎？欠債不還錢，殺人也不償命？做佛弟子不可以這樣啊！因此，過去的事情我不賴帳，欠債就還錢，一切不如意的事情，我認了。好比在這條路上，過去我自己擺了一塊石頭，現在把腳給踢破了，要怪誰呢？那是我自己擺的嘛！我把它搬走就沒事了。換句話說，真誠的懺悔改過就好了。所以學佛一定要深信因果，絕對不動搖，一心行善，自然有好的結果。

此外，要多誦大乘經典，菩提心才發得起來啊！不誦經典菩提心是發不起來的。勸進行者，就是要度眾生，常鼓勵人行善、念佛、誦經。以上這三條就叫做淨業三福。

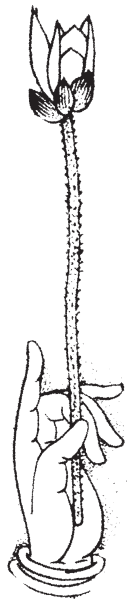
下面的修觀不是我們一般人可以修成的。修觀先要入定，然後再依照佛陀所說的觀法去修，觀想極樂世界依報、正報的莊嚴，現在我們沒辦法入定，靠自己

己的力量要入定，是很難的。欲界的眾生根本就沒有定，而人道以下不用說，就是四王天、忉利天、夜摩天、兜率天、化樂天、他化自在天，也沒有定，心都是散亂的，因此不容易修定，一直到初禪才有定。離生喜樂定、定生喜樂定、離喜妙樂定、捨念清淨定，雖有定功，但還是有危險的。到第四禪的時候，前四天是凡夫天，即無雲天、福生天、廣果天、無想天。無想天是外道天，把第六識壓住，在外道修行認為那就是涅槃了。第六識不動了，不想了，其實第七識還在啊！所以他一出定，定力消失了以後，還要下來輪迴。必須要到五淨居天（無煩天、無熱天、善見天、善現天、色究竟天）才行，三果羅漢住在這裡修行——斷愛煩惱，三界的思惑在這裡斷，斷完了出三界，就証阿羅漢了。我們現在要修得初禪，離生喜樂定是很難的。因此，善導大師告訴我們，念阿彌陀佛的聖號就好了。所以《觀經》十三觀以後，十四、十五、十六觀就不是修觀了，而是念佛了。

《十六觀經》裡頭，說上品上生要發至誠心、深心、迴向發願心。這裡的至誠心就是《大乘起信論》裡的直心，迴向發願心就是大悲心，而深心是一樣的。佛說發這三種心，往生極樂世界，一定上品上生。中間的我們且不說，接下

來，來談談下品下生。造十惡五逆（殺父、殺母、殺阿羅漢、出佛身血、破和合僧。）的眾生，臨終這口氣一斷，馬上要下阿鼻地獄，幸逢善知識，教他趕快念阿彌陀佛，其他法門都來不及了，現在火燒眼眉了，趕快念阿彌陀佛，他以猛厲心虔誠的念。經文上這樣說：「如是至心，令聲不絕，具足十念，稱南無阿彌陀佛，稱佛名故，於念念中，除八十億劫生死之罪。命終之時，見金蓮華，猶如日輪，住其人前，如一念頃，即得往生極樂世界。」你看，十惡五逆的人，以念佛故，往生極樂世界了。這裡我再說明一點，四十八願裡的第十八願說十念能往生，唯除五逆、誹謗正法，也就是說五逆罪和誹謗正法不能往生；但在《十六觀經》裡十惡、五逆的人往生了，兩種說法不一致，問題出在那裡呢？十惡、五逆的人沒有誹謗正法，因此他能夠念佛，念念滅八十億劫生死重罪，所以十念具足，生死重罪滅完了，了分段生死，往生極樂世界去了。十大劫在蓮花裡，等蓮花一開，觀世音菩薩、大勢至菩薩再為他說諸法實相，除滅罪法。發菩提心，在那時候才開始。或許有人會說，十二大劫在蓮花裡，那多難過啊！其實一點也不難過，各位不要忘了極樂世界的眾生無有眾苦，但受諸樂。在蓮花裡的眾生，不是像我們想像的，一個人被蓮花包住，一動也不

能動，而是在七寶宮殿裡，優哉遊哉的；他只是看不到佛，聞不到法，不能夠供養三寶，修諸功德而已。慢慢的他的懺悔心就生起來了，也就能見到阿彌陀佛。假如他的懺悔心提前生起來，那就不一定要十二大劫啊！佛說的法都是一個概數，不是絕對的，諸法無常、無我，完全看眾生當時的根性如何，這裡的「十二大劫」應這樣解釋。十惡五逆的人，臨終稱南無阿彌陀佛，十念具足，令聲不絕，都能往生，大家要有信心喔！因此，我們平時念佛，第一要至心，第二要出聲，第三稱南無阿彌陀佛，第四要十念具足。「晨朝十念法」是宋·慈雲懺主遵式大師為極忙的人定的，盡一口氣算一念，十念不是十聲，而是念十次，每次盡一口氣，一念能滅八十億劫生死重罪。這實在是不可思議，若不是佛金口親宣，誰能相信呢？



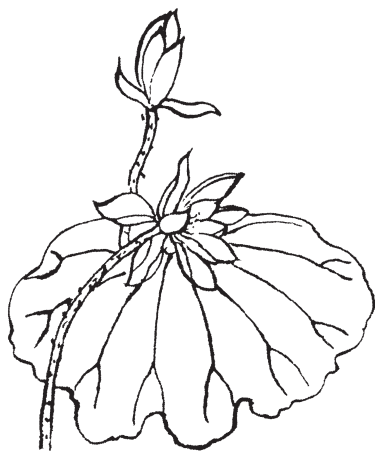
我們講的「劫」到底有多長呢？劫是時間單位，我們先講一個小劫好了。人壽當初八萬四千歲的時候，輪王在世，以十善教化人民，人們也都行善。當時地湧七珍，一切的五穀都自然生長，人們不用費心去耕種，完全在享樂。慢慢的人就貪心了，一些七寶紛紛拿回家裡去了。因為人的道德差了，福報也不夠了，壽命也開始減少。每過一百年減一歲，減到人壽十歲，那時草木都成刀兵了，人們互相殘殺，惡性發揮到極點。後來有人開始思考，為什麼要互相殘殺，為什麼不能和平相處呢？這一念迴光之後，大家仔細想想，覺得有道理，就開始斷惡，一點一滴的行善。之後各方面就風調雨順，慢慢的每一百年增一歲，增到八萬四千歲。一減一增為一小劫，二十個小劫為一中劫，四中劫（成、住、壞、空）為一大劫。一大劫是八十小劫，而一個小劫就那麼長了，八十億劫是八十億個大劫，有多長啊！而一念就滅掉了八十億劫生死重罪，有那一個法門有這種功德的？因此，我們修念佛法門應生歡喜心。假如我們能深信不疑，你的福報就超過阿羅漢。我們的智慧不如阿羅漢，阿羅漢有人空智，已經分段生死。但是，他不相信其他世界的佛，他只相信本師釋迦牟尼佛，因此，阿羅漢的福報沒有我們聞到淨土法門，念阿彌陀佛的人大。

## 十方諸佛護念「念佛人」

念佛法門不可思議，你看看許多鄉下的老太太，不識字，不念經，也沒行善，只天天念佛，但念到最後，都能告訴家人，那天要往生極樂世界。為什麼可以這樣？因為她把三界內的分段生死重罪都滅完了，到極樂世界去了，只剩三界外的變易生死。這一聲南無阿彌陀佛就是有這麼大的功德，能遇到這個法門，真是不可以少善根福德因緣啊！因此，我們要好好念佛，十方諸佛都在護念我們。世尊在《阿彌陀經》裡告訴我們：東方有阿閼鞞佛、須彌相佛、大須彌佛、須彌光佛、妙音佛，南西北方上下十方諸佛都出廣長舌相讚歎這個法門，護念念佛的眾生。《阿彌陀經》又講：佛問舍利弗尊者，何故名為一切諸佛所護念經？「聞是經受持者，及聞諸佛名者，皆為一切諸佛之所護念，皆得不退轉於阿耨多羅三藐三菩提。」這是佛親自說的哩！聞到這部經受持，以及聞到諸佛名號的，都會蒙受諸佛的護念，我們要感恩，要有信心啊！

## 阿彌陀佛大悲願海三根本

阿彌陀佛在因地修行時發願，將來要成立一個佛國土，要超越十方諸佛，假如十方諸佛不讚歎我的國土殊勝，我不成佛！阿彌陀佛成就這麼一願，所以本師釋迦牟尼佛在《無量壽經》裡講，阿彌陀佛的威神光明，最尊第一，諸佛所不能及。我們念阿彌陀佛，做阿彌陀佛的弟子，念阿彌陀佛的聖號，了不起啊！十方諸佛都在護念我們，二十五位大菩薩在守護我們，念念滅八十億劫生死重罪，臨終時身無病苦，心不貪戀，預知時至，捨報安詳，如入禪定。異香



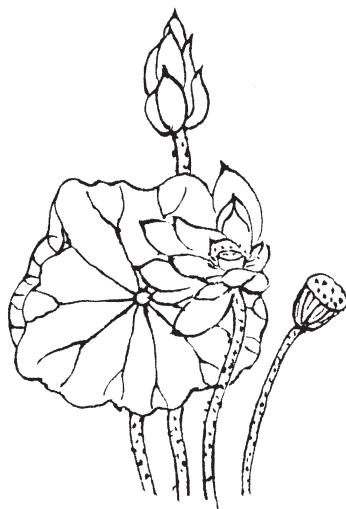
滿室，天樂鳴空，阿彌陀佛與諸聖眾，手執金臺，來迎接行者往生極樂世界，成佛去了。這個法門真的很殊勝，諸位可以看淨土五經，先從《無量壽經》看起，然後看《觀無量壽佛經》，再看《阿彌陀經》。方才我講阿彌陀佛的三願，只講了第十八願，現在來講第十九願。

第十九願的要點在「十方眾生，至心發願，欲生我國」，一定要至心發願，才能夠往生。第二十願的要旨是「至心迴向」。發菩提心，修諸功德，至心迴向，也能往生。簡要的說，這三願就是信、願、行。相信、發願、修一切的功德都迴向極樂世界，這樣一定能往生。

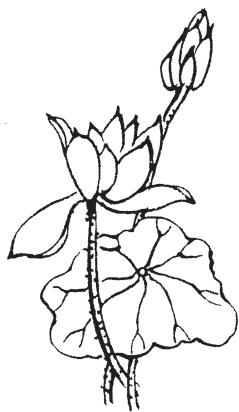


## 一念不亂，一心不亂

《阿彌陀經》告訴我們，執持名號，若一日……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。一般人感到很難，不要說一日或七日，就是一個鐘頭也做不到一心不亂。其實，不要緊的，我告訴各位一個簡單的方法——先念好當下這一句南無阿彌陀佛，一念不亂，然後念念不亂，無間無雜，最後一定能一心不亂。好比你要行萬里路，不管萬里，我只管眼前的一步，一步一步不停的往前走，到



最後我走完了全程。如果都還沒起步，就想著一萬里那麼遙遠，怎麼走得到？還沒走就累了，當然很難抵達終點。我們現在可以坐飛機去朝聖，玄奘大師當年到印度去取經是走路去的呢！起先騎著馬一步步走的，後來沒有馬了，還是繼續走下去啊！假如玄奘大師當時想說，這麼遠，八百里流沙怎麼走得過呢？那他就不用走了。所以大家要把「怕難」的念頭除掉。一心不亂，不難的。先要一念不亂，再一念不亂，繼續一念不亂，最後是念念不亂，沒有夾雜，沒有間斷，即能成就一心不亂。記住，只顧當下一念不亂就行了，先從早晨的十念不亂做起，基礎就是這樣打下來的。



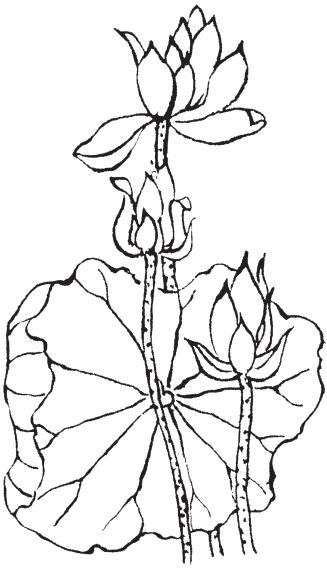
## 圓發三心上品生，般若淨土原非二

大家看下面——晨朝十念，多多益善。晨朝十念法不要間斷喔！它是往生極樂世界最低的門檻呢！假如這個守不住的話，要往生就比較難了。第二個禮佛百拜，求消業障。〈普賢菩薩十大願王〉一者禮敬諸佛，二者稱讚如來。禮佛者，拜佛也，稱讚如來者，念佛也；拜佛、念佛同等重要，缺一不可。因此，早晨一百拜，求消業障，然後「圓發三心，讀誦大乘。」那三心呢？第一個是至誠心，沒有一點夾雜，真誠的求生極樂世界。第二個是深心，我這個心一直到捨報往生，絕不會改變，也就是「將此身心奉塵刹，是則名為報佛恩。」第三個是迴向發願心，所有的功德我都迴向往生極樂世界；到極樂世界以後，見佛聞法悟無生，然後再迴入娑婆度有情。圓發三心的同時，要讀誦大乘經典。《無量壽經》是大乘經典，《觀無量壽佛經》也是大乘經典，《阿彌陀經》也是啊！如果嫌長的話，《心經》二百六十個字也是大乘經典。念《心經》的時候要迴向，因為《心經》是破相的，「無眼、耳、鼻、舌、身、意，無色、聲、

香、味、觸、法。」《阿彌陀經》告訴我們有阿彌陀佛，有西方極樂世界，跟《心經》不同，一個是談妙有的，一個是說真空的，從本以來空有不二，不相妨礙。念《金剛經》也不妨礙，「凡所有相，皆是虛妄，若見諸相非相，則見如來。」如來者，是阿彌陀如來。念佛的時候，如果見一切相非相，那就是見到阿彌陀佛了。般若於淨土法門不相違背，《心經》當然也一樣，是不違背的。念佛的時候，「無眼、耳、鼻、舌、身、意，無色、聲、香、味、觸、法，無眼界乃至無意識界，無無明，亦無無明盡，乃至無老死，亦無老死盡，無苦、集、滅、道，無智亦無得。」能念的我與所念的佛，無智亦無得的時候，那就是阿彌陀佛現前了，也就是契入理一心不亂。第四個是信願堅固，法喜充滿。信心要堅固，不能別人一說，我心裡就動搖了，連求生極樂世界的願力也動搖了。信心不堅固，怎麼能有法喜？那要怎麼堅固呢？要多看淨土五經，反復復的看；另外，要看《華嚴經》，八十華嚴要從頭開始看。你看，善財童子五十三參，到最後普賢菩薩告訴他：「你辛苦了，到極樂世界去吧！」善財童子不是五十三參，而是五十四參，最後參阿彌陀佛去了。所以古德有個偈子「

親見彌陀勝別參，清涼一劑破沈酣，善財已入蓮池會，不記童年五十三。」不記童年五十三參，因為已經不須要記得了嘛！馬上到極樂世界成佛了，一路參訪善知識只是手段，不是目的啊！

諸位每天晚上照這四個項目來記，有就打勾，要記喔！就像做生意在記帳一樣，不記帳沒辦法知道今天是賺錢，還是賠錢，一定要看了帳單才清楚。如果生意不大好，或是剛剛拉平，那就不行了啊！要賺錢才行。修行也要天天做紀錄，慢慢的每一欄都是打勾的，功夫就得力了。限於時間，沒有講到的，請參照表列項目，自行用功紀錄。



## 佛道無上誓願成——豎出與橫超

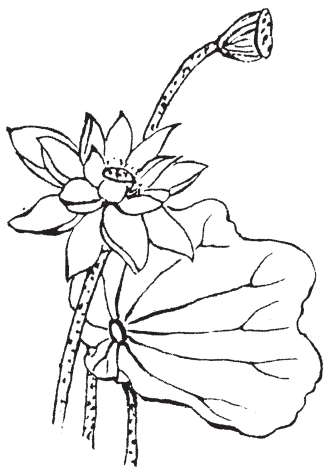
最後一項是佛道無上誓願成。佛道在人道中求，三世諸佛都在人間成佛，沒有在天上成佛的，三惡道當然更不能成佛了。因此，人道是我們學佛的起點。淨土法門是從人道超越菩薩的五十二位次，直接成佛的。十信、十住、十行、十迴向、十地，這些都不要了，橫超到極樂世界成佛了。「橫超」的另一種解釋是橫出三界，不是修四禪八定，第九次第定才出三界。對橫超的殊勝方便，古德有一貼切的比喻，說毛蟲不必一節節的咬破竹子豎出，而是從旁邊咬一個洞就出去了，這就叫做橫超。念佛法門橫超菩薩的五十二位次，到極樂世界去，所以是帶業往生。往生之後，「眾生生者，皆是阿鞞跋致，其中多有一生補處，其數甚多，非是算數所能知之，但可以無量無邊阿僧祇說。」《阿彌陀經》上是這樣說的啊！往生到極樂世界以後，阿鞞跋致很多，且多半都是一生補處，一生補處跟彌勒菩薩一樣，就是一分「生相無明」未破，破了之後，就成佛了。

## 人成即佛成——改過、寡過、無過

在座的諸位，將來往生極樂世界都是一生補處的菩薩。因此，我們要把人道的基礎打穩，太虛大師講「仰止唯佛陀，完成在人格，人成即佛成，是名真現實。」假如我們做人都做不好，成佛也成不了啊！要想成佛，得先做人中的聖賢，不要覺得做人中的聖賢很困難，其實一點都不難啊！要領在改過。

「人非聖賢，孰能無過，過而能改，善莫大焉！」能改過就是善人，我們先做一個善人，自己反省「己所不欲，勿施於人。」我今天有沒有做到？日日省察，不斷的改過。再進一步就是不二過，不要犯同樣的錯；不二過之後，慢慢的就寡過，寡過就是賢人了。過愈改愈少，不犯同樣的過失，這一點很重要。有的人老是懺悔，受八關齋戒的時候懺悔——往昔所造諸惡業，皆由無始貪、瞋、癡，從身、語、意之所生，今對佛前求懺悔。上次是這樣懺悔的，然後改了，現在又來懺悔，這樣是不行的，不要犯同樣的過失，必須一刀兩斷，斬斷那個相續心。我們在凡夫有漏的煩惱中，你最喜歡的、最討厭的就是那個東西啊

！它帶著你生死輪迴，在六道裡無止盡的跑。你必須要把它斬斷，不斬斷是沒辦法離開三界的，這一點非常重要。改過，就是把那個根給拔掉，不拔掉會藕斷絲連，臨終時找人助念也是沒用的，不得往生，豈不是白修一場？就是勉強強強的往生，品位也不高。所以我們要從改過然後不二過到寡過，改到最後沒有過了，那就是世間的聖人了，聖人無過。我們自己想想，仰不愧於天，俯不忤於人，內心非常光明。過去的我不知道，可是現在我沒有過失，這是很歡喜的一件事情，能夠這樣做，就是聖賢的功夫。



大家繼續往下看表，要孝親尊師，可是我們都畢業了，怎麼尊師呢？要尊敬那一位老師呢？尊敬南無本師釋迦牟尼佛。我們都是釋迦牟尼佛的弟子，要尊師，受三皈五戒。要想保住人身就要受五戒——不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒。有的人對我說：「師父，我不敢受戒。」因為他怕犯戒，我就對他說：「你不受戒，做這些事情就沒事嗎？」這是性戒啊！你沒受戒，照樣會染汙佛性啊！受戒以後，護戒善神會保護你，遇到惡緣，金剛杵一放，惡緣就跑掉了，你佔了這個便宜不知道，還說不要受戒。受戒以後，好比車子在軌道上跑，沒有紅綠燈，沒有平交道，行車多安全。要不然靠你自己守交通規則，可是別人不守交通規則怎麼辦？他撞你就麻煩了。所以要受三皈五戒，對修行絕對有幫助。第二個慈心不殺，修十善業。身、口、意十善業一定要修。親近善友，見賢思齊。親近善友非常重要，我們平常跟什麼人接近，就像什麼人。比如：甲跟乙是好朋友，因為經常在一起，時間久了，很多動作都會一樣。所謂：「近朱者赤，近墨者黑」，所以要親近善友，不要交一些花天酒地的酒肉朋友。有的人也許會說這樣我朋友就少了。其實不會少啊！三皈五戒以及受菩

薩戒的朋友多得呢！行善的朋友也很多啊！見賢思齊，看到別人比自己好，不能起嫉妒心，要去學習。與人為善，助人為善，看到別人做善事，我們也要參加一份，行善最樂啊！

接下來有四個項目，一、存好心。慎獨誠敬，常思己過。二、說好話。說真語實語，勸人為善，閒談莫論人非。三、行好事，戒行無缺。受戒以後，一定要持戒嚴謹，往生才有把握。然後隨喜一切的功德，「十方一切諸眾生，二乘有學及無學，一切如來與菩薩，所有功德皆隨喜。」從佛到地獄的眾生，所有的功德我都隨喜。四、常精進，斷惡



修善，自強不息。不要得少為足，小成自滿，要一直努力，直到成佛為止；成佛以後還有佛後的普賢行啊！那就是倒駕慈航，帶果修因，回過頭來行菩薩行啊！

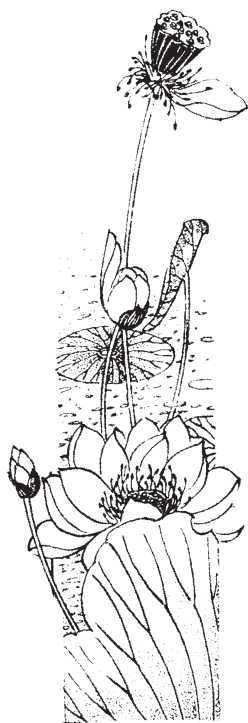
佛在世的時候，有一位比丘眼睛瞎了，沒辦法縫衣服，他就說：「誰要修福啊？來幫我穿針吧！」於是世尊走過去幫他，他對世尊說：「您老人家福那麼多了，還要修福啊？」世尊說：「我過去修菩薩道時，習氣就是這樣，到現在都沒改變，所以還要修福。」你看，連佛都還要修福，何況是我們凡夫呢？記住！勿以善小而不為，勿以惡小而為之。

這兩張表，因為時間關係，未能完全講解，大家在用功方面，先選定一種，然後照著表列項目，確實用功。重要的是每天都要認真的檢討，就像袁了凡改變命運，行功過格一樣，你不檢討，不紀錄，就無法發現自己的過失。

「仰止唯佛陀，完成在人格，人成即佛成，是名真現實。」這是太虛大師的法語。各位在家的菩薩們，人身難得，佛法難聞。我們現在聞到佛法，不只三生有幸喔！是多生累積修來的善根、福德因緣。我們幸而得人身，聞佛法，還

修淨土法門，不容易啊！因此，我們要珍惜，然後要度我們的家人、親戚、朋友、鄰里，大家一起來力挽狂瀾，人人向善，自然風調雨順，國泰民安。一切依報是由正報所改變的，正報就是我們每一個人，依報就是山河大地，一切自然的環境，而自然的環境是隨著人心來改變的。因此，希望人人存好心，說好話，行好事，做好人，常精進，自然而然的風調雨順，沒有颱風，沒有地震，也不缺水，應有盡有，皆大歡喜。你看，這樣多好啊！大家好好修行，不花錢，也不費力氣，自有不可思議的感應。讓我們以身作則，先淨化自己身心，建設佛化家庭，結成菩提眷屬，一起來力挽人心陷溺的五欲狂瀾！

最後，祝大家法喜充滿，勇猛精進！謝謝各位。



# 菩薩四宏誓願起步紀錄表

(一)

年 月 日至 年 月 日

行者常至，為者常成

月/日 檢討 項目	/ / / / / / / / / / / / / / / /														註記	
	常思己過															
不談人非																
不欲勿施																
不動瞋心																
晨朝十念																
讀誦大乘																
禮佛	120															
念佛	1000															
改 過 行 善	對治重習															
	孝順父母															
	尊敬師長															
	親近善友															
	不殺生															
	不偷盜															
	不邪淫															
	不妄語															
	不吃酒															
隨喜功德																
進步	A															
退步	B															

智者知之，自強不息

歲月無情增中減，光陰一去不回頭！及時精勤當勸勵，無常一到悔何及！

# 菩薩四宏誓願起步紀錄表 (二)

年 月 日至 年 月 日

仰止唯佛院 完成在人格

人成即佛成 是名真現實

	月/日															
眾生無邊誓願度	先從自己度起，處處以身作則。 (一)己所不欲，勿施於人 (二)推己及人，勸人行善 (三)常存幫助別人之心 (四)對於眾生，生感恩心															
煩惱無盡誓願斷	制伏瞋恚—莫生氣，莫生氣，絕對莫生氣。 一念瞋心起，百萬障門開 一把無明火，功德盡成灰 (一)不起瞋恚心 (二)常生慚愧心 (三)常生歡喜心 (四)常生慈悲心															
法門無量誓願學	專修念佛法門，求生極樂，再來娑婆，普度一切。 (一)晨朝十念，多多益善 (二)禮佛百拜，求消業障 (三)圓發三心，讀誦大乘 (四)信願堅固，法喜充滿															
佛道無上誓願成	孝親尊師，三皈五戒。 慈心不殺，修十善業。 親近善友，見賢思齊。 與人為善，助人為善。 (一)存好心—慎獨誠敬 常思己過 (二)說好話—真語實語 勸人為善 (三)行好事—戒行無缺 隨喜功德 (四)常精進—斷惡修善 自強不息															
附記	(一)每一誓願中有四細目，每日針對逐一檢點，據實紀錄(√)。 (二)無者免記，半月綜合檢核，以觀進退，確實改進。 (三)保留母表，繼續印製使用。															

— 太虛大師法語 —

功德原是累積成 一點一滴驗心行 萬丈高樓平地起 聖賢事業在有恆

# 勸修念佛

妙得其門，就路還家，成佛不離當念！  
誤入歧途，紆迴曲折，修因徒困多生！

念佛法門 最尊最勝  
釋尊親宣 諸佛作證

阿彌陀佛 是真佛寶  
光中極尊 無幽不照

阿彌陀佛 是真法寶  
圓斷三惑 因心果覺

阿彌陀佛 是真僧寶  
法藏因地 眾聖師表

一句彌陀 不可思議  
功超三賢 德逾十地

念佛法門 法門中最  
三根普攝 凡聖同歸

一句彌陀 寶王三昧  
橫超三界 証三不退

念佛法門 功德無邊  
經道滅盡 獨留百年

十方諸佛 普度有情  
一句彌陀 信願持名

阿彌陀佛 法界藏身  
但直念誦 返妄歸真

若人念佛 背塵合覺  
全佛全心 滅除煩惱

若人念佛 心作心是  
即轉凡情 捷成聖智

若人念佛 九品蓮花  
佛力攝受 因果無差

若人念佛 歡喜信受  
一念十念 皆得成就

若人念佛 功夫上路  
熟處轉生 生處轉熟

若人念佛 並修三福  
往生正因 諸佛叮囑

若人念佛 貴乎發心  
道本無言 全在一真

若人念佛 永無魔擾  
萬德洪名 光明遍照

若人念佛 虔敬專注  
廿五菩薩 日夜守護

若人念佛 孝養父母  
子孫賢孝 家庭幸福

若人念佛 禮敬師尊  
智慧種子 淨業正因

若人念佛 戒殺放生  
無緣大慈 普天同慶

若人念佛 諸惡莫作  
喜慶雲集 遠離災禍

若人念佛 眾善奉行  
吉人天相 福慧雙增

若人念佛 敦倫盡分  
五乘共依 菩提道本

若人念佛 尸羅清淨  
戒香內薰 三昧速成

若人念佛 往生極樂  
三十二相 身真金色

若人念佛 能得往生  
飛行自在 六種神通

若人念佛 讀誦大乘  
往生極樂 上品上生

若人念佛 勸進行者  
利己利人 殊勝功德

若人念佛 諸佛護念  
帶業往生 最極方便

若人念佛 至誠懇切  
一念滅罪 八十億劫

若人念佛 成佛極速  
十念功成 即補佛處

若人念佛 佛在心中  
即心即佛 無邊妙用

若人念佛 有大福德  
一念相應 即一念佛

若人念佛 往生下限  
晨朝十念 不可間斷

若人念佛 本無妄念  
全真成妄 妄覺真現

若人念佛 學用力處  
正直放鬆 清明專注

若人念佛 應知得力  
口念耳聽 明明歷歷

若人念佛 生真信願  
無雜無間 一心不亂

若人念佛 精勤無厭  
念極情忘 即念無念

若人念佛 淨念相繼  
直以凡心 入如來地

若人念佛 勿執境界  
法本唯心 鏡花水月

若人念佛 慎獨存誠  
臨深履薄 克念作聖

若人念佛 唯精唯專  
事成於一 敗於二三

若人念佛 信心貞固  
見異思遷 終遭歧路

若人念佛 多多益善  
繩鋸木斷 水滴石穿

若人念佛 持之以恆  
瓜熟蒂落 水到渠成

若人念佛 是無上禪  
三祇道業 一生功圓

若人念佛 就路還家  
無福不信 棄金擔麻

念佛法門 修行徑路

因果同時 絕無差誤

具足三資 攝心安住

生死苦海 唯一依怙

一切菩薩 莫不修學

十方諸佛 悉皆護念

最極圓頓 第一方便

有緣相逢 快生信願

正法難聞 人身不易

一生成辦 切須牢记

勇猛精勤 自強不息

勿怠勿忽 乾陀訶提

南無阿彌陀佛！

拙稿

釋慧天稽首和南

# 往生淨土三資糧

## 壹、信

- (一) 信生必有死
- (二) 信人命無常
- (三) 信輪迴路險
- (四) 信苦趣時長
- (五) 信佛語不虛
- (六) 信實有淨土
- (七) 信願生即生
- (八) 信生即不退
- (九) 信一生成佛
- (十) 信法本唯心

## 貳、願

- (一) 厭離娑婆(看破放下 不貪不戀)——與依苦集二諦所發弘願相應。

娑婆穢土，乃我業感心現，我心不淨，自當厭離，厭離之極，須契真空。

- (二) 欣求極樂(念佛求生 唯勤為專)——與依道滅二諦所發弘願相應。

極樂清淨，乃我心作心是，自當欣求，欣求之極，方契妙有。

參、行——以真信發真願 以實修求實證

(一)發大菩提 生真信願 畢生堅持 唯佛是念

一句不亂 無雜無間 一心不亂 自然現前

晨朝十念 不可間斷 餘時隨緣 多多益善

(二)斷惡修善 同步向前

(1)尊重生命 愛語布施 (2)民胞物與 遠離貪瞋

(3)憶佛念佛 求生極樂 (4)普願有情 同成佛道

(三)萬善同歸 莊嚴淨土

(1)隨喜凡聖 一切功德 迴施有情 廣結淨緣

(2)早課迴向——

至心迴向 法界有情 常得安樂 無諸病苦

欲行惡法 皆悉不成 所修善業 皆速成就

皈依三寶 發大菩提 盡此報身 同生極樂

(3) 晚課迴向——

至心迴向 法界有情 本日遭遇 天災人禍  
刀兵水火 網捕湯鍋 疾疫病痛 現在生者  
皆速離苦 已亡歿者 仗佛慈力 往生極樂

(4) 餘時迴向——

起心動念 舉手投足 毫髮之善 悉皆迴向  
法界有情 離苦得樂 盡此報身 同生淨土  
見佛聞法 證無生忍 迴入娑婆 普度一切

肆、心淨土淨 遠離障礙

(一) 慎獨存誠 仰俯無愧 克己復禮 克念作聖

(二) 逆來順受應歡喜 一切惡緣變善緣  
慈悲忍辱方為道 退後原來是向前

(三) 必有容德乃大 必有忍事乃濟  
以責人之心責己 以恕己之心恕人

(四) 常思己過 不念人非 群居守口 獨坐防心

# 修念佛法門

## 一、為何念佛

念佛法門	最尊最勝
釋尊親宣	諸佛證誠
信願持名	三根普被
一念滅罪	八十億劫
十念功成	橫超五濁
圓淨四土	證三不退
帶業往生	直補佛位
不費力氣	不需花錢
三祇道業	一生功圓

## 二、如何念佛

彌陀如何念	一十百千萬
發大菩提心	生真實信願
一句阿彌陀	無雜無間斷
唯精與唯一	念而無妄念
念極情忘時	即念而離念
禪教兩妙義	徹底皆顯現
誠能如是修	所作即成辦
臨終佛接引	上品金台現
此中有真傳	三字老實念

### 三、歡喜念佛

我今至誠 信願念佛  
阿彌陀佛 在攝受我  
十方諸佛 在護念我  
廿五菩薩 在加被我  
諸天神將 在守衛我  
念念滅罪 八十億劫  
福慧雙增 現身安樂  
功圓報盡 佛來接我  
隨佛往生 一生成佛  
再回娑婆 普度一切  
南無西方 極樂世界  
大慈大悲  
阿彌陀佛

### 四、念佛要領

正直放鬆 專注清明  
心口如一 攝耳諦聽

### 五、禮佛要領

端莊誠敬 安詳從容  
始終如一 調柔寂靜

### 六、叮囑

(一) 往生極樂 最低門檻  
晨朝十念 必不可斷  
忙裡偷閒 能念就念  
一十百千 多多益善

(二) 諸惡莫作 眾善奉行  
存誠慎獨 貫徹始終  
三業無染 一心不亂  
念佛三昧 保證成辦

# 念佛三昧知津

敦倫盡分	閑邪存誠
諸惡莫作	眾善奉行
發大菩提	生真信願
畢生堅持	唯佛是念
正直放鬆	專注清明
心念口誦	攝耳諦聽
竭誠盡敬	一句不亂
無雜無間	句句不亂
念極情忘	一心不亂
淨念相繼	得三摩地

一句彌陀

類如鑽火

木煖煙生

暫停不可

— 徹悟祖師

一句彌陀

常寂滅相

時至華開

鶯啼柳上

— 徹悟祖師

# 念佛最好

念佛法門 最尊最勝

釋尊親宣 諸佛證誠

彌陀弘願 普接聖凡

入正定聚 安樂成佛

一念滅罪 八十億劫

十念功成 橫超五濁

圓淨四土 證三不退

帶業往生 直補佛位

發大菩提 生真信願

攝心定意 一向專念

往生極樂 最低門檻

晨朝十念 不可間斷

忙裏偷閒 能念就念

儲備資糧 多多益善

諸惡莫作 眾善奉行

臨深履薄 持之以恆

有一秘訣 剴切相告

竭誠盡敬 最為重要

老實用功 唯精唯專

事成於一 敗於二三

## 念佛人歡喜面對痛苦橫逆——六波羅蜜

- (一) 生死輪回，業果相續，痛苦橫逆，作還債想，免負高利，應生歡喜！
- (二) 痛苦橫逆，作增上緣想，業障在消除，道業在進步，應生歡喜！
- (三) 痛苦橫逆，在成就我，不經一番寒徹骨，那有梅花撲鼻香！不是忍受痛苦，是在增長道力。作生意愈辛苦愈賺錢，修道亦如是，應生歡喜！
- (四) 痛苦橫逆之來，正是考驗我的道力，至誠一念南無阿彌陀佛，可滅八十億劫生死重罪，只要我念佛，怕甚麼？應生歡喜！
- (五) 痛苦橫逆來臨，只要我念佛，阿彌陀佛放光攝受我，十方諸佛護念我，諸天神將守衛我，怕甚麼？應生歡喜！
- (六) 堅持信心歡喜，永不煩惱退心，至誠一念可生極樂，作不退轉菩薩，永離死亡，成無量壽，安樂解脫，一生成佛，小小痛苦橫逆算甚麼？應生大歡喜！

南無阿彌陀佛(念十聲)

# 只要我念佛

(一) 只要我念佛，自然不起貪瞋，情與無情都不能障礙我，我就是娑婆世界逍遙自在人！

(二) 只要一句佛號念念歸一，了了分明，我就是娑婆世界念念作佛，念念是佛的人！

(三) 只要一句佛號念念相續，阿彌陀佛在放光照我，十方諸佛在護念我，廿五位大菩薩在加被我，諸天善神在保衛我，我就是最吉祥最平安的人！

(四) 只要至誠一念「南無阿彌陀佛」，就可以消除八十億劫生死重罪！

(五) 只要一句佛號念念相續，我就是娑婆世界最有福最有慧的人！

(六) 只要我念佛，娑婆報盡，阿彌陀佛與諸聖眾，手執金台來迎接我，往生極樂世界成佛！

印光祖師法語：

莫訝一聲超十地  
須知六字括三乘

# 淨土法門與一般法門成佛之路

區分 法門	一般法門	淨土法門
(一) 時間	三大阿僧祇劫。	十念。
(二) 階位	五十二位。註(1)	凡夫補佛。
(三) 用功	自力斷證。註(2)	帶業往生，三不退。註(3)
(四) 因果	因圓果滿： (1) 先除障。 (2) 修福慧。 (3) 功德圓。	即因即果，是心作佛，是心是佛。

## (五) 念佛殊勝：

- (1) 念佛之人，彌陀攝受，諸佛護念，永無魔擾，不退菩提。
- (2) 一念滅罪，八十億劫，乃至十念，即生極樂，一生成佛。
- (3) 萬修萬人去，一念一如來。

附註：

- (1) 十信、十住、十行、十迴向、十地、等覺、妙覺。
- (2) 自力斷見思惑——證一切智。斷塵沙惑——證道種智。斷無明惑——證一切種智。
- (3) 位不退——不墮生死輪迴。行不退——不墮二乘自了。念不退——念念流入薩婆若海。

# 在家學佛次第

## 一、佛化家庭

善巧用智慧 愛心放光明  
講情勿講理 有理講不清  
苦事我來做 好事宜相讓  
感恩與讚美 隨時多體諒  
都是我不好 處處用得上  
堅忍以求全 笑臉好商量  
先斷一切惡 免落三惡道  
次修一切善 自然得福報  
人溺若己溺 先斷邪淫殺  
禍福人自召 因果毫不差  
典藏眾善書 書香能薰人  
教育諸子女 孝親敬師尊

愛家須愛國 奉公應守法  
凡事要敬業 日新又日新  
福慧俱增勝 光明滿前程  
吉人有天相 所至無不通  
不殺生保平安 戒邪淫子孫賢  
孝父母增福德 念彌陀生極樂

## 二、趨吉避凶

吉凶原無定 業感難思議  
緣起有因果 自作還自受  
趨吉避凶者 實趨善避惡  
心與佛道合 一切業可轉

## 四、改善生活

佛說五濁世 充滿諸苦難  
懺悔持佛戒 親近良師友  
布施行十善 老實念彌陀  
現生增福慧 報盡生極樂

## 三、突破逆境

三界如空花 唯人業所現  
此心既能造 還用此心消  
至誠求懺悔 斷此相續心  
心空罪即滅 佛言實可信

萬德洪名 萬修萬人去  
一句不亂 一念一如來

## 五、修行要領

生活與修行 設法合為一  
心口先一致 言行不可欺  
一句阿彌陀 能證三不退  
只須此一生 即補諸佛位  
心口要一如 無雜無間念  
念極情忘時 煩惱當下斷  
發願求往生 再返娑婆界  
普度諸有情 同生極樂國  
小心持淨戒 嚴防有漏因  
今生不成就 萬劫永沉淪

彌陀聖號字字香

福慧雙增最吉祥

念念直入如來地

無量壽命無量光

# 念佛用功參考資料

## 甲、前方便

(一) 敦倫盡分 慎獨存誠

(二) 諸惡莫作 眾善奉行

## 乙、用功次第

(一) 端心滅惡——晨朝十念不昏不散——一句不亂下手

(二) 攝心除散——深信切願無雜無間——句句不亂用功

(三) 悟心斷惑——是心作佛是心是佛——一心不亂現前

## 丙、用功要領

(一) 一句不亂——心念口誦字字諦聽

(二) 句句不亂——都攝六根淨念相繼

(三) 一心不亂——念久心開即念離念

## 丁、成功要訣

唯誠唯敬 臨深履薄

唯精唯一 堅持到底

發心念彌陀

根本在持戒

戒淨有智慧

便得第一道

週休二日

一日休息

一日用功

佛說貪睡 地獄苦根

真語實語 刻骨銘心

眾人皆睡 我獨清明

週休二日 一日用功

一句彌陀 成佛正因

是多福德 非少善根

一念滅罪 八十億劫

十念功成 橫超五濁

圓淨四土 證三不退

帶業往生 直補佛位

幽冥得度 三途息苦

超薦先亡 疾生淨土

福慧增勝 速證菩提

勇猛精進 諸佛歡喜

龍天衛護 吉祥平安

業障消除 所求如意

# 普為眾生離苦得樂祝願文（早課用）

我弟子○○○今於佛前 至心祈願 仰乞

阿彌陀佛 大慈悲父 十方諸佛 諸大菩薩

慈力攝受 威神加被 十方世界 六道群靈

一切眾生 從今日起 遠離眾苦 無諸災難

欲行惡法 皆悉不成 所修善業 皆速成就

關閉一切 諸惡趣門 皈依三寶 發菩提心

專修無漏 清淨善業

盡此一報身 同生極樂國

見佛了生死 圓證菩提道

南無阿彌陀佛十稱（心念口誦 觀想 阿彌陀佛放光攝受）

# 普為眾生離苦得樂祝願文（晚課用）

我弟子○○○ 今於佛前 至心祈願 仰乞

阿彌陀佛 大慈悲父 十方諸佛 諸大菩薩

慈力攝受 威神加被 本日之內 十方世界

六道群靈 一切眾生 乃至蜎飛蠕動 諸有情類

因受天災人禍 水火刀兵 網捕湯鍋 惡緣病痛

在生者仗佛光明，離苦究竟得安樂

亡歿者仗佛慈力，速往無量光佛剎

圓滿無上大菩提

南無阿彌陀佛十稱（心念口誦 觀想 阿彌陀佛放光攝受）

# 普與眾生廣結善緣祝願文

## 晨朝眾生迴護偈：

從朝寅旦直至暮 一切眾生自迴護

若於足下誤喪生 願汝即時生淨土

〈合掌至心念：南無阿彌陀佛十句，然後下床〉

請常念：

## 南無阿彌陀佛

無量壽命無量光，福慧雙增最吉祥！

請受戒：

護法善神常保佑，逢凶化吉免災殃！

# 點亮心燈

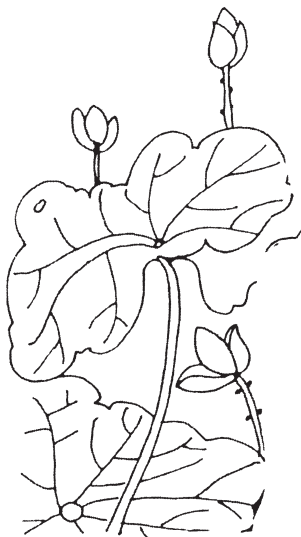
## 一、醒世

一年又一年 漸漸改容顏  
始作兒童戲 看看白髮全  
莫造來生孽 回頭種福田  
休待無常到 修行早向前

——古德

忍辱好、忍辱好，忍辱二字無價寶，  
一朝之忿不能忍，鬥勝爭強禍不小，  
身家由此破，性命多難保。  
逞權勢，結怨仇，後來要了不得了，  
讓人一步有何妨，量大福大無煩惱！

——古德



## 二、遷善

滿招損，謙受益。

天道虧盈而益謙。地道變盈而流謙。

鬼神禍盈而福謙。人道惡盈而好謙。

謙卦六爻皆吉，恕字終身可行。

——格言聯璧

智者改過而遷善，則其德日新；

愚者恥過而遂非，則其惡日積。

德日新則成名，惡日積則滅身！

——古德

人非聖賢，孰能無過，

過而能改，善莫大焉！

——左傳

禍莫大於縱己之欲，

惡莫大於言人之非，

病莫大於不知己之失。

——孫遇奇

欲路上事，勿貪便宜而染指，

一染指，便深入萬仞；

理路上事，勿怕困難而少退，

退一步，便遠隔千山！

——菜根譚

有德乃有福，無瞋則無禍，

徧觀苦樂受，誰非由自作，

智者善思量，切莫再蹉跎！

——古德

善有善報，惡有惡報，  
不是不報，時間未到！  
善惡之報，如影隨形，  
禍福無門，唯人自召！

——古德

### 三、覺迷

光陰似箭 日月如流  
業報一至 欲避無由  
乘此康健 勇猛回頭  
一句彌陀 八苦齊休

——古德

### 四、念佛

一句彌陀	開往生門	是多福德	非少善根(註)
釋尊親宣	諸佛作證	三根普被	信願持名
十念功成	往生不退	不斷惑業	直補佛位
念佛不難	唯勤唯專	日久功深	心空佛現
正直放鬆	專注清明	心念口誦	攝耳諦聽
往生極樂	最低下限	晨朝十念	不能間斷
隨緣繫心	善巧方便	忙裡偷閒	多多益善
不費力氣	不須花錢	三祇道業	一生功圓

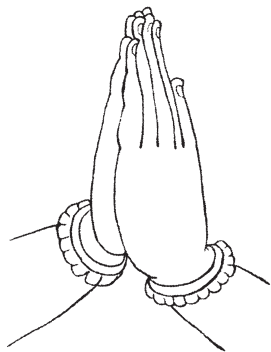
註：徹悟祖師法語

## 五、結勸

往者已矣，來者可為！昨死今生，奮起直追！  
福自己求，命由我作！自強不息，臨深履薄！  
趨吉避凶，絕不由人！改過遷善，操之在我！  
人皆可聖！貴在克念！唯精唯一！願共勉旃！

人身難得今已得！佛法難聞今已聞！

此身不向今生度？更向何生度此身？



笑口常開勸人念佛  
大肚能容我不生氣

### 莫生氣

人生本如一場戲  
業感緣生才相遇  
又因小事動肝火  
生死輪迴了無期  
但求無愧於我心  
豈能盡如他人意  
夢幻泡影世間相  
隨緣不變盡心力  
人命無常呼吸間  
一句彌陀莫放逸

### 從人道 入佛道

孝養父母	敬事三寶
受持皈依	修十善業
發菩提心	深信因果
讀誦大乘	勸進行者
己所不欲	勿施於人
改過遷善	折伏貪瞋
信願念佛	端心滅惡
攝心除散	悟心斷惑
一句彌陀	求生極樂
再來娑婆	普度一切
「有一秘訣	剴切相告
竭誠盡敬	「妙妙妙妙」

註：「」為印光大師法語

# 十福臨門

## 吉祥永昌

- 孝友傳家第一福。
- 忠信立身第二福。
- 勤勞簡樸第三福。
- 敬業樂群第四福。
- 遠離惡友第五福。
- 知足感恩第六福。
- 樂善好施第七福。
- 慈悲濟物第八福。
- 聽聞佛法第九福。
- 護持三寶第十福。

### 處事格言

群居守口

獨坐防心

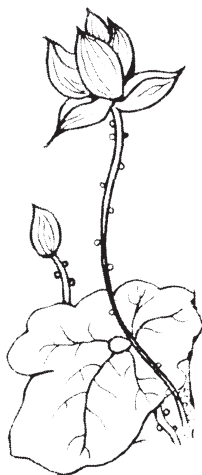
改過遷善

自強不息

# 勸善

布施行善	功德第一	勸人戒殺	普天同慶
內破慳貪	外濟危急	一句彌陀	成佛捷徑
財施法施	及無畏施	不費之惠	曷樂不為
廣結善緣	自他兼利	能作不作	理應結罪
刻刻留心	多多益善	勿為小惡	勿忽小善
同體大悲	救助急難	蟻穴潰堤	微塵作山
見惡勸阻	見善贊助	諸惡莫作	眾善奉行
周全窘急	指點迷誤	老實念佛	菩提道成

註：曷同何。



蓮心志工隊 心靈講座 —— 因果輪迴

心與命

古德

心好命又好	富貴直到老
命好心不好	福變為禍兆
心好命不好	禍轉為福報
心命俱不好	遭殃且貧夭
心可挽乎命	最要存仁道
命實造於心	吉凶唯人召
信命不修心	陰陽恐虛矯
修心一聽命	天地自相保

印光大師說：  
此詩於心命二義，  
發揮周到，  
果能依之行，  
則命自我作，  
福自我求，  
造化之權，  
不歸於天地鬼神矣。

# 因果

萬法緣生 因果不虛  
斷惡修善 自強不息  
命由我作 福自己求  
敦倫盡分 老實念佛  
盡此報身 往生極樂  
乘願再來 普度一切  
又  
彌陀一句法中王  
功德殊勝最難量  
現生消災增福慧  
報盡往生極樂邦

# 居家箴

古德

正人先正己 治家如治國  
先須敬祖宗 慎勿慢親族  
竭力孝父母 小心敬伯叔  
長幼必有序 伉儷要和睦  
度量放寬宏 見識休局促  
義方訓子孫 感恩與惜福  
勤勞與節儉 凡事要知足  
常懷為善心 自然天賜福

# 授五戒后叮嚀

一、每日晨朝十念法不可間斷，此為往生極樂之最低門檻。  
二、自受戒之日起，背誦戒條一百日。

每晨——

第一不殺生是優婆塞(夷)戒，我弟子○○○盡形壽奉持。

第二不偷盜是優婆塞(夷)戒，我弟子○○○盡形壽奉持。

第三不邪淫是優婆塞(夷)戒，我弟子○○○盡形壽奉持。

第四不妄語是優婆塞(夷)戒，我弟子○○○盡形壽奉持。

第五不飲酒是優婆塞(夷)戒，我弟子○○○盡形壽奉持。

唯願諸佛加被，我弟子○○○，永離一切破戒惡因、惡緣、惡法、惡業，

三業清淨，疾證菩提。

三、六齋日誦戒條。(八、十四、十五、廿三、廿九、卅)或受八關齋戒。

四、菩薩四宏誓願起步記錄表(如三十八、三十九頁附表)，最少填寫一百日。

最好經常填寫，福慧增長，吉祥平安。

五、急難自救法：

一心歸命大悲觀世音菩薩

十善十惡因果表

古德

業意			業口				業身			三業
愚癡	瞋恚	慳貪	兩舌	惡口	綺語	妄言	邪淫	偷盜	殺生	十惡業
三惡道	三惡道	三惡道	三惡道	三惡道	三惡道	三惡道	三惡道	三惡道	三惡道	正報
其心諂曲。 生邪見家。	醜陋。人厭。 多懷忿恨。	多欲。貧賤。 所求違願。	眷屬乖離。 為人搬弄。	常聞惡聲。	言無人受。 語不明瞭。	人不信從。 為人欺誑。	不得隨意眷屬。 妻不貞良。	貧窮。耗散。	短命。多病。	餘報
不愚癡	不瞋恚	不慳貪	不兩舌	不惡口	不綺語	不妄言	不邪淫	不偷盜	不殺生	十善業
三善道	三善道	三善道	三善道	三善道	三善道	三善道	三善道	三善道	三善道	正報
聰明。智慧。	容貌端正。 心常喜樂。	富貴。恬淡寡欲。	眷屬歡樂。 不受挑撥。	言詞和雅。 不聞惡聲。	言有威信。 口才優勝。	發言人信。 不被欺誑。	得隨意眷屬。 妻室貞良。	富裕。人不侵損。	長壽。少病。	餘報
因果正見。般若智照。	慈悲仁愛。救度一切。	常懷惠施。恬淡廉潔。	不許人過。背面如一。 排難解紛。	言詞溫和。隱惡揚善。	言皆有益。廣行勸化。	出言忠信。心口如一。 言必顧行。	清心寡欲。敬節恤褻。 毀淫書淫畫。印送戒淫書。	廣行布施。興辦善舉。	放生。護生。救護一切。	推而廣之

# 佛七開示

七十六年二月八日—十四日

## ◎小事不輕忽，大事能圓滿

- △學佛，小地方一定要做好，踏踏實實，止於至善；小事不輕忽，大事才能圓滿，這是學佛的秘訣。
- △一定要慎獨，別人看不到，佛菩薩看得到的。
- △於人於事要虔誠恭敬，功德才不會漏掉。
- △要攝心專注，南無阿彌陀佛一路念下去。
- 動作、走路要輕，精神要集中。
- △一句佛號由心起，念得清清楚楚，聽得明明了了。
- △把阿彌陀佛牢牢抱住，佛號打入八識田裡。

## ◎我慢如高山，法水不能入

△不可有我慢心，我慢如高山，法水不能入。

△妄心一起，當下就要把它制伏。

△念佛不能猛用力，要用心；念好一聲阿彌陀佛，像工廠的品管，不要貪求數目。

△三藏十二部經典，一個佛字可以包含。

△學佛要注重威儀，不在多言，必須身體力行。

△戒律宜拿來律己，不可以用之繩人。

△只怕無道，不怕無糧。唐道宣律師持戒精嚴，不食人間煙火，天人為其送飯。

△寧可千劫不悟，不可錯走一步。

## ◎理事要圓融

△「知識」一生了病就是痴，所以看書要小心。

△理事要圓融，執理廢事，徒然予人增添困擾。  
一個饅頭一天吃一半，一萬年也吃不完，理論是如此，事實上不可能啊！

△禪宗初祖大迦葉尊者，二祖阿難尊者，都來聽彌陀經，誰說禪宗不念佛？

佛號如珠 念頭如線  
分則各離 合則成串  
心不離佛 口不離念  
如線貫珠 相續不斷



——夏蓮居居士

◎善行像自家珍寶，不輕易示人

△隨緣消舊業，慎莫造新殃。不掩過飾非，要勇於改過，過錯像垃圾要丟掉；善行像自家珍寶，不輕易示人。

△逆流而上是很苦，但是堅忍不退怯，最後必能戰勝自己。

△看破虛幻人生，苦、空、無常、不淨；涅槃常、樂、我、淨。

△外道不懂八正道，不會斷見思煩惱，所以無法証阿羅漢果。

△一日吃齋，天下刀兵無我份。

道生於安靜 德生於卑退  
福生於清儉 命生於和暢

## ◎烤龜的果報

△欠錢好還，命債難償；不是不報，時候未到。

上海是十里洋場，賺錢的法子千奇百怪，各式各樣的生意都有人做。

民國三十幾年，有一個人動了歪腦筋，想出一個自以為聰明的賺錢點子。

他把烏龜關進鐵絲做的籠子裡（只留一個洞讓龜頭伸進伸出），前面擺一碟加酌料的醬油。籠子的下方則放置木炭，慢慢的烤。可憐的烏龜被火一烤，渴得難過，就把頭伸出去猛喝醬油，等到烏龜被烤熟時，醬油也吸光了。

坊間紛紛傳說，烤龜肉很香很好吃。不久，遠近聞名，每天上門等候的客人絡繹不絕。老闆賺了不少錢，沾沾自喜，每天笑容滿面。

一轉眼，三個月過去了。有一天，有一位雲遊僧路過，看到屋子的上方有一團黑氣罩住，就進去跟老闆要了一杯水，然後趁機問他平日幹什麼活？老闆據實以告。師父很慈悲的勸他要及早改行，否則不出半年會大難臨頭，屆時後悔就來不及了。

這位善根淺薄的人，在「利」字當前，對師父的話怎麼可能聽得進去呢？

法師無可奈何的合掌，念了一聲：「阿彌陀佛，施主多保重，回頭是岸啊！」師父修長的身影在夕陽下漸行漸遠，老闆卻一點也沒有悔意。

半年後的某一天午夜一點，烤龜人家突然冒出火舌，濃煙密佈，老闆在睡夢中被噙醒，他提著長褲，慌慌張張的往樓下衝，鬼使神差，竟然不偏不倚，一頭撞進兩根鐵柱的中間，緊緊的卡住，動彈不得。

數分鐘後，消防車趕到，前面水柱猛噴，後面大火無情的燒著，這個業障深重的人，其狼狽狀恰如被烤的籠中龜。

第二天上海各大報都刊登了這則「發人深省」的消息，街頭巷尾議論紛紛，有因果觀念的人，都說這是「現世報」啊！

經一番挫折，長一番識見；  
多一分享用，減一分志氣。

——《荊園小語》

## ◎處處鑿井，會沒水喝

△修行如打井，要一門深入，處處鑿井會沒水喝。

△莫道老來方學道，孤墳多是少年人，要及時努力。

△淨土法門能深信不疑，就是多善根。

△能深信因果，是有智慧的人。

△能所歷歷，中間不雜妄念。要把握當下一念，一念佛號清淨，念念相續都清淨，即能達到一心不亂。

△戒一百分及格，一定要百分之百持戒。浮囊渡海，不容針隙。

△拜佛是心力，不是體力；佛七圓滿後，可以接著打牌、跳舞，如要繼續拜佛，多數人恐怕會說體力不濟。

△心不顛倒，多行善事，是助緣；千念萬念就在求臨終那一念。

◎提起佛號，放下臭皮囊

△一棒一條痕，一摑一掌血，修行要踏踏實實。

△一具臭皮囊，百般去思量，一但無常到，方知被騙了。

△六度裡只有布施是利他，其他五度多是自利。

△錯綜複雜的社會，是眾人的心力不同所形成的。

△學佛是為求了生死，所以必須嚴淨心地功夫。

萬劫難逢無上寶

眼前滅罪除煩惱

他年功滿到蓮池

與佛長生同不老

—雪廬老人

## ◎修行要先守住身口

△修行要先守住身口，然後再慢慢的去掉無始以來的習氣。

△學佛要受戒，多一層佛菩薩的加被力，護法善神也會護持。

△克制一分物慾，增一分定力；經常保持慈悲喜捨心，便能與道相應。

△世出世法離不開因果。「為善必昌，為善不昌，必有餘殃，殃盡必昌；為惡必殃，為惡不殃，必有餘昌，昌盡必殃。」宜深信不疑啊！

蓋世功勞，當不得一個矜字；  
彌天罪過，當不得一個悔字。

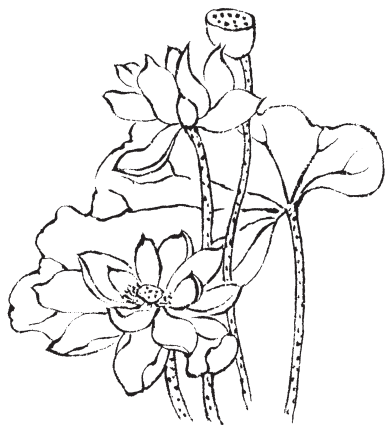
——  
《菜根譚》

## ◎瓜必先苦後甜

△學佛必須能受氣、忍辱，所有不好的一肩承擔；瓜必先苦後甜，學佛亦復如是。

△道德要落實在行為上，堅守原則，明辨是非。仰無愧於天，俯無忤於人。

△家庭不是講理的地方（宜用感情），學佛人不能處處爭論是非。



## ◎菩薩畏因，眾生畏果

△「因緣會遇時，果報還自受。」即使親如父子也無法替代，縱有神通力，也幫不上忙。

台灣有一商人，從事木材進口生意，利潤不錯，經營多年後成爲巨富，不幸的是得了癌症，痛不可言。商人聽說印度山中有五通仙人，能治其病，乃千里迢迢的前往尋找。

皇天不負苦心人，在高人的指點下，果真被其找到了。商人跪拜於五通仙人面前，老淚縱橫的說明來意。

仙人說：「好，我可以治好您的病，不過您要知道，我不能治您的業力。」

商人聽到仙人答應救命，滿心歡喜，很感激的說：「只要能治好病，就好了！」

五通仙人悠悠的說：「我可以運用神通力治好您的病，可是您的業報來世還是要受！換句話說，來生得繼續受病痛的折磨。」

聽了仙人的開示，商人失望、痛苦的搖搖頭，表示與其來生還要受苦，寧願今生「隨緣消舊業。」乃拜別而去。

# 佛七開示

七十七年二月五日—十一日

## ◎佛法自恭敬中求

△世間法要有成就都須苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚……。修念佛法門怎能不吃苦。

△法寶是佛的「法身舍利」，一定要恭敬，一分恭敬，一分相應，佛法自恭敬中求。

△任何事沒有苦樂，苦樂是心裡主觀的感受。

△阿羅漢聖者斷我執（沒有見思煩惱），法執未斷；分段生死已了，變易生死未了。

△人空、法空，最後空空即成佛。

△在不斷的挫折、煎熬中成就自己，修行少不了要吃苦。

△少年得志，如不知惕勉，往往沒有好下場。

△農曆上半月初八，四天王派使者下來巡查人間的善惡，十四日遣太子下來復查，十五日天王親自來看，像人間司法「三審定案」。下半月廿三日及月底兩天，情況同上半月。佛勉諸弟子宜特別檢點身心，諸事謹慎，過午不食，謂之「六齋日」。

為善者，如春園之草，未見其長，日有所增。  
為惡者，如磨刀之石，未見其消，日有所減。

——《佚名》

## ◎念佛要專注懇切

△自古艱難成大業，英雄多自苦中來。

△天下最大的敵人是自己。

△拜佛只管一拜一拜的拜下去，不可有「壽者相」（如十點多了，拜一千了）。

△念佛要專注、懇切，帶感情念。如天涯漂泊的遊子，想念故鄉的慈母。

△以至誠心、深心、迴向發願心念佛，一定往生。



閉門即是深山  
讀書隨處淨土

——《小窗幽記》

## ◎福田不離方寸

△佛法講因果，不只論是非。

△儒家的仁就是菩提心；孝是善法中元德。

△一切福田不離方寸，要向內心求。

△要改變命運，就是向自己作戰，改變自己的習氣。

△要絕對的相信佛語，疑心一起，縱然往生，在極樂世界邊地，是胎生，五百歲不見三寶。

△不孝養父母的人，與阿彌陀佛本願不相應，臨終時佛不來接。

最怕臨期神識迷  
舌根堅硬氣難提  
若非平日心專一  
那得資糧助注西

—清·張師誠

## ◎業障消除，見到彌勒菩薩

印度有一修行者，在山中一心頂禮，希望能見彌勒菩薩。一眨眼三年過去了，一點消息也沒有，行者不灰心，繼續拜，很快的又過了三年，還是不能如願。

他不退道心再拜了三年，彌勒菩薩依然沒出現。修行者沮喪、傷心的拎著包袱下山。在半路上見到一隻癩痢狗，頭上生瘡化膿，行者看了於心不忍，遂蹲下來，用嘴幫小狗把膿吸乾淨。因一念悲心，業障消除，終於見到了彌勒菩薩。

彌勒菩薩說：「佛子啊！不是我不見你，是你的業障使你看不到我，我一直在你的身邊呢！」

學道如源泉，  
不見洶湧勢，  
流久石能穿。

——明 蕩益大師〈學道偈〉

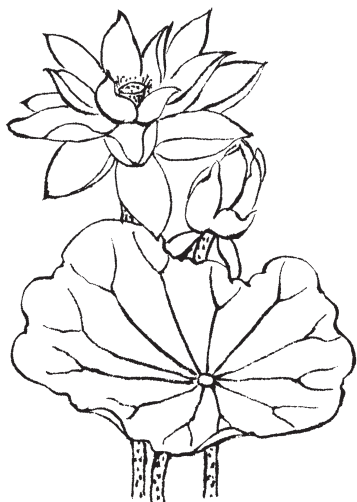
## ◎念佛要動靜、苦樂、生死一如

△念佛時第一步要動靜一如，再來是苦樂一如，最後是生死一如。

△殺生給眾生帶來痛苦無量無邊，所以冤業也無量無邊，如是因，召感如是果  
啊！

△布施能破貪心，貪心一破，瞋心才可除。

△瞋是猛火，慾是深淵；凡夫多慾，狂人縱慾，克制一分慾望，增加一分福報。



## ◎心光湧現

△念佛久了，不假方便，自得心開，也就是說阿彌陀佛的心光會在你心裡湧現。

△學佛是生命的大事，應念茲在茲。

△修行是跟無常在賽跑，大限來臨之前，好好預作準備。

△經典要看，理路要通。

心淨，如初耕之田。

一句佛號，如一粒種子。

令心清淨，又能念佛，

自力加強，他力易感。

這樣就可與佛感應道交。

——雪廬老人

◎人心不死，道心不生

△淨土法門要百分之百的相信，不能

挾雜一絲一毫的懷疑。

△修行要修心力，心力就是定力。

△人心不死，道心不生，要有大死一

番的決心。

△經得過煎熬，才能苦盡甘來。

△一句佛號，了了分明是念。

△念佛是執，不間斷是持。

△修行是精細精純，念頭一跑出來，

馬上要消滅它。

繩鋸木斷，水滴石

穿，學道者須加力

索；水到渠成，瓜

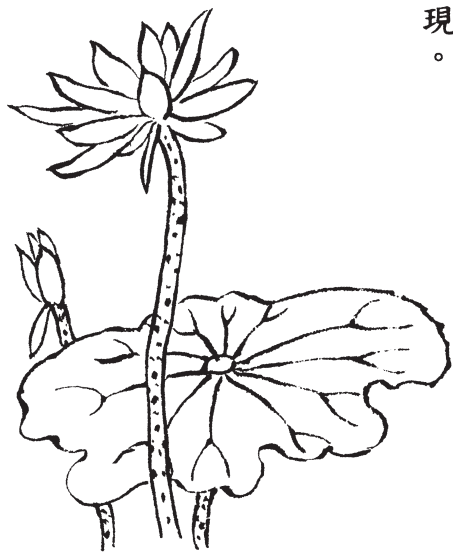
熟蒂落，得道者，

一任天機。

——《菜根譚》

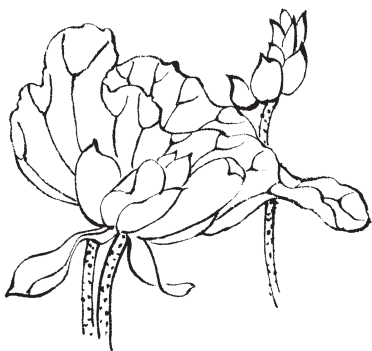
## ◎信心是明燈

- △精進佛七，就是給自己的法身慧命做一個健康檢查。
- △當逆境來臨時，不能撤退，要穩住。
- △信心是明燈，唯有自己最可靠，求人不如求己；自性寶藏，跟佛菩薩一樣。
- △忍辱功德，持戒苦行所不能及。
- △福報大的人，胸量大，不發脾氣。
- △佛經念久了，業障消除，智慧就顯現。



## ◎ 親近善知識

- △ 嚴持戒律之友當親近，能淡諸慾。
- △ 智慧廣大之友當親近，能出迷津。
- △ 謙卑忍辱之友當親近，能銷我慢。
- △ 總持文字之友當親近，能解疑難。
- △ 直心忠告之友當親近，能告知錯誤。
- △ 勇猛精進之友當親近，能速成道果。
- △ 輕財好義之友當親近，能破除慳吝。
- △ 仁慈愛物之友當親近，能破除我執。



## ◎留德給兒孫

△兒孫比我強，留錢做什麼？兒孫不如我，留錢做什麼？留德最好。

△患難來臨時，正是道業成就時。

△遇到惡人，當思是來成就我。

△魔是一種考驗，沒有魔障誓願不堅固，所以當生感恩心。

△千年暗室，一燈就破；造了惡業要真誠的懺悔，心清淨就好了。

輕諾者信必寡，  
面譽者背必非。

——林逋《省心錄》



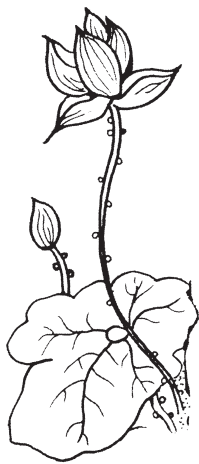
## ◎打佛七是挖寶、淘金

△善導大師念一聲佛口出一道金光，這是他老人家一生堅苦卓絕之所成就。人都能成就，只在為與不為！

△一但無常到，方知夢裡人。

△工商社會有一句話說「充電」，可是電用完就沒有了。打佛七修行不是充電，是挖寶、淘金，希望能莊嚴法身慧命。

△真機非友不發，惡法非友不止。益友、善知識對我們非常重要。



# 佛七開示

七十八年二月十四日—二十日

## ◎持戒方始顯現佛性

- △念佛時身體要正直，肌肉要放輕鬆，心要凝結起來，專注諦聽，妄念、昏沈、無記要掃掉。
- △拜完了佛不要喝冷水，不靠牆，免得冷氣入侵。
- △色身是無明，真如也在裡頭，要調理好。
- △受戒是清涼、解脫，規範身、口、意三業。
- △一切眾生皆有佛性，要持戒，方始顯現。
- △華嚴經的精華在普賢行願品，行願品的精華在普賢十大願王。

## ◎嚴密修持，進步神速

△身口意造業最多的就是口業，不過如果專念阿彌陀佛，就是功德無量。

△至誠懇切，死下妄心來念佛一百天，一定有感應。

△打佛七是倒吃甘蔗，越吃越甜，回去會知道的。

△在這兒嚴密修七、八天，勝過在家懶懶散散修十年。

△妄想是賊，不可認賊作子，不理它，把正念提起來，妄想就跑了。

△事成於一，敗於二、三；不要好高騖遠，見異思遷。

△念佛三昧是見了阿彌陀佛，是三昧之王。

道雖通，

不行不至；

事雖小，

不為不成。

——《荀子》

## ◎一人吃素，千佛歡喜

△受戒，把修行的福德漏洞堵住。

△殺生斷大悲種，來日你成佛，他不給你度。

△一切有情，皆有佛性。有愛心，自然會感動動物。

△一人吃素，千佛歡喜；一殺生，冤解不開。

△有才無德是小人，有才有德是君子；有德無才是忠厚的長者。

△真正正要解脫，要出離，誰也纏不住你。

△妄念就是我們的生死根本。看住它，到了八地（不動地），就是大自在，禪宗所謂飢來吃飯，困來眠。



## ◎對經典要生恭敬心、難遭想

△天天念佛，念到夢中也能念，那就功夫上路了。

△淨土法門，是門餘大道，八萬四千法門之外的特殊法門。

△經是寶，是佛的法身舍利；對經不恭敬，諸佛嘆息，金剛怒目。一定要恭敬，生難遭想。

△智者大師只知有楞嚴經，不知內容。他老人家圓寂後，楞嚴經才來，這是因緣。

△事敗於小成，病重於初癒。

聽其言，必觀其行，是取人之道；  
師其言，不問其行，是取善之方。

## ◎學佛要守好五戒

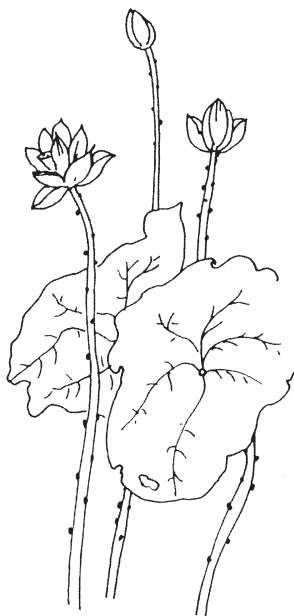
△勸人念佛要善巧方便，不可勉強。

△學佛一定要斷邪淫，不然不得了。

唐宰相狄仁傑，相貌很好，是美男子。早年在寺裡，老禪師告訴他長大富貴，要注意美人關。

後來赴京趕考，宿客棧。夜裡，老闆新寡媳婦來敲門，門開，狄仁傑想起老禪師的話，猛然清醒，狄以老禪師殷殷叮嚀相告，女孩深受感動，禮拜而去。

後來狄仁傑高中狀元，連武則天都尊敬他。



## ◎深信切願定能往生

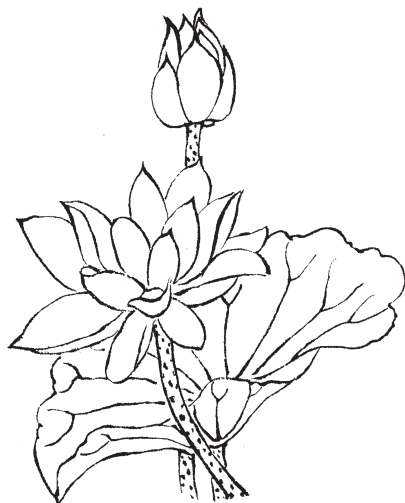
△聽經聞法可開智慧，佛經即使只翻一翻，看一看都有功德。

△六祖慧能大師，聽到應無所住而生其心，心開意解，這是宿慧。

△信阿彌陀佛的願，鳥獸都能往生，人不如嗎？

△病來如牆倒，病癒如抽絲。樓房一蓋就是一年半載，轟一聲即可破壞。是故惡業不可造，下地獄很快，上來慢。從善如登，從惡如崩。

△處難處之事，要有力而無氣；處難處之人，要有智而無言。



## ◎對治昏沉，誠心懺悔

△昏沈和散亂死纏著我們，要調治。

△昔有一禪師要對治昏沈，坐在懸崖上，心想，萬一再昏沈，摔死算了。結果真的摔下去，被韋陀菩薩接起來。因我慢，問韋陀菩薩：「像我這麼用功的有多少？」

「多如牛毛」菩薩告以五百年不再護他。

禪師懺悔後又坐在崖邊，又掉下去，以真心懺悔故，韋陀再次救起。

一句彌陀，滅除定業，  
赫日輕霜，洪爐片雪。

## ◎誠心念佛，感應道交

△常看佛像，相貌會變好，特別是孕婦，是最好的胎教，孩子會變得莊嚴。

△佛法是因緣，最後不要變成因循。

△人有誠心，佛有感應。

△專心念佛，心會放光，鬼神恭敬。

△文殊菩薩是七佛的老師，普賢菩薩是十方諸佛的首座弟子，他倆是華嚴會上的左右脅士，都發願要往生。

△要求上品上生，法乎上得乎中，法乎中得乎下；法乎上要是差一點，上品中生還好。千萬不能只求下品下生。

性躁心粗者，

一事無成；

心和氣平者，

百福自集。

——《菜根譚》

◎ 暗處不欺隱，小處不滲漏

△念佛也會有神通，祖師大德不講而已。

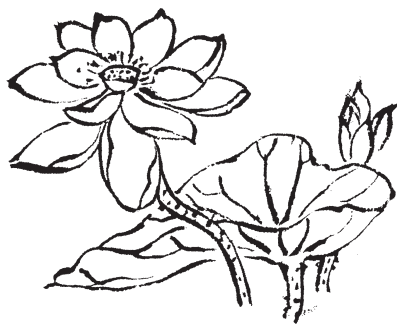
△色身血肉之軀都要三年才能跑跳，何況法身慧命的完成；不經一番寒徹骨，怎得梅花撲鼻香？

△修行要在暗處不欺隱，小處不滲漏。

△即使是破戒比丘也要恭敬，如死屍能載我們過河。

修身莫先寡欲  
用意不如平心

——《佚名》



## ◎道在吃飯、睡覺中

△每餐飯前不厭其煩，再三叮嚀先吃三口淡飯發願（願斷一切惡，願修一切善，誓度一切眾。）有大道理：

- 一、吃飯、睡覺都是不定業，如能用心就是善業，反之，即惡業。吃飯前先發願，等於發菩提心，增長法身慧命，對修道人來說，太重要了。萬一飯裡有人下毒，護法龍天都會替你去毒，保你無事。
- 二、睡前宜念善導大師的臨睡觀想文（弟子眾等，現是生死凡夫：）這樣就是修行。總之，佛門修福得福，修慧得慧，信手拈來，無一不是。



## ◎佛七的前方便

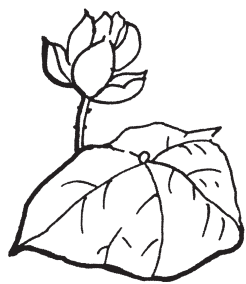
△打七的前方便——①彌陀經一萬卷②佛號一百萬聲③往生咒卅萬遍④禮佛十萬拜。

△前方便做好了，再來打佛七，很快就會有感應。

人一能之，己百之；人十能之，己千之。果能此道矣，雖愚必明，雖柔必強。

——《中庸》

# 攝心念佛



## ◎見性後，慧光透露

△沒証念佛三昧之前，進進退退。見性後，慧光透露，破煩惱就不一樣了。要到八地（不動地）才自在無礙。

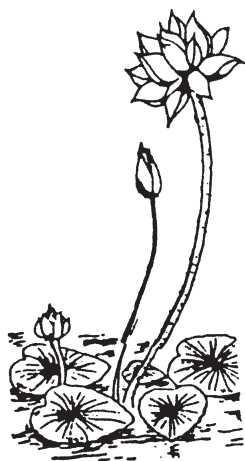
※時下淨土行者，對念佛往生的判定標準不一，請師父釋疑。

△最重要的是臨終不失正念，只要能念佛一定往生。臨終時有三種力量牽引著你，也就是隨重、隨習、隨念。蓮池大師曾說，不必問人自己會往生那一道，平時心行往那邊多，臨終時力量最強，自然跟著去。

## ◎人一能之，己百之

※十六觀經說臨終十念（乃至一念）亦得往生，此十念或一念應如何解，講師詳示。

△平時千念萬念在求臨終一念，那一念是一心不亂，是正念分明，是平時長遠下功夫的結果。當過兵的都知道，平時不經過嚴格、認真的訓練，面對敵人時，那能一槍斃命。念佛的道理也是一樣。因此，我主張在家人每天最少要念佛千聲，那是源自於孔子云：「人一能之，己百之。」十念的百倍就是千聲佛號嘛！



## ◎念好每一句佛號

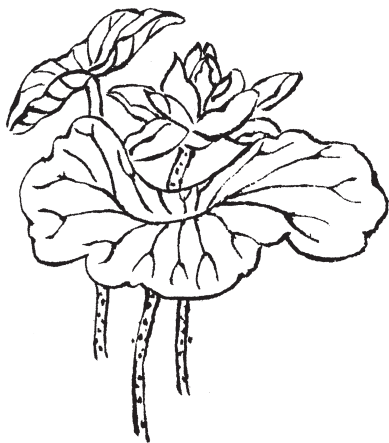
△出世大業（指念佛往生）基礎建立在人天乘上。一定要把人倫、戒律持好，不要叫它有漏，然後專精念佛，發願往生，一定往生，願不虛發。

△莫訝一聲超十地

須知六字括三乘

（印光大師撰）

△我發願，不怕艱難困苦，盡未來際，自己要好好念佛，也鼓勵別人念佛。我教人最簡單，最明瞭的念佛方法，就是先念好一句佛號，然後三三四成十句，最後功夫純熟了，自然成片。



△一心不亂不難，先把當下一句佛號念好，再念念不亂，自然成片，最後一心不亂。

△臨終時什麼經教都使不上力，只有一句佛號才靠得住。

△修行到證阿羅漢果始斷我慢，唯習氣還有。

△誦無量壽經最少要一個小時，彌陀經較短，可省下時間多念佛。

△念佛是正行。隨緣、隨分、量力布施、放生、印經，一切善行迴歸淨土，是助行，都是往生的資糧。

三業無染金剛戒

一心不亂寶王禪

若人會得其中意

管取西方上品蓮

## ◎力行念佛法門

△念佛法門這麼好，我生生世世要勸人力行這個法門。

△念佛要一、十、百、千、萬——就是把握當下現前一念，每一句佛號都念得清清楚楚，心念口誦耳聽，這是印光大師說的。十念法也是印光大師說的，也就是三、三、四。百句佛號都沒有妄想就不簡單了，才一分多鐘而已，可見眾生妄想多。能百而千而萬，自能功夫成片，一心不亂。

△打佛七，四、五十個人最好，不要多，多了就不好。人多概念介紹還可以，一起修行看不到，不親切，不易攝心。（按：師主七，習慣全程參與，隨時糾正。）

△孩子念佛時，清淨無染，功德最大。

△念佛法門最好，是以果地覺，作為因地心。念佛時，是以阿彌陀佛的果德，直接莊嚴眾生的身心，所謂「一念相應一念佛」。就好比直接給你一粒蘋果吃，不像一般人要經過播種、除草、施肥，多少年後開花結果才有蘋果吃。

△現在我們都只相信聖言量，親証的不多。以前印光大師教人念佛，法師、居士很多都是自在往生。

## 為何念佛

——釋慧天敬輯——

念佛法門 最尊最勝 釋尊親宣 諸佛作證

萬德洪名 心作心是 即轉凡情 捷成聖智

一念滅罪 八十億劫 十念功成 橫超五濁

圓淨四土 證三不退 帶業往生 直補佛位

九界凡聖 去今當來 同入彌陀 大悲願海

南無阿彌陀佛（請即十念！請多念！請常念！）

無量壽命無量光 福慧雙增最吉祥

## ◎佛是強力電源

△誦經、念佛要出聲，不但起現行，又薰種子，聲音要適中，太大聲容易疲累，太小聲易昏沈也不好。

△佛是強力電源，念佛就是把電源接上。

△我準備寫幾句法語勸人念佛，每念一百聲劃一圈，劃滿百圈是萬聲佛號，不貪多，但要專注無妄念。（按：即

卷首〈念佛偈〉）

△要發心念佛。蕩益大師說：「得生與否，全由信願之有無；品位高下，全由持名之深淺。」

△念佛時，天人、護法神會蒞臨，凡夫不見，但能聞到異香（天人有香氣）。念佛可使居住周圍吉祥、平安。

△憨山大師了不起啊！他老人家本是參禪的，後來念佛一天一夜就見佛了。

## ◎懺悔與三輩往生

※觀經和無量壽經對「五逆十惡」之人念佛往生，有不同解釋，請師示之。

△無量壽經講的是一般的三輩往生，觀經是講稱名滅罪始得往生。佛說十六觀經，益顯悲心無量，度眾圓滿。下品下生的在蓮花裡十二大劫出來，觀音、勢至菩薩教此人滅罪法，並發菩提心，才能滅罪。大乘經典說諸法實相，就是滅罪。

△都沒妄念就是一心不亂啊！散心，無法專一，也是有功德，總比不念好。

△早晚最少有「十念法」，持之以恆，定課不必過多，但要持續不斷，日久見功效。這是阿彌陀佛開的支票，怎能不兌現，一定會往生。

※時值末法，染緣太多，而人命無常，修行不易，世法與修行如何兼顧，方不礙道業？

△諸惡莫作，眾善奉行還不夠，最重要的是自淨其意。或修止觀或參禪，但那太難，要三大阿僧祇劫才能成佛，不如念佛簡便。阿彌陀佛四十八願裡的第十八願——十方眾生，至心信樂，欲生我國，乃至十念，若不生者，不取正覺。本師釋迦牟尼佛在十六觀經裡也說，地獄猛火現前，如能至誠懇切念佛，當下火焰化紅蓮。以阿彌陀佛及十方諸佛的慈悲和大願，淨土行者，每天晨朝最少要做好「十念法」。平時有空，心不離佛，多多念佛，縱然是散念也有功德。

△我主張修行要跟生活結合在一起，比如擦地板、煮菜……，做任何工作（只要不是用心思維的工作），都可念佛。

△念佛一聲除八十億劫生死重罪，但起個不好的念頭一樣也會造八十億劫生死重罪，不可不慎啊！

# 念佛十大利益

- 一、晝夜常得一切諸天。大力神將。河沙眷屬。隱形守護。
- 二、常得二十五大大菩薩。如觀世音等。及一切諸菩薩。常隨守護。
- 三、常得諸佛晝夜護念。阿彌陀佛常放光明。攝受此人。
- 四、一切惡鬼。若夜叉若羅刹。皆不能害。一切毒蛇毒龍毒藥。悉不能中。
- 五、火難水難。冤賊刀箭。牢獄枷鎖。橫死枉生。悉皆不受。
- 六、先所作業。悉皆消滅。所殺冤命。彼蒙解脫。更無執對。
- 七、夜夢正直。或復夢見阿彌陀佛勝妙色像。
- 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。恭敬供養。歡喜禮拜。猶如敬佛。
- 十、命終之時。心無怖畏。正念現前。得見阿彌陀佛。及諸聖眾。持金蓮華。接引往生。西方淨土。盡未來際。受勝妙樂。

# 護持慧命



## ◎念佛——定慧等持

△諸法是緣起、性空、無自性。念心經很好，能開智慧。外道也有布施、持戒、忍辱、精進、禪定五度，惟獨沒有般若。

△念佛能生智慧，而有慧尤須以戒定為基，定慧等持，方契中道。

△有力為惡，而不為，就是「善」；反之，有力行善，而不行，便是「惡」。

△有的人受習氣、業障影響而行惡，那是等流果，要切斷。身口不造惡業，心地清淨，好好念佛，往生就有希望了。所謂切斷是——以前種種譬如昨日死，以後種種譬如今日生。

△經典要講，信徒才懂，可惜現在講得少。修行就是要透過經義的了解，息滅貪、瞋、癡，以智慧照破煩惱，身語意三業清淨就得了。

△諸惡莫作就是止持，眾善奉行就是作持，而善法與光明本性相應，久久熏習，惡法種子伏住，自然不起。前二句即守住身口二業，自淨其意，即心地清淨，最難得啊！

△有機會要不斷的行善，當善業強過惡的業力，善法種子先成熟，始能轉業，這樣很辛苦。不若念佛，藉佛力（功德、智慧、光明）來得快，來得安穩。

一句彌陀念誦聽

無邊煩惱盡銷溶

等閒識得娘生面

始信有生即無生

## ◎行善念佛要持戒

△行善念佛要持戒，才無漏，比如一個瓶子，如不漏，水慢慢才能注滿。

△聖人無我，凡夫有我——世間本是虛幻，苦、空、無常，可是凡夫偏偏認為它是真的；其實那是沒進入「實相理體」。「夢裡明明有六趣，醒後空空無大千。」正好說明。

△要以細水長流，愚公移山，龜兔賽跑的精神，自強不息的修行，雖是笨人的方法，但能成功。

△淨土法門，現生即得益，要敦倫盡分，老實念佛。

△盡量行善念佛，內心會有光明。

△老看別人優點，自己就在進步。



## ◎利人即利己，盡量播種

△要發心，幫助別人行善，那是最大的快樂。這是成就法身慧命的第一步（利人即利己）。

△多付出是很快樂的事，勸人念佛是法布施，結佛緣。

△我主張牆壁要會講話，多張貼法語、佛偈，放眼所及，都是清淨法。

△行善頭上放白光，念佛放金光，我們一般人看不到，鬼神能看到。

△觀世音菩薩頂著師父的法相，那是修慧；大勢至菩薩頭上頂著父母的骨灰瓶，那是修福，修行就是福慧雙修嘛！

△「諸法無自性，佛種從緣起。」盡量播種，水到渠成，娑婆就是極樂。



## ◎清心寡欲，時時覺照

△善法雖不究竟，但不會染汙佛性，善巧迴向後，可為往生的資糧。

△造業後，要消業得花費較原先造業時更大的心力才消得。

△一句佛號固然銷八十億劫生死重罪，但不念佛時，如沒有清淨心，造的罪過恐怕比八十億劫生死罪更重。

△父母是一生補處菩薩，像彌勒菩薩一樣，是最大的福田。一定要孝順，再窮困，對父母的孝養都不可少。不要講（想）等以後有錢了再孝順，「有沒有」是一念間，大企業家都還忙著賺錢，永遠覺得不夠啊！你聽過有誰嫌錢多嗎？



△意地清淨，身口才能行善。所謂存好心，而後才能說好話，做好事。注意起心動念。

△二戈爭金殺氣高，人人為它身受勞，有會用者超三界，不善用者業難逃。

△茫茫人海，能成菩提眷屬，要好好珍惜，互相提攜，直到成佛。

△一切都是苦、空、無常，要清心寡欲，要學會時時覺照。

△要教化一切有情眾生，就是成就眾生的法身慧命。

半畝方塘一鑑開

天光雲影共徘徊

問渠那得清如許

為有源頭活水來

宋·朱熹

## ◎情與無情同圓種智

△孔子說：「自天子以至於庶人，一是皆以修身為本」。可是自己不容易發現缺點，要人提醒。問題是——講不得，很多人都活在自我滿足中。有幾人能「聞過則喜」？

△在孩子沒有染汙之前，施以教化，加一層「護膜」，對孩子的一生受用很大。

※簡輝雄老師擬請您答應在《上國邨》刊載有關師父的「開示」。

△此事不宜。（可請簡老師刊載祖師語錄）我不想出名，一出名，謗亦隨之。我只想默默的為佛教做一點事，自己好好修行。還有一年多，我戰戰兢兢的等果清律師出關。（按：師為成就果清律師閉關三年，始接方丈職。）

△求人不如求己，求己不如求觀世音菩薩。

△遇到困難可求觀世音菩薩，要有信心，你不念菩薩，反正問題也還是存在嘛！  
△要放下，一心念佛，世間一切終歸幻化不實，唯有稱念佛名功德才真實不虛。  
△每天要念心經，禮佛後再上學。一天念十遍，才十分鐘，可是一年就有三千六百卷，十年下來不成了「心經王」了嗎？

※講師父解釋「情與無情同圓種智」。

△「情」指一切有情生命，無情是有情的依報，如花草樹木，山河大地等等。  
有情往生佛國，當下依報也成了莊嚴的淨土，所以說「情與無情同圓種智」。



## ◎多聽經聞法，堅固道心

△修行能一經一佛固然很好，問題

是境界現前，使不上力，起煩惱，

念不下去了。因此，行門要專，解

門要廣，多聽經聞法，堅固道心，

把義理弄懂，佛號自然能念好。

△學佛是很快樂的事，不能學得怪

里怪氣的，這千萬使不得。

△隨緣不能攀緣，表面上看好像是

保守，實則穩健，動機純正，可大

可久。以前有成就的高僧大德都

是時節因緣成熟，龍天推出。

盡道少年難念佛  
我云年少正相當  
看他八歲龍王女  
掌上神珠放寶光

——中峰禪師 懷淨土詩

## ◎出汙泥而不染

△能出汙泥而不染最難得，是人中聖賢，功德大，一定往生。

△人心染汙重，我慢越來越增長，習氣越來越重，學佛越來越難。

△從善如登，從惡如崩。

△把善法和佛法結合，在佛菩薩的加持下有感應，讓人更容易起信。

△好好利用零碎時間，上學途中可念心經。一邊工作一邊念佛，散心念佛也有功德；就像存錢，你拿一萬元去銀行存是錢，存在撲滿裡，積少成多，還是錢，道理是一樣的。

人與人相處  
親德莫親失  
親德我先得  
觀失我亦失

## ◎ 敦倫盡分，老實念佛

△要積福行善，「積善之家必有餘慶」。

△大乘起信論（馬鳴菩薩造）曾說：一切善法自然隨順於真如。

△把心放在佛法上，逆境會轉過來，會有奇蹟，要有信心。

※弘一大師跟廣欽老和尚一樣，都是生死自在，來去自如的高僧，為什麼不多住世幾年，為苦難衆生作暗路明導？

△菩薩度眾生，是靠因緣，因緣成熟，菩薩現身，因緣已盡，示現滅度，其實是緣聚緣散，並非菩薩真的去來，所謂菩薩清涼月，常遊畢竟空，眾生心水淨，菩提影現中。

※弟子多年來全力投入扎根教育，念佛功夫不夠，是否會障礙往生？

△把一切善行迴向，不礙事。阿彌陀佛在四十八願裡的第十八願曾說，臨終時十念都能往生，平時的千念、萬念就是為著臨終那一念。你為佛教做的工作，是「佛前教育」，只要把功德至心迴向，佛菩薩不會捨棄你啊！

△淨土法門由人道橫超，所以特別注重人倫。印光大師勉人要敦倫盡分，老實念佛，正是一語道破。

△在家共修可讀《印光大師文鈔菁華錄》。

△對凡夫來說要不斷的講，使其加深印象，「勝解」了才有力量啊！

龜兔競走 愚公移山

自強不息 人定勝天

## ◎解行並重，修行才有力

△學佛這麼久了，身、口業應當不會犯，注意意業，心地要清淨。

△有空要多看經典，像《印光大師文鈔》、《彌陀要解》∴。解行並重，修行才有力。

△外面很紛亂，聽經聞法要小心，因緣晚，慢學佛都沒關係，最怕走錯路，生命有限，誤入歧途，就來不及了。

△病痛要作還債、消業想，會好的，沒問題。將來好了要素食，（按：莊居士合掌、點頭稱是。）要發願利益眾生，幫助別人。

△平常沒空，生病正好念佛。

◎惜紙如金，視字如寶

△文字是寶，要愛惜字紙。現在很多人看不懂經典，一看到小乘國家的白話佛典，就一頭栽入，真可惜。馬來西亞人畫佛像，像馬來西亞人，日本人畫佛像，像日本人，因為文化背景不同；相同的道理，中國的歷代祖師修行經驗，適合國人性，捨之不求，多可惜啊！

△現代人不可對其說缺點，一說就起煩惱，就不高興，只能默默的祝福。我有許多親身的體驗，很多長老也有這個感嘆。

緩事宜急幹

敏則有功

急事宜緩辦

忙則多錯

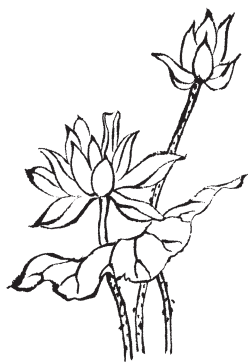
——《格言聯璧》

## ◎把佛法融入生命裡

△一般人以為學佛很深奧，很難。其實不然，在我的感覺裡，應把佛法融入生命，應用在日常生活中，這是「實用佛學」。必須守護身口意，三業清淨，與佛相應，才有力量，也不覺疲累。意要清淨很難（環境沒變，容易熏習。），偶有妄念出現，當下察覺，趕快念佛，念佛一聲銷八十億劫生死重罪。

△布施是種福田，即使只有十元都不嫌少，像一滴水融入大海，倘若海水不乾，滴水永遠存在。（與海水合在一起）

△我覺得啟蒙教育的「口而誦、心而惟，朝於斯、夕於斯。」（三字經）對我受用很大。事實上念佛就是要這樣。



## ◎一雨普潤

△我們勸人念佛，當下自己亦得到功德，即使只念一句都好。

△小小年紀能誦心經、普門品，這是過去生帶來的「等流果」。

「。她將來福慧很大，可惜我年歲已大，看不到了。

△心地好，到處受人歡迎；一雨普潤，必須是良田才行，石頭就不能接受。有的沒善根種不下去啊！其實，自己的親因緣最重要，父母、師長只是助緣。

△現在的眾生沈淪在五欲中，大家盡量在造業，將來會形成共業。

△好好做，功不唐捐，因果絲毫不爽。

△難度要度，在難度中種福田，要生歡喜心。身口意三業經常熏習善法，日子一久，就容易起現行。

△每天抽點空看佛經，可滋潤心田。

# 降伏煩惱

## ◎轉逆境為順境

- △在逆境中要堅忍不拔，不要隨業流轉，一句佛號守得住，不動，業障消了，光明現前，一定能扭轉。
- △凡所有相，皆是虛妄；若見諸相非相，則見如來，如來者阿彌陀如來。
- △慾望要先淡，久久熏習，進而斷之。由淡到斷，自自然然的。
- △人生不如意事十常八、九，如意是不正常；處順境要格外注意貪、瞋、痴、慢（生於憂患，死於安樂），逆境要戰戰兢兢，有時反而容易成就道業。
- △遇到不如意，煩惱來了，要忍耐，忍過就沒事了，不要隨著境界轉。

## ◎煩惱即菩提

△煩惱起現行時，一察覺，要折伏。透過拜佛、念佛、看經，不能跟煩惱轉，才不會受到傷害。因此，這時不能決定做什麼事，因非理智，與無明合，當然會錯誤、後悔。所以夫妻最好能互相提醒。此外，最好能加以紀錄，這次是什麼時候起的煩惱，跟下次間隔多久？有沒有日漸減少？對治習氣煩惱，要好好的下一番功夫。

△真如和煩惱原是一體兩面，故煩惱來時，正是做工夫時節，不要怕。

處世不必邀功，  
無過便是功；  
與人不求感德，  
無怨便是德。

——《菜根譚》

## ◎以佛號伏住煩惱

△修行的門路儘管很多，然而，最簡單、最有效的方法還是念佛，以佛號伏住煩惱，最後照破無明，修行就成就了。

△念念無常，世間本是無常無我，不要執著。

△告訴某居士，災難臨頭要方寸不亂，要有信心，縱然是定業也能轉輕，要勤於念佛，不求神問卜。

△求神問卜如緣木求魚，千萬使不得，要有正知正見，把持得住，一定能度過難關。

△佛法是無為法。你默默的做，盡一分心力即是。要攝心，煩惱來了不跟著轉就好了。

△真「不動心」就入聖流了。要到第八地菩薩，才能無相無功用。虛雲老和尚說：「佛亦凡夫到聖流」，一步步來。

## ◎境界來了要如何對治

※弟子常檢點身口意，惜煩惱一來，佛號常敵不過，心知非「金剛寶劍」不靈，是自己功夫不夠，請師示對治之道。

△境界來了，①要有觀慧，觀地獄苦，餓鬼苦，小小煩惱就沒什麼了。②可持咒（大悲、準提神咒或六字大明咒等）、念佛，抵不過還是要念，攝心專注，自然得力。③離開現場，不要隨煩惱打轉造業。④要懺悔，請佛菩薩加持，賜給力量。

△一般人就是執著，見不著諸法實相，所以會痛苦。

△胸量放大，要利益眾生，要自我要求，就沒煩惱了。眾生是在成就我，沒有眾生就不能成佛。

△要有般若空慧，行菩薩道才不起煩惱。

△只管播種（福智教育），看空一切，眾生常起愚痴顛倒，我們不能被轉了。

△禮義廉恥可以律己，不可以繩人；律己則寡過，繩人則寡和。

△以恕己之心恕人，可以全交；以責人之心責己，可以寡過。

玉不琢 不成器

人不學 不知義

# 教育有情

## ◎勇於反省改過，即能轉凡成聖

△人要反省改過，大賢人蘧伯玉行年五十，而知四十九年之非。伯玉是春秋時候的人，是孔子的好朋友，活了一百多歲。

△有一次蘧伯玉派弟子去問候孔子，孔子問來人：「夫子最近都在做什麼？」

答：「夫子欲寡過而未能。」孔子非常讚歎。

△改過，然後不二過，再求寡過，最後是無過，像孔子一樣，隨心所欲而不逾矩。

△福報是自然來的，不是強求的。

△三更燈火五更雞，正是男兒立志時，黑髮不知勤學早，白頭方悔讀書遲。（

按：師以此詩勉年少的孩子要及早努力）

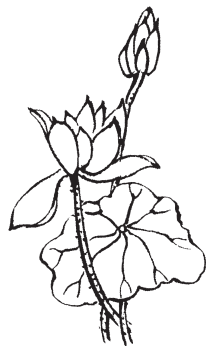
◎ 因勢利導，就路還家

△做事能否順利圓滿，在「緣」不在能。（福報因緣倘俱足，何事不成？）

△寫字、書法都是聞慧，由聞慧而思修，自能啟發心志。

△把你目前教化的工作做好就是修行，要因勢利導，就路還家。不是啥事也不幹，只管念佛才是修行。

△對孩子要多鼓勵、勸勉，不要用硬的；責備、對立是不行的，那只會使事情更糟。



儉則不匱  
敏則有功

## ◎煩惱障蔽清淨覺性

△遇到困難求觀世音菩薩加持，不能起煩惱，一起煩惱，光明覺性被障蔽，與菩薩不能感應道交。記住，要先把心清淨（靜），再求觀世音菩薩加持，一定有效。

△遇到孩子不順從時，求佛菩薩加持，這年齡層（十七、八歲）的孩子會有自己的想法，不要逼他，胸量放大大一點。現在雖然有點挫折、不如意，要作重報輕受想，雨過天青，要有信心。

△教育孩子要有耐心，不能發脾氣，以無限的愛心，慈悲對待，目前雖有障礙，將來一定會更好。

勤有功

戲無益

## ◎以「臨深履薄」的心情做事治學

△要做「應該」做的事，不要做「喜歡」做的事。

△行百里者半九十，不論求學或做事，越到後面越要小心，大意不得。

△顏回一簞食，一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂，固然不簡單；不過，相較之下，曾參以「如臨深淵，如履薄冰」的精神做事治學，更令人敬佩。

△只有眾生辜負佛菩薩，佛菩薩不會捨棄眾生。

△人行善，福雖未至，禍已遠離；人行惡，禍雖未至，福已遠離。

△發心為佛教做事，挽救青少年，走向光明之路，就有力量。



## ◎小心翼翼，任重道遠

△人心陷溺，「縱慾」是全人類的現象，所以儒家才提倡克己復禮，修行是逆流而上的，不進則退。

△在佛前發願，要報佛恩，要為孩子做好扎根教育，小心翼翼的走每一步，任重道遠，要有信心，十方諸佛會加被，沒有做不成的。必定智慧無量，福德無量，前途無量。

生我者父母，成我者朋友；親附善友，  
如霧露中行，雖不濕衣，時時有潤。

—葛洪《抱朴子》

## ◎克己復禮，克念作聖

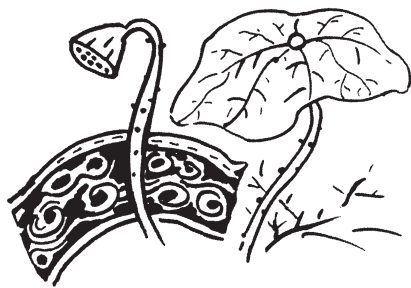
△要以「無我」的精神做事，事實上所謂無我，就是絕對的客觀，而這不容易；先「忘我」，克己復禮，克念作聖，最後才能達到真正的無我。

△記住，處處記著無我，越艱難困苦，咬緊牙根，成就越大，只要有決心，沒有做不成的事。

△立志要堅不要銳；成功要久不要速。

△不認識的人給我們眼角膜，一枚腎臟，讓我們重見光明，恢復健康，我們就感激不盡；父母給我們一個完整的身體，我們怎能不孝順呢？

△現在的教育太偏向物性化，對人格的養成大都疏忽了。



## ◎福田與罪田

△教育的工作是福田，可是做不好就是罪田。（  
背負很大的因果）

△我去過很多國家主七，發現普天下的母親都愛她的孩子，那是天性，不分國界，不分人種。進一步說，就是動物也一樣。當年我在淨律寺學佛院，經常撒米跟小鳥結緣，常發現母鳥銜米粒餵小鳥，愛心自然流露，令人感動。

△名與福為造物者所忌，其實造物者那會忌，是人忌。

△加持就是關心和祝福，昔某法師拜見廣欽老和尚，請求加持。老和尚告以要靠自力！「加持」是對在家人方便說法！

松下聽琴，月  
下聽簫，澗邊  
聽瀑布，山中  
聽梵唄，覺耳  
中別有不同。

— 《幽夢影》 —

## ◎文字可以超越時空

△文字般若很珍貴，可以超越時空，談話只能一時一地，對少數人。

△富貴生驕奢，驕奢生貧賤，貧賤生勤儉，勤儉生富貴，不斷的在輪迴。放眼世間，所在皆是。

△在校盡本分，回來教化孩子，不離開佛法，如是因，如是果，自己的孩子一定會好。你不用操心。

△默默耕耘，自然才好，德行在子女身上會感受到，古人說：「積善之家必有余慶。」不正是這個意思嗎？

△我常常覺得這個社會人心很汙濁，人類前途寄望在青少年身上，救一個是一個，救兩個是一雙，人數一多，風氣就好起來了。

## ◎替佛祖播種

△救人未病，等生病再療治，就費時費力了；要防範未然，為孩子播下清淨的種子。

△英國從小學、中學到大學都有佛法的課程，他們畢竟有遠見。

△想想，出家人要天天集合幾十個人來講佛法，多難。你善巧方便，一天講一點，等於天天行善，替佛祖播種。

△多鼓勵，不要給孩子太多的壓力，《了凡四訓》說得很清楚，考不考得上，不一定在學問，重要的是福德。

△以至誠心教育孩子，每天做一點。無相，是真實的功德。

△《百孝圖》很好，我沒盡孝道，對父母深覺愧疚，希望能藉著倡導孝道，彌補萬一。

## ◎ 共業中不共業

△我時常覺得中國文化和西洋文化最大的不同是——孝道和師道，這是他們所沒有的。《十六觀經》淨業三福，就是講孝養父母，奉事師長，慈心不殺。

△要好好發心做，把別人的孩子當自己的來教，孩子長大會感恩；多一位小孩受教，社會即少一人做壞事，影響深遠啊！

△電腦是無記的，好不好在人為，將來有因緣時可成立一青少年活動中心，把佛法融入電腦。另外可包括影片欣賞、圖書室、作文、音樂欣賞等等。

君子改過，

小人飾非；

改過終悟，

飾非終迷；

終悟福至，

終迷禍歸。

——邵雍《迷悟吟》

## ◎行善從關心父母開始

△地震是眾生業感所召，假如每個人都念佛，一切災難自然消失於無形。

△放學回來恭敬的喊一聲爸媽，幫父母倒杯茶水、拿拿報紙、掃掃地，都有功德。堂上父母等同彌勒菩薩。

△從九二一大地震可看出我們的社會還是有希望的，很多人都發揮了愛心，這是很好的現象。

△告訴某居士欠債已經是事實，但不能離開佛法，一定要有信心，好好念佛，慢慢會改善，只有念佛才是最真實的，其他都靠不住。

△可固定給孩子錢，當行善基金，培養小孩的孝心，從關心父母開始，進而關心別人。

## ◎無心插柳柳成蔭

△父母之恩未報，每次講孝親的故事，心裡都很痛，真是風木之悲啊！

△小孩沒受戒，吃吃蛋糕不打緊，他長大學佛受戒後，就知道怎麼做了。如一味執著於形式（不吃蛋），不近人情，苗發不起來，佛法不離世間法啊！

△我幫人寫序，曾說一切都是自作自受，如是因，如是果，不是誰給的。

△只要心很正，不是名利心，隨緣盡分的弘法利生，功德也是無量無邊，要代佛教化眾生。

△我是無心插柳柳成蔭，福智十善法在你們的耕耘下開花結果；當初不叫十善法，而是「福智八正道」，七十六年在淨律寺與簡輝雄老師研商後，始訂名為「福智十善法」。

## ◎念無常

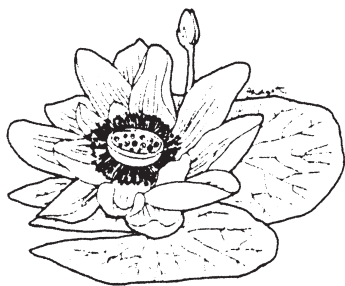
△其實「青年守則」、「朱子治家格言」等很多東西都很好，但是要實踐，即可趨向聖賢之道。一般人會覺得受到束縛、不自由，自然不喜歡，而加以排斥。

△先有夫婦，再有父子、母女，然後很自然有兄弟，進而朋友，人一多社會組織就有君臣（上、下），五倫於焉成立。

△人命無常，我覺得體力大不如前，像車子引擎沒力，爬不上坡，心有餘而力不足。夕陽西下，我要加緊趕路。

△一般人只覺得身體敗壞無常，其實是念無常啊！

△要存好心，說好話，行好事，做好人。



## ◎對治習氣

※古德有言：「習氣如油入麵，甚難去除。」請師示去除方法。

△習氣是過去生中的等流果，如有人喜歡賭博、抽菸、喝酒。要去除固然不容易，但此心能造，此心亦能消。只要有心，何事不辦？所謂「口而誦，心而惟；朝於斯、夕於斯」，慢慢即伏住。光伏住還不夠，要再讀大乘經典，開發智慧。所謂「由戒生定，由定發慧。」才能由伏煩惱而斷煩惱！

口而誦  
心而惟

朝於斯  
夕於斯

## ◎法寶在即佛在

△隨師去寮房請法寶（師的佛七開示錄音帶及《佛學入門》），行幾步，師忽要弟子先行，說法寶應在前面。走幾步後弟子稟告：「錄音帶是師父講的，還是請您走前面。」師重法寶謙虛有如此者。

△從小教孩子仁慈、關懷別人（可成立行善基金），慢慢的往下扎根；人類文化出了問題，就是不能推己及人，可惜啊！

△你現在做的工作是往下扎根，孩子還小，等他們將來長大了，想起以前受教的情形，知道老師的苦心，感受會更深刻。這不僅影響他本人，甚至會影響他的子子孫孫，雖然看不見，可是功德卻很大。

△一點一滴，天助自助，「慈濟」我去參觀過，他們就是這樣做過來的。

△孝順父母是培福，反之父母處處替你做事，會把子女福報都折損光了。

△有一對夫婦計劃存錢，可是每次快達到預定目標時，家中就有事把錢「漏」掉，接連幾次都一樣，那是「福報不足，有漏。」後來，經過真誠的發心布施，問題就解決了。

# 孝親尊師 敦品勵學



## ◎感應源自於善心

△內心一變，外界跟著變，很多人也就變了。你們十幾年來，始終如一，很難能可貴。

△風水師說范仲淹的房子將來會出狀元，范捐出作學堂，希望出更多狀元。可惜辦學效果不太好，他的兒子自告奮勇去學堂讀書，以身示範，讀書風氣很快就轉變了。後來范仲淹的兒子亦拜相。常存好心，多為別人想，自有不可思議的感應。

△對孩子要多提醒，多鼓勵，外面縱有染緣，回來洗一洗就好了。

天地不可一日無和氣，  
人心不可一日無喜神。

## ◎轉惡緣成善緣

△告訴孩子要孝親、尊師（修福修慧）、力學。

△現在人心江河日下，一天不如一天，染汙得很嚴重；出家眾只是從因果著眼，以身作則，盡一分心力而已！

△扎根始於胎教當然很好，可是一般為人父母的，孩子不是求來的，大都是業感來的，有因果在裡面，業果相續。因此，必須教孩子念佛菩薩聖號，誦心經、六字大明咒等清淨法，經常薰習，日久自能把業障銷掉，轉惡緣成善緣。此外，可設「在家修福紀錄表」，教孩子身口意三業清淨。如前述，念佛、誦經（咒）給予鼓勵。幫父母倒茶、拿拖鞋、做家事……都給予嘉勉。

## ◎平實中有至理

※師父如果同意，弟子想把您的開示整理出來，出版流通，利益衆生。

△師父隨緣開示，都是平常話，沒什麼特殊價值，再說，我這裡也都沒保留。

※弟子這裡有一大疊。您不標高，不談玄說妙，於平實中有至理，一般人都很受用。

△難得你這麼用心，如果真有利用價值，你就看著辦吧！

△隨喜功德很好，不花錢，不求人，不費力。

△別說一般眾生愚痴顛倒，很多學佛的人，不照佛法做。因此，得不到實益啊！

△替佛菩薩做事不會吃虧，佛菩薩歡喜，會加持的，好自珍惜。

△視出家人是「聖賢僧」，自己已先有所得。

△小心翼翼的踏出每一步，默默耕耘，不容有一點差錯。

△給孩子存點錢，成立「行善基金」，一個月五百、一千，等存一個相當數目，比如十萬或更多點就停止，然後以每個月的利息，為孩子行善，可放生、布施、印經……。培養孩子的仁慈心，比什麼都重要。

△文字是一把進入古書的「鑰匙」。可惜現代人的文學涵養不夠，面對祖師大德的註解，很多人看不懂，只能「望書興嘆」，無法打開古人智慧的寶藏，殊為可惜。

無煩惱，菜根多味；  
少競爭，茅屋安寧。

——《醒世姻緣》

# 談發菩提心

## 一、前言——

「欲見十方一切佛，欲施無盡功德藏，

欲滅眾生諸苦惱，宜應速發菩提心。」——《華嚴經》——

## 二、根本法輪華嚴經——

(一)發菩提心即成正覺——信滿入住，住正定聚。

(二)忘失菩提心，修諸善根，是為魔業。

## 三、釋尊最後教誡大涅槃經——

雖信別相，不信一體無差別相（即菩提心），名信不具；

信不具故，所有禁戒亦不具足，故所有多聞，亦不具足。

——取《宗鏡錄》經義——

#### 四、淨土三經——

- (一)《無量壽經》：三輩往生皆須發菩提心。
- (二)《觀經》：發菩提心為三世諸佛淨業正因。
- (三)《阿彌陀經》：發菩提心（聞經受持，及聞佛名，皆得不退轉於阿耨菩提）。

#### 五、發菩提心之殊勝功德——

- (一)具足佛法
- (二)諸佛授記
- (三)諸佛加被
- (四)龍天護持
- (五)真正出家
- (六)遠離災橫
- (七)無有恐怖
- (八)法喜充滿
- (九)入劫超劫（註）
- (十)上品往生

#### 六、不發菩提心之失——

不發菩提心，修學聖道，最多斷見思煩惱，出三界了分段生死，證阿羅漢，尚有無明煩惱，及變易生死在，不能圓成佛道，非真佛子。

#### 七、云何發菩提心——

- (一)發：

(1)發動——世俗菩提心（大悲心）——如種發芽。

(2)開發——勝義菩提心（清淨心）——如芽出土。

（發心畢竟二不別，如是二心先心難，

自未得度先度他，是故我禮初發心。——《大般涅槃經》——）

## (二)菩提心：

(1)度一切眾生成佛心是菩提心（大慈悲）。

《梵網經》佛言：「一切男子是我父，一切女人是我母，我生生無不從之受生，故六道眾生皆是我父母。」自己父母沒在生死苦海，如何可以不度？自己父母，我不救度，靠誰救度？所以

觀世音菩薩尋聲救苦不休息！

地藏菩薩眾生度盡方證菩提！

必須有大悲心方能不住涅槃。

(2)無我心（清淨平等）是菩提心（大智慧）。

無我有二：①人無我——破煩惱障

②法無我——破所知障

必須排除這兩種障礙，開發自性清淨光明，具大智慧，方能不住生死。所以發菩提心就是發不住生死，不住涅槃，度無邊衆生成佛的心。

所謂因智生悲，悲以智導，智悲無礙大菩提。

## 八、從凡夫地，如何學習發菩提心——

### (一) 學習關懷一切眾生

人溺己溺 人飢己飢

立己立人 達己達人

### (二) 學習包容一切眾生

以責人之心責己

以恕己之心恕人

(三) 學習克己 學習忘我

常思己過 不念人非

勿必勿意 勿固勿我

(四) 敬人愛物 常存慈心

人盡可師 損益在己

常懷悲憫 愛惜物命

(五) 給人信心 給人歡喜

誠心待人 善法與人

熱心助人 成人之美

(六) 圓發三心 萬善同歸

(1) 至誠心——真實無偽對待一切眾生。

(2) 深 心——無緣慈悲關懷一切有情。

(3) 回向發願心——萬善同歸，莊嚴淨土，普願有情，同生極樂。

(七) 菩提心應數數發，智慧燈要常加油。

## 九、讀誦大乘經典——

《楞嚴經》大勢至菩薩說：「如染香人，身有香氣。」讀誦大乘經典，亦復如是。

(一)《華嚴經》，可先讀《普賢行願品》、《淨行品》，後及全經。

(二)《法華經·普門品》

(三)《地藏菩薩本願經》

(四)《摩訶般若波羅蜜經》（以智輔悲，免落愛見。）

(五)其他有關大乘經論

(六)高僧傳（諸佛菩薩，歷代祖師高德，上求下化之悲心弘願，嘉言懿行，皆可熏動善根，誘發菩提心。）

十、結語——菩提心是三世諸佛正因，不發菩提心不能成佛道，所以應速發菩提心，數數發菩提心。

【註】：入劫超劫——劫指成佛三大阿僧祇劫。未發菩提心，猶在三大阿僧祇劫外；已發菩提心入正定聚，是謂入劫。已入劫者，乘此發心功德，可以超劫也。

# 發菩提心知津

## 前言

淨土三經，《佛說無量壽經》——三輩往生，皆須發菩提心；《佛說觀無量壽佛經》——三世諸佛淨業正因，發菩提心；《佛說阿彌陀經》亦有發菩提心義。（聞經受持及聞諸佛名者，皆得不退轉於阿耨多羅三藐三菩提。證明已發菩提心。）

是知菩提心者，無量壽佛所由建立，亦盡十方三世一切諸佛，所由出生也。欲求生無量壽佛國，而不發菩提心，則不為諸佛之所護念，亦不克現生見佛，以與無量壽佛本願不相應故，與一切諸佛最初發心不相似故。

因據經論輯成「發菩提心知津」一種，以供初心趨向之所參考。

第一「讀誦大乘」經典，以培養大悲心。十方三世一切諸佛，莫不依大悲心而成正覺。所謂「因於眾生而起大悲，因於大悲生菩提心，因菩提心成等正覺。」

如《華嚴經·淨行品》、《華嚴經·普賢行願品》、《法華經·普門品》、《地藏菩薩本願經》及《摩訶般若波羅蜜經》等，經常讀誦即可熏成大悲種

子，及般若空慧，悲以智輔，不落愛見，經常熏習水到渠成，菩提心不發自發矣。

其次「發心儀軌」係錄自《佛法要領》一書，乃昌宗法師所著，摘自《顯揚聖教論》者。

第三「修心儀軌」發願文中「修十德」及「學三觀」，係參照窺基大師所著《般若心經幽贊》。「行十善」部份係參照南山律祖道宣大師所訂之十善發心文。蓋一切菩薩，發菩提心起步修行，皆自身口意十善開始。所謂「十善菩薩發大心，常別三界苦輪海」。學者誠能依此，每日佛前學習發心，始或勉強，終成自然，進而當有沛然莫禦之勢矣。

淨業行人，果能發菩提心求生淨土，即是信受本師釋迦佛語，遵奉彌陀本願功德，自然感應道交，彌陀攝受，諸佛護念，風帆順水，直登上品。略述始末如上，迴向偈曰：

願同念佛人，同發菩提心

同生極樂國，同證無上道

中華民國九十二年元月廿六日

淨業學人 釋 慧 天 謹識

## 一、讀誦大乘（啟發大悲心及般若慧）

- (一) 《華嚴經·普賢行願品》
  - (二) 《華嚴經·淨行品》
  - (三) 《法華經·普門品》
  - (四) 《地藏菩薩本願經》
  - (五) 《摩訶般若波羅蜜經》
- | (任選一種)

## 二、發心儀軌（據《顯揚聖教論》）

行人於智者（註）前恭敬而住，起增上意，發誓願言：

◎我弟子某甲，從今日始發阿耨多羅三藐三菩提心，為欲饒益諸有情故，從今已往，凡我所修，布施、持戒、忍辱、正勤、靜慮及慧，一切皆為證得阿耨多羅三藐三菩提故，我今與諸菩薩摩訶薩，和合出家，願尊證知，我是菩薩。（三說三拜）

【註】：《心經幽贊》中之善友相——「戒無穿缺，多聞修證，哀愍

無畏，堪忍無倦，言詞辨了，名善友相。」可作參考。

### 三、修心儀軌

（發心已，當日日修學，以資增長。《華嚴經》云：「忘失菩提心，修諸善根，是為魔業。」佛前發願，菩提種因。）

◎我弟子某甲，一心皈命——

十方諸佛暨尊法 清淨海眾賢聖僧

唯願慈悲哀攝受 證知懺悔及所願：

「我昔所造諸惡業 皆由無始貪瞋癡

從身語意之所生 一切我今皆懺悔」

「我今發大菩提心 普度一切眾生界

如一眾生未成佛 終不於此取泥洹」

◎我弟子某甲至心發願：從今日起，至於菩提——

#### 【修十德】

親近善友 供養諸佛

修集善根 志求勝法

心常柔和 遭苦能忍

慈悲淳厚 深心平等  
信樂大乘 求佛智慧

【學三觀】

厭離有為 不住生死  
求大菩提 不住涅槃  
憫念眾生 普願救度

◎我弟子某甲，從今日起，至於菩提——

【行十善】

誓於一切眾生，恒起救護意，永不起殺心！  
誓於一切眾生，恒起資助意，永不起盜心！  
誓於一切眾生，恒起清淨意，永不起婬心！  
誓於一切眾生，恒起誠實意，永不起妄言心！  
誓於一切眾生，恒起正直意，永不起綺語心！

誓於一切眾生，恒起和合意，永不起離間心！  
誓於一切眾生，恒起安慰意，永不起惡口心！  
誓於一切眾生，恒起捨欲意，永不起貪心！  
誓於一切眾生，恒起慈忍意，永不起瞋心！  
誓於一切眾生，恒起正見意，永不起癡心！  
乃至虛空世界盡 眾生及業煩惱盡  
如是一切無盡時 我願究竟恒無盡  
任遭苦難 終無退悔  
虛空可碎 我願不渝

眾生無邊誓願度！

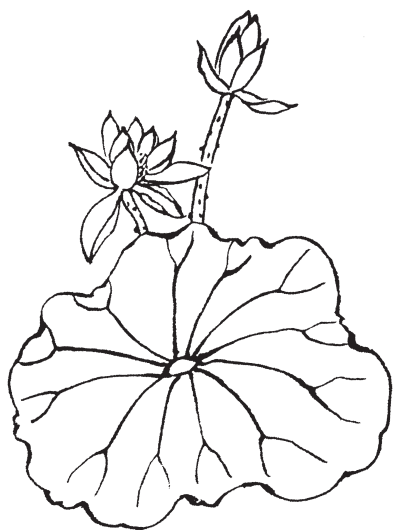
煩惱無盡誓願斷！

法門無量誓願學！

佛道無上誓願成！

#### 四、功德迴向

我此普賢殊勝行 無邊勝福皆迴向  
普願沉溺諸有情 速往無量光佛剎  
十方三世一切佛 一切菩薩摩訶薩  
摩訶般若波羅蜜



# 如何度越「五濁惡世」

## 一、五濁惡世——

- (一) 劫濁——天災人禍
- (二) 見濁——邪見顛倒
- (三) 煩惱濁——貪瞋熾盛
- (四) 眾生濁——色心陋劣
- (五) 命濁——生命短促

## 二、如何自處——

- (一) 劫濁：尊崇道德      戒殺護生      諸惡莫作      眾善奉行
- (二) 見濁：深信因果      有為有守      親近善士      遠離惡友

- (三) 煩惱濁：少欲知足 厚德植福 敦倫盡分 慎獨存誠
- (四) 眾生濁：以情恕人 以理律己 謙退無爭 慈悲愛物
- (五) 命濁：素食布衣 勤勞節儉 愛惜光陰 持戒念佛

### 三、結勸

五濁惡世 共業所感 業果現前 自作自受  
 一切諸法 無常無我 性空緣起 心作心是  
 發大菩提 生真信願 斷惡修善 老實念佛  
 求生極樂 證無生忍 再來娑婆 普度一切

# 在家學佛

## 【一】

（青少年——扎根）

### 一、皈依三寶

（一）皈依佛——孝順父母

（二）皈依法——用功讀書

（三）皈依僧——不交壞朋友

二、修福——父母為子女之等覺菩薩，世間第一福田。

### 孝順父母

1. 晨昏定省

2. 出必告，返必面

3. 為父母拜年、祝壽（準備禮品，祝爸媽新年快樂、生日快樂，頂禮三拜）

4. 母難日齋戒，叩謝慈母（頂禮三拜）
5. 為父母服勞做事（如一九七頁附表）
6. 積聚零錢成立行善基金
- (1) 為父母生日及年節買禮物
- (2) 為老師過教師節買禮物
- (3) 救助災難廣結善緣
7. 愛護動物，注意環保

### 三、修慧

#### 尊師勤學

1. 修十善法（見一八六頁）
2. 尊敬老師，教師節為老師買禮物賀節
3. 愛護書籍，用功讀書
4. 替老師服務做事（如一九八頁附表）
5. 背誦經典（弟子規、三字經、論語、心經……儲備智糧）

6. 不看無益書籍，不作不正當娛樂

#### 四、不交壞朋友

1. 蓬生麻中，不扶自直。

2. 白沙入泥，與之俱黑。

3. 與善人交，如入芝蘭之室，久而不聞其香，與之化矣！

4. 與惡人交，如入鮑魚之肆，久而不聞其臭，亦與之化矣！

5. 三人行，必有我師焉，擇其善者而從之；其不善者而改之。

6. 見賢思齊，見不善如探湯。

#### 五、愛惜光陰

1. 盛年不重來

2. 少年易老學難成

3. 三更燈火五更雞

一日難再晨

一寸光陰不可輕

正是少年立志時

及時當勉勵

未覺池塘春草夢

黑髮不知勤學早

歲月不待人

階前梧葉已秋聲

白頭方悔讀書遲

—古德

—古德

—古德

# 在家學佛【二】

（壯年——開花）

將佛法融入於身心之中——大智

將修行與生活結合起來——大行

立弘誓願開創人間淨土——大願

普度有情報盡同生極樂——大悲

## 一、皈依三寶——

（一）念佛不迷——嚴格守住財色兩關

（二）念法不邪——運用智慧立「德」「功」「言」

（三）念僧不染——清心寡欲勇猛精進

（四）臨危不亂——遇有災難求助觀音

## 二、淨化身心——

- (一) 讀誦大乘經典
  - (二) 晨朝十念佛號
  - (三) 受持五戒
  - (四) 八關齋戒
  - (五) 受菩薩戒
- (忙裡偷閒多多益善)

## 三、幸福家庭——

- (一) 孝養父母
- (二) 教育子女
- (三) 戒絕邪淫
- (四) 家中戒殺
- (五) 勤勞節儉
- (六) 正當娛樂
- (七) 親近善友
- (八) 典藏善書

## 四、行善積德——

成立行善基金——專款專用

- (一) 印贈佛經善書——作法布施
- (二) 隨緣濟助災難——廣結善緣

(三) 敦親睦鄰 守望相助

(四) 隨喜凡聖 一切功德

## 五、吉人天相——

吉人——行善日惟不足之人

天相——自然感召吉祥平安

## 六、古德嘉言——

(一) 入世須才更須節 傳家積德還積書

(二) 欲求富貴在立志 欲求福壽在存心

(三) 平安即是福 功德即是壽

知足即是富 適情即是貴 ——格言大全

(四) 修行無別法 出世為究竟

出世有多途 淨土為捷徑 ——周安士全書

(五) 是男是女總堪修 親切無如自己求

異口同音一句佛 大家齊上渡船頭

——乘戒大師

(六) 一句彌陀 成佛標準 以念佛心 入無生忍

(七) 一句彌陀 越多越好 如人習射 久習則巧

——徹悟祖師

(八) 茫茫大夢中 長夜誰能悟 反戀夢中歡 將醒還重做

做得不如前 一錯是百錯 做得勝如前 依然空懺懺

造了夢中業 從苦又入苦 勸君早回頭 直走西方路

萬緣都放下 勤修淨業課 日夜望還鄉 一心求覺悟

——省庵大師

# 在家學佛

## 【三】

（老年——結果）

### 一、皈依三寶——

- （一）皈依佛——看破（智慧）
- （二）皈依法——放下（清涼）
- （三）皈依僧——自在（福德）

### 二、淨化身心——

- （一）認真持戒：軌範身口
- （二）虔誠禮懺：求消業障
- （三）老實念佛：積聚資糧（每日最少三〇〇〇〇——五〇〇〇〇）
- （四）求生極樂：再來度生

- (五) 簡單生活：素食步行
- (六) 洗淨貪瞋：遠離煩惱
- (七) 淡泊寧靜：保養精神
- (八) 隨緣作福：廣結善緣
- (九) 預立遺囑：遵照佛制
- (十) 自定功課：嚴格實行

### 三、古德嘉言——

- (一) 曠劫難逢無上寶 眼前滅罪除煩惱  
他年功滿到蓮池 與佛長生同不老
- (二) 天意憐幽草 人間愛晚晴  
老年修淨土 從此快生平
- (三) 人生多事多煩惱 百年長壽恐難保  
忙裡偷閒念一聲 南無阿彌陀佛好

(四) 看看雞皮鶴髮 漸漸行步龍鍾  
假饒金玉滿堂 難免衰殘老病  
任爾千般快樂 無常終是到來  
唯有徑路修行 但念阿彌陀佛

——導公二祖

(五) 一旦無常到 方知夢裡人  
萬般帶不去 唯有業隨身  
但念阿彌陀 定生極樂國

——王龍舒

(六) 一刻又一刻 命光如過客  
寸陰流水去 欲住何能得

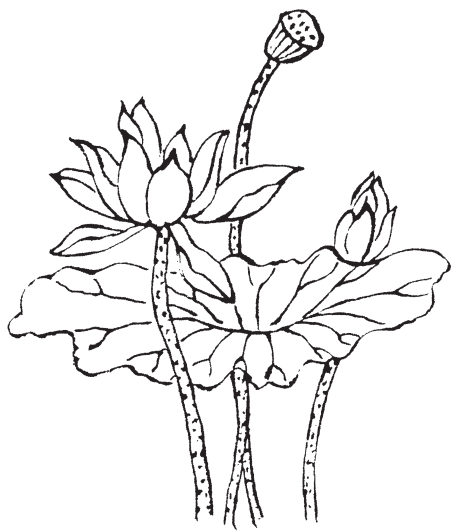
——古德

(七) 霜雪盈頭 老態頽唐 出入愁  
骨節枯枝朽 面目魚紋皺  
風燭一朝休 無常早候  
十念臨終 應悔蹉跎久  
因此勸年老龍鍾 早早修

——古德

(八) 猛切持名如救頭  
娑婆那更可遲留  
即今撒手便歸去  
已較前賢輸一籌

——徹悟祖師



# 如何培育子女修福修慧

一、男女結婚，是人倫之始，養育子女，是生命延續。是神聖莊嚴的事，也是任重道遠的事。

二、夫妻要白首偕老，不僅要相親相愛，更要相互尊敬，相互體諒。尤應戒絕邪淫，建立互信，方能使家庭和樂，子孫賢孝。

三、子女是父母生命的延續，教育子女是提昇自己的生命。

四、「教子嬰孩」，在襁褓中，就應告知父母如何愛他，耳提面告，加深印象，培養孝親種子。

五、凡有衣食，應先禮讓父母，出必告，返必面，習以成性，長大自然孝順。

六、過年應向父母頂禮三拜，祝父母新年快樂。父母誕辰，應為父母祝壽，買蛋糕，頂禮三拜，「祝爸媽生日快樂」。

七、子女生日，應告知為母難日，是日要齋戒修福禮拜慈母，祝媽媽健康快樂，頂禮三拜。

八、佛說父母為子女之等覺菩薩，為世間最大良福田。有佛住世禮佛供養佛，

無佛禮拜父母供養父母。「哀哀父母，生我劬勞，欲報之德，昊天罔極」。

九、為子女成立行善基金，為父母買生日蛋糕，為老師在教師節買禮物，以及賑濟災難之用，未成佛道，廣結善緣，隨用隨補，直到子女賺錢為止。

十、父母是子女最直接，影響最大的老師。父母的一言一行，都是給子女最有力的示範，影響子女一生。因此父母身教，才是對子女最有效的教育。

十一、父母應在子女面前，互相讚歎對方優點。使子女對父母生敬仰心，對自己生命有自信心，有自尊心。切不可在子女面前吵架，互相指責缺點，使子女對父母失去信心，因而沮喪，直接破壞子女對人生及兩性的正確觀念。

十二、子女幼兒時期應教背誦經典（弟子規、三字經、千字文乃至儒家之學、庸、論、孟、四書以及佛經——心經、真言——大悲咒）。多聞熏習，培養福慧，他日成長，童年背誦之古典經書，豁然貫通，必有超人之智力，則一生受用不盡。

十三、切記：愛是目的，不是唯一的手段，否則，失去理智的愛，將給子女帶來不幸。

十四、進入小學乃至國中，應以福智十善法作為行門的準則，以奠定福慧基礎。

◎福智善法附後，供作參考。

一、福智十善法

二、福智四宏願

三、孝親頌

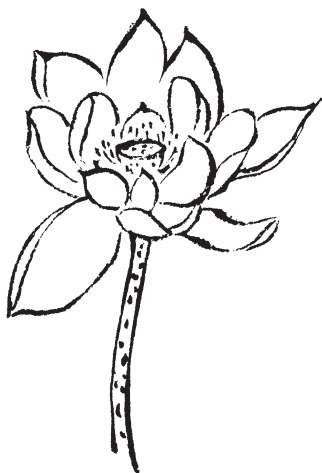
四、尊師頌

五、勸學頌

六、交友頌

七、在家修福紀錄表

八、在校修慧紀錄表



# 福智十善法

- 一、孝順父母
- 二、尊敬師長
- 三、深信因果
- 四、用功讀書
- 五、不交損友
- 六、不虐物殺生
- 七、不搶劫偷盜
- 八、不說謊惡口
- 九、不煙酒毒品
- 十、不看無益書

# 福智四宏願

我願孝親尊師勤學，成無上智！

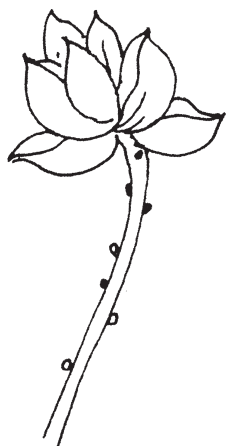
我願斷除一切惡行，永不再作！

我願修學一切善法，究竟圓滿！

我願幫助一切眾生，離苦得樂！

命由我作 福自己求 幸福之道 捨此無由

行者常至 為者常成 臨深履薄 貫徹始終



# 孝親頌

當我赤裸裸，來到這個世界——

體重不到十斤，身長僅有一尺；

不會說話，不會走路；

衣食住行，大小二便；

都沒辦法，自己料理。

在襁褓中，只能哭泣，

用來表達我的心意。

這時我的父母，他們用：

無限的愛心，無限的辛勞；

無限的心血，無限的期盼；

一切的一切，無限的無限；



哺育我，扶養我，教育我，培植我；

使我健康，使我茁壯，

使我幸福，使我快樂，

我的一切，都是父母的恩賜。

真的！

爸爸媽媽給我的慈恩，

遠比天高，更比海深。

真的！

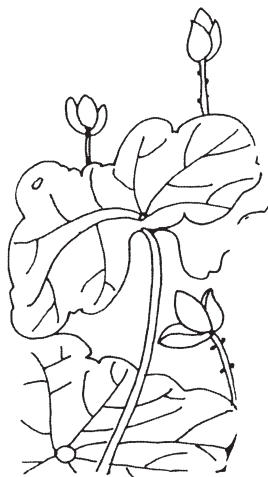
看羊兒跪下吃奶，

看烏鴉反哺父母。

真的！

孝心是一切動物，天性的光明，

孝心是宇宙人間，永恆的真理。



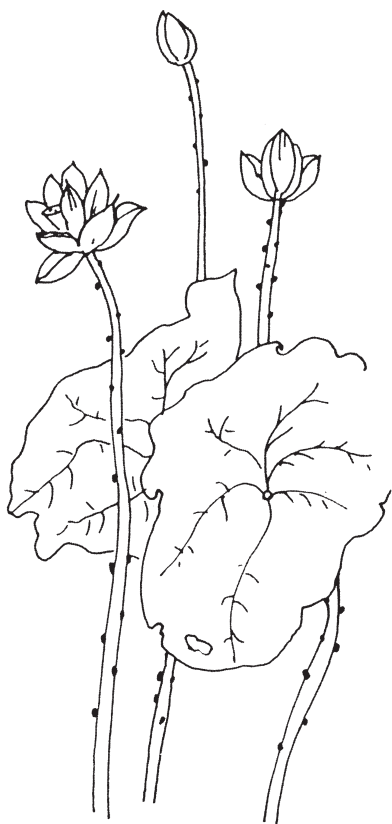
因此，發願：

「我弟子某某

永遠真心的孝順爸爸媽媽！

請

阿彌陀佛為我作證明！」（三說）



# 尊師頌

父母生我，給我色身，

老師教我，長我慧命，

使我由蒙昧，見到光明，

使我由無知，獲得知識，

使我由愚痴，啟發智慧，

使我由低能，成為才能。

老鼠只會永遠在地上打洞，

因為牠們沒有老師！

小鳥只會永遠在樹上作窩，

因為牠們沒有老師！

老師是我們文化的傳人，



因為有老師，

人類文化才有進展！

因為有老師，

人類前途才有光明！

因為有老師，

人性尊嚴才能建立！

因為有老師，

人性光明才得發揚！

因此，發願：

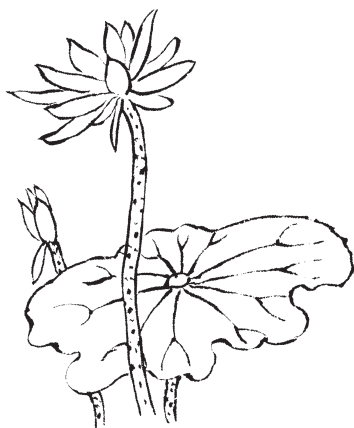
「我弟子某某

永遠真心的，尊敬老師！

永遠真心的，感激老師！

請

阿彌陀佛為我作證明！」（三說）



# 勸學頌

今天，是知識爆炸的時代！

人類，面臨著生存的挑戰！

人們必須有圓滿的智慧，

生命才得綿衍提升！

人們必須有豐富的知識，

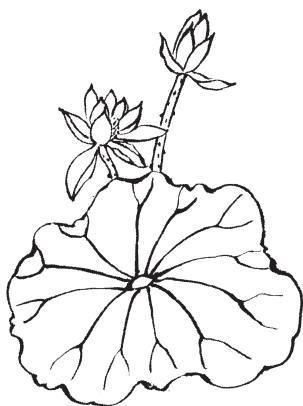
生活才能幸福美滿！

智慧就是光明，

它可以照見萬有實相！

有智慧，才能明辨是非！

有智慧，才能得到快樂！



知識就是力量，

它可以成就世間一切！

有知識，才能發明創造！

有知識，才能造福人群！

人類最大的痛苦，在於無知！

人類最大的危機，在於愚癡！

為解除人類的痛苦，

為挽救人類的危機，

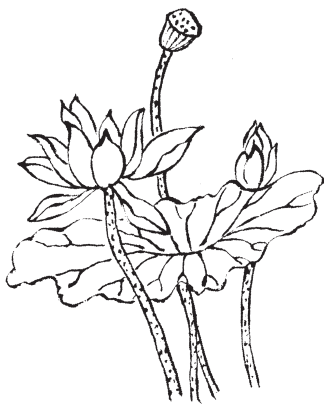
因此，發願：

「我弟子某某，從今日起，決心用功讀書，

追求豐富的知識！成就圓滿的智慧！

請

阿彌陀佛為我作證明！」（三說）



# 交友頌

在家有兄弟姊妹，  
外出要交許多朋友。

朋友會影響我們學業，  
朋友會左右我們品德。

看！

蓬蒿生在麻中，自然挺直！

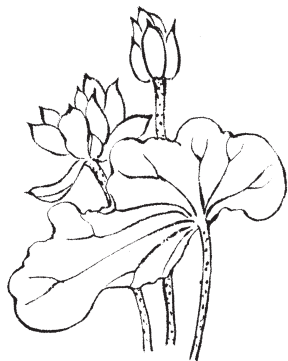
所以——

好朋友，可以使我們學業進步！

好朋友，可以使我們品德增上！

看！

白沙投入污泥，同樣變黑！



所以——

壞朋友，可以使我們學業荒廢！

壞朋友，可以使我們品德下流！

如何分辨是「好」是「壞」？

就要看他能否力行——

青少年福智十善法。

因此，發願：

「我弟子某某，從今日起，

決定遠離壞朋友，交結好朋友，

請

阿彌陀佛為我作證明！」（三說）







# 高山仰止·修行典範

## 感應道交，觀音送訊

九月中旬，一生專修淨業的<sup>上</sup>慧<sub>下</sub>天長老，因蜂窩性組織炎，引發肺炎，住進埔里榮民醫院治療。住院期間，一如往昔，深信切願，精進念佛，前後十餘日，因至誠懇切，與佛感應道交。十月一日告訴侍者法師，蒙觀世音菩薩親來告知，近日內將與阿彌陀佛來接引。翌日，隨即出院，返回正覺精舍與大眾一起念佛。

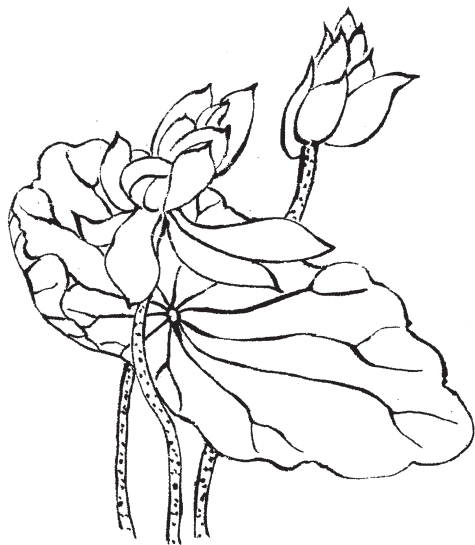
兩天後，即五日上午六時十分，自在無礙往生，經二十小時助念後擦洗更衣，四肢柔軟，頂門猶溫，足証生西無疑。茶毗後，各色舍利很多，令人感動。師世壽八十七，僧臘、戒臘俱卅二春秋。

五日至十二日停靈期間，南北各地聞訊趕來助念的法師、蓮友絡繹不絕。

十三日由住持<sup>上</sup>果<sub>下</sub>清律師主法，舉行圓寂讚頌會，諸山長老及海內外遠道來參加的佛門四眾雲集，估計至少逾千人。此是長老一生老實修行，德行感人，廣結善緣，有以致之。如是因，招感如是果。

以下謹就<sup>末學</sup>所知，略述長老解行

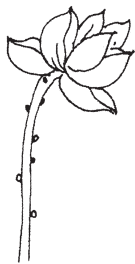
並重，悲智雙運，及潛德幽光之點滴，供有緣人同生景仰，增長道心。



## 深入經藏，以解資行

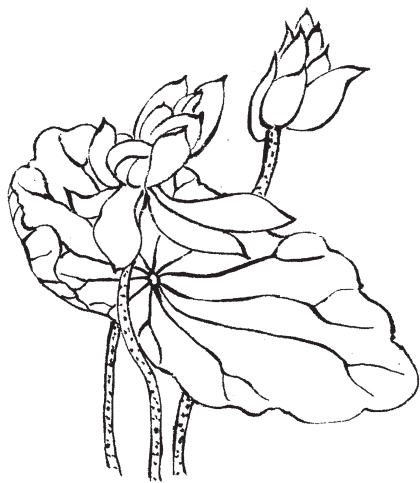
師中年始出家，但幼承庭訓，背誦三字經、弟子規：等經書，國學底子扎實，有助於日後深入經藏。長老認為看得懂古文是一把鑰匙，因佛經或儒家的四書五經都是文言文，看不懂你就無法吸收古人的智慧。還說，為學與修行要「口而誦，心而惟，朝於斯，夕於斯。念茲在茲，誠敬以赴。」

長老自述，為了通達經意，開發般若空慧，及薰成大悲種子，《大般若經》曾披覽廿一遍，《宗鏡錄》恭讀六遍以上。此外，《八十華嚴》及《妙法蓮華經》等大乘經典亦反復讀誦。至於淨土五經熟覽後消歸自性，就更不必說了。



師深入教海後，悲心殷切，曾親撰〈勸修念佛〉，每偈四句，一句四字，共五十餘偈，茲引數偈供讀者品味——

「念佛法門，最尊最勝，釋尊親宣，諸佛作証。念佛法門，法門中最，三根普攝，凡聖同歸。若人念佛，背塵合覺，全佛全心，滅除煩惱。若人念佛，心作心是，即轉凡情，捷成聖智。若人念佛，歡喜信受，一念十念，皆得成就。若人念佛，功夫上路，熟處轉生，生處轉熟。若人念佛，慎獨存誠，臨深履薄，克念作聖。若人念佛，唯精唯專，事成於一，敗於二三。若人念佛，多多益善，繩鋸木斷，水滴石穿……。」



每一偈都是自性流露，理事圓融，最後以「念佛法門，修行徑路，因果同時，絕無差誤，具足三資，攝心安住，生死苦海，唯一依怙。一切菩薩，莫不修學，十方諸佛，悉皆護念，最極圓頓，第一方便，有緣相逢，快生信願。正法難聞，人身不易，一生成辦，切須牢記，勇猛精勤，自強不息，勿怠勿忽，乾陀訶提。」結示惕勉，婆心懇切，感人至深。

此外，長老另撰有〈往生淨土三資糧〉、〈念佛三昧知津〉、〈念佛人歡喜面對痛苦橫逆〉、〈在家學佛次第〉：：等（按：詳見《淨話》），篇篇精彩，字字珠璣，都是肺腑之言，悲心流露無遺。蜂蜜一滴而知甜味，茲引〈修念佛法門〉末後的「叮嚀」為証。

（一）往生極樂，最低門檻，晨朝十念，必不可斷，忙裡偷閒，能念就念，一百千，多多益善。

（二）諸惡莫作，眾善奉行，存誠慎獨，貫徹始終，三業無染，一心不亂，念佛三昧，保証成辦。

## 畢生堅持，唯佛是念

長老發大菩提，生真信願，畢生堅持，唯佛是念。而且誓求上品上生，常說：「求法乎上得乎中，求法乎中得乎下，求法乎下，太危險了。」意思是說往生的品位設限要高，屆時萬一差一點，上品中生，乃至上品下生也還好；目標如只放在下品下生，如果有個閃失，去不成，就後悔莫及了。

他老人家教人一句佛號，要心念口誦，攝耳諦聽，竭誠盡敬的把當下的一句佛號念好，然後十、百句，乃至千句，功夫自然成片，此是瓜熟蒂落，水到渠成的道理。



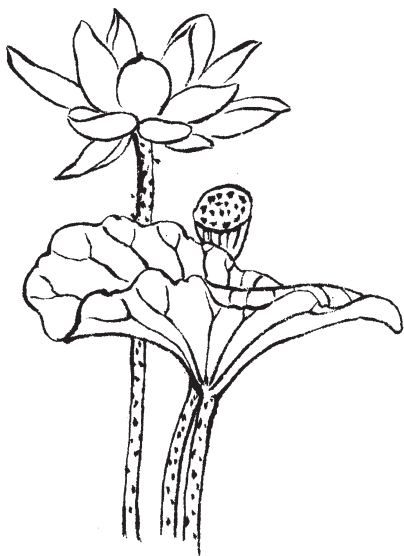
師深信修行要一門深入，常說「處處掘井會沒水喝」。晚年開示時曾說，每天敬持佛號七萬聲以上，行、住、坐、臥除了念佛還是念佛，可以說佛不離心，心不離佛，無間無雜，句句不亂。因此，能淨念相繼，得三摩地。

在圓寂讚頌會上，據<sup>上</sup>天下因法師轉述，長老在最後階段，清晨一點半即起來念佛，每天恭持佛號十幾萬聲，結夏安居期間，念佛即達千萬句以上，真是驚天地，泣鬼神。昔徹悟祖師勉人「一句彌陀，類如鑽火，木煖煙生，暫停不可。」又說「一句彌陀，常寂滅相，時至華開，鶯啼柳上。」師正是用這種精神致力於淨業，其卓越非凡的成就，可以說一步一步一腳印，從苦修實修中來，令人欽仰。



師悲天憫人，常以「但願眾生得離苦，不為自身求安樂。」自勉。曾以一包咒牌贈<sub>末學</sub>，云：「準提神咒跟六字大明咒皆各持一百萬遍以上，可適時與人結緣，佩戴增福慧，吉祥保平安。」

師曾發願有生之年要打一百場精進佛七，利人利己。因此，風塵僕僕的南北奔波，甚至遠赴中國大陸、香港、澳洲、馬來西亞主持佛七兼傳戒。

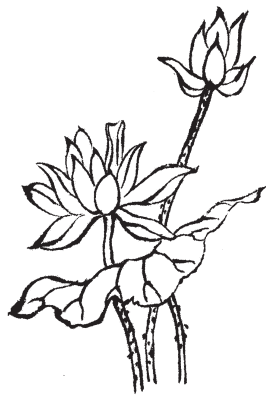


## 法音宣流，普潤有情

師極注重啟蒙教育，曾親筆寫了一篇〈如何培育子女修福修慧〉，並創辦「福智十善法」——

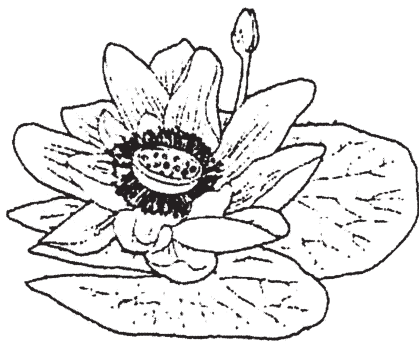
(一)孝順父母(二)尊敬師長(三)深信因果(四)用功讀書(五)不交損友(六)不虛物殺生(七)不搶劫偷盜(八)不說謊惡口(九)不煙酒毒品(十)不看無益書。

多年前，為了傳授福智十善法時給童男童女朗讀，特地親撰孝親、尊師、勸學、交友等四頌，加深小菩薩的印象。此外，師曾為福智兒童詩文集《福智滿園》、《春天》：等封面及內頁題字，並寫序文鼓勵。其悲心有如一雨普潤，大樹與小草均霑。



師編有《實用淨土叢書》一套十二冊，含蓋淨土五經各家講述，皆一時之選，如：道源法師、會性法師的《佛說阿彌陀經》講錄、《佛說觀無量壽經》講記、性梵法師的《佛說無量壽經》講義：等。《叢書》於淨土教理之闡揚周詳、深入，對修行人知見之建立，道心之提升大有裨益。師另編輯《因果四書》一套，分為上、中、下三冊，內容包括「了凡四訓」、「坐花誌果」、「感應篇彙編」、「安士全書」等，倡明因果不虛，與《叢書》相互輝映，世、出世法完備，長老用心之良苦，令人敬佩。

至於平時訓勉及佛七部份開示，經在家弟子整理成《淨話》及《佛七講話》流通於世。兩本書封面皆承<sup>上</sup>清和<sup>下</sup>尚慈悲題字嘉勉。慧公與和尚濃情高誼，乃佛門美談，令人讚嘆。



## 淨業成熟，彌陀接引

師謂入道恨晚，夕陽西下，不得不趕路。故以臨深履薄的精神，戰戰兢兢，依教奉行，急起直追，為法忘身，臨終感得觀世音菩薩送訊，阿彌陀佛接引，誠是修行人的典範。

中華民國一〇三年十月十七日

末學

陳聰德恭書於南投名間



持戒念佛

釋慧天

常思己過

不念人非

釋慧天

克己復禮

克念作聖

釋慧天

天意憐幽草  
人間愛晚晴  
老年修淨土  
從此快生平

釋慧天

淨話（二〇一四年修訂版）功德主名錄

委印文號：106392

二八、〇〇〇元：盡虛空遍法界一切眾生，真心懺悔，念佛求生西方淨土，共成佛道。

五、〇〇〇元：三寶弟子。

以上計新台幣：三三、〇〇〇元，恭印一、〇〇〇本。

回向：天下和順，日月清明，風雨以時，災厲不起，國豐民安，兵戈無用，

崇德興仁，務修禮讓，國無盜賊，無有冤枉，強不凌弱，各得其所。

祝願法界一切有情，所有六道四生，宿世冤親，現世業債，咸憑法力，悉得解脫。

祝願現生者增福延壽，發菩提心，常隨佛學，勤修精進，利濟群生。

祝願已故者往生淨土，同出苦輪，共登覺岸。

附記：本會接受善信委託，代印經書、佛像，其必要之費用，均經本會審慎評估；若有結餘，均續作本會之印（購）經書及運費，為施主廣積陰德，歡迎十方大德善加利用。









