

◎ 淨空法師 講述 · 三寶弟子 整理

# 三皈傳授







淨空法師 講述 · 三寶弟子 整理

# 三皈傳授



◎佛教是佛陀對九法界眾生至善圓滿的教育。

◎釋迦四十九年所說的一切經，內容就是說明宇宙人生的真相。人生就是自己，宇宙就是我們生活的環境。

◎知覺名佛菩薩，不覺名凡夫。

◎修行就是將我們對宇宙人生錯誤的看法、想法、說法、做法，加以修正。

◎佛教的修行綱領是覺、正、淨——覺而不迷，正而不邪，淨而不染，並依戒、定、慧三學，以求達到此目標。

◎修學的基礎是三福，待人依六和，處世修六度，遵普賢願，歸心淨土，佛之教化能事畢矣。

## 目錄

三皈傳授

一九九六年講于澳洲昆士蘭

1

三皈傳授

一九九二年講于新加坡

3  
7

附：家庭主婦如何在日常生活中修菩薩道

8  
1

## 三皈傳授

一九九六年講于澳洲

諸位同修：

承蒙邀請，今天有緣在昆士蘭的黃金海岸（Gold Coast），與大家談談佛法中的「三皈依」。在佛法裡，這是很重要的課題，是我們修學入門之處。在未說三皈之前，首先對佛法要有正確的認識。

目前世界上的佛法，確實存在很多不同的形式，我們不能不辨別清楚。最普遍地，大家都以為佛法是「宗

教」，而我們也不得不承認它是宗教，這是變質的佛法。其實，佛法原本不是宗教，但是現在確實變成宗教了。另外一種，變成「學術」，特別是在日本的某些學校、學術團體，佛法變成哲學，這也是變質的佛法。

一九二三年，歐陽竟無大師在南京第四中山大學（即現在的南京師範大學），做一次很震撼的演講，題目是「佛法非宗教、非哲學，而為今世所必需」，說明佛法不是宗教，也不是哲學，它是現代人都需要學習的。佛法變質成爲宗教與哲學，實在是很不幸的，但是



對社會，還不至於產生太大的負面影響。

近些年來，我們看到佛法變成「邪教」。諸位仔細觀察，這對於個人、社會是有害的。另外一種，佛法變成「作秀」的也不少，在現前社會上時有所聞，這種變質太離譜、太過分了。歐陽大師告訴我們，佛法是現代人必須學習的，然而並未說明佛法究竟是什麼，他要讓我們自己去領悟，去體會。

我們冷靜觀察，「佛法」是「教育」、是「教學」，從經論上最常見的稱呼可以證明。我們稱釋迦牟尼

尼佛爲「本師」，自稱爲「弟子」，唯有在教育教學中才有此種稱呼，這是師生的關係。「佛」是我們根本的老師。

佛法教導眾生「破迷開悟，離苦得樂」。佛說，一切眾生的無量苦惱，起於不明瞭自己及生活環境的真相，於是產生錯誤的想法、看法，因此生起許多苦難。若能徹底明白自己及生活環境，則其思想見解正確，一切苦自然消除，而得真正的快樂。這是佛法教導的宗旨、教學的內容。由此可知，佛陀的教育，實在可以爲

一切眾生帶來真正的幸福，這正是歐陽大師所以說「佛法是一切眾生所必須修學的」。

修學佛法，入門就是「三皈」的傳授。「三皈」是佛法修行的總綱領、總方向。學佛是從三皈做起，它是學佛人這一生必須遵行的修學總原則。第一、皈依佛，第二、皈依法，第三、皈依僧。古時候這種說法，大家不會發生誤會，可是佛法自古流傳至今，依中國歷史所記載已有三千多年，代代相傳，免不了有些不正確的知見摻雜在其中，錯解了三皈依的真實義，即中國人常說

的「以訛傳訛」。

《六祖壇經》是唐代的著作，距今約有一千三百年。六祖大師在《壇經》裡說「三皈依」，則說「皈依覺」、「皈依正」、「皈依淨」；而不用「皈依佛」、「皈依法」、「皈依僧」。這使我們聯想，早在唐朝時，大概就有很多人誤會皈依三寶的意義。如果沒有人誤會，六祖又何必用這種說法！必然是有很多人錯會了。一千三百年前說「皈依佛」、「皈依法」、「皈依僧」，就有人產生誤會，何況又經過一千三百年，今天

講三皈依，難怪大家錯會其義。

《壇經》給我們一個很大的啓示，六祖解釋佛法僧三寶：「佛者覺也」，「佛」是覺悟的意思；「法者正也」，「法」是正知正見；「僧者淨也」，「僧」是六根清淨，一塵不染。這樣教導我們「皈依」，「皈」是回頭，「依」是依靠。

什麼是「皈依佛」？一般人對自己、對眼前的生活環境，確實是迷而不覺；佛教導我們從迷惑顛倒回過來依正覺，這才是真正的皈依佛。由此可知，佛法講的

「三寶」有很多種說法，皈依覺是「自性三寶」。如果向自性之外求學，就是佛門所謂的「外道」。佛家講外道，不是輕視別人，而是心外求法稱爲「外道」。佛法教我們從心性中求，所以佛法是「內學」，從自心裡求，不是向外求。向外求就錯了，一樣也得不到，向內求則有求必應。這個道理，不但佛在經論上說得很清楚，中國的儒家、道家，也說得很正確。

皈依三寶，真正的皈依處是依靠自性三寶。從迷惑回頭依自性覺，這句話說得很容易，可是究竟應如何做

法？我們很想回頭，很想覺而不迷，卻偏偏迷惑顛倒。如果不落實在生活中，這種講法就變成玄談，變成玄學，而實際生活上得不到受用。「迷」與「覺」的現象是什麼，也就是「迷」是什麼樣子，「覺」是什麼樣子，「佛菩薩」與「凡夫」哪裡不一樣？我們從這裡可以摸索出一條道路，能找到真正的皈依處。

《華嚴經》的五十三參，五十三位善知識都是佛菩薩。他們所表現的，就是現前日常生活的一切活動，無論各行各業、男女老少所表現的種種身分，在日常生活

中，似乎與凡人沒有什麼差別。他們也穿衣、也吃飯、也上班工作、也應酬，這些皆與我們相同。相同中的不同之處何在？在他的心清淨。事與我們一樣，沒有絲毫差別，我們每天工作八小時，他也工作八小時。我們在生活中天天生煩惱，他們則是天天生智慧，這就不一樣。我們生活、工作、應酬都生煩惱；他們生活、工作、應酬都生智慧。何以見得？六祖惠能大師就是證明，他到黃梅見五祖時，曾經向五祖說，「弟子心中常生智慧」。我們讀到這句話，有很深的感觸，他的心常



生智慧，我們的心常生煩惱，這就是佛菩薩與凡人不同之處。

智慧怎麼生的，煩惱從哪裡來的，只要搞清楚，就知道從哪裡回頭、依靠什麼。煩惱從妄想分別執著而生，這是佛在《華嚴經》上說的。我們穿衣吃飯有妄想分別執著，每天上班工作也有妄想分別執著，待人接物還是有妄想分別執著，在此處生煩惱、生七情五欲、生貪瞋痴慢，煩惱永遠不斷。由此可知，「妄想、分別、執著」是「輪迴心」，六道輪迴是這些念頭造成的現

象。我們日常生活、工作、應酬，就是造輪迴業。輪迴心造輪迴業，即是迷惑顛倒。

我們學佛，佛教導我們回頭，皈依自性覺。自性覺就是佛性。發菩提心、修菩薩行，超越世出世間法，永離妄想分別執著，即是真心、佛性。離開妄想分別執著，我們的生活即是菩薩行。每天上班工作也是菩薩行，一天到晚應酬還是菩薩行。關鍵在此，就是將妄念轉過來，從觀念上回頭。離開妄想分別執著，所用的就是真心。「真心離念」是大乘經上常講的。念是妄想，

妄想是妄念；真心裡沒有妄念，真心是清淨心、平等心。清淨心生活，生活清淨；清淨心工作，工作清淨；清淨心應酬，應酬清淨，無一不清淨。心淨，身就清淨，身心清淨，則國土清淨。

也許有同修說：「我做工作需要思考，要是不想，我的工作還能做得成嗎？」沒錯！當你工作需要思考時，儘管去思考；工作做完了，就不要再思考了。工作放下，還去想它，就是妄想。「念」有妄念、有正念。「正念」是自己工作範圍之內的，除此之外，就不再想

其他，其他與我不相干。這樣，你的工作能做得好，煩惱、妄想少了，智慧就增長，工作就很順利。一切時一切處，知道長養清淨心、平等心、慈悲心，則任何事都會做得格外好，生活也會更愉快。我們也要學惠能大師，「弟子心中常生智慧」。

現在做種種工作皆須思考，這是習氣。真正修行，這種思考的時間會愈來愈短，思考的程度會愈來愈淡薄。若功夫成熟，無論從事哪一種行業，皆不需要思考。智慧現前，何必思考！智慧未現前時，還是離不開

思考，但是要把思考的範圍縮小、時間縮短，儘速將其程度減輕，使智慧漸漸往外透。若想得太多、太遠、太深，則智慧完全無法顯露，因為妄念障礙了自性本具的智慧。

若將「覺」與「迷」的樣子搞清楚，理論也明白一些，必須認真做，真正下功夫。須學諸佛菩薩運用六根，眼見的是色相、耳聽的是音聲，練習見色聞聲，六根對六塵境界起作用時，學「不分別、不執著」，這就是真智慧。再學「不起心、不動念」，即是修清淨心、

自性本定。眼見色、耳聞聲，不起心不動念，即是大禪定。定慧就在日常生活中修，在六根接觸六塵境界中修，這是從根本修，是高級的修行方法。

《華嚴經》中四十一位法身大士，就是在這方面用功，所以不拘於形式。修禪定不是盤腿面壁，而是六根對六塵境界時，不起心不動念。不分別不執著是「智慧」，轉貪瞋痴爲戒定慧，轉煩惱爲菩提。我們起心動念、分別執著，是貪瞋痴；佛菩薩不起心不動念、不分別不執著，起作用是戒定慧。此即何以菩薩常生智慧，

我們常生煩惱。煩惱就是貪瞋痴三毒，這是不可以不知道的。從妄想分別回頭，從起心動念、分別執著回頭，依不分別不執著、不起心不動念，此即「皈依佛」。

「法」是對宇宙人生正確的認識與見解。真實智慧現前，思想、見解才是正確的；妄想分別執著沒放下，想法、看法皆是錯誤的。我們是初學，一定要依靠經典，糾正自己錯誤的見思。經上所說的，就是諸佛菩薩的正知正見，決定是正確的。依照經典修正自己錯誤的想法、看法，即佛在經上教我們怎樣做，老實學著怎麼

做就對了。因此，皈依佛是總綱領、總原則；「皈依法」是教我們如何從日常瑣碎事務中修學，遵守佛的教誨。

佛的經典很多，我們是不是要每部經都學習？不需要！佛經是當年佛教導大眾的記錄。每個眾生有他自己的困難與迷惑，向釋迦牟尼佛請教，佛教他解除迷惑顛倒、離苦得樂的方法，以後記下來就成爲一部經。可見他是經由佛陀一次的指導，就得利益，就解決問題。由此可知，一部經就夠了，這是決定正確的。



現在我們沒遇到佛，佛留下這麼多經典，要依靠哪一部才好，這是很現實，也是很困難的問題。佛好比是大夫，我們都是病人，大夫為我們診斷用藥，真的是藥到病除，解決問題。現在大夫不在了，留下一大堆的處方（經典好比處方）。我們是病人，這處方要是用對了，病就好了。如果用得不對症，麻煩可就大了。佛法確實如此，經典的理論、修行方法若與根機相應，這一生決定成就。若不相應，如同吃錯藥，不但這一生救不了，還帶來更大的麻煩。各位同修一定深有同感。何以

見得？許多學佛的同修，未學佛前還好，學佛以後煩惱更多，愈學，麻煩愈多，個人、家庭一大堆的麻煩都來了，那是藥不對症，吃錯藥了。

剋實而論，「法門」的選擇是一件大事，但我們無能力，亦無智慧。如同自己害病，大夫遺留一大堆的處方放在這裡，卻沒人指導，這事情麻煩。要是碰運氣，不太可靠，就像買獎券，想中特獎並不容易，沒那麼幸運。必須要靠真正有修有學的善知識，幫助我們選擇法門。然而，當今真正有學問有道德的人不多，一生未

必能遇到，遇到了也未必認識他。愈是有學問有道德的人愈謙虛，若問他，則回答「我不會，我沒有智慧、沒有能力、沒有修持」；若說「我行，我有智慧，樣樣都行」，那不是真的。現今我們都沒有能力辨別真假，唯一可行的，三千年前，釋迦牟尼佛早已為現代人指示出一條明路，即是《大集經》上說的，「正法時期，戒律成就；像法時期，禪定成就；末法時期，淨土成就」。

無論依中國或外國的說法，我們皆是生在末法時期。佛的法運：正法一千年，像法一千年，末法一萬

年。我們生在釋迦牟尼佛滅度二千年以後，即是末法。佛說，「末法時期，淨土成就」。我們決定選修淨土，老實念佛，決定成功！這是遵照佛的指示。有修禪成就的，也有修密成就的，那是極少的特殊根機，不是普通人。我們仔細想想，自己是不是特殊的根性？上上根性的人可以嘗試學禪、學密、或學其他法門。如果覺得自己的根性很普通，就老實遵守釋迦牟尼佛的指示，是很有希望的。

老實念佛，沒有不成就的，特別是讀了淨宗經論以

後，仔細思惟研究，確實有道理。在一切法中，皈依淨宗經典，亦即在無量經典中，我們選擇淨宗「五經一論」。這六部分量都不多，足夠我們一生受用，決不可輕視。其分量雖少，若細講這六部經，十年也講不完，所以依照此六部經修行就夠了。「皈依法，我們就選擇淨宗五經一論」，非常踏實。

淨宗學會成立時，於「緣起」裡提出行門的五大科目，即日常生活中必須遵守的五項守則，「三福、六和、三學、六度、十大願王」，皆是淨宗五經一論所說

的。我們日常生活中起心動念，時時與佛所說的話對照，若相應即是正確的，就沒有做錯、沒有想錯；若與佛所說相違背的，就是想錯、做錯了。我們真正抓住綱領，以此檢點、修正自己的生活行爲。

「皈依僧」，「僧」是清淨、和合的意義，六根清淨，一塵不染。特別是淨宗，著重修清淨心。皈依誓詞中，「皈依僧，眾中尊」。「眾」是指團體、社團。世界上社團有很多，小則一個家庭，就是一個團體。佛告訴我們，學佛人的團體，在一切世間團體裡，是最值得

尊敬與讚歎的，因為它是「模範社團」，可以作為所有社團的榜樣。它的特點，是社團每一分子都能和睦相處，是一個和合的團體。團體最怕不和，他們的想法看法很接近，「見和同解」，也就是建立共識。

想法看法一致，是一個團體和敬的基礎。特別是在澳洲，這兩天我們見到此地政府的兩位首長，都很慈悲善良，實在非常難得。他們告訴我，「澳洲是多元文化的社會，有各種不同的種族，與不同的宗教信仰，如何在異中求同，建立共識，這是非常重要的」。這兩天我

們接觸，彼此皆有此共識，希望我們在此地能團結發展，真實的基礎就是「見和同解」。和合社團的第二個條件是「戒和同修」，持戒即表示守法，尊重別人、尊重法律、尊重別人的生活習慣、尊重別人的宗教信仰。彼此尊重而不排斥，就能互敬互愛、互助合作，社會才能和睦相處，才能繁盛，共存共榮。

佛門六和敬的團體，在所有團體中是最尊貴的。「皈依僧，眾中尊」，我們要朝此目標努力。別人不尊敬我們，我們必須尊敬別人；別人排斥我們，我們更要



愛護別人，用耐心與真誠感化他們。這樣，才能達到和睦相處的目標。「僧」字含有這層意義。

「皈依三寶」就是「皈依覺正淨」，覺而不迷、正而不邪、淨而不染。時常保持自己的清淨心！清淨心就是覺心，就是覺悟，就是正知正見。所以，「覺、正、淨」實在是一而三，三而一，皆指我們的真心本性。

自古以來，中國佛法有十大宗派，有無量法門。無論宗派法門有多少，修行的方法皆可歸納為「覺、正、淨」三大類。一般而言，禪宗、性宗（法性宗）是由覺

門入。禪宗的目標是要求大徹大悟、明心見性，這在覺正淨中稱爲「覺門」。禪宗以外稱「教下」，如天台宗、賢首宗、法相宗、三論宗，皆是從經典入門，即是由「正門」入。用經典的教訓、理論與方法，修正自己錯誤的想法看法，這是走正門。「淨宗」完全用一心念佛的方法修清淨心，這是由「淨門」入。

「覺、正、淨」三門，「覺門」定要上根利智之人才能契入；若不是上等智慧，無法開悟。由「正門」需要長時間，像念書一樣，小學、中學、大學、研究所，

依佛的經教，長時間熏習才能契入；雖然中下根人可能契入，但時間太長。比較起來，還是「淨宗」好，不必上上根機，也不需要很長的時間，一句「阿彌陀佛」修清淨心，定能往生、不退、成佛。譬如，一個講堂有三個門，在門外看是不一樣，進了門就一樣。由此可知，無論從哪個門進來都相同，所以契入之時，覺正淨必同時得到，同時具足。往生淨土即是契入佛境，這個方法是一切諸佛讚歎的，還是此法高明，因為它太方便了，既不需要上根利智，也不必浪費很多時間，的確是最殊

勝的法門。

《無量壽經甄解》曰：「今就利益論，彼（指華嚴、法華）假此（指無量壽經）真。何故？彼說速疾成佛道，不見速疾成佛人。……今信不疑者，十即十生。往生不退至菩提故。初生處即菩提。在世滅後但此一法故。一切凡聖行無別故。利益真者莫過斯。」此明世尊四十九年所說一切經論，若論真實之利，無有過於念佛往生淨土一法，故十地菩薩始終不離念佛。這是將「如何皈」、「如何依」，為諸位說明清楚。

「自性三寶」之外，尚有「常住三寶」，此是形象。佛像是「佛寶」，經典是「法寶」，出家人是「僧寶」。形象上的三寶很有用，如果沒有三寶形象，今天雖將三寶的大意爲大家講得很詳細、很明白，恐怕大家下樓就忘了，過兩天就完全沒有了。因此，供養形象三寶的利益太大了。家裡供養佛像，一見到佛像，就想到自己要皈依自性覺。六根接觸六塵境界要學佛菩薩，不分別、不執著、不起心、不動念，見到佛像自然就提醒自己。佛像是這種用處，不是教人天天香花水果供養，

向他磕頭，那一點用也沒有。

佛菩薩希望我們覺悟，不希望我們迷惑顛倒，但有不少人錯將佛菩薩當作神明看待。所以，須知供養佛像的道理，乃是提醒自己覺而不迷；見到經典，就要想到正知正見，正而不邪；見到出家人，就想到淨而不染，就會想起自己要修清淨心，要六根清淨，要與大眾和睦相處。如此時時提醒自己，利益就很大，因此住持三寶有這樣的功德利益。由此可知，「住持三寶」很有必要，它是三寶的形象，但是要有實質的內容，才能真正

得到利益。若沒有實質的內容，單是表面形式則不得利益。大家明白道理，曉得如何入門，此即「傳授三皈」，就是將三皈的意義、修學的綱領原則傳授給大家。

「三皈」的儀式是在佛菩薩形象面前發願、宣誓，從今而後發心一定要這樣做，由一位出家法師爲你作見證，證明你確實發過誓，發願作一位真正的佛弟子。三皈儀式簡單而隆重。現代有許多很複雜且長時的儀式，又不懂得三皈的意義，糊裡糊塗皈依佛，皈依之後仍然

糊裡糊塗過日子，這與佛法的教義完全違背。真正回頭依靠自性三寶，此人完全改變了，一般講改造命運，甚至改造體質。命運、體質皆可改造，心念回歸，就完全改變了。

三皈依的儀軌，我們採用弘一大師從戒經節錄的三皈儀式。弘一大師說，世尊當年在世，就是用此儀式為弟子們傳授三皈，所以我們也遵循這個儀式。

「皈依佛」，我們落實皈依「阿彌陀佛」。為何不皈依本師釋迦牟尼佛？釋迦牟尼佛教導眾生皈依阿彌陀



佛，因此我們皈依阿彌陀佛，正是釋迦牟尼佛對我們的期望。「皈依法」，我們落實皈依《無量壽經》。「皈依僧」，我們落實皈依「觀世音、大勢至」，這兩位菩薩僧寶。

若有人問，你有沒有皈依？「我皈依三寶」。皈依哪位法師？「皈依阿彌陀佛大法師，我是彌陀弟子」。誰爲你作證明？「淨空法師爲我作證明」。這個說法完全正確，而不是說我皈依淨空法師，那就大錯特錯了。過去我傳授三皈時常講，我們是皈依三寶，不是皈

依某一個人。皈依某一個人，就是將佛法的僧團分化了，此種過失很重。若依戒經結罪，這是「破和合僧」，墮阿鼻地獄。所以，證明三皈的法師是代表僧團傳授三皈，爲我們作證明的。從《壇經》看來，「三皈」至少已有一千多年的誤解，此事必須澄清，我們才有一條真正的出路。

## 三皈傳授

一九九二年講于新加坡

諸位同學：

今天爲大家傳授三皈依，首先須將三皈依的意義認識清楚。由於近代佛法之承傳發生許多誤會，我們必須辨別清楚，才能得到佛法的真實利益。佛法究竟是什麼？它是不是宗教？嚴格的說，佛法是佛陀對於九法界有情眾生的教育，它不屬於宗教。民國十二年，歐陽竟無先生在第四中山大學發表過一次講演，題目是「佛法

非宗教、非哲學，而為今世所必需」。這一次講演曾經震撼當時的佛教界，歐陽先生所分析的非常有道理。他這一篇講詞經過王恩洋居士的記錄流傳於世，最近我們在台灣也將它翻印流通，提供諸位作研學的參考。

佛教既然是教育，它的目的、方法、宗旨又何在，這是我們不能不知道的。佛教教育的宗旨，如果用佛學名詞來說，就是般若經典常講的「諸法實相」。用現代話來講，諸法就是一切法，也就是宇宙人生的真相。宇宙是我們生活的環境，人生就是我們本人。佛教教育的

內容究竟是什麼？實在講，就是教我們認清自己，與自己生活環境的真相。諸位想想，這重要不重要！世間教育只說到人生宇宙的一部分，那一部分還未見得是真實，多半在摸索、在探討，不敢驟然下結論。宗教也不能包含我們生活的全部，只是生活的局部。由此可知，佛教教學內容範圍之廣大精深，是我們必須修學的。

我們生活的空間，不僅限於現前的一個都市、一個地區，乃至於這個地球；地球之外還有太空，太空之中有無量的星球，許多的星球有生物，有比我們更聰明、

更高等的生物，這一切全都是我們生活的環境。除空間之外，還有過去、未來。所以，盡虛空遍法界都是我們生活的環境。

現代教育的範圍沒有討論這樣廣泛，即使儒家所講的，在時間來說，它是一世的教育，始從懷胎，終至老死，直到慎終追遠。儒家是一世的教育，它的教育範圍講到人道，充其量講到天道。孔夫子說天、說鬼神很少，人道說得非常詳細；而釋迦牟尼佛，將六道的情況說得非常清楚明白。六道之外，還有四聖法界，所謂聲

聞、緣覺、菩薩、佛，總稱爲十法界。十法界都是我們活動的範圍，都必須認識清楚。

宇宙人生的真相明白了，認清楚了，我們的思想、見解、言行自然就與從前不一樣。從前認不清楚，迷惑顛倒，所以想錯了、看錯了、做錯了，這就是一般人常講的造業。造業當然有果報，所謂善業有善果，惡業有惡報，果報都是自己造作的，自己必須承受，任何人都不能代替的。

由此可知，佛弟子對於宇宙人生真相要徹底明瞭。

明瞭之後，有什麼好處？好處可多了，說不盡啊！第一個好處就是從今而後不造業了。不造業就沒有果，也沒有報。沒有果、沒有報，到哪兒去了？這就是佛在經典上常說的，超越十法界。十法界是果、是報。大別來說：四聖法界是果，都是修行證果的人；六道是報，善有善報，惡有惡報。再將標準放低一點，就六道來說，三善道是果，三惡道是報。所以，標準可高可低，這是我們一定要知道的。

明瞭之後不造業，至少不再造惡業。落實在我們生



活當中，每個人都希望自己在這一生，能得到真正的幸福快樂、家庭美滿、事業順利、社會和諧、國家富強、世界和平。能不能做到？都可以做到！再為同修們說明白，唯獨佛教教育給我們百分之百圓滿的結果。假如將這樁事看清楚，才知道佛教教育是我們必須修學的。這個教育的範圍是盡虛空遍法界，當然超越國界、超越種族、超越黨派，也超越宗教。換句話說，九法界有情眾生，人人都應當修學，都應當接受。

宗教徒來學佛，釋迦牟尼佛當時，我們在經典裡就

看到很多。佛示現成佛之後，第一部在定中所宣講的《大方廣佛華嚴經》，我們就看到許多不同的宗教徒，都到釋迦牟尼佛這裡來求學。如五十三參的勝熱婆羅門（婆羅門是印度的宗教）是宗教徒。他不但是婆羅門的宗教徒，且是婆羅門宗教裡的學者，也是他們教徒的老師；就像基督教的牧師，天主教的神父這樣的身分，像遍行外道等。《地藏經》裡講的婆羅門女，是婆羅門教的女孩子，在佛門修學，她同樣證得阿羅漢的果位，同樣可以證得菩薩的果位。從這些地方來看，就曉得佛教

確實超越宗教，任何宗教徒都可以學佛。

在佛陀教育裡，阿羅漢是第一個學位，就像現在一般大學的學士學位，他可以拿到這個學位。菩薩是高一級的學位，相當於碩士學位，他也可以拿到。佛是最高級的學位，相當於博士學位，他還是可以拿到，也就是說他能成佛。要不要改變他的宗教？不需要。就像到學校念書一樣，我們到國外留學，不須改變我的國籍，不須改變我的種族，也不須改變宗教信仰，而是來求學的。

佛教是教育，阿羅漢、菩薩、佛，皆是學位的名

稱；不須改變宗教，不須改變種族，不須改變國籍，皆可以平等的獲得。這是我們首先要認識清楚的。我們真正理解了，要發心求學，發願作釋迦牟尼佛的學生。這就是中國俗話常說的，既然要來求學，先要正式拜老師。老師將修學的方向、綱領、目標傳授給你，這稱作「傳授三皈依」。所以，三皈依就是正式拜老師。

我們的老師是釋迦牟尼佛，所以我們稱他為「本師釋迦牟尼佛」。本師是根本的老師。佛陀教育是他老人家創始的，一直傳到今天，代代承傳，我們始終不忘

本，不忘記這位根本的老師。實在講，所有佛門弟子只有一位老師。過去老師的學生，在我們之前，他們是釋迦牟尼佛的學生。我們今天也以釋迦牟尼佛爲老師，我們與他們是同學的關係。諸大菩薩，如文殊菩薩、普賢菩薩、觀音菩薩都是佛的學生，他們是我們的學長。當然，他們有能力教導我們，我們可以以老師來看待、來尊重他們。但真正的身分，他們是我們的校友，是我們的學長，我們是他們的學弟。這些關係也要辨別清楚，不能將佛、菩薩、阿羅漢當作神明來看待、來祈禱，那

就錯誤了。

佛法的修學目的何在？佛在經論裡常教我們「阿耨多羅三藐三菩提」，這句話是梵語的音譯，在當時不翻的體例裡屬「尊重不翻」。這句話很重要，是我們非常尊重的，所以保留它的原音，用音譯，它的意思是「無上正等正覺」；用現代話講，就是「究竟圓滿的智慧」，對於宇宙人生的真相無所不知，無所不覺的意思。這是學佛人希望得到的目標。學佛首先應知我們想學的是什麼，學的是「究竟圓滿的智慧」，學的是對於

「宇宙人生真相徹底明瞭」。

佛告訴我們，「究竟圓滿的智慧」是我們本來有的。佛在《華嚴經出現品》說過，「一切眾生，皆有如來智慧德相」，這是真正平等。一切眾生，不但指人天，所有一切動物，蚊蟲螞蟻也是眾生，餓鬼、地獄也是眾生，都有與佛一樣圓滿的智慧。現在爲什麼沒有智慧？佛講，「但以妄想、執著，而不能證得」。這是佛一句話將我們的病根說破。也就是說，我們本來是佛，現在變成這個樣子，就是因爲有妄想、有執著，才將自

己的本能失掉，但不是真失掉。如果真正失掉，就不是本能。它確實在，只是迷失了。因此，馬鳴菩薩在《起信論》告訴我們，「本覺本有，不覺本無」。這兩句話說得很好。「本覺」就是如來智慧德相，是我們本來有的。本來有，當然可以證得。這使我們建立了信心，也就是我們能達到這個目標，能達到這個願望。

「不覺」就是佛講的妄想、執著。妄想、執著本來無！本來沒有的，一定可以斷得了；本來有的，一定可以證得。這使我們成佛道、斷妄想、破執著，信心就具



足了。所以，事實的真相若不能明瞭，我們總是懷疑。我們這種凡夫罪業深重，能證得佛道嗎？我們的煩惱、習氣、無明這麼重，能斷得掉嗎？佛菩薩慈悲真誠爲我們宣說，本有的，一定可以獲得；本來沒有的，一定可以斷除。理是沒錯，可是事實上又該怎麼辦？事實上就要講究修行了。

理是指性德，本性的德能確實具足，可是今天我們畢竟是有障礙。好比天上真的有太陽，可是當雲層遮蔽，我們看不見太陽，這也是事實。雖然看不見，但確

實有太陽；只要將雲層去除，陽光就出現了。我們的性德就像太陽，只要將妄想執著的雲層去除，這一層功夫是修德。有修德，性德才能顯現。假如有性德，沒有修德，就是六道凡夫、權教二乘，皆沒有修德。性德雖然本具，還是要輪迴，還是要生死，還是要受種種的苦痛。所以，修德非常重要。

修什麼？如何修法？初進佛門來求授三皈依，就是請求善知識將佛教的修行綱領傳授我們，知道自己修的是什麼。「三皈依」，皈是回頭的意思，依是依靠。佛家

常說「回頭是岸」，中國古人講「回首如意」。中國的「如意」，頭是回過來的。從前作大官、大富長者們手上常拿個如意，爲的是時常提醒自己，要知道回頭。所以，如意拿在手上，是使人看到它，知道回頭，回頭是岸。從哪裡回頭？

三皈依第一條是「皈依佛」。這是講三寶，修行的三寶，第一是佛寶。佛是覺悟的意思。「佛陀」是印度話，中國意思是覺悟。換句話說，教我們從不覺，從迷惑顛倒回過頭來，依覺悟。同學們仔細想想，我們今天

發心學佛，來求授三皈依，自己有沒有覺悟？要是沒覺悟，就不肯回頭，就不肯來學佛；所以學佛，來求授三皈依，就是覺悟。街上那麼多人，你叫他，他爲什麼不肯學佛，爲什麼不肯受三皈依？他還沒覺，還迷惑顛倒。所以，發心學佛，發心求受三皈依，就是覺悟的開始。

禪宗六祖惠能大師在《壇經》爲我們講三皈依，他不說皈依佛、皈依法、皈依僧。我們推測他老人家的用意，大概是佛法傳到中國，年代太久了，怕一般人提到

佛、法、僧，會產生錯誤的觀念，認為講到佛，就會想到泥塑木雕的佛像，說到僧，就想到出家人，這不是真正的皈依處。三皈依講的佛是自性佛，就是自性的覺悟，也就是本覺。馬鳴菩薩講的「本覺本有」，依你本有的本覺，這就對了；不能依你的錯覺，不能依不覺。從你的錯覺，從不覺回頭，依你本有的本覺，這是「皈依佛」。釋迦牟尼佛講皈依佛，並不說你皈依我釋迦牟尼佛，佛沒有這個說法。這是非常重要的。皈依自性佛，就是回頭依靠自性覺，千萬不能搞錯了。若依靠泥

塑木雕的佛像，俗話常說「泥菩薩過江，自身難保」，這是不可以的，大錯特錯。

第二是「皈依法」。法是正知正見，就是正確的思想、正確的見解，對於宇宙人生的看法、想法，都沒有錯誤，這是法寶，是自性本來具足的無量智慧。佛經常講的「般若智慧」，就是自性的法寶。我們在世間，對人、對事、對物，如果想錯、看錯、說錯、做錯了，佛教我們必須從一切錯誤回頭，靠自性本有的智慧，這是「皈依法寶」。佛滅度之後，三寶是以法寶為中心，以

法寶爲主，換句話說，以智慧爲主。

智慧畢竟不是短時期能恢復的，當我們智慧未開，這時候怎麼辦？佛爲我們所說的一切經論，就是佛對於宇宙人生的正知正見，暫時爲我們作標準。自己智慧未開，就依照佛的經論，凡是我們所想的，展開經典來對照，佛是這個想法，我也是這個想法，證明我這個想法沒錯，這個見解是正確的，是正知正見。譬如，佛教我們要孝養父母、奉事師長、慈心不殺、修十善業，而我們也是這個想法，就證明我這個想法是正確的。

假如我的想法與佛所說的不一樣，千萬要記住，我們的想法一定錯誤，絕對不是佛在經上的想法、看法錯誤。千萬不要以為佛是三千年前的人，他的思想哪有我們現代進步！這樣想，就大錯特錯了。這個想法，實在是胡思亂想。不要認為科技這麼發達，而我們還要用這麼多的機械工具，才能將音聲、影像記錄下來。佛菩薩不用這些，過去世、未來世，他都知道。他不要用錄影機，就有能力將十方的世界顯現在面前，就像電視一樣，而且是立體的，不是平面的。他不要這些機械工



具，那是什麼能力？是正知正見，性德能生萬法，因此可以做到。我們發明這麼多機器，都是妄想發現的，比起佛菩薩無量的神通，實在差得太遠了。我們要肯定、要承認，佛在經典上所講的是真的，是正確的。我們要捨棄自己的成見，依照佛所說的來修行。

說到這一點，我們又要注意到一樁事，有假的經。假如我們遇到假的經典，被人騙了，上當就大了。尤其是近代，提倡民主自由、言論自由、出版自由，誰都可寫書。不像從前，從前經典傳到中國來，是經過當時專

家學者鑑定，由國家統一頒布，證明這本經書是真實的。歷代祖師對於經論的註解，也要經過當代高僧大德證明他講的沒錯，確實符合佛的意思。這樣呈報給皇帝，皇帝批准，這部書才可以印行流通，不像現在沒人管制。所以，我們要查經、讀經，一定要讀真正的經典。

真正的經典與假經如何辨別？辨別不難，可查《大藏經》。《大藏經》所收的，絕對是真的。我要勸同學們，要看中國古代的《大藏經》。爲什麼？現在人編的《大藏經》，與這個人交情好一點，他的作品沒有經過

權威的審查，就收到《大藏經》裡。所以，現代編的《大藏經》不及古代編的精純。讀《大藏經》，至少要讀清朝以前的版本，比較純真可靠。清朝《大藏經》是乾隆時代所編的，稱爲「龍藏」。現在臺灣將它縮印成一百六十二冊，稱爲「乾隆大藏經」，這是中國歷代編《大藏經》的最後一部。民國年間也編了很多，但是怕有人摻假在其中。乾隆以前絕對沒有摻假的，因爲須經過皇帝批准。皇帝批准是根據當時高僧大德的審查，所以非常嚴格。這樣，我們才能辨別哪部經是真的，哪部

是假的；哪部註解值得看，哪部註解可以不必看。這是一個選擇的標準。一定要虛心，對佛要相信，深信不疑，要能捨棄自己的成見，接受佛菩薩的教誨。

第三是「皈依僧」。僧不是指出家人。僧是清淨的意思，六根清淨，一塵不染。現代人很可憐，不如古人，心理的染污、精神的染污、思想的染污、見解的染污，甚至生理的染污。不但我們身心受到嚴重的染污，地球的生態環境已經不平衡了，這是大地的染污。聽說天上臭氧層破了幾塊，天也有染污，不得了！天、地、

人都有嚴重的染污。佛教導我們從這一切染污回頭，依靠清淨心。今天環境污染是大家都已意識到的，所以許多國家政府都提倡環保，保護清淨的環境。這種環保工作有效嗎？很有問題。佛說「依報隨著正報轉」，假如我們的心理染污不能淨化，環境的染污就無法達到清淨的標準。所以，要想改善環境的染污，必須先從淨化人心改起。這是三皈的第三個皈依處，從染污回歸至清淨心。

僧寶不但含有清淨的意思，還有和合的意思。我們

觀察世界，國家與國家不和，宗教與宗教不和：：：，眾生生活就非常痛苦。所以，佛教導我們「六和敬」，這是佛弟子必須修學的。「僧」是「清淨和敬」之義，我們從不和不敬回頭，依六和敬，依清淨心。這就是初入佛門傳授給我們學佛修行的綱領。這個綱領從初發心，一直到成佛，都不能改變，所以它是學佛絕對的綱領、真實的綱領。

皈依佛，覺而不迷；皈依法，正而不邪；皈依僧，淨而不染。三皈依是覺、正、淨。以後人家問你：「你

學佛了，修行修什麼？」我們能說得出，我修覺、正、淨。「你們學佛，學什麼？」學的是究竟圓滿的智慧。覺正淨達到圓滿的程度，「無上正等正覺」就得到了，這就是成佛。究竟圓滿的智慧如何才能得到？修覺正淨才能得到。這是我們學的、修的，清清楚楚、明明白白。人家問：「你用什麼方法修？」方法就是佛家講的法門，法是方法，門是門徑。方法門徑太多了，八萬四千法門、無量法門，方法門徑不是一定的，可以活活潑潑，時常變換使用。可是要記住，目標不能變換，就是

覺正淨的目標不可變換，方法手段可以常常變換。

我們今天主要採取的方法是「持名念佛」，這是大勢至菩薩所提倡的、《華嚴經》上普賢菩薩所提倡的，我們採取這個方法作為主修。除主修之外，在日常生活，我們可以採取很多法門來配合，這是助修。在助修方面，我們提倡「五德」，用五德幫助我們修養身心。五德是孔老夫子所修的。《論語》說，孔子的學生聚會在一起，大家說說老師有哪幾樣德行，同學們共同承認有五德：溫、良、恭、儉、讓。這是中國的聖人，我們



以他作榜樣，以他作標準，我們要學五德。五德是基礎的基礎，從五德上再奠定三福。

「三福」是《觀無量壽佛經》所講的：第一、孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業；第二、受持三歸，具足眾戒，不犯威儀；第三、發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸進行者。佛說，這三福是「三世諸佛淨業正因」。十方三世所有一切諸佛是如何成佛的？都是從這個基礎上修成的。因此，我們學佛，將來想成佛，當然不能離開這個基礎。這非常重要。

由三福再進修「六和」。六和是建立在三福的基礎上，三福做不到，六和是絕對不可能的。六和敬，第一是「見和同解」，就是我們今天講的建立共識。假如全世界的人，思想見解都很接近，世界就和平了，就不會有爭執。所以，佛教育是對於盡虛空遍法界所有一切眾生建立共識，這個共識實在太高明了，是自性的共識，而不是跟著釋迦牟尼佛走。釋迦牟尼佛高明，令人佩服，他不牽著我們鼻子走，而教我們每個人頂天立地，發揮自性的智慧德能，不是學他，而是開發自己自性的

智慧德能。這個教學理念，真正令人心服口服。

第二是「戒和同修」。戒和就是守法，人人培養守法的觀念。大家見解很接近，都能守法，社會安定繁榮，天下太平自然實現。六和敬裡還有一條很重要的，就是「利和同均」。今天這個社會，財富差距不要太大，愈接近愈好，這就是財富平均分配，人心就平了，就不會有爭執。當然財富平均分配是很高的智慧，這是真正修福。人的財富絕對不平等，因為每個人修的福報不一樣，也就是修的因不一樣。有人種樹，他就收果

實；有人不種樹，他就沒有果實收。有收成的要分一點給你，就要人家肯慈悲布施才行。這種事實真相，唯獨佛法講得清清楚楚、明明白白。佛一面勸有福報的人要照顧沒有福報的人，同時勸沒有福報的人要多多修福，到來生來世，你的福報與他一樣，甚至還超過他，這是本末都兼顧了。唯獨佛法確實殊勝，能治天下太平。

有三福、六和的基礎，從這上面才能建立真正的佛法。「戒、定、慧」三學，這是三乘共學。由此基礎再建立大乘佛法，就是「六度」，菩薩六波羅蜜。由六波

羅蜜再建立一乘佛法。如《法華經》所說的「唯有一乘法，無二亦無三」，就是普賢菩薩的「十大願王」。

修學淨宗的同學應知，我們是以孔夫子的五德作處世爲人的根本。從這個根本上再修，即是佛陀教我們的三福、六和、三學、六度、十願。這很容易記憶，也不甚多，五個科目作爲我們的助學。正助雙修，我們這一生所希求的幸福快樂、美滿家庭、成功的事業、祥和的社會，一定可以得到。由此可知，既然認清楚了，又發心拜老師，就要認真的修學，希望能達到教育的理想目

標。這是爲諸位傳授真實的三皈依，皈依「自性三寶」。

自性三寶之外，還有「住持三寶」，就是形式上的三寶。形式上，「佛像」是佛寶。佛不在世了，佛像不論是塑造或是彩畫的，或者現代照像影印的都好。供養佛像有兩重意思：第一是不忘本。我們見到佛像，常想到老師的教誨，紀念老師的恩德。如中國人不忘祖先，祖先去我們再遠，面貌也不知道，我們還供歷代祖宗牌位，常想到祖先，這是不忘本，心地厚道。第二是提醒

我們見賢思齊。老師成佛了，我也要成佛，提醒自己皈依。一看到佛像，我要皈依覺，要覺而不迷。它有個作用，否則什麼人會時時提醒你？沒有人提醒你。人家提醒你，你還嫌他囉唆，所以用一尊佛像提醒自己皈依覺。看到「經書」，就想到我皈依法，我的見解思想要正確。看到「出家人」，就想到我要六根清淨、一塵不染，要和睦待人。所以，住持三寶很有好處。出家人穿著僧服，你受過三皈依，一看到出家人，自然想到要六根清淨。看到一般人是想不起來的，看到我這個樣子

會想起來。住持三寶對我們有很大的利益，時時刻刻提醒我們。

學佛的同學在家裡設個小佛堂，供養三寶，佛像是佛寶，菩薩像就是僧寶。如我們供養西方三聖，觀音、勢至是僧寶，他們是佛的學生，是我們的學長。經書是法寶。家裡供養三寶具足，時時刻刻使我們不忘自性三寶。

《無量壽經》是我們近來特別向諸位提倡的。這一部經書的內容非常圓滿，經文不長，很適合現代人修



學。經題上就將整個佛法的宗旨、目標、修行方法，全都顯示出來，這是此經之不可思議。我們學佛的人求什麼？我們求無量。自性功德是無量的，經上講的「無量壽」，是無量的一個代表。無量的壽命、無量的智慧、無量的才藝、無量的德能、無量的財富，一切一切的無量，我都要求。自性本具無量性德，六祖大師開悟時所說的「何期自性，本自具足；何期自性，能生萬法」。十法界依正莊嚴無量無邊，皆是自性變現出來的，我們今天求的是這個。用現代話來說，「莊嚴」就是真善美

慧。在這個世間，真善美慧是有名無實。什麼地方有真實？自性裡是真實的。如果你向自性、向內求，真善美慧具足，就是一切美好，這是性德的形象。

修學的方法是經題中的「清淨」。「清淨」是僧寶，「平等」是法寶，「覺」是佛寶。修行的三大綱領，就在經題顯示出來。這五個字是三寶，也是三學，三學就包括釋迦牟尼佛四十九年所說的一切經論。「清淨」是「戒學」，就是律藏；「平等」是「定學」，就是經藏；「覺」是「慧學」，是智慧，就是論藏。所

以，這五個字是三藏，又是三學，又是三寶。

這部經典雖然薄薄一冊，卻將整個佛法濃縮在其中。如果我們工作很忙，沒有很多時間研究佛教的經典，從這一部下手就可以了。這一部果然貫通了，釋迦牟尼佛四十九年所說的《大藏經》也整個貫穿了。不僅是釋迦牟尼佛四十九年所說的，乃至十方三世一切諸佛如來爲一切眾生所宣說的無量無邊法門，也不能超過其外。這一部《大乘無量壽莊嚴清淨平等覺經》，可說是一切經的濃縮、一切經的精華，在此地特別介紹給諸

位。我們想皈依，落實來說，依照這部經典的教訓去修學，三皈依就達到究竟圓滿。

今天我將三皈依的大意傳授給諸位，你們真誠的接受，在佛菩薩面前恭恭敬敬將皈依的誓詞讀三遍，誓詞要從內心發出來。我發的誓願，我願意作佛的學生，願意跟佛學。淨空爲你作證明，我是你的證明老師，是傳授你三皈依的老師。本師是釋迦牟尼佛，這是一定要記清楚的。不能將我看作本師，說是皈依淨空法師，那就錯了，大錯特錯。我們是皈依佛、皈依法、皈依僧，是

三寶弟子。三皈依的大意就說至此處。

下面就是三皈依的儀式，簡單而隆重。我們有一本皈依證，上面的誓詞是弘一大師依照戒律摘錄出來的。大師告訴我們，這個誓詞就是釋迦牟尼佛當年為弟子們傳授三皈依所用的。所以，我們也採取這個誓詞，既不忘本而且非常的簡單，容易受持。大家一定要以至誠心、清淨心、慈悲心、恭敬心，在佛菩薩聖像前，隨我語音，慎重宣誓，誓作三寶弟子，自今以後，依佛教誨修行，求生淨土，廣度眾生。

阿闍黎存念，我弟子妙音。始從今日乃至命存

皈依佛陀兩足中尊

皈依達摩離欲中尊

皈依僧伽諸眾中尊

一九九四年六月佛七圓滿日修訂于

新加坡居士林

淨空

## 【家庭主婦如何在日常生活中修菩薩道】

每天做同樣的工作，一定會覺得很厭煩。尤其是家庭主婦，好像永遠沒有解脫的一天，許多人都覺得苦惱。假如能將觀念轉變過來，就會做得非常快樂。凡夫觀念中執著有「我」，我在做，我好辛苦，我為什麼替他們做，愈想煩惱就愈多。若學菩薩道，發大誓願要普度眾生，他的想法看法就不一樣了。

行菩薩道，第一要修「布施波羅蜜」。主婦菩薩在家庭裡為一家人服務，就是修布施波羅蜜。布施有財施、法施、無畏

施三種。財施有內財、有外財。外財是指在外面賺錢，供養一家人生活。內財是用自己的體力、智慧為一家人服務。在家事裡做出圓滿的三種布施。你將家事整理的井井有條、乾乾淨淨，使家人生活舒適，讓鄰居羨慕，這是「持戒波羅蜜」，持戒就是守法。你能有耐心的做，不疲不厭的做，即是「忍辱波羅蜜」。每天還要改進，希望明天做得比今天更好，就是「精進波羅蜜」。雖然每天做很多家事，心地清淨，一塵不染，即是「禪定波羅蜜」。清淨心中常生智慧，法喜充滿，是「般若波羅蜜」。於是覺了，原來菩薩的六波羅蜜，就是擦桌子、掃地、洗衣、煮飯圓圓滿滿的成就。這就是《華嚴經》上善財童



子所表演的學菩薩行，修菩薩道。

你將家事做好了，即是作世間所有主婦的榜樣，一切家庭的榜樣。這就能度鄰里，推展開就能影響社會、國家、世界，乃至盡虛空遍法界。這才曉得菩薩在家裡掃地、擦桌子、煮飯、洗衣，原來是在做度盡虛空遍法界一切眾生的大願大行。這是學佛、是正念、是諸法實相。若能如是觀，則法喜充滿，如何會起煩惱！佛法的修學一定要落實在生活中；不落實在生活中則沒用。若明白這一點，以此類推，在公司上班，也是修六波羅蜜。菩薩在各行各業，示現男女老少，各種不同的身分，修學即是本分生活，平等不二，皆是第一，沒有第二。

蓮池大師曰：

專持阿彌陀佛名號，猶勝持往生咒；  
亦勝持餘咒，亦勝一切諸餘功德。

勝持往生咒者：

持咒三十萬遍，則見阿彌陀佛；

持名則一日一夜，即佛現前。

咒云：晝夜六時，各誦三七遍，能滅五逆等罪；  
持名則至心念佛一聲，即滅八十億劫生死重罪。

勝持其他諸咒：

專持名號，即大神咒，大明咒，無上咒，無等等咒。  
以十念得生，生即不退，威靈不測，大神咒也。

一心不亂，斷無明，見自性，大明咒也。

往生極樂，究竟成佛，無上咒也。

證無生忍，回入娑婆，普度眾生，無等等咒也。

念佛勝餘功德者：

六度萬行，法門無量；

專持名號，攝無不盡；以不出一心故。

願淨業弟子，專其信願，不二其心。

古德多有原修餘門者，尚當改修念佛。

況原修念佛人，豈敢變其所守，而復他尚乎！

南無阿彌陀佛

## 修行從改心做起

淨空老法師指出：改變命運的方法是靠轉變——轉惡爲善、轉迷爲悟、轉凡成聖。

同修都知道：「種善因得善果」，可是如果業報沒有轉過來，就容易怨天尤人，怪佛菩薩不靈，神沒有保佑，必須虛心檢討它的原因，俞淨意公遇灶神記很值得我們研究參考。行善不只是做表面的功夫，除了「口善、身善」，更重要的是「心善、意善」。

古大德教人：「修行要從根本修」，根本是心，是念頭，只要你的心善，念頭善，沒有轉不過來的業報，也沒有化解不開的災難！就像一棵大樹，心是根，念頭是本，身是枝，口是葉，你在枝葉上修行，而根本都爛掉了，還是沒有救啊！把根本救過來，枝葉就不難轉變。

阿彌陀佛

## 【精要十念法】

謹提議以淨空法師宣說之簡要必生十念法，爲淨宗學人今後之一般自修與共修之常規。茲說明於後：

**自修者**，日中九次念十聲佛號，亦即晨起與睡前各一次，日中三餐各一次，午前開工及收工各一次，午後開工及收工各一次，共計九次。每次稱念十聲四字或六字彌陀名號，而原有之日常定課可照常行之。

**共修者**，凡講經、開會、聚餐等無特定儀軌之集會，在共同行事之始，行此十念法。亦即約同大眾合掌，同聲稱念十聲「南無阿彌陀佛」，而後始進行講經、開會、用餐等活動事宜。

按此自修與共修之十念法，有其特殊之法益。試舉如下：

此法簡單易行，用時少而收效宏，確實切要，可久可廣。

爲「佛化家庭」之具體有效方法。例如：於家庭中三餐時行之，則

舉家之成員或信或不信皆蒙攝持不遺。此法有佛化親朋鄰里、普及社會之大利益。

以簡單易行，一日九次，從早到晚，佛氣不斷。一日生活之中，佛念相繼，日復一日。久能如斯，則行人之氣質心性將逐漸清淨，信心與法樂生焉，福大莫能窮。

如能隨順親和，稱念十聲佛號，便有祛除雜染、澄淨心念、凝聚心神、專心務道，以及所辦易成、所遇吉祥、蒙佛加佑不可思議等等之功德。

自修與共修，相資相融，資糧集聚，個人之往生在握，而共同之菩提大業，亦共成焉。

此法可以二法名之。試姑名之。

一為「淨業加行十念法」，是對已有定課者言，因此法是在原有之

課業上加行之故。

一爲「簡要必生十念法」，是指適於無定課者言，因現今社會遞變，匆忙無暇，局礙多難故。此法易集資糧，信願行之，平易圓具，而「都攝六根，淨念相繼」之標準，亦甚符合無缺。

因每次念佛時間短，易攝心及不懈怠故，又以九次念佛之功行，均衡分布貫穿於全日，全日之身心，不得不佛，亦即全日生活念佛化，念佛生活化。

總而言之，此法簡要輕鬆，毫無滯難之苦，如此法大行，則淨業學人幸甚！未來眾生幸甚！諸佛歡喜。

南無阿彌陀佛！

一九九四年諸佛歡喜日美國淨宗學會四眾同倫敬勸

淑世善民

齊家教子

家不齊社會亂了子不教人  
心壞了必致災禍

淨





文化是

民族的靈魂

教育是文化的

生機

淨古



聲明啓事

淨空法師所有一切著述、  
錄音帶、錄影帶、光碟雷  
射等出版物，暨四眾同修  
整理文物書刊，公開授權  
大眾翻印流通、播所有，但  
不得擅自加註版權，有  
任意增減內容，非法牟利  
，侵害公眾權益及原著本  
意。如有故違，將予查究  
，特此聲明。

普為出資及讀誦受持  
輟轉流通者迴向偈曰

願以此功德  
莊嚴佛淨土  
上報四重恩  
下濟三途苦  
若有見聞者  
悉發菩提心  
盡此一報身  
同生極樂國

*This book is for free distribution. It is not for sale.*

公元二〇一一年十二月 恭印肆仟冊

三版傳授

印贈者：香港佛陀教育協會

地址：香港九龍尖沙咀漢口道39-41號

麥仕權中心9至11字樓

電話：(852) 2314-7099

傳真：(852) 2314-1929

E-mail：ambhk1@budaedu.org.hk

www.amb.tw

www.amb.cn

淨空法師  
影音網址：www.chinkung.org

www.hwadzan.tw

出版者：華藏淨宗學會

承印者：和裕出版社





香港佛陀教育協會 敬贈

本會一切法寶，免費結緣，禁止販售，請勿擅自更改內容，歡迎翻印流通。

This book is for free distribution. It is not for sale.