



蓼蓼者莪，匪莪伊蒿，哀哀父母，生我劬勞。
蓼蓼者莪，匪莪伊蔚，哀哀父母，生我勞瘁。
父兮生我，母兮鞠我，拊我畜我，長我育我，
顧我復我，出入腹我，欲報之德，昊天罔極。

我原以為自己是長得像又高又大的莪蒿一樣，然而，不是莪蒿，只是個不成材的青蒿。我可憐的父母啊，生養我受盡了勞苦！

我原以為自己是長得像又高又大的莪蒿一樣，然而，不是莪蒿，只是個不成材的牡蒿。我可憐的父母啊，生養我受盡了勞累！

父親啊生我，母親啊養我。撫育我，養育我，使我長大，使我成才。照顧我，反覆顧視著我，連出入家門都懷抱著我。我想要報答父母的恩德，父母之德就像蒼天般地無窮，永遠報答不了！

註：蓼（音ㄌㄨˇ），莪（音ㄜㄛ），蒿（音ㄏㄠ），劬（音ㄑㄩˊ）。

《詩經》小雅篇《蓼莪》



淨空法師專集網站 www.amtb.tw

本期專欄：三皈傳授（二）

（二）形相三寶亦重要

除了自性三寶之外，還有形相上的三寶。佛像是佛寶，經典是法寶，出家人是僧寶。如果沒有形相的三寶，佛教育在世間不能推行，一定會消失。佛教育要靠形相三寶才能在世間建立，才能幫助一切大眾。所以形相三寶有很高的價值，使佛教育能普遍推行在世間。因此我們對形相三寶一定要尊重，一定要維護。

真正佛弟子就一生盡形壽我們要受持三皈，受是接受，持是保持，要接受佛覺正淨的教誨，在日常生活當中、工作之中、處事待人接物，念念不忘。像諸佛菩薩一樣，在

這個社會上做個好人，佛菩薩是最好的人，沒有一點瑕疵的人，他是我們的榜樣，是我們的模範。但是，凡夫總要找個形象的依靠，沒有形象的依靠太空洞了，覺正淨太空洞了，那我們在形象裡面也找個代表。

1. 阿彌陀佛代表佛寶

皈依佛，我們找阿彌陀佛做代表，我們就依阿彌陀佛。為什麼不用釋迦牟尼佛來做代表？釋迦牟尼佛教我們皈依阿彌陀佛，我們皈依阿彌陀佛，很聽話！釋迦牟尼佛歡喜。如果我們皈依釋迦牟尼佛，不皈依阿彌陀佛，釋迦牟尼佛就很難過，這個孩子不聽話。不聽話，就沒法子了，沒法子教，所以我們用阿彌陀佛代表佛寶。

2. 淨土三經代表法寶

用什麼來代表法寶？我們用《阿彌陀經》、《無量壽經》這兩部經來代表法寶。「淨土三經」還有一部《觀無量壽佛經》，看個幾遍就可以了，很難修。我們的學習還是依《無量壽經》、《阿彌陀經》，這兩部經同時學可以，學一種也可以，我們就依靠這一部經，一生就依靠這部經。古大德教我們學習的方法，念一遍經，念一千聲佛號，可以用這個方法做早晚課。其他一切的儀規、形式都可以不要，專修淨業。

3. 普敬僧寶

講到「僧」寶，所有一切出家人都是僧，都是我的皈依處，這就對了。出家人他戒行清淨，他是個好出家人，依教修行證果的，我依靠他；他是個破戒的出家人，我也依靠他，這是怎麼回事？就是說：他做的如法，我們跟他學；他做的不如法，我們反省，我們不能跟他學，他來提醒我們。所以一個從正面教導我們，一個從反面教導我們，對我們都有利，關鍵在我們會不會學，「會學」比什麼都重要。

4. 心保持覺正淨非常重要

務必讓自己心地清淨，清淨心就沒有分別。不是不明了，不明了就變成白痴，哪裡是佛弟子！一切都明瞭，絕不放在心上，心地清淨。你問我，這個人善、那個人惡，我清清楚楚明明白白；你沒有問我的時候，我心裡頭一塵不染，一切都是平等的。你問我，我給你分別；你不問我，我的心境完全平等，這是佛菩薩，這是覺悟的人。永遠保持自己心地的覺正淨，這個就在菩提大道當中，這是總的綱領、總的原則、總的方向。八萬四千法門，那是達到總目標的方法。方法盡管不同，方向相同、目標相同，所以「法門平等，無有高下」。我們對於世出世間一切法不要有分別、執著。是非善惡清清楚楚、明明白白是智慧，不能放在心上。放在心上，心就被染汙，就不清淨，也就不平等，也就不會覺悟了。決定不可以放在心上，讓自己的心永遠保持覺正淨，這是非常重要的。

二、分說「三皈」

（一）皈依佛

1. 皈依自性覺

「皈」是回頭，「依」是依靠。我們從久遠劫以來，在六道裡輪轉，實在講無依無靠，這是非常的可憐，這也是沒有遇到真正的善知識，沒有遇到一個好老師。今天遇到好老師了，老師教給我們，我們要從迷惑顛倒回頭，依靠什麼？依靠自性覺，我們自性本來覺。所以皈依佛，佛不是外面的佛，是自性佛，淨土宗常說「自性彌陀，唯心淨土」。彌陀是自性變現出來的，釋迦也是自性變現出來的，十方三世一切諸佛如來，統統是自性佛。所以我們皈依的是自性佛，就是自性覺，佛就是覺的意思。從今天起，我們要覺而不迷，無論對人、對事、對物，要覺悟，決定不能迷惑，覺而不迷，就是真的皈依了。如果我們皈依佛了，還是迷惑顛倒，還是顛三倒四，也沒有回頭，也沒有依靠，這種皈依是有名無實，是得不到護法神的保佑，得不到感應。所以一定要認識清楚，是皈依自性覺。

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，這叫「皈依佛」。

「覺」的反面是迷惑。我們今天對於宇宙人生的真相、人與人的關係、人與自然環境的關係，都不知道。所以我們在生活、工作、應酬之中，常常犯過錯。佛菩薩是明白人，佛菩薩瞭解其中的關係，瞭解事實真相。所以佛菩薩的生活、工作、處事待人接物沒有錯誤，這確實可以做我們的榜樣。所以我們從迷惑顛倒回頭，依「自性覺」。佛菩薩代表自性，我們要依佛菩薩的大覺。

從迷回頭，依覺，這叫「皈依佛」。而不是說「皈依佛」，佛是我的依靠了，我有什麼苦難，佛菩薩就來幫助我、保佑我，這種想法錯了。世間諺語常說「泥菩薩過河，自身難保」，它怎麼會保佑你！哪有這種道理！我們要想得幸福美滿，家庭、事業，樣樣順利，就要照佛的話去做。

2. 佛像代表覺

我們為什麼供養佛菩薩形像？提醒自己，看到佛像就提醒自己要利人利己，這就覺了。佛像代表「覺」，決定不幹損人不利己的事情。如果有個老師再好，天天跟你說「你要做好人，不要損人利己」，你天天聽這個話，聽了討厭，聽煩了，不愛聽了，你生煩惱。塑一尊佛菩薩的像，雕塑那麼美，你愈看愈歡喜，這個好。用佛像提醒自己，這就是佛菩薩真正保佑你。

佛菩薩是一切眾生的榜樣和表率，供養佛像有兩個意思：

(1) 佛像表不忘本

這樣圓滿的教學，這樣美好的教育，釋迦牟尼佛創辦的，我們供養他的形像就像中國人供祖先牌位一樣，我們對很遠的老祖宗念念不忘，不忘本。千百年的祖先都不忘，眼前的父母，哪有不孝順的道理。如何提倡孝道？祭祀祖先是提倡孝道方法，這一條很重要。儒家教學建立在孝道的基礎上，佛法的教學也建立在孝道的基礎上，孝親尊師。

佛法是師道。過去讀書人供養孔夫子的牌位，夫子去我們兩千多年，這是中國第一個辦教育的老師，我們不忘他，所以眼前的老師我們非常尊重，我們怎能背棄老師的教誨！我們供養佛像，供養菩薩像，菩薩是我們的同學，是我們的學長。菩薩是佛早期的學生，他們有成就，他們可以做我們修學的模範，做學生的模範。所以供養佛像的意思是不忘本，返本報始。這第一個意思。

(2)佛像表見賢思齊

佛是人修成的，佛的生活層次提升了，我們也要像他一樣把自己提升。佛是究竟圓滿智慧的人，我們也希望自己的智慧達到究竟圓滿。這是供養佛像的第二個意思。

3.寺院道場大殿供佛表法意義

如果我們看到寺院道場大殿上所供奉的佛像，就知道它代表實質。通常供養佛像是供一佛二菩薩。佛像代表本體，代表真如本性。菩薩代表從體起用。所以佛沒有言說，心性沒有話說的。從體起用就能現相，就能說法。現相、說法再多，總不出兩大類，一個是智慧（解），一個是慈悲（行）。「行」是慈悲，「解」是智慧。解行是一，解行不二。這就是佛像代表的意義。

種種莊嚴都是表法的。在佛像前供花、供果，花是不是給他看的？果給他吃的？我天天好花供養，三德六味供養，佛菩薩就要保佑我。這是把佛菩薩當作貪官污吏，以為每天賄賂一點，他就要來保佑我們。這不但沒福，還造作了重罪。用這種心態對佛菩薩，對待一切人，這是錯誤的。佛菩薩是教導我們。

總之我們歸依之後，以後日常生活當中，處事待人接物，要會用覺悟的心，就不再迷了。我們的心永遠是清淨的、永遠是平等的，而且能夠幫助一切眾生，這叫歸依佛。

——恭錄自上淨下空老和尚歷次講演的《三皈傳授》及《認識佛教》 >>續載中.....

印光大師開示：明對治習氣

三障者，即煩惱障、業障、報障。煩惱即無明，亦名為惑。即是於理不明，即貪瞋癡也。妄起各種不順理之心念。欲滅各種不順理之心念，先須了知世間一切諸法，悉皆是苦、是空、是無常、是無我、是不淨，則貪瞋癡三毒，無由而起矣。見三編與謝融脫書。業即由貪瞋癡煩惱之心，所作之殺盜淫等惡事，故名為業。其業已成，則將來必定要受地獄、餓鬼、畜生之三途惡報也。(三)復甯德晉書

倫理道德：中華傳統家庭的特色，在全世界找不到第二家

中國人是最懂得家教的，從小就把小孩教好，讀書明理，起心動念、一切作為，不會違背孝悌忠信、禮義廉恥、仁愛和平。家對中國這個族群、對中國五千年的歷史做出偉大的貢獻。所以中國人，所謂離鄉背井，離開家鄉到外面工作，年歲大了，退休了，一定是回老家，叫落葉歸根。為什麼？家養老。中國人把一生享福放在晚年，退休之後，晚年是人生享福的一段時期。你看童年就嚴加管教，沒自由，不像外國小孩活活潑潑。中國人要把小孩教得規規矩矩，像小大人一樣，他懂事、懂理，好好把書讀好。少壯，為社會付出。中國人沒有個人的觀念，有家的觀念，一生是為家而活著的，為家而存在的，所以他心量大。

一個家庭通常是五代同堂，實際上不止五代，總有六、七代，五代從自己數是往上看，有父母、祖父母、曾祖父母、高祖父母，下面自己還有兒子、孫子。這種大家庭往後不可能再出現了，所以我們就期望著，現在社會裡頭各種不同的社團，取代中國家庭的那種精神。果然能夠取代，我們有理由相信，中國還會出現千年盛世。把家道、家規、家學、家業、家風，由社團來繼承下去，能行得通。能不能做得好，全靠教育，要恢復倫理、道德、因果的教育，社會這些團體，不同的團體，才能夠繼承中國傳統的家道。這是中國這個族群裡面的特色，中華傳統的特色，在全世界找不到第二家。(文摘恭錄—二零一二淨土大經科註（第二六一集）2013/4/11)

清朝崑山周夢顏安士氏述／民國蓬島思尼子新譯

正直代天行化。

【發明】正就是沒有邪念，直就是沒有彎曲。這本來就是天之所以叫做天的道理所在。一個人只要能夠正直，就是順應上天的教化，哪裡一定要身居官職來管理百姓呢？如果要代天行化，就非得擁有權勢不可。

◎代天行化，就是幫助天地間的教化與培育，加入天地化育萬物的一種人，著力在這個「行」字。這個「行」字當中，就有經營謀劃、因時制宜的作用。玩味下面「慈祥為國救民」這一句，那麼代天行化好像只是就卿相而說的。

◎在世聰明正直，死後必定做神明，這是一定的道理。就世俗來說，這是超升；如果是明眼人看來，這是墮落。因為世俗人只看見第二世，不能看見第三世罷了！因為既然做了神明，必定會享受血食；一享受血食，就會墮落地獄、畜生，這簡直是一眨眼或一口氣之間的事情。必須在代天行化時，看破做神的危險，努力念佛求生淨土，來端正前進的方向；時時發度生大願，來穩定往生基礎，才能免除走錯路途的牽累。

◎天天希望人們行善的是上天，惟恐人們造惡的也是上天。愚癡的人只看見開闊遼遠的天，說它是輕清的氣體，哪裡知道實在是有一個主宰，像四王天、忉利天，每天都在考察人間的善惡呢？這是不容許取代的呀！

【下附徵事】

檢校善惡【立世阿毗曇論】

帝釋天王將到善法堂，許多天神都恭敬圍繞。進入善法堂，帝釋升上獅子座，左右各坐十六天王，其他天神依次而坐。有兩位太子，一個叫旃檀，另一個叫修毗羅，是忉利天的兩大將軍，又坐在三十二天王的兩邊。四大天王靠著四門而坐。這時，四大天王把人間的善惡上奏給帝釋知道。如果世間人受持五戒、八戒，以及恭敬父母、沙門、師長，布施修福的人很多，帝釋就會很高興，認為將來生天的人會很多，生阿修羅的人就少；否則就憂愁不樂。因此，在每月六齋、十齋的日子，會派遣飛天神將巡遊世間，廣泛地考察善惡。

【按】世俗人說玉皇大帝有時會降臨人間，這是錯誤的說法。天人看人間非常污穢，離開地面百由旬以外就臭得難以靠近；那些到人間巡視的，只是有福報的鬼神罷了！但是賞善罰惡卻沒有一絲一毫的錯誤。至於夜摩、兜率天以上，那些天人更加尊貴，並不理會世間的俗務。

>>續載中.....

心得交流：ef15305 同學的學佛心得（文章來源「佛陀教育網路學院一心得交流」）

標題：生命是永恆的

個把月前，末學在念佛中突然跳進一個念頭，這個念頭不斷地閃爍在末學的佛號中揮之不去。末學乾脆停止念佛隨順這個念頭，原來是末學以前最喜歡的電視劇《神探狄仁傑》中的一個情節。這個情節的主線就是李元芳遭人暗算落水，後被她人救起後失憶的環節。為何這個情節會這麼強烈圍繞著末學的腦海呢？於是末學便憶想此中的細節，原來是李元芳失憶後的一系列行為。初，末學還沒察覺到有什麼值得借鑒的東西，但腦海裡卻不斷反復出現他「失憶」的過程。

「李某」被救失憶後，忘記了過去的一切，重新生活在新記憶的環境中，且忘記自己本來是李元芳反而肯定了自己是「水生」（被救後的新名字），於是他以水生為自我。後來，他以前的同事找到他，大家都告訴他是李元芳，是大將軍，是狄大人的護衛，並且拿著他以前使用過的東西還給他，但他都不信，還覺得他們都想欺騙他。不管人們怎樣以事實描述他的過去，然而「水生」都無動於衷，全盤否定，甚至還懷疑這些勸說他的人的用心。

他過去最為敬重的狄大人為他解說他的過去，「李」為了眼前的「愛」不僅聽不進去，反而差點傷害了他過去的恩人狄大人。「李」雖然失憶，但他個人的習氣和武藝卻依然如舊，就是死不承認他的過去。

於是末學設想，如果有一位智者對末學說：你的前生是這樣的或那樣的話。或許末學是不會相信的，甚至還認為此人不是腦子有問題就是另有所謀。這就像「李」的行為那樣。這是人以「自我」為中心的自然表現，也是不相信智者之言或三世因緣的普遍心理，此中反映出人的「自我感性」極強，甚至是剛強難化的。於是末學想，如果生命有連續的話，那麼我今生的生活，難道不就是「失憶」之後的生活嗎？那麼人的生命真的是連續的嗎？

於是末學帶著問題尋找老恩師的相關開示。老恩師在《大乘無量壽經》中明確開導：「生命是永恆的，不是一世的，有過去世、有未來世」，又開示：「我們要牢牢的記住。生命是永恆的，身體是短暫的，這總得要清楚」。通過老恩師的開示來觀察李元芳失憶後的生活狀態，回想我的人生，末學有點恍然大悟似的，這不就很明確的說明，我的今生不就是「失憶」之後的人生嗎？只是不承認自己有過去而已！啊，原來是這樣！

「生命是永恆的」說明我們不僅有過去，而且還有未來。然末學就像「李」一樣不懇切相信佛言和師勸。雖說也學佛，就是心中散漫，覺得有些事情還有明天可完成，這是多麼顛倒啊。佛言「諸事無常」此乃是佛的法印之一，印祖重訓晚輩要將：一個死字貼在額頭，做今天會死之想；也難得上淨下空老恩師開示時說：不要白來做人一趟。佛菩薩、祖師都苦口婆心告誡我等，生命是永恆的，只因受業力牽引起到轉換而已，但卻是連續的。雖然我們忘卻了過去，但堅信佛言、師訓，相信自己有過去甚至還受其決定了今生，同理，就是還要相信今生的修行決定會改變未來，雖然忘卻了過去，但要堅信「生命是永恆的」，且今生將是轉凡成聖的唯一機會，因此決不能「白來做人一趟」。

淨宗要義指出：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。末學相信生命絕對是連續的，是永恆的。末學今生的就是「失憶」之後的生活。因此，末學要堅信今生雖受過去業力所牽，但今生卻能改變未來，這就是生命連續的現狀，今生也是能轉凡成聖唯一時機。末學要聽佛言師訓，要珍惜時光，老實念佛，求得今生得度極樂淨土，圓成佛道。

上之所述，是末學一個念頭過後的又一個念頭，然末學認為這還是以一個自認的正知去代替、認識一個幻化的故事念頭，於是末學認識到當下的「我」就是那個失憶後的「李元芳」。而後來的李元芳終於醒悟了，不僅肯定認知了他的過去，而且更加珍惜生活，更加愛護狄大人和他的夥伴們。

答疑解惑

問：我是一名在校學生，幾個月前學習強牛老居士推薦的「呼吸念佛」，覺得有一定收效。但不少人認為這個方法有問題，說呼吸念佛培養的是末那識念佛，並不是出於至心。雖然末那識念佛，心中還是妄念紛飛，起不到效果。請問呼吸念佛這個方法能不能用？念佛時妄念不斷，是否妨礙效果？

答：念佛時妄念不斷，初學的人都有這個現象。祖師大德告訴我們，真正在從前淨土寺院裡面修行，像印光大師靈巖山的道場，這是在中國非常有名的一個淨宗道場，念三年，一支香還會起三、五個妄念。哪有一開始念，妄念就沒有了。怎麼樣對付妄念？妄念起來不要去理會它，你去理會它，妄念就又多了個妄念，這增長妄念。根本不去管它，把整個精神集中在佛號上，這樣子妄念慢慢就少了。念到真正一個妄念不生，二、三十年的功夫都未必能做得到。

妄念是我們無始劫來養成的習慣，它自然就生起來，你壓也壓不住。一定要知道長時間的熏修，慢慢的減少，這就好了。如果你能夠檢點我今年的妄念比去年少，這就有進步；如果想到今年跟去年差不多，甚至於今年妄念比去年還多，那就不行，你就退步了。你要這樣去想就對了，至於用什麼方法也不一定，各人根性不相同。「呼

吸念佛」也不是強牛居士發明的，自古以來就有，這個跟數息觀連在一起。哪種方法對自己真的有效果，就是讓自己妄念少，佛號能不間斷，那就好。

問：很多人認為念佛時應當心中想著佛，如大勢至菩薩說的，懷著一種「如子憶母」的思念心去念佛，方有效果。如果不憶念，只念佛號，或者是心念耳聞，只能做為除妄念、入定的一種方法。請問這種說法對嗎？

答：學佛、學道，或者是古時候人求學，最重要的在師承。師承是跟一個老師學，你是一個方向、一個目標，容易成就。現在師承沒有了，你學佛會聽到許多的音聲。音聲縱然都是正確的，佛家講八萬四千法門都是正法，無量法門。四弘誓願裡面講「法門無量誓願學」，為什麼要學？眾生有無量的根性，你沒有無量的法門你就度不了無量的眾生。可是你一定要曉得，你必須先成就自己，才能學無量法門。一開頭就學無量法門，你的心是亂的，你的思想是亂的，你不能成就。佛法終極的目標是戒定慧，戒就是規矩，目的是要得定。念佛三昧就是定，《彌陀經》上講的「一心不亂」就是定。定到一定的程度智慧就開，這才能解決問題。

你跟一個老師，跟一個人學，你就會有成就。一個老師教是一條路，兩個老師兩條路，兩條路你怎麼走法？三個老師，三叉路口；四個老師十字街頭。你要搞個十幾個老師，你怎麼辦？你怎麼會有成就？古人老師對學生要負責任，他一定幫助你把你帶出來，從迷惑顛倒帶到覺悟，破迷開悟；可是你要有懷疑，對老師有懷疑，那就一點辦法都沒有，所以非常不容易。

李老師教我們的方法，放下、看破，看破、放下，真的是教我們放下。看破是智慧，幫助你放下，放下之後，又幫助你更深一層看破。以後我明白了，原來成佛之道就是看破放下，放下看破，從初發心到如來地，到等覺菩薩把最後一品生相無明也放下，他就圓滿了。對於世出世間一切法的執著真放下了，就證阿羅漢果；再把分別放下，你就證菩薩果；最後再把妄想放下，就成佛。（節錄自 21-343 學佛答問）

十一月份活動 Event of November 2018

***行願多元文化教育基金協會，共修會通告：**

★念佛共修：星期六上午九點半，念佛上供，素餐結緣

地點：112 Winghamton rd, Newton Ma. 02460

95 公路，20A 出口，rt 9, 往 Newton center 方向。(•̀_•́) 美国波士顿区同学有意者，請電 857-998-0169 或 508-646-8168 報名。

道場正維修內部，若恭請法寶請：

email: amtb.ma@gmail.com

※歡迎登上学佛網：

行願學佛微信 WeChat ID: Amtb-Boston

觀自在學佛城 (QQ 166253251)。

妙相具同學會(QQ 192409762)。

申請者注意需填寫真實姓名和資料，經審核後才能登入。

詳情請向本會查詢 (857) 998 - 0169 或電訊 amtb.ma@gmail.com

法寶流通

◎英文淨宗學佛網頁 <http://www.amitabuddha.co.cc>

◎淨空法師講演音帶、DVD 及書籍，皆免費結緣，請就近向各地淨宗學會索取。

◎台灣地區同修索取法寶，請至「華藏淨宗學會弘化網-法寶結緣」。

◎大陸同修若欲索取 淨空法師講演帶及法寶，請與「香港佛陀教育協會」聯絡：amtbhk1@budaedu.org.hk。