



美國波士頓行願淨宗學會 - 行願蓮海月刊 Amita Buddhism Society - Boston, USA

25-27 Winter Street, Brockton MA. 02302 歡迎流通, 功德無量

Tel & Fax: Brockton (508)580-4349 (508)646-8168

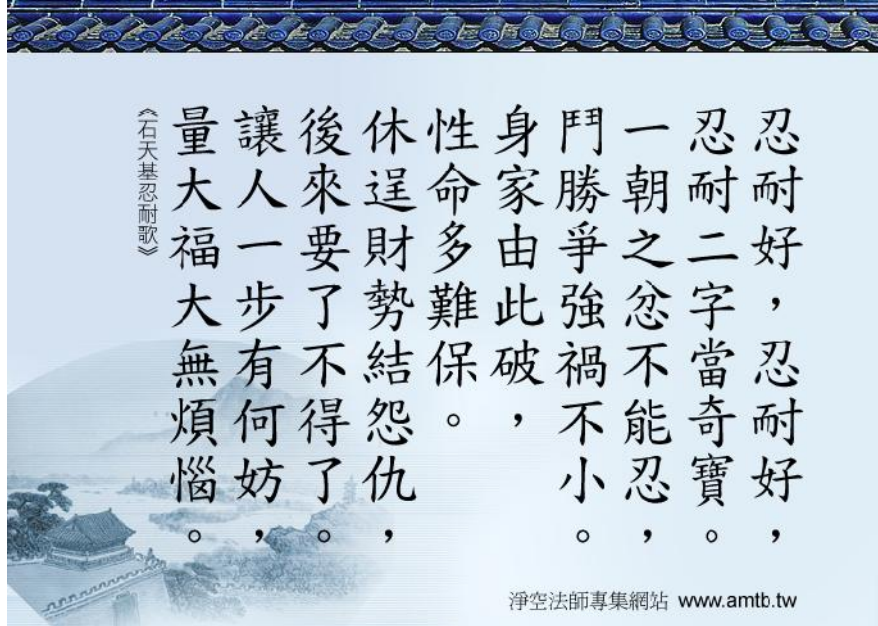
歡迎光臨: Welcome to <http://www.amtb-ma.org>

May 30, 2015

## 本期專欄：傳統文化如何學習（上）

今天我們非常歡喜，在馬來西亞華嚴講堂聚會，講「傳統文化如何學習」。

現在網路上傳統文化的內容很多，可現代人生活節奏很快，很少有人有耐心來學習，這種高度的生活節奏，把人心也帶向了浮躁不安。中國古人教人，一切都得慢慢來，言談舉止緩慢、穩重，不能有心浮氣躁的表現。穩重沉著的人心比較安定，定能生智慧，浮躁肯定生煩惱。古人的穩重安詳是從小養成的習慣，是父母、家人以身示教的結果。他從小沒有看過浮躁的、不安靜的，到他長大，習慣成自然，他會遠離浮躁的場合。這是讀書求學、做學問



的大根大本。

中國傳統文化，儒釋道三家教學的理念和方法，都是用「戒定慧」的方法。但是佛法比儒、道講的深入、圓滿，所以，佛教在兩千年前傳入中國，傳入之後，中國人完全接受。

「戒」是規矩，守規矩就能得「定」，定能生慧，定久了，自然開悟。中國古人教學，以開悟為主。其方法是「一門深入，長時薰修」。「一門」，就是不讓你分心，要先學專家，這樣容易得定。智慧開了，再廣學多聞，求博大精深。中國人做學問好比種樹，這棵大樹根本紮穩，才能枝葉繁茂，愈往後就愈廣、愈大，生生不息！

我們依照《群書治要》而編寫成的《群書治要360》，希望大家依照這本書的理念、方法，做人、做事，其效果就是每個人迫切所需要的，身心健康、家庭美滿幸福、事業順利成功、社會安定和諧、國與國之間永遠沒有戰爭，彼此都互相尊重、敬愛，互助合作，整個地球的太平盛世就會出現。

我寫了一篇「傳統文化如何學習」。中國傳統文化的根本歸納起來就四個科目，即五倫、五常、四維、八德。「五倫」：父子有親、君臣有義、夫婦有別、長幼有序、朋友有信。「五常」：仁義禮智信。「四維」：禮義廉恥，四維不張，國乃滅亡。「八德」：孝悌忠信、仁愛和平。

**孝是中華文化根（孝親），敬是中華文化本（尊師）。文化是民族之靈魂，教育是文化之生機。**

首先要恢復的是「孝道」。「孝」是中華文化的根，傳統文化講的就是「孝親尊師」。五倫中的「父子有親」，就是中國文化的核心，一切的教育都是從這個根上發展出來的。中國古人非常重視家庭教育，特別是胎教，在這方面，女子肩負的責任要比男子重的多，家裡能不能出賢人全靠母親。母親從懷孕之後就開始教小孩。小孩出生之後他就會看、會聽，會模仿學習，這時候的教育是根本的根本。小孩從出生到三歲，這一千天是紮根教育，根紮得好，他將來就是大聖大賢。人是能教得好的，人性本善，是平等的。因此，古人說：「人人可以為堯舜」，佛法講得更好，「一切眾生本來是佛」，就看你怎麼教。

「孝」是會意字，上面是老，下面是子，意謂父子一體。一體是不生不滅，一代一代延續下去，上無始，下無終，無始無終，世世代代人是一體。一體，做父母的希望兒子怎樣對待我，我今天就要怎樣對待我的父親。我孝順父親是教兒子將來孝順我，完全落實在日常生活當中，你對父母能夠親切體恤，照顧周到，他全學會了，這就是以身示教。《弟子規》不是教小朋友念、讀、做的，而是做父母的在家中的行為規範，父母做出樣子來讓嬰兒看，天天看，看熟了，看成習慣了，他將來自然就是這樣，這是《弟子規》教育真正的精神之所在。我們自己沒有做到，要求他對我們盡孝道，他怎麼肯接受？要以身示教，長大了「少成若天性，習慣成自然」。

現在年輕人心浮氣躁，用什麼方法來誘導？我們自己在年輕人面前表現出定力，坐在那裡讀書一小時，聞風不動，不必跟他講，就讓他看，看久了慢慢就會受感動，這就是教育。

從孝中表現出來的第一德就是敬。一個人的成就，需要父母跟老師的密切配合，缺一不可。教孝勸孝是老師的本分，尊師重道是父母的責任。聖賢的學問是由孝敬而來的，沒有這個根基，佛、孔子來教你，你也聽不懂，也不能吸收。《印光大師文鈔》講：「一分誠敬得一分利益，十分誠敬得十分利益」，誠就是孝，真誠就是孝心。你能得多少，實在說與老師關係不大，與你自己的孝敬關係就太大了。今天聖賢教育之難，就難在學生沒有誠敬心。古人家庭教育好，學生的誠敬心至少可以達到七、八十分，所以他的德行、學問真有成就。我們今天如果遇到有三分誠敬心的人，就要好好教他，不能捨棄他。

「文化是民族的靈魂，教育是文化之生機」。教育理念的核心就是孝敬，沒有孝敬，教育的生機就斷掉了，文化的根就沒有了，國家民族就會滅亡。四大古文明，三個滅掉了，中國文明現在正處在生滅繼絕的邊緣，中國人若能覺醒過來，還有復興的機會。如何復興？將「孝敬」二字做到，並能落實《弟子規》，恢復中國文化就有希望。《弟子規》是倫理道德教育，《感應篇》是因果教育，因果是真的不是假的，不能不承認。

現今世界雖然動亂而複雜，但是，只要我們大力提倡倫理、道德、因果、宗教，只要把這四種教育辦好，就能安定世界，就能解決複雜的社會問題。每個宗教主要的經典我們也選出 360 來，這樣做是為廣大的宣傳！《古蘭經》上講聖戰，聖戰的意思不是真正的戰爭，而是戰勝我們的欲望。一定要徹底放下貪婪，這就是對貪婪做聖戰。戰勝貪婪、戰勝驕慢、戰勝瞋恚、戰勝愚癡，這就是聖賢人。佛教我們戰勝自己的欲望，戰勝自己的主觀觀念。首先要戰勝自己，戰勝就無我，有我就有煩惱、麻煩。

**故曰：安身立命，教學為先。創業齊家，教學為先。建國君民，教學為先。禮義之邦，教學為先。穩定和諧，教學為先。國豐民安，教學為先。太平盛世，教學為先。長治久安，教學為先。諸佛刹土，教學為先。極樂世界，阿彌陀佛，今現在說法；信願行，無一不是以教學為先。**

「安身立命，教學為先」，教學的力量實在太大了。安身立命是格物、致知、誠意、正心。格是格鬥，物就是物欲，財色名食睡，要戰勝欲望。格物而後致知，致知是什麼？智慧現前了。格物是放下，致知是看破，實際上就是大乘佛法講的止觀，格物是止，看破是觀。「創業齊家，教學為先」，沒有把家人、子弟教好，你創業有障礙，必須先把家人教好，把你的合夥人教好。如何教？要遵循六和敬。第一是「見和同解」，大家的想法、看法很接近，沒有矛盾、沒有衝突，這才能合作，家才能夠整齊。

建立國家亦如是，「建國君民，教學為先」。建立一個政權，領導全國人民，什麼為先？教學。在中國歷史上堯舜禹湯、文武周公無不重視教育，而且是身行言教，他們所教的自己都做到了，疏忽教育肯定會出問題。「禮義之邦，教學為先」，禮義之邦是教學成就的。二〇〇六、〇七、〇八年，我們在湯池做的實驗，在很短的時間內使當地的民風轉變，把湯池達到禮義之邦的邊緣。實驗讓我們得到兩個結論，一、人性本善；二、人民是很好教的，不到半年的時間，小鎮產生一百八十度的變化，讓我們看到轉惡為善，轉迷為悟的效果，這是教學發揮的能量，真是不可思議！

現在世界最缺乏的就是「穩定和諧」。由於社會的動亂，讓我們明顯感受到處處都有無法想像的危機，說是意外，實際不然。如果我們對於事實真相有相當的認知，就知道社會種種變化都有必然的道理。現代量子力學家告訴我們，這個道理就是念頭。念力的能量不可思議，念力主宰宇宙，主宰我們一生的吉凶禍福。大乘經說：「一切法從心想生」。一切法，小，小到極處，我們自己還沒有發現；大，大到極處就是生死輪迴，生死輪迴是大事，誰做主張？念頭在做主張。十法界都有它的業因，我們怎麼想，宇宙一切法就跟著怎麼變。要想讓社會穩定和諧科學做不到，要聖賢學術才能做到。怎麼做？讀書是一個方法。

古人講「讀書千遍，其義自見」，書讀上千遍，意思自然就明白了，不要人教。如果讀了三千遍，經中的意思還是不懂，這是因為你讀書用的是妄心，妄心跟真實智慧不相應。如果用真心念一千遍、二千遍、三千遍，肯定會自見。什麼是真心？真誠、清淨、恭敬，用這三種心來念就會自見。過去，學校裡面教古典文學的教授，佛門裡一些真正有修行、有道德的講經法師，譬如諦閑老和尚、圓瑛法師都有這個經驗。講經之前都很用功的做準備，可是所預備的這些資料，上了講台，有時幾乎完全用不上，在講台上，經文的意思自然就生出來了。

我們自己也有這個經驗，備課的時候，遇到不懂的地方，又沒處請教時，怎麼辦？老師教我的方法是，把書本合起來，恭恭敬敬放在桌上對經禮拜，拜上一百拜、二三百拜，意思像泉水一樣湧出來。由此可知，其義自見是真的，不是假的。這就證明古人所講的「一門深入，長時薰修」，這個理論、方法沒有錯。我們學經教亦如是，不能同時學兩種科目，這是很大的忌諱，兩種你的心就亂了、雜了，感應沒有了。決定是一種，這一部經沒有學完畢，絕不學第二部，讓全部的精神貫注在這一部經上，效果就出現了。

穩定和諧，其基礎是佛法講的六和敬第一條「見和同解」。中國人講和平，和是果，因是平等，平等就有和諧。通過教學，把宇宙萬法的真相搞清楚、搞明白了，身行言教，學以致用，生活就能得到穩定和諧；用在家庭，家庭穩定和諧；用在公司行號，老闆跟員工就能平等和諧；用在社會、用在國家、用在世界，就是太平盛世，這些都要靠教學。教學能使人覺悟，而放下貪瞋癡慢。為什麼？因為懂得因果的人知道，命裡沒有的貪不到，命裡有的何必要貪？貪得的，不貪還是能得，你命裡有那麼多，終歸要得到。因此，真正瞭解事實真相的人，絕不會用非法的手段，一定會用正當手段。為什麼不做好人，為什麼不做好事？好人好事有好報。所以教育比什麼都重要。

世界太平不難實現，只要有十幾二十位好老師，利用電視台教學，教上半年，世界就太平了。我們一定要發心把《群書治要》講清楚、明白、透徹，就能夠和睦天下，就能使世界安定和諧。

「國豐民安，教學為先」，豐是指資源豐富。無論是物質生活、精神生活，有依靠，沒有憂慮，國家富有，人民生活自然安定。這還是要靠教學。這個教學最重要的是帶頭，以身作則，底下跟進的人就會愈來愈多。

「太平盛世，教學為先」，太平盛世怎麼成就的？就是集社會各行各業、男女老少教學的大成，形成了太平盛世。中國唐朝是個很好的例子，依照唐太宗編的《群書治要》，建立太平盛世，和諧、安定、富強、長治久安的國家，在中國歷史上寫下輝煌的一頁，一直影響到我們現在。

「長治久安，教學為先」，現在這個世界，社會亂了。民主自由開放，不是不好。但是如果沒有道德的約束，麻煩就來了。道德的約束就是自愛。表現在日常生活中，待人接物必然是像孔子的五德：「溫良恭儉讓」，這叫自愛。夫子生活態度溫和。善良，對人、對事、對物沒有絲毫不善。恭敬，決定沒有傲慢。節儉，這是愛物，絕不浪費。我們常常聽到社會大眾在提倡要珍惜資源，地球上的資源是有限的，人類的貪心是無限的，無止境的貪婪，享受有限的資源，有沒有想到資源用盡了怎麼辦？砍伐森林，有沒有想到造林？所以古人比我們想得周到，他們對於資源一面取一面要補充，讓資源生生不息，取之不盡，用之不竭，這是智慧。要想到後代子子孫孫，都不欠缺。



長治久安靠社會各行各業互助合作，每個行業把自己應該做的事情做好，與不同行業合作。因此，教學不能間斷，倫理教學間斷了，社會就會出問題。倫理是人與人的關係，這是教學中最重要的一環。為什麼？人的本性本善就從這裡生出來的，知道宇宙萬物跟自己是一體，所以能做到「無緣大慈，同體大悲」。慈悲心是真正的愛心，是一切眾生自性本有的。怎麼開發出來？就是教學。因此，教學最重要的目的，是教人回歸本善。佛說「一切眾生本來是佛」，佛教我們回歸到本來的佛位。所以佛陀的教育是圓滿智慧、是圓滿德能、圓滿相好的教育。包括了倫理、道德、因果、科學、哲學，是究竟圓滿的智慧教育，跟世間教育不同，這種智慧教育是以清淨心為核心，是以開發自性智慧德相為目的。

「諸佛報土，教學為先」，諸佛如來的實報莊嚴土，為什麼那麼美好？就是教出來的，諸佛如來、菩薩、羅漢沒有一天不教學。諸佛菩薩在世間，就是為了幫助眾生破迷開悟，離苦得樂。人為什麼會感到苦？沒有把宇宙萬法搞清楚。只要對事實真相清楚明瞭、覺悟了就快樂。可見諸佛刹土，教學為先。

極樂世界也不例外，「極樂世界阿彌陀佛今現在說法；信願行，無一不是以教學為先。」阿彌陀佛，天天為大家講經說法。諸佛刹土治國平天下沒有別的，就是教學，就是說法。如果我們的國家領導人，能每天在衛星電視台講經說法兩個小時，日日不中斷，全世界的人都能收看到這個教學，那就把全世界的人統統教好了，地球太平盛世就出現了。

>>續載中.....

——恭錄自淨空老和尚講演集

## 印光大師開示：明對治習氣

念佛，亦養氣調神之法，亦參本來面目之法。何以言之？吾人之心常時紛亂，若至誠念佛，則一切雜念妄想，悉皆漸見消滅；消滅則心歸於一，歸一則神氣自然充暢。汝不知念佛息妄，且試念之，則覺得心中種種妄念皆現。若念之久久，自無此種妄念。其最初覺有妄念者，由於念佛之故，方顯得心中之妄念；不念佛則不顯。譬如屋中，清淨無塵；窗孔中透進一線日光，其塵不知有多少。屋中之塵，由日光顯；心中之妄，由念佛顯。若常念佛，心自清淨。孔子慕堯舜周公之道，念念不忘；故見堯於羹，見舜於牆，見周公於夢。此常時憶念，與念佛何異？佛以眾生之心口，由煩惱惑業致成染汙。以南無阿彌陀佛之洪名聖號，令其心口稱念。如染香人，身有香氣。念之久久，業消智朗，障盡福崇。自心本具之佛性，自可顯現。（正）復馮不疚書

## 《持戒與念佛》－（定弘法師鑒定）

定弘法師對美國行願淨宗學會和中國象山觀自在學佛城同學們的開示

日期：二零一五年四月二十六日 演講於台灣埔里正覺精舍

歡迎傳妙法師和大家來到我們正覺精舍，大家從波士頓和寧波遠道而來，非常歡迎。前些日子收到傳妙法師來信，來這邊參學。我們已經好多年沒見了，（這次見面）感到非常歡喜。定弘在正覺精舍已經有兩年多了。2013年年初，師父上人淨空老和尚派定弘來學戒，老人家講：『出了家，一定要把戒先學好，打好基礎，將來才能好好地弘法利生。』所以派我來這邊，跟隨<sup>上</sup>果<sub>下</sub>清律師來學習戒法。來了兩年多之後，發現戒律確實重要。正如淨公上人講的，沒有戒律也就沒有佛法，正如沒有禮就沒有儒。所以若想真正在佛法上有成就，就必須打好戒律的根基，這也是師父常說的『紮根教育』。佛法的教育，正如師父所講的，不外乎戒定慧三無漏學。因戒得定，因定開慧。

對於自己的修行，戒律固然是基礎；對於弘法利生，正法久住而言，戒律也尤為重要。在戒定慧三學中，佛法的三藏：經、律、論，經為定學，律為戒學，論為慧學，三藏為三學。三藏對於正法久住的作用和功德而言，律藏超過了經藏和論藏，所以在《善見律》中，就有話說：『毘尼藏者，是佛法壽，毘尼藏住，佛法亦住。』毘尼就是戒律。戒律若能在我們世間住世，就代表佛法能住世了。戒律就是律藏，若有人在世間，依此修行，就說明佛法的壽命可以延續。所以若想正法久住必須學習戒律，弘揚戒律。

當我經過這一段時間的學習，真正體會到淨空上人對我安排的苦心，所以這兩年我也學習得很認真。一般講比丘五夏以內要專精戒律，即五年學戒。我自己也特別用功，期許自己學得更好。經過這段時間的熏習，果清律師，清公和尚給我做了鑑定，說今年年底便可以學完五年學戒的課程。我跟師父上人匯報此事，師父聽了很歡喜，並且勸我，要好好講經，一定要發心講經，現在願意講經的人不多。所以可能學戒圓滿後，回到香港，明年繼續練講《無量壽經》。自己跟著師父上人近二十年，熏習淨土比較多，自己也發了願，這一生專修專弘淨土法門，這是當生成就的佛法。把戒律的基礎打好，無論對於弘揚淨土，還是自己修行念佛這都是很有幫助的，很感恩有這樣的因緣。估計明年的這個時候，已經回香港了，繼續在師父上人身邊學習，繼續地練講無量壽經。

古德講淨土法門最重要的為正行和助行兩方面。正行即是蕩益大師在《阿彌陀經要解》裡所說『信願持名』。這是淨宗修行的要領和綱領。所謂『信』，信真有阿彌陀佛，信真有西方極樂世界。信我們原本具足的如來真如本性，只是現在有種種煩惱妄想執著覆蓋了我們本性。若把煩惱障礙去除，我們的真如本性便現前。那麼如何去除煩惱障礙呢？到西方極樂世界去除。在西方極樂世界，阿彌陀佛威神願力加持我們，在那麼好的環境之下，煩惱塵垢自然不起，漸漸地，真如本性便恢復了。這是我們相信的，所以要念佛求生西方極樂世界。要發願，而發願最重要的就是能把這個世間放得下。名聞利養，五欲六塵，種種牽掛情執，都要把它放下。明白這全是假相，是我們堅固的妄想變現出來的境界。這些境界當體即空，不是真的，是幻相，是夢境。將此認識清楚，即使沒有證得這個境界，但是相信佛語，『凡所有相，皆是虛妄』，又『一切有為法，如夢幻泡影』，佛說的我決定相信。我仰信佛語，所以現在我就要學放下，學不執著。相信人生就是一場夢，夢醒了，阿彌陀佛就現前。所以我們要努力念佛，每天發願求生西方極樂世界。

所謂『心求極樂，厭離娑婆。』平時好好用功，念佛就是幫助我們保持『信』和『願』，這是助緣。『信願』是往生的正因，念佛是往生的助緣。蕩益大師在《彌陀要解》便清楚地指出：『得生與否，全由信願之有無；品位高下，全由持名之深淺。』意思是：能不能往生西方極樂世界，關鍵不是念佛念了多少，也不是念佛的功夫有多高，而是在於自己是不是有深信切願。正如我們方才所說，信有阿彌陀佛，信有西方極樂世界，信我們本來就是佛，現在去西方極樂世界能成佛。真正發願往生西方，若你的信願是真的，那麼你這一生決定可以成佛。哪怕是臨終十念，乃至一念，都能往生。甚至不念佛，也能往生。如天台宗幽溪大師，他在臨終的時候念『南無妙法蓮華經』也往生了，他不念佛，但他的願是往生西方。念什麼都行，因為念什麼都離不開阿彌陀佛，他的信願已經和阿彌陀佛連接上了。所以信願是往生的關鍵。

念佛是提醒我們不要忘記自己的信願，當一句佛號提起來，我們就明白自己是要求生西方極樂世界的，（天天念）天天就加深求生西方極樂世界的信願。以『行』來加深我們的信願，以『行』（持名念佛）來護持我們的信願，以信願來引導我們持名。我們持名導向哪呢？就是西方極樂世界。所以徹悟大師講『以深信願，持佛名號』就是這個意思。假如持佛名號，卻沒有信願，就往生不了。那麼若平常持名的功夫深，則往生的時候很自在。這是因為持名的功德消了業障；那麼在往生西方

極樂世界的時候，頭腦清醒，身無病苦，心無貪念，比較容易放下。業障比較輕微，到西方極樂世界的品位很高。因為到西方極樂世界的品位，全由念佛功夫的淺深決定的。這是淨宗的正修：『信願持名』。

這些道理在淨宗三經裡講得很清楚。淨宗三經：所謂無量壽經，阿彌陀經和觀無量壽佛經，合為教行理三經。無量壽經屬於『教』，把整個極樂世界，依正莊嚴，阿彌陀佛的由來，發了四十八大願，以及往生的方法等等都講的很清楚。基本把整個淨宗的綱領都提出來了。所以無量壽經是『教』，淨宗第一經。阿彌陀經是『行』經，講的教理並不多，教導我們一心念佛：『若有善男子善女人，聞說阿彌陀佛，執持名號；若一日、若二日，若三日，若四日，若五日，若六日，若七日，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。』直截了當教我們如何『行』。怎麼行呢？首先是要行『善』，所謂『善男子善女人』。而男子女人也一定是持戒的人，才堪稱『善男子善女人』。若不持戒，就不叫佛弟子。不能稱作『善男子善女人』。佛弟子和一般人不同點在於他能持戒，這個人才叫善。

在家把五戒持好，出家人把出家人的戒持好。有所違犯，則好好懺悔。這都是持戒的內容。不能說我念佛就不用持戒了，也不能說一句佛號什麼都包括了。道理是沒錯，一句佛號把八萬四千法門全包了，這句佛號不僅包括佛法，也包括了弟子規，（太上）感應篇，十善業道等一切聖賢的教誨，全部包括。但是我們還是要學習，比如弟子規，需要學習嗎？需要。為什麼呢？因為你沒做到。如果全都做到了，就不用學習了，一句佛號就行。若連弟子規都沒做到，就想往生，這就未免太跳級了。人要先做好，再談做佛。感應篇要學嗎？要學，這是因果教育，教導我們改邪歸正，斷惡修善。十善業道要學，戒律也要學。這些都是基礎。若自己過去犯了很重的罪業，心裡不安，致使身心無法修道，那麼要修懺悔法。這些都是前行基礎。把基礎打好了，念佛就很順利，順風順水。若沒打好基礎，以為一句佛號就行了，這是自欺欺人。

我們要瞭解自己現在的程度。什麼人可以只一句佛號就可以了，別的什麼都不修呢？起碼要做到《彌陀經》中所講的一日至七日，一心不亂。到一心不亂的境界就可以了。因為這個境界是心不離佛，佛不離心，又叫念佛三昧。有一念離開佛，就不能稱念佛三昧，也不稱一心不亂。但若念得心不離佛，諸位想想，這種人還會犯戒麼？還會造業麼？不會的，真的全包括了。所以沒到一心不亂的境界，這些所有的助行，都要認真的去修。這些都不會妨礙你往生，相反，輔助你往生。這就是行門。

如《彌陀經》所說，『善男子善女人』表明了第一個條件，修助行幫你成為善男子善女人。然後正行就是『聞說阿彌陀佛，執持名號』。以前讀經，隨口念過『聞說』二字，沒有對經文細細推究。其實『聞說』就在教我們怎樣念佛，『說』就是用口念，『聞』就是用耳聽。口裡念出聲，耳朵聽進去。印光大師教我們十念法，三三四的節奏就可以，阿彌陀佛阿彌陀佛阿彌陀佛，阿彌陀佛阿彌陀佛阿彌陀佛，阿彌陀佛阿彌陀佛阿彌陀佛阿彌陀佛。十句話，聽得清清楚楚，這就是『聞說』阿彌陀佛。自己聽自己念的佛號，嘴裡念的佛號自己聽。口念得清清楚楚，耳聽得清清楚楚，心裡計十念法的數清清楚楚，三個『清清楚楚』，這叫念佛，持名念佛。不用觀想，因為觀想要求微細的心力，而我們有時無法達到細緻觀想彌陀的三十二相，八十種好，或者是無量相好，所以用持名最容易。

《彌陀經》直接教導我們持名，其次是修一心不亂。當我們持名的時候，念得清清楚楚，耳朵聽得清清楚楚，沒有夾雜妄想，這就叫一心不亂。念十句，沒有夾雜妄想，這十句就是一心不亂；念百句，百句不夾雜妄想，這百句就是一心不亂。《彌陀經》的標準是若一日一心不亂，就是一天當中二十四小時，不夾雜妄想，一心不亂，有這個境界，稱為念佛三昧，就成功了。到達這種境界，彌



陀經就給我們做了保證，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。若符合這個要求，一日一夜當中一心不亂，這是下品；高品位的七日七夜一心不亂。這種境界就是阿彌陀佛和西方極樂世界清淨海中，一定在你臨命終時，顯現在你的面前，放光加持，消你的業障，從而順利往生西方。佛講的是真實不虛的，沒有懷疑。這也是我們現在練的。只要達到這個標準，決定往生西方。

那麼達不到這個標準，也不用害怕，只要真信切願，也一樣能往生。為什麼呢？到臨終十念，也一樣能往生。這十念當中也要一心不亂，跟彌陀經沒有什麼矛盾。也是善男子善女人，臨終十念，一心不亂，其人臨命終時……念到第十句，命終了，阿彌陀佛，與諸聖眾，現在其前。古人就有這個例子，比如唐朝的張善和，一生宰牛為業，臨命終時，病苦現前，念了幾句佛號就往生了，這是給我們作『證』行。

觀無量壽佛經是『理』經，就是教我們道理的，教導我們淨宗的原理是什麼，即心淨則佛土淨。這是信願持名的原理，念到心清淨了，則極樂世界現前了。但是，還有一個助行的原理，此為淨業三福。在《觀無量壽佛經》也講的清楚，正行和助行的原理都講到了。我們的修行要正助雙修。比如師父上人特別讚嘆的海賢老和尚，推為淨宗第十四祖。我現在越學習他的事蹟，越認同師父上人的說法。他應該當之無愧的為淨宗第十四祖，因為他正行和助行都很圓滿。關於正行，他做到了，信願持名，念了九十二年的佛。助行，他也做到了。在師父上人寫的《來佛三聖永思集》的序文中，把海賢老和尚的一生事蹟概括為五大修行的科目，淨業三福、六和敬、三學、六度、普賢十願。這些都是助行。這篇序文寫的非常好，希望大家回去好好學習，看了你就知道海賢老和尚如何做到助行的。那篇序主要講的是助行。正行大家都非常認同了，即為信願持名。

老和尚為什麼特別講五大科目呢？就是強調助行。如果沒有助行，正行不得力。當然，學戒持戒也屬於助行。三福裡面的第二福就是『受持三歸，具足眾戒，不犯威儀』。還有六和裡面『戒和同修』。三學當中的『戒定慧』也是戒，六度當中的第二度就是『持戒』。普賢十願裡面的『懺悔業障』這也是持戒，『常隨佛學』也是持戒，持戒亦是『常隨佛學』。所以五大科目都講戒律的問題，所以大家應該要好好學習。蕩益大師講，持戒念佛本是一門，淨戒為因，淨土為果。我們持戒和念佛不是兩門，是一門。換言之，持戒就是念佛，念佛也是持戒。不能把他們分開，然後念佛求生西方極樂世界，才能十拿九穩。

今天有此因緣和大家共同聚會，時間雖短，但定弘非常珍惜，把自己二十多年所學的，跟師父上人、果清律師所學的，持戒念佛方面的心得供養給大家。祝福大家，好好念佛，好好持戒，將來一起往生西方極樂世界。

## 倫理道德：仁義忠恕是中道

孔孟學說是中道，孔孟學說我們簡單提出四個字，仁義忠恕，這是中道，要好好的修學，把它變成自己的生活、工作、待人接物。仁，愛人，仁者愛人，真如本性的核心就是愛。中國古聖先賢的教育，就是以這個核心為教育的宗旨、為教育的目標，這是本性，本性本善。愛是自愛，愛人。自他本來是一體，所以自愛決定愛人，愛人才是真正的自愛，不知道愛別人的人，這個人決定不知道愛自己。所以中國「仁」這個字，在六書裡頭它是會意。你看這個字體會它的意思，它是個立人邊，這邊是二，二就是想到自己立刻就想到別人，仁民愛物。

孔子一生，他的精神就顯這個仁字，孔曰成仁，孟曰取義。孟子特別標榜這個義，義是什麼？仁的落實。仁怎麼落實法？義是仁的落實，落實在合情、合理、合法，合情合理合法就叫義。下面兩個字存心，存心是忠，

此地講的適得其中，得到中。中是什麼？心正、心善、心良，就是良心，心裡面沒有偏、沒有邪、沒有惡、沒有自私，這個心叫忠。對人，對人要恕。恕是別人有過失要原諒他，特別是在現代這個時代。連《無量壽經》佛都說了，教我們行恕道，經上講得很明白，「先人不善，不識道德」。現在人真是，這幾句話我想釋迦牟尼佛就是對我們現代人說的，古時候人不是，古人懂得。

文摘恭錄—淨土大經科註（第四二五集）2012/7/13 檔名：02-037-0425

### 因果教育：正己化人（許衡）

許衡。嘗暑中過河陽。暍甚。道有梨。眾取啖之。衡獨危坐樹下。或問之。曰。非其有而取之。不可也。人曰。世亂此無主。曰。梨無主。吾心獨無主乎。凡喪葬嫁娶。必徵於禮。其鄉學者寔盛。有果熟爛墮地。童子過之。亦不睨視而去。其家人化之如此。帝欲相之。以疾辭。卒後。四方學士皆聚哭。有數千里來祭哭墓下者。諡文正。（許衡傳）

許衡元朝河內(今河南省黃河以北地)人，字仲平，博學多通，教學有方，許多人士都來追隨他求學。自己題書齋匾額叫「魯齋」。

早年許衡曾經跟很多人一起逃難，經過河陽地方，由於行走長遠路途，天氣又熱，喉乾口渴，同行的人發現道路附近有一棵梨樹，樹上結滿很多梨子，大家都爭先恐後地去摘梨來解渴，只有許衡一人，端正坐在樹下，連動也不動，大家覺得很奇怪，有人便問許衡說：「你怎麼不去摘梨來吃呢？」許衡回答說：「那梨樹不是我的，我怎麼可以隨便去摘來吃呢？」那人說：「現在時局這麼亂，大家都各自逃難，這棵梨樹，恐怕早已沒有主人了，何必介意呢？」許衡說：「縱然梨樹沒有主人，難道我的心也沒有主人嗎？」

平日凡遇喪葬婚嫁時，一定遵照吉凶禮節辦理，全鄉人士，都受感化，鄉里求學的風氣，逐漸盛大。鄉內的果樹每當果實成熟，掉落在地上，鄉里小孩從那邊經過也不看一眼，鄉民都這樣教導子弟，不要有貪取的心理。許衡的德行傳遍天下，元世祖聞知，要任用許衡為宰相，但是許衡不慕榮利，以病辭謝。

後來去世後，四方人士都來聚集靈前痛哭，也有遠從數千里外趕來拜祭痛哭在墓下的。皇上特賜諡號為「文正」。

※古人云：「義士不欺心，廉士不妄取。」試觀許衡，寧願忍受口渴之苦，不動一念貪取之心，以良知在我心而約身如繩，嚴持儒家之廉潔，佛家之不偷盜戒，確實清淨圓滿。其健全之人格，不但化及全鄉，且感召天下。及其去世，四方人士群聚哀慟拜祭，足徵平生德行攝化感人之深厚矣！

（《歷史感應統紀語譯》連載一六五）

### 心得交流：ec13528 同學的學佛心得

#### 由霧霾引發的反思

阿彌陀佛！最近末學所在的城市空氣很糟糕，家人嗓子都很不舒服。總是望著看不見太陽霧濛濛的天空，末學想到老法師在講經的時候說到餓鬼道的情形，就是看不到日月星三光。末學突然意識到這說的不就是我們現在所受到的果報嗎？常常看不到日月星三光。共業就是貪婪。

現在我們能給孩子買到我們小時候想都想不到精美的書籍，精緻漂亮的玩具，裁剪得體，面料漂亮的衣服，佈置可愛又溫馨的房間，可是我們卻給不了孩子一個健康的自然環境，清新通透的空氣。這不是很諷刺嗎？現在大家都在抱怨政府，卻沒有認真的反省，這是我們的共業，是我們的貪心造成的。不是哪一個人，哪個政府就可以造成這麼嚴重的後果的。想想我們有沒有墮過胎；有沒有吃過多的肉；有沒有每頓飯因為貪心點得太多，做得太多吃不完就倒掉；有沒有一衣櫃的衣服卻放在那裡穿都穿不完，看到出新款我們還想買；有沒有看到別人開車



了自己也想買，已經有車了看到朋友開比自己更好的車又想換更好的車……有這樣的心念，我們就在污染我們的內心，進而污染社會環境，污染了我們的空氣。讓整個國家的上空都瀰漫一種濃濃的瘴氣，北風吹不開，下雨淋不開。

這不正是在提醒我們每一個人，沒有人能避免得了人類共同造作的惡業嗎？沒有一個人能倖免，因為沒有一個人能不呼吸。可是讓不學佛的人明白這個道理很難，他們會舉出一大堆的科學論斷和數據來反駁這樣荒唐的說法。所以我們做為佛弟子，應當先做出表率，盡可能的去過簡單樸素的生活，做一個知足常樂的人。當久而久之我們活得那麼健康自在快樂，被周圍不學佛的人羨慕的時候，也許他們會回頭反省，過去自己想錯了。我們不僅救了自己，救了他人，也救了我們的子孫後代。（文章來源「佛陀教育網路學院一心得交流」）

### 答疑解惑 （節錄自 21-319 學佛答問）

**問：學佛前，家裡面供養黃仙、狐仙等等；學佛後，將這些仙家與佛像供在一起。妹妹在念佛的時候，常常感到頭腦發沈，甚至有附體的現象。現在把這些仙家請到另一個屋子裡供奉，聽說這些仙家要找妹妹頂香，請問我們應該怎麼辦？**

答：在中國供養狐仙的人很多，香港也有。學佛之後，最好是請他們跟我們一起學佛，一起聽經、念佛，將來往生淨土，圓成佛道。阿修羅道、人道、畜生道、鬼道都有修行成仙的，他們大都有五通的能力，天耳、天眼、他心、神足、宿命，甚至還有變化的。然而，成就再高也沒有辦法超越六道。

宇宙之大，無奇不有。這些畜生既然有修行，都有靈性，既有靈性，我們勸導他提升，他一定歡喜。以前家裡面供養他，現在供佛，如果另外有房間，請在一個房間，行；如果供在佛旁，請他做護法神，也行；請他做護法神，跟我們一起修行，一般講都能接受。這些附體應該不會害人，有時他還傳遞一些訊息，如理如法的，可以相信。裡面夾雜著名聞利養，夾雜著與佛法相違背的，我們不能相信。所以孔夫子說「敬鬼神而遠之」，佛交代我們要「禮敬諸佛」，這些眾生都有佛性，所以我們應當要禮敬。

**問：應如何為家裡的仙家受三皈五戒，請他們做家中的護法？**

答：佛在經上教導我們，給他念「皈依佛，不墮地獄；皈依法，不墮餓鬼；皈依僧，不墮旁生」，旁生就是畜生，就是受三皈之後，不再墮三惡道。也可以勸他聽經、念佛，現在鬼神聽經的已經很普遍，他們也很認真。有時候我們開電視放講經的光碟，用念佛機不斷地播放佛號，他們都得受用。恭恭敬敬的請他們在家裡一起修行，做家裡的護法。

**問：離婚果報在地獄，請問出自於哪一部經？**

答：我們現在把佛經裡面，講到地獄的部份會集起來印成一本。我把這本書訂名為《諸經佛說地獄集要》，諸位可以參考，比道教裡面講得還要詳細、講得還要豐富。我們應當要多看、多了解，在日常生活當中起心動念才會警惕。

離婚果報到底在哪裡？也不一定，要看離婚的動機、離婚的方式以及對於家庭的影響。如果有小孩，就看對小孩的影響、對社會的影響，從這些方面去觀察。因為社會的安定，它的根在家庭，家庭的根在夫婦。「家庭」就是整個社會裡面一個細胞，跟我們身體的細胞一樣。細胞要是健全，身體才會健康；細胞不健全，這個身體就會崩潰。家庭要不健康，離婚率太多，社會會崩潰，那你就想想你所背的因果多重？如果說離婚的時候，你沒有兒女，對家庭沒有大的妨礙，這個過失就很少。有兒女是最麻煩的，單親的小孩，長大的時候心理都不健全，你要不要負責任？那就看他犯罪犯的是什麼罪，嚴不嚴重，這就是結罪不一樣。嚴重的，確實是在地獄。

Amita Buddhism Society - Boston

# Multicultural Reading Center 行願多元文化中心

38 Billings Rd, Ste 203 Quincy Mass. 02171

[www.amtb-ma.org](http://www.amtb-ma.org) Email: [amtb.ma@gmail.com](mailto:amtb.ma@gmail.com) Tel: 1-508-646-8168

歡迎參觀中心，隨喜參加念佛、講經、座談活動！

## 免費圖書各類錄音影帶 DVD 結緣

歡迎加入義工行列，日子時間任意選定。

利人益己，培福植功，一樂也！

## 六月份活動 Event of Jun 2015

\*多元文化中心圖書館開放時間：星期六，日-- 早上 10am - 12pm, 下午 2pm-5pm

\*學會每逢週末早上 9:30am 念佛共修

\*4/17/2015 後，法師講經暫停。

注意：法會時間隨時適度更改恕不另外通知，參訪者預約和詳情請電：1-508-646-8168

※歡迎登上 QQ 學佛網：

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 (508) 580 - 4349 或電訊 [amtb.ma@gmail.com](mailto:amtb.ma@gmail.com)

☆“淨業歸處”博客新版本上線博客網址：<http://www.amtb-ma.org/blog>

博客中將持續更新上傳下妙法師對美國和中國同學的開示，以及同學們修行的成果分享。博客中特別增設“自覺自度”欄目，用於鼓勵各地同修分享修行成果。本欄目接收各地同修的投稿。內容可以是修行心得、念佛感應、讀書聽經體會、生活點滴等等，題材不限。稿件可發送至行願淨宗學會電郵 [amtb.ma@gmail.com](mailto:amtb.ma@gmail.com)，經法師審核合格、適當編輯後，可以發表。法師會視情況對稿件予以總結評論。另外鼓勵各位同修對博客中的文章發表迴響，參與互動。本博客目前初步上線，在設計上還存在許多不足，各位同修在訪問期間如遇到問題，或有任何改進建議，請聯繫本學會，我們將感激不盡。

### 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 <http://www.amtb.org.tw/jzplace.htm>

◎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」<http://fabo.hwadzan.com/>。

◎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](mailto:amtbhk1@budaedu.org.hk)。

◎若欲了解相關兒童讀經訊息，可至「大方廣網站」<http://www.dfg.cn/>。