



覺正

淨空老法師 法語

要把每一天都看作最後的一天，天天想到我就要死了，還有什麼事情比念佛重要。



本期專欄：三皈傳授（二）

- 本期內容簡介
- 經論輯要：金剛經講義節要述記（190）
- 印光大師開示：明對治習氣
- 倫理道德：中華傳統家庭的特色，在全世界找不到第二家
- 因果教育：文昌帝君陰騭文廣義新譯（30）
- 心得交流：eh15305同學的學佛心得
- 答疑解惑
- 網路講座：淨空老和尚網路首播
- 法寶流通
- 信息交流

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ㄌㄞˋ），莪（音ㄜˊ），蒿（音ㄏㄠ），劬（音ㄑㄩˊ）。
 《詩經》小雅篇《蓼莪》

淨空法師專集網站 www.amtb.tw



本期內容簡介

本期內容如下：

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。請看[本期專欄](#)。

『持此義以為人，則能胸襟曠達，不惹煩惱，而得自在。亦知謹言慎行，不錯因果，而無罣礙矣。』請看[金剛經講義節要述記](#)。

最新訊息：[嚴正聲明](#)、[淨空法師專集網](#) 微信ID：[amtbhz](#)、[騰訊微博](#)、[新浪微博](#)、[LOFTER](#)、[Google+](#)、[Facebook](#)

影片及mp3下載：[從微雲](#)、[百度網盤](#)下載講座影音、文字、菁華短片、電子書等

（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。

>>續載中……

——恭錄自上淨下空老和尚歷次講演的《三皈傳授》及《認識佛教》

18.持此義以為人，則能胸襟曠達，不惹煩惱，而得自在。亦知謹言慎行，不錯因果，而無罣礙矣。

『持此義以為人，則能胸襟曠達，不惹煩惱，而得自在。亦知謹言慎行，不錯因果，而無罣礙矣。』「持此義」，我們這一生作人，守住《金剛經》講的原理、原則，當然胸襟大，心量大。「無我相、無人相、無眾生相、無壽者相」，此種心量多麼廣大！心量一大，就沒有煩惱了。煩惱從妄想、執著生的。放下妄想、執著，心地清淨廣大，就與虛空一樣，真自在，真快樂。此法好，煩惱不要著意去斷，自自然然就脫落了。此是高級的修行方法，也就是方東美先生講的「人生最高的享受」，方是自己真實的受用。

我們還沒有往生，身體還在人間，還要與迷惑顛倒的人打成一片，過日子用什麼態度？「謹言慎行」。

「謹言慎行」就「恆順眾生」。不僅言語謹慎，起心動念、一切行為造作，都要謹慎。謹慎就是守規矩、守法，絕不犯法、絕不違規。國家的憲法、地方的法規，乃至地區的風俗習慣、道德觀念等等，我們都遵守、都尊重，自然與社會大眾能和睦相處。

雖然恆順眾生，然「不錯因果」，此是智慧。沒有智慧就會把因果搞錯；有智慧，決定不錯因果。自己的心善、行善，幫助一切眾生斷惡修善，自然不錯因果。如此，生活就沒有罣礙。「無罣礙」就是身心自在、快樂幸福，一生中受用不盡。由此可知，佛經不是隨便說的，不是談玄說妙；而是很實用的，它確實可以落實在實際生活中。你懂得《金剛經》，就會作人。

19.持此義以處世，則知萬事皆空，任他風浪起，與我何干。亦知人情世態，紛紜往復，安危苦樂，隨遇而安。

『持此義以處世，則知萬事皆空，任他風浪起，與

我何干。亦知人情世態，紛紜往復，安危苦樂，隨遇而安。』此是講「處世」，我們的行持，要適合於現代環境的生活。我們要用《金剛經》的原理原則處世。經上告訴我們，「凡所有相，皆是虛妄」，「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」，這些話要牢牢記住，並應用在六根接觸六塵境界上。如何才是用上？用佛門的術語講即是「功夫得力」。功夫得力就是知道「萬法皆空」。知道萬法皆空，就不會在一切法裡起分別執著。別人執著，我不執著；別人分別、我不分別。我在社會上，自在得很！你執著，我隨順你執著；你分別，我隨順你分別，即是恆順眾生。雖然隨順，自己清清楚楚、明明白白，亦即「不錯因果」，清清楚楚明瞭，決定不迷惑、不染著。

境界轉不過來，原因是眾生迷得太深。種種想法、看法、做法，後來的果報會帶來很多苦難。我們勸告他，他不聽；向他解釋，他說我們清規太多，不能接受。那怎麼辦？「任他風浪起，與我何干！」修行人要超越。我常講「照」，我們在此世間，要作個看戲的人，不要作演戲的人。演戲很辛苦，看戲則自在。那些人演戲？有分別執著之人。他們的日子有苦有樂。他演他的戲，我看我的戲，方能得自在。

佛菩薩在這個世間遊戲神通，就是看戲。中國俗話常講，「當局者迷，旁觀者清」，何以能清？因為他沒有利害得失，對因果看得很清楚。當局者有利害關係，所以他想的、看的，皆有錯誤，有偏差。唯有局外人清楚，我們學佛要作局外人。這個「局」是指六道輪迴。我們必須有能力身在六道，而心超越六道。在世間而超越世間，那才自在！有沒有辦法？有。用什麼辦法？金剛般若波羅蜜，能幫助我們在世間而超越世間，得大自在。

「亦知人情世態，紛紜往復」。這個世間，因因果果，一目了然，清清楚楚。「安危苦樂」是眾生相。菩薩

隨順，隨遇而安，因為他不著相。眾生在苦中，真有苦受；菩薩在境界裡不受苦。眾生在順境裡有樂受，菩薩在順境裡，沒有感覺得快樂。菩薩的心永遠清淨，永遠平等。苦樂憂喜捨，起伏波浪不平等，那是眾生心，佛菩薩心是平等的。

平常自己家裡供養佛，供養具很多、很莊嚴。供養具裡最重要的是供一杯清水，水代表清淨心、平等心。水清淨、平等，看到這杯水，我的心要像水一樣清淨，一樣平等，表這個意思。時時刻刻提醒自己，不要忘了修清淨心，修平等心。在極不清淨的環境裡修清淨心；在極不平等裡修平等心，方是功夫，方是修行。菩薩「隨遇而安」，道理在此。

20.持此義以當大任、作大事，以不著相故，事來即應。心神泰然，不為所動，條理秩然，頭頭是道。世出世法，一切盡攝，事事奉持，時時皆修，在在受用，處處皆是佛法也。

『持此義以當大任、作大事，以不著相故，事來即應。心神泰然，不為所動，條理秩然，頭頭是道』。至此是一小段。世間人由於過去生中積德修善，此生得大福報。得大福報的人在世間，多半是領袖人物，統理大眾的，指揮很多人。大則如總統，管理一個國家的國民；小則是公司的老闆，員工幾百人、幾千人。無論大事業、小事業，總而言之，皆是領袖人物。不僅為自己一人，還要為此團體中每一分子的生活、前途著想，責任重大，即是「當大任、作大事」。

如果能應用《金剛經》講的原理原則，一定是非常成功的領袖，會得到群眾的擁護與愛戴，建功立業。因為『以不著相故』，則心清淨。真誠、清淨、平等、慈悲，用此心統理大眾，確實能令眾生心服口服，聽從指導，而自己則身心自在。事來了，有智慧，會應付得恰到好處；事情過去了，身心泰然。

「不為所動」。不管怎樣煩亂的事，心清淨，絕不為它所動；反而「條理秩然，頭頭是道」。再累、再亂的事，到他面前都清清楚楚，有條不紊，此是金剛般若用在辦事上。無論大事、小事，人只要有金剛般若，就快樂自在。

『世出世法，一切盡攝』。我們從此段經文裡細心體會，確實世間法作人處世，當大任、做大事，離不開般若波羅蜜。出世間法，從小乘須陀洹至一切大乘圓教，乃至如來果位，也離不開金剛般若波羅蜜。一切盡攝！

『事事奉持，時時皆修』。金剛般若波羅蜜即是穿衣、吃飯、工作、處世、待人、接物，沒有一件事不是。世尊在開經時為我們顯示「入舍衛大城乞食」，即是出家人每天的工作；「著衣持鉢」是生活，點點滴滴顯示圓滿的金剛般若波羅蜜。佛不僅會講，實際上，他的生活就是他的心行。佛不欺騙人。金剛般若就是真如本性，就是性德自然之流露。凡夫迷失了自性，障礙了性德，所表現的是無量劫來的煩惱習氣，也真的在生活上、工作上、處世、待人、接物上，表現無遺，煩惱無邊。我們過的是苦日子，恰恰與金剛般若相反，是故要知道「一切盡攝，事事奉持」，事事皆顯示圓滿的般若波羅蜜；「時時皆修」，一分一秒都沒有離開。

『在在受用，處處皆是佛法也』。佛法在那裡？我們起心動念、言語造作，無有一法不是佛法。如果迷了，就無有一法是佛法；覺悟了，無有一法不是佛法。問題就在迷悟之間。「無住生心」，即是覺悟之相。

「妄想執著」，則是迷惑之相。我們在這個總綱領、總原則上，時時刻刻檢討自己，反問自己，何以又起分別執著！

一個人常知道自己迷，他就不迷了。迷的人不知道自己迷。知道自己迷的人就快要開悟，就有回頭的可能。我們今天不求別的，就求時常覺得自己迷，知道迷

在那裡，即是開始覺悟了。由是可知，金剛般若不能不學，金剛般若對於我們此生，關係太大太大了。即使不學佛，不求往生，我們也應希望過幸福快樂美滿的一生。若想達此目標，此經的確幫得上忙，而且很容易讓人滿願。如果用此經幫助我們念佛求生淨土，沒有一個不往生的；不僅往生，而且品位高高。

>>續載中……

（《金剛經講義節要述記》講於1995.5新加坡佛教居士林及美國，「華藏講記組」恭敬整理。）

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。

文摘恭錄一二零一二淨土大經科註（第二六一集）2013/4/11 檔名：02-040-0261

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……

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 very 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。

（文章來源「佛陀教育網路學院—心得交流」）

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，那你就不可行，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；可是你要是有懷疑，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)

+ 淨空老和尚網路直播台

◎淨空老和尚最近講演資訊，詳細內容請參考[網路直播台](#) (CN鏡像站)。

+ 法寶流通

- ◎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：ambhk1@budaedu.org.hk。

+ 信息交流

◎誠邀全世界各淨宗學會提供貴會的佛事活動消息，利用敝刊為世界佛教徒提供學佛信息。請寄ambt@ambt.tw。

◎[佛陀教育網路學院](#)成立緣起：我們常常收到各地網路同修來信，皆言及雖有心學佛，卻不知從何學起，應如何聽經學習。又 淨空老和尚的講演有大小性相，各個宗派的經論典籍，法海深廣，初學者不知修學之次第，何者為先，何者為後，以故學而不得其宗旨，始勤終惰，退悔初心，實為可惜！今佛陀教育網路學院之成立，正是針對上述緣由，將現有網路的文字（教材）與影音（講演畫面）合為一體，如同「網路電視台」，為世界各地真正有志於學佛者，提供一個方便快捷，隨時隨地不受時空限制的網路修學環境。網路學院一切課程之排列，皆是以 淨空老和尚為澳洲淨宗學院所訂之課程，從初級到高級，從本科到專科的修學次第，也是為實現澳洲淨宗學院將來能真正達到遠距教學的前哨站。今日社會是科技進步、資訊發達的時代，要善用高科技宣揚妙法，闡釋正教，令佛法傳遞無遠弗屆，才將進一步利益更多學人，將般若文海遍及環宇，使一切有緣眾生得佛法薰習之機會。若有心想修學的同修，可至[佛陀教育網路學院](#)參觀訪問。

◎淨空法師英文網站網址為<http://www.chinkung.org/>，此網站主要以配合 淨空法師的和平之旅，同時接引國外眾生認識佛教。提供 淨空法師多元文化理念及國際參訪等相關資訊。敬請諸位同修將此網址廣為流通給外國同修，讓他們更有機緣認識佛教，功德無量！

◎淨空法師專集大陸鏡像站網址為<http://www.ambt.cn/>，更方便大家記憶。大陸地區同修可以就近訪問這個網站。若同修於瀏覽中有發現任何問題，歡迎來信告知，請至ambt@ambt.tw。

淨空法師專集網站
佛陀教育雜誌由華藏淨宗學會網路講記組恭製
地址：台北市大安區信義路四段333之1號2樓
電話：(8862) 2754-7178
e-mail: ambt@ambt.tw