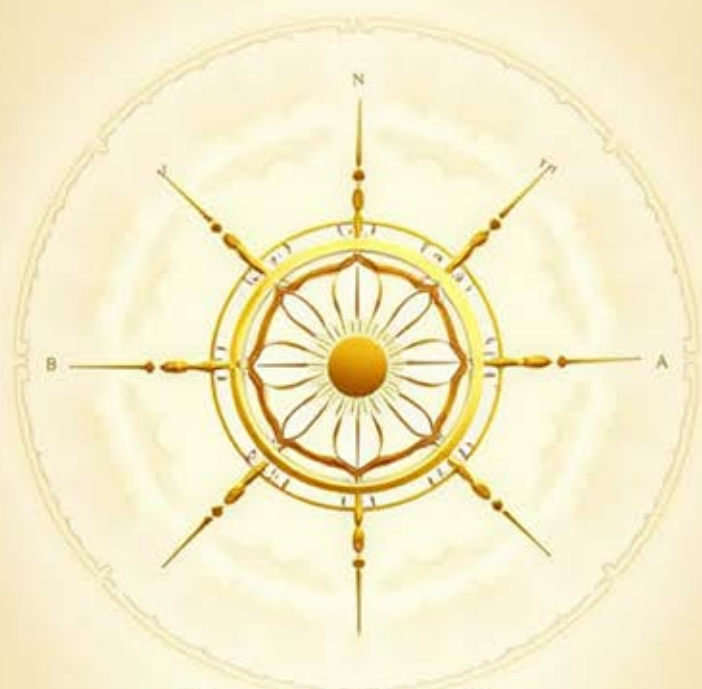




真佛宗

在家居士學佛行儀須知

學佛，不止在壇前



《真佛宗在家居士學佛行儀須知》

目錄

1. 禮儀類

本類各章節主要介紹真佛弟子在日常生活中，尤其是在佛門場所中，應當學習和實踐的各種行為規範與應對方式。這些禮儀不只是外在的形式，更是內心恭敬與謙遜的展現，能幫助佛弟子收攝身心，培養正念。

- [章一之一、入寺儀 \(Entering a Temple\)](#)
- [章一之二、真佛宗道場禮儀指南 \(True Buddha School Temple Etiquette Guide \)](#)
- [章二、佛門稱謂 \(Buddhist Appellations\)](#)
- [章三、禮敬儀 \(Forms of Reverence\)](#)

2. 佛法學習類

本類各章節涵蓋真佛弟子在求取佛法智慧、建立正知見過程中的各項修學方法，從入門到深入研習，以及發起宏大願心，為往後的實踐奠定基礎。

- [章六、四皈 \(Four Refuges\)](#)
- [章七、誦經 \(Chanting Sutras\)](#)
- [章八、聽經 \(聞法\) \(Listening to Dharma\)](#)
- [章九、研經 \(讀經\) \(Studying Sutras\)](#)
- [章十、發心 \(Generating Aspiration\)](#)

3. 佛法實踐類

本類各章節涵蓋佛弟子在日常生活中，以實際行動修習佛法的各個面向，包括持戒、行善、參與各種佛事，以及面對人生重要階段（如婚嫁、孕產、臨終、往生）時的佛法應用。這些實踐是將佛法智慧融入生活，積累福德與智慧的具體展現。

- [章十一、佈施 \(Generosity\)](#)
- [章十二、供僧 \(Offering to Monastics\)](#)
- [章十三、放生 \(Liberating Lives\)](#)
- [章十四、造寺、造佛像 \(Building Temples and Sculpting Buddha Images\)](#)
- [章十五、印經 \(Printing Sutras\)](#)
- [章十八、婚儀 \(Marriage Ceremony\)](#)
- [章十九、孕誕儀 \(Pregnancy and Birth Ceremony\)](#)
- [章二十、自課 \(Daily Self-Practice\)](#)
- [章二十一、懺悔 \(Repentance\)](#)
- [章二十二、修佛菩薩相應法 \(八大本尊法\) \(Cultivating Affinity with Buddhas and Bodhisattvas - Eight Great Deities Dharma\)](#)
- [章二十三、三淨肉 \(Three Pure Meats\)](#)
- [章二十四、法供養 \(Dharma Offering\)](#)
- [章二十五、受戒 \(Receiving Precepts\)](#)
- [章二十六、打七 \(Seven-Day Retreats\)](#)
- [章二十七、佛事 \(Buddhist Services/Dharma Assemblies\)](#)
- [章二十九、回向 \(Merit Transference\)](#)
- [章三十、臨終助念 \(Chanting for the Dying\)](#)
- [章三十一、葬儀 \(Funeral Rites\)](#)
- [章三十二、作七 \(Seven-Day Post-Death Rites\)](#)
- [章三十三、常用唄贊 \(Common Chants\)](#)

4. 佛門重要節日與儀軌類

本類各章節介紹佛教中具有特殊意義的重要節日及其相關儀軌，這些活動不僅是紀念諸佛菩薩或法會的慶典，更是佛弟子們學習、感恩、發願和積累功德的機會。

- [章十六、佛誕節 \(Buddha's Birthday\)](#)
- [章十七、彌勒誕 \(Maitreya Buddha's Birthday\)](#)
- [章二十八、無盡燈儀 \(Infinite Lamp Ceremony\)](#)

5. 供佛與祭祖類

本類各章節專注於佛弟子在家中如何正確地供奉佛菩薩聖像，以及祭拜祖先的行儀與原則。這不僅是表達對三寶的恭敬與對先人的孝道，更是累積福報、讓家庭和樂的重要實踐。

- [章四、供佛與祭祖 \(Offering to Buddhas and Ancestors\)](#)
 - [章五、上香供養儀 \(Incense Offering Ceremony\)](#)
-

章一之一、入寺儀 (Entering a Temple)

佛陀的道場，也就是寺院，對我們學佛的人來說，是個非常清淨、神聖的地方。這裡不僅是佛、法、僧三寶的所在，也是僧侶們專心修行的地方，更是我們這些在家佛弟子積累福報、增長智慧的好地方，所以只要有空閒，就應該多親近寺院。

不過，為了維護寺院的莊嚴和清淨，我們進寺院時，有些規矩是必須知道並遵守的，這樣才不會因為不懂規矩而損耗自己的福報，或是冒犯到三寶。

以下是入寺的主要規矩和注意事項：

1. 怎麼進寺院？

要從旁邊的側門或邊門進出，不要直接走正中間的大門。這表示我們對佛、法、僧的恭敬之心。

2. 進去之後怎麼辦？

- a. 一進寺院，要先走到大殿（如果前面有天王殿，就先到天王殿）。
- b. 到了殿前，記得要把帽子脫下來，然後慢慢地走。
- c. 從側門進入大殿，向佛菩薩行三拜禮，或是點香供養。
- d. 特別注意，大殿正中間的位子給住持法師或負責職事的師父用的，我們不能在那裡禮佛。

3. 在寺院裡該做什麼、不該做什麼？

- a. 禮佛之後，你可以隨意地欣賞佛菩薩的聖像、寺院的建築。
- b. 也可以向寺裡的師父請教佛法，或是自己找地方安靜地閱讀佛經。
- c. 最重要的，要避免大聲喧嘩、嬉鬧。寺院是清淨修行的地方，不是遊樂場喔！

4. 見到人怎麼打招呼？

- a. 在寺院裡遇到人，無論認識與否，都應該雙手合掌，然後說一聲「阿彌陀佛」來問好。
- b. 如果你想請教佛理，可以走到堂室外面，先問訊（這是佛門一種恭敬的禮儀，類似鞠躬）然後再問是否可以請教。
- c. 如果師父邀請你進入客堂坐下來聊，才可以進去；如果沒有，就不要貿然闖入。

5. 如果想在寺院用餐或住宿？

- a. 如果你想留在寺院用餐，或者想留宿一天甚至多天，可以向客堂的「知客僧」（類似招待組的師父）請示是否可以。
- b. 如果師父允許，這就稱為「安單」。

- c. 一旦獲得允許留宿，就必須問清楚寺院的作息時間，像是早上起床（稱作「起板」）、晚上就寢（稱作「安板」）的時間。
 - d. 還有早晚課誦的時間和內容，以及用餐的時間和方式等等。
 - e. 同時也要問清楚其他需要注意的事項，以免不小心觸犯寺院的規定，反而損害了自己的福報。
 - f. 特別強調的是：留宿寺院期間，絕對不能吃葷腥（肉類、海鮮）或飲酒。夫妻也絕對不能在清淨的寺院裡行房。
 - g. 如果你要參加寺院的課誦，最好自備「法衣」（真佛弟子黃色法衣）。如果是受過菩薩戒的佛弟子，也應該攜帶「縵衣」，這樣可以讓道場顯得更加莊嚴。
6. 離開寺院前要注意什麼？
- a. 在離開之前，你所有使用過的物品都必須清洗乾淨，並放回原位。
 - b. 要明白，寺院裡的一草一木都是三寶的物品。如果沒有經過常住師父的允許，絕對不可以隨意使用或拿走。這涉及到「盜取」的問題，會損福報。
 - c. 我們佛弟子要知道，能在寺院裡住上一晚，就等於種下了清淨的善因。所以，要感恩大眾師父們供養我們清淨修行的環境。
 - d. 如果留宿寺院不是為了熏習佛法，那可以說是大大損耗了自己的福報。
 - e. 在寺院留宿期間，可以隨力所能地掃地、清潔，主動詢問是否有需要幫忙的地方。
 - f. 離開的時候，也可以隨緣隨力地供養寺院。這些行為都能避免損耗常住的福報，也能為自己積累福德。
 - g. 在你辦妥所有事情、準備離開之前，應該先到佛前行三拜禮，向佛菩薩告假。然後，也要向常住師父們告假後，才可以離開。

總之，進入寺院是我們與三寶結緣的好機會，透過這些規矩，不僅能表達我們的恭敬心，也能在行動中培養正念，讓自己的修行更上一層樓！

[（回目錄）](#)

章一之二、真佛宗道場禮儀指南（ True Buddha School Temple Etiquette Guide ）

真佛宗的分堂與同修會，是我們親近根本上師蓮生活佛、真佛僧眾或講師、助教等善知識，修習密乘佛法的重要道場。雖然道場規模不若大型寺院那樣宏偉莊嚴，但它仍是諸佛菩薩、護法神明與僧團加持攝受的清淨處，也是眾弟子修行、共修、聞法、持咒的重

要場所。因此，我們每位佛弟子進入道場時，都應該秉持恭敬心與正念，遵守必要的禮儀，以護持道場清淨莊嚴，並增長自己的福慧資糧。

1. 進入道場前的準備

- a. 穿著整潔端莊，避免暴露或過於花俏的服裝。
- b. 如果是參加法會或共修，應盡量穿著真佛宗黃色法衣，若持有「縵衣」（菩薩戒衣）亦應佩戴，以示莊嚴。
- c. 若是初次前往道場，可先向該分堂或同修會的負責人或師父致電詢問是否有需要注意的事項。

2. 如何進入道場

- a. 道場的門雖不像大寺院有正中山門，但進門時仍應心存恭敬。可以合掌輕聲念一句「唵嘛呢叭咪吽」或「南無蓮生活佛」，內心觀想向佛菩薩頂禮。
- b. 請輕聲開關門，進門後動作放緩，不可喧鬧奔走。
- c. 若場內已有共修進行中，請輕輕入座，不要干擾他人。

3. 禮敬佛菩薩與壇城

- a. 一進門後，應面向佛堂正中央的佛像與根本上師法相，合掌鞠躬或行三拜禮。
- b. 若壇城前有供桌、香壇，可隨意供香與供品，但不可擅自動用壇城上原有的物件或貢品。
- c. 若不知道供養壇城的規矩，請先詢問值堂人員或在地師父。

4. 與人見面打招呼的禮儀

- a. 見到真佛僧眾或道場負責人，應合掌稱呼「師父好」、「阿彌陀佛」或「上師/教授師/法師/講師/助教吉祥」。
- b. 見到其他信眾或義工，也應合掌說「阿彌陀佛」或「師姐／師兄好」，展現和合禮儀。
- c. 與人交談請壓低聲音，避免談論世俗話題或與佛法無關的內容。

5. 參加共修或法會時

- a. 請提前幾分鐘到場，避免遲到打擾他人。
- b. 有座位安排者，請依序就座；無特別安排者，可選擇靠邊位置安靜入座。
- c. 隨眾誦經、持咒、禮拜，動作應整齊莊重，手機務必關機或靜音。
- d. 法會期間請勿走動、隨意出入、滑手機或與人閒談。
- e. 法會後可隨力供養主壇僧眾或道場，表達感恩與護持之心。

6. 欲請法或與真佛僧眾交談時

- a. 請先在共修結束後或空閒時，合掌詢問：「弟子有事想請示，是否方便？」
- b. 若師父正在處理其他事務，請耐心等待，不可催促。
- c. 交談時注意用語恭敬，避免以世俗語氣談論佛法。

7. 欲在道場用餐或暫留時

- a. 若道場有供齋，請先詢問是否方便留下用餐。
- b. 用餐前合掌念供養偈，用餐時保持安靜，勿挑食或浪費。
- c. 用畢後主動收拾碗筷，協助整理環境。
- d. 若需短暫休息或暫留道場，應向負責人或在地師父請示是否方便。

8. 離開前的行儀

- a. 欲離開時，應向佛前行三拜禮，默念「願佛力加持，護念我等，增長福慧」。
- b. 向師父及在場負責人合掌告假：「弟子告退，感恩根本上師與三寶加持」。
- c. 若有因果問事或供養，應在適當時間向知客或值堂人員詢問流程。

9. 其他應注意事項

- a. 禁止在道場抽煙、喝酒、吃葷食，或談論與修行無關的負面話題。
- b. 不可私自拍攝或錄影法會內容，除非經過同意。
- c. 所有道場物品皆屬三寶所有，未經允許請勿取用或攜出。
- d. 若發心做義工，應遵守安排，不可自作主張擅動法器或道場設施。

真佛宗的分堂／同修會，是根本上師蓮生活佛以大願力所建立的弘法據點，每一個角落都承載著無量的加持力與修行功德。我們佛弟子每次進入道場，都是一次與佛菩薩結法緣、與同修建立善緣的珍貴機會。願我們時時保持清淨恭敬的身口意，共同營造一個莊嚴、和合、歡喜的修行道場！

[\(回目錄\)](#)

章二、佛門稱謂 (Buddhist Appellations)

在佛門中，無論是面對出家修行的師父們，或是在家的佛弟子，學會正確的稱呼方式是一項非常重要的基本禮儀。這不僅展現了我們內心的恭敬與謙遜，也能維護佛門整體的莊嚴與和諧氛圍，讓彼此的交流更加順暢，避免不必要的誤會發生。

以下將針對佛門中不同身份的稱呼規範與識別方式，為您詳細說明：

1. 如何稱呼出家師父 (僧尼)

在非真佛宗的寺院或佛法學習的場合中，遇到出家弘法人員時，我們應特別留意以下稱呼規矩。當您不確定對方具體職稱時，通稱「師父」通常是最為穩妥且不失禮的方式。

- a. 真佛宗專有的出家眾稱謂與服裝識別

真佛宗的弘法體系，根據其弘法職位及修學資歷，對出家弘法人員的服裝與稱謂有明確的區分。這有助於我們更精準地了解他們的僧團與弘法架構。

職位	服裝顏色識別	正確稱呼方式
長老	紅色喇嘛裝、黃色嚴花領	「長老上師」、「○○長老」等等
上師	紅色喇嘛裝，黃色領	「○○上師」、「上師」等等
教授師	紅色喇嘛裝，綠色領	「○○教授師」、「教授師」等等
法師	紅色喇嘛裝，紅色領	「○○法師」、「法師」等等

b. 普遍適用的出家師父稱呼原則 除了真佛宗特有的職稱外，在更廣泛的佛門環境中，或當您不確定對方具體傳承或職位時，以下是一般性的稱呼原則：

- **詢問師父的名號**：若您想了解師父的法號，應先雙手合掌，恭敬地說：「請問上下」、「請問師父尊號」或「請問法師尊上下」。
- **稱呼年長的師父**：對於德高望重的長者，無論是男眾（比丘）或女眾（比丘尼）師父，都可以尊稱為「上人」。針對男眾師父，還可稱「某老法師」或「某老和尚」；針對女眾師父，則可尊稱「師太」或「尼師」。
- **稱呼年輕的師父**：無論年輕的男眾或女眾師父，最直接且恰當的稱呼就是「師父」。您也可以在他們的法號後面加上一個「師」字，例如「某某師」。
- **不確定時的萬用稱呼**：如果您無法分辨對方是男眾師父（比丘）還是女眾師父（比丘尼），或者不確定其具體職位，最簡單且絕不會失禮的方式就是一律尊稱「師父」。
- **自我稱呼**：在師父面前，身為在家佛弟子，我們統一自稱「弟子」即可。
- **重要提醒**：無論是面對面與師父交流，或是書信往來，都絕對不能直接稱呼僧尼的俗家名字或法號的單名。這是為了表達對「僧寶」的最高敬意。書信往來：無論是面見師父或書信往來，都不能直呼僧尼的名字。

2. 如何稱呼在家佛弟子(居士)

a. 真佛宗專有的在家眾弘法人員稱謂與服裝識別

職位	服裝顏色識別	正確稱呼方式
----	--------	--------

講師	紅色喇嘛裝，藍色領	可稱呼「某某講師」、「講師」等
助教	紅色喇嘛裝，白色領	可稱呼「某某助教」、「助教」等

- b. 普遍稱呼：在家佛弟子之間，可以互相稱呼「居士」、「大德」、「(男)師兄」或「(女)師姐」。
- c. 「居士」：是佛教對在家信徒的通用稱呼。
- d. 「大德」：表示對對方品德或修行成就的尊重。
- e. 「師兄/師姐」：通常用於真佛同門之間的敬稱。
- f. 對年長的居士：對於年長的在家佛弟子，也可以尊稱他們為「菩薩」。這表示讚嘆他們發菩提心、行菩薩道的精神。
- g. 夫妻之間：學佛的夫妻之間，可以互相稱呼為「同修」。這代表兩人共同修行佛法，是修行路上的伴侶。
- h. 對外自我稱呼：如果在對外介紹自己是佛弟子時，可以自稱「佛弟子」或「三寶弟子」。這表明自己皈依佛、法、僧三寶的身分。

總之，這些稱謂規矩的學習，不僅是外在的禮貌，更是內心恭敬與謙遜的體現。透過這些簡單的稱呼，我們能更好地融入佛法團體，並在相互尊重中共同學習與成長。

[\(回目錄\)](#)

章三、禮敬儀 (Forms of Reverence)

在佛門中，「禮」就像我們內心誠意的外在表現，俗話說「誠於中，形於外」就是這個道理。作為佛弟子，為了表達我們對佛、法、僧三寶的恭敬心和皈依之誠，同時也為了收攝身心，避免散漫放逸，我們需要學習並實踐這些「禮敬儀」。這些禮儀根據對象、彼此關係和場合的不同，會有程度上的輕重之分。

以下是佛門中幾種主要的禮敬方式：

1. 合掌 (Joining Palms)



圖一 合掌

- a. 怎麼做：這是最簡單也最常見的禮敬方式。將兩隻手掌心相對，十根手指頭併攏向上，置於胸前，不要向前或向下傾斜，要像寶塔一樣筆直地立著。
- b. 什麼時候用：凡是佛弟子見到人，無論是在寺院裡、家裡，認識的或不認識的，都可以合掌表示問好。

- c. 小提醒：合掌完畢後可以放下，但如果想表示更深的恭敬，也可以在問答時一直保持合掌的姿勢。

2. 長跪合掌 (Long Kneel with Joined Palms)

- a. 怎麼做：這是在禮佛之後，因為內心非常恭敬，所以雙膝跪在地上，身體保持筆直，雙手仍然像合掌一樣置於胸前。
- b. 什麼時候用：這是一種表達極度恭敬的禮儀。



掌合護身 二圖

3. 胡跪合掌 (Half-Kneel with Joined Palms)

- a. 怎麼做：這種禮儀在佛經中常有記載，是佛弟子向佛陀請教佛法時的正式禮節。執行時，右膝著地，左腿自然彎曲立起，雙手依舊合掌於胸前。



圖三 胡跪合掌

4. 問訊 (Bowling)

- a. 問訊比單純的合掌更為恭敬，通常用於課堂或大眾聚集在不適合禮拜的場所時。



圖四 鞠躬問訊

5. 鞠躬問訊 (Bow and Bowling)：

- a. 怎麼做：雙手合掌在胸前，身體向前傾斜 90 度，然後再恢復直立。

6. 結印問訊 (Mudr ā Bowling)：

- a. 怎麼做：先合掌於胸前。
- b. 身體向前傾斜 90 度時，雙手從合掌的姿勢放下，在腹部前方結一個印（左手在下，右手在上，兩個大拇指輕微觸碰，其餘四指疊放）。
- c. 起身時，雙手的食指和拇指相觸，舉到與眉毛同高。
- d. 最後再將雙手合掌置於胸前。



圖五 鞠躬結印 圖六之一 結印問訊



圖六之二 結印問訊

7. 頭面接足禮 (Prostration / Five-Point Prostration)

- a. 怎麼做：這是佛門中最高的敬禮儀式。它又稱「五體投地」，意思是將身體的五個部分——頭部、兩個膝蓋和兩個手肘——完全伏貼於地。
- b. 詳細步驟：
- c. 1. 雙手先合掌於胸前。
- d. 2. 身體向前俯臥時，右手先伸出觸地，左手依然保持在胸前。
- e. 3. 此時雙膝跪地。
- f. 4. 左手也觸地，使左右手與身體齊平。



五點接觸圖 二式圖



五點接觸圖 三式圖



五點接觸圖 八圖



五點接觸圖 一五圖

图九 头面接足礼



图十 头面接足礼



图十一 头面接足礼



图十二 头面接足礼



- g. 5. 翻開腳掌（腳背向上），臀部坐在腳後跟上，身體俯低，頭面觸地。
- h. 6. 雙手手心向下握拳。
- i. 7. 然後翻掌（手心向上）。
- j. 8. 起身時，依照相反的動作順序進行：先將手心向上握拳、翻掌，然後雙手縮回，身體抬起。
- k. 9. 翻回腳掌（腳底向下），左手合掌於胸前，用右手撐地站起。
- l. 10. 最後雙手合掌直立。

意義：這個禮儀是將我們最尊貴的頭部，去碰觸佛陀最卑下的雙足，以此表達最極致的恭敬。

總之，這些禮敬儀式不僅是外在的姿態，更是我們內心對三寶無限恭敬、謙遜的展現。透過不斷地練習這些簡單而莊重的行為，我們可以更好地融入佛法團體，培養正念，並在相互尊重中共同學習與成長，讓自己的修行更上一層樓。

[\(回目錄\)](#)

章四、供佛與祭祖（Offering to Buddhas and Ancestors）

對我們在家學佛的人來說，在家裡供奉佛菩薩聖像，以及祭拜祖先，是非常重要的件事。俗話說「誠於中，形於外」，這些行為都是我們內心對三寶（佛、法、僧）的恭敬，以及對先祖孝道的展現。

佛經上說「禮佛一拜罪滅河沙」，意思是每次禮佛都能消除無數的罪業。而中國文化又非常重視孝道，所以在家裡供佛和祭祖，不只累積自己的福報，也能讓家庭更和樂，同時也表示我們對先人的懷念與感恩。

那麼，供佛與祭祖（在家供奉佛菩薩與祭拜祖先）具體該怎麼做呢？

1. 供台的設置

- a. 大小與空間：供桌的大小可以依照您家裡的空間來決定。最好能有一個專屬的供桌，如果空間真的不大，也可以將祖先牌位設置在較低的位置，或牆上亦可，但不要和佛像放在同一個供桌上。
- b. 位置選擇：供桌的位置通常建議放在客廳或主要廳堂的上方，也就是比較顯眼、清淨的地方。
- c. 若是懂得風水之法，可以設置在藏風聚氣的吉位上更佳。

2. 擺放原則：

主尊居中：壇城主尊應供奉於正中央，選擇自己修法的本尊作為主尊。若尚無，則可以以根本上師或本師釋迦摩尼佛坐中位。

3. 排列順序：

- a. 佛像應以單數排列（如 1 尊、3 尊、5 尊等）
- b. 排列順序依次為「佛、菩薩、金剛、天神」
- c. 首先要確保供桌非常清淨、整潔。
- d. 祖先牌位位置：不要和佛像擺在同一個供桌上，可以另外擺一個供桌祭拜。這樣做是因為先人的位階相對較低，如果與佛菩薩同放在一起，可能會損及他們的福報，或者讓他們不敢前來接受供養。

4. 佛像材質：

佛像的材質沒有特別限制，可以是紙畫、木雕、泥塑、瓷塑或銅鑄等，只要配合供桌的大小即可。

5. 佛像選擇：

所供奉的佛菩薩聖像，可以選擇與您個人修行法門相應的佛菩薩。

6. 香爐的擺放

- a. 數量與高低：若有供奉佛菩薩與祖先牌位時，香爐需要兩座。一個是供奉佛菩薩的，另一個是供奉祖先的。
- b. 大小差異：供佛的香爐應該比較高大，而供祖先的香爐則要低矮、小一點。這是在表示對三寶的恭敬心。
- c. 類型：香爐可以是立香爐、環香爐或臥香爐，依個人喜好選擇。

7. 日常供養與清潔

- a. 基本供品：平日裡，每個香爐至少要上一炷香，並供奉一到三杯清水。
- b. 節慶供品：在週末或節慶時，可以依據您的條件和因緣，供奉鮮花、水果以及其他各種供品。
- c. 供品撤回時間：
 - i. 供佛菩薩的供品，可以在中午過後撤下並分食。
 - ii. 供祖先的祭品，則建議等到晚上過後再撤下，或者隔幾天再撤也可以。
- d. 供台維護：供桌上要保持清淨莊嚴。除了佛經、香燭和各種供養器具外，不要放置其他雜物。記得要常常擦拭和清潔。

8. 每日最低功課：

身為佛弟子，既然在家裡供奉了佛像，那麼每天至少要供香、供水。同時，也不要忘記禮拜佛菩薩，並唱念「四皈依咒」三遍。這是提醒自己不忘佛弟子的身份，以及學佛的方向。

這些供佛與祭祖的行為，不僅是外在的儀式，更是我們培養慈悲心、恭敬心和累積福德資糧的實際行動。

[\(回目錄\)](#)

章五、上香供養儀 (Incense Offering Ceremony)

在佛門裡，我們常會聽到「供養」這個詞，它其實就是「佈施」的一種特別形式。不同於一般直接給予物品的佈施，供養是指我們懷著至誠恭敬的心，將物品奉獻給那些對我們有恩德的人，特別是指三寶（佛、法、僧）。

佛法中，佈施是菩薩修行最重要的第一步。所以，作為佛弟子，經常進行供養是非常重要的修行方式。

佛門中有提到十種主要的供養物，它們是：香、花、燈、塗（塗香或塗油）、果、茶、食、寶（珍寶）、珠（珠寶）、衣。而在這之中，「香」特別具有代表性！

1. 為什麼「香」這麼重要？

- a. 普薰十方：香氣能遍滿各個方向。
- b. 鬼道眾生所需：對華人來說，特別偏愛用香，因為佛法中提到，鬼道的眾生只能吸食香氣為食。這也是為什麼中國人在祭祖或拜祭鬼神時，都會用香。
- c. 主要供物：香是鬼神所食的主要物質，所以它在眾多供品中也成了最主要的一種。
- d. 方便易行：在佛教法會或祭祖時，用香來供養是一種非常方便又容易進行的方式。

2. 香的種類

- a. 市面上香的種類很多，您可以依自己的喜好選擇，常見的有：
- b. 立香（長條狀的香）
- c. 環香（盤香）
- d. 臥香（平躺燃燒的香）
- e. 末香（香粉）



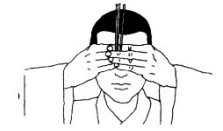
香枝上法

f. 香枝（與立香相似）

3. 如何上香枝（立香）

上香枝的方式，是有規矩的，這樣更能表達我們的恭敬心：

- 用雙手的食指和拇指，分別捏住香的兩端。
- 其餘的三根手指要保持筆直向上。
- 將香舉到眉心的高度。
- 然後用單手將香插入香爐中即可。



圖三之一立香上法(正面)



圖三之二立香上法(側面)

4. 什麼時候上香？

- 大眾共修時：如果是在法會或大眾共修，當大家一起唱誦「香讚」（讚揚香的功德的偈子）時，您可以跟隨法師的引導上前上香。但是在真佛宗道場舉行法會與共修時，上香則由主壇者或主持同修者代表上香，居士可以觀想心香雲遍法界，供養諸聖眾。
- 自己上香時：如果您是獨自在家上香，或者在寺院中自己上香，上香後可以對著佛菩薩行三拜禮。
- 當您進入寺院時，可以在各個佛殿的香爐中，各上一炷香或三炷香。
 - 上香的先後順序：一般來說，上香的順序是先佛，再菩薩、羅漢，最後是護法神和祖師。
 - 具體順序：通常是先供養釋迦牟尼佛（大雄寶殿），接著是藥師佛、阿彌陀佛、彌勒佛、觀音菩薩、地藏菩薩，最後是韋馱菩薩等護法神。
 - 彈性處理：如果寺院的殿堂地形或排列比較複雜，也可以從前面依序向後上香。

5. 在家中的日常上香

- 每天早晨：可以在佛前和祖先牌位前，各上三炷香。
- 每天晚上：同樣也可以上三炷香，行三拜禮，並供奉一杯清水。
- 最重要的：雖然香是小小的供物，但上香時，最重要的是要帶著至誠恭敬的心。這樣做，是為了報答尊貴的三寶和已故親人的恩德。

總而言之，上香不僅是一個外在的動作，更是我們內心誠意與恭敬心的展現。透過這樣簡單而莊重的儀式，我們可以與佛菩薩、祖先連結，同時也能培養自己的慈悲心和虔誠心，讓修行更上一層樓。

[\(回目錄\)](#)

章六、四皈（Four Refuges）

在佛法中，我們常說眾生在六道輪迴中，經歷著說不盡的痛苦。就像一個生病的人需要醫生，一個年幼的孩子需要父母一樣，在茫茫無際的業海中沉淪的眾生，最能依靠和拯救我們的，唯有諸佛菩薩。因此，當我們開始學習佛法時，最首要、也最根本的一步，就是皈依三寶。

而對於密教的修行者來說，這個皈依更為完整，稱為「四皈依」，它包含：皈依金剛上師、皈依佛、皈依法、皈依僧。梵語中的「南摩」意思就是「皈依」。因此，我們常聽到的「四皈依咒」便是：「南摩古魯貝。南摩不打耶。南摩達摩耶。南摩僧伽耶。」。

皈依，是我們向佛法僧三寶（或密教的金剛上師、佛、法、僧四者）表達全身心的信任、歸屬與依止，是學佛的起點。

1. 為什麼要皈依？

- a. 尋求救護：在無盡的生死輪迴和痛苦中，我們需要強大的力量來救護和引導。佛、法、僧就是我們最可靠的依止。
- b. 確立方向：皈依後，就等於正式成為佛弟子，確定了生命中向三寶學習的方向。

2. 「四皈依」的內涵

「四皈依」中的每一「寶」，都有其深刻的意義：

- a. 皈依金剛上師 (南摩古魯貝 **Guru**)：在密教的教義中，非常重視根本金剛上師。這代表著對佛法傳承的重視和對傳法上師的尊敬，因為所有的教法都是從「多傑羌如來」（金剛總持）一直傳承到現在的根本上師，他是傳承的根源。
- b. 皈依佛 (南摩不打耶 **Buddha**)：佛代表著「覺悟」的意義。皈依佛，是學習佛陀覺察煩惱、覺悟真理，進而成就最圓滿的人格，從煩惱和生死的束縛中解脫。
- c. 皈依法 (南摩達摩耶 **Dharma**)：法代表著「真理」。皈依法，是依照佛陀所教導的真理去實踐，因為只有這些真理才能引導眾生走向解脫的道路。
- d. 皈依僧 (南摩僧伽耶 **Sangha**)：僧指的是實踐佛和法教導的修行者。他們以弘揚佛法、利益眾生為自己的主要職責和家業。佛、法、僧這三者能讓眾生遠離煩惱、獲得清涼，是宇宙中最莊嚴、最殊勝的，因此被尊稱為「三寶」。

3. 如何正式皈依？

- a. 舉行儀式：如果想正式皈依三寶，必須要請僧眾來舉行皈依儀式，作為證明。

- b. 皈依的對象：要明白，為你舉行儀式的僧眾，只是你的「皈依證明師」。你真正皈依的對象是「十方一切的佛、法、僧」。所以，我們不能自稱是皈依了某位法師，而是可以說某某法師是自己的引領師。

4. 皈依後的生活與修行

- a. 身份確認：皈依後，你就正式成為一名佛弟子，這代表你確立了在生命中向三寶學習的方向。雖然這時還沒有任何具體的戒律約束，但這是一個重要的承諾。
- b. 培養恭敬心：既然已皈依三寶，你就應該對佛像、佛經、僧侶生起恭敬心、擁護心和供養心。要將三寶視為自己的老師和父親。
- c. 堅持不離：在修學佛法的過程中，更是一刻都不能偏離三寶。
- d. 日常提醒：佛門的早晚課誦中，一定會有「三自皈依」的內容。這是為了時時提醒佛弟子，不要忘記自己的身份。

5. 「四皈依」的發願

在皈依的儀式中，我們也會念誦「四皈依」，這代表著我們所發的廣大心願：

- a. 自皈依金剛上師：願所有眾生，都能證得空性和大圓滿覺。
- b. 自皈依佛：願所有眾生，都能體悟大道，發起無上的菩提心。
- c. 自皈依法：願所有眾生，都能深入佛法經藏，智慧如同大海般廣闊。
- d. 自皈依僧：願所有眾生，都能管理大眾，一切都無所障礙。

透過這些皈依的誓言和發心，我們的心量將逐漸擴展，福德與智慧也會日益增長，最終走向成就佛果菩提的康莊大道。

總結來說，皈依不只是一個儀式，它是我們學佛之路的起點，是我們心靈找到歸宿、確定方向的重要里程碑。它引導我們培養對三寶的恭敬，並在日常生活中實踐佛法，為自己和眾生累積福德與智慧。

[（回目錄）](#)

章七、誦經（Chanting Sutras）

在佛門的日常修行中，「誦經」是一個非常重要的環節，它不僅是修行的功課，更是我們與佛法親近、開啟智慧的殊勝途徑。這就像是透過閱讀經典，與佛菩薩的智慧進行深層次的交流，為自己的心靈注入一股清流。

1. 什麼是「誦經」？

在佛教中，所謂的「法寶」主要指的是「經、律、論」。其中，「經」是佛陀親口宣說的教法，「律」是佛陀制定的戒律，「論」則是菩薩或祖師大德為了闡釋經律

深義所撰寫的解釋性著作。雖然佛陀的戒律中沒有強制規定出家僧眾一定要誦經，但讀誦經典在佛門中已成為普遍且重要的習慣。就連佛陀在《阿含經》中也曾教導出家人有三件事應當學習實踐，其中之一便是「誦經」。因此，對佛弟子而言，誦經可以說是再自然不過的修行方式。

2. 為什麼要誦經？它有什麼功德？

誦經並非僅是口頭唸唸而已，它蘊含著許多不可思議的功德與益處：

a. 護持正法久住

當大眾共同聚集誦經時，這股集體的薰修力量能夠讓佛陀所傳的正法在世間長久住持，利益更多的眾生。

b. 身心安康，獲得護持

由於誦經的功德，能夠得到護法神祇的擁護，讓我們的家宅安穩，減少疾病與煩惱的困擾。

c. 增長正見，往生善道

透過反覆誦讀佛經，我們能對佛法產生更深的理解，從而建立起正確的知見和堅固的信心。這份理解和正信，能引導我們在生命終結後往生到更好的境界。

d. 煩惱輕薄，趨向解脫

在誦經的過程中，如果能專注思惟經文的義理，便能使內心的煩惱逐漸減輕，甚至最終得以斷除。

e. 奠定修行基礎，邁向開悟

誦經是我們進入佛法正信、建立正見的第一步。它能幫助我們正確地思惟、觀察，並順從法義，使修行不致偏離，逐步走向證道開悟的境界。可以說，正確的聽聞薰習（正聞薰習）是我們實踐佛法的根本依據。

f. 佛經中特別強調，誦讀大乘經典的功德更是不可思議。例如《金剛經》便提到，若有人能領受、持誦，並為他人解釋經中的「四句偈」，其所獲得的福報甚至超越無相布施的廣大功德。歷史上也有許多感應事例，證明誦經的殊勝，例如宋朝奉化趙母的女使因竊聽並誦持《法華經》中的四句偈，往生後竟在其葬處生出青蓮花。

3. 佛門裡常誦的經典有哪些？

在佛教歷史上，有些經典因其深遠的意義或契合眾生根機的內容，而廣受歡迎並被大眾普遍誦讀，例如：

a. 《法華經》

b. 《彌陀經》(著重諸佛菩薩的願力，救拔眾生苦難，如指引往生極樂淨土)

c. 《藥師經》(藥師佛的願力在於救拔眾生病苦與災難)

d. 《金剛經》(經義微妙，能啟發菩提心和智慧)

- e. 《華嚴經》(經義微妙，能啟發菩提心和智慧)
- f. 《地藏經》(近年來也日益普及，地藏菩薩的願力在於救度地獄及三惡道眾生)

這些經典各有側重，有些強調佛菩薩的慈悲願力，如同明燈指引；有些則著重於開啟我們的智慧，讓我們對真理有更深的體會。

4. 誦經要怎麼做才如法？

誦經的儀軌並非僵化，但若能依循一些基本原則，便能更好地表達恭敬心，並讓修行更加專注、圓滿。

a. 地點與時間

- i. 地點不拘：誦經的地點沒有嚴格限制，只要是乾淨整潔之處，無論是家裡的清淨角落、寺院的佛殿，甚至戶外的樹下或涼亭，都可以進行。
- ii. 時間彈性：誦經沒有限定特定時間。但若您是出聲誦讀，且附近有鄰居，請留意音量，避免打擾他人。
- iii. 聲音與專注：聲音可大可小：您可以選擇大聲唱誦，也可以小聲默念，甚至僅在心中默默讀誦，最重要的是心要專注、誠懇。
- iv. 字字入心：誦經時，應讓每一個字都清晰地進入心中。若能事先粗略了解經文的意義，在誦讀時便可隨文思惟觀想，這樣功德將更加不可思議。即使無法完全理解經文義理，只懂部分文句或名相，誦經的功德也絕不會白費。

b. 事前準備

- i. 簡單莊嚴：若能將案桌潔淨，擺放小型佛像，並點燃清香，這將有助於您更好地攝心。但若條件不允許，沒有這些準備也無妨，最重要的仍是那份真誠恭敬的心。
- ii. 日常供養：平時在家中供奉佛像，每日至少應供香、供水，並不忘禮拜佛菩薩及唱念「四皈依咒」三遍。上香時，應以雙手食指和拇指捏住香的兩端，其餘三指直豎，將香舉至眉心高度，再以單手插入香爐。香爐的擺放，若有供佛與祭祖，應佛爐高大，祖先爐低小，以示恭敬。

c. 個人或大眾共修

- i. 個人誦讀：您可以依據自己的喜好，調整誦經的速度、音量或選擇默念。
- ii. 大眾共修：如果與大眾一起誦讀，集體共修會有額外的加持功德力。大家齊聲恭誦，也能創造一個非常攝心的氛圍。

5. 誦經前後的儀式

- a. 誦前：在開始誦經前，可以先點香供養，並唱誦「香讚」（讚揚香的功德的偈子）等。
- b. 誦畢：誦讀完畢後，記得要「回向功德」，將此次誦經所累積的一切善功德普及於一切眾生及佛果，這是最圓滿的回向方式。
- c. 最簡便方式：若時間緊迫，最簡單的方法是直接稱念三聲「南無本師釋迦牟尼佛」後，便可開始念經題與經文。

總之，「誦經」是佛弟子培養正信、增長智慧、積累福德的重要法門。無論形式如何，最核心的要素都是那份至誠恭敬的心。希望大家都能在日常生活中多多實踐誦經，讓心靈更加清淨、安定，並在佛法的滋養中，逐步提升自己的生命境界。

(回目錄)

章八、聽經（聞法）(Listening to Dharma)

在佛門的日常修行中，「聽經」或稱「聞法」是一個極其殊勝且不可或缺的環節，它如同開啟智慧之門的鑰匙，引導我們深入佛法真義。

1. 聽聞佛法：稀有與珍貴

我們在許多經典的開篇會讀到這樣的偈語：「無上甚深微妙法，百千萬劫難遭遇，我今見聞得受持，願解如來真實義」。這段文字清楚地說明了佛法的莊嚴、尊貴與其甚深微妙之處。佛門中常說「人身難得，佛法難聞」，佛經裡甚至有個比喻：大海中有一塊浮木，木中有一個孔，它隨著波濤任意漂浮；海中還有一隻盲龜，牠每百年才會從深海中浮出海面一次。能夠投生為人，並且有幸聽聞佛法，其稀有和珍貴，就像盲龜恰好在浮出海面時，頭能鑽入浮木的孔中一樣困難。因此，我們今生能得人身，又逢佛法，是多麼值得珍惜的因緣。

我們在許多經典的開篇會讀到這樣的偈語：「無上甚深微妙法，百千萬劫難遭遇，我今見聞得受持，願解如來真實義」。這段文字清楚地說明了佛法的莊嚴、尊貴與其甚深微妙之處。佛門中常說「人身難得，佛法難聞」，佛經裡甚至有個比喻：大海中有一塊浮木，木中有一個孔，它隨著波濤任意漂浮；海中還有一隻盲龜，牠每百年才會從深海中浮出海面一次。能夠投生為人，並且有幸聽聞佛法，其稀有和珍貴，就像盲龜恰好在浮出海面時，頭能鑽入浮木的孔中一樣困難。因此，我們今生能得人身，又逢佛法，是多麼值得珍惜的因緣。

2. 為何聽經聞法如此重要？

佛法是甚深微妙的真理，僅憑個人閱讀經典，即使有註解，也難以完全領會。這與世俗的經驗之學不同，佛法絕非單憑聰明才智就能獲得。

- a. 需要善知識引導：佛法深奧，若無善知識（即具有正確知見的老師）的引導，我們很可能會「依文解義」，產生錯誤的理解，甚至可能被惡知識引入邪知邪見之中。善知識的教導能幫助我們正確地理解佛法，避免修行偏離正道。
- b. 避免自以為是：在沒有正確引導的情況下，自我學習佛法容易產生片面或錯誤的認識，甚至可能「自以為是」，阻礙了進一步的學習和體悟。
- c. 非世俗經驗之學：佛法不是世間的知識，它超越了我們日常的經驗和邏輯。因此，要真正理解佛法，需要透過聽聞善知識的開示，並結合自身的實踐與體會。

3. 從古至今的聞法演變

在過去，寺院多建在深山曠野中，法師講經的機會不多，經典流通也不普及，因此居士要聽聞佛法並不容易。然而，隨著時代的進步，現代社會日益都市化，印刷文化發達，交通也日益便利，許多「講寺」和「講堂」在城市中興起，大大方便了居士們親近佛法、聽聞教理。

4. 聽經的儀式與心態

古時大德講經，為了表達對經法的尊重，會有莊重的儀式，稱為「講大座」，需要禮請法師、唱誦「香贊」等。現今都市中的講堂，為了節省大眾時間，儀式多已簡化。有時只需稱念佛號、行問訊禮、念誦偈子，講經結束後回向即可。

5. 不論儀式繁簡，作為聽經的居士，最重要的心態是：

- a. 恭敬與清淨之心：必須懷抱一顆恭敬和清淨的心。無論法師講經的深淺、快慢、威儀莊重與否，或是語氣俚俗詼諧，只要其義旨不失正知見，我們都應當恭敬禮拜。這是因為法師說法，實是為了「正法住世」，利益眾生。
- b. 判斷標準：是否合乎佛法正量：判斷法師所講的內容，唯一的標準是是否「合乎佛法之正量」。如果內容不符合佛法義理，即便說得人人歡喜，天花亂墜，那也不是佛教，而是外道邪見或魔說。反之，若是正知見的佛法，即便以故事、笑語、俚語，甚至訓斥的方式呈現，那都是佛或如來之子的教導，都應當尊重、供養、禮拜。
- c. 選擇適合自己的法門：居士聽經，首先應以法師的知見是否正確作為選擇的依據。其次，可以選擇适合自己程度的法門來學習。佛經中名相眾多，宗派經典也很多，初學者若驟然學習大部頭的經典，可能會因為難懂而退失道心。若實在沒有太多選擇，只要能長期堅持聽完一部經，也一定會有領會。
- d. 堅持不懈的恆心：聽經的第二個要領是「有恆心」。初聽不解時不要輕易放棄，只要持之以恆，漸漸地就一定能有所收穫，深入佛法寶藏，體驗到無量的法喜。

- e. 若居士有疑問，且法師有空閒時，三五居士們也可以不時地請法師開示法要，這也是聽經聞法的一種方便法門。

總而言之，聽經聞法是佛弟子提升智慧、堅定正信的基石。透過恭敬而開放的心態，選擇正確的法義，並持之以恆地薰習，我們將能逐步深入佛法大海，獲得解脫的智慧與力量。

[（回目錄）](#)

章九、研經（讀經）(Studying Sutras)

研讀佛經，也就是「研經」，是在家居士學佛行儀中，一個能幫助我們更深入理解佛法精微奧義的重要環節。它通常是在聽聞佛法與誦經之後，為了追求更深層次的體悟所進行的進階學習。

研經的目的與重要性

「研經」的目的，是為了能夠更深入地了解佛法中甚深微妙的法義。佛法並非世俗的學問，僅憑個人的聰明才智難以完全領會，尤其在沒有善知識引導的情況下，單純閱讀經典可能會產生錯誤的理解，甚至導致「依文解義」、自以為是的情況。因此，透過研讀經典，搭配註解或集體研討，能幫助我們避免偏離正道，逐步趨向佛法真義。

1. 研經的兩種主要方式

研經主要有兩種方式，可以根據個人的條件和偏好來選擇：

a. 個人研讀

- i. 方法：佛弟子可以自行以經論的註解，細細研讀一部佛經或一部論典。
- ii. 必要條件：這種方式需要研讀者具備足夠的佛學基礎、良好的古文閱讀能力，並且擁有清淨的善根，才能更容易入門和深入。

b. 多人共同研究（大眾研修）

- i. 方法：可以組織一個小團體，由大約 5 到 10 人共同研讀一部經典或論典。
- ii. 優點：這種方式可以藉助大眾集體的力量來共同研修，從而促進彼此的進步。
- iii. 有效進行的建議：

- 1) 領導者：最好團體中至少有一人對所研讀的經典有較深入的了解，或具備較深厚的佛法基礎，由這位「大德」來引導大家，這樣大眾在研讀時才有所依循。
- 2) 依循註解：也可以將某位大德的註解或講解作為研讀的依循，這樣能確保研讀方向的正確性。

總而言之，無論是個人深入研讀，還是與同修共同研討，「研經」都是佛弟子在聽經與誦經的基礎上，更進一步探索佛法寶藏，提升智慧與證悟層次的重要修行法門。

(回目錄)

章十、發心 (Generating Aspiration)

「發心」，在佛門中是指發起「願心」，也可以直接稱為「發願」。它像是我們在修行道路上的理想與方向指引。願力有大有小，但只要發起正確的願望，就能激發佛弟子朝著願力實踐的動力。諸佛菩薩之所以能夠成就其無邊功德，正是因為他們在修行初期，都曾發下廣大無邊的誓願。

1. 發心的目的與重要性

學佛與皈依的開始，就應該學習發起與菩薩相應的「四弘誓願」：

- a. 眾生無邊誓願度
- b. 煩惱無盡誓願斷
- c. 法門無量誓願學
- d. 佛道無上誓願成

這四句誓願，是作為佛弟子廣度眾生、開發佛陀智慧的目標與方向。透過這樣的願力，佛弟子能被引導著在佛道上不斷前進，願力就像是前行的嚮導。

此外，每個人也應該針對自己的今生乃至未來世，效法佛菩薩的願力，發起一個正確的願望。這個願望可以引導我們在今生的一年、三年、十年、二十年，乃至一生或盡未來際，作為自己努力與皈依的方向。這樣能讓正願成為修行的動力，逐步邁向成佛之道。因此，佛弟子應該多發大願、弘願、正願；願望越是廣大，心力就越是堅強，也能更穩健、踏實地引導修行者前行。

2. 發菩提心：大乘佛法的核心

佛門中所說的「發心」，特別是指發起「菩提心」。菩提心就是發起「行菩薩道」的願望：願以六度波羅蜜，度一切眾生都能成就佛道。因此，所有大乘佛法都是建立在菩提心之上，它是成就佛果的決定性要素。

《金剛經》中有一段經文，是闡釋菩提心的最佳註解：「所有一切眾生之類，若卵生、若胎生、若濕生、若化生、若有色、若無色、若有想、若無想、若非有想非無想。我皆令人無餘涅槃而滅度之。如是滅度無量無數無邊眾生，實無眾生得滅度者」。佛弟子可以透過誦讀《金剛經》或這段經文，來學習發起菩提心。

3. 菩提心的具體實踐：「四無量心」與《淨行品》

a. 菩提心的精神可以透過「四無量心」——慈、悲、喜、舍來具體體現。

- i. 慈：是給予眾生快樂。
- ii. 悲：是拔除眾生的痛苦。
- iii. 喜：是為他人的成就而感到慶悅，不起嫉妒心。
- iv. 舍：是放下一切執著，心無偏執。

這四種心是針對無量無邊的六道眾生而發，所以稱為「四無量心」。能夠發起一念菩提心，剎那間就能與法性相應，遍滿虛空，其功德不可思議。

然而，菩提心深遠，四無量心廣大，凡夫的心量難以輕易發起。因此，我們需要不斷地熟練、不斷地發心。佛門中的《華嚴經淨行品》，便能引導佛弟子在日常生活的每個細節中，都不忘發起清淨的善心，並且不忘將功德回向給眾生，使之與菩提心相應。

b. 《淨行品》的經文教導我們，在每一個日常行為中，都應發起特定的願心，恭錄如下：

- 菩薩在家。當願眾生。知家性空。免其逼迫。
- 孝事父母。當願眾生。善事於佛。護養一切。
- 妻子集會。當願眾生。冤親平等。永離貪著。

- 若得五欲。當願眾生。拔除欲箭。究竟安穩。
- 伎樂聚會。當願眾生。以法自娛。了妓非實。
- 若在宮室。當願眾生。入於聖地。永除穢欲。
- 上升樓閣。當願眾生。升正法樓。徹見一切。
- 若有所施。當願眾生。一切能舍。心無愛著。
- 詣大小師。當願眾生。巧事師長。習行善法。
- 若入堂宇。當願眾生。升無上堂。安住不動。
- 若敷床座。當願眾生。開敷善法。見真實相。
- 正身端坐。當願眾生。坐菩提座。心無所著。
- 結跏趺坐。當願眾生。善根堅固。得不動地。
- 修行於定。當願眾生。以定伏心。究竟無餘。
- 若修於觀。當願眾生。見如實理。永無乖諍。
- 舍跏趺坐。當願眾生。觀諸行法。悉歸散滅。
- 下足住時。當願眾生。心得解脫。安住不動。
- 若舉足時。當願眾生。出生死海。具眾善法。
- 著下裙時。當願眾生。服諸善根。具足慚愧。
- 整衣束帶。當願眾生。檢束善根。不令散失。
- 若著上衣。當願眾生。獲勝善根。至法彼岸。
- 手執楊枝。當願眾生。皆得妙法。究竟清淨。
- 嚼楊枝時。當願眾生。其心調淨。噬諸煩惱。
- 大小便時。當願眾生。棄貪瞋癡。蠲除罪法。
- 事訖就水。當願眾生。出世法中。速疾而往。
- 洗滌形穢。當願眾生。清淨調柔。畢竟無垢。
- 以水盥掌。當願眾生。得清淨手。受持佛法。
- 以水洗面。當願眾生。得淨法門。永無垢染。
- 發趾向道。當願眾生。趣佛所行。入無依處。
- 若在於道。當願眾生。能行佛道。向無餘法。
- 涉路而去。當願眾生。履淨法界。心無障礙。
- 見疾病人。當願眾生。知身空寂。離乖諍法。
- 見端正人。當願眾生。于佛菩薩。常生淨信。
- 見醜陋人。當願眾生。於不善事。不生樂著。
- 若見沙門。當願眾生。調柔寂靜。畢竟第一。
- 若見長者。當願眾生。善能明斷。不行惡法。

- 到人門戶。當願眾生。入於一切。佛法之門。
- 入其家已。當願眾生。得入佛乘。三世平等。
- 若得美食。當願眾生。滿足其願。心無羨欲。
- 得不美食。當願眾生。莫不獲得。諸三昧味。
- 得柔軟食。當願眾生。大悲所熏。心意柔軟。
- 得粗澀食。當願眾生。心無染著。絕世貪愛。
- 若飯食時。當願眾生。禪悅為食。法喜充滿。
- 飯食已訖。當願眾生。所作皆辦。具諸佛法。
- 以時寢息。當願眾生。身得安穩。心無動亂。
- 睡眠始寤。當願眾生。一切智覺。周顧十方。

由此可見，學佛的全部內涵都離不开心性。如果能時時生起正念，檢視自己的心念，這就是大修行。因此，佛弟子應學習發起正願、發菩提心，在心念上觀照並下功夫。

[\(回目錄\)](#)

章十一、佈施 (Generosity)

「佈施」，是佛門中一項核心的修行法門，也可以說是「供養」的另一種稱呼。它不僅是單純地給予他人物品，更是一種發自內心誠摯恭敬，將所擁有的一切奉獻給有恩德之人（尤其是佛、法、僧三寶）的行為。在佛法中，佈施是菩薩道「六度波羅蜜」中的第一項，對於佛弟子累積福德智慧、廣結善緣至關重要。

1. 佈施的種類與效益

a. 佈施主要可以分為三種類型，各有其獨特的功德和利益：

i. 財施 (Material Giving)

- 定義：指以物質財富進行的佈施。
- 細分：
 - 內財施：獻出自己的身體、血肉，甚至頭目腦髓等生命最寶貴的部分來佈施。這是一種極致的捨棄與奉獻。
 - 外財施：以家庭財產、珍寶物品，乃至妻子兒女等身外之物來佈施。
- 效益：財施能夠幫助眾生解除身體上的痛苦，並在未來世獲得人道或天道的善報。

ii. 法施 (Dharma Giving)

- 定義：指以佛法教導眾生，使之獲得智慧與解脫。這是所有供養中最高尚的一種，因為它能成就眾生的法身慧命。
- 效益：法施能解除眾生心靈上的痛苦，使其心靈得到安樂，並在未來世證得涅槃解脫。每當有人信受佛法，就意味著地獄惡道少了一個苦難眾生，而人天聖道則多了一位得樂之人，功德無邊。佛弟子應承擔起傳承佛法的責任，廣度有緣眾生，這是報恩、傳燈、續佛慧命的體現。

iii. 無畏施 (Fearlessness Giving)

- 定義：指以慈悲心安慰眾生，使他們不再感到恐懼或畏懼。
- 效益：無畏施能給予眾生心靈上的安定，使他們遠離恐懼和不安。

2. 佈施的核心精神與實踐

a. 菩薩道的首要行法

- i. 佈施是菩薩六度波羅蜜（佈施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若）之首。
- ii. 透過佈施，可以進一步圓滿其他波羅蜜：例如，以平等柔軟心佈施就是忍辱；發勇猛心行大佈施就是精進；專心佈施而不求回報就是禪定；能夠捨棄一切、心無愛著就是產生智慧。因此，佛弟子應修習佈施法，以發起菩提心，學習菩薩行。

3. 佈施的心態與發心

- a. 根本：佈施應以「慈心、悲憫心、恭敬心」來進行。
- b. 目標：在行施時，應發心廣泛利益一切眾生，甚至達到「三輪體空」的境界，即行施者、受施者、所施之物三者都無實體、無所執著。
- c. 循序漸進：由於一般凡夫的心量難以一下子做到像菩薩那樣捨棄一切（如頭目腦髓、珍財妻子），因此應從日常生活中點滴學起，逐步開展佈施的心量。

4. 培養佈施心的五個階段

- a. 第一階段：以微小物品（如一束香、一盆花、少許錢）供養大眾或三寶，祈求自身家庭今生富樂平安，來世得安樂。
- b. 第二階段：以較多或珍貴的物品供養，祈求今生來世自身及眷屬富貴吉祥安樂。
- c. 第三階段：隨意供養物品不拘多寡，但心願擴展至祈求自身眷屬乃至一切眾生，都能普遍吉祥安樂。
- d. 第四階段：隨意供養，並祈願一切有情眾生都能了脫生死。

- e. 第五階段：供養時，能了知自己（行施者）、所供物品、以及受供者（受施者）三者皆是空寂無實，自己也無任何願求，達到「三輪體空」的境界。

透過這五個階段，佛弟子可以逐步將佈施的心量從世俗的小善，擴展到廣大的善行，最終圓滿無相的佈施波羅蜜。這不僅能為自身積累福德，更能廣結善緣，利益眾生。

[\(回目錄\)](#)

章十二、供僧 (Offering to Monastics)

「供僧」，是指向僧眾（出家修行者）提供供養，這在佛門中是一項重要的修行實踐。僧眾被視為眾生的「良友福田」，意思是他們能讓眾生播種福德、累積善業。

1. 供僧的意義與起源

- a. 「福田僧」：僧眾之所以被稱為「福田僧」，是因為他們能提供眾生一個累積福報的機會。
- b. 目犍連尊者救母：供僧的典故可追溯至目犍連尊者的故事。為了幫助他墮入餓鬼道的亡母脫離苦海，佛陀指示他在七月十五日結夏圓滿的「佛歡喜日」設大齋會供僧。目犍連尊者以盂蘭盆盛物，以平等心供養僧眾。因為這個供僧的功德，他的母親得以脫離惡道。這也是農曆七月盂蘭盆會的由來。這個故事說明，即使是神通第一的目犍連尊者，也需要透過供僧的功德才能救度母親，更何況一般凡夫。因此，佛弟子也應修習供僧之法來積累自身福報。

2. 供僧的時間與方式

- a. 時間彈性：除了盂蘭盆會，佛弟子也可以隨時在知道有僧眾的寺院進行供養。無論是平日、節日，或是僧眾舉行大型集會（百千僧眾聚集）時，佛弟子都可以隨喜參與，盡力供養。
- b. 供養物品：供養僧眾的物品種類廣泛，包括齋飯、蔬菜、水果、衣服、日常用品和金錢等。

3. 供僧的核心精神與實踐

- a. 平等心供養：供僧時，應以僧團為單位，對所有現前的僧眾，不論是男眾或女眾、年長或年輕、學問高低，都應以平等心來供養。
- b. 親手奉上：供養時最好能親手一一奉上。
- c. 避免直接接觸：若女眾供養男眾僧侶，或男眾供養女眾僧侶時，應以小盤墊著物品，避免直接觸碰，以表示對僧眾戒律的恭敬。

- d. 用餐陪伴：如果供養僧眾齋飯，居士最好能隨侍在旁，等待僧眾用餐完畢並祝願後再離開。
- e. 剩餘食物：僧眾若將剩餘飯菜施予白衣（在家居士），居士可以共同分食。
- f. 恭敬心為上：供僧最重要的是那份「恭敬心」，供養物品的多寡則是次要的。即使數量不多也無妨。
- g. 不妄動念：一旦已發心供養，功德即已成就。之後不應再過問僧眾如何使用這些供養物，避免產生不必要的念頭。

[\(回目錄\)](#)

章十三、放生 (Liberating Lives)

「放生」是佛門中實踐菩薩道的重要方式之一。這項修行，旨在透過具體的行動，給予處於苦難中的動物生命上的救助。

放生的目的與意義

在佛法觀點中，眾生在六道輪迴中承受著各自的痛苦。對於畜生道的眾生而言，儘管身受苦難，但如同螻蛄般，牠們依然貪戀生命，極度恐懼死亡，尤其面對宰殺的痛苦，更是世間最深重的苦楚之一。因此，佛弟子應當經常實踐放生，以解除這些動物所承受的極大痛苦。

1. 放生的功德與效益

放生不僅是對被救助生命的直接利益，對行者自身也帶來深遠的功德：

- a. 長養慈悲心：透過放生，能夠培養並增長對所有生命的慈悲心。這份慈悲不僅限於親友眷屬，更擴及所有人類乃至一切眾生，使我們能以悲憫之心對待牠們，進而消除內心的瞋恨和惡念。
- b. 獲得善報：行放生之善法，能為自己帶來健康的果報，例如長壽、少病、身體強健、精神充沛。
- c. 累積福德：放生行為不僅能免除眾生的痛苦，更能為我們自己增長慈悲心和福德。

2. 放生的正確實踐方式

在進行放生時，應當注意以下幾點，以確保其效益與精神：

- a. 1 隨緣隨力，及時救助：應當在有因緣時，隨時隨力地進行放生。例如，當遇到被捕捉或即將被宰殺的動物時，應立即採取行動予以救助。

- b. 避免人為弊端：如果舉辦大型放生法會，必須注意避免因商業利益而導致商人事先大量捕捉動物來供作放生用途。若發生這種情況，將會失去放生原本的慈悲精神與意義。
 - c. 法緣種子：在放生之前，應先為這些動物簡單地說授三皈依，並給予簡白的佛法開示。這樣做能讓牠們在聽聞佛法後，在心中種下善的種子，為其未來的生命結下佛緣。
 - d. 選擇適當場所：完成說法儀式後，應將動物帶到合適的環境中釋放，確保牠們能有生存的機會。
3. 對「放生」批評的回應
- 現今社會上，有些人會基於環保等考量對放生行為提出批評。然而，佛法認為，這種批評實際上是忽略了放生所帶來的巨大利益，也可能導致人們失去發展大慈悲心的機會。因為放生，其核心是解救那些即將被殺戮的眾生，這不僅能免除牠們的極大痛苦，更能增長行者的慈悲心與福德，其利益是極其廣大的。

(回目錄)

章十四、造寺、造佛像 (Building Temples and Sculpting Buddha Images)

在佛教中，「造寺、造佛像」是累積功德與支持佛法流傳的重要方式，尤其對於在家居士而言，更是實踐菩薩道、積累福報智慧的具體行動。

1. 寺院（伽藍/道場）的意義與重要性

寺院在佛法中扮演著多重角色，其重要性不言而喻：

- a. 三寶的標幟：寺院是佛、法、僧三寶的象徵與安居之所。佛像供奉於此，僧人在此修行，佛經在此流傳，這些都是佛法住世的基石。
- b. 修道的清淨處：寺院被稱為「道場」，意味著它是清淨的修行場所。僧團在此帶領所有佛弟子共同熏修佛法，培育成就佛菩提的善苗。
- c. 眾生慧命之所在：寺院是眾生慧命得以成就的地方。因為有了道場，無量眾生才能找到心靈的依止與歸向，得以瞻仰佛陀尊容、讀誦經典、親近善知識，並學習佛法，從而開啟智慧。

2. 造寺、造佛像的殊勝功德

參與建造寺院或製作佛像，能帶來極為廣大而深遠的功德：

- a. 1. 造寺功德：

- i. 經典記載，如果有人能發心布施寺院哪怕只是一磚一瓦，其所累積的功德將會延續，直到這磚瓦化為塵土才會消亡。這說明造寺的功德是不可思議且綿延不絕的。
 - ii. 透過造寺，也能為自己和家人帶來「居家安適」的善報，使家庭生活平穩和樂。
 - b. 造佛像功德：
 - i. 塑造佛像，能使行者在未來世獲得「莊嚴清淨之報體」，即擁有清淨莊嚴的身體形貌。
3. 在家居士如何實踐造寺、造佛像
- 作為佛弟子，在參與造寺、造佛像這類善行時，應當抱持正確的心態並採取實際行動：
- a. 發心與心態：應當生起「恭敬心」，認可這項功德對三寶修持與佛法弘揚的巨大意義。
 - b. 隨緣盡力：應當「隨緣隨分」地貢獻自己的力量，不論財力多寡，都能盡一份心力。
 - c. 多方參與：貢獻的形式可以是多樣的，包括「出財」（金錢資助）、「出力」（體力勞動，如幫忙建造或維護）或「出智慧」（提供專業知識或建議）。
 - d. 共同護持：最終的目標是共同擁護和成就佛法的道場，確保佛法能夠長久住世，利益更多眾生。

總之，「造寺、造佛像」不僅是實體的建造，更是一種內在發心的展現，透過實際行動來護持佛法，廣結善緣，並為自身及眾生積累無量福德智慧。

[（回目錄）](#)

章十五、印經（Printing Sutras）

在佛門的修行實踐中，「印經」，也就是印製、流通佛教經典，被視為一種極為殊勝的修行方式。這項功德屬於「法供養」的範疇，而且在所有供養之中，法供養的功德被認為是最高。

- 1. 「印經」的意義與重要性
 - a. 最殊勝的供養：「法供養」為何如此重要？這是因為供養財物，僅能滋養眾生的色身，幫助他們解決一時的物質困境。然而，法供養卻能成就眾生的「法身慧命」。色身終有苦難與消亡的一天，但法身所帶來的安樂卻是無

盡的寶藏。因此，透過印經來供養佛法，其效益遠遠超越其他形式的物質供養。

- b. 佛法傳承的基石：大乘佛經、律藏、論典，都是佛陀在無量劫以來修行所證得的妙法。這些清淨無邊智慧海中流露出的教法，歷經菩薩、羅漢的結集，以及歷代祖師、護法居士們代代相傳至今。在佛法傳承的過程中，不知有多少先賢為此犧牲生命，付出無數的血汗、財力與物力。例如玄奘大師、義淨大師等，都是千萬傳法者中極少數能全身而退的。因此，我們現今所擁有的經典，是這些祖師們以智慧、生命與血汗換來的珍寶。作為佛弟子，我們應當尊重經典，並繼承祖師們的宏願，廣泛印製和流通佛經。

2. 「印經」的功德與效益

印經不僅是對佛法的護持，也為行者自身和廣大眾生帶來深遠的利益：

- a. 利益眾生：印經能夠讓有緣的眾生接觸、學習並聽聞佛法。透過研讀經典，眾生得以啟發佛法的智慧，在心中種下菩提的種子。當有人信受佛法，就意味著地獄惡道少了一位受苦的眾生，而人天聖道中則多了一位能得安樂的人，其功德是無邊無際的。
- b. 增長自身智慧與福德：對於印經者自身而言，能夠成就無邊的善法，使來生擁有智慧，方便聽聞到正法。這是因為印經的功德，能夠為行者累積深厚的福報和智慧資糧。
- c. 弘揚佛法：印經對佛法的弘揚、對眾生的利益，以及對印經者自身的善法，都有極大的助益。佛法能長久住世，有賴於每一代佛弟子的傳承與弘揚。我們今日能得入佛道，正是因為前人供養佛法之恩。因此，佛弟子應當廣泛印送經書，肩負起傳承佛法的責任，讓佛法的光明得以延續，利益更多沉溺於無明中的眾生。

總而言之，印經不僅是單純的物質投入，它承載著對佛法的無比尊重，對眾生的慈悲願力，以及對自身智慧與福報的耕耘。透過這項殊勝的法供養，佛弟子不僅能廣結善緣，也能為佛法的長久住世貢獻一份力量。

[\(回目錄\)](#)

章十六、佛誕節 (Buddha's Birthday)

佛誕節，也稱為「浴佛節」，是佛教徒慶祝釋迦牟尼佛降生人間的殊勝日子，顯教通常訂在農曆四月初八，在真佛宗則以農曆 5 月 16 日慶祝。這個節日的意義深遠，不僅僅是一個慶典，更是佛弟子感恩佛陀、學習佛法智慧的機會。

1. 佛誕節的意義與由來

佛法中提到，如果沒有佛陀出世，世間將會像漫長的黑夜一樣無明。正是因為佛陀的降生，眾生才能開啟智慧之眼，找到出離生死苦海的道路。因此，佛弟子應當懷著欣喜與感恩的心情來慶祝這一天。

佛誕節的儀式起源於佛陀降生時的傳說。相傳在西元前六世紀中期，淨飯王太子（即後來的釋迦牟尼佛）降生後，立刻朝著東南西北四方各走了七步。每一步落下，大地上都會自然湧現出七寶蓮花來承接他的雙足。隨後，小太子一手指向天、一手指向地，宣說：「天上天下，唯我獨尊」。此時，天上的龍王便降下甘露水，為太子灌沐，以迎接這位聖者的誕生。後世的佛弟子們，為了效法龍王為太子灌沐的這份精神，便在佛誕日舉行浴佛的儀式。

2. 浴佛儀式與慶祝方式

在佛誕節這一天，佛弟子們通常會聚集在寺院或會所，設置「浴佛亭/壇」來進行浴佛儀式。

a. 浴佛亭的設置：

- i. 浴佛亭/壇的四周會用花蔓來裝飾。
- ii. 亭下方/壇中放置一個盆，盆中盛滿了「香湯」（通常由甘草和藥草熬製而成）。
- iii. 盆中會立一尊小太子像，太子像赤身而立，一手指向天、一手指向地。

b. 浴佛儀式的流程：

- i. 儀式開始時，主持人會先說明浴佛的意義。
- ii. 接著，大眾會一同唱誦「浴佛贊」。浴佛贊的歌詞寓意深刻：「我今灌浴諸如來，淨智莊嚴功德聚，五濁眾生令離垢，同證如來淨法身」。這段偈語表達了透過浴佛的功德，願眾生都能洗去煩惱塵垢，最終證得佛陀清淨法身的願望。
- iii. 僧眾會先用勺子一一為佛像灌沐。
- iv. 隨後，所有在場的信眾也都會一一親手浴佛。
- v. 浴佛贊的唱誦會持續進行，直到所有人都完成了浴佛。

c. 浴佛後的慶祝活動：

- i. 居士們可以將浴佛後的香湯用小瓶帶回家，與家人一同分享飲用。
- ii. 寺院或團體也會安排歌舞等表演來慶祝佛陀的誕生。這些歌舞的目的在於供養與慶祝佛陀的出世。
- iii. 晚上，有時會舉行「無盡燈儀」（傳燈儀式），象徵佛法的光明永續傳承。

章十七、彌勒誕 (Maitreya Buddha's Birthday)

彌勒佛誕，適逢農曆的正月初一，與我們的新年春節是同一天。這一天對於佛弟子而言，是一個非常吉祥且充滿喜慶的日子，慶祝的同時也包含了對新一年的美好祈願。佛弟子可以在這天進行一系列的佛事，不僅是為了慶祝彌勒菩薩的聖誕，更是為了祈求新年的平安與吉祥。

以下是佛弟子在這一天可以實踐的重點佛事：

1. 布袋禮物送人

這項習俗是為了效法彌勒菩薩「布袋喜捨」的精神。彌勒菩薩常以布袋示人，象徵著其廣大包容與歡喜布施的德行。佛弟子可以：

- a. 縫製布袋：準備一個大的布袋，裡面裝滿各種「百寶物」。
- b. 行布施：在年前或年後，將這些布袋贈送給他人，或是供養給寺院道場。
- c. 象徵意義：如果布袋中的物品種類越多，則代表所供養的福報也越廣大。這不僅是物質的布施，更是心靈慈悲的展現。

2. 撞吉祥鐘

在大年夜，佛弟子可以前往寺院撞響吉祥鐘，聆聽深沉的鐘聲。這項行為有兩層重要的涵義：

- a. 破地獄，離苦障：鐘聲具有破除地獄苦難的力量，能夠幫助眾生脫離業障與痛苦。
- b. 警覺明，開智慧：鐘聲也能警醒眾生，開啟內在的光明與智慧。

3. 燒頭香

在午夜過後，新年到來的時刻，佛弟子可以到寺院去上香供佛。這「第一炷香」蘊含著特別的願力：

- a. 發願見佛：透過這新春的第一炷香，祈願能夠早日見到佛陀。
- b. 圓成佛果：同時也發願，希望能夠在修行道路上精進，最終圓滿成就佛果。

4. 拜千佛

拜千佛是彌勒誕辰日中一項非常殊勝的佛事，通常是禮拜《佛說千佛洪名寶懺》。這項儀軌是向過去莊嚴劫的千佛、現在賢劫的千佛以及未來星宿劫的千佛等「三世三劫」的諸佛進行禮拜。其功德利益極其廣大，經典中指出：

- a. 超越財物布施：如果有人能夠聽聞、受持、讀誦這些諸佛名號，並且歡喜信樂、稱揚讚歎、歸命頂禮，或是書寫、為他人宣說，甚至畫佛像、供養香花伎樂、志心作禮，其功德會遠勝於用十方諸佛國土中堆滿的珍寶、摩

尼珠，歷經百千劫進行布施的功德。這表示法供養的功德遠遠超越財供養。

- b. 未來世的善報：曾供養這些諸佛的人，在未來世所生之處都能夠不斷侍奉諸佛，直到自己成佛，且功德綿延不絕。
- c. 得佛授記：他們將會被三世三劫的諸佛所授記，確定未來成就佛果。
- d. 常遇三寶：所生之處，都能夠常遇佛、法、僧三寶，得以親近佛法。
- e. 清淨莊嚴之身：能夠投生到諸佛的剎土，六根具足完好，不會墮入「八難」（八種障礙修行的處境）之中，並能獲得佛陀的三十二相、八十種好，身體具足莊嚴。
- f. 發廣大願：若能以「五體投地」的最高禮敬方式作禮，並且口中發願：「我今普禮一切十方三世諸佛，願三途休息、國豐民安，邪見眾生，回向正道，發菩提心。持此功德，願共六道一切眾生，皆生無量壽佛國，立大誓願，使諸眾生悉生彼剎，身諸相好，智慧辯才如阿彌陀佛，所獲果報，巍巍堂堂，壽命無量」。這份願力包含了對所有眾生的慈悲，以及對佛道的堅定追求。

5. 點燈供佛

在佛陀住世時，便有燃燈供佛的傳統。在彌勒誕這天點燈供佛，象徵著：

- a. 光明與智慧：能夠讓佛弟子獲得光明與智慧。
- b. 福德與安樂：同時也能積累福德，獲得平安喜樂。

6. 佛前大供

這是一種在佛前進行的隆重供養儀式。通常會準備豐盛的供品，以表達對佛菩薩的恭敬與感恩。雖然來源中沒有詳述其內容，但「佛前大供」本身就代表著對三寶的至誠供養，旨在累積廣大功德。

總結來說，彌勒佛誕不僅是慶祝的日子，更是佛弟子透過各種具體行動，如布施、撞鐘、上香、禮佛、點燈、大供等，來表達對三寶的恭敬與感恩，同時也為自己和眾生積累福報、開啟智慧，並發下廣大菩提心，迎接新一年光明與希望的重要時刻。

[（回目錄）](#)

章十八、婚儀（Marriage Ceremony）

在佛門中，婚姻被視為男女共同建立家庭、展開生活的重要儀式。佛化婚儀的推行，旨在端正人倫關係，引導夫妻走向正智正行，同時也能將佛法深植於家庭之中，意義重大。

以下將詳述佛式婚禮的重點與儀軌：

1. 婚儀的場地佈置

- a. 供台設置：禮堂正前方需設置一個供台。
- b. 佛幡懸掛：供台前方應懸掛「真佛宗皈依境佛幡」。如果沒有佛幡，也可以用紅紙代替，紅色象徵著喜慶吉祥。
- c. 佛像供奉：供台上應供奉「蓮花童子佛像」，並在佛像上繫一條紅絲線備用。
- d. 場地範例：一個典型的佈置範例可能包括：真佛宗皈依境佛幡、法師說法席、證婚席、桌台、香爐、佛像、以及觀禮席。

2. 婚儀的流程

- a. 婚禮儀式開始時，賓客會分坐兩側。
- b. 引導入場：在佛樂或佛曲的引導下，證婚人、主婚人、以及新人依序入席。
- c. 法師入席：隨後，司儀會宣請法師。引禮師會引導新人及雙親代表數人，一同迎請法師入堂就座。
獻香禮佛：法師會帶領新人唱誦「香贊」並上香，然後行三拜禮。
- d. 新人禮謝法師：新人接著會向法師禮拜。
- e. 法師說法與祝福：法師將為新人說三皈依的意義並給予祝福。
- f. 牽紅線儀式：法師會為新人說「三皈依辭」。此時，新人共同執持紅線的一端，紅線中間會繫著佛手，法師則執紅線的另一端。三皈依辭的內容是：「我弟子某某皈念佛、法、僧，與某某結為菩提眷屬，三寶證盟，二人誓願，永結同心，圓成菩提。」這段話會重複念誦三遍。
- g. 心咒加持：法師會帶領大眾一同誦念《蓮花童子心咒》，為新人祝願。
- h. 灑淨與祝福：隨後，會灑淨水，眾人也會灑花彩等，儀式便告圓滿。
- i. 禮成謝法師：新人再次禮謝法師，法師下座後，引禮師會送法師回寮。新人此時可以繼續接受賓客的祝福。

3. 注意事項與儀式象徵

僧眾的角色：佛制規定僧眾不得為媒人。因此，佛式婚儀中的僧眾，是在雙方經由其他媒介達成婚約、且雙方家長為其主事後才出席。僧眾僅為新人說法、皈依、祝願，這並不違背佛陀的戒律。如果無法請到僧尼來祝禱，也可以請受過「五戒」或「菩薩戒」的在家居士來祝禱，但他們不能為新人說三皈依。

4. 儀式象徵意義：

- a. 真佛宗皈依境佛幡與佛像：象徵著佛力加持，能讓新人身心安樂。
- b. 上香：表示供養佛菩薩，能讓新人獲得福報。
- c. 灑淨水：象徵著滌除業障。

- d. 說法：旨在讓新人了解夫妻相處之道。
- e. 執紅線：象徵著經咒、佛力、僧眾行持的力量加持，為新人增福消災、種下佛種，並共同結下菩提法緣。

透過佛式婚儀，新人不僅能得到三寶的加持與祝福，也能在佛法的引導下，建立一個以智慧、慈悲為基礎的清淨家庭。

[\(回目錄\)](#)

章十九、孕誕儀 (Pregnancy and Birth Ceremony)

孕誕儀」旨在為信眾在懷孕和分娩這一重要生命階段提供指引。它強調了此時期對母子而言是個需要認真應對的挑戰，尤其指出母體的辛勞以及鬼神可能在場的情況，因此迫切需要佛法的護佑。

1. 孕誕的重要性與潛在挑戰

生命從「生、老、病、死」的歷程來看，從投胎進入母胎，直到呱呱墜地，這段「孕誕」時期，對母子而言，都是一個需要嚴肅面對的生命階段。

- a. 母親的辛勞：懷孕期間，母親承受的辛勞和憂慮非常巨大。
- b. 鬼神的在場：在懷孕與生產過程中，源頭指出常有許多鬼神在旁。
- c. 護佑的需求：因此，為了保護母子的安寧與吉祥，佛弟子應該積極修習佛法。這表示要借助佛菩薩的威神力，以及佛法本身所具備的法性功德力，來加持母子能夠吉祥平安。

2. 佛法的應對之道：以觀音法門為核心

在眾多佛菩薩中，觀世音菩薩被認為是慈悲心最為廣大的。因此，針對孕誕期間的特殊需求，佛法特別建議佛弟子透過與觀音菩薩相應的修持來祈求護佑。

- a. 觀世音菩薩的加持：佛弟子若在懷孕後，希望母子能夠平安吉祥、智慧開顯、心光耀、身體清淨莊嚴，就應當運用佛法的力量。這主要是透過與眾生緣分最深的觀世音菩薩的功德力，虔誠地誦念《普門品》。
- b. 誦念《普門品》的效益：透過誦念《普門品》，可以祈求觀世音菩薩以其廣大的神通力與慈悲願力來加持，讓母子都能吉祥平安、分娩順利，並且不受鬼神的侵害。

3. 特別提醒：避免殺生慶祝

除了積極的修持，佛法也提醒佛弟子在慶祝新生時應避免某些行為，以免反而招致不必要的業障。

- a. 《地藏經》的勸誡：源頭指出，《地藏經》特別勸誡懷孕或分娩的家屬，在平安生產後，不要為了慶祝而殺害眾生。
- b. 殺生的後果：這樣做不僅違背了佛菩薩的慈悲精神，也容易招致被殺害眾生的瞋恨與怨念，最終反而導致母子不安。

總結來說，〈孕誕儀〉強調了佛弟子在懷孕和生產這個人生重要階段，應當透過積極的佛法修持，特別是感應觀世音菩薩的慈悲願力，來護佑母子，同時也要避免傳統中可能帶有殺生習俗的慶祝方式，以確保母子身心安樂，並累積清淨的福德。

(回目錄)

章二十、自課 (Daily Self-Practice)

這個章節，詳細地闡述了佛弟子應當如何為自己安排日常的佛法修行功課。這個概念，也可以稱為「日課」，它對我們現今的學佛者而言，具有相當重要的意義。

1. 「自課」的定義與重要性

「自課」指的是佛弟子們每天為自己訂定的佛法修學功課。它的核心意義在於提醒我們，人生苦短，「光陰不待，閻王不寬」，如果我們在世的時候沒有好好修積功德，一旦無常來臨，就可能感到茫然失措，不知何去何從。因此，透過訂定並實踐「自課」，我們能夠為自己儲備寶貴的智慧 and 福德資糧，為未來的生命做好準備。

2. 如何訂定與實踐「自課」

為了讓修行能夠持續且有成效，源頭指出「自課」必須符合幾個重要的原則：

- a. 定時、定量、定法：每天的修行應該固定時間、固定分量、固定修持方法。這樣做可以有效防止懈怠，並避免修行功夫的散失。
- b. 彈性與相應：
 - i. 時間長短：修行的時間長度與何時進行，可以根據個人的生活作息和發心來決定，展現出一定的彈性。
 - ii. 內容選擇：自課的內容應當與個人的根性、意樂（喜好）和願心相應。這在佛門中稱為「修菩薩相應法」，意思是選擇最適合自己、最能產生共鳴的法門來修持。
- c. 參考範本與基本要求：
 - i. 佛弟子們可以參考寺院僧眾的早晚課誦儀軌。市面上有許多通用的課誦本，可以依據個人情況酌情增減內容。

- ii. 然而，無論內容如何調整，每天至少必須做到三禮佛（向佛菩薩行三拜禮）和誦念三皈依。這兩項基本功課，是為了時刻提醒我們作為佛弟子的身份，不忘失皈依三寶、修學佛法的方向。

3. 「自課」的內容與方法

- a. 「自課」的內容非常多元，可以根據個人的修學方向和喜好來選擇，方式也相當自由。以下是一些常見的修行方式：
- b. 禮佛：例如禮佛若干拜。
- c. 稱念佛號：例如稱念佛號若干聲。
- d. 打坐：進行禪坐或止觀的練習。
- e. 誦經：讀誦佛經，如《法華經》、《金剛經》等。
- f. 拜懺：禮拜懺悔儀軌，清淨業障。
- g. 研讀經典：深入研究和理解佛經的義理。
- h. 佈施供養：實踐財施、法施、無畏施等。
- i. 持戒：嚴持戒律，淨化身心。

源頭特別強調，無論選擇哪種方式，重點都在於要「與己相應」（適合自己）、實行「一門深入」（專注於一種法門），並且要「定量、定法，每日持之以恆而修」。只要能夠做到這些，佛弟子就一定能在今生領受佛法的甘露妙用。

4. 密教弟子的「自課」

對於密教的修行者而言，「自課」則依據其密法修行的次第進行。這通常包括：

- a. 外法
- b. 內法
- c. 密法
- d. 密密法

總而言之，「自課」不僅是佛弟子修行的基本功，更是我們累積福慧、為未來生命鋪路的智慧之舉。透過持之以恆的修持，我們的心靈將能獲得滋養，並在佛法的引導下，逐步邁向解脫與證悟的境界。

[（回目錄）](#)

章二十一、懺悔（Repentance）

懺悔法門在佛法修行中佔有極其重要的地位，它引導我們清淨身心，為修行之路掃除障礙。

懺悔的緣由與重要性

從無始劫以來，我們在六道輪迴中不斷流轉，累積了無數的惡業與禍根。這些宿世所造的惡業，常常是我們今生面臨各種苦難的根源，例如車禍、火災、惡疾纏身，或是遭受仇家傷害等不幸事件。即使是現今世間人普遍存在的巧取豪奪、欺詐殺害，甚至是殘害動物等行為，都顯示出惡業的深重。

作為佛弟子，一旦明瞭因果法則，就應該知道，即使今生沒有明顯的災厄，也並非表示沒有過錯，很可能只是因緣尚未成熟，惡報暫時還沒有顯現而已。因此，佛法特別強調，佛弟子應當在惡果尚未現前時，即時勤修懺悔法門，這具有極為深遠的意義。

懺悔的本質，就像清澈的水能夠洗淨一切塵垢，讓事物恢復潔淨一般。透過懺悔，我們所造的惡業得以清淨，從而免於惡果的逼迫與干擾。

1. 懺悔的具體方法

在家居士若想懺悔累世乃至今生所造的惡事，可以經常修習以下幾種懺法：

a. 向僧眾懺悔

- i. 您可以前往寺院，向一位或多位出家僧眾，無論是在安靜的禪室中，或是在莊嚴的佛殿裡，誠懇地陳述自己所犯的惡行。
- ii. 依據佛法，當您如實說出自己的過錯後，罪業就能夠因此而消滅，身心也能夠獲得清涼與自在。

b. 禮懺

- i. 這是一種透過禮拜佛菩薩來求懺悔的方法。
- ii. 佛門中有多種懺悔儀軌可供選擇，修行者可以根據自己的因緣和喜好，選擇一人獨修或多人共修。
- iii. 進行禮懺時，可以在居家的靜室或寺院的佛殿中，設置佛像、香爐、供品等法器，然後依照各別懺儀的流程來進行。
- iv. 常用的懺悔儀軌包括：《八十八佛懺》、《水懺》、《大悲懺》、《藥師懺》、《金剛懺》、《梁皇寶懺》等。

c. 唱誦「懺悔偈」

- i. 每天最好能經常唱誦「懺悔偈」。
- ii. 這不僅能幫助我們懺除罪業，更重要的是，它能時刻提醒我們，提起內心的懺悔之心。
- iii. 懺悔偈的內容是：「往昔所造諸惡業，皆由無始貪瞋癡，從身語意之所生，一切我今皆懺悔」。

d. 向當事人現前悔過

- i. 如果所犯的惡行是針對某個特定對象，例如竊盜、邪淫、妄語、欺詐，甚至是墮胎等行為，最直接且有效的方法是親自向該當事人表達悔意並求取原諒。

2. 懺悔的實踐效益

透過如法地懺悔，我們的身心能夠獲得清淨與安寧。這對於今生乃至來世的生命都具有深遠的影響，能夠減少各種障礙與困難，使我們的學佛之路更加順遂無礙。

總而言之，懺悔不僅是一種對過往過失的承認與清洗，更是佛弟子積極面對生命、轉化業力的重要法門。勤修懺悔，能讓我們在菩提道上穩步前行，最終達到身心清淨、解脫自在的境界。

[\(回目錄\)](#)

章二十二、修佛菩薩相應法（八大本尊法）(Cultivating Affinity with Buddhas and Bodhisattvas - Eight Great Deities Dharma)

1. 修佛菩薩相應法：為何重要？

從無始劫以來，我們眾生在六道輪迴中不斷流轉，始終無法解脫。然而，諸佛菩薩卻以如同慈父對待子女般的悲心，不斷地救度我們，希望眾生能夠脫離惡道，遠離三界的苦惱，並發起菩提心、證得般若智慧。可惜的是，許多眾生因為迷惑無知，背離了佛菩薩的慈悲本懷，至今仍未脫離苦海。

作為佛弟子，一旦我們覺察到自己在無盡的生死大海中，唯有諸佛菩薩是暗夜中的指路明燈，就應該毅然決然地回頭，歸投到諸佛菩薩的座下。同時，我們也應當發願，生生世世依止諸佛菩薩的慈悲神通之力，如此才能一步步脫離罪苦、出生死海，最終成就佛果。

雖然我們應該依止所有的諸佛菩薩，但修持佛法時，講求「專一」和「相應」。因此，我們需要選擇一位與自己最有緣分、最能相應的佛菩薩，作為自己生生世世依止、救度的導師，這就是「修佛菩薩相應法」的核心精神。

2. 八大本尊法：與佛菩薩相應的具體實踐

在大乘佛法中，有許多佛菩薩與娑婆世界（我們所處的世界）眾生有著深厚的因緣，特別是與中國文化相應的幾尊佛菩薩，佛弟子可以從中選擇一位來修習相應法。以下為您介紹其中幾尊及其相應法門：

a. 釋迦牟尼佛

- i. 適合對象（相應者）：發願在人道、天道中修持菩薩行，並最終成就佛果的修行者。
- ii. 修持方法（相應法）：
 - 發起菩提心：這指的是與「空觀智慧」相應的六度萬行（六種波羅蜜，即佈施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若）。
 - 稱念「釋迦牟尼佛」名號。
 - 讀誦各種大乘經典，尤其推薦《金剛經》。
 - 禮拜《金剛懺》以懺悔業障。
- iii. 經文啟示：《金剛經》提到，即使度化了無量無數無邊的眾生進入涅槃，實際上也沒有任何一個眾生是被度化的，這闡釋了菩提心的「無相」精神。

b. 彌勒佛

- i. 適合對象（相應者）：發願往生兜率天與彌勒佛共同學習修行，並期望在未來「龍華三會」中開悟解脫生死的修行者。
- ii. 修持方法（相應法）：
 - 讀誦《彌勒三經》和《解深密經》。
 - 修習唯識觀（一種觀照心識的方法）。
 - 廣行各種善事，並實踐六度波羅蜜。
 - 稱念「彌勒佛」名號。
 - 禮拜《梁皇寶懺》。
- iii. 經文啟示：《佛說彌勒下生成佛經》指出，若能聽聞、受持、讀誦此法，並為他人演說、如實修行、香花供養、書寫經卷，這些人將來必定能遇到彌勒佛下生，並在龍華三會中得到度化。

c. 藥師佛

- i. 適合對象（相應者）：希望能夠永遠脫離災難、病苦，並期望自身身體光明潔淨、福德莊嚴的修行者。
- ii. 修持方法（相應法）：
 - 讀誦《藥師經》。
 - 持誦「藥師咒」。
 - 稱念「藥師佛」名號。
 - 實踐施藥和放生。
 - 禮拜《藥師懺》。
- iii. 經文啟示：《藥師琉璃光如來本願功德經》記載，藥師佛在證得菩提時，因為本願力的緣故，觀察到眾生遭受各種病苦，或被魔魅蠱毒所困、或短命橫死，祂發願要讓這些病苦消除，所求願滿。

d. 彌陀佛（阿彌陀佛）

- i. 適合對象（相應者）：發願往生西方極樂淨土修行，並最終成就佛果的修行者。
- ii. 修持方法（相應法）：
 - 讀誦《彌陀經》和《無量壽佛經》。
 - 稱念「阿彌陀佛」名號。
 - 修習《淨土懺》。
- iii. 經文啟示：《阿彌陀經》指出，若有善男子、善女人，聽聞阿彌陀佛名號後，若能一心不亂地執持名號一日乃至七日，此人臨命終時，阿彌陀佛會與諸聖眾現身其前，使行者心不顛倒，即得往生極樂國土。

e. 觀世音菩薩

- i. 適合對象（相應者）：希望觀世音菩薩能夠護念自身，永遠遠離災難、恐懼，讓一切平安吉祥的修行者。
- ii. 修持方法（相應法）：
 - 讀誦《普門品》。
 - 持誦「大悲咒」。
 - 稱念「觀音」名號。
 - 禮拜《大悲懺》。
- iii. 經文啟示：《觀世音菩薩普門品》說，若有無量百千萬億眾生遭受各種苦惱，只要聽聞觀世音菩薩名號，一心稱念，觀世音菩薩便會立即觀其音聲，使他們皆得解脫。

f. 地藏菩薩

- i. 適合對象（相應者）：發願救度地獄、餓鬼等劇烈痛苦的眾生，使他們離苦得樂，而自己則在所有這些眾生都成就佛道之後，方才證得菩提的修行者。
- ii. 修持方法（相應法）：
 - 施放蒙山和焰口（為餓鬼道眾生施食的儀軌）。
 - 讀誦《地藏經》和《真佛經》。
 - 禮拜《地藏懺》和《真佛寶懺》。
- iii. 經文啟示：《地藏菩薩本願經》記載，地藏菩薩在因地為救母親而發誓願，誓願在百千萬億劫中，救拔所有地獄及三惡道（地獄、餓鬼、畜生）的罪苦眾生，待這些受罪報的眾生都成佛後，自己才成正覺。

g. 蓮花童子

- i. 在《在家居士學佛行儀須知》中，蓮花童子是與地藏菩薩一同被提及的本尊，其相應法主要透過蓮花童子本尊法、真佛經與真佛懺法來實踐。

3. 本尊法門的分類與效益

這些諸佛菩薩因各自的本願不同，所契合眾生的根性也不同。我們可以從兩個角度來理解他們的側重點：

a. 對今生與來世利益的側重

- i. 兼顧來世而側重今生：釋迦牟尼佛、藥師佛、觀世音菩薩。
 - 釋迦牟尼佛：期望我們在今生為人時，就能覺悟並出離生死。
 - 藥師佛、觀世音菩薩：更是能當下救濟我們身體的病苦和危難。
- ii. 兼顧今生而側重來世：彌勒佛、阿彌陀佛、地藏菩薩。
 - 修彌勒法門者，期望與彌勒佛在龍華三會相遇。
 - 修阿彌陀佛法門者，期望命終後能蒙佛接引。
 - 地藏菩薩的願力，主要利益在於後世來生。

b. 對解脫智慧與福德安樂的側重

- i. 側重解脫智慧：釋迦牟尼佛、彌勒佛、阿彌陀佛。
 - 這三尊佛菩薩的願力引導，主要目的都是讓眾生了脫生死，因此側重於解脫智慧的成就。他們也兼顧自利與利他，但更強調自利，特別是在解脫智慧方面。
- ii. 側重福德安樂：藥師佛、觀世音菩薩、地藏菩薩。
 - 我們對藥師佛、觀世音菩薩、地藏菩薩的祈求，通常是要脫離苦難並獲得安樂，因此他們側重於福德安樂的圓滿。
 - 他們在自利利他上則兼而並重。

4. 修持本尊法的三種基本方式

佛弟子在選擇好與自己相應的本尊後，修持本尊法不外乎以下三種方法：

- a. 稱佛號：持續、專心地稱念該佛菩薩的名號。
- b. 誦本尊經典：讀誦與該本尊相關的經典。
- c. 禮拜本尊法懺：禮拜與該本尊相關的懺悔儀軌。

這些修行可以單獨進行，也可以多人共同修持。

5. 修習相應法的深遠效益

若佛弟子能夠抱持長遠的心，持續祈求所選的佛菩薩加持護念，那麼生生世世都將得到他們的護佑，並能產生「感應道交」（修行者與佛菩薩之間心靈相通的體驗）。這就是「菩薩相應法」的真實體現。

更進一步，如果我們能夠依循這些諸佛菩薩所發的廣大誓願，自己也發起同樣的大願，那麼最終就能夠修成諸佛菩薩所具足的智慧與功德。這就是「本尊之德」和「本尊法」所能達到的圓滿境界。

透過選擇與自己相應的佛菩薩，並持之以恆地修習相應法門，佛弟子不僅能在修行路上獲得指引與護佑，更能逐步擴展心量，積累福慧資糧，最終成就佛果菩提。

[\(回目錄\)](#)

章二十三、三淨肉 (Three Pure Meats)

三淨肉：在家居士飲食的慈悲原則

在佛法修行中，飲食是一個常被提及的話題。對於在家學佛的居士而言，是否必須立即茹素，是許多人會有的疑問。〈二十三、三淨肉〉這個章節，主要闡述了佛弟子在飲食方面應具備的慈悲心，並提出了「三淨肉」的概念，作為實踐慈悲的一種方式。

1. 學佛初期與受戒的飲食規定

首先，佛法入門之初，當佛弟子開始皈依三寶，接受三皈依時，這代表的是對佛法的信仰與歸屬，但此時佛門並沒有規定必須吃素。

更進一步，即使佛弟子受持「五戒」——包括不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒等，這些旨在清淨身心的根本戒律，也並未強制要求必須要素食。這顯示出佛法在引導眾生時，考量到個人的生活環境與根機，採取循序漸進的方式。

2. 「三淨肉」的定義與實踐

雖然學佛入門和受持五戒不強制素食，但佛法鼓勵佛弟子培養慈悲心。因此，對於選擇食肉的居士，應當以慈悲為出發點，避免因自己的需求而直接造成動物的殺生。

3. 這時候，「三淨肉」的概念就顯得非常重要了：

- a. 不見殺：在購買肉類時，不要看到動物被宰殺的過程。
- b. 不聞殺聲：不要聽到動物被宰殺時的哀嚎聲。
- c. 不為己殺：這塊肉不是為了滿足你個人的口腹之慾而特地被宰殺的。

換句話說，佛弟子在購買魚肉時，應當避免購買活生生或當場宰殺的動物，而應該選擇已經被宰殺好的肉類。這樣做，雖然仍在食用肉類，但能有效減少自己與眾生之間結下惡緣。

4. 佛法強調慈悲與因緣

因此，這個章節明確指出，信仰佛法、學習佛法，並不一定要求立即吃素。核心精神在於培養慈悲心，並盡可能地減少直接參與殺生的行為，從而減輕與眾生之間的惡業因緣。

總結來說，〈章二十三、三淨肉〉為在家佛弟子提供了一個在飲食上的慈悲指引，強調在尚未能完全茹素的情況下，透過選擇「三淨肉」，也能在日常生活中實踐佛法的慈悲精神，減少造業，並與眾生廣結善緣。

[\(回目錄\)](#)

章二十四、法供養 (Dharma Offering)

在佛門的修行實踐中，「印經」，也就是印製、流通佛教經典，被視為一種極為殊勝的修行方式。這項功德屬於「法供養」的範疇，而且在所有供養之中，法供養的功德被認為是最高的。

1. 「印經」的意義與重要性

最殊勝的供養：「法供養」為何如此重要？這是因為供養財物，僅能滋養眾生的色身，幫助他們解決一時的物質困境。然而，法供養卻能成就眾生的「法身慧命」。色身終有苦難與消亡的一天，但法身所帶來的安樂卻是無盡的寶藏。因此，透過印經來供養佛法，其效益遠遠超越其他形式的物質供養。

佛法傳承的基石：大乘佛經、律藏、論典，都是佛陀在無量劫以來修行所證得的妙法。這些清淨無邊智慧海中流露出的教法，歷經菩薩、羅漢的結集，以及歷代祖師、護法居士們代代相傳至今。在佛法傳承的過程中，不知有多少先賢為此犧牲生命，付出無數的血汗、財力與物力。例如玄奘大師、義淨大師等，都是千萬傳法者中極少數能全身而退的。因此，我們現今所擁有的經典，是這些祖師們以智慧、生命與血汗換來的珍寶。作為佛弟子，我們應當尊重經典，並繼承祖師們的宏願，廣泛印製和流通佛經。

2. 「印經」的功德與效益

印經不僅是對佛法的護持，也為行者自身和廣大眾生帶來深遠的利益：

- a. 利益眾生：印經能夠讓有緣的眾生接觸、學習並聽聞佛法。透過研讀經典，眾生得以啟發佛法的智慧，在心中種下菩提的種子。當有人信受佛法，就意味著地獄惡道少了一位受苦的眾生，而人天聖道中則多了一位能得安樂的人，其功德是無邊無際的。

- b. 增長自身智慧與福德：對於印經者自身而言，能夠成就無邊的善法，使來生擁有智慧，方便聽聞到正法。這是因為印經的功德，能夠為行者累積深厚的福報和智慧資糧。
- c. 弘揚佛法：印經對佛法的弘揚、對眾生的利益，以及對印經者自身的善法，都有極大的助益。佛法能長久住世，有賴於每一代佛弟子的傳承與弘揚。我們今日能得入佛道，正是因為前人供養佛法之恩。因此，佛弟子應當廣泛印送經書，肩負起傳承佛法的責任，讓佛法的光明得以延續，利益更多沉溺於無明中的眾生。

總而言之，印經不僅是單純的物質投入，它承載著對佛法的無比尊重，對眾生的慈悲願力，以及對自身智慧與福報的耕耘。透過這項殊勝的法供養，佛弟子不僅能廣結善緣，也能為佛法的長久住世貢獻一份力量。

[\(回目錄\)](#)

章二十五、受戒 (Receiving Precepts)

受戒：學佛的基石，生命的莊嚴與清淨

在佛法修行中，「戒、定、慧」被稱為「三無漏學」，是學佛的全部內涵。其中，「戒」是基礎，猶如建房的基石。佛陀在涅槃前，特別教導佛弟子要「以戒為師」，這顯示了戒律在修行中的核心地位。

為什麼戒律如此重要呢？因為戒能成就一切善法，是功德的寶藏，它能讓我們的生命得到光輝與莊嚴，引導我們走向真正的安穩。經中將戒律比喻為慈母，能保護我們不受惡業的侵害；又如勇猛的將軍，能降伏內心的煩惱；如同守門人，能守護我們的功德與法財。戒律也能像醫生一樣治療眾生的病苦；它是修行的命脈；更是世間善惡的衡量標準；它通行無礙，如同階梯，能引導我們進入佛法的殿堂；又像大海與須彌山般尊勝。

因此，佛弟子千萬不要誤解戒律是一種束縛，反而應該珍視它。

1. 在家戒的種類與實踐

戒律因修行對象的不同，分為出家戒和在家戒。出家戒旨在幫助出家眾出離生死輪迴，而對在家居士而言，由於有家庭和世間的因緣，佛陀也制定了適合在家眾的戒律。這些在家戒，在近處能作為投生人道、天道的良好途徑，從長遠來看，也是超脫世間、邁向解脫的清淨因緣。因此，在家居士也應當進一步修學戒法。在家戒主要分為三種，居士可以根據自己的心量和發心，向僧眾求受，並次第進修：

a. 五戒：最根本的善法基礎

- i. 目的與效益：受持五戒，能確保我們今生來世保有健康的人身，甚至可以上升到天道。它是所有善法的根本，也是清淨身心的最基礎戒律。
- ii. 內容：五戒包括：
 - 不殺生：不故意殺害任何有生命的眾生。
 - 不偷盜：不竊取他人的財物。
 - 不邪淫：不與配偶以外的人發生不正當的性關係。
 - 不妄語：不說謊、不欺騙。
 - 不飲酒：不飲用會使人迷失心智的酒類及麻醉品。
- iii. 受戒時機與方式：在皈依三寶之後，如果想進一步修學戒法，就可以受持五戒。您可以選擇五戒全部受持，也可以根據自己的情況，只受持其中一戒、二戒、三戒或四戒。值得注意的是，受五戒不必強制吃素。一旦受持，這些戒體將持續到您這一期生命的結束才會捨棄。

b. 八關齋戒：一日一夜的出家生活體驗

- i. 目的與效益：這是佛陀慈悲為在家居士所制定的一種特殊戒律，讓在家眾有機會體驗一日一夜清淨的出家生活，為未來出離世俗、解脫煩惱種下善因。
- ii. 內容：八關齋戒的內容比五戒更嚴格，包括：
 - 不殺生。
 - 不偷盜。
 - 不淫（不非梵行）：指完全禁止性行為。
 - 不妄語。
 - 不飲酒。
 - 不香花鬘莊嚴其身（亦不歌舞倡伎）：不使用香水、花飾、不打扮自己，也不參與歌舞娛樂。
 - 不坐臥高廣大床：不坐臥華麗、過於高大或寬廣的床鋪，表示簡樸。
 - 不非時食（過午不食）：指過中午就不再進食（午齋後不再用餐）。
- iii. 受戒時機與方式：任何希望體驗清淨出世生活的人都可以受持。八關齋戒的戒體只維持一日一夜，時間一到便會自然捨棄，但可以天天重新受持。佛弟子可以在假日時或在佛教的「六齋日」（特定日期）受持八關齋戒，多受持一日，就能多一分利益。

c. 菩薩戒：廣行菩薩道的宏大誓願

- i. 目的與效益：菩薩戒是發起成就佛果「菩提」正因的大乘戒。它涵蓋了「上求佛道、下化眾生」的精神，鼓勵行者以菩薩的胸懷，實踐六度波羅蜜來廣度眾生，最終成就佛果。
- ii. 內容：在家居士一般受持的菩薩戒，通常包括六條重戒和二十八條輕戒。但菩薩戒的核心在於「戒心」，它總攝了一切的「攝律儀戒」（約束身口意不造惡）、「攝善法戒」（積極修一切善法）和「饒益有情戒」（利益一切眾生），而不僅僅是局限於戒條的形式。
- iii. 受戒時機與方式：如果您已發起「菩提心」，願意生生世世行菩薩道，以六度波羅蜜來濟度眾生，直至成佛，就可以受持菩薩戒。菩薩戒一旦受持，其戒體將生生世世永不退失。

2. 受戒後的護持與懺悔

無論受持哪一種戒，佛弟子在受戒之後，都應該盡力護持清淨的戒律，不可輕易地違犯。如果真的不小心犯戒了，也應當依照佛法規定的方式如法懺悔，並且下定決心不再重犯。透過懺悔，我們的身心能夠重新獲得清淨與安寧。

總結來說，「受戒」是佛弟子在修行道路上一個非常重要的里程碑，它不僅是外在的規範，更是內在心靈的提升與轉化。透過受持和護持戒律，我們能為自己累積廣大的福報與智慧，讓生命更加莊嚴、清淨，並在菩提道上穩步前行。

[\(回目錄\)](#)

章二十六、打七 (Seven-Day Retreats)

打七：解脫生死、開啟智慧的精進法會

在佛法修行中，佛弟子最終的目標是解脫生死輪迴、開啟智慧、並證得清淨法身。然而，我們眾生之所以長久以來在輪迴中打轉，其根本原因就是被「無明煩惱」所障蔽的「第七識」（又稱末那識）。這個第七識，錯誤地執著我們這個血肉之軀為「自我」，也執著貪欲、瞋恨、驕慢等種種妄想瀑流為「自心」。正因為這種執著，我們才安於這個充滿鬥爭、殺害、邪淫、欺詐的惡世。一旦佛弟子聽聞佛法，了解這些都是虛妄不實的，若要擺脫這些虛妄、超脫身心的牢獄，就必須進修聖法。

為此，佛法提供了一種短期而精進的修持方式，稱為「打七」。

1. 「打七」的雙重意涵

「打七」這個詞，有兩種主要的解釋，兩者都指向精進修行的核心：

- a. 「打第七識」：「打七」最深層的意義，是指「打掉」或「破除」我們的第七識。第七識是意識的根本，它執著身心為「自我」，是我們在生死輪迴中的禍首。如果不能破除這個心識，我們將永遠執取身心，在六道中輪迴不止。因此，打七就是為了破除這個第七識，幫助行者從根本上斬斷輪迴的根源。
- b. 「以七日為期」：「打七」同時也指這種精進修道的法會，通常以「七日」作為一個修行的期限。這是一種在特定時間內集中精力，專注於某一法門的修行方式。

2. 打七的種類與實踐方式

打七可以視為一場用特定法門來專修解脫的法會。它通常以大眾共修的方式進行。根據所使用的法門不同，打七也分為不同的種類：

- a. 禪七：若以禪宗法門為主要修持，則稱為「禪七」。
- b. 佛七：若專修念佛淨土法門，則稱為「佛七」。
- c. 觀音七：若修持觀世音菩薩法門，則稱為「觀音七」。
- d. 楞嚴七：若修持楞嚴法門，則稱為「楞嚴七」。
- e. 修行時間的長度可以有所彈性。雖然一般以七日為期，但如果希望更加精進，也可以延長為「三七日」（二十一天）、或「七七」（四十九天），甚至「十七」等更長的時間。不過，修行的期限應當以行者的身心所能承受為準。

3. 精進與長遠心並重

雖然「打七」是為了加功用行，在短時間內精進不懈，但佛法也提醒我們，修道並非一蹴可幾，而是需要發長遠心才能成就。如果只專注於打七時的用功，而平時卻懈怠放逸，那就如同「一曝十寒」（曬一天，冷十天），難以見效。因此，即使參加打七精進用功，仍然需要有日常長期的累積與薰習，這樣才能在打七時產生水到渠成、功行圓滿的精進力量。

4. 打七期間的境界與指引

- a. 在打七期間，由於精進用功、方法得力、心念專一，行者可能會出現種種境界：
- b. • 善根深厚者：可能會禪境現前，體驗到心靈的清淨與光明。
- c. • 業障纏身者：則可能遭遇魔怨障礙。
- d. 這些境界並非一般人所能理解。因此，在打七過程中，若有「善知識」（具正知見的老師或導師）在旁指引，是再好不過的。如果沒有善知識的指引，佛弟子也無需因此卻步，只要發起「正解脫之心」，並依循「正確的法門」來修行，同樣可以勇猛向前，一切魔怨都無法阻礙。但最關鍵的是，務必確保所發的「心」是正直的，所修的「法門」也是正法的。

總結來說，「打七」是一種高度集中的精進修行模式，其目的在於從根本上對治眾生的第七識執著，從而邁向解脫生死、開啟智慧的目標。它強調專一用功，但也提醒行者需具備長遠的恆心與正確的知見，並在必要時尋求善知識的指引。

[\(回目錄\)](#)

章二十七、佛事 (Buddhist Services/Dharma Assemblies)

佛事：佛法實踐與利益眾生的莊嚴活動

在佛門中，我們日常所稱的「佛事」，一般來說就是指「法會」。這個概念不僅僅是為了超度亡者或祈福，它有著更為深廣且積極的意義。

1. 「佛事」的三重意義

根據佛法的闡釋，佛事主要包含了以下三重意義：

- a. 發揚與讚美佛陀功德：佛事是為了弘揚佛陀的無量功德與慈悲智慧，並對其表達讚歎與感恩。
- b. 上求佛道、下益眾生：佛事承載著修行者向上追求佛果智慧、向下利益一切眾生的崇高願心。
- c. 顯現宇宙真理：佛事也能夠彰顯宇宙的真實義理，幫助眾生理解實相。

從這三個面向來看，佛事絕非僅僅是為亡者超薦，它是一個更全面、更積極的佛法實踐活動。

2. 佛事的多元種類與實踐範疇

佛事涵蓋的範圍非常廣泛，可以依據其目的和內容，分為以下幾大類：

- a. 佛菩薩聖誕、成道、涅槃紀念會：這是慶祝和紀念諸佛菩薩重要日子的法會。例如：
 - i. 佛誕節（浴佛節）：顯教通常訂於農曆四月初八，真佛宗則在農曆五月十六日慶祝。這天會舉行浴佛儀式，以香湯灌沐太子像，象徵洗滌眾生煩惱，同證清淨法身。這也提醒佛弟子，佛陀的降生才讓眾生能開啟智慧，找到出離苦海之道。
 - ii. 彌勒佛誕：定於農曆正月初一，即新年春節。這天可以進行布袋禮物送人（效法彌勒菩薩布袋喜捨精神）、撞吉祥鐘（破地獄、開智慧）、燒頭香（發願見佛、圓成佛果）、拜千佛（禮拜三世三劫諸佛，功德殊勝）、點燈供佛（得光明智慧、福德安樂）以及佛前大供等佛事。
- b. 祖師忌日：紀念歷代祖師大德圓寂的法會，感恩他們的傳法與貢獻。

- c. 祈求國泰民安泰儀（為國家與社會祈福）：這類佛事旨在為國家社會祈求和平、繁榮與安穩。
 - i. 仁王護國會：通常會誦念《仁王般若經》或《金光明最勝王經》。
 - ii. 祈雨祈晴會：透過《請觀音經》等法門，祈求風調雨順。
 - iii. 禾苗生長青苗會：為農作物豐收祈福。
- d. 救度六道眾生苦難：這是佛事中廣行慈悲、救拔眾生痛苦的重要體現。
 - i. 天道眾生：舉行「齋天大會」。
 - ii. 人道眾生：舉行「無遮大會」。
 - iii. 鬼道眾生：透過「焰口」或「蒙山施食」儀軌來濟度。其中，放生也是佛弟子履行菩薩道的方法之一，是解救畜生道眾生最直接的方式，能長養慈悲心並得長壽、少病等善報。
 - iv. 地獄眾生：舉行「地藏法會」。
 - v. 六道普渡：舉行「水陸大齋會」，全面超度六道眾生。
- e. 修行相關佛事：這些佛事旨在幫助佛弟子在「戒、定、慧」三學上有所增進。
 - i. 戒：包括受持「五戒」、「八關齋戒」、「菩薩戒會」以及「三壇大戒」等。
 - 五戒：最根本的戒律，包括不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒，能保人身，甚至升天。受戒後除非生命終了，戒體不捨，受戒不強制吃素。
 - 八關齋戒：為期一日一夜的出家戒，包含八條戒律（如不淫、過午不食、不著華麗衣飾等），讓在家居士體驗清淨出世生活，可日日重受。
 - 菩薩戒：是大乘戒，重在發菩提心，實踐六度波羅蜜，利益眾生直至成佛。受戒後戒體生生世世不失。
 - ii. 定：包括「金剛禪定會」、「禪七」、「佛七」等。
 - 打七：一種精進修道的法會，通常以七日為期。其深層意義是為了「打掉」或「破除」眾生執著自我的「第七識」（末那識），從根本上斬斷輪迴。不同法門有不同的「七」，如禪七、佛七、觀音七、楞嚴七等。
 - iii. 慧：包括「講經法會」和「佛學講座」等。
- f. ■ 聽經聞法：是開啟智慧的關鍵。佛法甚深，需善知識引導，不能僅憑聰明才智理解。聽經時應懷恭敬與清淨心，判斷標準為是否合乎佛法正量。

- i. 誦經：是佛弟子親近佛法、開啟智慧的重要途徑。誦經有助於正法久住、身心安康、增長正見、煩惱輕薄，並奠定修行基礎。誦經時應字字入心，可隨文思惟觀想。
 - ii. 研經：在聽經、誦經後，為更深入理解佛法所做的學習。可個人細讀註解或多人共同研究。
- g. 懺悔：包括「水懺」、「梁皇寶懺」、「大悲懺」等。懺悔能清淨身心，免惡果逼迫。方法有向僧眾懺悔、禮懺、唱誦懺悔偈、以及向當事人現前悔過。
- 3. 祈福與薦亡：
 - a. 祈福：如「千僧齋」、「盂蘭盆法會」、「光明燈會」、「報恩會」等，為生者祈求福報。
 - b. 供僧：向僧眾提供供養，僧眾被視為「良友福田」，能讓眾生累積福報。供僧應以平等心，最好親手奉上，物品不拘多寡，重點在恭敬心。
 - c. 佈施：分為財施（物質）、法施（佛法）和無畏施（安慰眾生）。佈施是菩薩六度之首，能累積福德智慧。法供養被視為最殊勝，因它能成就眾生「法身慧命」。
 - d. 造寺、造佛像：寺院是三寶的標幟和修道場所，造寺能得居家安適，造佛像能得莊嚴清淨之報體，功德不可思議。
 - e. 薦亡：如「追悼法會」和「超薦法會」等，為亡者祈求冥福，助其往生善道。
 - f. 作七：亡者死後家屬為其做佛事回向，從去世日起每七天一期，共七期，四十九天。這是因為亡者神識在中陰身期間（最多四十九天），業果未定，透過佛事回向可助其免三惡道之難，往生善道。
- 4. 其他類型：
 - a. 傳法法會：傳授佛法教義的儀式。
 - b. 晉山大典：新任住持就職的慶典。
 - c. 朝山：佛弟子前往寺院或聖地禮拜、修行，表達恭敬與虔誠。
 - d. 佛化婚儀：男女共同建立家庭的重要儀式，旨在端正人倫關係，引導夫妻正智正行，將佛法深植家庭。
- 5. 參與佛事的心態與效益

佛弟子在參與任何佛事時，都應當明白，所有的佛事都是從「上求佛道、下化眾生」的精神出發的。只要以至誠恭敬的心，並且如法如儀地行事，就一定能感受到佛事所帶來的功德與利益。經典中提到誦經功德不可思議，佛菩薩的感應也同樣不可思議。這不是迷信，而是確實會產生感應事蹟。

章二十八、無盡燈儀 (Infinite Lamp Ceremony)

無盡燈儀：智慧之光的傳承與感恩

在佛門中，「無盡燈儀」又稱為「傳燈儀式」，它是一個極具象徵意義與教育深度的佛事活動。這個儀式透過實體的燈火，巧妙地比喻佛陀的無盡智慧光明，並提醒佛弟子們肩負起傳承佛法的重責大任。

1. 「無盡燈儀」的核心意義

「無盡燈」的意義，顧名思義就是「傳燈」。它包含了幾個重要的層面：

- a. 佛陀智慧的象徵：燈火象徵著佛陀的智慧之光。這道光明能夠照亮宇宙的長夜，破除眾生心中的無明與癡暗，指引我們走向覺悟的道路。
- b. 佛法傳承的責任：儀式中，燈火從一盞傳到另一盞，燈燈相續，象徵著佛弟子們不僅要接受佛法的光明，更要肩負起將佛法薪火相傳的責任，讓佛法的智慧光芒永續不滅。
- c. 培養感恩與回饋心：透過舉行無盡燈儀，可以讓佛弟子對佛、法、僧三寶生起深深的感恩、珍重與回饋之心。

2. 「無盡燈儀」的舉行時機

傳燈儀式通常適合在晚上舉行。常見的場合包括：

- a. 佛誕節的慶祝活動：在佛陀聖誕日（通常顯教是農曆四月初八，真佛宗是農曆五月十六日）的慶祝活動中，晚上有時會舉行無盡燈儀，作為慶祝佛陀出世、佛法光明永續的象徵。
- b. 學佛營隊結束前：在學佛營隊或類似活動結束的前一天晚上，也常會舉行此儀式，作為學習成果的總結與精神的傳遞。
- c. 其他適合的因緣：除了上述時間，只要有適合的因緣，也可以舉行無盡燈儀。

3. 「無盡燈儀」的儀式流程與莊嚴氛圍

舉行無盡燈儀時，為了營造莊嚴、肅穆、攝心的氛圍，通常會依照以下步驟進行：

- a. 場地準備：儀式開始前，大殿的燈光會被調暗，只在佛前點亮一盞象徵性的主燈。
- b. 大眾入殿就位：參與的大眾會配合舒緩的佛曲，莊重地進入殿堂並各自就座。每個人的座位前，都會預先備好一支待點燃的蠟燭。
- c. 法師請燈傳遞：司儀會恭請法師上座。隨後，法師會從佛前的主燈請取火種，並將第一盞燈火傳遞給大眾。

- d. 燈燈相傳：大眾會依序將火種輾轉相傳，直到每個人手中的蠟燭都被點亮。
 - e. 司儀配合解說：在傳燈的過程中，司儀會播放適合的佛曲，或簡要說明傳燈的意義，使整個儀式更加莊嚴、攝心。
 - f. 法師簡短開示：當所有燈火都被點亮後，法師會為大眾進行簡短的開示，闡述佛法的智慧與傳承的重要性。
 - g. 心得分享與供燈（可選）：儀式結束後，可以選擇進行心得分享，讓參與者交流感受；或者，大眾也可以將手中點亮的燈火供奉於佛前，以此表達對三寶的供養與感恩。
4. 儀式中可搭配的佛曲
- 為了增強儀式的莊嚴與攝心效果，可以搭配以下佛曲：《一盞燈》、《燃燈之歌》、《六供養之供燈》等。

總而言之，「無盡燈儀」不僅是一個視覺上光明的呈現，更是佛弟子們在心靈層面接受佛法智慧、承擔弘法使命、並對三寶生起無限感恩的重要法會。它提醒我們，佛法的光明需要每一位佛弟子共同努力，才能永續傳承，照亮世間。

[\(回目錄\)](#)

章二十九、回向 (Merit Transference)

回向：功德的擴大與心量的提升

在佛門修行中，「回向」是一個非常核心且重要的法門。它不僅僅是儀式結束時的一段文字，更是佛弟子將自己所修行的功德，有目標、有方向地分享給廣大眾生，並以此增長自身心量與福德的一種殊勝實踐。

1. 何謂回向？其深遠意義與比喻

簡單來說，「回向」就是將我們所修的一切功德，透過發心，將其擴大並普及給更廣大的對象。

這個概念可以透過兩個生動的比喻來理解：

- a. 傳燈：就像傳遞燈火一樣，當你用自己的燭火點亮別人的蠟燭，自己的火光並不會減少，反而能讓更多地方被照亮，增添整體的亮度。這象徵著功德即使分享出去，也不會減少，反而會因為發心的廣大而更加光明。
- b. 擴音器：回向也如同擴音器，能將原本微弱的聲音放大，傳送至更遠的地方。這表示透過回向，個人有限的功德能夠被放大，利益到更多人。

因此，修行回向法，能夠讓佛弟子自身的心量漸漸廣大，所累積的功德也隨之增長。

2. 應行回向的時機與範圍

佛弟子在完成任何「佛事」之後，都應當修習回向法。這些佛事包括但不限於：

- a. 誦經：讀誦佛經的功德。
- b. 禮懺：禮拜懺悔儀軌的功德。
- c. 持戒：受持戒律，清淨身心的功德。
- d. 佈施：包括財施、法施、無畏施等一切佈施的功德。

換言之，只要是我們有心行善、修福的行為，都可以透過回向，讓其功德發揮更大的效益。

3. 修回向的核心精神：發大心，而非求己樂

回向的修行，最重視的是心念的至誠與否。它的核心精神在於：

- a. 1. 護念眾生：應當以護念一切眾生為出發點，將功德分享給他們。
- b. 2. 趣入佛菩提：將功德回向於追求無上佛道（菩提）的目標。
- c. 3. 非為己樂：回向的發心不應是為了追求自己個人的安樂或福報。而是發起廣大的心願，利益一切有情眾生，並最終成就佛果。
- d. 這是一種超越小我、融入大我的慈悲展現，也是菩薩道的實踐。

4. 回向偈的種類與意義

在佛門中，有許多由歷代祖師流傳下來的回向偈，其寓意都非常深遠。佛弟子可以依循這些現成的回向偈來修行回向，也可以根據自己內心的願望來發心回向。回向偈通常在佛法儀式圓滿時唱誦，以結束該次功德的累積。以下列舉幾種常見的回向偈及其意義：

- a. 將功德回向予眾生共成佛道
 - i. 回向偈：「願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道」。
 - ii. 意義：這是最為圓滿的回向法，將自己所修的一切功德，毫無保留地回向給所有眾生，願大家都能一起成就佛道、證得佛果。這體現了佛法「自利利他」的精神。
- b. 將功德回嚮往生淨土
 - i. 回向偈：「願生西方淨土中，九品蓮華為父母，華開見佛悟無生，不退菩薩為伴侶」。
 - ii. 意義：這種回向主要是發願，希望將所修功德作為往生西方極樂世界資糧，並在淨土中蓮華化生，見佛聞法，成就永不退轉的菩薩位。
- c. 將功德回向肅清三障及菩薩道

- i. 回向偈：「願消三障諸煩惱，願得智慧真明瞭，普願罪障悉消除，世世常行菩薩道」。
 - ii. 意義：此回向旨在消除身口意所造作的三種障礙（煩惱障、業障、報障），增長智慧，並發願生生世世都能實踐菩薩道，利益眾生。
- d. 回向前所修功德與一切眾生及佛淨土
 - i. 此類回向偈通常會提到「功德殊勝行，無邊勝福皆回向」，並進一步願「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」。
 - ii. 意義：這是一種綜合性的回向，不僅將禮懺、誦經、念佛等所有功德回向，更將這些無邊的勝福回向給所有沉溺於苦海的眾生，願他們都能往生到佛的淨土，並祈願十方三世一切諸佛、菩薩及般若智慧的加持。

總結來說，「回向」是佛弟子修行中不可或缺的一環。它超越了個人修行的範疇，將功德廣泛分享，不僅利益了無數眾生，也同時開闊了修行者自身的心量，使其福德與智慧得以無限增長，最終朝向成就佛果的崇高目標邁進。

(回目錄)

章三十、臨終助念 (Chanting for the Dying)

臨終助念：給予生命最後階段最溫暖的指引

在人生必經的「生老病死」過程中，我們每個人都會面對親友臨終的時刻。在佛法看來，人臨終時的心念，是決定其未來去向的關鍵時刻。因此，佛法特別強調「臨終助念」的重要性，這是一種在生命最後關頭，透過佛法加持，引導亡者走向善道的殊勝行儀。

1. 臨終助念的重要性與基本認知

- a. 佛法將臨終時的心念視為決定生命輪迴去向的關鍵。當一個人的呼吸停止時，他的神識（意識，類似靈魂）並不會立刻離開身體，通常需要等到八到十二小時後，體溫完全冰涼，才表示神識已脫離肉體。
- b. 這個神識脫離肉體的過程，佛經比喻為「生龜剝殼」，極其痛苦。因此，在這個關鍵時刻，有幾個非常重要的原則必須遵守：
 - i. 切勿搬動遺體：為了避免增加亡者的痛苦，在神識尚未完全離開前，絕對不要隨意搬動遺體。

- ii. 不要哭泣：家屬的哭泣會讓亡者產生不捨與依戀，反而會牽絆其神識，使其難以安然離去，甚至可能因此墮入惡道。
 - iii. 給予佛法開示與念佛引導：此時，最重要的是以佛法開示亡者，引導他們念佛。透過念佛的加持力，能幫助亡者往生善處，或者減輕惡業果報，這才是對亡者最大的祝福與最好的報恩。
- c. 佛法對臨終處理有完整的行儀，即是《助念儀軌》。佛弟子應將其視為基本常識，平時有所準備，以備不時之需，避免屆時手足無措。
- 2. 臨終者須知（針對臨終者本身的提醒）
對於即將走到生命盡頭的人，佛法建議應當了解並實踐以下幾點：
 - a. 了解生死必然：清楚知道生命的必然性，以佛法和三寶（佛、法、僧）作為最終的依止。
 - b. 發願往生淨土：透過「信（深信佛法真實不虛）、願（懇切發願往生淨土）、行（一心念佛求生淨土）」的力量，願生西方淨土。
 - c. 交待遺囑與心願：將未了的心願和遺囑妥善交待。
 - d. 安排佛教葬儀：要求家屬按照佛教儀式來安排喪葬後事。
 - e. 保持正念與精進：在最後的時刻，保持心念的清明、專注與精進，依循佛法正思惟。
 - f. 請蓮友助念：主動請學佛的蓮友（同修）前來助念，給予支持。
- 3. 家屬須知（針對臨終者家屬的提醒）
家屬在臨終助念中扮演著至關重要的角色，應當：
 - a. 說服家人：以佛法利益亡者的角度，說服其他家人接受佛教的處理方式。
 - b. 說服亡者：勸導臨終者接受佛法、助念，以及依照佛教儀式處理後事。
 - c. 請僧眾協助：恭請僧眾為亡者皈依，並給予佛法開示。
 - d. 保持鎮定：家屬應自行鎮定節哀，避免大聲哭泣，以免讓病者生起不捨之情，影響其往生善道。
 - e. 飲食禁忌：食用五辛（蔥、蒜、韭、薤、興渠）、酒肉者，不應靠近亡者，也不可打擾亡者。
 - f. 佈置佛堂與助念：為亡者佈置一個清淨的佛堂，並妥善安排助念事宜。
- 4. 助念者須知（針對提供助念的蓮友或法師）
助念者在提供協助時，應當具備正確的心態與行為規範：
 - a. 心理建設：助念者應以修福、增長善根、廣結善緣、利益亡者的心態來助念。不要因為傳統上對死亡的恐懼或「犯沖」等錯誤觀念而卻步（長時間念佛就能克服恐懼）。
 - b. 不收受財物：不接受家屬提供的飲食、紅包或禮物，頂多只喝茶水即可。

- c. 遵守規矩：進入亡者家中，應先找家屬的主事者，不要隨意進入房間，以免引起物品遺失的困擾。

5. 佛堂佈置

為亡者佈置佛堂時，應以簡潔莊嚴為原則：

- a. 佛像：佛像大小不拘，可以釘掛或擺放，也不必特別區分方位。
- b. 供桌：供桌上可以鋪黃布或黃紙（沒有也無妨）。
- c. 香爐：準備供佛用的香爐，可以是臥香或立香爐。
- d. 法器：準備兩支引磬。
- e. 供品：可準備鮮花、水果、糕餅（如果沒有這些物品，暫時缺少也無妨）。
- f. 燈燭：準備兩支紅燭或一對蓮花燈。

6. 助念方法

助念的具體操作應當注意以下幾點：

- a. 時間：
 - i. 在臨終者意識尚清楚、或病重期間，可提前幾日開始使用念佛機，讓佛號聲伴隨左右，直到其命終。
 - ii. 命終後，神識尚未完全離開（通常是八到十二小時內），必須請蓮友持續助念。
 - iii. 助念時可以分班進行，例如每兩小時一班輪流念佛。一班出聲念，另外兩班則默念，這樣比較不容易疲累。
- b. 聲調：
 - i. 念佛的聲調應以亡者平時習慣的調子為主。
 - ii. 速度應不緩不急，字字分明，句句清楚，重點在於攝受亡者的心。
 - iii. 所念的佛號可以根據亡者生前相應的本尊選擇，例如念「南無觀世音菩薩」名號亦可。
- c. 法器：助念時可以使用兩支引磬相互敲打。引磬的聲音清亮，木魚聲則較為渾濁。最終可依亡者的喜好來選擇使用。
- d. 念誦內容與流程：
 - i. 開始時，可先念「南無西方極樂世界大慈大悲阿彌陀佛」，接著轉為六字佛號（南無阿彌陀佛），最後再轉為四字佛號（阿彌陀佛）。
 - ii. 念佛聲應持續不斷，即使現場沒有人助念，也可以播放錄音帶，但錄音帶中不能有閒雜語音。
 - iii. 助念結束後，應進行回向，然後再離開。
- e. 身體處理：
 - i. 在助念期間，絕對不能搬動遺體。

- ii. 如果亡者尚未全身冰冷，表示神識可能還未離開，此時應繼續助念。
- iii. 由於每個人神識脫離的時間長短不定，因此助念的時間寧可長一些，不要短少。

透過臨終助念的實踐，佛弟子不僅能以慈悲心利益亡者，幫助他們在生命終點得到佛法光明指引，也能為自己和家屬累積廣大福德，是學佛行儀中極為重要的環節。

[\(回目錄\)](#)

章三十一、葬儀 (Funeral Rites)

葬儀：以佛法送別摯親，圓滿生命最終章

當我們面對親人眷屬往生時，從世俗的角度來看，家屬會盡心盡力為其善理後事，這是人倫之常。在佛法中，除了前一章節所提到的「臨終助念」和後續會談及的「作七」之外，關於喪葬事宜，也有其特定的行儀與原則，旨在如法地利益亡者，並讓生者也能在悲傷中有所依循。

1. 入殮的注意事項

入殮是將亡者遺體放入棺木的儀式，此時家屬需要特別注意：

- a. 家屬親視在旁：在入殮過程中，家屬應當親自在場，讓亡者感受到親人的陪伴與關愛，得以安慰。
- b. 了解葬儀社作業流程：如果委託葬儀社代辦，家屬務必事先了解其作業流程，以便能有效監督與調整，確保符合佛教儀式。
- c. 遺體處理時機：洗浴、移鋪、化妝、換衣、入殮等身體處理程序，都必須等到遺體完全冰涼之後才能進行。這點與「臨終助念」中強調的「神識未離勿動遺體」原則相呼應。
- d. 親人親手處理為佳：最好能夠由親人自己來處理亡者的身體，這份親手照護的心意，是對亡者最深的關懷。

2. 安設靈堂的原則

靈堂的佈置，旨在為亡者提供一個暫時的安息處，並透過佛力加被，幫助其神識。

- a. 大小不拘，設施完備：靈堂的規模大小可以依據實際空間而定，但必須設置佛像、亡者牌位和幢幡。
- b. 供品與意義：
 - i. 供品：應供奉白飯、素菜、水果、鮮花、香燭等。

- ii. 佛像：設置佛像旨在祈請三寶加被亡者。
- iii. 幢幡：供佛的幢幡，據說其風吹拂過亡者，可令亡者感到清涼。
- iv. 飯菜：供奉飯菜，是讓亡者得以飲食。這裡提到亡者在尚未投胎前處於「中陰身」階段，可能會回來進食，但他們主要攝取的是香氣。
- c. 靈位擺放：安設靈位時，最好供奉佛像，而靈位則應置於佛像的側邊，因為祖先或亡者的位階相對佛菩薩較低，將靈位置於佛像正中，反而可能損及亡者的福報，或讓亡靈不敢前來棲息。

3. 喪葬相關事宜的聯絡與安排

在辦理喪事期間，妥善的協調與安排至關重要：

- a. 聯絡親友：通知親朋好友相關事宜。
- b. 決定出殯時間與地點：確定告別式的日期、火葬或土葬的地點。
- c. 經費運用：妥善規劃喪葬的經費。
- d. 總幹事統籌：最好能選一位有經驗者擔任總幹事，統籌所有事務。
- e. 依佛教儀式處理：所有的安排都應依循佛教儀式處理，以真正利益亡者。

4. 告別式的重點

告別式是生者向亡者作最後告別的儀式，應當莊重、如法：

- a. 莊重合佛法：一切安排都應以莊重、符合佛法精神為原則。
- b. 避免民間陋習：切勿使用民間常見的陋習，例如：放紙人、燒冥紙、鑼鼓陣、五子哭墓等。
- c. 簡約音樂與佛曲：可以使用簡單的西式音樂配合佛曲。
- d. 請僧眾誦經：可以恭請出家眾前來誦經，家屬應當隨同師父一同為亡者誦經。
- e. 禁用生靈祭拜，避免鋪張：絕對不可使用活生生的動物進行祭拜，也不可鋪張浪費。
- f. 亡者遺物的處理：
 - i. 若亡者生前意識清楚，應鼓勵其將遺物分贈給窮人或供養三寶，以累積佈施和供養的福報。
 - ii. 若生前來不及處理，家屬應代為佈施供養，以增加亡者的福報。
 - iii. 若不作佈施，則可留給子孫或家屬紀念，避免因財物分配不均而導致兒孫之間產生不和。

5. 火化或土葬時的建議

最後的安葬環節，佛法同樣給予指引：

- a. 法師帶領誦經：在火化或土葬時，若有師父帶領誦經，會更為殊勝。

- b. 骨灰安置：骨灰可以安放在家族宗廟，若無宗廟，則可將其置於寺院的骨灰塔（普同塔）中，讓亡者能每日聽聞佛法。

6. 佛法的達觀態度

從佛法的角度來看，生離死別本來就是一場夢幻。有智慧的人能夠達觀地看待這些現象。因此，佛弟子在面對親人往生時，不應過於悲戀不捨。最重要的，是應當懷著「以佛法利益亡者」的心意，盡心盡力地為其處理後事。

透過這些如法的葬儀，不僅能表達生者的孝思與追悼，更能為亡者在下一段生命旅程中種下善因，獲得佛法的指引與加持。

[\(回目錄\)](#)

章三十二、作七 (Seven-Day Post-Death Rites)

作七：中陰階段的佛法指引與功德迴向

當親人離世後，家屬除了妥善處理後事之外，在佛法中還有一項特別的行儀，就是為亡者「作七」。這是一系列在特定時間內為亡者修福積德的佛事，其目的旨在幫助亡者的神識（意識）在投生下一期生命前，能夠得到佛法的加持與引導，避免墮入惡道，並往生善處。

1. 作七的定義與時間

「作七」是指從亡者去世的那一天算起，每隔七天為亡者做一次佛事，總共七次，也就是七個「七」，持續共計四十九天。例如，去世後的第七天稱為「頭七」，第十四天為「二七」，以此類推，直到第四十九天為「滿七」。

2. 中陰身的關鍵時刻

- a. 要了解「作七」的重要性，我們必須先認識「中陰身」這個概念。
- b. 中陰身的狀態：亡者斷氣後，他們的神識並非立刻投胎到六道之中，而是在「死此生彼」之間，會經歷一段「中陰身」的歷程。中陰身，又稱為「中有」，它不屬於六道（天、人、阿修羅、畜生、餓鬼、地獄）之中的任何一界。此時，亡者的神識會飄遊在虛空中，身形自在，甚至能夠知曉過去與未來。一般人常常誤以為人死後直接變成鬼道眾生，這是佛法中需要釐清的觀念。
- c. 中陰身的時間長短：中陰身停留的時間長短，會隨著個人生前的業緣而有所不同。

- i. 大善大惡者：如果亡者生前累積了極大的善業或極大的惡業，他們的神識可能會立刻上升到善道或下墮到惡道，中陰身的時間就非常短暫。
- ii. 善惡參半者：對於那些生前善惡業參雜，或者業力不確定的人，他們的神識通常會以七天為一個階段。根據其善惡業的輕重，來決定他們投胎的去處。這個階段最長不會超過四十九天。
- d. 「七七」的意義：「七七四十九天」的說法，正是因為中陰身最長的期限就是七七四十九天。在這個期間，亡者的「業果未定」，也就是說，他們的最終去向還沒有完全確定。

3. 作七的目的與功德迴向

正因為中陰身階段業果未定，因此在這個關鍵的四十九天內，為亡者修持佛法並迴向功德，就顯得至關重要。

- a. 幫助亡者免難生善：如果能在亡者尚未投胎之前，為他們誦經、禮懺、並迴向功德，引導他們皈依三寶，就有機會幫助他們免於墮入「三惡道」（地獄、餓鬼、畜生）的苦難。這些佛事所累積的功德，將成為亡者往生善道的資糧。
- b. 廣泛的佛事內容：雖然「作七」一般多指誦經和禮懺，但事實上，所有能夠累積功德的善事，都可以為亡者進行並迴向。這包括：
 - i. 誦經：讀誦佛經，如《地藏經》等，讓亡者聽聞佛法。
 - ii. 禮懺：禮拜各種懺悔儀軌，為亡者消除業障。
 - iii. 佈施：以財物、法義或無畏的方式行佈施。
 - iv. 放生：救助即將被宰殺的動物生命，培養慈悲心。
 - v. 印經：印製和流通佛經，弘揚佛法。
 - vi. 造寺造佛像：參與建造寺院或製作佛像，護持三寶。
 - vii. 供僧：向僧眾提供供養，累積福報。
- c. 總之，任何善事或聖事，都可以迴向給亡者，幫助他們脫離惡道，生到善處，獲得福報。

4. 給生者的啟示：及時自修的重要性

《地藏經》中有一段話對生者具有深遠的啟示：「若有男子女人，在生不修善因，多造眾罪，命終之後，眷屬小大，為造福利，一切聖事，七分之中而乃獲一，六分功德，生者自利」。

這段經文的意思是，如果亡者生前沒有積極修善積德，而是造作了許多罪業，那麼即使家屬為他們努力做佛事、修福報，亡者也只能得到七分之一的功德，而做佛事的生者自己，卻能得到六分之功德。

這個道理提醒我們：

- a. 自修自得：最好的方式是在自己活著的時候，就要及早於佛法中精進修行。透過佈施、持戒、禮佛、禪坐等方式，為自己累積往生善處的福慧資糧。
- b. 莫待無常：人生的無常難測，我們應當把握有限的生命，積極為自己的未來鋪路，而不是將希望完全寄託在親友往生後的「作七」功德上。

透過「作七」的行儀，佛法不僅讓我們有機會以實際行動幫助已故親友，也同時教育我們生命的可貴，以及在世時精進修行的重要性，這是一種自利利他的圓滿實踐。

[\(回目錄\)](#)

章三十三、常用唄贊 (Common Chants)

常用唄贊：佛門儀式中的心靈共鳴與願力展現

在佛門中，「唄贊」指的是在進行佛事或日常修行時，所唱誦的偈語或讚頌。這些唄贊不僅莊嚴了法會儀式，更重要的是，它們承載著深刻的佛法義理、佛弟子的願心以及對三寶的恭敬與感恩。透過唱誦這些唄贊，我們的心能夠與佛菩薩的功德相應，同時也能表達我們修行的目的與對眾生的慈悲。

1. 爐香贊

- a. 意義：這段偈語的意義，是透過燃香來供養十方諸佛菩薩。香氣能普薰十方，引請諸佛菩薩的功德海會遙聞香氣，並隨處結成吉祥的雲彩。當我們心意誠懇殷切時，諸佛菩薩就會全身現前，降臨法會加持護念大眾。
- b. 用途：通常在法會開始時，進行供養和祈請佛菩薩降臨時唱誦。
- c. 偈語：「爐香乍爇，法界蒙薰，諸佛海會悉遙聞，隨處結祥雲。誠意方殷諸佛現全身。南無香雲蓋菩薩摩訶薩（三稱）。」

2. 懺悔偈

- a. 意義：這段偈語旨在表達對自己從無始劫以來，因貪瞋癡（三毒）所造作的一切身、口、意惡業的懺悔。懺悔的目的在於清淨所造的惡業，免於惡果的逼迫。
- b. 用途：在佛事開始前，為了清淨三業（身、口、意），讓身心得以潔淨，通常會唱誦此偈。
- c. 偈語：「往昔所造諸惡業，皆由無始貪瞋癡，從身語意之所生，一切我今皆懺悔。」

3. 彌陀偈

- a. 意義：此偈是為了讚頌西方極樂世界阿彌陀佛的殊勝功德。偈語描述了阿彌陀佛報身金色、相好光明無與倫比的莊嚴清淨形象，並讚歎其白毫宛轉如五座須彌山，紺目澄清如四大海。這也讚揚了阿彌陀佛廣大的四十八願，旨在攝受眾生往生極樂淨土，讓所有九品眾生都能登上彼岸。
- b. 用途：通常在稱念阿彌陀佛佛號之前使用。
- c. 偈語：「阿彌陀佛身金色，相好光明無等倫，白毫宛轉五須彌，紺目澄清四大海。光中化佛無數億，化菩薩眾亦無邊，四十八願度眾生，九品咸令登彼岸。」

4. 回向偈

- a. 意義：在佛門修行中，「回向」是一個非常核心且重要的法門。它代表著將我們所修的一切功德，透過發心，有目標、有方向地擴大並分享給廣大的眾生。這不僅能讓個人功德發揮更大的效益，也能增長自身心量與福德。回向的核心精神，是以護念一切眾生為出發點，將功德回向於追求無上佛道，而非僅為個人享樂。
- b. 用途：在任何佛法儀式圓滿時，都會唱誦回向偈，以結束該次功德的累積。
- c. 以下列舉了幾種常見的回向偈及其意義：
 - i. 將功德回向予眾生共成佛道：
 - 意義：這是最為圓滿的回向法。它將自己所修的一切功德，毫無保留地回向給所有眾生，願大家都能一起成就佛道、證得佛果。這體現了佛法「自利利他」的精神。
 - 偈語：「願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。」
 - ii. 將功德回嚮往生淨土：
 - 意義：此回向主要是發願，希望將所修功德作為往生西方極樂世界的資糧。在淨土中蓮華化生，見佛聞法，成就永不退轉的菩薩位。
 - 偈語：「願生西方淨土中，九品蓮華為父母，華開見佛悟無生，不退菩薩為伴侶。」
 - iii. 將功德回向肅清三障及菩薩道：
 - 意義：此偈旨在消除身口意所造作的三種障礙（煩惱障、業障、報障），增長智慧，並發願生生世世都能實踐菩薩道，利益眾生。
 - 偈語：「願消三障諸煩惱，願得智慧真明瞭，普願罪障悉消除，世世常行菩薩道。」

iv. 回向前所修法之功德與一切眾生及佛淨土：

- 意義：這是一種綜合性的回向。它不僅將禮懺、誦經、念佛等所有殊勝功德，以及無邊的勝福回向，更將這些功德回向給所有沉溺於苦海的眾生，願他們都能往生到無量光佛刹（即阿彌陀佛的極樂淨土），並祈願十方三世一切諸佛、菩薩及般若智慧的加持。
- 偈語：「功德殊勝行，無邊勝福皆回向。普願沉溺諸有情，速往無量光佛刹，十方三世一切佛，一切菩薩摩訶薩，摩訶般若波羅蜜。」

5. 供養贊

- a. 意義：這段唄贊的目的是在二時齋飯（早粥、午齋）未食用前，供養諸佛菩薩及護法諸天。用膳後，則會祝願施主身心清淨、功德無量、所求如意，一切吉祥。
- b. 用途：在佛門用餐前和用餐後使用。
- c. 偈語：
 - i. 飯前供養：「供養清淨法身毗盧遮那佛，圓滿報身盧舍那佛，千百億化身釋迦牟尼佛，極樂世界阿彌陀佛，當來下生彌勒尊佛，十方三世一切諸佛，大智文殊師利菩薩，大行普賢菩薩，大悲觀世音菩薩，大願地藏王菩薩，諸尊菩薩摩訶薩，摩訶般若波羅蜜。」
 - ii. 早粥贊：「粥有十利，饒益行人，果報無邊，究竟常樂。」
 - iii. 午齋贊：「三德六味，供佛及僧，法界有情，普同供養，若飯食時，當願眾生，禪悅為食，法喜充滿。」
 - iv. 結齋咒：「薩哆喃，三藐三菩陀，俱胝南，怛姪他，唵，折隸主隸，准提，薩婆訶。」

6. 浴佛偈

- a. 意義：此偈是在浴佛儀式中使用，意在表達透過浴佛的功德，願所有眾生都能洗去煩惱塵垢，最終證得佛陀清淨法身。浴佛是為了效法龍王為佛陀太子灌沐的精神，慶祝佛陀的降生，因為佛陀出世才讓眾生有機會開啟智慧，找到出離苦海之道。
- b. 用途：在佛誕節（浴佛節）舉行浴佛儀式時唱誦。
- c. 偈語：「我今灌浴諸如來，淨智莊嚴功德聚，五濁眾生令離垢，同證如來淨法身。」

這些唄贊，不僅是佛門儀式中不可或缺的部分，更是佛弟子們將佛法融入生活，實踐慈悲與智慧的具體展現。透過用心唱誦，我們能更深刻地體會佛法的莊嚴與其廣大的利益。

[\(回目錄\)](#)

傳法部第一版於 2025 年 8 月 15 日編撰

《真佛宗在家居士學佛行儀須知》
乃依根本傳承上師蓮生活佛盧勝彥
之法教而編纂，旨在引導在家弟子
於日常生活中落實佛法，修身養心
，淨化家庭，莊嚴社會。此書為真
佛弟子行持之準繩，學佛之指南，
行儀之典範。

—真佛宗傳法部