

## 淨空老法師 法語

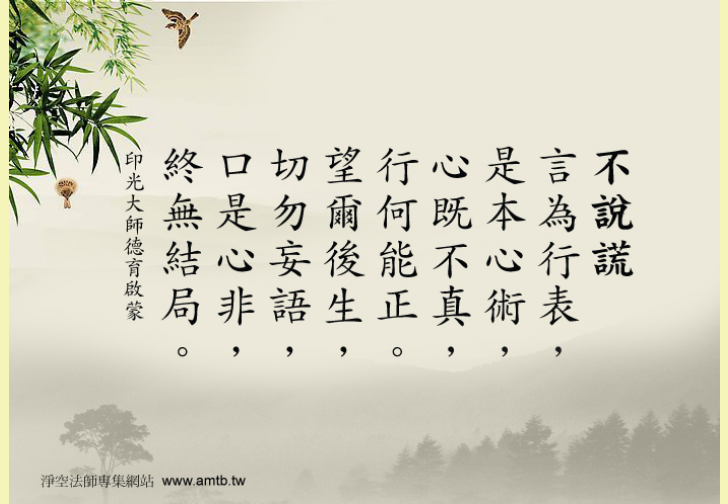
於無量劫積植德行，不起貪瞋癡欲諸想，  
不著色聲香味觸法，但樂憶念過去諸佛所修善根。  
前二句，萬緣放下；後二句，一向專念，正是淨業綱宗。

# 覺正



### 本期專欄：建國君民教學為先（七）

- ▣ [本期內容簡介](#)
- ▣ [金剛經講義節要述記（105）](#)
- ▣ [印光大師開示：警人命無常](#)
- ▣ [倫理道德：聖賢是母親教出來的](#)
- ▣ [因果教育：盛德感人（元德秀）](#)
- ▣ [心得交流：eg12241同學的學佛心得](#)
- ▣ [答疑解惑：念佛時間久了會疲倦的原因？](#)
- ▣ [網路講座：淨空老和尚網路首播](#)
- ▣ [法寶流通](#)
- ▣ [信息交流](#)



我要訂閱/取消



雜誌下載



學佛問題

2013.8.15 星期四 Vol. 380

### 本期內容簡介



本期內容如下：

我們要把我們的良心裡面裝聖賢人的教誨，要裝一切善人的善言善行。  
請看[本期專欄](#)。

不能不讀經，不能不聽經，否則必定被外面境界所誘惑。請看[金剛經講義節要述記](#)。

**最新訊息：**[網路直播：2013年中元普度消災祈福三時繫念](#)、[2013年香港中元護國息災超薦繫念佛事](#)、[淨空法師專集網](#) [新浪微博](#)、[淨空法師專集網 Facebook專頁](#)。

影片及mp3下載：[一般品質影片BT種子網\(下載170k wmv請多用此，速度快，一個編號一個種子。12-17華嚴經除外，50集打包成一個種子\)](#)、[江蘇電信](#)、[雲南電信](#)、[遼寧網通](#)、[山東聯通](#)、[日本\(流量40m人數限制70人\)](#)、[德國](#)下載，不需帳號/密碼下載影音檔，嚴禁燒製光碟出售。若同修要下載影音檔，請勿用大量session下載mms，以免造成主機當機。下載請多用ftp方式。請多多配合！

目前發現yahoo、pchome、themai、sohu、126、263、163、eyou、sina、21cn免費信箱，會被isp當作廣告信擋掉或移

至垃圾筒，若您是上列信箱，請先查看垃圾筒是否有，若無收雜誌建議使用其他Email信箱訂閱，謝謝！

### 本期專欄：建國君民教學為先（七）



「若有能開釋深義」，佛經裡面甚深的意義，能夠講清楚、講明白「解散疑結」，我們的懷疑，結是我們不能暢通，通不過去的地方，為我們解除了，我們真得受用，「則盡心敬之，不念餘惡」，縱然他有什麼過失，不要去想這些。這是我們常常說的，勸勉大家，我們人人有個良心，記住，你的心是良心，是非常善良的。你要把你的良心去收集一般人這些垃圾、這些罪孽，放在你的心上，你就錯了，你的良心變成造作惡業人的垃圾桶。你是個聰明人嗎？聰明人怎麼肯把自己的良心去裝別人的垃圾？我們要把我們的良心裡面裝聖賢人的教誨，要裝一切善人的善言善行，才能幫助我們提升，才能幫助我們成就。所以，我們對這些人要盡心、要愛護，要向他學習。他有什麼毛病習氣，有時候是大權示現，凡夫看不懂。他在那個地方度化眾生，不同根性的人用不同的方法。

四攝法最後一條叫同事，這一條通常我們講的時候都有一點忌諱，不敢細說，細說怕別人聽錯了，錯會了意思。所以我講到同事，我都說我們與佛同事、與菩薩同事，我不敢講與世人同事。世人同事，這個人喜歡跳舞的，你天天陪他跳舞，那個人喜歡打麻將的，你天天陪他打麻將，那叫同事。是不是這樣？是的，菩薩可以做。為什麼？他要度那些人，你不跟他在一起，你怎麼度得了他？跳舞跳得好，人人都羨慕。你從哪裡學的？我從阿彌陀佛那兒學的。阿彌陀佛？是，大舞臺在極樂世界。這樣把他帶到佛門裡來了，這叫真善知識。打麻將都贏錢，沒有一場輸的。你從哪裡學來？我從阿彌陀佛學來的。有智慧！所以他能夠從這個方面把人帶向正路，這是四攝法裡頭最後一個，太高明了！但是你沒有這個本事你去學，那你就是被人家，不是你帶人，被人家帶跑掉了；真有這個本事可以。

四攝法末後一條，那是諸佛菩薩度這些作惡的眾生，用這些非常手段。所以說是我們看到他作惡，也許他在裡面正是要度那些眾生，用這些非常手段。所以，我們不能夠認為他是惡，因為我們想他的惡，把我們惡的念頭拉起來，這是絕大絕大的錯誤。永遠不要記任何人的惡，保持自己純淨純善。惡的事情不看，惡的言語不聽，絕對不放在心上，我們的心才快樂、才自在，純淨純善，沒有惡念，沒有惡的印象在裡頭。

「如弊囊盛寶，不得以囊惡故不取其寶」。囊是個袋子，簍子。這個囊很破爛，可是裡頭裝的無價之寶。這個弊囊是什麼？這個老師好像有一點或是破戒，不太好的行為，你看到你就不跟他學了，錯了。人家一肚子學問，正知正見，你看到一點點，你覺得不滿意，你就不學了，誰吃虧？自己吃大虧了。連釋迦牟尼佛、連孔子都有人批評，我們親近那些善知識，不能跟世尊比，不能跟孔子比。孔子、佛都有人批評他，都有人反對他，都有人罵他。我們這些老師被人批評、被人辱罵，我們就受了算了。能解釋的解釋，不能解釋的就點頭，你說的都對，可是我還是要親近，我還是要跟他學習。我決定不能夠因為你批評，我就不再學了，那我到哪裡去學？批評的這些人遠遠比不上老師。所以自己要有智慧、要有抉擇，不能因為別人說老師過失，我們就不跟他學，這個虧吃大了，這才叫大錯特錯。

「又如夜行險道」，險道是很危險的小路，「弊人執炬」，這個人不是個好人，或者是個無知的人，不懂禮數的人，沒有受過教育的人，他拿著火把在前面走，他給你照路。你因為這個人沒有知識，不願意他這個燈照，你走路掉到坑裡頭去你不能怪人。這些例子都是告訴我們，記住「人非聖賢，孰能無過」，這孔子講的。哪個人沒有過失？你在世間找一個沒有過失的人，決定找不到，有過失的人他也有良心。找一個完完全全的惡人，一個人一生沒有一個好念頭，沒有做一樁好事，也找不到。於是我們對於善知識的觀察，對善知識的取捨，心裡就有數了。自己親身感受是真的，別人批評，或者是有意、或者是無意，我們聽而不聞、視而不見就好，絕不受這些影響，這就對了。

「菩薩亦復如是，於師得智慧光明，不計其惡。」佛菩薩在惡道裡有沒有？有。他要到餓鬼道，他現餓鬼身，他跟鬼和在一起，這就是什麼？四攝法裡最後一個同事攝。這個人墮地獄了，他要去度他，他一定現地獄身，不現同類身你度不了他。他是個畜生，你去度他，也要現同類身。他變成一條豬，菩薩也要變成一個豬，豬跟豬在一起。他墮到螞蟻身，菩薩也要變個螞蟻，跟牠在一起，才能溝通、才能教化牠。佛菩薩尋聲救苦，於一切眾生現同類身，就像《楞嚴經》上所說的，「隨眾生心，應所知量」，不是隨自己的意思，隨他。這是四攝法到究竟，都是屬於同事攝中。

菩薩到我們這個人間來，釋迦牟尼佛來，一定示現我們的身相。菩薩到中國來，我們所知道的，智者大師，釋迦牟尼佛再來的；善導大師，阿彌陀佛再來的。阿彌陀佛再來的，我們至少知道三個，善導是的，永明延壽大師是的，豐干和尚是的。這三個身分暴露了，沒有暴露的我們不知道。傅大士，彌勒菩薩再來的，布袋和尚，彌勒菩薩再來的。佛菩薩在中國應化很多，身分沒有露的多，身分露出來的少。還是中國人善根深厚，祖宗積德。

今天說實在話，最近這兩百年把祖宗教誨疏忽了。這在古時候，這是不孝，不孝父母，不敬祖先就是不孝父母；不敬老師，佛法是師道、孔孟是師道。不敬老師，不孝父母，那就要受懲罰，災難是懲罰。雖懲罰還是愛護，父母懲罰兒女，哪有不愛護的道理！老師懲罰學生也是愛護。對祖先要有孝順心，對老師要有誠敬心，我們才真正能學到東西。所以最好是，真正學佛，心裡不能有惡念，不能有惡言，不能有惡行。凡是一切不善的統統放下，別人說也不必理會，永遠保持自己的清淨平等覺，就對了。

對於一切心行不善的人，原諒他，決定不要計較。我們被人傷害，還得感恩他，為什麼？替我消業障，這都是真的。我感恩他，我的業障就消了，我要是跟他計較，要跟他辯駁，將來還要報復，那麻煩大了。為什麼？極樂世界去不了，要跟他在這個世界上生生世世冤冤相報，搞這些把戲。這個把戲雙方都痛苦，何必？所以，用感恩的心情我們大幅度提升，他來幫助我們提升，成就我們忍辱波羅蜜，好事，決定不是壞事。「是故彼經結云」，經上的總結，「求如是人，即得成就阿耨多羅三藐三菩提」。你能夠親近正知正見的人，他的行為不要去管他，正知正見你就能得到無上菩提。「蓋謂如是之人是真善知識。於真善知識能知能求」，你能知道這個人真善知識，你能跟他求學，「故必證菩提」，你決定成就。

【解】《大疏》又曰：「但令善事明師，明師必自臨事指示。亦同善財於文殊處發菩提心已，問菩薩行。文殊亦不具說。但令親近善友，遂指德雲比丘，展轉令往矣。」復云：「故《法句經》以二十一喻，喻善知識，謂父母、眼目、腳足、梯橙（橙同凳）、飲食、寶衣、橋樑、財寶、日月、身命等。後結云：善知識者，有如是無量功德，是故教汝等親近。大眾聞已，舉聲號哭。自念曠劫為善知識守護。今日值於如來，乃至未曾報恩，無心親近。說是語已，重復舉身號泣。」是故《圓覺經普覺品》普勸曰：「末世眾生欲修行者，應當盡命供事善友，事善知識。」且恭敬善知識者，首在如教奉行，此亦甚難。故云「聞法能行，此亦為難」。

底下一段，「《大疏》又曰：但令善事明師」，這個明不是名氣大，名氣大未必有真學、實學，這個要特別注意，不要被名氣誤了自己。佛經裡講明師是光明之明，這明是什麼？有智慧，真正有智慧、真正有學問，你去請教他。「明師必自臨事指示」，這個老師教你，他一定有善巧方便，幫助你開悟。「亦同善財於文殊處發菩提心已，問菩薩行。文殊亦不具說，但令親近善友，遂指德雲比丘，展轉令往矣。」這是善知識的善巧方便，善財童子他的老師是文殊師利菩薩，他在老師會下得根本智。根本智是什麼？就像惠能大師在五祖會下成就的一樣，明心見性，這個他得到了。再向上，老師叫他去參學，不必住在我這裡，在我這畢業了。為什麼？你有能力分別是非善惡，你有這個能力，有這個能力之後，人人都是老師。善人，跟他修善；惡人，看到他惡行，自己反省有沒有，有則改之，無則嘉勉。善惡統統是老師，沒有一個不是老師，成就你無量智慧。

五十三參真的是如此，裡面代表作惡的，勝熱婆羅門愚癡，甘露火王代表憤怒，代表貪瞋癡，還有一個伐蘇蜜多女是妓女，代表貪。這三個代表貪瞋癡，善財童子都要去參訪。你看參訪這三個人，善財童子有禮敬，禮敬諸佛，沒有讚歎。參訪任何一個老師有禮敬、有讚歎，只有這三個人有禮敬，沒有讚歎，你細心看。為什麼沒有讚歎？因為他們所表現的與性德不相應，一般人不可以學，要引以為戒就對了。不能學貪瞋癡，要能從這個地方回頭，那就成就了，大成就。這三個人是什麼人？都是諸佛再來示現的，用這種方法度化那一類的眾生。必須用這個方法，不用這個方法你就入不了他的氛圍，你就沒有辦法跟他接觸，用這種手段。入到他們境界，善財童子感覺得清涼自在，諸佛菩薩示現的。

所以善財這畢業了，問菩薩行如何落實？落實在生活，落實在工作，落實在處事待人接物，真學問。文殊菩薩沒有跟他說，叫他去親近善友，完全開放了。沒有開悟之前不可以離開老師，開悟之後，老師不會讓你在他那裡多住一天，一定叫你出去參訪。沒有開悟之前，只聽老師一個人的，什麼人講的東西不能聽，什麼人的書籍不能看，規矩非常之嚴。開悟之後完全解放，你什麼都可以看，什麼都可以聽。為什麼？你只有得利益，你不會迷惑的，你有這種能力。你看得多、聽得多、接觸得多，你就什麼都知道了，無所不知。般若無知，無所不知。

>>續載中……

（整理自淨空老法師講演集）

2.「淨信」，正指實信，亦即實相。「生淨信」，有淨念相繼者，有不能淨念相繼者。「乃至」二字，包括許多功夫不同之人。

「『淨信』，正指實信，亦即實相」，與「生實信」的意思相同。

「『生淨信』，有淨念相繼者，有不能淨念相繼者。『乃至』二字，包括許多功夫不同之人」。經文「乃至一念生淨信者」，「一念」，時間很短，然其功德不可思議。猶如黑暗中從來沒有見過光明，忽然像閃電一樣放了一次光，時間雖短，十分稀有，非常難得！有一次，則會有第二次，慢慢愈來愈密集。今天在座的同修皆是「乃至一念生淨信者」。這個「淨信」能不能保持？保持，就成功了。何以不能保持？聽《金剛經》的時候，心地很清淨，淨信；一散會，看到外面花花世界，淨信沒了，又去搞五欲六塵了，這就是「一念」。從一念至淨念相繼，有許多等級，究竟圓滿的淨念相繼是「理一心不亂」，是「法身大士」。「有淨念相繼者，有不能淨念相繼者」，時間長短差別不同。我們現在的狀況就像閃電一樣，放一下光，再也沒有了，此就是「一念生淨信者」。

講經、聽經的好處很多。每天來聽，每天放一次光，二十四小時中，能放幾次光，難得！天天放，月月放，年年放，連續不斷的放，就變成「相繼」，功夫就能成就。由此可知，不能不讀經，不能不聽經，否則必定被外面境界所誘惑，所動搖。原因是現在外面誘惑的力量太強了。如果說「我不受外面境界誘惑」，那是佛菩薩再來才行。保護自己，唯一的辦法是天天讀經，天天聽經。想天天聽經，從前沒人講。現在大家有福報，有錄音帶、錄影帶就行了。不要聽得太多，重複聽一部經最好，一門深入。聽得太多太雜，不容易攝心，不容易得清淨心。一部經最得利益，反覆不斷地聽，才有指望，方能成功。要懂得保護自己，才不致被時代的大風大浪所吞噬。

3.龍樹大士云：「一切法不生而般若生。」可見若非真實用功，淨信不能得生。

這個信，著重在「淨」字。龍樹菩薩此話之意，我們要明瞭。「一切法不生」，就是心中一個妄念都沒有，心是清淨心，是故稱為「淨信」。真實的用功，沒有別的，就是去妄念而已。如果心有妄念，即使斷一切惡，修一切善，妄想、分別、執著仍在。如此斷惡修善，從粗顯方面來說，果報依舊在六道，人天福報而已，不能出三界。如果是很微細的念頭沒斷，斷惡修善，果報亦是聲聞、圓覺、權教菩薩而已，不能見性。因為不能見性，是故不能稱「真實」。真就不假，不是妄的；實則不虛，真實不虛。唯獨心性方是真實不虛，亦即唯有清淨心方是真實不虛。是故，有一個妄念，般若就不生。我們在佛法中看到，世尊常常批評小乘人。小乘人對於三德秘藏，即法身、般若、解脫，只證得半個解脫，沒證得法身，也沒證得般若。

何以阿羅漢、辟支佛、權教菩薩沒有般若？就是他心裡還有妄想、執著，所謂兩種妄想：人我的妄想、法我的妄想。小乘聖者、權教菩薩，我執

沒有了，法執猶存，他依然有微細的妄想沒斷，所以沒有智慧。必須法執也破了，即「破一品無明，證一分法身」，般若智慧方現一分。「般若生」就是般若現前之意。此地提醒我們用功，何者是真實功夫？離一切相是真實功夫，本經所說的「應無所住」是真實功夫。「應生無所住心」，方是真實功夫。我們在此地留意，其他枝枝節節的小問題，自然就解決了。所以，金剛般若名實相符，從根本修，從根本下手。

>>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：警人命無常

大丈夫生於世間，事事無不豫為之計。唯有生死一事，反多置之不問。直待報終命盡，則隨業受報。不知此一念心識，又向何道中受生去也。人天是客居，三途是家鄉。三途一報百千劫，復生人天了無期。由是言之，則了生死之法，固不可不汲汲講求也。

倫理道德：聖賢是母親教出來的

中國古時候教育，教兒教女，教女特別嚴格，比教兒子嚴格好多倍。為什麼原因？這個裡頭道理深。女孩子教好了，你的家就好，你的族就好，你的國家就好。為什麼？她負起責任來養育下一代。從前教兒女，兒女第一代的老師是母親。母親，有很多母親不認識字，她很會教你做人，她教你孝親、教你尊師、教你友愛兄弟，都是她教。

人從小就教好了，一輩子都不會做壞事情，都不會有惡念對人，你說這個社會多祥和。所以，女子比男子就更重要了。五倫裡頭，夫婦有別，男女結成夫婦，這就組成一個家庭，兩個人各人有各人的任務，有別就是不同的任務。組成一個家庭，當然第一個是經濟生活，賺錢養家這是男子的本分事情。

在家裡相夫教子，這是女人本分的工作，這個工作比男人工作要重，這個工作比男人的工作要偉大，這一定要知道的。為什麼？你家的後代要靠婦女，傳宗接代。沒有婦女，你這個家這一代就斷掉了，那是最悽慘的。千萬年前老祖宗一代一代相傳，到你這一代完了，沒有了，你能對得起祖宗嗎？所以古時候男子，你能夠不敬妻子嗎？你能不愛妻子嗎？她是你家庭裡頭命脈的主持人，那關係多大！聖賢從哪裡出來的？母親教的。所以教女比教男重要。

文摘恭錄一淨土大經科註（第七十五集）2011/12/11 檔名：02-037-0075

因果教育：盛德感人（元德秀）

元德秀。少孤。事母孝。登進士第。母亡。廬於墓所。食無鹽酪。刺血畫像。寫佛經。兄子襁褓喪親。無資得乳媪。德秀自乳之。數日涇流。能食乃止。既長。將為娶。家苦貧。乃求為魯山令。天下高其行。不名。謂之元魯山。房琯每見。歎曰。見紫芝眉宇。使人名利之心都盡。(卓行傳)

元德秀唐朝河南(今河南省洛陽縣)人，字紫芝，中舉進士。諡號文行先生。德秀幼年喪父，孤苦貧困，侍奉母親，非常孝順。其母去世，築草廬於墓側，守孝哀思，淡飯粗食，不加鹽酪，自刺身血，用以畫佛像，寫佛經，以其功德迴向母親，以盡孝道。其兄長和嫂嫂，不幸相繼去世，遺下剛出生的孤兒，德秀家貧，沒有能力雇請乳母，於是親自撫養，嬰兒飢餓啼哭，德秀以自己的乳讓他吸吮，慈心感應，數天之後，竟然流出乳水，直到嬰兒能吃食物才停止。姪兒長大成人，德秀苦於家貧，無力替他娶媳成家，為了完成慈愛心願，於是出來做官，任魯山縣令。

平生清高自持，無名利心，愛好山水，彈琴自得其樂，天下景仰他的高尚品行，不稱呼其名，而稱他「元魯山」，當時長才博學的刑部尚書房琯，每次見德秀便稱歎說：「見紫芝眉目容顏之間，所顯現的神情氣象，使人名利之心完全淨盡。」其感化人心之深如此。

※觀元德秀事跡，可以想見，其人修為之高深。所謂「誠於中則形於外。」人的氣質常於眉目容顏之間顯現。有德者涵養深厚，胸次和順安怡，自然別有一種不凡氣宇顯現於面。德秀能使人見之，名利心淨盡，乃至天下景仰其高行，不直稱其名，確實有其來由也。

(《歷史感應統紀語譯》連載一二五)

題目：回覆同學「夫妻吵架、妻子罵公婆，是否該離婚？」的問題

阿彌陀佛！我們以前沒學佛，沒做老和尚的學生，所犯的過失尚可見諒，如今既已皈依三寶，自己的一言一行無不關係到佛菩薩的形象，無不關係到佛教的聲譽，無不牽連到三世因果。離婚可不是兩個人的事情，是整個家族乃至全社會重新排列組合，後果非常嚴重，危害非常久遠，學佛之人豈可意氣用事，而不慎之又慎！

俗諺云「宰相肚裡能撐船」，但這個心量還不夠。我們學佛的人豈但肚裡能撐船，而是要能容得下虛空法界；您連老婆的兩口唾沫都裝不下。平常的人考九十九分算是優秀，但學佛的人考九十九點九都屬於不及格，因為只要還有一分無明未破，還有一絲「我」作祟，還有一點情緒，即不能成就無上道業。

學佛的人待人處事就是要吃得起虧、守得住委屈、經得起考驗，做到不要名、不要利，只要眾生高興，只要眾生覺悟，我們自己死一千次一萬次也不要緊，何況一兩句話？老婆想罵就讓她罵唄，罵累了自然會休息，但三世因果不會讓她休息。罵人對她有什麼好處？削減自己的福報，而成就您的

忍辱。她罵長輩，裡邊肯定有宿命因果，要逆來順受，不必為她的惡口而火燒功德林，到一邊去念阿彌陀佛，要不了多久，您就會看到下場的，恐怕到時候您又要心疼老婆，反而憐香惜玉，去給她燒香叩頭還願祈福了。

另一方面，很難說老婆是不是佛菩薩化身來到世間做我們修行人的逆增上緣，她罵兩句是消我們的業障，促進我們早日覺悟，使我們知道胭脂虎的可怕，讓我們生生世世再也不敢貪戀女色牢獄。對這樣的菩薩恩師，我們感恩戴德尚猶不及，豈可恩將仇報，要效法什麼「管寧割席」、「丁蘭休妻」？我們不以大乘菩薩為榜樣，反而東施效顰，攀緣古人，如何去普度眾生，如何去圓成自己的道業，到哪裡去修證自己的無生法忍？

對於一心了生死的修行人來說，我們本來就不應該結婚，討老婆絕對是給自己討天大的麻煩，結婚絕對是結六道輪迴。如果跟女人在一起幸福，諸佛菩薩為什麼不去結婚？釋迦牟尼佛何必出家？可見男女關係是件麻煩事，是要花時間花心血去經營打理的，是要消磨畢生的精氣神去修補維持的。佛在經典中一再告誡我們，妻室之累猶如桎梏牢獄，對道業的危害極大，許多人在道業將成未成之際，都是在這一招上敗下馬來，墮入輪迴。我們在經典中看到，最後身菩薩沒有一位不是出家人，如果他們不遠離淫欲煩惱，絕對不能成就菩提之路。

但我等凡夫被淫業牽引，身不由己登上老婆色船，今既已為人夫、人父、人子，講的是一份沉甸甸的做人道義，那就要對別人的一生幸福負責，尤其要對子女的健康成長負責，縱然遇到天大的事，也只能自己吃虧忍辱，而不能教別人有絲毫的煩惱瞋恨。因為凡有煩惱之處必有地獄，故學佛之人絕不做無間地獄的工程師。所以結婚也好，離婚也罷，不是兩個人的事情，真的是牽一髮而動全身，影響天地、父母、親族、子孫、乃至全社會。許多人當初結婚已錯一籌，如果為一點小事而離婚，更是錯上加錯！離婚這兩個字不能從我們學佛的人嘴裡輕易吐出來，不光社會影響不好，而且並不能幫助我們解脫煩惱、離開三界。佛教我們離欲，但從不教我們離婚。

（文章來源「佛陀教育網路學院一心得交流」）

問：《彌陀經》講若一日至七日念佛，是否指這七日不吃不喝，不去洗手間，不睡覺，一刻不准停頓的憶佛念佛？

答：佛不是這個意思，經上沒有這個說法。但是這個七日確實是七日七夜，真的是七日七夜念佛不間斷。可是念累的時候可以休息，休息好了，趕緊進念佛堂接著念，這就是如法的。並不是說連洗手間都不可以去，佛經裡沒這個說法。

問：弟子感覺念佛時間久了，大約一個小時，很累、很疲倦，不知是念佛換氣的方法不正確，還是業障的原因？

答：初學佛都有這個情形，你只要把這個瓶頸突破，就不會了。所以念佛的功夫得力，要打佛七。七天，一般大概是第五天，第五天的時候，你也不想



睡覺，也不想吃東西，精神非常旺。最前面的兩天很痛苦，也就是你從一個習慣改變成另外一個習慣，有點不太適應，總得要三天才勉強，第四天就正常，第五天是最正常。往後去，你愈念就愈自在。如果佛七，有兩個七、三個七連到，所以有很多。像我們在澳洲是十個七連到，就是七十天，所以第一個星期突破之後，往後是非常自在，你念得很舒服，法喜充滿，精神飽滿，睡眠的時間很少，一天二、三個小時足夠。

問：弟子在家買來小米供養院子外面的小雞。父母看到了生煩惱，說弟子在造惡業，因為將很好的糧食拋散掉很可惜。不知這樣做是善還是惡？

答：這個不惡，可是一般人覺得是，你拿到這是一般人都吃不到的，餵鳥的時候，當人會產生嫉妒心。餵鳥有餵鳥的鳥食，這在國外就很多。國外鳥很多幾乎都是人餵養的，並沒有籠子。我們在澳洲的山上，鳥就非常多，我們供養牠的食物，真的一天到晚都不間斷。一批來吃了之後，跑了，第二批又來了。所以很多人就看這鳥是你家裡養的？也可以說是家裡養的，你一招手，牠就來了。絕對不是關在籠子養，是牠生活在大自然，牠想吃東西，牠會來，所以在國外幾乎每一家都餵鳥。

（節錄自21-307-0001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（大陸鏡像站）](#)。

#### 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：[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](#)」。
- ◎德育故事及太上感應篇之動畫片，請至「[妙音動畫](#)」。

#### 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[amtb@amtb.tw](mailto:amtb@amtb.tw)。

◎有任何修學上的問題，來信請寄[amtb@amtb.tw](mailto:amtb@amtb.tw)。

說明：所有問題的產生都源於聽經聞法不夠透徹，時間不夠長久，所以最好的方法就是多聽經、讀經，所有問題自然迎刃而解，答案自在其中。「淨空法師專集網站」也陸續將淨空法師所回覆過的問題刊在「[分類問答](#)」中，或至網站的[全文檢索](#)去搜尋。所以，同修們有學佛上的問題時，請先參考此分類中的問題，或許您的問題已經有其他同修問過了，希望您從問答的分類中，能找到解決的方法。若無法找尋到解答，請再將問題傳到[amtb@amtb.tw](mailto:amtb@amtb.tw)，我們會彙整同修們的來信，並敬呈 淨空老法師。但回覆時間不定，需待老法師有時間時，開闢一個「學佛問答」時段，專為同修們解答，也會陸續刊登於「答疑解惑」一欄中。阿彌陀佛！

◎[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，將般若文海遍及寰宇，使一切有緣眾生得佛正法薰習之機會。若有心學佛的同修，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及時相關資訊，並以和平之旅為主軸，擺脫宗教色彩。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.amtb.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[amtb@amtb.tw](mailto:amtb@amtb.tw)。

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: [amb@amb.tw](mailto:amb@amb.tw)