

在家学佛指南

释悟心居士

法爱是人类最高之爱。
以此奉献山城父老乡亲。

俗名杜宣新
乙亥年冬月

当代佛学研究院（筹）

在家学佛指南

当代佛学研究院 编
佛教居士

当代佛学研究院（筹）

编写此书的缘起故

种种迹象表明，一个世界性的佛学热现象正在形成。

每到佛门寺院，或法籍流通处，往往见到求购佛学书刊的人们，有增无减。凡夫俗子有结佛缘的要求，说明人们心理需求的某种变化。而目前可供人们接受的佛家通俗读物，实在太少。于是，使我萌发了编写《在家学佛指南》的缘起故。

欲将深奥的佛理及有关常识，用浅显的文字表现出来，力求雅俗共赏，绝非易事。尽管如此，笔者还是尽力而为，终于完成了这桩普利众生的宏愿。

有情来下种，因地果还生，

无情既无种，无性亦无生。

“佛种从缘起”，愿此书成为觉海高照的法灯，起到广结善缘的作用。

宣新先生雅鉴：

您好！来信收到。祝您全家岁岁平安，年年如意，心想事成，善缘成就。

您在筹办当代佛学研究院，我为之随喜。自佛教传入我国各民族地区始，绝大多数信众（包括出家男女）皆趋于偶像崇拜，求佛保佑，心外求法，佛教的基本精神未能得以普及。你们旨在使佛学从经书中走出来，进入寻常百姓家，是项有意义的工作。这将为宏扬祖国传统文化、净化人生、社会安定，为人体科学研究和两个文明建设都会做出一定的贡献。您不嫌我才疏学浅，聘为顾问，我也就不懂装懂，欣然从命了。顺颂

合家欢乐！

丹迥·冉纳班杂（吴占有）

一九九三年三月五日

（注：丹迥·冉纳班杂活佛现为中国高级藏语佛学院教导处主任）

“人类的最高尊严是什么，看来应该是破除我执与法执，对人、我、事、物都一空到底，达到平等如一的崇高境界。如果真能排除物欲干扰，一空到底，根据佛学者的实践，则能开发固有的智能，认识生命与宇宙的真谛，创造最大的价值。”

当代佛学家牛实为教授
《论科学与佛学的内在关系》

“我想，如果意识到宗教几乎是伴随着人类社会而诞生的，并且不会半途便辞别人类而去；如果意识到宗教必将适应经济发展的阶段而本质地改变自己的内容，并且由此建立起一种历史的发展的观点，则将使我们对宗教的观察和了解更为客观、更为主动、更为冷静、也更为睿智。”

《宗教文化丛书》主编 王志远

什么是佛教？

广义地说，佛教是一种宗教，包括它的经典、仪式、习惯、教团的组织等等；狭义地说，它就是佛所说的言教。如果用佛教固有的术语来说，应当叫做佛法。

佛是神吗？

佛不是神，是觉悟了的人。

怎样理解佛法无边？

佛法者，佛家修持之手段也；无边者，视之不见，触之不得，空也！《坛论》云：（问）黄梅（指五祖）旨意什么人得？（惠能答）会佛法人得。（问）和尚得否？（答）不得。（问）何故？（答）我不会佛法！佛法本无边，无得无失，不垢不净，求之不得，弃之不离。故曰：佛法无边也。

何谓横三世佛，竖三世佛？

横三世事佛指娑婆世界释迦牟尼佛，东方净琉璃世界药师佛，西方极乐世界阿弥陀佛。竖三世佛则指过去佛（以燃灯佛为代表的古七佛）、现在佛（释迦牟尼佛）未来佛为弥勒佛（即笑坐山门的欢喜佛）。

自身中有那三佛？

- 1、清静法身佛——汝之性；
- 2、自性化身佛——汝之行；
- 3、圆满报身佛——汝之智。

何谓三宝殿？

三宝殿是指教教的“佛、法、僧”三大活动场所，“佛”指佛教徒登场办事的地方；“法”指佛家珍藏经书的楼阁；“僧”指和尚睡觉的禅房。

何谓一体三宝？

佛言一体三宝：性是佛宝，如如不动是也；心是法宝，明决公正是也；身是僧宝，清静斋戒是也。

何谓三归依？

佛教徒在入教时必须先于师前受三归依，即归依佛、归依法、归依僧，意思是对佛法僧的归顺依附。《大乘义章》卷十：“归依不同，随境说三，所谓归佛归法归僧。依佛为师，故曰归佛；凭法为药，故称归法；依僧为友，故名归僧。”

归依三宝的好处？

归依三宝的好处，实在太多了，可以求得现世乐，可以求得后世乐，更可以由此而得到涅槃寂静的究竟乐。综合起来，约有八种：1、成为佛的弟子；2、是受戒的基础；3、减轻业障；4、能积广大的福德；5、不堕恶趣；6、人与非人均不能扰乱；7、一切好事都会成功；8、能成佛道。

如何供养？

一般以香花、灯烛、饮食、衣服等供佛、菩萨及亡灵，也指斋僧尼。通常以饮食等实物供佛、供僧为“财供养”，以讲经说法或赠送经卷，称“法供养”。

什么是法供养？

简单的说，要发大心学佛法、修佛法、教导、利益于人们。不论讲经说法，写书立论，发扬佛学真理，流通经书。

方便群众学习，乃至劝人念一句佛，做一件好事，以及言教身教等等教是法供养。故《华严经》说：“诸供养中法供养最。”

何谓法师？

法师是佛教的一种称谓，指通晓佛法并善于讲解及致力修行的僧人，本不适用于一般出家人，但习俗也用作对僧人的尊称。

何谓法论？

佛之教法，谓之法论。说教法谓之转法论。

何谓三学？

三学指戒、定、慧。

1、戒学。戒是调整身心，使身心养成好的习惯。不只要避开宗教上、道德上的不善与恶德，在经济、法律及肉体健康方面，也不做与理想相违的事，此即防非止恶。戒本来的意思，也即是防非止恶。

2、定学。如果依戒来调整身心，接着就会产生统一心的定。为了得到定，而要调身、调息、调心，也就是调整身体、呼吸与精神，这可说是广义的戒。

定是指精神的安静统一，但心静的方法有种种程度之不同，普通人日常心静的欲界定，并不是真正的精神统一；真正的精神统一称为根本定，是属于色界界定及无色界定。

3、慧学。佛教最后的目的在于获得悟的智慧。不论三学或十无学法、六波罗蜜，均将智慧置于最后。但智慧有多种：世俗欲界的有漏智慧、辟支佛（缘觉）的智慧、菩萨种种阶段的智慧、佛最高的智慧等。

何谓修三福？

《观经》云：“欲生彼国，当修三福：一者，孝养父母，奉事师长，慈心不杀，修十善业。二者，受持在戒，具足众戒，不犯威仪。三者，发菩提心，深信因果，续诵大乘，劝进行者。如此三事，名为净业。”

何谓菩提心？

学佛始于发菩提心，终成一切智智。菩提心即四弘誓愿，概括自利利他二行，而以“众生无边誓愿度”之利他行居首，自利为“智”之事，利他为“悲”之事，故曰“悲智双修”。

何谓因果？

因者能生，果者所生。因必有果，果必有因，是为因果之理。

什么是佛以四依教弟子？

一是依法不依人，二是依义不依语，三是依了义经不依不了义经，四是依智不依识。

佛说三乘法是什么？

三乘法是：见闻转诵是小乘，悟法解义是中乘，依法修行是大乘。

何名金刚心？

此心人人本有，个个不无。是诸众生自知自觉本等之心。求佛道者，不明自心，名未与佛。若人明自心，达自性，依佛修行，决定成佛。胜如读金刚经三十万遍，功德无比。一切诸佛，阿耨多罗三藐三菩提法，皆从自心流出，无穷无尽，不坏不杂，故曰金刚心。

何名金刚经？

世尊曰：金刚喻自性，经者喻自心。若人明自心，见自性，是人自己身中有经。六根门头，常放光明，照天照地，具足恒沙功德。

《金刚经》的核心内容是什么？

《金刚经》的核心内容是“心”，围绕这个内容，展开了它玄妙的论说。

何谓禅？

禅的原义是，在寂静的心理背景上思虑。修心在方法上重在一个“悟”字，而达到悟的最佳途径，禅为人们提供了一种简捷的方法。

怎样才能悟？

悟者，洗心涤虑，脱俗离尘是也。《西游记》中提到悟处颇多，该书64回说：禅者，静也，法者，度也，静中之度，非悟不成。《佛学小辞典》的解释是：开真实之知见，证悟菩提之道，曰悟道。

为什么说千日修德，一日悟道？

养德的过程是念唤人体内本能无字真经的过程，同时也是培养浩然正气的过程，养德的目的在于培养人体正气。可见功德与悟性是连在一起的。

跳出三界外指那三界？

佛教中的三界是把人群分为三个层次，一是“欲界”（为食欲和淫欲特盛的众生所住的世界）；二是“色界”（位于欲界之上，已离粗俗而享受精妙境界的众生所住的世界）；三是“无色界”（更在色界之上，为离物质享受而只有精神存在于定心状态中众生的世界）。

何谓十恶？

十恶者，即杀，盗，淫，妄言，绮语，恶口，两舌，贪，嗔，邪见。

彻悟禅师示十种信指的什么？

1、信生必有死；2、信人命无常；3、信轮回路险；4、信苦趣时长；5、信佛语不虚；6、信实有净土；7、信愿生即生；8、信生即不退；9、信一生成佛；10、信法本唯心。

礼佛获那十种功德？

1、得妙色身；2、出言人信；3、处众无畏；4、诸佛护念；5、具大威仪；6、众人亲附；7、诸天爱敬；8、具大福报；9、命终往生；10、速证涅槃。

云何是四大？

世尊曰：地有坚性，水有通性，火有炎性，风有动性。在人身上，四大和合，方成一体。所谓皮肉筋骨，胶成一身，名地大。津液尿血，滋润一身，名水大。暖气均融，温和一身，名火大。动转施为，运用一身，名风大。四大调和，一身安乐，四大不调便生病苦，故曰四大。

何谓四种色说？

佛经上有四种色说，即息灾为白，增益为黄，敬爱为赤，降伏为黑。

何谓六贼？

佛教中六贼指的是色、身、声、香、味、触，意喻外来之扰。

何谓五蕴？

五蕴即色，受，想，行，识。“蕴”是积聚义，又名

“五阴”，“阴”是障蔽义，能阴覆真如法性，起诸烦恼。
现把五蕴的意义说明于下：

1、色即物质，变碍为义，是地，水，火，风四大种所造。

2、受—领纳为义，包括苦，乐，舍三受。

3、想—取像构想为义，于善恶憎爱等境界，取种种相，作种种想。

4、行—意念中迁流不息，起诸造作为义。即由行动去造作善恶业。

5、识—了别为义，由心识了别所缘所对的境界。

佛经说：“四大本空，五蕴非有，缘聚则合，缘散则离。”这就是说“五蕴根身”是缘生性空，不可对这“五蕴根身”起诸执着烦恼自缚，就有业报，因为造业的是由这“五蕴根身”。五蕴中的色蕴是属于物质的叫做色法。受、想、行、识四蕴是属于精神的叫做心法。

怎样辨别手印？

手印，即手指所结的印契。梵语音译母陀罗，是记号的意思。印有“有相”“无相”两种区别。有相印即以色彩、形状、姿态来表示如手印及契印（诸尊所执的器物）；无相印在于体会真意，举凡一投足一举手等一切动作皆是。

由于修行者结手印能感受佛、菩萨的力量而与之成为一体，所以结印、解印，必需拜师亲爱，敬谨慎重。结手印的两手一般称为二羽、日月掌、二掌；称十指为十度（即十波罗蜜）、十轮、十莲、十真如、十峰。左右手（日月掌）分别表示止、观、定、慧、福、智、权、实、慈、悲等；小指次第至拇指则表示色、受、想、行、识或地、水、火、风、

空。

佛说知恩报恩

佛说：做人必须“知恩报恩”。凡是对我们有恩惠的，都要念念不忘，尽力设法报答他。忘恩负义，是佛所严斥的。

谁对我们有恩呢？佛说有四恩：一父母恩，二国家恩，三众生恩，四佛恩。

在家庭里，对我们最有恩惠的，就是父母。父母生育我们，抚养我们，教导我们，其恩惠有如高山大海一样的高深。所以我们必须孝敬顺从他们；父母年纪老了，要优厚的奉养他们。这叫报父母恩。

国家是我们生长的地方；也是我们父母祖先生长的地方；我们的生命财产，就全靠国家的保护，所以国家对我们很有恩典，我们应该爱国家，效忠国家，报国家恩。

我们日常吃的米是农民种的，穿的布是工人织的。细想起来，我们日常生活的每一件事，都是化费过别人的血汗的。在缘起互助的社会中，一切人类对我都有帮助，也就是对我有恩惠。不但人类，就是动物，狗替我们看门，牛替我们耕田，甚至最没有关系的蚯蚓，也在那里日夜不息地替我们翻松田土。所以一切众生，对我们都有恩惠的，我们应当爱护众生，报众生恩。

这三种恩，从家庭，到国家，到世界宇宙，关系有亲疏，范围有广狭，但都同样对我们的“肉体生命”有很大恩惠的。另外还有我们的“精神生命”上有大恩典的，那就是教我们认识真理，懂得做人道理的释迦牟尼佛。所以我们应该信仰佛，恭敬佛，报答佛的恩惠。

从佛到父母，到一切人类，一切众生，对我们都有很大的恩惠，我们都应该报答他。所以，我们舍己为人，贡献一切，来为家庭服务、为国家服务、为人类服务、为佛教服务。我若帮助别人，并不是什么功劳，而正是我报恩的本份事，责任中应该做的事。

佛教四大名山指的哪？

天下名山僧占多，这句名谚道出了汉地佛教文化在地理上的特色。四大名山，是五台山、峨眉山、普陀山、九华山。据传说分别是文殊、普贤、观音和地藏四大菩萨显灵说法的道场。

五台山在山西省五台县境内。峨眉山在四川省峨眉县西南。普陀山位于浙江定海县舟山群岛。九华山在安徽省青阳县境内。

此外，江浙一带的天台山、天童山、雁荡山、栖霞山、虎丘山、狼山、江西的庐山，湖南的衡山、陕西的终南山、云南的鸡足山，辽宁的千山，都是数得上的汉地佛教胜地。

四大菩萨指的谁？

在佛教众多菩萨当中，名声最大的有四位：观世音、文殊、普贤、地藏王。

怎样理解“天堂”、“地狱”？

一提到“天堂”、“地狱”会被有知识的人们斥为“迷信”“陈腐”。但如果象池田大作在《展望21世纪》中所说的那样：“地狱”就是受生命原有的魔性的冲动所支配，处于痛苦最深的状态”，“天堂”是欲望得到满足，充满欢乐的状态”，是否当代人就会接受呢？据说西方著名的历史学家和哲人汤恩比给予的高度评价是，“超过迄今西方所进行

的任何心理分析。”

何谓结缘？

一般指与佛法结缘，为将来得度创造条件。结，谓结构，立机之始；缘即助缘，能成其终，则为未来修得断、智、悲三德之先萌。

何谓缘起？

缘起者，言事物之待缘而起。如一切之有为法等是也。又事之起始者，亦名缘起。

何谓因缘？

因缘者，於一物之生，赋与强力曰因。旁添弱力曰缘。例如种子因也。雨露农夫等缘也。

何谓空？

因缘所生之法，究竟无实体，故谓之空。

何谓空色？

无形曰空，有形为色。可见志公和尚劝世歌

南来北往走西东，	看得浮生总是空。
天也空，地也空，	人生杳杳在其中。
日也空，月也空，	来来往往有何功。
田也空，地也空，	换了多了主人公。
金也空，银也空，	死后何曾在手中。
妻也空，子也空，	黄泉路上不相逢。
大藏经中空是色，	般若经中色是空。
朝走西，暮走东，	人生恰似采花蜂。
采得百花成蜜后，	一场辛苦一场空。
夜静听得三更鼓，	翻身不觉五更钟。
从头仔细看将起，	便是南柯一梦中。

不信但看桃李树，	花开能有几时红。
直饶做到公卿相，	死后还归泥土中。
身归土，气随风，	一片顽皮裹臭脓。
败坏不如猪狗相，	何不当初问志公。
生有一，死无二，	休向人前夸伶俐。
在生置下万顷田，	死后只得三步地。
宽八尺，长丈二，	仔细思量真个是。
若人死后带得去，	志公与你亲书契。
心字笑呵呵，	工夫不用多，
一勾如月样，	二点有偏颇。
禽畜皆由此，	成佛也是他，
世人高著眼，	一点是弥陀。

云何是自己佛法？

世尊曰：悟明自己本来真性，即自佛也。于世间法，及出世间法，通达无碍，即自己法也。心要理养，佛要法扶，是故财食养身命，道理养慧命，悟道兼通，即成佛道。

何谓方便？

人们常说，归元无二路，方便有多门。方便二字，按《金刚心总持论》略说有十五种。第一方便，不养不杀，第二方便，不食酒肉。第四方便，不相侵害。第五方便，莫错指路。第六方便，不可烧山。第七方便，莫怨天地。第八方便，急难相救。第九方便，莫慢神明。第十方便，莫出浊言。十一方便，积仁布德。十二方便，勤俭知足。十三方便，敬老怜贫。十四方便，修因种果。十五方便，冤亲平等，相济度也。若人行得十五方便，便得十五种清净福报，常生人天受诸快乐。

佛陀提出八正道指的那八正？

八正道即正见、正思维、正语、正业、正命、正精进、正念和正定。人经过八正道，即依经、律、论三藏，修持戒、定、慧三学，彻底转变自由世俗欲望和认识，超出生死轮回的范围，达到这种转变的最高目标，叫做“涅槃”或“解脱”。

何谓缘日？

佛与娑婆世界结缘之日，谓之缘日。据经论以三十佛配三十日，以为礼拜佛菩萨之日。今列之如下。一日定光佛，二是燃灯佛，三日多宝佛，四日阿閼佛，五日弥勒菩萨，六日二万灯佛，七日三万灯佛，八日药师如来，九日大通智胜佛，十日日月灯佛，十一日欢喜佛，十二日难胜如来，十三日虚空藏菩萨，十四日普贤菩萨，十五日阿弥陀佛，十六日陀罗尼菩萨，十七日龙树菩萨，十八自观世音菩萨，十九日日光菩萨，二十日月光菩萨，二十一日无尽意菩萨，二十二日施无畏菩萨，二十三日得大势至菩萨，二十四日地藏菩萨，二十五日文殊师利菩萨，二十六日药上菩萨，二十七日卢遮那如来，二十八日大日如来，二十九日药王菩萨，三十日释迦如来。

何是四句偈？

佛言，一切众生，皆有佛性。本来不生，本来不灭。只因迷悟，而致升沉。何以故？众生长迷不觉，所以永劫堕落。诸佛常觉不迷所以永成佛道。若有男女，求佛道者，进道功程，权分四级，号四句偈。一曰空身，二曰空心，三曰空性，四曰空法。云何空身；身是父母所生，亦具父母息气，九孔常流，种种不净，四大假合，终须败坏。有智男女知身