

問：尊敬的上悟下道法師您好，家裡父母在澳洲開餐飲業為生，菜品有肉食，但只用三淨肉。目前沒辦法完全關閉餐飲生意，但是從去年起，開始推廣素食菜單，也在店裡二十四小時播放佛法錄音，請問這樣可以嗎？我還可以做些什麼？阿彌陀佛。感謝師父開示。

答：你就多念阿彌陀佛就對了。還沒有辦法完全斷這個殺生的行業，還是要多念佛。在《龍舒淨土文》也有一個人，他是做殺雞的行業，每一次斬一個雞頭就說，佛子，你要趕快往生西方，不要再來做畜生了，這個雞頭砍下去，念幾句阿彌陀佛。念到有一天，他的脖子長一個瘤，他心裡就很害怕，這個是殺生的業，就自己趕快去閉關。後來念佛念了三年，就往生了。所以還沒有斷殺生，像我們這次到舟山，那些統統是捕魚的，更需要佛法。

我在台灣有一年，聯合錄音公司的老闆問我，說漁業電台有一個時段提供給我們，免費的，他說那個抓魚的，可以不可以？我說可以，趕快給它時段拿下來，不要錢的，播放給那些漁民聽的。所以就播念佛感應故事，就是念佛有什麼好處，得到什麼什麼好處。對那些抓魚的，你不能跟他講一刀還一刀，一命還一命，將來下地獄，他不聽的。所以要善巧方便，船出去，保佑你船平安，他就很歡喜了，他就念了。念久，善根成熟，他就會轉了。所以你要做什麼？多念佛。

問：尊敬的上悟下道法師您好，最近學修過程中，如看到佛法文章等，腦海裡總是控制不住，產生詆毀的想法。自己知道此念已犯滔天大罪，造了惡因，可就是控制不住，如何才可以不產生這種

念頭？

答：這些念頭就是剛才講的，我們無始劫來的業障、惡念，我們念佛就是要去突破這些念頭。念頭起來不怕，趕快提起佛號，把念頭專注在佛號，惡念善念起來不要理會就好。不要擔心這個惡念，不要再去回憶這個惡念，提起佛號，念久了，它自然就沒有。

問：尊敬的上悟下道法師，對於常人身上因現眾生亡靈干擾，如何才能真正超度？現在末法時代，就算在寺廟請法師念經超度，是否也有可能不能真正超度走，對於修行尚淺的學佛人來說，如何具體做法，真正可以讓亡靈離開，得以超度？

答：超度理論方法都在《地藏經》，具體就是自己念佛念到功夫成片就超度了。請法師來念，法師如果真正在替我們念，有認真在念，也有效果，但是自己還是最主要的。自己想要超度，自己是關鍵，請法師是一個輔助。你看婆羅門女、光目女，都是自己念佛超度她母親的，自己發願念佛超度她母親的，自己還是最關鍵的。

怎麼樣超度？具體就是要一門深入，長時薰修。如果有疑問，多聽經。希望你聽我們淨老和尚《地藏經講記》這個光盤，網路上點播也很方便，《地藏經》多聽，你就明白怎麼超度。自己念經、念咒、念佛都能超度。你看《影塵回憶錄》記載的，倓虛老法師的朋友，讀《楞嚴經》讀了八年，八年寒窗讀《楞嚴》，他就能超度亡靈。所以你有一件事情，有耐心、恆心、毅力做，那一件事情就是功德，他就可以迴向給亡靈，他就能得到利益，得到超度。剛才講那個敲鐘的，他就會敲那個鐘，天天敲，他就有功德了。念經也是一樣的，念了八年，他有功夫。有些人念很多年還是沒功夫，就是不老實。誠心的念，你自然會體會到經義，讀書千遍，其義自見。讀書千遍，還不能悟，那就是沒有誠心的念。所以我自己讀經，多少有一些感應。我《無量壽經》、《地藏經》我讀的不多，有時

候讀得會多少有一些感應。有一些人讀了幾千部、幾萬部，沒感應，為什麼？那個沒有誠心，心態不一樣。恭敬至誠讀，就會有感應，這是我們要明白的。所以你讀經，至誠恭敬讀，會有效果。讀得沒有效果，原因就是我們自己都是在打妄想，沒有至誠恭敬。

我剛出家，業障現前，讀《地藏經》都是跪誦的，跪著誦一部《地藏經》。《無量壽經》、《地藏經》都是跪誦，但是這是形式，關鍵還是在你的心態。有的人也是跪，跪了半天還是不行，你的心不對，心態沒有改過來，沒有調整過來。

問：末學有一個問題。現在身邊有很多患有焦慮症、抑鬱症等心理問題的朋友，怎樣可以用佛法改變這種人心理狀態，重獲身心的安樂？感謝師父慈悲開示。

答：現在這個身邊的人有這些焦慮症、抑鬱症愈來愈多，愈來愈多你有辦法幫助他嗎？我看是沒辦法的。沒辦法，怎麼辦？你先幫助你自己。你先幫助你自己，這些人就是我們的善知識，因為他的焦慮、他的憂慮就是提醒我們，他為什麼會這樣，避免跟他犯同樣的毛病。我們修清淨心，對他才有幫助。所以我們一定要記住，要幫助人，要先幫助自己，你才能幫得了人。自己心不清淨，怎麼去幫助人？恐怕有時候愈幫愈忙。

我們大家可以思考一個問題，諸佛菩薩那麼多，大慈大悲，難道他們不知道嗎？他們不幫嗎？問題來了，幫得了嗎？也幫不了。所以我們這個問題，還是要回頭從自己修，自己不要去得這個躁鬱症、憂鬱症，先管自己。自己修好了，你才知道怎麼去幫助這些人。

問：尊敬的上悟下道法師您好，前段時間接觸了一位修密的師兄，修唐密，無意中碰到他的肩膀，總會被牠斥責不能觸碰對方肩膀，說學佛的人肩膀不能碰，有護法神。請問是這樣嗎？感謝師父

答：現在末法時期，什麼說法都有。現在真正學密的也很少，懂得密法的人也很少，假的比較多。所以這個方面，我們不是修密的，也就不要去管那麼多。他不讓你碰，你就不要去碰他就好了。他不讓你碰，你一天到晚去碰他，他當然會給你說很多。你就別碰他就好了，這問題不就解決了。以後遇到他，就有個距離，保持距離，以策安全，就不要碰他就好了。

問：尊敬的上悟下道法師，您好。學生來自江西吉安。學生接觸學習佛法剛開始，都是在網路上學習的，從陳大惠老師講的課自學入門。學生才疏學淺，但有出家的想法，總感覺自己適合出家，向海賢老和尚學習，專心念佛，求生淨土。學生是單親家庭，家裡還有父親，父親不信仰佛教、不學習，學生可以瞞著父親出家嗎？如果可以，學生願意跟著老法師您學習，或者法師您幫我找個師父帶學生修學，請師父慈悲開示。

答：出家不容易，這是我的經驗談。現在出家修行，有時候比在家人還困難。第一個道場，你要選擇道場，修學理念跟自己相應的。道場裡面這些人事物，你能不能去適應？能不能相處？所以過去在圖書館，有人來剃度，老和尚他就講，你先來跟大家住看看，看大家能不能接受你，你能不能接受大家？他說，我很簡單，給你剃一剃，我就走了，我去美國了，後面就是你的事情。我很簡單，就是幾分鐘的事情，但是你要長期生活在一起，那才是個大問題。要出家，真的不容易。所以出家要修忍辱，你能修忍辱嗎？你能受委屈嗎？要學海賢老和尚，我們不要說海賢老和尚那個委屈，我們受他那個百分之一，我們能不能做得到？到時候師父講一句不好聽的話，就再見，就回家了。所以還是去住一住寺院，就是試試看。然後要修忍辱，要學習，要修福修慧，再考慮出家。

現在要我介紹，我也不敢介紹，我也不知道是哪一個可以；介紹你過去，也不知道你適不適應。還是可以自己去找，因為大陸寺院那麼多，法師那麼多，可以自己去選擇。找老和尚，老和尚他現在不收徒弟，你找他，他也不會剃度。所以還是自己可以去找，找適合的道場，跟你有緣的法師，那你跟他就對了。跟他有緣，他講的話你會聽、會接受，他對你就有幫助。如果你跟他沒有緣，他講的話你不聽，你不接受，他對你就沒有幫助，所以原則就是找有緣的法師。

這個有緣的法師找到了，有緣的法師講的你會接受。什麼叫接受？不是跟師父一個人，師父旁邊很多人，那個才是大問題。所以現在很多人跟老和尚，跟老和尚很恭敬，他對其他人他就不恭敬，那這樣怎麼跟大家相處？現在我們看到有很多學佛的人，對老和尚是特別恭敬，但是對老和尚旁邊所有的人他就不恭敬，這樣可以嗎？老和尚是這樣教的嗎？老和尚不是這樣教的，老和尚說恭敬要一切恭敬。但是你現在只恭敬老和尚，對其他人都不恭敬，那老和尚也沒辦法，到時候你跟人家合不來，那你還是要走路。所以這個還是請他善思，三思而後行。下面一個問題：

問：尊敬的上悟下道法師您好，上次十月三十一日，您在上海講《太上感應篇》時，有請教您，如何讓先生戒掉釣魚的愛好。您開示要我念《地藏經》三百遍，迴向給他的冤親債主。我回去之後，立刻請了《地藏經》回來念，我才念到二十多遍，先生就同意不釣魚了。兩個月後，他至今也沒有去釣過，但是他時不時的會說，妳要如何如何做，我就不去釣了。感覺我不讓他釣，他才不去釣的，哪裡未如他的意，他便要提及開釣。請問師父上人，怎麼才能讓他完全斷了這個念想，感謝師父慈悲開示。

答：這個也是有感應，因為他總是已經有先不去釣魚了，這也

說明也有感應。妳勸他不要釣魚，但是他心裡會起懊惱的，所以他這個要求看什麼條件，合理不合理？如果合理的可以答應。那不合理的，當然也不能答應，不然他就開釣，這個還是要看他合理不合理。另外就是看她先生能不能聽聽傳統文化的這些講座、論壇，先不要針對他這個問題，就是從旁敲側擊，其他方面來提醒他，這樣也是一個方式。

這個我也知道，因為過去我在汐止蓮社講經，也有一個居士，我晚上講完經，他都送我回家。他事業做得也不錯，也很賺錢，他也沒有不良的嗜好，吃喝嫖賭都沒有，他就喜歡釣魚。他有一天載我，他就跟我發牢騷。我說釣魚不行，有果報。後來他就說，我什麼嗜好都沒有，難道一個釣魚都不行嗎？他就對我發牢騷。我說不是不行，因為這個有因果。後來他第二個兒子娶了個媳婦，生了一個兒子兔唇，就是嘴唇破了。他的兒子很有善根，他說，爸爸，這是我們釣魚的果報，釣魚把魚嘴唇釣破。後來他們就不敢再釣了。所以還是求佛力加持，會有感應。他如果說要開釣，妳說我再誦《地藏經》給你迴向。還是要求佛力加持。下面一個問題：

問：尊敬的上悟下道法師您好，我是一名在海外留學的學生，之前因朋友介紹，有幸聽聞了您和老法師的講法，很是受益。弟子平日做的是服裝設計，這個行業比較浮躁，所以常常因得失心而不能平衡所做之事與學佛、念佛。我也曾經多次想放棄學業，或者轉行，但想想父母的心血，與自己就讀的名校，與周遭的出色朋友們，如果我轉行了，這個行業豈不又少了一位學佛人了嗎？懇請師父開示，該如何在日常工作生活當中，履行一個佛教徒的義務？感謝師父慈悲開示。

答：這個得失心我們人都會有，但是要把得失心降溫。得失心無非就是對因果道理比較缺乏了解，所以這方面，還是勸他多讀《

了凡四訓》。就是「一飲一啄，莫非前定」，你賺多少、吃多少，都有個定數。所以了凡他為什麼沒有得失心？因為他相信命運，人真有命運。你命中有的，你一定可以得到；命中沒有，你想什麼辦法也得不到。所以做這個服裝業，按照正常營業方式來做就好，正常的方式。了解因果，心也就慢慢平靜下來了。要在這個行業做得好、做得出色，當然就要修福，要修福報。這個修福可以依照《地藏經》講的「布施校量功德緣品」，將列出來的項目你去修。布施衣服也是一個項目，做服裝業，布施衣服，這個行業你做得就會愈來愈好。所以修布施，勸他修《地藏經·布施校量功德緣品》，修布施。這個布施修了有心得，心也就會定下來，這個就是給同行做一個榜樣。好，下面一個問題：

問：尊敬的上悟下道法師，感謝您這次來上海弘法，急切的想請求您幫助我，真的是燃眉之急，謝謝您。大致情況是這樣，我在二〇一七年四月底經過佛友推薦，參與了一個企業融資的理財產品，這位佛友已在這個公司買了兩年的理財產品，說公司返現非常守信，每個月都會有收益到帳。且政府官員也為這個企業站台，宣傳其是利國利民為老人服務，為社會分憂的好民營企業。所以我很相信，將自己和親人的所有積蓄，共計一百多萬投入了這個老人企業。在投入三個月後，也就是二〇一七年七月底突然關閉，說是遇國家金融整頓，幾個月後就可以恢復，但至今不兌現，沒有音訊。目前我和家人血本無歸，現在家人要求去報案，弟子該如何處理，才能平復家人的憤怒？懇請師父慈悲開示。

答：家人如果了解因果，當然也就能夠去面對這個事情。如果不了解，如果報案，這個也是世間法的一個途徑。這個總是有因果的，但是我們如果了解這一點，我們的心、我們念頭轉變，福報也就會來了。人家坑我們、騙我們，我們心態轉變，也不要去怨恨他

，這樣我們會有福報的。

在台北，有一個居士也是來參加我們法會，結果他那個公司被他一個會計，一般管帳就是一個管錢，一個管帳，他就是全部給她管，結果錢統統都被她用光了，幾千萬台幣都被她用光了。有一天他要錢，他的會計才跟他講，被她挪用了。他的同修哭得是不行，哭哭啼啼的。後來他到我們台北國際會議中心，兩個夫妻去參加法會。後來很短的時間，他們又接到一個訂單，他很快，他的公司又恢復了。他也沒有去告那個會計，也沒有告。他跟我講，他反而是同情她的無知的情況，所以心態很好，後來他們很快又東山再起。所以我們在那個國際會議中心做法會，他都一定要去參加的，他說這個有佛力加持，有感應。

所以，我們心能感。如果他能真的看得破，是不用去告；如果真的看不破，那世間法，家裡的人如果堅持，當然也是沒辦法，那就走法律途徑去解決。好，下一個問題：

問：尊敬的悟道法師您好，我想請問，散念阿彌陀佛聖號要不要迴向？迴向是否隨自己的心意？感謝師父慈悲開示。

答：念佛是不迴向法門，什麼叫不迴向？如果你發願要求生淨土，那就念念都在迴向，每一句佛號都在迴向。因為你念佛，你心就是向著西方，願生西方，那每一念都在迴向。你要念念迴向偈當然也可以，不念也可以，因為你心就是要去西方，發這個心就是迴向。如果共修，大家要迴向，那個有需要大家念一念，提醒提醒，所以迴向是這個意思。另外就是迴向其他的事情，比如說某某人自己的家屬朋友事業不順利，身體不好，家庭不和睦，那這個是個別迴向，這是可以的。你針對哪個對象、哪個事情來迴向，這是個別迴向。我們迴向西方，這是叫總迴向。那個是個別迴向。總迴向，你就個人自修，念不念都可以，反正你的心就是要去西方，心心念



念都是迴向西方。如果遇到親戚朋友有事情，可以個別迴向。這樣可以嗎？

好，感恩師父。

問：尊敬的上悟下道法師您好，我剛剛走上了解人生真相的路上，我的母親已經過世了，心中有遺憾，現在我開始學習佛法共修，如何能夠放下這分遺憾跟愧疚感？

我和我的父親關係不是很好，我的父親脾氣暴躁，性格固執，沒說兩句，父親就會發脾氣。對他說念經他也不信，我不知道如何與父親打交道，我希望他能開心一點，我的問題是如何讓父親能夠解脫放下？感謝師父慈悲開示。

答：這個還是要求佛力加持，因為過去在《印光祖師文鈔》也有很多例子是這樣的，也是家庭的問題。有一個媳婦信佛了，她的婆婆就不信，把佛像、香爐統統丟掉，她一講這個佛，她就罵、生煩惱。後來這個媳婦也是就像海賢老和尚這樣，不准她念，她就心裡默念，還是迴向給她婆婆。後來經過三年，至誠感通，她婆婆竟然回心轉意了，後來學佛念佛念得比誰都勤。這個是一個例子。所以這個時候要學海賢老和尚，修忍辱。父親是長輩，當然也不能一直跟他頂撞，就是先順著他，還是求佛力加持，自己做好兒女的好樣子，這樣就會有感應，他父親也會改變的。我們一定要堅信，人沒有一成不變的，都是可以改變的。眾生都有佛性，就是我們要有耐心去感化他。你明顯講的不能感化，就是要暗中迴向，這樣去感化。像那個媳婦就是這樣的，不能開口，你一開口就不行，那你還能講什麼。所以你只能暗中迴向，就是暗中念佛、修功德總總迴向給他父親，這樣會有感應的。

問：尊敬的上悟下道法師，我個人有三個問題。第一個末學持五戒，如何才能取得往生把握？第二個問題，往生的基本功是什麼

？第三個問題，是先有迷惑才導致貪瞋痴？還是先有貪瞋痴才導致迷惑？感謝師父慈悲開示。

答：念佛往生的條件在信願，你真信發願是往生先決的條件，往生品位高下是念佛功夫的淺深。念佛功夫深，品位高；功夫淺，品位就低。關鍵你信不信，你願不願意去西方，信願是往生的關鍵。下面第二個問題是？就是受五戒的。

問：第二個問題，往生的基本功是什麼？

答：基本功就是信願，信願念佛，信願行。真信發願，這個就是基本的。下面一個問題：

問：尊敬的上悟下道法師，弟子向您請教，老法師講經時說，聽經時理解錯誤，沒有師父在身邊及時探討，為及時糾正，或即使師父在旁，但自己認為已經聽懂，實際理解錯誤，自己也不會主動去問師父，這兩種情況都很可怕。學生是初學佛，佛教幼稚園的旁聽生，不知自己在聽經聞法中，如何避免這種情況，或如何判斷自己的修學方向、方法、狀態在正確的常規中？阿彌陀佛，感謝師父慈悲教誨。

他的重點是？我也沒讀懂。我來看一下，就是在師父的身邊。

答：這個主動去問，自己也不會主動。這個理解，理解就是自己不理解，也不會主動去問，這個是看因緣吧。因為主動問，也是要看時間因緣，沒有師長在旁邊，自己有一些錯誤也不知道，這個也的確有這樣的一個問題，所以師友非常重要。但是老師總是相聚的時間不長的。像我們淨老和尚親近李老師，他也不是天天在一起，一個星期聽一次經；跟章嘉大師也是一個星期兩個小時；跟方東美教授一個星期兩個小時，平常也沒有生活在一起。但最重要，他要找一些同參道友，大家互相切磋琢磨，所以老師三分，同參道友七分。所以我們淨老和尚到台中蓮社學習，他找了幾個同學，一個

星期聚會都最少一次，十年不間斷。所以要有師，也要有友，師友師友，同參道友也非常重要。同參道友，大家一起在學習的，共同切磋琢磨。比如說聽同樣一個老師講的經，我這裡聽不明白，可以請問同學，他聽明白了沒有？他聽明白，他就可以給你分享。過去我們淨老和尚在台中，他也是這樣學習的。以前沒有錄音機，現在有錄音機方便了，可以重複的聽，不懂，聽一遍不懂，聽二遍，二遍不懂，三遍，三遍不懂，三十遍，三十遍不懂，三百遍，聽個三千遍，總會懂了。以前沒有，沒有就靠同學，各人記一段，大家再去會集起來，大家互相提供，他們當年在台中學是這樣的。現在有錄像錄影就很方便了，真的聽不懂，可以請問同學。在我們和行道德講堂也提供這樣一個很好的平台，大家可以切磋。他們真的有問題不能解決，再找個時間去請問老師，這樣就可以。

不能判斷自己修學的方向，可以請佛菩薩指點。好像《圓覺經》講的，你要修什麼法門，自己不知道怎麼選擇，拈鬚，抽籤，用這個方式也可以。我們沒有智慧，就求佛菩薩指點。所以我們占卜，卜筮，這個也是一個方式，佛門、在儒家、道家都有。印光大師提倡觀音籤，我們老和尚他也用觀音籤，我也學會觀音籤，卜卦。求觀音菩薩指點，任何問題都可以透過這個方式，求菩薩來指點。我們從這個方面，也可以得到一些啟示。好，這個問題就先回答到這裡，有問題再說。

好，下一個問題：

問：尊敬的上悟下道法師，最近有個困惑一直在腦海中浮現，無法根除，懇請師父開示。如何面對傷害你很深的人？請求師父慈悲開示，祝福師父身體安康，幸福吉祥。

答：感恩傷害很深的人，這個很難，這個沒有傷害我們的人都不會去感恩了，對我們有很大恩德的父母都不會去感恩了，還會去

感恩傷害我們很深的人嗎？這個要多聽老和尚的經教。明理了，也慢慢能夠生起這種感恩之心。所以我們老和尚講的，生活在感恩的世界，感恩欺騙我們的人、感恩絆倒我們的人，總是他對我們都有一方面的幫助，所以要感恩這個，要從這個地方去想。感恩欺騙我們的人，讓我們上一次當，學一次乖，他對我們也有幫助，幫助我們成長；感恩侮辱我們的人，他幫助我們修忍辱，這個總是要明理，這個心態才轉得過來。

我們怎麼去感恩傷害我們很深的人？我們現在如果一直是想到他傷害我很深，你感恩心生不起來。那你要想到，他做這個事情，這一方面對我很深的傷害，但是另外一方面，對我有什麼幫助？這樣那個感恩心才生得起來。就這一方面是很傷害，但是另外一方面，他就是幫助我們。所以這個要生起感恩心，現在可以找那個《生活在感恩的世界》，我們這裡有沒有那個資料？老和尚講的《生活在感恩的世界》，可以找得到。勸他看看這個，感恩心慢慢他就可以生得起來。不要一直想他對我什麼傷害，你一直想，愈想就愈氣，怎麼還會去感恩？肯定不會。另外一方面，就是求佛力加持，方法很多。過去也是有人瞋恨心很重，老和尚說，那你就冤親債主就把他當作佛菩薩來拜，你每天拜佛，那個傷害你的人，你就給他立個牌位，把他當作佛在拜。那個居士真的回去拜，拜了三個月，他說沒有效，還是氣，愈想就愈氣。那這個方法不行，你要用其他的方法。其他的方法就是像老和尚講的《生活在感恩的世界》，這個從道理上去理解。像《了凡四訓》講，從事上改，從理上改，道理明白了，慢慢這個心它就能改變。

另外就是像《觀音菩薩普門品》講的，就是求佛力加持，念佛求佛力加持。所以感恩的心，在五停心觀來講，它就是「多瞋眾生慈悲觀」。就是說這個瞋恨心很重，因為對你傷害很深的人，你對

他肯定瞋恨心很重，你就要修慈悲觀。慈悲觀就是憐憫他，憐憫他的無知，他傷害我們，我們老和尚常講，就是給我們消業障。從這方面去想，他幫我們消業障，我要感恩他。從這方面去想，感恩心才生得起來。如果這樣想還不行，再求佛力加持，再這樣去觀想，慢慢心態就會調過來。好，下面一個問題：

感謝師父慈悲開示。

問：下一個問題：尊敬的上悟下道法師，啟請法師開示，學佛弟子常見的法執與破除法執的方法？感謝師父慈悲開示。

答：破除法執，要讀《金剛經》，《金剛經》破四相，法相、非法相，多讀《金剛經》。我們淨老和尚也有講，江味農老居士也有講要從《般若經》入手才能破執著。所以建議學習《金剛經》，一句、二句學會了，也能通全經。就是抓住一、二句，比如說「應無所住，而生其心」，六祖開悟就在這一句開悟的。另外不著色聲香味觸法而行布施，你一面去布施，可是你不要去執著。《金剛經》這個道理要懂，才能破法執，所以多聽《金剛經》。好，下面一個問題。

大致上，師父能看懂的問題就這麼多了，其他的我也看不懂。感謝師父。

好，這個問題我們就回答到這裡。今天我們也超過很多時間，非常感謝大家。隋總有帶一些念佛機結緣，大家需要的可以來請。非常感謝大家的發心，我們今天就跟大家交流到此地，祝大家新年快樂。我們同修要皈依的留下來，沒有皈依的就可以回家了。