

地藏法门—修持方法

刘钟穗老师讲述 于中国 20060625

赵婉君听写抄录

房濡春打字整理

左菁华润文整理

各位同修大家好：

我刘钟穗，本名贵英，生长于台湾。目前住在美国加州。曾经在美国的万佛圣城道场中，追随宣化师父上人学习，住在圣城道场中七年半之久。之前在台湾，也曾有于各大道场见识学习的经验。而当初去美国的因缘，就是为了要跟随宣化上人出家学习佛法。

天津是我的祖籍故乡，因为我父母亲都生长于天津，所以有这殊胜机会回家乡来与大家结结法缘。个人才疏学浅，惭愧也许不能利益大家许多，但有些学习经历可以和大家分享。

先提醒大家：我一向都与同修们说，听善知识们说说讲讲的时候要学着会听。虽然我是一个不会说讲的人，但相信在我讲的过程中，大家要学到会听，也要学会举一反三，以及反思。

我个人在万佛城随师父宣化上人学习时，较为着注重于持修，如今在美国也是着重于带领着大家一起做佛法上的功课。

看到大家，我非常法喜。知道大家都很精进地修持地藏法门，我更是很敬佩，很法喜赞叹。诸佛菩萨为芸芸众生说法，八万四千法门每一门都好。但是最应机最适合我们现代人生活的，而且众生们都最需要的，还是地藏法门。这是诸佛菩萨、地藏菩萨慈悲，给予再好不过的一个救援法，让我们可以有这个法门来修持。在这个娑婆世界，现生的环境中，所有世间因缘、法上因缘都能因之得到妥善安排及增进。

我现在和大家分享的是：现在大家都可以说是地藏菩萨的弟子了！因为只要一心称念地藏菩萨的名号，就是菩萨的弟子。现在我要和大家讲佛法学习中的秘诀：你说我天天念地藏菩萨，修地藏法门，可是要怎么修才能得到法益呢？今天跟大家分享这个是多年累积的、也是从年轻到现在由于许多的因因缘缘，从我看到很多修行人于学习中遇到的障碍，所体悟出的法上的学习方法。

☆《第一堂的功课：一天一万地藏菩萨圣号、十日圆满十万》

在这里先做简单介绍：从学习上来说，我的入门是地藏法门。其实我们每一位生生世世都和诸佛菩萨有缘，都有佛法上的善根因缘。但是今生又能经由什么

因缘再继续回归佛法？都说不定。像我是因为父亲过世的因缘，为父亲诵《地藏经》而接续上佛法的宿缘。当时接触的^上知^下国老法师，就是专修地藏法门的高僧。

老法师当时闭地藏关刚满三年，原本是不想出关的。因为我母亲的皈依师生病去叩关恳请老法师帮助料理后事，于此因缘老法师才出关房，在大觉寺为之举办水陆法会、拜梁皇忏等的超荐大法会，作大法布施。

作七期佛事期间，我母亲就上山去给师父叩头。当时是我父亲送母亲上山到寺院。到第四七期时，我父亲突发意外，脑溢血过世了。老法师慈悲，特为我父亲做佛事办地藏法会！当时我烦恼障重，老和尚慈悲教导我，给了我一个功课：好好地念地藏菩萨吧。怎么做功课呢？教我每天要念一万遍地藏菩萨圣号，跪在地藏菩萨前念满十万遍！——我的第一个开头功课就是这样。所以今生才能帮助我，将我的宿世于佛法上的因缘续接上。

那时还是初学，什么都不懂，还不是实践型的。不过我姊弟等从小就跟着母亲拜佛、拜观音菩萨，虽然不懂什么佛理，但佛书还是常常看的。老和尚给了这个法门，当然要做了；刚开始念珠还没请到，就拿火柴棍儿，跪在佛菩萨前，从左搬到右，再从右搬到左，一天至少念一万遍。

老和尚还讲了，要念到痛哭流涕，从心底发出来的真诚的忏悔心。我当时还没感受到。但在十天内把十万遍圣号念完之时，用真心念时才知道，无形中就与诸佛菩萨感应，而惭愧忏悔心生，由不得自己就痛哭流涕。过了几天老和尚问我，十万念完没有？我说：念完了。续问：还有没有再念呢？啊！没念，停了！老和尚就跟我讲：怎么停了呢？不会继续念下去？我这才懂，“停了”两个字就是不好，还得持续不断。

☆《我今生的第一位皈依师：^上广^下钦老和尚》

刚开始学佛，还没皈依，知国老和尚却不让我皈依他老人家。我当时也不懂，后来才知道，是老和尚在闭关开慧了，境界可以预知人、事；他当然知道我的因缘不在他那，还倒帮我找皈依师父。也告诫我：皈依三宝已不是一生二世的，若只是皈依而不作功课学习，还不如先作功课增进后再皈依。

^上广^下钦老和尚是近代高僧，从年轻开始就在深山坐禅、念佛，不吃饭，只吃少许水果，被大众誉称为水果师；那时正在高雄传戒（因预知时至而广开方便门办大法会，让大众皈依佛门），老和尚要我去皈依^上广^下钦老和尚。

我皈依后就在家看经学习、作功课：诵《地藏经》《金刚经》《法华经》《大悲咒》等。那时候还不懂拜忏。因为法上的因缘都是有次第的，必须做到一个程度才会再进升上一层。

☆《地藏法门的次第修法是：持名、念经、拜忏、持咒》

再谈谈地藏法门该怎么修、包含那些？

地藏法门有三部经：《地藏经》、《占察善恶业报经》、《十轮经》。若要修方便法，就先持名，持地藏菩萨名号；再诵《地藏经》，还有拜地藏忏，或者是占察忏。还有一层是什么？是持咒。持咒不管在哪个法门里都属于高层次的。这都是地藏法门。

持名只是念佛、念菩萨名号。持名之外呢？每个菩萨都为我们给一个咒或是心咒，这个心咒比名号所含的意思更多，得拜得了忏以后才持得了咒。

这也是一种「次第」。一般来讲，不管什么法门、什么宗派都一样，在学习上都是先持名，这才诵得下经，否则翻开经本不是打瞌睡就是起烦恼。等持一段地藏菩萨名号后，累积一段因缘后再诵经，《地藏经》才诵得下去。而念经念一段时间后，也许就有人指点因缘去拜忏；拜地藏忏是很殊胜的，效果很好，力量不可思议。增进到拜忏后，动禅、静禅都增进了，再来就可以持咒了。地藏法门的咒有哪些？地藏菩萨心咒、灭定业真言等。

☆《修学法门秘诀：在于不间断》

不管你修哪个法门，给大家一个秘诀，就是「不断」：不要中断。你可以少，但不能断。如果你每天给自己规定念一部《地藏经》，但是有时候有事缘或特别状况，这一部经念不下来怎么办？答案是念一卷也行，甚至于只念一品也都不能断。这个方法可以使你的菩提心、法种子一直有营养灌溉着，不让它今天晒太阳，明天又没水；这是打比方说，意思就是不能断。就像《地藏经》上说，十斋日时每天持一部《地藏经》，一个月不是持十部吗？那么如果你把这十部经的因缘分成每天都持，今天上卷、明天中卷、后天下卷，一个月不也是十部了吗？这两者的利益功德、因缘顺境比较来说，每天都持的要好些。

所以鼓励大家不管你是怎么修、有什么缘、什么情况，地藏菩萨在你心中；时时不忘、念念不离，你心中的正念就在。地藏菩萨入我、我入地藏菩萨。也可以说，你就是地藏菩萨分身。

以前我无论走到哪，弘扬地藏法门时我都和大家讲：不要妄自菲薄。我们每一位专修地藏法门的人，都是地藏菩萨的分身，每一位都是。你不要想：我念念几句地藏菩萨能有什么功德因缘？这些都不想最好。就像以前梁武帝问达摩祖师：我建塔建庙有没有功德？祖师说：没有功德。这就是要告诫我们不要做「着相布施」，而「不着相布施法」才是最上的功德。同样，有人问说：“念经念佛有多大

功德？”其实你每念一句地藏菩萨圣号，都会因地藏菩萨愿力的加持而得到很大不可思议的效果。

☆《万佛圣城的修学介绍》

我们万佛圣城里有很多人，都有些特殊的因缘来到道场，跟着师父学习，或发心出家。包括有许多小沙弥，有的六岁就出家了，因为他有善根，过去世就是出家人，曾发的愿也是要和师父出家，所以师父恩准他出家学习。不仅有六岁的，还有八岁、十二、三岁的小沙弥，让人非常法喜，还都很精进，打坐时都不盖腿。我还劝说：还是要盖腿保护着，受了凉不好。因我们那儿早晚温差大、多变。

那里的小沙弥善根很好，各有专修经、论，那就是宿世的法种子根基。藉我们现在比方说，就如电脑里的记忆体，它早就储存着这些法种子，所以今生遇缘再把这些调出来重新复习也不是难事。

小沙弥修学很精进，大法师们也都是日常早午晚三堂课，一堂都不能缺，还有自己的专修。师父殷切鼓励我们深入经藏，要求出家人还需要会背几部经典，尤其楞严咒更要会背诵。这是日常早课之一，是释迦牟尼佛所说的大咒，是《楞严经》的精华。如果在座中有人没看过也不会念这个楞严咒，也别着急，咱一步一步来。在学习上我们能以地藏法门为主，法上就会逐步增进没有问题。

万佛圣城的规矩是很严的。严持戒律，六大宗旨，还有师父的要求，让我们能深入经藏，开大智慧。大家都精进。每天除了日常课诵之外，都有讲经说法的学习，连在家居士都也要做到。师父要训练我们能讲经说法，要能将师父讲的义理吸收了，且有自己的了解融会再说讲出来。要让我们知道：我们要把自己得的法益与大家分享。

☆《万佛圣城法师们的兼修日课：也是地藏法门》

圣城道场里法师们日常功课很多，所有功课都要做。有些人将《地藏经》作为自己的日常功课，就算再忙也要坚持每天做；美国人及马来西亚、新加坡来的对中文不是很熟悉，但是因为拼音，所以照拼音来念，也念得很好。

我们后来观察，能够在师父上人的道场瑞安心住得下来的，都有在持地藏法门。又观察了，宣公师父上人因为发广大如地藏菩萨的大愿，分支道场多，世界各地都有。这些道场都要有出家人去住持、管理、接众，帮助那些在家居士们。而这些住持法师们也都是修地藏法门的。因为有修持所以才有这个资历、佛缘、以及智慧，能帮师父在不同的分支道场护持弘扬，帮助在家居士们了解佛法、学习佛法、应用佛法。

☆《福慧双修》

八万四千法门，法门无量，哪个法门适合我学？大家可能开始都有这个疑问。甚至于想：我喜欢经论，或喜欢教理方面的研究，而有所选择。可是不管你选择什么法门，你都得兼修地藏法门，这兼修就可以帮助大家家庭、事业，世间法、出世间法一切顺缘成就，让你烦恼障越来越少，坚固心越来越强，佛法道业越来越稳。事业上、家庭上一切障缘都能除，能安心才能够精进，才能开智慧。这在法缘增上是很重要的关键。

所以说要积福、积缘、积慧，我们要福慧双修。光修福不修慧，大象挂璎珞；光修慧不修福，罗汉托空钵。我们修学佛法，就要福慧双修。那什么法门最合适？地藏法门！——福具足圆满，慧具足圆满。只有福慧双修才能安身安心，继续增进，这是地藏法门的殊胜。我呢，借着这个因缘把我看到的、积累的经验跟大家分享，相信我们大家一路精进，会更稳固更有信心。

☆《地藏菩萨灭定业真言以及专回向的法效应用》

下面我再讲几个问题。

我先鼓励大家，要学着念地藏菩萨灭定业真言。时间因缘不要急。今天听到了、一历耳根，种个不灭的善根。至于这容不容易学、什么时候才能学会？你都不要想这些事。这也是地藏菩萨的因缘让各位得到的。

我给大家再结一个法缘：传大家这个悉昙原文、原音的地藏菩萨心咒以及灭定业真言。我们念的这悉昙的地藏菩萨心咒以及灭定业真言，外面没有，平常也都听不到的，我们今天就学会。

地藏法门我刚才讲了这些，再给大家复习一下：先是持地藏菩萨名号，再者就是持悉昙音的地藏菩萨心咒以及灭定业真言。不是强迫大家，只是告诉你这是一个方法。至于怎么运用？就要随个人因缘，是要慢慢累积下来的。这些累积是不落空的，《地藏经》上就有：所积福业一沙一尘都不会落空的。

再给大家总结一个重点：当有状况或有障碍的时候，要用这个一天一万声的持诵地藏圣号，这是最快的方法。平日可以一天一千遍，作为日常的功课，每天都坚持来作。当有特殊事障时，可以一天一万，十万遍持完做个专会向。这样事缘、障缘、任何想成就的事、想成就的因缘等，都能具足圆满。这是给大家的一个便捷方法。十天之内要念完十万遍，十天不行就二十天；最多不能超过三十天，超过三十天的效果就像你把一杯浓汁妙药用水冲淡了似的，明白吗？

☆《如何发心？》

下面给大家讲讲慈济功德会。

这个功德会是台湾的证严法师创办的。法师年轻时家境蛮苦的，是养母养她，生母没有因缘跟她在一起。在出家因缘的增上缘上，看到人病死，有人生小孩因为没有钱被医院里的人抬出去就死了。法师看到这些就心发大怜悯、发大愿：以后要救助这些贫苦人，有病的得医疗、穷的能得接济。所以这个慈济功德会到现在世界有名，哪个国家有危难，第一个赶到现场的都是慈济志工。

证严法师在台湾是非常受人尊敬的。看似弱不禁风的身体，可是毅力之强让众人敬服，感召很多大众。慈济功德会刚开始就只有几位老菩萨，把菜钱放在竹桶里存着，一天一毛、五毛、一块、两块。这是为什么？法师不让你一次把钱掏出来，就是让你发心，先有个起念说我这一块钱是为了帮助受苦人省下来的，这样你就种了一个善根种子在里面，这个种子每天都在生长、成就。所以发心很重要，你每天都有善心在那里发芽酝酿。

老法师非常受人敬仰，带领功德会会员们出资建了一所很大很好的医院，帮助那些贫苦的人，施贫济医做好事。我还没到万佛城之前，过农历年时我也去了慈济精舍。那时医院放假，法师难得清闲；我那时一心念地藏菩萨，心无杂念，法师就在旁边看着我们在那插花布置道场，感觉因缘很殊胜。在我第一次见到证严法师就顶礼三拜说：“法师，您在我心目中就是观世音菩萨。”法师也受了我三拜。一整天在法师旁边，身心清静什么问题都没有，妄念也打不起来。师姐就问我，这么好的机会，你怎么不问问题呢？我说：有什么好问的！该做的我都知道，只是不一定做得到而已。

☆《为甚么做不到？》

发心学习想作功课却不一定做得到，这问题在哪呢？。

后来有因缘，我解了这个问题。其中的道理是：因为我们在佛法里做的点点滴滴都是功德因缘，但是我们盛功德的这个器皿有漏洞！——我们现在都还在学习中，还没修到「无漏」这种程度，所以漏洞多，做的功德还不如漏的快。你今天肯发心做了一点，可是你明天太放逸，又漏了很多；如果你后天还不继续，还要漏得更多！随时做，随时漏，所以困难就比较大。发心有，学习心也有，想做却做不到；刚发心作些功课就来考验，这个来找那个来请，什么杂事障缘都来了！

☆《去除陋习：哪一个漏是最大的呢？三业中的口业》

三业中，我们贪嗔痴都有。

其实我们都在学习。在持诵、持名、诵经，都有在做佛法的因缘功德，点滴都是不落空的。但为什么它没盛住呢？问题在哪儿呢？哪一个漏洞最大呢？

口业！

当然不光只有口业是漏洞。但是口业包含的比较多：一个是出去的，一个是进来的！——不净！口业不净！你说出去的也不净，由口进来的也不净。

所以得要吃素，要你不杀生。如果还没有茹素的也要试着只吃三净肉，不见杀。不见血的那种叫三净肉。

先要能吃素，再来就可以持午，也叫做持斋，在万佛城都是这样。

这个口业问题影响学人比较重，现在知道了可以定个目标，逐渐减荤食改茹素地增进。我以前教插花，学生很多。我都劝说他们，给方法开始吃素。因为大家的坚固心都很不容易，所以要用「增进法」，说：阿弥陀佛，今天我吃得清净些了，少吃了一顿荤，感恩感恩。这就是会往上加分的「增进」办法。

反之，如果做不到就减分，那么永远减下去，信心都失了，反而不好。所以要用加分法就比较容易做到。

这口业里包括着杀业，千万不要再去杀生了。这杀业是很重的。

☆《首先持戒不杀生、不食众生肉》

我们因为还吃肉，所修福业就不得成就。所以持戒是我们学人的根本，戒是无上本。从心里就有戒，我们就能逐渐变得更好。持戒应该不持于外相，千万别自己持戒了，就讥笑别人没持戒！这样就等于又「漏」了自己的功德。

要知道：能有因缘助你做到持戒，是要感恩的啊！

☆《业障是什么？》

我问大家一个问题：什么是业？

业有善业也有恶业，都是一个个尘世种子，一个个记忆体。你的思想若成为一个不易打破的思考模式，用你自定的认知成为改变不了的认知，如果你想到什么就是什么，固执、不改变，那就叫业，那就会成为你的业。

如果你能突破你自己的思考模式，就会逐渐不生业识。譬如：冰化水，水结冰，本来就是水的一体现象，烦恼、菩提也如是。就如反掌，你把它一翻转，就不成烦恼了。就是在一念之间，把思想一转，考虑方式一转换，就不是业了。大家慢慢琢磨运用吧。

人们一天所造身口意的积累三业，得需要用三部地藏经去消解化了它。老和尚以前就给了这个妙法：一天若能念三遍《地藏经》，万事顺利，福、慧遽增。

☆《无我相的训练》

我这多年来修地藏法门除了法上的增进，平日做事也具足信心。这是佛法里讲的一个「大众无畏行」。

有许多人在大众面前，心都会开始虚、没有信心，会担心会紧张，心里没了主似的。所以我常鼓励同修们：当我们在做事时，不去想有个我在这儿。有这个我在，当然就不能专心了。

万佛圣城办大法会三坛大戒法会，请法时，南传、北传将近有三十多位法师们都在，宣化师父上人坐在中间，四众们都在大殿，由迎香仪仗排着队来请圣，我就抬着摄像机在拍录。

那场面非常庄严肃穆，也没有在家居士在场。我因修地藏法门的缘故，经常训练自我，没有这个我在的念头，一开始是不想干扰法师众而站在侧边拍录像，后来有位法师来让我到中间去拍，于是我就到中间去拍，不惧不畏。

昨天刚巧有同修说：万佛城的法师拍了有关师父的一些录影带，拿给我看。我说：好可惜，我那时没想我会出万佛城，都没有另留一套带出来。

我在城里志愿作录音室里整理影音的工作，那时拍了好多有关师父的数据。当时确实一心想着是要跟着师父出家的，还做好了出家的衣服。去美国万佛城依止师父上人学习之前，我从没想过要去美国，在那里也没有亲戚朋友。只是在我修地藏法门的时候，地藏菩萨给我的感应示现，让我知道我将来会远在国外。

刚开始修，一天一万念的时候，非常殊胜，有很多感应。还有一句话，记得宣化师父常说：**没有感应就是最大的感应**。为什么？因为你不求感应。刚开始学佛时你会有一个求感应的心、求的心，但是后来这求的心也没了，这就是平常心的道场，非常的自在。

☆《除障时得加速为一天内念地藏经三部；或是拜地藏忏》

综合以上所述的几个典故，说的是：

一、有障碍、有状况时，三部《地藏经》。

二、我相粗重，需再增进道心时，怎么办？

弘一大师也曾教化：我们要兼修地藏法门，拜地藏忏。尤其是出家众，需以地藏法门为净业资粮。

我深知因为大家的因缘及法上的层次程度不同，在这儿不是勉强大家能及时都做到。但是得要知道这是个最好的方法而能朝目标增进，如：我们有个同修特别欢喜念《地藏经》，一天可以念到 2 至 3 部；我进而勉励他：可以加拜地藏忏会更好，可是他仍执着于只念地藏经。最后他从念经进步到能拜忏，整整花了三年的时间、历程，方悟得地藏忏的利益更大。所以拜忏也不是容易的，我们都先将方法给大家，而利益则是说不完的。

☆《拜忏的好处以及应用于生活中》

拜忏为什么比较好呢？因为念经、拜忏有经文、忏文，知因达果，知忏悔，知道要止恶防非，这些你都知道了，就可以不再造作，开我们智慧。

而地藏忏是忏悔过去所造诸恶业，不只是忏自己所作，也能发广大心为大众忏，为自性众生忏，因为其内有这忏悔文的含意。当你拜佛时，不易克制纷飞的妄念不得力时，就可以拜地藏忏，跟着忏文的文意去修正。一发心就有法效得到。

生活中我们每天都会要去沐浴、净身，身体洗干净了，那神圣的心灵呢？用什么方法清净？所以拜忏就像我们每天要沐浴身心一样的自然且需要，从拜忏中得到生活以及道业上的增进，将佛法实用于生活中得到法喜充满。

这也有个实例：在美国生活的节奏很快，同修们都很不容易，压力都很大；每个人知识、学历都很高（若不是有点儿学历、能力的也去不了美国），所以也很难度，「所知见」特别重。当碰到事障来找了，教了他们化解方法之后，得到益处了这才相信。

这几年来，全球的经济都不好，尤其是美国更严重，失业的人很多。遇到已经失业的同修，我就劝说：某某，当你拜满 108 部地藏忏之前，一定找得到工作；或某某，你可能 108 部还不够，还得再多加一些。我怎么能知道？地藏菩萨让我知道。而地藏法门也让大家都受益了。

现在世界变异太大，灾难太多。因此我们更要加紧好好修学，起码要将自己稳住，在共业中改造别业。所以特别鼓励大家多拜忏，当碰到特别因缘时，拜地藏忏是最为快速达到除障化解的效果。这些修地藏法门的利益我特别与大家分享，希望大家都能得到法益。

☆《弘扬地藏法门》

我一向鼓励大家修地藏法门弘扬地藏精神，各人自己先得到法益，也希望亲朋好友自家眷属都得到法益。所以能弘扬地藏法门，也比只自己修地藏法门的功效还要好。功德利益这都是相辅相成的；我们弘扬地藏法门，就是多成就一位分身菩萨出现于世。所以这里的窍门是让大家来学习，举一反三的。

当然弘扬地藏法门并不只是说说这么简单。首先，自己得要先做好，得到法益，才有力量进而帮助大家也得到法益。这样一传十、十传百，继续延传下去。