

學佛每日定課

一、禮佛

南無本師釋迦牟尼佛
南無阿彌陀佛
南無觀世音菩薩
南無大勢至菩薩
南無文殊菩薩
南無普賢菩薩
南無清淨大海眾菩薩

92.5.25

二、作三皈依

弟子自性皈依佛皈依法皈依僧
皈依佛兩足尊
皈依法離欲尊
皈依僧眾中尊

三、行無相懺悔

弟子從前念今念後念，念念不被愚迷染。所有從前惡業愚迷等罪悉皆懺悔，願一時消滅永不復起。

弟子從前念今念後念，念念不被瞋狂染。所有從前惡業瞋狂等罪悉皆懺悔，願一時消滅永不復起。

弟子從前念今念後念，念念不被忌妒染。所有從前惡業忌妒等罪悉皆懺悔，願一時消滅永不復起。

四、念經

(一) 早課念《心經》

(二) 晚課念《阿彌陀經》(時間來不及時念往生咒)

南無阿彌多婆夜哆他伽多夜哆地夜他阿彌利都婆毗阿彌利哆悉耽婆毗阿彌利哆毗迦蘭帝阿彌利哆毗迦蘭多伽彌膩伽伽那枳多迦利娑婆訶。

五、念佛

南無西方極樂世界
大慈大悲阿彌陀佛

南無阿彌陀佛（數百千聲）

六、迴向

願以此功德，莊嚴佛淨土；
上報四重恩，下濟三塗苦。
若有見聞者，悉發菩提心；
盡此一報身，同生極樂國。

說明：一、每日定課關鍵在於持之有恆；不怕短只怕中斷。倘若工作忙碌，一日一次定課也可，但不可中斷。爲了方便，可以把念佛縮短，但改在一天當中任何時間稱念或默念。誦經也可移至空閒時間如搭車、等車、候機或中午休息時間誦讀。如是行之，日積月累，功夫即可成片，自然會有殊勝的領會與感應。

二、每個人都得接納自己、了解自己，根據自己的因緣去實現自己；努力的工
作、創造福報、慷慨地與人分享，曠達自在，作個善良的人。最後要恬淡
地拍拍手走開，得失、是非、貴賤一起放下，歡喜地回到極樂世界的老家。
別忘了佛陀的叮囑：

「我生已盡，
梵行已立，
所作已作，
自知不受後有。」

在家居士生活，修持，念佛之要盡粹於斯。