



東林淨土文庫

自知錄

明蓮池大師刪定



佛尼牟迦釋師本無南





目錄

自知錄序	一
自知錄凡例	三
目錄	四
自知錄上	五
善門	五
忠孝類	五
仁慈類	六
三寶功德類	〇
雜善類	一四
補遺	一八

自知錄下	一九
過門	一九
不忠孝類	一九
不仁慈類	二〇
三寶罪業類	二五
雜不善類	二九
補遺	三五
附錄一 俞淨意公遇竈神記	三六
附錄二 東林佛號曲譜	四三
附錄三 念佛的心態與音聲	四五

自知錄序

予少時見太微仙君功過格而大悅。旋梓以施。已而出俗行腳。匍匐於參請。暨歸隱深谷。方事禪思。遂無暇及此。今老矣。復得諸亂帙中。悅猶故也。乃稍爲刪定。更增其未備而重梓焉。昔仙君謂凡人宜置籍臥榻。每嚮晦入息書其一日功過。積日而月。積月而年。或以功准過。或以過准功。多寡相讎。自知罪福。不必問乎休咎。至矣哉言乎。先民有云。人苦不自知。唯知其惡。則懼而戢。知其善。則喜而益自勉。不知。則任情肆志。淪胥於禽獸。而亦莫覺其禽獸也。茲運心舉筆。靈臺難欺。邪正淑慝。炯乎若明鏡之鑒形。不師而嚴。不友而諍。不賞罰而勸懲。不著龜而趨避。不天堂地獄而升沉。馴而致之。其於道也何有。因易其名曰自知錄。是錄也。下士得之。行且大笑。莫之能視。奚望其能書。中士得之。必勤而書之。上士得之。但自諸惡不作。眾善奉行。書可也。不書可也。何以故。善本當行。非徼福故。惡本不當作。非畏罪故。終日止惡。終日修善。外不見善惡相。內不見能止能修之心。福且不受。罪亦性空。則書將安用。矧二





部童子。六齋諸天。并世所稱台彭司命。日遊夜遊。予司奪司。元會節臘等。昭布森列。前我後我。左右我。明目而矚我。政使我不書。彼之書。固以密繭絲而析秋毫矣。雖然。天下不皆上士。即皆上士。其自知而不書。不失爲君子。不自知而不書。非冥頑不靈。則剛愎自用云爾。人間顧可無是錄乎。是故在儒爲四端百行。在釋爲六度萬行。在道爲三千功八百行。皆積善之說也。彼罷緣灰念之輩。以自爲則無論矣。如藉口乎善惡都莫思量。見有勤而書之者。漫呵曰。惡用是矻矻爾煩心爲。則其失非細。嗟乎。世人夏畦於五欲之場。疲神殫思。終其身不憚煩。而獨煩於就寢之俄頃。不一整其心慮。亦惑矣。晝勤三省。夜必告天。乃至黑荳白荳。賢智者所不廢也。書之庸何傷。

時萬曆三十二年歲次甲辰清明日沙門祿宏識

自知錄凡例

▲舊曰功過。今曰善過。取周易見善則遷有過則改之義。善即功故。
▲舊有天尊真人神君等。今攝入諸天。舊有章奏符籙齋醮等。今攝入佛事。
各隨所宗。無相礙故。

▲該善若干。該過若干。與舊稍有增減。小異大同故。

▲在家出家。一切人等。凡有所求。不必勞形役志。百計謀畫。希望成功。
亦不必禱神祠天。宰殺牲牢。請乞福祐。但發心積善。或至五百。或至一千。
三千。五千。乃至於萬。隨其所求。必滿願故。

▲以上休咎。但是花報。若夫來生。即此可知。果報不虛故。





目錄

善門

忠孝類

仁慈類

三寶功德類

雜善類

補遺

過門

不忠孝類

不仁慈類

三寶罪業類

雜不善類

補遺

例目終

自知錄上

善門

忠孝類

△事父母致敬盡養。一日爲一善。守義方之訓不違犯者。一事爲一善。父母歿如法資薦。所費百錢爲一善。勸化父母以世間善道。一事爲十善。勸化父母以出世間大道。一事爲二十善。

○【解】凡言百錢。謂銅錢百文。正准銀十分。不論錢貴錢賤。

△事繼母致敬盡養。一日爲二善。敬養祖父母同論。

△事君王竭忠效力。一日爲一善。開陳善道。利益一人爲一善。利益一方爲十善。利益天下爲五十善。利益天下後世爲百善。遵時王之制不違犯者。一事爲一善。凡事眞實不欺。一事爲一善。





△敬奉師長。一日爲一善。守師良誨。一言爲一善。

△敬兄愛弟。一事爲一善。敬愛異父母兄弟。一事爲二善。

仁慈類

△救重疾一人爲十善。輕疾一人爲五善。施藥一服爲一善。路遇病人輿歸調養一人爲二十善。若受賄者非善。

○【解】受賄。謂得彼人金帛酬謝。

△救死刑一人爲百善。免死刑一人爲八十善。減死刑一人爲四十善。若受賄徇情者非善。救軍刑徒刑一人爲四十善。免爲三十善。減爲十五善。救杖刑一人爲十五善。免爲十善。減爲五善。救笞刑一人爲五善。免爲四善。減爲三善。以上受賄者非善。偏斷不公者非善。居家減免婢僕之屬同論。

○【解】救。謂非自己主事。用力扶救是也。免。謂繇自己主事。特與恕免

是也。偏斷者。謂非據理詳審。唯任意偏斷。反釋真犯是也。

△見溺兒者。救免收養。一命爲五十善。勸彼人勿溺。一命爲三十善。收養無主遺棄嬰孩。一命爲二十五善。

△不殺降卒。不戮脅從。所活一人爲五十善。

△救有力報人之畜。一命爲二十善。救無力報人之畜。一命爲十善。救微畜一命爲一善。救極微畜十命爲一善。若故謂微命善多。專救微命不救大命者非善。若不吝重價而救大命。與救多多極微命同論。

○【解】有力報人。如耕牛乘馬家犬等。無力報人。如豬羊鵝鴨獐鹿等。微命如魚雀等。極微如細魚蝦螺乃至蠅蟻蚊虻等。救者。或買放。或禁絕。或勸止是也。專救微命。不救大命。是惟貪己福。無慈物心。故非善。

△救害物之畜。一命爲一善。

○【解】害物。如蛇鼠等。蛇未咬人。無可殺罪故。鼠雖爲害。罪不至



死故。

△祭祀筵宴。例當殺生。不殺而市買見物。所費百錢爲一善。世業看蠶。禁不看者。爲五善。

△見漁人獵人屠人等。好語勸其改業。爲三善。化轉一人爲五十善。

△居官禁止屠殺。一日爲十善。

△家犬耕牛乘馬等。死而埋藏之。大命一命爲十善。小命一命爲五善。復資薦之。一命爲五善。

△賑濟鰥寡孤獨癰瞽窮民。百錢爲一善。零施積至百錢爲一善。米麥布幣之類。同上計錢數論。周給宗族中人同論。周給患難中人同論。如上窮民。收歸養膳者。一日爲一善。

△見人有憂。善爲解慰。爲一善。

△荒年平價糶米。所讓百錢爲一善。

△濟饑人一食爲一善。渴人十飲爲一善。濟寒凍人煖室一宵爲一善。綿衣一件爲二善。夜暗施燈明一人爲一善。天雨施雨具。一人爲一善。

△施禽畜二食爲一善。

△饒免債負。百錢爲一善。利多年久彼人哀求。度其難取而饒免者。二百錢爲一善。告官。官不爲理。不得已而饒免者非善。

△救接人畜助力疲困之苦。一時爲一善。

○【解】救接者。謂或停役。或代勞是也。

△死不能殮。施與棺木所費百錢爲一善。

△葬無主之骨。一人爲一善。施地與無墳墓家葬一人爲三十善。若令辦租稅者非善。置義塚所費百錢爲一善。



△平治道路險阻泥淖。所費百錢爲一善。開掘義井。修建涼亭。造橋梁渡船等。俱同論。若受賄者非善。

△居上官慈撫卑職。一人爲一善。有過情可矜。保全其職爲十善。若受賄者非善。凡在上不凌虐下人者同論。

△視民如子。唯恐傷之。一事爲一善。

△善遣妾婢。一人爲十善。資發所費百錢爲一善。白還人賣出男女。不取其贖者。原銀百錢爲一善。出財贖男女還人者同論。

三寶功德類

△造三寶尊像。所費百錢爲一善。諸天先聖治世正神賢人君子等像。所費二百錢爲一善。重修者同論。

○【解】諸天。謂欲。色。無色三界。梵王帝釋等。及道教。天尊真人神君

等。先聖。謂堯舜周孔等。正神。謂嶽瀆城隍等。賢人君子。謂忠臣孝子義夫節婦等。

△刊刻大乘經律論。所費百錢爲一善。二乘及人天因果。所費二百錢爲一善。若受賄者非善。印施流通者同論。

○【解】賄。謂取價貨賣等。人天。謂佛菩薩所說五戒十善。及世間正法。六經論孟。先聖先賢嘉言善行等。

△建立三寶寺院庵觀。及牀座供器等。所費百錢爲一善。施地與三寶。所值百錢爲一善。護持常住不使廢壞者。同論。建立諸天正神聖賢等廟宇。所費二百錢爲一善。用葷血祭祀者非善。

△施香燭燈油等物供三寶。所費百錢爲一善。

△受菩薩大戒爲四十善。小乘戒爲三十善。十戒爲二十善。五戒爲十善。

△註釋正法大乘經律論。一卷爲五十善。卷數雖多止千五百善。二乘及人天



因果。一卷爲一善。卷多止三百善。若僻任臆見者非善。

△自己著述編輯出世正法文字。一卷爲二十五善。卷多止五百善。人天因果一卷爲十善。卷多止百善。若談說無益者非善。

△見偽造經勸人莫學者爲一善。

△爲君王父母親友知識法界眾生。誦經一卷爲二善。佛號千聲爲二善。禮懺百拜爲二善。若受賄者非善。爲自己經一卷。佛千聲。懺百拜。俱一善。

△爲君父。乃至法界眾生。施食一壇。所費百錢爲一善。登壇施法者一度爲三善。若受賄者非善。爲世災難作保讓道場。所費百錢爲一善。若受賄者非善。

△講演大乘經律論。在席五人爲一善。人數雖多止百善。二乘及人天因果。在席十人爲一善。人多止八十善。若受賄者非善。圖名者非善。講演虛玄外道無益於人者非善。

△禮拜大乘經典。五十拜爲一善。

△講演正法處。至心往聽。一席爲一善。

△飯僧。因其來乞而與者。三僧爲一善。延請至家者。二僧爲一善。送供到寺者。一僧爲一善。若盡誠盡敬者。一僧爲五善。再三苦求而後與者非善。^①

△飯僧不拒乞人。平等與食者。二人爲一善。

△護持僧眾。一人爲一善。所護匪人者非善。

△度大德賢弟子。一人爲五十善。明義守行弟子一人爲十善。但明義但守行弟子。一人爲五善。若泛濫度者非善。

○【解】大德賢弟子。謂能續佛慧命。普利人天者是也。但者。明義守行各止得其一也。

① 苦求：明崇禎間刊嘉興藏爲「若求」，清光緒八年（一八八二年）江北刻經處刻本爲「苦求」，此本依清刻本。



雜善類

△不義之財不取。所直百錢爲一善。無害於義可取而不取。百錢爲二善。處極貧地而不取。百錢爲三善。

△當欲染境守正不染爲五十善。勢不能就而止者非善。

△借人財物。如期而還。不過時日者爲一善。

△代人完納債負。百錢爲一善。

△讓地讓產。所值百錢爲一善。

△義方訓誨子孫。一事爲一善。大家禁約家人門客者同論。

△勸人出財作種種功德者。所出百錢爲一善。圖名利而募化者非善。

△勸人息訟。免死刑一人爲十善。軍刑徒刑一人爲五善。杖刑一人爲二善。

答刑一人爲一善。勸和鬥爭爲一善。若受賄者非善。

△發至德之言。一言爲十善。

○【解】如宋景公三語。楊伯起四知之類是也。

△見善必行。一事爲一善。知過必改。一事爲一善。

△論辯虛心下賢。理長則受者。一義爲一善。

△舉用賢良。一人爲十善。驅逐奸邪。一人爲十善。揚人善。一事爲一善。隱人惡。一事爲一善。見傳播人惡者。勸而止之爲五善。

△於諸賢善恭敬供養。一人爲五善。見人侵毀賢善。勸而止之爲五善。

△勸化人改惡從善。一人爲十善。

△成就一人家業爲十善。成就一人學業爲二十善。成就一人德業爲三十善。





△許友。義不負然諾爲十善。義不負身命爲百善。義不負財物寄託百錢爲一善。

○【解】然諾如掛劒樹上之類。身命如存孤死節之類。財物如還金幼子之類。

△有恩必報。一事爲一善。報恩過分爲十善。有讎不報。一事爲一善。若懷公道報私恩者非善。

△著破補衣一件爲二善。麤布衣一件爲一善。若原無好衣而著者非善。矯情干譽者非善。

△肉食人減省食。一食爲一善。素食人減省食。一食爲二善。若無力辦好食而減者非善。

△肉食人。見殺不食爲一善。聞殺不食爲一善。爲己殺不食爲一善。

△忍受人橫逆相加。一事爲一善。

△拾遺還主。所值百錢爲一善。

△引過歸己。推善與人。一事爲二善。

△名位財利等。安分聽天不貪緣營謀者。一事爲十善。

△處眾常思爲眾不爲己者。所處之地一日爲一善。

△寧失己財。寧失己位。使他人得財得位者。爲五十善。

△遇失利及諸患難。不怨天尤人而順受者。一事爲三善。

△祈福禳災等。但許善願。不許牲祀者爲五善。

△傳人保養身命書。一卷爲五善。救病藥方。五方爲一善。若受賄者非善。

無驗妄傳者非善。

△拾路遺字紙。火化百字爲一善。





△有財有勢。可使不使。而順理安分者。一事爲十善。

△權勢可附而不附者爲十善。

△人授爐火丹術。辭不受者爲三十善。人授已成丹銀。棄不行使者。所值百錢爲三善。

補遺

△凡救人一命爲百善。

自知錄下

過門

不忠孝類

△事父母失敬失養。一事爲一過。違犯義方之訓。一事爲一過。父母責怒。生嗔者爲一過。抵觸者爲十過。父母所愛故薄之。一事爲一過。父母沒後應資薦不資薦。一度爲十過。父母有失。不能善巧勸化。一事爲一過。

△不敬養祖父母繼母。一事爲一過。

△事君王不竭忠盡力。一事爲一過。當直言不直言。小事爲一過。大事爲十過。極大事爲五十過。違犯時王之制。一事爲一過。虛言欺罔。一事爲一過。

△不敬奉師長。一日爲一過。不依師良誨。一言爲一過。反背爲三十過。若師不賢而捨之者非過。





○【解】反背。如陳相學許行之類。不賢而捨。如目連離外道師之類。

△兄弟相讎者。一事爲二過。欺陵異母所出及庶出者。一事爲三過。

不仁慈類

△重疾求救不救。一人爲二過。小疾一人爲一過。無財無術而不救者非過。

△修合毒藥爲五過。欲害人爲十過。害人一命爲百過。不死而病爲五十過。害禽畜一命爲十過。不死而病爲五過。

△咒禱厭咀^①。害人一命爲百過。不死而病爲五十過。

△錯斷人死刑成爲八十過。故入爲百過。錯斷人軍刑徒刑成爲三十過。故入爲四十過。錯斷人杖刑成爲八過。故入爲十過。錯斷人笞刑成爲四過。故入爲五

①咀：通「詛」。

過。私家治責婢僕之屬者同論。

○【解】錯謂無心。故謂有心。

△非法用刑。一用爲十過。無罪答人一下爲一過。

△謀人死刑成爲百過。不成爲五十過。舉意爲十過。軍刑徒刑成爲四十過。不成爲二十過。舉意爲八過。杖刑成爲十過。不成爲八過。舉意爲五過。笞刑成爲五過。不成爲四過。舉意爲三過。

△父母溺初生子女。一命爲五十過。墮胎爲二十過。

○【解】上帝垂訓。父母無罪殺兒。是殺天下人民也。故成重過。

△殺降屠城。一命爲百過。以平民作俘虜者。一人爲五十過。致死爲百過。

△主事明知冤枉。或拘忌權勢。或執守舊案。不與伸雪者。死刑成爲八十過。軍刑徒刑爲三十過。杖刑爲八過。笞刑成爲四過。若受賄者。死刑爲百過。以下俱同前論。諸枉法斷事。隨輕重亦同前論。





△心中暗舉惡意。欲損害人。一人爲一過。事成。一人爲十過。

△故殺傷人。一命爲百過。傷而不死爲八十過。使人殺者同論。

△故殺有力報人之畜。一命爲二十過。誤殺爲五過。故殺無力報人之畜。

一命爲十過。誤殺爲二過。故殺微畜。一命爲一過。誤殺十命爲一過。故殺極微畜。十命爲一過。誤殺二十命爲一過。使人殺者同論。讚助他人殺者同論。逐日飲食殺者同論。畜養賣與人殺者同論。妄談禍福祭禱鬼神殺者同論。修合藥餌殺者同論。看蠶者與畜養殺同論。

△故殺害人之畜。一命爲一過。誤殺十命爲一過。

△見殺不救。隨上所開過減半。無門可救者非過。不可救而不生慈念爲二過。

○【解】減半者。如殺有力報人之畜十過。今五過是也。下以次減同上。

△耕牛乘馬家犬等。老病死而賣其肉者。大命爲十過。小命爲五過。

△時當禁屠故殺者。隨上所開過加一倍。私買者同論。居上位反爲民開殺端者同論。

○【解】加一倍。如殺有力報人之畜二十過。今四十過是也。下次增同上。

△非法烹炮生物。使受極苦者。一命爲二十過。

○【解】如活烹鱉蟹。火逼羊羔之類是也。

△放鷹走狗釣魚射鳥等。傷而不死。一物爲五過。致死。與前故殺諸畜同論。發蟄驚棲填穴覆巢破卵傷胎者同論。發蟄等因作善事誤傷非過。

○【解】作善誤傷。如修橋。砌路。建寺。造塔。種種善事。本出好心。故不爲過。然須懺悔資薦。

△籠繫禽畜。一日爲一過。

△見人畜死不起慈心爲一過。





△見鰥寡孤獨窮民饑渴寒凍等。不救濟。一人爲一過。無財者非過。

△欺弄損害瞽人聾人病人愚人老人小兒者。一人爲十過。

△見人有憂不行解釋爲一過。反生暢快爲二過。更增其憂爲五過。見人失利失名心生歡喜爲二過。見人富貴願他貧賤爲五過。

△荒年囤米不發。坐索高價者。爲五十過。遏糴者亦同此論。

△逼取貧民債負。使受鞭朴罪名爲五過。借人財物不還。百錢爲一過。

△役使人畜。至力竭疲乏不矜其苦而強役者。一時爲十過。加之鞭笞者。一杖爲一過。

△放火燒人廬舍山林爲五十過。因而害人。一命爲五十過。害畜如前殺畜同論。本意欲害人命者。一命爲百過。

△掘人冢棄其骨殖者。一冢爲五十過。平人冢。一冢爲十過。太古無骨殖者

非過。

△倚勢白佔人田地房屋等。所值百錢爲十過。賤價強買。百錢爲一過。

△損壞道路使人畜艱於行履。一日爲五過。損壞義井涼亭橋梁渡船等俱同論。

△居上官輕壞卑職前程。一人爲三十過。枉法壞之者爲五十過。凡居上凌虐下人者同論。

△幽繫婢妾。一人爲一過。謀人妻女一人爲五十過。

三寶罪業類

△廢壞三寶尊像。所值百錢爲二過。廢壞諸天治世正神賢人君子等像。所值百錢爲一過。葷血邪神惑世者非過。





△以言謗斥佛菩薩羅漢。一言爲五過。謗斥諸天正神聖賢。一言爲一過。斥邪救迷出於真誠者非過。

△禮佛失時爲一過。因病因正事非過。葷辛酒肉觸欲失時爲五過。六齋日犯者加一倍論。

△毀壞三寶殿堂牀座諸供器等。所值百錢爲一過。誘他人使之毀壞者同論。見毀壞不諫勸爲五過。反助成爲十過。諸天正神聖賢等廟宇。所值二百錢爲一過。葷血淫祠惑世者非過。

○【解】誘。謂他本無心。我教彼爲之。助。謂他先欲毀。我從旁讚之。

△佔三寶地。所值百錢爲一過。佔屋宇者同論。

△新立葷血祭祀神祠。一所爲五十過。神像一軀。爲十過。重修者。祠像各減半論。

○【解】新立。謂非古原有。特地創造。

△毀壞出世正法經典。所值百錢爲二過。二乘人天因果。所值百錢爲一過。

△謗訕出世正法經典。一言爲十過。人天因果。一言爲五過。

△吝法不教爲十過。因彼不足教者非過。阻隔善法不使流通爲十過。屬邪見謬說者非過。雖屬善法。時當韜晦。順時休止者非過。

△誦經差一字爲一過。漏一字爲一過。心中雜想爲五過。想惡事爲十過。

外語雜事爲五過。語善事爲一過。起身迎待賓客爲二過。王臣來者非過。不依式苟且誦爲五過。誦時發嗔爲十過。罵人爲二十過。打人爲三十過。寫疏差漏者同論。

△以外道邪法授弟子者。一人爲二十過。

△著撰僞經一卷爲十過。

△講演邪法惑眾。在席一人爲一過。往彼聽受。一席爲一過。



△講演正法。任己僻見。違經旨背先賢者。在席五人爲一過。

△著撰脂粉詞章傳記等。一篇爲一過。傳布一人爲二過。自己記誦一篇爲一過。

○【解】一篇。謂詩一首。文一段。戲一出之類。

△傳人厭魅墮胎種種惡方。一方爲二十過。

△僧人乞食不與。一人爲一過。非僧人乞食不與。二人爲一過。無而不與者。非過。不與而反加叱辱者爲三過。僧不飯僧而拒絕者。一僧爲二過。

○【解】上謂俗不齋僧。其過猶輕。下謂僧不齋僧。其過尤重。

△畜養惡弟子不遣去者。一人爲五十過。弟子有過不訓誨。小事一事爲一過。大事一事爲十過。

雜不善類

△取不義之財。所值百錢爲一過。處大富地而取者。百錢爲二過。

△欲染極親爲五十過。良家爲十過。娼家爲二過。尼僧節婦爲五十過。見良家美色起心私之爲二過。

○【解】此爲在俗者。若出家僧。不論親疏良賤。但犯俱五十過。起心私之俱二過。

△盜取財物。百錢爲一過。零盜積至百錢爲一過。瞞官偷稅者同論。威取詐取百錢爲十過。

△主事受賄而擢人官出人罪。百錢爲一過。受賄而壞人官入人罪。百錢爲十過。

△借人財物不還。百錢爲一過。負他債願他身死爲十過。

△斗秤等小出大入。所值百錢爲一過。



△見賢不舉爲五過。反擠之爲十過。見惡不去爲五過。反助之爲十過。隱人善一事爲一過。揚人惡一事爲一過。有言責而舉惡者非過。爲除害救人而舉惡者非過。

△刻意搜求先賢之短。創爲新說者。一言爲一過。於理乖違者。一言爲十過。做造野史小說戲文歌曲誣污善良者。一事爲二十過。不審實傳播人陰私及閨幃中事者。一事爲十過。全無而妄自捏成者。爲五十過。遞送揭帖發人惡跡。半實半虛者爲二十過。全虛者爲五十過。言言皆實而出自公心。爲民除害者非過。

△募緣營修諸福事。而盜用所施入己者。百錢爲一過。三寶物十錢爲一過。因果差移。百錢爲一過。

△讚助人詞訟。死刑成爲三十過。軍刑徒刑成爲二十過。杖刑成爲十過。笞刑成爲五過。讚助人鬥爭爲一過。若教唆取利。死刑成爲百過。軍刑徒刑成爲三十過。笞刑爲十五過。離間人骨肉者爲三十過。破人婚姻爲五過。理不應婚者非過。

△出損德之言。一言爲十過。

○【解】如金陵三不足。曹孟德。寧我負人。毋人負我之類。是也。

△虛誑妄語。一事爲一過。因而害人爲十過。

△見善不行。一事爲一過。有過不改。一事爲一過。過不認過。反爭爲是。對平交爲二過。對父母師長爲十過。

△論辯偏執已見不服善者。一義爲一過。

△不教誨子孫。任其爲不善者。一事爲一過。容縱家人門客者同論。

△大賢不師爲五過。勝友不交爲二過。反加謗毀欺侮爲十過。

△惡語向所尊爲十過。向平交爲四過。向卑幼爲一過。向聖人爲百過。向賢人君子爲十過。

△教人爲不善。一事爲二過。教人不忠不孝等大惡者。一事爲五十過。見人





爲不善。不諫勸者爲一過。大事爲三十過。知彼人剛愎決不受諫者非過。

△造人歌謠。取人插號者。一人爲五過。

△妄語不實。一言爲一過。自云證聖誑惑世人者。一言爲五十過。

△許友負信。小事爲一過。大事爲十過。負財物寄託者。百錢爲一過。

△有恩不報。一事爲一過。有冤必報。一事爲一過。報冤過分爲十過。致死爲百過。於所冤人欲其喪滅爲一過。聞冤滅已。心生歡喜爲一過。

△肉食一食爲一過。違禁物。若龜鱉之類。一食爲二過。有義物。若耕牛乘馬家犬之類。一食爲三過。

○【解】以上謂市買者。若自殺食。在前故殺中論。

△飲酒。爲評議惡事飲。一升爲六過。與不良人飲。一升爲二過。無故與常人飲爲一過。奉養父母延待正賓者非過。煎送藥餌者非過。

△開酒肆招人飲。一人爲一過。

△五辛。無故食。一食爲一過。治病服者非過。食後誦經一卷爲一過。

△六齋日食肉。一食爲二過。食而上殿爲一過。飲酒啖五辛者同論。

△過分美衣。一衣爲一過。美食。一食爲一過。唯奉養父母非過。

○【解】過分者。謂富貴人分應受福。然於本等享用外。過爲奢侈是也。唯除父母。不曰祀神宴賓者。周易二簋可享。茅容蔬食非薄。是也。

△齋素人。必求美衣美食。一衣爲一過。一食爲一過。

○【解】謂既知齋素。自合惜福。雖是布衣。必求精好。雖是菜食。必求甘美。亦折福故。

△輕賤五穀天物。所值百錢爲一過。

△販賣屠刀漁網等物。所費值百錢爲一過。



△拾遺不還主。所值百錢爲一過。

△有功歸己。有罪引人。一事爲二過。

△名位財利。夤緣營謀而求必得不顧非義者。一事爲十過。

△處眾唯知爲己。不爲眾者。所處之地。一日爲一過。

△寧他人失財失位。而唯保全己之財位者爲五十過。

△遇失利及諸患難。動輒怨天尤人者。一事爲三過。

△祈福禳災等。不修善事而許牲牢惡願者爲十過。所殺生命。與殺畜同論。

○【解】十過者。但許願時。心已不良故。至後酬願宰殺時。另與殺畜同論。

△救病藥方。不肯傳人者。五方爲一過。未驗恐誤人者非過。

△遺棄字紙不顧者。十字爲一過。

△離父母出家。更拜他人作乾父母者爲五十過。

△人授爐火丹術受之爲三十過。行使丹銀所值百錢爲三過。實成真金煎燒百度不變者非過。

補遺

△無故殿上行。塔上登者爲五過。殿塔上葷酒污穢者爲十過。

○【解】故。謂燒香掃地諷經等。

△受賄囑託擢官出罪等。五百錢爲一過。受賄囑託壞官入罪等。五百錢爲十過。



附錄一

俞淨意公遇竈神記

明嘉靖時。江西俞公。諱都（諱。避諱於尊者名。禁出諸口也。春秋爲尊者諱。爲親者諱。爲賢者諱。見公羊傳）。字良臣。多才博學。十八歲爲諸生（已入泮）。每試必高等。年及壯。家貧授徒（以設館教讀爲生涯）。與同庠生十餘人（同年進學諸人）。結文昌社（遵文昌遺訓行事）。惜字。放生。戒淫殺口過。行之有年。前後應試七科。皆不中。生五子。四子病夭。其第三子。甚聰秀。左足底有雙痣。夫婦寶之。八歲戲於里中。遂失去。不知所之。生四女。僅存其一。妻以哭兒女故。兩目皆盲。公潦倒（與顛沛同）終年。貧窘益甚（窘。巨隕切。君上聲。窮迫也。字從穴從君。其困迫之狀可見）。自反（自問）無大過（此語便是毛病。良心上已稍稍覺得有如許小差處在）。慘膺（承當也）天罰。年四十外。每歲臘月終。自寫黃疏。禱於竈神。求其上達。如是數年。亦無報應。至四十七歲時。除夕與

瞽妻一女夜坐。舉室蕭然（淒寂狀）。淒涼相弔（愁容相對也）。忽聞叩門聲。公秉燭視之。見一角巾皂服之士（角巾。以巾一方折角裹頭。古人隱居之服也。皂。黑色）。鬚髮半蒼。長揖就座。口稱姓張。自遠路而歸。聞君家愁嘆。特來相慰。公心異其人。執禮甚恭（恭敬盡禮也）。因言生平讀書積行。至今功名不遂。妻子不全（不能保全）。衣食不繼。且以歷焚竈疏。爲張誦之（稱述也）。張曰。予知君家事久矣。君意惡太重。專務虛名。滿紙怨尤（怨恨語也）。瀆（褻慢也）陳上帝。恐受罰不止此也。公大驚曰。聞冥冥之中。纖（至微小也）善必錄。予誓行善事。恪奉規條久矣。豈盡屬虛名乎。張曰。即如君規條中惜字一款。君之生徒與知交輩。多用書文舊冊。糊窗裏物。甚至以之拭桌。且藉口曰勿污。而旋焚之。君日日親見。略不戒諭一語。但遇途閒字紙。拾歸付火。有何益哉。社中每月放生。君隨班奔逐。因人成事。儻諸人不舉。君亦浮沈而已（隨人浮沈。毫無堅確意志）。其實慈悲之念。並未動於中也。且君家蝦蟹之類。亦登於庖。彼獨非生命耶。若口過一節。君語言敏妙。談者常傾倒（折服也）於君。君彼時出口。心亦自知傷厚（幸有此一點良心。爲今後轉禍爲福之機）。但於朋談慣熟中。隨風





訕笑（訕。謗毀也）。不能禁止。舌鋒所及。怒觸鬼神。陰惡之註。不知凡幾。乃猶以簡厚自居（渾厚自許）。吾誰欺。欺天乎。邪淫雖無實迹。君見人家美子女。必熟視之。心即搖搖不能遣（言邪念不能驅去也）。但無邪緣相湊耳。君自反身當其境。能如魯男子乎。（孔子家語。魯人有獨處室者。鄰之嫠婦亦獨處一室。夜暴風雨至。嫠婦室壞。趨而託焉。魯人閉戶不納。曰。吾聞男女不六十不同居。婦人曰。子何不如柳下惠然。嫗不逮門之女。國人不稱其亂。魯人曰。柳下惠則可。吾固不可。吾將以吾之不可。學柳下惠之可。乃期於至善。而不襲其迹也。）遂謂終身無邪色。可對天地鬼神。眞妄也。此君之規條誓行者。尚然如此。何況其餘。君連歲所焚之疏。悉陳於天。上帝命日遊使者。察君善惡。數年無一實善可記。但於私居獨處中。見君之貪念。淫念。嫉妒念。褊急念。高己卑人念。憶往期來念。恩讎報復念。憧憧於胸（憧憧。意念紛起也）。不可紀極（無終極時）。此諸種種意惡（身口意三惡業。意惡爲最大。身口二業都從意惡做出）。固結於中。神註已多。天罰曰甚。君逃禍不暇。何由祈（求也）福哉。公驚愕（驟受震驚）惶悚（非常恐懼）。伏地流涕曰。君既通幽事。定係尊神。願求救度。張曰。君讀書明禮。亦



知慕善爲樂。當其聞一善言時。不勝激勸（異常激勵並以勸勉）。見一善事時。不勝鼓舞（異常興高采烈）。但旋過旋忘（旋。立即。隨即也。言不多時便忘却也）。信根原自不深。恆（常也）性是以不固。故平生善言善行。都是敷衍浮沈（辦事不切實故。隨俗浮沈）。何嘗有一事著實。且滿腔（猶言滿腹也）意惡。起伏纏綿（如波浪起伏不已。狀如亂絲。固結不解狀）。猶欲責天美報。如種徧地荊棘。癡癡然望收嘉禾。豈不謬（謬差也）哉。君從今後。凡有貪淫客氣。妄想諸雜念。先具猛力。一切屏除（屏。嚴拒也）。收拾乾乾淨淨。一箇念頭。只理會善一邊去。若有力量能行的善事。不圖報。不務名。不論大小難易。實實落落（切切實實。直捷痛快）。耐心行去。若力量不能行的。亦要勤勤懇懇。使此善意圓滿。第一要忍耐心。第二要永遠心。切不可自惰（不得存放縱懈怠心）。切不可自欺（不得作瞞心昧己事）。久久行之。自有不測效驗。君家事我。甚見虔（恭敬）潔。特以此意報之（至誠可以感動天地）。速速勉持（勉力修持）。可回天意。言畢。即進公內室。公即起隨之。至竈下。忽不見。方悟爲司命之神（竈神爲東廚司命。言掌人間善惡之事。酉陽雜俎曰。竈神名隗。又姓張名單。常以月晦日上天白人罪狀。淮南



自知錄

子萬畢術曰。竈神晦日歸天白人罪。濟陽破衲曰。在生正直死後成神。天下竈神爲數甚多宛同保正。又曰。作善者死後多昇。造孽者死後常墮。此係實事並非寓言。惟若天若神。自佛家究竟法言之。仍在凡夫地位。仍未脫輪迴。福報盡時仍須墮落。因焚香叩謝。即於次日元旦。拜禱（禱告）天地。誓（古人對天立誓。折矢立言。故字義從折從言）改前非。實行善事。自別其號曰淨意道人。誌（記也）誓除諸妄也。初行之日。雜念紛乘（雜念紛起宛如乘隙而入）。非疑則惰。忽忽時日。依舊浮沈（此既醒復眠之人。所由永劫沈淪也。可不懼哉）。因於家堂所供觀音大士前。叩頭流血（志氣昏惰原爲罪孽之相。能早覺察痛自責備。至尋聲救苦之大菩薩前矢誠叩禱。以求冥佑而期自拔）。敬發誓願。願善念真純。善力精進。倘有絲毫自寬。永墮地獄。每日清晨。虔誦大慈大悲尊號一百聲。以祈（求也）陰相（暗助也）。從此一言一動。一念一時。皆如鬼神在傍。不敢欺（欺心）肆（放縱）。凡一切有濟於人。有利於物（物包括一切含靈負氣者言）者。不論事之巨（大也）細。身之忙閒。人之知不知（行善於人所不知之地方爲真善）。力之繼不繼（止問事之應爲不應爲。不問力之能繼不能繼。精誠所至金石爲開。事無有不辦者）。皆歡喜行持。委曲成就而

後止。隨緣方便。廣植（立也）陰功。且以敦倫（倫。歷萬劫不變之常道也。倫有五。一夫婦二父子三兄弟四朋友五君臣。敦者。以渾厚自勉。不敢稍作薄情之舉也）。勤學。守謙。忍辱。與夫因果報應之言。逢人化導。惟日不足（不厭不倦）。每月晦日。即計一月所行所言者。就竈神處爲疏（狀辭）以告之。持之既熟。動則萬善相隨。靜則一念不起。如是三年（千日之功）。年五十歲。乃萬曆二年。甲戌會試。張江陵爲首輔（前代宰相之職）。輟闈後（舊制。試院曰闈。鄉試曰秋闈。會試曰春闈。輟闈。會試事竣也）。訪於同鄉。爲子擇師。人交口薦公（羣相推許）。遂聘赴京師（以幣帛禮賢士而徵之曰聘。王城曰京。京。大也。王城大於郡縣諸城也。師。眾也。王城中在住者至眾也）。公挈眷以行（挈。攜帶。眷。眷屬）。張敬公德品。爲援例入國學（使爲國學生與生員同）。萬曆四年丙子。附京鄉試。遂登科。次年中進士。一日謁（進見也）內監（王宮中之職。唐置內侍監。以宦者任其官。世遂稱宦官爲內監。帝制廢後。此役隨之而廢）楊公。楊令五子出拜。皆其覓諸四方。爲己嗣（嗣。續作己之後人也）以娛老者（娛。尋樂也）。內一子。年十六。公若熟（認識也）其貌。問其籍（籍貫即產出地）。曰江右人（長江以西之



地。今人稱江西爲江右）。小時誤入糧船。猶依稀（髣髴也）記姓氏閭里（里。所居地也。五家爲鄰。五鄰爲里。閭。里門也）。公甚訝之（非常疑怪也）。命脫左足。雙痣宛然。公大呼曰。是我兒也。楊亦驚愕。即送其子。隨公還寓。公奔（捷走也）告夫人。夫人撫子大慟（撫。手按也。慟。過於悲痛也）。血淚迸流（涌出也）。子亦啼（出聲哭也）。捧母之面而舐其目。其母雙目復明（改過遷善之報如是）。公悲喜交集。遂不願爲官。辭江陵回籍。張高其義。厚贈而還。公居鄉。爲善益力。其子娶妻。連生七子皆育。悉嗣（承繼也）書香焉（書香。讀書成名也）。公手書遇竈神。并實行改過事。以訓子孫。身享康（安健也）壽。八十八歲。人皆以爲實行善事。回天（挽回定數之意）之報云。同里後學羅禎記。



附錄二

東林佛號曲譜

附錄二 東林佛號曲譜

1 = $\flat A - \flat B \quad \frac{5}{4} \frac{6}{4}$

♩ = 60 低沉 緩慢 深切地

$\overset{\circ}{5} - \overset{\circ}{6} \overset{\circ}{1} \overset{\circ}{6} - \mid \overset{\circ}{5} \overset{\circ}{6} \cdot \overset{\circ}{5} \overset{\circ}{3} - \mid \overset{\circ}{2} - \overset{\circ}{1} - \overset{\circ}{2} \mid 0 \ 0 \ 0 \ 0 \ 0 \ 0 \mid$
 南 無 阿 彌 陀 佛

$\overset{\circ}{2} \overset{\circ}{3} \overset{\circ}{5} \overset{\circ}{3} - \mid \overset{\circ}{2} \overset{\circ}{1} \overset{\circ}{1} \overset{\circ}{6} - \mid \overset{\circ}{1} - - - \overset{\circ}{1} \mid 0 \ 0 \ 0 \ 0 \ 0 \ 0 \mid$
 南 無 阿 彌 陀 佛

$\overset{\circ}{1} - \overset{\circ}{6} \overset{\circ}{1} \overset{\circ}{6} - \mid \overset{\circ}{1} \overset{\circ}{2} \overset{\circ}{3} \overset{\circ}{5} \overset{\circ}{3} - \mid \overset{\circ}{2} - \overset{\circ}{1} - \overset{\circ}{2} \mid 0 \ 0 \ 0 \ 0 \ 0 \ 0 \mid$
 南 無 阿 彌 陀 佛

$\overset{\circ}{2} \overset{\circ}{3} \overset{\circ}{5} - - \mid \overset{\circ}{5} \overset{\circ}{3} \overset{\circ}{3} \overset{\circ}{2} - \mid \overset{\circ}{1} - \overset{\circ}{6} - \overset{\circ}{1} \mid 0 \ 0 \ 0 \ 0 \ 0 \ 0 :||$
 南 無 阿 彌 陀 佛

○：引磬木魚同敲；

◀：漸強；

0：四分休止符，停頓一拍；

○：木魚；

▶：漸弱；

:||：從頭反復。



備註：

① 要求一口氣唱完，每句二十一拍，大約二十一秒。每四句唱完，以不超過九十秒為度。

② 在空拍休止符號中吸氣，要深、細、勻、長。吸氣前要把腹中的餘氣全部呼盡，然後再吸下一口氣。深呼吸至腹部，唱念時以臍輪震動發音。

③ 初學若一口氣唱不下來，至少要將「南無阿彌」四字念全，在「陀」字上補點氣，續念完「佛」字。這樣練習一段時間後，爭取做到一口氣念完六字佛號。

④ 佛號中的「佛」字發音要短而輕，一出即止。

⑤ 唱念時，引磬、木魚、佛號的音聲，三者要同步發音。

附錄三

念佛的心態與音聲

音聲乃心性的外顯，南無阿彌陀佛六字洪名即為妙音，從實相中流現。念佛法門以音聲作佛事，透過佛號音聲開啟佛性，誠為轉凡成聖之妙莊嚴路。是故，我等念佛行人對音聲之道應加以考量。

一、極樂世界的音聲特質

西方極樂世界是一個音樂之都。其風聲、寶網聲、鈴鐸聲、波揚的水聲、鳥的偕鳴聲、虛空的樂器聲等，都在演暢種種法音，自然宮商五音諧和。極樂世界的音聲之善美乃十方世界音聲之中最為第一，極樂種種音聲內具八個特點：清、暢、哀、亮、微、妙、和、雅。此八字特質，形成西方淨土特有的音聲格調，即阿彌陀佛梵音的概述，亦是我等眾生內具的音聲功德。是故，我等宜將此八字作為念佛之綱宗。如是念佛就能夠與西方淨土的音聲形成同構共振，開發自性。八





字原則略標如下：

(一) 清，即清淨。離一切煩惱染習即為清淨，是故念佛人得齋戒清淨，遠離五欲六塵，真誠發心厭離娑婆，欣求極樂。如是念佛即為清。

(二) 暢，即暢達。直心是道場，音聲暢達舒展，直抒胸臆，無滯澀壓抑狀，大念見大佛，小念見小佛。音聲所及，萬禍冰消；洪音發號，毀裂魔軍；暢快淋漓，心聲一體。

(三) 哀，即悲哀。於此生死苦海滅頂之際，自力怯弱，惟哀祈阿彌陀佛大悲拯救，呼喊救命，感通阿彌陀佛的大悲心，必定蒙佛力慈祐，安坐大願船，抵達安養國。

(四) 亮，即嘹亮。哀而不傷，悲哀中有亮色，以吾之悲感彌陀大悲，信知彌陀悲願決定令我往生淨土，往生即可疾速成佛，曠劫大事今生了辦，踊躍歡喜，生命洋溢亮色，音聲自然洪亮。

(五) 微，即微細。音聲細微，透入內心性海，探玄鉤蹟，引發內心深蘊的善根，開啟如來藏性，心外無法，滿目青山。

(六) 妙，即奇妙，亦云不可思議。音聲通實相，六字洪名澄清吾人濁染的心，以佛知見轉眾生知見，能令吾人從有念入無念。音聲全體即阿彌陀佛法身。靈籟之音，劫外之響，妙感難思。

(七) 和，即和諧。和諧是空性的表顯。持念佛號時，首先是心聲和諧，心聲相隨。身心和諧，心與外境和諧，大眾念佛，音聲和諧，十百千人眾音念佛如同一人，心通法界，梵音、海潮音，大和吉祥。

(八) 雅，即高雅。六字洪名表詮至高的超越意向。橫超五惡趣，圓成自性佛果。不求人天福報，不低俗，不媚俗，聲聲喚醒自己，步步回歸故園。如是念佛即為雅正。

綜上所述，持念六字洪名，宜滲入清、暢、哀、亮、微、妙、和、雅之特質，這樣便能與名號功德相應，信願感通彌陀悲願，成辦往生大事。

二、東林佛號的唱念要領

東林佛號以八字特質為方針，語速低沉緩慢，格調哀亮，內具深信切願之情懷，四句形成一個結構組。





第一句的重音放在「南無」上，一心歸命。要唱出在生死曠野尋求佛力救度的渴望。

第二句的重音放在「阿彌」上，在苦苦尋求中，歷經難險，終於找到了南無的對象，就是阿彌陀佛。要唱出尋找到阿彌陀佛的歡欣。

第三句的重音放在「陀」上，當我們歸命於阿彌陀佛時，覺了原來阿彌陀佛與我竟是同體，我在彌陀心中念佛，彌陀在我心中呼應加持。要唱出彌陀與我同體同源的欣慰。

第四句的重音又放在「阿彌」上，當覺了阿彌陀佛與我同體時，回光反照，原來我自性即是阿彌陀佛（無量光壽），要唱出自性彌陀的自信自肯，由歸命到歸元。這樣，第一句向外部的渴望尋找，到第四句向內心安穩的回歸，形成東林佛號四句一組的音聲結構，不斷循環亦復如是。

唱念的音聲抑揚結構與節奏掌握後，加之兩個配合：

（一）佛號與步點的配合。一句佛號走四步，「南無」一步（邁右腳），「阿彌」

一步（邁左腳），「陀」一步（邁右腳），「佛」一步（邁左腳）。隨法器音聲節奏，走準四個步點。

（二）佛號與呼吸的配合。中間停頓時，深吸氣到腹部，臍輪發音，一口氣將佛號念完（若氣短者，可在「陀」字上補點氣），渾融一體。

如是持念，久久便能唱出東林佛號的韻味，悲欣交集，香光莊嚴。伏冀念佛同仁共勉。

回向偈

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



普爲助印及讀誦

受持輾轉流通者回向

願以此功德 消除宿現業
增長諸福慧 圓成勝善根
所有刀兵劫 及與饑饉等
悉皆盡滅除 人各習禮讓
讀誦受持人 輾轉流通者
現眷咸安樂 先亡獲超升
風雨常調順 人民悉康寧
法界諸含識 同證無上道



ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཙུག་པ་འདི་དཔེ་ཆ་འཛིན་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་
བཞག་མས་ཀྱང་ཉི་ཤུ་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་ལྷ་རྩུག་ལས་གསུངས་སོ།།

罪之跨誤滅可 中書經置咒此



臺平方官寺林東山廬

(號眾公信微個三及，載下PPA，饋回障故，寶法請恭：含包)