

日

MANUAL DE LECTURAS Y
RECITACIONES DIARIAS

日常功课手册

課

日常功課手冊

MANUAL DE LECTURAS Y
RECITACIONES DIARIAS



海會山西班牙佛教會
HAI HUI SHAN BUDDHIST COMMUNITY
COMUNIDAD BUDISTA HAI HUI SHAN

在生活中做早晚课的小常识

1. 每天做早晚课的意义

定课一般是指早晚课，即在早晚固定的时间读经、持咒、念佛等。早课意在提醒自己在新的一天要发善愿、过觉悟的生活。晚课则是自我反省，好进一步去改善。净土念佛法门的功课简单易行，主要的用意是在生活中培养向往极乐世界的坚定信愿和忆佛念佛的用心习惯，实现从人间到净土的圆满升华。

1. El sentido de las lecturas diarias por la mañana y por la noche

Las lecturas diarias generalmente se refieren a la lectura de escrituras budistas, a la recitación de mantras y a la recitación del nombre de Buda Amitabha cada mañana y cada noche. La lectura matinal tiene el objetivo de recordarnos que debemos pedir buenos deseos y vivir una vida iluminada con el nuevo día. Y la lectura nocturna está enfocada a la reflexión sobre los sucesos del día, para revisarnos y mejorar éticamente.

2. 在家学佛早晚课要怎么做?

在不影响家庭日常生活的情况下，可以根据自身的实际情况来定早晚课内容。若时间充分，可以读经、念佛号，而后回向。也可以参考寺院的朝暮课诵选择来做。根据净土念佛法门的倡导，我们用《佛说阿弥陀经》做为早晚课的主要经典，每天早晚各念一遍，而后念诵佛号，简单回向即可。

2. ¿Qué debo hacer para realizar las lecturas en casa cada día?

El contenido de las lecturas matinales y nocturnas puede determinarse según la situación personal de cada uno, sin modificar en exceso el ritmo de cada día. Si se tiene suficiente tiempo, se pueden leer las escrituras, recitar el nombre de Buda y hacer la transferencia de méritos. También se pueden consultar la selección de lecturas budistas de los monasterios.

Y si se sigue la doctrina del Budismo de la Tierra Pura, se puede leer el texto central de la doctrina (el Sutra de Amitabha), recitar posteriormente el nombre de Buda Amitabha ('Namo Amitabha') y hacer una transferencia de méritos sencilla.



3. 早晚十念法的好处

如果比较忙碌，可以用“早晚十念法”。十念法门，是宋朝慈云忏主，为王臣政务繁剧，无暇修持者所立的。

十念法：面向佛像或西方，吸满气后，开始念佛，不计佛号的数量，一句顶一句念，念到一口气吐完，气尽到极点为止，此为一次；如此连续念十口气，为十念。

3. Beneficios de las diez recitaciones matinales y nocturnas

Si no se dispone de mucho tiempo, se pueden realizar las Diez Recitaciones por la mañana y por la noche. El método de las Diez Recitaciones fue establecido por el Maestro Ciyun Qianzhu de la dinastía Song, para facilitar la práctica budista a los reyes y ministros ocupados en asuntos gubernamentales.

Método de las Diez Recitaciones: frente a la estatua de Buda, o bien de cara al Oeste, inspire profundamente y comience a recitar el nombre de Buda Amitabha (‘Namo Amitabha’). Independientemente de la cantidad de veces que pronuncie el nombre, recite hasta exhalar todo el aire. Esto se considera una recitación. Repita el proceso diez veces, es decir, diez respiraciones recitando ‘Namo Amitabha’.

唱陀尊者

宋坦製



关于回向

Sobre la transferencia de méritos

回向是佛教修学过程当中非常重要的一种修行功夫。通俗地说就是以自己所修的善根功德，回转给众生，并使自己趣入菩提涅槃；或以自己所修的善根，为亡者追悼，以期亡者安稳。

回向的原理就如手拿一根蜡烛去引燃其它的蜡烛，不但原来蜡烛本身的光亮未曾减弱，反而和其它蜡烛光光相照，而室内更为光明、更为明亮。所以，回向愈多，不但自身的功德未曾减少，而且能利益更多的人，功德也就更为殊胜。

回向文的种类有很多，可以根据需要自行选择。通常回向的对象大概有以下几个方面。

- 一、回向在世亲友，为其祝福；
- 二、回向过世的人，用自己所修功德能帮助其增长福慧；
- 三、总体回向，如回向国泰民安、风调雨顺、世界和平等。

La transferencia de méritos es una parte muy importante del proceso de aprendizaje budista. Suele realizarse al final de las lecturas y recitaciones diarias como dedicación del trabajo realizado a alguien. Se trata de usar el karma de los méritos que uno ha cultivado para transferirlo a todos los seres. De esta manera, el practicante está cultivando su propia liberación al mismo tiempo. Esta transferencia de méritos se suele realizar también en los velatorios como bendición al difunto.

El principio de la transferencia de méritos se asemeja al gesto de sostener una vela para encender otra. La vela que enciende no pierde luz y, en cambio, hace que otras velas también se prendan. Por eso, cuantas más transferencias se realizan, no sólo no disminuyen los propios méritos, sino que también se benefician más personas. Los propios méritos se vuelven así más significativos.

Hay muchos tipos transferencias de méritos y pueden escogerse según las propias necesidades. Pueden ser:

- Dedicadas a familiares o amigos vivos, como bendición a ellos;
- Dedicadas a seres difuntos, usando el propio mérito para ayudar al difunto encarnarse en un estadio mejor;
- Dedicación general que puede dirigirse a su tierra, al medioambiente, a la paz mundial, etc.

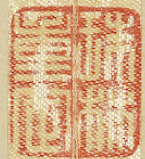
Las lecturas diarias del Budismo de la Tierra Pura se centran en el Sutra de Amitabha, nombre coloquial que se da al Sutra de Sukhavati Corto. Este sutra, mucho más breve que otros textos de la Tierra Pura, es un discurso que el Buda Siddharta Gautama dio a su discípulo Sariputra, en el Parque Jetavana de Sravasti. Trata de Sukhavati, la Tierra Pura Occidental creada por los votos de fe del Buda Amitabha. Describe con detalle al Buda Amitabha, y nos cuenta cómo es la Tierra Pura y quienes la habitan: un lugar donde los seres sintientes no sufren y avanzan en el camino del despertar bajo la protección y las bendiciones constantes de los Budas y Bodhisattvas. Finalmente indica cuál es la práctica que se debe seguir para renacer allí.

El método del Budismo de la Tierra Pura tiene tres pilares: la fe, los votos y la práctica. El Sutra Amitabha enfatiza la importancia de la fe. Solo cultivando una fe inquebrantable en el poder compasivo del Buda Amitabha, los practicantes pueden estar en resonancia con el Buda Amitabha y obtener la determinación para trascender los sufrimientos mundanos, a través de votos firmes y de la recitación diaria el nombre del Buda.

佛說阿彌陀經



如是我聞一時佛在舍衛國祇樹給孤獨園
二百五十人俱皆是大阿羅漢眾所知識長老
目犍連摩訶迦葉摩訶迦旃摩訶俱絺羅
槃陀伽難陀阿難陀羅睺羅憍梵波提賓頭
陀夷摩訶劫賓那薄拘羅阿菟樓駄如是等
諸菩薩摩訶薩文殊師利法王子阿逸多等



菩薩常精進菩薩與如是等諸大菩薩及釋
量諸天大眾俱

爾時佛告長老舍利弗從是西方過十萬億那由
四極樂其土有佛號阿彌陀今現在說法舍利
為極樂其國眾生無有眾苦但受諸樂故名
又舍利弗極樂國土七重闌楯七重羅網七重
寶周匝圍繞是故彼國名為極樂

fó shuō ā mí tuó jīng

《佛说阿弥陀经》

yáo qín sān zàng fǎ shī jiū mó luó shí yì
姚秦三藏法师鸠摩罗什译

rú shì wǒ wén yī shí fó zài shè wèi guó qí shù jī gū dú yuán
如是我闻。一时佛在舍卫国，祇树给孤独园。
yǔ dà bǐ qiū sēng qiān èr bǎi wǔ shí rén jù jiē shì dà ā luó hàn
与大比丘僧，千二百五十人俱，皆是大阿罗汉，
zhòng suǒ zhī shí zhǎng lǎo shè lì fó mó hē mù jiàn lián mó hē jiā shè
众所知识：长老舍利弗、摩诃目犍连、摩诃迦叶、
mó hē jiā zhān yán mó hē jù xī luó lí pó duō zhōu lì pán tuó qié
摩诃迦旃延、摩诃俱絺罗、离婆多、周利槃陀伽、
nán tuó ā nán tuó luó hòu luó jiāo fàn bō tí bīn tóu lú pō luó duò
难陀、阿难陀、罗睺罗、憍梵波提、宾头卢颇罗堕、
jiā liú tuó yí mó hē jié bīn nuó bo jū luó ā nuó lóu tuó rú shì děng zhū dà dì
子
xiū liú tuó yí mó hē jié bīn nuó bo jū luó ā nuó lóu tuó rú shì děng zhū dà dì
迦留陀夷、摩诃劫宾那、薄拘罗、阿菟楼駄，如是等诸大弟子。
bìng zhū pú sà mó hē sà wén shū shì lì fǎ wáng zǐ ā yì duō pú sà
并诸菩萨摩诃萨：文殊师利法王子、阿逸多菩萨、
qián tuó hē tí pú sà cháng jīng jìn pú sà yǔ rú shì děng zhū dà pú sà
乾陀诃提菩萨、常精进菩萨，与如是等诸大菩萨。
jī shì tí huán yīn děng wú liàng zhū tiān dà zhòng jù

及释提桓因等，无量诸天大众俱。

ěr shí fó gào zhǎng lǎo shè lì fó cóng shì xī fāng guò shí wàn yì fó tǔ
尔时，佛告长老舍利弗：‘从是西方，过十万亿佛土，
yǒu shì jiè míng yuē jí lè qí tǔ yǒu fó hào ā mí tuó jīn xiàn zài shuō fǎ
有世界名曰极乐，其土有佛，号阿弥陀，今现在说法。’
shè lì fó bǐ tǔ hé gù míng wéi jí lè qí guó zhòng shēng
‘舍利弗，彼土何故名为极乐？其国众生，
wú yǒu zhòng kǔ dàn shòu zhū lè gù míng jí lè
无有众苦，但受诸乐，故名极乐。’
yòu shè lì fó jí lè guó tǔ qī chòng lán shǔn qī chòng luó wǎng ,
‘又舍利弗。极乐国土，七重栏楯，七重罗网，
qī zhòng hàng shù jiē shì sì bǎo zhōu zā wéi rào shì gù bǐ guó míng wéi jí lè
七重行树，皆是四宝周匝围绕，是故彼国名为极乐。’
yòu shè lì fó jí lè guó tǔ yǒu qī bǎo shì bā gōng dé shuǐ
‘又舍利弗。极乐国土，有七宝池，八功德水，
chōng mǎn qí zhōng chí dǐ chún yǐ jīn shā bù dì sì biān jiē dào
充满其中，池底纯以金沙布地。四边阶道，
jīn yín liú lí bō lí hé chéng shàng yǒu lóu gé yì yǐ jīn
金、银、琉璃、玻璃合成。上有楼阁，亦以金、
yín liú lí bō lí chē qú chì zhū mǎ lǎo ér yán shì zhī
银、琉璃、玻璃、砗磲、赤珠、玛瑙而严饰之。
shì zhōng lián huā dà rú chē lún qīng sè qīng guāng huáng sè
其中莲花大如车轮，青色青光、黄色黄光、赤色
chì guāng 、 bái sè bái guāng , wēi miào xiāng jié
赤光、白色白光，微妙香洁。’

shè lì fó jí lè guó tǔ chéng jiù rú shì gōng dé zhuāng yán

‘舍利弗。极乐国土，成就如是功德庄严。’

yòu shè lì fó bǐ fó guó tǔ cháng zuò tiān yuè huáng jīn wéi dì

‘又舍利弗。彼佛国土，常作天乐。黄金为地。

zhòu yè liù shí yù tiān mǎn tuó luó huā qí tǔ zhòng shēng cháng yǐ qīng dàn

昼夜六时，雨天曼陀罗华。其土众生，常以清旦，

gè yī yī gé chéng zhòng miào huā gòng yǎng tā fāng shí wàn yì fó

各以衣祴盛众妙华，供养他方十万亿佛，

jí yǐ shí shí hái dào běn guó fàn shí jīng xíng

即以食时，还到本国，饭食经行。’

shè lì fó jí lè guó tǔ chéng jiù rú shì gōng dé zhuāng yán

‘舍利弗。极乐国土，成就如是功德庄严。’

fù cì shè lì fó bǐ guó cháng yǒu zhōng zhōng qí miào zá sè zhī niǎo

复次舍利弗。‘彼国常有种种奇妙杂色之鸟，

bái hè kǒng què yīng wǔ shè lì jiā líng pín qié gòng mìng zhī niǎo

白鹤、孔雀、鸚鵡、舍利、迦陵频伽、共命之鸟。

shì zhū zhòng niǎo zhòu yè liù shí chū hé yǎ yīn qí yīn yǎn chàng wǔ gēn

是诸众鸟，昼夜六时，出和雅音。其音演畅五根、

wǔ lì qī pú tí fēn bā shèng dào fēn rú shì děng fǎ

五力、七菩提分、八圣道分，如是等法。

qí tǔ zhòng shēng wén shì yīn yǐ jiē xī niàn fó niàn fǎ niàn sēng

其土众生，闻是音已，皆悉念佛、念法、念僧。’

shè lì fó rǔ wù wèi cǐ niǎo shí shì zuì bào suǒ shēng suǒ yǐ zhě hé

‘舍利弗。汝勿谓此鸟，实是罪报所生，所以者何？

bǐ fó guó tǔ wú sān è dào

彼佛国土，无三恶道。’

shè lì fó qí fó guó tǔ shàng wú è dào zhī míng hé kuàng yǒu shí

‘舍利弗。其佛国土，尚无恶道之名，何况有实。

shì zhū zhòng niǎo jiē shì ā mí tuó fó yù lǐng fǎ yīn xuān liú biàn huà suǒ zuò

是诸众鸟，皆是阿弥陀佛，欲令法音宣流，变化所作。’

shè lì fó bǐ fó guó tǔ wēi fēng chuī dòng zhū bǎo háng shù

‘舍利弗。彼佛国土，微风吹动诸宝行树，

jí bǎo luó wǎng chū wēi miào yīn pì rú bǎi qiān zhǒng yuè tóng shí jù zuò

及宝罗网，出微妙音，譬如百千种乐，同时俱作。

wén shì yīn zhě zì rán jiē shēng niàn fó niàn fǎ niàn sēng zhī xīn

闻是音者，自然皆生念佛、念法、念僧之心。’

shè lì fó qí fó guó tǔ chéng jiù rú shì gōng dé zhuāng yán

‘舍利弗。其佛国土，成就如是功德庄严。’

shè lì fó yú rǔ yì yún hé bǐ fó hé gù hào ā mí tuó

‘舍利弗。于汝意云何？彼佛何故号阿弥陀？’

shè lì fó bǐ fó guāng míng wú liàng zhào shí fāng guó wú suǒ zhàng ài

‘舍利弗。彼佛光明无量，照十方国，无所障碍，

shì gù hào wéi ā mí tuó

是故号为阿弥陀。’

yòu shè lì fó bǐ fó shòu mìng jí qí rén mín

‘又舍利弗。彼佛寿命，及其人民，

wú liàng wú biān ā sēng qí jié gù míng ā mí tuó

无量无边阿僧祇劫，故名阿弥陀。’

shè lì fó ā mí tuó fó chéng fó yǐ lái jīn shí jié

‘舍利弗。阿弥陀佛成佛已来，于今十劫。’

yòu shè lì fó bǐ fó yǒu wú liàng wú biān shēng wén dì zǐ
‘又舍利弗。彼佛有无量无边声闻弟子，
jiē ā luó hàn fēi shì suàn shù zhī suǒ néng zhī zhū pú sà zhòng yì fù rú shì
皆阿罗汉，非是算数之所能知。诸菩萨众，亦复如是。’
shè lì fó bǐ fó guó tǔ chéng jiù rú shì gōng dé zhuāng yán
‘舍利弗。彼佛国土，成就如是功德庄严。’
yòu shè lì fó jí lè guó tǔ zhòng shēng shēng zhě jiē shì ā
‘又舍利弗。极乐国土，众生生者，皆是阿
pí bá zhì qí zhōng duō yǒu yī shēng bǔ chǔ qí shù shèn duō fēi shì suàn
鞞跋致，其中多有一生补处，其数甚多，非是算
shù suǒ néng zhī zhī dàn kě yǐ wú liàng wú biān ā sēng qí shuō
数所能知之，但可以无量无边阿僧祇说。’
shè lì fó zhòng shēng wén zhě yīng dāng fā yuàn yuàn shēng bǐ guó
‘舍利弗。众生闻者，应当发愿，愿生彼国，
suǒ yǐ zhě hé dé yǔ rú shì zhū shàng shàn rén jù huì yī chǔ
所以者何？得与如是诸上善人俱会一处。’
shè lì fó bù kě yǐ shǎo shàn gēn fú dé yīn yuán dé shēng bǐ guó
‘舍利弗。不可以少善根福德因缘，得生彼国。’
shè lì fó ruò yǒu shàn nán zǐ shàn nǚ rén wén shuō ā mí tuó fó
‘舍利弗。若有善男子善女人，闻说阿弥陀佛，
zhí chí míng hào ruò yī rì ruò èr rì ruò sān rì ruò sì rì
执持名号，若一日、若二日、若三日、若四日，
ruò wǔ rì ruò liù rì ruò qī rì yī xīn bù luàn qí rén lín mìng zhōng shí
若五日，若六日，若七日，一心不乱，其人临命终时，
ā mí tuó fó yǔ zhū shèng zhòng xiàn zài qí qián shì rén zhōng shí
阿弥陀佛，与诸圣众，现在其前。是人终时，

xīn bù diān dǎo jí dé wǎng shēng ā mí tuó fó jí lè guó tǔ
心不颠倒，即得往生阿弥陀佛极乐国土。’
shè lì fó wǒ jiàn shì lì gù shuō cǐ yán ruò yǒu zhòng shēng
‘舍利弗。我见是利，故说此言。若有众生，
wén shì shuō zhě yīng dāng fā yuàn shēng bǐ guó tǔ
闻是说者，应当发愿，生彼国土。’
shè lì fó rú wǒ jīn zhě zàn tàn ā mí tuó fó bù kě sī yì gōng dé zhī lì
‘舍利弗。如我今者，赞叹阿弥陀佛，不可思议功德之利。
dōng fāng yì yǒu ā chù pí fó xū mí xiāng fó dà xū mí fó
东方亦有阿閼鞞佛、须弥相佛、大须弥佛、
xū mí guāng fó miào yīn fó rú shì děng héng hé shā shù zhū fó
须弥光佛、妙音佛，如是等恒河沙数诸佛，
gè yú qí guó chū guǎng cháng shé xiāng biàn fù sān qiān dà qiān shì jiè
各于其国，出广长舌相，遍覆三千大千世界，
shuō chéng shí yán rǔ děng zhòng shēng dāng xìn shì chéng zàn bù kě sī yì
说诚实言：“汝等众生，当信是称赞不可思议
gōng dé yī qiē zhū fó suǒ hù niàn jīng
功德一切诸佛所护念经。”’
shè lì fó nán fāng shì jiè yǒu rì yuè dēng fó míng wén guāng fó
‘舍利弗。南方世界，有日月灯佛、名闻光佛、
dà yàn jiān fó xū mí dēng fó wú liàng jīng jìn fó rú shì děng
大焰肩佛、须弥灯佛、无量精进佛，如是等
héng hé shā shù zhū fó gè yú qí guó chū guǎng cháng shé xiāng biàn fù sān
qiān
恒河沙数诸佛，各于其国，出广长舌相，遍覆三千

大千世界，说诚实言：“汝等众生，当信是
Chēng zàn bù kě sī yì gōng dé yī qiē zhū fó suǒ hù niàn jīng
称赞不可思议功德一切诸佛所护念经。”
shè lì fó xī fāng shì jiè yǒu wú liàng shòu fó wú liàng xiāng fó
‘舍利弗。西方世界，有无量寿佛、无量相佛、
wú liàng chuàng fó dà guāng fó dà míng fó bǎo xiāng fó jìng guāng fó
无量幢佛、大光佛、大明佛、宝相佛、净光佛，
rú shì děng héng hé shā shù zhū fó gè yú qí guó chū guǎng cháng shé xiāng
如是等恒河沙数诸佛，各于其国，出广长舌相，
biàn fù sān qiān dà qiān shì jiè shuō chéng shí yán rǔ děng zhòng shēng
遍覆三千大千世界，说诚实言：“汝等众生，
dāng xìn shì chēng zàn bù kě sī yì gōng dé yī qiē zhū fó suǒ hù niàn jīng
当信是称赞不可思议功德一切诸佛所护念经。”
shè lì fó běi fāng shì jiè yǒu yàn jiān fó zuì shèng yīn fó
‘舍利弗。北方世界，有焰肩佛、最胜音佛、
nán jǔ fó rì shēng fó wǎng míng fó rú shì děng héng hé shā shù zhū fó
难沮佛、日生佛、网明佛，如是等恒河沙数诸佛，
gè yú qí guó chū guǎng cháng shé xiāng biàn fù sān qiān dà qiān shì jiè
各于其国，出广长舌相，遍覆三千大千世界，
shuō chéng shí yán rǔ děng zhòng shēng dāng xìn shì chēng zàn bù kě sī yì
gōng dé
说诚实言：“汝等众生，当信是称赞不可思议功德
yī qiē zhū fó suǒ hù niàn jīng
一切诸佛所护念经。”
shè lì fó xià fāng shì jiè yǒu shī zǐ fó míng wén fó
‘舍利弗。下方世界，有师子佛、名闻佛、

míng guāng fó dà mó fó fǎ chuàng fó chí fǎ fó rú shì děng héng hé shā shù
zhū fó
名光佛、达摩佛、法幢佛、持法佛，如是等恒河沙数诸佛，
gè yú qí guó chū guǎng cháng shé xiāng biàn fù sān qiān dà qiān shì jiè
各于其国，出广长舌相，遍覆三千大千世界，
shuō chéng shí yán rǔ děng zhòng shēng dāng xìn shì chēng zàn
说诚实言：“汝等众生，当信是称赞
bù kě sī yì gōng dé yī qiē zhū fó suǒ hù niàn jīng
不可思议功德一切诸佛所护念经。”
shè lì fó shàng fāng shì jiè yǒu fàn yīn fó xiù wáng fó
‘舍利弗。上方世界，有梵音佛、宿王佛、
xiāng shàng fó xiāng guāng fó dà yàn jiān fó zá sè bǎo huá yán shēn fó
香上佛、香光佛、大焰肩佛、杂色宝华严身佛、
suō luó shù wáng fó bǎo huá dé fó jiàn yī qiē yì fó rú xū mí shān fó
娑罗树王佛、宝华德佛、见一切义佛、如须弥山佛，
rú shì děng héng hé shā shù zhū fó gè yú qí guó chū guǎng cháng shé xiāng
如是等恒河沙数诸佛，各于其国，出广长舌相，
biàn fù sān qiān dà qiān shì jiè shuō chéng shí yán rǔ děng zhòng shēng
遍覆三千大千世界，说诚实言：“汝等众生，
dāng xìn shì chēng zàn bù kě sī yì gōng dé yī qiē zhū fó suǒ hù niàn jīng
当信是称赞不可思议功德一切诸佛所护念经。”
shè lì fó yú rǔ yì yún hé hé gù míng wéi yī qiē zhū fó suǒ hù niàn jīng
‘舍利弗。于汝意云何？何故名为一切诸佛所护念经？’
shè lì fó ruò yǒu shàn nán zǐ shàn nǚ rén wén shì jīng shòu chí zhě
‘舍利弗。若有善男子、善女人，闻是经受持者，
jí wén zhū fó míng zhě shì zhū shàn nán zǐ shàn nǚ rén

及闻诸佛名者，是诸善男子、善女人，
jiē wéi yī qiè zhū fó zhī suǒ hù niàn jiē dé bù tuì zhuǎn yú ā nuò duō luó
皆为一一切诸佛之所护念，皆得不退转于阿耨多罗
sān miǎo sān pú tí shì gù shè lì fó rǔ dēng
jiē dāng xìn shòu wǒ yǔ jí zhū fó suǒ shuō
三藐三菩提。是故舍利弗，汝等皆当信受我语，及诸佛所说。’
shè lì fó ruò yǒu rén yǐ fā yuàn jīn fā yuàn dāng fā yuàn
‘舍利弗。若有人已发愿、今发愿、当发愿，
yù shēng ā mí tuó fó guó zhě shì zhū rén dēng jiē dé bù tuì zhuǎn yú
欲生阿弥陀佛国者，是诸人等，皆得不退转于
ā nuò duō luó sān miǎo sān pú tí yú bǐ guó tǔ ruò yǐ shēng ruò jīn shēng
阿耨多罗三藐三菩提，于彼国土，若已生、若今生、
ruò dāng shēng shì gù shè lì fó zhū shàn nán zǐ shàn nǚ rén ruò yǒu xìn zhě
若当生。是故舍利弗，诸善男子、善女人，若有信者，
yīng dāng fā yuàn shēng bǐ guó tǔ shè lì fó rú wǒ jīn zhě
应当发愿，生彼国土。舍利弗，如我今者，
chēng zàn zhū fó bù kě sī yì gōng dé bǐ zhū fó dēng yì chēng zàn wǒ
称赞诸佛不可思议功德，彼诸佛等，亦称赞我
bù kě sī yì gōng dé ér zuò shì yán shì jiā móu ní fó néng wéi shèn nán
不可思议功德，而作是言：“释迦牟尼佛能为甚难
xī yǒu zhī shì néng yú suǒ pó guó tǔ wǔ zhuó è shì jié zhuó jiàn zhuó fán
nǎo zhuó
希有之事，能于娑婆国土，五浊恶世，劫浊、见浊、烦恼浊、
zhòng shēng zhuó mìng zhuó zhōng dé ā nuò duō luó sān miǎo sān pú tí
众生浊、命浊中，得阿耨多罗三藐三菩提。
wéi zhū zhòng shēng shuō shì yī qiè shì jiān nán xìn zhī fǎ

为诸众生，说是一切世间难信之法。”
shè lì fó dāng zhī wǒ yú wǔ zhuó è shì xíng cǐ nán shì
‘舍利弗。当知我于五浊恶世，行此难事，
dé ā nuò duō luó sān miǎo sān pú tí wéi yī qiè shì jiān shuō
cǐ nán xìn zhī fǎ
得阿耨多罗三藐三菩提，为一切世间说此难信之法，
shì wéi shèn nán fó shuō cǐ jīng yǐ shè lì fó jí zhū bǐ qiū yī qiè shì jiān
是为甚难。’佛说此经已，舍利弗，及诸比丘，一切世间
tiān rén ā xiū luó dēng wén fó suǒ shuō huān xǐ xìn shòu zuò lǐ ér qù
天人阿修罗等，闻佛所说，欢喜信受，作礼而去。
fó shuō ā mí tuó jīng
佛说阿弥陀经

拔一切业障根本得生净土陀罗尼

nā mó ā mí duō pó yè。duō tuō qié duō yè。duō dì yè tuō。

南无阿弥多婆夜。哆他伽多夜。哆地夜他。

ā mí lì dū pó pí。ā mí lì duō。xī dān pó pí。

阿弥利都婆毗。阿弥利哆。悉耽婆毗。

ā mí lì duō。pí jiā lán dì。ā mí lì duō。pí jiā lán duō。

阿弥唎哆。毗迦兰帝。阿弥唎哆。毗迦兰多。

qié mí nì。qié qié nuó。zhǐ duō jiā lì。suō pó hē。

伽弥膩。伽伽那。枳多迦利。娑婆诃。

赞佛偈

ā mí tuó fó shēn jīn sè

阿弥陀佛身金色

xiàng hǎo guāng míng wú dēng lún

相好光明无等伦

bái hao wān zhuān wǔ xū mǐ

白毫宛转五须弥

gà n mù chéng qīng sì dà hǎi

紺目澄清四大海

guāng zhōng huà fó wú shù yì

光中化佛无数亿

huà pú sà zhòng yì wú biān

化菩萨众亦无边

sì shí bā yuàn dù zhòng shēng

四十八愿度众生

jiǔ pǐn xián líng dēng bǐ àn

九品咸令登彼岸

nā mó xī fāng jí lè shì jiè dà cí dà bēi ā mí tuó fó

南无西方极乐世界大慈大悲阿弥陀佛

nā mó ā mí tuó fó

南无阿弥陀佛

ā mí tuó fó

阿弥陀佛

（或十遍，或百遍，或千遍）

三皈依

自皈依佛，当愿众生，体解大道，发无上心。
自皈依法，当愿众生，深入经藏，智慧如海。
自皈依僧，当愿众生，统理大众，一切无碍，和南圣众。



慈云忏主净土文

一心归命，极乐世界，阿弥陀佛，愿以净光照我，慈誓摄我，我今正念，称如来名，为菩提道，求生净土，佛昔本誓，若有众生，欲生我国，至心信乐，乃至十念，若不生者，不取正觉悟，以此念佛因缘，得入如来，大誓海中，承佛慈力，众罪消灭，善根增长，若临命终，自知时至，身无病苦，心不贪恋，意不颠倒，如入禅定，佛及圣众，手执金台，来迎接我，于一念顷，生极乐国，花开见佛，即闻佛乘，顿开佛慧，广度众生，满菩提愿，十方三世一切佛，一切菩萨摩诃萨，摩诃般若波罗蜜。

回向文

愿以此功德	庄严佛净土
上报四重恩	下济三途苦
若有见闻者	悉发菩提心
尽此一报身	同生极乐国

bō rě bō luó mì duō xīn jīng 般若波罗蜜多心经

guān zì zài pú sà xíng shēn bō rě bō luó mì duō shí ,
观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，
zhào jiàn wǔ yùn jiē kōng dù yī qiē kǔ è shè lì zǐ sè bù yì kōng ,
照见五蕴皆空，度一切苦厄。舍利子，色不异空，
kōng bù yì sè sè jí shì kōng , kōng jí shì sè shòu xiǎng xíng shí yì fù rú shì
空不异色，色即是空，空即是色。受想行识，亦复如是。
shè lì zǐ shì zhū fǎ kōng xiāng bù shēng bù miè bù gòu bù jìng
舍利子，是诸法空相，不生不灭，不垢不净，
bù zēng bù jiǎn shì gù kōng zhōng wú sè wú shòu xiǎng xíng shí wú yǎn ěr
不增不减，是故空中无色，无受想行识，无眼耳
bí shé shēn yì wú sè shēng xiāng wèi chù fǎ wú yǎn jiè nǎi zhì wú yì shí jiè
鼻舌身意，无色声香味触法，无眼界，乃至无意识界，
wú wú míng yì wú wú míng jìn nǎi zhì wú lǎo sǐ yì wú lǎo sǐ jìn
无无明，亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽。
wú kǔ jí miè dào wú zhì yì wú dé yì wú suǒ dé gù
无苦集灭道，无智亦无得，以无所得故。
pú tí sà duǒ yī bō rě bō luó mì duō gù xīn wú guà ài
菩提萨埵，依般若波罗蜜多故，心无挂碍。

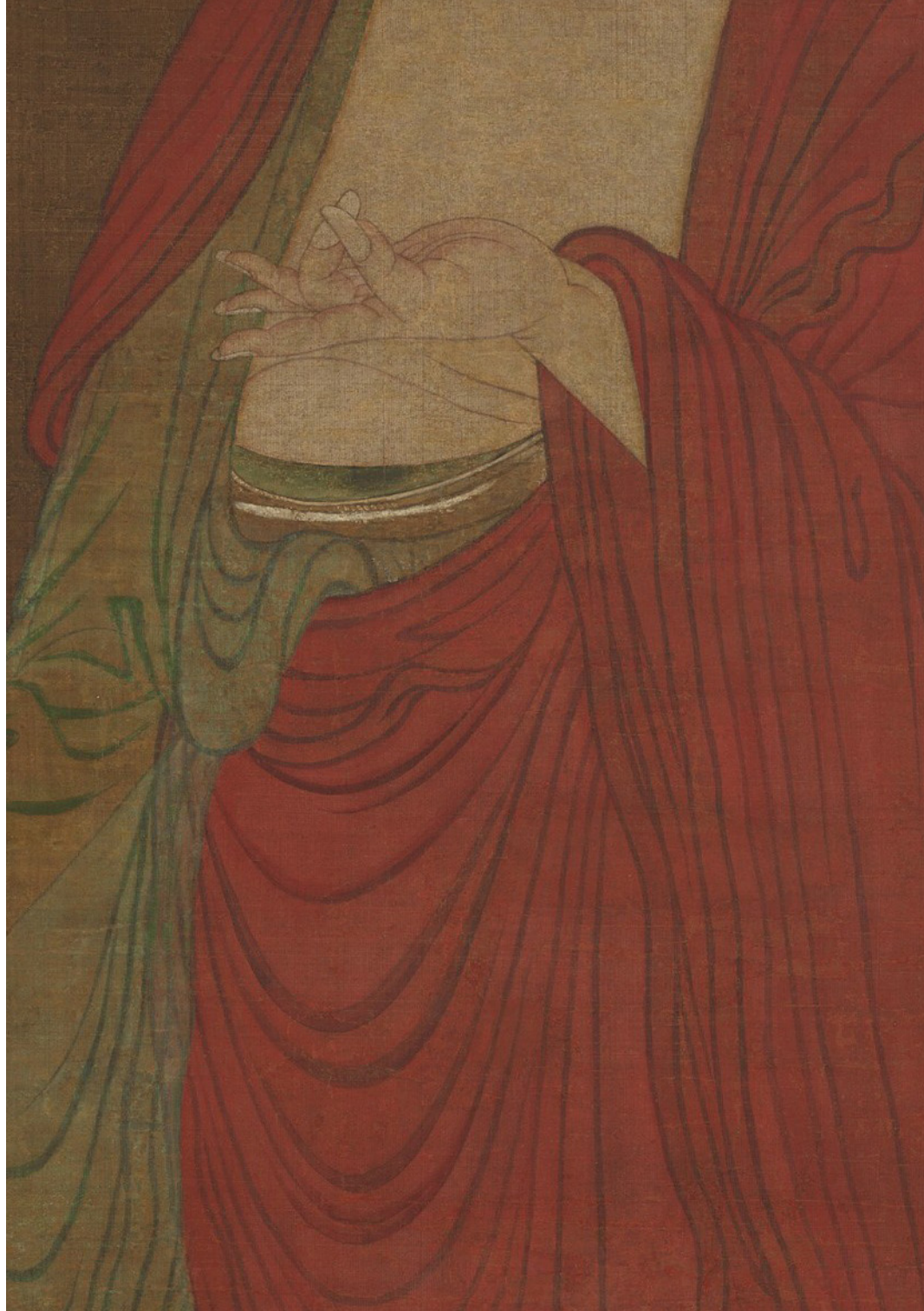
wú guà ài gù wú yǒu kǒng bù yuǎn lí diān dǎo mèng xiǎng jiū jìng niè pán
无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。
sān shì zhū fó yī bō rě bō luó mì duō gù dé ā nuò duō luó sān miǎo sān pú tí
三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提。
gù zhī bō rě bō luó mì duō shì dà shén zhòu shì dà míng zhòu
故知般若波罗蜜多，是大神咒，是大明咒，
shì wú shàng zhòu shì wú děng děng zhòu néng chú yī qiē kǔ zhēn shí bù xū
是无上咒，是无等等咒。能除一切苦，真实不虚。
gù shuō bō rě bō luó mì duō zhòu jí shuō zhòu yuē
故说般若波罗蜜多咒。即说咒曰：
jiē dì jiē dì bō luó jiē dì bō luó sēng jiē dì pú tí sà pó hē
揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃。

佛说吉祥经

如是我闻，一时，佛住舍卫国祇陀园给孤独精舍。时已夜深，有一天神，殊胜光明，遍照园中，来至佛所，恭敬礼拜，站立一旁，以偈白佛言：“众天神与人，渴望得利益，思虑求幸福，请示最吉祥？”

世尊如是答言：

勿近愚痴人，应与智者交，尊敬有德者，是为最吉祥！
居住适宜处，往昔有德行，置身于正道，是为最吉祥！
多闻工艺精，严持诸禁戒，言谈悦人心，是为最吉祥！
奉养父母亲，爱护妻与子，从业要无害，是为最吉祥！
布施好品德，帮助众亲眷，行为无瑕疵，是为最吉祥！
邪行须禁止，克己不饮酒，美德坚不移，是为最吉祥！
恭敬与谦让，知足并感恩，及时闻教法，是为最吉祥！
忍耐与顺从，得见众沙门，适时论信仰，是为最吉祥！
自制净生活，领悟八正道，实证涅槃法，是为最吉祥！
八风不动心，无忧无污染，宁静无烦恼，是为最吉祥！
依此行持者，无往而不胜，一切处得福，是为最吉祥！



念佛功德

若人受持一佛名号者，现世当获十种功德利益：

- 一．昼夜常得诸天大力神将并诸眷属隐形守护。
- 二．常得二十五大菩萨，如观世音等，及一切菩萨，常随守护。
- 三．常为诸佛昼夜护念，阿弥陀佛常放光明摄受此人。
- 四．一切饿鬼，若夜叉、罗刹，皆不能害；一切毒蛇毒龙，悉不能害。
- 五．一切火难、水难、冤贼、刀箭、牢狱、桎械、横死、枉死，悉皆不受。
- 六．先所作罪，皆悉消灭，所杀免命，彼蒙解脱，更无执对。
- 七．夜梦正直，或复梦见阿弥陀佛胜妙色身。
- 八．心常欢喜，颜色光泽，气力充盛，所作吉利。
- 九．常为一切世间人民恭敬供养礼拜，犹如敬佛。
- 十．命终之时，心无怖畏，正念现前，得见阿弥陀佛及诸菩萨圣众，手执金台，接引往生西方净土，尽未来际，受胜妙乐。

——永明大师《万善同归集》

三藏法師

玄奘奉

初分菩薩住品第四十八之二

言現若菩薩摩訶薩欲得無上正等菩

起無忘失法亦勸他起無忘失法恒

起無忘失法法歡喜讚歎起無忘失

自起恒住捨性亦勸他起恒住捨性

法師慧錄

PALABRAS DEL MAESTRO RENSHAN



佛教是佛陀对一切众生幸福美满的教育。

El budismo es la educación de Buda para la felicidad de todos los seres sintientes.

佛法一开始就为我们说明，
人生最大的幸福源于快乐的心念。

El budismo nos explicó desde el principio que la mayor felicidad en la vida proviene de una mente feliz.

纯粹的付出将会收获不可思议的回报。

Dar genuinamente al otro cosechará increíbles recompensas.

慈悲是守护幸福的不二法门。

La compasión es la única manera de proteger la felicidad.

学佛并不是让我们从外面得到什么，
而是找到本有的宝藏。

Aprender budismo no es obtener algo externo a
nosotros, sino encontrar el tesoro original que
llevamos dentro.

发自内心的喜悦和幸福感是最好的美容产品。

La alegría y el bienestar que nacen del interior son
los mejores productos de belleza.



烦恼一直是我们精打细算、费尽心力所创造的“精品”。

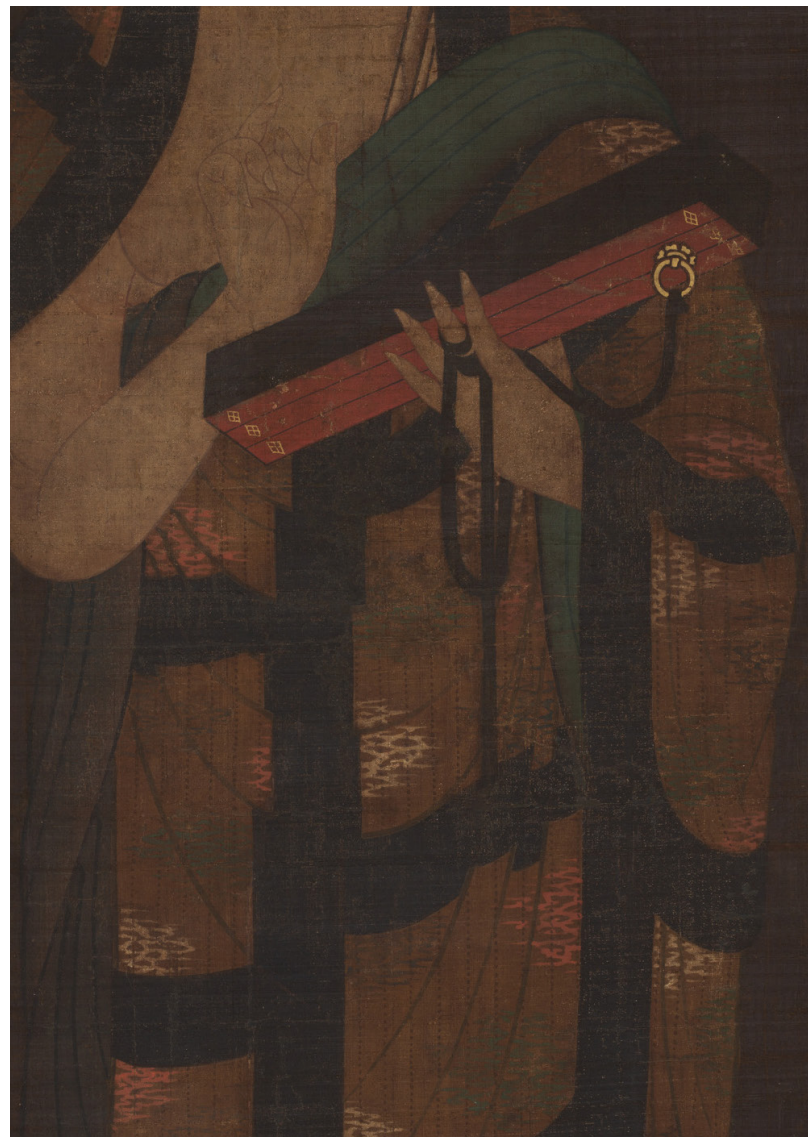
La preocupación es un “objeto precioso” que hemos elaborado con minuciosidad y trabajo. Demasiada energía malgastada.

因为感恩，我们会有幸福感；因为慈悲，我们会有喜悦感。

La gratitud nos dará la sensación de felicidad; la compasión nos traerá alegría.

对社会要有积极的贡献，
这就是真正学佛修行所过的生活。

Hacer una contribución positiva a la sociedad es la
verdadera práctica budista.



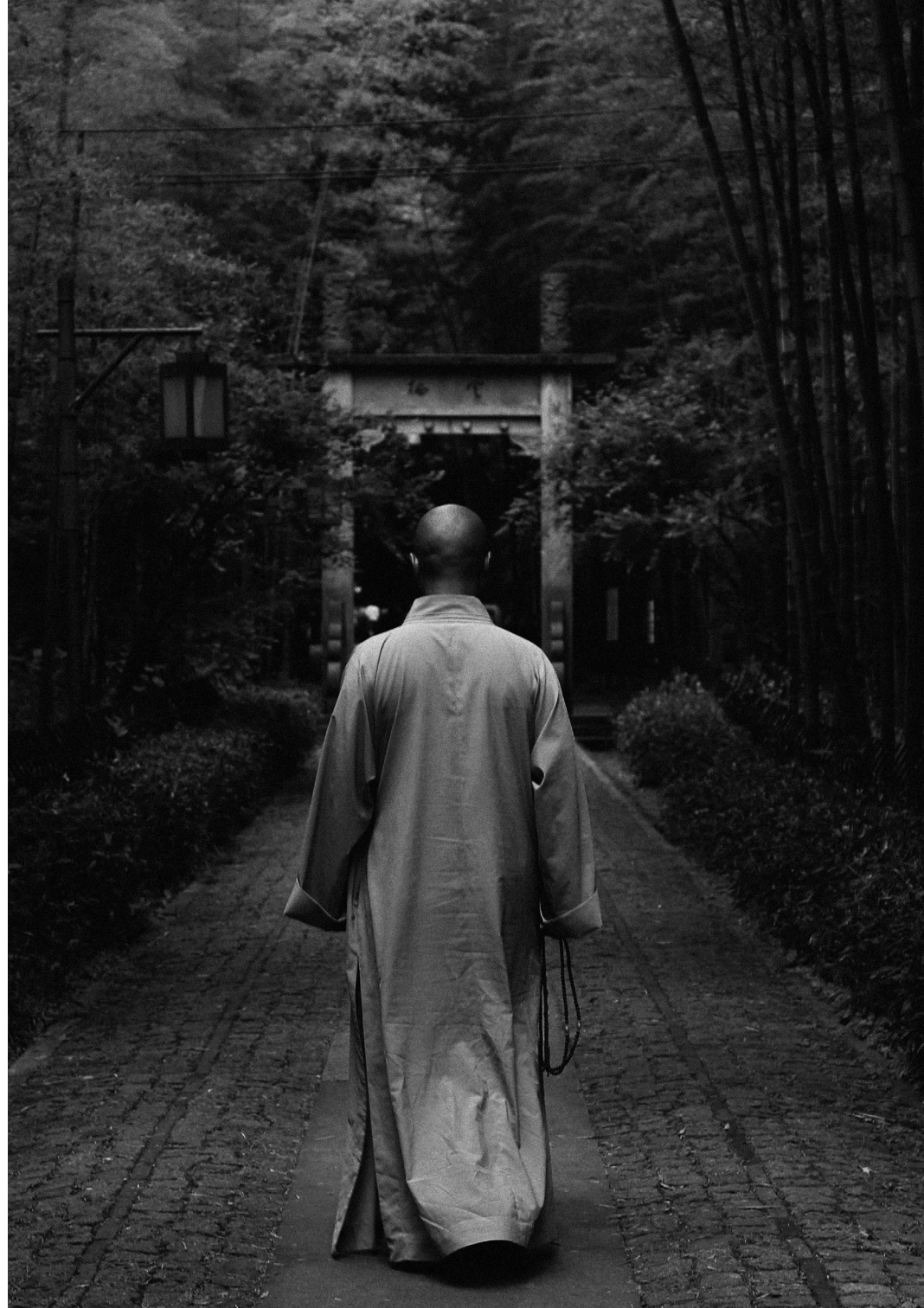


佛法是启发我们智慧、是让我们放宽身心、
是激活我们内在动力的方法，而不只是宗教仪式。

El budismo es una forma de activar nuestra
sabiduría, de relajar nuestro cuerpo y mente
y de activar nuestra motivación interna. No es
solamente una ceremonia religiosa.

学佛不是做一件善事，是启动善心，用善意去生活。

Aprender budismo no es hacer una buena obra,
aprender budismo es activar la bondad y vivir
bondadosamente.



关注我们

网页

www.haihuishan.es

社交媒体

微信公众号：海会山 haihuishan2019

Facebook 页面：Hai Hui Shan Spain

Instagram 账号：haihuishanspain

联系方式

info@haihuishan.es

Carrer d'Ali Bei, 59, 08013, Barcelona, España

SÍGUENOS

PÁGINA WEB

www.haihuishan.es

REDES SOCIALES

Wechat：haihuishan2019

Facebook：Hai Hui Shan Spain

Instagram：haihuishanspain

CONTACTO

info@haihuishan.es

Carrer d'Ali Bei, 59, 08013, Barcelona, España



海會山西班牙佛教會
HAI HUI SHAN BUDDHIST COMMUNITY
COMUNIDAD BUDISTA HAI HUI SHAN