

兩分鐘開示—適合忙碌生活的十念法（閩南語） 悟道法師主講
（第四十六集） 檔名：WD29-003-0046

我們的導師幾年前到馬來西亞提倡的，一天念九遍，一遍念十句阿彌陀佛，念十句而已。他是早上起來念十句，晚上要睡覺時念十句；三餐吃飯，我們還沒吃的時候，我們都會合掌念阿彌陀佛念十句；早上還沒上班以前念十句，中午要午休吃飯時再念十句，下午要上班之前再念十句，下午下班再念十句，這樣加起來總共九遍。每一遍的時間很短，念十句阿彌陀佛，這是我們的導師最近這幾年提倡一天九次的十念法。這個十念法有同修試驗過，效果不錯，也很方便，不管你從事哪一種行業，這都不妨礙，尤其在外面奔走的。

我去年去美國舊金山回來，在飛機上有六、七個空中小姐，叫我在飛機上給她們皈依，空中皈依，在空中皈依，剛好是大飛機有兩層，上面那層剛好沒人坐。我說在空中皈依，客人這麼多，我在這裡幫妳們皈依，不知道大家會抗議嗎？她們說：「不要緊，上面都沒人。」叫我去上面。臨時我從聖荷西回來，恰巧也沒佛像，拿了小小一張，不然就這張，就幫她們皈依。皈依完之後，當然問很多問題，其中有一個問說，她們這種行業要怎麼修？一天到晚飛來飛去，時間也不固定，她們要怎麼修？我就跟她們介紹我們導師講的九次念佛，我說這九次不管什麼人都能夠修，妳們這種行業也很方便。你們每天總是要吃三餐，總是要吃，也是要睡，早晚你上班的時候，也不限定什麼時間。所以九次的念佛，不管哪一種行業的人，都不妨礙，很方便，這也值得提倡。

節錄自：WD05-001-0003大勢至菩薩念佛圓通章疏鈔菁華（第

三集)