

# 雷音 佛教青年協會

地址：九龍界限街一四四號三樓

<http://www.bya.org.hk>

8年

促進本港及外地佛教關係  
使大眾認識佛教及社會  
弘揚佛陀之教化，俾得身心與智能的益處

邀請社會賢達或專業人士，傳授專業知識  
舉辦適合各階層之講座及佛教活動  
贊助及參與本港和外地佛教團體之弘法事宜  
出版刊物及讀物，藉以配合本會弘法工作之發展  
參與及興辦社會福利、教育、醫療、宗教等公益事業  
邀請大德或學者指導大眾對教理的研究及修持的方法



本會導師：上暢下懷法師

小組總覽：

- 旅遊組
- 外展組
- 禪田組
- 講經組
- 誦經組
- 法器組
- 法會組
- 靜坐班
- 太極班
- 贈醫施藥
- 佛經研習班
- 屯門望海觀音組

- 通訊組
- 電音組
- 文宣組
- 書刊組
- 香廚組
- 會務組
- 秘書組
- 財務組
- 攝影組
- 電腦組
- 物料組

活動地點：

- 中華佛教圖書館  
九龍界限街144號
- 天台精舍  
九龍荔枝角九龍聖
- 閱覽室  
九龍太子道944號
- 地藏閣  
葵涌老圍村三聖堂
- 荷石精舍  
屯門青山村山頂公園
- 蝴蝶灣望海觀音閣  
屯門望海樓450
- 紐西蘭分會  
P.O. Box 824-00  
AUCKLAND



33 佛教青年協會 Buddhist Youth Association Ltd HK 3E15-32 3E16-31,33 佛教青年協會 Buddhist Youth Association Ltd

ok! BUDDHIST BOOK FREE OF CHARGE 佛學書籍 免費

137 (免費贈閱)

佛曆二五五三年(二〇〇九年)十月

## 書展 2009



## 書展——定賢法師佛學講座



## 書展——葉文意老師佛學講座



## 編者的話

近年來世界災禍頻仍，金融風暴餘波未了，豬流感不斷擴散，據說在冬天將會有惡化之趨勢，台灣的風災更令不少人喪失家園、生命、至親以致全部財產。猶幸有不少善心人士伸出同情之手，以金錢和行動救助災民。據聞有一家人的房屋全被淹沒，一慈善團體發放數萬元援助金予他們。戶主說：「我雖然甚麼都沒有了，但是我還有一雙手，可賺取生活費，有些家庭比我們更需要這筆錢，請拿去幫助其他人吧！」戶主之行為，實在令人敬佩。

人生總會遇上種種大大小小的災劫或崎嶇不平之路，遇到困境時，只要我們能換一個角度去看問題，以樂觀積極的心態去面對，所謂

「境隨心轉」，因一念心轉，便不受一切外境所影響，自然轉苦為樂，轉煩惱為菩提。

大家都知道，我們不能改變天氣，但你可以改變自己的心情和態度，你不能改變自己的容貌，但你可以用親切的笑容去面對大眾，你不能預計明天將會發生甚麼事，但你可以把握今天，做有意義、布施、利益大眾的事，存怎樣的心態，就有怎樣的人生。

祝願大家能時常「境隨心轉，快樂自在」。  
阿彌陀佛！

身是菩提樹，心如明鏡臺  
時時勤拂拭，勿使惹塵埃



# 目錄

編者的話	1
學佛答問	4
淨土聖賢錄	8
佛說八大人覺經	9
靈丹妙藥蔬菜汁	13
褒與貶	15
阿含摘記	17
佛說十善業道經述記	25
本會活動的花絮照片	29
素食菜譜	32
怎樣「持名念佛」	33



封面題字：壽治老和尚

出版：佛敎青年協會

會址：香港九龍

界限街144號3樓

電話：(852) 2336 0437

傳真：(852) 2336 1851

網址：<http://www.bya.org.hk>

電郵：[admin@bya.org.hk](mailto:admin@bya.org.hk)

編輯：雷音編輯委員會

封面：書展2009

閱覽室：香港九龍

太子道144號

賜珍大廈7B室

電話：(852) 2380 8221

紐西蘭分會：

P.O. Box 82146, Highland Park,

Howick, Auckland, New Zealand

Tel: (09) 2713377

<http://welcome.to/byanz/>

本期印數：6000本

助印功德芳名錄	.....	60
入會／徵稿	.....	59
本會活動地點	.....	58
本會活動時間表	.....	57
蓮池大師的故事（九）連載	.....	51
德國瑞士弘法參訪之旅	.....	46
地藏菩薩本願經讀後感	.....	44
如何轉八識成四智（佛學進修班作文）	.....	40
「末法億億人修行」這段話的出處考證	.....	38

# 學佛答問

暢懷導師

問：每逢過時節，家人都用酒肉拜祭父母，這樣可否為父母受幽冥戒？

答：每年三月清明節，我在天台精舍都主辦一次傳授幽冥戒，這在香港其他地方都沒有辦過。我們佛教不主張以酒肉拜祭父母。中國南方與北方風氣不同，那些非佛教徒祭祀鬼神的祭品亦各異。南方商業發達，非佛教徒拜神拜鬼用豬肉、鷄、鴨。北方是農業社會，拜鬼神不用肉類，用饅頭、素菜作祭品，也許是幾百年的傳統風氣。如果家人用肉拜祭父母，最好勸他用素拜祭。若是不聽，那就隨他去了。自己為先人受幽冥戒，一定要用蔬菜拜祭。

問：外婆往生後的四十九日期間，我為她誦經、念佛、放生、布施、持素，四十九日後還可以做什麼功德利益她？

答：地藏經上有講人死後不出七七四十九日就會投生。經書上講的每一件事都是固定，可是眾生的變化與業力並非固定，有的幾天已投生，也有一個月、兩個月、一年、兩年、十年、二十年都不投生。其實投生一點兒也不簡單，有三個因素才能投生：（一）業力相同。（二）福報相同。（三）彼此有緣。

比如他是一個大福報的人，你是一個無福報的人，雖然你與他有緣，但是你的業力重，他的業力輕，你不可能投生他的家。雙方業力要差不多，差距大則不能投

生，即使雙方業力相同，沒有緣亦不會投生。你與某人有緣，兩者業力相若才可投生。這裡頭有很大問題，很複雜。

英國有一位作家以科學分析因緣果報，並記錄在一本書上，列舉出多個實例，發現大部分自己家裡的親人往生後，投生回到自己的家。例如自己的兒子死了，他又再投生回自己家裡。為什麼這樣奇怪，那麼巧合？這個問題大家要研究研究。

古德說兒女是債，有的討債而來，有的還債而來，無債不來。夫妻有緣，有善緣，有惡緣，無緣不聚會。這些話是真還是假，有誰看見？告訴你們一個女兒討債的事情：在澳門我認識一個女居士，她可算是多災多難，有一個女兒自小身體孱弱多病，經常要看醫生，夫婦二人對她更是無微不至，

悉心照料，可是她毫不感恩，反而責罵父母。女兒如此大逆不道，女居士氣得要命，又沒有辦法處理，唯有向我訴苦。後來她皈依三寶，我給她取個法名定懺，並告知她：「你女兒為討債而來，這個法名提醒你暫時常懺悔，誠心懺悔能償還欠女兒的債。」她皈依三寶不到兩年，女兒正當讀大學二年級就往生了。是不是很奇怪呢？父母耗了不少金錢，費盡了不少心血把她養育長大，在生之時又不孝順，劬勞未報便去世。這個女兒不是來討債嗎？

另外還有夫妻是緣的事例：有一位佛教徒親自告訴我，她大病一場後得到特異功能，知道很多事情。有一次在街上遇見一位女士，兩人素未謀面，一見面即時對女士說：「你與丈夫只有十年因緣。」女士回

答：「你又不認識我，怎麼知道我的事情？說得沒錯，我丈夫去年離世，恰好與他結婚十年時間。」是不是夫妻有緣才聚，無緣則散呢？

你可以繼續做功德，多做善事迴向給外婆，對她有利無害，縱然投生也增加她的福德。

**問：弟子常聽師父開示，閱讀師父的著作，可是自己根器鈍，對佛法有很多不明白之處，如何能親近師父學習佛法？**

答：我是一個怪人，不喜歡跟人家聯誼來往，平時喜歡看書、打坐、拜佛、到大陸弘法利生。現在年紀老大，沒有精神和時間跟個別居士見面。各位居士們，如果沒有特別事情，請不要來找我。有重要事情我才應酬。天台精舍

每月都舉辦生日法會，下午設有學佛答問，假若大家有任何疑問，到時可向我提問，日期和時間刊登於佛教青年協會的每月通訊。

**問：我參加靜坐班三個月後，打坐時感覺自己的頸像長頸鹿那樣長，為何有此感覺？**

答：經常打坐，思想和生理都發生變化。你的頸沒有長了。身體根本是這個樣子，但亦未必是幻象。剛才在這裡跟我告辭的那位男居士，打坐兩、三個小時感覺靜了一靜。他告訴我每次打坐時都看見一幅圖畫，畫裡有一個很漂亮的女人，一打坐景象立即來，一念大悲咒它就走了。實在它根本沒有來亦沒有走，是思想和身理發生變化。不管是真是假，或是幻象，不用理會它，放下思想，景象自然不再來了。



問：佛法講一切唯心，為什麼佛教禮儀既多又

繁複，以虔敬慚愧心進行佛事不是已足夠

嗎？

答：每一件事情都要面面觀，你只知道佛教皮毛，

不理解全面佛教才會提出這個問題。佛教的佛事儀軌是非常隆重的事，任何宗教都無可比擬。我們佛教禮節和儀式舉行起來那種莊嚴，中國共產黨官員看見也深受感動，對佛教會生起恭敬心，同樣亦影響中國許多老百姓對佛教生起歡喜心來。所以佛教在中國成為大宗教，政府也把佛教放在第一位。其實中國佛教在禮儀方面也有很大作用。

泰國、緬甸、西藏都認為我們中國佛教禮儀太多，不贊成隆重其事。他們處事習慣了簡簡單單，所以接受不了我們的禮儀方式。中國是禮儀之邦，每件事情都很

講究，有規有矩。

問：法會期間誦經速度很快，須否同時思考經文

道理？

答：能夠一面誦經一面觀察是非常好。般若有三種：（一）文字般若。（二）觀照般若。（三）實相般若。文字般若是對一切佛教經典讀誦，不加思考。一面念一面觀察義理，就是入觀照般若。讀經達至真實效用是實相般若。誦經時能三種般若一齊並進，才是真正讀誦經典。口誦念而不思考和觀察，雖然是琅琅上口，唯屬修福，不能深入經藏。

問：怎樣為死去的狗仔做功德？

答：給牠誦一部地藏經，希望牠早生天界，離苦得樂就好了。

# 淨土聖賢錄

宋 省常（蓮宗七祖）

省常。字造微，俗姓顏，浙江錢塘人。七歲時出家，十七歲受具足戒。

大地變成黃金色，過了一段時間之後才消失。時年六十二歲。

宋太宗淳化年間「西元九九零～九九四」，住

（佛祖統紀）

在南昭慶寺，由於仰慕廬山遠公的風範，因此計劃結集蓮社，刻阿彌陀佛像，後來由於刺血書寫《華嚴經》（淨行品），因此把蓮社改稱為淨行社。士大夫讀書人參與盛會的有一百二十人，都稱為淨行弟子，以文正公王旦為居士之首，而比丘眾則達到千人之多。

宋真宗天禧四年（西元一零二零年）正月十二日，省常端身正坐而念佛。念佛不久，忽然大聲地說：「佛來也！」然後安祥往生，此時大眾都見到



# 佛說八大人覺經

上  
愍<sub>下</sub> 生法師主講，佛教青年協會筆錄

上期最後句：不是真實的

「生滅變異，虛偽無主」。這兩句是說明為什麼這身體是苦、是空、是無我，這身體是無常，是生滅變遷的，我們每天都在生滅滅不停地轉變，因在這色身中的細胞不停地生滅，而心理上亦不停地生滅。從每天早上你心裏所想起的念頭，轉瞬間亦會消滅，跟着又會引伸到第二個念頭，但第二個念頭起了之後，不久亦會轉變，所以在心理上亦是生滅變異，身體亦不停地變，所以這身體沒有實在的我，是虛偽無主。

「虛」就是不真實，「偽」是假偽和不真實，眾生誤認這四大身體為真實，現在要先覺悟這四大之色身是不真不實的，所以稱之為虛偽，是無主、無主宰、無自由，不得自在的，這身體沒有一個「我」，「我」的定義是要有主

宰，才可以稱之謂「我」，但這身體根本是沒有主宰的，病和死都不是我們所能控制，我們不能避免生病和死亡，因為我們無主宰，無自由，亦不自在，所以這身體虛偽無主。

「心是惡源，形為罪藪」。就是講出身體是無我和無主宰的，這些是我們的身形，產生這個身形，是屬於果報的，有果報必定有因，那麼因是什麼呢？就是以「因」為最主要之因素，所以心就是惡之根源。

「形為罪藪」，形就是指我們每人都有的人身形，是屬於果報體，是因為過去由心起惑而做業，有業為因，所以得到這果報的身形，現在說這果報的身形，為眾罪之藪，藪就是很多草聚集之處，因為心起惡而去作業，有了業就由這果報之身形去受罪，所以這身形就為眾罪聚集之處。

上面所指出「四大苦空」，即這四大之身為苦，為什麼呢？因為由於這個心去做惡業，所心是惡源，指出心就是罪惡之根源，其實心亦是做善之根源，一個人無論做善或做惡，都是從心處起，佛教說：「應觀法界性，一切唯心做。」這個心是最主要的，所以這個心稱為第一義諦，我們今生受苦或受樂，都是從這個心起，因為這個心是罪惡的根源，所以就得到這罪惡之身形而受苦了，如果我們以這心來做善的根源，就會有善的身形，而受快樂之果報。

華嚴經說：「心如工畫師，能畫諸色像。」即「心」就如一畫家，可以畫出種種之色像，例如畫家可以畫成惡鬼，也可以畫成美女和端正之人像，例如將一個心比喻畫家，畫家如畫出一端正之美女，那樣這個「心」就是善之根源，如畫出可怕之惡鬼形象，「心」就是惡之根源了，所以心就像一個畫家，隨你的心意去畫。

古人有一猜迷語方式去比喻這個「心」字：「三點如星像，一勾似月斜，披毛從此出，成佛也由他。」這就是形容「心」字了，心是有三點的，好像三點星一樣，而一勾似月斜，就是斜斜一畫，正如像一彎明月一樣，披毛從此出就如那些做了畜生的眾生，披毛帶角，但這些披毛帶角的畜生，從那裏來呢？是因為心做了惡業，變成了披毛帶角的畜生，這都是從心處出，至到成佛、成菩薩也是由於心處出，所以成佛也用他，那樣講心是善惡之根源。

但經文說「心是惡源」，因為我們凡夫之眾生，迷幻於真性，多數運用我執自私，罪惡之心，所以這個心就成了罪惡之根源，很多人會問良心的價值是多少，如一個人埋沒了良心，就什麼都可以做得出來，因為要名利和權力就會不擇手段而去做出一切惡事，所以一切惡就是從這個心而出，因此心就是惡源。

上文提到四大是苦，我們得到這個身形，為什麼有那麼多苦惱的問題呢？人世間有家庭的苦，夫婦間吵鬧之苦，兒女不孝之苦；至於自然界各種之苦，就是由於心是罪惡之根源，所以得到各種之痛苦。但是如果悟到心就是惡根源，我要改正離苦得樂，都是從這個心起，你的心如果是善的話，就變成樂之根源，即可以改惡向善，就可離苦得樂，所以學佛就要明白這個心，學佛最先是離苦得樂，我們眾生都是同一陣線，但為什麼我們總得不到「離苦得樂」呢？

因為沒有明白這個根源，只是用了這個心為惡源，所以你想改變無苦而得樂，是不可能的，現在佛教我們要覺悟，如果你想離苦得樂，就一定要明白自己的心，要以這個心為善的根源，那你的身形就可得到離苦得樂，如果心源是善的話，果報就是樂，你的身形就不苦了。但如果你用這心是惡念，做了惡的根源，那你得到這身形

之果報就為罪之藪了，即聚集罪惡痛苦之藪。罪藪之「藪」字，意思是草，很多草的意思。過去因為這個心是惡源，現在得到的果報身形就受罪了，所以說形為罪藪，我們明白了，就要去改善我們的心，心改善了之後，就可以離苦得樂，是怎樣去觀察呢？如果我們能如上面所覺悟，去觀察這世間是無常，在這無常中去做有益之事。

四大苦空，為什麼是苦呢？是因為心是惡之根源而在作惡，所以四大是苦，而且是空，如果我們覺悟，而轉過這心為善源，就得到這身形為樂，自然可以離苦得樂，如你能這樣去觀察，就可以漸離生死。

生死是最痛苦的，因為一切苦惱都是從生死而起，什麼叫做生死呢？佛教是講有生有死輪迴的，好像我們今生從父母為緣，才產生我們的色身，從少至壯，從壯到老，再至到死亡。

許多人以為死了之後，就可以甚麼都解決，

在生之時候，我們就有知覺，但死了之後，就以為萬事皆休，又以為人死如燈滅，所以認為生與死，死了之後，就甚麼都可以解決了。事實上不是這樣簡單的，釋迦佛覺悟，我們眾生是有生有死，生生死死是循環不息的，在六道之中輪轉生死，是非常之痛苦，我們眾生只知道有生，有誰知道死了之後是怎樣呢？

事實上我們眾生沉迷，死了之後，不知道怎樣，但歷史記載，很多人死後都會受輪迴的。釋迦佛以佛眼觀察，眾生在生死之中是輪迴不息，我們信佛，就應該相信佛所說，我們在生死輪迴中，或上天堂，或入地獄，或出牛胎，或入馬腹，所以在菩提心文中，亦提及我們從無始以來，經歷無數生死，有生就有身體，而死後留下的骨頭，堆積如山。

所以菩提心文曰：「大千塵點，難窮往返之身，四海波濤，孰計別離之淚。」是說生死之中

有無數，因此譬喻大千塵點，難窮往返之身，是形容我們生死之無數，在這大千世界之中，我們經歷過之生死次數，多到好像這大千世界之微塵數那樣眾多。在每一生中，都有我們每一生的親屬，死的時候，與我們的親屬別離，哭啼之中留下多少眼淚，生生死死所流下的眼淚，好像大海那樣多，可見這些生生死死是無窮無盡，是最痛苦的，我們又怎可以脫離這些生死之痛苦呢？

現在佛教導我們要覺知和反省，心就是罪惡之根源，起惑而做業，所以由這惑業產生這個身形而輪轉生死，成為罪惡，在這生死世界之中，好像在苦海內飄來飄去，是多麼痛苦呢？如果我們欲登彼岸，脫離這生死苦海，第一要覺悟這世間是苦空無常，再轉過來用我們的身來改惡向善，從善而變，將這心變為善源，積集這個福德智慧，漸漸可以脫離這生死苦海苦惱，這就是第一覺悟。

（待續）

## 靈丹妙藥——蔬菜汁

有一張從日本傳來的菜汁偏方，據說效果顯著，救人無數。實際例子如下：

一位日本劇作家，七十六歲，患了癌症，動了兩次手術均不見效，飲用這款菜汁之後四個月，體內腫瘤消失。

一位日本作家，七十四歲，也是癌症，飲用菜汁三個月之後，痊癒了。

一位六十六歲的老人，患嚴重的皮膚病和胃病，飲用菜汁一個月後痊癒。

一位四十七歲男人，患過敏性濕疹及長年腰痠背痛，飲用菜汁後三個月，痊癒。

一位七十六歲老人，患心臟病，臥床不起，喝了三天菜汁，可自行起床走動。

一位六十五歲老人，患尿頻症及嚴重痔瘡，

喝菜汁後十天，痊癒。

以上病人痊癒例子，乃隨方子送來的資料，事實與否，我們無從考究。

至於這類菜汁醫治的範圍，則十分之廣，計有：

高血壓、膽固醇過高、風濕性關節炎、各類腫痛、皮膚癬、營養不良、肥胖症、健忘症、牙周病、血糖高、躁鬱症、肝臟病、感冒、痔瘡、胃病、便秘、眼疾、失眠、頭風、多汗、頻尿、筋炎、結石、肺病、癌症。

光看這些病症，包羅萬有。是否真的如此靈光，不得而知，但只要靈上三分之一，已不得了。

究竟是甚麼成分構成這一款仙丹靈藥般的菜

汁？

它搭配的蔬果卻很平常，總共有五種：

美國芹菜、青瓜、青椒、富士大蘋果、白玉  
苦瓜。

用量如下：美國芹菜兩大片，青瓜四分之一條，青椒半個，富士大蘋果一個（去皮），白玉苦瓜四分之一條。

製作也簡單：將眾材料洗淨，混合榨汁（勿加水）。每次喝五百至八百CC。

飲法如下：每日飲一次，勿加任何調味料，在榨得菜汁十五分鐘內飲完。最好是早晨空肚時飲，效果更佳。

這張方子還列出了五種原材料的功效：

美國芹菜：促食慾、降血壓、除血脂、利水、化石、整腸、固腎。

青瓜：清血、涼血、降血壓、解渴、利水、

消腫、加強新陳代謝。

青椒：清肝火、瀉腸火、去濕、助筋骨、清斑、消痔瘡、利肺。

富士大蘋果：補胃、補中氣、助消化、消贅肉、解鬱、止汗、通便。

白玉苦瓜：清涼、解渴、促進食慾、解毒、消炎、禦寒、健腦、明目。

事情就是這麼簡單，所有的材料都易採易辦，平時我們其實也吃得不少。

這款菜汁是不是真的如傳說中這麼靈驗有效，要喝了之後才知。以上資料從報章得來，真實性未能考究。嘗試與否，請讀者自行決定。



# 褒與貶

釋一融

今天國學導讀的教授，在課堂上說了一件自己親自經歷的事，向我們每一位同學發問。他說有一天她在深水埗荔枝角道，遇到一位和尚拿著一個小磬在化緣，她的好奇心驅使她去向那個和尚發問。她問他上下怎稱呼？和尚懵懵懂懂答不到。她再問他會不會念心經，和尚默默不作聲也不理她。見和尚不耐煩的樣子，老師得意洋洋地炫耀說，我會念我念給你聽吧。

突然，有一位男士匆匆忙忙的經過，那位男士從荷包裏掏出十塊錢，準備丟進和尚的磬裏，老師上前說：「他是假和尚，你也給啊？」那位男士答他說：「唉喲，我不理那麼多，給了就算。」老師問我們，那位男士的行為是多是壞，經過一番的爭論，有的同學說好，有的同學說不

好，各持己見議論紛紛。這時老師把視線投向默不吭聲的我，他開玩笑說你冥思得怎樣？我當時回答他說褒貶雙方面都具有。老師問我為什麼。

我認為為好的方面，是那位男士懷有一顆純真無計較分別之心，去行六波羅蜜的佈施行。他沒有懷疑和尚是真還是假，只懷有一顆他需要我幫忙，而我有這能力去幫他減少困境，因此就把錢施予那位不知是假還是真的和尚。他這顆心應乎了《金剛經》所說的：「應無所住而生其心」可說達到了三輪體空之行，所以我認為是好的。

而不好的一面是，男士把這十塊錢送出去，接受這十塊錢的人，怎樣去利用這十塊錢，才是事情的重要關鍵。和尚是真是假並不很重要，就算他是假的，但如果他有什麼難隱之處，或走投

無路逼不得已才下此策，委屈自己扮和尚來化緣，欺騙大家是情有可源。例如為了救病難，或救急務之災難，或為了孝道，或為了幫助親朋戚友解決困境等等。那位先生捐出去的十塊錢可造福人類。

但，如果和尚是好吃懶做、抽煙喝酒、嫖賭毒黑等等罪惡之徒。扮和尚化了緣去縱容他的罪業造惡多端，和尚造了業捐者也有罪，這也就是花錢買罪受毫無益處之說。因為他沒有經過大腦的思考與分析，沒有以正見、正思維的智慧，來瞭解事情前因後果的輕重。他沒覺知和尚因他的十塊錢才有機會造業，此業因他的十塊錢而起，因此，他同樣要受到十塊錢所造的業果。這個果的輕重也是從所造因的輕重而配有。

四攝六度是實行菩薩道培養慈悲心乃至修行正果的菩薩行。但如果脫離了八正道（正見、正

思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定）來引導輔助。很多時候我們會好心做壞事。因此學習佛法智慧方面的增長是很重要的。俗語說：「慈悲生禍害，方便出下流」。

雖然《金剛經》說：「無我相、無人相、無眾生相、無受者相」去行持一切，布施是應達到三輪體空才會功德無量。雖然佛教的宗旨是「無緣大慈，同體大悲。」教導我們各位不應著相去行善積德，但佛教更是培養我們智慧的微妙圓融之道，因此修學佛法的人，應福慧雙修，不能只求升官發財，旺子益孫，升天享福。佛經有云：「有福無慧，大象掛瓔珞；有慧無福，羅漢托空鉢。」可見福報對我們重要，智慧對我們也重要，因為在人生路上很多事情，會因為我們缺少智慧而造成大錯。但如果有了正智互相扶持，我們便能善巧方便圓融無礙施行善法，獲大功德。

# 阿含摘記

上  
下  
宏覺法師主講於紐西蘭，佛教青年協會筆錄

續上句：「只是自己不自知而已」

佛菩薩加持，讓我重的「業種」能夠迅速地發出來。

前面說到若業是小的，可能會變得非常大，由文字中可知「不修身、不修戒、不修心、不修慧、壽命甚短」。我們這一生的業大部分是前面帶過來的，決定我們的習慣。我們現在是在受果。若這輩子不修身、不修戒、不修心、不修慧、壽命甚短，這個人作了不善業，必受地獄之報，不只是壽命短，接下去還要受地獄之報。如果從現在開始修身、修戒、修心、修慧，此人以前所作的不善業，必受苦果，但是現法受報，這一輩子就受了，沒有後一輩子墮地獄之苦。所以有時候我們修行的時候，不修還好，修了反而這裏痛，那裏痛的，這樣你應該要高興才對，謝謝

例如現代有很多人自己發芽菜，將溫度稍微加高一點，芽菜就發得很快；若溫度稍微低一點，芽菜就慢慢地生長，道理與此相似，我們現在開始修身、修戒、修心、修慧等於開始加溫，於是業報一個個就顯現出來了，有些人受不了就退心不學了，覺得不學佛還好，一學佛什麼倒楣事都到身上來了。其實若是有智慧的人，或者此時你有一個「信」，或是有一位親近的善知識給予正確的指導，此時是一個轉折，是一個更好的修行道理。現法受輕報，後世的地獄之報就消掉。經典中有這樣的說法，受報的時候，時間愈長，這個報愈重；時間愈短，受得愈快，這個報

愈輕；所以大家看看要那一個。

有一位老師曾說，我們修行時也要發願，剛開始修行的人的願與久修的人之願要有些不同。剛開始修行的人發的願，要求佛菩薩加持，讓業報慢一點出來，若太早顯現，由於身心的力量不夠，承受不了，若因此退失不學就斷了善根。而久修者，身心稍微有承受力時，要求以前的地獄三惡道報趕快出來，此時身心若稍微有些煩躁，有些病苦，是修道人以病苦為良藥。藕益大師說，修道者若無病苦，則心會貪取五欲，對財色名食睡就會貪著。

我有一位佛友，各方面條件都很好，學佛一直很精進。有一天，我對他說：「今天你為什麼能精進地修行，就是因為你一身的病，若非一身的病，你會精進來學佛嗎？」他說：「對啊！那是不可能的，我朋友又多，飯局又多，哪有時

間來修行啊！可是一病了，出去吃點東西就不舒服，朋友知道也饒了你了，不請你吃飯！」所以說好或不好，可以自己看得出來。所以業報的第一個定義：你所作的業，必定受報。但是為什麼我們現在有修、不修，報不同？剛剛講過，有修是趕快把業種子發揮出來，以善的力量把一切惡的力量迅速的發揮，讓它消掉，讓它滅掉，讓它爆掉。在四阿含中，佛說「有業必報」；人作善業或者惡業，他的行為都有所因，我們現在每個人的行為，習慣都有他的「因」在，看起來是習慣。其實都是在受報；男人與女人受報的情況也不一樣。

我看過一本書裏說，我們每天都在受「以前的習氣」的報，有些人講電話時，這裡摸摸，那裡抓抓，這就是行陰的報，我們自己不知道而已。還有當老師當慣的人，喜歡教訓人，那也是

行陰的報；這個轉不過來，就算你修行都沒有辦法。所謂的無意當中，其實都在報，這個要非常非常小心。所以為什麼佛在阿含裏面處處透露「守護」兩個字，守護自己的受、想、行、識，當你一接觸到色，即外境之時，馬上產生感覺。有感覺之後，馬上判斷是好的，是不好的，而產生行動，好的我要，不好的我避開，種子又種下去了，即識；這些當中若不小心，是非常嚴重的，否則拜懺、打坐，皆在妄想中，只是浪費時間，不是那一種固定的模式，才稱之為修行，真正的修行在行當中，在日常生活當中守護自己，這才是重點，不然我們所學的，根本用不上去。「守護」這兩個字相當於膠水，佛法能應用到我們的身心上去，需要「守護」身心，如同將佛法以膠水黏到我們的身心上去，隨時隨刻警策自己，這是有關「有業必報」。

第二個，是佛說我們的業報如影隨行，不論你作的是善業，或是惡業，都會隨著我們的生死而流轉。祖師也曾說，當我們這一輩子走的時候，什麼也帶不去，只有業隨身。現在跟著我們的影子是前一輩子的業，這是真實的。若經常仔細地去觀察，會發現每個人的行為都不一樣，那就是由於不同的業報而來的，甚至我們身上有很多動物的習慣，例如傲慢是象的習性；又例如牛脾氣，明明是不對的，別人要你轉過來你就偏不轉，牛就是這個樣子；而馬是疾行的脾氣，跑馬場中每匹馬都想跑贏；其他的就不講了，講多了不好意思，將自己分析起來真是體無完膚的。要觀察自己的行為是否有守護？有無改變？若沒改變，則仍然隨著習氣流轉。

第三個定義，是佛說所作的業是我們的資糧、盤川。行路，從此地到彼地需要資糧、盤

川，業就是我們的資糧、盤川。你帶的是善業，還是惡業？那都是你自己所造的，自己所積的。經典上說「老死之所壞，身及所速滅，唯有惠施福，謂學子資糧。」意思為我們現在擁有的一切和財富等等都會隨著老死而敗壞，身體以及所享受的東西也不會再有了，唯有這一生布施所作的福，跟隨著你成為資糧。

第四個定義是因果通三世，即今世、前世和後世。中國人、印度人及外國人講因果是不一樣的。中國人講因果是縱的，爺爺、爸爸所積的陰德，兒孫受福；祖父、父親做了不好的事，兒孫代過，這是縱向的因果。西方的是當中沒有，只有兩頭；這生做好事就升天，作不好就墮地獄，當中就沒有了。佛法不是如此，那些因果也是有其道理，我們要多多去思維。不要去否定別人。佛法所說的因果是通三世的，即前世、現在、未

來的三世因果，佛在菩提樹下明心見性悟的也就是三世緣起因果。即十二因緣，就是前世、現在、未來。由以前的無明、行；產生現在的識，名色、六入、觸、受、愛、取、有；未來的生、老死；這就是三世因果。

我們為何有這個身體？就是因為無明和我們三業的行為。無明就是不明白，不明白業報，不明白自己所有的行為都必須自己去承受，對這些理不明白。因為對這些不明白，加上身體、嘴巴、心意此三處的行為；在行為之後有功能積聚，此功能不會壞，到一定時候會發生作用，有些經典稱之為種子，有如稻種、穀種一般，放在倉庫時，它不發芽；當將之放入土中，接受陽光、水之後就發芽了。同樣的道理，我們因為自己的無明與三業的行為，積了很多的種子，碰到無明的因緣，執著身體，趕快就抓了一個身體。

我們的心量太小，抓的身體是這麼小的；象還比較大些，抓的身體那麼大；蒼蠅相對的就更小了；這些都是受心量所制，這就是流轉生死裏面所說的奧秘。因此我們修定當中經常要修空，要修與諸佛菩薩的法身光明融合成一體，就是要使你的心擴大，在最後我們臨終進入中陰身時，千萬不要抓一個那麼小的身體，抓一個大一點的，與佛同體，天地同根的身體，那你就証入法身了。這就是中陰身証法身的道理，也是密宗修法的秘密。所以我們經常要把自己的心量擴大，不要時常以為別人是針對著你，這也是行陰的習慣。其實那人可能在外面受了氣，回家臉色有點不好，你就會想他可能生你的氣了，是不是自己那裏沒做好呢？其實是與你無關的。

小時候在家裏，媽媽一不高興，明明媽媽不是針對我，但我就總覺得是否自己做錯了什麼。

這就是行陰，前世的業影響了現世。現在所作的從識、名色、六入以後，我們現在的行為就是愛、取，行就代表了愛取。這一輩子由眼耳鼻舌身對外面的境，色聲香味觸，一接觸以後，產生感受，這受之中有順我的，有逆我的；順我的就愛，逆我的也愛，愛的相反詞就是憎或恨、或嗔，這也是愛，愛的兩面，由此就有取。取也有兩面，愛的我要取回來，不愛的我要推回去，這也是取的一種。我們的愛、取是與貪、嗔相應，而貪、嗔就是無明，因為不了解這事物的真相，所以產生貪與嗔，接下去第三世的因果開始了，即生、老死。生就是識開始，你這一輩子所愛的，所取的都變成有。有什麼？有業的種子，有業的功能了，三世因果就這樣開始循環了。因果是通三世的，是講流轉生死的三世因果，佛經講我們要跳出生死，也從這個因果開始，過去的已

經過去了，未來的還沒有來，現在你可以抓得住的就是自己的心，什麼心？愛、取！

為什麼出家？出家的名詞是辭親斷愛，從這兒開始。那麼不斷可不可以？沒辦法出離，除非你是大菩薩，可以不斷愛而能出離生死，但是確實找不到不斷愛而能出離生死的人，除非轉過來，你的愛是跟智慧相應，佛菩薩的愛是與智慧相應的。有人說佛法不講愛，其實佛法才講愛；有人更說愛是西方人用的。而佛法的慈悲就是愛，只是翻譯不同，慈悲就是愛，自己快樂就與人分享同樂；看到別人有苦，趕快去幫他拔除他的苦，這不是愛是什麼？父母親對孩子的愛就是這樣，所以形容爸爸是慈心，給人快樂；媽媽是悲心，看到孩子痛苦就心急如焚，這就是愛。這個愛若與智慧相應，那你就出離了，就是大菩薩了。此處說的三世因果，十二因緣中的愛是

與無明相應，是與貪、嗔相應。無明的根本是什麼？貪嗔的根本是什麼？為什麼會貪嗔呢？根本問題在於理智不通，理智上的不了解，以為有一個我，處處執著有我，這就是對無常的道理沒有觀察，從來沒有去思維過，從來沒有去看過，以為這個身體就是我，是永恆的。我們平時總提防別人傷害我，甚至有時是非常可笑的，例如以前認為人名是名諱，不讓別人隨便叫的，若人家叫你爸爸的名字，就會認為是一種污辱，這就是一種我執。在經典上分析我執有二種，一種是「俱生我執」，生來就是這樣的，另一種是「安立我執」，上學讀書、長大有理智以後學得的。「佛教」所說的因果是通三世的，是橫向的。

第五點，我們的因果報應，在現生來說「苦樂」有長有短，有先有後，這是業報的現實問題。佛說世人有四種：第一種人是先苦後樂，前



半輩子很苦，後半輩子慢慢好起來了。第二種人是先樂後苦，前半生有父母家產的庇蔭，過得很好，父母過世以後，成了敗家子，把所有的家財敗完了，成為窮光蛋一個。第三種人是先苦後也苦，這一輩子前半生苦，後半生也苦。第四種人是先樂後也樂。我們都希望是第四種，可能嗎？可能！守護自己的身口意三業，千萬不要讓自己的惡習、惡行現行到自己的身心上去，你可以保持。

還有什麼是樂？以前在大陸，年輕人講笑話說恭敬三寶，那三寶？吃飽、玩飽、睡飽，那可不對，那種行為都是隨著業報了。我們能不能守護自己？就要看自己現在有沒有修身、修戒、修心、修慧。什麼是真正的快樂？吃飽就是快樂嗎？不一定，房子住得大就是快樂嗎？都不一定！我到美國以後才真正發現，房子大不是快

樂，負擔很重，剛開始剪草很好玩，三、四次以後就覺得不好玩了，不快樂了。所以心平氣和、寧靜才是真正的快樂，世界上唯有寧靜的心可以讓人覺得幸福，因此不要外求，有時求到而換得一身的病；所以有時求不到反而是好。阿含經中特別是長阿含裏經常有這種故事。一位比丘出家前非常有錢，每個人都向他要錢，使他不堪其擾，身心不得安寧，於是就捨棄一切去出家，之後冤家沒有了，親家也沒有了，每天聽了法就到樹下專精思維，通達法義。有一天坐在樹下，突然間就笑起來了，他影響到旁人。因此去向佛報告，佛說「他是發覺出家後比家前快樂好多，所以才會大笑的。」這個意思是說快樂在那裏，我們之前說有些人生病很苦，但有些人生病反而快樂，為什麼？可以請病假，沒病時還不能請假呢！有病可以請假，在家可以偷懶一天。在現實

生活中，我們可以看到這四種人，有人確實一輩子都樂，但是要小心，特別是享樂的人要小心，樂享完了，若不再積福、積樂，再接下去就是受苦了。我們為什麼要修善呢？就是不要把自己的老本吃光了。如果吃光了而沒有新的，接下去就受其他的老本了，這一點要小心。

第六點，不管一個人作抑或大家一起作，無論你作了別人知道或不知道，同樣會受報的。中國儒家中說「慎獨」，一個人的時候要謹慎，即使你關上門，沒有人知道，照樣要受報。台灣有俗語說「頭上三尺有神明」。神明有沒有？不在頭上三尺，而是在你的阿賴耶識當中。我們所有所作的業都成為種子，亦即功能存放在阿賴耶識當中，沒人能偷走，亦不會消失，絕對受報。不要以為自己做了，別人不知道，或者認為大家一起做沒有關係，其實都一樣受報！當

然惡的受報，善的也受報。例如三十三天，為什麼有三十三天？三十三天不是縱的，是橫的、平面的，當中有一個善法堂，玉皇大帝為天主；四面有四門。每一扇門有八個宮殿，每一個宮殿都有一個天王，四八、三十二加上當中那個堂就成為三十三天。為什麼有三十三天？因為當中的忉利天王有一次做善事時，叫了三十二個朋友一起做，因為他為主，果報就是他為天主，其他就成為三十二個天王，所以做善時，要叫大家一起做，為惡時不要找人家，不管自己作，或一起做，絕對都受果報。

（待續）

# 佛說十善業道經述記

唐于闐國三藏法師實義難陀譯

筏可老法師 在檀香山講述 弟子明慧記錄

釋迦牟尼佛降生於印度迦毗羅衛國淨飯王宮，母號摩耶夫人，為太子時字悉達多，隨順世間習諸技藝書數，對世間知識，無不通達，長於宮中，觀察內外，皆為五欲過患所包圍，於是遊觀四門，復感人生老病死之無常，又見眾生物命相殘，弱肉強食，惡業輪轉，靡有了期，此諸貪欲瞋恚愚痴眾生，誰能救者，我當勤求無上正真之道，令諸眾生等離苦得樂，由是思惟決定，棄捨自己尊貴王位與美麗宮殿及一切繁華享受，在半夜中大地沉沉之際，與馬伏越出宮城，逕入山中尋師訪道。

第一親近跋迦陀仙，他所修的是苦行。  
第二親近迦羅羅仙人，他所習的是無所有處定。

定。

此三位仙人次第不同，定工雖深，如石壓草，皆非了脫生死之道，從此決定自成正覺，在山中靜坐思惟禪定，每日祇食一餐麻麥充飢。經過六年時間，形銷骨立，徐至尼連禪河沐浴，受牧女呈獻乳糜供養，回復精神飽滿如故，轉向迦耶山菩提樹下，取吉祥草為座。即於此金剛座上，深入禪定。就在那年臘月八日，夜觀明星，朗然大悟，徹透了宇宙人生大事因緣，成無上正等正覺，佛陀。

佛陀，是印度梵語，華言譯為覺者。其意義謂能自覺覺他，覺行圓滿，成正等覺。

起信論云。覺心源故。名究竟覺。

大法炬經云，佛告白毫梵天，所言覺者，能

第三親近鬱頭藍弗仙人，他所習的是非非想

得覺悟彼名為覺者，故言佛也，白毫梵天言，

云何覺悟者就名為佛，佛言，一切眾生，長夜大睡，是中一人，能為覺悟已，即知一切眾生皆睡，大睡，深睡，我今既得覺已，作如是思惟，云何當令一切眾生，斷除無明愚癡昏闇睡眠，同得斯覺，是以覺故稱為佛。

華嚴經說一切眾生皆有如來智慧德相，但以妄想執著不能證得，佛陀當即轉法輪，教以四諦，十二因緣，六波羅蜜，慈悲喜捨一切法門，令離顛倒虛偽分別的妄想，消除人我憎愛邪見的執著，復其清淨光明的即心自性，不由他悟，故說一切智，自然智，無師智，即得現前。

佛生於印度，而印度分四姓階級，尊卑懸殊，自昔以來，世襲不變，一者婆羅門，自稱梵天苗裔，奉為國教，二者刹帝利，屬於貴族，三者毘舍，屬工商業，四者首陀，屬農夫奴役，釋迦觀此，乃唱是法平等，眾生平等，真理菩提涅槃平等口號，譬喻說四河之水，流入大海，無復四河之名，四姓出家，同是釋子，無復四姓之

稱。

佛陀一日與諸大比丘眾持鉢入舍衛大城乞食時，有一卑賤污穢之人名叫提尼，為除糞的工作很忙，擔著糞在路上行，望見佛陀與比丘眾徐步而來，提尼心想，自慚形穢，轉向別路而行，剛行不久，忽見佛陀與比丘眾又在前面徐步而來，提尼又轉別路，如是者三，再避再見，提尼在此無可避處，於是低首合掌，立在路旁，佛陀經過慈悲等視提尼，執其手曰，提尼，如來智慧，今當洗除汝身心一切罪垢之穢，乃偕行到河岸，令入河洗浴畢，為說法要，提尼即感悟，從無始來作諸罪垢，今蒙我佛以聖道法水，蠲除我的罪垢，遂發心求佛慈悲攝受，佛與同歸祇園，唱言，善來，剃除鬚髮而披法服，袈裟著身，受持禁戒道品，修習不久，成阿羅漢。

佛陀以平等大慈，攝取一切眾生，令得菩提法樂，寂滅法樂，人天之樂，今佛為海眾說十善業道，以盪滌十惡的罪垢，令還清淨。

所謂說者，即直言也，古人云，交言曰論，直言曰說，在佛陀八相成道第七謂之轉法輪，在十二分經謂之無問自說，佛與八千比丘及三萬二千菩薩在龍宮說此十善業道，而龍王為當機者，故標名佛說。

十善業道者，佛言，一切天人，一切聲聞，獨覺菩提，諸菩薩行，一切佛法，咸共依此十善大地而得成就，是故大小乘經中，處處咸共說此十善法門。

尼乾子經云，正法治國，護世安寧，眾生增長，利益安樂，傅大士為梁武帝說，天下非道不安，非理不樂，古今中外，萬變不離這個道理。

蓮池大師說，饑饉時，米麥是所應，參桂非所宜，十善業道就是五濁世界罪惡者之良藥，世界人類需要真正和平大同之食糧。

- 一：親仁愛物，慈心不害，即不殺生。
- 二：正義不苟，自守廉約，即不偷盜。
- 三：以禮自制，防止邪念，即不邪淫。

四：忠誠而說，斷諸虛謬，即不妄語。

五：言無傷人，不生謠諑，即不兩舌。

六：溫容而說，遮於罵詈，即不惡口。

七：語從正言，不糅雜飾，即不綺語。

八：不慕虛榮，不爭貨利，即不貪欲。

九：心地平和，而不卒暴，即不瞋恚。

十：不昧因果，正見明了，即不愚痴。

自己的身，不作殺生，偷盜，邪淫，三種罪惡，謂之身三業善。自己的口，不作妄言，兩舌，惡口，綺語，謂之口四業善。自己的意，不作貪欲，瞋恚，愚痴邪見，謂之意三業善。合身口意名十善業。自己諸惡莫作，教人諸惡莫作，自己眾善奉行，教人眾善奉行，自善而善人，自益而益他，上報四重恩，下濟三途苦，是名修十善業道。

上生經云，佛言，我滅度後，四眾八部欲生兜率陀天，當於一日至七日繫念彼天，持佛禁戒，思念十善，行十善道，以此功德迴向願生彌

勸佛前，隨念往生，或問，天上勝報，如何七日便感大福，答曰，善因雖微，獲果甚大，如爍小火，能燒大山，一善能破大惡，亦如小籽能生大樹，世事尚然，何況善力。

未曾有經云，有婆羅門婦，夫亡貧甚孤窮，欲自燒身於天廟祠中，求當來福，有沙門道人徐行而過，見婦所為動作，欲自燒死，沙門乃曰，我有說，賢者能小息聽耶，婦人曰，能，沙門說，譬如一牛，厭患其車，拖來拖去，總不停息，奮氣欲使其壞，不知前車雖壞，續得後車又來軛其項領，皆由罪未畢故，人亦如是，假使燒百千身，罪業因緣相續不滅，婦人聞已，便有所感，沙門道人教以懺悔痴闇過罪，更為說十善道法，勸修福業善利，施與一切受苦眾生，令其得樂，眾生有罪，我皆代受，緣是受身勤求佛道。

仁王般若經云，十善菩薩發大心，常別三界苦輪海。

經名修多羅，亦云索怛囉，華言譯為契經，

謂上契諸佛常如之理，下契眾生差別之機，佛陀說法，觀機逗教，如大醫王，應病與藥，令得人天勝樂，三乘菩提涅槃之樂，經又有貫串攝持等義，譬如以線貫串種種花鬘，令不散失，以名句文身攝持佛所說法，故名為經，以上佛說十善業道經題目講述已竟。

唐于闐國三藏法師實義難陀譯，此是翻譯此經時代及譯者之題也，李氏建國號大唐，于闐翻為乳地，即現在新疆地方，三藏總為一大藏教，分經律論三藏，經詮定學，律詮戒學，論詮慧學，通名一代時教，法師者，依佛法尋求真理為自利，弘法利生為利他，自利利他，故名法師，精研三藏聖教，善解其義，受持讀誦，利益羣品，故名法師，實義難陀，此云喜學，將貝葉梵文翻成華文曰譯。

以上經題譯題講述已竟。

（待續）

## 安徽 妙道山 金壁寺 首屆短期出家八關齋戒



## 黑龍江省大光明寺短期出家及八關齋戒



## 湛山寺侯虛大師追思法會



## 佛學班畢業典禮



## 望海觀音廟定賢法師佛學講座



## 廣州放生一天遊





## 濕地公園一天遊



## 福田組地塘仔供僧



## 素食菜譜

### 金華時選



#### 材料：

鮑菇300公克（切6片）  
香菇100公克（切6片）  
素香片50公克（切6片）  
胡蘿蔔片50公克（切6片）  
素圓片50公克（切6片）  
榨菜片50公克（切6片）  
薑絲10公克  
芥蘭菜6支75公克

#### 調味料：

鹽1小匙  
糖1小匙  
醬油膏1/2小匙  
胡椒粉少許

#### 淋汁：

高湯2碗  
醬油（膏）1湯匙  
糖1小匙  
胡椒粉少許  
太白粉水1湯匙  
香油1小匙

#### 作法：

鮑菇入開水燙軟，撈起，修去底黑皮，修成5公分寬3公分長方型，浸上調味料。香菇滷熟切長5公分寬、3公分，約0.5公分薄片，素香片、素圓片，胡蘿蔔及榨菜亦切薄片。以上五種薄片疊好排鮑菇片側，依次排好鋪上薑絲入蒸籠蒸5分鐘取出。芥蘭菜燙熟排於盤上菜之二側裝飾。淋汁煮好淋於菜上即成。

### 清蒸素腸粉



#### 材料：

合掌瓜一個  
冬菇一兩  
榨菜兩湯匙  
甘筍半條  
芫茜兩湯匙  
薑三片  
腸粉十條

#### 調味料：

鹽一茶匙  
糖一茶匙  
麻油少許  
胡椒粉少許  
老抽一湯匙  
生抽半湯匙

#### 作法：

合掌瓜去皮與甘筍刨絲，榨菜洗淨，冬菇浸透、甘筍去皮，全部切絲；腸粉一開二，長者可以一開三，約三寸長；燒熱鑊下油爆香薑片；合掌瓜、甘筍、鹽、糖略炒再加冬菇榨菜，炒透盛起；將腸粉打開鋪平，放上適量餡料與芫茜捲實，排放碟上；水滾時，放下蒸十分鐘便可；老抽、生抽、麻油及水一湯匙略煮、食時淋少許更加美味。

# 怎樣「持名念佛」

劉永

今天「五月二日」是本師釋迦牟尼佛聖誕（紀念）日，釋尊在《大集經》中早已指出：

「末法億億人修行，罕一得道；惟依念佛，得度生死。」淨土宗第十三代祖師印光大師也說過：（淨土念佛法門以外的）其他法門雖高雖妙，都不契合我們這個（末法）時代的根機。鄔金蓮師的化身——晉美彭措法王一生中最大的心願，也是最主要的事業，就是引導無邊無際的苦難眾生都念佛往生西方極樂世界。他老人家經常說：「像西方極樂世界那樣功德圓滿，又極易往生的淨刹絕無僅有，而且往生後可以成就一切所願，無休度化一切有情。」念佛有實相念佛、觀像念佛、觀想念佛和持名念佛等四種。因為前三種念佛法門（法門：方法）難度比較大，而現代人家務、學習和工作忙，生活節奏快，末法時代

眾生根性也沒古人銳利，根機不一，所以印光大師及許多淨宗大德都提倡第四種念佛方法——持名念佛。「夫四種念佛，唯持名最為契機。」

（《增廣印光法師文鈔卷第一·與徐福賢女士書》）持名念佛是「收機最廣、下手最易」的法門，是易行道，而其他的法門都是難行道；各種根機的眾生都能修行持名念佛法門，這個法門修起來也最容易成就。印光大師一生提倡專一心念的淨土法門，他認為：專心念佛、帶業往生才是末法時代一般大眾應遵循的道路。

修法貴在專一、「一門深入，長時熏修」，我個人就專修「持名念佛」這一法門。首先，我在自己臥室西邊牆壁的大約中央處貼了一張阿彌陀佛聖像，讓佛像向東，我認為供奉佛、菩薩聖像，宜專一、不宜雜亂。如果是住在公共宿舍，

室友又不信佛，則宜根據「隨緣」的道理不供佛像，只要心誠即可；不必設置香爐、燭臺，也不必供水、供花、燒香。因為供佛像唯在「恭敬」二字上得益，正如印光大師所說的：念佛不分時間、地點，但必須時時刻刻恭敬在心，要存佛在心中、在身旁之念。如果心中不起恭敬，即使對著佛像，又哪來專一的精神？可見，恭敬是專一的精神狀態的前提，恭敬和專一的精神狀態這兩者是相輔相成的。不可在公共宿舍強設佛壇，以免招致室友的怨憤，結果適得其反。

每天做功課時，我合掌（也叫「合一」）向西對著阿彌陀佛聖像（因條件所限而沒有供佛像時，我就合掌向西），然後就誠心專念「阿彌陀佛」聖號，根據當時空閒時間的長短等不同的具體情況念十聲、百聲、千聲或二、三千聲，再念回向偈：願以此功德，莊嚴佛淨土。上報四重恩，下濟三途苦。若有見聞者，悉發菩提心。盡

此一報身，同生極樂國。念完以後，向佛像（或向西方）拜三拜。這一課程就完成了。我除定課之外，還隨緣用大聲念、中聲念、小聲念、金剛念或默念等不同的方法念佛。

宜一向專念阿彌陀佛聖號，不宜再雜念觀世音菩薩等其他佛、菩薩聖號了。雖然眾生如果念觀世音菩薩專求往生，也有可能隨觀世音菩薩化身往生到西方極樂世界。但是專念阿彌陀佛，這正好對應了阿彌陀佛的本願；並且現在阿彌陀佛是西方極樂世界的教主，淨土三經都叫我們念阿彌陀佛往生淨土，我們理應依教奉行，聽從本師釋迦牟尼佛的教導，專念阿彌陀佛聖號為好，這樣往生的把握也更大。如果雜念的話，還很有可能臨終前不知該選擇念哪個聖號為好，念頭不一，而錯失了往生的良機。不過，淨土宗法門也不費餘門修持，提倡念佛、念觀音及誦經、持咒、力行善事等的功德，都於回向前念數聲佛

號，回向西方。

「念」字「心」為底，念佛就是念自心，持名念佛法門的「秘訣」就是：自念自聽。即印光大師依《楞嚴經·大勢至菩薩念佛圓通章》所發明的「耳根念佛」法，即攝耳諦聽、六根互攝、以攝其心的念佛法，把當下的這聲佛號「阿彌陀佛」，口裏要念得清清楚楚，耳朵要聽得清清楚楚；中間如果有一聲散了、走了，也不要管它，再相續無間地念。等功夫已上路、已相應後，就要使每個字都從心裏發出來，再聽到心裏去，字字明明白白，心不外馳，念得久了，妄念雜念漸漸地沒有了，這樣念佛漸純，心念專一，功德最大。對於專一心念的念佛境界，印光大師說：「吾人念佛，當從有念而起，念至念寂情亡時，則既無能念之我，亦無所念之佛，而複字字句句，歷歷分明，不錯不亂，即所謂念而無念，無念而念也。念而無念，無念而念者，正念佛時，

了無起念佛之情念。雖無起心念佛之情念，而復歷歷明明，相續而念。」（《上海護國息災法會法語》，《印光法師文鈔》第一七二頁，北京：宗教文化出版社，二〇〇〇年。以下簡稱《文鈔》）定心於一處，念而無念，無念而念，這不僅是念佛的至高境界，也是人生的至高境界。

在讀音方面，要適當注意的是：「阿彌陀佛」是梵語音譯詞，其中「阿」應該讀「ē」，與「婀娜」中的「婀」同音（可參見《新華詞典》、《現代漢語詞典》和《法喜》雜誌二〇〇八年第四期刊登的焦國寶的《阿彌陀佛「阿」的發音》一文）；回向偈中「四重恩」中的「重」，是「分量大、程度深、重要」的意思，應該讀「zhòng」，即「恩重如山」中的「重」這個讀音。不過，學佛「以心為本」，也不必執著於這些形式上的差別，讀音的差異並不會影響往生，而能如法讀準則更好。

要強調的是：不能把精進念佛誤認為是「執著取相」。個別同修拿《金剛經》中「若以色見我，以音聲求我；是人行邪道，不能見如來」這四句偈，來攻擊念佛法門是「執著取相」。其實，這個別同修並沒有真正理解如來的真實義，我想反問他們一句：「我、我、我，你要的是哪個我？」宋代的靈芝元照律師所著的《觀無量壽佛經義疏》中早已指出：「且佛言不著相者，蓋不著我、人、眾生、壽者等相；不住所修法相，遣除人法二執，即達人法二空。何嘗以繫念進修而為著相乎？」「只談性空不務實，自我斷送解脫路」，所以我們要務實——老實念佛，以精進度懈怠。

有個別同修總是喜歡花大量時間來鑽「西方極樂世間是在心內，還是在心外」之類的問題，其實，什麼內外、外內，菩提自性哪有什麼內外？！《維摩經·佛國品》中指出：「若菩薩欲

得淨土，當淨其心，隨其心淨（則行淨），則佛土淨。」可見，彌陀淨土與唯心淨土，人間淨土本無二致。所謂「往生」，也並非專指人死後才能之意。如若緣力充滿，即便在現世也能往生，實現佛及佛土所具有的莊嚴功德，實現人間淨土。正所謂「生則決定生，去則實不去」。需要注意的，「心淨土淨」乃於菩薩的地位而言，凡夫往往會心隨境轉。所以，印光大師提倡：末法時代唯依念佛一法得度生死，仗佛力往生成佛後，再回入娑婆，度化有情。人身難得今已得，佛法難聞今已聞；尤其持名念佛法，比佛更稀有珍貴。此身不向今生度，更向何生度此身？！希望大家都能利用寶貴的時間來老實念佛。

佛門廣大，正如父母不嫌子女醜一樣，大慈大悲的佛是不忍也不會捨棄任何一個眾生的；阿彌陀佛的願力是無邊的。不管是什麼眾生，就是有極大罪惡（包括五逆十惡、誹謗正法）的

人，只要能知錯即改，肯誠心懺悔自己以前的罪惡，肯專心念佛，那就不會因為過去曾造的惡業而影響往生。正如印光大師所指出的：「四十八願中，十念稱名，即得往生，唯除五逆、誹謗正法。此約平時說。以五逆罪大，謗法不信，此種罪障，豈悠悠泛泛之修持所能滅乎？《觀經》五逆十惡，將欲命終，地獄相現，有善知識（此不論僧俗男女，但能教彼念佛者，即名善知識）教以念佛，或止十聲，或不及十聲，直下命終，亦得仗佛慈力，帶業往生。此之十念，比平常之十念，其猛切有天淵相殊之勢，故得往生也。以地獄極苦所逼，其一聞佛名，乃以全副精神為之稱念。除此念外，絕無他念。雖非親證一心不亂，然其心畢竟了無異念。當此之時，絕無有三心二意、疑信相參之心相，故不言及謗法。即平素謗法之人，亦必如墮水火以求救援，何暇生疑起謗耶？《往生論》謂謗法者，決定不生。

以既謗正法，自無正信，何能往生？此極勸人生正信矣。若先曾謗法，後知改悔，則得往生。譬如病癒即是好人，歸降即是順民也。若謂謗法之人，後縱改悔，亦不得往生，便完全失卻修持準繩。與儒教尚不合，況佛以一切眾生同具佛性，皆當成佛乎？《書》云：「惟聖罔念作狂，惟狂克念作聖。」是知儒、佛皆以改過遷善，以期希聖希賢、斷惑證真為事也。世人不善會其意，徒執其文，自生障礙，可不哀哉！」《文鈔三編卷三·複陳薪儒居士書》畢竟，「人非聖賢，孰能無過？過而能改，善莫大焉」。子曰：「過而不改，是謂過矣。」《論語·衛靈公篇》

往生與否，唯在信願的有無，信願具足，持名佛號「行」，則現生可增福延壽，尤其是報盡定得蒙佛接引，往生西方。所以，各位同修要有堅固往生的自信心，要自信一定能蒙阿彌陀佛接引而往生，而「懷疑心」對於往生是有妨礙的。

# 「末法億億人修行」這段話的出處考證

劉永

淨土宗第十三代祖師印光大師多次說：「大集經雲：末法億億人修行，罕一得道；唯依念佛，得度生死。」圓瑛法師等高僧大德也這樣說過。但是在現存目前流行的《大集經》等藏經中，卻並沒有這段原話。這是怎麼回事呢？

早在隋唐時期的道綽禪師著的《安樂集》和宋代永明延壽智覺大師著的《萬善同歸集》中就說：「《大集月藏經》云：我末法時中，億億眾生起行修道，未有一人得者。當今末法，現是五濁惡世，唯有淨土一門，可通入路。」

隋代僧就法師將《大集月藏經》與其他幾部經合編而成《大集經》。唐代智昇撰的《集諸經禮懺儀·卷上》載十小咒之一的「功德寶山神咒」出自《大集經》。宋人智廣、慧真編集，由金剛幢所譯的《密咒圓因往生集》中載：「《大

集經》云：若人誦此咒一遍，如禮《大佛名經》四萬五千四百遍；又如轉《大藏經》六十萬五千五百遍。造罪過十刹土，入阿鼻大地獄，受罪劫盡更生。念此咒一遍，其罪皆得消滅，不入地獄，命終決定往生西方世界，得見阿彌陀佛、上品上生。」但是，在現存《大藏經》中的《大集經》，卻已經找不到「功德寶山神咒」這個咒了。可見，《大集經》中的部分經文，由於歷代戰亂和法難等原因在千百年集結流傳的過程中已經散失了。並且，同一本佛經的各種不同譯本的文字內容也往往有較大出入，一種譯本中有的語句在其他譯本中沒有，這也是常見的正常現象。所以，並不能因為現存流行的《大集經》等藏經中沒有這段原話，就片面地輕率否定印光大師和圓瑛法師的說法。



明末清初的滿益智旭大師是淨土宗第九代祖師，「名字位中真佛眼」，他證得名字位後開佛知見，所言（一般來說）決定無謬。印光大師讚譽滿益大師所著的《阿彌陀經要解》：「理事各臻其極，為自佛說此經來第一注解。妙極確極，縱令古佛再出於世，重注此經，亦不能高出其上矣。不可忽略，宜諦信受。」《增廣印光法師文鈔卷第一·與徐福賢女士書》

滿益大師所著的《阿彌陀經要解》跋語的開頭也說：「經云：末法之中億億人修行，罕有一得道者。惟依念佛得度。」現在有較大爭議的是：「惟依念佛得度」這句話是「經云」的內容，還是滿益大師自己的觀點？其實，這句是否屬於「經云」的範圍並不重要，也不必執著於這類問題；重要的是：這句的義理和教理是正確的。

佛法修學的原則就是：「依法不依人」，「依了義、不依不了義」，「依義不依語」和

「依智不依識」這四依四不依。所以，重要和珍貴的是「末法億億人修行，罕一得道；唯依念佛，得度生死」這段話所強調的客觀真理：在這個末法時代，只有淨土念佛法門最當機！在這個末法時代，一般眾生（絕大部分眾生）根機低劣、障深業重、福薄慧淺，人根陋劣；只有針對一般眾生的根性（根機），以最善巧當機的一持名念佛」方法使我們得度，這才是佛果功德的最高價值所在。

淨土法門的理事因果，啟立於佛的果覺境界，全體不可思議，其終極境界，更是「唯佛與佛方能究竟」，不可憑凡情淺識妄加推測。「佛經無人說，雖慧莫能了。」對佛經奧義，淨宗祖師能解能說，所謂「欲知山中路，須問過來人」。因此，我等淨業行人，宜對祖師言教深生殷重恭敬心。真信淨土者，當仰信淨宗祖師所說契理契機，符合佛陀出世本懷。

# 如何轉八識成四智 (第二十二屆佛學進修班)

佛弟子

在佛教的十二因緣中，識排在第三位，前面是無明、行，後接名色。「名色」也就是心物，自它開始，世界二分，執著與煩惱現起，而「名色」的直接之緣就是「識」。大乘瑜伽行派的轉識成智理論，更以「識」作為必須轉舍的物件，而且識的捨棄與否是成佛的關鍵。

「識」是有分別的具體認識，有局限，有染污，是成佛的障礙。八識包括：

「一」眼識——眼根（神經系統）對色境時，生起眼識的別作用。眼識依止眼根向外認識青、黃、赤、白等顯色；長、短、方、圓等形色。

「二」耳識——耳根對聲境時，生起耳識的別作用。耳識依止耳根向外認識各種聲音。

「三」鼻識——鼻根對香境時，生起鼻識的別作用。鼻識依止鼻根向外認識香臭等氣味。

「四」舌識——舌根對味境時，生起舌識的別作用。舌識依止舌根向外認識甘、苦、辛、酸等味。

「五」身識——身根對觸境時，生起身識的別作用。身識依止身根向外認識堅、濕、煖、動、滑、澀、輕、冷、飢、渴等觸。

以上五種識只能瞭解外界的現象，不能了別內界的心理作用。就它的行相活動來說，前五識是不恆亦不審。不恆，是因為當眼耳鼻舌身識起認識活動時，是剎那剎那地生滅的，不是無間斷的延伸。

「六」意識——此識是以第七識為其所依止

根，所以名為意識。它是普遍地向過去、現在、未來，內、外一切事物思惟了別的識。又，此識可細分為五俱意識與不俱意識二種。就它的行相活動來說，第六意識是審而不恆。不恆如前所說。審者是指它比知推度，這種認識過程名為共相分別。

「七」末那識——末那，意：思量也。第七識末那識是以第八識為其所依止根，而且又以第八識為其所緣慮的對象。第七識從無始以來是與第八識俱起並生的。就它的行相活動來說，第七識是亦審亦恆，即於一切處、一切時，恆審思量第八識的能緣作用是「我」、是「我所有」，名為意。

「八」阿賴耶識——是一切物質現象及精神現象的根本；是攝持所有色法及心法種子的根本識。阿賴耶識舊譯為「無沒」或「無滅」，即無間斷的意思。阿賴耶識又名藏識，藏者意義有

三：能藏（是阿賴耶識有攝持一切色法與心法種子的功能，含藏於自體中），所藏（是一切心法及色法將其種子薰附於依處），我愛執藏（第八識恆常被第七末那識愛看執著為自我）。在凡夫位這執持識稱為阿賴耶識，至福慧圓滿成佛時，改稱為無垢識。

「智」是超分別的直覺體悟，究極、純淨，是覺悟的智慧。轉識成智是唯識學的必然要求。比較多地指斷滅煩惱的精神作用。以智與識相對，識是對世間法的了別與知解，智也有此意，但其主旨不在此。智是超世間的智慧，是對世界本質的直接體悟，是成佛覺悟的依據。智對世界的把握，不在主客對立的格局中實現。唯識學提出四智理論，認為它是菩提智的具體內容，是八識轉依後的歸宿。轉識成智是唯識學成佛理論的核心。轉識成智就是轉舍有漏之八識，轉得無漏之四智。

轉識成智的內容是：

第一，阿賴耶識為大圓鏡智。「大圓鏡

智」，又名「鏡智」。所謂大圓鏡，比喻此智光明、平淨、圓滿，映照萬象如其所是，纖毫不離，完全無遺。在八識中，阿賴耶識積聚萬法種子，是其餘七識及整個世界的依止；轉識成智後，大圓鏡智也有類似的屬性，它是其餘三智的藏所，稱作「大藏」，在把握世界的方式上，具有整體、連續、徹底、無相等特點。阿賴耶識為萬法種子的積聚，鏡智是其對治，通過不斷修習，就能斷除一切染污，獲得轉依。所謂真如鏡智，即純淨真實的佛智，以鏡之名，喻其體現佛智的如實。

第二，轉第七識得平等性智。第七識末那識是自我意識的直接來源，妄執「我」為實在，恆與癡、見、慢、愛相伴。轉依之後，成為平等智，其特點恰恰是否定「我」的優先性，主張眾

生平等，並且消除煩惱，以慈悲為懷，普度眾生，無有窮際。

第三，轉第六識得妙觀察智。第六識是「意識」，是具有邏輯推理的知性認識能力。它轉依為「妙觀察智」，尤擅認識萬法的自相與共相，在認識上沒有任何障礙，且能應機說法，斷惑解疑，教化眾生，予人利樂。

第四，轉前五識得成所作智。「成所作智」又叫「事智」，是以身口意三業為眾生行善，利益有情之智，由言耳鼻舌身五識轉來。

這些轉識成智中，它的關鍵點就在於轉第七識成為平等性智。如果能夠將第七識徹底的完完全全的轉為平等性智，那麼，其餘的自然地也就跟著轉過來；若第七識未能轉為平等性智，其餘的不管怎麼轉，都會成為空轉。因為前六識是完全依託第七識的。第七識好比導演，而前六識則為演員。而第八識本身是無覆無記的，也就是

說它本身沒有什麼煩惱可言，也不具善惡性。雖然它能執持根身、器界、種子，但這些都是從前七識熏來的，所以它本身也是沒有什麼問題。因此，在轉識成智這個修法上，轉第七識為平等性智，是個關鍵點。

在八個識中，前五識是非恆非審，也就是說它不恆常，也沒有審察的功能。既然連審察的功能都沒有，自然的也就沒有修証的問題。而第八識是恆而非審，也就是說它也沒有審察的功能，當然也談不上修証的問題。簡言之，前五識及第八識只在果位上轉識成智，而沒有因地法行的問題。再來是第六識，它是審而不恆，也就是說它雖然有審察的功能，但卻不恆常。它會隨時間而反反覆覆地變化流轉。所以在第六識上做工夫會覺得很辛苦，斷妄歸真做起來會事半功半。因為第六識的妄念，斷了又生，生了又斷，反反覆覆。而第七識是亦恆亦審，也就是說它是恆常

的，又有審察的功能，而且又以思量為其性相，而本身又是無記性，所以拿它來做工夫是最恰當的啦！簡言之，只要將第七識所執以為是的那些不正確的知見、想法、看法或觀念加以修正。第七識最大的問題是它始終牢牢地執取第八識為我，甚至誤以為第八識是一是常是主宰是我。如第七識已經無有我執，非但是人無我，而且也是法無我。人法二執已空，第七識自然也就轉為一體無我的平等性智。同時第六識也就成為從本性上顯現的妙用，稱為妙觀察智。當然，這些都是靠前五識來成辦及行持，但因為原先的執著性已經沒有了，我執已經不存在了，所以不再名為前五識，而稱為成所作智。

大圓鏡智、平等性智、妙觀察智、成所作智，這四種智慧，是本有的，就是自己心裏明白了，才生出這四種智慧。總之，眾生皆有佛性，轉識成智即是成佛。

# 地藏菩薩本願經讀後感

日本小女孩津田禾子

大家好，本人現年十一歲，是一個快升上小六的小學生，因此，所寫出來的文筆幼稚，毫無文采，請勿見怪。

我外婆在去年的七月十日逝世，令所有人都陷入低潮中，由於外婆的信仰關係，一切喪禮儀式都跟照佛教進行。我本身是外教徒，所以我還是初次接觸佛教的知識。

我聽媽媽說，通常有人死後，他的親朋戚友可以唸經作祝願迴向，為他增添功德，免受六道輪迴之苦，於是我和媽媽便決定唸經迴向給外婆。

實話實說，我第一次唸的經是《地藏菩薩本願經》，大約三分之一的字典那麼厚。第一次看見它時，心想：哇！這是甚麼！要讀完整本經，

怎麼可能？

開始讀經時，氣氛真的很莊嚴，打開經後，第一眼便看到地藏菩薩的畫像，頓時感到一種敬畏，不得不再肅然起敬。然後再翻唸了半章後，才發覺這本經就像故事書一樣，記錄了不同關於地藏菩薩的故事。每個故事內容都十分有趣。內容完全是由古文翻譯而成的，還有很多字我不懂怎樣去讀。我當時真的被搞得古語有「雲」！哈哈！後來慢慢的去了解它，才發覺唸經原來是一件十分有趣的事哦！

唸經是很有意義的事情，一來可以增加先人的福德，二來又可以增加自己的知識，尤其是讀經時，置身於當時的境界，那種悲情澎湃，使人無法冷靜地對待婆婆過往一生的事蹟；頓時產生

了遺憾，後悔自己的愚昧人生觀。我熱淚盈眶，反覆思量婆婆是個沒有接受過教育的傳統女性，但她能依據佛教些微知識，走其脆弱的、無助的人生；默默地幹着她偉大的貢獻，這點令我不得不覺佛陀的偉大。慶幸我今天能早點認識佛教的人生哲理，這肯定給予我將來一重大人生基礎的影響。

各位年青人，假若您現時受到人生的煩惱或疑惑的衝擊，放下您手上的電玩，快來體驗一下唸經的感覺吧！



# 德國瑞士弘法參訪之旅

釋定賢

有緣應位於瑞士蘇黎世（Zurich）邊境，德國南部 Konstanz 市「般若學佛會」張曼玲居士的邀請，衍德法師與貧僧同行，與彼邦佛弟子在觀音成道日和三天的禪修營中共結法緣。八月四日早上八時從香港飛新加坡轉機，抵達 Zurich 已近晚上九時，當地時間比香港慢六小時，太陽仍未下山，落地後第一個感覺是空氣比香港乾爽清新。從 Zurich 機場到 Konstanz 佛堂車程約一小時，德師與我住於學會中，一切安排妥當。康城夏季日間氣溫 30°C 左右，由於地大人少樹木多，有河流、大湖及接近瑞士雪山，亦不覺太炎熱，樹蔭下還感到清涼，清晨和入夜後氣溫可降至 15-20°C，一般的餐廳室內不開冷氣，人們喜歡坐在室外簷篷或太陽傘下悠閒地飲食聊天。

在觀音成道日，我們於學會內以共修（大悲咒）為主，午供飯食後我用了個多小時介紹「觀音法門」，並與德師主持佛法答問。稍後三天的禪修活動，是從早上六時至晚上九時十五分，內容包括簡單的早晚課、靜坐、行禪、佛法開示與答問、禮佛懺摩等。參加者包括當地的德國人、一加拿大人、以及香港、中國、越南和泰國的僑居者。康城沒有唐人街，中國僑胞分散而居，似乎越南與其他東歐、中東、亞洲與非洲裔移民的凝聚力較強。據了解，漢傳佛教在歐洲的弘揚，比南傳和藏傳佛教遜色，這大概是語言的隔閡、漢傳佛教尤缺弘法人才和完善管理之故。整體而言，佛教熱在歐洲以至全球方興未艾；個人以為，此有喜亦有憂。所以喜者，面對近代





政治經濟的動盪、倫理道德的衰敗與天災

人禍的沖擊，漸多西方與東方有識之士，較願意作深刻的反省，而佛教之世間道德價值觀和超越性的宗教思想與實踐，廣泛

覺，謹慎觀察抉擇正道良師益友，以正信的佛法與真修實學，作為實踐人間佛教、自渡渡人的菩提資糧。

此行佛法交流暢順的主要因素，是張居士與她女兒Doo將中文的佛法講義先翻成德文，以及在佛法開示時的中、德翻譯。衍德法師與我大都以廣東話演繹佛法，有時輔以普通話或英文以助解釋和溝通。德師演說的佛法主題，是以禪宗的教理和修行方法為主；而我則介紹根本佛法義理，以及基本的禪修方法。大體的印象是，西方人的學習態度認真，習慣於獨立、理性與邏輯的思考，並且勇於發問和質疑，但對於抽象（如東方的哲學／玄學）、靈性與感性的想像力似乎較弱；這應是由於不同的東、西方地理、氣候、傳統文化、教育、政治等，所塑造成的思想與行為之差異。禪修營的第三天，有十五位中外男女

被認同為淨化身心與建立和諧社會之務實良方，因此漸多人欣然接受和學習佛法；所以憂者，佛教之復興，再次令附佛法外道和貪求名利者垂涎，混跡佛門污染與破壞佛教。為佛弟子自應警

發心受持「三皈五戒」（有些是再受增益）；令我印象深刻的是，當中有一位八十歲慈祥專注的德國老太太，以及一位謙恭有禮的泰國中年善男子，他們明顯是修學過藏傳與南傳佛教的佛弟子，這次參加由漢傳法師帶領的禪修活動和皈依受戒，充份體現了「佛教無邊界」的大同精神！

法會和禪修的前後日子，由有貴族紳士風度而不失幽默的Hofst精心策劃，駕車帶我們遊覽德國西南部的名城（康斯坦茨、紐倫堡、慕尼黑、科隆等地），參觀了各年代各有特色的古堡、教堂、新舊建築和一些歷史／神話古蹟。在歐洲排第四長的萊茵河（1320km）觀光船上，觀賞沿河兩岸的古堡、民居、田園、歷史古蹟。沿迴旋石級登上世界第三高的科隆教堂鐘樓、塔樓（157m）環眺市景，跨越600年建成宏偉的科隆教堂內外，精緻的彩窗、壁畫、浮雕，反映了

中世紀文藝復興後期的歌德式建築藝術，令人歎為觀止！科隆在歐洲以自由開放見稱，據聞當地有多個大規模的同性戀組織設立。紐倫堡和慕尼黑的廣場充滿各國遊人，商場攤檔林立於教堂、古堡和歷史建築物周遭，有置身「聯合國地帶」之感！參觀了不同的大教堂及進入Hohenschwan-gau與Neuschwanstein古堡後，方感受到主教、皇室貴族的顯赫權勢和奢華！從各古蹟的參訪中，意識到各民族在不同的時空裡，皆有其光榮歡樂與黑暗哀傷的歷史；歷史證明了政治、宗教、經濟與文化思想，有著千絲萬縷、難解難分的複雜關係。以佛教的用語概而括之，當人類光明清淨的自性或良知，被貪瞋痴慢疑和不正見所污染所征服，邪惡、鬥爭和悲劇便會不斷重複上演，此乃世間人禍天災的源頭。

回港的前一天，我們乘纜車登上高傲不群的

瑞士 Santis 雪山，雖然它只有二千多米高和處於夏季，但在山頂仍感清冷（約 12-15 °C），尤其是在風起雲湧之際；遇上久仰大名的「雪山救人犬」，怎能不來個合照呢！比起德國人，瑞士人一般較「纖小」，身材像亞洲人，但在財經方面，瑞士可能比德國富裕（東、西德合併後更為明顯）。據觀察，兩國有許多共同處，例如：國民教育水平高，注重生活品質與健康，熱愛自然生態與運動，愛護動物，悉心保護歷史／藝術文物，崇尚自由。因此街道房屋整齊清潔，綠樹花卉、古蹟隨處可見；路上大多設有單車徑，時見人狗相隨，連路旁的「高級乞丐」也常一狗傍身；Café 或 Ice-cream bars 的露天座上，人們悠閒飲食攀談，還有街頭藝人在廣場和消閒處獻技

賺取小費。受了五戒或菩薩戒的佛弟子，在德瑞也不愁飲食，原來彼邦持素的人非常普遍，他們不一定有特別的宗教信仰，素食的原因大概是為了健康和悲愍動物；某些受了菩薩戒還要貪食肉的佛教徒，對此能不汗顏？！德國出產多種沒有



酒精的「麥啤」，加上各式各樣的乳酪、芝士、雪糕、巧克力、麵包糕餅米麵、新鮮的蔬果以及各國（移民）的巧手烹調，個人而言，彼邦算得上是「素食天堂」！可是有一點須注意，彼邦的物價一般比香港貴四、五倍（尤其是進口的消費品）！我飲了一瓶生平最貴從小食店買的普通膠樽可樂，500ml約港幣二十五元！那是德師請的，非常感恩！要感恩的人事物，及值得分享的見聞還有很多，但在此恕難盡錄。期待若干年後，有緣再到歐洲與大眾分享佛法。個人特別喜歡德國和瑞士的寧靜自然環境，很適宜禪修——水邊樹下，山丘草地、清新空氣；還有濃厚的歷史、宗教、藝術、文化和自由氣息。各位法友，屆時有興趣同行嗎？若有就要開始多儲備盤川了！



# 蓮池大師 的故事 (九)



嘻嘻！師父！  
嘻嘻！師父！  
有什麼事啊？



嘻嘻！請問師父……  
蓮安！  
有話慢慢講。  
記住！未語先笑不祥啊！



是！師父！弟子看這書上，覺得古人說的道理很不合教理……



蓮安！你出家沒多久，雖粗通教理，但是別忘了，出家人妄議古人，藐視今人，都不祥啊！



啊！師父！弟子謹記受教！

蓮池大師的戒殺放生文，在當時造成莫大的迴響。



師父，上方寺的放生池已經開鑿完工了。



好，如此城內就有一處放生池了。



唉！西湖歌舞，歲無休時，諸君子們，春花秋月，燕享賓朋，水陸珍饈，殺生何其多啊！



師父，如果平常宴客，可以殺生嗎？

良辰美景，賢主嘉賓，蔬食菜羹，不妨清致，何須廣殺生命，窮極肥甘。唉！真是笙歌壓於杯盤，宰割冤號於砧兒啊！



要知盤中之物，卻從砧兒冤號中來，彼極苦，我極樂，這咽得下口嗎？



在華亭，有位趙居士，十年前發了一件事，老衲講給大家聽。

285

284

趙居士，有一天坐船到清浦去探親。



咳！什  
麼人站在  
船頭上？



啊！怎麼……  
怎麼是你  
呢？安福  
，你不是已  
經亡故了嗎？



安福！  
現在於陰  
府中工作  
，今天出  
來是要追  
取三個人



三  
個  
人？



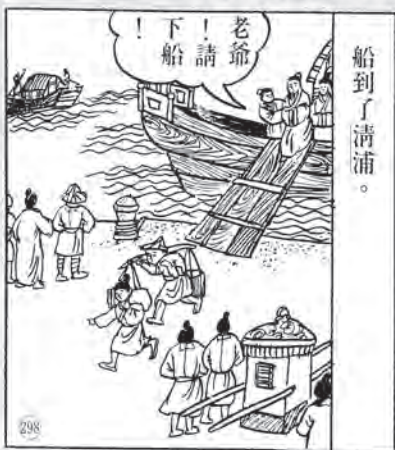
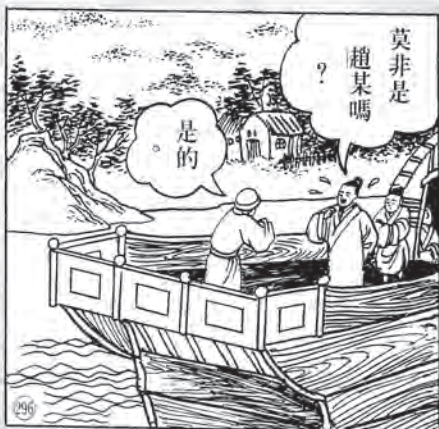
一個是  
湖廣人，一  
個是您今  
天所要探  
望的親戚

那第三  
個呢？

第三個  
是誰  
？  
安福！



這……









阿彌陀  
佛……

只要發心積善，  
或至五百，或至  
一千，三千，五  
千，乃至於萬，  
隨其所求，必  
滿願故。



是啊！在  
家出家一切  
人等，凡有  
所求，不必勞  
形役志，百計  
謀劃。希望成  
功，也不必禱  
神祠天，宰殺  
牲牢，請乞福  
祐。

那應如  
何呢？



而凍死或餓死的  
啊！  
也沒有人因此  
有飯吃，  
衣服穿，  
也照樣有  
看，不作  
依老納

此行業的，  
看，不作  
依老納



師父！您說營生  
也不宜殺生？

是啊！世間人爲了吃穿，  
有的去打獵，有的去捕魚，  
或屠宰牛羊豬  
犬等，作這殺生  
的行業來謀生。



非，這真是令  
人痛哭流涕  
長太息啊！

唉！殺生  
是種地獄的深因，  
必得受來生的惡報，  
世間人何苦以殺生  
來營生呢？偏偏世俗  
又不以殺生爲



要知道啊！用  
殺生來營生，這  
是神明所極厭惡的，  
要以從事殺生的行業  
來發達富貴的，  
一百人中，是  
沒有一位的啊！

閱覽室 **佛教青年協會中醫贈診所** 禮請 **何文輝** 中醫師駐診。

逢星期一至星期五 早上 8:30 至下午 12:30, 診金藥費全免, 只收掛號費:

會員 \$25 (出示會員證), 非會員 \$30。(出家眾及 65 歲或以上長者  
或家境貧困者, 免收一切費用)。外來藥方恕不贈藥。

## 閱覽室10月份活動

星期	活動名稱	時間	導師	上課日期	內容	適合年齡/資格
一	法器進階班	下午 2:00-4:00	證源法師	7月13日-11月9日	講解及訓練操作法器	法器基礎班進級學員
二	法會程序實習班	下午 2:00-4:00	證源法師	7月14日-8月25日	加深法器認識—法會程序	已滿額
	教理研習(A班)	晚上 7:30-9:00	--	逢星期二 (10月13日開始)	我對《金獅子章》的理解	歡迎隨喜參加
三	成人國畫班	下午 2:45-3:45	文程遠	逢星期三	學習國畫基本功	國畫班舊生
		下午 3:45-4:30				對國畫沒有認識的
四	慧命功(A班)	下午 2:00-3:00	胡銘麟	10月8日-11月12日	拍打穴位之健康功法	請先報名
	佛經研討班	晚上 7:30-9:00	--	逢星期四	研討《普賢行願品》	歡迎隨喜參加
五	中國繩結中班	下午 2:00-3:30	陳積幸	10月9日-11月27日	研習中國繩結	繩結初班學員
	慧命功(B班)	晚上 7:00-8:00	胡銘麟	10月9日-11月13日	拍打穴位之健康功法	請先報名
六	青年讀經班	下午 2:30-3:30	--	逢星期六 (10月10日開始)	華嚴經之淨行品及梵行品	歡迎隨喜參加
	教理研習(B班)	下午 4:00-5:30			佛陀的身教/三皈、五戒、十善	

新班報名:

1. 教理研習(A班) 題目: 我對《金獅子章》的理解 日期: 10月13日開始 (逢星期二研習)

內容: 本班特為佛學進修班同學而設, 將上課聽法心得互相分享及如何將佛陀的教法應用於日常生活之中

2. 教理研習(B班) 題目: 佛陀的身教/如何學習三皈、五戒、十善 日期: 10月10日開始 (逢星期六研習)

內容: 本班特為佛學班同學而設, 將上課聽法心得互相分享及如何將佛陀的教法應用於日常生活之中

以上各活動, 費用全免。歡迎各界人士參加。查詢電話: 2380 8221 (當值義工: 施偉強、陳秀惠)

閱覽室開放時間: 星期一至星期六, 上午 10:00 至下午 12:30 / 下午 1:30 至晚上 7:00

(星期日及公眾假期休息)

歡迎各界人士到閱覽室閱讀本會藏書。

## 中華佛教圖書館 晚間定期活動於晚上 7:30-9:00 舉行 (圖書館逢星期一日間放香)

星期	法會及活動	講師	星期	法會及活動	講師
一	佛學進修班	眾法師	四	妙法蓮華經讀誦法會	眾法師
二	誦經法會	眾居士	五	念佛晚會	眾法師
三	佛經講座	眾法師	六	佛學班	眾法師 / 講師

## 本會活動地點



中華佛教圖書館  
九龍界限街144號3樓  
電話：2336 0437 傳真：2336 1851



天台精舍  
九龍荔枝角  
九華徑新村133至135號



閱覽室  
九龍太子道144號賜珍大廈7字樓  
電話：2380 8221



地藏閣  
荃灣老圍村三疊潭12號  
(西方寺對面路口入)



荷石精舍  
屯門青山村橫山公路尾



蝴蝶灣望海觀音廟  
屯門蝴蝶灣第45區  
(美樂花園對出海旁)



佛教青年協會 紐西蘭分會  
P.O. Box 82146, Highland Park, Howick, Auckland,  
New Zealand Tel : (09) 2713377

## 歡迎參加

我們都是充滿活力的青年，加入佛教青年協會，是希望更了解佛教的真義和宇宙的真理，把我們所學到的帶到社會每一個角落。我們宣揚釋迦牟尼佛的教義，用行動和事實讓世人知道佛教徒的人生態度是樂觀的，積極的。

如果你也有興趣加入佛教青年協會或發心皈依三寶、求受五戒，請親臨九龍界限街 144 號 3 樓佛教青年協會登記。我們有許多廣宣流布的事情需要你的幫助，希望你能積極參與，大家互勵互勉吧！

歡迎蒞臨本會免費索閱通訊、《雷音》及佛學入門書籍。

### 福田自種 利己利人

為方便各會友贊助本會各項活動經費，特將本會各銀行帳號臚列於後。發心捐助者，可直接將捐款存入相關之滙豐銀行帳戶。

564-020444-001 (弘法經費)

564-020444-002 (《雷音》)

564-020444-003 (放生)

564-020444-004 (印經)

564-020444-005 (福田)

如需本會發回正式收據者，請於存款後一個月內，將銀行入數紙正本連同收據抬頭人姓名、地址及聯絡電話一併寄交本會辦理。

### 徵稿

- 一、本刊歡迎各界來稿。內容以適合初習佛法者閱讀為合，文體不拘。發表時筆名聽便。
- 二、來稿請附真實姓名、地址及電話，以便聯絡。
- 三、編者保留對稿件增刪的權利。堅持保留原文者，請先聲明。
- 四、本刊暫不擬發稿酬。
- 五、稿件請用原稿紙單面書寫。來稿請寄「九龍界限街一四四號三樓佛教青年協會《雷音》編輯委員會」收。
- 六、如需退稿，請附回郵信封。

## 助印功德芳名錄

- 10 楊謙益·江瀚喬，江炳鎮合家
- 20 陸智禮·區燕群·周楚潘·陳柏熹·林夢鴻·鍾志康合家·陳紹能·  
陳文忠合家
- 25 陳美容
- 30 劉崇堅合家·王立基，王立業合家，王鳳明
- 40 郭良友·郭維彬合家，郭良友合家，郭健合合家，郭錦同合家·沈少賢合家·  
盧安·黃民豪，黃汶琪·郭良友
- 50 簡帶合家·張業基合家·陳美娟，陳麗娟·陳安琪·鄭妙英·鍾泳茵·  
陳桂揚·袁自勝·徐成堯，李佩燕·陳麗萍·韓靜華·孔國雄·  
黃成輝，黃婷婷·袁自勝·陳桂揚·徐成堯，李佩燕·鄧偉邦·馮穎雅·  
金膳健康素食·沈少賢合家·余曼筠，余曉嵐合家·凌煥卿
- 60 黎北帶，盧閏娣·黎容夫婦·盧自立夫婦·黎德權，黎寶權，黎輝權·  
黎玉權，黎耀權，黎梅
- 100 葉達霖，郭少梅，葉晉亨合家，葉名基合家，郭禮泉合家·吳偉剛·  
葉達霖，郭少梅，葉晉亨合家，葉名基合家，郭禮泉合家·尤錦泉·  
莊天慧，趙雁堂·翁嘉營合家·楊彩霞·林春來，黃翠娜，林怡伶合家·  
南洲公司暨員工及眾客戶·何鴻卓·林春來，黃翠娜，林怡伶合家·  
南洲公司暨員工及眾客戶·吳偉剛·林春來，黃翠娜，林怡伶合家·  
南洲公司暨員工及眾客戶·蕭偉基·葉達霖，郭少梅，葉晉亨合家，  
葉名基合家，郭禮泉合家·林春來，黃翠娜，林怡伶合家·  
南洲公司暨員工及眾客戶·龍郁輝·釋宏順師·羅啟源·鄭文華·馮少卿·  
徐素淨·蕭偉傑，蕭安妮·吳麗貞·迴向先母張超文往生西方淨土·  
羅德貞合家·鍾麗明，鍾健仁·鄭文華·梁子龍·孫惠瓊·黃瑞流·張麗珍·  
李沛恬，徐有·葉宅·蘇雪群·鄭文華·陳銀葉，葉宅合家·馬嬌·  
陳蘇女合家·羅德貞合家·吳樹盈·梁秀霞合家·鄭文華·陳鏗興·暨燕玲·  
羅啟源·方王錦懷·陳燕屏·葉秀美·黃柏泉·鄧淑儀·徐晶·陳道娥·  
陳德文合家·葉慶祥·羅淑敏，羅淑婷，歐陽妙珊·徐興友·謝銀喜
- 150 老錦榮·徐有，張麗珍，李沛怡，楊智康
- 188 吳素福
- 200 譚惠民，譚浩然，文妙娛·勞宅·陳仲祺·MARK ROSE·陳錦文·陳志顯·  
徐慶福·杜妍駱，杜錦堯·張福妹·WONG YUK SIM·鄭志杰·鄭志聰·  
劉婉芬·張偉強
- 300 羅云佐·曹寶珠·林佩君合家
- 500 廖國浩，廖穎兒·呂壽波·朱智淞·高佩英，劉滿昌，莫少芬，莫新華，  
莫瑞華，莫富華，黃玉蓮，莫貴儒·梁啟宏·王紹增
- 600 鄔立富
- 1,000 鄧仲賢·黎月容
- 1,500 邵姚美英姻親合家

## 天台精舍觀音誕法會及三皈五戒



## 天台精舍盂蘭思親法會



## 天台精舍盂蘭思親法會（晚上蒙山施食法會）



## 羅浮山華首台寺短期出家及八關齋戒



## 圓明寺孟蘭法會

