

佛教青年協會主辦
長者歡聚樂繽紛文娛表演
2013年9月29日(星期日) 屯門大會堂演奏廳

雷音



佛青外展組探訪長者活動

154 (免費贈閱)

佛曆二五五八年(二〇一四年)二月

佛學基礎班



佛學進階班



會員迎新日



旋陀羅尼

天童寺過去有一位祖師，當禮大殿、四聖（大殿、韋馱、伽藍、祖堂、監齋）時，侍者見他口中念念有詞，回到方丈寮以後，請示念的是什麼，這位祖師說：「是華嚴經」。侍者問是華嚴那一品呢？祖師說：「老僧禮畢四聖，誦華嚴經一部。」侍者大吃一驚，華嚴有八十卷之多，普通人誦讀一遍，要費若干時日。天童雖是有數的大廟，院宇寬闊，但是在各殿堂巡禮一閱，不過一、二小時，決不可能誦完這一部大經。當即請示祖師可否將此三昧境界，明示大眾，以啓信心，祖師允諾答應。

次日這位祖師升座說法，命取華嚴經全部，每人各執一卷，祖師誦這一卷，座下七十九個人，各執不同的一卷，每人聽到祖師所誦，就是他手
中
的
一
卷。

由此可見佛以一音演說法，眾生隨類各得解，東方祖師，尚能到這個境界，何況如來？這個境界叫旋陀羅尼。從前智者大師親證得旋陀羅尼，見靈山一會，儼然未散。嘉祥法華義疏說：「旋陀羅尼，於法門中，圓滿具足，出沒無碍。」這個境界，外道修行，不但不能達到，而且不能想到，所以說佛法是不可思議的。



（錄自如是庵學佛臆語）

目錄



封面題字：

出版：佛敎青年協會

會址：香港九龍荔枝角

青山道 501-503 號

國際工業大廈 6 字樓 B 座

電話：(852) 2338 9939

傳真：(852) 2336 1851

網址：<http://www.bya.org.hk>

電郵：admin@bya.org.hk

編輯：雷音編輯委員會

封面：佛青外展組

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：5500 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
菩薩的故事	51
打通血管血栓絕密配方	50
水果酵素	47
禪通行化篇	42
唐三藏玄奘大師畫傳	34
鞭春	33
素食菜譜	32
本會活動的花絮照片	29
龍樹菩薩傳	24
慈航十訓述義	17
阿含摘記	12
淨土聖賢錄	8
學佛答問	4
旋陀羅尼	1

問：出家人頭上燃香疤的用意是甚麼？

答：本來受菩薩戒的，就是要做到難行能行，難忍能忍。就施捨來說，不單是錢財等外財要施，就是連我們的身體也要施予眾生。眾生需要手，菩薩就施予手，眾生需要眼，菩薩就施予眼。菩薩本來就是不易做的，但我們不用灰心，因為這些事在我們凡夫位來看是不可思議的，但菩薩已證得我空法空的境界，再加上慈悲心的殷切，做這些難行，是非常樂意而毫不勉強的。其實即使在我們凡夫地位，也不是有許多人捨己救人，為正義而捐軀的嗎！這正是菩薩的行爲。我們受菩薩戒，就是要學菩薩的行爲，雖然在程度上有很大的差別，但我們必需勉勵自己，鍛練自己的意志。在頭上燃香疤，就是要做到難行能行，

難捨能捨。試想，如連這一點都做不到，往後又怎能擔負艱巨的任務呢？

第二個原因，在楞嚴經上說到：如果我們在佛前身燃一燈或燒一指節及於身上薰一香炷，那麼我們多生以前所造偷盜等罪都可消滅，乃至可以消除無始以來的惡業。

第三個原因，就是梵網經有云：「若不燒身臂指供養諸佛，非是菩薩」，所以如果受菩薩戒的話，就一定要燃燈或燃香才如法的。法華經亦云：「能燃手指，乃至足一指，供養佛塔，勝以國城妻子及三千大千國土山林河池諸珍寶物而供養者」，於是藥王菩薩即燃燒自己供養如來，而感極殊勝果報。

本來，以前的出家人只要在身上任何一處燃了香疤就可以了，是沒有規定要燃在身體哪

一處的。但是在中國，出家人最多的時候有將近二百萬人，中國地大寺院亦多，有許多犯了事的，或在社會上出了問題的人，爲了逃避緝捕，就剃光頭，設法弄一張度牒，穿上僧衣扮作出家人的模樣走到寺廟掛單。因此，真正的出家人覺得不可再如此下去了，便想出個考試方法出來，要掛單的人必需念得出彌陀經、大悲咒和心經等才可。但後來又不能用這辦法了，因爲有心扮作出家的人又會去學誦此等經文，因此，以後就統一規定，凡是正式出家人都要在頭上燃上香疤，有些是三個、六個乃至十二個都有，這樣便可以一看就知道那些是真正的出家人了。

一九四九年之後，北京曾舉行了一次佛教會議，通過了一項規定，首先要滿十八歲方可出家，第二是沒有犯過法沒有幹過壞事，第三是政府規定出家人不可在頭上燃香疤，因其認爲「不衛生」和「不雅觀」。但是香港台灣的出家人則保持燃香疤的慣例。然而亦

因如此，香疤亦失去了鑑別是否出家人的作用，而出家亦不需像以前一樣一定要燃香疤的了。

問：有佛像的地方，為甚麼也會有鬼？

答：有道德、福德厲害的人，鬼神才不敢來。「心誠則靈」，這樣才有作用，譬如，佛像是泥塑木雕的，也有紙畫的，不信的人，不當作是一回事。不過，佛學的理論，主要是在你的思想上，思想上有變化，宇宙萬物才會產生變化，以佛教來講，要有內因，外緣才會產生作用。儒家曰：「精誠所至，金石爲開」，這道理與佛教完全吻合。

問：先人是否樂意受幽冥戒？

答：大家可能有此同感，代親人受幽冥戒，怕其不高興，實際上鬼有天眼通，知對自己有益，不會不願意，若在四十九天外投生爲人，天或畜生等，而受幽冥戒是不會知道的，雖然

可能已轉生其他地方，仍有裨益，使他們增福增壽，也能改造好的命運，也為他結來世佛緣，因為父母與子女是有心靈感應的，即使在鬼道亦能得到利益，否則高僧大德不會設幽冥戒亦不會流傳至現在，假若不能持戒清淨，縱然犯了戒，仍是犯戒菩薩總勝過沒有受戒而不犯戒，因為能把菩薩戒種子種在八識田中，將來終有一日得受清淨戒。

問：甚麼叫做出家？

答：出家有四料簡（四種組合狀況）（一）身出家心不出家——是說雖然剃光了頭，穿上出家衣服，外表像是出家人，心戀世間，念念不忘。（二）身在家心出家——雖受用妻子，而不生染著，如龐居士有子不娶，有女不嫁，大家一齊說團圓話。（三）身心俱出家——於五欲境，心無顧戀，如虛雲和來果禪師等。

（四）身心俱不出家——受用妻子，耽生貪染，如世間一般凡夫俗子。小乘聖人出三界

家，了脫分段生死，大乘菩薩出無明家，了脫變易生死。出家人應發四種願：一願濟眾生困厄，二願除眾生惑障，三願斷眾生邪見，四願度眾生苦輪。

問：請問是否每個佛子都要受持五戒？

答：很多非佛教徒不懂得，以為凡是佛教徒就要受持五戒和吃長齋，其實不然，學佛是有層次的，首先信仰佛教，對佛教有了認識，然後皈依三寶，並沒有甚麼戒條約束，只要存好心，說好話，行好事就可以了。過些日子若對佛教有深刻的認識，再受持五戒，一不殺生，二不偷盜，三不邪淫，四不妄語，五不飲酒。若要發心廣度眾生離苦得樂，其次受持菩薩戒，始規定要吃長齋，並非一信佛教就要吃長齋和受五戒。

問：佛教不准作惡事，但對作善事應持何種態度？

答：佛教最初要人行善為對治作惡，惡心若能不起，再以空對治善，因為作惡墮三惡道，行善升三善道，都是有生有死，若是以空對治善惡。則可了生脫死。

問：怎能做到常隨佛學和恆順眾生？

答：不論那裡有舉行佛教活動或講經說法，於百忙中一定要抽空參加，猶如今晚佛學研討，你們經常參加就是常隨佛學。至於恆順眾生，不論對親朋戚友或冤家對頭，一視同仁生大悲心，平等饒益一切眾生。縱遇批評和罵辱也不生瞋恨。普賢行願品說：「一切眾生，而為樹根，諸佛菩薩，而為華果，以大悲水饒益眾生，則能成就諸佛菩薩智慧華果。」

問：聞說人在臨命終時念佛就可往生極樂世界，在生所作的惡業如何處置？

答：罪業是虛妄不實的，經說：「罪從心起將心懺，心若滅時罪亦亡，心亡罪滅兩俱空，是則名為真懺悔。」若生西方極樂世界，罪已消滅，假使欠人錢債和命債，倒駕慈航回來再還，那時用神通還非常自在而不受痛苦。

問：金剛經說，凡所有相，皆是虛妄，若見諸相非相，即見如來。如何解釋？

答：人在沒有投生之前，既沒有人生和世界，由於卵子受精而成胚胎，然後變成凝滑，漸漸增長而成瘡疤，再成軟肉、硬肉、支節、六

（待續）

淨土聖賢錄

往生比丘第三之一

續上句：「才知道道珍往生前的祥瑞感應。（續高僧傳·樂邦文類）」

北魏 曇鸞

曇鸞。山西雁門人，年少時遊歷五臺山，見到種種神跡靈異之事，因而發起信心剃度出家。讀《大集經》時，由於經典的言詞義理深奧微密，因此發心要為此經作註解。行文註解才過一半，就感得氣疾，於是周遍各處去尋求醫療。後來感歎說：「人命危脆，旦夕無常。我聽說長命的神仙，常常出現於世間，如果得到長命的神仙術之後，再來宏揚佛教，不也是很好嗎？」因此前往

這就是我佛大覺金仙的長生之法。」曇鸞聽了以後心中大喜，因此把《仙經》火化，專修淨土的觀法，不但自我修行而且教化眾生，其影響流傳非常廣大普遍。他曾經撰寫稱名禮拜求生淨土的十二首偈頌，以接續龍樹菩薩所作的偈頌。又著述《往生論註》兩卷，流傳於世。

魏朝君主非常尊重推崇他，因此賜號為『神鸞』，並敕令迎請居住於山西并州大寺。晚年移往汾州玄中寺。東魏孝靜帝興和四年（西元五四二年），有一天晚上，在室中見到一名清淨僧人告訴他說：「我就是龍樹，早已往生居住在淨土之中，由於你和我志向一致的緣故，因此特地前來和你相見。」曇鸞自知往生的時候已到，於是集合大眾教導警誡說：「大家生生世世奔波勞苦，永遠沒有止盡的時日。對於地獄無量無邊的痛苦，不得不心懷恐懼；而於求生極樂世界九品蓮華的淨土法門，不可不努力修行。」說完之後，命令

江南的道家陶弘景隱居的處所，懇求神仙術，陶弘景授以《仙經》十卷，曇鸞便歡心喜悅地回去。

回程經過洛陽時，遇到三藏法師菩提留支，曇鸞問說：「佛法中也有長生不死之法，勝過這本《仙經》的嗎？」菩提留支說：「此方東土哪裏有什麼長生不死之法，縱得長命，短暫的時間內不死，終究歸於六道輪轉，有什麼可以珍貴的呢？真正能夠長生不死的，唯有佛道中才有啊！」因此菩提留支以十六觀經（《觀無量壽佛經》）教授給曇鸞。並告訴他說：「學習此經，則三界之內不用再來投生，六道之中不必再來輪轉，豐盈虛損陰陽消長、福禍成敗得失好壞等種種事情，不會再來干擾傷害我們。而其壽命之長遠，有如恆河沙時劫無量無邊，真是沒有辦法比量譬喻，

弟子們高聲念佛，自己則向西方頂禮而往生。當時在寺院的人都看到幡華幢蓋，從西方而來，天樂充滿了整個虛空，過了很久之後才消失。這些感應的瑞相傳聞到了朝廷，皇上於是詔令將曇鸞大師安葬於汾西（今山西平陽）的文谷，於當地建立塔寺和紀念石碑。（續高僧傳·樂邦文類）

北齊 慧光

慧光。居住洛陽。曾著《華嚴經》、《涅槃經》、《十地經》等經典的註疏，微妙窮盡地披露權實二智的義理。有一天得疾病，見到天人大眾來迎接，慧光說：「我所願求的，是歸向極樂世界啊！」說完之後不久，西方淨土的化佛，充滿了整個虛空，慧光說：「唯願我佛慈悲攝受，滿我往生淨土親見阿彌陀佛的本願。」隨即彈指而入滅往生。（佛祖統紀）

北齊 道憑

道憑。俗姓韓，山東平恩人。年十二歲出家，通達貫攝各種經論，到處參訪各個大德的講座，因此對於佛法的造詣，日漸達到精深微妙的境界。魏、趙兩朝年間，講《涅槃經》、《華嚴經》以及各種戒律、論典，眼睛不用依著經文讀誦，就能夠透徹地切中佛法的要旨。平日時常福德、智慧兩者兼修，袒露肩膀赤著雙足，以乞食生活來度日，並發願迴向求生西方極樂世界。齊文宣帝天保十年（西元五五九年）三月十七日，於河北鄴城西南的寶山寺往生，時年七十二歲。臨命終時，佛光照耀充滿整個屋子，芬芳的異香瀰漫於庭院之間。（續高僧傳）

北周 慧命、法音

慧命。俗姓郭，山西太原晉陽人。出家後，專門修習方等、普賢等懺法，追隨投靠恩光、先

北周武帝天和三年（西元五六八年）十一月五日，慧命端身趺跏正坐，面向西方稱念佛名，這時大家都看到阿彌陀佛來接引，慧命隨即合掌念佛而往生。大眾當中有人夢見天人從天降臨，幢幡鮮明亮麗顯耀在輝煌的日光之中，又聽到房舍之間有清晰的音聲唱言：「善哉！」內外到處充滿奇異的香氣和美妙的樂聲，大家所聽聞的音聲和熏染的香氣，都是美妙繽紛而多采多姿。

不久之後，法音禪師也在這個月的十七日，坐在同一個地方，念佛往生。往生時所顯現的感應瑞相，也和慧命一樣的殊勝感人，兩人當時都是三十八歲。後來徒眾們就在這顆松樹下，疊磚建塔而為墳墓。（續高僧傳）

（待續）

路兩位禪師，後來遊化到仙城山。在此之前，有一個叫孟壽的道士，發心歸依三寶返邪歸正，施捨自己所住的道館，改建為寺院佛塔。後來等到慧命法師將要到達仙城山之前，孟壽在神志恍惚如夢似幻的情況下，見到鬼神大眾嚴肅地守衛在他原有道館的兩旁。醒後不久慧命法師就到了，因此孟壽又捨掉自己所住的房子改名為善光寺，並以此寺院供奉奉事慧命法師，漸漸地眾多的修行人都聚集在此地。沒多久之後，慧命就辭別仙城山回到原來居住的山林。當時有一位叫法音禪師的人，與慧命相識而且極為親近熟悉，兩人一同到長沙果願寺能禪師的地方，修學禪定。

後來兩人又一起回到仙城山，居住了五年。當時慧命與法音，都已經自知命終往生的時間，兩人攜手於松樹林下，相視而笑地說：「就在此處，正可以終老一生！」侍者最初聽到，並未了悟他們所說的意思。不滿十天，兩個人同時得病，



續上句：「然後再斷思煩惱。」

眼睛看到那個不如理的先斷掉，然後才能夠斷掉那個從眼睛見，從眼根入，影響到流到你意識上的塵，那叫做情緒，是感情的煩惱，貪嗔癡就是感情的煩惱，你如果不先把那個理念斷掉，你是動不到它的。比如我們眼見色就迷了，是因爲以爲色是常法，以爲色是真實的，這個知見錯了。我們先從如實觀知道這一切色沒有一樣東西是永恆的，都是在變化運動當中，沒有常住的東西。漸漸就如實知道一切法無常，無常故所以是因緣法，因緣法故所以這個法的當體是空的，沒有永恆性，沒有固定性，這叫理的煩惱斷掉，理的迷惑斷掉了。外法如此，我們這個身體也是如

此，當下身見也斷掉，執著身體的身見斷除，你再也不會做些不如理的修行，如故意的苦行，故意的縱慾，如此戒禁取見就斷掉了，也就是不合乎因緣法的所有作爲全都沒有了，如此就成了初果的須陀洹，所以說斷三結証小乘的初果，如果你是以大乘心去修，修般若法斷三結証初果。

極喜地，爲什麼叫極喜地呢？見到從來沒有見到過的法性，原來法性是如此的，這個時候見諸相非相，即見如來。在理念上一定要空，然後在事修上就看你的功夫、你的時間了。要一直一直去做，在理念上一個引導，若理念上不清楚，就好像眼睛瞎了。好像我有眼鏡，但眼鏡就摘掉，有時候，這樣會出問題的。

們的眼耳鼻舌身意，轉貪嗔癡慢疑，變不貪、不嗔、不癡，見色不貪，不執著，不留戀，從這裏開始，所以我們要善於利用自己的六根，修行的入門就在六根上，當眼見色耳聞聲時，就當根塵，你的六根、塵、識，你的眼根，你的色塵，你的分別心識三個和合，三個一聚時，馬上就產生一個動作——觸，一接觸就如一隻手接觸另外一隻手，就分別了，當你一知道好壞就已經不是阿賴耶識的作用，而是意識的作用了，所以前五識跟第八識永遠是現量，現量這個名詞是佛學專有名詞，現量就是第一念，當一接觸時，不知好或壞、美還是醜，只知道有東西，就這一念，當你一分別，碰到是冷是熱，是長是短，你的意識就分別了，這個時候要小心，當你產生第六意識的分別的時候，需要注意這個地方，所以我們時時刻刻，

前面講過，要想超凡入聖，就要善於利用我的念的頭，如果這個地方要注意的話，當你起念的時候，就不會讓以後的虛妄分別產生愛嗔，這就叫做功夫了，這就是功夫開始了，所以要經常注意自己。爲什麼要了了分明呢？爲什麼日常生活當中處處要注意自己呢？這就是修行開始。我們之前說的一個小時磨刀，二十三個小時用刀，我們那一個小時磨刀都不知道是怎麼磨的，都沒有真正做到到了了分明，內隨妄念分別轉，外被境界纏。好高興的說：好呀！境界好得很呀！已經是虛妄分別開始了。見到光了，你看見光是意根內見法塵之光而生出觸，意觸就開始執著了，開始虛妄分別了，這個是修行的重點，所以我們這個地方是修行的著力點，如果抓不住，守不住，你沒有辦法著力的。

了了分明，當念專精就在這個地方，這個地方叫做念頭，這個地方正是你要生起好的壞的一切妄

「緣眼、色、眼識生」，緣跟外境的色、識、眼識，這三者一產生和合的時候，就會生起一個觸，一個接觸的行爲，接下來就是受，感受的受，

這個地方不小心，你就馬上生起樂受、苦受、不苦不樂受，貪嗔與愚癡的形相就出來了，然後，隨意的就貪，不隨意的就嗔，不知道是好還是壞，癡的心所出來啦，不知道合意不合意，就是癡的心所，這個地方要如實下手，要用功。我們經常被它玩了，才知哎唷被它玩了，被誰玩？被外面的色境玩，被自己內心的虛妄分別玩，誰知道？用功的時候問自己？誰知道？我被玩了？好像有另外一個心，知道我被玩，這樣的一個公案，你們去思考思考，我現在不講了，在這裏面，如果修行越越深的話，觸受苦樂或不苦不樂都知道，清清楚楚知道，你是醒的，我能夠做主，好的我不貪，不好的我不嗔，可以作主了，那就有功夫了。做夢的時候，夢到美色當前，秀色可餐，這個作得主嗎？作得主，誰知道？我的心知道我的夢，因為平時修行的關係，修戒的關係，學戒的關係。所以夢當中出現非理之境，我亦能以斷執令心不受

污染。若功夫蠻好的，你的意識可以非常清明的延到夢當中去，你可以作主，醒時可以作主，夢也可以作主，這是古人的一個公案。我問你我睡時沒有夢，但又不是醒的，這個時候，你怎麼辦？這個問題對大家來講比較深刻一點，就是用功人的境界，有人爲了這個要到山間去苦修好幾年，突然打破一個杯子，說：「啊！原來是如此！」那是甚麼？我也不告訴你，這不是賣關子，這個要自己去推理，一定要去追究，若不追究，如果我們真心學佛的話，我們的功夫都白白浪費了，你沒有進入這個狀況，所以當我們眼見色、耳聞聲，在醒的時候，要作得主，怎麼作主？如實知，真實的知道，它生起了，好的還是壞的。若於此受當觸，當觸以後是受，樂受，苦受，不苦不樂受，這個時候，受集，受滅，受味，受患，受離，不如實知者，種貪欲身觸，種嗔恚身觸，種戒取身觸，種我見身觸，亦種殖增長諸惡不善法。所以

這裏面很重要，如果你不如實知的話，馬上就種很多貪嗔癡，很多不如理的行爲，一切的惡不善法就增長起來啦，這是不如實知的關係。所以佛說的這裏是大秘密，所以，密宗，甚麼叫密宗呀？這個就叫密宗。我以前在五台山學法的時候，我們上一代傳承的老師講，不懂得根本佛法的人修密宗要小心，不懂教理的人修密宗，要小心，不小心去弄氣脈明點就是外道，心外求法不在知上，不在如是知上，不在如實觀上用功，所以能海大師，我的傳承老師，他八十多歲，年紀那麼大，他在西藏學法，整個傳承都接過來，波已仁波切，堪遠仁波切，傳承到他是第二十八代，到我學第二十九代，最後幾年，他對學生講的是戒律，他自己所修所學的阿含，他自己學四阿含，他自己讀雜阿含的時候，就做雜阿含學記全部一套，到增一阿含時，做了半部的增一阿含學記，就圓寂了，他得到那麼高深的佛法，回歸來都那麼重視

《阿含經》，而因子種子就是那個時候種下去的，我有所不懂，這麼高深的佛法，像金剛乘的佛法，怎麼學小乘的阿含？

我那個時候的感受是如此，現在才慢慢了解，還不是完全了解。不小心的話，你去求無上灌頂，其實你動機已經錯了，不在如是知當中，是在虛妄分別當中，這一點要知道，受集受滅當中，受生起了，苦受、樂受、不苦不樂受、集滅……

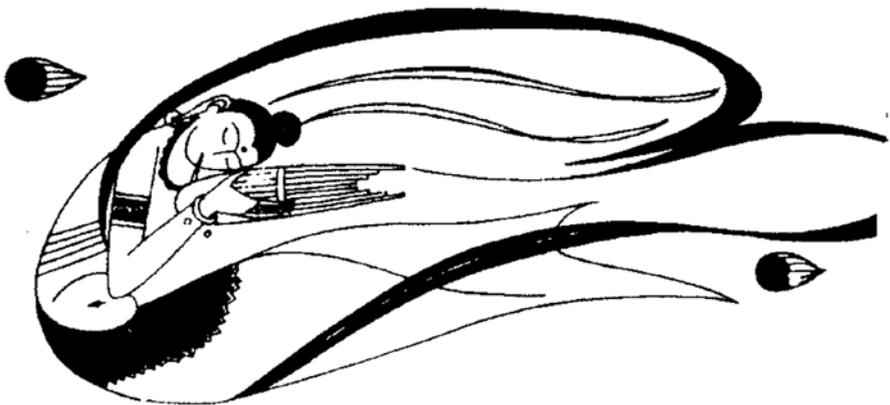
有一些人把自己的頭髮一根根拔掉；有一些刺自己的血；有一些嗜火的，一大堆的火燒好了，坐在旁邊讓火烤；這是戒禁取見，以爲這樣苦行可以解脫。另一個要斷的是我見。你爲什麼要貪這個色？爲什麼要去排斥那不好的感受？因爲我嘛！順我者我要，不順我者我就排斥，根源在此，所以增長我執，如果不能如實知就會增長諸惡不善法。如是，純大苦聚，皆從集生。我們唸過四諦苦集滅道，集代表無明煩惱。因不如實知，所

以無明，無明就是不明，不了解，不清楚，無知。因為無明，所以對觸不如實知道，因為不如實知道，就對它的集、滅、味、患、離都不了解，因而生起貪、嗔、癡、慢、疑、邪見、邊見，流轉生死，純大苦聚開始了。如是，耳、鼻、舌、身、意、法，緣生意識，三事和合觸，廣如上說。同樣的，耳朵聽到別人讚歎，就高興好幾天；人家一毀謗你，一譏笑你，就睡都睡不著，有時產生誤會時，也會睡不著。一次我在掃地，灰塵掃不走，就罵聲「混蛋」，剛好有個人走進來，就以爲我是在罵他，幾天都放不下來，結果有一天他憋不住了，問我：「你那天爲什麼罵我混蛋？」我說：「沒有啊！哦！那天我掃地掃得很煩，掃把也不好掃，就罵了聲混蛋。」「哦！原來是這樣啊！」於是解決了內心那不好受的感受，類似的經驗大家應該有很多，所以要小心，這是無明。就是因爲無明，所以讓自己很難過。（待續）

慈航十訓述義

七、念眾生苦

談到「苦」字，常被人認爲佛教是消極的。俗人因不明佛理，他們的誤會不足怪，最奇怪的是少數佛教徒，每放棄釋迦牟尼佛的立場，附和俗人的邪見，俗人們說出世是消極的，他也跟著諱言出世；俗人們說知苦是悲觀的，他也跟著忌談知苦。假使一切都以俗人之說爲是，試問世間何用三寶呢？其實知苦不僅不是消極，並且是世界上一切革命家及宗教家的原動力，革命導師孫中山先生，深知弱小民族及貧民小百姓的痛苦，所以創造三民主義。我教主釋迦牟尼佛，更能洞悉一切眾生在三界輪迴中的痛苦，所以創造普令眾生離苦得樂的佛教。眾生是指一切有情而言，與自然科學中「生物」的意義不同，因爲「生物」



唐湘清

包括動物及植物，而眾生只指有精神活動的有情，植物雖有生命而無精神活動，故植物並不包括佛教所說的眾生範圍以內，有人每將「眾生」與「生物」混爲一談，致被人譏爲不懂科學，不可不注意，還有眾生是指未覺悟的有情而言，沉淪在三界中的眾生，都是未覺悟的有情，茲將六道眾生的痛苦，分別略說如下：

一、天的痛苦：在在外道的教義都以升天爲最高的理想，可是在佛陀的看法，天堂的快樂仍是不究竟的，天堂在六道之中，雖比其他各處快樂得多，但仍非永遠的快樂，一旦天福享盡，五衰相現，亦痛苦萬分。五種衰相是：一、衣裳垢膩，二、頭上花萎，三、身體臭穢，四、腋下汗出，五、不樂本座。天堂之眾生若發現這五種衰

相，即行將墮落之兆。《涅槃經》云：「天上雖無大苦惱事，然五衰相現，極受大苦，與地獄等，雖得梵天之神，上至非非想天，命終還墮三塗。」《成實論》云：「生天上者，積善離惡，何故報盡，還入三塗？答曰：凡夫無始以來，惡業無窮，一日貪瞋，尚受千形，況歷劫惡業乎？生天者，惡業暫伏，福報既盡，習業成熟，故還墮三塗。」又《智度論》云：「上二界死時，生大懊惱，甚於下界，譬如極高之處，墜落碎爛。」因為天福不是永久的，故佛教不以昇天為最高理想，而出離輪迴往生極樂為終極目標。

二、人的痛苦：人生痛苦甚多，最普通的有八苦：一、生苦，二、老苦，三、病苦，四、死苦，五、愛別離苦，六、怨憎會苦，七、求不得苦，八、五陰熾盛苦，其中第二苦至第八苦，凡閱世稍深者，咸知引為苦事，唯第一苦的「生苦」，於既出胎之後，都嘗昧不能追憶，有特加闡述的必要，

目睹的，其中一部份被人奴役，如馬驢騾等畜生，替人載負重物，還要受人無情的鞭打；一部份被人宰殺食噉，如雞鴨豬羊之類。尤以牛的命運最為淒慘，既要受人之奴役，到頭來仍要被人宰殺食噉。即使未來的世界進步到一切眾生平等的「生權時代」，人人實行素食，但畜生有感情而不會說話，總是異常痛苦的。

五、餓鬼的苦：餓鬼終日終年找不到飲食，尋不到衣服，人們看見的清水，餓鬼看去便成膿河。但餓鬼為飢渴所迫，雖膿河屎尿，還是要去飲噉，可是到了河邊，又為種種穢惡的魔鬼用刀杖所阻止。偶而竊得一些屎與膿吃，但一到口邊，便又變成烈火。有時吞進口中，雖腹大如鼓，無奈咽喉食管卻細小似針，無法吞下，終年飢渴交迫，痛苦萬狀。

六、地獄之苦：地獄是極苦之所，可說是但受諸苦，無有一樂。種類既多，苦亦各別，登刀

佛經上稱出生的母胎為胎獄，其苦實不亞於地獄，因為胎在母腹之中，窄隘不淨，隨母氣息出入，不得自由，蜷伏受迫，猶如處獄，出胎之際，冷熱風吹，及衣服等物觸身，柔嫩肌膚，如被物刺，因此嬰孩下地之初，都要呱呱啼哭，所以人的苦痛，隨出生而開始，易於體驗，不若生苦的不能記憶，故不一一詳述。

三、修羅的苦：修羅又名「非天」，因為有天之福，而無天之德，故名「非天」。修羅的特點是多瞋好鬥，常與諸天搗亂，因此帝釋起而戡亂，雙方交戰，血肉橫飛，戰爭非常激烈，大約帝釋十戰而七八勝，修羅十戰祇二三勝，天能斷修羅之首，而修羅祇能斷天之手，但他們均以福報關係，斷頭頭生，斷手手生，不會因受傷而即死滅，所以雙方永無清剿消滅對方之一日。修羅常在血肉橫飛的戰鬥中過生活，其苦不言可知。

四、畜生的苦：畜生的痛苦是人們所能耳聞山則體無完膚，攀劍樹則方寸皆裂。飢吞鐵丸，肝腸盡爛；渴飲鐵汁，骨肉都糜。利鋸解之，則斷而復續；巧風吹之，則死已還生。猛火城中，常聽叫喚之慘；煎熬盤裏，但聞苦痛之聲。一夜死生，地下每經萬遍；一朝苦痛，人間已過百年。此不過言其大概，欲知其詳，可閱地藏經等。

以上所說是各處有情現前的痛苦，至於有情流轉三界共通有的痛苦，亦有六種：一、無定過患苦，是說生死流轉之中，父母親等於他生轉成怨敵，或諸怨敵轉成親屬，如是父轉為子，母轉為妻，或子轉成父，妻轉為母等。二、無飽足過患苦，一一有情，世世飲母乳汁，過於四大海水，無有飽足，今後流轉，乃至一切五欲，亦復如是。三、數數捨身過患苦，有情於六道之中，生死死彼，一一有情從無始以來，受生捨身之骨，若爛壞，多於須彌。四、數數結生過患苦，有情若不解脫，死後仍須無間受生，無始以來所投胎的

父母，已是無量無邊，今後流轉受生之處，當更過於彼。五、數數高下過患苦，有情在輪迴中無有定所，時而生天，時而墮地獄，時而為人，時而為畜生。六、無伴過患苦，有情流轉三界，無人伴侶，生時獨來，死時獨往，備受眾苦，無人代替，無人幫助。如是六苦是就有情流轉三界的通有之苦而言。

眾生輪迴之中，不獨自己受苦，且為母者亦大受其苦，從前有一位七歲的沙彌，出家得道，自識宿命，因而歎道：「我的一身，累五母悲惱。為第一世母子時，鄰家亦生，我獨短命，母見鄰子長成，即生悲惱。為第二母子時，我又早夭，母若見人乳兒，即生悲惱。為第三母子時，我十歲就死，母見他兒飲食類我，即生悲惱。為第四母子時，我又未婚而亡，母見同輩娶婦，即生悲惱。現在第五世，七歲出家，我母憶念不已，復生悲惱。我想到生死輪迴之中，累親痛苦如此，

教徒的口頭禪，而其真義未必人人都能了解，常見有人對於世間的善事，就一概的讚之曰：「發菩提心」，其實「發菩提心」與「世間善願」還大有不同。經云：「縱刻刻發世間善願，經於恆沙劫，不如暫時一發菩提心也」，可見發菩提心遠在世間善願之上。那麼發菩提心究竟是什麼意義呢？如果僅是咬文嚼字的解釋：「發者發生也，菩提者覺也，心者信心也」，仍不能使人了解。發揮「菩提心」之意義最透徹的，要推省庵大師作「勸發菩提心文」，原文指示八種的去取，一言以蔽之，亦可說：「發願出世並普度眾生共同出世的大心，方名為真正發菩提心。」所謂「取正、取真、取大、取圓，」不外乎無上的大心而已，故「出世心」為發菩提心之基礎。太虛大師也說：「除出世聖者之外，均非菩提。」（見太虛大師著發菩提心論開題）。然而若僅求自度，不欲度人，發心還是不大，一定要有普度眾生共同出世的宏

所以精進修道。」由此可見若不脫離輪迴，苦了自己，又苦了生生世世的母親，倘能超然出世，蓮華化生，才是最大的大孝。但我們不應僅求自己出離苦海，要推己及人，效法地藏菩薩「我不入地獄，誰入地獄。」的精神，普救眾生都能同出濁世。要知菩薩的入世，是為懷念眾生的痛苦，負有「接引眾生出世」的偉大使命而入世，地藏菩薩的入獄，並不是到獄中去與罪人同流合污，是為了去「救助罪人出獄」而入獄。假使缺乏「接引眾生出世」的宗旨而入世，勢必一盲引眾盲，相牽同入火坑。總而言之，為了念眾生苦，所以菩薩要入世接引眾生出世。

八、發菩提心

修行不發菩提心，譬如耕田不下種。種田人不下種子，不會有收穫的；修行人不發菩提心，不名真修行。但「發菩提心」一語，雖已成爲佛

願，才是無上的大菩提心。為什麼要出世呢？因為世間的人天福報不是永遠靠得住的，需要解脫生死，方能永遠的離苦得樂，所以要真爲生死，發菩提心是學道通途。徹悟禪師有言：「若大心不發，則外不能感通諸佛，內不能契合本性，上不能圓成佛道，下不能廣利群生，無始恩愛，何以解脫！無始怨愆，何以解釋？積劫罪業，難以懺除，積劫善念，難以成熟。隨所修行，多諸障緣，縱有所成，縱墮偏小，故須稱性發大菩提心也。」明乎此，可知發菩提心，是上求佛道、下化眾生的根本，我們平日所行一切善事功德，都應回向法界眾生，共證菩提。

省庵大師曾說：「一發大心，超過修行歷劫。」這是什麼道理呢？好比初生的太子，雖在襁褓之中，然其地位已勝耆年公卿，在《智度論》載著這樣的故事：「從前有一位證得六神通的羅漢，帶了一個沙彌，背了衣鉢袋，跟在後面走，

沙彌心中自念說：『我當勤求佛果。』羅漢就取了衣鉢自己背著，叫沙彌走在前面，一會兒，沙彌心中又想到：『佛道久遠難成，還不如求聲聞果，可以早日自求解脫。』羅漢再把袋放在沙彌肩上，並叫他走在後面，這樣的經過再三，沙彌說：『你這和尚老而無理，爲什麼忽而叫我走在前面，忽而又叫我走在後面呢？』羅漢答道：『我並不是老而無理，你起先發心求佛果，是菩薩中人，地位在我之上，所以我當背了袋跟在你後面，後來你忽又羨慕聲聞，不再有度人之念，地位在我之下，那麼當然要你負了袋跟我了。』沙彌聽了大驚，遂堅意勤求佛果。」從這一故事看來，可知一發大心，雖未經修證，然其地位已勝過羅漢了。

至於已經發了菩提心，又怎樣使所發的菩提心永不退轉呢？這在《大乘理趣六波羅密多經·發菩提心品》說得很明白：「惟願世尊哀愍眾生，

宣說阿耨多羅三藐三菩提法，令諸有情未發心者云何發心？已發心者云何修行？復何因緣於大乘心得不退轉？爾時薄伽梵（註）告慈氏菩薩摩訶薩言：若有善男子善女人，欲爲有情修大修行，欲度有情置大涅槃，應當先發五種勝心。云何爲五：一者、於諸有情普發平等大慈悲；二者、於一切種智心不退轉；三者、於諸有情起親友想，於險難中誓當救護；四者、常於有情起負債想；五者、恆懷慚愧，何時償畢。能發如是五種心者，速能證得阿耨多羅三藐三菩提。」以上的五種勝心，可保持所發的菩提心永不退轉，所以學佛人要把一切眾生當作父母看待，立大誓願度脫他們的一切痛苦，更想到當我生生世世的流轉六道，一切眾生都有恩於我，倘若不報眾生的恩，就是欠了很多的債，何日可以償畢，每一念及，常常覺得十分慚愧，能如是發心，那麼爲了弘法利生，雖赴湯蹈火，均所不辭，粉身碎骨，在所不惜，

難忍能忍，難行能行，永無灰心喪志的一日。

教之幸而已，度盡眾生，實利賴之。

筆者讀書不多，文筆滯鈍，本文所述，自知不能令人滿意，因此最後特地鄭重介紹一篇勸發菩提心的絕妙佳文，那就是省庵大師所作的「勸發菩提心文」，雖文中語氣是對出家的僧尼而言，但在家居士亦大有一讀的價值，全文可說是語語金玉，字字珠璣，不咬文而嚼字，實言簡而意賅，文情並茂，悲心洋溢，每一讀之，常令人痛哭流涕而不能自禁。記得有人曾說：「讀李密《陳情表》而不哭者，非孝子也，讀孔明《出師表》而不哭者，非忠臣也」。現在也可以說：「讀省庵大師《勸發菩提心文》而不哭者，非菩薩也。」或者說：「爲孝子者，不可不讀李密《陳情表》；爲忠臣者，不可不讀孔明《出師表》；爲菩薩者，不可不讀省庵大師《勸發菩提心文》。」希望出家及在家菩薩，都能常讀省庵大師《勸發菩提心文》，熟誦省庵大師《勸發菩提心文》，不僅佛

（註）梵文薄伽梵，譯爲世尊，即爲世人所尊敬
的佛陀。

待續



龍樹菩薩傳

龍樹是大乘佛學的創始人，生於約公元二至三世紀，是南印度的婆羅門種姓，傳說其師姓龍，母生他於樹下，故名龍樹。

龍樹天資特別聰明，在孩提的時候，聽到婆羅門誦讀經典，數遍之後，他即能背誦。到二十歲以後，對天文、地理、數學，以及婆羅門和各道的經文，幾乎都讀遍了，而且理解力相當強，因此在青年時名氣就很大。

他有三個同齡好友，都是學識超群。一天，大家議論道：「我們把天下的經論都理解了，現在就是沒有學到法術，不能縱情逸樂。不久打聽到有一個術士，會隱身術，他們就去登門求教。那術士看到他們年輕，又動機不良，不愿傳授。他們苦苦請求，術士纏不過他們，只得給每人一粒

藥丸，囑告道：「你們在僻靜的地方，用水將藥丸磨化，塗在眼睛周圍，人們就見不到你們了。」龍樹便當場試磨，細辨藥丸的氣味，對術士道：「你共用了七十樣藥物合成，對嗎？」術士不勝驚訝，問他怎麼知道。龍樹說：「我是從氣味中辨別出來的。」術士甚為嘆服，只得叮嚀要慎用此術。

龍樹等四人仗着隱身術，從此常出入宮中，恣情取樂。百餘日後，宮中的一些美女，竟有人懷孕了。國王大為忿怒，嚴加責問，妃子們哀泣說：「非是我們不貞，是睡夢中有妖人作弄。」國王召大臣商議。一老臣說：「凡這等事有兩種可能，一是鬼魅作祟，一是術士搗亂。陛下可派幾個精明的人，暗暗分守在宮門背後，若是術人，

總有迹像可露，可用兵器除之；若是妖魅，雖無迹像，亦可用符咒消滅。」國王立即照辦。

不久有人來報，是術士所為。國王當即派武士數百人，禁閉宮門，手揮刀劍，望空亂砍。三個婆羅門術士被殺死了，惟有龍樹藥性未過，沒有現形，又屏氣凝神地躲在國王背後，終於逃脫了性命。

受此嚴重教訓後，龍樹方才覺醒，想到了佛陀所說：「貪欲是眾苦與禍患的根本，一切敗德喪命之事，皆由此引起。」於是下了歸依佛門的決心。他尋到一座山上的佛塔，向一位沙門虔誠請求，出家受戒。他在佛塔待了九十多天，讀遍了所有經論，心不滿足，但已無其他經文可得。他辭師下山，又訪尋到北印度雪山的一座佛塔，向一位老比丘懇求，得到了《摩訶衍》大乘經典，他用心研讀求教。三個月後，他又統統理解並背熟了，仍感不滿足，於是就周游列國，搜集沙門

的各種經論。一路上，他還和諸外道及部派佛學者辯論，都辯不過他，他逐漸產生了驕傲，認為佛經較諸外道，其理雖然高明深奧，但亦不難窮盡，不能滿足我要求。他就萌生非非之想，別出心裁，欲另自立一派，廣收徒弟，宣揚他的學說。

正在這時，有一位叫大龍的比丘，長髯突眼，目光炯炯，特來找他。對他說：「年輕人啊，你不能持井蛙之見，你的學識再高能超過佛陀嗎？你且跟我到一個地方，讓你看大乘經典，你再下結論吧。」這位大龍比丘就把他領到一個深山的石洞，入洞數步，竟是另外一個華藏世界，殿宇金碧輝煌，清靜雅致。老比丘把他領入龍宮，打開了一個個玉石寶庫，裏面藏着數不盡的稀世經典，寶庫裏發出陣陣幽香。大龍比丘說：「年輕人，這下够你讀了吧？」龍樹忙不迭地貪婪地翻閱，口裏說道：「長老，我太感謝你了！」

這下龍樹真的滿足了，比過去讀到的多十倍，

玄理更其精妙深奧，他如飢如渴地晝夜閱讀，不
明之處隨時就向龍師請教，視野頓時開闊，心量
也開始謙虛了。至此他才真正地感到，佛學浩如
煙海，其理博大精深，沒有任何外道超得過它，
够我一生用心鑽研了，同時也就打消了自立門戶
的陋見。

他在龍宮待了很久，把所藏的經典反覆細閱，
幾乎能背誦了。大龍長老又授予他一些神通術，
他才別師出來，仍回到了南印度。從此大力宣揚
佛法，說服外道，推廣大乘佛教。被他感化的婆
羅門等外道，不計其數。

當時有位婆羅門上師，會一點咒術，心生嫉
妒，欲與龍樹比個高下。他奏明國王，請王以觀
究竟。國王規勸他：「我看你虛心一點吧，龍樹
已是一位得道高僧，和多年前大不同了，他明與
日月爭光，智與聖心並照，你爲什麼不能容他
呢？」婆羅門說：「陛下被他巧言迷惑了，我諒

他沒有什麼真本事，如若不信，看我們比試吧。」
國王見他固執，只得准奏。

比賽的那天，國王與龍樹先坐在聽政殿上。
婆羅門後到，他見國王如此尊重龍樹，心中更不
不悅，便於殿前立即作法，只見現出一個廣大潔
淨的黃金池子，水波粼粼，中央升起一株千葉蓮
花，那婆羅門高坐其上，傲慢地說：「龍樹，你
看我坐在蓮花之上，宛如天神，而你屈居於地下，
卑微可笑，你敢與我蓮上的大德智人辯論嗎？」

龍樹也不答言，從容地離開座位，用咒言化
作一頭龐大的六牙白象，自坐其上，繞黃金池子
一周；然後舉步池中用象鼻把那婆羅門高高舉起，
摔於地下，蓮池與白象瞬息隱去，惟見那婆羅門
腿折腰傷，一副可憐之相。他知非龍樹對手，匍
匐於地，叩首懇求：「恕我力不自量，毀辱大師，
伏請多諒！從此願意歸依佛門，開我愚蒙，求大
師收我爲弟子。」

又南印度有一鄰國，國王篤信外道，並強逼
其臣民亦信奉外道；對沙門釋子，則非平等對待，
龍樹聞之，特前往宣揚佛法。其時該國正在招募
國王衛士，龍樹應募，很快升爲校衛，他在短時
期內，幫助整頓隊伍，嚴明紀律，使國王的衛隊
面貌一新。一日國王出巡，龍樹率領衛隊荷戟前
行，彩旗招展，步伐整齊，威風凜凜。國王見了
甚是滿意，便問侍者帶隊的是甚麼人？侍者答：
「此人奇怪的很，不吃王家一口飯，也不要王家
一文餉銀，說是來保護國王，整飭軍紀。國王亦
覺奇怪，就召他晉見。」問道：「你是什麼人？」

龍樹答：「我是一切智人。」國王驚愕，半晌說：
「一切智人曠古少有，你敢大言不慚嗎？」龍樹
說：「國王如果不信，可以當場試驗。」國王心
裏想道：我是精研婆羅門教理的，可謂智人之主，
他竟當我面自稱一切智人，而且說得如此着實，
不能小看。我若提出的問題被他解答，證明他勝

了；我若不提出問題，也說明我負了。遲疑良久，
就索性提個大難題，看他如何回答。於是啓口問
道：「你可知當今上天在做什麼？」龍樹不慌不
忙的施禮答：「啓稟國王，當今上天正與阿修羅
作戰，戰鬥方酣。」國王聽了，喉嚨裏像是塞了
棉團一樣，心裏想：「這個人真是瘋子嗎？」半
天說不出話來。龍樹說：「國王，你不要以爲我
是虛談怪論，片刻就能見驗。」說罷，不一會，
就聞空中干戈喊殺之聲，阿修羅的手和斷足從空
掉下。龍樹又施法術，讓國王、臣民與婆羅門等，
統統見到天上鏖戰的情況，良久才漸漸隱去。

這時從國王起，所有的臣民與婆羅門等，個
個驚訝信服。國王再問龍樹：「你究竟是什麼
人？」龍樹忽現比丘身，稽首答道：「貧僧乃是
沙門龍樹。」國王早聞龍樹是鄰國的大師，舉國
被其佛化，今日得見，果然名不虛傳！心悅誠服，
於是也歸依了佛門。國內所有婆羅門、外道，亦

弘法中心舉行三時繫念法會



甘愿剃髮受戒，誠心歸命，自此便恭請大師天天宣講佛法，舉國受到了正法的教化。以後龍樹又回到本國去了。

據玄奘大師《大唐西域記》介紹：龍樹在晚年合成了一種長壽藥，過百年後還不見衰老，國王也得到了長壽。年過半百的太子急了，對母親說：「這樣下去我到那一天接位啊？」母后說：「佛教主張諸行無常，諸法無我，一切可捨，連生命也可施捨。如今人們尊稱龍樹為菩薩，你就去求他施捨吧。」太子就來到龍樹跟前，跪下求道：「龍樹菩薩，我不幸得了一種疾病，非人腦不能醫治，如今昇平時代，我那裏去覓人頭啊，只有求菩薩施捨了。」龍樹知道王子的來意，半晌說道：「我可以滿足你的要求，只是你父王也不能長久了，你要負不孝之罪啊！」王子不吭一聲，只是叩頭。龍樹就隨手取了一根乾茅草，吹口氣，化作利劍，立刻自刎了。國王聽到此事，

不勝悲哀，缺了合藥之人，不久也就死了。

另據其他傳說，由於龍樹弘傳大乘教法，與小乘部派佛學以及婆羅門等教派，產生了激烈的鬥爭。新王接位後信仰小乘，龍樹給一位小乘法師重重的逼迫，自感百歲後智、體衰弱，就自行坐化了。

龍樹的著作十分豐富，有《中論頌》、《十二門論》、《大智度論》、《十住毗婆沙論》、《菩提資糧論頌》、《莊嚴佛道論》等不少著名的論典，享有「千部論主」之稱。



天台精舍中秋晚會



素食菜譜

八寶飯·八寶芋泥



材料：
糯米 一碗
大糖豆 廿個（或大紅豆或糖豌豆）
紅棗 十粒
桔餅 四個剝碎
青紅絲 三分之一碗
龍眼乾 三分之一碗
葡萄乾 三十粒
紅豆沙 半碗

拌飯料：
A { 白糖 兩湯匙
桂花醬 一小匙
奶油 兩湯匙
糖汁：
水 一碗
白糖 一湯匙
太白粉水 一湯匙

作法：

- 糯米洗淨，加入一碗水，泡水四小時，放電鍋煮成飯，趁熱拌上A料及桔餅。
- 取一中深碗，將材料排在碗底，將糯米飯一半舖上，中間舖上一層豆沙，再舖上一半糯米飯，壓緊，上鍋蒸二十分鐘，取出扣大盤上，淋上糖汁即成。

註：

- 芋頭先蒸熟搗成泥，趁熱拌上A料，同上法作好一則為八寶芋泥。
- 糯米可改黑糯米，作法同上。

番茄芙蓉（俗稱素番茄炒蛋）



材料：
豆包 三片
番茄 兩個
芹菜末 一湯匙

調味料：
番茄醬 兩湯匙
糖 一湯匙
鹽 一小匙
水 半碗
太白粉水 一湯匙

作法：

- 豆包先放入油鍋中稍炸，撈起瀝乾油待涼以手撕成片狀。
- 番茄切丁，鍋熱入油，倒入番茄及調味料，再入豆包同燒入味，加入太白粉水勾芡，灑上芹菜末即可。

鞭春

大寒一過，東風解凍，蟄蟲始振，春回大地。在舊時，每當「立春」前一日，府縣官要進春牛置府前。春牛用土製，必須高四尺，代表四時，身長八尺，象徵八節。而造春牛也有特別的方法，它必須在冬至這天，以當年最吉祥的方位取水土造成，並且用桑柘木來造胎骨，而牛頭、牛身、牛腹也都有特定的顏色；可謂慎重非常。

立春之晨，府僚人員，便用紅綠色的鞭子打春牛，謂之「鞭春」。鞭春，表示春到了，牛要開始耕作了。中國過去以農立國，牛是動力之源，因此鞭打春牛有勸耕的用意。春耕、夏長、秋收、冬藏季節的更迭，自有其機宜。如果春天荒耕，夏便不長，更遑論收藏。而人生的四時，豈不亦然？

一鞭驚醒老牛身，也驚醒夢中人，一年之計在於春，而「一歲平分春日少，百年通計老時多。」

修行人看到鞭春，怎能不怵目驚心呢？

伊菴權禪師，至晚必痛哭流涕道：「今日又只恁麼空過，未知來日工夫如何？」蓮池大師每見晨朝日出，亦嘆息道：「今又換一日矣！昨日已成空過，未知今日工夫何如？」蓮池大師為自己每日只是嘆息，未嘗流淚，深感為道之心，不及古人遠矣！而你我每日見晨曦夕照，又可曾嘆息自勉？

一寸時光，一寸命光，修行人要在工夫上透出一點訊息，又豈是終日悠悠，放逸自恣，便能得？人命無常，譬如朝露，出息雖存，入息難保，故春陽氣轉，不能懵然空過。願吾等黜去一切門面裝點，屏去一切無謂應酬，沈潛韜晦，日夜勤修，一心持名念佛，務期盡此報身，往生淨土，面見彌陀，親聞法音而後已。

唐三藏玄奘大師畫傳

六十一、舌戰群僧

僧稱長老對奘師非常賞識，時常當眾贊揚說，這位支那比丘智力宏大，在我們中間，恐怕沒有人能比得上他的。僧稱長老更以世親菩薩昆季相比，謂可惜奘師生在遙遠的國家，不能從小就親澤聖賢的遺芳。

此時大眾中有大乘學僧毗戍陀僧訶、辰那飯茶、薩婆多學僧蘇伽密多羅、婆蘇密多羅、僧祇部學僧蘇利耶



提婆、辰那咀邏多等，都是久來此間求學，道業堅貞，多才善解者，今聞僧稱長老對奘師這般稱揚，多很氣憤，於是紛紛向奘師詰難，幸奘師酬對應答，舌戰群僧，均恰到好處，因此，諸僧無不慚服的。

加濕彌羅國據傳先是龍池，佛涅槃後五十年，有阿難弟子末田底迦阿羅漢，教化龍王捨池，改建了五百所伽藍，召請各方賢聖來住，受龍王的供養。其後至健陀羅國迦膩色迦王時，（約在如來滅後第四百年）因有脇尊者召集諸聖賢眾，有四百九十九人，都是內通三藏，外達五明的人，連協尊者在內，共集五百賢聖在此，結集三藏。玄奘大師在此停留二年，學諸經論，朝禮聖跡完

畢時，才再向西南行去。

六十二、林中遇賊

師向西南行，涉山間水，至半奴嗟國。又東南行，至北印度境，再向東南下山渡水，至礫迦國。此處邊荒地帶，言語、風俗、服飾多不相同。且頗有鄙薄之風。

到奢羯羅城，城中有伽藍，僧徒百餘人，謂世親菩薩曾在此撰勝義諦論，其側有一塔，高二百尺，傳說是過去四佛說法處，留有經行的遺跡。

奘師等一行從此出那羅僧訶城，東至波羅奢大森林，中途忽遇一群盜賊，有五十多人，將師及隨行者之衣物資費，盡數劫奪。又揮刀押著師等就道，驅至一枯池，欲加屠害。池中多有棘草蔓蘿，法師一行中有一沙彌，見池南岸有一水穴，堪容人過，於是偷偷的，引師遁出向東南飛也似的疾走，約二三里，遇到一婆羅門正在耕地，師即

告訴遇賊經過，此人吃了一驚，立刻拿了集眾吹號的貝鼓，與師同到村裏召來八十餘人，各持武器，再趕到盜賊那邊，賊見人多，逃散林間，法師遂到池邊，解開了眾人的縛，又從村人布施來的衣服，分與眾人穿起，前往村中投宿。同行的人，無不悲歎哭泣，獨獨法師含笑無憂。同侶問師：「行路的衣資統被劫盡，只贖下了這條命。想起林中的事，沒有不悲傷的，但法師何以不但無憂，倒反含笑，不知何意？」

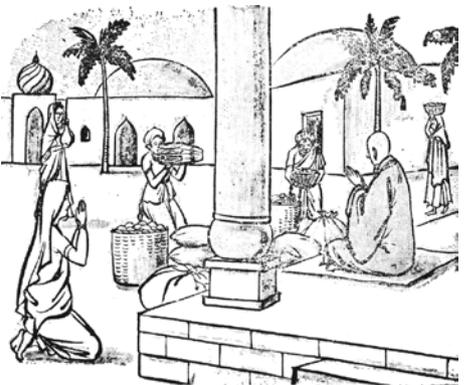
法師的回答是：「人生之所貴者，只此生命，生命既在，其他有什麼可憂的呢？我家鄉風俗，謂『天地之大



寶曰生，生之既在，則大寶不亡。』小小衣資，又何足憂哉！」

六十三、眾來供養

翌日到礫迦國東境，至一大城，城西有一大菴羅果林，林中有一位七百歲的婆羅門，到那裏一見面，看起來不過是三十多歲的人，形狀魁梧，精通中論百論諸



書，有二侍者，亦各百餘歲。奘師去時，延見甚歡。聽說師等途中遇賊，即派一侍者，命城中信佛法的人，爲法師造食。城中住有數千戶，但信佛者不多，事外道的

卻極多，但因法師在迦濕彌羅時的聲譽，早已遠播諸國，這位使者仍在城中普遍告眾，說有支那國僧來，在近處遭賊，劫盡衣物。大家宜植福田，勿錯過時機！因此，有三百餘人，各將衣布飲食，恭敬前來供養，跪拜問訊法師。師爲說因果報應，來人多有啓發道意，棄邪歸正，歡喜舞躍而歸者。法師以眾人供養的衣物飲食分施同伴，各得數具，猶用之不盡。

師在此停留一月，學經百論及廣百論。

六十四、沿途參學

奘大師又向東行，經那僕底國，參詣突舍薩那寺，親近毗膩多鉢臘婆大德，學對法論等，在此住十四個月。

又東南行至答抹蘇伐那僧寺，佛滅三百年中，有迦多衍那論師在此制發智論。

又東北行至闍爛達那國，詣那伽羅馱那寺，駐錫四個月，親近大德施達羅伐摩。



再向東北行，登履危險，行七百里，至屈露多國，更南行，越山渡河，歷經北印度境諸國，入中印度境之波理夜咀羅國。沿路一邊行，一邊參學，嶮難事小，學問事大。此爲奘師始終不渝的精神。

六十五、水味甘美

奘大師一行再向東行，在中印度境內，歷經許多搭寺，多是佛陀諸大弟子留跡的名勝。又

向東北行至薩他泥濕伐羅國、祿勒那國，東臨恆河，直至河源，東流入海處，廣十餘里，水味甘美，沙細如粉。根據記載，說此水是福水，在水中沐浴，可銷罪障；飲了更可除災殃，死後還可生天。因是愚夫愚婦，常集合在河濱，飲水沐浴，後經提婆菩薩指示正理，方始停止。

奘師一行至

此，亦紛紛取水飲來解渴。果然名不虛傳，水味甘美異常。

國中有一位大德，名闍耶毬多善閑，法師遂駐留一冬半春，在那裡聽完了經部毗婆沙，才渡河東行。



六十六、從天而降

一路經過的地方，多數是修學小乘比丘的伽藍。奘師又南行再渡恆河西南，至劫比他國，城東二十多里處有一大寺，據說是佛陀昔日上昇忉利天爲母說法後，回降地面時，就降落在這裡。傳說當時先從天上降下一條扶梯，中階是黃金的，左是水精，右爲白銀，如來從中階而降，大梵天王手執白拂，從右邊白銀階上而降，帝釋天主手持寶蓋，踏水精階從左而下。這時百千人及諸大菩薩陪侍著佛陀，亦從天而降。在奘師抵此前數百年，猶留有階梯，但今已淪沒。



後國王爲紀念此一殊勝事蹟，曾壘磚石，模擬其狀，莊飾了雜寶，高七十餘尺，上建一精舍，中有石佛像，左右亦有釋梵之像。旁有石柱，高七丈，是阿育王所立。更築一五十餘步、高一尺之石基，是佛陀昔日經行的地方。

六十七、恆河遇賊

奘師又經羯若鞠闍國，（即中印度之曲女城）至阿踰陀國，這裏有寺百餘所，僧徒數千人，大小乘兼學。在城內有舊伽藍，是世親菩薩撰寫大小乘論並爲眾講法處。



奘師禮聖跡後，順恆河與八十餘人，同船東下。欲向阿耶穆法國去，沿河兩岸，多是無憂樹林，非常深茂，師等舟行半途，忽從兩岸竄出十多條賊船，迎流而來，把師等之坐舟包圍，拖行岸旁，逼全船客人，上岸解脫衣服，搜劫珍寶。又因爲這批盜賊，都是突伽天神的信徒，每年秋祭，必須找一貌正容端的人作爲犧牲，殺取其血祭祀，這樣才可以祈求嘉福。他們見法師儀容端麗，不約而同指向法師，竟要殺師以祭神。

奘師雖然把遠來求法的意思，和法未得而身先被殺，若用以祭神，恐不能獲得吉祥的話，告諸賊人；同船的人也有願自己替代法師的，可是都沒有得到賊人的允可。

六十八、降伏群賊

於是賊人派人取水，在花林中，就地設壇，令兩人拔刀牽法師上壇，正要揮刀的時候，這時

法師，仍面無懼色，賊人見了，也不免暗暗叫奇。法師既知難免一刀，便向賊請求稍待片刻，以便讓他安心，歡喜就死。於是法師就一心觀想兜率陀天內院，念彌勒菩薩；願生彼院，恭敬供養，取瑜伽師地論聽聞妙法，成就通慧後，再來下生教化這些可憐愍的賊人，令修勝行，捨離諸惡。

不久法師入定，神昇兜率陀天，只見彌勒菩薩，在妙寶臺上，天眾圍繞左右，此時身心歡喜，亦不知正在壇上，即將被賊人殺害。

但說時遲，那時快，突然間，黑風四起，折樹飛沙，河流湧浪，船舶漂覆，賊眾大駭，急



問師之同伴，這位沙門是從何處來的？同伴告訴賊人說：「師是支那國來此求法的。諸君若殺，必獲無量罪，今風浪四起，天神顯然已經瞋怒，你們要快些懺悔啊！」果然，賊人聽了都急急跪在法師面前，謝罪求懺！等用手觸及法師，師才出定睜開眼來，初還以為將遭刀殺，便引頸等待，不意他們都跪著懺罪了！

法師為賊人開示佛法，賊人立將刀槍劫具，一概投入河中，表示從此洗手，並一一接受法師授予的五戒。歡喜頂禮後辭別，同伴的人都驚歎師法力無邊，遠近聞者，莫不都說，若非法師求法心殷重，又怎能得到這樣的感應呢！

六十九、經大施場

玄奘大師再向東行三百多里，渡恆河北至中印度境的阿耶穆法國，更向東南行了七百餘里，再渡恆河及南閻牟那河，到鉢羅耶伽國，城西有

瞻部樹花林，據傳此地是佛陀昔日降伏外道處，無憂王曾造佛塔及伽藍在此。此伽藍處，傳是提婆菩薩作廣百論以挫小乘外道的地方。

大城的東面，在兩河交流的地方，有一片大廣場，土地平正，環周有十四五里，自古以來，這是歷代君王豪族，仁慈佈施的地方，沿傳迄今，都借這塊平原，因此號稱為大施場。奘師至此，恰巧遇上戒日王在

此行大布施。將五年積財，作七十五日之散施。上從三寶，下至貧苦無依者，無不施與。

古代印度布施財物的事，是非常重視的，歷代帝王，往往開了國庫，以



濟民窮。大富長者，也經常散財施物，所以佛教六度，以布施為先，財分內外，外財指身外之物，

包括妻子、田地錢財，一律施捨；內財則頭目腦髓，如今日之輸血等，皆曰布施。這也是防止慳貪，利濟他人的一種修行法門。

七十、原始佛像

奘師再往西南，途經惡獸野象之林，長達五百餘里，方抵憍薩彌國，這裏伽藍甚多，僧徒亦不少。城內故宮中有一大精舍，高六十多尺。有一尊檀木雕刻的佛像，據說是釋尊在世的時候，曾為母說法，肉身昇往忉利天，當時出愛國王由於思慕世尊，於是請目蓮尊者，將一位雕刻的巧匠，用神通攝升天宮，以觀釋尊的容顏，再從天宮回來人間，便憑想像，用紫檀木雕刻了這一尊像。據說當釋尊說法歸來，從天宮下降人間時，這尊檀木雕成的佛像，居然也變成活動的人，一

樣站在歡迎的行列中。——現在奘師所見的雕像，也就是當時第一尊雕刻的原始佛像。

城南有故宅，是瞿史羅長者的故居，長者的故園中，有一座二百餘尺的大塔，是無憂王所造，再向東南去有一座重閣，是世親菩薩造「唯識論」處。東邊有無憂樹林，中有故基，是無著菩薩著作「顯揚論」的地方。

（待續）



禪通行化篇

續上句：「再也無法找到了。」

四、少林始祖佛陀禪師

北魏時代天竺地方，有一個叫佛陀禪師的人，他有五個道友，早晚一起進德修業；那五個道友都已證了果位了，只有他一個人還沒有。當然他的內心裏很難過，常常自己痛恨自己業障深重，當時那五個道友就同他說：「得道也有一定的機緣的，並非強求所能夠得到。我看你與中國有緣，你不妨到那裏弘法修行去吧！並且你要隨時留心度兩個與你有緣的弟子，那麼對你是有很大的幫助的。」

他就這樣來到中國，當時北魏孝文帝非常敬重他，厚待他，特地爲他建造了一所很華美的寺

院。

佛陀禪師時常在室內靜坐。有一天一個小孩從門隙內看見室內火光熊熊，以爲失了火，嚇得連忙跑去告訴院主，大家一起來看；只見佛陀禪師安祥祥地端坐在那裏，並沒有異樣，原來這是他已經進入火光三昧了。

後來皇帝又在嵩山地方建了一所佛寺供養他，這就是後來聞名遐邇的少林寺。

度兩位弟子

但是他的心中，每天念念不忘的是要度兩個有緣的弟子，便隨時隨地留心尋覓，有一天他走到一條街上，看見一個小孩在井欄上表演踢甄的玩意，一連踢了五百塊，氣不喘，面如常，一時

在旁的觀眾大加喝采讚揚，佛陀禪師心裏自忖說：「此人必有慧根呀！」就度他出家，賜他法號慧光。不久他又另外度了一位叫僧稠的人，一起傳授道業。

佛陀禪師東來行化弘道，度了這兩位弟子，以應當時他的道友所說，果然後來得到很大的利益。

五、神異莫測的僧稠禪師

北齊時的僧稠禪師，神異事蹟最爲聞名，二十八歲在鉅鹿景明寺，隨僧實法師出家，後來他又拜佛陀禪師爲師，從他習禪。

他在山中修習苦行的時候，常常把飯煮好放在身旁準備涼涼再吃，偶然禪心發了，又入了禪定，也不知經過多久，等他出定後所煮的飯早已被禽獸吃光了。有時遭受山賊來威脅他，但他毫無懼色，反而隨機爲他們說法，每次都能使他們

深心懺悔，折斷害人的弓矢，然後發願受戒，至誠頂禮而去。

九日九夜不畏鬼侵

有一次他正在鵲山靜坐，突然有一個頂上生着角，披髮吐舌，樣子十分難看的惡神來纏繞他；抱抱他的肩，踢踢他的腰，在他的臉上吹吹氣，但是僧稠禪師只管專心修他的禪定，對於這一切視若無睹。這樣地經過了九日九夜，從此他覺得自己的意境，已經空無所有，再往現實看看，他發現這廣闊的世間，竟沒有一件可以使人真正感到快樂的事物。

於是他就把修證得到的境界，請佛陀禪師印證。佛陀禪師很高興地稱讚他說：「自葱嶺以來，學禪而達到最高境界的人，就算你了。」因此他便再傳授他更深要的禪理。

三呼優婆夷

當僧稠禪師住在嵩山的時候，寺中有僧眾一百人，每天靠着一個自然噴出的泉水飲用。有一天忽然有一個婦女，穿着一件既骯髒又污穢的衣服，兩腿夾住一把掃帚，坐在噴泉的石階上，聽僧眾們誦經。眾人當她是瘋子，齊力要驅逐她出去！這個婦女看到這種情形，心裏非常生氣，就用腳踏著泉水，泉水立刻枯竭了，她也隨即不見了。

當時在旁的僧眾非常惶恐，大家知道闖禍了，便將這件事情一五一十的告訴僧稠禪師，禪師面露笑容，慢慢地踱了出來，口裏連呼三聲：「優婆夷！優婆夷！優婆夷！」剛才的那位衣衫襤褸的婦女應聲出現。禪師對她說：「眾僧正在行道，你應加擁護，不可搔擾。」於是她便用腳，輕輕地撥了枯竭的泉水一下，水就又冒上來了，這時大家都很感激僧稠禪師的威德和神異。

山神不讓下山

齊天保二年文宣帝下詔，以弘法度生之旨，來請僧稠禪師下山。當他應命下山時，猝然全山震動，響聲悲切，駭擾人畜，這樣一直連續三天三夜，禪師便對山神們說：「你們以前仰慕我的道德是那樣的深切，而現在怎麼立即變成這樣呢？人生的聚散，原是無常的，你們自己好自爲之吧！」說罷他逕自下山了。

他既到了京城，齊帝自然非常歡喜，便恭敬地接他進宮，於是他便開示着說：「三界本來空無一物，所以國土也是如此。世間的榮華富貴，更是時時刻刻不能隨意保得住的」。接着他便廣說四念處法。宣帝聽後，不覺毛骨悚然，汗流浹背，自動要求從他具受菩薩戒，並且戒去酒肉妓舞，他所統治的國家，上下忠信和睦，頓然成爲一個仁愛的國家了。

解開二虎相鬪

不久他到懷州西，王屋山修習禪法，路上看見兩隻兇猛的老虎，正在極力相鬪，吼聲震山谷，打得頭破血流，難分難解。於是他用禪杖，輕輕地從兩虎的中間一隔，牠們對他望望，搖搖尾巴各自散去了。

一次忽然有兩卷仙經放在他的牀上，他看了看說：「我是修習佛道的人，這種東西放在我這裏又有什麼好處呢？」他的話剛一說完，仙經忽然不見了。

僧稠禪師每一入定，都要經過七天才能出定。魏孝明帝前後下詔三次要想見他，但他皆不應命；並且對人說：「普天下都是一個很好的弘法對象和地方，我何必拘泥於一方呢？」孝明帝聽了心裏非常感佩，就每天派人送食物去供養他。

陛下降臨 不迎不送

以後齊文宣帝爲僧稠禪師，在龍山建築了一所雲門寺來供養他，每逢辦完了國事，便帶着衛士到寺裏參謁問道；但是每次僧稠禪師隨他來來往往，卻不會迎送過一次，時間久了，弟子們有的看不過去，便勸諫着他說：「陛下降臨，你不去迎送，恐怕會遭受非議呢？」

僧稠聽了卻不以爲然。他說：「從前賓頭盧迎王七步，致使國王蒙難七年，因此我惟恐自己道德比不上別人，而使皇上折福啊！」

看見一個全身長毛的人

他所住的禪窟前有一個深淵，一天他看見一個全身長毛的人，置了一個大鍋在旁邊用火燒着，鍋裏的水將沸騰時，忽然有一條大蟒蛇從深淵中跳了出來，要進入鍋內。僧稠禪師就用腳去撥開它，那條大蟒蛇便跳入深淵裏，旁邊的那個全身

長毛的人也隨即不見了。

當天夜裏有一個山神蹣跚而來，對僧稠禪師頂禮說：「弟子所生的兒子，年年都給惡神所食噉，我自忖已經衰老了，所以現在就要替兒子死了！但是承蒙師父救了我的生命，把惡神趕走，從此不但是我，連我的子子孫孫都能夠保存生命了。」說完他連連磕頭然後方才離去。

第二天僧稠禪師去到水邊用腳輕撥了幾下，那些水霎時變成雲霧消失了。

駕車二十里迎接

宣帝數次去見僧稠禪師，禪師居然不來迎接，因此有妒嫉禪師的人便向宣帝進讒言說：「僧稠禪師倨傲無比，目無君長，恐對陛下不利。」宣帝聽了勃然大怒，便要自己親自來問罪。

不料禪師早已預知此事，他是從來不下僧廚的，這天他特別到僧廚對廚師們說：「明天有貴

客要來，你們可以多做些佳餚來供養他。」

當晚五更時分，他駕了一輛牛車，獨自守候在離寺二十里的谷口，不久宣帝來了，看了非常奇怪，便追問原故。

禪師說：「我恐怕自己的身血不淨，污辱了陛下，所以特別提早在這裏等候！」

宣帝聽了慌忙下馬向他頂禮認罪，接着轉過頭去對身旁官拜尚書令的楊遵彥說：「像這偉大的禪師，怎麼可以隨便毀謗？」說完便親自背負禪師回寺，禪師不敢接受，宣帝很誠懇的對他說：「弟子就是背負您走遍天下也不能赦免前愆呢！」

（持續）

水果酵素 DIY

續上句：「做好的酵素最好一個月內喝掉。」

十一、如何判斷失敗及解救

在製作環保酵素時，在液體表面會浮蓋一層白色的霉菌，這表示製作成功，如果是一層黑色且有臭味就是失敗。

製作水果酵素時，如果液體表面或水果表面浮現黑色霉菌，一定要馬上撈掉，否則整罐很快就會壞掉。

有人說，液體表面有浮沫是正常的，我自己製作時並沒有發現泡沫，如果有泡沫應該是發酵產生的氣體，所以無碍。

如果製作過程中發現產生很濃的酒味，資料上說，就再加醋進去。

十二、如何喝酵素

不同的酵素可以在製作完成後混合成綜合酵素來喝，每天喝個800以上最好，也可以加水稀釋來喝，大約比例是酵素一水3:10，濃淡看個人喜好。

我這幾天加水稀釋來喝，因為風味甚佳，蔡也都主動要求要喝，我以為一個月喝不完二大罐的酵素，現在看來二個星期就會喝光了。

以下是水果渣的果肉的應用，請參考：

將發酵過的水果肉以自己喜歡的口味，混合多種原料，如紅龍果，木瓜、葡萄、桑椹、草莓等漿果類，加入梅子、楊桃、檸檬、柑桔、牛蒡、紅蘿蔔，荔枝、龍眼等，幾凡發酵過的水果都可綜合加入。請先均勻一下，然後放入打果汁用的

料理機，添加適量酵素原汁或RO水（以易於翻轉攪碎為原則），由低速而高速直到成為膏糊狀為止，這時可嚐看看滋味如何，太酸的話可酌量加入蜂蜜調和。總之，一切以自己喜好為宜。這樣很快的一道令人望之食指大動，聞之垂涎三尺的綜合酵素果醬就大功告成了！將酵素果醬分置容器內，放在冷凍室裏，時間再久也會鬆軟如故，是一道色香味俱佳上等的冰淇淋，也是盛暑期間補充體力兼消暑的良方。加水攪拌的酵素果醬經冷凍後，一定要放入低溫或冷凍室內，它的成品吃起來沙沙的較像冰淇淋。加入蜂蜜的酵素果醬，糖尿病友想吃的話，須置於常溫裏若干時日，讓蜂蜜發酵分解成寡糖才好，放置常溫的酵素果醬，因處於繼續發酵狀態，所以不可裝得太滿，否則會因此溢出容器外，甚至產生容器的破裂。

用此方法製作酵水果醬，如遇有堅硬的果核，像梅子核、李子核等，因果核有豐富的礦物質，

可將之磨粉碎後一併製造，倘設備不足，只好剝取果肉而棄之矣！

果肉除了可做成果醬，也可以經由急速冷凍技術乾涸化，再研成粉末狀，更可進一步製成膠囊，這樣有方便儲存與攜帶的好處，只是它的設備昂貴無法普及，業者通常是委託製藥廠或食品加工廠代工。就自家食用而言，製成酵素果醬最為易行，在早點時塗於土司麵包上，或伴飯亦可，讓我們的早餐充滿有機營養。

附用煮的方法做成的水果酵素：

http://tw.tzuchi.org/projects/vege/index.php?option=com_content&view=article&id=207:2010-06-23-07-39-17&catid=3:2&Itemid=61

鳳梨一個、蘋果三個、冰糖一杯（量米杯也可以）、水、母酵素（上一次剩餘的水果酵素）約二百毫升（以上）

【作法】：

一、鳳梨去皮，去黑結，切除心（三點五馬力以上果汁機則留心），切小塊，蘋果削皮去心切小塊。

二、水約水果汁兩倍，放入切好水果煮滾，加入冰糖，煮滾後轉中小火，滾約五至十分鐘（若水果太酸則多加冰糖，以便發酵）

三、煮好水果湯放涼，分批用果汁機打細，呈現無渣狀態。（煮滾後絕不可以滲入任何水滴，使用器具必須完全乾燥）

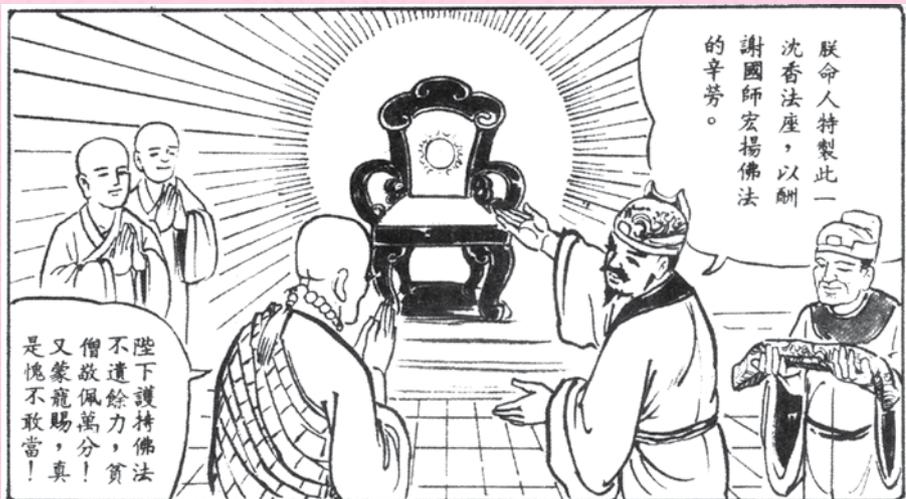
四、打好之果汁加入酵母拌均勻後入罐蓋緊。（罐子要使用能膨脹的塑膠罐，每罐裝入不超過三分二罐）

五、入罐蓋緊後馬上放入冰箱（不用冰凍），一天後即可飲用，每次開過蓋後都需蓋緊，三天內的口味最佳，四天後會漸出酒酸味，只要蓋緊都可繼續飲用。

註：以上資訊來自互聯網，可信與否，請讀者諮詢醫師意見。



菩薩的故事——(二) 人面瘡



朕令人特製此一
沈香法座，以酬
謝國師宏揚佛法
的辛勞。

陛下護持佛法
不遺餘力，貧
僧敬佩萬分！
又蒙寵賜，真
是愧不敢當！



有一天，悟達國師陷入沈思。
皇帝陛下
恩寵有加
，滿朝文
武那就更不用
說了，想不到
的風光！

誰知道，名
利心一動，
災難立刻來
臨。

奇怪！
膝蓋上怎麼
生起這麼一
個怪瘡
來了？



哇！怎麼回
事？
長得像是
人的面孔
一樣，又
痛又癢，真
討厭！

怪事！它眼耳口
鼻俱全，有時候
，餵東西給它
吃，它真的
就吃了下
去呢。

國師！您
該請個醫
生來診治
啊！

打通血管血栓絕密配方

一位居住在倫敦的人的親身經歷，他去巴基斯坦開會的時候，突然胸口劇痛，後來被醫院驗出來，他的三條心血管已經被嚴重堵塞，需要做搭橋手術。手術的時間是一個月以後，在這個期間，他去看一位回教國家古法治療師。

這位 Hakim 讓他自己在家中做一個食療，他吃了一個月。一個月後他去同一家醫院做檢查，發現三條血管乾乾淨淨，原來堵塞的地方已經全通了。他是一位虔誠的回教徒，爲了讓更多的人受益，他把自己的經驗放在網上分享，他的前後兩張血管照片也放在了網上，在照片中，服用食療之前與之後的分別連普通人也看得出來。

材料：

一個半檸檬、二大塊薑、三頭蒜、一小瓶蘋果醋

做法：

一、蒜頭去皮，姜去皮切小片，一起放入榨汁機

榨汁，或者放入攪拌器打成漿，用網布隔渣，手絞出汁。

二、將蒜頭、薑汁放入瓦煲，加入檸檬汁與蘋果醋，大火滾，小火慢煮，不要蓋鍋蓋，讓水份蒸發，大約需要半小時，剩下大約一半汁液。
三、溫度降下後，加入蜜糖，仔細攪勻，蜜糖需要很多，主要是令汁液容易入口。

將成品存在有蓋的玻璃瓶中，放入冰櫃。每天早飯前空肚服用一湯匙。吃上一個月以後去醫院再次做檢查，會發現血管乾乾淨淨，堵塞的地方已經全通了。必須存！必須轉！

打通血管絕密配方，真的有必要分享給你身邊的親人和朋友！

註：以上資訊來自互聯網，可信與否，請讀者諮詢醫師意見。



我們得找到有兩顆松樹的地方才行，山裡雲霧迷濛，還真不容易找呢！



瞧！好像有人呢。在招手。

師父！那一位恐怕就是您要找的人了！

不錯！就是他。



久違了！辛苦、辛苦！

實不相瞞，我膝上生一惡瘡，又痛又癢，群醫束手，痛苦不堪。回想起你我分別時的囑咐，所以不辭跋涉，前來請求指點。

謝謝指點，感激不盡！

這個簡單，明天讓這孩子帶你去岩下，用那裡的泉水沖洗，保證有效。



我身為宮庭御醫，卻從沒見過這種怪瘡，實在無能為力！

前些時，我曾找遍京城裡的醫師，他們一個個都是束手無策，所以才會勞駕您閣下，想不到依然如此！唉！

想必是業障深重！難道說就此絕望了麼？



哦！對了！

那位生癩瘡的和尚……

……日後如有困難，可來找我……



前面就是茶隴山，再有半天的路程就可到達了。

快點！趕路呀！

國師帶着隨從，一路往四川而去。



閱覽室 **佛教青年協會中醫贈診所** 禮請**何文輝**中醫師駐診。

逢星期一至六，上午九時至中午十二時正。

每天限派籌 45 個，採取派籌輪候制度，先到先得（不接受電話預約）。

診金藥費全免，只酌情收取掛號費如下（外來藥方恕不贈藥）：

掛號費：佛青會員三十元（需出示有效會員證），非會員四十元。

出家眾、六十五歲或以上長者及家境貧困人士費用全免。

閱覽室 2 月份活動

開放時間：逢星期一至星期六上午八時半至晚上七時（星期日休息）						
歡迎各界人士到閱覽室閱讀本會藏書						
農曆春節假期安排						
1月30日星期四（農曆癸巳年十二月三十日）至2月6日星期四（農曆甲午年正月初七）一共八日，旺角閱覽室全日休息。						
星期	活動名稱	教師	上課日期	時間	內容	備註
一	國畫班	文程遠	2014年1月20日至3月17日	下午2:30至3:45 下午3:45至4:45	國畫深造班（八堂） 國畫基礎班（八堂）	請先報名
四	慧命功(A)	胡銘麟	2014年1月2日至2月20日	下午2:00至3:00	拍打穴位健康功法（六堂）	於弘法中心舉行
	佛經研習班	---	逢星期四	晚上7:30至9:00	研習《佛說十善業道經》	歡迎隨喜參加
五	中國繩結班	陳積辛	2014年1月3日至5月16日	下午2:00至3:30	研習中國繩結（十八堂）	請先報名
	中國繩結班			下午3:45至5:15		
	慧命功(B)	胡銘麟	2014年1月3日至2月14日	晚上7:00至8:00	拍打穴位健康功法（六堂）	於閱覽室舉行
六	讀經班	證蓮法師	逢星期六	下午2:30至4:15	恭讀《楞嚴經》	歡迎隨喜參加
	教理研習班	弘願法師		下午4:30至6:00	無量壽經優婆提舍	
以上各項活動 歡迎各界人士參加				閱覽室查詢電話：2380 8221		

弘法中心 2 月份法會及活動

農曆春節假期安排					
1月24日（星期五）至1月29日（星期三），晚間舉辦各項活動放香。弘法中心開放時間由上午十時至下午六時。					
1月30日星期四（農曆癸巳年十二月三十日）至2月6日星期四（農曆甲午年正月初七）一共八日，弘法中心全日休息。					
2月7日（星期五）至2月14日（星期五），晚間舉辦各項活動放香。弘法中心開放時間由上午十時至下午六時。					
星期	法會及活動	法師／講師	上課日期	時間	備註
一	繩結基礎班	陳積辛女士	逢星期一	下午2:00至3:00	請先報名
	佛學進階班	眾法師／講師	逢星期一	晚上7:30至9:00	
二	書法班	廖雁朝居士	逢星期二	上午10:15至11:45	請先報名
	念佛晚會	寬濟法師	逢星期二	晚上7:30至9:00	歡迎隨喜參加
三	誦《梁皇寶懺》	證源法師	逢星期三	下午2:00至4:30	歡迎隨喜參加
	佛學專題講座	眾法師／講師	逢星期三	晚上7:30至9:00	
四	慧命功(A班)	胡銘麟	2014年1月2日至2月20日	下午2:00至3:00	請先報名
	誦經誦戒法會	眾居士	逢星期四	晚上7:30至9:00	歡迎隨喜參加
五	佛經專題講座	眾法師／講師	逢星期五	晚上7:30至9:00	歡迎隨喜參加
六	太極班	蘇華師傅	逢星期六	下午5:00至6:00	請先報名
	佛學基礎班	眾法師／講師	逢星期六	晚上7:30至9:00	
以上各項活動 歡迎各界人士參加				弘法中心查詢電話：2338 9939	



~ 待續 ~

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，請親臨香港九龍荔枝角青山道 501-503 號國際工業大廈 6 字樓 B 座佛教青年協會登記。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匯豐銀行帳戶。

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「香港九龍荔枝角青山道 501-503 號國際工業大廈 6 字樓 B 座佛教青年協會《雷音》編輯委員會」收。
- 六、如需退稿，請附回郵信封。

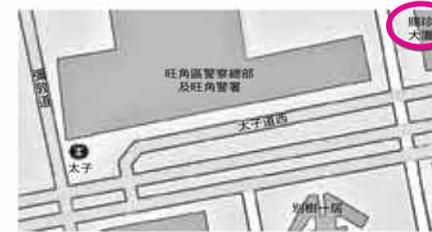
本會活動地點



佛教青年協會弘法中心
九龍荔枝角青山道 501 至 503 號
國際工業大廈 6 字樓 B 座
電話：2338 9939
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)



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

助印功德芳名錄

- 10 曾志文合家
- 20 杜可成 · 邱淑琴 · 林美卿 · 曾志航合家 · 蔡錦強 ·
有緣人 · 劉月瑩 · 陳燕華
- 30 王立基，王立業合家，王鳳明
- 40 馬永恆 · 林棟樑 · 方應新 · 黃妙馨 · 盧浩基 ·
蔡錦強合家
- 50 蕭震合家 · 陳桂揚 · 袁自勝 · 梁佩賢，梁楚彬，
梁勝總 · 蔡秀月 · 楊鏡濤，周昕潼 · 簡月瓊
- 60 何兆霖 · 張綺麗
- 100 張日明合家 · 曾健圖合家 · 龍郁輝合家 · 鄭耀邦 ·
羅德貞合家 · 黎德權，黎寶權，黎輝權 · 黎玉權，
黎耀權，黎梅 · 黎德權，黎寶權，黎輝權 · 黎玉權，
黎耀權，黎梅 · 譚偉洪合家 · 梁珮琳 · 陳震宇 ·
古偉玲 · 蔡瓊瓊，王蘊愉 · 羅沛倫 · 陳秋輝 · 張坤 ·
沈益萃 · 梅應全 · 陳天惠 · 陳天茵 · 黃灝然 ·
鄧雪嫦 · 鍾健仁，鍾麗明 · 黎佩玉 · 梁志威合家 ·
葉慶祥 · 顧張帶娣，顧智輝，顧智鋒，顧智傑 ·
周宛怡 · 彭喬豪 · 鄧淑儀 · 徐晶 · 張秀卿 · 吳素芳 ·
張桂好 · 張月梅 · 歐永沛 · 張佩玲 · 唐展偉
- 125 廖成
- 150 梁肇彤 · 老錦榮 · 郁明達
- 170 一切眾生
- 200 羅啓源 · 張坤 · 劉漢琳 · 黎觀有 · 楊君樂，陳天惠 ·
劉詠梅，鄭建文，李穎嘉 · 鄭志杰 · 鄭志聰
- 300 鄧好
- 400 梁慧娟
- 500 潘少芳 · 梁泉，謝蘭芳 · 吳玉輝
- 600 楊智桐
- 1,000 黎月容 · 湯炳強
- 2,000 黃頌駿

敬印「雷音 154 期」伍仟伍佰冊。

佛青參加奧比斯盲俠行活動



佛青參加抬轎比賽籌款



佛青籃球隊比賽



佛青夏令營



佛青籃球隊比賽

