

青年佛教通訊



475 Sep 15 2026 免費贈閱
YOUTH BUDDHISM COMMUNICATIONS

佛陀暨眾聖弟子舍利 瞻禮法會

10月17日 (星期六)

10月18日 (星期日)

上午9:30 – 下午4:00



10月17日(Sat)巴士登記聯續:

青年佛教通訊中心212-406-5109

地址: 紐約市華埠勿街18号2樓

等候處: 華埠孔子大廈容閣小學門前

(40 DIVISON STREET N.Y.C.)

集合: 早上6:30, 準時開車, 逾時不候

巴士早上七時出發, 來回車費:

每位40元

地點: 美國佛教會莊嚴寺 (大佛殿)

2020 Route 301, Carmel, NY 10512

Tel: 845-225-1819, Fax: 845-228-4283, Website: paus.org

寬如法師主持大悲菩提法會圓滿舉行

紐約功德山寺最高導師寬如法師不辭辛苦從台灣蒞臨紐約弘法利生，於9月13日和14日（周日和週一）在法拉盛喜來登酒店二樓舉辦「大悲菩提法會」，各位善信、護法居士踴躍參加，法會圓滿舉行。

寬如法師勸導信眾勤修戒定慧，圓滿福慧功德，利益眾生；並指導信眾專修觀音菩薩的大悲咒法門！大眾共洽法益，法喜充滿，同植福田。阿彌陀佛！





美國佛教會

The Buddhist Association of the United States

2020 Route 301, Carmel, NY 10512

Tel: 845-225-1819, Fax: 845-228-4283, Website: baus.org

佛陀暨眾聖弟子舍利瞻禮法會

美國佛教會為感念佛陀的智慧與慈悲，廣結眾生緣。謹定於公元二〇二六年十月十七日(星期六)和十月十八日(星期日)兩天舉行「佛陀暨眾聖弟子舍利瞻禮法會」，自上午九點半到下午四點，在本會紐約上州莊嚴寺大佛殿內恭敬供奉，開放大眾瞻仰禮敬。

此次供奉的舍利共五尊，分別為：



- 本師 釋迦牟尼佛舍利
- 佛陀上首弟子 舍利弗尊者舍利
- 佛陀上首弟子 目犍連尊者舍利
- 佛陀侍者 阿難尊者舍利
- 以長壽康健著稱之阿羅漢 薄拘羅尊者(Vakkula)舍利

虔誠敬邀各界十方善信蒞臨禮敬，共沐佛恩、同霑法喜；因緣殊勝，請把握這千載難逢之盛會。

關於此次展出的佛及諸大弟子舍利

本次展出的五尊舍利，承蒙馬來西亞三慧講堂慈允，自該講堂之「太虛大師舍利塔」中恭敬請出。三慧講堂的「太虛大師舍利塔」內，不僅供奉著太虛大師(1890-1947)三慧講堂開山祖師竺摩長老(1913-2002)，以及印順法師(1906-2005)的舍利，亦安奉釋迦牟尼佛與數位佛大弟子的舍利。本次展出的舍利，即包括舍利佛尊者、目犍連尊者、阿難尊者及薄拘羅尊者之舍利。

環保生活・急不容緩

韋琪

自踏入2026年以來，世界氣象組織秘書長「塞萊絲特・紹洛」於一月就發表公報說：「極端天氣持續位列世界經濟論壇。是『全球風險報告』年度報告的主要風險之一。」即表示受天氣和氣候相關災害影響的人數逐年增加！

果然，2026年的天然氣候災害十分猖獗！繼有委內瑞拉地震，日本地震及豪雨，中國華南中及華東的暴雨洪澇成災！最令人震驚的是今年8月26日在尼泊爾與中國西藏交界山區發生的一場由喜馬拉雅冰川部分崩塌引發的毀滅性山洪與土石流！在短短數秒的冰川溶解下墜，竟造成了邊界的村莊被山洪及土石流淹沒沖走！！

9月14日上午11時，根據尼泊爾警方公布的數據，尼泊爾泥石流洪災造成的遇難人數已升至1392人，失聯人數為5130人！！

這都是氣候暖化造成的天災！在聯合國及各機構的緊急救援之餘，我們除了捐款支援之外，也要切實的實行地球環保的生活！！

早在20年前，世界衛生組織及氣象組織已提醒人類，要實行地球環保措施，否則氣候暖化現象會造成雪崩，水位高漲，暴雨洪災等極端氣候的災禍！！

日前印度恆河水位漲，一座有150年歷史的神廟也坍塌了！

快點實行環保生活：素食，少用塑膠等一次性丟棄的餐具、購物袋等，否則溫室效應會來得更快了！



目錄

01 菩提道上

寬如法師主持大悲菩提法會圓滿舉行

佛陀暨眾聖弟子舍利瞻禮法會 10/17-18 舉行

美國佛教會

02 編者的話

環保生活・急不容緩

韋琪

03 菩提道上 / 般若人生 / 甘露法雨

紐約福智兒童讀經班秋季班課程招生

北美福智基金會

紀念 八月初三 禪宗六祖惠能大師圓寂日

為何動物不能吃 植物可以吃

慧律法師

地藏菩薩本生故事

化州市南山寺

加國五台山孟蘭盆孝親感恩供僧法會圓滿

感恩孝親・敬老同行 湛山精舍持續開展關愛耆老行動

08 教 訊 / 般若人生 / 菩提道上

紐約妙覺寺孟蘭盆超薦暨供僧法會圓滿

青年佛教通訊中心 10月10日舉辦 2027 紅藍咭新資訊講座

委屈是一種極其隱秘的傲慢

卓卡尼師

北美彌陀村安居自恣 中元孟蘭盆節佛三法會圓滿

什麼是「一心」？

入川法師

佛教知識：「阿賴耶識」的涵義是什麼？

鐵嶺永興古寺

什麼是「焰口」？放焰口的由來

三寶影音

12 菩提道上 / 中間彩頁

慈濟曼哈頓家庭服務中心義工為尼泊爾洪災街頭籌款

慈濟基金啟動全美募心募愛 援助尼泊爾嚴重山洪土石災

14 甘露法雨 / 般若人生

星雲大師：佛法究竟是什麼？

赤峰萬佛寺

佛經中的「五不翻」指的是什麼？

淨界法師

宗喀巴大師：障礙生起智慧的八種過失

什麼是佛教的八功德水？

三寶影音

19 般若人生 / 菩提道上

充滿煩惱的人生是解脫的最好機緣

誦早晚課

虛雲老和尚的故事

體光老和尚憶述

佛教知識：「三身四智五眼六通」是指什麼？

鐵嶺永興古寺

蓮池大師的八條重要開示 字字珠璣 發人深省

淨土解行

生命的永續經營 -- 從今生到來世的無縫接軌

佛光山

楞嚴經揭示了生命奧秘：始於對當下心念的自覺

三寶弟子

封底內頁 / 封底

慈濟基金啟動全美募款 馳援尼泊爾洪災

兒童 讀經班

Chinese
Recitation
Class

弟子規經典讀誦・認識中文字
善行實踐・戶外教學・健康點心

教育是人類升沉的樞紐

孩子藉由讀誦經典、觀功念恩、
善行實踐與記錄、以及自我覺察
課程遠離 3C, 練專注力。

以儒家文化的教育以及多元化的
教學課程，效學聖賢的精神，懂
得做人的基礎、成長出樂觀豁
達、陽光積極向上的良善品格。

秋季班課程 Fall Course

2026年9月12日- 12月19日

每週六 下午 1:30-3:30pm

年齡

Pre-K 到 五年級

4歲 - 11歲

課程學費

學費\$240, 共12堂課

上課地點

25-10 Ulmer St, Floor 2,
Flushing, NY 11354

報名查詢

蔡老師 917 306 7806

報名表格



Bliss & Wisdom Foundation of North America – NY
北美福智基金會 - 紐約

八月初三 紀念禪宗六祖惠能大師圓寂日

2026年9月13日，農曆八月初三，禪宗六祖惠能大師圓寂紀念日。

禪宗六祖惠能大師，俗姓盧氏，河北燕山人（現今的涿州），生於嶺南新州（今廣東新興縣）。佛教禪宗祖師，得黃梅五祖弘忍傳授衣鉢，繼承東山法門，為禪宗第六祖，世稱禪宗六祖，與孔子、老子被稱為「東方三大聖人」，歐洲則將他併入「世界十大思想家」之列。

惠能大師對中國佛教及禪宗的弘化具有深刻和堅實的意義。他弘揚「直指人心，見性成佛」的頓悟法門。使佛法在中華弘傳，讓更多百姓能一享佛法甘露。

降生名「惠能」：唐貞觀十二年（638）二月初八子時，一個體重稍輕但還健康的男孩在夏盧村降生了。第二天早晨，有兩位僧人登門說，你家昨生貴子，貧僧專門為他取名「惠能」而來，其父問：「為何叫惠能？」僧人回答：「患者，以佛法惠濟眾生；能者，能做佛事。」

三歲喪父：在惠能剛滿3歲之時其父撒手人寰。由於年幼喪父，惠能從小就飽嘗人間疾苦，懂得為母親分憂，從不計較吃喝住穿的好壞，經常陪同母親到田裡幹活，幫母親做家務事。年紀稍大後便跟隨大人上山割草砍柴。因為家貧，惠能從來沒機會上學讀書識字。

誠感石開而學佛：惠能雖然不識字，但心境清淨，一心向佛。母親與舅父無計可施之際，便指著一塊大石頭說：「如果你能拜開這塊大石頭，你就去吧。」惠能誠心跪拜，日復一日。一天，烏雲密佈，雷電交加，一道亮光及一聲霹靂將巨石劈成兩塊，舅父和母親十分驚愕，只好同意惠能學佛的請求。

惜別親人至黃梅：惠能與母親、舅父依依惜別，別母北上。一路風塵僕僕，曉行夜宿，風餐露飲，翻山越嶺，橫渡九江，直造黃梅五祖道場。

一偈獲傳衣鉢：惠能見到五祖弘忍大師，一番問答使五祖對惠能刮目相看。一日，五祖召集眾



門徒各作一首偈，以便傳付衣鉢。神秀作一偈被整個東山禪寺傳頌。惠能亦作一偈，五祖看偈之後知其堪為法器，于三更時分為惠能解說《金剛經》，令其徹悟，並把袈裟衣鉢傳給惠能。

迷時師度 悟了自度：趁更深夜靜，五祖親自送惠能到九江驛。上船後，五祖拿到船槳劃水，惠能說：「你老人家坐好，搖槳劃水的事由弟子來做，迷時師度，悟了自度。」五祖說：「你說得很好，禪法今後由你去弘揚了。」

風幡非動唯心動：惠能始終沒有忘記師父關於「廣度有情，流布將來」的囑咐。當爭奪衣鉢的風聲平息下來後，便來到南海法性寺（今廣州光孝寺）。到法性寺後，恰遇二僧爭說是風動還是幡動。惠能便上前對大家說：「不是風動，也不是幡動，而是仁者（你們）的心動。」在場的人都感到十分震驚。

法性寺剃度受戒：印宗法師猜測惠能即是六祖，惠能亦從行囊中取出袈裟聖鉢給大家觀看，印證了惠能就是禪宗六祖。唐上元三年（676）春，由印宗法師親自主持，在法性寺菩提樹下，聘請授戒師、羯磨師、教授師、說戒師、證戒師等先後為惠能舉行莊嚴、隆重的剃度和受戒儀式。

禮拜聽法者眾：惠能授具足戒後，在法性寺大開東山法門，度無量眾，當時遠近僧俗都前來禮拜聽法。消息傳到曹溪，寶林寺馬上派人前來延請，惠能欣然應許，到達曹溪，見寶林寺僧眾及曹侯村的民眾在山門前列隊歡迎，惠能深感佛性無邊和自己的責任重大，決定於此大興佛法。

婉拒皇帝召見：神龍元年（705）正月十五，武則天及唐中宗李顯親下詔書，迎請惠能入京。惠能沒有因為皇帝的恩寵而感激，他向薛簡陳述自己古稀染疾，願終老山林，向皇帝上一表疏，婉拒進京。

故鄉舊址建報恩寺：光音荏苒，惠能想起自己離開家鄉至今不覺已20餘年，父親早逝，母親孤苦，在他離家後不久亦離開人間，父母生養之恩恩深如海，自己職責在身而不能盡孝，遂命門人回新州，將其舊居改建為報恩寺。

安詳示寂 芳香四溢木白禽悲：先天二年（713）八月初三，惠能在國恩寺齋飯沐浴後，安詳地在禪房端坐，並叫弟子依位次坐好，然後說偈語作最後開示。至三更時分，平靜圓寂，時年76歲。當時禪房充滿芳香，一條白虹連接著天地，林木變白，禽獸發出悲傷的叫聲。

為何動物不能吃 植物可以吃

慧律法師

農曆七月廿九(9月10日)恭迎地藏王聖誕日，請大家要吃素喔！慧律法師針對「為何動物不能吃，植物可以吃」的開示，從三個方面展開分析。希望反對吃素的人多看看，長養一點慈悲心，對我們的人生和社會都有幫助，鉗牛角尖是沒有好處了！破壞人家吃素、辱罵人家吃素、挑撥人家吃葷腥、毀謗經典，罪業深重，是要下地獄了，這不是隨便說或嚇人的！有句話說：「眾生怕果，不怕因」，自以為是，一直造因，當果報來時，叫天呼地、怨天尤人，奉勸諸惡莫作，眾善奉行！

慧律法師開示：

一、有情眾生與無情眾生的根本區別：

動物屬於「有情眾生」：動物有神經系統、有血有肉，具憊情感、覺知和痛苦感受能力，知道疼痛、苦樂，且具有強烈的求生本能，生命只有一次，會進入六道輪迴。

植物屬於「無情眾生」：植物雖然也有生命代謝，但沒有神經系統、沒有情感和覺知能力，沒有痛苦感受，且具有很強的再生能力（如摘掉果實、截取



枝葉後，來年還能生長）。

二、佛教「不殺生」的核心在於「不造成痛苦」：佛教的「不殺生」戒律，主要針對能夠知生怕死、會感受極大痛苦的有情眾生。動物在被宰殺時，曾經歷強烈的恐懼和痛苦，這種「痛苦的擴散」是佛教戒律力求避免的。

植物的取用過程不涉及感知上的痛苦，不會留下情緒上的創傷，因此植物的取用不違背「不殺生」的初衷。

三、佛教的慈悲心與因果觀：佛教提倡素食，是為了培養慈悲心和平等心，通過「不殺」來減少對眾生造成的傷害，長養清淨心。動物因對色身有執著，被殺害時會產生極大的痛苦和怨恨，造下深重惡業。

而植物被取用時的果報相對輕微，取用植物是為了維持人類生命，且需心懷感恩，不浪費。

四、總結：慧律法師指出，不能將無情植物與有情動物等同，吃素（取用植物）是在無法完全不傷害的前提下，為了減少痛苦、長養慈悲心而做出的相對選擇。
《fb 妙法蓮華》分享

地藏菩薩本生故事

化州市南山寺

9月10日(農曆七月廿九)恭逢地藏菩薩聖誕，願廣大善信與地藏菩薩結緣，學習地藏菩薩「大孝」和「大願」之精神！

婆羅門女救慈親：地藏菩薩在過去無量劫前，曾是一婆羅門女，她的母親不信三寶而行邪道，死後墮入地獄。婆羅門女知道母親的必然果報，故變賣家產為母佈施修福。她掛念母親的處境，想著如果佛還住世，便可向佛詢問，但當時的覺華定自在王如來已經入滅。在極悲痛時，婆羅門女受到一個聲音指點，讓她一心稱念覺華定自在王如來名號。婆羅門女至誠恭敬一心念佛，不久便以念佛力，在定境中來到地獄，向鬼王詢問母親狀況。鬼王告知，因為她佈施供養和念佛的功德，亡母和其他地獄罪人已脫離地獄苦而投生天道。婆羅門女便在佛像前立下誓願，要度脫罪苦的眾生。

光目孝女誓救眾：又在過去無量劫前，地藏菩薩曾是名叫光目的孝女。光目女的母親生前喜歡吃魚，造了極多的殺生業。光目女知道母親死後會墮落到惡道中，於是請阿羅漢入定觀看，見母親果然在地

獄中受苦。光目女一心念佛，誠敬供養佛像。後來其母投生光目女家，為奴婢之子，出生未滿三天便告知光目女：自己蒙光目救度，得以從地獄投生，但仍須為下賤人，十三歲將短命而終，並再受苦報，是殺害和毀罵二業之報應。於是光目立誓救拔未來一切罪苦眾生，而光目之母也終得舍離苦報。

大長者子立大願：又在過去久遠劫前，地藏菩薩曾是大長者子。當時有佛名獅子奮迅具足萬行如來，長者子見佛相莊嚴，心生恭敬，便請問佛因作了怎樣的行願，而得這樣的莊嚴相。佛回答說，得這樣的莊嚴相，應當久遠濟度一切苦惱眾生。於是長者子立下大願，要在今日到未來劫，度脫一切苦惱眾生出離苦海，自己再成就佛果。

累發誓願度眾生：又在過去無量劫前，有佛號一切智成就如來，未出家時，為小國王，與鄰國王為友，同行十善，饒益眾生。一王發願，早成佛道，普度群生。此即一切智成就如來。一王發願，若不先度一切眾生、脫其苦惱、令其實樂、得至菩提，絕不成佛。此即地藏菩薩。

加國五台山盂蘭盆孝親感恩供僧法會圓滿

2026年8月27日，農曆七月十五，適逢佛教僧自恣日、佛歡喜日，也是加國五台山和湛山精舍的僧眾結夏安居功德圓滿之日，來自漢傳、南傳、藏傳佛教三大語系的近80位法師莊嚴匯聚，與四眾弟子、社會嘉賓及十方善信共同舉行盂蘭盆孝親感恩供僧大法會。

孝親感恩 三乘同源 和合共生

本次法會以「孝親感恩、三乘同源、和合共生」為主旨，通過莊嚴的百供傳供、誦經祈福及供僧午齋等儀式，感念父母養育之恩，追思歷代先賢、長者，祈願世界和平、社會安定、眾生安樂。

結夏圓滿 供僧報恩

盂蘭盆法會源自《佛說盂蘭盆經》。佛陀弟子目犍連尊者，見母親身處苦境，悲心懇切，祈請佛陀開示救度之法。佛陀教示，於農曆七月十五僧眾結夏安居圓滿之日，以清淨飲食供養十方僧眾，仰仗僧團和合修持的清淨功德，回向現世父母及過去宗親。

盂蘭盆節所宣導的孝親報恩，不僅是對先人的追思，更提醒人們珍惜當下、善待親人，將感恩落實於陪伴之中，將孝道踐行於日常生活。

百供傳遞 一念至誠

法會現場，大雄寶殿莊嚴肅穆。鐘鼓齊鳴、梵唄悠揚，在法師引領下，百位傳供人員依次捧持香、花、燈、塗、果、茶、食、寶、珠、衣等清淨供品，緩步進入法會壇場，恭敬呈獻三寶。

當天，近80位來自漢傳、南傳、藏傳佛教三大語系的法師共同接受供養。三大語系僧眾法服各異、儀軌有別，卻同秉佛陀教法，同以慈悲為懷、智慧為燈，在加國五台山呈現出佛教和合共生、同源共流的莊嚴氣象。

三乘同源 法脈匯流

兩千五百多年前，釋迦牟尼佛在印度菩提伽耶覺悟成道，開啟慈悲與智慧的教法。此後，佛教隨著時代發展與文明交流，沿著不同的歷史路徑傳播至亞洲各地，逐漸形成今天的漢傳、南傳、藏傳三大語系。傳播的道路各有不同，所使用的語言、經典體系與修持儀軌也各具特色，但三大語系同源於佛陀教法，共同承載著慈悲、智慧、平等與和平的核心精神。

加國五台山開山建設之初，加拿大佛教會會長、湛山精舍住持、加國五台山住持達義大和尚便發下宏願：不僅要在北美大地建設一座具有中國傳統文化精神的佛教聖地，更要匯聚漢傳、南傳、藏傳三大語系，讓不同的佛教傳統在此交流互鑒、和合共生。

此次近80位三大語系法師同堂應供，正是這一建山願心的具體實踐。三大語系在加國五台山莊嚴彙聚，不只是形式上的相聚，更是佛教跨越地域、語言與文化差異，回歸同源法脈、共擔時代使命的生動體現。



感恩孝親 敬老同行 湛山精舍持續開展關愛耆老行動

尊重長者、孝敬父母，是中華民族世代傳承的傳統美德，也是社會文明與家庭溫情的重要體現。2022年9月，加拿大佛教會會長、湛山精舍住持達義大和尚發起倡議，將每年9月定為「關愛耆老月」，並承諾投入更多資源關心和服務長者，呼籲社會各界共同弘揚尊老、敬老、愛老、助老的良好風尚。

四年來，湛山精舍始終堅持這份初心，以持續而溫暖的實際行動關愛長者。今年「關愛耆老月」再次到來，湛山精舍不僅陸續接待多家養老機構的長者參訪，還正式啟動一年一度的免費贈送素月餅活動，讓長者們感受到來自社會大家庭的關懷與溫暖。

達義大和尚表示，尊老、敬老、愛老、助老，是中華民族的優良傳統。每個人都由父母生養、由長輩呵護成長。我們今天所擁有的幸福生活，離不開上一代人的辛勞付出，因此更應常懷感恩之心，珍惜親情、孝敬父母、關愛長者。

中秋佳節即將來臨，團圓與陪伴尤為珍貴。達義大和尚呼籲大家，在「關愛耆老月」期間，多抽時間回家探望父母、陪伴長輩。如果因為距離或工作原因不能回家，也可以通過電話、視頻等方式送上一聲問候，表達一份牽掛。

湛山精舍每年組織員工和義工，根據長者的飲食習慣和健康需求，精心製作少糖、低鹽、純素的月餅，並親手送到長者手中。十多年來，每逢中秋佳節，達義大和尚都會帶領大家前往養老院慰問長者，為老人們送去節日祝福。接下來，達義大和尚還將帶領湛山精舍的法師、員工和義工前往多家養老院，為長者送上月餅和中秋祝福。

免費領取素月餅安排

今年，湛山精舍一年一度的「免費贈送耆老素月

餅」活動再次啟動，將為75歲及以上長者免費贈送一盒素月餅，以實際行動弘揚孝親敬老文化，宣導健康、溫暖的生活方式。

領取對象：75歲及以上長者，須本人攜帶有效身份證件前往領取，不可代領。每位長者一盒，口味隨機，數量有限，送完即止，先到先得。

領取地點：湛山精舍義工辦（普賢殿）

開始日期：9月1日起上午9:00至下午6:00

湛山精舍地址：7254 Bayview Avenue, Thornhill, ON L3T 2R6

紐約福智兒童讀經班開始招生

兒童時期，身心純淨、記憶力強，學習儒家文化，因果概念，培養有仁、有德的心性習慣。長遠來講有終身受益的效果。紐約福智兒童讀經班開始招生，秋季班課程：2026年9月12日-12月19日，每週六下午1:30pm-3:30pm(2小時)，學習內容：弟子規經典讀誦、認識中文字、中華傳統文化、惜福習勞、善行實踐（德育故事、做善行、廣大供養、放生等），提供健康點心。上課地點：25-10 Ulmer St. 2nd Floor., Flushing, NY 11354，學費：\$240，共12堂課，年齡：4-11歲，報名諮詢：蔡老師：917-306-7808。

報名表格：https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf-jFhZJ_whG9FHdHSapZeppmpMyF5DTPeqd_-2rE-w44wlQ/viewform

紐約妙覺寺孟蘭盆超薦供僧法會圓滿

孟蘭盆法會是根據《孟蘭盆經》於每年農曆七月十五日期間舉行，為什麼稱「孟蘭盆會」呢？這「孟蘭」翻譯為「解倒懸」是解脫極苦的意思。這是一種比喻，是人死後墮落於三惡道中，如餓鬼道中的眾生，腹大如鼓，喉細如針，饑餓難堪，如被倒懸著一樣，極為痛苦。「盆」是盛載食物的容器，就是說：用這盆器盛著各種珍饈百味美食，恭敬奉獻佛法僧供，承仗三寶不可思議福田之力以解救其「倒懸」之痛苦。所以稱為「孟蘭盆會」，也就是為解救先亡倒懸之苦，而盛設種種供養，奉施三寶之法會。

妙覺寺孟蘭盆超薦暨供僧法會已於8月28-30日殊勝圓滿，以佛法僧供養三寶的功德、回向現生父母身體健康、延年益壽；超度歷代宗親，父母師長及冤親債主、蓮品增上。法會期間每日由法師帶領大眾誦經拜懺，願以此功德，普及一切世間及累生累世父母師長同圓種智，同霑法喜。以此功德回向各人過去父母，歷劫冤親，遠近宗親離苦得樂，往生淨土，現世眷屬平安健康，如意吉祥，諸事順利。更祈世界和平，風調雨順，國泰民安，災難消除，佛日增輝，法輪常轉，眾生得度。



法會由妙覺寺宏如法師、智果法師、惟學法師、傳智法師、修妙法師、傳律法師、傳論法師、惠平法師帶領，非常感謝護法居士及廚房發心義工菩薩們。

妙覺寺地址：99 Madison Street, New York, NY 10002，電話：917-517-3630/718-916-6889。

攝影：蘇群娟

青年佛教通訊中心 10月10日 舉辦 2027 紅藍咭新資訊講座

2027 紅藍咭的新資訊！每一年，政府對紅藍咭都會有一些調整，歡迎來參加我們的講座，可以瞭解一下 2027 紅藍咭的新資訊有什麼更新，亦可發問疑慮的問題。

主講者：李藝梅（專業健保經紀）

時間：10月10日（週六）下午二時至三時半

地點：紐約市華埠勿街18號二樓前座課室

歡迎佛友及同學們出席聆聽發問！



委屈是一種極其隱秘的傲慢

卓卡尼師

「委屈是一種極其隱秘的傲慢」，它的潛台詞是：「像我這麼好的人，不應該經受這些」，總以為「委屈」是受害者的情緒，是別人對不起我們的證據。



但你細品這句話，它破了一層更深的執念，心底下藏了一個不易察覺的預設：「我是好人，理應被理解，被公平回應」，把被善待當做必然，把不被辜負當成了應得。這份期待看似柔軟無害，實則暗藏鋒芒，就像約翰·威爾伍德所說：「期待是一種微妙的暴力」。這種暴力是對他人要求的順從，更是對自己的傷害，它綁架了別人的自由，也反吞噬了自己的心境，你有多篤定「我不該受此委屈」，你就會有多深的不甘與內耗，而這正是宗薩仁波切所說的「隱秘的傲慢」，它不像張揚的自負那樣顯眼，反倒像是披著受害者的外衣，讓我們在自我感動中抬高自己，默認自己

理應豁免於磨難與無常，理性的將自己放在該被特殊對待的位置上，卻忽略了眾生皆有遺憾的事實，這才是委屈最傷人的地方。情緒本身會自然來去，可是背後的我執，會把一次失落拉成漫長的內耗，但你要知道，問題從來不是委屈本身，這份感受是真實的，但修行的意義，從不是讓人失去情緒，而是學會給情緒留一份彈性，你可以真切的感受委屈，但不必跟隨它放大悲傷，你可以篤定自己的良善，但不必把這份自我確認，建立在他人的認可之上。

宗薩仁波切說：真正的慈悲不是對眾生好，而是對眾生沒有期待，世間本就無常，人心各有立場，磨難從不會挑人降臨，對「恆久善待」的貪戀，才是痛苦真正的根源。

你是一個很好的人，但你遇到的人都是不定的，今天可能是理解你的，明天也可能是蠻不講理的，這些都不是你能掌控的，你能掌控的只有你的心，你永遠要感謝給你逆境的眾生，當你放下對「恆久善待」的執念，不在把善良當豁免無常的籌碼，接納際遇的本來面目，那份藏在委屈裡的傲慢，便會慢慢消融，內心便會生出真正的從容與定力。

北美彌陀村安居自恣 中元盂蘭盆節佛三法會圓滿



這個時代能相續安居，今年佛歡喜日首次，簡簡單單地念佛、禮懺很知足了，感恩三寶加庇，眾善緣成就。有財藝供佛，供佛供僧，眾善信踴躍參加，願諸有緣娛樂於法，身心安樂，福慧日增。

什麼是「一心」？

入川法師

發願求生西方淨土，信念阿彌陀佛無礙光如來名號，保持心心相續，念念不斷，這就是無後心。我們聽明白了，是無後心。沒有五慾六塵等妄念摻雜，這就是無間心。做到無後心和無間心才算得上一心。

我們把這「一心」要討論明白了。沒有後心、無後心，沒有這個無間心夾雜，才算得上「一心」。

由此可見要達到「一心」的境地，是非常不容易的。念佛人要都攝六根，淨念相繼。入流聞聲，反聞自性，才不會有他論夾雜。如果以隨物而轉的心去念佛，整個就處於他想夾雜的狀態當中，由他想夾雜就難得「一心」。這裡之所以要強調「一心」，是因為「一心」是契入阿彌陀佛願海的前提。三心二意對於阿彌陀佛的願海不相應。我們不要抱著一種幻想。

再說這「一心」，不是通過通常的斷煩惱角度來論的，而是從直接契入心性的角度來論的。

正如蓮池大師所認定的「五逆十惡往生者，他在臨終的一剎那，念念是理一心，否則就不可能於念念之中，除八十億劫生死重罪了」。

我們講一件事，過去有一個屠夫是殺牛的，殺了許多許多的牛，殺業非常重。當他臨終的時候，突然地獄現前了，猛火現前了，所有的牛都向他來逼迫討債，拉住他要下地獄。這時候他恐懼害怕了，

恰巧也是他宿世的福根善緣顯露了，遇上個善知識，信佛的，這信佛的人趕快告訴他拿起香來，這時候拿著香，叫他大聲地念「阿彌陀佛」，求阿彌陀佛接引他往生，只有往生了，你才能躲過這一劫。這時候他在這麼巨苦的逼迫下，就好像人入大海一樣，沒有什麼可仰靠的，關鍵來塊木板，死死地抓住，再也不會放手了。他就拼命地拿著，一股想拼命的一個心態，一個念頭，就是「南無阿彌陀佛」。

在這聲「南無阿彌陀佛」，他的心願就已經入到「南無阿彌陀佛」名號實相裡頭去。他的心願，就入到阿彌陀佛名號的四十八願裡去了。阿彌陀佛這個名號四十八願，從他內心裡早就等待著、接引著他了。這時候阿彌陀佛現前了，把他接引走了，真的把地獄變成蓮池了。這樣的一個超不可思議，可想那一念的心是什麼，並不是我二心、三心、無量心。是全身心的那樣的一心啊。



摘錄「入川法師佛七開示」

佛教知識：「阿賴耶識」的涵義是什麼？

鐵嶺永興古寺

阿賴耶識是梵語音譯，字面意思是「倉庫」、「儲藏」，祂可以含藏各種「種子」，怎樣來理解呢？

我們說每個人都有意識，這個意識由外及內可分為八個方面，簡稱「八識」。眼、耳、鼻、舌、身，這前五識屬於感性認識，將對外界的感知傳送到第六識「意識」，意識又名「了別識」，其功能是將前五識傳遞來的感知進行分析、判斷、思考等。

第七識是「末那識」，末那識有兩個功能：我執、傳遞。我執就是「末那識」頑固地造作一個「我」的感覺，並執著地認為這個「我」就是我們的生命主體，是我們活著的基礎和從事一切活動的依據。

末那識還有一個重要的功能就是「傳遞」，將前六識所有的活動，善的、惡的、不善不惡的這三大類的一切活動，傳遞到第八識阿賴耶識，就好比將「種子」儲存到「倉庫」裡。

阿賴耶識有三大功能：「能藏」「所藏」「執藏」。

「能藏」指的是主動地將前六識的一切行為轉化為種子的能力；

「所藏」是根據種子的善惡屬性有條理地儲藏於它自己的內部；「執藏」，指的是當這些種子在沒有找到合適的機會轉化為新的外界。

即客觀事件和行為之前，這些種子永遠不會消失，無論是身體的死亡或這個物理世界的崩潰，這些種子永遠存在。

儲存在阿賴耶識裡的這些種子，就叫「業種」，這些種子在因緣成熟的時候就會顯現出來。

根據自身的善惡屬性轉化為相應的行為，作用于行為者，而使行為者產生各種痛苦的經歷與遭遇或快樂的經歷與遭遇等果報。

所以說每一個人福德、因緣、果報是不同的。就如《三世因果經》所說：「若知前世因，今生受者是，若知來世果，今生做者是」。

什麼是「焰口」？ 放焰口的由來

三寶影音

餓鬼又稱焰口、面燃等，屬於三惡道眾生之一，其體枯瘦，咽細如針，口吐火焰，以生前慳吝之故，遂有此一果報。曾有餓鬼在阿難入定中顯現，並由此而成為佛教「放焰口」儀式的緣起。《順正理論》中舉出三種餓鬼：

1. 無財餓鬼：包括炬口餓鬼、針口餓鬼、臭口餓鬼等三種。全無食物，常陷於饑渴之苦惱，若偶爾獲食，於將食時，又化作火焰，無法下嚥。

2. 少財餓鬼：包括針毛餓鬼、臭毛餓鬼、癭餓鬼等三種。專食膿、血等。

3. 多財餓鬼：包括希祠餓鬼、希棄餓鬼、大勢餓鬼等三種。食人殘物或佈施物，亦包括受富樂之天人。

地獄道的眾生壽量不定，有的餓鬼壽命可長達數萬人間年，受著因不善業力而感召之無量痛苦果報。餓鬼大多承受著在黑暗中流連、饑渴不堪的痛苦，同時也被餓鬼道中勢力大者欺壓。

《瑜伽師地論》載，餓鬼在飲食上會受到三種障礙。

一曰外障：此類餓鬼因為常受饑渴，所以發亂面黑，形容枯槁，唇口幹焦，只能以舌舐口，雖然四處奔走求食，所見池水卻都變成膿血而不能飲用。

二曰內障：此類餓鬼咽細如針，口大如炬，腹鼓如山，然而即使得到食物，卻因喉細而不能吞咽。

三曰無障：此類餓鬼飲食雖無障礙，但是不論所受食物為何，皆會燃燒成火，仍受饑渴大苦。

餓鬼道眾生是胎生，每胎會生下幾百個鬼子。投生餓鬼道的因緣，除了共通的不善業之外，也特別與不肯施捨助人、偷盜或見難不救之業因有關。

觀世音菩薩大悲願力化光幻化成「焰口能仁」，即面燃大士，以此來度化餓鬼道眾生。在這個苦難世界裡，菩薩以「焰口能仁」的加持普度他們，使他們在饑渴難忍的苦難中迅速脫離痛苦得到解脫。

依據《佛說救拔焰口餓鬼陀羅尼經》記載：佛在迦毗羅城中，為諸菩薩、比丘說法。那時辰，阿難尊者瑩居靜處，修習禪定。當晚三更事後，阿難突

然看見一個枯瘦醜陋、口中噴火燒、咽細如針、頭髮蓬亂的餓鬼，名叫「焰口」，來到阿難跟前。阿難看到到這焰口餓鬼時很害怕。焰口餓鬼對阿難說：「三天之後，你行將命終，投胎餓鬼道中，就象我這個樣子！」

阿難聽了之後，起大恐慌，立即去請教佛陀。

佛告阿難：「你不必擔憂害怕，那些焰口餓鬼，其實是觀音菩薩為度化眾生所變示現，我這裡有個方便法，使你在一食頃之間，就能夠佈施百千恒河沙數恁地多的餓鬼、神仙等飲食。」

於是，佛陀便為阿難宣說《變食真言》。佛告訴阿難說：「如果有持誦此咒者，即能饜足無量百千恒河沙數餓鬼及婆羅舊俗門上貼的神像仙等上妙飲食，並令他們一一眾等，皆得摩伽陀國所用之斛七七斛食。」

同時，佛陀宣說、稱誦四大如來名號之法門，即稱誦：

南無多寶如來—使餓鬼消弭疾苦得到瞻養福利

南無妙色身如來—使餓鬼表面再也不醜陋可駭

南無廣博身如來—使一些體態身又矮又小的餓鬼變得高大

南無離怖畏如來—使餓鬼再也不害怕，前來享用飲食

修此法時，於一切時，取一淨瓶，盛以淨水，置少飯及諸餅食等，右手持按瓶，誦陀羅尼七遍。餓鬼們競相趕來，使百千恒河沙的餓鬼得以飽食。這即是佛教中「放焰口」法事的由來。

根據《救拔焰口餓鬼陀羅尼經》而舉行的施食餓鬼之法事，而被稱為「放焰口」法事。該法事以餓鬼道眾生為主要施食對象；施放焰口，則餓鬼皆得超渡，亦成為對死者追薦的佛事之一。



▲京都國立博物館《餓鬼草紙圖》



■京都國立博物館《餓鬼草紙圖》

慈濟曼哈頓家庭服務中心義工為尼泊爾洪災街頭籌款

2026年9月6日上午10點慈濟曼哈頓家庭服務中心，由6位慈委梁翠萍、劉悅棣、鮑明、徐嘉懋、朱健強和翁秀春分成三組，帶領3位快樂志工走入街頭向店家和民衆為尼泊爾洪水災民募心募愛。

當天是長週末，所以人潮不像以前那麼多，但有愛心的人還是不少的，包括路邊賣水果的和不少的攤販都獻出他們的愛心。令人感動的是佛菩提素食餐廳幾乎所有服務人員都捐款。位於 Pell Street 的嘉麗髮型屋的老闆和員工也都將他們的愛心投入募款箱裡。

志工菩薩們頂著日曬，忍受著有些民眾的冷言相向和不友善的臉色，只是想為尼泊爾災民盡一份心力。

劉悅棣連續兩天參與募款，身體有點累，但她表示，「看到大家的愛心滿滿，身體雖累，但心不累，想到還有很多苦難的人，等著我們去救援及上人為災民的那份悲心，只想往前衝。」無限感恩所有志工菩薩們的付出，當天總共募到 \$2,073 美元。

另外，紐約慈濟分會的義工亦走上法拉盛街頭籌募善款，成績不錯。



慈濟基金啟動全美募心募愛 援助尼泊爾嚴重山洪土石災

敬愛的善心大德吉祥：

2026年8月26日，尼泊爾與西藏交界地區突發嚴重山洪與土石流，重創羅蘇瓦（Rasuwa）、努瓦科特（Nuwakot）、達丁（Dhading）及奇特旺（Chitwan）等地。多處道路受阻、橋樑受損，許多受災鄉親急需安置、醫療與生活援助。災難發生後，來自尼泊爾在地與馬來西亞等地的慈濟志工立即動員，克服萬難深入災區進行勘災。志工們不僅在臨時醫療站展開義診，也積極籌備緊急物資，隨即展開首波發放。

證嚴上人捨災民受苦，呼籲全球慈濟人以最虔誠的心，為往生者祈福、為受災鄉親祝福，並共同祈願天下無災無難。

響應 上人號召，慈濟慈善基金會隨即發起「尼泊爾洪災援助行動」募款行動，匯聚全球善念。慈濟美國九個合心區也全面響應，正式啟動全美募心募愛。本次籌得之善款將全數匯交慈濟慈善基金會，協助尼泊爾水患賑災與災後重建。

「馳援尼泊爾洪災」募款資訊

募款期間：2026年8月29日至9月30日

捐款網站：

英文：<https://tzuchi.donorsupport.co/page/nepal2026>

中文：https://tzuchi.donorsupport.co/page/nepal2026?_lang=zh-TW



↓ 接 P-12 慈濟曼哈頓家庭服務中心義工為尼泊爾洪災街頭籌款



星雲大師：佛法究竟是什麼？

我們學佛，也理解佛法在世間，但是，佛法究竟是什麼？

學佛法在於學出快樂來

人生最寶貴的就是歡喜、快樂，因此活得快樂、幸福、自在，就是人間佛教所倡導的，是佛教精神在世間的實踐。佛，就是「覺者」：自覺、覺他、覺滿。

佛，超越有情眾生不覺悟的無明；也不若聲聞、緣覺二乘只追求自己的覺悟；佛，覺悟了菩薩尚未圓滿之境。

大家都知道，佛教的教主釋迦牟尼佛（又稱佛陀、世尊、如來等），原名悉達多，生於西元前五六五年四月八日（農曆），印度迦毗羅衛國的藍毗尼園。悉達多的父親淨飯大王是釋迦族的族長，母親為摩耶夫人，在悉達多出生後七天，他就過世了。

悉達多由姨母摩訶波闍波提夫人撫養成人。悉達多身為太子，俊秀聰穎、文武兼備，從小受到百姓的熱愛，父親更是全力栽培他成為一位英明的君王。十七歲那年，他娶了美麗的妃子耶輸陀羅。然而，宮牆之內的舒適安逸和親情的溫柔寵愛，悉達多內心深處仍然感到空虛，他對生命有更深的探求，對人生需要更真實的理解，於是，二十九歲那年，他告別家人，放下所有的舒適逸樂，離開他的宮殿，出外求道。

經過多年的苦行，三十五歲那年的一個夜裡，悉達多在菩提樹下、金剛座上，仰望明星而悟道：「大地眾生皆有如來智慧德相。」

悟道後的佛陀接著初轉法輪，成立僧團，在人間說法，度眾四十九年，西元前四八六年，於拘屍那迦羅城的娑羅雙樹間入於涅槃。

佛陀出生在人間、成長在人間、悟道在人間，涅槃也在人間；所以，教本來就是人間的佛教。目前世上流傳的佛教經典，是佛陀說法度眾的記錄，佛陀涅槃後由弟子集會、整理結集而成。

佛陀時代的佛法，原本就是針對眾人生活中的行住坐臥、思想舉止，以及最終如何能得解脫而說，佛法自然可以在日常生活中提出指導。佛教流傳到了現代，我們學佛，當然要有自己在世間積極的、勇猛精進的角色。

有些人以為佛法是用來逃避的，所以說「遁入佛門」、「遁入空門」等等，好像把佛法理解成遁逃、放棄、消極，而不要有所成就。

《阿含經》說：「諸佛、世尊皆出人間，非由天



而得也。」六祖惠能也曾說：「佛法在世間，不離世間覺；離世求菩提，猶如覓兔角。」我們若是厭離這個人間而求覺悟，若是放棄自己的能力，而心生退縮逃避，是沒有成就可言的。

佛教不是出家人專有的宗教，也不是供學者研究的思想文字，佛教應該是有益於全民大眾的；佛教不是抽象的理論，而是能為人間帶來幸福快樂的宗教。學佛法在於學出快樂來。自在、解脫、禪悅法喜都是快樂，人生最寶貴的就是歡喜、快樂，因此活得快樂、幸福、自在，就是人間佛教所倡導的，是佛教精神在世間的實踐。

有一天，佛陀與弟子們入舍衛大城乞食，正好遇見對佛陀懷恨於心的人，這人立刻大聲和街上的行人談論、攻訐、誹謗佛陀。其中一位弟子看見他們當眾辱罵佛陀，於是，生氣地向佛陀說：「這裡的人沒有善根，不知尊敬三寶，佛陀，我們不如離開此處，到一個人心善良的城市吧！」

佛陀反問他：「如果搬到別的地方，還是有人不信奉佛法，那麼你要怎麼辦呢？」

弟子答道：「我們再搬到別的地方去！」

佛陀說：「為了外在境地的緣故，我們要搬到什麼時候為止呢？這不是究竟解決之道啊！根本的解決方法應是：如果我們受到輕賤，就要心不動念，以忍止諍，護於口，行於心，直到他們不再輕賤為止。」

佛陀接著又說：「一個開悟的人，安忍如大地，不應該受毀譽褒貶而動搖意志，以無我觀，觀察諸法虛妄，那麼我、人的幻象，乃至世間所謂的好壞，不過如水上泡沫，乍起乍滅，哪裡會恆常不變呢？」

佛教是讓人得幸福的佛教，是讓人有成就的佛教，是人間的佛教，是人的宗教，是教人的宗教；恆以「無常」觀看人間而悟得「諸行無常」，勇猛精進並能「諸法無我」，「以無所得故」才能於「真空」得「妙有」，「涅槃寂靜」，成就無限。這正是佛教的「三法印」：諸行無常、諸法無我、涅槃寂靜。



佛經中的「五不翻」指的是什麼？

赤峰萬佛寺

玄奘法師（602-664），是中國歷史上偉大的佛學翻譯家和佛學理論家。他不僅以其豐碩卓著的譯經成果在中國佛教史上寫下了不朽的一筆，而且以其「五種不翻」譯論在中國翻譯史上留下了永恆的一頁。

玄奘法師的所謂「不翻」是指在目的語與來源語之間不需要或不存在完全吻合的對應詞，有時將直接採用音譯，而不採用意譯。因此，「不翻」指的是「音譯」。「音譯即不翻之翻」。

所謂「五種不翻」，指的是佛經由梵文翻譯成漢文時，在五種情況下，應該採用「不翻」原則，即「音譯」原則。這五項原則依次為：秘密故不翻、多含故不翻、此無故不翻、順古故不翻、生善故不翻。

「五種不翻」是玄奘譯經理論的重心，也是他為「翻語」設立的法則。

一、秘密故不翻：意思是說，具有神秘色彩的詞語不用意譯，而應採用音譯。

佛經中有大量的「秘密」，如「呪語」等。而「陀羅尼」在梵語中的意思就是「呪語」，漢譯為「秘密語」、「真言」，是佛、菩薩、諸天的秘語，總括佛、菩薩的功德、誓願及佛法精義的簡單語言符號。

這些秘密呪語具有神秘莫測的特點，通過念誦的聲音形式來體現其神秘之處，因此宜採用音譯的方式。例如：「阿彌陀佛」意為「無量壽佛」或「無量光佛」，六字真言「唵嘛呢叭咪吽」意為「哦，蓮花裡的珠寶！」。

《大悲咒》共84句，全部採用音譯，第一句「南無喝羅怛那哆羅夜耶」意為「皈依三寶」。

《般若婆羅蜜多心經》「揭諦揭諦，波羅揭諦，波羅僧揭諦，菩提娑婆訶」意為「去吧去吧，到彼岸去吧，大家都度到彼岸，願正覺之法終成就」。

諸如此類的「陀羅尼」均採用音譯，世代口耳相傳，其所體現的神秘力量便形成了強大的能量。如果按照字面意思來翻譯，則意趣全無。

二、多含故不翻：意思是說，具有多種含義的詞語不用意譯，而應採用音譯。佛教經典中有些詞語含義非常豐富，而漢語中找不到與之完全對應的詞語，如果使用其中一個含義的詞語，則會造成資訊與意義缺失。

例如，「薄伽梵」具有六種意義：「自在、熾盛、端嚴、名稱、吉祥、尊貴」。漢語裡不存在同時包含這六種意義的對應詞彙，如果採取意譯，在一定的語境中只能譯出其中的一個意義，而其餘五種意義都會缺失，故此只能選擇音譯。

又如「阿羅漢」意思是「無生、應供、殺賊」；「比丘」意思是「乞士、破惡、怖魔」。這些詞語含有多種意思，如果只翻譯其中的一種，就會丟失其他意思，不能完整表達原義；如果全部意思都翻譯，又顯得累贅，所以只能選擇音譯。

三、此無故不翻：意思是說，目的語文化中沒有的詞語不用意譯，而應採用音譯。

例如，「閻浮樹」又名「勝金樹」，只產於印度等地，中國沒有這種樹，所以採用音譯。同樣，「檳榔」是印尼語的音譯，「葡萄」是大宛語的音譯，「茉莉」和「曇花」是梵語音譯等等。

這種彼有我無或彼無我有的文化局限詞，即只存在於一種文化當中，而另一種文化中沒有的事物或概念，一般都採用音譯的方式，保持原文化的形態和精神。

四、順古故不翻：意思是說，對以前已經存在並廣泛使用的約定俗成的音譯詞語不用意譯，而應遵循習慣沿襲其原有的音譯。

例如，「阿耨菩提」，可以翻譯為「無上」、「正等」、「正覺」。從東漢佛教傳入我國以來，歷代佛經翻譯家都採用梵語的音譯，所以玄奘法師認為不需採用意譯，而應保持其約定俗成的音譯。

五、生善故不翻：意思是說，有些詞語用音譯能令人生尊重之念，否則容易等閒視之，所以對這類詞語不用意譯，而應採用音譯。

例如，「般若」跟漢語裡的「智慧」的意思差不多，但有著輕重之分。因為「所謂般若不是普通的智慧，是指能夠瞭解道、悟道、修證、了脫生死、超凡入聖的這個智慧。這不是普通的聰明，這是屬於道體上根本的智慧。這不是用思想得到的，而是身心兩方面整個投入求證到的智慧。」因此，音譯為「般若」顯示出對佛經的尊重敬仰，而意譯為「智慧」則顯得輕淺世俗。實在要譯的時候，「般若」往往被譯為「大智慧」、「妙智慧」、「真智妙慧」之類。

玄奘大師的「五種不翻」譯論距今已經有著一千多年的歷史了，隨著時代的發展和語言的變化，玄奘大師的「五種不翻」譯論的基本原則和總體精神不但沒有過時，反而更加彰現其不凡的意義和價值。



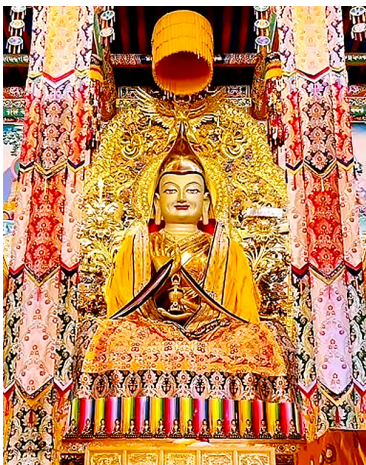
宗喀巴大師：障礙生起智慧的八種過失

淨界法師

我們來看看，要什麼因緣會生起智慧。有些人不能生起智慧，這個地方我們哪些因緣要避免，哪些因緣要去追求。智慧對我們這樣重要，我們應該怎麼去做一些修學。

首先我們看，要避免的八種過失。

愚痴之因，謂近惡友；懈怠懶惰極重睡眠；不樂觀擇；不解方廣；未知謂知，起增上慢；上品邪見；或生怯弱，念我不能；不樂親近諸有智者。



為什麼有些人在念佛當中能夠如理地生起理觀，能夠安住空性，調伏愛取，導歸淨土，在佛號當中產生三種的加持力？而有些人只能夠依止信仰來念佛，只有薄弱的力量？

事出必有因，到底是什麼因素構成他不能生起智慧呢？宗喀巴大師提出了八個理由：

一、親近惡友：你經常親近那些知見不圓滿的惡知識或者是同參道友。他說：「欸，這個教理別看，老實念佛就好了。」初學者可以理解，但是如果你今天已經是老參了，都不用理觀來提升，這你就會得少為足了。所以你親近的同參道友就很重要了。因為他所講的每一句話，會對你產生一種熏習引導的作用。你認識的朋友十個裡面有九個都不學教理，你就沒辦法學教理，因為他釋放的磁場就是這樣的磁場。這是第一個，外在環境對你的誤導。

二、你本身的懈怠懶惰，極重的睡眠：你剛好自己也不想學教理，然後別人這麼講，你就得到更充實的理由了，給自己的懈怠做足了理由。

三、不樂理觀：有些人的第六意識，以古人說非常懶惰，他不喜歡起觀。因為你修正很舒服，你一路念佛，心於佛號專一安住，很寂靜，寂靜會有一種樂受。雖然你沒有成就禪定，它也有相應的樂受，會讓你很寂靜、很舒服。

但是你修觀，相對要提起精神。你要觀照三界的苦，觀照極樂世界的快樂，來調伏你、引導你，是要用一點心思的。那如果你不覺得這個重要的話，人總是好逸惡勞，「這樣就好了唄」，所以就不樂觀擇，不樂去觀察抉擇。

四、不解方廣：

就是你根本就不知道怎麼修觀，你也沒有學教理，你一修觀就胡思亂想，乾脆就不修了。

修行有兩大忌諱：一個是有解無行。有解門沒有行門，只會理觀，沒有事修。你知道怎麼安住空性，調伏愛取，引導淨土，但是你不念佛，這是「說食數寶」，有理觀沒有事修。另外一個人是念佛很精進，有事修沒有理觀。這兩個都不好。

但是，如果兩害相權取其輕，你剛開始一定要選擇一個的話，有事修沒有理觀的更糟糕。我說個道理你們聽聽看。如果你行門很強，都沒有理觀，剛開始問題不大，但是你不斷地用功下去，如果你完全不知道空性，不知道假觀來調伏引導，你一定會走上感應神通，一定會的。

尤其是修他力門的，因為你一定有些消息出來。而你自己對這種修行中出現的功德相沒有正確的判斷，可能本來是功德相就變成障礙了。「五十陰魔」你看看就知道了，很難過去的。等到你變成魔障的時候，誰都救不了你。

諸位！我要提醒你：修行產生的障礙是無救的，佛陀可能都救不了你。因為你自己要去產生邪見的。這就是為什麼佛陀出世的時候，那些外道，佛陀拿他一點辦法都沒有，你活在自己的顛倒妄想，誰有辦法把你救出來呢？你比一張白紙都糟糕！

從《楞嚴經》的角度，你要麼就不要修行，你還有機會；你要麼就一次把它做好，走上正確的道路。你不要在修行當中誤入歧途，這是最糟糕、最冤枉的！因為這個時候誰都救不了你。你未來墮入到外道種性、邪魔種性，你要經過很長時間的痛苦，出來以後把這個罪業、把這個妄想洗得乾乾淨淨的，再重新接觸佛法，這當中你不知道受了多少冤枉的痛苦。

所以，你如果沒有正知正見，我的建議，你寧可不要修行，因為你懈怠，你就沒有什麼事情；但是如果你一旦精進，你這個車子開得快，你的方向引導就更重要了。



【文轉第 17 頁】

什麼是佛教的八功德水？

三寶影音

「八功德水湛然盈滿」，在極樂世界的七寶池中充滿著八功德水，《稱讚淨土佛攝受經》云：「何等名為八功德水？一者澄淨，二者清冷，三者甘美，四者輕軟，五者潤澤，六者安和，七者飲時除饑渴等無量過患，八者飲已定能長養諸根四大，增益種種殊勝善根。」

一、澄淨：此水清澈見底離一切污濁塵垢。正所謂「依報隨著正報轉」，此澄淨之水正顯出極樂世界諸聖眾的心地清淨，故感得此水清澈見底。而娑婆世界眾生由於煩惱熾盛故其所感之水也渾濁不淨。

二、清冷：此水溫度適宜不冷不熱，常和調適，一切皆順眾生之心。而娑婆世界之水，夏熱冬寒，難如眾生之意。

三、甘美：此水味道如同甘露一般美妙香甜，而娑婆世界的水充滿著細菌，無法生飲，鹽鹼水更是苦澀難咽。

四、輕軟：此水輕揚柔軟，既可順流而下，也可逆流而上，突破了普通人對娑婆世界水只能往低處流的認知。

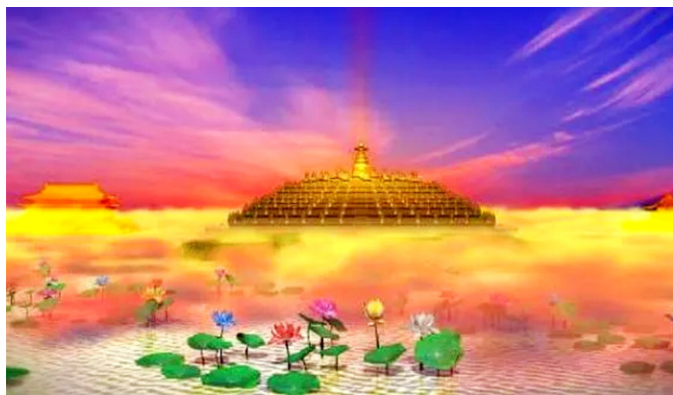
五、潤澤：此水能滋潤萬物，永不乾涸。而娑

婆世界卻時常出現不同程度的旱澇災害，影響農作物生長，造成生態和社會問題。

六、安和：此水安靜和緩，無有災害，而娑婆世界的水時而旱魃為虐，時而洪水泛濫。

七、除饑渴等無量過患：此水能令一切眾生永離饑餓、乾渴等無量過患，而娑婆世界的水只能解眾生一時之需。

八、長養諸根：此水不僅能夠長養眾生的諸根，是天然的無養品，飲用此水還能增長眾生的菩提善根，念念趨向於一切種智。相比之下娑婆世界之水長養諸根的力量是極其微弱的。



【文接第 16 頁】 修行你可以慢，但是不能錯！因為你錯，就沒有人可以救你，當今社會沒有人可以救你。

所以有理觀沒有事修，這個人雖然也不好，但是起碼他不會出什麼大差錯，至少他知見是正確的。他沒有念佛，大不了今生不往生，但是他的善根還在，他來生還有機會；你沒有理觀，你把來生的機會也弄沒了，你來生不信三寶，墮入外道種性了，這糟糕了！

所以說，這個「不解方廣，不樂觀擇」，就很可能會創造心外求法、感應神通的過失。

五、「未知謂知，起增上慢」：前面是懈怠懶惰，這個地方是指高慢心。這種人大部分是學歷比較高的人會有這個問題——傲慢。但是世間法的領域跟佛法領域是不同的領域，這個地方你要清楚。

六、「上品邪見」：就是你在沒有學佛之前，你就已經親近外道，產生堅固的邪見。這個時候佛法的法水就進不去了，因為你先入為主。

你自己也不去踏出第一步，就放棄了，那當然沒辦法。

七、「或生怯弱」：你老是覺得說自己沒有那

個能力學教理。

八、「不樂親近諸有智者」：你也不親近善知識，講經也不來聽，那你沒有做這種善法的熏修，自然就沒有辦法產生正確的觀照。

趨吉避凶的方法是什麼？

問：趨吉避凶的方法是什麼？

淨界法師答：斷惡修善、保持謙卑。

一般來說，一個人有一點資糧以後，怎麼辦呢？就要保持謙卑。謙卑這個德行，我看只有中國文化才提得到，西方文化只有要求個人表現。

中國的文化精髓在《易經》，它引導一個人趨吉避凶，講出兩個方法：積善之家，必有餘慶；積不善之家，必有餘殃。你要盡量地避免造罪業，盡量地積集善業，這是第一個趨吉避凶的方法。

第二個謙受益，滿招損，就是你待人處事，姿勢站得低一點；低一點，你就能不斷進步。一個人最怕的就是自己站得很高，你的功德容易折損。

所以如果我們希望我們自己從剛開始到臨命終，我們的功德是不斷地在進步當中，你要經常保持謙卑學習的態度，讓自己的姿勢站低一點，對你有不斷的受益。這是中國古人的大智慧。

索達吉堪布：什麼是一門深入

問：有些人說：「念一句阿彌陀佛就是一門深入，其他的經咒不需要念誦。」這種說法對嗎？應如何正確認識「一門深入」？

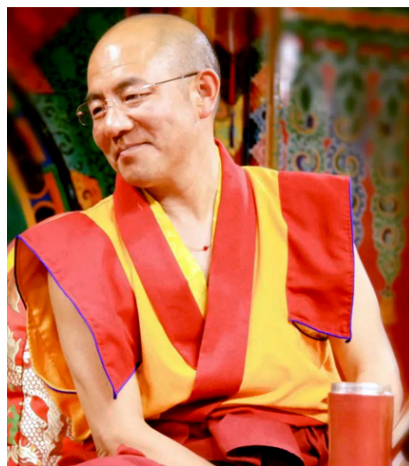
答：所謂的一門深入，其實需要很多因緣。首先要依止善知識，依止之前要詳細觀察，瞭解善知識的法相、條件等；然後，必須要通達善知識所開示的從出離心到菩提心等方方面面「一門深入」的因緣。

我們密宗也有一門深入的教言，但並不說只念一句阿彌陀佛，其他什麼都不需要。為什麼呢？如果只懂得一句阿彌陀佛，而不懂得懺悔的方法、積累資糧的方法、一些安住的教言，那可能一邊念阿彌陀佛，一邊打各種妄想，或者對金剛道友生嗔恨心、自己以前造的罪業根本不懺悔……很多問題會出現的。一門深入是對自己所修的法門深信不疑，並不是讓你不要聽其他的法、不要上其他上師的課，只是在胡思亂想中以一句阿彌陀佛解決你的生死大事。

根據淨土宗印光大師和藕益大師的教言，一門深入也不是這樣理解的。淨空老法師所講的一門

深入，可能也不是讓你其他什麼法本都不要看、什麼法都不要修。如果是這個意思，那麼淨土宗的大德們講了那麼多大乘經典，弟子們也學過《華嚴經》、《楞嚴經》、《金剛經》、《法華經》等等，假如只念一句阿彌陀佛就可以了，應該不用聽任何法，也不用講任何法，為什麼還要學習這些經典呢？

一門深入是不要今天學淨土宗、明天學華嚴宗、後天學密宗，這樣換來換去沒有必要，只學一個宗派就可以。但在學習的過程中，自己需要廣泛聞思，懂得佛理的所有深廣法門，否則一門深入的方法都不懂，恐怕不一定能往生。在這些問題上，大家還是要繼續學習一些大德們的開示和經教的內容。



一門深入的三個層次

定弘法師

問：聽師父上人及定弘法師反覆開示，要一門深入，長時薰修。有人說一門深入是每天聽一部經，講一部經，別的一律不看；還有人說主攻一部經，其餘還要聽《科註》，要學《十善業道經》。

答：一門深入，它確實是一種活潑的、不是死呆板的方法。學經教，剛開始學，就要只學一部經、只聽一部經，別的經都不接觸。因為什麼？你的接受能力是有限的，怕聽得太多，會錯亂你自己現在所學的這部經。

等到你對這部經已經很熟悉，聽了很多遍，你可以聽聽其他的經典，把其他經典相關的、相應的部分取來，來補充、來充實你現在所學的這部經，叫博採眾長，還是專攻一部，這個也不妨礙。但是這是等於第二個層次，你已經很熟悉。

再提升的話，確實你就可以廣學多聞都不要緊，廣學多聞這是第三個層次，還是幫助你專攻這一部。像《華嚴經》善財童子五十三參，善財童子在文殊菩薩那裡，學的是什麼法門？念佛法門，求生淨土，

因為文殊菩薩他的願就是求生淨土。然後他出去參學，參訪五十三位大善知識，自始至終都不離開念佛法門。一開始遇到吉祥雲比丘，就教他念佛法，二十一種念佛法。吉祥雲比丘是修般舟三昧念佛的，他在別峰經行。這個表法什麼？別峰是講特別法門，經行就是繞佛，淨土是特別法門，他在那裡繞多久？九旬，九十天，般舟三昧。到最後一位善知識普賢菩薩，更明顯了，教導他十大願王導歸極樂，自始至終都是念佛法門。你看，他學了很多很多，都是充實自己這個法門。這個不是初學，他已經是在他這一部經上通了，他可以廣學多聞。

所以，要看自己的層次，總要循規蹈矩，要好好紮根。你學這部經，一定要在這部經上要通，一經通才一切經通，真正通了，你再旁學別的來驗證你是不是真通。所以，看你自己，你如果是沒有把握，你就專聽一部經、專講一部經，講到一定程度，你可以慢慢放開。

恭錄自定弘法師主講「修行與生活座談會」第176集

充滿煩惱的人生是解脫的最好機緣

誦早晚課

身在輪回中卻追求圓滿，這本身就是一個巨大的迷惑。長久以來，我們一直認為人生中煩惱不斷，是自己做得不夠好，如果很努力、很用心，事情一定會有一個圓滿的結果。可是，不論我們多注重鍛煉保養，身體照樣會生病、衰老；不論我們多麼愛身邊的親人，他們早晚會與我們分離。事業、家庭，這一切，總有不如人意的地方。



常有人向我訴說事業不順、婚姻不幸、失眠厭食，希望我給個方法解決這些麻煩，像看醫生那樣，得到一系列建議，然後一二三四，按照步驟去做，就可以萬事如意。我大概常常讓他們失望，因為我總說：「對生活不要要求太高，好好修行！」我希望他們少受痛苦，但我更希望他們明白：輪回就是這樣充滿缺憾。煩惱無盡的糾纏，這就是生活。

生、老、病、死、怨憎會、愛別離、求不得、不欲臨，無論貧富強弱，所有人都無可避免要經歷這八種痛苦。各種各樣粗大的、細微的、強烈的、溫和的痛苦伴隨著我們短暫的一生，你也可以把它們稱為壓抑、孤獨、怨恨、哀愁、恐懼、貧窮等，這些東西無論我們現在做得好或不好都會出現在生命中。

日常生活裡讓人不如意、不開心、痛苦、煩惱的因緣那樣多，一年三百六十五天，非在愁中即在病中。但是，人們總是不願意承認這個事實，認為談論苦是悲觀消極或不吉祥的。痛苦是輪回生命的常態，如果對痛苦沒有正確、深入的認識，就不會有動力尋求解脫。

釋迦牟尼佛初轉法輪宣講了苦、集、滅、道四諦，首先宣說的就是苦諦。苦，生命的一切經歷都不離痛苦的本質；集，痛苦的成因；滅，痛苦是可以止息的；道，止息痛苦的方法。

四聖諦解釋了什麼是輪回、輪回的產生、是否能夠結束輪回（即解脫），以及如何解脫。

為什麼大多數所謂學佛者不確定自己是否真的想解脫？因為大家在心底不認為輪回真的那麼苦。解脫之道始於對苦的正確認識，不從正確認識痛苦著手，脫離輪回幾乎不可能。

六道輪回中所有生命的生存狀態都具有苦的特質，這個「苦」不僅包括粗大劇烈的痛苦、傷害，也包括細微的不適、不如意等等。當你對苦的深度和廣度有了正確認識，遠離痛苦就成為一股強烈的

意願，你迫切地想知道到底是什麼造成了生命中無所不在的缺憾——苦。而只有在你真正明白苦的成因後，才會知道苦是有可能終結的。於是，你通過各種途徑遠離痛苦、趣向安樂。

在四諦中集是因，苦是果；道是因，滅是果。但佛陀在宣講這兩對因果時先講果再講因。因為在實際修行中是按苦、集、滅、道的順序，而不是按因果的順序來修的。諸受是苦身處痛苦中，應該了知自己在痛苦中。痛苦就是痛苦，不要把它誤解成別的。

佛經上把痛苦分為三大類：苦苦、變苦和行苦。苦苦，是顯而易見、不折不扣的痛苦，比如身體和精神的創傷、病痛、恐懼、生離死別。對苦苦，人人避之唯恐不及，誰也不會認為它們是別的東西而想去追求、親近。

通常被我們理解為快樂的種種體驗和現象是變苦，因其本質為苦，終將由快樂變成痛苦。

相聚是快樂的，但天下沒有不散的筵席，相聚的快樂裡隱含著分離的痛苦；戀愛是快樂的，而相愛容易相處難，戀愛的快樂裡隱含著爭吵、猜忌、怨恨的痛苦；年輕貌美是快樂的，只是歲月無情催人老，年輕的快樂裡隱含著衰老的痛苦；為人父母是快樂的，可把嬌小脆弱的生命撫養成人，要付出多少精力，提心吊膽、不寢不食，這其中又有多少辛苦。

行苦是一種更深刻也更細微的痛苦，它指的是陷於輪回的眾生整個存在狀態的無奈和不圓滿，身心受到業力牽制，被種種煩惱束縛。普通人的生命皆是由煩惱中來，到煩惱中去，全然不得自主地流轉。

如果不是親身遭遇變故、痛苦，一般人很難體會「諸受是苦」的深義。對痛苦的瞭解越深入越全面，我們就越被激勵著去實踐離苦得樂的方法。在疾病及其他的痛苦面前我們完全有可能保持尊嚴和從容。

佛經中把我們生活的這個世界稱為娑婆世界，意思是能忍受缺憾的世界。癡心不改硬要在缺憾的世界裡追求完美，會有結果嗎？

只要有這個身體在，我們就必定經歷生老病死；只要心裡還有貪執、嗔恨、困惑、傲慢，我們就必定感受痛苦。人們對痛苦通常持四種態度：有人希望痛苦儘快結束，以為眼下的痛苦結束了今後就會一直幸福；有人在痛苦的同時不忘享樂，痛苦並快樂著；有人雖然不再懼怕痛苦，但痛苦妨礙了他的修行；有人擁抱痛苦，在痛苦中找到通向自由的路途。

如果能以煩惱為契機去勘悟世間萬象的本質，從煩惱入手去實現止息煩惱的最終目的，那麼充滿煩惱的人生就是我們解脫的最好機緣。

虛雲老和尚的故事

體光老和尚憶述

體光老和尚，俗姓袁，河南項城人，生於1924年4月。16歲在河南桐柏山太白頂雲台寺海山法師座下披剃出家，法名印玄，字體光；19歲在湖北武漢寶通寺傳宗律師座下受具足戒；曾先後遍歷河南洛陽白馬寺、蘇州靈岩山寺、揚州高旻寺、寧波天童寺、廣東雲門寺等大叢林參學，親近虛雲老和尚、圓瑛法師、來果禪師等近代著名高僧，常住雲居山真如寺30餘年。1990年起，應江西吉安信眾邀請，住持青原山淨居寺。2005年1月24日下午4點38分在江西南昌圓寂，享年81歲，戒臘62夏，弟子將其裝缸供奉於青原山淨居禪寺七祖塔旁。



■體光老和尚。

我在雲居山，我看著虛雲老和尚啊，好象很容易，這安安靜靜的就跟睡著了一樣就斷了氣，看著沒有一點痛苦，這就是他呀，幾十年、百把年的修行，臨命終現瑞相。虛雲老和尚，人家把他軟禁了，他跟那些頭頭說：我犯什麼法？你這樣搞啊，我死不閉目！

老和尚斷了氣，兩個眼睛是圓的，瞪起來了！這是金剛相；老和尚那個手啊，變成了兜羅綿手，跟佛的手一樣，我們這個手只能往裏彎才能拿東西，他那手啊，翻過來也能拿東西，就跟棉花一樣，那就是說，他不是一般的人，兜羅綿手只有佛有，這是三十二相之一，那兩個眼睛是圓，他一生都是閉著眼睛，嘴呀，張的是圓的，因為他說過嘛，他說他死不閉目，這算有主宰呀！

後來，大家勉勉強強的給他老人家化身，我也看見了，他除了一點灰，還有幾個大腿上的骨頭，其他的都是舍利。

雲門事變：虛雲老和尚慘遭軍警毒打 入定神遊兜率天宮內院

（摘自《體光老和尚開示錄》）

雲門事變，1951年大陸「鎮壓反革命」運動中，

發生震驚世界的雲門寺僧受迫害之事件。

1951年2月，其時適全國「鎮反」運動開始，有湖南某縣不良分子某等混入其中，湖南公安局部門追至雲門，將其捉拿歸案。由是之故，遂引起乳源地方當局對雲門寺新老僧眾的懷疑，甚至誤傳雲門藏有軍械、電臺。地方當局乃於夏歷二月二十四日派出百餘軍警，將寺院團團包圍。為搜尋軍械電臺，所有殿堂房舍均經詳細搜查，一無所獲。此即海內外一時甚傳的「辛卯雲門事變」的開始。直至夏歷五月二十三日，京穗調查組至寺，一場鎮反擴大事件始告平息。

在雲門事變中，乳源地方當局派遣地方幹部及民兵百餘人包圍廣東曲江雲門寺。以該寺隱匿革命分子、窩藏軍械及金銀為由，拘禁殘殺僧人，非法佔領寺內，毀壞大殿屋瓦及佛祖金像、法器，並將監院明空及職事僧惟心、悟慧、真空、惟章等二十六名僧人擄去，酷刑逼供，有被打致死與折斷手臂者。

又囚禁虛雲老和尚，並搜去其畢生珍貴著述。當時虛雲老和尚年已一百一十二歲，然而仍遭受軍警多次毒打，並斷絕飲食，全寺僧眾百餘人集中禁閉於禪堂者十八日，飲食睡眠均在其中，大小便有軍警看守，使清淨佛地變成了恐怖監獄。直到五月間「雲門事變」傳到韶州，大鑒寺僧人通知海內外同門，聯合營救。後來北京方面電令地方政府嚴查，雲門之圍始解。另外佛源，覺民，寬度，法雲等為保護虛老及寺僧，毅然燃指供佛發願，秉受虛老慈命，不惜身命，赴京求助。

在愛國將領陳銘樞（虛雲老和尚皈依弟子，時任大陸政府中南局副主席）、民革主席李濟深（虛雲老和尚皈依弟子，時任大陸政府副主席）、周恩來總理、葉劍英元帥（當時主政廣東）過問下，厄難最終得解。

1951年3月的時候，虛雲老和尚被單獨囚禁在一個房間裡，門窗封閉，不給飲食，大小便也不許外出。日夜就只有一盞小燈，很暗，像地獄一樣。過了兩天，有十幾個大漢進來，逼老和尚交出黃金白銀及槍械，老和尚說沒有，他們就毒打老和尚。先用木棒，後來用鐵棍，打得老和尚頭上臉上身上都是血，肋骨折斷幾根，一邊打還一邊盤問。老和尚入定了，他們打得撲撲響。

老和尚閉上眼睛，也不說話。這天連打了四次，他們以為老和尚快死了，便把老和尚摔到地上，然後和看守一起離開了。侍者等到晚上，把老和尚抱到床上。

【文轉第21頁】

【文接第20頁】到了初五日，那幫人聽說老和尚沒死，就又來了，看到老和尚端坐在床上入定，他們更生氣了，用大木棍打他，把他拖下地，十幾個人用皮鞋踩。

老和尚當時五竅流血，倒在血泊之中。他們以為老和尚這回肯定死了，便很得意地走了。到了夜晚，侍者又把老和尚抱到床上，老和尚任然端坐在那裡。到了初十的早晨，老和尚慢慢作吉祥臥躺下了，就像佛涅槃那樣，過了一天一夜，沒有動靜，侍者把燈草放在他的鼻孔試試他的呼吸，燈草絲毫不動，以為他老人家圓寂了，只是老和尚還有體溫，顏色也很怡然。兩位侍者守著，到了十六早晨，老和尚微微呻吟了一下，侍者見師還活著，十分驚喜，立即扶師起坐，並告以入定已八日整。老和尚答道：「我覺才數分鐘而已。」令侍者法雲「速執筆為我記錄，勿輕與人說，啟疑謗也」，老和尚緩緩地把神遊兜率天聽彌勒菩薩說法的事告訴侍者法雲等人：

「余頃夢至兜率內院，莊嚴瑰麗，非世間有。見彌勒菩薩，在座上說法，聽者至眾。其中有十餘人，系宿識者。即江西海會寺誌善和尚。天台山融鏡法師。岐山恆誌公。百歲宮寶悟和尚。寶華山聖心和尚。讀體律師。

金山觀心和尚。及紫柏尊者等。余合掌致敬，彼等指余坐東邊頭序第三空位。阿難尊者當維那，與余座靠近。聽彌勒菩薩講「唯心識定」。未竟，彌勒指謂余曰：『你回去。』余曰：『弟子業障深重。不願回去了。』彌勒曰：『你業緣未了，必須回去。以後再來。』並示偈曰：

識智何分	波水一個
莫味瓶盆	金無厚薄
性量三三	麻繩蝸角
疑成弓影	病惟去惑
凡身夢宅	幻無所著
知幻即離	離幻即覺
大覺圓明	鏡鑒森羅
空花凡聖	善惡安樂
悲願渡生	夢境斯作
劫業當頭	警惕普覺
苦海慈航	毋生退卻
蓮開泥水	端坐佛陀

虛雲老和尚最後的一天九月初十午，公命侍者撤退佛龕，供奉在別室中。侍者知公有異，銀屏往報方丈及三寮職事，齊集向公頭號安，請為法長住，公曰：「事到而今，還作俗態，請派人為我在大殿念佛。」

眾請公作最後開示及遺囑，公曰：「身後事數日前已向眾說過，不必贅言，今問我最後語只有：勤

修戒定慧，息滅貪瞋癡。」有頃，復曰：「正念正心，養出大無畏精神，度人度世。諸位辛苦，宜早休息。」眾告退，已中夜矣。

雲居山地勢本高，時際深秋，寒風淒歷，萬山木落，簌簌有聲，古樹參天，幢幢亂影，室內則一燈如豆，戶外已滴露成珠，回顧茅蓬中，只有一老人靜臥其中，且去大殿頗遠，第覺幽磬遙聞，經聲斷續，待送此老人去也。

農曆九月十二日晨，侍者二人進入室內，公踰跌如常，惟雙頰微紅於往日，不敢驚動，退出室外守候，十二時在窗外窺見公竟自起床，自取水飲，旋起立作禮佛狀，侍者以公久病之身，恐其傾跌，即推門入，公乃就坐，徐告侍者曰：「我頃在睡夢中，見一牛踏斷佛印橋石，又見碧溪水斷流。」遂閉目不語。

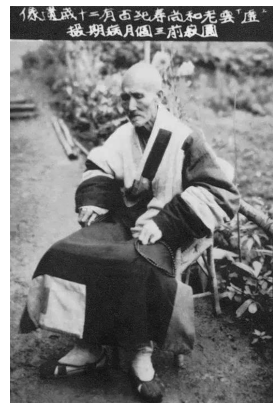
至十二時半，公喚侍者一起進來，舉目遍視，有頃曰：「你等侍我有年，辛勞可感。從前的事不必說了。我近十年來，含辛茹苦，日在危疑震撼之中，受謗受屈，我都甘心，只想為國內保存佛祖道場，為寺院守祖德清規，為一般出家人保存此一領大衣。即此一領大衣，我是拼命爭回的，你各人今日皆為我入室弟子，是知道經過的。你們此後如有把茅蓋頭，或應住四方，須堅持保守此一領大衣，但如何能夠永久保守呢？只有一字，曰：『戒』。」說畢合掌道珍重，諸人含淚而退，至室外檐下守候。

至午一時四十五分，侍者二人入視，見公右脅作吉祥臥，示寂矣！銀屏報住持及大眾，齊集誦經送行，日夜輪流念佛，一日後裝龕，肢體軟若棉絮。十八日封龕。十九日茶毗，舉火後，香氣四溢，白煙滾滾上沖。

公世壽一百二十歲，僧臘一百零一歲，示寂日，寺中僧人正智法師在公住處《禪門日誦》中，發現其親筆所書遺囑一份，內曰：吾死後化身畢，請各位將吾骨灰碾成細末，以油糖面共骨灰塵和好，做成丸果，請送放河中，以供水族結緣，滿吾所願，感謝無盡，

偈曰：

暇恤蟻命不投水，吾慰水族身擲江；
冀諸受我身願供，同證菩提度眾生。



還債人虛雲頂禮

又偈：請各法侶，不必憂慮，生死循業，如蠶縛繭，貪迷不休，囚閉憂喜，欲除此患，努力修煉，妙契無生，明通性地，斷愛憎情，脫輪回險，參淨三學，堅持四念，誓不罷休願圖成，質幻露電，證悟真空，萬法一體，離合悲歡，隨緣泡水。

佛教知識：「三身四智五眼六通」是指什麼？

鐵嶺永興古寺

何為三身

法身，即真如、法界、實相、空性，法身就是絕對的真理，是無所不在的。佛的法身為體。

報身，即果報之身，是智慧、菩提之身，是無所不知德，是相。

化身，即大悲心聲，是慈悲，是應化，是無所不能的，化身為用。

何為四智

大圓鏡智，意思是心如明鏡般，能照萬物，是所具有的本能。

平等性智，即觀一切眾生皆平等。

妙觀察智，即善觀諸法自相和共相。

成所作智，是具體操作，是由眼、耳、鼻、舌、身五識轉成的。

何為五眼

即照燭之義。瑜伽師地論云：能觀眾色，故名為眼。從凡夫至佛位，對於事物現象終始本末的考察功能。有人稱眼睛為「智慧之門」、「靈魂之窗」，眼睛能夠明辨物象、增長知識。修行的層次越高，心眼作用的範圍越廣。眼是總名，從用分別，則有五種。

肉眼，肉眼者，假父母氣血所成也。凡夫經由父母所生的肉眼，能見的距離、範圍相當有限，太小、太大、太遠、太近，均非肉眼所能見，或太過黑暗或強烈的光度，也非肉眼所能適應。如果能得天眼，便能於物質世界中自在地觀察，而不受距離、體積、光度的限制。

天眼，天眼者，謂諸天因修禪定而得也。是能見肉眼所不能見的事物，除了不受大小、距離、明暗的限制外，也不受遮隔隱藏或通透顯露的限制，它不需通過光影的反映，而是精神力的反射或折射作用。天眼有修得和報得的不同。

除了如上所說的以外，尚有能見未來將要發生的事件現象。所以，具有天眼的人，能夠預知未來。天眼的能力越強，能見的未來越久遠，精確度也越高。

慧眼，慧眼者，謂二乘之人，以所得慧眼，觀一切法皆空，不見有眾生相，及滅一切異相，舍離諸著，不受一切法也。慧眼是羅漢所證，見十二因緣、生死流轉的徵象，所以能出生死輪回，不受身心世界的束縛，離五蘊、出三界。

法眼，法眼者，菩薩為度眾生，以清淨法眼遍觀一切諸法，能知能行，謂因行是法，得證是道，亦知一切眾生種種方便門，令修令證也。

法眼為初地以上的菩薩所具，能見萬法的本性——



法性，親證諸佛法身之一分，乃至多分，絕不是如一般人所說的具有法術之士就是具有法眼；略解佛法者也稱具有法眼。其實法眼和證法身有關，若是僅僅見性，尚不能稱為具足法眼，而只能夠確信法眼的存在和法眼的功能。

佛眼，佛眼者，謂具前四眼之用，無不見知。如人見極遠處，佛見則為至近。人見幽暗處，佛見則為顯明。乃至無事不見，無事不知，無事不聞，聞見互用，無所思惟，一切皆見也。

具足前面四種眼的所有功能，它是智慧的全體，也就是大圓鏡智的本身，又稱為大圓覺，也稱為無上菩提。

何為六通

天眼通，見佛性，洞徹本地風光。

天耳通，是聽覺的神通，隔很遠能聽著。

他心通，別人想什麼能知道，這也是意元體的接收功能。他不借助耳朵，不借助眼睛，別人心裡邊想什麼，能直接知道了。

宿命通，就是有了預知功能，能夠查過去，查未來。可是過去書上寫的宿命通，還有能看著天堂地獄了，上輩子怎麼回事，下輩子怎麼回事，這一輩子是什麼變來的，也可以知道。

神境通，又叫神足通。可以把距離縮短，很遠一下子就跑過去了，身體沒有障礙，能夠穿越障礙了。

漏盡通，佛家講的常人都是有漏業。你有各種妄想，就有各種思念，有了各種思念，就有煩惱，有煩惱就是有漏。漏盡就是沒有漏了，什麼煩惱都沒有了，煩惱一般有貪、嗔、癡、慢、疑，它是佛教最根本的無明煩惱。

成佛，則須具足三身四智、五眼六通，不然還是凡夫，還是好好做人比較好，不要欺騙人。

蓮池大師的八條重要開示 字字珠璣 發人深省

淨土解行



雲棲祿宏大師（公元1535—1615年），俗姓沈，名祿宏，字佛慧，別號蓮池，因久居杭州雲棲寺，又稱雲棲大師。與紫柏真可、憨山德清、蒲益智旭並稱為「明代四大高僧」。

01、我未出家時，對於不仁不義、無禮無智的事，即使別人教我做，而自己感覺羞恥慚愧，絲毫也不肯做。為什麼？

因為我前世親近好人，八識田中，含藏有好言語，所以今生自然見壞事便羞愧，不肯去做。

你們要切實親近好人，並在早晚發願時，求生世世親近善知識。

02、我出家後，到處參訪。當時遍融大師的德望很高，我到京城拜見他，跪著向前，再三請求。大師說：「你要守本分，不要去貪名求利，不要攀緣權勢，只要因果分明，一心念佛！」

我受教出來，同行的大笑，認為這幾句話，哪個說不來？我們千里遠來，只說有什麼高妙東西，原來不值半文錢。我說：「這個正看出他的好處。我們仰慕他，遠道來此。他並不說玄說妙，來嚇唬我們。只老老實實地把自己實踐過的，體會得深的，切實可行的工夫，叮嚀開示。所以說正是他的好處！」

我到現在還踏實遵守，沒有拋棄。

03、十方僧眾當中不少是聖賢。我見到他們都很尊敬，他沒跪，我先跪；他沒拜，我先拜。前次有個游方僧，相貌醜惡，袖衣破爛，別人都輕視他。後來會見我，大談《楞嚴經》的妙理。

所以你們決不可輕視人，記著記著！

04、要入佛法的門，信是第一。做壞事沒有信心也幹不成，何況善事。比如做盜賊的，被捕後，政府雖嚴刑懲辦，可是釋放後，照舊不改。為什麼？他深信這條門路，不帶一個本錢，自能獲利無算，所以受盡痛苦，也決不改悔。

現在人們念佛，不肯真切下功夫，由於沒經過一番深思，因而沒樹立真信。不要說不信淨土，就是世尊說「人命在呼吸間」這一句話，道理上並不

難理解。你們眼裡親見，耳裡親聞的，不知有多少例子，現在你對這句話，還是信得不夠。你如果真正信這句話，那念佛法門，不用我費盡氣力，千萬囑咐，你自會像「水往低處流」，萬牛也挽不回了。

如前天送亡僧時，你們看這情景，當然心情沉重，互相警省說：「同道們，我和你今天送某僧，明天送某僧，不知不覺輪到自身，到那時悔恨來不及了！務要急切念佛，時刻都不放過才好。」我看你們自家也說可惜，對人也說可惜，等到殿堂念唱，照樣談笑自如。你就是不信「人命在呼吸間」嘛！

05、我看見新出家的人，才把一句佛號放在心頭，雜念妄想，愈覺翻騰。便說這念佛工夫，不能收心。不知你無量劫來的生死愛恨，怎麼能一下斬斷？

況這萬念紛飛的時刻，正是做工夫的時刻，邊收邊散，邊散邊收，日子長了，功夫純熟，自然妄念不起。再說你之所以能察覺妄念多，正虧有這句佛號。在不念佛時，一刻不停的思潮翻湧，你自己能察覺嗎？

06、念佛，有默念、有高聲念、有金剛念。不過高聲念太費氣力，默念又易昏沉，只有綿綿密密地、聲音在唇齒之間的，叫做金剛念。自然也不必限定哪種念法，如覺費力，不妨默念；如覺昏沉，不妨高聲。

現在念佛的人，只是手打木魚，隨口叫喊，所以得不到利益。必須句句出口入耳，聲聲喚醒自心。譬如一個人在熟睡，另一個人喊道：「某人！」他就醒了。所以，念佛最能收心。

07、現在人不肯念佛，只是輕視西方，不知生西方是大德大福、大智大慧、大聖大賢的事情。要將娑婆轉變為淨土，這不是小的因緣。你只看這城裡，一天一夜，死多少人。不要說生西方，就是生天道，千百人中，還沒有一個。有些自命為修行的人，只是不失人身罷了。

所以，我們世尊大慈大悲，開示這個法門，功德之大蓋過天地，恩情之深超過父母。我們粉身碎骨，也不能報答！

08、我童年時還不知道念佛，看見鄰居一個老太婆，每天念佛幾千聲。問她為什麼這樣？她說：「我丈夫生前念佛，死的時候很好，所以我這樣念。他死時沒有病，和人一拱手而去。」

出家人，為什麼反而不念佛呢？

生命的永續經營 -- 從今生到來世的無縫接軌

佛光山夏威夷道場禮請佛光山寺副住持、南華大學榮譽教授暨星雲學研究中心主任慧開法師，8月17日夏威夷道場生命講座：主講「生命的永續經營 -- 從今生到來世的無縫接軌」



歷經美加一個多月、橫跨美加各地十三站的巡迴弘法後，夏威夷道場作為此次弘法行程的最後一站，為這趟殊勝的美加弘法之旅圓滿畫下句點。開場時，法師更引用宋代詩人陸游〈遊山西村〉「山窮水盡疑無路，柳暗花明又一村」勉勵大家，相信聽完今天的演講後，必能對「生命的永續經營」有更深入的理解與掌握。

從安樂死議題談起 -- 長生不死，真的是最好的嗎？

慧開法師首先提出許多人心中最常見的疑問：「我們為什麼不能長生不死？」法師引用近期社會熱議的安樂死議題指出，正因生命並非只是「活得越久越好」這麼簡單，才引發社會對生命價值與善終的深刻思辨。法師進一步以生活中的例子說明，從手機、汽車到各種器物都有其使用年限，大家的手機也早已換了好幾支；生命同樣有其自然的歷程。死亡並非生命的失敗，而是生命循環的一部分。唯有跳脫「長生不死就是最好」的既定框架，才能真正理解生命、死亡與往生的意義，進而掌握生命永續經營的智慧。

思想建設與心理建設 --

建立正確的生命觀 才能真正放下對死亡的恐懼

慧開法師指出，面對生死大事，首先必須做好思想建設與心理建設。思想建設是建立正確的生命觀與宇宙人生觀；心理建設則是在明白道理之後，真正有能力去面對與實踐。法師引用星雲大師提出的「老、病、死、生」生命觀，提醒大家一般人總把生命看成「生、老、病、死」，以為死亡就是生命的終點，因此對死亡充滿恐懼。然而，佛法所說的是「老、病、死、生」，死亡並不是結束，而是另一段生命的開始。當我們真正理解生命不是「死了就沒有了」，而是生命歷程的延續，自然便能跳脫只看今生的侷限，不再畏懼死亡，以更自在、更積極的態度面對人生，真正掌握生命永續經營的真義。

儘早向阿彌陀佛預約 --

把「求往生」當成人生最重要的當務之急

慧開法師指出，「往生」絕不是消極等待生命結束，而是一個充滿希望與方向的積極行動。令人惋

惜的是，許多佛教徒平日參加法會、誦經、念佛都十分精進，唯獨對「求往生」卻始終不夠積極，總覺得還有明天、還有時間，結果一再拖延，錯過了最適合往生的因緣，最後成了自己生命的「延畢生」。法師提醒大家，真正有智慧的人，不會等到最後一刻才開始準備，而是及早與阿彌陀佛「預約」，提早確定未來生命的方向。就如同出國旅行前，我們都知道要提早訂機票、訂飯店、規劃行程；人生最後這趟最重要的旅程，更應該及早做好準備。當疾病已無法治癒時，病人應將「積極求往生」視為當務之急，家屬更應陪伴病人一起轉變心念，共同成就最後這段生命旅程。唯有平日透過聞、思、修不斷累積願力與資糧，才能在人生畢業時，不是帶著恐懼與遺憾離開，而是風光、瀟灑、快樂地畢業，迎向生命新的開始。

「六千萬」人生叮嚀 -- 及早規劃未來生命

慧開法師提出「六千萬」的人生叮嚀，提醒大家趁著身心健康時，就要及早規劃未來生命的方向。

千萬不要拖過個人生命階段的「賞味期」。

千萬不要變成自己生命歷程的「延畢生」。

千萬要提早規劃自己未來生命的方向及去處。

千萬要及早與諸佛菩薩（或三清道祖、瑤池金母、耶穌基督、真主阿拉等）加好友，天天保持Online。

千萬要保留足夠的精神與體力，作為善終及往生的正能量。

千萬要及早成立「往生後援會」及「往生互助會」，確保實現自己瀟灑善終、如願往生的心願。

法師並引用2016年一則新聞指出，一位九旬老婦病危時，因家屬對是否放棄急救缺乏共識，甚至衍生提告糾紛；所幸檢方認定相關人員並無不法情事，予以不起訴。法師藉此提醒，預立安寧緩和醫療意願只是第一步，更重要的是及早與家人溝通，建立「往生後援會」，才能真正落實自己的善終與往生心願。

念佛要有「四感」--

從追星到追佛 與阿彌陀佛真正相應

談到念佛的方法，慧開法師引用《大勢至菩薩念佛圓通章》「十方如來，憐念眾生，如母憶子等，若眾生心，憶佛念佛，現前當來，必定見佛，去佛不遠。」說明，念佛不是嘴巴念念而已，而是要與佛真正相應。法師提出念佛的「四感」：第一是感覺（Feeling），念佛不能把佛號當成路人甲、路人乙，隨口念過去而毫無感覺；

【文轉第25頁】

楞嚴經揭示了生命奧秘：始於對當下心念的自覺

三寶弟子

我們常常以為，輪回與解脫是遙遠而宏大的生命議題。然而，《楞嚴經》揭示了其奧秘，其實就在我們當下這「一念」的覺與不覺之間。

經中佛陀對阿難尊者開示：「一切眾生，從無始來，生死相續，皆由不知常住真心，性淨明體，用諸妄想。」這段經文指出了一個關鍵：所謂「妄想」，並非身外之物，正是我們現前這一念認假為真的顛倒認知。

我們習慣性地認為，有一個實在的「我」在思考、在感受、在貪戀、在嗔怒，卻不曾察覺：那正在起心動念的當下一念，其本性本是『虛靈通透、了無實體』的。我們把一個本來無住的靈知，誤解為固定的自我，這便是根本的「迷」。

禪宗史上有一則著名的公案，精妙地闡釋了如何



在這一念上「悟入」。二祖慧可禪師向初祖達摩求「安心」之法。達摩沒有給予複雜的理論，只反問道：「將心來，與汝安。」當慧可禪師返觀內照，尋覓那顆不安的「心」時，卻發現「覓心了不可得」。就在這尋覓不得的當下，達摩當即印可：「與汝安心竟。」這個公案的深意在於：「不可得」並非空無所有，恰恰是那超越對立、不生不滅的「真心」自身的顯現。悟，就在對現前一念的直觀體認中完成。

遺憾的是，在日常生活中，我們多數時間處於「迷」的狀態，隨著念頭的瀑布漂流起伏，成了妄念的被動追隨者，卻不認識能知念來念去的那個「主人」。

因此，一切切實的修行，其真正的第一步，並非向外追逐，而是向內「回頭」——清醒地、如實地去體認和觀照這現前的一念。這一念，是煩惱生起的門戶，也同樣是智慧覺醒的樞機。把握住它，便把握住了生命昇華的轉捩點。

這正是「現前一念，是迷悟的源頭」所要傳遞給我們的核心理念：生命的轉化，始於對當下心念的自覺。

【文接第 24 頁】 第二是感情，要如同離鄉遊子思念慈母般真切；第三是感動，深知十方諸佛時時護念眾生，因此心生感恩；有了前面的三感，久久功深，自然便能產生感應，真正與佛相契。

法師接著提醒大家，《阿彌陀經》中除了阿彌陀佛之外，東、南、西、北、下、上六方共有三十八尊佛共同讚歎、護念念佛法門，可惜許多佛弟子天天誦經，卻未曾留意經文中的深意。現代人有所謂的「追星族」，願意花時間追隨偶像；法師幽默地反問：「為什麼沒有『追佛族』呢？」勉勵大家不只是念佛，更要親近諸佛、學習諸佛、憶佛念佛，讓佛法真正走入生命，成為人生最重要的依靠。

美加十三站弘法圓滿

法師殷切叮嚀，讓佛法真正走進生命

慧開法師於最後一站再次殷切勉勵大眾，聞法不只是增加知識，更重要的是將佛法落實於生活，轉化為面對生命、死亡與未來生命的智慧。法師鼓勵大家把握因緣，深入經藏、勤修聞思修，並以堅定的信心與善巧方便，引領更多親朋好友共同學佛，建立佛化家庭。最後，慧開法師與大家共勉：「練武不練功，到老一場空」、「絕招、絕招，『練絕』成招！」期勉大家將此次講座所聞所學，化為真實的修行與行動，讓生命永續經營不只是理念，而是真正落實在人生的每一天。

青年佛教通訊中心月刊

出版者：青年佛教通訊中心

總編輯：韋琪

設計：曹智濤

排版：盧嘉雯

發行組：伍曼紅 李思萍 Sam Chen

黎順蓮 黃志玲 妙音

通訊中心郵箱：Y. B. C. I

6 Doyers Street, N.Y. Box 130185,
New York, NY 10013

通訊中心地址：

2/Front . 18 Mott Street, New York, NY 10013

電話：(212) 406-5109

E-mail: ybcinewyork@gmail.com

網址：www.ybcicenter.org

青佛月刊博客：<https://ybcicenter.wordpress.com/>



馳援

尼泊爾洪災



2026年8月26日，尼泊爾與西藏交界地區突發嚴重山洪與土石流，重創拉蘇瓦、努瓦科特、達丁及奇特旺等地。多處道路受阻、橋梁受損，許多家庭急需安置、醫療及生活援助。

災後，來自尼泊爾和馬來西亞等地的慈濟志工立即動員，深入災區勘災、前往臨時醫療站展開義診，並同步準備援助物資。

誠摯邀請您一同馳援尼泊爾，讓關懷不間斷，陪伴受災家庭走過難關、重建生活。

請立即捐款。

您的每一分愛心，都將化為受災家庭重建家園的力量。



立即捐款



線上捐款

支票捐款，抬頭註明“Tzu Chi”，並郵寄至您所在的慈濟會所地址：

Buddhist Tzu Chi Foundation
National Headquarters Region Office
1100 S Valley Center Ave
San Dimas, CA 91773



f @ X
@TzuChiUSA