



## 春季版

**1** 禪園遊會  
聖誕麻州行  
一個非常快樂與  
覺悟的新年

**2** 忍辱佛學講座

**3** 千佛寶懺法會  
過去莊嚴劫千佛

**4** 法雨繽紛  
活動表

**5** 覺華園 寧為阿呆

American Zen  
Buddhist Temple  
Vairocana Monastery  
RR3 Box 3361  
Cresco, PA 18326  
Tel & Fax: (570) 895-4600  
Email: [azbt@evenlink.com](mailto:azbt@evenlink.com)  
[www.evenlink.com/~azbtnews](http://www.evenlink.com/~azbtnews)

## 禪園遊會

窗外的滴答水聲，是溶雪的聲音，也是春之將至的倒數計時聲。度過了這一季寒意十分的冬，緊接著是三月的風、四月的雨及五月的花季了。

在康乃馨的季節裡，感念母親的心份外不同。在如此馨香的一季，本寺將於母親節前一日(五月十日)星期六早上十一時起至下午三時止，舉辦小型園遊義賣活動。會中除了有美味的素食食品義賣外，更有精美的玉飾、念珠及書法等義賣。全數義賣所得，將作為本寺之建設基金，歡迎大家共襄盛舉。

## 聖誕麻州行

陳靜英

二〇〇二年聖誕期間，大昱法師到麻州度聖誕佳節，在陳慶宏夫婦家中，帶領大家一起拜金剛寶懺。羅泮崇和太太陳碧梅，也在聖誕節的前一天，遠從賓州來參加法會。

雖然聖誕節當天瑞雪紛飛，禮懺法會仍照常舉行。為了讓大家在午餐後能順利的回家，免被大風雪所困，法會提前在早上八點半開始，共三支香，與會大眾一起虔誠的禮拜了三百多佛。禮懺後，大家一起享用自助餐，歡度佳節。

## 一個非常快樂與覺悟的新年

Savas Yavuzkurt  
袁文英 譯

賓州居士林的會員們，度過了一個非常快樂的中國新年，因大昱法師珍貴的來訪，更加深了他們的喜悅。我個人覺得每次她的來訪和開示都是令人愉快的，具有啟發性，寧靜與覺悟的。



賓州居士林於二〇〇三年二月一日晚上，在 Keith 和 Alice Liu 的家裏，舉辦了一個中國新年慶祝晚會。所有予會者都玩得很盡興，因大昱法師的參與，使這次的中國新年慶祝晚會更殊勝。第二天，許多會員參加了大昱法師在賓州居士林的弘法開示。大昱法師於開示後，耐心且愉悅地回答予會大眾及許多會員個人所提出來的問題，包括我的問題在內。

她的開示和答案，一如往常般的實在，令人愉快和非常實用，沒有任何奇異和神通的理念。我常覺得，不僅是法師開示的內容，也因她莊嚴的儀表，待人

接物的方式，和她的滿心歡喜，教導了我許多無法言喻的事。她的開示，使每個人都感到寧靜祥和。她的滿心歡喜、實在和謙虛的態度，在我們的心中散播著喜樂與謙和。雖然大昱法師非常年輕，她卻充滿了智慧，是佛弟子們的一個好典範。

從我的筆記中，我摘錄了法師開示的重點，希望這對大家及我個人能有所助益。在此，要感謝我的太太李素娥，如過去多年來一般，耐心的為我翻譯。希望以下的文字，能夠正確的表達大昱法師的開示，沒有誤解她的原意。如果在我的報告中有任何錯誤，敬請見諒。

法師一開始就提到了非常重要的一點，她告訴我們：“我們應該根據人們的文化背景和性格，來適當的運用佛法，不應嘗試或強迫他人去改變。例如，我們不應為了自己的因素和自己的期望，而給孩子壓力。如果時機未成熟，事情是不會轉變的，應該耐心地做現在該做的事。”

法師強調道，個人的行為應符合個人所信仰的宗教。要有正當的行為舉止，而不要只有虛有其名的宗教信仰。這部份的開示大要如下：“要有彈性，要寬容，不要施加壓力，不要有侵略性，最重要的是，不要過份的要求完美。”

她繼續講了一句非常深入重要的話：“不要只追求往生淨土，應創造個人的淨土。”

其他，在我內心留下深刻印象的開示有：“不應逃避，應面對所發生的問題。如果不改變自己，問題會一直跟著你。應捫心自問，為什麼好事沒有發生在自己的身上。不要只是一味的渴求，應該付諸實際行動。”

“不要只是念誦佛號，思想和行為應與佛相應。”

以上是我在大昱法師開示時，所摘錄的重點。正如我在本文開始時所提到的，法師珍貴的開示，她的儀態和她實在歡喜的風範，啟發了我和其他人的許多觀念，希望我能從她那裏得到一點智慧，能漸漸地真正瞭解和實踐這些觀念。

在此，謹對法師為我們的生命所做的珍貴奉獻，表達我個人以及賓州居士林所有會員的謝意。大昱法師，非常感謝您！

Savas Yavuzkurt  
3/16/2003

*Dr. Savas Yavuzkurt*是賓州大學機械工程系的教授，感謝您與大家分享大昱法師訪賓州居士林的殊勝經驗。

## 忍辱佛學講座

袁文英

我們非常高興二月九日星期日，早上十點到十二點，有許多人來聆聽喇嘛 Migmar 這個殊勝的“忍辱”佛學講座。

喇嘛 Migmar 在講座中告訴我們：“強烈的我執引起強烈的衝動和慾望，強烈的衝動和慾望引燃侵略心。權力和慾望導向戰爭；智慧和忍辱導向和平。例如西藏，在還未成爲一個佛教國家之前，習於對鄰國發動戰爭，攻打中國、尼泊爾、阿富汗和緬甸。常跟鄰國打仗，會沒有安全感，引發更進一步的攻擊，因爲攻擊慣了。這種相依相存的關係，叫做“業”。當你攻擊他人時，你也會被攻擊，西藏得到了這個教訓。自從由印度請來法師後，

西藏人開始修習佛法，成爲導向和平的通道。”

喇嘛繼續說道：“修習忍辱並不是逃避他人，而是寬容和接受我們人生中的各種苦難。如果我們有更多的衝動和侵略心，我們就有更多的苦難。每一個人都有可能可以改善世界的環境，爲了改善世界的環境，我們必須修行，來淨化我們自己。”



喇嘛 Migmar 接著跟我們說密勒日巴尊者修行的故事：“當密勒日巴親近他的老師馬爾巴時，馬爾巴沒有立刻傳授任何佛法給他，反而對他大吼大叫，要他在山頂蓋一座九層樓的佛寺。密勒日巴用他的背，背負每一件建材上山蓋佛寺。工程完成後，他將蓋好的佛寺給老師看，馬爾巴對他說，這座佛寺蓋的不夠完美，必須把它拆掉，重新再蓋一次。因此，密勒日巴又重新蓋好佛寺，可是，馬爾巴說，這座佛寺蓋的也不好，你必須拆掉它，重新再蓋一次。馬爾巴要他重新蓋了九次佛寺之後，才傳法給他。馬爾巴爲什麼要這樣做？因爲密勒日巴殺了很多人，罪障深重，他必須消掉深重的殺業，修行才能得力。馬爾巴傳授了所有的法給密勒日巴之後，密勒日巴就到山洞裏去閉關修行，每天只吃蕁麻維持體力來修行，他的身體因常期吃蕁麻而變綠，也沒有任何衣服。當他的妹妹來看他時，吃了一驚，問他爲什麼要這樣過日子，爲什麼不像其他人穿著衣服

修行，或像其他的喇嘛住在房子裏，出門有轎坐，並且有很多的隨從。密勒日巴便唱了一首修行歌，來闡述什麼是真正的修行，什麼是世間的修行。因為他的決心和毅力，密勒日巴成爲西藏最偉大的瑜伽行者。

釋迦牟尼佛在菩提樹下，堅苦的修行了六年，只吃少量的食物和喝少量的水，最後他證悟成佛。爲什麼密勒日巴尊者和釋迦牟尼佛能忍苦，因爲他們有決心。有決心，便可將衝動和慾望轉變成修行的動力。想轉變世界的風氣，必須先轉變自己。只有先轉變自己之後，世界才會轉變。受苦可以使我們的慈悲心增長，如果曾經頭痛過，便會瞭解頭痛是什麼，這會使你對別人生起更多的慈悲心，幫助我們勤奮的修行及給予我們正確的人生觀。



有許多人在問答時間請示喇嘛問題。每一個人皆法喜充滿。“忍辱”佛學講座，在可口的素食午餐後，圓滿結束。

## 千佛寶懺法會

### 過去莊嚴劫千佛

袁文英

二月二十二日和二十三日，是千佛寶懺法會，禮拜過去莊嚴劫的一千佛。自二〇〇一年開始，這是第三年的千佛寶懺法會。這次千佛寶懺的作息表，跟去

年的類似，每支香禮拜兩百佛，兩天的千佛寶懺法會總共有五支香。爲了讓遠到的居士們早點回家，準備星期一上班工作。因此，法會提前於二月二十三日星期日的下午十二點三十分結束。



大昱法師於第一天佛前大供後，給予會的居士們一段簡短的開示。這段開示，是出於“仁王護國般若波羅密多經”。她告訴我們，有些人問她：“如何防止攻打伊拉克的戰爭發生？”她告訴他們：“如果，只有百分之一的人支持政府攻打伊拉克，則不會有戰爭。現在，有百分之三十五的人支持政府去攻打伊拉克，這樣一來，戰爭就很可能發生。”大昱法師說：“有何種業力的人民，就會感應出相等業力的總統來治理他們的國家。”

她依經文繼續開示道：“當一個國家要衰退的時候，會有一些亂象。例如，大災難，就像恐怖份子在二〇〇一年的九月十一日，攻擊紐約市的世界貿易中心，三千多人在那次災難中死亡。或發生各種巨大的天災人禍，大火災、大水災，和大風大雪災。當一個國家開始亂的時候，百官大臣互相是非，天地變怪日月眾星失時失度。如果，這些大災難發生，我們應該好好修行，如實的面對並接受它。”

予會的居士們於午餐後，隨著莊嚴的梵唄聲，繼續虔誠地禮拜過去莊嚴劫的一千佛。第一天的千佛寶懺法會，於下午五點左右結束。

第二天，大昱法師於午供後繼續開示。她講了“仁王護國般若波羅密多經”裏的一個故事。天羅國的太子，名叫斑足，他信奉一位外道師，名叫善施。善施大師在斑足王登位的時候與他灌頂，斑足王問善施大師，如何使他的國家昌盛，善施大師告訴他，他必須用一千個國王的頭祭祀摩訶迦羅大黑天神，來使他的國家昌盛。自斑足王登基已來，他已抓到了九百九十九個國王，還少一個國王來完成祭祀。因此，斑足王往北行萬里，去尋找最後一個國王。終於，他找到了一個國王，名叫普明。普明王請求斑足王，在他死之前，給他一天的時間禮敬三寶飯食沙門，斑足王答應了他的請求。

普明王依過去諸佛教法，數百高座請百法師，一日二時，講說般若波羅密多八千億偈。普明王聞法悟解證空三昧，了悟到身心國土皆是幻化，他的眷屬亦得法眼空。



普明王回天羅國受死，他勸諸王誦持過去諸佛所說般若波羅密多偈，那些國王聞畢亦皆悟解，得空三昧，各各誦持。此時，斑足王問諸王道，你們誦持的是何法，普明王即以般若波羅密多偈答斑足王，斑足王聞法後，

亦證空定，覺悟到他為外道邪師所誤，立即釋放諸王回國。之後，斑足王禮請法師為他解說般若波羅密多，將國家托付給弟弟，出家修行得無生法忍。

予會大眾，皆法喜充滿，於午餐後踏上歸程。千佛寶懺法會，在大家熱心的參與下，圓滿完成。

## 法雨繽紛

繼去年講解的六度之布施後，持戒 - 是大昱法師於三月九日的另一六度弘法講題，當天並有圓明居士的完整英譯，使與會者咸感法喜充滿。



大昱法師告訴我們：持戒可防身之惡，也是建立人格最好的方法。持戒圓滿與否，與我們成佛之道息息相關，故菩薩戒經云：眾生受佛戒，即入諸佛位。法師並進一步為大家解說在家之五戒戒相。法師警示大家，所謂的不殺生戒含義很廣，除了眾所週知的不殺害眾生及我們北傳的發大悲心持素外，若於身口意三業之有意無意間傷害眾生，使人失去生命的意志力，這也是一種殺生行為，我們佛弟子不可不慎。在五戒裡，不妄語戒也是法師開示的重點，法師告訴我們：是非只為多開口，煩惱皆因強出頭；話多不如話少，話少不如話好。多以一顆清淨的心，說法語，

啟發自他兩利的善根佛緣。

在戒律裡，不說四眾過也是相當重要的一條。法師告誡大家，不要毀謗三寶，讓自己陷於嚴厲的因果。弟子若有過，師父會管；師父若有過，佛陀會管。修行最重要是看緊自己的身口意，不要隨著無明風，造下無邊罪，走偏冤枉輪迴路，悔之以遲。



法師又簡要地開示我們在家的一些重要戒條，也分別解說了五逆十惡及四種根本重愆，讓大家更明白持戒的重要性。法師苦口婆心地為我們開示這麼多，無疑是要我們以持戒為修行的基礎，在修行道上走得輕鬆、如實與自在。

有感於在家居士身分環境持戒之不易，法師慈悲地以戒本中之方便持戒勉勵大家：以在家五戒而言，若能全持五戒，謂之滿分優婆塞優婆夷(男居士與女居士)；若持四戒，謂之多分優婆塞優婆夷；若持三戒，謂之半分優婆塞優婆夷；若持二戒，謂之少分優婆塞優婆夷；若持一戒，謂之一分優婆塞優。以精進來克服懶散怠惰的心，為自己的修行加分。

大昱法師的下一個六度系列講座，將安排在七月份進行，講題為六度之忍辱。時值戰鼓頻催人心惶惶的大環境之下，忍辱的修為是多麼重要，屆時歡迎大家回寺參加，同沾法益。

## 活動表

每星期二 7:00 p.m.

禪坐

大昱法師

4/6/03, 星期日

10:00 a.m. - 12:00 p.m.

忍辱 (英語講座)

Ven. Lama Migmar

4/26/03, 星期六, 10:00 a.m. -

4/27/03, 星期日, 12:00 p.m.

禪一

大昱法師

5/10/03, Saturday

11:00 a.m. - 3:00 p.m.

禪園遊會

5/11/03, 星期日

10:00 a.m. - 12:00 p.m.

釋迦牟尼佛聖誕

大昱法師

5/24/03, 星期六

10:00 a.m. - 6:00 p.m.

5/25/03, 星期日

10:00 a.m. - 1:00 p.m.

千佛寶懺 (現在賢劫)

大昱法師

5/26/03, 星期一 -

5/31/03, 星期六

春季大掃除

12/13/03, 星期六, 10:00 a.m. -

12/14/03, 星期日, 10:00 p.m.

佛一 (八關齋戒)

大昱法師

7/6/03, 星期日

10:00 a.m. - 12:00 p.m.

佛法講座

大昱法師

7/19/03, 星期六

10:00 a.m. - 6:00 p.m.

觀音菩薩聖誕、大悲懺

大昱法師

# 覺 華 園

## 寧 爲 阿 呆

大昱法師

阿土與阿呆，兩人結伴去旅行。

這一天，他倆來到一棵大樹下，時值炎夏午后，陣陣涼風襲來，帶著疲憊的身心，不知不覺進入夢鄉。

夢中，阿土來到了一座很美麗的島上。遠遠地，他看到在島上有一棟富麗堂皇的大房子。阿土走著走著，最後來到了房子的後花園。花園裏，種植著好多棵高大的茶花樹，一朵朵像碗般大的紅色茶花，開得又大又美。在一片紅色花海中，獨獨有一棵茶花樹竟然開出白色的茶花來。好奇心使然，阿土來到白色茶花樹前，蹲下身動手往下挖了起來。當他撥開泥土，猛然發現一大甕黃澄澄的金子，阿土高興地跳了起來，這一跳，他醒了過來。

阿土將夢中得寶的事一五一十告訴了阿呆，並且失望地表示只是好夢一場。

這個好夢深深吸引了阿呆，他要求阿土可不可以把夢賣給他。賣了夢的阿土，悵然若失地結束旅程回到家鄉，而懷著夢想的阿呆繼續他的行程。

一日，阿呆來到了一座很美麗的島上，很巧地，他發現島上也有著一棟富麗堂皇的大房子，依照阿土夢的描述，阿呆果然看到了花園中種植著好多棵高大的茶花樹，可惜正巧不是茶樹開花季節，無法分辨出哪一棵才是白色的茶花樹。

阿呆懇求主人讓他留下來擔任園丁，耐心地等待茶樹開花。

終於等到第二年，園裏茶樹花開了。可惜每一棵的花都是紅色的。

如此年復一年，茶樹開出的花依然是紅色的，但是阿呆一點也不氣餒，更加辛勤工作等待茶樹開出白色的花朵來。

又到了茶樹花開時候，一早來到花園的阿呆，被眼前景象愣住了。如往年般開出碩大美麗的紅色茶花樹中，有一棵竟然開出了白色的花朵。阿呆往下挖，果然挖出一甕黃金。

爲了獎勵阿呆平日的辛勤，主人把整甕黃金全都賞給他。得了寶的阿呆回到家鄉，廣行善事造福鄉里，成爲人人讚嘆的大善人。而賣夢的阿土，仍舊一貧如洗。

這是很久以前聽到的故事，讓我感佩的是阿呆的那股傻勁，那種不屈不撓的精神。學佛的人，如果都能有這一分辛勤與恆心，有甚麼善願不能成就？可嘆的是，如阿土者比比皆是，八萬四千法門，門門都涉獵，沒有一門貫徹始終，天天夢想最好是一覺醒來就證得果位，起種種貪求妄想，遂感求了一些自言有頓超法門的外道神士，一盲導眾盲。試問，沒有耕耘，何來收穫？

茶樹的花，因爲阿呆而變了顏色，阿呆行，我們爲什麼不行。