

## 秋季版

- 1 大家的禪修中心
- 2 地藏法會  
佛一八關齋戒開示
- 5 尋訪明師  
活動表
- 6 覺華園  
-以感恩心過生活

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)



# 毘盧寺通訊

## 大家的禪修中心

大昱法師

如果有因緣回到寺裡來，你會發現我們的禪修中心已經整修完成，開放供大家使用了。小而精緻的“禪修中心”牌子，是李先生的工巧傑作。由右倒著念為“心中修禪”，短短四字不正是我們的宗旨嗎？



禪修中心

禪修中心能如此順利完成，特別要感謝幾位居士在財力人力上的無私成就。這是一棟兩層的木造樓房，被以前的屋主拿來當客房大通舖使用，過多陳舊的上下舖床組，擋去了所有光線。一樓後邊的廚房，原本有一列觀景的大窗，卻被木板封住，形成一個黑暗骯髒的死角。二樓的情形，也好不到那裡去。可能有很多人，對於這棟舊建築物印象不深，有的僅僅是堆滿雜物的大倉庫罷了。

今年本寺年季的清掃活動，選在 Memorial Weekend 舉辦，為了配合此次活動，事先的一

些準備不可或缺。於年初時，遠在麻州的黃儉武居士就和其岳父陳坤老先生來做一些清除工作，首先，我們把所有上下舖床組拆除，如此一來，整個空間就寬敞開來，而拆下來的床木，剛好用來作整修之用。很幸運地，又有一位義工 Luu 遠從賓州 Lancaster 上來加入我們，使工作進行地更順利。



一樓圖書室

大清掃活動於千佛寶懺後第二日開始，除了Luu、黃儉武居士、巫懋瑩居士、陳碧梅居士、陳淑娟居士，還有袁靜英居士偕同一家人包括媽媽、妹妹袁文英居士及小弟袁正宜居士前來共襄盛舉，使得我們在體力耗盡時，有袁媽媽的拿手佳餚補給力量。在活動最後二日，又多了羅泮崇居士、黃光復居士及其夫人林瓊珠居士，回來加入行列，增添了好大力量。

此次義工組合，我們戲稱

為“老弱婦孺”型。可是工作起來可一點也不遜色，在“重力組”二位男居士的初步整修後，修飾的細活可有勞這些女兵了，一粗一細，配合地完美無間。短短數日，我們換修了全棟約 30 面新窗戶，鋪上新的地毯，也粉刷了一些角落，完成後的禪修中心，完全脫離了昔日舊辦公室樓房的陳舊形象，提供另一處寧靜祥和的空間予回山的居士用。



會議室及未來的視聽室

新的禪修中心裡，一樓是圖書室、會議室及未來的視聽室併用，後方則是可觀森林湖泊的靜思空間，二樓則是開放式禪堂及一處連接的閱讀空間。如此的規劃，實實在在地將每個空間發揮到最大的實用處。



二樓開放式禪堂

回憶起初出家時，家師曾勉勵我們：“修行人要找一處道場修行，並非難事；若要遇一處正在創建，而能夠親自參予開山的道場，沒有大因緣福報，是不能遇到的。”

這一路以來，體會良多，日日不敢忘懷古人所謂的“得之於人者太多；出之於己者太少”，用來提醒自己修福對修行的重要。道場之成就不易，需要無數人的力量共襄盛舉，往後，希望能有更多的發心者，化隨喜的讚嘆功德為更實際的自力參予，闢一方福田，為自己的成佛之道而努力。

## 地藏法會

陳麗儀

昆盧寺於今年的八月二十三日，舉行了地藏法會。為籌備這次法會早在幾天前，已開始佈置大殿和安放蓮位。一部份的居士們，也於八月二十二日晚上回到寺裡幫忙佈置大殿，並預備佛前及蓮位前供奉的齋菜和大眾的膳食。

法會當天早上十時，居士們齊集在大殿內，大昱法師為大家說明了法會的內容，分為二段進行。第一段是誦地藏菩薩本願經，第二段為大蒙山施食。接著，眾人在大昱法師的帶領下，運起洪亮的聲音讀誦經文。早上誦完地藏菩薩本願經卷上及卷中後，大家享用了一頓豐富的午齋。



誦地藏菩薩本願經

午餐後，大家稍作休息，下午續誦地藏菩薩本願經卷下。誦完後重新安排了各人的座位，

開始了第二段的大蒙山施食。大昱法師特別囑咐大家不可在中途離座，因為施食時邀請了幽冥眾生，及各人宿世的冤親債主來聽聞佛法和接受施食，所以最好不要在大殿中走動，大家便專心地觀想持誦。



豐富的午齋

圓滿時，大昱法師慈悲地以此超薦功德，回向幽冥眾生，能早生善道蓮品增上，並祝福大家，宿世冤親，解冤釋結，消災延壽。

## 佛一八關齋戒開示

大昱法師 開示  
袁文英 記錄

六月二十一日

眾生在學佛的過程中，這段路是很長遠的。我們常常看到大菩薩和佛的發心是無量無邊的，是這麼偉大的，就像八關齋戒裏所說的“廣發菩提心”。所謂真正的菩提心，是不管遇到什麼樣的逆境都不會退轉。在這麼多的佛經裏，提到要我們發清淨心、勇猛心、忍辱心、禪定心，就是沒有所謂的疲勞心。

眾生跟菩薩的差別：第一，因為我們是凡夫眾生，我們眾生的福報不夠，所以有時有色身上的病痛，因此我們做起佛事很累，或作功課的時候腰酸背痛精

神提不起來，力量沒有那麼大而容易退轉。第二，是因為我們的智慧還不夠。如果我們的智慧夠，做起事來是事半功倍。智慧不夠，沒有方法，效果是不理想。話說回來，我們的福報、智慧都比不上菩薩而會生退心。但是，我們只要有一顆純淨的心，雖然發心很大而目前做不到，只要發起了志願度眾生的心，為了眾生什麼樣的苦，我們都能忍受就可以了。

我們發的菩提心不夠，但是發的懈怠心反而很多，有時候學佛的人太容易原諒自己。也因為給自己太多的心，讓我們無法發揮出來。古時候，有一位有名的棋手名叫奕秋，他有兩個學生。有一個學生非常專心，老師怎麼教，他都心無旁騖的學，因此，他學下棋的功夫學得很好；而另外一個學生心不在焉，雖然同時坐在那邊學下棋，可是卻不專心，一直以爲天上有一隻鳥要飛過來，如何又如何，而有一大堆的心，心不知道在那裏，跟著鳥飛走了，因此，他學下棋的功夫沒有那麼好。同樣的老師在教，不一樣的兩個學生在學，出來的成績自然不一樣。

同樣地，佛法是佛陀講的，佛陀對每一個人的開示是同樣的，一樣的佛書大家可以看，一樣的功課大家可以作，一樣的行大家可以來修，可是每個人修出來的功德和果報都不一樣。譬如，有些人誦經的時候定下來，置心一處專心的誦經，當下知道佛陀的教法，如何照著經典的方法去做。因此，他們走起修行的路比別人快。我一直相信，修行沒有所謂的捷徑，修行也沒有所謂

的根器好不好，修行完全在於你怎麼去用功，把自己本份內該做的事做好，如何運用每天修行的功課，將佛法應用在日常生活當中。如此，修行的路就走的很輕鬆。如果，我們學佛能如奕秋的第一位學生一樣，心無旁騖，專心的學習，無論你做什麼事情都會很好。如此，“假使熱鐵輪，於汝頂上旋，終不爲此苦，退失菩提心”，在修行的道上不覺得累，才能走得長遠。

我們一生當中能坐下來念一個小時的佛，或是打坐一個小時，都是很不容易的事。我們要把握這一天一夜的八關齋戒的因緣，又持戒又修行，利用一天一夜短短的時間，加功用行，能夠置心一處無事不辦，把心定在這裏，專心把該做的事做好，該修的行修好。



七月十九日大悲懺法會

修行上最大的問題，就是有些污點，也就是我們的業力和習氣。這個習氣的嚴重性，沒有辦法形容，在無意間，我們會把習氣表達出來，這會影響我們的修行，是修行上很大的障礙。這一點一滴累積的習氣，會把我們很堅固的道心和功德都破壞掉。而這些傷害力，是我們無法察覺的。個人的個性，也就是個人的習氣。那怎樣斷除這些習氣呢？那當然是要好好的修行，念佛是

方法之一。所以，昆盧寺舉辦這次的佛一，是要大家利用這短短的時間，在道場裏禁語。禁語就是不講話，靜下心來好好的修持，口中念的是佛號，有時間看看佛書，讓你沒有時間造業，沒有時間去散播你的習氣。這等於是把我們的身、口、意約束起來。

那念佛的力量到底有多大？我記得有一個故事：以前有一個婦人，她學佛非常的虔誠，修行修得非常的好。雖然，每天很忙，家務事很多，但她每天從來不忘念佛。不僅她自己念佛，還度了她附近的左右鄰居、親朋好友，每個人都跟著她念佛。整個社區裏，大家念佛都念得非常好，一團和氣。雖然，這個婦人修得這麼好，度了很多人。可是，她唯一沒辦法度的是她的先生。她的先生好的不多，不好的事做一堆。所以，她的先生很難度。這個婦人就想，怎麼辦呢？我的先生這輩子造業這麼多，他如果不好好的學佛、念佛，等到他往生的時候會很危險。她希望菩薩幫她開開智慧，度她的先生。

有一天，這個婦人看到鄰居的小孩拿著鈴在搖。當婦人聽到鈴的聲音，就靈機一動，想到一個辦法。傍晚她先生下班回來，她就對她的先生說：“最近治安很不好，到處都是小偷在偷東西。你每天下班回來的時候，先搖鈴作暗號，口中念南無阿彌陀佛，那我就知道是你要進門了，我才會開門，這樣比較安全”。這位先生覺得，這是一個很好的主意，他的太太怎麼這麼聰明。以後她的先生每次下班回來，要進門時就搖鈴，口中大聲念南無阿彌陀佛。她的先生每天都這樣

做，久而久之就習慣了，且很自然的就念阿彌陀佛。這位婦人的先生，因為如此而念佛了。

她的先生這一輩子因為惡業造得太多，業障現前就生病了，而且一病不起就往生了。因為之前造了很多惡業，墮到無間地獄受很大的苦。當地獄的獄卒用鐵叉挾罪人到油鍋內受苦時，鐵叉上的鐵環響了，聲音就像鈴聲一樣。本來，這位婦人的先生很緊張，因為下一個就要輪到他了。可是，當他聽到鐵環的鈴聲時，就馬上念“南無阿彌陀佛”。這時，很炎熱火很大的地獄，瞬間變得很清涼。不僅是這位先生感到清涼，這個無間地獄的所有眾生，也同時感受到清涼。他也因為念“南無阿彌陀佛”的力量，而往生人道。

由這個故事我們可以知道，雖然這位先生念佛是別有目的，但是這念佛的功德，卻讓他由地獄往生人道。何況我們知道，念佛是為了修行。我們心裏更清楚，發菩提心、慈悲心、解脫心來念佛，功德更是不可思議無量無邊。因此，不要小看一聲“南無阿彌陀佛”的功德。



大悲懺法會繞佛

今天，我們參加佛一八關齋戒，念無量無邊的佛號，不只是為了自己修行，也要將此念佛的功德，迴向給所有的眾生。有

人說在人世間也可以看到地獄，不用死後才到地獄去。我們所住的娑婆世界，因為 SARS 疾病的來襲，為了預防被傳染，出門必須戴口罩，使我們不能自由呼吸。現在的人，因為業障重而有病，也不能自由的呼吸空氣。這不就是人間地獄嗎？

修行、學佛要如空氣一樣，非空非有。要利益眾生行菩薩道，就要無形無相，就如空氣一樣，默默的成就眾生。我們在身體健康的時候，發心學佛修行，是有很大的善根福報。要感謝菩薩給我們健康的色身可以念佛，並要生感恩心和稀有心來念佛。你在人世間修行，有時候遇到障礙，你的修行就會進步，功力就會增加。要用有限的生命，來成就眾生，就要多修行。

六月二十二日

在世親菩薩的往生論裏，有一段提到念佛的方法，他主張“五念門”：

第一，禮拜門。所謂禮拜門，就是心中願生安樂國土，禮拜阿彌陀佛。我們在禮拜佛的時候，心裏要發願往生佛國淨土。

第二，讚嘆門。我們在稱念阿彌陀佛聖號的時候，一邊要讚嘆他。

第三，作願門。所謂作願門，就是如實修行我們的定。念佛的時候一心不亂，就是定。如果你在修淨土法門的同時，配合修定，真是如虎添翼。

第四，觀察門。觀察門就是觀想，要觀想我們是五濁惡世的眾生。首先要知苦，要觀察苦

是從那裏來的。其次是要了苦，要真正知道苦有多苦，什麼是苦？要了脫這個苦，厭離娑婆。

第五，迴向門。我們不管修任何大乘法門，都要迴向自己修到無上正等正覺後，發願度眾生。並把所作功課的功德，迴向法界一切有情眾生。而這個迴向門，也就是發菩提心，廣度眾生，同登彼岸。

宏揚佛法，不是出家人的責任而已，有很多宏揚佛法的責任是在居士的身上。你可以把你所知道的佛法告訴他人，啓發他們的善根。如果你不會說法，那就好好的修行，把自己的身、口、意修得很好。他人看到你做人這麼好，這麼有慈悲智慧，他們自然而然願意跟你接近作朋友。然後告訴他們，你是如何修行做到這個地步的，一步一步慢慢的度他們。



圖書室裡的阿彌陀佛聖像

有一位佛陀的弟子，馬勝比丘，他修得很莊嚴，威儀非常的好。有一天，他在路上托鉢，被目犍連尊者看到這麼一位莊嚴的修行行者。目犍連尊者就上前去請問馬勝比丘：“請問行者是誰？修的是什麼行，威儀這麼莊嚴？”馬勝比丘回答道：“我是馬勝比丘。我是跟我的老師學的。”目犍連尊者又問：“你的老師是誰？”馬勝比丘答道：“我

的老師是大慈世尊，釋迦牟尼佛。  
目犍連尊者就說：“你的老師一定很好，才會教出這麼好的學生。我要去見你的老師。”目犍連尊者即隨馬勝比丘去見釋迦牟尼佛，他因此而學佛了。

一個佛教徒應有的態度和氣質，是自在、莊嚴、隨緣、歡喜、慈悲、有智慧、及處處利益眾生，這是大乘菩薩中最強調的。如果你想知道你修行修的好不好，可從你身邊的人的反應得知。他們就如一面鏡子，可將你的身、口、意反射出來。所以，世親菩薩的“五願門”，對修淨土的人來說是很重要的。

## 尋訪明師

### 圓明

明師出高徒，世間無論那一門學問或技藝，都得仰賴老師的教導，雖然也有無師自通的，但那畢竟是少之又少。學佛修行，探究超越世間的真理，完成圓滿的人格，當然也不例外，需要良師益友的提攜。修行人中，雖然也有少數獨自悟道，無師自通的辟支佛，但性樂寂靜，不事說法教化。那麼，時下許多自稱無師自悟的活佛老師，打著佛教的旗幟，聚眾說法，又是從那兒來的呢？學人不可不慎！

有道明師那裡找？

倓虛大師的影塵回憶錄中，有一段與井陘縣信徒談有道無道的典故，那位信徒認為，能七天不吃飯，冬天不穿鞋在雪地上走，夏天穿皮襖也不覺得熱，道可大啦！倓虛大師說，這是習慣性，不能算道，如果這樣算道，

那夏天的蟬，什麼都不吃，只喝風飲露，不吃飯的道，能比得上蟬嗎？鴨子冬天還在河裏洗澡，麻雀光著腳抓電線，道大的太多了吧！狗一年三百六十五天都穿著皮襖，還有瘡疾患者，夏天穿上皮襖還發抖，那也算道嗎？



花朵可取不同的名字卻仍然五彩繽紛

佛法不是顯異惑眾，是平易近人，佛法教人修心，去除貪瞋癡的習氣毛病，不是教人只修身練氣，長生不老。如果都不死，世界還能容下，那不更要你爭我奪，沒完沒了嗎？佛法教人知道，身是眾苦之本，身是無常，無論怎樣保養，都非死不可。所以，不要想盡方法去保養它，也不要故意的作濺它，因為還要藉著身體來修行。心是眾惡之源，也是無常，念念生滅，遷流不息。去除貪瞋癡，明心見性，絕對超越了各種形態模式。明心見性之人，也絕不會裝模作樣的在形象上作文章，來讓人另眼相看。

本師釋迦牟尼，示現成佛，轉正法輪。佛在世時，以佛為師，佛入滅後，以戒為師，可見所謂的明師，並不一定是某個人。佛法中的法四依：依法不依人、依了義經不依不了義經、依義不依語、依智不依識。其中的第一項，依法不依人，便是教我們隨法不隨人，修道者當以教法為依，不可以人為依。其人雖為凡

## 活動表

每星期二 7:00 p.m.

禪坐

大昱法師

10/12/03, 星期日

10:00 a.m. – 12:30 p.m.

忍辱 (英語講座)

Ven. Lama Migmar

10/25/03, 星期六, 10:00 a.m. –

10/26/03, 星期日, 12:00 p.m.

禪一

大昱法師

11/9/03, 星期日

10:00 a.m. – 12:00 p.m.

佛法講座 - 六度之般若

大昱法師

11/26/03 – 11/29/03, 星期三 - 六

10:00 a.m. – 5:00 p.m.

11/30/03, 星期日

10 a.m. – 12 p.m.

梁皇寶懺

大昱法師

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

12/14/03, 星期日

10:00 a.m. – 12:00 p.m.

心得分享座談會

12/17/03, 星期三 –

1/23/04, 星期五

寒假-活動暫停

1/24/04, 星期六

10:00 a.m. – 5:00 p.m.

1/25/04, 星期日

10:00 a.m. – 12:00 p.m.

千佛寶懺 (過去莊嚴劫)

大昱法師

夫或外道，若所說之理，契合正法，亦可信受奉行；反之，雖現相好之佛身，而所說的不契合法，則當遠離，不可依止。

依法不依人，明白的告訴我們，不可因人的形象好壞，應該依所說之理，是否契合法，來決定當依止或遠離。換句話說，即使是十惡不赦之人，若所說

的話契合法，我們仍然應該信受奉行。所應依止的是所說之理而非其人，反之，所應遠離的乃所說非法之理，亦非其人。

儒家說，近朱者赤，近墨者黑，又說近君子，遠小人。多親近良師益友，能幫助我們福慧增長。修道者在正見尚未建立，沒有足夠的智慧，來善巧方便的

度化眾生時，可暫時的遠離惡人，但最好能夠沒有嫉惡如仇的瞋恨心。身為三寶弟子，需時時觀照，以佛法自修，而不是引經據典的來訓誡他人。眾生皆有佛性，慈悲為懷的佛菩薩，不捨棄任何眾生，如母憶子，絕不會因人的惡言惡行而遠離他，相反的是積極的成熟眾生，成就淨土。

# 覺 華 園

## 以感恩心過生活

大昱法師

沿著寺前 940 道路撿拾垃圾，成了我飯後經行的固定路線。有時天氣太熱，頭上一頂斗笠，手中一支樹枝，心中自喜頗有行腳僧的味道，只是少了僧袋，多了一只垃圾袋。哈！

麥當勞的薯條紙袋、Burger King 的漢堡盒、一支吸管、一個咖啡色的啤酒瓶，有時更幸運一點，還有可能撿到吃了一半的 Donut，把它捏到樹下，就是蟻群的一季慶豐收。

貪圖涼爽的夏夜，有時我會坐在門外的石階上，繼續我未完成的晚課。令我驚喜的是，花園裡，草叢中，不時出現晶瑩閃閃的螢火蟲，一隻、兩隻、成群地飛舞，馳騁在屬於他們的時空裡，比起聖誕節前後樹上裝飾的小燈泡，來得真，也來得美。

螢火蟲，是童年的夢，隨著年齡漸長，也漸漸忘卻他們，是文明的時代產物逼走了他們，還是自己的心過於忙碌，而無視於他們的存在，我想都有吧！就如門前 940 上呼嘯而過的車輛，趕赴一場又一場永無止盡的約會，而無心留意這些路旁的小星星。

有一位禪師，獨居在一個山洞裡修行。一日，當他禪坐時，跑進了一位小偷，小偷搜

時，早已知道的禪師開口道：

“你老遠而來，不忍讓你空手而回，這樣吧，若不嫌棄，就請拿走我身上這件破衣吧！”

驚嚇之餘，小偷轉頭抓住衣服就跑掉了。禪師感慨道：

“可惜呀！可惜！我不能也將天上的明月送給他！”

身無一物，卻是宇宙的大富翁，這就是行者的最佳寫照，可惜不是每個人都能明了到自己的福報有多大。

一只小小的垃圾，也會是一段緣起，有時是匆忙趕路隨手一丟，有時是一時興起，也有可能是長久養成的習氣。感謝他們給予我修行修福的好機會，只是，每每看到美麗的環境遭到污染，心中萬分不捨。

你在忙什麼？趕什麼？大至山河大地，小如落葉飛花，都是大自然給的大福報，為何你不懂得珍惜感恩？讓習氣無明污濁了自己的心，也影響了別人，可惜呀！可惜！我不能親自告訴你，學會活在感恩裡，百忙中

(待續)