

冬季版

1 二零零四年活動簡介
梁皇寶懺開示

3 六度之忍辱

5 尋訪明師
活動表

6 覺華園
- 覆遠方來函

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



毘盧寺通訊

二零零四年 活動簡介

二〇〇四年毘盧寺將繼續舉辦禪坐班、佛學講座、心靈實修法會、與一日一夜的禪淨修行活動。

每週二晚間七時，由大昱法師所指導的禪坐班，將於一月二十日，在冬季活動暫停之後開始恢復。禪坐可以讓我們的心，變得越來越清淨明朗，讓我們把因緣果報看得比較清楚，增長慈悲與智慧，更有能力行不執著而善巧方便、自利利他的菩薩道。

除了一月及七月以外，佛學講座將安排在每月的第二個星期日，於上午十時至十二時舉行，講題將於每月講座前以電子郵件通知。以寂天菩薩入菩薩行論中之安忍品為主，由Ven. Lama Migmar 所主講的的忍辱已於二〇〇三年圓滿，Lama 將繼續於二〇〇四年二、四、八及十月主講新的講題。

爲了提供更多修行的機會，本寺將於四、七、十及十二月份舉行一鬆與一緊的禪一及佛一。鬆的禪一及佛一是爲從來沒有禪淨修行經驗的人所設計的，歡迎大家參加任何一支香，不需要在寺裡過夜，准許必要的交談，同時禪坐的香較短。緊的禪一及佛一，要求大家止語並在寺裡

過夜，過午不食。

淨化身口意業的修行活動包括：一月的千佛寶懺(過去莊嚴劫)、二月的觀音聖誕大悲懺、三月的藥師寶懺、五月的釋迦佛誕、七月的千佛寶懺(現在賢劫)、八月的地藏法會及大蒙山超薦法會、九月的千佛寶懺(未來星宿劫)和十一月的梁皇寶懺法會。



毘盧寺秋景

年度大掃除將於二〇〇四年五月二十九日至六月五日舉行，歡迎大家參加清掃的行列，清除身心內外的垃圾。歡迎上網查詢毘盧寺的最新活動情形：

<http://www.evenlink.com/~azbtnews>

梁皇寶懺開示

大昱法師 開示
袁文英 記錄

十一月二十六日

梁皇寶懺的梁皇，是指梁朝的武帝。我們都知道，梁武帝是一個學佛很認真的皇帝，他護

持佛教、供養三寶都很認真，他的外號叫佛心天子。梁武帝有一個皇后，名郗氏。她心量狹小惡毒，嫉妒心重。凡是梁武帝喜歡的妃子，都受到她的迫害。後來，皇后郗氏生病往生了。

有一天，梁武帝在御花園散步，忽然，有一條大蟒蛇從屋簷探下來。這條大蟒蛇開口說道：“皇帝，請不要害怕，我是你的皇后郗氏，因為我以前做了許多害人的事，因此，死後變成一條大蟒蛇。我來找皇上，是因為您是一位學佛很虔誠的人，只有您可以救我”。梁武帝就將這件事告訴國師寶誌公禪師，請問他要怎麼辦。寶誌公禪師就告訴梁武帝：“我們要邀請全國的高僧來編寫一部懺，並請這些高僧拜這部懺，然後將拜懺的功德，迴向給那條大蟒蛇”。



大昱法師開示

當那些高僧撰寫完並且拜完這部梁皇寶懺之後，梁武帝在御花園裏聞到一股香味，看到一片光明很莊嚴的景象，就出現了一位很漂亮的天女來謝謝他：

“皇帝，謝謝您！因為您請這些高僧大德來禮懺，並將禮懺的功德迴向給我，讓我脫掉蟒身，往生到好的地方”。因為梁武帝的因緣，才有梁皇寶懺。本來梁皇寶懺是只有皇宮裏才可以拜的，後來，人們漸漸將梁皇寶懺傳播到民間，大家才有機會拜這部梁皇寶懺。

當一條蛇的業很重，因為高僧們拜梁皇寶懺的功德，將那條大蟒蛇的業障消掉而脫蟒身往生善趣，更何況我們的業障沒有像那條大蟒蛇那麼重，因為我們還是人身，我們有智慧，懂得如何去拜懺去修行，我們的功德更是不可思議。

拜梁皇寶懺的心很重要，也就是信心。佛教說，信、願、行。你如果不相信，那你所發的願都是空願。如果你發了願沒有去行的話，就像你開了一堆空頭支票無法兌現。如此一來，你就沒有功德了。這都是因我們眾生的毛病與習氣所致。我們有這麼多的業，這麼多的習氣，只有用拜懺來消我們的業與習氣。

佛都已經成佛了，我們應生起慚愧心，為什麼我們還沒有成佛，而還在這裏玩？我們人就像螞蟻一樣，每天都很忙，忙著搬米、糖果等，而忙到不覺得當螞蟻不好。人應該覺醒到，我不想再在這業力裏打滾，我要開始修行，要有解脫的心。

十一月二十七日

有很多人不知道，拜懺與我們修行的關連在那裏？有那些

人需要拜懺？我們回想從出生到現在沒有做什麼壞事，沒有去破壞他人，也沒有做侵損常住和破壞三寶的事，日子過得很單純。但是，佛經上說，我們的業力是無量無邊的，而我們的智慧是很有限的。我們所知道的只是這一生的事，可是佛經上說的是“無始以來”。這“無始”是無量劫以來，你不知道你在那一劫有造過業而開始六道輪迴，你找不到一個開始。因為我們有隔世之迷，我們不知道前世的事情。可是，我們應該知道，我們這一世所受的果，是前一世種的因，而我們這一世所做的因，是未來世的果，這個因果是不滅的。

沒有大福報的人，是沒有辦法拜懺的，業障重的人，也是沒有辦法拜懺的。毘盧寺每年舉辦梁皇寶懺，今年本來有一些人要來參加拜懺，可是臨時有事又不能來。因為，明年垃圾袋要漲價，所以，那些人為了整理家裏的垃圾，而沒有來拜懺。有些人，勞碌的賺錢，卻無法受用自己賺的錢，因為他們沒有這個福報。佛經上講，你要有福報，才能受用到你的一切。那些人是因為有障礙，才無法受用自己賺的錢。要如何消除業障呢？就是以拜懺來消除業障。



大眾聆聽法師開示

一切都是無我的。因為我們有“我執”，而無法看到完整的事。就像井底之蛙，只看到井口大的天空，就認為天空只有那麼大。我們是以個人的色、受、想、行、識在處理事情，在分析事情，而無法看到完整圓滿的因緣。我們總是以“我”的角度來評判對、錯、好、壞，以我的角度來評判因果。我們因“我執”的習氣，而產生一些煩惱障礙。能夠來拜佛的人，是有殊勝難得的因緣。所以，我們應以感恩心和難得心來拜佛。

時間過得很快，而時間就是這麼無常。但是，我們不願面對這個“無常”，我們希望永久不變，我們希望抓住東西。其實，金錢不是屬於你的，它一部份是屬於政府的、一部份是屬於天災、風災、水災、火災的。如果，遇到不肖的子孫，也會在幾天內把你一生的積蓄花光的。所以，你的財產不是你的。沒有一件東西是屬於你的，乃至於你的身體，也不是屬於你的。



梁皇寶懺之藥石

我們學佛的人，要試著反省自己的身、口、意，是否有做錯事，要往內觀照。有些人以為，拜懺是爲了保佑自己，這是不正確的觀念。懺本是從佛經編寫成的，都是佛陀的教法，懺本

裏每一種法門，都是在教導我們如何修行。我們在拜懺之後，要更有勇氣去面對自己的因果業力。業力不可怕，最可怕的是你不瞭解業力，你不去面對業力。當你有勇氣去面對業力的時候，業力也不過如此而已。要以輕安的心去面對你的業力，去消你宿世的業。佛教是要你的身心光明，面對你未來的人生，面對你成佛的道路。因此，每一個人都需要拜懺。

(待續)

六度之忍辱

大昱法師 開示
袁文英 記錄

七月六日

在現代的二十一世紀，每個人的腳步都很快，做起事來要又快又準是最好的。可是佛教講，很多事要定下來，要忍耐一下。有些事你忍耐一下，反而會得到很好的結果。就像修行一樣，是不能急的。如果，你修行急的話，就會發生很多錯誤。

人家對你不好、欺負你、侮辱你，你可以忍辱，這是真正的功夫。如果你能夠做到忍辱，你可以得到自己的福報。每天發生很多事，都是因爲忍辱的功夫做得不夠，一時發情緒，因而失掉很多福報。

我們知道在美國，每個人都很容易得到槍。只要你的紀錄良好，開五分鐘的車到 WAL-MART，就可以買到一枝槍。每次在選舉的時候，一些重要的政

治家，對可不可以持槍的問題，作很多文章。我們要想一想，爲什麼要有槍？我相信百分之九十九贊成要有槍的人，都說是爲了保護自己。但是大部份不幸的事情發生，都是因爲太容易得到槍的關係。比如，一個學生在學校，不喜歡聽老師的教導，或是跟同學吵架，他回到家裏，拿爸爸或媽媽的槍到學校去，開槍打死幾個人他都不管。這個學生說，因爲老師對我不好，同學對我不好罵我，我爲了保護自己，所以殺人。所以什麼叫保護？以眾生的觀點來說，是我不想讓自己失掉某些東西，我不想讓他人侵犯我，所以生起保護自己的心。以菩薩的觀點來講，真正的保護你自己，是不要傷害到他人，而保護到自己。我們的智慧不夠，像這位學生，他殺了很多人，以後再也不能過正常的生活。他必須爲殺人付出失去自由的代價，到監獄去服刑。等到他出獄的時候，他已失去人生最好的時光。所以，他的人生就不一樣了。因此，修習忍辱是最重要的。

這個娑婆世界，是凡聖同居土。聖人，是有修行的人。凡人，是修行不夠的凡夫愚婦，行爲亂來的人。這兩種極端的人住在一起，如果不修行的話，早晚都會瘋掉。因此，忍辱的功夫要用在日常生活上。我相信，每一對夫妻在結婚之前，是越看對方越漂亮，越看對方越英俊，因爲彼此喜歡而結婚。爲什麼結婚之後，都看不到對方的優點，而看到對方不好的地方？真正要把忍辱修得很圓滿，是要配合慈悲與智慧。每一個人宿世的修行不一

樣，智慧不一樣，有很多事情不是故意跟你作對唱反調，讓你起煩惱。只因為他的智慧，沒有辦法明瞭到你那種程度，所以，我們要以慈悲心去面對無理的眾生。如果，你沒有一個慈悲心，你會一直往外要求。為什麼他做得沒有那麼好，不如你的意。當你有了菩薩的慈悲心，你會給他時間和空間去成長。所以，佛陀成佛以後，他還是每天早上帶領他的弟子去托鉢。其實，佛已經成佛了，他不用靠信施的供養，來維持他的色身。佛是跟眾生在一起的，因為他跟眾生的緣，結得很親近，所以佛講的法，我們都很能接受。



孔雀化百毒為五彩羽翼

維摩經佛國品說：“忍辱是菩薩淨土，忍辱可得三十二種莊嚴相”。當一個人在生氣時，他的臉是很可怕很醜的，沒有人敢看他。當一個人不生氣的時候，他的臉是平和安詳，很好看的。我們可以以今生所現的果，而知前生做了什麼。如果你宿世是修忍辱的，那你來世的相都會很好看、很莊嚴的。當你成佛時，眾生都喜歡投生到你的佛國淨土，做你的佛國淨土的成員。

有一個關於舍利佛修習忍辱的故事：舍利佛是一個宿世的

修行人，他發願修六度萬行，要修忍辱的功夫，不管眾生對他怎麼樣，他都不起瞋恨心，都不起心動念。天上的天神知道舍利佛的願力之後，決定要來考驗他。天神就變成一個年輕人，在路邊哭得很傷心。當舍利佛看到這位年輕人時，就問他為什麼哭得這麼傷心，他可以幫他什麼忙？年輕人答道，他之所以哭得這麼傷心，是因為他的媽媽生病了。遍尋所有的醫生，都說他媽媽的病很難醫，因為他媽媽的眼睛看不見。醫生說，只要有人願意把自己的眼睛挖下來，當藥給他媽媽吃，他媽媽的眼睛就會好。舍利佛聽了很高興，這是他修行的一個機會，他願意如此做。舍利佛二話不說就拿刀子，將自己的右眼挖下來要這位年輕人拿回家給他的媽媽吃。這位年輕人看著眼睛聞了聞，就把它丟在地上說，你怎麼動作那麼快，醫生說我媽媽需要的是左眼，不是右眼，你挖錯眼睛了。舍利佛為了要修行忍辱，他挖錯了眼睛沒有關係，馬上再把他的左眼挖下來給這位年輕人。年輕人拿起左眼睛聞了聞就說，唉呀，你的眼睛太臭了味道不好，不要。舍利佛就對這位年輕人說，我是為了修行，把我的兩隻眼睛都挖下來給你，你還嫌臭，這件事太難做了，我不修忍辱了。因此，舍利佛退失了願心。那位年輕人就變回成天神，這個天神就說，我是因你而從天上下來，一天到晚聽你唱高調，唱得很好聽，你要修什麼什麼行，對眾生要忍耐，我是要看你的這條歌唱得怎樣。舍利佛知道了，非常慚愧。雖然，舍利佛願

意把他的兩個眼睛都挖出來，可是，他還是通不過這個考驗。更何況我們眾生，有時候只為了一句話，都受不了。這個故事是提醒我們，修習忍辱是要花多麼大的功夫才做得到。修習忍辱是一門很高深的學問，不是講講就可以懂的。即使我們懂了，有時候也很難做到。

有一天，佛陀在講經說法時，有一個很年輕漂亮的懷孕女士走到聽佛陀說法的眾弟子中間，用手指著佛陀說，你這個不負責任的人，讓我懷了孕，還在這裏裝模作樣的說法。有些定力不好的人，聽到這個女士說的話，就開始交頭接耳，產生一些疑惑。這件事，對一位出家人來講，是犯了很大的戒律。此時，佛陀靜靜的坐在講臺上，一句話都不說。這個女士是外道派來毀謗佛教的。因為，當時佛教在印度很興盛，佛陀的隨眾越來越多，外道看了受不了，因此，派這個女士來毀謗佛教。護法神(也就是天神)知道這件事之後，就變成一隻老鼠，鑽到這個女士的肚子，把綁在她肚子上的臉盆的繩子咬斷。臉盆就掉在地上，大家都看得很清楚。有些事情，你用沉默去面對，是最好的方法。中國有一句俗語，沉默是金，就是修持忍辱的表現。

我們所講的究竟法，就是無生法忍。所以，清淨的法忍地，要用無生去度眾生。“清淨法忍地，無生度眾生，如如體不動，無法亦無生”，是最自性的、最高的修持功夫。希望大家回去之後，好好的修忍辱的功夫。

尋訪明師

圓明

(接上期)

正法與正見

簡單的說，契入真理的教義，便是正法。什麼是真理呢？小乘講苦、集、滅、道四聖諦。所謂知世間是「苦」的果，進而去除苦的因 - 即貪瞋癡等煩惱之「集」；而欲「滅」除煩惱而證入解脫的涅槃，便得修證八正「道」。

一、正見 - 如實的了知世間與出世間的因果關係，正確的認識宇宙人生的真相，審慎的思慮一切事物的本質與顯現，與智慧相應。如苦、空、無常、無我，遠離執著身心世界有我與屬於我所有的我見，遠離執著眾生實有的眾生見，遠離執著宿命果報與壽命長短的壽命見，遠離執著我有能力才幹能辦事的士夫見，遠離執著靈魂不滅的常見，遠離執著死後一了百了的斷見，遠離執著一切事物顯現定有的有見，遠離執著一切事物本質定無的無見。印順導師在妙雲集中，將正見歸納為有因有果、有業有報的世間正見，和有凡有聖、緣起性空的出世間正見。

二、正思惟 - 思惟四聖諦的道理，滅除惡的欲念，生起正當的志願。

三、正語 - 不說謊話，不說無意義的話，不說挑撥離間的話，和不說粗話；說和善真誠的話。

四、正業 - 不殺生、不偷盜、不邪淫、不抽煙喝酒吃麻藥，積極的護生行善。

五、正命 - 以正業維持生計，不做與殺、盜、淫、妄、酒有關的不道德職業。

六、正精進 - 已生之惡令斷，未生之惡令不生，未生之善令生，已生之善令增長，不間斷的修善。

七、正念 - 小乘觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我；大乘發菩提心：眾生無邊誓願度、煩惱無盡誓願斷、法門無量誓願學、佛道無上誓願學，及與樂、拔苦、隨喜、平等的四無量心等正確的憶念。

八、正定 - 修習清淨的禪定，入滅盡煩惱的解脫大定。



昆盧寺小湖中的心形石

另外，佛法講真俗二諦。大毘婆沙論，以世間常識所能理解的事物，或世間一般約定成俗的道理等，稱為俗諦；依無煩惱的聖者所澈見的真實之理，稱為真諦。中論以緣起性空，來解釋真俗二諦，了知緣起，即一切事物由相依共存的關係而顯現或消逝，稱為俗諦；而緣起乃暫時的

活動表

12/17/03, 星期三 -
1/19/04, 星期一
寒假-活動暫停

冬季活動暫停後

每星期二 7:00 p.m.
禪坐
大昱法師

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

2/8/04, 星期日
10:00 a.m. - 12:00 p.m.
佛法講座
Ven. Lama Migmar

2/28/04, 星期六
10:00 a.m. - 12:00 p.m.
觀音菩薩聖誕、大悲懺
大昱法師

3/14/04, 星期日
10:00 a.m. - 12:00 p.m.
佛法講座
大昱法師

3/27/04, 星期六
10:00 a.m. - 5:00 p.m.
藥師寶懺消災延壽法會
大昱法師

4/11/04, 星期日
10:00 a.m. - 12:00 p.m.
佛法講座
Ven. Lama Migmar

4/24/04, 星期六, 10:00 a.m. -
4/25/04, 星期日, 10:00 a.m.
禪一 (鬆)
大昱法師

現象，一切事物無固定不變的本質，因此顯現或消逝，皆是假相，假有名字與作用，沒有實體，生非真生，滅非真滅，實乃無生無滅，稱為性空，了知性空之理，稱為真諦。

真諦與俗諦，一個是一切事物空性的本質，一個是一切事物暫時的現象與作用，實乃不可分割的不二法門。俗諦雖不究竟，然可藉著它來探究真諦。例如，語言、行爲、思想、觀念等都

是俗諦，但若不藉著語言、行爲、思想、觀念等，就無法向眾生解說超越俗諦的真諦；無法了知真諦，則無法證入涅槃。

(待續)

覺 華 園

覆遠方來函

大昱法師

親愛的朋友，你在信裡告訴我，很累，心很不安住，所以你特別思念起人在異鄉的我。

這已經不是我第一次接到你的來函了，卻是首次聽到你在抱怨。以往，你總是興高采烈，等不及與我分享你的功成名就，滿滿行程安排，一件件上面給的任務，馬不停蹄，披星戴月。字裡行間，彷彿看見你引以為傲的神采。

朋友啊！將快樂建築在成就之上是非常危險的事，因為世間無常，在如此生滅法中汲汲營營，心是永遠也無法安住的。經濟蕭條的現在，多少人面對被革職的命運，好多人從此埋葬自我，失去人生的方向，酗酒、嗑藥，嚴重者，甚至作奸犯科，完全毀掉自己。為什麼？因為他們的人生觀跟你一樣，一直在外相上下功夫，卻忘了照顧自己的心。

曾經有人告訴我，他沒有辦法獨處在一個空間裡，有時家人不在，他一定得把電視開得大大的，因為安靜的環境讓他心生恐怖。所以我常常讚嘆來寺參加打坐的學生，能有福報、智慧與勇氣，懂得享受安祥與寧靜之樂。

與梁武帝的法不契機，讓達摩祖師一葦過江，到了少林寺面壁禪坐，只為了等待有緣

出現，為了顯示堅定的心，慧可不惜斷臂求法，終於感動了達摩祖師。

達摩：你要求什麼法？

慧可：我的心不安，請師慈悲為我安心！

達摩：把你的心拿來，我替你安心！

慧可：我找不著我的心！

達摩：我已經把你的心安好了！

慧可言下大悟，日後成了禪宗二祖。慧可的心其實不是達摩祖師為他安好的，而是當達摩祖師要他找出那顆不安的心時，他第一次往內觀照自己的心的那一刻，他的心就安好了。

親愛的朋友，心安與否，不是取擇於種種外相得失，一味地往外求，永遠也無法安心的，必須學著往內反觀自我，反聞聞自性，尋回自己的如實真心。比如一位有子外遊的母親，當外面天已黑，深怕孩兒迷途不返，得趕緊去找回他。只有你知道你的孩兒長像，只有你可以安全引領他回家。

多跟我聯絡，讓我知道你的情況，好嗎？

