

琴韵禅心一味同

《法华经·方便品》中说：“若使人作乐，击鼓吹角贝，箫笛琴笙篪，琵琶铙铜铎，如是众妙音，尽持以供奉，乃至一小音，皆共成佛道。”

小小牧童能解经文
给老人一个帮忙的机会
般若慧海 唯饮一瓢

Is it Important to Take
Refuge in the Triple Gem?

The Benefits of Taking
Refuge

Taking refuge is the door to the Buddha's teachings, says Ven. Thubten Chodron

Right View — The Place of
Coolness

The Basics of Zen
Meditation

Understand more about this simple yet profound method of Buddhism from Ven. Dr. Chang Qing

Reaching Out, Crossing
Boundaries



2009

新加坡佛学院招生 BCS Admission Exercise

(英文部 | 中文部 English and Chinese Course)

新加坡佛学院是一所培养一批精通中、英双语，有能力从事弘法管理和学术研究的僧伽人才，为汉传佛教的可持续性发展提供人力资源。（预知详情，请访问本院网站的“招生”栏目，或来函来电咨询。请在周一至周五新加坡时间上午9点到下午4点之间拨打）

The objective of Buddhist College of Singapore is to nurture members of the Sangha to be proficient in the English and Chinese Languages as well as to have the ability to promulgate Buddhism, conduct academic research and manage monastic matters, so as to ensure the continual development of Chinese Mahayana Buddhism. (For more information, you may visit the "Student Recruitment" section at the college website or contact us in writing / via telephone. Please contact us between Mondays to Fridays, 9am – 4pm, Singapore time)

地址 Address **Buddhist College of Singapore**
88 Bright Hill Road Singapore 574117

网站 Website **www.bcs.edu.sg**

电话 Telephone **0065 - 6849 5355**

传真 Fax Number **0065 - 6456 0180**

电子信箱 Email **enquiry@bcs.edu.sg**



www.bcs.edu.sg





激起弘法的热情

文 | 广声大和尚

青翠的新加坡，庄严的光明山，在周而复始的年轮中，又一次迎来了新春的笑脸。回首08年即将关闭的大门，我们有太多的感动！面对困难，那种弘法利生的信念，总能让我们驶向彼岸。不过，我们需要更加积极心态。

佛教的发展需要大量的人才，但更需要的是四众弟子积极向上的精神，这种精神就是我们内在“弘法的热情”，即佛教所讲的“发心”。在接触一些信众的时候，经常听到“随缘吧”的口头禅，这让我感到他们说话时的一种无奈。很多情况下“随缘”成为一种消极的自我安慰，却不懂得用“发心”来鼓励自己。如果你认为“随缘”就是随顺因缘不强求自我，那你真的错了；如果大家学佛后都“随缘”的话，那么佛教就没有它存在的价值了；如果祖师大德也只是“随缘”的话，我们不可能看到当今佛教并列成为世界的三大宗教之一。所以，大家要明白“随缘”的背后，有一个不变的“发心”始终不渝的支撑着我们的信念。

“随缘不变，不变随缘”才是佛教“随缘”整体思想的阐述。“不变”是我们追求信仰的精神；“不变”是我们弘法的热情；“不变”是我们实现理想的目标，不管在任何的因缘下它们都将不会改变。如同玄奘大师在西行求法的征途中，每一步的艰辛都是以生命作为代价，但始终没有动摇过，这是佛教不可缺少精神。

展望09年，我们将致力于开展内容丰富、种类繁多、形式新颖的各种弘法活动，这将全部纳入即将推出的“佛教青年大跨越”的主题中。我们将继续秉承积极弘法的精神，摒弃错误的“随缘”思想，不管未来道路多么的崎岖都将携带着弘法的热情，义无反顾地前进！同时，希望大众也能积极地融入我们举办的各项活动中来，为佛教的发展添砖加瓦。

最后，预祝大家在新的年里：法喜充满、合家吉祥、蒸蒸日上！

创刊人/董事总经理
Founder/Managing Director
广声大和尚 Ven Sik Kwang Sheng

普觉执行主编 Pujue Executive Editor
传星法师 Ven Sik Chuan Xing

普觉编辑 Pujue Editor
传和法师 Ven Sik Chuan He
黄秀玉 Grace Huang

AWAKEN执行主编
AWAKEN Executive Editor
程慧琳 Esther Thien

AWAKEN特约编辑
AWAKEN Contributing Editor
沈时安 Shen Shi'an

AWAKEN特约撰稿
AWAKEN Contributors
Felicia Choo / Lilian Yeo / Ng Pei Fuen
Poh Yong Hui / Oh Puay Fong / Ong Bee Li

美术设计 Graphic Designer
高涌耀 Ada Koh

财政经理 Finance Manager
黄嘉丽 Ong Kah Lai

印刷 Printer
Fabulous Printers Pte Ltd
Blk 16 Kallang Place #01-35
Kallang Bahru Industrial Estate
Singapore 339156
Tel: 65 6544 0200 Fax: 65 6544 1371

出版 Publisher
光明山普觉出版社
Awaken Publishing and Design
Dharma Propagation Division
Tel: 6849 5341 / 342 Fax: 6452 8332
e-mail: pujue@kmsps.org /
awaken@kmsps.org

Kong Meng San Phor Kark See Monastery
88 Bright Hill Road Singapore 574117
Tel: 6849 5300 Fax: 6849 5303

Awaken普觉 is owned, published and distributed 3 times per year by Kong Meng San Phor Kark See Monastery.

COPYRIGHTS & REPRINTS: All material printed in Awaken普觉 is protected under the copyright act. All rights reserved. No material may be reproduced in part or in whole by any means, electronic or mechanical and retrieval system, without the prior written consent of the publisher. Permission may be requested through Awaken Publishing & Design. Tel: (65) 6849 5342. Email: awaken@kmsps.org and pujue@kmsps.org

DISCLAIMER: The views and opinions expressed or implied in Awaken普觉 are strictly those of the authors and contributors, and are not necessarily the views of the publisher. Although every reasonable care has been taken to ensure the accuracy and objectivity of the information provided in this publication, the publisher, editors, employees and agents of Awaken普觉 shall not be responsible for any actions taken based on the views expressed or information contained within this publication.

ISSN: 1793-298X



30

卷首语

01 激起弘法的热情 广声大和尚

菩提清韵

04 中国古代佛塔源流考述 唐黎标
07 善观因缘、恒顺众生 黄秀玉
08 琴韵禅心一味同 延德

竹林夜话

10 弥勒佛的宽广胸怀及宏慈大愿 游脚僧
12 小小牧童能解经文 佛蕊
14 脑子妄想纷飞时 佛蕊

意解人生

16 以平常心面对苦乐 王坤
17 盖戏楼赈灾 赵倡文
18 给老人一个帮忙的机会 魏剑美
20 一个没有哀伤的葬礼 浊泥

法海拾贝

22 日行一善的快乐 肖欣霓

磐陀钟磬

23 般若慧海 唯饮一瓢 源野
——我对《金刚经》“发起序”的认识
26 从一个未能往生的例子看印祖净宗思想 徐瑾

琉璃之光

29 老人的睡眠问题 黄秀玉

狮城奋讯

30 普觉禅寺护法与职员学习紧急应变 法缘



封面: 如果我们的的心灵是一扇窗, 在开启后, 有的人看到的是欲望; 有的人看到的是佛像, 看到欲望的人在满足中膨胀着欲望; 看到佛像的人在智慧中解脱着烦恼……

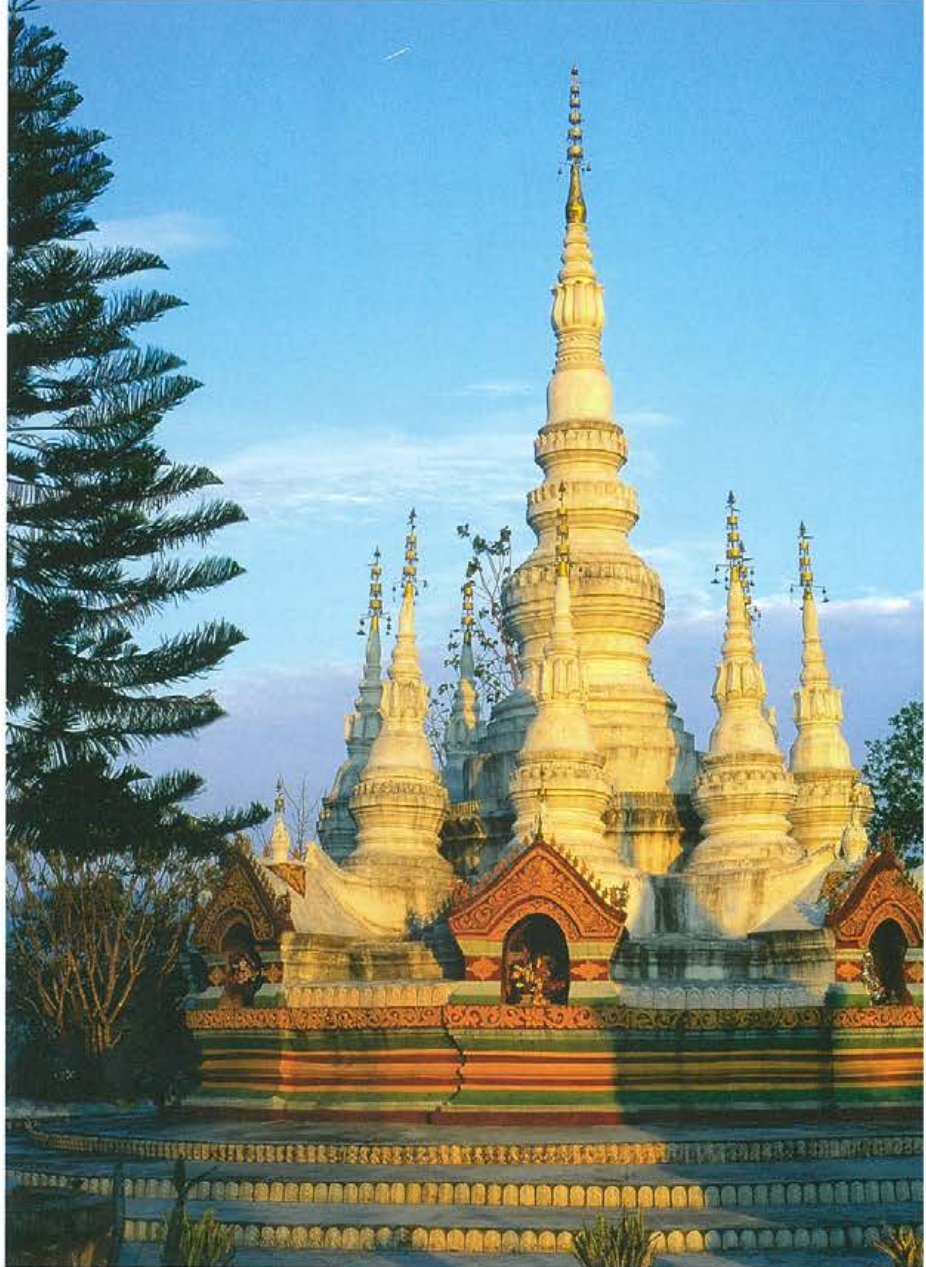
COVER: Taking refuge is the first step to entering the teachings of the Buddha. It is the entrance to all the practices of the Buddhist discipline. Having taken refuge, we are more likely to engage in practices that are going to create very strong good karma in our lives, such as making offerings to the Buddha. Read more on page 36 and 50.



中国是世界上古塔最多、最丰富、艺术文物价值最高的国家之一。据有关部门统计，历史上遗留在中国各地的古塔有3000多座，这些遗留下来的古塔，可说是千姿百态，不仅富有历史、考古、建筑和防震抗震的参考价值，而且是一座座珍贵的艺术宝库，充分体现了中国古代劳动人民的智慧和创造力。

塔，又称“佛塔”，是公元一世纪前后随佛教由印度传入中国的。塔在印度原称为“率堵坡”，或称“塔婆”，中国古代则通常把它称作“浮屠”。“救人一命，胜造七级浮屠”中的浮屠，指的就是佛塔。佛塔的来源有两种说法：一种说法是，佛塔的雏形来源于印度，据史料记载，古代印度王公贵族去世之后皆入土安葬，用土、石建成半圆的拱形墓。佛教高僧圆寂之后，这种拱形墓建得更加高大壮观，以后就逐渐演变成了佛塔。另一种说法是，佛教始祖释迦牟尼圆寂后，弟子们将其遗体火化，并得到了神秘的“舍利子”，信徒们便虔诚地建造了高大、雄伟的塔形墓以供奉“佛舍利”。后来，这种安葬佛教高僧骨灰的方法一直延用于各地佛教寺院，于是佛塔越来越多，越建越高，成为佛教寺院的圣地。

塔在中国是佛寺的重要组成部分。据光绪二十七年印发的《大清统一志》记载：东汉永平十年(公元67年)，东汉明帝信仰佛教，印度僧人迦叶摩腾和竺法兰两人用白马驮载佛经来到中国洛阳。第二年，东汉王朝在首都洛阳为他们建造了中国第一座佛教寺



院白马寺。公元二世纪末，徐州建有浮屠寺，下垒金盘，可称得上是中国楼阁式塔的萌芽。

从东汉末年到魏晋之世的长达400年间，中国历代统治者为了长治久安，多半提倡佛教，许多佛教建筑应运而生，中国历代的建筑大师先后吸收了印度、犍陀罗以及西域的佛教建筑艺术和中国传统的高层楼阁建筑艺术，独创了具有东方色彩的中国式宝塔。这些宝塔往往和寺庙连在一起，当时有寺就有庙，有塔便有寺。晚唐诗人杜牧在题为《江南春》的诗中就有这样脍炙人口的名句：“千里莺啼绿映红，水村山廓酒旗风。南朝四百八十寺，多少楼台烟雨中。”北魏时期将佛教作为国教，正光(公元520年-524年)以后，在其统治区域内竟有佛寺3万多所，仅北魏都城

中国古代佛塔源流考述

洛阳就有1367所佛寺。从有寺就有塔的情况看，古塔之多也就可见一斑了。

中国早期的佛寺平面布局大致和印度相同，塔内藏有舍利，是教徒崇拜的对象，塔居于佛寺的中间，是寺的主体。按类型可分为楼阁式塔、密檐塔、亭阁式塔、花塔、覆钵式塔等。

楼阁式塔

在中国古塔中的历史最悠久、体形最高大、保存数量最多，是汉民族所特有的佛塔建筑样式。这种塔的每层间距比较大，一眼望去就像一座高层的楼阁。形体比较高大的，在塔内一般都

设有砖石或木制的楼梯，可以供人们拾级攀登、眺望远方，而塔身的层数与塔内的楼层往往是相一致的。再有的塔外还有意制作出仿木结构的门窗与柱子等。

密檐式塔

在中国古塔中的数量和地位仅次于楼阁式塔，形体一般也比较高大，它是由楼阁式的木塔向砖石结构发展时而演变来的。这种塔的第一层很高大，而第一层以上各层之间的距离则特别短，各层的塔檐紧密重叠着。塔身的内部一般是空筒式的，不能登临眺览。有的密檐式塔在制作时就是实心的。即使在塔内设有楼梯可以攀登，而内部实际的楼层数也要远远少于外

表所表现出的塔檐层数。富丽的仿木结构建筑装饰大部分集中在塔身的第一层。

亭阁式塔

亭阁式塔是印度的覆钵式塔与中国古代传统的亭阁建筑相结合的一种古塔形式，也具有悠久的历史。塔身的外表就像一座亭子，都是单层的，有的在顶上还加建一个小阁。在塔身的内部一般设立佛龛，安置佛像。由于这种塔结构简单、费用不大、易于修造，曾经被许多高僧们所采用作为墓塔。

花塔

花塔有单层的，也有多层的。它的主要特征，是在塔身的上半部装饰繁复的花饰，看上去就好像一个巨大的花束，可能是从装饰亭阁式塔的顶部和楼阁式、密檐式塔的塔身发展而来的，用来表现佛教中的莲花藏世界。它的数量虽然不多，但造型却独具一格。

覆钵式塔

覆钵式塔是印度古老的传统佛塔形制，在中国很早就开始建造了，主要流行于元代以后。它的塔身部分是一个平面圆形的覆钵体，上面安置着高大的塔刹，下面有须弥座承托着。这种塔由于被西藏的藏传佛教使用较多，所以又被人们称作“喇嘛塔”。又因为它的形状很像是一个瓶子，还被人们俗称为“宝瓶式塔”。

金刚宝座式塔

这种名称是针对它的自身组合情况而言的，而具体形制则是多样的。它的基本特征是：下面有一个高大的基座，座上建有五塔，位于中间的一塔比较高，而位于四角的四塔相对比较矮小。基座上五塔的

World Peace Auspicious Stupa

世界和平吉祥宝塔

兩千年前，印度的阿育王篤信佛教，興建了八萬四千佛塔。一任年前，中國五代十國時期的吳越國王錢俶重踐聖舉，在中國境中也建了八萬四千塔。事隔兩千年，第三次八萬四千塔的伟大事業則將由八萬多位平民百姓，善男信女佛門大德和在家居士來完成它。

此功德項目由中國佛教在緣發起，國內外眾多佛教寺院和團體加盟參予。經過兩年時間的研發，設計和籌塑。經過對塔身以及對裝藏法物制作的不斷的改良，經過對它組裝和諧調的完美苛求，此宝塔终于在今年流通于世。

此塔之称为世界和平吉祥宝塔，原因在于塔中安置了三藏十二部中之《一切如来秘密全身舍利宝篋印陀罗尼經》和其陀羅尼咒幢。供奉此塔將若供奉三世一切如来舍利。功德不可思議。

迎請此塔的功德主亦參予了興建九大和平寶塔。此九塔其中會有一座將建在新加坡的延慶寺。

由於配額有限，新加坡僅分有一千座。請諸大德率先迎供，功德無量。

高度Height: 300mm
淨重Weight: 9kg



Two Thousand years ago, King Ashoka of India, out of his deep devotion to the teaching of Buddha, constructed eighty-four thousands (84,000) Stupas throughout his kingdom. One thousand years ago, Wu Ye Emperor Qianshu of China repeated the feat in China. The third attempt to construct 84,000 stupas is being carried out now! But it will be accomplished not by a powerful emperor but by over eighty thousands of devoted lay and ordained Buddhists.

This meritorious project is coordinated by FJNET online, the largest online Buddhist community in China, and supported by various Buddhist monasteries and communities. After two years of trials and errors in designing and constructing a prototype of the Stupa and the accompanying sacred objects, they are finally ready for sponsorship.

We have named the stupa as "The World Peace Auspicious Stupa" since the Mahayana Sutra "Casket of Secret Relic" and its sacred Dharani Mantra are embedded inside the stupa. Offering and paying homage to this Stupa will be equivalent to offering towards the sacred relic of the Buddha of past, present and future; creating unimaginable merits.

Sponsorship of this Stupa will also contribute towards the construction of nine (9) large World Peace Auspicious Stupa, one of which will be built in Ean Keng Si Buddhist Temple (48 Frankel Avenue) Singapore.

Singapore has been allotted a quota of one thousand of these Stupas for sponsorship. Please register now to be a part of this historical event. May all be auspicious!

Name: F女士 M先生 Rev法師
姓名: IC no 证件号码:
Address地址: S
Tel电话: Mobile手机: Email:
wish to invite set of World Peace Auspicious Stupa. (\$688 each)
迎請 座世界和平吉祥宝塔。(每座新币688元) 可分期付款 can be pay by installment

to sponsor, issue cheque payable and post to: free delivery
Shanti Stupa
15 Phillip Street #09-00 Singapore 048694
Tel - 9632 8959 / 8421 4237
Website: www.yanqing.net

形制并没有一定的规定，有的是密檐式，有的则是覆钵式。这种塔是供奉佛教中密教金刚界五部主佛舍利的宝塔，在中国流行于明朝以后。

除了以上列之外，在中国古代还有不少并不常见的古塔形制，如在亭阁式塔顶上分建九座小塔的九顶塔；类似于汉民族传统门阙建筑形式的阙式塔：形似圆筒状的圆筒塔；以及钟形塔、球形塔、经幢式塔等等，一般多见于埋葬高僧遗骨的墓塔。还有一种藏传佛教寺院中流行的高台式列塔，即在一座长方形的高台之上建有五座或八座大小相等的覆钵式塔。另外，还有一些将两种或三种塔形组合在一起的形制，如把楼阁式塔安置在覆钵塔的上面，或者把覆钵式塔与密檐式、楼阁式组合为一体，这样一来使古塔的形式更加丰富多彩、变化多样了。

塔一般由地宫、基座、塔身、塔刹组成，塔的平面以方形、八角形为多，也有六角形、十二角形、圆形等形状。塔有实心、空心，单塔、双塔，登塔眺望是我国佛塔的功能之一。塔的层数一般为单数，如三、五、七、九、十一、十三层……所谓救人一命，胜造七级浮屠，七级浮屠指的就是七层塔。到了唐代，在寺院的中心另建大殿，供奉佛像，进行佛事，出现了塔与殿并重的局面。后来，供奉佛像的佛殿逐渐成为寺院的主体。直至宋代，又出现了将塔建于佛殿之后的布局方法。再往下发展，则终于打破了寺塔一体的局面，出现了有塔无寺，有寺无塔的情况，甚至佛塔已经不独为佛祖一尊所享，出现了双塔相伴，三塔影足，两相顾盼，五塔争雄，乃至众僧人公墓形式的塔林和塔山。

中国的宝塔，历经沧桑，久经风雨，它溶注着令人神往的经历和动人的传说，使人回忆起那一去不复返的遥远古代，使蔚为壮观的古建筑艺术焕发出更为灿烂的光辉。

善观因缘、恒顺众生

在闲暇之余，我喜欢以放松来伴随自己，尤其是坐在木板铺设的阳台上，观赏着窗台前那几棵不知名的老树。因为老树上的众生犹如新加坡忙碌的上班族，有忙着采花粉的蝴蝶、有忙着吸食花蜜的蜜蜂、还有忙着采食果实的小鸟。大家各取所需，不纷争、不抢食，让原本宁静的阳台，更增添了几分和谐！

一天，一只误闯“私人住宅”的小黄鸟，不知道是“人生地不熟”，还是野心勃勃想“抢占新地盘”，竟然飞入我家的客厅，并快速地“巡礼”一番，然后威风凛凛地停在吊灯上，吊灯像是被这名不速之客惊吓地左右摇晃起来。这时，小黄鸟也似乎乱了方寸，它啾！啾！啾！地惊叫着，还不断向四处窜逃，想要飞出令它心生恐惧的地方。但是，因为惊慌无法冷静辨识逃生的道路，只见小黄鸟不停地向关闭的大门飞撞过去。

看到这一幕，我心生怜悯，便为小黄鸟开启阳台的全部窗户，好让它顺利地飞出这个“困境”。只是没想到慌张的小黄鸟还是坚持自己的选择，它不停地飞撞大门。这时，我开始着急地喊：“不是那里！是从这里飞出去呀！”我越喊，小黄鸟就越惊慌。经过无数次的冲刺，最后它精疲力尽地掉落在地上，再也飞不动了！

我心里又气又怜悯，然后很认真对它说：“你别再固执了！还是换个方向吧！”就这样经过了半个多钟头，我们彼此坚持着自己的看法，但是谁也无法解决目前的问题。为了打破僵局，我只好蹑手蹑脚走到客厅的前方，打开了大门，结果小黄鸟快速展开翅膀冲向大门，飞出了屋外，奔向自由！

望着那飞逝的影子，我感叹、沉思！因为在我们的



文 | 黄秀玉

生命的过程中，父母与子女、老师与学生、朋友与朋友、甚至于道友与道友之间，类似这样的剧情都不断地在上演。我们习惯以自己认为合适的方式，去帮助需要帮助的人，结果往往事与愿违，除了得不到对方的欢喜回应，还让他带来满腹牢骚，自己也觉得百般无奈和不值得。

其实，这是因为我们不能“善观因缘、恒顺众生”所致，虽然有助人的慈悲心，但是缺少“善巧”的智慧。遇见不同习气的人，就变得格格不入。反观菩萨的心犹如虚空、广大无碍，没有执著，所以能因众生的根器、因缘而度化；观世音菩萨的千手眼、三十三应身皆是来自一颗“恒顺众生”的悲心愿力啊！

望着地上散落的羽毛，我向大门的前方合掌：感恩你！小黄鸟！

琴韵禅心一味同



《佛说四十二章经》中有一品“处中得道”有这样的记载：“有沙门夜诵经甚悲，意有悔疑，欲生思归。佛呼沙门问之：汝处于家将阿修为？对曰：恒弹琴。佛言：弦缓何如？曰不鸣矣。弦急何如？曰声

绝矣。急缓得中何如？诸音普悲。佛告沙门：学道犹然，执心调适，道可得矣。”《法华经·方便品》中说：“若使人作乐，击鼓吹角贝，箫笛琴箏篪，琵琶铙铜钹，如是众妙音，尽持以供奉，乃至一小音，皆共成佛道。”佛在《楞严经》中也以琴喻理云：“譬如琴瑟笙等，虽有妙音无妙指，终不能发。”宋·苏轼据此经意而做《题沈君琴》：“若言琴上有琴音，放在匣中何不鸣？若言声在指头上，何不于君指上听？”禅门祖师中以琴说法的代不乏人。如《古尊宿语录中》载马祖有“一等无弦琴，唯师弹得妙，久负无弦琴，请师弹一曲”之偈语，白隐禅师要弟子听“一只手的声音。”

琴者，情也，传情以达志，借情以言性。古琴强调中正平和，适宜修身养性，抚琴听琴能使我们去除烦恼，身心轻安。如唐·白居易有诗云：“本性好丝桐，尘机闻即空。一声来耳里，万事离心中”。宋·苏东坡《听僧昭素琴》中有云：“不知微妙声，究竟从何出。散我不平气，洗我不和心。”我们听琴弹琴，感受着琴中内在的清静意境和高古逸韵，自然达到彻悟心性，身心自在，了了一如，荡荡无著的妙境，与禅修有异曲同工之妙！宋代著名诗词、书法大家，于禅法深有体悟的黄庭坚《听崇德君弹琴》云：“两望琴意与己意，乃似不著十指弹，禅心默默三渊静，幽谷清风淡相应。”更是直接将“琴意”与“禅心”相融为一了。

其实早在佛陀在世时，就曾以琴表法而引导弟子修学佛法了。（当然，也许佛世时之琴不是我们的古琴，但是我们也不会钻牛角尖而舍本逐末。）如

由于琴与修道、与参禅有如此密切的关系，所以僧人藉琴而体悟佛法的妙义代不乏人，这些琴僧们与文人居士也常有往来。如唐·李白名诗《听蜀僧睿弹琴》：“蜀僧抱绿绮，西下峨嵋峰，为我一挥手，如听万壑松。客心洗流水，遗响入霜钟。不觉碧山暮，秋云暗几重。”北宋时期，还与诸琴派中形成一个琴僧系统，自朱文济（宫廷琴师，太平兴国时“古琴为天下第一”）以下均为僧人，朱的琴学弟子慧日大师夷衷中及再传弟子知白，义海。义海更是有名的琴僧，与名士苏轼、欧阳修等以禅印心，以琴结缘，过往甚密。而义海的弟子则全和尚及再传弟子照旷以弹奏

文 | 延德

《广陵散》“音节殊妙”而著称。这一琴僧系统乃中华琴学之一枝奇葩，千载绵延。明清以降，优秀的琴僧多有琴学著述传世，如杭州永福寺东皋心越禅师东渡日本传琴，影响甚巨，被喻为“日本琴学之父”，撰有《东皋琴谱》，在清康熙年间创立的琴学广陵派，也形成了僧俗两大支流，广陵派著名琴僧空尘禅师以枯桐琴与禅相通，撰《枯木禅琴谱》。

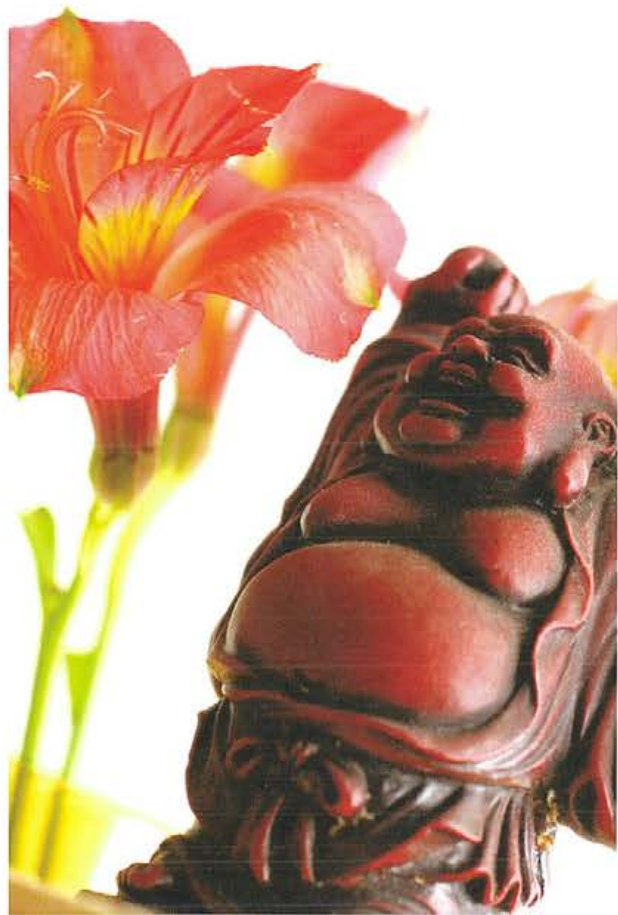
著名琴家成玉磬在《琴论》中曾说：“攻琴如参禅，岁月磨炼，豁然省悟，则无所不通，纵横妙用而尝若有余。”“攻琴如参禅”这一提法，在春秋时著名琴师伯牙身上得到证实，伯牙从成连学琴数载，虽潜心苦学，孜孜以求，但总未得“琴道”。他向其师成连请教，成连告诉他说弹琴的真正妙境难以言传，只能个人体悟，冷暖自知。后来伯牙偶至一海岛，观乱石穿空，惊涛拍岸之境，忽然大悟，以后“纵横妙用而尝若有余”，遂为天下第一琴师。这也如同禅师的“开悟”，禅师们苦参向上，一着，经年累月，忽然受到不相关的事物而迸发心光，当下大悟，平时绞尽脑汁也不得其解的“迷”即时豁然顿悟，如香严禅师以瓦片击竹而悟，虚云和尚以开水烫手而悟等。

琴道之传承也是同禅法一样，讲究师师相授，以心印心。古人传琴有“不传谱、不传句”之说。而是由那些苦学苦参琴道者心领神会，得其真味者自得之。明代复兴琴坛的严天池在其《松弦馆琴谱》中说：“琴道不传而传，譬释氏之传灯，一二慧心相续不断便称千载旦暮。”

故衲论之曰：“琴禅一味”，可乎？

图片摘自 www.neeu.com/u/viva1980s/blog/_read/10021197





弥勒佛的宽广胸怀 及宏慈大愿

小时候和亲人到公园游玩时，我见到在那丛丛花草吐绿艳红之中，有一尊当来下生弥勒佛的塑像。之前我对佛像了解不多，只是看他很开心，而且挺着一个大的肚子，就称之为笑佛或大肚佛。在照相时，我还躺在弥勒佛的怀中留下深刻的印象。这或许是缘份的开始，随着岁月的流逝，我踏上了学佛的光明大道，也渐渐了解弥勒佛为什么总是笑嘻嘻地挺着个大肚子。

有一回，在网络上问一些同修，为什么在寺院的膳房中，都供奉着一尊弥勒佛像？其中表达的是什么含义？很多同修都答不上来，有些答复的却又牛头不对马嘴，让人啼笑皆非。后来我在网络上查找资料，并结合自己的理解，总算是明白了他的涵义。学佛人要像弥勒菩萨那样，心怀宽广能容天下难容之事，并且慈颜常笑灭除内心的烦恼。每次在用膳之时都能见到弥勒佛，是在提醒我们修道的方向。

虽然很多人修习弥勒净土，但是又有多少人，真正了解弥勒佛的宏慈大愿呢？弥勒佛的愿力非常宏博广大，即化混乱的世界为大同世界；化污浊的娑婆为人间净土；化罪恶黑暗的世间为光明的佛国。弥勒佛的大愿，是要建立一个物质生活富裕的世界，远离匮乏、贫穷、饥饿；一个内心光明的世界，远离罪恶、混乱、灾难；一个充满快乐、幸福、自在，精神生活丰富的世界。

《弥勒菩萨所问本愿经》中记载：“佛语贤者阿难。弥勒菩萨以是善权。得无上正真之道最正觉。阿难。弥勒菩萨求道本愿。使其作佛时。令我国中人民。无有诸垢瑕秽。于淫怒痴不大。殷勤奉行十善。我尔乃取无上正觉。佛语阿难。后当来世人民。无有垢秽奉行十善。于淫怒痴不以经心。正于尔时。弥勒。当得无上正真之道成最正觉。所以者何。弥勒菩萨本愿所致。”

其实我们日常生活中所起的种种烦恼，比如这个人烦我，害我，骂我，这些都是往昔的业力所致，在面对这些幻境时，如果我们不能敞开心胸，以平常心去接受，那你的烦恼就会越来越大，最终为其所害。所谓的面子、名誉等等，其实都不重要，因为那只是一种虚名。人生无常，当两脚一伸，面子和名誉又能帮得了什么呢？能让我们在成佛之前受益的只有佛法！我很佩服高僧大德们的修行境界，被人诽谤污辱时能平静地去承受，并不求

辩解，这是多大的德行啊！当别人的唾液吐在弥勒菩萨身上时，他擦都不擦任它自干去，这就是无我相，无人相，无众生相，无寿者相。万法唯心造，这是每个初学佛者都必须了解的道理。没有什么外来力量能够严重伤害我们，最大的伤害是臭皮囊被摧毁，摧毁了再换一个，又有什么大不了的？而生生世世带给我们痛苦、伤害的只有这颗不安的心。学佛就是调心，即心是佛，修行的过程就是把不安的心给安顿好。心安垢染自能清除，也就明心了见自性。心要时时保持着清净，清净心能让我们像弥勒佛那样时时保持着快乐，什么都不去计较，自然无烦恼。不仅自己快乐，你所散发出来的快乐慈容，也能感染许多烦恼深重的人们，让他们见到你的慈容笑貌，就如春风吹进他们的心里，驱散烦恼得以暂时快乐。

末法众生造恶众多，种种业报也丝毫不爽，各

种痛苦不断而来，唯有通过学佛才能解脱因无明所造作的痛苦。弥勒菩萨的欢喜自在、笑口常开，就是在告诉我们要保持平常心，平常心就是清净心，心清净就能产生智慧远离恶业。不管是顺缘还是逆缘都将其转化为学佛的动力，打我、骂我、赞我，皆是无分别的虚幻显现，到了这一境界，你还会产生烦恼吗？这一切只是业力的推动作用，我们要学会以心来化转外境，而不要被外境所转。一些修行者们为什么能在各种事相中稳定不乱？就是因为他们有一颗清净心，以智慧破除无明幻境的烦恼，因此虚幻的事物景象又怎么能扰乱这些修道人的心？但愿我们学佛的弟子都能时时省察自心，时刻忆念弥勒佛的慈容笑貌，遇境不乱，学习弥勒佛的宽弘大量。人成则佛成，愿我们都保持一颗清净的慈心自化他勤于佛道。

2009年1月~4月 活动表

共修

周日共修

2月22日 每逢星期日

地点：大悲殿

(一) 净土共修 早上9.30 - 11.30

(二) 金刚法会 下午2.00 - 3.45

大悲法会

每月农历二十七 早上10.00 - 12.00

地点：大悲殿

诵念药师经 (广声大和尚领诵)

2月21日 每逢星期六 晚上7.45 - 9.45

地点：万佛宝塔 2楼

普门品

2月20日 每逢星期五 晚上8.00 - 9.30

地点：大悲殿

法会

清明节超度法会 (4月4日)

2月4日开始接受报名

活动

普觉佛学课程 佛学基础知识

■ 第一学年：第一学期

佛陀生平

日期：2月11日至4月15日 (每星期三)

■ 第二学年：第一学期

十善、业力、因果、六道轮回

日期：2月10日至4月14日 (每星期二)

■ 第三学年：第一学期

十二因缘、三法印、四大与五蕴

日期：2月16日至4月13日 (每星期一)

■ 八识规矩颂

时间：2月10日至4月14日 (星期二)

*参加者需有佛学基础

■ 《六祖坛经》(续讲)

日期：2月11日至4月15日 (每星期三)

*参加者需有佛学基础

时间：晚上7.30 - 9.00

地点：宏船老和尚纪念馆 1楼

课程赞助费用，每学期\$30.00

欢迎报名参加，学员可任选课程学期参与

咨询电话：6849 5300

内关禅

日期：2月6日至4月17日 晚上7.30 - 9.30

地点：宏船老和尚纪念馆 4楼

学费：\$30

咨询电话：6849 5300

放松身心静坐

日期：2月10日至4月14日

晚上8.00 - 9.30

地点：宏船老和尚纪念馆 4楼

咨询电话：6849 5300

华叙之约 — 普茶集会

日期：1月25日 晚上9.00

地点：宏船老和尚纪念馆 2楼 / 斋堂

登记：接待处或www.kmspsk.org下载登记表。

咨询电话：6849 5300 / 9789 7623

9789 8021

大年除夕闻钟声

日期：1月25日 晚上11.30

地点：大悲殿

当晚活动包括叩钟偈、108钟声、早课、

弥勒佛圣诞祝仪、礼祖，向诸位法师拜年

咨询电话：6849 5300



思源轩

(宏船老和尚文物展示厅)

时间：

早上10.00 - 下午3.00

地点：

宏船老和尚纪念馆 3楼

开放日：每月农历二十七 (大悲法会) • 清明节 (注：每年农历日期会变动) • 农历四月十五 (卫塞节) • 农历七月十五 (盂兰盆节) • 农历九月初三 (宏船老和尚冥诞日) • 农历十一月初九 (宏船老和尚圆寂日)

咨询电话：6849 5300

小小牧童能解经文

在精舍，有一位比丘从不犯戒，且精进持戒。平日诵持般若波罗蜜经，凡听比丘诵经清净之音的人，无不心生欢喜。

有一天，一位年仅七岁的小牧童，正好路经城外，在飘渺中听得比丘诵经的音声，于是寻声至精舍。

牧童静静地听经，一听便能晓通经义，内心非常欢喜，便趋前进一步询问比丘经文义理。

“不可意会。”比丘说。

“经文意义很微妙，……从来没有听过。”牧童说。

比丘一听，心想：这孩子非比寻常，一般人听经，懵懂的多，小小年纪的他竟有这“微妙”的理解，不禁赞叹：“你很有智慧，不是一般凡人俗子啊！”

比丘赞叹几句后，牧童告辞离去。回到牧牛之处，惊见牛儿杳然无踪，牛跑哪里去了呢？他一边喊着，一边张望着，不知不觉走入山林。

牧童沿着牛儿的足迹而行，恍然间，不知打哪里来的老虎正瞪着自己，说时迟那时快，饿虎一下子扑了上来，牧童就入了虎口。

牧童神识投胎到一位长者家。说也奇怪，自从长者夫人怀孕之后，口便能诵般若波罗蜜经，从早到晚口中喃喃念经不停。向来不信奉佛法的长者，责怪夫人神经不正常，逐渐的更以为是被鬼魂附身了，于是，请人来占卜问卦，也始终不得其缘故，长者和家人更是忧心忡忡、终日惶恐不安。

这时，比丘正好进城，走近长者家时，听得朗朗诵经声，心中着实悦然。便问长者：

“施主，敢问家中谁正诵这部意义甚深的佛经？音声是如此微妙和雅！”

“唉！你有所不知，这可是内人得了鬼病，从早到晚乱念个不停，真愁人！”长者说。



“这可不是鬼病，夫人说的是义理很深的经文。或许夫人怀的正是佛弟子！”比丘说。

长者一听，顿时心中石头落了地，自是恳请比丘上座，设斋供养比丘。

此后，日子一天天过去，经十月怀胎，夫人产下一男婴。

小儿刚生下，便能结印长跪，口诵般若波罗蜜经。夫人产后又恢复原样，不再诵经，自己也觉宛如一场梦似地，怀孕时种种行径也不复记忆。

一天，长者召集僧众到家中听小儿诵经。令人诧异的是：小小年纪竟诵得流畅无碍，每个僧人都仔细凝神谛听这小儿所诵之经文。长者一旁禁不住问道：

“他说的是个什么呀？”

“请好好养育他。长大后，必能成为一切众生老师，而我们将接受他的教化。”比丘说。

果不其然，待小儿长到七岁，不但能理解微妙甚深佛法大意，还能以种种智慧说法来化度众生。佛经中若有错误疏漏的文字，也能加以删定或补足。家里上至长者下至仆人，也跟随小儿修习大乘佛法。

小儿每到一处，便开示度化众生，劝人发大菩提心。逐渐的，长者家中日日车水马龙，不时有人上门诉诸自己的处境，以便得到开示。日久，小儿所传授的佛法，已遍布城内外及各市镇乡里了。听小儿讲经说法而发心学习无上佛道的人多有八万四千，而以小儿为师的弟子也有五百人之众。弟子们听闻佛法后，个个心开意解，发愿求大乘佛法，也得清净法眼了。

说到这里，佛陀告诉阿难：“当时的小儿就是我，那位比丘就是迦叶佛。”

俗话说“种瓜得瓜”，种西瓜子得长西瓜，不会变成香蕉或什么其它的、种什么种子的因，得什么果，这是妇孺皆知的事。

牧童因过去世深厚善因，才能在此世，巧遇如此善缘。而我们虽未必能有如此深厚的福德，但今生若能有幸听经闻法，哪怕是一经一咒一佛名号，也是宿世的善缘啊！

人身难得，常感光阴似箭如浮蚁般短暂，如能遇上佛法如此殊胜善缘，如龟遇浮木，珍惜得来不易的学佛因缘，努力精进呀！





脑子妄想纷飞时

一位名叫摩达王的国王，正征招百万人民，欲发动战事。此时，证了罗汉果的比丘正好路经此地托钵化缘，却被登录于兵籍中。那管理官马的马监，见了比丘，便吆喝道：

“喂，你来养官马吧！”

比丘被分配到马厩后，整日待在污浊的马厩中喂饲料，帮马儿涮洗等工作，如此在马粪臭气熏天堆里辛勤了七天。

翌日，威风凛凛的国王亲临校阅军队。此时，比丘轻而易举腾空飞起，上住空中，衣衫飘飘，国王一见展现神通的比丘，异常惊恐，立即叩头忏悔过错道：

“我实在愚痴，让您受苦了！”

国王心中又惊又气，这平常备受礼遇的比丘，竟然被抓来打扫马房！成何体统，不禁转身厉声向诸官喝道：

“是谁让沙门大德来养马的？朕绝不能轻饶，朕要治他的罪，非宰了他不可！”

“国王！万万不可！”比丘摇了摇手，接着平心静气地说：

“这事既不能怪您，也不能怪主其事的人！”

“那么，谁能担当这过错呢？”国王道。

“这是我咎由自取呀！是我过去世业力所感招！”比丘说。

“哦，师父能否为弟子开示其因呢？”原本就信奉佛教的国王毕恭毕敬问道。

比丘把前世因缘，娓娓道来。

我过去世中，也是修行人，平日专责打理饮食供养我师父。有一次，我备好了饭食，礼请师父用斋。

“用斋前，要先把手洗干净”我的师父说。

“真怪！师父又不是养官马的人……为何不自己预先洗好手呢？”我当时心里这么想的。

我师父是何许人呀，他是有了神通的罗汉，我的起心动念，自逃不出他法眼。

“唉呀！别看你这轻微的一个念头闪过，以后的果报却是很重的，这该如何是好？”师父忧虑地说。

听了师父的话，我心里忧心忡忡，知道自己哪怕是意念毁谤证果的阿罗汉，获罪也是难以计量的啊！

“我就快入涅槃了，怎么还有这不清净的心呢？”师父感叹道。

师父就在那一夜三更入灭了。

过了几番生死，我那时的一念傲慢不恭，今日因缘成熟，故招感养马七天的果报。

说到这里，比丘叹道：“善有善报，恶有恶报，如影随形，丝毫不爽呀，现在，可说是因缘成熟了……”

国王亲眼目睹了这因果果报，自是意解而心生欢畅，于是，想皈依于比丘。

“你应当皈依佛陀，佛陀是三界导师。”比丘说。

当时的佛陀正在印度罗阅祇竹园中传法。国王二话不说，率领了众臣子和随从人民，随着比丘浩浩荡荡来到佛所，绕佛作礼。

佛陀现出美好庄严之威神，一时之间光芒灿烂大地；国王及子民备感佛光荫身之清凉及莫名感动。此时，佛说无常苦空的人生，国王顿时证得了须陀洹。而臣子人民信念大增，纷纷皈依了佛陀。

话说这比丘因一念之差，招感果报。而现今社会上，却有人以为：我只是自己在脑子里想一想、转一转，既没有行动，更没有作奸犯科、杀人放火，有何罪可言！法律上更不能认定是罪的呀。

然而，法律是规范社会道德和秩序最后的防线。而人的行为，是由「意」的思想意念萌生所致。所以，起心动念也能造业，既有“意”因，就有果报。活在人世间的我们，年纪渐长后，学业、工作、家庭、人际关系等忧苦和障碍在所难免，与其让脑子如脱缰野马般不断妄念纷飞，烦恼缠身，压力不断。还不如一意不乱地念阿弥陀佛，既能蒙佛光普照、消业障，又能往生西方极乐净土。如此方便法门，何乐而不为呢？



以平常心面对 苦乐

大千世界，五色杂呈，贫民有贫民的快乐，贵族有贵族的痛苦。快乐的时候就要大笑，不要想痛苦的事情。但是，痛苦的时候，一定要记得想快乐的事。

是啊，哪个人没有痛苦呢？只不过太多的人都把痛苦留给了自己，把光辉的一面表现给别人罢了。就像我们身边的亲人、友人及同学，假若他们不说，谁又能看出隐藏在

他们微笑后面的不快乐？

世间没有永远的快乐，就像世间没有永远的白天一样。生活中，快乐甜甜，也不乏痛苦连连。快乐时无须大喜大乐，因为快乐的长度并不长；痛苦时无须大悲大痛，因为痛苦的长度也不长。

生活的内容很多，我们不能全部拥有。能让我们快乐的事情，同样也能让我们痛苦，所以，我们不要因为“得到”而欣喜若狂，也不要因为“失

去”而痛苦不堪。谁说得到就一定是福，失去就一定是祸？没准你认为是祸的刚好就是福，你认为是福的刚好就是祸。乐极生悲、因祸得福的事情是常常都在发生的。

因为喜欢而拥有，拥有了就觉得快乐；因为喜欢而失去，失去了就觉得痛苦。所以在你拥有快乐的同时，你也拥有了怕失去快乐的恐惧。事情就是这么公平，没有永远的赢家也没有永远的快乐；没有永远的幸福也没有永远的痛苦。在幸福的时候很容易看到背后的不幸，而在痛苦的时候又很容易忽略那隐藏在背后的幸运。

每一份欢乐和痛苦，都以它独特的形式存在于我们的生活里。很多时候我们为了拥有快乐和避免痛苦，就不能太在乎它存在的形式，更不能打破这种形式。很多时候，属于你的快乐就是这种形式，如果非要打破这种形式，快乐将不复存在，痛苦将代替你的快乐。

世上没有永远的快乐也没有永远的痛苦，在快乐中我们要感恩一切因缘，在痛苦中我们也要感恩一切因缘，因为生活原本就是丰富多彩的！

文 | 王坤



盖戏楼赈灾

文 | 赵倡文

光绪三年，山西等省遭三百年难遇的大旱灾，仅山西省就有三分之一的人口因饥饿、疾病或暴力等而死于非命，真是赤地千里、饿殍遍野。为救民于水火，富可敌国的晋商们纷纷行动起来，有钱的出钱，有粮的出粮，开始了救灾行动。

在晋商的这场救灾行动中，素有“外货世家”之称的常家，在拿出三万两银子用于赈灾的同时，还着手盖起了戏楼。你可别以为常家是为了摆谱，才专门在大灾之年盖戏楼的，他们这样做的目的同样是为了救济乡里的穷人。

在大灾面前，谁也难以幸免。就拿常家来说，他们的主业是往俄罗斯出口茶叶，而从中国产茶的南方到俄罗斯要长途跋涉数千公里，可大灾导致的人畜死亡，使常家没法组织起庞大的运输队伍，这样一来，常家不但贸易量从原来的每年20万担减到大灾之年的8000担，而且还要承担违约的赔偿。从20万担到8000担，再加上赔偿，这大灾对常家的打击之大可想而知。

面对大灾，常家不可能垮掉，可那些一般的小康之家呢？他们很快就因灾而一贫如洗沦为难民。这些新难民，平时在乡里还是有点面子的，可如今家里揭不开了锅，如何生存？他们免不得也加入乞讨的大军，去粥棚领取施舍。他们这些人相对于原来就穷的人来说，承受的是肉体与精神的双重打击。如何让这些人既得到帮助，又不觉得面子上过不去呢？常家想到了盖戏楼，常家规定，只要搬一块砖，就可以管一天饭。于是，这些原本要承受双重打击的人，终于

在常家的巧妙的安排下通过劳动，不再吃“嗟来之食”。

美国有一个州规定，灾害天气来临时，所有的公立学校都不得放假。有些到美国这个州参观的外国人不明白，就问学校的老师这是为什么。老师说：是为了让穷人的孩子在灾害天气来临时不受一天冻、不挨一天饿。外国人更不解了，问：那为什么不直接让穷人的孩子来学，让富人的孩子在家休息呢？老师又答道：最好都能来上学，我们不愿让那些穷人的孩子感到他们是在接受救济，因为施舍的最高原则是保持受施者的尊严。

“盖戏楼赈灾”与“灾害天气公立学校不放假”这两件事，一个发生在古代中国、一个发生在当代的美国，一个是个人行为、一个是政府行为，它们之间虽没有直接的联系，可它们却告诉了我们这样一个真理——我们在经济上帮助贫困者的同时，也应在心理上善待他们，在人格上尊重他们。



给老人一个帮忙的机会



同 事小王最近将母亲从乡下接到城里来住。老母亲高高兴兴地来了，小王和能干又贤惠的妻子将一切都安排得熨熨贴贴，根本不要老人家操什么心，照大家的说法那真是坐享清福。没想到住了不到一个月，老人家说什么也不肯呆下去了，非要回乡下去不可。小王夫妇大惑不解，老母亲说：“我一个老太婆什么也帮不上你们，尽吃现成的，还不如回去帮你哥嫂做点零碎事情。”小王哭笑不得，老人家辛辛苦苦了一辈子，哪还要她帮衬着做什么啊！再说这城里现代化的科技产品多的是，也用不着多少手工活。

邻居大刘看在眼里，赶忙拉过小王说：“我教你一个办法，包准你母亲就不会闹着走人了。”如此这般一番交代之后，小王半信半疑。当晚他找出一条好久不穿的毛衣对母亲说：“妈，有空时你帮我改改，我穿着腋下紧了点。”妻子赶忙抢着说自己来改就是，小王使个眼色，说：“你哪有妈了解我啊，小时候哪件毛衣不是妈一针一线帮我织的？”母亲脸上绽开了笑容，说：“就是啊，看你都是什么身材啊，好好的毛衣买来还穿不合身！呵呵！”当晚她就找出老花镜，细心地给儿子改起毛衣来。

此后，小王总是恰到好处地给母亲添点“麻烦”，比如补衣服扣子啦，接孩子回家来，辨别一下菜市场的小菜是不是新鲜啦，熨一下领带啦什么的。而且生活上的事情儿媳也经常来找她拿主意了，比如孩子长痱子怎么办，炒牛肉放什么佐料之类。慢慢地，母亲越来越开朗起来，说话的声音似乎也提高了几度。有时候瞅着家里没人，还自顾自地学着唱流行歌曲呢，也再没提回乡下去住的话。

小王好奇地问大刘：“你怎么就知道我妈妈吃这一套啊？”大刘呵呵地笑起来：“不是你妈妈吃这一套，所有的老人都吃这一套。你想想，一个劳作惯了的老人家，你一下子什么都不让她做，她下意识会觉得自己是吃闲饭的多余人，感觉这也不自在那也不相干。再说，让老人家帮帮忙，其实就是对她经验、能力的肯定和尊重，也算是一种精神上的孝顺啊！”

大刘的一番话让我也豁然开朗，想到自己以前总喜欢在父母面前大包大揽，事实上正是剥夺了老人们“显身手”的机会。做晚辈的有时候主动在老人们面前“示弱”，让老人家亲自动手做点强度不大的事情或者帮着出主意，不仅仅是为了哄他们开心，更可以帮助他们发掘自我价值、提高社会自信。想到这里，此前一直不让父母给我寄任何东西的我马上打电话给乡下的父母，说是想吃点他们亲手种的花生。母亲果然无比开心，当即催促父亲去邮局。此后，我有事没事就打电话回去，甚至小到炸鱼时姜先放还是后



放我都要特意问问老爸老妈，尽管妻子早就从网上查到了标准答案。过年回家时，我还会就工作上的事情找父亲帮忙拿个主意。看着他那得意的神态，我知道也许这就是对他最好的孝顺。

岳父做文字工作出身，喜欢找我聊点写作的话题。但以他那一辈人的文学视野，最多也就谈谈《林海雪原》之类的作品。此前我虽然也老老实实在地听着，心里却多少有些不以为然。自从明白了要适当给老人一个帮助自己的机会这个道理后，我开始投其所好，主动向岳父汇报自己的写作计划。我甚至故意将自己的文章留几个错别字，等着岳父帮着指出来。能够帮身为“知名作家”的女婿改文章，岳父显得格外开心，每次都戴上老花眼镜，毫不客气地逐字逐句修改起来。我原本只是为了让他高兴高兴，没想到因此居然还有了意外的收获：岳父不仅帮我修改了一些语病，有时还能提出很有见地的意见和建议。这下子，我由假请教变成了真请教。看着经过他修改的文章得以发表甚至获奖，岳父比什么都开心，自然，一家人也都因为他的开心而开心起来。而我更实实在在从中获得了教益。

我想，让老人有一些给子女“帮忙”的机会，也应该是孝顺的一个必要组成部分吧。

文 | 魏剑美



《普觉》是光明山开辟的综合性、通俗的佛学园地，我们真诚欢迎您的支持与投稿。我们的宗旨是弘扬佛教正法，推广平等、慈悲、无我、无私的精神，启迪众生之智慧，净化大众之心灵。

栏目设置如下：

兰若轩：能以小见大，富有哲理、具有启发意义的佛学精品短文。

菩提清韵：描绘庙宇、山水的精美散文，以及佛教感悟，修行心得的散文诗歌。

竹林夜话：有启发意义的僧传、史传和佛教故事，以及近现代和当代的现实故事。

意解人生：生活中的人生感悟，挖掘人性的真善美，提倡文明、和平、环保的精美杂文。

法海拾贝：重拾人生走过的足印，以阐述佛法义理的精美文章。

琉璃之光：秉承佛教慈悲的思想，从医学的视角介绍生活中的小百科，阐明正确的生活习惯与饮食习惯。

钵陀钟磬：刊登逻辑严密、说理性强的佛教短篇论文，与精彩的法师大德开示。

狮城奋讯：新加坡的佛教简讯

【对稿件的要求】

- 1、本刊欢迎电子邮件投稿。所投稿件以2000字为宜，采用与否，概不退稿。
- 2、投稿若用笔名，请另注明真实姓名及通讯地址，以便联系与邮寄稿酬。
- 3、来稿三个月内未接到通知，请自行处理。
- 4、编辑部对所投稿件有权删改，如要保留原文或一稿多投者，另请注明。
- 5、手写稿请用正楷字书写清楚，标点分明。来稿一经发表，文责自负。
- 6、稿件一经刊登后，我们将按稿件原址寄奉稿酬，每一千字60元新加坡币，以申谢忱。
- 7、投稿邮箱：MAGAZINE, 88 Bright Hill Road, Singapore 574117
投稿邮箱：chuanxing@kmspks.org
电话：0065-68495355

一个没有哀伤的葬礼

文 | 浊泥

新年刚过，带八十二高龄的父亲去做身体检查时，竟然发现他老人家得了末期肝癌。我在想，那该怎么办？一生都不肯学佛的他，要怎样来帮助他往生。念佛机他嫌吵，要他念佛又说嘴痛。只好尽量去联络些能帮忙助念的佛友，希望到时能略尽人事罢了。其实对他的往生一点信心都没有。只能每天为他多念佛回向，希望能让他减轻些业障好好走。

三月十四日晚九点半，二妹打个电话来说老爸突然病变看来不行了。我即刻飞车赶回去，一路上心里一直要求老爸一定要撑住等我到了才好走。到了那看他老人家正辛苦地急喘着。给他简单的开示后就开了念佛机，领导弟妹们帮他助念。三个人轮班念佛到天亮才通知其他的兄弟回来为老爸助念。原以为我们会无法忍受失去亲人的哀伤，才想到要安排佛友来助念。但一开始助念后就发现我们都能克制情绪，就直下承担由自己来领导家人为父亲助念。连母亲都能忍住悲伤随我们一起为他老人家助念。这真是佛菩萨加被呀。

三月十五日中午，老爸突然业障现前，冤亲债主找上门。也许我给他开示时有向他保证，只要他肯跟着念佛求生弥陀净土，我随后就到，不会让他等太久。所以他在恐惧中就拼命的喊我名字。念佛多年的二妹见他突现恐怖相，忙叫醒在客厅打盹的我。我一看他的情形，就向他的冤亲债主请求，放下一切旧怨帮他念佛助他往生，同时也在念佛加持下度他们一起往生。这时他就开始恢复平静，也恢复神识清醒。问他是否还记得，只能跟随阿弥陀佛往生，其他一概

不能理会？他还清楚的回应我，记得，我会记住。

三月十六日下午，业障又现前。冤亲债主又化为我祖父来带他走。除了加强念佛声音，还要二妹夫妇加诵三部地藏经及多遍往生咒。父亲又渐渐恢复平静。再次提醒他要见阿弥陀佛才能跟他走，他都清楚的回应说他会记得，也能够随子孙们念佛了。曾有几次说来了来了，然后就拼命大声念佛。大家好像打了强心针也跟着大声的念起来，可是他还是没走。问他是否还在等谁，他又说大家都在没等谁了。不过看得出他在努力随大众默念佛号。记得前几天他还在问母亲，为什么我和二妹念了这么久的佛都没事，而他一念就感觉嘴巴喉咙都好痛。业障，真是业障病啊。

三月十七日清晨，当只有我和他独处时，在念佛中突然听到他在叫我。我问他有没有见到佛来？他说有见到。我就问他那么为何不随佛去，是不是还有什么牵挂？他点头。我问他是什么事？他叫出母亲的名字。想不到临终时最放不下的竟然是吵了一生的老伴。我要他放心，妈我会照顾到好好，放心去吧！有了我的保证，他也放下心头大石，带着笑容安详的听我念佛。这时他开始向每个进来帮他助念的子孙们挥手，就像在辞行。这时大家也感觉到他要走了，更奋力的念佛送他这一程。下午两点，父亲终于在念佛声中安详地走了。看到他走的这么安详，连一些平时不学佛的子孙们都一致要帮他继续助念多十六个小时，以尽孝道。所以，我们一共为他助念了八十个小时。更感到欣慰的是他能在癌症病痛发作前往生，可也省去那求生不得，求死不能的惨痛折磨。

丧礼全遵照佛教仪式，没有焚烧纸钱，更没有人哭泣。除了诵经外就是念佛声。亲友们也没异议。出殡时每个人手握一支黄菊花，嘴里念着佛号，还有一些往空中撒着花瓣以取代金银纸。参与的亲友们都赞叹，好庄严哦。甚至有些老人家也开始接受庄严的佛教丧礼仪式。母亲更是特别交待她也要和父亲一样用佛教的仪式。

火化后还发现有烧出不少舍利花，最多的是在头盖骨，好可惜没拍到相片。难怪他往生后头顶最慢冷而且一片红潮一直不退。虽然不敢肯定父亲一定往生西方极乐世界，但相信他一定不会堕三恶道。

从父亲临终时的表现可看出，要临终不乱真的是不容易。当业障现前，冤亲债主一出现往往就有可能把往生的机会断送了。还是要在平时把功课做好，先减轻一些业障，以免到时手忙脚乱误了大事。看来还是要放下万缘，一向专念，南无阿弥陀佛！

日行一善的快乐

文 | 肖欣霓

我在佛的面前许下诺言，日行一善。

于是，我总会在出去逛时，看看我能帮别人做什么，可是一连几天都失望而归，竟没有发现一个需要帮助的人，天气越来越冷了，就在我决定不再出门的时候遇到了她。

那是个凛冽的冬日黄昏，天阴沉沉的北风吹着号角，在这钢筋混凝土的城市楼林里追赶呼号，气温急速下降，似乎要下雪了。我缩了缩脖子，顶着刺骨的寒风匆匆忙忙走进居住的小区，多么温馨的地方，这个时候真渴望快点回家，在温馨的灯光下，吃上热气腾腾的晚餐。

在路过一个绿色垃圾箱时，我停住了脚步。只见，一个佝偻的身子伏在上面，正吃力地掏着里面的垃圾，身旁稳稳地蹲着两个大大的袋子，一根扁担斜卧在一旁，真不能想象这沉沉的两大袋垃圾是如何地压在她那单薄的肩上。

我站在那里看着她，心里一阵阵寒意，悲心涌动，步子怎么也迈不开了，这是个风烛残年的老人，她的儿女呢？她怎么到了这步田地，寒冬腊月竟然流落街头？

她忙了好一阵，却一无所获，终于转过身子，她似乎是站起来了，但跟趴着没多大区别，她的背已无法直起来。她对我的出现很是漠然，双眼一直看着地面。我发现她的衣着好像是六十年代的，已分不清到底是黑色还是灰色，衣服上有很多牢实的补丁和皱褶。她颤巍巍地抬起扁担，搁在肩上，身子抖了抖，扁担不合作地滑了下来，她又一次俯身拾起它……

我再也没有勇气看下去了，这个老人是多么艰难地过着日子，也许只是为了能活下去。我走过去挡在她的面前，她终于抬起头，零乱的白发，随风荒凉地起伏着，面容十分憔悴，满脸沟壑，揭示着那曾不为

人知的沧桑。我拿出一张钞票递过去，她怔了怔，吃惊地张大着浑浊的眼睛，缓缓地上下打量着我，面部表情变得柔和起来：“不……我不需要。”她忧愁地笑了笑，便扭过脸，拖着蹒跚的步子走了。

我站在那里不知所措，这是我完全没有预料到的结果。我忽然感到很尴尬，同时非常震惊，一直以为这些生活在低处的人是很卑微的，是渴望着被施舍的，她却拒绝了我，成功地维护了自己的尊严，也许她只是对我怀有戒心，也不得而知。这提醒了我，在这个复杂的社会，做善事也是要讲究方法的。

我越发想帮她了。于是，从那以后每次她来的时候，在那个绿色的垃圾箱里便会意外地拾到很多矿泉水瓶子、旧报纸，我在阳台上偷偷地看着她，有时候，甚至看见她笑了，满是皱纹的脸，像一朵风干的菊花……

我的心里暖暖的，其实只要怀着一颗善良纯澈的心，那点滴施予的爱会如同甘露一样滋润，莫以善小而不为，莫以恶小而为之，我再也不会像以前那般浮躁了。

下雨了，某个站台有我悄悄放在那儿的一把伞；扔垃圾时，我会把袋子系个活疙瘩，因为有人会来扒垃圾的，这样更容易打开；有了不穿的旧衣服和鞋子，我会用干净的袋子装好了，放在外面，或许有人用得上它。没有人知道这一切是谁做的，我的心里却有种踏踏实实的享受，不需要别人的感激与赞赏，没有负担的快乐才是真正的快乐，也许这就是佛家讲的施予的快乐。



般若慧海 唯饮一瓢

——我对《金刚经》“发起序”的认识

以前也有读诵过《金刚经》，但那时还是个刚出家的小沙弥，对于《金刚经》也只是纯粹地读，用口不用心。读过之后，只觉得文字流畅，朗朗上口，也并无什么感悟。毕竟我不是六祖慧能大师的根器，只听得旁人诵上一句便可点亮寂冷的心灯。因此，《金刚经》这部在佛教中被称为“经中之王，万佛之母”的经典，在一个无知的小沙弥面前，却成了一本油纸线装、白纸黑字的秀丽古籍。直至出家时日渐长，心性认识渐全，乃至后来上了佛学院，听受法师的点拨，这才对它有了不一样的认识。

（一）初尝

“尔时，世尊食时，著衣持钵，入舍卫大城乞食。于其城中次第乞已。还至本处，饭食訖收衣钵，洗足已，敷座而坐。”——《金刚经》“发起序”

日已近午，是僧团该进城乞食的时候了。世尊穿上大衣，手持食钵，带领大众比丘们缓缓地从阿兰若走向舍卫大城，平静而安详。在城里，僧团一家挨一

家地次第乞食，平等无分别。佛陀在门前威仪振锡，轻唤施主。在接受了供养后，仍是报以一枚慈和的微笑。施主的欢喜心也随即生起，成就一段种福因缘。

回到静处吃过饭，佛陀也并不闲着，而是很自然地收好衣钵。一路尘劳，再将色身清尘去垢，敷设好座位，端身正坐，便开始了午后的止观修习。

这便是《金刚经》的“发起序”。它没有《地藏经》中佛陀威震世人的放光地动，也没有《弥陀经》中苦口婆心的无问自说，而是截取了佛陀住世时的一个生活片段作为发起。平实直白，娓娓道来。

如果说放光地动的震撼是汹涌的海潮，无问自说的悲悯是一碧湖光，那这段平淡的生活就是一眼潺湲的清泉，甘冽纯净，委实平近。

这是一个回归于生活的佛陀。他隐去了五色的祥光，还原了丈六的金身，他和我们一样了。他同我们一起托钵行乞，一同收衣洗足，一同敷座思维。不在忉利天，不在兜率院，更不在地狱，他在世间，在阿兰若，在僧团，他就在我们身边。

（二）细品

穿衣，吃饭，来往，安坐。

简单，简简单单。

佛陀没有说一句话，但他却身体力行地为弟子开示缘起性空的真实道理。

《金刚经》的思想属于大乘般若系，在于了悟一切法无自性空，破除种种妄执。而这种破执的功夫绝不是动动嘴皮子空谈道理来的，而是要实际操练的。穿衣，吃饭，是生活中最平凡的事，所以佛陀便引导我们先从这些最平凡的事情入手。可也正是因为它最平凡，也就最能使我们放松警觉。试问，有谁能绝对地抵制住那些美观舒适的衣服和味美可口的饭食？面对它们，你真的能将贪恋爱慕之心牢牢地压制吗？可爱的六尘境界总能勾起我们的贪心，反之则起嗔。烦恼无明无孔不入，它总是在我们最平凡最放松的那一刻，肆虐入侵。

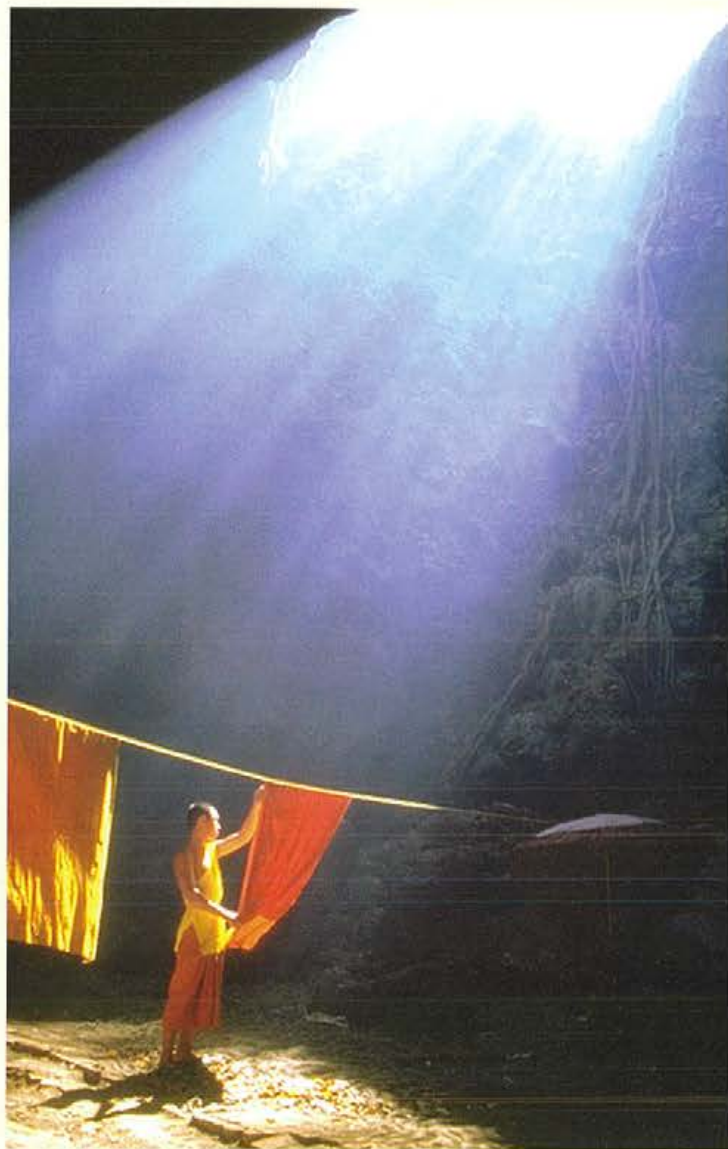
佛陀却正为我们无声地做着榜样。

吃饭的时候到了便穿衣持钵，到了城里次第乞食，饭食用过后收衣洗足，敷座修观。整个过程中佛陀没有考虑衣服是否美感大方，是否舒适合身；也没有考虑所乞之食是否色香味美，是否自己所爱。

他一丝不苟，他不着于相，他心无挂碍。

须菩提长老在后面问佛：“应云何住？云何降伏其心？”——这就是答案。

从穿衣持钵到次第乞食再到敷座而坐，佛陀都是在威仪中由内而外自然流露地实践佛法，从头到尾都不曾执著于表象。流畅，从容，不做作。修行中若是对于吃穿等这些身边的六尘感触不起执著的话，也就不会有妄心生起，光洁的真如之心也会逐渐显发。“应云何住？”就这样住。将真心安住在对外境的不执著上，从日常生活琐事下手，不失为一种方便快捷径。



（三）真味

佛法之深广，浩若烟海。只是望望那装着《大藏经》的十几个高耸的书柜便知道了。可佛陀的智慧是圆满无碍的。他仅用一次行乞的经历，就将这个中玄妙囊括于内。

印顺导师在《般若经讲记》里写到：“乞食属于戒，坐属于定，正观法相属于慧。又，来往于祇园及舍卫城中，是身业；入定摄心正观，是意业；下面出定说法，即语业。三业精进，三学相资，为宣说金刚般若经的缘起。”

佛法虽广，但总不出戒、定、慧三学。无论任何派别、任何法门，都是建立在这个修行基础上的。而这些派别和法门的目的是，也是在于由戒生定，由定

发慧，以圆满之智慧悟入如来真空境界。

《金刚经》所宣说的“缘起性空”的道理，是不可名状的，是言语道断的。若仅用文字解释，非但不能让众生切实领悟，反而会使其堕入对语言文字的执著，从而偏离第一义谛。佛陀在本经的下半部讲述完这个道理后，又说他不曾说法，正是唯恐世人产生对文字言语的偏执。这是后话。

因此，佛陀在没开讲之前，先是以没有言语表达的身体实践来说明缘起性空的道理，让世人在他无言的行动举止上来体悟到这种道理的微妙所在。《金刚经》发起之妙，就妙在这里——口未动，身先行。

（四）感恩

佛，智者，觉者。

我们用无数华丽美好的辞藻来装饰自己心中的佛。高大庄严，圣洁无暇，神通智慧，出世超然……可《金刚经》却将这些虚华晃眼的词语一一打破，把一个真实纯朴的佛陀呈现在我们面前。他穿衣吃饭，行脚打坐。

其实他完全不必这样，因为他是佛。可他没有，他不因自己是佛

而享受任何所谓的特权，他仍然以一颗平常淡泊的心做着那些尚未成佛的弟子们现今要做的事。

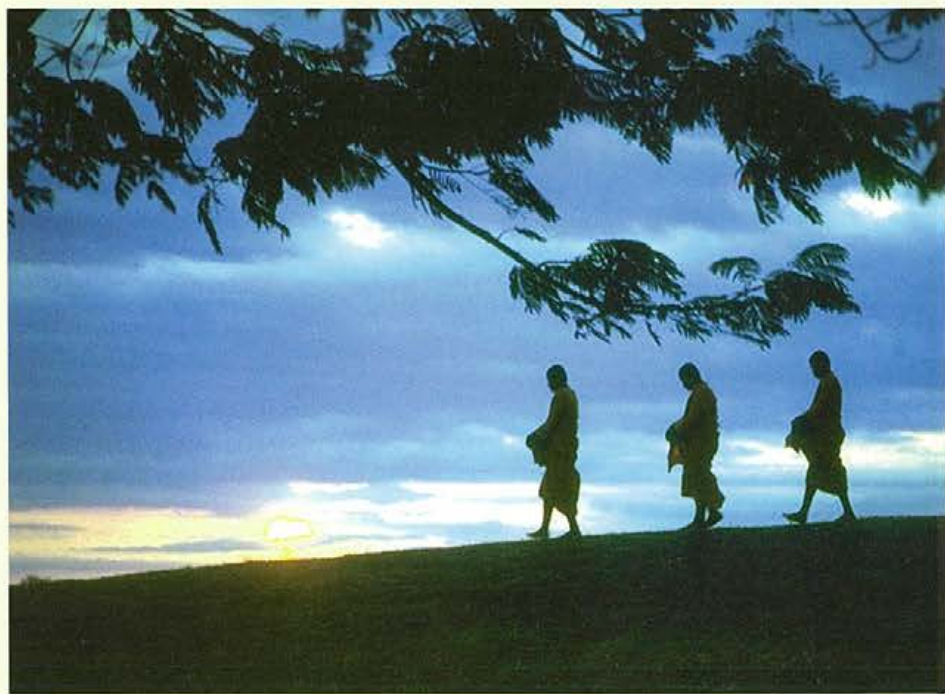
弟子凡胎未脱，需要以食物滋养色身，而佛陀不用。但他仍然辛苦行脚，率众乞食。

弟子烦恼未灭，需要以戒律规持造业，而佛陀不用。但他依然持午披衣，次第相乞。

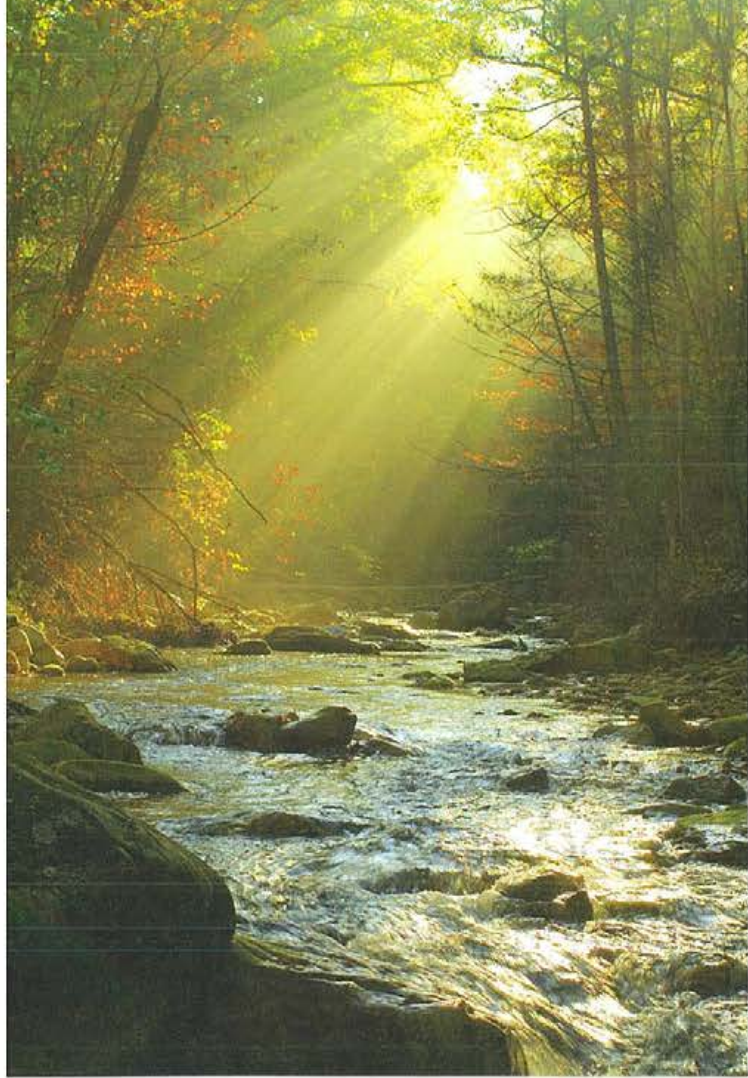
弟子心性未净，需要修习止观以发真慧，而佛陀不用。但他仍然洗足敷座，止观修禅。

他为什么要这样做？

因为，他是佛。



佛陀一生所言所行，都是为了受苦的我们。甚至他的出家成佛，也是为了我们而做。他为我们修行解脱的道路披荆斩棘，指引方向。正是有了他的开辟，才使得后人能够踩着他的足印一路前行。这条成佛之路对于我们来说，还很漫长。但只因有佛陀，这条漫漫长路才会变得平坦和光明。希望，就在前面。我们也会在佛陀慈悲目光的注视下，亦修亦行，永不懈怠。



《印

光大师增广文钞》卷二复江西端甫黎居士书：“悟开师宿根固深，好胜心切。始则专意禅宗，藐视净土。后预通公法会，从兹渐生信心。但负性狂妄，志愿则高不可扳。色力尪羸，行持则远难相应。去冬曾露本心，光遂深加呵斥。奈执心过重，岂能挽回。不亿亦白阁下。冬月廿一抱病回山。与其师兄叙外面事未毕，即不能言。至次日未刻即逝，有何祥瑞感应之可言也。杨次公谓爱不重，不生娑婆。念不一，不生极乐。悟师非不信有西方，但以爱根固结，念头不一。平生所期，皆成画饼。”

从这个例子当中我们可以学到很多。为什么悟开师不能往生呢？无深信愿耳！为什么对净土往生没有深信愿呢？乃是“好高骛远，专意禅宗，藐视净土。负性狂妄，志愿高不可扳。执心过重，岂能挽回？”

印祖说：“往生与否，全由信愿之有无；品位高低，全由持名之深浅。”如果没有信愿，就算把佛

从一个未能往

号念得水泼不进也一样不能往生：“净土法门，以信愿行三法为宗，有信愿，无论行之多少浅深，皆得往生。无信愿，即到能所两忘，根尘迥脱之地步，亦难往生。”而悟开师因为狂妄自大，以禅宗为高妙，藐视净土，无深信愿，结果“爱根固结，念头不一。平生所期，皆成画饼。”

从这个未能往生的实例中我们可以看出印祖一片慈心：

（一）非具大福报者不能深信净土。

印祖说，对于净土“非宿有净土善根者，便难谛信无疑。不但凡夫不信，二乘犹多疑之。不但二乘不信，权位菩萨，犹或疑之。唯大乘深位菩萨，方能彻底了当，谛信无疑。能于此法深生信心，虽是具缚凡夫，其种性已超二乘之上。”而末法时期人根陋劣，非净土不能救世人，故印祖一生殷殷教导，劝修净业。悟开师恰恰是自命不凡，对净土有疑心，信愿不坚定，所以不能往生。

（二）专弘净土，暗护诸宗。

有人认为印祖因为弘扬净土，所以排斥其他一切法门（以禅宗为代表），窃认为不是这样的。印祖不提倡末法人修禅的原因至少有这么三点：

1、末法时代禅宗善知识稀少，学者常禅外说禅。更有甚者，自以为是，丧心病狂，坏佛正法，堕入魔道。

这是印祖不提倡禅宗的最大原因。就是说当代真正懂得禅宗真谛的人非常之少，当代人所言之禅并非“真禅”，乃是“狂禅”、“伪禅”、“口头禅”，如果普通人不能分辨，就会被误入歧途，犹如以盲导盲，共堕火坑。

一方面，印祖痛斥那些自以为聪明伶俐的所

生的例子看印祖净宗思想

文 | 徐瑾

谓“参禅人”：“今之人，每以世智辩聪之资，研究佛学。稍知义路，便谓亲得。从兹自高位置，藐视古今。且莫说现今之人，不入己目。即千数百年之高僧，多有古佛再来，或法身菩萨示现者。彼皆以为庸常，不足为法。未得言得，未证言证。听其言，高出九天之上。察其心，卑入九地之下。”禅宗悟入何其之难！印祖曾举例说，赵州谄禅师从小出家，到了八十多虽还在行脚，长庆禅师坐破了七个蒲团才开悟，可是现在这些人刚刚一知半解就狂妄自大，未得言得，实在是大妄语！

另一方面，由于末法时期禅宗善知识稀少，人根陋劣，因此学禅者不明教理，往往是禅外说禅，“至于静坐澄思，空境现前。不过以静澄伏妄，偶尔发现之幻境耳。若错认消息，生大欢喜。则丧心病狂，佛亦难医矣。”由于没有善知识指导，一旦堕入魔道，非但不能了脱生死，只怕堕入地狱。正是有鉴于此，印祖才提倡实修，认为老实念佛、往生净土最对末法人的根机。

2、即便禅宗有善知识住世，亦只对上根人，不能普被三根。

禅宗直指人心，当下承当，非一般小根器人可以为之。历来禅宗明心见性的祖师皆具大根器、大福报。而末法时期上根人稀少，怎么能够只提倡禅宗，明着了脱生死，暗里拒亿万中、下根人于其外呢？若只弘禅宗，只怕业障深重的中、下根人落得个“无禅无净土，铁床并铜柱，万劫与千生，没个人依怙”的悲惨境遇，这绝非印祖乘愿而来的大悲心啊！

3、即便禅宗能够悟入，了断生死出三界亦极难。

这里印祖举了五祖戒和草堂青的例子警示世人：

苏轼的母亲刚怀孕的时候，梦一僧入房，后来生下苏轼。多年后，苏轼的弟弟苏辙在高安为官时，和真净、文圣、寿聪等三位法师时常在一起论道参禅。

有一天这三位出家人同时梦见迎接五祖戒禅师，三人正在交谈时，苏轼恰巧来寺拜访。三人于是把梦境告诉苏轼，苏轼也说自己七、八岁的时候常梦见自己身为僧侣，往来行化于陕右一带。真净法师说：“戒禅师也是陕右人，晚年来游高安，五十年前圆寂于大愚。”细问之下，苏轼当年刚好四十九岁，大家才知道五祖戒原来就是苏轼的前身。

宋朝草堂青是为禅门宗匠，一生精进。晚年偶然见到宰相告老还乡，十分荣耀，动了一念羡慕之心，身后竟转世为曾氏之子。因为前世为僧常修福修慧的原因，很年轻的时候就中了功名，后来官至宰相。

印祖告诫世人说：这些修为这么高的禅门宗师尚且不能了断生死，出离三界，稍一不慎就重回六道，修为退转，我们怎么能不暗自警醒呢？所以我们更要依仗佛力，以求往生净土。

为什么说印祖弘扬净土，同时也是暗护诸宗（以禅宗为代表）呢？

1、业消智朗，障尽福隆，这是修行诸宗的根本前提。

印祖云：“念佛方能消宿业，竭诚自可转凡心。”修净土之人一定要做将死想、将堕地狱想，务使念佛一心不乱、净念相继，这样才能消除业障、上品往生。但是对于如何证得“念佛三昧”印祖却不多说，所谓三昧者，已得实相也，亦即禅宗明心见性的境界，这是因为印祖劝人一向重实修、轻所谓玄理，而且这也是密护诸宗。因为佛法八万四千门每一门要想成就，业障深重绝不可能，所以印祖提倡以念佛消除业障，业障消除了，福慧自然现前。禅门悟入需要大福报、大根器，业障不除，如何能入无门之门？

2、业障消融，念到极处，自然证得念佛三昧，即是真禅家。

印祖云：“于一尘不染心中，持万德洪名圣号。

或声或默，无杂无间。必使念起于心，声入乎耳，字字分明，句句不乱。久之久之，自成片段。亲证念佛三昧，自知西方宗风。是以观音反闻闻自性之工夫，修势至都摄六根净念相继之净业。即净而禅，孰妙于是。”这即是“有禅有净土，犹如戴角虎，现世为人师，来世做佛祖”的境界，亦是“禅净圆融”的境界。念佛至净念相继，一心不乱，自能证念佛三昧，与禅何易？所以印祖又说：“念佛所重在往生，念之至极，亦能明心见性，非念佛于现世了无所谓也。”

就悟开师而言，正是落入“狂禅”之中，一知半解就自命不凡，既没有接受净土，亦不懂真禅宗，所以非但不能“有禅有净土”，亦不能“有禅无净土”，最后落得个“无禅无净土”的可悲境遇。

（三）具深信愿，老实念佛往生净土最对末法人根器。

印祖认为，即便业障未消尽，不能像禅宗那样明心见性，也可以带业往生，待得见弥陀，何愁不开悟？“净土一法，直接上上根器，傍引中下之流。又曰：洞下一宗，皆务密修，以净土见佛，尤简易于宗门。又曰：乃佛乃祖，在教在禅，皆修净土，同归一源。可以见其梗概矣。”可见参禅人也密修净土，又如死心新禅师作劝修净土之文，有云：“弥陀甚易念，净土甚易生”，又云：“参禅人最好念佛。根机或钝，恐今生未能大悟。且假弥陀愿力，接引往生”，甚至说：“汝若念佛不生净土，老僧当堕拔舌地狱。”为什么禅门宗匠也提倡修净土呢？因为和仰仗自力出离生死的参禅比较起来，净土修行仰仗佛力，两者功效不可同日而语。如果参禅人根器不够、福德不够，不能够明心见性的话，还可以修行净土往生西方。往生之后，随其根器深浅自然渐悟或顿悟，永不退转。

因此，由上可知，净土最对机，但是必须具深信愿，如果不相信，或者信愿不坚固，都不能往生，印祖劝世人“修净土，有决定不疑之理，何必要问他人之效验。纵举世之人，皆无效验，亦不生一念疑心。以佛祖诚言可凭故。”但可悲的是，“今人多多皆是好高务胜，以致或因撑场面，反累实益也。现今之人，一动手先讲建筑。未知净土之所以，便欲遍研大乘经论。或慕禅宗之玄妙，或慕相宗之精微，或慕密宗之神通。将仗佛力了生死之法，视之若不济事者。禅宗，纵能悟，谁到业尽情空地位？相宗，纵能记清名相，谁能真破我法二执？密宗之神通，及现身成佛，亦实有其事，然非尔我之根性所可冀及。有欲得神通，欲即成佛，而由兹著魔发狂者甚多。”

如在《续编上复王晓曦居士书》中印祖又举例说：“显荫，得密宗真传，又通台宗，已是显密圆通之灌顶大阿闍黎。凡有从彼受灌顶者，均可现身成佛。而显荫死时很糊涂（死在居士林，一弟子亲见），咒也不能念，佛也不能念。固知此法，不如念佛之稳当多多也。”印祖感叹说：真实修行的利益往往是被那些资质不高，但老实念佛的人得到啊；那些所谓的聪明人，自恃聪明，狂妄自大，即使有佛力也不肯依仗，结果长劫轮回，不能出离，岂不令人悲哀？

印祖又云：“成都有刘某，妄以一女人为证果，唯此女人之言是听。凡有驳者，即绝交不与通函。重庆一喇嘛，谓依彼之法，七日即可往生。一往生即成佛，并不须再行修习。此种知识，当敬而远之，勿一亲近，庶不至未得彼之益，先受彼之损。否则，得损处可保稳当，得益处恐怕在驴年。若明年便属驴年，则亦可为大幸，恐明年不是，则或至绝望。”可见末法时期鱼龙混杂，善知识难求，我们要遵循印祖法语，老实念佛，至诚精进，求生净土，这才是脱离生死的大道通途啊！

老人的睡眠问题

相较于其他年龄，老年人比较容易有睡眠障碍的问题，而大多数有睡眠障碍的老年人，都没有求医接受有效的治疗。在了解睡眠障碍之前，我们应该先了解“睡眠生理”与“睡眠障碍的型态”。

睡眠障碍型态

① 次发性失眠

有些老年人因为某种生理疾病的疼痛，或忧虑症、焦虑症、失智症，又或服用具有提神、兴奋的药物，而影响睡眠，这是次发性失眠。

② 睡眠中止症候群

有些老人会有睡眠中止的现象，有这种症候群的老年人，在睡眠时容易打鼾，睡眠有时会有短暂呼吸中止的现象，这可能是由于上呼吸道某部分较狭窄，或因脑部的睡眠中枢退化而造成的。

③ 睡眠—清醒周期混乱

老人的脑部退化或损坏，如：失智、中风时，他的生理时钟会变得不规则，或无法配合外界的生活状况。此时睡眠周期就会变得混乱，如：白天睡觉，晚上清醒的情况。

④ 原发性失眠

有些老年人没有情绪障碍、生理疾病、或服用药物，但仍然有失眠的苦恼，这可能是社交生活减少，工作所需的体力消耗减少的原因，也会使老年人在日间觉得疲劳、头痛或肌肉酸痛。

睡眠生理

睡眠依照脑波及其他生理变化，大概可分为“动眼期”和“非动眼期”，而非动眼期又分为(1)浅睡期(2)深睡期。随着年龄的增加，总睡眠的时间和深睡期会越来越减少，而睡眠中断的频率却越来越高。

甚至于有些人的睡眠周期的时间会提早，如：才刚吃完晚餐就想睡觉，而天还没有亮就起床。这些睡眠型态的改变，也会影响睡眠的质与量。

治疗方式

首先要培养良好的睡眠习惯，如：规律的生活作息，固定的日间活动和睡眠时间，这是最好的养生之道。如果是因身体、精神或药物引发的失眠，就要告知医生改用较不影响睡眠的药物，并避免使用酒精类的东西。

现代医学可以提供准确及完善的治疗，如果家中的老人有此问题，千万不要认为是老化的现象而不求医，因为有良好的睡眠才有满意的生活品质。



文 | 法缘

普觉禅寺护法与职员学习 紧急应变

想象有一天在光明山普觉禅寺，众多善男信女正参与法会的时候，忽然寺院某个角落发生火患，而且火势还蔓延开来。如果你正在火患现场，你可懂得如何立即行动，协助众人安全疏散？又或者，有人受伤流血了，你可晓得如何进行急救，以避免伤者的伤势恶化，甚至救回一命？

为了掌握紧急应对的基本知识和技术，光明山近九十名护法与职员，分别于去年9月13日及21日，出席了新加坡民防部队的社区紧急应变课程。他们花了周末的一个上午，约三小时半的时间，在轻松愉快的环境下，完成三个单元的课程，分别是急救、心肺复苏术，以及消防安全和伤者疏散。

课程内容结合理论讲解与实习训练。首先是学习急救，包括不同伤口的包扎方式、急救必备的各种用具、处理烧伤和烫伤等。在实习包扎伤口时，虽然大家显得手忙脚乱，但笑声不绝于耳。来到心肺复苏术课程时，除了仔细讲解各个步

骤，民防部队准备了四个假人模型供实习者使用。大家在为假人施予心肺复苏术时，尽管爱说笑，却还是认真实习。

课程最后是学习基本的救火方式、灭火器的应用、认识灭火器的种类，还有如何运用抬床疏散伤者





等。上完了课，才发现应用灭火器原来不是那么难。想想大家都应该来学习紧急应变的知识，以便能在紧急事故发生时，救人救己。

掌握了紧急应变的知识和技术，该来个验收成果的时候。2008年10月25日，一个艳阳高照的星期六，光明山普觉禅寺首次联合汤申基层组织与种族互信圈，展开了一项别具意义的活动——汤申紧急应变日。这次活动的主题定为“多元种族一条心，宗教和谐齐应变”，重点节目之一就是紧急应变演习。

只见宏船老和尚纪念堂二楼厨房发生“火患”，“火势”还蔓延开来。光明山约四十名护法与汤申区紧急应变小组成员，联合展开了紧急救援行动。他们有的通知警察，有的将人群疏散到安全的位置，还有的为“伤者”包扎伤口。警察部队和民防部队先后“赶到”现场，并出动先进的仪器与设备，迅速将火势扑灭。

演习成功举行！负责带领护法参与应变演习的林雅添师兄说：“很满意护法们的表现。我觉得这个活动很有意义，让我们学习如何为紧急事故做好预防与准备。”为了这次演习，护法们还特地于三天前，联合民防部队与警察部队进行两小时的排练。

汤申紧急应变日吸引了三千五百名居民出席，除了观看紧急应变演习，他们也通过多元种族的歌舞表演及各项图文并茂的展览，加强应变紧急事故的意识，同时促进种族与宗教和谐。光明山普觉禅寺更安排了多个素食和游戏摊位，让居民有得吃又有得玩。碧山——大巴窰集选区议员哈里古玛先生也现场表演从宏船老和尚纪念堂三楼沿绳下降（abseiling），博得掌声连连。此外普觉禅寺方丈广声大和尚联合其他宗教代表进行了祈祷仪式，愿世间远离灾难，愿世人摆脱疾苦。

光明坊
Blk 231 Bain Street
#01-63 Bras Basah Complex
Singapore 180231

新加坡佛教总会
59 Lorong 24A Geylang
Singapore 398583

新加坡佛教居士林
17 Kim Yam Road
Singapore 239329

大悲佛教中心
2 Lavender Street
Singapore 338823

慈缘轩
8/10 Smith Street
Singapore 058917

草木屋
People's Park Centre
101 Upper Cross Street
#02-55
Singapore 058357

静缘斋
International Plaza
10, Anson Road #02-19
Singapore 979903

送完为止

清晨的细雨，密密地斜织着，像是朱自清《春》中描写的一样：“像牛毛，像花针，像细丝。”细腻而又柔美，如同情窦初开的少女，付出的感情收不回。《普觉》就是在这清新的春雨中，迎来了崭新的一步。

已经四岁的《普觉》走过的道路，有坎有坷、有挫有折，但一直能够获得广大的作者朋友们长期不懈的支持，这让我非常感动！感谢你们像那春雨一样，无声无息默默地滋润着、呵护着《普觉》的成长。还有广大的读者朋友们，《普觉》能够得到你们的认可与欢迎，是我们工作者热情地原动力，也是我们最大的成就。真心的向广大作者、读者朋友们送去我诚挚的祝福：新春吉祥！

新的一年，又是新的开始，作为光明山普觉禅寺的另一块弘法园地，我们将秉承方丈广声大和尚的思想，加大佛法的宣传与弘扬，努力接合现实人生与社会生活，更深更广的融入佛法的精神，使得佛法透过生活表现出有血有肉、生动活泼的一面；使得生活透过佛法形成现代人生活的轨则，指引正确的生活观。

“佛法在世间，不离世间觉”希望每一个四众弟子都能积极的行动起来，加入佛法的修学与弘扬中来，同时也真诚的邀请新朋友加入这个大家庭，如同一首歌词写道：“结识新朋友，不忘老朋友。”让我们新老朋友一起携手，为这个共同的园地，培植出更多更绚丽多彩的奇花异草。

编辑部 传星合十

真诚牵手

赞助表

诸供养中，法供养为最
~ 佛陀

如果您想和大家一起分享这种无上的布施喜悦，您可助印《普觉》杂志。只需影印并填写表格，并将划线支票抬头写明

“Kong Meng San Phor Kark See Monastery”

寄至：
Kong Meng San Phor Kark See Monastery
Pujue Magazine
88 Bright Hill Road
Singapore 574117

您也能上网至
<http://www.kmspks.org/kmspks/donation.htm>
通过电子转帐 (eNets) 或财路捐款。

(请在“Other Payment Remarks”栏目表示助印普觉杂志，并在“Other Payment Amount”注明捐款数额)

姓名: _____

最高学历: _____ 职业: _____

地址: _____

电话: _____ (家) _____ (办公室)

(传呼机/手提电话) _____

电邮: _____

布施回向: _____

款项 \$ _____ 现金 支票号码: _____

*由于本寺不接受外币支票，故海外读者如发心赞助本刊，请用银行汇票(新加坡币)

您是否需要收据? 需要 不需要

您是否想通过电邮获知本寺举办的讲座、法会与活动? 是 否

您在何处取得这本杂志? _____

询问电话，请电 (65) 6849 5300 或 E-mail: pujue@kmspks.org