



原始佛教會 Saddhammadiipa
ORIGINAL BUDDHISM SOCIETY

正法之光

佛陀正覺後 2446 年
2014 年 4、5 月合刊

第 **39** 期



原始佛法 人間佛教

传扬四圣谛，分享平安与受用

解开因缘法的真相：「行」的原说？识缘名色的原义？中阴身的出处？

正法已流布 阿喇白沙罗禅林新开；马国办禅修 纽约麻州四月弘法来

- 学习佛法有受用的衡量标准：1. 困难有没有更少 2. 生活有没有更好 3. 有没有渐渐地远离烦恼。
- 修行必须向 佛陀的教法靠拢，依经不依论，检讨自己，减少错误。大家是学佛人，不相互排斥。



中華四聖諦佛教會

主旨：

本會經內政部 103 年 3 月 4 日台內團字第 1030106773 號函，准予籌組中華四聖諦佛教會，成立籌備會，茲公開徵求會員。

創會緣起：

中道僧團與原始佛教會僧俗全體，爲了社會、國家與佛教的團結、興隆，避免不必要的分歧與對立，現今致力在 釋迦佛陀的教法之下，存異求同的以「四聖諦」爲名、爲宗本，發起創立「四聖諦佛教會」。釋迦佛陀的教說傳承，依說法者立名泛稱爲「佛教（正覺者的教導）」，依教法內涵正名可稱爲「四聖諦佛教」，依傳承的時代立名即是「原始佛教」。

雖然四聖諦佛教僧團的發展，在佛滅後 116 年分裂爲阿難系的多聞僧團與優波離系的分別說部、大眾部，並且部派宗師的論義逐漸的取代古老正統的經說，使佛教的教說、信仰、禪法及修證次第，發生根本性的改變，造成正法隱沒達二千餘年。但是在二十一世紀初葉，中道僧團與原始佛教會已經藉由古老經說與各部派三藏、史獻的比對，還原了原始佛教時代的教說、禪法及修證道次第。

中道僧團與原始佛教會是以傳承原始佛法爲職志，更致力於佛教的團結、興隆，避免學派的對立。現今誠願藉由「四聖諦佛教」的平臺，團結信受四聖諦及「依經、依律」的南傳佛教學人，還有不反對「四聖諦」的北傳佛教各傳承學人，和諧、合作的共爲佛教與社會福祉而努力。

佛教的學派眾多、教說分歧，「四聖諦」是原始佛教、南傳部派佛教、漢傳菩薩道、藏傳密教共同承認的教法。中道僧團在 2010 年認真思考如何團結佛教，2011 年在美國、馬來西亞、臺灣舉行四聖諦佛教僧團聯合宣法，並共同發表『四聖諦佛教宣言』，2012 年開始構思如何團結「四聖諦佛教」，2013 年進行「四聖諦佛教」的籌劃及向政府申請設立。2014 年 3 月 4 日依法准予籌設「中華四聖諦佛教會」，2014 年 4 月正式公開招募會員。



中華四聖諦佛教會 主辦
中華原始佛教會 協辦



中华四圣谛佛教会成立大会



锡兰 Piyatissa 大长老录影致词



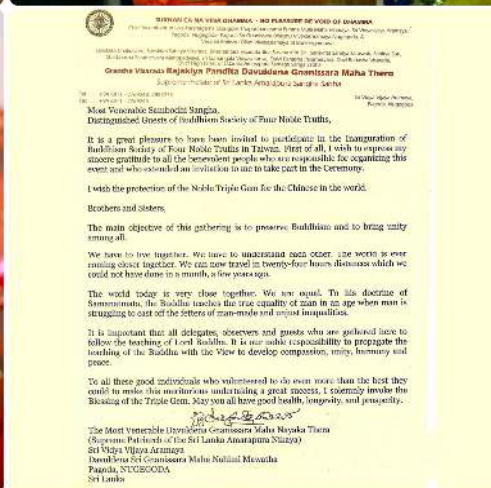
荷兰 Ananda 长老代表
锡兰 Gnanissara 大长老致词（原文如下）



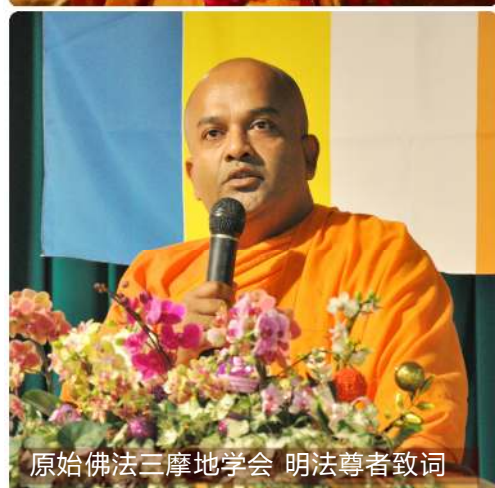
泰国 月相长老致词



泰国 寂静长老致词



中道僧团导师 随佛长老致词



原始佛法三摩地学会 明法尊者致词



中华原始佛教会理事长 明至比丘致词



中华四圣谛佛教会理事长 中严比丘致词



台北市议会 吴碧珠议长致词



中华佛教青年会 理事长
明毓法师致词



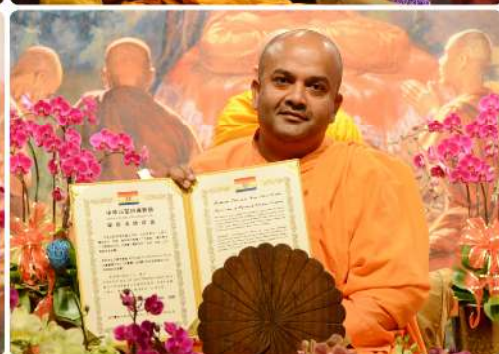
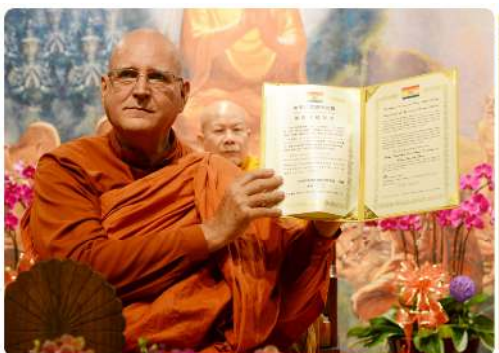
中华四圣谛佛教筹备会 主任委员
黄豪致词

中华四圣谛佛教会成立大会



上图：中华四圣谛佛教会成立大会，于 2014 年 6 月 22 日在龙山寺文化广场大会堂举行。僧团长老上座，齐诵南传《吉祥经》祝贺中华四圣谛佛教会正式成立。

下组图：礼请 Gnanissara 大长老、Piyatissa 长老担任荣誉导师，由 Ānanda 长老代表接受证书。并礼请 Ānanda 长老、明慧长老、明法法师担任名誉指导法师。



下图：随佛长老接受中华四圣谛佛教会全体会员之推崇，担任中华四圣谛佛教会导师，由筹备委员会主任委员黄豪居士代表呈递。



中华四圣谛佛教会成立大会



上图、右图：会场内外都坐满参与此一盛会的法师、来宾与法友们。

上右图：法友虔诚供僧，僧团用斋后相互交流。

下图：电影「悉达多太子」制作人与宝莱坞明星「悉达多太子」男主角 Gagan Malik 亦参与盛会。



下组图：下午，四圣谛佛教僧团举行了联合宣法，阿难陀长老、明慧长老、明法尊者均围绕四圣谛发表了精辟的开示。四圣谛佛教会导师随佛长老宣法时，建议我们要诚实面对身心当中的真实。



阿喇白沙罗中道禅院启用



正觉的财富观与生涯规划（南洋商报）



随佛长老于4月5日晚，莅临吉隆坡南洋商报主讲《正觉的财富观与生涯规划》，吸引200余人与会听讲，会心处热烈的掌声不断。





檳城中道禪林 四周年紀念



唐山兴国寺：佛陀之中道十日禅



上左图：禅修期间，中道僧团至斋堂用斋

下图：随佛长老为禅修学众小参

上右图：随佛长老大堂开示

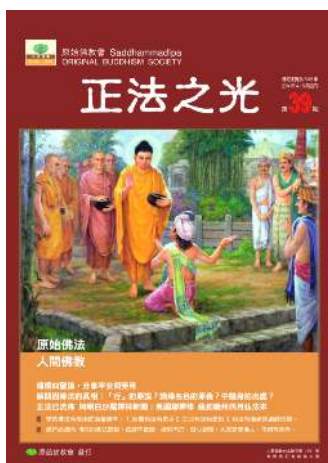


正法号角再次回荡于福兴寺



原始佛教教团宗旨：

本会以回归 释迦佛陀教导之原始教法，确立奉守「原始佛法与戒律」之僧团，体现「依经依律，尊僧和俗，性别平权，政教分离」之原始佛教教团。



創刊於 2010 年 7 月 5 日

導師：隨佛尊者

發行：原始佛教會

發行人：Ven. Bhikkhu Aticca

第 39 期

- 一、我们不否认在此方、他方，过去、现在、未来有若一、若二甚或百、千、万、亿佛；但是为避免无谓的臆测与争论、远离伪说的揉杂，我们回归历史上的 释迦佛陀为我们的根本大师。
- 二、我们承认在历史的递嬗中，佛教有各宗各派的教说；但是我们奉持由大迦叶所号召，经过五百位修行成就者—阿罗汉所认可的第一次结集之圣典作为修行的依据。虽然这可能没有将 佛陀一生说法全然收集，但是作为显明正法及修证菩提所需，必(已)然足够。
- 三、经过两千四百多年的传承， 佛陀原始教法已然新旧交杂、真伪难分；我们以近 200 年来佛教学界的考据为依据，确认杂阿含经与南传相应部当中古老老修多罗的共说，去除后世之增新与部派教义之混杂融涉部分，还原第一次圣典结集之原貌。
- 四、我们尊重任何端正信仰之教派；但是我们以奉行 佛陀真实教法之僧团为现前的依止。
- 五、我们尊重任何不违反法律与善良风俗的教说与信仰；我们谨守政教分离之原则，不参与任何政党与政治活动。我们确认缘生法无从比较出绝对的胜劣平等，男女二众皆能成就无上菩提，是应恪守分责分权之分际。

随佛而行 传扬四圣谛，分享平安与受用 12

善知识语 南传《相应部》教说次第的驳杂—关于断无明次第的诸多疑义与争论 14

感恩 师父为佛教奉献一生 23

古老经说 无明则于五阴生爱喜，取着五阴是我、我所 27

佛史溯源 (二) 部派经说传诵的演变— 10 30

正法新闻 美国、马来西亚、台湾联合报导 49

弘法化世 马来西亚弘法专题报导 74

南洋商报座谈会纪实—和谐人生 人际关系 74

南洋商报座谈会—采访与花絮 77

南洋商报座谈会—法友感言 79

随佛长老于南洋商报演讲纪实—正觉的财富观与生涯规划 80

乌拉港中道禅院启用庆典纪实 83

阿喇白沙罗中道禅院启用庆典纪实 87

吉隆坡中道五日禅纪实 92

吉隆坡中道五日禅—法工感言 96

吉隆坡中道五日禅—法友感言 98

随佛长老于马六甲中道禅林大众弘法侧记 102

马六甲中道禅林法友感言 103

弘法化世 美国弘法专题报导 106

纽约中道禅院二日宣法侧记 106

纽约中道禅院二日宣法—访谈与感言 109

麻州普贤讲堂二日宣法侧记 114

麻州普贤讲堂二日宣法—访谈与感言 115

论坛掠影 随佛乱弹 120

法友感言 法友感言 122

人间关怀 人间关怀 131

五阴世间 五阴世间 138

梅花映月 用智慧及宽容抚平伤痛 140

禅林通告 2014 年夏季禅林通告 143

传法法讯 宣法行程公告 146

近期活动海报：

◎菩提道次第-第三单元：p.143

◎十二因缘观之九种禅法：p.144

◎中道僧团联合说法-龙山寺板桥文化广场：p.145

◎原始佛教 中道禅法禅修营：封底



传扬四圣谛，分享平安与受用

Propagating the Four Noble Truths, To share the peace, joy and benefits

随佛长老 致词：

Speech by Ven. Vūpasama Thera

感谢 释迦佛陀的教导，感谢传承二千四百多年的佛教僧团，感谢二千四百多年来数不尽的佛教善信的护法，让我们在现代还能够听闻 佛陀的教导，正向菩提。

My gratitude goes to the Buddha who taught the Dhamma, to the Sangha that has lasted for over two thousand four hundred years, and to the countless devotees and Dhamma protectors during this period of over two thousand four hundred years. It is because of the above that we are able to listen to the teaching of the Buddha and practice towards enlightenment in this modern era.

在华人社会学习与传布「四圣谛」，必需面对传统宗教的压力，是很不容易的事。1996 年内觉禅林草创初期，事事艰难，在少数几位修行者的长期护持下，走过了十多年的困难岁月。感谢这些法友的支持，让中道僧团在艰困的环境中，还能够持续不断的潜修佛法、传法十方。

Practicing and spreading the Four Noble Truths in a Chinese society is not an easy thing. There are pressures from traditional religions which we have to be up against with. When Sambodhi Monastery was set up in 1996, things were very difficult in this early period. However with the unrelenting support of a few devotees and yogis, we had made it through these difficult period of over ten years. I would like to express my appreciation and thanks to these dear Dhamma friends. It was due to their support that the

Sambodhi Sangha was able to continue practicing and at the same time spread the Dhamma in such difficult circumstances.

2002 年中道僧团藉由印度佛教史献、律藏的考证，还有汉译《相应阿含》与巴利《相应部》的探究、比对，从当中古老『七事相应教』的共说当中，重新确定、还原了古老经说当中的佛陀亲传教法。

In 2002, from the textual research of Vinaya Pitaka and historical literature of Indian Buddhism, as well as the comparative study between the Chinese Samyukta Agama and the Pali Samyutta Nikaya, The Sambodhi Sangha has recovered and ascertained the Buddha's teaching from the common text of the seven categories of samyutta.

佛陀亲传教法的再发现与还原，包含了「十二因缘法」的原说、「十二因缘观」的禅法，还有「七觉分」的禅法次第及「四圣谛三转、十二行」的菩提道次第，两者的相应与一致。

The Buddha's teachings that have been rediscovered and revived include the original teaching of the 12 conditioned arising together with the meditative contemplation on the 12 conditioned arising. Also recovered was the sequence progression of the Seven Enlightenment factors meditation, and the steps to Enlightenment as explained in the Four Noble Truths in their three phases and twelve aspects as well as the connection and consistency between them.

2002 年起，经由佛陀原说的考证与确立，中道僧团成为传承与宣扬 佛陀原说的原始佛教僧团，并将原始佛法传布于台湾、大陆、美国、马来西亚、



新加坡、澳洲。2010~2014 年中道僧团创立了中华、美国、马来西亚、澳洲等地的原始佛教会，建立了十四处的中道禅林，创办了『正法之光』杂志与电子报。

From 2002, after the ascertainment of the original teaching of the Buddha, the Sambodhi Sangha has taken upon to itself the task of spreading and passing down on the original teaching of the Buddha, and has spread the original teaching of the Buddha to Taiwan, Mainland China, USA, Malaysia, Singapore and Australia. Between 2010 - 2014, the Sambodhi Sangha has set up Original Buddhism Society in Taiwan, America, Malaysia and Australia. It has also set up 14 Buddhist centres and started the Magazine "Saddhammadipa" and E newsletter.

传扬原始佛法的道路是相当的辛劳，往往造成传统佛教的误解与排斥、攻讦。

The path of spreading the original teaching of the Buddha is painstaking, and often resulted in misunderstanding, rejection and defamation from various Buddhist traditions.

中道僧团传扬原始佛法，是为了分享发现 佛陀的喜悦、分享修学佛法的平安与受用，是为了让佛弟子得到法喜与利益，在现实的生活中确实的得益，绝不是为了挑战传统的佛教宗派。

The aim of Sambodhi Sangha propagating the teaching of original Buddhism is to share with everyone the peace, joy and benefits of learning and practicing Dhamma, and to let Buddhists to get to reap the benefits of Dhamma in their actual daily lives. It is definitely not to pose a challenge to any other Buddhist traditions or sects.

现今中道僧团在原始佛教会之外，再创建中华四圣谛佛教会，是因为「四圣谛」既是 佛陀究竟的教法，也是原始佛教、部派佛教、北传菩萨道、藏传密

教共同承认的教法。

Today, besides establishing the Original Buddhism Society, the Sambodhi Sangha is setting up Buddhist Society of Four Noble Truths. This is because the Four Noble Truths is the ultimate teaching of the Buddha, and at the same time is the commonly recognised teaching of all Buddhist traditions including Original Buddhism, Sectarian Buddhism, Mahayana Bodhisattva Buddhism, and Tibetan Buddhism.

中道僧团诚心在「四圣谛」的平台上，能够与世上的任何佛教门派与学人同行于圣道，共同利益世人、兴隆佛教。

The Sambodhi Sangha sincerely hope that on the common platform of Four Noble Truths, we are able to walk the Noble path with all Dhamma practitioners together, to bring benefits to the world and to join effort in making Buddhism flourish.

佛法的荣耀归于佛陀！ 佛法的成就归于僧团！
佛法的利益归于十方！

佛日增辉 法轮常转 圣道兴隆 普照十方

Finally, I would like to say this:

The glory of the Buddha Dhamma belong to the Buddha

The accomplishment of the Buddha Dhamma goes to the Sangha

And the benefits brought about by the Buddha Dhamma belongs to all.

May the Buddha Dhamma flourish, The Dhamma Wheel keep turning;

And the Noble Path shine in all directions.

致词影音网址：

<https://www.facebook.com/photo.php?v=445078122300469&set=vb.323659161109033&type=2&theater>

四圣谛佛教 脸书：

<https://www.facebook.com/FourNobleTruthsBuddhism>



南传《相应部》教说次第的驳杂

关于断无明次第的诸多疑义与争论

随佛比丘 著

增订《正法之光》第38期『关于断无明次第的诸多争论』部份内容 (p.13~14)

在现有《相应部》与《相应阿含》的经说共同传诵当中，充其量只有共同见到「无漏心解脱、慧解脱」的经文次第排比，也无明确的说到「无明最后断」，更无有共同的宣说「无明最后断」。「无漏心解脱、慧解脱」的经文次第，在《正法之光》第35期 (p.37~p.43)，已有清楚的经文考据，证明正确次第应当是「慧解脱、无漏心解脱」。《相应部》与《相应阿含》的经说共同传诵当中，都有「断贪欲是心解脱」、「心解脱得自证不受后有」、「心解脱、阿罗汉」的众多传诵。

但是在南传巴利《相应部》中，对于「断贪欲」的解脱定义，既有『蕴相应』52经的「断贪欲，心解脱」说法，又有『蕴相应』58经「断贪欲，慧解脱」的义解，可见《相应部》的传诵是自相驳杂、矛

盾。《相应部》既说断贪欲、心解脱、得身证，又说「最后断无明」，断贪欲是慧解脱，这难道不是传诵杂乱、自相矛盾？

此外，分别说部系自相驳杂错乱的传诵，是无法确定真正的道次第。试问：「四圣谛之智」是「明」，或即是「正见」？「四圣谛之智」是先于「正见」，或是在「正定」之后？

如果「四圣谛之智」是「明」，必是先于「正见」，在正定之前。如《相应部》『谛相应』18经、『道相应』1经、『根相应』52经的传诵：

《相应部》56.18经：「云何为明耶？云何为随明耶？比丘！苦之智，苦集之智，苦灭之智，顺苦灭道之智，此名之明；如是者为随明。」



《相应部》45.1 经：「诸比丘！以明为前，因生善法，随生惭愧。诸比丘！随明於有智者则生正见。有正见则生正思惟，有正思惟则生正语……有正念则生正定。」

《相应部》48.52 经：「诸比丘！於圣弟子，若圣智已生，则有四根之等住，有四根之安住。以何为四根耶？信根、精进根、念根、定根是。」

如果「四圣谛之智」是「正见」，必定不可能在「正定」之后。如《相应部》『道相应』8,1 经：

《相应部》45.8 经：「诸比丘！云何为正见耶？诸比丘！苦之智、苦集之智、苦灭之智、顺苦灭道之智是。诸比丘！此名之为正见。」

《相应部》45.1 经：「有正见则生正思惟，有正思惟则生正语，有正语则生正业，有正业则生正命，有正命则生正精进，有正精进则生正念，有正念则生正定。」

如是可见，不论「四圣谛之智」是「明」，或是「正见」，「四圣谛之智」都不可能在「正定」之后。但是《相应部》又有「四圣谛之智」在「正定」之后的传诵。见《相应部》『谛相应』1 经：

《相应部》56.1 经：「诸比丘！定当修习！诸比丘！得定之比丘，了知如实。以何为了知如实耶？此为苦，了知如实；此为苦集，了知如实；此为苦灭，了知如实；此为顺苦灭道，了知如实。」

如果全然的信受《相应部》当中的经说传诵，请问：「四圣谛之智」是「明」？是「正见」？或是「正定」之后的体证？三种不相同次第的修证体证，怎么全都是「四圣谛之智」？

如果说：三种不相同次第的修证体证，全都是「四圣谛之智」。那么请问「四圣谛之智」是「顿然成就」，或是「渐次成就」？若是三种不相同次第的修证体证，修证成果应当是「次第成就」；若是三种不相同次第的修证，当中内容都是一样，修证成果

应当是「顿然成就」，实无有次第可说。如《相应部》『谛相应』30 经：

《相应部》56.30 经：「诸比丘！**见苦者，亦见苦集、亦见苦灭、亦见顺苦灭道**。见苦集者，亦见苦、亦见苦灭、亦见顺苦灭道。见苦灭者，亦见苦、亦见苦集、亦见顺苦灭道。见顺苦灭道者，亦见苦、亦见苦集、亦见苦灭。」

《相应部》的传诵，是有修行次第的传诵，如《相应部》『道相应』1 经、『根相应』52 经，但又有「顿无次第」的说法，如『谛相应』30 经，或是在经篇当中形成「三种不相同修证次第的内容都是一样」的混乱。

从以上引证的经文中，可以清楚的发现《相应部》当中的传诵是驳杂不一致，并且相互矛盾与错乱。这正是证明了部派传诵不全然可信，必需加以考据古新差异，厘清部派传诵当中的真伪虚实，学人才能面见真实的佛法。

如果根据南传《中部》『大四十法经』与《相应阿含》785 经的共同传诵来看，「四圣谛之智」是「明」，先有「明」摄导「出世间正见」，才较为可信。见《中部》（117）『大四十法经』、《相应阿含》785 经：

《中部》117 经：「诸比丘！如何是方便及资助圣正定？谓正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进、正念。诸比丘！由此等七支，可令资助其心一境性。」

《相应阿含》785 经：「何等为正见是圣、出世间、无漏、不取、正尽苦、转向苦边？谓**圣弟子，苦、苦思惟，集……，灭……，道、道思惟，无漏思惟相应于法**，选择、分别、推求、觉知、黠慧、开觉、观察，是名正见，是圣、出世间、无漏、不取、正尽苦、转向苦边。」

从以上引证的《相应部》经文中，可以清楚的看



到「四圣谛之智」是「明」，而「明」先于「正见」与「正定」。试想：如果「四圣谛之智」是「正见」，「正见」怎么会在「正定」之后？如果「四圣谛之智」在「正定」之后，又怎么会是「正见」？

从前面经说的引证，可以得知：《相应部》的传诵中，有着「次第成就」与「顿然成就」的两种不同见解，而「顿然成就」的说法是自相矛盾，绝不可信。此外，「四圣谛之智」是「正见」与「正定之后」的说法，也是两种完全不同且彼此冲突的道次第，都同样的不可信。《相应部》的『谛相应』1,30 经，还有『道相应』8 经关于「正见」的说法，都是出自分别说部之部义揉杂的传诵，不可信受。

据此可以得知，《相应部》『谛相应』1 经主张「得定之比丘，如实了知四谛」的说法，应当是企图将《相应部》『谛相应』18 经传诵的「四圣谛之智是明」，从修证次第的最先阶段翻转为最后的阶段，使『谛相应』18 经变成合理化「无明最后断」的「十结」论义。但是《相应部》『谛相应』1 经的「得定之比丘，如实了知四谛」，还有『道相应』8 经的「四圣谛之智是正见」的说法，不仅是彼此矛盾、冲突，更无法契合其他经说共传的「随明有正见，有正见则生正思惟……乃次第生正定」的传诵。此外，分别说部系《相应部》当中的「十结」传诵，在阿难系《相应阿含》也是不存在的传诵。

如是可见，《相应部》『谛相应』1 经的「得定之比丘，如实了知四谛」，还有『道相应』8 经的「四圣谛之智是正见」的说法，都是出自后世「十结」论义揉杂、增新的「部义经说」，不是真正的经说传诵。

在古老的经法共说中，关于「四圣谛三转、十二行」之修证道次第，当中的「明」、「正见」与「正定之后」，应当是甚么内容？

若审视古老的『转法轮经』，可以发现有关「四圣谛」的教导是分为「四圣谛三转、十二行」。「四

圣谛三转、十二行」的「三转」是 佛陀教导的修证道次第，并且在「三转」的每一转中，都有四行的修证内容。如是，四圣谛三转即共有十二行，修证道次第的究竟成就即是解脱、阿耨多罗三藐三菩提。见《相应阿含》379 经、《相应部》『谛相应』11 经：

《相应阿含》379 经：「诸比丘！我於此四圣谛，三转、十二行，不生眼、智、明、觉者，我终不得于诸天、魔、梵，沙门、婆罗门，闻法众中，为解脱，为出，为离，亦不自证得阿耨多罗三藐三菩提。我已於四圣谛三转、十二行，生眼、智、明、觉故，于诸天、魔、梵，沙门、婆罗门，闻法众中，得出，得脱，自证得成阿耨多罗三藐三菩提。」

《相应部》56.11 经：「诸比丘！我於四圣谛以如三转、十二行相之如实智见尚未达悉皆清净时，诸比丘！我于天、魔、梵世、沙门、婆罗门、人、天众生中，不被称之为无上正等觉之现等觉。诸比丘！然而我於此四圣谛，如三转、十二行相之如实智见已达悉皆清净故，诸比丘！我于天、魔、梵世、沙门、婆罗门、人、天众生中，称之为无上正等觉之现等觉。又，我智生与见，我心解脱不动，此为我最後之生，再不受後有。」

「四圣谛三转、十二行」的三转是修证道次第，如下：

（一）四圣谛第一转、四行：如实知见「十二因缘生法、灭法（或称为如实知五阴生法、灭法）」，此为如实知「苦谛、苦集谛、苦灭谛」，此是明、断无明，得断我见、断常见。若已经如实知见「十二因缘生法、灭法」者，得如实知见「贪爱五阴是常、是我、是我所，则有五阴的系缚，贪爱则有苦；若于五阴舍离是常、是我、是我所的贪爱，则能于五阴不生染着、不生系缚，如是离贪爱则能灭苦」，如是「正见贪爱则有苦，正见离贪爱则能灭苦」，即能发现「灭苦的八正道」，此为如实知



「苦灭道迹圣谛」，此为出世间的正见。见《相应阿含》749,379 经、《相应部》『道相应』1 经：

《相应阿含》749 经：「若起明为前相，生诸善法时，惭、愧随生；惭愧生已，能生正见。」

《相应部》45.1 经：「诸比丘！以明为前，因生善法，随生惭愧。诸比丘！随明於有智者则生正见。」

《相应阿含》379 经：「此苦圣谛，本所未曾闻法，当正思惟时，生眼、智、明、觉。此苦集，此苦灭，此苦灭道迹圣谛，本所未曾闻法，当正思惟时，生眼、智、明、觉。」

四圣谛第一转、四行，四行当中每一行生起的「眼、智、明、觉」是各不相同。

（二）四圣谛第二转、四行：当已「正见贪爱则有苦，正见离贪爱则能灭苦」，已发现了「离贪、灭苦的八正道」。接着，圣弟子即可依据「四圣谛第一转、四行」的如实知见，精进、不放逸的修证「离贪、灭苦的出世间八正道」，即谓：「**苦谛的五阴系缚苦，已知当出；贪爱则有苦的苦集谛，已知当断；离贪爱则能灭苦的苦灭圣谛，已知当作证；离贪、灭苦的出世间八正道（苦灭道迹圣谛），已知当修**」。见《相应阿含》749,768,785,379 经、《相应部》『道相应』1 经：

《相应阿含》785 经：「圣弟子，苦、苦思惟，集……，灭……，道、道思惟，无漏思惟相应于法，选择、分别、推求、觉知、黠慧、开觉、观察，是名正见，是圣、出世间、无漏、不取、正尽苦、转向苦边。……圣弟子，苦、苦思惟，集……，灭……，道、道思惟……是名正志是圣、出世间、无漏、不取、正尽苦、转向苦边。……圣弟子，苦、苦思惟，集……，灭……，道、道思惟……是名正语是圣、出世间、……是名正业是圣、出世间、……是名正命是圣、出世间、……是

名正精进是圣、出世间、……是名正念是圣、出世间……。圣弟子，苦、苦思惟，集……，灭……，道、道思惟……是名正定是圣、出世间、无漏、不取、正尽苦、转向苦边。」

《相应阿含》768 经：「我为善知识故，令诸众生修习正见，依远离，依无欲，依灭，向於舍；乃至修正定，依远离，依无欲，依灭，向於舍」

《相应阿含》749 经：「正见生已，起正志、正语、正业、正命、正方便、正念、正定，次第而起。」

《相应部》45.1 经：「有正见则生正思惟，有正思惟则生正语，有正语则生正业，有正业则生正命，有正命则生正精进，有正精进则生正念，有正念则生正定。」

《相应阿含》379 经：「复次、苦圣谛，**已知当出**，本所未闻法，当正思惟时，生眼、智、明、觉。苦集圣谛，**已知当断**，本所未曾闻法，当正思惟时，生眼、智、明、觉。复次、此苦灭圣谛，**已知当作证**，本所未闻法，当正思惟时，生眼、智、明、觉。复次、此苦灭道迹圣谛，**已知当修**，本所未曾闻法，当正思惟时，生眼、智、明、觉。」

四圣谛第二转、四行，四行当中每一行生起的「眼、智、明、觉」也是各不相同。

（三）四圣谛第三转、四行：当已经见法的圣弟子，在「四圣谛第一转、四行」的正觉、正见下，精进修证「离贪、灭苦之出世间八正道」，即可以「**次第的修证成就出世间八正道**」，最后成就正定。当已经成就正定，「离贪、灭苦之出世间八正道」得修证完成后，已经完成愚痴、贪欲、瞋恚的断除，即得成就解脱、具足解脱知见，谓：「**五阴系缚苦的苦谛，已知已知出；贪爱则有苦的苦集谛，已知已断出；离贪爱则能灭苦的苦灭圣谛，已知已作证出；离贪、灭苦的出世间八正道（苦灭道迹圣**



諦)，已知已修出」。见《相应阿含》749,379 经、《相应部》『谛相应』11 经：

《相应阿含》749 经：「正定起已，圣弟子得正解脱贪欲、瞋恚、愚痴；如是圣弟子得正解脱已，得正知见：我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受後有。」

《相应阿含》379 经：「复次、比丘！此苦圣谛，已知已知出，所未闻法，当正思惟时，生眼、智、明、觉。复次、此苦集圣谛，已知已断出，所未闻法，当正思惟时，生眼、智、明、觉。复次、苦灭圣谛，已知已作证出，所未闻法，当正思惟时，生眼、智、明、觉。复次、苦灭道迹圣谛，已知已修出，所未曾闻法，当正思惟时，生眼、智、明、觉。」

《相应部》56.11 经：「诸比丘！应对此苦圣谛偏知……乃至……已偏知，於先前未闻之法，我眼生、智生、慧生、明生、光明生。诸比丘！对此苦集圣谛应断……乃至……已断，於先前未闻之法，我眼生、智生、慧生、明生、光明生。诸比丘！对此苦灭圣谛应现证……乃至……已现证，于先前未闻之法，我眼生、智生、慧生、明生、光明生。诸比丘！对此顺苦灭道圣谛应修习……乃至……已修习，於先前未闻之法我眼生、智生、慧生、明生、光明生。」

四圣谛第三转、四行，四行当中每一行生起的「眼、智、明、觉」是各不相同。

此时，「四圣谛三转、十二行」的修证道次第，已经次第的修证成就，完成五种修证：正觉、离贪、慈悲喜舍、解脱、成就阿耨多罗三藐三菩提。

「四圣谛」是有「三转、十二行」，「明」与「正见八正道」的成就在「四圣谛第一转、四行」；依照次第的修习「离贪八正道」而离贪，成就「正定」，是在「四圣谛第二转、四行」；「离贪八正

道」修习，已经「断贪」，即成就解脱、具足解脱知见，是在「四圣谛第三转、四行」。

某些学人望文解义、断章取义的误认为：「四圣谛三转、十二行」的每一行都是「眼、智、明、觉」，是证明了「四圣谛三转、十二行」的修证是「顿」，不是「渐」，也证明了「明」是「最后完成，无明最后断」。孰不知这是自我矛盾的想法！

试问：如果修证次第是「顿」，何来「无明最后断」？又如果是「无明最后断」，何来修证次第是「顿」？「顿」与「无明最后断」的说法，两者是自相矛盾。

《相应部》『谛相应』11 经提出「四圣谛三转、十二行」的修证，已经清楚说出修证是「有次第」。纵使是不依据古老的经说教导，而改为遵从后世学人写出的论义来看，如《舍利弗阿毗昙论》提出「先断身见（断我见），最后断无明」之「十结」的修断次第，并且建立「四沙门果」的新说作为搭配「十结」的修断次第，也是有着修证的次第。《相应部》『谛相应』30 经提出「见苦者，亦见苦集、亦见苦灭、亦见顺苦灭道」的「顿」，已经明显的与分别说部的经说与论义都不相合，是自相矛盾的部派经诵。

《舍利弗阿毗昙论》提出「十结」与「四沙门果」的论义，这些论义揉杂入分别说部传诵的经说当中，发展为许多揉杂论义的部义经诵，造成后世学人在学习经法上的矛盾与困难。

后世学人无法克服学习经法的矛盾与困难，为了清楚了解修证的次第与方法，不得不藉助论师著作的论书来学习佛法，孰不知学习所得是论师的思想而不是佛说，自此转为认同、支持违反佛说的「论义新说」。如是恶性的反复循环，造成「异说者」排斥忠实学习正统经说佛法的学人。可悲！可叹！



分别说部系自派主张的「十结」传诵，是不合于古老经说。如「十结」的论义中，主张「先断身见（断我见），最后断无明」。但是根据《相应部》『蕴相应』47 经的说法，是「离无明而生明」才能够断我见。见《相应部》『蕴相应』47 经：

《相应部》22.47 经：「诸比丘！此处有无闻之凡夫，不见圣人…乃至…不顺善知识之法，观我是色，我以色有，我中有色，色中有我……观受……想……行……识是我，我以识有，我中有识识中有我。有如是观见，谓不离我。……然则，有闻之圣弟子断无明而生明。彼人离无明而生明故，不思惟我，不思惟此是我，不思惟有，不思惟无，不思惟有色……无色……有想……无想……非想非非想。」

经说：「离无明而生明故，不思惟我，不思惟此是我」。这一修证次第的说法，在阿难系传诵的《相应阿含》45 经中，也是如此的见解。见《相应阿含》45 经：

《相应阿含》45 经：「如是比丘！有意界，法界，无明界。愚痴无闻凡夫，无明触故，起有觉、无觉、有无觉；我胜觉、我等觉、我卑觉；我知、我见觉，如是知、如是见觉，皆由六触入故。多闻圣弟子，于此六触入处，舍离无明而生明，不生有觉、无觉、有无觉；胜觉、等觉、卑觉；我知、我见觉。」

如是可见，「舍离无明而生明，不生我知、我见觉」是古老经法共说。如实知因缘法，正见五阴是缘生法，如是才能断除「我见」；无有不明见因缘法，不得明、断无明，却能够断「我见」的说法。见《相应阿含》296 经：

《相应部》296 经：「多闻圣弟子，於此因缘法、缘生法，正智善见。……若沙门、婆罗门，起凡俗见所系，谓说「我见」所系，说「众生见」所系，说「寿命见」所系，「忌讳吉庆见」所系，尔时悉断、悉知，断其根本，如截多罗树头，於未来

世成不生法。是名多闻圣弟子，于因缘法、缘生法，如实正知，善见，善觉，善修，善入。」

佛陀指出「不正观因缘、不正见缘生法，不见圣人之法」则有「我见」、「常见」、「断见」。若是「先观因缘、正见缘生（见圣人之法）」而已经「得明、断无明」后，再破除「我见」、「常见」、「断见」。见《相应部》『蕴相应』81 经：

《相应部》22.81 经：「诸比丘！於此处有无闻凡夫，不见圣人，不知圣人之法，不顺圣人之法，不见善知识……乃至……不随善知识之法（此即不见五蕴集法、灭法之十二因缘），以见色为我。诸比丘！彼以见为行。……见受是我……见想是我……见行是我……见识是我……。诸比丘！彼以常见为行。……诸比丘！彼以断见为行。……」

同等的传诵，可见于《相应阿含》57 经，当中提到「无明触生爱，缘爱起彼行」，这在十二因缘的忆诵口诀，又说是「六入缘触，触缘受（、想、行），受缘爱，爱缘取（后世用词也说为「行」，即我见）」。见《相应阿含》57 经：

《相应阿含》57 经：「若见我者，是名为行。彼行何因、何集、何生、何转？无明触生爱，缘爱起彼行。……彼爱受因……彼受触因……彼触六入处因……。彼六入处是缘起法，无常、有为（应译有漏）；彼触、受、爱，行，亦是缘起法，无常、有为（应译有漏）。」

分别说部《舍利弗阿毗昙论》的「十结」新说，提出「先断身见，最后断无明」的论义，违背了正统佛法的经说。由此可知，「明在于前」是《相应部》与《相应阿含》的古老经说共传，必需先得明、断无明，才能够断我见、断常见、断断见。

分别说部传诵的「十结」论义，除了「断无明」、「断我见（身见）」、「断常见、断断见」之



修证次第错误以外，提出修证最后阶段断除的「五上分结——色爱、无色爱、掉、慢、无明」，当中「断慢」的修证次第也是错误。见《舍利弗阿毗昙论》卷十九¹：

《舍利弗阿毗昙论》：「何谓五下分烦恼？身见、疑、戒盗、欲染、恚，是名五下分烦恼。何谓五上分烦恼？色染、无色染、**无明、慢、掉**，是名五上分烦恼。」

在分别说部系铜鑠部传诵的《长部》，是将「慢」解说为「我胜慢、我等慢、我卑慢」的「三慢」。见《长部》（33）『等诵经（巴 Savgiti Sutta）』²：

《长部》33 经：「三慢：『我胜』慢、『我等』慢、『我卑』慢。」

然而，铜鑠部传诵之《长部》『等诵经』提出「我胜、我等、我卑」的三种「慢」，在古老的经法中，「**我胜、我等、我卑**」是指「**妄见**」，绝不是「慢」，「慢」是分别说部自创的说法。见《相应阿含》45 经：

《相应阿含》45 经：「愚痴无闻凡夫，无明触故，起有觉、无觉、有无觉；**我胜觉、我等觉、我卑觉；我知、我见觉**，如是知、如是见觉，皆由六触入故。**多闻圣弟子，于此六触入处，舍离无明而生明，不生有觉、无觉、有无觉；胜觉、等觉、卑觉；我知、我见觉。**」

古老经文当中的「有觉、无觉」，是指「常见、断见」；「我知、我见觉」即是「我见」，「我见」又被分别说部另说是「身见」；「**我胜觉、我等觉、我卑觉**」是「**自他比较的认知**」，这是根据某种取向为准，作为「**自他比较**」的依据，从而形成「**胜觉、等觉、卑觉**」的观点、见解，这是与「**我见**」相关的「**妄见**」。「觉」在此经中的涵义，不是一般「醒悟度妄」的意思，而是「观点、认知」的意涵。由于「有觉、无觉、有无觉；胜觉、等觉、卑

觉；我知、我见觉」都是「妄见」，所以「如实见因缘、缘生法，舍离无明而生明」，即能够断除这些「妄见」。

但是分别说部传诵的《舍利弗阿毗昙论》，是将「**我胜、我等、我卑**」的「**妄见**」，另外作出「慢」的新解及定义，并且认为在修证的最后阶段才断慢。见《舍利弗阿毗昙论》卷十九³：

《舍利弗阿毗昙论》：「**何谓三胜？我慢、不如慢、增上慢**，是名三胜。」

《舍利弗阿毗昙论》提出的三胜：我慢、不如慢、增上慢，我慢即是经说的「我等」，不如慢即「我卑」，增上慢是指「我胜」。因为「**胜、等、卑**」有比较的色彩，《舍利弗阿毗昙论》才说是「**三胜**」，并将「**我胜、我等、我卑**」转变为「**增上慢、我慢、不如慢**」的说法。

如此一来，原本是「妄见」的「我胜、我等、我卑」，即在分别说部的部义中转变为「慢」。后世，「不如慢」也被称为「卑慢」。见说一切有部《萨婆多宗五事论》⁴：

「云何我慢？谓于五取蕴随观为我，或为我所。……云何增上慢？谓于未得上之殊胜，计已谓得上之殊胜，或未证触亦未现前上之殊胜，计已证明。……云何卑慢？谓于多分殊胜计已少分下劣。」

分别说部《舍利弗阿毗昙论》不仅将「我胜、我等、我卑」另作「慢」的新解及定义，更提出「慢」是依「我见」为缘、为根，「断我见」即能「断慢」。见《相应部》『蕴相应』82 经、《相应阿含》『蕴相应』58 经：

《相应部》22.82 经：「依如何知，如何见，于此有识之身及外之一切相中，无我心、我所心、慢随眠耶？（佛言：）『比丘！无论彼是如何过去、未来、现在之色……对彼等一切之色以「**彼非我物，我亦非彼，彼非我之我**。」如是对彼以如实



正慧作观。彼如何之想……乃至……彼如何之行……乃至……彼是如何过去、未来、现在之识……对彼等一切之识，以「彼非我物，我亦非彼，彼非我之我。」……如是对彼以如实正慧观察。比丘！**依如是知、如是见，此有识之身及外之一切相中，无我心、我所心、慢随眠。**。」

《相应阿含》58 经：「云何生我慢？佛告比丘：『愚痴无闻凡夫，於色见我、异我、相在，於受、想、行、识，见我、异我、相在：於此生我慢。』……云何得无我慢？佛告比丘：『多闻圣弟子，不于色见我、异我、相在，不于受、想、行、识，见我、异我、相在。』」

如何「断慢」？提出「慢」之新说的分别说部，在《相应部》『蕴相应』82 经的经文中，是指出「断身见」即能「断慢」。如何「断身见」？在《相应部》『蕴相应』82 经，还是指出「见圣人之法，知圣人之法（即见因缘故）」才能够「断身见」的经诵，而「断身见」则能「断慢」。见《相应部》『蕴相应』82 经：

《相应部》22.82 经：「如何而不起有身见耶？（佛言：）『比丘！于此处有有闻之圣弟子，**见圣人之法，知圣人之法，善顺圣人之法**，见善知识，知善知识之法，善顺善知识法，不以色是我，我乃以色而有，我中有色、色中有我，不以受……想……行……识是我，我乃识有，我中有识，识中有我。比丘！**如是而不起有身见。**』」

因此，分别说部提出「先断身见，最后断无明」，这是错误的修证次第，又说「慢」是修证最后阶段才断除的「五上分结」之一，同样是自派编纂的新义解，也是错误的修证次第。古说与新义共同揉杂的《相应部》，呈现出次第驳杂错乱的问题。

由此可见，分别说部系自派部义传诵的「十结」道次第，揉杂在自部的经说传诵当中，是造成多大的

自相矛盾！

佛陀教导的修证次第，绝不是「先断身见，最后断无明」，是「先见因缘得明、断无明，最后断贪爱、得解脱」。贪爱！有五阴（有身）集；断贪爱！则五阴（有身）灭。见《相应部》『蕴相应』100,105 经、《相应阿含》276,71 经：

《相应部》22.100 经：「诸比丘！轮回乃由无始来，众生为无明所盖，渴爱所系，流转轮回而不知其前际。诸比丘！譬如狗坚固缚于绳，系于杙柱，彼坐者，顺杙柱而坐，卧者，顺杙柱而卧。」

《相应部》22.105 经：「诸比丘！我为汝等说有身、有身之集、有身之灭、有顺身灭之道，谛听。诸比丘！**以何为有身耶？名为五取蕴。**以何为五耶？谓：色取蕴……乃至……识取蕴是。诸比丘！此名为有身。诸比丘！**以何为有身之集耶？当来有之渴爱……乃至……诸比丘！此名为有身之集。诸比丘！以何为有身之灭耶？彼渴爱之无余、断……乃至……灭。诸比丘！此名为有身之灭。**诸比丘！以何为有顺身灭之道耶？即八支圣道是。谓：正见……乃至……正定。诸比丘！此名为有顺身灭之道。」

《相应阿含》276 经：「众生于无始生死，无明所盖，爱结所系，长夜轮回生死，不知苦际。诸比丘！譬如狗，绳系著柱，结系不断故。顺柱而转，若住、若卧，不离于柱。如是**凡愚众生，于色不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴，轮回于色，随色转，若住、若卧，不离于色。如是受、想、行、识，随受、想、行、识转，若住、若卧，不离于（受、想、行）识。**

……如是比丘！凡愚众生，不如实知色，色集，色灭，色味，色患，色离。**于色不如实知故，乐着于色；乐着色故，复生未来诸色。**如是凡愚，不如实知受……想……行……识……**当生未来色、受、想、行、识故，于色不解脱，受、**



想、行、识不解脱，我说彼不解脱生老病死、忧悲恼苦。

有多闻圣弟子，如实知色，色集，色灭，色味，色患，色离，如实知故，不乐着于色；以不乐着故，不生未来色。如实知受……。想……。行……。 (如实知) 识，识集，识灭，识味，识患，识离，如实知故，不乐著於识；不乐著故，不生未来诸识。

不乐着于色、受、想、行、识故，于色得解脱，受、想、行、识得解脱，我说彼等解脱生老病死、忧悲恼苦。」

《相应阿含》71 经：「我今当说有身，有身集，有身灭，有身天道迹。……云何有身？谓五受阴。云何为五？色受阴，受、想、行、识受阴，是名有身。云何有身集？当来有爱，贪喜俱，彼彼乐着，是名有身集。云何有身灭？当来有爱，贪喜俱，彼彼乐着，无余断，吐、尽、离欲、灭，是名有身灭。云何有身天道迹？谓八圣道：正见，正志，正语，正业，正命，正方便，正念，正定，是名有身天道迹。」

分别说部《舍利弗阿毗昙论》的论义，揉杂入分别说部的经说当中，使得古说与新义共同揉杂的《相应部》，还有其他的圣典传诵，无不呈现出次第驳杂、错乱的问题。日后，分别说部《舍利弗阿毗昙论》与分别说部的部义经诵，影响了阿难系僧团的学众，造成阿难系的迦旃延尼子写出违背古老经法的《发智论》，造成阿难系僧团分裂为重经法的雪山部、重论义的说一切有部。因此，说一切有部的经说传诵，也如同分别说部系传诵的经诵，有着次第驳杂、错乱的问题。

部派诵本传诵的经诵，当中具有古老的经法，也有部派传诵的论义与思想，古说与新义的混杂是无法全然的信受、学习。若要探究佛陀的本教，必需依据不同部派诵本之间的对照，同时考据不同部派的发展与思想，再从中探求古老而纯正的佛法。

注解：

1. 见《舍利弗阿毗昙论》卷十九：参大正藏 T28 p.652.1-1~3
2. 见《长部》(33)『等诵经』第一诵品之 23 诵：参台湾元亨寺出版 汉译南传大藏经 第 8 册 p.234
3. 见《舍利弗阿毗昙论》卷十九：参大正藏 T28 p.651.1-18~19
4. 见《萨婆多宗五事论》：参大正藏 T28 p.996.2-25~p.996.3-4





感恩 师父为佛教奉献一生

中道僧团见习僧 生光比丘

生光出家两年多，亲近随佛大师父学法有四年了，我想说出四年近师学法的心境、看法，还有对师父的敬意。

生光自出家以来至今，深受 师父教导的启发良多，一步一步引导让生光发现自己许多的问题，使得生光能有机会修正改善而朝向光明。师父总是不厌其烦地教诫弟子们要做个品德端正、人格高尚的人！师父常说：「修行可以不开悟见法，但是不可以连做人基本的恩情道义都没有。」

师父除了教诫弟子们外，也时常分享过去学法的人生经验。从师父分享个人的经验中，生光常能感受到师父刻苦自励的学习态度、坚忍不拔的意志，乃至悲天悯人、牺牲奉献的精神。生光内心深受感动而暗自赞赏，并且引发自我激励的意志！

师父在佛门修行至今，已超过四十年以上，可说是一位通晓三藏、博学多闻、见多识广的佛门龙象！师父在年少的学生时代，因为对生命很认真的看待而踏入佛门！初入佛门便接触念佛法门，一心专念「阿弥陀佛」，行、住、坐、卧之间，都不离佛号，日复一日，持之以恒。从持名念佛到定心念佛，练出卓越之专注力，这对身心品质的提升，有莫大的助益。平日除了念佛外，假日常前往寺院亲近善知识，学习祖师大德的人格及修行风范，更热心服务道场，不论是在寺院做法会，或是出坡，皆很认真投入并乐在其中，为佛教奉献不余力。

虽然念佛已成就定心念佛，甚至有白日见佛广大身的修学体验，却不因此迷信或志得意满，依旧深入学习中国佛教之「隋唐八宗」的教法。除了到寺院听



经闻法外，自己更深入经藏研读探讨，经长年累月勤奋的学习，对「隋唐八宗」之各宗教义，皆已能通达其义。

师父学法不忘敬佛，在每次阅读经藏之前，必定在佛前焚香净身，体现出对法的恭敬，如同佛在当前说法一般！除了阅读经藏外，也持戒律己，奉行诸善，坐禅修定，精进不放逸的修习慧、戒、定！如是刻苦自励的修行，已扎扎实实地打下浑厚的佛学根基。

继「隋唐八宗」之后，接着是修「藏传佛教」！学习藏密的教义及咒语，凭着个人浑厚之佛学根基，经几年之精进，也能通晓「藏传佛教」之教义与修学体验。

因为某次教学的机缘，对传统学习内容大生疑情，锲而不舍的深入参究，因而自有所悟，几乎颠覆以往所学的佛学观念。接着，在那个古新教理混杂难分的时代，因为推崇印顺导师的教理学养，而精研导师的佛学著作，探究「初期大乘佛教」与印度初期佛教的演变。当年师父对《般若经》、《中论》有相当深入的了解，数年间无私的传授《般若》、《中观》于各方佛友，称得上是一名杰出的「中观师」，当年座下的学生有现今闻名教界的学人。

传授《般若》、《中观》的时期，又因为某些争名悖逆的学众造作毁谤的恶业，促成师父的修行更上一层楼的突破，发现大乘的核心问题，自此走入四圣谛的佛陀世界。

此后，先走入「南传佛教」，再借助印顺导师编着的《杂阿含经论会编》与南传《相应部》，致力学习最古老的佛教经典，探寻佛陀原说。在多年的研究与考证，发现原本以为是佛陀古道的「南传佛教」，事实上已融摄了「部派佛教」之部义，已非纯正的佛陀原说，于是再从「南传佛教」，转而朝向更为纯正的「原始佛教」。

师父孜孜不倦的好学精神，穷经皓首，在阿难系之《相应阿含》及优波离系之《相应部》二部圣典的对照中，求得七事相应教之古老共说，探本穷源的还原佛灭当年「第一次经典结集」之经说法教。经过多年呕心沥血的研究与考证后，已然完成「原始佛教」的还原工作。这庞杂而又繁琐的经典还原工作，非一般学者所能为之。这除了需有超卓的智力与学识外，也需有过人的耐力和毅力，更重要的一点是，要有相当的修行实证经验，如此才能清楚明辨经说法教的真实义。

师父当年离开「大乘菩萨道」的怀抱，回归世尊本怀时，曾因难过不舍而痛哭流涕达三天三夜！虽然后来受到许多大乘佛教学人的排斥、攻讦、毁谤，但是师父还是常感怀的说：「很怀念过往在『大乘菩萨道』修行的点点滴滴；也很感激曾经殷殷教导的师长们，因为在『大乘菩萨道』学习的阶段，滋润了师父的生命，也丰富了师父的涵养，让师父的人生有了很大的启发和转变。这份法乳深恩，师父至今仍铭感五内，未曾片刻忘怀！」师父回忆说：「自己一生多数的时间都是在佛门中度过，师长们的恩情，实已超过自己的父母！」纵然师父已回归「原始佛教」，但是师父对于过去的师长们，仍然真诚的尊称「师父」！师父更自谦地说：「当年若没有『大乘菩萨道』这些师长们的教诲和提携，没有『南传佛教』僧团的摄受，不可能有今日还原与弘扬『原始佛教』的随佛法师」。

师父是位知恩图报与重恩情道义之出家修行者，师父说：「自己这一生很幸运的能够生长在台湾，在台湾长大、读书、识字、学佛修行，遇到许多可贵的善知识，最后能够出家成为一名比丘，师父内心无不满怀感恩。」佛教讲四重恩：父母恩、众生恩、国土恩、三宝恩，师父实有切身之体会！师父教诫弟子们说：「佛教有四重恩不能忘！父母养育之恩不能忘；众生安僧护法之恩不能忘；台湾这



片土地安定繁荣，政通人和，四季调和，五谷丰登，佛教昌盛之恩不能忘；佛陀正觉、解脱，开启菩提大道，救度世间之恩不能忘；佛法能度越人生忧苦之恩不能忘；僧伽传承佛法与戒律之恩不能忘；师长殷殷教导之恩不能忘。」

师父身体力行，以身作则报答这四重恩：立身行道，以显父母（报父母恩）；讲经说法，普利众生（报众生恩）；教化人心，兴家兴国（报国土恩）；还原佛法，回佛本怀（报佛陀恩）；如法而行，持律清净（报法、律恩）；建僧传法，续传圣教（报僧伽恩）；尊师重道，赞扬师德（报师长恩）。

弘扬佛法乃出家人之本分，师父弘扬「原始佛法」的用意，不是想要和「大乘菩萨道」互别苗头，也非想要和「南传佛教」分庭抗礼，更非想要在佛教界开宗立派。师父非但未曾想过要开宗立派，反而排斥开宗立派！开宗立派就如同瓜分佛教一样，使佛教四分五裂、面目全非。

佛教从「一乘菩提道」分裂形成「解脱道」与「菩萨道」，使「法同一味」的佛法，变成两种截然不同的修行理趣，更逐渐变成「八万四千法门」的佛教。教说分歧导致原本「和合无争」的僧团，分散变成「自立门派」的僧团。如此的佛教，长期发展下来，宗派之间彼此不服，进而互相攻讦、诋毁，弄得整个佛教内部乌烟瘴气！严格来说，开宗立派是分裂僧团的做法，佛陀的出家弟子应严谨视之。

师父弘扬「原始佛法」，是想让一心寻求佛法真义的佛弟子，有机会学习世尊的亲说法教，回归佛陀本怀，并非要打压「大乘佛教」和「南传佛教」。师父曾经说：「目前的佛教界，无论是「大乘佛教」，还是「南传佛教」，乃至「原始佛教」，都有其存在的意义和价值！长久以来，「大乘佛教」对于人民道德的提升，社会安定的促进，有着重大的贡献；「南传佛教」传承佛陀之「四圣谛」与僧团已达两千余年，真是功不可没；「原始佛教」是纯正的

佛陀原说，是佛教根本核心，是世、出世间皆能通达无碍的「一乘菩提道」，有助佛教各方学人回归佛道、团结无争，必然不可缺少。这三种型态的佛教，都有不同根器的众生能相应契入，不论修何种法门，只要能够度越身心忧苦，止息烦恼，让生活更好，就是好的法门。」

从现实面来看，大乘佛教、南传佛教、原始佛教，三者应是休戚相关，可以共存共荣！大家都是释迦佛陀的弟子，本是佛门一家亲。若佛弟子能放下宗派利益，互相尊重与彼此欣赏，佛教才能团结合作。若佛教能团结合作，佛教才能兴隆。

师父曾说：「欢迎十方方法友来探寻『原始佛法』，只要学法的动机正确，无论是佛门的老参还是新学，一律广开大门，不会有门户之见。若是学法动机不良，想利用佛法在佛门中求名求利，发展个人宗教事业，如是之人则会被拒之门外！这并非是吝法，亦非不慈悲，而是对三宝的尊重，也是保护对方免于堕落的做法，这是佛教传法者应有的认知和态度」。

师父多年弘法过程中，多次受到一些不肖人士的恶意毁谤和伤害，其中有些还是师父曾经教导过的学生。某些不当的学生，为了自己的不当行为、欲求不能得到师长的认同，转而毁谤师长。承受法乳之恩，非但不知感恩，反而猜忌师长、嫉妒师长，故意在佛教圈造谣，散播不实谣言来毁谤师长的人格！企图让师长名誉扫地，甚至无法立足于佛教界，如此行为令人不耻！不知毁谤如法如律的出家人，已然招来恶报因缘犹不自知。可悲啊！

曾有师父剃度和教导过的弟子，在还是师徒关系之阶段，于大众面前说法时，直呼师长的僧号，而不称「师父」！在师父的教导下，学得自己多年不得其解的教法后，居然无惭无愧的对人表示，不需师父的教导，自己也能发现。更私下问学员：「我和随佛法师，谁说得比较好？」甚至表示，在其心中不能说没有「假想敌」！脱离僧团的前后，更怂恿僧团的护法



背弃僧团而拥护自己。甚至说：「世界上只有两个人会教原始佛法。」更肆无忌惮的说：「有的师父是在利用弟子，不要跟错师父！自己是跟错了师父！」又为了推崇自己，还妄自尊大的暗示大众：他自己的修行能够帮助大家解脱，要跟对师父。真是傲慢自大、目中无人！学法还不全，却有种种狂妄的言行，做人的基本人格素养与恩情道义都没有，怎么让人相信会真心的利世利人？

佛陀之弟子当如法如律而行，为后世学人做典范，兴隆佛教，荣耀 世尊、荣耀僧团。切莫我行我素，欺师毁僧、违犯僧律，唱衰僧团，让 佛陀颜面无光！人立足于天地之间，不要为了个人名位，自欺欺人。慎之！

生光曾在师父身边作侍者一段时间，亲身所见的师父是不求名利、慈心利人，待人宽厚、开明且极有耐心，不忘旧恩、不计前嫌，意志坚定、不畏艰困，夙夜匪懈、废寝忘食，终日燃烧自己的照亮别人。这是我亲身经历，亲眼所见。

师父为人胸襟坦荡，是气度恢宏之正人君子！师父一生从未有过害人之念头，只有不断地弘法、付出、牺牲、奉献和关怀，所做所为毫无半点谋取名利之企图。这不是一种宣教口号或宣教言词，是真实做了几十年。师父不求名利，尽心尽力的传扬 世尊法教，游化十方，不辞辛劳。师父少有空闲之际，弘法利众之余，若非接引众生，即埋首写书，常常是日以继夜。更是时时教导弟子要身心端正，不离正道，胜过终日说法、禅修却人品不正。

「原始佛教」隐没了二千多年，能够再次从古老经法的还原中，再次的显现在这个世代，是极为难能可贵的一件大事，这将带给世人超乎想象的功德利益。传承和护持「原始佛法」极是重要，坚定和信受「原始佛法」之僧俗二众们，任重而道远！

随佛师父还原 佛陀原说法教，复教建僧。中道



僧团传续「原始佛法」利益十方，十方法友护持中道僧团传续「原始佛法」，僧俗合作、互助的让「原始佛法」能够代代传承，令现世、后世皆能闻法得利。万万不可让浴火重生的「原始佛法」，再次的隐没于世。也许，我们百年以后，可能就是后世众生之一！前人栽树，后人乘凉。后人乘凉，勿忘饮水思源，以同理之心利益他人。

感恩 佛陀，开启圣教，创建僧团，济度世间。

感恩 四圣谛僧团，传续圣教，普利世间。

感恩师父 为佛教奉献一生，还原 世尊原说法教，建僧传法，诲人不倦，利泽十方。

祝愿 佛日增辉，圣教兴隆，僧团昌盛，传续久长。

祝愿师父，法体安康，法寿久长。

Sādhu ! Sādhu ! Sādhu !



无明则于五蕴生爱喜， 取着五阴是我、我所

节录自 随佛法师之《相应菩提道次第》
第四章「老病死」之缘由与灭尽 第三节 生死轮回之集与灭
第二品 无明缘行：无明生爱喜，妄取五蕴是我
第二目 无明则于五阴生爱喜，取着五蕴是我、我所

1-4-3-2.2.1 无明者则不知五阴无常，则於於五阴生爱喜，取著五阴是我、我所，故生系著。

1.SĀ44《相应阿含》44 经；S22.8《相应部》蕴相应 8 经

如是我闻：一时，佛住舍卫国只树给孤独园。

尔时、世尊告诸比丘：「若生则系著，不生则不系著」。谛听，善思，当为汝说。

云何若生则系著？愚痴无闻凡夫，於色集、色灭、色味、色患、色离不如实知故，於色爱喜、赞叹、取著，於色是我、我所而取。取已，彼色若变、若异，心随变异；心随变异故，则摄受心住。摄受心住故，则生恐怖、障碍、顾念，以生系著故。受、想、行、识，亦复如是。是名生系著。

云何不生（则）不系著？多闻圣弟子，色集、色灭、色味、色患、色离如实知，如实知故，不爱喜、赞叹、取著，不系我、我所而取。以不取故，彼色若变、若异，心不随变异；心不随变异故，心不系著摄受心住。不摄受心住故，心不恐怖、障碍、顾念，以不生不著故。受、想、行、识，亦复如是。是名不生不系著」。

佛说此经已，诸比丘闻佛所说，欢喜奉行。





古老經說 白話摘要

中道僧團

SA44 《相应阿含》44 经；S22.8 《相应部》 蕴相应 8 经

我曾经听过 佛陀这么说：有一段时间，佛陀住在舍卫国的祇树给孤独园。

当时，佛陀告诉比丘们：「假如渴爱生起就有系着，假如渴爱不生起就没有系着。认真聆听，善加思惟，现在为你们解说。

为什么渴爱生起就有系着？愚痴无明又没听闻正法的凡夫，由于不能如实知色阴如何集起、不能如实知色阴如何灭没、不能如实知对于色阴的味着、不能如实知味着于色阴的过患、不能如实知如何远离对于色阴的味着，对于色阴生起爱喜、赞叹、取着，取着色阴是我、我的所有。取着色阴是我、我的所有以后，假如色阴改变、变异，心就随着变异；因为心随着变异，渴爱将心摄住在色阴的变异。由于渴爱将心摄住在色阴的变异，恐怖、罣碍、顾念就会生起，这是因为有系着的缘故。对于受阴、想阴、行阴、识阴的系着，也是如同色阴这样。这就是为什么有渴爱生起就有系着。

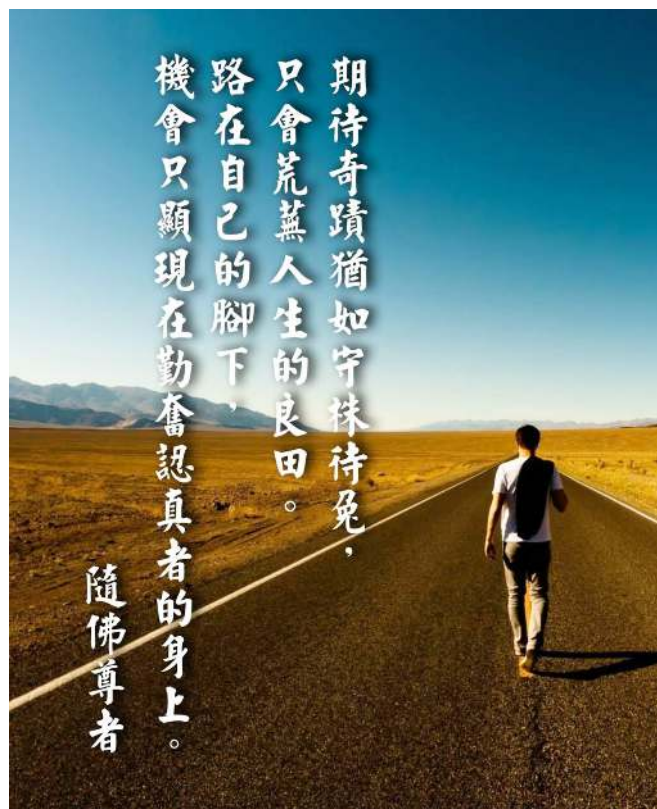
为什么渴爱不生起就没有系着？已听闻正法得明见的圣弟子，能够如实知色阴如何集起、如实知色阴如何灭没、如实知对于色阴的味着、如实知味着于色阴的过患、如实知如何远离对于色阴的味着，因为能够如实知，对于色阴不会生起爱喜、赞叹、取着，不会取着色阴是我、我的所有。因为不生起取着，假如色阴改变、变异，心就不会随着变异；由于心不会随着变异，心不会系着于色阴，没有渴爱将心摄住在色阴的变异。由于没有渴爱将心摄住在色阴的变异，恐怖、罣碍、顾念就不会生

起，这是因为没有系着的缘故。对于受阴、想阴、行阴、识阴的不系着，也是如同色阴这样。这就是渴爱不生起就没有系着。

佛陀说完本经后，比丘们听闻了 佛陀的教诲，欢喜的遵奉教诲去修行。

注解：

- 1.本经所对应的南传圣典经文是《相应部》「蕴相应」SN22.8 经，其中完全没有关于「心」的用词。由于本经为宗仰「如来藏」思想的求那跋陀罗所译，因此才多加入有关于「心」的描述用词。SN22.8 经相对应于本段经文的摘要：「彼人有色之变易、变异，而生愁、悲、苦、忧、恼。」。
- 2.SN22.8 经相对应于本段经文的摘要：「彼人有色之变易、变异，而不生愁、悲、苦、忧、恼。」





古老經說 讀後感言

Bhikkhu Paññācakkhu

SĀ44 《相应阿含》44 经

以前有一个故事：古代有一位将军拿出他所珍爱的玉杯把玩，一不小心玉杯滑了下来，他吓了一跳。还好那位将军动作快抓住滑下来的杯子，不过他已经惊吓得满头大汗了。当他回过神镇定下来之后，心里想着：「我在战场上面对千军万马、冲锋陷阵、出生入死从来没有害怕过，可是为什么一个小小的玉杯就让我吓成这样？」那位将军想了一阵子之后，就将他心爱的玉杯打碎。

在《相应阿含》44 经中，佛陀指出：「……于色爱喜、赞叹、取着，于色是我、我所而取。取已，彼色若变、若异，心随变异；心随变异故，则摄受心

住。摄受心住故，则生恐怖、障碍、顾念，以生系着故。……」那位将军虽然在沙场上无所畏惧，但心系着于玉杯，当玉杯快摔坏时，心生恐惧。后来他沉思良久，将那个玉杯打碎。就如同佛陀经文中所教的：「…以不取故，彼色若变、若异，心不随变异；心不随变异故，心不系着摄受心住。不摄受心住故，心不恐怖、障碍、顾念，以不生不着故。……」

「玉杯」不一定会带在身边，可是五受阴则是随时都在。只是「系着于玉杯」，就能让一位沙场老将心生恐怖、汗流浹背，更遑论众生于色、受、想、行、识爱喜、赞叹、取着时的情况。这是很难想象的，可是众生却是每天无时无刻都得面对及承受啊！



追逐期待得到滿足的喜樂，
在因緣不停轉現的現實中，
隨即事過境移的恍然而失，
期待亦如流水般遷流不息，
隨佛禪師



部派论书 与 经说传诵的演变

(二) 部派经说传诵的演变 - 10

接《正法之光》第三十八期 p.26~p.49

选录自 随佛比丘 Bhikkhu Vūpasama 著《因缘法之原说与奥义》© 2010

7-1-2-2-4. 十二因缘之「行」的语义探究

7-1-2-2-4-1. 「行」的语词探究

1. 「行阴」的语词探究

在目前佛教传诵的部派经说诵本中，关于「五阴」之「行阴（梵 saṃskāra-skanda）」或「行蕴（巴 saṅkhāra-khandha）」的用词，在《相应阿含》41 经、《相应部》『蕴相应』56 经又称为「思（巴 cetanā）」，所谓：眼触生思、耳触生思……意触生思等六思，或是色思、声思……法思。

「行阴」的「行（巴 saṅkhāra、梵 saṃskāra）」，是指经由面对当前环境之「认知（想阴）」与「情感（受阴）」的交错影响下，经由「心智协调、估算、决意、决定、抉择」而形成回应环境的心理意向、决意。

因为巴利语 saṅkhāra（或梵语 saṃskāra）的字词中，saṅkhā（或梵语 saṃskā）有计算、举例、定

义的意涵，所以采用 saṅkhāra（或梵语 saṃskāra）的用语，作为表达「心智协调、计量及决定」之心理意向、决意。

「思（巴 cetanā）」，是认识、意图的意思。因此，语意有「心理意向、决意」的 saṅkhāra（行），也用含有「意图造作」意涵 cetanā（思）来说。

后世部派诵本在解说五阴时，对「行（巴 saṅkhāra、梵 saṃskāra）」的意涵，又另说是具有「造作、行为（巴 cariyā、梵 caryā）」意思的「行」。例如：身行、口行、意行。见大众部传诵汉译《增壹阿含》『听法品三十六』第 5 经¹：

「彼云何名为行阴？所谓身行、口行、意行，此名行阴。……云何名为行？所谓行者，能有所成，故名为行。为成何等？或成恶行，或成善行，故名为行。」



巴利语 saṅkhāra (梵 saṃskāra) 较接近「心智协调、计量、决定」之心理意向的「行」，不同于身、口、意之「造作、行为(巴 cariyā、梵 caryā)」的「行」。

身行、口行、意行的「行」，除了「造作，巴 cariyā」的意思，又有其它不同义解的说法。见《相应部》『质多相应』6 经、《相应阿含》586 经(此经属于『记说』)：

《相应部》41.6 经：「尊者迦摩浮曰：『居士！有三种之行，为：身行、语行、心行是。……居士！入息、出息为身行，寻、伺为语行，想、受为心行。』」

《相应阿含》586 经：「伽摩比丘言：『行者，谓三行——身行，口行，意行。……出息、入息，名为身行。有觉、有观，名为口行。想、思，名为意行。』」

《相应部》『质多相应』解说的「心行(即意行)」是想、受，《相应阿含》解说的「意行」是想、思，两部圣典的意见是不一致。

「行阴」之「行」的原义，是指「心智协调、计量及决定(巴 saṅkhāra、梵 saṃskāra)」的心理意向、决意？或是含有「意图造作(巴 cetanā)」意涵的「思」？或是指身、口、意之「造作、行为(巴 cariyā、梵 caryā)」？或是其他的义解？

问题的答案，可以根据四部圣典的传出与发展次第²得到佐证：

一、《相应阿含》与《相应部》共传的『阴(蕴)相应』，是出自佛灭当年「第一次结集」集成的『七事修多罗』，两经共传的『质多相应』，则是初始结集后才为后世传出的『记说』；《增壹阿含》的内容是出自佛灭至佛灭后百年间的增新传诵，在佛灭后百年之「第二次结集」才编集为《增壹阿含》，

而后世部派又有自派增新的经说在当中。

二、由于『阴(蕴)相应』比『质多相应』更早传出，而且『质多相应』的「三行」，在《相应阿含》与《相应部》的解说是不一致，既无确实有关于「行阴」的解释，也有可能是出自部派的增新与相互融摄。

三、在『蕴(阴)相应』的传诵中，「行」之巴利语 saṅkhāra 的语义，意指「心智协调、计量及决定」的心理意向、决意，相较于「思」之巴利语 cetanā 的「意图造作」，确实较为契合。

四、《相应部》『蕴(阴)相应』中，不论是巴利语 saṅkhāra 之心理意向、决意的「行」，或是巴利语 cetanā 之认识、意图的「思」，都不同于《增壹阿含》解说「行阴」之身行、口行、意行的「造作、行为(巴 cariyā)」。何况「行阴」是非色的无色阴，怎么会是身行造作的色法？

因此，《增壹阿含》之「行阴」为身行、口行、意行的义解，是不合古老经说的新义解，应当是出自后世的传诵，当然更有可能是出自部派时代的创新说法。

但是，后世将「行阴」另作新解为身行、口行、意行的新定义(巴 cariyā)，却在语词的运用上，还是延用原有的 saṅkhāra，不免有语词相通而义解不同的问题。

2. 「无明缘行」与「行阴」之「行」的语词探究

佛陀解说的「十二因缘」，关于「无明」为缘的「我见」与「常见、断见」等「妄见」(见《相应部》『蕴相应』81 经、《相应阿含》57 经)，在分别说部传诵的《舍利弗阿毗昙论》，是解说为「非福行、福行、不动行」或「身行、口行、意行」，在分别说部传诵的《相应部》也揉杂此说。见《舍利弗阿毗昙论》卷十二³、《相应部》『因缘相应』2 经：



《舍利弗阿毗昙论》卷十二：「云何无明缘行？无明缘福行、非福行、不动行。云何非福行？不善身行、不善口行、不善意行。……云何福行？身善行、口善行、意善行。……云何不动行？若人无慧、无明未断，离一切色想，天瞋恚想，不思惟若干想，成就无边空处行。……离一切空处，成就无边识处行。……。离一切识处，成就无所有处行。……离一切无所有处，成就非有想、非无想处行。……意业由意生受、想、思、触、思惟，如是身、口、意善行，是名福行无明缘现世行，是名不动行。」

《相应部》12.2 经：「诸比丘！何为行？诸比丘！此等有三行：身行、口行、心行是。诸比丘！以此谓之行之。」

分别说部《舍利弗阿毗昙论》解说「十二因缘」的「行」，不仅有「身行、口行、意行」的「造作（巴 cariyā）」意涵，也有「福行、非福行、不动行」之「造作而导向后世诸趣受生」的「业力（巴 karma）」见解，如主张「缘现在行有未来识」⁴。

但是，生死源自「造作之业力」与「业生」的见解，是古典奥义书思潮下的苦行沙门思想，绝不是释迦佛陀教说的「贪爱生」。见《相应部》『蕴相应』105 经、《相应阿含》71 经：

《相应部》22.105 经：「诸比丘！以何为有身耶？名为五取蕴。……以何为有身之集耶？当来有之渴爱……乃至……诸比丘！此名为有身之集。」

《相应阿含》71 经：「云何有身？谓五受阴。云何为五？色受阴，受、想，行、识受阴，是名有身。云何有身集？当来有爱，贪喜俱，彼彼乐着，是名有身集。」

《舍利弗阿毗昙论》主张「缘现在行有未来识」的说法，既不合经说之「行」是「我见」的原义，也

不合「贪爱生」的佛教思想，反而呼应了「业力」、「业生」的「宿命业报论」。

在目前广为流传之「十二因缘」的提要句颂当中，原是「无明」为缘而生「我见」与「常见、断见」，不是采用「见（巴 diṭṭhi）」的语词，而是采用「行（巴 saṅkhāra、梵 saṃskāra）」的用语。原因是原经义的「我见、常见、断见」的「见」，在《舍利弗阿毗昙论》的论义是窜改为「身行、口行、意行」，接着论义连结后世对「行阴」的新义解（身、口、意行），而「行阴」之新义解却是依旧使用「行（巴 saṅkhāra）」的旧语词。

因此，「十二因缘」原始经义的「见（巴 diṭṭhi）」，先是曲改义解为「身行、口行、意行」的「行（巴 cariyā）」，又后世解说五阴的「行（巴 cariyā）」与原有的「行（巴 saṅkhāra）」，在语词上都通用 saṅkhāra，分别说部遂将提要句颂的「见（巴 diṭṭhi）」，修改为等同「行（巴 saṅkhāra）」的语词。日后，「十二因缘」的新义解与新语词，逐渐的影响其他的部派，更成为后世部派的普遍用法。

但是《舍利弗阿毗昙论》将论义之「身行、口行、意行」的造作（巴 cariyā），还有「福行、非福行、不动行」之「造作而导向后世诸趣受生」的业力（巴 kamma），予以综合后再转用「行（巴 saṅkhāra）」的用语，毕竟是不妥善的语词转用。

3. 「十二因缘」之「行」的语词探究

古老经说之「十二因缘」，「无明」为缘而有的「我见」与「常见、断见」，毕竟不是《舍利弗阿毗昙论》解说之「身行、口行、意行」的「造作（巴 cariyā、梵 caryā）」，也不是「福行、非福行、不动行」之「造作而导向诸趣受生」的「业力（巴 kamma、梵 karma）」，更不是「心智协调、计量及决定」的「行（巴 saṅkhāra、梵 saṃskāra）」。



试问：我见、常见、断见都是「见（巴 diṭṭhi）」，怎么可以用解说五阴的「行（巴 saṅkhāra）」？

因此，目前「十二因缘」的提要句颂中，「无明缘行、行缘识」的「行（巴 saṅkhāra）」，应当是出自分别说部之错误解义下的改造语词，极有可能不是原始经说的用语。

目前「无明缘行、行缘识」的「行（巴 saṅkhāra）」，在原始经说的提要句颂用语，应当是「见（巴 diṭṭhi，梵 dr̥ṣṭi）」，意为错谬的邪见（巴 micchā-diṭṭhi，梵 mithyā-dr̥ṣṭi），主要是指佛教以外的错误想法，如六师外道的六十二见。

如果将现今流传的「十二因缘」之「无明缘行」的「行（巴 saṅkhāra）」，依照古老经法原说的意旨修正为「见（巴 diṭṭhi）」，是更符合经说原有的经义传诵。在分别说部的说法中，「见（巴 diṭṭhi）」主要有邪见（巴 micchā-diṭṭhi）、边见（巴 antaggāha-diṭṭhi，有见、无见、常见、断见）、身见（即我见，巴 Sakkāya-diṭṭhi）、倒见（颠倒见，梵 viparyāsaḥ）。见《舍利弗阿毗昙论》卷十八⁵：

「何谓邪见？或有人起如是见，无施、无与、无祠，无善恶业报，无今世、后世，无父母、无天……是名邪见。何谓边见？若见一切有、见一切无，见一切一、见一切异……是名边见。何谓倒见？若见正觉谓非正觉，若非正觉谓是正觉，若见善法谓非善法，若见不善法谓是善法……是名倒见。……何谓身见？若我见。何谓我见？或有人谓色是我，色中有我，色是我有，我是色有，见受、想、行、识亦如是，是名身见。」

如在经说中，「妄见五阴是我、我所」称为「我见」，分别说部又将「我见」称为「身见」。见《舍利弗阿毗昙论》卷十八⁶、《相应阿含》570 经、《相应部》『质多相应』3 经：

《舍利弗阿毗昙论》：「何谓身见？若我见。何谓我见？或有人谓色是我，色中有我，色是我有，我是色有，见受、想、行、识亦如是，是名身见。」

《相应阿含》570 经：「尊者！云何为身见？答言：『长者！愚痴无闻凡夫，见色是我，色异我，色中我，我中色。受……。想……。行……。识见是我，识异我，我中识，识中我。长者！是名身见。』」

《相应部》41.3 经：「居士！此处有无闻之凡夫，尚未会遇圣者，不熟通圣者之法，未修练圣者之法。未会遇善人，不熟通善人之法，未修练善人之法者。以观色为自己，以自己为有色者，以观自己为色，色为自己。以受……以想……以行……以观识为自己，以自己为识者，以识为自己，自己用识。居士！己身见者，当即如是。」

根据说一切有部的说法，「见（巴 diṭṭhi）」分为五种：身见（巴 Sakkāya-diṭṭhi）、边见（巴 antaggāha-diṭṭhi，常见、断见）、邪见（巴 micchā-diṭṭhi）、见取见（巴 diṭṭhi-parāmāsa）、戒取见（巴 sīlabbata-parāmāsa）。见世友着《众事分阿毗昙论》卷第二⁷：

「云何五见？谓身见、边见、邪见、见取见、戒取见。」

这些见解符合经说之「无明缘我见、常见、断见」的教导，也合于「我见」即「身见」、「我取见」的说法。见《相应部》『蕴相应』81,8 经、《相应阿含》57,44 经：

《相应部》22.81 经：「诸比丘！於此处有无闻凡夫，不见圣人，不知圣人之法，不顺圣人之法，不见善知识……乃至……不随善知识之法（此即不见五蕴集法、灭法之十二因缘），以见色为我。诸比丘！彼以见为行。……见受是我……见想



是我……见行是我……见识是我……。诸比丘！彼以常见为行。……诸比丘！彼以断见为行。……」

《相应部》22.8 经：「诸比丘！何为取着、恐惧耶？诸比丘！此处有无闻之凡夫，观此色是我所，我是如是，我之我是如是。彼人于色变易、变异。彼人有色之变易、变异，而生愁、悲、苦、忧、恼。此受是我所……乃至……。此想是我所……乃至……。此行是我所……乃至……。观此识是我所，我是如是，我之我是如是。彼人有识之变易、变异，而生愁、悲、苦、忧、恼。诸比丘！取着、恐惧为如是。」

《相应阿含》57 经：「若见我者，是名为行。彼行何因、何集、何生、何转？无明触生爱，缘爱起彼行。……彼爱受因……彼受触因……彼触六入处因……。彼六入处是缘起法，无常、有为（应译有漏）；彼触、受、爱，行，亦是缘起法，无常、有为（应译有漏）。」

《相应阿含》44 经：「愚痴无闻凡夫，于色集、色灭、色味、色患、色离不如实知故，于色爱喜、赞叹、取着，于色是我、我所而取。……受、想、行、识，亦复如是。」

无明则生我见，已经得明、断无明者，则能断我见，原始经法的共说是「先断无明，再断我见、常见与断见」。常见又称为「有见」，断见又称为「无见」。见《相应阿含》45 经、《相应部》『蕴相应』47 经：

《相应阿含》45 经：「如是比丘！有意界，法界，无明界。愚痴无闻凡夫，无明触故，起有觉、无觉、有无觉；我胜觉、我等觉、我卑觉；我知、我见觉，如是知、如是见觉，皆由六触入故。多闻圣弟子，于此六触入处，舍离无明而生明，不生有觉、无觉、有无觉；胜觉、等觉、卑觉；我知、我见觉。」

《相应部》22.47 经：「诸比丘！此处有无闻之凡夫，不见圣人…乃至…不顺善知识之法，观我是色，我以色有，我中有色，色中有我……观受……想……行……识是我，我以识有，我中有识中有我。有如是观见，谓不离我。……然则，有闻之圣弟子断无明而生明。彼人离无明而生明故，不思惟我，不思惟此是我，不思惟有，不思惟无，不思惟有色……无色……有想……无想……非想非非想。」

「无明缘行、行缘识」的「行（巴 saṅkhāra）」，在经法原说是指「我见、常见、断见」，绝不是出自分别说部《舍利弗阿毗昙论》自行解义、篡改的「非福行、福行、不动行」或「身行、口行、意行」。目前南传《相应部》『因缘相应』2 经、汉译《相应阿含》298 经，是揉杂《舍利弗阿毗昙论》之论义的新经说，当中的解说是不可信。《舍利弗阿毗昙论》对「行」的解义，广为影响部派佛教其他部派，而发展为后世佛教流传的通说。但是在原始经说的用语，目前「十二因缘」之提要句颂的「行」，原本应当是「见（巴 diṭṭhi，梵 dr̥ṣṭi）」，意指不合「因缘、缘生」的错谬邪见（巴 micchā-diṭṭhi，梵 mithyā-dr̥ṣṭi）。

因此，「十二因缘法」之提要句颂的原型，极可能是：无明缘「见」、「见」缘识、识缘名色、名色缘六入、六入缘触、触缘受、受缘爱、爱缘取、取缘有、有缘生、生缘老病死、忧悲恼苦。如此的句颂，即可清楚的指出，缘无明而有「我见、常见、断见」等邪见，有明则有正见。见《相应部》『道相应』1 经、《相应阿含》749 经：

《相应部》45.1 经：「诸比丘！无明为前，因生不善法，而随生无惭无愧。诸比丘！随无明于无智者生邪见。有邪见则生邪思惟，有邪思惟则生邪



语，有邪语则生邪业，有邪业则生邪命，有邪命则生邪精进，有邪精进则生邪念，有邪念则生邪定。诸比丘！**以明为前**，因生善法，随生惭愧。诸比丘！**随明于有智者则生正见**，有正见则生正思惟，有正思惟则生正语，有正语则生正业，有正业则生正命，有正命则生正精进，有正精进则生正念，有正念则生正定。」

《相应阿含》749 经：「**若无明为前相故**，生诸恶不善法时，随生无惭、无愧；无惭、无愧生已，**随生邪见**。邪见生已，能起邪志、邪语、邪业、邪命、邪方便、邪念、邪定。**若起明为前相**，生诸善法时，惭、愧随生；惭愧生已，**能生正见**。正见生已，起正志、正语、正业、正命、正方便、正念、正定，次第而起。」

无明缘「我见、常见、断见」等妄见，缘妄见而有「贪爱」，「贪爱」的重点在「贪爱六识」（见《相应阿含》551 经）。若「贪爱六识」则「六根贪逐六境」，「六根贪逐六境」则缘六识生，六识生则复贪爱于六识，如是展转缘生不息（在下一章节详细解说）。如是即是「**无明缘『见』、『见』缘（爱）识，（爱）识缘名色、名色缘识，辗转增长**」。

「**无明缘行、行缘识**」的句颂，应当是出自分别说部《舍利弗阿毗昙论》之部义改造的新说法，从经说的比对来看，不可能是原始经说的传诵。原始经说之「十二因缘」的提要句颂，极可能是「**无明缘见、见缘识**」的句颂内容。

在目前以部派诵本形式流传，传诵经说内容以「第一次结集」集成之『七事修多罗』为主的分别说部系《相应部》与说一切有部《相应阿含》，在经文中明确提到「无明缘身行、口行、意行，或非福行、福行、不动行」的经篇，只有《相应部》『因缘相应』51,2,28 经与《相应阿含》292,298,344,355 经。如下引证：

《相应阿含》292 经：「思量彼行何因，何集，何生，何转？知**彼行无明因**，无明集，无明生，无明转。**彼福行无明缘，非福行亦无明缘，非福不福行亦无明缘**，是故当知彼行无明因，无明集，无明生，无明转，彼无明永灭无余，则行灭。」

《相应阿含》298 经：「**缘无明行者**，云何为行？**行有三种：身行，口行，意行。**」

《相应阿含》344 经：「云何行如实知？行有三种：**身行，口行，意行，如是行如实知。**」

《相应阿含》355 经：「云何行觉知？谓三行：**身行，口行，意行，如是行觉知。**」

《相应部》12.51 经：「诸比丘！**陷于无明之人，若自为福行者，则其识趣于福；若自为非福行者，则其识趣于非福；若自为不动行者，则其识趣于不动**。诸比丘！比丘舍无明而生明，彼离无明生明故，彼无自为福行，无自为非福行，无自为不动行。」

《相应部》12.2 经：「诸比丘！**何为行？诸比丘！此等有三行：身行、口行、心行是**。诸比丘！以此谓之行之。」

《相应部》12.28 经：「诸比丘！**行者何耶？诸比丘！有此等之三行。即：身行、语行、心行是**。诸比丘！此等谓之行之。由无明之集，而有行之生起，由无明之灭，而有行之灭。」

《相应部》『因缘相应』51,2,28 经及《相应阿含》292,298,344,355 经的内容，都是揉杂分别说部《舍利弗阿毗昙论》之论义的增新经说。见《舍利弗阿毗昙论》卷十二⁸：

「**云何无明缘行？无明缘福行、非福行、不动行**。云何非福行？不善身行、不善口行、不善意行。……**此身、口、意不善行，名非福行无明缘现世行**。云何福行？身善行、口善行、意善行。……



此身、口、意善行，是名福行无明缘现世行。……云何不动行？若人无慧、无明未断，离一切色想，天瞋恚想，不思惟若干想，成就无边空处行。……离一切空处，成就无边识处行。……。离一切识处，成就无所有处行。……。离一切无所有处，成就非有想、非无想处行。……。意业由意生受、想、思、触、思惟，如是身、口、意善行，是名福行无明缘现世行，是名不动行。」

特别要注意一事实，在《相应部》的 2889 篇经文、《相应阿含》约 13412 篇经文⁹当中，除了《相应部》『因缘相应』2,28,51 经、《相应阿含》292,298,344,355 经以外，其余众多广泛的经说多是主张「无明缘则有我见、常见、断见等种种妄见」。

「无明缘行、行缘识」的说法，除了《相应部》『因缘相应』2,28,51 经、《相应阿含》292,298,344,355 经，还有目前流传在部派诵本众多经说当中之「十二因缘」提要句颂以外，实际是无有其他经说的支持。

在广大的经说当中，「无明缘妄见」的传诵才是真正的主流传诵，在经说中是触目可见，绝不是「无明缘身行、口行、意行（或福行、非福行、不动行）」。因此，「无明缘『行』」是出自《舍利弗阿毗昙论》的部派论义，不是古老经说传诵的说法，也无法契合广大经说的共义，「十二因缘」提要句颂的古说极可能是「无明缘『见』，『见』缘识……」，这是比「无明缘『行』，『行』缘识」的说法，更契合广大共传的经义。

古老的经说与部派论义揉杂的新说，两者之间的巨大差异，影响着佛教学人的修行与佛教的发展。后世的学人必需「以智善抉择」，莫要为了个人的颜面与宗门的利益而说，当知此事攸关

广大佛弟子的修行，请悲悯苦难的众生。否则，提出再多的经说证明也无济于事！

7-1-2-2-4-2. 「见」与「慢」的内涵探究

佛陀指出「无明」缘生的「妄见、邪见（巴 micchā- diṭṭhi，梵 mithyā- drṣṭi）」，除了「我见、常见（又称有见）、断见（又称无见）」以外，还有「胜、等、卑」的「妄见」。见《相应阿含》45 经：

《相应阿含》45 经：「愚痴无闻凡夫，无明触故，起有觉、无觉、有无觉；我胜觉、我等觉、我卑觉；我知、我见觉，如是知、如是见觉，皆由六触入故。多闻圣弟子，于此六触入处，舍离无明而生明，不生有觉、无觉、有无觉；胜觉、等觉、卑觉；我知、我见觉。」

古老经文当中的「有觉、无觉」，是指「常见、断见」；「我知、我见觉」即是「我见」，「我见」又被分别说部另说是「身见」；「我胜觉、我等觉、我卑觉」是「自他比较的认知」，这是根据某种取向为准，作为「自他比较」的依据，从而形成「胜觉、等觉、卑觉」的观点、见解，这是与「我见」相关的「妄见」。「觉」在此经中的涵义，不是一般「醒悟度妄」的意思，而是「观点、认知」的意涵。由于「有觉、无觉、有无觉；胜觉、等觉、卑觉；我知、我见觉」都是「妄见」，所以「如实见因缘、缘生法，舍离无明而生明」，即能够断除这些「妄见」。

但是分别说部传诵的《舍利弗阿毗昙论》，是将「我胜、我等、我卑」的「妄见」，另外作出「慢（巴 māna）」的新解及定义，并且认为在修证的最后阶段才能「断慢」。见《舍利弗阿毗昙论》卷十九¹⁰：

《舍利弗阿毗昙论》：「何谓三胜？我慢、不如慢、增上慢，是名三胜。」



《舍利弗阿毗昙论》提出的三胜：我慢（巴 māna）、不如慢（巴 avamāna）、增上慢（巴 adhimāna），我慢即是经说的「我等」，不如慢即「我卑」，增上慢是指「我胜」。因为「胜、等、卑」有比较的色彩，《舍利弗阿毗昙论》才说是「三胜」，并将「我胜、我等、我卑」转变为「增上慢、我慢、不如慢」的说法。

如此一来，原本属于「我见」的「我胜、我等、我卑」，即在分别说部的部义中转变为「慢」。后世，「不如慢」也被称为「卑慢」。见说一切有部《萨婆多宗五事论》¹¹：

「云何我慢？谓于五取蕴随观为我，或为我所。……云何增上慢？谓于未得上之殊胜，计已谓得上之殊胜，或未证触亦未现前上之殊胜，计已证明。……云何卑慢？谓于多分殊胜计已少分下劣。」

在分别说部系铜牒部传诵的《长部》，是将「慢」解说为「我胜慢、我等慢、我卑慢」的「三慢」。见《长部》（33）『等诵经（巴 Savgiti Sutta）』¹²：

《长部》33 经：「三慢：『我胜』慢、『我等』慢、『我卑』慢。」

然而，不论是《舍利弗阿毗昙论》提出的「三胜之慢」，或是《长部》『等诵经』提出「我胜慢（巴 atimāna）、我等慢（巴 māna）、我卑慢（巴 avamāna）」的三种「慢」，在《相应阿含》45 经是称为「我胜觉、我等觉、我卑觉」或「胜觉、等觉、卑觉」，原本都是「见」，绝不是「慢」。

因为五阴是「缘生法」，「缘生法」既不是个别存有，也无有重复性，是「一现则永不再重现」的特有性，所以「缘生法」无法视为「个别的自法」而「比较出绝对的胜、等、劣」。

「胜、等、卑」只是「取样性之相对比较」的

「认知」而已！不代表着参与比较的现法之间，有着「胜、等、卑」的事实，如鸡与鸭的比较即是。因此，「胜、等、卑」只是「取样性之相对比较」的「认知」，绝不是个别的真实，而在古老的经法中，即指出「我胜、我等、我卑」是指错解「比较认知」为个别真实的「妄见」。「我胜、我等、我卑」是「妄见」，绝不是「慢」，「慢」是分别说部自创的说法。

分别说部传诵的「十结」论义，除了「断无明」、「断我见（身见）」、「断常见、断断见」之修证次第错误以外，提出修证最后阶段断除的「五上分结——色爱、无色爱、掉、慢、无明」，当中「断慢」的修证次第也是错误。见《舍利弗阿毗昙论》¹³：

《舍利弗阿毗昙论》卷十九：「何谓五下分烦恼？身见、疑、戒盗、欲染、恚，是名五下分烦恼。何谓五上分烦恼？色染、无色染、无明、慢、掉，是名五上分烦恼。」

《舍利弗阿毗昙论》卷二十一：「何谓烦恼结法？十结，是名烦恼结法。」

《舍利弗阿毗昙论》卷二十六：「云何十结？见结、疑结、戒道结、欲染结、瞋恚结，色染结、无色染结、无明结、慢结、掉结。」

分别说部不仅将「我胜、我等、我卑」另作「慢」的新解及新定义，更提出「慢」是依「我见」为缘、为根，「断我见」即能「断慢」。见《相应部》『蕴相应』82 经：

《相应部》22.82 经：「依如何知，如何见，于此有识之身及外之一切相中，无我心、我所心、慢随眠耶？（佛言：）『比丘！无论彼是如何过去、未来、现在之色……对彼等一切之色以「彼非我物，我亦非彼，彼非我之我。」如是对彼以如实正慧作观。彼如何之想……乃至……彼如何之行……



乃至……彼是如何过去、未来、现在之识……对彼等一切之识，以「彼非我物，我亦非彼，彼非我之我。」……如是对彼以如实正慧观察。比丘！**依如是知、如是见，此有识之身及外之一切相中，无我心、我所心、慢随眠。**」

《相应部》『蕴相应』82 经的说法，在说一切有部传诵的《相应阿含》也揉杂同样的传诵。见《相应阿含》58 经：

《相应阿含》58 经：「云何生我慢？佛告比丘：『愚痴无闻凡夫，於色见我、异我、相在，於受、想、行、识，见我、异我、相在：於此生我慢。』……云何得无我慢？佛告比丘：『**多闻圣弟子，不于色见我、异我、相在，不于受、想、行、识，见我、异我、相在。**』」

如何「断慢」？提出「慢」之新说的分别说部，在《相应部》『蕴相应』82 经的经文中，是指出「断身见」即能「断慢」。如何「断身见」？在《相应部》『蕴相应』82 经，还是指出「见圣人之法，知圣人之法（即因缘法）」才能够「断身见」的经诵，而「断身见」则能「断慢」。见《相应部》『蕴相应』82 经、《中部》（109）『满月大经（Māhapunnamasuttam）』：

《相应部》22.82 经：「如何而不起有身见耶？（佛言：）『比丘！于此处有有闻之圣弟子，**见圣人之法，知圣人之法，善顺圣人之法**，见善知识，知善知识之法，善顺善知识法，不以色是我，我乃以色而有，我中有色、色中有我，不以受……想……行……识是我，我乃识有，我中有识，识中有我。比丘！**如是而不起有身见。**』」

《中部》109 经：「比丘！此处有**无闻之凡夫，不认诸圣，不熟圣法**，于圣法不能练达，不认诸善士，不熟诸善士之法，对诸善士之法不能练达，认色即我，又认我为色有，又认於我之中有色，

又认色之中有我。认受即我…乃至…想…乃至…行…乃至…识即我，又认我为识有，又认我中有识，又认识中有我，比丘！**如是即有身见**。……比丘！此处有**多闻之圣弟子，认诸圣，熟圣法**，对圣法善练达。认诸善士，熟诸善士之法，对诸善士之法善练达，不认色即我，又不认我为色有，又不认我中有色，又不认色中有我。…不认想即我…不认行即我…不认识即我，又不认我为识有，又不认我中有识，又不认识中有我。比丘！**如是即无有身见。**」

此外，前章已引证《舍利弗阿毗昙论》卷十八，分别说部也说「身见」即是我见。在古老的经说中，分别说部提出的「我胜慢、我等慢、我卑慢」，实际是「见」，而不是「慢」，分别说部是将「我见」另外转说为「身见」与「慢」。因为「我胜、我等、我卑」是「妄见」，所以「见圣人之法」、「舍离无明而生明」的圣弟子，才可以断除「有、无、有无；我胜、我等、我卑；我知、我见」等种种的「妄见」。见《相应阿含》45 经、《相应部》『蕴相应』47 经：

《相应阿含》45 经：「如是比丘！有意界，法界，无明界。愚痴无闻凡夫，无明触故，起有觉、无觉、有无觉；我胜觉、我等觉、我卑觉；我知、我见觉，如是知、如是见觉，皆由六触入故。**多闻圣弟子，于此六触入处，舍离无明而生明，不生有觉、无觉、有无觉；胜觉、等觉、卑觉；我知、我见觉。**」

《相应部》22.47 经：「诸比丘！此处有无闻之凡夫，不见圣人…乃至…不顺善知识之法，观我是色，我以色有，我中有色，色中有我……观受……想……行……识是我，我以识有，我中有识中有我。有如是观见，谓不离我。……然则，有闻之圣弟子断无明而生明。**彼人离无明而生明**



故，不思惟我，不思惟此是我，不思惟有，不思惟无，不思惟有色……无色……有想……无想……非想非非想。」

无明不断，如何断我见（或说身见）？我见未断，如何断慢（其实，慢即我见）？因此，分别说部提出「先断身见，最后断无明」，是错误的修证次第，又说「慢」是修证最后阶段才断除的「五上烦恼结」之一，同样是自派编纂的新义解，也是错误的修证次第。古说与新义共同揉杂的《相应部》，呈现出次第驳杂错乱、自相矛盾的问题。

7-1-2-2-5. 「识缘名色」之原说及异义

7-1-2-2-5-1. 识、名色的定义

佛陀解说「识」与「名色」时，「识」是指六识，而六识是如何起呢？关于六识的生起，佛陀说：「二因缘生识」。这是指「眼、色缘生眼识，耳、声缘生耳识，鼻、香缘生鼻识，舌、味缘生舌识，身、触缘生身识，意、法缘生意识」。见前面引证的《相应阿含》214 经、《相应部》『六处相应』93 经。

佛陀除了说「二因缘生识」以外，又教导：「名色集是名识集；依名色之集而有识之集。」见前面引证的《相应阿含》41 经、《相应部》『蕴相应』56 经。

六根、六境缘生六识，六识也就是五阴的识阴，又说「名色集是识集」，可见「名色」是六根、六境的简说。

为甚么六根、六境又说是「名色」？因为眼、耳、鼻、舌、身、意等六根是色法，色、声、香、味、触等五外境也是色法，另为意根所缘的法境，是受阴（情感活动）、想阴（记忆、思考）、行阴（意志决断）等非色的名法，所以六根与六境归纳分类为「色、受、想、行」等四阴。六根、六境缘生六识的

说法，或说六识是依六根、六境因缘生，又可用五阴的表达为「识依色、受、想、行住」。见大正藏《相应阿含》39 经、《相应部》『蕴相应』54 经：

《相应阿含》39 经：「於色中识住，攀缘色，喜贪润泽，生长增广；於受、想、行中识住，攀缘受、想、行，贪喜润泽，生长增广。……比丘！若离色、受、想、行，识有若来、若去、若住、若生者，彼但有言数，问已不知，增益生痴，以非境界故。」

《相应部》22.54 经：「诸比丘！於色封滞而住识者，以色为所缘，止住於色，近依喜而住，生长、增广。诸比丘！於受封滞而住识者，乃……近依喜而住，生长、增广。诸比丘！於想封滞而住识者…乃至…诸比丘！於行封滞而住识者，以行为所缘，而止住于行，近倚喜而住，生长、增广。诸比丘！如说「我离於色、离於受、离於想、离於行，而施設於识之来往、死生、长益、广大」者，无有是处。」

《相应阿含》39 经用「攀缘」一词，是译经师求那跋陀罗的用法。因为六境的法境是属精神活动的受、想、行阴，有名称却不可见，属于非色而简称为「名」，所以「色、受、想、行」又归纳简称为「名、色」。依六根、六境之缘（名色）而有六识现起，所谓「名色集是识集」（见前引证《相应阿含》41 经、《相应部》『蕴相应』56 经）。

依六根、六境之缘（名色）而有六识现起，正是《相应阿含》41 经、《相应部》『蕴相应』56 经中，共同记载的「名色集是识集」的古老传诵。

「色、受、想、行」简称「名、色」，又可验证于《相应阿含》294 经、《相应部》『因缘相应』19 经：

《相应阿含》294 经：「内有此识身，外有名色，此二因缘生触。」



《相应部》12.19 经：「诸比丘！被无明所覆、渴爱所系之愚夫，生如是之身，依此有之识身与外之名色，如是依此二者，有触、六触处。」

佛陀说「触」，是指根、境、识的因缘，用代名词称为「触」，共有眼触、耳触、鼻触、舌触、身触、意触等六触。根据《相应阿含》294 经、《相应部》『因缘相应』19 经的共说，「名色」与「识」二者生「触」，可见「名色」是指「六根、六境之缘」。

原始经义的「识」是指六识，「名色」是指「六根、六境之缘」，「名色集是名识集」是将「六根、六境缘生六识」改用五阴来表达的另一说法。

7-1-2-2-5-2. 识缘名色：无明缘贪爱，贪爱六识，故增长名色之缘

当在六触入处不如实观察集法，则会在六触入处起无明（《相应阿含》57 经略说为「无明触」，《相应阿含》105 经说「于此六触入处，舍离无明而生明」），缘无明生我见、贪爱，贪爱也是于六触入处生贪爱。贪爱何者？佛陀说是贪爱于六识。譬如：口食红烧豆腐，生起舌识，人爱当中的滋味，也就是贪爱舌识（味觉）的经验。见《相应阿含》551 经、《相应部》『蕴相应』3 经：

《相应阿含》551 经：「眼流者，眼识起贪，依眼界贪欲流出，故名为流。耳；鼻；舌；身；意流者，谓意识起贪，依意识界贪欲流出，故名为流。」

《相应部》22.3 经：「居士！以何为住处耶？居士！色之因为住处，流出与系，名为住处。居士！声之因为住处…乃至…；香之因为住处…乃至…；味之因为住处…乃至…；所触之因为住处……法之因为住处，流出与系，名为住处。」

然而，世人在六根、六境缘生六识的当下，对六识生贪爱，却误以为贪爱的对像是色、声、香、味、

触、法等六境。譬如：口食红烧豆腐，贪爱舌识（味觉）的经验，却误以为贪爱的对像是红烧豆腐，而造成舌根追逐于味境的红烧豆腐。

因此，贪爱眼识，却是眼根追逐于色境；贪爱耳识，却是耳根追逐于声境；贪爱鼻识，却是鼻根追逐于香境；贪爱舌识，却是舌根追逐于味境；贪爱身识，却是身根追逐于触境（酸、麻、冷、热……）；贪爱意识，却是意眼根追逐于法境（受、想、行）。

简单来说，众生贪爱于六识，因为误以为可爱乐的是六境，所以六根追逐六境，当根追逐境，根、境即为贪爱所系缚。见《相应阿含》239 经、《相应部》『六处相应』109,112 经：

《相应阿含》239 经：「云何结所系法？眼、色，耳、声，鼻、香，舌、味，身、触，意、法，是名结所系法。云何结法？谓欲贪是名结法。」

《相应部》35.109 经：「诸比丘！眼为可系缚之法，凡对此生欲染，於此即是系缚。耳是……鼻是……舌是……身是……意为可系缚之法也，凡对此生欲染，於此即是系缚。」

《相应部》35.112 经：「诸比丘！於色不知解、不晓了、不离欲、不舍弃，则不足以破除苦恼。於声……於香……於味……於触……於法不知解、不晓了、不离欲、不舍弃，则不足以破除苦恼。」

六根、六境缘生六识，又称为「名色缘识」。在六根、六境缘生六识的当下，贪爱于六识，造成六根追逐于六境，而六根、六境之缘又称为「名色」，这即是「爱六识缘名色」，略说是「识缘名色」。当六根追逐于六境，受贪爱系缚的六根、六境之缘（名色），即辗转而缘生六识，如是再爱识又起名色之缘，这就是经文略说的「名色缘识，识缘名色」的循环。见《相应阿含》288 经、《相应部》『因缘相应』67 经：



《相应阿含》288 经：「尊者舍利弗！名色非自作，非他作，非自他作，非非自他作无因作，然彼**名色缘识生**。……尊者舍利弗！彼识非自作，非他作，非自他作，非非自他作无因作，然彼**识缘名色生**。……然彼名色缘识生，而今复言名色缘识，此义云何？……今当说譬，如智者因譬得解。譬如三芦，立于空地，展转相依而得竖立。若去其一，二亦不立；若去其二，一亦不立，展转相依而得竖立。识缘名色，亦复如是，展转相依而得生长。」

《相应部》12.67 经：「友！拘絺罗！名色非自作，名色非他作，名色非自作、他作，亦非自作、他作，亦非无因生，是**缘识而有名色**。……友！拘絺罗！识非自作，识非他作，识非自作、他作，识非自作、非他作，亦非无因生，是**缘名色而有识**。……友！譬如两芦束，相互依持则能直立。友！同此，**缘名色而有识，缘识而有名色**。缘名色而有六处，缘六处而有触、……如是，此乃全苦蕴之集。友！若此等之芦束中，取其一；而另一则仆倒；取他，而另他则仆倒。友！同此，**缘名色之灭，而有识灭。缘识之灭，而有名色灭。缘名色之灭而有六处灭。缘六处之灭，而有触灭……如是，此乃全苦蕴之灭。**」

7-1-2-2-5-3. 「识缘名色」之经义的增编与篡改

在佛灭后 116 年，因为毗舍离僧团的大天举「五事异法」，引起僧团的争论。当时西印优禅尼地区主张「佛分别说」的僧团，在阿育王的要求下，出面调合争端。优禅尼僧团采用妥协双方意见的立场，并藉由举行结集加以定调，企图平复「五事异法」引起的争论，却反而形成三种无法一致的意见，而造成佛教僧团自此分裂为三派。

当时优禅尼僧团举行自派结集时，在原本僧团传诵的经藏、律藏之外，又另自行集出过去无有的论藏，发展出三藏的传诵。此后，主张「佛分别说」的

优禅尼僧团，即被称为分别说部，当时自行集出的论藏即是《舍利弗阿毗昙论》，并且随后为分别说部的三大分派（化地部、法藏部、饮光部）传诵。

《舍利弗阿毗昙论》是佛教最早的论著，当中的主张对佛教的影响，不论在深度与广度上，都是难以估量。《舍利弗阿毗昙论》是在佛陀教导的圣者典范、因缘法、道次第、禅法之外，提出新典范、新道次第、新禅观次第与方法，更对因缘法作出绝然不同的新解说，彻彻底底的改变了佛法的传承内容。

分别说部传诵的《舍利弗阿毗昙论》，是在佛陀的教法之外，建立了新佛教。

古老经说针对「十二因缘」的正确解说，在佛教僧团的努力下，传诵了百余年，最后在《舍利弗阿毗昙论》的新解说中，逐渐的隐没于世间。

7-1-2-2-5-3-1. 识、名色的新定义

原始经义的「名色」是指「六根、六境」，又说是「色、受、想、行」，所以「名色集是名识集」是将「六根、六境缘生六识」改用五阴来表达的另一说法。

佛灭后 116 年部派分裂，西印的优禅尼僧团举行自部（分别说部）的结集，集出佛教最早的论著，也就是《舍利弗阿毗昙论》。分别说部传诵的《舍利弗阿毗昙论》，将「名色」的色阴，由六入处改为「四大」，而原是「六根、六境」的「名色」，除了原有的「色、受、想、行」之外，又增说了「触、思惟」。见分别说部传诵的《舍利弗阿毗昙论》『非问分缘品第五』¹⁴：

《舍利弗阿毗昙论》：「云何识缘名色？……四大四大所造色，是（为）色；由意生受、想、思、触、思惟谓名。」



《舍利弗阿毗昙论》的自派增新说法，后来揉杂入自部传诵的经说中，成为自派增新的「部义经诵」。分别说系铜鍱部传诵的《相应部》『因缘相应』2 经，虽然保持了『因缘相应』19 经、『蕴相应』54,56 经中，「名色」是「色、受、想、行（行阴又称为「思」）」的说法，但受到《舍利弗阿毗昙论》的部义揉杂，又多增说了「触、作意」。见《相应部》『因缘相应』2,19 经、《相应部》『蕴相应』54,56 经：

《相应部》12.2 经：「诸比丘！何为名色？诸比丘！受、想、思、触、作意，以此谓之名；四大种及四大种所造之色（古老经说的色是眼处……意处等六处），以此谓之色。如是此名与此色，谓之名色。诸比丘！何为识？诸比丘！此等有六识身：眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识是。」

《相应部》12.19 经：「被无明所覆、渴爱所系之愚夫，生如是之身，依此身（自己之有识身）与外之名色，如是依此二者，有触、六触处。」

《相应部》22.54 经：「诸比丘！於色封滞而住识者，以色为所缘，止住于色，近依喜而住，生长、增广。诸比丘！於受封滞而住识者……於想封滞而住识者……於行封滞而住识者，以行为所缘，止住于行，近依喜而住，生长、增广。」

《相应部》22.56 经：「诸比丘！以何为行耶？诸比丘！六思身是。〔谓：〕色思、声思、香思、味思、所触思、法思是，此名之为行。依触之集而有行之集，依触之灭而有行之灭。」

《舍利弗阿毗昙论》的「思惟」与《相应部》的「作意」，两者的差异是译经师的翻译不同。《舍利弗阿毗昙论》的「思惟」，是指「正思惟（巴 sammāsāṅkappa）」，这是四、五世纪时期的汉译语，后来的唐朝玄奘大师将「正思惟」改译为「正观」。「正观」即是南传巴利语的「如理作意

（巴 yoniso manasikāra）」，意为「向生起之因缘，探究、观察其根缘」，也就是「追根究柢的观察、探寻真相」。「如理作意」在佛教的意思中，是「如圣人所说理（如佛说因缘法）的观察、探究」，也就是「善观缘起」。简要的说，是「修因缘观」。如《相应部》『预流相应』28 经的「圣弟子对缘善作意」。

出自「部义经诵」的《相应部》『因缘相应』2 经，日后被说一切有部融摄取用，也即是现今《相应阿含》298 经的传诵。由于《相应阿含》298 经是源自部派之间的部义融摄而发展出来，是远比《相应部》『因缘相应』2 经的传出还更晚出现，不免又有所不同。见《相应阿含》298 经：

「云何为识？谓六识身：眼识身，耳识身，鼻识身，舌识身，身识身，意识身。缘识名色者，云何名？谓四无色阴：受阴、想阴、行阴、识阴。云何色？谓四大，四大所造色，是名为色。此色及前所说名，是为名色。」

《相应阿含》298 经将「名色」定义为「受、想、行、识」与「色（四大）」，也就是五阴的意思，当中可以看出融摄了分别说部将色阴定义为「四大」的部义。但是「名色」为五阴的说法，在解说「名色缘识」时，却变成「五阴缘识阴」的奇异见解，在经义上难以自圆其说。《相应阿含》298 经对「名色」的定义，是比《相应部》『因缘相应』2 经多了「识」，而少了《相应部》『因缘相应』2 经多说的「触、作意」。如此，可以证知部派之间的见解是多有不同。

后世分别说部的论义，又采用「聚合」及「相依生」的观点，将「名色」分别解说为「名聚」、「色聚」，当然这是另一种新出的异说。

此外，说一切有部又将「名色」解说是「羯刺蓝、頞部昙、闭尸、键南、钵罗奢佉」，也就



是六根尚未发展健全之前的受精胚胎。见说一切有部《阿毗达磨大毗婆沙论》卷二十三¹⁵：

「云何名色？谓结生已，未起眼等四种色根，六处未满中间五位，谓：羯刺蓝、颈部县、闭尸、键南、钵罗奢佉，是名色位。」

分别说部系将「名色」解说是「名聚」、「色聚」的部义，或是说一切有部将「名色」解说是「六根尚未健全的受精胚胎」，都是分别说部最初集出的《舍利弗阿毗昙论》，或是自派传诵的《相应部》，乃至说一切有部传诵的《相应阿含》，皆无有的新说法、新部义，也是佛灭后二百年内无有的说法。「名聚」、「色聚」与「六根尚未健全的受精胚胎」的说法，不是部派佛教初期的部派义解，应是部派佛教中期的新出异说。

7-1-2-2-5-3-2. 「识缘名色」之部派新解

《舍利弗阿毗昙论》对「识缘名色」的解说，依然是将提要句颂的「识缘名色」，当作真实义的直接作解，完全不同古老经说「爱识而起名色（根、境）之缘」的原义。见《舍利弗阿毗昙论》『非问分缘品第五』¹⁶：

「云何识缘名色？有缘共欲识生，有欲身业生，有欲口业生，有欲意业生。共有欲身业、口业，是谓色；共有欲意业，由意生受、想、思、触、思惟，谓名。如是现在识生现在名色，是名识缘现在名色。」

共有瞋恚，共有愚痴，无共欲、无共瞋恚、无共愚痴。善、不善有缘无记识，无记身业、口业、意业，无记身业、口业谓色；无记意业，由意生受、想、思、触、思惟，谓名。如是缘现在识生现在名色，是名现在识缘现在名色。

复次，若人无慧，无明未断，作不善识，彼作

不善识已，身坏命终堕地狱、畜生、饿鬼。以因绪缘故，生地狱、畜生、饿鬼名色。四大、四大所造色，是色；由意生受、想、思、触、思惟，谓名。是名缘现在识生未来名色，是为识缘未来名色。

复次，若人无慧，无明未断，作有漏善识，当受欲界生。作善识已，身坏命终，若生人中，若生欲界天上，以因绪缘故，若受人中、欲界天上名色。四大、四大所造色，是色；由意生受、想、思、触、思惟，谓名。如是缘现在识生未来名色。

复次，若人无慧，无明未断，离欲、恶不善法，有觉、有观，离生喜乐，成就初禅行。彼喜乐，初禅尊上堪忍住喜乐，初禅尊上堪忍住已，识依乐取，彼身坏命终生色界天上。以因绪缘故，生色界天上名色。四大、四大所造色，是色；由意生受、想、思、触、思惟，谓名。如是缘现在识生未来名色，是名识缘未来名色。

乃至……复次，若人无慧，无明未断，离一切无所有处，成就非有想、非无想处行喜乐。彼非有想、非无想处尊上堪忍住喜乐，非有想、非无想处尊上堪忍多住已，识依取乐多修行，身坏命终生非有想、非无想处天上。以因绪缘故，生非想非非想处天上名。由意生受、想、思、触、思惟，谓名。如是缘现在识生未来名，是名识缘未来名。

复次，若人无慧，无明未断，作不善身行、不善口行、不善意行，作不善行已，身坏命终生地狱、畜生、饿鬼。以因绪缘故，生地狱、畜生、饿鬼，初识共彼识名色。四大、四大所造色，是色；由意生受、想、思、触、思惟，谓名。是名如是缘未来识生未来名色，是名识缘未来名色。

复次，若人无慧、无明未断，作有漏身、口、意善行，当受欲界生。作善行已，身坏命终若生人中欲界天上，以因绪缘故，生人中若欲界天上，初识共彼识名色。四大、四大所造色，是色；由意



生受、想、思、触、思惟，谓名。如是**缘未来识生未来名色**，是名识缘未来名色。

复次，若人无慧、无明未断，作有漏身善行，当生色界，作有漏口善行、意善行，当生色界。作善行已，身坏命终生色界天上，以因绪缘故生色界，初识共彼识名色。四大、四大所造色，是色；由意生受、想、思、触、思惟，是名。如是**缘未来识生未来名色**，是名识缘未来名色。

复次，若人无慧、无明未断，作有漏身善行，当生无色界，作有漏口善行、意善行，当生无色界。作善行已，身坏命终生无色界天上，以因绪缘故，生无色界天上，初识共彼识名，由意生受、想、思、触、思惟，是名。如是**缘未来识生未来名**，是名识缘未来名。……

识不入胎有名色生不？无也！识入胎不出有名色集不？无也！若婴儿识断坏非有，彼有名色增长广大不？无也！无一切识者，有名色不？无也！……若识缘名色，如向所说，以是故说。」

《舍利弗阿毗昙论》针对「识缘名色」的解说，因为采用提要句颂的「直解」，当然不免是离经说原义的「自作解」。《舍利弗阿毗昙论》除了遵循经说原义的将「识」解说为「六识」之外，对「识」的解义另说有「欲识、善识、不善识、无记识」，并且又有「识入胎，识住胎，识出胎」的新见解。

在古老的经法中，色阴是指六处。因此，当此生五阴败坏时，不可能有「离于六根、六境之缘」的「识」，可以从此生、从此处而至他时、他处的「入胎、结生」。《舍利弗阿毗昙论》的「识入胎」见解，是明显的提出离开「六根、六境之缘」还能有「识」，违反了佛陀的教说，正如经说：「问已不知，增益生痴，以非境界故。」见《相应阿含》39经、《相应部》『蕴相应』54经：

《相应阿含》39经：「比丘！若离色、受、想、行，识有若来、若去、若住、若生者，彼但有言数，问已不知，增益生痴，以非境界故。」

《相应部》22.54经：「诸比丘！如说『我离於色、离於受、离於想、离於行，而施設於识之来往、死生、长益、广大』者，无有是处。」

如果要建立「识入胎」的见解，势必要有「离于六根、六境之缘（离色、受、想、行）」的「识」。然而，色阴是指六处（六根），如何能够离于「六根、六境之缘」而有「识」？

在分别说部传诵的《舍利弗阿毗昙论》中，主张无色界有「受、想、行、识」的受生。见《舍利弗阿毗昙论》卷十二¹⁷：

「云何取缘有？欲取、见取、戒取、我取缘未断，若作欲行、色行、无色行，有报身、口、意业，是名取缘有。」复次，取缘三有，欲有、色有、无色有。……云何无色有？二种无色有，或无色有即业有，或无色有即生有。云何无色有即业有？无色行未竟、未知、未断，若作无色行有报身、口、意业，名无色有即业有。**云何无色有即生有？若作业成就已，无色界天上受四种我分身，受、想、行、识，是名无色有即生有。**此谓受有，此谓报有，此谓复有。如是无色行业有，如是无色行生有，是名无色有。」

分别说部传诵的《舍利弗阿毗昙论》中，主张无色界有「受、想、行、识」的受生。在佛陀的教法中，「受、想、行」的生起必是缘「触」，而「触」是指根、境缘生识。若是主张无色界有「受、想、行、识」的受生，也等同认为无色界有六根，因为有根才会有根、境的因缘生识。但是无色界既是无色，不可能有色法的色、声、香、味、触等五境，也不会有「眼、色；耳、声；鼻、香；舌、味；身、触」的因缘，当然也无有眼识、耳识、鼻识、舌识、身识可



说。如此一来，无色界必定无有眼触、耳触、鼻触、舌触、身触，只能说无色界有意根与非色的法境（受、想、行）为缘，意、法为缘生意识，有意触生受、想、行，这即是分别说部持有的见解。

因此，在分别说部《舍利弗阿毗昙论》的部义中，意根是非色。然而，根据《相应部》的说法，意根是色法。《舍利弗阿毗昙论》与《相应部》的说法不一致，原因是「色阴是六处」为经说传诵的古义，而分别说部又有「非色之有分识」的部义，可以用「有分识」作为无色界有「受、想、行、识」的根据，所以《相应部》仍然保留「意根是色」的说法。

《相应部》的说法，不同于无有「有分识（分别说部的部义）」、「根本识（大众部的部义）」的说一切有部，当说一切有部融摄了《舍利弗阿毗昙论》之无色界受生的部义后，只有将原是色法的意根，改说为非色了。所以，说一切有部增说《相应阿含》322 经，提出：「意内入处者，若心、意、识，非色，不可见，无对，是名意内入处。」

此外，《舍利弗阿毗昙论》对「识缘名色」的解说，还有「缘现在识生现在名色；缘现在识生未来名色，缘现在识生未来名；缘未来识生未来名色，缘未来识生未来名」等五种说法。

根据《舍利弗阿毗昙论》的内容可以确知，《舍利弗阿毗昙论》对「行缘识」是认知为前世及后世的分位，随之的「识缘名色」也就解说为「生之初始」的形成状态，才有「识入胎，识住胎，识出胎」的见解，以及「缘现在识生现在名色；缘现在识生未来名色；缘未来识生未来名色」等有关转世而生的说法。

分别说部集出的《舍利弗阿毗昙论》，当中的自部论义新解融入了经说传诵中，发展出「部义经诵」。见分别说部系法藏部汉译《长阿含经》（18）¹⁸、铜鑠部《中部》（38）『爱尽大经

Māhātānhasavkhaya Sutta』：

《长阿含经》（18）：「世尊说法又有上者，谓**识入胎。入胎者：一谓乱入胎、乱住、乱出；**二者不乱入、乱住、乱出；三者不乱入、不乱住，而乱出；四者不乱入、不乱住、不乱出。彼不乱入、不乱住、不乱出者，入胎之上，此法无上。」

《中部》（38）：「诸比丘！三事和合而入胎，是有父母之会合，但母还未有经水且康达婆¹⁹不现前，其时不入胎。又此有父母之会合，母已有经水，但康达婆不现前，其时不入胎。诸比丘！**有父母之会合，母已有经水，且康达婆现前者，如是三事和合者，有入胎也。**」

分别说部自派集出的《舍利弗阿毗昙论》，除了流传于分别说部系的化地部、法藏部、饮光部以外，更广泛的影响了印度各部派，如大众部系也融摄了《舍利弗阿毗昙论》的思想。见大众系（说出世部）汉译《增壹阿含》（3）²⁰：

「**有三因缘，识来受胎。**云何为三？……**父母集在一处，父母无患，识神来趣，然复父母俱相有儿，此则成胎。**是谓有此三因缘而来受胎。」

大众系《增壹阿含》（3）的经文有「识来受胎，识神来趣」的观点，明显是出自分别说部《舍利弗阿毗昙论》的见解。

阿难系僧团的迦旃延尼子深受影响而写出《发智论》，后来分化出的说一切有部，也融摄了《舍利弗阿毗昙论》的见解。见《发智论》卷十八²¹、汉译《中阿含》（97,201）²²：

《发智论》：「四非圣语、四圣语、四生、**四种入胎**、四识住，依何定天？答：四非圣语、四圣语、胎卵湿生、**四种入胎**，依未至。」

《中阿含》（97）：「名色有缘，若有问者，**名色有何缘？当如是答：缘识也！**当知所谓『缘识



有名色』。阿难！**若识不入母胎者，有名色成此身耶？答曰：无也。**阿难！**若识入胎即出者，名色会精耶？答曰：不会。**阿难！若幼童男、童女，**识初断坏不有者，名色转增长耶？答曰：不也。**阿难！是故当知是名色因、名色习、名色本、名色缘者，谓此识也。所以者何？缘识故则有名色。阿难！若有问者，识有缘耶？当如是答。」

《中阿含》(201)：「复次，三事合会入于母胎，**父母聚集一处、母满精堪耐、香阴已至，此三事合会入于母胎。**」

铜牒部《中部》(38)《爱尽大经》提出「三事和合而入胎」，三事当中有司掌受胎的「康达婆(gandhabba)」，这在同等经说的《中阿含》(201)中，则是译为「香阴」。「香阴」是指「中阴」，不论是康达婆、中阴或香阴，都是后世部派的创新学说。见《鞞婆沙论》卷十四²³：

「此说中阴四种：一、中阴，二、意乘行，三、香阴，四、求有。问曰：**何以故说中阴？**答曰：**二阴中间故名为中阴，二阴者死阴、生阴，此二阴中间生，故名为中阴。**……问曰：何以故说香阴？答曰：以香存命故，中阴名香阴。」

「中阴」、「识神」的说法，都是部派佛教的产物，既不是「第一次经律结集」的集成，也不是佛灭后百年间的增新传诵，这是呼应「识入胎」的部派义解，而发展出来的新义。见《相应阿含》1091经、《相应部》『恶魔相应』23经：

《相应阿含》1091经：「时有尊者瞿低迦，住王舍城、仙人山侧黑石室中，独一思惟，不放逸行，修自饶益。时受意解脱身作证，数数退转，一二三四五六反退，还复得时受意解脱身作证，寻复退转。彼尊者瞿低迦作是念：我独一静处思惟，不放逸行，精勤修习，以自饶益，**时受意解脱身作证，而复数数退转，乃至六反犹复退转。**我今当以刀自杀，莫令

第七退转。时魔波旬作是念：……若彼比丘以刀自杀者，莫令自杀，出我境界去，我今当往告彼大师。……尔时、世尊与众多比丘，往至仙人山侧黑石室中，见瞿低迦比丘杀身在地。告诸比丘：『汝等见此瞿低迦比丘杀身在地不？』诸比丘白佛：『唯然已见，世尊！』佛告比丘：『汝等见瞿低迦比丘，周匝绕身黑暗烟起，充满四方不？』比丘白佛：『已见，世尊！』佛告比丘：『此是恶魔波旬，於瞿低迦善男子身侧，周匝求其**识神**。然比丘瞿低迦，以不住心执刀自杀。』」

《相应部》4.23经：「时，尊者瞿低迦不放逸、虔诚、精进而住，**得一时之心解脱**。时，尊者瞿低迦**退转其一时之心解脱**。……尊者瞿低迦七次不放逸、虔诚、精进而住，得一时之心解脱。一时²⁴，尊者瞿低迦作如是思念：『**我至六次退转一时之心解脱**，我宁可将执剑！』时，恶魔波旬知尊者瞿低迦心之所念，诣于世尊处。……

时，世尊呼诸比丘曰：『诸比丘！汝等见蒙胧如烟者，行往东方、行往西方、行往南方、行往北方、行往上方、行往下方、行往四维者否？』(诸比丘：)『世尊！诚如所说。』(世尊曰：)『诸比丘！此恶魔波旬，以求良家子瞿低迦之识。(寻)**良家子瞿低迦之识，住何处耶？**然则！诸比丘！良家子瞿低迦之识已般涅槃而无住处。』」

死后寻求「识神」往去何方的见解，是受到《舍利弗阿毗昙论》对「行缘识」的解说影响。《舍利弗阿毗昙论》对「行」与「识」的解说，是分别为前世及后世。因此，《舍利弗阿毗昙论》对十二因缘句颂的「识缘名色」，即解说是「生之初始」的形成状态，所以才有「识入胎，识住胎，识出胎」的见解。《舍利弗阿毗昙论》的解说，使得原本是「六识」的「识」，转变为「离于六根、六境之缘」的「识」，后世又转变成「生之



初始」的「识神」。

「识神或识往他方」的说法，绝对是出自后世的义解，完全违反 佛陀的教导。首先《相应阿含》1091 经与《相应部》『恶魔相应』23 经的内容，都说到六次退转于「意解脱身作证」或「心解脱」，这是非常荒谬的说法。在正统的佛法中，见「十二因集法、灭法」而得明、断无明的「慧解脱」，即使尚未达到断贪、解脱，都是决定正向三藐三菩提，不再退堕。此外，断贪、漏尽得「心解脱」，得自作证「不受后有」，更是成就三藐三菩提，不可能再退堕。见《相应阿含》710,2 经、《相应部》『谛相应』11 经、『蕴相应』59 经、『六处相应』13 经：

《相应阿含》710 经：「若彼比丘离贪欲，心解脱，得身作证；离无明，慧解脱。」

《相应阿含》2 经：「欲贪断者说心解脱。如是心解脱者，若欲自证，则能自证：我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有。」

《相应部》56.11 经：「我於此四圣谛，如是三转、十二行相之如实智见已达悉皆清净故，诸比丘 我于天、魔、梵世、沙门、婆罗门、人、天众生中，称之为无上正等觉之现等觉。又，我智生与见，我心解脱不动，此为我最后之生，再不受后有。」

《相应部》22.59 经：「波罗捺国，鹿野苑之因缘。……诸比丘！多闻之圣弟子，作如是观者，则厌患色，厌患受……想……行……识，厌患者则离贪，离贪者则解脱，解脱者则生已解脱智，知：生已尽、梵行已立、所作已办、不受后有。世尊如是说已，五群比丘信受欢喜世尊之所说。又说此教时，五比丘无取著，而尽诸漏令心解脱。」

《相应部》35.13 经：「诸比丘！依此，余于舍包括天、魔、梵世界，于舍包括沙门、婆罗门、天人，则宣示无上正等觉。而于余起智与见：「确实余心解

脱，此为余最后之生，而无再生也。」

因此，六次退转于「意解脱身作证（意解脱即是心解脱，部派时代是心、意、识混用）」或「心解脱」，是完全无可立足于佛教的说法。如此可知，《相应阿含》1091 经与《相应部》『恶魔相应』23 经的内容，是出自后世部派门徒的编造，并且是极错误的编造，绝不可信。

部派时代的「识神」，近乎俗世说的「灵魂」，被视为生命存续的根本要素，如同「唯心论」的主张。见法藏部《长阿含》7 经²⁵：

《长阿含》7 经：「汝诸眷属见汝识神有出入不？答曰：不见！迦叶又言：汝今生存，识神出入，尚不可见，况于死者乎。汝不可以目前现事，观于众生。……

「复问小儿：汝以何方便更求火耶？小儿报曰：火出于木，我以斧破木求火，不得火。复斩之令碎，置于臼中，杵捣求火，复不能得。时，彼梵志以钻钻木出火，积薪而燃。告小儿曰：夫欲求火，法应如此，不应破析杵碎而求。婆罗门！汝亦如是无有方便，皮剥死人而求识神，汝不可以目前现事，观于众生。」

总结来说，「识入胎」、「中阴」、「识神」等见解，都是出自部派学说的创造，完全无关于佛法。这些见解的思想源头，正是出自曲改 佛陀教说的《舍利弗阿毗昙论》，是分别说部自派集出的论著，也是附会于舍利弗传授的后世学人作品。

学习 佛陀教法的学人，切不可宗仰后世学人的见解，迷失 佛陀的真法而误入歧途。

注解：

1.见《增壹阿含》卷二十八：参大正藏 T2 p.707.2-10~20



- 2.见印顺《杂阿含经论会编上册》『杂阿含经部类之整编』之六 p.b31~p.b39：台湾正闻出版社 出版 1994 二月重版
- 3.见《舍利弗阿毗昙论》卷十二：参大正藏 T28 p.606.2-29~p.607.2-17
- 4.见《舍利弗阿毗昙论》卷十二：参大正藏 T28 p.607.2-26~p.608.2-6
- 5.见《舍利弗阿毗昙论》卷十八：参大正藏 T28 p.648.1-12~p.648.2-1
- 6.见《舍利弗阿毗昙论》卷十八：参大正藏 T28 p.648.1-27~p.648.2-1
- 7.见《众事分阿毗昙论》卷第二：参大正藏 T26 p.634.2-2~3
- 8.见《舍利弗阿毗昙论》卷十二：参大正藏 T28 p.606.2-29~p.607.2-17
- 9.见印顺《杂阿含经论会编上册》『杂阿含经部类之整编』p.b70-2：台湾正闻出版社 出版 1994 二月重版
- 10.见《舍利弗阿毗昙论》卷十九：参大正藏 T28 p.651.1-18~19
- 11.见《萨婆多宗五事论》：参大正藏 T28 p.996.2-25~p.996.3-4
- 12.见《长部》(33)『等诵经』第一诵品之 23 诵：参台湾元亨寺出版 汉译南传大藏经 第 8 册 p.234
- 13.见《舍利弗阿毗昙论》卷十九：参大正藏 T28 p.652.1-1~3
见《舍利弗阿毗昙论》卷二十一：参大正藏 T28 p.663.1-24
见《舍利弗阿毗昙论》卷二十六：参大正藏 T28 p.690.2-6~7
- 14.见《舍利弗阿毗昙论》卷十二：参大正藏 T28 p.608.2-10~22
- 15.见《阿毗达磨大毗婆沙论》卷二十三：参大正藏 T27 p.119.1-5~8
- 16.见《舍利弗阿毗昙论》卷十二：参大正藏 T28 p.608.2-7~p.609.1-11
- 17.见《舍利弗阿毗昙论》卷十二：大正藏 T28 p.611.3-12~612.1-9
- 18.见《长阿含经》(18)卷十二：参大正藏 T1 p.77.1-11~17
- 19.康达婆(gandhabba)司受胎，天之乐人。
- 20.见《增壹阿含》(3)卷二十四：参大正藏 T2 p.602.3-17~p.603.1-12
- 21.见《阿毗达磨发智论》卷十八：参大正藏 T26 p.1017.1-23~26
- 22.见《中阿含经》(97)卷二十四：参大正藏 T1 p.579.3-15~24
见《中阿含经》(201)卷五十四：参大正藏 T1 p.769.2-23~25
- 23.见《鞞婆沙论》卷十四：参大正藏 T28 p.520.1-3~12
- 24.南传的解释：一时，底本之 samadhikam 读为 samayikam。指于心志集中之刹那刹那，由所对之法解脱，又注解为境。此世俗之三摩底，名为一时之心解脱。译作：所谓时解脱者，即指此。
- 25.见《长壹阿含》(7)卷七：参大正藏 T1 p.44.1-22~25；p.44.3-7~15





【美国】曼哈顿社区大学禅修社

道一尊尼教导摄心专注技巧

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 2 日

【纽约讯】4 月 2 日道一尊尼接受美国纽约曼哈顿社区大学 (Borough of Manhattan Community College, 简称 BMCC) 禅修社 (Meditation for All Club) 会长 Sharon Chen 邀请, 为该社团学员讲授禅修之修习技巧。当天下午两点, 道一尊尼、生观法师与法宗居士抵达 BMCC 的座谈会场, 现场大约有十余位学生前来参加。课中, 尊尼为学生们讲述基础的安那般那念, 并让大家实际练习。尊尼并与学生进行短暂的交流。整个座谈会于下午四点左右圆满结束。

座谈开始, 道一尊尼先简单的介绍禅修基本认识, 并说明这节课教授的安那般那念修习法与一般静

坐方法的差异之处。在课程当中, 尊尼提及数息法与西方盛行的冥想静坐法两者在禅修时所产生的不同影响; 同时, 尊尼也说明 佛陀教导的安那般那念修习法的殊胜, 尊尼指出这修习法不但可以达到专注, 也能避免许多禅修的问题和困扰, 又可以在专注的禅观中放松紧绷的身心。尊尼也教导大家避开昏沉的技巧, 带领学生一起练习安那般那念。

休息时间, 美国学生 Alex Colter 向道一尊尼请教禅修时遇到的问题与状况。尊尼耐心的为他解说, 更仔细带领他体验与练习。在练习之后, Alex Colter 特别向尊尼表达由衷的感谢。座谈结束前, 尊尼鼓励学生们提出自己的修习疑问, 针对学生提出的疑问, 尊尼均耐心而详细的解答, 并劝勉大家好好的练习, 还殷殷叮嘱学生们珍惜现前的因缘, 透过安那般那念的学习, 将摄念专注善加运用在日常生活, 增进生命品质。





【马来西亚】马六甲中道禅林

长老：为一生的修行做总结

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 1 ~ 3 日

【马六甲讯】4 月 1 日，马六甲中道禅林的法工及法友们，殷殷期盼随佛长老宣法三日之日子终于来临了。大家皆以欢喜及热诚的心，迎接随佛长老、明至尊者、中智尊者、度明尊者以及随同的法友们之莅临。4 月 1 日当晚，长老为十四位法友授三皈五戒，并开示皈依的内涵，因缘殊胜，甚是难得！

长老秉着慈悲之胸怀，不辞辛劳的远道而来为大众开展人生息苦息忧的三日宣法活动。宣法主题为《佛陀的缘起观》、《正觉的禅法》及《昌盛与息苦的人生》，为世间发出清静的光明，拯救人心。

4 月 1 日，上午 11 时，法友们陆陆续续的抵达禅林。大家准备了菜肴、糕点及水果，满怀欢喜的以一家一菜方式供僧，场面热闹而温馨。受供后，长老为大家献上祝福，法友们都深感欢喜及亲切。

在宣法时，长老谆谆地提醒大家，在我们日常生活里，的确感受到「爱」的经验之真实性。虽然咱们可以爱，但必须明白爱只是一种当下「缘起」的经验，而不是一种「存在」的形式。因此不能「回味」它，务必要平怀看待，否则就会感受若有若无的虚幻，并且痛苦在爱的经验底下。接着，必须明白：喜欢它，没有帮助；讨厌它，也没有意义。经验是实际的现实，好即是好；不好即是不好。同时也让大家明白，其实我们已经修行一辈子了，从小我们就已经很努力的实践爱与恨、与人对立及种种「会怎么样」的经验。因此，我们都是未学佛法之前就已经开始修行了，也已经有很多、很多的经验，同时亦很疲惫。但却不会为一生的修行做总结。然而藉由佛法，可以将一生的经验，做一个好似从泥沙堆里淘出黄金的「总结」！



三日的宣法，法友们个个如获至宝，受益匪浅。身心在法义的洗涤中感到轻快舒畅，皆带着满满的欢喜各自返家。



【马来西亚】吉隆坡中道禅林 大众弘法

长老：福田与善报的显现

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 5 日

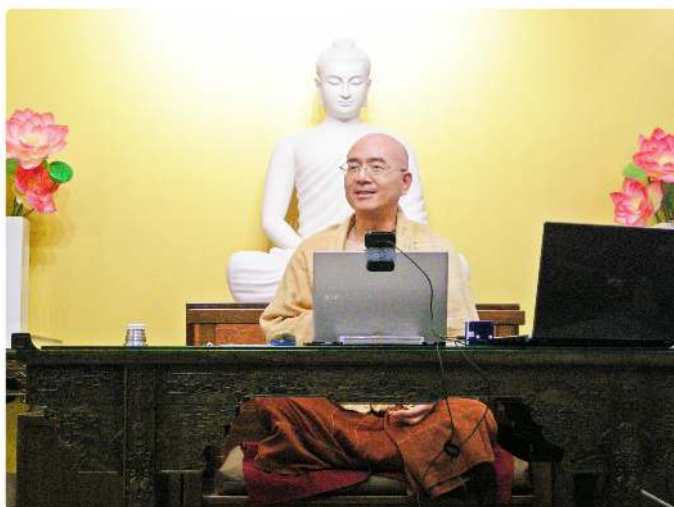
【吉隆坡讯】在马六甲禅林的三天的弘法结束后，随佛长老及中道僧团又回到吉隆坡进行此次大马行程最后的三天弘法。4 月 4 日的大众弘法地点是在吉隆坡中道禅林，主题为「福田与善报的显现」。

晚上约八点钟，法友们陆续到来。小小的禅堂坐满了约 80 人，想必是今晚弘法的主题吸引了大家。

长老开宗明义的说：「佛教的确强调种福田、修行，以便有善报的显现。一般人总认为修行是指打坐诵经，却不知诵经只是为了提醒我们别忘了 佛陀的教诲。」长老提到「早期没有文字记录 佛陀的法教，只好通过背诵经文的方式将 世尊宝贵的教诲保存下来。各寺庙每天做早晚课正是延续了这个背诵经文的传统。诵经这个动作本身并不是修行。」长老接着说：「一切的修行活动如禅修、打坐、拜忏等，都是在学习如何修行。真正的修行在生活当中，在处事待人接物间。」

长老语重心长地指出：其实我们从小就在修行，修行对我们一点都不陌生。在不断追逐欲望的这条人生道路上，我们都会慢慢了解到一件事：想要满足、随心所欲、无拘无束以及得以保存永恒等等的欲望的确很难，甚至是不可能实现。走在这条屡遭挫折、欲望无法被满足的路上，我们感到疲惫不堪。尽管佛法告诉我们继续追逐只会带来更多的痛苦，但我们依然渴望奇迹。于是，我们将希望寄托于宗教。希望现实人生得不到的，可以在宗教世界得到满足。

长老在做总结时，提醒法友：修行对大家来说并非什么新鲜事。重点就在于愿不愿意接受以及正视我们的人生经验，进而了解到一味追求自由自在、随心所欲，最终都是徒劳无功，只会带来更多的失望与痛苦。觉悟了这一点，我们依然会做每天该做的事，只



是放弃追逐不切实际的梦想，然后心就安了。

最后，长老祝福大家在人生路上勇敢地昂首前进。法友们把长老的话听进心里，法喜充满。



【吉隆坡】南洋商报演讲

正觉的财富观与生涯规划

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 5 日

【台北讯】4 月 5 日晚上 7 时 30 分，随佛长老假马来西亚吉隆坡南洋商报视听室，主讲『正觉的财富观与生涯规划』。此次讲座吸引了超过 200 人参加，其中不乏第一次接触『原始佛教』的法友。现场也准备有《正法之光》、正法光碟与大众结缘。

随佛长老分三个部分讲解主题，即是：（一）正觉的财富观、（二）正觉的认识、（三）正觉的生涯规划。演讲一开始，长老即说明从赚钱可看一个人的品德，从用钱可看一个人的欲望。因此，在家人就得好好地赚钱，好好地用钱。随佛长老分别说明了 10 项正觉的财富观，最后以『离苦息忧为最胜财

富』作为总结。

在规划人生之前，必须对生活有正觉的认识。活在现在，不要活在过去、期待未来。我们都想追求完美，殊不知完美是引发苦恼的迷梦。随佛长老提出了 12 点说明，让我们知道离苦才是生活的重点。

最后，随佛长老提出了 7 点说明『正觉的生涯规划』，我们需要重整认知、需要、情感、行为、环境、人际、生活。即是活在现在、努力现在、接纳现在，我们就会无憾于现在。随佛长老善巧地将 世尊的教法深入浅出的讲解，与会的观众掌声不断。

此弘法会于晚上 9 时 40 分结束，会后法友们纷纷到柜台请领结缘品，有些新法友更是纷纷询问法工们关于原始佛教会的活动，显示了他们对『原始佛教』的兴趣。





【马来西亚】原始佛教会 成立第九个共修道场

阿喇白沙罗中道禅院启用法庆

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 6 日

【吉隆坡讯】4 月 6 日是阿喇白沙罗中道禅院的启用法庆。这是马来西亚原始佛教会所成立的第九个共修道场，特地礼请原始佛教会导师随佛长老、明至比丘、中智比丘和度明比丘前来主持启用仪式。

典礼在上午 10 点正式开始，由道场屋主在佛前虔诚供灯。接着大众齐唱三宝歌、礼敬「佛法僧戒」、及恭诵《转法轮经》。

看完回顾影片之后，由长老发表简短谈话。长老感谢屋主无所求、无私地提供道场，方便僧团度化该区的苦难众生。虽然在大马宣教的五年期间，过程相当不容易，但始终如一的真诚发心，造就了马来西亚

今日第九个共修道场的成立。长老强调奉献道场，是整个中道僧团的信赖，而不是仅对其中任何一位法师而做。长老也强调人们的问题，不在于信仰什么宗教，而是在于如何让当前的人生过得更好、困难更少、远离烦恼。佛陀的正法需要广传下去，但重点是让信众在学习佛法之后，能够生起信心，进而欢喜实践跟参与，并在学、信、做的过程中有所得益。

在僧团及逾百余位法友的祝福之下，屋主以及五位法工代表，将道场交付给僧团，现场掌声不断，见证了彼时殊胜的因缘，佛陀正法将如法雨甘露般遍洒阿喇白沙罗这片土地。

揭匾仪式在长老的祝福及十方赞颂中完成。切蛋糕时，长老鼓励大众：倾生命之力，点一盏长明灯。让这盏长明灯照亮自己、照亮自己的家族、照亮周围的人；并且让这盏长明灯传续久远，利泽众生。





【台灣】台北 內覺禪林

慈濟志工供僧 佛法與善行交流

佛正覺後 2446 年 / 2014 年 4 月 8 日

【台北訊】4 月 8 日下午，八位慈濟功德會的志工前來台北內覺禪林拜訪 隨佛長老，在供養慈濟健康食品給僧團之後，便向長老請教原始佛法的內涵。

長老說明華人佛教徒對於 佛陀原說的探尋，其實淵源於印順導師在晚年對於原始佛教聖典的研究，並在最後編輯出了《雜阿含經論會編》，為原始佛教的探尋貢獻良多。長老談到在俗之時，曾親近印順導師，也深入《妙云集》的學習。

長老又說：大家都是 釋迦佛陀的弟子，雖然現今佛教有很多宗派，各有其教義與修行方法上的不同，然而這也表現出佛教的特色。不論任何宗派，所有的佛教徒都仰敬同一位老師 釋迦牟尼佛，其實大家就是一家人。

一位慈濟志工談起她們正在救濟菲律賓，於去年遭受海燕颱風侵襲後的災區民眾，並幫助那里的民眾興建大愛屋的善舉。長老談到，他在三十年前曾經參與慈濟功德會，並努力幫忙做慈善募款，也可以算是半个慈濟人。長老讚嘆慈濟人對於社會公益的貢獻，這非常有助於弘揚人間佛教於世界。

在歡喜交談約一小時後，慈濟志工向長老辭別，結束本次的參訪。



【美國】紐約 青年佛教通訊中心

長老：如何開展人生 息止忧苦

佛正覺後 2446 年 / 2014 年 4 月 11、25 日

【紐約訊】4 月 11、25 日二個晚上，隨佛長老應美國紐約青年佛教通訊中心之邀，在該中心以「如何開展人生、息止忧苦」為題，為當地法友開示。



隨佛長老提及當初到紐約弘法時，舉目茫茫，幸賴當時紐約青年佛教通訊中心的法友提供協助，長老一直感念在心。長老一方面關心在異國開創生活的法友們，一方面也对身處他乡的移民心情做了剖析。因為在陌生環境里，實際生活所面臨的，必然更加的困難，所感受到的競爭壓力也益形激烈。雖然藉由當初夢想的動力而努力打拚，卻不知不覺在現實的壓力下出現焦慮，而產生「比較輸贏」的心態。而這種心境，在人們內心深處造成了防禦與敵意的藩籬，對良好的人際交往產生無形的隔礙，更無益於現實問題的解決。

長老提醒與會法友，人真正重要的是遠離生命的痛苦，而不是在比較輸贏。活在人群中，以欣賞、關心、分享與合作的方式相互幫助；以良好的人際互動，避免不必要的困擾，一起解決實際生活問題，才能讓大家共同得益，從而開展光明的人生。

最後，長老殷殷叮囑，要我們學習欣賞對方的優點，真誠的給予讚美；對於他人的不足之處，以接納、關懷的方式去了解，因為那是他的困難而不是過錯，這樣不僅能够使大家生命深處渴求認可的焦慮得到釋放，也能够感受到人群互動的美好。過錯，這樣不僅能够使大家生命深處渴求認可的焦慮得到釋放，也能够感受到人群互動的美好。



【美国】纽约中道禅院宣法

长老：正觉人生的落实与体现

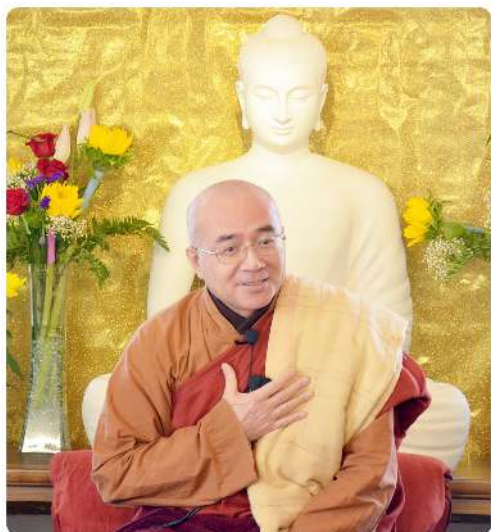
佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 12 ~ 13 日

【纽约讯】4 月 12 日~13 日 随佛长老于纽约中道禅院进行二日宣法，此次宣法的讲题为《正觉人生的落实与体现》。这与去年 长老到禅院的宣法时间已然相距将近一年有余，久违圣法的纽约法友纷沓走告，热烈出席这二日的弘法活动，犹处于清冷春天的禅院，顿时人进人出，更加生气蓬勃。

此次宣法，随佛长老先关心纽约法友的生活现况，提醒法友们生活的重心不应完全放在生活的保

障，而应在找寻生命方向，并一再强调「调整现在的生活方式及生活态度的重要性」；随佛长老根据纽约华人移民社会的特点，指出人们生命中会遇到的迷惘，大家从省思自己生活的现况开始，透过调整心态与看法，才能开展新的生活及新的生命体验。只有以实际行动，实践生活的方向。如此面对人生，生命才会有充实而正向的可能。

第二天的宣法尾声，随佛长老请法友们分享自己的看法、学法经历，并提醒大家，面对感情的方式不是要断爱，而是要找到正确、妥善、契合因缘的方式去面对，不要困在感情的纠结。在大家踊跃发表自己感想后，纽约禅院二日弘法也圆满落幕。





【台湾、大马】各地禅林、禅院

都会佛学院初级班开课

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 15 日 ~ 7 月 1 日

【台北讯】原始佛教都会佛学院初级班于 4 月 15 日晚在台北中道禅林开课，此次课程至 7 月 1 日结业，为期两个半月。课程主题为智慧的生活与光明的人生，课程设计在使参与的学员能遵循 佛陀之道，反思苦的缘由，学习用因缘法来提升身心品质，改善生活、珍惜人生、关怀生命，开展智慧与平安的生命历程。由明至法师、中严法师、成慧法师联合讲授。本课程并与台中、高雄和马来西亚的多个道场透过视讯连线上课。

首轮由成慧尊者担任授课讲师，以现今佛教的三大传承、佛陀的生平及事迹、佛法的特色三大主题为上课纲领。尊者讲解了每一个主题之后，就举相应的经文进行导读。这样的搭配，可以精准引导学员对教法义理的认知，消弥学员们对经文记载的陌生与隔阂，方便衔接日后经文的研读记诵。尊者并于课程中，就当天的授课重点，设定议题进行分组讨论，这些议题都着眼于日常生活的想法与做法，而许多的想法与做法却是违背因缘法，但我们却习以为常不觉有异，以至于生活充满烦恼却不知原因何在。透过这样的分组讨论，除了看到自己的矛盾与错乱，也分享个人生活的经验与法义的理解，因此各组讨论总是笑语不断，欲罢不能，也因而激起对法的学习热忱。而分组讨论的所得透过网路连线，与各地法友分享，更增深入讨论的动机，使一次一次的分组讨论，更加热烈而精彩。

每次的分组讨论后，尊者除介绍基本的佛教名词、用语之外，接着是感人的圣弟子的事迹介绍，双贤圣弟子舍利弗与目犍连、阿难陀、大迦叶……等，尊者如数家珍的娓娓道来，让人感佩圣者的智慧与品行，也生起见贤思齐努力于离苦修行的志向。



课程后的课后学习「回家作业」，往往就是上课重点的延续，让学员下课之后能持续课程的思维，继续在生活中发现及检讨，将课程中的学习落实于日常生活中。

【台湾】内觉禅林

欢庆中严法师出家五周年

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 15 日

【台北讯】15 日接近中午时分，法海居士夫妇突然上来内觉禅林，带来一个大蛋糕，欢喜的说要庆祝中严尊者出家周年纪念。然而中严尊者十分客气、含蓄，说：今天是大家的生日，大家一同来庆祝。

在午斋供僧时，僧团接受过法海居士夫妇布施的蛋糕之后，将其余的蛋糕舍给法友们分享，每人的午餐就多了一小块美味可口的蛋糕。

中严尊者出家五年来，不仅精研法教、严守僧团戒律；对于引导僧团后进、及教授学法民众更是不遗余力。 佛陀座下，有中严尊者传续法教，实乃众生莫大之福。



【美国】纽约哥伦比亚大学数学系演讲

光明的智慧面对人生与困境

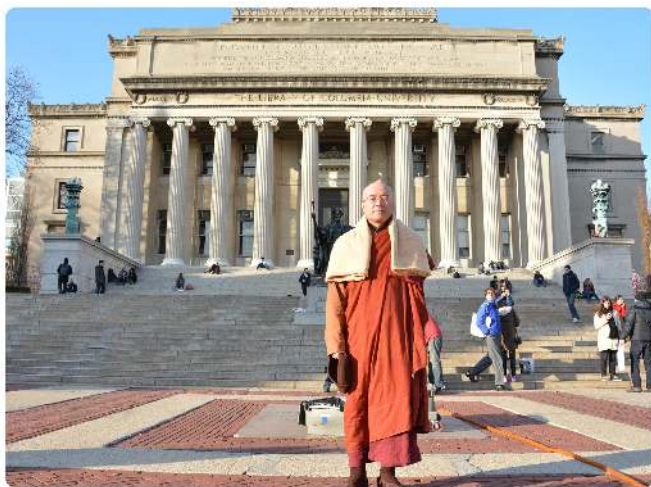
佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 17 日

【纽约讯】4月17日晚，中道僧团导师 随佛长老应美国纽约哥伦比亚大学之邀，莅临该校数学系演讲，演讲主题是《以光明的智慧面对人生与困境》；此次演讲吸引许多哥伦比亚大学的华人学生前来聆听。

演讲一开始，随佛长老先说明一般宗教与佛法的差异，长老表示：「一般宗教提供人们精神的寄托，而佛法则是一种务实的生命教育。」随佛长老同时强调宗教在人类社会中的重要性，并指出：「宗教是不可或缺的社会构成元素。」因为，现实世界没有万能的政府；而人们的需要则是形形色色、五花八门，充满各种可能。这种理想与现实间的差距造成人们失落的

心绪，如果没有务实的解决方法与务实的看清现实，则需要透过宗教加以慰藉与平抚。但是，佛法的生命教育则不在给予人们精神的安慰，而是让人们能够务实的面对实际的现实世界，发现内在面对现实时发生的迷惑与不切实际的需求，进而度越迷惘与烦恼，并且务实实际的解决现实人生的问题。最后，长老指出：「佛陀教导的『苦』、『集』、『灭』、『道』四圣谛正是解决人生问题的务实方法。」

讲座结束前，随佛长老让与会法友提出学法、听法疑问。其中有法友提及对于因缘、缘生的理解之困难，长老用许多生活化的例子，帮助法友理解因缘、缘生是我们触身所及的，不是理论的诠释，而是生活的发现；由于没有因缘正见，而使我们为「常」、「我」的妄见所缚，而有种种烦恼。就在热烈的问与答互动中，结束了这场精彩的讲座。





【美国】麻州普贤讲堂二日弘法

法显麻州 法友赞叹不虚此行

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 19、20 日

【麻州讯】4 月 18 日 随佛长老从纽约乘车近四小时来到麻州普贤讲堂，经过一夜休息，19、20 日举行为期两天的弘法活动。

19 日上午，随佛长老首先探讨印度佛教历史，说明 佛陀时代佛法的传播，并无特定语言，而是以各地的语言进行传教，因此，并没有那一种特定语言是正统佛教语言的说法。接着，长老用浅显易懂的方式阐述生、老、病、死、怨憎会、爱别离、求不得等诸苦。并指出老病死是生的表现，有生就有老病死，是无法分离的。午斋后，长老持续早上的说法，讲述根本的脱苦方法——观十二因缘。长老详细说明「我见」和「常见」形成的原因，并指出：「真实的世界

里，各种因缘不断变化，但错误的认知会形成错误的期待，从而形成痛苦的情绪。」在场学众在这场说法中受到深深启发。

20 日 随佛长老延续讲题，继续对十二因缘的奥妙进行深入的解说。长老从大众的感情生活切入，总结一般人在恋爱和婚姻中的感情模式和痛苦的形成，启发大家思考如何脱苦。长老指出：「追逐美好经验的过程，会令我们患得患失，即使有幸持续得到了喜悦经验，但经验带来的快乐也会钝化。」因此，长老提醒与会法友，我们可以参考已有的经验，但不要受限于已有的经验，只要时时刻刻面对现在，就可以减少许多烦恼痛苦。由于 长老说法切合身心活动经验，与会法友赞叹不虚此行！

讲座结束后，长老、僧团法师们和众法友合影后，即搭车离开麻州回到纽约，继续下一段弘法旅程。





【马来西亚】槟城中道禅林

大马法友汇槟城庆四周年

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 20 日

【槟城讯】4 月 20 日槟城中道禅林举办四周年法庆。当天有近百位来自吉隆坡、怡保、威省、双溪大年等地的法友热诚的参与，表达对槟城禅林的衷心祝福。

法庆活动在大众高唱「三宝歌」后掀开序幕；接着进行传灯活动，首先由 中智尊者将手中点燃的灯烛传给接灯的法友，法友一一传递点燃自己手上的灯烛，以这种传灯方式来表达 佛陀的法脉「灯灯续传、照耀十方」。接着，法师带领法友们在佛前供灯、礼圣及诵经。

随后，大众恭敬聆听随佛长老在纽约为庆典预录的影音开示。长老详细述说四年前，因为法忍居士的心愿与法澄居士的发心，还有多位法友的护持，槟

城中道禅林才得以创建的点滴过程；藉此提醒槟城法友勿忘当初法友的发心与护持，也不要忘记学法的初发心与热忱。接着，中智尊者与大众分享在随佛长老座下出家以来的心路历程。怡保代表法慧师兄、威省代表法直师兄、双溪大年代表法予师姐、槟城代表法澄师姐、法才师兄，也都与大家分享了学习原始佛法的感言。

周年庆播放了槟城中道禅林成立四年的影片，画面在萤幕上一张一张的掠过，映现出过往许多可贵因缘的点点滴滴。用斋前，中智尊者与各地代表同切蛋糕庆祝，正如 随佛长老所说：「切蛋糕的意义不是要分开，而是要你我一起分享。」

此次槟城中道禅林成立四周年的庆祝活动，法友们共聚一堂分享学法的喜悦，也共同回顾走过的点点滴滴。





【美国】哥伦比亚大学佛学社演讲

哥大佛学社开演佛陀原始教说

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 24 日

【纽约讯】4 月 24 日晚间，随佛长老应哥伦比亚大学佛学社的邀请到校弘法。这已经是连续几年的弘法活动。每次长老到美东弘法，在紧促的行程中，都不忘到该佛学社开示教导这些年轻学子，将原始佛法落实践在自己的生活。

当天晚上，随佛长老以普罗大众对佛教的印象为破题，指出一般人对佛教的概念就是 karma（业）的概念，其实这和真正的佛法关系不大；Karma（业）告诉人们，由于自己的行为决定自己的处境。这会教导人们做一个有道德的人，比诸一般拜神的宗教当然进步多了。但是在现实生活里，行善事并不意味着就会有好的结果，这时候人的心里就会有疑惑。生活的现实总会和预期有落差，而人们的痛苦往往源于此。因为生活永远有意外，而我们更无法掌控意外。长老用射箭为例，箭射出去的一刻，结果就不在我们掌控中了，无论我们如何训练都无法做到百发百中。

接着，长老运用比喻来讲解 佛陀教法的核心——因缘法，并表示一般人将因缘法误认为是业（karma）是很大的误解。在讲解因缘法和业不同的过程中，长老同时也解释了无常、无我的概念。

长老以许多例子说明人们痛苦的主要原因，是源自于想要确定，不要有意外；但是，现前的一切，都是影响中的状态，一旦人们想要确定，一定会有意外；没有要确定，就不会有意外；没有意外，则痛苦也就不生。只有明白因缘法，才能真正的去除不切实际的想法及作为，也才能息止痛苦。

这场演讲让参与的学生法喜充满，会后仍有许多学生意犹未尽，继续向长老请法。





【台灣】台北中道禪院

《菩提道次第》第一單元結業

佛正覺后 2446 年 / 2014 年 4 月 25 日

【台北訊】自今(2014)年 2 月 21 日開始，每周五晚間，原始佛教中道僧團在台北禪院所開的《菩提道次第》課程，經過三個月的授課，今日(2014 年 4 月 25 日)已是第一單元的最后一堂課。

這系列的課程內容，是以 隨佛長老于 2008 年編印出版的《相應菩提道次第》一書作為上課教材，此書是長老依據《相應阿含》與《相應部》當中，「第一次結集」的七事相應教之共說，还原当年 釋迦佛陀親說之教說內容編纂而成。此書共分三大章節，分別為『原始佛法之探究』、『佛法真義』及『菩提道次第』；其中『原始佛法之探究』乃就佛教歷史探討法義之流變，進而追本溯源，探尋 佛陀原說之樣貌。而『佛法真義』則在闡明 佛陀教說之核心——十二因緣法。『菩提道次第』是在教說的基础上，闡述修行次第，是為有教法與禪法的完整修證體系，此一教說次第乃是長老依據近兩百年中西方學者研究考證的結果，还原已然隱沒二千二百多年 釋迦佛陀之真實教法。

《菩提道次第》的第一單元及第二單元由生覺尊者教授，尊者引用《相應阿含》346 經的內容為「菩提道次第」總說。開宗明義從 佛陀正覺之因緣，依次鋪展出「道前資糧」、「亲近善知識」、「听闻正法」、「學戒」、「住不乱心」乃至「习近正道」的修行次第，先說端正法，次說正法要。

尊者上課內容非常豐富，除了正式講義，還有對照經文及附加經文以供學員反復參照，並參考巴利聖典原文及英譯，有時也引用 隨佛長老在《正法之光》及宣法影音所提及的相關內容；遇有難解的地方，更從字詞下手確立定義。這樣多面向的資料運用，都在協助學員們深入修行精要，調理出修行重點與次第，以期學員融會貫通，掌握教法精義，為修行之路奠定穩固的基礎。

每次的上課，尊者總是先將上一堂的內容作整合復習，並對上一次分組討論中，各組所提出的問題詳加作答；接着，進行當次課程之講授與分組討論。尊者的簡報制作非常詳盡而條理分明，往往以突出的顏色簡要點出整篇經文的重點，或者透過圖表將多篇經文個中關連性描繪出來，令人一目了然。而分組討論則在將當日聽聞的法義透過討論，突破並發揮個人聽聞的認知限制，使生硬的經文轉化為當前的體驗，進而再在日常生活中落實。





【美国】纽约中道禅林

纽约禅林提前欢度卫塞节

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 26 日

【纽约讯】4 月 26 日，纽约中道禅院提前举办卫塞节法庆。由于经过近两周的美东弘法行程，随佛长老将于 4 月 27 日回台湾，纽约的法友于是规划在长老回台前举办卫塞节庆祝活动。

当天九点前，法友已经陆续到达。九点整，大众齐聚佛堂，齐声高唱《三宝歌》，正式掀开活动序幕。长老领众归敬四法、恭诵《转法轮经》并于佛前点灯、浴佛。大众也依次虔诚的在佛前供灯、浴佛。

浴佛后，长老介绍卫塞节的来源，及点灯和浴佛的意义。长老指出：「庆祝活动表面上看来只是一个宗教仪式，但供灯、浴佛则在告诉世人，佛陀的弟子还在人间；历经两千多年后，仍然有佛陀弟子宗仰佛陀教法，以佛陀的教导为师。这不但可以增强自己学法的信心，还可以激励其他法友，同心同行，共同增上。」接着，道一尊尼讲述了当初在纽约弘法的不易，感谢法友一路走来不离不弃。几位法友随后

也发表感言，感谢师长多年来的辛劳教诲和对美国法友的关注。

午斋期间，有一位母亲因女儿信仰伊斯兰教，而在家中掀起很大的争执与矛盾，母女二人特地来向长老请教。长老就这件事，在下午宣法的时候语重心长地提醒法友：「我们不应该做宗教的奴隶，不要因为宗教的仪式而将自己陷入烦恼之中，导致家庭矛盾。宗教不是家庭问题的核心，个人的学习的态度才是问题的核心，不当的信仰态度不是帮我们，而是害了我们。佛法不是一种宗教，佛法是一种教育，教导我们如实地认识生命。我们必须不断的修行，有实际行动，才能改变人生，仅仅认识到佛法还是不够。」长老表示：生命的觉悟比宗教信仰更为重要，生命的觉悟得靠自己，「人」才是重点！

这一次的法庆，共有四位新法友求受皈依。其中有两位是母子，另两位则是朋友一起相约来皈依，场面非常温馨！讲法结束后，长老解答了一些年轻法友的疑问，并鼓励他们积极学法，不要把精力、体力浪费在无用的思虑上，要专注于当下的事，少思虑，多做实际的事，给生活带来正能量。





【马来西亚】檳城中道禅林

法传杏坛 缘结钟灵中学学子

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 4 月 26 日

【檳城訊】4 月 26 日，早上 11 时，闻名遐迩的檳城钟灵中学，经由佛学研究会陈亦主任的牵引带动下，邀请原始佛教会檳城中道禅林住持中智法师，前往该校分享法义。这也是钟灵中学成立佛学研究会以来，首次邀请出家僧人到学校弘法开示的活动。

当天上午，艳阳高照，中智法师在几位法工的陪同前往课室时，学校的钟声立刻声声响起，这是陈主任的特意安排，以表示佛学研究会对法师的一种热情迎接。同时，六位老师及二十多位学生也在课室恭候法师的光临。

依照钟灵佛学研究会的习俗，活动开始，先由大众齐诵《三宝歌》，再由一位男同修代表致词，并且简短的介绍法师。为了让学生观摩与学习供僧的仪式，大会特地安排了一位同修，在法师开示之前进行供僧；因为中道僧团的法师，在说法后是不会再接受任何的布施与供养，这样的做法乃是依据 佛陀在世时对僧众的教导。紧接着，中智法师带领大众礼圣与诵经。面对一群初入佛教的小朋友，法师采用了许多图片，以最基础、浅显的佛学，作为入门引导。并且

详细的介绍当今各部派佛教的实况，如各区域佛像的特色、不同建筑的寺庙、僧服及教法等等。

中智法师也提到经、律、论三藏，并且陈述了当中的差别。指出《阿含经》才是 佛陀在世的原始教法，并说明《阿含经》主要的内容及修行重点所在。为了让现场的学生及老师能更明白「因缘法」，法师就随手拿起桌上的水罐，问在场的学生与老师们：「你们有看到法师手上的水罐吗？请问是你的眼睛在看吗？」这时，大家几乎都因法师的问题而楞呆了，紧接着，法师才简约的解释，眼见色眼识生的因缘。现场的老师及学生不禁对法师陈述 佛陀的因缘法生起好奇心及兴趣。

在开示的尾声，中智法师劝勉学众在供养出家人时，除了可作四事供养（饮食、衣服、卧具、医药）以外，不要以金钱来布施，这不只违反出家人的僧律，也无助于修行。

之外，法师鼓励学生们在学法中，要懂得使用佛法来解决眼前的问题，度越内在的烦恼，让自己现前的生活更好。结束前，钟灵佛学研究会的陈主任代表学员致词；感谢中智法师精彩的演说，学员无不受益良多，希望未来还能再次邀请法师莅临，为大家分享更多的法义。最后，大家合拍一张团体照做为此活动美好的纪念。





【马来西亚】双溪大年中道禅院

感恩「卫塞节暨劳动节」庆典

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 5 月 1 日

【吉打讯】5 月 1 日，吉打州双溪大年中道禅林举办卫塞节庆典。这是为因应当地法友工作方便，而选择在劳动节的假期举办这一场庆典。当天上午 9 点，大众庄严齐聚会堂，由中智尊者带领大众向佛陀恭敬顶礼后，齐声高唱三宝歌。接着尊者于佛前引灯，并将灯火传交给第一位承接的法友，这位法友则手捧灯烛恭敬礼佛，再接续传递下去，直到最后由法工长代表大家献灯供佛。佛前引灯与传灯，象征宝贵佛法是由僧团从世尊传承而来，并将之传播于世，而每个佛弟子都有责任让正法的法灯传续久远。

完成传灯后，法友们依序上前，跪于佛足之前，虔诚的进行浴佛足仪式。恭敬的以双手舀水，

沐浴那双曾经为度众而游行恒河两岸万里的佛足。在忆念伟大的人天导师之同时，也愿尽此一生随佛而行。

午斋时，法友们以一家一菜供僧。下午，中智尊者说法开示，引述经典，谈到给孤独长者教导眷属、仆役皈依三宝，守持五戒的故事；还不忘劝勉大家依循世尊的教说，正向菩提正道。

与会法友一起歌唱「感恩的心」，以表达对佛陀与僧团的感谢；也感怀二千多年来佛法的传承，度化了无数苦难众生；并感念原始佛教会传承世尊教法，在这片土地所作的一切，让佛法的光辉在此地绽放光明。

一年一度的卫塞节庆典，就在大家喜悦、活泼又阳光的大合照中圆满完成。祝愿法轮常转，正法辉耀如日、人天兴隆！！





【大陆】河北唐山兴国禅寺

随佛长老开示《净土真义》

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 5 月 1 日

【唐山讯】2014 年 5 月 1 日，中道僧团导师 随佛长老远赴河北唐山兴国寺开演《净土真义》，宣说净土法门的真实内涵。除了这场演讲，还有接踵而来的中道十日禅。来自大陆各地的法友及诸多唐山当地的居士、信众，共同成就这一场法的盛会。

当天早上九点，随佛长老以修行的目的为开端，提醒大众修行是为了帮助自己、帮助众生，并且经由我们的努力使自己、家庭、国家、社会民族更美好。长老说道：苦难的众生希望远离老、病、死、求不得、爱别离、怨憎会等六苦，但是在现实的人生却无法避免，内心因此产生烦恼，而希冀移民到无有众苦、但受诸乐的理想世界——西方极乐世界。长老问大众：「如果有办法不移民也能远离这些苦，是不是比移民更好？」听法者异口同声回答：「是！」长老接着以镜子里的梦想人生，及镜子外的现实人生做为譬喻指出：「通往无有众苦的西方极乐世界，最切实可行之路是转变想法。佛陀并不是教导大家忙着求生净土，而是教导大家远离不符合现实的理想和期待所带来的痛苦。净土法门之真实内涵是：只要远离不符合现实的理想和期待，极乐世界就在眼前。」长老并以真花和假花为对比，引导大众思考三个问题：1.真花和假花哪个贵？2.真花与假花哪个开得久？3.假花开了吗？从这三个问题省思自己内心的矛盾。

长老的开示深入浅出、贴近生活、实际实用，吸引了很多原只是到寺院参拜的信众驻足或坐下聆听。弘法结束前，长老叮嘱大众珍惜可贵的人生，好好学习，不把期待放在别人身上；从寻找平安之人，转变成为带给别人平安之人。祝福大众能依着佛陀的教导，开出内心的智慧之花。





【大陸】河北唐山 興國禪寺 十日禪

唐山 佛陀之中道禪法十日禪

佛正覺後 2446 年 / 2014 年 5 月 2 ~ 11 日

【唐山訊】5月2日~5月11日共十天，中道僧團在河北省唐山市興國禪寺舉辦為期十日的中道禪覺營，本次禪覺營由 隨佛長老主法；僧團的中嚴尊者及生諦尊者協助禪覺營的事務；馬來西亞的法摩居士，特地從吉隆坡飛到河北，全程協助禪覺營的法工工作。由於中道僧團在大陸舉辦過多次的禪覺營，匯集了一群來自五湖四海、三江五岳的 佛陀正法的追尋者，報名非常踴躍，人數超出寺院的容納能力，還勞煩常住法師想方設法解決食宿問題。幸而在常住興國禪寺鼎力支持、法工的細心安排與法友潔身自律、互護互助下，禪修營依旧井井然地開展了。

十天的禪修， 隨佛長老從戒律的開示，到安那般那念的修習，再到十二因緣的禪觀方法；從印度的歷史，到佛教的流傳，以至佛法的真諦。以經為依，以經為據，一次次精辟的開示，詳細講述當前的身心緣起，闡明貪欲煩惱的由來及其運作，更教導修習遠離貪愛的 佛陀正覺之法。

禪修第五天（5月6日）恰值農曆四月初八日，是漢傳佛教紀念 釋迦牟尼佛誕辰的浴佛節。這天，寺院來了許多香客，參與浴佛，長老也為學員講說佛陀誕生的傳說之真義，並祝福大家能沐浴於正法的甘露下，解脫於苦，成就無上聖道。

5月7日早課後，隨佛長老宣布持續寫作近八年的《佛法演變歷史》終告全部完成。消息一出，法友掌聲雷動，既祝賀 長老完成這項偉大的工作，也為見證這一偉大的時刻而感到榮耀。長老表示：一生以成為 佛陀弟子僧為榮，此生致力於五件正法重建工作(1)厘清佛教歷史。(2)厘清 佛陀教法和修行次第。(3)還原禪觀次第。(4)僧戒的整理及僧團的建立。(5)法開十方，利澤眾生。長老強調，這些工作

已歷經數百年，多少前賢前仆後繼，而今有幸傳續這項復興工作，享受幾代人研究的偉大成果，而得沐浴於聖人的功德，並見正法律重現世間，真是三生有幸，榮耀之至！

禪修最後一天的心得分享，法友們都表示获益良多，法喜遍滿。許多法友紛紛請求皈依三寶。長老慈悲應允，在大雄寶殿舉辦莊嚴的皈依儀式，為法友們傳授三皈五戒，見證大家如法如律地成為佛陀座下弟子。最後 長老勸勉大家努力修習，精勤實踐不放逸，讓正法的光輝普照十方，興家興國，造福華人世界！





【美国】纽约中道禅院

道一尊尼带领共修并庆母亲节

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 5 月 10 日

【纽约讯】5 月 10 日道一尊尼带领纽约中道禅院法友齐聚禅堂做一日共修。当日，亚洲各禅林都举办卫塞节欢庆活动，纽约法友也在禅院庆祝母亲节。

首先播放长老在唐山十日禅期间所录制的「浴佛节」及「因缘法」开示。长老指出 佛陀在世时，弟子们以菩提树、法轮、金刚台、佛足印代表佛；佛入灭后，则用舍利塔（stupa）做为 世尊一生功德的象征。基本上，佛教并不崇拜偶像，如菩萨、佛像式的图腾，都是部派佛教后才逐渐演变出来的。长老开示中阐明：「世尊教导成就无上正等正觉的禅法是『七觉分』，而菩提道次第则是『四圣谛三转十二行』」。

接着，由年轻的法启献唱《游子吟》，祝贺在场的母亲们，众人则齐声欢唱《世上只有妈妈好》、《妈妈的话》以及《天下的妈妈都是一样的》三首歌曲，气氛和乐温馨，让在场的妈妈们既感动又欢喜的度过了一个难忘的节日。

下午共修则继续聆听长老在《净土真义》的开示。长老在开示中指出，离苦的重点在正确认识「生」的内容，而「生」则伴随着「老病死、求不得、怨憎会、爱别离」之苦；长老同时教导我们，运用智慧面对「生」所带来的问题；进而指出追寻超越现实的理想是痛苦的根源，也是智觉之人所应当远离。

接着，法工长播放一段名为「世界上最辛苦的工作」影片。道一尊尼分享对母亲的感怀，以及母亲的德行对她一生之影响。尊尼也提醒我们要感恩母亲的辛劳付出，也要懂得珍惜身边陪伴、支持并帮助我们的人。尤其，许多我们平时不愿承受的，最后都不自觉的让身边爱我们的亲人担负着。





【台湾、马来西亚&新加坡】各地中道禅林、禅院

法友齐聚感怀 普庆卫塞节

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 5 月 11 日

【联合报导】5 月 11 日早上 9 时至 12 时，台北、台中、高雄与马来西亚吉隆坡、怡保、檳城、威省、马六甲、新山各禅院和新加坡共修处，同步举行卫塞节的庆祝活动，追思并忆念 佛陀的诞生、成道与涅槃，也自我提醒勿忘 佛陀的教导，不放逸地朝向圣道。（相关照片请见封底彩色页）

上午 9 时，各地活动开始，台北由明至比丘、度明比丘、生觉比丘、生光比丘带领，台中由成慧法师带领，高雄由谛严法师、明证法师、生观法师带领，各地中道禅林的法友，合诵《三宝歌》为卫塞节盛典揭开序幕。接着，僧团领众一齐读诵《皈敬四法》及《转法轮经》。

在台北的明至比丘向大众开示南传之卫塞节及北传浴佛节的历史典故及意涵，并在点灯和供花以外，

揭示人生朝向圣道的增上意涵。生觉法师引用《增一阿含》为我们讲述周利盘特扫尘除垢的故事，隐喻实际的六识经验与众多武断的想法，就像土和沙一样搅和在一起，除垢就是要清空混在土里的沙才能见法。节庆盛典的象征背后，学习因缘观并实践法的教诲才是最胜的面见 佛陀，这是对 佛陀最具意义的供养。

台中的法友准备了手工香皂与大众结缘，香皂上还印有大师父的法语；世界各地各禅林的法友也精心录制了祝贺短片，回顾过去彼此共同学法护法的点点滴滴，也不忘祝福僧团及法友们。各地道场都进行浴佛及佛前供灯、献花的仪式，仪式简洁富寓意，法友们也藉此献上彼此的祝福及感恩。

紧接着是播放 随佛长老在中国大陆事先为大众录制好的卫塞节开示影片。长老开示：卫塞节不单只是佛教徒纪念与感怀 佛陀的日子，卫塞节要传达的意义在于「感恩」。我们能够走到今天、我们六根健全，又还能听闻正法，在这苦难的世间，我们算是非常有福报的人。我们应该感怀父母的养育





之恩、感恩国家的庇佑、感恩佛教与僧团的护法使得我们在佛正觉 2446 年后的今天还能闻法、感恩家人及法的兄弟姐妹，当中如果没有大家成就的因缘，我们就没有今天。同时我们也要感恩自己在这苦难的世间保持的道心。

长老开示过后，就是自我反省的时刻。法友们在佛陀面前「立意」，是自己与佛陀的承诺，并写下想要改进的地方，作为未来努力的方向。

上午的盛典结束后，在台北、台中、高雄的法友们齐聚一堂，以午斋供僧。由于适逢母亲节，吉隆坡、怡保和马六甲三地的法友们更在卫塞节庆典后，以丰盛的佳肴及美味的蛋糕一同庆祝母亲节，并祝愿天下的母亲在佛陀与佛法的功德照耀下，平安、喜乐！庆典结束后，个个皆带着法喜踏上归途。



【台北】中道僧团应邀参加慈济浴佛庆典

诸方善人 汇聚一处 浴佛庆典

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 5 月 11 日

【台北讯】2014 年 5 月 11 日慈济功德会在中正纪念堂自由广场，举办一年一度的佛诞节、母亲节、慈济日三节合一的浴佛庆典，中道僧团应慈济功德会之邀请，由明至法师、度明法师、生觉法师、生光法师及成慧法师代表僧团出席盛会。

当天下午三点左右，慈济功德会一名志工特地开车上山来护送中道僧团法师们到会场；抵达现场时，放眼望去，尽是谦恭有礼的慈济功德会委员与志工们，真可谓是诸方善人，会聚一处！虽参与人数众多，但整个过程进行得井然有序。

浴佛庆典仪式历时约一个半小时，最后由全体在家居士礼谢法师们参与后结束。





【台灣】尼僧團高雄托鉢

尼僧團首度托鉢于高雄果贸市场

佛正覺后 2446 年 / 2014 年 5 月 7 日

【高雄訊】五月上旬，僧團女眾法師們首次駐錫于高雄禪院一周；駐錫期間，諦嚴法師、明証法師、生觀法師決定在高雄以托鉢因緣接引有緣，藉此將 佛陀教法介紹給此地民眾。

此次托鉢并有法虔、法復、法參三位熱心的法工隨行，一行六人前往左營果貿市場。法參也為此高雄首次托鉢留下珍貴的影像紀錄。

當女眾法師們步伐穩健、舉止安詳，默然走進人群雜沓的果貿市場，一時之間便成為目光焦點。

當一位發心布施者看到法師們，歡喜地掏出錢包，想將金錢放入法師們鉢中而遭到婉拒，難免略顯錯愕；但當法師向他們解釋：中道僧團不受金錢，只接受食物供養。布施者乃由錯愕轉為微笑，就自己之所能，護持法師們的食物所需，法師們也為施者說法、并回向淨施。

其中，也有布施者在布施後當眾請法，想了解佛陀教法的修行方式，法師們則精要的為對方解答。

當布施者與法師雙雙合十，以輕閉的雙眼作虔誠護持與祝福，彼此的靜默交流，深深感動周遭熙來攘往的人群，也為這喧囂紅塵，注入一股清流。

法師們就以這樣直接而原始的方式，一步一步將原始佛法的宣教足跡散佈在熱情的南台灣。





【大陸】福建福清市福興寺 中道十日禪

正法号角再度回荡于福兴寺

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 5 月 16 ~ 25 日

【福建讯】2014 年 5 月 15 日，福兴寺宽敞明亮的新禅堂刚一落成，随即迎来了刚刚结束了唐山十日禅的随佛长老与中道僧团的师父们在此举办十日禅修营。闻此喜讯，各地的原始佛教法友纷纷会聚于此。距离半年前在此举办的十日禅，当与僧团的师父们再次重逢的时候，少了初次见面的激动，却多了一份久别重逢的亲切。

在开营的第一天，长老便以自己早年在缅甸出家的艰辛经历，劝勉大家要克服种种环境的不便，真正做到「为法而来」。这番推心置腹的谈话，让聆听的法友们深受感动与鼓励。随后，中严法师为大家厘清了对于安般念的一些错误见解，并且指出「安般念」是修定，非佛教所专有，但却能帮助我们摄念专注。而佛法中所言的「观」只有一个，那就是「十二因缘观」。

在随后的几天里，长老为大众说明，一般所记诵的「十二因缘」只是提要句颂，若误以为提要句颂的文字及顺序，就是因缘观的真实内涵，则会差之毫

厘，谬以千里。长老引据大量史实，讲解「十二因缘」如何从原有的「以『六入』为分位」，转变为「以『识』为分位」；以及长久以来，佛弟子对于「名色」的误解是如何发生的。同时，长老也指出：考证，不是为了考证而考证；考证，是为了说服众生，而重点则在于真实的教法与禅法。为了减轻法友们以往错误知见的影响，长老谈到：有一种人生态度是听从外在习得的「道理」，另一种则是听从内在的「欲望」，而佛陀不要大家走这两条路中的任何一条，佛陀要大家认识「真实」。

为了配合接下来所要进行的禅观，中严法师为大家系统、详细的讲解了修「安般念」的方法与注意事项，并且逐步地教大家内止言语的技巧，及克服昏沉的具体方法。这一个系统的教授过程，使很多法友在止禅的修习上受益匪浅。

虽然每天长老都辛劳地为大家说法，但在每日的小参中，对于法友们各种各样的困难，长老依然毫无厌倦的给予开示，并教授方法。这其中，不仅包括一些禅病的对治与禅观上的困惑，甚至包括人格上的偏差，长老也都逐一耐心地帮助解答。其中，对于一位害怕得罪别人，而经常怯于表达自己想法的法友，长老的回答特别引人深思，长老说道：「人活着不是为了别人高兴，而是为了让自、他真正得利！」





在禅修的后半程，长老的开示越发精彩，也越发地生动活泼，引人入胜。尤其是对于常见、我见如何形成的层层剖析，可以说是细致入微。这一开示，不仅对于大家的禅观深有启发；对于现实的人生，也是非常殊胜且全新的观察角度，相信定会让法友们受益终身的。隔天，长老又讲到「慈悲喜舍」的真正内涵，并且告诉大家：贪，是慈悲的障碍，人能够放下对自己的期许，而真正离贪，才能成为对众生没有危险的平安的人；而离贪，也不是无事可做，因为「贪」并不是指想要什么，而是指脱节于现实可能性。

这次随同长老前来的僧团法师可谓阵容庞大，每一位法师慈和的笑容及对法友们友善的态度，都给大家留下了深刻的印象。在禅修中，僧团的中严法师与成慧法师还为大家分享了自己学法的心得。中严法师结合自己的体会，谈到长老讲的「人格特质」与修行之间的关系，让大家明白：修行不仅仅是一种技术和技巧，而是要愿意改变自己。成慧法师在讲述自己学法、择法经历的时候，用幽默的语言，讲到自己通过

对吃披萨的观察，体会到「分别观」的不切实际，让法友们在开心一笑之余，也深有同感。

就在法友们品味法乳，意犹未尽之时，十天却在不知不觉中悄然地过去了。这次禅修结束，又有数十位法友对因缘法生起信心，而请求皈依。长老详细解说了「受戒」及「皈依」的内涵，法友们在听闻明白后，内心更加欢喜，于是在众人的祝福声中，这些法友正式成为信受 佛陀教法的在家居士。接下来的心得分享，在长老的「好话赶快说」的鼓励下，大家非常踊跃，纷纷说出自己学佛的经历，以及得遇正法的感恩之情。

十日的禅修，就在这样令人感动的气氛中结束了。这不禁让人想到长老在某日晚间开示结束后，讲的一段话：「这节课结束了没有？没有；那这节课还在不在？也不是还在——是世间转现不已！我在哪里？不知道，让烦恼的人去找答案！」

禅修虽然结束了，但真正的修行，也许才刚刚开始！

【美国】纽约中道禅院

心灵的归宿 纽约禅院共修

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 5 月 23 ~ 29 日

【纽约讯】5 月 23 ~ 25 日适逢美国的连续假期，麻州、纽泽西及纽约当地的法友相偕至纽约原始佛教中道禅院，进行二日共修。

数十位法友齐聚在纽约中道禅院的禅堂共修学法，由僧团法师们讲授初期佛教的变迁历史，包括印度根本佛教时期的发展、佛像的出现与希腊文化的关系、佛教在迁变的过程中造成佛教分裂的因素以及不同学说的兴起，法友们听来津津有味，对学法的判择、法义厘清提供甚多助益。

周六下午的课程里，除了聆听长老开示外，道一尊尼播放一小段「成功靠自己——要孩子长大，父母不要随意伸出援手」的相关教育影片，在场身为父母的法友观看之后颇有省思。尤其专程带着女儿从麻州驱车前来禅院的法至夫妇，深觉道一尊尼分享儿童的心理人格模式，确能帮助父母陪伴孩子们健康成长。有趣的是，法至的女儿很喜欢与道一尊尼互动，常常跟在尊尼身边。在共修时，小朋友还趁父母不注意，爬上了法座，坐在尊尼身旁不肯离去，令在场的法友们不禁莞尔一笑。

共修后，大伙儿围着餐桌分享彼此的生命经验，并邀请即将搭机回台的八戒行者法泳、法思及小法工正贞分享这两个月在禅院的心得。她们都表示：刚接



触纽约法友时，感受不出法友的热忱；但相处越久，就越能感受到纽约法友古道热肠的一面，感谢这段时间大家的陪伴与照顾。直至晚间 11 时，法友们才相继离去。

纽约的中道禅院，犹如纽约原始佛教修学者的心灵归宿。相信原始佛法的教导，能让身为「纽约客」(New Yorker)的法兄弟姊妹们，只有真诚，没有虚假；只有正向光明，没有忧戚黑暗。



【台湾】内觉禅林

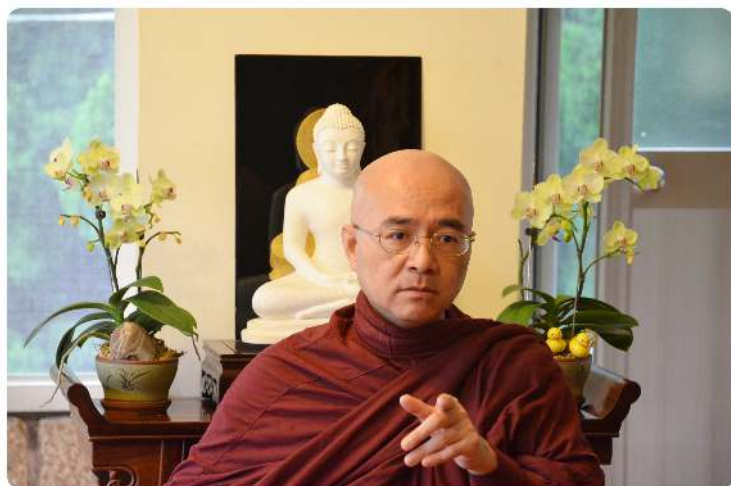
大陆弘法圆满落幕 随佛长老与中道僧团返台

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 5 月 29 日

【台北讯】5 月 29 日下午四时许，随佛长老及中道僧团法师等一行四人，完成近一个月的大陆弘法活动，搭机抵达松山国际机场。热心虔诚的法藏居士接机后，直接回到台北阳明山内觉禅林。

长老与僧团法师虽然风尘仆仆，仍不因此稍作休憩，而是直上禅堂礼佛、点灯，感恩三宝的光明及人天的护佑，使能一路平安、弘法顺利；待长老坐定，弟子们一一上前，向久未见面的长老顶礼请安，并顶礼僧团的戒长、法师。

接着，长老召集诸位法师齐聚一堂，分享此次到大陆弘法的经验历程，并关心慰问众法师这段期间的辛劳，藉此机缘教诫弟子们要精勤不放逸，不可安于现状而忽视时代的变化。长老慈悲地关心弟子们，每位法师无不欢喜信受而谨记在心。





南洋商報 隨佛長老、李志祥博士（著名輔導員）座談會

和諧人生 人際關係

兼談影響人際關係的內在障礙-自卑與壓力的認識及處理

吉隆坡 法泉 整理

2014年3月22日下午7時在南洋商報總社視聽室舉辦一場《和諧人生與人際關係》座談會。這場延續1年前因緣的座談會，嘉賓是隨佛長老和李志祥博士。主持此次座談會的是王欣怡居士。

首先由隨佛長老暢談“如何處理人際關係”這個人生的大問題，向大眾分析影響人際關係的內在障礙。長老以現代工商社會流行的俗話：“人脈即錢脈”，表明人際關係的可貴與重要。人際關係有障礙時，生活就會陷入孤立的困境，訊息的孤立也會造成認識的不足與偏差，進一步降低適應能力與克服困難的能力。

人際關係的基本要點是懂得如何與人交流往來。這種溝通能力的重點是在於表達與聆聽。表達不是說服對方，而是要避免誤解，釋放善意；聆聽也不是聽

出對方的錯誤，而是要让对方充分表达以及获得尊重，避免误解，增加合作的机会。健全的人际关系是彼此愿意分享、愿意合作，彼此了解、彼此包容，促进和谐与团结。

如果人与人相处时，能彼此欣赏、愿意承担、愿意同甘共苦及真诚善意地分享、合作与团结，人际关系的障碍就不会出现。人际关系上善意的障碍，就是出自‘输与赢’的心态。事事重在‘输’和‘赢’，必定会形成诡谲不安的氛围，人与人之间就只有猜疑、竞争与对立。这种人际关系是不健康的。

怀抱着‘输赢’与‘成败’的心态，乃缘自于一种自卑的心理。在面对生活时，越是在意‘输赢’，就会越退缩、越没自信！这也会造成人际关系越孤立、越有障碍。‘输赢’的心态在亲情相处中处处可

正法之光【第三十九期】2014年4、5月合刊 75



问：鸡与鸭哪个较行？应该反问他，你是在问，游泳谁较行？还是飞行谁较行？“得失”的心态是压力的来源：得，一颗沙；失，整个世界。重要的是：把现在做好，不问别人的评论。

李志祥博士从心理成长的角度畅谈“如何影响人际关系”。他分享了自己的成长经验，体悟出：人际关系从家里开始，从来不曾间断过；人际关系也是在家庭内求生的方法。李博士发现心理动力的影响一直不曾停止过；教育模式的影响也一直不曾停止过。这是因为人际关系的经营是要得到安全感和归属感。他也发现做事易，做人难。人际关系的转化必须反求诸己。

李博士观察觉知沟通可分为几类供参考：安全依附型、焦虑型、回避型以及混乱型。他邀请两位观众上台做肢体沟通的表演：被动型沟通体态、攻击型沟通体态以及明确型沟通体态。他表示：若以暴制暴，冲突就难以避免；如若以明确型的心态待人处世，则对自己有信心，对他人懂得尊重，愿意倾听别人的意

见，能欣赏他人的长处，愿意自我表达，交换意见，开放自我，并懂得感恩回报。

最后座谈会进入了尾声的 Q&A，现场观众询问：“如何改善父母的自卑心态？”长老建议：可以使用明确沟通型来与父母沟通，但不是改变父母，是分享幸福与喜乐，分享生命的经验；若父母临终时，多对父母说他们有多好；最需要做的是：了解父母，了解他们的困难，他们的好；对父母的助念不是念佛，而是说出并感谢他们从年青到老对孩子的用心；说出他们平时待人处世时有过的美德和光辉的一面；帮助他们想起曾做过多么好的事情，提升他们的正念。

在这场穿插互动的座谈会中，随佛长老以剥洋葱般的方式层层剥开人们心理的内在障碍与困惑，精辟的剖析影响人际关系和谐的因素，并提出度越及改善的方法。而李博士则以风趣活泼的方式分享家庭如何影响人际关系的实例，指出现有沟通模式的类型。这场精彩的座谈会让当天出席的观众都能法喜充满。





南洋商報 隨佛長老、李志祥博士（著名輔導員）座談會—採訪與花絮

採訪吉隆坡中道禪林新法友

吉隆坡書記組 整理

经过了一年又两个月的时间，在万众期待之下，随佛长老与李志祥博士又再次的同台合作主持座谈会。此次的讲题为《和谐人生，人际关系》。在听完了精彩的座谈会后，法筏法友（以下简称访）采访了一位出席座谈会的安娜法友：

访：请问你是如何得知今晚 随佛长老与李志祥博士在《南洋商报》主讲《和谐人生，人际关系》的座谈会？

安娜：我是从宣传海报得知的。

访：对于 随佛长老讲述「影响人际关系的内在障碍」，你觉得受用吗？

安娜：我本人觉得非常的受用，因为让我学会在面对人际关系时，要将心比心、知己知彼与人相处；同时学会要欣赏别人的优点及接纳别人的缺点再来修正自己。

访：刚刚在台上，你为李志祥博士作《沟通型态》示范，请问你有何体会？

安娜：我在台上做示范动作，我才发现原来自己的每一个动作都会影响别人，所以在往后的日子里，我将注意自己的言行举止，凡事三思而后行；在做决定之前，多为别人着想并朝「明确型沟通」方向迈进。

访：对于 随佛长老与李志祥博士两人的对谈，你感觉如何？

安娜：随佛长老与李志祥博士两人的对谈简直是太棒了！他们俩互相欣赏，惺惺相惜，非常难得。随佛长老的高智慧加上李志祥博士的博学多才，确实是这场座谈会卖点，长老以 佛陀教法融入生活，李博士则以心理学角度切入，讲座内容扎实受用，内心满满的感动。另一方面，最令我动



容的是李博士以自己的家庭背景为实例，更让我获益不浅。

访：对于今天《和谐人生，人际关系》的座谈会，你学习到什么？

安娜：我学到要以一个更开放与宽大的心来面对人际关系，也学到了人与人之间的沟通技巧，最重要的是我学会如何改善复杂的人际关系。

访：如果再主办类似的座谈会，你还会出席吗？

安娜：肯定会。

采访花絮：

笔者（访）与安娜法友早在七年前已经认识，并一同在某佛教道场共修；随着因缘的转变，笔者离开之前的佛教道场，转而学习原始佛教。辗转七年的岁月，我们彼此又在法的路上相遇了，心中之喜悦非笔墨能形容。

安娜学法心得：

我在 1996 年接触佛法，在学佛这几年，我学了很多如：密宗、净土、念咒、放生、临终关怀等等。学佛期间我总是一股热诚的去帮助他人，在乐于帮助他人的当儿，却发现自己的问题也是一箩筐不能解决，内心的烦恼并没有因此而减少。每天面对人、事、物的问题总是排山倒海的压得我喘不过气来，心里开始反思，自己要的是什么？

直到 2014 年 3 月 20 日的午后，也是我第一次踏进吉隆坡中道禅林，遇见了 随佛长老。随佛长老随机开示，犹如当头棒喝，一针见血的把实用的佛法说到我的心坎里。内心无比的震撼，这不就是内心找寻已久的答案吗？最后想在这里分享 随佛长老让我受用不尽的法语：1）降低自己的标准。2）用感恩的心去欣赏别人。3）与其去临终助念，倒不如向临终者说出他生前的大善。感恩！ Sādhu！ Sādhu！ Sādhu！

李志祥博士（著名辅导员）提供参考：

了解人的“心理地位” (Life Positions)

人们在成长过程中，透过“重要他人”（significant others）的影响，逐渐“对自己”和“对周围的人”形成某些坚定的信念。这些信念有时甚至会持续一辈子！这些信念可以简单分为：

1. 我是好的 (I am OK)
2. 我是不好的 (I am not OK)
3. 你是好的 (You are OK)
4. 你是不好的 (You are not OK)

在人际沟通中，这些信念可以组成以下几种组合，称为“心理地位”：

1. 我好，你也好 (I am OK, You are OK!)：通常会以“明确”的型态与人沟通，建立“双赢”的人生剧本
2. 我不好，你好 (I am not OK, You are OK!)：通常会以“消极被动”的型态与人沟通，发展出“受害者”的人生剧本
3. 我好，你不好 (I am OK, You are not OK)：通常会以“攻击型”的型态与人沟通：表面看似赢家，但是由于这种人相信必须把别人压下来，自己才能出头，所以即使得到一些成功，往往遭到他人的排斥；由于需要不断挣扎，表面上的赢家实际上是个大输家！
4. 我不好，你也不好 (I am not OK, You are not OK)：对人生充满失望，一直围绕在“拒绝别人”、“被人拒绝”的泥沼中，是人生的大输家！

By Dharma Point Integrated Wellness Shu Bhut 2014 年 3 月 22 日《和谐人生 人际关系》座谈会

4

心理地位

- ① 我好，你也好
I am OK,
You are OK
- ② 我不好，你好
I am not OK,
You are OK
- ③ 我好，你不好
I am OK,
You are not OK
- ④ 我不好，你也不好
I am not OK,
You are not OK

Style 了解人的“沟通型态” Communication Style

退缩/被动型沟通：

不愿意坦诚分享个人看法、感受、需求。自尊较低，害怕伤害他人或自己；怕批评。

指责/攻击型沟通：

经常责备、控诉。旁人应对他的感觉负责。常用的话：你总是、你从不……

果断/明确型沟通：

以健康、没有防卫、不固执的方式表达自己；对自己、对别人都抱持正面、尊重的态度。

消极抵抗：

以迂回的方式攻击，暗地里攻击他人或占他人便宜。

沟通形态		关系	输赢	亲密度
被动型	被动型			
被动型	攻击型			
攻击型	攻击型			
明确型	被动型			
明确型	攻击型			
明确型	明确型			

By Dharma Point Integrated Wellness Shu Bhut 2014 年 3 月 22 日《和谐人生 人际关系》座谈会

4

沟通型态

- ① 退缩/被动型
passive
- ② 指责/攻击型
aggressive
- ③ 果断/明确型
assertive
- ④ 消极抵抗型
passive aggressive



随佛长老于吉隆坡 南洋商报《大众讲座》-法友感言

茶壺裡的颱風

吉隆坡 法依

跟随 随佛长老学习原始佛法已有几年的光景，受益很多。在日常生活中，我会依据师父的教导，把注意力放在身心的观察上。

经过一段时间的自我观察，发现自己有个心理障碍，难以跨越，那就是惯常以退缩、躲避和被动的模式去回应很多的事情。尤其需要帮忙处理事务时，就会莫名奇妙的紧张、焦虑和恐惧。处于人群中，这种感觉更是强烈。到底发生了什么事？

2012 年时，决定要好好的面对这个问题，因此鼓起勇气担任禅修营的法工。在当法工的期间，发现只要把心静下来，熬过抗拒的心理，很多躲藏在感受背后的心绪就逐一涌现。知道自己不能再逃避，于是，选择从容地去经验那个极大的不舒服的感觉。。

前尘往事一涌而出，十年了，那一直都是自己不敢再去碰触的地带！年轻的时候，曾在某团体负责筹备禅修营，因为自己办事经验不足，做事常会出差错，也因此导致身心受挫。那时，最大的心理负担就是担忧自己的过错，妨碍到别人的修行。之后，「我

会搞砸所有的事情！」、「莫扰道人心！」.....这些话一直在我脑海中回响。这个心结纠缠深久，每当遇到事情，下意识地便会藉由「逃」的自我保护机制，来减轻内心的不安。

3 月 22 日，师父在吉隆坡中道禅林为大众开示《昌盛与息苦的人生》，说道：「碰到心情有很大的起伏，是人之常情，不要被它干扰，让它心情归心情，那么它就只能成为茶壶里的台风。」这一席话鼓舞了我，下决心要积极地去度越自己的心理障碍。

当天晚上，师父在南洋商报报馆的视听室，和李志祥博士共同讲述《和谐人生与人际关系》。那一场座谈会非常精彩。在现场，师父提及压力感与自卑心理的处理与度越，教诫大众降低需要的标准，看看自己有哪些做得好，增进生命中的胜任经验，这种正面的作为会让我们更有信心和力量。

听了师父的教导，我相信只要意愿坚定，方法正确，旧有的回应模式一定可以慢慢地被「reset」重组。



隨佛長老于吉隆坡 南洋商報《大眾講座》

正覺的財富觀與生涯規劃

吉隆坡 法明整理

隨佛長老于 2014 年 4 月 5 日，晚上 7 時 30 分至 9 時 30 分，假馬來西亞吉隆坡南洋商報視聽室主講『正覺的財富觀與生涯規劃』。此弘法會吸引了超過 200 人出席。由于此為大眾弘法，因此也吸引了一些第一次接觸『原始佛教』的法友出席。主題分三個部分讲解：（一）正覺的財富觀、（二）正覺的認識、（三）正覺的生涯規劃。

（一）正覺的財富觀

（一）有道取財，多多益善；（二）無道用財，分文皆貪；（三）財富在用，不在擁有；（四）能用是財，不用非財；（五）用在開益，不在損耗；（六）獨享增險，分享增益；（七）人際良好，和樂共榮；（八）健康如財，和樂似富，（九）智慧增財，慈悲增富；（十）離苦息忧，最勝財富。

長老一開始即說明賺錢視一個人的品德，用錢時却反映一個人的欲望。因此，在家人就得好好地賺

錢，好好地用錢，多多益善。接着，長老問現場的听众：難道學佛人不能做富翁嗎？學佛人就得做窮人嗎？用錢要符合法律，許多人花钱只顧享受，賺錢只為滿足自己的享受。因此，懂得賺錢，就要把錢用在對的地方。師父同時也舉了一個台灣法友的例子：他是很虔誠、很善良、很慈悲的佛弟子，但卻覺得賺錢有罪惡感。開店不賺錢，收成本價就好，最後連本也保不住。這麼善良的在家居士，應該要有智慧，應該要認真賺錢，多多益善。此外，長老也提出了《戰國策》中『馮諼為孟嘗君市義』的例子，說明了要把錢用在對的地方。

另外，長老也點出華人賺錢就愛把錢存起來，存錢不用錢，那錢也沒有價值。因此，懂得賺錢，也要懂得用錢，把錢用在對的地方。錢應該花在有需要、對我們有用的事物上。就好比超市有很多形形色色的食品，好吃但沒營養。若我們把钱花在買這些垃圾食物，只會損耗健康，毫無益處。長老也打趣地說，若



你全身珠光宝气，是珠宝危险，还是你危险？因此，独享增险，分享会带来福气。懂得分享的人，人际关系就会好。跟大家的關係好，财富才保得住。就好比说，在职场上，你有能力，受到上司器重，同事会嫉妒你、中伤你。如果你平常的人际关系处理得好，那些懂你的人就会站在你这边，跟你说好话。因此，人际关系是自己的保障，坏朋友只能不得罪、不能深交；而好朋友则应该多交。

无论我们赚再多的钱，健康才是最根本的财富。人生越能够和乐，我们就会更富有。人际关系若和乐，生活能够分享就会富有。就好比出家人愿意关心社会、分享生命经验给大众，这就是富有。钱财可以解决困难，因此财富要分享，帮助有需要的人解决困难。财富若能分享，和乐就会辗转增上。然而，最胜的财富是能离苦息忧：让生活更好，烦恼更少，远离苦恼。

（二）正觉的认识

生涯规划当中，会有三种不同的标准去规划人生：（一）以欲望规划人生，即追求自己的快乐；（二）以道德规划人生，即给别人利益；（三）以智慧规划人生。而长老说明如何以智慧规划人生，我们要用智慧画一个圆，智慧规划必须有正觉的认识。

长老提出了 12 点正觉的认识：（一）活在现在；（二）人生是多重影响的表现；（三）自己不是生命的主人；（四）活着是相互需要，有你真好；（五）世上没有人是孤单，孤独是一种态度与心境；（六）任何的作为都有作用，努力绝对值得；（七）需要与努力是在历程，不必为了结果；（八）可以参与，但无法决定；（九）困难不是问题，逃避才是问题；（十）活着要解决问题，也一定会留下问题；（十一）完美是引发苦恼的迷梦，（十二）离苦才是生活的重点。

长老说道，大多数的人虽然「身」活在现在，心

里想着未来与过去。其实，这是一种心态，不是一个事实。

人生从生到死的历程中、兄弟姐妹、师长、社会、朋友、环境的影响。人生就像粘土，都在被揉捏，没有一个固定的形状。我们都是在多重影响下而不断的在改变中。

佛陀说缘生法则无我，浅白的说法就是自己不是生命的主人。

人活着是相互需要的。我们常常被灌输说家人是怨亲债主，这样的说法会让佛教徒变得消极、荒凉。佛教需要的是清凉，不是荒凉。我们应该相信彼此是互相需要，我们必须团结合作，一起开展人生。

我们都活在人群社会，我们并不孤独；但有些人即使有亲人在身边，却喜欢一个人喝咖啡，觉得自己很孤独、很可怜。如果你用感情爱自己，会带来忧伤的情绪，会像无底洞被吸进去，你会堕落，你面对生命会觉得失落，实则当你觉得你孤独的时候，其实你也让别人孤独。孤寂的心情是苦了自己，苦了别人。愿意打开心胸和对方交流，和乐就显现。我们必须相信，只要努力了，就会产生影响；任何一个真诚的动作或关怀，它都会有影响。努力绝对值得，不要放弃。

佛弟子常常会有错误的想法——「生不带来，死不带去」。因为这样，就什么都不做了。我们要相信，所有的困难和痛苦都只是过程，而不是结果。欲望要调伏，因为欲望只是一个过程。问题会改变，努力也要调整。生活也要因时制宜。我们必须看清，需要跟努力都只是过程，不要被蒙蔽。在过程中努力，而不是追随结果。

往往人们都有一个问题——我努力了，一定要依照我要的结果。因为这样，努力总是伴随得失的痛苦。我们必须看清，努力只能影响，但不能决定。影响和发展，可能有一点意外，但随机应变就好。不要



为了努力有没有达成我们的期待而痛苦。

「天天面对问题，天天解决问题，天天留下问题」。一般人认为我们在解决问题，但是我们只是转变问题而已。我们将问题的原因消除或改变，留下一个我们现在可以接受的问题罢了。

「人间没有完美，最美的事情是恰到好处的缺陷」。我们要有这样的观念，而不是一味地追求完美，因为追求完美会让我们痛苦。生活的重点是远离痛苦，不是累积财富、不是享受。

有了这 12 项『正觉的认识』，我们才能用智慧来规划生活。若用欲望规划生涯会痛苦，因为欲望达不成就会苦；用道德规划人生也一样不快乐，因为一味地付出，却没有智慧地处理。只有用智慧规划生涯，才是正觉的生涯规划。

（三）正觉的生涯规划

随佛长老提出了 7 点说明「正觉的生涯规划」，

我们需要重整认知、需要、情感、行为、环境、人际、生活。

「最好的生涯规划是规划现在」。已经过去的事情不是现在，不要老是想以前的事。一件痛苦的事不要变成一辈子的痛苦。我们不能脱节于现在，最昂贵的成本永远是时间。生命的规划用在不必要的事，就是浪费生命。

人生所有的决定都是不知在未来的情况下决定，应该平怀看待。事事追求完美，会让生活紧张。做事情要实际有益，不要浪费生命。分享胜于独享，要跟好人交往，结善缘、结好缘，不要孤芳自赏。

好事、好人、好心情就是最好的环境。人与人的关系怎样好？欣赏胜过批评，合作胜于输赢，相知胜于同行。这样人际关系就会好。

最后，随佛长老以「活在现在，努力现在，接纳现在，无憾现在」作为弘法会的总结。





馬來西亞原始佛教會 第八個共修道場 启用紀實

烏拉港中道禪院啟用慶典

怡保 法澄 整理

馬來西亞原始佛教會第八個共修道場—烏拉港中道禪院，终于在 2014 年 3 月 23 日開幕了。開幕前 3 天，隨佛長老風塵仆仆的剛從台灣飛往馬來西亞，抵達吉隆坡，接著就馬不停蹄地為當地大眾宣法開示，不曾閒著。中智法師也在開幕前一天到道場勘驗，以確保一切準備就緒。

3 月 23 日當天，中道僧團明至法師和中智法師一早趕往烏拉港口道場，以處理各項安置事宜，令整個籌備工作臻於完善。早上 8 點半左右，來自各方的法工和法友陸續抵達道場；來自台灣的法住、法澄、法因師姐和黃素珍居士母女也前來參與烏拉港中道禪院启用法慶。各地法友們互相噓寒問暖，新道場頓時熱鬧起來。

早上 8 點 45 分隨佛長老由度明法師伴隨蒞臨中道禪院，法友們合掌歡喜的迎接長老的到來。法慶於 9 點 30 分隆重開始。首先，司儀法端師姐請大眾禮敬 佛陀，接著邀請布施道場的業主—李炫輝居士

獻燈，請居士將佛座前的一盞蓮花燈點燃。恭請隨佛長老入座後，近百名的來賓在莊嚴的《三寶歌》響起時全體起立，一起贊頌《三寶歌》；然後在隨佛長老的帶領下一起皈依佛、法、僧、戒，念誦《轉法輪經》和《四法皈依》。

長老開示時，對馬來西亞諸方護法及來自各地的法工，能計辛勞、無私付出與奉獻，深表贊嘆與感謝。長老回憶過去 5 年，原始佛教在馬來西亞傳播與發展，從 2009 年年初成立的第一間道場—怡保中道禪林開始，近乎每隔一年就會建立一間道場。同年 5 月間成立了檳城中道禪林，隔年威省中道禪林成立，2011 年一氣成立了 3 間道場，即吉隆坡中道禪林、馬六甲中道禪林和柔佛巴魯中道禪林；2012 年，第 7 間道場在雙溪大年成立。如今，第 8 間在烏拉港成立；而兩個星期後，第 9 間道場也將在吉隆坡阿喇白沙羅成立。隨佛長老表示，道場的成立的确是件可喜的事，但却不是最重要的事。長老說：「許多人很在意道場的建立；就如爬山登頂，登上山頂後接著



就下山，认为任务已经完成。」长老接着说：「成立一个中心，并不只是为了有一个中心。可贵的不是硬体的道场，你们才是真正的道场！道场只是一个平台，一座桥梁，一个分享生命的光辉、喜乐；分享佛陀的启发、美好的经验的地方。让道场成为你生命的归宿，心灵的道场。我们都是法的兄弟姐妹，道场就在我们的身上，我们就将道场分布到四面八方；分布到你的家庭、你工作的地方，你身边的亲朋好友。在你的家庭、你的工作道路上，要记得向有需要的人分享你的生命经验。你们，才是真正的道场！」

长老说他不曾想过要到马来西亚来弘法，是由几位到美国纽约打工的马来西亚法友要求长老把正法传入他们的家乡，也让马来西亚法友获得宝贵的法益。结果由纽约法友和香港的居士发起，邀了几位马来西亚的法友一起凑钱，买了一张机票，把师父送来了马来西亚。大师父说，当他踏入马来西亚，他就下定决心要把原始佛法传遍这片土地。原因是，师父觉得这些马来西亚的法友既可爱又可怜，他们诚恳、笃厚、虔诚，应该学到真正的佛法。但长老在马来西亚弘法也是几经波折的，期间承受了不少的排斥、诋毁、诬蔑，但是长老及几位中道僧团法师不畏恶势强权，继续前来马来西亚传播原始佛法。最后，原始佛法的种

子终于在马来西亚这片土地播下，如今已茁壮成长。中道僧团里的中智法师、度明法师、生谛法师和成慧法师都是马来西亚人，长老希望能找到更多 佛陀的弟子，以广度众生。另外，长老也竖起大拇指赞扬到台湾道场帮助的法友——法泳、法思、法心、法昙、法香和法斌，他们的表现都非常好。

随佛长老说，他建立道场不是为了找供养或红包；道场是一座桥梁，接引来自四面八方的众生，让我们一同协助更多的人。最后，长老吁请法友们一起努力护持 佛陀的法教，利泽十方。

接着是献道场仪式。在僧团的祝祷下，李炫辉居士、法平师姐、法界师兄、法弘师兄、法萌师姐和法肇师兄一起将道场钥匙交予僧团，完成了献道场仪式。

紧接下来的是各地法工代表献词与祝贺。首先由怡保的法工代表—法慧居士致词。法慧居士首先祝贺乌拉港中道禅院的成立，并以目睹怡保道场一位濒临自杀边缘的法友，在 4 年里学习正法后的改变故事为例，鼓励现场的法工与法友好好学习原始佛法，也不忘护持道场。

5 位来自威省的热情法友也在现场齐声念出：「威省中道禅林法友祝贺乌拉港中道禅院启用。祝



愿：正法照耀，利世利民，息止迷惑，活出精彩。」

接着由威省法工长法直居士与法友分享他在大乘佛教界 25 年的学佛经历。曾经出家后而还俗的他，直言过去对佛教界的失望与痛心。还俗后的 12 年里，他不曾也不愿接触佛教任何事物，直到 2011 年在北海佛教会认识了随佛长老，他的生命才从灰色变为彩色的。法直师兄说：「原始佛教的出现，佛教有希望了！」随佛长老也赞叹法直师兄「宁可真实而生，也不为虚伪而活！」

来自柔佛巴鲁的法彻师兄也代表柔佛巴鲁法友为新道场献上了祝福。法彻师兄分享他的学法心得。学习原始佛法后，让他觉得人生充满光明；面对工作不再有「太监心理」，会更积极面对困境，热爱生命！法彻师兄吁请法友们一起努力学习正法，正向菩提。

接着由乌拉港中道禅院的法工长法弘师兄致词。法弘师兄首先向慷慨布施该道场的李炫辉居士致谢，接着感谢法友们无私的、不分彼此、不辞劳苦的协助新道场的成立；更不忘感恩随佛长老的慈悲指引与教导，利泽众生。法弘师兄表示，他本人也因随佛长老的教导而改变了他的人生观，随佛长老是他一生中最钦佩的人。法弘师兄吁请法友们一起努力，做一块灿烂的彩布！

吉隆坡法友代表法尔师兄祝福乌拉港新道场成立，并分享他的学法心得。法尔师兄说他是从听随佛长老的「净土真义」光碟后才开始接触原始佛教，听后有「触电」的感觉，让他深感震撼。在参加东甲禅修营结束后，他告诉自己：「我找到了我的老师！」法尔师兄表示，以往总认为佛法浩瀚无边，学佛是一条很长、很遥远的路；如今才发现学佛就在眼前，是那么的务实、实际，一点也不飘渺。最后，法尔师兄吁请法友们一起护持 佛陀正法，做牛做马也甘心！

大会不忘邀请护持无拉港道场的李炫辉居士致词。李居士表示他 18 岁开始学佛，和生谛法师是知交。李居士自认自己是较为理性的人，从来就不屑于迷信的菩萨思想。当他获悉生谛法师决定在中道僧团出家后，曾和生谛法师深谈，深恐生谛法师「被骗」。他和生谛法师谈了 4 天 4 夜，对中道僧团有了初步的了解后，再和随佛长老交谈；最后，他也认同生谛法师的决定，也认为这就是佛法，生谛法师跟对了师父，他相信这条路是对的。这两年来，李居士都在听随佛长老的录音开示，对佛法越来越有信心，也为他解开了无数个疑惑，觉得自己已站在正法的门槛前，正准备跨进来。随佛长老笑着对大众说：「你们还不赶快把他拉进来！」李居士说到与生谛法师的交



情与期待时，真情流露，在场的法友也为之动容，马上回报他一个热烈的掌声，以示支持。

台湾和美东的法友也不忘以录影方式送上了挚诚的祝福与支持。首先是由中华原始佛教会的全体法友献唱《感恩的心》，并恭贺乌拉港中道禅院法轮常转，法水长流。美东法友在祝贺词里对新道场的成立表示高兴，因为再添生力军是件可贺可喜的事；感谢师父们的辛劳，完成了第一个5年计画，祝愿圣教不衰，正法兴隆！最后，槟城法友也为乌拉港新道场献上祝福，祝愿 佛陀的光辉照亮乌拉港。

接下来就是揭匾仪式。随佛长老领着僧团到道场入口处，法友们也紧随在后，挤满走廊，热切地与大众一起见证乌拉港新道场的成立。随佛长老说：“揭匾代表 佛陀的法教此时此刻在乌拉港安住。道场是一个桥梁、一个平台、一个生命的归宿，这是一个心灵的道场。道场是一个大家分享 佛陀的启发、分享生命中的光辉和喜乐、互相关怀与合作的地方。我们都是法的兄弟姐妹，道场就在我们的身上，我们要将道场分布到四面八方，积极地与人分享我们生命中美好的经验；分享你的生命经验给有需要的人。让大家困难更少，生活更好，远离烦恼！在僧团与众人的掌声与祝福中，随佛长老为乌拉港中道禅院揭开了匾

牌，也为原始佛法在马来西亚的弘扬与开展，掀开了新的一页，让法轮常转，法水长流。

接着是为马来西亚第八间道场进行切蛋糕仪式。随佛长老笑说：「广东人偏爱‘8’这个数字，因为谐音‘发’。那么，佛陀的法要……」众法友马上开心的大声回应说：「发！」长老接着说：「佛教要……」法友们毫不迟疑地大声说：「发！」最后，长老说：「法友也要……」「发！」法友们个个笑开怀的说。随佛长老在僧俗二众乐融融的气氛中把蛋糕切开，不忘叮咛大家说：「切蛋糕是分享。有分享，才能有真正的合作，有合作才有得利，得利后才有团结。要分享，要团结啊！切记，切记！」

僧俗二众大合照后，法友们一起欢喜的供僧，一起分享丰盛的午斋，更不忘与身边的新、旧法友分享自己学习正法的喜悦。道场洋溢着一片和乐、温馨的气氛。

乌拉港中道禅林的成立能够顺利进行，除了感恩僧团的支持与眷顾，更少不了幕后小功臣的付出。借此感谢法弘、法界、法肇、法世、法平、法萌、法启、法孟、法度、法祺、雅汶、秀丽、美诗、永凤……等法的兄弟姐妹们，因为你们无私的付出，让佛陀的法教更能顺利地宣扬开来，谢谢大家。





馬來西亞原始佛教會 第九個共修道場 启用紀實

阿喇白沙羅中道禪院啟用慶典

吉隆坡書記組 法祇 整理

2014 年 4 月 6 日是阿拉白沙羅中道禪林開幕的日子，也是大師父這趟在馬來西亞的最后一天弘法。禪堂里除了來自各地道場的法友外，也增加了不少的新面孔，大家一起恭賀與見證這新道場的成立。

首先是播放中道僧團從 2008 年至 2013 年在馬來西亞弘法的回顧。看著一路走來開展聖教的點點滴滴，甚是艱難不易；對中道僧團而言，却是堅定與勇敢的體現。法友們無不由衷讚嘆與敬仰 佛陀的伟大弟子。

緊接著進行道場獻供儀式，有 5 位獻主，辛居士及法界、法修、法肇與法世師兄代表獻供，居士們的發心，將接引更多群眾沐浴在佛法的光輝中，實是功德無量。

大師父開示時，勸勉：佛弟子之間要以「談佛

法」為主要的交流，互相學習、精益求精，不能互相攻訐、毀謗。經歷了許多風風雨雨，大師父表示有三件事，是支持師父一直走下去的原因：（一）對 佛陀的仰望和崇敬從來沒有動搖過。（二）對「法」堅定不移的信心。（三）對苦難眾生的關懷從來沒有動搖過。現在師父更以「對世界的關懷」為自己繼續前進的動力。

師父藉著道場開幕的機會，代表原始佛教會，感謝各地法友對「法」的護持，不辭勞苦奉獻自己，也感謝提供此新道場的業主夫婦的慈悲發心，因為這項善舉是對僧團的信賴。

隨後由各地法工代表為大眾分享感言。

怡保禪林的法如居士如是說：學法多年，從未遇過像大師父說法那樣的直接、受用、有核心和有效益的法師。大師父擅長用靈活及深入淺出的語言



讲解佛法；而且皆非虚无飘渺的说法，而是实际可以受用、可以落实在现实人生中实践。希望法友们，不间断地与中道僧团连线共修、学习佛法、自利利他。

怡保禅林的法澄居士如是说：代表怡保法友祝贺阿拉白沙罗中道禅院的成立。怡保中道禅林在2010年3月16日成立，也是马来西亚第一间共修道场；相隔4年，马来西亚第九间共修道场在阿拉白沙罗成立，这是怡保法友当年所不曾料及的事。追溯当年，大师父在怡保般若岩曾告诉当时的法工说：「你们将获得超出你能想象的利益。」当时谁也不解大师父之意，直到现在大家才渐渐明了师父

当时的话。在跟随大师父、道一尊尼及中道僧团的这一段日子里，学到的不只局限在禅堂里所学的，更多的是从僧团的身教与法友的互动、磨合中学习与成长。曾目睹大师父在马来西亚宣教期间是如何遭受到当地佛教界无礼的对待，对大师父以智慧做出反击却不失慈悲与宽容的做法深感钦佩与感动。4年多来愿意忠诚地护持与信赖僧团，就是被大师父及僧团无私的付出所深深感动。四年来，获得的是生活上的智慧与内心的平稳。期盼法友们多多护持道场，参与道场活动，在与法友互动当中学习尊重与谅解。

威省禅林的法实师姐如是说：在2011年开始



接触到原始佛法，对当时大师父讲述关于播音器和蛋花汤的因缘关系留下深刻的印象，同时也颠覆了以往对因缘法的粗浅认识。在参加 2011 年于 Ashahan 的十日禅觉营后，才对因缘法打下重要的基础。直到半年前忙着搬家的时候，才恍然察觉到了「我见」的使然，进而对五阴身心的因缘有了更深的认识。对师父近来所讲的生活上的佛法感受深刻。

双溪大年禅林的法佑师兄如是说：大师父在做的，并非求名求利，而是真正的为救度苦难的众生而不遗余力的奉献。当 2009 年开始接触原始佛法时，内心非常的震撼。对于过去在学习北传与藏传

佛教所留下来的疑惑，几乎都得到了解答与厘清；同时对部派佛教史有更完整的了解。希望法友们把正法之灯，一代接一代的传下去，遍及各地，让佛法的智慧利益众生。

吉隆坡禅林的法修师兄如是说：阿拉白沙罗中道禅林的开幕，让我联想到早期在吉隆坡道场未成立前所苦拼过的日子，联想到当时与几位吉隆坡的年轻法友戮力护持中道僧团在吉隆坡开教的点点滴滴，一路走来，酸甜苦辣一言难尽。如今生活过得比那时安稳多了，但安稳易带来安逸，安逸会使人懒散，学法切勿安逸懒散，这间道场规模虽小，但大师父说过「学法」才最重要。学习原始佛法后，



感觉内心比较踏实了。至诚感谢大师父与僧团的奉献，我亦愿将自己奉献于这地方。

吉隆坡禅林的法端师姐如是说：接触原始佛法乃缘自于一个「偶然」经历——一片没有联络资料的弘法 CD。当时即被 CD 里的说法吸引，并对随佛长老有了初步印象，可是不知道如何才能接触到这位师父。直到有一次经过马大佛学会，亲自面见与听闻正在说法的随佛长老，真没料到自己会无心插柳成荫。就这样听着听着，心被触动了。随后就毫不犹豫地参加了随佛长老所指导的禅修营。从因缘法当中学习到怎样处理个人的心绪以及要好好地正视自己，认真地跨越了工作经历中带给自己的烦恼和障碍，觉得更踏实，并且不再惯性地怪自己，能够坦然面对自己及周围的人。

吉隆坡禅林的法世师兄：开始学佛，是学习大乘菩萨道，曾经短期出家，可是不得利；后转向接触南传佛教（即泰国森林派），也曾打算出家，但

无实现。深深体会到不论是念佛或坐禅，都无法一心不乱，最终对佛教已感到麻痹而停了 10 年。在 2012 年，听到大师父的 CD 后，重燃对佛法的热诚，一直以来心中的疑惑也纷纷解开。在吉隆坡道场新址成立时，才正式加入，随后参加了 Asahan 的 10 日禅觉营后，内心确知由大师父依经依律宣说的原始佛法才是自己所要跟随的。通过因缘法，自己与家庭、员工的关系获得改善，觉得原始佛法很受用，如今想要做的就是引度自己的大儿子接触原始佛法。

吉隆坡禅林的辛居士（献供道场者）：不习惯站在大众面前说话，所以有点紧张。但很真诚地希望目前这个新道场的维修工程，能令大家满意。

法友分享完毕后，大众便一起观赏来自各国法友为开幕所录制的祝贺影片。紧接着就是在大师父和僧团的见证下，进行揭匾和切蛋糕仪式。在切蛋糕时，大师父说明「切蛋糕」不是为了分开，而是





为了分享。道场、信众、出家人的多寡并不是最重要的，最重要的是真诚与无私。中道僧团秉着真诚的分享和无私地奉献走过了漫长岁月，至今已 23 年了。大众以热烈的掌声为中道僧团喝彩。由于这里刚巧是第 9 个在马来西亚成立的道场，大师父套用华人习俗，祝贺道场：长长久久。

在仪式结束前，与会大众共同合照留念。随后法友们一起欢喜的供僧，一起分享丰盛的午斋，更不忘与身边的法友分享自己学习正法的心得。

下午，大师父继续为法友们开示。大意是：不论有没有信仰宗教，我们都要面对人生中种种的问题。大师父关心的是，有什么实际有用的方法，能够让活着的人，正确务实的去解决人生的问题。

如何才是学习佛法有受用呢？大师父指出衡量标准：（一）困难有没有更少？（二）生活有没有更好？（三）有没有渐渐地远离烦恼？

要如何达到以上三点的受用呢？除了精进实践

佛陀的教导外，大师父鼓励法友们应该团结起来，互相扶持、关怀与照顾！好比一棵树若要茁壮生长，树旁边的土壤就必需被照顾好，这样树根所扎的这片土地才会稳固，而这些泥土才能够帮忙涵养水份与空气，让这棵树好好成长。同样的，这棵树会制造并提供氧气给周遭的环境，还能绿化环境，帮忙遮荫，并提供养分给泥土。

大师父提醒大家，要把「关怀的重点」先放在我们身边的人，例如兄弟姐妹、亲友、同修等等。从自己出发，关怀与帮助跟我们有关的人，妥当的迈出脚步，就会有相关的回应；有了回应，我们才会有更大的力量继续前进。大师父号召法友间要紧密团结，而团结是为了彼此能互相照顾，这才是符合实际的现实。

最后，大师父勉励法友：冷静地面对自己的烦恼，就是智慧；热诚的面对苦难的众生，就是慈悲。





吉隆坡中道禪林《中道五日禪》紀實

睽違十四個月後舉行的中道五日禪

吉隆坡 法若 整理

2014 年 3 月 21 日，睽違十四個月的中道僧團隨佛長老在法友的热切盼望中终于再次踏足马来西亚。随行的僧团法师有明至法师、中智法师和度明法师。抵达当晚，长老即马不停蹄为法友开始连续两晚的开示，随即又在南洋商报馆和李志祥博士召开座谈会兼谈人际关系的内在障碍。又于 3 月 23 日，为乌拉港中道禅林主持开幕典礼。长老所到之处皆座无虚席，群众莫不对长老的睿智及言行举止仰慕不已。

紧接着于 3 月 26 日至 30 日，长老又在吉隆坡中道禅林主持五日禅修，传授 释迦佛陀的真实教义——十二因缘观及禅修次第。此次报名参加禅修的学众甚多，除了来自马来西亚四面八方的法友之外，还有远从纽西兰、台湾、新加坡前来参加的法友。虽然筹委会事先有通知，禅修期间恰逢天旱，禅林可能有限水问题，但法友们求法若渴，毅然齐聚禅林，近百人把寮房挤得爆满！是晚，法工长（法修）安排学员的

禅修轮值任务及介绍基本营规（上图）。除了每天必须做早、午、晚课，受持八戒，还得全程禁语。

第一天(3/26)

禅觉营每天清晨 4 点半起床，5 点由明至法师带领学员做早课，早课后，大众开始禅坐静修。用过早斋，长老为大家授八戒后，提及寮房拥挤一事，长老表示：「求法人众，挤一挤，万不得已。空间虽小，但不障碍修学。求法、非求衣食，求法的精神正表现出个人的修行。」

长老开示：「五天禅修学习的时间有限，五天里会教大家修习安那般那念，如何度越昏沉、十二因缘法、因缘观、禅修次第和如何用佛法的智慧解决生活上的困难等。」有关早课时大家念「皈依四法」而非传统的「皈依三法」，长老引经据典解说：「佛陀说的是『四法成就』，皈依法、法、僧三法只能导向见



法，还要加上『戒』成四法，才能导向离欲解脱，正向菩提。中道僧团是以 佛陀的真实法教为依持，非依传统论说，因此念四皈依而非三皈依。」（上图）

长老勉励学员：「修行要进步，必须向 佛陀的教法靠拢，接近佛说，检讨自己，减少犯错。学佛要依法不依人，依法义不依论说。不管是学大乘佛教、密教或南传佛教，大家皆是学佛人，不可互相排斥，要手牵手，一起探究 佛陀的真实法教，共同护持正法，为迈向菩提大道而努力。」

长老接着指出修习安那般那念，是为禅修因缘观作准备。安般念能助摄心专注，调伏禅修时的散乱心，度越昏沉。但安般念只是禅观前的方便法门，并不会导向开悟、见法、解脱。长老引经据典阐释：五盖的正确的顺序应该是：（一）掉举盖，（二）昏沉盖，（三）疑盖，（四）贪欲盖，（五）瞋恚盖。修习安般念调伏掉举盖和昏沉盖后，则能修习 佛陀的禅法——因缘观。」

午间，长老亲自教导修习安那般那念的技巧。长老开示：「 佛陀的正规修禅，不用外道的九种禅定及无上止息，只用安般念，专注于入出息，度越散乱心与昏沉，有寻有伺，达到『初禅正受时，言语寂

灭』。」长老特别教导修习安般念的窍门，许多学员依此技巧修习，非常受用，大大提高了禅修时的专注力，度越多年以来的散乱和昏沉。长老语重心长勉励学众：「师父领进门，修学在个人。」众人皆感受到长老的用心，日后要天天修习，不可懈怠。

傍晚，明至法师简述行禅的方法，并让学众到禅堂外的花园草地实习。温暖的夕阳，和熙的微风，青青的草地，大家念住于入出息的觉知，保持内离言语，这种禅修的感觉真美妙！

第二天(3/27)

早斋后，长老先复习昨天的内容，然后讲述自身于 2006 年的生活经历，感人肺腑。长老劝勉学人别做浮在水面的乒乓球，自觉不凡，想高人一等，做人中之龙，好比高低胜负，结果在人群中与大众格格不入。如此即是贪爱自我，因为人我各有不同的价值取向，没法比较出谁好谁坏，各有各的因缘；换个面向，取向变，价值也变，这是学禅的心法。学佛法的重点是内在的觉悟，真正修行体会，非在深山野林，而是在日常生活里修因缘观，务实地面对人生，重新认识自己的生命，化逆境为顺境，在现实人生有效地解决所面对的困难和问题。



午间，明至法师放映由随佛长老亲说的「十二因缘经法原说」视频，先讲五阴的集法和灭法，也即是十二因缘的集法和灭法，对五阴的集法和灭法不如实知叫无明。长老引经据典阐释：「无明的起因是对因缘法不善观察，在根、境为缘的当下不如理作意，不追根究底。倘若明白六组五阴是缘生的流程，而缘生故无常，不是固有的，是非我的，便能进而用佛法的智慧务实面对人生问题和解决困难。」长老指出：修行的第一步，就是做人不要成为别人的负担，要懂得面对自己生命中的困境。

晚间长老根据印度佛教史分析与解说梵语、巴利语、新梵语的由来，让学众认识佛法传承的背景，进一步明白佛法错综复杂的演变（下图左）。尔后，长老强调五阴在六触入处表现的六种缘起，每一组缘起都不一样。长老观机逗教，信手拈来许多实例让学众明白个中道理，以免大家在修禅观时跨越不过这一关。长老的用心、耐心与超凡的智慧，深深感动学众，令人敬佩得五体投地。

第三天(3/28)

早斋后，长老开示：学习佛法要在生活上受用，正觉之道，就是在当下明白因缘下，时时新，刻刻变，不要活在往日的情怀、爱恨情仇、情结难断中，

这样是被常见、我见所蒙蔽。任何当前都是可贵的，不要受既有成见的影响，凡事用因缘观，重新认识事态，调整人格障碍，让心境更宽，走出烦恼。随后，学员被分组进行小参和静坐禅修。（下图右）

午间，继续观看十二因缘法的视频。长老谈及修行正规是以明为前相，贪爱是依无明而起，因爱而有行（我见），即不如实知则生贪爱，才于我、我所而执着，如此而形成「识缘名色，名色缘识」的结。长老指出，佛陀正觉是依因缘法、缘生法来如实观十二因缘的集法和灭法而得明。见因缘法、缘生法才能断我见和常见。见法是认知的革命，是在感官经验上的重新发现而颠覆原来的认识。修行的次第则是如实观集法，然后明白有灭法，再依集、灭法的正见，建立起正道。看完视频，接着是第二组小参，向长老提问修行上的问题，其他学员则在禅堂专精禅思。

晚间，继续观看第四段的视频，讲到「名色缘识、识缘名色」。尔后，长老升座，深入分析指出部派的谬误，隐没了两千多年来佛说的真实义，严重歪曲正法的修行。长老鞭辟入里的比喻，让学员心领神会；幽默风趣的说法，经常引起哄堂大笑。学员在欢欣中学习，更觉受益匪浅。

第四天(3/29)





早斋后，长老开示：「修习七菩提支，五盖是路上的障碍，必须层层度越」。依《相应阿含》810经，佛陀正统菩提禅法是「依安那般那念，修四念处，次第起七觉分」。佛法的智慧在洞见事实，不脱节于现实身心实况。修习安般念后，便可修七菩提支。接着，轮到第三组集体小参，其他学员继续用功坐禅。

午间，看完「十二因缘经法原说」的连续视频，轮到最后一组小参，其他学员继续努力练习静坐禅修。

晚间，长老根据原始佛法的十二因缘流转图，引经据典解说与考证，说明十二因缘法是依「六入为分位」，十二因缘观是从「六入处观集法、灭法」入手。长老又以具体实例引述「无明先断，后断贪欲」的实际过程，而非如传统佛教用思维逻辑推测说「无明最后断」。若误解十二因缘，遇到困境，便说是前世带来的，业障深重，不懂得在生活中认真的面对现实、解决问题，人生会变得消极颓废，生命发不出光和热。

第五天(3/30)

早斋后，长老讲述佛灭 116 年后，阿育王造成佛教分裂的前因后果，导致禅修次第错乱，对佛教的思

想、僧众产生极大的负面影响，至今达 2200 多年。几经艰辛，如今终于还原 佛陀的原说，重现十二因缘法和十二因缘观，还原 佛陀亲教之七觉分、圆满四圣谛三转十二行。通过七觉分的修习，知见清明，有了佛法的智慧，在生活中展现，在生活中知苦，在苦中度苦，从而改变自己，让生活过得更精彩。

下午举行结营仪式，近四十多位参学法友赞叹禅修的殊胜，请求长老为他们授皈依。学员们也趁此机缘欢喜踊跃的分享经验和心得，其中更有人在听过长老的精辟开示后，热泪畅流，感恩亲人的动人拥抱场面。也有法友建议长老为少年儿童开班，利益幼辈。大家浸润在法的喜悦中，原本预定下午四时结束的仪式延续到近六时，全体法师学员来个大合照，五日禅修正式圆满结束。

感谢长老和法师们为利益众生，不辞劳苦地宣法。尽管参学者甚众，又恰逢节约用水之际，五日禅觉营仍能井然有序地进行，要感恩法工长和法工们的合作默契、妥善安排，让学员们在安适无忧中修行。民以食为天，也要感谢以法章师姐为首的厨房团队，每天准备可口的营养素食餐，还在午间供应滋补汤水和排毒汤水，慈悲关怀学员们的健康，让学众深深感觉：禅修真好！（下图）





吉隆坡中道禪林《中道五日禪》-法工感言

你，以什麼來學法？

吉隆坡 法熙

这一期吉隆坡主办的五日禅修营，我首次以法工的身份参加。在这之前，各个小组的筹备工作已如火如荼地展开。随着新、旧学员们的踊跃报名，加上现有场地的限制，主办委员心里已有面对艰巨挑战的准备。学员们除了将要「挤沙丁鱼」之外，吉隆坡炎热的气候也导致了水务局自三月初开始展开多区域性的配水活动——即两天分配水，两天限水。随着双人床架陆续的搬运到来，厨房后院的十多个巨型工业水桶也陆续的装满了水，以备急用。

令人振奋的禅修营终于到来。看着来自马来西亚各地以及世界各国与地区（新加坡，台湾，纽西兰）学员的陆续报到，雀跃的心情在所难免，而身为当地主人的我们也希望学员们能以法为主，适应这稍微狭小的空间。

第一天，随佛长老依据巴利圣典，引述 佛陀所说的四法成就，来解释四归依——归依佛、法、僧、戒的重要性。接下来，长老在教导正确的禅修次第时，先以如何调伏五盖（掉举、昏沉、疑、贪、瞋）作为修学禅观的前方便，这也是修学过程中极为重要的一个环节。

第二天，长老讲了两个他亲身体验的经历，与学员们共勉：

当时碍于台湾尚未有南传佛教的传承，长老故决定到缅甸剃度出家。当时该缅甸的寺院非常简陋，众僧侣的生活十分清苦。缅甸的剃度师基于随佛长老从台湾远道而来，想腾出一间单人房给长老住，以免和其他僧众共挤。长老婉拒了剃度师的好意，因长老认为「别人和我一样都是父母生的，别人能做到的，为何我不能？」，故而无意享受「特别待遇」。就这样，在缅甸的期间，每晚和其他僧众共处于几乎密不透风的寝室，身贴身的就地而卧，还有体味交杂的气味相伴入眠....

另一件事是发生在 2005 年底，长达九个月的时间，长老病情严重，不易起身行动。在这期间，寺院的设施简陋，资源匮乏，几位新出家的弟子也都在长老病得奄奄一息时，相继离开。在这贫病交加，生命面临严峻考验的时刻，师徒们还是严守不持金钱、不依净人的戒律。几位徒弟几乎风雨无阻，每天下山托钵，把托回来的食物与山上其余的法师（包括随佛长老）共用。



听到这里，坐在蒲团上的我哽咽不已，泪湿衣襟，心想：是怎么样的精神，让中道僧团的法师们，在面临生死关头、艰困处境时，还能谨守着 佛陀不受取、不积蓄、不使用金钱的戒律；是怎么样的精神，让他们为了维护戒律的尊严，把个人的生死置之度外？是怎么样的精神，让他们对法有了正向的了解，并以克己的精神，来调伏对身心的贪欲与执着？

出家人托钵受施食固然不简单，但是在严格「不持金钱」的大前提下，可说是把自己的性命都置之度外了，这需要极大的勇气与毅力。中道僧团的法师们却做到了，不是一年、两年，而是漫长岁月，在廿多年前的台湾，南传佛教尚未扎根，「托钵受施」还是一个生涩的名词，但法师们就身着袈裟，手持净钵，接受信徒的供养，并不时游化与大众结缘。当中所经历的风霜血泪、危机险境，抵挡不了仁者崇高的信念与坚韧的毅力。跟随着 世尊所遗留下的正法足迹，僧团将菩提种子散播各处，为苦难的世间带来一股股暖流。

长老曾问我们，「你拿什么来学法？」我们口口声声要求师父教我们因缘法、菩提道，但是当长老回问我们时，在座的许多人，包括我，顿时语塞。即便我们都没有像二祖慧可为了向达摩祖师求法，立雪断臂的勇气和精神，但是对于师父历时数十载，呕心沥血才还原的十二因缘法，我们是抱着怎样的心态来学习？是为了满足个人的好奇心？是当作一门崭新的学术来研究？是想提升自己的禅修技巧？抑或希望佛法能真正的对实际的生活有所帮助，减少现实人生的问题，远离无止尽的苦痛？长老就算把这宝贵的法拿到我们面前，但我们准备好接受这份神圣的恩典了吗？

这一堂课，给我很大的启示：修行，虽不是「要你的命」，但却是需要你用全副生命来瓦解因不正思惟而产生的爱与执着。在生活上的点点滴滴，随着因缘而改变，必须如理作意，无时无刻观察身心的变

化，并以严谨的戒律，作为自我检测的准绳。原来最深邃的佛法，并非彰显于高深的理论或是建立在遥不可及的象牙塔中，而是体现在生活中的每一个当下，体现在每一口饭、每一瓢水、和从每一个待人处世的因缘，作为自我省察的教材。

接下来的禅修，内容一日比一日精彩，学员们也渐入佳境。外在的环境似乎妨碍不了众人学习的热诚，而大家也在狭小的空间里穿梭自如，其乐融融！感谢老天的眷顾，禅修期间非但没限水，还送了两天的倾盆大雨，灌溉略显干渴的花草树木，洗涤禅修者浮躁的心情。五日的禅修在长老生动活泼、深入浅出的开示中圆满结束。曲虽终，人亦散，唯长老曾经叮咛我们的那一句话，恰似生命的警钟，在我耳际隐隐回响，久久不散...





吉隆坡中道禅林《中道五日禅》-法友感言

修行在生活

吉隆坡 刘居士

感谢僧团，让弟子得以实际体验禅修。虽然学法已有一段时间，但多是纸上谈兵；想到要真正进入禅堂实修，心情始终忐忑不安，不过难得五天完全与红尘隔离，我也就放下万缘，体验这五日禁语持戒的禅修生活。

第一天，在大师父—随佛长老的开示下，学习如何以安般念呼吸法入门。之后师父讲解了许多教法和调伏五盖的正确次第，让弟子叹为观止！同时也颠覆了弟子以往佛学上的许多观念，尤其是关于因缘法及四圣谛的认识。经过师父深入浅出的讲解之后，明白了调伏五盖或见因缘法是可以透过正确、有系统的次第逐步达成。回想自己过往的学法经历，多半凭着一堆的资讯自我摸索和实验，一路走来，跌跌撞撞，遥不知路在何方，真是感慨万分！

师父殊胜珍贵的讲解，试图让我们明白，正确的知见能够帮助我们重新认识自己，我们受困于错误的经验认知以及贪瞋习性，不懂得如何活在当下、珍惜现前。透过这几天的禅修，虽然每次都有一种腿快要断掉的感觉，但对法的进一步了解却又让我喜悦。无明凡夫不如理作意，生起我见与常见，以致对五阴起贪爱，生烦恼，不断的追求和试图满足无穷无尽的欲望，以致轮回生死，不能解脱。佛陀的正法教导我

们看清真相，透过观察与实修反复验证，才能证得解脱的智慧！

恭听法要时，妙语如珠的师父一直在各项开示中强调「因缘观」的重要性，并指出它是了生脱死的关键，这些都让弟子的内心有另一番崭新的意义。而且师父也一直反复强调我们只有勇敢的面对问题，才能解决问题，我们不应该把人生寄托在一些虚无缥缈的信仰当中，或是怪罪于宿命业障，因为那无助于解决问题和烦恼，同时也易助长逃避现实的心态。同时师父也要我们明白「怠惰」是修行或改善生活的障碍，唯有认真和积极的态度才能改变我们的人生！师父的这些话对我们来说犹如当头棒喝，是值得大家深思反省的。

师父提醒我们所谓修行在于生活。调伏生死烦恼的心真是一条漫长而充满挑战的路程，这次在这样难得的共修活动中，弟子的内心因法喜涌现而温馨满怀！原来 佛陀的教法竟然这么务实，与我们的身心生活息息相关。最后感谢慈悲的随佛长老与僧团在禅修期间无私的奉献付出，也感谢法工们的照顾与护持。愿各位法友与同修能珍惜可贵法缘，努力增上，让我们大家一起迈向自利利他的菩提道。

Sādhu! Sādhu! Sādhu!



吉隆坡中道禪林《中道五日禪》-法友感言

認知革命

马来西亚 梁居士

五天的禅修营后，内心有说不尽的感激，感恩自己遇到好人，年纪尚轻就能接触到佛法，更庆幸接触到原始佛法，这份感动无法言喻。

从师父分享的佛教流变与迁移，才了解目前坊间流传的佛法，与佛陀的原始教法有所出入。但我个人对这不圆满包容看待，毕竟我们无法主宰任何事物的发生，心中唯有感恩，庆幸有机会接触到佛陀原说，更希望朋友们有机会一同学习。

禅修营的前两天病倒了，大部分时间都在寮房休息，错过了很多禅修环节，只好静静地坐着。这时才深切体会到身体健康不能忽视，如此才能不妨碍修行用功，但看到许多长辈们精进修学，激励身为晚辈的我要见贤思齐。

庆幸的是，师父的开示让我获益良多。原来我们有许多错误的认知和妄见，当我明白这个道理后，顿然惊醒。平时误以为喜欢上某件事物，但其实只是喜欢上享用该事物时的感觉而已，这个认知的革命很重要，能让我从不同的角度看世间。师父还有一个让我印象深刻的教导，那就是：生活的困境是有的，但我们不用绝境的心态面对。当我们调整自己的欲求，就不会陷入绝境，这点很重要。若要改变自己的人生，就不要活在惯性，否则人生无从改变。

除此之外，因缘法让我重新检视人际关系的相处之道。我们即使每天跟同一个人相处，但是因缘一直在影响中改变，每一刻都不一样，现在跟我相处的那个人，正随着不同的影响在改变，我不能用旧有的观念看待他，任何当下都是全新、可贵的。了解了这个观念，让我更懂得如何面对复杂的人际关系，减少许

多误解和烦恼。因此这次的禅修营，我最大的收获就是体会如何与人愉快的相处，相处之际不论输赢与对错，而是在于相互尊重、团结合作，幸福在一起。

最后一个让我觉得很重要的学习是，断贪欲不是刻意什么都不要，而是现在必要的我们不拒绝，现在有什么就用什么。佛法要我们离贪断爱，并非要我们刻意什么都不要，反而是从正觉的角度看财富该怎么处理和看待，这无碍于我们以正当方式取财。总的来说，我真的深怀感恩，感谢十方的因缘。





吉隆坡中道禪林《中道五日禪》-法友感言

珍惜善緣學正法

吉隆坡 駱居士

参加中道五日禪，话说从头，还真是一段奇妙的因缘。

接触禪修已是二十多年前的事情了。当时，根本不太清楚何谓禪修，却有模有样地依照师父的指导，观察呼吸时腹部的上升（胀）和下降（瘪），而且观察力还算不错呢！然而年少懵懂，不懂得珍惜佛缘，一两年后就不再听闻佛法，更别谈禪修了。后来离开大马到国外谋生，一离开就是十多年。数年前回国时，恍然发现家中双亲已苍老。看在眼里，我畏惧、心酸却无奈。

原本回国后打算做一些小生意。然而在照顾双亲的过程中，我倍感时间与病痛的压迫，常茫然自问还可保有多久身心健全的岁月。恐惧中，我不得不重新检讨人生目标，但在实际规划时却又犹豫不决。我似乎患上了忧郁症，情绪低落，难以安定。

我到一所南传佛教教会去，期盼 佛陀能带给我一些提示。当时佛教会正准备举办十日禪修营，我便以敬奉三宝的心情报名参加，藉此让生命沉淀。没料到十日禪中获益良多，精勤参禪的结果，结束离营时，我可是脱胎换骨、出奇的龙马精神，一扫之前的忧悲和恐惧，生命只能说是奇迹！自此之后，我对 佛陀和禪修的信心与日俱增，还参加了不同派系的禪修营；也学习某类定禪，希望自己拥有深定，有助于离苦解脱。

在家修习生活禪，体会到放慢脚步地生活，除了增添踏实感之外，觉知于身心状态的敏感度也跟着提升。心旷神怡中，我开始对六触入处有了深刻的体会，好像了知因缘缘生的迁流不息。这种禪修让我当下觉得很有智慧似的，常乐此不疲，只是尚难多加描

述，只有自明而安乐其中。时时庆幸生命的美好，而对一切感恩。

去年底，我又参加了十日禪。禪修中，那种缘起的觉察又再深刻的显现。离营回家后，我为了破解疑惑，直接上网搜索，希望可以找到因缘法的相关教导。那是我第一次进入原始佛教会的网页呢！看了随佛长老的宣法影音，尝试了解原始佛法后，我不得不敬佩随佛长老的智慧与慈悲，当下，我就意识到这将是我这一生中接触正法善缘的开始。愿更多众生能从中受惠，众人利己益他、和乐共荣。

当然，这也就是促成我后来报名参加这次中道五日禪的因缘。如果要我分享心中感言，我会说：「身心有限，时间不等人。珍惜善缘学正法，洞悉生命的因缘实相，真是无比的殊胜体验。开展人生，活出精彩，才不枉费此生。精进地修学原始佛法一定会让生活更好、困难更少、远离烦恼！」

随着这因缘的生起，我只能对自己以往那段穷追禪相的日子摇头而平心看待。同时，我十分感恩和我同住的父亲，有他与我相依为命真好！





吉隆坡中道禅林《中道五日禅》-法友感言

正法光明 遍照十方

马来西亚 蔡居士

去年「中道三日禅」的禅修让我印象深刻，因为是第一次在禅修中听闻正法，三天的课程内容很精彩、扎实，深深地被佛法的智慧所震撼。因此，许诺要好好的将学得法义用在生活中。

开始的时候记忆犹新，长老的法音言犹在耳，我学着以不同的角度和思维看事物，听闻正法后，最大的收获是不再以自我的观点为中心，不做任何对、错的判断，也不再随意评价他人。生活就像脱胎换骨、焕然一新。但深知这与实修还有一段距离。

慢慢的，身心隐没在生活琐碎事与贪欲的渴求里，就像被打回原形一样，听闻正法后的知见被搁置在一旁，深陷在欲海的漩涡里。面对痛苦、迷惑、烦恼，比如：求不得的事或预期的事，嘴巴虽然挂着「活在当下」，心里却开始描绘预期的美好愿景。由

于无法接受求不得的苦，所以试图以营造假像来安慰自己。假像就像轻量的麻醉剂，暂时让痛苦麻痹。可是，当药效一退，痛苦再次浮现，就得一而再的重复这无止尽的轮回。

这次我仍旧带着疑惑、烦恼来到中道五日禅，情况和去年的三日禅一样，我希望能从师父所说的法带一帖良药回去。不同的是：这次更能明白师父说的十二因缘，什么是六入、识缘名色、名色缘识、有身、食等名相的涵义。

现在我知道如何训练调息打坐、如何观察身心的活动，解决现前所面对的痛苦和问题。无论如何，我希望正法之光可以传遍世界各角落，能让更多人可以因为学了佛法而过得更好。

馬來西亞弘法 & 法工隨行花絮

* 法友们看到师父都很忙碌，就关心师父有没有时间打坐？师父打趣的说：“我已经坐很久了，现在轮到你坐！”

* 法昱开车带着从台湾来的法澄和法因去市场买菜，在车上，法澄谈及退休后学会开车的事。回程时，法昱突然回头问：「师姐，你现在还敢『嫁』吗？」何等严肃的问题！法澄和法因面面相觑，不知如何回答。后来方知：原来马来西亚的华人，把「开车」说成是「驾车」。

* 4月1日中午，马六甲法友盛情举办一家一菜供僧。那天傍晚，有法友关心的问台湾来的法住：

「晚餐你想吃什么？」法住回答：「我不吃，因为我『痴贪瞋』。」一旁的法澄对法住能如此「知惭知愧」，不禁肃然起敬；但内心仍有些许疑惑，于是走过去问法住：「请问师姐，何以『痴贪瞋』就不能吃晚餐？」法住一脸茫然。后来才知：原来法住说的是「我不吃，因为我中午『吃太撑』了。」





随佛长老于马六甲中道禅林《大众弘法》侧记

走出生活的迷失

马六甲 法沅 报导

2014年4月1日至4月3日晚上七点半至九点半，中道僧团导师 随佛长老假马六甲中道禅林，为十方友宣说法义。长老分别以（一）佛陀的缘起观（二）正觉的禅法（三）昌盛与息苦的人生为主题，向大众作狮子吼。

首晚宣法，长老表示，学佛重点在息苦无忧，并在日常生活中受用，让生命更好。佛陀要我们关注当前的身心表现，因为生命中的苦闷就在其中。长老深入浅出的宣说六种缘起观：（一）没有人是生命的主人。（二）我们只可以参与，不可决定。（三）生活是在多重影响中表现。（四）活着，需要有你。（五）任何的努力都有作用及价值。（六）努力的作用是表现在生活的过程，而不是为了心目中的结果。长老表示：只要明了这六种缘起观的深意，并戮力实践于生活当中，我们就可以无憾、平安、务实与安乐的生活，这是何等美好啊！只要有好的历程，何必在意结果呢！

次晚，长老明示：佛陀的禅法只有一个，即是七

菩提支或称七觉分。我们必须从现前的身心实况开始观察起，没有任何的想象。而修持「安那般那念」是前方便，摄念专注，度越散乱，乃是共世间法。

最后一晚，长老开导学众，在面对不当的欺负时，不要只是一味的退让与忍耐，否则我们无法过着正常的生活。如果佛弟子不断的做不切实际的好人，那么在现实生活里，就会成为一个失败与痛苦的人。因此，在生活当中，要行公义、公正之事，有所为、有所不为；小事不计较，但如果过分被欺负，要努力面对及拒绝，这样大事才能化小，小事方能化无。最后，长老提醒大家：「有道取财，多多益善；无道用财，分文皆贪。」赚钱时多多益善，但重点是取之有道；利益自己时，不必有罪恶感；更要懂得将财富转换成恩情、手足之情、亲情、友情、社会公益.....等等。身为佛弟子要站起来，使善的力量、法的力量昌盛，这样人间才会更好，佛教才能昌盛与光明！

非常感恩长老暨僧团的慈悲，三日的宣法活动，让大家受益无穷。



隨佛長老于馬六甲中道禪林《大眾弘法》-法友感言

我與原始佛教會之因緣

馬六甲 法睦

本人加入馬六甲中道禪林—原始佛教會，不到一年，有如剛剛發芽的新苗。于 2014 年 3 月 31 日，正式皈依，法名是「法睦」，這是隨佛長老挑選給我，最適合的法名，謝謝長老。

認識「原始佛教」的因緣是朋友給了我一片 VCD，題目是「認識正確原始佛教」（這 VCD 不是來自原始佛教會出版）。過後，在 YOUTUBE 聆聽隨佛長老的宣法影片，才真正了解佛教的正確來源和演變。

過去接觸的是傳統信仰，遇到不如意的时候，就感覺是自己「業障深重」。即使後來放棄傳統信仰，但面對不如意的时候，還是無法從舊思維跳脫。之後，在網路上找到了「馬六甲中道禪林—原始佛教會」，並且到那里聆聽隨佛長老的連線宣法，進而了解 佛陀正確的教法，至此心情才慢慢穩定下來。

2014 年 3 月 31 日，企盼已久的隨佛長老終於來到了馬六甲中道禪林。當天晚上，終於皈依了，心裡感到很开心，就如「西遊記」里的「孫悟空」 開心自己有了皈依法名。

隨佛長老還原「佛陀正確的教法和說法」，此乃一大事因緣，彌足珍貴。我們身為 佛陀的弟子，要好好的珍惜及感恩隨佛長老的苦心教導。如果沒有隨佛長老這個「好人」的出現，佛陀的弟子們，依然會盲目的走下去。

最後，感恩和祝福 隨佛長老及僧團，平安吉祥及身體健康。同時也感恩那位介紹我認識原始佛教的朋友，藉由他給的那張 VCD，我方能幸運的接觸到「原始佛教」和「隨佛長老」，也方能迷途知返。

SĀHDU ! SĀHDU ! SĀHDU !





馬來西亞當法工心得

台北 Izabella Chin

2014年3月20日我和妈妈搭乘飞机前往马来西亚做法工。其实在出发前，我完全不了解这次前往马来西亚是要做什么的。对中华原始佛教会也是完全不了解，妈妈也只告诉我好像是要去帮忙做事情吧。我也没多想什么，抱着反正可以出国逛逛的心态，我就答应要来马来西亚了。

下了飞机，走到机舱门口的那一刻，我只有一个想法，那就是：「天啊！好热啊！」我们在机场快速的通过海关后，便看见了来接机的师兄与师姐们。我搭乘法界师兄的车，前往吉隆坡中道禅林。从机场到道场的车程大约一个半小时左右，在车上和师兄聊了许多有关马来西亚的事，师兄人也非常的亲切。

到了吉隆坡禅林，便看见法昙、法集、法泳三位师姐在门口迎接大家。进了禅林，大家先去禅堂礼佛，并且听大师父开示。大师父开示结束后，师姐们带我们了解环境，便让我们在房间里整理行李，法心师姐还带我们出去买一些生活用品。

在马来西亚的第一天就这么过了。其实马来西亚

是一个非常炎热的国家，从小就娇生惯养的我，来到这里真有些无法适应这里的天气。在家里热的时候可以开冷气，冷的时候可以开暖气。可是禅林的生活比较纯朴，并不像家里那么的优渥。虽然师姐关心台湾来的法友不适应当地的天气，所以跟我们说可以开冷气，可是毕竟不是自己家里，还是不能那么随心所欲的吹冷气吧？

在这里的前几天，我们听了师父在吉隆坡道场的弘法，我才真的稍微了解到中华原始佛教会是在做什么的。一开始听师父弘法，我并不是怎么认真的听，因为我从来对「宗教」就没什么好感。总觉得许多宗教都只是在编造一个虚构的「神」然后要大家求祂、拜祂，就可以心想事成，远离烦恼。这种事情毫无根据，而且如果真的这么简单的话，这世界上怎么还会有人因想不开而去寻死呢？

一开始，我天天吵着妈妈说：「我要回家，我不要留在马来西亚。这里的天气又热又没有风，而且又天天被蚊子咬，而且我并没有打算皈依，那我来这里受苦干什么？」妈妈听了其实心里非常的难过，我也



知道自己非常的任性。后来我跟妈妈说：「那好，最迟大师父去马六甲弘法前我要回家。」妈妈也没多说什么。

接着就是吉隆坡的中道五日禅了。禅修期间禁语，不能说话，其实听了这个消息我非常的焦虑，因为我很爱说话，要我不说话会很难过的！不过还好我们是法工，所以在帮忙做事情的时候，还可以小小声的讲重要的事情。五日禅期间，我们和学员们一样，一起听大师父说法。还记得大师父说到之前学佛的一些经历，最后的结语是：「别人是人生父母养的，他们可以，凭什么我不可以，难道我不是人生父母养的吗？」这句话点醒了我，使我开始慢慢的接受，学着去享受马来西亚的好。

改变了自己的心态后，其实马来西亚并没有那么糟糕。法友们都非常的友善，和他们相处其实还蛮快乐的，日子也过得更开心，没有烦恼了。转眼，便来到禅修的最后一天。前一天晚上，妈妈告诉我说禅修的最后一天，大师父会接受皈依，她会皈依，但是她不强迫我皈依，会尊重我的想法。

我想了一个晚上，最后我决定跟着妈妈一起皈依。我并不是因为妈妈皈依了，而盲目的跟从，而是我觉得大师父的理念和一般的「宗教」不同，大师父并不是想要从大众中牟利，而是真心的想要利益大众。大师父的想法也不会像一些宗教一样让人不舒服，说什么信我者天堂挂号，不信我者天堂除名，离弃我者五雷轰顶这种话。也不会要我们天天求神问神，或攻击别的宗教，而是秉持着开明的心态，愿意了解、尊重不同的宗教。大师父讲述 佛陀的教法，让我们学习，然后运用在生活中，帮助自己减少困难，远离烦恼，活得更好。

五日禅结束后，大家跟着师父一起去马六甲弘法。马六甲禅林所在的区域比较繁荣，对面就是市场，然后隔几条街就是观光区，所以早上或是下午有空的时候，会出去走走晃晃，看看马六甲的街道，吃

吃马来西亚口味的美食。马六甲的法友也很热心，会开车载我们出去看看马六甲的景点，还有去海边看海，晚上再回来禅林帮忙，听大师父说法。

很快的在马六甲的四天也结束了，又要回吉隆坡了。在机场告别了法住、法澄、法因师姐，法心师姐又驾车带着我们回到吉隆坡禅林。我们也跟着大师父完成了最后在马来西亚的弘法行程。

在马来西亚这 20 几天，过得非常的充实，从早上开心到晚上，然后第二天又继续开心，完全没有空去想任何烦恼的事情。虽然我才 15 岁，生活上的经验或许还不够多，不能百分之百听懂大师父所说的法，可是大师父却能够用非常生活化的例子来讲述佛法，让我虽然不能百分之百的了解，却能够略懂佛法的精髓，而且能在生活中受用。

这次跟着中道僧团出来弘法，让我受益良多，不仅改变了许多看事情的态度和处理事情的方式，也明白了许多事情并不是我们所以为的那样，换个角度看，会看见许多很不一样的事情。离别前，非常舍不得马来西亚的法友们，也很感谢法昙、法集、法泳、法心、法摩等师兄师姐们的照顾，不知道什么时候才能像现在一样大家聚在一起。希望下次还能够有机会跟随大师父再来马来西亚弘法，见见这些热情又亲切的师兄、师姐、和法友们。





纽约中道禅院《二日弘法》-弘法侧记

正覺人生的落實與體現

纽约 法伦

4月12日开始的纽约二日弘法，对美东地区的法友来说意义非凡。因为大师父将亲临纽约说法，法友们引颈期盼了漫长的一年，终于可以再见到大师父，自然是相当的兴奋雀跃。

当天一早，纽约禅院就涌入了许多法友，二日弘法就在热切的气氛中展开。大师父升座说法，有别于平日，先与法友们亲切的问候，提到这次来美的目的，主要是看看老法友们，并且帮助大家将所学的佛法落实在生活中，避免学法久了之后，像拉久了的橡皮筋一样，产生学法的疲劳而停滞不前。

接着大师父提及目前僧团的弘法，说到原始佛法公开宣教已经大致告一段落，接下来的重心是巩固法友们学法的信念，并且经由互相帮助与关心，让法友间能够团结合作。大师父有感而发的说：「佛教有一流的产品，但是经营的手法却是三流的，要多向其他

宗教学习。」同时也提及今后僧团将采取轮流的方式，由法师们轮流驻锡纽约道场。

这次和大师父一同前来的，还有法泳和法思。大师父让他们上台做简短的自我介绍，一方面让大家互相认识，也同时为在场的法友带来一股欢乐和新鲜的氛围。

午后，大师父为大家说明宗教是文明的根源，也就是人类文明的摇篮。宗教信仰是许多人人生开展之所在，但人却不一定要信仰宗教。而所有宗教的核心，则是追求生命的快乐。事实上，人类有史以来，参与人数最多的活动就是宗教。而宗教的两大主题，就是让人们能够远离焦虑和苦难，并且满足期盼与安乐。不管是佛教所说的因缘，或是许多一神教所谓的上帝或阿拉，乃至多神教的泛神论，都是在探寻为甚么我们不一样。如果进一步的看，这样的探究，事



实上是来自于人们自己的内心的不安与焦虑。告诉我们「为甚么会这样」以及「如何会这样」，然后给予生命去向的盼望。我们问「为何」与「如何」来免除焦虑（此即宗教的核心），而科学也是。科学，可说是现代的宗教，人类社会动力的根源。在人类的文明核心，都在想办法逃避或避免焦虑，并寻求满足期盼与安乐的生活。

接着，大师父以另一种角度切入，说明婚姻也是宗教的另一种形式，并且还要有承诺与义务。人类社会中的社会主义、资本主义、共产主义也都是如此。所以，宗教事实上与我们的生活结合在一起。从头到尾，其实都是我们自己的问题。若问什么是正觉人生，就是不要成为宗教的奴隶，要清醒醒过一生。

短暂的休息后，大师父以平实的话语，告诉大家真正的问题不是在「死」，重点是「如何生」。也就是说，你现在在忙些什么？你打算往哪边走？但是如果离开「离苦」的主题，才问自己要做什么是没用的。活着本身，就不是一件简单的事，活着就要认真，生活与家庭都要顾及；无忧不是靠懒散来达成，要有精勤的生活态度。真正正觉的觉者是务实、精勤不懈的，就像 佛陀临入灭时，仍在度众，这就是一种精勤生命态度的展现。只是许多法友仍停留在听法，而没有将法踏实的运用在生活上。大师父举马来西亚法友的例子，说明担任法工的法友在几年之后，和没有担任法工的法友呈现完全不同的面貌，参与法工者的身心品质与效能都较高。因为如果只在禅堂学禅，却没有在生活中修禅，将会陷入困局而很难再前进。也就是说，已经建立的认知、生活的环境、情感的模式、行为惯性的模式，四样都是固定；而第五样生活结构，也就是身心素质，就会改变不了。如果想改变个人的身心素质，就是要改变感情的模式、行为的惯性，以及生活的环境。人到了中老年，在意的是生命的价值。人生的后半段，除了发财、开悟解脱之外，要问我们可以做什么，做些什么可以让人生的满

意度提升，改变身心的困局，如若身心的素质不变，就容易产生忧郁与空虚。

大师父强调：师长讲的课，不可能一直上下去，一定要靠实践来学。如果在实际生活中没有所得，就会在日常生活中钝化，忧郁与空虚就无法避免。在身心的缘起上，当方法对了，自然就会改变，神采改变了，自我生命也就跨越了。也就是说，新的生活，产生人际关系的改变，带动情感以及身心的改变，生命就会自己找路走。

第二天，大师父继续就本次弘法的主题—正觉人生的落实与体现，为大家开示。大师父明白的表示：一天捕鱼、三天晒网的宗教生活，要见法很难。除了心灵上的寄托之外，究竟得到什么？在国外生活，现实的压力大，大家都只是追求保障，但是看不到希望。大家该问问，自己的光明与希望在哪里？因为人活着的重点不是在于「生活有保障」。例如法师们弘法，是让自己在生命的道路上安心与开心。出家人不是生活有保障，而是生命有方向，并且用行动来落实生命的方向。另一个例子是，美国的法友把心思放在生活有没有保障上，而马来西亚的法友，则把心思放在如何修行、或是能做些什么上。生活的保障固然重要，但生命的方向是需要的，并且不能只有心里的寄托，而是要去做；如果只是成为寄托，仍然会不快乐。大师父强调：就是因为人在现实生活上压力，所以才要用佛法来解决眼前的困难，并在压力消除之前，为自己的生命再开另一扇窗。许多人常常问：会不会做错误的决定？然后因为害怕和无法决定变得不快乐。事实上，人在做决定的时候，都不知道将来会怎样，但常常自以为知道自己知道；如果无法做决定，就会没有方向，然后就会苦闷，就会痛苦。

道一尊尼也提醒纽约的法友：大家的问题在于不知如何跨越出去，纽约的法友们需要的是心力与动力上的调整，要用心的去凝聚、去关怀彼此。

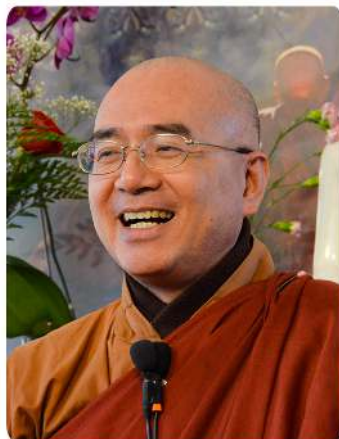


中午吃饭时，法泳和年轻的法工们利用午餐时间向大家介绍如何登录及使用中道僧团在脸书（facebook）上的网站。法工们积极向上的精神带动了所有在场的法友，气氛热烈而融洽，以至于大师父看到之后，本想延后下午的课程，后来熬不过法友们的请求，临时改成要大家围坐成一圈，让法友们说说自己的感想。新来的法友 Peter 和大家分享了他学法的过程和遇见僧团的因缘。另一位新法友则提到来禅院的部分原因是由于感情受到创伤，大师父趁开导这位年轻人的同时，对法友们详细的说明忧伤心绪的机制：在忧伤情绪上来时，会产生自怜的心绪，二种心绪同时进行，然后带着慰藉的心绪，陷入自我怜惜的心理，成为一种走不出来的循环。哀伤走不出来，就是自己的感情模式走不出来。

大师父更进一步的说，修行不是要修到没感情，而是要能够洞悉忧伤情绪发生的机制，学会在有情中得利，而不是在其中痛苦。如果不能度越内心的忧苦与烦恼，要谈开悟是遥不可及的事。而天下没有不变的感情，不是感情要死要活，而是背后的循环卡死在那里，那才是痛苦真正的缘由。佛法要我们不要陷入那种爱与恨的心绪。佛陀是教我们避开痛苦，不是变成怪物；感情本身没有罪，是背后模式结构的问题。

天色渐暗，二日来的弘法也接近尾声。大师父告诉在场的法友：修行，是要解决问题，法义学习再多，都要回到人生，自己必须务实地面对实际的困难，这样才能在问题当中，明白为甚么如此，进而知道如何解决。每个人都有功课，重要的是付诸行动，我们的问题不是在宗教的形式，或是行善布施，而是要实际面对与解决。原始佛教提出的四圣谛，就是解决问题的最佳准则。最后，大师父勉励在场的法友：活着，就要努力发亮，绽放生命的光明。

大师父的到来，为纽约禅院注入了一股新的力量，由衷的希望法友们能努力向前、互相扶持，大家共同开展更好的明天。





纽约中道禅院《二日弘法》-访谈

學法後對生命有什麼改變？

台湾 正贞 整理

前言：随佛长老抵达美国的第二天（11/4/14），随即在青年佛教通讯中心开始了第一场的宣法。紧接着的两天宣法（12/4/14-13/4/14），在纽约的中道禅院进行，主题为「正觉人生的落实与体现。」在讲演时，长老很直接的指出美国法友在开展自己的人生时所面临的种种困境，并慈悲的开示「活着不是为了生活保障，而是生命有方向，并以行动实践生活的方向」。针对长老的二日弘法，找来了现场闻法的老、中、青三代法友来采访，希望能藉此了解他们闻法后的体悟，以及分享彼此学法路上的经验，增进彼此的情谊。

法泳：请问您们在面对压力的时候，法的受用的程度为何？学法后对生命有什么改变？

法慈：我觉得，法的力量对我来说很强。两年前，我换了一份新工作。这个工作很不容易，收入是以前的一半，工作环境也差很多。师父说过，你做现在不做以前，以前已经是历史了，无须比较，否则你会不快乐。我面对的客人，他们都是不停地抱怨，有

很多负面的情绪。有时候他们骂我骂得很凶，我只是静静地听。大家都很好奇，为甚么我都不会生气？师父说过，你在此时此刻，面对的是这个人，不要想其它的。他骂我，我觉得并不是忍辱，我会想这个人为甚么这么生气？他的生活有压力，过得不开心吗？我就让他发发气，心里舒坦点吧。服务好他之后，我会告诉他，我们是服务你，不是你的奴隶，不要那么不客气。我旁边的同事都觉得为甚么我可以用这种方式来处理这件事。

法极：我觉得佛法让我的人生有了转捩点。师父说过，你喜欢一颗苹果，并不是你喜欢那颗特定的苹果，而是你喜欢吃这个苹果时的感觉，然后这个感觉会促使你不断地去追寻类似的感觉，但是你永远都找不到造成你喜欢的





那个感觉一样的苹果。其实很多时候，一开始解决问题的方向就是错误，一直向外去寻找，结果浪费了很多时间。大多数的时候，应该是调整自己的心态，而不是一味地要求外在环境，这样的话会更有效率。

法咏： 您对法友之间的互动与相处有什么看法？



法启：我刚来佛教会的时候，人人与人之间难免有段距离，互动不是很热络，但是当时法友们对我都很照顾，经常打电话来关心。我观察到，有些人到佛教会可能是有所求；有些人

则是想解决自己身心的问题，然而考量自身利益的人，往往容易计较得失，因而失去关心别人的机会，也就无法成为他人心灵成长、学法过程中的伴侣。但是七年下来，多数法友改变很多，已非同日而语，包

括我自己也有许多的改变。我觉得佛教会里越来越有人情味，大家越来越熟，我也越来越能融入这个团体。刚来到佛教会的时候，法慈师姐送我一件他儿子穿过的衣服，问我会不会介意，其实我觉得挺温暖的，好像大家把我当作自己人一样。当作自己人之后，自然就更愿意付出。

法寿：我和法慈接触了师父许久。不过她比较精进。最近我脚受伤，刚好师父开示时提到，我们要团结、互相关心，听了之后教友们马上行动，纷纷打电话来慰问，让我非常感动。法友们之间感情凝聚，人与人之间自然互相关怀，佛教会里充满人情味。



法咏：非常感谢各位接受今天的访谈！





纽约中道禅院《二日弘法》-纽约法友感言

因緣法與我

纽约 Yinyl (陈吟)

生活中总是有各种困难和困惑，从科学试验为什么老是没有成果，到下顿饭究竟应该吃什么。我并不能运用因缘法解决所有这些问题，但是总能帮我维持个良好、积极的心态：这些困难都是由因缘生，自然也会随因缘灭。

试验中的困难，这里不便赘述，但类似“下顿饭吃什么才对胃口”这样生活中的困难却有简单的解决方法：不知道吃什么才对胃口表示还不饿，没有吃东西的欲望，当然吃什么都不会对胃口，都不会如记忆中的一样香。这种苦恼只是太闲了，在瞎想而已。换言之，并不是因为饿了要吃，只是太闲了而胡思乱想；再工作一会儿，出门跑上几公里，或者看看《舌尖上的中国》之类的厨艺节目，创造出吃的欲望；饿了就会知道想吃什么，吃什么对胃口，甚至吃什么都会觉得很好吃、很对胃口。

我认为现在许多城市人的选择恐惧症、犹豫，以及由此而产生的焦虑，大多出自“太闲”这个原因。闲下来的时间不知道干什么，思想却停不下来，心神不能集中、也不能安定。古人已经思考这个问题很久，诸如：「夫人之相与，俯仰一世。或取诸怀抱，晤言一室之内；或因寄所托，放浪形骸之外。虽取舍万殊，静躁不同，当其欣于所遇，暂得于己，快然自足，曾不知老之将至。及其所之既倦，情随事迁，感慨系之矣。」

每个人的兴趣不同，但总会有感兴趣、或者需要做的事情。从这些事情最容易中找到“暂得于己，快然自足”的感觉。因为做这些事情，常常会立竿见影，对自己的生活有明显的改变。





紐約中道禪院《二日弘法》-法友感言

《正覺人生的落實與體現》聽法心得

宣余 Xuanyu Pan

2014 年 4 月 12、13 日，非常感恩有机会在紐約中道禪院，與許多法友一起聽大師父的開示，一同分享生命中的故事。對於這些已經在美國經歷了 20 多年歲月的叔叔、阿姨們來說，我只是一个刚到紐約的年轻人。面對他們的热情與幽默，心中感到非常的溫暖。在分享人生故事的过程中，師父對我說：「好好地記住這些年長前輩的面孔，因為 20 年後，他們大部分不會再在這裡了。」聽到這話，我心中有點難受；這時，想起大師父說過的一句話：「人生只有過程，沒有結果。」內心隨即釋然。

人出生就會變老，就會死去，這是一個沒有辦法抗拒的事實。但是面對這樣的事實，我們可以選擇用怎样的方式來展現我們人生的這個過程。很多人窮其

一生追求「幸福與快樂」，他們是否幸福快樂，我並不了解；但我很清楚，許多像我這樣的年輕人正在追求事業、愛情、學業等，我們認為這些會讓我們「幸福與快樂」。但我們在追尋這些的時候，它到底給我們帶來了什麼？我們似乎很少問自己，因為我們實在「太忙」了；我們在不停的「要」，卻很少知道「要」的真正意義是什麼。也許就是這樣的忙碌與「需要」，使我們漸漸地迷失在其中。

兩天的聽法，我深深地感悟到：「盲目」的忙碌無法让自己的生活更好、遠離煩惱。因為我們失去了方向，也失去了一種使命感，更失去了面對世界的智慧。我們活着當然是為了自己，可是只為了自己而活着，的確會是空虛與乏味的。我們與親人、朋友之間



构建了一道道防线、一座座高耸的城墙，隔绝了自己与他人内心真挚的情感交流。如此，即使有再多的钱，再多的朋友，我们的生命依旧是孤独和寂寞的；又因为这样的孤独与寂寞，我们就会开始拼命地在这「缘生」的世界中找寻「常、乐、我、净」来缓解我们内心的孤独、不安与忧虑，结果呢？内心真正的喜悦和宁静却与我们渐行渐远。

如同大师父问的：「活着是为了什么呢？」也许没有多少人可以回答这样的问题。活着也许就不为了什么，因为活着就是活着，但是活着却可以选择去做什么。我从前也许会选择去做让自己「功成名就」的事；现在却能体会到「赢得身前身后名，可怜白发生」的叹息。我发现我更需要一种光明、内心踏实与平静的人生。

人生不可能没有困难，缺乏智慧的面对困难，困难就很可能变成困境。我们需要认真与踏实地耕耘，但这不等同于麻木与盲目的「拼搏」。师父常说：「要培育一棵健康的参天大树，光有水分是不行的，



还要有养分、土壤、和阳光。我们的人生也是如此，我们不单只有我们自己，更有身边的许多『因缘』。所以，善待那些在你身边的朋友、亲人和师长，运用因缘法的智慧去做现在该做的事、能做的事、对大众有利的事，有智慧地放下那些不可能得到、与得到后有『严重副作用』的欲望，走在正确与光明的道路上。」这是我学到最有意义的一课，感恩师父，感恩中道僧团！





麻州普賢講堂《二日弘法》- 弘法側記

開展人生 息苦息憂

紐約 法沐

2014年4月19日早上9時，大師父隨佛長老在普賢講堂講述了印度的佛教發展史。簡要地介紹佛教的流變與遷移。其中提到部派分裂後的三個主流部派，比較當時印度各區域的語言與文化的多樣性。緊接著，師父指出：修習佛法的重心，並不是找一個精神寄托，而是息止現在的苦。

下午，師父運用十二因緣法，引領大家觀察「我見」與「常見」形成的過程。在這個過程中，師父解釋了「五陰因緣生」的一步步變化與影響，並且指出「我從哪里來」是一個錯誤的問題。眼前的一切在變化和影響中呈現，但我們的認知系統卻很容易形成「我見」與「常見」；在「我見」與「常見」中，無法面見真實的世界。

20日的早上，師父開示「愛、取、有」的十二

因緣法，指出我們的五陰在一生中，按照這樣的十二因緣不停地變化與流轉。

下午，師父開示：在因緣觀下，應該如何正確的认识世界。一位法友提問，應該如何用因緣觀解釋現代科學中的量子力學現象，師父——做出了解釋，並舉具體的例子來讓大家理解。師父闡述了解脫者的境界，其中對我們現實人生的啟發是活在現在，努力于現在，善于用過去的经验，但又知道过去经验的局限性，而不至于系缚在过去的经验中，产生不符合实际的期待、盼望与追逐。其实，人的许多痛苦是因为迷惑、贪爱而生起。当迷惑和贪爱消失的时候，苦的轮回就结束了。最后，师父用很幽默的话来阐述游化的生活的「乐趣」，并且对年轻人打出「广告」招生。大家在欢乐的气氛中结束了两日的弘法。



麻州普賢讲堂二日弘法访谈

參與聞法的體悟

台灣 正貞 整理

前言：随佛长老于 2014 年 4 月 19 日 - 20 日至麻州普賢讲堂进行二日弘法，弘法内容包括生死的缘起、身心的缘起、痴贪瞋的缘起、轮回的十二因缘、苦的缘生与缘灭、佛陀的中道禅法、九种因缘观、七菩提支、离贪的生活实践、解脱的体现。短短两天，所开示的内容却非常的丰富精辟，所以找来几位跟随长老学习了一段时间的「老法友」来访问，希望从中了解大家对参与此次闻法的体悟，以及学法过程中可供分享之处。

法咏：法义师兄您好，参加随佛长老这两天的弘法活动之后，请问是否可以分享您的感想？



法义：部分开示内容，虽然师父好像曾经谈过，可是昨天早上，师父讲到佛史方面的资料时，我觉得师父的说法浅显易懂，听完之后，似乎对这些内容更加明白了。我很喜欢师父

用比较贴近生活的用语，直接切入我们实际的切身问题，点出我们的盲点和困惑。师父的教导方式，我觉得很受用。目前我尚处学习的阶段。

法咏：因为您是学心理学的，师父的教导，对您有什么帮助呢？

法义：昨天法亦也跟我稍微聊到一点，法亦她有比较多的想法。我自己还在学习的阶段，需要点时间，慢慢理解师父教导的原始佛法，等到自己真正明白了，才能够用在专业上面。如果我们自己受益，自然的，也会使周围的人受益。不过，我现在还处在摸索的阶段。

法咏：法亦师姐，您也是学心理学的，可以谈谈这两天的弘法内容对您有什么影响吗？

法亦：其实这两天在听法的时候，每当师父讲到一个概念或观念时，下意识的会连结到我所学的专业，并发现很多地方是相通的；甚至是同样的一个问



题，只是以不同的角度观察，用不同的方式表达，或更深入的探究。基本上，是相通的。

当师父讲到感受，和我们的生理反应及概念、判别等认知性的作为之间会发生相互的影响，最后做出决策，再对决策付诸行动。而行为、情绪和认知这三者之间的作为就像循环，会互相影响、互相转化的。而且当我们干预一件事情的时候，比如说一个人要自杀，或是他有不当的行为，你去干预他的行为，去了解他行为背后的想法，可能他认为自己不值得活在这个世界上，但那只是个想法，你可以干预他的想法；你也可以干预他的情绪，比如是一种空虚感，或者是非常深的内疚感，觉得自己来这个世间是个错误，亏欠很多。你可以同时去干预，但是当你干预一个环节的时候，一定会对其他环节有所影响，它们之间是相连的。

还有，师父会分析一个念头背后有什么微妙关系，就像辩证行为疗法所常用的手法——功能分析。好比「事情发生当时，你想些什么？感受到什么？周围环境是怎么样？什么人跟你在一起？」而在那之前，又「发生什么？周遭怎么样？」就是巨细靡遗的去了解整个内外身心，像侦探一样，尽量的去回归真相，因为只有回归到实际发生什么事，才可能找到导致发生的因素，而不只是盲目地给一个概念性的判断。所以我会觉得师父的说法和我的专业有很多相通性，这是一个收获吧！

对我自己而言，我知道我有一个很大的问题，就是对自己的念头，经常给予负面的评判，然后又引发更多负面的想法或情绪。所以我需要对自己的念头做一个干预：就是当看到了一个念头之后，只是探进去看背后那几个步骤依序发生了什么，内容是什么，而不陷入那个负面评价的惯性当中。我会去练习这件事情。

法泳：法盛师兄您好，请问这两天的开示，对您有什么启发、感想，或是冲击、震撼？



法盛：好像没有什么特别大的冲击，觉得师父讲得很对，只是现在听师父说法，体会比较深。我蛮赞叹师父，只是，如果提早十年听到师父讲这些，我这十年来的路就会比较好走。师父所教导的因缘法对我的影响蛮大的。以前我因为生病，做什么事都不太敢放手去做。学习因缘法后，我开始能够认真的面对事情。比如说在工作上发生的事情，我就能很认真的去面对、处理，并从中获取胜任经验，也因此比较有信心面对生活上的问题。师父这一次对「爱」作出了比较深入的开示，原来我们平常认为理所当然、应该去追求的「安全感」与「稳定感」，实际上就是「爱」的表现。依着这样的知见，我们可以更加清楚的在生活中，厘清哪些是不必要的、且会带来烦恼的想法和做法，这对我们的帮助很大。

法泳：刚才大师父谈到身心的钝化，您对此事有何看法或体验吗？



庄师兄：在经济学上，这叫「边际效益递减」。譬如说一个人在沙漠，口渴想喝水，第一杯水他很喜欢，第二杯水也还 ok，第三杯水刚好，等到喝到第四杯的时候，他那个需要已经满足了，喝水反而变成一种痛苦。当然这两件事情不完全一样，因为一个是心理层面的一种钝化，一个是属于生理的需求。从边际效益递减这个名词来看的话，确实是会这样子。在处理上，我想心理学家、宗教学家等会用不同的方式，帮助我们原本钝化的身心，重新建立一个正面的看法，让我们能够重新获得生活的意义。个人认为，这种解决钝化的方式，是治标而不治本。很惭愧的，个人对钝化的身心并没有觉察得那么清楚。在佛法的修学上，我对法义就很钝化。钝化的意思是说，当我读了很多关于佛法的书籍时，我就



开始不想读了。我会开始想，并找个理由说可能我需要多一点时间实践，而实际上是有点钝化的结果；有些时候，则会选择看一些文学性的东西，认为不同的书本透过不同的角度、不同的事件，让人有一个不同的看法，这样就可以解决钝化的问题。不然，可以看电影或透过做其他的事。无论如何，这些方法都只治标而不治本。如果要追索问题的根源，个人认为还是在贪欲、看法与期望上。

法泳：这两天的课程，您有什么心得感想？



法迦：我去过很多地方听闻佛法，一般都讲「四念处」、「八正道」，很少讲「十二因缘」。第一次听大师父讲十二因缘的时候，由于讲得很深，

我没听明白。第二年大师父再来，开始听懂一点。这一次大师父开示所用的语言和表达的方式，可谓深入浅出，终于能够听明白许多。我希望能够将大师父的书通通看透，如此才能明白掌握 佛陀所宣说的十二因缘法。



法祇：我跟大师父学法大概四五年了。刚开始的时候也是听不明白因缘法。这几年跟着大师父学习，慢慢的也听懂许多了。这几天大师父说的法很实际，也很有道理。现在我对于自己心中的一些问题，已经知道该怎么去面对和处理了。

法义：我想补充一点，钝化在心理学上，使用的名词是「惯性」。等于是有点习惯了某种东西所带来的刺激，然后慢慢的就有点习以为常，没什么反应。正如大师父所讲，需要更多的刺激才能够达到同样的效果，譬如吸毒上瘾这个过程。另外，「认知心理学」里谈到认知的过程的其中一个步骤，与大师父所讲的非常接近，就是我们在认知的过程当中，常常会连接到过去的经验。简单讲就是，我们常常用过去的

经验，来看或认识现在的事情。

法泳：很多年轻人在面对情伤就走不出来，原因是不是在此？

法义：事实上我觉得是有一些相似处。很多人有一些创伤的经验，不管失恋也好，或者是其他的一些重大的创伤的感觉。在美国，有些士兵属于所谓的创伤症候群，经历过战场之后的严重创伤，往后就会有一些调适上的问题。只要现在发生与过去经验哪怕只有一点点相似的地方，尤其是刺激很强的一些经验造成的影响，就会出现旧有记忆里原来的那个反应。事实上，不管是失恋也好，或者是其他的创伤也好，我们很容易连结到过去，然后再度重复过去的反应，回不到现在，困在过去的历史当中，走不出来。

庄师兄：我想补充一点。我认为我们在修行、学法的时候，之所以没办法对自身的问题看得很透彻清楚，有一个蛮重要的关键，就是疑情的提出。疑情的提出不是一个简单的问题，因为所提出的道理要跟自己的执着点有关联，才有办法。在听闻佛法的过程中，一个人从中获得某一种共鸣的时候，他才有办法从这个地方切入，然后才有办法解决问题。疑情的提出，是本身的一种自觉与反省。从今天师父这个角度来看，我们谈论佛法对这样的一个过程有什么帮助，本来一个问题的提出就是有两个方面的，一个是自觉的方面，一个是生命经验。就是说，透过教导者本身的经验来帮助你，平常我们只知道一个概念，师父如果将细节讲出来，你可能以前没想到的问题，这个时候除了能够加深对事物的认知，同时也带动了您疑情的提出的深度。这两个又必须要互有共鸣，才有办法解决您的问题，因为其实最后解决问题的是你自己，师父教导的那部分是引导你去了解到自己更深层的问题。所以这个问题是一个一体两面，相互有影响的过程。

法泳：由于时间有所限制，非常感谢大家接受今天的访谈。



马来西亚法友感言

美東之生活體驗

吉隆坡 法楨

去年，我 33 岁，大师父关心我的人生规划，提醒我：「要是想成家，就得耕耘成家的因缘，这个年龄想成家还不算迟。」今年，我依然单身。关于未来人生的道路，我想如何走下去？想过怎么样的生活？我的确需要停下脚步，认真思索。

自从认识大师父，学习原始佛法之后，就希望能够有较长的时间在大师父及道一师父身边学习，如今终于计画成真。2014 年 4 月 8 日 启程飞往美东，在旅途的机上，我记录着内心的对话和想法，藉此厘清自己的思绪。

虽然未能清楚架构未来的生活蓝图，但至少已然知道不想要过哪种生活，譬如：组织家庭、养儿育女的事。反观自己的能力和人格特质，实在提不起信心走入家庭、承担家庭责任，我只想简单、平实的过生活。尤其意识到组织家庭，就像组织「我」的概念

一般，生活重心势必围绕在家庭生活、先生、小孩上打转，而这样的生活只有徒增「我、我所」的因缘罢了。

参与团体的生活却是完全不同，团体不属于任何人，是大家一起共事的环境，在处理事务或与人相处的过程里，从中学习与付出，喜怒哀乐在所难免；但这样的环境提供的是安顿身心的因缘。虽然免不了质疑自己这样的选择，到底是面对生活？还是逃避生活？但每次听到师父鼓励我们要让生命发光发热时，我的嘴角就会往上仰，发自内心的笑，一股冲劲，想让自己的生命真的发光发热。

大师父抵达纽约的当天夜晚，不顾身体的疲累，到了道场，还慈悲地为我开示。大师父明确的告诉我，目前的我是没办法做什么决定的，因为我还没做好心理准备。



在纽约道场时，多数时间在厨房帮忙。由于师父们吃的很简单，准备工作没有太大的压力。早上醒来第一件事，先依人数煮粥，尽量准备恰好的份量，料理一些简单菜肴。多数时间，厨房由法思掌厨，法泳也会协助，年轻的法友则负责打菜。师父若有弘法，我就帮忙录影。偶尔帮忙处理调养身体的食物供养师父，当发现自己以前的处理方法错误，迫使自己必须修正做法时，体会到，想要突破惯性的想法及做法还真不容易！得不断地尝试、提醒才能适应。

在道场的生活其实很规律，早、午餐过后就是各自的时间，内心轻轻松松的没什么压力，某日午餐过后，就曾出外走走，看看自由女神像。一个人独自游走，虽然内心有点不安，却也很能享受整个过程。多一个人在身边陪伴，确实较有安全感。然而这一生，我想也只能自己一个人走。想起有一次道一师父曾经这么问我：「如果你仅剩一个月的生命，你要怎么做？」道一师父的话很实际，而我不愿面对现实，因此师父当头棒喝的说：「无论你有什么选择，你都得付出相关的代价。」我想要如何

过生活？我想每一段时间都会有那段时间该做的事，努力在当前，做可以做的事、做应该做的事，如此而已，何需再自寻烦恼！

很高兴自己能有这趟的学习之旅，有了许多体会和启发。例如，学会不受限于眼前所看到。因为眼前所见的，只是结果，无法得知呈现的整个过程，背后往往有许多的故事；事情是众多因缘影响下的呈现，对于事或人，我们往往轻率地认定或归类，那是对他人的不尊重与漫不经心。沟通也是一门大学问，大脑的反应、思考模式在快速中进行，最大的挑战，是我们极易将眼前的事件连结过往的经验，情绪也随之而起，在这种情形底下，势必影响沟通的品质，我们必须察觉这种不必要的连结反应，造成沟通障碍。

2014 年 5 月 3 日离开纽约。人生接下来要走的路，得自己去承担与面对。谢谢道一师父再次的提醒，自己得尽早确立方向、安排规划，趁着还有能力的时候，做可以做的事，尽自己的能力认真地做，这也是接下来行动的所在。





隨佛亂彈

本文取自大陆豆瓣网 南传佛教论坛 作者/ 四川文老

伍兄推荐了随佛法师的一个视频「现观缘起」。
多谢伍兄！

土豆网上搜索随佛法师，就能找到随佛最新的开示，个人觉得非常精彩。比如：原始佛教十二因缘经法原说、一乘菩提道次第、佛陀亲传之禅法、离贪不是厌离、七菩提支统贯三十七道品、现观缘起、正念正智.....等。

这段时间，断断续续、来来回回，看了好多遍土豆网上的随佛法师视频。

如果不反感随佛法师，看看这些视频似乎没有害处，至少可以增长很多佛教的「善知识」^_^

身边「信佛」的朋友在增多，当然，「信教」的朋友也在增多。几个张罗着要出国的朋友，都信教了。最有意思的，是两个朋友开始把上师请到家里，自己也开始吃素。相比之下，自己「信仰」之不虔诚，令人发指啊！

聊聊随佛法师，说说自己的想法。既然是自己的想法，多有怪论，不喜勿怪哦！

1) 博识佛法

本想说随佛法师的佛法造诣精深，但怕被人喷：你知道多少佛法啊？精深标准是什么啊？这么一问，只好瞠目以对。随佛读过很多佛经，比绝大多数在家人、比很多出家人知道的佛教知识更深入、更广泛、更系统。这么说应该是没错吧！

像我这样的「爱好者」，没有机会、没有精力、也没有能力，去仔细梳理辨识佛法。有一个博识佛法的随佛，不装神弄鬼，径直梳理出佛法的来龙去

脉。先不论对错，都是一件大好事，也是爱好者的一大福音。

是否博识佛法，要看随佛写了什么、说了什么。这么凭空一说，只能是个人的偏见。还是建议大家看看视频，看看那个已经出版几十期的《正法之光》。个人接触的本土法师不多，只能从读过的书籍、看过的视频对比，相比之下，真不容易找到比随佛更博识的法师了。

2) 出入自在

从视频看，随佛的学法经历很曲折。从汉传（包括般若、中观）、到南传、到「中道禅法」，随佛的「佛教观」经历了好几次颠覆性变革。

思想深层的变革，异常艰难，也异常痛苦。学佛之人，偶遇或者选择了任何一个门派，最常见的结果，是陷进去一生都走不出来。随佛却能几出几入，再三打破自己内心的门户之见，殊为不易。

说是出入自在，实际上压力山大，会面对很多的唾沫和板砖，还要承受内心深处撕裂的痛苦。如果随佛的知名度再扩大一些，肯定会排进「邪师 Top 10」之内。若计算「危害度」，个人觉得随佛法师稳居前三。

3) 理大于情

不知道「理」与「情」之间是否也有「中道」，随佛给人的强烈感觉，是理智大于情感。有「信仰」的人，容易被自己的情感左右而不自知，明明已经走偏，还自以为智慧满怀。



随佛对佛教历史的深究、对「佛教基础教理」的反复推演，跟随理智去寻求「真相」，而不是听任「情感」接受套话。

佛教发展历史太长、流派太多，最轻松的选择，就是「看轻」自己，「抬高」前贤。若被问到：你以为你是谁啊？你比得上祖师爷吗？结果是理解的要接受，不理解的要先接受了再去理解。结果是一代一代、以讹传讹，大家在越来越厚的故纸堆中，表达对前贤的「敬意」，而真正的「佛法」，已经没有人真正去关心了。

因此，对于随佛这样的「行业中人」，敢于直面前贤、敢于直叱其非、敢于「觉今是而昨非」，需要的勇气之大，估计也只有「同行」才能体会吧！

听随佛讲法，甚至有上「哲学课、逻辑课」的感觉。往往说到酣处，说到佛教内外对佛法某些根深蒂固的误解和误导之时，也会难以自制、情感喷发，于可敬之外流出可爱之态！

4) 两难之处

随佛似乎也有两难之处。一方面，随佛说天下佛子是一家，各宗各派都有其存在的理由和价值，大家应该和睦相处。

但是另一方面，也许是因为「信仰」的本质，又很难不提到其他各宗各派不一致、甚至是矛盾的地方。

比如：佛陀说法针对的是有情众生，其目的在于断除烦恼。随佛一方面不赞同某些部派佛教对「涅槃」的误读，部分认同「普度众生」的提法。另一方面，又不得不指出所谓的「普度众生」，是「广告啦」，承认佛教后来的发展，部分是为了利益而加入了宣传。宣传！难免夸大，很多事情就容易理解了。

上面的描述，不是随佛的原话。但是那些视频本身，不太可能被其他「宗派」接受，甚至会遭到现存

所有宗派的炮轰。相信不光是出家人，就是土豆豆友之中，「唾弃」随佛法师的也一定不少。至于唾弃的理由，很容易就能列举出来，不过是说了千年的套话而已！ ^_^

只要随佛坚持自己的观点，就很难「独善其身」，这种两难抉择，是「信仰」的必然？

可惜，网上的视频，偏向于「讲理」，不知道随佛法师日常如何指导弟子「禅修」。作为佛学爱好者，稀里糊涂、时断时续、零星散乱地了解了一些佛学知识。综合起来，比较能接受的是随佛的「说法」。

最近突然没有了任何争论的欲望，继续散乱的学习，忍不住乱弹几句感想。 ^_^

※本文出处网址：<http://www.douban.com/group/topic/54575147/>





認識因緣 樂活當下

台北 邱居士

我今年四十岁，我很堪慰在这一年得以明白什么是快乐，以及如何快乐的生活！

大约是 2013 年的 10 月中旬吧！无意间透过网路，听闻随佛长老「原始佛法与生活的统贯」之宣法影片，其开示内容令我震撼不已！长老着眼于生命实况，以风趣幽默、浅显易懂的方式演绎原始佛法，摧枯拉朽的摧毁了长久以来我对佛法的困惑不解，清澈的法悦不断地在心中涌现、再涌现。

在此之前，若你询问接触佛教约卅年的我「为什么修学佛法？」我会回答：「佛是世间究竟的正觉者，学佛是为了成就如佛一般的正觉智慧、解脱烦恼、了生脱死。」

若再追问：「什么是佛的智慧？有何烦恼要解脱？了生脱死意义何在？」我必将「人生苦、空、无常，佛智清净庄严，六道轮回污浊悲苦」等一整套佛法常识搬出来给你。而且，讲的当下不仅眉飞色舞，甚至心中还因为自觉无愧于师，暗自洋洋得意呢！

但是，若再问：「师兄，你说学佛那么好，可想而知，你的生活一定如意，少忧少恼吧？」我心里不免白了个眼：「唉！哪壶不开，提哪壶！」幸好，姜是老的辣，课也不是白上的，课本上早已为这样尴尬的问题备妥答案：「我业障深重，虽然听闻佛法，但了生脱死、明心见性谈何容易啊！我还在努力忏悔业障，祈求佛力加持，望能往生净土！」

还不错的答案吧？然而事实上，对当时的我而言，这不单单只是脱困的答案，更是真实、强烈的信仰和愿望。每每在法坛修完法、出定后，面对现实生活的种种，内心虽然有着短暂片刻的宁静，但就是无

法摆脱一种强烈的「佛法是佛法，我的生活还是我的生活」的两极感。修法宛如是为了逃避眼前的现实，用尽一切的力量希冀神迹降临。倘若感应迟迟不出现，只能怪自身业障深重，未能获得高深之法或者真实的口诀；于是更积集资粮，期望得遇明师或是更高的法教。就这样，人生的 35 个年头已过！无奈和无力感不断反复出现，我对自己以及所信仰的目标完全失去信心，茫然失去所据！

直至听闻了随佛长老的宣法开示，学法的僵局方才突破。长老每一句对「因缘、缘生」的开示，就如同棒喝一般，一次次打破我心中的矛盾，此时的我，才真正了解身心烦恼的来处。

或许你又来一问：「师兄，那你是否已明心见性？」罢！罢！罢！生天、成佛我有何能耐？至此，我必须坦承，惭愧地说：「学习佛法这么多年，如今才看清自己，根本不是真的想依循菩萨道修行，也不是真的想明心见性和成佛，彻头彻尾，唯一系念的只是，解决自己现实生活的问题。」我只想活下去，活得快乐，原来诵经持咒、礼拜忏悔、闭关苦修，种种行持背后的目的，无非就是祈愿自己生活一切顺遂。随佛长老开示的因缘缘生法，让我懂得，乐活当下、珍惜眼前、分享快乐，才是我真正应该努力的事。

孔子四十而不惑，而我四十，能知如何做自己，也是乐事一件。打开陈封的笔记本，看到昔日钟爱的一首曼殊大师的诗：「乌舍凌波肌似雪，亲持红叶索题诗。还卿一钵无情泪，恨不相逢未剃时。」我笑着在诗后写下了：「春日皓皓正当空，万物生发忘寒冬。有花堪留直须留，何待怀泪入空门。」就这样带着因缘缘生法的法悦，我迎来今年春天最美的阳光。



冠冕堂皇的鬥爭

河北 直言

这几年在佛门内，看了许多的不正常的怪现象。借着正法之光的版面，提醒大家。文笔不好，直话直说，大家莫怪！

西方有句话：「民主！民主！多少的罪恶是借着民主之名而行之。」佛门内有许多人高谈依法不依人，大家可知道有多少的名利权位的斗争，都是借着依法不依人的口号在进行？

佛门有些人提倡不崇拜佛像及僧人，到了最后是让众多的佛教徒崇拜他自己。

又有些人强调反对组织、制度，其实只是自己不想受约束、不想为别人付出，更不喜欢自己不是老大。弄到最后，是自己搞自己的组织，让自己做老大，组织又变成好东西了。

中华文化的优良传统是礼义廉耻、孝悌忠信、尊师重道、恩情道义，感恩更是中国社会的做人基础，也是基本伦理。

依法不依人、知恩感恩都很重要，代表智慧为导与高尚人格都能够齐步并进的修行。

这几年读妙云集，看到北传印顺老法师对太虚大师的态度，让我们看到良好人格的表现。当年太虚大师可算是印顺法师的师长辈，太虚大师的思想是重在「法界圆觉学」，这是强调自性、如来藏的思想；印顺法师的思想是认同「性空唯名系」，这是主张空、无自性的见解。太虚与印顺两位法师，在思想的见地上是完全的相反。但是在太虚大师圆寂后，印顺法师并没有为了见地的根本差异，用任何的形式批判太虚法师，反而全心的整理太虚法师的文稿，编成太虚大师全书。在目前印顺法师的作品中，只有看到真诚的赞叹太虚大师的贡献与人格，印顺法师没有因为双方思想的差异，提出任何不屑与贬低的批评。这是依法不依人、知恩感恩的人格表现。

这几年在正法之光的杂志上，也看到随佛法师的人格。随佛法师在探寻原始佛法上，明显是不受限在北传、南传各派的传统说法，也不受过去学习背景的情感左右，提出大大不同传统佛教各派见解的发现。法师在写作与说法上，一向是依经依律的坦诚直说，不论是否正确，可说是依法不依人。另外，随佛法师对过去曾经亲近受恩的大乘各方长老、居士，在文章中是充满崇仰与感恩之情，无不真诚流露令人感动，看不到贬低、批判，也看不出受到个人见地与传统门派意识的差异障碍。

依法不依人、知恩感恩，应当是每个人都要努力协调的功课。印顺老法师与随佛法师的表现，都为社会作出言教、身教的良好示范。

许多人在佛门内，关心个人的名声利益是远比关心佛教来得更热切。这些人出自贪欲、嫉妒的心理，多少是讨厌佛教内部的成功人士，或是敌视不同见地的教内法师、居士，许多时候为了自己的目的，是常用各种冠冕堂皇的说词来打击嫉妒或敌视的对象。

这是出自个人偏差心态与私利目地的作法，往往藉用各种善巧的语言来误导群众。

譬如：不要搞造神。不要搞造神当然是对，任何正当的修行人都会反对搞神怪与造神。但是有些人动不动就反对赞叹、感恩师长、法师、居士的言论，扣上搞造神的帽子，障碍与排斥一个人的正常品德表现，反而让人朝向不正常的心态与人格发展。

学习佛法与提升人格是同一回事，压根儿就不能打成两截。言行不一的人还算是修行人吗？用各种话语来美化自己没啥用。

读了太虚法师的著作，最喜欢的还是那句『仰止唯佛陀，完成在人格，人成即佛成，是名真现实』。奉劝大家不要为了圣人的光环与虚荣，自欺欺人！



我的學法體會

大陆 辽宁 正梵

回顾近一年的学法之路，总感觉自己真的很幸运，在阡陌纵横的人生旅途中，有一位智者，为我和家人指引了一条走向安稳的道路。

在学法之前，我对佛教的了解很是肤浅，属于无事不登三宝殿，一旦有事祈求菩萨保佑，多年医学教育影响下的无神论，又会下意识的冒出来讥笑自己：真有一位住在西方某国的佛陀吗？在书上学到的观念，诸如「放下」等说法，在平日虽然也会拿来宽慰自己，却每每不能让自己有足够的信念与勇气，面对现实人生中的困难。

直到一年前，我家师兄的变化才引起我的注意。他读书博杂，也是一个固执的人，除非信而有征，否

则不轻易接受某种观念或说法。家中佛学相关的书籍不少，我总是不知从何看起，有的看过之后反而令我迷惑更大，直到那一天，不期而遇，听闻随佛长老讲因缘法。第一次听随佛长老开示，如果用一个表情符号来形容的话，那就是「震惊」！

一向自认是一个善良、寡欲的人，可是随佛长老的开示，使我逐渐察觉到诸多不确定感、诸多自我认知的障碍、诸多对获得他人认同的贪求……

我如同一个流浪者，带着对「菩萨道」的半信半疑，步入了一个茂密的佛教森林，值得庆幸的是，在纵横交错的小径上，我没有迷路，并且走上了坦途。在五一期间，竟能有机会到河北唐山兴国



禅寺参加禅修营，面见随佛长老，我们全家，包括我家师兄，还有小菩提树苗——女儿，在长老面前皈依了佛法僧戒。流浪者终得返家的温暖，使我不能自抑感恩的情绪，哭得像个泪人。

如果面对的是伟大的神祇，或许反而无法让人这么感动。但当对方和我们一样也是个血肉之躯，但他却能苦其心志、劳其筋骨，重新还原佛陀的教法，并且竭尽所能地指引人们走向正道，就无法不令我们感动了。

师兄也有深刻的感受，觉得呈现在我们面前的，真的是「离欲解脱僧团」！他感受到僧团的谦

卑与坚忍。正如师父所讲：「依明而有正见——对五阴依无欲、依灭、向于舍！真实、绝不粘着，而现出慈悲。」这些抽象美好的本质，透过实际的表现实践，在僧团得以具体形象化。

由于不得不提前离营，我们向师父告假，师父和悦耐心地解答我们的疑问，并给了我们一套『十二因缘经法原说』的影碟和一片『皈依礼赞』的CD。

随着学习的深入，我的迷茫与疑惑逐渐地在散去。「生死轮回」是一直困扰我的一团迷雾，我相信也会逐渐驱散它。

少女骑车摔昏 全村「不管有钱没钱」捐款救命

本文取材自 自由时报/ 记者林嘉东 4/14, 2014

屏东林边一名十六岁的蔡姓少女，骑单车回家时意外摔伤头部，昏迷住在加护病房，由于少女家是低收入户，单亲的妈妈要抚养三个小孩，村民知道后，虽然这是个小渔村，大家经济上都不宽裕，但是还是捐个几百元几千元的，凑到近3万元医药费，让少女可以动手术，少女的母亲相当的感激，只希望女儿能清醒，实现她要读博士的梦想。

蔡妈妈特别留着端午节的粽子还有梨子，说是十六岁女儿最爱吃的东西，但是女儿现在昏迷躺在加护病房，让妈妈好心痛，妈妈说读餐饮科系的女儿成绩不错，她希望赶快毕业去赚钱，将来要读博士还要带妈妈出国玩。

哭的好伤心的蔡妈妈，先生早在九年前过世，她做莲雾工人拉拔三个孩子长大，生活过得相当清苦，这次女儿车祸昏迷，让拮据的家境又更困难了，林边水利村这里是个小渔村，大家都不宽裕，知道蔡家的困境，由村民陈清坤发动捐款，大家还是几百几千元的捐助。

蔡姓少女在5月中骑单车回家，路上遇到哥哥，因为快要下大雨，哥哥骑机车用脚推妹妹的单车想要快点回家，没想到重心不稳两人都跌倒，妹妹撞到头部，因为颅内骨折出血一直昏迷，让哥哥相当自责，不止担心妹妹受伤，也担心家里付不出医药费，而村民的爱心捐助就像及时雨一样，让少女可以获得援助。



地鐵心情

纽约 法伦

从小，我就喜欢火车，喜欢每次坐火车的经验，曾经想过如果能天天坐火车，那该有多好！自己万万也想不到，在许多年之后，这个愿望真的实现了，因为每天都得坐地铁去上班。

某天，和往常一样，在月台上候车，没多久车来了，车厢缓缓的停下来。我走进车厢里，四面望了一圈，发现车尾有个唯一的空位，于是我很快的走到空位前，在车子开动前坐了下来。

车门关了，车子很快地继续往前开动，我感觉被人推挤了一下，不自觉的转头往右看去，发现隔壁坐着一位粗壮的中年妇女，正值冬天，她穿着厚重的衣物，加上一件大外套，挤得我动弹不得。

突然听见稚嫩的声音，一个大约不到一岁的小孩，坐在婴儿车里，哇啦啦的不知道在说什么，坐在旁边的一位妇人，一脸的笑意，正用手逗着他玩。妇人的对面，坐着几位穿着整齐的上班族，每个都低着头看着手机或电脑。

车里的灯闪了二下，我抬头看了一眼，这节车厢蛮旧的，似乎比平常坐的还要老旧，不知道捷运局什么时候才能把这一线的车厢换新，不然像现在这么冷的天气，车厢里的暖气稍嫌不足。

才想着暖气，就注意到车子开始减速，然后停了下来，过了一会儿，车门打开，原来是下一站到了。随着车门的开启一阵快速的冷风灌进车厢，顿时令人脑筋清醒不少。

又有一些人上了车，这一站上来的人大多是上班族，少数是学生，车门很快的又关上了。车内的温度立即回升，就在我想着车子什么时候开动的那一刻，一个清楚的声音闪过脑际：「我」在哪里？

念头重新翻了一次刚才的记录，完全找不到「我」的任何资料，很快就宣布投降。将这段经验定为「新经验」。几乎在同一时间，念头察觉到这个「新经验」和既有的「我」的认知不合，一股慌张的感觉立刻浮现，极度的慌张让念头又重新翻了一次刚才的记录，只感到整个过程似乎像是被某种力量拖着走，毫无间断的、不由自主的拖着走。就这么一直拖着、拖着，毫无目的的，不停的拖下去。

到底要拖到什么时候？

又一阵冷风灌进来，才慢慢地回过神来。之前的情景历历在目，清楚得很，但这段未曾有过的经验着实让我心境慌了好一阵子。我开始不停地问着：一直以来，「我」都是这样活着的吗？我是不是真的就这样活了几十年？那这些年来的「我」到底是什么，到底在哪里？

当天在公司里忙得不可开交，这件事情就暂时被搁置一旁了。但是下午下班之后，进了地铁站的月台，早上的经历立刻浮现，踏进车厢之前略微迟疑，害怕再度经历类似的情境，但也没其他的法子，还是上了车。

好不容易回到家，赶紧把书和笔记全搬出来，开始一页一页的翻，好不容易找到《相应阿含》63经，上面写着：「尔时，世尊告诸比丘：『有五受阴，谓色受阴，受、想、行、识受阴。比丘！若沙门、婆罗门计有我，一切皆于此五受阴计有我。何等为五？诸沙门、婆罗门，于色见是我，异我，相在；如是受、想、行、识见是我，异我，相在。如是愚痴无闻凡夫计我，无明分别。如是观，不离我所；不离我所者，入于诸根；入于诸根已，而生于触；六触入



所触，愚痴无闻凡夫生苦、乐，从是生此等及余，……』」

经上清楚地写着，我这个凡夫于五受阴计有我，于六触入处生苦、乐。有点不甘心，想找一找有没有其它的，于是再往下翻。这次看到《相应阿含》64经，经上写着：

「愚痴无闻凡夫，计色是我，异我，相在；受、想、行、识是我，异我，相在。……色是苦，受、想、行、识是苦。色是无我，受、想、行、识是无我。……故非我，非我所，……」

看到这里，我停顿了许久，事实摆在眼前，再翻也没有意义。但情感上实在难以接受，又想了想，或许慈悲的师父以前有提醒过，只是自己太钝，于是合上师父的书，开始翻自己的笔记。翻着翻着，看到某年某月的一行字：「要知道有苦，不是「我」很苦」。想来想去，脑筋还是有些打结，只好再看看有没有其它的。很快的在那页之后，另一堂课上的笔记写着：

「我，只是一个影响中的过程，没有结果。我在现在，只是一个想法而已，不断的迁流不息。」

自己在写笔记的当时，对这二句话并没有特别的感觉，但是现在却被这二句话压得喘不过气来。随之而起的是内心的绝望，像是一直沉到湖底的感觉，什么也抓不住，什么也留不住。念头还是不停的在跑，但渐渐的，一点一点的平静了下去。或许「我」就是这样过了几十年，今后的日子还是得活下去。忽然想起师父曾经说过「事实是如此的沈重」之类的话。既然如此，那「我」打算怎么办？或许有些人宁可不知道真相，但是我是真心感激师父唤醒了我，让我面对事实，因为我知道，只有勇敢的面对事实，才是唯一的出路。

从小到大，一直为了维护这个「我」不断的努力，从在意自己在班上的名次，到能考上哪一所学

校、工作、薪水、成就，在这样不停的比较和想象交错的过程里，得到的是什么？虽然确实有过满足的经验，但大部份的时候，只有许多的焦虑，以及对未来的不确定感，痛苦更是如影随行。这应该是大多数人一生的写照，想要在这样的模式下离苦得乐，似乎遥不可及。更让我不知所措的是，苦与乐的经验是有的，是真真实实的，但是，究竟是「什么」在苦？

「什么」在乐？主要的问题是：在地铁上的那段经验中，找不到主宰，更无法掌控，只有迁流不息的过程，停不下来，就这么一直迁流下去。

就在内心觉得彷徨无助的同时，想起了同参的法友们，以及僧团的法师们，大家对我的照顾和指点，让我的生命充满美好。相信大家都是为了止息生命的苦恼，一起走在这条道路上。我不禁要说：有你们真好。

第一次接触

纽约 法伦

刚开始亲近师父和僧团时，就注意到僧团里有位年轻又有朝气的法师，经常面带微笑，行事迅速，在道场忙里忙外的，和自己印象中的一般的法师有着极大的不同。

有天师父说法，提到「不非时食」。当时有些疑问，但师父正忙着处理要务，于是就近请教这位年轻的法师，法师的回答，出乎我的意料之外，相当地详细清楚，让我在这个问题上有了深刻理解。

回答完我的问题，法师又继续投身于法务，和另一位法友讨论着活动细节。我看着法师的背影，内心升起的是对僧团的信心，也更坚定自己学法的信念。

她，就是明证法师。



灭苦是要「不怕难」非「不怕苦」

学习「十二因缘法」的体会

大陆 谈天

目前网路上随佛长老的开示大致有两类：一是严谨的引经据典，例如《原始佛教十二因缘经法原说--略讲》；一是生活中的禅观，正如《原始佛教之禅法与生活的统贯》。若能结合两种开示互相参究，势必受益良多。

十二因缘的重点是「识（爱识）缘名色、名色缘识」的回圈，这个回圈里面有两件事：第一是爱识；第二是不知道是爱识，误以为是爱境，所以根追逐境。

必须先体察到「爱境」其实是「爱识」，减轻六根追逐六境的盲目惯性；然后才是做到不爱识，达成解脱，不再会有来生的根追逐境的因缘。长老举了个例子，吃霜淇淋其实不是爱霜淇淋，而是爱上那个味觉。当意识到吃东西，其实是爱识（美味），不是爱境（美食），而美味总是一旦经验，就永不重现，那么就能逐渐摆脱盲目地追逐境，并且懂得珍惜与感恩地经验当下了。

出世间法的第一步就是见法（明见因缘法）。一个人虽然没有见法，但是他可以藉由佛陀的教导来让生活更好，比如说开始尝试「活在当下，随机应变」，而其中的原理就是根据因缘法，计画永远赶不上变化，所以必须随机应变，所以这就是在间接运用明见因缘法的智慧。再比如说，虽没有明见因缘法，但是愿意修正固执己见、刚愎自用的毛病，而其中的原理还是根据因缘法。

学法学得好的人肯定是愉快的，按照《原始佛教的禅法与生活的统贯》的说法就是：相信自己一定是活在现在的快活人。

面对生活的困境，如果不懂得善观因缘，找出妥切的因应之道，进而改善事情的走向，解决困境，反而一味地忍耐，身不由己的承受痛苦，甚至以苦为乐，根本无助于修行。如同佛陀未成正觉之前，曾经走过自我折磨的弯路，后来发现这条路行不通，就舍弃了自我折磨的修行方式。

最傻的修行人就是跟别人比较修行进度，希望越快越好，但往往欲速则不达。学佛是自己的事情，不需要跟别人比较，对自己真诚，从自己目前的程度，一步一步地按照次第来最妥当，因为解脱没有名额限制，不必与人争名次。

其实修行的规划也是需要活在当下、随机应变的，比如说，长老来大陆办禅修班，如果无法参加怎么办？家人反对你怎么办？就我个人而言，至少短期之内是没有办法参加的，我曾经万分渴切参加禅修营，甚至渴望到，最好能够到中道僧团出家，但事与愿违，终究只是给自己增添烦恼罢了，直到放下了不切实际的期待才释怀。

我目前无法参加禅修的主要障碍是，自己还未能向家人证明：透过原始佛法的学习，成为一个对社会有用的人。长期以来，家人对我甚是关怀，我一向「身在福中不知福」，不懂得感恩和珍惜。当年我从弘一法师受到启蒙，对佛法感到兴趣，家父曾说：「你勿需与我谈论高深的佛法，我所关心的是，你能否像弘一法师那样，成为对社会很有用的人；如果你能那么，我也就不反对你学佛了。」父亲的话很有道理，特别是学习了原始佛法之后，更加肯定父亲的真知灼见。这样的好父亲，令我有荣焉。



目前我就是尽力当前，努力不懈怠，不操之过急，发觉自己因为这样，渐入佳境，烦恼越来越少了。所以，如果学习了原始佛法，心境上还是不快乐，那么也许可以反观自己是不是「操之过急」了；反之，如果正确了，那么，就像长老在《生活息苦之道》里面提到的：「你呢，精神抖擞，生活妥贴，人事能够处理得好，然后朝远离烦恼前进。」这样的话，就能成为原始佛法、中道僧团最佳的广告代言人了。

学习原始佛法之后，我才顿然开窍，原来世上还有一条这样的道路，那就是：「不怕难，远离苦」，原始佛教是从「人」的角度，教导身心的息苦、解脱之道，这也是 佛陀宣教的根本初衷。端午节刚过，屈原的《天问》包含了多少无奈和辛酸！也许「问天」不如「问人」，「谈天」不如「谈人」，从人的本位，开展人间佛教才是正确之道吧！

马桶老妇吓跑贼 屋主：去世的妈妈

本文取材自 自由时报/ 记者林嘉东 4/14, 2014

「夜路走多终遇鬼」，难道，这小偷遇到的...真是「鬼婆婆」？

惯窃李年强去年 10 月间夜闯民宅行窃，得手一只 LV 包，还想再偷时，发现屋内一名白发老婆婆坐在马桶上睡着，知难而退；检警找到失主后大吃一惊，因为失主说，老母亲过世已年余，生前常常坐在马桶上睡着。

警方怀疑李男撞见灵异，私下并说，已入监服刑的李男若得知这一段，「肯定吓出一身冷汗」。

去年 11 月间，26 岁窃盗通缉犯李男被基隆市警方逮捕入监。警方日前借提李男，追出他逃亡期间又犯下 22 起住宅窃案，得手 20 万余元现金，他全拿去打网咖花光。

警方讯问时，李男记性甚佳，对每件窃案时间与得手金额都记得清清楚楚，检警根据他的供词找来失主补强犯行，其中一件令检警毛骨悚然。

李说，去年 10 月某日凌晨，他见基隆市一栋透天厝的窗户未关，爬进屋内后，偷走 1 楼客厅桌上一只 LV 包，想再下手时，发觉 1 楼厕所有一名

白发苍苍、穿深色衣物的老婆婆坐在马桶上，就靠着墙睡着，他担心老妇人惊醒，循原路爬出，转往他处行窃。

检警依他供词，找到 50 多岁失主阿美（化名），确认家中去年 10 月遭窃，一只皮包不见，但阿美听完警方转述，露出不敢置信的神情说：「我妈已过世一年多了」、「她生前很常坐在马桶上睡着！」

由于阿美描述的母亲外型、姿势与李男叙述如出一辙，检警听完全身起鸡皮疙瘩，反问：「家中没有其他老妇人？」阿美说：「我妈死后，家里只有我跟女儿住。」阿美表示，母亲生前行动不便，都住 1 楼，她与先生、女儿分住 2、3 楼，每层都有卫浴设备，夜晚不会下楼上厕所。警方不死心追问：「当天有没有老人到家里过夜？」阿美说，若有客人来，会安排住 3 楼。

阿美回想接着说，难怪家中失窃当晚，妈妈突然来她梦里怪她「为什么天气冷，窗户都不关？」当时她还搞不清楚，现在回想才知道妈妈的意思。



從 佛陀教導中受益

馬來西亞 庄居士

深夜醒来，我的胸口急遽不适，知道空气包围着我，但它怎么也无法进入我的身体，如同被抛落到陆面上的鱼一般，我很努力的呼吸空气，但身体却没办法得到它，仿佛置身在一个真空的世界里。

没多久，一阵剧痛穿过我的胸口，就像被多双无形的手撕裂着。我睁开眼睛看一看周围，什么也没有看见，只看到窗外琥珀色的路灯，它非常的亮，无情的穿透我的眼睛、钻进我的头内。那是非常巨大的痛苦。

「心脏病」这句话在我的脑海里浮现，跟随而来的，是强烈的恐惧和想活下去的强烈欲望，不过它们非但没有帮助，反而加强了我的痛苦，那痛苦远超过我的忍耐力。我的意识开始渐渐的模糊，仅剩一点争取呼吸的力量，维持着一丝微弱的生命。

那一刻，我深信自己将因心脏病发而死去；却也在那瞬间，脑海里浮现出问题：「我为什么怕死？是否还有尚未完成的心愿？」

我开始以禅修学过的方法去扫描自己的身心，我想为那些问题找出答案，不过身体的疼痛和内心的不安一直在干扰我的努力。我突然发现一个奇怪的现象，当我开始寻找它时，那「恐惧和想活下去的欲望」就好像从来没有存在过似的，除非「自我」去创建它。

我试图放松，不再挣扎，试着更深入地观察身体的裂痛和心里的恐惧不安。它们仍像巨浪般的打击我，不过，它们开始缓和下来了，最后它们只是感觉而已。心里的不安和恐惧只是后来的感觉，它们只是「自我」的产品。我的意识越飘越远，我深信我就快要死了。最后，我只记得完全的黑暗，以及内心

出奇的一片平静。

窗外的天空仍是漆黑一片。我很惊讶地发现自己还在呼吸！不知道自己究竟晕过去多久？身上的器官依然正常的运作，就好像「心脏病发」从未发生过。回想起来，那「死亡」体验并不像我想象的那样可怕，死亡好像生、老、病一般自然，只是生命的另一种经验而已。

我之所以能面对「死亡」的经验，这是因为我花了几年的时间开发我的明觉。就如随佛长老和师父们所教的，我不可能从佛陀的教导中受益，除非我首先开发我的明觉。虽然我离佛陀所说的目标还有很长的路要走，但是我已经从他的教导中受益了，至少如今我能够轻松自在的面对生活了！

連線

纽约 法伦

师父：「出家人弘法度众，不管再怎么努力说法，也不能保证能让听法者明了所说的法义。即使明了了法义，也不能保证听法者能依法修行，即使修行也不能保证听法者能够得度。既然如此，是不是说出家人都不要再说法了，以后的连线说法也可以取消了。大家觉得这样成不成啊？」

此时间法众中一片安静，只听得后方突然有法友发言：「师父，不成啊！师父，这万万不成啊！如果没有连线，那我以后在周末就没地方去了啊！」



棲處無憂落處歡

记 随佛长老探望癌末的法友

月澄

2014年3月25日上午，随佛长老、明至法师及数位法友一起到吉隆坡※※医院，探望癌末的法友黄居士。

一踏入病房，只见黄居士眉头深锁、脸色苍白、眼眶凹陷，茫然、空洞的眼神中，流露着恐惧、无助和忧伤，瘦成皮包骨的身子蜷曲着躺在床上，整个人犹若风中残烛，至为单薄、虚弱、无力。乍见师父前来，居士惊喜万分，挣扎且坚持着要从床上坐起，随行的居士扶了她一把，让她靠在棉被上坐着；长老则坐在她的面前，真诚恳挚的表达慰问之情。

长老恳恳惻惻的对居士做了如下之开示：

每个人都要经历过这一个过程，师父们也跟你一样，都要经历这一个过程。每一段生死，都有一段因缘，我们认识的朋友，其实只是一、二十年或二、三十年的相处。所以现在的重点不是在于还能撑多久的时间，在于你现在该做什么、该怎么自处。

首先，要为你这一生所经历过的，真诚的表达感谢。感谢父母、感谢教导我们的师长（包括佛门的师长）、感谢朋友、感谢兄弟姊妹，感谢他们为我们做过的一切，感谢这一生所承受的好。感谢的好处是：能感谢的人内心就有平安、光明与幸福。如果没有办法跟他们见面，你就在心里感恩；如果有办法见面或通电话的，你就跟他们讲：「我希望在人生的最后一刻跟你说『我很感谢你』，谢谢你曾经为我做过的一切，当时我的内心很欢喜、很平安、很幸福。」在不断的感谢当中，我们会得到平安，而这样的平安，不是靠 佛陀的保佑，不是靠

菩萨的保佑，不是靠神的保佑，是靠我们修行的提升，其实这就是修行。

接着，要懂得反省、惭愧、忏悔。人没有完美，不必太过于苛责自己；但是，要能勇敢的面对自己的问题。这一生，其实有许多事情，我们可以做，但是，当时我们并没有尽力去做；或是明知不能做，却仍忍不住做了一些伤害他人的事。凡此种种，我们要懂得反省、惭愧、忏悔。如果能当面表达歉意最好，也可以打电话，要不然就在心里默念、忏悔，告诉他：「那个时候我不懂事，请你原谅我。」这么做，肩膀就没有了压力，反而能放下内心的歉疚感与不安。 佛陀不是说过吗？「惭愧跟忏悔就是甘露水。」

然后，要想想自己的善行和功德。这一生，曾经做过什么好事，曾经讲过什么好话，想想你的功德，你做过很多很多好的事，对不对？当你这样想的时候，你内心的光明，你内心的善念，就会在回想的当中，重新再现起，因为那是你实际的经验，是你这一





生的资产、财富。在此生的最后，让自己再次的见到生命的光明与行迹，让自己知道：此生无憾，并引自己向着光明的大道行去。

再来就是皈向三宝，忆念 佛陀的功德，忆念法的教诲，忆念僧团的清净，忆念你自己现在当来要善生善趣，皈敬三宝，继续修行。这才是你现在该做的事。记得要跟 佛陀学法，要继续的修行，要跟着僧团脚步走，将来还要守净戒、行善道，在这样的当中，心无所憾。这就是 佛陀讲的：念佛、念法、念僧、念戒、念施、念天。念戒，就是念自己有什么善行；念施，曾做过什么功德；念天，相信自己不会到不好的地方去。

换个房子，好啊！房子坏了，本来就该换了。换了以后，就继续的修行，明白吗？不要害怕，因为我们每一个人都要经历过这一个过程。很多人在这时候害怕，然后一直在想：「我还可以撑多久？」「还能撑多久」，其实不重要，房子坏了再撑下去只是折磨，对不对？换个房子，身体健健康康的，重新开始，然后有机会再跟其他众生再结一段缘分。准备好和那些众生结善缘，这才是你该做的事，对不对？何况撑得再久，还是要面对，不是吗？所以最重要的是：你准备好怎么搬家了吗？因为因缘本来就不会死，只会转变而已，死不了！死是一种想法，不是现实。我们常常听鬼故事，相信有鬼，既然相信有鬼，就知道不会死，对不对？就是不会死，有死就不会有鬼，就是不会死才有鬼。但那些鬼是没有修行的；我们有修行的，就到天趣跟人趣里面修行。

只要我们继续修行，其实跟往生净土的意思一样。古代的人一直讲要往生净土，其实他要的就是继续修行。但是到了净土，如果说什么都是阿弥陀佛变现的，包括我们吃的、用的都是阿弥陀佛变现的，那我们岂不是连布施的功德都没有，因为一切都是他变现的，对不对？反而在这个人间，有苦难的众生，才有机会修行，我们的功德、我们的善行才更有价值、

更有意义，才能修得更好。

相信自己的修行，相信佛法，内心平安，我们不怕辛苦，就是怕不懂得怎样修行。以前学菩萨道的时候，我们不是常常发愿「地狱不空，誓不成佛；众生度尽，方证菩提」吗？那就表示妳不怕啊！不怕辛苦，要到苦的地方去度众生，对不对？就是这样啊！不怕辛苦，就怕不能修行而已，再苦我们都要修行啊！你说对不对？

记得，常常感恩，常常感谢，因为现在，我们其实已经没什么好求的了，所以就没有「求不得」的苦，能感恩、感谢就能平安。然后在人生生命的最后，我们能够跟这个世界，用感谢的心、忏悔的心、问心无愧的心跟它说再见，然后下次再见的时候，将会是一个好的开始。

师父在这段时间说法、弘法，都为你回向功德。每次连线说法，美国、马来西亚、新加坡、台湾，共有十几个共修中心在上课，大家一起听法、一起学法后，最后就是同时为你回向。想想，你真是很有福报呢！对不对？

现在师父为你授三皈依、授五戒，请合掌闭目，跟着师父念：「我某某人，尽形寿皈依释迦牟尼佛；我某某人，尽形寿皈依四圣谛、三藐三菩提；我某某人，尽形寿皈依四圣谛佛教僧团；我某某人，尽形寿皈依离欲解脱戒（三次）。我某某人，至诚感恩此生所有护我、爱我、照顾我的一切大德众生；我某某人，至诚忏悔我此生身、口、意三业所做一切苦恼众生的不当行为；我某某人，至诚感念我此生所做一切的身口意善行，愿现前当来，能够继续用清净的身、口、意善行，利他自利，正向菩提；我某某人，至诚皈敬 释迦佛陀、四圣谛、三藐三菩提、四圣谛佛教僧团、离欲解脱戒，愿现前当来，身心安乐，善根增长，智慧增明，少苦少恼，正向菩提；愿我此生所修一切利己利人，此生尽时，身心安稳，少苦少恼，身心清明，了不颠倒，善生善处，正向菩提。萨



度！萨度！萨度！」师父祝福你！

师父今天说的听明白了吗？切记！紧要关头的时候，只要专心忆念佛法僧戒的功德，以及忆念自己所行过、所修的善行，这样就好了。没有死亡，只有继续前进，因为你还没有涅槃。不用担心，换个因缘，继续跟众生结善缘，继续你的修行。也许二、三十年后，我们还会再见面。记得继续学习佛陀的法，不要迷信哦！房子坏了，就该搬家，所以现在是清理旧家、准备搬新家的时候，对不对？房子坏了、房子漏水了，要搬新家要高兴。反正还没解脱，就一定得搬家。你就好好的、平平静静的准备搬新家吧！师父祝福你！

在长老开示的过程中，居士一直很专注的聆听，偶尔也会复诵长老的话。原本忧伤、无助、恐惧的表情，随着长老的开示，如寒冰遇着暖阳，渐渐的溶化了，渐渐的转为平安、平静、祥和了，有时还会露出些许微笑。

多么令人感动的一席话！多么令人惊叹的转变！看着居士虔诚的跟着长老念着皈敬佛法僧戒文，虔诚的念着「愿我此生所修一切利己利人，此生尽时，身心安稳，少苦少恼，身心清明，了不颠倒，善生善处，正向菩提。」一旁的居士无不红了眼眶，纷纷双掌合十，虔诚的为居士祝祷着。

注：黄居士于随佛长老探望后七日（四月二日）安详舍报。



心懷感恩，
就是富足、滿足與幸福的人；
心懷感恩，
就是懂得珍惜自己與別人的人。

隨佛禪師



五月的台北，漠然、懷著決意殺人心態的年輕生命，讓社會震驚、恐懼！
最讓人心碎的，是母親們流不盡的眼淚！

媽媽！請愛我，不要為我哭泣！

隨佛禪師 悼文/編纂 詞曲/新井滿

一个年纪仅二十岁上下的大二生，手持利器对不特定的无辜民众进行无情的攻击，造成四人死亡，二十余人受伤的惨案。

事件发生后，世人议论纷纷，为甚么要杀人？

世上少有不爱儿女的父母，既为儿女设想，也付出关心与照顾，多数的父母并非「不是的父母」。但是许多父母却不知如何作好「父母必尽的责任」。

甚么是「父母必尽的责任」？

许多人误以为养育子女是「父母必尽的责任」，又误以为良好的表现是「子女必要的责任」。这种「施」与「回报」的责任观点，原本是社会群体共同生活的规范，有着实用性与必要性。





若是将「施」与「回报」的责任观点，转成亲子关系之间的关系时，父母与子女之间即等同「契约关系」了。当存在于亲子之间是期待、要求与绩效检验，不再是让双方感到温暖与信赖的「亲情」时，也不会有为对方牺牲的「意愿」了。

如果没有了温暖、信赖的「亲情」，没有愿意为对方牺牲的「意愿」，必定失去「生命的归属感」。

当父母与子女之间，相互缺少「归属感」时，「施」与「回报」的责任观点，让互相期待、要求与绩效检验的生活，转变成「累积失望、伤心、不满与仇恨」的因缘。

如此，亲子关系疏离，甚至互相对立与伤害，已难以避免了。严重时，即会发生「反社会心理与行为」，作出「放弃自己，痛恨家庭，伤害社会，同归于尽」的大事，目的是「吐一口气」，让大家发现「他（她）的需要与重要」。

遗憾！总是从伤心开始，在痛苦收场。

甚么是「父母必尽的责任」？

养育子女绝不是「父母必尽的责任」，只是「父母需有的心意」。

父母必尽的责任，是接近儿女、拥抱儿女、听儿女说话、了解儿女。让儿女接近父母、让儿女拥抱父母、让儿女分享父母的心境（不是听自己说话）、让儿女了解父母，「相互了解」与「彼此分享」是对儿女最大的尊重与疼惜。

让儿女在亲子的相处中，自发的「爱父母、爱家庭、爱自己、分享自己」，当然更不能剥夺儿女面对失败的经验，因为唯有曾经失败的成功才会让人满足，这些是「父母必尽的责任」。

父母必尽的责任，不是责任，是引导、是分享、是慈爱！





甚么是「子女必要的责任」，不是所谓的良好表现或孝顺，是「了解父母、分享自己」。

子女必要的责任，是了解、是信赖、是敬爱！

让儿女爱父母，胜过让儿女孝顺父母，爱父母必会真心的关怀父母，并从中得到满足。

要求儿女孝顺父母，往往是强迫出不得不的责任心态，当中只有压力，没有喜悦。

请了解与爱自己的孩子，不要在他（她）们做了伤己、伤人的遗憾事后，才为了孩子哭泣。

谨以此文，献给在事件中，死亡、受伤与失去亲人的受害人：

在伤心、流泪之时，请感谢死亡、受伤的受害者。

因为他（她）与我们之间的真挚亲情，让我们愿意且能够怀念他（她），而不是让我们无法面对与回忆他（她）。

无尽的怀念！这正是他（她）留给亲人最珍贵的爱！ 妈妈！请不要哭泣，我爱您！



本文另有影音檔，請點選下列網址觀賞：

https://www.arahant.org/blog/2014/05/31/newsletter_20140529/

<https://www.facebook.com/photo.php?v=736008953089175&set=vb.216840828339326&type=2&theater>



医王视病

台北 法藏

3月22日下午3点，中道僧团中严尊者、生谛尊者、生光尊者带领八位法友，一同前往亚东医院，探望住院就医的吴老居士，吴老居士是吴师姐的父亲。

一行人进入病房时，室内顿时温暖了起来，吴老居士全家因为中道僧团的到来，非常的感动，频频的表达感谢；隔床的患者廖先生也感受到此温馨气氛，高兴的拉开布帘跟大家打招呼。

中严尊者先行问候了吴老先生手术后的身体状况，征询家属同意后，就带领大众恭诵皈依佛法僧戒文，及《相应阿含》的几篇经文。于皈依四法后，将此功德回向给吴老居士及廖先生。吴老居士及家人都非常感动，廖先生更是感动得热泪盈眶。

僧团法师们一一祝福吴老居士早日康复，当生谛尊者用马来腔福州话慰问时，整个房间爆开了笑声，吴老居士更是欢喜不已；法友们也趋前热切的关怀并

给予真诚的祝福，场面温馨和乐。

这时，吴老夫人低声地跟中严尊者说：隔壁床的廖先生因为长期酗酒，被强制送院治疗，每天常常无法控制身体的反应而痛苦不堪，希望尊者能给予开导。中严尊者即到廖先生床边慈悲的慰问，请他能安心地接受治疗，并且接受及面对目前的痛苦，要熬过这困难的一关；随后生谛尊者也送给他礼敬 佛陀的CD。廖先生请求尊者们留一份法本给他读诵，因为他相信 佛陀的正法会带给他面对现实的勇气和力量。此时，大家都被他深深感动了。

在这过程中，大家看到了吴老居士及吴老夫人的朴质憨厚、宽容慈祥；也看了廖先生面对正法的光明时，表现出来至情至性的感动，与对法的真诚向往。佛陀的声闻僧团再次地显现在这苦难的人间，抚慰着痛苦的人们，让他们的身心得以安宁。这是多么的殊胜啊！这是多么令人感动呀！



吃饭慢慢来 肠道时间变慢不易胖

本文取材自 华人健康网 三采文化文 / 伊藤裕 4/27, 2014

肥胖症是一种「心病」!?

一般常说,「吃太快」的人容易变胖。这在医学界是非常正确的观念,不过造成的原因并非只有这一点。通常人们都会以为,吃得快的人容易在短时间内吃下过多的东西、增加身体的负担,是因为每天生活忙碌,只能在有限时间内吃饭的缘故。但是,其实真正的问题在这之前早就发生了。

吃得快的人,对于吃东西这件事的「心态」就已经不正确,总是会在无意识之间,「不顾一切」地把食物全都吃掉。最近关于肥胖的研究中,认为肥胖的根本原因不只是卡路里摄取过量,而是一种脑部的「认知结构」缺陷。也就是说,肥胖症是一种「心的疾病」。

有些人经常会在不知不觉间吃得很快。这种人很容易把「吃」这件事当作一种消除压力的方式。在他们的脑中,吃东西已经变成一种游戏,会透过解决这个游戏来消除压力。在我看来,虽然他们很想尽快把承受的压力赶走,但是又不去寻找解决压力的办法,只是随随便便找个宣泄压力的方式,因此才会不知不觉地愈吃愈快,最后变成了大胃王。

最近的研究已经发现,压力会让人产生「想要大量摄取糖分」的心情。前面的叙述中我们已经知道,当感受到压力时副肾就会分泌出压力荷尔蒙;而大脑则是会产生另一种荷尔蒙来下达分泌压力荷尔蒙的指令。这种荷尔蒙在分泌的时候会使周围的神经兴奋,让人产生「想要大量摄取糖分」的心情。

所以,我们才会在觉得有压力时变得「特别想吃甜食」。这种现象,其实本来是一种身体的防御系统,目的是让身体在面临危险时可以确实提升血糖、

做好准备。例如,女性有所谓的「经前症候群」,会在月经来临之前出现各种症状。据说,超过半数以上的人会在经期前「变得很想吃甜食」。而原因应该就是,月经已经对女性形成一种压力。

很多人在压力上身的时候就会一直想要「吃」。但是,吃东西并不能解决压力。不但不能解决,还会立刻变成更大的压力回到自己身上。一旦造成恶性循环之后,「脏器时间」就会不断地加速前进。所以,我们不应该把送到眼前的食物当作消除压力的箭靶,应该视为大自然赐给我们、让我们得以生存的赠礼,保持心灵平静地去接受它。如此一来,便可消除「内脏的压力」。

具体来说,我们可以在用餐前稍停片刻,说声:「开动了!」仅仅养成这个习惯,就能够让每一餐都变成「健康饮食」。佛教也好基督教也好,不论东西方的宗教都在提倡餐前祷告,教人要表达完感谢之意、让心灵平静之后再开始用餐,会出现这种现象,我想这绝对不是偶然。

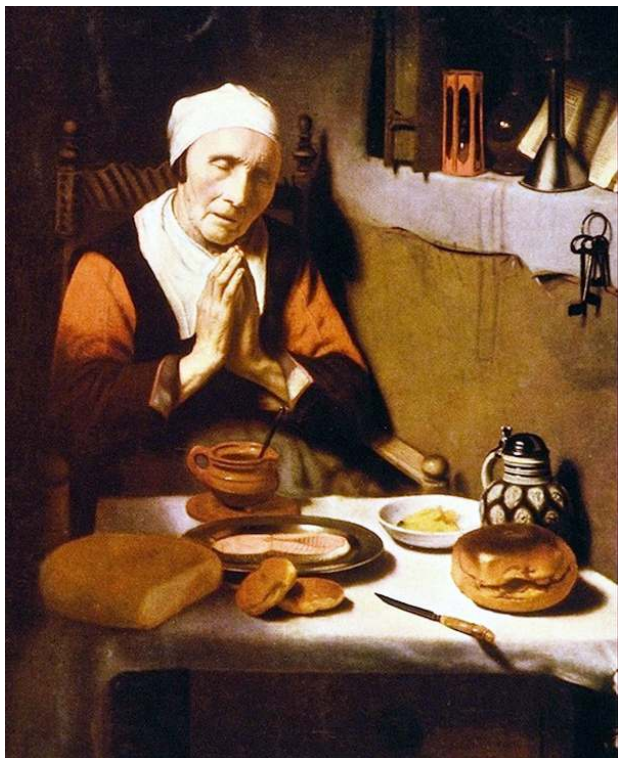
成长期的孩子吃牛排比吃汉堡肉好

在棒球转播赛中,经常可以看到选手在比赛时嚼着口香糖的样子。「感觉像外国人,好怪!」「是不是不太认真啊?」很容易让人如此联想。可是,在战争电影中,也会出现外国士兵在战争中嚼口香糖的场景。在那种生死交关的时候,不可能还有心情开玩笑吧。其实,从医学上来看,嚼口香糖是有一定理由的。

「咀嚼」这个行为,除了可以把食物细分、变得容易吞咽之外,也能藉由消化液让食物容易被消化。不过,「咀嚼」的意义还不只如此。向大脑发



出「食物要进入消化道喽」的「预告」，这也是咀嚼的功能之一。大脑收到通知后，就会对胃部和肠道下达指令，提高它们的运作机能，让消化液及荷尔蒙开始分泌，等食物一到达，肠道便能快速地进行吸收。虽然咀嚼的次数愈多时间就会花得愈长，



但是这样反而才能有效率地运用肠道的时间，让肠道的压力获得纾解。

下达这个指令的就是副交感神经。而且，副交感神经只要透过嚼口香糖的行为便能得到活化。重点就在这里，当副交感神经被增强后，不仅是肠道，连我们的「内脏大人」也会感到放松。因此，处于战场这种极度紧张状态下的士兵们，才能产生想嚼口香糖的念头。

透过「咀嚼」，送达大脑的血液量就会增加约百分之二十。此外，咀嚼也可帮助抑制食欲，降低想吃零食的冲动，甚至据说还有改善记忆力、注意力以及辨识功能的作用。由此可见，细嚼慢咽的功效益有多大。但是，最近却流行吃起不太需要咀嚼的「柔软食物」，这实在是很令人惋惜的一件事。尤其是成长期的孩子，让他们吃牛排其实比吃汉堡肉来得好。因为，如果能让自己享受细嚼慢咽的时间，「大脑的时间」以及「肠道的时间」就能保持在正确的速度上了。

本文出自三采文化《我要内脏变年轻：逆转「内脏寿命」10法则，人就不老、不胖、变健康！》

欧巴马：美国不容许宗教暴力

美国总统欧巴马今天警告，美国社会不会容许宗教暴力。一名疑似反犹太人的持枪男子昨天在堪萨斯州行凶，在一处犹太教徒中心和退休老人之家枪杀3人。

欧巴马在白宫表示：「和教友聚会时，没有人应该担心安全问题。信徒祈祷时，也应该不用顾虑人身安全。」

他说，犹太教徒正准备庆祝逾越节，基督徒则是将过棕枝主日，这起枪击案尤其令人悲痛。

欧巴马主持复活节祈祷早餐会时表示：「身为美国人，我们必须团结一致，反对这种可怕的暴力行为，我们的社会不容许这种行为。」

本文取材自 法新社/ 记者林嘉东 4/15, 2014



走入林间，明月静溢地，
不曾扰动丰根草；
映在水面，明月静溢地，
没有激起一丝涟漪；
照在梅花上，明月静溢地，
但借著它慈蔼柔和的光，
梅花看见自身的阴影。

用智慧及寬容撫平傷痛

月澄

曾在网路上看过一篇文章，作者如是叙述：

这件事情是发生在普吉岛的 Clubbed 渡假村。有一天，我在大厅里，看见一位满脸歉意的日本工作人员，安慰著一位大约四岁的西方小孩，饱受惊吓的小孩已经哭得精疲力尽了。问明原因之后，我才知道，原来这位日本工作人员，因为一时疏忽，在儿童的网球课结束后，少算了一位，将这位澳洲小孩留在网球场。等到她发现人数不对时，才赶快跑到网球场，将这位小孩带回来，小孩因为一个人在偏远的网球场，而饱受惊吓，哭得稀里哗啦的。后来澳洲妈妈出现了，看著自己的小孩哭得惨兮兮的……我亲眼看见这位妈妈，蹲下来安慰四岁的小孩，并且很理性的告诉他：「已经没事了，那位日本姊姊因为找不到你而非常的紧张难过，她不是故意的，现在你必须亲亲那位日本姊姊的脸颊，安慰她一下！」当下，只见那位四岁的小孩，垫起脚跟，亲亲蹲在他身旁的日本工作人员的脸颊，并且轻轻的告诉她：「不要害怕，

已经没事了！」

这是多么令人感动的教育方式，这位澳洲妈妈以其平和宽阔的胸襟、温柔敦厚的处事态度，教育自己的孩子原谅他人无心的过错，何等的令人钦佩、折服。就是要这样的教育，才能教出宽容、体贴的孩子吧！这样的教育方式，值得为人师、为人父母者深入省思与学习。实则体贴别人，也等于体贴了自己的心。

在林肯当选总统时，整个参议院的议员都感到尴尬，因为林肯的父亲是个鞋匠。当时美国的参议员大部分出身望族，自认为是上流、优越的人，从未料到要面对的总统是一个卑微的鞋匠的儿子。于是，就有参议员计划要羞辱他。有一次，林肯到参议院演说，在站在演讲台的时候，有一位态度傲慢的参议员站起来说：「林肯先生，在你开始演讲之前，我希望你记住，你是一个鞋匠的儿子。」



所有议员都大笑了起来，为自己虽然不能打败林肯却能羞辱他而开怀不已。林肯等到大家的笑声歇止，坦然地说：「我非常感激你使我想起我的父亲，他已经过世了，我一定会永远记住你的忠告：我永远是个鞋匠的儿子。我知道我做总统永远无法像我父亲做鞋匠做得那么好。」参议院陷入一片静默，林肯转头对那个傲慢的参议员说：「就我所知，我父亲以前也为你的家人做鞋子，如果你的鞋不合脚，我可以帮你改正它，虽然我不是伟大的鞋匠，但是我从小就跟随父亲学到了做鞋子的艺术。」然后他又对所有的参议员说：「如果你们穿的那双鞋是我父亲做的，而它们需要修理或改善，我一定尽可能帮忙。但是有一件事是可以确定的，我无法像他那么伟大，他的手艺无人能比。」说到这里，林肯流下了眼泪，所有的嘲笑声全部化为赞美的掌声。

林肯没有成为伟大的鞋匠，但成为伟大的总统。他最伟大的品质，正是他永远不忘记自己是鞋匠的儿子，并引以为荣。一个人只有在能够坦率、真诚地面对自己的时候，才会真正的尊重自己，并且赢得别人的尊重。在林肯总统执政期间，对政敌十分宽容，有人提出异议，表示应消灭政敌以绝后患；但林肯总统却如是回答：「当他们变成我的朋友，难道我不是在消灭敌人吗？」这种谦逊、坦荡、宽容、敦厚的胸怀，正足以证明：伟大之人，必有其伟大之处。

最近（2014年5月21日）台北捷运发生的喋血事件，带给国人的震撼与惊骇，实是笔墨难以形容。不仅是受难者家属内心那种晴天霹雳、锥心泣血的痛；其实我们每个人都受了伤，人人内心充满了怖畏和恐慌，人与人最基本的信赖几乎已荡然无存。事情发生后，媒体或名嘴大肆臆测分析捷运惨案凶手的杀人原因、动机，许多直接的责难或间接的影射，全转向「凶手之所以如此残暴，必然是来自于他家庭功能的失全，及父母教养的疏离与冷漠」，以致造成了他的冷血惊骇。但我们真的可以透过媒体、新闻，在自己的平台上，去评论及推测其家庭功能、及其父

母的必然怠惰与弃置吗？学习因缘法，我们知道：所谓的影响，乃是多面性的、不能主宰的。尽了全力的教养，并不一定能百分之百的回馈，甚至在教养的背后还有甚多的挫折与艰难；何况，在这个时代，媒体与企业无孔不入的行销、偶像剧扭曲的价值观与物质横流、处处可见的色情与暴力广告、青少年透过社群网络的迷乱连结，电玩游戏的分级不力、联考巨大的压力、父母为生活财务的奔波……有太多太多因素在考验、在拉锯父母的教养，导致教养的挫败。当然，就如凶手的父母所言：「身为父母的我们，教养他21年来，一定有所不知道的疏失，这个我们难辞其咎」，身为父母的他们确实是难辞其咎，但我们也不能把所有的罪过都归诸到他们的头上，一味排山倒海的责难，非得把他们逼上绝路不可。

这件事让我想起1991年11月1日凌晨发生在美国爱荷华大学的一起枪击案。刚获太空物理博士的大陆留学生卢刚，因为不满意自己论文成绩，竟然开枪射杀了一位副校长、三位教授和另一位同样来自大陆的留学生，最后再饮弹自杀。

这位惨死在卢刚枪下的副校长安柯莱瑞女士遇难之后的第三天，她的家属发表了一封给卢刚家人的信件，内容如下：

致卢刚的家人：

我们刚经历了突发的巨痛，我们在姐姐一生中最光辉的时候，失去了她。我们深以姐姐为荣，她有很大的影响力，受到每一个接触她的人的尊敬和热爱（她的家人，邻居的大人和孩子们，她遍及各国的学术界的同事、学生、朋友和亲属）。

我们一家人从远方来到爱荷华这里，不但和姐姐的许多朋友一同承担悲痛，也一起分享了姐姐在世时所留下的美好回忆。当我们在悲伤和回忆中相聚一起的时候，也想到了你们一家人，并为你们祈祷。因为这周末你们肯定也是十分悲痛和震惊。

安生前相信爱和宽恕。我们在你们悲痛时写这封



信，为了是要分担你们的哀伤，也盼你们和我们一起祈祷彼此相爱。在这痛苦时刻，安是会希望我们大家的心都充满同情、宽容和爱的。我们知道，在这时会比我们更感悲痛的，只有你们一家。请你们理解，我们愿和你们共同承受这悲伤。

这样，我们就能一起从中得到安慰和支援。安也会希望是这样的。

诚挚的安·柯莱瑞博士的兄弟们

弗兰克·迈克、保罗·克莱瑞

1991年11月4日

多么伟大纯净的心灵呀！多么宽阔慈爱的胸襟呀！看了这样的一封信，如何能不被深深的感动？如何能不汗涔涔而泪潸潸？信中所充溢的宽容和爱，正如寒冬里的暖阳，瞬间将酷冷的冰雪融化了。安的惨死并没有动摇亲人们的信仰，也没有让他们以仇恨来取代爱。他们深知，仇恨的心理最后伤害的是自己，仇恨的心理也不符合安生前所坚持的理想，爱和宽恕才是对亲人最好的纪念。于是他们向杀害亲人凶手的家人，伸出了温暖的双手；还在爱荷华大学设立了「安·柯莱瑞奖学金」，前后三名获奖者，都是来自大陆的留学生。安·柯莱瑞博士和她的兄弟们，为我们做出了难以置信的表率 and 见证。

学因缘法，我们明了：人的一生难免会碰到一些恩怨情仇，致使生活中的许多认知、情绪、觉受与决断总是如影随形的受到过往经验的影响，这是人生的一大困境。让我们学会如理作意，看清楚一切只是因缘、缘生，只能经验而无法掌控；而且因缘不断地在影响中转现，眼前的经验与记忆中的过去只可能相似而不相同，唯有追根究柢的重新认识每一个现前，超越原有经验的束缚，方能作出符合实际的决断。何况所有的恩怨情仇皆是有因有缘，不是「谁」作，而是因缘如此，因此，所有的恩怨情仇皆找不着可生气怨瞋的对象，也找不着彼时经历的那个人。

惨案已然发生，伤害已然造成，那是无法改变的事实。但每一次的生离死别，就是一场生命的教育；每一次的伤痛，就再一次蚀刻出生命的创痕，加深生命的深度，提升生命的成熟，让我们更有智慧，更懂得面对自己、面对现前的人生。因此，让我们学会痛定思痛，学会正确的教养孩子，并共同努力端正社会风气，还孩子一个洁净的、温馨的生长环境；也让我们学会宽容，因为唯有宽容，方能化解仇恨。阿拉伯人有一句谚语：「别人对我有恩惠的事，要刻在石头上；别人对我有仇恨的事情，要写在沙子上。」提醒我们要经常牢牢记住我们所得到的恩惠，却要让他人对我们不公平、不合理的待遇随风而逝。为了自己的幸福，我们应该记住这句话。





各地共修時間

* **周三課程**：(2014年8月6日~10月8日)

十二因緣觀之九種禪法

台灣地區(台北、台中、高雄) 7:30PM
大馬地區各地禪林同步連線听法

* **周五課程**：(2014年7月18日開課)

原始佛教 菩提道次第 - 第三單元

台灣地區(台北、台中、高雄) 7:30PM

* **周六共修**：

大馬地區各地禪林 8:00PM
美國紐約同步連線听法

* **周日共修**：

台灣地區(台北、台中、高雄) 9:00AM
美國地區(洛杉磯) 同步連線听法

新增：護持弘法二種方式

ACH 定期轉帳捐款

為節省您往返金融機構排隊辦理匯款的時間，一切依您的需求，選擇自己經常往來的金融機構作為扣款行，即可填寫 **ACH 定期轉帳授權書** 辦理定期捐款，透過台灣票據交換所媒體交換業務 (ACH) 機制，方便、安全、迅速、可靠。

詳情請連結 http://www.arahant.org/tc/obs_attend_5.shtml

海外護持

海外法友欲護持中華原始佛教會在台灣當地的弘法、道場禪林建置維修及法寶流通，可以透過護持者所在地之銀行辦理國際匯款，匯入「**社團法人中華原始佛教會**」在台灣的「**台灣銀行天母分行**」所開立的帳戶中，請到網站了解辦理程序。

詳情請連結 http://www.arahant.org/tc/obs_attend_5.shtml

原始佛教會 覓尋安僧傳法禪林寶地

至心普為 佛陀真實教法根植台灣利益斯土斯民

至心普為 佛陀真實教法光耀世間利苦難世間

由中道僧團擔任主持的原始佛教會，在此誠敬的向十方大德覓尋安僧傳法的吉祥地，作為傳承佛陀親說法教的禪林道場。中道僧團傳承佛陀真教佛法，僧人持戒嚴謹，終生不受取金錢，慈心化世、不悔不倦，可為世人作大利益。

由於度化世人需要佛法的傳統，這不僅要有正法的傳承，還要繼續法脈不絕的僧團，更要有廣大學習、信受佛陀真實教法的善信護法，才能使佛教人才代代常青，佛法續傳不止。

原始佛教會準備在台灣中部地區，建立台灣原始佛教禪修中心，承擔常年禪修、安僧、接眾、教化十方的大任，發展為佛陀真實教法根植台灣的重鎮。

請十方長老、法師、大德、善信護法等，能够慈心護顧、幫忙，助成正法禪林道場的實現。如有任何合適作為佛門禪林淨地的土地，不論是捐獻、轉讓、出售，皆請熱心聯絡本會。功不唐捐！

中華原始佛教會 合十
台北市北投區登山路 139-3 号

電話：02-2892-2505 電郵信箱：arahant.tws@gmail.com 網址：www.arahant.org

原始佛教
中道僧團 見習僧
成慧法師 講述 **第三單元**
菩提道次第
選自隨佛長老編著《相應部》與《相應經》之經文
【第一次出版】集成之七事相應經之共說，
遍觀經中，精選佛說最顯的「佛法真義」，「菩提道次第」及「禪修次第」，
這是佛陀真實教法，出自長老親說的傳誦，重顯歷歷兩千年的真實佛法。

開課日期：2014年7月18日~9月12日

上課時間：每週 星期五 晚上 7:30p.m. ~ 9:30p.m.

地點：台北中道禪院 台北市中山區伊通街58號二樓

台中禪林 台中市南屯區文心路一段378號11樓之1

高雄禪院 高雄市鼓山區美術館路261號2樓

馬來西亞 同安道場上課

報名方式：

網站：<http://www.arahant.org> FAX: (02)2896-2303

或親至台北 中道禪院、台中 中道禪林報名

電話：中華原始佛教會(02) 2892-1038

台北 中道禪院 (02) 2515-2505

台中 中道禪林 (04) 2320-2288

高雄 中道禪院 (07) 586-7198

費用：免費 (歡迎隨喜支持)



中道僧團 主辦
中華原始佛教會暨中道禪林 協辦

原始佛教 回歸佛陀之道三
隨佛禪師 傳授
十二因緣觀之九種禪法

一、觀四念處集與滅
二、觀五陰集法與滅法
三、觀六觸入處集與滅
四、觀世間集與世間滅
五、觀有身集與有身滅
六、觀食之集與滅
七、觀老死集與老死滅
八、觀三摩地勤行成就之神足
九、觀四聖諦「初轉」苦諦、
苦集諦、苦滅諦

2014年8月6日～10月8日（每週三）

上課時間：7:30pm～9:30pm

地點：台北中道禪院 台北市伊通街58號2樓
台中禪林、高雄禪院、馬來西亞 連線上課

網路報名：www.arahant.org FAX: (02) 2896-2303

洽詢專線：中華原始佛教會(02)2892-2505

台北 中道禪院 (02)2515-2505

台中 中道禪林 (04)2320-2288

高雄 中道禪院 (07)586-7198

費用：免費（歡迎隨喜護持）



中道僧團 主辦
中華原始佛教會暨中道禪林 協辦



原始佛教 中道僧團聯合說法

8月17日、9月28日

一 乘 菩 提 道 次 第

10月5日、11月9日、12月14日

十二因緣之原說及奧義

時間：9:00～17:00

龍山寺板橋文化廣場 大會堂
(新北市板橋區文化路二段242號7樓)

報名方式

網站：www.arahant.org

傳真：(02)2896-2303

洽詢電話：(02)2892-2505
費用：免費(歡迎隨喜護持)



財團法人台北市艋舺龍山寺 主辦
社團法人中華原始佛教會 聯辦



中道僧團 復教建僧 12 年雨安居 (7/11 ~ 10/8)

中道僧團 主辦 原始佛教會，中道禪林 協辦

2014 年台灣每週共修活動 報名網址：<http://www.arahant.org> 傳真：(02)2896-2303 電話：(02)2892-2505

日期	時間	主題	內容	活動場所
8月6日~10月8日	19:30-21:30 (週三)	十二因緣觀之九種禪法	1. 觀四念處集與滅 2. 觀五陰集法與滅法 3. 觀六觸入處集與滅 4. 觀世間集與世間滅 5. 觀有身集與有身滅 6. 觀食之集與滅 7. 觀老死集與老死滅 8. 觀三摩地勤行成就之神足 9. 觀四聖諦 (初轉) 苦諦、苦集諦、苦滅諦	台北 中道禪院 台北市伊通街 58 號 2 樓 台中 中道禪林 台中市南屯區文心路一段 378 號 11 樓之一 高雄 中道禪院 高雄市鼓山區美術館路 261 號 2 樓
7月18日~9月12日	19:30-21:30 (週五)	《菩提道次第》第三單元	成慧法師講述： 選自隨佛長老編著《相應菩提道次第》之經文-重顯隱沒二千多年之真實佛法。	
每週日	09:00-16:30 (週日)	共修與供僧	上午共修、中午供僧、下午法義分享與交流	

2014 年雨安居期間禪修營暨宣法行程 報名網址：<http://www.arahant.org> 洽詢專線：(02)2892-2505

日期	時間	主題	內容	活動場所
8月8日~17日 (第一期)	8月7日 18:00-20:00 報到	原始佛教 《中道禪法》 禪修營	1. 修證十二因緣觀，見法 開展七菩提支 次第成就四聖諦三轉、十二行 圓滿一乘菩提道	台北 內覺禪林 台北市北投區登山路 139-3 號
9月12日~21日 (第二期)	9月11日 18:00-20:00 報到		2. 依身心緣起的如實知見，修證「十二因緣觀」與「息苦慈悲」開展光明燦爛的人生	
8月17日、9月28日 10月5日、11月9日 12月14日	09:00-17:00 (週日)	原始佛教 中道僧團聯合說法	原始佛教 一乘菩提道次第—8/17、9/28 原始佛教 十二因緣之原說及奧義 —10/5、11/9、12/14	龍山寺 板橋文化廣場： 新北市板橋區文化路二段 242 號 7F 本項聯合宣法由： 財團法人台北市龍山寺主辦 社團法人原始佛教會 聯合主辦



中道僧團

原始佛法 人間佛教

指導：中道僧團

導師：隨佛長老

Bhikkhu Vūpasama

發行：原始佛教會

發行人：明至尊者 Ven. Bhikkhu Aticca

歡迎助印《正法之光》贈送流通

email：saddhammadipa.tw@gmail.com

台北市北投區登山路 139 之 3 號 Tel：(02)2892-2505

響應環保，減少紙張，請提供 email，索取電子檔；或自行上網下載。

<http://www.arahant.org>

台灣護持帳戶：

社團法人中華原始佛教會

1. 郵局劃撥：帳號 50159965

2. 台灣銀行 天母分行：帳號 142001006834

美國護持帳戶：

1. Original Buddhism Society (弘法、助印)

Citibank Savings Account 9930260993

2. Compassion for Children (扶助孤童)

Citibank Savings Account 9946841178

馬來西亞護持帳戶：

Sambodhi World Berhad

HSBC Bank：202-124475-101

版權聲明：

有著作權 如為宣法，非為買賣，
不修改、增減內容，歡迎翻印流通。

台灣教區 (Taiwan) E-mail:arahant.tws@gmail.com

台北 內覺禪林

台北市北投區登山路 139 之 3 號 電話：886-(02)2892-1038 傳真：886-(02)2896-2303

台北 原始佛教中道禪院

台北市伊通街 58 號 2 樓 電話：886-(02)2515-2505

台中 中道禪林

台中市南屯區文心路一段 378 號 11 樓之 1 電話：886-(04)2320-2288

高雄 中道禪林

高雄市南鼓山區美術館路 261 號 2 樓 電話：886-(07)586-7198

美國教區 (U.S.A.) E-mail:arahant.usa@gmail.com

紐約 原始佛教中道禪院

30-20 Parsons Blvd, Flushing, NY 11354 Tel:718-321-3380 Tel:718-666-9540

馬來西亞教區 (Malaysia) E-mail:arahant.mas@gmail.com

吉隆坡 中道禪林

28, Jalan 16/5, 46350 Petaling Jaya, Selangor, Malaysia Tel:6-03-79318122

吉隆坡 烏拉港 中道禪院

NO 8-2, JALAN KASTURI 3, PLAZA KASTURI, BT 11 OFF JALAN BALAKONG, 43200 CHERAS.

吉隆坡 阿拉白沙羅 中道禪院

NO. 49, JALAN PJU 1A/41B, PUSAT DAGANGAN NZX, 47301 PETALING JAYA, SELANGOR.

怡保 中道禪林

61A & 61B, Jalan Chung Ah Ming, 31650 Ipoh, Perak, Malaysia Tel:05-2410216

檳城 中道禪林

77-3 Lorong Selamat, 10400 Pulau Pinang, Malaysia Tel:04-2288100

威省 中道禪林

269, 1st & 2nd floor, Jalan Kulim, 14000 Bukit Mertajam, Pulau Pinang. Malaysia Tel:04-5309100

馬六甲 中道禪林

No 30, Jalan Kota Laksamana 3, Taman Kota Laksamana, 75200 Melaka. Malaysia Tel:06-2818391

新山 中道禪林

No 20, Jalan Undan 6, Taman Perling, 81200 Johor Bahru, Johor. Malaysia

雙溪大年 中道禪林

21, Lorong Emas 2, Taman Emas Suria, 08000 Sungai Petani, Kedah, Malaysia

正觉人生的落实与体现（纽约宣法）



久违的甘露吸引许多纽约法友出席 4/12-13 二日弘法。第二天午斋后，随佛长老让法友们聚在一起，分享自己的看法与经历。





纽约—哥伦比亚大学



上组图：4月17日晚 随佛长老莅临纽约哥伦比亚大学数学系演讲《光明的智慧面对人生与困境》。

下组图：24日晚 随佛长老再度来到哥伦比亚大学，应佛学社的邀请教导年轻学子—如何将佛法实践在日常生活中。



法显麻州：开展人生 息苦息忧



2014 年卫赛节法庆



台湾法友同庆卫赛节—浴佛、献花表虔心，供灯、立意念佛恩。 **上组图**：台北内觉禅林 **下组图**：台中、高雄禅林



2014 年卫赛节法庆



感念四重恩，马来西亚各禅林、新加坡共修处的法友同庆卫塞节，虔诚地浴佛，在佛前点灯、供花与立意。



原始佛教中道禪法

傳承 釋迦佛陀之真實教

隨佛禪師 傳授

- 一、修證十二因緣觀，見法
開展七菩提支
次第成就四聖諦三轉、十二行
圓滿一乘菩提道
- 二、依身心緣起的如實知見
修證「十二因緣觀」與「息苦慈悲」
開展光明燦爛的人生

原始佛教 中道禪法禪修營

時間：第一期 2014年8月 8日~8月17日

第二期 2014年9月12日~9月21日

地點：內覺禪林 臺灣台北市登山路139-3號

電話：02-2892 2505 E-mail : arahant.tws@gmail.com

中道僧團 復教建僧12年雨安居

歡迎十方善信、護法，發心在僧安居期間，護持四事

時間：2014年7月11日~10月8日



中道僧團 主辦
中華原始佛教會暨中道禪林 協辦



原始佛教會

<http://www.arahant.org>

正法之光

http://www.arahant.org/tc/obs_magazine.shtml
歡迎投稿 email : saddhammadipa.tw@gmail.com

原始佛教電子報

http://www.arahant.org/tc/obs_newsletter.shtml
欲訂閱電子報請 E-mail: obs.eneews.01@gmail.com

中華原始佛教會

<https://www.facebook.com/Saddhammadipa>