



慧

訊



美國中西部佛教會暨明大佛學社

◎ 慧 訊 ◎ 2013 年 11/12 月

楞嚴咒句偈

宣公上人以偈頌方式講解〈楞嚴咒〉，前後約八年，共計 502 個偈頌。現於慧訊頭版連載此非常珍貴之法寶。

082. 舍雞野母那曳

萬木叢中大樹林 棟樑枝葉蔭眾珍
良材堪能擎巨廈 樗櫟荊棘付丙丁

083. 跢他伽多耶

看佛敬僧培信根 尊重弟子報師恩
孝順乃是務德本 因善果良道自生

084. 阿囉訶帝

生貴住居法王家 三身四智妙觀察
五眼六通成所作 大圓鏡照平等達

085. 三藐三菩陀耶

菩薩羅漢解脫僧 如貧得寶暗得燈
指引有情獲正覺 永出輪迴愛慾坑

美國中西部佛教會暨明大佛學社

Midwest Buddhist Association
1245 Summit Ct.
Maplewood, MN 55109

慧 訊 目 錄

楞嚴咒句偈	宣化上人
普賢行願品淺釋	宣化上人
宣化老和尚佛七開示 (1975 於佛根地) (節選)	宣化上人
法會行程	佛教會
共修行程	佛教會

入不思議解脫境界普賢行願品淺釋

宣化上人講述

A2. 正示普因（分二）

B1. 長行 B2. 偈頌 B1.（分三）

C1. 正顯普因分 C2. 顯經勝德分 C3. 結勸受持分 C1.（分四）

D1. 標示所應 D2. 徵列名數 D3. 牒名別解 D4. 結益令知

今D1.

若欲成就此功德門，應修十種廣大行願。

「若欲成就此功德門」：如果有眾生想要成就佛的這種功德。是不是單單佛才可以有這種無量無邊的功德，一般的眾生就沒有份呢？不是的。佛教是最平等的，絕對沒有這種專制和獨裁的思想在裏邊。佛教講人人皆可以成佛，而且不但人人可以成佛，就是一切飛、潛、動、植的眾生也都可以成佛。天上飛的，水裏潛藏的，這一切的動物、植物、樹木花草、胎卵濕化四生十二類的眾生，也都可以成佛的。不是說只可以我成佛，你不可以成佛，沒有這個的。也不像某某宗教說：「只有我這一個神是真的，其餘都是假的。」成佛，只怕你不成，你成了就是真佛，沒有一個假佛的，所有的佛都是真佛，所有的眾生都可以成為真佛。不是說只許可我成佛，不許可你成佛，這種的教義太狹小了。就單單你一個真神又有什麼意思呢？那就變成一個孤獨的神了。一切眾生都可以成佛，所以佛是很多、很多的，而且佛佛道同，都是一樣，沒有分別的。

我們一切眾生，想要成就佛的功德，「應修十種廣大行願」：應該修行十種廣大的行願。這十種廣大的行願修成功了，就可以得到佛這種的功德。

D2. 徵列名數

何等為十？一者、禮敬諸佛；二者、稱讚如來；三者、廣修供養；四者、懺悔業障；五者、隨喜功德；六者、請轉法輪；七者、請佛住世；八者、常隨佛學；九者、恆順眾生；十者、普皆迴向。

「何等為十」：什麼是十種的廣大行門呢？這是問十種廣大行門的名目。

「一者禮敬諸佛」：第一就是禮敬諸佛。禮就是有禮貌，有禮法。禮是彼此恭敬的一種表現，你對人有禮貌，別人對你也會有禮貌。禮是「仁、義、禮、智、信」五常之一，人之所以和禽獸不同，就因為有一種禮，人如果沒有禮貌，和禽獸就沒有什麼分別了。為什麼要有禮貌？就因為我們對旁人有一種恭敬的心，所以就行一個禮。我們恭敬一個人必須要有一種禮，對佛更需要有禮貌而恭敬。

以前中國人也不願意向佛叩頭，和現在的美國人是一樣的。我剛到美國的時候，有很多人告訴我說，美國人最不願意的就是叩頭、拜佛。我說：「那最好！他不願意叩頭，我一定要他叩頭。他如果不叩頭，我就不教他佛法，這沒有什麼客氣的！」你叩頭，我就教你佛法；不叩頭，你想和我學佛法，我也不教你。為什麼？你對佛都沒有禮貌，我又何必教你呢！以前中國人也是這樣，

信佛是信佛，就是不願意叩頭、拜佛，和那個猴子一樣。猴子不懂得拜佛，你教牠，牠也不願意。還有馬、牛也不會拜佛，牠心裏雖然恭敬佛，但牠也不拜佛。以前的中國佛教徒就是這樣子，對佛敬而不禮，心裏雖然信佛，但是不拜佛。

北魏時，西域勒那摩提尊者看見中國人這種情形，信佛而不拜佛，這是沒有什麼用的，於是乎他就到中國立了七種的禮法，來教化中國人拜佛。佛教傳播到各地的這種情形，到處都差不多的。佛教最初傳到中國，中國人不願意拜佛；現在傳到美國，美國人也不願意拜佛。為什麼不願意拜佛？就因為從來也沒有拜過，因此就有一種我相、我慢，認為這個我比須彌山都大，怎麼可以拜佛呢？於是乎有的人看人家拜佛，他就往那兒一站，像個木頭似的；有的看人家拜佛，他就往那兒一坐，像一塊石頭似的，有種種不同的樣子。

我們信佛的人必須要拜佛，連佛都不拜，怎麼談得上信呢？所以我們必須要禮拜佛像。有人說：「這個佛像是木雕的，我們拜他有什麼用啊？」並不是這個佛像就是佛，你不要認錯了。佛是遍滿一切處的，沒有任何地方不是佛的法身所在地。這個木像不過是一種表法，用來代表佛而已。好像每一個國家都有國旗，一般老百姓都要向國旗行禮致敬，這國旗是一塊布或者是膠做成的，那你向它敬禮有什麼用呢？這也是一種代表，國旗就代表國家的一種生命，所以人民向國旗敬禮，也就是對國家恭敬。佛像也是這樣子，不過是代表佛的一個象徵而已，並不是說這個佛像就是佛了。那我們為什麼對著佛像來禮拜呢？佛是遍滿一切處，我們應該向四面八方去頂禮叩頭哪？這也不是。禮敬必須要有所皈依，要有所皈依就要有一個目標來代表。就像一個國家有很多省分，你若要向它的每一個省、每一個縣去敬禮，那怎麼來得及啊？所以只向這一面國旗來敬禮也就夠了。我們向佛敬禮，也是同樣的意思。

向佛敬禮，有七種禮法：

（一）我慢禮。什麼叫我慢禮呢？就是看見人家拜我也拜，但是我相還不除，拜佛總是不自然，總覺得我拜佛做什麼？我何必拜他呢？叩頭叩得很不歡喜、很勉強。或者看見他人拜佛，我若不拜佛，這好像好特別似的，覺得不好意思，所以也就拜佛。雖然拜佛，但是這個我相沒有空，還有我慢存在，看著人家叩頭，他也叩頭，心裏卻想：「這真是迷信，叩頭有什麼用呢！太迷信了！」

（二）求名禮。什麼叫求名禮呢？聽到很多人讚歎說某某人拜佛拜得很多，他又拜佛、又拜經、又拜懺，真用功修行啦！聽人家這麼讚歎，他也想要得修行的名，於是他就拜佛，也就拜懺來隨喜。他雖然也隨喜，但他不是真的為拜佛，是為求這個修行的名字而拜，這叫求名禮。他也不是信，也不是為不信而拜，他是看見人家拜佛就有人供養、恭敬、讚歎，說這是真正修道的，他也要得到供養、恭敬、讚歎，所以就拜佛了。

（三）身心唱和禮。怎麼叫身心唱和禮呢？就是看見人家拜，我也拜；人家叩頭，我也叩頭，身和心就隨著人家轉——人家怎麼樣，我就怎麼樣，不管拜佛有好處沒有好處，也不管拜佛是正信或是迷信，也沒有求名的心，就是隨著人家去做。這種禮沒有什麼功，也沒有什麼過，是平常的。

(四) 智淨禮。什麼叫智淨禮？智是智慧，淨是清淨；以真正的智慧，清淨自己的身、口、意三業來拜佛。這是有智慧的人拜佛的方法。你這兒一拜佛，就不會再去殺生、偷盜、邪淫，這是身業清淨。你這兒拜佛的時候，沒有貪心，也沒有癡心、瞋心，只有恭恭敬敬拜佛的這麼一個心，所以意業也清淨了。你拜佛就念佛或持誦經咒，這樣子口業也不犯了，口裏沒有綺語、妄言、惡口、兩舌了，這是口業清淨。身口意三業清淨，以真正的智慧來拜佛，這叫智淨禮。

(五) 遍入法界禮。怎麼叫遍入法界禮呢？拜佛的時候，要觀想我這個身體雖然沒有成佛，然而我的心性是充遍法界的。現在我在一位佛前來拜佛，同時就能遍禮法界一切諸佛。不是單單拜這一位佛，而是在每一尊佛的前面，都有我的化身在那兒向佛頂禮叩頭，同時供養諸佛菩薩。所謂「一切唯心造」，你的心是周遍法界，這種禮也是周遍法界的，你這種修行也就是周遍法界。有人說：「什麼叫法界呢？我聽經聽了幾天了，不知道什麼叫法界。」所有三千大千世界都在法界之內包著的，在這法界的裏邊，沒有到法界的外邊。所以你的心盡虛空、遍法界，你這恭敬禮也盡虛空、遍法界，你所得的功德也是盡虛空、遍法界，這叫遍入法界禮。

(六) 正觀修行至誠禮。正觀就是專一其心，來觀想拜佛。我們拜一位佛就是拜法界佛，拜法界佛也就是拜一位佛。因為十方三世佛，是同共一法身，所謂「佛佛道同」，我們要專一其心來觀想拜佛，不打妄想。不是人雖然在這兒拜佛，可是這個心卻跑到電影院去了，或者跑到跑馬場、跳舞廳、酒吧或者飯館裏去了。總而言之，不用買票的這種旅行都各處去跑，忽然而天，忽然而地，有的時候就跑到紐約去了，也不知怎麼樣又跑回到三藩市，他自己以為這真是有了神通了，其實連鬼通都沒有，不要說神通，這就是妄想，就叫邪觀，沒有正觀。

正觀修行，就不打這些個妄想了，拜佛就是一心拜佛，心不二用，不會在這兒拜著佛還打其他的妄想。這種正觀修行的一拜，你拜一佛勝過你拜百千萬佛，也就勝過其他那些打妄想的人拜百千萬拜那麼多。所以修行是要得其門而入，你要知道法門。你若不知道法門，雖然是一樣的拜佛，人家那兒拜佛就是拜佛，你這兒拜佛就打妄想：「等一下拜完佛，就去喝杯咖啡，或者飲點酒。」你這樣就不是正觀修行至誠禮，這是邪觀。拜佛的時候不好好拜，儘打妄想，這太沒有功德了。

(七) 實相平等禮。實相禮是禮而不禮，不禮而禮。有人說：「哦，禮而不禮，不禮而禮，那我不拜佛就是拜佛了嘛！」不是這樣解法。是你雖然拜佛而不著拜佛之相，不是你不拜佛就認為自己拜佛了，那就變成一種狂妄了。好像有人來到這兒對我說，他已經到虛空裏頭去了，這真是愚癡到極點了！這一類的人簡直的是不可救藥，沒有法子救了。為什麼？因為他這種執著性太愚癡了。

實相平等禮，就是不著相的平等禮拜三寶，恭敬佛、恭敬法、恭敬僧，沒有分別的這麼拜。一念也不生，一念也不滅，這就是不生不滅的一種實相平等法。所謂「一念不生全體現」，你真能拜佛，拜到一念不生，那時候十方世界就現全身。你這個身體雖然在這兒，但就和法界一樣大，也就是實相，實相無相。你拜得無人、無我、無眾生、無壽者，和法界合成一體，你這個身體也就是法界，法界也就是你這個身體，你看這妙不妙！以前你的身只有須彌山那麼一點點，須彌山在法界裏就好像一粒微塵那麼大而已，你不要以為須彌山有多大。現在須彌山在你的法身裏邊，你把須彌山包住了，你看這妙不妙！所有宇宙的一切萬物，沒有不在你這個法性裏頭包著，也沒有

你不明白的。這種實相平等禮，是一種不可思議的境界。你若能以拜佛拜到這種境界上，你說這個妙處還能說得完嗎？是說不完的。

以上是簡簡單單地說禮拜三寶的七種禮。若往多了說，禮儀三百，威儀三千，那個禮數就多得很了。在中國有一部禮經，又叫《禮記》，專記載種種的禮法。《禮記》上說每一個人坐在什麼地方都有一定的，大人有大人坐的地方，小孩子有小孩子坐的地方，男人有男人坐的地方，女人有女人坐的地方，老人有老人坐的地方，不能亂坐的。我就單舉出來一種來說，小孩子應該坐到什麼地方呢？《禮記》上說：「童子隅坐。」童子應該坐在角落上，不應該坐到正面。



上宣下化老和尚佛七開示·1975年美國 Oregon 州(節選)

注：1975年夏天，比爾·布萊佛決定在他位於奧立崗州蘆葦港史密斯河畔的佛根地農場，舉辦一次戶外的念佛法會。他邀請宣公上人及金山寺的四眾弟子們共襄盛舉。在得到上人的同意之後，於1975年的八月，從美國各地而來的五十幾位修行人聚會在佛根地，參加為期一週的念佛法會。這是傳統的佛七法會首次在戶外的山上舉行。本文源於法界佛教總會在線資料，繼續今年9/10月的刊載，節選8月19日晚的部份內容。

1975年8月19日·星期二晚

比丘尼恒賢：今天是我們唸佛的第三天，你們應該有一點感應了。昨天上人談到唸佛的功德可以減輕業障因而治病。昨天我們聽了一個「大貓」的故事；今天我想講一個「小狗」的故事，這都是唸佛治病的真實故事。第一個我要講的是一隻住在美國（加州）佛萊斯諾市的北京狗。北京狗產自中國，因佛經傳入中國而培育出來的。《金剛經》是中國第一批木刻印刷的書。上面描繪著文殊師利菩薩騎在一頭獅子上。當皇宮裡的仕女們很喜歡這頭獅子，所以就培育了一種新品種的狗——北京狗，看起來像是文殊師利菩薩騎的那頭獅子。

那在加州佛萊斯諾市這一隻小北京狗，牠的祖父曾得世界狗賽冠軍。牠因為是牠那一窩裡最不出色的，所以沒讓去比賽；雖然在比賽中牠沒露臉，可牠還是名門之後。這隻狗很特別，很活潑，很好脾氣的；只有一點小毛病，就是有點愛虛榮，愛挑嘴。除了這個之外，實在沒有理由為什麼牠會遭到往後的命運，或者是因為另外一隻大狗的嫉妒吧！

總之當我探望牠的主人我姑祖時，這隻狗的下半身已經麻痺了。因為脊椎骨的毛病，使得牠整個下半身都不能動，勉勉強強地牠可以拖動著自己。牠也受著極大的痛楚，一看就知道牠已精疲力歇，隨時就要不行了。我那時已經學習了一段時間的佛法，對唸咒和唸佛名具很大的信心。牠那時正在受著一種光治療，但是我看得出那些治療牠的人，所感興趣的是我姑祖的荷包，而非牠的病情，這治療也沒什麼效用。我坐下來拿著一本〈楞嚴咒〉開始唸了兩、三遍，然後我開始唸阿彌陀佛名號。

說來奇怪，我一開始唸就好像有什麼東西跟這隻狗接通了似的。我唸的時候我讓牠背對著我，因為我想要將注意力集中在牠那受傷了的脊椎骨上。可是牠頻頻回首看我，又發出各種聲音、手勢好像牠也要唸佛名似的。當然我是沒法確定，但可能這唸誦是牠前生所熟知的，勾起了牠的記憶。總之，從那之後牠就漸漸好起來了，幾天後牠差不多就復原了，除了一點點跛。最後牠完全復原了，這是唸誦的功德。

另外一件事是跟金山寺的果奎和果宗兩位居士有關。在他們的女兒果芳出生前，他們有隻狗叫露西；露西很活潑，也很聰明，是一隻小獵犬。牠懂得玩很多把戲，很調皮，很通人性，我覺得我跟這隻狗很有緣。有一天下午我從金山寺往窗外看見露西被車撞倒了。我跑出去，牠已經躺在地上受重傷了。車子可能撞上了牠的頭側部和前半身。牠眼睛往上翻，嘴裡淌著血，兩腳伸直，身子開始僵硬。那開車的人從車裡出來對牠大喊：「快死啦！你這狗！」

我叫那人走；他走後我開始誦〈大悲咒〉；廟上其他的人也走出來一起誦。有人跑去告訴上人；傳話過來說這狗要死了，我們應該唸「南無阿彌陀佛」。我們小心翼翼地將牠搬進辦公室，給牠洗傷口，包毯子保暖，又全力唸「南無阿彌陀佛」。這樣唸了幾小時，我們看得出露西漸漸復甦過來了；一個半小時之後，牠就不願意在毯子裡了，我們得按著牠才行。本來牠都已經死在街上了，現在牠活過來了。我們一直唸佛名唸到上人要講法時才停。上人一來就問露西怎麼了，並讓我們把牠帶到樓上去。

有的人認為露西皈依過；有人看見牠讓人由上人房裡帶出來，或者是跟上人會過了面。不管怎麼說，牠學佛法的緣是挺好的。上人責備牠，又告訴牠早跟牠講過，如果牠老往屋外跑，定準會惹上麻煩；牠不聽，果然出事。上人所講的牠全都乖乖地接受了。那天晚上牠雖然不是很活躍，也已經能跑動了；第二天牠就恢復正常，完全復原了。

有一樁事很有趣，就是露西的主人果宗那時正懷著果芳；而在果芳出生前不久露西就失蹤了。沒人知道牠到哪兒去了，沒人走丟牠；牠就是忽然不在了，不久果芳就出世了。你可別驟下結論，我也從來沒見過果芳蹲在地上玩自己的腳丫子；我沒看過她玩那把戲，所以這裡邊或者沒有什麼關係，這就是露西的故事。

因為剛才說的種種緣故，這狗今天不在這兒，不過牠確實是讓我們唸佛治好的傷。當然，重要的是牠不是一個人唸佛治好的，而是很多人唸佛治好的。當我給另外那隻住在美國佛萊斯諾的北京狗，名叫阿丘的唸誦時，牠至今還是活的。我知道那是佛菩薩的力量，使得那咒語和佛名號起作用，可是我們不是經常很清楚這點。有人會唸具大威神力的咒語時，會錯認為是自己的力量起的作用，而不自量力地顯耀出來時是會很危險的。

在中國就曾有過這樣的事。有一位比丘很有修行，人稱「活羅漢」。他的本事就是以〈大悲咒〉給人治病。什麼病，什麼人他都治得好。一次有很多法師聚集在普陀山參加傳戒典禮；禮成後，許多人沒法回去自己的廟上。這位「活羅漢」使出了許多驚人的本事，以〈大悲咒〉給人醫病弄到許多錢；又給每一個人，或者買車票，或者包下船，送每一個人回去，如此地炫耀。那時上人也在法會上，看出這個「活羅漢」就快死了，所以上前跟他講：「你叫『活羅漢』吧！你能醫別人的病；你自己的病你醫好沒？」

「我什麼病？」那活羅漢問。

「你得這個求名的病，將來你就會得求利的病，再不久你就墮落了。」上人說。

這個羅漢也算有修行；也日中一食，夜不倒單，有點神通，知道不平常。可奇怪，他立即拜倒在地，不是求上人不讓他墮落；是求如果他墮落，則上人定必救他。上人一向滿眾生願，見他意誠，所以就答應了，說：「好，你墮落時，我來救你。」

幾年後，許多法師們離開大陸赴香港、臺灣等地。你猜怎麼了？就在香港街上，上人又碰到了那位「活羅漢」！只是他已不是比丘，而是在家裝扮，還俗了。換言之，墮落了。

上人說：「你那『活羅漢』怎麼了？」

他說：「就因為你說的話太準了。你說的話太神了，就因為你說我會墮落，所以我就墮落了。」

上人說：「那我說過假如你墮落我會來救你；我來救你了，你可以回去再當比丘。」

「我現在沒錢了。」在中國出家得要花很多錢的；你要是想出家又沒錢，那是不成的。

上人說：「那沒關係；我給你錢，你可以出家。」他就又出家了。

你以為他這次可學乖了，可是他又在香港跟一個在家人搞上了。那在家人想找個比丘作招牌，幫他弄事業。起先那人找上我們上人，上人當然是不會跟他合作招搖撞騙，可是這個原來的「活羅漢」就跟他合夥了；合夥了，那在家人就稱他為「活菩薩」，又向他頂禮，又怎麼怎麼的，可是不久這個「活羅漢」就不見了。所以隨便拿咒語的力量，給人治病來牟利是很危險的。

一般是以唸咒或唸佛名的功德迴向給人幫助人；迴向功德是普賢菩薩十大願之一。這十大願是早課時必誦的。

第一願是禮敬諸佛；不是只禮敬一尊佛，而是禮敬所有的佛。當然更不是禮敬刻成了佛像的一塊木頭或是石頭，而是表示皈依十方三世一切諸佛。

第二願是稱讚如來。比如稱讚阿彌陀佛那讚上說：

阿彌陀佛身金色，相好光明無等倫；
白毫宛轉五須彌，紺目澄清四大海。
光中化佛無數億，化菩薩眾亦無邊；
四十八願度眾生，九品咸令登彼岸。

這是讚佛，也是第二願稱讚如來。

第三願是廣修供養。供養有很多種，有在佛前供香，供花，也可以一瓣心香作供養，這都不一定的。

第四願是懺悔業障，就是懺悔以前所做過的種種一切；這種種一切障礙著你使你現在修行困難，這業障讓你坐不住禪，讓你不能專心唸佛，不能專心修你的法門。由無始來以至今生，由身語意所生的惡業，一切都懺悔。這在皈依時特別重要；因為在皈依時，有那一剎那能感應十方佛加被放光照你。假如在那一剎間你能很誠心懺悔的話，就可以澈底消滅你的業障，恢復清淨。這全看你誠心的程度。

第五願是隨喜功德，聽起來有點神秘，特別在早上四點半我們唸到這個願時。這個願就表示凡有人做善事時你也歡喜，也參加一份；假如有法會時你不光是說：「啊！真不錯，他們有法會。」你自己也要去參加。所以在洛杉磯那麼遠的地方，有人聽到奧立崗這兒有法會，他們不只贊同；他們也趕來參加。其他地方也有人從老遠趕來的。

普賢菩薩第六願是請轉法輪。我們都知道佛講《阿彌陀經》是不問自說的，但一般是沒人請法就不說法；有人請法才說法。當然講法不光是只用語言才算講法；講法有很多種方式，所以第六是請法，請轉法輪。

第七願是請佛住世。當然佛成佛之後就可入涅槃了，不需要停留在這個眾苦交煎的世界。佛也不會再受苦了，不過假如眾生請佛留下佛也會留下來的，所以第七願是請佛住世教化眾生。

第八願是常隨佛學，也就是佛做什麼，我們也就做什麼。比如說佛捨身餵餓虎我們也這樣修行；佛割肉餵鷹我們也這樣修行；這就是常隨佛學。

第九是恆順眾生。這並不表示當眾生幹的事有問題時，你也跟著去幹，只為要順著他們。這是說你看眾生喜歡什麼，你就從那兒來教化他；眾生愛做什麼，你就用那做基礎來幫助他了生死，不是在外強加一些桎梏在他身上。換言之，你就從眾生原有的地方開始。

第十是普皆迴向。這就是你把所有你依佛教修行所累積得來的功德，迴向給眾生，最好是所有一切眾生，令他們都成就菩提。功德也可以迴向給個人，助他康復。

這是普賢菩薩的十大願。上面所提的「活羅漢」當然不是真的活羅漢；真羅漢已經了了兩種生死裡的一種。生死有兩種：一是分段生死，就是有個身體；這身體的壽命期限雖不是絕對固定的，但差不多是一定的；另一是變易生死，就是念念相續不斷。前念死了，後念又生；後念死了，新的一念又生了，如此循環不息，永不終止。阿羅漢已經了了第一種的分段生死，所以已經沒有一個身體，也沒有壽者相了。那麼這故事裡所謂的「羅漢」自然是還沒有到達這個程度，他自己的生死還沒有把握，所以當他的罪業滿了，就得死了。

我知道有的人疑惑，為什麼我們說大部份時候，上人不很注意對個人個別的治療呢？因為上人是做大規模的治療，他給眾生的藥是治生死的；如果眾生依教奉行的話，就可以完全把握自己的命運，並且還可以轉教別人。所以上人這不僅是治療某一種的疾病，而是教人完全由生死之中解脫出來。

男眾：心地中，相對世界中的事，常常要用例子來說明。我今天就想到了這麼一件事。我曾和一群人住在（夏威夷）毛夷（Maui）的麥克肯尼海灘。我們一起搭了一個帳篷，而在中央的位置有一處棄置的，軍用工事的加固水泥地基，約二呎高、一呎寬，好幾呎長，不管怎麼說一定要清除掉它。大家都忙著搭帳篷，沒人願意去對付這個麻煩，可它正在當中，保留又不行。結果在大家忙的時候，就會有一個人拿起大鎚子去敲幾下，它卻紋風不動，一整天都沒有進展。人敲上五、十分鐘，就洩氣回來了。沒人願意做這件事，我也不例外，看來沒希望了。

過了半天，我突然想到世上無論什麼東西，只要定在一點上持續打擊，時間夠的時候就一定會被打破。因此我就去游泳使自己打起精神，回來再拿起大鎚子幹開了。我不斷地從一個點向中間，向底部打擊著，大約兩個小時後整塊水泥就被砸開了。我再叫來幾個人把兩大長條石頭拖走了。

這個例子說明了應如何在因地修行。像我們現在的情形，人們經常持咒、唸聖號。最初什麼都好，可心一專業障就浮現出來了。所修的法門越深入，業障浮現得就越久。許多人不知這是麼回事，就會說：「禪真是無聊透了，和幾年前剛開始修時比起來，我更覺得洩氣了。」因此就止了修禪。這是非常普遍的傾向，因為人要迴避生活中較深入的問題。開始修一個法門時，比如唸佛，唸著唸著好像沒什麼，但過一段時間後就發現執著與妄想的呈現。這一切都跟當事人的個性、執著、弱點、特徵相關。經過相當長的明顯的階段，所有的不幸、憂慮都會聚成一團，讓修行人非常難過。

這是我們進步的症候。如果修禪集中觀照這一團，它就會放光；這是種平衡的境界。大體上是種唸佛持咒的境界，要用有意識的心念來唸佛，來克服下意識的妄想。

通常妄念都非常強，比有意識的心念強。當有意識的心念和下意識的妄想勢均力敵時，就互相排斥消長，心中出現光明。二者均衡的時間越久，光明持續得也越久，光明終會摧毀執著業障。我，或許很多人在唸佛、經行、坐禪時會總發現心中在說：「我不介意，我覺得這沒有必要。」這種情形發生時，我們就應問自己：「我如果認為這不是真的，那這是誰造成的？」認真考慮一下這個問題：「我們如果沒有執著這件事，那這境界是誰造成的？如果我沒做錯事，意識到我做錯事的人又是誰？」認

識到我們或許錯了，別人或許是對的，要真地認識到這一點。如果對自心的態度不能改變，那全部的修行就都不會正確，修禪也會不對。如果對禪的態度不正確，禪就會成為障礙。對這點的認識很重要，否則幾年的修行就會空費。我們現在進行的念誦很好，因為我們曾在打坐上花了不少時間。

但我知道許多朋友以及我自己從未經行。經行是很好的修行，很重要，應該提倡讓人認識到修禪不一定要打坐，這很重要。每天我們都有很多機會修禪，忙碌的人也不例外。我們生活中總是有需要排隊或等候的情形；若能利用這些時間，就能湊出幾個小時來修禪。

除了修禪，去除業障，明白自性，還有持戒。佛告誡出家弟子在他入滅後要以戒為師。出家持戒未滿五年之前大體上是不應修任何禪定的，這實在是事出有因。打個比方，好比一輛想停下來，關掉引擎而不煞車，車最終會停下來，當然這樣的時間會比較久些。可是因沒煞車，再起動也較容易，連小孩子都能推得動。持戒的道理也是一樣，要修禪有成就，就須長期持戒，那修行人也不易為世間法所動。如果他看到美麗女人或包裝精緻的大麻菸，或迷幻藥，就不可能會這樣想：「啊！太好了！」就一頭栽進去了。另一方面，如果不顧戒律修行，則不僅會為舊習性所支配，還會養成新習性。這些習性變強大之後，修行就很困難了。



法會行程

各位同修，阿彌陀佛！

11月22日至11月28日，三位萬佛城的法師-近永法師，近佛法師和近聖法師，將駐錫明州弘法，帶領共修，並有傳授三皈五戒和八關齋戒的寶貴機會！

Three Dharma Masters from the City of Ten Thousand Buddhas- Dharma Master Jin Yong, Dharma Master Jin Fo (the former Master Qin Guang), Dharma Master Jin Sheng, will come to Minnesota to give lectures, lead group practice and transmit the Three Refuges, the Five Precepts, and the Eight Precepts, which are wonderful and rare opportunities!

1. 法會期間，週六週日（11/23, 24）中午為 potluck，請大家帶素菜來分享；週一（11/25），週三（27）和週四（28），歡迎各位發心供養午齋。我們鼓勵多人同時供養，以確保我們有足量美味的食物。週二（26）的午齋由長青供養。

***注意：供養午齋者必須在上午**10點前**到達圖書館。

During the Dharma sessions, we will have potluck on Saturday and Sunday (11/23, 24). Please bring vegetarian dishes to share.

Please sign up at MBA library for lunch offerings on Monday(25), Wednesday(27) and Thursday(28). We encourage multiple people making lunch offerings on each day to make sure we have enough food of good quality. Evergreen will be responsible for the lunch offerings on Tuesday (26).

***Important: people who plan to give meal offerings must arrive at the MBA library before 10am on the day you sign up for.

2. 問卷 Questionnaire:

請準備參加此次活動的同修先填寫此問卷，並且於**11月9日（週六）**之前發送至 yenful2345@gmail.com

People who plan to come to the Dharma sessions please fill in this form first, and email your responses to yenful2345@gmail.com by **November 9th (Saturday)** .

姓名 Name: _____

性別 Gender: _____

出生地點 Birth Place: _____

年齡（例如：20多歲）Age (e. g. 20s) : _____

何年三皈依，以及皈依師 Year of taking Three Refuges & Who was the master:

何年受五戒，以及傳戒師 Year of taking Five Precepts & Who was the master:

所修法門 Dharma Door you are practicing:

任何要請教法師的問題 Any questions to ask Dharma Masters (Anything, e.g. Precepts, Dharma, questions of personal life, etc.):

3. 法會期間，法師將於11月27日，週三，傳授八關齋戒和三皈五戒。請有興趣受三皈/五戒（包括還在考慮的人）先填寫附件里的申請表，並找機會交給李彥甫。並請準備兩張照片（普通證件照即可）隨表交給李彥甫，或者於27日當天帶來。

During this event, dharma masters will transmit the Three Refuges, the Five Precepts and the Eight Precepts (All on November 27th, Wednesday). Anyone who is interested in taking the Three Refuges and/or Five Precepts, including the ones who are still considering taking them, please fill in the attached application form first and submit it to Yenfu Li. Also, please prepare two photos (a regular ID photo is okay) and submit to Yenfu Li together with the application form, or bring them on the day of transmission- November 27th (Wednesday).

萬佛城法師駐錫明州弘法法會行程

	23-Nov	24-Nov	25-Nov	26-Nov	27-Nov	28-Nov
	Saturday 週六	Sunday 週日	Monday 週一	Tuesday 週二	Wednesday 週三	Thursday 週四
5:00-6:00	Morning Ceremony 早課					
8:45-10:15	Introduction Q & A 介紹&問答	Lecture 講法	--	--	9:00 Transmission of Eight Precepts 9AM 傳授八關齋戒	Lecture on Pureland 淨土講法
10:30-12:00	Meal Offering & Lunch (Potluck) 午供 & 用膳	Meal Offering & Lunch (Potluck) 午供 & 用膳	Meal Offering & Lunch 午供 & 用膳	Meal Offering & Lunch 午供 & 用膳	Meal Offering & Lunch 午供 & 用膳	Meal Offering & Lunch 午供 & 用膳
1:00-2:15	Great Compassion Repentance 大悲懺	Great Compassion Repentance 大悲懺	Great Compassion Repentance 大悲懺	Great Compassion Repentance 大悲懺	Lecture on & (3:00) 3 Refuges and 5 Precepts 講法& 3PM 傳授 三皈五戒	Introd. to Meditation Q & A (may end earlier) 禪修介紹 & 問答(可能提早結束)
2:30-4:30	Lecture 講法	Lecture 講法	--	--		
6:00-7:00	Evening Ceremony 晚課	Evening Ceremony 晚課	Evening Ceremony 晚課	Evening Ceremony 晚課	Evening Ceremony 晚課	Leave for Iowa 啟程去 Iowa
7:10-9:00	Lecture 講法	--	Lecture 講法	Lecture on Eight Precepts 講法: 八關齋戒	Lecture 講法	--
Lecture topic: Laity Precepts						
*subject to change						

11/12 月共修活動行程

日期	時間	活動內容
11/2 11/16 12/7 12/21	10:00 am~12:30 pm	念佛, 素食 Potluck 聚餐
11/9 12/14	10:00 am~12:00 pm	念佛
11/3 12/8	10:30 am~1:00 pm	MBA Family Program 素食 Potluck 聚餐

11/30 & 12/28 放香。

<p>佛教會兒童班</p> <p>佛教會兒童班旨在宣揚佛法及中國傳統文化，每月活動一次，暑假放香。兒童班內容豐富，形式活潑，包括唱歌，短時間念佛及打坐，故事會，做手工，素食聚餐等，歡迎小朋友們多來參加！</p> <p>如有問題，可聯絡兒童班負責人 Eugene Kelly (eugenekelly2@gmail.com) 或參考兒童班網站 https://sites.google.com/site/mbabuddhistfamilyprogram/schedule</p>	<p>指導老師: 上傳下揚法師 顧問老師: 上悟下鎧法師 發行人: 佛教會理事會</p> <p>聯絡人: 李彥甫 (612-254-2559) 佛教會網址: amtb-mba.org. Email: amtb_mba@yahoo.com</p> <p>活動地點: 佛教會文物流通處 (圖書館) 地址: 1245 Summit Ct., Maplewood, MN 55109</p> <p>TEL: 651-486-7852</p>
---	---

Nov/Dec Common Cultivation

Date	Time	Activity
11/2 11/16 12/7 12/21	10:00 am~12:30 pm	Chanting Buddha's name Vegetarian potluck lunch
11/9 12/14	10:00 am~12:00 pm	Chanting Buddha's name
11/3 12/8	10:30 am~1:00 pm	Family program Vegetarian potluck lunch

11/30 & 12/28 No activity ◦

MBA Family Program

MBA Family Program targets at learning and propagating Buddha dharma and Chinese culture. The program meets once every month, except summer vacation. The program involves various activities with a vivid and active style, including singing, short-time chanting & meditation practice, story time, art practice, vegetarian potluck lunch, and so forth. We welcome every kid to participate!

For any questions, please contact the coordinator Eugene Kelly (eugenekelly2@gmail.com) or visit the website of family program:

<https://sites.google.com/site/mbabuddhistfamilyprogram/schedule>

Advisor: DM Chuan Yang

Consultant: DM Wu Kai

Issuer: MBA Committee

Contact: Yenfu Li

(612-254-2559)

MBA website:

<http://www.amitabha-mba.org>

Email: amtb_mba@yahoo.com

Location: MBA Library

Address: 1245 Summit Ct., Maplewood, MN 55109

TEL: 651-486-7852