

行政院新聞局出版事業登記證局版台誌字 一八六號

中華郵政中台字第〇七五四號執照登記為雜誌交寄

勤修

月刊雜誌

國內郵資已付
大甲郵局
許可證
中台字第1874號

贈閱
第廿四期

導師：理修法師
社長：照澄法師
發行人：蕭明哲
編輯：妙法蓮華編輯室
社址：台中縣大里鄉新仁路1段125巷46弄9號5F(文一講堂)
戶名：21034206
郵政劃撥：陳淑滿
電話：(04)2770467
印刷者：慶大彩色印刷廠
地址：台中縣大甲鎮鎮政路50號
電話：(04)6879527

菩提學研習班

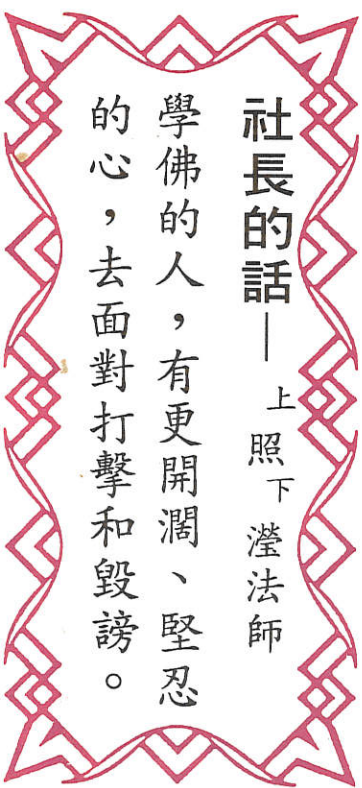
內容：禪修、佛學研讀、八識規矩頌
時間：3月16日起週一晚七：三〇—九：三〇為期三個月
地點：梧棲鎮文化活動中心
意者請洽陳嘉隆居士
電話：(〇四)六五六三九二六

佛學教師研習營

採五—十人小班制，以為期三個月的週末，假日或其他時段，教導佛學課程。
教材內容有大乘起信論，唯識學、止觀修持法門—禪、淨、密兼修。酌收講師費，教材自費可代辦。
報名資格：國、高中、教師。
報名請(〇四)二七七〇四六七找常聞法師登記
地點：台中大里文一講堂

人生諮詢顧問中心成立

觀音菩薩的悲心，普賢的願力，文殊的智慧，照看衆生的心！舉凡生活上心理的壓力、生理的失眠、病痛、修正上的疑惑、社會適應失調、感情的、婚姻的、課業的、子女的，各種疑難諮詢，都可獲得指引、調適，使生活重新得到彈性。請先電話預約，以安排時間。
請電(〇四)二七七〇四六七找耀顯師父登記



社長的話——上照下澄法師

學佛的人，有更開濶、堅忍的心，去面對打擊和毀謗。

把我們的心
當禪堂，當佛殿，
何處不修持？
何時不潔淨？

動盪中成長的 妙法蓮華社

本社

妙法蓮華社一直是朝著文教事業的開發前進的，期望能在移風易俗上，發揮小水滴的凝聚作用。雖然我們在財力上人力上非常有限，但我們仍竭盡心力和體力，不斷舉辦各式活動，如青年會、佛學研習、少年青少年夏令營、兒童書法、繪畫比賽、書法研習班、冬令救濟、獎助學金頒發、一日禪、國高職校園佛學社、身心顧問中心等，我們越辦越得

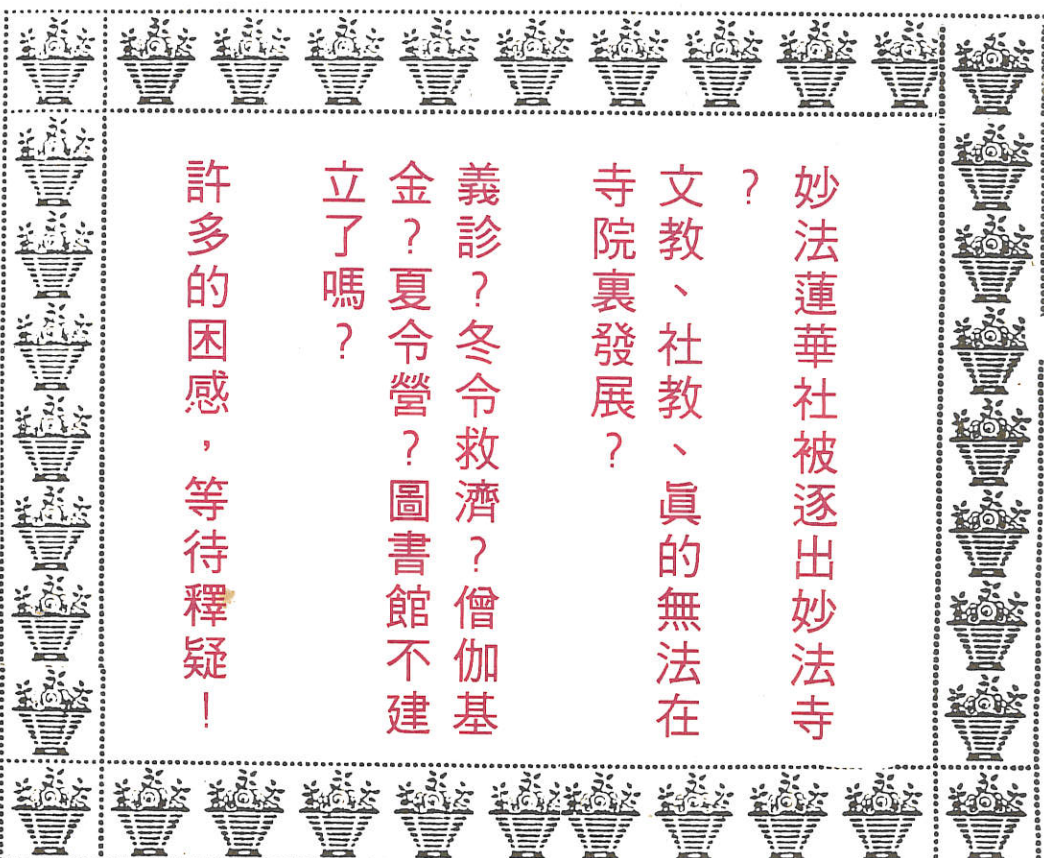
心應手，護法菩薩也越來越多，我們高興在續佛慧命、在心靈的淨化上，盡到了力量。但在這活動過程中，最令我們感到痛苦的是，我們的活動得不到常住的支持，長期以來，大眾師父們不斷和住持師父溝通協商，不僅沒得到正面的效益，反而更加干涉和打壓文教活動。

到了現在，常住更不准妙法蓮華社繼續成立，但，妙法蓮華社當初成立時，是在家護法居士們全力護持贊助的，且大眾師父們都有心要開墾這文教園地，所以，經由妙法禪學院師生們一致決定下，妙法華社會正式脫離常住妙法寺，轉

移至台中大里文一精舍，好放手從事文教事業的耕耘！

「不在其事，不任其位」，擔任妙法蓮華社的社長，並不是權位的享受，而是能力的挑戰和責任的肩負。我妙法蓮華社歷屆社長都是秉持這個理念的。第一屆社長上理下勤法師，第二屆社長上宗下毅法師。而如今隨著宗毅法師外出雲遊參訪，上照下澄法師毅然接受大眾師父們的期盼，擔負本社第三屆社長。

照澄法師十八歲出家，然後在福嚴佛學院研究佛法，就一直希望能將自己所熏習的佛法，帶給社會大眾利益，才不辜負自己離親去家的悲情。所



妙法蓮華社被逐出妙法寺

文教、社教、真的無法在寺院裏發展？

義診？冬令救濟？僧伽基金？夏令營？圖書館不建立了嗎？

許多的困惑，等待釋疑！

謂「高高山頂立，低低海底行」，照澄法師深知一位宗教教師必須事理具到，解行並重，常住妙法寺人少事多，正是磨鍊心性的好地方，照澄法師積極投入常住的工作。除了辦事的定力，在佛法的修持上，一入禪堂，更看出照澄法師攝心的定力，所以在照澄法師主持一日禪時，在座的居士們都受益無窮。

照澄法師不管是宗教事務的主持，或教學方面的經驗，都非常豐富。從早期的任教妙法禪學院，教導「禪與花道」課程外，更歷任國中佛學社導師，青年佛學夏令營輔導員兼營主任，策劃冬令救濟、兒童

繪畫書法比賽，各類法會會場的佈置和籌畫等等。在宗教事務上，主持朝山開示，率領信徒參訪道場，菩提念佛會指導等等，無不駕輕就熟……。

一直在動盪中成長的妙法蓮華社，如今在溝通無效下，不得不脫離常住妙法寺，轉移陣地，這其間的艱苦倍於往日。除了要對社會大眾交待外，更重要的是，我們妙法蓮華社的「文教」理念，必堅持開發下去，我們的基金取之社會，就要用之社會。社長照澄法師和眾師父們，絕不放棄淨化心靈的社會工作，願十方護法，繼續護持，給社會一股清新力量！

靜坐與氣的存想

轉載南懷瑾「靜坐修道與長生不老」

「靜坐」與「氣」，好像根本是沒關係似的。這又不然，在中國文化中，「靜坐」只是一種統稱的名辭。例如佛家的「禪定」、「止觀」、「思維修」，以及「瑜伽術」、「催眠術」，乃至道家的「胎息」、「凝神」等等，凡是攝動歸靜的姿態和作用，統統叫它為「靜坐」。上文我們已經提到，不用什麼方法來修習「靜坐」，它總是靠我們這個身心、心的作用。所謂方法上不同的差別，也只是心理造作意識

的感受不同而已。至於這個身體發生的作用，都是一樣的。譬如一株松樹，可以用人工把它培養成各式各樣的形態，但是它本身的生命組織，由種籽開始萌芽，漸次抽條挺幹，漸次分枝布葉，並無不同。

因此，只要肯下工夫練習「靜坐」，到了相當時間的火候，生理的「氣機」，自然而然就會發生變化。不過，這種變化的現象，都因人而異，各有不同的現象與程序，例如年齡老少的不同、男女性別的不同、身體強弱的不同、有病無病的不同。再由此許多異同的差別，引起各人感受的不同，因此而產生許多心理不同的想像，最後，仍然還離不開「存想」的作用。如果稍已涉獵過道書和丹經，對於奇經八脈、大週天、小週天、坎離、鉛汞、龍虎、陰陽等許多術語存有想像中的幻覺，那麼當「氣機」發動的時候，它便自然而然而與這些觀念，配合成爲一種新奇的感受，而造成種種的境界了。

無論從那一種靜坐的方法入手，都離不開身（生理）、心（心理）的相互關係。而且在靜坐的過程中，無論重視氣機或不管氣機的作用，氣脈的變化，必然循著固定的法則而引起感受。這個原理的大要，已經在過去連續的敘述中有過說明。現在只從氣機在靜坐中所引發氣脈變化的情況，再作較爲詳細的解說。當然，現在所講的靜坐，同時包括佛、道兩家，以及其他各種方法的內容和作用，並非只是單指某一種靜坐的方法而言。



蓮臥觀音

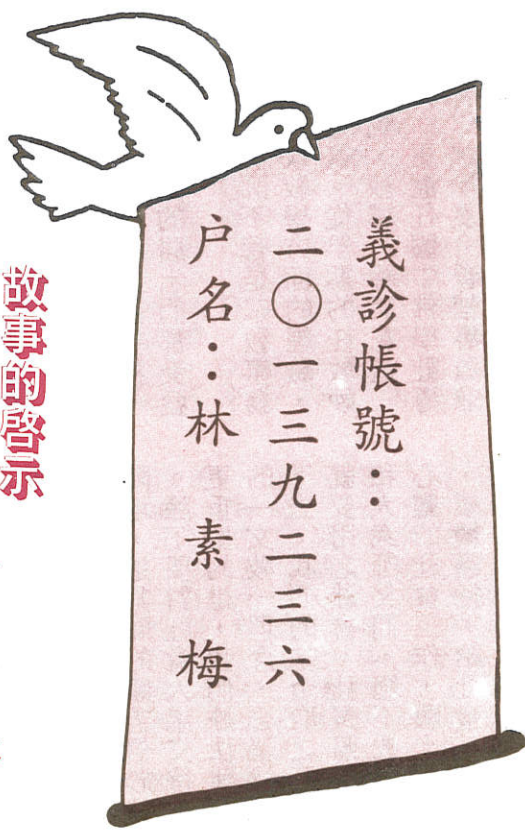
蓮臥觀音，坐臥於蓮華葉上應現的菩薩，依普門品所載：「應以小玉身得度者，即現小玉身而爲說法」，譬喻小玉尊貴之身，坐臥蓮上。

僧伽基金帳號：
21034206
戶名：陳淑滿

開口即錯，動念即乖的金剛經

故事的啓示

賈寶玉



義診帳號：
二〇一三九二二六
戶名：林素梅

話說在魏晉南北朝時代有，我！「他們都誤會我！」唉！何必呢！

再談梁武帝，當時梁武帝是位虔誠的佛教徒，除了造經壇場，還親自到寺廟裏當義工，說來對佛教的貢獻在歷史上是大大有名的，但是他卻常問寶誌禪師：「朕，功德多否？」本來是很多功德，但被一開口，一動念，功德都沒了！住相佈施——是煩惱。巧在金剛經正是否定佈施功德，而宏般若空理——四句偈理。您看在這種情形——志不同，道不合下，傳大士能說得下去嗎？倘若梁武帝也懂四句偈，那麼他身邊的寶誌禪師已綽綽有餘，何必再請傳大士開堂講經呢？

有人說：「會說笑話，也要有會聽笑話的人」很多事情，很多話，是不用去說清楚的，即使說清楚了，也只是你自己的清楚，而不是別人的清楚，就像梁武帝，只聽到拍桌，卻聽不懂金剛經。

我們先不談金剛經說什麼，先舉個例，比方兩個人意見不合了，碰了面怎麼辦？「對！不說話的好」——開口即錯。人與人相處便是如此，當雙方已經講不清楚，或公說有理，婆也有理時，最好放棄「講清楚」，有個方便的安慰法——「就算修忍辱好了」，偏偏人都認爲：「不行！我要跟他講清楚」，不是心裏嘀咕，就是背後嚼嚙一大堆，所以痛苦，煩惱就來了，什麼「怕人不了解

社論

現代僧伽應有的風範

回想唐宋時代，士大夫、官商們，都爭相結交「方外」人士，向他們請益，時而酬詩唱和，時而談論人生哲理，後代的我們，可在唐宋文人筆記中，欽羨他們的灑脫、談諧、自在！

堅分子才會來請益僧伽們。而在順世享樂的環境下，知識分子是不願走向、靠近寺院僧伽的！

一位宗教師——僧伽，是要領導變化，而不是等待變化，不是被動的，而是主動的站出來，引領社會人士做淨化心靈的工作——環保的基礎！

現代僧伽應以恢復唐宋時代的素養地位為職責，發揮社會導師的風範！

時至今日，方外人士——僧伽們，卻是讀書人眼中不可思議的一群人，非不得已，最好別沾惹上方外之人，大家都「敬」而遠之，這是為什麼？僧伽素質沒有提昇！僧伽們無法應付外在瞬息萬變的社會環境；自己本身就死守教理——跳不出來，如何開導眾生，得到解脫之道？

一般說來，知識分子不會主動向僧伽們請益；除了他們自己或家人發生事變時，才會走訪寺院，請師父們開示、指導，也就是病急亂投醫時，中

無礙的方外人士，還要深入了解社會各層面的人、事、物。凡夫有善惡的觀念，但，僧伽——宗教師沒有善惡的觀念，可善、可不善，可惡、可不惡，才能領導瞬息萬變的人心，而

但僧伽人才的提昇，若無基金會做後盾，是無從推展的，所以本社一直期望僧伽基金會，能像滾雪球一樣，有更多團體，更多的護法，體認它的重要性，而加入它以壯大僧伽基金會。

不執著於一方，遺漏了各類的眾生。這種教育，不是普通學校所能達成的，也不是一、二年所能完成的，這是特殊的僧才教育。只有入世，才能磨鍊，才能行願利他，而不是只知道鑽研佛理；只有出世，才能超然，不被物累。成功也好，不成功也好，毀謗也好，讚嘆也好，都不會被染污——這才是現代僧伽應有的抱負和胸襟。

現代社會，習慣以學歷看待僧伽們的學養，所以為投其所好，同時也為了更緊密結合高等知識分子——大學生，因此現代僧伽若有能力和機會，不妨以進入大學就讀，做為方便法門，以鞏固社會知識分子的信心，去其疑心——這是覺者真正的慈悲！

從前，佛陀在舍衛國祇樹給孤獨園，為弟子們說法。當時有位婆羅門少女，端正聰明，很受父親疼愛，但卻因得重病而去世，而且田中的熟麥也被野火燒了，這位老梵志為此而憂悶苦惱，有如狂人，不能解愁。

他聽說過佛陀是人間的聖者，天人的導師，常常講經說法，能為人解憂除難。於是這位老梵志就前往佛陀的精舍，向佛陀禮拜常跪的說：「佛陀！我沒有兒子，只有一個非常疼愛的女兒，但她忽然得了重病而去世。對於女兒的去世，令我非常悲痛，請求佛陀為我開示，解除我心中的憂愁。」佛陀告訴梵志說：世間有四事，不能常久不變：一是有常就必有無常，二是有富貴就必有貧賤，三是有聚會就必有別離，四是有強健就必有弱亡。」於是佛陀又說了這偈言：「常者皆盡，高者必墮，合會有離，生者有死。」

佛經淺釋 無常品之四

這位梵志聽了佛陀的開示，開心解意，消除了喪女的哀痛，並且出家為僧。他後來覺悟到世間本是一無常，因而證得阿羅漢果位。（梵志是指修清淨行之人）

每當夜深人靜的黑夜來臨時，時常會不禁意的掉入時空隧道，乘著裝滿了許多前塵往事，早已遺忘的空間，心中不由自主的回溯起那些的過往雲煙，曾經我是多麼的喜歡在晚上，靜悄悄的時分，獨自坐在書桌看書或沈思，這樣的靈魂才是真正接近真正的自己，已經許久了每天早出晚歸，忙得沒有時間靜下來，真正靜下來大概也是睡眠時間到了，我幾乎找不到完整的時間來好好忙裡偷閒一番，昨晚一通電話，驚醒了沈睡中的我，原來是一位高中的摯友因為太久沒有我的消息，大家都很擔心我是否發生了什麼困擾，耳邊傳來她一聲聲的問候與關懷，心中倍是溫馨與感動，記起過去高中三年，最大的收穫莫過於交到幾個死黨，我們五個摯友雖然各自有一片天地，但總是不會忘記常連絡互訴思念，五個朋友中其中兩個就讀於東海大學國貿系三年級，一位就讀於逢甲大學合作經濟系二年級，另外一個則是在地政事務所上班，她正準備於今年參加進專的考試，因為她與我們一樣都是熱愛讀書的人只可惜時運不濟，昨晚她打電話來問我最近好不好？身體是否有比較好？大概是自幼體質較差，所以從小至大總是小病不斷，三天兩頭的感冒，這樣的身體也造成了她們對我特別的關心與照顧，她很無奈的向我表示她今年要重考，問我的意見如何？我剎時沈默許久，因為我想起了過去兩年裡我生活於聯考的夢魘裡，那種痛苦與無奈大概很少人能體會，兩年下來我精神極近於崩潰邊緣，也由於環境的壓力、與自我的期許，每天幾乎都是自己封鎖在書本的象牙塔，對於人生是既充滿希望又充滿恐懼，那段日子，現在想起來有時都還會不禁的掉眼淚，或許人生就是很難盡如人意，兩次聯考我都以零點幾分落榜，其頹喪之情可想而知，所以決定改變志向，先找一份工作，安定下來後，再好好安排未來，於是進入了一個偶然的機會下，我進入了幼教界，成了小朋友心

沒有壓力下的考試，考得出奇的好，原來擔心好久沒讀課本了一定會考不好，可是我卻考上了外語科——英文組，考上之後我格外珍惜每次的上課機會，上課我總是很認真，因為我知道這是我充實自我的好機會，每位老師都是很優秀與認真的，因此我更激勵自己，好好的讀完三年後再繼續考插大，完成未完成的大學之夢，儘管現在工作忙碌，功課繁重，但至少我的生活是有目標與理想的，雖然是苦一點，但心中是充滿愉悅之情的。

而現在我所面對的朋友，她的環境與以前的我竟是如此相似，我又該對她說些什麼？我十分茫然，她以為我睡著了，很大聲的叫了我的名字，我這時才從記憶中回到現實，只是語氣甚是薄弱的對她說：「堅持你所追求的吧！人生短短數十寒暑，只要努力，相信會成功的。」她說：「她很無助，希望我有空多寫信、打電話給她，讓她有支撐的力量，我當然是既感慨又憐憫她，但此時她所需要的並非憐憫，而是一顆關心與鼓勵她的心。於是我暗自期許自己，一定要多幫助她。掛了電話，回到房間，翻起了紀念冊，那段少年不識愁滋味卻愛強說愁的年紀，是那麽熱情、無邪，看了直叫人感動，畢竟那顆易感動的心早已遺落許久，現在重拾過往，也使人感嘆，歲月如梭，韶光冉冉，「莫再蹉跎，好好努力」，八個字從心中浮起，確實我們是該珍惜此時，創造未來，才不至等到年華老去、齒牙動搖之時，才後悔就這樣過了一生，那就沒有意義了。

青年園地 生活

小札

趙英瑜

目中的大玩伴，從小我就喜歡小孩，因而獨自摸索了數月之後，我已逐漸能獨當一面，能很輕鬆的帶二十幾個小朋友一起學習與成長，或許是受了小孩子的影響，我的心情已逐漸開朗並且走進人群，不再害怕面對朋友甚至自己，這樣的生

活一直持續到去年八月，朋友鼓勵我參加進專考試，原本對考試已經失去信心的我不敢去嘗試的，可是父母一再鼓勵我多充實自己的知識，於是我又再次的上考場，沒想到這次