

行政院新聞局出版事業登記證局版台誌字第八一八六號

# 勤修

月刊 雜誌

贈閱 一〇四期

國內郵資已付 大甲郵局 許可證 中台字第1874號

中華郵政中台字第〇七五四號執照登記為雜誌交寄

社長：悟徹法師  
 發行人：印持法師（鄒麗招）  
 編輯：本刊編輯室  
 發行所：台中縣大甲鎮和平路19號 普行精舍  
 帳號：20844469  
 傳真：(04)26869100  
 戶名：鄒麗招（釋印持）  
 電話：(04)26880431

### 孟蘭盆報恩法會通告

普行精舍舉行一年一度之孝思報恩超度法會，是為人子女者為現在或過往父母、六親眷屬，懺悔罪障，供養三寶，佈施修福的好機會。

該期將禮誦大乘經典——地藏菩薩本願經、父母恩重難報經，三昧水懺等經咒，並普施回向冥陽兩利。敬邀十方大德共霑法益。

功德內容：供佛、齋僧、超薦、消災、冤親債主、普施。

#### 法會日期：

農曆六月廿八日至七月五日  
 國曆七月廿三日至七月廿九日

#### 法會地點：

大甲和平路十九號（普行精舍）

#### 聯絡電話：

(04) 26880431

### 心元學舍

#### 兒童暑期生活坊

活動日期：

國曆七月二日至七月八日

報到時間：

七月二日早上十點以前

活動地點：

苗栗市新英里凱悅

六十三號（心元學舍）

報名請附上：

姓名、電話、身份證統一

編號、性別。六月三十日

前報名。

※報到請自行攜帶：

換洗衣物三套、拖鞋、運動鞋、文具

用品、彩色筆、盥

洗用具、健保卡。

若有疑問請電：

(037) 357264

耀顯師父

諸位讀者大德：  
 為了珍惜資源，及實際需要，如果勤修月刊給您帶來不便，敬請撕下雜誌上面的標籤，寄給我們，以便作業。  
 謝謝您的關懷與鼓勵。

### 文一文教基金會

#### 心理醫學講座

#### 防止自殺與認識憂鬱症

邀請彰化基督教醫院身心科

陳俊志醫師 主講

活動地點：大甲普行精舍

活動日期：

6月25日(星期日)晚上七時

7月2日(星期日)晚上七時

聯絡電話：(04) 26880431

### 做個完美的新女性

#### 生活創意系列

#### 環保手工香皂DIY

上課時間：每週一早上九點

上課地點：①大甲普行精舍

②台中市工業一路58巷33弄33號12樓之2

預約報名電話：(04) 26880431

### 功德名錄

#### 贊助基金會 (文教、慈益費、清寒獎學金)

貳萬元：曾慶標

壹萬元：蘇志鵬、林啓明、林啓忠、林啓義

伍仟元：陳淑姬、林招玉

貳仟元：黃達能、陳茂泉

壹仟元：賴文乾、黃玉扇、蕭志哲、蕭伊欣

伍佰元：蔡銘娟

參佰元：陳怡廷、劉奕均

貳佰元：曾德馨

壹萬元：陳玉梅、蘇志鵬

陸仟元：林永智

參仟元：郭玉梅

貳仟元：林永吉

壹仟元：陳淑姬、張聿呈

參佰元：黃芳葵

壹萬元：林啓明、陳玉梅、張

貳仟元：釋印持、釋悟徹、王足、王好

黃金崇、高國輝、鄒碧枝、高周雪

高儀安、高秀霆、巫春壽、張淳蓁

張秀枝、陳秋榮、李美樺、李瑞連、陳美真

伍佰元：陳美真、陳菊枝、陳淑、邵翠

#### 建寺基金

參仟元：郭安雄

壹仟元：卓秀琴

尋尋覓覓 何需遠求  
 花俏莊嚴 盡在霖緣  
 文一文教基金會附設霖緣花藝  
 走廊。舉凡開幕誌慶、佛前供花、  
 節慶花籃，歡迎訂購，竭誠服務。  
 TEL: (04) 26881060  
 聯絡人 永蓮

每刊格言

唯守一法  
 然後見心  
 置心一處  
 無事不辦



護生畫集

文：弘一大師  
圖：豐子愷

初生的小鹿



從前有個叫陳惠度的人，有一次到剡山打獵，無意中射殺了一隻懷孕的母鹿，母鹿受了箭傷，自知命絕，便不顧一切的強忍受創的痛苦，把小鹿產了出來，產後的母鹿，一時之間，似乎忘記了自身的創痛，反而顯露出很滿足的神情，並不停的以自己的舌來舔乾小鹿身上的血水，非常慈祥，這樣一直到把小鹿身上的血水舔乾，母鹿也就死了。惠度親睹母鹿捨命產子之情，對自己的殘忍萬分愧疚，同時也體悟出生命的真諦，便棄弓丟矢，出家修行去了。

波羅蜜的故事

佛的貸款

某年，釋尊在舍衛國的祇園精舍對群眾說法。

且說釋尊離開了祇園精舍後，手裡拿著鐵鉢，挨家挨戶去行乞。這時，突然有一隻大牛掙開了十幾個人的拖拉，拼命地向釋尊面前跑來。

原來，這牛是從遠地被賣到這個城市來的，買主想把他牽出城外去宰殺，由於牛的力氣大，主人本來是用結實的網子拖著牠，不料，牛一看到釋尊，就突然興奮站立了起來，掙斷了網子跑向了釋尊。頓時，引起一陣騷動，釋尊的弟子阿難一看，便立刻站在釋尊的前面，企圖把這頭牛捉住！

「阿難！讓牠來吧！你不要逮捕牠！」

阿難聽了釋尊的話，就立刻停手，牛跑到釋尊的面前，雙腳彎曲，嗚咽悲泣，趴在釋尊的腳下哭訴：

「佛陀，請您憐憫我，救救我好嗎？我馬上就要被殺死了。」

釋尊聽到牛在訴苦，覺得牠很可憐，為了拯救牠，就談起這條牛過去的因緣。

在過去世，有一位管轄四天下之轉輪王，他擁有千名子寶與七寶之財，並以正法治理國家，很正確

的教導百姓，所以國泰民安，豐衣足食，百姓視國王為父親，而國王也能愛民如子。

一天，他出外巡視，正要回宮時，碰見了一個老朋友，他因為欠債五十兩，正被債主綁在樹上，國王一看，就馬上拿五十兩要替老朋友解圍，但老朋友對國王說：

「大王的好意，我十分感激。但是我卻又另外向他借款百兩，縱使現在得到您的幫助，但以後可不一定能再碰到您呀！」

為了這個可憐的友人，國王又想命令侍衛給他一些錢，然後回去，但是侍衛改口說要他來王城拿，說完就走了。

之後，這個朋友幾次來到王城大門，向守衛說明來意，但是也許是上面的命令未達，也或是上面根本未曾下命令，以致於他一直沒拿到錢。他因為無法還債，只好逃走，避不見面，結果，負債始終沒有償還，經過了幾次的投胎轉世，到了今世才出生為牛來還債，可是負債的總額已經高達數千兩了。

現在，這條可憐的牛，正是被債務折磨的友人，而我就是那個不曾為朋友解決負債的轉輪王，所以現在牛來向我要債了！

釋尊把故事說到這裡，就告訴飼牛的主人：

「由於這個緣故，我會行乞來支付這條牛的贖金，希望你放牠走。」

因為釋尊沒有存款，牛主人對

釋尊的保證並不安心，便說：

「我把牛殺來賣，可以獲得一大筆錢，而你這樣行乞，所得有限，我不能把牛放走。」

這時釋尊又央求他說：

「你可不能說我只得少許的錢，牛有多重，我就給你多少黃金，你就放牠走吧！」

這時梵天與帝釋天看見釋尊的處境苦惱，立刻從天而降，伏倒在釋尊面前說：

「這樣未免太煩惱至高無上的佛陀了，行乞得來的錢，實在不足以抵償這條牛的贖金。這件事還是由我們來做，你所需要的錢，即使是千萬億兩也能捐助給您。」

梵天與帝釋天，在兩條大牛皮下，積蓄了相當於牛重量的黃金，遞給飼牛主人，就把牛牽過來，跟釋尊返回祇園精舍了。

牛當然敬仰釋尊，和眾菩薩的浩瀚威德，繼而產生了皈依佛、法、僧三寶的念頭，七天後死了，他便轉生到天上界，但很快又出生到人間界，他獻花供養釋尊，向佛謝恩，發菩提心，大徹大悟，再度回到天上。

學佛者應注意事項

時下道場眾多，本是學人之福，但應注意揀擇，置心一處，切不可到處亂參衍生散亂分別心。無聞休歇妄心，精進深入，非真修行佛子。

顯子的悟

排隊中的道理

· 四七顯子

在這次戒期中，很久沒有和大眾排隊的我，又重獲小時的情景，仍然是行列式排法，佛門稱「排班」，一堂一堂站齊，雖然不呼口號，但要自動對齊。在每一堂上課的前後都必須排班，而且每次都必須花費近十分鐘的時間，有時我等大眾，有時大眾等我，當然難免生起不耐煩的心，也會煩躁的認為時間都浪費了，可是浪費了嗎？現在想起來，排班也是一堂課，訓練「耐煩心」的課，而且這堂課對佛子來說，既重要又必須。因為將來面對的是更多不耐煩的事，若不事先訓練，怎麼能招架得住未來的逆境。

發心的智慧菩薩，非但自己守規則，更幫助整個團體的行進，又不生厭煩心。由排隊之中也看到這些人生百態，每一點一滴都令人深省。

某一次排隊行進間，因為是兩排並列的，所以必須照顧到兩人兩人對齊；就在轉彎處，往往都會一前一後，但快的人須等一下慢的人，然後再進前，就在這一次轉彎時我超前了，於是我放慢腳步，等一旁的戒兄，走到另一個轉彎處時，換他超前了我，可是他並沒有等我，結果非但影響我，也影響了後面的隊伍參差不齊。從這件事我發現，國父提倡的「平等」，是出發點的平等，每個人的剛開始都具備同樣的條件，就像隊伍剛開始行進時，都是整齊劃一的，但一直走，碰到境界後，就有所差別了，如轉彎、爬樓梯等等，就開始有前後參差不齊的情況了，我人呢？碰到境界後，的確就千差萬別，各奔前程了，如果轉彎處能互相關照一下，隊伍仍能行進的很整齊。看，成長的過程中，找人在與人比較下成長，有時你前我後，你贏我輸，有時你後我前，但是真的是超前了嗎？贏了嗎？是不是別人停下或放慢腳步等我的原故呢？成功真的不是一個人所能成就的啊！但是贏時的驕傲心，輸時的卑慢心，卻在你我之間屢見不鮮，我們真得是不懂排隊規則，在人生的大隊伍中，我們真的是迷癡了好久，佛

說：「眾生皆具如來智慧德相，只因妄想而有差別」，孟子也說：「人之初，性本善」，如何讓隊伍能如初的整齊劃一——放下我的散心、慢心、執心、卑慢心、驕傲心，有時，等等別人——幫助別人；有時加快腳步——精進心，我想離整齊的隊伍就不太遠了吧！

依佛說，一切世間皆因緣而起，故有其成、住、壞、空、生、住、異、滅之相。世間之事，更是合久必分，分久必合。

行進間隊伍亂的太厲害，引禮師父斥喝下，又回復整齊的隊伍了，看看歷史，一個朝代初時的興盛，卻無

常久，仍須面衰況，另一聖人起義又改朝換代了，無一朝代，無一事是恆常久住——這一個引禮師父喊完換另一個師父喊，才有短暫的整齊時候，唉！每一件都落在因果輪迴之中，更是逃不開十二因緣。小小隊伍，短短時間就輪迴多次，更何況是我們這些宇宙老人？輪迴萬劫，仍在輪迴，是該跳開輪迴，還是適應輪迴流轉？靠智慧揀擇吧！

在排隊中的道理裏，我相信仍有很多值得深省的，甚至在生活的每個細節裏都蘊藏著許多的哲理，只要我人細心的話。時時刻刻都能活在真理裏。

直心與灑脫

· 成修

今天行腳時，想到一個問題，直心與放縱這其中有何不同，直心是現量，看見什麼就直接反應，那是否含有放縱的意味？還有一個問題，灑脫與懶散如何分別？可能我的心太散亂，無法時時刻刻抓住這隻猴子，所以常感矛盾？每當處理一件事，就問自己：當下的心態為何？一個真正修行者，他的直心絕

不會對人不利，至少他的心是光明磊落的，一個心地清淨者，是不會在意周遭的批評。

第二個問題，灑脫，即不著一塵，不染一境，不會蓋覆。而懶散，是會防礙他人，是有雜染假藉灑脫來掩飾自己的懈怠、懶散。總之，知道自己是直心時，那已不單純，認為是灑脫，那已是藉口。

那已不單純，認為是灑脫，那已是藉口。

六月份的壽星菩薩

韋馱護法尊天菩薩



中國民間相傳農曆六月三日乃韋馱菩薩之壽誕，但並不可考。而韋馱梵名Skanda，巴利名Khanda。又作塞建陀天、私建陀天、建陀天、違馱天。或稱韋將軍、韋天將軍。本為婆羅門教之神，又稱迦絺吉夜（梵Darttiketa，意譯六面子）、鳩摩羅（梵Kumara，巴同，意譯童子、善梵（梵Subrama，巴同），原為戰神，有六頭十二臂，手執弓箭，騎孔雀。此神之崇拜最初流行於南印度，五世紀後傳到北印度，被大乘佛教吸收而為伽藍之守護神，為南方增長天八大將軍之一，乃四天王下三十二將軍之首。生而聰慧，早離塵欲，修清淨梵行童真之業。受佛陀付囑而鎮護東西南三洲（東勝身洲、西牛貨洲、南瞻部洲）。世傳佛陀涅槃時，捷疾鬼盜取佛牙一雙，韋馱天乃急追取還。其形像身著甲冑，合掌，腕捧寶劍。於我國，自唐初之道宣律師感得其像後，各處之伽藍均設有其神像。有關其名稱，金光明經卷三鬼神品稱之為違馱天神，義淨所譯之金光明最勝王經卷八則譯作塞

建陀天；又經軌中多稱為塞建陀或建陀天，而不作韋馱天。蓋金光明經所記之違馱天係為建馱天之誤寫，梵語應譯作私建陀。

而在明末四大師——憨山、紫柏、藕益、蓮池，當中為首的憨山大師，早年時期曾在天界寺所辦的禪修期間，因不知用功的訣竅，又用功太切、太急，以致發了背疽，紅腫一大塊，疼痛異常。憨山大師即在韋馱菩薩前禮拜求懺悔祈禱，並發願讀華嚴經十部以消宿業，懇請韋馱菩薩加被，能在禪七中勿再發生痛苦，以完成修持功德。祈禱後半夜時，深覺疲倦至極，一上禪床便呼呼大睡。當早晨的鐘板聲響起，他依然熟睡，等到一覺醒來，天已大明，背疽竟不藥而癒。在座大眾皆嘆不可思議。

以此可知韋馱菩薩的護法深切不可言喻啊！

健康剪報

當令蔬果常識

荔枝因結果實時，枝弱、蒂固，無法摘取，須連枝一起折下，所以古名「離枝」，後來才取其諧音叫「荔枝」。



荔枝的果肉像一顆晶瑩剔透的果凍，鮮嫩多汁、香甜爽口，難怪大家都非常愛吃。它不耐貯藏，除

了產地之外，遠方很難嚐到新鮮、色香味俱全的荔枝，因而為世界稀有的水果之一。

荔枝富含營養成分 對人體具保健作用

自古人們就認為，荔枝是防治久瀉、呃逆、婦女崩漏、胃寒、淋巴結核、腫毒、疝氣痛或疔腫的聖品。現代醫學則研究指出，荔枝含蛋白質、脂肪、無機鹽、粗纖維、醣類、維生素B1、B2、C及礦物質鈣、磷、鐵等有益身體健康的成分。尤其果肉含糖量高，是天然的葡萄糖來源，適量食用可補血益肝、健腦開胃、促進血液循環、保持膚色紅潤，所以有防治貧血及改善失眠、健忘、養顏美容等功效。

吃過多易引發荔枝病 食用荔枝應有所節制

荔枝屬溫熱性水果，《本草》記載：食荔枝過多，使人發熱煩渴，齟腫鼻血。因此體質燥熱者不宜食用過量，否則將引起頭暈、噁心、口渴、牙齦腫脹或流鼻血等現象。此外，胃不好的人，不要吃冷藏過的荔枝。若突然一口氣吃下大量荔枝，還會使體內的糖分代謝紊亂，造成低血糖現象，嚴重時將因血糖突然下降，而造成抽搐、瞳孔縮小、呼吸不規則、血壓下降或昏迷。

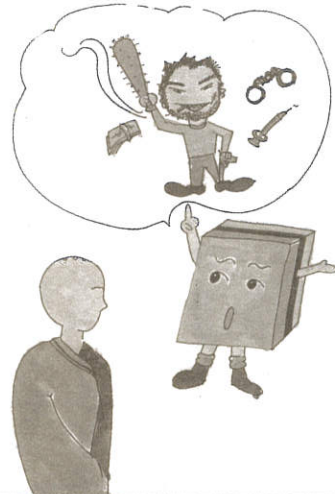
荔枝如何選購及貯存？

選購荔枝時，應挑果粒大、果皮紅者，較鮮美多汁。荔枝不耐久藏，應趁鮮食用，若須冷藏，請勿將枝摘掉。

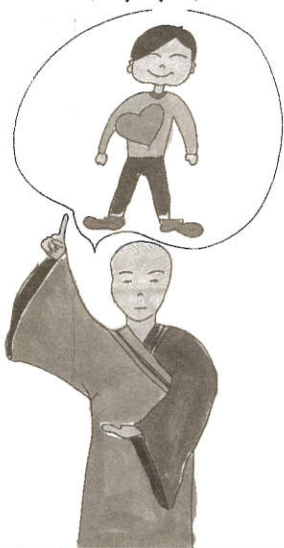
小火柴的煩惱

吳妹妹、老詔

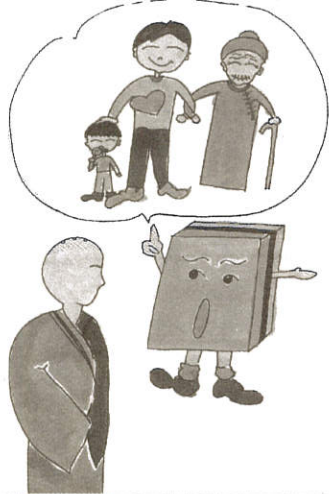
師父：為什麼世界上有壞人啊？



因為有好人



那麼為什麼世界上要有好人？



因為不知道怎麼努力啊



善人乃惡人之師 惡人乃善人之資