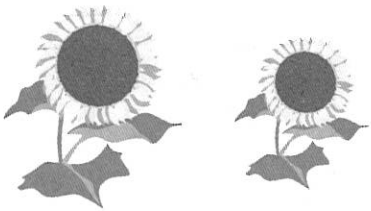


每刊格言

吾祖唯傳此頓法
普願見性同一體
若欲當來覓法身
離諸法相心中洗

《無相頌》之三



孟蘭盆報恩法會

更正啟事

上期刊登之法會日期更正為
農曆七月廿四日至七月三十日

正逢地藏菩薩聖誕，歡迎大眾共同熏修地藏菩薩本願經，父母恩重難報經三昧水懺，甘露施食，為現世或過注父母、六親眷屬、冤親債主、消災、祈福、超薦、布施、修福、供養三寶

現在即可報名。

聯絡電話：〇四—二六八八〇四三一《普行精舍》

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

九十八期 贈閱

國內郵資已付
大甲郵局
許可證
中台字第1874號

社長：悟徹法師
發行人：印持法師（鄧麗招）
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：鄧麗招（釋印持）
電話：(04) 26880431

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。



（話說大自然遍地無不是寶。瞧，息心禪苑裏掉落的檳榔、樹皮、石頭，加一點創意頭腦，就變成漂亮的裝飾品，可愛又質樸，您也可以試試，增添生活的樂趣！）

文一文教基金會 偏遠地區關懷行

下次出發時間：

九月十日（星期日）早上七：三〇分

歡迎提供二手用品

聯絡電話：(04) 26880431

功德名錄

贊助基金會：

伍萬元：信富吊車有限公司
參萬陸仟元：佛光禮儀社

壹仟元：王陳綉緞
伍佰元：洪一生

清寒獎學金：

伍仟元：關永貴、吳美玉
洪憶菁、連敏秀
貳仟元：張淳蓁、周韋誠
蔡宜錦

黃金順合家
陳秋榮、黃金崇
壹仟元：蔡宏昆、蔡張浚
壹仟壹佰元：王陳菊枝合家

伍佰元：王足、王好
柯玉珠、李榮洲

肆佰元：林玉梅
貳佰元：洪碧枝
壹佰元：邵翠

供養三寶：

壹萬貳仟元：林永吉、林永智
林聖心
伍佰元：陳素蘭

霖緣花藝

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) 二六八八一〇六〇
聯絡人：永蓮

佛門器具簡述

濾水囊

·摘自祥雲法師著作

佛教的慈悲博愛，比任何宗教都較為寬宏深切。佛陀的教誡，不但准弟子們傷害任何重大的生靈，就連那生水中的微細至極、目力不見的小蟲，也要弟子們衷心護惜。為了這一原故，所以在佛教的律儀中，制定了比丘用水，須先用「濾水囊」過濾的訓諭。

「濾水囊」又稱做「濾水袋」、「濾水器」、「濾囊」、「水濾」、「水羅」等等。它是僧尼們用來過濾生水，排除蟲類，以免傷害生命的用具。是大乘比丘必須隨帶的「十八物」之一。

據禪林象器箋卷下「器物門」及日文望月佛教大辭典說：「水羅（濾水器）凡有五種：一者『方羅』，這是用細密的絹布製做的方形濾器；長約三尺或一二尺，可以視乎需要而決定大小。二者『法瓶』；這是布薩（每半個月集眾誦戒經，憶罪悔過，期使身心淨住之行事曰『布薩』）時用來盛香湯及香水的瓶子。三者『軍遲』（或譯『君持迦』），這是澡瓶。『法瓶』和『澡瓶』，都是要用絹布繫覆在瓶口上，然後沉入水裡，待水滿時把它提拉出來。四者『酌水羅』；這是把濾水器敷在圓杓面上，以便濾水的。五者『衣角羅』：所謂『衣角羅』，並非是用袈裟襟角做『羅』。這乃是用一揀手大小的方形密絹，繫在瓶口之上，或安放鉢盂中的濾水

方法。——濾水用的絹紗布料，不可使用品質疎（疏）薄的。因為疎薄的東西，不能發生護生的效果。

濾水的方法：生水濾過以後，須要把「濾水器」浸入汲水之處，輕輕蕩動一番，以便滯留在絹布上的小蟲，回歸原水裡去。

有關「濾水囊」的一切，在四分律第五十二、摩訶僧祇律第十八、五分律第二十六、十誦律第五十七、南海寄歸內法傳、釋氏要覽卷中、禪林

波羅密的故事

貪欲致死的商人

從前，某地有叔侄二位商人，有一天，他們要到國外做生意，途中，經過一條河邊，叔父先過了河，走到對岸的村子裡。

村裡有一戶人家，只有一名寡婦和一個小女孩相依為命，生活十分窮苦。當商人走到她們家時，小女孩端出一個金盤說要賣，母親說，這是傳家的金盤，因為生活過不下去，不得不賣，才特地拿出來讓商人看看的。

商人用尖刀削來一看，發現這是罕見的寶物，可是因為他天生貪欲太強，就動了歪腦筋，想要騙她們母女：「這種東西根本不值錢嘛！拿了還會弄髒我的手。」

他說完就往地上一丟，走出家門，揚長而去，她們母女都覺得十分難為情。

這時，侄兒慢一步來到她們家，就問：

「有東西要賣嗎？」
「既然前面的人這麼說，那就不必拿出去賣了！」母親說。

象器箋「器物門」等典籍裡，都有詳切的說明。在這裡我們不能作更多的介紹了。

最後我們還須要探討的一點就是：「濾水囊」原是使用江水河水湖水泉水井水的護生之具。現在都市裡的寺廟，處處使用「自來水」。「自來水」雖然經過了殺菌消毒，但是否還會有一些極微小的生命存在？「濾水囊」是否還須要使用？這一點還是很難說的！

於是女兒又把金盤子拿出來，侄兒一看，很驚訝的說：
「啊！這是很少見的寶物啊！是斯摩金。我想用我身上所有的金子跟你們換好嗎？」

不過，這樣我就沒有船費回家了，所以，我可不可以留下百文錢，其餘的全部給你們好嗎！」

侄兒毅然地把金盤子買了下來，高高興興地從原路回家去了。
侄兒走後不久，叔父返回母女的家，對她們說：「妳的金盤很差，我看妳們可憐，現在，我給妳們一點金子，妳們快把金盤給我好了！」

「啊！太可惜了！剛才一位年輕的商人看見了，就用身上所有的黃金買去了。」

叔父一聽，驚訝得拔腿就跑，上氣不接下氣地跑到河岸，大聲叫道：
「快還我金盤子！快還我金盤子！」

一會兒，他突然吐血倒在地上了，侄兒聽到叫聲，拿著金盤子回岸時，叔父已經死了。

這是貪欲身亡的故事。
故事中，侄兒是釋尊，叔父是提婆達多。

學佛行持

七種布施

佛言有七種布施，全由心作，不損財物，得大福報。

一、眼施：常以好眼視師長、父母、修道人及一切眾生，不以惡眼。是人往後，捨身受身，得清淨眼，當來成佛，得天眼佛眼，名第一大福報。

二、和顏悅色施：面對師長、父母、修道人及一切眾生，不皺眉惡色。是人往後，捨身受身，得妙色相，當來成佛，得金色身，是名第二大福報。

三、愛語施：於師長、父母、修道人及一切眾生，出柔軟語，無粗惡語。是人往後，捨身受身，得妙辯才，所出之言，人皆歡喜，信受奉行。當來成佛，得四辯才，是名第三大福報。

四、身施：見於師長、父母、修道人及一切眾生，起立恭敬迎接，不散慢。是人往後，捨身受身，得長大身，人所敬身，當來成佛，如妙高山，無有能見頂者，是名第四大福報。

五、心施：雖以上述四種方法行於供養，而心不和善，不名為施，善心和善，和善功深，是名心施。是人往後，捨身受身，得明本心，不癡狂心，當來成佛，得一切種智，是名第五大福報。

六、床座施：若見師長、父母、修道人及一切眾生，為敷床座請安坐，乃至以自己所用安樂座位，請之安坐。是人往後，捨身受身，得當尊貴七寶床座，當來成佛，得獅子法座，是名第六大福報。

七、房舍施：於師長、父母、修道人及一切眾生，請於自己所有房舍之中，得行住坐臥，予以歡喜安樂。是人往後，捨身受身，得自然宮殿舍宅。當來成佛，于一切時處，得寶蓮華座，是名第七大福報。

人生如渡海，行遠需導師，世尊之語，最真最切，是故勤修布施度，福速天人師。

顯子的悟

空地

· 四二顯子



無意間看到一處荒廢的空地，雜草叢生，隱約卻也看得出先前曾經過一番大整地，整齊的外圍和一片平整的地基。看著看著，想著想著，這片空地是從荒亂到一片平整，一片平整再次到雜草叢生，又從雜草叢生到……如此週而復始的有到空、空到有……。

想起庭院裡除不盡的雜草；擦不完的地板。說！地擦是不擦？掃是不掃？草除是不除呢？瞧！隔壁嘉玲家的櫃子又發霉，她正在尋求個根本解決的辦法，又是打蠟又是油漆，科學家們也一而再再而三的發明新的清潔劑，為的是能一勞永逸的除去這些塵垢煩惱。

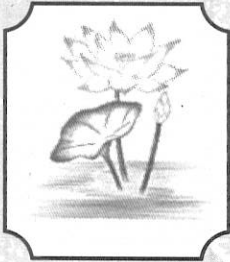
想起神秀大師的「時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」；思維起周利槃陀的「掃除塵埃」的悟道因緣；六祖惠能大師的「本來無一物，何處惹塵埃。」看來越是惱人的事物越能使人悟道，越是棘手的困境越使人開智慧！所謂「清水裡養不了活魚」，「泥沼裡出清淨蓮」。

看著空地，意想不到的，越是空地越是生機無限，倘若這空地上已蓋滿了屋，那即使有任何的奇心構想，也難以發揮，那原有的屋正是障礙，這「有」反倒是「無」了，而對空地而言，「無」反倒是「有」了。

金剛經裡「應無所住而生其心」空不代表空，無不代表無；有不代表有，正是色即是空空即是色，因為若心取相即為著。只要有著相，那就有如空地上蓋滿了屋一樣，生不了清淨之念，又如同空地上長滿了草一般，想要有新構想，也得掃除掃除。想想，我人哪一個不是在內心裡塞爆了知見，想要還回本來清淨，談何容易啊。

看前述那些週而復始的塵垢，那是生滅法，眾生若在這裡週而復始的苦惱中困著，那就是顛倒，也就不能體會六祖惠能大師的「本來無一物，何處惹塵埃」。那，空地上的草除是不除？地擦是不擦？掃是不掃呢？周利槃陀說：「這塵垢我一直掃一直掃，它就一直來一直來，一直來我就一直掃一直掃，塵埃永無止境我也掃得永無止境，但是我終於明白，那只是生滅的相而已，於是我從其中清淨起來了。」所謂煩惱來了，我不與它相應，煩惱又奈我何？煩惱是菩提；菩提是煩惱我又何必躲著煩惱？記得聖嚴法師說過，煩惱來了怎麼辦？有四個步驟，即面對它，接受它，處理它，放下它。共勉之。

空中有來有中空
煩惱來了智慧來
哪來空有妄顛倒
何處智慧何處惱



感受自己工作樂趣

· 碧枝整理

「如果今晚發現自己中了樂透的頭彩，明天你還會來上班？」在企業界做內訓時，我隨口問了在座的學員。

大夥兒笑了開來，並踴躍地舉手表態，我伸手一算，結果出乎意料，有七八成的人舉手說會。哇，這太神奇了，「這麼多人會來嗎？」我驚訝地合不攏嘴。有人接了口，「當然會！明天一定得來，要來辦離職手續啊！」全場爆笑，許多人並鼓掌叫好，顯然一語道中他們心聲。

全場氣氛好不容易稍稍沈澱，我開口又問，「如果在成了億萬富翁之後繼續來上班，心情會不會有所不同？」「那當然囉！」瞬間學員們各個點頭如搗蒜，會場的氣氛又沸騰了起來，有一位女性學員大聲地說，「做了億萬富翁

，心情就大大放鬆，再也不會跟豬頭老闆計較啦！」

· 擁有億萬般的工作心情

你呢？假設今天不必再為錢工作，上班的心情就從此不再愁苦計較，而會輕鬆亮麗，煥然一新嗎？嗯，其實事情的真象是，即使我們沒有億萬入袋，也應該擁有億萬般的工作心情。

也就是說，你不必中樂透，就能像億萬富翁一樣地快樂工作。這聽起來太過離奇？那就讓我們仔細聊聊吧。首先，我們原本就該為樂趣而工作。

心理學上的研究發現，「高手在回答「為何而做」之問題時，先冒出來的答案總是「It's a lot of fun-」而不論其工作的內容是文書處理，業務交涉，還是創意開發。換句話說，他們深切懂得「為樂趣而做，而非為錢而做」(work for fun, not for money)的道理，並擁有在工作中感受快樂的能力。

· 把工作焦點放在樂趣，反而可更有錢
這並不代表他們不需要錢，或不愛財（事實上絕大多數的我們都需要靠工作賺錢維生，對吧？）只是「高手聰明地瞭解，當我們把工作的焦點放在獲得樂趣時，不但愈做愈有趣，也愈做愈有勁，工作表現佳，當然更可會愈做愈有錢。

相反的，若是整天在心情上背負著「為錢而做」的沈重十字架，一旦在工作上遇到風吹草動，就很容易陷入「我真無奈」的愁苦之中，既賠上心情又毀了表現，恐怕也會離大筆的金錢愈來愈遠。這麼一想，你我當然應該為樂趣而做，不是嗎？

接下來合乎邏輯的問題似乎是：如何在看似單調枯燥的工作中，找到樂趣呢？

· 樂趣不是找來的，樂趣是體會出來的
Well, 問題的關鍵就在這兒：樂趣不是「找」來的，而是體會出來的。心

理學家提醒我們，快樂的動力來自心底，而非建立於外在的收獲。「找」樂趣的人會給快樂設下條件：「等我完成工作就會快樂」；「等我賺夠了錢就會開心」；或「等我換了上司就會高興」，所以汲汲地追求目標，一心一意地想往快樂的道路大步邁進。然而，心理學家發現，沒有所謂「通往快樂的道路」(the way to happiness)，因為快樂本身就是道路 (Happiness is the way)。

一個無法感受快樂的人，即使中了樂透撈到一億，依舊找不到樂趣，「有一億又怎麼樣，上一期那個中了三億！」而一個擁有體會快樂能力的人，不論外在環境狀況為何，那總能發揮心裡的健康作用，時時感受到輕鬆與喜悅。所以真正的問題該是：如何感受樂趣呢？跟你分享幾個好方法，讓自己重拾快樂的感受力。

(1) 活在當下

我知道這聽起來夠八股，但這真的是快樂的基本功力。請試著放慢腳步，去專注感受當下的情境，不妨從「一次使用一種感官」開始（例如，吃飯時閉上眼耳，只專心感受食物的味道；聽音樂也全神貫注「聽」出感覺：），接著就能在工作時練出心無旁騖的專注。只有專注，才可能有感觸。

(2) 心懷感激

有關快樂的研究文獻有千百種，結論也不盡相同，然而每一個研究都會提到「感激」。也就是說，感激是快樂的啟動力。時時提醒自己生活中值得感激之處，你就會立即感受到快樂的舒適。很棒的一個念頭是「感謝老天爺我是：」，事實上，研究指出，如果你在心情低落時，想三個值得感激的原因，就能揚棄負面的情緒，重新感受快樂。放棄向外尋找快樂的念頭，而培養感受樂趣的功力，如此一來，你就能每天都像億萬富翁一般地快樂工作！

不可思議的生命光輝

緬懷上印下順導師

明達心無礙 恬澹身自安
謙和容則大 精進道可成

印順 謹



上印下順導師的圓寂，對佛教界而言及對眾生而言都是損失，但佛說因緣、生滅，以導師一〇一歲高齡而言，在世間卻已是長壽了。

若說導師一生的行持，在（平凡的一生增訂版）有幾句話筆者認為最是在佛法堅持中的導師一生的寫照，書中自述「對佛法的真意來說，我不是順應的，是自發的去尋求、去了解、去發見、去貫通，化為自己不可分割的部分。我在這方面的主動性，也許比那些權力宣赫者的努力，並不遜色。但我這裡，沒有權力爭奪，沒有貪染，也沒有瞋恨，而有的只是法喜無量。隨自己夙緣所可能的，盡著所能盡的努力。」

若談論到導師的著作，最影響佛子的莫過於《成佛之道》一書了，導師多以論著稱，如同其書中所言「願理解教理，對佛法思想起一點澄清作用」但是導師的著作裡也有一些文字是令人動容的——導師一生幾乎沒有離開病，但是他說「病，成了常態，也就不再重視病。法喜與為法的願力，支持我勝過了奄奄欲息的病態」他

更說「我的身體衰老了，我的心卻永遠不離少壯時代佛法的喜悅。」

另外在《平

凡的一生》更有這樣一段文字：「靜靜的回憶自己，觀察自己——這是四十八歲以後的事了。自己如水面的一片落葉，向前流去，流去。忽而停滯，又忽而團團轉。有時激起了浪花，為浪花所掩蓋，而又平靜了，還是那樣的流去。為什麼會這樣？不但落葉不明白，落葉那樣的自己也不太明白。祇覺得——有些是當時發覺，有些是事後發現，自己的一切，都在無限複雜的因緣中推移。因緣，是那樣的真實，那樣的不可思議！有些特殊因緣，一直到現在，還只能說因緣不可思議

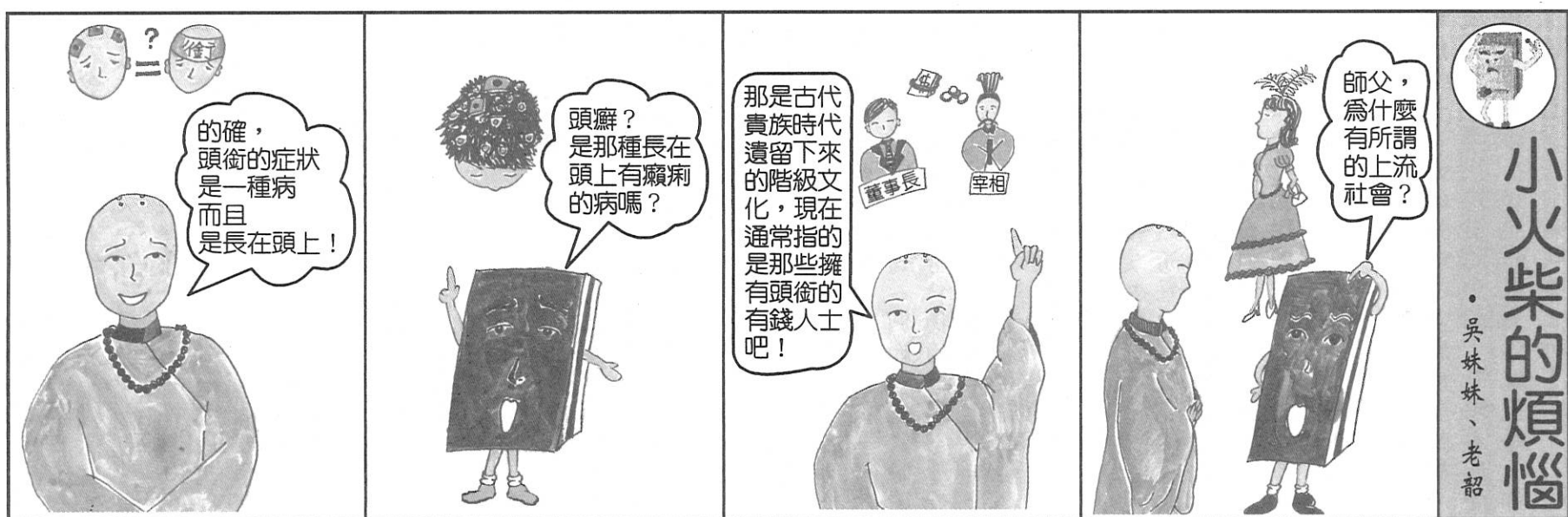
。」就是這樣隨緣而真實，不禁令人感動。而繼承太虛大師之人間佛教，導師在《佛在人間》有這麼一段動人的問答，描述導師自己對於佛陀的觀察與體會：

他的足跡踏遍了恆河兩岸，你說他出家是消極，棄離人間嗎？釋尊為了真理與自由，忍受一切衣食上的淡泊，但他以法悅心，怡然自得。他受著教敵的毀謗、毒害，但他還是那樣慈悲無畏，到底在恬靜中勝過了一切。在入滅的時候，他還在教化須跋陀羅，諄諄的教誨他的弟子。他為著什麼？拋棄了人間嗎？比那些稱孤道寡的統治者，更消極嗎？一切屬於一切，唯有其眾生特別是人類的痛苦，為人類的真理與自由，為使人類向上；此外更不為自己，沒有自己。在這人類所知的歷史中，有比釋尊更在人間

的嗎！
最後也以導師在「佛在人間」一書中引用太虛大師的話，來作為結語，以為傳繼與緬懷——「仰止唯佛陀，完成在人格，人成即佛成，是名真實」，乃人生佛教的本意。



※勤修雜誌需要您的幫助。劃撥帳號：20844469 戶名：鄒麗招



小火柴的煩惱
·吳妹妹、老紹