

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

雜誌月刊

中華郵政中台字第〇七五四號執照登記為雜誌交寄

國內郵資已付
大甲郵局
許可證
中台字第1874號

第卅五期 贈閱

導師語錄

包容是智慧的表現，但沒有包容，卻成了溺愛、坦護。

△元月十八日台北行

導師理修法師、息心禪苑住持印持法師、普行精舍住持悟徹法師及理想園田董事長，一行五人，應台北建築界知名人士陳木壽先生邀請前往台北，談論佛法精義。

在座各階層精英數十人，多年努力已擁有事業江山，早有回饋社會之理念。借由此因緣聚會，經法師們開示引領下，得到弘法之具體方案。

△文一禪學院教室口誌

本院陸續開課。

課程內容：金剛科儀銷釋
圓覺經略述（太虛大師著）
大乘止觀述記（演培法師著）
教觀綱宗科釋
老子道德經
科學八字

課餘隨宜至各市場化緣，接引眾生福田亦是功課之一。



導師：理修法師
社長：悟徹法師
發行人：蕭明哲
編輯：妙法蓮華編輯室
社址：台中縣大甲鎮順天路210號 普行精舍
帳號：20844469
戶名：鄒麗招
電話：(04)6880431
僧伽基金帳號：21034206
戶名：陳淑滿
電話：(04)2770467
息心禪苑建設金劃撥帳號
二〇八四四四六九
戶名：鄒麗招（釋印持）

△財團法人文一文教基金會法院登記成立

大甲普行精舍暨文一講堂，本著「佛法不離世間法」一切事物即智慧，所謂「人成即佛成」的本懷，素有成立基金會的志趣，而在因緣多方成熟下，在去年七月完成構想，提出申請，後經佳龍省電熱水器廖董事長及銘陽土地代書事務所王先生及李小姐，大力鼎助下，終於在今年年底12月22日，完成立法手續。

文一文教基金會，將積極地以點到面的，發揚人性自覺的教育宗旨，尚祈十方大德有志一同，參與、指導！



△元月8日大甲普行精舍舉辦臘八粥暨圓頂皈依法會

農曆十二月初八日是佛陀成道日，在此殊勝因緣下，精舍住持悟徹法師為十方信眾舉辦法會，期勉大眾不退道心，攜手共行菩提大道，廣結善緣，並為林師姐完成圓頂儀式。

住持特請導師理修法師，為大眾開示。大甲吳鎮長也蒞臨觀禮，並致詞共勉。以佛法重整社會。會中並頒發護法證書，祈息心禪苑，早日落成，提供一修行道場。

印持師父開示解答語錄

諸同學：從過去到現在，從現在到未來，一世又一世，在時間推移過程中，苦多樂少，樂盡苦多，所以佛說為「憂山悲苦惱純大苦聚」。充滿憂苦的眾生世間，如海中的漩流，轉來轉去。忽而上升天上人間，忽而下墜地獄，生死苦海怎樣求解脫自在，超登彼岸呢？同學們！讓你覺得不能自在，而感到苦惱的是什麼？實在很痛苦？

問：師父！我如何坦然去承擔「堪忍苦」？在家可說是「做呷流汗，候人嫌呷流水」。

答：去相！苦根不淨智慧未開，多吃一分苦，多除一分魔障，修行要吃得苦，愈吃苦才愈有心得出來，日常生活不起分別心一切都不計較，把做事情當做磨鍊我們的腦袋，做久了自然會熟悉，開智慧。

問：師父！每天都與怨親相處，實在很痛苦？

答：不要執著於現在的「父母」家人。這些人都是過去世中的冤親債主來的。無量劫來，用身口意去造惡業，不知其數，現在受苦，生於過去之因，不要看別人對不對，要自己迴光返照修忍辱，向人懺悔。冤可解不可結；對境界現前不起嗔恨之心，打擊我們的事，在修道來說是有幫助的，內心要感謝他們，來成就我們的忍辱而得解脫。共轉惡因為善因，惡果為善果，那就是你的功德。

問：師父！兒孫未成家讓我操操心。以前對先生曾惡言相向，至今無法釋懷。

答：兒孫自有兒孫福，不為兒孫作馬牛，淡泊婆娑世界的「情執」走出自己的門路，「父母」越對子女好，越是有恩怨，到臨終時越放不下，不要一直煩惱子女如何如何，應專心於道上，否則愛別離苦、生死輪迴的苦真危險！

大眾中求懺悔，罪性是空的，有了過錯能夠懺悔，罪從心起將心懺，經過懺悔則清淨不再犯錯，把心用在「道」上，不起貪嗔癡之心，即是大持戒。修行的目標就是「放下內心釋懷。」



息心禪苑籌備會通告

您長期的護持
將是我們致力弘化
最堅實的後盾

◎護持類別◎

- 一、護法委員：月繳壹仟元
- 二、信心委員：月繳伍佰元
- 三、福慧會員：月繳貳佰元
- 四、榮譽會員：月繳壹佰元
- 五、隨喜贊助：金額不拘

息心禪苑建寺專戶：
帳戶：二〇八四四四六九
戶名：鄒麗招（釋印持）

靜坐與「煉精化炁」的剖析(一)

爲了要切實認識「煉精化炁」的真正意義，首先必須要注意「精神」、「精氣」、「精力」、「氣力」、「心力」這些名詞的連鎖關係。本來在中國傳統的文化思想中，精神和這兩個名詞，也同「精」和「氣」這兩個名詞一樣，完全是獨立分開的。後來雖然把「精神」兩字連接起來成爲一個專有的名詞，究竟「精神」一詞的內涵意義是指什麼，很難下一確切的定論。

到了漢、魏以後的道家手裏，特別提出「精」、「氣」、「神」三個名詞，作爲修成神仙不死之藥的主要中心，那是根據黃帝「內經」和道家的「黃庭經」而來的。黃庭經所謂的：「上藥三品，神與氣精」，便開啓後世修道煉丹者更加重神「精」、「氣」、「神」的先聲。經常有人來問「精」、「氣」、「神」這三個名詞的明確定義是什麼？實在很難解釋。但是爲了較易瞭解，我就引用宇宙物理的「光」、「熱」、「力」來作比方。「精」是生命的「熱」，「氣」是「力」，「神」便是「光」。人生的生命，如果失去了「光」、「熱」、「力」的功能，那便是死亡的象徵。

「精」、「氣」、「神」在人體生命的作用上，的確猶如宇宙物理的現象一樣，也是逐段分開，而又互相混合。「神」的主要作用，是在頭腦部份；「氣」的主要部分，是在胸腔和胃部；「精」的主要作用，是在腎臟小腹以下和睪丸生殖器部分。其中「精」的作用，和現代醫學所謂內分泌(Endocrine)的整個系統有密切的關係。但是如果認爲「氣」必然從「精」而生，「神」必然從「氣」而有，那是不通之論。如果以「光」、「熱」、「力」的道理來講，「熱」和「力」都是由於「光」的功能所產生。以此類推，「精」和「氣」的確也是由「神」而有。如果一個神經顛倒的人，他的「精」、「氣」也會自然而然的趨於虛弱了。

轉載於南懷瑾

靜坐修道與長生不老

△普行精舍活動看板

兒童生活習作班(國曆3月22日起)

時間：每週三下午二：三〇〇~四：〇〇〇
內容：靜坐、學佛行誼、生活習作

返老還童歡喜班(國曆3月22日起)

時間：每週三晚上七：三〇〇~九：〇〇〇
內容：佛典解析、唱偈、烹飪

佛學研習智慧班(國曆3月10日起)

時間：每週五晚上七：三〇〇~九：〇〇〇
內容：靜坐、禪門修證旨要

大願共修念佛會(國曆2月26日起)

時間：每月第一、二、三、星期日晚上七：〇〇〇~九：〇〇〇
內容：頌阿彌陀經、念佛、講解遺教經

「恭祝觀音菩薩聖誕暨消災祈福聖會」

時間：國曆八十四年3月10日(星期三) 12：30

我們在文一

柯惠甄(國一)

從進入文一這個大家庭開始，就不曾懈怠下，隨時隨地都要保持「警戒狀態」，只要一天沒離開文一就一天不能鬆懈下來，所以，每天的習作表都是排的滿滿的，除非你已經全部完成了，否則是不可能不「摸魚」的機會。

在這裡我的樂趣就是聽師父們講話，不然就是單獨和某一位師父，進行特別談話。我最喜歡聽他們說以前的事，尤其是未出家前的事，還真是「不厭呢！」

每月一詩
動靜理全非
行藏事盡歸
冥冥隨物去
杳杳不知歸

紀美珍(高一)

也許心仍在徘徊不定，但卻發現似乎已漸漸地習慣這邊的生活方式。如早上想賴床都不行，一大早六點就得準時作早課，雖然心不甘情不願的起來，可是卻因早起打坐，而頭腦較清醒。

有些事往好的方面想或許會更好。如果不用歡喜心去做事，只會讓自己更不愉快，同樣地事以不同的心情對待，就會有不同的感覺，一樣的心你要選擇快樂的還是憂愁的？

有得必有失，在這邊我得到了許多，但也失去了不少。得到的未必是不好的！而失去的也許是本來就該放棄的！下一步不知該如何走，應是從定心著手，我相信只要心定下來做任何事，一定都更順心！

多聞品之四

口實在太痛了。

從前，摩揭陀國的王舍城南邊，有一座深山，山中藏有五百多個盜賊，他們時常在山裡劫殺旅客，使得無人敢通行山路。國王也曾派兵追剿，但是都無法肅清山賊。

當時佛陀正在該國弘法，他哀愍此國人民，也憐念那些山賊的無知，現在若不去度化那群山賊，將來恐難救度。

於是佛陀化作一騎士，穿著華麗，乘馬帶劍，手拿弓箭，以金銀裝飾馬鞍和勒口，以明月珠掛在馬頸上，他就騎著馬，嗚響的進入山中。山賊見到他，以爲又有財寶可搶，所以就衝上去包圍他，而想把他殺掉。

騎士於是以弓箭射所有的山賊，令每個山賊都被射了一箭。同時把刀向賊群一指，使每個山賊都挨了一刀，令他們傷痛入骨，全都倒在翻滾呻吟，叩頭歸降的說：「您是何方神聖？請您饒了我們吧！求您把我們身上的箭拔掉，傷口實在太痛了。」

騎士告訴他們說：「這個傷不算痛，箭也射得不深，世間上最痛苦的，莫過於憂傷；而害人最深的，莫過於愚昧無知。你們因貪心而憂傷，愚昧的殘殺人民，所以(心中)刀傷箭毒都不會好。你們這兩個創傷太深了，就是大力士也不能救拔。唯有從經典戒律中，多學習智慧真理，修行治療心病的道德，這樣才能拔除貪愛憂患、愚痴傲慢，制伏剛強的貪欲，永得安穩！」

於是騎士現出佛身，相好光明，以偈來告訴他們：「斫瘡無過憂，射箭無過愚；是壯莫能拔，唯從多聞除。盲者從得眼，闇者從得燭；示導世間人，如目引無目。是故可捨痴，離慢豪富樂；務學事聞者，是名積聚德。」這五百人見到佛陀的光明妙相，又聞到此偈，全部叩頭皈依佛陀，並受五戒，懺悔改過，因而身上的傷痛都好了。從此以後，摩揭陀國的四邊安寧，人民歡喜。

刊登啓事

文一講堂已由大里，遷移至台中市工業一路58巷33弄33號12F之2(世貿中心附近)
電話：3598646
3599635/6
傳真：3599637

息心禪苑建寺基金帳號
20844469
戶名：鄒麗招(釋印持)

佛陀格言

通常發生下列這種情形：當一個人經歷過壞醫生的診療後，他連好醫生也不信任了。

比丘尼的呢喃……

現在的我

從83年7月中旬的夏令營到

現在，足足超過了五個月。不同

家庭背景所調教出來的學子，其

個性、學養均截然不同。窈窕淑

女型的青少年，個個是潑辣有勁

；嬌小可愛的童子，則是鬆了

繩的野馬……

記得上課時，師父常拿聖言

量的比喻，來警惕我們，進而要

求我們要做到。很多名言「警

句都不懂，都只有聽到白話文的

解釋，只好每天拿一句，來強迫

自己要做到。

因為不常學習，所以對於陸

續送來的年輕朋友們，有點措手

不及，不知如何在他們面前扮演

「師父」的角色，更別談教導，

直到師父為我們開課，上到宗鏡

大綱時，才赫然發現，原來「低

低海低行」這麼難，原來沒有「

入海算沙」，無法知道海中沙的

無窮。原來常自認可以虎虎人的

佛學程度，居然無用武之地（無



牧牛圖頌(一)

普明禪師頌

未牧第一

犂犂頭角恣咆哮
奔走溪山路轉遙
一片黑雲橫谷口
誰知步步犯佳苗

永依



圖中的牧童和周遭景物都是白的；只有那隻大肆咆哮、到處奔騰的牛和頭上的雲是黑色的——我們的心就是這隻牛，每天和自己的煩惱、名利、貪愛相應（頭上的黑雲）。

盛怒之下的牛是非常危險的！如果說那位牧童，無力約束、管轄這頭牛的話，那方圓十里之內的人和物，都將遭殃；但以現代交通工具的發達，受害範圍，可不只十里而已，而是整個的社會成本——飆車族、暴走族、超車族。只要別人稍微不順自己的心，說話不讓、車道不讓、一有口角，即有可能縱火燒車、燒房

子——社會版的新聞。這種消息是層出不窮，觸目心驚的！現代社會隨時可變成地獄叢林。無怪乎，現代人不愛看報紙——除了無奈外，有更大的隱憂！

是的，我們這隻心牛，在遇到逆境，或情緒不佳時，那片黑雲就膨脹起來，牢牢的和我們無明心相結合——無名火，什麼都

看不清楚了！覺得任何人都很髒，任何人都很「厭討」、無理；只有自己是黑乾淨、最有理的；縱使自己理曲，也認為是「官逼民反的」，永遠自己是對的！

我們常放縱自己這頭心牛，到處亂跑，一生氣就待不住，不是坐不住、睡不著，就是往教室屋外衝。遇到誰，誰就倒霉，到處侵犯別人，破壞大自然，還以為天底下的人，都對不起自己。其實由圖中的黑白對比可知，最髒且最黑的是自己——無處不乾淨。淨土不在西方，在自己的內心轉黑成白。

幸好！我們總有一念清明的時候——這位牧童，代表的是我們的佛性、覺性。但這一念清明，總是一閃即逝。所以說眾生都有佛性，問題是如何加強這佛性，及清明的念頭；否則，我們就會像圖中的這頭黑牛，到處犯人家苗了。

好的開始就是一
成功的一半
新的一季
點燃光明智慧燈
全季陸佰元（一燈）
即日起至國曆2月28日
接受辦理。

普行精舍
大甲順天路210號
電話：6880431

林老師的頭一髮

光平

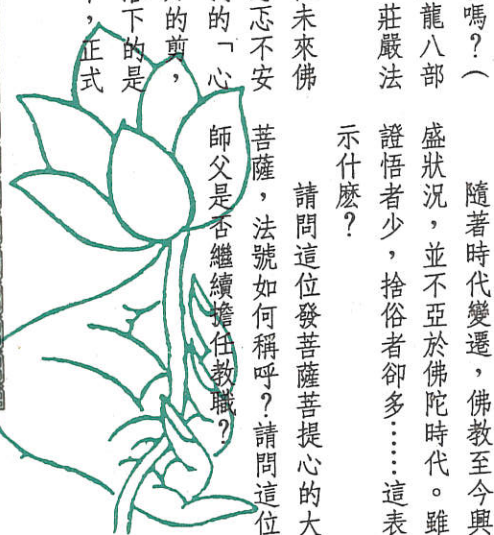
一位虔誠的(異)天主教徒，世故的教職人員，豪爽的單身貴族。四年前一個因緣巧合之下，種下今日菩提至果。

出家與在家的不同，一般人將它局限在形象上。以為剃頭、吃素就是佛教、就是師父，更可以享受人天福報，從不考慮其對於佛法的了解與弘揚如何，這是在家菩薩的盲目，更是佛教的隱憂。反聞聞自性，透脫無明的束縛後，更須將自身映現在三千大千世界，能發此大心，才能不愧為教師，能直接把佛法傳播校園，這不是更直接、更迫切嗎？(發心至此，天女散花，天龍八部護持、林老師鬢髮自落，莊嚴法相於是大放光明。)

回到大甲才知道這位未來佛的長髮，將由我代刀，忐忑不安的心，正著實的考驗著我的「心」。手執剃刀，一刀一刀的剪，一些一些落下，隨著落下的是頭髮是煩惱？眾人祝福下，正式

請問這位發菩提心的大菩薩，法號如何稱呼？請問這位師父是否繼續擔任教職？

隨著時代變遷，佛教至今興盛狀況，並不亞於佛陀時代。雖證悟者少，捨俗者卻多……這表示什麼？



沈思錄

世間事物盡是「心上浮塵」，草草勞生，終是「一團煩惱」

僧伽基金帳號

21034206

戶名：陳淑滿(釋理修)

如來禪已死
祖師禪招牌已拆
行住坐臥的現代禪
也在風雨中

時空背景不斷躍動
忙碌的社會人須要
休閒生活平衡
吃、喝、玩、樂
——即是禪
休閒、修行——未來禪
文一



唯識學淺談

如來掌



孫悟空翻了十萬八千里，翻得山移地縮，翻得令人震奮和欣羨——野心和神通的展現。孫悟空自在逍遙著，而我們那一個個不也是這樣？——坐在辦公室內、教室中，我們胡思亂想的心，不也在展翅飛翔？孫悟空就是我們的心念。

「掌心掌背都是肉，都是父母的心肝寶貝」。孫悟空的一根毛髮便能展現神通，變化無窮，人人皆知，也讚歎莫及。但為何會被鎮壓在「五指山」下，為何他無法翻離如來掌心？在上闍天庭、下闍龍宮的強勢下，仍有這種結果！或許有人會聰明的說，

釋迦牟尼佛是佛教教主，而龍樹菩薩則被尊稱八宗祖師，其共同留下的教化中，均詳細談到這個深切問題，那就是——構成吾人靈知者，是由五蘊所組成之心識。而此心識能內變根身，外變器界。也就是以自己所變的作為自己之所緣。

「未跳出三界外，仍在五行中」，故依舊輪迴。

而如來掌、五指山等疑問，不就迎刃而解了嗎？

易經八卦，陽宅之整理(三)

振文

後天八卦方位

後天八卦方位乃文王所畫之卦圖蓋取陰陽用事之意

乾為老陽。不能生物。退居西北坤為老陰。不能成物。退居西南震為長男移居正東巽為長女移居東南艮為少男移居東北兌為少女移居正西坎為中男移居正北離為中女移居正南益配水火即濟坎離相交而生萬物於無窮也八宅之說本之於此。



- | | | | |
|---------|---------|----------|----------|
| 供養三寶 | 壹佰元：邱怡欣 | 肆拾元：賴育瑜 | 肆拾元：國泰汽材 |
| 肆拾元：林明豐 | 伍佰元：林衛良 | 肆拾元：國連汽材 | 肆拾元：洪玉梅 |
| 陸拾元：郭金銘 | 參佰元：黃秀蘭 | 肆拾元：劉秀真 | 肆拾元：施碧娟 |
| 陸拾元：魏香 | 參佰元：黃素琴 | 肆拾元：許碧娟 | 肆拾元：陳麗珍 |
| 林樂銅 | | 肆拾元：林仁貴 | 肆拾元：林仁貴 |
| 林坤和診所 | | 肆拾元：吳水妹 | 肆拾元：劉素貞 |
| 伍佰元：吳昆書 | | 肆拾元：林鴻鑾 | 肆拾元：王阿正 |
| 參佰元：李美 | | 肆拾元：劉春壽 | 肆拾元：王開 |
| 伍佰元：王欣育 | | 肆拾元：楊花 | 肆拾元：楊花 |
| 肆佰元：王政婷 | | 肆拾元：謝玉英 | 肆拾元：謝玉英 |
| 肆佰元：王思涵 | | 肆拾元：陳啟川 | 肆拾元：陳啟川 |
| 肆佰元：邱怡欣 | | 肆拾元：卓巧宏 | 肆拾元：卓巧宏 |
| 息心禪苑 | | 肆拾元：卓巧宏 | 肆拾元：卓巧宏 |
| 壹仟元：胡清國 | | 肆拾元：卓巧宏 | 肆拾元：卓巧宏 |
| 貧戶救濟 | | 肆拾元：卓巧宏 | 肆拾元：卓巧宏 |