

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

雜月刊

中華郵政中台字第〇七五四號執照登記為雜誌交寄

贈閱 四十九期

國內郵資已付
大甲郵局
許可證
中台字第1874號

導師：理修法師
社長：悟徹法師
發行人：蕭明哲
編輯：妙法蓮華社編輯室
住址：台中縣大甲鎮和平路17號
普行精舍
帳號：20844469
戶名：鄒麗招(釋印持)
電話：(04) 6880431
增加基金帳號：21034206
戶名：陳淑滿(釋理修)
電話：(04) 3598646 · 3599635~6
傳真：(04) 3599637
地址：台中市工業一路58巷33弄
33號12F之2
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)

溫馨播送情

△王先生，家住大甲鎮信義路一四一號
王先生本人因軍中受傷而盲。妻子又長年病魔纏身，育兒三人，分別就讀國中、小學，生活貧苦，本舍除了在經濟上給予協助，更不斷在精神上給予鼓勵。



「大願共修會會長

張緞師姐榮獲
上悟下徹法師頒
贈金法輪一座」



社長的話

「念佛念自心」

財團法人人文文教基金會招募會員

國曆五月四日
大家來念一日佛
即日起報名，額滿為止
時間：上午九：〇〇至下午五：〇〇
地點：普行精舍
電話：六八八〇四二一

一、宗旨：

培養大專青年人才，舉辦教育公益業務，啓發人性自覺為宗旨。

二、服務內容：

1. 社區教育推廣及福利服務
2. 成立大專青年教育訓練機構
3. 舉辦寒暑假營隊活動的規劃與執行

三、會員資格：

凡有志青年學生及一般社長人士或各機關團體等有心致力於落實教育者，皆可參加。

四、參加辦法：

本會會員分為個人會員、團體會員、贊助會員、榮譽會員四種，入會時應填妥入會申請書，經董監事會審查通過並繳納入會費，其會費如左：

1. 入會費——個人：伍佰元
團體：壹萬元
2. 常年會費——個人：伍佰元
團體：壹萬元
3. 榮譽董事——拾萬元

財團法人人文文教基金會

即將在大里正式成立辦事處



三月十五日晚上六點三十分，由分別來自國立彰化師範大學、文化大學、東海大學、東南工專、弘光護專等各大學院校共九位同學，在文一講堂召開會議，由導師上理下修法師主持，正式成為法人基金會的一批生力軍。

並於四月四日下午三點三十分，法人基金會舉行第七次臨時董事會議，除六位法師董事出席外，各大學院校同學代表也同時列席，熱心提供意見與參與。

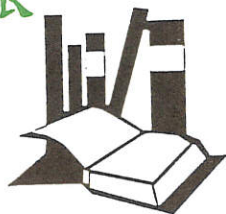
本次會議的議題，除明白確定法人基金會致力於教育公益業務為宗旨外，更進一步擴充基金會服務內容，並做如下決議：

- 一、正式在大里成立辦事處，以協助社區教育推廣事項，及聘請一位專職人員，從事基金會所有業務推動，更為基金會相關活動把脈。
- 二、成立教育訓練機構，為落實人才教育的工作，積極設計大專學生教育訓練課程，使大專學生成為社會上的一股清流，進一步也能藉著兒童夏令營的籌畫參與，充份把這股清流傳遞給下一代的小朋友，更明確使前一陣子社會大眾困中台禪寺事件，對大專青年學佛有更深一層的認識與了解。
- 三、舉辦暑期兒童學佛夏令營及大專青年禪修營，並進一步協助其他寺院機關團體等相關活動的舉辦事宜，提供小朋友及大專青年一個有義意的暑假生活。

中國禪師

六祖惠能

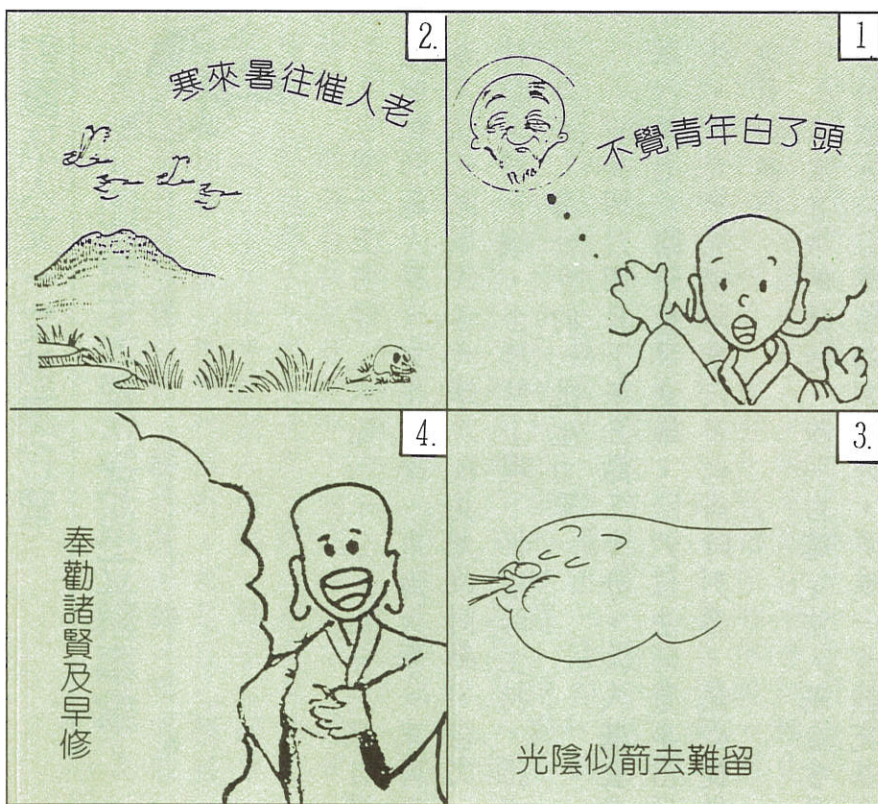
永如



翻過大庾嶺後，惠能為躲避師兄們追逐，專檢山間小路而行。一日，來到了一個位於曹溪旁的村莊——曹候村。他走得累了，便向鄰近地一戶住家討水喝。出來的是一位莊稼漢，他看見惠能滿身塵土，想必走了一大段路，很熱心地就拿出茶水飯菜來招待他。惠能因主人待人誠懇親切地態度，心中非常感動，讓他有如回到自己的家鄉一般。經由和主人聊天，惠能知道主人叫劉志略。在這過程中，偶有誦經聲傳來，惠能禁不住便側耳傾聽。劉志略發現惠能的疑問後，告訴他誦經者為其姑母，已出家，法名為無盡藏。惠能認真聽了一會兒，發現誦經時偶有不順暢，向劉志略詢問他所發現的問題。劉志略聽到惠能的問題，已明白惠能對佛法有所研究，便請出姑母向其討教。劉志略的姑母將經書攤開，指著一段經文，告訴惠能她不甚了解？惠能表示他不識字，只需將不解之處唸出來即可。姑姪倆聽到更是詫異？惠能認為，佛法的真諦其實與文字無關，文字只是一種讓人明白佛法及修行方式的工具，文字本身並不是佛法。惠能將這個理念加以闡述，姑姪倆頓覺豁然開朗。一方面繼續向惠能請教；一方面希望惠能為其他想學習佛法村民說法。惠能想起師父的訓示，認為此地非久留之地而欲拒絕，但姑姪倆的堅持與挽留，便答應暫時留下。他們選擇當地的一座古剎——寶林寺為道場，並將這一個好消息告知村民。村民知道後，非常高興，都來共襄盛舉，大家一起重建寶林寺。惠能一面參加重建；一面和大家共同研習佛法。大家不忍惠能動手做粗活，欲加制止，但惠能認為，佛法本應由日常生活中練習，而不是坐享其

成。因惠能身體力行的堅持、親切的態度以及在生活中隨處開示，儘管惠能不識字、沒有正式出家及名號，依然得到村民的敬佩。也讓村民明白佛法無貴賤之分，每個人都能學，因人人有佛性，只要經常反觀內心，就能發覺自己的本性。（懺悔）平靜的日子過了九個月後，一日夜裡，惠能被後山喧鬧聲吵醒，惠能起來查看，就著月光，瞧見一群僧人，心中十分明白師兄們又找到他了。收起自己的行囊，來不及告別村民，就起身他完成的旅途。

來到了一個叫四會的偏僻村莊，想起師父的訓示一遇「會」則藏，心中打定主意，暫居四會，等待機緣成熟。在這裡他遇見了一群獵人，而帶頭大哥認為同是天涯淪落人，相逢自是有緣，便邀請惠能同他們一起生活。在這段期間，帶頭大哥只是讓瘦弱的惠能擔任煮炊和巡邏的工作，並將捕器中的獵物帶回。惠能一直努力做好應做的工作；一方面警惕自己要持續不斷地修行，他認為開悟之後，更加精進修行，才能增長智慧。但看到陷阱中的獵物，讓他內心掙扎好久。儘管對不起同伴，惠能終究還是將獵物給放生了。時日一久，獵人們對於惠能每次空手而回也心生懷疑。於是，有次便決定跟蹤惠能，當惠能釋放小動物時，大夥兒一股腦兒從他背後跳回。帶頭大哥非常不悅地質詢他：「為什麼要放走獵物？」惠能只好表明自己身為一個修行者，對於捕獸器中的獵物非常不忍的原因。有的人紛紛挖苦他；有的人則突然明白為什麼惠能總是吃菜而不吃肉。而帶頭大哥愈聽愈是懷疑自己數日前的聽聞，便問惠能是否為傳說中的六祖接班人時，惠能也坦然取出信物證明自己的身份。大家都感到驚奇與欣喜，帶頭大哥也是一個頗有善緣的人，當下決定要好好保護這南方的祖師，不再為難他，並請惠能開示指導他們要如何做才能不抵觸佛法。如此朝夕相處五年下來，獵人們都接受惠能勸導：心存仁厚、不趕盡殺絕、不濫殺無辜，原本粗獷的面容也變得慈祥了。惠能看到眾位兄弟的轉變，心中感到非常安慰。這一天，懷中的袈裟突



然探出一角，惠能將它取出來，在豔陽下一展開，顯得金碧輝煌。惠能心中突然領悟到，他必須起程到下一個地方的時機到了。於是，告別了一同生活五年的同伴，心情安詳展開下一個旅程。
(待續……)

僧伽護持名單

一、二月份

* 每月壹佰元

蘇林芳草

蘇雋夫

蘇雋勻

蘇汶帆

蘇汶航

張雅雯

張耀晟

陳怡如

陳澄先

陳介豪

許盛嘉

蘇由美

蘇慈蓮

蘇俊成

詹毓瑛

莊淑媛

* 每月伍佰元

張勉

魏香

* 每月壹仟元

黃芳葵

李誠倫

李誠源

隨喜

* 伍仟元

郭金銘

* 叁仟元

劉宇容

* 貳仟元

李玉琴

* 伍佰元

黃錢款

* 貳佰元

王文翠

建寺

* 肆仟元

郭安雄

* 叁仟元

許瑟妙

* 貳仟伍佰元

周清美

* 貳仟元

賴每

賴寶

許莊蘭子

卓瑞嬌

甘月春

* 壹仟元

賴貞君

吳昆書

紀建德

* 伍佰元

賴政宏

林柔慈

慈益費

* 壹仟元

顏勝德

* 伍佰元

洪長庚

* 參佰元

陳麗珍

濟貧

* 參佰元

許清為

供養三寶

* 伍佰元

李美

菩薩的影子

文先

大學時期，曾有位學長帶我參加精舍所舉辦的活動，雖然參加次數不多，我卻在那裏了解原來女人可以如此的美！

初次見她，莫約三、四十來歲，雖眉梢間隱露皺紋，但皓膚如玉竟不遜於時下年輕小姐。她說起話來清柔而不膩，條理有序，言之有物。神色若然，顧盼之間竟是美，笑語晏晏，氣韻生動

。待人極為和善，她的一頰、一笑、一舉手一投足總教人毛孔無一不舒暢安適，宛如菩薩再世。她是一位家庭主婦來精舍修行已有好幾年，在佛學領域裏，她找到了永恒，不懼於生老病死，不憂於貧賤富貴，萬古長空，一朝風月。

或許無憂、無懼、無貧、無痴、無嗔；令她心如止水，消除一切欲求、思慮、意識，心境自然兩忘。原來一個人的美是由內在所散發出來的，雖然過去常聽人言：言腹中有詩氣自華總覺是老生常談的話，未能實際感受，如今識得，才恍然大悟。「一花一世界，一草一乾坤」原來我們所追求的至善、至美就在我們心中！

〈美食中心〉 吃點甜食



使生活更有趣

蕃薯拔絲

材料(4人份)

- 蕃薯(地瓜)..... 2顆
- 黑芝麻..... 1小匙
- 白芝麻..... 1小匙
- 太白粉..... 適量
- 水..... 2湯匙
- 白砂糖..... 2湯匙
- 麥芽糖..... 1湯匙



【作法】

- (1)先將黑、白芝麻放入鍋中，不加油，以小火乾炒，炒至味道出來即可。
- (2)蕃薯切片，每片寬約1公分，再將切好的蕃薯直接沾上太白粉(不需加水或蛋)。
- (3)準備適量的油，熱油後，將(2)中的蕃薯放入油中炸，炸至金黃色即可起鍋之後，再熄火。
- (4)將2湯匙的水放入鍋中，滾燙後以小火方式加入2湯匙白砂糖，煮到有點黏稠後，加麥芽糖攪拌，約30秒後，把油炸過的蕃薯放入，讓蕃薯裹著麥芽糖，最後，將已經炒好的黑、白芝麻放入即可。

◆烹調要訣

- 1.切蕃薯時，不宜切太薄，以免最後加入麥芽糖裡，容易糊掉。
 - 2.甜度可自行調整，但麥芽糖的量不宜減少太多，以免沒辦法做出拔絲的效果。
- ※ 1.可用香蕉代替蕃薯，以蛋、低筋麵粉，加水做為糊料，將香蕉切8公分長，再切4等分沾上糊料後油炸。
2.當糊料未準備好時，香蕉不宜太早剝皮，以免在空氣中產生褐變。



英文佛教諺語：

善緣為善ALL'S WELL THAT ENDS WELL.

菩薩描寫：



張緞師姊，是一位熱心、直心、愛心，「非常有心」的學佛人。民國79年跟著學佛的前輩，到寺院當義工，就此與佛結下不解之緣。民國83年，在眾人的推選下擔任，普行精舍大願共修會會長時，她謙虛的說：「是訓練自己的機會來了。」由於她非常關心會員們，所以共修會宛如大家庭般，在她的帶領下，配合精舍從事很多活動。



我們佛教的生力軍，終究在社會毒氣污染下，還是有人不斷的為踏實的人生而努力奮鬥，默默的耕耘。



照片中的師姊們是普行精舍的長期護持者，師父臨時頒發此獎讓這些一直以來隱於幕後默默付出的眾菩薩們一個鼓勵，但由這些菩薩的眼中卻無半點驕傲或得意的神情，反觀他們的眼角無時散發出慈悲和謙虛的神態，真是值得我們學習，也在這公利的社會中又顯露出一股清流，也是一股清流，也是

禮物誠可貴
毅力價更高
若能勤修道
西方即可到

煉氣化神三問

二、真有神我出竅的事嗎？

所謂神我出竅，一般道家的丹經道書上，都有繪影畫形的想像，儼然另有一個自我的嬰兒之身，從頭頂以上冲天而起。然後又加上「十月懷胎，三年哺乳，九年面壁。」等等說法。尤其以明、清以後，伍（沖虛）柳（華陽）派的修煉方法，更加煞有介事的強調其詞。因此一般人便認為神我出竅是靜坐成功者的必然景象。事實上，這種情形，卻正是氣化神的歧途差異，自己千萬

不可冒昧自信而使自己上當。
現在為了述說的方便，按照一般丹道派的觀念，先來分析神我的界限：

(一)陽神。

依照丹道派的理論和原則，真正的神我出竅，是指的「陽神」。所謂陽神，它是可以脫離這個血肉的軀殼，能夠變成有形有相的另一自我生命之存在。換言之，就是除了這個肉體以外，另外已經構成一個身外有身的另一生命之存在。一切言行舉動，都可自由猶如現在。如果只有自己感覺到另一個生命的形體，或有形相，或無形相而可以出入這個肉體軀殼之外，而別人無法看見，並且也不能接觸實體的物質境界的，便叫作「陰神」。陰神猶如夢中之身，但較夢中之身更為明晰清楚而已。倘使按照道家修煉之理論和原則，修煉到真正能出「陽神」，才算是靜坐與修道的成果。假使只把出陰神當作究竟，那還是落在普通凡人或鬼神的陰境界之生命中，並不算是究竟。

現在暫不討論出「陽神」的有無和事實問題，姑且先來討論一下出「陰神」的情況。這在一般靜坐或修道的人來講，那並不算是什麼嚴重的難題。某些從事靜坐的人，很可能在未達到精化氣，或氣化神的階段，便有此種相似的經驗。而又不作靜坐和修道的平常人來講，如果身體精神衰弱，或有某種重病將近危亡的時候，甚至，精神病或神經病、夢遊症或離魂的患者，隨時也有類似這種現象發生。換言之，所謂出「陰神」的情景，那是和精神分裂互相毗鄰的狀態，絕對不是好現象。如果屬於神經質的人來從事靜坐，這種現象很容易發現。事實上，在靜坐的過程中，發現這種景象，往往是由心理上潛意識作祟，配合生理氣機上行腦神經時所引起。只要深於心理的研究，能夠自我反省檢察下意識的作用，便會不被自己所迷惑了。但是世界上的人是很奇妙的，每個人的一生，很少被別人所騙，幾乎大部分的時間和作為，甚至思想和情感，都是自己騙自己所騙，而且自己騙自己，騙得深深的，牢牢的。入世如此，修習出世法的何嘗不如此，說來真可一笑。