

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

臺灣郵政豐原雜字第二十六號登記證登記為雜誌交寄

贈閱 二五期

內附郵資已付

豐原郵局許可證 豐原字第327號 (無法投遞時請退回)

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
 財團法人文一文教基金會會址：
 台中市工業一路58巷33弄33號12F-2
 帳號：20844469
 傳真：(04)26869100
 戶名：鄒麗招（釋印持）
 電話：(04)26880431

法會通告

紀念佛陀成道暨謝安圓福法會、歲末聯誼會

二〇一〇年，到普行寺來，分享臘八粥，歡送二〇〇九年持誦消災延壽藥師經咒，祈願、祝禱全民一年又一年的平安。

呼朋引伴，攜家帶眷，同賀佛陀成道。廣邀鄉鄰，普請大眾，共謝平安之年。

日期：農曆十二月初三日
 國曆元月十七日（星期日）
 早上八點

下午二點卅分舉行歲末聯誼會
 （文一文教基金會）

地點：大甲和平路十七號（普行寺）
 電話：〇四一二六八八〇四三一

普行寺

每刊格言

觀察眾生而不捨離；
 思惟諸法，無有休息；
 行無上業，不求果報；
 了知境界如幻如夢，
 如影如響，亦如變化。

華嚴經梵行品

文一文教基金會

偏遠地區關懷行

二〇〇九功德圓滿

感謝和平鄉泰安鄉各村里長幹事協助。

感謝和平鄉泰安鄉村民熱情互動。

感謝美髮師詩雅、明圓、舜憶、淑芬。

以及大願共修會志工協助。

更感謝十方大眾捐出物資共襄盛舉

，願大眾二〇一〇年棄舊迎新，平安吉祥。還望大眾繼續護持。

梵音繞繞一日佛

二〇一〇年元旦正值阿彌陀佛聖誕之期普行寺舉行念佛專修一永日。

歡迎蓮友共沾法益

地點：大甲和平路17、19號

（普行寺）

電話：

〇四一二六八八〇四三一

功德名錄

供養三寶

壹萬元：大願共修會

陸仟元：黃春敏

伍仟元：童俊禕、張淳蓁、曾國盛

貳仟元：柯招治

伍佰元：蔡桂芳

慈益文化

伍仟元：曾國盛

貳仟伍佰元：陳茂泉

壹仟元：王珮儀、蔣阿有

伍佰元：張文儒、張文諦

助印(抄經本)

參仟元：陳茂泉

壹仟元：張淳蓁

參佰元：黃芳葵

基金會

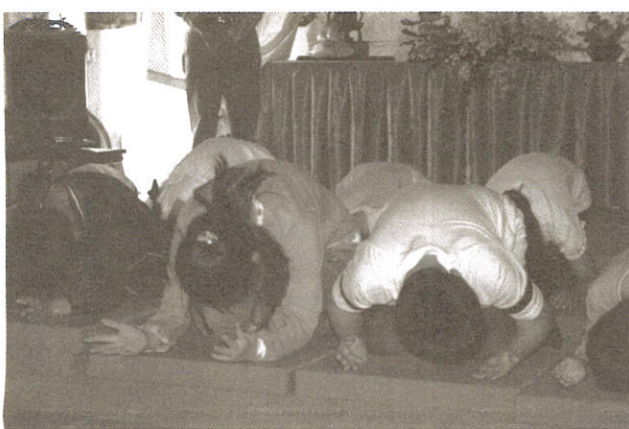
伍仟元：梅豐企業有限公司

參仟元：吳美玉

貳仟元：劉厚睿

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。

尋尋覓覓 何需遠求
 花俏莊嚴 盡在文一文
 文一文教基金會附設文一文藝走廊。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



小菩薩的祈願之二



小菩薩的祈願之三



小菩薩的祈願之一

文一文教基金會

喜閱書院

(節錄雜阿含 373 經)



讀雜阿含的智慧

如是我聞 一時。佛住舍衛國祇樹給孤獨園，爾時。世尊告諸比丘。有四食資益眾生。令得住世攝受長養。云何為四。謂一。麤搏食。二。細觸食。三。意思食。四。識食。云何比丘觀察搏食。譬如夫婦二人。唯有一子。愛念將養。欲度曠野嶮道難處。糧食乏盡。飢餓困極。計無濟理。作是議言。正有一子。極所愛念。若食其肉。可得度難。莫令在此三人俱死。作是計已。即殺其子。含悲垂淚。強食其肉。得度曠野。云何。比丘。波人夫婦共食子肉。寧取其味。貪嗜美樂與不。答曰。不也。世尊。復問。比丘。波強食其肉。為度曠野嶮道與不。答言。如是。世尊！佛告比丘。凡食搏食。當如是觀。如是觀者。搏食斷知。搏食斷知已。於五欲功德貪愛則斷。五欲功德貪愛斷者。我不見波多聞聖弟子於五欲功德上有一結使而不斷者。有一結繫故。則還生此世。云何比丘觀察觸食。譬如牛。生剝其皮。在在處處。諸蟲啖食。沙土空塵。草木針刺。若依於地。地蟲所食。若依於水。水蟲所食。若依於空中。飛蟲所食。臥起常有苦毒此身。如是。比丘。於波觸食。當如是觀。如是觀者。觸食斷知。觸食斷知者。三受則斷。三受斷者。多聞聖弟子於上無所復作。所作已作故。云何比丘觀察意思食。譬如聚落城邑邊有火起。無煙無炎。時有士夫聰明黠慧。背苦向樂。厭死樂生。作如是念。波有大火。無煙無炎。行來當避。莫令墮中。必死無疑。作是思惟。常生思願。捨遠而去。觀意思食。亦復如是。如是觀者。意思食斷。意思食斷者。三愛則斷。三愛斷者。波多聞聖弟子於上更無所作。所作已作故。諸比丘。云何觀察識食。譬如國王。有防邏者。捉捕劫盜。縛送王所如前須深經廣說。以波

因緣。受三百苦覺。晝夜苦痛。觀察識食。亦復如是。如是觀者。識食斷知。識食斷知者。名色斷知。名色斷知者。多聞聖弟子於上更無所作。所作已作故。佛說此經已。諸比丘聞佛所說。歡喜奉行。

釋文

如同是我所聽聞，佛住舍衛國祇樹給孤獨園，有一次，世尊為諸比丘說法：有四種食能資益眾生，能令眾生得以住世攝受長養色身。是哪四種？一。麤搏食。二。細觸食。三。意思食。四。識食。行者觀察搏食？譬如夫婦帶著一個非常疼愛的兒子，正度越在一片凶險蠻荒之地。糧食已盡，三人飢餓困極，無所計施之下。夫婦二人相議：殺了心愛的兒子，度過凶險的難關。於是含悲垂淚殺了兒子，忍痛吃了肉，終於逃過一劫。修行者啊！夫婦二人吃他們孩子肉的時候，是貪取美味而吃嗎？修行者答覆說：不是的，世尊！佛陀又問：他們夫婦二人勉強吃他們孩子肉的時候。是為度曠野嶮道吧？修行者答覆說：是的。世尊！佛於是告訴比丘們：凡是食用搏食的時候是為了度險難而食，應當這樣觀照。如此觀照，能斷卻對搏食的分別所知之心。這樣對搏食的分別所知之心斷卻。那麼對於五欲財、色、名、食、睡，的貪愛之心則能斷除。我沒見過多聞聖弟子們是貪著五欲功德而升起一絲煩惱還不斷除的。如果有！那麼就必須重還此世再修。那修行者如何觀照諦察觸食？譬如有一頭牛，被活生生剝了皮，每次都被許多蟲所吸食附著；沙土空塵所污傷，草木針芒所刺等等。如果躺在地上，也被地上的蟲子咬食；靠近水，又被水裡的蟲所螫食；都站立著讓身體懸在空中，又被飛蟲攻擊；睡臥起眠種種行住坐臥都有無量苦毒侵逼此身。修行者啊！對於觸食，應當觀照行住坐臥無量苦毒侵逼此身。如此觀照。對觸食分別所知之心則能斷卻；對觸食分別所知之心則能斷卻，那麼苦、樂、捨三受則斷除。三受斷除

的多聞聖弟子將不再受世間之苦，所作已作不墮輪迴。修行之人又如何觀察意思食？譬如城郭聚落邊處失火了看起來沒有起煙、火也不大，聰明的人當然是背苦向樂，厭死樂生。會這麼想。那裡可能會有大火。雖然沒有起煙、火也不大。但是走路時還是避開比較好，掉下去的話必死無疑。如此思惟無常大火般，必捨其路而行。觀意思食。也是這樣的。這樣觀照的修行者。意思食能斷。能斷意思食那麼三愛：對妻子、眷屬、家財所起的深重之愛，對自體身命所起之惜愛。當來生處所起之愛則能斷除。三愛斷除的多聞聖弟子將不再受世間無常之苦侵逼於所作已作不墮輪迴。修行之人又如何觀察識食？譬如一個國王的衛兵捕捉盜賊一樣。綁縛送往國王處所。如前經佛為貪取供養而入佛所盜法的須深外道開示廣說的譬喻一樣。以盜賊受刑因緣。受到射殺三百矛的苦楚，體無完膚、晝夜苦痛之譬喻。外道須深得漏盡心開意解。觀察識食。也是一樣。這樣觀照的行者。識食——精神意識不再相續斷卻有漏分別。精神意識不再相續斷卻有漏分別者則諸色心之法亦斷。色心二法諸漏盡斷的多聞聖弟子於上更無所作。所作已作故，不墮生死。佛說此經已。諸比丘聞佛所說。歡喜奉行。

名相釋義

四食 (一) 段食 (麤搏食)。欲界以香、味、觸三塵為體，分段而飲啜，以口、鼻分分受之。

(二) 觸食 (細觸食)。又作細滑食、樂食。對所觸之境，生起喜樂之愛，而長養身者，此為有漏之根、境、識和合所生。例如觀戲劇終日不食亦不感饑。又如孔雀、鸚鵡等生卵畢，則時時親附、覆育、溫暖之，令生樂觸，卵則受此溫暖而得資養，故又稱溫食。人之衣服、洗浴等亦為觸食。

(三) 思食 (意思食) 又作意志食、意念食、

業食。生希望之念以滋長相續諸根者。成實論所謂以思願活命。如魚、龜等出至陸地生諸卵後，以細沙覆之，復還入水，若彼諸卵思母不忘便不腐壞，若不思母即便腐壞；又如人之望梅止渴、精神食糧等。

(四)識食。有漏識由段、觸、思三食之勢力而增長，以第八阿賴耶識為體，支持有情身命不壞者，如無色界及地獄之眾生以識為食。

顯子的悟

六八顯子

諸行無常



和師父們參與小林村的那場法會，回來的路上談到：「哇！這場法會，花費好多人力、物力！佛像好大一尊！千里迢迢運到這裡喔！」另一位師父說：「是啊，不知道是什麼因緣啊！說不定是未來有大菩薩在此處轉大法輪成就無上道場！」我說：「啊！不好吧！讓山林休息休息吧！別折騰他了！不是八八風災才過嗎！」

回頭一想，我真是小家子氣，只著眼前善利，不解因緣法則，未來無限寬廣，器世間的變遷，說不定真是未來將有大菩薩在此處轉大法輪成就無上道場啊！升起讚嘆之心不是挺好！可是，我人卻往往受到週遭環境變化而起心動念，無有一定的隨起變化，甚至認為那是正確的知見而堅著不放，佛法名相稱「見取見」是邪見的一種，結果是心隨境轉而動盪不安，生活不自在，慧業受擾。啊！認知「諸行無常」是多麼的重要啊！

修行過程當中，常生起許多觀照，所謂「四大苦空，五陰無我，生滅變異……」

「諸行無常，是生滅法；生滅滅已，寂滅為樂。」「諸行無常」應將它解釋為世間一切運行、造作不論是自然法則乃至行為模式都沒有

「永遠」的本質。事實是世上沒有所謂一勞永逸的便宜事；必須認知世事變遷的真理——「世間一直在變」。

那年，將近廿年了吧！當初，我仍執著家不能沒有我的迷思裡，對於生命重大抉擇遲疑不定。常想，在家煮飯、用手洗衣、洗碗是我的工作，我一離開，就沒人做了啊！我好重要！而就在出門淨修幾日後，一回到家，家中運行如昔，沒有一團遭，大家都泰然自若，洗衣間多了一台洗衣機！哈！我突然覺悟所有事沒有我，照樣運作；失去我世界依然轉動——「洗衣，只要洗衣機就能代替了啊！」於是我不再為下決心而苦惱了，我離開家完成了終身大事——走向自我探索之路。現在，我自由、我快樂，因為了知「諸行無常」「諸法無我」。

因為了知「諸行無常」所以我不會讓自己陷在「永遠」的常見裡；更因為了知「諸行無常」我也不讓自己踩進「什麼都沒有！死了一了百了！」的斷見陷阱裡。既是「無常」，那麼就變化多端了；過去、現在、未來不能停住，那麼每天可以是全新不同的我，可以創造許多不同生命經驗；不用將自己老鎖在過去是非的框架之中，再積聚成另一個慣性執著的我而造作輪轉，不能自拔，無法出離，然後在無常變化之中產生莫大的痛苦。

這般觀照思維是否就消極了呢？不！就因為了知「諸行無常」之道，每天產生的全新自我會透過不斷學習，提升生命層次，散發更多生命力，有更多生命細微的覺察，開發出更多自己不知道的自已，那是愉悅的。會發現我人的能力與容量是無限寬廣的。因為了知「諸行無常」，就不會原地踏步，會勇往直前；因為了知「諸行無常」所以漸漸能夠引發人類共同的最良善基因「慈悲」、「愛」促成互助的社會機制；因為了

知「諸行無常」不會提不起、放不下；因為了知「諸行無常」(S)大地震，震不垮中台灣，反而更讓人們警惕並發現新機；因為了知「諸行無常」風災沒有擊倒眾生們，反而提醒大家共患難，重建不畏艱難；因為了知「諸行無常」讓慈悲與愛創造許多人生美好的故事。啊！生命沒有一個可主宰的永恆本質，卻能在每次變幻之中激發出如煙花一般的璀璨光亮；那麼，重建災區也好，或是千里迢迢在窮鄉僻壤成就的巍峨道場，轉大法輪也好是可以成就的！那無常之變化以及念心的強度，不可思議啊！是應該升起讚嘆之心，歡呼擊掌，共同讚揚一聲：那真是「超讚的啦！」

讀報恩和尚之牧牛圖頌

(師諱圓修號天隱)

【一】

未牧

水雲渺渺亂聲啼
晝夜風霜不知處

初調

纔獲繩頭把鼻穿
也知鄉井迢迢遠

受制

不從他性遠驅馳
幾度黑風吹暴雨

回首

驀地忘機自轉頭
山中水草了知足

馴伏

閒放林間與水邊
歸來一帶煙霞晚

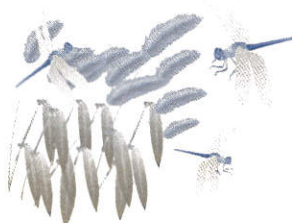
密密尋踪路更遙
恐伊相犯別家苗

謾將痛處更加鞭
拽轉頭來著力牽

寸步提持漫漫隨
通身泥水總忘疲

悄然性氣已調柔
不用遲疑在外留

橫騎短笛任悠然
瀟灑歌謠不假牽



分享喜閱書院

讀斌宗法師講解之般若心經要釋

一、認識斌宗法師

斌宗法師。臺灣彰化鹿港人，俗姓施。年十四，禮獅頭山開雲禪師披剃。年十七，結廬汴峰，苦修六年。年二十三，前往大陸，遍歷諸山名剎。民國二十三年（1934），於天童寺禮圓瑛法師受具足戒。後注天台止靜權老和尚，專攻天台教觀、法華及四教儀，盡得三觀十乘之奧旨。二十八年，抗戰事急，歸返臺灣，於新竹古奇峰下創建法源講寺，並設立佛學研究院。後又於臺北設弘法院，於新店建法濟寺，致力講經弘法，宏闡台教。大陸變色，來臺僧青年無處安身，凡投依者，無不設法收容。四十年閉關閱藏，四十三年出關，應各地之邀，說法不輟。四十六年二月示寂於弘法院，世壽四十八。著有般若心經要釋、佛說阿彌陀經要釋、楞嚴經義燈、我人生死之由來、雲水詩草等書。後人輯為斌宗法師遺集行世。

二、重點摘要

前言

※般若心經，雖然言簡文略，只此二百六十字，涵義卻廣博精深，他在一代聖教中的地位，是一步重要而富有聲望的經典；六百卷般若經中最簡括切要、提綱挈領，是打破一切眾生迷情妄執，啓示解脫之法門。處處即色名空，層層破妄顯真，乃至廣闡諸法皆空之理；能夠不取一切相，

能夠即見實相。

※實相，是個個本具之真心。迷了他便是眾生，悟了他即是諸佛菩薩；迷則生死無盡，悟則究竟解脫。

※般若，是梵語。勉強譯為智慧。因在中國字中沒有相當的文字可替代，大智度論說：「般若定實相，智慧淺薄不可稱。」又說：「般若者，一切諸智慧中最為第一，無上、無比、無等，更無有上。」故沿用般若而不直接翻譯。或稱妙智慧、真智妙慧，以揀別世人所言之聰明、智慧一類等之世智辯聰。

※經典有四例翻譯：

- 一、翻字不翻音。如般若或咒語、真言等。
- 二、翻音不翻字。如咒字。
- 三、音字俱翻。如翻譯之華文經典。
- 四、音字俱不翻。如梵本經典。

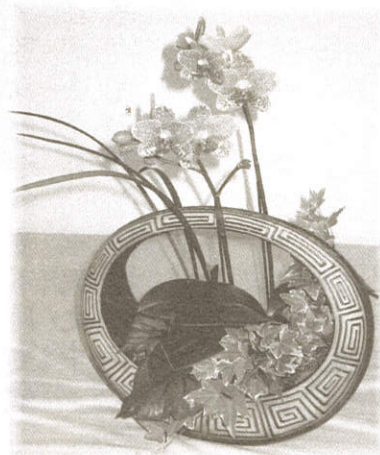
※五種不翻：

- 一、多含意義不翻。如：婆伽梵（佛之尊號）具有六義。自在、熾盛、端嚴、名稱、吉祥、尊貴。
- 二、秘密不翻。如：咒語。
- 三、尊重不翻。如：般若。
- 四、順古不翻。如：阿耨多羅三藐三菩提。
- 五、此方無，不翻。如：菴摩羅果。是印度一種水果。引義是「無垢清淨」。

※勤修雜誌需要您的助印。劃撥帳號：20844469 戶名：鄒麗招

2010 蘭花義賣

新年到了，蘭花植栽為您的家粧點新氣象。本會推出蘭花義賣為作年度慈善經費運用已將十年了喔！歡迎舊雨新知預約訂購或親自挑選。



誠摯邀約 您來賞花選購

財團法人文一文教基金會
 時間：99年1月18日至2月11日
 地點：大甲鎮和平路17號
 展示中心：大甲鎮五福街123號
 電話：04-26880431
 04-26881060



智燈高掛



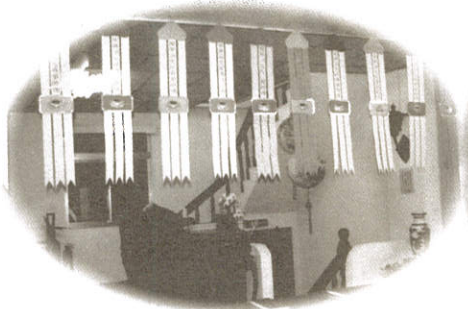
供燈芳名榜



改用LED節能燈後會場如入清涼世界



虔誠的佛子身影之一



法會期間恭請十二藥叉幡旗



虔誠的佛子身影之二