



原始佛教會 Saddhammadīpa
ORIGINAL BUDDHISM SOCIETY

正法之光

佛陀正覺後 2445 年
2013 年 3 月 31 日

第 30 期

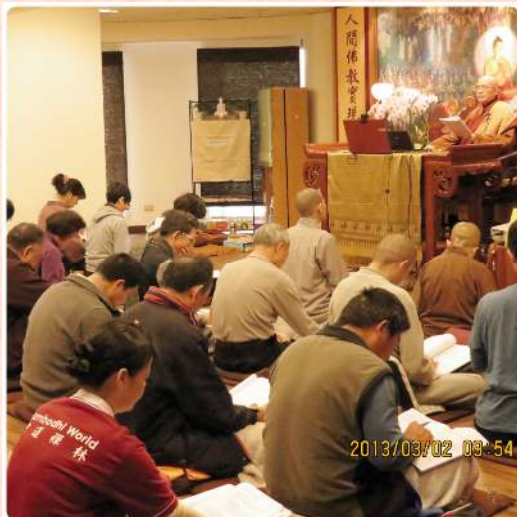


原始佛法 人間佛教

台中中道禪林禪修初辦，法友嘗法味大嘆未曾有

■ 四聖諦根本不是宗教，而是：1.了解苦。2.洞察苦因。3.明白斷除苦因，苦則能滅。4.確立滅除苦因的方法與道路。5.修與滅苦相應之正道。6.解脫、解脫知見生。

■ 修行人的風骨，就是能勇健的面對問題，在苦的當中，觀察苦的因緣，如此才能從苦中，明見苦的因緣，進而改變苦因，解決痛苦。



台中中道禅林
初阶二日禅》



高雄都会宣法
通贯生活与解脱之佛陀禅法

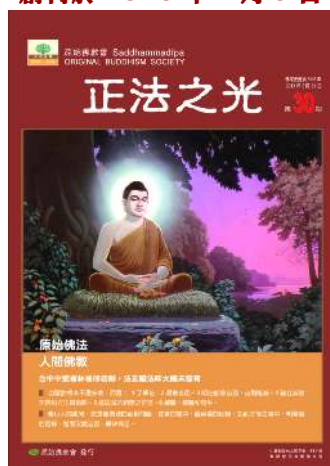


3月16日 随佛尊者莅临高雄十方法界宣法
左下图：会后，学众求受归依四圣谛

原始佛教教团宗旨：

本会以回归 释迦佛陀教导之原始教法，确立奉守「原始佛法与戒律」之僧团，体现「依经依律，尊僧和俗，性别平权，政教分离」之原始佛教教团。

第 **30** 期
创刊於 2010 年 7 月 5 日



指導：中道禪團
導師：隨佛法師（烏帕沙瑪比丘）
Ven. Bhikkhu Vipassana
發行：原始佛教會
發行人：Ven. Bhikkhu Attica

- 一、我们不否认在此方、他方，过去、现在、未来有若一、若二甚或百、千、万、亿佛；但是为避免无谓的臆测与争论、远离伪说的揉杂，我们回归历史上的 释迦佛陀为我们的根本大师。
- 二、我们承认在历史的递嬗中，佛教有各宗各派的教说；但是我们奉持由大迦叶所号召，经过五百位修行成就者~阿罗汉所认可的第一次结集之圣典作为修行的依据。虽然这可能没有将 佛陀一生说法全然收集，但是作为显明正法及修证菩提所需，必(已)然足够。
- 三、经过两千四百多年的传承， 佛陀原始教法已然新旧交杂、真伪难分；我们以近 200 年来佛教学界的考据为依据，确认杂阿含经与南传相应部当中古老修多罗的共说，去除后世之增新与部派教义之混杂融涉部分，还原第一次圣典结集之原貌。
- 四、我们尊重任何端正信仰之教派；但是我们以奉行 佛陀真实教法之僧团为现前的依止。
- 五、我们尊重任何不违反法律与善良风俗的教说与信仰；我们谨守政教分离之原则，不参与任何政党与政治活动。我们确认缘生法无从比较出绝对的胜劣平等，男女二众皆能成就无上菩提，是应恪守分责分权之分际。

隨佛而行

原始佛教确证显现在华人佛教 4

正向菩提 古老经说 佛史溯源 正法新闻 专题报导

- 回首漫长与艰难的光明路（二） 6
七十七种智 18
（一）部派经说传诵的演变-1 20
美国、台湾、马来西亚 联合报导 32
台中《初阶二日禅》侧记 39
台中《初阶二日禅》花絮 42
台中《初阶二日禅》心得分享 44
纽约中道禅院 2013 年春节围炉回忆 49
台北禅院 周年庆纪实 50
台北禅院 周年庆 法工心得分享 54
法缘再续后半生 56
大马短期出家心得札记 59
二十年来学佛的艰辛 64
闻法学习感想 65
听闻一乘菩提道的心得 66
在中道禅林学佛一年的心得 68
久济亡功，一渴成怨，何少恩哉？ 70
拾荒度日 生命光明不荒 72
呷重咸 影响免疫系统 73
随佛法师 2013 年春季美东弘法行程 74

道场点滴

法友感言

梅花映月 五阴世间

传法法讯

近期活动海报：

- ◎马来西亚- 庆祝 卫塞节：p.35
- ◎双溪大年- 供僧：p.35
- ◎台湾- 十日禅暨短期出家：p.48
- ◎台湾- 庆祝 卫塞节：p.58
- ◎台湾- 2013 年法工培训营：p.71
- ◎台湾- 大专、社青精进七日禅：封底

原始佛教确证显现在华人世界

随佛比丘 Bhikkhu Vūpasama

「原始佛教」是近代佛教学界知识菁英关注的重要焦点，因为「原始佛教」内涵得到了确证与显现，可以对 释迦佛陀的思想内涵有更为清晰、确当及完整的认识。这对学习佛法的佛弟子而言，是打开通向正觉、解脱证菩提的大道；对整体佛教的长期利益来说，是为目前出自部派佛教以来的佛教传承，注入一股清澈洁净的活水源，不仅有助于佛教传承的自我修正，更为人间佛教的利世大用，开拓出更直接、精确及长远的道路。

面对「原始佛教」的显现，不应采取狭隘的宗派利益立场，横加排斥、贬抑，这是对 佛陀的不敬，应当要以全体佛教的利益、社会的利益、国家的利益、民族的利益、广大世间的利益，看待「原始佛教」之确证、显现的作用及价值。

佛陀的思想与教导，不是崇拜圣灵、祈福祝祷的神秘宗教，也不是形上学说、玄虚哲理、空谈理

想的精神寄托，而是契合事实的明见，符合现实的生活实践，导正脱节现实人生的身心偏差，开展务实、实益、群我共利的正道。这样的思想与教导，正是实际有益于个人、家庭、社会、国家、民族及广大世间的佛法，这也正是相应佛陀原说的原始佛教。因此，**原始佛教实际不是神秘信仰，也不是宗教，更不是玄虚学说。原始佛教是身心正觉的智见，是契合实际现实的生活态度与勤奋作为，是重在群我和谐、共荣的生命表现，并且是在生活日用、处事待人当中，充份的展现及落实，而利益则验证在现前、现实的生活。**所以，佛陀才說他的教導是「滅苦」與「自利利他」的真實之道。

然而，这绝不是说倾向神秘、信仰、宗教性质的各种佛教学派，无益于社会。从现实面来说，社会、国家的需要，一方面需要稳定、和谐，二方面需要强盛、繁荣。倾向神秘、信仰、宗教性质的各种佛教学派，经由道德教育与抚慰人心的宗教信

仰，可以减轻稳定社会的成本，当然具有重要的价值与贡献。但是**社会、国家的繁荣、强盛，需要在现实世界面对全世界各国家、各民族的实力发展，这不是宗教信仰、玄虚哲理可以帮助的事。社会、国家的繁荣、强盛，必需人民能够具有洞见事实的智慧，契合实际现实的生活态度与勤奋作为，致力社会和谐、共荣的表现，并且充份的展现及落实在生活当中，这才有坚实的實力，能在世界的舞台上扬眉吐气。原始佛教的特质，不仅可以息苦，平稳社会人心，更有助于社会、国家的繁荣、强盛。**

基于目前佛教典籍的传诵现况，华文传诵内容是最为完备，不仅有南传分别说系铜鑠部的三藏传诵，更有包含印度部派佛教各大部派的三藏典籍传诵，还有部派佛教以后的「（大乘）菩萨道」三藏传诵，这是世界各国、各民族所没有的优势。这个优势让**使用华文的华人，能够运用华文的佛教传诵资料，比其他国家及民族，更能广博与精确的探究、了解、确证「释迦佛陀的原说、思想」与「佛教传承、发展的实况」。**

因此，近代佛教学界知识菁英关注的「佛陀原

说——原始佛教」，不仅是由华人予以确证及显现，而文化深厚、人口众多、勤奋认真、喜好和平、虔敬佛法的华人，更是开展、传承、维护「佛陀原说——原始佛教」的最坚实基础。**华人世界将是「佛陀原说——原始佛教」的今天与明天，而「佛陀原说——原始佛教」带来的个人利益，家庭、社会、国家、民族的利益，也一定会充份的落实在华人世界，融入华人的血脉、骨髓。「佛陀原说」的重现，是重现在华人的世界，这是华人的成就与荣耀，而利益必会润泽世界各地的华人，也将分享利益予全世界。**

个人有幸生在此一时代，能够承载先贤、前辈的努力及恩泽，更有幸生为华人，才能够学习、运用华文的佛教传诵，精确的探究、了解、确证「释迦佛陀的原说、思想」，获致佛法的大利，并报答、回馈整个华人世界，荣耀 佛陀的光明。

至心祝福 佛陀原说显现、利泽华人世界

华人世界昌盛、繁荣、永续绵长

佛教光辉于世间，传承十方



回首漫长与艰难的光明路

（二）空的探寻、效法古德

作者 随佛比丘

接续第 28 期《正法之光》p.7~p.14

四、空的探寻

前面提过，我刚皈依后不久，曾经向师父问「空」是甚么意思？当时师父只随口说：「空！有理上的空，也有事上的空。空！不易体会。」接着，送了本斌宗法师著作的《般若波罗蜜多心经要释》，让我自己研究。我费了一年的时间，才将《般若波罗蜜多心经要释》读完。

然而，读完了斌宗法师依据天台宗思想解说的《般若波罗蜜多心经要释》后，虽然明白天台宗采取「体、相、用」的认知及诠释法（有的用「性、相、

用」的语词，不论是用「体」或「性」，意思相近），宣说一切法「以空为体，缘生有相，随方显用」的教说。例如：湿为体性，云、水、冰皆缘生相，饮用、洗涤、灌溉是不同面向的作用。

然而，用「空体」或「空性」来解说世间是「有而非有，体性空寂；空而不空，缘生万法」，这种「真空妙有，妙有真空」的形上学解说法，毕竟是将「空」定义为一种抽象性存在的「体、性」，这是无常、有限的现实经验以外，另为「常恒遍满」的玄秘境界，纯是「本体论」的形上哲理，应当是和 释迦

佛陀的「因缘说」不同。但是当时个人初入佛门未久，那能明白 释迦佛陀教法与这些宗门法派学说的差异呢？当时读完了斌宗法师的《般若波罗蜜多心经要释》，再进而研究天台宗思想学说后，虽然觉得天台宗的「体、相、用」诠释法，在平常生活也能举例说得上，自己已懂得这套学说的理趣，也能对人教说、讲演，但总觉得似乎有些不大真实，从现实来看似乎有些玄渺。

因为内心对「空」的真义，还有许多的疑惑，所以依旧到处探问「空」是如何的意思？可是，到处探问的经验，是令人遗憾的经验。因为发现多数的僧俗，对「空」的真义，事实上是不知所云！或者，学的还是「体、相、用」的诠释法，是「真空妙有，妙有真空」的形上学解说法，没甚么特别深入、实际的认识或体会。虽然如此，我还是到处问「空」是何义？直到有一天，碰到一位师兄对我说：「有一位对佛法相当深入的居士，要开一堂『空』的讲座，他应当可以给你很大的帮助。你来参加讲座吧！」我听了这个消息，随即答应了这位师兄的邀请，参加了这一场讲座。

开讲「空」的这位居士，是佛教界很多人认识的游祥洲居士，当年他是佛教圈中众人赞叹的「青年才俊」，年轻有为、优秀的佛教青年楷模，曾在佛光山开讲《大智度论》。在游祥洲的那堂讲座上，我得到很大的启发，他提到「（大乘）菩萨道」思想当中很重要的一个基准认识：「空就是缘起，缘起就是空！」他在讲座中，说到「（大乘）菩萨道」的《般若》思想中，几个重要的思想支柱：「缘起即空，空即缘起」、「应一切智智心，大悲为上首，无所得为方便」¹，还有引用《中观论》『观四谛品』² 的思想：「诸佛依二谛，为众生说法，一以世俗谛，二第一义谛。若人不能知，分别于二谛，则于深佛法，不知真实义；若不依俗谛，不得第一义，不得第一义，则不得涅槃」、「以有空义故，一切法得成；若无空

义者，一切则不成」。

游祥洲居士的口才及表达能力都很好，认知及陈述学说的逻辑也很清楚，果然名不虚传。他的说明，对当时初入佛门才没几年的个人来说，真的是很好的一堂课。虽然游居士陈述的思想，是「（大乘）菩萨道」的《般若》、《中观》学说，从佛教的教说发展史来看，源同更早的部派佛教大众系一说部³「世、出世法皆无实体，唯一假名」的说法（公元前271~187年），是后出自公元前一世纪中叶至公元后三世纪中叶的学派理论，距离 佛陀入灭的时代（公元前387年）已有三百多年，毕竟有所不同于 佛陀的教导。但是游祥洲居士的说明，让我清楚的了解到一件事，那就是佛法的中心在「缘起法」，这是一个很清楚的讯息，让我有种「恍然大悟」的感受。

自从听了那一场『空』的讲座后，我常常念着《中观论》『观四谛品』的句子：「诸佛依二谛，为众生说法，一以世俗谛，二第一义谛……。」虽然当时还无法察觉到品题是『观四谛品』，为何说的是「二谛」呢？但我还是很喜欢这段句子，这句话陪伴我有十多年的学法岁月，后来更进一步明白更早期的教说以后，才不再持诵。

虽然现今个人对佛法的学习及体会，已经明白主张「缘起即空，空即缘起」的《般若》、《中观》学说，实质上是不同于 释迦佛陀教导的「因缘法」教说，但是我依然感谢当时的启发。那一场演讲，应当只是游祥洲居士众多演讲当中的一场而已！却是我深记心中，历经三十多年感谢不息的一场讲座。游祥洲居士！谢谢你的慈悲与说法。感恩！

经由这场演讲，我得到启发。游祥洲居士在讲座上，建议大家可以先研究《肇论》，作为了解「空」的入门书。因此，在讲座后的隔天，我随即到桂林路广定法师开的佛教书局买这本《肇论》。

这件事说起来也很好笑，怎么说呢？因为游祥洲居士只是口头上说《肇论》，并不是写在黑板上，所以我听是听到了，却以为是《造论》。因此，我在佛教书局的十几座书橱中，拼命的寻找《造论》，可是怎么找也找不到《造论》。虽然找不到，但是当时年纪轻、脸皮子薄，不好意思问人，只好自己埋头拼命寻找《造论》。记得费了约近一个小时，书局的书是翻寻了好几遍，还是无所获。最后，只好放弃寻找，厚着脸皮问书局的服务人员：「请问这里有没有《造论》？」书局的服务人员回说：「有！」接着，帮忙从角落的书橱内，拿了一本书递给了我。当时我迫不及待一看，自己不禁暗笑起来，原来这本书是名为《肇论》，不是我拼死命找的《造论》啊！

这本《肇论》的作者，是大译经师鸠摩罗什的学生，后秦时代名为僧肇的僧人，书依作者立名而称为《肇论》。僧肇是鸠摩罗什众多学生中的佼佼者，《肇论》当中陈述的见地，可代表鸠摩罗什时代华夏佛教的僧人，对《般若》、《中观》的主流认识面向。

在《肇论》正文初始的『宗本义』⁴，即开宗明义的说出：「本无、实相、法性、性空、缘会，一义耳！何则？一切诸法，缘会而生。缘会而生，则未生无有，缘离则灭。如其真有，有则无灭！以此而推，故知虽今现有，有而性常自空，性常自空，故谓之性空。性空故，故曰法性；法性如是，故曰实相；实相自无，非推之使无，故名本无。」这是鸠摩罗什时代华夏佛教僧人对「空」及「缘起」的标准看法。僧肇的《肇论》对当时华夏佛教揉和老庄思想的「玄学化佛教」，进行了批判。

然而，《肇论》是出自僧肇的手笔，可是佛教书局流通的是《肇论》的注解书，是由明朝憨山大师作的《肇论略注》。憨山大师是明朝时代的僧人，明代汉地的佛教思想，早已历经隋、唐时代的老庄化，对于「空」、「缘起」的认识，正是隋、唐时代提倡

「真空妙有，妙有真空」的形上学诠释法，是「本体论」形式的老庄哲理。除此以外，明代的佛教不仅是隋、唐以后的老庄化思惟，也有「会通儒佛」的时代特色。这是因为佛教声势日衰一日，无法受到知识份子的认同及接受，佛教僧人为了让佛教得以流传，自然会向社会主流的儒生靠拢，目地是争取上层社会阶级的认同，达到流传佛教的目的。

因此，明朝憨山大师的思想，呈现的正是明代佛教的内涵及面向，不仅是「本体论」的老庄哲理，也是「会通儒佛」的表现。在此之下，憨山大师作的《肇论略注》，注解的思想中心与面向，多少是不合佛教尚未老庄化以前，鸠摩罗什时代华夏佛教对《般若》、《中观》的认识与面向了。简单的说，僧肇作的《肇论》，是还未老庄化的《般若》、《中观》见地，而憨山大师作的《肇论略注》，是用老庄化的「本体论」哲理，来解说「非本体论」思惟的《肇论》，所以陈述的思想与解说陈述的思想，两者有所不合。

当时，个人入佛门不久，怎会明白这些佛教思想演变的来陇去脉呢？对游祥洲居士推荐的《肇论》，当然是认真的研究，可是研读的版本是《肇论略注》，必定会受到注解思想的影响。因此，在游祥洲居士的启发后，又受到《肇论略注》的影响，使得个人对「空」、「缘起」的认识，变成混杂的状况。

由于对「空」、「缘起」的认识已经混杂不清，个人对佛法的认识，当然会停滞不前、矛盾难通，无法心安道隆。在这种学法困境下，遂转回当初念佛及禅坐的方式了。

五、效法古德

从探究佛法深义，努力修学禅观，向开悟前进的修行方式，是大大不同「一心念佛，求生净土」的修行模式。虽然众多的念佛祖师，多是有研究经教禅理，但是「自力修证」与「他力救赎」的教法基础，



毕竟是绝然不同的两件事。

当时个人对「空」的探究已经停滞不前，又受先前修学天台教说兼习智者大师念佛经验的牵引，并且亲近广钦老和尚常闻「老实念佛」的教诲，最重要的是内心需要学法的确定感，在这四种因缘的影响下，我走回了「一心念佛，求生净土」的修行路径。

此时，个人的内心，因为探研佛法面临困境，很需要可以信赖、依靠的力量及道路。因此，开始积极的研读佛门古德的学经历，一方面从祖师大德的修行经验中，得到可贵、有用的借镜，二方面可以藉祖师大德的修行表现，鼓励自己、坚定道心，增进对佛法的向心力，「见贤思齐」的改进自己的身、口、意。

虽然读了很多大藏经中，古代文言体的祖师大德修行记录事绩，也很仰望过往的诸多祖师大德，但是经由陈慧剑居士用现代语体文写成传记故事的《弘一大师传》，肯定是更加的生动、精彩，也更能感动人心。陈慧剑居士写的《弘一大师传》，在三十多年前的华人佛教界是相当受到肯定、欢迎、赞叹的作品，也是广受大家阅读、传诵的书籍，影响很多的学佛人。当时「念佛」在教界，不仅是信仰，更成为一种「修行典范」，并且对印光、弘一两位大师的崇仰，更是近乎狂热。个人细细读了五、六遍的《弘一大师传》，深受当中主角弘一大师感动，特别是弘一大师圆寂舍报前，写下「华枝春满，天心月圆」，更是令人内心回荡不已。在这当中得到一种「典范」的感情依靠，也激起了「认真持戒，一心念佛」的强大道念。所以，藉印光、弘一两位大师作为修行的榜样，专心修持「念佛法门」，即成为当时个人内心的信仰及依靠，而广钦老和尚则是现前信赖依止的师长。

中国的「净土法门」，或泛称为「弥陀法门」，是经过漫长岁月的演变发展。在「（大乘）菩萨道」的思想中，「净土」不是只有「弥陀净土」，还有阿閼佛净土、东方药师佛净土、兜率陀天弥勒净土等等，中国佛教称的「净土宗」，只是一般通俗的说法

而已！这些「净土法门」的修习方法，都没有代代不断、师生一致的传承，难以称为真正的「宗」。一般佛教学人多是修学「弥陀法门」称为「净土宗」，但是「弥陀法门」是「一心念佛，他力救赎」，方法简要、人人可行，又是「依佛得救」，完全不同于「闻法修证，见法解脱」的方法，必须要有师长的教导，才容易掌握教法要义、趣向正确的修行。因此，修学「弥陀法门」，根本不重在师长的传承教导，也无有代代师承一致的传承可说，何来「净土宗」呢？

考察「净土宗」的历代祖师，可以清楚的发现，前后宗师的时代多不是相续，也多是互不认识，无有师生相承的情况可言。这些「净土宗」的祖师，多是学习三藏、止观，又兼习「弥陀法门」，并且是一代的杰出僧人，才被后人推崇为当代的「净土宗师」。各代的「净土宗师」，在学习教法的背景上，除了都有「持念弥陀」以外，其余所学多是不一致。如有宗仰「唯识」，有宗仰《法华》、《涅槃》，或学「禅门」兼及念佛，或是学显、学密又念佛，没有一致性。除了持念弥陀以外，其余所学的教说往往是彼此不相干。因此，修学「弥陀法门」的「净土宗」，是不同于一般的宗门法派，主要的原因是「弥陀法门」重在「一心念佛，依佛得救」，方法简要、人人可行，重点在「佛度」，不同于「闻法修证，见法解脱」需要师长的教导。所以，修学「弥陀法门」的「净土宗」，不是出自师生相承的教学体系，是一种由修学「弥陀法门」的各时代学人，将自行推崇、定位的「净土宗师」予以列表设立传承的说法。

5-1 老实修行

不论「净土宗」的传承如何，印光、弘一两位大师的行仪，在当年还是个人内心崇拜的对象及依靠。世俗有一句话：「**最真诚的赞美就是模仿。**」个人对印光、弘一两位大师的赞叹，也是自然而然的效法、模仿两位大师的行仪。譬如：**弘一律师沉默少**

言、持念佛号、少欲，具备中国读书人重伦理节义的儒生特质，又持诵《华严经普贤菩萨行愿品》、刺血写经、拜八十八佛等，还有印光大师对人坦率实言、不假虚辞、朴质笃实，而个人亲近的广钦老和尚也是坦率直说，不客套虚假、实实在在。这些大德的修行风范及人格特质，不仅让人很佩服景仰，更觉得相应契机，在个人学法的初期阶段，起了很大的作用与影响。

在这几位大德的影响下，开启了一段老实修行的岁月。首先开始探究「净土宗」历代祖师的修行，了解这些净土宗师的学经历与思想，仰赞祖师们的行仪典范，作为个人身、口、意的学习榜样。接着，日常课诵除了《阿弥陀经》以外，晚上必定拜念八十八佛。记得当时佛光山刚出了一套『佛门梵呗』的录音带，当中就有八十八佛的诵念带子，我就是用这带子来诵念、礼拜八十八佛。在诚心诵念八十八佛中，常常因为感念莫名而泪流满面。平日除了读书以外，就是专心念佛，个人原本话就不多，此后更是寡言少语，**并常自念「少说一句，多念一声佛，打得念头死，许汝法身佛」。**

印光、弘一两位大师的朴质少欲，广钦老和尚的老实苦修，深深影响了我。如弘一大师将一条毛巾用了几十年，我是深受感动。个人出家后，一条毛巾虽不是用上几十年，但也是用了十二年才换，第一套袈裟则天天穿了近十六年才汰换。

因为常常持诵《华严经普贤菩萨行愿品》，又牵引我深入《华严经》的教法。

《华严经》有三种汉译本，第一次翻译本，梵本是慧远大师的弟子支法领从于闐（今新疆和闐一带）得来，由北印迦湿弥罗说一切有部佛大先的弟子佛驮跋陀罗译出，从东晋元熙二年至义熙十四年译毕（公元 418~420 年），译名《大方广佛华严经》，共有六十卷（原译是五十九卷，唐朝永隆元年（公元 680 年），地婆诃罗和法藏发现当中的

『入法界品』有缺佚，再依梵本补译完整（见《华严经探玄记》卷一），才成为六十卷经文），教界通称为《六十华严》。第二次翻译本，梵本是唐朝武则天遣使自于闐求得，由实叉难陀译出，自唐证圣元年至圣历二年译毕（公元 695~699 年，见《开元释教录》卷九），译名《大方广佛华严经》，共有八十卷，通称《八十华严》。第三次翻译本，梵本是唐朝时南印乌荼国王亲写赠送，由北印三藏法师般若译出，自唐贞元十二年至十四年译毕（公元 796~798 年），译名为《大方广佛华严经入不思议解脱境界普贤行愿品》，简称《普贤菩萨行愿品》，全经四十卷，又称为《四十华严》。

三种译本的《华严经》，内容实在广博，经文辞藻优美。**《华严经》⁵的中心思想是「一真法界，无尽缘起」**，个人用了一年多的时间研读《华严经》的经文内容，并长期持诵《四十华严》的最后一卷，也就是讲述「普贤十大愿」的《普贤菩萨行愿品》。除此以外，研究华严宗各代祖师的修行心得，如智俨大师的《华严一乘十玄门》、贤首国师法藏著作的《华严金师子章》、《华严发菩提心章》……等等各华严宗师的著作，特别是澄观大师（唐朝宪宗元和五年 C.E. 810，受封为清凉国师）著作的《华严法界玄镜》、《华严经疏钞》。《华严经疏钞》是相当大部的作品，个人用了近三年的时间探究《华严经疏钞》，对华严要义有了重要的体会。台湾大学故哲研所所长方东美先生将研究《华严经》的心得，写成《华严经教与哲学研究》一书，个人对方东美先生的心得，也用了不少心力了解。经由几年的学习，对华严经法有所体会，对华严宗的学说，例如事法界、理法界、理事无碍法界、事事无碍界的四法界说，或是「三重法界观」⁶的真空观（有十门）、理事无碍观（有十门）、周遍含容观（有十门），也有探究了解。

「（大乘）菩萨道」有许多刻砺苦行的修行方

法，「刺血写经」是当中的一种。读了《弘一大师传》，看到弘一大师刺血写经的刻苦修，内心深受感动。当时自觉学佛人应当「舍身为法，感念佛恩」，而「刺血写经」正是如此表现的一种。因此，曾效法弘一律师刺血写经的作法，恭写《般若心经》两遍。「刺血写经」不是一次写成，是分次的刺血书写，在一段日子里逐步的写成。记得第一次自行用针刺身取血时，因为从未有自伤身体的经验，临下手刺身时，内心有些忐忑不安、犹豫不决，所以刺的力道过轻、伤口小，挤不了多少血，量不足以写经。接着，狠着心，也提起道念，用力刺入后，造成较大一些的伤口，才能持续的出血、写一段经文。

初次的刺身取血，是刺手指取血，后来听书上说，应当要自舌尖取血才适合写经（古人认为舌尖通心脉，可表心诚之意），也就改为刺舌尖了。但是，刺舌尖远比刺手指头麻烦，舌头湿滑又特别敏感，不容易维持稳定，如何刺舌取血呢？我用了一个办法，用干净的卫生纸数张折成宽约三公分的长条，再用纸条圈住舌尖后段的舌头，用手捏住纸条稳住舌头就能避免湿滑不稳，等用消毒后的针刺了舌尖后，即低头将舌悬于碗上，再用捏住纸条的手，反复的按捏舌头让血自舌尖滴于碗中，当有约略的量后（因血凝固很快，一次取量不能多，等用完再取），即要赶快用干净的小楷毛笔沾血书写经文。

当然「刺血写经」不是出自 释迦佛陀教导的正统修行方法，也无益于正觉、离贪、解脱、证菩提，实是一种虔敬信仰与苦行交融的宗教实践，不能算是正统的佛法。

然而，在用笔沾血书写经文时，既是庄重的心境，也是虔敬无比的情境。因为用血写经的时候，写的每一字，都是出于自身血肉的奉献与身心的融入，那一刻即是生命与信仰融为一体的体验，也是一份庄重与深入的宗教经验，更是一种牺牲及奉献身心的实践。虽然这不是 佛陀教导的正

道，但不能否定这是一种淬砺心志、坚定信念、牺牲奉献的特殊实践方法，能够统合信仰与情感，开展出深刻强大的精神力量。

当年刺血写经时，是先沐浴净身、更衣，再虔敬礼佛，而后禅坐片刻，再刺血写经。书写经文时，要专心默念着佛号，此时身心静穆、宁和安泰，恍若安住于佛光之中，念念清明、无忧无憾。书写一段经文后，再禅坐片刻，禅坐后称念佛号百千声，末后将功德回向菩提与一切众生。

在诵念《普贤菩萨行愿品》与礼拜八十八佛的修行经验中，曾有过特殊的宗教经验。这件事发生在夜晚约十点时，个人正作礼拜八十八佛的修行，在拜完八十八佛后，专心的诵念后面的忏悔文，深有感念而抬头仰望面前的佛像时，豁然见到佛像的佛顶，向着我直射出一道耀眼的金光，历时约十秒。当时，个人见此瑞应，深感佛恩浩荡、慈悲恩庇，内心是感动莫名、难以言喻，道念是更为坚定了。

但是 佛陀有放光照我吗？日后，对佛法的修证已深化之后，才了解这类的瑞应，若不是出自「定力」所现，就是「护法诸天」的显应变化，应当不是出自「佛的感应」。虽然不一定是「佛的感应」，却依然可贵，可是学法者不可迷恋瑞应，否则即是妄执。针对佛法的学习与烦恼的断除，不能凭借「定力」显现的特殊经验，更不能探问于「护法诸天」的显应。学法、断烦恼，应当探问 释迦佛陀教导的法与律，再「依法依规」的实践，才能真正的度越烦恼，正向菩提。

5-2 远离肉食

个人「不受食鱼、肉」至今，已有三十五年了。回想当初决定远离肉食的心境及度越旧习的经历，是有许多的转折与特殊经验。

记得远离肉食的決定，是因为受到《弘一大师传》与《了凡四训》的影响。当年读到《弘一大师传》中，提到弘一大师为了护生，竟用棉花为跳蚤保暖以免冻死，又坐上椅子前，先将椅子提起在地上顿一顿，将椅上的虫震落地上，免得坐上后压死虫。这真的令人感到很震撼，一时之间，是疑惑与感动交错在一起，难以言喻。又看到弘一大师在《护生画集》中，写着「爱鼠常留饭，怜蛾不点灯」的句子，一样是疑惑与感动交错的心境。疑惑的是维护会传染恶疾的跳蚤、老鼠，不是变相的帮助疾病的传播吗？真的很难让人心服口服。但是，那种不问对、错，纯是关怀生命的心境，真的令人很感动。后来，又读了《了凡四训》当中的善恶因果故事后，即起了「关怀生命，远离肉食」的决心，决定终生「不食肉」。

「关怀生命，远离肉食」的决定，开始让我过着「信念的生活」。因为「远离肉食」不是偶而为之的宗教活动，是每天、每餐都要面对的事。此外，三十多年前的台湾，素食还不普遍，提供素食的餐饮服务，既不发达也很少见，加上当时个人已经独自居住在外，饮食全靠自己处理，更是诸多的不方便，「远离肉食」真的需要坚定的信念。当时不只是「远离肉食」，也常常作「放生」的善行。除了读书以外，放生、不肉食，研究经教、念佛、禅坐是生活中的修行经历。

刚开始在日常生活当中「远离肉食」，确实很不习惯，甚至有些苦恼。虽然平常不是常吃肉，但是无肉的饮食，真的不知怎么处理？总不能一直只吃青菜、豆腐、酱菜、面筋吧！但是要买素食吃，一方面很不好找，二方面费用不低。因为三十几年前的台北市，素食餐厅只有新公园旁的素菜之家（这家的雪菜素包子很有名），还有近北平路的功德林，其余为数不多的是一般素食小吃摊。对像我这样的年轻人来说，素菜餐厅肯定吃不起，素食小吃摊还可以，但多不在住处附近，也不方便。所以，多是自行到传统市

场买菜，自己下厨煮食。由于不大会煮，更不会煮素菜，「远离肉食」的生活真的不容易过。当时自己煮的「无肉之食」，也不过是熬锅清粥、炒样青菜、煎碟豆腐，再加一点罐头面筋及酱菜，就已经是很「丰盛」了。如果没空自己煮，又没法到处找素食小吃摊时，只能将就一般的小吃摊。这通常是找路边或巷口边上的小面摊，请面摊老板帮忙煮碗不带肉、猪油、葱、蒜、韭菜的清汤面，再来一小碟烫过水的卤豆干或卤海带（烫水去猪油），能这样就心满意足了。如果没闲空上小吃摊，买半条白吐司，抹点草莓酱、花生酱，或是买包仿军粮的「营养饼干（很扎实、硬的饼干）」吃了，已算是一餐了。这是个人在日常生活当中，「远离肉食」的饮食内容。如果有相当特别的因缘，能上新公园旁的素菜之家，吃碗罗汉斋面，再能来个雪菜素包子，真要诚心念声「阿弥陀佛」了！

除此以外，想要说的是「远离肉食」的心路历程。个人在「远离肉食」的历程上，也称得上是「三上，三下」！怎么说呢？

5-2-1 初上，初下！

刚开始，因为受到《弘一大师传》与《了凡四训》的影响，在感动莫名的心境下，决心要彻底的「远离肉食」。开始实践后，马上面临了生活饮食很不方便的现实考验。虽然在「远离肉食」以前，也很少吃肉，但是在当时「素食」不普及的大环境底下，个人又不懂如何调理「无肉之食」，不禁感到「远离肉食」的生活是近乎「无物可食」！许多读者读到这里，也许会起疑问说：「为甚么不吃『素食』的速食面？」年轻的读者可能不知，三十几年前，根本没有素食的速食面，而且现在充斥市面的丰富、多样、普遍的素食饮食及服务，在当时也无有。由于个人「远离肉食」的生活，是近乎「无物可食」，加上饮食习惯的调整，难免要面临「禁断」的身心反应，也就是「想念肉食」的心理煎熬！

初次「远离肉食」的努力，经过一个月的实践后，在一个饥饿又难耐「想念肉食」煎熬的夜晚，我放弃了坚持。作法是：出门去找个普通小吃摊，叫碗台湾一般常见的「卤肉饭」，外加一碗「（猪肉）贡丸汤」。当吃了卤肉饭及贡丸汤后，一个月来感到近乎「无物可食」的郁闷，还有「想念肉食」的心理煎熬，一时之间得到了抚慰，不平衡的心绪已经平稳。

接连着六天的饮食生活，恢复了原先的饮食习惯。其实也不过是吃个煎荷包蛋或卤蛋，简单平常的卤猪肉、豆干，一点青菜、豆腐而已！**初次「远离肉食」的努力，维持了一个月，即放弃了。**

5-2-2 二上，二下！

初次「远离肉食」的努力，在难禁煎熬下，恢复了原先的饮食习惯。在六天后，发生了一件事，让我再继续的「远离肉食」。

个人在幼时的生活，因为父亲的事业发生了困难，生活过得很困厄。日常生活很不易，一般人的平常生活饮食水平都谈不上，日子过得最苦的时候，是靠父亲过去的职员接济送来的地瓜签（干细地瓜条），全家煮食过日子。记得四、五岁时，早上吃粥通常是拌点红糖或酱油，全家只有一小盘咸花生，偶而有几根油条和一小碟白豆腐，沾着酱油伴粥吃。午餐或晚餐，通常是蕃茄炒蛋，或是一小盆水蒸蛋，再加一碟炒菠菜或水烫地瓜叶，这就是全家几口人的一餐。那一时代市面上还没有烹饪用的黄豆油（台湾称沙拉油），每隔一段时间，家家户户需要用猪体脂肪切成的细长条热炸出猪油，作为日常烹饪之用，而炸猪油的副产品——猪脂渣（外脆内软），就成为孩子们的平常零食了。

偶而母亲会卤一锅鸡蛋，全家吃上好几天，这已经觉得是「天下美味」了。当时将卤蛋的蛋白部份，含在嘴里享受酱油卤蛋的滋味，真是心满意足啊！「肉」是难得望到的食物，通常需要半个月或一个月

才看得到「肉」，而看到的「肉」多是肥、瘦肉及猪皮兼具，宽约六公分、长十二~十五公分、厚一公分的肉片。母亲多是将肉片用水煮熟后，切成每片约五公厘厚的薄片，吃饭时每人只能分到三~五片沾酱油下饭，这是全家难得一顿的好餐。除此以外，更为难得的是逢年过节，团圆菜里有鸡肉，年节可以有（些许）鸡肉、鸡腿吃。偶有送来的礼品，当中多是放几个芦笋罐头，再加一小袋「酱烧猪肉干」，此时才可以吃到「酱烧猪肉干」，口里的「酱烧猪肉干」真是美味啊！然而，最让我怀念的食物，不是这些酱油卤蛋、薄猪肉片、鸡腿、酱烧猪肉干的「美味」，而是有一回家里的远亲添了孙子，送来一篮红蛋，还有一小锅的麻油鸡。这是个人在年幼时期，头一次看到麻油鸡。母亲分了一小碗给我，嘴里感受着麻油鸡汤与鸡肉的美味，这才知道「美味」是甚么！但也只有吃了这么一回而已！从此以后，个人很怀念麻油鸡，但是从小到大，除了那么一次经验以外，根本没再吃过麻油鸡。麻油鸡真的美味吗？**或许藉由「怀念」麻油鸡的滋味，作为困厄生活当中的「心理补偿」，才是真正的真相。**

在个人放弃「远离肉食」，经过六天的平常饮食后，想起了「麻油鸡」的美味。当时为了重温「麻油鸡」的美味，不顾口袋里根本没多少钱，决定亲自下厨煮一锅「麻油鸡」。但是，「麻油鸡」怎么煮呢？想到卖鸡肉的商贩一定知道，遂上市场买鸡肉（不是买鸡，是买已经处理好的鸡肉，当时认为这不是「为我杀」的肉），顺道向鸡肉贩请教「麻油鸡」的作法。

鸡肉买回后，费心的按照鸡肉贩给的方法，顺利的煮成一锅「麻油鸡」。煮好后，慎重其事的摆好餐具，并将「麻油鸡」端上桌。此时，迫不急待的将麻油鸡舀入碗里，满怀期待与欢喜的将麻油鸡送入口中。这一刻口里的滋味，回应了长久的「怀念」，满足了幼时生活的「期待」，抚慰了幼年困厄生活的

「不平」，这才是真正的「天下美味」。原来「美味」不是麻油鸡的滋味，**人们要的美味，是能够「回应怀念」、「满足期待」、「抚慰不平」的滋味与经验。**

原来在「远离肉食」的过程中，感到需要的是回应对肉食的「怀念」，抚慰近乎无物可食的「不平及郁闷」，还有满足对美味食物的「期待」，不是需要「肉食」。这个重要的发现，是当时吃完自煮的「麻油鸡」，感到一阵欢喜与满足以后，随之而来的「失落」、「空虚」，让我重新的省思当前身心的真相，才得以明白、觉悟的事。

那一锅亲自费心煮成的麻油鸡，在刚煮好时吃了那么一碗以后，搁进冰箱，没再吃过了。随后的一星期内，我时而「远离肉食」，时而一般饮食，交错不定的反应出内在心念的起伏与牵扯。最后，我将冰箱内已搁置一星期的整锅麻油鸡，倒在袋里丢弃。决定再继续努力「远离肉食」！

丢弃自小怀念而煮的麻油鸡以后，**第二次再起「远离肉食」的意志及决心，是出自亲身实践的经验与发现，这远比初次是出自对大德的崇拜与感动，来得更为坚定与强大。**

第二次「远离肉食」的努力，持续了约三个月的时间，当中的过程约同前一次的经验。不同的是，内心的不平、郁闷比较少，「远离肉食」需要面对种种不方便的饮食环境与困难经验，也较为适应与习惯了。但是，内心对肉食的「怀念」，还是在起伏不止。

记得当时离住处约 300 公尺的地方，有一卖肉松、肉脯、肉干的商家。每当下课回到住处的时候，都是这商家在店口用炭火烤制酱汁肉干的时间，此时炭烤酱汁肉干的气味是四溢分散，正如一句商业广告词：「一家烤肉万家香」。个人年幼时，偶而才能从年节的礼品中，吃到炭烤的酱汁猪

肉干，一直很怀念酱汁猪肉干的风味。这家商店是回家必经的地方，又刚好面临商家烤制酱汁肉干的时间，可以想见此时气味四溢的烤肉香，是多面挑战个人「远离肉食」的意志了。

我为了避免烤肉气味的诱惑，在归途上采取「闭气速行法」。每当走到离商家约一百多公尺，约可闻到烤肉气味时，即深吸一口气后，再闭气的快跑经过商家，当远离商家约一百公尺才换气呼吸。这个闭气速行的方法，让我在「远离肉食」的过程中，没被烤肉气味诱惑。

虽然避过了炭烤酱汁肉干的诱惑，但是经历三个月的努力后，又想念起「麻油鸡」的滋味了。如同前一次的经验，个人再买鸡肉煮一锅麻油鸡，也同前一次的身心过程，只吃了几口麻油鸡，即将整锅麻油鸡搁置在冰箱，没再吃上一口。不同的是，在吃了几口麻油鸡后，就没再吃肉。但是，整锅麻油鸡搁置在冰箱中，整整经过近三个星期后才丢弃。这一次应当是为了「怀念」，才再煮食麻油鸡，而不是为了「食肉」。

5-2-3 三上，三下！

因为「怀念」幼时的经验，再煮食麻油鸡，当吃了几口后，也就没再吃肉了。决定再继续努力的「远离肉食」！这已经是第三次的奋斗了，能够度越为了「回应怀念」、「满足期待」、「抚慰不平」的欲求吗？

第三次「远离肉食」的努力，维持了两年多。这段时间很少「怀念」肉食，渐渐习惯清简单调的饮食内容，对近乎「无物可食」的饮食不便及困难，也少了那一份不平、郁闷的心绪，因为如此也就少了满足美食的「期待」。代之而起的经验，是原本肉食的美味，转变成荤膻难耐的异味，种种肉食的香气，也成了无法忍受的恶臭。不仅不再怀念、期待「肉食美味」，反而无法忍受「肉食之臭」。此时，「远离肉

食」的种种不便，清简单调的饮食内容，近乎「无物可食」的处境，都不会有所不平及难耐，而是觉得很好、很平安。**「远离肉食」的生活过程，逐渐成为人生的内涵，融入身心的经验当中，成为生命的展现。**

然而，持续「远离肉食」两年多后，还是再经历了一次「肉食」的考验。

那时台湾开始流行平价的铁板黑胡椒猪排（或牛排），这道食物原是在西餐厅才吃得到，口味很受欢迎，但是当时的价格对一般民众来说，并不便宜。许多脑筋动得快的生意人，看到了潜在的商机，开始将这西餐厅才有的餐点，改在平常的店面，或是夜市的小吃摊上，用一般人都付得起的价格供应。在一般开放的店面或小吃摊上，铁板黑胡椒猪排的气味，正像前面说的炭烤酱汁肉干一样，烹调时是气味四溢，这对来往的行人来说，是具有十足的吸引力。我正是被铁板烧「黑胡椒酱（不是猪排）」的香气吸引，很想尝一尝铁板黑胡椒猪排的味道。

在一天的夜晚，我到台北有名的士林夜市，寻得一处提供平价铁板黑胡椒猪排的小吃摊，叫了一份铁板黑胡椒猪排。不久，这份铁板黑胡椒猪排送到面前，内容有些许拉面条，一份煎蛋，少许青菜，还有一块黑胡椒猪排，当然还有热铁板上滋滋作响的黑胡椒酱及四溢的香气。当时，我先用叉子将拌匀可口酱汁的拉面条送入口中，再将铁板上七分熟的煎蛋沾着剩余的面酱慢慢的吃下，接着吃青菜。将黑胡椒猪排留在最后的原因，是因为对吃黑胡椒猪排是心有犹豫，吸引我的是铁板烧「黑胡椒酱」的香气，并不是猪排。但是心想：已经要了一份黑胡椒猪排，总不能只吃「黑胡椒酱」，而不吃猪排吧？最后，我先用餐刀将整块猪排切成片片的小肉片，再慢条斯理的用叉子将沾着「黑胡椒酱」的小肉片送入口中。当口里含着第一块沾着「黑胡椒酱」的肉片，慢慢的咀嚼两、三下后，随即缓慢沉静的将肉片吐在铁板上。接着，

在小吃摊的位子上，闭目静坐沉思片刻后，搁下整盘没吃的黑胡椒猪排，起身付账缓步离开。

离开小吃摊时，心情是宁静安稳，心智是清明无忧，因为已经知道不会再想「肉食」了。

5-2-4 感应乎？

经历黑胡椒猪排的考验后，当然持续的「远离肉食」。约经过两个多月，发生了一件奇妙的经验，这是发生在夜梦中的奇妙经验。

那晚在夜梦中，我独自一人站在十方显耀明亮白光、不见边际的地方，只见面前摆着一张圆形木桌，桌面上摆满用各种精美瓷盘盛着的美味菜肴，而桌边只有一张椅子。**我在白光中站立片刻，即自行坐在椅子上。接着，伸手拿起桌上的筷子，准备要夹盘中的美食。此时，我定眼一看整桌的食物，随即张口说出：「这都是肉，我不能吃！」并且马上起身离座。当离座后，眼前的食物与桌椅，随即隐没不见，只有十方显耀着明亮又柔和的白光。**

接着，在面前明亮又柔和的白光中，如同常见画像中的「观音菩萨」显立在前，而此时更奇妙的事，是在「观音菩萨（可能）」两侧的虚空，浮现出金色字样的诗偈。诗偈的内容，因为已过了三十多年，有些许内容记不大全，大约如下：

佛子慕道智慧长，志心○○向佛光，修证○○成就，功德流布传十方。

金色诗偈显示片刻后，我就醒来。当时内心是法喜充满，也庆幸能在梦中保持正念，度过特殊的考验。当时对梦境中「观音菩萨（可能）」显示的诗偈，感到一份慈悲的鼓励，还有苦心的点化，深记心中三十多年。过了这么多年后，现今再看这首诗偈，不禁有些感触：人生岂可不慎行于道乎！

梦境中显应的是「观音菩萨」吗？可能是，但

也可能不是。因为没人真的认识「观音菩萨」，如何确知「观音菩萨」的形像呢？从佛法的流传来看，更可能的是：从佛世时至今，护持佛法的护法诸天，他们经由各种方便的感应，引化世人修行离苦，导向菩提。

这些护法诸天中，有智慧、德行高的护法，也有智慧、德行还不足的护法，各随智慧及能力的高低，作着利世利人的事。**个人认为面对诸天感应，要用智慧与感谢来回应。一方面感谢护法诸天的关怀及帮助；二方面要智慧的抉择：一般人生世俗事可以请护法帮忙，但是度越烦恼生死的大事，必需从经、律中学习，或是请教「依经依律」的声闻僧团。烦恼生死大事，不宜向不见得深解佛法的护法诸天探问。**

5-2-5 应当远离肉食吗？

远离肉食，或称为「素食」，在「（大乘）菩萨道」来说，一直被视为「慈悲心」的表现。这一看法的原因，是在「（大乘）菩萨道」传诵的《大般涅槃经》⁷『如来性品』、『四相品』（《大般泥洹经》『四法品』）中，都有「食肉者断大慈种」一语。另在《楞伽经》、《象龟经》、《指鬘经》、《文殊师利问经》、《大云经》中，也都有提到「食肉者」不利修行、不利圣道，应修「大慈行」的看法。

然而，在印度佛教的原有传承里，却不是如此。印度文化当中的「不肉食」，原是起自奥义书思潮下的耆那教，因为信受「宿命式的业报」、强调苦行，所以极为重视「不杀生」与「不肉食」。但是，在释迦佛陀的教导中，是重在「因缘法」的正觉，藉由「因缘法」的明见，如实知五阴是因缘生，缘生故无常、非我我所，进一步的生起「对五阴应当离贪、断爱，才能断苦」的正见。最后，再依据离贪的正见导向息止五阴的贪爱正道，才能离贪而有慈悲，离贪而解脱。因此，佛陀不认为可以藉由食物种类的拣

择，决定身心的净化与解脱。所以佛陀不仅反对「宿命式的业报」，不作严苛的苦行，也不认为「不受食鱼、肉」可获致圣果。如佛世时僧伽托钵受食，在「不见杀、不闻杀、不疑为我杀」的情况下，也不拒绝鱼、肉的供养。

此外，佛世时印度第一强国摩竭陀国的国王阿闍世弑父篡位，得不到佛陀的认同及支持，遂起了反佛的恶念。阿闍世利用提婆达多的野心，支持、鼓励提婆达多取代佛陀，争取领导僧团的地位。提婆达多争取僧团领导权的作为，受到佛陀的拒绝与呵斥，遂起而对抗佛陀、分裂僧团。提婆达多利用摩竭陀国王舍城人信受的耆那教主张的「不受用鱼、肉」，提出「尽形寿不食肉，可疾证涅槃」⁸及强调苦行的说法，提高自己在王舍城的声望以争取支持，并藉此打击佛陀的权威，争取佛教的领导权，这就是佛史上有名的「提婆达多破僧」事件。提婆达多提出「尽形寿不食肉，可疾证涅槃」的主张，不合正觉、离贪才能导向解脱的修证正轨。虽然「不受食鱼、肉」确实是善法，有助于护生，并且佛陀也曾约制比丘不可受食象肉、马肉、人肉、狗肉、毒虫兽肉、狮子肉、虎肉、豹肉、熊肉、黑肉等十种肉⁹。但是将「不食肉」与「证涅槃」连在一起，是错误的说法，所以受到佛陀的拒绝与呵斥。

提婆达多毁佛、分裂僧团的作为，最后是失败了。但是，此后的传统佛教声闻僧团及居家信士，多将「不食肉」当作是提婆达多的作法。凡是主张「不食肉」的人，一律加以拒绝，并且攻讦是外道、提婆达多的徒众。譬如现今的南传佛教就是如此！但是**提婆达多的错误，是将「不食肉」与「证涅槃」连在一起，这才是佛陀拒绝与呵斥的重点，佛陀拒绝的是不当、错误的见解，而不是「不食肉」**。试想：如果反对「不食肉」，认为「不食肉」即是外道、提婆达多的徒众。那么如何解释佛陀约制僧人不可受食象肉、马肉、人肉、狗肉、毒虫兽

肉、狮子肉、虎肉、豹肉、熊肉、黑肉等十种肉的律戒，不是外道法、「戒禁取」呢？这不会变得「自相矛盾」吗？

因此，对于「不食肉」的人，一律加以拒绝，并且攻讦是外道、提婆达多的徒众，是一种误解佛制与不当的作法。如果任何的学法者，为了「不食肉」无关乎正觉、解脱及「慈、悲、喜、舍」，而坚决的反对「不食肉」。那么此人既是拒绝「无碍正觉、解脱的善德」，更不是真正具有正见的人。因为 佛陀的教导，不是只要弟子实践有关于正觉、解脱的作为而已！凡有利社会人心的善德、良善风俗与世俗法律， 佛陀都要弟子们尊重为之。如约制不食象肉等十种肉，即是如此。

反之，「（大乘）菩萨道」传诵的典籍，把「食肉」和「断大慈种」、「断圣种」连在一起，一样是不当的说法。因为根据 佛陀的教导，显现「慈、悲、喜、舍」的方法是修「七觉分」¹⁰。

如南传《相应部》『觉支相应』54 经：

「云何修习慈心解脱？……依远离、依离贪、依灭尽，回向于舍，以修习慈俱行之念觉支……择法觉支……精进觉支……喜觉支……轻安觉支……定觉支……修习慈俱行之舍觉支。」

所以，「大慈心」和「不食肉」是没有直接的关联。若将「食肉」和「断大慈种」连在一起，既不是正见，也是不当排斥「食肉」的人。

虽然「不食肉」无关乎正觉、离贪、解脱与「慈、悲、喜、舍」的开展，但是「不食肉」确实是「尊重生命」的善德，仍然值得实践。

注解：

1.见《大般若波罗蜜多经》卷四十八：参大正藏 T5 p.273.2-19~20

2.见《中论》卷四：参大正藏 T30 p.33.1-20~p.33.2-3, p.33.2-22~23

3.见《异部宗轮论》一卷：参大正藏 T49 p.15.1-23~24

「（佛般涅槃）后即于此第二百年，大众部中流出三部：一、一说部；二、说出世部；三鸡胤部。」

见《异部宗轮论述记》：参巴续藏 第 83 册 p.435.1

「一说部，此部说世、出世法皆无实体，但有假名。名即是说意，谓诸法唯一假名，无体可得。」

见《大般若波罗蜜多经》卷第五百二十五：参大正藏 T7 p.694.3-25~29

「善现！当知是一切法唯有假名，唯有假相而无真实，圣者于中亦不执着，唯假名相。如是善现，诸菩萨摩訶萨，住一切法但假名相，行深般若波罗蜜多，而于其中无所执着。」

4.见后秦僧肇《肇论》：参大正藏 T45 p.150.3-12~17

5.见《大方广佛华严经》『入不思议解脱境界普贤菩萨行愿品』卷第十：参大正藏 T10 p.706.2-1~4

「一切众生所造因业相续次第，一切众生所受果报相续次第，如是乃至一切名相展转出生无尽缘起相续次第。」

见澄观《大方广佛华严经随疏演义钞》卷第一：参大正藏 T36 p.2.2-3~11

「老子意，彼道经云：道可道非常道……玄之又玄，众妙之门。……今借其言而不取其义：意以一真法界为玄妙体，即体之相为众妙矣。」

6.见《修大方广佛华严法界观门》：参大正藏 T45

(1)真空观：即华严宗的理法界观。分为会色归空观：（四门）、明空即色观（四门）、空色无碍观、泯绝无寄观等十门。

(2)理事无碍观：即华严宗的理事无碍法界观。分为理遍于事门、事遍于理门、依理成事门、事能显理门、以理夺事门、事能隐理门、真理即事门、事法即理门、真理非事门、事法非理门等十门。

(3)周遍含容观：即华严宗的事事无碍法界观。分为理如事门、事如理门、事含理事门、通局无碍门、广狭无碍门、遍容无碍门、摄入无碍门、交涉无碍门、相在无碍门、普融无碍门等十门。

7.见《大般涅槃经》：参大正藏 T12 p.386.1-15~16, p.686.1-10

见《大般泥洹经》卷三：参大正藏 T12 p.868.3-26

8.见《铜鞮律》「犍度」『小品』的「破僧犍度」：参南传大藏经《律部》第 4 册 p.249

9.见《铜鞮律》『小品』「药犍度」第二诵（苏卑供养及肉食）、第三诵（私呵将军）：参考汉译南传大藏《律部》第 3 册 p.287,p.30

10.见大正藏《杂阿含》743 经；南传《相应部》『觉支相应』54 经

七十七种智

节录自 随佛法师之《相应菩提道次第》
第四章「老病死」之缘由与灭尽 第二节 明、无明
第四品 如实智见 第一目 七十七种智

1-4-2-4.1.1 五蕴、集、灭、味、患、离如实知，是为七十七种智

SĀ357 大正藏《杂阿含》357 经； **S12.34**《相应部》因缘相应 34 经

如是我闻：一时，佛住舍卫国只树给孤独园。

尔时、世尊告诸比丘：「有七十七种智。谛听，善思，当为汝说。云何七十七种智？生缘老死智，非余生缘老死智，过去生缘老死智，非余过去，生缘老死智，未来生缘老死智，非余未来生缘老死智，及法住智无常、有为、（心？所）缘生、尽法、变易法、离欲法、灭法、断智。如是生……。有……。取……。爱……。受……。触……。六入处……。名色……。识……。行无明缘行智，非余无明缘行智，过去无明缘行智，非余过去无明缘行智，未来无明缘行智，非余未来无明缘行智，及法住智无常、有为、（心？所）缘生、尽法、变易法、无欲法、灭法、断智，是名七十七种智」。

佛说此经已，诸比丘闻佛所说，欢喜奉行。

【注】本文中心所缘生的「心所」，是《相应部》所无，应是《杂阿含》之译者求那跋陀罗，出于本身宗于「如来藏」思想所致，认为一切是「如来藏」所生，而增附「心所」一词。如实知「五蕴、集、灭、味、患、离」，即如实知「老死之集、灭、味、患、离」。

古老經說 白話摘要

台湾 编辑组

1.SĀ357 大正藏《雜阿含》357 經

我曾经亲耳听 佛陀这么说的：有段时间，佛陀住在舍卫国祇树给孤独园。

当时，佛陀对在场的比丘开示：「有七十七种智，仔细听好！好好追根究底的观察！现在就为你们说。什么是七十七种智呢？

『有生之因缘才有老死』之智，『没有生之因缘就没有老死』之智；『过去有生之因缘才有老死』之智，『过去没有生之因缘就没有老死』之智；『未来有生之因缘才有老死』之智；『未来没有生之因缘就没有老死』之智；以及『因缘法故是无常、有漏、缘生、灭尽、变动不定、不能贪爱、因缘灭而灭、应断除之法』之智。

同此，生……有……取……爱……受……触……六入处……名色……识……行……。『有无明之因缘才有行』之智，『没有无明之因缘就没有行』之智；『过去有无明之因缘才有行』之智，『过去没有无明之因缘就没行』之智；『未来有无明之因缘才有行』之智，『未来没有无明之因缘就没行』之智；以及『因

缘法故是无常、有漏、缘生、灭尽、变动不定、不能贪爱、因缘灭而灭、应断除之法』之智。这叫做七十七种智。

佛陀解说这教导后，比丘们听闻 佛陀的教导，恭敬欢喜的依法修行。



古老經說 讀後感言

台湾 法源

SA357 大正藏《雜阿含》357 經

很久以前看到这篇经文的时候，会有一种疑惑，我们不是只能活在现在吗，那为什么要讲过去和未来的因缘法？

这让我联想到现在很多电视剧或电影都喜欢拍摄一种名为「穿越剧」的题材，其内容就是主角穿越时空到达过去或未来的剧情。到过去就是为了改变过去的某些历史事件或者是维持其不变，而期待主角所活的现在能维持现状或更美好。到未来的剧情，就是了解未来发生了什么事情，主角就企图回到现在改变些什么，使未来的凶事不发生或使好事发生。

这类影片大都能吸引许多人观看，因为这类影片能发挥的空间极大，可以满足大众的好奇心理，更重要的是能满足大家期待的美好。

对大家而言，过去的事在过去发生，现在的事在现在发生，未来的事在未来发生。于是我们会对过去后悔，对现在不满，对未来期待与不安。

直到听大师父一系列的指导后，才逐渐明白，以

前的想法，是把过去、现在、未来切成三段，才导致这种疑惑的发生。记得大师父说过，过去的改变我们称作现在，现在的改变我们称作未来。

而七十七种智的历程，末学解读为，由明见对通贯三世之十二因缘的集起与灭尽，了知于因缘现实应该舍断不当的妄想和期待，才能于现在远离苦的逼迫。

记得大师父说过，过去种种其影响力是于现在展现，而现在的作为可以改变这影响的表现。这代表了一件事，要改变历史事件对现在的影响，根本不用回到过去，反而是尽力在当前改变因缘、改变想法、改变做法，使影响的方向被调整。

由此，那么修行可以解读为，就算以往无明贪爱影响深重，但现在起开始改变，把生活方向调整成亲近善士、听闻正法，听法之后追根究柢的观察，改变认知，生命的方向将由追逐喜乐的模式，改变成以离断痛苦为导向的生命模式。如此，将不再对过去后悔，对现在不满，对未来期待与不安，彻底往灭苦之道前进。



部派论书 与 经说传诵的演变

（一）部派经说传诵的演变 - 1

接《正法之光》第 27 期 p.17~p.24

选录自 随佛法师 Bhikkhu Vūpasama 着《原始佛法与佛教之流变》© 2010

佛灭后 116 年佛教部派的分裂，形成了保持传统教说的阿难系僧团，还有创新教说的优波离系分别说部及大众部僧团。阿难系僧团重在保持务实、实证的原有佛教教说，优波离系分别说部及大众部僧团则朝向理想化、神化的世俗需要来发展新的教说，所以佛教僧团形成了「务实、实证」与「理想化、神化」两大路线的竞合发展。最后，在佛灭后约 250 年（137 B.C.），保持传统教说的阿难系僧团失败了。

虽然理想化、神化的「菩萨」、「佛陀」信仰，扩大了佛教的信众规模，但是神化的「圣者典范」不仅使佛教日渐的神道化，也使得配合「神化圣者信仰」发展的新教说日益昌盛，终至让佛教忘失了佛陀原有的教说，造成佛弟子迷失解脱、证菩提的正道，而不得不「各说个话，莫衷一是」的部派见解，促成佛教陷在不断发展新教说与不断分裂的困境。

当佛教发生部派分裂以后，宣扬部派思想的『阿毗达磨（论述）』被不当的推崇，成为与佛说之「经」、「律」同列（三藏）的学法标准。例如：南传铜牒部佛教在教育学人上，多还是采取先读『阿毗达磨（论述）』，后读佛经的引导方式，这就是确立

部派的传统教育方法。部派佛教的教说，形塑出后世佛教学人的生命观、世间观、人生观、生死观、圣贤观，进而影响了佛教学人的生活态度及现实佛教的面貌，彻彻底底的改变了由 释迦佛陀启化的佛教（原始佛教）。

一、《舍利弗阿毗昙》对佛教发展的影响

佛教最早传出的『阿毗达磨（论述）』，是分别说部传诵的《舍利弗阿毗昙》。《舍利弗阿毗昙》提倡的「新教说」，如「菩萨」、「三十二相」、「如来十力、四无所畏」¹，还有「五下分结」、「五上分结（无明最后断）」²……等，彻底的改变了佛教传统经说的「圣者典范」、「生死观点」、「修证次第」，深深的影响了后世佛教信仰的形态及演变，促成各种「部派学说哲理、实践方法」的发展及部派的分化竞争。

在种种「新教说」当中，最需要注意的改变，是《舍利弗阿毗昙》为了配合理想化、神化的「菩萨」、「佛陀」信仰，提倡了「无明最后断（五上分结）」的新修证次第，修改了 佛陀教法的核心——十

二因缘法的解说及分位，也就是将原本以「六入处」为分位的十二因缘说，改为以「识」为生之始的分位说，造成「十二因缘法的解说法」无法和 佛陀教导的「禅法」契合，使得部派佛教的禅法错乱分歧，远离正觉、解脱的正道。关于「十二因缘法」的原说及分位探究，留待下一章再作详细说明。

除此以外，各部派为了将新出的「自部部义」（各部集成为自有的『阿毗达磨（论书）』），建立权威可信的地位，一方面将原有的传统经说传诵，部份加以修改成符合「自部部义」的新传诵面貌；二方面在原有的经说传诵中，加入符合「自部部义」的新经说。这些契合「自部部义」的增新经说与修改传诵，揉杂在原有的传诵当中，形成「古新不分，偏正合集」的部派传诵型式。这种揉杂「自部部义」的经说传诵，强化了部派自有『阿毗达磨（论书）』的权威，而附会于佛说或圣弟子传的『阿毗达磨（论书）』，也肯定了揉杂「自部部义」的经说传诵。揉杂「自部部义」的经说传诵，还有部派自有的『阿毗达磨（论书）』，两者都是为部派的确立提供了「合法性」的基础。

1-1 探究古老教说的根据

1-1-1 关于四部圣典的发展

佛灭后 116 年佛教发生部派分裂前，当时佛教各地僧团的共传经说，是从佛灭当年「第一次结集」至佛灭后百年「第二次结集」，历经百年的发展所形成的四部圣典。关于四部圣典的集成次第，经师传承的阿难系说是先集《相应部》，律师传承的优波离系大众部及分别说部，都说是先集《长部》。经师（阿难系僧团）记载的《相应阿含》、《长阿含》、《中阿含》、《增壹阿含》等集经次第³，是在陈述圣典集成历史的次第。律师（优波离系僧团）传说的次第，如大众部⁴、分别说系化地部⁵说的《长阿含》、《中阿含》、《相应阿含》、《增壹阿含》，或是分别说系其余的法藏部⁶、饮光部⁷说的《长部》、

《中部》、《增支部》、《相应部》等次第，或是铜鑼部⁸ 编辑的《长部》、《中部》、《相应部》、《增支部》等次第，应当都是在「第二次结集」四部圣典发展完备后，因为部派的分裂促成各部派依据四部圣典的内容，另外再编排出自部作为引导世人信仰、学法、辨证、禅修与生活日用的运用次第。因此，阿难系僧团的记载是表述四部圣典集成的历史过程及次第，优波离系诸部派传说的次第，则是重在表现自身部派的运作及取用。

四部圣典的集出及内容，是由「第一次经典结集」至佛灭百年间，僧团当中的「持经者 *suttadhara*（或称「持法者 *dhammadhara*」）」及「持母者 *mātikādhara*」⁹ 的持诵内容所编集而成。「持经者」是持诵『因缘』、『食』、『圣谛』、『界』、『五阴（蕴）』、『六处』、『道品（四念处等）』等七事相应教（修多罗），还有佛灭百年间增新、附会为「佛说」、「佛弟子说」的『记说』，以及传说出自护法八众之歌咏、偈颂性质的『祇夜』。「持母者」是持诵「经法纲要（本母）」，「母」是指目得迦（巴 *mātika*）、摩咄理迦（梵 *mātrkā*），又称为本母、智母，行母等，这是指从传统的经说传诵中，加以整理出诸经说的纲要及通义，成为经法要略的传诵。根据《根本说一切有部毗奈耶》『杂事』卷四十¹⁰、《阿育王传》卷四¹¹、《阿育王经》卷六¹² 等记载的比对，发现对于「经法纲要（本母，巴 *mātika* 目得迦，梵 *mātrkā* 摩咄理迦）」的「智母」、「本母」、「摩塞里迦」、「摩得勒伽」的内容，一致共说的是「四念处、四正勤、四神足、五根、五力、七菩提分、八圣道分」。这也就是在早期经说传诵当中，被称为『修多罗（包括因缘、食、圣谛、界、五阴（蕴）、六处、道品等七事相应教）』的『道品』部份。在佛灭后百年「第二次经典结集」时，「持经者」持诵的『七事修多罗』、『记说』、『祇夜』等九部经，被僧团依照经说的长短，分编为《相应阿含》、《中阿含》、《长阿含》；「持母者」持诵『七事修多罗』、『记说』、『祇夜』等九部经的「本母」，则分类纂集为《增壹阿含》。因此，在

「第二次经典结集」时，共有四部经典的集成。

四部经典的集成次第，在不同部派的《律藏》陈述中（参考《正法之光》第27期p.22~p.23），可以见到《长阿含》（《长部》）编在《中阿含》（《中部》）之前，《中阿含》（《中部》）则在《增壹阿含》（《增支部》）之前，这三部经典如是编排次第，是所有部系的共说。真正差异的说法，是《相应阿含》（《相应部》）与《增壹阿含》（《增支部》）的编排次第。

四部圣典当中的《增壹阿含》为最后集出的说法，是阿难系说一切有部、优波离系的大众部与分别说系化地部、铜鞮部的共说。虽然分别说部系的法藏部、饮光部不是这么传说，但是可以说部派初分时，两大部系、三大部派都有《增壹阿含》最后集出的记载。如此可见，《增壹阿含》为最后集出的记载，应当是相当可信的说法。

关于《相应阿含》（《相应部》）的编排次第，阿难系僧团¹³则依集成历史的先后，将保持「第一次结集」集成之『七事修多罗』的《相应阿含》，说是编在其他三部经典的前面；大众部¹⁴是说《相应阿含》编在《中阿含》之后，列在佛教辞典性质的《增壹阿含》之前；分别说部系的化地部¹⁵、铜鞮部¹⁶是与大众部的编集次第相同，将《相应部》编在《中部》之后，《增支部》之前；分别说部系的法藏部¹⁷、饮光部¹⁸则是将《相应部》编在《长部》、《中部》、《增支部》的后面，列在自部编集的《杂藏》之前。

然而，笔者个人认为目前的经说传诵包含了古说及增新，古说的重点应当是在「显扬不共世间的真实义」，而增新主要应是出于两种目的：第一个目的，应当是为了详细解说佛陀的教导，辨明佛法的真义，厘清学人的疑虑，破斥讹误的说法，引摄学人契入佛法；第二个目的，应是仰敬佛陀的圣德，赞叹佛法的殊胜及利益，传扬僧团的清净与功德，引导人天归敬佛、法、僧。因此，出自第一类目地的增新传诵，多是附会为「佛说」、「佛弟子说」的『记

说』，因为这类增新是为了「解说佛法，辨明真义，厘清疑虑，破斥讹误，引摄入法」，所以经说的篇幅应当会比原有古老的『七事修多罗』更长，并且是越后期增新的经篇就越长。理由是经过初步的解说后，如果学人还无法明白，再次的解说必会更加详细广博。如此一来，这类的增新经诵，应是先传出短篇，次为中篇，后为长篇。出自第二类目地的增新传诵，多为传说出自护法八众之短篇歌咏、偈颂的『祇夜』，这类增新的出现应当相当的早，这是在严谨的经说法教之外，为了通俗布教的需要而形成的赞咏，内容简约、感性，应对的对象相当的多面。

如果真是如笔者所言，四部经典的集成次第，当然原有的古说是最初的传诵，那么传诵「第一次经典结集」集成之『七事修多罗』的《相应阿含》，必定是被编在最前面。另外，在佛灭后百年间增新、附会为「佛说」、「佛弟子说」的『记说』，还有传说出自护法八众之短篇歌咏、偈颂的『祇夜』，都是在「第二次经典结集」时，由佛教僧团依照经说的短、长予以分编。僧团分编时，属于短篇歌咏、偈颂的『祇夜』与短篇的『记说』，是与短篇经说为主的『七事修多罗』合编为《相应阿含》，这些内容既有初始集成的古老经说，也有较早传出的增新传诵；属于中篇的『记说』传诵，多是在短篇经说之后传出，应当是编在短篇经说为主的《相应阿含》之后，成为《中阿含》，内容应当是稍晚些时期才传出的增新传诵；属于长篇的『记说』传诵，内容多是仰赞佛陀的圣德，引摄世人崇仰世尊，增进世人对佛陀与佛法的崇敬为主，这些内容很可能是在佛陀入灭后，随即作出的增新传诵，弟子们藉由怀念、推崇佛陀的伟大，方便摄化一般世人归佛，如此才会被编在《中阿含》之前，成为《长阿含》。最后编集出来的圣典，应当是由「持母者（持经法纲要者）」持诵九部经（『七事修多罗』、『祇夜』、『记说』）的「本母」，经由分类纂集而成的《增壹阿含》。

或许，《相应部》、《长部》、《中部》、《增支部》的次第，才是四部圣典内容的传出次第，而这

正是经师传诵的说法（见注 13《根本说一切有部毗奈耶》『杂事』）。其他的编排法，应当是各部派依据自部教化及运用的需要，而编列的次第，所以四部圣典的编排次第是各有不同。部派分裂后，再另外编集出第五部《杂藏》（《杂部》、《小部》）的分别说部系与大众部系，都是把最后集出的《杂藏》编在四部圣典之后。

在分别说系锡兰铜牒部传诵的五部巴利圣典，还有汉译四部『阿含圣典』（《相应阿含》、《中阿含》出自阿难系说一切有部，《长阿含》出自分别说系法藏部，《增壹阿含》可能出自大众系说出世部）中，可以见到许多增新的部义经说，还有被修改过的传诵内容。

如果要厘清甚么是 佛陀的原说？了解甚么是百年内的增新传诵？又探究出甚么是部派分裂以后才有的「部派增新」与「修改的传诵」？这些问题的厘清，绝对需要针对包含「第一次经典结集」集成的《相应阿含》（《相应部》）作深入的考证与研究，否则必定无法确认这些重要问题的答案何在。

1-1-2 关于《相应阿含》

阿难系说一切有部传诵的《相应阿含》，经历了四个阶段的发展：

一、佛灭当年（387 B.C.）「第一次经典结集」集出『因缘』、『食』、『圣谛』、『界』、『五阴（蕴）』、『六处』、『道品（四念处等）』等七事相应教（修多罗），这是 释迦佛陀亲说教法的集成，也是最初的佛教教说（原始佛法）。初始集成的经说，是采取「合诵」的方式集成，也是用「忆持」的方式传诵于后世。当时僧团没有采用「固定类型的语言」来传诵集成的经说，犹如 佛陀住世时，依各地僧团的地方用语，忆持、传诵佛陀的教导。

二、佛灭百年「第二次结集」时（287 B.C.），将「第一次结集」集成的七事相应教（即『修多

罗』），还有佛灭百年间才增新而附会于「佛说」、「佛弟子说」之『记说』当中的短篇经诵，以及护法八众所说的短篇偈颂——『祇夜』，正式的编集为《相应阿含》的原型。

三、佛灭后 116 年（271 B.C.），佛教发生「五事异法」的论争，分裂为阿难系僧团与优波离系的分别说部（自称上座部）、大众部，此后分别说部、大众部各自结集出自部的『阿毗达磨（论述）』（分别说部传诵《舍利弗阿毗昙》，大众部传诵《昆勒》）与增新的《杂部》经说，而阿难系僧团则是尽力的维持「第二次结集」集成的四部圣典，无有『阿毗达磨（论述）』及《杂部》经说的编纂。

四、佛灭后约 250 年（137 B.C.），阿难系僧团有迦旃延尼子受到《舍利弗阿毗昙》的影响，写出揉杂《舍利弗阿毗昙》思想的《发智论》，改变阿难系僧团维护经说、律戒而不弘『阿毗达磨（论述）』的立场，造成阿难系僧团的分裂，才分化为雪山部与重论的说一切有部。此后，说一切有部传诵的《相应阿含》，即从「第二次结集」时集成的内容、型式，经历佛灭后 116~250 年间的维护古说阶段，进入说一切有部再加以编纂为「具有自部论义」色彩的经说传诵，这包括了增新、编修、纂集，当然多少也融摄了其他部派的传诵在内。见隋朝吉藏著作的《三论玄义》¹⁹：

「上座弟子（此指阿難系僧團，不是自稱上座部的分別說部）但弘經，以經為正。律開遮不定；毗曇但釋經，或過本，或減本，故不正弘之，亦不棄舍二藏也。而薩婆多部（即說一切有部），謂毘曇最勝，故偏弘之。……上座弟子見其棄本弘末，四過宣令，遣其改宗，遂守宗不改，而上座弟子移往雪山避之。」

1-1-3 关于《相应部》

分别说系传诵的《相应部》，经历了五个阶段的发展，第一、第二个阶段等同《相应阿含》，当部派

分裂后则由分别说部自行编集出自部的传诵：

一、佛灭当年（387 B.C.）「第一次经典结集」集出『因缘』、『食』、『圣谛』、『界』、『五阴（蕴）』、『六处』、『道品（四念处等）』等七事相应教（修多罗），这是 释迦佛陀亲说教法的集成，也是最初的佛教教说（原始佛法）。

二、佛灭百年「第二次结集」时（287 B.C.），将「第一次结集」集成的七事相应教（即『修多罗』），还有佛灭百年间才增新而附会于「佛说」、「佛弟子说」之『记说』当中的短篇经诵，以及护法八众所说的短篇偈颂——『祇夜』，正式的编集为《相应阿含》的原型。

三、佛灭后 116 年（271 B.C.），「五事异法」的论争后，佛教分裂为阿难系僧团与优波离系的分别说部（自称上座部）、大众部。当时优禅尼的分别说部率先结集出自部的『阿毗达磨（论述）』——《舍利弗阿毗昙》（传说又有破斥他宗的《论事》²⁰ 集出），还有增新的第五部经说——《杂部》（现称为《小部》）。除此以外，分别说部又将「第二次结集」集成的《相应部》、《长部》、《中部》、《增支部》等四部圣典，加以重新纂集为「具有自部论义」色彩的经说传诵，包括了增新经篇、纂集新旧经句、编修经篇的分类及次第。

四、公元前约 26 年（佛灭后约 361 年），分别说部分化于锡兰岛的大寺派僧团，举行大寺派的自派结集，编集成自派（铜牒部）的五部圣典、《铜牒律》及『阿毗达磨（论述）』的传诵。此时，锡兰铜牒部传诵的《相应部》，才形成具有自部论义形态的部派传诵。

五、公元后四、五世纪，南印的觉音论师前往锡兰大寺派，将大寺派传诵的三藏改用巴利语书写传诵，这成为今日南传佛教传诵的源头。

如果要探寻 佛陀的原说，必须探究「第一次经典结集」集出之『七事相应教（修多罗）』，而『七事相应教（修多罗）』是记载在汉译《相应阿含》、巴利《相应部》当中。由于目前的《相应阿含》与《相应部》，都是「具有部派论义」色彩的部派传诵，所以对照《相应阿含》与《相应部》当中的『七事相应教』，就成为不可缺少的基础了。

然而，只有对照目前《相应阿含》与《相应部》当中的七事相应教，找出两部经说的共同传诵，是绝对不足以完全的确定 佛陀的原说。原因是目前的《相应阿含》与《相应部》的内容，都是部派传诵的形态，不仅记载着「第一次经典结集」的集成，还包含了「第一次经典结集」后至佛灭百年间的增新，以及部派分裂以后的部派见解。两部圣典都有揉杂「部派论义」在内，并且不同部派的主张，彼此经过长久时间的竞合发展，或多或少会有相互融摄的情况，发展出共同承认、传诵的「部派论义」。

因此，不同部派之间的经法共说，不能等同「第一次经典结集」集出的经说传诵。除了探寻两部圣典当中『七事相应教』的共说以外，还要依据佛教发展的史实，厘清佛灭百年内的增新，各部派的自部主张及特义，以及部派之间的起承转合，才能真正明白何等经法共说是出自初始的传诵，了知何等经说共说是出佛灭百年内的增新，确认何等共说是出自部派之「部义经诵」的相互融摄。

如果对于佛教部派的分裂与发展有确当的认识，才能在对照阿难系说一切有部传诵的《相应阿含》及分别说系锡兰铜牒部传诵的《相应部》时，经由许多同等古老经篇的显示，既可以清楚的看到经说传诵原有的共说（佛陀原说的内容），也可以看出「部派」对原有传诵的改变。

以下，列举《相应部》与《相应阿含》的经文对照，可以证明「佛陀原说」的教导，也可以发现在「部派部义」的影响下，形成了「部派传诵」与「部

1-1-4 如何探究原始的教说

义经说」的事实。

二、古老经法共说的菩提道次第

2-1 总说菩提道次第

关于 释迦佛陀教导的菩提道修证次第，根据阿难系说一切有部传诵的汉译《相应阿含》（误译名《杂阿含》）296,287,379 经及分别说系锡兰铜牒部传诵的《相应部》『因缘相应』第 20,65 经、『圣谛相应』第 11 经中，都有同等的记载及说明。当年 佛陀初转法轮时，向憍陈如等五比丘教导的说法来看，佛陀是先正觉「因缘法、缘生法（十二因缘的集法）」，正见五阴是缘生，如是则能舍断缘生法是「常、乐、我、净」的「妄见」，所谓了知缘生法则无常、苦、非我亦非我所，再得以明见「当已正觉因缘、缘生，若能于缘生五阴离贪、断爱，必能断苦」，如此明见「十二因缘的灭法」，接着明见古仙人道的「八圣道」，成就「四圣谛第一转、四行」的正觉。其次，依据「四圣谛第一转、四行」的正觉，再次第的修学「出世间八圣道」满足，正定成就，具足了「四圣谛第二转、四行」的修行。当修学「出世间八圣道」满足，正定已经成就，即完成了无明、贪欲、瞋恚的断尽，成就解脱、解脱知见，具足「四圣谛第三转、四行」的修证。如是次第修习成就正觉、离贪、慈悲喜舍、解脱、成就阿耨多罗三藐三菩提，完整的修证历程就是「次第成就四圣谛三转、十二行」。

这一教导的修证次第，在说一切有部传诵的《相应阿含》296,287,785,379 经，还有铜牒部传诵的《相应部》『因缘相应』第 20,65 经、『圣谛相应』11 经、《中部》（117）『大四十法经 Mahācattārisaka Sutta』，都是同样的指出：

一、先见「十二因缘的集起（无明缘行、行缘识……生缘老病死忧悲恼苦）」，成就正觉，正见无明、行……老病死等都是缘生法，断除「恒常想」、「我想」、「众生想」、「寿命想」、「忌讳吉庆

想」等等妄见（《相应阿含》296 经、《相应部》『因缘相应』第 20 经）。

二、再进一步的正见「不知因缘、缘生者，即会对缘生法生贪爱」，如是则有生、老病死的集起。若是「已正觉因缘、缘生者，即正见缘生法则无常、苦，对缘生法离贪、断爱」，如是则有生、老病死的灭尽。明白「凡集法者，悉皆有灭法」²¹，正知「十二因缘的灭法（无明灭则行灭、行灭则识灭……生灭则老病死忧悲恼苦灭）」（《相应阿含》287 经、《相应部》『因缘相应』第 65 经）。此时已经如实知「五阴集法、灭法」，得明、断无明²²。

三、当正见「十二因缘的集法与灭法（见老病死如何起与如何灭，此时修行者还未解脱，老病死也还未灭）」，接着得见「能对缘生法离贪、断爱」，就是解脱生、老病死的古仙人道，这一离贪、灭苦的古仙人道就是八正道。此时已经明见老病死苦、老病死苦的集法、老病死苦的灭法、老病死苦灭尽的正道，已经成就「四圣谛第一转、四行」的正觉（《相应阿含》287 经、《相应部》『因缘相应』第 65 经），成就了「慧根」及「信根」²³。

四、当已经明见老病死苦、老病死苦的集法、老病死苦的灭法、老病死苦灭尽的正道，成就「四圣谛第一转、四行」的正觉后，即能依据「四圣谛第一转、四行」的正觉，也就是具足「慧根（四圣谛如实知）」，摄导精进修行的「精进根」、「念根」、「定根」²⁴，修习离贪、断爱之出世间八正道，这就是「四圣谛第二转、四行」的修证。如《相应阿含》785 经（《中部》（117）『大四十法经』）所说：

「圣弟子，苦、苦思惟，集……，灭……，道、道思惟，无漏思惟相应于法，选择、分别、推求、觉知、黠慧、开觉、观察，是名正见，是圣、出世间、无漏、不取、正尽苦、转向苦边。……圣弟子，苦、苦思惟，集……，灭……，道、道思惟，……是名正志是圣、出世间、无漏、不

取、正尽苦、转向苦边。……圣弟子，苦、苦思惟，集……，灭……，道、道思惟，……是名正语是圣、出世间、……是名正业是圣、出世间、……是名正命是圣、出世间、……是名正精进是圣、出世间、……是名正念是圣、出世间、……是名正定是圣、出世间、无漏、不取、正尽苦、转向苦边。」

五、当依「四圣谛第一转、四行」的正觉，摄导出世间八正道的修行，次第的修行成就出世间正定，具足五根，完成「四圣谛第二转、四行」的修证后，即已经完成愚痴、贪欲、瞋恚的断尽，成就解脱，具足解脱知见，得身作证：「自知不受后有」。这正是「四圣谛第三转、四行」的成就，得成就正觉、离贪、解脱、阿耨多罗三藐三菩提。此一修证次第，在说一切有部传诵的《相应阿含》749,379 经，还有铜牒部传诵的《相应部》『圣道相应』第 1 经、『圣谛相应』11 经，都是清楚、同等的说法：

《相应阿含》749 经：「若起明为前相，生诸善法时，惭、愧随生；惭愧生已，能生正见。正见生已，起正志、正语、正业、正命、正方便、正念、正定，次第而起。正定起已，圣弟子得正解脱贪欲、瞋恚、愚痴；如是圣弟子得正解脱已，得正知见：我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有。」

《相应部》『圣道相应』45.1 经：「诸比丘！以明为前，因生善法，随生惭愧。诸比丘！随明於有智者则生正见，有正见则生正思惟，有正思惟则生正语，有正语则生正业，有正业则生正命，有正命则生正精进，有正精进则生正念，有正念则生正定。」

《相应阿含》379 经：「我已於四圣谛、三转、十二行，生眼、智、明、觉故，於诸天、魔、梵，沙门、婆罗门，闻法众中，得出，得脱，自证得成阿耨多罗三藐三菩提。」

《相应部》『圣谛相应』56.11 经：「我於四圣谛以如是三转、十二行相之如实智见尚未达悉皆清净时，诸比丘 我於天、魔、梵世、沙门、婆罗门、人、天众生中，不被称之为无上正等觉之现等觉。」

2-2 圣慧在前摄导正道的修行

在说一切有部传诵的《相应阿含》655 经，还有铜牒部传诵的《相应部》『根相应』第 52 经，都是清楚、同等的指出「明见四圣谛的慧根」在前，摄导信根、精进根、念根、定根的修证。

《相应阿含》655 经：「信根者，当知是四不坏净。精进根者，当知是四正断。念根者，当知是四念处。定根者，当知是四禅。慧根者，当知是四圣谛。此诸功德，一切皆是慧为其首，以摄持故。」

《相应部》『根相应』48.52 经：「如是於圣弟子，若圣智尚未生，则无四根之等住，无四根之安住。诸比丘！於圣弟子，若圣智已生，则有四根之等住，有四根之安住。以何为四根耶？信根、精进根、念根、定根是。」

2-3 先见十二因缘集、灭法，得明、断无明

佛陀教导的修证次第，是先如实知见「十二因缘法、缘生法」成就正觉，随后即明白「十二因缘的灭法」²⁵。如当年憍陈如见法时说：「有集法者，悉皆有此灭法。」²⁶当明见「十二因缘的集法与灭法」，就是已得法眼²⁷、得明、断无明²⁸。见南传《相应部》『预流相应』28 经、『因缘相应』21 经、『蕴相应』126 经，《相应阿含》846-2,256 经：

《相应部》『预流相应』55.28：「圣弟子当止息五种怖畏、怨讎，成就四种预流，以慧善观圣理，善通达时，若心欲者，则自得记别，而曰：「于我地狱天尽、畜生天尽、饿鬼趣天尽、恶生、恶



趣、堕处天尽，而得预流，堕法灭、决定、趣向等觉。……以何为慧善观圣理，善通达之耶？……谓：缘无明生行，缘行生识，……缘生生老死愁悲苦忧恼。如是，此为一切苦蕴之集起。又：无明无余离灭故行灭，……生灭故老死愁悲苦忧恼灭。如是，此为一切苦蕴之灭。」

《相应阿含》846-2：「若比丘于五恐怖、怨对休息，三事决定不生疑惑，如实知见贤圣正道，彼圣弟子能自记说：地狱、畜生、饿鬼恶趣已尽，得须陀洹，不堕恶趣法，决定正向三菩提，七有天人往生，究竟苦边。……何等为圣道如实知见？谓十二支缘起如实知见。如所说：是事有故是事有，是事起故是事起，如缘无明行，缘行识，缘识名色，缘名色六入处，缘六入处触，缘触受，缘受爱，缘爱取，缘取有，缘有生，缘生老病死、忧悲恼苦，是名圣弟子如实知见。」

《相应部》『因缘相应』12.21：「色如是如是，色之集如是如是，色之灭如是如是；受如是……；想如是……；行如是……；识如是如是，识之集如是如是，识之灭如是如是。……即缘无明有行，缘行有识……如是此是全苦蕴之集。依无明之无余，依离贪灭乃行灭，依行灭乃识灭……如是此为全苦蕴之灭。」

《相应部》『蕴相应』22.126：「於此处有有闻之圣弟子。有色集法者，如实知有色集法。有色天法者，如实知有色天法。有色集、天法者，如实知有色集、天法。有受集法者…乃至…有想集法者…乃至…有行集法者…乃至…有识集法者，如实知有识集法。有识天法者，如实知有识天法。有识集、天法者，如实知有识集、天法。比丘！说此为明，如是为明人。」

《相应阿含》256：「所谓明者是知，知者是名为明。又问：何所知？谓色生、灭法，色生、灭法如实知；色无常，色无常如实知；色磨灭法，色磨灭法如实知。（受……；想……；行……；）识生、灭法，識

生、灭法如实知；识（无常），识无常如实知；识磨灭法，识磨灭法如实知。」

2-4 先见十二因缘集、灭法，后见八正道

如理作意（向根源作意观察）是指正观「十二因缘的集法」成就正觉，即能智见「五阴是缘生，缘生法则无常、苦、非我亦非我所」，了知不知五阴是缘生者的无明者，则对五阴生贪爱，因贪爱则系着于五阴苦。接着，已经如是如实知见「十二因缘的集法」（先知法住），则能明见「若对缘生法能离贪、断爱，就能离苦」，如是得以「明白十二因缘的的灭法」，确知「确实有生死苦的集起，也确实有生死苦的灭尽」（后有涅槃）。接着，如实知唯有对缘生法能离贪、断爱，才能真正的离苦，所以智见「离贪、断爱是灭苦的正道」，此谓「八正道」。见《相应阿含》287,768 经²⁹（南传《相应部》『因缘相应』65 经、『道相应』2 经）：

《相应阿含》287：「我忆宿命，未成正觉时，独一静处，专精禅思，作是念：何法有故老死有？何法缘故老死有？即正思惟，生如实无间等，生有故老死有，生缘故老死有。是有……。取……。爱……。受……。触……。六入处……。……我复作是思惟：何法无故行无？何法灭故行灭？即正思惟，如实无间等，无明无故行无，无明灭故行灭；行天故识灭，识灭故名色灭，名色灭故六入处灭，六入处灭故触灭，触灭故受灭，受灭故爱灭，爱灭故取灭，取灭故有天，有天故生天，生天故老病死、忧悲恼苦天，如是如是纯大苦聚灭。我时作是念：我得古仙人道……谓八圣道：正见，正志，正语，正业，正命，正方便，正念，正定。」

《相应阿含》768：「佛告阿难：……我为善知识故，令诸众生修习正见，依远离，依无欲，依灭，向於舍；乃至修正定，依远离，依无欲，依灭，向於舍。」

《相应部》『道相应』45.2 经：「阿难！云何有善知识、善伴党、善随从之比丘，修习八支圣道，多修八支圣道耶？阿难！於此有比丘，依远离、依离贪、依灭尽，回向於舍，以修习正见；依远离[、依离贪、依灭尽、回向於舍，]以修习正思惟；……以修习正语；……以修习正业；……以修习正命；……修习正精进；……修习正念；依远离、依离贪、依灭尽、回向於舍，修习正定。阿难！如有善知识、善伴党、善随从之比丘，修习八支圣道，多修习八支圣道。」

阿难！应依此理而得知：有善知识、善伴党、善随从者，此悉皆为梵行。阿难！以我为善知识，故有生法之众生，解脱生；有老法之众生，解脱老；有死法之众生，解脱死；有愁、悲、苦、忧、恼法之众生，解脱愁、悲、苦、忧、恼。阿难！应依此理而知，有善知识、善伴党、善随从者，此悉皆为梵行。」

2-5 先断无明得慧解脱，后断贪欲得心解脱

首先针对「如实观察五阴如何生起（如理作意）」，得正觉「十二因缘的生法（集法）」、断无明，接着再次第的修习，得明见「四圣谛」，成就「四圣谛第一转、四行」的正觉，具足「慧根」，成就「慧解脱」。接着，依「四圣谛」的如实智见为前导，引摄「出世间八正道」的修行，修学离贪、断爱、出世间的正见、正志……正定，次第而起。正定起已，「出世间八正道」的修行满足，已经离贪、断爱成就「心解脱」，具足解脱知见，得身作证：「我生已尽，自知不受后有」³⁰。见《相应阿含》710,2,49,5 经、《相应部》『蕴相应』52 经：

《相应阿含》710 经：「若彼比丘离贪欲，心解脱，得身作证；离无明，慧解脱。」

《相应阿含》2 经：「欲贪断者说心解脱。如是心解脱者，若欲自证，则能自证：我生已尽，

梵行已立，所作已作，自知不受后有。」

《相应部》『蕴相应』22.52 经：「诸比丘！比丘若对色如理作意，如实以观色之无常性者，则厭患於色。喜尽故贪尽，贪尽故喜尽。喜贪尽故，名为心解脱、善解脱。」

《相应阿含》49 经：「色是生、灭法，受、想、行、识是生、灭法。知色是生、灭法者，名为知色；知受、想、行、识是生、灭法者，名为知（受、想、行、）识。」

《相应阿含》5 经：「於色若知、若明、若离欲贪，心得解脱者，则能断苦。如是受、想、行、识，若知、若明、若离欲贪，心得解脱者，则能断苦。」

释迦佛陀成就「四圣谛三转、十二行」，完成了正觉、离贪、解脱的修证，自证得成阿耨多罗三藐三菩提。当时 佛陀除了宣称「已经成就无上正等觉之现等觉」，也宣称已成就「心解脱」，自作证：「此为我最后之生，……再不受后有」。见铜鑼部传诵的《相应部》『谛相应』11 经、『蕴相应』59 经、『六处相应』13 经、『念相应』11 经：

《相应部》『谛相应』56.11 经：「我於此四圣谛，如是三转、十二行相之如实智见已达悉皆清净故，诸比丘 我于天、魔、梵世、沙门、婆罗门、人、天众生中，称之为无上正等觉之现等觉。又，我智生与见，我心解脱不动，此为我最後之生，再不受后有。」

《相应部》『蕴相应』22.59 经：「波罗捺国，鹿野苑之因缘。……诸比丘！多闻之圣弟子，作如是观者，则厌患色，厌患受……想……行……识，厌患者则离贪，离贪者则解脱，解脱者则生已解脱智，知：生已尽、梵行已立、所作已办、不受后有。世尊如是说已，五群比丘信受欢喜世尊之所说。又说此教时，五比丘无取著，而尽诸漏令心解脱。」



《相应部》『六处相应』35.13 经：「诸比丘！依此，余于含括天、魔、梵世界，于含括沙门、婆罗门、天人，则宣示无上正等觉。而於余起智与见：「确实余心解脱，此为余最後之生，而无再生也。」

《相应部》『念相应』47.11 经：「舍利弗！心解脱故，我称之为大丈夫；心未解脱者，则不称为大丈夫。舍利弗！何为心解脱耶？舍利弗！於此有比丘，於身观身，热诚、正知、正念，调伏世间之贪忧而住。彼於身观身而住，心无所取，而由诸漏离贪解脱。於受……於心……於法观法，热诚、正知、正念，调伏世间之贪忧而住。彼於法观法而住，心无所取，而由诸漏离贪解脱。舍利弗！如是而心解脱。舍利弗！心解脱故，我说为大丈夫；心未解脱者，我不说谓为大丈夫。」

2-6 佛陀说慧解脱、心解脱

在 佛陀原说的解脱次第上，是「先断无明得慧解脱，后断贪欲得心解脱」，断无明得正觉，断欲得解脱。见大正藏《相应阿含》19,22,645 经、南传《相应部》『蕴相应』70,89 经、『念相应』11 经：

《相应阿含》19 经：「佛告比丘：色是结所系法，此法宜速除断；断彼法已，以义饶益，长夜安乐。如是受、想、行、识，是结所系法，此法宜速除断；断彼法已，以义饶益，长夜安乐。时彼比丘闻佛所说，心大欢喜，礼佛而退。独一静处，专精思惟，不放逸住，乃至心得解脱，成阿罗汉。」

《相应阿含》22 经：「劫波！如是比丘心善解脱者，如来说名心善解脱。所以者何？爱欲断故，爱欲断者，如来说名心善解脱。……尔时，劫波比丘受佛教已，独一静处，专精思惟，不放逸住，乃至自知不受后有。心善解脱，成阿罗汉。」

《相应阿含》645 经：「于此五根如实观察者，

不起诸漏，心得离欲解脱，是名阿罗汉：诸漏已尽，所作已作，离诸重担，逮得己利，尽诸有结，正智、心善解脱。」

《相应部》『蕴相应』22.70 经：「比丘！色是止住於所染，汝於此应断欲，受……想……行……识是止住於所染，汝於此应断欲。……時……乃至……彼比丘得成阿罗汉。」

《相应部》『蕴相应』22.89 经：「六十位长老比丘及具寿差摩，无取著而从诸漏得心解脱。」

《相应部》『念相应』47.11 经：「舍利弗！于此有比丘，於身观身，热诚、正知、正念，调伏世间之贪忧而住。彼於身观身而住，心无所取，而由诸漏离贪解脱。于受……于心……于法观法，热诚、正知、正念，调伏世间之贪忧而住。彼于法观法而住，心无所取，而由诸漏离贪解脱。舍利弗！如是而心解脱。舍利弗！心解脱故，我说为大丈夫；心未解脱者，我不说谓为大丈夫。」

当已成就「四圣谛三转、十二行」，完成了慧解脱、心解脱的声闻圣弟子，也就已断生死的系缚，成就无上正等觉了。见南传《相应部》『谛相应』23,24 经³¹、大正藏《相应阿含》402,384 经：

《相应部》『谛相应』56.23 经：「诸比丘！对此四圣谛如实现等觉故，名为如来、应供、正等觉者。」

《相应阿含》402 经：「世尊告诸比丘：於四圣谛，平等正觉，名为如来、应（供）、等正觉。」

《相应部》『谛相应』56.24 经：「诸比丘！过去世之应供、正等觉者，如实现等觉者，皆对四圣谛如实现等觉。……未去世之应供、正等觉者，……诸比丘！现在之应供、正等觉者，如实现等觉者，皆对四圣谛如实现等觉。……诸比丘！过去世之应供、正等觉者，如实现等觉

者……应现等觉为……现等觉者，皆对此四圣谛如实现等觉。」

《相应阿含》384 经：「若比丘於苦圣谛已知、已解，於苦集圣谛已知、已断，於苦灭圣谛已知、已证，於苦灭道迹圣谛已知、已修，如是比丘名阿罗汉，诸漏已尽，所作已作，离诸重担，逮得己利，尽诸有结，正智（、心）善解脱。」

佛陀原说的修证道次第，经由比对阿难系僧团传诵的《相应阿含》与优波离系分别说部僧团传诵的《相应部》当中的「七事修多罗（『因缘相应』、『食相应』、『圣谛相应』、『界相应』、『五阴（蕴）相应』、『六处相应』、『（四念处等）道品相应』）」，从当中**古老经篇证知的共说，是依「因缘分、缘生法」的正觉、断无明为始，次第的开展了「四圣谛三转、十二行」的修行历程，完成正觉、离贪、慈悲喜舍、解脱、阿耨多罗三藐三菩提的修证。直接的说，解脱的次第是「先断无明得慧解脱，后断贪欲得心解脱」，当已成就「心解脱」，即能够自身作证：「我生已尽，……自知不受后有」。**

依据「十二因缘的生法（集法）」为起始、为核心，次第的如实知见「十二因缘的灭法（如何灭）」、「八正道」，成就「四圣谛第一转、四行」，再依明见「四圣谛」的慧眼（慧根），引摄「出世间八正道」的次第及修习，成就「四圣谛第二转、四行」，当已经次第的修习「出世间八正道」，成就离贪、断爱的正定，就已完成了「愚痴、贪欲、瞋恚」的断尽、不起，成就解脱，具足解脱知见：「我生已尽，……自知不受后有」，成就「四圣谛第三转、四行」。

在佛陀亲说的经说当中，佛陀将如实正见「十二因缘」的禅观方法——观四念处集法与灭法，称为「一乘道」。见《相应阿含》607,609 经、南传《相

应部》『念相应』1,42 经：

《相应阿含》645 经：「有一乘道，净诸众生，令越忧悲，灭恼苦，得如实法，所谓四念处。何等为四？身身观念处；受；心；法法观念处。」

《相应阿含》609 经：「我今当说四念处集，四念处没。谛听，善思。何等为四念处集，四念处没？食集则身集，食灭则身没。如是随集法观身住，随天法观身住，随集、天法观身住，则无所依住，于诸世间永无所取。如是触集则受集，触灭则受没。如是随集法观受住，随天法观受住，随集、天法观受住，则无所依住，于诸世间都无所取。名色集则心集，名色灭则心没。随集法观心住，随天法观心住，随集、天法观心住，则无所依住，于诸世间则无所取。忆念集则法集，忆念灭则法没。随集法观法住，随天法观法住，随集、天法观法住，则无所依住，于诸世间则无所取。是名四念处集，四念处没」

《相应部》『念相应』47.1 经：「诸比丘！有一乘道，能使众生清净、超愁悲、灭苦忧、证得正理、现证涅槃，谓四念处。」

《相应部》『念相应』47.42 经：「诸比丘！我说四念处之集起与灭坏，且谛听。诸比丘！以何为身之集起耶？依食集起，而身集起；依食灭坏，而身灭坏。……依触集起，而受集起；依触灭坏，而受灭坏。……依名色集起，而心集起；依名色灭坏，而心灭坏。……依作意集起，而法集起；依作意灭坏，而法灭坏。」

因此，由「如实正见十二因缘」为前导，次第的修证成就「四圣谛三转、十二行」，得解脱、三藐三菩提，是佛陀、声闻弟子都共行无异的「一乘道」。如是次第的修习成就「四圣谛三转、十二行」，即能具足正觉、离贪、慈悲喜舍、解脱、阿耨多罗三藐三菩提。这一修证次第及成就，是「无师自

觉」的 佛陀，或是「闻法正觉」的声闻圣弟子，都同样而无差别，所以称为「一乘道」，也就是正向、等向于解脱、阿耨多罗三藐三菩提的「一乘菩提道」。

注解：

- 1.见《舍利弗阿毗昙论》卷八：大正藏 T28 p.585.1-25~p.586.1-3
- 2.见《舍利弗阿毗昙论》卷十九：大正藏 T28 p.652.1-1~3
- 3.见《根本说一切有部毗奈耶》『杂事』卷第三十九：大正藏 T24 p.407.2-17 ~ p.407.3-4
见《瑜伽师地论》卷八五：参大正藏 T30 p.772.3-9~28
「事契经者，谓四阿笈摩。一者杂阿笈摩、二者中阿笈摩、三者长阿笈摩、四者增一阿笈摩。……即彼相应教，更以一、二、三等渐增分数道理而说，是故说名增一阿笈摩。」
- 4.见《摩诃僧祇律》卷三二：参大正藏 T22 p.491.3-16~20
- 5.见《弥沙塞部和酰五分律》卷三十：参大正藏 T22 p.191.1-23~28
- 6.见《四分律》卷五四：参大正藏 T22 p.968.2-18~22
- 7.见《毗尼母经》卷四：参大正藏 T24 p.818.1-15~29
- 8.见《铜鞮律》『小品』第十一 五百犍度：参南传大藏经第四册 p.384-14~385-3
- 9.见南传《中部》第四品『牧牛者大经 Mahagopalakasuttam』：参台湾元亨寺出版 南传大藏经「诸比丘！言此比丘彼等多闻而通阿含，持法、持律、持智母之比丘。」
见大正藏《中阿含》196 经卷五十二：参大正藏 T1 p.755.1-10~23
「阿难！若多伴助者，持经、持律、持母者。」
- 10.见《根本说一切有部毗奈耶》『杂事』卷四十：参大正藏 T24 p.408.2-10~23
「摩塞里迦……所谓四念处、四正勤、四神足、五根、五力、七菩提分、八圣道分，四无畏、四无碍解、四沙门果、四法句、无诤、愿智及边际定，空、无相、无愿、杂修诸定、正入现观及世俗智，苦摩他、毗钵舍那，法集、法蕴，如是总名摩塞里迦。」
- 11.见《阿育王传》卷四：参大正藏 T50 p.113.3-3~8
「尊者迦叶作是念：我今当自诵摩得勒伽藏！即告诸比丘：『摩得勒伽藏者，所谓四念处、四正勤、四如意足、五根、五力、七觉、八圣道分，四难行道、四易行道、无诤三昧、愿智三昧、增一之法、百八烦恼、世论记、结使记、业记、定慧等记。诸长老！此名摩得罗藏。』」
- 12.见《阿育王经》卷六：参大正藏 T50 p.152.1-14~19
「摩诃迦叶复思惟：我等自说智母。是时迦叶语诸比丘：『云何说智母？谓四念处、四正勤、四如意足、五根、五力、七觉、八正道，四辩、无诤智、愿智，悉皆结集。法身制说寂静见等，是说智母，乃至大德迦叶已结集法藏。』」
- 13.见《根本说一切有部毗奈耶》『杂事』卷第三十九：大正藏 T24 p.407.2-17 ~ p.407.3-4
见《瑜伽师地论》卷八五：参大正藏 T30 p.772.3-9~28
「事契经者，谓四阿笈摩。一者杂阿笈摩、二者中阿笈摩、三者长阿笈摩、四者增一阿笈摩。……即彼相应教，

更以一、二、三等渐增分数道理而说，是故说名增一阿笈摩。」

- 14.见《摩诃僧祇律》卷三二：参大正藏 T22 p.491.3-16~20
- 15.见《弥沙塞部和酰五分律》卷三十：参大正藏 T22 p.191.1-23~28
- 16.见《南传大藏经》精藏的编排：参台湾元亨寺出版 汉译南传大藏经
- 17.见《四分律》卷五四：参大正藏 T22 p.968.2-18~25
- 18.见《毗尼母经》卷四：参大正藏 T24 p.818.1-15~27
- 19.见《三论玄义》：参大正藏 T45 p.9.2-22~29
- 20.见『岛王统史』第七章：参台湾元亨寺 1997 出版《汉译南传大藏经》第 65 册 p.53-7 ~13
见《大王统史》第五章：参台湾元亨寺 1997 出版《汉译南传大藏经》第 65 册 p.186-14 ~ 187-13
见《善见律毗婆沙》卷二：参大正藏 第 24 册 p.684.1-25 ~ p.684.2-14
- 21.见南传《相应部》『谛相应』SN56.11 经：参台湾元亨寺出版 南传大藏经《相应部六》p.314
「世尊如是说示已，五比丘欢喜、信受于世尊之所说。又说示此教时，具寿憍陈如生远尘离垢之法眼：『有集法者，悉皆有此灭法。』」
- 22.见大正藏《杂阿含》256 经；南传《相应部》『蕴相应』22.126 经
见南传《相应部》『因缘相应』12.21 经
见大正藏《杂阿含》846-2 经；南传《相应部》『预流相应』55.28 经
- 23.见大正藏《杂阿含》655 经；南传《相应部》『根相应』48.52 经
见大正藏《杂阿含》845 经；南传《相应部》『预流相应』55.28 经、『根相应』48.53 经
- 24.见大正藏《杂阿含》655 经；南传《相应部》『根相应』48.52 经
- 25.见大正藏《杂阿含》287 经；南传《相应部》『因缘相应』12.65 经
- 26.见南传《相应部》『谛相应』SN56.11 经：参台湾元亨寺出版 南传大藏经《相应部六》p.314
「世尊如是说示已，五比丘欢喜、信受于世尊之所说。又说示此教时，具寿憍陈如生远尘离垢之法眼：『有集法者，悉皆有此灭法。』」
- 27.见南传《相应部》『预流相应』55.28 经；大正藏《杂阿含》846-2 经
见南传《相应部》『蕴相应』22.90 经；大正藏《杂阿含》262 经
- 28.见南传《相应部》『因缘相应』12.21 经
见南传《相应部》『蕴相应』22.126 经；大正藏《杂阿含》256 经
- 29.见大正藏《杂阿含》287 经；南传《相应部》『因缘相应』12.65 经
见大正藏《杂阿含》768 经；南传《相应部》『道相应』45.2 经
- 30.见大正藏《杂阿含》710 经
见大正藏《杂阿含》749 经；南传《相应部》『道相应』45.1 经
见大正藏《杂阿含》785 经；南传《中部》(117)『大四十法经』
- 31.见南传《相应部》『谛相应』SN56.24 经：参台湾元亨寺出版 南传大藏经《相应部六》p.329~330

【美国】纽约市立大学亚裔美国人与亚洲研究所

Bhikkhu Aticca 教导初级止禅

佛正觉后 2445 年 / 2013 年 2 月 14 日 ~ 3 月 26 日

【紐約訊】自 2 月 14 日起，每隔周的周二或周四晚间 6PM~8PM，Bhikkhu Aticca 有机缘得以去位于纽约市曼哈顿(Manhattan)中城的纽约市立大学(City University of New York)的亚裔美国人与亚洲研究所(Asian American/Asian Research Institute)，免费教导初级止禅方法，让忙碌的纽约上班族能在下班后有机会来学习、了解原始佛法的内涵与亲身体验身心安宁的正确禅法。

整段流程包括止禅前的调身、调息运动，止禅时练习念住于入出息，禅修后的行禅，最后的时段则开放给大家发问，并解释原始佛法的基本知识。



隔空作画 德电脑展新发明吸睛 精神的活动是依大脑 不是南传阿毗达磨说的「心」

取材自 法新社 翻译 记者徐嘉伟 3/7/2013

全球最大资讯科技展德国汉诺威电脑展 (CeBIT) 今天展出 1 款电脑程式，**使瘫痪病人能用本身脑部的力量挥洒创意，吸引大批群众驻足。**

这套由奥地利公司 g-tec 创先开发的系统，可用帽子测量使用者的脑部活动。

使用者只要认真专注于萤幕上的闪烁图示，帽子就会辨识和标的项目相连的特殊脑部活动，接着使用者就可以「选择」要电脑做何种指令。

g-tec 销售长布鲁克纳 (Markus Bruckner) 解释，**使用者透过脑部力量可以选择不同图形和颜色，在**

萤幕上创造出基本的图相。他说：「产品主要是提供给残障、瘫痪或患有中风的人士。」

这个构想来自于 1 位艺术家，他有位喜爱作画的朋友发生意外瘫痪，艺术家试图让他重拾画笔，并说 g-tec 是唯一提供这种服务的公司。

布鲁克纳说，整套系统要价 1 万 2000 欧元 (1 万 5600 美元)，其中包括脑波读取帽、电脑软体和脑部活动转译技术。

他也说，这套系统已经在重度残障人士身上测试过，非常成功。

【台灣】隨佛尊者于中台灣舉辦二日禪修營

中南部法友初窺原始佛教禪修法

佛正覺后 2445 年 / 2013 年 3 月 2 ~ 3 日

【台中訊】2013 年 3 月 2、3 日，中道僧團首次于台中中道禪林舉辦初階二日禪修課程，有別于以往舉辦的一日弘法講座。此次禪修課程，旨在引導中南部法友一窺原始佛教的禪修方法与理趣。来自各地的报名人数颇多，虽然禅林空间有限，但妥善的运用禅林以外的大楼共用空间后，即成为适合禅修、用斋、行堂及下课后的休息区了❶。

第一天的禅修课程一开始，随佛师父开宗明义的告诉法友，佛法的修行没有八万四千法门，只有一法门，自始至终都只有一种，也就是因缘法。其后，开示为何要学习禅修。接着进入【安那般那念】的练习，师父解释【安那】是出息，【般那】是入息，教导法友们练习【安那般那念】。经过几柱香的练习之后，法友们依循师父的教导不断努力修学，在禅修上获得不少领悟。

当晚，随佛师父接到马来西亚法友癌末过世的消息，就即席与全马道场连线，同步诵念两篇关于信戒施闻慧和六随念的经文，并安慰过世法友的家属。❷尔后继续进行开示，揭发出家和在家最大的差别为何。

第二天，随佛师父主要讲述修证道次第，以及如何用佛法度越生活的困难。并阐述无常、无我不是描述现实，是破除错误的见解。

下午，随佛师父讲解安那般那念的细节，并讲出渡越昏沉和掉举的核心关键。接着阐明佛法并没有八万四千法门，世尊只明明白白地指出一条路：「四圣谛」。而四圣谛根本不是宗教，是务实实际解决困难的智慧与方法。

最后，随佛师父对多位来自各地的新法友授皈

依，讲解皈依佛、法、僧、戒的真正内涵。❸禅修正式结营后，法友们带着法喜之心满载而归。



【台灣】尊者南下高雄十方世界基金會宣法

高雄宣法活動暨供僧活動

佛正覺後 2445 年 / 2013 年 3 月 16-17 日

【高雄訊】睽違將近半年的时间，隨佛師父終於又來高雄宣法，此次宣法內容為“通貫生活與解脫之佛陀禪法”。之前師父來高雄說法，除了經教、禪法的論述外，也依照歷史考據與原始經典來厘清佛法的流變，讓高雄法友對原始佛法有基本的正確認識。

另外師父也提到，之前的宣法著重於經教、禪法的論述，必須引用許多經文對照，對於一般人可能比較不習慣。現在師父將運用比較淺顯的文詞，讓大家了解深奧的佛法。此外師父也特別感謝法界衛星基金會，將師父說法的内容錄影並加以整理，放在網路上传播於十方，利益了許多法友，也利益了許多南傳、藏傳、或漢傳佛學院等诸多佛弟子。原始佛教的宣揚轉變了佛弟子以往的想法，當然也引起了一些爭論，而這也是這個時代為什麼要揭櫫佛陀原始法教之因。

師父說：「我們當依法不依人。」南傳大師阿姜查曾說過：「五陰最重要，也是每個人都要讀的經典。」師父提醒大家，我們都應回歸到釋迦佛陀的教誨，目的不是成為佛陀的弟子，真正的目的是遠

離煩惱、息除忧苦。要達此一目的，不能只听人说，因为五阴之苦只有自己可以经验，真正要依的是这个苦难身心所呈现的事实；必须洞察这个事实，从中找出息除烦恼忧苦之道。

結束了 3 月 16 日的宣法活動後，隨佛師父與隨行的師父、法友們皆留宿於高雄，隔日進行供僧活動並與法友餐叙，高雄法友們都很高興能有這個機會供養師父。以往弘法活動的安排，都是星期六當天在高雄，星期日當天則在台中，在高雄宣法結束後，師父就得匆匆趕往台中，沒有多余的時間留下來認識高雄的法友。這次特別舉辦供僧活動，除了認識高雄的法友之外，也讓大家有機會向師父請示個人修行上的問題。

隨佛師父——認識參與供僧活動的法友們，也針對個別法友提出的問題予以解答。師父鼓勵大家多找來學法，改變被動的心態，看到有人有心想學法，就主動關心，幫助更多人回歸到正法的道路上，這樣也算功德無量。

法友們此次能夠供養師父，和師父相聚，都感到十分歡喜。誠如師父所言，法務的推動需要大家的幫忙，在認真學法得到法的利益之後，佛弟子應當一起發心協助佛法的宣揚，讓更多的眾生也得到法的利益。高雄的法友當謹記在心，身體力行之。



【台灣】中華原始佛教會會員大會

第一屆第四次會員大會圓滿

佛正覺後 2445 年 / 2013 年 3 月 23 日

【台北訊】2013 年 3 月 23 日，社團法人中華原始佛教會假台北市北投区内覺禪林舉辦第一屆第四次會員大會。議程於當天上午十時開始，由於會長 Bhikkhu Aticca 駐錫美國，不克親臨主持，委由常務理事 Bhikkhu Paññacakkhu 擔任本次大會主席，並敦請導師 隨佛長老蒞臨指導。

首先，由大會主席 Bhikkhu Paññacakkhu 宣布大會開始，隨佛長老領眾頂禮 佛陀，並齊唱三寶歌。隨佛尊者開示時指出：過去一年，中華原始佛教會會員與法友們皆是馬不停蹄、精勤不懈，齊心努

力於弘法布教的工作，感謝大家的付出與合作。

隨佛長老開示後，播放會長 Bhikkhu Aticca 的祝詞錄影；接著大會主席 Bhikkhu Paññacakkhu 匯整進行 2012 年年度工作報告，及 2013 年工作計畫報告；再來，由財務組法通居士進行 2012 年財務結算與 2013 年預算報告；接踵而來的是理事會報告、監事會報告、臨時動議及討論提案等議程。

隨佛長老於議程完成後，訓勉與會會員，同舟共濟，一心為法，讓 佛陀正法再一次在人間開展，再一次創造佛法昌隆的時代。

會後，會員與 隨佛尊者、僧團法師們留影紀念，中華原始佛教會第一屆第四次會員大會歷時二小時完成。（相關照片請見封底里頁）

僧團簡訊

2012 年 7 月依止隨佛尊者出家受沙彌戒、學法習禪的生明法師（卓榮德），居寺期間大眾相處和樂無爭。惟 12 月 2 日向大眾表明不適應南傳僧團繁文縟節的修行方式，而後在 2013 年 2 月 19 日自行離開僧團（未還俗），依照自己的理想獨自修行。中道僧團雖感不宜，但是無從干涉！



Vesakha 衛塞節 佛正覺後 2445 年

竭誠邀請十方法友共同參與，同證法喜。

時間：2013.05.11 (星期六) 9.00am - 3.30pm

吉隆坡 中道禪林 O.B.S.M. Kuala Lumpur
28, Jalan 16/5, 46350 Petaling Jaya, Selangor, Malaysia Tel: 6-03-79318122

怡保 中道禪林 O.B.S.M. Ipoh
61A & 61B, Jalan Chung Ah Ming, 31650 Ipoh, Perak, Malaysia Tel: 05-2410216

檳城 中道禪林 O.B.S.M. Penang
77-3 Lorong Selamat, 10400 Pulau Pinang, Malaysia Tel: 04-2288100

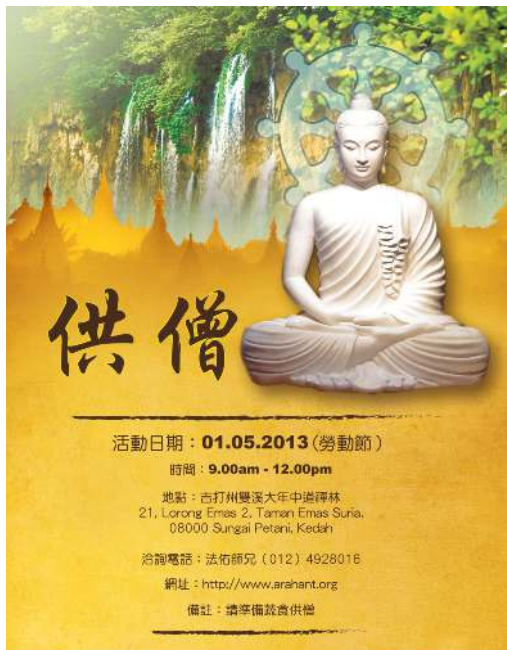
地點：威省 中道禪林 O.B.S.M. S.Prai
269, 1st & 2nd floor, Jalan Kulim, 14000 Bukit Mertajam, Pulau Pinang, Malaysia Tel: 04-5309100

雙溪大年 中道禪林 O.B.S.M. Sungai Petani
21, Lorong Emas 2, Taman Emas Suria, 08000 Sungai Petani, Kedah, Malaysia Tel: 012-4928016

馬六甲 中道禪林 O.B.S.M. Malacca
No 30, Jalan Kota Laksamana, Taman Kota Laksamana, 75200 Melaka, Malaysia Tel: 06-2818391

新山 中道禪林 O.B.S.M. Johor Bahru
No 20, Jalan Undan 6, Taman Perling, 81200 Johor Bahru, Johor, Malaysia

網路：<http://www.arahant.org>



供僧

活動日期：01.05.2013 (勞動節)

時間：9.00am - 12.00pm

地點：吉打州雙溪大年 中道禪林
21, Lorong Emas 2, Taman Emas Suria,
08000 Sungai Petani, Kedah

洽詢電話：法佑師兄 (012) 4928016

網址：<http://www.arahant.org>

備註：請準備飲食供僧

中道僧團 主辦
馬來西亞原始佛教會暨中道禪林 協辦
(Saddhamadipa ORIGINAL BUDDHISM SOCIETY in Malaysia)

中道僧團 主辦
馬來西亞原始佛教會暨中道禪林 協辦
(ORIGINAL BUDDHISM SOCIETY in Malaysia)

【紐約】美國原始佛教會參與素食者自豪大游行

紐約法友頂着寒風參與盛會

佛正覺後 2445 年 / 2013 年 3 月 24 日

【紐約訊】2013 年 3 月 24 日，美國原始佛教會再度參加紐約市「素食者自豪大游行 (Veggie Pride Parade)」的活動，以實際行動支持本次大會的訴求，基於保持生態環境、愛護動物生命、戒殺生、維持身心健康、以及友愛和平而推廣素食的主旨。本次活動仍在曼哈頓中城 Union Square Park 附近舉行。今年主辦單位在 Union Square Park 的北邊 17 街廣場內設有 22 個攤位，美國原始佛教會被安排在第 10 號攤位。

由於今年活動首次提前於 3 月底舉辦，紐約市的

氣溫只有華氏四十幾度，人們都還需要穿著厚重的衣服，因此前來參加游行的素食主義者和觀看演講的人數比往年少一些。當天中午 12 點起，游行隊伍從曼哈頓中城第 9 大道與 Gansevoort 街的交界處開始步行，沿途舉著標語牌或各別組織的旗幟，與穿著蔬菜、水果、或動物卡通服飾的表演者，高聲呼喚社會大眾重視並響應本次活動的訴求。法慈、法宗、法果、法進及佛教會英語佛學班的 Patricia、Justin 拿著「美國原始佛教會」的橫幅也隨著游行大眾一齊步行，歷經約一小時走到 Union Square Park。

在游行後，自下午 1 點起，主持人与十三位社會知名人士陸續上台演講解說素食的益處和重要性，各組織也在其攤位向路過群眾散發有關大會主旨的宣傳單，或免費素食點心，本次活動至 5 點結束。





【美国】纽约青年佛教通讯中心

中道僧团纽约弘法第一站

佛正觉后 2445 年 / 2013 年 3 月 29 日

【紐約訊】中道僧团导师 随佛尊者和 Ven. Tissarā 尊尼来到纽约后，虽然尚未适应本地时差和调整好身体状况，于第二天晚间 7:30 p.m. 就来到纽约市青年佛教通讯中心做首次弘法，主题是「佛法的实用与究竟」，分为两次晚间开示，今晚是第一次。共约有近 30 位新旧法友前来听法。

随佛尊者先分析传统佛教在现代世界所面临的三大危机：1. 佛教内部本身的有结构性的问题，教说哲思；2. 受过现代教育的知识份子会质疑佛教不切实际，不合用于现代社会；3. 不同宗教间会相互比

较和竞争。

尊者逐步详细地解说传统佛教度化众生的方式在实务面上主要有三类：1. 祈求、祷告、抽签，依赖感应的奇迹；2. 劝人持戒止恶；3. 劝人布施行善。然而想要在今生就能让生活更好，困难更少，远离苦恼，光是要靠这种等待感应奇迹的生活态度是不可取的。持戒、行善是必要的，但只是一小部份而已。真正能解决困难的是因缘法，不是似是而非的宿命业报论。因缘法就是「此有故彼有，此生故彼生，此无故彼无，此灭故彼灭。」要有因缘法的智慧及符合因缘法智慧的正行，并不是只靠祷告、持戒、行善。而是要将导致困难的因缘加以改变或消除，就能使困难更少，生活更好。尊者说法深入浅出，又经常以许多日常生活的实例来解说，让听法者不论初学老参，皆能同沾法益。今晚的弘法在约 9:30 p.m. 结束。





【美国】纽约中道禅院

随佛尊者为大家做周末开示

佛正觉后 2445 年 / 2013 年 3 月 30 ~ 31 日

【紐約訊】中道僧团导师 随佛尊者来到纽约后几天，就于第一个周末的周六、日下午为大众开示。于 3 月 30 日下午，尊者开示：「以往大众认真研习《相应阿含》与《相应部》经文所打下的基础，在往后的受用是一辈子的，将来的说法会直接指出修行人身心经验，大众的体会与受用会更深刻。佛法不是一种思想理论，所陈述的是身心改变的经验，开始只是内心向往之境界，最后还是需要在日常生活中受用。修行能明白缘生法，断常见、我见，必须在日常生活

的待人接物中表现出来。修行就于现前修过程，善观过程的人就是善见因缘，这是生活中实修的佛法。」

接着尊者谈起僧团近期在马来西亚与台湾游化弘法中的一些有趣经历，与法友们分享。

于 3 月 31 日下午，尊者教导大众修习安那般那念，并开示正确调伏五盖的顺序应该是掉悔盖、昏沈盖、疑盖、贪欲盖、瞋恚盖，而 佛陀的正统禅法与一乘菩提道次第就是七菩提支与四圣谛三转十二行。然后尊者引领大众实际修习住安那般那念能达到初禅的要诀，首先是对治散乱，接着是调伏昏沈盖。大众都感觉深获法益，因为尊者指出了一般人在禅修中花费数十年的岁月但未能突破的困境。



台中《初阶二日禅》侧记

正法落地 禅教生根

台湾 法源、法镜

2013年3月2日及3日，中道僧团第一次在台中举办禅修活动，除了许多前置作业外，在禅修的前几天，就有许多台中地区的法工，陆续来道场帮忙布置。由于有过夜住宿问题，而道场内部空间几乎全用来作为打坐空间，道场外部的公共区域，则是和其他公司住家协调借用，用来作为禅修学员用餐、休息处。另外，为了让随佛师父及僧团法师在教授禅修后，能妥善的休息，因此，驻锡法师与法工想尽办法处理法师安住处，在道场所在地的大楼总干事戮力协调与因缘巧妙安排下，台中禅林同栋楼的13F愿意提供出家法师住宿与用斋处。于是部分的法工就帮忙13F的打扫与布置，其他法工则协助用餐场地的布置。驻锡道场的法师一直忙到很晚，才将场地细节调整妥善。

禅修课程一开始，大师父开宗明义的告诉法友，佛法的修行没有八万四千法门，只有一法门，自始至终都只有一种，也就是因缘法。那为什么现今佛法会

有各式各样五花八门的内容呢？因为当初佛陀说法时，发现当凡夫听同一种法，许久未获领悟，会心生厌烦，并且开始感到了无新意而逐渐怠惰，因此佛陀才会在一段时间说法后，再用另一种方式阐述同样的法的内容，诸如：四圣谛、十二因缘法、七菩提支、四念处...等，其实都只是用不同角度及深浅内容表达因缘法的意涵。

之后，大师父随即开示为何要学习禅修？禅修其实不是佛教唯一的修学的方法而是共世间的方法，各门各派都有禅修的练习，诸如一贯道、道教...等，如同在基督教中也有五戒是一样的。因此禅修只是一样工具，并非是藉由它证悟解脱，禅修是用来现观现实因缘的前置工具，若是没有具备这工具是谈不上修行的，是相当重要的练习。

禅修必须从何处入手呢？就是【安那般那念】的练习。随佛师父解释【安那般那念】其实就是呼吸法，【安那】是出息，【般那】是入息。呼吸是我们

无时无刻都在进行的事，若是不呼吸那肯定归西了。或许很多人会有这样的质疑：「这有甚么需要练习的？」但大师父反问大家：「你们真的懂得怎么呼吸吗？」此时禅者们就更丈二金刚摸不着头了。平常我们呼吸时，其实都没有观察过自己的呼吸是如何进行，久而久之也就习惯了，所以当被问说你真的懂怎么呼吸时，还真是回答不出任何东西。

大师父教导法友们如何练习【安那般那念】，提出一个修学要领，让法友们实地练习，慢慢领会个中的奥妙。僧团的师父也陆续传授禅修小诀窍，及种种注意事项，都是精华，依循着这些精华不断努力修学，在禅修上慢慢就能获得一些领悟。

另外，当天晚上大师父得知马来西亚法友癌症过世的消息，就与全马道场即时连线通讯，同步念诵两篇关于在家五法和六随念的经文。①诵完经后，除了安慰已逝法友的眷属，并鼓励学法大众成为正法的勇将。接着，大师父说明出家和在家最大差别就是「离欲」。一般人的根本欲望，就是在求维护自己或者眷属的安全，求稳定的环境，吃的穿的种种的稳定；而出家人没有钱，所以什么都不稳

定，出家人明白凡以为稳定的，就是最危险的地方，是一种系缚牢锁。凡事要稳定就一定要钱，而一旦有了钱，反而全被绑死了。大师父告诫出家众和想出家的居士，要小心五有：有地、有钱、有信众、有师父的信任、有名望。有这五种，会将原本要修行的人变成继续于轮回之中。

第二天讲述修证道次第，大师父引用杂阿含296经说明以因缘法、缘生法成就阿耨多罗三藐三菩提的菩提禅法，提醒学众此经对于禅修的重要性。

大师父强调：修行人的风骨，就是能勇健的面对问题，在苦的当中，观察苦的因缘，如此才能从苦中，明见苦的因缘，进而改变苦因，解决痛苦。好比：结婚前和结婚后彼此有没有改变？有！夫妻是在影响中呈现，现在学习佛法也是影响，不可能回复影响前的样子。而且，夫妻就算分开，就之前所产生的影响，也不可能从中抽离出来。大师父指出：要解决问题就不能逃避问题，不要忧悔过去，应检讨现在怎么做才是重点，因为做了什么都会改变，对于要解决问题的人来说，会改变是福音。

实则，世尊并没有开创新的法教，没有八万四





千法门，只有明明白白一条路——「四圣谛」。

而四圣谛根本不是宗教，而是：

1. 了解苦。
2. 洞察苦因。
3. 明白断除苦因，苦则能灭。
4. 确立灭除苦因的方法与道路
5. 修与灭苦相应之正道
6. 解脱、解脱知见生。

现在普遍传说的「清净本性」之说，是耆那教的主张。其实耆那教的种种宗教称谓都和佛教相同，开教的圣人尊称为 佛陀，弟子中的成就者称为阿罗汉，但是其思想所导致的苦行和业障之说，却是造成无谓痛苦和投降主义的根源。

世尊用四圣谛三转十二行来教导众生解决种种生命中的困难。看看我们自己，六根健全，有善友，有圣贤之道，生活也还过得去，没有被约束自由，哪有什么业障？应该常常感恩才是。不过，没有业障生活却依然有苦，何以故？那是三毒所致。所以应该断三毒，这才是重点。另外，大师父引用杂阿含 334 经指出，愚痴的欲求才叫爱，不是所有

的需求都叫爱。

禅修活动结束前，法友陆续问了一些生活与禅观方面的问题，大师父针对这些问题是如何形成的因缘加以阐述，让法友们用功能有所著力。

最后，大师父为多位求授皈依的法友进行皈依仪式，讲解皈依佛、法、僧、戒的真正内涵，让求授皈依的法友清楚在皈依什么。结束后，禅修正式结营，参与禅修的法友，满载而归。

隔日中午，台中地区法友在台中市的餐厅供僧②，同时献上一份祝贺感恩卡片，满满的写出对大师父及僧团的感念③④，及庆祝台中首次举办的禅修营活动圆满。有一位法友写的感恩内容令人印象深刻。她说道：她接触中道僧团十个月，听到大师父的感谢话语，比她亲近二十年的法师所说的感谢话语还要多，这让她感触良多。她觉得中道僧团，不但会说正法，还是将正法实际在生活中展现出来的僧团。

从这些法友口中听到的僧团功德，更让我们心中生起一道温暖，正法的流布，就是在点点滴滴中，逐渐的建立在大家的生活里，淡淡的，却很扎实。





台中《初阶二日禅》花絮

有感

台中 书记组

一场禅修的进行，背后需要众多护法的护持与协助，才能使课程顺利进行，让禅修者安心办道。此次，中道僧团在台中中道禅林首次举办禅修课程，在外在环境条件不足的情况下，能够非常顺利、流畅地完成禅修营，让行者们法喜充满、满载而归，其中，除了僧团法师们的教导与法工的内护外，定有天龙八部一同护持 佛陀的法教，利益精进禅修的行者。因此，与读者们分享二日禅前后时日，台中法友口述的种种巧妙或奇特的因缘，也藉此鼓励大家能更有信心的一同护持 佛陀正法：

EX1:

在二日禅前一两个星期，台中二日禅法工长法恩于某日清晨自住处二楼休息，半梦半醒之际，听到一陌生男子说了一句话：「你听过随佛法师吗？」法恩一闻马上警醒，确认自己是否做梦。接着又听到对方说：「这位法师现在很有名，他以前曾学过北传、南传……。」法恩确认了声音是从自家门前巷弄传来。男子一边走路一边讲着手机，又向电话另一方说：「可以上网去看他们的网站……。」

当时法恩很想追到门口，跟对方介绍自己是依止

中道僧团随佛师父学习，并欲告知台中禅林法讯，可惜对方越走越远，追赶不及。台中法友闻讯后，纷纷感到不可思议，因为法恩住家在台中市区里的宁静小巷弄中，平日除了邻居进出之外，鲜少有外来人，更何况整个台中市街道如此之多，能够让法恩碰到此事，真是奇巧哉！

EX2:

在举办二日禅前夕，驻锡法师与法工长，在规划禅修空间使用时，考量指导法师需要有独立的休息空间。因此，在台中禅林所在的商办大楼内，寻找可以使用的空间，作为法师暂时净住休息处。由于只打算租用两天，业主不愿多事，纷纷的婉拒。不久，驻锡法师前去管理室，恳请大楼总干事帮忙协调，也遭到拒绝。

法师回到禅林后，没想到大楼总干事随即打来了回应的电话，表示对刚刚的婉拒感到过意不去，心里很难过，并且表示会试着询问适当的业主，是否愿意只租赁两日？但不能把握一定成功。若可行！他会在二日后回电。



二日后，「果然」没有消息，也联系不上总干事。到此，事只能搁着，无法有任何的进展了。

直到举办禅修的前一日，法工们约定五点半前来进行最后的环境布置。约莫四点半时，总干事来电告知：「今日 13 楼的承租人刚刚取消原先承租的契约，业主愿意无偿的提供『办公室』给禅林使用。」隔间有两房一厅，无需租金，并且刚装潢好木质地板，很适合男众师父们净住。

当听到这如同天上掉下来的礼物！法工们喜出望外，除了感谢业主与总干事的帮助以外，总觉得净住处出现的时间，也实在太过凑巧。法工们赶紧上楼整理清洁，发现里面的设备与格局相当妥善，有大饭桌、电热水器、置物柜……。（左页刊头照片）法工们一看如此，笑着直呼不可思议，只能说感恩来自十方护法的庇护了！

EX3:

二日禅进行期间，因为随佛师父到台中的前两天，在台北与信众接触后，感染病菌导致喉痛不适。大师父担心会影响禅修的进行，告知驻锡法师，请护

僧组的法工帮忙。当时法惟为了护僧，即刻回家拿药品。不久，法惟供养有助于抑制病毒的药品给大师父。大师父服用后，终于舒缓了感冒症状。

事后，法惟述说了这事的奇巧：她亲近禅林已经一年多的时间，住家离道场有二十多分的车程，在住家与道场之间来来回回这么多次，都要等待许多次的红灯。可是，这趟为了帮 随佛师父拿药，骑着机车从禅林回到家中，行车非常的顺畅，一路上都遇到绿灯，感觉非常特殊，冥冥中好像是帮她赶快拿感冒药给大师父，这是未曾有过的特别经验。由于台中法友知道法惟住家到禅林的路程，路上交通号志的情形，无不觉得十分奇巧难得。

这三件奇巧的因缘，都是真实事件。无论是巧合，或是人天八众的护佑，都万分的感念。这些奇巧的因缘，让承办这次禅修营的法工们，得到鼓励与支持。

传续正法律的中道僧团法师们！各地法友们！让我们一起为 佛陀的法教，好好的尽一份佛弟子应尽的责任与义务，一起护持法教，安僧利世！

Sādhu ! Sādhu ! Sādhu !

非风动、非幡动、非仁者心动

台中 法登

记得在大学上微积分课的时候，有一次，教授突然说：「打坐没什么用，只是集中注意力而已，练习数学题目就有这样的功用，不必浪费时间。」

后来看到禅宗有一则很有名的故事：「众僧议论是风动还是幡动？然后就有一个聪明人说：『不是幡动，不是风动，乃仁者心动。』」当时心里总觉得怪怪的，幡动不因为幡动，也不因为风而动，竟然是因为仁者心动。难道这位仁者有特异功能，可以用其念头隔空造成幡动？若其所指是因心动而

认知了幡动，那么如果眼睛闭着或六根功能不正常者便不能引起心动，可见心动并不是幡动全部的原因。

其实，论语或佛经也都不是孔子或 佛陀本人亲自撰写，重点在于所记载的与事实本身是否相符。现实是残酷的，不能像理想那样令人陶醉，概念终究只存放于头脑，不一定能付诸实现，唯有认清世间一切都是缘生的事实，才能活在真实之中，远离那些不可思议的幻想。

台中《初阶二日禅》心得分享

法工长心得

台中 法恩

2013年3月2日和3日，台中中道禅院举办初阶二日禅，Ven. Vimokha 法师要我当法工长，我欣然接受。自从 Ven. Vimokha 法师驻锡台中道场一年以来，不仅严守戒律，更不惜身命为法而付出，一点一滴我们这些弟子皆看在眼里，感动在心里；又看到大师父及僧团师父们这么卖力的宣扬正法，也因为法的受益，为弟子的当然不能懈怠，尽量尽己所能帮助正法的推广。诚如大师父所讲，将正法当成我们生活的一部分，推广至自己的家人、亲朋好友，才是真正的自利利人啊！

这次二日禅，在 Ven. Vimokha 师父和法工们用心的规划与准备下，加上台北法工热诚的支援帮忙，供僧组用心的帮僧团及大众准备午斋及水果，每位法工皆各司其职，大家都很有默契，做得相当好，这在参与禅修的法友心得分享中，对师父及法工们的感恩及赞叹可得到验证，个人代表法工们感谢您们的赞美与鼓励。

个人第一次担任法工长的职务，任职期间，难免会遇到法务执行的困难，但是，只要想一切都是为了宣扬正法，一切都可一笑置之，心情马上就跨越了。当下更能体会因缘法本来就不完美，何必因一点小小挫折就卡死自己，而这样的经验也是一种受益，下次再遇到类似情况，或许就更知道该如何进退了。

这次二日禅，第一次听到大师父宣讲与以往不同的安那般那念的技巧与方法，大师父不厌其烦的讲解，再让我们临摹，晚上睡觉前，我就按照大师父的教法，第一次感觉打坐时，出入息竟然能够那么的顺畅，能够内离言语比较久，不像以前出入息总像是在控制呼吸，且无法长时间内离言语，这是我感觉参加

这次二日禅其中的一大受益，真是获益匪浅呢！

个人在尚未听大师父讲法前，不懂因缘法、缘生法，是个完美主义者。做人处事无不尽量做到面面俱到，对家庭、对先生、对事业、对公婆、对孩子，都是尽心尽力的付出，这样的态度无形中让自己的先生、孩子感觉有压力。自从听闻大师父讲因缘法、缘生法后，二年来不断的熏修，尤其这次在当法工长的过程中，学习到待人接物、做人处事要有因缘法的智慧，也从中了解到不可能凡事面面俱到，诚如大师父讲的，因缘法本来就不完美，所以对人对事不要抱有期待，只要方向确定，尽力就好，做当下因缘能做的事；明天的事有明天的因缘，明天再说；后天的事有后天的因缘，后天再说。这样的教法真是让我受益良多，也改善了我跟儿子、媳妇间的关系，这都要感谢大师父的谆谆教导，弟子除了感恩还是感恩啊！





台中《初阶二日禅》心得分享

重新看待生命

台中 法见

2013年3月2日、3月3日是台中中道禅林第一次举办初阶二日禅，这是我第一次参加禅修，第一天报到，得知自己被安排在第一个位置时，既担心又紧张，因为平常并没有打坐的习惯，在参加禅修之前只现场听过 随佛法师的三次说法。

因为工作上的公休日为周一，所以每次听法，我都是请假前往，因此也特别珍惜可以参加听法的因缘，总是坐在前面，想看清楚、听明白。虽然我请假，却觉得拥有更多，因为佛法的珍贵是不能用金钱来衡量的，佛法是教导众生如何出离生死轮回的大事。

这次二日禅修，随佛法师亲自教导大众安那般那念正确的方法，与对治昏沉的窍门，并实际操作练习，让大众可亲身体验当中的实况。鼓励大家用功练习，正所谓「师父领进门，修行在个人」。

由于被安排在第一个位置，所以可清楚的看到法师教导示范如何行禅，在行禅过程中，有感受到自己真的可以很专注，内离言语，觉得很受用。

我很庆幸可以参加这次的二日禅修，因为从中学到很多，且对四圣谛及因缘法，也有较深刻一些体会了解，在日常生活中历缘对境，可以好好的观察应用。有时候常常会觉得不懂四圣谛、因缘法的众生真的很可怜，陷在苦里却不自知，而自己何其幸运，能遇到随佛法师、中道僧团，可以学习佛陀的正法，让我有机会成长，重新看待生命，并学习如何度越内在的烦恼，让困难变少，生活更好，内心真的很知足，很感恩，感恩师父的教导。

这次二日禅活动，有很多师兄、师姐们出钱出力的护持，才能圆满达成，真心的感谢大家的付出，谢谢你们。





台中《初阶二日禅》心得分享

犹如一座挖不完的宝藏

台中 法及

当听到禅修日期顺延至周六、日，打从心里直呼师父英明，每次的禅修都很想参加，无奈家庭或工作的因素不允许。这次禅修虽然只短短两天，对我来说却是天大的福音。在此先感谢僧团和法工们的辛劳，让这次活动得以圆满成功，场地虽小，但不碍大家的修行，除了感恩还是感恩。

佛陀只说一乘菩提道，四圣谛三转十二行，是因缘法缘生法，广说为三十七道品，让弟子更清楚了。没有所谓的八万四千法门，路只有一条，这不是更好吗？没得选择，不必三心两意，再怎么辛苦也得走下去，法友们，您说是吗？

此时让我想到幼年时期，家境清寒，妈妈煮什么就吃什么，根本就没机会挑食，现代的孩子自两岁开始就挑三拣四，反而害得营养不均衡。

禅修的基础安那般那念，每个宗教或社团也都有，但师父的指导就是不一样，在技巧上有种四两破千斤的感觉。师父犹如一座挖不完的宝藏，中道僧团的弟子实在有福气啦。

我们大部分都是佛教徒，但师父却是语重心长的告诫大家，不要成为某一个宗教或宗派的信徒，要依法不依人。回顾以前的学佛历程，都是把佛当成神在拜，每每都期望无限的庇佑，参加法会、消灾、拜忏...，现在才明白，我们要的是“法”，息苦、正觉、解脱、圆满菩提才是我们需要的。

两天，一下就过了，实在是意犹未尽，真期待以后还有机会，但师父说不要期待以后的事，那就在生活里老实修习多修习啰。



台中《初阶二日禅》心得分享

在现实与实际中发现

台中 法澈

●知道、不知道

在台中二日禅修营中，师父指出禅修的次第很重要，只有一乘菩提道，完整的讲法是四圣谛三转十二行，有时用不同的名相，如五根、五力、七菩提支、八正道或四神足来讲给不同的众生听，这些都是同一法，导向一乘菩提道。

二日禅结束，回到家，拿出正法之光 27 期，阅读师父在第一届都会学院初级班结业典礼中的开示，并且反过来看看自己看到了别人什么样的优点和缺点，这可以看出自己内在反映的过程，而有机会自我反省及成长，度越内在的烦恼。

听讲时跟着师父，一路很顺畅的下来，对啊，对啊，不断的点头，好像都懂了，可是，回过头来，自己去面对这一连串为什么的时候，问题出现了，有一点卡住，本来以为知道的，怎么不顺了？怎么怪怪的？烦恼来了，苦出现了。苦一出现，对学因缘法的人来说，有救了，很自然的想到师父所讲的，止息生死轮回得用四圣谛，而解决生活上的困难亦是四谛，同样是苦、集、灭、道四个步骤。问题点出现了，思惟有问题，在于听闻的不足，再把那些已经听过了，认为已经听懂的师父的说法 CD、正法之光及相关的经文拿出来再重新听、重新研读，虽然问题不见得一天、两天可以解决，但已经改变了。

●在现实与实际中发现

关于内止言语，师父也教了一个简单的方法，抓到诀窍后，内止言语也没有像以前想象的那么难以达成，倒是发现持续性又是一个问题。

●人生的最后一堂课

禅修第一天晚上，师父说当天下午马来西亚有一位法友舍报，而僧团法师正在前往的途中，该法友听法的时间不长，但已皈依，往生前要家属播放“礼敬 佛陀 阿罗汉 成就正等正觉者”那片 CD，以及师父说法的 CD。师父特别赞叹这位法友往生前能依着正念。

待僧团法师在法友家中连线后，家属、新加坡、马来西亚及台中的法友，在师父的引导下，念诵相应阿含 927 经及 931 经。师父并讲解 927 经，是佛陀教导在家弟子应具足慧、信、戒、施、闻，强调以慧为首，并提及不能只布施做善事而不持戒，唯有持戒才能不堕三恶道，所以戒在施的前面。931 经是于佛、法、僧、戒、施、天修六随念。最后师父也祝福家属从那一刻起，到每个人这一生生命结束前的这段时间，能够在法的光明及润泽之下，困难更少，生活更好，远离苦恼。

人生的最后一刻终究会到，夜深了，躺在床上，思惟着师父的一些经典名句：「佛法只讲现前关怀不讲终极关怀。」「幸福是找不到的，幸福只能去发现、怀念。」「当下就圆满。」「死亡之前的死亡，学生准备好了 老师就会出现。」「听的懂现在听懂的；听不懂现在听不懂的。」……

●遇见了好人

感恩台中驻锡法师为了让禅法能润泽中、南部的法友，筹划了台中成立二年多来第一次的二日禅。感恩台中法工辛勤的付出，在有限的场地，能做出如此细腻的规划，真是感恩及赞叹。感恩台北的法工，南下支援及辅导。更感恩师父用生命，以身教、言教，面对面、真实的传达“如何灭苦”的信息。



以智慧在生活中解决困难

台中《初阶二日禅》心得分享

台中 法睽

去年有几位美国加州的法友 E-mail 给我，介绍随佛师父，我马上上网搜寻，在 youtube 听师父弘法，内容精采实用。同时，台中好友法易也介绍师父，多奇妙的因缘啊！去年 8 月，我亲自拜访台中的 Ven. Vimokha 法师，她非常亲切有耐心。之后，我就陆续去道场听课。得知师父在 2013 年 3 月 2 日~3 月 3 日要来台中亲自教导我们二日禅，为了要听师父讲法，我把回美的时间延后了。内心明白此举甚是值得！

将近十年的时间，我没有参与佛教的活动，因为发现早期在北传所学的佛法，在生活中无法受用。是那里有了问题？这几年有接触南传，现在有幸接触到中道僧团最原始的佛法，感恩又法喜。

过去我也曾经学习安那般那念的方法，但都不得要领。这一次师父教导我们安那般那念的练习，禅观主要重点是因缘观，同时教我们行禅走路时脚步配合呼吸，注意力放在息入息出。在生活中行、住、坐、卧就要多练习（编辑组附注：练习时应注意不会影响到自己或他人安全）。

师父简要的为我们讲解十二因缘法、八正道、四圣谛三转十二行和七菩提支，用各种不同的比喻让学众更容易懂；还苦心教导学众：遇到困难不可逃避，生活中没有困难是偶然，有困难是正常，一定要用智

慧在生活中解决困难。这次禅修，让我更了解十二因缘的重要性，及如何从六触入处入手禅观。

禅修结束前，随佛师父为几位法友授皈依，我正式回归 佛陀教法，法喜充满。（上图）

中道僧團雨安居

十日禪暨短期出家

禪師指導：隨佛法師 Ven. Bhikkhu Vūpasama

在生死當中，把握機緣學習「佛陀原說」
禪觀正覺，體驗出家修行，正向菩提

中道禪法內容：

1. 教法來源：「第一次經典結集」集成的「佛陀原說（七事相應教）」
2. 禪法次第：修習七覺分，次第開展四聖諦三轉、十二行
3. 禪法入手：先修安那般那，次正觀「十二因緣集法、滅法」，再觀明菩提正道
4. 修證成就：正覺、離貪、慈悲喜捨、解脫、阿羅漢三藏三菩提

第一期：2013年8月2日~2013年8月11日
第二期：2013年8月15日~2013年8月24日

1. 報名時間：第一期即日起至2013年7月20日止
第二期即日起至2013年8月4日止

2. 報名方式：備查報名：(02) 2896 2303
網路報名：<http://www.arahant.org> 下載報名表

3. 禪修地點：台北市北投區登山路139-3號（台北內賢禪林）

4. 洽詢電話：中華原始佛教會 (02) 2892 2505

中道僧團 主辦
中華原始佛教會暨中道禪林 協辦



纽约中道禅院 2013 年春节围炉回忆

美国 New Yorker

原订于 2013 年春节除夕在中道禅院举办法友围炉聚餐，却因为除夕前一天突然的一场大风雪，只好临时取消。这次风雪持续了将近半天，让中道禅院、周围大地与庭院树林都覆上一层约六英吋厚的白雪，丰沛的雨水遇到低于冰点的寒冷环境，就在屋檐下凝结成一条条的细长冰柱，景致非常特别；但对于路上行人来说，却是很不方便，上班通勤也需要更多时间。

当天一大早，就看到市政府派出的铲雪车，沿着主要街道将积雪铲到道路两旁，以便利车辆行驶。很多民众也出来帮忙铲除及清扫人行道上的积雪，洒上能溶解积雪的腐蚀性化学盐粉，让路人能方便快速的走动。然而年初二上午，法拉盛市中心某条街的人孔下水道内的电缆，却因为化学盐粉溶解后的雪水流入，而腐蚀并起火冒烟，使得整条街被消防队与警察封闭长达半天之久。

接着的两周，天气逐渐稳定回暖，除夕的围炉聚餐就延后到元宵节中午举办，让法友们能在今年的第

一个月圆日，欢喜的共聚禅院礼佛、学法、供僧，然后共享午斋。下午经法研读班的法友们留下，学习对照随佛尊者所著《相应菩提道次第》一书中的《相应阿含》与《相应部》的古老经文。





台北禅院 周年庆纪实

台湾 书记组报导

2013 年 2 月 28 日 台北中道禅院成立满周岁，旧雨新知的法友都特别拨空前来庆贺道场周年庆。随佛尊者及中道僧团的法师们，在这一年里，将丰沛的法的乳水喂食给前来听法的十方法友。虽然倍复甚深的因缘观法义仍待法友们亲力、亲为、亲证，但是站在巨人肩膀上的高度，想必法友们的智慧也是倍增不少。若能从因缘的智见中有所体会或领悟，必能从人我、是非、对错，及纠葛难解的爱恨情仇中松绑。所谓观微知着，当我们能对身心的这套模式历历明明，就可以回到最朴质的五阴身心来。如同尊者所言：「一切不会过去，也不会继续，只会因缘改变。」若看不清楚现实的实况，拒绝接受现实，这样的人只会活得很痛苦。

原始佛法 法教初开 筚路蓝缕

大会开始全体唱诵三宝歌后，司仪礼请随佛尊者为大家开示。尊者说到：「近二十多年来的台湾，佛教界掀起学习初期佛教的风潮，初始是以研究早期圣典为主，紧接着南传佛教就进入台湾。二十几年来，以南传部派佛教为主的修学路线，事实上发展得非常不容易。」

原始佛教的传法整整困难了二十年，当中除了大环境的因素外，还有一个很重要的缘由就是：原始佛

教的说法既不同于南传，也不同于藏传及汉传佛教，对大家来说是很突兀又很难信受的。在这段时间里，尊者潜沉不显于世，默默的做经史文献的考证及经说的整理工作，为原始佛教的开显与传扬，做长期的传承基础与准备。十多年的岁月里，尊者韬光隐晦，夙夜匪懈，终于，2008 年完成《相应菩提道次第》的经说编辑，紧接着历史考证也逐步完成。从此，原始佛教开始在华人的世界一步步传扬开来，在短短几年内，从美国到马来西亚、新加坡、台湾，逐渐地将原始佛法的讯息传扬开来，这除了佛陀教法的光明及三宝的庇护以外，人界众生的护持是很重要的。

台北中道禅院的成立也是如此，这当中有许多的法友认真地维护、支持、默默的帮助，尽其所能的促成这一个共修道场的形成，举办了很多的活动跟说法。原始佛教会在台北中道禅院的讲习，大概是台湾四圣谛佛教讲习次数最多的地方。一年来，善尽对这个地方的运用，极为难得。今天举行周年庆，也等于是对这一年来护法者及弘法者，为传续世尊教法的功德，做一份回顾与赞颂。

弘法影片欣赏

中华原始佛教会特别制作了一段影片，介绍道场成立一年来，在道场举办的各项活动，以及僧团法师



们在国内外弘法的状况，与法友们一同分享。

法师心得分享

Ven. Tissarā 师父

一周年很快就过去了，站在这里很开心，开心的是看到一年来，僧团的法师们带着法工及法友们一起在这边努力修学的过程非常的丰富。另一个感触是：年纪愈大，时间过得愈快，好像一晃眼一年就过去了。跟大家讲讲没有心得只有祝福的话，因为我一年来这里其实不到十次，这一年来都是随僧团在国外到处弘化，辛苦的都是我们在座的几位法师，带动法友们修习学法。这个地方让我们使用了一年，在大家的生命历程中也留下点点滴滴的美好修行回忆，这是最宝贵的。在这周年庆，只是想跟法师及法工们讲：「大家辛劳了！」法友们可以藉由台北禅院及北投山上内觉禅林的场地好好修行，祝福大家道业日日增长。谢谢大家！

Ven. Nānavati 法师

时间过得好快，中道禅院满周岁了，这段期间，很像初生婴儿到周岁，真的需要父母细心的呵护与照顾。所以很感谢这段期间法友们竭尽心力的护持道场，很多位法友发心来禅院轮值当法工；而且，法友们不仅护持道场的法务，也发心护持在这边安住的法师，谢谢你们的照顾。接下来的日子里，我想我们更得相互扶持与努力，让正法在这茫然的都会人心中心

亮一盏光明。谢谢大家！

Bhikkhu Aticca（驻锡在纽约中道禅院的 Bhikkhu Aticca 录制一段祝福的话跟法友一块分享）：

欢迎十方法友抽空前来参加台北中道禅院一周年法庆。去年，经由许多法友的热心寻访，终于在台北市交通便利之处找到一个这么合适的场所，作为原始佛教会在大台北都会区宣扬原始佛法之处，提供给繁忙的十方法友亲近学法及共修。

感恩 师父这么多年来辛劳，锲而不舍的追寻与还原了 世尊入灭后第一次经典结集的经法与禅法的传承，确立了修七觉分而次第成就四圣谛三转十二行的中道禅法，开启了隐没将近二千三百年的一乘菩提道次第。让在生死轮回苦海中漂泊浮沉的众生，看到了一个能指引正确方向的光明灯塔，早日脱离愚痴、贪欲、瞋恚的苦海。

要感恩这一年来在中道禅院辛劳住持、开课、弘法的法师及居士，维护延续原始佛法的法脉；感谢许许多多的法友们前来禅院学法及为大众付出，在生活中实践了所学的因缘法及八圣道。以后请各位法友们能继续常来中道禅院帮忙，让我们同心协力凝聚更多人的力量，将原始佛法在我们的故乡传扬、散播，利益我们的亲朋好友，让他们也能看到正法之光。使得他们的生活更好、烦恼更少，也使我们的社会更和谐。祝福大家吉祥平安！



Bhikkhu Paññacakkhu

这一年来很谢谢 师父、尊尼 Ven. Tissarā 以及僧团的教导及照顾，也很谢谢法友们的护持。这一年来有很多的居士及法工默默的在这边辛劳的付出，甚至照顾驻锡在这里的法师的四事，真的很谢谢大家。希望大家来这边做法工不只是做法工而已，更重要的是能在这边所听到、所学习到的用在生活上。让我们生活能够更好，自己能得利，也能让他人得利。将佛法用在生活中，解决我们的烦恼，这才是学习佛法的大用。谢谢大家！

Bhikkhu Mokkhaḍḍipa

今天有一个很好的机会能让我在这里讲几句感谢的话：首先要感谢的是在这个课程当中，一直帮忙的几位法工们如：法禅、法住、法藏、法源……等等。上我的课，最麻烦的就是有很多事要做，有时候，连线或声音的品质不好时，真是忙坏了这些法工们。所以在这里要感谢法工们这一年来的支持。

不单单这样，有很多法友是来护持及帮助 Mokkhaḍḍipa 学习的，因为当中许多法友其实跟着师父学习一段很长的时日了，为什么他们还要来上课呢？最主要原因就是护持僧团，帮助幼苗的成长，感谢法友们一直在鼓励 Mokkhaḍḍipa。走在这条困难的修行道路上，若缺少这些鼓励与滋养，可能真的会走不下去。所以也希望各位法友，对于以后新进的法

师上台跟大家分享时，也能以这样的心境来鼓励其他的法师，让僧团的法师都能从中成长、一起学习，这样就功德无量了。

由于 Mokkhaḍḍipa 跟着师父学习的时间尚短，大部分的时间都待在自己的寮房里埋头苦干，试图以更简单的方法将经文介绍给大众，所以，往往寮房之外发生什么事情都不知道。戒长法师们知道 Mokkhaḍḍipa 的状况，所以凡是有什么劳动或法务等工作都不会派 Mokkhaḍḍipa 去参与，让 Mokkhaḍḍipa 有足够的时间准备上课的资料。在这里特别感谢所有戒长们及法师们的体谅。

跟着 师父学习一小段时间，师父就把 Mokkhaḍḍipa 给推上台，那时候真是十万个不愿意。因为知道自己没有这个能力跟基础，所以不想接受这样的任务。但是经过一年后，却发现若没有这样的机会，Mokkhaḍḍipa 在经法方面的认识，就无法有现在的程度。但这些都仍只是知见上的进步，对于如何去应用，还是觉得力度难以到位，希望以后在这方面能有所进展。师父也说过：要站在台上弘法，跟大家分享心得，是条很艰难的修行道路，得经过很长的一段时间才能得心应手。很感谢 师父给 Mokkhaḍḍipa 这样的机会，能够在这里学习、修行，同时在自己成长的过程中，帮助法友们。谢谢大家！

法工心得分享



在法师们心得分享后，大会特别邀请：法海、法藏、法霖、法住、法因、法入、法长等七位法工代表分享他们这一年来的心得。（内容请见次页）

切蛋糕—庆祝台北禅院周年庆

上午的活动最压轴的莫过于切蛋糕庆祝周年庆，看着僧团法师们手扶着手，藉由 随佛尊者的手，一同合切蛋糕的画面，让人既感动又倍觉温暖。尤其随佛尊者在切蛋糕时，祝祷苦难的世间能在三宝的光明底下得到苦的止息！愿法水长流 正道弘开。Sadhu(善哉) Sadhu(善哉) Sadhu(善哉)！在场所有法友莫不为之动容。

下午宣法

下午的宣法， 随佛尊者开宗明义给在场的法友们一个不同的观点：「『生活』就是选择『要跟谁在一起，不跟谁在一起；要做什么，不做什么；什么做，什么不做。』这大概就是我们的生活了，在这当中有喜、怒、哀、乐，有许多看法与想法。在我们平常的生活里，我们是怎样看自己的呢？在人群里，我们是怎样的看自己呢？我们是不是把别人当作镜子在看自己呢？你有发现吗？」

尊者带领法友们去发现可能有些人活了一辈子都没有发现的事，这是最贴近身心的探寻，在我们最习以为常的生活中发现问题根源的所在，让在座的法友

回光返照省视一番，若有领悟。

宣法的尾声， 尊者分享他四十一年来的学法的历程：「唯有投入于其中，才能将学习到的佛法，从内心的想法转换为实验、实践的行动；在实验、实践的行动里才能真正改变人生。当然，修行本来就不是一步到位，人生不需要去期待一定是美好经验。过去的一年，你们可能比较习惯带着耳朵来听法，然后用想着走回家。来这里一年，志在参加不在参与。平心说，你只像个听法者而不像个学法者。你只关心这节课，法师要说什么？听完了以后，你可能比较在意的是：今天法师说的内容对你有多少帮助？内容好不好？会不会录制成 CD，可以再多听几遍？得到几多资料？你可能注意的就是这些事了。除此以外对旁边的人事物你并不会关心。因为你害怕团体、你害怕组织、你害怕被抓住，所以你就志在参加，不在参与。那你到底在做什么呢？你在做『你想做的事』。你是怎么看这件事呢？你是用过去来看现在。那你会怎么做？在你还没做之前你就已经想好了。那你到底在做什么呢？你是在做『好自己』，或者做好『自己』？你的方式通通都不是我们今天教的方式。来这里，就麻烦你做个学法者，不要只做个听法者。在生活中做现前能做的，不要做你想做的。如果今天我们所谈的你能心领神会，你不需要镜子了，你对愚痴、贪欲、瞋恚三毒不断显现的人间就能平怀的看待。」





台北禅院周年庆 法工心得分享

台湾 书记组报导

法海：虽然我在医院里过新年，但我每天都像在过新年。很高兴能跟大家一起参与台北中道禅院的周年庆。生病的这段期间，我非常地感谢师父们及法友们的祝福跟关心。师父们的慈悲，让我有机会听闻正法，看到崭新的人生，我每天过着烦恼少、生活好的美好生活。现在我知道我的生命是受到眷顾的，我非常地感谢所有的一切。我身体的病目前仍在治疗中，也稳定的在复原中，相信很快就能跟大家一起共修。

法藏：很高兴这么多的法友聚集一堂。感谢师父以外，也要谢谢房东，我们在这里上课可能会打扰到邻居，而造成房东的困扰，要跟房东说声抱歉和谢谢！这一年里，法工的成长其实满大的，因为我们在师父们的教导下，尽心尽力地在护持，所以得到的利益甚多。我深切的感受到师父们是用生命来利益我

们，Bhikkhu Paññācakkhu 每周一都会塔车下山来指导我们禅修，再搭最后一班车回山，回到山上时都已经是十一点多了。Bhikkhu Mokkhaḍḍipa 的眼睛不好，他总是在房间里一直打电脑准备教材，我常常跟他说要爱护自己的眼睛才行，他现在可是公共财产呀！师父更不用说了。

在这一年里，禅院办得愈来愈好，希望能够持续下去，法师在这边尽心尽力地推广佛法，我们听了正法以后，要靠我们去推广影响周边的人，希望法友们共同努力，让佛法能够昌明，普照十方，谢谢各位。

法霖：今天来到这里，至少有五个人跟我说：「法霖！好久没看到你了！」我很不好意思。我认为当法工也要应用在生活中，实际上我很会运用在生活

上，我觉得自己每天都在当法工。当法工的范围不限于在道场里，我在外面处理事情，很会运用因缘法。有些人很会运用因缘法处理事情，却不知道自己在运用因缘法；也有些人听过因缘法，却不知如何运用因缘法。当然，我讲的因缘法，跟见法开悟解脱还离得很远很远，想到这里我就觉得很惭愧。但惭愧之后就要精进，要来和师父、各位法师、各位法友一起学习才是重要的，谢谢大家。

法住：在此学法要能受用跟有用。很大的困扰是：我们听了法，回家之后立刻打回原形，尤其与家人相处，是骗不了的。我在做杂志时，有时很忙，情绪就不太好，家人发现后会说可以不要再做！可是我很想继续做。所以我在家要当法工，职场也做法工，督促自己千万不要被打回原形。

除了当法工学法以外，我觉得我们在家居士护法是很重要的。记得很早之前，师父曾跟我提到：「万一学了法，没有见法就死了，只要正法尚在人间，来世还能找到学正法的道场。」所以正法要靠我们护持，要不然来世找不到学习正法的地方怎么办呢？这很重要！也就是为什么家人叫我不要再做，而我还要继续做下去的原因。很多法友可能不知道要怎么护持，举个例来说，譬如一群人去爬山，大家一起分担工作，有人出车，有人提供便当，有人准备饮料，有人提供医护用品。有些法友可能会担心，可能没有体力或精力长久的做下去。请不要想这么多，等这山爬完了，这个活动就结束了；下一次办活动时，就有不同的人参与。就像师父游化一样，我们也可以用这样的方式来办活动，每一次活动都是不同的人参与。假如我们来只是想学法而不护法，那么我们下一世可能找不到正法学习。我希望同修们学法和做法工要同时并进，谢谢各位。

法因：今天是很欢喜的日子。一年以前，师父慈悲，想以更方便的接引方式来利益众生听法，在经济不是很充裕的情形下，在台北市伊通街成立了中道禅院。这一年里，师父们不管刮风下雨或是寒冬酷

暑，都是日夜匪懈的奔波为我们说法，在这里，我要感谢师父们无私的付出。

过年前，我的侄女住进加护病房，我在禅修过后去看她，她跟我说她可能是业障的关系要还债。我想这是很好的机会，人在病痛时比较能够体会，隔天我就把《因缘业报与宿命业报的差异》及《突破困难的智慧与方法》师父说法的二片CD，及法海师兄在正法之光二十七期杂志写的《生命的谦卑》这篇文章拿给她，并且简单地介绍因缘法让她听，她一听就懂了。我鼓励她这二片CD至少要听一遍，对生命是有帮助的。她听了很高兴，我也很高兴，因为在我的亲族里，「正法」终于有个着立点了，对我而言算是给我打气了。

我学法这么多年，理智上知道，但身心还是跟不上，很高兴师父在正法研习（七）的课程中，是从生活方面来教导我们，而我个人也努力的自我反省。困难是在生活中产生的，所以也要在生活中面对。在这里，我也要呼吁大家戮力护持，延续世尊的教法，有能力出能力，有心力出心力，有财力出财力，就是不要出压力，谢谢各位。

法入：过去我们要听法都得到北投山上的内觉禅林，因为我住得比较远，如果错过一班车，就必须再等一个小时的时间。去年台北中道禅院成立之后，我们才有这个机会在这里听法；但是这样反而让师父们更辛苦，因为要从山上下来说法，所以很感谢师父。

法长：我非常地感恩，跟师父学法二年了，我觉得我变了一个人。我感恩师父，也感恩僧团，默默地呈显正法；我也要感恩旧法友默默的付出，才有我今天学法的因缘。师父的教导改变了我对世间的看法，让我从孤魂野鬼变成一个务实勇健、活在当下的人，师父重塑了我的生命。过去的我非常地焦虑，因为学法没有着立点，现在有了师父及僧团的指引，我非常地感恩，谢谢大家。



法缘再续后半生

威省 法直

这一生，我真的从没有想过：我还会再修学佛法，再度成为佛弟子！

早在 2000 年时，我就放弃了学佛的这件事，从 25 年的出家生活而还俗了。当时真的是给佛教界带来了莫大的震撼！我真的是没办法再当北传菩萨道的法师了，原因是在 25 年的出家生活当中，所谓的参禅、念佛、念咒、拜忏，乃至般若、中观等法门都修学过了，但总是无法让我的心感到踏实、安然的度日。这到底是哪里不对劲？是那儿出了问题？真的不知道！当时也不知去请教谁来解惑，已经成为众人之师了，这样的问题也只能暗放在心中而已！于是就这样结束了 25 年的出家生活，回到世俗，至于今也有 14 年了吧！

记得我是在龙年还俗的，经过了十二年，我又在龙年回归 佛陀的座下。这个因缘就是从北海佛教会开始，那一晚是 2011 年 11 月 21 日，我第一次听闻随佛尊者说法^①，心中对佛法又恢复了感觉，因此就连续听了几晚大师父缘起正法的开示，我的法缘再续就是这样的展开。

在 2012 年的六月，随佛法师到吉隆坡的中道禅林弘法及办五日禅，我与同修也去参加^②，在 6 月 10 日那天，刚好师父要为法友落发出家，早餐时，师父对我说：「今天有人考状元出家，你是否要来陪作探花，归敬佛、法、僧、戒，皈依四圣谛？」当时我颇感意外，难得师父要我再度入佛门，内心就毫不犹豫的说：「好！」我就是这样再成为佛弟子啦！我想这应该是我与大师父的缘份吧！

因为与大师结了这份法缘，也发心成为法工，因此，在 2013 年 3 月，我与同修法实到了台湾内觉禅林参拜大师，为期八天。这是我离开佛门后十多年，第一次回到佛教道场住宿，感觉到有点不可思议！因为我本对佛教失去信心，不想再成为佛教徒，为何今日又能回归三宝座下呢？原因是我遇到了一位跟随佛陀的人，那是我以前所未见过的出家人！强调佛陀所说的「七事相应教、四圣谛、八正道、十二因缘」是实践菩提之道的唯一一条路，并非什么六度万行……等等，这对我来说，是蛮新鲜的事，也真的不曾遇过。我感觉到这才是真正的 佛陀教法，很简单



朴实，完全没有非现实及理想化的佛法，让我感到踏实可靠啊！也让人有办法去掌握学习。

过去一直歪曲「四圣谛」是小乘之教，实不可取也！这样的错见一直影响了我学北传的心理，真的认为学菩萨道的人，不必理会三十七道品，只修六度波罗蜜，长劫在生死轮回里度众生，直到众生度尽，即可成佛。是真的能这么伟大吗？现在回想起来，只有天晓得而已！

彼时，我开始怀疑我自己，我哪有资格代表 佛陀为人说法？我哪有什么法？我真的不能再面对自己内在良知的责备，也不想再麻木自己，不想继续欺骗众生啊！想想也就还俗算了！当时确实有很多人希望我能成佛，达到他们的期待，就是功德无量呀！结果没想到，我让众人失望了！想当时那个还俗的情况，真可谓「千夫所指，无病而死」，是多么的恐怖！幸亏最后还能过得了自己心灵的那一关，没有被别人骂死去。怎么办？我真的无语问苍天！但愿大家都明白！我真的也很想成佛呀！

在内觉禅林住宿的几天，大师父说：当他开始出家时，特别从「十二头陀行」法当中，选了两种苦行，终生奉行。第一条是：终生不受取金钱财宝；第

二条是：守持终生游化，不长期居住一处。在这样样都讲钱的时代，要能做到「不受取金钱」的生活方式，在出家人当中，我真的还没见过有几个有守这条戒。而大师父的生活，真的就是这样，不受取金钱财宝。我想，要不是能依远离、依无欲、依灭、向于舍，这是很难做到的一件事！同时还要终生游化，这真是不简单的任务，大师父能这样修持，我内心不仅是佩服，也很感动。

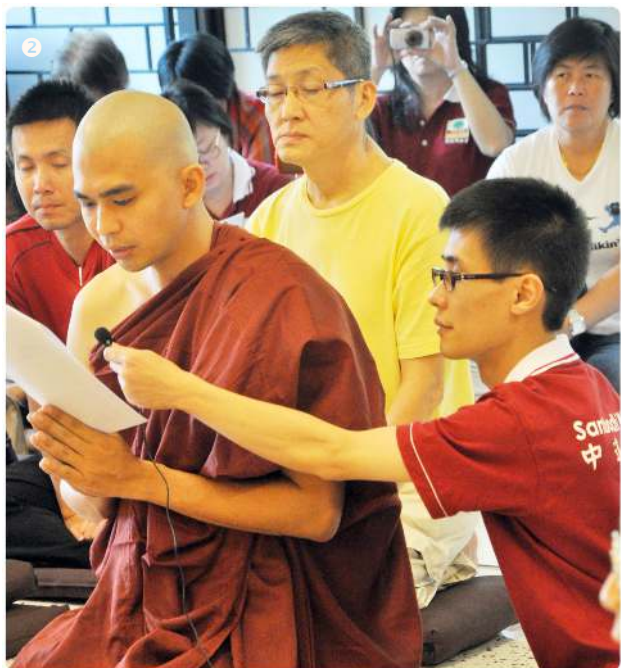
在禅林的八天当中，除了一位法友路过按门铃，要求进来参观外，并无闲杂人来。可见师父们平时不攀缘，大家各自用功办道，不受任何外来的干扰。禅堂里没香炉，亦无福田箱，确实是很平静的一个道场。我想这就是原始佛教的特色，纯粹依照 佛陀朴素的生活典范而过一天、过一辈子！我相信这里绝非一般「功利型」的宗教团体。

虽说禅林大门深锁，但大师父依然可以弘法度众——透过网络连线，向星马、美国、台湾各地的禅林法友说法。每星期有多次，从不间断，让各地的法友们受益匪浅！原始佛教就是这样的默默地耕耘，自利也能利他！

我在北传菩萨道 25 年修学当中，确实未曾遇过如 随佛法师者，能独具慧眼，将隐藏在《杂阿含经》中的 佛陀禅法，善巧方便，用种种譬喻，巧妙的解释清楚。真是不可多得的一位禅师！大师父说：

「佛陀的禅法已失传两千多年了！这十二因缘观的禅法，是唯一的禅法。唯有这十二因缘观的禅法，能让人远离烦恼，了生脱死。可惜的是如此宝贵的禅法，竟然都在南传与北传两大佛教圈当中都隐没了！」难怪许多学佛一辈子的人，都无法修到很好，我就是其中的一个。原来我们过去学来学去，都只是学到一些祖师大德各人的法门，怎么修都无法使得上。我觉得这是佛教一直以来最严重的课题！

其次，能将「般若」及「中观」的论述，指出其问题所在的，过去我不曾遇过。当我拜读了随佛法师



所作的『相应菩提道次第』，其中「般若论述之新思维」这一篇文章时，才恍然大悟，觉得大师父的佛法功力很深，否则难以如此精辟透彻的发现问题。过去我也崇拜「般若」、「中观」，认为它们是最正确究竟的法门，研究了好几年，却始终无法了解这「八不中道」该如何去修，真的一直都使不上力。这「不生不灭」，「不来不去」，到底问题出在那里？真的很惭愧，只能说自己头脑不灵光，那里敢去怀疑祖师的论述有问题？真的要谢谢大师父的智慧，解开了我多年的迷惑！

很庆幸的是，还俗十多年来，今天还有机会明白，这些「八不」论述的问题，是破斥而非直显事实，所以「八不」根本不是禅观的内容。唯有佛说的：观察「五蕴的集与灭」的禅观法，也就是「十二缘起观」，从「六触入处」观生死如何发生，又如何灭尽不起，才是佛陀所教的禅法！至今总算了解佛教的问题所在。所以当想学佛时，一定要弄清楚，是学那一个时期的佛法，是原始佛法？还是部派佛教？或者是大乘佛法？现在，原始佛法确实吸引着我追随。

如果今天我还是法师，我想我大概是没什么机会认识随佛法师。因为那个面子是不易放下的！所以可能这一辈子，很难接受「七事相应教」为佛陀之正法。但是今天，我真的明白「四圣谛」才是菩提之道，因缘观、七觉分才是唯一的佛陀的禅法。而且，这「七事相应教」的内容，根本都无关连大、小乘的问题，它纯粹是「佛法」而已！但是在佛教徒当中，能不将此四谛缘起，归纳为小乘的人，看来也很少！希望如今的学佛人，借着发达的资讯都能清楚看到这个问题，不要再被大、小乘的说法所影响。

还俗了十多年，有缘再遇正法，有福气遇见真善知识——随佛师父，真可说是三生有幸。我会好好珍惜这份难得的因缘！在未来的岁月里，朝着「正法」

的方向迈进。同时也祝愿「四圣谛」的原始佛法，在随佛师父的推广下，再度发扬光大。如是，则佛教幸甚，众生幸甚。

最后要提的是，能写出这篇「法缘再续后半生」的文章，也是在内觉禅林住宿的最后一天，大师父说：「法直啊！这回我要向你索稿了，写一写心得吧！」大师又说：「如果当初不出刊『正法之光』第一期，今天怎么会出到第28期了呢？反正坐在家一天也是这样过去，倒不如写一写心得来得更好，不是吗？」大师父的这番话，真的让我听进去了，所以从台湾回来之后，就开始写这一篇文章。谢谢大师父的鼓励，让我有勇气提笔来写这篇文章，我想，接下来我还会再写。



慶祝 衛塞節

2013年5月11日(六)

『衛塞節』(Vesak)主要是紀念 世尊誕生、證菩提、涅槃的日子。南傳佛教徒，均在每年陽曆五月月圓日，以供僧、供花、供燈以及受持八關齋等淨行慶祝。

*台灣、美國、馬來西亞 同步舉辦衛塞節慶祝活動，歡迎十方方法友蒞臨參加。

*當天在北投捷運站有專車接送前往台北道場：早上八點及八點三十分各有一班，當日免費提供午餐。

活動時間：9:00~15:00

台北：菩提伽耶內覺禪林 台北市北投區登山路139-3號 電話：(02)2892-1038 (02)2892-2505	台中：台中 中道禪林 (台中同步慶祝) 台中市文心路一段379號11樓之1號 電話：(04)23202288 *中午一家一菜供僧
---	---

中道僧團 主辦
中華原始佛教會暨中道禪林 協辦

網站：www.arahant.org



大马短期出家心得札记

短期出家 律中(法萱)

这真是一趟惊喜之旅！从没想过在第二次出国时，竟会在寒风凛冽下顶着光头回国。有幸搭上僧团的法船，是受到师父的慈悲感召，法友的推波助澜，勇气的鼓动加持，以及对修行的殷殷期盼，使我参与在北海举办的中道八日禅暨短期出家，更延长两个礼拜，与尊敬的师父们近距离学习、体验、生活，历经如此珍贵、难忘的体验，这段旅程除了感恩，还是感恩，不知何以回报。

末学原本只是去年年底追随中道僧团由台湾到大马弘法。虽知有个北海八日的短期出家，但出国前从没想过会参与，自己觉得还没准备好，如若就这样顶着光头回国，亲友问起，总不知如何回答（虽然终究要走出离的路）。抱着不会短期出家的决定，在大马随大师父马不停蹄的弘法，受在地法友们热情照顾，以及多面向的学习原始教法，不时浸淫在幸福、

感恩、充实的心绪中。

这是我头一次这么精进、不间断的跟着大师父学习，这样的密度，超过我在台湾学一年的量，本应知足，但我希望能更贴近僧团，多效法师父们的言行举止，希望有机会领受大师父在餐后对弟子们的各种教诫。因一些因缘，Ven. Tissarā 师父问我要不要参加北海短期出家？起初我说还没准备好，心想，顶着光头回去不知如何面对在台的乡亲父老。Ven. Tissarā 师父告诉我，这只是短期，在国外没人认识，回去前就还俗了，不用想太多；一位法友也给我鼓励，并分享她短期出家的动机与心得，逐渐发现没我想象的那么严重；加上那两天，大师父开示如何跨越内心障碍，对我的抉择帮助很大；而我也希望把握出家机会持戒、专心修行，隔绝各种诱惑，体验僧团生活，和亲近善知识，若我明天命终，难得人身值遇正法，却未

精进修行，岂非一大憾事？于是下定决心，暂别欢乐学法团，剃头了！开启新鲜的出家生活啰！

第一站、北海落发、受戒、禅修学习

剃发是成为僧人的第一步。Ven. Tissarā 师父为满弟子的愿，不辞辛劳，尽量让每个短期出家行者被她剃到，长时间弯着腰剃，不酸都难，看到师父的慈悲流露，相当感动。自己很惭愧，看到有些短期出家行者贴心，来之前先剃完头发，或是自备剃刀，而我不知出家前先预备「家伙」，真让师父辛苦了。原本我的头发有如厚重的安全帽，剃光时，真有种说不出的轻松。

受戒前一晚我们练习穿袈裟。僧服对我而言，有如套上孙悟空的紧箍咒，一方面自己很粗鲁，又不习惯穿裙子。这时才发现，原来法师们那袈裟真是穿来不易，我反复穿了几天才熟练，听说男众法师的僧服穿法更复杂，真是相当佩服！最初不熟练时，Ven. Tissarā 师父要我们两人一组，彼此互助穿袈裟，形成我们这一期行者主动关怀、照顾彼此的风气。❶

受戒时，大师父要我们别把出家视为短期，若在舍戒前死了，就是尽形寿出家，不能轻忽，要慎重。当从师父手上接到袈裟时，心情很激动，师父还叫我不要紧张，我们随即回寮房更衣，一群有模有样的僧人出炉了！

起初头发剃了很凉，不知是冷到，还是中暑，后

脑勺一阵阵的涨热，天气也热，使得我又累又昏沉，不过，我也体会到禅修能提升对身体不适的耐受力，很感谢 Ven. Tissarā 师父的关怀，给我疏散头部气淤的良方。为了改善昏沉，前三天下课休息时间都回到寮房，就算是躺五分钟也好，加上北海佛教会场地大，喝水、厕所在不同楼层，我也不时忘东忘西，时间在往返中消磨，起初根本没时间做开示复习、自省记录。三天后，我希望好好改变，花更多时间精进用功，便决定休息时间继续待在禅堂，不去寮房睡觉，反而精神和身体都好起来了！

刚出家有许多挑战，第一挑战就是与裙子为伍。我已经习惯穿裤子，方便运动，裙子让我不能大步走，凡事要斯文，和我的粗鲁习惯很拉扯。第二挑战就是吃饭加速。我习惯细嚼慢咽又吃得多，第一餐发现大家吃完后都坐在位子上不动，啊！原来是在等我！没想到僧团在饭后会一起结斋，让大家等我吃完，相当愧疚，之后就用减量来加速吃完。第三个挑战就是自己剃发。这门学分我最后还是不及格，对着镜子剃到手酸肩膀痛，还是像狗啃的，每次都得请我的同参法友来帮忙修齐。

每天晚上课后有一个很特别的活动，就是「羯摩布萨」。女众僧团由 Ven. Tissarā 师父主持，让短期出家的行者能在此时将违反戒律之事发露忏悔，使心里不累积无畏的疙瘩，障碍修行。大家也在此时厘清对戒律的疑惑，或是提出一些修行、相处的问题。❷



这次短期出家的成员中，有一位老菩萨高龄已 80 岁，家离北海相当远，换了许多班车，大约八个小时才到，心力之强，让大家赞叹。❶ Ven. Tissarā 师父总是耐心的聆听分享，并为大家解疑，使得短暂的出家生活更能安住，体会深刻。犹记得 Ven. Tissarā 师父提醒：「出家人不能持金钱，为避免大家不慎违犯，请再次检查行李中是否还有金钱。」果然还是在其中的袋子中找到，真是不可不慎！

第五天，师父慈悲安排，将短期出家行者的教室搬到当地的巴萨(大马的市集)——我们要去托钵，实践只托食物不受取金钱的 佛陀古训。❷已习惯禅修静默的我们，得调伏巴萨的喧闹与众多诱惑。这是一个很特别的体验，第一次以出家人身份上街，在整齐划一的队伍中，接受善男信女的发心，给予最真诚的祝福，以出家身份去关怀人真的很棒！❸❹本来对逛异国市场相当有兴趣的我，感谢有禅修禁语的要求，以及持戒律仪之故，使我的视线坚定在前方，将注意力放在呼吸的感觉，以及放松身心上，根本不会想浏览些什么。只觉得大师父相当辛劳，顶着大太阳，汗水湿透了整个背部，却了无厌倦的祝福每位供养者。我排在后面只能偶尔看到大师父的身影，只能说，能在这个队伍中真是太幸福了。整个托钵活动能够成办，乃至后续的分类整理，法工们功不可没，非常感恩。令我印象深刻的是，我们回到北海佛教会时，大家边研究如何收整钵袋，边喝水喘口气。当我们慢步上禅堂时，没想到大师父已升座说法，除了惭愧，也给我们很好的身教，大师父时时刻刻心系求法众生，而我只注意到托钵的环节，跟不上脚步。

在北海，我没有床垫，仅一张薄薄的草席，睡的很简单，也因此我可以有较清醒的脑袋，不会贪着于睡眠。那几天清晨一醒来都有很多体会、思考，这是很特别的经验。非常感谢法工群及北海佛教会居士们的护持，我们可以专心练习穿僧服、禅修用功、撰写修行日志……，体验短期出家的修行生活。

第二站、双溪大年共修处开幕

经过七天短期出家后，为了想更深入体会僧团生活，我决定继续出家，和僧团继续游化，直到回台湾的前一天。这是一个不同的开始，因为同学们都舍戒了，我从未单独和僧团这么亲近过，因此，时而手足无措，时而紧张，时而调整自我定位，只能让自己尽量放松，开启了一段与僧团近距离的学习之旅。

双溪大年共修处开幕，让我印象深刻。看着当地法友将不大的空间营造的很温馨、完善，法工长更住在隔壁就近提供支援，当天有如办盛大的喜事般热闹。原本抱着学僧的角度参与，没想到师父将我视为僧团一分子，让我和师父们一同拉下匾额的红布条，真是与有荣焉，深感何德何能，能参与此盛会。

一家一菜的供僧和台湾不同，居士们捧着自己精心做的食物，满满的人跪在扑满碎石子的路边，等待师父们经过、供养。相信这是台湾人很难想象的，我忍住无比的感动，当时的震撼难以言喻，对于什么都没做的我，有种承受不起的感觉，也因为他们这样的虔诚，更激励我要精进用功，不能辜负他们。

这段时间，用餐也给我上了一堂课。大马的美食让我难以抵挡，不断将美食塞到嘴巴，事后，给身体沉重的消化工作，徒增空虚。我深感为了追求味觉享受、满足三寸之舌的痛苦。

第三站、威省禅修体验

大师父前一天为了听大家十日禅的心得分享，很晚方就寝，身体变差。为了让大师父静养，原本安排到威省第一天晚上的连线取消，转而关怀当地法友。大家围坐谈天，场面温馨。

在威省禅修前一晚，我试着自己剃头，碍于刀子不够利，以及手势不熟练，剃了很久都剃不好，当我尽最大努力剃完、冲好头走出浴室，法月看到我，贴心的靠过来说我剃得有点不及格，法月拿出他用了一

年的小刷，帮我重新剃了一次，真的相当窝心。她还说本来就应该好好照顾后进，只是她舍戒了，无法用戒长的身份照顾我，听了我很不舍。这段时间，我总是打从心里鼓励她、祝福她，希望她能将大师父对她说的话好好领受，希望他能将大师父及我们对他的关心，纳为他迎向新生活的动力。

给人拜的压力真的不小，在威省有很强烈的不堪受供之感，因为二餐，法工都准备得相当丰盛，还受大家礼敬跪拜，看到法工们忙里忙外辛劳，对比自己没做任何付出，相当惭愧，甚至让我起了想还俗、和大家一起当法工的念头。④这时先后跟 Ven. Tissarā 师父、大师父提出我的感受，他们教我很多。看看其他师父，在各自因缘中做当下能做的事，我开始自发性的局部打扫，努力使自己每堂课准时在座位用力，时时精进不放逸。而且大师父说到，出家人要放下自我，我们穿的袈裟代表佛教僧团，大家顶礼不是针对个人，而是整个佛教僧团；大家拜的是心目中的信念、信仰，从头到尾都不是在拜我，穿这袈裟帮助法友内心有道路、看到光明、活着有力量；大家在供养的那一刻与内心的 佛陀相逢，与原始戒律的僧团相遇，这是多美好的一件事！原来托钵有这层意涵，让我想在之后找空档独自去巴萨托钵。

有一次在威省用餐时，舍出了炸饺子，行堂法工见了，发出开心的笑声，马上有种“舍对了”的感觉。真的不需把所有美食都往嘴里塞，那种占有真是太辛苦了。这种体会也适用于我们的许多欲求上。

过程中，我也警惕自己，要时时有踩在刀刃上的警觉，一不小心会习惯于他人的付出、恭敬，将之视为理所当然，使自己的修行无惭无愧，这是相当恐怖的。

第四站、马六甲道场参访

到达吉隆坡的隔一天，是大师父到马来西亚弘法唯一的放假日，Ven. Bodhidīpa 师父、律悉师父、我



与欢乐学法团各有不同目的，驱车前往马六甲，共通的是，大家的第一站是法心家，三位师父们及欢乐学法团在法心家用餐，大伙儿与法心的家人互动，马六甲温暖的阳光，照进大家的心坎。离开之前，全体合拍温馨大合照，希望下次见到他们还是平安健康。

之后大家一同驱车前往马六甲中道禅林，见到八戒女法香、丽香师姐，一个是去年结夏来台的熟面孔，另一个是十二月初在吉隆坡上法工培训课时认识的新朋友，见面时很有亲切感！感受到这一路来，在马来西亚认识的法友，反复穿梭在各道场间，大家都相当有向心力、用心、付出，真的凝聚出「法的兄弟姊妹」的珍贵情谊。

一进道场我随即礼佛，原本在家时，比较容易忽略，连日下来的熏习，使我养成了这个习惯。马六甲道场的布置很用心、温馨，有一株很有创意的菩提树在入口处，楼上师父们的寮房简单，僧团简朴的风气流露，很感念师父们弘法的辛劳。

法师们与欢乐学法团各自进行到马六甲的行程后，就驱车前往一位居士家交流。看到了一个很有趣的「不求人」按摩杖，上面的功能之一是“消业障”。众人不禁捧腹。这一路来让我印象最深刻的，就是热带水果在各个庭院中茂盛的悬挂，赞叹大马土地的富饶，也希望有朝一日，大马人民能藉因缘法的实践，造就内外勇健的国家。

第五站、吉隆坡

到了吉隆坡，我希望能在还俗前，以出家人身分再托钵一次，以全新的出发点体验，让市集的众生有缘与原始佛法的弟子相遇，让他们有机会供养不持金钱、如法如律的出家众，使他们的善根发芽。跟律悉师父讨论后，我们决定两人一起去巴萨托钵，并向大师父提出我们的想法，大师父建议请 Ven. Bhikkhu Citta Sang Varo 法师带领我们两个小弟子一起去，我们也找了法义师兄随行，开启了三位于原始佛教出家

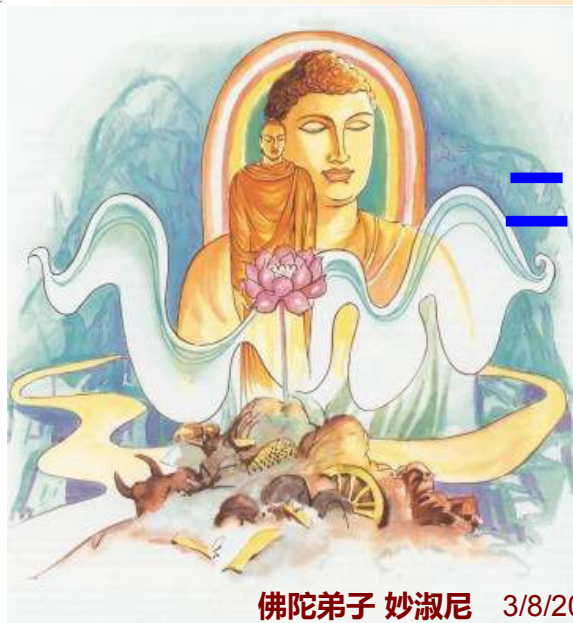
人巴萨托钵的新体验。很高兴有 Ven. Bhikkhu Citta Sang Varo 法师的修行德行，使我们不至托空钵，沿途我们平静的对着想供养钱的信众解释，我们可受食物不受金钱，法日更在市集中突然现身，热心的在旁帮忙解释不持金钱、可供养食物的戒律，并指引他们供僧的方法。回去后，幸好僧团早斋尚未结束，我们与僧团分享信徒们的诚心供品。少人托钵的感觉很轻松，也是因为大师父之前对托钵开示，使我觉得很有意义，很开心。

在吉隆坡三日禅第二天，喜迎 Ven. Dassanadīpa 法师落发受戒出家，我又一次的恭逢盛会，很高兴有机会能坐在她隔壁一同禅修、闻法、交流。

这趟马来西亚之行真是充满了许多意外、许多感动、新的学习、新的体验，大师父说，建立新的经验很重要，我们能从新经验看到突破自我局限的可能。也看到出家人树立良善影响的力量，利益无数众生。

感谢所有帮助过我的人，感恩大师父、Ven. Tissarā 师父将我视为僧团的一份子，接受师父相当生活化的教导。也感恩师父为我受戒，教我学法，让我有少人托钵的体验……。短短半个月的短期出家生活，我学到非常多，在过程中，有机会时常反省自己，学习法义，非常充实。

我吃素不是强迫式，或宗教戒律、还愿式的，而是不忍将自己的享受建立在动物的痛苦上，很自然的想去吃素；所以我希望走修行这条路的时候，也可以像选择吃素般自然，只是越靠近就越没有方向感。Ven. Tissarā 师父曾说：「没有准备好的时候，若已经决定了，就要学习去面对。」我想这句话对我也很有帮助，想要准备好再出发，但未知的领域使我们总是有还没准备好的感觉，也因此让我们踌躇不前。不如把握现有的因缘，朝向正确的方向努力，在过程中不断经验、体会、调整与成长。



佛陀弟子 妙淑尼 3/8/2013

二十年来学佛的艰辛

浑似梦，不知此身是幻身。妄执幻身是真我，可怜蹉跎了岁月。」

有一天，听某位法师说印度战乱，灾荒很苦，有些阿罗汉自杀。我想阿罗汉会因苦自杀吗？他又说：「不管谁写的书，只要符合佛说的就是佛经。」我想：「怎么可以这样说？大家都写佛经，那我怎知道哪部经是佛说的呢？」我对那位法师失去信心了。

于是，我很想学习原始佛教，但当时没有学过印度佛教史，孤陋寡闻，不知南传是部派佛教，误将南传当做原始佛教。我去了西双版纳学止观，主要学习《阿毗达摩讲记》，我问：「这是佛说的吗？」法师说：「是佛在三十三天为母亲说的法。」我觉得这个理由太像童话了，不信，也不敢说。当时也学《清静道论》，认为「戒、定、慧」这个修行次第是对的。

这时，从缅甸回来的比丘尼说，她八年修得四禅八定，然而生了一场病，定力就没了。实际在曼听佛塔寺的人都知道四禅八定是世间法，不好好修行，光有四禅八定、五神通，下地狱也没得商量！但这里就是修这个的，不学，学啥？所以，我又不想学止观了。

两次去缅甸学内观，打坐直观无常、无我，观刹那生、刹那灭，观不出什么来？感到无奈，无路可走，疑惑了，迷茫了！

这时接触了原始佛教，我一听随佛法师讲的光碟，好像拨开乌云见晴天，我的迷惘和疑惑，就像秋风扫落叶似的，一扫而光。

回首 20 来年，为寻觅正法，上下求索，一路艰辛，一言难尽，却发现南、北传佛教的教理、教义当中，都有甚多不合理的内容跟教法。也因此，我走了

如水法友，你好！很多人问我为什么学原始佛教？您又恳切的问，在此一并作答。

进佛门学净土，有一次我问法师：「东方人造罪念佛求西方，西方人造罪念佛求何方？一个人犯罪念佛就没罪了吗？」法师不答，我疑惑了，迷惘了！

我决定学禅宗，看很多书上都讲明心见性，我心想：金刚经讲三心了不可得，那明的是哪颗心？见的是什么性？我到处问，无人答。没有任何禅师可以回答我的问题，我疑惑了，迷茫了！

决定学惟识。法师讲无灵魂，无自性，然后讲阿赖耶识(第八识)生它先来，死它后去，先来后去做主翁。我问法师：「既然无灵魂、自性，那么谁先后来去呢？」法师不答，我疑惑了，迷茫了！

决定学密宗，我发现密宗上师好像就是佛，是活佛。学的是五部大论，修的是护法神八大金刚。我问自己：「我是在学佛吗？佛在哪里？佛经在哪里？我还是佛弟子吗？」于是我又不想学了。

决定学印顺导师的著作。这时，我才明白一个道理：「北传各宗各派讲的灵魂、神识、佛性、法性、本体、本性、自性、真如、妙明真心、阿赖耶识（第八识）等等，都是『我』的转化。」可是 佛说无我啊！于是心开意解，很激动！提笔写道：「七十余年



太多的冤枉路，悲愤不已，想大哭一场，无处诉说这段冤枉！20 来年的精力、金钱不说，20 来年的岁月已一去不复返，75 岁高龄的我，那份心酸滋味谁能理解？我忍着心痛，擦干伤心的泪继续学，但愿这次没有错。太累了，我老了，再也输不起了！

这是我学佛的经历，如有不当之处，请批评指正。说明一点，我离开曼听佛塔寺的时候，非常感恩长老，他满了我出家的愿。当时我认为南传比北传好，现在认为原始佛教是正法，比南北传都好。所以我学了原始佛教！

但愿：沉舟侧畔千帆过，病树前头万木春。

闻法学习感想

纽约 法启

认真听了随佛师父讲述的『一乘菩提道次第』第一集后，作了自我小结。抄下来的话：

佛陀的教育：关心自己，改变自己，修正自己；关心环境，改变环境，修正环境。

人们总是希望在常规之外有个特别的方法。然而最胜的依靠，是依智见实践于正行。

感想：

想象力的确可以突破现实的限制，但却也因而脱离了现实。

人间就是如此，一产生希望怎样的期待，痛苦就如影随形。

有个朋友问我，有没有经验过「觉得苹果很好，梨也很好，不知如何选择」的情形。他觉得痛苦来自于两个都很好，无法比较。

我告诉他，如果两个选择都很好，逻辑上说，倾向哪个选择都是很好。这样的痛苦，其实来自于生活只能选择一种，但内心的欲望却期待获得双全。世上大多数人总是说要能舍才能得，我觉得也只是对此种现象的对治法而已，也是相似的毛病。因缘必有限制，现实也必有限制。不要设想有完美的老师、完美的世界。

大师父曾说：「人们不是选择他应该相信什么，选择的是他需要的。」这让我想起王鼎钧先生《度有涯日记》里面的两段话，写出来和大家分享：

王鼎钧先生的《度有涯日记》，是其四部回忆录中的域外篇。讲有个记者小妹来访，问了两个辛辣问题：一、台湾的佛教很兴隆，但台湾的社会却一年比一年乱，宗教的功用何在？二、台湾的教育水准很高，传播事业也发达，何以人的许多偏见仍然牢不可破？

当时，王鼎钧先生对于采访应付了事，但在他的日记中抒发了他的看法：“宗教可以改变人的行为，但是今天很多人拜佛，旨在为他正要做的事情寻找支持。一句‘因缘无常’，他可以坦然抛弃青春已逝的妻子，或没有利用价值的朋友。一声‘放下’他可以不负责任，不后悔，为自己经营没有压力的空间。这些人按照自己的需要解释教义，强化原来的行为，或者选择自己最有利的行为。”

“‘人知道的越多，偏见越少’这话大致没错。为什么事实不然呢？人的遭遇形成他的历史经验；人的历史经验形成他的历史判断，你我他都是一样。可是接下去你我他就有了分歧：有人汲取新的历史经验，修改已有的历史判断；有人拒绝或扭曲新的历史经验，强化已有的历史判断。所以有时知识使偏见更牢固。”



听闻一乘菩提道的心得

北京 润物细无声

佛法产生流变的原因很多，其主要原因有二：

其一，是众生的思想、智慧，与 佛陀的思想、智慧之间，存在着非常巨大的差距；而众生又有非常多的需求，希望通过佛法来满足他们的需求。所以，后世的传教者为了让众生能够接近佛法，继续受到佛法的引导与教化，不得已在常规教义的基础上，开发出一些「非常规的方便说」。这是促使佛法流变的主要原因之一。

其二，是「传教者有增加信徒的焦虑感」。这些传教者为了增加信徒，为了壮大自己所信仰的宗教，同时也有的是为了利益更多众生的需要。再者，大多数的传教者自己本身也是凡夫，也和广大的众生一样有各种各样的需求，为了满足自、他需求，就自作聪明的在常规的教理、教义的基础上，开启非常规的方便说。这也是使佛法流变的主要原因之一。

致使佛法流变的原因，除了这两项之外，还有很多原因。譬如：记忆错误、理解错误、强权干预，宗派之间的相互对立、相互斗争，适应当地文化的需要等等。但不论流变的原因为何，流变的事实是已经存在了。我们不必去翻古人的旧账，也不必全盘的批判、否定，但也不能因为是已成事实就闭眼全部接受。我们现在必需考虑的，是应当如何面对它，并且用什么样的方法，来减小或是避免非常规的方便说在修学上造成的障碍与干扰？

我想引用一段随佛师父的一段话，来作为我们今后遇到此类问题的指导原则：

「诸位朋友！有很多人认为随佛法师宣讲原始佛教，肯定是很反对现在佛教中许多的教派的说法。但是我要告诉诸位，一点都不！为什么呢？因为随佛法师还有智慧啦！我不会只有聪明却没有智慧。」

诸位朋友！其实我是呼吁所有学习原始佛教或南传佛教的学众，在佛教的教法上，我们的确要为现在的世间，重新显现佛陀正规教法的内容。让世人了解许多非常规的说法，只是回应人间众生烦恼的需要，及不得不的渴望而已！我们的的确确要凸显出这件事情，以显现 佛陀的真实教法还在人间显耀着耀眼的光明。

但是在显耀正法的同时，我们也需要人间的智慧。是什么样的智慧呢？信受正法是不能强迫的，不能强迫众生一定要接受及实践正法。众生就是有烦恼、有痛苦，才叫烦恼的众生。虽然信受正法很重要，但是这种事情无法一蹴而就，只能循序渐进的改变。因此，对于回应众生种种不可能实现的需要，就会有各种不同的非常规教说。我也呼吁佛教内的许多学人，要能够了解这一现实，然后平常心看待。非常规教说的事情，不是对错的问题，而是所谓「市场需要」的问题。

因此，对于可能背离于佛法，可是却为了呼应众生烦恼及渴求的许多教说，需要平常心看待，知道那乃是「众生的盼望」就好了，不用太过大惊小怪，或者小题大做、大张旗鼓的攻击、对立。我相信，这可能不会有什么建设性的成果。所以，我从来不会反对



念佛法门，也不会反对诵经、拜忏、消灾。为什么？有市场啊！这个市场一直都在，对不对？

让我们共同努力，不管见法的、不见法的，大家共同努力、互相了解。让我们能在这现实苦难的人间分工合作。一方面能够摄引这些烦恼的众生，循序渐进的步入佛道；二方面让佛陀正法的法灯，不要在这苦难的人间熄灭。如是分工合作，各有功德，共同庄严 世尊的法教，让 佛陀的教法传承久长。

佛教的各门各派，大家能够平心静气，眼光放远一点、看深入一点，心胸宽大一点，为佛教谋利益，为众生谋福祉，这个比较要紧，不要再争长计短了。」

随佛尊者花了很长的时间，通过比对经师传承和律师传承所共同认可的「第一次结集」的经典，找出彼此相对应的共说的内容，分离出没有共说的

内容。通过这种比对的方法，找出那些内容是属于「第一次结集」时就有的内容，那些是「第一次结集」之后新增加上去的内容。还用十四篇「第一次结集」时的经典，证明「无明最先断」是经师传承和律师传承两家的共说，而「无明最后断」却是律师传承的自家之说。

同时通过经典和论的相互比对证明：「无明最后断」的思想，和菩萨思想，都是在佛灭 116 年之后才出现的新说，而且这种思想乃是出自律师传承，经师传承没有这种思想。

因此可知，「菩萨」之说或「菩萨信仰」都不是佛陀所说，是后世佛弟子为了适应众生对于 佛陀敬仰与向往的需要，而开设的非常规的方便说。

请不要误解以为我在这里否定菩萨和菩萨信仰，我没有这个意思，我只是在说明事实。

宝宝在母体就开始学语

本文选自 中央社电/ 台湾新生报 1/3/2013

科学家发现，还在母体内的胎儿已开始学习语言。根据英国「每日邮报」(Daily Mail)报导，先前认为新生儿在出生头 1 个月开始辨别不同语音，但新研究显示，在孕期最后 10 周，胎儿拥有学习与记得母亲语言中基本声音的能力。研究课题的领导人、太平洋路德大学(Pacific Lutheran University)心理学系教授穆恩(Christine Moon)说：「我们 30 多年来都知道，胎儿透过听到母亲说话的声音，在子宫内就开始学习辨别声音。」

「不过这却是第 1 份研究显示，宝宝在出生前就能分辨母亲语言中的特定语音。」

研究对象是美国塔科马(Tacoma)与瑞典斯德哥尔摩 40 个出生 30 小时的男女宝宝。研究人员让

这些宝宝听瑞典语母音或英语母音，并让他们透过吸吮连结到电脑的奶嘴，显示听到母音的次数。研究中选择母音的原因在于其显著性。

研究人员认为，在母亲连续说话时、甚至在背景声音吵杂的子宫内，母音仍可能明显可辨。

研究共同作者、华盛顿大学(University of Washington)学习与大脑科学研究所共同所长库尔(Patricia Kuhl)说：「我们原本认为宝宝是『出生后学习』，如今我们发现他们的学习时间更早，他们生出时在发音上不是全然无知。」

库尔说：「因此我们不能浪费宝宝的早期好奇心，母亲对孩童大脑发展拥有最初的影响力。」

在中道禅林学佛一年的心得

台中 法吉

学佛三十年仍然浑浑噩噩，五盖仍照盖，整日神经兮兮，日常生活有风吹草动，即心神不宁，惶惶恐恐不能自主。经常早上醒来，如有块大石头盘压在心头。

记得在 2011 年 10 月，参与台中中道禅林三日禅修。才有缘得遇中道禅林这个团体，也才有幸得听闻大师父讲经说法。起初有疑惑，并不以为然，因为很多跟以前所听过的不同。但听久之后，知道大师父所讲的不离 佛陀原说，所以越听越喜欢。深感自己行将就木之年，能听闻正法，确实不枉费此生，真是幸运极了。

在这一年来都很认真上课听讲，抄录笔记，虽不完整，也抄了好几本，只是惟恐错过师父讲说的精彩内容。但生性愚昧，以后翻阅笔记，仍然似懂非懂，但我知道在中道禅林上课，绝对有好多宝可以挖掘。惟有多听闻，并参阅正法之光，就会越听越明白，才不枉费大师父拼命的教导。

听闻大师父讲经说法，每次均如沐春风，因为大师父所说的法，就是不离日常生活的因缘法，世间一切法均不离因缘法。但因缘法甚深甚深，我对因缘法的认知也仅是一些皮毛而已，如唐诗所言『少年不知愁，为赋新词强说愁』，勉强说出，只是『野人献曝』而已。

自己的身心及外在环境，均不离因缘法，『此有故彼有，此无故彼无』，经常观察自己身心运作，内正思惟，心里会更加扎实稳当，更能如实了知世间，也可以看到自己多么贪婪，许多无法得到或得到会痛苦的事物，偏会去喜爱，或多有非分之想及欲求。此肇因不知道『要得到必须要有能得到的因缘条件及能耐』，如果没有，只是贪欲，贪想有何用呢？这贪执

妄想均会在非份之想的领域徘徊流连，徒浪费时间精神体力而已。

在日常生活当中，时常观察自己身心运作，尤其在紧张、害怕或需要精神特别专注时，如驾车、骑机车上马路，在市场买菜时，五阴运作一幕连一幕，根本无法掌控。此时也可以看到自己的贪欲，喜见自己内心美好的东西，不惧危险闯越黄灯，这可能就是因缘吧。

而且如再观看周遭的亲友里邻，如不知因缘法，缘生法是故无常、苦、无我者，总是会吃大亏，误以为因缘总是不变，孩子永远是我的孩子，只要我对他好，他当对我好吧！财产永远是我的财产，应该只会增加，不会减少吧！美好的永远会美好，但这花好月圆仅是过程的呈现而已，而因缘影响会一直不停的改变，要警惕自己，不可麻木不仁。因为因缘法非自生，非他生、非共生，是因缘生，是无法掌握，要未雨绸缪，以免受苦。更有一些人，不会利用『不知五阴的集、灭、味、患、离是无明』来深思并警惕自己





的贪欲。苦、集、灭、味、患、离，必须常放心头盘计思惟才是。而人们不管有多大成就，不要误以为那是自己了不起，自己多优秀，多有才干，高人一等，那只是过程而已。如果不再多行努力，也会毁于一旦，同理，自己有不如意时，也不需气馁，只要努力当前，不需期待，也会有良善正向的影响。

感谢大师父得当教导，我会继续在日常生活的六触入处当下，常运用因缘观观察自己身心，自知自己

的缺点一大堆，识缘名色，名色缘识，在苦阴的阴影笼罩着，仍然无法摆脱生死轮回的束缚。我虽不愿再唱『何日君再来』，那就要看自己在此生日落黄昏时刻，是否努力得当。现在学生尚未准备好，但老师出现了，下辈子是否有此幸运，那非是此辈我等愚痴无明凡夫所可掌握的，仅盼我们中道僧团的师父，看到当时这个在禅林有认真修学，但尚未成就者，给予一记当头棒喝吧！

过度保护恐致孩童学不会观察环境危机

取材自 优活健康网 记者廖咏琦 2/27/2013

我的小孩伤不得？近日有媒体报导台南一所国小因为洗手台防撞条破损，导致学童跌倒撞伤的意外事件，家长因此提出要求加强检修。这样的争议正好点出对于建立适当的安全环境给孩童，而这环境该多「安全」才够？对此，儿童职能治疗师张旭铠表示，孩子必须在「适当的安全环境」中学习自我保护，而所谓「适当的安全环境」可以根据三项原则来设置，避免立刻危及生命、避免意外经常发生以及避免因经验不足而受伤。

张旭铠指出，由于这几年来协助几个单位设立治疗室、亲子教室，发现家长们越来越注意教室内的「安全」，常有家长参观环境时开始指导，「门框跟门板要加防撞条」，「插座不能只放塑胶盖，孩子会拨开，最好能上锁」，甚至连窗户玻璃都快被要求改成防弹玻璃了！

张旭铠说，家长爱孩子的天性大家都了解，但这样的「爱」却可能变成了「害」，让孩子根本无法保护自己！试想，当孩子在充满保护墙、防撞条、EVA地垫的教室里上课，反正摔不痛、撞不伤，孩子反而忘记观察环境、保护自身安全，等到

下课一出教室，常常不是撞上柱子，就是跌倒在地，难道这时候我们得开始把教室外的地板铺上地垫、柱子装上防撞条吗？

因此，张旭铠表示，我们相信孩子必须在「适当的安全环境」中学习自我保护，而所谓「适当的安全环境」可以根据三项原则来设置，即避免立刻危及生命，包含尖锐桌脚、电源插座等可能造成重大生命威胁的地方，就需要安全防护设备；再者，避免意外经常发生，在转角处、走道狭窄处，孩子容易因视线不良或反应不及而发生碰撞，设置警告标语及防撞设施是必须的；第三，避免因经验不足而受伤，孩子喜欢攀爬，然而矮柜上的电视机，或是堆迭的收纳箱就变成了危险物品，必须做适当的固定。

此外，他特别补充，「教育」其实是最好的安全设施！像是门上的喇叭锁，孩子虽然也可能撞上，但不至于立刻危及生命、经过教导后也可降低发生率。设立适当的安全环境，并施予安全宣导教育，孩子才能够学习如何保护自己安全、观察环境危机，进而提高生活独立性、降低父母担忧！

久济亡功，一渴成怨，何少恩哉？



月澄

宋朝的许斐写了一篇《责井文》，全文如下：

夏五小旱，井无掬泉。予俯睨而责之曰：“吾谓女炎夏涵冷，凛冬抱温，不趋其时者也；朝瓢冰澄，莫罍玉溜，不易其操者也。今众源犹活，尔泉独枯，泄塞尘积，瓮缝烟生，始悔知女者浅，期女者之太深

也。予宁休炊息饮，誓不屈耿恭之膝！”

言訖，倦薙而睡。见童子蓬头土面，焦唇燥吻，喁喁而告曰：“吾井神也。使尔釜不生尘，衣不凝垢者，谁也？使尔笔砚津津，濡云染雾，樽羹澹澹，泛月浮花者，又谁乎！久济亡功，一渴成怨，何少恩哉？当扣天阍，辟泉户，偿予无穷之汲。”

觉，不知其所之，但闻西檐之雨。

文章之大意是：这年夏天，院中的水井因天气干旱而枯竭。许斐很生气，责备枯井说：『我先前只当你这好那好，哪里知道你居然在关键的时候没水了，从今往後，我宁可不做饭不喝水，也不会再卑躬屈膝地向你要水了。』骂完，便回屋里睡觉了。

梦里，他见到一个童子，满面尘土，嘴唇焦乾，说：『我是井神呀！使你锅不生尘，衣服上不凝结污垢的，是谁呢？使你笔砚湿润，可以奋笔书写的，是谁呢？使你酒杯里盛满了酒，泛著月影，浮著花香的，又是谁呢？长久地救助您却没有功劳，一次喝不到水便结成怨恨，您为什麼如此缺少感恩之心呢？我这就去敲开天门，请求打开泉水的闸门，满足您没有止境的取水要求。』

许斐从梦中惊醒，却不见了童子，只听到屋外响起了淅沥的雨声。

这则故事十分发人深省。在日常生活中，处处可见：孩子对父母，稍一不如意，就充满怨怼；民众对政府，办事一不顺利，就大肆批判；对身旁的伴侣，稍有异见，便产生勃溪；长久的济助朋友、亲人，但只要有一点小小的怨隙，对方就牢记在心，久久不能忘怀……。人们常常不自觉地像沙漠里的仙人掌，伸

着长长的手臂，向四面八方要水喝；但只要欲求不足，嗔怨随生。现实生活中，「久济亡功，一渴成怨」者不乏其人；随佛尊者曾引用台湾俚语曰：「九顿米糕没讲起，一次剩粥念到死（台语直翻）」诚然！

朱子治家格言上说：「一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰。」一粥一饭，半丝半缕，那是多少人眉毛上滴下的汗珠所灌溉的血汗结晶？我们每天享用，如何能不感恩呢？做任何事，都得靠众人之力才能成就，我们如何能「功成而居」呢？时时怀着感恩的心是一种善良的美德，也是做人的基本条件。能对一花一草、一山一水都表示谢意的人，他的人生一定是丰盛而富足的。

知足的人必定懂得感恩；学因缘法、缘生法的人更该感恩，因为「有因有缘集世间，有因有缘世间集」，眼前的事事物物皆在相互影响中发生，也在相互影响中改变。唯有明见眼前的因缘，勇健而正确的迈出每一步，才能让困难更少、人生更好、远离烦恼。而对揭发此一「大事因缘」、指出此一菩提正道的释迦佛陀，及不惜身命、显扬世尊正法的随佛尊者，我们怎能不稽首礼足、感恩涕零呢？「人天长夜，宇宙黢暗，谁启以光明？三界火宅，众苦煎迫，谁济以安宁？」他们正是引领苦难众生走出万古长夜的那盏明灯呀！

俗话说：「滴水之恩，涌泉以报」；《优婆塞戒经》中亦云：「少恩加己，思欲大报；于己怨者，恒生善心。」留美学人陈之藩在出国留学前，因缺乏旅费和保险金，胡适知道了这件事，汇给他二千四百元美金。陈之藩赴美后，二年内分期偿还了借款，胡适回他一封信说：「其实你不应该急于还清此二千四百元。我借出的钱，从来不盼望收回，因为我知道我借出的钱，永远有利息在人间的。」多么令人动容的

一段话！距佛陀入灭二千多年后的今天，我们仍有幸汲饮世尊法水，蒙受佛法的润泽，大恩难以言谢，但让我们学习胡适的朗朗襟怀，尽形寿护持佛法，让正法永远在人间流传。

太虚大师有云：「仰止唯佛陀，完成在人格；人成即佛成，是名真现实。」「感恩」乃是人之所以为人最基本的德行呀！不知感恩，遑论学佛？让我们彼此砥砺，时时反躬自省，别让自己成为「久济亡功，一渴成怨」之徒。

原始佛教會

2013 年法工培訓營

禪師指導：隨佛法師 Ven.Bhikkhu Vūpasama

2013年7月19日(五) ~ 2013年7月21日(日) 4:00PM

內壢禪林 - 台北市北投區登山路139-3號

提升法工的生活品質。

談論各組之間工作內容與互助合作事宜。

法工不是來做工，是一起來修行、培福。

佛法是生活的經驗，不是知識。

法工就是學習生活的問題，善用因緣法面對及解決生活的困難。

報名時間：即日起至2013年7月1日止

報名方式：傳真報名：(02) 2896 2303

網路報名：<http://www.arahant.org>

下載報名表格

親至報名：台北內壢禪林(02) 2892 1038

台北原始佛教中道禪院(02) 2515 2505

台中原始佛教中道禪林(04) 2320 2288

參加方式：請先報名，錄取之法友請於7月18日週四5:00PM~8:00PM前報到，住於寺。





中道僧團 主辦
中華原始佛教會暨中道禪林 協辦

拾荒度日 生命光明不荒

拾荒 3 年存 20 万 低收夫妻全捐出



「既然用不了这么多钱，就捐给需要的人！」桃园县大溪镇 85 岁低收入户文良才，虽生活刻苦，但他认为社会还有比他更需要帮助的人，因此决定把 3 年拾荒所存下的 20 余万元全数捐出来。

文良才住桃园县大溪镇埔顶地区，虽然年迈，但身体十分硬朗，乐天知命的他归因于知足，他说：「欲望少，烦恼就比较少，每天就能活得开心，身体自然就好。」

文良才与 50 岁的泰雅族妻子胡双玉结婚 27 年，感情好但未生子，退伍军人的他原靠每月 2 万 1000 元的退休俸相依为命，钱不多但省吃俭用，日子倒也过得逍遥。然而几年前太太车祸伤到脑，一度左半身不遂，庞大医疗费用花光了 2 人多年存款，后续的复健等治疗费用也占了退休俸大半，家用所剩无

本文取材自 自由时报 记者丘奕统 3/11/2013

几，年迈的文良才没办法重回职场，为了生活，3 年前开始拾荒贴补开支。

1 天开销 200 元以内

他每天早上 8 点出门捡回收物，到中午就得回家准备午餐给太太吃，下午则将回收物稍加整理分类后又继续出门寻宝，平均一天捡拾 6 小时，所得在百元上下，偶尔有数百元。

节俭的 2 人把一天开销省到 200 元内，衣服、家具都是捡来的，3 餐还是从邻近学校打包学童吃剩的午餐。文良才说，学校午餐有鱼、有肉，营养均衡，但小朋友有时候连吃都没吃就倒掉十分可惜，才请校长让他打包回家。

够用就好 帮助更多人

文良才说：「人生知足就好，活得踏实比奢华重要，只要吃得饱、穿得暖就够了。」就是这样的知足念头，让他对先前退休俸改革引发的争议感到不齿。他认为：「钱够用就好，要这么多又花不完，何不让国家收一点回去帮助更需要的人？」

近来太太在他的细心照料下逐渐康复，行动虽仍不便，但能下床走动，甚至能帮忙整理回收物，复健与医疗费用也没那么庞大，在知足、助人的念头下，夫妇俩决定把 3 年来省下的 20 多万元拾荒所得全数捐出。

桃园县退伍军人协会大溪分会理事长杨朝伟说，文良才是把从回收场换来的变卖收据交给协会统计捐款金额，近千张收据，每张都因汗渍变得皱褶，字迹也模糊，拾荒辛苦可见一斑，但文良才把这些辛苦钱毫不犹豫地捐出，十分难得。



呷重咸 影响免疫系统

取材自 优活健康网 记者陈承璋 3/10/2013

台湾人爱喝汤，外面店家所贩卖的汤汤水水，只要稍微喝一碗，就可能钠含量超标。吃重咸的后果，除了造成心血管疾病产生之外，根据英国《BBC》报导指出，欧美科学家的研究发现，吃重咸很有可能会导致自体免疫细胞，攻击自家细胞的情况，引发自体免疫疾病，如多发性硬化症等。

吃太多盐巴，怎么会产生身体细胞自己人打自己人的情况产生？而这些科学家原本是怀疑，因为现代人的饮食习惯改变，吃太多加工食品，或是速食类食物，而导致近十几年来患有自体免疫疾病的患者增多！

但是，科学家们，经过大规模的研究之后却发现，这些食物之中，都有含高盐的现象。因此，科学家推论，可能是因为这些重咸食物，才导致自体免疫疾病的产生。

可是为什么吃重咸会发生自体免疫疾病呢？研究人员表示，有一种辅助细胞称为「Th17」，专门负

责帮助免疫 T 细胞发挥作用，除了对抗感染，这种细胞一旦失控，也可能造成自体免疫疾病。而这次研究团队进行细胞实验发现，钠盐（氯化钠）会让 Th17 细胞产生变化，当盐分浓度增加，细胞就会更有攻击性、侵略性。

在实验当中，老鼠实验也发现，当饮食中的盐分摄取量增加，自体免疫疾病多发性硬化症症状也会变得更为严重。多发性硬化症为中枢神经系统自体免疫疾病，有研究显示，Th17 细胞异常反应也与多发性硬化症有关联。

对此，「多发性硬化症生物医学研究协会」负责人苏珊科尔哈斯（Susan Kohlhaas）表示，这项研究的确有其突破性意义，为患者带来新的契机；至于吃高盐就会导致多发性硬化症一点，或许还有讨论的空间，目前只能说维持低钠盐的饮食，无疑仍是保持健康的基本要素之一。

许多人都知道，吃太咸容易造成高血压，吃太咸不只对心血管不利，也可能引起自体免疫疾病。美国、德国近日发表研究指出，饮食摄取过多盐分，可能导致免疫细胞变得更具侵略性，甚至攻击自己身体组织，引发自体免疫疾病。这项研究已发表于「自然」期刊。

最近几十年来，科学家观察发现，西方世界的自体免疫疾病患者人数正逐渐增多。科学家怀疑这可能不只是先天基因因素导致，环境因素或许也和自体免疫疾病大有关联。有些学者怀疑，生活习惯、饮食习惯变化、加工食物、速食食物吃太多，可能是原因之一。这些加工、速食食物往往比自己家里煮的菜肴含

有更多盐分。这是首次研究发现，摄取过多盐分可能增加自体免疫疾病发生率。

有一种辅助细胞称为「Th17」，专门负责帮助免疫 T 细胞发挥作用，除了对抗感染，这种细胞一旦失控，也可能造成自体免疫疾病。这次研究团队进行细胞实验发现，钠盐（氯化钠）会让 Th17 细胞产生变化，当盐分浓度增加，细胞就会更有攻击性、侵略性。老鼠实验也发现，当饮食中的盐分摄取量增加，自体免疫疾病多发性硬化症症状也会变得更为严重。多发性硬化症为中枢神经系统自体免疫疾病，有研究显示，Th17 细胞异常反应也与多发性硬化症有关联。

取材自 台湾新生报 记者苏湘云 3/8/2013



指導：中道僧團

導師：隨佛法師

Ven. Bhikkhu Vūpasama (烏帕沙瑪比丘)

發行：原始佛教會 (<http://www.arahant.org>)

發行人：Ven. Bhikkhu Aticca

欢迎索閱《正法之光》结缘流通

email: pucchati@gmail.com Tel: (02)2892-2505

响应环保，减少纸张，请提供 email，索取电子档；
或自行上网下载：<http://www.arahant.org>

台灣助印劃撥：50159965 戶名：中華原始佛教會

美國護持帳戶：

1. Original Buddhism Society (弘法、助印)

Citibank Savings Account 9930260993

2. Compassion for Children (扶助孤童)

Citibank Savings Account 9946841178

馬來西亞護持帳戶：Sambodhi World Berhad

HSBC Bank: 202-124475-101

版權聲明：有著作權 如為宣法，非為買賣，

不修改、增減內容，歡迎翻印流通。

(1)台灣教區(Taiwan)

E-mail: arahant.tws@gmail.com

❖ 台北 內覺禪林 O.B.S.T.-Taipei

台北市北投區登山路 139 之 3 號 電話: 886-(02)2892-1038 傳真: 886-(02)2896-2303

❖ 台北 原始佛教中道禪院 Sambodhi World-Taipei

台北市伊通街 58 號 2 樓 電話: 886-(02)2515-2505

❖ 台中 中道禪林 O.B.S.T.-Taichung

台中市南屯區文心路一段 378 號 11 樓之 1 電話: 886-(04)2320-2288

(2)美國教區(U.S.A.)

E-mail: arahant.usa@gmail.com

❖ 紐約 原始佛教中道禪院 Sambodhi World-New York

30-20 Parsons Blvd, Flushing, NY 11354 Tel: 718-666-9540

(3)馬來西亞教區(Malaysia)

E-mail: arahant.mas@gmail.com

❖ 吉隆坡 中道禪林 O.B.S.M.-Kuala Lumpur

28, Jalan 16/5, 46350 Petaling Jaya, Selangor, Malaysia Tel: 6-03-79318122

❖ 怡保 中道禪林 O.B.S.M.-Ipoh

61A & 61B, Jalan Chung Ah Ming, 31650 Ipoh, Perak, Malaysia Tel: 05-2410216

❖ 檳城 中道禪林 O.B.S.M.-Penang

77-3 Lorong Selamat, 10400 Pulau Pinang, Malaysia Tel: 04-2288100

❖ 威省 中道禪林 O.B.S.M.-S.Prai

269, 1st & 2nd floor, Jalan Kulim, 14000 Bukit Mertajam, Pulau Pinang, Malaysia Tel: 04-5309100

❖ 馬六甲 中道禪林 O.B.S.M.-Malacca

No 30, Jalan Kota Laksamana, Taman Kota Laksamana, 75200 Melaka, Malaysia

❖ 新山 中道禪林 O.B.S.M.-Johor Bahru

No 20, Jalan Undan 6, Taman Perling, 81200 Johor Bahru, Johor, Malaysia

❖ 雙溪大年 中道禪林 O.B.S.M.-Sungai Petani

21, Lorong Emas 2, Taman Emas Suria, 08000 Sungai Petani, Kedah, Malaysia

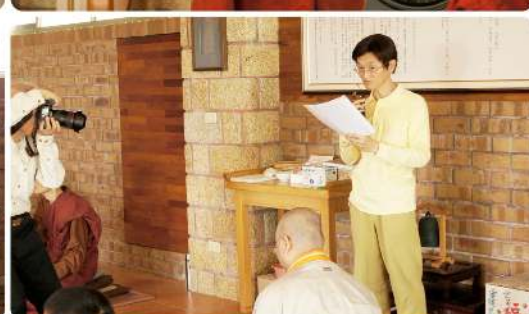
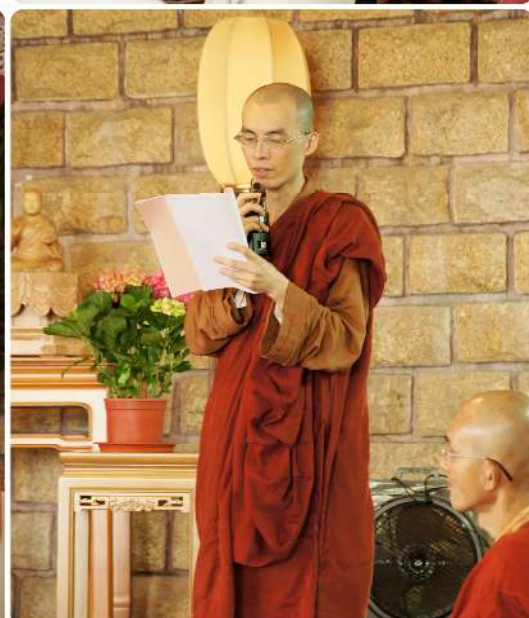


随佛法師 2013 年春季美东弘法行程

連絡及詢問電話 718-666-9540

日期	時間	課程活動	地點
2013/3/29	Fri 19:30-21:30	佛法的實用與究竟	NY 青年佛教通訊中心
2013/3/30	Sat 13:30-17:00	師父說法	紐約中道禪院
2013/3/31	Sun 13:30-17:00	師父說法	紐約中道禪院
2013/4/5~4/7	Fri ~ Sun	中道正覺三日禪(第一梯次)	紐約中道禪院
2013/4/12~4/14	Fri ~ Sun	中道正覺三日禪(第二梯次)	紐約中道禪院
2013/4/20	Sat 9:00-11:30	佛教與心理學的对談與共識— 幫助大眾解決生活的煩惱與心理的問題	麻州： Newton Highland (Hyde) Community Center 90 Lincoln St, Newton Highland, MA 02461
	Sat 14:30-17:30	解脫與慈悲	普賢講堂： 319 Lowell St, Lexington, MA 02420
2013/4/21	Sun 9:30-11:30	成功與幸福	麻州：Northeastern University 203 Ell Hall 360 Huntington Ave, Boston, MA 02115
	Sun 14:30-16:30	佛法的「業」(英文翻譯)	麻州：Northeastern University 203 Ell Hall 360 Huntington Ave, Boston, MA 02115
2013/4/26	Fri 19:30-21:30	佛法的實用與究竟	NY 青年佛教通訊中心
2013/4/27	Sat 9:00-11:00	大眾開示	紐約中道禪院
2013/4/27	Sat 14:00-17:00	渡越人生的忧苦 开展幸福	紐約：萬寧大藥房法拉盛(Flushing)分店 No. 36-22, Main Street, Flushing, NY 11354
2013/4/28	Sun 14:00-17:00	渡越人生的忧苦 开展幸福	紐約：萬寧大藥房法拉盛(Flushing)分店 No. 36-22, Main Street, Flushing, NY 11354

中华原始佛教会第一届第四次会员大会留记



造访禅林的五色鸟

正值春天百花盛开，鸟语花香，禅林周围缭绕着丰富的生命力。在中华原始佛教会第一届第四次会员大会结束后，会员们下午在禅林长桌，难得齐聚交流，互相关怀，颇为惬意。一位法友看到中庭树丛中有只五色鸟停栖在芭乐树上，赶紧轻声招呼大家来看，有人建议拍照留念，于是法培拿起她的专业级单眼相机，拉开落地纱门，小心翼翼的拍摄，为了照得更清楚，她鼓起勇气，屏息接近这只五色鸟，这个福星模特儿相当配合，让大家看得过瘾，最后才悄悄离开。



五色鸟小档案

于 2009 年由中华鸟会更名为「台湾拟啄木」，台湾特有种，啄树洞育雏。身体主要有五种颜色而得名，因叫声如同连续の木鱼声，故又称花和尚。

中道禪修營

大專、社青精進七日禪

禪師指導：隨佛法師 Ven.Bhikkhu Vūpasama

用「智慧」灌溉生命，依「正念」活在當前
循「正道」度越困苦，能「慈悲」光耀人間
佛陀與你一起「開顯智慧，光耀人生」



1. 教法根據：「第一次經典結集」集成的「佛陀原說（七事相應教）」
2. 禪法次第：修習七覺分，次第開展四聖諦三轉、十二行
3. 禪法入手：先修安那般那，次觀「十二因緣集法、滅法」，明菩提正道
4. 修證成就：正覺、離貪、慈悲喜捨、解脫、阿耨多羅三藐三菩提

禪修時間：

2013年7月25日(四) ~ 2013年8月1日(四) 10:00AM

禪修地點：台北內覺禪林

台北市北投區登山路139-3號

參加方式：

1. 全程參加：住於寺，守八戒、過午不食。

2. 必須報名，

錄取者請於7月24日(三) 5:00PM~8:00PM報到

參加對象：

18~35歲未婚青年(在校、已畢業均可，名額有限)

1. 報名時間：即日起至2013年7月15日止

2. 報名方式：傳真報名：(02) 2896 2303

網路報名：www.arahant.org 下載報名表

親至報名：台北內覺禪林 (02) 2892 1038

台北原始佛教中道禪院 (02) 2515 2505

台中原始佛教中道禪林 (04) 2320 2288

3. 洽詢電話：中華原始佛教會 (02) 2892 2505



中道僧團 主辦

中華原始佛教會暨中道禪林 協辦

说法结缘与布施结缘

中道僧团于每周六早上九点起，在中道禅林有原始佛法相关之说法活动；此活动并与台中、美国纽约、麻州、加州、马来西亚怡保、檳城、威省、吉隆坡、新山、马六甲及新加坡同步连线，欢迎十方善友莅临欢喜参与共结法缘。

中道僧团谨守 佛陀戒律，不受取、不积蓄、不使用金钱，除接受信众上山四事（饮食、衣服、医药、卧具）供养；并不定时托钵游化，欢迎大众随缘供养。



中道僧團

原始佛法 人間佛教