

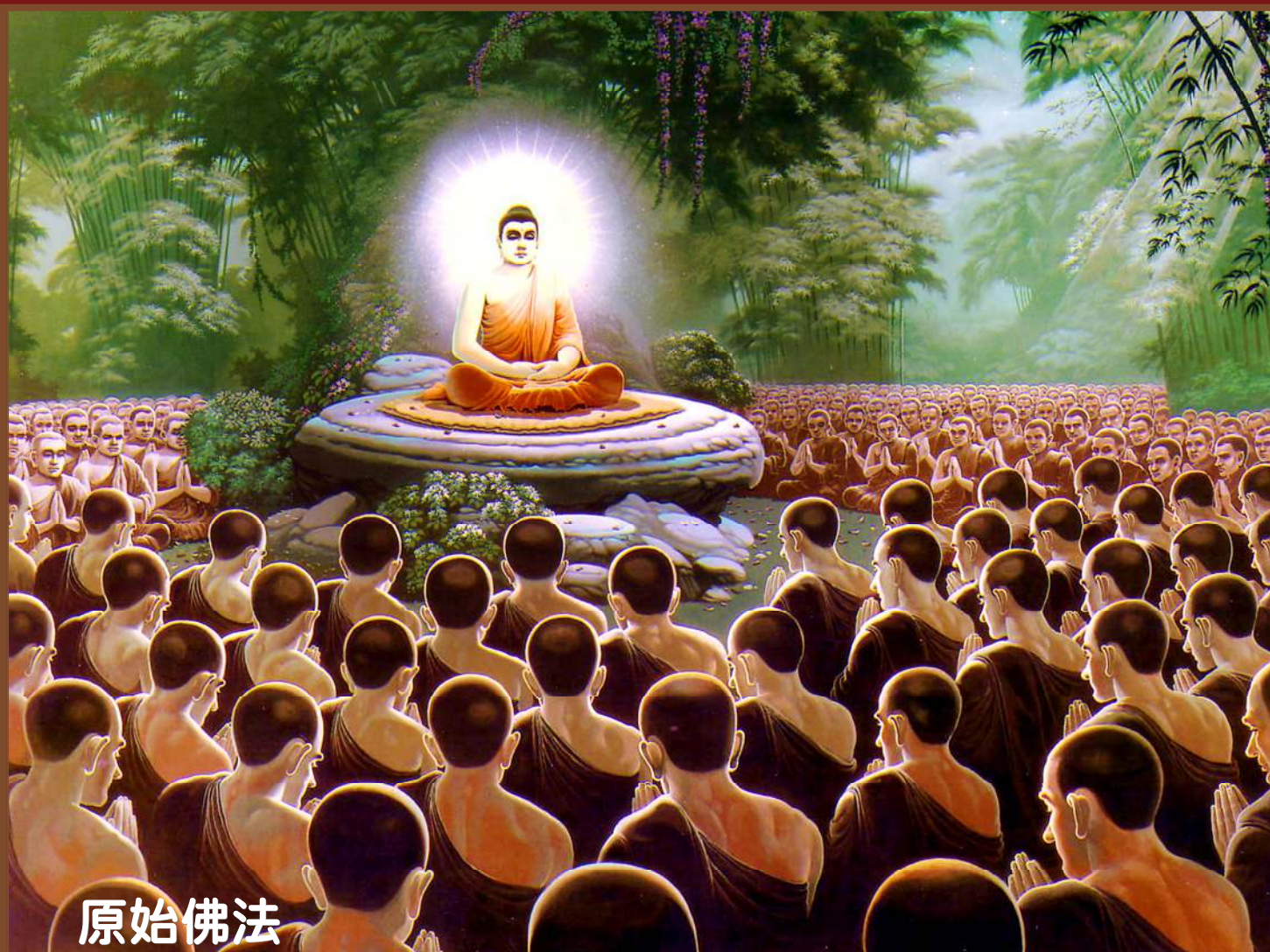


原始佛教會 Saddhammadīpa
ORIGINAL BUDDHISM SOCIETY

正法之光

佛陀正覺后 2446 年
2014 年 2、3 月合刊

第 **38** 期



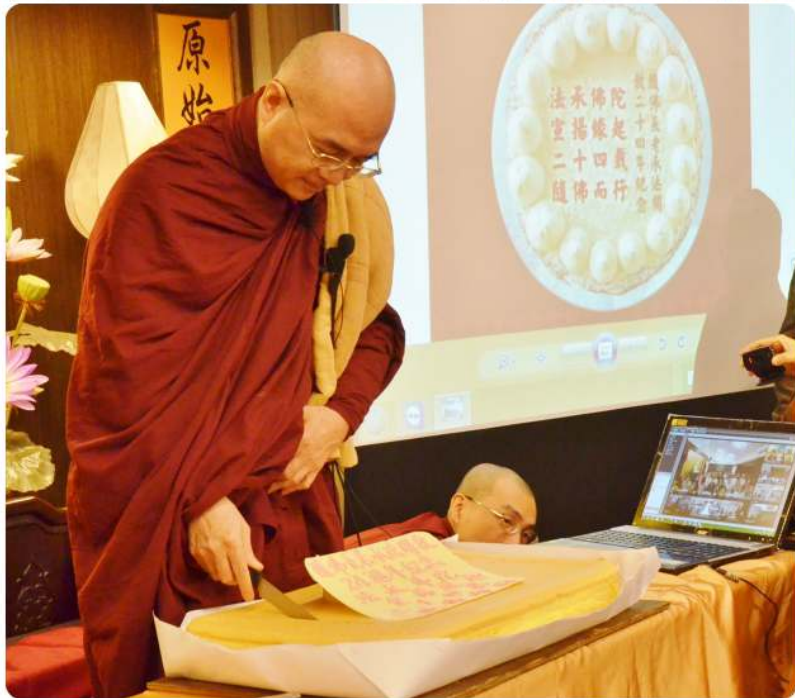
原始佛法
人間佛教

十二因緣真實義重現人間

- 佛陀正覺之光，見法度苦之門，歷二千二百余年的誤解與隱沒
隨佛長老暨中道僧團續傳法脈，在華人世界重現光輝傳法興教
- 甲午入新紀 因緣傳化二十四載；正法已流布 烏拉港禪林新開



法承佛陀 宣扬缘起 二十四载 随佛而行



不太一样的「大澈大悟」佛法课

2月19日课程中场休息，在一百多位法友欢欣热烈的掌声中，同庆随佛长老宣说缘起法迈入第25年，并由法霖居士代表献上感恩的捧花。



欢庆 随佛长老传法化世二十四载



上组图：为了纪念随佛长老承法开教二十四载，特将台北禅院的周日共修，改在台北内觉禅林举行。

下组图：午斋时，法友们共享素食火锅，以纪念这个特别的日子。



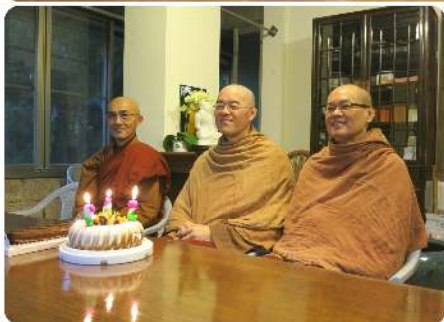


祝贺三位尊者在正法中重生 周年庆



2006 年元宵日，明至尊者坚定的抉择，做一般人难以做出的决定——向 随佛长老请求依止出家。

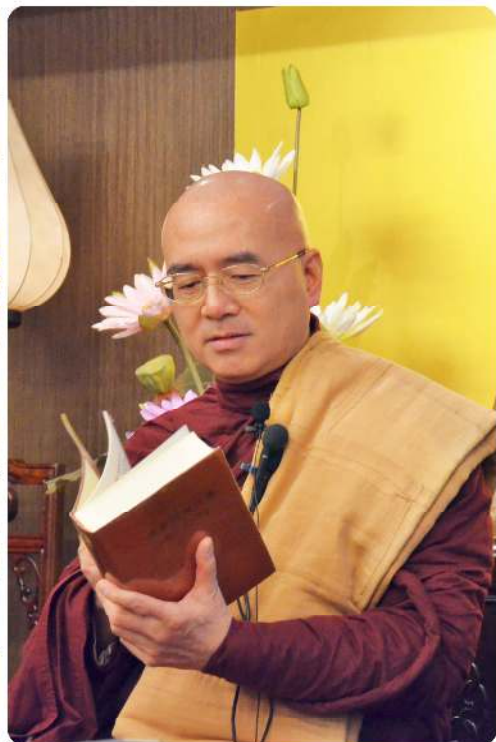
2014 年 2 月 14 日适逢元宵佳节，禅林的护法们买了两个蛋糕庆祝明至尊者出家 8 周年、度明尊者出家 4 周年、生觉尊者出家 2 周年庆。



《相應菩提道次第》在各地廣為宣說



中道僧團導師 隨佛長老引領、說明，生覺尊者授課，中嚴尊者、生觀尊尼助教，其他僧眾列席支持。
課程內容，依據 隨佛長老編著《相應菩提道次第》的第二篇《菩提道次第》的經說為法本。



台北禪院二周年法庆



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。



創刊於 2010 年 7 月 5 日

導 師：隨佛尊者

發 行：原始佛教會

發行人：Ven. Bhikkhu Aticca

第 38 期

- 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。

随佛而行

四圣谛佛教—佛陀的佛教 原始的佛教 人间的佛教 8

善知识语

中华四圣谛佛教会 10

关于断无明次第的诸多争论 11

声闻圣弟子的弘法利他精神 17

托钵游化到淡水 18

寓言启示 19

谨言慎行的重要 20

古老经说

无明则于五蕴生乐着、赞叹、取着 21

佛法释疑

五阴是无常？涅槃是不坏法？ 24

佛史溯源

(二) 部派经说传诵的演变— 9 十二因缘真实义重现人间 26

正法新闻

马来西亚、台湾、澳洲联合报导 50

剃度新僧

新春礼佛暨剃度新僧典礼 67

随佛长老开示—什么是出家的生活 70

成慧法师开示—平实地踏上生命中选择的路 71

成睿法师开示—做好准备改变自己 72

围炉法谈

齐聚法谈喜迎春 佛子赋归念师恩 73

随佛长老开示—佛陀说：我这里有平安，没有危险。 74

慧灯传世

大年初三智慧开年侧记 76

随佛长老承法开教二十四周年纪念 78

随佛长老承法开教二十四周年纪念侧记 79

随佛长老承法开教二十四周年纪念花絮 81

周年法庆

台北禅院二周年庆暨一日宣法纪实 84

台北禅院二周年庆暨一日宣法侧记 88

台北禅院二周年庆感谢词与法友感言 90

法友感言

法友感言 96

五阴世间

五阴世间 122

梅花映月

改变世界的金钥匙 125

禅林通告

2014 年春季禅林通告 128

传法法讯

宣法行程公告 132

近期活动海报：

- ◎ 菩提道次第：p.129
- ◎ 卫塞节法庆：p.130
- ◎ 2014 年雨安居：p.131
- ◎ 法传中华-兴国禅寺、福兴寺十日禅：p.132
- ◎ 都会学院 初级班：p.132
- ◎ 南洋商报-光明的智慧面对人生与困境：p.132
- ◎ 美国-正觉人生的落实与体现：133
- ◎ 中华四圣谛佛教会成立：封底



四圣谛佛教

佛陀的佛教 原始的佛教 人间的佛教

佛陀弟子僧 随佛 著

甚么是四圣谛佛教？**四圣谛佛教是 佛陀的佛教，也正是原始佛教。**

释迦佛陀在鹿野苑初次宣说「四圣谛三转、十二行」的菩提道次第，度五比丘正向正觉、解脱，确立了佛陀、四圣谛教法、声闻僧团（三宝）的佛教传承。自此广开法教历时四十五年，法雨遍泽恒河两岸，而后入灭于拘尸那罗。佛灭当年，僧团举行「第一次经律结集」集成 佛陀一代的圣教，共有『因缘』、『食』、『圣谛』、『界』、『五阴』、『六处』、『道品』等七事相应教及解脱律。此一 世尊住世传法、入灭与结集的正法律时期，佛法、圣律、解脱僧团具足而无分歧的时代，史称「原始佛教时代」。

原始佛教时代的佛法传承，在佛灭后渐有增新，历时百年后举行「第二次经律结集」，将古说与增新传诵予以重新的共集、整编，成为《相应阿含》、《中阿含》、《长阿含》、《增一阿含》等四部圣典。此一时期的佛教各方僧团，在佛法、圣律、解脱僧团上还能维持和谐、无分，各方僧团共

集的四部圣典成为后世佛教各派的共传，史称「根本佛教时代」。

佛灭 116 年后，佛教僧团为了「五事异法」的纷争，西方优禅尼僧团举行「经律论等三藏」的自派结集，僧团分裂为阿难系多闻僧团及优波离系分别说部僧团（自称上座部）、大众部僧团。自此以后，佛教僧团又历经三百多年的辗转分裂，分为二十余部派之多。此一时期，各方僧团在四部圣典之外，各有自部的《论藏》与增新经说，分歧对立而无法团结，史称「部派佛教时代」。

往后，印度佛教又多有新的发展，再传出「大乘菩萨道」与「秘密菩萨道」，最后在公元十三世纪初，印度佛教灭于信仰回教的蒙古人。部派佛教之后的各时期传承，辗转传于印度之外，各自发展成现今的南传佛教、汉传菩萨道与藏传菩萨道。

自部派佛教以后，各方僧团随从自派宗师的见解、思想，分别提出自派的论典，表面上学习经说，实际上是附从宗师之见地。因此，承自 佛陀



亲传的经说及律戒，在后世成为经、律、论三藏，更有甚者是「弘论而不依经」，只知有论却不依经义。佛教学派的称谓，在部派佛教以后，世人多是采用创派宗师名号、见地思想的重要主张、学派发展地区作为学派的名称。譬如：分别说部、饮光部、法藏部、大众部、说一切有部，或是南传、北传等。另在现今佛教史学界的作法，则是采取佛教发展的时期作为划分的依据，分为原始佛教、根本佛教、部派佛教、大乘菩萨道、秘密菩萨道。

然而，佛陀教法的正名，除了泛称为「佛教」以外，不论是用发展时代的区分法称为原始佛教、根本佛教、部派佛教……，或是依据宗师教义与地区的称为分别说部、饮光部、法藏部及南传、北传，毕竟都只是代表时代性的佛教、宗师的佛教或地区性的佛教，如果作为佛教的正名来说，还是有所不宜。

传承与宣扬原始佛教的中道僧团，认为佛陀住世时期的教法，统贯与修证次第在「四圣谛三转、十二行」，此可称为 释迦佛陀一代之圣教。此外，「四圣谛三转、十二行」既是 佛陀亲传的圣教宗本，也是最为古老与纯正的原始佛教。在佛教分裂后各派传承的教法中，只有「四圣谛」是各宗派共同承认而未有否定的教法。

因此，中道僧团与原始佛教会主张：**佛教是大家家庭，是佛教各派共合的佛教；四圣谛佛教是佛陀亲传的佛教，也是最为古老可信的原始佛**

教，更是「依经、依律」之各传承学人共同承认的佛教；出自不同时期、不同地区、不同学团与不同需要的部派宗门，则是众生的佛教。

中道僧团与原始佛教会僧俗全体，至诚的为释迦佛陀亲传的佛教，依据 释迦佛陀亲说教法的宗本——四圣谛三转、十二行，尊崇正名为「四圣谛佛教」。此谓：依说法者立名则称为「佛教（正觉者的教导）」，依教法内涵正名则称为「四圣谛佛教」，依传承的时期立名即是「原始佛教」。

佛法与僧团是为了利益世人，帮助社会与国家，有益于世界，如要达成此一大利，和谐、团结、合作是必要的作法，而唯有共同的主张、立场及目标，才能将大家和谐的团结起来。

中道僧团与原始佛教会僧俗全体，今筹设、创立「四圣谛佛教会」，愿以「四圣谛佛教」为名、为宗本，至诚恳切的与「依经、依律」的南传佛教学人，还有不反对「四圣谛」的北传佛教各传承学人，和谐、团结、合作的利泽世人，共同为社会、国家与佛教的兴隆，尽心尽力。

自今而后，中道僧团、原始佛教会、四圣谛佛教会当尽心的兴隆原始佛教，支持、团结仰信四圣谛的各方学人，诚心的与佛教各传承团结、合作。欢迎各方学人能不违背 释迦佛陀教导的「四圣谛」中，存异求同、彼此尊重的和谐、团结、合作，共同为世间的福祉而努力。



中华 四圣谛佛教会

创会缘起：

中道僧团与原始佛教僧俗全体，为了社会、国家与佛教的团结与兴隆，避免不必要的分歧与对立，现今致力在 释迦佛陀的教法之下，存异求同的以「四圣谛」为名、为宗本，发起创立「四圣谛佛教会」。释迦佛陀的教说传承，依说法者立名泛称为「佛教（正觉者的教导）」，依教法内涵正名可称为「四圣谛佛教」，依传承的时代立名即是「原始佛教」。原始佛教会愿在「四圣谛佛教」的平台上，诚心与「依经、依律」的南传佛教学人，还有不反对「四圣谛」的北传佛教各传承学人，和谐、团结、合作的为世间的福祉而努力。

章 程 草 案

第一章 总则

第一条：中华四圣谛佛教会（以下简称本会），英文为 Buddhism Society of Four Noble Truths in Taiwan，简称 B.S.F.N.T.。

第二条：本会为依法设立、非以营利为目的之宗教社会团体。本会以回归 释迦佛陀教导之原始佛教，确立奉守「四圣谛与律戒」之僧团，团结「尊僧和俗、性别平权、政教分离」之四圣谛佛教（包括原始佛教、南传铜鍱部佛教）为宗旨。

第三条：本会之信仰依据，是历史性的人间释迦牟尼佛陀，思想之依据以佛教最古老的经说传诵为主，此为汉译《相应阿含》与南传巴利《相应部》中『因缘相应』、『圣谛相应』、『食相应』、『界相应』、『阴（蕴）相应』、『六处相应』与『道品诵』

等七事修多罗之共说为传法核心，兼及汉译四部阿含、巴利五部尼柯耶当中确当不违背七事修多罗等诸相应教者，律规之依据主要是以南传巴利《铜鍱律》为主。

第四条：...从略...

第五条：...从略...

第六条：本会之任务，主要有六项：

- 一、举办有关印度佛教史地及原始佛法之研习课程、讲座、学术研讨会，宣扬、传续「第一次结集」的「原始佛教」与相应「四圣谛」的经说教法。
- 二、依据「原始佛教」之「十二因缘」、「四圣谛三转、十二行」，举办禅修课程、出家体验生活营，宣扬、推展、实践 释迦牟尼佛教导之「菩提道次第」、「中道禅法」、「生命成长及心灵疗愈」。
- 三、促进「四圣谛佛教僧团（包含原始佛教僧团、南传铜鍱部佛教僧团）」之传承，得以确立、稳固于世界。
- 四、推展、建立「四圣谛佛教（包括原始佛教、南传佛教）」之教学交流中心。
- 五、推动世界各地尊崇四圣谛之教团的交流及团结。
- 六、以「四圣谛」为核心，宣扬、落实世间、出世间通达无碍的「人间佛教」。
- 七、参与、推动有益于社会大众之各种公益活动。

已经相关部门同意准予筹组：

于 103 年 3 月 4 日准予筹组中华四圣谛佛教会



关于断无明次第的诸多争论

随佛比丘 著

自 2008 年个人著作的《相应菩提道次第》出版以来，由于个人针对汉译《相应阿含》、南传《相应部》的比较与部派佛教各派三藏、史献的探究，提出古老经法原说在修证道次第的传诵，应当是「先如实见因缘法而得明、断无明，最后断贪爱、解脱」，厘清了「十结」是出自分别说部《舍利弗阿毗昙》的学派论义，不是《相应阿含》与《相应部》的古老经法共传。南传《相应部》的「十结」传诵，是分别说部《舍利弗阿毗昙》的论义，揉杂入部派的经说传诵当中，是属部派的「论义经诵」，不是真正的经说传诵。

个人指出「无明最后断」是不可信的部派论义，绝非出自佛说，是引证大量的三藏资料与史献的考证后，确定的结论，绝非简单的引据某几篇部派传诵的经文，即轻率的遽下评断。虽然如此，提出「无明最

先断，最后断贪爱」的澄清说明，还是引起现今佛教界的争议，特别是许多南传学人针对个人说明提起强烈的抨击与攻讦。

佛教的传统，针对佛法的态度原本即是可以讨论或辨析，目的是增上学法的品质与深度，绝不是藉由论争、批判、攻击来排斥不同意见的学人，更不是借着争胜负、搏输赢，作为确立个人见解、争取信众信奉、供养的手段。

任何的讨论或辨析，必需忠实于实际的事实，不是为了个人的信仰、见解、情感与利益提供服务。说法有实据，论说有度，争议有节，对应有品，相待有礼，自处有律，待他有慈，遵守这样的准则，才能让论议的过程，朝向事实的真相，并且呈现出有内涵、有水准、有品德的层次，更能实际



有益于任何参与见闻的大众。这可谓：君子之争，言必有据，心怀仁德，行乎节义，不失于道也！

某些南传学人好批判、喜攻讦的个性及作风，不论是攻讦大乘菩萨道、藏传密宗，乃至排斥原始佛教，或针对任何人的的人身攻讦，个人一向是不以为然。这种作风与性格，除了引起无谓的情绪对立，自显其量小之外，还会有何益处？

自从南传部派分别传入海峡两岸的华人社会以来，许多南传部派的居家信士，原是出自护法卫教的无私心理，但作的却是种种过度批判、不当攻讦、情绪排斥，还有只知维护南传部派的许多无实无据的宣传言论。孰不知这些过度热切、言行不当的做法，是让南传学人招致社会的反感，更让南传僧人更难生在华人宗教社群。简单说，只是帮倒忙，增加无谓的障碍。除了突显自己，实无任何的益处。平实而论，自认作的是护法卫教的神圣作为，也不过是自我感觉良好而已！

但是个人还是能体谅这类学人的心境，尊重其信仰。然而，不肯扎实的下功夫探究各派三藏、史献，只知针对不同见解采取过度情绪性的批判、排斥，偏颇不当的攻讦，毕竟是不好的示范。特别是急于争输赢的心态，更是个人心理人格的偏差表现，焦虑、不满、愤怒、嫉妒，或情绪性攻讦、排斥，应当是出自争取自我认同、成就、需求的作法。如此，实际是不适宜学法、论法与宣法。

1. 「十结」不是部派经法共说

关于断无明的修证次第，在探究之前，法友们要先老实的面对，南传巴利《相应部》的「十结」传诵，在汉译《相应阿含》当中是无有的传诵。《相应阿含》是出自说一切有部的传诵，说一切有部的肇始者是迦旃延尼子，原是传经之阿难系师承的僧人。佛灭后约 250 年，迦旃延尼子受了优波离师承之分别说部自部传诵的《舍利弗阿毗昙论》影响，接受不合

经说的「十结」论义，写出《发智论》，因而造成重经之阿难系僧团的分裂，分裂为原本重经的雪山部与迦旃延尼子的说一切有部。因此，在分别说部系的经说中，揉杂了《舍利弗阿毗昙论》的「十结」论义，而说一切有部的传诵也受影响，融摄了部份说法，造成现今说一切有部传诵的《相应阿含》，当中有「五下分结」的语词，但完全无有「五上分结」的说法，也无有《舍利弗阿毗昙论》或《发智论》当中的「十结」传诵。

《相应阿含》当中部义融摄不全的原因，是因为在佛灭后约 250 年时代，阿难系僧团的经说传诵已经发展成熟，大大不同于佛灭后 116 年的时代，当时僧团的传诵还多是在口耳传诵的阶段，所以当时的分别说部有机会大幅度的改造经说的传诵。

《相应部》与《相应阿含》之间的传诵差异，还有《相应部》与《相应阿含》内在古新传诵之间的矛盾，这些事实必需务实的面对，不能自说自话的自我合理解释。南传学人不能无限上纲的推崇巴利语传诵是出自 佛陀的真传，主张《相应阿含》漏失或遗忘许多说法，或无由的批评《相应阿含》不可信。学习佛法的可信方式，必需「依经依律」与依据各方史献根据的考证虚实，不是自说自话，更不是只相信自身的经验。

其次，不论是「无明先断」，或是「无明最后断」，大家都可讨论。南传巴利相应部的大圣道篇中，有「无明最后断」的传诵，也就是「十结」的说法。但是在汉译《相应阿含》的《道品诵》当中，实际无有「无明最后断」与「十结」的说法。

我们必须知道「南传部派传诵是最接近原始佛法的说法」，毕竟只是南传巴利传诵与大乘传诵予以比较的结论而已！纯粹是「取样比较性质」的说法。目前汉译大藏经中，保存的印度各部派传诵，难道不是最接近原始佛法的说法？某些故意忽视南传圣典发展史的部派门徒，不愿老实面对巴利圣典经过几次翻译



演变的事实，虚逛的宣传 佛陀说巴利语，妄说巴利圣典无有任何的改变，全然否定汉译藏经当中保存的早期佛教各部派传诵，这是说法据实且向十方负责的态度吗？

这些记载在汉译藏经中，出自印度部派佛教的各派传诵，是出自印度本土的学派传诵，在印度各派的眼中，锡兰岛铜鍱部只是后出于印度南方海外岛屿的小部派，还不算是甚么重要的学派。这在公元前一世纪，北印世友论师著作的《十八部论》，介绍佛教各派的传出历史与说法中，完全未提锡兰岛的部派，即可得知印度教界的看法了。

当然南传部派的传诵，必定有着可贵的价值，这是毋庸置疑。但是漠视汉译藏经中各部派的传诵，偏颇的仰信巴利传诵即为佛法的一切，这是既不符实与毫无理性的冲动行径，绝不是中肯探究佛法的学人应当采取的态度与立场，更无法具足探究古老传诵内容的修学水平。

退一步来说，即使是偏信南传部派，不愿承认汉译部派传诵的价值，不愿深入学习、探究汉译部派传诵的内涵，也绝不可以鼓吹他人不用学习汉译部派传诵，或是反对任何人探研、学习「南传传诵、汉译部派传诵的比对、考证」。因为这是蒙人双眼的言行，是自高而欺人的作为，应当自感惭愧障负了世人！

2.《相应部》教说次第的驳杂

在现有《相应部》与《相应阿含》的经说共同传诵当中，充其量只有共同见到「无漏心解脱、慧解脱」的经文次第排比，也无明确的说到「无明最后断」，更无有共同的宣说「无明最后断」。「无漏心解脱、慧解脱」的经文次第，在《正法之光》第35期（p.37~p.43），已有清楚的经文考据，证明正确次第应当是「慧解脱、无漏心解脱」。《相应部》与《相应阿含》的经说共同传诵当中，都有「断贪欲是

心解脱」、「心解脱得自证不受后有」、「心解脱、阿罗汉」的众多传诵。

但是在南传巴利《相应部》中，对于「断贪欲」的解脱定义，既有『蕴相应』52经的「断贪欲，心解脱」说法，又有『蕴相应』58经「断贪欲，慧解脱」的义解，可见《相应部》的传诵是自相驳杂、矛盾。《相应部》既说断贪欲、心解脱、得身证，又说「最后断无明」，又说断贪欲是慧解脱，这难道不是传诵杂乱、自相矛盾？

此外，分别说部系自相驳杂错乱的传诵，是无法确定真正的道次第。试问：「四圣谛之智」是「明」，或即是「正见」？「四圣谛之智」是先于「正见」，或是在「正定」之后？如果「四圣谛之智」是「明」，必是先于「正见」，如《相应部》『谛相应』18经、『道相应』1经、『根相应』52经的传诵。如果「四圣谛之智」是「正见」，必定不可能在「正定」之后，如《相应部》『道相应』8,1经、『谛相应』1经、《中部》『大四十法经』的传诵。两种完全不同且彼此冲突的道次第，《相应部》都传诵在内。由此可知，分别说部系自派部义传诵的「十结」道次第，揉杂在自派的经说传诵当中，是造成多大的自相矛盾！

3.无明渐渐断是学人自解的异说

如果说无明最后断，势必要承认贪欲、瞋恚要先断。那么试问：如果无明未断，要如何断贪、瞋？

又《相应部》有说要先有正见，但是在因缘法不如实知的情况下，如何先有正见呢？当有了因缘法的如实知见，又说这还未彻底的明、断无明。实际上这种说法根本无有任何经说的根据，只是依从「十结」的论点，认为「无明最后断」罢了！

虽然认为「无明最后断」，却又必需承认「如实见因缘法」也是明，这才两相圆融的自我合理解说，



认为「见因缘法」是未彻底的明、断无明，提出「无明渐渐断」的新解释。然而，「无明渐渐断」纯粹只是学人的自我解说，完全是无有任何经说可以依据为证的说法。

切记！南传巴利《相应部》的「十结」传诵，在汉译《相应阿含》是无有的传诵，这一事实必需忠实的面对。由于一般南传佛教国家的僧俗二众，既不识中文，多数人也不知世上还有印度早期部派传诵的相应教传世。这些南传佛教国家的学人，只知有巴利经典，也只能专读巴利传诵，佛法的知见偏局于一派之说。信崇南传部派之南亚各国学人的认知有限是情有可原，但是华人能读中文的阿含圣典，却将汉译的印度早期各派圣典视如无物，只知信崇南传的传统，无上推崇南传的传诵，批评学习汉译圣典的学人，这是持平的学法立场？是务实学法？

4. 为何无明已先断，贪、瞋仍未断？

贪欲、瞋恚的发生，是缘无明而起。若问：如无明已先断，为何贪、瞋还未断？这问题是许多信仰「十结」部义的学人，心存疑虑而无法接受的事。许多南传学人再三质问：「若无明已先断，而贪、瞋尚未断尽，那么贪、瞋岂不成为无因生？」

这个问题的释疑，必需先要扫除两点误解：

一、现有身心活动的现起，是否必需继续有因缘的滋养才能现起？二、现有身心活动的现起，是否可以导致缘生的因缘已断，现前身心只是因缘减损的表现？

这两点问题的解答，如 佛陀引用的断树根的譬喻来说。树干、枝、叶、花等，都是缘于树根吸收水份与养料，才能滋养、生长。如果已断了树根，树干、枝、叶、花等，如何能够存有呢？**在逻辑思考上，必定是会认为树干、枝、叶、花是依树根存活，当树根已断时，树干、枝、叶、花等必定随即皆死。然而在现实上，是树根虽先已断，但是树干、枝、**

叶、花等皆尚有存续的活动，只是逐渐枯萎雕落而永不续生。此时，是否要说断失树根而尚存的树干、枝、叶、花等，都是无因生？

另外，如电风扇需电能转为磁能来推转扇叶，当断电之后，风扇是转或不转？**在逻辑思考上，必定是以为扇叶依电能推转，当电已断时，风扇应随即停转。然而在现实上，是电能虽已先断，但是风扇犹尚续转，只是逐渐缓滞而停转不续。**此时，是否要说断电而尚能转动的风扇，也是无因生？

这一现实的认识，也可在生死问题上来说。五阴是缘于无明、贪欲、瞋恚而起，当已断无明、贪欲、瞋恚的解脱者，是否当下即断五阴？**在逻辑思考上，必定是会以为无明、贪欲、瞋恚已断，五阴应随即断尽。然而在现实上，是无明、贪欲、瞋恚虽已断尽，但是五阴犹尚活动余势，只是逐渐的减损而灭尽不再续起。如已断无明、贪欲、瞋恚，通达解脱的 佛陀与诸阿罗汉，尚能在余生说法利生，直至此生尽而不再有生，涅槃、寂灭。**此时，是否要说已断无明、贪欲、瞋恚的解脱者，尚续存的五阴活动，也是无因生？

问题的核心知见，是在现有身心活动的现起，是有因缘继续的滋养而生起？或是因缘已断，现前只是日渐减损的余势表现？

在大正藏《相应阿含》39 经与南传《相应部》『蕴相应』54 经，都有说到识与色、受、想、行的结生，是「喜贪润泽，生长增广」、「依贪喜而住，生长、增广」。这是清楚得指出，**当有贪喜为因缘，五阴的结生是「生长、增广」。**经中又说：「离贪已……不复生长增广」、「断贪者……无有识之所缘、依止」。这正是清楚得指出，**当已断贪喜因缘后，五阴的结生是「不复生长、增广」。**这一说法，在《相应阿含》551 经与南传《相应部》『蕴相应』3,120 经，都有类似的经说传诵。从经说当中，可以得知，**已断无明、贪欲、瞋恚而通达解脱**



的 佛陀与诸阿罗汉，五阴尚有活动之余势。同此，当已得明、断无明后，贪欲、瞋恚也是犹有活动之余势。

人类世界许多的错误行为与情爱痛苦，无不缘自错误的认识，当这些错误的认识已经断除后，错误的行为与情爱痛苦，也不是随即断除无余，在实际的现实上，是还要经历一小段时间的折磨。这段时间中，绝不是错误的见解还在，是错误行为与情爱痛苦还有余势，这是「不复生长、增广」的余势尚存。中国人俗话说：「百足之虫，死而不僵」，说的不正是此意吗？

如实知因缘法、明！如同暗夜行车，必需先开车灯；正见八正道！如开亮车灯即可看清楚道路；修八正道！如看清道路后即能在道路上安全行进；解脱！如抵达目的地。在黑夜中开车，一定是先开车灯，接着看清前面的车道后，才能启动车子前进，不走岔路的前往，最后到达目的地，这才是世间的实态。

反之，世上岂能有不先开亮车灯，即能在暗夜中看清楚车道？世上岂能有在暗夜不开亮车灯，既能看清车道，又能在暗夜中安全、无误的前往目的地？世上岂有在暗夜中行车，既不先开亮车灯，在道路前进时也不开灯，而是在抵达目的地时，车灯才亮起？

或者，世上是否有车灯先亮一点点，接着就能看清楚道路，随即能安全前进，并且是在逐渐前进时，车灯随之逐渐的亮，当抵达目的地后，车灯才彻底的全亮？

试问：在暗夜中行车，车灯亮起的有效作用，是在行车前与行进中，或是抵达目的地之后？

无论是无明最后断，或是无明先断一点，再渐渐断尽，都是受到「十结」之部派义理的误导，才会有偏差见解。这些部派说法，是完全漠视经说

传诵当中广大经诵的共义，也无视部份传诵与多数传诵两相矛盾冲突的现实。许多人自行圆融的作解，或是引证几篇实非僧团共传的部派经诵，做为合理传诵矛盾的根据。但是任何不依古老经法的共说，出自个人自行圆融作解的合理化解释，无不是欠缺厘清部派传诵偏失的能力与认识。

5.中实的探究态度

某些南传学人既自知南传经诵只能代表部派的传诵，不能等同部派之前的僧团古老传诵，却又在自身无法厘清古新传诵的情况下，全然的依据部派的传诵，否定对照不同部派传诵与史献的探究。试问：这是清醒，或是自相矛盾与迷糊呢？

当然对照不同部派的传诵，比对佛教史献的探究成果，不一定就是正确无误。但是，比对经说史献的作法，比起全然的依据单一部派的传诵来说，难道不是更有机会厘清佛法的偏正？更有可信度？我们可以针对不同部派传诵的对照考据，还有佛教史献的比对、探究，提出有根有据的讨论、质疑，或是再进一步的探究，这都是求真、求实的学法。然而，不问所以的全然依据南传部派的传诵，批判、反对、排斥采用比对各部派传诵与考据史献的探究成果，必定难免于迷茫、冲动且误人误己的下场。

某些南传学人习惯自认是真理的裁判者，本身既不肯真心踏实的下功夫探究经献，也提不出甚么周全与深入的考证成果，只是依据寥寥数篇自己都分不清楚是古说或部义的传诵，也无视这些传诵与自派有着自相矛盾的现实问题，自顾尽其所能的针对愿意耗费岁月探究不同部派传诵与史献的学人，情绪性的批判、骂街式的攻讦，恣意的进行人身攻击。这不仅是犯法，也不合佛门律戒。难道这是南传学人的风范？

某些言行不当的南传门徒，既随意的攻讦大乘，也是任意的批判愿意根据经法史献探究原始佛法的学



人。当这些南传门徒碰上大乘学人时，常会拿出《葛拉玛经》的内容，如「不要轻信传统的说法，不要轻信典籍的说法，不要轻信权威的说法，不要轻信师长的说法」，做为指正大乘学人的根据。但是这些南传门徒面对探究佛陀原说的学人时，却是自相矛盾的强调，虽然南传经诵只能代表部派的传诵，不全是原始的传诵，可是南传传诵是最接近原始佛法的说法，并且不断的强调，必需全然接受巴利圣典的指导，信受南传的传统。此时，《葛拉玛经》的教诲，在这些南传门徒的心中，是放在哪里？

这些南传门徒在宣传佛法吗？他们在帮助人们学习正法吗？他们在度越内在烦恼吗？或者，这些南传门徒只是在维护自己的自尊、情感及利益？

呼吁天下佛门的学人：我们此生可以不正觉、解脱、证菩提，但不能不坦荡、公义、求实及尊重

别人！

在此劝勉学习原始佛法的学人，面对这些「只想证明自己」的南传门徒，请莫与其多论，随其「证明自己」。因为无论如何，他们只是「证明自己」而已！

证明自己，终究只是「证明自己」！这是个人的权利与选择，何必反对？既然是个人的私事，又何必与其多论？寻法、论法的学人，何需与「只想证明自己」的学人，共究佛法与真实？

在南传部派的世界中，依然还有许多「依经依律」的可贵僧俗，认真的探究佛法的真义，中实恳切的实践佛法，坦荡、正直的待人处世，这些学人才值得大家学习与尊重，也才是一起学法、论法及实践法的善知识、善友！学习原始佛法的学人，我们尊敬这样的南传部派学人。





声闻圣弟子的弘法利他精神

中道僧团 明至比丘

随佛长老在台北中道禅林两周年庆典的开示中谈到「忍辱」，指出传统佛教徒被教导要修习忍辱波罗蜜，但其实 佛陀并没有要弟子忍辱。忍辱并不是圣弟子所修习的三十七道品，而是来自于民间流传的本生故事。长老又从心理层面上分析，忍辱是一种负面情绪，假如一个人对于环境不能忍耐，就不可能成就甚么大事；反过来说，只懂得忍耐，又会变成逃避而消极的心态。忍辱对于身心健康其实是有害的。

长老又以大正藏《相应阿含》第 311 经中的富楼那尊者弘法的经历为例，让大家明白圣弟子如何修行。富楼那尊者想到遥远的西印度输卢那国，去教化未曾听闻正法的人们，在他临行前，拜见了住在舍卫国祇树给孤独园的 佛陀。佛陀教导尊者在六触入处如何修行，并提醒尊者，输卢那国的人民凶恶、轻躁，可能会诃骂尊者、打伤尊者，甚至于杀死尊者，然而尊者都不畏惧。佛陀听了后，赞叹说：「善哉！富楼那！汝善学忍辱，汝今堪能于输卢那人住止。汝今宜去，度于未度，安于未安，未涅槃者令得涅槃」，同意尊者去佛教边地广弘正法。后来尊者富楼那去了输卢那国，在夏安居时，度化了五百位民众皈依三宝，最后在当地入涅槃。

我们可以看得出，尊者富楼那有着坚定的弘法信念与利益众生的慈悲，才能不怕任何艰难困苦，甚至敢于面对死亡的威胁。为了弘法利他，应当前进则前进，应当停止则停止，应当退后则退后，并不需要有什么忍耐的情绪，经文中所谓的「忍辱」并非一般所说的认命、随缘、放下。

接着再从翻译上来研究「忍辱」的原文意义。

《相应阿含》第 311 经在南传佛教巴利语圣典所对应的经篇是《相应部》「六处相应」SN35.88 经，世尊在此经中赞叹富楼那尊者的话是：「善哉，善哉！富楼那！汝具有此自调与安息，……」，其中的「自调与安息」的英文翻译则是 Possessing such calm and self-control。因此可见巴利语经文并没有忍耐侮辱的意思，而《相应阿含》第 311 经中的「忍辱」的古代翻译用词并不切合原义，这个误译或许是来自于当时的译经师借用更早期的中文佛经的翻译用词。

最后来看 佛陀教导富楼那尊者在六触入处如何修行的一段话：「富楼那！若比丘眼见可爱，（可）乐、可念、可意、长养欲之色，见已不欣悦、不赞叹、不系着，不欣悦、不赞叹、不系着故不欢喜，不欢喜故不深乐，不深乐故不贪爱，不贪爱故不厄碍。不欢喜、不深乐、不贪爱、不厄碍故，渐近涅槃。耳、鼻、舌、身、意，亦如是说」。

圣弟子已经具足明见因缘法的智慧，不会贪喜系着于可爱的六触入处的因缘，对于人生中的顺境不会眷恋不舍而一直想追逐；反过来说，也不会嫌恶于不可爱的六触入处的因缘，对于人生中的逆境也不会瞋怨厌离而一直想逃避。圣弟子能坦然的面对当下的现实，秉持着利人利己的信念，做应当做的事。由于富楼那尊者本来就不期待输卢那国的民众一定会有善意的回应，也不畏惧他们对尊者可能会做出的恶意伤害，佛陀才会赞叹尊者具足智慧与离贪的慈悲，可以去边地弘扬正法。



隨時隨處講心情，
只為歡愉與閒情，
當知世間難愜意，
何不實實看情形。
隨佛尊者。

托鉢游化到淡水

中道僧團 明至比丘

2013年11月29日周五清早，明至與中智比丘、度明比丘、生覺比丘想去一處從未去過的传统菜市场托鉢，就選擇了淡水老街。雖然我在未出家時曾經去過，不過也是十几年前的往事。僧眾搭上捷運，站在車廂里看着沿途仿佛熟悉的山水風景，來到了最北的淡水捷運站。

僧眾走出站門，開始托鉢時，就遇到一位想布施金錢的老女士，聽她的言談與氣質，似乎是从日本回來的華僑，我向她說明出家人不應該受取金錢的戒律，然後為她祝福，接著就走向清水街。走進了這條狹長的傳統菜市场，沒想到居然看到有這麼多人擠在這裡買菜，也遇到許多誠懇的在家人願意布施給一群陌生的出家人，雖然走在冷冽的寒風中，卻能感受到這些

布施者所給予的善意和溫暖。在這一次的托鉢經驗中，覺得住在淡水老街附近的在家佛教徒，對於佛教出家人還是有很虔誠的護持善心。

回來北投內覺禪林後，不禁想起一條感人的台語老歌「流浪到淡水」，就試著將部份歌詞改成描寫僧眾首次到淡水托鉢的打油詩：

穿著袈裟，拿著鉢具，僧眾相做伙，為了托鉢游化到淡水，
想起過往人事，感情又現起，才知道痴愛是世間無明人，
提起正念，心情放鬆，迷惘放棄舍，往事只是諸法因緣生，
想起過往，思念回憶，將它放一邊，游化到各地，過出家日子，
我不會收取金錢，我只是游化來托鉢，
人們有忧苦，風雨也得行，為人念誦離苦的佛經，
人生浮沈，起起落落，不需去煩惱，有時月圓，有時也不全，
趁著今天歡歡喜喜，相聚來做伙，你來布施，我來念偈詩，
有緣、無緣，大家相聚會，相聚這一回，歡喜啦！歡喜啦！



寓言启示

中道僧团 中严比丘

很久以前看过一篇文章，是一则寓言故事。

有一天，天使带了一个凡人去参观灵界。

他们先去参观地狱，凡夫看到地狱的人都很瘦，都很饥饿，每个人都很痛苦。那个凡人想，地狱一定没东西给大家吃才会这样。

可是出忽意料，在用餐的时间，餐桌上摆满了各种丰盛的食物。地狱没有禁止大家吃，可是只有一个规定：吃饭一定要用刀叉。可是那些刀叉都很长，长到根本无法拿取食物放进自己的嘴里。

结果每个在地狱的人虽然有满桌的食物在他们的面前，但是每样都吃不到，所以每个人都很饥饿，都很瘦，都很痛苦。

接着天使跟那个凡人来到天堂，在天堂的每个人都容光焕发，体态丰盈，每个人都很快乐。那个凡人想，天堂一定是吃的特别好。

出乎凡人的意料，天堂餐桌上的食物跟地狱的是一模一样，摆满同样丰盛的食物，而天堂的规定也是吃饭一定要用刀叉，而且那些刀叉也都跟地狱的一样长，餐桌、食物、餐具及规则跟地狱都一样。可是天堂的人吃饭的时候，大家用长长的刀叉彼此夹食物给对方吃，每个人都吃的不亦乐乎。

同样的餐桌、食物、餐具、同样的规则，可是地狱的人只顾自己，结果甚么都吃不到，只能挨饿，他们永远活在地狱中；天堂的人互相帮助，大家都能享受丰盛的食物，他们活在天堂里。





谨言慎行的重要

中道僧团见习僧 生光比丘

一个人的人格模式，可从他的言行举止上表现出来，有人表现出拘谨保守，有的人表现出悠然自在，有人表现出忠厚木讷，有的人表现出聪明灵巧，有人表现出...等等。不管表现出如何的人格模式，重要的是我们要如何在日常生活中，在待人接物上，有效的与人相处，让别人喜欢和我们相处，至少不要让别人讨厌和排斥。

师父曾教导说：「好话要赶快说，好事要赶快做，多珍惜自己身边的有缘人。因为所有的一切，都只能经验，而无法拥有。」多带给别人平安快乐，因为带给别人平安快乐，也将会带给自己平安快乐。假如我们不能带给别人快乐，至少不要带给别人痛苦。若不小心在行为或言语上，对别人造成伤害，特别是好朋友或有情有义的人，应要马上警觉，并且要如灭火般地迅速向对方表达诚恳的歉意。若不如此，即有可能断送双方良好的友谊！如此人生的路会越来越窄而活得不快乐。

有一句谚语说的好：「利刃割体痕易合，恶语伤人怨难消」！绝大多数的人在他的人生成长过程里，都曾在言语或行为上，有过不当而对别人造成伤害和痛苦，甚至造成别人一生不可抹去的阴影和遗憾！包括造成他人的自卑和怯懦，无法适应社会生活，严重一点还带给全家人的困扰和悲伤！例如：酒后开车肇事，酿成不可收拾的局面，自己不当的行为所造成对自己的伤害是咎由自取，但对方并没有做错事却无故遭此飞灾横祸，情何以堪！不但带给自己家人悲伤和歉疚，也造成对方家人的肝肠寸断及无限的哀伤。若是对方重伤残废，则带给他的是一生的行动不便和别人异样的眼光，而他的家人也将承受医疗的经济压力和照顾的精神压力，更甚者将造成他人家境陷入困窘

而需要社会关怀和救济，这无形之中也影响到社会层面，乃至波及到国家层面，可谓影响甚广。

生光在此分享自己人生的一些体会，在人生成长过程中，生光也和许多人一样，也曾经因愚痴、贪爱及瞋恚故，做过一些不当之事，每当回想起这些事时，内心都会不由自主地生起惭愧和懊悔，虽事过境迁已久，但心中阴影仍然无法平息，每想起一次就如同自揭疮疤一样地自我伤害一次，足见不当之言行举止所造成的伤害是多么的难以愈合啊！就在内心喟然之时，骤然心念一闪：「连对自己过往所做不当之事所留下的阴影伤痛尚且长久无法平复，更何况是伤害他人所造成的阴影呢」？这事绝不可轻忽看待！因此生光体会了二件事：一，言语或行为伤害别人绝不会带给自己任何好处，反而有可能会造成自己和他人的长久挥之不去的伤痛。二，同理可知！赞美别人和帮助别人时，不但带给别人欢乐，自己也会从中获得喜悦和平安，并且每当回忆起人生这段助人行善之事，喜悦之心也将会油然而生起。古德有云：「莫因善小而不为，莫因恶小而为之」，这也是佛教常劝勉学人要「诸恶莫作，众善奉行」的意义。

因此我们在日常生活待人处世务必谨言慎行，尊重每个人的人格特质。多欣赏别人的优点，多包容别人的不足，接受和自己观点和想法不同的人，不道人之短，不伤人之痛，不揭人之隐私，真诚的待人处世。平常要多存善念和多行善事，利用善行来令善念不失，善念不失时，恶念即不生起；恶念不生起，灾难即远离；灾难远离，福气随即而来。人与人之间相处要相互尊重，相互扶持，彼此多分享人生经验，这样的人生才会活得更意义！



无明则于五蕴 生乐着、赞叹、取着

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 第三节 生死轮回之集与灭
第二品 无明缘行：无明生爱喜，妄取五蕴是我
第一目 无明则于五蕴生乐着、赞叹、取着

1-4-3-2.1 不知五蕴因缘生，则不知五蕴无常、苦，如是不知五蕴是集、灭法，而於五蕴生乐著、赞叹、取著。

1.SĀ67 《相应阿含》67 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：「常当修习方便禅思，内寂其心。所以者何？比丘修习方便禅思，内寂其心已，如实观察。云何如实观察？如实知此色，此色集，此色灭。此受……。想……。行……。(此)识，此识集，此识灭。

云何色集？受，想、行、识集？愚痴无闻凡夫，不如实知色集，色灭，色味，色患，色离，不如实知故，乐著彼色，赞叹於色；乐著於色，赞叹色故取，取缘有，有缘生，生缘老死忧悲恼苦，如是纯大苦聚生，是名色集，受、想、行、识集。

云何色灭？受、想、行、识灭？多闻圣弟子，如实知色集，色灭，色味，色患，色离，如实知故，不乐著色，不赞叹色；不乐著、赞叹色故，爱乐天，爱乐天故取天，取天故有天，有天故生天，生天故老病死、忧悲恼苦天，如是纯大苦聚灭。

多闻圣弟子，如实知受……。想……。行……。(如实知)识集，识灭，识味，识患，识离，如实知彼故，不乐著彼识，不赞叹于识，不乐著、赞叹识故，乐爱天，乐爱天故取天，取天故有天，有天故生天，生天故老病死、忧悲恼苦天，如是纯大苦聚灭。比丘！是名色灭，受、想、行、识灭。比丘！常当修习方便禅思，内寂其心」。

佛说此经已，诸比丘闻佛所说，欢喜奉行。



古老經說 白話摘要

中道僧團

SA67 《相应阿含》67 经

我曾经听过 佛陀这么说：有一段时间，佛陀住在舍卫国的祇树给孤独园。

当时，佛陀告诉比丘们：「应当经常勤奋的修习禅观如理作意，使内心的言语寂止。为什么呢？比丘修习禅观如理作意，已经使内心的言语寂止，就能契合事实的去观察。什么是契合事实的观察呢？就是契合事实的知道色阴，契合事实的知道色阴如何生起，契合事实的知道色阴如何灭尽。契合事实的知道受阴，契合事实的知道受阴如何生起，契合事实的知道受阴如何灭尽。契合事实的知道想阴，契合事实的知道想阴如何生起，契合事实的知道想阴如何灭尽。契合事实的知道行阴，契合事实的知道行阴如何生起，契合事实的知道行阴如何灭尽。契合事实的知道识阴，契合事实的知道识阴如何生起，契合事实的知道识阴如何灭尽。」

什么是色阴的生起？什么是受阴、想阴、行阴、识阴的生起？没听闻过因缘法的无明愚痴凡夫，不能契合事实的知道色阴如何生起，不能契合事实的知道色阴如何灭尽，不能契合事实的知道对于色阴的味着，不能契合事实的知道味着于色阴的过患，不能契合事实的知道如何远离对于色阴的味着，由于不能契合事实的知道色阴，就会渴爱乐着于色阴，赞叹于色阴；渴爱乐着于色阴，赞叹于色阴，就会有「取」的妄见，缘「取」而有「有」，缘「有」而有「生」，缘「生」而有「老、死」种种忧、悲的恼苦，就会有这些纯然大苦聚集，这就是所谓色阴的生起，受阴、想阴、行阴、识阴的生起。

什么是色阴的灭尽？什么是受阴、想阴、行

阴、识阴的灭尽？听闻过因缘法的圣弟子，能契合事实的知道色阴如何生起，能契合事实的知道色阴如何灭尽，能契合事实的知道对于色阴的味着，能契合事实的知道味着于色阴的过患，能契合事实的知道如何远离对于色阴的味着，由于能契合事实的知道色阴，就不会渴爱喜乐于色阴，不赞叹于色阴；不喜乐贪爱于色阴，不赞叹于色阴，渴爱喜乐就灭尽，渴爱喜乐的灭尽导致「取」的灭尽，「取」的灭尽导致「有」的灭尽，「有」的灭尽导致「生」的灭尽，「生」的灭尽导致「老、病、死」种种忧、悲的恼苦的灭尽，这些纯然大苦聚集就会灭尽。

听闻过因缘法的圣弟子，能契合事实的知道受阴如何生起.....能契合事实的知道想阴如何生起.....能契合事实的知道行阴如何生起.....能契合事实的知道识阴如何生起，能契合事实的知道识阴如何灭尽，能契合事实的知道对于识阴的味着，能契合事实的知道味着于识阴的过患，能契合事实的知道如何远离对于识阴的味着。由于能契合事实的知道识阴，就不会渴爱喜乐于识阴，不赞叹于识阴；不喜乐、不赞叹于识阴的缘故，渴爱喜乐就会灭尽，渴爱喜乐的灭尽导致「取」的灭尽，「取」的灭尽导致「有」的灭尽，「有」的灭尽导致「生」的灭尽，「生」的灭尽导致「老、病、死」种种忧、悲的恼苦的灭尽，这些纯然大苦聚集就会灭尽。比丘们！这就是所谓色阴的灭尽、受阴、想阴、行阴、识阴的灭尽。比丘！应当经常勤奋的修习禅观如理作意，使内在言语寂止」。

佛陀说完本经后，比丘们听闻了 佛陀的教诲，欢喜的遵奉教诲去修行。



古老经说 读后感言

Bhikkhu Paññācakkhu

SA67 《相应阿含》67 经

在《相应阿含》67 经中，佛陀讲到「愚痴无闻凡夫，不如实知色集、灭、味、患、离……，生缘老病死，忧悲恼苦，如是纯大苦聚生……。」

看看我们自己及周遭的人们，在我们所能经验到的范围，人们的生活不正是如此吗？众生一直努力避免于苦及悲伤，可是在我们的生命经验中，还是无法逃离忧悲恼苦。人们也会用各种方法消除痛苦，纵然有效，但亲身经验告诉我们，任何方法都不能持久；就如同身体有病痛，痛时就服用止痛药；虽能止痛，但止痛药是有时效的，而且多数还会有副作用。而這些止痛药还得花费相当的代价及有相当的能力才有办法取得及保持。在这当中更令人讶异的是，我们多数

没认清所服的只是「止痛药」，如同口渴的时候喝盐水，越喝越口渴，越口渴越想喝，不断的重复。而更令人们流泪的是——众生还会为了这盐水彼此抢夺，相互欺凌。

众生为何会如此？因为大家都想离苦啊！可是若不明白苦的原因，将如同不会游泳的人突然掉入水中，遇到甚么就抓甚么，那怕是一根稻杆。

「愚痴无闻凡夫，不如实知色集、灭、味、患、离……，生缘老病死，忧悲恼苦，如是纯大苦聚生……」佛陀指出众生痛苦的源头，如果我们能自源头下手去解决问题，我们就不会「渴饮海水」，不会多走冤枉路；也不会为了争夺海水而去欺害他人，人们也就不会自受苦痛、他受苦痛了。





五阴是无常？涅槃是不坏法？

请问：五阴是无常？涅槃是不坏法？

《杂阿含经》记载佛陀的开示：“我今为汝说坏、不坏法。谛听，善思，当为汝说。诸比丘！色是坏法，彼色灭，涅槃是不坏法。受、想、行、识是坏法，彼识灭，涅槃是不坏法。”这其实是六见处的另一个版本，只是把“我”换成“涅槃”。南传《相应部经典》相应的经文如下：

「诸比丘！我将说坏法与不坏法，且谛听！诸比丘！以何为坏法，何为不坏法耶？

诸比丘！色是坏法，彼若灭、息、没者，则是不坏法。受是坏法，彼若灭、息、没者，则是不坏法。想是坏法……行是坏法，彼若灭、息、没者，则是不坏法。识是坏法，彼若灭、息、没者，则是不坏法。」

此中坏法、不坏法互相对立，五阴为坏法，涅槃则为不坏法。坏法，就是无常法。不坏法，即是常住法。此经的意思是说五阴是无常的坏法，若修行人把坏法全都灭尽，则唯余第八识这个常住的不坏法。

以上是引用的，就是说涅槃是一常。我听随佛法师讲，常乐我净不是佛说，但涅槃是不坏法的意思

不就是常的意思吗？弟子实在是不太明白，又没法当面求教，弟子非常想了解并深入佛陀的原意。

恳请开示！顶礼！

随佛禅师 开示：

五阴是缘生法，不是无常法。无常是破除常见妄执的意思，无常真正的语句，应当是无“常见”、无“常想”，一般是简约用“无常”，却被世人当作名词作解。

无“常见”、无“常想”，是指事词+名词的语法，是指明某事如何，而不是某事状态的名词。

后世部派佛教的门徒，习惯用“无常法”代替“缘生法”，如同用“非白”代替“是蓝”的用法，造成佛弟子学习的障碍与错误。

五阴是坏法，也是如同“无常”的用意。意思是指：五阴不是凡夫误以为的“坚固法”，坏法的语意，也是非“坚固法”的意思，如同无“常见”的用意，重点在破除错误的见解。

人们以为五阴是“坚固法”，这个想法是妄想，为了破除这一妄想，才指明五阴不是“坚固法”，不是“坚固法”，是“坏法”，都是破除妄见的语法。



五阴是缘生法，才是正确的说法。

涅槃！是五阴的灭尽、不起。五阴是缘生法，缘生法的灭尽，又称为“涅槃”。

“涅槃”的原义，是指结束、终结了，佛教用在五阴的因缘来说，是指五阴生起的因缘结束了，五阴灭尽了，不再有五阴生起的意思。

五阴是缘生法，不是凡夫妄想的“坚固法”，才说五阴是“坏法”；五阴的灭尽、不起，即是缘生法的灭尽、不起，不再有缘生法的生起，佛教称此为“涅槃”，才说“涅槃”是不坏法。

“涅槃”是不坏法，是说“涅槃”是缘生法的灭尽，“涅槃”不是“缘生法”。

因此，“涅槃”是缘生法灭尽、不起的表达法，绝不是说涅槃是一种相对于缘生法的存有，不能误以为有某种不同于缘生法的存有。

如果是误以为五阴是“无常”，又误以为“涅槃”是相对于缘生法的存有，当然会误解“涅槃”是不坏法的意思，是指涅槃是常法。

现实世界只有缘生法，无“常”不是指现实的世界，是指“常见”的错误。“常”是妄见的想法，无“常”是指出想法的错误。不能误以为现实是“无常”，又有超现实的“常”。

缘生法的灭尽，即是缘生法的灭尽，不是说有着某种存有，也不能误认为有一种“不是缘生法的存有”，并称其为“涅槃”。





部派论书 与 经说传诵的演变

(二) 部派经说传诵的演变 - 9

接《正法之光》第三十七期 p.23~p.39

选录自 随佛比丘 Bhikkhu Vūpasama 著《因缘法之原说与奥义》© 2010

7. 十二因缘法真义之探究

7-1. 十二因缘法之原说与异义

7-1-1. 佛陀正觉于十二因缘

佛陀正觉的内涵是甚么？这一问题的答案，在目前宗派佛教的传诵当中，不论是南传铜鍱部、汉传菩萨道、藏传菩萨道，或是汉传藏经当中传诵记载的印度部派佛教各派部义的传诵，无不是各有各的传诵与说法，莫衷一是，相互驳斥与对立，可谓纷杂至极。千百年来，这些出自宗派佛教的学派思想及传诵，不但没有帮助学人直接的认识 佛陀的亲说教法，正向菩提正道，反而是让佛教学人陷在教说分歧而难验虚实的困境，虚耗精力与岁月。

根据律藏的记载，释迦佛陀正觉的核心，是十二因缘法。见《毗尼母经》¹：

「阿难！若人见十二因缘，是为见法，亦得见我。」

「毘尼母」的意思，是指「毘尼（律）」的摩咀理迦 mātṛkā（本母），也就是律戒的纲要，这是毗奈耶（律藏）当中纲要的论释。《毗尼母经》很可能是分别说系饮光部的传诵，近代日本学者金仓圆照博士则另推断是出自阿难系雪山部的传诵²，汉传佛教大德印顺法师也持此观点。

但是根据《毗尼母经》提到经说传诵的内容来看，应当是分别说部传化于雪山的饮光部所传。在《毗尼母经》的记载提到：

一、关于《经藏》的四部圣典集成次第，《毗尼母经》³是说为《长阿含》、《中阿含》、《增一阿含》、《杂阿含（相应阿含）》，此一次第的说法同于法藏部的意见⁴，特别是《长阿含》在先，同于优波离系僧团（化地部⁵、法藏部、铜鍱部⁶及大众部⁷）的共说，不同于阿难系说一切有部《根本说一切有部毘奈耶》⁸说是先集出《相应阿含》。

二、《毗尼母经》说《增一阿含》有十一事，这



是合于分别说系化地部、法藏部、铜鍱部传诵的《增一阿含》有十一事，既不同于大众部《增一阿含》的百事，也不同于阿难系说一切有部《增一阿含》只有十事。

三、《毗尼母经》说有《杂藏》的编集，此说同于优波离系分别说部及大众部有《杂藏》、《杂部》、《小部》的编集，不同于阿难系说一切有部《根本说一切有部毗奈耶》『杂事』⁹说「唯有《相应阿含》、《中阿含》、《长阿含》、《增一阿含》等四部圣典，更无余者」。

四、《毗尼母经》提到《论藏》的结集¹⁰，说：「有问分别、无问分别、相摄、相应、处所此五种，名为阿毗昙藏。」这同于分别说系法藏部《四分律》¹¹的意见，也正合于分别说系传诵的《舍利弗阿毗昙论》¹²说法，却不合「阿难系不弘论」¹³（阿难系分裂出的说一切有部才弘论）的立场。阿难系是重经一派，雪山部自许为经师正传，反对迦旃延子离经弘论的作法，怎么会有集论的说法？关于阿难系僧团的演变及分化，据真谛『部执异论疏』的说法¹⁴：

「上座弟子部，唯弘经藏，不弘律、论二藏故。上座部说云：……律者有开、遮，随有缘、不定，故不可依也。毗昙则广解诸义，虽与经相应，亦有过根本者。经是根本，无开遮、增减之过，律与毘昙是末，末不及本。弘本摄末，故唯弘经，不弘余二藏也。事事依经以为规矩，经中所明教正无曲，故此部皆道德胜余部也。」

「从迦叶已来，至优波笈多，专弘经藏，相传未异。……至迦旃延子等，弃本取末，所说与经不相符。欲刊定之，使改末归本，固执不从。再三是正，皆执不回，因此分成异部。」

综合比较部派佛教各部的传诵，《毗尼母经》较有可能是出自分别说系传化于雪山的饮光部传

诵。虽然当中载明「此是雪山中五百比丘所集法藏」，但是在佛灭后 116 年部派分裂以后，传化于大雪山部派，是先有阿育王时代的分别说系末示摩长老传法雪山为饮光部。在佛灭后约 250 年，才有阿难系弟子为了远避迦旃延子学众于雪山，而建立了雪山部。因此，在雪山集法的僧众，不一定是雪山部。

根据经藏的记载，释迦佛陀正觉的核心，也是十二因缘法，这是佛教古老经诵的共传。见《相应阿含》296 经、《相应部》『因缘相应』第 20 经：

《相应阿含》296 经：「我今当说因缘法及缘生法。云何为因缘法？谓此有故彼有，谓缘无明行，缘行识，乃至（缘生有老死），如是如是纯大苦聚集。云何缘生法？谓无明、行……。若佛出世，若未出世，此法常住，法住、法界，彼如来自所觉知，成等正觉，为人演说，开示、显发，谓缘无明有行，乃至缘生有老死。」

《相应部》12.20 经：「诸比丘！缘生而有老死……缘有而有生……缘取而有有……缘爱而有取……缘受而有爱……缘触而有受……缘六处而有触……缘名色而有六处……缘识而有名色……缘行而有识……缘无明而有行。如来出世、或不出世，此事之决定、法定性、法已确立。……如来证知。此已证知而予以教示宣布，详说、开显、分别以明示。」

释迦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」¹⁵。如『转法轮经』当年憍陈如见法时说：「有集法者，悉皆有此灭法」¹⁶。」当明见「十二因缘的集法与灭法」，就是已得法眼¹⁷、得明、断无明¹⁸。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》55.28 经：「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 经：「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》12.21 经：「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》22.126 经：「於此处有有闻之圣弟子……如实知有色集、灭法。有受集法者……有想集法者……有行集法者……如实知有识集法、灭法者。比丘！说此为明，如是为明人。」

《相应阿含》256 经：「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，识生、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。」

在 释迦佛陀的教说中，正觉、见法是指甚么？这一问题的答案，根据早期佛教传诵的经法、律戒共同说法，正觉、见法的核心是十二因缘法。如实知见十二因缘，也称为如实知五阴生法、灭法（集法、灭法），修证的成就是「得明、断无明」。

7-1-2. 十二因缘法之原说与异义

佛陀正觉的思想基础，是对「生的原因与存续现况」的认识论，此一认识论在于 佛陀的教说中，被 佛陀称为因缘法及缘生法，通称为「十二因缘」。由于现今佛教界对「十二因缘」的解释，是延续出自佛灭后约 116 年（公元前约 271~268 年间）部派佛教分别说部自派宣说的新观点，在根本上相当不同于佛灭百年内的说法。现在依据汉译《相应阿含》与南传《相应部》当中古老七事『相应教』的共说，说明十二因缘的原说与定义。

7-1-2-1. 十二因缘总说

佛陀教导的十二因缘，主要是说明生死的集起与内容，谓：「无明缘行、行缘识、识缘名色、名色缘六入、六入处缘触、触缘受、受缘爱、爱缘取、取缘有、有缘生、生缘老病死忧悲恼苦」。这是「十二因缘的生法」，也称为「五阴的生法（或称集法）」。此一教导的根本，在于洞见生死苦恼是如何的生起，还有生死之中的种种生起是如何的呈现，内容说为因缘法、缘生法。若得如实知因缘法即是正觉，也是得明、断无明。见《相应阿含》296 经；《相应部》『因缘相应』21 经、『蕴相应』126 经：



《相应阿含》296 经：「云何为因缘法？谓此有故彼有，谓缘无明行，缘行识，乃至（缘生有老死），如是如是纯大苦聚集。云何缘生法？谓无明、行……。若佛出世，若未出世，此法常住，法住、法界，彼如来自所觉知，成等正觉，为人演说，开示、显发，谓缘无明有行，乃至缘生有老死。……如是随顺缘起，是名缘生法，谓无明、行、识、名色、六入处、触、受、爱、取、有、生、老病死忧悲恼苦，是名缘生法。」

《相应部》12.21 经：「缘无明有行，缘行有识……老死，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……老死灭，如是此为全苦蕴之灭。」

《相应部》22.126 经：「於此处有有闻之圣弟子……如实知有色集、灭法。有受集法者……有想集法者……有行集法者……如实知有识集法、灭法者。比丘！说此为明，如是明人。」

佛陀指出现前身心的发生都是因缘，是缘生的呈现，这是指身心是在影响中发生、呈现。由于在影响中发生、呈现的身心（五阴），必然是不具有稳定性、恒常性，也无法自主、自由或拥有，所以说「缘生故无常、非我亦非我所」，必然要迁流不息，既在影响中现起，也是在影响中转现。因此，缘生的身心（五阴）是不能贪爱、不需贪爱，更实际的说是无法贪爱，如果不如实知五阴缘生而生贪爱，必是从实现，也必是追逐无歇而有苦的循环不止。当得如是如实知见者，必当正知缘生的五阴是有贪则转现不歇、系缚有苦，若是离贪则必向于瓦解、败坏而灭尽，谓：依无明、贪爱的因缘而转现不歇，又因无明、贪爱的灭尽而灭尽、不起、解脱，如经说：「五阴是生法（集法），亦是灭法」。见《相应部》『因缘相应』20 经、『蕴相应』21 经；《相应阿含》256 经：

《相应部》12.20 经：「诸比丘！何为缘生之法耶？诸比丘 老死是缘生，无常、有为（应当译为有漏或有苦），是离贪之法、败坏之法、灭尽之法，是灭法。诸比丘！生是缘生，无常、有为，是离贪之法、败坏之法、灭尽之法，是灭法。诸比丘！有是……诸比丘！取为……诸比丘！爱为……诸比丘！受为……诸比丘！触是……诸比丘！六处是……诸比丘！名色是……诸比丘！识是……诸比丘！行是……诸比丘！无明是缘生，无常、有为（应当译为有漏或有苦），是离贪之法、败坏之法、灭尽之法，是灭法。诸比丘！此等谓之缘生法。」

《相应部》22.21 经：「色是缘起所生，无常、有为（应译有漏或有苦），为离法、坏法、尽法、灭法者。彼之灭故说是灭。受……想……行……识是缘起所生，无常、有为（应译有漏或有苦），为离法、坏法、尽法、灭法者。彼之灭故说是灭。」

《相应阿含》256 经：「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，识生、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。拘絺罗！於此五受阴如实知，见，明，觉，慧，无间等，是名为明。」

因此，佛陀认为是不如实知因缘法的无明而生贪爱，又因为贪爱而追逐于缘生的五阴，如是而驱动了五阴循环不止之轮。若贪求无止则苦恼不息，唯有断除无明、贪爱，五阴循环的苦轮才能止歇。见《相应部》『蕴相应』100 经、《相应阿含》267 经：

《相应部》22.100 经：「诸比丘！轮回乃由无始来，众生为无明所盖，渴爱所系，流转轮回而不知其前际。诸比丘！譬如狗坚固缚于绳，系于杙柱，彼坐者，顺杙柱而坐，卧者，顺杙柱而卧。……」



《相应阿含》267 经：「众生于无始生死，无明所盖，爱结所系，长夜轮回生死，不知苦际。诸比丘！譬如狗，绳系著柱，结系不断故。顺柱而转，若住、若卧，不离於柱。如是**凡愚众生，于色不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴，轮回于色，随色转，若住、若卧，不离于色。**如是受、想、行、识，随受、想、行、识转，若住、若卧，不离於（受、想、行）识。……」

如是比丘！凡愚众生，不如实知色，色集，色灭，色味，色患，色离。於色不如实知故，乐著於色；乐著色故，复生未来诸色。如是凡愚，不如实知受……。想……。行……。识……。当生未来色、受、想、行、识故，于色不解脱，受、想、行、识不解脱，我说彼不解脱生老病死、忧悲恼苦。有多闻圣弟子，如实知色，色集，色灭，色味，色患，色离，如实知故，不乐著於色；以不乐著故，不生未来色。如实知受……。想……。行……。识……。如（如实知）识，识集，识灭，识味，识患，识离，如实知故，不乐著于识；以不乐著故，不生未来诸识。**不乐著于色、受、想、行、识故，于色得解脱，受、想、行、识得解脱，我说彼等解脱生老病死、忧悲恼苦。**」

7-1-2-2. 十二因缘义说

佛陀时代为了帮助学人学习「十二因缘」，编出了帮助忆持的提要句颂，即「无明缘行、行缘识、识缘名色、名色缘六处、六处缘触、触缘受、受缘爱、爱缘取、取缘有、有缘生、生缘老病死忧悲恼苦；无明灭则行灭、行灭则识灭、识灭则名色灭、名色灭则六处灭、六处灭则触灭、触灭则受灭、受灭则爱灭、爱灭则取灭、取灭则有灭、有灭则生灭、生灭则老病死忧悲恼苦灭」。

「十二因缘」的提要句颂，是出自帮助忆持目的而作的编纂。如初始结集时，为了忆诵经文的

方便，在集经后又编出经篇次第的提要偈颂，犹如目录的作用。**提要性质的句颂或偈颂，都会考虑音韵、文辞、流畅的表现，文句的前后连贯性是提要句颂的特色。**前后文句具有连贯性，易诵、易持，让句颂既能咏颂又方便记忆，更让学人感到具有次第性。

但是歌咏性质的简约连贯句颂，重点在易诵、易持，目的是在提要，不在义理的完整表达。如同《相应部》与《相应阿含》，当中有长行直说教法的『修多罗』，也有集出自后世而附会佛说与佛弟子说的『记说』，还有出自后世为了摄受通俗善信，简约表达天、人八众与佛陀对答的『偈颂』。『偈颂』是一种歌咏的短篇文句，内容多在表现文采与韵咏的节律，无法完整确当的表达法义，一向被判定为「不了义」。若要正确、完整表达出教说的涵义，是在长行直说教法的『修多罗』。

「十二因缘」的提要句颂，结构如同『偈颂』，简约而有韵咏的节律，重点是帮助忆诵解说「十二因缘」的经说教导，提要句颂是「不了义」，是无法清楚无误的表达出真实、完整的经说义理，不可将提要句颂当作解义的标准。如果将帮助学人学习「十二因缘」的忆持句颂，当作绝对的经义教说，势必会陷入学习的迷惘与困境。

佛灭后 116 年，佛教僧团为了「五事异法」的争论，分裂为坚持古经说的阿难系多闻僧团，还有另立新部义的优波离系分别说部僧团、大众部僧团。**分别说部僧团編集出自派部义主张的《舍利弗阿毗昙论》，并且自行举行部派结集，在传统的经藏、律藏之外，又新发展出论藏。**

《舍利弗阿毗昙论》是佛教最早出现的论著，当中提出诸多违反僧团传统经说共传的新部义，如「十结」、「四沙门果」、「菩萨人、缘觉人、声闻人」等。最为严重的问题，是《舍利弗阿毗昙论》



采用「十二因缘」的提要句颂，当作解说「十二因缘」的标准，并且广泛、深刻、长远的影响与误导佛教学人达二千二百多年。

本篇文章内容，主要是依据 佛教僧团共传之古老经说——『七事修多罗』，作为解说「十二因缘」的准则，同时厘清《舍利弗阿毗昙论》传出以后，后世佛教学人种种错解，引摄世人复归佛陀之道。

7-1-2-2-1. 无明之定义与缘起

7-1-2-2-1-1. 无明之定义

「无明」是指「不如实知五阴集法、灭法」，「不如实知五阴集法、灭法」即是「不如实知十二因缘集法、灭法」。《相应部》『蕴相应』126 经、『因缘相应』21 经：

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

《相应部》12.21 经：「如来……于众中作狮子吼，转梵轮，济度众生。〔所谓〕：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。……缘无明有行，缘行有识……老死，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……老死灭，如是此为全苦蕴之灭。」

由于五阴的因缘，是根、境缘生识，根、境、识的因缘具足名「触」，触为缘生受、想、行（又称为思），这是五阴的缘起，所以要如实知「五阴集法与灭法」，即必需「如实知六触入处集、灭法」。见《相应阿含》214,306 经：

《相应阿含》214 经：「有二因缘生识，何等二？谓 眼、色，耳、声，鼻、香，舌、味，

身、触，意、法。眼、色因缘生眼识，彼缘生，无常、有为（应译有漏或有苦）。……耳、鼻、舌、身、意，亦复如是。」

《相应阿含》306 经：「眼、色缘，生眼识，三事和合触，触俱生受、想、思。此四无色阴，眼色，此等法名为人。於斯等法，作人想，众生……缘意、法，生意识，三事和合触，触俱生受、想、思。此四无色阴、四大，士夫所依，此等法名为人。又如是说：我眼见色，我耳闻声，我鼻嗅香，我舌尝味，我身觉触，我意识法。彼施設又如是言说：是尊者如是名，如是生，如是姓，如是食，如是受苦乐，如是长寿，如是久住，如是寿分齐。比丘！是则为想，是则为志，是则言说。此诸法皆悉缘生，无常、有为（应译有漏或有苦）。」

若是六根、六境缘生六识时，如实正观、明觉五阴的因缘，正见六触入处（五阴）是缘生法，则能够在当前六触入处不起「常见」，也不妄见、不妄想六触入处（五阴）是「我、我所」。如是，正念、正见者得以正知：若于六触入处生贪爱，则有五阴的系缚，而有现前与未来世五阴的系缚苦，谓：六入处缘触，触缘受（、想、行），受缘爱，爱缘生、老病死忧悲恼苦；若于六触入处离贪爱，则于五阴不生系缚，而现前断五阴系缚苦，未来世无有五阴的系缚生，谓：六入处缘触，触缘受（、想、行），受缘爱，**爱灭则取灭，取灭则有灭，有灭则生灭，生灭则老病死、忧悲恼苦灭。**见《相应部》『六处相应』106 经：

《相应部》35.106 经：「诸比丘！我说苦之生起与天没，且谛听诸比丘！**何为苦之生起耶？以眼与色为缘生眼识，三者之和合为触，缘触生受，缘受生爱，此苦之生起。**以耳与声……以鼻与香……以舌与味……以身与触……以意与法为缘生意识，三者之和合为触，缘触生受，缘受生



爱。诸比丘！此乃苦之生起。」

诸比丘！何为苦之灭没耶？以眼与色为缘生眼识，三者和合为触，依触之缘生受，依受之缘生爱，依其爱之无余离却灭尽，则取之灭尽，由取之灭尽，则有之灭尽，依有之灭尽，则生之灭尽，依生之灭尽，则老死、忧悲苦恼绝望灭尽。如是而此一切苦蕴灭尽，此乃苦之灭没。以耳与声……以鼻与香……以舌与味……以身与触……以意与法为缘生意识，三者之和合为触，缘触生受，缘受生爱，依其爱之无余离却灭尽……如是而此一切苦蕴灭尽，此乃苦之灭没。」

当已得如是如实知见者，已如实知「五阴之集法、灭法」，谓：缘无明有行，缘行有识……缘生有老死，如是此是全苦蕴之集；无明灭则行灭，行灭则识灭……生灭则老死灭，如是此为全苦蕴之灭。如是正觉「五阴之集法、灭法」，是谓「明」。

接着，当已正觉「五阴之集法、灭法」（即「十二因缘集法、灭法」），则正见古佛之道、灭苦正道，谓八正道。见《相应阿含》287经、《相应部》『因缘相应』65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，无明天故行灭；行灭故识灭，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，取灭故有灭，有灭故生灭，生灭故老病死、忧悲苦恼灭，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》256：「所谓明者是知，知者名为明。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，识生、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。」

《相应部》『因缘相应』12.65：「诸比丘！我尚未得正觉……曾作此念：此世间实陷于苦恼，生而奔向衰、老、死而又将再生。然却不知此老死苦之出离，实则如何得知此老死苦之出离耶？……诸比丘！然则我作是念：有何故有老死耶？缘何有老死耶？诸比丘！尔时，我依正思惟，依慧悟得生：有生故有老死，缘生而有老死。诸比丘！时我作是念：「有何故有生？……有有……有取……有爱……有受……有触……有六处？……有名色耶？……如是，此乃全苦蕴之集。诸比丘！是集、是集。我於尚未闻之法、即生眼、生智、生慧、生明、生光。……诸比丘！时我作是念：无何故无老死，因何之天而有老死之天耶？诸比丘！尔时，我生正思惟，依慧悟得：无生故无老死，因生之灭而有老死之灭。……诸比丘！时我作是念：「无何故无生……无有……无取……无爱……无受……无触……无六处……无名色……如是，此乃全苦蕴之灭。诸比丘！是灭、是灭。我於尚未闻之法，即生眼、生智、生慧、生明、生光。」

若已如实知见「十二因缘集法、灭法」与八正道，即是已「如实知四圣谛（第一转四行）」，也称为明。见《相应部》『圣谛相应』18经、《相应阿含》845经：

《相应部》56.18经：「大德！所谓明、明者。大德！云何为明耶？云何为随明耶？比丘！苦之智，苦集之智，苦灭之智，顺苦灭道之智，此名之明；如是者为随明。」

《相应阿含》845：「若比丘於五恐怖、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。

何等为五恐怖、怨对休息？……若离杀生者，彼杀生罪怨对因缘生恐怖休息。……彼若离偷盗，邪淫，妄语，饮酒罪，怨对者因缘恐怖休息。……何等为三事决定，不生疑惑？谓于佛决定离于疑惑，于法、僧决定离疑惑，是名三法决定离疑惑。

何等名为圣道如实知见？谓此苦圣谛如实知，此苦集圣谛，此苦灭圣谛，此苦灭道迹圣谛如实知，是名圣道如实知见。」

7-1-2-2-1-2. 无明生起之因缘：六触入处不如实观察因缘

「无明」是缘于六根、六境缘生六识时，不如实正观、明觉五阴的因缘、缘生。若在当前六根、六境缘生六识时，不如实正观、明觉五阴的因缘、缘生，妄见、妄想五阴是「我」、「人」、「众生」，也就是「我见」。这是在当前六触入处不见因缘、缘生而有「无明」，缘无明而有我见。见《相应阿含》334,251经：

《相应阿含》334 经：「何等无明因、无明缘、无明缚？谓无明，不正思惟因、不正思惟缘、不正思惟缚。不正思惟有因、有缘、有缚，何等不正思惟因、不正思惟缘、不正思惟缚？谓缘眼、色，生不正思惟，生于痴。缘眼、色，生不正思惟，生於痴，彼痴者是无明，痴求欲名为爱，爱所作名为业。如是比丘！不正思惟因无明，无明因爱，爱因为业，业因为眼。耳、鼻、舌、身、意，亦如是说。」（注：《相应阿含》334 经内文的「爱所作名为业……爱因为业，业因为眼」，应依据《相应阿含》371 经、《相应部》『因缘相应』11 经修正为「爱所作名为食……爱因为食，食因

为眼」。）

《相应阿含》251 经：「所谓无知，无知者是为无明。云何无知？谓眼生、灭法不如实知，是名无知……耳、鼻、舌、身、意，亦复如是。如是尊者摩诃拘絺罗！於此六触入处如实不知、不见、无间等，愚痴、无明、大冥，是名无明。」

从《相应阿含》306 经可以清楚的发现，五阴的因缘共有眼触入处、耳触入处、鼻触入处、舌触入处、身触入处、意触入处等六触入处。如经说：「眼、色缘，生眼识，三事和合触，触俱生受、想、思。此四无色阴，眼色，此等法名为人」。眼根、色境是色阴，眼识是识阴，眼、色、眼识的缘起代名称为「眼触」，缘眼触的因缘有受、想、思（行阴有称为「思」），如是眼触入处有色阴、识阴、受阴、想阴、行阴等五阴。同此，耳触入处、鼻触入处、舌触入处、身触入处、意触入处也都各有五阴的缘生。这在「十二因缘」的传诵上，是「六入缘触，触缘受（、想、行）」，也就是六触入处都有五阴因缘的生起。

五阴、六触入处又称为「世间」，如实观察五阴、六触入处「世间」，即是如实观「十二因缘」。当如实观察「五阴、六触入处集法、灭法」，即是如实观「十二因缘集法、灭法」。见《相应阿含》230,233,262 经、《相应部》『蕴相应』90 经：

《相应阿含》230 经：「云何名世间？佛告三弥离提：『谓眼，色，眼识，眼触，眼触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐。耳……。鼻……。舌……。身……。意，法，意识，意触，意触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐，是名世间。所以者何？六入处集则触集，如是乃至纯大苦聚集。……若无彼眼，无色，无眼识，无眼触，无眼触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐。无耳……。鼻……。舌……。身……。意，法，意识，意触，意触因缘生受——内觉若苦、



若乐、若不苦不乐者，则无世间，亦不施設世间。所以者何？六入处灭则触灭，如是乃至纯大苦聚灭故。』」

《相应阿含》233 经：「云何为世间？谓六内入处。云何六？眼内入处，耳、鼻、舌、身、意内入处。云何世间集？谓当来有爱，喜贪俱，彼彼乐著。云何世间灭？谓当来有爱，喜贪俱，彼彼乐著无餘断：已舍、已吐、已尽、离欲、灭、止、没。」

《相应阿含》262 经：「愚痴凡夫所不能解，色无常，受、想、行、识无常，一切诸行无常，一切法无我，涅槃寂灭。……如实正观世间集者，则不生世间无见；如实正观世间灭，则不生世间有见。迦旃延！如来离於二边，说於中道：所谓此有故彼有，此生故彼生，谓缘无明有行，乃至生老病死、忧悲恼苦集。所谓此无故彼无，此灭故彼灭，谓无明灭则行灭，乃至生老病死、忧悲恼苦灭。」

《相应部》22.90 经：「迦旃延！此世间多依二[边]，或有，或无。迦旃延！若以正慧如实观世间之集者，於世间不生无见。迦旃延！若以正慧如实观世间之灭者，於世间不生有见。迦旃延！此世间多为近倚、取著、现贪所缚。……现生者则苦生、现灭者则苦灭、不疑惑、不犹豫、无其他缘而智生。迦旃延！如是为正见。迦旃延！一切是有者，此是一边；一切是无者，此是一边。迦旃延！如来离此二边，依中而说法。谓：缘无明而有行，缘行而有识，…乃至…如是而有此一切苦蕴之集。然而，无餘离灭无明，则行灭…乃至…如是而有此一切苦蕴之灭。」

观五阴集法、观世间集法或观十二因缘集法，都是从「观六触入处集法」入手。见《相应阿含》68 经、《相应部》『六处相应』107 经：

《相应阿含》68 经：「常当修习方便禅思，内寂其心，如实观察。云何如实观察？如实知此色，此色集，此色灭。此受……。想……。行……。(此)识，此识集，此识灭。」

云何色集？受、想、行、识集？缘眼及色眼识生，三事和合生触，缘触生受，缘受生爱，乃至纯大苦聚生，是名色集（，受、想、行、识集）。如是缘耳……。鼻……。舌……。身……。缘意及法生意识，三事和合生触，缘触生受，缘受生爱，如是乃至纯大苦聚生，是名色集，受、想、行、识集。」

《相应部》35.107 经：「诸比丘！以何为世间之生起耶？以眼与色为缘，而生眼识，三者和合为触，依触之缘生受，依受之缘生爱，依爱之缘而取，依取之缘而有，依有之缘而生，依生之缘而有老死、忧悲苦恼绝望，此即世间之生起。以耳与声为缘……以鼻与香为缘……以舌与味为缘……以身与触为缘……以意与法为缘生意识……。」

修学佛法的真实义，必须从「观六触入处集法」入手，如实知见「十二因缘集法」，这是「梵行之初」「梵行的根本」，是正觉、得明、断无明的方法，不习此法则离佛陀的教法犹如「虚空与地」。见《相应部》『因缘相应』45 经、『六处相应』113,72 经；《相应阿含》209 经：

《相应部》12.45 经：「依於眼与色生眼识，三之和合乃有触，缘触而有受，缘受而有爱，缘爱而有取……。如是乃此全苦蕴之集。依耳与声……依鼻与香……依舌与味……依身与触……依于意与法而生意识，三之和合乃有触，缘触而有受，缘受而有爱，缘爱而有取……。如是乃此全苦蕴之集。……比丘！汝应受持此法门。比丘！汝应善知此法门。比丘！具足此法门之义，是乃梵行之初。」

《相应部》35.113 经：「缘眼与色而生眼识，



三者和合为触，依触之缘生受，依受之缘（生爱），依爱之缘（而取，依取之缘而有，依有之缘而生，依生之缘而有老死、忧悲苦恼绝望，）如是则生起一切苦蕴。缘耳与声……缘鼻与香……缘舌与味……缘身与触……缘意与法生意识……比丘，汝当习此教法。比丘！汝须通达此教法。比丘！汝须受持此教法。比丘！此教法为梵行之根本者。」

《相应阿含》209 经：「有六触入处，云何为六？眼触入处，耳、鼻、舌、身、意触入处。沙门、婆罗门，於此六触入处，集、灭、味、患、离不如实知，当知是沙门、婆罗门去我法律远，如虚空与地。」

《相应部》35.72 经：「诸比丘！於任何比丘，不如实知六种触处之生起、灭没、甘味、患难、出离者，为尚未果其梵行，离此法犹远矣！」

如实知见「十二因缘集法」，不仅 释迦佛陀依此成就正觉，多闻圣弟子的修证也是由此入手成就正觉。见《相应部》『预流相应』28 经、《相应阿含》846-2 经：

《相应部》55.28 经：「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？居士！於此有圣弟子，对缘善作意，而曰：「彼有故此有，彼生故此生，彼无故此无，彼灭故此灭。」谓：缘无明生行，缘行生识，缘识生名色，缘名色生六处，缘六处生触，缘触生受，缘受生渴爱，缘渴爱生取，缘取生有，缘有生生，缘生生老死愁悲苦恼。如是，此为一切苦蕴之集起。又：无明无余离天故行天，行天故识天，识天故名色天，名色天

故六处天，六处天故触天，触天故受天，受天故渴爱天，渴爱天故取天，取天故有天，有天故生天，生天故老死愁悲苦恼天。如是，此为一切苦蕴之天。此为以慧善观圣理，善通达。」

《相应阿含》846-2 经：「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」

7-1-2-2-1-3. 无明生起于现前

在佛陀的原说教导中，指出在当前不如实观察六触入处如何生起，即不如实知六触入处如何起、如何灭，所以不知六触入处的集法、灭法，这称为「无明」。因此，「无明」的生起是在当前，因为「无明」而有的妄见与贪执，都是缘当前的无明而起。

「无明」是有缘而生起，不是无因缘而生，应知「无明」是缘生法，绝对不是「常法」与「自法」。因此，「无明」是在当前的因缘中生起，既不会从现在移到未来，也不会从「眼触入处」移到耳触入处及其他入处。

简要言之，当前的因缘起无明，不是过往的因缘起现前的无明，也不是不如实观察眼触入处的因缘，促成耳触入处或其他入处起无明。因缘是现前，无明也是起于现前的因缘，若是如实观察六触入处因缘于当前，无明则灭于当前。现前无明导致现前的烦恼，当前无明不会造成未来的烦恼；现前的烦恼「影响」现前的作为，但不决定现前的作为，而现前的作为「影响」未来的表



现，但是不决定未来的遭遇及表现。

佛陀的教导，是断除当前的无明与烦恼，不是断除过去、未来的无明与烦恼；佛陀的教导，是修正现前的作为，「影响」未来的表现，不是修正现前的作为，「决定」未来的表现。缘生法的生起，是受过去及现前的「影响」，不是由现在及过去决定。「影响」而不能「决定」，是缘生法的事实，「决定」即不是因缘。若是认为无明「决定」现在的作为，无明「决定」未来的表现，是「唯心论」；若说无明「决定」现在的作为，现在的作为「决定」未来的表现，是「唯心论」与「宿命论」。

分别说部的部派主张，即有「唯心论」与「宿命论」的思想。见《舍利弗阿毗昙论》卷十二¹⁹：

「云何无明缘行？无明缘福行、非福行、不动行。不善身行、不善口行、不善意行。……复次，若人无慧、无明未断，作不善身、口、意行，作不善行故，身坏命终，堕地狱、畜生、饿鬼，以因绪缘故，堕地狱、畜生、饿鬼受五阴身。……作善行已身坏命终，若生人中欲界天上，以因绪缘故，人中欲界天上受五阴身。……作有漏口善行、意善行，当受色界生，作善行已身坏命终，生色界天上，以因绪缘故，色界天上受五阴身。……作有漏身、口、意善行，当受无色界生，作善行已身坏命终生无色界天上，以因绪缘故，无色界天上受四阴身。如是缘现世行受未来行，是名无明缘未来行。……行何缘？无明缘行，此是答。」

《舍利弗阿毗昙论》认为「无明缘现前不善身行、不善口行、不善意行」，是「唯心论」的见解，又主张「缘现世行受未来行」的「宿命论」思想，而「无明缘未来行」是「唯心论」与「宿命论」。这种观点，让生活在现前不良困境的人们，无法在现前度越现前的困境，只能盼望未来的美好人生。

如此一来，原是断烦恼于当前，尽力行正道于现

前，不盼望现生与后世的 佛陀教说，在「唯心论」与「宿命论」的思想下，转变为无助于改善现前困境，却只知寄望未来的理想与信仰而已！

7-1-2-2-2. 「无明缘行」的原义

7-1-2-2-2-1. 无明缘贪爱五阴、妄见五阴是我，见我名「行」

若不如实观六触入处的因缘，即于六触入处起「无明」（即经说的「无明触」）。如是不如实知五阴集法（无明），则不能正知见五阴是缘生法（无正见），即在六触入处于缘生五阴生贪爱，也在六触入处有妄见，妄见五阴是我、是我所，妄见五阴是常或断，如经说：「无明触生爱，缘爱起彼行」。妄见五阴是我、是我所者，即是「我见」，还有于五阴有「常」与「断」的妄见、妄想，也称为「行」，如经说：「见我者，是名为行」、「彼以常见为行，彼以断见为行」。见《相应部》『蕴相应』132,81 经与《相应阿含》258,57 经：

《相应部》22.132 经：「此处有有闻之圣弟子，如实知色之集、灭、味、过患、出离。如实知受……想……行……识之集、灭、味、过患、出离。友！说此为明，如此为明人。」

《相应阿含》258 经：「舍利弗言：「不知是无明」。（摩诃拘絺罗语：）「不知何等」？（舍利弗言：）「谓色不如实知，色集、色灭、色味、色患、色离不如实知。受……。想……。行……。识，识集、识灭、识味、识患、识离不如实知。摩诃拘絺罗！於此五受阴不如实知，不如实见，不无间等，若闇，若愚，是名无明。成就此法者，名有无明。」

《相应阿含》57 经：「愚痴无闻凡夫，于色见是我，若见我者，是名为行。彼行何因、何集、何生、何转？无明触生爱，缘爱起彼行。……彼爱受因……彼受触因……彼触六入处因……。彼六入处



是缘起法，无常、有为（应译有漏或有苦）；彼触、受、爱，行，亦是缘起法，无常、有为（应译有漏或有苦）。……于受见是我……于想见是我……行……于行见是我……于识见是我……。」

《相應部》22.81 經：「諸比丘！于此处有无闻凡夫，不见圣人，不知圣人之法，不顺圣人之法，不见善知识……乃至……不随善知识之法（此即不见五蕴集法、灭法之十二因缘）²⁰，以见色为我。诸比丘！彼以见为行。此行以何为因？以何为集？从何而生？从何而现耶？诸比丘！若於无明触所生之所受触者，於无闻之凡夫，生渴爱，依此而生行。诸比丘！如是彼行亦是无常、有为、缘无间尽诸起所生。彼渴爱亦是无常、有为、缘起所生。彼受……彼触亦是无常、有为、缘起所生。彼受……彼触亦是无常、有为、缘起所生。彼无明亦是无常、有为、缘起所生。诸比丘！如是知，如是观者，于无间尽诸漏。虽不见色是我，却见我有色。诸比丘！彼以见为行。……虽不见色是我，亦不见我有色，却见我中有色。诸比丘！彼以见为行。……不见色是我，不见我有色，亦不见我中有色，却见色中有我。诸比丘！彼以见为行。……虽不见色是我，亦不见我有色，我中有色，色中有我。但见受是我，见我有受，见我中有受，见受中有我。见想是我……。见行是我……。见识是我，见我有识，见我中有色，见识中有我。诸比丘！彼以见为行。……不见色是我，不见受是我，亦不见想……行……识是我，以起如是见，[谓]此是我，此是世间，死後有我、有常、恒、永住而不变易之法。诸比丘！彼以常见为行。……虽不见色是我，亦不见受……想……行……识是我，以起如是见，而虽不以为此是我，此是世间，死後有我、常、恒、永住不变易之法，但起如是见，[谓：]应非有我，非有所，应非我、非我所。诸比丘！彼以断见为行。……不见色是我，不见受……想……行……识是我，以起如是之见，但不以为此是我，此

是世间，死後有我、常、恒、永住不变易之法，起如是之见，不以为非有我，非有所，非我、非我所，唯疑惑、犹豫而不追究於正法。……诸比丘！彼疑惑、犹豫，而不追究於正法为行。此行以何为因、以何为集、从何而生、从何而现耶？诸比丘！於无明触所生之所受触者，无闻凡夫生渴爱，由此而生行。」

7-1-2-2-2-2. 妄见五阴是我、我所，又名「取」

妄见五阴是我、是我所的「我见」，既名为「行」，又称为「取」，如经说：「是我、我所而取」。见《相应阿含》44 经、《相应部》『蕴相应』8 经：

《相应阿含》44 经：「愚痴无闻凡夫，於色集、色灭、色味、色患、色离不如实知故，於色爱喜、赞叹、取著，於色是我、我所而取。……受、想、行、识，亦复如是。」

《相应部》22.8 经：「诸比丘！何为取著、恐惧耶？诸比丘！此处有无闻之凡夫，观此色是我所，我是如是，我之我是如是。彼人於色变易、变异。彼人有色之变易²¹、变异，而生愁、悲、苦、忧、恼。此受是我所……乃至……。此想是我所……乃至……。此行是我所……乃至……。观此识是我所……彼人有识之变易、变异，而生愁、悲、苦、忧、恼。诸比丘！取著、恐惧为如是。」

《相应阿含》44 经的经文说对五阴的集法、灭法不如实知，则对五阴生爱喜、赞叹、取著，谓「于五阴是我、我所而取」。对五阴的集法、灭法不如实知即是「无明」，缘无明而对五阴生爱喜、赞叹、取著，取著是指「见五阴是我、我所」。如是可知，「取」是「我见」，又称为「行」。无明缘爱、取，是同于《相应阿含》57 经「无明触生爱，缘爱起彼行」的说法。



7-1-2-2-2-3. 「身见」的原义及出处

因为不如实知五阴的集法，不能正见五阴是缘生法，所以妄见五阴是我、我所。妄见五阴是我、我所的「我见」，后世又称为「身见」。见《相应阿含》570经、《相应部》『质多相应』3经：

《相应阿含》570经：「长者！凡世间所见，或言有我，或说众生，或说寿命，或说世间吉凶，斯等诸见，一切皆以身见为本，身见集，身见生，身见转」。复问：「尊者！云何为身见」？答言：「长者！愚痴无闻凡夫，见色是我，色异我，色中我，我中色。受……。想……。行……。识见是我，识异我，我中识，识中我。长者！是名身见」

《相应部》41.3经：「居士！此处有无闻之凡夫，尚未会遇圣者，不熟通圣者之法，未修练圣者之法。未会遇善人，不熟通善人之法，未修练善人法者。以观色为自己，以自己为有色者，以观自己为色，色为自己。以受……。以想……。以行……。以观识为自己，以自己为识者，以识为自己，自己用识。居士！己身见者，当即如是。……居士！此处有多闻之圣弟子，已会遇圣者，熟通圣者之法，善修练圣者之法，既会遇善人，熟通善人法，修练善人法者，不观色为自己，不以有色为自己者，亦不观色有自己，不以自己有色。以受……。以想……。以行……。不观识为自己，自己为有识者，识有自己，自己有识。居士！无己身见者，当即如是。」

在《相应部》『质多相应』3经，提到「无闻凡夫，不熟通圣者之法……见五阴是自己（我），自己（我为五阴有，我为五阴、五阴为我）。「不熟通圣者之法」说的也是对五阴的集法、灭法不如实知的「无明」，因「无明」而有「身见（即我见）」。见《相应部》『因缘相应』21经、『蕴相应』22经：

《相应部》12.21经：「如来具足十力，具足四

无所畏，示知牛王之事，于众中作狮子吼，转梵轮，济度众生。〔所谓〕：色如是如是，色之集如是如是，色之灭如是如是；受……。想……。行……。识……。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》22.126经：「比丘！此处有无闻之凡夫，於色有集法，不如实知色乃有集法。於色有灭法，不如实知色乃有灭法。於色有集、灭法，不如实知色乃有集、灭法。於受……。於想……。於行……。於识有集法……。不如实知识乃有集、灭法。比丘！说此为无明，如是为无明人。」

在《相应部》『质多相应』3经，提到「不熟通圣人之法」的无闻凡夫，因为不如实知五阴集法、灭法的「无明」，而有五阴是我、是我所的「身见」。

「身见」之词语的发生及运用，很可能是出自佛灭后 116 年佛教分裂以后的分别说部《舍利弗阿毗昙论》，而不是佛灭百年内佛教僧团使用的语词，也不是出自「第一次经律结集」集成的古老七事相应教。理由是分别说部自派集成的《舍利弗阿毗昙论》，此论在传统修证次第的慧解脱、心解脱之外，提出传统经法无有的「十结」与「四沙门果」的教说，「十结」与「四沙门果」相互搭配解说的新修证次第，提出最先证的圣果是须陀洹，而最先断除的结即是「身见」，却不是传统的先觉悟因缘法、缘生法。

分别说系铜牒部传诵的《相应部》『质多相应』3经，将「妄见五阴是我、我所」的「我见」转称为「身见」的语词，在铜牒部的《中部》『满月大经』也有同样的语词。这两篇经文呼应了《舍利弗阿毗昙论》的「十结」教说，并且也都不是古老七事修多罗当中的传诵。见《舍利弗阿毗昙论》²²、《中部》第109『满月大经（Māhapunnamasuttam）』：



《舍利弗阿毗昙论》卷二十一：「何谓烦恼结法？十结，是名烦恼结法。」

《舍利弗阿毗昙论》卷二十六：「云何十结？见结、疑结、戒道结、欲染结、瞋恚结，色染结、无色染结、无明结、慢结、掉结。」

《舍利弗阿毗昙论》卷四：「四沙门果：须陀洹果、斯陀含果、阿那含果、阿罗汉果。……云何须陀洹果？若见断三烦恼，断身见、疑、戒道。是名须陀洹果。……云何斯陀含果？若见断三烦恼断，身见、疑、戒道，烦恼思惟断，欲爱、瞋恚烦恼分断，是名斯陀含果。……云何阿那含果？若五下分烦恼断，身见、疑、戒道、欲爱、瞋恚，是名阿那含果。……云何阿罗汉果？若思惟断，色界、无色界、烦恼断无余，是名阿罗汉果。」

《中部》109 经：「比丘！此处有无闻之凡夫，不认诸圣，不熟圣法，于圣法不能练达，不认诸善士，不熟诸善士之法，对诸善士之法不能练达，认色即我，又认为我为色有，又认於我之中有色，又认色之中有我。认受即我…乃至…想…乃至…行…乃至…识即我，又认为我为识有，又认我中有识，又认识中有我，比丘！如是即有身见。……比丘！此处有多闻之圣弟子，认诸圣，熟圣法，对圣法善练达。认诸善士，熟诸善士之法，对诸善士之法善练达，不认色即我，又不认为我为色有，又不认我中有色，又不认色中有我。…不认想即我…不认行即我…不认识即我，又不认为我为识有，又不认我中有识，又不认识中有我。比丘！如是即无有身见。」

分别说部的《舍利弗阿毗昙论》的「身见」说法，在《相应部》『蕴相应』82 经也有此说，并且『蕴相应』82 经的经名也是简称为「满月」，同于《中部》『满月大经』，这是融入七事修多罗的传诵当中。见《相应部》『蕴相应』82 经：

《相应部》22.82 经：「比丘！于此处之无闻凡

夫，不见圣人，不知圣人之法，不顺圣人之法，不见善知识，不知善知识之法，不顺善知识之法，以见色是我，我乃色有，我中有色、色中有我。见受……想……行……识是我，我乃识有，我中有识，识中有我。比丘！如是而起有身见。」

7-1-2-2-4. 断「我见」必先已断无明

《中部》『满月大经』与《相应部》『质多相应』3 经、『蕴相应』82 经，都提出「不知圣人之法」的无闻凡夫会起「妄见五阴是我、我所」的「身见（我见）」。「圣人之法」是因缘法，「不知圣人之法」不是指出了不如实知因缘、缘生法的无明，会有「我见」的妄想吗？如是可见，**不先断无明而先断「身见（我见）」是不当的教说**。若是断「身见（我见）」，必定是已经知因缘法、缘生法，已得明、断无明。见《相应阿含》45 经、《相应部》『蕴相应』47 经：

《相应阿含》45 经：「如是比丘！有意界，法界，无明界。愚痴无闻凡夫，无明触故，起有觉、无觉、有无觉；我胜觉、我等觉、我卑觉；我知、我见觉，如是知、如是见觉，皆由六触入故。**多闻圣弟子，于此六触入处，舍离无明而生明，不生有觉、无觉、有无觉；胜觉、等觉、卑觉；我知、我见觉。**」

《相应部》22.47 经：「诸比丘！此处有无闻之凡夫，不见圣人…乃至…不顺善知识之法，观我是色，我以色有，我中有色，色中有我……观受……想……行……识是我，我以识有，我中有识中有我。有如是观见，谓不离我。……然则，有闻之圣弟子断无明而生明。**彼人离无明而生明故，不思惟我，不思惟此是我，不思惟有，不思惟无，不思惟有色……无色……有想……无想……非想非非想。**」

经说：「舍离无明而生明，不生我知、我见



觉」、「离无明而生明故，不思惟我，不思惟此是我」。如实知因缘分，正见五阴是缘生法，才能断除「我见」，无法不先明见因缘分，不得明、断无明，却能先断「我见」。见《相应阿含》296 经：

《相应部》296 经：「多闻圣弟子，於此因缘分、缘生法，正智善见。……若沙门、婆罗门，起凡俗见所系，谓说「我见」所系，说「众生见」所系，说「寿命见」所系，「忌讳吉庆见」所系，尔时悉断、悉知，断其根本，如截多罗树头，於未来世成不生法。是名多闻圣弟子，于因缘分、缘生法，如实正知，善见，善觉，善修，善入。」

佛陀是教「先观因缘分、正见缘生（见圣人之法）」，「得明、断无明」之后，再破除「常见」、「我见」。分别说部《舍利弗阿毗昙论》的「十结」新说，提出「先断身见，最后断无明」的论义，违背了正统佛法的经说。这种背离经义的论说，在佛灭后约 250 年被阿难系的迦旃延尼子承受，并融入其著作的《发智论》中，造成阿难系僧团的分裂。后来，由迦旃延尼子学众创立的说一切有部，即在传诵的《相应阿含》710 经中，融入了「身见」的语词用法。

《相应阿含》57 经提到「无明触生爱，缘爱起彼行」，这在十二因缘的忆诵口诀，又说是「六入缘触，触缘受（、想、行），受缘爱，爱缘取（又名「行」，即我见）」。见《相应阿含》57 经：

《相应阿含》57 经：「若见我者，是名为行。彼行何因、何集、何生、何转？无明触生爱，缘爱起彼行。……彼爱受因……彼受触因……彼触六入处因……。彼六入处是缘起法，无常、有为（应译有漏）；彼触、受、爱，行，亦是缘起法，无常、有为（应译有漏）。」

7-1-2-2-2-5. 无明缘「行」的异说：作为、现未三界业报

分别说部《舍利弗阿毗昙论》对「十二因缘」的解说，提出自部的新义解。《舍利弗阿毗昙论》在「无明缘行」的解释上，先根据「十二因缘分」的「无明」作为生死轮回的根源，再加以结合「十结」之「无明最后断」的自派论义。如是将「行」解释为「无明」促成的身、口、意作为及种种业报，包含种种现在世的善、恶、禅定作为，还有未来世的三界业报。见《舍利弗阿毗昙论》卷十二²³：

「云何无明缘行？无明缘福行、非福行、不动行。

云何非福行？不善身行、不善口行、不善意行。云何不善身行？若人无慧、无明不断，行杀、盗、淫，及余不善身行，是名不善身行。云何不善口行？若人无慧无明未断，行妄语、两舌、恶口、绮语。及余不善口行，是名不善口行。云何不善意行？若人无慧、无明未断，起贪欲、瞋恚、邪见，是名不善意行。此身、口、意不善行，名非福行无明缘现世行。

云何福行？身善行、口善行、意善行。云何身善行？若人无慧、无明未断，不杀、盗、淫，及余身善行，是名身善行。云何口善行？若人无慧、无明未断，不妄语、两舌、恶口、绮语，及余口善行，是名口善行。云何意善行？若人无慧、无明未断，无贪、无恚正见，是名意善行。此身、口、意善行，是名福行无明缘现世行。

复次，若人无慧、无明未断，离欲、恶不善法，有觉、有观离生喜乐，成就初禅行。……无觉、无观定生喜乐，成就二禅行。……离喜、舍行、念知身受乐，如诸圣人解，舍念乐行，成就三禅行。……断苦乐，先天忧喜，不苦不乐舍念净，



成就四禅行。……意业由意生受、想、思、触、思惟，如是身、口、意善行，是名福行无明缘现世行，是名福行。

云何不动行？若人无慧、无明未断，离一切色想，天嗔恚想，不思惟若干想，成就无边空处行。……离一切空处，成就无边识处行。……离一切识处，成就无所有处行。……离一切无所有处，成就非有想、非无想处行。……意业由意生受、想、思、触、思惟，如是身、口、意善行，是名福行无明缘现世行，是名不动行。

复次，若人无慧、无明未断，作不善身、口、意行，作不善行故，身坏命终，堕地狱、畜生、饿鬼，以因绪缘故，堕地狱、畜生、饿鬼受五阴身。……作善行已身坏命终，若生人中欲界天上，以因绪缘故，人中欲界天上受五阴身。……作有漏口善行、意善行，当受色界生，作善行已身坏命终，生色界天上，以因绪缘故，色界天上受五阴身。……作有漏身、口、意善行，当受无色界生，作善行已身坏命终生无色界天上，以因绪缘故，无色界天上受四阴身。如是缘现世行受未来行，是名无明缘未来行。……行何缘？无明缘行，此是答。」

分别说部自部集成的《舍利弗阿毗昙论》，对「十二因缘法」之「行」的义解，融入了分别说部系传诵的经说中，发展出自部传诵的「部义经说」。见《相应部》『因缘相应』2经：

《相应部》12.2 经：「诸比丘！何为行？诸比丘！此等有三行：身行、口行、心行是。诸比丘！以此谓之行之。」

分别说部《舍利弗阿毗昙论》对「行」的义解，日后影响了阿难系僧团的迦旃延尼子，在迦旃延尼子的《发智论》（《发智论》有八章，章又称为键度，此论又称八键度论），还有迦旃延尼子学众开创之说一切有部传诵的《阿毗达磨法蕴足论》，都有类同《舍利弗阿毗昙论》的部义解说。见《发智论》

24、《阿毗昙八键度论》『阿毗昙杂键度人跋渠第三』卷二²⁵、《阿毗达磨法蕴足论》卷第十一²⁶：

《发智论》：「如世尊说：无明缘行，取缘有。云何无明缘行？云何取缘有？答：无明缘行者，此显示业先余生中，造作增长，得今有异熟及已受异熟。取缘有者，此显示业现在生中，造作增长，得当有异熟。无明缘行，取缘有，何差别？答：无明缘行者，广说如前，此业缘，世尊说一烦恼，谓无明；取缘有者，广说如前，此业缘，世尊说一切烦恼谓诸取。是谓差别。」

《阿毗昙八键度论》：「无明缘行、受缘有，彼云何无明缘行？云何受缘有？答曰：无明缘行者，于是现行前世时所作行，彼行报今生得有，是谓无明缘行。受缘有者，于是现行于此生所作行，诸行受报当得未来有，是谓受缘有。无明缘行、受缘有，有何差别？答曰：无明缘行，于是现行前世时所作行，彼行报今生得有，彼行缘说一结无明；受缘有，于是现行今生作行，彼行报当得未来有，彼行缘说一切结。无明缘行、受缘有，是谓差别。」

《阿毗达磨法蕴足论》：「起无量种恶不善法，一切皆以无明为根，无明为集，是无明类。从无明生，堕无明趣者，不如实知善、不善法，有罪、无罪法，应修、不应修法，下劣、胜妙法，黑白法，有敌对法。缘生诸法。不如实知此诸法故，便起邪见、邪思惟，乃至邪念、邪定，是名无明缘行。复次瓮喻经中……无明为缘，造福、非福及不动行。」

《舍利弗阿毗昙论》的部派论义，转化为分别说系的《相应部》『因缘相应』2 经的传诵，也融入说一切有部的《发智论》、《阿毗达磨法蕴足论》。

《发智论》传说是迦旃延尼子的著作，迦旃延尼子接受《舍利弗阿毗昙论》的思想，造成阿难系僧团分裂为原阿难系多闻僧团的雪山部（重经）、迦旃延尼子



学众的说一切有部（重论）。说一切有部分出后未久，有部南方化区的有部学众又舍弃新传出的迦旃延尼子《发智论》，改宗流传较早的《舍利弗阿毗昙论》而另自立为犍子部。

此后，原说一切有部为了和犍子部争正统，一方面自称是根本说一切有部，二方面另再集出《阿毗达磨法蕴足论》²⁷（梵 Abhidharma-dharma-skandhapāda）。说一切有部宣称《阿毗达磨法蕴足论》是出自舍利弗的著作（另有说是目犍连的著作），更宣称《法蕴足论》的传出时代是比迦旃延尼子的《发智论》更早，这是为自派建立一个比《舍利弗阿毗昙论》更早的传承根据，目的是确立自派的正统地位。说一切有部称友（Yaśomitra）论师的《俱舍论释》，提出重论的说一切有部主要的三部论都是出自佛陀时代的作品，如《法蕴足论》附会是舍利弗的著作，《集异门足论》附会是摩诃俱絺罗的著作，《界身足论》附会为富楼那的著作，并且宣称《法蕴足论》是最早传出。见说一切有部传诵的《根本说一切有部毗奈耶》『杂事』卷第四十²⁸：

「摩室里迦我今自说，於所了义皆令明显，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，如是总名摩室里迦。」

《根本说一切有部毗奈耶》『杂事』提到经说的「摩室里迦（本母）」，除了佛陀原说的四念处等三十七道品之外，另外增说了部派佛教时代传出的四无畏、四无碍解、四沙门果……毗钵舍那等增新义解，而法集、法蕴指的正是说一切有部自派集成的《法蕴足论》、《集异门足论》。

如此可见，有部集出的《法蕴足论》，是为了能够和仰信《舍利弗阿毗昙论》的分别说部系（印大

陆化地部、法藏部、饮光部）与犍子部分庭抗礼。

除此以外，说一切有部传诵的《相应阿含》298经，是融摄了分别说系的《相应部》『因缘相应』2经，也揉杂了《阿毗达磨法蕴足论》的观点。如「无明」的定义，《相应阿含》与《相应部》的古老经法共说，是指「不如实知十二因缘集法」、「不如实知五阴集法、灭法」、「五阴集、味、患、离」、「不如实知四圣谛（第一转）」，《舍利弗阿毗昙论》的定义是「不知四圣谛（第一转）」，《相应部》『因缘相应』2经也是如是义解，但在有部的《阿毗达磨法蕴足论》则另增说「不如实知善、不善法，有罪、无罪法，应修、不应修法」；关于「行」的定义，《相应阿含》与《相应部》的古老经法共说是「我见」，《舍利弗阿毗昙论》是自部另定义为「福行、非福行、不动行」，又说有「身行、口行、意行」，而在《相应部》『因缘相应』2经则说是「身行、口行、心行」，《相应阿含》也融摄此义。见《相应阿含》298经：

《相应阿含》298经：「我今当说缘起法，法说、义说。谛听，善思，当为汝说。云何缘起法法说？谓此有故彼有，此起故彼起，谓缘无明行、乃至纯大苦聚集，是名缘起法法说。云何义说？谓缘无明行者，彼云何无明？若不知前际，不知后际，不知前后际；不知于内，不知于外，不知内外，不知止，不知报，不知业报；不知佛，不知法，不知僧；**不知苦，不知集，不知灭，不知道**；不知因，不知因所起法；**不知善、不善，有罪、无罪，习、不习**，若劣、若胜，染污、清净，分别缘起，皆悉不知。於六触入处不如实觉知，於彼彼不知、不见、无无间等、痴闇、无明、大冥，是名无明。缘无明行者，云何为行？**行有三种：身行，口行，意行。**」

分别说系《舍利弗阿毗昙论》对于「十二因缘」的解释，转化为《相应部》『因缘相应』2经，



日后也影响了说一切有部《发智论》、《阿毗达磨法蕴足论》的部义，《相应阿含》298 经更是取材自《相应部》『因缘相应』2 经的传诵，再揉杂些许有部自派的论义，所以稍有不同于《相应部》因缘相应』2 经的说法。

7-1-2-2-3. 行缘识：提要句颂的编集与误解

7-1-2-2-3-1. 「十二因缘」之提要句颂与真义的差异

佛陀时代为了帮助学人学习「十二因缘」，编出了帮助忆持的提要句颂，即「无明缘行、行缘识、识缘名色……有缘生、生缘老病死」。

如初始结集时，为了忆诵经文的方便，集经后又再编出经篇次第提要的偈颂。提要性质的句颂或偈颂，都会考虑音韵、文辞、流畅的表现，重点在易诵、易持，不在义理的完整表达。如果将帮助学人学习「十二因缘」的忆持句颂，当作绝对的经义教说，势必会陷入学习的迷惘与困境。

现今佛教界对「十二因缘」的解说内容，是出自《舍利弗阿毗昙论》的义解。《舍利弗阿毗昙论》是将「行缘识」的句颂，误当作真有其事的作解，造成极为复杂与广大的增新义解，并且深刻、广泛的影响了后世的佛教思惟。

「十二因缘」的忆持提要句颂中，「无明缘行、行缘识、识缘名色」是何义？

7-1-2-2-3-1-1. 「无明缘行」之句颂与真义的差异

「十二因缘」说到「无明缘行、行缘识、识缘名色」，当中的「无明缘行」是说：若在六触入处不如实观察集法，当在六触入处起无明（经说简称「无明触」），而缘无明生贪爱及我见（行），此谓「无明触生爱，缘爱起彼行」。依据《相应阿含》

334,41,57 经的经义，「无明触生爱，缘爱起彼行」的实际内容，是「六入处缘触，触缘受（、想、行），受缘爱，爱缘行（「行」是我见，又名为「取」）」，简略说为「无明缘行」。「六入处缘触，触缘受（、想、行）」即是六触入处的五阴因缘法，在此六触入处不如实知五阴生法，是谓「无明」，又称为「无明触」，意指无明起于六触入处。

7-1-2-2-3-1-2. 「触缘受」之句颂与真义的差异

前面所引，当中的「触缘受，受缘爱」也是忆诵口诀，不是真义。如「触缘受」，经说：「触有眼触、耳触、鼻触、舌触、身触、意触」、「缘触生受、想、思（行阴）」，「触」不是只有缘生受阴，触也缘生想阴、行阴。见《相应阿含》41,306 经、南传《相应部》『蕴相应』56 经：

《相应阿含》41 经：「云何受如实知？有六受身：眼触生受，耳、鼻、舌、身、意触生受，是名受，如是受如实知。云何受集如实知？触集是受集，如是受集如实知。……云何想如实知？谓六想身。云何为六？谓眼触生想，耳、鼻、舌、身、意触生想，是名想，如是想如实知。云何想集如实知？谓触集是想集，如是想集如实知。……云何行如实知？谓六思身，眼触生思，耳、鼻、舌、身、意触生思，是名为行，如是行如实知。云何行集如实知？触集是行集，如是行集如实知。」

《相应部》22.56 经：「诸比丘！以何为受耶？诸比丘！是六受身。〔谓：〕眼触所生受、耳触所生受、鼻触所生受、舌触所生受、身触所生受、意触所生受是。诸比丘！此名为受，由触之集而有受之集，由触之灭而受之灭。……诸比丘！以何为想耶？诸比丘！六想身是。〔谓：〕色想、声想、香想、味想、所触想、法想是，此名之为想。依触之集而有想之集，由触之灭而想之灭。……诸比丘！



以何为行耶？诸比丘！六思身是。〔谓：〕色思、声思、香思、味思、所触思、法思是，此名之为行。依触之集而有行之集，依触之灭而有行之灭。」

《相应阿含》306 经：「眼、色缘，生眼识，三事和合触，触俱生受、想、思。此四无色阴，眼色，此等法名为人。于斯等法，作人想，众生。」

7-1-2-2-3-1-3. 「受缘爱，爱缘取（行）」之句颂与真义的差异

「十二因缘」的句颂有「受缘爱」，似乎是缘「受」而生「爱」，但是「爱」的真实因缘是「无明」。如经说：「痴者是无明，痴求欲名为爱」、「五阴集、灭不如实知，于五阴爱喜、赞叹、取着」。见《相应阿含》334,44 经：

《相应阿含》334 经：「缘眼、色，生不正思惟，生於痴，彼痴者是无明，痴求欲名为爱，爱所作名为业。如是比丘！不正思惟因无明，无明因爱，爱因为业，业因为眼。耳、鼻、舌、身、意，亦如是说。」

《相应阿含》44 经：「愚痴无闻凡夫，於色集、色灭、色味、色患、色离不如实知故，於色爱喜、赞叹、取着，於色是我、我所而取。……受、想、行、识，亦复如是。」

若是依据「受缘爱」的忆持句颂来解义，当会认为「爱」是缘于「受」，而断「爱」即必需断「受」。然而，「受」是六触为缘而生，所谓「触缘受」，而「触」是六入处因缘的代名称，如经说：「（根、境、识）三事和合生触」。若是全然的依据「受缘爱」的忆持句颂，必是得知「断爱需先断受，断受需要断触，断触需断六入处，而断六入处（根、境缘生识）则必需断六根」。试想：若是断爱必需要断六根，这不成了教人自残的方法吗？如是可知，这是依据忆诵句颂、口诀作为解知「十二因缘」，才会造成的偏差错解。

此外，「六入处缘触、触缘受、受缘爱、爱缘行（「行」是我见，又称为「取」）」的句颂，不仅「爱」不是缘之于「受」，「行（或「取」）」指的「我见」，也不是缘之于「爱」。如《相应阿含》296,256 经、《相应部》『因缘相应』20,21 经、『蕴相应』126 经共同指明，「我见」是肇因于「不如实知因缘法、缘生法」的无明。

依据古老经法的共说，「爱」、「行（取、我见）」的生起，实际都是缘于「无明」。由此可知，「触缘受、受缘爱，爱缘行（或取，我见）」都是帮助忆持的句颂，实际的真义不等同句颂的说法。

若要断「爱」与「行（取、我见）」，都是要先断「无明」。「无明」如何断？必需如实观察「六入处缘触、触缘受（、想、行）」，如实知五阴的生法，正见六入处、触（代名词）、受、想、行都是缘生法，进而断「常见」、断「我见」（即断「行」，参《相应阿含》57 经、《相应部》『蕴相应』81 经），最后才能断「爱」。

7-1-2-2-3-1-4. 「行缘识」之句颂与真义的差异

「十二因缘」的句颂中，除了「触缘受，受缘爱，爱缘取（行）」以外，「行缘识、识缘名色」也是经说忆诵的提要句颂，只是简易的口诀。当中真正的意思，也不能直接用忆持句颂作为解义的根据，实际是另有其真义。

原始经说「无明缘行、行缘识、识缘名色」的真义，是「无明起于六入处、无明缘行（取，我见）、贪爱，爱识缘名色」。在「十二因缘法」中，实际是无有「行缘识」的事实。试问：「我见」缘生「六识」，如何说呢？「行缘识」的句颂，应是编集时为了表现文句的连贯、顺畅而编出，并不是真有其事。因此，「行缘识」实际不是有「行」可缘「识」。

《舍利弗阿毗昙论》针对「行缘识」的解说，除了将「行」的定义，自派解说为「福行、非福行、不



动行」与「身行、口行、意行」以外，更是自行创造出「现在行缘现在识（六识）」与「现在行缘未来识（六识）」的新义解。见《舍利弗阿毗昙论》卷十二²⁹：

《舍利弗阿毗昙论》：「云何行缘识？有缘共欲思生共欲识，如是缘现在行生现在识，名行缘现在识；有共嗔恚，有共愚痴，无共欲、无共嗔恚、无共愚痴，善不善有缘无记思，有生无记识，如是缘现在行生现在识，是名行缘现在识缘眼缘色生识。彼眼行、色行若缘识，如是缘现在行生现在识，是为现在行缘现在识；耳……；鼻……；舌……；身……；缘意、缘法生识，彼意行、法行若缘识，如是缘现在行生现在识，是名现在行缘现在识。」

《舍利弗阿毗昙论》：「复次，若人无慧、无明未断，起不善身行、不善口行、不善意行，作不善行已，身坏命终，堕地狱、畜生；饿鬼，以因绪缘故，生地狱、畜生、饿鬼，**初识以业**，因绪集缘，**生眼识乃至意识及后了识，如是缘现在行生未来识**，是为行缘未来识。」

复次，若人无慧、无明未断，作有漏身善行，当受欲界生，作有漏口、意善行，当受欲界生，作善行已，身坏命终，若生人中，若生欲界天上，以因绪缘故，若生人中，若生欲界六天，**初识以业**，因绪集缘，**生眼识乃至意识及后了识，如是缘现在行生未来识**，是为行缘识。

复次，若人无慧、无明未断，行有漏身善行，当受色界生，作有漏口、意善行，当受色界生，作善行已，身坏命终，生色界天上，以因绪缘故，色界天上，**受初识业**，因绪集缘，**生眼识乃至意识及后了识，如是缘现在行生未来识**，是名行缘未来识。

复次，若人无慧、无明未断，作有漏身善行，当受无色界生，作有漏口、意善行，当受无色界生，作善行已，身坏命终，生无色界天上，以因绪缘

故，无色界天上**受初识业**，因绪集缘，**生意界意识界及后了识，如是缘现在行生未来识**，是名行缘未来识。

复次，若人无慧、无明未断，作身口、意恶行，作恶行已，身坏命终，堕地狱、畜生、饿鬼，以因绪缘故，地狱、畜生、饿鬼**有不善思共彼思识，如是缘未来行受未来识**，是名行缘未来识。

复次，若人无慧、无明未断，作有漏身善行，当受欲界生，作有漏口、意善行，当受欲界生，作善行已，身坏命终，若生人中、生欲界天上，以因绪缘故，若人中欲界天上，**有善思共彼思识，如是缘未来行受未来识**，是名行缘未来识。

复次，若人无慧、无明未断，作有漏身善行，当受色界生，作有漏口、意善行，当受色界生，作善行已，身坏命终，生色界天上，以因绪缘故，生色界天上，**有善思共思识，如是缘未来行生未来识**，是名行缘未来识。

复次，若人无慧、无明未断，作有漏身善行，当受无色界生，作有漏口、意善行，当受无色界生，作善行已，身坏命终，生无色界天上，以因绪缘故，无色界天上**有不动思共彼思识，如是缘未来行生未来识**，是名行缘未来识。

复次，若最后行未知而灭，若无间行灭已，识续余道生，彼行彼缘无间缘，若因识续余道生，彼行缘彼识因缘，**若思行彼识续余道生，彼行缘彼识境界缘**；若彼行识续余道生，**彼行缘彼识依缘**；若报行识续余道生，**彼行缘彼识报缘**；若起行识续余道生，**彼行缘彼识起缘**；若行相应识续余道生，**彼行缘彼识异缘**；若行增上识续余道生，**彼行缘彼识增上缘**。此最后识灭，初识续余道生，**最后识灭已，初识即生，无有中间**。喻如影移日续、日移影续，影之与日，无有中间。如是最后识灭，初识续余道生，**后识灭已，即受初识，无有中间**。若最初识，若最后识相应法，不至后识。喻如眼识灭已生耳



识，耳识天已生眼识，眼识相应法不至耳识，耳识相应法不至眼识。如是最后识、最后识相应法，不至初识，初识相应法不至后识。**后识灭已即生初识，谓此时过**，谓此天彼生，谓此终彼始。非彼命彼身，非异命异身，非常、非断，非去、非来、非变，非无因、非无作，非此作此受，非异作异受。知有去来，知有生死，知有业相续，知有说法，知有缘，**无有从此至彼者，无有从彼至此者**。何以故？**业缘相续生**。如佛说阿难：识有缘？如是阿难问已，有答：**识有何缘？行缘！此是答**。阿难：若无行者当有识不？世尊：无也！以是阿难，此因绪缘识，若行缘识！如向所说，以此故说。」

「现在行缘现在识，现在行缘未来识（六识）」的新思惟，是在「行」为「身行、语行、意行，或福行、非福行、不动行」的定义下，针对「行缘识」的句颂，作出「行」缘当前的六识生的解说，还有「行」缘后世的六识生的轮回义解。如此，「行」与「识」之间，是有着此世、后世的分位了。

除了「行」与「识」被《舍利弗阿毗昙论》当作不同时世的分位之外，在「十二因缘」的经说中，「有」与「生」也是不同世的分位。如此来说，《舍利弗阿毗昙论》对「十二因缘」的义解，是将「十二因缘」分为过去的「无明、行」，现生的「识、名色、六入、触、受、爱、取、有」，未来世的「生、老病死」。见《舍利弗阿毗昙论》卷十二³⁰：

《舍利弗阿毗昙论》：「复次，若人無慧、无明未断，起不善身行、不善口行、不善意行，作不善行已，身坏命终，墮地狱、畜生；饿鬼，以因绪缘故，生地狱、畜生、饿鬼，**初识以业**，因绪集缘，**生眼识乃至意识及后了识**，如是缘现在行生未来识，是为行缘未来识。复次，若人无慧、无明未断，作有漏身善行，当受欲界生，作有漏口、意善

行，当受欲界生，作善行已，身坏命终，若生人中，若生欲界天上，以因绪缘故，若生人中，若生欲界六天，**初识以业**，因绪集缘，**生眼识乃至意识及后了识**，如是缘现在行生未来识，是为行缘识。……」

《舍利弗阿毗昙论》：「云何有缘生？若诸众生众中生，**重生住胎，出胎得生**，阴具诸入众和合，是名生。如佛说：阿难！生有缘！阿难问已，有答：生何缘？有缘生。此是答。阿难！若无一切有者，有生不？世尊！无也。阿难！以因绪缘有缘生，如向所说，以是故说。云何生缘老死、忧悲苦恼大苦聚？云何老？谓众生衰老颤掉、诸根熟念、减行，故是名老。云何死？若诸众生终没死尽，时过阴坏舍身、此阴变异、众别离，是名死。」

分别说部《舍利弗阿毗昙论》对「十二因缘」的义解及分位，影响了佛教各部派，也成为取代正统「十二因缘法」的新义解，变成后世佛教的教说。见说一切有部《发智论》卷一³¹、《阿毗昙八犍度论》卷二³²：

《发智论》：「**于此生十二支缘起，几过去？几未来？几现在耶？答：二过去，谓无明、行；二未来，谓生、老死；八现在，谓识、名色、六处、触、受、爱、取、有。**」

《阿毗昙八犍度论》：「一人此生十二种缘，几种过去？几种未来？几种现在？答曰：二种过去——无明、行；二种未来——生、死也；八种现在——识、名色、六入、更乐、痛、爱、受、有（此句的更乐、痛、爱、受等，应是误植之文句）。」

这是「依识分位」的「十二因缘」，认为「行」是现在世的善、恶、禅定作为，还有未来世的三界业报。在这种解说之下，每一生的业报与善、恶、禅定作为，即是「识、名色、六入、触、



受、爱、取、有」，当生死的业报是「识、名色、六入、触、受阴（、想阴、行阴）」，是缘于过去世的「身行、口行、意行」，而当生的善、恶、禅定作为是「爱、取、有」，则是现世的「身行、口行、意行」。这是认为每一生的生死是从「识」开始，而无明所缘之种种作为及生死业报的「行」，即归纳为「识、名色、六入、触、受、爱、取、有」，也略说是「生、老病死」。

「依识分位」之「十二因缘」的义解，是出自《舍利弗阿毗昙论》的部派义解，说一切有部的《发智论》也融摄了「依识分位」的「十二因缘」，完全的不同于「十二因缘」的古老经说传诵。「依识分位」的错解，是出自将经说中忆持句颂的提要口诀，误当作解说「十二因缘」的根据后，才会发展出自圆其说的新义解。

然而，这种新义解的内容，毕竟不是出自现前实际现知、现证的具体经验，只是一种宗教学说的解义学理，也是一种玄虚神秘的哲思而已！因此，「行缘识」的解说，既无法验证、无法具有实际证据，即造成解说的内容必然有所不足，也无法彻底的消除种种疑虑，只有引起无止尽的见解分歧与争议。见《阿毗昙毗婆沙论》卷第十三³³：

「如说行缘识，亦说名色缘识，复说缘二生识，此三有何差别？」答：曰或有说者，行缘识说业差别，名色缘识说识住差别，缘二生识，说所依及境界差别。

复有说者：行缘识如初取时，名色缘识如守护时，缘二生识如长养时。

复有说者：行缘识说初相续，名色缘识说已成立，缘二生识说成立已能缘境界。

复有说者：行缘识说行名色，名色缘识说报名色，缘二生识说所依及缘境界。

复有说者：行缘识说恶趣识，名色缘识说人及六

欲天识，缘二生识说色无色界色识。

尊者波奢说曰：行缘识是中阴识，名色缘识是生阴识，缘二生识是根本有识。

复有说者：行缘识、名色缘识说染污识，缘二生识说染污、不染污识。如染污、不染污，隐没、不隐没，有过、无过，退、不退，当知亦如是。」

《阿毗昙毗婆沙论》提出：行缘识、名色缘识、缘二生识，三者有什么差别？

佛陀教导「十二因缘法」时，只说有「二因缘生识」、「名色缘识」。「二因缘生识」是指根、境二因缘生识，即眼、色缘生眼识，乃至意、法缘生意识；「名色缘识」的「识」是指六识，而「名色」是「色、受、想、行」的略说，实际即是「六根、六境之缘」，六根、六境缘生六识即是「名色缘识」。见《相应阿含》214,41 经、南传《相应部》『六处相应』93 经、『蕴相应』56 经：

《相应阿含》214 经：「有二因缘生识，何等为二？谓眼、色，耳、声，鼻、香，舌、味，身、触，意、法。如是广说，乃至非其境界故。所以者何？眼、色因缘生眼识，彼缘生、无常，有为……。」

《相应部》35.93 经：「诸比丘！缘二法而生识。诸比丘！如何缘二法而生识耶？以眼与色为缘而生眼识。……以耳与声为缘而生耳识……以鼻与香为缘而生鼻识……以舌与味为缘而生舌识……以身与触为缘而生身识……以意与法为缘而生意识。」

《相应阿含》41 经：「云何识如实知？谓六识身，眼识身，耳、鼻、舌、身、意识身，是名为识身，如是识身如实知。云何识集如实知？谓名色集是名识集，如是识集如实知。」

《相应部》22.56 经：「诸比丘！以何为识耶？诸比丘！六识身是[谓]：眼识、耳识、鼻识、舌



识、身识、意识是。诸比丘！此名为识。依名色之集而有识之集，依名色之灭而有识之灭。」

「二因缘生识」与「名色缘识」是指同一事实，只是语词不同而已！

分别说部《舍利弗阿毗昙论》将「行缘识」的句颂，误当作真有其事的作解时，即必需同时处理「二因缘生识」、「名色缘识」与「行缘识」的义解。如此一来，在解说「识」的内容时，即必需将「二因缘」、「名色」、「行」等因缘中的「识」，具有一致性的义理。

由于「行缘识」的句颂，只是编集上的表现，并不是实际的事实，当句颂式的「行缘识」与身心实况的「二因缘生识」、「名色缘识」，在进行义理一致性的解说时，势必需要自行提出新的义解。如此，自行解说的新义解，必会产生难以具实验证的问题，也会陷入无法彻底消除疑虑的困局。后世部派学理的分歧、对立，长久的争论、难断虚实，主要是源自于此。

「十二因缘」的句诵，是经说忆诵的提要句颂，只是简易的忆持口诀，当中真正的义解绝不能直接的从忆诵口诀来解说，实际是另有其义，必需从古老经说来了解真正的意思。

注释：

- 1.见《毗尼母经》卷第四：大正藏 T24 p.820.2-13~14
- 2.见金仓圆照《毗尼母经与雪山部》：参考日本佛教学会年报二五·一二九——五二
- 3.见《毗尼母经》卷四：参大正藏 T24 p.818.1-15~29
- 4.见《四分律》卷五四：参大正藏 T22 p.968.2-18~22
- 5.见《弥沙塞部和酏五分律》卷三十：参大正藏 T22 p.191.1-23~28
- 6.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
- 7.见《摩诃僧祇律》卷三二：参大正藏 T22 p.491.3-16~20
- 8.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。」

- 9.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

「此苏怛罗是佛真教。复作是言：『自余经法，世尊或于王宫、聚落、城邑处说，此阿难陀今皆演说，诸阿罗汉同为结集。……名为相应阿笈摩(旧云杂者取义也)。若经长长说者，此即名为长阿笈摩，若经中中说者，此即名为中阿笈摩，若经说一句事、二句事乃至十句事者，此即名为增一阿笈摩』。尔时大迦摄波告阿难陀曰：『唯有尔许阿笈摩经，更无余者』。」

- 10.见《毗尼母经》第四卷：参大正藏 T24 p.818.1-28~29
「有问分别，无问分别，相摄，相应，处所：此五种名为阿毗昙藏。」

- 11.见《四分律》：参大正藏 T24 p.968.2-25~26

「有难，无难，系，相应，作处：集为阿毗昙藏。」

- 12.见印顺《说一切有部为主的论书与论师之研究》p.20-15~p.21-4：正闻出版社 1992 出版

「汉译的《舍利弗阿毗昙论》，分为：「问分」、「非问分」、「摄相应分」、「绪分」——四分。法藏部的《四分律》说：「有难，无难，系，相应，作处：集为阿毗昙藏」。雪山部的《毗尼母经》也说：「有问分别，无问分别，相摄，相应，处所：此五种名为阿毗昙藏」。法藏部为分别说系的一部，雪山部是先上座部的别名。这二部的阿毗达磨，都与《舍利弗阿毗昙论》相合。」

- 13.见《三论玄义检幽集》卷六：参大正藏 T70 p.463.1-24~25；p.463.3-15~17

「上座弟子部(指重经之阿难系)，唯弘经藏，不弘律、论二藏。……(佛灭后)至第三百年初，迦旃延尼子出世，于上座部出家，是弘对法(即阿毗达磨，又称毗昙，即论)，后弘经律，既乖上座本旨，所以鬬诤纷云。」

- 14.见《三论玄义检幽集》卷六：参 大正藏 第 70 册 p.463.1-24~p.463.2-12

- 15.见大正藏《杂阿含》287 经；南传《相应部》『因缘相应』65 经

- 16.见南传《相应部》『谛相应』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。」

- 17.见南传《相应部》『预流相应』28 经；大正藏《杂阿含》846-2 经

见大正藏《杂阿含》262 经；南传《相应部》『蕴相



- 应』22.90 经
- 18.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
- 19.见《舍利弗阿毗昙论》卷十二：参大正藏 T28 p.607.1-25~29
- 20.见南传《相应部》『蕴相应』1 经
「于此有无闻之凡夫，不见圣人，不知圣人之法，不顺圣人之法，不见善知识、不知善知识之法，不顺善知识之法，观色是我，我以色有，我中有色，色中有我，住缠于色是我，色是我所。彼人，住缠于我是色，色是我所，彼色变易、变异。彼人于色之变易、变异，而生愁、悲、苦、忧、恼。观受是我……。观想是我……。观行是我……。观受是我……。观识是我，我以识有，我中有识，识中有我，缠住于我是识，识是我所。彼人住缠于我是识，识是我所，彼识变易、变异。彼人于识之变易、变异，而生愁、悲、苦、忧、恼。」
- 21.据台湾 元亨寺出版 南传大藏《相应部》注 变易原本 parmpama 是 viparinama 之误。
- 22.见《舍利弗阿毗昙论》卷二十一：参大正藏 T28 p.663.1-24
见《舍利弗阿毗昙论》卷二十六：参大正藏 T28 p.690.2-6~7
见《舍利弗阿毗昙论》卷四：参大正藏 T28 p.553.3-8 ~ p.554.1-7
- 23.见《舍利弗阿毗昙论》卷十二：参大正藏 T28 p.606.2-29~p.607.2-17
- 24.见《阿毗达磨发智论》卷一：参大正藏 T26 p.921.1-19~26
- 25.见《阿毗昙八键度论》卷二：参大正藏 T26 p.775.3-16~25
- 26.见《阿毗达磨法蕴足论》卷第十一：参大正藏 T26 p.506.1-8~15
- 27.见《阿毗达磨法蕴足论》卷第十一：参大正藏 T26 p.506.1-8~15
- 28.见《根本说一切有部毗奈耶》『杂事』卷第四十：参大正藏 T24 p.408.2-6~11
- 29.见《舍利弗阿毗昙论》卷十二：参大正藏 T28 p.607.2-18~26
见《舍利弗阿毗昙论》卷十二：参大正藏 T28 p.607.2-26~p.608.2-6
- 30.见《舍利弗阿毗昙论》卷十二：参大正藏 T28 p.607.2-26~p.608.2-6
见《舍利弗阿毗昙论》卷十二：参大正藏 T28 p.612.1-13~21
- 31.见《阿毗达磨发智论》卷一：参大正藏 T26 p.921.1-16~19
- 32.见《阿毗昙八键度论》卷二：参大正藏 T26 p.775.3-13~15
- 33.见《阿毗昙毗婆沙论》卷第十三：参大正藏 T28 p.94.3-1~16





【马来西亚】中道禅林新春团拜

新春首次共修 齐向长老贺岁

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 2 月 9 日

【马来西亚讯】转眼又是一年一度的农历新年。适逢马年，中道禅林如去年般举办新春团拜，马来西亚吉隆坡、怡保、双溪大年、威省及檳城等地的中道禅林皆连线参与这难得的活动。

年初十早上 8 点半，法友们陆续来到大马各地道场。法友们在禅林相聚，犹如兄弟姐妹般亲切。大家互相恭喜贺年，现场洋溢着浓浓的欢乐气氛。

早上 9 点半，新春团拜由简单但庄严的诵经仪式开始。接着就是随佛长老连线为法友们开示。

在开示中，长老特别为大众破除大多数佛弟子思维上的两种迷思，即（一）相信行善就能成功。（二）以为退让就会顺利，自我检讨就会带来光明。长老指出：成功有成功的因缘，只靠行善是不会成功的；但没有行善的成功，是不会长久的；而行善必须要有务实的智慧来引导，只检讨自己是无法解决问题的，因为问题的产生有多方面的因缘，检讨自己固然重要，但解决问题也不能忽视其他人为或环境的因素。一味的退让只会让他人得寸进尺，抑止别人不当的行为就是行善。做人需要智慧也需要勇气，佛弟子们要让自己的人生像彩布一样充满光彩，而不要像块抹布。长老精彩的开示让法友们听得津津有味。

大约中午 12 点，开示告一段落，新年聚餐开始了！首先是马来西亚华人最喜欢的捞生。法友们欢喜的聚在一块儿，大家一边捞，一边你一句我一句的说着祝福吉祥的话语，真是开心极了。吃了七彩捞生，吉隆坡的法友品尝美味可口的火锅，怡保、檳城等地的法友则准备一家一菜互相分享，大家吃得心满意足、笑逐颜开。午餐后休息一段时间，接着就是各自禅修，有些法友则继续饭后的交流。

下午大约 3 点半，长老继续为大众开示「何谓福慧双修？」长老指出：从生活来看，在现实人生里的福慧双修是修如何与人相处；修怎样处理事情；以及在处理事情的时候，不造成人与人之间的无谓的烦恼。这就叫智慧。如果你会修慧，你就有福；否则，你的福就是愚痴福。虽然行善肯定是对的，但「愚痴」的行善，就无法受用福报。长老还教导法友们要尽力做当前能够做到的事，也要能够坦然接受当前的逆境。看清楚当前的顺、逆境都不是你的顺、逆境，而是因缘的当然，我们就不会为因缘的当然而焦虑。

说法结束后，播放马来西亚各地法友精心录制的贺年影音。当播放怡保法友向随佛长老及僧团法师、法友们贺岁的短片时，大伙儿忍不住笑开怀，因为二胡配贺年歌，像老人家的玩意儿，真是有趣！而双溪大年、威省及檳城中道禅林的法友们，则共同以「天天好天」这首歌向僧团及各地法友拜年，不仅歌名，包括歌词皆极富意义，更相应于长老弘法之内容。新春团拜就在长老法语的祝福下圆满结束。（其他相关照片集锦请见封底 里页）





【台灣】台北內覺禪林

僧團齊誦經 回向成睿法師亡母善生善處

佛正覺後 2446 年 / 2014 年 2 月 12 日

【台北訊】2014 年 2 月 12 日清晨，成睿法師接獲來自大陸北京的電話，得知她 84 歲的俗家母親 徐老夫人因心肌梗塞已于凌晨往生。對於前一晚才與俗家母親通電話問候平安的成睿法師，此遽變無異是晴天霹靂，令她難掩悲傷與不舍。駐錫禪林的僧團法師及護法居士得知此訊，全力協助法師整理行囊及辦理回北京奔喪事宜。

當天早上，中道僧團法師及八戒行者們，特在台北內覺禪林佛堂為故 徐老夫人誦經、回向，祝願 徐老夫人以此生所作一切善行，與護持法傳中華的功德，得以善生善處，自利利他，輾轉增上。成睿法師感念于 隨佛長老、僧團法師們及八戒行者們的殷殷關切之情，于臨行前一一致謝，才由護法居士協助從桃園機場飛香港轉機北京奔喪。





【台灣】台北內覺禪林

三位尊者同庆出家周年

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 2 月 14 日

【台北訊】2014 年 2 月 14 日当天，台北內覺禪林长年用于法务、供僧的长桌上，摆上两个小巧的蛋糕。原来是禅林护法们为庆祝僧团三位尊者的出家周年庆特别准备的，三位尊者分别是 明至尊者八夏、度明尊者四夏、生觉尊者二夏。

席间，长老幽默的说：「一般世俗说生日是母难日，那是不是也可以说今天也是师难日？」法师们及法友们都哈哈大笑，气氛顿时为之温馨与祥和。

长老谈及 2006 年元宵日，明至尊者坚定的向随佛长老求依止出家。彼时 长老正重病在床，生死未卜；而僧团又受恶人诬陷，道场处在风雨飘摇中。在这样的处境下，明至尊者的毅然决定，让人感动与敬佩。

接着，三位法师分别发表这些年的出家感想。明至尊者表示：当时出家的动机很单纯，知道这是 佛陀的道路，自己也想走这条 佛陀的道路而已。原以为此生就此默默静修，然而因缘不可思议，当僧团到

美国宣教后，法教从此在海内外蓬勃开展，真非当时所能想象。

度明尊者表示：当时出家的动机，只为求法而已。尊者出家前，曾经历一般人难以度越的难关，所以深刻体会人生的苦。当然出家「修行」对一般人来说，也不是简单的道路，但是尊者表示不会轻言放弃佛陀的法，因为已经没有其他的修行道路可走了。

生觉尊者先感谢 长老剃度出家的恩泽，及大家对他这段日子的照顾。还特别感谢明至尊者，当年长老在新加坡举办九日禅觉营，由于报名的阴错阳差，他没被录取。当明至尊者了解事情的缘由后，立即向 长老报告，长老于是请执事法工急速将离开的生觉尊者追回来，从此改变尊者的人生轨道。

在场的僧团法师则一一为三位法师献上真挚的祝福、勉励。

长老藉此聚会因缘，语重心长的提醒学众：「一、要常常检讨自己。二、要懂得接纳自己的不足。三、尽力做自己现在能做的事。」随佛长老最后以「生为僧人，死为僧人」勉励僧团法师，一切要以僧团为重、为依归，要记住：远离僧团的人，如同离开森林的鸟，将无所为依。





【台湾】台北中道禅院

百位法友齐贺 长老传法 24 载

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 2 月 19 日

【台北讯】从 1989 年农历正月 22 日，随佛长老正式向大众公开宣说因缘法以来，至今已届满二十四周年。欣逢这值得纪念的时刻，2 月 19 日晚间 7 点半，在台北禅院聆法之一百多位学众，齐心庆贺此二十四年来对世间别具意义的重大因缘。

几位法友别出心裁的准备了一个素朴的大蛋糕，呈献给 长老。 长老切下蛋糕时，谈起精彩又多磨的二十四年，虽感慨风雨波折，仍真诚感谢 佛陀的教导；感谢精进的四圣谛僧团；也感谢这美丽又苦难的世界。接着法霖师兄恭敬献上由法禅师姐精心制作的鲜丽花束，银幕上同时出现了祝贺的画面，其上书有「随佛长老承法开教二十四周年纪念」，其下书有「法承佛陀，宣扬缘起，二十四载，随佛而行」，与蛋糕上充满喜庆的粉红色题字相互辉映。现场气氛随



之抒放开来，代之而起的是一阵欢欣雀跃的掌声，大众同声为这「自『法』中重生的机缘」表达由衷的庆贺。这一刻，也在宣告着二十四年前 世尊教法重临人间的事迹，正随着 长老宣说十二因缘的步履，从台湾到美国；从马来西亚到新加坡；从澳洲到中国大陆，辗转传布。每到之处， 世尊的原说法教就如同振奋人心的醒钟，让华人世界求法若渴的芸芸佛子欣逢甘霖，同时也浇灌着众苦煎逼的人间。

随佛长老为探究佛法真义，精研典籍，参酌史实，反复推溯，加之亲证体察，终得以越过历史迷障，根寻 世尊原教，恩泽后世。透过经说的还原、严谨的律戒奉持、菩提道次第及禅法的确立、及原始佛教在世间的显现与传扬，于二十一世纪之今日，释迦佛陀正法的火炬正在世界各地续燃着。

承法开教二十四年来，为探究 世尊根本法教在历史中的流变，座下学众历经了「印度佛教史」和「中国佛教史」的洗礼；《相应阿含》与《相应部》古老经说的探研和比对；以及经义当中部义揉杂之辩证和厘清；直至重启 世尊亲说原教。更在引导务实实践中，秉持因缘的正见，落实到身心的觉观，进一步展现出佛法在生活中的大用。实际教导方面，则侧重佛弟子根本人品的培养，从理念的转化到行事为人的修正；从体察身心经验，远离迷妄到度越苦恼；及至亲修实证之内化……再再都提升了生命的本质。佛法在身心展现的各种面貌当中，对众生起了提点的作用，也产生了无与伦比的救拔力量，这都源于二十四年前 随佛长老承法开教的功德。

当晚的课程， 长老用因缘法、缘生法破解了凡俗所见，导正认知上惯性的模式，并直接贯串到实际的运用。最后将说法、闻法的功德，回向于四圣谛佛教，祈愿僧团如法如律住持，续佛慧命；正法日益昌隆，传续久远。

分组讨论时，分享到蛋糕的每个人，都倍觉寓意深长，别有一番滋味！



【台灣】台北中道禪院

原始佛教菩提道次第 開課

佛正覺後 2446 年 / 2014 年 2 月 21 日

【台北訊】2014 年 2 月 21 日星期五晚間，原始佛教會台北中道禪院舉辦的「原始佛教菩提道次第」課程再次開課。此次課程，由生覺尊者擔任教席，中嚴尊者與生觀法師為助教。當天晚上，令參與的學員驚訝的是中道僧團導師 隨佛長老及僧團法師均出席開業式。報名錄取此次課程的學員，包含台北、台中、高雄與馬來西亞各地道場，共有一百四十餘位，透過現代網路科技，得以共飭法的盛宴。

隨佛長老在開業式中，作了簡短而重要的開示：

「《相應菩提道次第》是費了許多年才编写成的可貴著作，是根據北傳《相應阿含》與南傳《相應部》當中共傳的七事相應教，還原為『第一次結集』傳誦的修行道次第；依據此修行道次第，當生見法解脫成就阿耨多羅三藐三菩提才有可能，大家應該把握時間努力學習，莫負好時機。」

自 2008 年《相應菩提道次第》出版流傳以來，長老只有在美國紐約為大眾講述過一段很短的時間，還未曾在台灣講述過這本書。長老表示：「從今年開始，中道僧團將依據《相應菩提道次第》當中的經說為根本，兼及《相應阿含》與《相應部》共傳的七事相應教，持續的為各地的學眾講述「第一次結集」傳誦的菩提道次第。」

長老表示：中道僧團是一體的，是要學法度苦、利世利人、傳續聖道的；既不是借着佛教資源，累積個人的名聞利養與信眾，更不是為了開創宗教事業。因此，中道僧團的僧眾是沒有「個人的法」、「個人的財富」與「個人的名聲」，更沒有個人的學眾與護法。所以，傳法、說法是採取「僧團協同」的方式，由中道僧團僧眾輪流擔任授課師與助教，共同分擔《相應菩提道次第》各章節內容的教授，承擔起法的



弘傳與延續。

唯有堅定的落實「法是 佛陀的法，名聲是三寶的名聲，學眾、護法則歸向僧團」，才能讓傳法的榮耀歸於 釋迦佛陀，傳法的成就歸於僧團，傳法的利益歸於大眾，而在親身實踐中體現解脫。

長老更指出：「中道僧團的傳法，絕不是依靠唇舌表現的业务宣傳，是重在言教、身教的一致，是知行合一的落實與體現。」唯其如此，僧團才能不斷的培养出具有傳法能力的僧人，更能教育出无私、离贪的僧人，确立清淨、和諧、團結的僧團基礎。世間有了這樣的僧團，才能為世人興大利，而 佛陀的教法才能傳承久長。

接着，隨佛長老警醒大眾，不要只懂得支持有能力的僧人，而輕忽虽无法摄众能力却认真修行的僧人，应当要支持如法、如律的僧人、支持清淨的僧團，才不会间接造成僧團的分裂。

長老開示後，由 生覺尊者上座，講授本次課程的第一講次—《相應菩提道次第》第二篇。尊者以「讀經」、「講解」、「討論」、「答問」的方式進行，由於資料準備齊全，講述條理清晰而層次分明，學員因此獲得學法上的許多方便與利益。

本次課程共分為五大單元，每一個單元約上課兩個月，學員可以分單元報名，也可以全程參加。整個課程為期近乎一年預計於 2015 年 1 月 15 日結束。對於未能報名參加第一單元的法友，如果想要一窺佛陀教法之堂奧，可以上網報名後續單元。



【澳洲】澳洲原始佛教会成立

澳洲弘法展新页

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 2 月 22 日

【雪梨讯】2014 年 2 月 22 日，澳洲原始佛教会被准许成立了。这一许可之取得，是原始佛教传法于南半球值得大书特书的新里程；从此，澳洲学法者不再居于法的边地，有了原始佛教会的成立，是佛陀正法在澳洲开展的根苗。

2013 年 10 月，随佛长老受邀前往澳洲雪梨弘

法，将佛陀原说传入澳洲。许多学法者得尝殊胜之法味，欢喜踊跃的归向一乘菩提道。受众多学法者之殷殷请求，2013 年 11 月随佛长老乃嘱咐当地护法，向当地政府申请成立澳洲原始佛教会。

而今澳洲原始佛教会之成立，适可以重兴原始佛教于此地；从此，有了中道僧团之驻点，不只禅修方法之传授、教说理论之传扬，更以重现佛陀教导的身心呈现，为师法之典范，将为此方众生开展教诫解脱之道的新一页。





【台湾】台北内觉禅林

随佛长老承法开教 24 年纪念

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 2 月 22 日

【台北讯】为纪念随佛长老宣扬十二因缘法满二十四年，中华原始佛教会僧俗二众在二月二十二日邀请十方的法友们上山，到内觉禅林听闻佛法；中午，大家齐聚一堂，围炉吃火锅，共同欢庆这个有纪念意义的日子。当天参加的人数众多，有的法友更是携家带眷前来共襄盛举。

随佛长老在上午开示：「佛教目前所流传的十二因缘法是以『识』为分位，这是佛灭后 116 年部派佛教开始流传的说法，至今已经有二千多年了。」经随佛长老多年的努力研究和考证，已还原了佛陀时代以「六入」为分位的「十二因缘法」原说。「十二因缘法」还原后，对佛教界将会是全面性的影响。

中午时分，用餐的击板声响起，只见餐桌大排长龙地从客堂排至大寮，每张桌子摆满了火锅食材，走

道上站满了虔诚的法友，大众在一齐供僧后即开始享用这丰盛的宴会。感恩在大寮负责烹饪煮食的法工群们辛勤了一个上午，感恩贡献食材的法友们，当然更要感恩 随佛长老还原了 佛陀的原始教说并且弘法度众二十四载。

下午二点钟过后，随佛长老继续为大众说法，长老说：「现实的世间是因缘、缘生，不是无常、苦、无我，不能『以非论是』！迷惑的众生都想要保有，当不能保有时，内心就会厌弃这个世间。佛法的大用在改变我们的人生，让我们的人生能产生光与热，在现实人生中自利与利他。」随佛长老说：「尊重宗教，是尊重信仰宗教的人；信仰宗教，是信仰光明息苦的路」。

下午的说法在 16:30 分结束，在说法过程中，随佛长老不断用生动幽默的譬喻，引导学众理解 佛陀的甚深微妙法，全场的听众不仅心领神会，且笑声不断。最后随佛长老带领学众做功德回向，结束了这一天颇具纪念性的法会。





【台灣】台北內覺禪林

台北禪院二周年法庆

佛正覺后 2446 年 / 2014 年 3 月 2 日

【台北訊】設在台北市都會區的中道禪院，作為原始佛教弘法及共修中心，至今已滿二周年，3 月 2 日（星期日）中道僧團在此舉行法慶暨一日宣法活動，這也正是三天連假的最后一日，法友們各個歡天喜地的與親朋好友相約從各地來參加。布置得花團錦簇的法堂一早就擠滿了上百個人，現場洋溢着祥和的喜氣，顯得特別熱鬧。

庆典恭請隨佛長老主持，莊嚴的儀式過後，長老首先感謝這兩年來虔誠無私，不辭辛勞付出的法友；同時感謝來此學法的居士，對維護 佛陀教法也盡了一分心力。長老也藉此機會說明：僧團所受取者，除了此時此刻所需的四事之外，不受用分毫額外的供養，至於所有護法資源，完全專款專用在

釋迦佛陀道場的繼續與弘法利眾上。長老鄭重指出：在此所宣揚的原始佛教，不是一套理論，中道僧團不只講經而已，而是要讓人間重新見到 佛陀教法活生生的典范。

在明至尊者，道一尊尼開示後，新出家的成慧法師也說出了他加入僧團的心情。隨後法霖、法住、法言、法晉、法能居士分別在現場做了心得分享，台中的法耶以及高雄的法開居士亦在連線中敘說感言，表達感恩。銀幕上播出了中智尊者精心制作的弘法回顧影片，特別在今年法傳澳洲與中國大陸的珍貴紀錄也一并展現眼前。在這溫馨的一刻，法友們獻唱「感恩的心」，表達對 佛陀與僧團的感謝。長老與僧團法師們共同切下象征兩周年的蛋糕，同時呼喚大家一起走在 佛陀的道路，當個現代的「釋迦族」將正法復興。大合照之後，中華原始佛教會宴請大眾午齋，長老並在午後續傳法教，庆典在法日增輝、法輪常轉，人天興隆、法水長流的祝禱聲中圓滿結束。





【台灣】台北內覺禪林

原始佛教會四周年會員大會

佛正覺後 2446 年 / 2014 年 3 月 16 日

【台北訊】中華原始佛教會於 2014 年 3 月 16 日，在台北內覺禪林，召開一年一度的會員大會。今年是中華原始佛教會成立滿四周年，依規定必須重新改選理監事。許多來自各地的會員前來參加這次大會。

大會於下午二時召開，由法正師兄擔任司儀，大眾唱誦三寶歌，念皈依佛、法、僧、戒以及念誦《轉法輪經》之後，由原始佛教會導師 隨佛長老開示。隨佛長老說明：我們成立原始佛教會的目的，是要做更多有益于社會及佛教的事，不是為了要做組織。因此有許多法友，雖然不具正式會員的身分，卻還是認

真負責，犧牲奉獻。這正如 隨佛長老所強調的：「生命的重點在於我們為這世間做了什麼，而不是要在這世間擁有什么。」

隨佛長老開示之後，接著是理事長明至法師報告 102 年度工作報告，以及監事會報告，理監事報告之後，討論提案由財務組報告 102 年度收支決算表，現金出納表，103 年度財務收支預算，以及理事長報告 103 年度工作計劃。

以上各項經由全體會員無異議通過之後，就進入大會最高潮，由全體會員選出了本屆九名理事，二名候補理事，三名監事，以及一名候補監事。

最後在全体大合照之後，隨即又召開理監事會議，選出本屆理事長及常務監事各一名。大會於下午五時許，圓滿閉幕。





【台灣】台北中道禪院

大澈大悟課程圓滿最后一堂課

佛正覺后 2446 年 / 2014 年 3 月 19 日

【台北訊】2014 年 3 月 19 日晚間近 10 點時分，在台北中道禪院熱烈而溫馨的討論会后，隨佛長老再次上座提示法要，總結課程，勉勵學眾精進不放逸；並期許學眾：「佛陀教法需要大家護持，如法如律的僧團也需要大家護持。」就在這番勉勵與教誡后，『原始佛教回歸佛陀之道(二)——大澈大悟』課程正式結束。

此次課程從今年 1 月 15 日起至 3 月 19 日止，歷時約二個月，由 隨佛長老親臨主持，台中、高雄、大馬各地的禪院也同步連線。這是延續去年 8 月~10

月『生活的智覺與解脫』課程而開辦。主要在教導學員生活中的覺悟與生活中的佛法，進而說明 佛陀教法的核心內容，讓學員在日常生活中就可以得到佛法的利益。

這一期課程在每次宣法后，都安排約十分鐘的分组討論，透過討論，學員可以做心得分享，也可以適時提出內心的疑惑，僧團法師可以就近提供諮詢與解惑。如示，學員們經過多次分享討論變得熟悉，課后的互動相對熱絡。這是本次課程的另一收獲。

最后一堂課，學員都拿到一份課程問卷，內容包括課程安排、學法心得等，學員可以暢所欲言的抒發己見，這樣的學員回饋，將作為下一期課程安排的參考。課程就在學員满怀感恩的心情下圓滿結束！





【马来西亚】吉隆坡中道禅林

首场弘法大马法友久旱逢甘霖

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 3 月 21 日

【吉隆坡讯】今(2014)年 3 月 21 日晚上是 随佛长老阔别马来西亚十四个月后，再度踏上大马的第一堂课。今晚的讲题是《佛陀的缘起观与禅法》。出席的法友众多，当中也来了许多新法友。

长老提醒大家，在我们短短的人生里，扣除吃饭、睡觉、工作的时间，可运用在我们自己身上的时间可能少过五年。因此我们得好好的选择对的、正统的佛法来认真的学习，而不是只想学「适合」或「相应」自己、感觉美好的佛法。因为「适合」与「相应」还未正觉的自己的就是与烦恼相应。反而与自己日常观念不尽相同，并对长久习以为常的习惯造成震

撼、冲击的佛法，可能才是突破自己、提升自己的正确教导，正所谓忠言逆耳、良药苦口。

随佛长老并从印度佛教历史开始讲述正统的佛法及其在历史的长流中如何流变。长老也向大家讲解正统的十二因缘法是以「六入处」作为分位，而不是部派佛教说的以「识」为分位。而十二因缘法中的「识」是指六识，而不是进入受精胚胎的结生识。尊者为此还引经据典的以经证经。

长老深入浅出的宣说甚深的 佛陀法教，并一再提醒大家，佛法真正的用意是要帮助大家止息当前的痛苦。只有将所学所知的教导，落实于日常生活，积极实践，才能为自己的人生开展新的里程。

首场的弘法让大马法友如久旱逢甘霖，个个奕奕昂扬、法喜充满。





【马来西亚】吉隆坡中道禅林

长老开示前一家一菜虔敬供僧

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 3 月 22 日

【吉隆坡讯】2014 年 3 月 22 日是此次随佛长老到马来西亚弘法的第二天，吉隆坡中道禅林广邀十方法友到禅林以一家一菜的方式供僧。上午 11 时时分，法友扶老携幼陆续抵达禅林，而所提、所带的一锅锅、一盘盘，内中装满了菜肴、糕点和水果，满怀欢喜的前来供僧。所准备的食物，无论是法友亲自下厨或是餐馆外带，都是法友的一片用心和善意。上午 11 时 20 分，法友各自带着食物到庭院集合，虔诚的肩并着肩，双脚跪地，耐心等候师父们出来托钵。明至法师、中智法师和度明法师在随佛长老的带领下步行到庭院托钵，接受食物的供养。受供后，法师为每一位欢喜前来供僧的法友献上祝福。虽然烈日当空，法友的内心却感到无比清凉。由于供僧的人数众多，长老眼见钵很快就要满，不失幽默的「拜托」大家

「高抬贵手」。长老的风趣幽默，带来一阵哄堂。

托钵完毕后，法师们带着沉甸甸的钵回到禅林的斋堂用餐。法友则聚集一堂，共同分享大家带来的食物，交流近况，彼此关怀。这场供僧活动意义非凡，除了长养亲近佛陀教法的善念，更提供难能可贵的机会亲近如法如律的僧团。

下午 2 时时分，明至法师带领大众念诵皈敬佛、法、僧、戒文和《转法轮经》。接着，随佛长老上座以《昌盛与息苦的人生》为题，为到场法友进行近两小时的说法。畅演佛陀所教导的精进不放逸，离贪不妄执的生活态度。长老提醒大家离贪并不是厌离、当前的必要就该要，只是需要而非必要的不该贪执。我们应当不要妄执而非不要执着，现在能做的事，正确的事一定要坚持。这样才是善用现在，尽力当前，为迈向昌盛与息苦的人生而努力。

与会法友聆听教诲莫不觉得受益良多，法喜充满。





【马来西亚】吉隆坡南洋商报座谈会

随佛长老与李志祥博士谈一 《和谐人生与人际关系》

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 3 月 22 日

【八打灵再也讯】吉隆坡中道禅林联合南洋商报于 2014 年 3 月 22 日下午 7 时，在南洋商报总社视听室举办了一场《和谐人生与人际关系》的座谈会。延续 1 年多前的因缘及好评，此座谈会再次 敦请中道僧团导师 随佛长老和李志祥博士主讲，请王欣怡居士主持。

座谈会开始，随佛长老就阐述人际关系的重点是要懂得如何表达与聆听。长老深入的阐述人际关系的障碍，大多缘自于自卑的心态；而自卑的心理障碍，多与过往生活经验的挫败有关。人与人之间必须要有真诚的善意，才能建立起健全的人际关系：彼此

信赖、愿意分享与合作，彼此了解与包容，促进和谐与团结。另外，长老也深入剖析了自卑者的三种反应模式。

李志祥博士则从心理成长的角度切入主题。他分享了自己的成长经验，体悟出：人际关系从家里开始。父母的教育模式、价值观等，会深深地烙印在每个孩子的心中，甚至复制给自己的下一代。李博士也分享了四类现有的沟通模式供参考：安全依附型、焦虑型、回避型以及混乱型。

此次座谈会最后总结：任何时候，都该观其因缘，明其缘由，在当前做正确的事；而做正确的事不是为了改变别人或周围环境；做！是为了与大家分享幸福的喜悦和生命的经验。至于如何转换输、赢的自卑心态，开展和谐、光明的人生，则在于当下的你如何善用当下的因缘。两位主讲人与主持人的穿插互动与互相配合，促成了今晚一场精彩的座谈。





【马来西亚】原始佛教会

成立第 8 个共修道场 — 乌拉港中道禅院启用法庆

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 3 月 23 日

【吉隆坡讯】2014 年 3 月 23 日是马来西亚第八所共修道场——乌拉港中道禅院的启用法庆。在此欢喜的日子，迎来了随佛长老及中道僧团的三位尊者——明至法师、中智法师及度明法师。典礼在上午 9 时开始，司仪——法瑞师姐首先请大众礼敬佛陀，接着邀请布施道场的业主——李居士献灯，请李居士将佛座前的一盏莲花灯点燃。恭请随佛长老入座后，近百名的来宾全体起立，一起赞颂《三宝歌》；然后在随佛长老的带领下一起皈依佛、法、僧、戒，念诵《转法轮经》和《四法皈依》。

法庆开始前，大会播放了一段中道僧团在马来西亚弘法的回顾影片。接着恭请原始佛教会导师随佛长老为大众开示。长老表示乌拉港中道禅院是马来西亚第八间共修道场，道场的成立的确是件可贺可喜的事，但却不是最重要的事。随佛长老说：「许多人很在意道场的建立；就如爬山登顶，登上山顶后接着就下山，认为任务已经完成。」长老接着说：「成立一个中心，并不只是为了有一个中心。可贵的不是硬体

的道场，你们才是真正的道场！道场只是一个平台，一座桥梁，一个分享佛陀的启发、分享生命的光辉及美好的经验的地方；让道场成为你生命的归宿、心灵的道场。我们都是法的兄弟姐妹，道场就在我们的身上，我们就将道场传扬到四面八方；传扬到你的家庭、你身边的亲朋好友。在你的家庭、你的工作路上，要记得向有需要的人分享你生命的光辉，你们才是真正的道场！」。长老赞叹当地法工、法友辛劳的付出，也十分感谢李居士宽怀大方的布施道场。

在僧团的祝祷下，李居士、法萍、法界、法弘、法萌、法肇一起将道场钥匙交予僧团，完成了献道场仪式。接着由来自怡保、威省、柔佛巴鲁、檳城的法工代表献词与祝贺，台湾和美东的法友也不忘以录影方式送上了挚诚的祝福与支持。乌拉港法工长——法弘居士，布施道场的业主——李居士也表达了他们的祝福。

在随佛长老及中道僧团法师们的主持下，完成了简单但不失隆重的上匾揭幕仪式。在各地区的法的兄弟姐妹及大众的见证下，启用法庆在切蛋糕仪式中结束。僧俗二众大合照后，法友们一起欢喜的供僧，一起分享丰盛的午斋，更不忘与身边的新、旧法友分享自己学习正法的喜悦！





【马来西亚】吉隆坡中道禅林

吉隆坡《中道五日禅觉营》

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 3 月 26 ~ 30 日

【吉隆坡讯】中道僧团 随佛长老于吉隆坡中道禅林主持五日禅修，教授 释迦佛陀的十二因缘观及禅修次第。参加的学员人数众多，除了马来西亚各地的法友之外，亦有远道而至的纽西兰、台湾、新加坡的法友，大家齐聚禅林，寮房爆满！

随佛长老指出五日课程的学习时间有限，先让大家了解调伏五盖的次第。长老特别教导修安般念的窍门：许多学员依此技巧练习，大大提高了禅修时的专注力，度越长久以来的掉举与昏沉。

佛法的核心是十二因缘法。长老引经据典，依

自己探研出来的十二因缘流转图解说佛法的甚深妙义，对其中「名色缘识，识缘名色」更是深入加以分析。同时，还介绍身心因缘相应的表现模式。这样观察能起正见，破除常见、我见，断除痴、贪、瞋，导向解脱。

长老指出禅修要展现在生活中。在禅堂学禅，在生活修禅；在生活知苦，在苦中度苦。透过对身心的观察来了解痴、贪、瞋的缘起，从而改变自己，使生活更好，困难更少，远离烦恼。

最后一天，许多法友非常欢喜踊跃的发言，分享自己的经验和心得，间中掌声、笑声不绝于耳，结营仪式由下午四时展延至近六时。接着全体法师、学员和法工大家一起合照，五日禅修正式圆满结束。





【马来西亚】吉隆坡、马六甲中道禅林

专栏作家月澄分享写作心得

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 3 月 23 日 ~ 4 月 2 日

【吉隆坡、马六甲讯】《正法之光》梅花映月专栏作家月澄，3 月 20 日 ~ 4 月 4 日追随中道僧团大马弘法行程来到吉隆坡与马六甲，前后停留 16 天，期间除全程参加在各地举办的宣法活动外，更应马来西亚原始佛教会书记组之邀，为当地法友举办了三场写作讲习班。

前二场讲习于 3 月 23、30 日（周日）晚在吉隆坡中道禅院举办，第三场讲习于 4 月 2 日下午在马六甲中道禅林举行。课程中，月澄师姊简明扼要地提点

大家「法」的文章书写原则，条理化的呈现各类文章撰写应注意的各项环节，具体地举多篇《正法之光》中的佳作以为范例，引导说明书写技巧，让参加的法友对撰写「法」的文章得到莫大的启迪；另外，针对大家一向疏忽的标点符号提出指正，辅以生动的实例来说明——不一样的标点方式将彻底将文意改观，令听者印象深刻。

月澄师姊担任小学教师三十四年，擅长作文教学与散文写作，十八岁起其作品即散见于台湾各大报章，更难得的是她从不吝将她的写作心得分享，所以促成了这几场写作教学飨宴，月澄师姊引人入胜的教学方式让参与法友受益良多，并惊讶于写作竟是如此欢愉。





【马来西亚】马六甲中道禅林

20 位法友求受皈依四圣谛

佛正觉后 2446 年 / 2014 年 3 月 31 日

【马六甲讯】2014 年 3 月 31 日晚上八时左右，麻六甲中道禅林法友们特别前来拜见睽违已久的随佛长老，当中约有 20 位法友，是特别来请长老见证皈依，所以长老特别为新、旧法友们开示皈依的内涵。

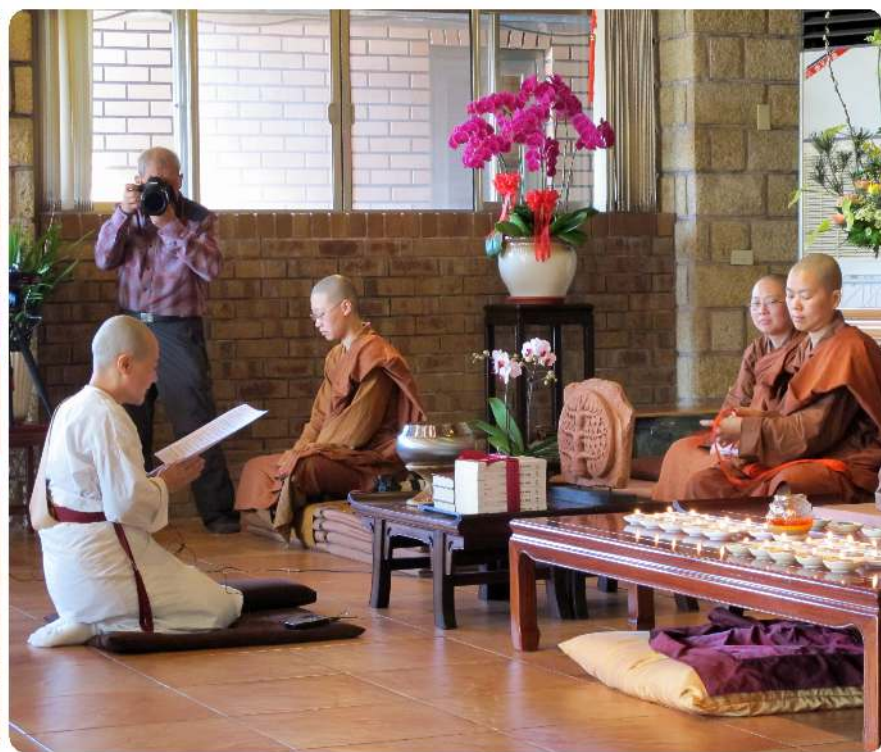
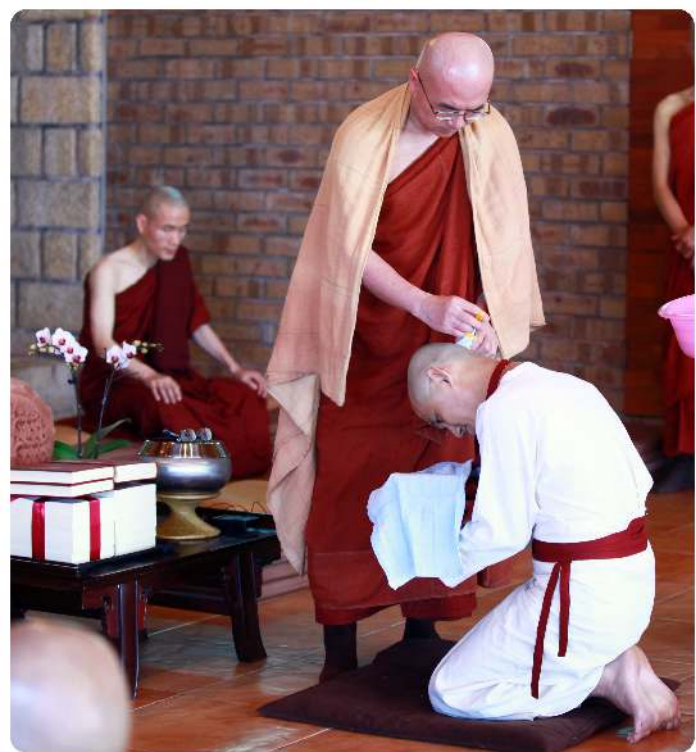
长老要大家认清：佛弟子的皈依对象主要为 释迦牟尼佛，而非特定师父、道场或派系。佛弟子更要学习 佛陀正觉的十二因缘法，而非一味迷信追求神明保佑、有求必应。学了佛法之后，就要靠着智慧来走这条光明之路，靠智慧来帮助我们走上生命福佑之路。长老也提到：存善心、行善事固然重要，虽可让

身边之人受益，但拥有智慧更为重要。因为空有善而无智慧，未必能为自身打造良好环境。我们必须用智慧去亲近善良之人，对其行良善之事；切莫对良友存比较之心，时时珍惜，彼此联系，并成就一个美好、善良的环境，让自身与众人皆能受益。

长老最后在 麻六甲中道禅林，代表 世尊正法律僧团，教授、见证诸位皈依者成为优婆塞、优婆夷。

皈依之后，众新弟子们也与旧法友们作简单的交流，彼此分享刚得到法名的喜悦，以及分享彼此的心得与感动。大约十时左右，人群一一散去。凝视庄严的佛像，内心仍不忘长老殷殷教诲：皈依了以后要把精神放在「学」而非放在「求」；学了以后要「做」、要「实践」，我们的人生就会改变。





新春礼佛 暨剃度新僧典礼

台北法壁 记录

大年初一，天气晴朗无云，阳光普照，前往禅林途中，此起彼落一丛丛鲜丽的红粉点缀在林间，一年一度樱花灿开的季节，让阳明山着上新装，大地展现生机，正宣告着春天将临的讯息。

新春第一天通常是到寺庙礼佛、诵经、点灯祈福的好日子，更何况今日有两位决意在中道僧团出家的同修，就要举行剃度典礼。

为了迎接这特别的时刻，禅林早就布置得喜气洋洋，法堂佛桌前精心摆饰的供花正优雅的盛开，一排排整齐的彩色灯笼以及生意盎然的盆景花束随处可见，浓浓的年节气息里，透露着一股掩藏不住的欢欣。同修好友们纷纷怀抱着喜庆的心情前来观礼，为这出家的殊胜因缘同表赞叹与祝福。

对两位经过漫长时间学习、又在教会亲近僧团学法奉献数年、业已理解修行真义而愿舍俗入僧的同修，长老重新为其厘清：菩提道的自利利他同步并行，并不同于解脱道与菩萨道，是符合世间智慧的中道。还说：「有福报是无法出家的，要有智慧才会出家。用名利、地位、感情来利益自己是一般世俗的自私；但对于已经舍俗出家的人来说，若只懂得自顾自的在寺里打坐、念佛、禅观，却听任信众辛苦供养，这亦非修行，而是宗教的自私，此人并非出家仅是搬家而已；若是一厢情愿的怀着『我不入地狱谁入地狱』的心情，个人的问题还尚未了，便想要普渡众生广利有情，这种人只是换了衣服而已，实际身心的品质仍和慈善团体一样，做的是社会服务工作，仍不能算是出家修行。真正的出家是放下内在的烦恼，以及



情感、财富、名利、享受的束缚，以良善身、口、意的表现，依因缘、缘生的智慧，提升道义的支持，如实遵循中道，做自利利他的修行。」

仪式间 长老耳提面命：「出家可说是一辈子的事，是可贵而神圣的。自古以来，出家就得担负起弘法利生的工作，故有许多限制。佛陀时代即已规定出家需六根健全，不能有精神疾病或无法治愈的传染病；若世俗负债未清，犯法刑期未滿皆不符合条件；最重要的，还需舍除世俗财物才可进入僧团。除此之外，个人的生活惯性及情感欲求，需靠对法的信心与智慧，经历一番过程才能度越。」长老将三样重要文物——「经师与律师共传之经书和戒律」，一并传承给两位新出家人，期勉他们依教奉持。

见两位新出家人在修行道上更跨出一大步，道一尊尼表示：「出家后会遇到生活调适上的差异是必然的现象，当要在现前如实观察，精勤不放逸的按禅法实修。因为对个人修行道路的承担，也就是担纲起传续佛法的责任，这都是修学正法者的要务。」

远在马来西亚的中智法师，在影片中欢迎两位成为僧团的一份子，并劝勉：「无论路途多么艰险，都不能辜负当初学法的道心，只要奉持正念、正智、正勤依法修习，当能于自利利他的菩提道上勇健而行。」

北马法友及 Max 居士，对成慧法师选择追随 随佛长老出家的明智与勇气表示赞叹，更为僧团多一位传续 世尊教法的出家人感到欣慰，也祝福他道业增上，十方度有情。吉隆坡中道禅林的同修，对这位幽默风趣、善于关心他人、做事认真、令人印象深刻且深藏不露的成慧法师，不但怀念共事时彼此相契缘分，并为其舍俗入僧同感欢喜与祝福，相信他的出家将会荣耀整个僧团。

因成睿法师平日的辛劳付出，而感念深刻的同修好友及八戒行者，提及在美国那段期间，承受来至成

睿法师的照顾与爱护，衷心的感谢忱。还发自内心的祝福：「往后您所到之处，就是正法种子之所在。正法在哪里，故乡就在那里！」并期能「同甘共苦直到老死」！

丰富的午斋过后，长老用精彩的开示给了一个法的大礼。从流传两千多年，学派众多的佛教开始谈论起，由于经教的演变造成思想的改变，离 世尊的教法越来越远，这点不仅对佛教，对现实人间的家庭及社会形成了巨大的影响。长老引用经典说明当初世尊正觉的内容，即是世间的真相。人类由于内在的迷惑、身心结构的影响、思想认知上的盲点、加上面对外在世界求生的需求，虽生活在现实里，却不能如实以对，以致产生极大的焦虑与痛苦。从这里 长老一一详解，层层揭开观念上的偏颇，造成与现实落差的生活态度，对人生如何形成伤害的因由。

佛陀为度苦、利益众生才正觉于人间，教导我们离欲的方法，要在可意处远离贪爱；在不可意处修不厌恶。但根本的问题在于看待世间的方式，当远离认知上「常、乐、我、净」与「无常、空、无我」的两大极端，正常有致的生活，佛教才能入家兴家、入国兴国。

方才出家的成慧法师，首先感谢 世尊打开了正觉之路，并成立僧团，让他有幸参与，跟随正法修行；同时感恩 随佛长老的辛苦教导，对愚痴、贪欲、瞋恚深重且难以调教的众生慈悲以待；再者，对个人在台期间，蒙受僧众与法友诚挚热心的爱护，表达其真诚的谢意。剃度出家，原本就是他一心想走的道路，因而没有太多的激情与担忧。他认为想象中美好的剧情，通常都经不起现实的磨练；反而是人与人彼此的个性冲击、人事间的磨合、以及偶尔的无聊苦闷才更为真实。人们只能选择方向，但是未来并不会按照计画的安排而发生，因而忧虑便成了多余的折磨。此刻的他仅是依着平淡与平实的心境来出家。提到之前有人问他：「是不是因为世间很苦，你才会决



定出家？」实则他并不这么想，真正的心思在于：

「因见欲贪虽曾带来愉悦经验，但也带来痛苦，我想舍去这种束缚。既有所谓的远离乐、离欲乐、菩提乐，又何须自讨苦吃？若是为得到见法之乐而来苦修，一定是观念上的错误；实则我是为断除系缚而出家的。」对于今早受戒的感触，他说：「在世尊二千多年的传承里，自己有幸在今天受戒成为世尊僧团的一份子，内心颇觉庄严郑重，更是非常不平凡的因缘际遇。」

成睿法师表示：「内心并不像成慧法师那么淡定，反而相当激昂感动；见到那么多法师真诚的表达欢喜，心中很是感恩。以前听长老说『当学生准备好了，老师就会出现』，一开始并不理解，以为要准备的是道场的硬体设施，后来才知道并不是这些，而是先准备好要改变自己才是，如果不想追随佛陀的教导改变自己，那么，祂依然不是你的老师，你只是一个学法的听众而已。想在修行的道路上不断的进步，实在说来，所谓的老师其实就是个人本身，发现自己需要改变之处，自我教导、省觉并勇于承担，其间的内容只有自己清楚明白，又如何需要老师呢？」

明至法师首先祝福两位新僧，表示从他们的言谈内容中，发现两位法师颇具说法的能力。并指出：「一辈子出家，与短期出家的体验有极大的不同，僧团成员是在沟通了解之下，彼此调适、磨合与成长；在有共识的方向下步步耕耘，切勿存有过多的期待。」

道一尊尼呼吁大家给予两位法师关注和鼓励，让他们度过这段适应期。同时引用长老的开示：「要做个点灯的人，不要当个沾光的人！」勉励我们护住内心这一盏灯，就可照耀身旁的人。

中严法师除了恭喜两位法师，也祝福大家在新的一年有好的未来，虽然没人能够知道未来会如何；尽管祝福的心意不尽相同，但真心的祝福还是有必要。

谛严法师语重心长的说：出家这条路并没想象中的难，但也不是那么好走，如能抛开多余的想象与期待，就可平顺一些。

度明法师表示：新进的法师会说法，将让僧团益加坚固，内心感到安慰。

明证法师谈到出家多年来的心境，她说：「出家生活中，若与法师、居士互动上有困扰，请务必敞开心胸开诚解疑，方能坦然无虑的一起修行。」

生觉法师乐见开春以来两匹千里马的加入，相信他们很快就能融入出家生活，参与弘法利生的工作，并与僧团一起成长。

生光法师谈到：「以前学法一直想得到什么，但是长老说过：『一旦存着想要找的心，就会找不到』，果真如是。其中的道理，唯有自己去发现才能体会。出家不是修苦行，人们就是因为拥有才痛苦，舍离俗情是为了要离苦。出家这些年，长老、僧团及法友，在自己生命成长的过程中，一直扮演着重要的助缘，内心万分感激。」

生谛法师也恭贺两位法师的加入，给予僧团多一分传续正法的力量。

生观法师想起一年前剃发时激动落泪的情景，认为能在佛陀的道业上尽一分力量，实是难得的福分。祝福两位法师的修行路能益加开阔，也盼望大家能像支持她度过出家调适期般的照应他们。

新年第一天，法友们能到窗明几净的道场聆听师父开示、并参与两位佛门龙象的剃度典礼，真要感谢法友的发心，不仅清洁工作的打点，还有华美的插花布置，让道场在焕然一新的喜气中开春。而且，春节三天开放给信众礼佛点灯、说法接众，甚多热心的同修早早就到大寮帮忙煮食，或里里外外引导招呼，有的甚至净住道场全程帮忙，让大家在一片欢喜中，有了新的气象、新的开始。



大年初一《平安过年》剃度新僧 随佛长老开示

什么是出家的生活？

今天有两位善信，亲近僧团学法一段时间，并且服务教会将近两年的时间，自己也觉得充份的了解修行跟出家的真义，所以愿意舍俗入僧。

我们的僧团叫「中道僧团」，「中道」基本上不是「解脱道」，也不是「菩萨道」。这两条道路都不是我们要走的，我们走的是「菩提道」，强调如实而行，自利利他同步并进，因为这符合智慧的知见及世界的真实。所以出家以后，僧团的生活绝对不是整天在寺里头读经、打坐、禅观，等着善信来供养，这叫「搬家」而非「出家」。因为要读经、打坐自己在家书房就可以做了，可见出家修行不是只有这样，这是一件可贵而神圣的事。

我们佛教徒常讲，能出家叫「福报」。因此佛弟子会说：「善哉啊！出家就是要有福报才能出得了家！」诸位法友！只有福报是没办法出家，要有「智慧」才有办法出家。那出家到底是为了什么？许多人以为，出家是放下世俗一切来修行，又认为出家就是在寺里打坐、读经、念佛。但这是错误的观点，因为这种想法是只想利益自己。一般人念头的内容，多是借着名利、地位、感情……，利益自己而不管他人，这叫做「世俗的自私」。如果出家之后，只想在寺里打坐、读经，自己静静的修行，其他事情都不太关心，这是「宗教的自私」。

当我们想让自己的生命更好，住在寺里静静的出家修行，却不关心任何事，让十方大众工作赚钱来护持自己。请问这种出家有功德吗？这是「信仰上的自私」，不是出家，而是搬家！又另一个想法：我出家

是要普渡众生、利益广大有情。此话听来很有道德，但却是糊涂。为什么？刚剃头、穿了袈裟，自己的烦恼、问题还没真正度越，即拼命向前冲，其实身心品质、内在表现，都和在俗时差不多。这样不是真正的出家修行，这些服务的工作与社会公益团体差不多，在家就可以做了。因此，这两种都不是真正的出家。

什么是真正的出家呢？要用智慧来从事自利利他的事。佛陀正统的教法是自利利他并行的中道修行，离苦、离逸乐两边，不偏于自私，也不偏于只知牺牲奉献的中道修行。智慧型的出家，讲自利利他、自觉觉他，是要「放下内在烦恼的贪执」，不是「放下一切」，是放下对情感、财富、名利、权力、享受的系着，但并非放下良善的身、口、意表现、也不是放下提升生命的坚持。

所谓愿意「牺牲」，又是牺牲甚么呢？是牺牲自己的享受及多余无谓的追求，但绝对不牺牲自己应有的利益。甚么是应有的利益？最起码是每天有得吃，不会饿死，衣服有得穿，不能冻死，有地方能让你睡得着，这几点不能牺牲。另外，要有端正学习的环境，让你增长良知、智慧，这个更不能牺牲！因为牺牲了，还能帮人家啥呢？这是不能牺牲生命的基本、生活的必要，才有能力帮助众生。僧团也是如此，出家人有法、有律、有三衣一钵，有最起码日中一食，这些不能没有、不能牺牲，才能活下去。当有了基本生活的必要，可以过日子，才能有良好的品质来关心这个社会，这是「中道」的生活，是依照因缘、缘生的智慧如实的生活。



大年初一《平安过年》剃度新僧

平实地踏上生命中选择的路

见习沙弥 成慧

感谢 释迦牟尼佛，两千多年前为众生开启正觉之路。感谢 佛陀建立了僧团，使想要专精修行的人，有了个修行的团体和环境。接下来感谢大师父的慈悲，愿意接纳我在中道僧团出家。僧团多了一位僧人是壮大了，但是师父多一个弟子，是多了一份辛苦。我们是痴、贪、嗔的众生，难调难教。各有各的问题、盲点与需要跨越的困难。几年前翻阅过菩萨道的《地藏经》：南阎浮提众生，其性刚强，难调难伏...。我想这一点是真的。

弟子出了家，师父要调要教，还真是辛苦、不容易的事，这是师父的慈悲。还要感谢这里的僧众与法友，在我来台湾的这段时间很照顾我，让我在不同过往习惯的环境里，还感觉到佛弟子们的热情与虔诚，以及许多马来西亚的法友的祝福。谢谢！

对于出家，我的感受，是很平实、平常。不激动，不感动，也不担心，不忧虑。我只是走人生想走的路。不激动、不感动，是因为完美想象的激情，往往经不起现实的考验。现实有的是性格的冲突，人事的摩擦，修行有时得耐得过的无聊、苦闷.....。

不忧虑、不担心，是因为未来充满不确定。对于未知的未来，我们当然可以有方向、有选择，但是人生常常不按照我们的安排和计划发生。只能把现在做好，尽力在当前，担忧是多余的折磨。

我只是很简单的实践人生想走的一条路，所以没有什么壮士断腕的气概，也没有什么宏大的誓愿。既不伟大，也不轰轰烈烈。目前我还只是一个见习僧，只能依我所学、所知，将修习的心得与大家分享。

之前，有人知道我想出家，对我说修行的生活很苦，要舍弃很多事物的过苦修日子。可是，我想出家当然要舍弃很多，放下在家舒适优渥的生活，但却不是没来由的吃苦，过「苦修」的生活。相反的，经里有谈到的是远离乐，离欲乐，菩提乐，还说到修行是为了现法乐、现世乐。

出家时舍弃一切，是明白欲贪虽会带来喜乐的经验，但也同时带来束缚。出家是为了实践解脱欲贪的束缚，放下负担的苦。绝不是无端端的自找苦吃，虐待自己。除此以外，如果还有什么想法，我想就是些许的喜悦吧！





大年初一《平安过年》剃度新僧

做好准备 改变自己

见习十戒尼 成睿

感恩 佛陀当年对身心的探索与发现，使我们今天可以踏着 佛陀的足迹，依照 世尊的教法，探索并发现自我身心的现实，得以在人生的过程中远离各种痛苦，走向解脱。

感恩随佛长老和中道僧团坚持 佛陀的原始教法，以及为了使 佛陀的教法能够再次的流传在人间，让需要佛法的人们得到法的利益，所付出的巨大努力。个人能被这样的僧团接受，并成为其中的一员，是一件多么幸福的事情！

今天，一直收到法友们的恭喜和祝福，看到他们那发自内心的笑容和亲切的神态，内心十分感动。因为他们恭喜的实际上不是我个人，而是对僧团的恭喜与祝福，是对正法的信心与热爱。

在跟随僧团近学的一年多来，对随佛长老说的：「当学生准备好了，老师就会出现，自己就是最好的老师。」这句话，有了一定的理解。在跟随长老游化的过程中，这是长老经常讲的话，而法友们的反应也是十分热烈，认为说得太对了，自己作为学生要先做好准备。

于是，我看到了各种各样的准备，比如联络寺院请长老前去传法，找块地请僧团去建立禅林或道场，大家集资筹建一个场所，请僧团来常住等等。当然也有成立学习小组，希望僧团进一步指导学习。大家对「准备好」的理解，大多是在于弘法管道的沟通，以及弘法硬体设备的准备，认为这些都准备好了，长老就会前去说法、传法。当然这些准备也是需要，有利于更多的人接触到 佛陀亲说的原始佛法。

但是，长老说的准备就是指的这些吗？这与我们个人的修行有甚么关系呢？对每个修行者来说，这个准备好了，难道不是自己希望改变的准备吗？我们学习佛法，不就是为了改变自己吗？这个改变包括改变自己的人格特质和对待生命的观念。如果不准备改变自己，只是希望凭借外部条件的改变，提升或提高自己，尽管这也有可能，但最根本还是要我们自己准备改变，这个时候老师才会出现。

这个老师是谁？当然是你自己了！为甚么这么说呢？因为即使 佛陀来到了我们的面前，对我们说法，而我们的反应也只是称赞 世尊说的真好，真是太好了！却完全没想到要如何实践，没准备按照 世尊的教导来改变自己。此时， 佛陀依然不是我们的老师，我们也不是 佛陀的学生，只不过是一个热切的听众而已！为甚么长老说「自己就是最好的老师」，要点就在愿意改变自己这个地方。否则，自己正是最大的障碍。

如果真的想在修行的道路上，不断地进步和提升，对修行人很重要的一点，是要时时刻刻准备改变自己。这样的话，时时刻刻都有老师，而这个老师就是「愿意学、愿意接受教导、愿意改变」，这种心态才会是最好的老师，并且会「时时有老师，处处有良师」。因为当我们能够时时刻刻准备改变，准备将世尊的教法运用到生活和工作的時候，还需要老师来告诉我们要怎么做吗？实际上，自己就可以按照 世尊的教法来改变自己。不用再问：如何才能进步、如何修行？



大年初二《欢喜过年》围炉法谈

佛子聚禅林 法谈迎甲午

台湾 书记组

今年甲午初二，春回大地，山樱绽放，日照炯炯和煦宜人。一大清早，为迎接各地法友的来访，法工们早早在禅林开始了准备工作，洒扫庭院、食材准备，里里外外忙碌不已，却也各个面露喜色，喜迎甲午。一会儿，法友们陆续来寺，在点灯供佛后，与师父们亲切交谈，娓娓述说种种学法心得，恰似回娘家般，气氛热络而温馨。

直至美国与台湾的连线时间，法师们透过现代科技——为各地的法友祝贺新年与开示，新出家的成慧法师与成睿法师也分享了刚出家的心得，并勉励大众能做什么就尽量去做、去努力，为弘扬 佛陀教法尽一份心。随佛长老乐见华人世界愈加繁荣、昌盛，在新的一年里，祝福世界朝着有利于和平的方向发展。此外，长老也劝勉法友们，若要对平常生活有帮助，应看清楚什么是必要，放下错误的理想与期待、盼望及欲求。不要因为追求天边根本追不到的美丽彩虹，而忽略了认真耕耘触手可及的玫瑰园。

中午用餐时，法友殷勤地为师父们准备热汤锅底与食材，大伙儿一起围炉，共享丰盛的佳肴，在感恩中欢度充满法的飨宴。

午斋后，长老以平实的日常谈话，给予大众生活上的启发：「我们学习的目的何在？主要是为了出离内在的烦恼，生命品质的提升，而非生存的竞争。」是以，想要彻底的改变生命的困境，就必须改变自己的想法，改变看待自己、对待别人的方式，乃至重整人与人之间的关系与认识。如此才能为生活提供有效、能用的帮助，而不只是寄托、信仰与学说理论。

谈话过程中，长老也请法友们分享学法心得，并垂询近况；许多法友也就各人修行的疑问，向 长老请教，长老无不——详细解惑。从四川成都远道而来的正乘法友，则分享了接触中道禅林学法以来的心路历程，赞叹中道僧团凡事亲力亲为的精神，并表示「中道僧团真的是中道！」他们的敬佩与感动溢于言表。

最后，长老勉励大众：「知与行要相辅相成，在实践中检验已有的知见，体验才会更确实与深入，也才能发现在当中的不足与偏差，并且做出修正。」只有知道一点，就做一点，也才能进步一点。如此，持续地做，才是最踏实与最快的修行。





大年初二《欢喜过年》围炉法谈 随佛长老开示

佛陀說：「我這裡有平安，沒有危險。」

台湾 书记组

人常因为两种焦虑而造成痛苦。第一种是活在和别人比较的焦虑里；另一种焦虑是活在有否被人肯定的焦虑里。

这两种焦虑所围绕的核心皆是：我怎么看待自己？我在感情上怎么面对自己。其实这就是佛法修行上的功课。你接受你自己吗？若接受，那你是怎么接受的？你是用什么方式来接受的？你是以什么做基础来接受所谓的自己呢？学习佛法全都围绕着这个核心在转。所谓解脱，就是在处理这个问题。这是人的根本问题，多数的人都是为这件事情在烦恼。

佛陀在世的时候，曾经有一个年轻人，为了家事，情绪激动，到处乱跑，恰好跑到 佛陀静修的林中。佛陀远远的就看到这个年轻人的神态不对劲，就呼唤年轻人过来，告诉他：「年轻人，你过来，不要害怕，我这里有平安、没有危险。」

这是很简单的一句话，却是很重要的一句话。什么叫做「这里有平安、没有危险」呢？何以在 佛陀的光辉底下，佛陀的僧团「有平安、没有危险」呢？重点在于：人与人间，只要比高低、比强弱，内心就不会平安，人和人相处就有危险。

这个世间，每个人都不同，没有齐头式的平等。为什么我要和你一样？人与人间有共守的生活规范，大家遵守就好；其他的本来就是彼此不同啊！对吧？我不需要有跟你一样的内在的焦虑和需要；同样的，也不需要被别人接纳的焦虑。人家接纳了你，并不代表你可以；人家不接纳你，也不代表你不行呀！

举例来讲，如果一个做贼的不接纳你，那可是你的荣耀呀！即使一个了不起的人不接纳你，有可能是他不了解你，或者是他从某个角度来看你而已。所以，人们不需要为了自己有否被接纳而感到焦虑。路在自己的脚下，最重要是我们如何看待自己当前的人生。

为什么 佛陀这里有平安、没有危险？如果从现实人生来讲，基本上大多数人已经没有生存的问题，最大的问题就是能否比别人出色。

举例而言：如果你是个医生，医术相当高明，诊断医病有正常的收费，所以上门求诊的病人不少。当你觉得这个月看诊的收入，已经足够负担这个月的生活费时，再有病人上门求诊，你能否告诉他：「我是个学佛人， 佛陀教我们少欲知足，我这个月的收入已经足够付诊所的租金、水电、家人的生活费、孩子的学费及保险费了，所以这个月到此不做了！」能如是说吗？不行！你还是得看病，看了以后还是有钱赚。

这是什么意思？必要的以及需要的欲求是我们个人内在的事情，但是在社会的分工上，则不谈你个人的问题，社会的分工是有所谓的适应性，做任何一个工作，都要尽责尽份，要有敬业精神，因为你是社会运作的一个零件，少了你这个零件，社会分工就不会流畅，所以你要尽责、认真，当你认真的做时，就不用考虑你的收入是多少。你应该认真的做，不要为了比别人出色而烦恼，也不要为了你的欲求不足而烦恼，你只是认真做你该做的。



当做了以后有适当的获得，你就要以智慧善抉择：实际必要的是哪些，其他的所得你就要善用，善用在对社会、对周围的人有利的地方，这样我们的生活和修行就不会被打成两截，彼此就没有冲突。这就像这个医生，其实只要看五十个病人，他这个月就够生活了，可是他可以看三百个病人，他认真地看，但不是为了比别的医生看更多的病人而拼命，而是病人有需要，刚好他能够帮忙，因此尽力而为。

那么，多赚的那些钱，只要不是贪着享受，追逐无谓的欲求，这些钱可以有很多良善的用处：可以帮助社会、照顾亲人，或者成立基金会，都可以好好的运用。这样，个人的修行，跟实际的生活，根本不会起冲突。只要努力、尽力在生活的过程里，内心何必焦虑呢？不必焦虑自己有没有比别人更好；重要的是，我们有没有尽自己该尽的责任。这就叫做反省自己、尽力自己，而不是活在「有没有被别人肯定、接纳的焦虑」里。

修行人对这一点要特别重视，即使是出家修行的人，这也是一个大关口。有没有修行，不在于世俗的成就，而在于你怎么接纳自己，这才是重点。怎么接纳这个生命，如何看待这个生命，就会反应出你的群我表现模式。佛陀说：「在我这里有平安、没有危险。」其实就是在讲这件事。佛弟子应该精勤努力在当前的因缘，度越内在的烦恼，而不是努力于竞争和比较；能如是，就是一个没有危险且平安之人。如若不是尽力在此，那就是：「你很危险！而且跟你在一起很不平安」，因为别人一定比你差，没有比你差就会有危险；如果跟你差不多或比你好，就会变成你的敌人。所以，跟你在一起，很不平安、很危险；而且你自己也不平安，对不对？修行必须着重在这个地方。

跟着 佛陀走，要懂得 佛陀教法的意思。所以，师父方说：「来，我这里有平安，我这里没有危险。」

生命情懷在信賴、接納與付出。
隨佛尊者





大年初三《智慧开年》侧记

台北 法源

大年初三是风和日丽的好日子，也是内觉禅林春节活动的最后一日。一大早，已有十来位法友在大寮帮忙洗切蔬果，为中午供僧活动做准备，禅堂亦有法友点灯供佛庄严道场。

九点半一到，在大众礼佛及皈依三宝后，随佛长老开始为大众说法。这次介绍了原始佛教经典中所出现的九种禅法，其实都是观十二因缘的集法与灭法，并简要的介绍禅法在历史上演变的过程，说明「为何现今世间普遍所教的禅法，和 世尊所教的禅法大异其趣」。随佛长老指明： 世尊没有教大家否定现实，而是教我们认清是否有不合现实的想法。

长老向在场听法学众阐明：必须先观察事实，再破除迷惑；即先观因缘，破除无明，再断我见、常见，才是 世尊的禅法次第。法友们在长老带领下读

诵第一次经典结集的教法—《相应阿含》及《相应部》，举 世尊的亲说，说明一般大众对于「无常」、「无我」的错误认知。闻后，大众发出如破千古大疑的赞叹声，不得不佩服长老的精辟解析。对前来听法的新法友而言，或许是个重新认识佛法的大日子。

另外，长老又强调，世尊并没有提出他个人的想法，在佛法中只有「发现」，而非「创见」。如同《相应阿含》296 经中所说：「云何缘生法？谓无明、行……。若佛出世，若未出世，此法常住，法住、法界，彼如来自所觉知，成等正觉，为人演说，开示、显发，谓缘无明有行，乃至缘生有老死。…」因此，长老提醒学众：如果在学习 佛陀教法历程中，有学到「创见」思想，就得要小心，因为「创见」是自己想出来的东西，不一定能相契于现实。



上午课程告一段落后，僧团法师们庄严、平缓地持钵前往斋堂托钵，大众则在走道与长桌前合掌长跪等候，恭迎僧团应供。用斋完毕，法友们主动打扫、整理环境，新进法友则把握机会向僧团师父们请益。下午，随佛长老开始讲述「十二因缘法」，依着一篇又一篇的经证，还原十二因缘的原说，令许多新法友既是惊讶又充满喜悦，解决了长年学法的困惑。

课程到了尾声，长老语重心长的讲述过往传授佛法的经历。在长老传法二十余年的过程中，不乏有反应灵敏、聪明机巧的弟子，在听闻这闻所未闻的纯正教法后，在思想与认知上会超越或突破过往所学的佛法教义，进而有所「开窍」。但实则上，这种「开窍」的经验，往往会变成「开悟」的错觉，而以「误」为「悟」。长老说明此种类型的人格特质，多数是因为缺乏自信，而欲隐盖自己所不足的缺陷。因此，若只是知识上的明白，但人格的缺失却没有转变，这对原始佛教的发展与弘扬是没有好处的。

在长老讲解四食与四念处后，分享早期在台湾弘

法的心路历程，提及有些学法者习惯寻找「名师」的情节，而对于低调、默默无闻的出家修行人，则未必会认真地依此身教跟随学习。或者只是想闻法，满足佛法知识胃囊，却不愿付诸行动实践，这样的求法态度与精神，让长老对台湾的学法者感慨颇深。

经过大家一段时间的努力，在 2010 年之后，创立了「中华原始佛教会」和创办《正法之光》杂志，遂而在台湾本地的学法因缘也慢慢成熟，才让正法于台湾生根发展。

课程结束前，长老谆谆地告诫学众，「修行是为了断烦恼，而不是为了当圣人」，以此话劝勉大家重新看清学法修行的目的，让在场学众警惕自己别落入这样的盲点与陷阱。这次春节传法圆满落幕，除了满满的法义学习外，也让大家了解学法者应有的态度和做人处事的道理，这也为 2014 年弘法开教的宗旨：「开展人生、度苦解脱、兴家兴国、普利世间」，引出稳健而踏实的方向。

世上或許有奇蹟，
但期待奇蹟的生活態度是不可取，
人當懂得慶幸自己不需要奇蹟。

隨佛尊者





随佛长老承法开教二十四周年纪念

随佛长老至今传法二十四载，曾自述此生说法度众的缘起。简述如下：

随佛长老学法至今已四十一年，初期学习汉传佛教各宗精义时，虽未能见法悟道，但未曾怀疑学习的教法。

直到 1989 年农历正月十五日，当天夜晚正好是受寺院邀请为众说法，正式开讲的第一堂课。讲题内容是「诸行无常，诸法无我，涅槃寂静」。

当夜为众宣讲「诸行无常」时，豁然发现过去学习的「刹那生灭，相续无常」的教说，实际有着「前后无从相续无间」的矛盾。这时自己才了解，自有生以来，未曾真正的认清现前为何？因此，对学佛以来学得的知见是大起疑情。当夜是内心惶惶，无片刻安宁，亦无法入眠，可谓：「大事未了，如丧考妣。」

自当天夜起，遍览过往所习的各宗经论、宗师著作，经四日四夜席无暇暖，虽广阅群籍，却依然莫得其解。既无法从前人的经验得到解答，只能依靠自己寻觅真相。复经三日三夜的周遍观察，探究现实，终于在 1989 年农历正月二十二日傍晚六时四十分，解开了「云何无常？」的答案。当天夜晚，是正式开讲的第二堂课，从此说法唯有依据当前事实，不再受限于学派宗义。惟随佛长老至今从未对任何人宣说「已见法悟道」。

1989 年农历正月二十二日起，随佛长老开启了此生正式宣法的日子，引导世人重新认识「因缘、无常、非我」。但从此面对教界的种种风雨波折，历经

诸多的世道艰险。

这一历程，令人感念。

自部派佛教以来，佛教内学说分歧，相互对立而莫衷一是，正法隐没长达两千两百余年。

近代科学考证之学兴起，近二百多年来，经由东、西方学界前贤的探寻及考证，针对古老经法及佛教各派史献的对照，从而还原的佛陀原说教法，可以说是最可靠、可信的修习方法。

随佛长老历经二十多年的努力，终于在 2008 年将 佛陀亲传的因缘法原说、十二因缘观、菩提道次第予以还原，传布于华人世界。

在二十一世纪初，世尊正法能续明于台湾与各地的华人社会，这是华人的福祉与骄傲。

国历 2/21(五)是随佛长老宣说因缘法满二十四年的纪念日，原始佛教会决定在今年 2014 年 2 月 22 日星期六，诚邀原始佛教会各地的法友，一起感念、庆贺这一富有意义的日子。

2 月 22 日上午九点，在台北内觉禅林，随佛长老亲自宣说因缘法，午斋是火锅飨宴。邀请十方法友把握难得的闻法机会，前来禅林学法、围炉法聚，共贺正法重兴的因缘。

感谢随佛长老将隐没二千多年 佛陀亲说的法教，还原、显现于世间，利益现世与后世众生。赞曰：

法承佛陀，宣扬缘起，二十四载，随佛而行！

在此恭祝 随佛长老法体安康、住世久长！



随佛长老承法开教二十四周年纪念 侧记

改变人生 如向日葵般朝向光明

台湾 书记组

为纪念随佛长老宣扬十二因缘法二十四年，一些法友和中道僧团共议，利用二月二十二日，邀各方法友到山上内觉禅林共聚一堂吃火锅。当天一早，法友陆陆续续地上山报到，并为准备中午的火锅而忙碌，有的法友也携家带眷来共襄盛举。

上午九点二十分时，由中道僧团的明至尊者带领大众礼圣，读诵转法轮经。接着随佛长老进入法堂开始为大众说法。长老言明自己已教因缘法二十四年，并游化各地不断传法。在阿含圣典的记载里，佛陀曾说过「缘起法」甚深难见，但目前佛教界所流传的十二因缘法是部派佛教所传的版本，和佛陀时代所教的十二因缘法原说有着非常大的差距。经随佛长老多年的努力研究与考证，已确凿还原了佛陀十二因缘法的原说，此举将对佛教界有着巨大的贡献，同时也代表着佛陀时代的佛教将会再次的出现于世。

长老说法过程中，有一汉传佛教出家的法师带着她俗家年事已高、行动不便的老母亲进入禅堂听闻长老说法，在这位老菩萨就坐后，道场有一位八戒行者很细心体贴地为老菩萨铺盖上保暖的护膝巾，此举不但让现场洋溢着一股温馨祥和的气氛，也展现佛弟子慈悲众生的本怀。

接着长老说明「相依性」和「缘生法」不能等而论；「聚集而生」的观念也和「缘生法」的真实义有很大的差距。长老精采逗趣的譬喻，让全场听众无不笑逐颜开，将说法气氛带至高点，不会令人感到枯燥沉闷。长老还强调，「临终一念」并不能决定来世的去处，若可以靠「临终一念」决定来世的去处，那么一生做恶多端的人，也可靠着临终一个善念得生善处；或者一生助人行善的人，在临终时为一件小事起了一念瞋心，并且在这瞋心中死去而堕落恶趣，这岂不荒谬？这样的说法令人不能苟同。一生行善的人，



将来必会朝向善生善趣，绝不是靠「临终一念」决定来世去处；而忏悔也不是在佛前忏悔，就能将自己所做不当之事，借着佛的威神力消除，真正的忏悔应该是向被自己伤害的人忏悔，并且愿意负责到底，同时告诉自己从此不再犯，这才是务实、实际的做法。

打板声响起，长老带领大众做说法与闻法的功德回向后，——走出禅堂往斋堂走去，由于参与的法友人数众多，餐桌的摆设从客堂连接走廊一直到大寮，每张桌子皆摆满了火锅食材。在大寮负责和帮忙烹饪煮食的法工们，他们忙了一个上午，连围裙都忘了卸下，真是一群无私奉献的虔诚法工！大众在恭敬地供僧后即开始享用这丰盛的午宴。

下午二点二十分左右，随佛长老再次地走进禅堂继续为大众说法，说法内容主要是说明这个世间是「因缘及缘生」，不是「无常、苦、无我」。长老殷重的告诉大家：不要把现实当做是「无常、苦、无我」，若把现实当做是「无常、苦、无我」，则会对现实的世界生厌，人生的态度就会变得消极而颓废，表面上看似对现实离贪，但内心却是渴望「常、乐、我、净」，这不但不会带来解脱，反而会跟现实脱节。迷惑的众生都想要保有，而缘生的世间又不能保有，当内心的期待失落时，就会厌弃这个世间！厌弃这个世间却又要必须活在这个世间，所以活着就会觉得苦。学佛的人不要越学越觉得苦，若觉得越学越苦，一定是学错了，不是佛法有问题，而是学的法不是真正的佛法！

长老最后说：「佛教的大用在改变我们的人生，让我们的人生产生光和热，如向日葵般的朝向光明」。宗教应该彼此尊重，尊重宗教不是因为宗教本身值得尊重，而是因为尊重信仰宗教的人；关怀众生、利乐众生才是佛教的重点。长老精采的开示，令在场法友如醍醐灌顶般，无不沉湎于法味之中！

下午 16:30 分时，由长老带领大众做功德回向后，结束了一天的活动。





随佛长老承法开教二十四周年纪念 围炉花絮之一

一道色香味俱全的「合作拼盘」

台湾 乐法

很平凡但却神奇的是：分明这是我第一次踏进这个厨房，然而却自然知道该做什么。「噢？」心想这是怎么回事？喔！实在是这个团体太和谐了，虽然是新面孔，但大家就当你是家人，让人放心的来不及生疏，就马上进入状况，挽起袖子认真做事了。

首先登场的是法住师姐，她很有架式的起炉火熬高汤，熊熊火势振奋人心，红萝卜、玉米块、黄豆芽纷纷排队跳进去。这时，法住师姐背后还长眼睛呢！

「大块头的蔬菜由男众洗，娇嫩细致的蔬菜由女众洗，某某菜先横切再直切，某某人落单了，请他去帮忙何事……」她一边工作，一边指挥若定，令人打从心底佩服啊！

经营过素食馆的师兄进来了，不愧是专家，马上

与大众分享处理食材的经验，看似无用的花椰菜梗，切成长条状抓盐洗净泡米酱，保证好吃；新鲜香菇蒂头应该切掉不用，果真缺了柄的香菇朵朵美丽；还有神奇的一滴净清洁液，但那是啥我没搞懂，只好有机会再请教他了。

一位师兄套上工作服，不过他的头却从工作服的腋下钻出，失去原状的工作服因此略嫌紧迫，这位师兄也不觉有异，很自在，逗得大伙哈哈笑，因此决定今天的料理达人非他莫属。

师兄师姐大家和乐融融认真地做事，在火锅未端出之前，大家就已经先做出了前菜：一道色香味俱全的「合作拼盘」。恭请 师父、尊者、师兄师姐们大家尽情享受吧！





随佛长老承法开教二十四周年纪念 围炉花絮之二

正法住世 围炉同庆 道情正浓

台湾 法壁

欣逢 随佛长老承法开教二十四周年，欢喜同庆的法友们准备在 2 月 22 日周六到禅林共修时围炉团聚。

从来不曾办过火锅盛宴的我们，承蒙多位法友传授经验，才稍有一些想法。其间经过法住师姐热心指点、并推荐有经验的法云师姐、法质师姐提供专业意见，以及法海师兄的面授机宜，才做成最后定案。有了主张之后，便将食材做成简表，更为了让每一个帮忙的人都能一目了然，还直接做成大海报，放在大寮给大家参考。

经过这许多协助，执行时仍有实际的困难。可幸法云师姐特别抽空与我们相约在滨江市场等候，经验丰富的她，气定神闲的引导我们停车，并到素料批发、菇类摊位、及熟悉的菜贩处——备齐，不到两个小时就大功告成。接着再到卖场添购一些尚未备妥的物品，就往禅林开去。

法参师姐与法学师姐早在我们之前，便辛苦搭车上山准备帮忙卸货，同时配合将食材整理入柜。当我们一起将大头菜坚硬的厚皮削开，三个人还笑称为他们圆顶呢！开开心心将一切安顿好之后已是黄昏，法力师兄便顺道载送我们三人下山到禅院，正好接上当天的「菩提道次第」课程。课程结束后，满心挂念第二天活动的我，又换了公车去买几排冬粉及小番茄，扛货到家时已是深夜。

好不容易睡着，迷糊中夜半被地震摇醒，下意识想到天快亮了，万一来的人多，又如何喂饱大家，便先下锅煮熟紫米，待闹钟叫醒后，利用家中既有食材，煮了两锅不同口味的紫米汤。要出发到北投前，临时还到市场找到甘蔗及新鲜刚到的茼蒿菜。

到达禅林时，大寮里已热闹滚滚，一向干练又行动力超强的法住师姐早就到了，看着她一边烹煮汤头，一边指挥若定的里里外外打点，不久之后两



大锅味道齐全又内容丰富的汤底已经出炉。加了椰枣、当归以及甘蔗，天然甜味香气扑鼻。放眼望去，每个人都自发性的找到事在做，法质师姐以她丰富的经验，像自家的事一般，熟练的忙进忙出；一旁的法格师姐细心的在调理水果；及时赶到的法正师兄正努力对付最难切的甘蔗，一节节将它们砍成小块；法禅师姐即时发挥她插花的美感，将精心准备的有机素材为师父们摆盘；法斌师兄及法上师姐就站立在水槽边，一片片将茼蒿菜洗净；法参师姐和法学师姐也没闲着，从冲洗、切菜到整理锅具，一点也不马虎的面面俱到，并随时配合做支援的工作；有些经过的师姐也自动过来帮忙。每个人都专注的在做自己的部分，轻声交换意见相互配合，并随时观前看后，准备及时出手帮忙。

看看时间，随佛长老在法堂的说法已近尾声，法藏师兄指挥有序的调度几位男众，将桌椅、锅具、炉火配备各就定位，并同时点燃起来。当师父们和听法的学众下楼时，摆满佳肴的L型长桌上，十几锅炉具已经热滚滚的沸腾起来，香喷喷的各色美味令人食指大动。

供僧仪式过后，平日朴实少言的法友们，有如一家子团聚般，欢喜的打开话匣子互道家常，谈笑声中相互夹菜品尝美味，还不忘招呼新来的同修，热心为他们服务，开心满足的神情都写到了脸上。这和乐融融的气氛，正表示我们的法情在同甘共苦中与日俱增，原始佛教日渐茁壮，法的流布将如日之辉，为世间带来希望。

感恩师父们给我机会品尝这么美好的体验，能达成任务全非一人所能，而是大家在同心协力下的成果，真感谢有这么可爱的同修一起共事。

过程当中由于事情较琐细，只好心无旁骛的走一步、看一步，每个步伐都以虔敬的心，为因缘之难得全力以赴，为能成事而感恩，一如大师父的提点「观看现前，尽力眼前，顺应情势，当行则行」。

回过头来看，亲身体察「活在当前」的意涵，竟未曾感觉辛苦，所谓的「喜乐忧苦」好似不曾干扰过我，感恩这意外的发现。



台北禅院二周年庆暨一日宣法 纪实

关怀、扶助与利乐生命的共修道场

台湾 书记组法璧

两年前，经过僧团及法友多方的努力，原始佛教在台北市热闹的都会区设立了中道禅院，作为弘法及共修中心，方便了许多平日上班的法友，在每天生活匆促忙碌的责任里，给了一段属于个人亲近佛法的时间，从内心的解惑与省悟，开启了另一段人生的旅程，也为生命点燃一盏法灯。

3月2日，中道僧团在台北禅院举行两周年法庆，并恭请随佛长老主持传法。当天禅院外、入口处飘扬的佛教旗，正向这城市宣告着这特别的日子，这也是三天连假的最后一日，同修们纷纷热忱邀约亲朋好友从各地来参与，一大早陆续进来的上百名法友很快的就挤满了法堂。法座旁摆饰着两对挺立的花束，几片弯曲的叶兰如轻轻合掌的双手，优雅的捧着纯净的石斛兰，像似我们虔敬礼佛的心，在耀眼的灯照下，显得更加庄严而光彩，热闹的喜气在人天同庆

的欢聚里，逐渐漫布开来。

宏亮的三宝歌声开启了法庆的序幕（上图），恭请中道僧团原始佛教会导师随佛长老上座，接着由明至法师带领大众念诵皈敬「佛法僧戒」文及转法轮经。长老开示时表示，短短两年间，能将佛陀教法在此完整宣说，让许多人学法得利，首先代表中道僧团及中华原始佛教会，感谢热心法友在这两年来虔诚无私不辞辛劳的付出，同时感谢许多到此学法的护法居士，也尽了一分心力。并藉这机会说明：僧团所受取者，除了此时此刻所需的四事之外，不受用分毫额外的供养。至于所有的护法资源，完全专款专用在释迦佛陀道场的继续与弘法利众上。还郑重指出：在此所宣扬的原始佛法，不是一套理论，中道僧团更不只讲经说法，而是要让人间重新见到释迦佛陀教法活生生的典范。



其间 长老也坦然表明，强调 佛陀原始的教法，并非为了要讨论现前佛教各系统与宗派的缺失或挑起争端，真正的重点是：如果 佛陀的教法对我们有用，是否应当让世间众生也得到佛法的利益。在我们眼中，并不会将原始佛法的学习视为宗教，故而足可从生命宏观的角度，摆脱信仰情感的束缚，乐于与各个宗派团体相处，协同解决问题。更确切的说，「关怀生命、扶助并利乐生命」才是我们真正在乎与努力的方向。

明至法师开示时，举出《相应阿含》54 经所说的譬喻，宣扬 佛陀正法，可令迷失方向陷入困境者找到正路；令沉溺生死大海者得救度。而今位处都市闹区的禅院，在中道僧团住持下，由于法友尽心团结推动法务，使正法得以显现，智慧得以开发，正犹如给生命点了一盏明灯。接着以《相应阿含》93 经，佛陀所说当勤供养三种火，一者根本火，将如法所得供养父母，令得安乐；二者居家火，手足勤苦，以方便所得之财物，随时育养亲人眷属，施以安乐；三者福田火，对宣说 佛陀正法的出家僧众，恭敬尊重奉事供养。若此三火充足，就如将清净的灯油注入燃烧的油灯令持续发亮，而得安稳之乐。但对愚痴、贪欲、瞋恚三种火，佛陀则要我们努力调伏并加以断除。

法庆间，道一尊尼（下左图）对 随佛长老及中

道僧团的法师，两年来在此说法利众的贡献表示极为肯定。还有驻锡道场的法师和每天轮值法工的辛劳付出，使得大家有机缘在此相会，也一并表达感谢。同时呼吁新来的法友积极参与，一起在生活中戮力实践，以利益更多有意朝向身心息苦的同行者。

方才出家的成慧法师（下右图）也说出了他的感想，回想起青少年时期接触佛法，错解了「四无量心」的修行真义，发觉自己变得冰冷麻木，面对问题常以不了了之的态度处理。跟随 长老修学因缘法之后，才知道套用「理想」这种概念性的想法来导正身、口、意是不正确的，因缘法侧重的是实际身心的观察，对于「影响」如何发生，过程中周围产生怎样的变化，都是观察的重点。在此除了感谢 长老的教导，也表示中道僧团的确是团结和谐、相互关怀、自利利众的僧团，一点也不会冰冷麻木。

法霖居士在分享时提及：有幸得逢 长老，并将失传二千多年，世尊无上真实法再度还原并公诸于世，实是千载难逢之殊遇。一辈子都在服务人群的法霖居士谈到，借重因缘法为他人解决困难，由实务运用面来领会因缘的真谛，确实好用。感受到 长老的威德，与谆谆严谨的教导，虽年岁已长，仍要在现前加把劲，把握难能可贵的因缘修学佛法，同时期勉大家一起努力。

法住居士表示：很高兴大家一起庆祝台北中道禅





院启用二周年庆典，在 2010 年中华原始佛教会成立后，就担任正法之光编辑的工作，个中甘苦如人饮水，每一期都很不容易做，但是每一期也都顺利出刊了。在这当中，深刻的体会到：为了让 佛陀的法教能流布世间，因此应该用「该不该做」而非以「会不会做」来做考量。在杂志已出版第三十七期的今天，法住感谢长老给了她机会做这样的工作，让她在这当中发现个人的盲点和问题，也藉此改变了自己。

法言居士分享了两年来在此学习的经验，积极又认真的她，从 长老亲传的「原始佛教的禅法与生活的统贯」，「生活的智觉与解脱」课程，到中严法师开的「原始佛教的确证与开展」，生觉法师讲述的「菩提道次第」课程，以及精彩的「佛教历史」典故，再再都吸引着她，让她更加确定 长老所亲传的佛法是有根有据的。两年的学法历程，生活上受用良多的她，不仅与大家分享了可贵的心得，并对 长老与中道僧团表达真切的感恩。

法晋居士谈到曾经到处寻找心目中理想的情景，如何在法友邀约供僧的因缘中遇见 长老；理解到身心的缘起之后，从不切实际的想法中开始醒转，远离了挫败感。诚如 长老说的「犯错是我们的权利；而改过则是我们的义务」。

法能居士从认识僧团，倾听 长老教诲之后，开启了不一样的人生观，因而对 长老、僧团以及护法先辈的付出，使真实佛法再度重现，表达了感恩之忱。

高雄的法开居士分享了他将近三年来接触中道僧团的体验，以前从「保佑」角度来看佛教的他，听法两年多以来，发现佛法切合人心，符合现代科学观点，因而正式皈依 佛陀座下。

台中的法耶居士从期待所带来的烦恼中走了出来，是因为 长老的教导「因缘的转变当中根本没有我，不需要做自己，只要做现在能做的就好。」





从简短几句话得到开解，愿能更加精勤，持续追随僧团学习。

视讯银幕上播出了由中智法师精心制作，僧团两年来弘法游化的回顾影片。从台北中道禅院在街市中崛起的外观；内部佛像的安设；到各场说法共修课程的现场纪录，其间还提及去年法传澳洲及中国大陆的珍贵镜头。僧团不畏艰难，根植台湾以承续正法广传世间为己任；念兹在兹将证道离苦的契机随僧团的行迹留存于世，弘法接众、接众弘法，诚令见识众苦与别具慧悟之心者法益均沾。

接着由法友们献唱「感恩的心」这首脍炙人口的歌曲。每个法友皆无比虔敬的唱出：「感谢佛法伴随一生，可以如实的认识自己。」显然已表达出佛子的心声。

祝贺台北中道禅院二周年庆，法工们捧出了一个蛋糕，其上书有：「法日增辉，法轮常转」，并象征性的准备了蜡烛。对于正法重现世间，千古以来这一大事因缘，长老感慨的说：「在这样的环境，这种条件状况下，能将世尊教法传开，实是一件相当不易的事。」提及戒律传承已显见完善的僧团，长老则期能在未来重新恢复尼众僧团的参与，让比丘与比丘尼僧团同步并进，成为复兴佛教的两大力量。进而表示：「原始佛法是佛陀的教法，只要经典记录仍存世间，教法确立，便表示佛陀仍在。」「现今这一代，确实更显聪慧优秀，不论台湾或中国大陆，透过我们的努力，加上华人的勤奋，将能逐渐建立起典范。到时，活生生的新时代佛教，比起二千四百多年前，将更加的充满生命力。」并藉此呼吁大家一起参与佛陀的道路，赶走『末法时代』，让佛陀正法重显光辉。」

在这难得的因缘下，一百多个法友于佛陀法座前，一起留下与『法』结缘的影像，甚是壮观。紧跟着供僧程序之后，原始佛教会宴请大众午斋，扶

老携幼而来的法友相互亲切招呼，大堂里呈现一片乐融融的难得欢聚的景象，满布祥和之气。

午斋过后，随佛长老开示：从富楼那尊者传法至西印，遇到当地极难调伏的民众，教我们如何看「忍辱」这件事。不做乡野匹夫的尊者，依其圣智量坚持「利泽可度众生」之信念，临危时当进则进、当退则退，其间并无所谓「退让」之可言。谈到造成追求「自由」与「平等」的需求，其背后的心理因素与执行面的缺失，最后并点出有我见的凡夫，因不见因缘法、缘生法而起常、断二见，才有我胜觉、我等觉、我卑觉。所以说现实里「平等、自由」是没有的，人类应该追求的是公正公义、合情合理。只有用智慧看清生命的志趣，建立起与之相应的信念，于此时此刻善尽责任义务，精进不放逸的朝向有助于自他得利的方向前进，才是让生活更好的办法。

流传二千多年的佛法，由于禅观次第错乱，遮蔽了正觉大门，佛弟子不仅没有机会见法；面对生活，态度退缩消极，致使人生一片黯淡。有鉴于此，长老从人类既有的认知模式开始说起，用因缘的智见一一破解，并且勉励大家观察现况，务实、实际、精进不懈，转变当前因缘，改善生活，让佛教呈现出澎湃的生命力。同时再度强调原始佛教重现人间，实非进行宗教改革，只为「利泽苍生」一事而已。进而呼吁大家一起透过修行，相互帮助、彼此勉励，来改造这一生的命运；在有生之年，随正念、随正见、行于正道，用积极的态度让家人、朋友也得到法的利益；最重要的，深受佛教恩泽的佛弟子，不要忘记在家中为世尊正觉教法找一位承续灯火之人，在家族里点一盏长明灯，让世代子孙都成为佛陀正法的维护者。如是，不仅有利于佛法的开展，更有利于护荫家族。

大众在长老「法日增辉，法轮常转，人天兴隆，法水常流」的祝祷中，法喜充满，表达感恩、祝愿与回向，圆满了台北中道禅院两周年的法庆。



台北禅院二周年庆暨一日宣法 侧记

法的光明照耀人心

台北 乐法

2014年3月2日是台北中道禅院成立两周年紀念的日子。当天，一到达禅院楼下，就发现入口两侧挂出了佛教旗，告诉大家今天是个特别的日子！带着雀跃的心情上二楼，一进门，如天使娃娃般的法言师姐便以灿烂笑容欢迎大家的莅临。

哇！好多人！好热闹！大家脸上都洋溢着笑容。法工们早已将会场布置妥当，最吸引人目光的便是台前以玫瑰为主轴的插花作品，造型宛如古典希腊的七弦琴，仿佛还听得见琴音，款款倾诉着玫瑰的花语：「只爱你」——只爱跟随 佛陀的脚步，踏上得明、断贪爱的中道，正向菩提。法友们也正因这个理由齐聚一堂欢庆。

首先，大师父开示：「中道禅院的每一个道场都是 佛陀的道场，台北道场亦如是，都是用来宣扬

佛陀的本教。僧团的职责不只是负责讲解古老经说而已，更是以言教、身教实践 佛陀的教法，让人间重新看到一个僧团的典范。」不知为何，这段话令人眼眶湿润，想起孔子称赞颜回的话：「一簞食、一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也不改其乐。」这就是典范！其所展现的惊人力量，令人景仰。

接下来的节目满档喔！明至法师、道一尊尼、成慧法师上台致词后，接着台北、高雄、台中的法工们也发表感言。法师与法工的谈话，表现出他们的不居功，将功劳归于整个道场团体，也无私地与大众分享他们个人学法之后的收获与成长。紧跟着播放中智法师制作的回顾影片，回忆道场成长的点点滴滴。有着这么多令人感动、感谢的人与事，言语难以表达，所以我们用真心献唱：「感恩的心」。



感谢 Buddha、感谢佛法、感谢 Saṅgha、感谢大师父、感谢中道僧团，引导我们如实的认识自己。带着满满的感恩，最后众人团团围着僧团法师们进行切蛋糕的仪式。法师们以 大师父为中心一字排开，手搭着手象征僧团合作无间，而这也是僧团所要传达给法友的一种身教：众人应该懂得协力合作，做好眼前的事，相互照顾。

供养法师们后，众人享用由素食餐馆准备的丰盛菜肴，大家轻松愉悦的用餐。我环顾众人，心想：这个道场真的让每个人找到生命的活水，就像刚刚上台发言的法霖师兄，妙语如珠，一席话逗翻全场，他哪有「老」的忧苦呢？他说他正处于赛车的最后一圈，正准备全力冲刺呢！或者像法海师兄，众人吃饭，他灌营养液，他也很自在啊！我看不出他有「病」的忧苦，他全身散发的是一种温润的、平和的喜悦。就这样，一个人有一个故事，故事里必定都是苦乐掺半；但我们何其有幸，在有生之年认识了「因缘法」，学习看清当前的因缘，务实、踏实、精进地面对生活，平怀地看待生命的转现。让自己发光照亮别人，也帮助别人发光照亮更多的人，然后众人团结成为大光聚，每一处道场都是大光聚，大光聚遍布全世界，我们一起让 佛陀「发光」，让 佛陀正确的教法在世间闪闪发亮。

午斋过后，随佛长老开示，澄清：「自由、平等」之说，并不符合因缘法，是不切实际的理想；佛陀教导的是「公正、公义」，责任与义务就是公正与公义的表现，是什么因缘就做什么，只要有利于生命，能够自他得利，该做就做，该退就退，退也没有忍辱的意思，只是善观因缘采取的战术而已。长老呼吁法友在有生之年尽力让家人得到法的利益，在家族之中传续法灯，让法的光明继续照耀人心。

庆祝的活动圆满结束了，感谢法友们的参与。祝福大家：问题更少，生活更好，远离烦恼。





台北禅院二周年庆 感谢词

大家一起传播正法明灯的火苗

中道僧团 明至比丘

师父、中道僧团的各位法师暨台北、台中、高雄学习正法的兄弟姐妹们：大家好。

我很高兴看到大家来参加台北中道禅院的两周年法庆。两年前，经由许多法工尽心尽力的寻找，终于在这繁华的市区，找到交通这么便利的地点，成立台北中道禅院，提供大家学习原始佛法和共修的场所。

两年来，感恩师父和中道僧团的法师在台北中道禅院辛劳的住持、弘法。在此，我想引用《相应阿含》54 经中一位婆罗门赞扬 佛陀宣说正法的譬喻：「譬如有人溺水能救，获囚能救，迷方示路，暗惠明灯。」意思是：正法能救度沉溺在欲海的俗人，正法能拯救生命陷入困境的世人，正法能给迷失生命方向的路人指示正路，正法能为黑暗中的众生点亮一盏光明法灯。在这都市丛林中宣扬 佛陀正法，就好比在燃烧的灯上持续的挹注清浄的灯油，让这一盏法灯能持续发出清浄的光明，这真是一件拯救人心的工作。

在此，还要感谢原始佛教会的法工们，甘愿且欢喜的付出心力、体力、时间，团结互助，分工合作，维护这一盏正法明灯，让更多的法友们能来禅院学法修行，点亮内心正念的心灯。

从今年起，我们要开始建教的工作，请法友将所学的正法应用在生活中，让困难更少，生活更好。我想再引用《相应阿含》93 经中的譬喻：佛陀教导婆罗门，要他供养三种火：根本火、居家火、福田火。根本火是指要恭敬奉事父母，因为父母是我们的根本；居家火是指要将财物分享给亲戚、好友、公司员工，因为他们是我们事业的伙伴；福田火是指要尊重供养如法如律的出家人，因为他们能调伏我们的愚痴、贪欲、嗔恚，让我们增长福德。请大家一起传播正法明灯的火苗，去利益我们的亲友，让他们也能看到正法之光明，让您的生命燃烧起来，以这三种火去兴旺您的家族吧！

最后请大家以掌声，给予原始佛教会的法师和法工们鼓励！



台北禅院二周年庆 法友感言

尽力做现前可以做的

台湾 法住

很高兴能与诸位一同欢庆台北禅院二周年纪念，藉此机缘，愿与法友分享近几年学法、当法工的体会。

2010 年春节十日禅过后不久，法正和我接受大师父的征召，筹划《正法之光》的创刊；在此同时，中华原始佛教会也筹备成立。教会成立后，我便担任《正法之光》的执行编辑。期间付出许多心血，收获与体会也就相对深刻。

当时接下这份工作，诚如大师父所言：「是不得不做！只要对大家有利益的事，就该去做。」所以我们愿意尝试。由于自己曾有过实务的编辑经验，所以自认为「会做」。但经历将近四年、完成 37 期杂志之后，我有了不一样的体会：有经验，但没有所谓的「会做」或「能做」。因为每一期的状况都不同，只能勇于承担并面对现况，尽力做现前可以做的。事实上我们是期期难过，但也期期过。有益的事就该认真去做，而不是依据「我会或不会」来抉择要不要做，或者做之前犹豫不决，导致放弃。如果根据目前可以做什么而付诸行动，苦恼就能解决一大半。

去年夏天，教会增办了脸书、电子报二个宣法平台，多位年轻法师与法友戮力以赴，乐在其中。我暗自叫好，终于有更多人体会编辑工作的甘苦，这种相互了解是很难得的。他们做得很成功，对《正法之光》的编辑提供了莫大助益。两边编辑群互通有无、互相帮助，让我体会到，别人的成功，也可促进自己的成办。

负责《正法之光》编辑的前二年，辛苦与挑战真的层出不穷，但真心想办妥事情，面对问题、解决困难就成为必要。也明白利益众人之事必定是重

大之事，“大事”绝非个人之力可成办，若要集众人之力，唯有「做现在，不做自己」，因此我心甘情愿地调整自己，虽然改变自己真的需要费心费力。随着一期期《正法之光》的出刊，在经历中学习解决困难，渐渐的，“苦”的感受没有那么浓了。望着得之不易的一点收获，回顾往昔，能值遇如此良缘，深感庆幸！

谢谢大师父智慧的引导，并提供我们练习的平台。谢谢僧团法师们从旁默默的助成！谢谢编辑团队的付出，特别是总编—法正师兄，虽然他是大忙人，身兼数职、扮演多重角色，却总能笑咪咪的；其勇于承担、解决困难的功力更是一流。与他共事的这段时间，我从他身上学习到很多做事的诀窍，并在共事中培养出合作无间的革命情谊。

最后，再次呼吁：成就此一大事因缘绝对要靠大家共同出力，我们很需要大家的协助。更欢迎大家投稿，分享您的修行体会，利益一同走在这条路上的人。





台北禅院二周年庆 法友感言

完美是所有美好事物的敌人

台湾 法言

2014年2月28日，台北禅院成立二周年纪念日。自己依止大师父、僧团学法已然两年多了。学习过的课程包括有 随佛长老传法「原始佛教的禅法与生活的统贯」、「生活的智觉与解脱」、「大澈大悟」；中严尊者讲述「初级禅修」、「原始佛教的确证及开展」，以及 生觉尊者讲述「相应菩提道次第」等等。

中严尊者讲述「原始佛教的确证及开展」，侃侃而谈佛史与部派沿革，内容扎实精彩。深入了解佛史流变，能更加确信「中道僧团」师承法脉有根有据，增加学习信心。生觉尊者讲述「相应菩提道次第」，讲解经文精密缜细，power point 辅助教学简单扼要，引领学员理解经文重点，依循正确的修行次第朝向解脱之路。

随佛长老传法「大澈大悟」，让我们在满钵米中寻找不存在的红豆，这个富含寓意的游戏让我有所顿

悟。发觉自己过往三、四十年的岁月也是不断地寻找红豆，寻找一个温暖的家、完美的父母、理想的工作环境，凡事吹毛求疵，实际上这些皆与现实不符，求不得是当然。长老曾开示“完美是所有美好事物的敌人”，为了追求完美而看不见自己生活在一个不真实的想法里；看不见自己背后隐藏着嫉妒、骄傲、自卑、不安全感；内心期待着被接纳、被肯定、被认同；在希求不满的情况升起忧伤心绪与挫败感；痛苦油然而生。在不断寻找红豆的过程里，看不到父母对我的关心，朋友对我的鼓励与关怀，也看不到同事对我的信任及周遭许多美好的事物。

这两年多的学习，感觉上好像多念个学位，这个学位没有实际的文凭，却让我的生活直接受益。我感觉到自己的转变，变得积极进取、懂得自利利他。感谢 随佛长老，感谢中道僧团僧众，也感谢法工、法友们彼此的提携，谢谢大家。



台北禅院二周年庆 法友感言

找回彩色的人生

台湾 法晋

我的生活一向安定，唯独内心总有不安潜藏。童年时，无法理解外婆所说的轮回，幼小的心灵充满恐惧害怕：万一没有行善，堕落到恶道被割削刑罚怎么办？从那时起，便常思索如何能够不轮回。

婚后，透过一篇报刊报导与佛教结缘，自此以佛教徒自居。当时我被教导，人生的遭遇都是累世的因果业报，唯有仰赖佛菩萨救拔方能离苦。但仅仅如此，无法解除我内心的迷惑，因此失望的选择退出。

直到有一天，受邀上内觉禅林供僧，幸运地面见随佛长老。透过长老的说法开示，逐渐了解佛史流变与佛陀的原说。指出真正的佛法是在帮助众生息苦，解决人生的痛苦。这种说法契应我心，使我重拾

希望。

感恩僧团的慈悲，让年过半百的我赶上了都会学院，展开生平首次的学法课程。我很珍惜能够听闻到被隐没了两千多年的佛陀原说，或许因为如此，让我愿意坚持，因为我足足听闻了一年多之后，才渐渐进入情况稍解因缘缘生的法义。

长老平实巧妙的譬喻讲解，无不希望我们能止息苦恼，生活更好。我虽不甚聪明但很「会跟」，希望跟随中道僧团的脚步，一步步去体证原始佛法，在有限的生命里，让自己成为一盏明灯，自利利他。衷心感恩 长老及中道僧团的法师们，因为有您们，我才得以找回彩色的人生，我会加油的！

重启生命真义

台湾 法能

好奇，或者是有强烈求知欲的我，通常对有兴趣的事物总不肯轻易放过，因此内心常充斥着「为什么」的疑惑。

在人生的过程中，随顺着世间传统的观念，不知不觉走到了目前的人生（结婚生子步入中年）。在这不算短的日子里，生命的忧苦愈来愈深，对生命存在的意义，产生很大的质疑，不知如何是好。

曾一味地信仰着菩萨的慈悲救度，尽力付出，却无法解决内心的迷惑，及根本现实的困境。

非常感恩 随佛法师倾毕生命之力，得令原始佛法重现人间；感恩随佛长老成立中道僧团；感恩中道

僧团不辞辛劳地为众生开展演出佛法的原说精髓，利益世间

非常有幸得闻师父用很多巧妙善譬，令弟子明白因缘法之理趣，引导弟子能更贴近缘生之真实。在整个僧团及共修前辈们努力的影响之下，我的人生观点及对生命的态度慢慢地有了重大的转现，重启生命之钥，开启全然不同的身心体察，能有机会重现生命的意义。

无法言表的感恩！谨能依着长老的教诲，认真务实地做一位佛弟子应该做的事，用澎湃的生命力量，将佛陀的伟大发现—因缘法，广传人间、利泽世人。



台北禪院二周年慶 法友感言

不一定要先見法 法能用就好

台灣 法耶

我們來自不同的家庭，有着不同的成長背景，學法歷程也不盡相同，造就我們南轅北轍的想法和性格。雖然我們有眾多不同之處，却都有一個共通點——我們都感受到生命的煩惱與痛苦。其實扪心自問，我們真的不幸福嗎？亦或是我們把幸福的標準值訂得太高呢？我們永遠期待着幸福的來到，卻將來到的幸福視為理所當然，永遠都還有更高的期待在前方。

小時候，一杯福樂冰淇淋讓我們覺得隔壁阿明比自己幸福，更大時，別人的一雙愛迪達球鞋又是我們羨慕的對象；如今我們吃冰淇淋、穿愛迪達球鞋還會有幸福的感覺嗎？我們不也依然羨慕別人開名車、住豪宅嗎？當有一天我們開著名車、住着豪宅時，真不会再有新的期待嗎？其實說穿了，有期待就是我們對當下的不知足。這件事我們從來不覺得它是一個問題或有任何的不对。

直到有一天 大師父告訴我們，只要有期待就會有痛苦，期待本身就是一種痛苦。痛苦是因為有期待而產生的，因為因緣法是不斷的流轉變化，當中沒有「我」。但是一般人無論做任何事，都存有「我」作了什麼之後，就會有什麼結果發生的期待，這和因緣法、緣生法的現實是不符合的。在現實的世界與真實人生中既然找不到我們想要的，苦就因而如影隨形。

大師父說：「不要做自己，只做現在。在現前的因緣做現在能做的事，其它的你想也沒有用。」又說：「不一定要先見法，法能用就好。」感謝大師父將我們永遠想不透、參不明的问题，用那麼容易做到的方法來解決。這比對我們說「一切都是無常、無我、苦、空」或是「業障深重」实际多了。我們願意依循師父的教導繼續前行。最後感謝 佛陀，感謝 長老，感謝 僧團。也祝福大家平安。



台北禅院二周年庆 法友感言

对 世尊无限的感谢

台湾 法开

师父希望我能上台分享心得，我实在深感惭愧。自己未能经常到禅院听法，对原始佛法的了解也很浅薄，无法提出精辟心得跟大家分享，只能讲讲原始佛法对我的影响。

首先是我皈依了 佛陀，我终于成为追随 世尊的弟子。皈依对有些人来说可能是一件简单的事，对末学来说却是一件重要的决定。末学从 2011 年开始接触中道僧团听 随佛师父说法，期间也参加过两次禅修营，但是直到 2013 年底，才决定皈依 佛陀，而这也是我这辈子的第一次皈依。

刚开始接触原始佛法、听师父说法，跟多数人一样心中觉得很欢喜，觉得 师父所说的很有道理也很有智慧，但是对于离贪断爱这一点，心里实在无法完全接受。我能理解要离贪，但是要把爱都舍断，那我们人味不也没了吗？这点是末学当初无法理解，甚至觉得不以为然的。我反而比较接受，我们心中要有爱，除了对身边的人要有爱，对不认识的人也要关爱、要包容、要仁慈，我觉得这才是比较符合人性的信仰。因此对佛法尽管敬仰，但是觉得佛法太过冷酷了点，随佛而行的生活实在令人挣扎且不愿。

自己身边有许多信仰基督的朋友，每一位都是品德优良、关怀别人的好人，从他们身上，我可以感受到基督信仰带给他们的正面熏陶。这些好朋友也很热情的送我书籍、DVD，邀请我接触基督教，但无

奈，自己心中实在无法接受有一位无形的上帝时时在关爱我们，要常常跟他祷告。所以自己就悬在那里，觉得基督教博爱的精神很好，却又无法接受无形上帝的存在；觉得 佛陀很真实，但又无法接受在人间要断爱的说法。

纵使无法完全的信受 佛陀法教，但却好乐听闻师父说法，每次听完都有不同的收获，渐渐的，对离贪断爱有了比较不同的认识，发现原来爱与贪是一件事，都是一种对生理或心理感受的追寻。至此，我完全信受了 世尊所说的法。以前觉得 佛陀与我们遥不可及，祂是天上的神，只能祈求其庇佑，现在觉得佛陀原来是一位老师，他发现了人类生命的本质，并且教导我们如何更有智慧的面对生命过程。就如同牛顿发现了运动定律一般，我们不会对着牛顿的画像祈祷，我们只会很尊敬的感谢他发现了宇宙中运行的法则，并且运用他的发现，让我们生活更好。

皈依后，昔日信仰的纠葛已经没有了，对于生命的过程，也没有如过去一般太多的想象与追寻。但是发现自己多了一个口头禅，常常对别人说「你想的太多了」。

过去礼佛三拜，心中所想的是无来由的庇佑；现在礼佛三拜，心里想的却是对 世尊无限的感谢，感谢 他的智慧对生命的渗透理解，并且传续千年，让佛子们得以远离无谓的烦忧。



重显世尊正法教 利泽天下众苍生

台北 微云

三月二日欣逢台北中道禅院两周年庆，末学与同修恭逢盛会。报到时一位年轻法师（恕末学不知法师法号）问我可否会后写些感言，末学欣然接受，谨将个人两年多来的听法感想记述如下。

两年前中道禅院启用，一年前周年庆，末学都有参加。第一次是抱着好奇与捧场的心理参加，第二次是以敬佩的心情参加，这次则是满怀感恩与欢欣地参加盛会。

两年多前 随佛长老在民有里活动中心宣法，末学从第二堂课起初次听到 长老说法，那堂课 长老以六入处展开的十二因缘表，开示宝贵的因缘分法，末学内心无比的震撼。真可谓：听 长老一堂课，胜过个人研读十年书。

在此之前，末学已护持一处所谓的南传道场十余年。十多年来却深感所学不足，一直靠自己研读原始佛教经典来弥补，不仅所学有限，一知半解；而且在对读《相应部》与《相应阿含》的过程中，形成一些偏差的想法：对于两部圣典互有出入或矛盾之处，误以为应以《相应部》为准，因《相应阿含》的梵文原典已不存人间，无从比对汉译；而《相应部》巴利原典仍代代相传，现有《相应部》中译虽不理想，还有巴利原典可比对，又有 Bhikkhu Bodhi 等法师大德的英译可参考。在查对巴利原文与参考现代英译之下，形成以南传圣典为尊的想法。

从民有里活动中心陆续恭听 长老说法，与研读正法之光长老的文字论述后，末学才知《相应部》与《相应阿含》皆是部派诵本，在历代祖师大德的编纂传诵、论述及解说下，世尊宝贵的真实法教已渐渐

流失，终至隐没于人间。两千多年后，长老揭开重重迷雾，再现 世尊真实法教，引渡现代学人迷津，千载难逢，末学有幸恭逢听法，深深感恩在心。

长老在民有里活动中心二期都会宣法课程后，台北中道禅院启用，末学当初是怀着捧场与好奇的心理参加。恭听 长老二期都会宣法；中道禅院启用，当然要捧场参加庆祝；再者，尚未接触中道僧团与原始佛教会，所以也好奇地旁观与会。

中道禅院启用后，末学继续参加 长老在禅院一期的都会宣法，对 长老的由衷尊敬之心已与日俱增，对中道僧团的严谨道风也有感知。因此，隔年周年庆，末学以十分敬佩的心情参加。

接着，长老在禅院宣说生活的智觉与解脱及大澈大悟两期课程，末学渴望听法之心，犹如大旱之望云霓，却因为某些因缘的牵绊，没有福分受教，深感无奈外，惟有静待因缘之转现。

转眼间，马年入岁，今年年初，牵绊的因缘已转，长老慈悲许可，禅院二月开始的菩提道次第课程，末学得以报名参加，先来听法，待将来进而学法。所以，禅院二周年庆，末学真的是满怀感恩与欢欣参加盛会。

恭听 长老当天的说法，如同参加一场法的心灵飨宴。长老开示缘生法的世间，每位生命无法完美自我与自由表现，也不应有人人平等的妄见追逐，而应契入合于当前因缘的公正与公义。长老又再次剖析部派佛教以来十结与无常、无我想的遗害，造成禅观次第错乱，正觉之道不起，修证难成，造成一般佛教徒消极避世、忍辱畏缩的人生观与生活型态。最令人



动容的是，长老以重建世尊时代的七众佛弟子，期勉大家一起来做现代的释迦族，并呼吁信众自利利他，先从自己家庭开始，从家族中至少培养一位传承人，为家族点一盏长明灯，立愿代代守护佛教，生生世世照亮族人。

长老一日宣法，严肃开示中，句句闪耀清明智慧，一股凛然正气，充沛天地间；时而幽默逗趣的话

语间，散发贴心的慈柔，令人如沐春风。苏醒的春日已临大地，正法法教日日开展，长老带领中道僧团，重显世尊宝贵法教，利泽天下茫茫苍生，谨深深致上无上敬意与祝福。

附记：由于一位法友的热心关怀与穿引，末学一度中断的听法机缘，得以加速重现，在此并对此法友致上谢意。

癌末员工临终 荷长颈鹿吻别

本文取材自 中央社 / 作者 蔡依珍 3/22, 2014

荷兰鹿特丹动物园 (DiergaardeBlijdorp) 拍到一张令人心酸的照片，捕捉到一头长颈鹿向癌末动物园工作人员诀别的时刻，这名工作人员将大半辈子投注在清理长颈鹿围栏。

英国「独立报」(The Independent) 报导，管理人员马里奥 (Mario) 是癌症末期病人，他要求将他送到鹿特丹动物园长颈鹿的围栏内。

54 岁的马里奥连人带病床，被推进长颈鹿的围栏。几分钟后，这头长颈鹿接近他，开始用鼻子轻碰并亲吻他。

将马里奥送到动物园的「救护车许愿基金会」(Ambulance Wish Foundation) 表示，马里奥不

太能动，而且说话困难。不过，他们说：「他的表情流露许多情感。」

救护车许愿基金会创办人维尔德布尔 (KeesVeldboer) 告诉荷兰「大众日报」(Algemeen Dagblad)：「这些动物认得他，感觉得到他身体不是很好。」

报导说：「(这是)很特别的时刻，看得出他神情焕然。」

马里奥也有机会向动物园同事道别，他已经在动物园服务近 25 年。

救护车许愿基金会仰赖 200 名志工协助垂死病患实现最后心愿，以特别设计的救护车运送他们。





烫金新人生

台中 法善

从小，看到父母为了生计，从早忙到晚，一刻不得闲，让我心有所畏，也影响了我日后的工作态度。高职毕业，进入社会，工作还算平顺，即使收入普通，也因自己物欲淡薄，不觉得匮乏，所以人生最大愿望就是「不要工作」。

这个愿望终于在 2013 年过年前实现了。待了十三年的图书出版社因为景气关系，将我这唯一员工遣散了。一笔遣散费，让我很安心的实现毕生愿望「不要工作」。不要工作，就是可以做自己想要做的事；还在工作时做了一堆计画，但真的不用工作时，却什么也没做，只是整天挂网无所事事。大半年过去了，对于找工作还是不上心。

直到 2013 年 11 月看到报纸刊登的征人启事，因而跑去应征。虽然到工厂后，发现并不是想象中的工作性质，但老板娘雇用我，并且必须即刻上班，我就顺其自然的，又开始了工作的日子。真正开始上班后才知道，这是一个非常辛苦的工作，从上班站到下班根本是基本功，可怜的双腿！我要抱怨工作辛苦吗？不！已经答应老板娘来工作，就必须为承诺，负责到底！下班后，我立即躺平，双脚高抬靠墙，减轻整天站立的伤害。

我所面临的问题，不是工作的辛苦，而是身体的疲累。但我不抱怨，而是想办法解决身体的劳累。我能有这样正确的态度，要感谢随佛长老的教导「『遇到问题就去解决问题』」。工作慢慢上手，被要求学习换钢版与金箔纸时，我内心相当抗拒，操作机台应该是男生的工作啊？但我一察觉自己落入这种分别时，马上想起随佛长老的教导：「『困难是想象出来的，去做就对了。』」我立即释怀，认真的学习如何换钢版与金箔纸。

金箔纸是套在实心全铁的轴心上，轴心之重，真不是我这个弱女子拿得起的，吃足苦头，然而几次之后，也就轻易上手了，真是体会到长老所说：「去做就对了。」

有长老的教导当后盾，我的工作态度与同期员工截然不同：我什么都肯学；她则抗拒不做。因此我们在公司所受到的对待也就不同：主管对我耐性十足；对她却严峻不耐烦。甚至有要务商请老板处理时，主管也派我出面代为沟通、协调。

从上级的态度让我真切体会到因缘的影响。长老曾说：「自己的人生要自己负责。」在这次的工作经验中，我获得深刻的体悟！从立志不要工作到认真的面对工作，我终于了解工作是生命的一部分，也体会到，人生太过幸福，容易把应当珍惜的事当作理所当然而忽视。

从小，我就不喜欢吃东西，但经历这份经常为了赶进度，没有时间好好吃顿饭的烫金工作，我才发现，过往的自己太过幸福，根本没饿过，当然不觉得吃东西是种幸福，那种幸福不是贪着食物的美味，而是体悟到，能有时间好好咀嚼食物的滋味是那么平常，却是一般人认为理所当然却忽略的幸福。

世界本来美丽多彩，双脚踏在实地上才能体会生命的质量，但人们往往因为妄想而不满现状，误以为世界是黑白，每天痛苦，认为自己活在地狱中，却不去看随手可得的幸福。

这次烫金工厂的工作经验，让我体悟到从来没有发现的幸福，这真的是我的「烫金新人生」！随佛长老的每句教诲，都让我的人生增色不少「感谢长老，感谢中道僧团，感恩！Sādhu Sādhu Sādhu!!



在正法的光明中「重生」 ——戒酒记——

江苏 法量

去年六月七日在随佛长老的见证下，皈依因缘法、四圣谛，并且受持五戒。虽然进步不甚明显，但个人觉得受益之处，在此愿与诸方法友分享。

最大获益就是终于戒酒成功。由于家族、工作环境的影响，一直有饮酒习惯。虽然当时已经在学习北传佛法，明白五戒中有饮酒戒，但仍未下定决心。皈依时，曾坦承表明自己无法五戒全持，主要是饮酒戒。法师慈悲地说先皈依吧，持戒的事慢慢再说。那是 2008 年的事，这一“再说”就再说到了 2013 年。

研读长老有关持戒一事的开示后，了解到，持戒总比不持戒好，持得多总比持得少好。慢慢地从不持戒到持戒，从少分持戒到多分持戒，再到五戒全持，正是人生的一个正向的过程。因此生起增上的欲想，愿意尽力持守五戒。至此方才体悟，身体力行才算真学法，皈依后落实持守 佛陀为在家人制定的五戒，才能真正获得法的利益。

然而受完戒，问题才真正开始。一个饮酒之人，突然之间各个场合说不喝了，确实有点反常。然而，

我事先的铺陈挺成功的。我的身体有些小毛病，尤其是鼻炎和口腔溃疡，鼻炎是气温一变化就犯；口腔溃疡经常大半年迁延难愈，两者在我“大力宣传”并直接“向人展示”之后，已然众人皆知。经过这番大肆铺陈之后，再加上去年七月特意贷款买车，一切似乎变得师出有名了。

平日居家偶与父亲对酌，受戒之后，直接向父亲言明此后戒酒的决心，父亲表示理解和支持。接着就是同事朋友聚餐，也郑重宣布“退出酒坛”，恳请谅解。阻力当然免不了，有人表示支持，也有人百般劝阻，但在我坚持之下，众友逐渐接受了我 不饮酒。然而真正的考验是在过年期间，往年过年，从腊月三十直喝到正月十五，顿顿不歇，亲友多啊！昔日下不了决心戒酒，与此大有关系。传统习俗，年年如此，突然不喝了，难免担忧亲友的批评。心想改革旧有生活模式，总需捱过过渡期，我坚定意志，滴酒不沾，向在场的人表达歉意并说明相关情况。令人高兴的是，所有的人几乎都表示理解。年关一过，戒酒算是成功了。

顺便谈谈戒烟的事。过去曾有抽烟习惯，后来出于健康考虑；也觉得为人师表，应当以身作则远离烟害；再加上我觉得人不能受物欲役使，因此戒掉了。但不算戒得彻底，偶尔应景抽一两支。后来了解饮酒戒只是一个概述，里面包含了戒除所有可能会让人成瘾的东西，就决定再也不抽了。这是在戒酒前面的事。

提及戒烟、戒酒之事，是希望能给有相同困扰的法友作个参考。我体会到，若是真心想戒烟、戒酒，绝对办得到，否则必替自己找各种借口。吾辈当扪心自问：如果连烟酒的问题都解决不了，还能奢谈离欲解脱吗？当然，各人面临的因缘条件不尽相同，各人的路只能自己走。

祝所有的法友生活更好，困难更少，远离烦恼，正向菩提。



亲近善知识

四川 正乘

我们一家三口从成都来到内觉禅林过春节，近学于中道僧团，只感觉自己遇到了好人，深感幸运。

“中道僧团”名副其实，从长老到每位师父都让我们感受到了他们的平凡而不平凡。平凡的是：师父们亲切、热情如家人般的对待，我们仿佛回到熟悉的大家庭；不平凡的是：师父们将因缘法、缘生法的学修贯彻在生命的现实中，我们都能细细体会得到。

除夕之日，僧团从长老、法师，到所有法工，没有一个人闲着，大家认真做着自己可以承担的事情，布置道场、做团年饭……充满浓浓的过年气氛。在这个过程中，长老见一位刚从南部来的法友，问到家中情况时，长老很亲切地说：「有问题就证明还活着，就证明有解决问题的人生价值。有问题就解决，但不要期待一天就将所有问题都解决完，更不要期待没有问题的人生。」

吃过团年饭，长老亲自带领大家布置禅堂。看到长老一丝不苟、精益求精的做事态度，我顿时明白中道僧团为何能够如此和谐、行止严谨、却又不失活泼的原因了。

正月初一，僧团剃度新僧出家，梦龙法友剃度成

为成慧法师，法十师姐剃度成为成睿法师。

长老开示出家是需要智慧，而不是福报，是靠智慧出家，出烦恼痛苦之家，而不是搬家，不是逃避现实的搬家。出家是中道的修行，出家不谈自私，不谈牺牲，不谈解脱道，不谈菩萨道，出家是用智慧如实地生活，平安、幸福、智慧地过中道的生活，自利利他同行地生活。

道一师父开示：出家是担当，是责任。

成慧法师感言：出家不是找苦受，出家是寻求现法乐、涅槃乐。

成睿法师感言：自己准备好了要改变自己，所以老师就出现了；老师就是 佛陀，老师也是自己的五阴身心。

这些都让我明白了修行、出家的意趣所在，修正了过去一些糊涂的想法。与师父们同住期间，聆听长老的教导，看见他们做人做事的律仪，再反省自己，感觉落差实在太大了。过去我生活在自己的想法中，生活在回忆与期待中，自己还不自知。看到中道僧团从长老到每位师父都事事用心，却不陷



于事情中；自己做事却是陷在事情中，只顾结果，鲜少观察人与事的“生态”环境。师父们是看因缘，而我是看结果，从思维模式上，很明显就能看出修行人的不一样。

过去多喜欢形而上的思考，认为修行是“悟”道，用想法去“悟”道。亲近长老和僧团才体悟出：“道”在人与人的交往中呈现，道在做人做事中贯彻。长老教导我们因缘观，就是解决怎么与人相处，怎么处理事情，怎么在生活中减少烦恼，这才是真修行，而不是只在蒲团上修行。修行就在待人处世上进行，解脱就在应对进退中表现出来。

长老和每位师父对我们无微不至的身心关照与帮助，让我们生命成长了许多，如同经历了生命的大洗礼，有重读小学的感觉。

过去，学了很多年的法，虽然有一些好的滋养，但生命依旧僵硬。亲近长老和僧团，明白了“影响”之妙，生命的僵硬开始软化了，“活”过来了。还生起了“该退让时就退让，该争取时就应当争取”的无畏感。

近学长老和僧团，让我感触最深刻的是他们的“用心”做事，“用心”与人相处；“用心”在因缘上，而不是结果与期待上；“用心”在慈悲关注世人的现实痛苦上，而不是名利或开宗立派上；用心在光明、和乐与正法的弘扬上；用心在当下的因缘上，而不是是非拉扯上；用心在当前能学习的经验上，而不是对与错上；用心在当下直接的行动上，而不是玄虚空洞的理论建构上。

近学于中道僧团，亲近善知识，萨度！萨度！萨度！

菩提中道 正向菩提

河南 法尧

随佛长老在年初一的开示中说：「『中道』基本上不是『解脱道』，也不是『菩萨道』。这两条道路都不是我们要走的，我们走的是『菩提道』，菩提道强调如实而行，自利、利他同步并进，因为这符合智慧的知见及世间的真实。」

这段话，深深地震动了我，促使我深入地回顾与思考。

佛陀的教法叫我们如实地看待自己与世界。如实才是真正的智慧。它不是耍弄玄妙或权术的小聪明。有了佛陀教法的学习与领悟，我们才能既不偏向于自私、冷酷的逃避、厌离与「解脱」，也不偏向于缠缚、盲目、愚笨的热情与付出；在因缘法的智见中，我们就能中道、平衡的利己利人，身心两安，内外兼济，稳健而又有活力地生活。

个人从前信奉过类似「菩萨道」的东西，将青春和一腔热血浪费在徒劳无益的「事业」中，既无利人利世，更谈不上利己，「家国徒忧愤」，茫然不知所向；之后，对此的厌离导向了另一个极端，那就是「解脱道」：家事、国事统统抛开不管，先谋自己的出路再说，但却好似手提着耳朵想离开地球，依旧行不通。

长老的一席话，如响鼓震醒了梦中人。原来佛陀所说的解脱，是要我们从妄见中解脱，从痴、贪、嗔中解脱。幸遇长老与中道僧团对原始佛法的弘扬，个人如久旱逢甘霖，感到非常的充实与振奋。方向已经指明，道路就在脚下，剩下的，就看自己的精进力了！

感恩 随佛长老！ 感恩中道僧团！



关于改变家庭互动模式的一点体会

浙江 谈天

长久以来我一直致力于钻研一本非常重要的「经」，但直到今年接触原始佛法之后，才有所开窍。这本「经」就是那本流通最广的、最著名的「家家有本难念的经」。

我们家跟许多家庭一样，虽然家里也有「和气」，但也经常伴随着「赌气」、「出气」。

家人都知道之所以家庭气氛不愉快，有一个重要的根源，那就是我爸爸的双亲里有一方是后父，我妈妈的双亲里有一方是后母。但是知道了又能怎样呢，依然无法控制自己的情绪，时间一长，自然就会感到无奈，于是成了一种「宿命论」——过去决定现在论：过去的阴影，注定对现在造成不愉快的影响，注定无法改变，只能认命。这是很多人的认知模式，现在出了问题，总是找过去的、历史的原因，总是把责任推给过去，而在当下就会觉得无可奈何，难怪那本经会被叫做「家家有本难念的经」。

最近我跟爸爸的一次互动中，爸爸习惯性担心我是不是出错了，我习惯性地开始产生不愉快的情绪，但在那个瞬间我突然在心里问自己，为什么总是习惯性地把爸爸的关心当作「不信任」，甚至是「兴师问罪」？于是，我的那个不愉快的情绪自然就停止了。在那个瞬间我突然感觉到爸爸的痛苦和无奈，甚至也能感觉到爸爸的后父也有痛苦和无奈，因为爸爸和他的后父之间是相互的不信任、不接纳，绝不是仅仅只有一方受到伤害。

在那个瞬间，我也感觉到，在人际互动之中，我跟爸爸似乎是你中有我，我中有你，很难分清为两个

界限分明、固定不变的人。从前我习惯性的在心里认为好事总是自己的功劳，坏事总是其他人或者前人的责任，但在那个瞬间，我发觉自己也在配合地参与那个坏事；我不信任爸爸，好像他不是我的亲生父亲，我又在用完美主义的标准苛求亲人，在那个瞬间我感觉到爸爸也在参与好事，爸爸也在努力，希望自己的孩子不要像自己那么不幸，希望自己的孩子可以信任自己。

当我的不愉快的情绪及时停止的时候，我同时从爸爸的眼神里面看到了同样的变化。据说改变自己就可以改变他人，我曾经很赞同这种说法，但现在看来，的确是不准确的，还不如说那个互动的关系改变了，并不是哪个「人」改变了。

爸爸当年跟自己的后父之间的互动关系，会影响我跟爸爸之间的互动，但是这个影响并不是发生在过去，而是发生在我跟爸爸当下的互动之中，所以到底是什么样的影响，还要看我跟爸爸在当下的表现。这就是因缘、缘生的现实，所以从因缘法来看问题才能解决困难，任何过去不好的事情对现在造成什么样的影响，要看现在是积极应对，还是只知道消极地抱怨；相反的，如果认为过去对现在的影响发生在过去，那么现在只有无可奈何的认命了。

人们在抱怨某些人事物伤害自己的同时，往往没有注意到自己也在当下配合参与了，就好像在拥挤的人群中，有人指责对方挤着自己的时候，他没有注意到自己也同时在挤着对方，对方之所以挤着自己，正是自己参与造成的。



既然现实是因缘、缘生，那当然注定不会有完美，所以人生最大的问题和痛苦，就是坚持各种各样、大大小小的完美和对理想的期待。不求完美或许就是最难理解的，很容易被误解为不求上进、不思进取，就算在理论上理解了，那也是在现实中最难做到的，或者说不自寻烦恼是最难做到的。我自己的体会就是如果人生不自寻烦恼，那简直就不知道怎么过日子了。

世上有许多为人熟知的道理，比如说：「活在当下」、「不要拿别人的错误来惩罚自己」等等，实际上并没有获致什么好效果，也许只有很短暂的安慰作用。而随佛长老给出的秘诀是：「改变认知模式」——修行人不以对错看世间，而是看痛苦怎么起、怎么灭。老实说，看了随佛长老的开示，我并不能马上就在生活中运用，而当后来能够有所运用而产生一些效果的时候，我才知道为什么以前不能运用——因为苦没有受够是不会甘心的。

在禅林过年感言

台湾 法中

在赶完繁重的农务，并将家里除旧布新后，于除夕前一天夜晚，来到了台北中道禅林，过着沉淀与静养的日子，很感谢僧团与法友们的照顾与关心。

首先先分享道一师父让我铭心的几段话之大意：

「这世间苦难的人太多了，我们在这儿还有人可以倾诉、请教与解决，是件幸福与值得感恩的事！」

「你没有发现大家都很苦吗？所以更应该开心地面对，并关心法友们。」

「人生已经很苦了，不要再让自己心境这么苦。」

我发现自己是个只会努力工作而不会「生活」的人，这样的模式正如虽知道佛法的理趣，但生活上的运用与自身改变的幅度仍然有限。以前总有个想法，先将整个法义与禅法厘清贯通，如实知见后，才能真正自利利人，所以人际与生活型态依旧自限于封闭狭隘的状态，对自己修行的评价常常是「载浮载沉的瓶颈」与理性思维上的质问与惭愧，实质上的提升很有限。

静住道场这段期间，看到每个师父们对法友们的关心、帮助与法务的耕耘，以及法友们对彼此热忱欢喜的付出、关怀时所展现的光辉与活力，让我省思到自己需要重新调整，我不能再期许自己做到理想中的完美，因为不切实际且可能做不到。应走入人群，因为在其中更能看清内在的烦恼，亦能学习到正向的态度，与发挥利己利人的效应。也因此，让我更加深刻体会到「待人接物、品行、良知」是何等重要！因为无论有无学法，这些都是立即在生活上呈现与影响着，不仅是个人基本的资粮影响着周围生命的品质；就算学了法，也得重新在这当中修正与调整。

记忆中大师父在围炉法谈时说到：许多善良、虔诚、牺牲、奉献的佛弟子就像「抹布」，在佛门、社会上默默耕耘付出，可是却总是面临许多令人伤心、心疼的处境。当时我内心激荡不已。初八那天，我离开了禅林，内心自勉此生要尽力守护 佛陀的法灯、守护僧团，因为承受的恩泽与慈悲难以回报。



放慢脚步 才能走得更久

台湾 雅筑

大一上学期一转眼就过了，在这几个月里，我学到了什么？

应该是，面对挫折以及放慢脚步吧。

刚开学的前两个礼拜，我的感觉是不适应的，非常痛苦；高中三年的努力与轻狂，随着分配志愿的白纸黑字而黯淡，全班 24 个人里面，只有我到了这个校总区在山边小城的国立大学。社群网站上一堂课了，谁和谁一起参加同一个活动，谁和谁固定每个礼拜约出来吃饭，这些热闹渐渐地从我的生活远离了。

我在这里做什么？为什么我会在这里？

我的宿舍离教学区其实很远，步行大概要 10~15 分钟，沿途是一片片的大楼预定地——其实就是空草皮——早上有白鹭鸶在觅食，下午有附近居民来散步，天气好时会看到有人放风筝、拍照，每天就这样走着走着，心情也慢慢的慢了下来。

高中的时候，班级和学校的竞争激烈，要获得什么，就要去抢夺和占有——没有思考的时间和空间，就要不断的扩张，生怕自己的领域被摧毁；和一个人

说话的时候，总要战战兢兢地想着对方是否真的不在意、会不会嘲笑自己、会不会在背后捅人一刀……

没有自己的空间，每分每秒都是紧张。

我以为是挫折的大学，却让我看到人性光辉的一面。

我以为是热血笨蛋的同学们，反而是最令我感到温暖的朋友，你从他们身上感受到的就是很真实、很诚恳、很令人放松；在这个晚上九点过后街上就一片冷清的地方，我以为苦闷无聊的生活，却让我有了余暇时间放空，进行自我对话和探索。

不用绷紧神经去猜测或苦恼，只要放慢速度，欣赏沿途的风景和自己的步伐。

有些事在当下或许以为是挫折，但其实那只是另一条路的指标；或者挫折本身就是另一条路。若因先入为主的观念而蒙住眼睛，就不会看到沿途之群花盛放。

学着放下自己的成见，轻缓地移动，是我上大学后第一门课题。



上「原始佛法-菩提道次第」之心得分享

台北 真心

2013 年夏日，同友朋市郊登山。路经山涧，潺潺的水声透出无限清凉，大伙儿忙不迭地脱鞋戏水，伴着山风笑语好不惬意。孰料隔日，无一幸免，众人手足均起红疹。经问熟悉附近地缘的山友始知，溪流上源有人养猪种菜，皮肤发炎恐是水源污染所致。

我们习以为常地认定山泉清净无疑，故未留意水质是否遭受污染。这段经历让我联想到，平常人们的一些认知，包括宗教信仰，无不受到先人长辈或权威人士的影响，往往未经思索即全盘接受，不曾深究事理的真相与合理性。

原始佛法原是纯朴务实，如同恒河上源雪山之水纯净而清澈。然而随着二千多年的人事倾轧、因缘变化，逐渐地掺杂了印度传统奥义书思想、各部派的部义与论师见解，以及南北传当地文化习俗。使得现今的佛法看似内容缤纷繁复，实是杂芜而难以厘清。但后世佛子皆以「佛说」全然概括，无怪乎现代人学佛莫衷一是，难寻入处。

难能可贵的是，此次上课内容——相应菩提道次第，便是来自佛灭后的第一次经典结集，收藏于汉传《相应阿含》及南传巴利圣典《相应部》，经随佛长老多年心血对照考证两者之共说编纂而成。内容完全依经不依论，明指道次第是依惭愧、不放逸行，向于

老、病、死之解脱。导正佛子过往迂曲迷惘的方向。

「惭愧」之意涵容易理解，不像「出离心」与「大悲心」抽象难体会。每人都有惭愧经验，取决于自己是否愿意勇于面对。修行以惭愧为基础，有惭有愧，依经云：「以惭、愧故不放逸；不放逸故恭敬，顺语，为善知识；为善知识故，乐见贤圣……，堪能断老，病，死。」整个修行次第有条不紊，脉络分明，我们只要老实依之而修即可。

不必期待开悟，开悟亦不在期待中。唐朝无尽藏比丘尼的诗偈云：「终日寻春不见春，芒鞋踏破岭头云；归来偶把梅花嗅，春在枝头已十分」，不是吗？修行就在日常生活的因缘里。修行应能实用于现前生活中，使痛苦减少，生活更好，远离烦恼。

生觉尊者为人和善慈悲、口条清晰；精心制作的电脑画面生动扼要；讲经内容完全依原始经典而说，有根有据，未杂个人论见。听课之间，世尊之教法宛然再现。于是乎，我乐于融入中道僧团的教化之中。

最后以郑板桥的诗来表达我在中道禅院学习的心情，「咬住青山不放松，立根原在破岩中，千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。」感恩 随佛长老与中道僧团僧众慈悲的付出，长养佛子慧命，弟子等只能认真不放逸，报师恩于万一。



2014 年春节内觉禅林学习有感

四川 正演

我们一家三口在一月二十八日从成都来到内觉禅林。禅林虽不大，但清雅温馨，就像来到一个温暖的大家庭。在这之前，从网站上看到中道僧团长老与师父们的合影时，想到他们拥有高学历、年纪又轻，却能放下世间的享乐和名利，选择出家修行，感觉既神秘又神圣，为他们的放下感动得泪流满面，敬佩之情油然而生。同时也感到何其有幸，有着像大师父这样的善知识，带领着一个能继承 释迦牟尼佛正法的僧团，成为众生学习正法的依止，让我们这些充满烦恼的无闻凡夫有了解脱的希望。

如今来到这里，了解到中道僧团除了设法透过网路、电子报刊、正法之光、视频、影碟，让各地的法友方便听到长老的佛法开示之外；百忙之中还要接引法友，给予正向的引导，帮助他们度越困境。正如一位法友在文章中所说：「中道僧团不传布宗教，只关怀世人的苦恼，循着 佛陀的足迹，向于菩提。」僧团就是秉持着这样的宗旨，以因缘法的真知灼见看待生活中的琐事。尤其是道一师父和生观师父会以其女性的细腻观察，给予法友心理上正面的引导；并且帮忙协调亲子关系。道一师父不仅亲自指点甚少下厨的年轻法友做菜，教诫他们身心独立的重要；也会针对他们生活上的盲点给予良好的建议，态度从不敷衍。无论如何你很难找到哪一个僧团会是这样的人情味。这次我亲眼看到了师父教我女儿做菜的耐心，让我这个做母亲的都自愧不如，同时也感到孩子来这里太麻烦师父们却无法报答的不安。

道一师父曾经在给孩子的电子邮件里说到：「关

心人和接受关心都是一门要学习的课程。」当时我很诧异，这个有什么可学的呢？这次来这里和师父一起出门时，我才有所体会。当我帮师父背背包时，其实那个包并不重，但是我想表达对师父的关心；师父也不是背不动非得要我帮忙，但师父懂得我的心意，接受了我的关心。这正是我要用心学习的地方。僧团的每一位师父对人都是那么热诚，刚到时还有点陌生，当你逐渐融入这个团体时，却感觉好像回到家一般。特别是大师父，看起来挺威严的，经过这段时间的接触，我感觉大师父就像一位慈祥的父亲。有一天，大家从伊通街台北中道禅院回到山上的内觉禅林，有点像要感冒的样子，大师父就给每个人药，这个举动让我感觉既亲切又温暖。有别于现代人不敢做好事，怕惹祸上身或者遭人诬陷，僧团的师父们却没有这样的思维模式，总是不厌其烦地帮助法友克服困境，使他们获得正法的利益。大师父担心远地而来的法友们不好意思住在这里，就说：「人不能只栽树让别人乘凉，而不愿在别人的树下乘凉。」为了就是让法友们放宽心踏实住下。我也谨记道一师父对我说的话：「我们是来修行的。」师父们的这些话，在在让人感受到相处的踏实。我觉得在因缘缘生的法则之下人生不可能完美，但一定可以自利利他。众人彼此互信互助，共同成长与分享，让生命向善、趣向菩提。我们能做的就是皈命 释迦牟尼佛，皈命因缘法、四圣谛，皈依离欲解脱僧团，好好修行，护持续传正法的中道僧团，让正法久住。

能来内觉禅林过春节，真的很感恩大师父、道一师父和僧团，和师父们相处了十多天，又听大师父开



示，使我越来越坚定信受因缘法才是我真正的皈依处。我逐渐明白：认为只需念佛，就可以解脱生死轮回，是一个错误观念；也知道贪爱是生死的根本，而不知怎样才是断贪的正确态度。通过师父初六的开示后，才明白离贪的正确态度是不离因缘。在我们六根接触六境时，靠什么不粘着呢？如实正见因缘缘生，好与不好的因缘都会改变，这样心里就不会粘着。学习了因缘法，发现了自己的很多问题：就是对于生活的不顺，不如如实正见因缘、脱离现实的因缘、期待想象中的因缘，这样就造成了现实与想法的落差，因此内心就有焦虑、痛苦和烦恼。生活就是修行，没有离开生活的佛法，我们生活得顺与不顺，就在于人与人的交往中，包括自己的家人。如果我们总是以自己心

里认为的好与不好的标准去评判人和事，这样就违背了因缘法，就有了错误的认识和错误的处事态度，就会有好人和坏人的分别，有爱和恨的分别，有生活中的顺与不顺。师父曾开示说：「好和坏没有固定的自我性，什么样的因缘就会有什么样的因缘状态，不是好和坏在改变，是因缘在改变。只有这样，才能改变我们看一个人不是白就是黑的错误认识，认识一改变，天地自然宽，我们才会包容自己和包容他人。」对于因缘法我虽然还没有很深刻的认识，但我只要走在这条道上，我相信自己会越来越进步。

最后我以中国大陆弟子的名义祈愿长老及僧团所有师父法体安康！正法久住！感恩 佛陀！感恩长老！感恩僧团！

大年初一 快乐法工

台北 法洛

大年初一当天，一大早五点就起床，因为这天要帮忙开车到捷运站载法友上山。还记得听到生谛法师吩咐我这项任务时，非常高兴，心想终于有机会贡献一己之力了。

一到禅林先与法藏师兄清洗座车，约在 08:30 左右跟着法藏师兄开车下山。当时的我内心有二种心情交杂着：一是喜悦，一是紧张。喜悦的是可以尽点力帮忙接待法友上山；紧张的是不知如何与法友们互动，只好用微笑来面对！最后在法藏师兄的引导下，完成了这项接众任务。

接下来便去厨房帮忙切菜、洗菜，过了一会儿，师姊告知剃度仪式及点光明灯即将开始，催促我赶紧上禅堂观礼。刚进入禅堂时，看见大师父、道一尊尼及法师们皆坐在同一方向，感觉场面很庄严。有两位居士决定剃度出家，法洛很高兴他们能成为中道僧团

的僧众，从今往后又多了两位法师来弘扬正法、关照法友，法友可说是愈来愈幸福了。这是生平首次参加法师出家的剃度仪式，充满好奇，更是满心欢喜。

经过接触学习之后，逐渐了解原始佛法竟是如此真实与务实，原来佛法可以如此贴近生活，寻常的生活言行便是修行的关注所在，琐碎的处事步骤都是洞见因缘法的训练，庆幸自己找到了皈依处。

感恩大师父的慈悲教导，让众人得到法的真实受用。从 佛陀的教法来看世间，竟能如此明白透彻，明白后便不再妄执，使我们生活越来越好，烦恼越来越少；原来世间所有一切皆是因缘、缘生，在不断迁流及互相影响中改变，无法掌握与保有现况；唯有认真面对当下，运用智慧解决当前问题，烦恼方能当下解除。



千里学法一线牵

我们学习原始佛法的历程与运用

美国 法融 法毘

2008年，大师父受邀到波士顿干佛寺举办为期十天的禅修。法融跟随着麻州佛教会的几位法友前往参加。法融与法毗虽然学佛也有二十年，但总觉得佛法高深难以契入。但听到大师父讲授原始佛法时，深深的被震撼及感动，发现原来真正的佛法就在此。大师父要回纽约之前，应麻州佛教会法友们诚挚的邀请，到麻州佛教会的普贤讲堂，为大家作个简短开示。法融与多位法友就在那次的开示后皈依了大师父。

一年后（2009年）大师父及师父们又回到纽约市驻锡。麻州佛教会借机恭请大师父进行为期一周的演讲及禅坐指导。参加的法友很多，许多人认为，经过多年的寻觅，终于找到了佛陀的正法。从此定下心来，老老实实跟着大师父学法修行。大师父离开后，讲堂的师兄师姐们为了能持续用功，成立了“原始佛法实践班”；同时恳请大师父慈悲，用 Skype 连线指导大众，从此开始了每周五晚间的连线。如此，得以继续聆听大师父的开示，真正开始了原始佛法的学习之路。

在线上聆听大师父开示时，我们都认真笔记，两千年来首次重现的佛陀原始佛法，由大师父口中讲出，句句都是那么的珍贵！大师父教导我们了解佛教的历史，带领我们理解相应阿含经的经文，从而领略到佛陀的深义；并且也教导我们禅坐、修行的方法及次第。这些都是我们从未听过的，法友们都很用心，希望像一个海绵，把师父教导的佛法，一滴不漏的吸收进去。我们几位退休或半退休的同修们，觉得自己年纪已大、时间不多，听法、学习的能力都不及年轻的师兄师姐们，所以有一段时间，又在周二晚上大家连线，一起复习及讨论大师父前星期五讲的法要。

2009年，我们搬到西雅图。2012年九月有机会回台湾，蒙道一尊尼的慈允，我们在阳明山的中道禅林住了十天。有幸参加一个三日禅修和第一届法工训练营。法毗抓紧机会，也在那时皈依了大师父。十月回美，又刚好赶上大师父及中道僧团十一月在南加州举办的十日禅修。有机会能够亲近僧团，亲身聆听师父们的法语，真是无比的开心。

转眼之间，四年多已经过去了。我们在偏远的美国西北角，还能够继续从网路上听到师父的开示，心中有说不尽的感恩。大师父、中道僧团的师父、师兄师姐们，不管是在台湾，美国，或马来西亚各地，风尘仆仆，百忙之中，都还不辞劳苦地与普贤讲堂连线；同时普贤讲堂的师兄师姐们，常常要克服各种电脑、视讯、及网络的问题，真是感激不尽。

感恩之余，我们唯一能够报答这么深厚的恩典，只有努力的将大师父教导的正法，实践于日常生活中。落实的力道来自于愿意改变自己的决心，改变自己习以为常的生活方式与身心惯性。了解因缘缘生的现实迁流不息，缘生的人间有什么是一成不变？又有什么是固有的自己呢？有了这样体悟，做人处事态度也变得宽容柔软许多，与子女配偶互动良善、彼此关怀珍惜；也能接受老病死就是生的一部分，身心的老化是必然现象，每天有机会就做些步行运动，必要时就看医生，不生烦恼。多利用机会做些有利于社会的事，回馈父母、师长、朋友、社会无数的恩惠，把握现在，做我们能做的事，不设期望，尽心尽力就好。

希望年轻的朋友们，青春莫虚度，好好学习和运用原始佛法，你们的烦恼会更少，生活会更好。



净住内觉禅林的点滴启示

四川 正洄

接触原始佛法是从听闻随佛长老的视讯开示开始。初闻法时，虽处于新旧观念的适应期，但感觉自己调适得很好，很快接受了原始佛法，并且解开了许多认知上的迷惑。后来还参加了中道僧团在大陆广西、福建的两期禅修。然而当时自己的学习仍处于理论上的了解，未能将佛法的学习活用于现实生活中。

两次前来内觉禅林和师父们、师兄、师姐们相处，才开始渐渐有所体会。原来生活中有很多生理和心理的状况需要度越和调整，学习佛法就是要学会面对困境和调整身心。有一次明证师父发现我的电脑光线太暗，问我眼睛会不会不舒服吗？其实自我修学南传开始，对于身体的感受就偏向于忽视淡漠甚至苦修程度，所以回答不会。但是师父仍旧认真地研究如何让电脑显示更亮一点，然而好似这个不关我的事一般，当时我一味想着过往偏差的学习所带来的身心问题，所以当明证法师告诉我：「我知道你那个问题怎么解决了。」自己第一反应却是师父要开导我，解我心中所惑，因而兴奋地回应：「怎么解决？」师父说：「按哪个键就可以！」我这才意会过来，一下子从妄念回到现实。师父当时说了几句话，自己很受启发：「难道这不是你现在正面临的实际问题吗？」「至于身心方面的问题，其实是需要时间慢慢调整。」我这才体悟到，原来自己活在想法之中偏离现实甚远！

另外师兄、师姐以及师父们的照顾，对我而言也是一种新的经验。因为参加南传禅修的缘故，与外界鲜少互动，因此当法心、法十师姐（目前已剃度出家的成睿法师）给予我种种善意的照顾时，特别让我感到温暖窝心。生观师父以自身的体验和我分享，教导我如何面对自己身心的种种状态，耐心

解答我学法上的疑惑，并且与法海夫妇陪同我的父母，带我到医院做身体检查，相当和蔼可亲。还有道一师父，从邮件沟通开始，就感受到师父的耐心和善意：带我去师父的家乡看中医；亲自教我如何炒菜做饭；分享自己的生活经历；耐心地从各种小细节上教导我如何用心做事，循序渐进的引导着我，种种关怀都让我点滴在心头。

还有，大师父不仅关心晚辈生活、身心状况，又能点出问题给予提醒教诫；既有师长严格的一面，又像长辈般的慈爱。我经常感受到大师父对社会与众生的关心，戮力传承 佛陀的教法，让人们得以远离痛苦烦恼，这种广阔的胸襟悲怀，也是我要学习和用心体会的。

我了解到昔日错误的知见，导致禅修方式以及生活态度有所偏差，原来生活过程本身就是修行用功之处，我很愿意学习、慢慢改变。就如明证法师所言：

「能够将所修学的佛法，具体的运用于身心以及生活当中，是需要很长的时间。」生观法师也说过：「当在接受一种不同于自己惯性的认知观念时，一般人会本能地抗拒，但成长必然会有疼痛的阶段。」。大师父也曾开示：「要自己愿意跳进炼钢炉里去炼，出来才可能是钢。」又说：「不用一直盯着喜马拉雅的山顶，而应该看到现在在山脚，一步一步地攀登；修行就是在生活当中一点一滴的努力，在生当活中具体落实和体验的。」

在内觉禅林与众人相处，虽然两次都只有短短的十五天，却使我获益良多，对自己有幸遇到中道僧团，学习原始佛法，有一种久旱逢甘霖的感觉，内心充满感恩。



广西、福建禅修有感

四川 正洄

接触到原始佛法与随佛尊者之前，本人在家独自修习。在修学佛法的过程里，学习南传禅修的时间有两年，但是后期遇到了不少的问题，内心的怀疑渐渐增加。有时也会利用家里的北传经典，或是通过念佛、读经等等方法来学习。但是这样的自我学习，总感觉跌跌撞撞，十分混乱。

后来有一对结识的法友，发给我一封邮件，内容是随佛尊者讲述的“宿命业报与因缘业报的差别”，第一次读到这篇文章时，很震惊，也感到很庆幸。经仔细阅读后，收获很大，尤其是长久以来悬而未解的疑惑，都得到了确认和释疑。从此就开始聆听随佛尊者在网路上的其他开示，并推荐给父母以及周围的一些学习佛法的长辈，渐渐的，他们也都能信受。

接着通过网路，得知随佛法师会前来大陆主办禅修，十分高兴，就和父母一起报名，参加了中道僧团在广西及福建举办的两期禅修。

一直以为凡是佛教所教导的都是 佛陀亲说的修行方法，加上自己也没有深入经文，所以抱着一种对佛陀的信仰就学习了。但听了长老所讲述的原始佛法，慢慢地了解到佛教的演变历史，了解 佛陀所讲的真正佛法究竟是什么，才发现自己过往盲目信仰的错谬与严重性。

尽管自己在这两次的禅修中，由于过往的禅病，在思维及具体的吸收上效果并不是很好，但是能当面见到中道僧团的几位尊者，听到 佛陀真正的教法和禅法，内心感觉很殊胜和珍惜。

我的父母以及一位同去广西的长辈，经过两次的禅修学习，也都表示对佛法有了更清晰和正确的认识，对如何学习佛法也有了更大的信心，回家之后，他们都会主动的聆听网路上原始佛法的开示。一家人能够走在同一条学法的道路上，真的很好。

在广西听闻长老开示的过程中，说了这样的



话：「一个人所表现出来的错误行为，并不是他本身的错，而是他的痛苦。」尽管只是简单的一句表达，却令我深受感动与启发，尤其获得了内心对自己的宽容，以及对他人的宽容，那是一份难得的释怀和轻松。

长老说的一句话，让我印象深刻。当时长老把大拇指放在很接近眼睛的位置，然后说：「如果只是看眼前的这一根手指，就看不到广大的世界。」尽管类似的话语以前也听过，但当听到这个比喻时，却是心有戚戚焉！好比见到久违的老朋友，很亲切。那种久

违的灵动与内心的开阔，似乎慢慢苏醒过来了。

这两次的禅修，另外一个很大的收获就是，了知学习佛法并不需要一味的坐禅、行禅，而是确确实实地生活，勇健的面对问题、解决问题。尽管我目前的理解还无法完全与具体的实践接轨，但是确实对照出自己之前很多认识上的问题和偏差。

一路走来，我受到很多长辈和朋友的帮忙照顾，内心非常感恩；更感恩的是有机缘从随佛长老的身上学习到 释迦佛陀所亲教的「无上甚深微妙法」，我一定要好好地走在这条正确的道路上。

《就此解放》

曾卖淫、割腕美女逆转人生 拥哈佛高学历

本文取材自 NOWnews 1/28, 2014

当一个人穷途末路时越能发挥生命的潜能！美国一名 31 岁女子文森（Leah Vincent）目前婚姻幸福、育有一女，且拥有哈佛大学的高学历，但谁能料想到在此之前她付出多大代价，历经滥交、卖淫，甚至割腕的坎坷路途。

根据英国《每日邮报》（Daily Mail）报导，31 岁美国女子文森（Leah Vincent）从小生长在极端的正统犹太教家庭，在 11 名兄弟姐妹中排行第 5，自幼被教导要服从男性，且严禁与未婚男子有任何接触，16 岁那年被家人发现她与男生通信，以及买了一件贴身毛衣，竟遭逐出家门、断绝金援。

在极端的正统犹太教家庭教育下，从小被教导要绝对服从丈夫以及如何取悦男性，以致于往后的感情大多不太顺遂，甚至可以用「糟糕」来形容那几段失败的感情，也曾因为割腕、仰药等问题因此

被送进精神病院。

而对正统犹太教徒来说失去贞操就被视为娼妓，文森因此自甘堕落干脆直接下海卖淫，在这坎坷的人生路途中，「教育」成为她唯一的救赎，终于文森拿到全额奖学金进入布鲁克林学院就读，在此遇上生命中最重要的人，帮助她逆转人生。

42 岁的已婚教授帮助文森建立自信、从旁鼓励她，给她各方面的意见，最后文森取得哈佛大学研究所的全额奖学金进入就读并顺利毕业，至今文森拥有了幸福的婚姻以及心爱的女儿，她在新出版的自传《就此解放》（暂译，Cut Me Loose）透露，为了走到今天，她付出非常大的代价也受到不少伤害，才知道如何爱自己、珍惜身边所有一切得到幸福，不再盲目服从。



台湾之行

马来西亚 法集口述 法澄撰写

能到台北内觉禅林修学，对我这位白发行者来说并非易事。过去，法香居士曾数度邀我一起到台北内觉禅林，我都推辞了。不是我不想亲近僧团，而是本身的健康情况不允许，加上年逾七旬，所以不敢远游，唯恐会连累他人。其实自 2009 年接触了中道僧团后，我早已萌起到台湾亲近僧团的意念。直到去年（2013）九月间，觉得健康情况有所改善，于是我毫不迟疑地，马上订了机票，和法香、法昙居士一起飞往台北内觉禅林。我心里想：此时不去，更待何时？岁月蹉跎不得呀！

台湾的人、事、物，样样都好，除了天气，太冷了！习惯了马来西亚的热，来到了正处于冬季的台湾，那种冷直叫我受不了。幸好有一群热情洋溢的法友关照，尤其是细心的道一师父，为我们裁剪了一套冬装的布料，大伙儿一起亲手为自己缝制，不到半天，暖暖的披风与围巾已挂在身上，暖透了我瘦弱的身躯，也温暖了我的心窝。谢谢师父，谢谢大家！

来到禅林第三天的一个傍晚，我拿着一袋垃圾准备丢到院子外的垃圾桶。由于连续几天下雨，路面湿滑，一个不小心，我滑倒了，弄伤了左手。弄伤了手

对我来说是小事，但师父们知道后，马上带我去见黄医师，法友们也不让我干活儿，总叫我多休息。一向劳动惯的我杵在一旁，要我什么也不做，就如要我坐针毡，我只弄伤左手，右手还可做活儿呢！心里有点纳闷，转了两个圈，我独个儿走到庭院去。心中明白，法友们不让我干活儿，当然是出自善意，是心疼我这个年逾七十的白发行者啊！（其实，我常告诉他们我不觉得自己「老」，感觉自己还很年轻呢！）

院子里有木瓜树、辣椒树、艾叶、薄荷、九层塔等草药，我看到枯叶铺满地，拿起扫把慢慢的清理，再拔野草，捡枯了的枝丫，不也乐在其中。还有，在这里，我亲见亲闻了樱花的美和桂花的香，这可是有生以来的第一次，我还把桂花摘下来，拿到厨房制做果冻。当然，我做的一切都有先过问师父们的！

大师父曾问我：在台北道场的生活过得如何？我直言很好，因为大家一起吃饭，好热闹也好温馨。住在怡保道场期间，大多数的时候，我都是独自一人面对四堵墙，冷清清的；在这里，八戒行者有十多位，加上师父们，感觉就好像一家人，大家互相关怀、互相鼓励，有说有笑，和乐融融的，好温馨，每一天都



开开心心地度过。谛严师父在临别时，对我说欢迎我再来台北内觉禅林。我笑着说：不用师父欢迎，我自个儿也会跑回来，因为我太喜欢这里了！但马来西亚的天气却不断地召唤我，叫我回去。

法昙和法香居士曾带我去逛士林，感觉上士林犹如吉隆坡的茨厂街，物品琳琅满目。走累了，我们到一家由基督教徒开设的餐厅喝杯杏仁茶歇一歇脚。坐下不久，我们遇上了到此餐厅购物的一家人：爸爸、妈妈带着两个孩子，很温馨的一家人，我们聊了起来。爸爸说我们的服装很好看，想知道我们来自什么团体？我们乘机向他介绍原始佛教会，爸爸说他是佛教徒，而他什么也不是，恰好也住在阳明山附近，我们给了他原始佛教会的网址，鼓励他前来认识原始佛教。没想到我们八戒行者也能为宣教工作出一分力，很开心。

离开台湾内觉禅院的那一个傍晚，法心特地采访了我。法师们、八戒行者及法友聚在一堂聊了起来，

感觉上就像是一家人，大家互相关怀、鼓励，好温馨，好舒服。此时让我想起自己三年前曾与一位十戒女相处的那一段不愉快经验，当时的心绪是那么的紧张、害怕、焦虑；为了自我保护，尔后的日子我不敢亲近僧众，对师父们敬而远之。直到此次到台湾亲近僧团后，才渐渐地解开心里头的那个死结。我发觉我能很好地与僧众互动，心境也很轻松，以往那种对僧众「敬而远之」的心绪不再涌现。在这里，不管是年轻的还是年长的师父，他们都是那么的慈悲，对我们关怀备至。感恩师父们让我有机会发现自己，调整自己的心绪。

我们聊着，一直到计程车司机在外鸣车笛，我才依依不舍地向大众道别，离开禅院。谢谢大师父、道一师父这一个月来的教诲，谢谢每一位师父及法友的关照。此行回来，我这位白发行者一定会更加精勤精进，不管大红朱槿是否终日开，只为点燃心中的那盏法灯！（朱槿：马来西亚国花，华人称其为「大红花」）



左组图：马来西亚第一位受持终身八戒的法集师姐，于去年 12 月 15 日和法昙、法香师姐一起来到了台北内觉禅林，开展她们人生另一段学习的旅程。大师父、道一师父，以及安住道场的僧众与法友们都热烈的欢迎她们的到来。

适逢冬季，天气逐渐转冷，道一师父亲自教授大家手工缝纫披风和围巾，以帮助大家御寒保暖。先前其他的八戒行者都已先后缝制了各自的披风，现在则由大家一起帮忙，她们三人的披风，不到半天时间，就缝制完成。这套冬装，对常年居住在赤道国家的三位师姐来说，如获至宝，内心倍感温暖。



Dural 禅修反思篇

澳洲 Stacey Weng

我很感恩 随佛法师慈悲的教导，我了解到了真正的学佛是展现在对生命的态度，生活的技能及对万物生命的尊重。

我重新审查自己对宗教的态度和认知，很幸运的随佛法师点出了我的盲点及误解，转变了我对人生的态度及观念。我觉得有重生的感觉。更重要的是我对佛教有了更深一层的了解，让我之前的罪恶感、不满、委屈和痛苦都消失掉了。

我体会到了自己一生中不停的在找寻的联系感（sense of connection），原来是要先从认识自己开始。我看到了自己到现在为止，从没有好好认识自

己，与自己对话，了解自己 我总是向外看，向外求，从不曾好好陪过自己，安慰鼓励帮助自己。所以我学习了当自己最好的治疗师、朋友、及老师。

我了解到真正体验佛法时，会让一个人无比坚强，充满生命的韧性，并成为一个人不向逆境低头的勇士。他会是一个豁达开朗，幽默慈悲的人，并客观理智，充满智慧，就像 随佛法师一样。

能够有幸参加这次的禅修及接受 随佛法师的教导，我心中充满了无限感恩，我重新找到了我的人生，以后更要利己利人，报答父母，师长及众生恩。

忆念亡母

马六甲 法平

我的母亲去世了，享年 95。她从发病到往生只有不到两个星期的时间，却让我近距离地看到老、病、死的转变，看到生命的痛苦、无奈及无力感。这期间，感谢大师父的慰问、开示及教导；感谢道一师父，在我及家人因母亲的痛苦而痛心、彷徨、六神无主时，一路的引导、慰问及关心；也感谢法友们的关怀、祝福及诵经，有些还不辞劳苦地到马六甲慰问。

当发现母亲已经停止呼吸时，我内心并没有很大的悲伤，反而如放下心头大石，因她不必再受痛苦的折磨；但当一切丧礼都办妥后，夜深人静或午夜梦回时，我的理智和情感竟然开战了。回想起母亲临走前

的一幕幕，我是不是应该更早给她打止痛针？应该看中医而不该吃西药？应该更细心点，发现到她肾脏已经衰竭，而不把种种征兆归纳为自然的老化？虽然我的理智合理化地告诉自己，我已用我有限的知识、认知以及当时的因缘，尽力为她设想及安排最好的；但我还是情感性地觉得惭愧、不确定、烦恼、伤感。

母亲是个很典型的传统中国妇女，她目不识丁，语言的障碍以及根深柢固的文化熏陶令她不能妥善地修慧，但庆幸还肯念阿弥陀佛。我深责自己是不是应该更积极地为她讲解佛法？我不够智慧、善巧方便而为她开启正法之门？现在我像一个母亲在担心远走的



儿子，她有走对路了吗？有遇到好人吗？温饱吗？有受苦吗？母亲临终前，我劝导她要放下不舍、系缚、不要害怕、往光明的道路去换个更好、更健康的身体，为什么我现在反而做茧自缚？很想为她做些什么，不管对她的利益是多么微薄。扪心一想，是为了她还是为我自己？是为了安抚我不安的愧疚、不确定感、焦虑、怀疑、忧伤、郁闷？

我们都欢迎新生命所带来的“拥有”而喜悦，却

抗拒老、病、死所带来的失去而痛苦、挫败及不确定感，但母亲的去世，却令我真正的领悟了：有生必有死，逃不掉也避不了。

母亲在我们生命中所起的影响，并没有因她的离去而中断，还在进行、转化、改变。我愿以对她的思念转化成深深的祝福（回向）。愿她善生善处，生生世世得闻正法、直向菩提。

「中国式溺爱」变伤爱 南京已婚女每天让妈帮穿袜子

本文取材自 ETtoday 2/18, 2014

南京一名朱小姐因为父母溺爱，即使到了 26 岁，结了婚，每天早上都还要母亲帮她穿袜子，出门也要母亲陪着去车站，让老公直呼「受不了」。对此这样的「中国式溺爱」，有评论说，含在口里怕化了，揣在怀里怕冷着，结果必然是「中国式伤爱」。

《金陵晚报》报导，朱小姐去年 8 月结婚，坚持要和父母同住，深爱她的老公只好同意，但老公觉得很受不了的是，她每天早上起床，都由母亲帮忙穿袜子，吃完父母做的早餐后，还要由母亲陪着送她到家门口的车站，母亲看到她上车后，才转身离开。

据悉，朱小姐虽然已经成年，但由于她是父母老来得女，所以对她十分溺爱。丈夫透露，婚前并不知道妻子原来这么依赖父母，现在想来真是难以适应。「如果以后我们有了孩子，这该怎么办呢？」

南京市鼓楼医院医学心理科曹秋云副主任医师说，其实在中国父母身上，常常出现这种令人咋舌的溺爱方式，例如七旬老人步履蹒跚追到火车站给孩子送包子、儿女上了大学还把衣服快递回家让父母来洗、家长因为心疼孩子亲自帮着值日的孩子扫地擦桌等。

曹秋云表示，在父母的过分溺爱下，孩子失去了自理和生存的能力，最终也输在了人生的各类起跑线上。

《大河报》一篇评论则指出，现在大人对孩子的爱，无不体现在对孩子生活的无微不至，而正如前苏联无产阶级作家高尔基所说，这是连母鸡都会做的事情。「树木只有修剪才能成材，家长的教育和影响就是『忍痛』修剪，而所谓『中国式溺爱』之下，含在口里怕化了，揣在怀里怕冷着，其结果必然是『中国式伤爱』。」



《大澈大悟》学法感言之一

吉隆坡 法世

《大澈大悟》这节课，我觉得错过了真的是相当可惜！大师父以浅显的方法和言语引导我们了解因缘与缘生法。我们常常就是因「我见」与「常见」引起一连串的妄想，在事事物物上妄执的追求圆满与永恒，却从不知事实是因缘生，缘生则无法掌控。

我印象最深刻的一堂课是大师父的譬喻。人们追求心目中的理想愿望，却忽略了过程中美好的人事物。为了心目中的一颗钻石（欲望），把所有美好的过程与帮助过我们的人都忽略了，浪费了许多生命，这是多么的可悲啊！

我们也经常受到记忆干扰，常常用过往的经验判断现在所发生的事物。从因缘的角度来看，记忆中的经验并不全然代表现在正经历的状况，现在的状况是在不停的影响中发生，当中没有你我他，只是因缘

所呈现的状况。大师父的讲解真的让我茅塞顿开！

接触原始佛法两年多，确实改变了我对人生的看法，也让我在工作与家人的沟通上受益良多。就如大师父所言：先别去想了生脱死，先问问自己，困难有没有减少？生活有没有更好？有没有远离烦恼？时时保持正念正智，将佛法落实在生活中，这才是重点所在！

这课程让我了解佛法的真义，修行必须从六入处入手，在六入处善观因缘，观察苦的集起。了解苦的集起，才能了解苦如何灭尽，舍弃妄见与贪爱，才能达到苦的止息。

我很惭愧还不能大澈大悟！还需加倍努力！感恩大师父将原始佛法重现于世，让人们得以学习息苦除忧之道。衷心祝福大师父，法体安康。

《大澈大悟》学法感言之二

台中 Rebecca

缘起：父亲没有读许多书，这几十年来寻寻觅觅的想找寻佛法的真义，直到 102 年 2 月回台北娘家，父亲提及在伊通街上课的心得，并一再强调，这世间想要听到 佛陀的法教，现在全世界唯有 随佛师父所说才是 佛陀所言之真理，数多年来我真的听很多父亲的学佛经历，这时内心不断滴咕着！这回又是什么？于是我又听了父亲的话，到台中中道禅林听法（因为离我台中的家太近了，无法拒绝父亲）。当时的只是想听父亲的话，顺从父亲的意思前往听法并无多想，让我觉得好奇的是父亲这次所言是坚定不移的

口吻。

第一次到台中的中道禅林，到了陌生的环境，对人事物都先观察，特别会听重要人物都说些什么重点，他的言行举止也会特别注意（内心先打分数）。有一段时间刚好明证法师都在台中道场，与法师闲聊后，深觉法师真的不是普通的法师，很有智慧且善解人意，觉得自己非常幸运...

这次上完大澈大悟的课程，虽然没有真的大澈大悟，但想要再上佛学初级班的课程，要下定此决心对



我来说是一件不容易的事。

另外有件事想与法友们分享，相信大家都知道一句话：「己所不欲，勿施于人」。每一位法友，在每天生活当中都会安排好自己三餐的饮食内容，一定会想要得到自己所想吃的东西，因为没有饮食，身体便无法运作。明证法师在台中的时间，我都有接触到，于是关心询问法师饮食的内容，听到法师早餐几乎都

蒸包子吃，午餐吃便当，心中很不舍，我们想想，今天晚餐后大多数的人已经在想，我明天早餐要吃什么或已经准备好明天的早餐了，重点是我们每天都愿意只吃包子吗？只吃便当吗？我的认知是供养佛、法、僧，是身为一个佛弟子应尽的责任，我们是否该重视法师们的饮食健康问题呢？法师们有健康的身体，才能宏扬佛法，利益众生。

法庆、法华两兄妹

马六甲 法心采访



采访者：法心。（以下简称采访）

受访者：法庆及法华两兄妹。（以下简称受访）

采访：请问两位因何因缘接触道场？

受访：是透过妈妈。因为妈妈学佛，身为孩子就跟着学佛；妈妈到大师父这里来学习原始佛法，我们也跟着来了。

采访：可否谈谈两位的学佛资历？

受访：学佛已有十三年，妹妹从小学 5 年级开始，而我从国中开始，曾参加过十日禅修营。

采访：请问你们对中道僧团的想法为何？

受访：中道僧团的僧众皆很亲切、很慈悲，不像一般的出家人。因为对僧团有所接触和了解，知道他们精勤精进、严守戒律、慈悲度众，所以我們都很尊敬僧团。

采访：学习原始佛法，请问你们有什么可贵的生命经验与大家分享

受访：以前，妈妈比较情绪化；学习了佛法以后，她改变了，变得比较理性，变得不会把小问题放大，也比较能沟通。不仅妈妈更快乐了，家里的气氛也变得更加民主、轻松、愉快。

采访：请分享你们学习原始佛法的收获或改变？

受访：学习原始佛法，让我们学到一些实用的观念，会以比较务实的态度去面对问题。再者，因为学习的是正法，所以可以分清楚正确和错误的观念。而且和妈妈有共同的话题，可以一起讨论切磋，一起成长。

采访：谢谢两位接受采访，祝福你们：在正法之光的照耀下，生活越来越好，困难越来越少，远离烦恼。



感恩

台湾 法伦

学习十二因缘法心得

十几年前就跟随中道僧团，学习十二因缘法。但彼时的我懵懵懂懂的，并不了解因缘法的弥足珍贵、殊胜难得。

彼时的我对人生有许多的困惑，对佛法真义的理解也力有未逮。学法时一心只求个人的离苦得乐，并未有「自利也要利他」的胸怀气度。直到近几年透过密集听闻十二因缘法和实际身心的观察体验，渐渐地能够相应于 佛陀真实的教法。

长期跟随四圣谛中道僧团参与活动，从中学习、观察和感受僧众与同修们的互动。影响我最深远的并非课堂上的听经闻法，而是透过实际身心的观察和生活体验，体悟因缘缘生的法则，进而愿意改变习以为常的认知模式。

一路走来，面对瞬息万变的人生，尽管身心依旧起起伏伏陷落于痴、瞋、贪烦恼中。感恩尊贵的 佛陀；感恩可贵的教法；感恩随佛长老的用生命印证佛陀觉悟的十二因缘法，并慈悲度众；感恩僧团对我不离不弃的殷殷教诲。

在苦难的现实人生骇浪中，能有机会学习到如何用正确的方法面对生命的困难，是何等的幸运！只要愿意精勤的修习因缘法和亲近善知识，内心就会有光明、力量面对世间的一切，长养出坚定面对现实人生的勇气和智慧。

台北禅院成立二周年感言

以前要亲近善知识和供养僧团，得千里迢迢背负着沉重食材到阳明山的道场；市中心成立禅院之后，

让一切方便多了。

禅院成立第一年，我把握难得的机缘精进学法，一周有四天在禅院上课，再加上周一晚上值日法工，那时的我就在法喜的甘露中度过。当时一周有二至三次的早餐供养，经常是匆匆忙忙的买现做餐点，赶在上班之前，先绕到禅院供养，就怕耽误 师父们用餐时间，饿着肚子。为了让 师父们能吃到不同口味的新鲜早餐，因此坚持当天早上现买，欣慰自己当初的决定，藉此机缘累积修行的资粮。

轮值法工任务也是战战兢兢，丝毫不敢懈怠，法工们甚至很有默契的一人承担一晚 师父们的热饮；但想到 师父们的辛劳，这一切显得微不足道。随着 师父们说法课程的进展，我享受着法的洗礼，内心充满无法言喻的感动，真的很怀念当时精勤的参与。

师父们用心策划课程内容，前来学法的人越来越多，常惊叹小小空间居然挤满人，有这么多的生命是为灭苦而来。正因如此，众人不在意拥挤与否，专注聆听法音，让「法」流进枯萎荒凉的心灵，点亮心中的光，绽放生命的灿烂。

禅院之所以能稳立，除了续传 佛陀法教之外，奉守 佛陀亲制的僧律，为法为众艰困不移的僧团居功厥伟。如世间末有如法如律的僧众，禅院也只是一处荒凉的沙漠，没有生命可言。

祝福 随佛长老和中道僧众

法体安康，法寿久长。



赞 词

大连 王旭

妙法原文，撷英串珠，以应大陆因张师之愿，回向释迦牟尼佛教，现正持诵法华之千百万元极（海音）学员。至诚恳切，万望略略驻足，恭听随佛法师开示。之后，相信可有心得.....

号日月灯“明”，中夜“入”无余；
名大通“智”胜，三转十二“行”。

“有”怀增上慢，不堪受是“法”；
我等随佛“学”，如优昙钵“华”。
正直“舍”方便，但说无上“道”；
佛种从“缘”起，是故说一“乘”。
“唯”有一乘法，无二“亦”无三；
疑悔永已“尽”，安住“实”智中。

英研究：大脑能「听出」笑声真假 精神活动在大脑，不是南传阿毗达磨论说的心脏

本文取材自 ETtoday /记者 谢郁莹 3/27, 2014

当你听到老板讲的无聊笑话而硬挤出笑容时可真要注意了，其实他们能看出来你是在装模作样。英国研究发现，人们听到发自内心的笑声和虚情假意的笑声时，大脑会呈现出完全不同的反应。

这项小规模研究由伦敦大学皇家霍洛韦学院心理学博士卡洛琳·麦格蒂根(Carolyn McGettigan)进行，结果显示，假笑声会启动大脑中专门用于破译情感资讯的区域，换言之，听到假笑声时，对方会知道这并非真情流露，同时大脑会自动分析假笑的缘由、隐含的意思以及对方的真实想法。至于发自内心的笑声，会启动大脑中与快乐和积极情绪相关的区域。

为了证实这一理论，卡洛琳让接受实验者倾听 YouTube 影片中的开怀大笑声，同时监测他们大脑的

反应，并将他们听到真笑时的大脑活动与听到假笑时的反应做对比。测试结果显示，参与者在未被告知测试目的的情况下，能够下意识地分辨出假笑声。

卡洛琳说，「真是不可思议，我们的大脑竟然能够洞察他人的喜悦之情。」她指出，人类大脑对于笑声中所隐含的社会和情感资讯非常敏感。「在我们的研究过程中，当参与者听到笑声，他们会启动大脑中与心智相关的区域，从而试图获知他人的情感或精神状态。」

她表示，有些参与者还动用大脑中控制运动和感知的部分，「这些人能够更精准地分辨出真假笑声。」(新闻来源：霍芬顿邮报、参考消息网)



我的学法体会

大陆 辽宁 王馨源（11岁）

我一直是一个孤单且古怪的小孩。由于学习钢琴，也由于其他种种原因，我从小上学的时间就很少。每天都要弹很长时间的琴——不管跟从哪一位老师——因为没有什么玩伴，所以我跟人交往的时间自然相对少，而且身边的大人也不善交际。身边大人的一些不经意的言语使得那时的我非常不可一世。

自己身边也是会有小朋友的，而我觉得他们都比不上我，所以对他们很不屑。自然很孤单啦！

后来我想出了一种「自问自答」的方式，才让我那孤独的心好过一些。「自问自答」的主角自然是我，我经常想象有一个人在跟自己说话，自己再回答。因为「导演」是我，所以我想让那个人怎么说，那个人就怎么说。时间长了，养成一种期许别人如何如何做、如何如何说的心理。

当然，现实中，这种期待是没法实现的。所以，如果别人的回答不是我所想的那样，我多会摆个臭脸，或大声和别人争辩。时间一长，我的朋友便更少了；而自己又意识不到，通常会在吵架后，自己找一个角落，一边生气一边埋怨别人不理解我。过了一會兒，就又开始了「自问自答」。

这种状态一直持续到去年一天晚上。爸爸回家时满眼小星星，兴奋地告诉我和妈妈，说他找到了一位随佛长老的讲法视频，让他佩服得五体投地，让他都搞不清东西南北了！我当时就特别好奇，于是就缠着爸爸放给我听。当听随佛长老讲到「世间是缘生，缘生则无常、无我无我所」的时候，有点儿怕怕地。再听到「不能做『不可能实现的期待』，那样只会招来痛苦」的时候，一下子认识到了，自己希望别人如何

作答这件事的荒谬之所在，心中豁然开朗。在心里也对随佛长老千恩万谢。我之所以不再孤独，是因为随佛长老的那一句话啊！

真的非常非常感谢随佛长老，如果不是随佛长老，我现在仍然在「自问自答」，然后期许着……

后来，我一直都想进的音乐学院招生，而我，落榜了。心里很平静，感觉自己就像一个被观察者——静静地观察着某个人的内心。由于听了随佛长老的一句话「不要无谓地期待未来，要尽力在当前」，所以，心里并没有什么期待，自己尽力了就好。

爸爸的评点：

对这样的状态，我毫无所知，世间突然如此陌生。爸爸对你的引导并不像自认的那样高明啊！看来让你 10 岁学原始佛教，都有些晚了，正法之光最好从婴幼儿阶段就点亮，只是不知以何种方式契入为更好而已——当年，我像你这么大的时候，所关心的事不同，是下河筑坝、上房揭瓦的状态。孩子大多会受童年游戏的巨大影响，游戏一般有二种模式：角色扮演和赢分争胜。这二种模式，都可是世间法的倒影。还有，也让你参加过“蒙台梭利婴教班”，从观察儿童的主动性操作倾向入手，意识到了儿童普遍的具有吸收力的心灵，她推出了一种具有宗教色彩的启教方式，对此我很难置评——只是觉得，这算一个课题。

不知道，当初让你接触各种宗教的时候，你会不会觉得有些怪呢？难道学西方古典音乐就一定要了解宗教？爸爸怎么会让自己受这种熏陶，同学们都不这



样的。

这是因为，到了上小学的阶段，我们所受的教育类似——我是觉得受三种「宗教」的影响——无神论，科学和中医。

首先，「无神论」是特殊的一种，我们崇拜的是「人定胜天」。其次，任何人，一旦与「科学」牵上了关系，倏地就佩上了指点江山的光环。「科学验证」这个语汇在各种商业广告上出现的频率最高，但是科学的特性毕竟不是「验证」，而是「证伪」——具有「可被证伪」的特性才属于科学的概念范畴。再次，上古医巫不分（现代西医则完全是不同的体系），居然可以轻而易举地让大众相信「中医治

本、西医治标」、「水火即济、阴平阳秘」、「偏方奇方（才）治大病」等等。由于上个世纪有限的医疗资源（西医）无法向大众倾斜，所以中医得到广泛的提倡。如今，中医对当代国人已经算是「宗教」了。当然，中药有所不同，不少地是来自于实践，虽然中药有很多概率不明的毒副作用，也没有进行过大规模循证。

因此，不让你接触宗教，也还在「宗教」的影响下。庆幸到偷着笑醒的是，我们接触到了原始佛教，可以进行脑内重组啦！认识到了「无求则苦免」的真正意思——当下参与。孩子！现在不晚。

温馨一抱！黑猩猩野放前 回头紧拥救命恩人

本文取材自 ETtoday 2/18, 2014

长期致力于黑猩猩野外研究的动物学者珍古德（Jane Goodall）在刚果救了一只骨瘦如材的黑猩猩，在极力抢救和照顾之下，黑猩猩康复到可以野放回大自然。临走前，黑猩猩竟跑回来给救命恩人珍古德一个大拥抱，温馨一幕令人感动！

知名野生动物学者珍古德（Jane Goodall）长期致力于黑猩猩野外研究，她在刚果发现一只骨瘦如材的黑猩猩伍德（Wounda），紧急将它送往康复中心进行救治。翻着当初救援的照片，珍古德心疼说：「它那时状况很糟，几乎要死了！」

黑猩猩伍德（Wounda）经过珍古德在非洲刚果共和国所创立「黑猩猩复育中心」密集的治疗与照顾，复原状况良好，长肉变胖健康了不少。终于到它可以野放回原生地的这天，懂得感恩的黑猩猩在临走

前，不停徘徊在救援中心的工作人员身旁不舍离去，最后更回头跃上笼子给珍古德一个大大的拥抱，要感谢珍救它了一命，温馨举动让周围的人都不禁发出感动的赞叹声。



© Jane Goodall Institute / by Fernando Turmo



吃早餐晒太阳 血清素让你有活力

本文取材自 华人健康网 3/27 2014

血清素、褪黑素与睡眠

在白天会持续分泌血清素，控制着正肾上腺素和多巴胺的作用，并保持精神的稳定，让大脑处于镇静的清明状态。随着夜晚的到来，血清素的分泌减少，而相反的，变暗后来，松果体就会开始释放褪黑素。褪黑素 (melatonin) 可以镇静大脑的兴奋，让人放松，体温下降，因而有诱导睡眠的作用。

褪黑素是由白天所分泌的血清素生成的，因此白天血清素分泌量少，只能生成少量的褪黑素。褪黑素的量少，就不容易入睡，或是造成无法熟睡等睡眠障碍。所以血清素浓度低，容易引起忧郁症等睡眠障碍。睡眠中所分泌的褪黑素，具有去除体内自由基的抗氧化作用，以及防止细胞变成癌细胞的抗癌作用。睡眠中还会分泌生长激素，修补体内受伤的细胞，或是增强免疫力。由此可知睡眠对健康非常重要。

早上沐浴在晨光里，就不会再分泌褪黑素，而是开始分泌血清素及正肾上腺素，让人清醒。我们已经知道，褪黑素及血清素具有调节体内生理时钟的功能，若不让决定生理节奏的血清素及褪黑素正常活动，体内的生理时钟就会紊乱。

如何增加血清素

要让血清素在体内活泼的运作，首先必须要正常分泌血清素。血清素是由必需氨基酸的色胺酸 (Tryptophan) 所制造的，因为人体本身不会制造色胺酸，所以一定要从食物中摄取。含有较多色胺酸的食品有肉类、纳豆、杏仁、乳制品等。同时为了要有效率的制造血清素，最好均衡的摄取维他命 B6 等维他命。

为了活化血清素神经核系统，早上一起床就要晒太阳，因为一接收到阳光，身体就会开始分泌血清素。再加上有节奏的运动或走路等，可以活化血清素神经核系统。从这些事情可以明了，要预防或改善忧郁症，走路或慢跑等轻度运动最具效果。早上的走路和慢跑，可以说是活化血清素神经系统的最佳方法。

吃早餐也很重要。因为吃早餐可让肠胃活动，更容易重新设定体内生理时钟。还有吃早餐时，咀嚼食物是一种有节奏的运动，也可以让血清素神经核系统活化。若不吃早餐就无法提供大脑葡萄糖等营养，大脑的活动就会降低。





世上沒有人是孤單，孤獨是一種態度與心境，
活著是相互需要，有你真好！

隨佛尊者

妈妈手打毛衣温暖 55 年

英孪生兄弟从少年穿到白头

本文取材自 ETtoday 2/13, 2014

英国威尔斯一对孪生兄弟，55 年前各自获得一件母亲手织毛衣，两兄弟从年轻穿到白头，毛衣依然毫无破损；两兄弟说，每逢天气寒冷时都会拿出这件真正的「温暖牌」毛衣保暖。

1959 年，当年只有 15 岁的麦克·戴维斯和双胞胎兄弟派崔克，得到了母亲莫德(Maud)亲手编织的两件厚毛衣，两件毛衣样式相同但图样不同，麦克的毛衣主题是水牛，派崔克则是帆船。

两兄弟目前已经 69 岁，这两件毛衣陪伴他们度过了 55 个寒冬，依然保存的非常完好并完全合身。对于这件母亲手打毛衣能穿到现在，麦克归功于其妻子的小心洗涤。「这件毛衣现在仍和我的其他毛衣一样摆放在衣柜内，每逢下雪，我都会立刻穿上它」，他强调，「这是寒冷天气的理想衣着。」

(新闻来源：英国每日邮报)



阿凡达猴塞雷 瘫痪者站起来 精神活动在大脑，不是南传阿毗达磨论说的「心脏」

本文选自 自由时报 2/20, 2014

猴子实验成真 成功率达 98%

电影「阿凡达」里，人类透过电脑控制另一个身体的情节，现在也在猴子实验中成为真实。科学家以电极分别连结两只猴子的大脑与脊髓，透过电脑传译讯号，成功让一只猴子指挥另一只沉睡的猴子动作。科学家希望透过实验的成功，能让瘫痪者重拾四肢控制能力，大幅改善他们的生活品质。

波士顿哈佛医学院麻州综合医院的神经学家，以两只成猴为实验对象。他们先将可监测高达 100 个神经元活动的晶片，植入其中一只猴子的大脑，

接着把 36 个电极植入另一只猴子的脊髓内，再将两只猴子透过电脑相连，让它们意念相通，这么一来，其中一只猴子发出控制动作的讯号时，另一只即时就能接收。

研究人员让第一只「主人」猴子坐在特制椅子上，面对显示游标的电脑萤幕，另一只猴子、也就是它的「阿凡达」，则待在另一个密闭空间内，被注射了镇静剂进入梦乡，而它的一只手，固定在能移动游标的 360 度摇杆上。当「主人」想移动游标时，大脑讯号会即时传递给睡着的「阿凡达」，让它的手臂操纵摇杆。

实验显示，「主人」单靠意念，就能控制「阿凡达」的手臂，成功率高达 98%。这项研究成果发表在「自然通讯」期刊。

绕过受损部位 控制自己身体

团队表示，他们希望为瘫痪者受损的脊髓或脑波创造功能性的绕道，让瘫痪者的脑波能绕过脊髓受损部位，重新透过意念控制自己的身体；团队也强调，研究目标绝非让人控制他人的身体。

科学家一直想协助瘫痪患者恢复行动，他们试过透过人机介面来控制义肢，但麻州综合医院团队有兴趣的是，让患者自己的大脑活动，控制自己瘫痪的四肢。团队的猴子实验成功算是初步进展，不过移动游标与拿起水杯之间，仍有一大段距离；此外，人瘫痪后的肌肉比较僵硬、也有血压波动等问题，都为意念控制动作领域获致进展带来莫大挑战。





改变世界的金钥匙

从曼德拉和一块墓碑谈起

月澄

2013年12月5日辞世的南非前总统曼德拉，是南非著名反种族隔离革命家、政治家、慈善家，也被视为南非的国父。在当选总统前，曼德拉是积极的反种族隔离人士，任非洲人国民大会武装组织民族之矛领袖，南非法院曾判处他「密谋推翻政府」等罪名，前后共服刑27年半，其中有约18年在罗本岛度过；当选总统后，他致力于废除种族隔离制度和实现种族和解，消除贫困和不公。自种族隔离制度终结以来，曼德拉受到了来自各界的赞许，包括从前的反对者。曼德拉在40年来获得了超过一百项奖项，其中最显著的便是1993年的诺贝尔和平奖。2004年，南非广播公司举办了「最伟大的南非人」票选活动，

曼德拉被选为最伟大的南非人。

曼德拉让人们津津乐道的两件事，一是：曼德拉在罗本岛监狱服刑时，那里的狱警动辄就对已决犯们挥起皮鞭，残忍地在绽开的皮肉上泼辣椒水，大多数人都是在狱警的皮鞭和辣椒水下度日的。后来，他和众已决犯被安排到罗本岛监狱的采石场上去做苦工，每天在持枪看守的监督下拼命地搬运石头，动作稍慢就有被毒打的威胁；而且，只准逗留在这个采石场里，一旦踏出采石场的边缘，就会被无情地射杀。

曼德拉想改变这种现状，只要逮到机会，就大胆地向监狱长提出了自己的想法：在监狱的院子里开辟



一片园子！经过了无数次的否决，大约过了 5 年左右，他的愿望终于实现了。监狱当局同意在监狱墙角的一片狭长地带供他开辟园子，并且破天荒地提供了蕃茄、辣椒等蔬菜的种子，罗本岛监狱的院子里从此多了一抹动人的绿色。他每天从采石场回来就潜心照料自己的园子，许多人都说他是监狱里的“植物学家”，而他自己则把那片园子看作自己的心灵园地，每当采石场上的锻石刺伤了他的眼睛，他就回到自己的园子四处看一看，那一片生命的绿色舒缓他眼睛的疲劳，消解了在采石场里所遭受的疲惫和委屈。

但是，由于气候的恶劣，园子的第一次收成并不是很好，仅仅收获了一篮子不怎么红润的蕃茄，但曼德拉一个也舍不得吃，都分给了自己的狱友和狱警们。

令人惊讶的是，自从有了这片菜地之后，整个监狱有了很大的改观，每到放风时间，许多狱友都会帮助他照料满园的蔬菜，在狱警们不注意的时候，他们还能搞几个蕃茄回去。更令人称奇的是，狱警们的态度似乎也变得和蔼多了，因为，曼德拉总是把新采摘的蕃茄发给狱友们，然后再由他们送到狱警们手中，吃了犯人的蕃茄，狱警们拿鞭子的手，也不再那么蛮横了。一个黑人狱警说：「每当我莽撞地举起鞭子的时候，我就想起了这是一群给我番茄吃的人，在我的眼里不再有什么已决犯，他们让我想起了自己的家人。」

已决犯和狱警们的关系逐渐融洽起来，罗本岛监狱不再是冷酷无情的“人间地狱”了。

另一件事是：曼德拉在罗本岛服刑时，因为曼德拉是要犯，专门看守他的人就有 3 个。他们对他并不友好，总是寻找各种理由虐待他。但是，当 1991 年曼德拉出狱当选总统，在总统就职典礼上，他的一个举动震惊了整个世界。曼德拉先介绍了来自世界各国的政要，接著他说：「虽然我深感荣幸能接待这么多尊贵的客人，但最高兴

的是当我被关在罗本岛监狱时，看守我的三名监狱方人员也能到场。」曼德拉邀请他们站起身，只见年迈的曼德拉缓缓地站起身来，恭敬地向三个曾关押他的看守人员致敬。刹那间，在场的所有的来宾以至于整个世界都静下来了。曼德拉博大的胸襟和宽宏的精神，让南非那些残酷虐待了他 27 年的白人无地自容，也让所有到场的人肃然起敬。

后来，曼德拉向朋友们解释说，自己年轻时性子很急，脾气暴躁，正是在狱中学会了控制情绪才活了下来。他的牢狱岁月给了他时间与激励，使他学会了如何处理自己遭遇苦难的痛苦。他说，感恩与宽容经常是源自痛苦与磨难的，必须以极大的毅力来训练。他说起获释出狱当天的心情：「当我走出囚室、迈过通往自由的监狱大门时，我已经清楚，若不能把悲痛与怨恨留在身后，那么我其实仍在狱中。」又说：「压迫者和被压迫者一样需要获得解放。夺走别人自由的人是仇恨的囚徒，他被偏见和短视的铁栅囚禁著。」

看了曼德拉的故事，内心能不撼动？能不掩卷沉思久久吗？曼德拉真是一位勇者，所谓的勇者无惧，并非指勇者一身是胆什么都不怕，而是指，即使知道眼前的道路「危险、坎坷、困难重重」，却仍不向命运低头，勇敢面对。曼德拉也是一位智者，在面临困境时，不仅不怨天尤人，还想办法改变因缘，用一片绿色的菜园，抚慰了自己的伤痛和疲惫；用几颗蕃茄，柔化了狱警的心，改变了狱友们受虐的命运。曼德拉更是一位仁者，他有恕人之心、豁达之心，不断地耕耘好人缘、好事缘，所以所到之处，莫不如春风化雨般，呈现一片和煦之气象。香港的大企业家李嘉诚曾经说过一句话：「人生没有悲剧和喜剧之分，如果你能从悲剧中走出来，那就是喜剧；如果你沉湎于喜剧之中，那就是悲剧。」以此角度思量，曼德拉真可谓是从悲剧中



走出来，让人生成为喜剧的最佳典范。

然而，年轻时的曼德拉，原本是赞同以暴治暴填平种族歧视的鸿沟，后来何以能改变自己的思想和处世风格成为非暴力行动的实践者？有一块无名氏墓碑真是功不可没。那块墓碑座落于伦敦的威斯敏斯特大教堂（西敏寺）地下室的墓碑林中，那是一块很普通的墓碑，粗糙的花岗石质地，造型也很一般，同周围那些质地上乘、做工优良的亨利三世到乔治二世等二十多位英国前国王墓碑，以及牛顿、达尔文、狄更斯等名人的墓碑比较起来，它显得微不足道；并且它没有姓名，没有生卒年月，甚至上面连墓主的介绍文字也没有，但那块墓碑上的碑文却深深地震撼着人们的心。碑文的内容如下：

When I was young and free and my imagination had no limits, I dreamed of changing the world.

As I grew older and wiser, I discovered the world would not change, so I shortened my sights somewhat and decided to change only my country. But it, too, seemed immovable.

As I grew into my twilight years, in one last desperate attempt, I settled for changing only my family, those closest to me, but alas, they would have none of it.

And now, as I lie on my deathbed, I suddenly realize:

If I had only changed myself first, then by example I would have changed my family.

From their inspiration and encouragement, I would then have been able to better my country, and who knows, I may have even changed the world.

译文是：

当我年轻的时候，我的想像力从没有受到过限制，我梦想改变这个世界。

当我成熟以后，我发现我不能改变这个世界，我

将目光缩短了些，决定只改变我的国家。

当我进入暮年后，我发现我不能改变我的国家，我的最后愿望仅仅是改变一下我的家庭。但是，这也不可能。

当我躺在床上，行将就木时，我突然意识到：如果一开始我仅仅去改变我自己，然后作为一个榜样，我可能改变我的家庭；在家人的帮助和鼓励下，我可能为国家做一些事情；然后谁知道呢？我甚至可能改变这个世界。

多么发人深省的碑文呀！它指出了人们共通的三个盲点：（一）人总觉得，改变他人困难，改变自己容易；但实际上是，改变他人困难，改变自己更是难上加难。（二）人总想着如何改变别人，却无视于改变他人之前，应该先改变自己，只有自己改变了，才能给予他人良好的榜样。（三）人常怀抱着伟大的梦想，眼睛总是望着遥远的前方，却常忽略了眼前的人、事、物。

当年轻的曼德拉看到这篇碑文时，顿然有醍醐灌顶之感，声称自己从中找到了改变南非甚至整个世界的金钥匙。回到南非后，这个志向远大的黑人青年，一下子改变了自己的思想和处世风格，他从改变自己、改变自己的家庭和亲朋好友着手，经历了几十年，终于改变了他的国家。

或许，我们的境遇不像曼德拉那般的波折多舛，我们也不如曼德拉一般的志向远大。但在生活中，我们依然每天都得面对困难，解决困难。学习因缘法，我们了解眼前的一切尽是「此有故彼有，此生故彼生」。如果我们想让生活更好、烦恼更少，就得学会看清楚眼前的因缘，在现在的过程中，努力做好妥善的事；不要整天妄想改变他人，应该努力于改变生活的过程，不断地改变困难的原因；我们也不需怀抱着伟大的梦想，只要认清楚方向，努力在现在，并珍视眼前所有的人、事、物。如此，就能安顿身心在现前，既无盼望，也无失落与忧苦，走向内在平稳的路。

各地共修時間

- * **周二課程：**(2014年4月15日開課)
原始佛教 都會佛學院 初級班
台灣地區(台北、台中、高雄) 7:30PM
- * **周三課程：**(重播)
原始佛教 回歸佛陀之道(二) 一大澈大悟
台灣地區(台北、台中、高雄) 7:30PM
馬來西亞吉隆坡 7:30PM 同步連線聽法
- * **周五課程：**(2014年5月9日開課)
原始佛教 菩提道次第 第一第二單元
台灣地區(台北、台中、高雄) 7:30PM
- * **周六共修：**
大馬地區各地禪林 8:00PM
美國紐約同步連線聽法
- * **周日共修：**
台灣地區(台北、台中、高雄) 9:00AM
美國地區(洛杉磯) 同步連線聽法

新增：護持弘法二種方式

ACH 定期轉帳捐款

為節省您往返金融機構排隊辦理匯款的時間，一切依您的需求，選擇自己經常往來的金融機構作為扣款行，即可填寫 **ACH 定期轉帳授權書** 辦理定期捐款，透過台灣票據交換所媒體交換業務 (ACH) 機制，方便、安全、迅速、可靠。

詳情請連結 http://www.arahant.org/tc/obs_attend_5.shtml

海外護持

海外法友欲護持中華原始佛教會在台灣當地的弘法、道場禪林建置維修及法寶流通，可以透過護持者所在地之銀行辦理國際匯款，匯入「**社團法人中華原始佛教會**」在台灣的「**台灣銀行天母分行**」所開立的帳戶中，請到網站了解辦理程序。

詳情請連結 http://www.arahant.org/tc/obs_attend_5.shtml

捐血運動

BLOOD DONATION CAMPAIGN

珍惜生命。歡迎您踴躍參與！
Save Lives. Your Participation Will Be Most Welcome!

日期 / Date : 2014年5月4日(星期日)
時間 / Time : 10:00AM - 2:00PM
地點 / Venue : 怡保中道禪林 Sambodhi World of Malaysia - Ipoh
61A & 61B, Jalan Chung Ah Ming,
31650 Ipoh, Perak
詢問 / Enquiry : 請聯絡 / Please Contact
法慧: 012-4584080
法立: 019-5601910



馬來西亞原始佛教會 怡保中道禪林 主辦

原始佛教會 覓尋安僧傳法禪林寶地

至心普為 佛陀真實教法根植台灣利益斯土斯民

至心普為 佛陀真實教法光耀世間利樂苦難世間

由中道僧團擔任主持的原始佛教會，在此誠敬的向十方大德覓尋安僧傳法的吉祥地，作為傳承佛陀親說法教的禪林道場。中道僧團傳承佛陀真教佛法，僧人持戒嚴謹，終生不受取金錢，慈心化世、不悔不倦，可為世人作大利益。

由於度化世人需要佛法的傳統，這不僅要有正法的傳承，還要繼續法脈不絕的僧團，更要有廣大學習、信受佛陀真實教法的善信護法，才能使佛教人才代代常青，佛法續傳不止。

原始佛教會準備在台灣中部地區，建立台灣原始佛教禪修中心，承擔常年禪修、安僧、接眾、教化十方的大任，發展為佛陀真實教法根植台灣的重鎮。

請十方長老、法師、大德、善信護法等，能够慈心護顧、幫忙，助成正法禪林道場的實現。如有任何合適作為佛門禪林淨地的土地，不論是捐獻、轉讓、出售，皆請熱心聯絡本會。功不唐捐！

中華原始佛教會 合十
臺北市北投區登山路 139-3 號

電話: 02-2892-2505 電郵信箱: arahant.tws@gmail.com 網址: www.arahant.org

系列課程

菩提道次第

中道僧團講述
系列課程
菩提道次第

如是我聞：一時，世尊在舍鹿野苑中仙人住處，講時。世尊告比丘曰：「此苦聖諦，本所未曾聞法，當正思惟。」

苦滅道跡（即苦、集、滅、道）選自隨佛長老編著《相應菩提道次第》之經文
當斷，本所未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明覺。復次，此苦聖諦，已知當作證，本所未聞法，當正思惟時，已知當作修，本所未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明覺。復次、比丘！此苦聖諦，已知已知出，所未聞法，當正思惟時，已知已知入，所未聞法，當正思惟時，生眼、智、明覺。復次、苦滅聖諦，已知已知作證出，所未聞法，當正思惟時，已知已知證得阿耨多羅三藐三菩提。我已於四阿僧祇劫，亦不自證得阿耨多羅三藐三菩提。我於此西聖諦，三轉法輪於諸天、人、魔、梵及世間，未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明覺。諸比丘！我於此西聖諦，三轉法輪於諸天、人、魔、梵及世間，未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明覺。諸比丘！我於此西聖諦，三轉法輪於諸天、人、魔、梵及世間，未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明覺。

「第一次結集」集成之七事相應教的共說，
還原當中釋迦佛陀親說的『佛法真義』、『菩提道次第』及『禪修次第』，知法未
知法故，這是佛陀真實教法，出自古老經說的傳誦，重顯隱沒兩千多年的真實佛法。
天、魔、梵所未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明覺。復次、比丘！此苦聖諦，已知已知出，所未聞法，當正思惟時，已知已知入，所未聞法，當正思惟時，生眼、智、明覺。復次、苦滅聖諦，已知已知作證出，所未聞法，當正思惟時，已知已知證得阿耨多羅三藐三菩提。我已於四阿僧祇劫，亦不自證得阿耨多羅三藐三菩提。我於此西聖諦，三轉法輪於諸天、人、魔、梵及世間，未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明覺。諸比丘！我於此西聖諦，三轉法輪於諸天、人、魔、梵及世間，未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明覺。

國仙人住處鹿野苑中轉法輪，是故此經名轉法輪經。佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。



中道僧團
原始佛法 人間佛教

正法之光【第三十八期】2014年2、3月合刊 129



虔誠的在 佛陀前點一盞燈 慶祝衛塞節

2014
5/11

活動時間
9:00 - 14:00

內容

「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、馬來西亞同步舉辦衛塞節慶祝活動，歡迎十方法友蒞臨參加。

*當日免費提供午齋。

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

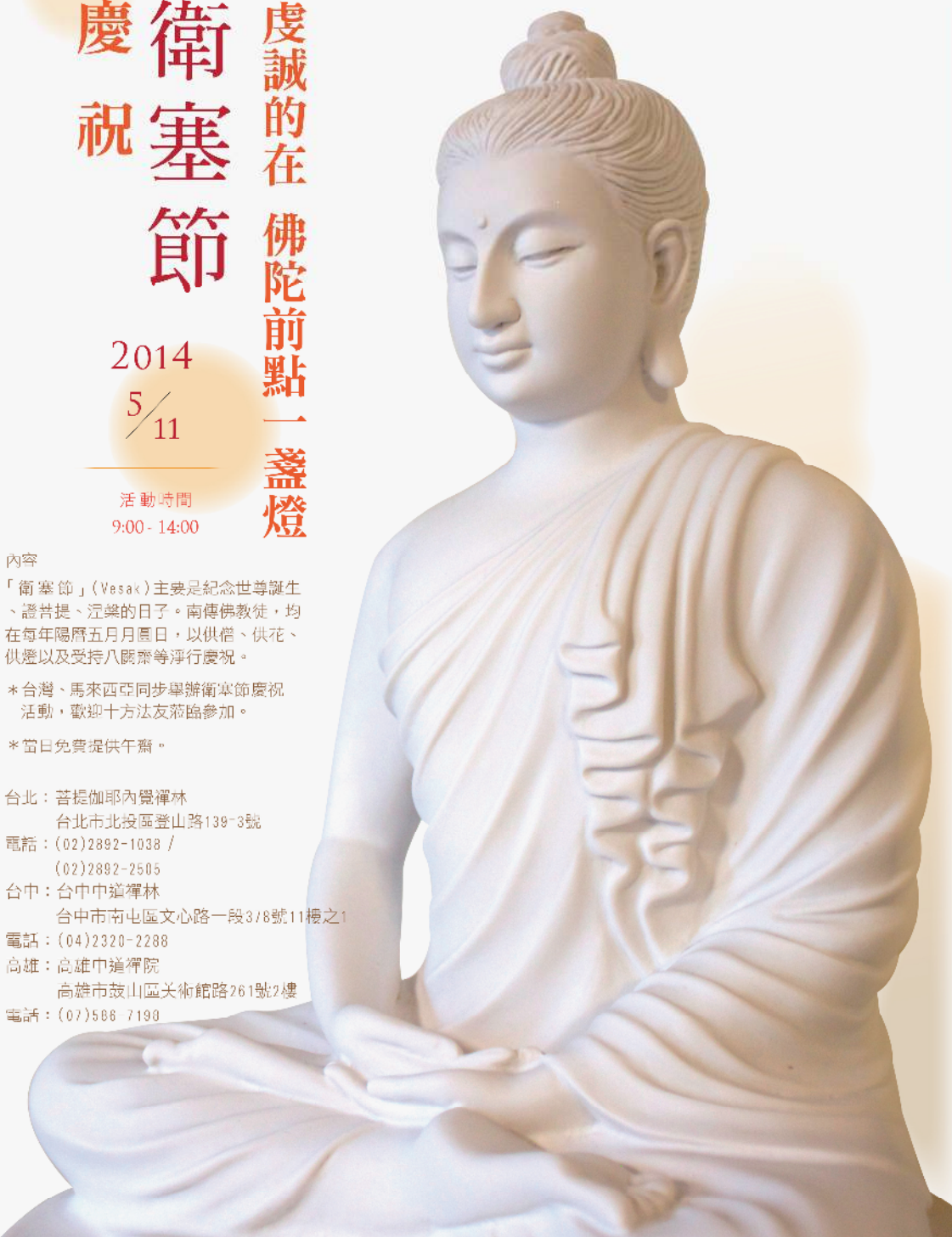
台中市南屯區文心路一段378號11樓之1

電話：(04)2320-2288

高雄：高雄中道禪院

高雄市鼓山區美術館路261號2樓

電話：(07)588-7198



中道僧團 主辦
中華原始佛教會暨中道禪林 協辦



原始佛教 中道僧團 雨安居

佛陀正覺後2446年（2014年）

中道僧團復教、建僧後 第12年雨安居

僧團進行三月修禪、習經、整編《相應阿含》

佛陀正覺後2428~2429年（C.E. 1996~1997）

中道僧團確立，台灣內覺禪林創建

佛陀正覺後2434年（C.E. 2002）

中道僧團傳承《相應阿含》與《相應部》之原始經法共說

奉守「第一次結集」之經法、禪法、一乘菩提道

尊奉部派分裂以前之聖弟子僧團，發展為傳承原始佛教之僧團

佛陀正覺後2440年（C.E. 2008）

隨佛長老編寫成《相應菩提道次第》

還原佛陀親傳之經法、禪法、一乘菩提道次第

佛陀正覺後2440~2446年（C.E. 2008~2014）

中道僧團傳揚 佛陀法脈於臺灣、中國大陸、美國、馬來西亞、新加坡、澳洲

建立中華、美國、馬來西亞、歐洲、澳洲原始佛教會，分設中道禪林

中道僧團 復教建僧12年雨安居

歡迎十方善信、護法，發心在僧安居期間，護持四事

時間：2014年7月11日~10月8日

原始佛教 中道禪法禪修營

時間：第一期 2014年8月8日 ~8月17日

第二期 2014年9月12日~9月21日

地點：內覺禪林 臺灣台北市登山路139-3號

連絡：電話 02-2892 2505 E-mail : arahant.tws@gmail.com



中道僧團 主辦

中華原始佛教會暨中道禪林 協辦

法傳中華 利世利民

河北 唐山 興國禪寺
佛陀之中道禪法十日禪

2014年5月2日~5月11日

禪修地點：河北省 唐山市 興國禪寺
(5月1日：隨佛長老開示 淨土真義)

福建 福清 福興寺
原始佛教中道禪法十日禪

2014年5月16日~5月25日

禪修地點：福建省 福清市 福興寺
fuxingsi@163.com
電話：0591-85690623

原始佛教 都會佛學院 初級班
智慧的生活 光明的人生
明至尊者、中嚴尊者、成慧法師
道一尊尼 授課



2014年4月15日~7月1日

每週 星期二 晚上 7:30 PM ~ 9:30 PM

地點：台北 中道禪院 台北市伊通街58號2樓
台中 中道禪院 高雄 中道禪院 連線上課

網路報名：www.arahant.org Fax: 02-2896-2303

或親至中道禪院或中道禪林報名(請報名表)

個人報名：中華原始佛教會 02-2892-2505

台北 中道禪院 02-2515-2505

台中 中道禪院 04-2320-2288

高雄 中道禪院 07-5867-198

報名截止日期：2014年4月10日(名額有限，以新學法者為優先錄取)

費用：免費，歡迎隨喜護持



中道僧團 主辦
中華原始佛教會暨中道禪林 協辦

2014年4月17日

光明的智慧面對 人生與困境(座談)

座談會嘉賓：隨佛長老 Bhikkhu Vūpasama

嘉賓簡介：http://www.arahant.org/tc/obs_sambodhisangha_0a.shtml

時間：星期四 6:30 PM ~ 8:30 PM

地點：Math Building, Room 312, Columbia University

留學的生活是精彩的，但同時也面臨著許多人生的困境與抉擇，有工作、學習和情感的種種問題需要我們面對。我們面對這些困境與抉擇應該如何處理？我們每位同學心目中都希望自己能在面對困境與抉擇的時候，能充滿「智慧」與「勇氣」，那如何才能做到呢？我們非常有幸在此邀請到台灣著名禪修法師座客哥倫比亞大學，向我們分享佛法的智慧，幫助我們走在正確與光明的路上，讓我們的生活更好，困難更少，遠離煩惱。在法師的智慧的開導分享中，已經有社會上的許多人擺脫身心內外的困境，尋找到一片光明。

座談會提供Pizza、Subway和飲料！

聯繫人：潘宣余 646-409-7333



2014年4月

正覺人生的 落實與體現

- 11日 青年佛教通訊中心 7:30pm ~ 9:30pm
55-59, Chrystie Street, Suite B101, N.Y.C.
- 12&13日 二日弘法 正覺人生的落實與體現
紐約 中道禪院 9:00am ~ 4:30pm
30-20 Parsons Blvd Flushing NY 11354
- 19&20日 二日弘法 開展人生 息苦息憂
麻州 普賢講堂 9:00am ~ 4:30pm
319 Lowell Street, Lexington, MA 02420
- 25日 青年佛教通訊中心 7:30pm ~ 9:30pm
55-59, Chrystie Street, Suite B101, N.Y.C.
- 26日 正覺人生的落實與體現
紐約 中道禪院 9:00am ~ 4:30pm
30-20 Parsons Blvd Flushing NY 11354

洽詢電話：1-718-321-3380 / 718-666-9540
網 站：www.arahant.org



原始佛教會 主辦
美國原始佛教會與中華原始佛教會 協辦



正觉人生的落实与体现

原始佛教会 主办 美国原始佛教会与中华原始佛教会 协办

日期	时间	主题	内容	活动场所
4月11日(周五)	19:30-21:30	青年佛教通讯中心 随佛长老宣法	随佛长老宣法	青年佛教通讯中心 地址: 55-59, Chrystie Street, Suite B101, N.Y.C
4月12~13日 (周六、周日)	09:00-16:30	《二日弘法》	正觉人生的落实与体现	纽约 中道禅院 地址: 30-20 Parsons Blvd Flushing NY 11354
4月19~20日 (周六、周日)	09:00-16:30	《二日弘法》	4月19日 1.生死的缘起 2.身心的缘起 3.痴、贪、瞋的缘起 4.轮回的十二因缘 5.苦的缘生、缘灭 4月20日 1.佛陀的中道禅法 2.九种因缘观 3.七菩提支 4.离贪的生活实践 5.解脱的体现	麻州 普贤讲堂 地址: 319 Lowell Street, Lexington, MA 02420
4月25日(周五)	19:30-21:30	青年佛教通讯中心 随佛长老宣法	随佛长老宣法	青年佛教通讯中心 地址: 55-59, Chrystie Street, Suite B101, N.Y.C
4月26日(周六)	09:00-16:30	《一日弘法》	正觉人生的落实与体现	纽约 中道禅院 地址: 30-20 Parsons Blvd Flushing NY 11354

洽询电话: 1-718-321-3380 / 718-666-9540



中道僧團

原始佛法 人間佛教

指導: 中道僧團

導師: 隨佛長老

Bhikkhu Vūpasama

發行: 原始佛教會

發行人: 明至尊者 Ven. Bhikkhu Aticca

欢迎助印《正法之光》赠送流通

email: saddhammadipa.tw@gmail.com

台北市北投区登山路 139 之 3 号 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>

台湾护持帐户:

社团法人中华原始佛教会

1. 邮局划拨: 帐号 50159965

2. 台湾银行 天母分行: 帐号 142001006834

美国护持帐户:

1. Original Buddhism Society (弘法、助印)

Citibank Savings Account 9930260993

2. Compassion for Children (扶助孩童)

Citibank Savings Account 9946841178

马来西亚护持帐户:

Sambodhi World Berhad

HSBC Bank: 202-124475-101

版权声明:

有著作权 如为宣法, 非为买卖,
不修改、增减内容, 欢迎翻印流通。

台湾教区 (Taiwan)

E-mail: arahant.tws@gmail.com

台北 内觉禅林

台北市北投区登山路 139 之 3 号 电话: 886-(02)2892-1038 传真: 886-(02)2896-2303

台北 原始佛教中道禅院

台北市伊通街 58 号 2 楼 电话: 886-(02)2515-2505

台中 中道禅林

台中市南屯区文心路一段 378 号 11 楼之 1 电话: 886-(04)2320-2288

高雄 中道禅林

高雄市南鼓山区美术馆路 261 号 2 楼 电话: 886-(07)586-7198

美国教区 (U.S.A.)

E-mail: arahant.usa@gmail.com

纽约 原始佛教中道禅院

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

马来西亚教区 (Malaysia)

E-mail: arahant.mas@gmail.com

吉隆坡 中道禅林

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

吉隆坡 烏拉港 中道禅院

NO 8-2, JALAN KASTURI 3, PLAZA KASTURI, BT 11 OFF JALAN BALAKONG, 43200 CHERAS.

吉隆坡 阿拉白沙羅 中道禅院

NO. 49, JALAN PJU 1A/41B, PUSAT DAGANGAN NZX, 47301 PETALING JAYA, SELANGOR.

怡保 中道禅林

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

檳城 中道禅林

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

威省 中道禅林

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

馬六甲 中道禅林

No 30, Jalan Kota Laksamana 3, Taman Kota Laksamana, 75200 Melaka, Malaysia Tel: 06-2818391

新山 中道禅林

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

雙溪大年 中道禅林

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

马来西亚法友 新春贺岁



吉隆坡中道禪林的法友向師父們和法友拜年



法的兄弟姐妹攜手迎新年



吉隆坡中道禅林法友一家一菜供僧



上组图：2014年3月22日是随佛长老莅临大马弘法的第二天，下午长老开示《昌盛与息苦的人生》，何谓佛陀所教导的离贪与不妄执。大众从长老开示中获益良多，厘清许多错误观念。

下组图：当天中午，吉隆坡中道禅林广邀法友以一家一菜方式供僧，提供难得可贵的机缘，让人们亲近如法如律的僧团，虽然烈日当空，法友的心中却是无比清凉与欢喜。



南洋商报《和谐人生 人际关系》座谈会



上组图：随佛长老与李志祥博士精采的对谈，吸引了160多位听众与会恭聆。

下图：李志祥博士邀请二位来宾上台参与，示范三种不同类型的沟通模式。



乌拉港中道禅院启用法庆暨宣法



吉隆坡中道禅林 《中道五日禅》



右图：学众敬诵皈命 佛陀、阿罗汉、无上正等觉者。

下图：长老说法时，不时辅以风趣幽默的譬喻，常令大众笑开怀。





成立大會

本會之成立乃在弘揚 佛陀四聖諦聖教，聯合海內外正信佛教團體、法師、居士，致力 佛陀聖教之開展與復興。歡迎所有認同此一理念之法的兄弟姊妹，撥冗蒞會，共增光采。

2014年6月22日（日）
9:00am ~ 4:30pm

龍山寺板橋文化廣場七樓大會堂
新北市板橋區文化路二段242號七樓

洽詢電話：(02) 2892-2505

9:00~9:30 報到
9:30~11:30 四聖諦佛教會 成立大會
11:30~13:30 午齋（提供免費午餐）
13:30~16:30 四聖諦佛教法師 聯合說法

中華四聖諦佛教會



中華四聖諦佛教會
中華原始佛教會

主辦
協辦



原始佛教會

<http://www.arahant.org>

正法之光

http://www.arahant.org/tc/obs_magazine.shtml
歡迎投稿 email : saddhammadipa.tw@gmail.com

原始佛教電子報

http://www.arahant.org/tc/obs_newsletter.shtml
欲訂閱電子報請 E-mail: obs.eneews.01@gmail.com

中華原始佛教會



<https://www.facebook.com/Saddhammadipa>