



慧 訊



美國中西部佛教會暨明大佛學社

慧 訊

2008 年 5 月

— 法語同霑 —

徹悟禪師教義百偈

一句彌陀，要在信深，
蓮芽九品，抽自此心。
一句彌陀，要在願切，
寸心欲焚，雙目流血。

一句彌陀，要在行專，
單提一念，斬斷萬緣。
一句彌陀，誓成片段，
拌此一生，作個閑漢。

美國中西部佛教會暨明大佛學社
Midwest Buddhist Association
P.O. Box 131654
St. Paul, MN 55113

慧 訊 目 錄

法語同霑	徹悟禪師	學佛百問	宣化上人
淨土十疑論	智者大師	法會報道及五月活動預告	佛教會
素食譜	法界食譜	五月共修活動行程	佛教會
佛法在生活中的應用	星雲法師		

淨土十疑論

(原文 白話釋 提要)

隋天臺智者大師說

第五疑

問：具縛凡夫惡業厚重，一切煩惱一毫未斷，西方淨土出過三界，具縛凡夫云何得生？

答：有二種緣，一者自力，二者他力。自力者，此世界修道，實未得生淨土。是故瓔珞經云：「始從具縛凡夫，未識三寶，不知善惡因之與果，初發菩提心。以信為本住 在佛家，以戒為本受菩薩戒。身身相續戒行不闕，經一劫二劫三劫，始至初發心住。如是修行十信十波羅蜜等無量行願，相續無間滿一萬劫，方始至第六正心住。若更增進，至第七不退住，即種性位。」此約自力，卒未得生淨土。

他力者，若信阿彌陀佛大悲願力攝取念佛眾生，即能發菩提心行念佛三昧，厭離三界。身起行施戒修福，於一行中，回願生彼彌陀淨土，乘佛願力機感相應即得往生。

是故十住婆沙論云：「於此世界修道有二種，一者難行道。二者易行道，難行者，在於五濁惡世，於無量佛時，求阿鞞跋致甚難可得。

「此難無數塵沙說不可盡，略述三五。一者外道相善，亂菩薩法。二者無賴惡人，破他勝德。三者顛倒善果，能壞梵行。四者聲聞自利，障於大慈。五者唯有自力，無他力持。譬如跛人步行，一日不過數裏，極大辛苦，謂自力也。

「易行道者，謂信佛語，教念佛三昧，願生淨土。乘彌陀佛願力攝持，決定往生不疑也。如人水路行，藉船力故須臾即至千里，謂他力也。譬如劣夫從轉輪王，一日一夜 周行四天下，非是自力，轉輪王力也。」若言有漏凡夫

不得生淨土者，亦可有漏凡夫應不得見佛身。然念佛三昧並無漏善根所起，有漏凡夫隨分得見佛身 相也，菩薩見微細相。

淨土亦爾，雖是無漏善根所起，有漏凡夫發無上菩提心，求生淨土，常念佛故伏滅煩惱，得生淨土，隨分得見相，菩薩見微妙相，此何所疑？

故華嚴經說：「一切諸佛刹，平等普嚴淨，眾生業行異，所見各不同。」即其義也。

【白話釋】

問：身心全被束縛，不得自在的凡夫，惡業既厚又重，一切的煩惱一絲一毫都未斷。而西方極樂世界的淨土，是超出三界的，具縛凡夫如何能夠往生呢？

答：因為凡夫可以靠自力和他力這兩種因緣，而得以往生。所謂自力是說，靠自己的力量在此世界修行，而單靠自力修行，是無法往生淨土的。因此瓔珞經說：「從具縛 凡夫開始，不認識佛法僧三寶，不知道善惡因果的關係。後來接觸佛法而且相信佛法，這時就開始發菩提心，去受菩薩戒。接著就生生世世不斷的不破戒修行，修到三劫之後，才能達到別教初住位，也就是所謂的初發心住。接下來就修十信位的十種波羅蜜等無量的願行，一直不間斷的修直至滿一萬劫為止，這時才能證到第六的 正心住。如果再加緊用功的話，就能更上一層樓，進入第七的不退住，就是種性位。」這是就自力修行而言，到此為止，還是沒有能力往生淨土。

所謂他力是說，若是相信阿彌陀佛的大悲願力，能夠攝取念佛的眾生，於是就開始發菩提心，開始修念佛三昧，心裏很厭惡三界，很想離開三界，並且身體力行修布施、持戒等的善行福報，還把所有的善行福報，全部都回向願意往生阿彌陀佛的極樂淨土，最後乘佛的願力及自己的念力，互相感應而得以往生。

因此十住婆沙論說：「在這世間有兩種修行的方法，一種容易，一種難。難行道是說，在五濁惡世修行，要歷經無量的佛，要想修到不退轉之位，實在很難。

其 中的艱難是無數塵沙劫的時間也說不完的。簡單歸納有五點：一、或許會和其他外道成為好朋友，結果受影響，壞了自己的菩薩修行法。二、很可能遇到無恥兇惡之人，被他破壞自己殊勝的德行。三、很可能獲得富貴等之善業果報，結果由於富貴的弊病，反而破壞了禪定不淫的清淨梵行。四、可能會墮落成小乘，只求自己得出離，而障礙了大悲心。五、由於只靠自己的力量，沒有佛力的加持，就好比跛腳的人，一天最多只能走幾裏路，非常辛苦。這就是完全靠自己力量的結果。

「易行道就是相信佛說的話，修念佛三昧，發願往生淨土，靠佛的願力攝持，決定能往生，一點也不懷疑。好比走水路的人，藉著船的力量，片刻就可以走千裏，這就叫做他力。譬如愚劣的凡夫跟著轉輪王，一天一夜就可以行遍四天下，這不是他的力量，而是轉輪王輪寶的力量。」

如果有人認為，有煩惱的有漏凡夫不能往生淨土，那是不是就表示有煩惱的凡夫也應該見不到佛才是呢？然而並非如此。我們知道念佛三昧是隨著無煩惱的無漏善根而引發起來的，有漏的凡夫還是可以隨著他修行的程度，而見到佛身的粗略相貌，菩薩見得的是佛的微細相貌。

往生淨土也是一樣，雖然淨土是無漏善根的果報，但是有漏凡夫只要發了無上的菩提心，求生淨土，經常念佛之故，所以能把煩惱伏住或斷滅，因此而得以往生淨土。並且能隨各人的功力見到佛的粗略相，而菩薩見到的是微妙相。這是沒有什麼好懷疑的。

因此華嚴經說：「所有諸佛的淨土，全都是一樣的莊嚴清淨，只是由於眾生各人的業力及修行程度不同，所以各各所見不同。」就是這個意思。

素食譜 -- 玉米濃湯

材 料：玉米醬、玉米粒、馬鈴薯丁、紅蘿蔔丁、青豆仁

調味料：奶油、鹽、糖、胡椒粉

做 法：

1. 水入鍋加入馬鈴薯丁及紅蘿蔔丁煮至熟透，再加入玉米醬、玉米粒後煮開(此時要邊煮邊攪拌，才不會粘鍋底)。
2. 用炒鍋將麵粉炒香後用冷水調開，慢慢加入 1 之湯內調勻(一邊徐徐倒入，一邊調，要不然很容易結成一團)。
3. 加入青豆仁及所有的調味料拌勻即成，是一道非常可口的濃湯，廣為喜愛。



星雲法語系列 ---處 眾

俗話說：「獨梁難撐大屋」、「獨木不成林」，凡是單獨的、單一的，力量單薄，很難有所發揮，必須集合起來、團結一起，力量才會大。而要發揮力量，必須先學習如何在大眾中與人團結、與人和諧，處眾之道就很重要了。有以下四點意見：

第一、看人要有平等心：古代社會中男尊女卑，現代社會裡提倡兩性平等；過去尊崇老闆為大，現在講究顧客至上。時代在改變，居上位者，不再是權勢驕貴，居下位者，也能擁有尊嚴。佛陀在二千五百年前，即提出佛性平等，倡導生佛平等，身為僧團的導師，從不以先覺自居，甚至以身作則，為有病比丘洗滌衣履，給失明弟子穿針縫衣，處處樹立和樂、平實、平等的風範，給我們學習、效法。

第二、待人要有慈悲心：一般人心裡只有自己，想到的都是自我的利益，對我有利就接受，對我不利就排除。這種完全以自我為中心的人，很難與大眾融和相處。想要讓別人認同，心中要常懷慈悲，替人著想，視別人是自己生命的一部分，別人也會把你當作自己人。

第三、教人要有尊重心：人人希望活得有尊嚴，希望獲得別人的重視，自

己卻往往忘記要尊重別人。好比有人在教人時，他的立意雖好，態度卻趾高氣昂，如何讓人接受呢？有則趣譚，眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴各有其用，都不服氣無用的眉毛長在最上面，眉毛為了平息紛爭，願意往下移，移來移去，怎麼看都不順眼，只有再讓它回到最上面，才像個人。每個人都有其尊嚴，發揮的作用，能尊重他、愛護他，教人也才有功德。

第四、利人要有喜捨心：做人最可貴的是能利人，譬如參加社會公益活動，服務人群，甚至響應環保，參與賑災，擔任義工等等。利益別人時，要有喜捨的精神，不求回報、不求感謝，心才不會執著、患得患失，才能真正發揮生命的價值，為人間帶來溫暖，為社會帶來光明。

菩薩實踐布施、愛語、利行、同事四攝法，所以能攝受眾生，而我們要處眾和諧，以上這四點，是立身行己的好方法。

第一、看人要有平等心，

第二、待人要有慈悲心，

第三、教人要有尊重心，

第四、利人要有喜捨心。

學佛百問 宣化上人問答節錄

72 如何在六塵裡頭把持住我們的心？尤其俗家人，在社會上有很多引誘，我們要持什麼樣的一個法門才好？

這個法門就是要你自己有志氣、有骨頭，我說不被外境所引誘，那就算有什麼東西來了，我都不動，這沒有什麼法門的。沒有一個咒，能叫你不隨外界所轉的；沒有一部經，叫你鎖住你的心猿意馬，還是要自己下工夫，自己立志。萬法唯心造，你心裡不願被境界轉，誰也轉不動你。

73 我的我相很重、我執很深，要如何才能真正的無我？

無我，先要無人，無人自然就無我了。無人無我，還要無眾生，無壽者。你要知道這個「我」是個假名詞，人也是個假名詞，眾生、壽者都是假名詞，不要被假名詞迷住了。真正的我不是這個，是本有的佛性，你為什麼把本有的佛性忘了，只記得世間的假我，假名、假意？你把真的想起來，這假我自然就沒有了，你人雖是很聰明，若你把假我忘了，把真的找出來，那才真正聰明了！

74 佛教是有神論及講求神跡靈感的宗教嗎？

佛教也不是有神論，也不是無神論，也不是求靈感，求好處。

好比有人到廟上，在佛前上了一大把香，就求這、求那、求孩子快高長大。佛不管這些閒事的，莫說是佛，我都不會管的。學佛不要向外馳求，不必管什麼有神論、無神論的。你必須先認清楚什麼是神，什麼是鬼，你看見了嗎？不然你怎麼懷疑？你問這問題，這就表示你有懷疑心。你如果相信，那就不必問；你不信，問了也沒用。有人又

想：那到底是人怕鬼？還是鬼怕人？我的回答是：你若肚裡有鬼，那就是人怕鬼；若肚裡沒有鬼，就是鬼怕人。

75 需要和欲望有什麼分別？

需要是指必須用的東西，欲望是可有可無的。你的欲望在你的需要裡不一定需要，有也可以，沒有也可以，不是一定必須的，所以這兩者不可相提並論。比如說餓了要吃，睏了要睡，凍了要穿衣，這不能沒有，所以是需要。欲望是不應得的，你硬要去得，是非份的貪求，就是這個不同。

76 我們如何知道自己適合修何種法門？

那你先問自己吃什麼適合你的口味？如果你知道了，也就知道應該修什麼法門了。這很簡單，不需要問的，就好像人所吃的，都是他自己歡喜的口味，有人好吃酸的，有人好辣，有人好甜，有人好苦……，各有所好，這沒有一定的。

77 經和咒有什麼不同？

你覺得有什麼不同呢？咒就是咒願、誓願，有所求願。經是修行中必須學習的道路，你明白了經的道理，就要自己照著去做。另外，經是由梵文翻譯成的，已把它的意義翻譯出來了。咒沒有翻譯，只有保存它的音，這是一切諸佛的秘密真言。

78 在寺共修和在家自修有何分別？若在寺有煩惱心，當如何？

在寺中若會用功，也一樣修行；在家若會用功，也一樣修行。你能制心一處，那就無事不辦，否則在家、在寺都是白搭工。

79 人死後是土葬，或是火葬較適當？

火葬好，這不佔土地，也不佔天上，海闊天空的。佔個小小的地方就夠了，死人若是佔了太多地方，活人就沒有地方住了。

80 要如何修行才能了生脫死、離苦得樂？

要修不打妄想的法門。啊，你又問了：如何才能不打妄想呢？嘿，就是迴光返照嘛！

改過遷善最吉祥

改良我們內心這些骯髒東西——所有的脾氣、妒忌障礙、貢高我慢等等

◎一九九四年一月二日宣化上人開示於
國際譯經院

各位，祝你們新年快樂！不要新年憂愁，不要新年哭，這就是一年吉祥的象徵。一年如意吉祥，遂心所欲，心想事成。可是你若發脾氣，一生瞋恨心，一有妒忌障礙，一切吉祥都變成不吉祥了，所以今年大家要把脾氣改了。

人人把脾氣改了，世界上就沒有戾氣，原子彈、氫氣彈的威力減低，甚至於死光也沒有功效了。若人人能不發脾氣，原子彈、氫氣彈、死光都會失去它們的功效。就因為我們的脾氣大！一有什麼事就爆發了。人的脾氣聚在一起，就變成原子彈、氫氣彈，或是死光。因為你脾氣大嘛！就有東西比你脾氣更大，所以這就害了整個世界，因此不要發脾氣，總是要歡歡喜喜的。若黑口黑臉的，用勢力壓迫人，或者用一些手段來打擊人，這就是爆發原子彈、氫氣彈和死光的導火線。你們若想要沒有原子彈的劫，沒有氫氣彈的劫，沒有死光的劫，就要不發脾氣。

這一點，你若能把它改了，要改惡向善。發脾氣是惡，不發脾氣是善，所以能改惡向善，改過自新，這就是康誥曰：「作新民」，做一個新的人，做一個新的行動，一切一切都要維新改良。人若不能維新改良，只將世界一切的法制維新改良，那都是假的，都是向外馳求。你一定要從內心維新改良自己，把一切的習氣一掃而光，就是神秀大師說：「身是菩提樹，心如明鏡台，時時勤拂拭，休使惹塵埃。」勤拂拭是什麼？就是勤拂拭我們的脾氣、妒忌障礙這些習氣毛病，這些邇邇東西；把這些邇邇東西都拂拭乾淨，本有的智光自然就出現了。

你智光一現前，這時就無所不知，無所不明。你為什麼不能無所不知？就因為智光沒有現前。想要智光現前，先要把自己收拾乾淨，維新改良。改良，不是改良外在的事物，而是要改良我們內心這些骯髒東西——所有的脾氣、妒忌障礙、貢高我慢等等，好像你用勢力壓迫人，用手段來害人，這都是邇邇的東西。

所以修道人，尤其是出家人，要是爭心不了，動不動就和人家爭辯是非、強詞奪理，或者以勢凌人，這都是太邇邇了，這都是污染法裝滿你內部的世界。你裝滿了這些東西，真正的智慧就沒有了，所以這是要緊的。



法會報道

傳揚法師來明州弘法之前，剛在中國大陸完成了幾個星期的參訪。法師很高興地與大家分享了他在中國各個道場的見聞，提到中國的佛法在逐漸興盛，整個社會也在提倡“和諧社會”的理念，中國政府目前致力於恢復傳統文化的工作，於丹女士講解的《論語》成爲熱銷，社會上也興起兒童讀經熱。師父在談到中國傳統文化的時候，特別強調了一個“孝”字，說到年幼時騎過父親的後背已經不再挺直，母親拉著自己上學的手已經不再柔軟，師父一度哽咽難言。師父的一番話也引發了大家的深思，自己在學佛的道路上這最基本的“孝養父母”有沒有做的很好？

師父還利用共修時間給大家申講了《佛說阿彌陀經》和《勸發菩提心文》，雖然時間很短，但是完全針對淨土法門同修們常見的問題，重點突出，切中要害，使大家都感到非常受益。師父所申講總結的《佛說阿彌陀經》，是基於他本人幾年來學習蕩益大師的《阿彌陀經要解》以及多年念佛的心得，先向大家講述了阿彌陀佛四十八大願的殊勝，在極樂世界修行的殊勝，然後指出淨土法門的關鍵在於信和願的建立，在信願堅固的前提下念佛必然往生極樂世界。在念佛方法方面，師父鼓勵大家在靜坐念佛的過程中體會“都攝六根，淨念相繼”，使自己念念都與阿彌陀佛相應。

在日常生活方面，師父繼續強調“諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教”，雖然是老生常談，可是真正做到卻很不容易。

法師此番弘法行程，大家感到收獲非常大，盼望師父八月份再次蒞臨！

佛教會法器教學小組成立

何師兄組建的法器教學小組將於 5/10 開始第一次活動，以後每月第二和第四個星期六早 9：30-10：30 爲練習時間。由受過專門訓練的戴居士領眾練習。爲了莊嚴今後的共修念佛和法會活動，希望大家能夠踴躍參加！

佛教會英文討論小組

佛教會英文討論小組已經結束了《心經》研討，即將開始《法華經》研討，每月第二和第四個星期三 7-9pm 在 Dunn Brothers Cafe 聚會，組織者爲 Paul Arllen 和 Eugene Kelly，歡迎同修們參加。

詳細信息請參見佛教會網站：<http://www.amitabha-mba.org/jt/e/index.html>

如有問題，請聯絡 Eugene Kelly，Email 和聚會地址參見第 8 頁。

佛教會兒童班

佛教會兒童班將於 5 月 4 日在佛教會圖書館舉辦浴佛節活動，每一位小朋友都有機會親自參加浴佛儀式，培養善根，增長福慧。歡迎家有小朋友的同修們來參加。

5 月 18 日上午 11 點，兒童班在 Minneapolis Institute of Art 集合，其中一位在大學教授藝術史的家長會爲大家擔任解說，重點介紹來自亞洲的藝術品。活動結束之後大家會在長青小館聚餐。這次活動是各位小朋友及家長增進了解和互動的好機會，聯絡人 Eugene Kelly，Email 和聚會地址參見第 8 頁。歡迎參加！



5 月共修活動行程



日期	時間	活動內容	日期	時間	活動內容
5/3 (六)	10:00 am - 12:30 pm 7:00 pm - 9:00 pm	念佛, 聽經: 淨土資糧 素食 Potluck 聚餐 無量壽經研讀 (Conference Call)	5/17 (六)	10:00 am - 12:30 pm 7:00 pm - 9:00 pm	念佛, 聽經: 淨土資糧 素食 Potluck 聚餐 無量壽經研讀 (Conference Call)
5/4 (日)	10:30 am - 12:30 pm	兒童班: 浴佛節活動 素食 Potluck 聚餐	5/18 (日)	11:00 am - 2:00 pm	兒童班: Minneapolis Institute of Art
5/10 (六)	9:30 am - 12:00 pm	法器教學 念佛共修	5/24 (六)	9:30 am - 12:00 pm	法器教學 念佛共修

每個星期二	6:30 pm - 8:00 pm	地區性念佛共修(Minneapolis - 長青小館) 聯絡人: 范光堯 師兄 952-831-4194
5/14, 5/28	7:00 pm - 9:00 pm	English Language Buddhism Discussion Group & MBA Student Group 聯絡人 Eugene Kelly eugene_monica_Kelly@yahoo.com Dunn Brothers Cafe 530 University Ave. SE. Minneapolis, MN 55414

<p style="text-align: center;">代刊慈濟 5 月活動</p> <p>5/24 2:30pm-5:30pm 麥當勞之家服務 Mcdonald House, 621 Oak St SE. Minneapolis, MN 55414 Tel: 612-805-3467 聯絡人: 連芬慈師姐 Tel: 651-633-0385</p> <p>5/17 1:45pm-3:00pm 老人院關懷表演活動 Providence Place, 3720 23rd Ave. South Minneapolis, MN 55407 Tel: 612-724-5495 聯絡人: 陳性山師兄 TEL: 651-603-0597</p>	<p>指導老師: 上傳下揚法師 顧問老師: 上見下寬法師 發行人: 佛教會理事會 聯絡人: 周國芳 (651-494-9528) 佛教會網址: http://www.amitabha-mba.org Email: amtb_mba@yahoo.com</p> <p>活動地點: 佛教會文物流通處 (圖書館) 地址: 1245 Summit Ct., Maplewood, MN 55109 TEL: 651-486-7852</p>
--	--

