



慧 訊



美國中西部佛教會暨明大佛學社

慧 訊

2009 年 9/10

— 法語同霑 —

徹悟禪師教義百偈

一句彌陀，感應非輕，
 少康化佛，善導光明。
 一句彌陀，有教無類，
 雄俊入冥，惟恭滅罪。

一句彌陀，是無上禪，
 一生事辦，曠劫功圓。
 一句彌陀，理非易會，
 百偈俄成，三尊加被。

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	八月地藏法會總結	佛教會
學佛行儀		蓮池大師《普勸念佛文》釋義	唐湘清居士
佛法在生活中的應用	星雲法師	盂蘭盆法會預告	佛教會
		共修活動行程	佛教會

佛教常識——學佛行儀

【睡眠第十八】

凡沙門、居士睡臥，不得仰臥、覆臥、及左脅臥。當以右掌枕頭，左掌搭膝，右脅而臥，名吉祥臥。又宜獨榻，不得與人同榻，雖居士自己夫婦亦不應恒。臨睡時，不得多用思想，想則睡不能眠。當先靜坐一小時，默念如下偈文，坐疲方睡。不得脫裏衣睡。不得笑語高聲，宜默念如下偈文。若夢遺有偶，斯系持戒心未堅所致，故持戒念應堅也。天未曉，宜早覺，起而靜坐一小時，方下榻出舍。其中所歷，皆須默念如下偈文，以防散亂，增長菩提。凡攜溺器，不得從聖像前法堂前經過。

床座偈：若敷床座，當願眾生，開敷善法，見真實相。

寢息偈：以時寢息，當願眾生，身得安隱，心無動亂。觀阿字二十一遍

早覺偈：睡眠始寤，當願眾生，一切智覺，周顧十方。

聞鐘偈：聞鐘聲，煩惱輕，智慧長，菩提生，離地獄，出火坑，願成佛，度眾生。唵·伽囉帝耶·莎訶。三遍

著衣偈：若著上衣，當願眾生，獲勝善根，至法彼岸。著下裙時，當願眾生，服諸善根，具足慚愧。

束帶偈：整衣束帶，當願眾生，檢束善根，不令散失。

下榻偈：從朝寅旦直至暮，一切眾生自回護，若於足下喪其形，願汝即時生淨土。唵·逸帝律尼·莎訶。三遍

舉足偈：若舉於足，當願眾生，出生死海，具眾善法。唵·地利日利·莎訶。三遍

出舍偈：從舍出時，當願眾生，深入佛智，永出三界。

【入眾第十九】

凡沙門、居士，入大眾中同住同行，不得爭坐位。眾中有失儀者，當隱惡揚善，不得昧他人之勞，顯己之功。凡睡不得在人前，起不得在人後。

凡洗面，不得多用水。擦牙吐水，須低頭引水下，不得噴水濺人。不得高聲鼻涕嘔吐。不得於殿塔、淨地、淨水中涕吐，當於僻處。手中有物，不得只手作合掌式揖人。不得多笑，若大笑及呵欠，當以袖掩口。不得急行。不得將佛燈私就已用。若燃燈，當以玻璃或紙覆罩，勿令飛蟲投入。不得聞呼不應，凡呼俱宜以念佛應之，不得雲耶、雲啊。

自身衣服，不得異彩特色，須青、灰、木蘭。著長掛短衫，須雙手垂下。著方袍，須兩手合於胸下。不得扛腰行立，不得扣背合手行立。凡行住坐，皆不得倚靠。不得以鉢掛杖頭，置肩上行。不得攜手在道行。須當束縛褲襪，不得放意自便。不得閑走，不得多言。不得拖鞋有聲。木蘭：木蘭樹皮所染色，赤多黑少。

不得私取三寶常住物自用。不得談非佛法事。不得因小事爭執，若大事難忍者，須心平氣和與之論辯，不依，則他行。動氣發粗，非佛子矣。凡見他人禮佛，不得向彼頭前經過。人看經，不得向彼案前經行。

凡聽講，宜早至。整理衣服，兩手捧經，平視直進，坐必端嚴。不得大咳嗽，咳嗽須以衣袖掩口。聞法，須聞而思，思而修，不得專記名言，以資談

柄。不應入耳出口，若有疑問，須於講畢後，捧經至法臺上案邊，向上問訊，然後方申疑問。問答畢，又問訊而下。

凡圍爐，不得彈垢膩入火中，不得烘焙鞋襪。凡息燈，須問他人更用否，不用，須撥息之，不得口吹。房中有人睡，不得打物作響，及高聲語笑。

凡入浴，脫衣著衣，須安詳自在。須先小解。不得以湯水濺鄰人。不得受人擦背。不得共人語笑。不得恣意久洗，防礙後人。浴時當恒默念偈雲：
‘洗浴身體，當願眾生，身心無垢，內外光潔。唵·跋折囉惱迦吒·莎訶。三遍’

凡入廁，欲大小便當即行，莫待內逼倉卒。須換鞋，不得著淨鞋入廁。入廁當三彈指，使內人知，不得促迫內人出。已上須默念偈雲：‘大小便時，當願眾生，棄貪嗔癡，蠲除罪法。唵·很魯陀耶·莎訶。三遍’

不得持草畫地。不得低頭視下。不得努氣作聲。不得隔壁共人語。不得唾壁。出入逢人，不得作禮，宜側身避之。不得沿路行系衣帶。若小解，須撩起衣服，不得著方袍小解。小解亦須默偈便畢，當澡手，未澡手不得持物。

【看病第二十】

凡沙門、居士，見疾病人，須時看護之。梵網經雲：‘若佛子！見一切疾

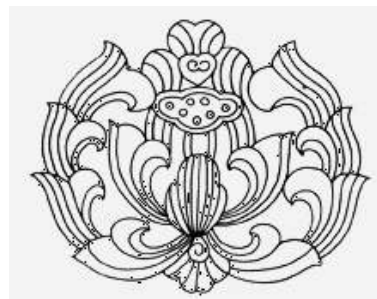
病人，常應供養，如佛無異。八福田中，看病福田，第一福田。若父母、師僧、弟子病，諸根不具，百種病苦惱，皆供養令差；而菩薩以嗔恨心不看，乃至僧坊、城邑、曠野、山林、道路中，見病不救濟者，犯輕垢罪。’

看病時，須默念偈雲：‘見疾病人，當願眾生，知身空寂，離乖諍法。唵·室哩多，室哩多，軍吒利·莎娃訶。三遍’念畢，以善言安慰病人，勸其多念佛。若有所需，宜竭力辦與之，除不宜者。

【寂居第二十一】

凡沙門、居士，寂居寮房內，尤宜嚴肅，不得放逸自便。不得獨食，除老病。不得喫煙酒。於衣鉢行李外，不得辦精緻玩器，圖其美觀。不得制絲類衣服，不得制獸皮衣服，除極寒地。昔有高僧，周年著一輛鞋，近時亦有一衲終身者。故凡佛子，皆應淡泊。

不得置雕彩大床。室內除一榻一桌凳外，不得廣置多物。不得掛字畫，除警語座銘。不得赤身赤背。不得晝寢。不得修習外道功夫，不得習拳術。不得習圖畫，除畫佛像等。不得儲寄財物、珍寶等。剃發時，須默念偈雲：
‘剃除須發，當願眾生，遠離煩惱，究竟寂滅。唵·悉殿都，漫多囉，跋陀耶·娑婆訶。三遍’



星雲法語系列 --- 我們要信仰什麼

每一個人活在世間上，除了要求種種的生活方式以外，都需有一個信仰。這個信仰，並沒有宗教上一定的限制，重要的是你不能迷信，不能邪信，更不能誤信。放眼今日社會，信仰錯誤的人比比皆是，究竟我們要信仰什麼呢？

信仰應有如下的條件：

一、信仰實在實有的：我們信仰的對象，一定要在歷史上有根有據，比方說釋迦牟尼佛、耶穌基督、穆罕默德、孔子、老子，這些信仰的對象是實在實有的，而非來無影、去無蹤，憑空想像出來的。

二、信仰道德高尚的：我們信仰的對象，其道德是否圓滿？人格是否高尚？身心是否清淨？都是我們所應該深思、了解的。

三、信仰能力強大的：他具有能力，能救苦救難嗎？如果他連自己都無法挽救，又怎能救我們呢？所以，我們不能信仰一些不明的神仙，因為那種鬼神不能幫助我們獲得解脫，因此不值得信仰。

四、信仰戒行清淨的：如果我們信仰的神，要人殺生來祭祀祂，這便是不能清淨戒行，又如何能大慈大悲呢？

五、信仰正法圓滿的：信仰的正法如果不能圓滿，處處有缺陷，如何能徹底解

決我們所面臨的問題呢？

六、信仰智慧超然的：有超然的智慧，才能透視生命，才能解決世間、出世間的苦難及煩惱，才是值得我們信仰的。

所以，我們要信仰什麼？

一、信仰實在實有的。二、信仰道德高尚的。三、信仰能力強大的。四、信仰戒行清淨的。五、信仰正法圓滿的。

六、信仰智慧超然的。

八月地藏法會總結

— 李彥甫會長

上見下寬法師八月八日、九日兩天蒞臨明州佛教會，帶領同修舉辦莊嚴的地藏法會。法師期勉同修於法會前行門用功，以將功德回向祖先和累劫冤親。法會當日，同修們皆誠心地在法師的帶領之下恭誦《地藏經》及佛前大供。功德堂的佈置在同修們的幫忙下顯得莊嚴隆重，九日的功德堂回向亦有一位同修發生親人感應托夢的故事，令人為地藏菩薩的大願力而感動，且更具信服力。法師並帶領同修們行“放蒙山儀式”，摯誠的心意願法界所有眾生皆能得到施食。此次法會圓滿結束，感謝諸位參與同修的協力幫助，希望同修們能謹記法師的教誨，勤做定課，培福修慧，以共勉之。

蓮池大師《普勸念佛文》釋義 唐湘清居士

十一、若人年老，光景無多，正好念佛

這一節專勸老年人念佛，究竟怎樣才算老年，由於醫藥衛生的日益發達，老年人的標準，也隨著時代的進步而異。一百年以前，五十歲就是老年；幾十年以前，六十歲才算老年；可是到了今日，五十或六十歲已不算老年，根據政府制定的敬老標準，要到實足年齡七十歲，才是老年。

善導大師雲：“漸漸雞皮鶴發，看看行步龍鐘，假饒金玉滿堂，難免生老病死。任汝千般快樂，無常終是到來，惟有徑路修行，但念阿彌陀佛”。所謂雞皮鶴發，行步龍鐘，就是說年紀已經老了。既到老年，即使金玉滿堂，縱有千般快樂，奈何夕陽無限好，惜已近黃昏，無常到來，一切金銀財寶都不能帶去，只有隨著一生所造的業，流轉於六道輪回，豈不可怕！所以人到老年，更要警惕光景無多，趕快努力念佛，把精神歸宿於西方極樂世界，以期死後必能往生淨土，免受六道輪回之苦。念佛不僅了生脫死，且有延緩老化的作用，世俗不念佛的人，或雖念佛而功夫不深，由於七情六欲戕害身體，所以衰老得很快。倘若念佛的功夫好，心地一片光明，煩惱無從傷害肉體，就可延緩老化。試觀念佛功夫很深的廣欽老法師及李炳南導師等，他們的壽命都接近一百歲，在他們九十多歲的時候，還沒有顯得十分衰老，這是念佛能延緩老化的明征。

十二、若人年少，精神清利，正好念佛

很多年來，社會上普遍流行著十分錯誤的觀念，他們認為青少年有錦繡的前程，要在社會上做一番轟轟烈烈的大事業，不能修行，不能念佛。這種錯誤觀念不僅損害佛教，更嚴重的貽害社會，試現現在社會青少年犯罪的越來越多，犯罪者的年齡有日益下降的趨勢，

形成嚴重的社會問題。因此我們急應革除過去錯誤的舊觀念，使青少年都能認識念佛的益處，念佛能使青少年發掘光明清淨的本心，培養高尚的品德，這樣不僅可以遏阻青少年的犯罪，且可為他們的一生奠定光明錦繡前程的基礎。青少年們都應認清，若要立志做一番入世的大事業，必需具備出世的精神，為什麼呢？先哲有言：“以國家興亡為己任，置個人生死於度外，”我覺得要實行這二句名言，需有出世精神為前提，倘若缺乏出世精神，就很難置個人生死於度外。念佛的人心生極樂，把身心寄托於淨土，就是最具體的出世精神，這樣就能置個人生死於度外，因而肩負復興國家民族的大任。青少年念佛，心生極樂，使身心不受世俗貪嗔癡的染污，就不致誤入邪道黑道，這樣才能專心學業，將來做一番大事業，開創光明燦爛的前程，所以念佛對於青少年，十分有益。古人說：“莫待老來方學道，孤墳多是少年人”。雖然現代醫學日益發達，但青少年因意外事件夭折者，時有見聞，所以青少年應乘精神清利之時，努力念佛。

素食譜 — 豆沙之製作

材 料：紅豆 600 公克（1 台斤）
原味冰糖 300 公克（半台斤）

步 驟：紅豆洗淨，泡一夜（或 4 小時），加水一倍，用大火煮滾，改小文火燜煮 1 小時（查看是否已熟爛透，若未達到，再繼續煮），倒入炒鍋，加入冰糖，不停翻炒至糖化、水乾即成。待涼，分裝入冷凍庫冷凍。需要時，取出退冰即可使用。

萬佛城法師蒞臨明州 九月盂蘭盆法會及授三皈五戒活動預告

各位同修，阿彌陀佛！明州佛教會榮幸邀請到萬佛城^{上恒}下能法師，^{上恒}下閣法師，^{上近}下嚴法師及原佛教會會長現在萬佛城出家的親光師於九月四日至七日蒞臨明州主持盂蘭盆法會暨傳授三皈五戒。

萬佛城為宣化上人於1974年所創辦。聖城僧團秉持宣化上人的教誨——不爭、不貪、不求、不自私、不自利、不妄語，日日講經說法，轉大法輪，普度一切眾生。欲了解更多有關萬佛城的訊息，請參閱網站www.cttbusa.org

九月六日盂蘭盆法會的行程地點請參閱附表。請注意活動地點是在
Lauderdale Community Center
1891 Walnut Street
Lauderdale MN 55113

法師們九月七日星期一在Lauderdale Community Center舉行皈依受戒儀式，宣化上人曾說：

- 人生第一件大事皈依三寶！
- 皈依佛、皈依法、皈依僧是要皈依十方聖僧。
- 皈依那天，是善根發現，菩提生芽的日子，把那天當作生日，修行的階段從那時算起。
- 正式皈依三寶，發四弘誓願，信心堅固，行為清淨，向菩提道上勇猛精進。

此次萬佛城四位法師千里迢迢從加州前來為大家主持皈依受戒儀式，機會難得，希望有興趣的同修把握此番殊勝的緣分。此次皈依三寶程序方便，只要有誠意，皆可報名參加。皈依報名表（需附照片兩張！）已通過Email發出，沒有Email的同修如需要報名表請聯絡李彥甫居士索要，請同修們將報名表於8/26前郵寄至：

Mr. Yenfu Li
8055 Enclave Bay
Woodbury MN 55125

如有疑問，請與李彥甫居士聯系：651-578-6976 yenfuli@peoplepc.com



法會行程表

主持法師：萬佛聖城^上恒^下能法師，^上恒^下閣法師，^上近^下嚴法師，親光師

9/5 (六)	8:30 - 9:30am	法師與同修們見面 佛教會圖書館: 1245 Summit Court Maplewood, MN 55109
	9:30 - 11:30am	出發至會場佈置場地
	11:30am - 1:30pm	午齋(素食 Potluck)及休息
	1:30pm - 5:00pm	佈置場地 Lauderdale Community Center 1891 Walnut Street Lauderdale MN 55113
9/6 (日)	7:00 - 8:00am	八關齋戒 (Lauderdale Community Center)
法會	8:00 - 10:00am	孟蘭盆經, 地藏經 (上)
	10:30 - 11:00am	午供
	11:00am - 1:30pm	午齋(素食 Potluck)及休息
	1:30 - 4:00pm	地藏經(中, 下)
	6:30 - 7:30pm	晚課 (佛教會圖書館)
	7:30 - 8:30pm	小參
9/7 (一)	8:00 - 10:00am	傳授三皈五戒(Lauderdale Community Center)
三皈五戒	10:30 - 11:00am	午供
	11:00am - 1:30pm	午齋(素食 Potluck)及休息
	1:30 - 2:30pm	小參

如有疑問, 請與李彥甫居士聯絡: 651-578-6976 yenfuli@peoplepc.com

最新消息會發佈在佛教會網站 www.amitabha-mba.org

法會三日午齋皆為素食 Potluck, 請同修們帶一至二道素菜與大家分享。
9/5佈置會場需要義工, 請有時間的同修們來幫忙, 謝謝!





9/10 月共修活動行程



日期	時間	活動內容	日期	時間	活動內容
9/6 9/7 (六日)	全天	法會 (見第六七頁) Lauderdale Community Center	9/19 10/3 10/17 (六)	10:00 am - 12:30 pm 2:00 pm - 4:00 pm	念佛, 素食 Potluck 聚餐 讀誦《地藏經》
9/12 9/26 (六)	10:00 am - 12:00 pm 2:00 pm - 4:00 pm	念佛 讀誦《地藏經》	10/10 10/24 (六)	10:00 am - 12:00 pm 2:00 pm - 4:00 pm	念佛, 讀誦《地藏經》
10/4 (日)	10:30am - 1:00pm	兒童班 (中秋節制作月餅)	10/25 (日)	10:30am - 12:30pm	兒童班重陽節活動

9/9,9/23 10/14,10/28	7:00 pm - 9:00 pm Evergreen Restaurant	English Language Buddhism Discussion Group & MBA Student Group 聯絡人 Eugene Kelly eugene_monica_Kelly@yahoo.com 2424 Nicollet Ave Minneapolis, MN 55404-3453 (612) 871-6801
-------------------------	---	---

各位同修:

阿彌陀佛! 我們的顧問老師^上見^下寬法師因弘法任務繁忙, 暫時辭去顧問老師一職。我們非常感謝法師多年以來對明州同修們在修行上給予的指導和幫助, 以及對佛教會的大力護持, 並衷心希望以後還有機會請法師來明州主持法會, 講經說法! 再次謝謝法師!

指導老師: ^上傳^下揚法師

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

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

