

1. 往各佛哲書舍索取
2. 請留下郵寄地址及姓名，待寄上
3. 請留下電郵地址，待email上

眾生煩惱就是我的煩惱

去除眾生煩惱亦會去除自己的煩惱

亦是修行之道



假如我能從頭再來 寂慧

假如我的人生能從頭再來，我會怎麼做？

是否仍如一般少年發大願？做醫生、律師、總統、國父、宗教師？甚或更高的大願？少年如初生之犢，不知天高地厚，不知世道艱難。但正因此往往單純闖出一番天地。

假如可再選擇學業，是否仍選當年熱門的學科？現今時代變了，是否仍緊貼潮流，追求炙手的學問，再闖天下。是否比以前更努力讀書，出人頭地？

可知道每一種學科都有高潮，只要學得好，總有機會發揮；亦有低潮，艱難險阻的時候。如果仍跟著潮流變動，而不是自己的興趣，志願。那從頭再來的意義便不大了。

假如再去結識異性，你會怎樣選擇？選擇和諧對象；志同道合；美貌賢淑；能幹；還是富家女，能令你將來無憂？

假如再去選擇事業，什麼是你的志業，你仍會選擇如今的職業嗎？你仍會只向錢看嗎？是否迷於繽紛的職場中，人事的擾攘中，讓時光流逝，回首已是百年身？

你已步過人生，經歷愛情，成家立業，你的選擇會是怎樣？你要求的是什麼，憧憬的是什麼？是否比以前更世故，還是更純情？如果仍是營營役役，不能透視人生，看破幻象，那從頭再來的意義便不大了。

假如什麼事你都可以做，你會選擇善行，利益他人的事做呢，還是仍然聲色犬馬，耽著五慾？假如你與親朋好友相處，你會選擇導你吃喝玩樂的豬朋狗友，還是叫人生氣難受的諫友呢？

如果經歷大半生，你的選擇仍是那麼一般，沒有突破，那從頭再來的意義便不大了。

也許你會說：我已年紀大，沒有機會了！

但為什麼不可以從頭來過呢？沒有從前的走錯路，便沒有反省，沒有從頭再來的基礎，也沒有辦法看透事物，只會不斷走錯路，如今你會知道怎樣生活，該做些什麼，如何立大願，掌握人生，把握自己的經驗，專長，再創人生。君不見很多偉人，名人，在他們一生中，能發揮功效的時間，往往只有三數年嗎！如很多CEO，哲學家，宗師皆是老年人；總統任期只有四年，耶穌傳

道只有三年．．．．卻可翻天覆地，甚至改寫歷史。天生我才必有用，不須担心能有多少，只要把握機會，運用自己的專長，審視形勢，定能闖出一番大事業。請注意，很多在背後發揮大功效的事業，表面上不一定能察覺得到，如教育、文化、傳道等，尤其是菩提心，影響深遠，利益無量無邊。有趣的是一些事業，待當事人過世後才開花結果。

因此，我們不要計較能有多少，有沒有時間去做，只要默默，專心專志去做，很多偉大的事業都會成就。有否發願，利他，專心（不計較）正是關鍵之處，亦是人生意義的地方。否則，縱使能從頭再來，任意選擇，也於事無補。

經歷大部分人生的你，可有想過將來怎樣？如何立大願？甚至出家？

乘願 那羅

生死死生，輪迴迴輪
死，新生命之開始
生，步向滅亡
死，如睡醒
生，如夢迴

已厭倦一切
疲累與煩燥
沉重的色身，沉重的世間
再提不起勁道
迷失於生死間

當去除一切束縛
自得自由，得解脫
沒有死亡，便沒有新生
死亡的未知帶來恐懼
亦帶來憧憬

當告別一切
心仍繫此土
雖嚮往他方淨國
當乘願再來
轉五濁成淨土
煩惱為菩提

從煩惱中走過來 那羅

你既從煩惱中走過來
當知煩惱的力量
為何仍恥笑我貪、我瞋、我痴
說我放不下
妄想、癡倒、執著
一闡提無可救藥

你既從煩惱中走過來
當同情迷路之人
瞭解當中困沌
體諒每一個叛逆
接受五濁世界的不完美
接受無奈的人生

可有回首昔日
共歷菩提路上的風雨
同念同參同修
如你仍在埋怨
當知仍未解脫
白吃那苦楚

你且引頸拭目
我當重臨金剛座
降服魔障煩惱
作大獅子吼
喚醒迷霧中的眾生
喚醒煩惱中的你

在家人的修行 (下) 寂慧

(三) 在家的修持法門——在家修道者，必須受三皈依，踏入佛教之門。從此向佛道邁進，以佛作榜樣；以法作指引；以僧眾作共行者。不論順逆，任何環境下常念三寶，以之作依止。這樣很困難，因順境時，我們只會得意忘形，放縱沈淪，腦中怎會有三寶的存在；逆境時，儘會怨天尤人，諸多計較，也不會想到以三寶來渡過艱難。一天裏盡是世間名利爭鬥，滿腦子是非人我，怎會有三寶的影子。皈依後，自然要精進，受五戒，終身把持。更要受八關齋戒，體驗出世清淨的境界，最好能受菩薩戒，永遠做利人自利的工作，與佛菩薩同等心態。這些戒規範我們野動的心，不致做出越軌的行為。跟著我們要將心制定下來，常保持冷靜清明狀態，去對應煩雜紛擾的世間，進而求取出世的智慧，去降服內在的煩惱。

以佛作依止，作榜樣，自然產生念佛法門，繫念某一佛菩薩，常時行住坐卧提起念頭是一普遍而重要的法門。此外，修動中禪，於行住坐卧中觀照每一個動作，乃至每一個念頭，定會產生明了的覺性。更有走進人羣世間，做利益大眾的事，與眾生共生死，共進退，經歷無量劫的人間佛教。以上的修持法門，高深遠大，任重道遠。實無暇兼顧世間的是非人我，自然少事少業，少無謂的戲論，閒談，是非，在繁亂中，更嚮往清淨的阿蘭若。

(四) 在家修道者的路向——如果能夠全職為佛教辦事是最大的幸福，否則兼職也是莫大的福緣。在家障礙多，經典已多提及。故此，能於濁世中誠心奉獻佛教無異得嘗甘露，也是應努力爭取的。在家修道者可在多方面發揮。a) 學術——可將佛教當做一門學術研究，發掘深義，從義理中帶引方向，顯發解決人生及社會問題。b) 國際聯系——將各地的佛教組織聯系起來，互補長短，發揮及擴大各個專長。c) 辦事——為佛教團體處理行政及「世間」事務，使團體專心弘法。d) 護法——為佛教團體作專業及奉獻式的護持，使團體的特定項目受到護持及順利進行。e) 說法——弘揚佛法，說法度生，這是弘法的主要工作。居士說法，古已有之，經典，歷史上都有記載。唐玄奘法師到印度取經求學，曾跟一個居士學法，當時還有其他僧俗一起學習，見師著《大唐西域記》中。維摩居士，勝髮夫人說法，更載於佛經裏。而《法華經》法師品裏有：「藥王！若有善男子、善女人，如來滅後欲為四眾說是法華經者，云何應說？……」太虛大師釋：「此釋如來滅後說法儀軌。法師不必盡為比丘，故佛以善男子、善女人統召四眾。……」f) 佛學講師——在學校或學院中，担任講師，弘揚佛法。g) 入煩惱坊——走進煩惱羣中，以佛法的方便智慧去教導及消除他們的煩惱。

在家人的優點能深入眾生，潛移默化，以四攝法接近眾生，導引向善，解脫。以在家身份入污救贖，不易被誤解及排斥。在世務及教務有成，更可領導羣眾向善向法。

最後舉出在家人的典範，作為在家修道者的勉勵及參考，使見賢思齊：如維摩居士、勝髮夫人、丁福保、呂徵、歐陽竟無、韓清淨、王恩洋、近代佛教之父楊仁山等。還有早期經典佛世時的眾多在家弟子，皆是很好的啟示。

波旬大會 寂慧

黃昏時分，一處大會議室內圍坐著多人，室內燈光幽暗，波旬坐在正中主席位上，尤為陰暗，只能見到面部輪廓。

波旬：這個世界變得愈來愈美好，人們都有感恩心，懂得去享受美好的生活，地球格外蔚藍。……（默然一會）

但我的呼吸愈來愈困難，他們每一個笑容叫我頭疼，各國政府掌握了自強之道。在教育及文化方面投放了大量資源，這樣下去，我再沒有立足之地了。

唉！人才難求，看你們每況愈下，如何有面目見我。

旃陀：大王，不用担心。我每天多花了時間在化粧上，把臉孔弄得可畏，讓每個見到的人皆有向惡之心，我不斷遊說他們作惡，喚醒他們心中的惡念。

樓陀：大王，我每天加班兩小時，到處強搶偷盜財物，將罪嫁禍有德之人，讓他們自相殘殺。更在財經市場巧取豪奪，美化賭場，讓他們墮落。我以驚人的報酬招攬，可說人強馬壯，待他們沒有利用價值時，便找他們身旁的人將他們的財富取走，對他們落井下石。財富是最好的工具去駕馭他們，甚至不用拿錢出來，只須在他們的紀錄上放些數字，足以使他們瘋狂，迷失本性。

詞利帝有：大王，我訓練了很多小孩子去傷害他們的父母。我教他們縱情五慾，吸毒，夜歸；我賜予他們無窮精力，無法安住家中，共叙天倫。當他們父母無暇照顧時，教他們做些驚世舉動吸引父母注意，很好玩呢！

波旬：這些我都不大担心，最怕佛教興旺，這個宗教很奇怪，我費盡九牛二虎之力，原以為徹底將它亡掉，沒想到一個疏忽，竟被它興旺起來。少少法義可成星星之火燎原，你們要引以為鑑，絕不能輕視。最近很多佛學會成立，令我寢食不安，你們可有良策？

凡沙瓦提：成立最久的佛法學會會長最棒，他學問好，又能幹，學術、藝術、經營、口才、文章、件件皆能，皆精。但不用担心，我已放了一個美女在他身旁，很欣賞仰羨他的才華，使他離婚，家破人散，再找一個富翁支持他的事業，讓他擴充，涉及各門各業，學會還弄得美侖美奐，且不斷增加分部，使他終日勞碌經營，或在人事上打轉。最近更非法送他一座大宅大部分的錢，而小部分的負擔，足以令他陷落，不能抽身。學會的早期幹事已全部離開，星散流浪，或是從此隱迹。到今天，他還不知道自己變了一個生意人，不是學者，會長，菩薩，甚至不是一個佛教徒。其他學會我一點不敢鬆懈，努力打壓。請大王放心。

梅沙婆羅門女：我不單在外面毀謗這些學會的人，更隱在學會裏面進行毀謗，離間各道場。最近不去分別，只要有人的地方就去毀謗，竟引來很多同道終日說三道四。啊！真痛快。現正努力進軍傳媒，已攻陷八卦週刊、網站、電台等。

須深：我不斷掄動低下階層去爭取福利，爭取更多的錢，更多的假期，甚至與他們無關的家人也去爭取一份。無盡的索取，無盡的憤恨，對抗。啊！好玩極了。

善星：我最高興是很多人聽我的話捨戒，不再受束縛，說什麼人生苦短，應及時行樂，竟引來很多同道。那些自以為聰明的人對我說的萬法如幻，有戒無戒皆不應執著，很失落。我能謙卑作眾人的侍者，激發他們的自大狂妄，更視我如親眷，對我失去戒心，好讓我在他們的親屬中做手脚。

偷羅難陀：我到處宣揚愛，說什麼愛是萬靈藥；愛能治療一切；愛是宇宙根源；更鼓勵人去談情（比丘尼）說愛、博愛、包括同性愛；忘年愛；亂倫愛，說愛可包容一切。誰料佛經裏竟說：「愛生則苦生」，把我氣個半死。

俱伽梨：我以十年為一單位，讓人們安逸於十年光景裏，頹廢放逸，不事振作，再以劇烈的變化摧毀他們，我不是要他們體會無常，是要他們不能翻身。

調達：我很努力在各人心中建立心魔，外在逆境雖然不好受，但內在的心魔才是禍根，無窮無盡，只要心魔做成，萬劫不復。至於心魔如何做，恕我不能報告。

騫馱羅達婆：我在秋天使所有的樹葉落下來，天空灰暗，整個世界肅殺，不能振作，走上自毀之路。請讓我保留工作的秘密，不能直告。

三聞陀羅達：每天黃昏完全黑暗來臨前，我以孤寂籠罩整個大地，人們從心底震慄，更以神通力將人們隔離，孤獨難耐。但我不會告訴你們我的神通力用。

最後，波旬默言，良久發出陰笑，在坐正要發言的多釋子、須那剎多羅、須尸摩、摩犍提、寶蓮香比丘尼、孫陀利、高迦離迦、迦留羅提舍等皆默言，不敢做聲。眾皆驚懼，知波旬不會無故而陰笑，前波旬陰笑後不惜犧牲了很多魔子去害人。

佛法中寶——菩提心（上） 賢護

不論初學佛或學佛多年，皆感到佛學博大精深，深如淵海，只能取得一麟半爪，甚至連捉摸也感到困難。因此，大家都渴望能掌握佛法的根本，從心要去理解及開展各自的方向。

「菩提心」正是這根本，心要，在整個修學過程中，從入門至成佛，不能一刻或忘。偶爾忘失，將沈淪於生死大海。菩提心如阿伽陀藥（萬靈藥），能對治任何煩惱，是最珍貴最珍貴的寶。「佛法是世間寶，菩提心是佛法中寶。」佛法是世間最珍貴的東西，而菩提心更

是佛法裏最珍貴的東西。華嚴經裏有：「菩提心者，如一切佛法種子」。可見菩提心的重要。

菩提心是什麼？

菩提心是上求佛道，求智慧，目的在下化眾生，亦即福慧兩足尊，當圓滿時，便是佛了。因此，菩提心是諸佛必經之路。

菩提心的組成有三：一.願 二.行 三.勝義 一.願菩提心，就是發願，發救度一切眾生的誓願，我將一直皈依佛法僧，直至達到圓滿覺悟。因為只有佛法僧才能圓滿救度眾生，故

皈依三寶，上求佛道，並抱著一個大目標，生生世世，無量世去度生，不會貪成仙，成佛；不會消極，無聊。常憶念菩提心的功德，天天發願，分分秒秒發願，菩提心，不可須臾離也。

二. 行菩提心，就是受菩薩戒，廣行十善、六度、四攝，簡言之，就是去實踐利他的事業，行菩薩道。三. 勝義菩提心，就是了悟一切如幻的空性，眾生多一分我執，便多一分煩惱。因此，要救度眾生，便要去除眾生的我執；要去除眾生的我執，先要自己做到，再教化他們。況且，沒有這空性的智慧，無能長久深入去救度眾生。

以上的發願、行踐及勝義，不單是菩提心的構成部分，更是菩提心的道次第。

菩提心的特質

由於菩提心與「自我」相違，故發菩提心難得。發了以後，菩提心也易失，因五濁惡世惡緣惡知識多，而我執、我貪、我見、我慢重，自然不長久，浮沈於生死大海，乃至三惡道中。

菩提心的特質更在統攝諸善，一切諸善如沒有菩提心皆不算善，甚至有成惡的可能。如父母愛子女溺壞，原意是善而成惡的例子。因此，菩提心必包含佛法，至善。

菩提心是阿伽陀藥，即萬靈藥，任何煩惱、苦惱，只要心懷菩提心，當可去除。更且是不死藥，常懷光明，朗照世間，直至永遠。

菩提心既如此殊勝，要利益及報眾生恩，莫過於發菩提心。也是報父母恩，拯救父母的最好方法，當然，也是報佛恩之道。

發菩提心，自會無懼。為了利他甚至可犧牲自己，那會懼怕呢？亦無憂，常充滿希望，常懷度他心，忙碌不堪，那會憂呢？千方百計度眾生，忙得不亦樂乎，不知老之將至，雖無量劫亦不覺長遠，也不退怯；雖眾生難度，也不生厭倦。

菩提心的根本

菩提心的根本在大悲，因看透眾生在生死大海浮沈，痛苦中掙扎，禁不住生起大悲心，要給他們快樂，度脫一切。所有動機、行持、強忍、犧牲乃至空性，都源於這大悲根本——大悲為上首。如果沒有這大悲心，一切都變得沒有意義及不重要。

源於大悲，利他為主，於是立下大誓願，要用最好的方法，最大的力量去消除眾生的苦惱，遂有「佛道無上誓願成」的誓願。能發這誓願，功德相當大，已成菩薩，儘管能力不足，佛法認識不深，福德不夠，也是世間最尊貴的人了。以此願心，智慧及福德必突飛猛進，饒益無數眾生。以此願心，就是什麼也不懂得做，只要勸人信佛，也是功德無量。何以故？因為給予人最好，最究竟的寶——三寶，比世間任何布施，珍珠財寶都來得好。以此願心，即使任何能力沒有，躺卧床上，只要天天發願，也能感染感召世間，變得祥和美好。以此願心，珍惜每一刻，每一個機會去利益眾生，縱使即時沒有一分成果，也樂觀精進，持久不退。雖歷劫生死，只等待種子機緣成熟，脫苦去障。

.... 待續

老師父的話 浮生

山丘

離燈明寺不遠處的一個山丘上，數個小孩在涼亭裏追逐頑耍，時而跑出亭外，滾下那不太陡的丘土中，再笑著爬回亭裏去，最後跑到燈明寺後園中，繞著大石上閉目念佛的老師父繼續追逐。

「老師父，你也來玩吧！這個山丘跌倒也不會受傷的，很好玩，我們最愛在那裏玩。」一個小孩對著老師父嚷道。

「就像一個巨人擁著寵愛在懷裏般，對嗎？」老師父微睜眼道：「你們可知道這小山丘很有靈性？它從來默默無言，很寧靜，卻給人舒適，安祥的感覺，仿似置身其中便可合上眼睛，不需擔心危險，也不會有人煩擾。那裏常溫暖如春，冬天不會太冷，夏天也不會叫人流太多汗。從丘頂望出去，可看到不少梵剎及民居，一種慈愍心油然而生起，要衛護他們，乃至十方眾生。除了樹木大地外，還有一條清澈的河流，蜿蜒其中，仿似將聖凡，淨穢繫在一起。

每天早上，可見到出家人在丘頂背負雙手踱步，在那裏舒緩，汲取靈感，或是讀書、沉思、背經、極目視眾生。當需獨處時，沒有其他人到來，獨處天地間；當需要與其他人交流時，總會遇上要見的人。因此，山丘時而寂靜，時而熱鬧。

午後，你會見到一些居士到來，各自活動，有如早上出家人般閒逸，蹣跚；有在外受委曲、欺負，乾脆到來痛哭一場的；有到來躲到涼亭中，老半天不願出來的，但奇怪得很，當需獨處時，一定沒有其他人來干擾；要見人時，總會在那裏遇到想見的人。同樣，午後山丘時而寂靜，時而熱鬧。」

「我喜歡熱鬧，我要人多，愈多愈好，但我不要他出現。」一個小女孩指著身旁的小男孩道。

「每天黃昏，方丈和尚必定到山丘上的涼亭出食並念經，從來沒有人在那時間到山丘去，但每個人都說那個時間山丘最熱鬧。」老師父不理會身旁的小孩，自言自語續道：「有一次方丈和尚因病沒到山丘去，當天晚上風雨交加，鬼哭神號，附近沒有一個人睡得安寧，第二天跑到方丈室抗議。方丈和尚便派我到涼亭代他出食念經，一切才回復正常。從此方丈和尚不再無故停止到來，若有要事辦，便找我替代。」

「你不害怕嗎？老師父！」一個小孩問。

「怕什麼？」老師父得意道：「我不是說過這山丘很有靈性，衛護十方嗎？來這裏的人從不會衝突，起爭執。沒有人會受到傷害，但沒有福氣的人是來不到的。」

「你們見到山丘上那兩棵小樹嗎？」老師父遙指山丘，若有所思道：「那兩棵樹是我埋一狗一貓老死的地方，整個山丘光禿禿的就只有這兩棵小樹。我知道這山丘不但庇佑活人，就是一些非人，往生者也同樣受到加護。但如何加護？象徵什麼？源流如何？就無從稽考了。」

改變你一生的地方 (十一) 須蜜那

一個年青人走進佛哲書舍內，口中嚼著口香糖，一隻耳朵塞了耳機，手中拿著念珠，不耐煩地東翻西塞店內的書，自言自語，諸多批評，說什麼這本書寫得不夠深入，那本書拾人牙慧。更翻看書的價錢，不住搖頭，埋怨價錢貴。

老頭子店員一直從老花眼鏡上瞪著年青人，心中有氣，最後按捺不住道：「你知道寫一本佛書要多久，製作一本書要多少功夫嗎？」

「……」年青人被突如其來的質問嚇了一跳，瞠目答不上來。

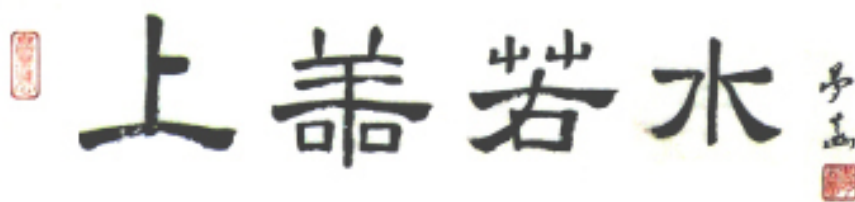
「作者中文根底要好，兼要懂文言文，這已不是你們時下青年能做到了。」老頭子得意洋洋道：「還要埋首苦學佛學。單單這佛學功夫就耗你一二十年了，其間需要買多少書參考，廢寢忘餐多少天，你知道嗎？再來練就文筆功夫，還要佛學的文筆，需放棄多少享受，克苦精勤，前後三十年功夫總要吧！」

書寫好後，要經過繁複的製作過程：打字、排版、校對、設計、印刷、訂裝。再要有人拿錢來投資出版，發行，更要有書店肯冒滯銷風險放上書架，而價錢只得那數十元一本，值得嗎？能說價錢貴嗎？你們吃一頓飯閒閒也要一二百元；喝一杯成本一兩塊錢的奶茶也要十一二元，卻從不嫌貴，公平嗎？」

「……」年青人早已停止咀嚼口香糖，張口結舌。

「一本書能改變你一生，其價值難以衡量，已非金錢可以量度。尤其佛經，千秋萬代，得來不易，有些是前賢以生命換來的，君不見絲路上埋下多少白骨嗎！『貴』是絕對不能再說了。

你小心查看，有些書沒有版權或是以非牟利形式出售，價錢非常便宜啊！如果你口袋沒有錢，或是為人吝嗇，不要緊，這處有很多印刷精美，內容豐富的佛書送出來，你可以拿去看，或是拿去送人，無任歡迎。」



(更正)



編輯：菩薩藏編委會 | 發行：佛教慈悲服務中心 | 贈閱：佛哲書舍 buddhist-bookshop.com

太子店：洗衣街241A地下
電話：(852) 2391-8143

馬頭圍店：馬頭圍道284號地下
電話：(852) 2994-6619

中環店：干諾道中63號地下
電話：(852) 3421-2231

元朗店：安樂路49號地下
電話：(852) 2479-5883

銅鑼灣店：摩頓台灣景商場21號
電話：(852) 2895-2890

台北店：重慶南路1段61號6樓
電話：(02) 2370-4971

