



《第八期》
中華民國八十二年元月十日創刊
中華郵政台北字第四三三三號
執照登記為雜誌交寄
社長／釋惟覺
發行人／李祖原

靈泉

釋惟覺題

刊月

門便方開善·心乘大住安

組輯編誌雜泉靈／者輯編
社誌雜泉靈／所行發
寺泉靈 號六～二路泉瑞村底溪鄉里萬縣台北／址社
一三六—二九四（二〇）／話電
司公限有營祥／版排器電
司公限有份股刷印色彩一今／所刷印

國內郵資已付
台北郵局
許可證
北台字第8949號

——戶專款捐
一三二〇九〇五〇／撥劃政郵
戶帳覺惟釋
通流行印助贊迎歡刊本
更變需或遞按覆重有若誌雜
。知告電函來請，址地



紹隆佛種·續佛慧命

中台佛教學院開學典禮

靈山會上

十一月十三日，中台佛教學院終於在大眾翹首盼望、殷勤等待之下，舉行了開學典禮。場面簡雅、隆重而莊嚴。當日並有各界護法居士大德、貴賓以及佛教學院全體師生等參與盛會，為埔里中台禪寺一大盛事。

典禮在悠揚的爐香讚莊嚴的梵唄聲中，揭開了序幕。首先由中台佛教學院的院長——惟覺老和尚致辭。老和尚表示，本佛教學院的宗旨主要在於端正知見，培育通宗通教的弘化僧才，著重解行並進。不只是作佛學的研究而已，而是將佛理溶入日常生活閒忙動靜之中，藉境驗心，也就是實證的工作，非只是教理上的探討。老和尚強調，能夠專職用功，需要無上的福報，他老人家勉勵同學們要珍惜這份難得的因緣，好好用功。會中，老和尚並衷心感謝護法居士大德的鼎力護持，才有今天的佛教學院。

本佛教學院的教務主任是由見安法師擔任。見安法師謙稱自己出家時日尚淺，談不上有什麼深刻的體悟。致辭時表示，他非常重視佛教學院的設立，但由於大環境上的因緣不具足，譬如：建校場地缺乏；早先護法人員不足（包括：內護——常住護法人員及外護——出錢、出力的護法居士）；學生人數不夠（目前佛教學院學生共五十二名，80%屬大專學歷，其中博士一人，碩士四人，多數出家不到一年）等諸多因素使然，使得老和尚一直有心想要建立的佛教學院，遲至今日因緣方得以誕生。

他繼續表示，經上有說：出家修行，必須從三個方向去努力，才夠開悟證果。

第一、修福德。也就是行一切善；第二、深研經教。也就是博學多聞；第三、深入禪定。也就是修習禪定。為了配合這三個條件，是故老和尚的整體計劃朝著「三環」的方向努力：

第一環：精舍的設置。修自利利他之行，行菩薩之道，以累積福德資糧，廣結善緣。

第二環：中台佛教學院的成立。以端正知見，深入禪觀，融通經教為目的，廣學多聞，以為弘法資糧。

第三環：中台禪寺的興建。光有以上的設置仍嫌不足，須如古代叢林道場一般，有一參禪打坐的專

修場地，有一批人在此參禪以期開悟或者明心見性。

目前，萬里靈泉寺所屬精舍已初具雛型，運作也漸上軌道。而現階段，佛教學院乃是其中最重要的一環。在教學方針方面：第一年以端正知見為主；並實地修習所有觀行法門；繼以融通教觀綱宗為最大目標。教觀綱宗一書主要講「為實施權」與「開權顯實」的道理，乃天台宗教理之總綱，書中並明示有各階位斷證之次第及其方法，可幫助我們了

解「權、實」之理及個人目前修行上的位次。上課方式採取小組研討、心得報告以及辯論的型式，令學生得以親身體會佛法中的基本概念及其名相。

見安師特別強調：一般人不懂得如何將名相運用至日常生活中，一味地執一非他，殊不知佛法平等，只不過有方便與究竟的不同罷了。俟學院學員確立對佛法的正確知見以後，第二年便全力於深入經藏。

接著，由中台佛教學院



開學典禮上，老和尚感謝四家弟子的護持，佛學院得以誕生。

的訓導主任聖慧法師致辭。聖慧法師出身農家，深悟世間無常、苦、空之理，和與世無爭的超然德性。家中有多位弟妹隨同出家修行。聖慧法師溫文

感召，遂於今年六月間率同弟子四人共同依止老和尚。

他致辭時表示，中台佛教學院能夠展現目前的景象，完全是由於老和尚以及四眾弟子共同努力的成果。未來，佛教學院的發展方向，以教理與實踐兩者並重，解行並進為主要目標，一切重在身體力行。在課堂上，同學們著重在佛法以及世學的知識與技能的獲得，確立正確正見；在生活上，聖慧法師強調生活要嚴謹，不要放逸。一切行持如法如儀，六和合共住。遇到事情時，彼此重協商與溝通，則可避免許多無謂的紛爭與誤會。他表示，修行並非一蹴可幾，所以平時要注意調身調心，如此，便可擁有一個健康充實的學院生活。

副訓導主任見路法師乃是負責女眾部的訓導工作。見路法師出家近十年，文化大學音樂系畢業，曾就讀福嚴佛學院，威儀、學識、涵養具足。她也是強調一所學校的成立十分不容易，勉勵大家要精進用功，不要浪費施主的供養。

典禮進行到此，由老和尚頒發聘書與各科老師。然做為一個現代僧伽，必須兼修菩薩五明，廣學多聞，以便弘法度生。此次所聘請之師資均十分優秀，猶以發心為主要特色。從老師們的眼神可以感受到接獲這份聘書是其無上的榮耀。

接著來賓致辭，應邀觀禮的馬永真居士表示。她希望法師們在此專心用功，以便將來弘法利生，廣度有情。

師父早期的在家弟子黃恆俊居士，此次發心四十套電腦及週邊設備予佛教學院。他表示很高興有這樣一個機會讓他能為佛門盡一點心意，希望電腦能在弘法利生上，發揮它最大的功效。

高岡屋食品楊德勝居士與百年建設陳美龍居士均屬於默默發心護持，而絕少言語表達的老實修行者。當典禮恭請他倆致辭時，只見他倆帶著一臉的笑容，起立合掌向大家問好以為回答，態度十分地誠懇。

楊居士除發心普善精舍為靈泉寺雜誌編輯處外，並全力護持中台山建設及佛教學院種種基金不遺餘力。陳美龍居士則為中台禪寺興建委員之一，正擬提供桃園龍潭即將興建的「百年大鎮」一處，擇為弘法道場。

本寺護法會副會長，工商時報社長彭垂銘居士，文采郁郁。他致辭時表示，經由大家的努力，我們的佛教學院終於在千呼萬喚之下誕生了，這是一個歷史性的時刻。有人說，師父註定是個歷史人物，他正在寫歷史。大家不要忘記了我們正跟著師父一起在寫歷史，今後我們努力的方向就是幫助師父把這一頁歷史寫好，以作為個人對自己深切的期許。

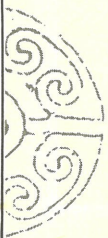
典禮至此，已近尾聲。老和尚再次勉勵四眾弟子，個個堅守自己的工作崗位，努力修善，發菩提心，永不退轉。典禮在祥和安樂、歡愉的氣氛下落幕。

戒為無上菩提本

長養一切諸善根

——傳授在家三皈、五戒、八關齋戒

（本刊訊）萬里靈泉寺本著淨化人心、正法久住為宗旨，特於每個月的最後一個星期日下午二時，舉行皈依；二時三十分受五戒；三時受八關齋戒。欲發心皈依及受戒者，請逕向萬里靈泉寺寺務處登記。



？誰是又的茶喝，坐靜禪參的天七過經 ▶



從攝土走向淨土

（本刊訊）本寺所舉辦的八十二年冬令精進禪七，自（十一）月廿二日起，廿九日圓滿。來自法院、新聞界、企業界等百餘名人士遠離俗務，在上惟下覺老和尚的指導下靜坐參禪、體悟人生。學員們均露法益，滿懷喜悅。

原本就隆冬多霧的萬里，從起七那天開始就風雨不斷，卻在禪七圓滿清晨出大太陽，晴空萬里，恰似學員「撥雲見日，清明本心」的心境。學員們莫不歡喜、感恩，在解七茶會上踴躍發言，分享彼此的體悟。

他的同修林富美居士說，她坐了幾天，每次都會看到一片光明，輔導的師父跟她說：「不要執著它」，但她始終不明白如何

不執著，因為光明明明就在那裡，你不執著它還是在那裡。後來小參的時候老和尚開示她說：「見光要不做光想就好了」，使她頓悟「緣起性空」的道理，一切境界都是遇緣而生的。所謂不執著就是：見到光不要把它當成是光，當體即空。當念頭一跑開「看光」的境界，她的心就自在多了，在靜坐上終有體悟。

為了響應籌建中台山，黃副院長夫婦還決定要將桃園一棟三層的房子，提供給靈泉寺弘法，大眾聞之莫不歡喜讚歎。

台灣微粒公司總經理、即將接任北新扶輪社的林昌三居士，在茶會中滿懷感恩之心，激動地表示，「四十七年來，能領略到佛法是一生最大的慶幸。過去未接觸佛法的他，經過這次禪七的洗滌，他將在老和尚的指導下把佛法推廣到社會。對於如何護持中台山，他心頭已經非常明白，今後將以自己的行動滿自己的菩提願行。

飯依老和尚八年，護持老和尚不斷，卻未曾打過禪七的饒居士自謙的說，她在家境、經濟、學識各方面都不是很好，這次禪七，她慶幸能從老和尚開示「不思善、不思惡」時，領悟到「中道實相觀」就是：當下一念的清淨心。她說，做為護法弟子，能保持當前這一念清淨心去護法，沒有是、沒有非，當下就是淨土了。

饒居士報告之後，師父諸佛加被龍天歡喜。

心本悟徹 坐靜禪參

躍踴言發會茶七解七禪令冬

去做。經過這次禪七的體驗，終於在「事理」上也落實下來。他說，禪宗是一門實證科學，一門超越時空、救人濟世的法門。

讀許饒居士護持靈泉寺這麼多年，雖沒受過高等教育，卻能在打七後，有這麼好的體悟，可見「人人皆有佛性」的確如此。

維力董事長張登旺伉儷，此番也萬緣放下，一同前來打七。

卅多年來，張居士致力於油的研究，公司產品「維力麵」、「素清香」、「寶素齋」等，在市場上均具有強大行銷力，雖然事業這麼成功，但他形容自己的生活是「廿四小時經常在緊張和煩惱當中」，除了睡覺，可以說沒有絲毫放鬆自己的機會。

他說，平常如果別人不同我談「油」，我就會打瞌睡，「我的生命就是油」。所以他的同修廖思怡居士就告訴張董的員工說：「只要看到董事長打瞌睡就和他談油。」一聽到油，張董事長就會馬上清醒過來。

這次禪七，張董自己都不敢相信，不談油、不說油、不想油，一連八天竟然連一分鐘也沒打瞌睡。他說，這一次禪七，別的心得不談，但是，可以讓自己的心跳出他的食品王國，而進入法王城，確有說不出的踏實和愉快。

張居士最後說，他在心中默許，他將全力護持老和尚興建中台山。

基隆地方法院法官蕭惠芳居士上台就哽咽地說：「學佛這條路走的很辛苦，以前讀經、聽經，雖然很歡喜，但總覺得不夠踏實，而今，我要說我終於找到真正用功的路了。」

禪七的成就還要靠一群默默奉獻、無為無求的護七大德，他們布施時間、精神、財力，放下一切上山全力護持禪修學員，有的人白天要上班，一下班就趕上山來，在寒風中徹夜巡山，以維護道場安全；有人把一年當中僅有的七天假期奉獻出來護七；這些菩薩們在艱辛中發大心，難捨能捨、難行能行，就是成就自己佛果菩提的光明大道。

曾打過多次七，護過多次七的張亞嵐居士滿懷感恩的說：「這次護七是我一生中最大的轉捩點。」在護七中她自己發了大願心、懺悔心、慚愧心。她說：「我一生都為他人所護念著，對生活漫不經心。」這次上山護七，一開始她就以平常心、清淨心、無所為的心自勉，一心只想圓滿打七人員的遺業，卻沒料到也成就了自己。

她說，當她在每一個當下，也就是每一個動作中完全的「投入」時，認真護持，專心於每一件事情之中時，她終於不經思考辨別地領悟到妙不可言的真諦。

誠哉！護七功德不可思議，上獲諸佛菩薩慈光加持，下感龍天護法歡喜護持，未來亦將感得無上佛果。

即今解七，有一位同參說，這次打禪七，簡直是在「鬥牛」，學員們不論是被牛鬥死、或踢死牛，莫不善增長，歡未曾有。感謝老和尚慈雲普被、法音宣流，其悲心願行樹大法幢，揭開禪法之祕要。

主七和尚上惟下覺
八十二年冬令精進禪七

《起七法語》

冬令時節大地寒
暖生蒲團好參禪
佛子雲集禪堂內
迴光返照在心田
禪七弘揚正法眼
冬透三關共佛眼
諸位知識即今起七一事
最後一句又怎麼說呢
牽牛耕田舊還新
一輪明月照古今
起

《解七法語》

禪七功德難思量
坐香行香好模樣
返照空寂費精力
欲透三關哭實相
踏破鐵鞋無尋處
原來騎在牛背上
騎牛牧牛正當時
即今解七路茫茫
但得時時把鞭張
騎牛高歌面法王
諸位知識即今解七一事
最後一句又怎麼說呢
萬里晴空無片雲
青山不動吐芳芬
解

弟子
蘇起安（傳錄）恭錄

• 錄名芳薩菩 •

台中普真精舍自今年三月廿一日成立以來，已成為靈泉寺接引信眾的重要道場，布施房舍、金錢、時間與精力的群關係企業董事長呂崇民、馬永真（即著名演藝人員華真真）伉儷，其發大願心的緣起與過程，是如此勇猛。

馬永真法名傳尚，曾為著名雙棲藝人，放下絢爛繽紛的舞台歲月，步入平實、自在的婚姻生活。許多的人都說，馬永真像顆光芒、美麗的琉璃，內外明澈；真誠、善良、易感而熱情。

呂崇民法名傳悟，群關係企業董事長，在業界鋒芒四射，雄姿英發。平日喜愛讀書、爬山、打太極拳，寒暑假帶小孩出國。與馬永真過著「神仙眷屬」般的生活。依止惟覺老和尚後，沈潛於佛法，勤於參禪，更是悠然自得。

（編者）

能行能捨菩薩侶

訪呂崇民、馬永真居士

張佩芬／專訪

與果決，令人深深讚歎。

談到親近上惟下覺老和尚的因緣，至今馬永真仍感不可思議。去年十月十四日，馬永真的堂弟馬永正（見正法師），與當時國防部長陳履安之子陳宇廷（見安法師）等八人同日剃度出家，由於當時馬家的人都反對見正法師出家，沒有人願意到場觀禮，馬永真一念慈悲，而促成了她親近老和尚的殊勝因緣。她回憶說：「當時大家都有種誤解，覺得出家好像是一件蠻可憐、悲慘的事；所以家人勸他不要出家，但是見正法師很堅決，我心想這對他來說是一件大事，是人生的轉捩點，就以堂姐的身份到場觀禮為他祝賀，就這樣第一次見到師父。」

「我覺得很奇怪，為什麼我才有這個念頭，覺得這個道場和別的道場不一樣，很喜歡靈泉寺，師父就說要來我家，心裡有說不出的感覺，我拜託師父晚兩天來，好讓我先生也能見到師父，因為我先生一直都比我發心的。」

呂崇民夫婦說，師父每次來台中，常會撥空到他家坐坐，見到師父真的就像見到自己的父親一樣，有種微妙的好感，一種難以言喻的攝受力。有一次，馬永真的孀孀（即後來出家的見照法師，見正師之母，住普真精舍）告訴馬永真，見正師感冒了卻不敢說，怕用山上的錢，因為山上很缺錢；又有一次，聽到傳到師兄向師父報告，中台要買一塊地需兩千萬元，錢還不夠。這兩件事情觸動了馬永真的內心，覺得

師父就像缺錢的爸爸，一定要幫助他，於是捐出一千萬元。呂氏夫婦對師父的這種感情，無疑是他們發大心護持師父力量的泉源。

為了協助師父完成渡眾的悲願，呂氏夫婦決定在台中市提供一個道場做為弘法之用，原先兩人計劃捐出一棟三層房舍，但是師父看過後指出，房舍樓層多，每一層樓的空間不易規劃出一個大佛堂。於是呂崇民想到了位於台中市河南路、文心路口的一棟大樓頂樓中樓，占地兩百多坪，那是他和三位朋友共同擁有的，呂崇民遂向共同持股的股東買下全部股權，在今年浴佛節，將整層價值逾兩千萬的精華產權，交給師父，並由群園包下全部裝潢設計工程與開支。如今，普真精舍擁有一間近百坪無樑柱的大佛

的地方。

回想一年多來的發心過程，呂崇民說：「我太太剛開始告訴我她要發心一千萬的事時，我有說不出的高興，因為她的心態整個轉變了。」馬永真說：「師父說我們很特別，他見到很多夫妻是先生發心怕太太知道，太太發心怕先生知道，我們兩個則是互相爭著發心。」馬永真想起六年前呂崇民答應捐款二百六十萬供一各師父到琉球設道場，曾讓她起了很大的煩惱，還跑去向婆婆告狀。而現在夫婦倆卻爭著發心。事實上中台山每個月約一百六十餘萬的利息錢，都由他們夫婦承擔下來。

其實，呂崇民家早就有行善布施不遺餘力。呂崇民的母親是花蓮慈濟功德會的榮譽委員，護持證嚴法師，呂崇民也經常護持其佛教所說的「三輪體空」的布施，呂崇民可以說是身體力行。不過，對於一些太過熱心的師兄，呂崇民建議募款方法要講究些，注意時機因緣，以免讓人起煩惱。



親近師父之後，對於個人、事業有沒有什麼助益？呂崇民說：「師父開示的每一句話我都體悟會其中的奧妙，以前做事很執著，比較隨順因緣，反而在處理事情的時候比較平順一點。」

剛學佛時，覺得有阻礙，有一段時間事多又煩，我就問師父，師父說有煩惱的人才能接近佛法，接近佛法後障礙還是會現前，每當業障現前時，我們必須坦然去面對他，化解他。以前碰到困難總是會很沮喪，覺得自己這麼認

狗體諒別人，對自己和別人也比較不會斤斤計較。」

「以前我的公司感覺就是一個生意場所，請師父到公司說法以後，大家變成非常團結，公司的氣氛也變得安詳和樂，主管與部屬間容易溝通協調，產生共識，現在公司員工多數都皈依師父，

我相信很多事情都不要溝通就有共識，問題也都能迎刃而解。」

在呂崇民的鼓勵與接引下，現在群關係企業九成的員工都已皈依師父，呂崇民常常告訴員工說，接觸佛法是很大的福報，一切努力最大的受益者還是自己。有一位設計師張清平，自己的父親是神父，兄妹兩人卻都皈依師父，還發心幫師父做事。呂崇民夫婦認為，以前的愛心和現在不一樣，親近師父以後愛心廣大了，更能體諒別人，也更懂得愛護員工。道路無限寬廣，就展現

在呂崇民及群關係企業的前面。

現在，呂氏夫婦對於師父的開示深信不疑，依教奉行。呂崇民說：「我覺得師父講的每句話都語意深長，值得我們去體會。」雖然每天忙於事業，呂崇民還是抽空誦念金剛經及持準提咒，馬永真也已參加兩次禪七活動。呂崇民雖然尚未打過禪七，但是師父已計畫在普真精舍舉辦禪七，成就呂崇民與台中地區的信眾。

呂氏賢伉儷的發心布施與護持佛法，終將得到豐碩的回報。



▲呂氏夫婦陪同老和尚至台中實地考察，發心護持道場。



▲呂崇民居士為無為而施，三輪體空。



▲馬永真居士居福慧雙修，既「真」且「善」又「美」。

堂，莊嚴氣派，成為台中地區人士習禪共修的最佳場所，及往來南北與中台山間的僧眾落腳休息

他佛教團體，此外，他還成立了一個慈善基金會，救濟貧苦病患，這些呂崇民從來都絕口不提，

真，這麼努力怎麼還會這樣呢？接近佛法以後，對人世間的任何事物，有不同的看法，比較能

我有個心願想把公司變成一個佛教公司，如果每個學佛的人都能把公司其他的同仁接引來信佛，



千年暗室，一燈即破

訪惟覺老和尚

問：禪宗古來有不同的門派，所傳的禪法，不完全一樣，老和尚傳的禪法，有什麼特色？

答：我現在的教法頓漸互相為用，先修數息，再參話頭及放下。參話頭也



是一種方便。最後必須明白本心才行。本心就是菩提心。以打禪七來說，頭兩天先教大家數息，使心慢慢平靜下來，之後再參話頭。參話頭才能轉識成智。參話頭，境界很多，必須「不離本參」，也就是不離當前這念心，才不會走錯路，放下就是保持當前這一念，清楚明白，常寂常照，常照常寂。

釋迦牟尼佛拈花，迦葉尊者微笑，也是契合這一念心，清淨心，就是大乘佛法的根本。我現在喝茶，舉起茶杯，和釋迦牟尼佛拈花，有什麼差別？

自己的心？如果契悟到喝茶是誰，就知道靈山會上拈花微笑的妙意。佛陀教下有很多方便門，但萬變不離其宗，宗即是本心，找到本心，就可循舊路回家，路就不會走錯了。這是屬於禪宗的頓法。其他漸修的法門很多，種種三昧等等。

問：「六祖壇經」上說：「無念為宗，無相為體，無住為本」，請老和尚開示它的意義和實際的修行方法？

答：所謂有念念成邪，無念念即正，

無念就是這一念心沒有雜念，沒有妄念，不是連正念都沒有。

「金剛經」說，不要想過去，不要想現在，不要想未來。一想到過去、現在、未來，攀緣心就生起來了。雖然說是「無念」，不過我們的心不是木頭，有它的作用。要達到無念必須要破我執，我執破了，清明本心現前，才有辦法達到無念，這無念的心，就是菩提心。什麼是「菩提心」？清清楚楚、了了分明的這一念靈覺心即是。

心體本空，就是無相。如果心本來有相，就裝不進去任何東西，好比茶杯裏頭本來就有水的話，再倒水下去，就裝不下了。

心無相，才能容納有相的東西，衆生處處執著於有，不知道「凡所有相，皆是虛妄」。要達到無相真空的境界，要先破相，破除一切執著，「離一切相，即一切佛」，所以，要達到無相必須破法執，破法執才能離開一切相。「金剛經」上說：「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來」。外面的相，都是虛妄的。打坐會看到許多境界，如果不離相，把那浮光掠影的境界都當成真實的，心就糊塗了。禪宗說「佛來佛斬，魔來魔斬」。佛代表好的境界；魔，代表壞的境界。打坐或平時六根對六塵，看到好的，不能夠貪著，看到壞的，也不要煩惱，心不墮兩邊，才能離相，達到無相的境界，心即得自在。無住是這念心不能住在任何境界上，否則就是生滅，就是一場生死。

譬如說想受持五戒。一般說，這是善心，五戒可以建立完整的人格。不過，若執著要得到五戒，就住在五戒的境界上了。一般沒有修行學佛的人，天天想賺錢，這是住在貪心上，如果

貪心繼續熾燃不斷，將來必定墮入惡道。現在我們的行為和那一種心相應，將來就落入那一種果報。如果住在善法上，是一場好夢，住在惡法上，是一場惡夢，好夢、惡夢都是夢，因緣過去以後，什麼都沒有了。心不住善、不住惡，不住明、不住暗，不住東、不住西，一切無住，不住在兩邊，這個心，才是佛心。要達到無住必須用根本大定，破無始無明，無始無明一破，才真正達到無住生心。

問：在日常生活中，我們要處理各種事情，一定會起心動念，怎麼樣才能保持無住、無念？

答：要先悟！悟了之後，搬柴運米都是道，因為已經知道心的體了。

心有體有用。一般人只知道用，不知道體，心才會糊塗。用，有好有壞。修善是好的用。沒有覺悟的人心離不開貪、瞋、癡，是非、人我，這是壞的用。我們修行，第一步要起好的用，不要起壞的用。起了好的用之後又要「用而無用，不著用想」。做每件事，心裏都清楚、明白，自己作主，這是定慧的妙用。

不過，一般人塵勞很多，一下子要達到無住是不容易的，心沒有落腳的地方，會感到無聊，就會想到塵勞的事情。所以，第一步先教數息，使心暫時得到安定。禪七當中有三帖藥給大眾服用。第一帖數息，屬於溫補。好比一個人有病，不能馬上開刀，先得補一補。等身心轉好，有了信心，經過一天、二天、三天，這時不要再數息，以免執著這個境界。接著要把心中當這一生的是非、怨親等種種煩惱拿掉。怎麼拿？參話頭！參「念佛是誰」，參話頭就像是一帖瀉藥，把中心無明煩惱逼出來，洗一番，然後再「放下」，就能獲安穩。等於吃了十全大補一樣，精力充沛，正念現前。

問：要找到話頭似乎並不容易，該怎麼辦？

答：話頭就是念頭。每一個人都會起心動念，要去看這念心從什麼地方生出來，生出來的地方就是念頭。剛一動念，就把它轉過來；所以禪宗是從根本上治療，轉了第一念之後，第二、三念跑出來，也繼續參，參到最後，定境就現前了。愈參，功夫愈深。參話頭就是把所有的煩惱逼出來。

問：我們怎麼判斷參到話頭了呢？

答：參到話頭，沒有昏沈、妄想，然後就在話頭的地方綿綿密密用功，很受用。那裏面好像一座寶窟。參話頭好比一把鑰匙，把心門打開之後，迴光返照，我們這一生所有的塵勞事情，通通看得一清二楚。

問：開悟，在許多人眼中，似乎是遙不可及的事，老和尚認為如何？

答：開悟，人人都可以辦到，而悟後起修，才是大問題。

「千年暗室，一燈即破」，問題是這盞燈可能只亮一分鐘，就沒有了，甚至以為這樣就是成道了，因此而發表謬論，豈不自誤誤人。

假使我一下子說破了，有的人就會認為月，覺得得來太容易，甚至撥無因果造惡業。所以，必須由每一個人自己經過一番用功，契悟這念心，這才是真的契悟。

譬如有人從別的地方要到台北，開悟好比找到一條路，知道朝這條路走不會錯。雖未到台北，也不離台北，因為萬里途程，不離初步，自信一定可以到台北，只是時間遲速而已。所以，悟後起修才能見真章。

問：老和尚可否談一談禪宗「以心印心」的意義

答：禪師傳授禪法，先要看弟子是否可以承受心法，擔當傳燈的使命。所

● 影靈界法

寺泉靈 址遷館書圖蓮品九

(本刊訊) 本寺九品蓮圖書館已於十一月一日隨同普賢精舍搬遷，開光遷至該舍二樓。

本館提供佛學書籍、錄音帶借閱、借聽。並有佛書、錄音帶贈送結緣，歡迎十方信眾善加利用。

另徵求編書及雜項義工，歡迎有志學佛者加入。

開放時間週二、週日十一時至廿時；週一及國定假日休館。

交通：三一一、三〇六、二〇三、六〇五、二七二、五一、二七六、二八「玉成里」站下。

靈泉寺護法會 遷址

(本刊訊) 萬里芥子山靈泉寺護法會會址，已於日前遷至台北市內湖區普賢精舍。敬祈十方檀信一本往昔，護此叢林、深埋道種、長養覺心。歡迎成為護法會會員、委員，共同護法、護教、護僧伽，並積極投入中台山興建行列。

電話：(〇二)七九二五一七七
劃撥帳號：〇五〇九〇三三一
戶名：釋惟覺

問：「印心」就是印證他的知見、契悟的道是否正確。如其所悟的「道」與老師的「道」相契合，就稱為「印心」。印即是印可，心是本心。既見到自己的本心，當然也能知道別人所契悟的本心，所謂佛佛道同。

其實，人人都有佛性，都可以契悟。儒家也說：「百姓日用而不自知」。一般人的心天天都在用，卻不知道這念心的微妙，不懂得保護自己。一般人只知道保護色身，不使它餓、凍、有病趕緊找醫生。自己的心有毛病，卻沒有辦法防護。明白這念心，經常持寧靜，不起貪、瞋、癡，不造惡業，時時刻刻了了分明，自己作主，這才是真正保護自己。

問：學禪的人應具備什麼條件，抱持怎樣的態度？

答：第一：持戒清淨，第二深信因果，第三明悟心性。具備這三個條件，就可以學禪。學禪好比修七層寶塔，開悟是最上面的一層，但是必須從根本著手。真正想修行的人，戒法和因果的道理是最重要的根本。持戒是為了清淨身口意三業，開始時是勉而行之，成了習慣就自在了。信因果、持戒都是修福德。然後以定心、淨心、明心的態度來學習，就很順暢，才能得到真實的利益。

問：請老和尚開示「禪五事」(調身、心、息、食、眠)。

答：參禪五事十分重要。一般人剛開始修行，向道心切，好像過幾天就要開悟、成道。雖然這是好心，因為太切，身心反而不能安定。有所求、有所得的心都是障礙。

修行用功，要一步步地來，先調和身心，「身安則道隆」，身體不可過份疲勞，放下一切雜事，保持身的寧靜安詳，即可入道。

調息方面，息指出入息。平時若能養成丹田呼吸的習慣，比較容易調息。如果習慣用肺部呼吸，調息時容易犯三種毛病。一、風相：吸時鼻子出聲，守之，心易散亂。二、喘相：上氣不接下氣，出入息未到盡頭，依之數息，容易疲勞。三、結相：氣不順暢，依之數息，胸口脹悶。換句話說，呼吸要無聲、綿密、悠悠揚揚，通暢無礙，依之數息，容易得定。數息不可出入息同時俱數。數出不數入，數入不數出。從一到十或至七、或五均可，因為剛開始數息時，氣息長短不易調勻，先開始練習數五個字。習慣後可增加至七或至十，以後不宜再增。若妄想太多，可以倒數。能數之心要清楚明白，所數之數字不可間斷夾雜。

睡眠對初學者是必要的。疲倦就休息

或小睡，但是不能貪睡。事實上，人本來不需要睡眠。一般人不睡覺的話，打坐會昏沉，這完全是習氣使然。應該修定，增強定力，睡眠自然會減少。

調心最重要的是保持正念。所謂正念就是無雜念、無妄念、無昏沈、無曖昧、無無記等毛病。有了這些毛病，就要對治。經常保持惺惺寂寂、寂寂惺惺的心念，這就是止觀雙運、定慧等持。

問：老和尚能否開示，如果每天只能抽出二、三個小時修學佛法，如何充份利用這段時間？

答：早晚抽出一段時間，先禮佛，之後誦金剛經，誦完經就打坐，至少三十分鐘到一個小時。誦經的時候，如果有妄念，不要理它，繼續誦。起先是有念慢慢地由有念歸於無念，無念才是本心。譬如：打妄想、昏沈、感覺無聊，這些都表示誦經的心不存在。除了早晚專修的功課以外白天隨時要保持安詳、自在，六根清淨、不攀緣，心清清楚楚，能夠作主做任何事也是清清楚楚，有條不紊，不生掛礙。時時刻刻觀心返照，一有雜念妄想，立即把心收回來，這是動中修心。能夠動靜配合，靜也靜得，動也動得，修行很快就會相應。

問：禪宗或說不立文字，直指人心；或說藉教悟宗，請問老和尚對經教看法如何？是否特別推崇那些經典？

答：所有的經典目的都是在教我們如何破除執著、煩惱，見到本來面目。佛教的道理很多，要如法行持，必須知道教理，否則就得依止一位師父。若未開悟，最好不要離開師父，乃至十年或廿年。即使悟了還有一段很長的路要走。現在一般人心量狹小，如果突然教他讀大部經，一下子恐怕沒有辦法信受，看了就頭昏腦脹，所以經典愈簡單愈好。譬如金剛經、六祖壇經、四十二章經、八大人覺經、圓覺經、楞嚴經等，一般人比較容易接受。

禪宗所傳的是佛心，是從佛心當中流出，當然可以藉教悟宗，因宗明教，宗教本是不二的。禪宗所談不立文字，只是說吾人當前清淨心中不執著文字之相，而非排斥文字。

問：老和尚可否開示學禪對現代人的意義？

答：學禪安定身心，把佛法落實到生活上。因為悟了這念心之後，行住坐臥都可以得到自在，不會空虛、妄想、顛倒，找到一條大路，可以安穩地永遠走下去。



(摘自法光雜誌)

惟覺老和尚 遠赴溫哥華 主七

玫瑰、見慶、傳嵐等護法大德前往護七。

禪七並邀請到慧炬雜誌發行人鄭振煌隨側翻譯。鄭社長精通教理，行持嚴謹，他將把老和尚禪法的精義，即

席淺譯成英文。

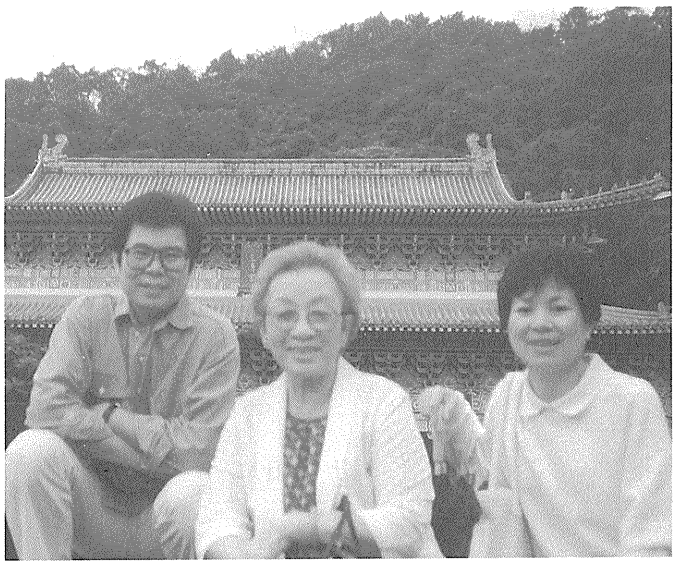
禪七地點位於歐加納甘湖和司加哈湖之間的歐加納甘山谷品蒂頓市湖邊渡假中心，幽靜寧謐，遠離塵囂，適於凝神觀照。禪七正逢年假，因緣殊勝，名額有限，請早報名。

詳情請洽：Ms. Maria Ko c/o 100
1-2001 Beach Avenue Vancouver
British Columbia V6G 1Z 3
Canada

電話：(六〇四)六八八八三三四
傳真：(六〇四)六六二五三九七

靈泉古月(一)

徹見釋



。土居桃秋白、母家師徹見、生先孫の善行默默右至左由▲

十年前，第一次到靈泉寺，經過難行的石子路，進門就見一池精巧清澈、活水源源的小放生池。和尚獨自住在矮茅棚中，我們坐在戶外，靠近山門的石椅上，四周蒼木環繞為我們遮陽。三條溪流在門前匯合，溪聲帶給我們清涼。老和尚悄悄地端著茶盤從屋子裡走了出來，到樹下，茶盤輕輕放在石桌上，一一為我們倒茶。不敢喧賓奪主的我們，顯然只懂世間為客之道，竟然「如如不動」，想來真是罪過一椿。不過，從和尚的一舉一動，卻感受到他那安詳自在、絲毫不苟的定力。

我們帶了菜下廚，和尚也採來了紅菜加一道。午齋後，坐在窄小的客堂裡，和尚似乎深知見徹生性被動，他老人家主動開示佛法。回想起來，每次上山的收穫，都是一席「無間自說」的法布施。

那一次，下山前，到後山走了一趟，見到了介紹我們來此的朋友所建造的游泳池。後來朋友不見了，游泳池也變成了放生池，有了新的放生池，山門前的小放生池就填平了。

本來，靈泉寺被左右二山夾在中間，窄長而有壓迫感，經過和尚親自指揮怪手，劃為斜坡，並重新造林，全山才豁然開朗。再看後面的主山，不該劇的被砂石場劃了，破壞整體風景，我問和尚「這怎麼辦？」和尚微微一笑，回答「這山挖掉了，後面還有！」仔細一瞧，果然後面緊鄰著一座一模一樣的靠山，眼見整個靈泉山水前後的變化，也領悟到和尚常說的：「風水好壞看你從何立場來看，心量廣大，所見皆是好風水，福地福人居！」

從始至終，一切的改變都操之在和尚自己而不假龍天護法之神妙來改變風水，可見「德重鬼神欽」的修行境界誠然高，而「通身聖莫測」卻是略勝一籌；經過開闢後山外有山，現在的左側峰秀麗蒼鬱，靈泉寺的山水自成格局。

• 一花一世界 •

給見

此篇乃見正師於言表

晚上是最難挨的，當成群結隊的蚊子一湧而上時，真想逃下山去。後來有一次，正念現前，依照平時和尚的教導，腿一盤，開始靜坐思惟：「如如不動的本心是不會受到干擾的！」「找上我的蚊子都是前世與我有緣，該還的

就選吧！」一蚊子只有二天壽命，連一餐血都不施與牠，太過份了！」慈悲心油然而生，一下子就不覺癢痛了。

不知是因蚊子感應到慈悲而不咬我，還是心不動而不覺得癢。結果，初學的我居然一連靜坐三

小時。心定下來，連蚊子都是助道因緣。再說，每天中午，和尚一定坐在客堂不進房午休，而催我去養息。說實在的，也只有他老人家可以如此不眠不休。

在那幾年當中，和尚幾乎都在寺裡，每天也都有人上山，或讀

法或求解難或探高低的，而和尚都放下工程，一一親自接見，見徹則從旁獲益匪淺。今後，願藉「靈泉」一角，繼續介紹老和尚平時的開示，祈望您我在和尚法的潤育中，成長茁壯。

此篇乃見熙法師（俗名丁返）即見正法師俗家母親未出家前所寫。見正師於去年十月十四日剃度，見熙師送子出家，孺母憶子之情溢於言表。隨後，見熙師亦即剃度，攜手共進菩提大道。（編者）

給見正法師的一封信

■釋見熙

不過，世間雖苦，我也不想再有來生，但是，我發願再來度一切愚癡的衆生、度化常把痛苦當做樂的衆生。

你的福報比我大，這麼年輕就能出家清修，還有姐姐和姐夫那麼發心在擁護支持，真是世間少有，好好修吧，我希望你要有毅力，要突破，你們出家人吃的苦是會超越、會解脫的。

最後還是祝你成佛，阿彌陀佛。

第一句話，我先祝你成佛，阿彌陀佛！

每次上山，看到每位師父都那麼莊嚴，那麼照顧你，我內心有說不出的高興，本來我是要先出家，因為你福報比我大，所以你先出家。

「出家」這兩字很好念、很順口，可是真的去修並不容易，只是，下定決心去修，說難也不難，只要有心。你既已出家，就要

好好修，常常原諒別人，別人最偉大，自己最渺小；要上敬下和，忍人所不能忍的，行人所不能行的；代人之勞，成人之美；聞

不論人非，一心念佛，除念佛外不起別念，若妄念一起，當下就要教它消滅；常生慚愧心、懺悔心，不管人間，只管自己。

你左右的師兄，都是你的善知識、你的菩薩，要多多請益；身心勞苦不必在意，說不定這是佛菩薩对你的考驗。考驗越多，成就越大。

正果就愈快。修行的境界無窮無盡，修行的法門就在眼前，寺前

的流水、灑落的樹葉、山邊的雜草：一花一木都在教我們趕緊修行。比方雜草，就像心中的雜念、妄想，修行就是拔草，自己拔、慢慢拔、慢慢爬，爬到最高頂

，就是極樂世界，人在極樂世界，心也要在極樂世界，如果心不在極樂世界，跟俗家又有什麼兩樣呢？

過很多的磨練，磨練是修行者必經的路程，吃得苦中苦，做爲人上人，好好修、好好磨，我期待

你將來修成正果，成爲一位大法師，榮耀我們家庭。

你在家是一位好孩子，出了家

要做一個好「佛子」，有空一定

要拜八十八佛，念楞嚴咒、讀金剛經，看開了執著，業障很快就消了。

講話不要傷到人家的心，三思而行，多稱讚別人，點到爲止。

世間一切像都是假的，當一個人最醜陋時，誰來愛他，當一個人貧窮的時候，有多少人來關心他，一個白癡誰最愛他……所以，只有修行才是真的，一切的二

世間很苦，像我，從小就吃得很想出家，可是一直沒有因緣、福報不夠，所以結婚，希望結婚

後，情形會轉好，想不到更苦。冬天別人睡得正甜時，我必須三更半夜起來賣魚；夏天那麼熱，我也必須在太陽下晒。爲了讓你

們三位兄妹生活好一點，這些苦我並不怨悔，但是殺了很多魚，造了很多業，業障太深。你可以清靜修，我不能，我還要等你爸

爸，等他覺悟後，我會和爸爸、永芬一起上山修行。

註：有什麼問題去請教老和尚，把握機會，世間無常，勿放逸。他老人家要面對這麼多弟子，所以你要自己去請教師父。他很慈悲，很

圓融，他很平等心。

凡事忍耐，凡事包容自然

人對你好。早日成佛！

順境、逆境都不要管它。

早日成佛！
阿彌陀佛！
阿彌陀佛！
阿彌陀佛！

阿彌陀佛！
阿彌陀佛！
阿彌陀佛！
阿彌陀佛！

阿彌陀佛！
阿彌陀佛！
不要貪戀世間的东西。
可爾它弗！見王師父！



▲本。位佛諸入即，已覺大同位，戒佛受子佛，子佛諸是真
。戒大壇三受寺禪蓮寶港香至月一十師法戒新寺
。迎恭場機至位單辦主，法弘蓮花至邀應尚和老▼



●告預動活年三十八舍精眞普●



▲社蓮教佛隆基晉送師法智見將尚和老▲



▲影合師法了見與員學舍精眞普▲



▲班修禪舍精眞普▲

法界塵影

【弘法記要】

十一月
廿日 日本永平寺景德法師至靈泉寺參訪
廿二、廿九日 靈泉寺舉辦八十二年度冬令精進禪七
廿三日 基隆港務局約一五〇人來山參訪（靈泉寺）
廿四日 監察院院長陳履安來訪（靈泉寺）

十二月
廿五日 基隆港務局約七十人來山參訪。
廿八日 靈泉寺舉辦皈依、五戒、八關齋戒
四、五日 淡江大學佛學社一日半禪修活動
五日 劉廣華居士等人參加一日禪
村率六百人至中台山朝山供僧
六日 王瀚居士至靈泉寺參訪

七日 普明精舍禪修班結業典禮
十一日 普光精舍禪修班於普賢精舍舉行結業典禮；老和尚應邀至台灣電訊網路公司開示，講題「禪與人生」
十二日 普真精舍禪修班至中台禪寺舉行結業典禮；普惠精舍禪修班結業典禮至靈泉寺舉行；大專院校學生至靈泉寺朝山
十三日 老和尚應邀至嘉義農專開示
十四日 老和尚應邀至普眼精舍開示
十六日 普濟、普泰精舍禪修班結業

十七日 老和尚應邀至台大晨曦社開示
十八、十九日 靈泉寺舉行一日半禪修
十九日 普同精舍禪修班結業典禮
廿二、廿九日 基隆佛教蓮社舉辦精進佛七
廿三日 老和尚至基隆佛教蓮社，為佛七學員開示
廿六日、元月二日 老和尚應邀至加拿大主持精進禪七

廿六日 普明精舍禪修班結業
元月
九日 普眼精舍禪修班二百餘名學員結業
十五日 德惠精舍舉行一日半禪修
十六、廿三日 靈泉寺舉辦精進禪七
三十日、二月六日 靈泉寺舉辦大專精進禪七
二月
十一、十八日 中台禪寺舉辦僧眾精進禪七
十四、廿九日 靈泉寺高中精進禪七（救國團主辦）

普賢精舍 第二期 禪修班 招生

（本刊訊）甫於十一月成立的普賢精舍，第一期禪修班已正式開班。當日（二十五）報名人數高達一百二十六名。住持見徹法師將於近日另外開辦新班，歡迎大眾繼續報名。普賢精舍位於南港成美橋旁。
地址：台北市內湖區新明路二四六巷五號。
電話：（〇二）七九二五一七七

羅虞村 發心齋僧植福

（本刊訊）台北市教育局副局長羅虞村於本（十二）月五日，偕同台北普眼精舍、普惠精舍六百多位學員，在見心法師的帶領下，發起朝禮埔里中台禪寺、齋僧、供僧活動。
羅副局長依止惟覺老和尚後，深受法益；並於近日喜獲麟兒，且恭請老和尚取名為羅明正，法緣殊勝，遂發起此次朝山齋僧法會。
朝山在凌晨四時展開，九時半老和尚並以「如何追求人生真正的快樂、幸福」為題，為大眾開示、說法。並於十一時，舉行上供大典，由羅副局長等人代表拈香，典禮結束後，隨即開始拜齋齋僧法會。
下午二時，近百人皈依老和尚，全部法會於下午二時功德圓滿。

星期	一	二	三	四	五	六	日
課程	初級禪修班	初級禪修班	台語禪修班	靜坐共修	大專禪修班	中級禪修班	金剛經共修
時間	PM 7:30 ~ 9:00	PM 7:30 ~ 9:00	AM 9:30 ~ 11:00	AM 9:30 ~ 10:30	PM 7:30 ~ 9:00	PM 7:30 ~ 9:00	AM 9:30 ~ 11:00
內容	靜坐教學、基礎佛法	靜坐教學、基礎佛法	靜坐教學、基礎佛法	靜坐、佛法開示、討論	靜坐教學、基礎佛法	靜坐、中級佛法	誦金剛經、靜坐、佛法開示
備註	隨時報名	隨時報名	元月十九開課	隨喜參加	元月二十一開課	元月十五開課	隨喜參加

地址：台中市河南路一段一七〇號七樓 電話：三三九八八八

普傳悲願三遍 惠施財法滿界

——普惠精舍落成——

（本刊訊）位於東區忠孝東路六段聯勤總部旁的普惠精舍，已於十一月十九日上午舉行灑淨落成開光大典，恭請上惟下覺老和尚主法，與會禮信近千人，場面莊嚴隆重。
普惠精舍係由福田組組長吳國明（傳明）、吳林金葉（傳真）伉儷發心提供場地。幾年來夫妻不改初衷，秉持著老和尚的悲心願力，默默的犧牲奉獻，籌建中台，廣植福田，現又提供道場禪修，實為圓滿眾生福慧二門。
現今禪修班一期三個月，將於十二月十六、十八日陸續開課，上課時間為每週四晚七時半~九時半。週六二班，分別為下午三時~五時半、晚七時半~九時半，由本寺副住持見了法師負責指導。另將開辦親子兒童禪修班及插花班。屆時歡迎十方信眾前來參加共修。
報名電話：（〇二）七八五七二六五 七八五八一八九