

自三月下旬起，即在董事長 智敏金剛上師與副董事長 慧華金剛上師以防範疫情傳播及避免任何一位弟子與師門形象受到傷害等多重考量下，兩位 上師當機立斷，指示暫時停止一切會務。五月上旬，並通令各分舍及助念團所有道

自性所顯。



## 防疫——靈性成長的鍛鍊



場，暫時全面關閉。所有會員並皆遵照兩位 上師的指示，人人做好自我保護，並為SARS的防疫工作，默默地盡身為國民應盡的本份，也在無形之中，做出了重要的貢獻。

近來SARS疫情雖然已經趨於緩和，但並不表示疫情已經過去了。根據世界衛生組織和國內衛生署高層官員的預測，疫情有可能只是受了氣候的影響，所以暫時緩和下來。因此大眾對於防疫的工作，也不可因疫情緩和而有所鬆懈，仍須隨時注意個人衛生，量體溫、勤洗手，務必謹慎保護自身的安全與健康。若能人人確實做好自身防疫，則疫情自然可望獲得有效控制與徹底防護。

# 智慧蓮華

WISDOMLOTUS 雙月刊

第三十五期

創辦人/錢智敏·朱慧華  
社長·發行人/錢智敏(錢智敏·錢浩)  
編輯/黃海佛·陳月佛·李振佛  
財團法人慧華金剛上師教育基金會  
社址/台北市南京東路五段63號14樓  
〈諾那精舍·華藏精舍〉  
電話/(02)2764-1117·2753-2621  
網站: http://www.elotus.org.tw  
E-mail: hwatsang@ms39.hinet.net  
戶名/財團法人慧華金剛上師教育基金會  
劃撥帳號/18968189  
中華民國84年6月12日創刊

行政院新聞局版  
北市誌第陸柒號  
中華郵政特准掛號  
5392號執照登記  
為雜誌交寄

國內郵資已付  
台北郵局  
台北 48 支局  
許可證  
北台字第 11307 號

成就弟子是兩位 上師無時或忘的悲願。



為眾生的共業所感召而來。但是業由心生，亦隨心轉。要想轉變眾生的共業，則除上座修法迴向之外，下座後也必須以正向積極的心，面對疫情與日常生活，改變平日習慣性的眾生心念。愈是疫情嚴重之時，愈須以感恩替代要求，以關懷替代責難。唯有由每一念下手，念念轉變自己的心念，轉惡為善，轉瞋為慈悲，轉貪愛為喜捨，轉愚癡為智慧，轉煩惱為菩提，轉眾生之染念為佛之淨念，如是淨念相續，乃至不聞不雜，才能顯現出轉變共業的力用，而化解當前災難。所以，如果從另一個角度來看，則這次的SARS疫情，何嘗不是修持的逆增上緣？何嘗不是提供大家一個難得的鍛鍊修持的機會？這不也值得我們感恩嗎？

目前精舍雖無人駐守，但精舍電話仍都有執事接聽，所以行政作業仍正常運作，只是改為電話聯絡與通信之方式處理。師兄們若有要事，或有居士、大德、家屬需要往生被、金剛明沙、經書等法寶者，雖無法親自到精舍，但仍可以電話與精舍聯絡。若欲捐助款項之師兄、大德等，請一律改以郵政劃撥捐款，並請注意捐助項目：

一、捐助基金會項目者，請劃撥基金會專戶，帳號：18968189，戶名：智敏慧華上師基金會，捐助基金會之金額將可扣抵所得稅。

二、捐助總舍各項目者，如：供養上師、點光明燈、放生等善款，請務必劃撥精舍專戶，帳號：19617235，戶名：台灣華藏精舍；請特別注意「供養上師」、「點燈」及「放生」項目，務必請劃撥到「精舍」帳戶，切勿劃撥到基金會帳戶，基金會並無此項目。

三、捐助分舍之項目，各分舍亦皆已開立郵政劃撥捐款專戶，戶名及帳號請電詢各地分舍。

最後，願大家不僅都能免除遭受疫疫感染的危險，而且都能在這次疫情之中，提昇修持，讓我們在靈性上共同成長。

大家都知道，疫癘的流行，乃是因

諾那·華藏精舍  
全省臨終關懷助念團  
免費助念聯絡電話

台北：(02) 2763-3733  
(日夜24小時自動)

高雄：(07) 323-6043  
(24小時自動)

台中：(04) 2375-7995  
行動電話：0932-761208

台南：(06) 268-9187  
行動電話：0921-376997

埔里：(049) 298-3179  
行動電話：0939-943413

台東：(089) 324-682  
行動電話：0937-609109

花蓮：(03) 832-1751  
行動電話：0912-007026

新竹：(03) 528-1321  
行動電話：0925-222897

基隆：(02) 2763-3733  
行動電話：0912-473000

桃園：(03) 321-5000  
(03) 4092-092

屏東：(08) 732-7273  
B.B.Cat: 0959-881996#

嘉義：(05) 236-9991  
行動電話：0939-008135

雲林：(05) 534-7895  
行動電話：0927-238243

宜蘭：(03) 933-4319  
行動電話：0935-536938

彰化：(04) 832-0439  
行動電話：0933-520554

南投：(049) 273-4472  
行動電話：0937-259611

玉里：(03) 898-0369  
行動電話：0933-487070

苗栗：(037) 687-333  
行動電話：0925-955722

美國洛杉磯：  
陳美君0021(626)810-9661  
手機：0021(626)512-0452

美國達拉斯：  
黃林光0021(972)462-1027  
手機：0021(214)543-1006

# 智敏 慧華 金剛上師開示錄

## 上師開示法語輯要

——淨土——

\*時時返聞，觀照自己本來本覺本淨之真心，則當下即是淨土。

\*一切塵相皆為自心所顯現，任何色法、心法之本體，皆即此心。是故但莫分別，則五濁惡世，當下即是本來清淨光明莊嚴之諸佛剎土。

\*雖則外在世界，有愛惡、是非諸境，然當持心自守，莫向外分別是非愛惡，莫取捨人我得失、悲喜苦樂，對一切外境如如不動，恆常安住妙明真心，便是即娑婆而為淨土。



## 徹悟禪師開示輯要(三)

### ——現前一念——

※吾人現前一念能念之心，全真成妄，全妄即真，終日隨緣，終日不變。

一句所念之佛，全德立名，德外無名；以名召德，名外無德。能念心外，無別所念之佛；所念佛外，無別能念之心。能所不二，生佛宛然。本離四句，本絕百非，本遍一切，本含一切。絕待圓融，不可思議。蓮宗行者，當從這裡信入。

※最初迷真起妄，則曰一念妄動；末後返妄歸真，則曰一念相應。是則起妄之後、歸真之前，更有何法能外此一念乎？是故一念悟，隨淨緣，即佛法界；一念迷，隨染緣，即九法界。十方虛空，是此一念迷昧；一切國土，是此一念澄凝。四生正報，是此一念情想合離；四大依報，是此一念動靜違順。唯依此念，變現諸法；離此念外，無法可得。原此一念，本是法界，從緣而起，緣無自性，全體法界，故得橫遍十方，豎窮三際，離過絕非，不可思議，法爾具此威神，法爾具此功用。今以此念，念於西方阿彌陀佛，求生極樂淨土。正當念時，西方依正，在我心中；而我此心，已在西方依正之內。如兩鏡交光，相含互照，此橫遍十方之相也。若約豎窮三際，則念佛時，即見佛時，亦即成佛時；求生時，即往生時，亦即度生時。三際同時，更無前後。帝網珠光，難齊難體；南柯夢事，略類一斑。此理悟之最難，信之最易，但能直下承當，終必全身受用，可謂參學事畢，所作已

辦矣。如或未能，但當任便觀察，隨分受用耳。

※世之最可珍重者，莫過精神；世之最可愛惜者，莫過光陰。一念淨，即佛界緣起；一念染，即九界生因。凡動一念，即十界種子，可不珍重乎？是日已過，命亦隨滅，一寸時光，即一寸命光，可不愛惜乎？苟知精神之可珍重，則不浪用，則念念執持佛名；光陰不虛度，則刻刻熏修淨業。倘置佛名而別修三乘聖行，亦是浪用精神，亦是千鈞之弩，為鼯鼠而發機；況造六凡生死之業乎？倘置淨業而別取權乘小果，亦是虛度光陰，亦是以如意寶珠，而買一衣一食；況取人天有漏之果乎？如是珍重，如是愛惜，則心專而佛易感，行動而業易精。果得真生淨土，親見彌陀，時承開示，面奉慈音，妙悟自心，深證法界，延一念為長劫，促長劫為一念，念劫圓融，得大自在，得非自食其珍重愛惜之報乎？

※當念佛時，不可有別想，無有別想，即是止。當念佛時，須了了分明，能了了分明，即是觀。一念中止觀具足，非別有止觀。止即定因，定即止果；觀即慧因，慧即觀果。一念不生，了了分明，即寂而照；了了分明，一念不生，即照而寂。能如是者，淨業必無不成。如此成者，皆是上品。一人乃至百千萬億人，如是修，皆是成就。念佛者可不慎乎！



## 佛光相送

◎王德佛

親愛的朋友，別怕，讓我們來與您相伴。  
感謝時空的因緣際會，  
在此時此地，我們因病而相遇。

只因病魔的侵蝕，使您面臨生命終止的悲痛。

家屬的哀傷、祈禱，都使不出力道。  
醫生的處方、診療，也派不上用場。

此時，親愛的朋友，我雖與您陌生，  
但是佛陀的無緣大慈、同體大悲，  
教誨著我走向您的身旁，  
來為您分擔減輕這份錐心的痛苦。

師父的諄諄誘導，要我們以師志為己志，  
指示了我走向您的身旁，  
陪伴您安然度過這段生命的餘光。

請別哭泣，讓我們一齊唸佛。  
生命的時光隧道，在盡頭是無邊廣闊的大光明。

那光明有如千百個太陽，  
那兒是我們永恆的家園。

請您諦聽佛陀的呼喚，佛音響徹雲霄。  
請您觀想佛陀的光明，佛光永照寰宇。  
放下！放下！放下人間所有的愛恨情仇。  
放下！放下！放下娑婆世界所有的執著不捨。

去吧！去吧！去投入那大光明海。  
去吧！去吧！去迎向佛國的自在。

佛陀的願力將與您的願力相融合，  
佛陀的光明與您自性的光明相交會。

祝福您，親愛的朋友，早證菩提。  
祝福您，親愛的朋友，早得涅槃。

祝禱您，親愛的朋友，早證菩提。  
祝禱您，親愛的朋友，早得涅槃。

祝禱您，親愛的朋友，早證菩提。  
祝禱您，親愛的朋友，早得涅槃。

## 真的有佛

◎陳修佛



後，還和他姊姊聯絡過，說他現在身體狀況還很好。

但願本文能增加見聞者念佛、學佛的信心。

有絲毫功德，願回向給醫院所有病患，消除災障，疾病早日痊癒；全體醫護人員及員工，身體健康，吉祥如意。阿彌陀佛！

在行政院衛生署台南醫院的四樓，設有一間莊嚴的佛堂。那是醫院佛學社社長王崇佛師兄向法院方爭取設立的，佛堂中央供奉的一組三寶佛（釋迦牟尼佛、阿彌陀佛、藥師佛）銅像，還是上師捐贈的。院方並於八十八年三月中，恭請上師蒞臨，為佛像開光及佛堂啟用儀式。

末學於九十年七月中，開始負責台南醫院生命關懷工作。九月中，我到四一病房關懷時，遇到一位看護蔡素琴小姐，她跟我說：「這間佛堂真的有佛喔！」

原來她兩年前在五二病房照顧一位四十幾歲的肝癌末期病患梁世典先生。梁先生連續三天晚上，都在半夜十二點到三點時，叫蔡小姐用輪椅推他到窗戶旁，朝停車場的上空看，並且把頭來回轉動，似乎在看什麼，可是蔡小姐卻看不到。因為病患不睡，看護也不能睡，所以到第四天，蔡小姐就生氣了。梁先生說：「我不是有意為難妳。但我看到的，我也不知要如何說，不然妳給我紙筆，我畫給妳看。」蔡小姐真的去買了紙筆給他，可是當天晚上，梁先生就沒看到了，因此顯得很失望。但他還是用手比劃，跟蔡小姐解釋，他比了一個三角形，說下面有蓮花，全身放光。蔡小姐知道他說的是佛像，便告訴他：「這是佛像，在四樓佛堂有，我帶你去看看。」蔡小姐要用輪椅推他去，但梁先生卻堅持要自己走，拖著重病的身體，慢慢地一步一步走到四樓佛堂。當他一進到佛堂，立刻指著中尊供奉的釋迦牟尼佛說：「就是他！就是他！」原來梁先生連續三天，都看到釋迦牟尼佛在醫院上空繞著轉。後來梁先生的病好了，出院了。我得知此事

## 無執心

◎連亮佛



過去有一位禪師非常喜歡養蘭花，有次出遠門交代弟子為其照顧蘭花，結果弟子不慎打破了

蘭花盆，蘭花也因此枯萎。弟子們個個害怕師父回來會大罵一頓，結果師父回來聽聞蘭花枯萎後，僅淡淡說了句：「好啊。」並未生氣。反而弟子們個個感到詫異：為何師父不生氣？師父淡淡地解釋：「我養蘭花只是為了美化環境，不是為了生氣。」

生活中我們常常為了自己喜愛的東西忽然失去了而懊惱不已，其癥結即在於「執著」，執著喜愛的東西歸我所有，得不到或失去時就異常懊惱，不得自在。

有一老和尚戒律精嚴，修為極佳，某次老和尚閉關苦修時，有一禪師為了測試老和尚修行功力，故意至關房門口求見老和尚，無論他怎麼吵鬧老和尚均不為所動，繼續禪坐。後來禪師發現關房門口置有老和尚最喜歡的鉢，於是舉起鉢高聲說：「你若不出關，我就立刻打破你最喜欢的鉢。」老和尚終於慌張得出關，這時禪師哈哈大笑：「你還是心有所執。」老和尚聞言立刻將他最喜歡的鉢打破，打破他心中的執著，繼續專心閉關修行。

這個故事告訴我們要打破心中的執著極其困難，即使是老修行人亦同，況且通常我們不知自心有何執著，卻被我們的執著心要的不得自在，而不自知。

有一年筆者陪同父親前往埔里鄉下探視親戚，親戚帶我們參觀他的農田以及他豐盛肥沃的農作物，父親說：「您祖先能留下這片田地供您耕作真是您的福氣。」這時親戚答以：「這田地我們只是借用，時候到了就換別人了。」多麼開闊富哲理的回答！親戚隨口回答不假思索，可見已深植他的人生觀。這麼饒富意味的回答竟出自一個讀書不多的鄉下人，反之學富五車的都市人卻沈迷在權力慾望的鬥爭中，執著不捨，不得自在。

「借用的！」這句話可用在許多地方：目前的地位、權勢、名氣、財產、汽車、洋房、家人，均可以視為借用的，時候到了就歸別人的，包括自己的身體、健康及生命，不要以為自己可以永久佔有某物。例如時候到了，身體歸土，名氣歸空，洋房歸別人，能抱持這種心態，坦然面對，才能開朗自在，隨遇而安。

「爬得愈高，跌得愈重」，有些人

權勢地位很高，但無法忍受退休後的落寞。有些人因失戀而自殺，無法忍受失去愛情的真相，此皆因心有所執，不能瞭解一切幻起幻滅，執為實有。若能當下放下執著，則當下自在、豁然開朗！

因此當我們內心不得自在，起煩惱時，可捫心自問：「到底我在執著什麼？失去它最壞的狀況是什麼？我非堅持不可嗎？我應執著或應放下以換取自在快樂？」這時可再想想「借用的」這句話，瞭解時勢因緣以打破內心的執著。

當然有時候「擇善固執」是好的，但常人卻常以「擇善固執」作為藉口，作為自己執著煩惱的正當理由。這時可自行思考：「我的擇善固執是對己、對人皆好？對己好、對人不好？對己、對人皆不好？」若對人不好，自己又起煩惱，那何必執著？

總之，處於一個競爭壓力極大的世代，去除內心的執著、煩惱，讓自心常處安祥、自在，應是現代人時時該做的功課。



一念蓮華生命關懷是本會長期以來戮力推廣的重要業務之一。



## 電腦失寫症

陽光



隨著時代的進步，疾病也不斷推陳出新。除了傳統的細菌病毒感染的疾病與精神疾病之外，愈來愈多隨科技而衍生的新興官能性疾病。比如電腦及網路的普及，在台灣已有多起因上電腦網路過久而發生猝死的案例；而在國外，更出現一種名為「電腦失寫症」的怪病，目前已被歐美國家列為專題研究項目。

「電腦失寫症」大多發生在長期以電腦打字為職業者身上。造成這種疾病的主因，是由於長期面對電腦連續打字，一直重複單調的按鍵拼字動作，導致大腦皮層疲勞，並且由於缺少手寫筆跡的書寫感和印痕感，對大腦的語言中樞產生不了刺激作用，以致對文字書寫發生「失寫」現象。症狀則依程度不同，可能寫字潦草難以辨認，或以網路語言或符號代替正常文字，嚴重者甚至會發生對手寫文字失憶的現象，而無法寫字。

專家建議：如果出現「電腦失寫症」症狀時，不必過度驚慌，驚慌反而會加重「失寫」現象。至於防治方法，就是

平常要多注意使用電腦和工作、生活的習慣，包括：有序地安排作息時間，避免過度疲勞；電腦工作者不要長時間坐在電腦前工作，每隔一段時間就應離開座位，讓眼睛與神經系統獲得舒緩；盡量使用多種不同的漢字輸入法；養成定期閱讀和手寫的習慣；對網路語言有理智的接受能力，不要引以為時尚就盲目使用。

科技的創新，是為提供我們更優良的生活品質。因此，在享受科技便利的同時，必須照顧保護好自身的健康，才能有效使用科技，而不要被科技所害，否則就違反了科技發展的美意了。



## 電腦視覺症候群



伴隨著電腦使用的普及化，也有愈來愈多與電腦使用相關的文明病產生。其中最常見的，是「電腦視覺症候群」與「電腦綜合症」。

電腦視覺症候群，是由於眼睛長期注視顯示器，所引發的各種眼部症狀。其一是因為專心注視顯示器的畫面，不自覺地減低眨眼次數，使眼球表面水份快速蒸發，又沒有持續獲得補充，引起眼睛乾澀，長久下來，會造成乾眼症。其二是長時間的短距定點凝視，造成睫狀肌過度疲勞，而引發眼睛酸痛，長期如此，容易導致慢性結膜炎和假性近視。

電腦綜合症，則不一定發生在眼部，還包括身體其他部位、神經系統、及精神方面的症狀。身體方面，除了電腦視覺症候群之外，還有因為使用鍵盤與滑鼠，是手指的短距密集且重複性的工作，長期下來，會發生手部、上肢及肩部的僵化、酸痛、乃至麻痺等現象。又由於使用電腦必須長期保持姿勢，身體姿勢不大會變化，長期工作，會造成頸部、脊椎、乃至全身性的不適。對於神經系統方面，主要是因為輻射與電磁波的長期影響，會造成中樞神經失調。而在精神方面的影響，則是由於使用電

腦的工作，必須長時間高度集中精神與眼力，密集使用手指動作，容易造成各種精神官能症。此外，長期使用電腦的人，由於與人接觸的機會相對減少，應對與溝通的能力明顯降低，容易造

成人際關係不良。

對於一般非以電腦工作為職業的人，建議使用電腦一天不要超過兩個小時。至於以電腦操作為職業的人，則有一些小細節，可以盡量避免或減低發生電腦職業病的機會：

1. 顯示器和鍵盤要置於正前方。如果顯示器和鍵盤沒有同時置於正前方，工作時必須扭曲身體或頸部，長期處於這種姿勢，恐造成脊椎和神經系統的傷害。
2. 顯示器的上緣，不要超過眼睛水平視線以上。如果顯示器放置太高，長期仰頭觀看的結果，會造成頸椎壓迫，引發頸椎僵硬、頭痛等病症。
3. 顯示器距離五十公分至六十五公分（約一個手臂長）。
4. 螢幕的字型比例，設定為較高的值，以免文字太小，看得太吃力。
5. 螢幕的更新頻率，設定在75赫茲，以獲得較佳的穩定性。
6. 注意光線充足，但不要造成螢幕反光。上方的間接光源應比側方間接光源強些。
7. 定時休息，最好能每工作四十五分鐘，就讓眼睛休息十五分鐘，或眺望遠景，並做適度的柔和性舒展運動。

智敏上師基金會 主事務所  
及各分事務所地址、電話

◎台北主事務所：

台北市南京東路五段六十三號十四樓  
(02) 2764-1117  
(02) 2753-2621

◎國內分事務所：

花蓮分舍：花蓮市商校街二六二號七樓  
(03) 833-1098  
台東分舍：台東市正氣北路二五巷三號  
(089) 355-706  
高雄分舍：高雄市博愛一路三九一號十二樓  
(07) 311-2822  
台南分舍：台南市東區林森路一段五八號六樓  
(06) 289-4000  
台中分舍：台中市五權路一之六十七號十三樓  
(04) 237-5093  
埔里分舍：南投縣埔里鎮中心路四十九號  
(049) 299-5721  
新竹分舍：新竹市和平路一四二號十二樓  
(03) 525-3099

◎海外分事務所：

紐約：218 Broad Av. Apt#4B Leonia  
N.J. 07605, U.S.A.  
TEL: 0021 (201) 242-1396  
丹頓：1523 Highland Park Road,  
Denton Tx. 76205 U.S.A.  
TEL: 0021 (940) 243-3110  
休士頓：11754-C Bellaire Blvd,  
Houston Tx. 77072 U.S.A.  
TEL: 0021 (713) 502-7167  
達拉斯：610 Old Campbell Road#104  
Richardson, Texas. 75080 U.S.A.  
TEL: 0021 (972) 462-1027  
馬來西亞沙巴：Lot 19, 1st Floor,  
Grand Industrial Phase 11,  
Jalan Bindusan, Penampang 89380  
Kota Kinabalu, Malaysia  
TEL: 002 (608) 872-9972  
多倫多：Suite 602, 3950 14TH  
Avenue, Markham, Ontario  
Canada, L3R 0A9  
TEL: 0021 (905) 944-9010  
印尼泗水：71, Margore To Indah  
Surabaya Tower Rm No26, 6F  
Indonesia TEL: 002-62-31-5453465  
FAX: 002-62-31-8437234  
洛杉磯分舍籌備中心：17054 E. Colina,  
Apt#216 Hacienda Heights, Ca.  
91745 U.S.A.  
TEL: 0021 (626) 8109661  
手機：0021 (626) 5120452

歡迎加入金剛贈經會  
本會普贈法寶、經書

1. 智敏金剛上師開示錄
2. 華藏世界雜誌
3. 蓮師法要
4. 圓覺宗智敏上師教育基金會簡介
5. 一念蓮華生命關懷教育手冊
6. 修密基本問答
7. 一切如來心祕密全身舍利寶篋印陀羅尼經(燙金)
8. 最圓滿的修行勝緣「助念」
9. 救苦救難絕症不懼的關鍵
10. 往生淨土必成要訣
11. 愛慾的另一端
12. 達摩四行觀合輯
13. 生命希望
14. 防癌養生長壽之祕訣
15. 初機學佛必備基本知見
16. 突破無明
17. 慧明法師開示錄
18. 轉苦為樂光明之路
19. 往生被(普贈亡者)
20. 恆河金剛沙寶盒
21. 地藏菩薩本願經
22. 五福臨門
23. 佛說長壽滅罪護諸童子陀羅尼經
24. 乙亥講演錄
25. 淨土資糧·谷響集合刊
26. 大乘無量經白話解
27. 黃念祖心聲錄
28. 藥師琉璃光如來本願功德經
29. 甚麼是佛法
30. 觀世音菩薩修持方法及證悟過程
31. 了脫生死
32. 夢幻生死
33. 佛說阿彌陀經
34. 現代啟示錄
35. 輕鬆掌握、永恆快樂人生
36. 發現生命的真、善、美 (兒童叢書)
37. 找尋回家的路 (兒童叢書)
38. 真心看生死，歡喜對來生
39. 福氣啦！開啓幸福美滿人生的小故事
40. 孝順的人最有福氣

地址：台灣台北市南京東路  
五段六十三號十四樓  
電話：(011) 2753-2621  
(011) 2764-1117