



圓覺通訊

中華民國 108 年 7 月出版 第112期



國內
郵資已付

台北郵局許可證
台北字第5298號

發行所：圓覺宗智敏·慧華金剛上師教育基金會

發行人：陳聲漢

地址：10571臺北市南京東路五段63號13樓之一

電話：(02)2753-2621 傳真：(02)2765-3313

E-mail：hwatsang@gmail.com

全球助念網：www.e-lotus.org

諾那·華藏精舍專屬網站：http://nona.fjnet.com/

諾那·華藏精舍／劃撥帳號 50348507

智敏·慧華金剛上師教育基金會／劃撥帳號 18968189 無法投遞請退回

Facebook／財團法人圓覺宗智敏慧華金剛上師教育基金會

※ 如不欲收到本通訊或欲改收電子版通訊，敬請來電02-2753-2621或e-mail告知，謝謝！

中華郵政臺北雜字第1635號執照登記為雜誌交寄

感恩的心·廣植福田

思維各種喻義而修無常（九）

《摩訶僧祇律》云：「若法真實無常磨滅者，當知是樂、苦雖生，速滅不住。若不觀此真實義者，是為凡夫無實智慧隨順世法。」對於世間法，若能諦觀其本質，便會發現它們都是無常、磨滅的現象。例如苦、樂雖然生起，卻轉眼成空，無法挽留。若不能洞察此一真理，就是沒有真實智慧且隨世間法而轉的凡夫。因此，人生的苦與樂也是無常的。

禍福無常，憂喜難定。在我們身邊，經常可以看到：有些人前半生富足康樂，後半生窮愁淒苦；有些人上半生痛不堪忍，下半生百福駢臻。歷史上，甚至有些人上半輩子行乞於路，下半輩子卻變成一國之君。《諸法集要經》云：「眾生由業故，受報而無定，如擲沙空中，隨風而飄墮。彼聚散因緣，苦樂亦復爾，皆由業所牽，於罪不應造。」大至全世界，小至個人，苦樂的現象無不隨著共業、別業而變，並非恆久。例如：工業革命後，社會生產力提高，改善了人們的物質生活；然而，也造成了環境破壞、貧富差距擴大等負面效應。歷朝歷代，有主賢臣良，國泰民安，政通人和；也有君庸臣佞，內憂外患，政荒民弊。一國之治亂興亡，往往數十年至百餘年即可看出；期間，百姓的苦樂哀愁不斷衍變，也是顯而易見的。家庭也是這樣，短期內就能察覺其榮枯休咎。原本家道殷實，人俱安康，和樂融融；忽逢變故，一下子妻離子散，生計蕭然，乃至家破人亡。也有薄祿寒門，粗衣惡食，仰給於人；不久之後，逐漸時來運轉，一掃往昔陰霾，乃至悉享富壽康寧。就個人來說，苦樂的感受也是時好時壞，起伏不定。每個人從小到大，無論是身心的強健孱弱、事業的成功失敗、眷屬親友的愛恨情仇，抑或是財富資產的多寡盈虧、名譽地位的高低貴賤等等，面對大起大落的不在少數，小起小落的更是不計其數——這無一不牽動著人們的情緒。古人說：「樂莫樂兮新相知，悲莫悲兮生別離。」去年在宜蘭發生的普悠瑪列車出軌事故裡，有十一人是在參加喜宴後遇難；更有一家族，親友十七人在參加婚禮後遭此橫禍，罹難者高達八人。一夕之間，大喜大慟，就如當年密勒日巴尊者的伯父，上午為迎娶兒媳而在婚宴上把酒言歡，下午眾人就因樑倒屋塌而哀號慘死一般，令

人難以想像！古人說：「禍兮福所倚，福兮禍所伏。」禍福相因，吉凶同域；否極泰來，樂極生悲。人生的苦樂瞬息萬變，只是隨虛妄分別的因緣現起的假象，既無永恆的痛苦，也無永恆的快樂。

眾生於五蘊等法中，強立主宰，妄執為「我」。我所愛則取，故樂；我所惡則捨，故苦。從苦、樂之兩極而不斷分別、追求、守護，妄逐客塵，落入煩惱，乃至將一生心力消耗於此，實乃愚痴！《坐禪三昧經》云：「諸欲初軟樂，後皆成大苦；亦如怨初善，滅族禍在後。」世間種種欲望，起初看似能帶來許多快樂，最後都成大苦，就如怨敵一開始似乎和自己十分要好，最後卻滅了自己全族一樣。《龍樹菩薩為禪陀迦王說法要偈》云：「夫造眾惡不即報，非如刀劍交傷割；臨終罪相始俱現，後入地獄嬰諸苦。」如果造了許多罪業，雖然不像被刀劍所斬傷一般，果報立刻現前，但業力往往在臨終時成熟，過去的罪相就會在眼前一齊顯現，隨後墮入地獄被種種痛苦繫縛。因此，若鼠目寸光、急於求成，以造罪而累積受用，雖然暫時能獲得一些浮光掠影的快樂，最終仍將導致永無止盡的痛苦——因果的規律絲毫不會錯亂。就如《雜寶藏經·優陀羨王緣》中所行非法、惡逆無道的王軍王，雖其昔日福報現前，使盧留城最初七日天降香華、珍寶、衣服雨，臣民無不歡喜享受；然隨後不久，惡業成熟，天降大量土雨，全城王臣百姓瞬間葬身於堆積如山的塵土之中。如《諸經要集》云：「當知於苦修福，其福最大；於福作罪，其罪不輕。是以從苦入樂，未足樂中之樂；從樂入苦，方知苦中之苦。」省庵大師《勸發菩提心文》云：「若以修行為苦，則不知懈怠尤苦。修行則勤勞暫時，安樂永劫；懈怠則偷安一世，受苦多生。」若能深謀遠慮，為法獻身，難行能行，難忍能忍，縱然一時歷經波折、備嘗艱苦，但終究會苦盡甘來，獲得無上勝妙的永恆安樂，就像過去出世的諸佛、歷代傳承祖師與先賢密勒日巴尊者一樣。

《大般涅槃經》云：「一切屬他，則名為苦；一切由己，自在安樂。」未來的生命是成為安享清淨妙樂的四聖，或浪跡生



成就功德海

死輪迴的六凡，其選擇權就掌握在自己手中。上師開示：「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。」因此，對世間生滅無常的苦樂，當「不以物喜，不以己悲」，遠離得失的纏縛，並將現世安樂視如涕唾，徹底揚棄。如《諸法集要經》云：「於苦不疲厭，於樂不生愛；於二無所著，能趣菩提道。」故應以諸佛先聖為典範，轉苦樂為道用，咬緊牙關，毅然決然為修學正法而努力。

屏東滿州傳承上師舍利塔遶塔法會

每年農曆七月初十蓮師聖誕將至之際，精舍皆舉辦屏東滿州上師傳承舍利塔遶塔法會，以此紀念蓮師與歷代傳承祖師傳授無上密法之恩澤。今年謹訂於8月4日（週日）舉行共修法會，並安排二天的身心放鬆行程，歡迎師兄及十方大德踴躍參加，前往遶塔頂禮，同霑法益！

蓮花生大士當年離開藏地前，曾為大眾略說修持心要，云：「世間貪著，一刀兩斷；八十八使，當體解脫；五毒現前，妙用自如。敬師、重法、實修者得之。」恩師亦開示：「釋迦牟尼佛四十九年的說法，顯密無所不說，唯將圖覺心法、無上智慧咐囑文殊師利菩薩；再傳蓮華生大士，故蓮師為心法直傳第三代祖師，也為將心法由印度傳入西藏，為西藏密法的開山祖師。」感念蓮師及祖師傳法恩德，願參加者皆蒙加持攝受，菩提增上！

【8/4遶塔共修流程表】

時間	內容
09:30前	師兄、大德自由供燈花及遶塔
09:30~10:30	1. 對傳承上師舍利塔恭誦〈圓覺宗心要偈〉 2. 對傳承上師舍利塔恭誦〈上師舍利塔祈請文〉 3. 對傳承上師舍利塔獻燈花 4. 恭看上師開示影片
10:30~10:40	董事長致辭
10:40~11:30	恭誦《一切如來心秘密全身舍利寶篋印陀羅尼經》及咒七遍
11:30~12:00	1. 遶塔活動（*以持誦「六字大明咒」為主，師兄可默持本尊咒） 2. 午齋、大合照、賦歸

【參加對象】本門師兄及十方大德。

【報名事宜】

- 南部師兄及大德請向高雄分舍常住師兄報名：07-3112822。
- 臺中以北的師兄、大德請向臺北總舍報名：02-27532621#12 王金玲師兄。
- 臺北報名費用為每人\$3,300元，65歲以上長輩\$2,500（含高鐵來回車票、食宿、保險，行程如下表。以上為4人房價格，如需2人房每位加300元，如需3人房每位加150元）。
- 若師兄、大德自購高鐵來回票，則每位報名費用\$1000元（含食宿、保險）。
- 活動報名限額40人。敬請於6/30（日）前完成報名並繳費。
- 8/3早上07:11自臺北搭乘高鐵前往臺南，參觀奇美博物館，中午於臺南分舍午餐並進行交流分享。下午前往高雄，遊覽澄清湖中興塔（仿南京玄武湖諾那塔所建），傍晚入住德立莊博愛館並晚餐。晚間於高雄分舍中陰共修。8/4早上前往屏東滿州遶塔，中午返回高雄，下午參觀屏東徐榮銘師兄有機諾麗果園，傍晚18:35搭乘高鐵返回臺北，晚餐自理。

大陸廬山·五臺山·峨眉山朝聖行

五臺山居中國四大佛教名山之首，為本門心印傳承第二代祖師文殊師利菩薩應化之聖地，亦是中國唯一漢藏佛教交相輝映的道場，2009年被正式列入《世界遺產名錄》。1924年，諾那祖師初抵漢地，應貝雅達賴祖師懸記，不久即往五臺山朝禮金剛窟。遵智敏·慧華恩師所囑，2010年傳承上師舍利塔於五臺山上歷史最早的藏傳佛教寺院——壽寧寺興建開光，塔中如法裝藏傳承祖師舍利聖物。今逢落成第九年，歡迎金剛師兄及十方大德踴躍參加年度五臺山朝聖之行，共10天的行程（今年也將前往四大名山之一的峨眉山——普賢菩薩道場），緬懷傳承祖師恩德，廣行普賢大願，集聚福慧資糧。

時間	地點	內容	食宿
8/9 (去程)	桃園 ↓ 南昌	1. 航班：11:45~14:00 東方航空 MU-2048 2. 廬山諾那塔院共修	宿：廬山度母殿 午餐：機上 晚餐：廬山
8/10	廬山 塔院	1. 上午：農曆七月初十，蓮師普供共修 2. 下午：廬山塔院巡禮	宿：廬山度母殿 餐：廬山
8/11	南昌 ↓ 成都	1. 上午6:00普供共修，9:00下山 2. 14:30~16:55 深圳航空 ZH9772 3. 樂山市晚餐，上峨眉山	宿：峨眉山靈秀溫泉飯店（或同級飯店）
8/12	峨眉山	1. 乘坐景區旅遊車及纜車上峨嵋金頂 2. 全天於諸寺院參拜普賢菩薩（萬年寺、報國寺、洗象池） 3. 傍晚赴樂山	宿：樂山市名流酒店或太和賓館
8/13	峨眉山	1. 參拜樂山大佛 2. 下午於諸寺院參拜普賢菩薩，遊覽景點 3. 下午返回成都，遊覽寬窄街	宿：成都青桐城市酒店（或同級酒店）
8/14	成都	參拜成都市全國重點佛教寺院——文殊院、昭覺寺。	宿：成都青桐城市酒店（或同級酒店）
8/15	成都 ↓ 太原	上午：搭乘高鐵，07:55~15:59赴太原 下午：上五臺山	宿：五臺山勝家酒店（或同級酒店）
8/16	五臺山	上午：朝禮供養壽寧寺上師傳承舍利塔 下午：竹林寺、金剛窟	午餐：壽寧寺 宿：五臺山勝家酒店（或同級酒店）
8/17	五臺山	上午：黛羅頂（小朝臺）、塔院寺（大白塔）、清涼石寺 下午：返回太原	宿：太原維也納酒店
8/18 (回程)	太原 ↓ 桃園	班機：08:30~11:25 東方航空MU5011 返回溫暖的家	

【參加對象】師兄及大德皆可

【參訪旅費】新臺幣肆萬參仟貳佰元整(NTD43,200)，含桃園來回機票、內陸機票、當地食宿交通以及參訪門票。

【報名方式】請洽總舍執事宜容師兄（電話：02-27532621#11，line·ID:evaayang）

【匯款帳號】

帳號：0026-968-132887 戶名：丁志勇陳聲漢

銀行：808 玉山銀行·南京東路分行

【報名截止】2019年7月10日（因航空機位有限，敬請盡早報名）

【護照簽證】

●護照新辦理所須資料（手續費\$1600）：

- 舊護照正本
- 身分證正本
- 近半年內二吋白底大頭照片二張
- 申請表格
- 工作天約八天

●台胞證新辦理所須資料（手續費\$1700）：

- 護照正本
- 身分證正反面影本（影本上勿寫任何字體）
- 二吋相片一張
- 工作天約八天



7月法會一覽

※限於篇幅，本通訊僅提供法會日期及名稱，詳細法會時間，敬請電洽各主辦道場。

限本宗師兄	臺北	新竹	埔里	臺南	高雄	臺東	花蓮	彌陀村	桃園
蓮師薈供	7/12	7/12	7/12	7/12	7/12	7/12	7/12	7/12 每日06:30	7/12
誦戒及度母薈供	7/28	7/28	7/21	7/28	7/28	7/27	7/28	7/27	7/27
護法共修	7/1, 31	7/1, 31	7/1, 31	7/1, 31	7/1, 31	7/1, 31	7/1, 31	7/1, 11, 21, 31	7/1, 31
消災祈福共修	7/21	7/21				7/18			
精進閉關	7/13	7/14		7/21			7/14		
埔里祖師殿閉關	7/20~21 高雄分舍〔7/19(五)傍晚入關，7/21(日)傍晚出關〕								

各次第法要共修

大白傘蓋佛母念誦法：7/2(新竹)
 皈依儀軌：7/3(花蓮)
 金剛心菩薩念誦法：7/2(新竹)，7/10(花蓮)，7/12(高雄)
 誦〈發菩提心義訣〉、《普賢行願品》與禮拜三十五佛：7/5(臺南)
 密乘放生儀軌：7/5(臺東)
 菩薩懺罪文：7/7(埔里)
 佛頂光明大白傘蓋楞嚴總持修持法：7/7(埔里)
 救災難度母修持法：7/21(臺北)
 觀世音菩薩修持法：7/16(新竹，臺中)，7/21(高雄，花蓮)，7/28(臺東)
 乘蓮花往生法：7/16(新竹，臺中)

圓覺彌陀村八月法會共修預告

◎8/1(四)~8/29(四)

農曆七月(孝親月)全月恭誦《地藏菩薩本願經》，共修「觀音菩薩燒施法」(可隨喜護持)，歡迎參加。

◎8/7(三)北斗七星消災延壽法會

為陽上者具名點燈，恭誦《佛說天中北斗古佛消災延壽妙經》，共修「觀音菩薩燒施法」，歡迎報名參加。

◎8/11(日)中元節孝親誦經法會

為亡者具名點燈，恭誦《一切如來心秘密全身舍利寶篋印陀羅尼經》及咒、《佛說阿彌陀經》、《地藏菩薩本願經》，共修「觀音菩薩燒施法」，歡迎報名參加。

報名電話：049-2911268

劃撥帳號：22793219 戶名：圓覺彌陀村

十方大德皆可參加	臺北	新竹	埔里	臺南	高雄	臺東	臺中	嘉義	花蓮	●埔里彌陀村
中陰助念共修	7/7, 14 7/20, 27	7/6, 13 7/20, 27	每週六	7/6 7/20	7/5, 13 7/19, 26	7/6 7/20	7/16	每週三 第二週日		誦《寶篋印經》 每日 09:30
寶篋印經咒共修	7/14	7/28	每週五	7/28	7/26	7/28		第四週日	7/28	●新竹分舍 上師「一心三觀」開示研讀 7/21 13:30
金山骨灰堂共修	7/13									●桃園助念團 中陰共修 7/14, 27 14:00
消災祈福共修		7/28			7/14				7/7	誦《寶篋印經》 7/25 19:00
榮家念佛共修		7/2 每週二(新竹) 每週六(竹東)	每週四	7/11, 25(臺南) 7/11, 25(佳里) 7/12, 26(白河)	7/2(岡山) 7/30(屏東)				7/16	●高雄分舍 彌陀四十八願研讀 7/7 09:30
誦經共修	7/28	7/30	7/14, 28	7/13	7/21				7/14, 31	

●網路助念室(room.e-lotus.org)：每日18:00~20:00

●《一切如來心秘密全身舍利寶篋印陀羅尼經》網路誦經室(room.e-lotus.org)：每日06:30、09:30及20:00

●《一切如來心秘密全身舍利寶篋印陀羅尼經》：每周六、日19:40(高雄博愛滿願四面佛殿)

★各道場或助念團連絡電話

臺北總舍 (02)2753-2621 新竹分舍 (03)525-3099
 臺中分舍 (04)2375-0930 埔里分舍 (049)299-5721
 臺南分舍 (06)289-4000 高雄分舍 (07)311-2822
 臺東分舍 (089)355-706 花蓮分舍 (03)833-1098
 彌陀村 (049)291-1268
 桃園助念團 0921-628-973 玉里助念團 (038)980-369
 苗栗助念團 0925-955722 大臺中地區 0933-195242
 雲林助念團 0927-238243 嘉義助念團 0939-008135
 屏東助念團 (08)732-7273 宜蘭助念團 0935-536938

108年4月份

「一念蓮華」臨終關懷助念統計

臨終助念661人、臨終關懷17人、中陰共修85人

全臺十五處助念團出動2460人次，

共計為763位往生者圓滿臨終關懷及助念。

108年4月累計為3160位往生者圓滿助念關懷



生命停、看、聽

莫忘初心，堅定聞思修

作者：江霖佛

一心頂禮具恩根本 智敏·慧華金剛上師三寶三根本！

幾天前在網路上看到了《環球人物》雜誌專訪一位堪布的內容，有一段讓我感受最為深刻，內心湧起一股暖流，茲引述如下：「佛法講聞、思、修並舉。『聞』是聞法，聽老師講解佛法；『思』是思維，把道理搞清楚；聞思的目的是為了『修』，把佛法應用到自己身上來。這一點，現代人尤其要注意。大家很容易把佛法當成純粹的知識來對待，學習佛法就是在積累知識——看一個人學佛學得好不好，就看他懂多少佛法知識，能不能講得好。但我們不要忘了，佛法最重要的是它的實踐性，學習佛法是為了用它來解決自己的問題。道理懂了只是第一步，更關鍵也更難的是實踐。何況佛法中很多道理關乎見地，修證未到，你以為你懂了，其實沒懂，不過是人云亦云而已。總有人跟我訴苦說，學了這麼久佛法，可事到臨頭還是使不上力。我能說什麼呢？你的佛法只停留在紙面上和嘴巴上，你花了多少工夫去實修實證呢？一天二十四小時，你有多少時間在思維佛法？日常遇事，有幾件是用佛法的道理來應對的？如果沒有，你怎能期望自己在關鍵時候有力量去運用佛法？修行，就是去養成習慣，把佛法變成自己的生活方式、思維和行為方式。」

大多數人或許白天工作很忙，晚上回到家還須做家事、照顧孩子。當這些事情結束後，也精疲力盡，差不多該睡了；別說上座修法，甚至根本沒有時間聞思。其實，這也是我身邊有接觸佛法或正在學佛道路上的朋友，經常掛在嘴邊的說詞。當然，我並沒有一天二十四小時觀察別人的生活，但有時他們這樣和我聊起，我都會想：「真的是這樣嗎？」也許現代因為時空背景不同了，許多學佛修行的方式在一些大德的開許下，有了較為方便的辦法；然而，也有部分的人可能誤解了「方便」的意義，以為能夠「等到我得空再來修行」。如果覺得先搞定世間的俗務，未來就會有空修行，那麼可能要大失所望了！因為世上的俗務永遠不會有結束的一天，是忙也忙不完的。想想：從能夠獨立自主，開始養活自己，直到目前為止，在俗務上的忙碌都沒停止過，對吧？那麼，這些所謂「必須要的忙碌」，為自己帶來了什麼呢？真的需要這麼多嗎？

歷代確實有成就者是以閉關剋期取證，但並非一定要找個山洞密室，把自己關起來才算是修行。如前所述，時空背景不同，眾生根基也不同，總不能說六祖惠能大師不識一字而能成就，就把自己也相提並論，而用來逃避聞思。結果，學佛非但沒有為自己帶來快樂，反而變成一種恐懼。

慧華師父開示：「那我講這句話，是不是能利益眾生？如果不是，何不省省口舌，持咒好嘛！如果說我做一件事情，是不是能利益眾生的？不是，我又何必去做。倘使我舉步、我要走，才一舉步，就要想：『我舉步做什麼？是

不是能利益有情？』時時這樣，慢慢地訓練了自己——一切的言語、思想、行動，莫不都是在利益眾生，或者是在自修。所以我們每一個人短短幾十年的生命，轉瞬就過去了；要很、非常謹慎地掌握住自己的每一分鐘，好好地利用它。利用它，不是『自修自度』，就是『度他』——就是這兩個大目標。」看到師父這一段開示，我心中總是不斷在想：「一開始我決定要皈依學佛的發心是什麼？」

智敏師父也在一次法會中提到：「那些說自己沒時間修行的，把每天的行程列出來，我來幫你看看！」聽到兩位師父關於「把握時間修行」的開示時，有將近一個月的時間，我陷入了思考，幾乎沒有外出。有時我很努力地認為應該有一個標準答案或某一種特定的想法，有時我只是單純地在腦海裡重複師父的開示；我把每日的生活行程列了出來，看看自己都在做些什麼。那段時間，恰好我處於待業狀態，每當我思緒打結或想休息，大多就以持咒為主。我開始往經論裡尋找「靈感」，也就翻閱了幾本關於佛法的書；幾天過了，我逐漸接受這樣的生活方式。當我再次觀察自己內心的感受時，發現並沒有覺得生活缺少了什麼，或者有什麼難以控制的情緒必須透過索求外在來填補、消弭。我發現自己能安心於這樣的生活，也嘗試讓自己在這個狀態中保持得久一點，故而減少許多雜務，讓自己記得時時持咒，盡量不虛度任何一刻。

幾個月後，我開始習慣這樣的生活。但為了維持生計，仍須重返職場，所以我也重新排定了每天的行程。扣除上班、睡眠及用餐時段，我應該還是可以保有聞思、持咒的時間吧！恢復工作之初，聞思的時間變少了，因為覺得無常「隨侍在側」，的確讓我憂慮了一下。師父開示言猶在耳，我想：如果自己的一切言行都是為眾生，那麼無論何時何地都是可以修持的，修持並不會因時空受到侷限而有所停滯。我也好奇：修持停滯的原因可能會是什麼？是還沒找到方法取得平衡？抑或是藉口？我們每天花多少時間在佛法上聞思修呢？應該好好思考這個問題，再來想為什麼似乎沒有辦法感受到上師三寶的加持。

當然，有人每天花在聞思修的時間不少，卻也沒有感受到上師三寶的加持。此時，也許可以捫心自問：「我學佛是要做什麼？」「我發心學佛，是為自己成佛，還是為眾生？如果是為眾生，我為眾生做了些什麼？我還能為眾生多做一點什麼？」當別人問自己這些問題的時候，如果發覺自己有能力卻沒做，也許就會感到慚愧。因此，這些問題可以反反覆覆、仔仔細細地問自己，一層一層追問下去。或許很快就會把自己問倒，但此時定會發現自己在佛法的聞思修上有了更明確的目標與方向，因而能更堅定學佛的信念，結束以往渾渾噩噩、過一天算一天的日子，最終成為一位稱職的佛陀追隨者。