

【目 錄】

金剛般若波羅蜜經講記	01
天台宗十乘觀法	15
從印度佛教說起	20
佛教的生死觀	33
與老和尚參訪記	47
水岩寺落成開光大典記實	50
智海長老答佛衛電視台有關戒律問題	66
2010 智海上人弘法略記	81
冬季養生小 tips	92

發行部 : 佛山寺般若講堂弘法團
編輯部 : 釋聖慧、釋聖雨、釋弘傳
地址 : 佛山寺般若講堂
Buddhist Wisdom Lecture Hall
1339-38th Ave. San Francisco, CA.94122
電話 : (415) 731-4141
網址 : www.bwlh.org
E-mail : bwlh@sbcglobal.net

贈送處 : 水岩寺
地址 : 中國河北省秦皇島市昌黎縣
昌黎鎮杏樹園村九 0 0 號
Hopei, People's Republic of China
電話 : 0335-2866511

贈送處 : 台灣甘露寺
地址 : 新北市三峽區溪東路三一五巷六十九號
電話 : (02) 8676-3886

金剛般若波羅蜜經講記



智海上人主講

弟子聖慧記錄

不受不貪分第二十八

須菩提。若菩薩以滿恒河沙等世界七寶。持用布施。若復有人。知一切法無我。得成於忍。此菩薩勝前菩薩所得功德。何以故。須菩提。以諸菩薩不受福德故。須菩提白佛言。世尊。云何菩薩不受福德。須菩提。菩薩所作福德。不應貪著，是故說不受福德。

須菩提！假若有菩薩發心，用充滿恆河沙等世界那麼多的七寶，用來布施做功德；設若又有另一位菩薩，知道一切法無我，一切法包括世間法、出世間法。一切法無我，在人上人無我、在法上法無

我，這都是因緣生無自性，所以無我。一切法本來是無我，可是凡夫人知不知道呢？知道是要有智慧才成。現在說另有一位菩薩，以智慧能知道一切法無我的道理，得成於忍，是用佛法薰習久了，才成就忍。這個忍字不是指忍耐的忍，也不是對瞋恨而忍，這個忍是智慧的意思，他用智慧來觀察，知一切法真正無我，知一切法無生無滅，証到了無生法忍。比如我們相信並了解，這個是信忍，是相信忍可。信忍之後，隨順佛說的法，稱著空性去修，不去執著，心裡柔順，不粗燥，這是順忍，是柔順的忍。再進一步修，要通達一切諸法無生滅性，沒有生亦沒有滅，那時候叫無生法忍，要到八地菩薩才能得到無生法忍。現在說「知一切法無我」，要經過很大的功夫去修，才能得成於忍，這個忍是指無生法忍說的，那時候是八地菩薩神通廣大了。

這位得成於忍的菩薩，勝過前面那位以七寶布

施的菩薩所得的功德。何以故？須菩提！以諸菩薩不受福德故，這位知一切法無我的菩薩，成就無生法忍，因為他不受福德的緣故，即不貪受福德。須菩提白佛言，世尊！為什麼這位菩薩不貪受他所修的福德呢？佛對須菩提說，因為菩薩所作的福德，不應貪著福德，菩薩不受並不是不做，還再修行，在福上不享福而還再修福，因此之故說他不受福德。不受福德，不是完全著於空，什麼都不做，而因為菩薩有大慈悲心，還是行菩薩道，教化眾生。

威儀寂靜分第二十九

須菩提·若有人言·如來若來·若去·若坐·若臥·是人不解我所說義·何以故·如來者·無所從來·亦無所去·故名如來·

須菩提！假若有人說：如來有來有去、有坐有臥，即是如來日常生活的行動，外相的威儀。這個人不了解我所說的意義，為什麼呢？前面有說，如

來者即諸法如義，看到的是如來外表的行相，若來若去、若坐若臥，那不是見到真正如來。何以故呢？所謂如來者，是無所從來亦無所去的，是說法身如來的真如本體，那還有來有去嗎？當然是無所從來，亦無所去的，這才是法身如來。

一合相理分第三十

須菩提·若善男子善女人·以三千大千世界碎為微塵·於意云何·是微塵眾·寧為多不·須菩提言·甚多·世尊·何以故·若是微塵眾實有者·佛則不說是微塵眾·所以者何·佛說微塵眾·即非微塵眾·是名微塵眾·世尊·如來所說三千大千世界·即非世界·是名世界·何以故·若世界實有者·則是一合相·如來說一合相·即非一合相·是名一合相·須菩提·一合相者·則是不可說·但凡夫之人貪著其事·

須菩提！假若有善男子或善女人，這個人不是普通人，能把三千大千世界磨碎成為微塵，在你的意思以為如何呢？這微塵眾算是多不多呢？須菩提便答言：按事實來講是非常的多，世尊！為什麼我這樣說呢？若是這些微塵眾有實體的話，如來則不說這是微塵眾，因為那些微塵眾，都是眾緣和合而成的假相，沒有實在之相，都是緣生相生，緣滅相滅，沒有實在的自體。所以者何呢？佛說微塵眾，即非微塵眾，大的微塵是由小微塵合起來的，小微塵是從大微塵散開的，所以佛說微塵眾，那是隨順世間人而說的，其實按著真理來講，那非是微塵眾，而假名稱之為微塵眾。

須菩提尊者說，世尊呀！如來所說三千大千世界，即非世界，是名世界。前面講小的說微塵，現在又講大的就說世界，道理都是一樣。三千大千世界，三千是小千中千大千，合起來叫三千，變成一

個大千世界。那世界是由微塵合起來成的，所以說即非世界，因為沒有世界的自性。而是眾多微塵的因緣和合而成，合起來叫做一個大千世界，所以是假名稱為世界的。何以故呢？若世界實實在在有實體的話，則是眾多微塵因緣和合變成一個世界，叫做一合相。如來雖說世界是一合相，即非一合相之實體，這都是散了聚、聚了散，沒有真實的一合相是永不變的，所以說即非一合相，而是就緣起假名和合名為一合相的。

須菩提！一合相者，則是不可說，佛的意思說，一合相是眾多微塵所成，所以是不可說，因為是緣起性空，世界有成住壞空，到最後都是空的，不可以說世界是實在有自體性的。但凡夫之人妄想、忘見，以虛妄執著而認為是實有一合相的世界，所以說凡夫之人貪著其事。

知見不生分第三十一

須菩提·若人言·佛說我見人見眾生見壽者見·
須菩提·於意云何·是人解我所說義不·不也·
世尊·是不解如來所說義·何以故·世尊說我
見人見眾生見壽者見·即非我見人見眾生見壽者
見·是名我見人見眾生見壽者見·須菩提·發阿
耨多羅三藐三菩提心者·於一切法·應如是知·
如是見·如是信解·不生法相·須菩提·所言法
相者·如來說即非法相·是名法相·

前面說世界和微塵等道理，是在相上說不要執著，即是破相的執著；現在又說在知見上不要執著，即是破見的執著。佛叫一聲須菩提！假設有人說，佛說我見人見眾生見壽者見，說此四種見。前面講過我相人相眾生相壽者相，現在我相變成我見，見和相有何不同呢？因為在見的時候還沒有成相，是先有我見而後才有我相，相是所見的法，見

是能見的心。

須菩提，在你的意思以為云何呢？剛才這個人了不了解我所說的道理呢？須菩提答，不也！世尊呀！此人了解佛您所說的道理。何以故呢？因為佛平常說，我見、人見、眾生見、壽者見，佛知道眾生的那些見都是生死根本；佛說的即非我見、人見、眾生見、壽者見，是給我們知道，在我上本來沒有我，在我見上也沒有我見，所以說即非我見人見眾生見壽者見。就如夢中人，夢醒便沒有了，是令眾生，生起無我的悟解，才方便假名說我見、人見、眾生見、壽者見。

須菩提！發阿耨多羅三藐三菩提心者，是說發無上菩提心的人，在一切色心等法上，應當這樣知、這樣見、這樣信解，在內心上不要生起法相的想法。意思是說如果真正發無上菩提心的人，對於一切法，不能生起實有法相的執著，要離相才對。

對於這種道理，應當如是知，所謂知就是要有定的功夫，才可以知；應如是見，就是要有觀慧的功夫，才能見到這個道理；應如是信解，就是要有定慧均等的功夫，才能相信了解，才能在一一切法上不生法相，在一一切相上離相，這才是無分別正智現前，是真正的智慧了。

須菩提！你要知道，所言法相者，為何我說在相上要離相，不要有法相的執著呢？如來說那些法相即非法相，是名法相。因為一切法相，皆無自性可得。不過隨順世俗說的，假名法相而已，所以說是名法相。

應化非真分第三十二

須菩提·若有人以滿無量阿僧祇世界七寶·持用布施·若有善男子善女人·發菩提心者·持於此經·乃至四句偈等·受持讀誦·為人演說·其福勝彼·云何為人演說·不取於相·如如不動·何以故·

一切有為法 如夢幻泡影
如露亦如電 應作如是觀

佛說是經已·長老須菩提·及諸比丘·比丘尼·優婆塞·優婆夷·一切世間天人阿修羅·聞佛所說·皆大歡喜·信受奉行·

須菩提！若有人以滿無量阿僧祇世界七寶，阿僧祇譯為無殃數，即以盛滿了無量的那麼多阿僧祇世界的七寶，若有人持用來布施。假設另有善男子或善女人，發菩提心者，即發心成佛的人，發上求佛道，下化眾生，自覺覺他的心。他能受持這部金剛經，縱然未能受持全部，最少乃至四句偈等，他能受持和讀誦，又能為人演說其中般若的道理，這個人的福報，就勝過前面用那麼多七寶布施的人，因為七寶布施屬於財施，財施是有相的，受持演說般若法門是無相的。因為他能受持讀誦，演說自利利他，能成出世成佛的因，故勝過世間財施了。

但是要「云何為人演說，不取於相，如如不動」。這兩句很重要，意思是說要云何為人演說呢？就是要不取著於相，要達到如如不動，這可就不容易了。知一切法當體沒有自性，故不取於相，我相人相都不取著，凡所有相，皆不取著。這要有觀照般若，用觀照般若智慧去觀，觀一切法沒有自性，不但沒有法相，亦沒有非法相，觀到有了效果，空慧便有了進步，才能不取於相，才能如如不動，即是從不取相達到如如不動。換句話說，從觀照般若達到實相般若，就是智如理如，理智一如，這才達到如如不動，這時去為人演說。為人演說是用文字般若，那說的是什麼呢？是叫我們生起觀照般若去觀實相般若，要從觀照般若達到實相般若，即是從不取於相達到如如不動了。

何以故呢？以下有四句偈：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」，這一共

有六個譬喻：是形容世間一切有為法，都是如同夢、幻、泡、影、露、電，這是緣聚則生，緣散則滅，知道生滅無常，不生貪著，不再造罪，就不會受苦了。六個譬喻中，「夢」最容易相信也容易去觀，人也常說，人生如一場夢。「幻」是說人生如同幻化，那有真的呢？「泡」是下雨起的水泡，風一吹水泡便滅了。「影」是在太陽下的影子，也是假的。「露」是早上草尖頂的露水，太陽出來不久便沒了。「電」如閃電或電光，很快一閃便過去了。這六個譬喻中夢、幻、影三個譬喻是比喻一切法無我；泡、露、電三個譬喻，是告訴我們世間一切是無常。這六個譬喻是告訴我們人生要修無常和無我觀，時時觀察世間一切有為法，都是幻化不實，勿貪勿爭，觀久了便能不取於相，不取著功夫深了，便能如如不動了，所以經說應當作如是觀。

「佛說是經已，長老須菩提 信受奉行」，

佛說完了這部金剛經，當時長老須菩提和法會大眾，諸比丘、比丘尼，即出家男女二眾；優婆塞、優婆夷，是在家男女二眾，翻譯為近事男和近事女，即親近事奉護持三寶的男女二眾。一切世間，天上人、人間人，阿修羅，阿修羅是有天福沒天德。佛教講六道輪迴，有三惡道，就是地獄、餓鬼、畜生；三善道就是天、人、和阿修羅。有的地方講五趣，把阿修羅就散在其他的趣裡邊了。所謂阿修羅有福無德，如人前生修了福，今生以福報的勢力壓人，這就是有福無德。我舉一個實例，在1948年時在我蘇州的時候，那裡靠近太湖有一條村，叫善人橋，住在那個村裡有一位范老居士對我說，他說他們善人橋村有一家人養了個母豬，有一次生了一隻黑小豬，但在小豬的背上長著白毛是曹操二個字，當時全村人都看了吃驚，聽說不能殺牠，便放生了。從此可知，當時曹操福報大，但因

他殺人多造了很多罪，所以至今還在轉豬，佛說一失人身，萬劫難復，這真可怕！佛說完這部金剛經，長老須菩提及四眾弟子和天龍八部，也聽聞佛所說的很多般若道理，當時法會大眾，都皆大歡喜，信受奉行，對佛說的般若道理，都能深信不疑，並領受經中義趣，而遵奉佛法去如實修行。



天台宗十乘觀法 (繼續)

智海上人主講

弟子聖雨記錄

我們不是講，修「十乘觀法」，叫「觀」嗎？

「觀」在天台宗圓教裡，是一心三觀空、假、中。

那十如是裡頭有沒有空、假、中呢？非常的有！清楚的很！比如說：「如是相」，這屬於空、假、中的那一個呢？如果你修「假」觀，「如是相」那個相就是相狀，從第一到第九按照假相都標出來，給我們知道，各有它的各詞，各有各的相狀，那都是假的，這叫如是相。那「空」呢？空是什麼？這個天台智者大師的智慧了不起！他把「如是相」三個字，其它九個如是統統一樣的道理，他分三個層次變化來讀。比如說：「如是相」倒過來了，「相是如」、性也是如、體也是如、作也是如都是空的，

這就變成空觀了。如果我們觀一切法都是如，如者，是不變之體，就是空觀。要是「中」觀怎麼讀呢？還是那三個字，叫「相如是」、性如是、體也如是，統統都如是，「如是」就是這個，這個是什麼？中道第一義諦！到家了都是這個。

一九四七年我在天津打禪七，那次是真空老和尚主七，真空老和尚講禪宗的話很多不一樣的。他說那個般若呀！般若波羅密多心經，明明那個字念般「ㄅㄛ」，你偏念般「ㄅㄛ」，般「ㄅㄛ」若是智慧，念般「ㄅㄛ」若怎麼講呢？那個老和尚說：般「ㄅㄛ」般「ㄅㄛ」都是這個嘛！這個是什麼？他說「這個」我不能告訴你，你要去參！我告訴你，我替不了你，這是你的事。禪宗講話不給你講完，都講完了你就沒有工作，那你就撿現成的，那是不可能的事，它要留一部份工作給你，那一部份最難的東西給你留著，這是禪！所以很多人喜歡

禪，因為它有引發力。但是明朝蕩益大師，最初是從禪宗開悟的，後來一心念阿彌陀佛。蕩益大師是明朝四大高僧之一，有一天！有一個出家人跟他說：「我喜歡看禪宗語錄，不喜歡看佛經」。蕩益大師就問他說：「你為什麼喜歡看語錄，不喜歡看佛經呢？」。他說：「禪宗語錄熱鬧啊！看經好寂寞呀！」。蕩益大師就說：「你這樣的話，就不如看水滸傳、三國誌了呀！」。蕩益大師說：經裡面有深度。平常有一句話說，經富論貧。我們前二天講的論不好懂，為什麼你現在還說論貧經富呢？這就奇怪了！不信你讀【妙法蓮華經】，你永遠讀不夠。如果有人寫一部【妙法蓮華經】註解，你會看夠！為什麼呢？它貧嘛！看懂就算了，還老看它做什麼。那【妙法蓮華經】你看來看去，你老看它幹什麼呢？愈讀愈有味道，愈讀愈能開智慧，不但開智慧，將來還能往生西方能成佛。讀【妙法蓮華

經】念阿彌陀佛往生的人太多了！都有歷史記載，就是不同，它是一種修法，不是光用了解用分別心。印光老法師講：看經不能起分別。有人問我，看經要怎麼看？我說用兩種方法看，一種方法是用有分別心看，另外一種方法是用無分別心看。用有分別心看，是研究性質，你在那兒慢慢分別一句話，翻來覆去研究都可以，這是用有分別心去研究道理。用無分別心去看呢？假如你今天要誦一部【金剛經】，你不能在那兒研究它的，你要如是我聞一時佛在舍衛國、、、，你都要念下去，你在那兒研究經，這就不對啦！這叫用無分別心。我們懂經義，在那兒研究都是用分別心，不是開悟！如果你用無分別心讀出來，悟出來的，那可真值錢了！用無分別心突然冒出來一個道理，那個智慧不得了！所以無分別心讀經是修行。有分別心那是研究學問，最多是研究佛法，也是好的，可是跟那無分別

心不能比，這個我們要知道。那要是用無分別心讀是讀了，既沒有開智慧，也沒有明白經的道理，這不是白讀了嗎？不白讀啊！起碼你有恭敬心，那是法寶，讀一遍有一遍的功德，不能沒有。在佛經裡有受持、讀誦、解說、書寫，那是天台宗五種法師裡頭的，可不簡單。所以我們要有信心，不然的話你就不會這樣做。

這是講十如是，不出一念心具足百界千如，在這百界千如裡頭要修空、假、中三觀。這是即空、即假、即中，不是先空、次假、後中那是次第的。這是即空一念心具足三觀，叫一心三觀，是圓教的人所修的。到了這個時候，如果你是念佛的人，你可以做到實相念佛。如果空、假、中三觀，你能夠即空、即假、即中的話，那你念阿彌陀佛不得了啊！那是上品上生的，過去在記錄上都有，上品上生是這樣的人。 (下期繼續)

從印度佛教說起 (繼續)

師公智海上人主講

徒孫弘傳記錄

(二) 法寶

其實佛法僧三寶，這個寶是尊貴的意思，因為我們尊重佛法僧故此叫做寶，是什麼意思呢？因為佛經上講，你把這佛法的思想熏進心裡去了，現世得受用，來生得受用，生生世世都得受用。為什麼小孩生出來有的聰明、有的不聰明呢？同是一個父母，他的智慧、品格都不一樣，那就是他們前生的問題，這個東西是看不著的，在佛教裡講，這有前因後果的不同，前因叫種子，這種子有兩種，一種是色法的種子，一種是心法的種子。

1. 色法的種子，除了種子以外還要培養它，譬如說：花生種子好，旁邊還要下肥土、陽光、水等種種的助緣，光有種子好還不成；可是如果助緣好、

沒有種子也不成，所以種種的條件要配合，然後自然就會有好的結果。這就是人所共見的因果法則，而這是屬於粗而有形的色法。

2. 心法的種子，這是看不著的，但是可以比喻而知道，心裡頭的種子，是沒有形相的，比如說：我說一句好的話，或一句不好的話，在我的心裡頭就有一個種子。我剛才罵完了人，罵的好難聽，罵完了在我的心裡頭還有個東西，那個東西旁人看不到，但我自己的心裡曉得，它有個影子，那個就是我心裡頭的種子，那個種子在心裡頭熏，將來慢慢會長大，但是它有沒有長你看不著，可是它的能力是在心裡頭含藏著。比如一個花生、黃豆，它沒有毛病、你也不把它種到地裡頭，你放在桌子上，擺一、二年它也沒有壞，種子裡頭沒有死，它在裡頭熏、就會還有生的能力，它沒有遇到助緣，它不發芽的，但是遇到水土陽光等助緣即發芽。在我們心

裡頭的種子也是一樣，你看我罵人、罵一句，或者做一件錯事，我心裡頭會有這種子，它沒有遇到因緣，在我心裡頭好像一點也不佔地方；可是遇到緣了，待會兒走在街上碰到那個人，他帶著朋友，我一個人他兩個人，就罵我幾句，就結果了。你難過不難過呢？這還是個普通果的比喻，這世界上有的還打、還打死人的都有，就因為這小事而弄成大事，都是一切唯心造的。從心裡頭慢慢地醞釀，人注意大的、不注意小的，注意看得著、不注意看不著的，人心粗啊！比如說眼睛好了，你是父母所生的肉眼，如果你要都能看著，那個天眼、慧眼、佛眼變成都沒用了。就是肉眼看不著的東西，才有旁的眼看，人眼晚上看不著東西，就養條狗看門，各有各的作用，所以肉眼沒有辦法都能看得著的。你看現在的科學家，還要用望遠鏡，看天上甚麼地方有星球；醫生說你身上有什麼病，還要用 X 光

照，眼睛看不著。以前沒有顯微鏡的時候，如果身上有病菌了，我說看不著，那就是沒有病，你說對不對？可是不能這樣說。即使看不到裡面的毒菌、那還是有病的，現在有顯微鏡看著就相信了。

所以剛才講種子，現在再講這寶的問題，世間的寶是有形有色的寶，例如金銀財寶，人生在世享受幾十年就完了。我們心裡頭的佛法，如果熏到心裡頭去，這種寶生生世世它會發芽、到了來生，他生出來和旁的人就不同。你可以問：我看有的人學佛，也不一定比不學佛的人好！但是這要自我比較，不能和他人比較，不能人和人比的。比如拿我來說，我出家以後比我沒出家前好，對了！如果我出家以後，比我沒出家前更不好，那我就是退步了，沒有得到佛法的好處，沒有依照佛法去依教奉行，可以這樣說，道理是這樣的。

佛寶，佛是覺悟我們人的、他不是迷人的，世

間上人迷了，遇到了佛就會讓我們不迷，還能令我們覺悟，所以他是寶。世間的金銀財寶，往好裡說享受幾十年，但是有時還會惹禍、還叫你擔心害怕。這佛寶、法寶，你不用擔心，誰也搶不去。所以這無形相的寶超過有形相的寶。自從佛成了佛以後，建立理智的宗教，用慈悲去救度人，他怎麼救人呢？就是用佛法、弘法利生，以佛法淨化世間的眾生。

現在再說佛教和哲學不同的一點，佛教不光是靠思惟推測哲理，單憑自己的聰明而來的，佛教還要從實修去實証，佛在過去生生世世修行經過了三大阿僧祇劫，發心行菩薩道，最後成了佛又去說法度生。佛說法是說，我怎麼成的佛，我的經過是怎麼樣修行成功的，我現在成了佛、悟了道，我不會騙你們，我如果不出家我是國王，我要騙眾生做什麼呢！我的心願就是要讓人離苦得樂，離苦得樂的

方法，第一、就是離苦。你要知道世間上的苦，如果你不承認它是苦，你就不想離。要怎麼樣離苦呢？你要承認苦才能厭苦，厭苦才想辦法離苦，離苦的方法？佛說法先給誰說呢？再想我要度誰去呢？應去度那五個人，那五個人在鹿野苑，佛要度他們就到哪兒去了。他們在遠遠地看到佛來了，五人就商量：我們誰也不要理他，他沒有辦法修不成了現在來找我們。佛知道他們的心，他們原來說不理佛的，結果佛走到他們眼前，他們不由自主的就招呼起佛來了，佛就給他們說法而都証果了。

為什麼叫鹿野苑？就是養鹿的地方。釋迦牟尼佛在過去久遠多生以前，曾經有過一次，釋迦牟尼佛不是轉人，而是當了鹿王，當時在鹿野苑這地方有兩群鹿，另外還有一群鹿也有鹿王，那個鹿王非常兇惡，專門跟牠作對。當時那個國的國王喜吃鹿肉，每天要殺一隻鹿，就派人每天要打一隻鹿回

來、給國王吃。後來這兩個鹿王就商量，當時鹿王懂人話，人壽跟現在也不一樣，就跟國王說，你要吃鹿肉，你每天打我們也不只死一隻鹿，亂打、我們也驚，你也吃不了，說我們這樣好了，我們兩群鹿每天輪流，今天這一群奉獻一隻鹿給您，明天另一群奉獻一隻鹿給您，您就不用來打，好不好呢？國王說可以。

有一天輪到一隻母鹿，肚裏懷了一頭小鹿，還沒生、快生了，就輪到牠，就得死啊！牠就跟鹿王講，今天輪到我、我是該死，但是我肚子裡頭的小鹿不該死，那兇惡鹿王說這是你的事，該你去你就去吧！後來給這一群〔釋迦牟尼佛〕前生當鹿王知道了，牠說這樣好不好，你講的是很有道理，你應該去死，你的小鹿不該去死，你那群鹿中沒有一隻鹿去替你，你就來我這群鹿中，我去替你吧！我又不能讓其他的鹿去替你，誰願意死呢！這母鹿就很

高興，說你救了我，我把小鹿生下來以後再去替你，很感謝釋迦鹿王。這鹿王就到了王宮，國王一看說：沒有鹿啦！今天怎麼你鹿王來呢？鹿王說：有呀！那怎麼你來呢！國王知道牠是鹿王，鹿王就把來龍去脈跟國王一說，國王說原來是這樣，這國王就被鹿王感動了，就說你回去吧！從今以後我不吃鹿肉了，國王還對鹿王說了兩句感人的話：「你是鹿頭的人，我是人頭的鹿。」我是人還是國王，還不如你是鹿，我的道德很差，你能為其他的鹿死，我不能夠不吃鹿肉！從今以後我不吃鹿肉了，讓你回去吧！從這次不但救了母鹿，連其他的鹿也都救了。所以我們看看釋迦牟尼佛，就是當鹿，和一般人的思想都不同，這樣偉大啊！佛說：今天我成佛了，往回一觀察才知道我過去做過這些事，我沒成佛以前，我也不知道，我也看不到。所以到現在還叫鹿野苑。

釋迦牟尼佛在菩提樹下成佛，人間有了佛寶，在鹿野苑轉法輪有了法寶，平常說轉法輪：是指三轉四諦十二法輪。

什麼叫三轉？就是示相轉、勸修轉、作證轉。

四諦：就是苦、集、滅、道的四諦。

三轉四諦就變成十二行法輪了。

什麼叫示相轉呢？釋迦牟尼佛在鹿野苑對五個人，當初講四諦法門。第一先說：“此是苦逼迫性”，使我們受苦的。例如：三苦、八苦，離不開我們。

1. 三苦。一是苦苦：我們來這世間上，這世間就是苦世界，但是還有另外的種種痛苦，我們也要忍受，所以就苦上加苦，叫做苦苦。

二是壞苦：有人沒有感覺到苦，他這一生常常覺得快樂，但是快樂不是長久的快樂，那個樂是暫時的樂。在《法華經》上說：「三界無安猶如火宅。」三界這個地方，沒有一個地方是安樂地，有的話也

是暫時的，不能當它是永久的，所以叫做壞，壞就苦了。

三是行苦：就是平平常常，好像人的一生沒有受過什麼痛苦，也沒有享受什麼快樂，不感覺苦，不感覺樂，但是最後老一定要老，死一定要死，就是說一生沒病，你不能說不老不死，所以到老了有很多不方便，自己都想不到，平時一天一天、一年一年的過，到最後苦就來了，叫做行苦。其實行苦也是指無色界天上眾生說的，他們心裡頭有生有滅，就叫做行苦。

2. 八苦：是生、老、病、死、愛別離苦、怨憎會苦、求不得苦、五蘊熾盛苦。

愛別離苦：越是恩愛、越是離不開，到了要分別離開時，痛苦的不得了。父母、妻子、兒女，在這一生聚會好像火車一樣，東西南北的火車都來了，到了總站臨時聚會一下，待會兒火車你往東他往西，

各走各的路，所以蓮池大師說：「夫妻猶如林中鳥，大限到來各自飛。」眾生在這世界裡頭，就是貪這眼前的快樂，放不下，所以叫做愛別離苦。

怨憎會苦：和愛別離苦正是相反。這世間上怨家聚會到處都有，你越是怨憎他、他偏偏的和你在一起，佛法裡講我們人，好像一個家庭、團體，有的家庭和樂是幸福，如果家庭裡夫妻兒女，大家的性情不一樣、相處不來，那是沒辦法改變的，還要做夫妻兒女互相的擔心彼此，一說話就吵起來、合不來，合不來還要天天聚在一起，所以叫怨憎會苦。

求不得苦：就是求什麼不得什麼，求自己所要的東西，在世界上不能滿願。求身體健康有時候身體不健康，求發財發不了財，求不得的事情有好多，佛法是給人解除痛苦的，佛常常告訴弟子要少欲知足，才能安樂。

五蘊熾盛苦：我們的色身是精神和物質結合成的，

然後一天到晚不是這兒痛就是那兒痛，不是這個妄想就是那個妄想，不是這個煩惱就是那個煩惱，總而言之，不閒著。除了吃飯睡覺，那個頭惱沒有閒著的時候，就是有這個身體，痛苦就跟著來了。

三苦八苦、這些個苦，釋迦牟尼佛不說我們也想不出來，輪到我們自己才感覺痛苦，輪不到自己，看到他人苦，有時候還會看笑話呢！釋迦牟尼佛說：此是苦逼迫性。種種的苦，逼迫你沒有辦法不苦。在中國的大乘佛教，參禪念佛打坐，都是大乘的法門，從前我去過緬甸，在緬甸是小乘佛教，他們修行一天到晚都是念苦，那裡有個老和尚，一天到晚念「唵卡、唵卡」那是巴利文，中文的意思就是苦啊！苦啊！他念的苦不是光嘴裡念，好像我們念阿彌陀佛，不光是嘴裡頭念，心裡頭也在想這世間上的苦，他們叫厭苦，厭就想出離，你想想這個地方不好、是苦，你一定想離開；要想哪個地方

快樂，你就想欣求，所以就念苦啊！無常故苦，所以要求出離。

在小乘佛法，是以苦諦為入道的初門；中乘佛法，以集諦為入道的初門；大乘佛法，是以道諦為入道的初門。菩薩要行菩薩道，以利他為主，不是以自利為主，利他就要行六度萬行，就要行菩薩道不能怕苦。小乘人是厭苦的；大乘人是憫苦的，以慈悲心憫他人的苦。一個苦兩個看法，一個苦兩個行法。你怕苦躲苦是屬於消極方面的，菩薩知道這是苦、這是火坑，眾生往裡跑，菩薩趕快拉他們出來，這比如世間上也有捨己為人的。現在說此是苦逼迫性，這是按小乘人講的。所以厭苦怕苦，多數還是比較對機的，為什麼呢？這個讓修行的人不要貪戀世間上的五欲六塵，貪的多了就放不下，貪心容易使人造罪，害人害己，最後受苦。

〔下期繼續〕

佛教的生死觀 (繼續)

智海長老主講

許慧雲記錄

如果我們不關心這個生死的問題，可是每天這個死字都跟着我們，而我們偏偏都忽略了它，你不關心它，忽略了它，它卻天天跟着你。

我們每天晚課念的，“是日已過，命亦隨滅”，「是日已過」，是說今天太陽從東邊出來已到西邊去了，我這個壽命也減了一天。「如少水魚」，就像那些魚，在水裡頭而水快乾，魚是離不開水，離開水就死了。「如救頭燃」，到這時候要救自己的命啊！我們念生死，人的生死觀，生的觀是我們要謀生，我們要活着時時都為它忙；死的觀時時都跟着我們，過一天少一天，到最後怎麼辦呢？要用這個方法『但念無常』，就是警覺自己好好做人。

所以我們在生的時候光談好的事，忌諱談死的事情，其實早晚也要死的，說歸說，還是躲不掉啊！有的人你勸他拜佛學佛，他說“等我老來學，我現在還年輕。”現在跟你說，有的嬰兒在胎裏就死了，亦有出了胎的嬰兒也有的死了、也有中夭的，人死的年齡不一定的，我們要知道。不過我們以前有一位老和尚講，雖然黃泉路上無老少，但是老人還是靠得住點兒，不過老人還是要趕快念佛，年輕人還有一段路，這是按多數說，並不是完全的。有的人是鬧饑饉災餓死的，鬧水災、火災、風災、地震，種種的災難，還有戰爭、怨家害死、自殺的，那還分什麼老少嗎？

再說那冤家害死的，為什麼有那麼多冤家？本來今天我們是講：人的生死問題，順便再講一講雞鴨牛羊生死的問題，你看那些雞鴨牛羊，被殺的時候那種痛苦，我們也要想一想，剛才講六道輪迴，

那些今生屬於畜生。人死了以後再投生，如果轉一個不同的面目，自己也不認得自己了。比如說：今生我是這個相貌，死後轉了一個小孩，回來再看自己前生的相片，自己都不知道是自己，因為相貌變了，頭一生和第二生不同了，自己都不認得自己還能認得旁人嗎？再說那些雞鴨死了，來生或許轉了人，你也不會認得他！

人在生的時候，快樂的時候，都喜歡唱歌，「春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪」；到死的時候呢！「門無過客窗無紙，爐有寒灰席有霜」，你看看這兩個境界，如果是平等，那就好了，這叫八苦交煎。所以古來有一位高僧說：「老僧自有安心法，八苦交煎也無妨」，這要修得相當好才成。

現在說我們學佛研究佛法，要在生的時候就要遠離這些不利自己，也不利他人的事，就是要關心自己的生死大事，不要生的時候歡喜，去的時候悲

哀，這樣才有真正的意義。

如果是另外一種人，在生的時候做了一些不好的事情，行爲不好，口裡頭講話也沒有道德，這種人他死了以後，就有很多的怪相現前，是可怕的、不吉祥的，那些怪相是從哪兒來的呢？就是從他意識現出來的那種影像，這種幻化可怕的影像，把他的心給遮蔽住了，見不着前途的光明。

以前我在香港的時候，有一個人在生的時候很有權威、也很富貴，傳說他是一個黑社會頭子，簡單說，可能有些命債，後來他死的時候，還沒有斷氣，大白天睜着眼睛，就看見沒有頭的人，來跟他要命！他就怕起來說：好多沒有頭的人跟我要命！這個時候，他恐怖的不得了！

這怎麼辦呢？有信佛的人說請出家人給他念經，後來就請了幾位法師去念經，到那兒給他念了一個小時，他說看不到沒有頭的人了，沒有人跟他

要命啦！念了一個小時之後，出家人就又回寺院，出家人離開後他又看着了，最後他就這樣去世。各位看看！這是在香港看到的事情，不是假的，他在生的時候做的事情，當時不害怕，但到這個時候都找他來了，怕也不成！這個身體死亡之後，那些要賬的都來了，那就是要還債。

我還見過兩個墮寒冰地獄的人，出來請我們給念往生咒，她們說自己爲什麼墮了寒冰地獄，在她們沒有死以前是不會說出來的。我們人呀！做了壞事還往外嚷嚷嗎？甚至對自己的親人也不會講的。可是到了地獄，出來求救的時候，就全部都講真話了，會說爲什麼原因而墮了地獄。

所以我們知道這種道理，就不能不相信因果是有的，有早有晚，不能說沒有，祇是沒到時候，到了時候就來不及了！如果他被生前所做的惡業牽引，到了最後死的時候，是無法讓他自在安樂、讓他

如意的，好壞誰也替不了，祇有他自己承擔。

另外一種人，在生的時候做了很多好事，凡是好事就去做，即使無力去做，也會隨喜功德用口讚歎，不一定要有錢，我能讚歎也好，那麼他在臨終的時候，心中會很安詳，再轉生到人間的時候，可能大富大貴，或是生到天上去享天福。但是這個地方我們需要注意，有些人在生的時候做善事，但在做善事的時候，有的時候也會善中帶惡，所以有人遇不順心的時候會說：怎麼我做善事，好人不得好報呢？其實不是好人不得好報，是做好人沒有做好。

我現在講一段人死了以後的形態，人死了以後是什麼樣？也沒有看着啊！在佛經裡頭有說明，我介紹給各位。人死了以後，還沒有投生之前，在這中間有一個東西，一般人叫靈魂，佛教不叫靈魂，佛教叫什麼呢？叫中有，這個名詞各位要記住，不然看佛經有時候看不懂。這個中有，也叫中陰身，

也就是說，人死了以後未投生前，中間有這樣一個東西，他是什麼形像呢？就像他將來要投生的那個樣子，他在中有身的時候，就是那個樣子了。比如說，他將來還做人，還是一個男孩，他在中陰身，即中有的時候，就像人間五六歲小孩那麼高，他已經是男孩的樣子了；如果他投生是個女孩，他在中有的時候就是女孩的性別了，是男是女在那個時候就定了。

他怎麼入胎的呢？是不是從母親的身體隨便就入胎了呢？不是，是從生門的地方入胎，也就是說從出胎的地方入胎。如果說雙胞胎，佛經裡說兩個嬰兒是一個胞胎的話，先生出來的哥哥、身體小，後生出來的弟弟身體大。這什麼原因呢？因為後生出來的先入胎，先生出來的後入胎，因為他們在胎裡生長有時間性的不同。

在這個時候中有，那麼他穿的衣服如何？我們

剛才說有欲界、色界、無色界。如果在色界天上的人，沒有男女的分別，純是丈夫相，如果生到那個天上面去，他的中有身高度就和天上人一樣大，就不是五六歲小孩那麼大，是有幾十丈高，而且他有衣服穿。這個中有為什麼有衣服穿呢？因為生到色界天上的人，他在人間的時候，他的品德就很純淨、很清淨。我們人在欲界，如果不能生到色界天上，將來還在欲界，在中有的時候，那個形像是有，但是沒有衣服，為什麼呢？因為生在欲界的人，在佛經裡說他平常沒有羞恥、沒有慚愧，所以他沒有衣服。生到色界天呢？他有慚愧、有羞恥，所以他就有衣服。換句話說，我們念佛的人，如果將來到極樂世界，蓮華化生當下就有衣服了。

如果我今生學佛，求生西方極樂世界，想要脫離生死，假設不能去，是我的功行不夠，就要發願希望來生繼續修行，我要童貞出家，童貞入道，我要獨

身等等，這種人在中有身的時候就有衣服。至於無色界天的人沒有中有身，但是要有那種禪定的功夫，這裡一死那兒就生無色界天，不經過中有的。

在人死後中有的形像，人能看到嗎？這有兩種能看到，一種是他的同類，大家都是中有。比如我們人，人跟人都能看到，假如我們這一屋子都是中有身的人，他們跟他們都能看到。第二種是得到天眼的人，天眼要修行來的天眼才能看得到，如果生來就有天眼的人，他能看到這個，能看到哪個，但是看不到中有身。

中有身有通，這個通不叫神通，叫業通，是因為業報自然的通。怎麼自然通呢？我打個比喻，人和狗比，人比狗強，因為人是人，狗是畜生。但人的眼睛是肉長的，狗的眼睛也是肉長的，可是肉跟肉不同，人在白天能看得到，晚上就看不到了，而狗到了晚上也能看得到，白天更能看得到，牠跟人

的眼睛不一樣。那麼牠修行嗎？狗怎麼修啊！牠生來就會看見黑天的東西，是牠的生報通；貓晚上也能抓老鼠，如果看不到怎麼抓啊！牠是生來的，眼的神經系統不一樣。

中有身也是業通，這個業的力量很快，誰都攔不住，他要想上哪兒去投胎很快，是攔不住的。還有中有身在中有的時候，能不能轉變呢？比如人死了以後，沒有投生之前，人趣中的中有，如果已經變成一個男孩子了，能不能在那個時候再轉變？再做一個狗或牛的中有身呢？是不能轉。這是說如果在中有身的時候，已經是人形了，決定來生是做人的，不會再轉變了。

再說中有身吃東西嗎？吃什麼呢？佛經裡講有一種香，佛經裡講的香不是完全香，臭也叫香。為什麼臭也叫香呢？因為我們人認為這個是香，那個是臭，我不吃臭豆腐，你吃臭豆腐，臭豆腐就是香

啊！大糞蛆吃大糞，比人吃珍饈美味還香，你說什麼叫香呢？中有身吃的香，在欲界的中有身，吃香氣有兩種，在佛經裡面都叫香，但是它有分別，一種叫好香，一種是惡香，他不說臭。好香就是他喜歡吃的，惡香就是他不喜歡吃的。有福報的中有就吃好香，如果福報少的，或是沒有福報的就吃惡香。換句話說，大家都是人，有的天天吃好的，而有的只是能吃飽，沒有好的吃，因為沒有福報。到了中有的時候，也就是這樣子。

再說在中有的時候，還沒投胎之前，他的壽命多長，是否老在哪兒呢？有的馬上就投胎，有的還沒投胎，便在中有身哪兒過日子。

投胎時間到底有快慢嗎？在佛經中講，人死以後七天，或者四十九天以內，投胎的機會最多，如果七七四十九天之內都沒有機會投胎，那就要看個人的因緣了，在中有的時候都喜歡去投胎，不喜歡

在哪兒當中有。

究竟死了以後去投胎怎麼樣投法呢？如果中有身投胎的因緣到了，要到他投生的地方去，他還沒有入胎之前，他會有一種顛倒心，怎麼樣顛倒呢？就是由他的業力，在前面說他有業通，業不由主的會看到，不管多遠，幾千里，幾萬里，都能看到要去投胎的父母在那個地方交匯，如果他投胎的因緣沒有成熟，完全看不到，要投胎時就看得見。看到以後他心理就會起了一種顛倒心，如果中有身是男的，他看到母親就起欲念；換句話說，如果是女的中有，看到父親就起欲念，所以他是顛倒的，起了一念顛倒的心就入胎了。反過來說，男的中有見到父親，女的中有見到母親，會生瞋恨心。所以說在那一念之中就有這兩種的顛倒心，他以為他自己和所愛的對方交合，在那個時候他就入了胎，從這個時候，中有身就不見、就消滅了。

在佛經上講，有四種有：本有、死有、中有、生有，生有也叫後有。從我們出生以後，沒死以前叫做本有；死是一口氣不見了，那一念叫作死有；中有就是剛才所講的；生有也是那一念，就投生了，叫做生有，投生以後就叫做本有了。

再講中有投生以後，投生時叫作生有。至於胎的位置和它的性別，如果是男的在母胎裡頭，在母親的右脅，就是右邊，他面向後坐着；如果是女的入胎，她在母親的左邊面向前，這是說在胎裏的位置不一樣。再說他的性別，或者是男或者是女，在中有的時候不是男就是女了。但是有的時候生下來的小孩，有時候不是男也不是女，那是在胎裏生長的時候起的變化，所以生出來是不男不女的。

講到這個地方，就是說我們人應有兩個觀念，第一不要以為人死了以後還會做人，是不一定的！第二個觀念，也不要以為人死了以後就沒有，也不

會完的！各位要相信這種道理，也就會知道把握我們的人生，應當怎麼樣做了，今天就講到這裡。
謝謝各位！

與老和尚參訪記

釋存定

2010年6月1日欣逢水岩寺開光盛事，更令人歡喜的是，美國三藩市般若講堂的上智下海老和尚，蒞臨本寺傳授在家菩薩戒；開光、傳戒圓滿，大和尚安排老和尚一行人，到北京、山東去遊覽；我因早年看過《影塵回憶錄》很想到山東青島湛山寺去看看，於是有幸和老和尚一行人一同出遊。

首先去北京鳥巢、水立方去看了奧運現代化設備；接著去潭柘寺，聽老和尚說：先有潭柘寺後有北京城，潭柘寺因前有柘樹後有潭水而得名，可是眼前的寺院歷經滄桑，已無僧寶住持佛法，不禁萌生“有佛出世龍天喜，無僧說法鬼神愁”之感，老和尚在潭柘寺為遊人開示淺顯佛法，並且送大家佛卡結緣，看到老和尚隨機利生的舉動，慚愧之心油

然而生，接著前往八大處靈光寺禮拜佛牙舍利，舍利塔正在維修，承靈光寺常住特許我們上塔瞻禮，登塔禮拜不由感慨“何障而不見金身，何幸而恭逢舍利”帶著禮拜舍利的欣喜離開了靈光寺。然後到廣化寺，老和尚早年在廣化寺上過佛學院，對當年的寺院建築格局，依然記憶猶新，廣化寺的知客師接待了我們，並贈給書籍。

離開了北京，我們前往儒家大成至聖先師，孔老夫子的故鄉曲阜；由於路途遙遠，老和尚在車上帶我們做早課，悠揚的唱誦聲令我法喜充滿，經過漫長的旅途來到了曲阜。早晨在旅店外面，有個當地人正在講有關孔老夫子的故事，老和尚也給我們講了顏回借糧的故事，讓我感覺老和尚見聞廣博很有智慧，隨機利生慈悲心切，參觀了孔府、孔廟和孔林，接著前往青島湛山寺。湛山寺是民國倬虛老法師所建，現有明哲長老住持，進入方丈室，老

和尚和明哲長老一見如故，親切交談，從二老的言談中透露著佛法諦理，顯示出修學扎實的功夫，與純正的見地，使我受益非淺震撼不已。在寺院用過午齋，因時間關係乘車返回，大和尚要給老和尚買飛機票，老和尚不願特殊，還是和我們一同乘車，到了天津塘沽時，高速公路堵車只好繞道，從塘沽到漢沽就用了大半天時間，到了漢沽汽車又出現故障，大家的心情都很浮動，老和尚開示大家要隨遇而安，還帶領大家唱誦如來聖號。一路行來聖慧師以及臺灣諸位法師，服務大眾、熱心待人的精神令我感動。老和尚隨機利生，平和待人的形象更令我敬佩；願老和尚法體安康，住世弘法，阿彌陀佛！



(存海法師、智海上人、存定法師)

水岩寺落成開光大典記實

高普願

河北省秦皇島市昌黎縣碣石山水岩寺，於 2010 年 6 月 1 日為大雄寶殿及三聖殿佛像舉行開光大典，智海師父上人應住持和尚存海法師之邀，特率團來參加大典。美國有聖慧師陪同，還有十位居士參加，台灣甘露寺則有道禪師、聖念師、聖忍師等八位法師及二位居士一起參加，現特將參訪行程報告如下：

2010.5.28（星期五）

智海師父上人率領美國一行人，於下午 3：00 到達北京機場，水岩寺住持存海法師親自到機場迎接。老和尚此次的侍者是由楊國居士擔任，才看到老和尚出關，楊居士就趕上前頂禮，將老和尚和美國來的居士一起接上大巴士，直接回到了水岩寺。

大師父圓濤法師（存海法師剃度師父）率大眾列隊歡迎老和尚，辛苦的老和尚爬了幾百階的樓梯終於到達了關房（是存海法師特別為老和尚蓋的），雖然旅途辛苦，但是內心還是非常喜悅的。

台灣道禪師一行人則在香港耽誤了兩個小時，到晚上十點左右才到達水岩寺。

2010.5.29（星期六）

今天上午用早飯時，圓濤法師、存海法師恭請智海老和尚開示，因為離佛像開光還有兩天，所以老和尚慈悲應允講兩個晚上《楞嚴經》序，大家歡喜異常。

因為這幾天有許多義工進住，加上國內外的貴賓到來，算算此次開光共有一千多個義工左右，共分十幾組，哇！真是一場大盛會呢！

老和尚今晚在法堂講《楞嚴經》序，老和尚說：“開悟的楞嚴，成佛的法華”，《楞嚴經》在

佛教中是很重要的一部經典，整個堂內人員爆滿，外面還有許多人無法進來，都站在外面聽，大家聞法的心真是熱切！令人感動。

2010.5.30（星期日）

今天一天都在佈置整個寺廟，迴廊上掛滿了燈籠、屋頂上懸掛了五色布，空中也掛滿了佛教旗、寺旗，到處張燈結綵、喜氣洋洋。客堂內在準備開光時所要用的法語（全部都要用紅色影印紙印出來），就為了要迎接六月一日佛像開光及存海法師晉陞方丈的這一天到來，水岩寺的工作人員已經忙了好幾個月。從三月份起，水岩寺準備結緣品如：貴賓佩帶的飄帶、背袋、結緣茶杯、提袋、佛經、【水岩寺之今昔】這本介紹水岩寺的書 等等。還有此次特別為義工們做了坎肩，為了大會能順利的進行，所有工作人員在會前開了三次會，義工們就練習了無數次，大家既發心又辛苦，令人感動。

由於昨晚許多人無法進入法堂，所以今晚 7 點老和尚在大雄寶殿開講《楞嚴經》序，裡裡外外都是人，今天白天曾經下了一場雨，氣溫非常適合，大家聽的法喜充滿。

2010.5.31（星期一）

由於六月二日，智海老和尚將正授菩薩戒，因為這是第一次在水岩寺傳授菩薩戒，在附近的各鄉鎮的佛弟子們紛紛跑來報名，包括本地昌黎縣、盧龍縣、秦皇島市、唐山市、甚至寧夏省也有很多人來受菩薩戒。由於報名的有 175 人，所以下午 2 點在大雄寶殿由聖念師與聖忍師等七位法師特別教導戒子們作菩薩戒演禮。

今晚在昌黎大廈金島商務酒店舉行水岩開光之夜，由佟青居士主持，許多佛友，和藝人表演唱佛歌等節目，節目非常精采。

今晚所有大陸各省、各寺院的長老嘉賓、法師

、居士們，都不遠千里而來，參加明天的盛會，岳秀梅居士發心把昌黎大廈全包下來，大約二百多房間，給貴賓們住。總之，這是一場圓滿的盛會，也是眾志成城，團結力量大的充分表現，在佛國的淨土中，這是多麼令人感動及溫馨的場面。

2010.6.1 (星期二)

今天早上八點舉行存海法師晉陞方丈大典，存海法師一早就在山門前之長廊等候，當八點時，由存潔法師發聲“恭迎存海法師晉院陞座！”於是捧著紅底黑字的“晉院”木牌，上面還繫著彩球，引領一群比丘法師們下來迎請，智海老和尚幫存海法師掛上念珠與華貝，存海法師就跟著迎請的法師們登上山門，在說了偈語後，一聲“開山門！”存海法師就跨進山門，然後到達天王殿、圓通寶殿、大雄寶殿、一層一層參拜，最後到達三聖殿，由淨慧長老送座，完成晉院儀式，莊嚴又隆重。

十點舉行佛像開光大典，在山門前先由諸山長老、法師以及長官貴賓們齊聚一塊兒開會，先是長老們致詞，接著升旗、放煙火、舉行剪綵儀式，再舉行開光儀式，由智海師父上人和淨慧長老、明學長老三人在大雄寶殿主持開光儀式，步驟是執巾、執鏡、執筆，在淨慧長老一聲“開”的獅子吼聲中，大眾同舉雙手迎接佛光，興奮之情溢於言表，在義工菩薩的維持秩序下，寺廟內民眾井然有序的排隊再加上場外聚集的民眾約有六萬人之多，典禮熱鬧隆重，開光儀式完成了。諸山長老、法師們以及貴賓們都到昌黎大廈用餐，本寺用了兩個大齋堂做飯，共發了四、五千個便當。來賓們都陸陸續續下山了，一場盛會吉祥圓滿了。

下午 2：30 由智海師父上人主持三皈五戒，共有五、六十人參加，許多蓮友看到上人主持三皈五戒典禮都感到很興奮，還說是千載難逢的機運呢！

下午六點整，由於明天要正授菩薩戒，聖慧師、聖念師、聖忍師與幾位法師特別在大雄寶殿帶著受菩薩戒的戒子們舉行菩薩戒演禮，教大家禮儀與受戒的規矩，以及如何搭衣，戒子們很認真的學習，從來未受過戒的他們都認為我們法師很會教導，大家內心很感恩。

2010.6.2 (星期三)

上午 10：00 智海老和尚在三聖殿講菩薩戒，戒子們都很認真的聽講。

下午 2：30 由智海老和尚為得戒和尚，正授菩薩戒，菩薩戒子共一七四人。法師們和戒子們在山門前合影留念。大家感覺法喜充滿。

2010.6.3 (星期四)

今天存海法師安排讓我們這一群來自美國和台灣的法師居士們，到天下第一關山海關參觀遊覽，整天他們都陪著大家參觀，所以非常感謝他們。

2010.6.4 (星期五)

今天在智海師父上人率領下，我們一行人（加上存海法師和存定法師）坐了一部中型巴士前往北京市參訪，我們先到北京市參觀曾舉辦過奧運的鳥巢、水立方及廣播電台等建築物，我們還進到裡面看到最昂貴的草皮，這些都是由於一位居士的幫忙，否則是根本看不到的。

下午大家都到天安門廣場參觀，還真巧今天剛好是六月四日，所以有許多公安在巡察；由於老和尚從前已經去過天安門了，所以我們幾個人就陪老和尚一起到老舍茶館喝茶、看皮影戲、看“變臉”節目很精采。尤其是那個變臉的表演者走下台來，一眼就看到高僧馬上走過來跟老和尚握手。

2010.6.5 (星期六)

今天上午到潭柘寺參訪，有句古語：“先有潭柘寺，後有北京城”，潭柘寺始建於西晉永嘉元年

（公元三零七年），至今已有一七零零年的歷史，因寺後有龍潭，山上有柘樹而得名；在它最興盛時有九九九間半房呢！現有房舍九四三間，是北京很大的寺院。一九九七年後有僧人進駐，開始有了宗教活動，對佛教徒來說真是一大喜訊。“南朝四百八十寺，多少樓台風雨中”，此句道盡了這古廟的興盛不衰，因為在日本侵華的時期中，唯一一座未曾損壞的廟就是潭柘寺了。

接著我們到了戒壇寺，又名戒台寺，是佛教專門傳戒的道場，因規模最大，所以有“天下第一壇”之稱，始建於隋代開皇年間（581- 600）年，至今已有一四零零年的歷史了，夙以“戒壇、奇松、古洞”聞名，古松自然形成了各式的樣子，令人驚嘆！有八十八棵古樹列入國家級保護範圍內呢！寺後有許多石灰岩的山洞，曾經人整修變成石窟，有許多高僧在此修行，像這樣的石窟群，在北

京城是絕無僅有的！一九九七年底，經有關部門批准，進駐了僧人，開始了宗教活動。

中午用餐時，老和尚看到幾隻烏龜在籠子裡很可憐，想買下來去放生，結果史玉茹居士先買了，下午我們到達了八大處靈光寺時，就在荷塘邊幫烏龜說三皈依後就放生了，後來去看佛牙舍利，佛牙塔真是莊嚴無比。

下午到了廣化寺，這裡是師父上人曾在此地讀過廣化佛學院，有許多高僧都出自此佛學院。廣化寺始建於元代，該寺座北朝南，面積二十餘畝，擁有殿宇三二九間，分東中西三進院落，雕樑畫棟、金碧輝煌。

老和尚說：“傳說這裡原來是個道觀，有一個老和尚在廟門口天天念佛，念了三年，觀主受到感動就把廟供養給老和尚了”，又是一個令人感動的故事。一九八四年北京市政府公布廣化寺為北京文

物保護單位，經過十幾年整修，現也是一個佛教活動的重要場所。

從廣化寺出來時，我買了八隻小烏龜，老和尚幫牠們三皈依後，就由王居士拿到后海的湖邊去放生了。

2010.6.6（星期日）

今天上午出發前往山東省，下午四點我們在車上做晚課，由老和尚領眾唱《阿彌陀經》，上人已八十五歲，音聲還是很好，我們何其有幸做了老和尚的弟子，還可時時親近他老人家。晚課做完了，存海法師說：“能與大家相聚一起，只有緣字而已，是一場千載難逢的際會，所謂【法不孤起，仗緣方生】，我們一定有著宿世的因緣，否則從美國、台灣、秦皇島市又怎能有如此不可思議的緣份讓我們相聚一堂呢？”存海法師非常感恩師父上人對他的關愛，以及大家的幫忙。

道禪師說看到水岩寺在七年之間就建設的這麼好，感覺很震撼，證明存海法師是有大福報的人，此次跟隨師父上人來到此地，感覺很榮幸，所謂善知識難遇，很慶幸跟隨師父上人這位大善知識，也希望我們與存海法師的因緣能相續下去。

聖慧師說感恩師父上人也感恩存海法師讓我們有這個緣分到山東來，內心非常嚮往師公倓虛大師所興建的湛山寺，過兩天就會看到湛山寺，感覺很興奮。

聖念師說了影塵回憶錄倓虛大師所說的“夢偈”，也說了“佛法不離人生”的道理。

聖忍師說了一個尋找文殊菩薩的故事，就是說人不能有貢高我慢的心、人也不能離棄生病的朋友自行離去。

楊國居士最後終於有機會唱一首歌：“感恩的心”，其實大家都很珍惜此次的聚會，我想大家內

心都一定是非常感恩的，尤其是美國來的居士們說：水岩寺的開光大典是百年難得一見的場面呢！今晚我們住宿在山東省曲阜縣孔廟旁邊的酒店裡，街道很乾淨，令人感覺滿舒服的。

2010.6.7（星期一）

我們到達了曲阜，是至聖先師孔子的家鄉，他三歲喪父、十六歲喪母。他掌握了禮、樂、射、御、書、術六藝；又制定了《詩》、《書》、《禮》、《樂》、《易》、《春秋》六經，古諺：“孔子著春秋，亂臣賊子懼”，也由於這些，奠定了儒家文化的基礎。孔子五十一歲離鄉背景，周遊列國長達十四年之久，收了七十二個有名的弟子，六十八歲時回到了魯國直到逝世。

今天一早我們先參觀了孔廟，孔廟輝煌壯觀，非常氣派；接著參觀了孔府，有云：“與國咸休安富尊榮公府第，同天並老文章道德聖人家”，此地

是孔子與家人居住之所在；因為孔林有許多陵墓，約有三千多公畝地，現有墓碑三千六百個左右，所以我們是坐車參觀的，顯得幽深古遠。這三個地方我們走走停停的花了一個上午才走完。途中還刻了印章、買了許多辟邪的胡桃木手珠準備結緣用的。

今晚是住宿在青島市，青島市是個好乾淨的城市，走在海邊是奧運帆船比賽的所在呢！

2010.6.8（星期二）

今天上午我們終於到達了山東青島湛山寺，是師公倓虛大師於一九三二年建立的道場，現任住持是明哲長老，與智海師父上人是法兄弟，兩人相見歡，只見明哲長老緊緊抓住上人的手，就沒放開過，這種“道情法愛”令人動容。於是我們一行人參觀了分為三路湛山寺：中路包括了山門、天王殿、大雄寶殿、三聖殿、藏經樓等五進，屬明代建築風格；東路有齋堂、文化樓、安養院、素香齋；

西路有倓虛法師紀念堂、佛學院、臥佛殿等。

湛山寺是中國天台宗最年輕的名剎和山東省規模最大的佛教寺院，位於青島市太平山東麓湛山腳下，背山面海，翠微青嶂，銀海碧浪，花木扶疏，白雲蒼松，是倓虛大師生前最喜歡的一個道場，也是上人心心念念要來的道場，我們感覺回到家一樣，感覺很溫馨，只可惜來去匆匆，如果能住幾日該有多好。

2010.6.9（星期三）

今天一大早，在用過了早餐後，從山東出發回水岩寺，經過天津塘沽時，因彩虹大橋斷掉，車子在路上停了二小時，開到塘沽時才吃到中餐。

在車上時我們有幸聆聽老和尚開示：“我們常說法輪常轉，法輪是要轉要轉到心裡去！修行如果自己不下功夫是絕對不成的！”上人接著說有一幅對聯是從福建鼓山湧泉寺搬到香港寶蓮寺，內容是

“大爐冶金錢何分，有鍵槌便成法器；選佛場智愚不別，無妄想即是覺人。”

吃過中飯後，我們繼續趕往水岩寺，後來發現車子右前胎軸承斷掉，等開到漢沽時找着工廠去修時發現僅有一位修理師還在工廠，正準備下班呢！好在我們先到一步攔住了他，否則肯定今天回不去了。等到一切都弄好，我們急忙趕路，晚上約十二點才回到水岩寺，把大家累壞了，而我的行李最多，一夜沒睡都在打包。

2010.6.10.（星期四）

除了老和尚和聖慧師，上午五點我們所有的人出發往北京機場，各搭乘十二點多的飛機回美國和台灣，結束了這次的旅程。

有關戒律的問題

智海長老答佛教衛星電視台

徒孫弘傳記錄

各位觀眾大家好！今天佛教衛星電視台來到台北甘露寺採訪，讓我講關於戒的問題。在佛教界不管出家眾或在家眾，各有各的戒律，因為戒律是七眾弟子修行的基本。七眾弟子中，出家眾有：比丘、比丘尼、式叉摩那、沙彌、沙彌尼；在家眾有：近事男、近事女，也就是受三皈五戒的男居士和女居士。所以這是我們教主釋迦牟尼佛，在二千五百多年前給我們制定的。

今天的佛教愈來愈興盛，科技時代與戒律也有關係，佛教講戒律是很實際的、不是空談的，所以我們要說到做到呢！那科學是不能否定的。戒律有別解脫戒、定共戒、道共戒。七眾弟子各有各的戒律，是屬於別解脫戒，因為別解脫戒包括很多的戒

條，現在研究戒律的道場，都是在研究別解脫戒，別解脫戒的戒條很多、粗的細的都有，戒是通於有為無為的。現在別解脫戒是屬於有為，我們一舉一動都是屬於別解脫戒，比如身體不要亂作、口不要亂說，這是有為的。就是到了色界天上得到四禪定，它還是三界以內的戒，叫定共戒，也可以說，還是有為的。但是要証到了初果呢！是道共戒，應該是無為的了。雖然是說有為其實也通無為，如果說不能通無為，那樣就有問題了，什麼問題呢？那「戒為無上菩提本」就說不通了，這個戒既然是無上菩提本，無上菩提不是無為嗎？但在基礎上戒是無上菩提的本，本就是成佛的基本。

我們現在談到戒律的問題，戒是大家的，並不是個人的，譬如說南傳佛教、藏傳佛教、漢傳佛教，這三大系佛法，真正講別解脫戒呢！依我的看法，南傳佛教（原始佛教）比較實際，做的比較切

近，因為它們是原始小乘佛教，雖不是說都像釋迦牟尼佛在世那樣子，而是很接近。

再講大乘佛教，中國可以說是大乘佛法的基地，大乘佛教從印度傳到中國，從中國才又發展到韓國、日本，西藏也是後來傳入的是屬密宗、也是屬於大乘佛法，但是各有各的制度。在每一個國家的佛教，因為它的制度是不同，在制度上都會有戒律的問題，所以佛教制度與戒律，是非常有連帶的關係。

為什麼持午，在這地方就能代表戒律道場呢？因為現在再講到中國佛教，是以大乘佛法為主流，因為中國人口很多，即使大家都是佛教徒，有的時候思想和看法自然有所不同，這在外國雖然也有，但中國在佛教制度上講，比較散慢一點，這是我的看法，藏傳佛教和南傳佛教在制度上比較整齊，這是佛教界大家的看法。這可能與文化有關係，在外

頭常聽到有人說，中國人不團結散慢，這是中國人的傳統。那中國人學了佛，他還是和原來的文化有關係，所以制度統一化是很難的，話再說回來，雖然不能完全一致，可是大家都在往好的做，並不是沒有做，不過做的時候呢！個人偏重於哪一方面是有的，所以說到戒的時候順便講到制度的不同。

佛在世的時候，出家人是三衣一鉢，另外沒有東西，然後每天去托鉢，我在緬甸托過鉢，袒衣又叫大衣，它是為了寒冷的時候披的，或者是大和尚說法的時候比較莊嚴才披的，有時候天氣熱還是不搭的、因為它厚又重。但是說法的時候多份都是披通肩衣，平常是偏袒右肩，在說法和托鉢的時候是通肩衣，不能偏袒右肩。我在哪兒穿袈裟和托鉢的生活過了幾個月，在我心裡頭就感覺著！哎呀！我現在跟釋迦牟尼佛座下出家了，我一點不會想貪，身上要帶多少錢呢！我要這個、我要那個，自然就

感覺愈簡單愈好。

佛法傳入中國是在東漢時代，最初佛法傳到中國，是誰傳進來的呢？其實不是中國人，是印度的梵僧。梵僧把佛法傳到中國，他們在這兒很苦呀！要靠中國人來供養，中國人能相信佛法，是他們把佛法傳給了中國人，初期的時候是這樣的。到中期的時候，有梵僧來中國，有中國法師去印度取經。到後期的時候，可以說都是中國人去印度取經的。根據佛教的歷史分成三段，是這樣分的。但是在中段的時候，不但翻譯還講解經，到後來呢！到了隋唐以後，不但講解還創立宗派，例如：天台宗、賢首宗 等，這些宗最初沒有，是佛法到了中國以後才有的。



談到這兒，再順便談到服裝的問題，傳說當時中國人由梵僧哪兒信了佛教、有人想出家，中國人要出家，

那你必須和梵僧一樣要披袈裟呀！我是一半研究一半傳說，因為中國文化和印度不同，據說，當時國家說：你只能信其教，不能服其服。所以中國出家人穿的這件大禮服、都是屬於漢服。後來國家的人改服裝，改成唐裝，後來又穿西裝，但出家人仍舊是穿漢服。這是因為當時中國人出家不能穿袈裟，不能穿袈裟那就穿漢服。在戒律上說，比丘要與俗服有異，要跟在家人穿的不一樣，那現在就不一樣了，出家人不能穿唐裝、不能穿西裝，漢服就變成出家人的服裝了，這是服裝的問題。

好像現在中國有一段最初在建國時候，傳說是宗教局約出家人開會討論，出家人的服裝問題。那時候虛雲老和尚及能海老法師都有參加，能海老法師是留西藏的，藏文也好、漢文也好，佛學也好。那麼虛雲老和尚是國家第一位高僧，在開會討論出家人僧裝的時候，國家就注意到，一般人穿衣服連

布都沒有，你們出家人長袍大袖，然後也不生產，這個服裝要改革，佛教徒就說改革呀！我們要依照佛制，國家代表人說：佛制是穿什麼？能海老法師就說，佛制是穿袈裟，虛雲老和尚說，我們中國佛教呢！圓領方袍這就是僧服，講這個話的時候，還有國家政府的官員在，到現在還是原來的樣子，假如當時虛雲老和尚不說話，可能中國出家人的服裝就有改變。

我們現在是講戒律的問題，隨便講到自己的思想，我沒有去緬甸托鉢化飯的時候，我也沒有這段話，那時候我曾想過，我們中國出家人，在冬天沒什麼大問題，到過夏天熱的時候，我們要做早晚課過齋堂，最少要穿四層，裡面內衣、掛褲、海青、再加搭衣。那熱起來，我們都經過了，汗都流到外頭，海青都有白圈，那個汗味啊！是很不衛生。在那時候我有想過，他們南傳比丘是穿袈裟，那我們

中國出家人，和只穿袈裟不同，但只要穿套掛褲，外搭袈裟，不用海青，這就簡單多了，而且也是很莊嚴。那現在呢！話再談回來，想是想啊！我們做不到，後來就又想服裝的問題，因為日本和韓國、西藏，僧人穿的也不一樣，就想到中國出家人的服裝是改不了了，因為傳統的佛教兩千年了，大家多份人不同意改，既然如此，當中國和尚就穿中國裝，應該大家要一致就好了。

可是現在呢！就說台灣好了，有南林精舍是女眾持戒念佛的道場，是穿的袈裟裝。還有其他的道場講戒律，就穿中國裝，是嚴格持戒。也有的是有時穿中國裝、有時穿袈裟，但是少數、各位都知道的。這樣呢！衣服比我們還多，比南傳比丘穿袈裟的更多。這是我的看法，出家人愈簡單愈好，不管你怎麼樣、要簡單就好，如果為了外邊的莊嚴或如法而很繁複，這也是打閒岔的。

再說持戒道場服裝不能夠統一。在淨心長老當佛教會長的時候，一次召開華僧大會，有香港覺光長老等、有台灣的很多法師，也有印尼、南洋等各地的華僧代表，開會一共3天，第一天淨心長老讓我當臨時主席，我說我不會當，他說：你不當不成，我們就討論戒律的問題。我就提議說，我們出家的比丘跟比丘尼的服裝顏色應該有不同，比如說：都穿黃的要分顏色輕重，或者不穿黃的，或者男眾穿黃的或者女眾穿什麼顏色，大家討論一下，改的方法我也想過，給那佛具店或做僧服的地方，每個地方給他們留個樣本，這樣慢慢地就改了。在開會當時就有好幾百人，都是出家人。我就提議：第一、比丘比丘尼服裝要有分別，為什麼呢？因為我們在美國看著，上洗手間在飛機場及各地公共場所啊！有的攔著不讓你去，有的年輕比丘比丘尼分不出來，分辨不出性別，我就有這感想，給人家看

笑話，既然讓人看笑話，那我們自己就要討論，應該我們要怎麼樣做，讓人不鬧笑話，讓人一看就知道，好像外國神父修女，他們一看就知道，那我們比丘比丘尼，主要分別就在服裝上，服裝要整齊。第二、就是早晚功課大家一致，人多的比如超過二十個人以上的，念的功課怎麼樣；二十人以下的，因為念多了太累，把它減怎麼樣減法，把這功課規定，人多的和人少的道場，都規定了。你到我這兒、我到你哪兒，大家不用問都念的一個樣。第二個我還沒提議呢！頭一個就出問題了，出什麼問題呢！我一提服裝的問題時，有一位長老比丘尼，她說：法師你們能講經、我們也能講經，你們能修行、我們也能修行，你們怎麼樣、我們怎麼樣，她說這個話，大會沒有人出聲。我就說妳請坐，我就給分析了，我怎麼分析法呢！我剛剛提這服裝不同的制度，並不是說誰高誰低，我沒有這個意思，我

舉一個例子，在家人夫妻是平等的，但是太太要穿旗袍、穿裙子，那先生能穿不能穿呢？你說一樣，大家平等嗎！我說這不是說誰高誰低的問題，是性別的問題。我提議沒人出聲，就是不能通過呀！

今天還有一個問題，我看見有的長老穿灰長衫，徒弟門人穿黃色的，大家都能看的到的。在美國有時候外國人問我，你們穿什麼樣的衣服是代表什麼身份嗎？我就跟他們說啊！在中國出家人中穿黃色衣服，是做方丈、住持，或者當法師、真正昇座講經的法師，其他的出家人是兩種顏色：灰色、黑色。可是後來不到十年，到美國的出家人就多了，就我剛才說的：長老穿灰的，學生穿黃的；也有長老穿黃的，都有啦！這樣外國人再問我，我就答不出來了，因為制度、我沒辦法回答啊！

在外國人來講，感覺不太對勁，因為我看到這些個，我才建議提議，但是因為我們在中國弄慣了

，不感覺好像沒有事。還有人講：大乘佛法重要是在心裡頭，這些服裝是外表，大乘佛法是心法，這也對啦！但是要研究大乘佛法，最初是從哪裡來的呢？是從印度來的。印度當初叫北傳佛法，北傳和南傳相對，當初在印度的出家人，是在思想上，分為北傳佛法就是大乘佛法的人啊！其實也是穿袈裟他也托鉢的。我看在台灣出家人的服裝就是各自發展，就是中國佛教會我和淨心長老他們談過這個問題，他們也沒有具體的辦法，他說辦法也不一定通過，開會也不一定都參加。

現在是說戒律，如果戒律道場，大家都說這個地方是持律的道場，主要的是持午。可是那些不標榜嚴格持律的道場，是不是把戒都犯完了呢？也不是的，也是要儘量持戒的，不過持午呢！就有些出家人晚上吃、有些也不吃，在其他方面也是盡力，大家保持戒律，因為戒律不是一條兩條。

為什麼持午，在這地方就能代表戒律道場呢？因為我從出家也持了幾次的午啊！這一次開午是到美國之後，因為晚上去讀英文，沈家楨居士說：法師啊！你們來美國呀！要弘揚佛法，身體健康很重要，我們要給你們買醫藥保險，你們要保重身體啊！你們晚上不吃飯，這樣去讀英文，每天晚上 7 點到 10 點，有時會下大雪，身體很重要。我一聽，我們身體也重要，我們的責任到那兒要講經，我們還要讀英文很累，那我的醫藥保險在中國不用買，在美國要買要花錢，哎呀！不要給人找麻煩啦！晚上就吃飯了。就從那個時候到現在，晚上不吃還不成呢！吃習慣了，年紀也老了。

我到緬甸的時候，那是嚴格持午，但又是吃素。他們所謂吃齋，在佛的戒律上所謂的吃齋呢！是指著持午說的，持午叫齋。比如你在緬甸當和尚，你見了緬甸泰國的和尚，你不能問他，法師

啊！你持午不持呢？這句話你不能講。比如你見了一個中國的出家人，你也不能問他，法師啊！你吃素不吃啊？你能問嗎？不能問的，這是自然的。南傳法師自然持午，你不能問他持午不持，見到中國出家人，你不能問他，吃素不吃素。

現在我們討論到這兒，如果是這兩條，一個是持午、但是吃三淨肉的，一個是吃素、不吃肉，但是晚上吃飯的。如果要你隨便挑一條，各位想一想，我研究到這兒，要是我呢？我還是要吃素。因為我們是學大乘佛法的，不能吃眾生肉，這個戒殺啊！非常重要，殺害眾生、吃眾生的肉，我們現在決定不能吃眾生肉。那南傳比丘是因為當初他們沒有辦法，要托鉢，要吃三淨肉。佛後來在大乘經裡頭，也是說不能吃眾生肉，小乘是吃三淨肉，我是托過鉢的，但我仍然是吃素。

談到這個地方，我的想法是說兩個要比較起來

，兩條只能挑一條呢！寧可晚上吃飯而不能吃眾生肉。另外晚上不吃飯，因為當初釋迦牟尼佛制這條戒的時候也有原因，什麼原因呢？因為在印度，出家人托鉢呀！你一天到居士家托兩次，人家要供養，簡直家裡太忙了，所以釋迦牟尼佛說，我們出家人，一天托一次，吃飽也就可以了，因為打坐修禪定多。另外還有一個原因，就是有位比丘黑光尊者，晚上去托鉢，有一婦人懷胎，供養他，一看他嚇了一跳，就墮胎了。所以佛就說以後晚上不要托鉢，佛制這條戒是為了防護譏嫌戒。還有的問題我們以後再研究，今天就講到這兒。謝謝各位！

2010 年智海上人弘法略記

聖慧記錄

師父上人的弘法行程，除了本寺每月傳授八關齋戒開示、並一年一度的佛七共修，每天開示法要，就是師父週日講楞嚴經，現在已講到第十卷，快要圓滿了。

在三月十八日河北省水岩寺存海法師特來邀請師父到水岩寺參加主持開光，會有三位長老主持佛像開光，師父是其中一位。存海法師想了解美國的佛教如何弘揚，相對的這裡信眾也好奇想知道國內佛教的發展如何？

存海法師喜歡與師父談論佛法，也都會問到教義和修行方面的問題，自從去年法師接了師父天台法脈，對於天台宗方面更想進一步的了解，法師四月二日便回水岩寺。

五月二十四日德州玉佛寺宏意法師領著二十幾位信眾來到本寺拜訪，我們以茶點招待，宏意法師鼓勵大家把握機會向長老請法，最初大家客氣不肯先問，有一位開頭便多人請問了。師父先講佛教最初傳到美國是很不容易，華僑沒有那麼多，換句話佛教徒移民到美國想找一間寺廟拜佛也不容易。師父鼓勵大家在德州，好好的擁護淨海法師、和宏意法師，所謂善知識是大因緣，多培養我們的善根，隨後大家發問修行方面的問題。



五月二十七日師父上人與和居士等一行十一人，從舊金山塔機，經過十多個鐘頭，才到北京首都機場，存海法師和居士們特來接機，大家相見甚

為歡喜，到了水岩寺已很晚了。

五日二十八、二十九日，這兩天四眾弟子都忙著六月一日的隆重日子，師父除了調時差，有時候居士來請問佛法，也會隨緣開示。存海法師為了大眾把握聽聞佛法的機會，請師父為大眾講解楞嚴經的序文，希望大家對楞嚴經稍有了解。這兩天雖然有一點風雨，特別在晚上，還會打雷呢！但都沒有影響到大眾聞法的興趣，而且聽得很法喜，可見大家為法的心切！

我心中還擔心開光那天的氣候，真是三寶加被，在六月一日那天，陽光普照，人潮越來越多，四眾弟子和義工們各守本位，一面熱心招待來賓，一面忙著進行方丈晉山升座、和佛像開光的大典。由於大家的齊心努力，以及合作的精神，使得盛會做得那麼圓滿。令從美國來參加盛典的信徒，大開眼界，大家都說：感謝師父帶我們來水岩寺，能看

到如此莊嚴的慶典，在國外很難得見到這樣隆重的場面，感到中國佛法如此興盛，真是很高興！

上午開光圓滿之後，下午兩點半，因為存海法師招待賓客太忙，師父代他傳授三皈五戒，報名的皈依弟子很多，師父先開示皈依的意義，然後才傳授三皈五戒。

六月二日上午九點至十時半，師父為大眾簡要的講解在家菩薩戒，先令戒子了解在家菩薩戒的重要意義，戒子們很認真的聽，希望順利受戒能受持不犯。在此時間，幸有台灣甘露寺聖念、聖忍等諸師幫忙，先已為戒子們演禮，然後在下午才能正式如法受菩薩戒。報名受戒的戒子很多，大殿都站滿戒子，受完菩薩戒之後大眾都很興奮，已滿了自己的願，戒子們都抱著歡喜心與師父和存海法師在水岩寺山門前合影留念。

六月四日，存海法師把水岩寺常住的事情都放

下，奉陪師父和我們大家，僧俗一行數十人，便包旅行車起程去北京各處參拜道場，首先到潭柘寺、戒台寺兩大古剎禮佛、再到西山靈光寺佛牙塔禮拜舍利。又到城內廣化寺，這都是師父心想去的寺院，師父六十年前在這間廣化寺讀過佛學院，由當家法師帶我們先去大殿禮佛並合照留念，當師父說在這裡讀過佛學院，當家法師很驚訝的說：今天很幸運能與長老見面，真難得啊！師父便說過去在此讀書的點點滴滴，法師聽得很有興趣。

六月六日，從北京開車直往山東，先到曲阜孔子廟的城市，參觀完再開了六個多小時，再到青島湛山寺，這是師父多年來想去的地方，師父懷念倓虛老法師。明哲長老和師父見面暢談，彼此談到幾十年前的故事，和出家後親近大德的經過，長老談到親近應慈老法師和圓瑛老法師的經過，師父談到親近慈舟老法師時候，看過書寫的華嚴塔，那時候

本煥老和尚才四十多歲，現在已一百多歲了。

師父又談到在香港親近倓虛老法師，在倓老辦的佛學院讀書，倓虛老法師慈悲和藹，說法微妙，辯才無礙，培養僧才心切，師父上人非常敬佩倓老，明哲長老聽得很有興趣，又討論到中國佛教的未來展望，大家都很樂觀。

我們到了倓虛老法師紀念堂，並禮拜老法師的紀念塔，師父禮完塔之後，便走到塔前，用手輕輕的拍著塔說：老法師呀！我來看您囉！我們從此可以看到師父多想念倓虛老法師啊！明哲長老很親切的留我們數十人，在湛山寺用過豐富的午齋之後，我們依依不捨的告辭，又返回秦皇島水岩寺。

這次美國佛山寺和台灣甘露寺的四眾弟子，中國之行，很有意義，一來參加到水岩寺開光慶典、並且師父想去的寺院也都去了。我們從美國和台灣帶些師父弘法的法寶，不管大本著述和小叢書，同

行的居士每人負責帶一套，都有幾十本，並帶有師父弘法的光碟，沿途所經過的地方和寺院盡量散發，廣結法緣。凡遇到請問佛法的人，師父都有耐心解答，並以帶來的書和光碟結緣，有時候隨身帶的書和光碟不夠派，想要的人很多，只有抄下本寺的網址，請他們好上網看。我感覺現在拜佛的信眾，很多不是只求佛菩薩保佑，還很喜歡研究佛法呢！

到了十一月份，師父到香港和台灣，去香港是想拜訪多年沒見的融靈長老和覺光長老。我和師父於十一月十六日到了香港，羅普印和李賢勤等幾位居士來接機，我們從機場直到大嶼山觀音寺，拜訪融靈長老，長老見到師父說：我們很久沒見啦！便很親切的一直握著師父手，大家自然暢談起幾十年前年的點點滴滴，也很懷念那時候的生活。長老很客氣請我們在寺內吃午齋，讓我們珍惜到這一時刻，能多聚一聚，當家妙光法師帶我們參觀萬佛殿之

後，便告辭離開，長老很客氣一直送到我們上車。

師父安排一天去拜訪覺光長老，約了下午三點去觀宗寺，覺老見到師父便說：我很想念你呀！很久沒見囉！長老很親切的握著師父手，慢慢談、慢慢走。我們在大雄寶殿拜過佛，便到客堂坐，長老談到在香港申請釋迦牟尼佛誕公眾假期的艱難，香港沒回歸前英國政府始終不通過，到了回歸中國之後，終於順利的通過了，這是佛教在香港的突破，非常的不容易。長老又談到佛教在香港發展之中，信眾增加的很快，年輕人信佛的很多了。



在香港的時間雖祇有三天，但時間都沒空過，李賢勤和羅普印居士都會約蓮友來請問師父佛法，多在素菜館用齋時請問師父如何用功修行，師父都為大家解答，使令大家滿意歡喜。我們又到青山參

觀過荷石精舍、圓明寺、這是暢懷法師新興的道場，暢懷法師和師父也有談到精舍隔壁便是佛慈精舍，這是妙蓮長老在香港曾經住過的地方。

我們還到香港清水灣湛山寺，該處是倓虛老法師的塔院，現在住持佛智法師帶著我們去禮拜倓虛老法師舍利塔，師父在客堂談到倓公在香港弘法的經過，以及辦佛學院培育僧材的艱苦過程，佛智法師聽得很有興趣，因為法師是後期才到湛山寺，這些轉眼就已經幾十年了。

十一月十九日便到台灣，由聖念師等人接機，聖忍師照顧甘露寺常住，師父住在甘露寺，一切都很方便。二十一日甘露寺預定佛一共修，除了上午念佛，下午有師父上人講開示，本來開示一小時，因開示後信眾發問，便講到快兩個小時。

二十四日，我們一共有二十四人，聖忍師租一輛小巴，開車三個小時直達台中，先去拜訪真華長

老，侍者說長老很高興，早就坐著等待，長老看到師父便握著師父手，開口便說：好久沒見囉！真高興見到你。那天長老和師父談得愉快，也是說過去修行參學經過，談得投機，想多談談，又很疲倦，因為長老那天感冒，吃了西藥，總覺得想睡，就沒陪我們去用午齋，並交代侍者招待我們到附近素菜館用齋。

跟著開車去南普陀拜訪道海長老，師父想與長老多見面，長老和師父很談得來，談到在國內和香港參學的經過，南普陀佛學院同學們聽得很有興趣，他們很喜歡聽長老們講過去幾十年的參學和弘揚的故事。

二十七日，佛陀教育基金會邀請師父上人去為信眾講佛法，題目是方便開示，講了一個半鐘，現場直播，大家聽得法喜並發問問題，師父都一一解答，大家法喜。

二十八日早上，普應居士帶幾十位蓮友來甘露寺，供僧請法，午齋方面普應居士親自下廚，煮了很多道美味齋菜，供養大眾，她真是非常發心。當天下午三點，佛教衛星電視台來甘露寺採訪，是問有關戒律問題，請師父開示解答，現場直播五十分鐘，等到錄影的主播手指劃一小圈，便要停止。我在旁邊看得緊張，題目是臨時出的、又限定時間，並現場直播，真是高難度，但師父不慌不忙講得頭頭是道，那位主播手一劃小圈，師父說一聲，謝謝各位收看，便停了。那位主播便鼓掌說，不愧是一代長老，講得很圓滿，真的不一樣啊！

這十來天總算順利，師父身體還好，所安排的行程和開示的佛法，都能圓滿，真是三寶加被！

冬季養生小tips

福建中醫藥大學康復醫學院
王薊斌 博士、副教授
加州註冊中醫師



一、睡眠

冬天夜長晝短，是人體陽氣閉藏的季節，提示人們應“早臥晚起”。早睡以養陽氣，晚起以固腎精。在冬天熬夜的傷害比平常更大，因此更要避免晚睡。晚 11 點之前要上床休息，太陽出來再起來，以順應大自然冬“藏”的節律。

二、飲食

冬季對應五臟的腎，腎為先天之本，主藏精，冬天是補腎藏精的好時機，吃種子類和果實類的食物都是很好的滋補。一些黑色食品都有補腎的作

用，如芝麻、核桃、腰果、木耳、黑芝麻、黑豆、海帶、紫菜等。冬季飲食忌粘硬生冷，可以補充一些性質較溫有補陽作用的食物，如糯米、桂圓肉、板栗、松子、花生、葵花籽等。將這些食物做成熱粥食用能養胃氣，尤其對老年人或消化功能較差者適宜，如紅薯小米粥、栗子粥。中國民間傳統的“臘八粥”，用多種不同的果實煮在一起，常吃此類粥可以增加熱量和營養。冬季進補時要注意避免過分滋膩，“冬吃蘿蔔夏吃薑”的諺語提醒人們冬天適當配合吃些理氣作用的食物，可以幫助脾胃消化吸收進補的食物。當然，進補還要根據個人的體質特點選擇，不能盲目進行。

三、運動

冬季氣候寒冷，萬物都處於潛藏的狀態，人也要相應減少活動，不要輕易地擾動陽氣，要保存精氣，為來年的活動做準備。冬天容易情緒低落，

可以做一些和緩的運動，如太極拳、五禽戲、八段錦等，但要避免出汗過多的劇烈運動，一來陽氣隨汗液外泄，二來出汗後容易著涼。所以要注意“去寒就溫”，每晚睡前可以熱水泡腳，保持足部溫暖避免“寒從足起”。還可以在泡腳時自己做些簡單的按摩，如順著小腿內外側縱行向下推按到足底，可以按摩足部的三陰經和三陽經。

總之，順應季節規律調養五臟，冬季“防寒補腎”，才能使精氣內存，頤養天年。

本寺出版書籍：

靜坐數息法要	智海上人著
八識規矩頌偈解	智海上人著
念佛圓通章集解	智海上人著
法華大綱	智海上人著
唯識大綱	智海上人著
大乘起信論集解	智海上人著
般若心經集解	智海上人著
智海長老七十華誕紀念集	高普願主編
智海長老八秩華誕紀念集	高普願主編
影塵回憶選錄	智海上人選錄
佛教之聲 (智海上人電視弘法)	高普願編
Understanding the Heart Sutra	translated by Hui-Yee
Bodhidharma's Meditation For Settling The Mind	translated by Hui-Yee
Perfect Realization by Mindfulness of Buddha.....	translated by Hui-Yee
Bodhisattva Forest of Awareness's Praise of Buddha ...	translated by Hui-Yee
Dharma Rhymes (First volume).....	translated by Hui-nien
Dharma Rhymes (second volume).....	translated by Hui-nien
Understanding The Awakening of Faith in the Mahayana..	translated by Hui-Yee
Walking the Buddhist Path	translated by Hui-nien

般若佛學小叢書系列：

智海法師簡介	學佛人應知	內空外假	根本禪大意
智海法師法語	解脫的根本	剎那之間	學佛的方向
念佛法門偈語	心靈的力量	禪的知識	善知識難遇
禪的基本實習	世界的明燈	一盞明燈	心靈的甘露
佛教的因緣觀	覺林菩薩偈講義	回頭是岸	般若與禪的訊息
淨土法門開示	達摩禪的安心法	中國佛教傳入紐約	
佛學問答 (一)	佛音遍大千 (一)	佛音遍大千 (二)	

結緣 CD：紅螺山念佛初版、再版。念三寶消業障初版、再版

結緣 DVD：隨喜功德安樂自在、華嚴經選講－淨行品

(佛學講座) 觀音菩薩修證法門、達摩禪的安心法、
心靈的力量、剎那之間、佛教之聲、楞嚴經選講