

假如我富有，富有是一種罪過，因仍有貧窮眾生。

假如我安逸，安逸是一種罪過，因眾生仍那麼勞累。

假如我「歡」笑，「歡」笑是一種罪過，因眾生仍有那麼多苦難。



佛教三大系的特色與優劣

勝軍

佛教的流播有三大系即 一. 原始的上座部南傳佛教，主要由南面弘傳至東南亞一帶，包括泰國、緬甸、柬埔寨、斯里蘭卡、老撾等國。二. 初、中期大乘的漢傳佛教，主要由北面弘傳至中國、日本、韓國等地。三. 後期大乘的藏傳佛教，主要由西北面傳入，弘傳至西藏、青海、蒙古一帶。

這三大系的弘傳，各有特色，優劣，發展多姿多采，俱源於釋迦佛的教法，嚴格來說，沒有優劣之分，只有契機契理之別。其發展皆在與各民族的民風調和，釋迦佛真的很慈悲偉大，他的教法在各民族中都能充分發揮，淋漓盡致。不同民族都有因教而得大成就者，且不斷發展成長，使能更切合當地民眾。只可惜很多信眾貪新鮮，好奇，適合自己民風的宗派不去接受，卻趨向於與自身不調和的教派。請特別注意，各教派的成立與發展，與本身的民風與民情有密切的關係，適合當地大部分人的根器，輕率地選擇別派非明智之舉。

一. **南傳佛教**忠於佛陀的生活模範，重原始風範，如赤腳，托鉢，應供，樹下坐等。偏重於出離心，解脫道，嚴持戒律，很注重禪修，包抱各類如四禪，四念住，動中禪，安般念等，踏實而有效的修行方法。其刻苦，頭陀行的生活方式，與印度的瑜伽行者接近，都是遠離塵囂，物慾的自了修煉。當然這系的發展跟印度的民風民情極接近。

南傳佛教經論不多，可看出其注重實修，不太重視思辯，哲理，文化，學統等。教育制度，學院發展也不足夠。簡言之，側重於自了，很多制度都流於形式化，不太適應變化快速的現代社會，但也許正是其優點，保存著佛世簡樸及實修的忠實。當然，佛陀的大乘本懷及真精神畧嫌淡薄。

二. **漢傳佛教**有豐富的經論，發展多樣化且趨於圓融，探求哲理性的高度發展。包容性很大，與中國固有文化，包括儒家，道家等激盪融和。對琴棋書畫，文人雅士各方面的學術性影響很大，可以說佛教已融入生活中，而佛教給人的印象是無爭，優雅，和而不流，隱逸，不吃人間煙火。這雖與佛法有點偏離，但無疑也是民眾心目中的理想形象，也是中國儒士與隱士的民情。

佛教在中國發展的思想性特別強，他的圓融性，包容性達於顛峰，甚而迷失了自己，這對於學術發展極為有利。而判教思想在中國是一很大的貢獻，使後人在研讀浩如煙海的經論中能有所安立，掌握。其次，中國的清規，叢林制度，更是一大突破，他融和中國的民風、...>

民情，調和時、空、政治，卻能掌握佛教的教義，精神，可說是了不起及大胆的創造。而吃素、念佛的普世大乘精神尤值得稱道。慈善事業方面，佛教一直默默而謙卑地作出貢獻。任何朝代的災禍、苦難，佛教俱在旁協助。教育、義學、文化，除政府外，佛教是最重要的角色。但由於佛教謙厚，不執著的性格，這些方面的貢獻，往往不為人察覺，而被評為不理世事，不事生產。不計名利，不分你我的義工精神，在漢傳佛教有著優良的傳統，源遠流長，世代相傳，很能體現佛教的大乘精神。

漢傳佛教的缺點是教育制度不夠強，未能有效地培養人才。學院不足，未能將法義發揮。踏實的修行方法不夠多，不夠深入，道次第弱。法義發展皆在思想及哲理性層面，未能結合到修行、應用、普世中去。

漢傳佛教積弱，原因錯綜複雜，導至信眾信心不足，往外他求。沒察覺到教內教外其他系統也正風雨飄搖，積弱不一定比漢傳佛教低。對求法的信眾及教內外各系的困境，我都表示由衷的深切同情。

三. 獨特的**藏傳佛教**，涵蓋了三藏十二部的教法，嚴謹的修道次第，虔誠的大禮拜。小國寡民的西藏，人材輩出，影響深遠而廣泛，其優點在那裏？

當推他的明確修道次第、虔誠的信仰、踏實而謙卑的修行，對佛學切要的掌握及嚴謹的教育制度。當然，這些背後都有精嚴的經論支撐。他的特色：因明理論、中觀正見及本尊瑜伽，更是其他二系所不彰的。

藏傳佛教偏重於信仰，全情投入，尤其對上師的教言，雖有懷疑也會照行，其虔誠度非重智的漢傳佛教可比，此亦可證藏傳佛教不太契漢人。藏傳佛教訓練嚴格，教育制度嚴謹，單五大論的學習已超十年，非一般人能負荷，亦證不適用於漢人。

對佛法的掌握，藏傳佛教也能做到精要簡潔的總持，例如注重菩提心；自他交換；聖道三要；修心七義；修心八頌等，是佛法中的精粹。

重神通、效應快、政教合一，某些派系更可娶妻吃肉也是其他二系所沒有的，可視為其優點，更可視為其缺點，亦是外道騙子喜歡利用藏傳佛教作棍子的原因。

正因藏人虔誠，培植了藏傳佛教「迷信」的色彩，如轉世，神諭等，當然這些「迷信」也有他的效用性，如權威的建立，民族的凝聚，教化的方便。也是其他二系所沒有的，也不太適合藏族以外的民情。

除了以上多點證成藏傳佛教不太契機漢人外，更有一點是歷史中，修學密宗的人雖多，得成就者卻少；尤有甚者，出事的人更多。當然，這些都不是藏傳佛教的過失。

以上是三大系的特色及優劣，而佛教本身相對於教外，他的特色及優劣在那裏呢？

首先要談的是佛教的法特別猛利，由於契應真理及方便，法義能收立竿見影的效果，很多人會因一本佛書，甚或一句經偈改變了一生，從此踏上解脫之道。這尤須各教友注意，法為三寶的核心，一切活動、媒介、善行皆須圍繞法義去助成，否則成了本末倒置，更要對法有信心，因為他能改變一個人，是最佳的助人法，邁向解脫道。

其次要談的是佛教乃真慈悲的宗教，這可從歷史中看到，佛教沒有所謂宗教戰爭，殺戮，他的慈悲且遍及蠢動含靈，給予無限的關懷，幫助，那種普世精神是無遠弗屆的。此外就是他的出世思想，因為從正見中看破世間的顛倒性，故能放下煩惱、執著。注意出世並不是否定世間，離卻人間，而是遠離世間的顛倒，踏上正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定的成佛大道。

當然，這會做成對世事不「積極」，不重鬥爭，冷淡的「懦弱」性格，且與世間格格不...

入，甚而對立。是好是壞還需大眾去衡量，是否還有折衷的路？此外，佛教的組織也弱，對內部不如法的個別分子，未能做到有效的壓制，刑罰也輕，自做成內部權威性不夠。到最後當惡化到只有由外人收拾殘局時，決非教內及教外之福。

在家居士在佛教史中佔有非常重要的地位，只可惜在家的組織，在家人的功效都被忽略，沒有作系統性的建立，發揮。各團體教派的合作，互動極弱。這不但有違佛教教旨，且造成封閉，僵化的局面。最致命的是佛教教育做得不好，不足夠，這都有待加強，如更能兼顧延續及廣泛性的慈善事業，配上國際性視野，定能使佛教更豐盛，饒益大眾。

以上是佛教三大系及本身優劣的一點探討。但這裏一再強調並非各系及本身的過失，且當中更有很很多例外。這只是一些粗略及概括性的分析。如何修學？如何發心？還須週詳的自我了解及環境評估，善知識的引導。當然，最重要的是放下我執，發起清淨無染的追求。（全文完）

一切從隨喜開始 須蜜那

信佛後，該如何開始新的人生？該如何簡要地修行，對待一切事物而直趨佛道？除一些德目外，更應要一切從隨喜開始。

隨喜是一個既容易，又艱難的法門。他容易的地方是不用付出，功效卻大得無可估量，隨喜功德甚而比作功德的人更大，粗俗點說是一本萬利；他艱難之處是對治嫉妒心，幾乎每一個人天生就不喜見他人好，尤其比自己好的更不能接受。當見到眾生苦而發大悲心去幫忙容易，但見到眾生環境稍好而要令他們更幸福快樂則不為。總會想，已經幫了他很多，該是他自己努力的時刻，與其接濟他，不如接濟自己。自己不是更苦嗎？如要幫忙到比自己更好可說絕無僅有，不要說隨喜了。可見菩薩的偉大處。「眾生未成佛，自己決不成佛」，其悲心、無我心及隨喜心已臻圓滿。這可見隨喜是從心出發，只有內在的廣大心及菩提心才能圓滿隨喜功德，一切外在的事相及美言只是虛假敷衍，造作有漏。

隨喜是一個極佳的法門，世間人一般只能見到不好的事物，卻不能見到好的事物，如果沒有喜心，這個世界將更灰暗。世間的大悲心充滿憂慮、幸災樂禍及自我膨脹。不及這法門充滿喜悅、祥和、安樂；更不會從心底出發，轉化這個世界，莊嚴淨土。

隨喜心很自然發諸於行為而成讚嘆、鼓勵、勸請。對他人的善行，首先發起隨喜心，繼而讚嘆，跟著鼓勵，作一些支持或是參予，再勸請作更多更佳的善行。隨喜如能加一點善行，相應菩提心而形於外將更圓滿。

個人方面，不但對自己的工作要有喜悅心，對公司、同事、上級、下屬也應該有喜悅心，因為大家都同為社會大眾作出貢獻，同心同德，是親密的戰友，也要對自己的人生目標、學習、成長、成就充滿喜心，將這喜心擴展出去，使其他人也能隨喜功德。

在家庭及社會中，更要隨喜所有好事，作出讚嘆及鼓勵，使好事能延續下去，開花結果，更勸請作其他好事。因此，見到賣旗要隨喜；見到服務員表現好要讚嘆，或是寫信讚賞以資鼓勵；見到家裏人作好事更別忘讚嘆。

在自己宗教方面，應常時隨喜讚嘆、幫忙，功德更大。每天要隨喜稱讚如來、請佛住世、請轉法輪。簡言之，每天都要隨喜，誦普賢十大願。不時為他人說，隨喜功德的重要、好處，鼓勵其他人去修行隨喜功德。

能否作好隨喜，可以無我的標準作考核。我執、我見愈輕，喜悅心、功德愈大。否則，多作反省，觀照自己的心念，是否帶有煩惱。尤其對嫉妒心更要小心。



地藏經法要 (…續) 賢護

吾觀地藏威神力，恒河沙劫說難盡；見聞瞻禮一念間，利益人天無量事。

因果雖錯綜複雜，但重善因，得善果，心存好念做好事自有善報是必然的。相反，做惡事便有惡報，地藏經裏這些描述極多。以下兩類因果需留意：

(1)一般因果：可見於地藏菩薩的教化中：「四天王！地藏菩薩若遇殺生者，說宿殃短命報；若遇竊盜者，說貧窮苦楚報；若遇邪淫者，說雀、鴿、鴛鴦報；若遇惡口者，說眷屬鬥諍報；若遇毀謗者，說無舌瘡口報；若遇瞋恚者，說醜陋癱殘報；若遇慳吝者，說所求違願報；若遇飲食無度者，說飢渴咽病報；若遇畋獵恣情者，說驚狂喪命報；若遇悖逆父母者，說天地災殺報；若遇燒山林木者，說狂迷取死報；若遇前後父母惡毒者，說返生鞭撻現受報；若遇網捕生雛者，說骨肉分離報；若遇毀謗三寶者，說盲、聾、瘡癰報；若遇輕法慢教者，說永處惡道報；若遇破用常住者，說億劫輪迴地獄報；若遇污梵誣僧者，說永在畜生報；若遇湯火斬斫傷生者，說輪迴遞償報；若遇破戒犯齋者，說禽獸飢餓報；若遇非理毀用者，說所求闕絕報；若遇吾我貢高者，說卑使下賤報；若遇兩舌鬥亂者，說無舌百舌報；若遇邪見者，說邊地受生報。如是等閻浮提眾生，身、口、意業惡習結果，百千報應，今麤略說。如是等閻浮提眾生業感差別，地藏菩薩百千方便而教化之。是諸眾生先受如是等報，後墮地獄，動經劫數，無有出期。是故，汝等護人護國，無令是諸眾業迷惑眾生。」四天王聞已，涕淚悲歎，合掌而退。 一閻浮眾生業感品

(2)宗教因果：心靈修行方面的因果特別重，尤要注意小心，善巧對待，得功德獲福很多。如輕毀獲罪也很可怕：

「復次，普廣！未來世中，若有惡人及惡神、惡鬼，見有善男子、善女人歸敬、供養、讚歎、瞻禮地藏菩薩形象，或妄生譏毀、謗無功德及利益事，或露齒笑，或背面非，或勸人共非，或一人非，或多人非，乃至一念生譏毀者，如是之人，賢劫千佛滅度，譏毀之報尚在阿鼻地獄受極重罪，過是劫已方受餓鬼，又經千劫復受畜生，又經千劫方得人身，縱受人身，貧窮、下賤、諸根不具，多被惡業來結其心，不久之間，復墮惡道。是故，普廣！譏毀他人供養，尚獲此報，何況別生惡見毀滅？」

—如來讚嘆品

地藏經裏有很重的因果觀，作惡得罪的可怖描述，尤其地獄，很多人都懷疑是否實有。

「無毒答曰：『實有地獄。』聖女問曰：『我今云何得到獄所？』無毒答曰：『若非威神即須業力，非此二事終不能到。』」

—忉利天宮神通品

世間中，有富有，自有貧窮；有長自有短；有歡樂自有苦楚；有天堂自有地獄。在屠房、邊地等人世間已能見到地獄的雛型。「實有地獄」一點也不奇。

地藏菩薩開示了我們世間的艱難，似乎帶來了負面的訊息。但他同時教示我們極簡單、極有效、極全面的修行方法，卻往往被忽視，如何立願修持地藏法門，正是此文的目的。

(未完 ... 待續)

佛教消息

達摩難陀長老圓寂

長老生於斯里蘭卡南部一個村莊，十二歲出家，廿六歲考獲哲學及巴利文經典研究文憑，後獲得印度大學頒發印度哲學碩士學位。1953年到馬來西亞弘法，1962年創立大馬佛教弘法會（BMS），被譽為馬來西亞南傳佛教之父。著作有「佛教徒的信仰」、「如何無憂無懼過生活」等。曾有幸兩度被邀來港作弘法講座。



學佛者一直都爭議究竟先自度再度他人，還是該先度他人再度自己？有說自己未做好如何去幫人，正如不懂泳而去救人，只有齊遇溺，該先自度，學好後才有方法教人，否則只是以盲導盲。有說見眾生在苦難中不理會而耽於自度，於心何忍，縱使不能幫忙，也可陪伴左右，與眾生一起哀樂。如地藏菩薩的「眾生度盡，方證菩提」或楞嚴經中的「如一眾生未成佛，終不於此取泥洹」。

兩者誰對誰錯？其實兩者都對，大家不同的發心，不同的遭遇，不同的對象，自有不同的反應，不同的作法。在成佛的漫長路上，總有浮沈，曲折的掙扎，也有倒退，墮落的時刻。其間必經過無數次的失望，退而先自度；也有無數次的振奮，鼓舞，轉而先度他。經歷輾轉的反覆，最後體會那戲論的不實而達一真法界。

因此，不必掛礙先自度還是先度他，在成佛的路上，兩者皆是我們的實踐階段。由此，我們可體會法華經的一佛乘是何等高妙，聲聞緣覺乘只是一佛乘中的過渡階段，只是化城，仍需回小向大。

從眾生的關係網中，我們可見到這世界的人和事是息息相關的，關係密切。要快樂，必須身旁的人快樂，自己才能快樂；要解脫也是如此，此世上沒有獨善或自我解脫這回事。要就是一起向上，或是一起墮落，看如何取捨。

謹記一點，成佛非個人之事，沒有不度眾生的佛，沒有不利益無邊眾生而能成佛。因此，沒有自我解脫這回事。要先自度或先度他只是做法上不同而已。利益眾生，發菩提心是首要及前導，是因，自利是必然的果，毋須担心自我。應從利他中去自利，直達無我境界。

孤魂野鬼

寂慧



「汝等孤魂眾，我今施汝供……」

那天見到她正從荃灣精舍下來，面上一片茫然，在路上踟躕，問她要到那裏去，躊躇一會後，答說要上芙蓉山，隨即喋喋訴說著最近如何如何忙碌，到那些道場幫忙，還有那些師父曾經是她的服務對象，總是東匆匆，西忙忙，今天親近這師父，明天親近那師父，問她為何不安定下來，總算她厚道，一再強調幫忙完畢便轉到別的有需要地方去，就像雲遊僧，也像鳥不留痕。

問她最近做些什麼功課，她馬上答說參話頭，再不是念咒，也放棄了念佛。是否可惜呢？多年的修練，白白放棄。她答沒有感應，或許法門不當機，如今層次高了，從前的努力，就當是摸索階段吧。

這天見到她，正是深夜時份，繁華路上，從身旁擦過，頭髮已剃掉，一身出家人裝扮，拖著一個行李箱，低頭沉思，蹣跚走著。問她

往那裏去，竟答說「無所從來，無所從去」。埋怨出家後，沒法找到一所學校好好修學佛法，連基本的道理也不懂。問她師父在那裏，卻說不在香港，終年在世界各地被邀弘法，馬不停蹄；那香港本身的道場呢？卻有人滿之患，且是非多，不宜久留。

問她最近話頭參得怎麼樣？答說已不再參了，由於新出家，一切從新開始，更由基本功夫做起，在行、住、坐、卧中培養覺性，待師父回來後再請示甚深修法。

從前對那些灌頂法會，喇嘛教人念多少遍咒，傳法等總不以為然。自從多次遇到她後，覺得這些教導總是個落腳點，對這些徘徊的人，畢竟是好事。

千百年來，僧俗四眾到處流浪，活像孤魂野鬼，聞者心酸。祈願佛菩薩、大德能為指引，安頓，重新踏上成佛之道。

「汝等孤魂眾，我今施汝供……」



自我教言

作者：晉美彭措法王

譯者：索達吉堪布

(連載 6)

『自我教言』不只是入門的導引，更是久修行者的一面好鏡子，去反省及自我教言，為佛學及修行態度的明確指引，去除很多謬誤及修道上的倒見。書內一再強調聞思的重要性，正是建立『正見』的要素。

貪欲強烈的人，就像餓狗一樣。大家知道，餓狗白天晚上都是在為了自己的飲食而到處奔跑。那些不知足少欲的人就是如此，其內心始終存有一個貪心。或希求異性朋友、或名聲、或財富等等，分別念層出不窮。追求而未得到時，心裏異常苦悶痛苦，得到後心裏也是一點不滿足，猶如在火上澆油，貪欲的火焰反而愈加盛燃。也像夢中求水，喝了又喝不管喝多少也非常乾渴。若能將自己的貪心斷掉，則沒有如此劇烈的痛苦，所以我們應該精進於斷除自己的貪心。

要斷除自己的煩惱，就需要長時間地依止上師聞法，僅只聽一、二天的法，就不會得到明顯的利益。

有些人喜歡坐在山洞或樹下，這時鬼神就已經盯上他了，有些鬼神專門對此種人造違緣，以後極有可能會精神失常，這非常危險。雖然在佛經裏說要依止寂靜的地方，但前提必須首先依止上師相當長時間，斷除一切疑惑，比如對寧瑪巴的所有教典精通以後，才可依止寂靜的地方掩關修持。否則，對教理一竅不通，對上師也沒有虔誠的恭敬心，如此一個人在寂靜的地方修持就不可能得到任何利益，甚至還會有生命的危險。

我們再對此問題深入探討，一個修行人要到寂靜處修持，需要具足相當多的條件和要求。第一，他必須要恭敬上師，恆常修上師瑜伽，若能一心一意地祈禱上師，就不會有任何鬼神的違緣；然後，對大悲心也必須要修持，如果相續中真正生起大慈大悲的菩提心，那鬼神也不會加害。我們不管是修斷法還是修其他的任何法，依止上師都非常重要。

我希望大家不要一開始就住在山洞等無人寂靜的地方，首先應該依止具有法相的上師，認真聽聞佛法，最好不要離開聞思修。我這裏意思並非讓大家聞思一生而不要修行，但一輩子都在盲修瞎鍊而不聞思，這也是一種邪道。

釋迦牟尼佛在經典中指出，聽聞一堂課的功德也是不可思議。由此有些人可能會想：善星比丘通達三藏，像他那樣的聽聞已相當不錯，像他那樣的精通我們也是不可能，但善星比丘最後還是墮入了三惡趣。其中的原因是，像提婆達多或善星比丘這樣造五無間罪或是對上師生邪見的人，雖然他們已聽聞了佛法，但他們的罪業已把聽聞的功德摧毀了。比如，念觀音心咒的功德雖然非常大，但如果念咒之人殺了母親，那此罪業已經勝伏其善根。希望大家不要造五無間罪，這樣天天聞法，以後一定會往生極樂世界。

現在有些寧瑪巴及其他派別的弟子，認為不必努力聞思而熱衷於修行，以為整天閉起眼睛坐在那裏這才是究竟的修法，對此種說法我不太以為然。有些人說不需要聞思，就像普賢如來一樣修就可以成就了，但這種人也太不自量力，也不琢磨一下，自己是否是普賢如來那樣的根基！希望大家一定要再三地聞法，經常聞思輪迴的痛苦、祈禱上師、對眾生起大悲心、修自他交換的菩提心，這就是最殊勝的一種修行。

在無邊無際難以忍受的輪迴痛苦大海中，雖然暫時呈現了少許安樂，但這些安樂實際上都在引誘迷惑我們的心，就像是妖女的微笑不能相信。在本師傳中，釋迦牟尼佛在往世曾是一位商主，他到了一個羅剎洲，彼洲上的許多妖女就使用各種伎倆和欲妙來引誘他，那些妖女暫時顯得快樂殊麗，但其本性卻都是痛苦和誘惑欺騙。

這些暫時的快樂不僅是痛苦的本性，而且也在剎那剎那地變化，猶如閃電，這就是無常。

我們今天所擁有的財產，明天還是否還繼續存在呢？如今身體健康強壯，將來是否仍然無病快樂，如是等等，這一切都是難以預料的，所以，可謂「諸法如閃電」。人們貪著世間法，如何享受也不會滿足，猶如小孩貪吃甜美的糖果，再三地咀嚼也是嚐不夠。然而，世間上所有的法不管再美妙，也都不存在任何的可靠性。比如，梵天的財富在世間上屬於最為上等精粹，但這些財物以及他們所享受的妙欲也不會永恆，不值得信賴，也是沒有任何實義。

世間上的這些法不管如何千姿百態地顯現，其實都是空性，我們怎麼會對之生起貪心呢？有如是貪心，便會有如是痛苦的因。所以巴楚仁波切說：「當生貪心的時候，立刻就要捨棄它。」《佛子行》中也講，引起貪心的這個事物，必須馬上捨棄。

對於一棵芭蕉樹，當我們以理智逐漸分析它時，就會發現它裏面為空心，沒有一絲一毫的精華實義。如是我們深入細緻地觀察輪迴中的一切諸法，也會發現它們如同是芭蕉樹，所以在整個輪迴中都不存在一個可靠的法。

通過這樣的觀察，得到定解時，自然就不會對善妙的事物生起貪心，對低劣粗鄙的事物也不會產生厭惡之心，對一切法就不會產生粗大的分別念和執著；相反，我們會去希求無變的大樂，即原始的自然本智。

暫時的輪迴並沒有任何東西值得追求，真正值得我們希求的是永恆不變的殊勝智慧。因此，我們一生當中所做的各種瑣事，全都是徒勞無義，比如我們搞建築、做生意等世間法就是毫無意義，口中言說各種不如法的語言也沒有任何意義，然後心裏面產生的煩惱分別念一貪瞋等心也全都是痛苦的因。對於這些身口意的一切世間瑣事，我們應該全部捨棄，從此以後，身體應該作頂禮、轉繞等善法，口應該念誦經咒，心中應該生起清淨心、大悲心，觀修生起次第和圓滿次第。

釋迦牟尼佛在經中指出：若身體做各種世間的事業、口中講各種非語（不如法的語言）、心生起各種分別念，這些都有極大過患。為此，我們應當時時憶念大悲尊者釋迦牟尼佛的金剛語，發願從今以後，一定要好好護持自己的心，斷惡行善。最好在即生就能斷除一切分別念，安住於大圓滿的境界中，即使沒有得到如是境界，至少也應將自己的分別念經常融入於大悲與信心之中。

無風吹動的燈火端直又明亮，若遠離分別念，那我們的心就如無風的燈火，如是在清淨的心當中安住，幸福又快樂，若不遠離分別念，那自己的心始終不會清淨，因此我們的心應當儘量安住下來，不要尋伺、也不要跟隨外境，這樣所有的功德就會自然而然地顯現。猶如澄清的水才能顯現月亮的影子，若一搖動，就現不出任何影像。

這也是為我們宣講一個禪定的修法：自心的分別念，就像是小猴子蹦蹦跳跳，當我們抓住它的時候，必須要以一根正念的繩子來捆住它，否則它一剎那也不會老實安分。因此我們對自己的心應時時刻刻地進行觀察。

如一大國王，在同外境的敵人作戰時，面對著敵人的千軍萬馬，雖然也有失敗的時候，但天天失敗也不太可能。若事先預知將會失敗，他可能更加小心翼翼周密策劃安排。而心中的煩惱能毀壞所有的眾生，此敵軍更為凶猛，它遠遠超過外界的敵人。如果我們真正能依靠殊勝的對治力，與煩惱的敵軍作戰，那最終一定會取得徹底的勝利。可是對煩惱作戰的人，在這個世界上又有幾個？

我們往往不願意與煩惱大敵爭鋒。不去對治時，心的力量顯得相當可怕，但若真正去對它作戰，那自己的心很容易被調伏，貪心瞋心自然會投降。所以希望大家通過觀察自心，把心轉到善法方面來，若不依靠對治，以煩惱染污了自己的相續，那將會毀掉自己已有的全部修行善緣，將來定會感受無量的痛苦。

（未完...待續）



我如常來到這快餐店晚膳，見到公共車司機、長者及一些流浪漢正閒聊，在這快餐店前空地中顯得格外無拘束，閒聊者也可肆意高談闊論。

傍晚六時多，一個六十多歲的胖女人推著輪椅中的老人到來，與多個正在吃飯的人打招呼。快餐店裏一個女人走出來說：「朱麗姐，今天是否照舊兩鎗一湯？」

隨即向輪椅中的老人點頭，喚一聲「羅伯」後，幫忙將輪椅推近枱前。老人從喉頭發出兩聲「呵呵」後，環視周圍的人，並稍作點頭打招呼，嘴角露出微微的笑意。

「老板娘，今天請加多一點飯及湯」朱麗姐說：「吃飽一點，今天晚上後不能吃東西了，明天早上我要做眼手術。」

「好的」老板娘答，隨即安慰道：「這手術算不了什麼，日後少點哭，別弄壞眼睛。」

老板娘走回店內。朱麗姐坐在老人身旁，從手袋中拿出一張發黃的照片看，面露笑容，跟著遞給隣桌的巴士司機。

「這男的是羅伯，女的是你，你們當年拿舞蹈冠軍，對嗎？」巴士司機笑著說：「我夠鐘開車了，再見。」

巴士司機走後，朱麗姐將照片遞給我，照片中一對男女體態輕盈，翩翩起舞，女的穿著白色無袖裙，裙腳因轉動而飄起，單腳站著，另一隻腳向後高踢，露出透明的高跟鞋。一手伸長，與男的同一姿態握著。男的鼻樑高尖，頭髮鬢曲、烏黑閃亮，真的風流倜儻。

「這次舞蹈比賽後，羅伯便向你求婚！」我道：「之後你們便過著神仙般的生活，對嗎？」

朱麗姐面露得意的微笑。我反過照片，上面寫著「海枯石爛」，「這是當日的書法嘉賓題字，對嗎？」

老板娘將飯鎗從快餐店端出，放到他們面前，我繼續將食物吃完，接聽一個電話。

接聽電話時，我被朱麗姐粗暴的怒罵聲嚇了一跳：「你為什麼不吃？我明天要做眼手術，你還給我臉色看。」

她從袋中拿出紙巾，揩拭眼淚：「我有眼睇啦，自己都唔掂，還要照顧你，今次給你害死了。」

我見到羅伯鐵青著臉，睜著緊張的雙眼，頭髮稀疏灰白，全身微微抖動，口中發出「呵呵」微弱的聲音。

老板娘呆呆站在遠處，其他食客停下來，望著他倆，我手中的電話也不知何時掛斷。

「你不是說過要照顧我一生嗎？為什麼要我無了期服侍你？」

朱麗姐邊飲泣，邊推著輪椅離開，羅伯全身仍在輕微抖動，口中發出「呵呵」的聲音。

自那天後，我再沒有見到他們出現。

（此乃真實個案改編，快餐店仍不時有顧客在閒聊。）

誰可相依

患得患失於

那天涯海角的追尋

昔日那山盟海誓

曾帶來刻骨銘心

絕對擁有

愛是無涯

為的是歌頌那永恒

眠乾睡濕

共生活於那無私奉獻中

時光凝聚

不願成長

昔日那噓寒絮叨

曾帶來朝夕相對

絕對擁有

愛是無涯

為的是歌頌那永恒

七寶池中

蓮花化生於

那無量壽淨土中

無有眾苦

但受諸樂

昔日那至心發願

成就如是功德莊嚴

出微妙音

演說苦、空、無常、無我

為歌頌那千古不易的永恒

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

中環店：干諾道中63號地下
電話：(852) 3421-2231

太子店：洗衣街241A地下
電話：(852) 2391-8143

銅鑼環店：摩頓台灣景商場21鋪
電話：(852) 2895-2890

元朗店：安樂路49號地下
電話：(852) 2479-5883

大學店：薄扶林道65號地下

台北店：重慶南路1段61號6樓
電話：(02) 2370-4971

