

No. 85

September 2025

Window to the World

博德

Borde

特稿 · Elder's Kindness (Excerpts)

自在圓融的妙方——點傳師德業精進班

The Recipe for Liberation and Perfection

重德道學院特稿

《道德經》第二十三章 自然章 (上)

千手千眼記常州

2025澳洲聯合法會、美國聯合法會心聲迴響



特 稿

4 自在圓融的妙方——點傳師德業精進班

◎前人慈悲 ◎編輯組整理

慈語甘泉

11 恩師慈語 ◎編輯組整理

重德道學院特稿

12 《道德經》第二十三章 自然章（上）

◎澳洲 顏世龍

專 題

19 論精進（下） ◎沈春菊

道場加油站

22 煩惱即菩提～2025紐約重德全美聯合法會專題

◎香港 鄧昭昌

修道志恒貫始終 百折不撓乃英雄
見非則退是則進 忽作忽輟阻道程
學如行舟逆水進 不進則退理一定
西行之路雖遙遠 走得一程算一程
一失足成千古恨 懸崖勒馬悟其真
自古道高魔一丈 道高毀來德謗興
任何伎倆非究竟 應無所住乃真尋
蒼生塗炭蒼目垂 惟有誠心化清平

——摘錄自《鵠的誠固》

千手千眼記常州

24 2025澳洲聯合法會心聲迴響

◎巍德佛堂 殷素珍、范姜士濠、
慇德佛堂 陳賜逸、立仁佛堂 黃兆文、
合德佛堂 許雅淳、陸文偉
◎攝影：澳洲 巍德佛堂同修

32 2025台灣青少年暑期國學營參班心得

◎陳冠廷、呂沂蓁
◎攝影：李長璟、黃銘毅、黃承祐

38 2025美加夏令營照片集錦

◎攝影：美國 重德佛堂同修

40 2025美國聯合法會心聲迴響

◎志聖佛堂 陳浣儀、慈化佛堂 雷煒蘭、
美德佛堂 滕群英、律德佛堂 余凱文、
重德佛堂 黃翠婷、曾彩鳳、
宸德佛堂 林寶卿
◎攝影：美國 重德佛堂同修

小品

45 有愿即行 ◎美國 郭秀美

48 革凡成聖(中) ◎香港 尹國偉

52 試談慚愧心(下) ◎香港 黎鏡波

55 觀自在(下) ◎香港 抒懷

58 放下的智慧(下) ◎香港 何家顯

62 生活智慧故事 ◎陳基安

Elder's Kindness (Excerpts)

64 The Recipe for Liberation and Perfection

◎Elder Koo ◎Translated by the Editors

Current Events

66 A report on the recent Holy Seminar at Wei De (Ngai Tak) Temple

◎Gary Thompson (Australia)

Tao Youths Speak for Themselves

68 The Discourse on Truth (談真錄)

By the Fifteenth Patriarch

(Master Wang Jue-yi 王覺一祖師)

◎Otto Lee (the U.S.A.)

71 Challenges in Time ◎Winnie Cheung (the U.K.)

72 River Crossing Story

– Buddha And Sage Conversation

◎Nancy (Taiwan)

75 Famous Quotes ◎Nancy (Taiwan)

2 一句話讀博德 Quotes from Borde

74 編輯小語

封底裡 食譜——

豆漿奶酪、蕎麥涼麵

◎烹飪製作、圖片攝影：麗芳



連結博德電子書

一世勸人以口 百世勸人以書

恩師慈語、仙佛聖訓是上天賜予每一位白陽修士的寶典，《心燈傳燈》、《同心協力》、《無我利他》、《願行愿行》、《精益求精》、《安貧樂道》、《誠信修睦》、《鵠的誠固》、《捨凡存誠》、《圓我融群》、《智圓德方》、《揚善圓道》、《靈靜性圓》、《心止一境》、《實心無為》、《善修心行》等聖訓，皆是恩師及仙佛的心血結晶，宜廣為流傳，善緣才能廣結，也才不負仙佛苦心。

眾生若有需要，請您與他結這份方便善緣；您若有需要，請讓博德與您結下這份清淨法緣，感恩您。

發行者 / 美國紐約重德道學院 出版者 / 美國紐約重德道學院 創辦人 / 顧愛珩前人 院長 / 連振和 副院長 / 侯榮芳

顧問 / 曹臨川、戴泉清、呂芝芬、葛洪開、馮德明、洪 玉、吳錦鳳、劉泰泉、吳碧華、溫燦堅、毛松發

發行人 / 顧愛珩前人 社長 / 劉連吉 編輯 / 編輯組 美術編輯 / 林秀虹 攝影 / 黃承堯 影像處理 / 陳俊儒

E-mail / ptinf_a@pchome.com.tw 網址 / www.cc-borde.org

聯絡處 / 博德雜誌編輯室 地址 / 台北郵政信箱47-91號

電話 / 02-28832511 傳真 / 02-28123316 E-mail / multice@ms34.hinet.net

一點思考

當您閱讀本期博德，不妨也從中挑選出一些問題，反思自己的修辦道，進而檢討改善。

「自在」是一種非常高深的功夫。

你想：一個人在這個世界上如果活得不開心，他會自在嗎？

不會的，心裡不高興，還有什麼自在可言？

所以在修道的當中，要達到「自在」兩個字，不容易。

活得自在，心中有愛；行得自在；無拘無礙；

觀得自在，善惡師哉；當下自在，即是如來。

P.4 《自在圓融的妙方——重德道學院點傳師德業精進班》

巍巍佛地非一般 福田廣厚德續延

八方玲瓏盡放光 四等從心無量傳

勸徒志心常禮敬 尊師重道一理貫

作善降祥至始終 天龍永護心靈安

P.11 《恩師慈語》

世人是三才天地人之一，是自然界的一份子，

本應與天地自然息息相通，與宇宙萬物心心相連，

然而現在忘本逐末，爲了滿足自己慾望，破壞大自然，

引起天怒地怨，當然也引發了四處之災禍，

這都是人類自招的，可有不畏乎？

P.12 《《道德經》第二十三章 自然章（上）》

人生最大的惱煩就是「我」，

計較的心就如一個口袋，煩惱會越積越多；

相反地，寬容的心就如一個漏斗，所有的磨難、挫折、失敗，

當經過許多年之後，回頭一看，才發覺原來都是在成全我們。

所以對世間一切能斷即斷、能捨則捨，

以清淨心，破煩惱網，自證菩提，能登覺路。

P.22 《煩惱即菩提～2025紐約重德全美聯合法會專題》

一個行動

人就像一支手錶，要以行動來決定自己的價值。
而當你我採取行動後，我們修辦道的層次又往上提昇一步！

壇前徒兒師心肝 師徒有緣再相見
佛事人辦汝分明 各盡其心揚道帆
今日批此不多評 徒兒修辦活潑點
莫太執著損性田 和氣順天應人先
最後還慈勉在壇徒兒一句：

安頓身心功夫煉。

師尊慈悲：「修行不是求功德，
而是求心靈淨化圓滿；
付出不是求回報，
而是求大愛推廣於天下；
辦道不是求擁有，
而是求眾生能達本還源。」

P.45 《有愿即行》

道濟活佛：

道遠知驥識坦途 途徑曲折心有主
世偽知賢德顯護 護道佑民難同扶
月暈知風風從虎 虎變大人觀明數
礎潤知雨雲從龍 龍騰善化恩澤普

P.48 《革凡成聖（中）》

活佛恩師慈賜：

「用平常心來生活，用慚愧心來反省，
用無住心來修持，用菩提心來契道。」

P.52 《試談慚愧心（下）》

濟公活佛慈悲：

「水求其源，木尋其根，
源遠根穩，方能流長而木茂也。
人當如何？亦當尋其根，覓其源，
勿於外物自蔽也。
能固其本，方能外而不越理，
行而不失道也。」

修行是脫下規矩外衣，穿透自我執著，
紅塵是道場，磨難即修行，苦難悲歡，
才是最鋒利的道場。

P.58 《放下的智慧（下）》

行善的最高境界：不是施捨，而是引路。

無怪乎諺云：「一命二運三風水，
四積陰功五讀書，
六名七相八貴人」。

P.62 《生活智慧故事》

At 98 and wheelchairbound Elder travelled thousands of miles via several countries to be with us. Why did she undertake such an exhausting journey? For her own glory? For pleasure? No, she did it purely for us. Such selflessness is extraordinary and we love her so much for doing so. Elder wants what is best for us regardless of her own health and safety.

P.66 《A report on the recent Holy Seminar at Wei De (Ngai Tak) Temple》

特稿

自在圓融的妙方

——點傳師德業精進班

◎前人慈悲
◎編輯組整理

不斷精進 方能應對

各位點師，各位同修，大家好。

今天是我們的點師班，這個班已經開了幾十年，但還是要開、還是要溫習，因為每一年所發生的事情都和往年不同，人事方面，也都隨著環境不斷地變更，所以我們要繼續地精進，跟著環境走，隨順自然，方才可以做各種的應對。如果自己不精進的話，就會被淘汰，一切無法應付，事情就不得圓滿；不能圓滿，你想要做的事情，就沒有成就。所以，為了我們自己的天職，為了我們自己的愿力，要不斷地努力。今天我們辦的不是人事—人事方面，我們的成與敗，我們自己可以承擔；但因為我們辦的是三天大事，是跟隨師尊師母而努力，為的是道場，如果我們失敗的話，不僅僅是自己，連到道場、連到所有一切都要受到影響，這個影響是很大的。因此，我們要不斷地努力、不斷地精進，這一份心，大家不可以鬆懈、不可以偷懶的。

今天我們所談的題目是「自在圓融的妙方」。「自在」這兩個字實在是很難。見到一個陌生人，要去招待他，衆生就會感到不舒服、不自在，不知道要講什麼話好；一個小孩見到陌生的人，你叫他喊一聲「叔叔」，他也是不自在，不是害羞，就是不肯喊，得用好多方法，讓他變得自在。所以「自在」是一種非常高深的功夫。你想：一個人在這個世界上如果活得不開心，他會自在嗎？不會的，心裡不高興，還有什麼自在可言？所以在修道的當中，要達到「自在」兩個字，不容易。

放下 就是自在

其實，修道「放下就是自在」。但我們放得下嗎？有誰敢說「我放得下」呢？連我們做點師的，都常常不能自在。為什麼？因為放不下。所以，「自在」這兩個字對我們實在太重要，但是如果想做，做起來也是很簡單。做菩薩、做仙佛，祂就是能放下，放得下就非常自在。見到衆生，祂每一件事都是很簡單，很方便、很自然就過去了，我們呢？就沒辦法，見到衆生，我們的事情更加多、更加麻煩，這是為什麼？就是放不下。這個「放不下」對我們修道人是一個很大的關口，對我們做點師的講，更加重要。如果你放不下名與利，你這個心就沒有辦法可以跳得過去，到最後，你還是站在名利的中間，把這個名利看得更加重，這樣身上的包袱就太多了。

活得自在，心中有愛；
行得自在；無拘無礙；
觀得自在，善惡師哉；
當下自在，即是如來。

老師慈悲我們：

一、活得自在，心中有愛

在世界上，一個人能活得非常自由自在，沒有煩惱痛苦，是因為他心中有愛。這個愛像誰呢？像媽媽，惟有一個無微不至付出愛的媽媽，才可以做到「活得自在」——不管她生的兒子是聾子還是瞎子，任何殘缺，她越看越喜歡，越看越可愛，她就活得自在。如果說，有這樣一個殘缺的人在我們身邊，我們還能不能自在？這就可以看得出你的心中有沒有愛，如果有愛的話，你就會很自在，沒有的話就是很難。

我曾經在澳洲布里斯本碰到一個媽媽，這個媽媽是一個外國人，她領養了一個孩子，這個孩子非但不會講話，也不會動，一天到晚還要坐輪椅，而且講話不清楚，但是這個媽媽愛他愛得不得了，不管她要到哪裡，都會帶著他搭飛機去玩，帶他去到處遊，這就是因為她心中有愛，前世跟他有緣，能夠相處在一起。不是自己親生的，她還那麼自在地愛，這就了不起。所以我們做點師的人，世界的衆生都是我們要渡的，哪一個是你愛的？哪一個是你不要愛的？我們有考慮過嗎？我們心

中的愛是不是平均？如果是發乎自然的，那我們在道場當中就沒有煩惱、沒有痛苦、沒有是非，就會活得很自在。

二、行得自在，無拘無礙

我們每天所做的事情常會碰到好多煩惱、好多痛苦。好像昨天晚上，我想準備今天的課，但是到了12點，還有人要來跟我談話，真是不自在了，全身不舒服，想睡覺，很吃力，但是不能睡，因為今天第一課就是我，但我還不知道要講什麼題目，這就是什麼呢？行不自在，做事情有不通順的地方。因為現在沒有時間寫稿，年紀又大，以前所有的東西統統都忘掉了，得即刻寫、即刻看才可以。所以你看，當我們沒有得到自在，阻礙就來了，就受苦了，昨晚就忙到兩點半，今天才可以來上課。所以行也要自在，如果你不自在就發生好多問題，到時候你就一事無成。

三、觀得自在，善惡師哉

《道德經》講：「善人者，不善人之師；不善人者，善人之資，不貴其師，不愛其資，雖智大迷，是謂要妙。」我們要看清楚「哪個是善？哪個是惡？」還要做到「善惡我師」。因為善是好，惡是不好，好事每個人都喜歡，不好的事，人人都不喜歡，從這兩個對待當中，要能夠分得清。再來，善的人是不善人的老師，善人所做的每件事都是十全十美的，我們都要跟他學；但是如果一個人做得不好，卻

可以是善人的資料和借鏡，因為善人看了，就懂得「這個不好，以後不要做」，就知道要修。一個人如果不向善人學習，又不重視不善人所提供的借鑑，那麼，就算再有智慧，也是會落入迷昧當中。現在我們既不珍貴老師，也不愛惜資料，對這「善惡」兩個字更分不清，你看多危險。所以，眼睛看出去，要看得清楚明白，知道什麼叫善、什麼叫做惡，以善人為師、以惡人為借鏡，就一定能自在。

四、當下自在，即是如來

不管我們聽到什麼、接受到什麼、或做什麼事，如果時時都能夠專注當下，專心到把自己的身體都忘掉，那就可以達到自在。因為人一旦有了身體，就會有好多牽掛，手痛了、腳痛了、頭痛了、肚子痛了，就有好多的不自在。如果再加上煩惱過去、擔心未來，那就更加地不自在了。所以要把這個身體忘掉，專心做眼前的事，就會覺得很自在；能夠時時都自在，就等於是如來佛的境界了。如來佛發現了人生的生老病死太苦，想找一條超脫生死的路，當下決定不做王子，出去修道。你看，當下就是那麼厲害，一個人能夠覺悟，馬上就能夠回到佛的境界。所以人生要能夠好好把握當下，這是我們每一位做點師的所要了解的問題。

老師很簡單的幾句話，把「自在」兩個字講得非常地清晰，其實「自在」的道理就是那麼簡單。

聖人無求 以樂自在

莊子說：「至人無欲，聖人無求」。至人與聖人都已經到了最高的境界，他們沒有其他慾念，也沒有其他要求，平時以「快樂的心境」來達到自在。現在我們慾念太多、要求太多，有了還要有，要了還想要，總想盡量地滿足自己，得不到滿足就要求，得到了之後還是不滿足，所以感受不到這種快樂的自在。

好像我們初初修道做一個道親時，希望做人才；當你得到一個人才地位，你又想做講師；讓你做了講師，你就想做壇主；做了壇主，你就想升點傳師；升了點傳師還不滿足，你就想做老師；做了老師滿足沒有？也是沒有，有那麼多頑皮徒弟不聽話，也是煩惱，也不自在，所以永遠填不滿你的慾望，永遠填不滿你的要求，就永遠都沒有自在。其實我們修道，「道」就是一個「無」字，所以要學習聖人的無慾無求，才能永遠自在。今天我們當點師的人，這種心念的調解要清清楚楚，方才可以擔這個重任；如果不是這樣的話，小小的念頭就可能會耽誤自己的前程。

圓通無礙 自覺覺他

佛的境界是圓通無礙的，到每一個地方都可以通行無阻，這才叫做佛。但我們有時通、有時不通，有時簡直不能動，所以沒有辦法成佛。因此，大家要儘量地修，修到很自然、很圓滿、到處都通達，

怎麼做呢？就是「自覺覺他」。我們自己首先要覺悟、要明白，才可以去教人家，人家才願意跟我們學；等到將來覺與行都圓滿了，自然能夠成佛。這些道理我們每個人都懂，每個人都很了解，但是事實上就是我們不願意做，為什麼？就是我們的「求」與「欲」實在是沒有辦法離開我們的身心，永遠是追隨在我們身上，所以實在是太可惜。希望我們要了解：自在不是那麼簡單，但只要願意去覺、去行，其實也是很容易的。

講到圓，就是要達到「活潑玲瓏、往來無阻」。要做到「面面俱圓」實在不容易，所以修道就是把自己所有的稜角一點一滴磨光它，磨到完全自然，就變成圓，變成圓之後就可以面面照顧到。如果說：我喜歡的我會照顧，我不喜歡的我就不照顧，這樣怎麼會圓呢？照顧這面、那面不照顧，那面就失掉了呀！失掉就是你自己的損失了。損失的不是別人，損失的是你自己，你不照顧到，你就不得圓，那個缺點就是在那裡。所以我們做點師的人，要想代表老師、要想辦道，就要常常提醒自己：「道是自然，道是非常圓滿的，我自然嗎？我做到圓滿了嗎？」師尊的道那麼地寶貴，我們承擔下來，到了我們的身上，到底做了幾點？這是大家要思考一下的。

五味調和 相知相融

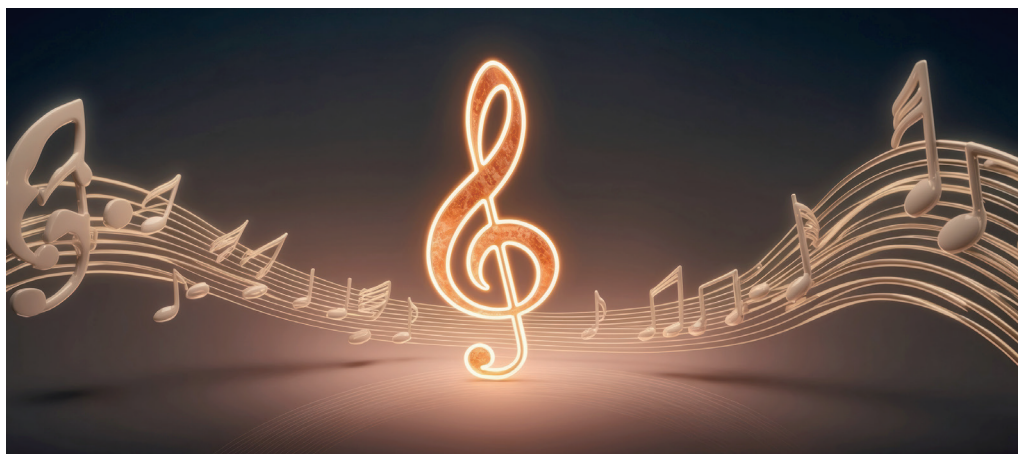
什麼叫做「融」？融就是相知—我一

見你，馬上就跟你談得來，馬上就好像知己一樣，就叫做「融」。還有五味、五色、五倫、五音和五行相配合的道理，也是「融」。我們講「五味調和」，五種味道相加在一起調和不調和？煮出來的菜好不好吃？馬上就知道。你擺好多糖，再加點醋，再放些鹽，就是糖醋。但是如果你擺錯了，糖不擺，擺成好多鹽，這個味道就變了，變得不美味了，就講不到五味調和了。還有五色相加在一起，將紅色加一點藍色，變成紫色了，就好看，如果說你把紅色加了黃色，就變不了紫色，也是五色不相配，就不順了。五倫也是，君臣、父子、兄弟、夫婦、朋友，大家在一起可以非常融合，這才叫做天倫之樂；如果五倫配不上，父子間像仇人一樣，兄弟間吵架、鬧分家，這些都得不到樂趣。五音也要相調和，do re mi fa sol要有變化，你如果一直Do Do Do下去，就沒有味道，mi mi mi mi mi也沒有味道，要相配在一起，音樂就好聽了。五行也要相合，不要一直相生，也不要一直相剋，能這樣的話，就

叫做「融」了。

同樣的道理，世界上所有的衆生，各有個性，每一個人都不同，我們身為點師，就要跟他們相調和、相配合，這個顏色、這個味道、這個音調、這個五行是怎麼樣，我們來跟他相配合——看見年紀大的人，就像是我的媽媽；看見年紀小的，就像是我的兒女。要這樣想，才能夠讓我們和這個世界上的一切「打成一片」。我們中國人有一句話叫「百搭」，和每樣事情都能夠搭在一起，叫百搭，什麼都可以配上去，這個就很好。如果我們能有這樣的一個能力的話，我們就是可以圓、可以融，在世界上做任何事情就不用擔心，就都可以圓通了。

你看，天地那麼大，衆生那麼多，我們相處在一起，就憑這幾個簡單的道理，能夠好好運用的話，你走到哪裡，一定人見人愛——不要當面對你很好，背後就有好多批評，這個實在要不得。所以我們修道



是為自己，也為我們師尊的道場，我們是代表師，不要去爭「這個道場是我的」，成也好，敗也好，都沒有關係。成功，不能談到功德，我們能夠盡到心；失敗，我們的過失擔不了，受不起。所以，從這個立場當中來看，我們是不是要小心？是不是要謹慎？我們是不是要處處達到圓滿？處處地方可以融合在一起？這樣的話，將來我們辦事萬無一失，這種成全多好呢！

圓融相遇 十方如意

如果我們修道能夠做到「圓融相遇」——每次相聚在一起，都是那麼圓滿、融合，這樣的話一定「十方如意」，也就是天地之間，沒有一個地方不吉祥如意的，大家都是非常融合在一起。你看，好多事情，我們只要把心中的不如意、不開心放下，只要一個「不記」，把這個念頭撇下，馬上就和他人相融在一起的話，什麼事情都沒有。不要說自己，就算是天地之間的一切，也會馬上變得很如意，這是一個非常超脫的境界，也是我們修道應當學的。如果能把這個境界常常存在心中，就慢慢可以穩定地成為「一切如意」。因為一個人要是覺得不如意，接著就會有思想、言語、行動的表現，這個表現就是損己損人。現在我們做事就要「無損人、無損己」，不要對人家有所傷害，對自己也不要傷害；你一傷害人，就等於是在傷害自己，這是相容在一起的。所以我們大家都要把這個念頭回過來，扶正一下。

愛人 必先行恕

如果我們對待人，想要有一種愛護他人的心的話，就必須要先行恕道，要原諒人家。什麼事都原諒，就沒有問題；你要是連一點點小事都記在心中，那你的仇恨永遠報不完，越積越多，越來越麻煩，障礙你的智慧，你看你多損失。所以我們不要老是見到人家的過錯，總歸要知道每一個人都有優點；如果見到人家的錯處，發現到他不對的地方，千萬不要將它拿出來給人家看，因為這是愚昧當中最愚昧的人。一個人的心念只要一動，任何人都會知道的。

相反地，如果是自己犯了過失，可是你卻想要藏起來，不要人家看見，人家會更加好奇，更想打聽、更想問，越是醜事，越是問得厲害，想把它敲開來看一看，這樣才甘心；你大大方方的，反而沒有事。所以「圓融十方」的道理就在這裡。

學 然後知不足

古人說：「學，然後知不足，教，然後知困。」「不足」和「知困」都是提升自己的因緣。我們現在每一件事都達不到自在、達不到圓融，也沒有好的方法，所以進而要學；因為學，然後可以知道自已的不足在哪裡，然後好好地找盡方法來解決。而當我們去教人之後，才知道困境——這個問題，你沒有教人家，你就不知道它的困難，你知道困難，就能努力精進。我

們千萬不要惱羞成怒，因為惱羞成怒是很可怕的，進而你就是要發洩，發洩的後果就是要報復，你報復他、他報復你，大家惡性循環，就會越來越厲害、越來越不好，最後一定是兩敗俱傷的後果。

所以，經過這許多困難，我們方才可以從困難中去了解，了解之後才知道充實自己的重要。不充實自己，永遠這個缺點在那裡，永遠沒有人可以幫你填滿；沒有人填滿，在我們身上就是一個疙瘩，這個疙瘩不除是很痛苦的。所以修道要了解自己、體諒別人，如果我們沒有先了解自己，哪有智慧去體諒別人的各種苦難？從這個中間就可以得到許多好處，讓我們可以精進、可以成長，大家可以努力向前進，這是一個很好的方法。

一指受傷 渾身同苦

以上提到的好多事，都是在於人與人之間的相處。因此，面對他人的遭遇時，我們應該感同身受——你的苦，就是我的苦，要有這樣的愿力。你看：一個手指給針刺了一下，馬上全身都會覺得不舒服，大家都辛苦的，雖然每個人對每件事有不同的感受，但見到人受到怎樣的滄桑，我們心中就會受到怎樣的痛苦，好像發生在我身上一樣。所以大家都要很小心、很用心地去想一想：你願意他受傷嗎？他受傷了，你一定也會覺得痛苦，你並不會心想：「哈！我報了仇了，好舒服！」不會的，這是一個感覺的問題，人與事都是這

樣。有了這種感受之後，你就會把這個心發出來：「雖然這支針刺在別人的身上，但有如刺在我身上那樣痛苦，所以我從今之後要小心。」就會發出那樣的心。

而當我們有了這樣的感同身受和愿力時，也就會同時想到：我現在這樣地平靜、這樣得到了平安，我要感恩；得到舒服時，我們要謝恩——人家做不到的事，我們卻做到了，就要謝恩。能夠時時感恩、謝恩和報恩，人生一定自在圓融。所以玄妙的方法沒有其他，就是時時感恩、謝恩和報恩。在感恩的心情環境當中，永遠心境和平，沒有難過、痛苦、仇恨、煩惱，什麼事都可以解決，什麼事都可以了。

修到最後 就是自在

如果我們做點師的，都是以這樣的心境來對待我們的後學，而且待我們世界上的同修都是一視同仁的話，那一定能達到自在圓融，這樣的菩薩境界也就是我們的希望。我們修道修到最後的要求，也就是自在。自在就是放下。我在靜坐的時候，沒有其他要求，我就是要求：我要好好修，我要放下再放下，把一切都放下，就很自在。所以希望各位同修能好好了解，「放下」對我們是很大的一個幫助。

大家努力，好，謝謝。

顧愛斯



慈語甘泉

恩師慈語

◎編輯組整理
◎二〇二五·六·二十
澳洲雪梨 魏德佛堂

巍巍佛地非一般
八方玲瓏盡放光
勸徒志心常禮敬
作善降祥至始終

活佛濟公 奉

申諭 來到佛壇 參叩
申駕 賢徒均安 聽師批言

人心惶惶已多年
善惡混淆心把定
數萬餘年罪過錯
一念之間有差錯
起心動念皆是因
塵起於念念當靜
識己道場明真偽
不爭於世謙受益
己立立人志恆堅
己所不欲勿施人
欲要成人先正己
無爲而行觀自在
猛勇表白己得福
懺悔愆過立德善
發心菩提常自在
出到菩提得方便
無上菩提正等覺
淨圓覺心念念正
持慧言觀觀鎮邪
守定言停定目標

福田廣厚德續延
四等從心無量傳
尊師重道一理貫
天龍永護心靈安 吾乃

哈哈止

如坐針氈勾心弦
真假難分智破險
深如海底疊如山
終身抱愧悔恨晚
當下所受是果源
亂生於心心守玄
不執一隅合道虔
海納百川心量寬
己達達人愿行堅
慎修明理德業闡
己饑己溺受一般
見道成道明本源
認清目標握金線
忍辱負重大事圓
伏心菩提制惱煩
明心菩提諸法觀
坐於道場煩惱斷
堅心道志不退轉
一心無二脫俗凡
五停四念深思參……

《道德經》第二十三章 自然章（上）

◎澳洲 顏世龍

希言自然，飄風不終朝，驟雨不終日，
孰為此者天地，天地尚不能久，而況於人乎。
故從事於道者，道者同於道，德者同於德，失者同於失。
同於道者，道亦樂得之。同於德者，德亦樂得之。
同於失者，失亦樂得之。信不足有不信。

〈章節要旨〉

此章為同道章亦是自然章；同道即能抱一，與道同體、同在，乃道之化身，一舉手一投足皆能合乎道。而自然亦是一樣，之所謂道法自然，一個人若能順其自然，不造作，不違背良心，處事以誠，自然與道同行。

這一章，老子聖人再三強調「不言」的重要性，指出一切人為之權勢、手段、地位等皆是不可能持久的，總有一天會自食其果，世人不得不三思。

世人愚昧，常言道「人定勝天」，鼓

吹人類無須敬畏大自然，並要與大自然作出鬥爭，這是何等無知？一場暴風雨來侵與天搖地動，短短的數秒鐘內，人們所擁有的一切瞬間也會變得一無所有，由此說明人的力量是多麼有限，明白人又是多麼的自不量力。

對，人乃萬物之靈，與萬種生物都一樣，都是由大地母親哺育，靠天上陽光雨露的滋潤，才獲得生命與生存條件的，無須目中無人、高傲自大；所以與其是「人定勝天」，為何不能「天人合一」？使自己與大自然和諧共處，善用上天給予我們的天賦，好好的治理這世界，給衆

生、萬物創造出一個理想的國度？讓衆生皆能安居樂業、安然自處？這不是更理想乎？

〈要句註解〉

- 希言：聽之不聞。字面的意思是少說話。此處指統治者少施加政令、不擾民的意思。是行不言之教。
- 自然：道之體形。不逞強、不造作。
- 飄風：大風、強風。
- 驟雨：大雨、暴雨。
- 飄風、驟雨：天地間不平之氣，比喻好辯、自傲。
- 從事於道者：按道辦事的人。此處指統治者按道施政。
- 失：指失道或失德。

〈白話翻譯〉

天不言地不語，默然無語，自然天成；暴風刮不了一整個早上，暴雨也下不了一整天。

這是誰人縱使的呢？天地呀。

天地之間的狂風暴雨都無法持續長久了，更何況是我們這些小小人們呢？當然也包括了我們所擁有的一切。

故此，如果能夠順從於自然大道者，他就會同於自然大道；如果是依循著天真本性者，同樣也會同於天真本性；可是一旦失去了自然大道、天真本性，它也就會失去了自己。

如果能夠把生命同於自然大道的人，自然大道也肯定的樂與相伴；如果樂於把生命同於天真本性的人，當然天真本性也同樣的樂與相伴；同等的，對於生命失去了自然大道、天真本性的人，自然大道、天真本性又如何與其相伴呢？

大道無形，又是那麼的微妙深遠，如果身為一位上位者對之而有所不信的話，自己不能篤行之，那試問一下又如何讓下位者信服？引領他們去體道並步向那光明的大道？

〈心得分享〉

希言自然。

由第一章直到這第廿三章，老子聖人已提出無數次的「希言」（希言：聽之不聞），只不過是用不同的詞句表達而已，如第一章的「道可道，非常道」、第二章的「不言之教」、第五章的「多言數窮」、第十四章的「聽之不聞，名曰希」和第十七章的「悠兮其貴言」。

「道可道，非常道」，道本無形、無為無作、無聲無言，但卻運化養育了宇宙萬物。大道運陰陽，陰陽行造化，都是在無聲無言中，自自然然運行著；不牽強，不造作，妙義卻是無窮。

要知道能夠用嘴巴講述出來的東西都是有限、有為的，因此有道之人都會寡言而行不言之教。佛家有曰「不可說，不可

說。」，還有世尊在靈山會上拈花示衆的典故中，世尊對著摩訶迦葉尊者：「吾有正眼法藏，涅槃妙心，實相無相，微妙法門，不立文字，教外別傳，付與摩訶迦葉。」世尊的這一個「不立文字」也證明了無上法門，真的是如老子聖人所說的「道可道，非常道」也。

「不立文字」亦是提醒世人不要落入相對和世間的有為法等，否則煩惱不斷，自招一切的禍害上身。

有道之人雖行不言之教，但是既不執於有言，也不執於無言，在「不有不無」之中，因時順理，隨宜得妙，順其自然。當言時，少言慎言；不當言時，緘口無言，更不妄言。此即所謂「言之自然」。

如何當言時，少言慎言？又如何是不當言時，緘口無言？「動渡人，靜渡己」也！言時勸勉他人精進向上而自化，不言時洞察自己內心的每一個心念，不使其起伏不定，讓自己內心世界時時沈澱下來，默擯之功夫也！

當年釋迦牟尼佛將入涅槃時，阿難尊者問佛陀：「佛陀住世的時候，兇惡的人有佛陀調伏，佛陀涅槃以後，兇惡的人如何去調伏呢？」釋迦牟尼佛回答：「你問我涅槃以後，惡人如何調伏，應『默擯』置之。」

默是「沉默」，不說也；擯是「排

斥」，隔離也；沉默的排斥啊！

外面惡人之惡言惡語惡對待，我們防之容易，但是內心的貪瞋痴、邪念惡意，自己可有防之？防了嗎？能不理嗎？這不容易啊！

這『默擯』即是要我們不去理會心中那些種種念頭，不管是好的是壞的，還是善的抑或是惡的，一概不理，安然處之，不使它們在自己心中掀起無數的漣漪、波動，擾亂了思緒，擾亂了內心的寧靜。

再說一個故事：一天，有一位修行者專程來到山中拜訪禪師，請教有關禪的事情。禪師卻避而不答，反問他：「你到這裡之前，經過一個山谷吧？」「是的，我曾經過一個山谷。」「你可聽到山谷的聲音？」

「聽到了！」「那麼，從聽到山谷聲音的地方進去，就是通往禪門之路了。」

這山谷即是玄牝谷神的所在地，是微妙法門，是一指點的地方，這無上之法是無法依循有形的文字或事物而得之的，那也是我們內心最深處之聲音，是我們良心盪漾之迴響與旋律，我們有多久沒有靜下來聽聽，與自己的良心對話了？還是我們從來都不敢去聆聽那聲音呢？因為害怕會觸碰到自己最為醜惡的一面？最不敢為人所知的一面？

文字只能做有形的表達，沒有辦法讓我們深入地去了解道的浩瀚，因為那只是

「口說」而已；唯有親身經歷過、煎熬過、感受過、體悟過才能真正了解到道的涵義與精髓，才能夠真正的融入貫通。

如何去親身體悟呢？那就是要參悟。

- 參就是參與，即進入角色，實地去感受。
- 悟者覺也。左從心；右五口也。
- 哪五口？眼、耳、鼻、舌、身也。通過此五口，與外界交流、融合，再透過這個意門，從而達到心靈的覺醒。

希言了，我們才能夠沈澱自己而靜下心來，這靜下心來是一門非常獨特的功夫，因為就是要透過這一門功夫，我們才能夠聆聽到自己內在的那一份聲音，是於無聲處聽驚雷，那是心雷的音聲！這是來自於自己內心最真的聲音呀！這無言之聲音，雖然它來自於內心最深最隱密之地方，但也唯有跟隨這音聲，才有辦法帶我們走出自己人生最黑暗最醜惡之地方！

那行不言之教，又該擁有什麼樣的心態呢？答案是一自然！自然即是無為而為，不存有任何的心術與心機，依循著自己的本能行事，換句話就是「平常心」。

有曰：「平常心是道」，如果能夠以平常心去觀不平常之事，事事亦會平常。平常心不是看破紅塵，也不是消極遁世；它是一種境界，是積極的人生觀。懂得以平常心去觀外面世界的人，不以物喜，不

以己憂；像這樣的一個人，肯定比任何人都更加的豁達。

平常心貴在平常，波瀾不驚，生死不畏，於無聲處聽驚雷。利不能誘，邪不可干，心能昭日月。一身正氣，兩袖清風，做堂堂正正人。有情有義，俠骨柔腸，遠離顛倒夢想。悲憫衆生，利益衆人，卻能明哲保身。上不負天，下無愧人，桓桓其奈我何？旦夕禍福，知天達命，不違自然。

一個能以平常心去看待世事的人，總是能夠把事情看得透徹，因為通透了，所以才看得開；簡簡單單，平平淡淡，與世無爭。

可悲的是世人都寧願沉浸在功名利祿之中，為爭功而大打出手、為爭名而絕情絕義、為爭利而以身試法、為了高官厚祿而不恥的出賣自己的良知，實之可憐。

平常心對一位修道者來說，又有何等的重要呢？

故事：有一個學僧到法堂請示禪師道：「禪師！我常常打坐，時時念經、早起早睡、心無雜念，自忖在您座下沒有一個人比我更用功了，為什麼就是無法開悟？」禪師拿了一個葫蘆、一把粗鹽，交給學僧說道：「你去將葫蘆裝滿水，再把鹽倒進去，使它立刻溶化，你就會開悟了！」

學僧遵示照辦，過不多久，跑回來說道：「葫蘆口太小，我把鹽塊裝進去，它不化；伸進筷子，又攪不動，我還是無法開悟。」禪師拿起葫蘆倒掉了一些水，只搖幾下，鹽塊就溶化了，禪師慈祥的說道：「一天到晚用功，不留一些平常心，就如同裝滿水的葫蘆，搖不動，攪不得，如何化鹽，又如何開悟？」學僧：「難道不用功可以開悟嗎？」禪師：「修行如彈琴，弦太緊會斷，弦太鬆彈不出聲音，中道平常心才是悟道之本。」

學僧終於領悟。

平常心其實是給自己留一點空間，讓自己可以轉身，是善待自己；同時也餘留了一些時間，給自己思考，不急不緩，不緊不鬆，這已是切入道的第一步功夫了。

留一點空間……不是讓自己可以為非作歹、為所欲為，而是讓自己可以擁有更大的空間、肚量，去包容、接納更多的人事物。

修道之人，最善莫於從容自然，最不善就是反常做作。所以修道者，一切性情完全由真心而真出，無私無邪，無人無我，為人若能達到如此境界，這便是修道上極峰了。

「希言」，也是在提醒世人，一位上位者如果可以不言政令、不擾民，那即是合乎於自然了。

飄風不終朝，驟雨不終日，孰為此者天地，天地尚不能久，而況於人乎。

天地間所掀起的狂風暴雨是不能夠持久的，且因這些狂風暴雨是天地之間一種反常的現象罷了，是屬於不自然的；同樣的，一個人如果違背了自然，背道而馳，豈又能夠長久乎？正所謂：「自作孽不可活」。因為當自己造下了罪孽，而因緣成熟果報來時，誰人又能逃脫得了？

人們常言：「人不為己，天誅地滅」，也常喜歡用這一句來給自己去作惡的藉口，說什麼一個人如果不能夠為自己謀利、謀權、謀色的話，就會招到天地之誅殺。

這是個天大的誤解啊！原來這一句「人不為己，天誅地滅」出自於《佛說十善業道經》第二十四集：「人生為己，天經地義，人不為己，天誅地滅。」意思是說：不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不兩舌、不綺語、不惡口、不貪欲、不瞋恚、不邪見（十善業），才是真正的「為己」也；不為自己製造更多的惡果，不為自己造成更多的災害，這才是「為己」啊！只有這樣才不會天誅地滅。（不自食其惡果）

「為己」即是要求自己能夠遵循道德法則，淡泊名利，超脫物外，舉止合度。而世人的「為己」卻是為了個人的私利，往往也為了這些私利而不擇手段，埋沒良知，實在是「害己」也。

同時「人不為己，天誅地滅。」也是在說當一個人如果可以完全放下自我的私心，純淨純善時，自然就超出三界外，不在五行中，徹底得解脫，永遠超脫六道輪迴了，束縛他的天地之界也就消失了。

至於這一個「己」也可以了解為人民服務，就是為自己，此乃「我為人人，人人為我。」與衆生、萬物皆融為一體。

老子聖人借此狂風暴雨的比喻提醒上位者，千萬不可以強制性的法令去欺壓人民，更不可以施行暴政虐害百姓。治民之道必須以「清靜無為」為要，這樣才能夠配合天心，符合自然之規律，使百姓安然暢適。

如果只懂得欺壓人民以滿足自己的慾望，而不能夠體恤民心的話，當人民一旦無法承受時，就會以背戾抗拒的行動與上位者對抗，以此而觀，這一位上位者所施行的暴政又能夠持續多久呢？

秦朝亦稱秦帝國（公元前221年—公元前206年）是中國歷史上一個極為重要的朝代，是由戰國時代後期的秦國發展起來的統一大國，它結束了自春秋起五百年來分裂割據的局面，成為中國歷史上第一個統一、多民族、中央集權制的國家，可是它卻只有一百二十多年在位的時間，這長度對一個朝代來說，可算是非常短命的，原因何在？就是由於秦朝施行暴政、

苛政，人民群眾無法按正常方式生活下去，最後被迫揭竿而起，那也是歷史上第一次農民的大起義。

狂風、暴雨並非自然，而是人類破壞了自然生態，讓其失去了平衡，起因於人心之不正，道德淪喪等因素，導致了天地間正氣不足，陰邪之氣卻是過盛，以致產生出此反常現象。

看看近年來世界各地所出現的反常現象，如太平洋上同時有四個颱風排列、五個龍捲風於美國同一個地點同時出現等，據天文學家指出這一些非自然、極端的現象，在未來將會變得很普遍，是因為人類全面性對大自然造成破壞，使海水之溫度不斷上升所致。

再看看世界各地的森林大火不斷，這不也是氣溫暴升、熱浪之緣故？還有寒流來襲氣溫創新低；這一切雖非自然，其勢雖不能長久，但其殺傷力與破壞度對人類來說，是空前所未有的；沒有絕後，因為未來這些天災會如何變劇，是我們無法預估的，這可真是人類自作自受呀！

當然，這也是因為人心一直變壞使然，喪失倫理道德，一直造惡而不懂得為善，不但亂了己心，也亂了整個天地、整個宇宙。

我們本身即是一個小宇宙、小天地，內心裡的情緒變化與這外面的大宇宙、天

地緊緊的相繫著；人心若能心平氣和，天地間定會充滿浩然正氣，呈現天朗氣清、惠風和暢的景象；而自己的內心世界亦能達至常應常靜的歸一境界。反之，人心若是悖戾多端、不時充滿著貪瞋痴，無明火一起，「火燒功德林」，不只讓天地間充滿了不正之氣，四處刮起了狂風暴雨，更將多年累積的功德，全毀於這狂風暴雨中，多麼可惜！

從以下的表列，就知道什麼樣的心態，可以感召何種災禍：

三 陽 Three Epochs	三 毒 Three Poisons	劫 難 Calamity
青陽期 Green	貪 Greed	龍漢水劫 Water
紅陽期 Red	瞋 Hatred	赤名火劫 Fire
白陽期 White	痴 Ignorance	延罡風劫 Wind

太上老君曰：「禍福無門，惟人自招。」就是指這個意思。

可見一個人若不能去履行正常之道，

而趨向了反常之一面時，爭名奪利，逞能好強，失去天良，胡作非為，違法犯罪，暗室虧心，以強凌人等等不正的行為，豈能長久乎？

世人是三才天地人之一，是自然界的一份子，本應與天地自然息息相通，與宇宙萬物心心相連，然而現在忘本逐末，為了滿足自己慾望，破壞大自然，引起天怒地怨，當然也引發了四處之災禍，這都是人類自招的，可有不畏乎？

同樣的，也可以從這一個角度去明白狂風與暴雨，此兩者亦比喻為人事間不平之事，也就是如上一章所說委曲、冤枉、毀謗、不公平之對待，又或者是人心的虛偽、手段智巧、是非、對錯、真假等等。老子聖人說，對於這些所謂的「狂風」、「暴雨」，我們也不必看得太重，或是過於在乎；因為那些人事上的不平都是有為的，所以又能夠耐得了多久？更何況清者自清，他人爭奪就歸他們各自的爭奪去，自己待在一旁自守內心的寧靜，不是更瀟灑、自在些？

（未完待續）

論精進(下)

◎沈春菊

六、要明白天時緊急，人生無常

人有生老病死，萬物都有其開始與結束。天地雖然長久，但也有毀壞的時候。人滅、地滅、天滅，這一切都是氣數裡面。因為只要有形有相，終會損壞；天地元會於此時已進末時，而未會時期已屬收束期。所以上天降道，要原胎佛子回鄉。

申曰：天時催迫握良辰，
今非昔比速加進，
日落西山黑暗至，
快馬加鞭莫輕心。

所以，我們是不是要把握此機緣精進，趕緊渡人求道呢？另一方面，天時也是大清算期，有恩報恩，有債還債，況且因果提早好幾倍。所以說天時緊急，趕緊渡人、成全人，更加要精進研究道理、充

實內涵、修好自己，把自己不好的去掉，努力再努力，不要當作小事，認為沒關係。

除了天地是一個大天時，自身也是一個小天時，我們的人生何時終結呢？普賢菩薩警世偈曰：「是日已過，命亦隨滅，如少水魚，斯有何樂？」日子一天一天過去，生命也隨著一天一天減少，就好像在水裡的魚，缺少了水還有什麼快樂呢？

有人問：「是無常先到？還是明天先到呢？」誰也不知道。昔日佛陀渡黃華長者的故事，讓我們明白：人生雖有活到一百多歲的，但每個人的壽命有多久，沒辦法先知道，就像昨天還活得好好的，蹦蹦跳跳，今天卻躺在棺材裡長睡了。所以人們常說「棺材是裝死人的，不一定是裝老人的」。

人生沒有來日方長，只有世事無常，不要將想做的、該做的，留給無法預知的未來。我們應該珍惜現在，把今日能做的趕緊做好，不要拖延到明天，不要說等明天，明天還有明天，永遠有個明天，但日子一下子就過去，時間到了，卻什麼事都沒做好。人生一輩子只數十年，很快就過去，一轉身就是一輩子，天時已不早，我們能把握當下，才是有智慧的人。

有一回仙佛臨壇，問了一位前賢：「你是要上天等你，還是你等上天呢？」上天等你，是等你賺大錢、買房、買車、孩子長大，再來修道好呢？還是你一切都充實好、準備好，等上天下令好呢？詩曰：「先天大道在人間，修道由人成由天」，若是現在不肯努力前進，到時後悔，呼天喊地也沒有用，來不及了。有些道親，雖已求道，但沒有修道就歸空了；子孫請他來結緣，都「咳咳」地嘆氣，後悔在世時不知修，可是已經遲了，沒有肉體了。

肆、精進的方法

一、不離佛堂

佛堂有「有形佛堂」與「無形佛堂」，無形佛堂即是我們自心佛堂。

我們要對自己時時檢討：做事是否不離自性良心？有否合乎道？這是對內修的精進。平時也要常回有形佛堂，因為「佛

堂不近放縱心」，現在白陽期修道是在紅塵社會中，不離社會人群，而社會有如一個大染缸，引誘太多，一不小心，不知不覺就陷入酒色財氣之中，除非道念堅固，否則是很危險的。所謂「與善人居，如入芝蘭之室，久而不聞其香；與惡人居，如入鮑魚之肆，久而不聞其臭。」及「近朱者赤，近墨者黑」。花離枝則謝，人離佛堂久了，心就放蕩了，被世俗同化了。所以不可離開佛堂，有空要常到佛堂。加上佛堂有佛光普照，可受仙佛加被，又有前輩的教導，可受佛語的滋潤，洗滌心靈，引發精進心。

二、不離經典：

經典是古聖先賢的心法與智慧的結晶，在心情混亂時，可以看聖書或仙佛的訓文經典，此時就好像仙佛對著我們講道一樣，可以收心、治心、消除煩惱、淨化心靈。古德云：「三日不讀書，面目可憎」，所以一空下來，不妨多看經書，啟發精進心。而且不看無益的書，如《弟子規》所言的「非聖書，屏勿視；蔽聰明，壞心志。」

三、不離善知識：

善知識就是道場的前人、前輩等有德之人。所謂「鳥隨鳳凰飛得遠，人伴聖賢品德高」；六祖亦云：「菩提自性，世人本自有之，只緣心迷，不能自悟，須假大善知識，示導見性！」因有仁德的人講話



正直，無隱瞞，不說假話，誠懇教導，不會有諂媚的態度，也不會用甜言蜜語諂媚的話去奉承人。若能夠親近有仁德的人，使德行日日進步，過錯就日日減少；反之，若不親近有仁德的人，小人就會親近你。而「與惡人交往，如在風浪中行舟，險象叢生；與愚人交往，如行舟失導，不知何時上岸；與賢人交往，則如行舟有導，可到達彼岸；與善人交往，如獲寶藏，一生受用無窮。」

伍、結論：

道是老師傳給我們的，但要不要修就看自己了。師父只不過是指引我們走入這條修道路，但如果想恢復我們光明的自性、顯出我們自性的光輝，那就得靠自己

努力了。所以我們要精進、精進再精進，要「百尺竿頭，更進一步」。所謂「溫故知新」，只要努力學習，便可一天一天地進步；只要努力修道，就能夠將不好的習性一天一天地減少，最後一定可以恢復自心佛性的光輝。要學習玄奘大師到印度取經時所說的：「寧向西方一步死，不回東土一步生」，來展現我們的決心與精進心。

最後，後學以佛陀所說的：「天下好話佛說盡，不聽佛言聽何言；快快回頭勤修煉，共登西方淨土國。」與大家共勉之！

（全文完）

煩惱即菩提

～ 2025 紐約重德全美聯合法會專題

煩惱是一種內在情緒，會使人產生焦慮不安、不愉快的感受。人的心念，瞬息萬變，當中產生種種分別、執著、計較，引發無邊煩惱，如能轉念，即生智慧，就是菩提。

人的一生，在生命的過程中，面對生、老、病、死，有根本的煩惱；衣、食、住、行、學業、事業上的衝刺；婚姻的憧憬、老去的焦慮、死亡的恐懼…，一切一切都會令人生有無邊煩惱，好像活得很累，很多事情不能解決。但究其原因，原來不是因為事情太多，而是想得太多，思想變得複雜、煩躁不安。八苦中最苦就是求不得，而人生求不得的東西太多，所謂身累不如心累苦，若有所求，自然處處是牢籠，不能解脫；如能放下，自然哪裡都是天堂。

壇經云：「前念著境即煩惱，後念離

境即菩提。」當明白到因緣如織，人生是一場場精妙的連續劇，每一段經歷、每一次相遇與別離，皆是命運的巧妙安排，或悲或苦，皆有其意義。譬如蓮花沒有淤泥，無從生長，看似骯髒的污泥，卻提供了最好的養分。人生也是如此，煩惱就像心裡的泥濘，不經艱難和痛苦，不會亭亭玉立。所以要轉化煩惱，才生智慧之花，釋懷每一次挫敗，珍惜每一段因緣。世間萬事萬物不離因果，修道明因，自能識果，不強求，不執念，不為小事糾纏，不因失意懊惱，自能轉煩惱為菩提。

其實煩惱、菩提都是一體，純屬起心動念太計較人我之間的利害得失，勝者招怨，負者自鄙，由是生出一切迷惑煩惱。故修道是去除煩惱之最佳方法，令心靈有所依歸，除去勝負，泯滅分別，斬斷一切物慾貪求，遠離顛倒妄想，放下一切後天煩惱，回歸清淨。



究竟如何才能去除煩惱？

煩惱的起源，是由無明、無知、執著、妄心而產生。無明者，心性不明；無知者，事理不通；執著者，為相所縛；妄心者，虛幻不實。對現實生活的不滿，只會使生命陷入一片迷惘，過去的追悔、現在的空虛、未來的徬徨，會使人無所適從，煩則生鬱、惱則生怒，心理失衡，造成紛擾不安。此心若為煩惱所束縛，則無法自在，所以現代人其實需要心靈修養，釋放自己，學習放下以克服生活中所產生的憎惡、焦慮、空虛與徬徨。修行就是為了擺脫煩惱，尋求解脫人生枷鎖，而菩提就是大徹大悟，從迷昧中覺醒。

如何才能將煩惱化為菩提？

既知煩惱的根源來自愛欲我執，要斷

除煩惱必須：

- 一、確立正知正見、三觀目標清晰。
- 二、正念守護六根，不受俗務情慾紛擾。
- 三、不貪著世間名利福受。
- 四、安然面對世間一切得失—寵辱不驚、逆來順受。

人生最大的惱煩就是「我」，計較的心就如一個口袋，煩惱會越積越多；相反地，寬容的心就如一個漏斗，所有的磨難、挫折、失敗，當經過許多年之後，回頭一看，才發覺原來都是在成全我們。所以對世間一切能斷即斷、能捨則捨，以清淨心，破煩惱網，自證菩提，能登覺路。

2025澳洲聯合法會 心聲迴響

編者按：2025年6月20日至22日，前人親臨澳洲，舉辦一連三天的聯合法會。法會圓滿後，同修們的心聲迴響非常熱烈，可惜礙於篇幅，僅能擇數篇作為代表。遺珠之憾，謹此致意，並請見諒。

◎魏德佛堂 殷素珍、范姜士濠

感謝天恩師德、前人的慈悲及苦心成全，在陽光明媚的冬日裡，澳洲雪梨魏德佛堂舉辦了一連三天的聯合法會。參與的佛堂包括了秉德、菩德、魏德、精德、恒德、厚德、默德、樸德、立仁、合德、宇德和愍德。還有幾位特地從台灣遠道而來的點傳師在法會中慈悲開示，共有超過百位的前賢道親參加了現場及線上的法會。

這是澳洲第一次舉辦的大型聯合法會，魏德佛堂的同修既雀躍又緊張，都希望法會能順利圓滿進行。在洪點師及各點傳師的帶領指導下，早在法會幾個月前，就開始各種準備工作：宿舍的維修粉飾、住宿被鋪、音響網絡設備、廚務膳食、交通接送、文書翻譯、清潔衛生等等。由於魏德佛堂地方廣闊，位置偏遠，沒有公共交通能到達，道親要到佛堂幫忙都必需自駕或依賴同修之間的接送，所以更考驗了一班同修的真誠心、相互配合與圓融，也是給同修們一個立愿了愿的好機會。各個佛堂的點傳師及同修也陸續來到魏德佛堂，參與及幫忙法會事宜，大家同心同德、圓滿法會。

5月27日清晨，前人及同行的一班點傳師、前賢到達魏德佛堂。雖

然前人已經98歲高齡，而且剛坐了通宵長途飛機，但依然精神奕奕，為一班迎接的同修慈悲開示。大家還為前人慶祝了母親節，感謝前人不辭勞苦、為道忘軀，這是一班後學要效法的修辦精神啊！



前人親臨主持法會並慈悲請訓因由

法會第一天，活佛恩師臨壇，賜予班名「革凡成聖」，要我們「革除凡習，成就聖哲」。人生於世，六萬多年來的因果業力，讓我們迷失。在此次的法會中，老師希望我們有所「變革」，能脫胎換骨，重作新民！應從何著手呢？前人慈悲法會因由：我們由人身修成佛身，由自己修起，必定由暗而明，由人道達天道，按部就班，順序而進，必成佛道。故此，前人也巧妙地安排了法會的課題，告訴我們「革凡成聖」循序漸進的修行功夫：由「明善復初」再「脫變成長」，最後「入聖登真」。

法會第一課，顏世龍點傳師開示：積善之家，必有餘慶。「人之初，性本善」，我們要「復初」，從「改變」中恢復本來之善性，還要「積善去惡」—未做之善，令生；已做之善，令增長；未做之惡，令不生；已做之惡，令滅。第二課由黃銘揚點傳師開示「煩惱即菩提」：人生在世，煩惱痛苦難免，所以要「轉化再昇華」。煩惱也是一種助力，為解脫煩惱而「發愿」，再實踐，從覺悟中生起菩提智慧。

吳清吉點傳師開示「壁立千仞，無慾則剛」一課。慾望使我們追逐世間各種聲色貨利，繼而沈淪而不能自拔，所以我們要「無為而為」、「守中持中」，不讓自己的心神放逸，所謂「私慾淨盡，天理流行」，革除私慾的牽絆，超脫世俗利害得失，以理行事，自然剛直不阿，修行路上無所畏懼。接著由黃江海點傳師慈悲「能捨即捨，放下自在」，能捨難捨的，能放該放的，心中無有執著，通達無礙，得清靜自在。

在第五課中，楊慶和點傳師慈悲「入聖登真，當下用功夫」。古云：「神仙本是凡人做，只怕凡人心不堅」，我們都是由凡入聖，故要堅心定志，「當下」每個念頭都要用功夫，念念不離真如自性，精進用功，方能「入聖登真」，成就佛道。

最後，由鄧昭昌點傳師慈悲講解聖訓。活佛老師臨壇慈悲，叮嚀一班徒兒要

「心把定」、「善護玄」，以智慧去明辨真假，注意自己的起心動念，亦囑各人要「明真理」、「止至善」，同修之間互相扶持愛護，正己成人，責任負起，共辦佛事。

非常感恩能讓後學一家參與為期三天的法會。每次的法會都是給自己加油打氣，也是溫故知新的好機會，相信幾天的法會中同修們都收穫滿滿的靈糧，充滿法喜。後學兩個年幼的女兒也在法會中立了愿一報恩齋三年半，這是她們自懂事以來第一次參加的法會，大部分時間都拿著翻譯機坐在後學的身邊聽課，法會之後非常開心，回到家都在分享自己的體會，這是前人大德感召，讓年幼的孩子也能感受聞法之樂。

法會之後，深深體會到道的寶貴。人生有一定歲月後，嚐過那種苦澀滋味，有時回到佛堂會有種「想哭」的感動，那種

感覺就好像自己在漆黑的海中浮沉，有人把你拉上燈火通明的船上，告訴你人生的意義，如何煩惱轉菩提，怎樣明因釋果、解脫生死。詩云：「人身難得今已得，真道難聞今已聞，此生不向今生渡，更待何時渡此身」，後學自勉，應把握機會，珍惜當下。

前人在6月30日離開澳洲，前往馬來西亞吉隆坡續辦道場事宜。看到前人徐徐老矣的背影，為大道普傳，犧牲奉獻，在世界各地奔走卻從未言倦，同修們都非常敬佩感動與不捨。祝愿前人身心康泰，道務宏展，期待明年大家再聚守一堂，參研佛道真理。

◎愍德佛堂 陳陽逸

此次法會讓後學體會到修道的真正涵義，原來所謂「修道」，並不僅僅是接受



法會中的課堂情景

一種形式上的法門，而是在心靈深處產生震撼、共鳴與覺醒。那是一種靈性被點亮的感覺，一種難以言喻的清明，像是多年的迷霧被微光撥開，讓後學逐漸看見方向與目標。

在法會中後學知道了：原來活著不只是為了名利、情愛與物質的追求，因為那不過是人生旅程中的過客與考驗。真正的使命，是為了修持、為了渡衆、為了了愿。這種認識讓我開始反思過去的生活選擇與執念，雖然也未能一下就改掉不良的習慣，可是也讓後學重新檢視每天的言行是否與道相契合，真正做到「革凡成聖」。

法會的氛圍莊嚴祥和，但在那份靜中，卻蘊藏著撼動人心的力量。我也感受到講師們的用心與道務的莊重。他們的分享不只是理論，更是經歷的傳承。後學在過程中幾次感動到落淚，那不是悲傷，而是一種靈魂在共振中的淨化。

這次參與法會，彷彿是一場靈性的洗禮，更是一個起點。我定將修道化為日常的實修，不只是記住當下的感動，而是把它融入生活的每個細節。在人間修道，也在道中做人，理解人生的每段際遇皆有其深意，也許就是我們這輩子下來修的課題了。

◎立仁佛堂 黃兆文

感謝天恩師德、前人慈悲，此次全澳

洲聯合法會中，不僅有許多人到雪梨巍德佛堂參加法會班期，還透過視頻跨越距離限制，讓紐澳所有佛堂同修一起參與，共沾法雨滋潤！

在這次法會中，敬愛的前人有如飛行醫療團隊的領隊，帶領著一班無國界醫生團隊（三才和各地點傳師、講師們）為後學們醫治心靈的種種疾患。除了有前人慈悲開示外，又有如同五種特效藥的五個課題，透過點傳師們的慈悲講解，為我們注射了五支強心劑，也將我們心中的種種病毒清除，讓散漫的心再次凝聚，也激發起修道的初心，更使我們重新燃起對道的熱忱與使命感！

在聆聽鄧點傳師講解恩師慈悲的「革凡成聖」訓文時，後學特別被「革」字觸動！「革」就是要我們改革、革除、要求自己改變，唯有改變自己，才能有所提升。修道需要我們二六時中自省、勇於改進，才能在修道的道路上不斷精進，真正成為一位名符其實的修道人。這是後學在此次法會中最深刻的感受。

感謝前人和各位點傳師，千里迢迢來到澳洲，為後學們提供寶貴且充實的法會課程。經過前輩們的諄諄教導，讓後學得以在道場中汲取法語的甘露，洗滌心靈，堅定修辦的決心。同時，也深深感謝雪梨巍德佛堂的前輩們和同修們，無私付出心力，為大家提供住宿、膳食、翻譯等周到的服務，也讓現場及視訊上同修們都能得

到最快、最佳的法語滋潤。大家同心協力的奉獻，讓這場法會更加圓滿，讓每一位參與者都能感受到道場的溫暖與凝聚力。祝願大家身心安康，繼續努力修辦，將寶貴的先天大道宏揚到萬國九州！

◎合德佛堂 許雅淳

感謝天恩師德、前人慈悲、及點傳師們的成全；因婆婆生病緣故，後學無法親自到雪梨魏德佛堂參加這次澳洲聯合法會、無法見到前人老人家，心中感到很遺憾。承蒙前人慈悲，法會全程都有視訊直播，後學能透過視訊課程來參班，沒有完全錯失這難得的學習機會，真的很感恩！

這次法會恭請聖訓中，活佛恩師臨壇慈悲，賜下許多寶貴法語，讓徒兒特別有感的是那句：「安頓身心功夫煉」。恩師慈悲的這句話提醒了徒兒：修道不能只是理念，而是要在日常生活中真修實煉去做，時時刻刻要反觀自己、安頓好自己的身心，真正的要改變自己，才能走向成聖之路。

前人也在法會因由及總結當中慈悲提醒我們：「修道是快樂主義」，並叮嚀我們的心不要總是跑來跑去。這句話看似簡單，卻蘊含很深的修持智慧。在平時生活壓力、煩惱紛擾的當下，我們做任何事若能合乎於道、若能當下安住好自己的心，也就是修道的真功夫。

另外，讓後學很感動及慚愧的是，前人如今已98歲了，仍不辭辛勞，千里迢迢飛到澳洲來成全這場殊勝的法會。老人家的辦道精神，真的讓後學非常敬佩，也深深體悟到「哪裡需要，哪裡有我」這句話的真義。再次感謝 前人的慈悲！

這次法會的每一堂課，後學都覺得收穫滿滿，感謝每位點傳師的慈悲講授，每一堂課都幫助了後學在學、修、講、辦、行上更有方向，帶給後學更多的信心與正能量！

法會雖已圓滿結束，但對後學來說，反而是一個新的起點。後學期許著自己要繼續帶著這份法喜，好好把「革凡」、「安頓身心功夫煉」和「修道快樂主義」落實在自己的日常生活中，一步步朝向成聖的目標，好好努力。

最後，後學也想感謝這次負責澳洲聯合法會的視聽組蔡門錦點傳師，及所有幕後協助的前賢們，因有您們的努力及付出，我們在線上的學員才能順利參與這次法會課程，真的很感恩！也謝謝司儀黃銘揚點傳師，一直不忘照顧我們所有線上學員，風格活潑有朝氣，讓整場法會更有精神。

最後感謝所有協助後學能順利參加這次法會視訊課程的點傳師們及前賢大德們，謝謝大家！敬祝大家法喜充滿、平安健康、革凡成聖成功！



來自香港、台灣與澳洲的菁英講師群

◎合德佛堂 陸文偉

在得知今年前人會來澳洲開法會的時候，後學的心情真的很複雜。一方面，後學很開心、很感恩前人可以再次來到澳洲，讓後學有機會可以見到前人、親近前人。另一方面，又很心疼不捨前人。一位98歲的老人家，還要坐十幾個小時的飛機，從紐約飛到世界各地開法會，是多麼的不容易。前人老人家，沒有計較自己辛苦與否，沒有半點怨言，為道奔波，為道親的進德修業不辭勞苦。這種精神，深深感動後學，亦是後學要學習的地方。對於前人的無私付出，後學無以為報，只有好好地修道，以報答前人的苦心成全。

課堂當中，『積善之家，必有餘慶』由顏世龍點傳師慈悲。顏點傳師花了很大

的篇幅，解釋如何積善，而對於『餘慶』的講解則較為簡略，相信這是顏點傳師要帶出的另一個重點：修道，就是要無為而為。積善是重點。我們積善，是我們本分該做的事情，而不是為了「有餘慶」。要如何積善呢？也是很簡單，以我們的自性良心行事即可。因為「人之初，性本善」。我們用良心、道心行事，所行的必是善事。但是，因為我們的良知良能，被六萬多年來污垢遮蔽了，不能完全顯露出來，所以，需要做自省的功夫，如曾子『吾日三省吾身』。在佛堂每日早午晚香時的跪讀懺懺文，給我們機會每日去自我反省，迴光返照。而在日常生活當中，亦要多做自省的功夫。

『煩惱即菩提』由黃銘揚點傳師慈



前人與魏德、精德佛堂同修合照

悲。當聽完黃點傳師慈悲後，後學明白到：自己不應討厭煩惱。煩惱是成就我們菩提正覺的助因。每個人在人生的過程當中，都一定會遇到很多不同的困難，從而產生煩惱。煩惱的本源，是心中的三毒『貪、嗔、痴』。若能去除、衝破，菩提即生。煩惱與菩提是一體兩面，本無區別，是煩惱還是菩提，取決於自己的心念。一件事情的發生，可以造成自己的煩惱，若能轉念，煩惱即可成為菩提。我們修道的其中一個功夫，就是轉念的功夫。更進一步，我們不應該執著於煩惱與菩提。當我們不落對待，則既無煩惱亦無菩提。

『壁立千仞，無欲則剛』是吳清吉點傳師慈悲，告訴我們：學道修道，要學習做到無欲無求。後學反觀自己，欲望真的很多很多，得一就會想二，不讓自己的心停歇。後學記得有一年在金山道院參加英文班，後學曾經被問到：「你覺得苦嗎？」後學毫不猶豫地回答：「苦」。前人

慈悲後學：是因為自己的貪念，才會讓自己覺得苦。後學茅塞頓開。真的，有欲就會有求，有求就會有苦，從而產生煩惱。學修的過程當中，要是我們欲望不斷，我們的心志就會受影響，有所求而達不到，就容易讓自己產生退道的念頭，我們又怎能成功呢？所以，修道，要去除自己欲望，要捨，要放下。這亦是接著黃點傳師慈悲的一課：『能捨即捨，放下自在』的重點。

後學學習到：捨，不是讓我們完全放棄，而是不要把事物看得太重。捨與不捨，順其自然就好。不能捨的時候，我們就好好地做好自己在後天職責。到要捨的時候，亦不用掛心，放下就好。而後半句的“放下自在”，黃點傳師以活佛恩師的慈訓，為後學們講解要放下：對立、猜疑、冷漠、批評、計較、嫉妒、貪求、嗔恨、是非、爭辯、繁雜、放下。恩師的這十二條『放下』，清晰地告訴我們如何做“放下”的功課。



前人與秉德、菩德佛堂同修合照

第五課是楊慶和點傳師慈悲的『入聖登真，當下用功夫』。這一課題，後學覺得是法會五個課題的總結。之前四個課題，都是跟我們講修行的功夫，教我們要『革凡』，之後就可以『成聖』、『入聖』。楊點傳師在課堂中慈悲：凡夫是順行而行之；入聖是逆行而行之；登真，是在歷經不斷的修行，返回真如本性，成就聖賢仙佛。的確，每個人都希望生活順利，不要遇到太多的挫折。作為一個學道修道人，我們會希望自己將來有所成就，所以我們就需要“入聖”，逆行而行之。逆行而行之，不是要我們去給自己找麻煩，而是要我們不要害怕麻煩，不要恐懼逆境。相反地，當我們遇到逆境時，我們更需要去感恩，因為又多了一個磨練自己的機會。

法會中的每一課，都讓後學獲益良多。恩師慈悲以『革凡成聖』為今年進德修業的方向目標，提醒我們修道要修心，

要無欲，要捨，要放下。修道不是要得到任何東西，而是要捨去：『為學日益，為道日損，損之又損，以至於無為』。前人在最後的總結當中，祝福我們每一位後學，可以成功、大成功。真的很感恩前人的慈悲。當然，要得到成功、大成功，不是什麼都不做就可以成功，而是要自己去下功夫，天時緊急，時間已經不多了，不能再等待，要『當下用功夫』。

最後，再次藉此機會，感謝 天恩師德，感激 前人的慈悲，各位點傳師的成全，為後學們舉辦了這麼莊嚴神聖的法會，為後學們補充靈糧。感恩魏德佛堂的無畏施們，把環境整理得很好，讓外地來的後學們可以有舒適的地方居住學習；感恩廚房的無畏施們，每天都辛勞地煮很多美食，為後學們身體提供能量。敬祝 我們敬愛的前人，福壽綿綿，身體健康，道務鴻展。祝願各位點傳師及前賢身體健康、聖凡如意。

2025台灣青少年暑期國學營 參班心得

◎陳冠廷

從品格、火候、功德、禮節談修道實踐

前言

感謝天恩師德、各位前人與點傳師慈悲，讓後學有機會參加這次暑期國學營，並擔任輔導員，正所謂「上求佛道以成己，下化衆生以成仁」，學習如何肩負天命的傳承，引領學員們，利用課程活動，更加認識天道的使命與真諦。後學也透過這次無私的付出，不為名、不為利，真正學習如何做到「無為而為，利益衆生」。

三天兩夜的營隊課程，從「品格、火候、功德、禮節」四大主軸展開，帶領我們不僅僅是知識上的學習，更是身心靈的洗禮。這些課程內容看似平凡，卻深蘊儒、釋、道之大智慧，提醒我們：修道之路，必須落實於生活日用之間，才能真正契合「修道從心修起」的真義。

一、品格——立命之基，修道之本

正課第一堂為「學—品格」，指出人品格局，實為立命之學。儒家《大學》說：「格物致知，誠意正心，修身齊家，治國平天下。」修身是起點，而修身的根本即在於品格。若品格不立，再高深的學問、再豐厚的財富，終究只是一座虛浮的高樓，缺乏穩固的根基。

正所謂：「人能弘道，非道弘人。」所謂弘道，並非口頭之說，而是以自身的品格、行為成為他人楷模。佛家則強調「因果不虛」，一個

人若以善心、善行待人，必能結善緣、廣積德本；反之，若存惡念，雖一時得利，終將自食其果。

課程中提及「君子之德」與「君子之行」，君子之德如「溫、良、恭、儉、讓」，君子之行如「禮、義、廉、恥」。這些並不是古老的道德教條，而是做人處世最基本的行為規範。試想，若一個人能常懷謙和，不以自我為中心，而能體諒眾人，其身影自然具備光明，令人願意親近。

一個人要當金、還是土？金子雖然外表看似昂貴，但本質上卻由別人來定義價值；土看似無價，卻能生長萬物。因此，品格並非外在的偽裝，而是內在修養的展現。修道的第一步，便是時時反省自身品格：我是否言行正直？我是否心存仁厚？我是否能守信踐諾？若品格失守，修道便流於形式。

二、火候——修持的分寸，心性的磨鍊

課程中「修一火候」提醒我們：修道如同煉丹，須講究火候。佛家修行亦言「中道」，避免過與不及。若太過急躁，容易偏差；若懈怠怠惰，則一事無成。

「沉得住氣的真實意涵」，指出當我們處於逆境，若能靜下心來，調整心態，不隨境轉，這便是火候的展現。不是無謂的忍耐，也不是叫您委屈往肚裡吞，而是這些都只是基本功，為的是讓生命有尋找出路的時間。這讓後學想起《中庸》裡的一句話：「喜怒哀樂之未發，謂之中；發而皆中節，謂之和。」能否掌握中庸之道，正是火候修養的真實體現。

擔任輔導員時，總會碰到學員們各種疑難雜



始業式營主任慈悲



大專班正課—品格



大專班正課—火候



大專班正課—功德

症，也是修練火候的考驗。後學在這一次學習到：每個人都是獨一無二的個體，都有著自己的心情與想法，當您靜下心，用尊重

且真心、同理心的話語關懷對方時，困難也自然而然地迎刃而解。果真沉住氣才能有所成、有所得。

「逆境是菩薩給予的試煉」，若能忍辱負重，便是福慧增長的因緣。就如課程中所說：「不做奴才，但也不自大。」修道不求一蹴而就，而是持續地修練涵養，逐漸積聚。火候的養成，不在於外在的浮華，而在於內心的堅持與穩定。

因此，火候其實就是一種「定力」。佛家修禪，講究「戒、定、慧」，定力是智慧的前提。唯有沉得住氣，心境不隨波逐流，才能在紅塵之中依然守住本心。

三、功德——無形之積，福慧之源

「辦一功德」的課程中提到：許多人誤以為功德只是布施金錢，或是完成某些外在善行。然而，真正的功德，不僅僅是有形的付出，更在於內心的清淨無染與悲願心的展現。

佛家《金剛經》說：「應無所住而生其心。」真正的布施，不應執著於相，而是清淨心的流露。若布施而生傲慢，或行善而求名利，便已失去功德本質，只是「福報」而非「功德」。

儒家亦言：「積善之家，必有餘慶。」善行雖小，持之以恆，必有深遠影響。功德是修道者回歸天命的重要橋樑，因為功德不僅救人於身，更能度人於心。度人者，功德最大，因為這是引人返本還原的殊勝真理。

因此，福報就像今生的基本食糧，是累世積累而來的成果，總有一天會消耗殆盡；而功德卻是這一世修行回理天正確方向的關鍵。功德不應侷限於形式，而應在日常生活中自然流露：一句善語、一個幫助、一份寬容，都是功德的展現。正如課程中所說的：「在日常生活裡，每一個選擇，都是修道的起點，讓心走在菩薩道上，達到為而不恃的境界。」



大專班正課—禮節

四、禮節——修身的規範，入道的門徑

最後「行一禮節」，提醒我們「禮」的重要。《論語》說：「不學禮，無以立。」禮並非繁文縟節，而是內心恭敬的外在表達。禮能防止傲慢，能養成謙和，能讓人與人之間和諧共處。

「禮是火候、品格的呈現」，這句話發人深省。品格是內涵，火候是定力，而禮則是其自然展現。若一個人內心謙恭有禮，則舉止言談自然不失分寸，這不是外在模仿，而是自然而然、內在修養的體現。

佛家雖不以「禮」為主要修行，但佛門戒律即是一種禮儀規範。例如吃齋茹素，目的是攝心與和合。若弟子能守戒如禮，便能使我心清淨無爭。由此可見，禮節不僅是外在形式，更是修心的重要法門。

結語——修道從心修起

三天兩夜的課程，從「品格」的建立，到「火候」的磨鍊；從「功德」的積累，到「禮節」的展現，其實都指向同一個核心——修道從心開始。

《大學》開篇言：「大學之道，在明明德，在親民，在止於至善。」修道就是一場明德至善的旅程，也是我們在追求的「返本還原」，即回到那個本自具足的佛性、真心。

若能從日常生活中，於待人接物時修養品格，於逆境中沉得住氣，於舉手投足

間累積功德，於言談舉止裡守住禮節，則修道便不是遙不可及的理想，而是真正生活上的實踐。

感謝所有參班學員與熱心服務的工作人員們的付出，三天兩夜的營隊，只是引導入門，真正的考驗，是在之後的日日夜夜，能否持之以恆。修道不離生活，生活即是道場，後學願以此課程所學，時時自省，步步精進，方能不負「修道從心修起」的本懷。

◎呂沂蓁

落實「學、修、行、辦」 於生活 & 道場

後學有幸參與今年的「114年青少年暑期國學營」，希望透過文字將自己在營隊的記憶、感動、想法與收穫長久留存。

分站教育

這次國學營的分站教育主題是「修道四門功課」，分別為：功德、品格、火候與禮節。其中讓後學印象最深刻的，是對「功德」與「福德」的理解。這個問題其實後學早已思考許久，也曾向佛堂的點傳師請教：明明都是在做善事，為什麼每個人所得到的結果卻不同？

在參與分站教育的過程中，後學逐漸明白，關鍵就在於「是否有所求」。當我們付出時，若心中無所求，這份純粹的善

念與行動所帶來的功德，往往超乎我們的想像；但若我們的付出來帶著期待與目的，所獲得的福報便是有限的，也容易落入比較與計較之中。而這樣的體會，也讓後學聯想到《金剛經》中的一句話：「應無所住，而生其心。」唯有當我們的心不執著、不依附於得失，才能保有一顆清淨、柔軟、真正能行善的心。

除此之外，後學也對火候這個關卡感到印象深刻。要用一根鐵釘撐起所有的釘子，聽起來是困難、沒辦法完成的事情，在嘗試了非常多次、仍然沒辦法完成時，還是有一些人抱持著一種信念——相信雖然現在還沒有成功，但成功仍然是有機會的。直到最後點傳師公布了參考解答後，大家終於恍然大悟，也有越來越多組成功搭起了釘子！對我來說，點傳師的解釋就像是指引的明燈，引導我們朝正確的方向邁進。不過我也深深感受到：若是我們能抱持著堅定無二的道心，無論順境或逆境，都能夠在這樣的過程不斷精進、不斷圓滿，最後是否成功，似乎也不再是這麼重要的事了。

正課

這次的正課一共有四堂，也是呼應了修道的四門功課，以學、修、行、辦四個角度，具體說明應該如何將這四門功課落實於生活與道場之中。第一堂課是「學——品格」，在這堂課裡，後學印象最深刻的是六祖惠能所說的「人雖有南北，佛性本無南北」，這句話就好像提醒著我們：每個人的佛性本是相同，皆是一

片清明，沒有任何的塵埃。但是在生活中，我們時常被表象所蒙蔽，看見彼此的不同，甚至執著於這些分別。若能放下這些心結，回歸到本然的心境，就會發現：那些隔閡與對立，原來是自心的幻象。而當我們回到本然的心境，就會發現人與人之間是沒有界線的，能夠自然地感受到彼此的慈悲與包容。

「火候」這課題告訴我們「沉得住氣，方能成大器」，後學自認正是火候不足的人，容易受到外來事物的影響，而起心動念。火候是需要時間醞釀的，是在每一次意識到有念頭出現時，能夠察覺它、再將它放下，是讓我們學習沉穩，並且克制自己的欲望和心念的最佳方法。

而在「功德」這堂課，後學學習到了要從自己出發，能夠發心為眾生付出，而這樣的付出是「為而不恃」，是一種甘願與喜捨，是做了之後能夠「無住生心」，更是一種放下執著的智慧；而最後一堂課「禮」則是前面所講述的品格、火候與功德之實踐。禮看似是外在的表現，但應是一種由內而外的自然流露。如：《禮記大學》所說：「誠於中，形於外」，便是希望我們能夠由內而外，將我們的至誠之心藉由禮加以實踐，如此便能讓清淨之本心，在日常的生活中自然流露。

結語

這三天的課程與活動，重新洗滌了自己的心靈，對於事物有了新的看法和體



全體大合照

悟，明白有些過去的事情是沒辦法改變的，唯有在當下覺醒，從現在開始做出改變；在每一個起心動念，都讓真主人做主，成為更好的自己。



高中班正課—功德



分站教育—品格關



晚會—修辦本色戲劇演出



分站教育—火候關



動態課程—金山小學堂

2025 美加夏令營 照片集錦

◎攝影：美國 重德佛堂同修



莊嚴的開班禮



前人慈悲開示



課堂上課



分組討論



全體大合照

驚險有趣的探險公園戶外活動



2025美國聯合法會 心聲迴響

◎志聖佛堂 陳浣儀

這次法會非常圓滿，讓後學得到許多豐富的靈糧，滋潤了後學的每個細胞，所以心中非常感恩—感恩上天、前人及各位點傳師的慈悲。後學記得第一課「積善之家，必有餘慶」，侯點師告訴我們：雖然求道時



紐約重德佛堂開班禮



靈德佛堂同步獻供叩頭



紐約重德佛堂開班禮



重德佛堂上課情景



慧德佛堂網路同步聽課

已經知道自己的本心本性，但是人在天地宇宙之間，是脫離不了因果的，種善因，得善果；種惡因，得惡果——本性純善，為什麼會種惡因呢？因為在這世間，我們起了種種的妄念，所以很幸運地有這個法會，令我們知道在心靈上去省察，目的就是要我們返本歸真。求了道之後，跟隨前人及前輩，一齊回返理天，這就是我們的目標。

鄧點師慈悲的「煩惱及菩提」，告訴我們：俗世間不可能沒煩惱，但煩惱就是菩提——只要我們能轉念，所謂「山不轉路轉，路不轉人轉」，煩惱就是妄，我們每天在這個妄中打滾，隨著煩惱一路起心動念，所以要轉念。還有黃潤東點傳師慈悲的「能捨即捨，放下自



劉國堂點傳師慈悲「壁立千仞，無欲則剛」



黃潤東點傳師慈悲「能捨即捨，放下自在」



岑永鏗點傳師慈悲「入聖登真，當下用功夫」



李萬機講師慈悲「解惡」

在」，後學覺得與今年的法會班名「革凡成聖」非常貼切。黃點師慈悲我們：要捨去後天一切，如對家庭、子女、事業等的執著，以及我執、我見和愛慾、貪婪等等的心，還有對人我對錯、一切合理與不合理的種種執念與身心，因為這一切都是無常的、虛幻的，所以都要放下。「有捨有得，不捨不得」，只要能付諸行動、即刻放下，就能認清本來的自性佛、成就本性的自在佛，展現本來面目，流露自性中的真善美；而這時先天良心做主，行出來的都是佛事——就如岑點師所慈悲的，這樣當下就是佛了。後學小知小見，再次感恩。

◎慈化佛堂 雷煒蘭

後學是第一次參加法會，以前從來不知道什麼叫做法會，但這次感覺好像接受了一次心靈的大清洗：首先先掃去心裡的垃圾，然後學習道理，例如「什麼叫做當下」，以及「怎樣一步一步地向著修行的路上前進」。後學很感恩慈化佛堂的每一位同修，他們每次都支持著後學，給後學機會學習，非常感恩，也希望大家都能夠法喜充滿，謝謝。

◎美德佛堂 滕群英

感謝前人設立「革凡成聖」班法會，感謝各位前賢付出努力，感謝重德佛堂前賢協助，讓後學這次能聽到國語的翻譯，清楚明白地聽了四天課，讓後學茅塞頓開、受益匪淺。感謝點傳師們遠道而來，

為我們講解每一個課題，讓後學領悟到應該怎樣去學習。後學對「能捨即捨、放下自在」這堂課感受很深，學習到「不捨不得」，今後希望自己能「不獨親其親，不獨子其子」，做到「兼善天下」。還有恩師慈悲的訓文，後學也會慢慢去消化，勉勵自己「親子關係好好培養」。最後敬祝：前人及各位點傳師身體健康，各位同修法喜充滿。

◎律德佛堂 余凱文

後學要分享的是黃點傳師所說的「隨緣行」。後學感謝黃點傳師再次提醒我們：修道的時候心裡要無所求。後學所感悟到的是：每個經驗都是一個學習的機會，不管是在逆境或者是順境中，都是上天給我們機會去修煉自己的心性，讓我們可以回返清淨的本性。道真的是在生活之中，不管面對什麼都要歡喜接受，一切隨緣。再次感謝前人、感謝各位點傳師，讓後學跟律德佛堂的同修，有這個機會可以參加這麼殊勝的聯合法會。

◎重德佛堂 黃翠婷

感謝天恩師德、前人慈悲、點傳師的成全，經過這四天的法會，讓後學學習了很多，知道了自己有很多的不足，希望以後能好好地改正。開一次法會真的非常不容易，特別是我們的前人，非常地辛苦，每次看見前人疲憊的身軀，還堅持到法會圓滿，任何一個人都很難做到這樣的毅



網路同修心聲迴響



重德佛堂同修心聲迴響



力。她老人家非常慈悲，一直都擔心著我們、關愛著我們大家，後學非常感動。還要感謝佛堂裡每一位點傳師對後學的關愛，以及辦事人員和廚房的同修們，都非常地辛苦，為了開一次法會，他們都要籌備很久，希望大家都能有所感悟和收穫。

後學透過這次法會也學會放下，否則會有個心結一直解不開。如果沒有學佛，真的不敢想像以後的路要怎麼走下去。人生真的非常短暫，投胎做人是非常不容易的，在自己有限的人生

裡，一定要好好把握住。人世間事事難料，不管年紀大小，生老病死是每個人都必須經歷的，所以希望大家都能好好地珍惜眼前、把握當下，常來佛堂



辛勞的重德廚房工作人員

學習，好好修養自己的身心，要存好心、做好事。最後希望大家都能法喜充滿，謝謝大家！

◎重德佛堂 曾彩鳳

後學非常感謝前人及由香港、加拿大及台灣專程而來的點傳師們。今年法會班名「革凡成聖」，老師臨壇開示我們：要革除凡俗的習性，修養成為聖賢之士。黃點師慈悲一課，後學對「從其大體為大人，從其小體為小人」這句感受很深。人與畜生都是動物，畜生跟隨耳目，而不經思考、盲目行動，但上天賦予人類有思考能力，如果量大用天心，就是大人；量小用人心，就是小人，值得警惕。文點師慈悲：人類可以選擇，可以「有所為、有所不為」，甚至做到「為而不有」，君子明辨是非、有所取捨，不做有違常理的事；尤其我們已求了道，當跟隨玄關竅內所住的真主人及良知良能去行為才是。侯點師慈悲：要借鏡「了凡四訓」去立命、改過、積善和以謙德修行，自我提升。

我們做人的確有好多煩惱、習性和牽累。鄧點師慈悲：其實煩惱與菩提都是一體，純屬你的起心動念之間，好似一個銀幣，正面看是頭像，若翻到另一面來看，就是文字，取決於你自己。故三觀（世界觀、人生觀、價值觀）要正向，少些負面情緒出現。劉點師慈悲：是道則進，非道則退，當面對事情時，若合乎天理、道義及良心，就該勇於前進；但遇到不合道義

之事，就要退縮避開。如何取捨凡聖呢？

「兩利取其重，兩害擇其輕」。岑點師慈悲「當下」的重要性，迷悟在一念間，轉變的關鍵就在當下這一念，也就是此時此刻的心念。

但願自己成為觀音化身之一，後學與大家共勉之。

◎成德佛堂 林寶卿

很榮幸能參加這次殊勝的聯合法會，在這個四天法會中，大家都獲得了很多心靈上的滿足。十八個線上佛堂和重德佛堂，氣場真的很強大，因緣真的很殊勝。因為疫情，法會停辦了五年，這五、六年來，自己覺得離開了佛堂，有了怠惰的心，因為大環境的影響，我們很少有機會可以接近佛堂；但是這次大家很幸運，可以繼續齊聚一堂、參加法會。恩師慈悲班名「革凡成聖」，「革凡」就是要去除我們的脾氣、毛病、煩惱，「成聖」就是我們大家都有成就聖賢仙佛的希望。所以在這個班名的提醒之下，後學不僅有了自己學習的目標，也有幾點心得：第一是感恩法會渡了我們的懈怠之心；第二是感到很慚愧，對自己的怠惰不精進知道要反省；第三就是明白要改過。因為道場就在我們的心中，是須臾不可離的，要警惕自己、時時反省，好好跟隨前人的腳步，跟隨前輩繼續修道，才能夠達到菩提正覺，可以渡人渡己。衷心希望前人身體健康，能夠繼續帶領我們，將大道傳遍萬國九州！

有愿即行

◎美國 郭秀美

心動了 行動吧

承蒙天恩師德、前人慈悲，以及澳洲洪玉點師、台北承德佛堂點傳前輩的提攜成全，讓遠在世界另一端、美國休士頓嶺德佛堂的後學，榮幸地參與了2025年、前人所主班的第二場法會—澳洲雪梨聯合法會。

2025年美加區點傳師德業精進班班期中，前人曾慈勉參班的點傳師們，勿忘：

1. 有沒有拿把尺來度一度自己的涵養？
2. 要「見道成道」，做到「緣聚不拒，緣盡不攀」，一切以道念為重，做事要秉持著：為了學習、了愿之精神來辦事，處處要主動，處理道務要一片真心，做到無私

無我、不埋怨、不後悔，能夠身先士卒，勇於承擔。

而前人大德在班期中的「請跟我來」簡單四字，言淺意深，令後學醍醐灌頂，感受到冥冥中、道大理微之一條金線，牽引著後學，觸動著後學的心靈深處，渴望著這股心靈神湯，沁入心中，能提神、能使後學在日後行辦道的路途上漸明朗、漸茁壯，更能成為一位「牧羊人」。於是在點傳師德業精進班結班後的第二天，後學撥電話請示前人：「後學日後若有機會，可否到重德佛堂做服務、清潔工作？」前人慈悲回覆：「好！」之後，後學也就平常心待之。

來來去去 不變隨緣

然而奇蹟迅雷不及掩耳般地來到。今

年3月13日，後學由美國飛回台灣探親，此事也已向前人報告了，然回到台北承德佛堂方知：前人將於4月30日抵達台灣處理道務，且暫住於承德佛堂。如此一來，使得後學有幸參與了「服務行列」，跟隨前人、各位點傳前輩在台北承德駐留了20天，真的實現了後學想學習「服務工作」的心愿！

期間，見前人為了後學們而不顧自己身體的疲累，不斷地辛勞付出，一一完成重大使命：包括羅東、桃園二間新佛堂的主持開光、台南邱朝琴點師的結緣、全台灣的升點師、升壇主等愿，前人皆是慈祥又堅忍地圓滿成辦。可是身為後學的我們，卻有種不捨之心：不忍見她的勞苦、不忍見她的身痛、不忍見她的……，卻又敬佩她的毅力、敬重她的身行、敬觀她的大智慧呈現在每位道親的面前，那份慈祥和藹、那份莊嚴法相、那份慈悲喜捨的展露，讓全台灣的後學敬仰、尊重，同時在「學修講辦行」的道路上，更增強了一份信心！

種種感動撥撩了後學的心弦，以致斗膽地在前人即將於5月19日離台飛往日本的前一刻，向台北承德點傳前輩王惠中、陳慶助兩位點傳前輩請示道：「可否有機會至澳洲雪梨了愿？」經由台北前輩及澳洲洪玉前輩許可，並代為向前人呈報時，前人慈悲問：「妳可以嗎？」後學跪地斬釘截鐵般回覆：「後學可以的。」前人再慈悲：「好！」

和樂融融 彌勒家園

於是，前人5月19日離台前兩天，後學在家人配合協助下，將飛往澳洲雪梨的機票辦理成功，並親自將行程呈報給前人，完成「出面反告」的程序後，有幸繼續飛至澳洲雪梨魏德佛堂學習，向前輩們請益40天。在此，後學親見魏德每位前輩、前賢，不分種族、年齡，在道務幫辦中是「事事有人做，人人有事做」；甚至連4歲的小菩薩，都能做到遞毛巾淨手、擦拭清潔消毒拜墊；個個都是受前人大德之普照、眷顧。餐後前人更是與同修們歡聚一堂，大家輪流唱戲、唱歌、唸經、唱道歌……，逗得前人與大家和樂融融，歡聲滿場，宛如彌勒大家園呈現在前！

為期三天之澳洲雪梨聯合法會，於6月20日下午至6月22日在魏德佛堂如期開辦了。而在班期前一個月，則是風雨交加的天氣。颼颼不休的風和雨水，使在地的前賢們忙碌不已，上坡下坡、馬不停蹄地整理、清洗宿舍，打點法會所需的一切事物和事宜，如簽到簿、講堂桌椅、翻譯機器設備、上課講師所需……等，可說是緊鑼密鼓，卻也是道氣充彌。

安頓身心功夫煉

第一天請訓時，恩師慈賜班名——革凡成聖，於訓文中也慈悲出包括雪梨、墨爾本、布里斯本、柏絲、愛麗斯泉、所羅門島等12間公共佛堂的壇名，在場人人無不驚嘆，感應到天恩師德之浩瀚！恩師更是慈勉了大家：

壇前徒兒師心肝 師徒有緣再相見
佛事人辦汝分明 各盡其心揚道帆
今日批此不多評 徒兒修辦活潑點
莫太執著損性田 和氣順天應人先

最後還慈勉在壇徒兒一句：

安頓身心功夫煉。

在這一個月的學習中，後學體會到：學道不如行道，讀萬卷書不如行萬里路，但亦提醒自己必須銘記著恩師所云的：「修道是長年之事，不是混熱鬧、混眼前，豈容敷衍，這是道道地地回家事！」

師尊慈悲：

「修行不是求功德，而是求心靈淨化圓滿；
付出不是求回報，而是求大愛推廣於天下；
辦道不是求擁有，而是求眾生能達本還源。」

而這就是前人老大德、大智慧的行辦道足跡，踏遍於萬國九洲各角落，落實到她老的心頭上，更顯露在她老人家那慈祥和靄、笑容滿面有如菩薩的臉上，讓我們這群懵懂無知般的後學感受到「修道是快樂的」。

緣盡不攀 後會有期

然而緣聚緣散，不就是修道人所要體會、提昇自我之心性的人生課題嗎？法會中200人於6月22

日結班後，前人大慈大悲地送每位學員、每間佛堂一張「日後幫辦道務之獎勵與楷模典範」，即是與前人的大合照。滿堂歡喜、愉悅之感恩心情，充塞於這依山、寧靜又遼闊的彌勒大家園—魏德佛堂中！

雪梨班期圓滿，前人一等即將在6月30日飛往吉隆坡，而來自澳洲各地佛堂的前輩們，無論是開車、搭飛機都即將互說「珍重再見！後會有期！」各自回到幫辦道務的本份崗位上，繼續為常州道務更上一層樓而邁進、努力，大家都滿載著「天恩師德」的慈勉和前人大德的金玉良言、無限關愛，依依不捨地踏上繼續幫辦佛事的光明大道上！

短短一個多月的遊學，心中滿是感恩與感動，唯將片斷記錄於此，以作為自己日後學習幫辦道務時的踏腳石；而點點滴滴，也將刻骨銘心地烙印於心靈深處！後學勉勵自己：日後更需加倍努力，堅定不退，勇於前進！

謹藉此文與常州弟子的您共享之。

革凡成聖(中)

◎香港 尹國偉

「革凡成聖」，凡夫經過修道，革變非昔，是今作聖。之前一篇訓文，恩師言「君子豹變」，今再言「虎變大人」。取象於豹，因其斑紋茂密繁盛，蔚然成風，如君子之德行散發出一股良好風氣；取象於虎，因其斑紋彪炳，有若日星，明亮顯耀，如君臨天下，威德遠被。革變包含克服的意義，能克制和約束自己，使成就為君子，成就為大人。《易經證釋》：「革則克，克必有勝，而革可大，順時之極，因地之利，依人之情，乃不得不革。」因得天時、地利，人和的配合，克服了某些不合理的行為和反應趨向，改變了某些不合道的思想和主義趣旨，大勢所趨，不得不變革。當然虎變比豹變來得浩大，龍騰虎躍，正是風雲際會之時，而種種變異當以知為根本，灼見來自真知，知己知彼，百戰百勝，充分了解認知是取得全面成功的主要因素。

道濟活佛〈歲次乙巳 三月廿五日〉

道遠知驥識坦途 途徑曲折心有主
世偽知賢德顯護 護道佑民難同扶
月暈知風風從虎 虎變大人觀明數
礎潤知雨雲從龍 龍騰善化恩澤普

道濟活佛開示了四個知：知驥，知賢，知風，知雨。四知託付給吾們一個真知，只有真知才有真行，只有真行才能成就真人，真人擁有成聖的真智慧，智慧無堅不摧，智慧的堅定力量，能斷除種種煩惱疑惑，於法界中，堅固而無有能截斷者，又無一法可替代或毀壞者。

道遠知驥 識坦途

面對無窮的前路，只知道唯有良驥方可擔當勝任遠征。辨別千里良驥，可以參看一

下良驥的共同特徵，就是堅強的韌力，即使迎面風雨寒冰，腳踏荒漠迷城，攀高山，涉大川，唯獨老馬識途，能夠突圍而出，衝破重重困難局面，擺脫困境。

修道是遙遙的路，修行歷程荊棘滿途，千魔萬考有如枷鎖，把衆生牢牢束縛，沉重得寸步難行，坐困紅塵濁流之中，如浪淘沙，前浪未盡後浪已起，生命有如翻起的浪花般一瞬即逝。面對浩瀚無邊的人生長路，稍縱即逝的生命，千絲萬縷的關係，密切複雜，難以理清的人事物，要跑得快，走得遠，唯有良驥可以勝任突破重圍，衝出困局。

修養身心先遣慾 動念當下覓本真
素位而行至中道 克己復禮而爲仁

知軀如知驥，身心是我們的軀體，軀體如驥，可以跑得快，走得遠。修養身心就是鍛煉，通過艱苦修行來強化自己，使成為千里良駒。鍛煉之基礎是遣慾，故修養身心必先去除不良慾念。千絲萬縷的動念有如大海波濤，起伏不斷，唯不下巨海，不能得無價寶珠，在關係密切複雜、動念不斷的當下一剎才能覓得本來真心。因此修養身心先遣慾以澄心，若識自本心，見自本性，真心澄現，本真不生不滅的心自能覓得。真心應物，於當下素位而行，無過無不及，不偏不倚，中道而行最是平穩。約束自己，言行合符禮數，反身成仁。仁者無敵，任其天涯海角之遠，紅塵枷鎖之重，浪花淘盡之急速，

志士仁人，無求生以害人，有殺生以成仁，當下所覓才是本真，不為過去走過的路而遺憾；不為未來要走的路而憂愁，認識當下就是平坦闊途。

途徑曲折 心有主

形成修道路途曲折的主因，來自外在誘惑和內在愚迷，使心散亂不能自主。

妄貪慾念人人有 知止知足常存心
心若放寬無諍論 事必看透自輕盈

人隨生而有氣的稟受，其稟受重火則其性格如火性炎上、其稟受重水則其性格如水性炎下；好強如火者，外強好種種色則易生貪求、內強好勝則易生慾念、貪慾之火過度足以焚身；好謀如水者，外謀其大則狂妄自大、內謀其小則只一念之差，成終生之悔。可見人生途徑之曲折，皆因氣稟物慾之熾盛使其反覆無常，然而氣稟乃隨人人生來而存在，此妄貪慾念人人都有，必須常存知止、知足的心，嚴防妄貪慾念的熾焰燃起。以道心作主導時，善惡之心，是非之心，得失之心，成敗之心，通通讓出來，不再爭長論短，心路自然放寬，萬事萬物了然於心，自然看得通透明白，所走過的路自然倍覺輕盈，因心有主，不再為誘惑和愚迷所蔽塞，所走的路不再曲折了。

世偽知賢 德顯護

泥濘識馬，遇事識人。一朝得志，語無倫次；一經失敗，落魄消沉，都是自己、都

是身邊認識的人。世偽知賢，世間種種虛偽狡詐，人情冷暖，世態炎涼，真假難辨；因緣際會，今生有幸生逢此境，我們偶遇於此時，彼此相識相知。

人到盛時須謹慎 境在逆處放下心
躬體力行三達德 三不朽業勤修身
遇境念轉心覺悟 方稱奇賢大智人

因時有所就，一旦有所得志於世，實現自己厚望的同時，切勿得意忘形，顛三倒四，棄大義於不顧，必須謹言慎行。或因時有不就，事事有如逆水行舟，不為別人所認同的時候，只好默默地行持，不把失意放在心上。皇天無親，唯德是輔，大公無私的天，只會幫助有德行的人。賢者時常躬下身體，謙和恬淡地力行「智、仁、勇」以顯現其美德。智者不惑；仁者無敵；勇者無懼，才是賢人畢生修身的不朽事業。真正的賢者，視紅塵為虛花假境，禍福相倚，循環不息，故遇境念轉，得之不喜、失之不悲，方稱奇賢，方是我們認為的大智人。

護道佑民 難同扶

護道佑民者，賢者能包藏天下一切道理以護道；能開發人類智慧，成就萬事萬物以佑民。難同扶者，物理未明，明之以通天下之志。事業未定，定之以定天下之業。故意念一通而心之疑惑便獲得解決，行動有了定向而事之疑惑便獲得解決，賢者顯德，以斷天下人心事之疑。

人情道情乃學問 恭而處之得安神
處於富貴無驕奢 處於貧困無嗇吝
富有禮讓溫循循 貧而無諂樂常春

護道佑民關係道情與人情，人情濃厚而道情微細，兩者之權行乃是一門學問。不單單是人與人之間關係，更是人與道之間關係。待人謙恭有禮是處世的態度，身處富貴切忌以驕慢與奢侈的態度對待別人，自以為是，有甚麼值得不可一世地炫耀；身處貧困的環境不可以吝嗇與別人分享，除了物質和金錢以外，還有愛心，個人能力和智慧可以無量施予。天道無私，道與人的關係不分富貴或貧窮，富不增加，貧不減少。只有智與愚之別，智者明道遵道而行，愚者聞道拔足而逃，富者有道，禮讓溫馴，貧者有道、常樂如春。能夠做到貧而無諂、富而無驕，只是人之常情；未若貧而樂，富而好禮者，因為樂與禮乃道情自先天流露，非後天因貧富之別而克制無有驕奢，無有吝嗇的行為，無分彼此地相互扶持於危難之中。

月暈知風 風從虎
虎變大人 觀明數
礎潤知雨 雲從龍
龍騰善化 恩澤普

世情多變，世間人事物的發展過程，在得到結果之前，還未知會發生甚麼轉變，令人產生憂慮不安，因此研究人情與道情是一門大學問。包犧氏，「仰觀象於天，俯則觀法於地，觀鳥獸之文，與地之宜。」聖人通



過細心觀察，觀看天地萬物之表象，細察天地萬物之間的變化關係，從而找尋當中蘊藏的真理，效法跟隨以配合作出適宜的行為，順應天道，與天地合其德，與日月合其明，與四時合其序，與鬼神合其吉凶，結果自然成，革凡成聖，成就大人。

月暈知風者，觀察到天上的月亮周圍產生環狀或弧形的卷圈，這種天文現象表示風將刮起。礎潤知雨者，看見支撐屋柱的石墩濕，就是天將下雨的天文現象。從以上我們從某些徵兆推算知道將會發生的事情。子曰：「同聲相應，同氣相求，水流濕，火就燥，雲從龍，風從虎，聖人作而萬事睹。」從天文現象引申到物理現象，當飛龍騰空而起之時，就會有祥雲瑞氣相伴；當猛虎縱身一跳之時，就有狂風怒吼相隨。

虎變大人觀明數，革九五，象曰：「大人虎變，其文炳也。」大人者乃指天子，帝王，德位俱至者，如虎革之斑斕美麗，有其威光光耀之德，天人合德以明其天地萬物之變數，善通其變，使民不倦，通達其變化，

使百姓生活多采多姿；神而化之，使民宜之，古聖神而化之的境界，隨著時代演變，革舊鼎新，因時而制宜。一二三四五是數，善惡功過亦是數；加減乘除是數；進退存亡亦是數，善於行功立德，知進退存亡而不失其正者，其唯聖人乎！

乾六爻純陽，九五取象於龍，乾九五爻辭：「飛龍在天，利見大人」；革六爻四陽二陰，九五取象於虎，革九五爻辭：「大人虎變，未占有孚」。兩者皆位九五之尊，乘時當位，德位俱至，才用大宏，大人跨龍騎虎，善化，恩澤，普渡有緣衆生。

幸得天道拜明師 曲肱而枕歡喜心
無爲而爲成大道 抱樸守拙培蓮品

聖人作而萬事睹，時值三期末劫，有幸目睹天道普傳，天命明師出世，讓吾人得聞天道，得一指點，揭示了天地萬物的本來面目，曲肱而枕，一目了然，明明白白，井井有條，知風之自，知微之顯，知遠之近，淡而不厭，簡單而有文采，溫和而有條理。費隱顯微之神妙，本末終始之道理，大人的成就，善化之恩澤，皆從得一指點後自有為走到無為，無為而為成大道。知驥、知賢、知風、知雨，藉真知以革除涉世閱歷的城府，格除世俗圓滑巧詐的藩籬，免為一己之迷，假革變以謀私利，抱樸守拙，培養成聖之品蓮。

（未完待續）

試談慚愧心(下)

◎香港 黎鏡波

「無慚」的定義

《成唯識論》卷六云：「云何無慚？不顧自法輕拒賢善為性，能障礙慚生長惡行為業，謂於自法無所隨者，輕拒賢善不恥過惡，障慚生長諸惡行故。」其意是指行惡而無羞恥心，及對行為良好、有德之人不生敬畏之心，做錯事也不肯自我檢討的心態，與一切不善法並起相應，是煩惱的根本。說明了：一個對於自己的人格、對於所行之事都無所顧忌的人，當然不會重視賢善之人，也不會接納賢明者的勸說。所謂「言者諄諄，聽者藐藐」，就是「輕拒賢善的心態」，既無自我反省的習慣，又缺乏見賢思齊的能力，因此就漸漸形成恣意妄為，而不知悔改的「無慚」心理。

「無愧」的定義

指不顧世間輿論的非議和責備，任意行事。對於所犯的過失也無罪惡感和羞恥心，所以《成唯識論》卷六云：「云何無愧？不顧世間崇重暴惡為性，能障礙愧生長惡行為業。謂於世間無所顧者，崇重暴惡不恥過罪，障愧生長諸惡行故。」云「無愧」的心態，是面對社會的物議及對自己的指責，一點也不感羞愧，還神氣活現地自以為是。因此有德者日漸遠離，而對於那些兇暴作惡的人日漸親近，認為他們重義氣、夠朋友，卻越陷越深，不知回頭。

無慚無愧心的人一旦聚集在一起，就會形成一股力量為害社會，因為他們不在乎公眾的道德法制，不介意所作所為有無違反社

會公益福利之事，對世人的譏笑苛責無動於衷，不知不覺中掉進罪惡的深淵而無法自拔。今人吸毒、偷盜、詐欺等惡行，皆源於此。「人而無恥，其如人何？」意謂著一個人若無慚愧、羞恥心存在，肆無忌憚，為非做歹，對於仁義道德，一切的善行功德，反而視為束縛人的枷鎖；自己放浪形骸，又輕視賢善有德之人，漸漸地形成「親小人、遠君子」的狀態，沉迷於名利權勢的爭奪，經常為了爭地盤，互相尋仇毆打，為謀延伸幫派勢力，以達到稱霸黑道的地位。

「無慚」是待自燎而起，不自省自造之罪惡而感羞恥；「無愧」是待他緣而起，無怖罪之心，又於自造之罪惡不覺愧對他人，不以為恥。二者皆為「貪」、「瞋」、「癡」所攝，和第六意識相應。今日我們有幸得聞天道，感受道的寶貴，能自我反省後轉念修持，內心改變，萌生慚愧心，自性流露，而生發「感恩心」。

《世說新語》中有一則故事曰：晉朝人許允娶了一個很醜的女孩做妻子，是衛尉卿阮共的女兒。婚後，許允就外宿別處，令家中長輩擔憂不已。有一天，有位客人桓範來拜訪許允，新娘聽說桓範是有德之人，就知道他會勸說許允入新房。果然，當桓範得知許允婚後獨宿時，便說：「阮共既把醜女嫁給你，其中定有深意，不可不察。」許允聽勸，就進新房，見到阮女容貌，轉身又要離去。阮女拉住丈夫衣襟，問他為何如此？許允不便掙脫，只好停下，問阮女：「女人有四德，

妳有哪幾德？」阮女說：「四德我有三，所缺的只是容貌。」接著反問許允：「士有百行，你具有哪些？」許允答：「全有。」阮女說：「百行以德為首。你以貌取人，好色廢德，怎能說全有？」許允語塞，不禁面有慚色，便悔改己過。自始夫婦和諧，白頭到老。

以上這則典故寓意世人「內在比外在重要」，如許允有慚愧心，便可得賢內助。

另有一個現代例子。曾聞一位台灣道親說他求道學佛的經過。他說：有一天為了趕時間，叫了一部計程車，從高雄開到屏東。一上車就聽到佛經唱誦的音聲，當時他沒有信仰，但也不排斥。車行中一臉和善的司機，告訴他信佛的種種好處，他並沒有聽進去，只顧想著自己要辦的事。突然間，司機打開車門玻璃，很快地朝地上吐了一口鮮紅的痰（檳榔汁），接著又繼續對他宣講佛理。

看了這一幕，他心裡開始不快，對司機起了鄙視的念頭，不禁打斷司機的話，問：「你說學佛是行善、積功德，那你剛才吐了一口的檳榔汁，破壞市容、污染空氣，就是行善嗎？」

司機愣了一下，解釋說：「這個習慣已經好多年了，不嚼檳榔就沒有精神，也沒有時間清理吐掉的紅汁，所以就隨地吐了！」

當時未求道的道親意味深長地對著司機說：「你也不是生下來就知道要學佛，相信

是因為你深受佛法的精神感召，才改變人生觀；隨地吐檳榔汁的習慣也不是與生俱來的，肯不肯改，完全看你自己的決心，一點也不困難。」

司機沈思了一會兒，點頭說：「你說得很對，習慣不是與生俱來的，多年來不覺有問題，多謝你提醒，是可以改的，我一定會改過來，學佛的人要給人歡喜，絕對要改掉給人嫌惡的壞習慣，非常感謝你的提醒……。」

在司機不斷的道謝之中，這位道親當下也覺得內心不自在，下車後，對於自己剛才以小人之心鄙視他，而感到非常慚愧，也因此察覺「反求諸己」力量的偉大。因緣際會下，他遇到天道，而求了道、修道，從不信到如今虔誠的正信，心中非常感念那位司機的啓發，一向自視很高的自己也被感化了！

亞里士多德說：「感恩令人富足，埋怨令人貧窮；不要埋怨有什麼不對勁，要對那些不對的或稱心如意的事都心存感恩。」感恩的人有福了，有慚愧心才是進德之道啊！

今日世態炎涼，人心多陷溺在五欲六塵之中，不可自拔，越陷越深，以致沒頂。有句俗諺說：「為了一個謊，就必需再說更多的謊言來圓謊。」為什麼會這樣呢？其最大的癥結在於人們失去了自省、自覺的良知，自私自利及沒有慚愧心；一味的自負、自大、自以為是，驕誑傲慢，結果是看到的都

是別人不對，看不見自身的過惡，瞋心重，不接納善言勸諫，以致於沈溺於惡業之中而不自覺，招來煩惱。

現在社會人心衰亂，天道降世，欲挽狂瀾於既倒，淨化社會人心，需要人人從內心本然具足的佛性起用，常自覺自勵。所謂「忖己德行，全缺應供」，凡此種種，發大慚愧，轉為精進善因。譬如衣食住行所需，仰賴社會大眾所給，每天我們應該彼此互相慚愧；對仙佛沙盤木筆、耳提面命之訓示，是否慚愧沒有實行？為人父母對子女慚愧：是否克盡責任，栽培子女成才？子女慚愧：是否能孝親向上，不辱父母教誨？學校教師慚愧：是否盡心盡力作育英才？學生慚愧：是否勤勉學習、尊師重道？主管慚愧：是否照顧到員工福利、以同理心為下屬設想？下屬慚愧：是否敬業樂業、恪守工作本份？如果人人常行慚愧，社會必然充滿祥和幸福。

活佛恩師慈賜：「用平常心來生活，用慚愧心來反省，用無住心來修持，用菩提心來契道。」以平常心、慚愧心、無住心、菩提心來修持佛法，可防止惡念生起，可約束自己不會放縱無度，會因謙虛自省而得無上法樂。所以在十善業中，對自心有了堅定的「信」之後，就要「精進」不懈地去行持，再以「慚」、「愧」這兩種心作為圭臬，必有所成就。也誠如諺云：「見人不是，諸惡之根；見己不善，萬善之門。」我們共勉之。

（全文完）

觀自在(下)

◎香港 抒懷

觀自在大致可分為四種：

一、「觀境自在」

——在境界裡面自由自在

觀照境界，不要「心隨境轉」而是「境隨心轉」，怎麼會不自在呢？

陶淵明生於連年兵亂的東晉末年，他不屑與追逐名利、唯利是圖的人為伍，也不為五斗米折腰，他辭官歸隱，過著儉樸的田園生活，寫下一首《飲酒詩》：「結廬在人境，而無車馬喧；問君何能爾，心遠地自偏。採菊東籬下，悠然見南山；山氣日夕佳，飛鳥相與還。此中有真意，欲辨已忘言。」既然結廬在人境，必定是車水馬龍、人聲吵雜，怎麼會無車馬喧呢？他透露了其

中秘訣就是「問君何能爾，心遠地自偏」。

「心遠」是心不隨外物所影響的境界，是心境與修為不斷提升的結果，也就是「自在」和「活在當下」。當這個心自在了，就會思緒專注，自然能聽得見鳥語、看得見花美、感覺到幸福，更體會到採菊樂趣，欣賞到飛鳥歸巢、山氣日夕的變化，達到返璞歸真的意境。我們身處在諸事紛擾的紅塵俗世裡，每個人扮演著多重角色，像我們是兒女、是丈夫妻子、是父母、是員工、是老闆，每個角色都有要應盡的責任，想過一些「身忙而心閒」的日子，其實並不容易，很多時候，心經常比身更忙！處處存有令人不自在的原因，無時無刻都有外物干擾我們的心、影響著我們的情緒。我們確實需要很努力，才能活得逍遙自在。

二、「觀人自在」

—在人我相處之中很自在

觀照自己，觀照他人，能夠人我不二，怎麼會不自在呢？

有一個富翁為八十歲的娘親擺壽宴，於是請唐伯虎到家裡吃飯。吃過飯後，就請他題首詩助興。唐伯虎想了一下，就開始寫：「這個女子不是人。」然後停下來對富翁說：「請你倒一壺茶來。」富翁就在那裡拖延時間，心裡想著：「怎麼罵我娘親這個女子不是人呢？」但是唐伯虎名氣實在太大了，他只有在心裡不高興，「今天這一餐飯真是請得冤枉，他不但不美言兩句，還說我娘親不是人。」唐伯虎喝了兩口茶又接下去寫：「九天仙女下凡塵。」「好啊！好啊！」富翁很高興，這是當然的，娘親不是普通人，原來是九天仙女下凡塵，寫得好、寫得好。不料他之後再寫：「養個兒子會作賊。」富翁心裡又嘀咕了，「莫名其妙，怎麼第三句寫得這麼難聽，養了我這個兒子是做賊的？我什麼時候偷過人家的東西？」唐伯虎想想又再寫最後一句：「偷得仙桃賀母娘。」「原來是到天宮偷個仙桃來祝賀我娘親，真是孝心可嘉，有意思有意思！」

同是一個唐伯虎，不過一盞茶的功夫，短短四句，足以令富翁的心情七上八落。所以，人都活在人我是非、慣性的顛倒妄想裡面。當說「這個女子不是人」，他不高興，他在顛倒；「九天仙女下凡塵」，他很高興，他在妄想；「養個兒子會作賊」，他又

不高興了，又顛倒；「偷得仙桃供母娘」，看了之後真是令人高興，又是一個妄想。人總是這樣，不斷地顛倒妄想、妄想顛倒。只有心越清淨、人越自在，正所謂「一念心清淨，處處蓮花開」，本來內心的清淨卻被旁人的一句話語、一個動作就讓我們不安寧了。當我們聽到一句不合意的話語，就好輕易擾亂我們的心，讓我們不自在了，我們很在乎他人眼裡的樣子，糾結在他人給予的評價當中，完全忘記了自己是誰。

三、「觀事自在」

—在一切應事應物裡面皆能自在

事情千般萬種，我只求事事簡單，怎麼會不自在呢？

有兩個成績很好的書生一同去考科舉，兩人在途中見到一隻鳥兒突然跌落死在他倆面前，其中一個繼續向前行，而另一個卻不斷在想鳥落在地有什麼玄機，終於想到是「落第」的意思，於是他便一直心緒不寧、悶悶不樂。到了考試那天，他的心已被「落第」這兩個字纏繞著，怎麼樣也寫不出答案，他的同窗因為對這件事只看作一件很平常的事，所以專心應試，最終成為秀才，而他卻名落孫山。

外在的環境和遭逢的事情其實都是虛幻的，亦沒有好壞之分，真正定義它的好壞是我們的心。原來有些事不知道，生活可能過得更好，所以心是一面鏡，它照出了這個世界的樣子，一旦生起妄念，心鏡就會扭曲變

形，世界就變得失真，這就是「無明」之心，亦是不明白、不瞭解的心。我們每天都活在遇到的人事物裡，如果內心無明，看不清這世界，也看不清自己，最終搬起「莫須有」的石頭砸自己的腳。相反地，若是遇到事情時，不去想太多，專注在應該做的事上面，就能安然面對，日日都是好日子了。

四、「觀心自在」

— 在一切起心動念中皆能自在

心念千變萬化，若以平常心面對一切因緣果報，又有何不自在的呢？

有一個人在監獄服了八年冤獄，這八年令他整个人生都很忿氣和痛苦。出獄後整天抱怨人生最好的年華在監獄中度過，吃盡苦頭，就算將冤枉他的人千刀萬刃，也不能抵消他的怨恨。他出獄之後繼續消極放任地過活，到他六十五歲那年生命到了盡頭，一位禪師來到他的病床前，聽他還在自怨自艾，禪師對他說：「你的牢獄之災都已經過了很多年，何必還耿耿於懷呢？」而這個人在臨死前仍然氣若游絲地說：「我是冤枉的啊！又怎樣可以釋懷呢？那人把我一生都毀掉了！」禪師搖搖頭對他說：「你在監獄裡被困了八年，但你出獄後，卻又被困了三十幾年，真正毀掉你人生的，不是那個人，而是你自己的心。因為你的心一直都放不下，就算你走出了監獄，你的心依然困在囚牢當中，還是在委屈、怨恨、痛苦中度日，就算你的身體自由，但你的心一樣在坐牢啊！」

所以執於一念，困於一念，如能一念放下，萬般自在。

我們總以為一切煩惱來自外在，卻忽略了真正困住我們的，是內心那一場又一場的戲——接觸外界的「色」之後，從「受」的感覺、「想」的判斷、「行」的衝動，到意識「識」的執著，這四蘊每天在我們心內不斷上演，讓我們被情緒牽引、被念頭控制，而忘了自己本來的清明和自在，每一日都重複在做最佳男主角、最佳女主角、最佳編劇、最佳導演。《心經》中的一句「照見五蘊皆空，度一切苦厄」，當我們願意靜下心來，觀照五蘊——特別是這四蘊的運作，就會發現痛苦不是我們的本質，它只是短暫的心理現象，我們不是那些感覺與念頭的總和，我們是那個能覺察、能放下的清明本性。體悟了這一切，我們就不會再做情緒的奴隸，不再為想像的劇本而苦惱。

真正的自由與清靜，不是控制外境，而是看清楚內心的幻影，不受任何外在形體、物質、環境因素的干擾。這樣，我們就可以在人我是非之前能夠自在，在功果名位之前能夠自在，在生老病死之中能夠自在，在因緣果報之中能夠自在了。願我們大家都能夠透過佛法的智慧，照見內心的真相，看見那個本來「心無罣礙、無有恐怖、遠離顛倒夢想、逍遙自在」的自己。

（全文完）

放下的智慧(下)

◎香港 何家顯

離諸相對 攝用歸體

人生只是過客，浮生只不過是夢一場，人生並沒有絕對的錯與對，唯有看透、看開才能了結塵緣獲得重生。糾結於別人的惡，折磨的是自己的心，只有學會放下別人的錯，才能解脫自己的心。人活著哪有事事如意？心有不甘便心難安，當我們為了一個人或者一件事而傷心、煩躁、痛苦時，影響的是我們自己的情緒，干擾自己的清靜，最終傷害的還是自己的心。有時候盡力就好，無須執著於結果，既然結果已定，後悔和遺憾亦都於事無補，放下，才能讓自己輕鬆地活下去。

人活在上，總有看不慣的人和事，總不可能天天生氣翻臉的。看不慣的不如遠離，好好守住內心的清靜。當你什麼都不在

乎，真正放下的時候，你的人生才算開始。心若寬一尺，路則寬一丈，做人如果什麼都想要、什麼都計較、什麼事都放在心裡面，你就會活得很累——你在意什麼，什麼就會折磨你；你計較一些什麼，什麼就會困擾你。越是放不下，越是會被壓垮。你的痛苦來自你的錯誤認知，不要在無謂的瑣碎事上糾纏，生氣煩擾，願意放下，才能還自己一個清靜。

這個世界並不複雜，複雜的只是人心，你我都是凡夫俗子，人生或者起點各有不同，但是最終歸宿都是一樣，彼此都是黃泉預約客，世間一切盡是過眼雲煙，虛幻不實，明白此點，那又何苦為難自己？對待餘生最重要的：該放下就放下，三分釋懷，七分平淡，心如止水；盡力之後，選擇隨緣，

不論來去得失，都能心懷喜悅，這才是最值得珍惜的人生境界。

放下放下 無功用道

佛陀住世的時候，有一位弟子向佛陀問曰：「世尊，弟子自從開始修行以來，常常聽到師兄們提及『放下』這兩個字，弟子心裏明白放下這件事對修行尤為重要，可就是有個問題一直想還是不瞭解，在我們的修行路上，到底什麼才是最難放下的呢？」佛陀看了那位弟子一眼說道：「你問了一個非常特別而又很重要的問題，確實在這條漫長的修行路上，我們需要放下的實在太多太多了，情愛難以割捨，我執很難破除，法執也不容易擺脫，這些無一不是我們修行路上的一道道難關啊！」此時佛陀慈悲開示：「徹底的放下，就是放下放下，放下這個時時刻刻想著要放下的念頭。」

很多人以為修行就是不停地放下，卻不知道這種刻意的放下，反而更強化了放下的概念，成為了更沉重的負擔。如同一個人伸手去抓風，或追逐自己的影子一樣，永遠也抓不到、追不到，最終還是徒勞無功。修行就在柴米油鹽中，就在舉手投足間，如果連這些都做不好，再多的功課也是空談。真正的放下，是自然而然發生的，既不刻意去做，也不刻意不做，如同陽光驅散黑暗，無需刻意為之，這種就是無功用道。「放下放下」就是不再刻意地去放下什麼，而是讓心靈回歸到它原本的狀態。故「放下放下」是在修行的過程中，不執著於修行的表象。就

以射箭來作個譬喻，剛開始學射箭的人，需要凝神貫注自己的姿勢和呼吸，還要瞄準目標，而那些已經非常熟練的弓箭手，這些動作已經融入到他的本能裏，根本不用思考，隨手一箭就能射中目標一樣。

道由心悟 五蘊皆空

修行非為消滅什麼，乃為看清真相，「放下」不是一個需要通過修行達成的狀態，它是對生命實相的洞見，對放下的執著自然消融。《金剛經》曰：「凡所有相皆是虛妄，若見諸相非相，即見如來。」，又「應無所住而生其心。」不住於色、聲、香、味、觸、法，不住於智，不住於愚，放下只是一種看待世界的方式，一種對實相的如實覺知，執著於要放下這一目標本身，恰恰是最大的我執。當我們放下了對放下的執著，並非來自對抗與壓抑，而是源於智慧的觀照，如實觀照身心的變化，不評判、不追逐、不排斥，就像看天上的雲卷雲舒，看一切的起落變化，不執著於任何念頭和感受，不再試圖抓住什麼、推開什麼，安住在當下的覺知中。

放下的關鍵不在於做什麼，而在於如何覺察內心，觀照中的智慧，勝過千年的苦行，卸下背負多年的巨石，照見一切的本來面目，不再於迷宮中兜兜轉轉，從而放下那份沉重的執著。修行不是要我們變成一個沒有思想、沒有情感的空殼，而是要我們從自我的錯誤認知中解脫出來，拔出心中的荊棘，活得更自在、更慈悲、更有智慧。在我

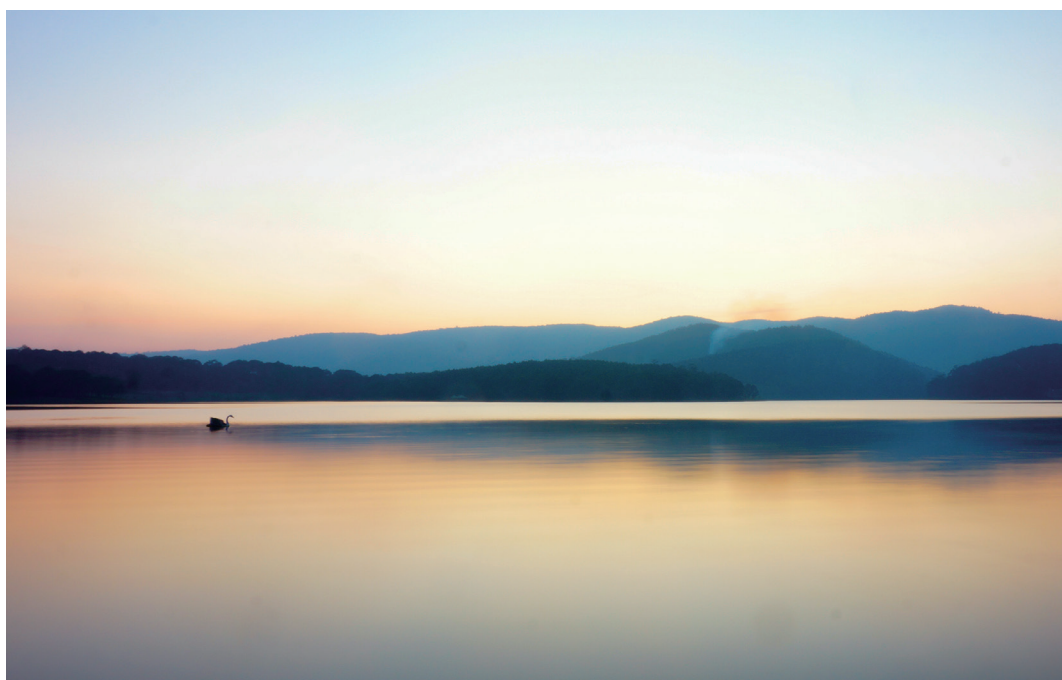
們的日常生活中，每當執著於自己的成就得失時，不妨靜下心來，深入觀察：是思想嗎？是身體嗎？是情感嗎？箇中原因只不過是因緣和合的現象，不要刻意追求結果，所謂「花期早晚，無需強求」。一念放下即是百年功德，覺察一念即是永恒的覺醒。

放開雙手 回歸平靜

我們一輩子都在拼命抓住某些東西，用盡一生去追求，去糾結、去痛苦，結果卻被這些執念折磨得身心俱疲。人生真的很短，當我們回看過去的日子，無非只是一場春夢，我們不過是借著這副臭皮囊，來體驗這場短暫的人生旅程罷了。出生時兩手空空而來，離世的時候什麼也帶不走，既然如此，那麼在這趟旅途中，給你什麼就享用什麼，

緣來了就好好珍惜，緣盡了就好好放下，何必那麼執著呢！

一個人最大的智慧不是戰勝別人，而是放過自己，說到底，人這一輩子活著就是一個心境，如果一個人未能及時覺醒，那麼就只有在無盡的痛苦輪迴中疲憊不堪。這種輪迴就是「沒得到時，想得到；得到了，又想要更多」，窮極一生，用盡最寶貴的健康與時間，就是為了去換取那些生不帶來，死不帶去的東西，卻唯獨沒有擁有過真正的自己。從出生到現在，不停地在得與失、開心與痛苦這樣的過程中輪迴，但其實這個世界從來沒有束縛誰，真正困住我們的，皆源於內心的執念。與其痛苦糾纏，不如學會放手，放過別人，更是放過自己，一生的歷練



都是要讓我們看清楚自己，跳出這個無盡的輪迴。

《道德經》曰：「知人者智，自知者明。」很多人一輩子都在琢磨別人，卻很少真正去探究自己，其實人生最重要的不是看懂世界，而是看清你自己。人生就是一場從不斷選擇、經歷、修煉的過程中，來認清自己是誰、從哪裏來、要到哪裏去，才能活得通透、明白、自在。《金剛經》：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」說明世間的一切都是短暫虛幻、轉瞬即逝，抓不住，留不下，最終消失於時間的長河裡。所以，我們更應該在這變化莫測的世界裡，找到內心不變的寧靜和智慧，才能從那些莫名其妙的痛苦中解脫出來。如果我們的內心沒有障礙，就不會看到殘缺的世界。願我們都能在這趟旅程中，作一次徹底的心靈覺醒，不再被執念所困、無常所苦，因為我們並不是來受罪的，而是來體驗、成長與覺悟的。

覺察念頭 照見真心

濟公活佛慈悲：「水求其源，木尋其根，源遠根穩，方能流長而木茂也。人當如何？亦當尋其根，覓其源，勿於外物自蔽也。能固其本，方能外而不越理，行而不失道也。」修行是脫下規矩外衣，穿透自我執著，紅塵是道場，磨難即修行，苦難悲歡，

才是最鋒利的道場。須知：不是念經就能得道，也不是持咒就能解脫，若不在凡塵中照見真心，那些修行都只是安慰自我的幻術。看得遠、聽得久，不如行得真、行得深，每一次跌倒，每一次受辱，都是迴光返照的契機。修行不是離塵，而是從塵中醒悟過來。念經不如念心，拜佛不如修己，這並不是對經、對佛的否定，而是對衆生執迷的提醒：收得心性，就可慎獨；放得心下，便可做人；忍得氣住，就可處世；化得氣下，便可成事。鏡要無塵，才能照出黑白；心要無私，才能明辨是非；玉要無瑕，才能光澤耀人；心要無欲，才能悉通天地。

紅塵中修行，是時時觀心、日日反省，在念頭升起時就能察覺，在情緒欲望裡找到歸源。從生滅的「有」，到真如的「無」，活出內心那份清涼，活出內心那份坦蕩。儒家的修己，佛家的破相，道家的無為，正是我們學道修行破幻見真的鋒刃。大道至簡，返璞歸真，修行的真諦，始於覺察，放開原本緊握的雙手，才能擁有寧靜與自在。解脫，本自於放下；放下，來自於看開、看淡、看清；放下執著，在每個當下安住、沉穩。凡事要看得開，道理要想得開；迷惑要解得開，嗔恨要化得開，才是活得自在、解脫安樂的最佳途徑！

（全文完）

生活智慧故事

◎陳基安

有人說：有書陪伴的孩子，加倍幸福！
也有人說：我們每一個人本身，就是充滿一連串驚奇的故事！
如果人生是一本書，我們希望故事如何展開？
故事可以讓我們成長，開闊視野，豐富生命，體驗人生。
本單元就是希望藉著一個又一個故事，提供大家心靈良方！
且成為您生活的「指南針」，引領您抵達生命的綠洲！

為人傳燈，互為貴人

有一天億萬富豪丹尼爾在散步時，發現一個小男孩蹲在路邊，手裡拿了一根草莖在地上擺動著。丹尼爾好奇的俯下身子，撫摸著小男孩的頭，問道：「小朋友你在幹甚麼呢？」

小男孩頭也不抬的回答道：「我在為一隻螞蟻引路。」丹尼爾聽了不禁笑道：「一隻螞蟻需要你引甚麼路嗎？」小男孩認真的回答道：「這隻螞蟻和同伴走散了，正驚慌失措地四處找牠的同伴，我要把牠引到他們的隊伍中去，這樣牠才有生存下去的機會。」

丹尼爾這才仔細看到，原來小男孩在用

草莖，將一隻走散的螞蟻慢慢地引到蟻群中去。在小男孩的努力下，那隻走散的螞蟻終於被小男孩引到那些蟻群中。見到了同伴，那隻走散的螞蟻立刻歡欣的和大家碰觸角，顯得十分親熱和興奮。丹尼爾不禁對小男孩這種心地善良的作法很是欣賞，他說道：「謝謝你，為一隻走散的螞蟻終於找到了同伴，也找到了生存下去的機會。」

小男孩這才抬起頭來，望著丹尼爾，他眨一眨聰慧的眼睛，露出甜美的笑容。看著這纖塵不染的笑容，丹尼爾心理盪起層層漣漪……。

離開小男孩，丹尼爾一路上忍不住地自言自語道：「為一隻螞蟻引路，真的很有趣、很有創意。」

丹尼爾是美國德克薩斯州，一家大型連鎖超市的大老闆。他樂善好施、慷慨解囊、扶危濟困，被人稱為「大善人」。這一次在路邊看到一個小男孩為一隻螞蟻引路，給丹尼爾的心靈帶來很大的震撼。他想，給那些迷失方向的螞蟻引路，使那些迷失的螞蟻不再迷惘、驚慌，真的是一種聰明的作法。行善，從某種意義上講，也是這個道理。

有一天，丹尼爾剛走到公司門口，忽然被一個中年婦女擋住去路。她帶著一個七、八歲的小女孩，一把鼻涕、一把眼淚地向丹尼爾泣訴道：「丹尼爾先生，您可憐可憐我們母女吧！我男人得了重病去世了，我也失業了，我們母女倆的生活陷入了困境。」說罷，女人從包包裡拿出相關的證明，央求丹尼爾能救濟她們母女。

丹尼爾聽了，心中溢滿了同情。如果這事發生在從前，他會馬上掏錢，或叫財務部門拿出一些錢給這對母女救急。但今天他沒有這樣做，而是親切的詢問，那位女人以前是做甚麼工作的？女人淚流滿面的回答：「我以前是做財務工作的。」丹尼爾聽了，眼睛一亮，對女人說道：「我馬上安排人事部門對妳考核一下，如果沒甚麼問題，妳就在這家超市財務部門工作，並預支妳三個月的工資。」女人聽了，臉上露出欣喜的光芒，對丹尼爾連連稱謝。

一年後，在這家超市擔任財務主管的蘇珊女士，她的財務能力和創新思想，得到丹

尼爾的賞識和器重。在聖誕節超市舉辦的晚會上，蘇珊女士對前來參加晚會的丹尼爾說道：「謝謝您丹尼爾先生，是您為我引上了一條自食其力的道路，同時也給了我一種人格的尊嚴。」

丹尼爾笑道：「尊敬的蘇珊女士，不用謝我，是您的才華與努力，在生活中得到了回報。」蘇珊女士羞澀地笑了，笑得很甜，很明媚。



一、行善的最高境界：不是施捨，而是引路。無怪乎諺云：「一命二運三風水，四積陰功五讀書，六名七相八貴人」。

二、愛出者愛返，福去者福來，施受不二，丹尼爾與蘇珊互為貴人。

三、《山海經》中，精衛神鳥咬水救昆蟲，衆鳥大笑：「森林大火舉世滔滔，能救幾何？」對曰：「舉世不安，每救一昆蟲即是其一生，能救多少即是多少，豈不聞：『計其誼不謀其利，明其道不計其功。』」

The Recipe for Liberation and Perfection

© Elder Koo
© Translated
by the Editors



In this world, how can we live freely and enjoy liberation, without worries and anxiety, without pain and suffering? When we have love at heart. What kind of love? The love of a mother. When a mother cares about everything about her children and love without asking for anything in return, she can enjoy liberation. No matter what kind of children she has—be it a blind son or a deaf daughter—she loves them all the same. This is liberation. Say, when a handicapped person is next to us, can we feel relaxed? If not, it shows we don't have love at heart. If we have love, we can feel relaxed.

I came across a mother in Brisbane, Australia. She adopted a child. The child was wheelchair-bound and couldn't speak clearly. But she adored him. No matter when she went, she took him along. She had love at heart. They were

destined to be mother and son in this life. Even though she was not his birth mother, she loved him all the same. This is a lesson for the Initiation Masters. We need to deliver all the sentient beings. Which one do you love? Which one do you not love? Shouldn't you love everyone equally? If your love towards the sentient beings is natural, you will be liberated from worries, pains, rights and wrongs.

What should we do if we would like to learn how to love others? We must first learn to forgive others. If we forgive everything, we can solve all problems. If we hold a grudge against someone—even if a tiny one—we will suffer endless hatred. The hatred keeps

building up and will cause more and more trouble. Also, it clouds your wisdom. That is a huge loss to you. Therefore, stop focusing on others' faults at all times. Everyone has at least one strength. Focus our attention on their strength instead. When we see the problems in a person, don't complain about them in public. This is the most unwise thing to do.

Contrarily, if we try to hide our wrongdoing, others will be more curious and pry around. When the wrongdoing is exposed, it will become a scandal. If we are honest about it, we can avoid further trouble. This is how we can achieve perfection and harmony.



A report on the recent Holy Seminar at Wei De (Ngai Tak) Temple

©Gary Thompson (Australia)

On June 20th, 21st and 22nd of this year Wei De (Ngai Tak) Temple held its Holy Seminar in the presence of Elder Koo. This was no ordinary seminar as it was designated a communal seminar for all the public Temples in Australia and New Zealand. Through the magic of online video transmission the 13 Australian and New Zealand public temples were linked together to enable members who couldn't travel to Sydney to join the seminar and enjoy the wonderful talks we were privileged to hear. Also it was the first Holy Seminar held in Sydney for 6 years due largely to the pandemic, another cause of celebration.

Preparations for the event started 2 months beforehand when it was confirmed that Elder would be able to travel to South East Asia, including Australia. Members of the Sydney Temples were assigned tasks to ensure the smooth running of the event. Two further meetings were held to make

sure everyone knew exactly what their jobs entailed and to make sure nothing had been forgotten. Planning was meticulous.

Elder arrived in Sydney a few weeks before the event both to conduct some Temple business and to provide her with a good opportunity to rest and recuperate after the arduous journey. At 98 and wheelchair-bound Elder travelled thousands of miles via several countries to be with us. Why did she undertake such an exhausting journey? For her own glory? For pleasure? No, she did it purely for us. Such selflessness is extraordinary and we love her so much for doing so. Elder wants what is best for us regardless of her own health and safety.

Soon, visitors started arriving from interstate and overseas to pay respect to Elder and to attend the Holy Seminar. It was the most visitors our Temple had ever had to accommodate and every available space was

utilised for sleeping and dining areas, truly a mammoth task. Two 24 seater buses were hired to transfer visitors between the airport and the temple.

On the first day of the Seminar, the Friday evening, our Teacher arrived through the medium of the sand-writing to impart His wisdom to everyone and to deliver direct advice to some members who were called out by Him. Teacher mentioned each Temple in turn and gave advice to everyone from Initiation Masters, Temple Keepers and Lecturers to Temple Helpers, talking about the need to carry out one's duty and to work hard for each other.

One point that stood out for me during the Seminar was the importance of strict adherence to the temple rules and protocols. I have always thought this is very important as we are prone to become lax in applying these rules. In accordance with the topic of the Seminar, observance of temple protocols is an important part of cultivation. Becoming Buddhas is next to impossible if we do not learn to observe protocols, follow rules and develop an understanding of why they exist.

For the next two days we were the recipients of some wonderful and instructive talks from Elder and from Australian-based

and overseas lecturers. My specific task during the Seminar was to ferry attendees between the nearest train station and the temple which meant that I missed out on some of the talks, but was honoured to be able to help some people without cars to attend and hear them.

On Sunday Teacher's admonishment was explained by Initiation Master Deng from Hong Kong. Teacher stressed the importance of working hard on our cultivation to rise to the next level, never wavering from the path for a second. Elder delivered her closing remarks, again stressing the need to cultivate while we have the opportunity. The event culminated with joyous singing and group photos.

All in all, my impressions of the Seminar were that in all my 30 years of being a member of the temple, this was beyond doubt the best organised, best attended, most instructive and the most joyous Holy Seminar I can remember. We are extremely grateful to Elder for making this seminar possible. Having Elder present in the temple, even though she was resting in her room from time to time, gave everyone a special energy to improve. We can only hope and pray that Elder will be able to return to Australia one day to bless us again with her presence and her wisdom.

The Discourse on Truth (談真錄)

By the Fifteenth Patriarch
(Master Wang Jue-yi 王覺一祖師)

Introduction

Imagine chasing a distant mirage, only to discover that the true treasure had been in your pocket all along. This is the central insight of ***The Discourse on Truth***, a timeless work by Master Wang Jue-yi, the Fifteenth Patriarch. Composed as a wake-up call for a world entangled in illusion, the text points beyond empty striving to the source of wisdom already within us. Drawing from the shared essence of Confucianism, Buddhism, and Taoism, Master Wang offers not just a philosophical synthesis but a living path to self-realization. Far from being merely historical, his teachings remain a practical guide for those seeking to uncover their true nature—here and now.

The Poem

大道分明在心頭
The Great Way glows within your heart,
有作有爲盡下流
All deliberations and calculations should be discarded.
識得當前真淨土
See the Pure Land in front of your eyes,
萬部丹經一筆
All scriptures summed in a nutshell.
凡情已了夜得燈
Cast off desires, ignite the night,
不隱不現真性宗
Truth's not hidden, nor in plain sight.
勸君休撈水中月
Stop chasing reflections in the stream,
一輪皓月在當空
The radiant moon is high above.

The Wisdom Unpacked

The Path Is in You

The “Great Way” is not something to be found in

the world outside; it quietly resides within your own heart. Whether one is chasing worldly success or aspiring toward sainthood, the endless striving must come to an end. The Fifteenth Patriarch speaks with clarity, cutting through the illusions of pursuit: the true path to happiness and Buddhahood is already within you, plain as daylight. Relentless effort, if driven by attachment or confusion, often leads only to dead ends. Everyone has their own version of striving—some achieve, others fall short—but all such pursuits are ultimately impermanent. The real path is not found in the grind of effort but in the stillness of mind.

Drop the Chaos

Chasing goals, social roles, or fame is like reaching into mist to grasp the rain; futile and exhausting. Master Wang cautions that contrived efforts, such as forcing meditation, can backfire, resulting in discomfort or, worse, entrapment in a cycle of suffering. As the Diamond Sutra teaches, all such pursuits are like dreams, illusions, bubbles, or shadows; transient and without true substance.

Your Inner Pure Land

The Pure Land is not a distant paradise to be sought in another realm. It is here, in this very moment. When one truly recognizes this, the endless cycle of birth and death begins to dissolve. As Zen master Vimalakirti (維摩居士) taught, “When the mind is pure, the land is

pure” (隨其心淨，即佛土淨). Enlightenment is not found in far-off temples or future lives—it resides within. The Buddha-nature is already present in each of us. To discover it is to return home.

Scriptures in a Nutshell

All sacred texts ultimately serve as guides, pointing toward a singular and ineffable truth. They are like boats used to cross a river—essential for the journey, but no longer needed once the other shore is reached. Master Wang teaches that the highest scripture is not confined to words or ink; it shines continuously within the heart. As Master Bodhidharma (達摩祖師) expressed with great clarity, “Upon realizing one’s true nature, three thousand volumes of sutras unfold in a single moment. With one instant of true understanding, a hundred sutras are comprehended” (見性一轉三千卷，了意一刻百部經). In this realization, the essence of all teachings becomes immediately known, not through the accumulation of knowledge, but through direct awakening.

Light Up the Night

Let go of the burdens of attachment, such as greed, pride, and desire, and a light will naturally arise within the darkness. Though all beings are caught in the unfolding dramas of worldly life, liberation becomes possible through the guidance of a true master. Even

within the quiet sanctuary of a temple, clinging to status or comfort only deepens one's entanglement. When the heart is purified, its inner radiance shines forth like a lamp that dispels the night.

Truth Beyond the Veil

The Buddha-nature pervades all phenomena, yet it remains imperceptible to the ordinary senses. It is neither hidden nor plainly revealed in conventional terms. This subtle essence is often compared to a delicate fragrance, intangible and elusive, yet undeniably present. A renowned Zen master once told a scholar, "I have concealed nothing from you," emphasizing the direct transmission of insight that transcends words and scriptures. By attending to the fragrance of the flowers and discerning the underlying truth, one recognizes the Buddha-nature as the fundamental essence of all sentient beings—ever-present, immutable, and beyond all dualistic distinctions, in harmony with the Diamond Sutra's teaching on "form is emptiness; emptiness is form."

Don't Chase Reflections

Cease pursuing the moon's

reflection upon the water, for it is an illusion. To cling to the physical body or chase after transient desires is akin to grasping at shadows that vanish upon contact. The true moon, which is the Buddha-nature, shines high above, casting its light over all things. As the Buddha wisely taught, to mistake a bubble for the boundless ocean is a profound misjudgment. Lift your gaze and behold the light that has always been real, ever present and unchanging.

Closing Verse

佛講經典三千卷

The Buddha spoke three thousand sacred scrolls,

正法眼藏未明言

Yet the Dharma's hidden gem remains untold.

末世有緣得此法

The destined find the Way as the final days unfold,

便是西方不老仙

And dwell as ageless souls in Pure Land's hold.

Final Thoughts

Master Wang's Discourse on Truth serves as a wake-up call, inviting us to cease chasing illusions and to turn inward toward the light of our true nature. Liberation is not found through striving or secret rituals, but through the clarity of direct insight. Let go. Look within. When the mind becomes still, the path to freedom reveals itself.

Will you leave the chaos behind and step into the light of awakening?

Challenges in Time

Pressures are mounting amongst us due to the uncertainties of economies, natural disasters, political instabilities and wars across the world, which have dominated the news and debates. Trying to stay calm and focused on this uncertain life is challenging. It requires a very tranquil mindset to help us overcome the turbulences that we are facing.

No matter what period of time we are living in, each comes with its own challenges and difficulties. We are not better or worse than people in the past, but we probably think we are in a worse situation compared with our ancestors.

When we were young our worries were of taking exams. Studying hard to achieve good school results was a main concern. Achieving academic excellence meant the world to us. As Asian children, this was the expectations of Asian parents, certainly by past Chinese standards. We always thought or dreamt that things would get better once we were older. We imagined that we could have more control over our life, have the power to choose our lifestyle and how to live it.

Now we are older we think things differently. We realise all matters are more complicated than we thought when we were

younger. Not many people have the ability to control or have the power to determine everything in their lives. No matter how rich or how powerful we are, one thing is certain: we can't determine our death. A prime example is the first Chinese emperor Qin Shi Huang (Chinese: 秦始皇) who ruled and united China. Historical evidence showed that he sought different methods to eternal life and was obsessed with immortality. At the end, like all of us, he was not able to escape death.

From the day we obtained Tao and knew the true meaning behind it, we are working towards the day that we are back to our Heavenly Mother. The life in this world is a journey full of ups and downs, happiness and sadness. We work hard to pass our time while we are walking on our path and have a positive mindset to face all challenges and obstacles.

Life is truly meaningful if we can make a small positive difference to others and to ourselves. To brighten up someone's life does not require a huge effort. Just a quick call, a smile or even a greeting to a stranger. It will certainly cheer up and transform someone in a positive way in this challenging period of time in which we live.

River Crossing Story

— Buddha And Sage Conversation

When we come to the temple to worship and listen to the preaching, have we ever thought about what kind of place we regard the temple as? Is it merely a place of faith, or is it a place of cultivation? If it is only a place of faith, then what we ought to do is to pray and worship—praying for Heaven to bestow blessings upon us, praying for the Buddhas to protect us so that we may live long and enjoy peace in all things.

But if we regard the temple as a place of cultivation—a place where we can practice and eventually attain Buddhahood—then what should we do? The following is a short story that conveys this very idea. Let us see how the Buddha answered this question.

Lord Buddha was meditating in a forest by the riverbank. Nearby was a Gurukul (ancient Indian school) where a sage was teaching his disciples. By chance, Sage saw Buddha and walked over to Him. In the presence of Buddha, Sage humbly asked, “Gurudev, can one achieve something through worship and

rituals?” Buddha smiled and replied, “First answer my question. If someone wants to cross this river, what must they do?” Sage replied, “If they know how to swim, they can swim across. If a boat is available, they can cross by boat. And if the water level is low, they can walk across.”

Buddha asked again, “And if they do none of these three?” Sage fell silent for a moment. Then, as soon as the truth dawned upon him, he immediately bowed at Buddha’s feet and said, “Gurudev, I understand your point! Mere worship and rituals achieve nothing unless one takes action.”

Buddha, in a calm tone, said, “Exactly. If someone stands by the riverbank praying day and night, will they be able to cross the river? No! Until they try to swim themselves or use a boat, they cannot get across. In the same way, relying only on worship or fate will achieve nothing. Action is the true means to success.”

To attain Buddhahood is to reduce our

greed, anger, and ignorance—the less we have, the better, until they are completely gone. When these impure thoughts disappear, our innate great wisdom will naturally be restored. This process is not easy; it requires our own effort and the practice of applying it in daily life. This very process is what we call cultivation.

If we rely only on praying and worship, how could we possibly transform ourselves? Just as the Buddha said in the story: even to cross a river, you must either board a boat or swim

across by yourself. How much more so, then, when it comes to attaining Buddhahood—a transformation of the state of our heart?

To sum up, in our daily lives, we must seize every opportunity to cultivate ourselves. We should constantly observe the changes in our own thoughts, gather and discipline our mind at all times, and remain fully focused in whatever we do. As long as we persevere with unwavering effort, I believe that each of us has the potential to attain Buddhahood.

It's Vow-Fulfilling Time!!

All of us Tien-Tao disciples have taken the Ten Great Vows upon receiving Tao. Have you ever worried about how to fulfill the vows? You need look no further. **Borde Quarterly** is the right place for you to share your ideas and fulfill your vows all at once.

Don't hesitate. Write now. Better yet, let us know that you are willing to submit articles on a regular basis and become one of the columnists. Or you can encourage your fellow Tien-Tao cultivators who are also competent writers to start their submissions of articles.

Please submit your article to: multice@ms34.hinet.net

Deadline for Submission: November 15, 2025

編輯小語

本期特稿，是前人於點傳師德業精進班慈悲的「自在圓融的妙方」。她老人家提醒擔任點傳師天職，辦的是三天大事，重責大任，影響甚鉅，因此要不斷地努力精進，才能迎接應對各種局勢與挑戰。內容闡述解說恩師慈悲的「活得自在，心中有愛；行得自在；無拘無礙；觀得自在，善惡師哉；當下自在，即是如來。」前人的智慧法語，大家務必時時參悟力行。

今年前人主班法會「革凡成聖」，其中一道課題為「能捨則捨，放下自在」。月有圓缺，人有得失，古德云：「捨得一小捨就小得，大捨就大得，不捨就不得。」詩人泰戈爾也曾說：「當鳥翼繫上了黃金，鳥兒就飛不遠了。」是的，樹木因放下了枯黃的葉子，而擁有美麗的春天。學會放下是一門學問；懂得放下是生活智慧。顧前人更告訴我們「放不下，是修道人很大的關口。」「修道，修到最後的要求，也就是自在。自在就是放下。對我們是很大的一個幫助。」參閱小品文「觀自在」、「放下的智慧」，會讓大家身心靈更輕安自在。

自從2019年全球疫情，相隔6年後，前人再次千里迢迢，不辭辛勞來到澳洲主班聯合法會。大家無不歡欣法喜，更多的是對前人的心疼不捨！在「**2025澳洲聯合法會心聲迴響**」中，參班道親們記錄分享上課心得收穫，更表達對前人的感恩感動與敬佩！我們當如何報答天恩師德？不辜負前人的教誨、期盼及苦心？唯有善用色身，珍惜當下，把握良機，好好學修講辦行道，點亮慧命，照耀人生。

人生如同一本書，需要細細閱讀、品味與體悟。「人生是大道場，生活就是一種修行。」聽好的故事，閱讀佛書經典，都能讓我們開拓眼界，活出生命智慧。本期的《道德經》與「生活智慧故事」，陪同各位走向道德智慧之路！

「愛地球用說的太慢，從吃開始最有效！」確實，「坐而言」容易使理念淪為空談，「起而行」才是重要的關鍵。每一期的「食譜」，提供兩道蔬食料理，希望對大家有所助益—增長仁慈心，學做菩薩，就從這一步開始吧！

更正啓事

84期第74頁「編輯小語」，最後分享部分有所誤植，在此更正並向讀者致上最深歉意。

●求道—明心。 學道—用心。 修道—修心。
講道—真心。 辦道—盡心。 行道—誠心。

©Nancy (Taiwan)

—Elbert Hubbard

—Estée Lauder

—David Rockefeller

—Helen Keller

—Jesse Owens

郵政劃撥儲金存款單																◎寄款人請注意背面說明。																		
收款帳號		31500634							金額 (阿拉伯數字)		億		仟萬		佰萬		拾萬		萬		仟		佰		拾		元		◎本收據由電腦印錄請勿填寫。		郵政劃撥儲金存款收據			
通訊欄（限與本次存款有關事項）									收款戶名		劉連吉														收款帳號戶名									
									寄款人		☐ 他人存款 ☐ 本戶存款																							
									姓名												主管： 經辦局收款戳													
									通訊欄		□□□—□□																							
									電話																電腦記錄									
																									經辦局收款戳									

助印功德林

自二〇二五年六月一日起至二〇二五年八月三十一日止

姓 名	金 額
美國禪德佛堂	
余秉謙、洪逸如	2,950
黃坤玉、吳麗香 (迴向冤親債主)	1,000
新化高中	
102、104、107	
任教同學	1,000
陳慧娥	600
信弘佛堂	1,000
林鑫宏、李聿紘、 林子涵、林家澤	1,000
李陳花、王黃月、 李承儒等亡靈	1,000
陳威仲、詹美霞、 陳雨靚、陳均暉	3,800
詹英朝、程雪	1,200
周慧慈	1,000
陳慧娥	600
陳慧娥	1,100
天衢佛堂	3,000
吳志華	300
黃坤玉、吳麗香 (迴向冤親債主)	1,000
黃覺弘、黃琮耀	1,000
許靖佩、羅宸佑	1,000
陳怡廷、陳怡安 (學業進步)	1,200
李之語、嚴若熙 (與佛結善緣)	800
謝蓮嬌	500
張廷睿、張佑安、 張喬安 (迴向冤親債主)	1,500

姓 名	金 額
簡金柱、林美玉 (迴向冤親債主)	1,000
賴富旺、賴建霖、 賴佩伶、賴楷甯、 陳惠琴、廖雪娥 (迴向冤親債主)	1,200
廖學禮、林玉英	400
賴樹翁、賴高錦雲	400
先靈吳柏仲	1,000
胡金花、吳梓右、 吳佩禎、吳曼芸、 吳婉麗 (迴向冤親債主)	1,000
陳怡廷、陳怡安	1,200
李之語、嚴若熙	800
張廷睿、張佑安、 張喬安 (迴向冤親債主)	1,500
鄧昱嘉、莊祐樑、 莊祐宸、鄧俐維、 鄧淑沂 (迴向冤親債主)	1,000
鍾宇洋、鍾宇芯	3,000
程妍甯	3,000
黃梅蓉、陳信信、 陳東雲	500
顏志清、顏佩昭 (迴向冤親債主)	1,000
簡金柱、簡琴南、 簡彰治 (迴向冤親債主)	1,000
先靈吳振榮	1,000
廖學禮、林玉英	400

姓 名	金 額
賴富旺、賴建霖、 賴佩伶、賴楷甯、 陳惠琴、廖雪娥 (迴向冤親債主)	1,200
賴樹翁、賴高錦雲	400
黃秋月、傅芊霓、 黃琛	1,500
鄧昱嘉、莊祐樑、 莊祐宸、鄧俐維、 鄧淑沂 (迴向冤親債主)	1,000
林美玉、簡琴南、 柯美鳳 (迴向冤親債主)	1,000
張廷睿、張佑安、 張喬安 (迴向冤親債主)	1,500
李王麗花、李宇翔、 李欣芸、林建安、 林依穎	2,000
顏廷勳、顏楷琮 (祈願考試順利)	2,000
賴富旺、賴建霖、 賴佩伶、賴楷甯、 陳惠琴、廖雪娥 (迴向冤親債主)	1,200
廖學禮、林玉英	400
賴樹翁、賴高錦雲	400
黃銘揚、吳慧玲、 黃天頤、黃源德	3,000
郭照國、梅碧珠、 郭俊麟、丁盈如、 郭品好、郭品言	3,000

姓 名	金 額
郭姿吟、蘇毅、 蘇韋翹	1,000
陳茂雄、吳華珠	1,000
無名氏、無名氏	1,000
陳盈廷、王麗菀、 陳昱丞	1,500
陳裕廷、沈育年、 陳元泓、陳采筠	2,000
陳政雄	500
吳啓新	500
先靈	
林炳元、陳黎華	1,000
邱瑞興、林秀虹 (迴向冤親債主)	1,000
林承賢 (迴向冤親債主)	1,000
林義吉、蕭慧玲、 林美桐、林耕豪、 林恩穎、林科勳 (迴向冤親債主)	1,000
蕭作永、林珮君、 蕭晨瑄、蕭榆閔、 蕭渝璇、蔡丞祐、 蔡瑪恩 (迴向冤親債主)	1,000
先靈黃恭婉	1,000

註：若有錯誤，請通知以便更正。

郵政劃撥存款收據

注意事項

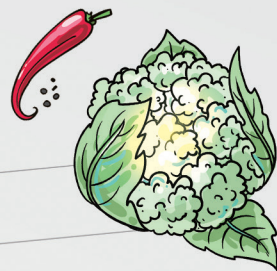
- 一、本收據請妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向任一郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。

請 寄 款 人 注 意

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名地址各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、本存款單金額之幣別為新台幣，每筆存款至少須在新台幣十五元以上，且限填至元位為止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
- 六、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿摺疊。帳戶如需自印存款單、各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
- 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
- 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣（市）以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

食譜

◎烹飪製作、圖片攝影：麗芳



豆漿奶酪

材料

豆漿250cc、鮮奶油50cc、果凍粉1大匙、水50cc。

調味料

砂糖2大匙。

作法

1. 果凍粉加水拌勻。
2. 豆漿加砂糖煮溶加鮮奶油，煮至起小泡倒入果凍粉水拌勻，倒入模型放冷，入冰箱即可。



蕎麥涼麵

材料

蕎麥麵、胡蘿蔔絲、生豆包，小黃瓜絲。

調味料

- A. 沙拉油。
- B. 和風醬汁：醬油膏80cc、烏醋25cc、砂糖50g，冷開水300cc拌勻。
- C. 芝麻醬：芝麻醬2大匙，砂糖1小匙，冷開水100cc拌開。

作法

1. 紅蘿蔔切絲川燙、小黃瓜切絲，生豆包煎熟切絲。
2. 蕎麥麵煮3分鐘過冰水、瀝乾拌油盛盤，擺上配料。
3. 食用時沾和風醬汁，或倒入芝麻醬與和風醬一起拌勻食用即可。

