

生活中的佛法

佛陀的喜悦

保持正念，并让事物顺其自然，
那么，
你的心在任何地方都将安详平静，
好像森林中清澈水池般的平静，
所有各类奇妙罕见的动物都会来取水饮用，
你将清楚地见到世界上一切事物的本然，
你将见到许许多多美好、奇妙的事物的来去，
但你却仍是平静的。
这就是佛陀的喜悦。

— 阿姜查尊者 —

做一个诚实，忍耐和慷慨的人

谛语不嗔恚，分施与乞者；
以如是三事，能生于诸天。

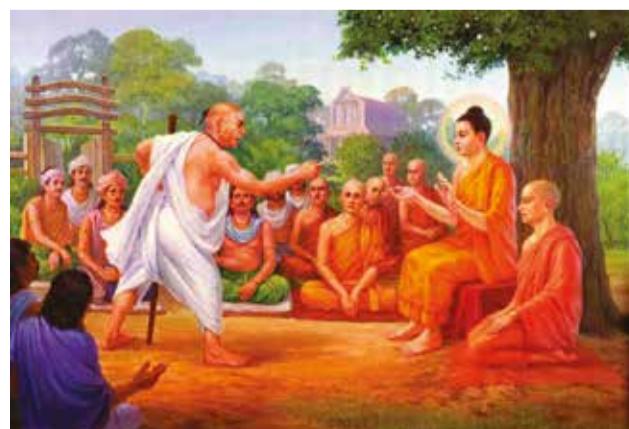
(法句224)

第17章之4：

通往天界之道

有一次，大目犍连 (Maha Moggallana) 尊者造访天界，看见许多天神 (Deva) 居住在富丽堂皇的房子里。他问众天神，他们究竟造了什么福业，能够往生天界。他们给了不同的回答。其中一位天神说，他往生天界，并非因

为他慷慨布施或者聆听佛法，而只是因为他总是说实话。另一位女天神则说，她往生天界因为她不生主人的气，也不对他心存怨恨，虽然他时常打她和辱骂她。由于她控制自己的脾气和放弃憎恨，她轮回到天界。然后，其他的天神透露，他们轮回到天界，因为他们在自己能力范围内布施一些物质，以造福其他人。



大目犍连尊者从天界回来后，询问佛陀，人是否能够通过只说实话，或抑制自己的脾气，或布施少许的东西，得到大利益。佛陀回答说：“你不是亲眼看见和亲耳听见天神所说的话吗？你不应该有任何怀疑。即使一点的福业肯定的也能引导人到天神的世界。”



◎ 陈奕颖 / 周日佛学班（成人组）

探讨生命的意义（三之一）



Namo Tassa Bhagavato Arahato Samma-Sambuddhasa.
Namo Tassa Bhagavato Arahato Samma-Sambuddhasa.
Namo Tassa Bhagavato Arahato Samma-Sambuddhasa.
礼敬世尊，阿罗汉，圆满的觉悟者。
礼敬世尊，阿罗汉，圆满的觉悟者。
礼敬世尊，阿罗汉，圆满的觉悟者。

每个周日到寺庙上佛课，老师都会引领我们唸颂以上的经文。开始的时候只是跟着唸，并不了解它的含意。经过几年的学佛基础，渐渐地明白了我们为什么礼敬佛陀。一直到如今上了佛陀所宣说的《阿毗达摩》后，我终于深深地领悟到佛陀伟大之处。

佛经上这样写着：「佛法如海，信者能入，智者能度。」我是个非常幸运的众生，能在这一生中听闻稀有难逢的佛法。这全得感恩我的先生，带我踏上学佛的第一步。凭着他的慧见，决定带着我和孩子到寺庙去，看看那里是否可以找到我们都能释怀、都能自在的‘法’，在‘善业’的眷恋下，我们终于找到了一条快乐的道路。到寺庙来的过程中，最让我们欣慰的是我们遇到了一个非常难得、非常资深的佛学老师。他就是我们敬爱的刘继光老师。听老师说法就好像看见佛陀一样，在为我们开示，引导我们、提醒我们。每一堂课都让我们法喜充满，智慧增长。在此，再次让我们感恩老师的用心、爱心、深度的佛学智慧及老师善巧的教学方式。

学佛后，我警觉我以往所拥有许多的世间知识并没有帮助我成为一个真正快乐自在的人。我的前大半生是在所谓理想的概念中渡过。我希望寻觅一个‘完美’、‘罗曼蒂克’且‘深爱着我’的伴侣，永远过着‘美满幸福’的生活。接着，生下几个‘乖巧听话’的‘好’孩子；希望孩子‘智力超强’，‘学业一级棒’。期望孩子长大后‘成龙成凤’。这样的‘理想’与‘执着’一直套牢着我，让我过得非常紧绷，非常辛苦；就有如一只被千丝万缕的爱网所缠结着的小鸟，怎样飞也飞不掉。原来我所谓的理想概念全是错误的。刘老师说世间的知识只是概念吧了而不是智慧；真正的智慧才能引导出究竟的真理。我会永远铭记老师所说过的一句话：“如果知道概念背后有实相的是智者，而将概念当真的就是个愚者。”佛学可说是让我有了一次‘重生’的机会，让我重新把所谓‘幸福美满’、‘常乐我净’的错误概念纠正过来。



◎ 吕天赐 / 周日佛学班（成人组）

我的学佛历程

自小就对佛法的书籍，故事和佛像有特别的亲切感。现在有缘学习佛法，感觉就好像找到了家，真是奇妙。

如佛陀所说诸法因缘而生。因为我太太学佛而认识了刘老师，也因为因缘俱足，我也成为刘老师的学生。

一直以来都略有阅读关于佛学的书籍，也希望能有机会更深入的了解佛法。有幸上了刘老师的课，经过老师的讲解，才明了佛法的深渊博大。我真正的佩服佛陀，他确实是正等正觉的大觉悟者。无论天文地理，世界万物的自然法则运作，一览无余地获得破解分析，让我们看到世界的真相，知道人生是苦，也教导我们灭苦之道。

经过刘老师的细心指导，了解佛陀所教的四圣谛，八圣道。由于老师深入浅出地分析阿毗达摩概要精解，使我对佛法有更深入的领悟，虽只略识皮毛也使我得益非浅，对佛、法、僧有不动摇的信心。

明白万物因缘而生，因缘而灭。因为欲爱使我们这六尺之躯受尽贪、瞋、痴的折磨。以往对欲望有追求，以为我们人生的目标是为了达成一个又一个的欲望，一直无止境的去追求。但是当达到了目标后又觉得少了些什么？接触了佛法之后才明白，我们的贪、瞋、痴，真的害得我们好苦。学习了佛法后了解到万物都是因缘而生，因缘而灭，每件事物都在变易，变异，没有一样东西是永恒的，慢慢的有了一点点的领悟。

现在有时会察觉到自己的贪、瞋、痴，在心中升起，并学习着如何在这些念头出来时，去观察面对它，慢慢的压制它，尽量的减少它。可是知易行难，明知是不善的念头，有时还是控制不了魔罗的引诱而犯了错，又造业了。

感觉到自从学习佛法之后，我的心变得很柔软，悲悯心也增强了。现在不会因为别人的过错、没礼貌而生气。学会了以同理心去对待他人，将心比心时会觉得事情并没有什么大不了的，何必生气操心呢？更察觉到在对待其他众生的心态上也有所转变，已不会想去杀生，现在就连一只小蚂蚁我都不忍心去踩死它。

我非常幸运有机会沐浴在佛法之中。也庆幸遇到了良师，让我在学习佛法的路上事半功倍，能深入明了佛陀的教诲。愿能更精进的实践佛陀的教导，在来世，来世的来世。。。可以达成最后的目标。（虽不知几时可到达，但如果继续朝着这个目标努力前进不放弃，相信终有一天一定会到达。我相信。）



◎ 岑翠珊（9岁）/ 周日佛学班（儿童组）

2017 Kathina典礼

今 天大佛寺举办Kathina（供养僧团）典礼。我记得我是第二次参加。

今年我供的是袈裟，由于周日佛学班的课室还在修建中，所以我们早上还是在附近一所学校集合，然后由老师带我们走路过去大佛寺，大家在佛塔前面坐好，手上捧着供品。不久，法師们进入佛塔坐下。由校长讲解Kathina的意义，虽然我不大明白英语，但还是专心地听，懂了一大部分讲解。接下来我们一排一排的学生向法師们供礼品。

典礼结束后，我很累，但是感到很开心。



[增支部]

八集 ◎ 三十七

值得尊敬的人(一)

1. “比丘们！他布施鲜洁之物、布施首选之物、适时而施、布施适用之物、关怀而施、屡屡而施、施时心明净、施后心欢喜。”

2. “诸比丘！如是善人之八种布施。”

他屡屡布施新鲜，首选与适时，适当之饮食，

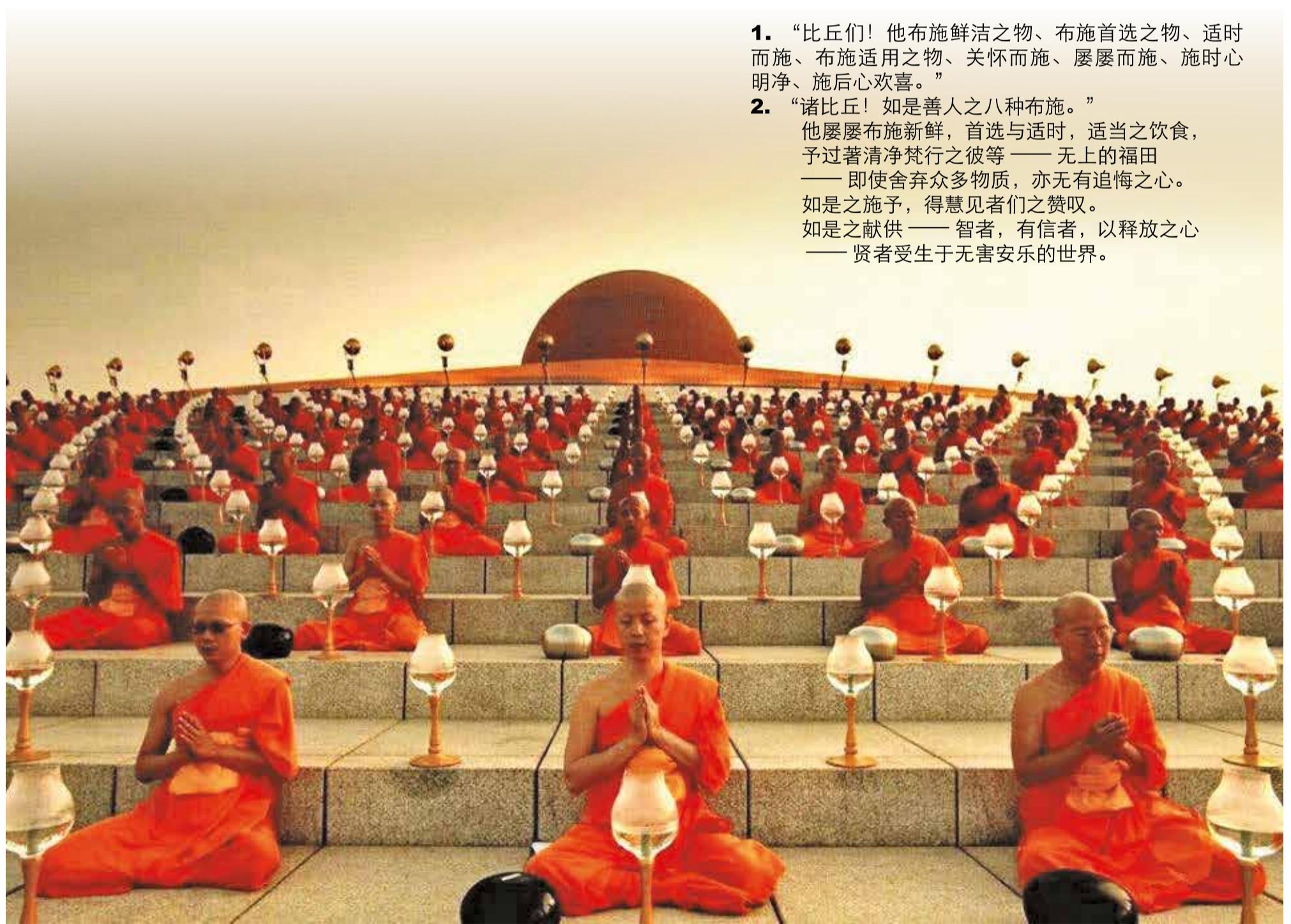
予过著清净梵行之彼等——无上的福田

——即使舍弃众多物质，亦无有追悔之心。

如是之施予，得慧见者们之赞叹。

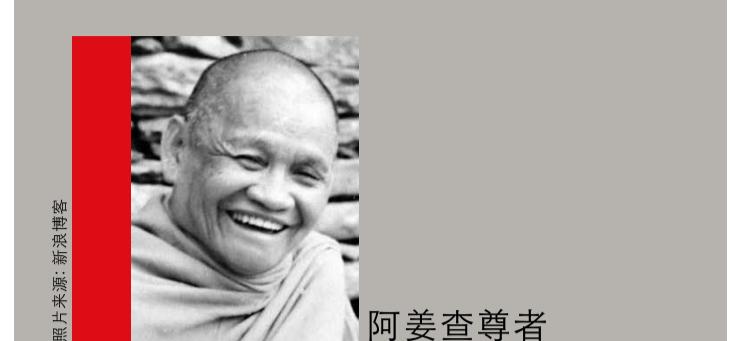
如是之献供——智者，有信者，以释放之心

——贤者受生于无害安乐的世界。





达摩难陀博士



阿姜查尊者

如何回答问题



根 据佛陀，各种不同的问题，有各种的回答方法。第一种问题只需要直接的回答，如“是”或“不是”。例如，这个问题“一切的缘起法皆无常吗？”的回答是“是”。第二种问题需要一个分析法的解答。譬如有人说鸯崛摩罗（Angulimala）成就阿罗汉之前是一位杀人者，杀人者能够成为阿罗汉吗？这个问题必须经过分析后才回答“是”或“不是”，要不然，它就不能获得正确的和全面的回答。你必须分析是什么因缘导致一位杀人者能在当下的一生成为圣人。

第三种问题必须以反问的方式，让问者思考那问题。若你问“杀生有何不好？”，相反的问题是“若人要杀害你，你有何感觉？”第四种问题是应该被搁置，这意味着你不回答它。这些问题猜测性的问题，任何的答案只会制造疑惑。例如，“这个世界有没有一个起点？”人们可以花费很长的时间讨论这个问题，最后还是不会有结论。他们只可以依据自己的想象力，而不是真正的理解力，回答如此的问题。

佛陀所给予的答案中，有许多都类似核能科学里的回应。罗拔奥本默（Robert Oppenheimer）说：“举个例子，当我们问电子的位置安排是否都保持一样，我们必须回答‘不是’；当我们问电子是否静止不动，我们必须回答‘不是’；当我们问电子是否在运作，我们必须回答‘不是’。”当佛陀被问及人的‘自我’死后的情况如何时，他也给予同样的答案；但是，对十七或十八世纪的科学传统来说，它们都不是常见的解答。

不过，我们必须着重提到，在很多个案里，佛陀待问者离开后，确曾把答案说给智力发达的弟子们听。在很多个案里，他的解说都记载在经典里，显示了为何这些问题不获得佛陀的解答，他不会仅仅为了满足问者的好奇，却又不发达的心，而解答这些问题。

正念

禅 坐的科目可分为两大类：止（定）与观（慧）；就如生物的生命形态可分为两类：陆上生物与水中的生物一般。止的禅修是善于使心平静且专一的禅修；观的禅修，一方面是在增长对无常、苦和无我的体会，另一方面，则是使我们能够跨过这些水的桥梁。

不管我们对我们的生存感觉如何，我们的职责都不是去设法使它做任何改变。相反地，我们只须去洞见它，然后随它去。不论苦在哪里，那儿就必定有离苦之道。去彻见是什么在生与死，和是什么倾向苦。佛陀知道那儿也必须有超越生、死的东西、苦的解脱。

各种禅修的法门都有协助正念增长的价值。要点是在于，利用正念去洞见潜藏的真理。用这种正念，去观照在心中生起的欲望、喜、恶、苦、乐，并领悟它们是无常、苦和无我的，然后放下它们。如此一来，智慧便会取代愚痴，智慧便会取代疑惑。

至于选择禅修对象，你自己必须去发现哪一种适合你的性向。不论你选择哪一个做为你观照的对象，都将会把智慧带入心中。正念就是觉知当下、觉察和觉醒。清明的领悟（正知）觉知当下正在发生的情况。当正念和正知一齐运作时，它们的伙伴——智慧，永远会帮它们完成任何的工作。

观照心，观照经验的生、灭过程。刚开始的动态是迁流不息的——一个刚灭，另一个就马上生起，我们似乎看到生比灭还多。随着时间流逝，我们会更清楚地看见，并明了它们是如何迅速地生起，一直到有一天，我们达到它们生、灭后便不再生起的境地为此。

有了正念，你便可以彻见事物真正的主人。你认为这是你的世界、你的身体吗？这是世界的世界，身体的身体。如果你告诉它，不要去，身体会听从吗？你的胃会先申请允许才生病吗？我们只是租用这栋房子，为何不去追究出谁才是真正主人呢？