

勤修

月刊
雜誌刊

行政院新聞局出版事業登記證局版台誌字第八一八六號

中華郵政中台字第○七五四號執照登記為雜誌交寄

贈閱
六十五期

國內郵資已付
大甲郵局
許可證
中台字第1874號

導師：理修法師
社長：悟徹法師
發行人：印持法師(鄧麗招)
編輯：本刊編輯室
發行所：台中縣大甲鎮和平路19號
普行精舍
帳號：20844469
傳真：(04) 6869100
戶名：鄧麗招(釋印持)
電話：(04) 6880431
儲蓄基金帳號：21034206
戶名：陳淑滿(釋理修)
電話：(04) 3598646 · 3599635~6
傳真：(04) 3599637
地址：台中市工業一路58巷33弄
33號12F之2

佛陀成道紀念法會

明星親親，廟開佛眼悟菩提
慧日高懸，洞徹眾生具德相

恭逢世尊成道之辰，亦是歲末祈福謝安之時，本精舍謹定於國曆元月九日，農曆十二月三日。上午八時卅分恭誦消災延壽藥師經。祈求國泰民安，風調雨順，社會祥和，人人平安。敬邀闔第蒞臨，同霑法益

地址：大甲鎮和平路十九號
電話：(04) 六八八〇四三一

普行精舍 謹啓

每刊一法語

正見學務增，是為世間明。
所生福千倍，終不墮惡道。

——出自《法句經·教學品》



悟徹法師率眾

參訪華嚴啟能中心

文一文教基金會在十月卅一日，由董事長悟徹法師帶領「長者學園」所有義工及學員們前往苗栗，參訪華嚴啟能中心十週年慶。

瞧！學員們也在一旁跟著孩子們手舞足蹈起來，神情多投入啊！同時也讓「義工」及「學員」們體悟到殘缺中的完美，並知人真的要時時知福、惜福、種福、培福。



鬱卒怎麼辦

談壓力調適和憂鬱症

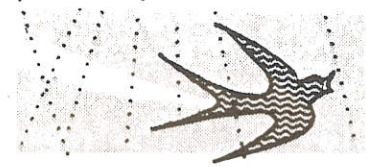
普行精舍上悟下徹法師，有感於當前社會結構蛻變，人民為各種身心困擾所苦，因此對於心理輔導的需求日益迫切，有鑑於此，乃於88年度12月份起於每個月第三個(星期日)定期舉辦「心理健康講座」，提供心理各方面的諮詢。普行精舍將邀請到彰化基督教醫院身心科——陳俊志醫師，將佛陀「宏法利生」之教導化為實際行動，關懷社會。

時間：每個月的第三個(週日)下午三時至五時
地點：普行精舍(大甲鎮和平路十九號)

電話：六八八〇四三一

內容：包括老人心理層次講習，將提供更寬廣的角度服務老人，在問題已產生而未瀕臨絕望時，能及時給予支持，以避免造成無可挽回的遺憾，在此我們將開放給一般社會人士來聽，讓社會因您的關心，少一點傷心。(好康門相報)希望您——也能推薦給您的親朋好友，將是您我的一大福音。

災難事後，當事人往往需要面對漫長的痛苦，如何以較具心理衛生的態度來幫助自己或親友渡過這段內心歷程。陳俊志醫師正為大眾提供如何從創傷中走出來及心理重建的課題。講課時，大眾專注的神情。



社區的文化中心——普行精舍

在車聲熙攘的鬧市當中，座落於和平路的普行精舍，是一處古樸莊嚴、宏法利生的都市道場。

庭園造景，四季花開，猶如藍毘尼園，望之，總令人生起世外桃源難得一見的悠閒。附近的小朋友經常在此玩石頭、看蝴蝶，以及圍繞著師父話西東，將這裏當成是他們的夢幻花園，流連忘返。

尤其是坐立於庭園中的丈二高的白玉佛，是左鄰右舍、云云眾生心目中的守護神，來往的路人，每每都會停下腳步，向玉佛合掌虔誠的禮拜，訴說著他們內心的祈願，放學回家的孩子，更是不忘脫帽敬禮，表示心中對聖者的尊敬。

一樓的圖書閱覽室，擺著幾張簡單古典的桌椅，是繁忙的現代人，恬靜閱讀的好地方，更是一處心靈的補給站。平易近人的師父，儼然成了民眾的諮詢中心及安心的處所。二樓的佛堂，供奉的是檜木所雕的藥師佛，也是每星期天蓮友共修念佛不可或缺的所在地。蓮友們都如一家人，共同愛護這塊園地，也彼此護持增長菩提道心。

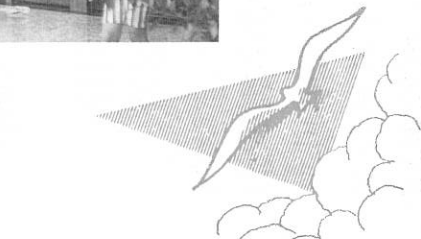
希望師父的用心及大眾的發心，能夠將普行精舍成為眾生的佛國世界。因此，我們一致的感覺是——在鬧中有此清涼地，是大眾的福報，當感恩且珍惜之。



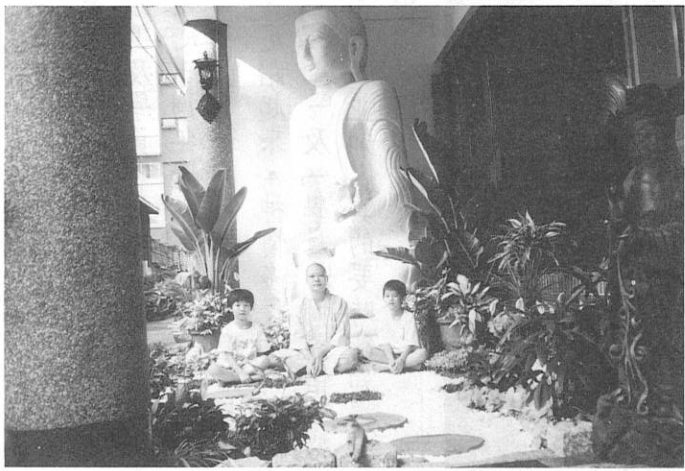
☆共同打造大家的藍毘尼園



☆普行精舍外觀



☆師父及小朋友合影



阿嬤粉勺一尤啲

長者形象之一

——普緣

打從我參加「長者學園」的志工，從她們身上我學到了很多，人家說老來是寶，薑還是老的辣，一點也沒錯。

課程之中我們都會安排一段時間陪她們「開講」，當中有一位老菩薩道了一題；讓我感動不已也深感愧疚。她說：「世間有兩種事不能等。」給妳猜！嗯：廿廿：我知道了！尿尿、大便？嘿！打錯。再猜！世間有兩種教不能信，喔：廿廿：心中開始嘀咕……「烤我」陪我一頭霧水，耶！想到了！邪教、外教對否！老菩薩笑呵呵地說，錯！認輸了吧！回答妳正確答案，第一題是：行善、盡孝不能等。

第二題是：計較、跟比較不能信。哇塞！阿嬤您……勺一尤耶！這麼有智慧！她很客氣的說：不敢當不敢當。

那麼阿嬤！您能告訴我作何解釋呢？哎呀！要解釋是簡單啦！但……實地去做的人卻如九牛一毛，少年人自己去參吧！喔！阿嬤您也學會叫人參啊！真是「臨老入花叢」，啥意思咧！又流行又時髦呀！YOU KNOW。

跟阿嬤一段對白後，我們大笑一翻，心靈彼此更進一步相知、相近，那麼又何必多作解釋呢？就人的生命歷程來看，老年是經驗累積最豐富的時候，有時難免會嘮叨，但我們亦會老。藉著這項活動，我挖到很多寶，也慢慢學會如何去敬重關懷每一個老人，更珍惜得來不易的「緣」，這大概是自利，利他的寫照吧！



◎長者學園參訪團



◎隨處念佛，隨處安



◎與師父對話——最開心的時刻



顯子的悟

—十一顯子—

三世因果

我越來越覺得，「好東西要和好朋友分享。」
「分享的快樂真的勝過獨自擁有，至今我也仍深深感動。」

在學佛的過程中，成長的機緣裏。多少次迷惑和多少次的突破。如果只是讓它流失在「過去」這個記憶裏，而徒增「現在」的回憶，那只會是個停滯不前的煩惱，對「未來」不會有任何長足的用處的。

星雲大師說：「你可以不信佛教，但你不可不信因果。」是的！因果——有其因，必有其果。我深信不疑。但是在初學佛時，我也曾經對因果，抱著相當的疑惑。我問：「師父！真的有因果嗎？」師父說：「哦！你剛剛吃了一顆爛蘋果，一會兒就拉肚子跑廁所了。不是因果嗎？」我恍然大悟。

在這之前我的人生态度是——我這輩子過的好就好了，管他來世不來世，不作壞事就得了。我從不追問將來如何；也不追究過去怎麼樣。過一天是一天。當這一悟以後，往事歷歷，多少緣起緣滅。想來竟都是如是因，如是果啊！

一路想來，成長的學生時代裏，要不是老師的提拔、朋友的扶持，自己的努力。這樣的過去因才成就現在身心健全的我。如果現在的我尚不知感恩。那麼未來的果，肯定是忘恩負義不是東西吧！

生命就是時間，是循環不息的。我們卻往往把過去想的太久遠；也把未來看得太蒼茫。導致不信三世因果，只求眼前利益，短視近利。不會設想將來，從根本著手。時鐘有個軸心，時針分

針隨著軸心轉動——一點鐘、兩點鐘、三點鐘一直轉到十二點後又一點鐘、兩點鐘……又轉。再轉：一直轉……沒有休息。好像三世因果在那兒循環著。如果不知道原來有個軸心帶動，我也只是在那裏重覆一次又一次的錯誤吧！有句老話：「昨日種種猶如昨日死；今日種種譬如今日生。」是啊！當我們出生那一剎那，不就像昨日死踏入今日生嗎？每天都得面對不同的遭遇，又何嘗不是踏入未知的來世呢！想想以前，不知和好朋友分離了幾百回了，不知去向的太多太多了。又如何！

我們也有個軸心。時間再轉，它也不變。只要知道軸心的不變性。我們不會強拉分針不要走，不會妄想時光倒流，只會逍遙坐看黃昏時，浪漫迎接晨曦來。

三世因果，天天在輪轉；不！是時時在輪轉；不！是分分秒秒、微細的在輪轉。倘若還在那兒追著它跑，不知即時找回真心，把握當下。那麼未來是可遇期的——依舊在轉，無法休息。

和大家分享！這是杯好「咖啡」。希望能品嚐出它的濃郁與香醇——閒情卻能散發像太陽般的光芒與熱情。因為我們相信三世因果。

學習系列

心得分享之一

一、依自己的狀況簡述學佛後有何障礙與改變？

答：學佛後才知自己本身的魔最厲害。無論好與壞，事事與人算計，那種心理障礙就像一條臭水溝，雖然有在聽聞佛法，但對自己的無明習氣依然沒有多大的改變，值得安慰的是，至少在聽聞佛法後，能過慢慢

的借鏡看到自己的無明。

二、你認為在家居士應該如何護法？請舉例。

答：①要確實的信，不但對佛菩薩如此，對師長也如此。

②依教奉行，恭敬三寶、師長、父母，以身作則，做好自己本份事，甚至於無條件將整個身心汨沒在三寶中。子曰：學而不思則罔，思而不學則殆。我就是這類型的人。我深知自己目前還沒有做到一位在家居士所應盡職之事，不夠我也期望自己改掉以前不良習氣，創造一個全新的自我！啊唷！毛病又犯了，又在那裡空想！

三、六度當中你認為自己最容易做到的是哪一度？最不容易做到又是哪一度？為什麼？

答：六度是，布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧，「度」，字也相當於「渡」，能從此岸渡到彼岸，佛家有句諺語：慈航本是渡人物，無奈眾生不上船。六度對我們這都很難，為什麼？缺乏精進心來推動。即使能使到幾分，也只是外在的表面，在「心行」方面還無法做到「捨心」全然放下。

四、八正道當中你合乎那些？

答：八正道是：正見、正思、正語、正業、正命、正勤、正念、正定。感覺自己較合乎正命，因為我是一位全職的「家庭煮婦」。

五、你現在最希望從佛教中學到什麼？

答：①事：在佛法行上多培養自己的慈悲心。
②理：想多薰習佛法，來修正自己的心理行為，多培養智慧，轉化自己的氣質。

英文佛敎語彙：每天我們都必須抽點時間來了解自己

We should take time each day to understand ourselves.

——摘自慧眼初開



經典故事淺說

——小綴

從前佛陀在摩揭陀國王舍城的竹林精舍，受請說法完畢與弟子們出城的途中，遇到一個人正趕著一群牛回城，肥飽的牛群一路上奔踢著，同時彼此用角互鬥。

佛陀見到這種情況，便說：「譬如那個人拿著棍杖牧牛，每個人從生到死，就如同那牧人養牛一樣。一個人即使多麼的富貴，也不能免去老死。隨著時光流逝，人的生命亦天天隨滅，就像池井深水，漸漸的枯竭……」

佛陀回到了竹林精舍，阿難便上前頂禮問說：「佛陀剛在途中所說的含義是什麼？請求您為我們開示！」

佛陀告訴阿難：「剛才你有沒有見到一個人驅趕著一群牛？」阿難說：「有啊！」

佛陀告訴阿難說：「這是一個屠宰場的牛群，本來有上千頭牛，屠夫天天派人帶牛出城，找好的草地放牧，把牛群養的肥肥飽飽，回來後每天選些肥大的牛來宰殺，至於被殺的牛已超過一半，剩下的牛還未感覺到自己的同類已慢慢的減少。剛才那些牛在路上奔踢互鬥，我就是哀憫牠們的無知，所以說了那些話。其實世人也和那些牛一樣的無知，整天為自身計較，貪圖欲樂，而且互相殘害，如此瞋恨相報永無停息，世人的無知與牛群又有何不同？」

佛陀說話的當時，座中有二百位貪求供養的比丘，聽到佛陀的開示後，都覺悟自勵，因而證得六神通和阿羅漢果位。



文一文教基金會

八十八年大事摘要

- ☆一月：董事會議。
- ☆一月：兒童讀經班（每週三）。
- ☆二月：佛學研習班（隔週三）。
- ☆二月：長者學園（隔週之週六）。
- ☆二月：出版勤修雜誌（雙月刊）。
- ☆二月：兒童冬令生活營（七天）。
- ☆五月：志工參加覺風讀書會培訓。
- ☆七月：兒童夏令生活營（一個月）。
- ☆七月：為社區祈福超度法會。
- ☆八月：兒童夏令生活營（一個月）。
- ☆九月：志工參加台北觀音線寺院人才培訓。
- ☆九月：籌備園遊會。
- ☆九月：九二一息災超度法會。
- ☆九月：災區慰問。
- ☆十月：敬老愛心園遊會。
- ☆十月：送愛心到災區。
- ☆十月：志工參加台中觀音線心理重建研習。
- ☆十月：邀請陳俊志醫師心理講習。
- ☆十月：率長者訪華嚴啟能中心。
- ☆十一月：策劃會報、志工聯誼。
- ☆十一月：送好書到監獄。
- ☆十二月：訪仰望戒毒中心。
- ☆十二月：董事會議。
- ☆十二月：年度結算。

生活漫畫

——依玲



讓感動溫暖人心
雨過天晴的成長經驗
是困境中的動力與希望。
主題：轉熱惱為清涼
來稿：1. 以六五〇字為限。
2. 請附真實姓名、地址、電話，若用筆名請註明。
3. 請留底，恕不退稿。
4. 來稿凡經刊登，即贈結緣品乙份。
5. 每單月二十日前截稿。
6. 請寄台中縣大甲鎮和平路十七號勤修雜誌收

