狮城潮音

DHARMA WAVE

SHI CHENG CHAO YIN

2021年第4期 总第66期

联系林友 弘扬正法

Connecting Buddhists Sharing Buddhism

新加坡佛教居士林通讯 • Singapore Buddhist Lodge Newsletter

万善同归 归于何处

悲欣交集: 弘一法师

What Will That Be On Your Mind?

本刊用环保纸印刷 为爱护地球尽一份力

本期封面照片 | Cover Photo
融历居士摄影
Photography by Rónglì

2021年•第4期•总第66期
No.66, Vol 4, 2021

刊名题字 | Title Calligraphy
赵朴初

法律顾问 | Legal Counsel
黄锦西大律师

发行人 | Publisher
陈立发

主编 | Chief Editor
释延续

编委 | Editorial Team
邹文学•戴文雪•宁小颜•郑苑芬•郑慧玲•胥传喜•Katherine Frith

美编 | Graphic Design
张蔚雅

编务 | Editorial Admin
马思慧

出版 | Publisher
新加坡佛教居士林
17-19 Kim Yam Road
Singapore 239329
T: 6737 2630 | F: 6737 0877
W: sbl.org.sg | E: sccy@sbl.org.sg

出版准证 | Publication Permit
MCI (P) 055/03/2021

印刷 | **Printer**
先锋印刷装钉私人有限公司
Pioneers & Leaders Center
4 Ubi View Singapore 408557
T: 6745 8733 | F: 6745 8213

若您想停止接收《狮城潮音》季刊，请电邮至sccy@sbl.org.sg并注明会员号与退订原因。感恩。
If you would like to unsubscribe from this magazine, please email to sccy@sbl.org.sg your membership number and reason for unsubscribing. Thank you.

目录 CONTENTS

卷首语 Foreword

2 坚持我们的“变”和“不变”

林内动态 Happenings

4 本林教育基金发放第43届大专组助学金
6 居士林温馨家庭服务中心开展系列活动
7 吴钧居士应邀分享“学习法器的正确心态”
7 本林礼请妙仁法师为法器班授课
8 因疫情关闭近21个月 十方斋堂申获餐饮执照后再向公众开放免费素食

生活中的佛法 Daily Dharma

32 丰子恺的诗化教育
34 万善同归 归于何处?
40 自己是什么根性 自己心里要有数
42 如何解救我们被“卡壳”的人生
43 成就千古虚名 错失解脱大利
44 抬头处是艳阳
46 浅谈我学中医与持素的缘起

人物专访
Interview

10 热心助学 传承善念

菩提路上
On The Bodhi Path

14 “老顽童”往生记

20 至心信乐

23 司空山记

24 What Will That Be On Your Mind?

佛学漫画
Comics

26 净土法门是怎样传承的（上）
The Lineage Of Pure Land Dharma-door (Part 1)

法海拾珍
Dharma Gems

48 比丘僧暴打小毛贼 竟打出一位阿罗汉

50 弥勒信仰的现代诠释

大德懿行
Great Virtuous Ones

54 悲欣交集：弘一法师（上）

58 净土宗十二祖彻悟大师传（三）
Biography Of The Twelfth Patriarch Of The Chinese Pure Land Tradition Great Master Chèwù (3)

光影说法
Film Review

62 When Okja’s Mija Meets #ForNature’s Greta

Photo: Zhou Xiaodong

坚持我们的“变”和“不变”

陈立发 林长

又是一年岁末，东北季风如约而至，生活在这方岛国的人们难得享受一段时间的“秋”高气爽。多个世纪以来，每年这段时间大家都是这样度过。不过，最近这些年，由于受全球暖化的影响，这种云淡风轻的日子好像越来越短，暴雨和暴晒等极端气候却越来越多。这两年又由于新冠疫情肆虐，这个世界在各个层面的变化，大概已经超出了很多人的理解和想象。

当然，世界在变化中总有不变的内涵，所以在变化中也要时时调适，以保持自己的特质。

1、坚持弘法利生方向不改变

居士林成立至今已有87年历史，创林伊始，本林的僧俗先贤们就立下了“弘扬佛法，慈悲济世”宗旨。87年来，经历了各种各样的风雨，传承至今已是第46届董事会，但本林弘法利生的目标和方向从来没有改变。

弘法的方式随着时代的进步、科技的发达、大众生活习惯的改变，我们一直在调整，但是弘法的核心却一脉相承。而这些诸如慈悲、智慧、布施、持戒、忍辱、精进等核心佛法理念从印度到亚洲各国，再到世界其他角落，2000多年来都始终坚持。居士林的特殊之处在于，当年转道老和尚和李俊承居士等先贤发起创林以来，一直以大乘汉传佛教为根本，以净土法门为特色。转道老和尚曾在每周三和周六，亲自率领林友念佛，风雨不改。在他的勤奋耕耘之下，居士林成为南洋一带净土法门的先驱道场。随后广洽老法师南来，在本林50余年，在他的指导

下，陈光别前林长、李木源前林长也一直坚持这个方向。任何时候，我们都将始终如一、坚守先贤的智慧和传统。这个是薪火传承的根本，不容改变。

2、坚持慈善注册不改变

居士林自创办以来，便注册为宗教慈善机构。众所周知，注册为慈善性质意味着政府和社会高强度的监督和审计，而居士林又是佛教团体，我们不仅要遵守一系列慈善团体在机构设置、管理规则和财务上的严格监管机制，我们更要遵守佛教强调的因果法则。

居士林是十方道场，创办道场的目的是为了传播佛陀的智慧，弘传正法，让本地和十方民众受益。说得直白一点，居士林的先贤们创办居士林是利益众生的为“公”理念，不是为“私”。80多年来，正是有着这样坚定的信念，居士林赢得了我国社会各阶层的广泛尊重和信任。

目前，居士林还有两个独立公益机构Institutions of Public Character (IPCs)：居士林福利基金和居士林教育基金；福利基金旗下还有一个受政府资助与监管的“居士林温馨家庭服务中心”。

我相信，一个团体成立两个IPCs，这是非常特殊的。这也是本林开创至今，历届董事会和历届林长坚持慈善公益注册不改变，坚持利益大众的方向不改变，坚持对广大信众的捐款审计公开透明，以非常谦卑的态度面对监管部门和大众的监督，我们才有今天的成果。这个也是居士林长久以来的根本特色，永不改变。

3、坚持董事义务性质不改变

我们的董事同修经常被朋友问及：为什么来居士林，董事们领薪吗？我本人也被朋友询问：为什么这么拼搏？居士林给你多少董事费？朋友们这么问可以理解，社会大众的关注与联想也很正常。毕竟，我们每个人都生活在一个以经济运作为基础的社会，我们的大多数行为都和物质息息相关。

但是，**居士林的董事都是三宝弟子，感念佛陀的法乳滋养，彼此怀着感恩报恩之心，受广大林友委托，自愿发心为佛教事业奉献力量。我们都很荣幸能有机会、以义务性质来居士林服务。自当选董事起，即依法向监管当局申报利益冲突，把董事工作当成自己的修行，把义务付出当成修福修慧。我们没有任何“特权”，我们有的只是坚持做一个有责任感、有献身精神、一心护持佛法的董事，为林友做好表率，这是我们每时每刻都要牢记的初心。这个也是本林弘扬佛法、利益众生的核心，是我们如终如一坚持的理念。**

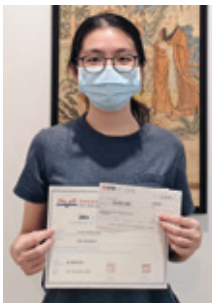
4、坚持与时俱进、推动制度建设

“三庆”大典过后，本林工作重点便由大雄宝殿重建，向弘法利生和制度建设转移。本林的创林先贤是一批成功而富有正知正见的商人和文人三宝弟子，他们把管理现代企业的理念非常智慧地融合在居士林的日常运作中。随着居士林的服务范围不断扩大，涉及到专业领域越来越多，建立一套严谨细致、有章可依、适合现代社会的管理制度是我们一直在推进的目标。

完善的制度建设是确保本林基业长青的重要标志。我们深知这个世界上没有十全十美的制度，但是我们依旧坚持把居士林的行政、财务、人事、法会等活动规范化，让居士林更加层次分明，秩序井然。而推进制度建设的重中之重是尽快完成章程修改工作。在坚持三个“不变”的原则下，我们相信，一部与时俱进的章程，将成为居士林永续发展的保障，会凝聚更多共识，在以规则为基础的议事机制下，更快更好的完成我们的各项任务。这是不变中的“变”局。

世界在快速变化中，我们的生活也在不断调适中。“变”与“不变”，可能是人类社会一个永恒的话题。我们坚持在随缘中不变，在不变中随缘。在变与不变中，把握居士林独有的特质，走出属于我们自己的路。也希望广大林友在变与不变中坚持自己的追求和理想，走出属于自己的路。新春来临之际，祝大家虎年如意吉祥，福慧增长。南无阿弥陀佛。

本林教育基金发放第43届大专组助学金



本刊讯：

2021年11月，本林第43届大专组助学金圆满发放。因为疫情原因，本届助学金通过各大专学府，分别予以各初级学院、工艺学院、理工学院、艺术学院及大学的相关学生。

本届共计有259位学生获颁助学金，总计44万5千新元。本林教育基金自1979年设立以来，已发放超过2100万新元，受惠学生达4万余名。43年来，本林的教育基金不分种族宗教，持续协助许许多多家境贫寒的学子们完成学业。本届获颁的学生中，非佛教信仰的学生约62.7%，其中回教学生24.7%，基督教和兴都教的学生各8.9%，其余包括道教、天主教以及无宗教信仰的学生共计20.1%。

本林希望通过教育基金这个平台让更多的学生受惠，能够继续升学，完成学业，将来能在不同领域发挥专长，成为国家的栋梁之材，为民众服务、回馈社会。

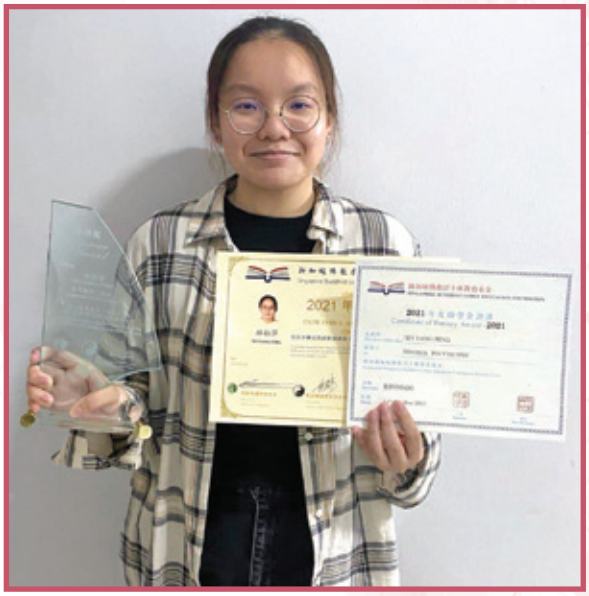
▲ 居士林教育基金捐款渠道
Singapore Buddhist Lodge Education Foundation Donation Portal: **https://www.giving.sg/web/singapore-buddhist-lodge-education-foundation**

捐款享有税务减免 • Donations are tax deductible

第43届大专组精进奖

郑妨萍是新加坡佛教居士林教育基金2021年大专组助学金的精进奖得主。她目前是淡马锡理工学院化学工程专业三年级的学生。尽管来自一个普通家庭，她在学业方面有着出色的表现。妨萍优异的学业成绩，也让她在淡马锡理工学院的第一和二年都获得了 “Director’s List” 的奖项。

尽管课业繁忙，妨萍还是积极参加课外活动，目前担任化学工程专业小组的财务。此外，身为小组组员，她也积极投入于社区计划活动，参加了东北社区发展理事会举办的活动，帮忙改造翻新适合独居老人居住的组屋。此外，她也参与了 Meals-on-Wheels 的送餐服务，帮忙送饭给独居老人。



为了减轻家里的经济负担，妨萍目前半工读。虽肩负不少的责任和压力，她依然取得很好的成绩。除此之外，她也不忘回馈社会。

妨萍在获奖时怀着感恩的心说：“我能继续追求我的人生目标，都是因为您的慷慨捐助。感谢新加坡佛教居士林教育基金给予我这份奖项，让我不必担心家里的经济，同时也激发我继续在学业方面努力去取得更出色的成绩。”

43rd Batch Endeavour Award For Tertiary Level

Tey Fang Peng was the recipient for the Singapore Buddhist Lodge Education Foundation’s (SBLEF) Endeavour Award 2021. She is currently a third-year student pursuing a Diploma in Chemical Engineering at Temasek Polytechnic. Despite her humble background, Fang Peng achieved excellent grades and was the recipient on the Director’s List during her first and second year in the polytechnic.

Besides her busy school curriculum, she also holds the role of Honorary Treasurer of a Temasek Polytechnic CCA group and the Course's Interest Group. As an active member, Fang Peng participates, as well as organises Community Involvement Programmes for her fellow coursemates. For instance, she had participated in the North-East CDC Refresh Project, which helped to makeover old rented flats for the elderly. She also organised a 'Meals-on-Wheels' event that delivered food to them.

Fang Peng has a part-time job to help ease the financial burdens of her family. In spite many responsibilities, she managed to excel academically, and give back to the community, while also working part-time.

Upon receiving this award, Fang Peng commented with appreciation, 'My goals and pursuits would not have been possible without SBLEF's generosity. Thank you, SBLEF for granting me bursaries and enabling me to pursue my studies. It drives me to work harder and achieve excellence without having to worry about finances.'

居士林温馨家庭服务中心开展系列活动

Photo: (Pexels)

本刊讯：

家庭服务中心是社区家庭资源的聚集处，任何人都可以因家庭问题去那里寻求社会支援与帮助。

冠病疫情已持续了近两年，打乱了许多人的生活。因疫情而造成的种种不确定性，加剧了弱势人群和家庭需要面对的困难和挑战。家庭服务中心在疫情期间扮演着重要的角色。中心的工作人员不断地调整工作方式和策略，以确保在困境中仍能为个人和家庭提供最完善的服务。

为了舒缓疫情带来的经济压力，中心在2021年就推出了几个新的计划。

1. "返校补助"

这项援助的主要目的是为了支持低收入家庭的学生购买那些在其他援助项目里未涵盖的教育材料和文具。中心一共支出了$16,500，援助了165个学生。每位受益的学生都获得$100的大众书局礼券。

2. "奶粉和纸尿片援助"

这项援助是为有5岁及5岁以下孩童的低收入家庭提供奶粉和纸尿片，以确保孩童的卫生和营养需求。该计划在11月份推出后，就得到了非常踊跃的申请。援助计划的总数额为$100,000。每名孩童每月获得$200的超市礼券。一共有83个儿童在此计划中受益，即将在来临的2022年1月开始领取援助礼券。一月份的总额分发是$16,600。

3. 心理健康网络讲座

我们观察到疫情对人们精神所造成的压力，在2021年举办了一系列由网络平台进行的讲座，包括由林国光博士主讲的三个关于促进精神健康的华语讲座和中心社工主讲的《少年心理健康》的英文讲座。在2021年12月21日由林博士主讲的《五大策略克服焦虑》获得了踊跃的响应。

4. 小学生功课促导计划

中心这几年一直有为低收入的小学生进行一对一的补习。在2021年，由于疫情的限制，中心采用线上授课的方式，为30位学生进行了补习。义工们一共使用了887个小时的补习时间，使该计划能够在今年得以顺利进行。根据家长反馈，孩子的自信和成绩在补习后都进步了。参加小学离校考试的学生们的成绩也有显著提高。

通过一连串的活动和援助计划，家庭服务中心在2021年为所服务的个人和家庭送去了温暖。中心会秉着服务大众的谦卑心态，继续在2022年推出更多的活动和计划，帮助所需要的个人和家庭。

Singapore Buddhist Lodge
Vision Family Service Centre

Contact Details:
Blk 945 Tampines Ave 4
#01-328 Singapore 520945
Phone:
6544 2263
Website:
sblvisionfsc.org.sg
Email:
sbl@sblvisionfsc.org.sg

吴钧居士应邀分享“学习法器的正确心态”

本刊讯：

2021年12月26日下午2点，本林圆满举办了“学习法器的正确心态”讲座。

林长陈立发居士、佛学导师延续法师、司理陈锦成居士等董事及法器班学员54人出席了讲座。

作为大乘汉传佛法的传统道场，早晚课诵、日常共修等是本林佛友常年参与的重要修学科目，而梵呗法器是庄严仪式，引导大众学佛入门的方便法门之一。

为了使本林悦众以正确的心态学习法器，协助共修，本林特别邀请净名佛教中心主席吴钧居士同法器班的学员们分享学习法器的经验和唱诵梵呗的心得。

本林礼请妙仁法师为法器班授课

本刊讯：

梵呗唱念是供养诸佛、庄严道场，修证佛法，实践佛道的主要途径。法器具有报时集众、警策精进等功能，丛林中一切行事皆依法器为准。

为让更多悦众更好地掌握各种法器的运用，在共修、法会中让信众感受到振铃鸣磬、清音悦耳的梵音，本林特礼请妙仁法师从2022年1月起，为本林法器班授课，并讲授佛门礼仪及梵呗唱念等。

第一期的课程为现有悦众提升课，共16次。在这之后，将举办面向初学者的课程。

梵呗法器是龙天之耳目，大众之共遵，深盼见闻者，悉发菩提心。

因疫情关闭近21个月 十方斋堂申获餐饮执照后再向公众开放免费素食

本刊讯：

居士林的免费素食，始于二战期间的施粥，乃是救助难民性命的济世之举。70年代初，本林开始每周为信众提供两餐素食，经过十年的不断发展，从80年代至今，常年365天，为大众提供三餐免费素食。

2020年3月26日，因为疫情十方斋堂不得不暂停向公众开放。中断了近21个月后，斋堂于2021年12月16日重新向公众开放。

对于一些经常来居士林用餐的人来说，到居士林吃素，已经成了他们生活中的一部分，变成了一种习惯和寄托。这次十方斋堂的重开，除了为这些素食人士提供方便外，更多的是能够帮助很多贫困人士解决温饱问题、减轻他们的生活负担。

为了全面提升卫生水平，本林十方斋堂于近期主动申请了餐饮执照，获得了政府批准。有了餐饮执照的十方斋堂今后将严格遵照和执行餐馆和饭店的各项标准，包括厨师和义工接受相关的培训和定期体检，食材处理的标准化作业，严格遵守消毒、清洁规程等，在一如既往做好防疫措施的同时，全面提升卫生意识与管理水准，保证大众吃得安全、卫生，吃得舒心。

作为一个拥有87年历史的慈善机构和本地最大的在家佛教徒修行道场，居士林一向秉承佛陀慈悲、包容的教诲，多年来不分种族和宗教，行善济世，默默地为我国社会的种族和谐、宗教和谐的建设添砖加瓦。

居士林目前有林友（会员）一万一千余人，“管理像居士林这样一个大型的慈善宗教机构，不仅需要一个由各方面专业人士组成的团结合作的团队，更需要建立一套健全、完善的制度。”林长陈立发说：“居士林前几年的工作重点主要是大雄宝殿的重建工程及筹款。而现在的工作重心主要是加强和完善各项管理制度，逐步形成法治而不是人治，保证整个机构良好运作，这样才能更好的弘法济世，服务大众。”

对于今年6月的选举，陈立发林长表示非常欣慰，一批懂得佛法、拥有专业知识、年轻化并乐于奉献的新人加入到了管理团队。居士林的董事会、理事会成员，一直都是默默奉献、义务服务，多年来从来不拿居士林一分一毫的董事费或津贴，董事会的责任就是善用信众每一分钱的捐款。有这样一批新生力量的加入，大家齐心协力、同愿同行，一定能承前启后，在居士林的制度建设方面更上一层楼，使居士林的基业长青。

“同愿同行”，是居士林林歌的名字。让我们期待拥有87年历史的居士林再次扬帆起航。

恭祝

各位林友
阖家平安
福慧增长

南无阿弥陀佛

林长陈立发
及董事会全体董事
敬贺

Image: (51yuansu)

热心助学 传承善念

新冠疫情在全球的蔓延已有两年，对各行各业造成了实质性的影响。为了解疫情对本林助学金发放活动的影响，以及教育基金的发展规划，本刊对教育基金主席林理明居士进行了专访，林居士同时也是居士林的副林长。

林理明居士

请问主席在当下疫情影响下，本林教育基金项目的开展有什么困难及如何应对？

居士林作为本地最大的宗教团体之一，这两年面对一波又一波疫情的反弹和考验，更加凸显出作为一个慈善团体发挥关爱、团结和互助的作用。虽然疫情严峻，但在审核和发放助学金的程序方面，大家同心协力完成，并没有受到影响，而且颁发的数目比以前稍多。不同的是发放的形式有所改变，因为安全的考虑改成请各个学校帮助发放，保证每一份助学金都能及时发送到受惠的学生手中。

如果说有影响的话就是以前居士林都会举办大型的助学金颁发仪式，主宾来自国会议员、部长和不同组织的领袖。学生们能够有机会和他们交流，同时主宾在演讲中会与学生们分享他们对教育的看法和人生经验。有个别主宾曾经从本林的助学金受益，作为榜样，会激励学生们珍惜机会，努力学习，今天他们从助学金中受益，来日会回馈给社会与大众。有些受益的学生毕业以后会到这里做助学金的义工，有的会捐助助学金项目，这种共同互助，奉献慈行的精神，才是教育基金真正的意义。说到底，这是播种善的种子，传承善的理念。

请问居士林的教育基金项目目前取得哪些主要的成果？作为一个以华人佛教徒为主的机构，教育基金的受惠学生来自不同的种族和宗教，这样做的出发点是什么？

李木源前林长曾经说过，居士林要以促进宗教及社会和谐为目标，尽其所能扶危济困。陈光别前林长及李木源前林长非常重视资助教育，他们说教育可以改变一个人的命运。在他们的影响和带动下，几十年来，本林不分宗教和种族，协助低收入家庭，让他们的子女在经济上无忧，不用担心学业受到影响。本林的教育基金自1979年设立以来，已发放超过2100万新元，受惠学生达4万余名。在获颁的中小学生中，非佛教信仰的学子超过一半，充分体现了佛教无缘大慈，同体大悲的精神。本林的教育基金不仅仅是扶困济贫，同样对于各种族宗教的相互了解和沟通也起到了桥梁和纽带的作用。新加坡是一个多元文化，多元种族和宗教的社会，居士林的教育基金项目在帮助受惠学生家庭减轻经济负担的同时，也让我们国家变得更加和谐、关爱、温馨和包容。

▲ 助学金获得者

请问主席对教育基金未来的发展有什么计划？有关新设立的紧急援助基金的用意是什么？

我们的教育基金面对的是广大社群，比如这两年的疫情对一些低收入家庭造成了不同程度的影响，这种情况下我们就会提供更多的资助，越是在困难时期越需要社会上善心人士的大力支持。未来我们会进一步扩大覆盖面，关爱弱势群体。这次新设立的紧急援助基金，就是针对这种情况。比如说家庭遭受突然的变故，家中有人失业或生病，子女的学业受到影响，不能正常完成学业等等。因为本林的助学金是每年在固定的时间发放，但是紧急援助基金就会特殊处理。如果学校给我们发邮件通知有需要特别援助的学生，居士林教育基金专项小组会在几天之内给予及时的处理和发放。因为有时候通过正常渠道申请程序可能需要比较长的时间，而紧急援助基金起的是一个及时雨和雪中送炭的作用。

紧急援助基金目前先开放给三所学校，分别是弥陀小学、菩提小学和文殊中学。我们的下一步计划是开放给亨德申这一区的中小学，我们会联络国会议员进行合作。未来我们会继续扩展到更多学校，减轻和缓解受困家庭在孩子教育方面的经济压力，帮助学子们顺利完成学业。

紧急援助基金目前先开放给三所学校，分别是弥陀小学、菩提小学和文殊中学。我们的下一步计划是开放给亨德申这一区的中小学，我们会联络国会议员进行合作。未来我们会继续扩展到更多学校，减轻和缓解受困家庭在孩子教育方面的经济压力，帮助学子们顺利完成学业。

请您谈谈管理大学的专项助学金？

管理大学助学金的源起是20年前，李木源前林长曾经和他们签订了一个协议，居士林拿出20万元资助学生出国参与大学交换计划。这些受益的学生踏入工作岗位后把当年受益的资助金全部还了回来。管理大学就和我们协商，用这笔钱成立一个新加坡佛教居士林管理大学专项助学金，金额是每年3万元。管理大学有了这一笔专款助学金后，原本居士林给他们的资金名额就可以转发给其它学校，让更多的学生受惠。

请问您是如何与居士林教育基金结缘的，能否谈谈为何如此热衷于教育事业。

我来居士林最初是由于陈立发林长需要强化居士林的财务管理，请我做财务顾问。因为我本身做了很多年的会计师，有些经验可以分享。对我个人来讲，从小学到大学我都受惠于奖学金和助学金，因此深感助学金对学生确实有所帮助。所以一直以来，跟教育有关的事情，不管是办学、助学金、还是担任学校的校董，我都要求自己将心比心，去体会别人的需要，设身处地的为他人着想，然后加以协助。

我很敬佩居士林教育基金的上届主席陈远才前辈，多年来他为教育基金做出了很大的贡献。他人脉广，热爱公益，找来很多人资助。前几年他找我接手这个位子，说自己年龄大了，需要新的接班人。接过这副重担后，我真的是如履薄冰，幸运的是陈前辈帮我们打下了一个很好的基础，同时也给我做出了一个非常好的榜样。

这几年我在居士林虽然有些许贡献，但我认为最应获得肯定的是我们的义工，每年教育基金这些具体而繁琐的工作，都是他们认认真真一点一滴的去做，这些义工才是真正践行“菩萨道”，所有利益众生的活动，都离不开他们的无私奉献，齐心协力，同愿同行。另外，每一次的助学金颁发活动，都得到新加坡回教传教协会(Jamiyah Singapore)、新加坡道教总会，以及各相关团体和学校师生的大力支持。对他们的帮助，我们一并致谢。

▲ 居士林教育基金捐款渠道
Singapore Buddhist Lodge Education Foundation Donation Portal: **https://www.giving.sg/web/singapore-buddhist-lodge-education-foundation**
捐款享有税务减免 • Donations are tax deductible

万佛法会

TEN THOUSAND BUDDHAS DHARMA ASSEMBLY

本林隆重启建为期十四天之万佛法会。承此庄严殊胜功德，专申祝愿世界和平、国运昌隆、风调雨顺、人民安康、全球新冠疫情早日消弭。并仗佛威力，俾生者增福延寿，消灾吉祥。祈已故者同往净土，早登莲邦。

法会期间，将顶礼《万佛洪名宝忏》，施放《瑜伽焰口甘露斛食》广设往生牌位，超荐祖先、冤亲债主、婴灵、十方法界无祀孤魂，往生净土；亦设消灾延生禄位、祈福全家吉祥安康。

地点 Venue

贤护讲堂（五楼）

Bhadrapala Hall (L5)

日期 Date

正月初五至正月十八

05.02.22 – 18.02.22

农历正月初五至正月十七 05.02.22–17.02.22

上午 8:10 am 洒净 Purification Ceremony

上午 8:30 am 顶礼《万佛洪名宝忏》 Prostrating to 10,000 Buddhas' Names Repentance
回向延生 Dedication for Longevity

上午 9:45 am 顶礼《万佛洪名宝忏》 Prostrating to 10,000 Buddhas' Names Repentance

上午 11:00 am 上供 Offering To The Buddhas
回向往生 Dedication for Rebirth

下午 1:30 pm 顶礼《万佛洪名宝忏》 Prostrating to 10,000 Buddhas' Names Repentance

下午 2:45 pm 顶礼《万佛洪名宝忏》 Prostrating to 10,000 Buddhas' Names Repentance

下午 4:00 pm 顶礼《万佛洪名宝忏》 Prostrating to 10,000 Buddhas' Names Repentance
回向往生 Dedication for Rebirth

放瑜伽焰口 (Yogacara Ulka-mukha Ceremony)

时间 Time: **傍晚 6:00 pm**

日期 Date: **05.02 (周六 Sat)、09.02 (周三 Wed)、12.02 (周六 Sat)、16.02 (周三 Wed)、18.02 (周五 Fri, 圆满日)**

农历正月初九 09.02.22

早上 6:30 am 供天 Offering To Celestial Beings

农历正月十八 18.02.22 (法会圆满日)

上午 10:00 am 延生普佛及送圣 Offering to Buddhas & Sending off the Sages Ceremony

下午 2:00 pm 放瑜伽焰口 Yogacara Ulka-mukha Ceremony
往生牌位送圣 Sending Off the Sages Ceremony

功德圆满 COMPLETION OF MERITORIOUS VIRTUES

新加坡佛教居士林 • The Singapore Buddhist Lodge
17-19 Kim Yam Road Singapore 239329 • +65 6737 2630 • www.sbl.org.sg • dharma_affair@sbl.org.sg

“老顽童”往生记

——六十多年“专业陪跑”，最后往生如此自在

文|东林寺文宣部

初识张培根居士和牟守礼居士是在2016年，那时我在上客堂的前台做义工，这对老夫妻给我的印象最为深刻，每每回想起，心里总是暖暖的。

四年后，再次听到他们的消息，是见到一位师兄发来的两张图片，一张是满满的舍利子，另一张则都是舍利花。师兄告诉我，这些舍利子和舍利花是张老菩萨的，他在准提菩萨圣诞日那天往生了！

听闻这个消息，我实在是太赞叹了，但同时也觉得有点意外。毕竟，在我印象中，张老菩萨一直很牵挂他的老伴，曾经我还隐隐担心他会不会情执太重，临往生时放不下。谁知他竟潇洒地先行一步，往极乐做菩萨去了。我对此十分好奇，便前往净土苑采访，听了张老菩萨的老伴和女儿们给我讲的故事，张老菩萨的形象在我心中逐渐丰满了起来。

从恩爱夫妻到模范同修

张培根居士和牟守礼居士从世间的恩爱夫妻到修行圈的“模范同修”，相伴60余年。他们的相遇相知，始于高中时期。

1955年，俩人分别考上了成都和西北的高校，虽分隔两地四年，但并未影响两人的感情。

可是，等到毕业时，牟守礼却被分配到了兰州任教，回不了四川。张培根二话不说便简单收拾了行李，放弃了留在舒适的南方家乡，奔向了条件艰苦的大西北……

在女儿们的眼里，父亲纯粹、不执著，热爱生活；大安法师赞他是一个“赋性敦厚，不慕虚荣”的人；同事、学生则是一致认为他是一个“平凡而伟大”的人。

在工作上，他教书育人，不图名利，孜孜科研，成果斐然，一辈子不争不抢，一切随缘，对名利毫不在意，甚至还会把名利让给别人。

在生活中，他更是一个好丈夫、好父亲。1975年，妻子查出来肝硬化，他非常郑重地对女儿们说：“现在一定要首先保证供应妈妈的营养，家务事所有的人要分担，不能让妈妈做家务了。”之后妻子因为晚期肝硬化切除了脾脏，陆续又有其他的各种疾病。张培根除了教学和科研工作外，承担了大部分的家务，对妻子细心呵护，使她奇迹般地活到了今天。

结婚60多年，老两口没吵过架、没红过

脸。妻子的所有想法，他全都支持，也正是因为什么都随顺妻子，让他遇见了稀有难得的念佛法门。

妻子因身体病痛的原因最先进入佛门，一次读到了《印光法师法语》，如获至宝，从此一心念佛吃素，专修净土。

张培根就一直陪着妻子遍访名山，寻师问道。帮她提东西，背经书，一路相伴左右。慢慢地在妻子潜移默化的影响下，他也对佛法生起了信心。

直到1997年，俩人第二次去九华山，在仁德大和尚给他们开示后，夸他人好、有善根，他就提出了想要方便皈依的请求。

原本张老菩萨特别喜欢抽烟、爱吃肉，不仅爱吃肉，还特别讲究。曾经教导女婿“炒猪肝必须炒18铲，多一铲太老，少一铲不熟”的他，在皈依后，竟不声不响的就戒了烟、戒了肉，说放就放下了。

2007年1月，张老菩萨又受了三皈五戒，2010年5月在东林寺求受菩萨戒，2015年10月增受了菩萨戒。受戒后张老菩萨老老实实持戒，六斋日、每年的三个长斋月，都跟老伴一起过午不食，有一次有事错过了过午时间，他硬是饿着肚子等到第二天。俩人堪称修行圈的“模范同修”。

“裸捐”建大佛 东林待往生

夫妻俩学佛的这几十年，走遍了各大佛教圣地、名寺古刹，直到2009年，夫妻俩第一次来到了庐山东林寺，参加了一次佛七，觉得特别相应，决定留下来。

那一年正好赶上东林大佛在募集捐款，两人特别欢喜，当下就决定要将一生所有的积蓄都捐建大佛。他们打电话问女儿们的意见，女儿们的答案简单统一：“没有意见！”

于是，夫妻俩裸捐了48万，正合了东林大佛48米高、阿弥陀佛发了48大愿的吉祥寓意，更是满心欢喜。

这夫妻俩捐款简直就是“上瘾”，不爱吃也不爱穿，也不给自己留医药费，他们说小病有退休金，大病就不治了。退休金攒够了整数就捐，建寺、供僧、放生、印经书……是俩人最开心的事儿，总感觉“钱给出去了就自在了，轻松了”。

2015年春节，夫妻俩写好了遗嘱，交代好了身后事，便来到了东林寺祖庭，2017年6月入住净土苑“莲棲园”，安住念佛求往生。

精进的妻子“不精进”的丈夫

大家都叫张老菩萨“老顽童”，无论是在什么年纪，他总能找到生活的乐趣。来莲栖园安住后，他也过得自在。平时喜欢在寺院散散步，看看花花草草，逗逗小动物，捡捡好看的小石头，拿回房间堆成个小山。他还喜欢开玩笑，人家给他吃个石榴，他拿起石榴就要说：“二八一石榴（16）！”

谈起张老菩萨时，他的老伴跟我说的第一句话就是：“他不精进的！”

的确，这个“老顽童”跟老伴比起来，看似一点都不精进。老伴不爱出门，喜欢在房间里诵经念佛，身体好时每天能念7万声佛号。而张老菩萨给自己定的规矩：“3万声是高线，2万声是中线，1万声是底线！”不过到后期，因身体的原因1万声的底线也没守住。

有次有个人问他：“老菩萨，你现在念多少声佛呀？”他举起手说：“1万！”护工推着轮椅在后面连忙摆手说：“念不到！”

可他并不是在说谎，那时他已有点糊涂，但念佛的目标根植于心，坚信自己每天念了1万声。虽然他念佛的数量不算太多，但是质量非常的高！张老菩萨用自己的方式精进、至诚念佛，对阿弥陀佛有特别深厚的感情和信赖。看起来很放松，实则内心十分至诚精进。

张老菩萨最大的“爱好”有两个：一个是供养三宝，另一个就是拜大佛。

不管在何时何地，只要见了佛菩萨的形象，见到师父，他就一定要拜。东林大佛台连年轻人走上去一次都会感觉吃力，他一个80岁高龄，腿患有痛风，颤颤巍巍的老人倒是乐此不疲，经常自己拄着手杖溜到大佛台上去，回来身上的衣服都湿透了。还津津乐道地说，他探出

来的上山拜佛的三条路。有一次正赶上瓢泼大雨，被义工发现，给叫车才送了下来。

菩提道上的戒兄弟

老伴是领张老菩萨入佛门的贵人，也是他的修行软肋。80多岁的年纪，还能把妻子当做风景一样看的丈夫，在世间是打着灯笼都难找的好男人，但在修行上可能却是障碍。

在上客堂时夫妻俩住在一栋楼的不同房间，平时见面的机会还多些。搬到莲栖园后，男女众要分开住。他就经常一个人拄着拐棍，走到老伴寮房的院子前，一直看着住在二楼的她，看一会儿，走两步，一直到看不见她的身影才离开。

甚至到后来身体状况每况愈下，大多时候都是在轮椅上度过时，他还总趁着护工休息，一个人拄着拐棍踉踉跄跄地走到老伴的院子前，眼巴巴地望着二楼，就想着能跟她一起走一走。

重感情的他对孩子们的情执也很深，每次女儿来寺院再离开时，他都要难受好久，有时还会流眼泪。

老伴和女儿们难免有些担心这个不精进的“老顽童”，临往生时会放不下。关于张老菩萨如何放下情执，升起信愿的过程，他虽不曾向人表露。但在他这些“不精进”的修行过往中，总能窥得一二。

除了净土苑共修影响，宿世善根深厚外，在全家“提升信愿”总动员下，念佛熏修的力量逐渐也显现出来——

老伴常常会陪着张老菩萨散步，散步时，老伴念“阿弥陀佛”，张老菩萨就在旁边接“身金色”。

“阿弥陀佛！”

“身金色！”

“阿弥陀佛~”

“身金色~”

别小瞧这力量，两人就这么你一句我一句，使得张老菩萨见到金色佛像就特别欢喜，后来他还专门请了东林大佛接引像的缩小版，供在自己的房间里，每天早起都要换上干净的水供佛。

老两口在一起，谈的永远是修行和极乐世界的话题。后期张老菩萨已经没有精力独自诵经了，老伴就每天下午四点过去陪他念经、念佛、诵一遍西方发愿文，坚持了很久。他们互相守望，护持对方的道心，信愿坚定，一心求生净土。

2018年，当莲栖园里第一个老人往生的时候，老伴就跟张老菩萨讨论：“我们两个人，你希望谁先走？”

他的回答倒潇洒：“谁先走都可以，随缘啦。”

老伴又问：“如果我先走，你会难受吗？”

他说：“难受一阵子就好咯。”由此可见，他一直在慢慢地放下。

2019年，女儿们已明显觉察到父亲的改变。5月，大女儿来看望爸妈，走的时候还感觉得到爸爸的舍不得，早上三点就起来送行；等到11月、12月女儿们来看望他们后再离开时，他都像没事一样了。很明显，他的情绪已经没有那么起伏了。

也是在2019年12月末，老夫妻俩做了一件浪漫的事——他们拉勾勾约定：如果谁先往生了，等到另一个人往生时，就要跟在阿弥陀佛的后面来迎接对方！

从舍不得到“不管它”

2018年在上海检查身体时，张老菩萨被查出了肺癌，医生说他的肺纤维化已经晚期，羸弱的身躯已是风雨飘摇，一场感冒都可能要了他的命。

老伴和女儿们决定不告诉他这个消息，以免造成心理上的负担。也没有让他经历化疗的痛苦，而是选择了中药疗法。在喝了一段时间汤药，经历了好转又复发后，索性就不管它，回到寺院安住。

回到寺院这一年的时间，张老菩萨并没有因为肺癌而过多地感到不适。

2020年1月2号，张老菩萨病危。

寺院赶快安排助念并联系了家属，为了等远在国外的二女儿，给他服用人参吊着一口

气，几天后他竟渐渐好起来了。助念团随即将临终助念转成了护理助念。

二女儿形容那段时间的父亲，仿佛是有两条变化的曲线，一条是对往生的信愿，对极乐世界的好乐之线不断攀升，而对世间其他事物、感情的牵挂之线则急速下降。

那段时间，张老菩萨的神志已经进入了时而清醒时而迷糊的状态，一天之中基本有20小时都是昏睡着。他已经骨瘦如柴，非常虚弱，只能一直卧床。但只要醒了，他就要念佛，虽然只能微弱地发出“陀”的音。

即使卧床也不耽误他拜佛，有时他会眼睛盯着佛像，双手不停地合十，坚持好长一段时间，有时候则是双脚在有规律地动作，让人好奇这么虚弱的老人是哪里来的力气。

有次二女儿出去散步，拍了寺院的风景回来跟他分享，这都是他从前感兴趣的事情，但父亲的反应却和从前大不一样了：

“爸，你看，这个大公鸡，在寺院里闲庭信步多有福报呀。”

“不管它。”

“你看这个雕塑是讲黄打铁的故事！”

“不管它。”他好像看不见。

“……那要不我们读会儿经吧？”

“好！”他眼睛一下又亮了。

女儿拿出经书，他伸出一只手扶着经书，双眼跟着女儿的手指一字一句移动，读得全心全意，心无旁骛，如饥似渴，完全看不出他其实只能看得字迹模糊，非常吃力！

当然了，除非证到业尽情空，娑婆世界的众生怎能断尽情执呢？

张老菩萨也出现过反复，有一次他突然激动起来，捶胸顿足地吵着要去见老伴。没办法，三女儿赶紧去把妈妈找来，他想让老伴在自己身边躺一躺，老伴说：“这里是寺院，男女众要分开的，躺在一起不如法。”于是张老菩萨便请她到对面的床上去坐，情绪也渐渐平稳了。此后再无这样的情况。

每天老伴都会去看他，并坦率地告诉他：“你可能会先走哦。”

他说：“先走就先走。”

那段时间他见了谁都没有表情，只对一种人态度不一样，就是出家人。只要是看见师父他就会开心地笑起来，或是高兴地抓着师父的手不放，或是不停地合十。

即使是他在神志不清，出现境界时，也全都是跟佛有关的。有一次，他在昏睡中恍惚听见孩子们谈论要去拜大佛，硬是要来了自己的手杖，要跟大家一起去。

没办法，孩子们搀着他在房间里绕了一圈，到了房间里的佛像前，哄他说大佛到了。他硬是坚持要自己拜下去，不让人扶，孩子们只好围在他身边时刻准备接住他。终于在他的境界中，自己真是拜了一次大佛，才满意地回到床上。

不得不说，这真是一个有福气有善根的修行人，助念期间，身边没有违缘，全是贵人：

妻子、女儿不谈感情，只谈往生，告诉他全家以后要在西方极乐世界再相聚，永远都是同参道友，永远在一起；

助念团的慧苑师父和义工们都非常专业，始终坚持一个目标就是护持张老菩萨顺利往生，和家属、护工密切沟通，及时调整，维持着张老菩萨的外缘清净无扰，不时地给他开示和鼓励，引导他一心向佛；师父还专门换了一个画面柔和、可以发声的阿弥陀佛圣像立式相架，这样就算没人助念的时候，张老菩萨也能听得见佛号，看得见佛；而疫情竟成了张老菩萨的助缘——外面没有送人进来助念，14个义工也没能回家，便一起轮流照顾了老人整整100天，并常常鼓励他：“老菩萨，你是最棒的，我把我所有的功德都回向给您上品上生”。

这期间，东林寺净土苑诸位师父多次为他开示，诸多发心的护工义工们，近100天的24小时昼夜轮班护理，令人赞叹；最好的是张老菩萨他擎住了这所有的善意，全盘接受。弥留之际，女儿们希望父亲不留遗憾：

“您还有什么想说的话吗？”

“没有。”

“您还有什么想做的事吗？”

“没有。”

“您还有什么想见的人吗？”

“没有。”

真是让一同经历此事的人都打心底里佩服！

4月6日，助念团的慧苑师父又一次来看望张老菩萨，那天他的精神非常好，眼睛里闪烁着光芒，笑得像个孩子，不停地对着师父合十。师父说，感觉时候差不多了。

4月8日，那天是准提菩萨圣诞日，下午近2点，张老菩萨在这个吉祥的日子安详往生，上午还一直双手合十不停拜佛，走时非常清醒，通身柔软。

留下舍利子 做个好榜样

那几天的天气也格外配合，张老菩萨往生那天阳光普照，助念了四天，遗体没有一点异味，身体还是软软的；荼毗法会当天又是艳阳高照，光明无限。看来只要诚心念佛，所有因缘果报都是法尔自然。

大家都对张老菩萨有信心，完全不担心他是否往生的问题，都在往品位上帮他使劲儿，回向他莲品上生。

荼毗前，慧苑师父预感会烧出舍利子，但他提醒大家也不要执着，每个人的业力不一样，所现的相也不同，不要拿舍利子来断定一个人往生与否，平常心对待就好。

大安大和尚得知张老菩萨往生的消息，亲自为他主持荼毗仪式，大和尚还为张老菩萨写了一个偈子：

八十余年游戏身，寿长命短总同尘。

泥牛耕罢回途处，劫外风光另有春。

果然，张老菩萨烧出了好多舍利子和舍利花，而且还有金色舍利和牙舍利！这在居士中可太少见了，让所有参与此事、听闻此事的人，都大大增强了信愿，太受鼓舞了！

面对张老菩萨的往生，牟老菩萨没有悲伤，而是为老伴实现了往生心愿感到欢喜。“这是顺理成章的事情，我们达成了目标，一直以来的愿望终于实现了。他也给我做了一个好榜样。”

犹记得张老菩萨病危的第三天，大安法师来为他开示：“你要给子女们做一个好榜样，给大家做一个好榜样。”

如今，他真的做了一个好榜样。

最后，我想截取张培根居士和牟守礼居士的遗嘱中的一段作为本文的结尾：

我牟守礼感恩培根几十年来照顾我，成就我念佛、学佛、读经书；庆幸我们都走上佛道，同修净土，同受三皈五戒、菩萨戒，成为同大和尚、同阿阇梨的戒兄弟。望培根能自己照顾好自己，努力精进念佛，同生西方净土，同成佛道，同度众生。

我张培根感恩守礼几十年相濡以沫的照顾，更加感恩守礼对我的帮助，提醒、推动我，给我力量让我走上学佛、念佛、求生净土的道路，这个恩情唯有以念佛往生、成佛度众生来报答了。

身资国土
藏识影像
本自无生
亦无有灭
因缘幻生
而有幻灭
出娑婆 生极乐
我所求 应庆贺！

张培根居士的舍利

弥勒菩萨圣诞日

Maitreya Bodhisattva's Sacred Birthday

正月初一 (01.02.22)

新加坡佛教居士林

The Singapore Buddhist Lodge

Photo: Jingming Pan (Unsplash)

至心信乐

文|妙行

“十方如来怜念众生，如母忆子。若子逃逝，虽忆何为？子若忆母，如母忆时，母子历生，不相违远。”每次读诵《大势至菩萨念佛圆通章》，当这几句话跳入眼帘时，内心不由自主生出一阵阵感动和触动。

回想起我20几岁时，有段时间母亲出国帮我哥哥去照顾小孩。有一天哥哥打来电话，说昨晚母亲做了一个恶梦，梦到我跌到一个深洞里，醒来后担心不已，赶紧让他打电话问问妹妹是否平安，有没有发生什么事。当时听了，整个人先是一惊，随即一股暖意涌上心头。那几日我确实遇到了一件纠结困扰的烦心事，晚上难以入眠，没想到远隔万里的母亲心灵竟然有所感应，原来真的是母女连心。放下电话，内心不由自责起来，平时只顾忙碌自已的事情，我对母亲的思念远远不及母亲对儿女深深的牵挂。

正因如此，读到大势至菩萨在楞严法会上，对与会大众以母子喻来形容阿弥陀佛对我们这些众生的怜悯和思念，就像慈母想念自已的亲生子女一样时，不由深有感触。阿弥陀佛无量劫以来都在惦念我们，一心一意想度脱我们，可是我们这些子女却只顾在三界之中游荡流浪，在魔乡里流连忘返，不但不想回家，甚至连老母亲是谁都忘得一干二净。

正因如此，佛特地让大势至菩萨宣说念佛法门，让我们这些流浪的游子知道，打开回家大门的钥匙就在我们手里，就是这一句南无阿弥陀佛。只要把握住这句佛号，全神贯注地念，清清楚楚的听，自念自听，时间久了自然至诚感通，同阿弥陀佛重新建立起联系，就好比失散多年，彼此思念的母与子重逢相聚。我等众生最终通过这句佛号，得到阿弥陀佛的大愿摄受，得生净土。

不少念佛人念了很长时间，却怎么也感受不到阿弥陀佛的慈悲摄受，更感觉不到阿弥陀

佛的无量光明，于是内心产生了动摇，开始怀疑，这么一句简单的佛号真的能带我到极乐世界吗？

当念佛人感受不到阿弥陀佛的慈悲摄受，接触不到阿弥陀佛的无量光明时，绝不是做母亲的出了问题，母亲的思念和盼望，千百劫以来没有一丝一毫的改变，真正的问题在我们自已身上，是我们自身的信愿出了问题。

原因很简单，就在于你没有真切信愿的去念佛。因为我们的内心里面一直在疑惑，根本放不下五尘六欲，舍不得财色名利，对身边的亲人眷属更是犹豫徘徊。这些深重的障碍令我们渐渐产生了怀疑，时间久了，开始怀疑阿弥陀佛是否真的能够将我们这些罪恶凡夫摄受到西方净土，甚至怀疑阿弥陀佛是否真实存在。

当一个念佛人心里出现了怀疑的阴影，就会三天打鱼，两天晒网，看上去好像嘴巴是在念佛，但满脑子里想的全是名闻利养这些事，究其原因就是对这个红尘世界迷恋不已，内心里边根本就不想求解脱。

净宗大德曾经用过一个比喻：当太阳普照大地的时候，一个双眼已盲的人是看不到阳光的。同理，当太阳放射出万道光芒的时候，一个人却把大木盆扣在头上，自然这束光就无法接触到他。当一个念佛人内心里边有了怀疑，阿弥陀佛的光芒虽然无量无边，甚至能穿透地狱，但在这个念佛人的身心上却产生不了直接的妙用，无法感应道交，自然也就无法靠这个大光明来拯救他。

净宗大德反复强调，只要具足信愿，散乱心念佛照样往生。可为什么很多净业同修念了大半辈子，临终时依然无法往生呢？就是因为这句佛号念得心口不一，根本不是信愿念佛，根本就不想出离。因为从内心里边他对这个世间有着强烈的贪恋和执著，明明知道三界就是一个粪坑，可就是像里面的蛆虫一样苟且偷生，迷惑颠倒，执迷不悟。

人心之复杂可怕，有如天气一般变化难测。我们生活的这个地球灾难一天比一天多，气候一年比一年坏，这两年众生共业所感，一场绵延不绝的疫情夺走了几百万人的性命，而且死亡人数还在每天增加。人心惶惶，最终不得不选择与病毒共存，将来的后果如何难以预料。

面对这个充满邪知邪见的末法时代，面对这个众生越来越不信因果的时代，面对这个被财色名利蒙蔽、知见颠倒、贪瞋痴慢疑五毒烦恼包围的时代，我们有没有想过，倘若来世真的有幸转生成人，面对的是怎样一个可怕的依报环境，更不要说堕入悲惨的畜生道和恐怖的地狱道了。所以静心观照一下我们生活的这个时代，静心自问一下自已是否还要在这个三界流转，一世又一世的轮回，永无出期。

这个世界真正就是一个火宅啊！打开新闻，你会看到人性越来沦丧，世人善念少作恶多，自然环境一天比一天恶化，战争、瘟疫、灾难比比皆是，这个地球变得如此可怕，为什么我们却依然漠然处之，依然提不起畏惧心、出离心去念佛呢？

可能是我们越来越依赖一部小小的手机，形影不离，难以自控，从早到晚被里边铺天盖地的信息干扰，生活毫无节制，全部身心被形形色色的游戏和让人眼花缭乱的小视频彻底包围淹没，浑浑噩噩，不知不觉中变成了手机的奴隶和工具。

一颗被手机掌控的心散乱而躁动，根本无法静下来读经，更不用说静心念佛了。所以，我们首先要学会改变我们自己，尝试从被手机控制的生活中走出来，学

> 应先以佈畏心念佛，为出苦第一妙法。也是随缘消业第一妙法。把死贴在额颅上，则道业自成。如果我们抱着一个“死”字念佛，便是摄心念佛的第一等最妙要诀，方为真念佛人。

会慎独，静下心来每天读读印光大师的论著。他老人家的教诲最贴近我们这些现代人，能够让我们破除无明，开发智慧，增长信心。当我们对净土法门开始产生信愿，真正想出离这个火宅时，这个时候再去念佛感受就截然不同了。

如果这样还是不能和佛号相应，做不到摄心念佛时，有一个办法，就是多去医院和老人院走一走。当我们看到那些形形色色的病人被疾病缠身、痛不欲生、苦苦挣扎、生不如死时，我们会明白生命有多脆弱、无常，这个时候我们就要扪心自问，每天感染新冠死亡的人数难道还不够触目惊心吗？那些在重病室苦苦挣扎、在生死之间等待的病患我们能视而不见吗？这就是这个世界的真实相，生老病死各种苦。倘若现在还不抓紧时间念佛，难道一定要等无常大限来临吗？难道真的要“死到临头”，才想回头是岸吗？

印光大师云:应先以佈畏心念佛，为出苦第一妙法，也是随缘消业第一妙法。把死贴在额颅上，则道业自成。如果我们抱着一个“死”字念佛，便是摄心念佛的第一等最妙要诀，方为真念佛人。

当我们念这句佛号时，同时还要站在一个凡夫的角度去想佛的大慈悲、大威力、大愿力，任何时候佛都是不舍任何一个众生的。我们跟佛之间的关系，就如母忆子、如子忆母，母子天性，相亲相念，带着这种思念和信愿去念，自然会感应道交。

阿弥陀佛这一句佛号是大医王，阿伽陀药，六字名号里面含摄著十二光如来广大功德在加持护佑着我们。只要坚持念，长时熏修，真信切愿地去念这一声声佛号，一定能得无上功德，一信之后，永不再疑。

我们虽然没有像古大德那样精进勇猛，但是可以给自已做一个定课，每天从几千佛号念起，慢慢增加，直到有一天能够达到万声佛号。不要小看这万声佛号，当我们净念相继、都摄六根，我们的心就在佛的法界；当我们用阿弥陀佛这句实相名号来熏习我们的阿赖耶识时，我们的心识田里就播下一颗颗净业种子；当我们佛号念得纯熟了，就会孕育出一朵灿烂美丽的莲花，西方三圣就会带着这朵莲花接引我们到极乐世界，得无上光明、无量寿命。

这个世界谁才是我们最终的依靠？唯有阿弥陀佛！！！

司空山记

文|西行

“山是一尊佛，佛是一座山”，那一年，84岁的赵朴初老人拄着拐杖站在店前河畔，遥看那尊被云雾缭绕着的山峰，发出如此感叹。少小离家去，老大始还乡，半世漂零，阅尽人生的千山万水，于是，在这位禅者的眼里，世上无一人不是佛，无一物不是佛。

前几天与Z君讨论“欢喜”二字。“欢喜”，是佛的至境，“发欢喜心”，是我们清净的心所生发的一种内在的欢愉，是一种不着一物的化境。Z君说，欢喜的最高境界是“烈士暮年，壮心不已”，或曰“不以物喜，不以己悲”。而我则以为，真正的“欢喜”乃是见这世上无一人不生欢喜，见这世上无一物不生欢喜。

只是我做不到，虽然70岁了，很多时候，我仍有怨，仍有恨，仍有嫉妒之心，只是不再骂人，不再为不相干之事与人去嚼口舌，去弄些无味的是非。

我并非第一次来司空山。那一年五月，我与同伴一起来潜岳一带采风，足迹几乎踏遍这一带所有的山峰。那时虽已不再年轻，却仍是踌躇满志。几乎是在一口气间就登上了司空山，站在山顶处那块巨石上，俯瞰远处的沧海桑田，忽然就觉得自己生命的卑微，觉得自己的渺小。

我知道，我所站立的地方，二祖慧可来过，诗人李白来过，一代一代的人来过，又去过。唯有这座山，亿万年来一直以它不变的姿态坐落在这里，看云卷云舒，看潮起潮落，却从来不说什么。

在那间二祖住过的石屋前，我看到一个一脸菜色的僧人在采摘茶叶，那该是最后一季茶了。而一年前，我曾在九华山的一座寺庙里见过他。他邀我进石屋歇息，喝茶，一整个下午，我们的所说，全是茶叶的话题。

不知道来过多少次司空山了。今年，已是第二次了吧。

岁末，随一群文人再次来到司空山下，却是历次司空山之行中时间最短的一次。大雾迷漫，细雨霏霏，坐在客堂里，喝了半杯茶，吃了一片水果，很快就出门了。大殿门口，年轻的女作家蹲在地上，面前是一只乖巧的小狗。女作家伸出她写过无数美妙文字的手，轻轻地抚摸着着小狗，小狗摇着尾巴，依偎在她的身旁，就像一个依偎着母亲的孩童。我站在那里，久久地看着他们，看着一人，一狗。狗是佛化的众生，女作家是众生所化之佛。我承认，目睹这一画面，我的心是充满欢喜的，乃至这被浓雾锁笼的司空山，以及山下的每一座房屋，每一棵花草，每一个人，无一不让人生发出无限的欢喜之心。

Photo: Alessio Soggetti (Unsplash)
Illustration: (51yuansu)

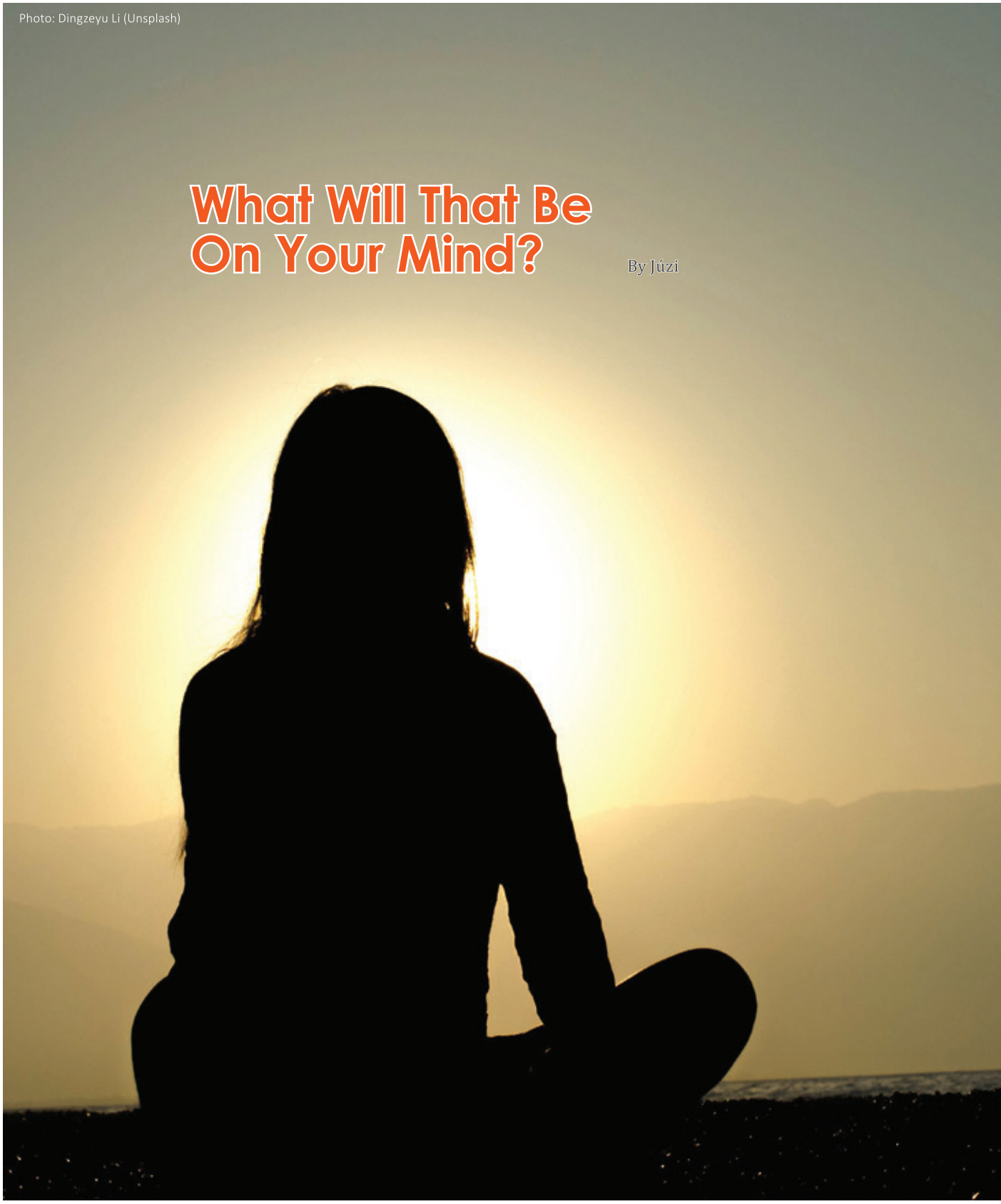


Photo: Dingzeyu Li (Unsplash)

What Will That Be On Your Mind?

By Júzi

What will your last thought be, right before your coming rebirth? With the natural workings of death-proximate karma, or rather, rebirth-proximate karma, the very nature of that thought will determine where you are reborn accordingly, for better or worse. Let us analyse the only four kinds of thought possible — the neutral, positive, negative and pure.

A neutral thought might be based on that little left of your breathing, if you were mindful of it, which might or might not give rise to positive qualities, such as calmness or clarity, depending on the skill of your practice. With substantial practice, this might lead to a better human or heavenly, yet still samsaric rebirth, if still not liberated.

However, dying and just post-death moments are the most difficult for being neutural, due to distraction from possible great pain of sickness, habitual attachment to the worldly, aversion to death, and deluded confusion of what is happening and coming. These negative thoughts can accordingly lead to rebirth in the lower realms.

For the same reasons, it is challenging for the average practitioner to focus upon a positive quality directly, such as loving-kindness, or to 'just watch' whatever is happening without being disturbed. Remember... you can only have one thought in the last thought moment. It is either 'this' or 'that', and dying is unrehearsable in this life.

What is the best subject to be mindful of then? This subject is the best as 'it' is most meritorious, connecting to whom there is powerful protective power of blessings, that uplifts the mind to calmness, clarity and bliss, that surpass that of all heavenly planes, while guiding to the best rebirth possible, where progress towards the complete liberation of Buddhahood is the swiftest.

What is this purity personified? A Buddha himself, who also stands for all Buddhas, due to them being interconnected — Amitābha Buddha (Āmituófó: 阿弥陀佛). Why not be wholeheartedly mindful of his name, with deep Faith and sincere Aspiration to reach his Pure Land? Why leave your last thought to 'random chance', complacence or over-confidence? Why jeopardise your rebirth? Is that not why you are still trapped here? Why not focus on practising mindfulness of Buddha now?

净土法门是怎样传承的（上）
The Lineage Of Pure Land Dharma-door (Part 1)

画|蒋丽 • 文|晓琳

在很久很久以前，大势至菩萨在他的导师超日月光佛座下修学念佛三昧，证到了等觉菩萨。在楞严法会上，大势至菩萨向在场的所有菩萨介绍了这个法门。因此，大势至菩萨被称为净土法门的法界初祖。

zài hěn jiǔ hěn jiǔ yǐ qián dà shì zhì pú sà zài tā de dǎo shī chāo rì yuè guāng fó zuò xià
xiū xué niàn fó sān mèi zhèng dào le děng jué pú sà zài léng yán fǎ huì shàng dà shì zhì pú sà xiàng zài
chǎng de suǒ yǒu pú sà jiè shào le zhè gè fǎ mén yīn cǐ dà shì zhì pú sà bèi chēng wéi jìng tǔ fǎ
mén de fǎ jiè chū zǔ

大势至菩萨告诉大众，阿弥陀佛和众生的关系就像母子，他
dà shì zhì pú sà gào su dà zhòng ā mí tuó fó hé zhòng shēng de guān xi jiù xiàng mǔ zǐ tā

老人家每天思念着我们，但我们却全然不知。阿弥陀佛犹如一个
lǎo rén jiā měi tiān sī niàn zhe wǒ men dàn wǒ men què quán rán bù zhī ā mí tuó fó yóu rú yī gè

慈爱的母亲，一直在召唤我们，等待我们这些在三界轮回的孩子
cí ài de mǔ qīn yī zhí zài zhào huàn wǒ men děng dài wǒ men zhè xiē zài sān jiè lún huí de hái zi

早日归来。而净土念佛法门就是通往回家的路。只要我们一心念
zǎo rì guī lái ér jìng tǔ niàn fó fǎ mén jiù shì tōng wǎng huí jiā de lù zhǐ yào wǒ men yī xīn niàn

佛，全神贯注地听自己念的佛号，至诚回向，绝对会得到阿弥陀佛
fó quán shén guàn zhù de tīng zì jǐ niàn de fó hào zhì chéng huí xiàng jué duì huì dé dào ā mí tuó fó

大威神力的加持，直达净土。
dà wēi shén lì de jiā chí zhí dá jìng tǔ

2500 年前，释迦世尊在古印度示现八相成道。在成佛之后，他宣说的第一部经典就是《华严经》。

2500 nián qián shì jiā shì zūn zài gǔ yìn dù shì xiàn bā xiàng chéng dào zài chéng fó zhī hòu tā xuān shuō de dì yī bù jīng diǎn jiù shì huá yán jīng

在华严法会的普光明大殿上，普慧菩萨向华严长子普贤菩
zài huá yán fǎ huì de pǔ guāng míng dà diàn shàng pǔ huì pú sà xiàng huá yán zhǎng zi pǔ xián pú
萨请教了两百个问题。普贤菩萨一问十答，分别演说了两千个法
sà qǐng jiào le liǎng bǎi gè wèn tí pǔ xián pú sà yī wèn shí dá fēn bié yǎn shuō le liǎng qiān gè fǎ
门，以不可思议的大神通大智慧，导引大众修学“十大愿王”，回向往
mén yǐ bù kě sī yì de dà shén tōng dà zhì huì dǎo yǐn dà zhòng xiū xué shí dà yuàn wáng huí xiàng wǎng
生西方极乐世界，证得佛果。
shēng xī fāng jí lè shì jiè zhèng dé fó guǒ

生 shēng 现 xiàn 求 qiú 示 shì 众 zhòng 大 dà 向 xiàng 也 yě 萨, sà 菩 pú 殊 shū 文 wén 萨 sà 菩 pú 大 dà 会 huì 上 shàng 的 de 另 lìng 一 yī 位 wèi 大 dà 乘 chéng 《大 dà
华 huá 严 yán 法 fǎ 佛 fó 涅 niè 槃 pán 后 hòu 600 600 年 nián 里, lǐ 佛 fó 法 fǎ 渐 jiàn 渐 jiàn 兴 xīng 盛。 shèng 学 xué 习 xí 写 xiě 了 le 佛。 fó
西 xī 方 fāng 极 jí 乐 lè 世 shì 界。 jiè 多, duō 但 dàn 中 zhōng 途 tú 退 tuì 下 xià 来 lái 的 de 人 rén 也 yě 很 hěn 多。 duō 马 mǎ 鸣 míng 菩 pú 萨 sà 于 yú 是 shì 竟 jìng 成 chéng
的 de 人 rén 越 yuè 来 lái 越 yuè 指 zhǐ 引 yǐn 学 xué 人 rén 求 qiú 生 shēng 净 jìng 土, tǔ 以 yǐ 保 bǎo 持 chí 菩 pú 提 tí 心 xīn 不 bù 退 tuì 而 ér 究 jiū
乘 chéng 起 qǐ 信 xìn 论》, lùn 大 dà 乘 chéng

《狮城潮音》征稿启事

CALL FOR ARTICLES

请投稿到 Submit your article to:

sccy@sbl.org.sg

《狮城潮音》是新加坡佛教居士林主办的佛学季刊。期刊内容以弘扬净土法门为主，传播正确的佛法知见，推动佛法生活化、时代化。

征稿范围: 本刊面向本土及海内外广大读者征稿。内容包括菩提路上、法海拾珍、生活中的佛法、寺院巡礼、游记、与居士林相关的故事、感悟人生、法语随笔、佛教轶事、佛学读后感、学佛心得及其他佛教相关题材。

征稿文体: 欢迎短小篇章。文学形式可以是散文、随笔、读后感、小说、诗词等。来稿尽量深入浅出，雅俗共赏；不宜太过学术化。

投稿须知: 中英文不限，文章字数以800至2000字为宜。

署名: 来稿可用笔名，但请注明撰稿者的姓名。图片请注明摄像者姓名，并附上个人详细联系方式（地址、邮编、邮箱、电话等），以便寄发样刊。

稿件要求原创，投稿人应确保稿件的合法性，并对稿件拥有版权，如果出现盗版、抄袭等侵权行为，文责自负。若配有图片等相关资料，请在邮件中一并提供，并附简要图片说明。

本刊编辑部有权删改所有来稿，请自行保留原文。稿件一经采用，本刊会付给作者相应的稿酬。来稿如果在两期季刊内没有收到录用通知，作者可自行处理。

诚请海内外高僧大德、学者专家、本林林友以及广大读者朋友，不吝赐稿。

《狮城潮音》编辑部

DharmaWave is a quarterly magazine published by the Singapore Buddhist Lodge (SBL). Its contents focus on promoting Pure Land Buddhism, and the sharing on living with the right Dharma in contemporary life.

Scope: DharmaWave is open to all for Buddhist-related submissions, such as Dharma reflections, Buddhist pilgrimages, anecdotes and experiences (related to SBL).

Style: Submissions can be in the form of essays, reflections, poems, etc. They should be in-depth, refined and elegant, but not overly academic.

Requisites: In English or Mandarin, between 800 to 2000 words.

Details: Pen names can be used, but for administrative purposes, full names with personal contact details (i.e. address, email and phone number) must be included.

The submissions must be original, with contributors ensuring personal ownership of the text and images (if any). Images provided should contain proper attribution to their original creators or sources. Contributors must bear full responsibility should there be any accusations of piracy, plagiarism, copyright infringements or any legal issues.

As the editorial team reserves the right to edit and select submissions, please personally retain your original materials. Once published, a corresponding fee will be paid. If copies are not accepted within two issues, contributors are free to decide what they want to do with their submissions.

We cordially invite both local and overseas Venerables, scholars, friends and readers to contribute.

DharmaWave Editorial Department

新加坡佛教居士林 • The Singapore Buddhist Lodge
17-19 Kim Yam Road Singapore 239329 • +65 6737 2630 • www.sbl.org.sg • sccy@sbl.org.sg

Photo: Daniel Álvaro (Unsplash)

丰子恺的诗化教育

文 | 何华

▲ 丰子恺《日月楼中日月长》，画上题曰："余闲居沪上日月楼，常与女一吟、子新枚共事读书译作。写其景遥寄星岛广洽上人，用代鱼雁云尔。"落款是：戊戌子恺。戊戌年是1958年，画面上三人皆穿灰色布衣，围桌读写，气氛祥和，桌子上一炉袅袅香火烟，更是平添意趣。

丰子恺先生非常重视子女的教育，他有六个孩子，又领养了甥女丰宁馨，七个子女以及第三代、第四代都很出色。其中有些孩子，小学教育没有去学堂，而是由丰先生亲自在家授课，类似私塾教育。

在所有的科目中，丰子恺特别重视诗化教育，从小培养孩子对古典诗词的兴趣，为他们打下了扎实的文学基础。从海豚出版社的上中下三册《子恺书信》可窥知一二。最小的女儿丰一吟一直和父母同住，没必要写信；幺子丰新枚1959年离开上海到天津读大学，1964年他从天津大学毕业后，回上海进修两年，1966年文革开始，丰子恺被批，新枚未能留在上海，被分配到石家庄，丰子恺给新枚的信当然就最多了。在给新枚的信中，几次提到马一浮的诗句："清和四月巴山路，定有行人忆六桥。"当时，马一浮在蜀，回忆杭州西湖，不用典，只白描，丰子恺称赞马一浮写得好。马一浮回杭州后住西湖蒋庄（六桥），1967年去世。丰子恺一再感慨"可惜迟死了一年"，1966年文革爆发，马一浮被逐出蒋庄，第二年死在城中陋屋内，若早死一年，落得干净。

在给幺儿的信中，经常玩诗歌集句游戏，"一"字起头的、"三"字开头的，等

等。丰子恺还摘抄一些有趣的故事给儿子看，譬如《两般秋雨盦随笔》里的一则：父给子五千金，让子去京应试，子不考，却寻花问柳，得病而归。父检其行囊，见诗稿有“比来一病轻于燕，扶上雕鞍马不知”之句，父大赞，曰：“足值五千金。”

丰子恺告诉新枚：“我近常默背古诗十九首，这无名氏作品，实在很好，可谓五言诗之鼻祖。”可能因为是私信，可以谈一些不便公开的观点，譬如：丰子恺认为苏词不够细腻，只能高喊“大江东去”。隔一天，他又写信给新枚修正自己的看法：“我前信批评苏东坡，说他只能高叫‘大江东去’，不宜描写细致景物。此言太过了。”虽然，做了纠正，但丰子恺对苏东坡可能还是抱有偏见。丰先生对杜甫也有不同看法，他对新枚写道：“来信提及《秋兴八首》，我嫌其太工巧，少有灵性表现。”这个观点，也会有争议，但有独特见解总比人云亦云好。

丰子恺也善于观察生活中的诗意，乡下的风是“橄榄风”，两头小，中间大，即晨夕小，中午大。丰先生写道：“‘橄榄风’，我对‘黄梅雨’，不很妥。唐云对‘芭蕉雨’，太文雅，非俗语。”看到剃头店的对联：“频来尽是弹冠客，此去应无搔首人。”丰子恺甚赞此联对得好，弹冠相庆是得意，搔首问天是失意，来的都是得意人，理完发，走出店，也没有一个失意人。

▲丰子恺漫画《西风梨枣山园》。

古诗词也常入丰子恺的漫画。1971年8月11日，他在给新枚的信中写道：“读辛稼轩词，发见一画‘西风梨枣山园’。可入‘敝帚’中，成六十四幅。”《敝帚自珍》，是丰子恺最后一本画集。辛弃疾《清平乐·检校山园书所见》下阕如下：“西风梨枣山园，儿童偷把长竿。莫遣旁人惊去，老夫静处闲看。”这几句词很有画面感，又有童趣，很适合丰画。

在给弟子潘文彦信里写道：“词这种文艺格式，世间只有中国人擅长。日本人模仿汉诗，但不解词。”词乃诗之变格，言情更为细致缠绵。丰子恺很喜欢《白香词谱笺》，书信里时有提到。清朝舒梦兰（字白香）辑《白香词谱》，流传极广，被称为“词学入门第一书”。后谢朝徵加以笺注，成《白香词谱笺》。丰子恺曰：“我近读《白香词谱》，爱其‘笺’。笺中有许多可爱的作品。”

潘文彦曾在文章里写道：“新枚的指导老师胡炳堃，毕业于复旦英语系，是我熟朋友。我常去他家玩，有一次，他对我说：‘你认识丰子恺先生，他的儿子丰新枚，现在在我那里学英语，成绩很好。特别是他的古诗词，我们老师中，没有一个及得上他。’”

丰家子女很幸运，有这样一个喜好诗词的父亲，并得其教化。

（补记：写完此稿没几天，惊悉丰子恺的幼女丰一吟于2021年12月11日在上海龙华医院因病辞世，享年92岁。根据丰一吟的遗愿，后事从简，不举行追悼会及告别仪式，遗体捐赠予复旦大学医科学院。）

Photo: Javier Allegue Barros (Unsplash)

万善同归 归于何处?

文 | 黄复彩

人死后去了哪里?

我们从哪里来，又将往哪里去? 这是数千年来，一直困扰着人们的一个问题。有人曾问圣人，人死后去了哪里? 圣人便回答说："未知生，焉知死? "为此，很多人认为，孔子也是不知道人死后究竟去了哪里。其实非也。在孔子看来，生是人道，死则是天道，我们可以知道的是，孔子又曾说过自己"五十而知天命"，可见，孔子是明白肉体的生命消亡之后的去向的，只是，一生致力于人道的孔子对很多问题的态度是"存而不论"，譬如死的问题，并非不知，只是知而不说。

却不过学生再三的询问，孔子只好对子贡说出了他的顾虑："我要说死者有知，恐怕孝子贤孙会过分厚葬，而妨害生者的生活；我要说死者无知，又恐怕不肖子孙丢弃亲人不加以安葬。"原来如此!

一天清晨，拄着拐杖在院子里踽踽独步的孔子忽然对子贡说："昨夜我梦见自己坐奠于厅堂两柱之间，看来我该去了。"没多久，孔子卧床不起，七日而终。可见孔子对死不仅有着非常清醒的认知，而且差不多是佛家所说的"预知时至"的。

孔子关于人死后有知无知的问答记载于《孔子家语》。由此看来，儒家与佛家关于人死后有知无知问题上的看法是大致相同的，只是，佛教对人死的论述更加

完备，更加明晰。根据佛教的三世因果论，六道轮回说，生命是一个无限循环的过程，没有开始，也没有终止。禅宗认为，生命是可以转化的，通过禅修，染污的生命可以转化为清净的生命，迷失的生命可以转化为觉悟的生命。但是，生命虽可转化，却很难从根本上解决出离生死的问题。而能从根本上迅捷解决生死问题的，唯净土一宗。

世出世间，善为诸法之本

佛教自汉代传入东土，至唐代达到鼎盛，并形成多种宗派。至宋，佛教走向衰微，而禅、净二宗在民间依然盛行。

禅、净二宗入门方便不同，用功方法各异：禅宗讲明心见性，立地成佛；净土宗则以深信切愿持佛名号，求生净土。禅宗主张通过自力达到心悟，即心成佛；净土宗则仗他力求生极乐，在净土修学证悟无生。由于当时一些学佛者不明两宗要旨及其本体上的一致性，故时有相互对立之势。针对这一现状，永明延寿大师（公元904—975年）遂作《万善同归集》，着重强调悟与修的统一，即后来人们所说的禅净双修。永明延寿大师说："万法惟心，应须广行诸度，不可守愚空坐，以滞真修。"大师的这一论点对于禅、净二宗的无二本体和二宗不同的修行方法阐述得更加明确，从而使禅净二宗都得到很大的发展。

永明延寿大师的这一理论在其后不仅得到净土宗学人的广泛支持，同时又得到天衣义怀、慧林宗本诸禅师的共鸣，并在元、明以后，一直盛行于教界，遂形成我国佛教禅净双修的一大特色。

针对部分禅宗学人对"即心是佛，何须外求"，"不思善，不思恶"的片面理解，即认为可以不假修持，即可得到圆满解脱一说，永明延寿明确指出，禅者于期见性成佛之同时，亦应广行众善。对于一个自觉的生命来说，其性是内在的本觉，必须外仗善缘，方能助开觉智，得到证悟，任何宗门中人，绝对没有不假修行而得菩提正觉之理。

《万善同归集》中，大师引用了《华严经》中解脱长者与善财之间的一场对话："解脱长者告善财言：我若欲见安乐世界阿弥陀佛，随意即见，乃至所见十方诸佛，皆由自心。善男子，当知菩萨修诸佛法，净诸佛刹，积习妙行。调伏众生，发大誓愿。如是一切，悉由自心。"大师进一步解释说："是故善男子，应以善法扶助自心，应以法水润泽自心，应于境界净治自心，应以精进坚固自心，应以智能明利自心，应以佛自在开发自心，应以佛平等广大自心，应以佛十力照察自心。"于是知道，解脱长者之所以能随意见到阿弥陀佛，是有条件的，是必须仰仗诸多外缘的，而其中，善法是第一外缘，是自心见佛的根本。

值得注意的是，永明延寿大师在后来所作的《四料简》中又说："是有禅有净土，犹如戴角虎，现世为人师，来生作佛祖。无禅有净土，万修万人去，但得见弥陀，何愁不开悟。有禅无净土，十人九蹉路，阴境若现前，瞥尔随他去。无禅无净土，铁床并铜柱，万劫与千生，没个人依怙。"是对净土宗念佛法门的特别强调。

宋以后，佛教衰微，人心浮泛，即使宗门之中，也不乏轻视戒律而自以为彻悟本性者。因此，永明延寿大师还特别指出，万善之本即"戒"，"戒为万善之基，出必由户。若无此戒，诸善功德皆不得生"。

佛家讲的“五戒十善”，是引人向善；儒家讲的“五伦五常四维八德”，也是引人向善。这里所说的善，范围极广，具体说来，有如下两种：

一、种树园林，造井厕桥梁，平治坑堑，开通道路，造立船筏，兴置桥梁，建造亭台，敬养父母，承事尊贤等，属于世间善。

二、于三宝中恭敬供养；深信正法，勤行六度；读诵大乘，行道礼拜；宝炬、酥灯续命供佛；散华供养，以华献佛；烧香涂香，悬幡塔庙，庄严佛事。凡此种种，为出世间善。

《万善同归集》中引用大量经典，来说明兴举不同的善业，则能获得不同的福报。如《法句经》云：“履行仁慈，博爱济众，有十一誉。福常随身，卧安觉安，不见恶梦，天护人爱，不毒不兵，水火不丧，在所得利，死升梵天。”

《毗沙论》云：“若修慈者，火不能烧，刀不能伤，毒不能害，水不能漂，他不能杀。所以然者，慈心定是不害法故。有大威势诸天拥护，害不能害。”

《丈夫论》云：“悲心施一人，功德如大地。为己施一切，得报如芥子。救一厄难人，胜余一切施。众星虽有光，不如一月明。”

《华严经》云：“菩萨乃至施与畜生之食，一抟一粒咸作是愿，当令此等舍畜生道，利益安乐，究竟解脱，永度苦海，永灭苦受，永除苦蕴，永断苦觉、苦聚、苦行、苦因、苦本，及诸苦处，愿彼众生皆得舍离。”

佛所说法，无一不是针对众生的根性，凡此种种善业所获得的人天福报，不仅是芸芸众生所希望的，所追求的，也是历代统治者之所思，之所愿。正如南朝宋大臣何尚之在回答宋文帝时所言：“百家之乡，十人持五戒，则十人淳谨。”百户小镇，倘有十人学佛持戒，此十人就足能化导民风民俗。同理，“千室之邑，百人持十善，则百人和睦”，倘千户小城，有百人修十善，则化导的人就更多。如果人人都能断恶向善，帝王乃至地方官吏，都可以垂拱坐致太平矣！这段话说明，“诸恶莫做，众善奉行”，断贪瞋痴慢，是为万善之本。也是一切统治者治国平天下的重要方法。

Photo: Vikas Gurjar (Unsplash)

综上所述，佛教不仅教人行善及行善之法，而且告诉人们，行善固然能得人天福报，但那不过是一刹那的享乐，待福乐享尽，重归轮回，只在须臾之间。结论是：一切求人天福报者，都将是“似箭射空，如人入暗”，等待我们的，仍是一个苦不堪言的秽土世界。

人天福报，究竟能给我们带来什么

在此苦不堪言的五浊恶世，在这五蕴八苦的娑婆世界，连大观园里的林黛玉都要发出“一年三百六十日，风刀霜剑严相逼”的慨叹，更何况生活在下层社会的普通民众，油盐柴米、职位、升迁、爱、恨、情、仇、财富的积累、人与人的攀比等等，往往会让人们迷失自己，迷失于自己的追求，不知道自己究竟为什么活着，总是处在一种茫然和迷惑中。或问，福在哪里？或者真的获得了所谓“人天福报”又将如何？试举一例：

昔目犍连有一俗家弟子耆婆，此人在人世间时医术高明，曾经为比丘治病，对三宝尤其恭敬。此人死后得生三十三天，得享无尽妙乐。但无尽妙乐却并没有带给他究竟的解脱。据说那一天目犍连前去三十三天看望他，并打算再给他说些佛法，没想到此人见到昔日的恩师再也没有过去的恭敬，不过是向恩师竖了竖指头，就算是礼拜了。他急着要去的，是又一个妙乐场。如此一个世间善者，一旦进入三十三天，获得天福，便立即纵情于妙乐之中，等待他的又将是什么呢？是又一个轮回的到来。

我们正处在一个复杂而多变的社会中，“朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还”，早上离开长江上游的白帝城，下午就到了千里之外的下游江陵了。这是诗人李白的想象，也是诗人李白惯常的夸张手法。这似乎并不可能的现实，时至今日，得以实现了。从成都机场坐飞机到上海，最多不过两小时吧，从我居住的城市坐高铁到北京，不会超过五个小时。

我们正处在一个高速发展的时代，现代化的进程，让我们居住的城市越来越大，越来越繁华，香车宝马，灯红酒绿，已不再只是文学的描述，佛经中所描绘的三十三天已再现人间，如此种种，难道不是人们曾经幻想、曾经追求的“人天福报”吗？但是，令人费解的是，人们的幸福感并未因此增加，相反，我们似乎总是处在不快乐中，这是为什么？

打开网络，一些负面新闻总是不断地冲击着我们的视觉神经，考验着我们的心理承受力。比之那个吃糠咽菜的时代，我们的冰柜中存放着太多的食物，太多的营养品，但是，“三高”（高血压、高血糖、高血脂）正威胁着越来越多人

的健康，减肥成为无数职场男女的关键词。在道德伦丧的时代，人们每天都在吃毒，每天又都在制造着毒。有人预测，未来十年，癌症会像感冒一样普遍。诺贝尔文学奖获得者莫言大胆预言：人类的好日子已经不多了。

万善同归，归于净土

“假如生活欺骗了你，不要悲伤，不要心急！相信吧，快乐的日子将会来临！”俄国诗人普希金那所谓快乐日子真的会来到吗？不知道。总之，我们像诗人一样幻想着、希冀着，但生活却总是一次次欺骗着我们，那所谓的“人天福报”却总是让我们一次次落入无尽的轮回，从而在苦难的秽土世界熬过一世又一世。

诗人希冀的，究竟是怎样的一种生活？诗人所呼唤的“快乐的日子”究竟是怎样的感受？诗人不知道，我们也不知道。但是，佛知道，且告诉了我们，那就是：西方极乐世界。

万善同归，归于何处？答案是：归于净土。

《万善同归集》中，永明延寿大师引经据典，对西方极乐世界的种种乐，种种益进行了逐一介绍，其中最详细的是《群疑论》中所云西方净土有三十种益：一受用清净佛土益，二得大法乐益，三亲近佛寿益，四游历十方供佛益，五于诸佛所闻授记益，六福慧资粮疾得圆满益，七速证无上正等菩提益，八诸大人等同集一会益，九常无退转益，十无量行愿念念增进益，十一鹦鹉舍利宣扬法音益，十二清风动树如众乐益，十三摩尼水漩宣说苦空益，十四诸乐音声奏众妙音益，十五四十八愿永绝三途益，十六真金身色益，十七形无丑陋益，十八具足五通益，十九常住定聚益，二十无诸不善益，二十一寿命长远益，二十二衣食自然益，二十三唯受众乐益，二十四三十二相益，二十五无实女人益，二十六无有小乘益，二十七离于八难益，二十八得三法忍益，二十九身有常光益，三十得那罗延身益。

> 而生死未了，福愈大，则业愈大，再一来生，难免堕于地狱、饿鬼、畜生之三恶道中。若欲再复人身，再遇净土即生了脱之法门，难如登天矣。

永明延寿大师不但撰述文字阐述西方极乐世界是根本的乐，最终的益，自己更是身体力行，据《佛祖统纪》卷二十六说，永明延寿大师“日课一百八事，未尝暂废。学者参问，指心为宗，以悟为则，日暮往列峰行道念佛，旁人闻螺贝天乐之声”。故后人尊大师为净土宗第六代祖师。

通往净土世界的道路并非一帆风顺，毫无险阻，对于生活在这秽土世界的我们，最大的“妖怪”是那所谓“人天福报”的种种迷人的假相。故净宗第十三祖印光大师特别警告我们说：“凡诵经、持咒、礼拜、忏悔，及救灾、济贫，种种慈善功德，皆须回向往生西方。切不可求来生人天福报，一有此心，便无往生之分。”印光大师并指出：“而生死未了，福愈大，则业愈大，再一来生，难免堕于地狱、饿鬼、畜生之三恶道中。若欲再复人身，再遇净土即生了脱之法门，难如登天矣。”

净土世界并不遥远，西方极乐就在眼前。信愿念佛，万善同归，归于净土——这才是我们，一个佛弟子的真正追求！

本林近期佛法

公开讲座直播

YOUTUBE 'LIVE' DHARMA TALKS

主讲: 延续法师

日期 Date: **11.03.22 – 07.05.22**

时间 Time: **7:30 pm – 9:30 pm**

YouTube Link: www.tiny.cc/sbllive

《观经四帖疏》

每周五 Every Friday

03月11日	《观经四帖疏》	第51讲
03月18日	《观经四帖疏》	第52讲
03月25日	《观经四帖疏》	第53讲
04月01日	《观经四帖疏》	第54讲
04月08日	讨论课 (1)	
04月15日	《观经四帖疏》	第55讲
04月22日	《观经四帖疏》	第56讲
04月29日	《观经四帖疏》	第57讲
05月06日	《观经四帖疏》	第58讲

净土教理

每周六 Every Saturday

03月12日	八祖莲池大师 (1)
03月19日	八祖莲池大师 (2)
03月26日	八祖莲池大师 (3)
04月02日	九祖蕅益大师 (1)
04月09日	九祖蕅益大师 (2)
04月16日	九祖蕅益大师 (3)
04月23日	讨论课 (1)
04月30日	十祖行策大师
05月07日	十一祖省庵大师 (1)

精进佛三

THREE-DAY AMITUOFO MINDFULNESS RETREAT

日期 Date: **04.03.22 – 06.03.22**

时间 Time: **9:00 am – 6:00 pm**

法师开示 Venerable's Dharma Talk: **3:30 pm**

• 请自备海青缦衣 Please bring lay robe and/or Dharma robe • 自愿受持八关斋戒 Voluntary taking of Eight Precepts

Image: (Freepik)

新加坡佛教居士林

The Singapore Buddhist Lodge

自己是什么根性 自己心里要有数

文 | 觉民

Photo: Tara Winstead (Pexels)

我喜欢养金鱼。

刚毕业，捧的是铁饭碗，一周才四节课，闲疯了，就染上了这个嗜好。从一个小玻璃缸开始，一点点升级。后来到处奔波，可无论单身时候住出租屋，还是自己有了房子，都要想方设法养几条鱼。

养鱼的乐趣，自然是赏鱼，这是表面上的。背后还有一层乐趣就是“折腾”，折腾什么呢？过滤、充氧、灯光、加温……各式各样的器材，都是为了给鱼儿成就一个让它们生活得舒适的环境。对于一个生命体，尤其是和哺乳动物不同的水生动物，营造一个适宜生存和繁衍的小环境，这是一个复杂的系统工程，考验的不仅是耐心和细心，还要有包容心，要放下自我，学会像一条鱼一样思考，这就和养猫养狗不一样了。所以说，一样的养宠物，养鱼有时候会显得复杂了一些。那些玩草缸、养海水鱼的玩家，更是要投入很多精力和金钱。你想象一下，在大西北，腾一间房子，养一大缸海水鱼，屋里屋外那种对比，很有些奇幻的感觉吧。年轻时，我也很羡慕那种玩法，很有一种人定胜天的自豪感。只是那种纯粹人造的生态系统很脆弱，维持其运作成本很高，稍有差池，就会团灭，对于养鱼的人来说，那就是一场噩梦。电视剧《三十而已》中那个“陈养鱼”就是因为丈母娘为省钱断了鱼缸的电，一缸鱼团灭，一步一步走向离婚的。

去年回到乡下，老岳父帮我找了一口大水缸，放在小院里。我又鼓捣了一套简单的沼泽过滤系统，经过一段时间的运作，现在已经达到了生态平衡状态，鱼、水生植物与微生物之间良性互动，除了喂食和续水，基本上不用操什么心。入夏后雨水多了，连续水都省了。

> 极乐世界的特质有两点非常重要：第一是没有三恶道之缘，第二是不退转。单就这两点，就是成就最终解脱的两大利器。

养花也是一样，在农村小院里地栽露养，就是比城里阳台上盆栽好养。阳光照耀、空气流通、雨水滋润，这些植物必需的生存条件，大自然中是天然具备的。即就是说到人，也是一方水土养一方人。这个“养”，一方面是“培养”，不同地域上的人，由于环境的不同、生存方式不同、地理气候不同，导致思想观念和文化性格特征也不同。另一方面是“滋养”，合适的水土环境对人身体的影响是正面的。华人的文化基因中有安土重迁的一面，从养生的角度来说，是有道理的。

我是土生土长的西北人，西北地界空气干燥，好不好的先不论，身体是适应了，估计五脏六腑的运行机制也是根据这种环境来设定的。前些年在九江，冬天阴冷潮湿，夏天闷热溽潮，在湿、寒、热、蒸的轮番折磨下，身体出了许多问题。看我时不时病殃殃的样子，当地的朋友就给我支招怎么适应南方山里的生活，什么用电热毯烘、电吹风扫，后来用了除湿机，虽然室内环境改善了，可一出门还是到处湿答答的，整个人都快发霉了。有懂医术的就告诉我应该怎么食疗，怎么药疗，我自己心里知道，回到西北，啥疗都不疗，这些毛病就都没了。

天南地北的，你说哪儿好？各有各的好。站在个体养生的角度，每个机体都有自己的特点，阴阳、寒热、燥湿各有不同，尽量避开容易让自己生病的自然环境，保养身体的难度才会小很多。

说到这儿，我就想到佛教圈里那些发愿“生生世世在娑婆世界度众生”的人，自己是什么根性，心里没有点数吗？一般来说，发这种愿的人，要么是对极乐世界的特质还不了解，要么是对自己凡夫的特质还不了解。当然，也有可能是对两方面的特质都不了解。

极乐世界的特质有两点非常重要：第一是没有三恶道之缘，第二是不退转。单就这两点，就是成就最终解脱的两大利器。

至于自己的特质，从觉悟与解脱的角度来而言，可以说，到现在还背着张人皮在三界混的人，都是诸佛菩萨N多劫来慈悲救拔剩下的“渣渣”，是最难度化解脱的那一批人。与其在这个世界按下葫芦浮起瓢，手忙脚乱，进一退二地折腾，还不如求生极乐，走上一条从光明走向光明的大道呢？难怪古德曾经一针见血地点出，心慕佛道却不求生西方的人是“非愚即狂”。

养鱼、种花、养生都是一个道理，修行解脱也是一理，选择合适的环境，借助外缘的帮助事半功倍，否则跟自己较劲，辛辛苦苦有了点消息，却一不小心就被阎王爷给断了电。

如何解救我们被“卡壳”的人生

文 | 融明

Photo: Aron Visuals (Pexels)

喜欢追寻生命的意义，在初始时是非常强大的动力，促发对生命的思考，对未知的求索。如果没有这一个引子，人生会陷入得过且过的麻木，失去灵知灵觉的显发。渐渐走过这一重，凡事思考意义，一直求索未知，会成为继续深入的障碍，甚至是最大的障碍。

众生都在“看山是山、看水是水”的第一层本能中活着，当生命中有一种“看山不是山，看水不是水”的疑情与思考出现，应该立刻跟随它，尽一切努力，去寻找“为何山不是山，水不是水”的答案。思考与求知将为我们掀开本能的面纱，袒露一些从前未及之境，获得一些原来如此的惊喜。

可是，如果一直沉陷于思辨与求索中，不仅会失去第一层“看山是山，看水是水”的俗常快乐，亦根本无法再上一层。有人卡在“山不是山、水不是水”的尴尬与兜转中，有一种上不得、下不去，悬在半空的失重与分裂。有人反将思辨与求索视作本来，彻底蒙住了“智慧”的眼睛。

此时，唯有放下一切的思考，一切的意义，一切的求索，觉知“无意义”才是“意义”，领悟当下就是永恒，看一朵花，就是一朵花，它不代表什么；赏一朵流云，就是一朵流云，它不向哪里去。如此大概，才能走向“看山还是山、看水仍是水”的第三层，融入浑然天成、法尔如是的世界。好似绕了一大圈，又回来了，但此时的“看山是山、看水是水”，却是彻底的打开、无限的容纳，站稳脚跟的踏实，滴流入海的无垠。此为离一切名、离一切相、离一切义、离一切种子习气。

可要真正进入这一层，对于一个彻底依靠着名、相、义、种子习气生存的凡夫来说，实在太难太难，难于上青天。连上到第二层也不曾想过的人，不知其难倒也罢了，但在第二层的人，实在辛苦无奈可怜，只因这样一卡，不知卡了多少劫。从第一层，辛辛苦苦爬到第二层，一经生死迷局，又被打入第一层。想必我们千生万世，都是如此过来，每当从茫茫业海中，碰到那一只刚好可供脑袋冒出的木板口，得以喘息，赶紧向上一层，可又卡在第二层一直卡到死，生死一浪打来，又沉了底。

为何佛陀千经万论同宣净土，历代祖师苦口婆心勤劝念佛。念佛的奥秘，愈修愈喜，愈修愈深，愈修愈能体悟，唯念佛才能帮助我们一念跨越，念念脱困。当一念名号单提，就是无思无虑，就是念念无为，念念清净，念念与佛心链接，就是离一切名、离一切相、离一切义、离一切种子习气。

其实念佛最大的利益，并非于第二层向第三层的攀登，而是将三层的统一，三层的总持。不论身在哪一层，凡肯念佛，就一网打尽，悉引净土，悉使成佛。所以历代祖师异口同声，凡真知念佛好处者，无有不念的。

成就千古虚名 错失解脱大利

文 | 笑然

慧远大师和陶渊明是忘年交，陶渊明脚跛，常乘坐竹辇去东林寺拜见大师，二人常常宴坐倾谈。慧远大师欣赏陶渊明欣赏到什么程度？一力邀请陶渊明加入白莲社，因陶公好酒不舍，大师甚至还特许他可以饮酒。

这与玄奘大师度弟子窥基如出一辙，窥基贪恋红尘，要他出家得随带一车酒，一车肉，一车美女，玄奘大师竟然点头应许，于是窥基带着三辆装满酒肉美女的马车浩浩荡荡前来出家，到了寺院门口，钟声一响，窥基立时宿世缘醒，红尘梦断，挥手令三车离开，步入空门，成就一代大师。

可惜陶渊明没有窥基法师的经世深修，他终究还是不肯加入白莲社，只愿留在世间做一逍遥散人，却不知此间一点小逍遥怎比得出世大逍遥。最终虽成就了世间千古虚名，却错失了解脱大利。不知陶渊明知晓与否，慧远大师对他的厚爱却是另一个人求也求不来的，那个人的文名绝不亚于陶，甚至在当时文章书法的声名高超于他，那就是山水诗人谢灵运，宋文帝称他的文章和墨迹为二宝，谢公自负：天下才共一石，曹子建独得八斗，我得一斗，自古及今共分一斗。那时的陶渊明，只怕是入不了他的眼的。

《白莲社图》，绢本设色，纵92厘米，横53.8厘米，南京博物院藏

可是这样的谢灵运想要加入白莲社，却被慧远大师婉拒，理由是谢灵运“面与身戾”，“无令终（善终）之相”，劝他“多行阴德，戒饬三年”（持戒修德三年），可惜这位自负的诗人没能听进去如此忠言，还反驳道：“学道在心，安于貌焉”？

谢灵运最后的结局果如慧远大师所言，无令终之相，49岁便因谋反罪被斩首。现在想来，他27岁一见慧远大师，就倾慕佩服之极，随学其后，屡屡赋诗赞叹，但那份倾佩到底有几分真诚？只怕慧远大师早已一眼堪破，将大德箴言置之脑后，一意撷取苦果自食，连慧远大师这样的高僧也只能徒叹奈何！

从慧远大师对陶渊明和谢灵运加入白莲社迥异的态度来看，一个人是否堪为法器，与此人心性优劣，能否远名利淡世情大为相关，其他都可不论。这对我们当今自诩修行的人来说，亦为警钟。虽然此二公得遇大善知识，却仍因各自因缘未能得度，不知各自沦落于何时何境，但以远公那样的慈悲，以及与他们之间的深因厚缘，又怎会放开救拔他们于苦海中的手呢？

抬头处是艳阳

文 | 六六

Photo: Kaique Rocha (Pexels)

我们常说，健康是1，家庭、事业、财富、爱情……都是跟在健康后面的0。没有那个1，再多的零都无意义。什么是健康？健为身形，我们形容一个人肌肉发达，叫健硕，形容一个人步履敏捷，叫“健步如飞”；康为心态，康乐，康宁都是形容心态豁达，心平气和。所以，一个健康的人，是指身心调和，内外均衡。现代社会，与“健”相关的病，越来越好治。比如说关节置换，器官移植，甚至在不久的将来，癌症都会从绝症逐渐演变成像高血压高血脂这样的慢性病。而与“康”相关的病，无论中西医，都束手无策，我们很难让一位患者通过置换大脑进而不焦虑，很难让患者服一剂药进而心情舒畅。

今天有朋友来家，跟我谈他一度非常抑郁。我对他这样的成功人士——家庭幸福，孩子上进，事业有成，收入颇丰——这样的人都焦虑，我想知道出了什么问题。

他说现已年过半百，退休尚早，但巅峰已逝，还没找到新人生目标，常有失落感，疫情这样反复了两年，经济全球性衰退，有第一次世界大战时的前奏，越发惶恐。问我怎么解决眼前这些即将爆发的危机？他看我天天乐乐呵呵，没心没肺，想知道我把我对社会的思考产生的人类焦虑置放在哪？

我大笑。我说，我有几个原则，处理好了基本没烦恼——管好自己的事，不管

老天的事，尽力帮眼前人成事，做一些社会的事，不给子女找事，如此，人生就很舒适。人有时候愤怒焦虑，主要是操了不该自己操的心。心有不甘，力有不逮。解决这样的冲突只有两个途径——要么把心放低，要么把能力提升。若长期困扰，说明你既不放过自己，也不善待他人。

人的生命状态是动态波动的，不同时期对自己的目标及要求都不同。我说个眼前的人，篮球明星科比•布莱恩特。他在年轻时候立志要超过偶像乔丹，用近乎百分百努力去对抗乔丹的天才。最终他在美国75年篮球史里被排名第八。以他的心高气傲，要是活到今天，一定对这个结果不满意。但他要不是立志高远且持之以恒，他根本达不到今天的高位。跟随他职业生涯20年的医生评价科比，身体条件在篮球运动员中不算拔尖，他全靠努力走向卓越。有多少天赋异禀的篮球明星绚烂一刻而后坠落，烂赌、烂交、吸毒……发大誓愿立高志向者，一定不会默默无闻。科比在他年轻的时候只有一个愿念就是赢。他把输赢看得无比之重，以至于败后苛责自己、苛责队友，为的是下一次再遇对手一定要赢。凭这一股劲他当湖人队头领后又拿三个总冠军。但2013年4月的一场比赛中，他跟腱断裂，这对职业运动员而言就是生涯结束。他首次当众流泪。那之后的三年，因伤所限，他场上发挥不如从前，再失败，他会坦然一笑，放过自己也原谅队友，每次下场前，不再对比分耿耿于怀，却微笑致意观众，感谢球迷多年陪伴。伤病三年后退役，四年后因飞机坠落离世——人生就是这样。没有谁永在巅峰，哪怕比尔盖茨、巴菲特这样的常年首富，已经在70亿人之上，依旧会有一天被贝索斯马斯克超越。这就是历史，这就是进程。

唐代宰相房玄龄，一人之下万人之上，写《羊祜传》的时候有一句话，“人生不如意事十之八九”，这句话后被辛弃疾在词赋中借用，而当代台湾作家林清玄亦借用这一句，“人生不如意事十有八九”，后加“常想一二”，看淡人生的不如意，欣慰那些光明。你们瞧，古圣先贤、名人志士都有这样的感慨，你我这样的庸常，希望一帆风顺平地起，“无病无灾到公卿”，这就是奢望了。

> ‘人生不如意事十有八九’，后加‘常想一二’，看淡人生的不如意，欣慰那些光明。

我们来尘世一遭，古人早就告诉我们，30年河东，30年河西，意思是好日子也过得，歹日子也承受。内外环境高低起伏，修的却只有一件事：平常心——就是健康的“康”。很多人，健尤在，康已去。眼睛里只有眼前的困局，却看不见周遭好多人生而有疾，或者境遇不如自己，更看不见转角处就是转运。眼里只有一个“我”字，便放弃了“我”以外的大圈圈。父母子女、同事朋友，体会不到关爱便都是关隘。

关是自己闭的，开也要自己开。我们改变不了疫情，改变不了他人，唯有求诸于己。求己也不能奢求，基于现实的调整，有余力则提高，无余力则满足。所以时时刻刻立足当下，时时称心如意，就是修为。

“一阴一阳之谓道”。当你站在阴影之下的时候，抬头一看，便是艳阳。

Photo: Vije Vijendranath (Unsplash)

浅谈我学中医与持素的缘起

文 | 林有福

▲林有福医师

20多年前，我参加了一次野餐营。活动结束后，腰部忽然感觉到阵阵刺痛，回家后躺在床上休息依然没有好转，后来到医院做超声波扫描发现是肾结石，之后经过一系列的检查和治疗，最后通过激光碎石疗法和手术才化解。

在我没有做结石手术前，曾经到中华医院去检查，在那里遇到了一位资深的中医师，与他交流时，听他谈起中医对患者身体的辨证和论治，引起了我对中医的兴趣。之后我就报读了中医学院，学习内科与针灸专业。

毕业以后我留在了中华医院，做为一名义务中医师一直为大众服务。因为那次肾结石手术，在加上学习中医理论，所以我一直非常注重个人身体的健康，从起居饮食等方面都逐步发生了改变。

“病从口入”。对现在人来说，很多疾病都是源于长期食用

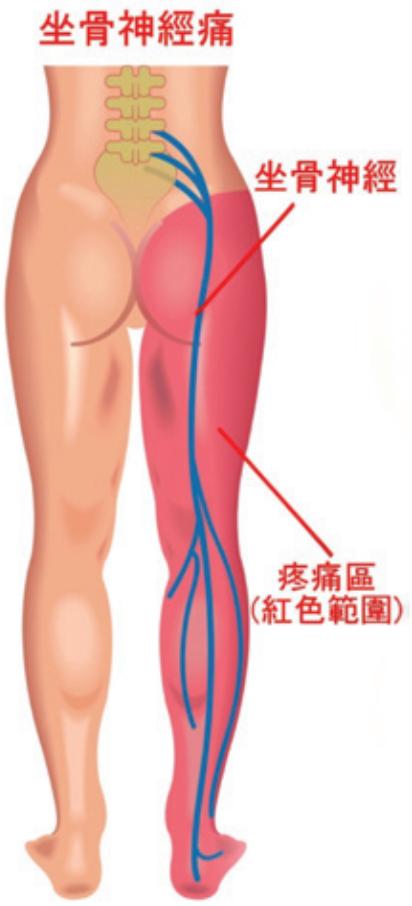
各种不健康的饮食。现在我们餐桌上常见的鸡肉、猪肉等，都是常年服用各种激素和添加剂快速成长的，因此这些肉类也成为了病源体。正因如此，多年前我便开始食素，逐步成为一名全素者，整个人身心焕然一新。

从中医的膳食文化来说，吃全素的人平时要多食用含有青白黄红黑五种颜色的食物，对我们来说最好的食物就是五谷杂粮和新鲜的蔬菜水果。所以我平时基本以糙米为主食，搭配一些豆类、红薯、山药等来均衡饮食，同时我也会服用维他命B12和维他命D来帮助身体补充微量元素。

佛教的基本教义是慈悲平等，五戒里第一条就提倡不杀生，从三世因果的规律来说，不杀生可以避免生生世世冤冤相报，永无了期，同样食素可以滋养我们的慈悲心，所以素食在佛教传统上，一直占有非常重要的位置。

已经往生的老林长李木源说过：居士林附近有很多组屋区，像乌桥头、红山和中峇鲁，其中不少病患是贫苦长者。居士林做为一个慈善组织，除了每天为大家提供免费素食外，同样也要关怀这些病患者，以成本价格给他们看诊治病，这样才是真正体现佛教的大悲心。

我是1999年8月8日加入居士林中医义诊所，多年来，诊断的病患来自社会各个阶层。很多患者都是没有收入或者低薪的长者，生活大部分都要依靠子女，这里面也是极少数是经济富裕的病人，对于我们的治疗与服务，这些患者都给予了充分的肯定和赞扬。



通过多年的诊断和治疗，我发现本地大多数病患者都属于“痹证”。现代医学称之后为坐骨神经痛，中医称之为“腰腿痛”，这些都属于“痹证”的范畴。其中最常见的临床病症是现代办公室综合症，患者疼痛剧烈，缠绵难愈，反复发作。中医认为这种病多是由风寒湿邪流注入经络，气滞血瘀，长期下来导致气血运行不畅所致。而西医认为这是由于坐骨神经根部遭受邻近组织病变的累及而引起的。

对于这样的病患者，经过辨证论治，我通常以毫针和电针（电子针疗仪）进行治疗。通过针灸加电针刺激相关的穴穴和配穴主穴，增加传导疏通之力，促进血液循环，消除炎性水肿，疏通经络，达到“通则不痛”，取得了很好的疗效。

做为一名医师，要全心全力为病患治疗，在这个过程中，与患者进行心灵沟通，建立起良好关系，可以达到事半功倍的效果。很多年前，有个老病人曾以一句闽南话赠我：“先生缘，主人福”，就是说医生和病人有缘相见，建立起信任感后，有助于提高治疗效果，这也是彼此的福气。医学界今天强调的情志对医疗的影响，也包含这个意思。

能够在居士林诊所给人看病治病，我特别有满足感和归属感。这里的十方斋堂常年提供美味可口的免费素食，“吃素是福”，欢迎大家有空时常来十方斋堂，让我们的身心变得越来越健康。

Photo: Alexander (Unsplash)

比丘僧暴打小毛贼 竟打出一位阿罗汉

大众阅藏《撰集百缘经》经典中的有趣故事选读

学佛必须逆来顺受吗？

出家了就不能打人吗？

来看看佛经上怎么说。

在佛陀的时代，有一个远离闹市清修的比丘僧，他平时乞食为生，也没积蓄。

但是，偏偏有个毛贼盯上他了。这个毛贼三番五次地去跟这位比丘要东西。这位比丘也不犹豫，要啥给啥，一一满足了毛贼的要求。

最后，毛贼实在没东西可要了——因为他已经把比丘的东西都给要光了！但是，他还不死心，又盯上了比丘乞食吃饭用的钵，向比丘索要。

比丘想："这是我吃饭的家伙，不能给出去呀。"又想到："我如果不给他这个钵，他肯定会没完没了地来要啊，他这是个坏毛病，我得想个办法治治他。"

于是，比丘就做了个套——真的是一个套——用一副绳索做的套，等毛贼再来的时候，诱使毛贼上了这个套。比丘把这个贼捆起来之后，正剧就开始啦——开打！

比丘拿了根大棍子，第一下就打得够狠的，大喝一声："你要皈依佛！"一家伙下去，就把毛贼打昏了过去。过了好一阵子，毛贼才苏醒过来。比丘还指着他"吧啦吧啦"一顿数落。

数落完之后，比丘又大喝一声："你要皈依法！"接着又是一棒子打下去，这个贼再次被打得昏死过去，又是半天才醒过来，已经是气息奄奄，半死不活了。比丘并没放过他，又是"吧啦吧啦"一通数落。

数落完了，又大喝一声："你要皈依僧！"第三棒如期而至，毛贼应声昏厥。好半天之后，毛贼醒了。他一边听着比丘"配套附赠的数落"，一边想：这三棍子打得简直痛彻骨髓、棍棍要命啊！而且，他打得还有名堂——三皈依！如果他来个"四皈依"，我就死定了啊！

于是，毛贼赶紧伏在地，求饶说："您老千万别打了，我服了，啥都不要了。"

比丘一看，那好吧，就把这个贼放掉了。

这个贼也真是有善根，得到自由了之后，就跑到佛陀那里谢恩去了。见到佛陀，他说："幸亏您老给比丘只讲三皈依，不讲四皈依，所以我今天捡了一条命！太谢谢您了！"

佛陀看他不错，善根成熟了，就给他讲佛法。这个毛贼立刻开悟，证得了须陀洹果——也就是初果。然后，他又向佛陀祈求出家修行。

佛陀用手一指，说了声"善来比丘"。这个毛贼——哦不，得说是这位须陀洹尊者了——当即胡须和头发就自然地脱落了，僧人的法服也自然地披在了身上——他成了一位威仪庄严的清净比丘。

再后来，这位被打出来的须陀洹比丘，经过勤苦精进的修行，很快就证得了阿罗汉果。

打不白打，苦不白受，真是不可思议啊！

这部经，有三点值得注意：

一、谁说出家人就得一味的忍下去？故事里的比丘，最后那个饭碗就不给呀！按照某些逻辑，是不是人家要你的饭碗，你也得交出去呢？然而，佛陀的比丘并不会这么没底线。

二、谁说学佛的人遇到欺负就得一味的和颜悦色、不许动粗？这位佛陀的比丘弟子，为了打人，精心设套，而且每一下子都打得凿凿实实的，没有半点含糊。

三、出家人打人就是没有慈悲心吗？就是瞋恨的体现吗？并不是！打人比丘设计捉贼，想的就是要抓住他，给他授三皈依，制止他的贪心恶行延续下去，而并不是要把人打死、报仇雪恨。

也就是说，我们不能从表相上去判断这个人是善还是恶，他的发心才是最重要的判断指标。既然我们没有他心通，不知道人家心里到底是怎么想的，那就不要随便给别人的意业下定论。

弥勒信仰的现代诠释

文 | 温金玉

佛门中常言“慈悲为怀”，经典里也说“佛心者，大慈悲是。”那什么是慈悲呢？《大智度论》定义为：“大慈与一切众生乐，大悲拔一切众生苦。”给予快乐为慈，拔除痛苦即悲，因此慈悲的含义就简称为“与乐拔苦”。“大慈大悲”成为大乘佛教标志性的口号。在汉传佛教菩萨信仰中，观音寻声救苦，普门示现，是“拔苦”的象征；而弥勒大肚能容，笑口常开，是“与乐”的代言者。观音和弥勒成为妇孺皆知、最具汉传特色的两位菩萨。观音以女性形象示现慈祥与温情，弥勒则表达了男性的乐观与大度。

在佛教信仰系统中，弥勒崇拜是最为古老的信仰形态之一，早在印度部派佛教时期就已出现关于未来佛弥勒的信仰。在崇拜谱系中，弥勒有着十分特殊的身份，既是会启龙华、当来下生为释迦如来唯一授记的未来佛，也是现今决疑解惑、说法度众的兜率天主。在“弥勒三经”，即《弥勒上生经》《弥勒成佛经》《弥勒下生经》中有详尽的叙述。

一生补处 佛陀接班人

每当我们走进寺院，首先看到的便是袒胸露腹、笑迎天下的弥勒佛。在佛教意义世界里，弥勒代表大慈，与象征大智的文殊、大行的普贤、大悲的观音、大愿的地藏合称为五大菩萨。所以，弥勒还有一个名称叫“慈氏菩萨”。《正法眼藏》说：“如来教门，大慈为本。”那么，弥勒为什么既是菩萨、又是佛呢？

依弥勒经典所载，弥勒出生于印度婆罗门家庭，后为佛的弟子，先佛入灭，上生兜率天，以菩萨身为天人说法，所以称为弥勒菩萨。又因佛陀预言，当自己入灭后，弥勒将从兜率天下生人间，于龙华树下成佛，分三会说法。因其代释迦佛来度化大众，就被称为“一生补处菩萨”，是释迦佛亲口确定的接班人，即未来佛。届时在龙华树下成佛，故亦称弥勒佛。所以弥勒信

◀ Standing Bodhisattva Maitreya (Buddha of the Future); ca. 3rd century; Pakistan (ancient region of Gandhara)

Photo: The Met (metmuseum.org)

> 所以弥勒信仰包括上生信仰与下生信仰两种。上生信仰指的是弥勒入灭后往生兜率天以菩萨身说法的弥勒菩萨，而下生信仰是指弥勒从兜率天下生人间、成就佛道、度化众生的弥勒佛。

仰包括上生信仰与下生信仰两种。上生信仰指的是弥勒入灭后往生兜率天以菩萨身说法的弥勒菩萨，而下生信仰是指弥勒从兜率天下生人间、成就佛道、度化众生的弥勒佛。由此弥勒在造像上也有了两种形像：最初的弥勒多为头戴宝冠、身披璎珞的菩萨装，造型多是交脚坐像。弥勒菩萨像或双手结说法印，或作无畏印，以象征在兜率天说法的情景，这就是“天冠弥勒”。其功能主要表达说法决疑，历史上一些高僧如在学修及义理方面有疑惑，就发愿命终往生兜率天宫觐见弥勒菩萨，以解决疑难。还有弥勒思维像，其造型为一足下垂，另一足放在垂足的大腿上，一手支腮作思考状，另一只手则放在翘起的足上，神情悠闲自在。其后也出现了禅定式或倚坐式佛装的弥勒佛形象，中国的大佛造像有很多与弥勒有关，如浙江新昌大佛、河南浚县大佛、四川乐山大佛、宁夏须弥山大佛等。早期的弥勒佛形象严格按照佛经要求的三十二相、八十种好来制作，可以说是一种“金身弥勒”，从中看不到太多中国化的痕迹。

当来下生 人间净土

佛教将世界分为欲界、色界、无色界三界。欲界有六天，自下而上依次为：四天王天，三十三天，焰摩天，兜率天，化乐天，他化自在天。兜率天处于第四天，这里琼楼玉宇，金壁辉煌，莲花盛开，仙乐奏鸣，弥勒菩萨住在兜率天宫的内院，其中庄严清净，被称为“弥勒净土”。经中说世人只要持戒行善，就可往生弥勒净土。进入弥勒净土不仅可以常闻弥勒菩萨讲经说法，将来还能与弥勒菩萨一同下生世间，解脱成道。

据佛经记载，弥勒在兜率天的寿命是4000岁，换算成人间的时间是56亿年，其时他便下生人间成佛，度化世间众生。所以在弥勒信仰中，上生兜率天净土仅是手段，目的是最后能随弥勒下生人间，共同建设人间净土。所以弥勒净土的重心在于人间净土。发愿往生兜率，只为亲近弥勒菩萨，将来随同弥勒下

▸ 北魏 彩繪石雕交腳菩薩像（彌勒）Bodhisattva (Maitreya) with crossed ankles; Northern Wei dynasty (386–534); ca. 470–80; China
Photo: The Met (metmuseum.org)

生，净化人间。弥勒净土的第一义，为祈求弥勒早生人间，即要求人间净土的早日实现。所以弥勒净土可分为现在的兜率天净土与未来人间净土两部分。

未来人间净土是弥勒菩萨下生我们这个世界而成佛度众生，到那时大地平坦，山青水秀；政治清明，社会安宁；人民健康长寿，安居乐业；人人广学正法，善心向上，大家生活在一个健康长寿、繁荣富强、欢乐和平的环境里。可以说弥勒净土思想是出世与入世的完美结合，既有对现实的关怀，又有对未来的期待。

弥勒未来人间净土最触动人心之处，不是被动祈求，去等待弥勒给世人送一个光明幸福的世界来，而是通过自己勤奋努力，建造出一个清净庄严的大同盛世，才会感应弥勒下生人间。众生的努力成就是因，感得弥勒下生是果，相当于我们平时常说的“家有梧桐树，引得凤凰来。”太虚大师曾在《兜率净土与十方净土之比观》中说：“弥勒净土，是由人上生。故其上生，是由人修习十善福德成办，即是使人类德业增胜；社会进化成为清净安乐；因此可早感弥勒下生成佛，亦为创造人间净土也。”弥勒未来人间净土的启示，在于告诉我们，幸福都是奋斗出来的。弥勒下生不是等来的，而是行来的。行佛，应是“人间弥勒”的究竟意义。当然，在人间建立“净土”与诸佛的报身净土还是有着本质上的差别，这个议题不在本文的讨论范畴，此处不再敷述。

布袋和尚：佛门微笑使者

中华民族是一个善于吸收、消化外来文化的民族，尤其表现在对佛教的接受与变化上。随着弥勒下生信仰的逐渐流行，对弥勒形象的变化也在进行中，出现了化身形象，唐之前曾有傅大士、白衣弥勒等形象的出现。五代之后，以游方僧人契此为原型的“大肚弥勒”流行开来，最终塑造出雅俗共敬、喜闻乐见的汉传弥勒。

契此是五代时奉化的僧人，后来成为佛门公认的布袋和尚。在佛教典籍《宋高僧传》《景德传灯录》中皆有记载：“释契此者，不详氏族，或云四明人也。形裁服胺，蹙额皤腹，言语无恒，寝卧随址。常以杖荷布囊入廛肆，见物则乞，至于酰醢鱼菹，才接入口，分少许入囊。号为长汀子，布袋师也。曾于雪中卧，而身上无雪，人以此奇之。有偈云‘弥勒真弥勒，时人皆不识’等句，人言慈氏垂迹也。”契此这一形象成为后世弥勒的蓝本，袒胸露腹、笑口常开的弥勒佛形象成为一个固定的模式，也成为男女老幼都喜欢的样子。

大多汉传寺院将大肚弥勒佛供奉在寺院的天王殿中，寓意深刻，让一切有缘人一入山门，首先见到的就是欢欢喜喜、笑脸相迎的弥勒，这是佛教建筑塑像的表法功能，期待你从此开启一个欢喜自在、知足常乐的人生。

大肚弥勒佛一反传统佛教中佛菩萨像的庄严神圣，更多体现着可亲可近的平民性格，构成一个心宽体胖、和谐可亲的人间弥勒形象。我们可以透过赞颂弥勒的诗偈与楹联来看看其生命启示。

一是大度宽容。“是非憎爱世偏多，仔细思量奈我何。宽却肚肠须忍辱，豁开心地任从他。若逢知己须依分，纵遇冤家也共和。若能了此心头事，自然证得六波罗。”这一偈颂体现了宽广的胸怀和无所不容的气度。“大肚能容，容天下难容之事；笑口常开，笑世上可笑之人。”古人云：人生不如事，常十之八九。如何面对这些不如意呢？处世的智慧就是“常思一二，不想八九”。安时处顺，乐天知命，拥有

Photo: Falco Negenman (Unsplash)

这样的情怀，就会笑对生命中的任何风雨。感受日日是好日，处处莲花开的心境。

二是欢喜自在。“我有一布袋，虚空无挂碍。展开遍十方，入时观自在。”弥勒手握布袋，表达着提起的是责任，放下的是烦恼；原谅他人就是放过自己，遇事不计较，凡事不比较，就是宽以待人，善待自己。生活中不和别人过不去，更不和自己过不去。所谓“处己何妨真面目，待人总要大肚皮”。弥勒的笑是开怀大笑，是超越了是非、人我、荣辱、得失的笑。弥勒的笑容可掬展现的是乐观、真诚、豁达、和谐的内在气质。皤腹露肩，代表着福气满满；双耳垂肩，意蕴了长命富贵；笑口常开，体现着吉利喜气。尤其近世以来，出现的“五子戏弥勒”形像，更是表达了华人“多子多福”的愿望。《西游记》中描写弥勒佛的出场：“大耳横颐方面相，肩查腹满身躯胖。一腔春意喜盈盈，两眼秋波光荡荡。敞袖飘然福气多，芒鞋洒落精神壮。极乐场中第一尊，南无弥勒笑和尚。”弥勒可以说是佛门中的“喜神”，微笑形象大使。弥勒信仰在中国的演变就是一个不断为华人所接受、所变化的过程，是一个不断汉化的过程。

近代佛门领袖太虚大师倾心弥勒净土，曾试图建立“慈宗”。在1924年还专门编辑了《慈宗三要》，于序中说：“远稽乾竺，仰慈氏之德风；迩征大唐，续慈恩之芳焰；归宗有在，故曰慈宗。”后发起慈宗学会，并编辑《慈宗修习仪》，更编修《慈宗要藏》。1932年，出任浙江奉化雪窦寺方丈，首倡将雪窦山列入五大佛教名山、雪窦寺为弥勒道场。1934年出版的《佛学辞典》曾记载：“近有主张四大名山外，加奉化雪窦弥勒道场为五大名山者。”1987年，中国佛教协会会长赵朴初居士视察雪窦山时，建议重建中的雪窦寺，要增加一座有别于其它寺院的佛殿“弥勒宝殿”，以突显五大名山、弥勒道场的胜缘。

（作者为香港大学佛学研究中心客座教授）

悲欣交集：弘一法师（上）

文 | 晓诣

人之一生，冥冥当中，有时会在一个无法预知的时间和空间，同一种无形的力量相遇、碰撞、牵动、吸引。这种力量也许来自一本书，来自一个从未见过的人，但是却对你的一生影响至深至远，甚至命运的轨迹会因此而发生转折和改变……

于我，弘一法师就是这样一种力量。

初识大师是在06年，先生从国大图书馆给我借了弘一法师的传记和文集，一个人坐在露台一角，从午后读到黄昏，数度落泪。合上书本，抬眼，西方满天云霞，金色余晖洒满白色的胡姬花。大恸，难以自禁，哽咽不能自已。

很难述说当时的心境，种种难以名状的复杂心绪交织在一起涌上心头，茫然间竟无法用文字表达。直到有一天看到柏林禅寺的方丈明海法师同北大校友谈自己出家的因缘时说道："我在上大学的时候，一个偶然的机缘，看了一本介绍弘一法师的书，从而接触到佛教，一下子明白了，人生应该着意的地方在那里，应该用力的地方在那里，当时内心中出现了某些转变，让我知道人生应该用力的地方。那时候没想出家，但是我知道，哦，人生应该用力的在自己的人格、在心地、在自己所能够掌握的,外在的环境没有办法把握。而自己的人格、内在的心地、德行的把握呢，他可以产生非常大的力量，也可以说产生无穷的力量。我看了弘一法师传之后,就得到这样一个启发。"

读完这段话，藏在深处的心结顿时了然。是的，弘一法师李叔同虽然只是一个名字，但是这个名字却带着一种伟大的力量。这种力量来自于他的人格、心地和德行，这个名字经过岁月的洗礼，依然闪闪发光，犹如茫茫生死海中一盏绽放光明的启明灯，指引着后人的方向。

谈到弘一法师，世人虽喜津津乐道其生平，却多不解那样一个翩翩佳公子，何以能一洗铅华告别繁尘。那样一个琴棋书画俱绝的性情中人，何以能斩断情丝剃发出家，与青灯古佛相伴，选修最苦最难的律宗，成为300年来唯此一人的一代祖师。

一曲终了，悲欣交集。《一轮明月》这部关于弘一法师的传记电影虽然勾勒了大师的生平掠影，却不能道尽他的魂和灵。

李叔同祖籍浙江嘉兴，生于天津。其父李筱楼是天津盐商，兼营银号，家财万贯，乐善好施。李筱楼1865年中头名进士，精研佛学、理学，曾为清末重臣李鸿藻部下。因文名卓著，李筱楼同李鸿章、吴汝伦并称清朝三大才子。叔同行三，侧室王氏所生。

虽然出生在钟鸣鼎食之家，但李叔同却自幼丧父，期间，家中请僧人诵经超度，应是他最早与佛教的接触。垂髫之年便失去父爱，加之大家族严苛的教育，李叔同越发变得敏感。七岁便读《唐诗》、《四书》、《古文观止》等，13岁学篆文，15岁便写下："人生犹似西山日，富贵终如草上霜。"

因为被家族诸多束缚礼教缠身，为逃脱这一切，少年李叔同对戏曲产生了浓厚兴趣，对一代名伶杨翠喜情窦初开，然而杨翠喜后来却被卖入官家，几经周折，嫁做商人妇。李叔同的少年之恋唯余一片怅惘。18岁时，被其母安排承接了一场毫无感情的包办婚姻，沉闷的生活令人窒息。

当时国家正值内忧外患之际，像许许多多的热血青年一样，李叔同亦力图思变，奋起中华。然变法失败，国事衰落，满腔理想化为乌有，苦闷之极的李叔同于是转而沉迷于声色犬马，与一帮名人雅士来往，并与袁希濂、许幻园、蔡小香、张小楼结金兰之谊，号称"天涯五友"。

因自幼聪慧过人，李叔同参加上海沪学会征文，名字屡列第一，名噪文坛，"二十文章惊海内"。他还自刊《李庐印谱》，出版《李庐诗钟》，遍交文坛俊杰。年少风发的李叔同在那段日子里，将红尘里的灿烂和荒诞一并合着吞下。

正当他踌躇满志感受着这人世间的华美时，25岁的李叔同再次遭遇变故，挚爱的母亲辞世。母亲临终时，他上街置办棺木，未能亲自送终，成为一生的遗憾。

身世沉浮，人生无常，此时的李叔同内心已然同当初那个风流名士有了天壤之别。彼时，八国联军的铁蹄正在践踏这片中原的沃土，满目望去遍是鲜血与饿殍，面对国破家亡，一向情感激越，凡事追究极致的李叔同心灰意冷，毅然出走日本。准备弃儒学而入西学，他始信文章救国，不若经世。

李叔同东渡日本，留学于东京美术学校和音乐学校（东京艺术大学前身），专攻西洋绘画和音乐。在校期间与同学创办话剧团体"春柳社"，亲演主角《茶花女》，开中国话剧之先河。30岁携日本妻子春山淑子回国。之后分别任教于高等院校，教授图画和音乐，培养出丰子恺、潘天寿、曹聚仁、刘质平等许多杰出的人才。

在中国近代文化史中，弘一法师李叔同是学术界公认的通才和奇才，作为中国新文化运动的先驱者，他是最早将西方油画、钢琴、话剧等引入国内，且以擅书法、工诗词、通丹青、达音律、精金石、善演艺而驰名于世。

对于弘一法师昔日这段曾寄情于声色的岁月，很多他的崇拜者都采取回避的态度。其实，没有必要刻意神话大师的生平。爱不重不生娑婆，每个人来到这尘世间，都是带业而来，饮食男女，欲之一字乃人之常情，无可厚非。以大师的根性和悟性，正是因为经历过这些红尘情爱，方有曾经沧海的感悟。正是因为饱尝情爱之痴苦，方看透这繁华世间，这痴男怨女生生世世的苦苦纠缠，最终不过是一场场的泡影梦幻。这人身何曾有永恒，这世间何曾有圆满，所谓的人生幸福婚姻美满不过是世人的一厢情愿，不过是世人的自我欺骗，真实的世界里从来没有完美无暇的幸福和大团圆。

李叔同后来绝决地斩断情丝告别红尘，实与他的真性情有关。当深刻体会到了人世的富贵荣华，伴随着无孔不入的无常八苦，李叔同对人生产生了巨大的疑惑和虚空。李叔同的出家并非一时兴起，而是他追求人生终极目标的必然之举。

关于弘一法师的出家溯源，在其写的文章：我的出家因缘里有过详细的记载。其远因缘于去西湖的湖心亭吃茶，夏丏尊的一句无心之语，近因则是去虎跑寺断食的心路历程。37岁那年，李叔同患上神经衰弱，饱受折磨，好友

> 佛教八万四千法门，弘一法师却选择了最苦最难的律宗。他自认罪孽深重，非酷戒不足以灭障；持律严格，一动一念皆谨慎。

夏丏尊推荐了一篇关于断食的文章，为调理身心，李叔同遂生入山断食之念。

冬，入杭州虎跑定慧寺，试验断食17日，有《断食日志》详记。入山前，作词曰："一花一叶，孤芳致洁。昏波不染，成就慧业。"返校后，开始素食。时，受马一浮之熏陶，于佛教"渐有所悟"。

这次断食，不仅治好了折磨多年的神经衰弱，李叔同觉得自己的身心仿佛脱胎换骨一样，这期间他接触了很多佛经，越发觉得名利之虚妄，遂盟生出尘之志。

1918年（戊午民国七年），39岁的李叔同春节期间在虎跑寺度过，并拜了悟和尚为其在家弟子，取名演音，号弘一，受三皈依。农历七月十三日，大势至菩萨圣诞，落发，灵隐受戒。

西湖之畔，杨柳青青、水波滟滟。一个日本女子携幼子寻遍杭州的大小庙宇，最终在一座叫"虎跑"的寺庙里找到了已皈依佛门的夫君。教育家黄炎培在回忆文章中，记述了李叔同与日本妻子的诀别一幕："弘一出家后，夫人追来杭州，终席不发一言，饭罢雇了小船，三人送到船边，叔同从不回头，一桨一桨荡向湖心，连人带船一起埋没湖云深处……叔同夫人大哭而归。"

无情、绝情、亦或慈悲有情？

李叔同在回答夏丏尊为何抛下妻儿的提问时答道："人世无常，如抱病而死，想不抛，也做不到。"人世无常。无常就是死亡的意思，不管是财富、美貌、情爱、学识等等，到大难来临的那一天，一切皆是一场空。人两手空空而来，又两手空空而走。所以弘一法师出家前给其妻的诀别信中说道："人生短暂数十载，大限总是要来，如今不过是将它提前罢了，我们是早晚要分别的，愿你能看破。"

当年的李叔同身处乱世，历经无常，再加上身体多病，接触佛法，目睹僧侣生活，读诵了大量佛教经典后，明白人生之智慧真理，欲超越这人世间种种苦痛。当深入经藏后，愈发生起那种"生死事大，无常迅速"的不安感、迫切感。因为人生在世，没有一件能比生死更大的事了，当你知道一旦失去这个身体，便会万劫不复，倘今生不能行十善业，来世便会堕入三恶道。那种苦只要读一遍《地藏菩萨本愿经》，里面的种种苦，种种恐怖，便会令人毛发直竖，寝食难安。

经历过父母的生离死别，强烈感受到人生无常苦短，李叔同想跳出这个生死轮回，于是毅然放下世间的一切，以身践行，恒志苦修，踏上解脱之大道。自此，世间再无李叔同，唯有弘一法师。

"做就要做到极致"。这句话可以说贯穿了弘一法师的一生。佛教八万四千法门，弘一法师却选择了最苦最难的律宗。他自认罪孽深重，非酷戒不足以灭障；持律严格，一动一念皆谨慎。他常言："庵门常掩，勿忘世上苦人多。僧人必须比俗中人守持更高的道德标准，方能度人。"

剃度之后，弘一法师苦心研习佛法，南山律宗自南宋之后就失去真传，弘一法师钻研《四分律》和《南山律》，花四年著成《四分律比丘戒相表记》。倾半生之力，对律藏进行整理、编修，并携带南山律学三大部的内容云游讲道，使失传几百年的律宗得以再度发扬，成为律宗第十一代世祖。

律宗着重研习及传持戒律，是以自始至终，弘一法师以戒为师，每到一处，必立三约：一、不为人师；二、不开欢迎会；三、不登报吹嘘。他日食一餐，过午不食。素菜之中，不吃菜心、冬笋、香菇，理由是它们的价格比其他素菜要贵

几倍。衣不过三，寒冬也只是一件百衲衣，一双僧鞋，穿了几十年。凡四体琐事，洗衣缝补，全部亲自动手。外出云游时，只带破旧的席子和单被。

法师持戒之严谨，从两件小事可见一斑。一次，丰子恺给他寄一卷宣纸，请书佛号。宣纸有余，弘一法师便去信问多余宣纸如何处置？因宣纸既非自己所有，如何处理需过问物主，视为当然。另有一次，丰子恺寄邮票给其师，因多了几分，弘一法师便寄还给丰子恺。

又一次，在西湖边的素菜馆里，杭州一名士邀请法师赴宴，陪客到齐已一点钟。众人饥肠辘辘，相继开吃，忽见法师在碗筷前端坐，庄严不动。问之即曰："我是奉律宗的，过午不食，各位居士自便。"

自遁入空门之后，弘一法师每日早睡，黎明即起，冷水擦身，但凡染病，从不经意。当患病在床，有人前往问候，师云："你不要问我病好了没有，你要问我佛念了没有。"

平日里他几乎不见客，除了讲经，不多发一言。访者殷勤求告，他以一句"老实念佛"默退。故人来信，他告知邮差"此人他往，原址退回"。

弘一法师出家后，谨持戒律，六艺俱废，但是心中一直不能泯灭的是他的爱国情怀，这份赤子之心，令他数度"破例"。1924年，法师云游经过上海，来到学生丰子恺家中小住一月。丰子恺提议，由他作画，弘一法师配诗，合作出版一本《护生画集》，以弘扬佛学和人世间的大仁大爱。弘一法师竟慨然允诺，是欲"以艺术作方便，人道主义为宗趣"。丰子恺喜悦莫名。

抗战全面爆发时，弘一法师正闭关，不与外界接触。彼时厦门第一届运动大会邀请他写一首会歌，法师认为国难面前，应鼓励国民强健体魄，故欣然应允。时人喜悦，认为此举"非同寻常"。

虽遁入空门，但弘一法师冷寂的心底，爱国之火炬始终熊熊燃烧。在弘一法师看来，以佛之觉悟普度众生，激励僧俗两界一同奋起救国，即便牺牲一切，舍命不辞。是以当年只要提到弘一法师的大名，再是狂狷疏傲之人，也只能静目仰视。

为弘扬佛法，他可以置生死于不顾。1937年底，厦门轰炸不断，众人劝他避难，他却集众演讲，尽一己之力，渡劫众生。每次开讲时，后面的墙壁上，都挂着他亲手书写的中堂："念佛不忘救国，救国必须念佛。"

（待续）

净土宗十二祖 彻悟大师传(三)

Biography Of The Twelfth Patriarch Of The Chinese Pure Land Tradition **Great Master Chèwù (3)**

(接上期 | Continued from last issue)

若赤热铁轮旋转顶上，不以此苦，退失往生之愿；若转轮王胜妙五欲现前，亦不以此乐，退失往生之愿。此逆顺至极，尚不改所愿，况世间小小逆顺境界，岂能引转？能如是愿，可谓切愿。

If a red hot iron wheel is spinning above the crown, not with this as suffering, to have regression of the Aspiration for rebirth in Pure Land. If a Wheel-turning King's supremely wonderful objects of the five desires appear before one, likewise not with this as joy, to have regression of the Aspiration for rebirth in Pure Land. With these resisting and complying utmost, still not changing that Aspiration. Moreover, with the world's very small resisting and complying circumstances, how can they be able to lead away and transform the Aspiration? Able to thus have Aspiration, it can be called sincere Aspiration.

以此信愿之心，执持名号，持一声是九莲种子，念一句是一往生正因。一句佛号，不杂异缘，十念功成，顿超多劫。舍此别修，非狂即痴。大师剀切剖示16字纲宗，诚为末法众生净业正范。

With this mind of Faith and Aspiration, firmly upholding the Buddha's name, even upholding one recitation is planting a seed for one of the nine lotuses, even reciting one line is creating the right cause for rebirth in Pure Land. One line of the Buddha's name, not mixed with different conditions, with its ten thoughts' merits' accomplishment, suddenly surpasses those of many kalpas. To renounce this with other cultivation, if not mad, is then deluded. Great Master's earnestly dissected explanations for teaching the 16 words' guiding principle, truly is for the Dharma-Ending Age's sentient beings' pure karma, as its right model.

(3) 欣厌心切 精进勇猛

With Joyous And Revulsed Mind Sincere, Diligence Bold And Powerful

大师劝导：念佛当生四种心，一无始以来造业至此，当生惭愧心；二得闻此法门，当生忻庆心；三无始业障，此法难遭难遇，当生悲痛心；

四佛如是慈悲，当生感激心。此四种心中有一，净业即能成就。

As Great Master advised and guided, 'Those mindful of Buddha should give rise to four kinds of minds. First, as from beginninglessness since, creating negative karma until now, we should give rise to the repentant mind. Second, as having attained hearing of this Dharma Door, we should give rise to the joyful and fortunate mind. Third, as with beginningless karmic obstacles, this Dharma Door is difficult to encounter and difficult to meet, we should give rise to the sorrowful mind. Fourth, as the Buddha is thus with loving-kindness and compassion, we should give rise to the grateful mind. Of these four kinds of minds within, if having at least one, pure karma is then able to be accomplished.'

厌欣心于净业修持大有裨益。以西方净土之乐，回观娑婆世界之苦，厌离自深；如离厕坑，如出牢狱。以娑婆世界之苦，遥观极乐世界之乐，欣乐自切；如归故乡，如奔宝所。这种深切的厌欣心，始终渗透在大师一生的净业修持中。

Having the revulsed and joyous minds, for pure karma's practice, have great benefits. With the bliss of the Western Pure Land, observe in all directions the suffering of the Sahā World, and revulsed renunciation will naturally deepen, like leaving a cesspit, like exiting a prison. With the suffering of the Sahā World, observe from a distance the bliss of the Land Of Ultimate Bliss, and joyousness will naturally be sincere, like returning to one's homeland, like rushing to a treasure's location. These kinds of profound and sincere revulsed and joyous minds, from the beginning to the end, permeated Great Master's lifelong pure karma's practice.

大师一生以求生净土为职事，一天持念十万声佛号，不欣世语，孜孜于出离苦海的道业。大师深感：吾人旷大劫来，久在轮回，岂永不发求出离之心，修向道之行耶？皆废于因循，败于怠惰，所以，常在生死，受大苦恼，今闻持名简要法门，若仍循故辙，安于覆败，可谓第一等无血性汉子矣。大师以此反省策进自己的净业，住持道场，处理事务，以尺香时间为限。

Great Master was lifelong with seeking birth in Pure Land as the essential matter of his practice. In each day, he upheld a hundred thousand recitations of the Buddha's name, not delighting in worldly speech, for the path practising diligently, to depart from the ocean of suffering. Great Master deeply felt that, 'As we have for great kalpas since, long been in rebirth, how can we forever not give rise to the mind of seeking renunciation, to cultivate practice towards realising the path? All are wasted by procrastinating, defeated due to idleness, therefore, constantly in the cycle of birth and death, to receive great suffering from afflictions. Now hearing upholding of the Buddha's name, this easy and essential Dharma Door, if still following conventional ways, feeling contented with "capsizing" in defeat [again], we can be said to be the foremost kind of fellows without courage.' Great Master with this reflected to spur himself to be diligent with his own pure karma's practice. As the Abbot of the monastery, for handling its affairs, he used a foot of incense's burning time as the limit, so as to spend more time on practice.

嘉庆五年，大师退居红螺山资福寺，打算于兹终老。四众弟子依恋追随者甚众，大师为法为人，始终没有厌倦之心，于是便收留大众，与大众同甘同苦，担柴运水，泥壁补屋，遂成一念佛道场。

In Emperor Jiāqìng's fifth year, Great Master retreated to Mount Hóngluó's Zīfú Monastery, with the intention to be there till the end of life when old. As his fourfold disciples were fondly attached, his followers were extremely many. Great Master served the Dharma and served people, from the beginning to the end without having the mind of weariness. Therefore, he offered shelter for the great assembly, together sharing joys and sorrows, carrying firewood and transporting water, plastering walls and repairing buildings. Thereupon, they accomplished a Dharma centre for mindfulness of Buddha.

大师居红螺山十年，至嘉庆15年二月，到万寿寺扫粹祖塔，辞别山外诸护法云："幻缘不久，人世非常，虚生可惜，各宜努力念佛，他年净土好相见也。"三月回到红螺山，命弟子预办荼毗事。交接住持位，告诫众人："念佛法门，三根普被，无机不收，吾数年来，与众苦心建此道场，本为接待方来，同修净业。凡吾所立规模，永宜遵守，不得改弦易辙，庶不负老僧与众一片苦心也。"

Great Master dwelled in Mount Hóngluó for 10 years, until Emperor Jiāqìng's 15th year's second month, when he arrived at Wànshòu Monastery to sweep and clean the Patriarch's pagoda, bidding farewell to all Dharma Protectors beyond the monastery, 'These illusory conditions are not lasting, and this human life is not permanent. As to emptily live is pitiful, each should strive with mindfulness of Buddha, so that in some other year, there will be seeing of one another well in Pure Land.' In the third month, he returned to Mount Hóngluó and instructed his disciples to prepare for his cremation matters. He handed over the position of the Abbot and admonished everyone, 'The Dharma Door of mindfulness of Buddha, is with the three roots universally covered, with no capacity not received. In my many years since, with everyone painstakingly building this Dharma centre, it is originally for receiving those from all directions coming, to together cultivate pure karma. All my established rules and norms should always be complied with. There must not be altering of "strings" and changing of "tracks" [for other "tunes" and directions]. Hopefully, you will not let down the one painstaking heart of this old monk and everyone.'

圆寂前半月，大师觉身有微疾，即命大众助称佛号，见虚空中幢幡无数，自西方而来。大师告众人说："净土相现，吾将西归矣。"众弟子恳劝大师住世。大师回答："百年如寄，终有所归，吾得臻圣境，汝等当为师幸，何苦留耶?"

Two weeks before his departure, when Great Master felt that his body had a slight ailment, he then instructed the great assembly to support in reciting the Buddha's name. Seen in the empty sky were innumerable banners and pennants, that came from the western direction. Great Master told everyone, 'With Pure Land's forms appearing, I will be returning to the West.' All disciples then sincerely urged Great Master to abide in the world. Great Master replied, 'A century is like a temporary stay, in the end having that to return to. As I will attain the utmost holy realm, you and others should for your teacher be glad, why take the trouble, to persuade me to stay?'

十二月十六日，大师指令设涅槃斋。十七日申刻，大师告众人说："吾昨已见文殊观音势至三大士，今复蒙佛亲垂接引，吾今去矣。"大众称念佛号更厉更响。大师面西端坐合掌说："称一声洪名，见一分相好。"遂手结弥陀印，安详而逝。众人闻到异香盈空。供养七日，大师面貌

如生，慈和丰满，头发由白变黑，光泽异常。二七入龛，三七荼毗，获舍利百余粒。门徒弟子请灵骨葬于普同塔内。大师世寿70，僧腊49年，法腊43年。有《梦东禅师遗集》流通于世。印光大师将其推为**净宗十二祖**，名实相符。

On the 16th day of the 12th lunar month, Great Master gave instructions to set up Nirvāṇa food offerings. On the 17th day between 3 to 5 pm, Great Master told everyone, 'Yesterday, I had already met Wénshū (Mañjuśrī), Guānyīn (Avalokiteśvara) and Shìzhì (Mahāsthāmaprāpta), these three Bodhisattva Mahāsattvas. Today, again having the Buddha personally approaching to guide and receive, I am now departing.' With this, the great assembly recited the Buddha's name even more strongly and loudly. Facing the West, Great Master sat upright in the lotus position, with joined palms said, 'Reciting once the great name, seeing one part of his excellent forms.' Thereupon, with his hands forming the Amitābha Mudrā, he peacefully departed. Everyone could smell extraordinary fragrance filling the air. With making of offerings for seven days, Great Master's facial appearance was as if alive, kindly and ample, with his hair from white changing to be black, and with extraordinary lustre. On the second seventh day after his departure, his body was placed into a niche. On the third seventh day, after cremation, more than a hundred pieces of relics were obtained. His disciples then requested to have his remains buried within Pǔtóng Pagada. Great Master was then 70, after 49 years of monastic life, with monastic precepts for 43 years. There is his *Chán Master Mèngdōng's Bequeathed Collection*, that is still circulating in the world. Great Master Yìnguāng proclaimed Great Master as the **Pure Land Tradition's 12th Patriarch**, a title which truly corresponds with his contributions and attainment.

Reciting once the great name [Amitābha Buddha], seeing one part of his excellent forms.
称一声洪名，见一分相好。

Photo: Rodolfo Clix (Pexels)

Photo: Shoeib Abolhassani (Unsplash)

When Okja's Mija Meets #ForNature's Greta

By Tangerin & Zhaode

'Okja' begins with the mercenary Lucy Mirando (Tilda Swinton) announcing, 'The world's [human] population is 7 billion. 805 million humans struggle with hunger every day, including 30 million right here in the United States. The world is running out of food, and we are not talking about it. We needed a miracle. And then we got one.' Her 'solution'? A secretly genetically engineered 'miracle pig' species arrived at after much animal experimentation and competitive breeding, with the star super pig being Okja.

Okja's kind is supposed to consume less feed, yet grow bigger, with less pollutive excretion. However, if we are to all consume a plant-based (vegan) diet like Okja, there will be no need to breed his kind at all, with enough plant foods to end starvation. This is how we can create truly minimal carbon footprints. After all, a study estimated that animal agriculture accounts for a quarter of all greenhouse gases, more than that emitted by land, air and sea vehicles combined! The reality check is that there is truly no Okja, which means such pollution continues as we speak.

What is Okja the gentle giant like? He looks like part pig, dog, cow, hippo, elephant… Like a hybrid of all, the fictitious Okja who seems familiar yet foreign at the same time is an ingenious placeholder for all bullied livestock animals. With the protagonist girl Mija's (Seo-Hyun Ahn) deeply affectionate bonding with Okja in the mountains, the movie makes the audience question the

Facts from Food and Agriculture Organization of United Nations (fao.org)

- In 2020, between 720 and 811 million people faced hunger, a climb to around 9.9 percent, from 8.4 percent a year earlier.
- Nearly one in three people in the world did not have access to adequate food in 2020 – an increase of 320 million people in just one year

Facts from Cowspiracy (cowspiracy.com/facts)

- We are currently growing enough food to feed 10 billion people.
- Worldwide, at least 50 percent of grain is fed to livestock.
- 82 percent of starving children live in countries where food is fed to animals, and the animals are eaten by western countries.

Photo: billy cedeno (Pixabay)

forced 'fate' of animals designated to become meat. Why have we forgotten that animals can be good friends; not food, that none of them wish to be killed for us?

It is incredibly short-sighted to envision a better world only for humans, as 'masters' who lord over the lives and deaths of fellow non-human co-citizens of this planet. Industrialised slavery, exploitation, torture and slaughter of animals is about as inhumane as we can get? Ironically, having grown the best, Okja was the 'super-est' of the super pigs because he was allowed to live and run freely, not like those pseudo 'free-range' farm animals, who are merely given slightly more space for slightly longer durations before their last days.

The film also exposes real life factory farms' kill floors without excess gore. It explains why the likes of Animal Liberation Front's (ALF) activists take risks to secretly attain video footage of the atrocities that animals are put through, such as forced mating, to shatter the illusion that animals lead full and happy lives before facing the knife. Okja's plight is that of every livestock animal. While ALF and Mija managed to save Okja, poignant is the truth that all other animals remain captive, to be treated like meat and produce machines.

The movie also spoofs beloved celebrity TV zoologists and veterinarians, who claim to love animals, yet profit off showcasing captive animals, while continuing to eat some of them. Mija was not featured as vegan though, not even a vegetarian, using Okja to catch fish for stew, while her grandfather kept chickens in a coop. Looks like we have way to go towards equanimity and liberation of all animals.

Okja was a 2017 Netflix blockbuster. A year later, in August 2018, a Swedish 15 year old, Greta Thunberg, started spending her school days outside the Swedish Parliament to call for stronger action on climate change. She held up a sign reading 'Skolstrejk för klimatet' (School strike for climate). But one cannot be a true environmentalist without adopting a plant-based diet. Thunberg, a vegan herself, in the short film *#ForNature* funded by Mercy For Animals, made by Tom Mustill and her, she

Image: Taken from Greta Thunberg's Twitter account

narrated hard truths about the climate crisis that many have chosen to ignore for too long.

Industrial farming is less than a century old but its destruction of nature is almost beyond repair, should humans still choose to do nothing. Thunberg is not wrong when she said we are stealing her generation's future.

In *#ForNature*, it was said that 75 percent of new diseases (including MERS, SARS, COVID-19, etc.) came from animals due to the way they are farmed and how nature was abused. Presently, for two years already, we are still dealing with COVID-19. People are still getting sick with it, with some severely so, even living with lasting side-effects. The latest worldwide COVID-19 death count is currently 5.25 million, still increasing by the second. What worse is that new COVID-19 variants are still discovered now and then, while other new diseases might be breeding with our non-action.

We are also confronted with the facts, that every year, 60 billion land animals and 200 million tons of fish are killed for food. With this much killing for about 7.9 billions of humans (while only 1–4 percent of them are vegans), it is no wonder that the climate is pivoted towards disasters. Industrial farming is just one of the many climate issues we are now facing, but it is a key issue with many interconnected ones, that simply cannot be ignored — lest a truly destructive and irreversible domino effect occurs.

Okja is about a girl and her beloved animal friend, while *#ForNature* is for nature. There is one similarity. The fictitious super-pigs are just like real-life industrialised farm animals bred as food. They are born in factories with horrible conditions, with terrible treatment for incredibly short and brutish lives. In the *Laṅkāvatāra Sūtra*, the Buddha taught, '[A]ll sentient beings from beginninglessness, in the cycle of birth and death within have been reborn without rest, with none not previously being our fathers, mothers, brothers, sisters, male and female relatives, and even friends, close loved ones and attendants. Changing when reborn, then receiving birds', beasts' and others' bodies, how can they from within be obtained and eaten?' (一切众生从无始来，在生死中轮迴不息，靡不曾作父母兄弟男女眷属乃至朋友亲爱侍使。易生而受鸟兽等身，云何于中取之而食？) Perhaps Bong Joon-ho, the writer and director of *Okja* can make a sequel with Mija going vegan, crusading on for all sentient beings' freedom and well-being? Till every cage is empty!

新加坡佛教居士林大殿重建工程
捐款芳名录 (2018–2020年)

捐款者	款项
TEE BEE YEN	1000.00
梁宝文合家	1000.00
萧金玲，颜銘輝	5000.00
JACLYN TEO	5000.00
BAKER TILLY CONSULTANCY (S) PTE LTD	8000.00
杜侨南	35,000.00
洪丽雲，陈思霈，陈思霖，陈思璇，朱海平	1000.00
回向已故王英鏗	10,000.00
恒实法师	3540.00
施学成合家，施教贤合家，施教富合家，傅丽珍合家	1000.00
施学荣合家	1000.00
陈文兴合家	1000.00
孫伟勝合家	1000.00
TAN JWEE YONG & FAMILY	10,000.00
孙偉勝合家	1000.00
YEO YIT BOON	1000.00
第五届净土教理班	3308.00
CHUA ANN CHYE	1000.00
張桂豐	3000.00
孙偉勝合家	1000.00
林美华合家	1000.00
NGO SIEW POD	1000.00
蔡秀碹	1000.00
苏亞梅	1000.00
回向已故林植耀	4000.00
回向LATE LEE TON KAE	2000.00
李崇冠合家	2000.00
蘇天生合家	1000.00
伍陈暹金	1000.00
吳培华	1000.00
陈杰芳合家	1000.00
李桂芳，林瑞环，夏明华，夏义佑，夏尉轩，夏静于，郑美华，郑素华，郑惜华，许惠婵，庄金玉	2000.00
普德合家	1000.00
SAKON INNOVATION PTE LTD	1000.00
陳世福，吳賽娥	1000.00
楊仕珍，郑楚维	1000.00
黄圆合家	1000.00
陈秀娣	1000.00
陈蜜莲	1000.00
伍文志合家，伍彦充合家	2000.00
蔡春燕	10,000.00
陈文金	10,000.00
佛弟子	1000.00
ONG FOOT POK ANG FAMILY	1000.00
TAY GIOK CHAI	2000.00
回向已故吳天助	5000.00
彭碧霞，蒋福楠，蒋毓彦，蒋蓓琳，蒋迅羽，陈泳嬉，蒋佳颖合家	2000.00
佛弟子	1000.00
李惠川合家	1000.00
柯玉樱	2000.00
SENTEK MARINE &TRADING PTE LTD	180,000.00
黄才友	5000.00
NEWGEN INNOVATIONS	1000.00
陈门合家	1000.00
林万春合家	1000.00
ONG BENG KEAT JEREMY BRYAN	10,000.00
萧振生合家	1000.00

捐款者	款项
钟瑶金	1000.00
沈金菊合家	1000.00
回向已故陈雅珍	1000.00
孙丽金，李光海，李康豪，李康华，李康琪	1000.00
彭熟明，陈碹仁，彭俊翔，彭俊瑒，阮锦光，彭锦玉，阮凯仪	2000.00
CHIA CHOR MENG	10,000.00
田文学	3000.00
回向已故许锡泉	25,000.00
回向已故王玉金	1000.00
王万珠合家	2000.00
回向已故陈国雄	1000.00
CHEW FOOK CHEONG & FAMILY	1000.00
回向已故阮宝月	10,000.00
林水勤	1000.00
回向已故洪岳妆	5000.00
回向已故洪岳妆	9000.00
蔡志伟合家	1000.00
唐金凤合家	5000.00
回向已故黄俊祥	1000.00
吳肇泰合家	1000.00
杨山辉，杨山銳，杨山卫	1000.00
LOY TECK KIANG	1000.00
孙伟胜合家	1000.00
LATE MOTHER YAP AH FONG	2000.00
回向已故蔡鸿文	10,000.00
回向已故蔡学林	9000.00
回向已故吳兰妹	1000.00
回向已故林继扬	1000.00
陈志强，陈志胜	1000.00
回向已故陈桂英	1000.00
李淑卿，林清泉	1000.00
叶篮镁合家	1000.00
回向已故周伍妹	1000.00
回向已故龚亚玉 (三姨)	1000.00
回向已故黄添福，回向已故龚亚妹，回向已故李德贤，回向已故蔡银线	1200.00
苏锦华 (恒净)	1000.00
田慧仪	1000.00
回向已故杨英妹	1000.00
回向已故陈民强，谢秀琴	4000.00
回向已故陈友尊	1000.00
回向已故黄捻	1000.00
郑文芳	2000.00
回向已故张延吉	2000.00
梁慧珠居士，回向给虚空法界一切众生	1000.00
三宝弟子	42,003.25
回向已故沈嘉萱嬰灵	1000.00
回向已故李秀娇 (净娇)	2500.00
胡淑美	1000.00
黄淑燕	1000.00
林亚礼合家	1000.00
回向已故蔡仰三，陈鍮钿	1000.00
回向已故潘瑞珍	1000.00
回向已故吳营杰，回向已故陈吟香	5000.00
回向已故陈秀泰	1000.00
张辉燕合家	1000.00
回向已故黄添财	1000.00
吳燕兜	1000.00
林祥温，林秀坤，林秀霞，谢风才，谢慧璇	1000.00
回向已故纪红绸	1000.00

捐款者	款项
回向已故曾财虎	1000.00
CHEOK KEE HOCK RICHARD	3000.00
ONG YOK LAN	1500.00
罗秋进，陈淑卿	1000.00
李坤荣，许丽莲，李浩维，李佳洁	2000.00
回向已故 SOH TECK LAM	2300.00
回向已故赵加金	1000.00
黎德祥合家	1500.00
张文忠	1100.00
张添顺	1100.00
TAN KIM HUAT	20,000.00
回向已故陈亚宝	2000.00
回向已故吳章杰	1000.00
陈吉祥合家	1000.00
YEO SOCK KUAH	1000.00
陈荣华合家	1000.00
回向已故黄碧英	1000.00
TEE BEE YEN	1000.00
回向已故刘添花	3800.00
回向已故梁侠鸾	1000.00
LIM TECK BOON & FAMILY	2000.00
陈志禾合家	1000.00
回向已故纪红绸	2000.00
回向已故陈美珍	1000.00
苏玉莲，谢碧麒，谢碧贤，谢碧荣，谢碧珠，谢嘉辉	20,000.00
吳家乐	18,000.00
回向已故翁忠宝	4000.00
CHEW KONG HONG, NG SOCK KENG	10,000.00
LIEW CHUI FONG & FAMILY	1340.00
符世森，梁秀吉，符中玮，关燕玲，符概杰，符欣慧，符瑞珉，符瑞珊，岑智勇，尹健辉，岑暄恩，岑暄慧，梁游泳	1000.00
CHE HIAN KHOR MORAL UPLIFTING SOCIETY (SINGAPORE)	3000.00
TEO TIAM SOON	18,000.00
TAN NGAK HUI	1000.00
冯亚珍合家，林杨坤，林崇智，吳浒璟，林欣颖，林凯喆，寂沙，寂等，陈金凤，吳查亩	1400.00
WONG QIN JIANG	1340.00
回向已故叶燕薇	2000.00
JOSEPHINE TEY MUI HOON	2000.00
NG AI TEE	1000.00
TAN PECK LENG IRVING	1000.00
李文英	1000.00
回向已故谢秀兰	1000.00
回向已故佘俊瑛	1000.00
回向LATE WEE SIEW LAN @ WEE SIEW CHENG	50,000.00
回向已故萧勋尧	1000.00
杨月娘	10,000.00
回向已故许铭慧	1400.00
陈水吉，梁慧珠合家	1000.00
许添喜	1000.00
朱健煌	1000.00
蔡玉松合家	1000.00
陈吉祥合家	1000.00
陈志禾	1000.00
许沼治合家	1000.00
回向已故黄爵源，回向已故郑香花	20,000.00

注：所有为居士林建筑基金捐助$1000.00及以上功德主，将收录于此捐款芳名录中。若您不愿我们在此公开您的捐款信息，请将您的收据号与姓名电邮至编辑部：sccy@sbl.org.sg

(排名不分先后)

居士林2022年活动 THE LODGE'S 2022 EVENTS

阳历 DATE	农历 LUNAR DATE	活动 EVENTS
10.01.22	十二月初八	释迦牟尼佛成道日 Sakyamuni Buddha's Enlightenment Day
15.01.22 – 16.01.22	十二月十三至十四	度岁金颁发仪式 Annual Donation For The Elderly Presentation Ceremony
31.01.22	十二月廿九 晚上 10:45 pm	除夕夜消灾祈福撞钟迎新仪式 CNY Eve's Bell-Tolling Ceremony For Eliminating Of Disasters & Receiving Of Blessings To Welcome The New Year
01.02.22	正月初一	弥勒菩萨诞、大悲忏 Matrieya Bodhisattva's Sacred Birthday, Great Compassion Repentance
02.02.22	正月初二	地藏忏 Ksitigarbha Bodhisattva Repentance
03.02.22	正月初三	药师忏 Medicine Buddha Repentance
05.02.22 – 18.02.22	正月初五至十八	万佛法会 Ten Thousands Buddhas Dharma Assembly
09.02.22	正月初九	供天 Offering To Heavenly Beings
待定 To Be Confirmed	正月十四	传灯 Light Transference Ceremony
20.02.22	正月二十	如意斋 Ruyi Meal Offering
04.03.22 – 06.03.22	二月初二至初四	精进佛三 3-Days Amituofo Mindfulness Retreat
21.03.22	二月十九	观世音菩萨诞（供佛、皈依）Guanshiyin Bodhisattva's Sacred Birthday (Offering To Buddhas & Receiving Of Threefold Refuge)
26.03.22 – 15.04.22	二月廿四至三月十五	清明法会 Qingming Dharma Assembly
08.05.22	四月初八	释迦牟尼佛诞（供佛、三皈五戒）Sakyamuni Buddha's Sacred Birthday (Offering To The Buddhas & Receiving Threefold Refuge With Five Precepts)
15.05.22	四月十五	卫塞节仪式、供佛 Vesak Celebration & Offering To The Buddhas
待定 To Be Confirmed	四月初八至廿九	华严法会 Avatamsaka Dharma Assembly
待定 To Be Confirmed	四月十四	传灯 Light Transference Ceremony
待定 To Be Confirmed	四月廿九	供天 Offering To Heavenly Beings
03.06.22 – 05.06.22	五月初五至初七	精进佛三 3-Days Amituofo Mindfulness Retreat
17.07.22	六月十九	观世音菩萨成道日（供佛、皈依）Guanshiyin Bodhisattva's Enlightenment Day (Offering To The Buddhas & Receiving Of Threefold Refuge)
29.07.22 – 26.08.22	七月初一至廿九	地藏法会 Ksitigarbha Bodhisattva Dharma Assembly
12.08.22	七月十五	佛欢喜日（供佛）Day Of Buddha's Rejoice (Offering To The Buddhas)
26.08.22	七月廿九	地藏王菩萨圣诞（供佛）Ksitigarbha Bodhisattva Sacred Birthday (Offering To The Buddhas)
27.08.22	八月初一	联合供佛 Offering To The Buddhas
02.09.22 – 04.09.22	八月初七至初九	精进佛三 3-Days Amituofo Mindfulness Retreat
03.10.22 – 24.10.22	九月初八至廿九	药师法会 Medicine Buddha Dharma Assembly
14.10.22	九月十九	观世音菩萨出家日（供佛、皈依）Guanshiyin Bodhisattva's Renunciation Day (Offering To The Buddhas & Receiving Of Threefold Refuge)
24.10.22	九月廿九	供天、药师佛诞（供佛）Offering To Heavenly Beings & Medicine Buddha's Sacred Birthday (Offering To The Buddhas)
10.12.22	十一月十七	阿弥陀佛诞（供佛、三皈五戒）Amitabha Buddha's Sacred Birthday (Offering To The Buddhas & Receiving Of Threefold Refuge With Five Precepts)
11.12.22 – 25.12.22	十一月十八至十二月初三	无量寿法会 Immeasurable Life Dharma Assembly
30.12.22	十二月初八	释迦牟尼佛成道日 Sakyamuni Buddha's Enlightenment Day
31.12.22 – 02.01.23	十二月初九至十一	精进佛三 3-Days Amituofo Mindfulness Retreat

日常诵经时间表 DAILY CHANTING SCHEDULE

日子 Day	时间 Time	活动 Events	
周一至周日 Monday – Sunday	早上 5:30 am 下午 4:00 pm	早课 Morning Chanting 晚课* Evening Chanting*	*农历单日 — 诵阿弥陀经 / 双日 — 诵八十八佛 *Odd Days Of Lunar Month — To Chant Amitabha Sutra Even Days Of Lunar Month — To Chant 88 Buddhas' Text
每逢周三 Every Wednesday	晚上 7:00 pm	普门品、拜愿 Chapter On Universal Door, Aspiration Prayer	
每逢周六 Every Saturday	下午 2:00 pm	普贤行愿品 Chapter On Samantabhadra Bodhisattva's Practices & Vows	
每逢周日 Every Sunday	上午 9:30 am 上午 10:30 am 下午 2:00 pm	普贤行愿品 Chapter On Samantabhadra Bodhisattva's Practices & Vows 供佛 Offering To The Buddhas 金刚经 Diamond Sutra	
每逢佛菩萨诞 Every Buddha/Bodhisattva's Sarced Birthday	上午 9:30 am 上午 10:30 am 下午 2:00 pm	依佛诞而定 According To The Buddha/Bodhisattva's Sacred Birthday Chanting Arrangment 供佛 Offering To The Buddhas 依佛诞而定 According To The Buddha/Bodhisattva's Sacred Birthday Chanting Arrangment	
每逢初一、十五 1st & 15th Day Of Each Lunar Month	上午 9:30 am 上午 10:30 am	金刚经 Diamond Sutra 供佛 Offering To The Buddhas	
每月的第一及最后一个周日 First & Last Sunday Of Every Month	下午 2:00 pm 下午 4:00 pm	金刚经 Diamond Sutra 晚课 (大悲忏) Evening Chanting (Great Compassion Repentance)	
每逢公共假日 Every Public Holiday	上午 9:30 am 上午 10:30 am	金刚经 Diamond Sutra 供佛 Offering To The Buddhas	
二月初八（释迦牟尼出家日） 六月初三（韦陀菩萨圣诞） 8th Day Of 2nd Lunar Month (Sakyamuni Buddha's Renunciation Day) 3rd Day Of 6th Lunar Month (Skanda Bodhisattva's Sacred Birthday)	上午 9:30 am 上午 10:30 am 下午 2:00 pm	普贤行愿品 Chapter On Samantabhadra Bodhisattva's Practices & Vows 供佛 Offering To The Buddhas 金刚经 Diamond Sutra	
每周四 Every Thursday	晚上 7:00 pm – 9:00 pm	精进念佛（五楼念佛堂）Amituofo Mindfulness Practice (At Buddha Mindfulness Hall, Level 5)	
每周五至周日 Every Friday – Sunday	下午 2:00 pm – 5:00 pm		

为方便大众祈福，增福延寿，本林增设消灾延寿禄位，大众可预订恭请法师单独讽诵《药师经》一部。
For the convenience of devotees, the Lodge has set up altars with tablets for praying for blessings, increasing of merits, eliminating of disasters and extending of life. Devotees may also book private recitations of the Medicine Buddha Sutra by Venerables.

以上信息若有变动，请以本林网站及布告栏公布信息为准 ※ Please check the Lodge's website and notice boards for any last-minute changes to the above information