

# Blissful Culture

幸福文化季刊

二零二三年四月版

94

欢迎助印 季刊赠阅



不打妄想，保持净业，  
就是定，定就是不动。

要修无修相，觉无觉  
相，不离一切法，不执一  
切法。



【圣开导师法语】

# 幸福文化季刊

- 导师 : 圣开导师  
发行人 : 许丽珠  
发行所 : 人乘佛教幸福文化讲堂  
Jen Chen Buddhist Blissful Culture Centre  
地址 : No.30 Lorong 27 Geylang  
#05-01/02 Citiraya Centre  
Singapore 388164  
电话 : 62921800 / 67431030  
编辑 : 幸福文化季刊编委会  
网址 : [www.jenchenblissculture.com](http://www.jenchenblissculture.com)  
电邮 : [contactus@jenchenblissculture.com](mailto:contactus@jenchenblissculture.com)  
排版印刷 : 青龙印刷私人有限公司  
Chin Long Printing Pte Ltd

版权所有 本刊图文  
未经同意请勿转载  
MCI (P) 015/07/2022

非卖品

# 目 录

<b>人乘佛教</b>	
圣开导师问答	3
<b>文章摘录</b>	16
<b>趣向光明</b>	
陈明安老师随缘开示摘录	17
<b>活动资讯</b>	34
<b>清凉园</b>	
在善恶对错中解脱	35
人生的意义是什么	39
<b>中英对照</b>	
学佛修行不可争强好胜	45
Learning Buddhism and cultivation cannot be competitive and feisty	49
<b>助印季刊祝福偈</b>	55
<b>幸福文化二维码</b>	56



## 圣开导师答问



圣开导师

问：请问师父宇宙间的因果法则如何而来的？是由谁规定的？

师父：宇宙间的因果是人造的，谁规定的？是人自己做的没有谁跟你规定，就是你自己做了

就形成了因果的业报，没有谁规定你，只是佛陀告诉你，说你这么做是会背因果的，你种恶因就收恶果，你种善因就会收善果，佛陀告诉你，就是我们不要种恶因，我们要离开因果，要这样子才可以，不能够违背因果。

问：请问师父开示如何在日常生活中运用八正道？

师父：八正道，我们在平时我们就要动中修，你无论在任何地方要有正念，我们随时心念要正，要端正，所谓正念，反过来说我们就是没有邪念，不能有任何的邪念就是正念。还有正业，就是我们所做的所造的事业，我们要去做正业，不可以做邪业，什么叫邪业呢？就像杀生、偷盗、邪淫……做一些坏事叫邪业，这个业是事业的业，刚才正念的念是观念的念，正念那个念就是我们的思想、我们的看法、我们的见解、我们的观念，我们要正确，我们常常保持无念才是。所谓正行呢？我们的行为要做端正，不可以

偷人、不可以抢人、不可以骂人、不可以嫉妒、不可以贡高……，太多太多的坏事都不要做，我们的行为就端正了。正行为还有正语，我们讲话不可以骂人、不可以骗人、不可以胡言乱语的讲话，就要讲得规规矩矩的正当的话，不正当的话我们就不可以讲叫正语。还有正命，我们要靠正当的生活，正当的事业来维持我们的生活，我们不可以以邪命来维持我们的生活，什么叫邪命呢？比方说看相、算命或者种种欺骗别人的这一种行业，或者杀生害命这些种种不好的行业来维持我们的生活，那就不好了，所以正命就是要做到有正当的职业来维持我们的生命。

最好呢关于很多的问题，名相方面的话，可能就要看书本才记得那么多。

问：请问师父出家的意义？

师父：出家的意义，出家的意义很多，要离开五欲六尘之家，我们心里边每一个人有贪嗔痴杀盗淫，被这些罪过把自己枷起来不得自由，出



家也就是求得自由的意思，求得解脱的意思，叫出家。出家有四种意义：一种身出家心也出家，身心都出家；一种身不出家心也出不了家，身心都不出家；一种身出家心不出家，穿上这个衣服他心没有出家；一种心出家身出不了家，他在家，居士他心出家了，可是家里边太太、小孩要吃饭那怎么办呢？出不了家，有这四种意义。

所以出家简单说也就是要离掉五欲六尘，贪嗔痴烦恼、杀盗淫之家，那么这个就是出家的意义。



那假使我们能够做到身心都出家解脱了，出家做个法师了当然很好啦！假如做不到一个法师，你出家了修小乘也很好，至少说社会上减去了不好的人也是可以。不过出家是不容易，要出家那就做个大心菩萨，出了家以后弘法利生的事情，把所有过去的一切统统舍掉！都舍了，不好的都舍了，出家以后重新做人，那么能够做到说放下屠刀立地成佛，虽然是鼓励之词，确实要出家了才能做得到。

问：请问师父您鼓励弟子出家吗？如果父母不答应您能劝告弟子回心？

师父：做师父的人是劝每一个弟子都要出家，劝你们大家都出家，为什么道理？刚才讲了有四种出家，那你们能够做到心出家身不出家那就可以，不会劝人家说你统统不要出家，师父不能劝这样子，这个是有罪过的事情。你身心都没有出家，在烦恼苦痛中生活，师父很不忍心，所以师父是会劝人出家，不过劝人出家，我们劝人

能够身心都出家，你心也出家，身也出家，那么当然很好，你做不到身心都出家，那你就心出家身不出家也可以。那假使说在佛法的道理来说劝人不出家，这是一般不懂的人才会这样子，懂了这个道理的人是不会阻止人家出家的。但是出不了家的人我们也不能够勉强说你一定要出家，我们不能这样讲，释迦牟尼佛在佛经里讲，释迦牟尼佛在多生累劫以前第一次出家那个时候，他第一次要出家，他的妈妈就为难他一天一夜，这一天一夜，那么这个要出家的，他就是释迦牟尼佛的前生，不得自由，后来他妈妈就遭了五百世穷人之报。五百世以后碰到释迦牟尼佛成佛了，释迦牟尼佛知道说她就是我五百世以前的妈妈，那个时候她为难我不准我出家，所以她受了五百世的报，虽然是受报，可是她毕竟是生过了佛身，所以她还是有她的功德，佛跟她授记说你到什么时候将来一定成佛，佛的名字叫什么。所以这一点做师父的人不一定说劝人家出家与不出家，随缘随顺，人家要出家，做师父的人不能够



阻止，任何人阻止他要离开这个苦恼的世间，要求解脱，你不要他解脱那个罪过是很大！就等于一个人要离开地狱，你不让他离开，这个罪过大不大？你想想看！假使他出家了，他解脱了，或者以后就不会下地狱了。那不出家或者做很多坏事，一直做下去，那不得了，譬如杀生啊！很多很多的这个罪过自己做了都不知道，那么这样子会很危险。

所以做师父的人不会劝人家出家不出家，随缘，人家要出家不反对，你不出家我不勉强，我

劝你一定要出家，这是做师父的态度，是这样子。

问：弟子工作关系要拿昆虫来做实验，我每天为这件事情非常苦恼，请法师指引要如何？

师父：你是为了救人，救世，救助众生，你就是每天去拿昆虫做实验，这是没有罪的，你不要紧张不要怕。因为你把它做实验是帮助政府，来取代化验是哪一种昆虫可以产生什么效果，那么这样子会制造医药的一种方便，我想这个是没有罪的。在前年，我在省政府那个农业改良所，试验改良所，它那里面有很多的博士专门是杀昆虫解剖昆虫来研究的，那么提出一个问题，跟你提出一样的，那也是跟他答复，他们觉得很高兴这样子才通了，不然的话我们研究这个科学研究医药那不是造业了吗？所以佛法是不违背一切善法的。

问：烦恼即菩提，生死即涅槃，娑婆即寂光净土的意义？

师父：烦恼即菩提，生死即涅槃，娑婆即寂光净土，这个是真确实是这样子的。比如说生死我们知道，这个生死就是我们心里面每天起了好多好多的妄想念头，你每天在修行，把心里面的众生度尽了，那就是涅槃了，所以生死即涅槃，就是这个道理。你没有生死哪里有涅槃呢？就因为生死反面就是涅槃，就是佛与众生，一样的道理。因为众生才有佛，佛是因为众生而有的，同样的道理。烦恼即菩提，烦恼就是生死，刚才讲的，心里面生死、生死一天到晚妄想杂念好多好多，那么这个生死就烦恼，这个度尽了烦恼，没有烦恼了，马上也就是涅槃了，马上就是菩提。我们心里面所生出来的一切妄想烦恼，把烦恼度尽了，那么就是涅槃，就是道。如小乘的苦集灭道，苦啊！我人生很苦，很苦很苦，苦是从哪里来？苦就是集，什么是集呢？就是一切的众生集起来的就苦了。我们要离苦，我们要证到道很简单，只要把这个苦，这个集啊，通通把它灭了，没有了，那就道了。所以这个道也是涅

槃，也是寂光净土，也是菩提，那世间我们所看到的处处都是众生相，是众生世间，苦海无边，金刚经里面有一句话，假使我们把这句话了解了，马上你就证到寂光净土了。“凡所有相，皆是虚妄，若见诸相非相，即见如来”，我们所看到的一切物的相，人的相，一切众生相，我们看起来好像有这么回事情，可是这是虚妄的，你马上把它看破了，你就证道了，你以非相来看它，你就证到寂光净土。所以有人念佛，希望求生西



方极乐世界，其实念佛要到西方极乐世界，还要阿弥陀佛来接引你，你才能够去，还不容易不简单。只要你能够掌握一个原则，那寂光净土在哪里？寂光净土遍满虚空法界，所以我们众生就是被一切现象所欺骗，现在你能够把所有的现象、一切的现象都能够把它看破了，那你马上就入寂光净土了。这个寂光净土是不生、不灭、不垢、不净的，你们要到寂光净土很简单，我告诉你们一个方法，这个手举起来了叫什么？大家讲啊！手举起来了，是不是，手举起来了，现在手放下来了叫什么？举手是生，手收回是灭，我不举出来就不生也不灭了，这么简单，不生不灭就是寂光净土。你想想看，要生到寂光净土是不是很容易？我们修行心里面不要生起来，不要一直生灭、生灭、生灭，常常保持寂净常乐，这就是寂光净土。其实修行太容易太简单了，就是这个容易为一般众生所不能接受，这种简单到你不能相信，所以才有天堂地狱。不然的话，时时刻刻都在寂光净土那不是就很好了吗？所以你要知道，

就是因为佛陀时代讲这个道理这么简单，众生不能相信，这么简单众生做不到。所以佛陀讲说阿弥陀佛，西方极乐世界你念佛就能去啊，就用这种法门跟你讲，所以要讲起来很简单，你们每天只要照着师父刚才所讲的这个道理，每一个人每天都在寂光净土。所以人乘佛教，人家说人乘佛教很浅很浅，因为人乘佛教就是鼓励人到寂光净土当然很浅啊！我再重复一遍，这个手伸出来是生，这个手收回来是灭，我又不伸出来不生不灭，保持这样子就没有事情了嘛！所以人乘佛教有一首歌叫扫地歌，这个扫地歌，天天把心地扫干干净净，不生不灭，那不是就在寂光净土吗？我们大家再来唱扫地歌，预备唱：扫地扫地，扫我心地，扫尽虚空，不留余地，从里至外，自他两利，扫地扫地，扫我心地。

把心地扫干净，不就是寂光净土了吗？

文章取自台湾《与佛同在》刊物





问：什么叫福田？

答：地上的田，有生产农作的用途，人若行善修福，犹如农夫种田，能得福报，故叫福田，福田有三种：

- 一、对佛菩萨缘觉声闻沙门行供养，叫敬田。
- 二、对父母师长行供养，叫恩田。
- 三、对一切穷困苦难，行慈济布施等叫悲田。

绘图：丘慧珍



# 文章摘录

陈明安老师说：

## 落实的磨练才能变成智慧

其实修行最重要的，是把所听到的，尽量在生活中去落实，经过落实的磨练，才能真正变成自己的智慧。

摘录自本期幸福文化季刊：陈明安老师随缘开示摘录



## 陈明安老师随缘开示摘录



陈明安老师

### 因缘的存在价值

问：老师，您可不可以解释：看山是山，看水是水；看山非山，看水非水？然后，又是看山是山，看水是水。

老师：一般人是看山不识山，看水也不认识水，不是这个是不是的“是”，我讲的识是认识的“识”。

一般人是看山不识山，因为他们去看山的时候，只是游山玩水，所以看山玩山，看水玩水；有智慧的人不是，有智慧的人看山，那山的那一种镇定，山的那一种定力，山的那一种自然形成的美丽，会反问自己：我有没有自然，我有没有定力。

一般人看到海的时候，只会玩水，看水会玩水，不知道水的美德，水可以让人止渴；水也可以让人洗涤，让身体干净；水可以滋润万物，海里是不是有很多鱼？有没有滋养很多鱼呀，对。水也是最勇猛的，它不断地一波接一波往前冲，我们人没有这种勇猛，你有没有看过海浪停止的一天？没有，海浪永远都存在，永远向前，而你对你的愿力，对你的理想，有没有像海浪这么勇猛？没有。海水可以净化一切，你有没有想想自

己，我烦恼痛苦这么多，我有没有像海水这样，自己净化自己；海水底下最静，我的内心有没有像它这么宁静，有没有像它孕育万物，包容万物？没有。

所以，看山的人不识山，只会玩山；看水的人不识水，只会玩水。

看人不识人，为什么看人不识人？因为他只是看到人，不知道人的作为是真正那一颗心在作为的，不是人在作为的。一个人所有的行为，你只是看到他的行为，你没有看到他的心态，是不是？所以看人不识人，不认识他啦，只是看到他的外表而已。

那你问的，看山不是山，最初是看山是山，修了一点点的佛法，就看山不是山，等到有一天开悟解脱了，哎！看山还是山啦，是什么原因你知道吗？因为没有学佛修行，看山是山，就像我刚才讲的，“没有错呀，是一座山，那这山真的有长很多草木！”他只是看到外表。开始学佛一

段时间了，看山不是山啦，为什么看山不是山，  
“那都是因缘和合的，那都是假的啦！”看山不是山了。有一天开悟了，欸！看山又是山了，为什么看山又是山？因为他已经开悟了，没有真假可以骗得了他，真真假假骗不了他啦！但是，现在因缘确实存在，它有它的价值存在，现实价值存在！

(2006年3月15日于新加坡)



## 金刚经

问：请您解说，“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”佛为什么这样教示？

老师：“一切有为法，如梦幻泡影”，本来就是这样的。我们在梦里面，“哇！好感动哦！好精彩哦！”一醒来，什么都没有，什么都是假的。那个泡泡，看起来这么大，“啵！”没了，破了就没了，就好像你的梦醒一样。

“如露亦如电”，你看那个电，闪光下来好像是有，一瞬间又没了。那个露珠好漂亮哦！但是太阳一上来，它就愈来愈小，到最后蒸发掉又没了。它就是在跟我们人讲，叫我们人不要执着，你看这些东西都是有为法，那都是假的，没有一样是真的，你不能执着。

“应作如是观”，叫你放下，静静地在那边看着它，这样就好了，叫你有为法要放下，这样你的内心才会如是观。

问：说是假的，意思是说都是因缘所生？

老师：对！没有实性，都是因缘所生的。

问：不是代表没发生过，而是说因缘所生？

老师：都是因缘所生，不是没有发生，就是那个发生也是因缘所生。曾经有发生，那个发生过也是因缘生出来的。

### **善护菩提要先修福慧**

问：当我们知道要怎么去做一件事情的时候，就要去做？

老师：马上去做，马上去做，没有去做就是错过自己的内在因缘，你就是没有善护菩提啦！你就是没有去护，怎么说没有去护？你要修菩提就要先修福慧啊！你内在生一个善念，结果你没有去做，那善归善，你没有增长福慧，最后那个因缘就错过了，是不是？

问：我们如果发一个善念没马上去做，等于没发一样哦？一下子就错过了。



老师：本来就是啊！你好像是在开那个芭乐票，领不到的，想得很好都没有去做，那不是开芭乐票吗？领不到钱的芭乐票啊！因为很简单，我很坦白跟各位讲一句话啦！我们都不是一个解脱的大菩萨，我们都还是苦海中的众生，就要点点滴滴去做，不可因为小善而所不为，不可因为小恶而所为，这样就对了，这样就是在增长你的福慧，这样是消掉你的业啦！

问：老师，就是要修福修慧，修福修慧也可以消业，是不是？

老师：对啊！智慧能够消业，福不能消业，善恶如秤，你的福报比较大，这个业就翘起来，是翘起来而已，不是代表没有了。

问：那福大业大，就是因为有有福报的时候没有智慧吗？

老师：福报大业障就大，原因就是世间的法，很多世间的众生因为他福报太大了，不懂得修行，贪恋享受荣华富贵。



问：看不破吗？

老师：对啊！像那个石油王国的那些大富翁，来新加坡，带十九个老婆来，又带四百个随从，一天好像要花六万的坡币，吓死人！他们的钱花不完啊！他们的钱都好像自来水从底下冒出来一样啊！

问：虽然是花不完，但是福报却消掉了？

老师：消掉了，他一直花一直在消他的福报。花不完的人就是什么？修行的人啦！弘法度众，弘法度众福报很大哦！

## 关于“找回生命的原点”之问

问：我们为什么要找回生命的原点？

老师：我们人就是思想被污染了，多生累劫我们的思想都一直被污染，污染了的那些种子就放在你的第八识阿赖耶识里面，所以你就不得解脱了。因为就是你的思想被污染了，住在人间，污染人间的思想；住在天上，污染天上的思想；住在鬼道，污染鬼道的思想；住在畜生道，污染畜生道的思想，你想想看是不是？事实就是这样。所以，你看人类就知道，也有那种人如畜生的质地，很恶劣的；也有人他的心非常的善良，嫉恶如仇，那就是属于天神，这些你在人间就可以看得到，为什么会这样？这就是众生过去在六道里面轮回，就有习惯性的习气。尤其刚从畜生道起来做人的，刚从鬼道起来做人的，那个一看就知道，怎么说？恶劣的习气特别重，特别没有福报，尤其鬼道刚起来的，地狱刚起来的，甚至有的头脑有问题。所以做人时要建立正确的思想观念来改造自心，回复你的本心。

问：我们为什么要建立正确的思想？

老师：当然啊！正确的思想就是说对这个法的认知、个人的品行……种种方面，你要一项一项去建立起来。

问：自心善恶明判，是说自己知道善善恶恶的行为？

老师：明心立志。听起来很简单，很多人不知道我在讲那个是什么意思。你的心要明明白白啊！要了解这个心，就是要觉照，你有觉照才知道怎么做，才有办法立志啊！

问：身心一致而行，达到身心合一？

老师：对啊！你的思想如果正确了，没有不良的执着跟嗜好，那慢慢你就会开始统合，身心就慢慢开始一致了。

问：像我们在平常的生活里面，假使说我们就可以这样修，睡觉也没问题，就会养成一种习惯了。平常时还有理智的成分，因为自己知道，所以就不会被它拖着去做。

老师：对！

问：养成习惯以后，慢慢……。

老师：你的觉会愈来愈利，会进入到梦境里面，若你没有养成这种修法的习性的人，睡着了就没有了，是不是？

问：所以要靠平常时。

老师：是啊！念佛的人也一样，念佛的人他白天活在念佛，如果没有养成习惯的话，晚上在睡觉的时候就不知道念，那如果刚好晚上睡着的时候死了的话，刚好没解脱，因为他那时候没有在念佛嘛，对不对？所以应该怎样？训练我们的觉力，时时刻刻念念念念，念到连晚上在睡觉的时候也在念，那个念就是有觉力在嘛！我们修法的人也一样，保持清净，觉照力在，慢慢地养成习惯。

你的念头也是一样慢慢染习出来的，你刚刚出生的时候，有念头吗？没有嘛！但是你过去染习的就有很多种子在里面了，那么这一世开始，



你的六根慢慢成熟了以后，一直染一直把你触动，你八识田中的种子一直出来，一直跟外在这个境界一直相应，一直相应，你内在就一直延生，自己就一直延生，就像一枝草，草籽把它种下去，只是一颗草籽而已，生出来是一大丛，接下来还会延生欸！是一样的意思嘛！所以我在“找回生命的原点”里面才会讲一句话，“生来清清白白，死后也要明明白白”，那就是在劝大家：不要生来清清白白，死后都不明不白，事实就是这样，一万个中看有没有一个明白的，我看

还是不太可能欸，有哪一个要死的时候能清凉自在地说：“再见！”

我时常在讲一句话，要死也要死得潇洒一点，不要生来哇哇叫，死时也哇哇叫，就像我讲的，从我的哭声那一天开始我的一生，从别人的哭声结束我的一生，我这样讲你听懂吧？从我自己的哭声开始我的一生，从别人的哭声结束我的一生。很奇怪哦！很可怜哦！人就是这么可怜，但是为什么大家都悟不出来？大家都想不出来？是不是这样？哪一个不是这样的你跟我说，哪一个不是这样？除非那是乘愿再来的诸佛菩萨啦！哪一个凡夫众生不是这样，很简单两句话，结束你的一生，哪一个明明白白的？很少很少。

### **做人是一种雕刻 讲话是一种的艺术**

问：我有时候都感觉每天都在做同样的事情，每天早上起来，从那个床爬起来那个动作，好像每天都在做这个爬起来的动作一样。

老师：就是将自己调整好，起居生活正常，

所以我过去时常讲一句话，做人是一种的雕刻，讲话是一种的艺术。我讲的这样听起来很简单哦！为什么说做人是一种雕刻？比喻，大家都说要跟着师父嘛！对不对？好啊！我们就要雕刻自己一直愈来愈像师父，雕刻自己，把自己雕刻得愈来愈像师父，对不对？所以做人是一种雕刻。你说我很钦佩观世音菩萨，你就要一直雕刻自己像观世音菩萨，这样有一天你就会像观世音菩萨。

讲话是一种的艺术，艺术的东西就是会让人家欣赏，你讲话就要怎样？善巧。很深的佛法不用讲得很深，讲得很平淡，能够很简单他就懂，这样最好！

### **同性恋是一个人的习气跟思想观念的问题**

问：老师，像现在的社会，那个同性恋愈来愈普遍啊？

老师：那是业啦！其实这在社会上来说也没有什么，怎么说？这是一个人的习气跟思想观念



的问题而已，但是因为这个思想观念如果感染了，他自己以后会拔不开，会养成一种种子，变成里面种识的种子，未来世中他会产生很大的困扰，为什么会产生很大的困扰？万一未来世中他出生到一个没有同性恋的国家，但是他有这种的倾向，是不是他会受到很大的压力跟指责？他会很痛苦，对不对？甚至以后他如果在种子还没有浮出来之前，女的已经嫁人了，但是嫁人



以后那个种子才浮出来，这样一来就会产生很大的问题！男的也一样，断袖之癖，娶妻之后才发生，这个种子这个习气出来，你看那不是很困扰的事情吗？那叫做自造作不可为啊！

问：像有的人他好像生来就不喜欢自己这个身体啊！

老师：往昔就已经有那个种子在里面，所以他才会生来就已经有那个偏好，有那个同性相吸的嗜好啊！

（于 1999 年 12 月 2 日）

### **落实的磨练才能变成智慧**

其实修行最重要的，是把所听到的，尽量在生活中去落实，经过落实的磨练，才能真正变成自己的智慧。没有在生活中落实，去运用，去体验出来的话，那所听到再深的佛法，也都只不过是一种知识，只不过是增加见闻而已。

（于 2006 年 4 月 27 日）

## **家庭是夫妻共同的责任**

一个家庭不是谁的责任，是共同的责任。要摒弃个人的意见，共同来找出家庭的问题是出在哪里，共同来弥补，共同来产生一个理想和目标，这样才能够解决。

## **修行的重点就是觉照清理内心**

“黄金不为贵，只怕没智慧，有慧随行宝，天天没烦恼。”你就知道学佛修行的重要。我们就是因为没有智慧才会将那些垃圾收进来。修行的重点，就是在清你内心的杂念垃圾，就是觉照清理内心。

## **善恶因缘，自然淡泊地去接受**

我们看东西，恶因缘就是善因缘，善因缘过分地得意，这样就会变成恶因缘。任何事情，我们就是自然淡泊地去接受就好，有智慧的人，恶因缘也会变善因缘。

文章取自台湾《与佛同在》刊物

想进一步了解如何学佛修行、  
解脱烦恼、净化人心、增长福慧、  
创造光明幸福的人生吗？

人乘佛教幸福文化讲堂

每逢周六下午4:00 正至傍晚6:30为成人、  
青少年与儿童举办学佛益智共修活动

欢迎您前往参加

No. 30 Lorong 27 Geylang  
#05-01 / 02 Citiraya Centre  
Singapore 388164  
Tel: (65) 6292 1800 / 6743 1030

欲知详情，请上网至：

[www.jenchenblissculture.com](http://www.jenchenblissculture.com)

网址上的“我们的活动—周六活动表”查阅

或电邮查询

Email : [contactus@jenchenblissculture.com](mailto:contactus@jenchenblissculture.com)



## 在善恶对错中解脱

蔡居士

问：面对情趣起时，除了转念还有什么方法？

答：转念，再怎么转也是念。你不是去转念，不是去转化问题，不是去解决问题，而是发现问题本身不存在。当你不再投射的时候，它就不存在了，是不是？它只是个投影而已，一个呈现而已。如果你要去纠结，纠结不完。你只要心中存有那种“正义魔人”，看到什么都不爽，每一个人都是错的，只有我对。你相不相信？

我讲过，每一个人都是你的投射，你也是别人的投影，所以不用去想那么多。镜子照到杯子，是不是镜子里面就有杯子的影像？对不对？这样有没有影像？（讲者将镜子转向居士问）

（答：没有）有啦！你不是在镜中吗？那为什么说没有？因为你执着的東西不见了，但是它一直



有影像，只是你的执着不见了而已，懂吗？它一直都是影像的，就像你一直都有念头，只因你执着的东西太多，所以才会想不开，是不是？所以你的 OS（内心独白）是怎么来的？因为你所执着的东西而来的。所以你在这个里面可以沉沦，可以成为你的习性业力、你的障碍，也可以成为你觉悟的一个缘起，是不是？但看你怎么面对，是观念态度的问题，不是事情的问题；我可以在这里面沉沦，也可以在里面觉悟。我说沉沦的意思是，你会给他贴标签，我之前有讲“投

影”是自然呈现；“投射”就是贴标签，贴标签——“他就是怎么样”、“他就是什么样的人”、“他就是什么事”、“他就是欠修理”、“他就是贪心”、“他就是无理取闹”……，有没有？贴标签，投射就是贴标签。

镜子什么时候没有影像？影像就是投影，只是自然的呈现，因为它无碍、因为没有投射出去；就好像只要你没有投射出去，就只是单纯的投影、只是自然的呈现一样。那为什么你会 OS？有投射才叫 OS，那我问你，这是谁的问题？如果你发现到问题本身不存在时，你还需要转念吗？还需要催眠自己“他就是怎样怎样……”吗？你是在给他找理由，还是给自己找理由？你是在给他找借口，还是为自己找借口？讲好听是为他找借口，其实是你在为自己找借口，在催眠自己。

如果你不投射出去，是不是慢慢就淡化？还有什么东西可以动摇你？没有，这才叫做如如不动，不是你们不动。你可以叫影像不动吗？可不

可以？不可以，我叫你不要动，你还摇头，是不是？所以表示你没有办法主宰影像，对不对？你就是要主宰影像不可以动，它根本不受你控制，但是你却硬要叫它不动，烦恼就是这样生出来的，所有的痛苦烦恼，就是这样生出来的，知不知道？

顺你的意叫做善，不顺你的意叫做恶；顺你意的叫做好事，不顺你意的就是坏事，哪有好坏？在每一个好坏里面，能够解脱才最重要，所以对错不重要，解脱才重要。不然慧明去追惠能的时候，“欲夺衣钵”这件事是对还是错？他想要夺衣钵，对不对？最后因为夺衣钵这件事情，被惠能开解而解脱开悟，错变成对。所以你还要一直去纠结谁对谁错吗？对错有重要吗？能够在对错里面解脱出来才是最重要的，是不是？

（讲于 2021 年 4 月 11 日）

文章取自台湾《与佛同在》刊物





## 人生的意义是什么

蔡居士

人与动物之间，不同在哪里？都是生命，差别在哪里？

动物，它有空间的观念，但是鲜少有时间的观念，它只会看到眼前呈现的东西，肚子饿了知道要去取食，看到好玩的会去追逐，看到害怕会逃走，这样子而已；但是它没有时间的观念，它不会为明天去计划，它不会存明天的粮食，它比



较不会想到以后的事情，虽然它有记忆，但是它不会去计划。那人呢，差别在哪里？人，会思考，多一个思维，灵性的思维；但是多一个灵性的思维，我们做人人都把它错用了，用在计划明天，计较昨天，然后要怎么样获得更多。他看到的也是很短暂的眼前而已，最多看到明天、下个月、明年。真正让你有所知道的灵性，是让你知道，人从开始到结束，但是我们很少去想到这个点，动物完全不会想到这个点，但是人可以想到，只是从来没有去想。

前天我在讲佛法的时候，写了一首偈：

“出生之时，  
烦恼何在；  
临终之时，  
得失何用。”

当你刚出生的时候，你有烦恼吗？没有烦恼。其实人的天性是没有烦恼的，所有的烦恼是

来自于后天错误的学习。

你知道你的烦恼从什么时候开始的吗？从你计划要得到什么东西，要追求什么东西的时候，开始有烦恼。

当你还没有什么追求的时候，你的心是很自在的。那为什么你会追求这一些？你的长辈、你的环境，这个社会在教育你，要去追求名，追求利，要赚更多的钱，爬更高的位置。所以你才有这些错误的学习，然后造成人生很多的痛苦，你的痛苦就是这样来的。

那么我们生而为人，应该怎么做？怎么去完成人生的意义？我也讲过，只要有出生，就有死亡，只要你出生就注定一定会死亡。“那我的人生是以死亡为目的”，有人有这样的目的吗？我的出生是为了死而出生的？不是！既然人出生最后的目的不是为了死亡，那么它的目的、意义在哪里？在这整个过程，这个过程才是人生的意义。那么人生的意义是什么？我曾经讲过一个主



题，叫做“人生酬业，负业修行”，我不想当人，不想出生，不想出生这么痛苦，为什么我还是来了？谁叫你来？我舍不得走，那为什么还是偏偏要走呢？都不是你能作主的。

你现在所呈现的一切，都是你过去无量的选择，过去无量的选择总和变成今天的你，所以今天的你所做的选择，将来必为今天所做的选择买单，所以你为了将来如何，你现在应该怎么做？如果你未来想要得到解脱、开智慧，那么你现在

应该怎么做？什么都不要做，然后就会得到？不去努力，不去学习，就会得到智慧，就能够解脱吗？

学佛修行没有分久学跟初学，只问你觉与不觉，如果学再久都没有一点觉悟的观念，你只是依样画葫芦，是跟班的而已，你也不知道在干嘛，是凑热闹。只要你有所觉悟，两三句话就解决了，你看很多经典、公案，《六祖坛经》里面那些跟祖师对话的，哪一个不是三五分钟就解决了，而且从此此生没有疑问。

但我们为什么问题那么多，每一次都帮你解决完了以后，下次同样的问题还是会发生？出在哪里？你们找到方法，然后用过后就放了。找到方向，达到你的目的以后，你就忘了，那你就算学了，不要说两三年，二三十年，一辈子都一样，没有用。如果你能够用，当下就可以用，从此你人生就翻转。

我发现很多众生都有一个毛病就是只想要好，不想学，不想付出，但是我什么都想要，就是人心的弱点——堕落。有的人就说“我的根器不好，我能力不好”，这跟能力有什么关系？事无大小，但看你的初发心。

我最近都跟年轻人讲一句话，“我们没有能力做大事，但我们可以用大悲心做小事”，事无大小，发心最重要，只要你习惯这种发心，将来有大事，你就会做，因为现在你能力不够，所以没有那个因缘，但是你现在就要培养你的角度，有智慧的角度，哪天成熟了，你才有机会。就像你平常不练习挥棒，我今天投好球给你，你也打不中，不要说全垒打，连打中都有问题，是不是？

（讲于2019年9月15日）

文章取自台湾《与佛同在》刊物



## 学佛修行不可争强好胜

觉行法师

我们一般人，自幼年起，就想要做一个表现优异，才能出众，能够超越别人的人。

很多人从小的个己志愿如此，长辈的教育也是如此，这本是一种鼓励教育，教人要立志，要有上进心，才知努力学习有用的知识和生活技能，这是没有错的。但是有些人，因太过执着之故，以致养成一种处处喜爱表现自我，和争强好胜的习性，所以，等他们长大成人，无论走到哪里，与人相处，或工作上，都以这种心态，常常于不知不觉中，就会显露出，想表现自己才能优异，超群出色，想要胜过别人，而且他们常以这种表现，来自我肯定，来满足自己。

由于现代是一种互相竞争的社会，所以，这种思想观念，早已被认定为现代人都应该具备的。在当今的社会，想求生存，若不懂如何表现自我，如何争胜，如何超越别人，似乎会被社会

淘汰的。而因大家都已公认这是正确的思想观念，也就没有人去怀疑它，更没有人去觉察到它是不是处处都适用。

所以，很多人来学佛修行，竟也用这种爱表现自我，和争强好胜之心来学习。从一开始，学习佛理，就非常“认真用心”地吸收知识，而且十分努力地不断听闻，一段时间下来，便认为自己懂了很多，因此很快就能说出一套道理。若学习修法，也一样想要很快修出成绩，因为他们认为，但凭自己一向都极优异的能力，什么也难不





倒的，必定很快就能取得最好的成绩，所以，一定要很快就超越别人，而表现第一。结果，他们完全不知道，学佛修行这一件事，最忌争强好胜，想要表现自我。因为修行，是要修“无我”，唯有懂得学习“无我”，才能与佛法相应，才能觉悟解脱。

凡夫众生就因为无明执我，才成为凡夫众生，而不能觉悟解脱。学佛修行之目的，就是要觉悟解脱，而凡夫因我执故，障蔽觉性，不能觉悟解脱，今时既来学佛，就要学习如何破除无明我执。因此，若以表现自我、争强好胜之心来学，那不更为增长我执，加强无明习气，正是严重地背道而驰，如何修出成果呢？

记得金刚经里，从头至尾，佛陀不断地说道：“要无我相、无人相、无众生相、无寿者相”，许多经典里也常教修行人，要修“无我相”。祖师大德们，常常以种种方便法，甚至以严厉地棒喝方式，无非是要破除学人之我执迷惑，使他们能够觉悟解脱。

我们今时学佛修行，不能如古人立即觉悟过来，就是因为我们的我执习染太深。所以，若修行人仍以表现自我为目标，恐怕是立错目标，走错路了。

师父圣开上人，曾以一句偈开示一些修行落入我执的信众，说道：

“佛并不远  
当面错过  
执我我所  
永久堕落”

修行落入我执、自以为是的境界，师父都要喝斥他，那么，想以表现自我，争强好胜心来修行，只有颠倒堕落。所以，学佛修行人，应时常反观自照，看好自己的心，不要任由我执习性去发挥，而争强竞胜才好。

文章取自台湾《与佛同在》刊物



## **Learning Buddhism and cultivation cannot be competitive and feisty**

Translated Article

Since childhood, ordinary people like us dream of being a person with outstanding performance and superior talents, and capable of getting ahead of others.

Many people set such personal goals since they were young; the education that the elders foster is also as such. This is a kind of education based on encouragement, teaching people to set aspiring goals, to be motivated, and to diligently learn useful knowledge and skills for making a living. There is nothing wrong with this kind of education. However, some people are so overly persistent that they develop habitual tendencies of loving to show off oneself wherever they go and desiring competitiveness and feistiness. Thus, when they grow up into adulthood, no matter where they go, when they are dealing with people or at work, these kinds of mentality and attitude often appear subconsciously

with the intention to show one's superior talent, preeminence and outstanding performance and to be better than others. Also, they often use these tactics to assert oneself and to satisfy oneself.

Since the modern society is a competitive society, this kind of idea and concept has already been accepted and recognized as the must-haves for people in this modern era. If one wants to survive in this society, yet doesn't know how to self-express, how to compete and win, and how to stand out and surpass others, very likely one would be eliminated by the society. But because people already recognize this as the right idea and concept, no one doubts about it and, furthermore, no one notices whether it is applicable everywhere or not.

So, many people who came to learn Buddhism and to cultivate even applied this loving to self-express and compete-to-win mentality on their learning. From the very beginning while studying Buddhism, they adsorbed the knowledge with earnest diligence, and worked very hard to constantly listen to Dharma talks. After a while, they considered themselves understanding a lot about Buddhism, thus,



soon were able to deliver a set of theories. If they practiced cultivation, they also wanted to see the results quickly. Because they believed that as long as they possess superior capabilities, they will not be defeated by anything and will for sure achieve the best results, therefore, they must be sure to soon surpass others and show the best performance. Consequently, they were completely unaware that the most important things to avoid in the learning of Buddhism and cultivation are competitiveness and the desire to express oneself. Because Buddhist cultivation is to cultivate “selfless”, and only when one knows to

practice “selfless”, can one resonate with the Dharma and be able to become enlightened and liberated.

It is because of their ignorance and egoistic attachments that sentient beings become sentient beings and cannot be enlightened and liberated. The goal for learning Buddhism and cultivation is to attain enlightenment and liberation. However, because of their egoistic attachments obstructing their pure awareness, sentient beings cannot be enlightened and liberated. Now that we choose to learn Buddhism, we need to learn how to get rid of the ignorance and egoistic attachments. Hence, if we learn Buddhism with self-expression and competitive mentalities, doesn't it further strengthen the egoistic attachments and enhance the ignorant habitual tendencies? How can this way of cultivation produce expected results, if it is absolutely and seriously opposite to the correct way of cultivation?

I recalled that in the Diamond Sutra, from the beginning to the end, the Buddha repeatedly mentioned: “one must be free from the notions of a self, a person, a sentient being, or a lifespan”. In many sutras he often taught Buddhist practitioners to

cultivate “no notion of a self”. Buddhist patriarchs and great masters often applied various convenient methods, including even the stern beating and yelling method, to teach their disciples. It is nothing more than to get rid of the egoistic attachments and confusion of the disciples in order to enable them to attain enlightenment and liberation.

When we learn Buddhism and cultivate today, we cannot be awakened immediately like the people in ancient time. It is because of our deeply rooted egoistic attachment habitual tendencies. Therefore, if Buddhist practitioners still set self-expression as the goal, I am afraid that they have set the wrong goal and are on the wrong path.

Once Venerable Master Sheng-Kai used a verse to instruct those followers who fell into egoistic attachments in their cultivation. He said:

“The Buddha is not far away,

he is passed by and missed;

if one is attached to oneself and one’s own possessions,

he is forever deprived and fallen in the sea of suffering.”



When a Buddhist practitioner fell into the state of egoistic attachment and self-affirmation (self-righteousness), the master would definitely scold him. Then, the thought of cultivating with self-expressing and competitive mentalities would lead to perversion from the right path and depravation in the sea of suffering. Thus, Buddhist practitioners should often introspectively observe oneself and be watchful of one's own mind. It is best not to allow the habitual tendencies of egoistic attachments to take over freely and fight competitively for success.

文章取自台湾《与佛同在》刊物





## 助印季刊 祝福偈



财施印佛书	增福开智慧
善愿皆成就	身心常安乐
远离诸烦恼	光明又幸福
子孙多聪睿	功德实无量

世界人乘佛教幸福文化  
推行单位全体为您祝愿

### \*助印季刊功德单\*

姓名：（中）\_\_\_\_\_（英）\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

电话：\_\_\_\_\_

电邮：\_\_\_\_\_

支票号码：\_\_\_\_\_ 赞助金：\_\_\_\_\_

请将赞助金（支票）寄至以下地址  
“Jen Chen Buddhist Blissful Culture Centre”  
No.30, Lorong 27, Geylang  
#05-01/02 Citiraya Centre, Singapore 388164

海外读者赞助，请使用电汇服务  
（电汇之后请将助印佛书功德单寄至以上地址）  
A/c Name: Jen Chen Buddhist Blissful Culture Centre  
Account No: 664-419173-001, OCBC Bank  
Swift Code: OCBCSGSG

Tel: 65-6292 1800 Fax: 65-6841 9692

人乘佛教幸福文化讲堂  
Jen Chen Buddhist Blissful Culture Centre

No. 30 Lorong 27 Geylang  
#05-01/02 Citiraya Centre Singapore 388164  
Tel: (65) 6292 1800 / 6743 1030

[www.humanblissmusic.com](http://www.humanblissmusic.com)



Website

[www.jenchenblissculture.com](http://www.jenchenblissculture.com)



Facebook Page

[Bliss for humanity.com](https://www.facebook.com/Blissforhumanity.com)



YouTube Channel

[Bliss for humanity](https://www.youtube.com/Blissforhumanity)



佛法不是给我们想的，  
佛法也不是给我们记的，佛  
法也不是给我们谈的，佛法  
是给我们内心的那一种修  
练，内心的一种要求，叫做  
脱离心中生死苦海。

【陈明安老师法语】



推行人乘佛教 净化世道人心  
弘扬幸福文化 建设人间净土