

Blissful Culture

幸福文化季刊

二零二三年七月版

95

欢迎助印 季刊赠阅

修与持不一样，修是
断习气，持是保持觉照。

【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
电邮 : 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) 001/07/2023

非卖品

目 录

文章摘录	3
人乘佛教	
圣开导师问答	4
趣向光明	
陈明安老师随缘开示	16
拓展知识领域达到无限的人生价值（上）	
活动资讯	30
清凉园	
金子与泥巴 — 问答毕业后应如何抉择？	31
中英对照	
离苦得乐须靠自己努力	41
Only Through Your Own Effort	47
You Can Be Free From Suffering And Attain Happiness	
助印季刊祝福偈	55
幸福文化二维码	56

文章摘录

圣开导师说：

所谓法轮，是佛法之轮要运转，
要弘法利生，利益社会大众，利益
众生，这叫法轮常转。

摘录自本期幸福文化季刊：圣开导师问答



圣开导师答问



圣开导师

问：请问师父什么是法轮常转？

师父：法轮常转，有很多人画一个法轮，作为法轮常转弘法利生的一个标示，不是说我们画个标示在这个寺庙的那个屋顶上，就叫法轮常转。常常有很多寺庙有匾，上面写法轮常转，或

者普渡众生，这个法轮常转不是只用讲的，所以我们要做到真正弘法利生，无论居士也好，法师也好，要配合起来做弘法利生的工作，这个法轮就转得动，法轮常转不停的转。这个时间是一个轮子，是无始无终的时间相，这个轮子你从哪里说起，哪里说终呢？没有，它是一个圆环一无始，这个法轮是无始无终的，所以一直转动一直转动叫法轮常转。

所谓法轮，是佛法之轮要运转，要弘法利生，利益社会大众，利益众生，这叫法轮常转。

问：请问师父：一般人有傲慢我见，又不精进，时常使我感到难过、灰心，请问师父你有没有这种感觉？

师父：我们学佛的人不能有这种感觉，他贡高我慢是他的事情。他贡高我慢，别人也会看不起他的。你看到他贡高我慢，你自己就灰心、懈怠不精进，那么就是自己的罪过。在《六祖坛经》里面有这么一句话：“我见他人非，他非我不非，我非便是过。”我看到人家不对，是他的

不对，他不对，我自己不能不对。那么你看到人家不对，自己就灰心，你自己非了，那就有过了。

在二十年前，师父坐车的时候在车上，就碰到一桩事情。师父从台北准备到南部来，在车上碰到一位信徒坐在一起，他就跟我聊起来了，他说：“师父啊！我以前也是佛教徒，可现在我不是了。”我问：“你以前是佛教徒，现在为什么就不是佛教徒了呢？”

他说：“讲起来话长，在五年前我们有好几个人到关仔岭去玩，可是我们进大殿烧香出来，就看到一个出家的比丘跟一个女信徒讲得有说有笑，我看了好气好气，我一回家，就把我家里的佛堂拆掉，佛像也烧掉了。就是因为这样子，我也就不要做佛教徒了。”

我说：“你这个人学佛学到哪里去了？你有没有皈依？”

他说：“我有啊！我有师父。”



我说：“你修到什么？你修到六根不净，自己还不知道。你看到那位师父在跟信徒讲话，你回去就要烧佛像，这样是害到谁呢？是害到你自已还是害到别人呢？你为什么不作胜解而要作误解呢？因为你的心里不清净，所以才会误解。假使你的心里清净的话，你就应该想说：这个师父好伟大，好会说法，说得信徒好高兴，都在那里笑啊！哎呀，实在这个师父真好真好。你应该这样子想不就对了吗！你自己心里不清净，六根不净，眼睛不净，你看到人家讲话，就想到坏的一面，不是人家坏，是你自己坏，你都不知道！所

以你会下地狱是应该的，你自己误解，怎么怪人家师父呢？！”

师父这么一训，他马上就跪在车上，很多人看到，他也不怕，就跪在车上，他说：“哎呀！师父，我现在知道了，知道了，我现在恍然大悟了。”

我说：“你知不知道出家人为什么被称作师父？师父是所有信徒都叫师父，那么你既然是信徒叫我一声师父，当然师父就有责任训导你。”我说：“你现在赶快回头是岸，赶快回去把佛像再请回家，佛堂再设起来还不迟。假使今天你没遇到我，你就完了，一定会下地狱。”他自己跪在那里一直拜一直拜……从来没有人讲过这种道理，我今天才听到……。他自己觉得很惊奇。

所以看到任何人不好，我们不要说人家不好。要说人家不好，我们就传染到了。人家下地狱是他的事情，我不要参与就可以了。

问：人在外面往生，死者的遗体是不是绝对不可以请回家里？若将遗体请回家里，会不会有

不良的后果？是不是会家破人亡？

师父：我看这个事情，也不一定说人死在外面就不应当回来，但是有的人死了，他不放心，他要把他请回来作功德也有的，如果你能处理得好，不要请回家里，当然更好。所以这些事情，我们要了解佛法真正的道理的话，我们不要把它当作迷信的事情来想。

像这几天有一位信徒的父亲死在香港，他住在台湾，在电话上就联络，希望把他父亲请到家里来超度以后，看要怎么样埋葬。因为他住的是楼房，那么要请回来，要再从楼下搬到楼上是很麻烦，要怎么作度亡法会也是很困难的事情，所以我们就建议他，说：等飞机运回来，我们派出家人去帮你接，假使说你能送到殡仪馆，最好是送到殡仪馆，不要送回家里了。那么他们在金山那边有买土地，就一直送到金山去了。

至于说把他接回家里面有什么灾难，有什么什么，当然也不一定要这样讲，但是我们尽可能不要这么做，最好就是送到殡仪馆，那是最好的



办法，花一些钱，因为殡仪馆是专门处理丧事的。那么他们全家人都是我们皈依的信徒，他爸爸去世，所以这几天我们就在处理这个事情。所以这些事情，我们“法无定法，定法非法”，不一定说要把他搬回家去，也不能说一定要把他搬回家去，只要有适当的地方，方便就可以了。

问：皈依后，又再堕胎，是不是不能再修行？这是犯了什么罪？现在很后悔，要如何赎罪才能弥补？

师父：当然已经皈依，做了佛教徒，最好是

不要堕胎。我们佛教徒最好是避孕，不要怀孕是最好。假使说你做了佛教徒，又堕胎，当然你的心理上很不安，心理上一定不能突破，既然已经做过了这个事情，心理上谴责自己，心理上不能释怀，不能放下，最要紧的，赶快修！赶快修！那么赶快做超度的事情，将来你到临命终时，你把这个事情没有了更好；否则，你到临命终时，想起这个堕胎的事情，一定会下地狱的。所以不知道处理，一直在那儿后悔，也不是办法。

堕胎，大家都知道这是杀生，就是杀人罪，而且杀害自己的骨肉，这个罪是很大的，唯有好好地赶快修，赶快行菩萨道，来改变自己，看看将来罪过能不能够改变，否则的话，将来一定是难免下地狱的。

我们希望我们皈依弟子们，要知道这个利害关系，尽量做到避孕，不要随随便便的想堕胎。

文章取自台湾《与佛同在》刊物

问：请问师父，何谓观自在菩萨？

师父：观自在，一观就自在。现在不自在、烦恼，为什么？为什么有这个困扰？那你只要一观——哦！我是眼根不净来的。你观不是眼睛看外面观喔，向内观，向心里观，你自己往内观，那么一观就自在，啊！本来这个麻烦是自己找来的，当下解脱，当下放下，欸！解决了。

那么这是耳朵来的困扰，你一观，当下就解脱，当下就没有困扰。同样的，六根都是一样。所有的菩萨都是这么修，这么观自在的。

问：什么叫做“证菩提”，到什么程度才能证菩提？有没有什么瑞相？

师父：这个“证菩提”实在不是言语可以讲得清楚的。假使跟一个瞎子讲光明，你讲来讲去，瞎子还是不知道你讲光明是什么意思。那么假使我们跟一个眼睛看得到的人讲光明，你可以打一个比方给他听：现在是晚上，我把电灯一开就亮了，这就是光明。我们睡一觉起来天亮了，太阳从东方出来了，这个就是光明，他就懂了。所以“证菩提”也就是这个样子，你自己的心里

边是黑暗的，可是你因为学佛修行，一下子你心里边得到光明了，这个就是“证菩提”了。

问：请师父解释一下《金刚经》讲的“应无所住而生其心”，既然无所住，为什么还要生心？

师父：无所住而生其心，在《六祖坛经》曾经提到，六祖惠能大师，他本来是个打柴的樵夫，他路过听到有人诵《金刚经》，心即开悟。所以不是说认不得字的人就不可以学佛，前世修



行带下来的这种慧根，现在开悟了。悟了以后，很快他就去找五祖了。后来五祖为他讲《金刚经》，讲到“应无所住而生其心”，惠能就大悟了。

“应无所住而生其心”，既然无所住，那怎么生心呢？就是“无住生心”。你不要把很多事情摆在心里面，就是“无住”；“生心”，你随缘啊！今天要做什么事情就做什么事情，你做了事以后，心也就把它丢了，不要回去睡觉的时候，还在作梦，还梦到白天的事情，那就是有住生心。如果你做的事情，马上就把它舍掉了，这叫无住生心，舍心，就解脱；不解脱的人，就是什么事情都摆在心里边，昨天、今天、明天，去年的事情，一辈子……，最傻的人才这样，人家要离开，还要找一大堆麻烦的事情，这就叫有住生心。有住生心是最烦恼的，是众生法，众生相，众生想。学佛修行要做到五蕴皆空才可以，五蕴不空就是凡夫相，甚至于会堕入鬼道啊！所以五蕴要空，空了以后，你才能做到无住生心。

文章取自台湾《唯佛宗人乘佛教》刊物

清静自在，光明觉照

请问师父，
要如何才能
断烦恼？

只要提得起，
放得下就可以了。

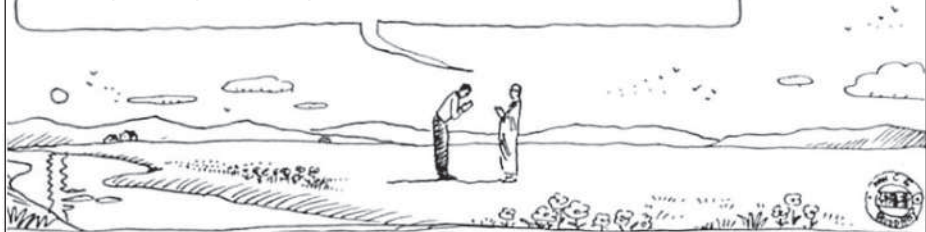


我们日常生活中，就是因为
放不下的事太多，才会烦恼
业生。

这时你若要断除烦恼，
唯有“放下”一途。



我们做人非执着，非不执着就通了，你说不执着，
执着不执着也是执着。





陈明安老师随缘开示



陈明安老师

扩展知识领域达到无限的人生价值（上）

善尽其身，善用此生

老师：你来听老师开示这么多次，听得懂吗？

居士：懂，只是有时候遇到困扰时，仍然会

烦恼……。

老师：很简单，不能把外面所遭遇到的事情，放入心中难过，这是不对的。

所以老师常说人活着的尊严和价值在哪里？尊严就是我的富贵或贫穷其次，但是我过得没烦恼没痛苦，这个叫做活着的尊严。假使你今天拥有很多钱，事业做得很大，可是你每天痛苦烦恼，你活着也没有尊严，对不对？

什么叫做价值？既然上天、父母给我这个身体，我要“善尽其身，善用此生”，去做有意义的事，做有用的事，这叫做“生命的价值”。不因为我吃穿不用烦恼，就什么都不用做了，那就不对了，那叫做不学无术，终老一生。

这一世所做的关连着未来，你今天所做的关连着明天。就像你的烦恼痛苦，是不是昨天的烦恼痛苦带到今天，或带到明天，这样延续下去的？所以做任何事都有延续性的影响。你做一件事，好的，有延续性的影响；坏的，也有延续性的影响，所以要做一件事之前，你自己就要

想好。什么叫做想好？我能当下解决的事，我就去解决；若是我能力无法解决的事，我选择放下，这就是最有智慧的人。假使你今天可以解决的事解决了，无法解决的事你却放不下，放不下就放在心里痛苦烦恼，这样有什么用呢？那不是变成一个笨蛋吗！所以我能处理的，我勇敢面对。

就像老师跟大家说的，一般的众生“平地看大海，波涛汹涌，心中忐忑不安”，这是一般老百姓。

比较有层次的人，是“高山看大海，虽有波浪，勇敢面对”。

智慧很高的人，“高空看大海，平静无奇，豁然以对”，是不是？这是层次的问题。

所以老师说你们要修行，你要学！趁老师还在时，老师所有的智慧和知识，你们学得起来，你们受益！你们的人生就不会有那么多的挫折，没有那么多的后悔，也没那么多的放不下！

像老师一个没念书的小孩，现在我哪有什么

放不下！包括医生跟我说明天会死，我也没烦恼，因为生死已经威胁不了我，既然生死都已经威胁不了我，还有什么事可以威胁得了我？因为我知道了嘛！因为我的智慧已经成熟到，这个大自然在跟我表示，万物包含植物都是生老病死的过程，这叫做大自然很大的新陈代谢，是一般人看不到的，因为它太大了。现在老师说了，你自己去体会就会知道！

那一棵树木，它也是新陈代谢，也会死，只是它活得比较久而已，每一种生物的生命都不



同，有的是三天，有的是三年，有的是三十年，有的是一百年，不同而已；生命的长短虽有不同，但是生老病死，成住坏空，那是一定的。如果你懂了这些道理以后，你做任何事情，是不是心胸会比较豁然。

假设你最放不下，你最痛苦的事情，等你最后一口气死的时候，那些事情还存在吗？已经不存在了嘛！还不是你自己把它放在心中而已，对不对？那些事情根本不存在。“老师，您为什么这么说？”事实就是这样。假设你最放不下你的妈妈、放不下你的孩子，那我问你，你现在只是记得她的容貌，这叫做我的妈妈、这叫做我的孩子，可是等他们死了，火化后，他们就不存在了。他们的影像只是存在你的心中，下辈子你认得吗？不认得了嘛！这就是老师说的，这个生老病死是对应成住坏空，诞生了叫做成，还活着叫做住，死了以后叫做坏，然后溶解了叫做空，是不是一切万物都这样？连铁都会生锈融化，更何况是人！还有什么可放不下？没有！

问：教书时遇到不同的学生问题，以前都会

用自己觉得比较好的方式去教育学生，这也是执着吗？

老师：对，像老师在教大家，有教无类，一视同仁。若是你私底下来找我，我就针对你个别的需要来教育，这样就好了，这叫做随缘，要懂得随缘。我知道你身为老师压力很大，我也有好几位学生是当老师的。没关系，慢慢学习。

老师说过一句话“学海无涯，勤之有岸”，所谓“有岸”就是你已经找到方向了，人生找到方向了，好像大海虽没有方向，可是“勤之有岸”，认真就可以有岸；“青天有路，学之为梯”，你若认真学，总有一天你会博古通今，天文地理皆知，有一天会像老师这样，我没有读书，我什么都知道。

人的“无知”和“未知”是最可怕的。人最怕的就是“无知”、“未知”。“无知”就是你沒有程度解决事情，所以面对它，你会感到很恐惧不安，就像你遇到一件事，生了一个念头，会恐惧，不知如何处理比较好，这就叫做“无

知”。假设你智慧很好，你面对一个念头，马上上去解决，就没有无知的问题了。我可以解决的事，马上解决；不能解决的事，我的智慧告诉我：放下！烦恼也没有用，是多余的。

什么叫“未知”？“未知”就是未来不可测，我现在还活着，肯定有未来，未来要遭遇什么，我不知道，可是我现在要充实自己，就像你的身体要打流感疫苗，你的身体才能够免疫，所以你的思想也要免疫啊！思想没有免疫，你会崩溃啊！你就是要学习事理通达无碍，就没有刚才说的那些问题了。事理无碍，事情跟道理是一致的；你不懂得道理，这件事你就不知如何处理，你心中就有挂碍。

你若有来参加共修时，你就知道，来参加共修的大约三百人，其中有很多都是知识分子，也有博士，还有很多二十多岁的年轻人。

你这一生的言行举止，是靠内心做决定，你的内心凭借什么做决定？是不是以你的思想、思惟作为判断，最后才做出决定。若你的思想不够



成熟或是不够好，你的决定会错误；你决定错误了，做出来就错，讲出来的也错，这样是不是会留下后遗症？如果你的智慧很高，你决定的事对了，做出来一定有好的效果，就不会留下什么后遗症。

慢慢地学，人生最可贵的，唯一就是修行，修行是你人生中最对的一件事！

美国有一位居士罹患肺癌末期，不知如何是好，身体痠痛，尿失禁，昨天打电话求老师，因为他基础不好，所以他的心定不下来，叫他念地

藏王菩萨也念不下。某某也是癌症末期，美国医生说她已经错过黄金治疗时期，现在好了，甚至也检验不出癌细胞，活到今年已经是第七年了。某某患有三种癌——心脏癌、肺癌、肝癌，医生本来说只能活三天，结果活到现在已经一年多了。我的师兄罹患胰脏癌末期，三年前那时验出有十公分，在医院持续发烧不退，医生说：“这星期你躺在这里，下星期躺在哪里就不知道了。”意思是殡仪馆了；但那时候到今年已经三年了，成大医生说这是奇迹，因为没有人胰脏癌可以活过三年的，现在还可以开车来共修。这是用金钱能救回他的生命吗？不能！如果用金钱可以救人的性命，为何某大企业家救不了他的老婆，救不了他的弟弟呢？那么多钱又有何用？命也是没了！如果没修行，放得下吗？

老师常说一句话：“拥有简单，放下困难。”有人没有小孩想生一个，小孩生下来后又觉得太吵，气得要命，等到小孩一长大，又觉得小孩不听话。所以你想想看，众生就是没有时也烦恼，有也起烦恼，到底是该有还是没有？没有烦恼，

找一个烦恼来烦恼！

问：思想观念和心法有何不同？

老师：不同。一般世间的人，心很混乱，容易失去控制，很会胡思乱想，若有一个心法可修行，让心可以先安定下来；心若不安定，心是散乱的，没有集中的力量，有一天遇到突发事件，让我的心很乱，这样是不是就六神无主？假使今天我有修行，我遇到突发事件，但我的心很稳定，所以我处理这件事时也能条条有理，这样两种情况就不同。

就像我爸爸往生时，我不会哭。星期五晚上十一、二点左右，医生打电话给我，说爸爸很危险，问我可不可以把爸爸送回去，或是送到殡仪馆。我说：“现在这个时候哪里找得到葬仪社？明天再处理。”医生说：“你爸爸没法维持到明天。”我跟医生说：“会啦！不用烦恼，他明天才会离开。”我便挂了电话。隔天一早，我赶到医院差不多六点半，我爸爸还在呼吸，我请专用救护车载他回家，车内有两名医护人员。车子



刚到家门口，后门一打开，那个维生系统的电脑突然发出“吱——”，到家后正好就停止了，两名随车人员说：“太准了！车门一打开就‘吱——’。”我说：“因为爸爸知道到家了。”当天一早，我马上处理丧葬事宜，晚上铁门关上，便回玉井睡觉，准备隔天演讲。演讲后，我说：“愿将所修的一切功德，回向养育之恩。”大家才知道我爸爸往生了，因为我没有忧愁，没有难过，我也没有哭，没有人知道我爸爸往生。我面对这一世的生离死别，在我内心的冲击，微

乎其微，因为我内在所修行的力量已经超越生离死别。

如果是你们呢？我看只能用哭的！我问你：“假设每个人遇到突发事件都用哭的，谁要处理让事情变圆满呢？”假设你们家有亲人发生突发事件，你们是不是需要有一个很镇静的人，指挥大家该怎么做怎么做，这样才对，才能保护家人。你有充足的智慧和坚强的心态，能保护家人，这才是正确的，也才是你所要学习的！

今天你若是很脆弱，那种伤心痛苦的表情，会让身边的人跟着你难过。像老师的精神和表情，会带给人坚强，带给人信心，所以很多人会想来找老师，因为你在老师的表情中看不到痛苦，也绝对看不到伤心，因为它们在我的人生字典中已经不存在，已解除“痛苦”和“伤心”两个名词了。

这就是你们要学习的，所以学佛修行就有这个好处，没有人教我，心法修下去，打坐下去，人冷静下来；冷静下来后，你的思惟就会敏锐，

你的智慧就会渐渐一直开启。如果你的心乱，思惟就不敏锐，不细腻。

像老师前面所说，凡夫在世间，站在“平地看大海，波涛汹涌”，意思是在人海当中，人与人的斗争中，弱肉强食，时常有是非，时常有善恶，好像人生遇到波涛一样，心中常忐忑不安，叫做滚滚红尘。程度高一点的，站在“高山看大海，虽有波浪，勇敢面对”，因为他的心已经有定见，所以勇敢面对。智慧很高的人，“高空看大海，平静无奇，豁然以对”，怎么说？不值得一提，哈哈！小孩子为了一块糖果哭半天，大人的智慧比小孩高，“这支糖果给你！”不值得一提。

像你们这些知识分子，你们的知识叫做压模型的，压模型的知识，什么是压模型的知识？每个人都读师范，每个人出来都差不多那些知识，但是当你面对痛苦烦恼的问题时，你的知识有办法解除吗？所以老师说“真正的智慧，是自己要能受用！”自己不能受用的，不叫智慧，那叫一般的知识而已。

我问你一句话，你心中有痛苦烦恼、不快乐，你把它拿出来给老师，老师全部帮你解决，我保证你拿不出来！你也找不到。不然你找看看它放在哪里？找不到！找不到不要再找下去了，这样叫做“当下”，这样叫做“放了”。找不到就不要再找，为什么它会存在？因为你一直在想，一直在追逐，追逐那一件事情的概念，所以产生你种种不同的想法，对不对？你们什么心态，老师统统知道，老师修行过，走过了。所以要记着，最好的智慧，是自己能够受用，才叫做智慧。你读那么多书，那只是一种知识，不然那些博士就不用跪在那里，拜我为师，他们也是无法解除自己的烦恼痛苦。

老师心脏开刀，医生说：“陈先生，你不要怕，打麻醉药后你会渐渐昏睡。”我哪会怕？我若会怕，全天下的人全都怕了！我还跑出来外面看他怎么开刀，我还讲给在医院当医生的人听，他是如何开刀的，说出来你也不相信，但事实就是如此！

文章取自台湾《唯佛宗人乘佛教》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

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



金子与泥巴 — 问答毕业后应如何抉择？

蔡居士

(一)

问：我今年大学毕业，不知道是考研，还是就业，我很迷惑。现在因为疫情的关系，工作机会很难找。请教蔡居士，我该如何选择？

答：去年好像也有类似的问题，似乎每年到这个季节，这个问题就会复发一次。这不是简单的选择题，不是我选择哪一边对了，就能够保证我会成功。如果你不知道你自己到底要什么，那你选择什么都会后悔，真的！不是只有你迷惑，我想现在很多人都很迷惑，尤其现在很多年轻人，大多都很迷惑。

问题不是在机会多与少，只是因缘未到，你的因缘还没成熟，重点是一——当机会来的时候，你准备好了没有？这才是重点。所以我提供你几点作参考。

第一个就是：做对的选择。

大家都想要选择好走的路，选择轻松的路，而不是选择对的路，大家都想要走捷径，都想要快速成功，这是错误的观念。

正确的是，我将来想要怎样的成就，那我现在应该要怎么做？听懂意思吗？我将来想要有什么样的成就，那我应该要怎么做。

人生的道理也是一样，向死而生，我知道有一天我将会死去，那我应该是要怎样活着，而不是，我现在活着，然后呢？等待死去。

我前阵子接了一批工作，量很大，但是很赶，一个月内要完成。我的同仁听到了，第一个反应就是不可能！“那不可能！就算再多一倍的人力，也做不起来啦！”

我就跟他说：“在现在这种时机，有工作做，你就要偷笑了。”

所以不是选工作、挑工作，也不是想“这个工作能不能够在时间内完成”，而应该是“我想



要在时间内完成，我应该要怎么做”，听懂意思吗？

结果这一批工作做完时，不但是在一个月内，还是在二十几天内就完成，而且是完美完成，一次 OK。

第二个给你的建议就是：打好基础，就是把你的基本功打好。

饭，也是要一口一口地吃，没有说吃一口，我就饱了。你盖 101 大楼，是不是要打基础，从第一楼盖起，有没有办法直接只要盖第 101 楼就

好？不可能嘛！对！做任何事情都是这样子，你基础一定要打好。

大家有没有听过竹子定律？（答：没有）

竹子它的成长周期是五年，在这五年当中，你对它浇水、施肥、除草，尽心尽力地照顾它，但你却要等它五年，五年后它才会破土而出，但在破土而出之后，它在五个星期，就是五周，长到三十公尺。

我问你，竹子长到三十公尺要多久？五周，还是五年？五年又五周。在这五年当中，你辛辛苦苦地耕作，但是你什么成果都看不到，你还会被笑：“憨人！种那个没得吃的！”对啊！你很努力，但你好像什么都没有得到，其实你在扎根，如果没有前面那五年的扎根，不会有后面那五周的快速成长。但是在还没有破土而出之前，你看不到任何成果，而且你还会被取笑：“傻瓜！憨人！”这是不是很像修行人？是不是很像行菩萨道的人？多少人他只要后面那五周的快速成长，而不要前面那五年的向下扎根、辛勤地耕作，这可能吗？不可能！对。

所以当机会还没来的时候，我们就要练习向下扎根，把你的基本功打好。

什么叫基本功？你的专业啊！不要连你的专业，我一问你三不知啊，那就是基本功没有打好。那如果说我的专业很烂，我现在又要工作怎么办？那你就学第二专长，或是第二语言，当你学会外语的时候，那你会加分，会有更多的机会。

第三个就是：对自己要有自信。

不要期待上天会掉馅饼，天上只会掉鸟屎，只会掉砖头。如果你不自我要求，那么最后，环境会反过来要求你。年轻人最重要的能力就是，面对困难、挫折，而不被打败，这是很重要的一种能力，面对挫折，你要沉得住气。

所谓的成功，是面对困难，而我把它突破了，这叫做成功。相信自己做得到，你就会有勇气，你相信，有自信，你有勇气去面对。

修行也是一样，你要相信你有自性，你能够自觉。我常常跟我的学生在讲：“你要相信——



我可以，我必将是！”前面愈辛苦，后面你所得到的果实，就会愈甜美。

这是我给你的建议，我不会帮你选择。帮你选择，我要帮你负责。

（讲于 2020 年 6 月 7 日玉井共修）

（二）

再请问：你讲的道理，我都听得懂，但我还是不知道如何选择，请您直接告诉我，是就业好还是继续读书好？

答：这就是上次我回答的问题，他可能听不太满意啦！“你为什么不直接一点啦！”他就问我这样子。不过这个问题喔，现在已经不是问题了，因为经过两三个月了，该考试都考试考完了，该去找工作也找工作了，所以现在这个问题也已经不是问题了。

你说你听得懂我讲什么，真的听懂吗？我为什么不直接给你答案？原因有两个，第一个就是，我不认识你，我对你并不了解，所以我不知道你喜欢什么，例如你说你要考研究所，我不知道你是真的喜欢读书，喜欢做研究，还是你想要逃避什么。懂吗？

第二个，如果我帮你选好了，那你能够学到什么？

譬如说，有人问我他高中要读哪里？如果我帮他选择，告诉他读哪里，我问你，他高中毕业后会不会再来问我？他会再来问我说我大学要考哪里，要读哪个科系比较好；毕业了以后，我要找什么工作比较好，比较有前途？那我要不要结婚、我要生几个小孩等等，有完没完哪！是不

是？如果每件事情都是我帮你选择，那你能够学到什么？你能有成长吗？所以呢，我只能以我的智慧告诉你，这样做会怎么样、那样做又会怎么样，但是最终的选择权还是在你手上，为什么？因为最后不管你选择什么，最后的结果都是你自己要去面对，都是你要自己去承担的啊！所以任何人都没有权利去帮你做选择。

只要你做出选择，最终的结果，不管是好与坏，对与错，不是得到，就是学到。不是得到你想要的结果，那就是学到是怎么失败的，有人生的经验。

成功、失败都是一种历练，都是一种成长。

我的儿子，他在选择读哪所高中的时候，他妈妈只是多讲两句话而已，他就给他妈妈怼回去：“你要为我的人生负责吗？”从此以后，我跟我同修只能当 Google，只有被咨询的份，没有决议权。

上次我也讲过，如果你不知道你要什么，那么你选择什么，你都会后悔，可能刚开始的时



候，就好像是在天堂，可是到最后，都会像是在地狱。真的！所以你应该要做的，要明白的是：你到底要怎样的人生？你要怎样去过你的一生？只要你明白了，你知道了，你自然就知道该怎么做，而且不用选择。听懂吗？

我知道，大家都想要选那个最好的，利益最大的，世界上没有什么是最好的，只有最适合的。

一滴酱油滴在衣服上，就是脏污；滴在食物

上，就是美味啦！对不对？

所以你要去找出你的天赋，去发挥你的天赋。

我来讲一个故事。

有一块金子跟一块泥巴，有一天金子看见泥巴，就很不屑地对泥巴讲说：“看你长得灰不溜秋的，丑里八怪的，你能像我这样子闪耀光芒吗？你有像我这样子的高贵吗？”

那个泥巴就摇摇头说：“我能生出花，我能生出果，我能生出草，我能生出树木，我能生出庄稼，我能长养万物，你能吗？”

听懂意思吗？所以人生的意义，不在于你值多少价格，而是在于你能创造多少价值。

（讲于 2020 年 8 月 2 日玉井共修）

文章取自台湾《唯佛宗人乘佛教》刊物



离苦得乐须靠自己努力

觉行法师

过去，印度有一位名叫善罗尼宾的人，本来一直信奉外道天神，只要有痛苦烦恼，就祈求天神保佑，解决困难。但是由于长久一再发生种种问题，令他焦虑忧伤，痛苦不安，所以他开始疑惑天神是否真能解决人生痛苦？赐与人类幸福快乐呢？想来想去，内心更是矛盾不安，难以自制，久而久之，弄得身心交瘁，面容枯瘦，苦恼不堪，如此十多年，始终未能寻得解决之道。

一日，他听人说，有圣者佛陀在祇园精舍弘法，于是发至诚心，来到精舍外面树林下，望着宁静庄严的道场，不觉生起仰慕之心。想道：

“佛陀，您会出来吧！”

等了好久，不觉陷入沉思，想起过去种种烦恼，至今不得解决，不知如何是好……。

此时，忽然由外面走向一位比丘，善罗尼宾

见他举止安详，威仪庄严，心生恭敬，立刻上前问道：

“您是婆罗门修道者吗？”

“不是，我是比丘，佛陀的弟子。”

善罗尼宾十分惊异地想着：比丘？佛陀的弟子？我从来都没听说过。内心为之一震，即时追问道：

“您是追求真理的圣者吗？”



“我不但追求真理，而且是追求现世即得解脱安乐的出家人。”

“啊！您能教我如何解脱现世之苦吗？”他急切地再追问。

“这要靠自己努力。”此语一出，如雷贯耳，震醒一向求神救苦的他，立即又追问道：

“靠自己努力，是您个人的特殊见解吗？”

“这是我师父教的，我只是将他的言教，转告于你，不是我个人的见解。”

“请问您的师父到底是谁？”

“我的师父，是已彻底觉悟宇宙人生真理的佛陀。”

“啊！我正听说此地有佛，特来求教的。”善罗尼宾欢喜地说。

“您见过佛陀吗？”比丘问。

“没有，但我常听他人赞叹佛陀崇高伟大，慈悲度人，种种圣迹，十分仰慕。”

“您来此地，想见佛吗？”比丘问道。

“是的，我想求见佛陀，但像我这等凡俗之辈，不知佛陀是否肯见我？”

“佛乃大慈大悲，以平常心，对待一切众生，所以，他会见你的。”

于是，比丘带领善罗尼宾，来到精舍，求见佛陀。

佛出禅定，慢慢睁开双眼，慈悲地问：“善罗尼宾，你有什么问题，尽管提出来问吧！”

善罗尼宾顶礼毕，即刻问道：

“佛陀！我是一个体弱多病，苦恼极多的人，由于身病之故，使我体会到此身实是苦本，因此我相信婆罗门所说，应当时常祈求诸神保佑，解除痛苦。所以，我经常很虔诚的祈求。但是许多年来，求来求去，穷困、多病、苦恼等问题，层出不穷，没有彻底解决之道，不由得使我产生疑惑，不知如何是好？内心十分矛盾，请您指示，应该相信？或不可信？”

佛陀静静听完，便指着窗外不远的一个村落，和善地问他说：

“善罗尼宾！你看看那乡村的农夫们，若在春天，不勤劳耕耘播种，每日只祈求神赐予秋天能够丰收，你想想看，没有耕种，神能无条件赐予收获吗？”

“不会的，佛陀，若不耕种，任他祈求，不可能有收获的。”

“善罗尼宾，你答得对！所以，若是不愿劳动，不辛勤工作者，就不会有收获的，没有收获，家境贫困，身体便会消瘦，正如不耕田地，任其荒芜一样，决不因祈求诸神即能恢复健康，消除痛苦的。”

善罗尼宾听了，顿时心开意解。

佛再问道：“若有一位农夫，春天努力耕耘播种，经常除虫施肥，灌溉看护，而没有祈求神祇赐予收获，你想想看，这样他就会没有收获吗？”

“佛陀，这不会的，他既然努力播下种子，即使没有求神，到了秋天，依然能够丰收的。”

“所以，我们若在日常生活中，能够勤劳工作的话，身体自然健康，家业自会富裕，就像种田一样。因此，外道祈求诸神，不是解脱人生痛苦的办法。唯靠自己发心修行，启发智慧，于生活中，断除恶习，行善修福，净化身心，如此才能解脱痛苦烦恼，现世即得安乐，转凡成圣。”

善罗尼宾闻佛妙法，如饮清凉甘露，豁然心开，不再疑惑，即刻顶礼佛陀，虔诚皈依。

所以学佛之人，应面对现实，切合实际，勿再迷信，当知平安幸福安乐不是迷信祈求可得来的，唯有依佛教法，断恶修善，启发智慧，种植平安幸福之因，来日自得平安幸福之果。因此，奉劝世人，早日醒悟，大家学佛修行，广积善业福因，必得平安幸福。

文章取自台湾《与佛同在》刊物



**Only Through Your Own Effort
You Can Be Free From Suffering
And Attain Happiness**

Translated Article

In the past, there was a person named Shan-Lou-Ni-Bin, who took faith in heretical heavenly gods. Every time when he had sufferings or afflictions, he prayed the heretical heavenly gods for blessing to help him solve his problems. However, his problems were recurring and made him really anxious and worried, and could not have peace of mind. Therefore, he started wondering whether the heavenly gods could really solve living being's suffering or bring us luck and happiness? He constantly worried, suspected, and increased his uncontrollable contradictions and un-easiness. As a result, he became exhausted both physically and mentally, lost a lot of weight, and had sufferings and afflictions for more than ten years and still could not find a true solution.

One day, he heard that there was a Sage — the Buddha, who was propagating dharma at the Jetavana Vihara (Abode). He sincerely went to the

trees outside the Vihara, and, looked at this quiet and adorned way place with admiration. He thought:

“Buddha, will you come out?”

He waited for a long while and was in deep thought, thinking about all past afflictions without resolution, and did not know how to handle it.

Then a Bhikkhu came in from outside. Shan-Lou-Ni-Bin saw his graceful movement and adorned posture with full respect. He came forward at once and asked,

“Are you a Brahman cultivator?”

“No, I am a Bhikkhu, a Buddha’s disciple.”

Shan-Lou-Ni-Bin was very surprised, and though, “I never heard about Bhikkhu, a Buddha’s disciple?” He was so shocked and immediately asked,

“Are you a saint searching for truth?”

“I am not only seeking truth, but I am also a leave-home person seeking liberation and happiness in my present life.”

He hastily asked, “Ah, can you teach me how to



liberate from suffering in my present life?"

"You have to rely on your own effort." When these words were spoken, it was like a thunder piercing through his eardrum and quickly awakening him. Then he asked,

"Relying on your own effort. Is this your own unique understanding?"

"No, this is taught by my teacher. I just pass along his teaching to you. It is not my own understanding."

“May I ask who is your teacher?”

“My teacher is the Buddha. He has fully awakened and understood the true principles of the universe.”

“Ah, I heard that there is a Buddha, so I come to seek his teaching.” Shan-Lou-Ni-Bin happily replied.

The Bhikkhu asked, “Have you seen the Buddha?”

“No. But, I often heard other people in praise of Buddha’s great virtues and compassion to crossover living beings, all kind of sagely things. I really admire him.”

The Bhikkhu asked, “Are you here to see the Buddha?”

“Yes, I would like to see the Buddha. But I am not sure whether the Buddha will see an ordinary person like me?”

“The Buddha is very compassionate and kind. He will treat all living beings equally without any discrimination. Therefore, he will see you.”

The Bhikkhu led Shan-Lou-Ni-Bin to the Vihara to

see the Buddha.

The Buddha came out from his meditation, slowly opened his eyes, and compassionately asked, "Shan-Lou-Ni-Bin, if you have any questions, please feel free to ask."

Shan-Lou-Ni-Bin bowed to the Buddha and asked,

"Buddha, I am a weak and sick person with full of afflictions. Because my sickness, I realize that this body is the root of suffering, therefore, I believe the Brahman's teaching that I have to pray the gods for blessing and relieving from suffering. As a result, I constantly and sincerely prayed. But after many years, I still don't have a solution for my sufferings, such as poverty, sickness and afflictions. This makes me wondering how should I handle it? I could feel contradictions and would like to ask for your guidance on whether I should continue believing this or not?"

The Buddha quietly listened to his talk, pointed his finger to a village not far away from the window, and kindly asked,

"Shan-Lou-Ni-Bin, you see those farmers in



the village. If they didn't diligently plant the seeds and cultivate the field, but just praying the god for a bountiful harvest in the fall, you think they could harvest the crops in the fall without cultivating? How could the gods unconditionally bless them for a bountiful harvest?"

"They couldn't, Buddha. If you don't cultivate the field, you would not have any harvest in despite of all the prays."

"Shan-Lou-Ni-Bin, you are absolutely correct. Therefore, if you are not willing to work, there will be no harvest. When there is no harvest, then family

will become poor and the body will become weak, just very much like not cultivating the field and let it become barren, just by praying the gods will not regain your health and end your suffering.”

Shan-Lou-Ni-Bin instantaneously understands with enjoy.

The Buddha continued asking, “If a farmer diligently cultivated the field with fertilizer application, pests control, and proper irrigation in the spring without praying to the gods for a bountiful harvest, do you think the farmer will not have a bountiful harvest?”

“Buddha, since the farmer worked diligently to plant the seeds, even he is not praying for the gods’ blessing, he could still have a bountiful harvest in the fall.”

“So, in our daily life, if we can work diligently, our body will become healthy and our family will become wealthy, very much like cultivating the field. Therefore, praying the heretical gods is not the solution to liberate people from suffering. You have to rely on your vow to cultivate, develop your wisdom, eradicate your bad habits, do good deeds, and purify

your body and mind. Only by doing so you can be free from suffering and attain peace and happiness in present life, and can transform ordinary people to sages.”

Shan-Lou-Ni-Bin heard Buddha’s wonderful dharma, just like drinking cool sweet dew. It opened his mind and he will no longer be confused. He immediately bowed to the Buddha and sincerely took the refuge with the Buddha.

Therefore, Buddha dharma cultivators need to face and understand the reality, and not to be superstitious. You should know that peace and happiness could not be obtained by superstition. Only by abiding Buddha teaching, eradicating evil deeds and cultivating good deeds, inspiring your wisdom, and planting the seeds of peace and happiness, then you can attain the fruit of peace and happiness in the future. So, we encourage all people to awaken immediately, to learn and cultivate Buddha dharma, actively accumulating good deeds and causes, you will eventually attain peace and happiness.



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



Website

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)



要懂得离情尚义，
离什么？
离纠缠之情，
做有意义的事，
叫做离情尚义。

【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