

養和齋

任擇佳木

浴塘

養和齋

任擇佳木

浴塘

任擇集目錄

任擇	九
取相	一一
綿互	一二
即時禮謝	一三
香墨凝景	一四
水貂毫	一五
涓涓	一六
自然	一七
出離	一八
符現觀音	一一
自修	一二
需時	一三
參差	一四
開明	一五
救脫因緣	一六
出念	一七
無非修徑	一八

無從對照	二九
不待	三一
要求止息	三一
修行與人事	三二
煞醒	三四
樂意遷就	三五
疑慮	三六
無可爭	三七
離念自鬆	三八
習任彼	三九
我執	四〇
求不得苦	四一
共業	四二
氣脈通	四三
夢見煞相	四四
門檻	四六
方向	四七
自願皈依	四八

無願	四九
無奈	五
實修益深	五一
歷苦	五二
知苦	五三
融入大志	五四
功德圓滿	五五
當下無常	五七
棄嫌致和	五九
轉機	六
千里傳音	六一
放歸自由	六三
皈依法	六八
先淨心	六九
放眼星際	七
捨盡	七一
得聞聖號	七二
天語教誡	七三

敬讚祖傳	七四
任流	七五
餓鬼乞食	七六
三身法印	七七
幻網交弭	八一
著眼公益	八二
本性通	八三
法界師	八四
純善解脫	八五
化解	八七
專念	八八
以戒為師	八九
聖像天成	九一
助眾圓覺	九四
本淨	九五
情器緣	九六
去執	九七
漏網	九八

重而不複	九九
遮諸妨礙神咒	二
解脫關鍵	三
看開	四
順來	五
切實	六
看穿世情	七
安渡	八
不介意處	九
法喜	一四
施食簡軌	一五
一即一切	一六
智猴三尊	一九
整體流通	二一
公平代禱	二二
法露點滴	二二
越網超拔	二三
層層無盡	二三

確信之炬	二四
靈明圓遍	二七
護淨	二八
金身韋馱	二九
等同之間	三二
超越煩惱	三三
完全投入	三三
執無	四三
黑檀球	四四
海葬	四六
推行儀軌	四八
開合	四九
融通	五一
醒醒	五二
夢見三聖	五三
順延	五四
遷就	五五
牽制	五七
	五八

修供	一五九
微塵	一六一
享年	一六二
平心	一六三
夾雜	一六四
待自悟	一六五
任流	一六六
加行攝頌	一六七
智悲互含	一七九
淡淡	一八
大圓滿	一八一
業繫	一八二
無心反擊	一八三
冤家	一八四
感通	一八五
跑腿	一八六
解題	一八八
大方向	一八九

知見障	一九
感應之恩	一九一
心晴	一九二
天公在	一九三
律則	一九四
善力	一九五
敬法	一九七
籠外	一九八
管道	一九九
慈自在	一一
通解	一一
專一	一一三
空樂印	一一四
放眼	一一六
勤修	一一七
依法	一一八
亂流	一一九
自然韻律	一一一

心機	二二一
體會師恩	二二二
續密深心	二二三
上報佛恩	二二四
離牽纏	二二五
總讓	二二七
圓融十二乘	二二八
調練	二三三
歷練	三三一
來讖	三三三
手術刀	三三四
他心通	三三五
靠佛	三三六
興緻	三三七
無聊	三三八
謀安渡	三三九
順法行	三四四
無需急	三四一

修無我	二四二
無足傲	二四三
開悟機緣	二四四
純粹法脈	二四五
路逢	二四七
緣起	二四八
勉友	二五一
寂深無限	二五一
執所縛	二五二
「霽」印	二五三
敬讚門神	二五五
修敬	二五六
宜興龍壺	二五七
安於不知	二五八
積資糧	二五九
整體成證	二六一
有求必應	二六一
大心有情	二六三

了然	二六四
一念皈命	二六五
循理	二六六
守真	二六七
煎熬	二六八
莫隨墮	二六九
不二分	二七〇
自任意義	二七一
誠信	二七二
失真	二七三
局外	二七四
聚散	二七六
難得無事	二七七
超脫	二七八
獨白	二七九
無言	二八〇
無我智	二八一
自閉	二八二

昇華	二八三
愛暎	二八四
真情	二八五
無惱眾生	二八六
長遠	二八七
安於出離	二八八
護念	二八九
有法可驗	二九〇
皈依上師	二九一
普賢王如來壇城符	二九二
時潮	二九五
意外	二九六
存誠行善	二九七
契道之鑰	二九九
任運自在	三〇一
未及悟	三〇二
光影	三〇三
未入流	三〇四

觀音唐卡	三五
恆順因緣	三七
眾緣和合	三八
本無	三九
未通	三一
面面融通	三一
度母四層功德	三三
推磨	三五
微妙分別	三六
如廁	三八
淋浴堂	三一
夢見普門品	三二
師佛無二	三四
念護法恩	三一
度母手珠	三三
休心	三五
皈依菩提心	三六
港口	五四

無常面面觀	三五
紙船	三八
納眾	三二
感恩表徵	三三
了達因緣	三五
下行二氣	三六
蟻探	三八
愈修愈牢	三九
莫苛責	三九
阿彌陀佛証契儀軌	三一

任擇

修行在己任擇徑，整體圓融條條通；
規範勉強陷犄角，絕地復甦也難能。

跋

佛法的目標在使有情不復局限於觀念、形相的束縛，而回歸本來一切圓融一體之純粹。修行的動機及投入程度，則視個人的性向及對佛法的領悟深淺而定。若能融通上述道理，則種種修法皆是通達法界整體圓融的方便，而無妨由各人自擇其便。若設規範強制於一個範圍，卻可能產生「鑽牛角尖」之反效果。話說回來，極端困苦之處境也能逼人不得不尋求解脫之道，因而步上覺路。若思及此，則連規範局限亦可能使人覺醒，而無需批評。

由圓融境界通觀全盤，則一切無妨。《金剛經》中，如來說：「一

切法皆是佛法」，即是此理。

二〇〇三年四月十六日
養和齋 於加州

取相

俗眼譏評因闊綽，智悲深淺豪華量；
出家依舊著相論，佛恩無限未見邊。

跋

寺院鋪張，惹得世人議論。不料回語竟以豪華為智悲之表徵。著相而論，與俗何異？佛陀慈示「應無所住而生其心」，惜乎彼尚未及省悟。

二〇〇三年四月十六日
養和齋
於加州

綿互

實際綿互無界限，不勞費神強劃分；
大智放捨執偏見，三世萬法本共成。

跋

實際經驗，整體呈現，無有界限，綿延相續。種種見解，因人而異，強加劃分，妄成理論。回歸本來，不勞偏執，放捨成見，安於無心。三世萬法，緣起相依，無從挑剔，本來共成。

二〇〇三年四月十八日
養和齋
於加州

即時禮謝

一諾三年未曾忘，文殊經軌子夜成；
清晨方知香茗供，正午郵包西安來。

跋

三年前曾允熟持《聖妙吉祥真實名經》之西安趙居士，將造此經軌以助進修。近來已完成數部重要經論之英譯，而得以抽暇從事。又蒙成穗傳來相關經論，而得以據之參訂其中咒文。此經軌在四月十八日之子夜完成，隨即以電郵公布之。翌晨接趙回音，方知彼已於三月寄出安溪鐵觀音茶申供。不意正午該郵包恰巧安抵，猶如即時之禮謝。因緣如此殊勝巧妙，特為之記。

二〇〇三年四月廿一日

養和齋

於加州

香墨凝景

西湖十景御詩題，法語滲露藏禪機；
香墨虔雕工筆細，留得風光博佛怡。

跋

北京王居士伉儷寄贈「西湖十景」墨塊一套。十塊之外形與大小，各各不同。一面為工筆細雕之西湖一景，略潤金彩；另一面則為該景雅號及御題詩，字體清晰，風格脫俗。接到寶墨立即供陳佛案以謝陳上師之恩。又感寄贈者虔敬雅意，詩以誌之。

二〇〇三年四月廿四日

養和齋

於加州

水貂毫

劣筆臨經費周章，名牌試遍轉求佛；
持咒巧值水貂毫，外柔內勁任鋒回。

跋

北京王居士伉儷寄贈寶筆一對。請教其詳，蒙告知如下因緣。彼曾發願臨經，但乏運用自如之筆，雖遍試名牌猶無解，遂轉求佛祐。一日於持六字大明後，在街邊老奶奶之小攤，意外得值此種，據云為水貂毫，乃民國時期彼老先生之遺物。一經使用便知外柔內勁，鋒轉自如，因寶惜之。今分惠及余，願依之而多法寶之著述。感彼虔誠大願，詩以誌之。

二〇〇三年四月廿四日
養和齋
於加州

涓涓

細水長流未暫停，從容進修享佛恩；
躁競突變著俗染，自欺未悟背道馳。

跋

修行學佛，宜見正心誠，而後從容進展，勵志於一生長遠之奉獻。
猶如細水長流，終究融入江海。心地單純，見解無誤，雖緩不斷，自然長遠。

二〇〇三年四月廿四日
養和齋
於加州

自然

隨順因緣便自然，放捨偏執免操煩；
機遇湊巧施點撥，奔逐異途不相干。

跋

凡有造作，皆順因緣。無求無盼，安於自然。機緣巧合，便施指點。任奔異路，無語咸安。

二〇〇三年四月廿四日
養和齋
於加州

出離

專志菩提超世情，切悟無常不染塵；
徹見道程堅信果，出離一步也難能。

跋

曾接來問，據種種世間顧慮而質疑佛法所示「出離」為不妥。

出離在道次第上雖為基礎步驟，但需行者已專志於菩提大業，超乎世間見解，又深切體會無常，而不以世法為念，並且徹見道程及方向，對果位之証德與可致也堅信不移，方能舉步實踐。因此，踏出一步也非易事。

來問者尚未及了悟種種生涯之可能，也未體會無常之迫切及了解專志菩提之意義，因此為彼見所及之顧慮所困擾。

二〇〇三年四月廿四日
養和齋 於加州

符現觀音

韋馱教示媽尼符，敬信焚化求加持；
觀音現跡在紙灰，淨瓶法衣襯慈顏。

跋

余曾蒙韋馱菩薩教示以手書之（喻媽尼悲咪吽）符濟眾。信者焚化該符，即可得韋馱菩薩之加被。

北京王居士於虔誠祈禱、觀想後，將捲成疏鬆圓筒之該符焚化，以領加持。不意於紙灰上竟現出以淨瓶、法衣陪襯之觀音全身像。彼立即祈求使慈容更加明顯，以便攝影弘化，隨即蒙如願之應現。彼傳來電子檔中，有一較易辨認，因誌之，並附於後，以供有緣。

二〇〇三年四月廿六日
養和齋
於加州



自修

與其管別人，不如修自己；
管人多勉強，自省近踏實。

跋

管人誰肯聽，費神枉操心。遇事多反省，修己較易行。勉強無久長，自願便怡然。菩提勤養護，耕深實漸熟。

二〇〇三年四月廿九日
養和齋
於加州

需時

不論祝願幾許深，種種成熟待時節；
因緣無主積經驗，回顧歷程稚已除。

跋

因緣成熟急不來，只得任彼浮沉中；
萬幸歷苦命猶在，回顧往慮皆煙消。

二〇〇三年四月廿九日
養和齋
於加州

參差

鬧劇輪迴添一場，到頭縱悟已嫌遲；
同體大悲等祝禱，惜乎法緣多參差！

跋

不能省悟所作所為只是在無盡輪迴中添入一場鬧劇者，縱然臨終
猛醒，也難以補救、挽回了。修行者本著同體大悲，平等為一切眾生
之証覺而迴向祝禱。只可惜眾生之法緣參差懸殊，以致於不能一起救
脫。

二〇〇三年四月三十日

養和齋

於加州

開明

千般盤算難周全，意外層出屬常情；
思慮自擾宜認清，安於無心享開明。

跋

事情演變孰能料，陷於疑慮更糟糕；
看穿自擾無濟事，平息雜念一片純。

二〇〇三年五月一日
養和齋 於加州

救脫因緣

能化所渡皆無主，唯順因緣契救脫；
際遇波折誰能掌？存心菩提自然安。

跋

佛法教示無我，亦即一切皆因緣合和之現象，而無有主宰。法界內萬象互相作用影響；任一因緣皆有或鉅或微、或隱或顯之效果。

救渡事業亦不能出乎此真理之外，而有賴種種因緣之巧合。明乎此理，則能蒙救渡者亦有其時節因緣，無從勉強。因此，行者心無罣礙，超乎際遇遷演之局限，而自然地安適於菩提生涯中。

二〇〇三年五月三日
養和齋 於加州

出念

出纏長遠屢修間，隨念看穿透一關；
心陷籠罩難省悟，霍然得脫成熟時。

跋

修習解脫之成果，非短期熱衷即可致，而需長遠不斷努力，在有念時即知依法理反省，方能漸漸脫落層層的籠罩。正為念頭與見解所拘限時，極難省悟實際的困境，遑論脫出。修久成熟，由念下霍然脫出，是自然發生的。

二〇〇三年五月三日

養和齋

於加州

無非修徑

修途醒處隨緣是，豈可局限形跡中；
著相誤判難領會，助覺開悟皆方便。

跋

修行在於去執、不著相，而長養智慧。雖有道次第之編排、宗門之法相，一旦深入踐履，則不可為法門、法相所局限，而需要自然地在日常生活中隨緣砥礪，漸漸融通。

著相者不覺自迷，易據形跡評斷孰是孰非，而難以領悟《金剛經》中如來所說：「一切法皆是佛法」，以及禪宗公案中古德所云：「無一處不是藥！」之微妙道理。

二〇〇三年五月六日
養和齋 於加州

無從對照

理論鋪陳修途多，實際証入絕思量；
根本哲理咸協合，驛站安立巧用心。

跋

佛法種種修途之理論，根本哲理當然是是一致的，否則無以成為佛法。証德或正見圓融者看來，無有不可遵循之途，但視行者機緣而擇定即可。至於各途階次之安立，端在於祖師用心之各呈巧妙，並不一定可以對照、評比。學佛者無需費神於強要配對種種修途之階次。尤其是超乎一切言說、方便之參禪，又從何對照起呢？

二〇〇三年五月六日
養和齋 於加州

不待

不待事生方祝禱，睡夢無間住菩提；
慈眼視眾唯善願，離於造作純自然。

跋

修習善願，不待事生。心住菩提，睡夢無間。顧盼所及，等心祝禱。非同扮演，自然發生。

二〇〇三年五月十一日
養和齋
於加州

要求止息

要求止息便清平，嫌怨失蹤人無辜；
世間罪惡雖未消，此際返璞已離塵。

跋

講求之念一止，計較之事便消。自然安和，免於世情之煩擾。

二〇〇三年五月十一日
養和齋 於加州

修行與人事

修行不限人事外，遊刃有餘施點撥；
千秋志業務解脫，眼前雲煙豈掛懷？

跋

佛法的修行目的在於解脫輪迴諸苦，進而証入本來純粹且無限之一體。為達此鵠的，修行者遵循無執、不著相、開闊、慈悲等原則以實踐於生活中，因此得以漸漸由盲目的糾纏中脫出。

除了極少數遺世獨立的修行者以外，對一般學佛者而言，修行的範圍自然包括了人事的歷鍊。既是以修行為志業，則在涉及人事時修行者還是要遵循佛法的原則及教誡來處理，因之得以藉人事的歷鍊而獲得覺道上的砥礪之益、進步之功。真正基於修行及弘法的考量，自然也可在人事中有立場及舉措。

披著修行的名義，卻在人事中打混，或基於人事的考量及利害，而沾染、擺佈有關修行的事業或團體，是世間常見的病態。真誠的修行者自然會避開這些墮落的因緣。

人事大抵皆是一時幻化，而修行攸關所有有情離苦証覺的無盡大業。因此，一般而言，真正志向修行者大多視人事為無足計較而遠離之。即使事關極多生靈，偶有涉及，也以限於法務之範圍為宜，以免牽纏不清，不能救渡，反招拖累。

初修者往往正見尚未融通，而向道之定力又不充足，因此宜於隔離人事，謝絕塵擾。久修者縱然已有能力處塵不染，但因目的在究竟解脫，而不是一時浮沈，所以涉及人事也是略施點化而已，不宜滯留。近來有佛友問及政治與宗教，而其見解似為兩者不可交涉。此與真正道理不合，因就修行與人事之關聯，略申己見，以助釐清真理。

二〇〇三年五月十五日
養和齋
於加州

煞醒

煞士突襲驚世夢，防堵流竄難周全；
人事盡處宿業引，早悟無常務心安。

跋

煞士突襲，來勢洶洶。流竄難測，人心惶惶。或癒或逝，無能掌控。人事有窮，宿業定奪。早悟無常，莫滯俗習。一生根本，首在心安。

二〇〇三年五月十六日
養和齋 於加州

樂意遷就

任擇集

三五

執著潛消講求失，慈心滋長樂助成；
豈止無爭更謙讓，博得人歡便欣然。

跋

以己意為重，則多爭執及計較之苦。修習去執既久，心地開闊，事無不可，反而以謙讓、圓成他人為樂。

二〇〇三年五月十六日
養和齋
於加州

疑慮

本來無事享信賴，疑慮一起阻障生；
揮之不去影長罩，還待心清自悟出。

跋

人心起疑，難見其偏。隨念輾轉，障蔽叢生。實相無事，隨緣安然。心清方悟，宜早修行。

二〇〇三年五月十六日
養和齋
於加州

無可爭

任擇集

三七

祝願眾生咸開悟，盡己所能全奉獻；
途徑進度人自擇，摯誠循覺無可爭。

跋

真心覺道，唯願眾咸開悟。盡己所能，完全著述奉獻。何去何從，各有見解抉擇。隨緣皆宜，修行無有可爭。

二〇〇三年五月廿一日

養和齋

於加州

離念自鬆

任擇集

三八

頓然離念安定中，意識清晰無運作；
隱微緊張皆察覺，逐漸鬆散自還原。

跋

突然離於心念作用，唯餘清晰知覺。身上處處原先未能察覺之緊張牽扯，一一察覺。隨即逐漸鬆弛，回復無異。

二〇〇三年五月廿四日
養和齋
於加州

習任彼

三世同在廣無邊，諸佛眾生一體中；
安於任彼不顧自，造作全失契法身。

跋

欲契法身，修全任彼。三世萬法，一體無限。只需失我，彼便自顯。完全無我，法身圓証。

二〇〇三年五月廿四日
養和齋
於加州

我執

微渺一介罩心眼，任意作主造業繁；
法界運行雖難測，不計小我左右偏。

跋

一般心眼為我執所籠罩，以己意為重而隨之造業，憂喜起伏。若能稍息此妄，而略窺法界之深廣，便能領會，其實一介小我在法界整體之運行上，無足輕重，又何以任清明心地遭其塗鴉？

二〇〇三年五月廿五日
養和齋
於加州

求不得苦

重己競逐欲遂意，情器流轉孰可執？
隨順佛示修去我，私心滌盡住法身！

跋

執己為重，任意奔逐；仔細回味，得些甚麼？
情器歷歷，顧此失彼；一時得失，瞬皆幻逝。
遵循佛示，修習去執；一切無爭，自然怡和。
心眼開闊，超越得失；法界一體，恆施普渡。

二〇〇三年五月廿八日

養和齋

於加州

共業

共業淵深難測透，詭譎洶湧困群生；
與其報怨添苦楚，何若念恩致祥和。

跋

共業所困，無不辛苦。報怨添煩，轉增壓力。念恩思源，心開意解。彼此惜緣，共致祥和。

二〇〇三年五月廿九日
養和齋
於加州

氣脈通

陶龍雙運達脈通，直氣出體轉銅身；
持咒隨喜領教義，大圓勝慧在塔尖。

跋

近日溫習「大圓滿」法本，今晨得教示之夢。見一對陶土龍交纏，忽然有氣直上而出其體外，連續數次。彼等即轉為銅身，更加莊嚴。我見此進化，誠心隨喜，在旁持咒。夢中即知其教示之義：龍欽寧梯大圓滿之修持需要建立在氣脈明點已得修証之基礎上。謹此記錄，以廣教恩。

二〇〇三年五月廿九日
養和齋 於加州

夢見煞相

外圍長圓根若蘭，綠葉白花蘊孢種；
煞士顯形傳警訊，枯榮參半疫未央。

跋

約十日前，於清晨醒前，夢見一室內有兩批煞士雜處。（夢中自知彼等為煞士之形相。）形如室內植物（但無盛器及土），高約一人半，直立，整體之外圍形如長圓膠囊。根如蘭花根而較粗大，圓佈其底端，皆向下至半途再向外向上捲起。小片綠葉分佈莖側。其上端莖葉之間夾有一串串的小白花，感覺是會爆出種子的。一批之根部已全枯，另一批則尚活；枯榮各約半數。

此種感應未經祈請，出乎意料自然發生。謹此實錄，以供對修行有興趣者參考。

任擇集 四五

二〇〇三年五月三十日
養和齋 於加州

門檻

豈止禍源在執我，解脫門檻亦由生；
稍許私意不肯放，長遠終究離修途。

跋

佛示我執乃輪迴之根本。至於解脫之証得亦往往受阻於出乎計我之考量。修行淪為表面或半途而廢，無非因為私意難捨。輪迴猶如天羅地網，看穿了只是我愛之種種變現而已。

二〇〇三年五月三十日
養和齋 於加州

方向

混亂世間易茫然，競逐私利難平安；
縱謀公益乏力道，唯循覺途可久長。

跋

世事雜亂無章，因此失落茫然者不在少數。或以競逐私利為鵠的，而牽纏抗衡不休，以致於身心俱不得安和。或思造福他人，增長公益，奈何力量不足或途徑曲折，以致於疲累不堪而功效微薄。唯有佛法教示本來清淨之理，徹底解脫諸苦之道。若能依教實修，長遠之後，不止自己身心安穩，更能引導大眾步上覺途，而同享安寧。

二〇〇三年五月卅一日
養和齋 於加州

自願皈依

皈依所在自願求，解脫怙主無勉從；
慈懷關注遍群生，福慧具足方知趨。

跋

解脫覺道，不求信從，無用勉強。慈悲平等普及一切眾生，因此對自知趨向者，無不攝受。至於何去何從之抉擇，則視各人福緣及智慧之開展程度而定。培福養慧非易事，有志正道宜力行。

二〇〇三年六月一日
養和齋
於加州

無願

本來清淨離生滅，無相可執莫迷逐；
意願不捨添翳障，回歸真實即解脫。

跋

佛法由三方面詮釋解脫。本來清淨之空性，無有特色，因此無有生滅之分別。一切形相，實際上無從執取；若迷執逐取，則生滅不息。因著相分別，而生取捨、企盼，即是在幻化之現象上添加妄想之翳障。因此欲達徹底解脫，當明了本淨無相之理（空），不迷相生執（無相），並且看破意願之虛妄（無願）。換言之，完全契合真實即得本來自然之解脫。

二〇〇三年六月一日
養和齋 於加州

無奈

晴天霹靂雪上霜，世情悽慘無奈深；
籌劃有窮賴心淨，超乎人力仰佛恩。

跋

日日為眾祈禱，深悉世間之慘痛苦楚。事情之突變往往無從預料。種種營謀，只是增加困擾，徒勞無功。無奈之現況只能逆來順受。人力無法之處，在自己份上，只有心淨可依，此外，唯有向佛陀、神明祈求賜祐。

二〇〇三年六月二日

養和齋

於加州

實修益深

見識增廣終有限，奔逐欣樂添緊張；
看似孤寂勤修法，心淨融入法界寬。

跋

向外追逐，增益有限；偏好滋長，反成枷鎖。依法修持，長久孤寂；執障潛消，心地清明。感應融通，救渡普及。

二〇〇三年六月三日
養和齋
於加州

歷苦

醫生得病習診治，行者遭困修解脫；
知苦親歷方深切，慈悲及眾非虛發。

跋

正如醫生得病，順帶修習診療，行者在人生路上遇到坎坷，便是深切體會有情之苦，以及練習由苦解脫的機緣。親歷困苦而後發生之廣大慈悲胸懷，彌足珍貴。

二〇〇三年六月四日
養和齋
於加州

知苦

世情艱澀歷方知，愁雲籠罩惑亂深；
幸循佛示唯奉獻，超出爭擾修純誠。

跋

歷世漸深，無不嚐苦。幾多有情，坐陷愁城。幸值佛法，依教奉行。唯修奉獻，不涉爭執。修誠自安，弘法益世。

二〇〇三年六月四日
養和齋 於加州

融入大志

三世有情待救脫，清明正覺究竟怙；
法界運行純因果，一心一德在菩提。

跋

有情多苦，三世雷同。法界運行，因果不爽。究竟依怙，唯賴正覺。為救自他，一心菩提。此事匪易，當人自決。

二〇〇三年六月四日
養和齋 於加州

功德圓滿

任擇集

五五

功德圓滿塵緣盡，持經心願待續成；
托友囑妻接法棒，感應渡化及鄉黨。

跋

昔年在新營行綠度母火供，蒙楊鈞宇先生允許使用前院廣場及大力協助。當時曾為彼宅所供奉之觀音聖像及土地公神像開光。隨後彼伉儷皆夢見土地公報謝。

今年元月初，楊先生夢見一老人來說：「你做人很好，已經功德圓滿」。醒來覺得訝異。當天下午即突然因心肌主動脈剝離而辭世。後來亡靈又交代通靈之友人：彼生前發願日日持誦《金剛經》三年，尚未圓成，囑妻續圓。楊太太即依行，日日持經念佛。

楊先生行善修法，感得神明讚許，預告時至，又顯靈應，藉續願修法
渡化家眷。如此人生堪為楷模。特為之記，以廣勸化。

二〇〇三年六月六日
養和齋 於加州

當下無常

隨時可逝何需爭？因緣無主莫牽掛；
有情同苦恆關注，清明宣導究竟渡。

跋

一般對無常之認識皆未及體會當下隨時可能辭世之可能。若能如此深切體會，則無暇、無心於無意義之爭執、辯解。對自身之牽掛難以全捨，因為看不清一切有情之遭遇皆無從自主；實際上，此種牽掛是無濟於事的。

若能悟達上述之理，而由受自我籠罩之中脫困而出，改為恆常關心於法界所有眾生之種種苦楚上，並由此種清明心地發出宣導正覺的言行，才能究竟輔益眾生。

二〇〇三年六月八日
養和齋 於加州

棄嫌致和

循環報怨何時了？以暴止暴豈能停？
和平不保無明日，棄嫌相忍共浮生。

跋

暴力相向，循環報怨；生無寧日，死無明日。和則分利，戰即俱傷；同為有情，當謀生路。棄嫌相忍，廢武共安；困苦浮生，願早覺醒。

二〇〇三年六月十三日
養和齋
於加州

轉機

景氣低迷賦閒時，天賜假期供調心；
人生意義再細省，孰先孰後重安排。

跋

景氣下滑，失業偏多。閒極無聊，莫虛渡日。視為假期，休養調心。檢討過去，反省人生。再衡輕重，安排後先。乘機學佛，念佛淨心，拜佛健身，可保安寧。

二〇〇三年六月十三日
養和齋
於加州

千里傳音

「千里傳音」非虛語，法界一體易溝通；
弘揚佛旨無私意，感得心聲報夢知。

跋

台南一女居士正練習將拙作由電腦純文字檔，依洪國聲居士所訂立的版面格式，轉成美觀之文件檔。前天兩檔有點錯誤，可見尚未完全學成，我即電郵告知。她心生疑惑，不知如何改善兩邊之間電腦的問題。不意昨天她在夢中先見到轉換好之藍色電腦版面格式於半空中，並繼而聽見我的聲音說：「這次做得很好，已經無誤了」。所以她馬上不敢怠惰，立即跳下床接下去轉換兩檔，馬上傳遞過來給我校正，而且她也深信此夢不假。後來接到傳回的電郵得知確為無誤，證明確為感應之「千里傳音」。（武俠小說中的特技，在佛法的修行中卻實踐

了。）

在聖路易斯的徐女居士正在進行英文檔之類似傳授。她也曾夢見將改好的詩印出給我看。我鼓勵她要繼續練習，不要放棄。我檢查後，笑著對她說：「做對了」。

此等感應足徵「法界一體」並非虛語。當我們無私地致力於弘揚佛法時，一體的溝通是會自然發生的。

二〇〇三年六月十四日
養和齋
於加州

放歸自由

任擇集

六三

林鈺堂編輯
林成穗中譯

放生簡軌

陳健民上師原著

一、皈依

皈依金剛上師、皈依佛、皈依法、皈依僧（三反）

二、六字大明

嗡媽尼悲咪吽（五或七反）

三、往生咒（三反）

南無阿彌多婆夜。哆他伽哆夜。哆地夜他。阿彌唎都婆毘。阿彌唎多。悉耽婆毘。阿彌唎哆。毗迦蘭地。阿彌唎哆。毗迦蘭哆。伽彌膩。伽伽那。枳多迦隸娑婆訶。

四、放生偈

放出生死涅槃外

還歸現成本地中

一放一切得全放

從無生生，生佛同

五、回向

世界和平施主長壽

林博士對此軌之簡釋

放生是一種在亞洲佛教社區很流行的傳統修行方法。此種修行的主要目的是救出有生命危險的動物，然後祈禱被放眾生以至一切眾生皆能究竟證覺。上軌是我已故的上師陳健民瑜伽士生前每當放生時使用的。他在生前曾放生逾三十五萬命。

念誦密法的四皈依確認我們對上師、一切佛、佛的教法、和僧團

的依仗。通常我們所放的眾生都無法與佛法結緣，但當我們代他們念皈依後，我們就能將他們置於佛法的護蔭之下。

觀世音菩薩〈六字大明咒〉代表著大悲救拔六道輪迴的一切眾生（六道是天、阿修羅、人、畜生、餓鬼、地獄）。此咒的六個字中每一字均順次對應一道的眾生的救度。雖然我們能放的眾生數量有限，我們此一慈悲之舉的發心卻是遍及一切眾生的。

生命皆無常；我們所放的眾生最終也會死亡。我們念〈往生咒〉以祈禱牠們可從無盡的輪迴之苦中解脫。依靠阿彌陀佛的恩德他們會得以往生阿彌陀佛的極樂淨土。

〈放生偈〉則包含了此種修法的要義。

放出生死涅槃外

我們放這些眾生的目的是為了讓他們脫離不止是輪迴之苦，還有對涅槃的執著。究竟的證覺超越思維概念，因此最終行人連佛法概念的局限都要超越。佛法的解脫精神是如何地透徹！

還歸現成本地中

解脫其實只是回歸事物本來的面目，擺脫人為的分別、評價、情緒糾纏和執著。它是本來清淨、天真無染的；它是一切無限的一體。

一放一切得全放

縱使我們只放一個眾生返回自然界，我們的發心是要釋放一切眾生。一個眾生只有在證覺時才算是得到究竟的釋放。當證覺之時，他與一切融為一體，故此，當一個真正被放，其他所有的也是一樣。

從無生生，生佛同

最終的解脫好像一個新生命，但其實只是返回本來的清淨與自然。當一些眾生被放生，即時就已經有了功德。因此，遇到緊急情況如病重、意外事故、動大手術等，佛教徒往往就會放生來為急需者積聚功德，並將功德適當地迴向以得速效。

因為我們的生命與被救的生命其實一般的脆弱，當我們忙碌地救助牠們時我們就是在修「忘我利他」。購買牠們時，我們是在修財施和無畏施。在運送與選擇放生地點的過程中所需的謹慎有助於開展我們的悲心與智慧。

為了人類食用而屠殺的眾生數量遠超過佛教徒所放的數量。然而，此非徒勞無功之舉，理由是這種修行體現了佛教平等大悲的理想，能將我們的心從人類本位釋放出來，轉而放眼於宇宙的一體。並且，有緣見聞者就可能進而了解放生的道理，以及反省自己。社區就會漸漸受到感化。

佛法所教示的平等大悲與放生此種佛教修法是現代關注地球生態與環境保護的先驅。今時今日，因為在市場所購的動物可能來自遠方甚至海外，所以修行放生有時候會與當地的生態保護有矛盾。在一些常有放生的亞洲國家，有些商人會尾隨放生的佛教徒以圖捕捉被放的動物再行售賣。因此我們應該警覺這些問題，並在放生的過程中小心行事。我們也可將贊助非牟利的环境和生態維護活動視為在現代放生的新方法。

皈依法

世緣煩憂難排遣，法語數句頓霽如；
浮沈聚散無可恃，真誠服務成支柱。

跋

紐約黃居士來電話說，今天接到我的〈隨和〉詩箋，頓然一掃近來因俗務而積壓心頭之陰霾。足見純淨之法語對人心之裨益。黃居士在紐約多處散佈拙作佛書已有多年。我與他交談從事法務之心得，都認為在聚散浮沈無常之世間，純粹奉獻的佛法服務，在多年後便形成了心地平安的基礎。

二〇〇三年六月十八日
養和齋
於加州

先淨心

心念不淨總自苦，發乎言行更擾人；
偏執反鎖難省悟，開導機緣匙契合。

跋

自心起疑，偏執難悟。無形牢籠，反鎖難出。畫地自限，計較難休。縱逢開導，逆耳難從。

二〇〇三年六月十八日
養和齋 於加州

放眼星際

紊亂世相眾苦逼，擠成心胸芥子許；
放眼星際如斯廣，融入法界更無垠。

跋

吾人心地為世間雞毛蒜皮所壅塞，錙銖遍計而忽略導致生死輪迴、平安喜樂之因果，更談不上領會法界之無限開闊。幸有天文學之知識，雖屬有限感官及人為理論之成果，卻足以助人大開眼界及胸襟，使行者趨向融入無限法界之體會。

二〇〇三年六月二十日

養和齋

於加州

捨盡

証覺之途絕塵染，稍有不捨便滯隔；
出離一般難做到，只因未悟當撇清。

跋

法界整體之救渡，豈能為一己所限？必也私慮盡捨，方能真正步上覺道。一般不易做到出離，只因未了悟需要將俗慮完全置於度外，已經決定任其生死，才有可能。事實上，世間任何事皆無從完全掌控，更遑論生死之際遇。

二〇〇三年六月廿五日

養和齋

於加州

得聞聖號

任擇集

七二

「四海」、「鐵臂」號觀音，大力救渡寰宇行；
蒙恩聞名仰慈德，效法思齊竭棉薄。

跋

今晨睡時聞：「四海觀音」、「鐵臂觀音」。私揣此等聖號分別表彰
「三十二應」寰宇弘揚與大力救渡之聖德。忝為行者，雖然蒙恩聞德
以勵思齊，奈何棉薄之力唯有竭誠奉獻而已。

二〇〇三年六月廿八日
養和齋 於加州

天語教誡

有感即發話偏多，天語教誡省濫施；
最難醒悟屬盲點，若非慈示猶沉迷。

跋

日前睡時，蒙天語教誡：「你有些話太多了」。因此反省，可能由於有感即發，而花費太多時間及精神在詠道之詩作上。再加上有心普益世人，一有詩作隨即自行英譯，因而耗費心力，不止加倍。蒙賜教誡以來，即較少詩作。今日此作並非積習難改，逆教而行。只是因為此等教示啟迪盲點，彌足珍貴，特地銘記，以彰恩光。

二〇〇三年六月廿八日
養和齋
於加州

敬讚祖傳

自讚毀他乃世態，大師自傳非凡響；
証量著述啟景仰，老實誌瑕永垂範！

跋

一般之自傳、回憶錄難免淪為自讚毀他，令人不忍卒睹。近閱英譯之蔣貢康楚大師（一八一三—一九〇〇）自傳，除了領教其証量之深廣及著述之宏偉外，最敬仰其中之真實陳述，對種種缺失無有隱瞞。真誠行者之典範，於斯永垂不朽！

二〇〇三年七月一日

養和齋 於加州

任流

逝者如斯未暫停，世事遷演若河流；
當任心念隨流去，逝者如斯無從留。

跋

河水不停流，世事亦如斯。當捨心中念，觀彼入時流。三世恆遷變，心地不阻流。解脫方便訣，心與事同流。心地常坦蕩，自然起新機。

二〇〇三年七月二日
養和齋 於加州

餓鬼乞食

佛賜甘露轉施鬼，晚課供眾已廿載；
饑寒交迫來乞食，盡令溫飽助超昇。

跋

每晚定課將供過佛之米，視為佛賜之甘露，盛於一盤普施鬼眾，行已廿載。近來有一位能與靈界溝通之女居士來報，有些鬼眾，饑寒交迫，但尚不能了解頗瓦超渡之益，因此只請她代求能領受我之施食。我都立即一概應允。並且在他們得溫飽後，為他們加入頗瓦超渡之列。

二〇〇三年七月三日
養和齋
於加州

三身法印

恩師佳作願貢獻，法身若痴化如龍；
報得壽量無始終，願同眾生咸証覺。

跋

北京王居士以其治印恩師楊先生多年佳作組成印譜，以供呈大海龍王菩薩，並慷慨發心願悉數贈余，以申供養，以求眾生早日得渡。余回以個人見解，好物不宜多收，以便他人分享。若得佳物，亦當分與能鑑賞者，以達物盡其用。因就所呈十二印中，擇三印，並釋之曰：

「若癡」表法身，以其似乎無知，而實則無所不知。

「無量壽」表報身，超越時間，無始無終。

「龍」（圖形）表化身，以其神變莫測，應機教化也。

又加祝願曰：願由此三身法印之供，而成彼將來圓証三身之契因。

二〇〇三年七月四日
養和齋 於太浩湖

補記

王居士伉儷悉心經營，多番整備，集成文房珍品一箱，郵寄今日安抵。三身法印遂得連袂蒞臨。王居士更研考金文，以示珍重，再依之雕鏤拙作（三身法印）詩於「無量壽」印壁。余深感其隆重盛情，而信彼伉儷必因此而蒙佛佑。

謹就彼原附之三身印文，掃瞄成檔，附於此後，以供眾同賞。願有緣見聞者，咸証佛之三身，普濟含識！

二〇〇三年十月廿一日
養和齋 於加州



三身法印林鈺堂
恩師佳作願貢獻
法身若痴化如龍
報得毒量無始終
願同眾生咸証覺
二〇〇三年七月四日
養和齋於太浩湖

金文刻石 王居士
拓文 林鈺堂



幻網交弭

本淨始終未雜染，幻網羅織苦世間；
以幻易幻離塵勞，幻弭悟透証圓明。

跋

法界本淨，未曾受染。人心羅織，幻網苦深。以幻易幻，修法淨心。兩幻俱弭，圓明自顯。

二〇〇三年七月四日
養和齋 於太湖

著眼公益

同在職場爭飯碗，身為佛徒只退讓？
適材適所眾人福，如斯祝禱離人我。

跋

謀生求職，粥少僧多。若祈自得，難顧他失。若願他順，己又若何？身為佛徒，只退無進？循此思路，進退兩難。著眼公益，平等祈願。適材適所，離於偏袒。安定繁榮，各得其所。出離專修，亦謀公益。

二〇〇三年七月九日

養和齋

於加州

本性通

遍觀眾生境遇苦，體會有情本性通；
非關形相無限量，入此真實見我妄。

跋

觀想種種眾生之境遇，從而體會有情本性之共通。有情之心性，非形相、限量可局。體會其無限，自然看透我執之虛誕。

二〇〇三年七月十日

養和齋

於加州

法界師

任擇集

八四

修行鵠的在證覺，但能助覺皆從學；
豈止同行供借鏡，法界緣起咸啟發。

跋

究竟無我，法界真相。欲達契入，解黏去縛。能助解脫，無不趨
向。莫自設限，翳障圓覺。

二〇〇三年七月十一日
養和齋
於加州

純善解脫

修行純善期相應，若涉欺凌無顏求；
積年累德成清淨，慈航普渡廣濟眾。

跋

日前接佛友來問，上司交代工作，跡近詐騙，當如何自處？勸以立即離職，以免受到牽累。吾人欲博佛佑，只能努力行善，以期與慈悲相應。若傷害有情，尚有何顏祈請加被？如此回覆後，查覺自己學佛以來，唯修純善，因此心地祥善充沛。這是二十多年來努力修行的自然結果。由於起修者難以瞭解長遠後之利益，因此我想記述公布，以鼓勵開始修行者，當致力於純善。今晨尚在思及此題，閉目之際，又見鳥瞰之景，一大船之平面甲板上，密佈有情眾。此乃佛示，修行純善，豈止自得解脫，更可以慈航普渡，廣利有情。願與志向菩提之

修行眾共勉之

任擇集 八六

二〇〇三年七月十三日
養和齋 於加州

化解

逆緣糾纏宿業引，致力化解謀祥和；
更為怨對祈福慧，智悲增長常安寧。

跋

在世間難免遭值逆緣之糾纏，當知是宿業牽引所致，宜設法化解，以謀祥和。若採敵對，則徒增困擾，且加深彼此之痛苦。身為佛徒，更當為怨懟者祈求福慧增長、安寧康泰，俾使彼此之糾結能隨眼界與胸襟之開展而漸得根本之解脫。

二〇〇三年七月十四日

養和齋

於加州

專念

專志念佛說與誰？浮華人心哪肯聽；
而今困境無他事，正好精勤持佛名！

跋

世間雜緣太多，難以體會專志念佛之深刻安寧。有時人陷困境，一籌莫展，若知念佛，卻正好乘機潛修，或許可以深入念佛之堂奧。

二〇〇三年七月十四日
養和齋
於加州

以戒為師

以戒為師循理行，菩提發心結佛緣；
精勤修士離諍議，不落著相免糾纏。

跋

佛友來訪，以拙作中少論及戒律，請余撰文闡釋持戒之重要。

戒律逐項規範行者之動機及言行，使離惡積善，饒益有情，趨向正覺，當然十分重要及有益。因此在六度中以持戒為第二要項。在拙作中亦有闡釋六度之中、英作品，可參閱。

佛遺訓：「以戒為師」。基本上此乃指示當修習合乎正覺之見地、發心及言行。至於因事制宜之細則，則可能隨著時移境遷而失去原先預期之功效。因此原先纂輯戒本時，亦有略去枝末之議。

軌範一立，由於世間著相之習尚，難免衍生諍議及矯偽之流弊。

精勤行者豈有暇評論、計較或迷著表相？循老實踐履之道，只能逢事捫心自省：是否菩提發心？是否合乎覺道？是否增益佛緣？從而在一生之行持上，漸自改進。因此在拙作中少就戒律之細目加以論述，而偏重於闡明根本見地及正確發心，以及說明如何融合佛理於日常行持中。

二〇〇三年七月二十日
養和齋
於加州

聖像天成

林火燒成觀音姿，三面抱子栩如生；
火供五千方興世，慈佑六道永垂恩。

跋

普賢王如來壇城所在之山區在一九七八年曾遭森林大火。一九八六年陳上師曾在此地一處山坡上，向海跪誦〈海龍王經攝頌〉，祈請龍王護持道場。因此我們每次上山皆在此處上香，以紀念之，並稱此處為「龍王崗」。

公元二千年聖誕節，第五百次火供後，我在此鞠躬上香後，抬頭之際忽然瞥見左下方林木之間，隱約有觀音立姿之焦木。後來多次近前細看，漸漸認出是天然形成之送子觀音，唯妙唯肖。此像位於圍如涼亭之數樹之中心，其下端是側伸而出，因此聖像似乎懸空而立。外

圍樹側有兩隻焦木所形成之貓頭鷹，及一大龜。聖像之右下側，則有一大熊倚附。聖像之正面有冠、臉龐、雙目、鼻及嘴，極易辨認。左臂抱子，頂端有小兒面。聖像正面之左右兩側又各有一側面像，正如十一面觀音之一層三面。

我們現在也經常在此像前獻供六柱香為六道眾生祈佑。並稱此處為「觀音坡」。近來托電子相機之助，各地佛友往往在上網看法務相片時有緣朝覲。因此特加記述，以助瞭解如此殊勝化現渡眾之緣起。

二〇〇三年七月廿三日

養和齋 於加州



助眾圓覺

生死關鍵一息間，即此一氣行菩提；
「助眾圓覺」唯一念，一生不斷出輪迴。

跋

生死界限，一息有無而已。當下全力，不出此息此念。行諸菩提，
唯繫「助眾圓覺」一念。超乎人我，相續即出輪迴。

二〇〇三年七月廿四日
養和齋
於加州

本淨

實際整體無界限，莫起己見生是非；
妄執豈需隨周旋，安於現前自然閒。

跋

本淨無分別，莫起心生事；
妄執不需應，安然任幻流。

二〇〇三年七月廿五日
養和齋
於加州

情器緣

任擇集

九六

情器聚散皆無定，了達因緣任遷演；
尚堪差遣運智悲，已離使喚豈掛懷。

跋

聚散無定，豈止有情；情器之間，亦有因緣。明乎此理，不存冀求。所謂擁有，一時堪使；一閃或失，徒然憶惜。珍重物緣，藉行慈悲。究竟無主，心無罣礙。

二〇〇三年七月廿六日
養和齋
於加州

去執

無可切割真實際，因執成障生隔闕；
修行漸捨漸認清，見解消盡本圓明。

跋

究竟本地未嘗離，總因執樹忘森林；
修行無間妄潛消，心障盡去只清明。

二〇〇三年七月廿九日
養和齋
於加州

漏網

眾生如魚大海游，死神撒網不停來；
此刻存活倖漏網，餘息只供喚醒人。

跋

佛友來報，公司裁員，僅少得免，舉眾黯然。回以宿修，知死常臨，觀自倖存，猶魚漏網。餘息可貴，不敢妄費，唯願盡力，喚醒迷人。

二〇〇三年七月廿九日
養和齋
於加州

重而不複

登山屢讚隨景異，遣詞幾近見高低；
詠道詩作似常談，由衷而發自不同。

跋

如人登山，見景申歎，讚語類似，見有低高。詠道詩作，自然湧現，語似重複，體驗漸深。隨緣得解，弘化無盡。

二〇〇三年七月三十日

養和齋

於加州

遮諸妨礙神咒

任擇集

無畏離畏 淨諸恐懼 施無畏 度於滅度
無所亂 淨所亂 無所諍 不鬥訟 無懷瞋 無以歿
淨威神 威神跡 大威神 寂滅
趣慈心 除於瑕 示現諦 無蹉踏
其同義 吉祥義 甘露句 見於要
以尊御 無所懷 行次第 無所盡
光無生 清淨生 鮮潔光照句
等順於等心 至無上
佛所建立戒清淨 無所犯 無所負
制魔場 降外徑 光耀法明 攝以法施 開法藏

跋

此乃釋迦牟尼佛親宣之神咒，見諸《佛說海龍王經·囑累受持品第二十》。近來由于波蘭佛友詢及，而蒙成穗摘出。此咒具義，因思英譯之以廣流傳。原文未分段，為便了解及憶持而分為十段。

今天我先寄了一箱佛書給羅馬尼亞的一間佛教圖書館，稍後又寄兩箱佛書給亞里融納州的一間佛教圖書館。後來就覺得左大腿的肌肉有些不適。想不到今晚一開始準備此咒的英譯，左大腿就不痛了。感謝佛咒的加被靈驗。

佛弟子 林鈺堂 謹誌

二〇〇三年八月初一日

養和齋 於加州

解脫關鍵

任擇集

— 二

慈善濟助終有限，心結未解難灑脫；
認清我妄務超越，清明平安繫此關。

跋

慈善濟助，修習佈施，誠然合道，衷心隨喜。
細究其實，難保長安，施者受者，煩惱難息。
因知珍重，解脫關鍵，認清我妄，致力超越。
本有清明，離念坦蕩，一待私盡，自然流露。

二〇〇三年八月三日

養和齋

於加州

看開

縱然願景屢驟減，樂著憧憬習難改；
與其迷執憂得失，莫若看開順去來。

跋

世人大多懷抱憧憬。縱使實際之演變以不如意居多，而此種習性難改。因此往往無以自拔於憂慮得失之煩惱。人生際遇，面臨方知；離於期盼，並無增減。若能如斯看開，則少煩憂，而多天真之樂。

二〇〇三年八月三日
養和齋 於加州

順來

已無迎拒號如來，欲証如來修順來；
順從如來常隨學，隨順既來漸契如。

跋

一體無二，迎拒自泯。順從法教，常隨佛學。已去不擾，元本幻化。既來則安，漸契如來。

二〇〇三年八月四日
養和齋 於加州

切實

高調乍聽易感人，切實細審行不通；
一廂情願推理想，頓忘世途舉步艱。

跋

宣揚理想，每易感人。奈何世路，舉步唯艱。不切實際，空言無益；說者聽眾，兩皆不覺。「擁抱敵人」，寬容有餘；對方不願，又待如何？「寬恕一切」，說來容易；若非久修，誰能做到？「恩怨俱泯」，滿心期盼；因果未了，如何化解？唯有行者，步步踏實，一聞妄語，即知破綻。少吹多修，方得實益；聊申警誡，願共勉旃。

二〇〇三年八月八日
養和齋 於加州

看穿世情

人情冷暖突變劇，更顯塵慮原多餘；
一心只依菩提行，無需隨舞共轉輪。

跋

世人行止，自利為先。冷暖突變，朝夕之間。為他考慮，往往多餘。不如平等，但謀菩提。了悟此理，心即清明。

二〇〇三年八月九日
養和齋 於加州

安渡

際遇無人恆掌控，各執偏見瞎撞行；
事到臨頭一身當，唯賴心淨可安渡。

跋

實際上無可掌控之世事洪流，卻不乏自以為是之堅持蠻幹。真正重要的事情都是無可替代，一身獨當。要遍歷老、殘、病、死的苦關，只有純淨的心地能安。早點看清此點，行徑要能心安。

二〇〇三年八月九日
養和齋 於加州

不介意處

經驗本質咸如幻，執著心態添渲染；
回歸清明原無事，不介意處宜靜觀。

跋

經歷如幻，並無特異。各有偏執，渲染成波。回歸平淡，本來無事。不介意處，宜加靜觀。離於欣厭，體會清明。

二〇〇三年八月十日
養和齋 於加州

法喜

深入淺出闡佛理，感應體驗據實陳；
贏得具眼齊心助，自願傳播添法喜。

跋

幸蒙上師、佛、菩薩之開示佛法真理及修持方便，而得以深入體驗法喜。又將心得著述，以及刊印贈閱，以分享法喜於大眾。漸漸感召一些佛友之賞識，而自動協助印行分贈的法務。大家共事於純淨的服務，而不斷感受法喜的鼓舞。

二〇〇三年八月十日

養和齋 於加州

施食簡軌

任擇集

一一

依蒙山施食儀造
陳健民上師英編
林博士指導下 林成穗中譯

皈依（各三反）

南無常住十方佛

南無常住十方法

南無常住十方僧

南無上師

南無觀世音菩薩

南無地藏王菩薩

懺悔（一反）

自他所作諸惡業

皆由無始貪嗔癡
從身語意之所生
一切懺淨無有餘

淨障

誦〈滅業障真言〉三反：

喻 阿羅勒 繼 娑哈

備食：持一杯淨水，內加至少七粒米。

變食

誦〈變食真言〉至少三反：

南無 薩哇 達他伽他 哇羅 蘇悌 喻 三跋拉 三跋拉 吽

變食物為甘露，並使餓鬼咽喉通順。

誦〈甘露水真言〉三反：

南無 蘇魯帕亞 達他伽他亞 怛姪他 喻 蘇魯蘇魯 播羅蘇魯

播羅蘇魯 娑哈

誦〈乳海真言〉一反：

南無 三滿他 潘他林 喩 榜

供佛

持名：

南無多寶如來

南無寶勝如來

南無妙色身如來

南無廣博身如來

南無離怖畏如來

南無甘露王如來

南無阿彌陀如來

偈讚

密咒加持淨法食

普施河沙有情眾

願皆飽滿捨慳貪

速脫幽冥生淨土

念佛皈依發菩提
究竟得成無上道
功德無邊盡未來
一切有情同法食
置食淨處（但不得瀉於石榴桃樹之下）

回向

汝等有情眾
我今施于汝
此食遍法界
一切有情共
願以此功德
普及於群生
施者受食者
皆共成佛道

一即一切

一即一切專緣精，一切即一化緣廣；
隨緣應對當前機，等心遍緣有情眾。

跋

萬法同體，一多相即。一即一切，專修易精。一切即一，隨緣自在。應對當前，彼即眾生。等心遍緣，無一漏失。

二〇〇三年八月十四日
養和齋
於加州

智猴三尊

目不取相離偏執，耳絕分別免隨轉；
口守緘默無是非，智猴身教寓意深。

跋

佛友送來三智猴，不見不聞及不說；

天生感官寧棄置，智者守拙達解脫。

高家送來木雕一組三猴，各以雙手遮眼、遮耳及掩口。識其寓意深，而詠之。

往年在馬來西亞蒙佛友贈「遮面佛」小泥像，為泰國僧皇所製者。其雙手遮臉，寓意則為遮障。

二〇〇三年八月十五日
養和齋 於加州

整體流通

整體融通遷流中，觀念界限總失真；
僵化心態生猶死，參悟先破定見執。

跋

佛法教示之根本原理是「一切無我」。換言之，一切事物皆在不停的遷流演變中。因此，一切事物在此整體之洪流中，不斷互相作用，無從截然劃分。任何觀念的界定，都是人為的一偏之執取，而無以契合整體流通之實況。吾人若不能醒悟觀念之有限及失真，而習於成見，則自囿於偏見之網，而過著日趨僵化的生活，雖生猶死。

佛法修行的目標是証入圓滿覺悟。惜乎行者往往受習性左右，而使修行停滯於對立的觀念之籠罩下。如果在根本見解上不能徹底明白定見之虛妄，則不可能突破幻網。完全無念又不是初修所能契入。因

此，此作是希望能推介以「整體流通」之了解，幫助大家從平常習慣的定見、成見中走出。

二〇〇三年八月十七日
養和齋 於加州



公平代禱

宿世因緣難測透，祈禱回向易偏私；
覺途接引宜公允，冤親同體咸看開。

跋

世事糾結，人間多苦。來求代禱，往往偏私。覺道接引，一體等觀。不論親疏，同情慈祐。但願善了，咸能開悟。

二〇〇三年八月十八日
養和齋 於加州

法露點滴

法露點滴漸潤澤，潛移默化賴薰習；
敬覆來示惜佛緣，深心祝願咸長成。

跋

法緣不定，無從勉強。法露點滴，漸滲漸透。遇有來探，珍重回
應。良以轉化，有賴久薰。深心祝禱，菩提成熟。

二〇〇三年八月廿二日
養和齋 於加州

越網超拔

欲求渡缺機緣，數位影像廣慈航；
途經尸林遍攝取，網頁展示供超拔。

跋

佛友黃百肋博士在旅遊時，途經墳場，輒思超薦。未有數位相機前，往往諸多不便，難以實行。近來則一機隨身，遍攝所遇墳地之各方面，登諸某相片網頁，再邀我上網參訪。我一邊瀏覽，一邊持咒加持亡者眾。又將墳場名稱記下，加入下次頗瓦超渡之列。在一個月內，連同他所尋獲的其他墳場網頁，我已如此「虛擬造訪」五十七墳場矣。其他佛友若欲倣行，請將相片陳列於網頁，再邀我上網參訪，以免耗時下載相片檔。

二〇〇三年八月廿七日
養和齋 於加州

層層無盡

銀河之外漸近觀，一葉之內屢顯微；
融會廣狹泯定見，徹上徹下無我蹤。

跋

舍弟傳來其母校網頁，上列科技特效，能由樹梢一葉，以每次十倍之比例，昇空向下層層遠眺，或入內深探層層顯微。上達銀河之外，內至夸克之域。歷經四十次如此之縮小及放大視野後，令人不禁直接體會「無我」之意義。

吾人習於生理之視野而不悟受其局限。若能了悟無限層次不同廣狹視野之本來融通，即能超越通俗「有我」之見地，而確知無我可執。

二〇〇三年八月廿七日

養和齋

於加州

確信之炬

任擇集

一一四

黃百肋博士英作

林鈺堂博士指導下

林成穗中譯

我在一九七四年首次遇上陳瑜伽士；自此之後，我們的交情有增無已。很難準確地說出我在哪時開始真正決意成為佛教徒，並如此宣稱；那是一步一步地發生的。我當年經常開車與他一起去火供、獻瓶、放生及超幽。我有幸能在一項計劃中使用大學的電腦幫助我這位尊敬的友人（陳瑜伽士）。我因而發表了一篇論文。他幫我從困於寫博士論文的泥沼中解脫出來——若當年缺少了他的援手，我不相信我會成功。在一九七七年，我接納了他的建議將一張佛像安在床頭，並每天向之祈禱。幾年後，我又接納了他的建議從十六世如來大寶法王領受了皈

依。如上每一步均加深了我對佛法利益的體驗。

雷根總統經常說他與南茜結婚後人生才算開始。我可以說我在跟隨佛法後我的人生才開始！佛法打開了我生命的水閘！在那之前，我的生命就像一潭可悲的死水，哪也去不了。我當時除了維護那困境之外什麼也不懂，就像活在池塘底的青蛙，以為那就是大海。從我開始向佛陀祈禱的一刻開始，我的生命就越來越流暢，很快地達到了很驚人的程度。

大概是在一九七九到一九八一年，我無從確定日期，陳瑜伽士告訴我一件很重要的事。他告訴我他自己的經驗：從他成為佛教徒並追隨他的上師開始，他生命中所有重要的事情都是佛陀所引導的感應。這個教授很明確：當我們真誠地履踐此途後，再沒有任何事情是偶然的。他告訴我，不論遇到怎樣的困難都要深信——不管那些困難有多惡劣——那些其實並非真是麻煩，而是佛陀神聖的安排。他很清楚地如此告訴我！若非有了這個確信，我不知道我怎樣可以承受得了我不久後就遭遇到的困境。不過有了此一確信後，那些就不再是困境；我只是依照著一個計劃走向一個更好的未來。有時我需要等待很長時間才能

解決一些十分不如意的情況，要等待數月，有時甚至是數年。然而最終的結果永遠是最出人意表，並且比我原本可以期望的結果要好得多。因此回顧過去，我其實過得非常容易！！所有事都由護法替我解決了！！

二〇〇三年八月廿八日
加州山景城

林鈺堂博士跋：

黃百肋以往已曾多次告訴我上述的反思。最近由於世界性經濟不景氣，很多佛友都遇到了困難。因此我請他寫下他跟隨佛法之道二十餘年以來的體驗，以便與其他佛友分享，以助他們堅定信心和度過難關。

靈明圓遍

覺受等觀離偏頗，不著無滯了性空；
靈明本來自圓遍，迷執妄織牢籠深。

跋

覺受整體，本無偏頗。私心自限，親疏壁壘。一體等觀，還歸實際。但有執取，便成罣礙。不著於相，覺性體空。任運流通，靈明圓遍。不悟此理，迷妄苦深。循理修習，易達解脫。

二〇〇三年八月廿九日
養和齋 於加州

護淨

心淨無念近本來，優先一念牽命途；
經歷塵緣莫隨逐，守護純淨達開通。

跋

任執一念為優先，即隨業牽定命途；
欲達無悔增歷鍊，莫若淨心應萬緣。

二〇〇三年九月二日
養和齋 於加州

金身韋馱

金身韋馱施無畏，中道智日賜台階；
空樂添輝細指引，恩德彰顯蔭眾生。

跋

昔年曾蒙韋馱菩薩示現全金法身，並教示流通「施無畏相」以蔭眾生。隨即有吳宗信居士聞訊特贈福建老師傅精雕之黃楊木法像。經余祈請蒙恩准留駐台北寒舍，以護佑在台法務。多年以來雖屢次思及貼金以彰恩德，惜乎因緣皆欠具足。今年恰有熟諳此藝之空樂女居士發心承擔，並蒙佛友眾慨助中、日、台三地所製之金箔，而得以修整法像，全面貼金。

空樂曾貼金佛像逾乎千尊。此作極為殊勝，出乎意料地是由菩薩在冥冥之中導引應當如何圓滿之。金源為中、日、台三地，恰巧合乎

菩薩之行實：發乎「中」道智「日」（圓滿光明之智慧）而為種種層次之修行者鋪陳上進之「台」階。

金像恰於中秋前夕圓成，安回原位，而形成諸佛菩薩中秋團圓之佳話。願隨菩薩恩德之彰顯而使眾生上進佛道之福慧因緣日趨圓熟！

二〇〇三年九月十一日

癸未 中秋節

養和齋 於台北



等同之間

萬法同觀遮差異，一切等觀泯居心；
等同之辨視領會，遣字便見悟淵天。

跋

或謂「萬法同觀」與「萬法等觀」無異。同觀之中，將明顯察覺之種種差異一律起心遮蔽。等觀之際，則是心地恢復本來清淨，離於對立、分別之心行。同觀尚在意識牢籠之內，依之難出輪迴。修習等觀，則有望消泯見執，漸趨解脫。一字之辨，悟隔淵天。俗謂：「行家一伸手，便知有沒有」；此之謂歟！

二〇〇三年九月十二日
養和齋
於台北

超越煩惱

任擇集

一三三

講演：林鈺堂博士

日期：二〇〇三年九月十五日

地點：台北中鼎

整理：中鼎菩提社

社長引言：今天我們很榮幸請到林鈺堂博士，再次來為我們演講。讓我們熱烈的歡迎他為我們演講今天的講題〈超越煩惱〉。

當中鼎菩提社邀請我演講問我講題，當時我所想到是生活中大家煩惱很多，那就講如何「超越煩惱」好了。我的演講是沒有講稿的。像我們學佛的人一天到晚都是說「無常」，但從沒有從「無常」這方面來考量。我來演講，這是我只有這麼些要講，就由這些現在想到的來說，我說的是目前我想講心中的話。

十多年前，我在維吉尼亞州的華李大學演講，我在講時，就是我

想到什麼與你講什麼。也許仔細點來想，這樣會少什麼，但是會漏掉的也就是不太重要的事；既是不太重要，忘了也不要緊。

要「超越煩惱」，首先，我們要研究煩惱是什麼？煩惱從那來？煩惱要怎麼消除？但首先要知道「煩惱是什麼」？我的講法不是學術上的講法，煩惱是人我法執、煩惱障、所知障等。而是要從佛法上解脫的觀點來看，凡非本來清淨均為煩惱。這裡所謂「本來清淨」意指不是「對立的清淨」，這裡所謂「對立」是後來加上分別；這個好，這個不好。在情緒反映前的真相。是沒有起分別，沒有起對立的真相。

你要怎樣超越，首先不貪，就很難做到。因為雖說是不貪，但起碼要維持；就起碼維持也很難做到。隨時出個什麼意外，讓你的希望又落空了，而後就是老病死，人生的路就是很艱難。更不要提到，在有所求的過程中的當中的焦慮、恐懼、害怕，眼前的勾心鬥角。但我們所謂的超越，不是要逃避它，就算躲到深山中，不是完全沒有煩惱，深山中還有蟲蛇的侵擾。

那還有什麼可以「超越煩惱」的方法？若是將煩惱當火一樣，打

算撲滅它，你一個人力量有限，怎麼滅？唯有看清楚煩惱是什麼？煩惱的根源從那來？才有可能超越它。

煩惱的根源是大多是未認清真實的狀況，明明有死，除非面對了疾病，真實的面對死亡。大多數人都沒辦法正視這個問題，還在沒有邊際的編織一些夢想。你若是有情，這一步生，下一步死，都是可能的。唯有認清這實際的狀況，才有可能真正照這樣做。那怎么可能還編織一些夢想的生活呢？只是你被你的理想綁住，其實你想怎樣是不能的，你以為忙自己的事，而「面對死亡」這是你跑不掉的；這是大家都有做的事情。唯一的辦法是從長遠來看，怎樣才不會後悔，死之後還有路可走。

你只是你的一個妄想而已，那裡有你？一層層往下看分子、原子、夸特，就算找到你的細胞核物質，又有不斷的新陳代謝，那一個又是我？又往外頭看去，出了中鼎看不到林鈺堂（林鈺堂被建築物遮住了），再一層層往外太空去，人在宇宙宏觀來看，實在是太微小，怎么也看不到了。

你以為怎樣，別人不認為怎樣，這就起了煩惱。要是能深入煩惱的核心中，依佛法（念佛、拜佛）慢慢的做，做久了自然有力量，慢慢的從煩惱中跑出來。像念佛念久了，入了真實有力量，你進入了無我，沒有界限，一切一體。只有沒了解這些道理的在忙他的煩惱，有已超越煩惱的會幫忙到。只要將虛偽的牆拆掉，先是心有幫忙的念頭，力量會到。以代祈禱為例，電郵請求幫忙，五分鐘到十分鐘會改變，永和連老師的母親吞嚥有困難，嚴重到要去掃描檢查；電郵請求為連女士代祈禱，五分鐘馬上狀況改善，這是佛菩薩在做。有的人會說那是你，但一天到晚這樣想，一天到晚這樣做力量是會出來的。這好像河流均是通的，只要將自己所築的限制拆除掉，融入一體，力量會出現。這裡要說明祈禱有兩個重點（此亦為一般來說之菩提心）：

一、為一切眾生

我們祈禱的對象是一切的眾生，不管他做對做錯。錯的後果是很可怕，做錯的是屬於可憐憫的眾生。犯的錯讓自己受苦，別人也苦。我們祈禱是讓他們也有機會成佛菩薩。

二、徹底的解脫

希望所有的有情均超越煩惱、生死，都成佛。

照這樣做，一剛開始心可能太亂了，力量出不來。久了久了自然有力量。

而另一種「超越煩惱」的方法，是對治的方法，好像發炎在傷口上塗消炎藥，對治這卻可能導致偏差到那去了。

最好的辦法就是真正認識到了什麼叫做煩惱，不是本來清淨的就是煩惱，於是就念佛號或是六字大明咒，你肯念久了，習慣了就會有力量。喻媽尼悲咪吽，喻媽尼悲咪吽，喻媽尼悲咪吽，：一直念到了沒有人我，本來是一念。修磕頭或是大禮拜，慢慢的你在做中，沒有其它的念頭，這樣一點一滴往本來清淨修。還有一些修行的方法在我之前所著之〈佛法根本要義〉、〈佛法習定入門〉中有闡釋，借著這些法修本來清淨。若是採用對治的方法之後，還要注意平衡過來，不能偏頗。

知道了方法後不可能取巧，做多少得多少，等到深入的夠了會有

一些感應，好像做夢壞的吐出來；有情本來清淨，是你搞錯了，這輩子里中一些抓取，或是前輩子做錯的，因為你藉著修法清淨了，就會有壞的吐出來，清淨的徵兆。這不是一套不切實際的想法，而是你實際可以做到的。

我們今天所講的只是一些訊息，讓大家知道有

www.yogi.chen.org，這是我紀念我的上師陳健民瑜伽士的網頁，上面有一些免費佛書與大家結緣，可以填請書的資料，我們會免費寄達。還有義務的修頗瓦法超度亡者，只要報名即代修法。

接著歡迎大家就修行上、佛法上、見解上有什麼疑問歡迎提出。

問：如何才有資格修您作的書上所說的法？

答：這裡所述的佛號可以自己修持，除了六字大明之外一些屬於密咒的部份要請上師傳法。若是有興趣的人，可以在四加行用功先有一基礎。儀軌部份還是要有一個開許比較好。你要知道最後成佛要融入無限之一體，要依法界觀法，想自己居中，左邊是母親，右邊是父親，

前為冤親債主，後為六道眾生，依序為地獄道、餓鬼道、畜生道、人道、修羅道、天道。想我等六道眾生唯有佛為救怙的根本，唯有佛才能有智慧、能力救度眾生出輪迴之苦海。

想我等一切眾生合掌，面對一切佛菩薩、聲聞、緣覺聖眾等。無論修供養或是念佛或是禮拜均要這樣修才會契入，不僅是個人做好事；這個法界是相通的，要包括整個法界這樣觀想。

這裡你問到一個重點「如何才有資格修法」，並不是想占據，這些都公布在網頁上了，要有經驗純正的人才能傳法。一般的人別的不要說修法，光是業障、魔障，你都對付不完了。真正要修法，你要是真心的，是全心要走這條路，這就是你的生活。不能講一堆，講完了，噢！我要上班走了。要超出個業，你一定要站在這崗位上，真正要做到全然投入。

問：若有無形眾生求功德，我該怎麼辦？

答：你之所以不容易，就是留在我該怎麼辦的態度上。若是這邊喊救

命，我是擴音機，一切都是佛菩薩救的，往這邊想，得加持，不是太大的問題。若是指名要多少部經，我能力不及，我以其他方法，請人修頗瓦，超度往西方極樂。由佛菩薩做主，不去管它。

問：這樣超度無形眾生，是否與三輪體空有關聯，沒有超度的人，沒有被超度的，亦沒有超度這事或方式？

答：在法界一切繫於因緣，只是知道有人請求超度這事，沒有對立，不分別都是一體的。

問：一切為因緣，那這樣超度是不是假相？

答：你修的只是菩提心，在佛法術語中，萬法的法沒有真假的分別，在法界都是一體的。

問：有的人看不清，自認我有神通，集了一身負能量？

答：修行在這地方要看清楚，無限之一體可以免除這問題，像我這樣

老實，我不知道，我就說我真的不知道。就是一股真誠，一直這樣做久了就成了法器，法界觀中的法器。而如有人請求超度，在我的想法只是又一個機緣服務大眾了。

問：瑜伽士、喇嘛、仁波切怎麼定義？

答：瑜伽士的意義是一個人將理論與實際溶合在一起。

問：寶瓶編號二千之緣起？

答：這是十二吋的寶瓶在去年耶誕節為一切眾生放的，其中有五六十位佛友的供品。當時編號到一九九六。之前佛菩薩已告知會達二千零二，我是不會刻意去湊數找人來獻瓶。在耶誕節前一天有一位紐澤西州的佛友為父親去世及母親身體獻瓶，一聽這自動添放四瓶，之後我自己家中有事添放二瓶成二千零四。

問：本來博士來演講如何「超越煩惱」，之後讓我們問問題，沒有問題

時造成我們的煩惱。

答：因沒問題而煩惱是你的煩惱，我是依平時的樣子自然而無為。無常不再是觀念上的事，不要因為不學佛被一套綁住，學了佛又被另一套綁住你。什麼時候修到遇到什麼狀況都不靠，修到幾分就得到幾分，不造作，回到自然。回到自然的心態，不欲造作一個假相我很博學，我雖是想到什麼講什麼，不是什麼都沒有準備，就是我平日為基礎自然流露。

問：在靜坐時放空明淨現前，若起大昏沈是觀種子字還是如何對治？答：當然最理想的狀況是寧靜又不昏沈，但從無我這邊來想，沒誰是完美的，一切都是因緣，知道對治的方法固然安穩，但依我多年依佛法生活是由自然進入。長遠來講，並不是坐多久，而是整個生活在那裡面，以我學佛二十多年的經驗，只要好好真誠的去做，知道與不知道都沒關係，久了久了佛菩薩在幫忙，自然會知道在幫忙，這是我學佛二十多年回頭來想，確實有的事實告訴大家。

完全投入

完全投入方得妙，自限淺嚐終難解；
一絲見執即牽絆，階梯由來在愚痴。

跋

游泳或溜冰，必也整體一致，方得運轉自如。初學猶思有所依附，反成桎礙。同理，修行佛法必待完全投入，而後漸嚐其妙果。稍有見執牽絆，即格格不入。循此理解，便知覺道上之階梯可謂乃就愚痴深淺而設定者。

二〇〇三年九月三十日

養和齋 於加州

執無

一概不執本靈活，見解欠通落執無；
佛號念珠避取用，猶在苦海竟棄船。

跋

「無執」意謂一概不執，契入本來的天真靈活。奈何遇到見解未透徹者，將之誤會成「執無」，並依之「教」人放掉佛號、念珠，稱為「無相念佛」。實際上，這樣是滯於執「無相」之死水中。真正通達無相，是無住於相而不為相所拘，因此能善用萬相，又何需避用佛號、念珠？似此之以盲導盲，害得一些學佛者，尚未達解脫彼岸，卻紛紛由佛號、念珠之救生艇上，跳落煩惱海中。見未徹而「說法」，害人慧命而不自知，末法時期之迷失有如斯者！

二〇〇三年九月三十日
養和齋 於加州

黑檀球

黑檀球輕運轉靈，迴旋掌上悄滑溜；
開發潛能逾十載，別出心裁選木材。

跋

余練健身球十餘載，嫻熟此藝，更曾撰文印贈以推廣其益。為便旅途攜帶，請台北佛友代訂直徑六公分之木球兩對。蒙藍顯榮居士承擔手工製作，採用黑檀木，經多日辛勞，數度往返工廠使用機器，再上漆十餘次，方告成。使用木球較原用之石球輕靈，使手指活動之範圍更廣，又能悄然滑溜，可免驚擾鄰近。原先只圖攜帶輕便，不意發現木球之好處多多。一般健身球，無有木質者，故此舉堪稱此道之新猷。

二〇〇三年十月一日
養和齋 於加州

海葬

生離死別牽情結，
命途相似逼認清；
回憶泉源淚盈眶，
無語以對花告別。

任擇集 一四八

二〇〇三年十月二日
英文寫作後中譯
養和齋 於加州

推行儀軌

法理圓攝成儀軌，精勤熟習漸融通；
普遍推行入生活，早得證契利有情。

跋

佛法之儀軌將基本原理攝集融入一系列的行持程序中，以便行者經由熟習此模式而融會貫通佛法之真諦。若僅偏重上座之修鍊，而輕忽將此等原理應用於日常行止之修習，則難以打成一片，徹底證悟。若能推行其義理於座餘，則行解漸趨一致，修行與生活契合，而得以早日成證。

以余所編之阿彌陀佛（或白觀音）證契儀軌為例，行者在日常生活中，行止宜先檢討「發心」是否合乎無常與菩提心。對世俗之考慮宜先「觀空」，以減輕其愚昧之束縛及雜染。

二〇〇三年十月三日
養和齋 於加州

開合

浮生宛若萍飄流，牽纏終究順勢休；
愈抓愈牢愈無味，但解開通便遨遊。

跋

小我何能控全局？此見未臻徒懊惱；
了悟開闊方順暢，處世無違享自然。

二〇〇三年十月四日
養和齋 於加州

融通

生活徹底依法行，心思無復世俗觀；
融通一片非易致，見地先當不二分。

跋

理想的學佛過程是逐漸將原先以自我為中心的想法、行為及生活轉變成通達緣起、心地開闊、慈悲普濟的生命。由於個業及共業的種種牽繫，這是很不容易圓成的。全心全力投入此道才有可能在此生中實現。一般學佛者至少要先在見地上能看透，不再分別世法與佛法的界限，而以佛法的觀點融會一切，才有可能修到極致。

二〇〇三年十月六日
養和齋
於加州

醒醒

日薄西山得甚麼？夕陽餘暉能幾時？
銀髮縐面猶未悟，依舊俗套鑽不停！

跋

市場逢舊識，滿面結風霜。見聞老來境，頗多不忍知。無常未早
悟，心地唯絕路。世間圈套深，終究無益處。早修謀心安，切莫再稽
遲！

二〇〇三年十月八日
養和齋 於加州

夢見三聖

嘻呬呼間三聖臨，彌陀豐腴安立蓮；
整體金黃虛空現，冉冉橫越引眾西。

跋

今晨醒前，約七時二十分，夢中見自身站在台北一條寬寬的馬路邊。因附近有路人，我默修頗瓦法之「嘻」、「呬」以行超渡。忽見高空出現西方三聖之聖像。三尊等高，緊鄰一列而分立於各自之蓮座上。僅著三衣，無餘嚴飾。整體連座皆深金黃色。中央之阿彌陀佛面容及體型皆稍豐腴；左右二脅尊，則為俊實男相。我立即跪下，合掌瞻仰，連稱「南無阿彌陀佛」。三聖像在空冉冉平行直線向前移動，由一方橫越虛空至另一方，而後消逝。

昔年赴馬六甲弘法，演講後為聽眾之亡故親友眾修頗瓦法超渡。

當時有一居士告知，親睹在我修法時西方三聖蒞臨，而彼亡父及許多亡者前來領恩。

私揣今晨之聖駕光臨，乃教示慈恩，於每次修頗瓦法時，皆允親臨以引眾生西。每兩、三日我即修頗瓦一次以渡眾，至今已累積二一七四次了。今蒙殊恩嘉勉，當更加勤奮不懈，以申謝悃。

二〇〇三年十月十日

養和齋 於加州

順延

俗務先理法順延，功德難積業續演；
何時省悟明正序，欲超障難植福田！

跋

一般世事纏身，難以修法為先。因此習於將法務恆排其次，一再順延。結果個業遷演不止，糾結屢增，而無從得到佛法的助益。若能就因果上綜觀大局，方得省悟：欲出業網困頓，必需先植福田，以謀懺消，以啟新機。學佛者宜知就因果而自檢行實，方能踏實長進。習於順延，佛果必然稽遲。

二〇〇三年十月十五日
養和齋 於加州

遷就

滾滾眾業洪流中，因緣演變瞬息間；
不解遷就猶見縛，縱得逢佛擦身過！

跋

眾業交錯，機緣瞬間。稍有執取，顧此失彼。私意所限，不解遷就。縱值佛緣，依舊閃失！

二〇〇三年十月十六日
養和齋
於加州

牽制

一線牽制繫兩頭，看似操控實自限；
防範有窮互掐頸，心淨自安免擾人。

跋

牽制之舉，兩頭並繫。冤家聚首，攻防難止。互掐脖子，何苦來哉？防範有窮，求脫萬端。早歇妄圖，唯修淨心。怨結潛消，息事寧人。

二〇〇三年十月十七日
養和齋 於加州

修供

點滴供奉為眾生，
心思漸轉業潛消；
執取磨盡失罣礙，
法界心行融智悲。

跋

世間見解障本淨，
心態偏頗出我執；
修供通達無限廣，
動機轉化融智悲。

動機純粹，圓融智悲，
乃精微難致之地。

二〇〇三年十月十九日
養和齋 於加州

微塵

微塵不察有若無，未常拂拭便積灰；
世間雜染類如是，勤修佛法免沾污。

跋

處塵無染，談何容易。世法羅網，遮天遍地。未及察覺，已入膏肓。欲免污染，要賴良方。修法離俗，漸復本淨！

二〇〇三年十月十九日
養和齋
於加州

享年

享年有限宜早悟，莫自煎熬渡餘日；
世情無解從根捨，修法淨心濟眾生！

跋

每見訃文上「享年若干」之語，輒思世人往往無從安享人生，苦重樂稀。若能省悟餘日無多，不再自尋煩惱，更藉修行佛法以淨心，以養和，以開展慈憫，或得漸入佳境，安享餘年。

二〇〇三年十月二十日
養和齋 於加州

平心

恩怨愛憎幕垂深，平心清明霧外天；
不陷計較已少有，何況惜緣修等觀。

跋

恩怨交錯，愛憎深深，心不偏頗，能有幾人？計較相纏，照了無益，而能超脫，已屬少數。捨怨念恩，以德修睦，忘己利彼，更加難得。平心等觀，一體無二，隨緣化導，菩提流露。

二〇〇三年十月廿三日
養和齋 於加州

夾雜

無常無我見難徹，為眾為法心難純；
緣起行止用難妙，自覺覺他果難臻。

跋

正見難透徹，發心難純粹，應用難巧妙，開悟難契入，何以故？
世間見解在，偏頗不自覺，牽掛一籬筐，清明猶隔山。

二〇〇三年十月廿三日
養和齋 於加州

待自悟

大局不識小聰明，死守成規誤機緣；
情緒波濤障運作，造化所限待自悟。

跋

慧目未開，大局難識；小處精明，橫生阻障。信守成規，不解變通；機緣錯失，猶持自是。情緒高低，無事生浪；運作失調，心力白耗。造化所限，言教難契；待彼自悟，圓通是期。

二〇〇三年十月廿四日
養和齋 於加州

任流

本來清淨遍法界，開悟機緣恆現前；
婆心受限難湊巧，大圓智中任浮沉。

跋

開悟需待行者成熟與機緣巧合。慈心伸手，條件不足，難得湊巧。若由本淨圓遍、恆互三世而觀之，則無妨任人浮沉；彼有心求脫者，自有得渡之時節。奈何悲憫深切，故有千手千眼之救應。

二〇〇三年十月廿四日
養和齋 於加州

加行攝頌

任擇集 一六七

林鈺堂校訂
洪國聲敬撰

依據林編《密乘初階》所訂之修法
兼及陳上師之施身法軌

壹、四皈依

觀皈依境 觀同修境

情器明空 菩提貫通

皈依金剛上師 皈依佛 皈依法 皈依僧

南無上師 本尊 空行 護法

願眾具樂及樂因

願眾離苦及苦因

願眾不離無苦樂

願眾安住平等捨

貳、大禮拜

五體投地 整體皈依

兩手外舉 喻

合掌於額 南無曼祖洗爾也

降掌於喉 南無蘇洗爾也

再降於心 南無烏打嘛洗爾也

俯身隨念 娑哈

張手齊肩 著地推出

合掌一拜 立即起身

參、百字明

淨罪及補闕 百字明是賴

頂上一肘處 千瓣白蓮花

月輪白色吽 變薩埵父母
金剛薩埵尊 心中蓮月吽
月輪邊緣處 百字明左排
眾生之頂上 皆住薩埵尊
眾生之罪障 轉化黑光煙
亦變諸毒物 全吸入我身
我之所有罪 現穢毒遍身
隨念百字明 吽字安原位
觀咒輪右旋 出白淨甘露
佛父母全身 充滿淨甘露
從彼兩合處 下滴我頂門
灌注於中脈 漸漸滿全身
臭穢化煙水 連同諸毒物
出毛孔便門 落頓現地洞
紅牛頭閻王 地獄諸獄卒

仰面及張口 承領加持物
甘露既滿身 罪消福慧增
閻王及部屬 飽睡地洞合
眾生頂智尊 化光入其身
彼身變薩埵 化入我頂尊
尊化光入我 我身即薩埵
下座觀自他 皆成金剛尊
現前種種境 即為彼淨土

肆、供曼達

福慧資糧 因供積聚
安坐於地 至誠供養
盛米竹簍 安置腿上
左右兩手 握米少許
左手把持 供盤邊沿

右手腕內	擦拭盤面
右旋三圈	開始念誦
喩沙麻亞	阿沙麻亞
及百字明	罪業拭淨
觀自及他	念誦續前
左旋三圈	降臨自他
觀佛功德	圓滿一遍
念百字明	撒盤隨念
右手之米	撒盤隨念
喩班札布彌	隨即化現
金剛地基	右旋圓周
取米撒盤	戒律之牆
喩班札拉卡	撒米七堆
觀成鐵圍	
誦喩阿吽	

吽沙麻亞

觀化須彌 四洲日月

雙手舉盤 至於額前

隨念作觀 三身曼達

三千世界百億刹 七寶人天富饒滿

我身受用悉貢獻 願得轉法輪王位（供化身）

無上大樂密嚴刹 具五決定五智聚

供養雲聚難思議 由供獲報刹受用（供報身）

現有清淨童瓶身 莊嚴悲心無滅性

持身明點清淨刹 由供願住法身界（供法身）

向己傾米 領佛回施

伍、陳上師施身法軌

一、發心

量等虛空眾有情 恩如父母眾有情

願具清淨安樂身 願具一切成就因

願離不淨苦惱身 願離一切糾纏因
不離無上大樂智 不離無死虹光身
安住親仇無分別 安住平等體性身

二、觀無常

十方三世 冤仇債主

現前集合 警策說法

彼此身苦惱 無明忘本淨

利己成過失 執身五大濁

五毒反覆乘 七情添墮落

輾轉殺盜淫 飢寒影相逐

衣食傷生來 地獄因五毒

淋疫食色生 邪見徒苦行

身報有漏境 衣食起戰爭

天人餓鬼苦 畜生災殃多

罪報身經劫 互噉亦蒙然

仇債幾時完 心空可平平

三、觀染身淨身

觀不淨身中 有清淨明點

住中脈心輪 如豌豆大小

集一切智氣 及清淨六大

並福壽精華 更無有剩餘

呼呬一聲 將此明點

送出頂門 成黑亥母

住華嚴玄門 一切入一定

眾生罪病魔 集於不淨身

四、備供品

初觀顛器內 五肉五甘露

念朗養康喻阿吽 觀火風空增淨變

淨身亥母 割截染身

呬 砍取首腦 除邪見天魔

呬 粉碎四肢 積怨今冰釋
呬 腑臟寸斷 死魔蘊魔盡
呬 菌化甘露 病魔失所憑
呬 喉舌割盡 冤仇從此釋
呬 業氣助燃 供已悉捨棄
呬 性器化供 嫉仇永消磨
呬 淫變湯火 從此不猖狂

五、加持供品

念誦朗養康 欲火變智火
業風變智風 頭蓋合顱器
邪見亦相合 念誦喻阿吽
所割截肢體 由少變成多
由染轉成淨 由業化成智
成就甘露海 供施無限量
最上之加持 空性光明定（入大印定）

密義之加持 正邪明點聚（入空樂定）
內義之加持 一切權實殺（入調伏定）
外義之加持 紅白清淨供（入供養定）

六、供施

初供 上師本尊 空行護法
次供 自他一切 冤家債主

皆令滿足 轉成護法

恭誦心經 念解冤咒

加誦經咒 開發智慧

七、自取成就

自觀本尊 受用陳供

真金離礦 金剛身聖潔

甘露拙火 受用離得失

正念無邪 法身金剛堅

五毒自在 四魔不敢攬

一體無我 無心亦無錯
平等大悲 種種具義利
妙樂智身 大喜永相續
圓滿成就 度生盡輪迴
虹身寂光 緣俱義利藏
身心法爾 即是不死緣

八、回向

見聞笑罵 皆得解脫
轉染成淨 咸證佛身

陸、上師瑜伽法

灌承相合 菩提無二
自觀金剛亥母 蓮師住頂加持
喻阿吽班札古魯貝瑪悉地吽
自觀平常身 對生蓮師身

師亦化虹	與師體性	縮少如豆	紅光觸我	對生蓮師	自觀自身	射入我心中	蓮師授四灌	放出藍色光	蓮師授三灌	放出紅色光	蓮師授二灌	放出白色光	蓮師授初灌	虔持蓮師咒
逝於明空	相融為一	飛入師心	我化紅光	心輪放光	金剛亥母	融入我體性	藍吽分藍吽	射入我心輪	心輪藍色吽	射入我喉輪	喉輪紅色阿	射入我頂輪	頂輪白色喻	依次領四灌

智悲互含

圓融實際離思議，論述一時若兩端；
智會一體情慈憫，悲謀救脫示我空。

跋

智悲可謂一體之兩面，在論述時似乎可分，證入則離於思議。在見解上應正確了解其互含而不可分之理。智見無我，則萬法一體，因而對所有有情皆自然具有慈憫之情。悲非只一般之憐憫，而是憫其輪迴之苦，謀其徹底之超脫，因此必需設法教示無我之智。若能如此了知，方成正見。

二〇〇三年十一月一日
養和齋 於加州

淡淡

熱絡一時終淡逝，持守長遠似淡然；
深心無從輕披露，流轉日常應對間。

跋

一時熱絡，稍久即逝。長遠持守，淡然平常。離於寒暄，法務繁忙。高調早忘，服務經常。

二〇〇三年十一月一日
養和齋
於加州

大圓滿

無門無路沒把柄，唯一障礙是我執；
堅冰溶化再蒸發，自然回歸全法界。

跋

本來清淨，當下圓滿。見修行果，無從分辨。作繭自縛，無由伸張。依佛修行，消溶昇華。回歸法界，任運暢通。興雲降霖，普濟萬方。

二〇〇三年十一月三日
養和齋 於加州

業繫

有情處境莫奈何，只因業繫動不得；
宿因近作交織套，早修隨緣減牽纏。

跋

有情多苦，泥沼難出。何以至此，動彈不得？靜觀細思，便悟業繫。宿行新作，交織套牢。早修隨緣，減少牽纏。致力菩提，唯一出路。

二〇〇三年十一月三日
養和齋 於加州

無心反擊

照了反擊出我執，無心覆轍再循私；
三千大千眾生相，盡在慈懷任雲移。

跋

冤家聚首世間相，交替反擊共沉淪。
修行去執漸清明，任人行止總虛懷。

二〇〇三年十一月三日
養和齋
於加州

冤家

爭執台語稱冤家，只管冤結忘一家；
世間此疫何其廣，認同有異便分家。

跋

外人看一家，裡頭壁壘深。何處無派系？相攻每緊鄰。虛耗短暫命，看破原自苦。智者捨怨恨，退讓一家親。

二〇〇三年十一月三日
養和齋 於加州

感通

微誠代禱似難知，遠地夢中見真章；
法界一體本如此，清淨純粹便溝通。

跋

近日得北京及馬麗蘭州佛友回報，彼等在夢中分別見到我在為他們灑淨及祈福。斗室之內，一念誠摯，居然感通遠人，顯為夢境。法界一體，本即如斯；修久心淨，隨念通達，無遠弗屆。

二〇〇三年十一月三日
養和齋 於加州

跑腿

恰似有子萬事「足」，侍兩足尊跑腿忙；
奔馳法務未暫停，累積哩程計資糧。

跋

俗謂：「有子萬事足」。嘗戲解此「萬事足」為萬事之跑腿，因為家中一有嬰兒即需不停為供應其生活必需品而奔忙矣。

佛，以其智慧兩皆具足，又稱「兩足尊」。由於佛視眾生猶如親子，吾人侍佛、學佛即需為種種服務眾生之法務而奔忙，又成一種「有子萬事足」矣。

為法務跑腿是修行者累積佛道資糧的妙方，因為它助成貫通佛與眾生的菩提管道。以近代飛航事例為喻，如此累積之哩程可望使將來往生淨土之品位「升等」。

二〇〇三年十一月七日
養和齋 於加州

解題

理論未通疑問多，究其根本尋解答；
人生難題似折磨，欲達超脫學過關。

跋

有關佛理之疑問，大多出乎尚未通達根本原理，如本來清淨、無限一體、智悲互含等。因此，欲求此類之解答，當從根本原理上思索。修行途上之實際難關，由成佛之目標觀之，便成為必需通過才能得果之考驗。因此，行者對一切難關皆應視為學習超脫之機會，而善加利用，修習善巧。

二〇〇三年十一月七日
養和齋 於加州

大方向

餘生長短難預知，莫費精力務博學；
超脫輪迴為首要，清淨心行易開悟。

跋

學佛目的在超脫輪迴，自覺覺他。餘生長短難測，博學耗費心力而無補實修實證，因此行者應認清大方向，努力於清淨心地與言行。這樣才易於達到超脫及開悟。

二〇〇三年十一月七日
養和齋 於加州

知見障

人類認知終有限，覺受之外無從探；
掃盡我執歸本淨，超越時空不費力。

跋

現代科技發展，誠然令人驚歎不已。奈何人類知見終究無以超出感官可驗證之推論範圍，因此無從企及棄絕知見、掃盡我執後，回歸本來清淨之真相。

其實在法界之中有很多與吾人感官世界重疊之其他層面，只有在心地淨化已超越感官局限後才能通達。一般認定之時空座標，在此等層面中根本不存在。

二〇〇三年十一月七日
養和齋 於加州

感應之恩

佛理世情難融通，每逢取捨易逐流；
幸蒙感應屢驗証，一心依法未曾疑。

跋

佛法精微不易了達。見地融通之際，依法行持易逆世情。因此取捨之間，每多隨波逐流之失落。幸蒙諸佛歷祖之綿延慈祐，至今種種感應依舊在行人與信眾身上不斷發生，使進修佛道及弘揚法化皆有堅實之信仰基礎。知恩若斯，則於感應事蹟不僅敬重，更懷感激。

二〇〇三年十一月十六日

養和齋

於加州

心晴

心地氣象偶流露，儀態回應微妙處；
風暴陰霾久籠罩，莞爾一閃放心晴。

跋

世間多苦，心地少晴。唯修利眾，能真去私。妄念掃盡，法界晴明。願諸苦眾，早趨實修，同蒙法恩，共享心晴。

二〇〇三年十一月十六日
養和齋
於加州

天公在

天壇中心獨屹立，圓周左排三字顯；
依序認出「天公在」，歷朝祭祀良有由。

跋

日前夢中見自身屹立于天壇圓台之正中（未曾造訪，不識實況），
正前方近圓周處有三字轉為顯著，圓台上其餘字畫則趨隱晦。此三字
左旋排列，字皆朝右旋方向，我依序由右至左認出：「天公在」。歷朝
建壇祭天，良有以也。

將來若有緣造訪，當頂禮朝覲，以祈天災減免，風調雨順，世界
和平。

二〇〇三年十一月十六日
養和齋 於加州

律則

佛法教誡咸通則，勸諭之際亦自省；
未蒙採納轉修捨，放歸法界待悟實。

跋

佛法之教示皆是所有有情出迷開悟之通則。說明佛法之際，不僅示人，亦供自省。依法勸諭，若未蒙聽受，即轉而自修去執，令一切回歸法界因果律則之運行。有情在浮沈生死之間亦有逐漸領悟真理之可能。

二〇〇三年十一月十六日

養和齋 於加州

善力

一世糾結一時解，難怪臨終苦楚深；
早修還原通氣脈，積善得力安泰然。

跋

一般世人身心糾結無數。死時心識脫離軀殼，需要掙脫種種閉塞、僵化、扭曲的脈絡，因而經歷極大苦楚。有幸了解修行佛法之重要而致力上進者，方能在生前逐漸解結去縛，還原本來氣脈暢通的身心和諧狀況。

依我的體驗，平生之善舉，尤其是忍讓、成全他人之類（此類與去執相順），會形成一股使身心安然的支撐力量，對氣脈之開通極有助益。

循此推演，則惡業必然對身心有牽制作用。更進而思之，便知善

惡之報在造業者之身心上皆是如影隨形。一般人無從查覺此等微妙而深藏的立即影響，只能就事情演變觀察，因而也有誤認為因果報應是難以驗証的。

二〇〇三年十一月十八日
養和齋
於加州

敬法

傳播簡易稱資訊，由人取捨類報章；
歷祖辛勤護正法，知恩佛子豈敢輕！

跋

近代資訊傳播便利，佛法作品往往垂手可得，因此亦有將之稱為「訊息」者。若是出售圖利之作，遭人視同報章、雜誌，咎由自取亦無話可說。至於一本佛陀慈懷，免費贈閱之正法論述，則不宜如此稱呼，以免輕慢之嫌。正法得以流傳至今，乃歷代無數大德奉獻身命、辛勤護持之結果。佛弟子思源念恩，宜藉「教示」之類的尊稱以表達對佛法的敬重。

二〇〇三年十一月十九日
養和齋 於加州

籠外

自我籠內總侷促，無由得見籠外天；
侍佛接眾廿餘載，領悟慈悲無個體。

跋

溺於自我，難見度外。雖云無限，臆測無據。侍佛接眾，未嘗懈怠。積年累月，磨我消執。慈悲深廣，猶未及探。幸得領悟，無關個體。

二〇〇三年十一月十九日
養和齋 於加州

管道

無我難悟因有身，轉循流通去常執；
靜觀萬物皆過客，縱守形質唯管道。

跋

佛法教示無我，一般總難忘身。與其就身爭是非，且循流通認無常。呼吸飲食未停住，體質演變隨時生。一切器物供暫用，萬象川流孰恆居？縱然難捨形質，當知僅屬管道。一生供流通，終究無可留。

二〇〇三年十一月廿八日
養和齋 於加州

慈自在

降伏我執任運通，清明一片滿慈情；
境遇遷演視回應，唯願利他修法緣。

跋

我執殆盡，事不易生。隨緣安適，任運暢通。清明心地，滿懷慈
憫。情境調理，視人回應。恆順機緣，廣修法施。

二〇〇三年十一月廿八日
養和齋
於加州

通解

業障各別且滋生，一一照料無了時；
領悟律則修通解，一即一切咸證覺。

跋

佛友來問，自從學佛之後，往往為謀消滅周遭之業苦即忙不過來；
如何方能專心修法？

眾生業障深重且繁雜，若思一一照料，以有限之人生及精力，實難見績效，並且不會有究竟之結果。合理之救渡要建立在對因果律則之了解上，依之自行及勸化，使社會漸趨淨化。在此過程中，不分親疏遠近，視一眾生之救脫為一切眾生救脫之個例，唯循佛理，平等修習。如此，則不論行者與周遭有情之因緣為深淺久暫，互動之際，唯關乎一切有情之證覺，而免於種種牽掛之窒礙矣！

任擇集 二二

二〇〇三年十一月廿八日
養和齋 於加州

通解 · 二二

專一

步入歧途漸轉遠，人生迷陣慎起初；
成佛匪易宜專一，證悟機緣免錯失。

跋

一。 稍涉沾染，漸成迷失。人生迷陣，慎防入歧。成佛大事，宜守專一。以免錯過，證悟機緣。

二〇〇三年十一月廿八日
養和齋
於加州

空樂印

陽而能空陰樂承，密合圓融且滿盈；
智慧雙運持印紐，寬容來納舒泰深。

跋

今年十月蒙台北莊老居士賜贈圓筒形之檀木小印一枚，印紐刻成雙手合掌，中間微開。合掌有智慧雙運之密義，其間微開則表體性本空。即請祥耀刻為「空樂」印，並建議：空字陽文在上，樂字陰文居下，以象徵密法之空樂雙運。二字填滿圓面，以表空樂滿盈且圓融。印紐雙掌微開面朝己，以表空樂來納。昨日接傳真，祥耀之創作完成矣！其空字上方用及圓周，下方密接樂字，充分表達圓滿密合之妙義。謹此誌之，並附印文於後以供眾同賞。

任擇集 二五

二〇〇三年十一月廿八日
養和齋
於加州



放眼

聚焦小節爭分歧，緊張對峙難轉移；
放眼長遠當若何，便悟寬鬆無需急。

跋

世間往往在小處枝節上計較，耗費心神於緊張之對立，而無有調解之轉圜餘地。若能放眼長遠以取捨應當如何自處待人，便知無需急於一時，而得寬鬆持久之道。

二〇〇三年十二月一日
養和齋 於加州

勸修

業障突現眇預知，臨危慌亂屬常情；
早修佛課償宿債，菩提功德濟群生。

跋

宿業何時招果報，凡夫份上難預料。
忽然臨危咸慌亂，無力轉業心焦苦。
消災培福循佛軌，自得安穩廣益眾。
此時無事宜早修，莫待臨淵哭奈何。

二〇〇三年十二月四日
養和齋 於加州

依法

臨事抉擇當依法，自然超越世間情；
未諳無常猶執己，學佛同儕卻排擠。

跋

修行者之行止唯循佛理，以免世間牽纏之苦惱及過失。也有學佛者，因尚未能深切體會無常及無我之意義，猶迷著成見及我人之對立，以致陷於排擠、爭風之心態及作為，而乖離了解脫之正道。願學佛眾臨事抉擇，能有充分智慧而得以堅定依止佛法。

二〇〇三年十二月四日

養和齋 於加州

亂流

議論紛雜若亂流，混濁交激障清平；
已息妄念出是非，方見塵外一片天。

跋

見濁成亂流，捲帶入漩淵。世間業障苦，妄息方悟離。安住塵外天，法雨潤心田。洗卻塵慮泥，清明便自現。

二〇〇三年十二月四日
養和齋 於加州

自然韻律

修正妄心趨清寂，靜深似死莫起疑；
我執筋枯節散盡，法界韻律活生生！

跋

講求期盼織牢籠，自擾不休心豈寧？
修法去執妄逐隱，自然韻律便顯明。

二〇〇三年十二月四日
養和齋
於加州

心機

心機用盡難如意，只因私算多偏差；
看破見網循法行，安心皈命任佛排。

跋

世間每見用盡心機之作為，結果只得互相糾纏不已的苦惱。以有限之知見而欲貫徹徧私之意圖，當然是碰壁多，僥倖少。若能不為見網所縛，只顧修行佛道，並且完全將命運交付佛陀，佛陀才可能為行者安排行程及機緣。

二〇〇三年十二月六日

養和齋

於加州

體會師恩

上師示寂教未停，肉身不在見真情；
重擔臨肩撐持際，方悟傳承延續恩。

跋

上師示寂，但其教導並不隨之中止。每逢重要關頭，即蒙降臨開示。上師肉身一隱，其周遭眾即逐漸顯示其各別之真象矣。若上師猶住世，即無以了解此等實情。因此，示寂亦為上師繼續教導之方便措施。續燈努力之際方得以體會上師弘法之境況，而真正知恩。

二〇〇三年十二月六日

養和齋

於加州

續密深心

轉識成智化五毒，即貪嗔癡運智悲；
果德圓融任自在，為續福緣行鋒線。

跋

佛理未融通者往往陷於二分對立之局限內而不自知。密法不但圓融事理，更是即事起修，超乎局限而能昇華五毒，當下即境解脫。當然，此等絕非易行，更非初學所能企及。又因密法離俗太遠，證德太高，不但難得一般之信受，反而極易招致誤解與譏評。修持此道固然艱深辛苦，為謀世間福緣永續而能蒙受密法之殊恩，只有義無反顧地一本真實菩提心而逐步在峰頂之一線上前進。

二〇〇三年十二月六日
養和齋
於加州

上報佛恩

已將此生交佛陀，眷顧甚深漸覺知；
無以回報效法勞，順慈渡生充答恩。

跋

佛陀照顧完全投入之行者是無微不至。但因成長之過程甚為漫長，又必需等到適當的程度才能給予適切的加持，所以不是一時可以領會其恩之淵深的。已經領會此種恩德者，無以回報，只能全心全力為法效勞，藉著與佛陀的慈悲一致的渡生活動來博佛的歡喜，聊充答恩之舉。

二〇〇三年十二月六日
養和齋 於加州

離牽纏

任擇集 二一五

恆順機緣施教化，慈悲接引達解脫；
應對發心唯菩提，超出世慮真行持。

跋

或謂佛教徒當恆順眾生，慈悲利眾，因此對他人之請求應盡量成全。若是不滿其願，即責以「不夠慈悲」。

其實慈悲是要徹底救脫眾生超出輪迴；恆順眾生是指順應眾生的根性及機緣來給予覺道上的教化。若只是一味順應其愚癡妄想，豈不是同陷煩惱之牽纏，又那能在覺道上有任何進展？行者要堅持菩提發心及行徑，而不受世間考慮的左右，才能長遠真正利益眾生，才是修習慈悲。

二〇〇三年十二月九日
養和齋 於加州

總讓

世人相爭眼前利，就算到手又何得？
孰知那步可長遠？看穿無知總讓先。

跋

相爭煞有其事，到手究竟如何？一時勝負，轉瞬變遷。此步結局有誰知？何需爭前必據之？將來彼此皆難料，了悟未定總退讓。

二〇〇三年十二月十一日
養和齋 於加州

圓融十二乘

林鈺堂

緣起

大約兩年前曾聞天語指示：「把十二乘整理一下」。當時尚有《金剛經》及《地藏經》之英譯以及相關拙作之英譯待辦，因此未即遵行，但不敢或忘。近來已完成此等譯作，即開始研讀相關論著，接著思考整理之方針，而有此作。

前言

近代科技之進展，日新月異，誠然令人感佩。奈何眾生處境之艱困，有些地方不但沒有抒解，反而隨著科技之發展而增添及加強。可見科技與幸福並非同步。人類的知見限於感官可以測驗的推論範圍，因此無從了知其他超越感官範圍的層次。因此，欲徹底了悟宇宙之真相及具備以智慧處理人生問題之能力，必需在知見以外另覓途徑。

佛法是証入宇宙真相者之教示，依之修習才有可能徹悟真相，並進而具足處理眾生困境之智慧及能力。佛法經歷時代之演進及地緣之

傳播而形成許多層次的教法。這些教法都是因應不同環境及種種資質的方便措施，目的都是要導引眾生趨向究竟的正覺。因此，種種佛法不可視同一般人類之知識，而以目前之科學見解加以評訂或附會。欲達開悟，需要只依佛法，而不涉及知識之探討，如此方是了達佛法之真正功效的途徑。

本文

佛所証入乃屬本淨自顯而無從描述，因為離於對立而非言詞可及，且也離於感官覺受之層面而無以表達。

此事既為有情本具，故凡屬有情皆可能開悟返源。機緣契合之際，有情可能自行証悟，或蒙已開悟者之加持而促成回歸本淨。故有無從捉摸、無有把柄之禪門參悟事例。

本淨並非沉溺於世俗顛倒邪見妄行之一般人所能了解，更遑論企及。証悟之中，一切為無限之一體；由此同體大悲不忍有情迷倒受苦，自然推動種種救渡行為。因應種種有情之資質及環境之情況自然衍生種種層次之方便措施，以謀逐步之教化，漸次引導深入返源之路。因

此佛法歷經長遠的發展及散佈，已有許多傳承脈絡的多層次教法及修法。

密宗寧瑪派將佛法分為十二乘之次第。此種分類若依世間歷史演變之觀點來考察，光是爭議那些是佛說、那些是後人附會，就沒完沒了，更難望有圓融一體之領會。

本文則先就傳統之分類，略示十二乘之重要哲理及修法，依之漸次說明各乘演進之理，而後提出根本原理，指出融通之途，務使十二乘實為一貫之圓融體系之真相大白。基於如此融通之了解，在修途上應如何抉擇正見及修法便可望清楚。

十二乘之建構乃純理論之陳述，而各個修行者之實際情況及資質並不可能恰好吻合合理論之某一層次。因此吾人依循十二乘所設定之道次第為參考，卻不需強求契合。至於調節理論與實際之差異，若有具德上師之指導，則往往可免失誤，甚至獲得有效之捷徑。

壹、十二乘之分位

一、聲聞乘

二、緣覺乘

三、菩薩乘

四、事部

五、行部

六、瑜伽部

七、麻哈瑜伽

八、阿努瑜伽

九、阿底瑜伽

十、審底

十一、龍底

十二、滿雅底

於十二乘之體系中，首二乘屬小乘，第三乘以上屬大乘。首三乘屬顯教，第四乘起皆屬密教。但密教皆包括顯教之教法，且以之為基礎。第四至第六乘為密乘之下三部，在寧瑪派則稱為外三部。第七至第九乘為密乘之無上瑜伽部，在寧瑪派則稱為內三部。第九乘以上屬寧瑪派特有之大圓滿。第十至第十二乘實即第九乘之進一步細分。

貳、各乘重要內容之概說

此節各乘之內容依據寧瑪傳統教示而述。

一、聲聞乘

教示「人無我」見。欲達涅槃寂靜。持守別解脫戒。習止，觀四聖諦。果位四層，以証阿羅漢為究竟。

二、緣覺乘

領悟「人無我」及「法無我」見，但仍以極微為實。依自力以達

辟支佛位。持守別解脫戒。習止，觀四聖諦及十二因緣之順行及逆行。果位無異於阿羅漢。

三、菩薩乘

教示「萬法無我」。欲引導一切眾生達到究竟佛果。主修六波羅蜜。觀人、法二無我。依三十七道品經歷見修行果之次第。果位為圓滿法色二身之佛。

四、事部

行者修習事佛以求種種成就。注重謹守嚴整之儀律。修念誦六支以淨化身心、情器。現世得一般悉地。十六生以內圓滿具足五智三身之佛果。

五、行部

行者以佛為友，修念誦、觀想及觀空。注重維持身心之清淨。現世得種種悉地。七生以內圓滿具足五智三身之佛果。

六、瑜伽部

偏重觀想。修五相成身，自成本尊。現世得種種証德。三生內成

就佛果。

七、麻哈瑜伽（生起次第）

漸次觀想壇城、本尊。修氣、脈，契明空。

八、阿努瑜伽（圓滿次第）

觀想頓成壇城、本尊。修氣、脈、明點、拙火、燃滴、雙運，証四喜四空。

九、阿底瑜伽（大圓滿）

本來清淨見。即見即修即行即果。一切自生自顯自然。

阿底瑜伽又可細分為下列三乘：

十、審底

一切唯心化現。心即明空之本覺。以無二之唯心超越所有對立之二分法。

十一、龍底

本淨見。一切本自清淨，離於對立見解之染污，本自解脫。以本淨超越對心之執取。一切皆自然地自生自顯。

十二、滿雅底

本覺智光自然圓遍，超越時空、對立之分別，出生種種佛身及渡生事業。修且卻（直斷），一切本淨，覺空無二，証虹身隱去。修妥噶（頓超），空色無二，自生自顯，証光身隱現自在。起修之根本是本覺自顯之証德。

參、諸乘之階次

由十二乘分位之體系而觀之，諸乘形成階梯；由聲聞乘循次而上，直至最上之滿雅底。每一在上之乘，其教法有較其下之乘更優越、圓滿之處。在此節中，先依此觀點略加闡釋。但在此亦應強調，其實各乘皆本乎同一真實，亦皆源於貫通整個體系的原理、原則，只是為了順應所教化對象之資質差異而必需提供不同層次的教導，才能發揮適切引導之功效。若能明瞭此理，則各乘之教法在實用上並無高下，而且因其適材適所之功能，應受同等之敬重。

聲聞乘中，重在了悟個人之無我及勤於個人之修持，以達解脫。緣覺乘，基本上無異聲聞乘，但強調行者不經開示也可能經由觀察緣

起，自行領悟真理。在此二乘中，一旦領悟個人之無我，自然對其他人之迷執有我產生悲憫，而產生教化之行為。因此並非如某些傳統之批評，以之為「自了漢」之修法。

菩薩乘則強調擴展視野及於一切眾生之救渡；藉由投入利他的行徑以修忘我，而漸漸契入無我。實際上，若無有自律、自制之能力，豈易住心於廣大而抽象之「救渡一切眾生」之理念上？因此，菩薩乘之修行必植基於個人心性及其行持之修養上。由此可見傳統小、大乘之分別並不可能將行持真正截然畫分為二，而是有融通之必要的。

在「無我」之哲理上，菩薩乘確是較前二乘為透徹，直接指出「萬法無我」。但對不易了悟此理者而言，先簡約至只談個體之無我上，以便教導及說明，顯然是極為合理的步驟。

前三乘是由一般人的層次起修的教法；行者往往需經多生的修習才能漸次進展於佛道上。菩薩乘為利益眾生而親近大眾，因而隨之滋生種種因緣，更易稽遲成証的時節。為使專心投入修行佛法者能夠早日成証，而有其後密法諸乘之設施，將果位証德之內容提供為修習之

模式。但此種「越級」之修鍊並非一般凡夫所能勝任，因此密法之傳授必先經「灌頂」之加持使行者具備起修之智慧種子。經過此種果德之直接加被才使密法之修習有真正成長及成熟的可能。

這一點是非常重要的根本條件，不可或缺。許多人誤以為只要有書或法本，就可以自行「閉門造車」了。其實任何密法的修鍊，基本上是要依止及追隨真正具德具量的上師，才會成就。否則就像「蒸沙做飯」，瞎搞白忙一場。

密法下三部之事部、行部及瑜伽部是漸次由事佛、友佛而修到自成本尊。其修法之重心亦由偏注外表事相之嚴格規律，漸漸移轉到內在之定及觀想。

藏密特有之無上瑜伽部，由生起次第之麻哈瑜伽開始，修習漸次觀成壇城及本尊，以及本尊身內之氣及脈。接著是圓滿次第的阿努瑜伽，修習頓然觀成之壇城及本尊，以及氣、脈、明點、拙火、燃滴、雙運等。修得好，可兼及頗瓦（遷識法）、夢觀、睡光等。

其上之阿底瑜伽，通稱「大圓滿」，依本來清淨見，無有對立之分

別，即見即修即行即果，一切自生、自顯、自然。將之細分，則有：以唯心化現說明無有對立之審底，以本淨見超出種種分別之對立的龍底，以及不賴理解而蒙上師加持得以直接體驗本淨明空之滿雅底。

大圓滿並非只是在見地上了悟一切本淨之理，而是在直接體驗本覺淨光、明空無二而圓遍的基礎上，修且卻（直斷）之覺空無二，直至圓証虹身，化光隱去；或加修妥噶（頓超）之空色無二，自生自顯，直至圓証光身，隱現自在。至於此乘起修之根本，本覺淨光之體驗，除了佛、菩薩之乘願再來者，或因完全奉獻身心於具德上師而蒙殊恩加被者，其餘一般行者都必定要先經生起及圓滿二次第之修鍊，轉化身心，才有可能。

肆、貫通之哲理

佛法之哲理乃基於成佛之體驗，從無以描述中權巧方便地建立似乎可以把持的說法，以引導著相迷失的眾生。這些教法在實際上是無可執取的，但在教化的方便上不妨認定為過渡性的準則，而依循之。

在十二乘的體系中，最高的一切本淨見即是其貫通之哲理。對於

已有本覺淨光大圓滿之體驗者而言，這是可以言傳的絕對真理。但此理對於其他眾生則太抽象而難以了悟。因此在其次的無上瑜伽部中，此哲理以其他方式表達而有明空無二、空悲無二及樂空無二之理論，以說明該等諸乘內修証所體驗之明、悲及樂之本淨。（無我則無對立之分別，亦即還歸本來一切是無限一體之本淨。）

在其下之諸乘中則以無我之理說明，因為在理論上無我與一切本淨相通相含，而行者大多無從體驗本覺淨光之顯現。

在此附帶一提，貫通一切佛法之原理，只要是超乎對立之一元論即可。例如審底之「唯心」化現，此心並非心物對立之心，而是含蓋一切之哲理，姑稱為「心」。空性之空，亦非指有無相對之一無所有，而只是缺乏獨立特性，猶如一片空白。如此方能產生「真空妙有」之作用，而不落於頑空之虛誕。因此我常以「無限的一體」說法；此一體之融合，因無限而不落對立，故可充貫通之法理。

伍、圓融十二乘

一旦了悟十二乘之建立乃基於同一真實之體驗，並且有貫通之哲

理可以融通整個體系，而且諸乘間種種差異之存在只是權巧方便的措施，以適應不同資質的眾生，才能逐步引導他們上進佛道，則所謂十二乘實無異於唯一佛乘。正如世間之教育體系，由幼稚園到博士班，天差地別而一貫循序相連，佛法之十二乘亦如斯構成完整的教化體系，以輔育佛子直至成佛。

回 向

願有緣領此教法者，圓滿了悟佛法之整體融通，而能於佛道上無礙修行，早証大圓滿！

二〇〇三年十二月十九日
養和齋
於加州

調練

因應環境學調適，開發潛能練身心；
了達因果順真理，逐漸融通普益眾。

跋

越洋長途飛航之際，需注意調節飲食、活動肢體及避免虛耗精力於費神之閱讀、看銀幕等活動上，才能維持舒適之情況。推此理於人生，便知需經由調練而漸得融通，並可進而轉傳他人，普益有緣。

二〇〇三年十二月廿六日
養和齋 於太平洋上空

歷練

定見所拘憂成敗，調練融通積經驗；
事後檢討謀改進，虛心篤行學到老。

跋

心有定見，則凡事論議成敗，隨之煩惱於憂樂起伏。不為見縛，則遇事皆成學調適、練身心之機緣。如此累積經驗以謀改進及增長，自然漸趨通達。「活到老，學到老」；此之謂歟！

二〇〇三年十二月廿七日
養和齋 於太平洋上空

來懺

來懺不納悲欠圓，業網難收智有窮；
無心回絕早通達，量力施救祈佛消。

跋

某人來示，言自知無以為師，求我原諒。依菩薩戒，來懺當納。奈何此人冒濫多年，一向自行其是，不理勸諫，又與盜名欺世之徒，瓢竊賣書之流沆瀣一氣，已在世間欺害許多不明內裡的人，故其所造罪業非任何人所能清理。在我一介修行人份上，早已習慣於為一切眾生代消業障，代祈福慧，因此並無回絕其請之心，故不涉及犯菩薩戒。至於量力施救，自知無從代收如此業網，並且唯恐又遭彼拿去做冒濫宣傳之資，因此不敢回應，只能在法務中代為回向，祈願彼能真正自行發露其罪行於世人之前，而得免墮落金剛地獄之苦。

任擇集 二三三

二〇〇三年十二月三十日
養和齋 於台北

來懺 · 二三三

手術刀

犀利鋒刃慈悲心，三尖齊下斷三毒；
威猛蒲巴大勢力，根除疾苦笑咪咪。

跋

蒲巴金剛使用三刃利杵，勢極威猛。一擊之下，三毒齊斷，猶如手術刀之切除腫瘤。以拔苦與樂之慈懷操使銳利之智器，智悲圓融的結果便是眾生與佛一齊同樣的歡欣！

佩戴新得小形蒲巴杵，有感而作。

二〇〇三年十二月三十日

養和齋 於台北

他心通

神通能悟他人意，只因心清如明鏡；
日常行慈若到家，體貼入微更勝似。

跋

「他心通」指修行者心地明淨後，自然照了其餘有情種種偏執的能力。修習應用慈悲於日常生活中，若能善巧達到體貼入微、為人著想，則行徑亦無異乎具足「他心通」，而又以利他而過之。

二〇〇三年十二月卅一日

長子建宏婚禮後

養和齋 於香港九龍酒店環龍閣

靠佛

變臉來去翻新姿，明日花樣無從知；
無需反覆謀應對，依舊靠佛安渡之。

跋

世間變遷，反覆流轉；見怪不怪，習以為常。新款難卜，法軌易
循；一心靠佛，安渡餘生。

二〇〇四年 元旦開筆
養和齋 於香港九龍酒店

興緻

興緻天然無可強，情趣生起非心機；
各趨所好方長遠，隨緣移轉任久暫。

跋

興味所在，因人而異。有趣著力，自然久長。趨向移轉，非關心機。但莫黏著，自在怡然。

二〇〇四年 元旦

養和齋 於香港九龍酒店

無聊

人品無聊匙自覺，鎮日煩瑣不解出；
匆忙老死生趣乏，猶攪染缸較短長。

跋

顛倒黑白，煽惑他人；無事生非，沉溺不疲。無聊人生，庸俗套
牢；生趣早枯，機械運行。能悟苦諦，亦待覺醒；憫彼沉迷，清閒守
寂。

二〇〇四年

元旦

養和齋 於台灣海峽上空

謀安渡

巨浪壓頂生死際，世間見解咸泡沫；
早修堅實謀安渡，莫逐閒言虛此行。

跋

生死之際，如遭浪襲；世俗見解，咸化泡沫。體認此事，早謀安渡；但依法修，閒言不顧。

二〇〇四年元月三日
養和齋 於台北

順法行

心念繫眾生安危，命途順佛陀接引；
行止契慈悲喜捨，怡然修隨緣化導。

跋

心繫眾生，任佛安排，行順佛法，隨緣化導，則離於煩惱及企盼。

二〇〇四年元月五日
養和齋 於台北

無需急

心住菩提自然鬆，非我能控無需急；
萬事煙消生死際，原來操煩皆自鞭。

跋

日前在香港與國聲晤面，被告以昔年由親人喪禮返家，頓悟凡事皆可可有可無，故無需急。

面臨生死之際，萬事自然煙消於顧慮之外，因而得以認清成事與否及事之輕重皆出乎見執及情執。

至於看清一切因緣之演化皆非個人所能掌控，因此無心致力於偏私，更進而專注於整體覺醒之化導上，則自然身心輕鬆，無從急起。

二〇〇四年元月十一日
養和齋 於加州

修無我

布施持戒且忍辱，著著用力留痕跡；
善巧解結化情見，成事之先已消弭。

跋

佛法修行欲達無我之本來。奈何著力往往留痕，以致計我難息。若了悟執在於見及情，而於起心動念之際即捨即開，則無事可成，無惱可煩，而安住於無我矣！

二〇〇四年元月十一日
養和齋
於加州

無足傲

所知太渺命脆危，高低正誤差幾多；
無足傲卻不自覺，愚癡態猶待省悟。

跋

知己無知，了命脆危，無可傲處，唯餘謙和。妄執成見，較量錙銖，放眼法界，相差幾何？驕橫行徑，愚癡心態，宜多退讓，容彼自悟。老病死關，不久即臨，橫蠻難再，開悟時節。

二〇〇四年元月十三日
養和齋 於加州

開悟機緣

開悟機緣整體事，此中離我及我所；
祝禱成佛因緣具，無關好惡與親疏。

跋

任一有情之圓滿成就正覺，皆是攸關全法界悟迷、升沈之事。此事與任何私人之好惡及交情淺深皆無關。因此，在誠心祝禱一切有情早証圓覺時，應撇開一切人際關係之考慮，只是單純地普為一切有情同等祈願。

二〇〇四年元月十三日

養和齋 於加州

純粹法脈

多年佛友今始悟，純粹法脈此倖存；
點滴辛勤日復日，年終小計點醒人。

跋

波蘭佛友馬谷拉，與余結交已十餘年，曾將英文拙作《跨越解脫的門檻》譯為波文，並經理該譯本在波蘭印贈千冊流通之事。今日來電郵回覆日前寄出之二〇〇三年法務報告，自謂今日始悟彼與陳上師及余法緣之深。彼原憂慮與大寶法王之法緣因爭端已受影響，今日始悟尚有純粹法脈倖存於此，連同其他重要法脈亦皆尚存於此。

純正法脈之重要性唯深入實修者方能體會。年年為法辛勤之回顧小計，此番居然意外地點醒一人，故為之記。

二〇〇四年元月十四日
養和齋 於加州

路逢

白髮攜手蹠蹠行，相依共命繫恩情；
轉思代禱怨偶眾，幾世修來好姻緣？

跋

開車時見路邊一對老伴，攜手緊依，蹠蹠並行。「相依為命」之感油然而生。轉思平日代禱世間種種怨偶之形形色色，不禁感歎此對是幾世修來之好姻緣，能相親相愛共老。

二〇〇四年元月十四日
養和齋 於加州

緣起

萬象顯隱緣相依，就緣轉化謀進展；
繽紛世事孰能主？隨緣遷就且湊和。

救脫可期修順緣，縱然棉薄盡全力；
憫眾倒懸悲泉湧，蒙佛慈祐恆接引。

跋

欲明性空，當觀緣起。互為因緣，萬象顯隱。致力改善，當修順緣。錯綜複雜，無可主宰。隨緣遷就，一時湊和。

憫眾劇苦，慈悲泉湧。了悟緣起，救脫可期。盡其在我，縱然棉薄。蒙佛慈祐，渡眾無盡。

二〇〇四年元月十四日
養和齋 於加州

勉友

人在困境心難開，幸有修法可依循；
轉念生死大考驗，正好藉機猛著鞭。

跋

佛友處困境，每覺難暢懷。幸已知修法，排遣當依循。生死大難關，險峻更堪憂。逆境供磨鍊，策勵趁健壯。

二〇〇四年一月廿三日
養和齋
於加州

寂深無限

任擇集

二五一

寂深無限超音響，不隨起滅離湛然；
融和萬籟消聲色，應機法鼓敲未息。

跋

寂深知幾許？無限又若何？超乎聲色外，不落五行中。任彼聲起滅，湛然無波紋。萬籟咸一味，覺受已消融。寂沉絕聲塵，不礙法音流。應機敲法鼓，寂深振十方。非死能活用，三世響不停。

二〇〇四年元月廿六日
養和齋 於加州

執所縛

手有所執難施展，胸懷定意應變僵；
人取成見紛爭起，唯解放下易融通。

跋

手中有物，難做餘事。心中有事，應變遲緩。胸有成竹，易起衝突。但解放捨，順暢融通。

二〇〇四年元月廿六日
養和齋
於加州

「霽」印

夢見「霽」印兆若何？法露等雨濟群生；
雲消煙散灌漑後，普天同享霽後晴。

跋

北京王居士嘗於夢中見「霽」字印，請余解之。「雨、齊」當為平等潤澤之義，故解為以法雨甘露普濟群生。「雨霽天晴」，故又有煙消雲散（出離塵擾）後普天同享無雲晴空之義。彼既有此吉祥法印之夢兆，余即順緣請彼於暇時刻石，以誌此夢示。

二〇〇四年元月廿六日

養和齋 於加州



敬讚門神

名垂青史有幾人？餘蔭不息更稀微；
功勳昭著護帝王，時潮民主佑百姓。

跋

寒舍前後門及養和齋室門上皆安奉門神尉遲恭及秦叔寶兩位將軍之神像。晨昏一柱香，聊表敬謝守護之勞。名垂青史已不易，又能繼續庇蔭世世代代之後人，更屬難得，因此撰偈敬讚，以彰其為天下生民辟邪護宅之功德。

二〇〇四年元月三十日

養和齋

於加州

修敬

緣起共生連環鍊，點滴支節皆相關；
徹見此理失偏執，普敬一切宜常修。

跋

一切緣起共生，連鎖反應，生生不息，循環流轉。明乎此理，便知任何一點一滴、小支小節皆有其功能而且涉及整體之運行。由整體觀之，便見任何輕重、高下之分皆是出乎偏執而難以長久成立。因此，個人不但無足傲（參見日前此題之拙作），更宜常修普敬一切之心態，方能契入真理。

二〇〇四年元月三十日
養和齋 於加州

宜興龍壺

紫砂藝壺藏潛龍，品茗似聞龍涎香；
喜出望外探龍源，方知龍恩深重重。

跋

數月前佛友在大陸請人代尋得精品紫砂壺以供余品茗，不意所得壺內，底部刻有一龍。當時吾人皆喜出望外，歎為稀有之吉祥。近來彼再訪大陸，方才探得，冶壺之匠師嘗在夢中蒙龍王囑咐，而有此作。余以一介寒微修士而蒙龍王如此殷勤安排、張羅供奉，實非所嘗想望者。豈僅龍緣深深（曾有此題之拙作），更蒙龍恩重重（亦深重，復重層）。

二〇〇四年元月卅一日
養和齋 於加州

安於不知

知識太有限，不知本無窮；
何以老求解，且安於現前。

跋

知解何能盡，法界層層秘。命力極微渺，如何老求知？看開無庸慮，隨遇安目前。欲融通法界，先停求解會。

二〇〇四年二月二日
養和齋 於加州

積資糧

未及處理已撒手，預先安排也落空；
功德陰鷲平日修，莫待身後追悔遲。

跋

見老一輩辭世，往往未及處理生前常言欲辦之事，或雖早已安排，奈何後人自有盤算，而使預訂落空。學佛者若已知積集修途資糧及往生極樂之福德因緣的重要，當於平日勤加努力，以免無常忽臨，難期補足。

二〇〇四年二月八日

養和齋 於加州

整體成證

我見消逝，整體融通；無復對立，窒礙不成；唯緣運轉，隱顯遷化；局限不住，開敞通透；一切為一，整體同契；本來純粹，非關淨垢；離於造作，回歸無事。

二〇〇四年二月十三日
養和齋
於加州

有求必應

佛、菩薩對眾生是有求必應的；真的嗎？

有些人說：「如果我求的實現，我才相信」。這並非在求佛，而是在講條件。這類人並不了解自身是業障所繫的凡夫，需要謙下求佑，才能領受加被。他們似乎以為佛、菩薩是與他們在同一水準的，甚至是需要設法贏得他們的信仰的。這種基本心態上的錯認使得他們無法真正的向佛、菩薩求助。

有些人雖然暫時表現謙卑地向佛、菩薩求助，但是一遇結果不符合期望，就立即自以為是地斷言不靈。佛、菩薩加被眾生，循循善誘，目的在於使眾生漸漸修證正等正覺，並且加被扶助的結果也要視被助者原先業障之深淺以及趨佛、信佛的努力程度而定。因此，吾人所求不一定能很快如願達成，但在冥冥之中佛力確實已使結果轉到導入正覺、助成修證的方向。

「有求必應」是說眾生若能虔誠求佑，佛、菩薩大慈大悲、不捨

眾生，必然會予回應，而無置之不理的處置。但是遇到眾生出乎私心與愚癡的請求，又不是一時能開導、勸化的，佛、菩薩也可能暫時不予回應，以待求者將來省悟的機緣。因此，即使在令眾生吃閉門羹、摸不著頭緒之際，也蘊含著無限慈憫的回應。

跋

今天供曼達之綠玉項鍊，帶著長方形墜子，前為觀音雕像，後為「有求必應」四字，見之有感，因有此作。

二〇〇四年二月十四日
養和齋 於加州

大心有情

同體大慈平等佑，無緣大悲無不憫；
差別教化應機施，迥異世間偏私情。

跋

佛慈平等及眾生，佛悲圓攝有無緣；
私情牽繫太局限，千手千眼無盡恩！

二〇〇〇年情人節
養和齋 於加州

了然

各有因緣無可強，徹見此理便泰然；
功德勤修真助益，恆為眾禱殃漸消。

跋

因緣各異，頗難轉移。超出指點，枉費心力。了然此理，順緣泰然。真能助益，功德是賴。心在眾生，災殃漸消。

二〇〇四年二月廿九日
養和齋 於加州

一念皈命

人命無常分秒間，皈依佛佑非虛幻；
成佛渡眾終極志，解脫關鍵念唯佛。

跋

已知佛陀救護之真實性及可以信賴，已悟人命隨時可能結束之不可測及難以避免，雖然依舊致力於成佛渡眾之遠大終極目標，當踏實先求達到隨時唯有佛號一念。若能念念唯佛，超脫輪迴便有可能。要修到這一步，平日要多念佛，並且常以「無常」自行警策。

二〇〇四年三月十四日

養和齋 於加州

循理

事理明辨謹依循，不陷評點徒增紛；
真誠投入各幾分，因緣隨致免操煩。

跋

遇事當思明辨其理，而後循理謹行。開導他人亦在闡明事理而已。如斯離於計較、評點，則可免於無謂之紛爭。至於各人臨事之真誠幾分、投入幾許，又何從判定或強求？幾許因緣自然形成幾分結果；明乎此理，無庸操煩，只需盡心盡力於正善之途。

二〇〇四年三月十八日

養和齋 於加州

守真

輸贏遷流終幻化，情勢嚴峻砥志節；
執迷墮落弄奸巧，守真行實渡輪轉。

跋

一時得失，轉瞬虛幻。困局考驗，節操轉堅。迷執墮落，耍弄奸巧。守真行實，安渡湍流。

二〇〇四年三月廿五日
養和齋 於加州

煎熬

波濤詭譎眾憂煩，犀利爭鋒共遭殃；
心繫佛號出亂局，清平慈和祈常安！

跋

時局紛亂，人心難安。陷爭徒然，煩憂轉劇。放眼長遠，轉念清平。慈和普祝，願永出纏。

二〇〇四年三月廿九日
養和齋 於加州

莫隨墮

狡詐行徑難服人，更令善士生退心；
墮落後果苦不堪，莫隨交纏失正途。

跋

假堂皇名義，行權謀詐術，不但激起義憤，更令善士生起退隱之念。墮落行徑只能以言詞掩飾，自欺一時，終究難逃面對公平檢驗，親嚐苦果之下場。修善行人之心念莫陷此等牽纏中而隨轉，當致力於長遠平和之正道而不懈。

二〇〇四年三月廿九日
養和齋 於加州

不二分

大死一回待其甦，無為渡日甚艱辛；
何若見徹融本末，但減造作任運活！

跋

先分別根本智、後得智，而後為証根本智而修「大死一回」，棄絕一切。此道十分艱辛，罕有能深入者。

若能看透根本與後得之無以切割，並且了達根本之無從修整，因而任運渡日，順緣修習減少造作，則近乎「無修之修，修而無修」。只要長遠遵循，心地自然漸漸開通。

二〇〇四年四月二日
養和齋 於加州

自定意義

畢生從事究為何？不隨評點亂主張；
正途難辨踴躍行，寒微守寂總泰然。

跋

一生志業，意義自定。局外評點，無關宏旨。問心無愧，自然長安。始終如一，遠離煩憂。

二〇〇四年四月二日
養和齋 於加州

誠信

存誠守信易溝通，根本蕩然餘爭鋒；
何時醒悟棄干戈，世事轉瞬全歸空！

跋

人際往來，基於誠信。根本一失，猜疑鬥爭。有理無理，轉眼皆空。即時醒悟，勿陷紛擾。清明心地，猶待長養。平和人生，彌足珍惜。

二〇〇四年四月二日
養和齋 於加州

失真

為護公義拚生死，謀保權勢行偏邪；
昔年英姿猶在憶，可憐得意成失真！

跋

不平而鳴，揭竿起義。革命成功，轉為權謀。世相輪轉，大抵如斯。可憐赤忱，深葬塵慮。春風得意，誰惜失真？

二〇〇四年四月三日
養和齋 於加州

局外

佛法是以出離世俗的行徑，在深的根本層次從事入世的救渡。世間一時一地的問題，一旦介入，即可能捲入糾纏無休的漩渦內。個人時間、心力皆極有限，有志以佛法救世，即應避免介入世間的紛擾。這並不是避世自保，而是為了專志從事於長遠的大目標，必須安忍眼前波濤的逗弄。瞭解此理，只能宣揚之、遵循之，而不可憑之以批評他人，因為那就又掀起了爭端。

環境逼迫，到了存亡關頭，若是奮鬥有濟，依經是許可介入的。奈何世相遷變無常，也沒有絕對的好方、壞方，多的是各自羅織的一偏之理，一旦介入，難免陷於追逐表相、名義的圈套。即使留得佛法的外貌，也難保不忘失其精髓。更何況世間狡黠之輩往往擅於以佛法名義營謀私利，又何暇與此輩斤斤明辯？放眼大千，法緣之淺深、久暫亦無可勉強。因此，與其介入而不知後果若何，不如始終如一，靜處局外，保守赤忱，與法界同遷流而心無罣礙。如此，若逢真誠且積

極欲修佛法者，方有暇可以指點之。

任擇集 二七五

二〇〇四年四月三日
養和齋 於加州

局外 · 二七五

聚散

力有未逮便漏失，心無留念即任溜；
聚散因緣千萬態，終歸遷化順自然。

跋

有心有力，一時聚合。無心乏力，隨即散失。聚散因緣，千種萬態。遷化流轉，無能主宰。

二〇〇四年四月五日
養和齋 於加州

難得無事

任擇集

二七七

世情錯綜每套牢，紛至沓來不輕饒；
難得無事稍從容，芥蒂忽離更平寧。

跋

瑣事繁雜，勞碌難休。無事短暫，亟需珍惜。修法淨心，塵慮少歇。芥蒂忽離，自然平寧。

二〇〇四年四月九日
養和齋
於加州

超脫

世事輪轉陷屢深，人命無常何暇涉？
一心唯願助開悟，行止咸循菩提路。

跋

隨逐輪迴，開悟事難明。一涉世情，牽纏輾轉深。覺途而外，唯是業繫苦。人命無常，何暇計其他？唯願救脫，行止順菩提。憐彼迷失，豈可同墮落？待其誠悃，方堪施點撥。

二〇〇四年四月十一日

復活節耶穌火供後

養和齋 於加州

獨白

世情遷流中，執起事隨生。理論各表述，虛懷公正稀。諍議無交集，人心鬧紛紛。身心俱解脫，此道少人親。妄歇本清平，奈何逐幻馳。此刻即無常，人際咸戲劇。世間競技場，沉迷不知疲。欲達正覺際，先切念無常。出離世俗態，方得漸清醒。常念佛拜佛，長養菩提志。為眾生修行，長遠廣利益。願眾趨佛道，有情享太平。

二〇〇四年四月十四日
養和齋 於加州

無言

執見不覺偏，肆意施點評。寧知無常際，業果不由人？何曾恤狡辯，法界尺度嚴。宿行終有報，自欺悔無及。洞明緣起相，無言但實行。願眾同醒悟，遠離議論圈。心地常平和，存誠修敦睦。人間爭執消，協力建樂園。

二〇〇四年四月十七日
養和齋
於加州

無我智

縱然存心在利他，一執己見便難行；
左右逢迎皆不適，何若無意總順人。

跋

存心不善，固無足論；用意雖佳，有執便礙。轉令應對，難得湊合；善意未通，反滯著相。虛懷處世，恆順情境；一片祥和，隨緣融洽。

二〇〇四年四月十八日
養和齋
於加州

自閉

挑起對立廣樹敵，為保身命築重圍；
縱然位高權蓋世，自處牢籠又何樂？

跋

挑撥人心，激化對立；廣樹仇敵，起居欠寧。縱然掌權，時憂奪命；困處重圍，豈非在獄？因果報應，絲毫不爽。謀利忘義，出牢難期。

二〇〇四年四月十八日
養和齋 於加州

昇華

個體榮枯終究幻，愛心局限煩惱多；
轉觀眾生同處境，昇華私情運慈悲！

跋

長遠觀之，易悟處世之道。浮生幻化，隨執自限多惱。有情同舟，人溺遲早輪己。慈悲普濟，離苦得樂是賴！

二〇〇四年四月十九日
養和齋 於加州

愛暍

修行得鬆轉愛暍，非同懶散避精勤；
只因長累待休復，眠中恬適近輕安。

跋

修行深入後，有一段時期，會頗常覺愛暍。這是因為身心經歷世間塵勞的纏縛而疲累、緊張、僵化，亟待休養復原。修行深入後，身心漸得鬆解，此時休復的本能需要大量的安眠狀態以進行調理。若不瞭解此理，會誤以為是懶散、不精進。此種暍眠，十分輕安，而不是夢魘難脫的。行者在這段時期，應順身心的自然需要，想睡就睡，無需顧忌、起疑。

二〇〇四年四月十九日
養和齋 於加州

真情

真愛難常聚，怨敵每共處；人生少如意，看開易安渡。執相唯添惱，智深超格局；發揚大慈悲，不受境遇拘。見高行難及，踏實修平易；常推己及人，每捨己從人。人生誠短暫，智悲長流傳；若能體此意，真情永不朽。

二〇〇四年四月十九日
養和齋
於加州

無惱眾生

心欲慈佑力未充，先修無惱有緣眾；
退讓包容低聲氣，無我功深悲憫增。

跋

隨緣應對，無惱眾生。斥責領教，嗔怒默受。未及化導，且修包容。恆順彼意，已執潛消。憫彼在纏，獨脫乏樂。先不添苦，再謀福增。

二〇〇四年四月二十日
養和齋 於加州

長遠

返璞歸真長遠修，徹底出塵急不得；
偶逢感應謝獎勵，平實持續終開明。

跋

修行佛法，以返本淨。塵勞累積，一時難清。感應獎勵，歷久偶值。平實行履，相續悟通。

二〇〇四年四月廿一日
養和齋 於加州

安於出離

生活壓力浪激岸，情緒起伏潮接汐；
臨海不動定如山，菩提植基真體驗。

跋

現實逼迫，出離匪易；或號出家，實逐食宿。情緒波動，難保平衡；縱無外擾，內亂屢興。內外交攻，不為所動；眾生安穩，唯一顧念。菩提安立，植基何在？真摯修行，感應親歷。

二〇〇四年四月廿一日
養和齋 於加州

護念

經歷無從執，順逆同歸空。久後忽頓悟，榮辱不相干。清明本來定，眾生安穩鄉。餘生護念處，捨此又何方？斷絕世俗慮，恆禱有情安。唯願咸證覺，常寂無限光。

二〇〇四年四月廿一日
養和齋
於加州

有法可驗

一般聞佛難置信，幸有修法可試行；
念佛拜佛漸輕安，久後甚至蒙感應。

跋

一般初聞佛法，難免對佛、菩薩之虛實不知如何決定。幸而此事可以經由修習佛法而漸得驗証。只要能虛心試行念佛與拜佛，僅視為練習集中注意力及鍛鍊身體也無妨，持續有恆，成為習慣的日課，漸漸便能體會身心的輕鬆，久後也可能有感應，因而確知佛事不虛。

二〇〇四年四月廿二日

養和齋 於加州

皈依上師

唯命是從皈依師，依賴如斯難當真；
久蒙感應體證德，方知依法謹遵循。

跋

密宗注重皈依上師，往往強調一切唯師命是從。一般人初聞此類教示，大多認為難以對個人如此信賴。在實際生活中，此種徹底皈依也僅少數。真正能夠如此皈依上師的，都是因為自身有足夠的感應經歷，可以了解上師的確是佛、菩薩的代表。

二〇〇四年四月廿八日
陰曆初十 供上師日
養和齋 於加州

普賢王如來壇城符

林鈺堂博士指導
林成穗敬述

此符是由陳健民上師傳下，為觸解脫法，意指以此符佩身即能得解脫（此為寧瑪傳承五不修自解脫法之一，餘四為見、聞、嗅、嚐，此其未贅）。中央至尊是普賢王如來，環繞的多種咒文代表其壇城中各尊聖眾，可能忿寂百尊全部包括。

陳上師常以此符贈人結緣，佩戴者屢有感應。佩戴此符應先將之摺成九宮，使中央之佛像（包括身光）成為九宮之中宮而朝外。佩戴作護身符時以布袋（藍色為宜）盛之掛頸上。配戴時佛像應朝自身以加被之，高度不低於心為合。若遇就醫打針時，應將符略為舉高離身以示受針者只是業報身。亦可掛於車上祈保交通安全，或將整張裝框供於佛壇，也可以將之火化領加持。死時佩於屍體上，可得往生。此

符圖像可以自行印出使用。不可售賣圖利。



時潮

海灘堆沙築城堡，
浪潮不斷漸頹夷；
世間作為類如斯，
隨時遷化難久留。

任擇集

二九五

二〇〇四年五月二日
養和齋 於加州

意外

心有期盼意外多，早悟無常易順受；
莫隨眼前滯紛擾，回首前塵盡雲煙。

跋

成見期盼，視野胸懷自限。世事運轉，往往不隨預料。閱歷成熟，遮風擋雨輪番。眼前局面，熙攘牽扯難清。回首前塵，成敗同歸雲煙。莫隨迷執，紊亂無有了時。看透世情，念佛拜佛長安。

二〇〇四年五月五日
養和齋 於加州

存誠行善

世事瞭解類膚淺，助人後果難預料；
存誠行善默耕耘，傳佈人間溫馨情。

跋

或謂助人後果難料，受救濟者若行惡，則施救濟者亦需背負因果，因此不宜輕易助人。

實際上吾人對世事之瞭解，大多只在表面。若必待一一熟悉方伸援手，則連養兒育女也都可免談，因為吾人固然無從預知彼等成人後之作為也。因此可知前論之不足取。

若是存誠欲助益貧困、病苦、老弱而行善，則不論知與不知實情，或是受益者既往與將來之行徑為何，在行善者份上唯有善因，必致善果。而受益者若有惡行，應是自作自受，與無心之行施者又何干？

因果律則不易明瞭，反招誤解而引為不行善之遁辭。今日有佛友
提請解惑，因誌之以廣解晰之助。

二〇〇四年五月十三日
養和齋 於加州

契道之鑰

任擇集 二九九

一般而言，學佛者在漫長的修途上漸漸就發生停滯、轉折或退失的情況，而共修的團體中往往不斷發生紛爭、衝突或分裂。若能虛心細檢，便可查覺根本問題在於發心及行徑皆未能純為菩提，因此無從超越「我執」的牢關。

若能發心純為菩提，亦即純粹為求一切眾生之究竟圓滿覺悟，自然在我執高揚之際會便思循法去執，而能趁機進修，長養智慧。否則，在混濁的世間，長遠之後終是難免畫地自限與糾葛滿途。發心純為菩提，則不論世事如何變遷，行者的努力都不會白費，都自然轉為成熟道行的資糧，因此無有嫌怨、懊悔。發心及行徑皆循菩提，則人際關係純屬因緣聚散，而免於計較恩怨、考量功過、牽纏不休的煩惱。學佛者有見於此，真心為究竟利眾，即應設法將一切關係皆漸行引導成為佛緣、法侶。

總而言之，菩提發心而行方契解脫大道。這是學佛者普皆熟知的

道理，卻也是大多難以切實達到的高標。本文雖屬老生常談，卻依舊不厭其繁地再度提醒，願能令真誠學佛者早得其鑰，以致登堂入室，見佛成佛。

二〇〇四年五月十四日
養和齋
於加州

任運自在

深廣無垠莫能測，無以描述超掌控；
真相命途咸如斯，看透任運恆自在。

跋

宇宙之真相，個人之命途，皆無從測度。見解言說塑造表相，反而形成證真之障礙。徹見不可測、無以掌控之實情，便易於任運生活，安於現況。

二〇〇四年五月十四日
養和齋 於加州

未及悟

嚮往菩提漸解脫，捨此取彼咸繫縛；
修途百態同一理，牢籠自織未及悟！

跋

修途多歧迷，退失且迂迴；逐一細檢點，咸因自執縛。菩提為優先，起執即頓捨，方能漸長進，以致於成熟。奈何未及悟，我執籠內遊；學佛欲得果，勵力修去執！

二〇〇四年五月卅一日
養和齋 於加州

光影

任緣迴轉心平寧，恰似光影舞虛空；
一嚮修法近卅載，身處世間瓜葛無。

跋

人事變遷，視為因緣聚散。不計彼此，一心唯在眾生。光影舞弄，
虛空清平依舊。深潛佛事，處世無染還純。

二〇〇四年五月卅一日
養和齋 於加州

未入流

小乘初果方預流，一般初學未入流；
不思去執漸轉聖，樂著偏私滯凡流。

跋

未臻果位，極易散流。初修行人，當謀預流。時刻自惕，尚未入流。宜多努力，任執逐流。若不如斯，常滯凡流。

二〇〇四年五月卅一日
養和齋 於加州

觀音唐卡

彌陀住頂龍鳳繞，慈顏金身千瑞吉；
圓融三德悲智力，廣弘正法普渡眾。

跋

講經弘法之際，欲得觀音加被，因請佛友代覓四臂觀音（藏名音譯：千瑞吉）之唐卡（畫像卷軸），以便高懸講座之上。經數位佛友之助，請得尼泊爾老畫師之工筆金像。上有彌陀住頂加持及龍鳳環侍左右，前有文殊及持金剛（大勢至）分居兩側。出乎意料而得悲智力三德圓融之加被，不禁感歎佛恩之淵深及不可思議！

二〇〇四年六月三日
養和齋 於加州



恆順因緣

恆順因緣修無我，隨流無著易透脫；
眾生佛陀咸假名，任運融通唯明空。

跋

恆順眾生，難解難行；一旦誤會，隨俗沉淪。
眾生佛陀，權巧安立；徹見無我，豈滯名言？
直認因緣，恆順去執；黏縛漸脫，智慧轉深。
既往不追，離於希冀；任運融通，明空寧寂。

二〇〇四年六月七日

養和齋 於加州

眾緣和合

眾緣和合方圓成，心存感恩普敬重；
見解行止修融通，隨事遷就積功德。

跋

任一事欲得圓滿，皆需種種因緣之和合。因此，吾人於平安順遂之際，宜心存感恩，平時則宜普遍敬重一切，以增進順緣。見解之廣狹、堅柔，行止之取捨、執轉，皆可修習如何融通，以普益牽涉所及。若能隨事遷就，不但可能略減世間苦楚，甚且有時足以助成功德。

此乃圓融見地；修行者處世，宜細心體會之。

二〇〇四年六月十四日

養和齋 於加州

本無

悟及本無不妨失，終離何必老執取？
煩惱得失心難閒，看透無常喜布施。

跋

光溜溜來，未曾擁有；一悟本無，隨時可失。赤裸裸去，盡有全離；拚命爭取，又能多久？貪慾單心，煩惱不休；縱有所得，唯添負荷。體會無常，平心得失；常思利生，行善布施。

二〇〇四年六月十五日
養和齋 於加州

未通

未通偏執唯自是，開悟即見咸可法；
境異緣差方便渡，但能提昇同敬重。

跋

法理未能徹底融通，修持欠缺深入體驗，則往往偏執一部份正法，而排斥其餘。一旦融通佛理，證入開闊，便見種種法門對不同情況及資質的方便救渡功能，而無不同等敬重及隨喜。大海容百川，溪流限自畔。

二〇〇四年六月十八日

養和齋

於加州

面面融通

言詞視野盡二分，欲描無限成多面；
融通之鑰一旦悟，圓照十方運轉活。

跋

欲以有限觀點、二分言詞描述無有主客對立的境界，只能多面分述，並且滯於「隔靴搔癢」的地步。佛教方便接引眾生，而有智悲二足、智悲力三德、四種大悲、五智、等等名相之區分。學佛者若是執於分位，便難融通佛理。當知會通之鑰，在於領悟一切本是無有對立之無限一體。一悟此無限一體之根本情境，便見一切方面之種種特色都是自然融通的。

即使密法之教授亦不離此理。例如修本尊觀所講求之明顯、堅固、佛慢，若不會如此融通，極易淪為意識作用之堅持，而恆處於主客對

立之心態中，因此難達證入。願實修者細心體會此中奧妙。

二〇〇四年六月廿一日
養和齋 於加州

度母四層功德

印空融理具證德，一一眾生側護佑；
慈憫感召化渡廣，甘霖普濟潤全球。

跋

今晨醒前，夢中得有關度母四層功德之教示，簡述如下：

一、有一已印契空性並具備充任祖師之訓練者，彼有可能擔任數種顯要之職責。

解：具備充任祖師之訓練，指融通佛理，證德圓滿。堪任多種顯職，指應化自在，渡眾廣博。此乃一般了解之度母功德，故為外層。

二、但其內心完全未計及名位，只思陪伴於一一眾生之側加以救護。

解：度母之慈悲完全無私、無我，不但普及一切有情，更是深切

到隨護一一眾生之左右。此乃一般難以悟及之慈憫內涵，故為內層。

三、由於圓滿前述二層之德性，彼即自然成就顯要之祖師。

解：彼雖無心，但德性所感召，自然渡化廣博，名聲遠揚。此外、內吻合相成所生之結果，故為密層。

四、彼之神通使清澈甘露湧現，遍佈全球，眾生皆蒙潤澤。

解：以甘霖普濟一切有情，乃由本來清淨之無限一體所自然出生之神通功用，故為密密層。

謹此誌恩公佈，以助了解度母慈憫恩德，並願修習度母法眾，因之早日成就度母，普濟有情。

二〇〇四年六月廿二日

端午節

養和齋 於加州

推磨

成敗短長計未休，不解相伴共推磨；
擁塞籠內恆旋繞，早謀得脫轉念佛。

跋

端午清晨，夢領度母功德教示後，又見一大鐵籠，滿是人，右旋緩行，猶如推磨。私揣此即輪迴世間苦況之象徵。一般正熱中於眼前之榮枯、得失，因此無暇省悟其實同為牢籠中共推苦磨之夥伴。若能悟及，便當放下世間之考量，轉念於佛道之進展，以求究竟出纏，離苦得安。

二〇〇四年六月廿四日
養和齋 於加州

微妙分別

真理無我不局限，合乎正道處處通；
假佛名相尊自是，破綻微妙當細審。

跋

佛法的根本哲理是「無我」，亦即一切皆因緣聚散所現，因此無有特定主宰。基於此理，佛教徒的眼界、思惟及行止皆應合乎普遍的真理，而不應獨尊一是。

有些人士也使用佛教的典章文物，並且宣稱有廣大的神通，造就了許多奇蹟。這些人士在一般世間看來很容易被認定為是屬於佛教的。但是他們的自認為是「正法所在」，正顯示了他們缺乏對「真理無我」的體會，等於是招認了他們的「不合佛法」。依據佛理，這些正是「附佛外道」的例子。

這是極微妙而難以明辨的區分。一般佛教徒在確實領悟正見之前往往受此類外相之混同所迷惑。因此特地在此指明，但願能減少受該等蠱惑者。

二〇〇四年七月三日
養和齋 於加州

如廁

平地一聲雷，沆瀣習氣盡；
示內蘊密要，薰覺遍十方。

跋

修習心行與法理之融通，當遍一切時處，以期達到徹底之覺醒。因此密宗教示日常瑜伽，乃至便溺之際。

穢氣既出，想宿來世間習氣盡矣。便溺時即默持甘露咒：「嗡、班札、安利他、滾札里、哈拉哈拉、吽、呬、娑哈」，轉化排泄物為甘露，以施十方三世之餓鬼眾。

余喜幽默，不為世間常見所拘，而往往即景生心，別賦創意。有時在如廁前即對家人宣稱：「即將開示內蘊之密要矣」！薰味既傳，又曰：「為汝等生命添加味道矣」！掩鼻而去，又曰：「這是充滿覺醒的力道的」。雖

是開玩笑，就嗅覺而醒悟無嫌棄，卻也是解脫道之一途。

二〇〇四年七月四日
養和齋 於加州

淋浴堂

金玉滿堂詠道作，普灑法露淋浴堂；
法界緣起超思議，名如其人孰先知？

跋

蒙家父母取名「鈺堂」。台北家中佛龕、在美佛堂香爐、等等，皆未經意挑選而巧值有「金玉滿堂」字樣之鑲飾。余詠道之作已逾千數，私揣此即此生之滿堂金玉乎！

中學時，一日忽然省悟名字之諧音為「淋浴堂」，因此當年為助人了解此意，有時自我介紹，也補一句：「洗澡間」。余之作品皆印贈於大眾，近年來更以網頁公佈於世，任人瀏覽、下載。據此或堪視為普灑法露之淋浴堂？昔年夢見〈普門品〉時，夢境亦有為眾施洗消業，令得清淨之意。詳見該篇。

法界緣起不可思議，而於冥冥之中，卻有絲毫不爽的關聯。名字及諧音皆與生平密切吻合，此諒非家父母所先知者，而卻恰巧選用。豈止巧合哉！

二〇〇四年七月四日
養和齋 於加州

夢見普門品

秀麗經文壁上題，普心勇力兩側立；
白淨浴缸光明中，應機施洗去垢泥！

小跋

今晨醒前，夢見一室充滿光明，一壁之上題有觀世音菩薩普門品之經題及部份經文（但知其所表乃全品經文），字形秀麗。其兩側則有「普心」、「勇力」對立，皆直書，如下：

勇力

普門品經題

及經文

普心

此等之前下方，貼壁有一白淨浴缸橫陳。

私揣此夢乃示，應發起平等大心（普心），勇猛精進（勇力）地效法觀世音菩薩的三十二應，普濟群生，而以佛法甘露為種種眾生洗滌邪見、煩惱的塵垢。醒後即作詩以誌此夢示，並以自期不負教示之恩。

一九九八年四月廿三日
養和齋
於加州

師佛無二

陳寶媛

獻法卅載無怨悔，慈佑眾生同菩薩；
師佛無二護有情，蒙恩示現妙境中。

跋

憶昔於《沐恩錄》中見林上師往年火供相片，被其專一之神情所感動，便興起要畫一張畫呈送上師之念頭。然而深知自己業障深重，恐無法勝任，便擬待將百字明懺圓滿後再說。圓滿當日，意外收到上師寄來之《藥師七佛經》，猶如即時之獎勵，於心裡異常歡喜外，仍不能忘記素描之願。過了一日，素描當天，畫壞了無數次，原因是無法捕捉上師的神采。眼看日已暮，便順其自然，不再修改，然後隨意畫了當時腦海裡覺得相稱的背景，裝框，再將之前已經作過彩色影印之上師火供相片裁剪好，亦裝上框，包好待寄。寄出數日後，又再郵寄

另一包文件給上師，不料二件同日抵達。收到此包裹時，上師告訴我此素描像框之玻璃於寄送途中破裂，並以此畫「破框而出」乃解脫之兆來安慰我。

當晚我即夢見，師母示我她所畫之上師素描，其神采之逼真，功力之深厚，令我讚嘆不已！隨後我便來到上師的佛堂參禮，忽見佛堂左邊有一凹進牆裡去的佛龕，長寬約兩公尺乘以一公尺，凹進牆裡去的地方大概也有一公尺深。凹進去的地方，表面（一共有五面）都是深紅色的。此佛龕裏擺滿了大大小小用鉛筆素描的上師的像，有一張為上師的二公子所畫，其餘則是各地佛友畫的。但是其中最中間那張也是最大的一張，我仔細一看，是上師與韋陀菩薩合而為一的像，我雖無法分出面容是菩薩抑或是上師，但夢中一見，立即感知其乃師佛一體，故不可分。甚至亦有某種力量教示我，此亦為護法關公。故而嚴格說來，實為三位一體。此像鑲在像醫生用來看透視片之燈箱上，故看起來明亮透光，使得那個紅色的佛龕閃閃生輝。

醒後思索夢境，方知上師長年為佛法奉獻，無怨無悔，其精神就

如韋陀菩薩及護法關公一樣。而其護念晚輩及眾生無微不至之心，正是佛菩薩之表現，故有此顯示。隨即領悟自己開始修行後不就是時時為師佛所保佑著！上師先前之詩作「師佛」內容，竟蒙恩於夢中以此妙境示現，真是何其有幸！是為記。

二〇〇四年七月九日

紐澤西 寓所

林跋

林鈺堂

寶媛供畫像後，得教授之夢，電郵告知，即囑記之以助長大眾之正信。

憶昔從侍 陳師之初，即曾夢見韋陀菩薩提攜五、六歲孩童狀之我。而後多次蒙恩示現，其中特別昭著者即「施無畏相」與「六字大明符」之感應。詳見相關拙著。護法關公亦曾多番示現護持。

此次殊恩，示現與二位護法菩薩無二之相於寶媛。一則善導初學，再則獎勵余之為法奉獻，而使普天之下學佛大眾咸知獻身法務，功不唐捐也。

僅獻拙詩於後，以誌此殊恩。

獻畫虔誠感佛恩，夢示師儀威武姿；
護法上師無二相，令知為法心一般！

二〇〇四年七月九日
養和齋 於加州





念護法恩

仰慈趨吉平順行，法果累累提攜恩；
飛隨守護周密顧，獅吼廣傳保安功。

跋

昔曾造讚申敬於護法四臂大黑天前。撰成忽然查覺四句之末字，依陳師所示安排四大天王相成兩行兩列時之次序（即以右下為東，順時鐘方向於左下、左上、右上排入南、西及北），則構成「飛隨守護」。無意安排，而蒙彼加持，於四句末皆用動詞，如四臂之運作，並構成契合之文意。今年正月因請祥耀刻印，永垂紀念。又念及獻身法務以來，每遇疑難關頭，輒乞教於吉祥天母，仰彼慈示而知趨吉避凶，一路平順。此恩綿綿常在心頭。因於同日，又請祥耀以方石而刻成「仰慈趨吉」圓印，並請於用印時朝己之壁上，鐫文：

常念天母慈示指引之恩

密法弟子 鈺堂

至於印文之「趨吉」，意為「趨吉避凶」，又可含「趨附吉祥天母」——行人如子握母手而隨行——之意味。

此次回台，接祥耀完成之二印；彼為慎重其事，曾閉關構思。天母印之印紐，碩桃五枚累累垂枝，法務果實固天母之垂顧所賜成。大黑天印之印紐，則獅王屹立振吼，正覺法音蒙恩廣傳矣！

二〇〇四年七月十四日
養和齋 於台北



度母手珠

林鈺堂

七月十四日晨忽得靈感，可以特別結構之手珠，表徵二十一度母，以供繫念度母恩德及修持度母諸咒。

以紅珠為父珠，表紅觀音，並以白珠為母珠，表白觀音，此即度母化現之根源。子珠二十一粒，分表二十一度母。二十一度母有多種色，分表其各類救渡功德，但以綠度母為主尊，又以白度母為其主伴，因此以二十綠珠及一白珠表之。此白珠置於第十一位，正好與代表白觀音之白母珠在手珠之圓環上相對應，而各十綠珠分列兩側，均勻對稱，巧成美觀。

清晨將此構想以簡圖表示，交一佛友。當日下午即收到彼依之做成之度母手珠。隨即展示來訪佛友眾，咸表讚可其表法之完整。因此撰文公佈，分享法益。

二〇〇四年七月十七日

紅觀音火供前

養和齋 於台北陽明山



休心

緣起微妙超思議，整體運行無能控；
愈攪愈混一池水，休盡私心便融通。

跋

世相妄圖改，愈攪愈混沌。但能休偏執，整體本融通。欲融入法界，莫著相生非。念念不執取，當下出輪迴。

二〇〇四年七月廿九日
養和齋 於馬六甲

皈依菩提心

林鈺堂

二〇〇四年七月十六日

講於台北中鼎菩提社

吳社長引言：

林博士，各位同仁，大家好！我們很高興請到林鈺堂博士來為我們演講〈皈依菩提心〉。林博士來演講不只一次了，雖然說每次人數不是很多，但林博士不捨棄我們，仍很慈悲的跟我們開示，我們現在請林博士開始演講。

林博士：今天的題目是〈皈依菩提心〉。

在講題目之前，我們先說一些基本的觀念，這樣後面才容易講。

先講學佛。我們學佛是要學甚麼？我們學佛的目標是要成佛，要得到究竟的證覺。簡言之，成佛就是要回到本來清淨的狀態，這是本來就有的。若非本來的，而是努力，然後才能達到的話，那若是努力不夠，或是情況轉變，遲早又會失去。這次你得了第一，下次不知道換誰。所以世間上任何用努力達到的事，都不是究竟的安穩。本來的狀態，本來是沒有問題的。而這裡所說的清淨不是平常所說的乾淨啊、髒啊，喜歡、或不喜歡，那種的清淨。世上的事好不好常依各人的標準，這不是普遍放諸四海皆準，而是因緣而異。因為世上的標準往往依環境、區域、文化的不同而不同，是後天形成的。而在這裏所說的本來清淨，不是經由分別而成的。不論乾淨的或髒的本來狀態，是沒有人為分別的。顏色雖有不同，但在我們起分別以前，是融在一起沒有辦法分的。以紅綠燈來說，「紅」、「綠」本來並不自起分別；是在起作用時，才有分別。故其本身並無分別，而是本來清淨，就是起初還沒有主客對立的分別的那種狀態。這樣的清淨就如同母親對小孩的愛，就算自己小孩的尿布髒了，做母親的因為很愛她的小孩，會不起

分別心的去清潔小孩的尿布。那樣的不起分別的心，就算是屎尿也是清淨的。故若本來並沒有分別，就是一體的。

在佛法中有「無我」的說法。在做分別時是有個體，但是，就如同海洋、河流，其實整個是混在一起的，人就如其中的一滴水、一粒沙、或一塊石頭。看似可分，但是，在有分別以前，海洋、河流都是整個融在一起的。真相在我們人為的分別以前，一切都是體的。又如，地球的一端有毒氣外洩，附近的人當然會遭殃，而住得遠的人，可能覺得沒有什麼影響。但是就整個地球而言，只要有一滴滴外洩，我們每人就都有份。所以所有的都是因緣所成，一直都在遷流。我們能做意識分別的時候，才有分別，但到老時、病時，就連抓這些分別的力氣都沒了。故，一切有情與無情，其實本來都是一體的，是無限的，任何分別都是暫時的、人為的。又如我們感官所形成的分別，從原子或更小的粒子的層面來看，也是不存在的。所以從科學的微觀或鉅觀來看，也可以了解我們平常的分別只是一種偏執。

我們常為世間生活起分別，如，這是權利、義務、這是責任。因

此，種種問題都會變成無解，都很苦。健康時還有精力可以起分別去爭執，但若遇到車禍、老、病，那些苦，更是無法解決。所以，看穿了，人生就是苦，煩惱多，很難得能真正開心笑一下。

釋迦牟尼佛成佛之因在於他看到了老病死苦，於是放棄權位，思索人如何可以平安度一生，並克服老病死苦。先是跟著印度當時的仙人學道，雖然到了色界、無色界的境界，卻還是發現有問題，不是究竟。一般普通人連要到這種境界都不容易了。所以到了他的那種境界，就不只是觀念上的突破了。很多目前社會的機制是沒辦法徹底救助的。這次水災捐了款，難保下一次又再來一次天災。家園重建了，但是人們的心理創傷是沒辦法一時平復的。除非自己可以開解，否則別人也無法幫得上忙。釋迦牟尼佛在精神上可以突破任何微細的執著，連禪定很好這樣的執著也放下了，而回歸本來清淨。無限之一體是超越時空的。到達無限一體的境界時，自然有力量傳到需要幫助的人那裡去。像這樣的事，聽來雖如神話，但若依照教法去修，都會有接近到無限之一體為超越時空的體驗。修行久了，有時可以知道前世的事

或預知將來的事，這是超越時間的例子。例如我在幫忙代禱，遠在海外的那邊就會感到有力量來，或事情就轉變了。這是超越空間的例子。這些是真實且可以體驗到的。這就是支持我長期修行下去的原因。

有了以上的了解以後，再來講皈依菩提心。何謂皈依？只要一講到皈依，在學佛的路上，就已經不是講開始的階段了。皈依看似第一步，但現實生活中，誰會突然去相信任何人？小時候也許父母帶領著去皈依法師，但長大了，觀念會改變，故不一定是真正的皈依。真正的皈依是自己真的想要回去本來清淨的狀態，要找一個歸宿，可以仰賴的。靠自己原來世間那一套是行不通的，所以要找可以安穩的東西。而要到這一步，自己多少對佛法也已經懂一點了，知道佛教導我們什麼，甚麼對我真有幫助，這樣才會想要皈依，之後才不會跑掉。這已經不是佛法的理論部分了，而是超出「聞思」，而到了「修」，到修的時候才會有真正的皈依。

我們要皈依的是什麼？是要皈依本來的清淨，但以平常人的經驗來講太遠了。本來在哪裡？要是本來就有，那我們什麼都不必做，本

來就已經在那裡了，沒有離開。所以，理論上來說，我們要皈依三寶。我們皈依佛，因為佛是已經有正覺經驗的人，已証悟達到無限的一體，雖然在肉體上已經入涅槃，但實際上到現在還是可以幫助我們，跟我們溝通。然而，一般人不知如何跟這樣已經證覺的有情連絡，也認不出來。所以，我們要依靠傳下來的可靠的法。經典雖多，但基本都是無常、無我、菩提心。像這類的正確的教法，是我們要依循的。所以，找不到佛的時候，我們就依循這些教法。再說皈依僧。有些已經有修行經驗的人，他知道法應該怎樣修，才算是如法還是不如法。這不一定限於指出家人，也包括修比較久有經驗的過來人。但是，這樣有時也會產生一些問題。有些人會自稱就是活佛，而我們一般人不知如何去分辨真假。另外，佛教有很多宗派，有小乘、大乘、密乘，還有人說只有某種法才是真的，才是當年釋迦牟尼所傳的。那我們到底要如何去分辨是不是正當的教法及真正的有修行經驗的人呢？有一個原則，就是以菩提心有無為標準。若是可以証入無限的本來清淨的一體，也就是菩提心。但要我們眼前就達到這樣高的果位，不太可能。菩提

心還有另一個意思，就是，我希冀能夠達到這目標——願一切眾生早日成佛，不但是自己解脫，而眾生也可以得到解脫。有了目標，碰到問題時，就可以用有無菩提心來判斷。因為這是沒有偏私的，不是只有我的家人，而是所有現在過去未來一切的眾生都包括進來，都希望他們能徹底得到安樂，這樣才能究竟解決問題。在我們能做到的範圍內，我們都要幫助他們，願一切眾生早日成佛，離苦得樂。所以做任何事，除了希望他們過得了眼前的難關以外，還要希望他們能經過這個法緣，最終能成佛。所以我們要努力精進，才能使大家早日離苦得樂。有些學佛者，苦惱於無法說服家人學佛。若你要等到說服了他們，你才要開始修行，有可能一輩子什麼也沒有修出來。但若是一視同仁，知道各有成熟的因緣，而設法努力把佛法留在世間，這樣，即使我們先死了，他將來也會有機會遇到佛法。這樣才是真正的救渡，不然還是愚痴。救渡若有智慧，一切平等，最終都可以救到，只是遲早的問題。

若是以菩提心這個標準，願一切眾生早日成佛，就不會有偏失。

因為有時雖說皈依師，還是可能變成個人崇拜。而且有的法說只能這樣不能那樣，雖然佛法圓融，對不同的人說不同的法，但我們有時自己觀念被綁住都不自知。但若以菩提心為準則，自然我們就會知道該如何去做。因此就算有時被騙，我們問心無愧，只願眾生早日成佛。因此被騙與否，都不成問題，沒有吃虧，只是一次又一次的往菩提心靠近。

現在說到皈依上師。在密宗裏，上師是放在第一位。先是皈依上師，再皈依佛、歸依法、皈依僧。密宗為什麼會將皈依上師擺在第一位？理由是，密宗一代一代的上師在精神上延續著純粹的菩提心。佛是超越時空的限制。有的人說沒辦法找到真正的歸依處，我就勸他在本師釋迦牟尼佛像前，自己念三皈依。佛對一切眾生平等，這就好像向我們的父母求，跟佛說我覺得佛你教的對，我願意聽從佛的教法，依教奉行。所以，沒有人可以說，非經過我不可，那些都是錯的。所以，超越時空，而直接皈依佛，是可以的。而在密宗，可以一代一代把佛法的直接加持力量傳下去。因佛已入涅槃，雖仍可以起作用，但一

一般人感覺不到，所以要傳在某個大弟子的身上。這樣，一代代若按照規矩並保持菩提心傳下去，佛法的加持是可以留在世間的。但若是一亂來，就沒辦法繼續保有傳承的加持力，就會被收回。故傳承就如同火的種子，一直保留在那個傳承的人的心中。所以，這樣的上師就等於是佛，跟佛沒有差別。什麼是法，要靠他來決定。他是已經通達的人，他可以跟你說你去做什麼，雖然經裏沒寫，但那其實就是要叫你去修。經裏寫的是原則，而原則到了生活中怎麼去做，就要按照你所相信的上師叫你去做的來做。這樣，你在做這些事情時所碰到的問題，乃至如何克服的過程，就會漸漸學到佛法裏所講的布施，持戒，忍辱，等等，就都在生活裡面了。所以，在密宗裏，你若都按照師父所講的去，去做，不知不覺中就會發現，自己已經跟別人不一樣了。因為已經被訓練慣了，所以有很多自我的想法都被磨掉了。因此，上師也包括法。他是這方面的專家，所以當然也包括僧。而上師甚至比法還重要，因為他是真正來教你的人。誰把奶水拿給你喝的，那個人才是媽媽。所以密宗把上師放在佛法僧之前。至於有的人跟錯上師而出問題，這還

是要回到菩提心來決定。若自己的菩提心是真的，那就算跟錯上師，也不成問題，而能學會分別什麼是對的、什麼是錯的。上師不像佛、法、僧是抽象原則，若要真的深入起修，有一位真的上師可以跟，那是很佔便宜的。一般人有很多層次上的限制，雖照著原則修，但摸索了半天，有時摸錯了，說不定都還不知道。因為你看不出自己的範圍在哪裡。但若有上師的話，你不必熟讀經論，經由上師的指點，你就能在生活中運用佛法。有了上師的指引，你本來自己綁在一個固定的範圍內，就可以從這種莫須有的限制中跑出來。只要靠上師提點一句，你就可以走出一大步，而這一步就可能是永遠看不到的盲點。所以說若有上師可以指導你，很佔便宜。

現在請看所發之講義《依止上師之道》。

陳寶媛從我所有過去一千多首詩中，找出十二首詩。其中跟如何依止上師直接有關的詩作有九篇，你們可以看出來這是依時間來排的，從幾年前一直到現在。我寫作都是有靈感時或是有人問我時才寫的。在過去這幾年，有關如何依止上師這個題目，其實是寫了十篇。

但是有一首叫〈冒濫〉，是寫比較負面的，故不收錄。十二首中另外有兩首，是屬於比較一般的，範圍比較廣泛，寫的是法界裏每個人都有我們值得學習的，所以每個人都可以做為我們的老師。另一首是寫我們所經歷的磨難，若我們可以從中解脫出來，這些磨難亦可以做為我們的老師。這兩首因為範圍較廣，所以不收入。

我們看了這些詩以後，也可以看到我就同一個主題，在不同的時間，有什麼見解上的差別。

接下來我們一首首來看。

依師之道

誰堪依止難抉擇，況逢欺誑轉灰退；
自檢菩提踏實修，緩進慎察專志隨。

這裡是說如何依止上師。有的人起先對某個上師很投入，後來發著菩提心，變得心灰意冷，非常難過。若我們不知道怎麼抉擇，那就依著菩提心去自我檢視，修法時一步步慢慢來踏實的修，不求忽然開悟。若是遇到一個上師，他不貪圖什麼，遇到事情他知道怎麼做，這是真

正的善知識，那我們最好是好好跟著這一個上師實修，不要聽到這個好就轉依這個上師，聽到那個好就轉依那個上師。這樣轉來轉去，弄得亦是如飄萍一個，沒有根可以長大。

每首詩都有跋，請各位自己讀即可。

沐恩者稀

上師易呼難聽從，一言違逆便失蹤。

辛勤服侍常隨學，方堪沐恩望成龍。

已經投入修行的人，會有機緣遇到可依止的上師。但並不能像現在人結交朋友一樣。好像有些人今天客氣稱呼你上師、上師，遇到他有很多期待，而你所講的不是他想要聽的時候，人就失蹤了。而真正依止是要辛勤服侍，長期跟在身邊才能學到東西。我們不能期待人家天天像來給你上課一樣，都是講給你聽，這樣學到的都是理論。真正跟在上師身邊，在生活中遭遇到問題，看他怎麼解決的，看他的想法、做法，這樣就能一點一滴學到了，這就是從生活中去學。這樣長時間依止的薰習，領到加持，才有希望成為法器，以濟眾生。

常隨修學

佛法圓融在起居，舉止應對也尋常；
久隨承侍漸體會，潛移默化出鳳雛。

佛法若要與生活一體，就是整天的生活裏，無一不是跟佛法有關的事情。這其實沒有什麼神妙，師父碰到人也是要問好，跟平常人一樣。但若是跟在師父身邊久了，遇到事情時可以看到師父如何處理，看到他體貼別人的情況。一般人有他們的層次，有他們的想法，師父要幫他們還得順著他們。這樣你才了解到，原來要救眾生是這麼難，要自我調整去順應眾生。不然，你還沒幫到他，他就跑掉了。所以，你長時間跟在身邊，在日常生活中自然地一點一滴地去學。經過長久的薰陶，自然而然的會成法器的。

點撥

謙下方能承教恩，空心才堪貯法露；
機緣恰巧施指點，一撥便轉顯靈活。

一個人必須要謙虛才能承教。在平常時候，都很體貼很仔細的服

侍，一點一滴的教導都遵從，這只有空心才能做得到。這時候世間的事要擺在一邊。遇到事情，師父做的與我想的不一樣，從而悟到，原來人家是這樣想的、這樣做的。就好像路上遇到了石頭，你跟本不用去碰，你不用去搬石頭，只要繞一下，就可以過去了。這樣指點一下，一撥便轉，顯出佛法的靈活妙用。所以，遇到事情，學會不一樣的處理方式，就可慢慢學到如何解脫。

師佛

上師佛陀無二觀，本來一體泯分別；
心離執取契如來，弘法利生未曾停。

密法裏，你看上師是與佛無二無別的。要証入空性中，上師要幫你回到無限之一體。上師是專心投入修行，為眾生服務的。若連這樣的上師你都無法看成與佛無二，那你永遠無法找到合格的人可以修如何與他人一體了。上師是給我們修的，修不起分別心的。上師的心沒有執著，完全放下，跟佛已經很接近了。上師一直是弘法利生，幫助別人，這就與佛是無二無別的。你本身要是真能停止分別，上師的加

持才能到你的身上。若加持力量不能到，是因為你自己執著的緣故。如，有的人執著法，在做法上自我的觀念太多。雖然如此，但真正的上師也不會跟你爭，他一定會說沒關係，否則他就跟你一樣了。但是你自己設限，損失的是你自己，錯過學習的機會。所以若聽從上師的話，少管理論上的東西，才能得到真正的東西。

可教

納履三次方堪授，侍師三年始習藝；
真誠謙下漸成器，而今世態猶點菜。

親近上師就好像張良納履三次才學到兵法一樣，世間的學問也一樣，你學剃頭也要先幫師父打掃三年，然後才從剃冬瓜皮開始學。因為你長時間給師父服務，心態慢慢謙下，才能從頭學起。現在世上學法好似只要磕個頭、灌個頂就好了，就回去了，像在餐館吃完菜就走人，這樣無法親近服侍，也無法跟師父真正學到什麼東西。

自願皈依

皈依所在自願求，解脫怙主無勉從；

慈懷關注遍群生，福慧具足方知趨。

皈依上師都是自願歸從的。上師做為解脫的怙主，是無所求的，他永遠是隨時在幫助有緣的眾生，有需要的自然會得到好處，這要靠學佛者本身積集的福慧資糧具足，才會跟得到上師。

體會師恩

上師示寂教未停，肉身不在見真情；
重擔臨肩撐持際，方悟傳承延續恩。

這是描繪 陳上師人雖入涅槃示寂，但遇到事情還是會夢到他的指示。他雖然肉身不在了，可是還是一直沒有停止他的教導。例如我新寫的火供儀軌，亦是夢到感應，佛菩薩叫我做我才做的。這樣才能真正幫助人家，而不是我以為可以就可以的。我夢見 陳上師告訴我讚頌集第三篇，然後就給我看一片畫框，裡面有些葉子，要我將之塗成紅色的。我醒來趕快去看，發現讚頌集第三篇，是讚大悲觀音的那篇。將畫像塗紅色，就是依他的火供儀軌來作紅觀音的儀軌。他走後十二年，他開許我作我才作的。還有，我只寫了兩個火供儀軌。文殊儀軌，

也是有人請，而且有感應我才寫的。地藏菩薩儀軌，有人希望有，但是還沒有感應，我就不敢寫。觀世音菩薩的火供儀軌，第一次要做的之前幾天，我夢到白衣觀音與侍女。我要磕頭，他們說不必，但我還是磕了。他們都笑起來，我才不再磕。觀音舉起右手，在空中寫符，我就感覺到力量來了，充滿全身。以前 陳上師一個儀軌是一種法，但是因為需要做火供的人日益增多了，所以我就希望將息增懷三種法寫在同一火供儀軌中。觀音知道這需要很大的力量，所以就給我加持。有了這樣的加持，我才做了第一次觀音的火供。所以師父雖然走了，還是超越時空不停的救渡眾生。比如有的人從未見過 陳上師，但仍會夢見他給予指導。另外，師父在時大家是一個樣子，等到師父走了，大家的其他想法都會出來了。若上師在世，這是沒辦法了解到的。因此努力繼承上師的志業才能體會上師不捨我們的恩德。我自己撐持法務時，佛菩薩跟護法會來幫忙，會把事情改變。所以遇到事情時，若本著菩提心，事情自己會變，不需要擔心。

皈依上師

唯命是從皈依師，依賴如斯難當真；
久蒙感應體證德，方知依法謹遵循。

密宗說上師的命令要照著做，但真正要這樣依賴師父並且當真卻很難。古德傳記中，有的師父叫弟子跳他就跳。一般人看來像是瘋狂，但他之所以會願意這樣做，是他自己的程度可以了解到他的師父是真正與佛無異，有這樣對師父的信心才能求到法，所以才會願意照師父所說的去做。故你跟一個上師時，要能體會他是真佛，是佛、菩薩的代表。能夠如此皈依上師的，有很多都是真正有感應經歷的，才會了解得上師的慈悲與智慧，然後遵循他的教導。

祝願大家佛緣增長而得以隨侍具德上師！

港口

佛法淵深勝海洋，網站引介若港口；
各隨因緣流通眾，同助修途展遠航。

跋

自林成穗設立 陳上師網站以助弘揚以來，匆匆已過七年。現又先後有陳寶媛、莊圓琪等弟子眾欲設立網站，以不同特色陳列拙著。私揣此等網站猶如港口，流通大眾，引入佛法大海，使之得以在修途上伸展遠航。此等在因緣上雖各別，在功效上則同心協力為弘法利生，而有無比之默契。因皆給予讚許及指導，並祝願一一皆欣欣向榮，宣導普及全球，而得以略答佛恩。

二〇〇四年八月十日
養和齋 於加州

無常面面觀

林鈺堂

日期：二〇〇四年七月廿五日

地點：馬來西亞馬六甲瑪琳佛學中心

錄音及筆錄：侯志卿居士

校訂：林博士

講〈無常的面面觀〉就是說我們從各方面來探討無常這觀念。無常在佛法裡是基本的觀念。西藏有位祖師名叫「密勒日巴」，他曾經講過說，無常是入佛法的大門。他的意思應該是說，你真的要懂佛法的話，先要對無常有深切的體會，你才能真的進入佛法。我們要按「見、修、行、果」來談。

先說見地。我們現在談到無常的時候，我想先提一個觀念是，我們佛法基本上是要教我們看實在是怎麼樣的一個情況；他基本上是教我們要解決所有問題，你要認清他是什麼樣的一個情況。這一點和我

教你這一套，你就跟他這麼想是完全不一樣的。因為如果我教你這一套，你要這樣想的話，那要是我想的不對，或我要勉強你照我的想法想，這都會有問題。佛法的真理性是教我們說，你以為對，怎麼才是對呢？大家都來看實在是怎麼樣的一個情況，這一點很重要。所以佛法裡面，一方面是說跟佛來學呢，可是另一邊是講說依法不依人，就是說有一個真理的東西。到大家見解不一樣的時候，靠的是什麼？靠的是，那一個才是真實的情況，這是我們依循的目標。

所以，講無常基本上的意義不是在教你，有什麼事情，你都要往無常這邊看，比方說現在我生活好好的，他故意要你說一定要先想到生，老，病，死。倒不是這個意義。他真正的意義是說人生、世界實在是怎麼一會事？那樣無常的意義下，你要看到說都是會變的，遲遲早早。那麼這有什麼意思呢？你要注意到說，你的想法、你以為是怎麼樣的，隨時都可能變成跟實在的情況不合。那麼這樣只是提醒你說你要警覺啊，了解真正的事情不是你所想的啊。所以你要想更多一點，情況可能改變的，基本上意義應該是這樣子。

但是呢，一般在我們佛法講起來的時候，容易變成怎麼樣呢，會變成對治的觀念，什麼叫對治呢？比如說你生病的時候，我們就給你打針吃藥。身體不夠健康，需要多作運動，注意飲食，針對你的問題提出來說要怎麼做。平常我們佛法裏講無常，容易變講成對治這一邊。為什麼？因為我們每個人，多多少少有煩惱，有成見，有固執，人間有衝突。這些問題，要怎麼解決呢？佛法說，根本問題的地方是，每個人，都捉住他所想的，他的見解不一樣，或以我的利害關係為主。各人的角度或想多佔便宜，這樣的結果，會有種種的問題。針對這些病態的時候，他要你從這些病態出來，他就教你無常。他跟你講說，你這樣子作的話，是不能一直長治久安的。為什麼？你這樣，我也這樣，那我們只有爭奪。那麼遇到事情的時候，大家都是爭奪，不能解決問題啊。你反倒是看開來，看到說這事情可以有很多解決的方法，不是說誰佔多點便宜而解決，而是大家怎麼分享，同樣的了解你有需要，我也需要，大家要怎樣來得到一個和諧的解決，長遠的對大家來說才是好的。可是我眼前的利益這麼重，怎麼叫我放得下。所以他

跟你說，你認為可以捉，有什麼真的可以捉呢？你連命都不曉得能不能捉！隨時出什麼事情都不知道！而且這裡重要的是，無常不是要嚇你，而是實在是這樣。我們每天看報紙，這裡出了什麼事，那裡出了什麼事，出事之前的這一刻，我們怎麼知道啊？什麼時候輪到我們，不知道啊。我們的親戚朋友，隨時說那個得什麼病，那個又得什麼病。所以實在的情況，不管你多麼希望，沒有保證的，隨時可能出事。

唯一能保證我們大家都得安樂的，就是看清楚這個。大家只有在互助合作及互相關懷的關係裏才能得到好處。講是一套，在一般生活裏，改變不是那麼的快，你還是回到你的老套，在那裡計較，爭執。這樣的情況該怎麼辦？以上講的只是理論的見解，所以我們要知道，佛法教我們無常是要我們去看實在的情況，不要只是在打自己的如意算盤。三年後回頭一看，當年對這一些事情的料想都是錯的。然後以無常的觀念來對治執著，我們人有些偏見、偏好，就是要對治你的執著。現在聽我講好像很容易，待會兒一出去就忘掉了，因為你的生活有你的利害、你的考慮。所以要怎樣子，這無常的觀念才會真的慢慢

的進入你的心裡，遇到事情的時候，你真的考慮到這點，也就是說進入更實在的情況。那怎麼修呢？有的說，你常常想，眾生多麼苦，人生多麼短暫等，想是有幫助，但是人很健忘。即使有病，病好就忘了。所以要有方法來修。

我發現一個好的方法，我自己曾經做過一件事，就是記〈無常簿〉。我們每次都談無常，是很抽象的一個觀念，即使電視報章天天報導那裡出了事，多少人忽然死的，因為你不認識這些人，對你來說只是一些文字、圖片，對你的印象不是那麼深。所謂記〈無常簿〉，我的做法就是把我這一生從小到大，真正碰過的人，即使是一面也好，或親戚朋友，那些死掉的，一個一個名字寫下來，若忘了名字，可寫為例某某人的誰。這樣一做，當天晚上，要睡的時候，一躺下來，忽然心裡一個感覺，死是會輪到自己。如果沒有去體會它是這麼實在的時候，好像全都是別人的事，完全沒有考慮到死會輪到自己。而且有另一個感覺，到時候什麼都得放掉。這如果沒練慣，到時候多難過，又由不得你。這記〈無常簿〉有個感應經驗，當晚寫好後，我把簿子放在綠

度母（觀世音菩薩的化身）的像前，再點一枝香為這些人祈禱。結果，第二天起來一看，香整個點完沒斷，而且彎下，一直朝向綠度母表示接引救渡眾生的右手。這枝香還保持很久都沒斷。我就把這件事情寫成一篇文章（相片刊登在我的書裡）給大家看，告訴大家這方法對你有幫助，使你體會無常是息息相關。這之後，有位印尼華僑在看從網頁下載的這篇文章的時候，聞到檀香味。因有如此的感應而感動，把這篇文章翻譯成印尼文並公佈在網頁上，這就表示說這法是有道理的。

除了這個以外，另一個體會無常的方法就是認識死。無常嚴格上並不只是指死，但對人類來說，生死是最大的事情，所以體會死可以以把無常的警覺滲透到生活裡來。我以前因為住的地方是靠近墳場，就常常到墳場裡散步念佛。美國的墳場像公園，在散步的時候，故意到每個墓碑去看看。這樣做有什麼好處呢？比如當我走了四十分鐘出來之後，覺得心裡輕鬆很多，為什麼？因為你整天想的都是煩惱，家家有本難念的經，而且都念不完。當你看到墓碑，某年某月某日生，某年某月某日死，你一生以為這麼多事最後什麼都沒了，只有這兩行

字。有時你可看到怎麼只有一天的生命，可能生出來就死的都有。雖然只有兩行字，可能裡面有很多的故事。我走了幾個月後，寫了一些〈從死學生〉的詩，有好多首，都與無常有關係，希望你們去看。

你要是有機會去墳場，你要練習一方面念佛、念觀音與他們結緣，一方面讀讀墓碑，對你會有幫助。你會了解說，原來這麼多以為重要的事情都不重要了。在生死的關頭回顧人生比較容易有一種覺悟，不然你老是只會爭一些小事情。你一輩子要是只是在小事情上，那你這輩子活著作什麼？沒什麼意思。你要是從這生死大的關頭反省的話，你才有可能說這一生不要浪費，還剩多少時間，沒人知道。這一點點時間，你能做幾分對人對己有益的事的話，這一生才有意義，不然就是吃飯睡覺，而且心裡不會有安樂。

有些人外表上看似沒問題，但有憂鬱症等，因為他找不到人生的意義及努力的目標。如果我們了解到大家都一樣，都有很多煩惱及痛苦，而能這樣去想並找尋解決的路，這樣的人生才有意義，並沒浪費。佛菩薩的偉大是他教我們一條活的路。可以為眾生做點事，自己心可

以安樂，而且又可以幫別人。

而且這個修佛和只是做好人有很大不一樣的地方是你做好人，做慈善，做著做著，做得完嗎？你就是生活把他照顧得好好，他不快樂你怎麼辦？不管你多努力，能做的還是很有限。但是，要是你自己能懂得修，自己心裡慢慢得到平安，覺得真的有能力，不但這樣，你可以教別人，使他人也能得安。更重要的是，努力的深入以後，會發現真正有佛菩薩這個事實，不是只是一套理論傳下來，或一些人懂得背這些理論跟你講。你真正做下去，慢慢了解說，無常是根本的一個觀念，並不是什麼東西都捉不住而隨便。而是你知道沒什麼東西可捉，當你不捉的時候，就超出了這個小我。平時我們都在捉很多很多的小東西，我們要是不捉的時候，你慢慢可以體會到心地的純粹。就比如剛才大家念佛念得很純粹，就能回到無限的一體。就是說，我們平常照我們感官所了解的都是有區別，分國、分家、分人。但當我們心修到很純粹的時候，你會發現這是你執著的結果。你不捉的話，你就會進入一個無法形容、無限的情況。這個無限的情況不是空洞的，為什

麼？修行久的人，有時能知過去、將來發生的事情，這就是時間上的超越。有時候有人有問題，需要找師父祈禱，雖遠在海外也可加持，這就是空間上的超越。有如人生很多事情無解，交給醫生未必能攪得好，也許會更重。遇到呼天不應，喊地不靈的時候，祈禱有幫助。如鬼來了，你要如何解決？根本解決就是你能超度他，那就不成問題了。鬼也是在痛苦，他痛苦沒得解脫，就找人幫助，他惱你只是這個意思。為什麼都是要做功德才能解決？只有佛法教的這個能根本解決這些我們不知怎麼解決的根本問題。那你說你只是解決鬼問題，不是這樣。有的在加護病房，知道的人，會打電話給我，我也不認識他們，通過別人來找，只要跟我講，什麼人，他的名字，什麼事情，祈禱往往都很有效，情況會改變。這樣又會跟別人講，別人又找你。證明你修得好的時候，他不是一個空洞的無限一體，是你心裡沒被任何觀念綁，你祈禱的力量就可以幫助別人。這個幫助不是哪個人能怎樣，而是佛、菩薩真正超越的力量。純粹的心為別人祈禱，這個作用就會有的。每個人都可以做，佛法是真理，沒有那個人有專利。只要你修久，心很

純粹，沒有任何考慮，不管任何人跟我有什麼關係，不管誰，你替他祈禱，這樣做久了，就會有結果。

再來，就是講行。如何把這些觀念修了以後，在生活裡能夠做到，做到這個做法是符合無常的。比如說，我現在演講，之前沒準備稿子。要來之前的幾個月，他們要求了幾個題目，我想想就列下幾個，你說現在還能記得嗎？可是這麼重要的事，我怎麼不準備稿子？我真正修習無常的話，隨時走的話就是這個樣子，不需要背包袱。要放得下，理論也要放得下，我只跟你說我心裡的話，不需要編一套什麼，我就是這樣生活。你聽到的聲音，是我腦海裡的自然湧出，沒其他計畫或念頭。這個「見、修、行、果」是剛才在餐館吃完飯上廁所時想到說今天這樣講。但是你如果真的是好好照著佛法做的人，你只要把你真的知道的、做的講出來就行了。這就是把無常用在生活裡。當然不能每個人一下子就能做到這樣子，但是你可以慢慢去想這個事情。如出門時，想到要帶多少多少，出去後還不是忘記什麼什麼。你要知道，你死的時候也是這個樣子。你要有這樣的準備，你都要放得下，反正

都帶不去，還準備什麼？

唯一有幫助的是念念佛，平常做些法務的幫忙，到時候你會覺得較輕鬆。而且這修行的事情重點是心純，菩提心是很重要的。菩提心就是說，願一切眾生早日成佛；你學佛，隨時隨地發心就是想這件事情，不能老是求我的兒子怎樣，我的女兒怎樣，老是綁在一個小範圍。當你想一切眾生時，當然也包括他們，及你自己。你要學說這一切眾生是包括你不喜歡，或被你害的，或看不到的，什麼都有，你只是想說，根本上大家都是一樣的，都是有情，有苦惱，都希望離苦得樂。從這樣的心，希望他們都能成佛，究竟解脫。不要只是說這一次什麼問題解決了，等下又來了新的問題。希望他們每一個都徹底解脫，而且是早點徹底解脫。使眾生早點成佛是我們要努力的地方；我並不是祝福你就不管你了。既然我想要你早點解脫的話，你在佛法上有什麼需要幫忙的，我會幫忙你，所以我們活著有個努力的目標。如果你能老實維持純粹的心去做，久而久之你會嚐到好處。這個好處是，你自己不再是為一些小事而煩惱解不開，而且你慢慢體會說人生久了，那

個沒有問題？每一個有問題的時候，唯一能幫助他出來的是那個沒有幫他陷入那個恩恩怨怨、斤斤計較的人，只有那樣的人能開導他，可以感動他，為他祈禱而對他有幫助。所以你這樣做，才是真正愛所有有機會和你碰到的有情。

再來講，無常怎樣是果？實際的真相是每樣東西都在變，而且沒什麼好捉，所以沒什麼問題。看得很透的時候，生死也是很自然，好像河流一直在流。那你到底要捉那一點？我們只是河流裡面的這粒砂或這滴水，你要捉什麼？他自己一直走就是了，都變成沒什麼問題，無常到徹底時，你得的果就是解脫。你現在就是因為捉東捉西，什麼都捉，什麼地方都是問題。這樣也不可以，那樣也不可以；這樣我不喜歡，那樣我不滿意。你要是把他看大的話，這樣也好，那樣也好。別人都有問題，對你來說都可以，就沒問題了。

吉祥圓滿

問答

一、請林博士談談實修的心得及要注意些什麼。

很重要的地方是每天要有一定的時間作功課，因為理論懂和確實生活上所能做到的距離是很大。你要改一個人，怎樣做才對？其實也不知道。跟你講無常，怎樣才符合這個觀念？不知道。佛法他教你如何拜佛、念佛，這些很基本，但是你一直去做，養成習慣以後，這習慣的力量使你正在拜的時候，念的時候，回到很單純。念佛只有佛號，拜佛只有拜佛的動作，沒有雜念。當你回到這樣的時候，你的心地自然是純潔的，因為世間的想法已經鬆掉。心地純潔，做出來的事自然是好的。所以每天一點一點的做，就如種樹，每天一點點的澆水，灑甘霖，照照陽光，這樣久了，才是一個自然成長的過程，不是一下子可以怎樣變成的。方法對的話，這個人久了就會變成心地善良的人，單純的人，比起來也是快樂的人。心裡複雜有可能快樂嗎？不可能的。

二、念佛時妄想特別多，如何對治？

這是很好的問題。我們要知道，開始念佛的時候，不可能沒有雜念，十年後也許還是有雜念。唯一的訣竅是去察覺，只要你一察覺我這顆心是想別的時候，就馬上回到佛號。也千萬不要後悔說，我怎麼這樣不精進等，這些都是雜念，而是回到正在念的佛號，只有察覺和回到那一念，再也沒有別的訣竅了。有時不能回來是因為念得不多，因果的定律是一分一毫的，好比你天天存一點錢，到時候是百萬富翁。你不存，誰有辦法？所以每天定時作功課很重要。

三、請林博士談談如何從念佛中受惠？

之前我喜歡禪宗的東西，後來覺得不行。你以為懂，幾個月後，見解也許會有些不一樣，所以你沒辦法知道是否得到解答。而且無論你覺得你多懂，心裡沒有安定的力量，那不是靠想可以得到的。後來我選擇念佛，決定後就很努力的念，一天念一萬聲「南無阿彌陀佛」，就這樣開始。念了三個月，面對同樣的一個問題，覺得心裡比較安，而且肩膀開始鬆了。你要知道，我們幾十年的煩惱把我們一層層的綁著，現在修行就是一層層的鬆綁。所以你一直念下去，好處肯定有，

不只是心定，身體會鬆。

你想現在的人為什麼這麼多病？因為壓力太大，一直緊著，那肯定會生病。如果一直緊著的話，死時一定很難過。一直在緊著的情況中，身體很多地方都會變成不通。死的過程，神識是慢慢的離開，遇到不通的地方，會很痛苦的。但是身體已經鬆的話，生死是很自然的。所以你說念佛念到往生的人，身體很柔軟，這是因為身體都鬆完了，不苦呀！所以要好好念，不但對你有幫助，對他人也有幫助，尤其為亡者助念，可以靠你修持的力量。

四、施身法如何修，有助於無常的覺悟嗎？

施身法是密宗的修法。人一般的執著是基於對身體的執著，所以練習用觀想的方法把身體變成還債一樣，還給冤親債主。施身法不是一般人能修，等他修密宗時可以再談這些。一般人好好的念佛拜佛是比較好的。有興趣的人可以參閱拙著《無限一體之施身法》。

五、願眾生早日成佛，包括傷害自己的人，那不是讓他佔了便宜？他隨時還可以害人。

如果他真的成佛，他還會害人嗎？這問題的重點是你必須超越彼此之間的計較；要是這個都看不開，就會永遠還是在輪迴裡受苦。你要變成什麼都不再計較，有如父母和孩子是什麼都不計較那樣。

六、修無常和臨終助念是否一樣？

臨終助念可以幫助你體會無常，因為你看他這樣子，就了解隨時也會輪到自己，說不定比他更慘。但是修無常的觀念是更一般的，不只限於生死。平常你要出門，而忘了什麼，那也是無常。你沒有那東西的時候，你怎麼辦？你要是習慣於無常的人，沒有就算了，另想辦法。你要是不習慣，沒有那個我就糟糕。所以你一定要練習，沒有這東西，我怎麼變通。這會使你這一生更加活。

七、念佛、念經有什麼分別？

念經有助於對佛法的了解及見解。念佛偏重於使你的心單純，而且能專一。這一點念經也可以達到，如你老實念〈心經〉、〈觀世音普門品〉等經，念久了，十年二十年，念經可以像念佛一樣，不知前後講什麼。只是經是有意義，很難念到如念佛。

八、念佛是很安全，怎麼一個安全法？

所謂安全，是他不會出問題或出事情。當你一個人在家念，不會有任何問題產生。沒有人際問題，不會浪費時間，又能練習心的集中。九、抄經的功德殊勝，在家居士抄經應用何類文具？抄好以後，此經應如何處理？可否火化？要注意些什麼？

用什麼文具都沒關係，主要是一個誠意，而且在抄寫的時候恭敬它。專心抄經也是一種修煉。至於抄好的可以送人結緣，也可以火化。火化的話，迴向也可以，迴向那些善事都行。所有的迴向，一定要先迴向願一切眾生早日成佛。

十、迴向是否能使死者受惠？道理在何處？

是的。道理是，整個法界的事情是因果關係。我想做這個，又變成是給誰。世間法律也是一樣，如果我立遺囑，我想要給兒子，那麼在正常的情況下，他就會得到。法界的因果是我存的是什麼心，因為這個心，他會影響這個果形成怎麼樣。所以亡者可以領到功德。

十一、皈依和沒皈依念佛有何分別？

你只要相信念佛就可以了。皈依與否，這只是借個形式來表示我們很誠意。如果你皈依的師父修行很好，他指導你，保護你，有這些好處。但不是沒皈依就不能念佛。尤其有些人，他快要死了沒時間皈依，那他怎麼辦？

十二、數理邏輯和因果有何有趣的關係？

邏輯是講人類思考時候的觀念有什麼規則。我們人要是去了解的話，我們所用的這些語言、想法要合那些規則才不會有差錯。

因果是講整個宇宙的事情，他是因緣所出，有什麼樣的條件就有什麼樣的結果，一切現象本身是有法則可循。

十三、拜菩薩有保佑是否真的？念佛能讓死去的人往生西方極樂世界，脫離地獄之苦，那麼人不是不怕做惡事了嗎？因為會有人為他助念。

拜菩薩肯定有幫助，因為你是肯拜的人，你總要相信，了解自己不行，所以才要拜。如果你說我不靠佛、菩薩，你認為你會拜嗎？你肯拜，這種謙虛的心，這種相信的心，才能使佛、菩薩的力量達到

你而得幫助；要不然，佛、菩薩要幫你，你高傲的心不聽，佛、菩薩也沒辦法。

世間沒這麼便宜的事。我可以隨心所欲亂來，到時自然有人給我念佛，為我求。這樣的人到時候不會有人為他求的。你希望臨終有人為你助念，而他人又肯為你助念，就是因為你平常都有和佛友在一起。你說臨終那裡去找人助念？人家又不認識你，不知你在幹什麼。因果就是這樣子，你平常一點一點的努力，到時候才有這些助緣。

十四、我們只注重放生，但不持素，對往生有幫助嗎？

有的。你有做好事，而不持素並非有心殺生。有如銀行存款，有增有減的總合。你要是行好，多做，肯定有效。

十五、神通是否真的？

這是有可能，但佛法強調不執著。你要是修到心清淨的時候，你以前因為想你的煩惱，而看不到的事情，現在就變成可以看得到。在這時候，你什麼東西會不知道？這是自然的結果，因為當你心清淨時，你就會進入無限的一體。但重點不能迷上這些，這是錯的。當你知道

越多事，而又沒辦法給于幫助，最終還是要靠佛、菩薩。那神通有什麼用？解脫痛苦才是最重，不是神通、不神通。十六、見佛的心，是不來不去，安於當下。

見有兩種，一種是像我們以肉眼這樣真的看見，那時見佛的經驗只是一下子，在這情況，他是有來有去。

另一個見是體會佛是怎麼一回事，那時候你跟佛是一體，這是沒來沒去。佛理要通達是不容易的事，所以對一般人來說，念佛、拜佛是最實際可靠的。

十七、念佛可否帶業往生？頗瓦可否把三惡道眾生超度到西方極樂世界？為什麼會這樣？

往生是超出輪迴，超出輪迴要帶什麼業？帶業的話又要下來的。經裡講的是仗佛慈力，靠佛把業消掉，也就是靠佛把業消掉才能往生，這才合理。

把三惡道眾生超度到西方倒不一定，要看因緣。有的人以前做了很多壞事，但也許跟佛有什麼特別的因緣，就在他一念清淨的時候而

得超度，這是有可能。在頗瓦來講，對一切受施者都是平等的賜助，但平等的助力對各人消業的結果就得看各人的業輕重而定。業輕的話，可以消。業重就不能完全消，總不能違背因果定律。重點是我們不能想偷巧，一定要努力耕耘。

十八、為何林博士講淨土又修密？

如果你懂佛理的話，沒有辦法分淨分密。密的意思是，有些你還不能懂，就不能告訴你。你修密的話，最終也是要修淨，修法界的本淨。

十九、修密和修淨有那些不同地方和好處？

那要看你自己有多少時間來修，一般來說念佛拜佛是大家都能做到的。嚴格來說，修密需要什麼事情都不管，只專做修行，才會有結果。

二十、在佛法裡，布施能夠幫助他人賺取更多的錢，因為有捨才有得。如果以這樣的想法而布施，那是不是很自私呢？因為是為了自己的利益而布施。

佛法裡講的布施所得不是指得錢，他是得福報、智慧那方面的。廿一、林博士說到佛菩薩可以幫我們消業往生西方，那為何西方還有分九品往生？如果消業，應該沒分九品了。

這是因為各人的智慧、慈悲發展層次不一樣，有些人雖沒有業，但他的智慧還沒達到如能夠說法自在、以種種方便救度眾生等，所以到西方慢慢再學。這是智慧高低的不同，不是業力的高低。

廿二、在放生的途中，有些生物會遭受傷亡，那放生是不是也間接殺生？

不是，你的心純粹要幫他，不是你有心傷害他。而且你給他念佛，跟佛結了緣。

廿三、安樂死在佛法上是有違背宇宙法則，那要如何幫助在痛苦中的病者？

基本上如果我們能為病者做功德，念佛迴向，會有助於病者從病苦中得解脫，而不是拔掉管子。比如為他人祈禱，即使絕症繼續惡化的人，不覺得苦的都有。我們底下看不到的地方都是業障，我們知道

病者很痛苦而不要讓他痛苦，解決問題並不在於拔管子，而是念佛幫他早點消業，業消了自然就走。如果拔管子，又變成新的因果。做功德長遠來看才是真正的解決方法。

廿四、很多人都嚮往西方極樂世界，請問西方在那裡？

法界裡，他是無處不在，不是真的有個距離，他是不同的境界。如這裡有鬼你也看不到，或在你身邊你也看不到。我們沒辦法拿出什麼證據，只能說大家修的結果，佛、菩薩有真的幫忙、感應，從這裡相信。

廿五、特意買生物來放，會不會是間接造惡業？因為這會促使商家去捉生物讓你放。

你應該這麼想，每天被殺的生物有多少？而你放的又是多少？不成比率！而我們放生的能力有限，不足成為商業動力。各人造業，各自承擔。努力行善，管不了他人做惡。放生的重點是借這個行為來表示菩提心；用寶貴的錢、時間去那裡放生。我們放生也不是只為放這幾隻，主要的意義是說這些被放的也就是我們大家都需要從輪迴裡得

解脫的代表。我祝福他們能解脫，也希望大家能解脫。是借這行為來表達我們的菩提心願。

吉祥圓滿



紙船

欲答友誼化聖符，持往生咒助西歸；
夢登寶筏變紙舟，未蒙師傳難出航。

跋

七月末梢在台北接舊金山閔居士電話，謂彼日前為兩位因車禍而新亡之年輕友人燒化〈彌陀聖號符〉等，並持誦〈往生咒〉多遍。當夜即夢見自身與眾人同在一船上，船之前、中及後側皆懸有對聯。剎那間全船變為紙質，並聞天語說：「此咒未經上師傳授，因此船開不出去」。彼曾持〈往生咒〉數十萬遍，經此方知還是要先經師授才有傳承加持之力足以渡亡。我即應允回美後面授之，並為其友人修頗瓦。此屬教授之夢。彼一念真誠欲渡亡友，因此感得佛恩指點，使彼之菩提心願得以真正達成。

約在同時我也接受台北蔡居士之皈依，並傳以〈蓮師咒〉。當時有弟子旁白，謂蔡已持此咒數十萬遍。幸而蔡依然虛心領受。數日後蔡來機場送行，自謂修密十餘年，一直感覺未能觸及真髓，觀想總不明顯，但一經皈依及傳咒，即豁然開朗，觀想清晰。足見真正傳承之加持非同凡響。

咒屬密法，皆應經上師傳授及依師之口音為準，方有效力。至於學術研究所考訂之咒語及發音，在實修之體驗上，則無顯著之立即效應。

二〇〇四年八月廿八日

養和齋 於加州

納眾

不圖簡易與清淨，隨緣遷就示無執；
平等接引泛容眾，菩薩行道順通融。

跋

或謂行者無求，但守簡易、清淨即足矣。寧不知修菩薩道重在利他，更因無我而隨緣無不容受、接引。表面上應對頻繁，實際上只是順應十方之需求，而無私意之運作。真正修無我、無執，則不嫌繁瑣，不分閒忙，只本菩提心而圓融處世。

二〇〇四年八月廿八日

養和齋

於加州

感恩表徵

林鈺堂

中譯：莊圓琪

校譯：林鈺堂

在我近來遭受痔疾磨難的期間，我很幸運的受助於一位在奧克蘭凱薩醫院外科部門門診，已退休的外科醫生——慈悲的威廉斯醫師。我以臨時起意的笑話獻給他，作為我感恩的表達。

八月十九日那天，在他於兩天之內第二次幫我將痔核推回去後，我說：「威廉斯醫師，您在和大自然打乒乓球」。他回說：「不盡然」。

八月廿六日，在他檢視過我的情況且發現有很大的改善後，我說：「威廉斯醫師，您是如此的了解您的病人，您了解他們到他們的裏子都翻在外頭。」帶著笑容，他回說：「這是非常好的！林先生。嗯！裏子都翻在外頭。」

此外，我還送他一本我作的英文小冊《健身球之道》及一張背後有陳

上師網址的口袋型觀音唐卡。

將此等笑話記錄於此，以便使更多痔疾的患者及醫師們，都可以在他們的磨難中略得片刻的舒緩。

二〇〇四年八月廿七日
養和齋 於加州

了達因緣

膠著定見多弊扭，心如虛空無不通；
因緣所成循理治，何苦憂惱添荷擔？

跋

一有定見，便多違逆。常存虛懷，逢事少惱。事有因緣，循理處治。煩憂無補，唯自擾攘。

二〇〇四年九月一日
養和齋 於加州

下行二氣

頂髻杵尖二脈連，微細平行一直通；
排尿運氣細體會，時左時右只一邊。

跋

昔年嘗於剎那間體會身軀之正中，有兩條微細而平行之直脈連貫頂髻之頂及杵尖。近來則察覺排尿時所用之下行氣，其路徑時左時右，並無一定，但每次皆只行一邊而已。一般未修氣者以為只是中間一線而已。於此記載公布，以供其他修氣而有相同體會者之印證。

二〇〇四年九月一日

養和齋 於加州

增補：

近來又能察覺，排糞時也是交替使用下行二氣，通常是先左後右，但也偶有先右後左，然後才是中氣直落。

二〇〇九年十月廿四日
養和齋 於加州

蟻探

蟻探一二巡廚檯，為眾覓食屢捐軀；
殘食蟻聚移戶外，無需殺生彼自離。

跋

廚房料理檯上，偶有一二螞蟻巡行覓食。吾人恐蟻群漸集，往往即加以驅離或撲滅。幸而內子發現，其實蟻為食來，即使已經群聚，只要將殘食移於戶外，不久蟻眾即自行消失，不勞吾人送客。此雖小發現，若知採行，卻可免殺極多蟻命。因此特為之記，願有助略滅殺業，略增祥和。

二〇〇四年九月二日
養和齋 於加州

愈修愈牢

知見解會不能忘，意識框籠無由出；
愈修愈牢成偏頗，未悟法義陷法執。

跋

修行當掌握佛法要義而不為條理式的逐項思考所限。否則完全限於意識考量的範圍，成為重重法執所拘束的定型，而偏離了活潑、自然的解脫大道，更遑論回復本來清淨矣！如何息止意念紛飛的心態是修行者當務之急。

二〇〇四年九月二日

養和齋

於加州

莫苛責

放生招來網補眾，似此豈非造惡因？
殘害億萬孰能止？行善難周莫苛責。

跋

或問若因常行放生而引來隨後網捕圖利者，或使得商家預增存貨，豈非造下惡因？世間種種有情造種種業，但因果不爽，所以各自隨業受報。行善者既無心造惡，又何需為他人之惡業負責？世間殺業深重，又有誰能制止？同理，放生者又何能制止他人之網捕、搜購？實踐放生者唯少數人，所放命數又遠遜於世間被害眾，吾人隨喜、參與唯恐不及，又何忍苛責之？

二〇〇四年九月四日
養和齋 於加州

阿彌陀佛証契儀軌

林鈺堂敬造

任擇集

三九一

前行

陳供如常。

頂禮三拜。

正行

上座依軌修習：

一、發心

合掌虔念：

無常遷變瞬息間，有情漂流苦海中，
清明此座太珍貴，為眾修軌証彌陀。

二、觀空

結定印，默念三遍：

萬法皆緣成，相依而共存；

捨對立分別，現一體本淨。

觀想全法界回歸本來清淨，而呈現為無有邊限之天藍色光明。

三、整體

觀想於此藍色光明中出現全法界之四聖六凡。行者之父母分居其右、左兩側。前為歷世之冤親，後為六道眾生。六道中最需救助之地獄眾生緊隨行者之後，然後依序為餓鬼道、畜生道、人道、阿修羅道、天道之一切眾生。所有眾生皆與行者同一面向。行者前方之空中則為一切諸佛、菩薩、聲聞、緣覺、護法等聖眾。阿彌陀佛（紅色）、觀世音菩薩（白色）及大勢至菩薩（藍色）居於正中，而為西方極樂世界一切聖眾所環繞。此等之外，則為所有其他淨土之佛、菩薩及聖眾，層層環繞。所有聖眾皆慈憫顧視六道眾生。

四、皈依

合掌虔念三遍，並觀想一切眾生皆仰望空中之阿彌陀佛，而合聲齊念：

皈依金剛上師

皈依阿彌陀佛

皈依圓融佛法

皈依菩提聖眾

觀想一切聖眾皆因眾生能明辨及抉擇解脫之道而感到欣慰，並由阿彌陀佛代表一切聖眾攝受眾生之皈依。阿彌陀佛從心輪放出藍光照臨每一眾生，為彼消業、培福、長養菩提。然後此藍光即進住每一眾生心中，大小如一燭焰，永遠閃耀菩提光芒，照明菩提正道。

五、供奉

觀想一切有情皆欣喜參預廣大長遠之供奉，並與行者合聲齊念：遍法界珍寶，傾明行証德，離惜遺供獻；乞慈憫攝受，演妙法善巧，無疏漏救渡。

觀想一切聖眾皆因此等供奉純粹基於菩提心而欣喜接納、受用。一切聖眾皆得圓滿之受用。一切聖眾放五色光（藍、白、黃、紅、綠）充遍法界，加持一切眾生。然後，阿彌陀佛以外之一切聖眾皆化光進入阿彌陀佛。

六、讚頌

觀想六道眾生合聲齊念；行者傾忱念誦，並可加用鈴、鼓、引磬、木魚等：

阿彌陀佛淨光照，十方有情心性開！

阿彌陀佛清音演，三世得聞煩惱除！

阿彌陀佛恆憶念，雖陷五濁離塵垢！

阿彌陀佛是依怙，往生成佛皆在握！

觀想阿彌陀佛於聆讚後，因行者及眾生之正信而大為歡喜。阿彌陀佛由心輪放出鮮明紅光，充遍法界，加持一切眾生。阿彌陀佛隨即以鉢中甘露灑淨眾生之身、語、意業，並賜飲甘露以增長眾生的壽命及慧命。

七、成就

觀想全法界一切眾生經阿彌陀佛甘露加持而回歸本淨，全都化光融成無限的天藍色光明。彌陀渡生圓滿，亦化光融入本淨之光明中。全法界成為無限無分的一體。

於此藍色光明中，忽然炳現羯摩杵，杵上現八獅子座，再漸次於座上現蓮、月墊、日墊。日墊正中豎立紅色之種子字「唵」。唵字轉化成阿彌陀佛。紅色之虹光身，跏趺而坐，兩手捧鉢於胯間，滿盛甘露。佛之心輪有蓮，上為月墊，再上為日墊。於此日墊之正中，唵字豎立；於日墊之周沿則為阿彌陀佛心咒之咒字排成一圈。咒字皆紅色。此六字依次逆時鐘方向排列，平均分佈於圓周。

阿彌陀佛心咒

唵、阿彌答娃、唵。

八、轉咒

念誦心咒，並觀想心輪內之咒輪旋轉。中央之唵字不動，但圓周之咒輪則順時鐘方向愈轉愈快。良久之後，咒輪才漸漸減速旋轉，

直到停止。

咒輪旋轉時，同時放出一波波的紅光，漸漸傳遍法界。每一波紅光中皆有無數的阿彌陀佛，隨波分向十方去救渡種種的眾生。

九、一氣

閉口，舌抵上顎，以鼻修深呼吸。吸氣時觀想一切眾生之愚痴、罪業、病苦、煩惱、業障等等皆化為濁惡之黑氣，而被阿彌陀佛以大慈悲心吸入。住氣時觀想此等黑氣皆已被阿彌陀佛之大智、大德所淨化，而轉化為可以長養眾生慧命的清新智氣。呼氣時觀想此清新智氣充遍法界，成熟眾生，使早開悟、証果。

十、相即

經過聖凡一氣之融通，阿彌陀佛與眾生交融於本淨光明中；佛與眾生之名相區分漸漸消逝。全法界再度呈現為無限無邊的藍色光明。

由此本淨光明中，阿彌陀佛化現為行者之相，以便在世間隨緣教化及救渡，而後下座。下座後，即藉此行者之形像及言行而開展

慈悲救渡之善巧方便於無盡。

任擇集 三九七

一九九九年元月五日
養和齋 於加州

迴 向

- 一 願具德上師長住世，已辭世者早降誕。
- 二 願人類邪說暴行早日停止，佛法弘揚無礙。
- 三 願我及眾生精勤佛道，即生即身圓滿佛果，永無退轉。
- 四 願我及眾生慈悲增長，直至圓滿佛果，永無退轉。
- 五 願我及眾生智慧增長，直至圓滿佛果，永無退轉。

任 擇 集

編著及出版：林鈺堂博士

林鈺堂博士主頁：www.yogilin.net
www.originalpurity.org

二 八年初版 敬印壹千冊

非賣品 Not for Sale

有版權（歡迎印贈流通，但請先徵得同意。）

歡迎助印
