



# 水月

2005年10月

shuiyue journal

坦诚 淡泊 清净 庄严

会讯

4 |



花听了音乐  
开得更灿烂  
水受了好信息  
结晶更亮丽  
经声佛号让我们  
身心愉悦

人间最美丽的声音  
让我们相互传送吧

[www.sagaramudra.org.sg](http://www.sagaramudra.org.sg)

FREE DISTRIBUTION

MICA (P) 145/05/2005



在物质世俗的  
世界里，不管怎样  
努力地去执着与  
拥有的一切，  
都将被无常与因缘的  
骤变所吞没。  
伴随老病死的到来，  
只有悔恨与  
无奈。

生存在于追求幸福的生活，而一般人只活在现前的物质世界里。即眼见到的、耳听闻到的、肢体能够触摸到的境界里。可是，在物质世俗的世界里，不管怎样努力地去执着与拥有的一切，都将被无常与因缘的骤变所吞没。伴随老病死的到来，只有悔恨与无奈。这便是物质世界中的残酷，谁都无法幸免！

所以人类都希望，也积极地去追求一种普遍性、善性与永恒性的事物与境界。例如：家族的延续结婚生子，教育下一代，事业、遗产、地位的传承，处心积虑，但又难免富不过三代的命运，而自身又将如何去面对死亡？生命就是如此的现实。

是因以上种种的情景，人类才开始寻找不死的方法而产生了宗教吗？工业革命与民主制度的开展之后，如尼采宣称上帝死亡了，宗教就此消灭了吗？没有，没有。

宗教的精神世界是人为形而上的哲学呢？还是真正有这一精神世界的存在？若是不存在，这物质世界的人类将要过着怎样悲惨的生活？这许多的问题都留待人们去探讨！

佛教徒所追求的精神世界，有净土的世界和解脱世间苦恼进入涅槃的世界。而要进入解脱，进一步达到人格的神圣性，到达成阿罗汉、菩萨与佛的境界，智慧与慈悲的积累是必要的资粮，自利与利他的圆满是必要的行为。当我们修学了这么多的道理与方法，就必须去感受精神世界的存在，即所谓的悟入解脱的世界。当然历史上的高僧大德都有他们的宗教体验的纪录，这毋庸置疑！但我们自己呢？一辈子素食念佛而没有体验，是方法错了，还是自己不够虔诚精进？

但是有了宗教体验之后，自己是否在人格上有大的转变呢？还是依然故我呢？是境界的问题吗？还是自己打的基础不够？当然也有一些变成狂妄自大，或走火入魔的现象亦皆有之，这又将如何避免？善知识存在的重要性就在此！

物质世界与精神世界，既是对立又是统一。人类在生存过程中是无法缺少任何一个，两者在人们生存岁月的不同阶段，各有不同的偏重。年轻时重物质，年长时重精神，要能协调使其互补而增长自己的修养、慈悲与智慧，这样，生命才不会在偏激中虚耗掉。

## 无限感恩

张康利合家 周进和合家  
骆辉煌合家 卢永平合家  
高佩雁合家 郑秀玉合家  
蔡俪萍 黄惠贞  
李世梅 张纯瑞  
蔡楚云

## 水月会讯编辑部

◎ 创办人：释远凡  
法律顾问：杨国梁大律师  
会计顾问：吴文友会计师  
顾问：释法谦 释法音  
编辑：唐江玲 陈玮玲  
大和 陈胜文  
美术设计：廖偏轩



# 禅门一日

◎ 释法樛

## 【疼爱】

有一中年男子，他很疼爱儿子。

每当妻子唤他吃饭时，他总会说：“让孩子先吃吧！”

为什么让孩子先吃？

因为疼孩子，所以让孩子多一些对食物的选择。

孩子稍长时，他发现到孩子并不太会关心别人，尤其吃东西都不会考虑留给别人。

把好吃的留给孩子是对孩子的疼爱，教育孩子把好吃的留给别人更是疼爱中的疼爱。

## 【大力士】

马祖道一禅师有徒弟去参访石头希迁禅师。

希迁禅师指着一截木柴问道：“马大师像不像这个？”

他无言以对。

回去以后，他向马祖禅师叙述了这一切。

马祖禅师问他：“你看到的那截木柴有多大？”

他回道：“无量无边大。”

马祖禅师道：“你很有力气。”

他问：“为什么？”

马祖禅师道：“你能老远的把它搬回来不是很有力是什么？”

实则，我们都是大力士。无量劫以来，我们都习以为常的背负着一个很大很重的包袱，那就是贪、嗔、痴的烦恼。

当然，我们还可以选择更换包袱。

把它换成普度众生的包袱。

这是愿力。

## 【大圆满觉】

餐桌上，禅师用着餐。

徒弟从外归来，准备了餐具，端着饭，坐到禅师旁。

师问：“怎么样？”

徒弟道：“走了，姐姐哭到晕了过去。”

想了想，随后的又补上一句：“本以为老来能享清福，没想到这么快就走了。世间就是这么不圆满。”

师反问：“这叫做不圆满？”

顿了顿，徒答道：“这也是圆满。”

什么叫“圆满”？

“圆满”的内涵必须包含着一切，包括“不圆满”。否则，“圆满”就不圆满了。

“大圆满觉”，佛陀就是“大圆满”的觉悟者。

丧礼中，禅师为亡者主持仪式。

诵经毕，孝眷前来拜谢禅师。

望了望在旁的徒弟，禅师低声道：“去吧！送他最后一程。”

徒弟恍若从梦中惊醒。卸下了袈裟，三步并成二的跑到棺木边。

“起……”

抬着棺木，他送老爸走完生命的最后一程。



贪  
嗔  
痴



# 声闻行果 (十一)

◎ 讲授：远凡法师 ◎ 整理：编辑组

## 圣位功德

### 一、断德

#### 烦恼和习气的差别

我们是烦恼，不是习气；阿罗汉是习气，不是烦恼。一个印度人，证了阿罗汉，他还是讲印度话，这是习气，但是他对印度话没有执着。他能讲华语吗？不能。为什么？因为他的八识田里没有讲华语的习气；他吃饭，肯定不会用筷子的。这是他出世以来养成的习气，这个习气不会影响他的生死，而只是生活所需。对于吃的东西也不再执着了。所以，必须将烦恼跟习气划分开来。

阿罗汉的生活还是一样，只不过对世间不再爱恋、迷染、执着，一切的烦恼，已不再有。但是，他怎样生活呢？当他的六根接触六尘，对六尘所产生的反应，就会以他过去的经验去反应，这就是所谓的习气。

比如吃，对他们来说，是为了求道、修行，所以对食物不会讲究。但是未证阿罗汉之前，可能对食物是很注重的。好像六群比丘，他们都是皇族，吃得好、住得好，所以对这方面有一定的要求。为什么？因为从小就是这样，有这种习气。

那些首陀罗，奴隶出身的出家人，证阿罗汉后，对睡的地方要求不高，那里都可以睡。为什么？因为从小就习惯了。但是对于皇族出身，证阿罗汉的王子来说就不行了，这就是习气，但不是烦恼。

所以，我们看一个人懂不懂得修行，不可以只看他的习惯，还要考虑他的出生环境，不可能要求他完全转变，只要不是烦恼，就不管。

比如：他几天不冲凉，或两个星期不冲凉，那是他的事情。你不可说，他因此而不能证果，这是习气，跟烦恼没有关系。你要他天天冲凉，他就烦恼了。那些天天冲凉的，要他几天不冲凉，他就烦恼了。所以这也是习惯问题。

所以习气跟烦恼要有眼光去分析，这是一种长远的磨炼。阿罗汉有习气，你跟他讲，他会接受你的建议停下来不做，但不产生烦恼。不再动念就没有事了。

证果的人，习气不会使他产生烦恼。但是我们呢？习气会产生烦恼的，因为我们还没有证果，还没有破见。例如：“我”这样做不可以啊！这就有“我”，有所要做的，那一定起贪嗔痴。要怎样把习气与烦恼分得清楚？要看看你的五蕴的变化，看清楚了，要破我见。

破我见要达到见性的阶段，才有办法知道习气与烦恼的差别。所以依声闻乘的根本意思，解脱是以得到寂灭为主，涅槃就是寂灭，寂灭相对说就是烦恼熄灭了，在大乘涅槃思想里面，是圆满的功德。就是一切的患难，不好的东西都不会出现，所出现的都是好的，这叫圆满功德。小乘的思想，声闻行果是消极的。这与大乘刚好相反，这主要是观点不同。

### 声闻乘的涅槃

声闻乘的涅槃，有两种：

#### 1. 有余涅槃

依此有漏的依身，对于已尽的惑业说名为余，即生死之因的惑业已尽，犹余有漏依身的苦果，故名有余涅槃。

在佛经里面，  
我们看到有人  
请教罗汉，罗汉从入定中  
去观，有时，  
观不出办法，或教错了。  
如：舍利弗教错数息和  
不净观，使他的弟子修  
不到成果，他去问佛陀，  
佛就骂舍利弗不知道  
他们前世的因缘  
而给他们错误的教法，  
所以这是一个  
圣果的功德和断德。

就是说，证阿罗汉后，一切的烦恼已经断灭，但是这色身仍存在着，有色身就有五蕴的作用，有五蕴的作用就有生灭，有生灭就有无常。无常就是苦。所以在有余涅槃，虽然证了阿罗汉，但是这个身体仍然是痛苦的。

大迦叶尊者受最多的苦，他现在色身还存在，他很早很早遇到佛，在七、八十岁证了阿罗汉，活到一百二十岁，但是没有办法入灭。直到佛入灭了，他都没办法入灭，佛交代他要等到下一个佛出世。所以他必须保持这个身体进入灭尽定，等弥勒佛出世，像这样的罗汉涅槃，叫有余涅槃。

## 2. 无余涅槃

即更灭尽依身的苦果，无有所余，故名无余。依住于现世，还未入灭的阿罗汉，已断尽生死之因的惑业，证得寂灭的涅槃，以其尚有宿业所感的依身存在，故只得有余涅槃。至依身亦灭，毕竟不起不生，即得无余涅槃。无余涅槃，就是说他已经断尽所有的烦恼与惑业，最后连这个身体也不要了，五蕴全部停了。

为什么阿罗汉的习气不会让他产生烦恼呢？因为根、尘、识三和合的时候，才会生起习气。他的五蕴熄灭了，色身没有了，已经没有根尘相对，习气就不再生起来了，所以能进入无余涅槃。

但是我们呢？烦恼的众生静坐时，闭起眼睛，却一直在胡思乱想。五蕴继续起作用，那是烦恼，不是习气。罗汉随时入定，一盘坐，就入定了。他的根、尘跟外面没有接触，时常在寂静的境界里面，就是罗汉涅槃的境界。直到事情来了，

找到他，根、尘接触了，才开始动念。

这时，他就以习气所培养的知识经验去处理问题。能不能处理，就得看他的习气与经验，也就是他的功德力到什么程度。在佛经里面，我们看到有人请教罗汉，罗汉从入定中去观，有时，观不出办法，或教错了。如：舍利弗教错数息和不净观，使他的弟子修不到成果，他去问佛陀，佛就骂舍利弗不知道他们前世的因缘而给他们错误的教法，所以这是一个圣果的功德和断德。

## 二、智德

阿罗汉有怎样的智慧呢？阿罗汉有十种无学法，即无学正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进、正念、正定、正解脱、正智。前面是八正道，是无学果的阿罗汉果八正道，因为他已经证果，所以得到正解脱；得到正解脱，一定有正智慧，真正的智慧。

什么是真正的智慧呢？在阿罗汉来说，就是无生的智慧，他的无生跟大乘的无生是有点不一样，他的无生是指寂灭，寂灭的智慧。就是说他能断灭烦恼，进入寂静，寂灭的状态，所以叫无生。

### (一)、成智差别

智的名字很多，比如见、明、觉、解、慧、光、观、照等皆是智的异名。简单地可以类括为忍、智、见三个名称。忍、智、见都是以慧心所为体，就其作用的不同，而安立三名的差别。

简单说，将智慧分成三种：忍、智、见。这三种智慧，都是以智慧作为根本，以清净心、明明了了的心作为根本。那么，依清净的心作

为推度分析作用的话，称为见。分析有忍可的作用，称为忍。

就是说，见是按照智慧去推断事物。比如，无常是生住异灭，无常刹那无常，一期无常，无常是苦，这些就是见。这只是见，你知道这个道理，接受吗？忍可吗？信、受、持吗？如果没有的话，就没有忍，没有接受，或是你接受而没有去行持，就没有忍可。

你有这方面的知识，在知识的范围里面只是知道这个知识，所以你有这个见，有忍可，接受他。就说我们接受无常，接受苦，接受这个世间都是痛苦的，没有一点快乐，而且深深的相信的，这叫忍。完全的接受，没有疑问，同时行持着怎样去脱离这个痛苦，这个是忍可。但是忍可还没有到达智。

于慧心所中，有是忍而非智，有忍而已，没有智慧。如前面所说缘上下八谛的苦法智忍，苦类智忍等八种圣慧忍，正起推度，是可见性摄，与自疑得俱起，推度忍可未究竟故，未成决断，故是忍，非智。就是说，你接受了苦、空、无常、无我。你开始接受四念住：观身不净、观受是苦、观心无常、观法无我。然后将四念住放进四圣谛里面，十六行相里面一直观察，苦、集、灭、道。

但是你肯定了吗？很简单，你肯定身体是不净的吗？感受是痛苦的吗？假如你还没有肯定决断的话，你看到某些东西，还会喜爱，香水很香，拿来喷一下，那你就迷失了，就没有忍可。或者一个人从你前面走过，他搽了很多香水，你闻到，啊，很香！如果你这样想的话，根本就没有忍可。

(下期继续)

# 永恒的幸福

◎ 释远凡

信仰是幸福的。  
皈依是幸福的。  
它带你到永恒。

而你的财富别人会与你分享。  
你的健康，病魔会剥夺它。  
你的身体，衰老与死亡会将它带走。  
你的亲爱，时间际遇会离你而去。

叩首。  
佛陀，慈悲与智慧的圆满者。  
我最至诚的顶礼、服从。

佛陀赐予我永远的信仰与幸福。  
您像天空一样的无尽，包容一切，  
您无所不在，也永存心中。  
让信仰的幸福，带给我无穷的喜悦。  
兴奋与赞叹！

快来皈依呀！  
别失去那难得的机遇。  
而却在世上烦恼地生活。  
生命难道不是在追求幸福吗？  
物质的满足是短暂且苦恼。  
情感的眷恋是悲恸与痛楚。

让你的生命增加一种空间与选择。  
佛陀的信仰，不论你身处何处，  
感恩中让幸福滋长，  
去充满宇宙，一切生命都浸濡其中，  
欢愉但安宁。

乙酉年六月十四日生日前夕  
19.7.05写于西澳聚德林





只有了解自己，  
才能做到  
掌握自己。

摘自《水月禅音》

广结善缘 福慧双修

无限感恩



各种美观大方  
风格不同的门  
以供选择

美佳装饰贸易私人有限公司  
**MAICADOR SERVICE &  
TRADING PTE LTD**

Blk 1035 #01-69 Eunos Avenue 5  
Singapore 409744

Tel: 6747 4723/ 6747 1572

Fax: 6747 8393

# 中国佛教史概说

◎ 编辑组 ◎ 整理自：《中国佛教史概说》、《唐代佛教》

## 唐代的佛教(一) 佛教和国家性质与社会活动

### 四、僧尼的簿籍以及度牒和戒牒

唐朝建国开始，对于佛教便采取了严整态度。由于太史令傅奕，为谋富国利民，上奏政策21条，减省寺塔僧尼，故于唐高祖武德九年(626)，下令严厉清理佛教与道教，这道名为“沙汰佛道诏”的敕令，表面是平等对待两个宗教，实际上是针对佛教。

他命令沙汰佛、道二教。长安不得超过佛寺3所、道观2所；地方寺观只准各1所，让精勤于修行的僧道居之，其余所有寺、观一律废止，僧道被命还俗。这道诏书使释、道二教的教徒，痛定思痛，采取了自诚自肃的态度，其结果，竟成了幸运的开端，奠下了发展的基础。

唐太宗感叹天下优秀僧道人数的减少，故命以2,000人为限度，借以选度僧道人才。同时禁止私度僧，用以杜绝伪滥僧的横行。贞观九年(635)命天下诸州，排除奸恶僧尼，代之以人才出家。此时，唐朝之对僧道，便确立了户籍和公度的宗教政策。

对于佛道二教的行政，制定了寺观的数量，以防造寺起塔之风的高扬。根据簿籍之法，登录的公度僧道，给予特别恩典及身份的保护，同时加强取缔私度伪滥僧。

佛、道二教的宗教行政，自隋至唐初，均隶属于官方鸿胪寺管辖的崇玄署。几经变迁后，从玄宗开元，便由鸿胪寺与尚书省的祠部管理；僧道的户籍，3年校正1次，由鸿胪寺与祠部保管，这是唐朝宗教行政的总管理。鸿胪寺为推举僧道荣誉

的机构；尚书省的祠部，则为发令机构。

六朝以来，由于国家政治力量的脆弱，故有私度僧的流行和伪滥僧的横行，这是历代为政者颇感头痛的事。到了唐代，便利用法令来对付他们。首先由师主推举志愿出家的人。

中宗时，建立了试经度僧的制度，以提高僧人的素质；严格实施僧道的簿籍制，统计天下的佛寺与僧道的数字，以及每年死亡与还俗者的人数，以制定公度僧道的人数。

试验及第者，国家允许他剃头，公度的出家人，必须随身携带得度的身份证，那便是尚书省祠部颁发的度牒，名为祠部牒。它的作用，宛如颁给官吏的委任状。

持有度牒的出家人，终身免税赋，专念于修道生活，并且保障其身份的恩典。持有度牒的沙弥，尚须在成人后，从戒坛受具足戒，进入大僧阶层，由戒坛发给戒牒。以戒牒和国家的度牒这两种文书，来证明公度出家人的身份。

公度出家人，必须携带这两种文书，以便取缔私度的伪滥僧，并且防止两者令混淆，这是唐代订立公度制的原因。

### 五、僧尼的管理制度

佛教，具有印度律藏，以戒律作为教团的自治和经营的规范。但是，中国佛教的组织，不仅对内有师弟、弟子、兄弟等之间的相互关系，对外有社会间种种问题之处置，因而产生了超出古来戒律范围

佛教，具有印度律藏，  
以戒律作为教团的自治  
和经营的规范。  
但是，中国佛教的组织，  
不仅对内有师弟、  
弟子、兄弟等之间的相互  
关系，对外有社会间  
种种问题之处置，  
因而产生了超出古来戒律  
范围的规约，  
作为中央集权的国家，  
也就有在法制上加以  
规定的必要了。





的规约，作为中央集权的国家，也就有在法制上加以规定的必要了。依据《故唐律疏义》卷6的名例、卷12的户婚、卷19的盗贼律，对于僧道之犯罪者，有依俗法推勘之判例。

至于唐所谓之〈道僧格〉，可以追溯到〈贞观律令〉的制定为止，唯其条文散逸不详。唐朝国家对于佛道二教的问题，采取俗法推勘的方式，处理犯罪的僧道，这些基本的条目，已规定在〈道僧格〉之中了。因此，依戒律组成的佛教教团，在自治权方面，受到极大的侵害。

唐朝的佛寺定出称为三纲之制的上座、寺主、都维那的职称，由众僧之中推举产生，国家予以任命。

在唐朝初年，中央及地方的僧官制，尚在不振作的状态之下，所以武德初年(618)，起用10大德，组成联合领导制度，来执行佛教事务及管理僧尼，这是从国家行政之急切整顿中产生的。到了唐之中期，便渐渐地完成了僧录制度。

唐宪宗时，新设立两个僧官，称为“僧录”。任命端甫为左街僧录，灵邃为右街僧录，也就是在京城长安的佛教界，设立了分为左右两街的僧录，以统理首都之内的佛寺及僧尼。在这之前，唐都长安，盛行造寺起塔的功德事业，受命经办这种事业的长官，称为修功德使。

代宗之时，第一任的内功外德使，是李元琮与李宪诚，他们两人都是不空三藏的在俗弟子。以一位统率首都长安禁卫军的李元琮为京城寺观功德使；又以另一位在宫廷享有权势的宦官李宪诚为内功德使，以

世界性的唐都长安作中心，指挥推展寺观的修理营造，以及盛大的佛教法会议礼的举办。这便是“不空三藏宣说的新来的禳灾招福的国家佛教”。

德宗掌政之初，曾计划削减佛教的势力，对于让掌军务之人担任功德使，而与唐室统理释教的性质全然相违的事，一时曾被废止，但在不久之后，由于藩镇战事不利，他最后成为笃信佛教的帝王，一切又恢复原状。这样的功德使权力很大，乃至掌握了鸿胪寺的僧道人事的推举权，然此权势的发挥，竟未考虑到唐室的衰微，继续进行着造寺起塔以修功德的事业，埋下了武宗之世，会昌破佛运动的远因。

对于中央称为僧录的僧官，另有地方的10道，名为僧统的僧官，又有各州被呼为僧正的僧官，住于开元寺等的各州之官寺，统辖辖内的佛寺及僧尼。唐代中期之后，由中央而到地方的僧官制度已经完备，但其权限全被俗官的形势所夺。纵系鸿胪寺之所管，亦因功德使的出现而权限转移。不过，开元之后的有唐一代，以尚书省之下的祠部，作为统理佛道二教的中央官署者，乃是通例。

## 六、僧尼的社会活动

中国僧尼自六朝开始，即以方外的身份，住在佛寺中，但和社会并不脱节。在唐代的官寺以及一般佛寺，举行佛诞、佛成道、佛涅槃、盂兰盆等法会，以及圣节和国忌之佛事，例行的佛教仪礼，朝野人士参与之风，非常之盛。尤其六朝以来流行的无遮大会，乃是不分道俗及贫富的平等设斋的施食法会。

唐中宗、代宗之时，尝设大规模的

无遮大斋于长安的福安门外及化度寺内。唐之中期以后，参集佛寺的法会者，普及一般大众，为此而有将《维摩》、《法华》、《净土》等之经典内容，用平易的譬喻和有趣的因缘说表达出来，那便是“俗讲”的产生。担任这种民众教化的僧人，被称为化俗法师，或俗讲师。文淑，便是敬宗与文宗之世，最最杰出的化俗法师。这从敦煌千佛洞所发现的变文与变相，可见当时的佛教，在思想和信仰方面，已普及到一般民众。

命令天下诸州建立大云经寺的则天武后，也命令设立悲田院以收容孤儿及孤老；设立养病院以对疾病者施予医药的治疗。凡需经费，均由官府支付，管理和经营之责，则由佛寺的僧尼担当。在长安及洛阳，政府设置的悲田坊和养病坊，虽由僧尼负责，却是由佛寺产生的独立机构。这种救济事业，继续经营到武宗的会昌法难之时，对于佛寺的悲田和养病设施，也未被废止。

两京的养病坊，许有土地10顷；诸州则依收容人数的多寡而许有土地5顷、3顷、2顷不等，用以支给此一事业的继续经营。可是，僧尼们并不仅从事于这种国家所办的救济事业，尚有如洪昉禅师，以行乞所得的净财，在陕州的龙光寺，建立了收容数百位病人的养病坊，使之度其疗养的生活。

(下期继续)



# 南京寻迹...一路走来

近几年来，海印佛学院为了让佛教在中上层社会扮演更积极的角色，不断地培养出家众的高尚品行和操守以及丰富和加强学术的修养。

今年，释法宣和释法尊两位法师顺利地考取南京大学哲学硕士学位，他们不但提升了自己的学术修养，也为海印为实现影响中上层社会的意愿提供了有利条件。

僧材素质的提高，为佛教的兴旺提供了基础，从两位法师的硕士论文来看，便可以发现他们即使在求学时，也不忘积极推动佛教文化和价值观。

法宣师父的《汉传佛教饮食制度探讨》硕士论文主要讲述通过对佛教的饮食制度及其价值观的研究来探讨其对佛教自身乃至对社会、对人生的意义，其中对原始佛教本没有禁止肉食，到后来普遍茹素背后所蕴藏的意义和挑战有详尽的着墨，提高了我们对健康饮食观的深层意识。

法尊师父的《中国汉传佛教观音信仰的本土化》硕士论文则注重以历史、心理、精神以及信仰层面去探讨观音信仰由印度传入中国后的本土化、女性化和世俗化的必然发展过程以及其社会需要，解答了我们长久以来对观音形象为何随时代变化的种种问题。

现在，我们藉这个机会，刊登他们两位论文的简介，让大家多少了解其内容。

欲详读论文内容，可向本院资料中心借阅。

## 硕士论文：汉传佛教饮食制度探讨

◎ 宗教学专业2002级硕士生：释法宣

指导教师：赖永海教授

### 内容提要

人类靠饮食而生存。在人类漫长的历史长河中，饮食渐而形成一种广普文化。要研究佛教，形而上学的探讨固然重要，但若要让人们更易了解如何在生活中贯彻佛教思想，对生活中衣、食、住、行等细节方面的探讨亦同样具有重要价值。

此外，食欲乃人之天性，为了满足三寸舌根，人们往往乱食，吃下不该吃的食物，甚至杀害无辜动物以资养身体。饮食不妥，身体失调易患疾病；以欲望为动力，任其泛滥，严重的话带来社会灾害。近几年来，沙斯、疯牛症、口蹄症、禽流感等侵害人类，不仅威胁人类生命，也给经济和社会带来不安。在此，笔者选择以汉传佛教来论述人类切身饮食命题，介绍汉传佛教的饮食制度及其对社会的意义。

本文分五章论述，首先追本溯源，在第一章里先叙说形成原始佛教饮食制度的原因，当这种制度传入中土后受到怎样的冲击，为了兼顾佛教的生存和发展，中国僧人作出调整以适合汉地的生活环境。

第二章指出原始佛教本没有禁止食肉，但传到中国后，因为受到所处社会，如经济条件、生活方式、政治因素和民族意识形态的影响而出现茹素局面，到最终茹素成为一种被肯定和鼓励的行为。

第三章先探讨饮食在佛教里的意义，再介绍佛教把饮食分为物质和精神层面。通过这样的分类更加了解饮食于佛教中的含义。汉传佛教在这方面有更细腻深入的诠释。

第四章从汉传佛教日常进食的仪轨中探讨其精神内涵，指出仪轨有助于内心修行、具有潜移默化的作用。

第五章分两节。第一节先探讨茹素所蕴藏的意义，及对现今消费型经济社会所起的作用，第二节则探讨茹素者在现今的社会里所面对的挑战。

本文希望通过对佛教的饮食制度及其价值观的研究来探讨其对佛教自身乃至对社会、对人生的意义。

## 硕士学位论文：中国汉传佛教观音信仰的本土化

◎ 宗教学专业2002级硕士生：释法尊

指导教师：赖永海教授

### 内容提要

在中国汉传佛教中，最受信众崇拜的莫过于观音菩萨。观音信仰从印度传入中国后，对中土文化产生了重大影响，渗透到各阶层的生活之中，最终成为了中国文化的一部分。外来的观音信仰要在中国本土扎根、发展，必然要经过与本土文化相互交融的过程。因此，观音信仰在漫长的历史发展中，经历了六朝时期的本土化、隋唐时期的女性化、宋元以后的世俗化三个时期。最后完全脱离了印度的观音信仰，形成了中国化的观音信仰。

本文在第一章里介绍中国汉传佛教正统经典中有关观音的誓愿、修证法门、身世与性别、汉译名称之争议等问题，以便阐明经典中观音菩萨的论述和形象。

第二章则以伪经《高王观世音经》与《观世音应验记三种》为例来说明伪经与观音应验记是促成观音信仰“本土化”的重要工具。由于宗教信仰是属于精神层面的，因此也尝试从中探讨当时的中国民众的信仰心理，因为这些文献中所体现的心理需要，最终导致信仰者终极目标的转变，即从追求出世解脱改为追求现世福乐。

第三章是从造像上看观音信仰的本土化，当中最突破性的转变是女性化观音造像的出现。女性观音的定型，可说是中国观音信仰本土化完成的重要标志。此外，也尝试从观音造像女性化和各种观音变相的出现，探讨其社会需要。所谓宗教是为社会服务的，因此这些形形色色观音像的出现，显然是观音信仰为了巩固自身在中土的发展而努力迎合、自我调整的结果。这使观音菩萨成为儒释道三教调和之下的产物，并逐渐世俗化，最后从神圣的殿堂走入民间，成为民间的慈悲女神。

第四章是从观音信仰被本土化、世俗化的过程与结果，归纳出中国化观音信仰的基本特征。

### 致谢：

两位法师三年修学期间，承蒙魏岩厘、陈彩莲居士夫妇供养往返新加坡和南京的旅费，以及对二位法师的照顾。同时，也感谢各位居士所给予的关爱与照顾。







◎ 我喜欢运动，请问如何把禅坐的方法运用在动态上？

禅坐是静态的修学过程。禅坐时，身体保持不动，将眼神拉回来发现心王，用第六意识清楚的观察自我的身、口、意，将注意力放在呼吸上。

呼吸节奏的快慢和自我的起心动念有很大的关系，首先要让我们的内心在混乱中逐渐沉静下来。当我们的内心很平静时，呼吸的次数就会逐渐减少而且深长，觉照的能力也同时逐渐加强。应常常保持这样清清楚楚的觉照能力。运动时，可运用这个清楚觉照的能力来观照身体的运动以获得相辅相成的效益。

◎ 请问我该如何配合自己所选的本尊来修行？

总体而言，密教的修学需要有显教的基础，应该努力修学显教的义理，如：因果果报、业力轮回、五蕴四大、四圣谛、十二因缘、唯识百法等，从中了解烦恼如何生灭。

要与本尊相应，一定要勤修戒定慧，以熄灭贪嗔痴为基础，然后，悲智双运，观察世间一切如幻如化，自身只是五蕴四大的因缘假合体，并非真实，包括本尊也都是空性，依密教修行次第前行、加行、不共加行等配合自己所选的本尊来修行。

◎ 有什么方法可以增长观想的力量？  
没有止，能观吗？

要增长观想的力量，在修持的时候，身心要放松，一切的妄想和执着都要放下，让心平静下来。如果心不能安定平稳，老是胡思乱想的话，就是“止”的力量不够，观想就不能产生力量。“止”是“观”的基础。

内心常常生起感恩的心，对世间的一切都感到很满足时，一切的妄想和执着自然地就能放下，行者的内心自然就能产生专注的定力，对所观想的东西，时常重复练习，观想的力量就会逐渐增强。

坚固耐用、外形美观遮阳系统  
满足室内、室外生活环境的需要



**永泰丰遮阳系统私人有限公司**  
Win Thye Hong Sun Shade System Pte Ltd

Blk 1023 Yishun Industrial Park A  
#01-03 S768762  
Tel: 6752 8998 Fax: 6752 5148  
Email: winthye@singnet.com.sg  
Web: www.winthye.com



大小室内装修工程，室内设计，  
各类款式壁橱。

**LCK 设计装修有限公司**  
LCK Design & Renovation Pte Ltd

Blk 1035 Eunos Ave 5 #01-47 S409744  
Tel: 6556 1051/2 Fax: 6556 1052  
HP: 9662 1535 (林玉莲)

Contact or email me now for no obligation  
discussion. Providing solutions to all your  
enquiries to insurance matters.

(Representing The Great Eastern Life Assurance Company Limited)



**Mr Ang Boon Teck 翁文德先生**  
Certified Financial Planner<sup>SM</sup>, CFP<sup>CM</sup>  
Fellow, Chartered Financial Practitioner<sup>TM</sup>  
B. Engry (1st Class Honours), Dip SCI (Life)  
GE Life Honours Club. Million Dollar Round Table (USA)  
International Quality Award (USA). Master Black Belt Award  
(Competency Assessment)

3 Pickering St #02-41G  
Nankin Row S048660  
Tel: 6348 9130 Fax: 6342 3130  
HP: 9683 0801  
Email: boonteck\_slim@pacific.net.sg

美丽、青春  
不管是长发还是短发，我们都有办法  
请至

**白丽美发美容院**

**Pek's Hair & Beauty Saloon**  
Mon-Sat: 10am-8pm Sun & P.H: 9.30am-7pm  
Closed on Tues

Blk 119 Aljunied Ave 2 #01-46 S380119  
Tel: 6842 6753

## 【第三个梦】

有云的地方，就有天下，有人的地方，必能找到善知识。

乘着梦的翅膀，他不辞千里寻师访道。

羁旅枕上，来到一个小村，独个儿在人烟稀少的山林间行走。梦中，踏上一片野坟荒冢之地，只见幢幢墓碑，高空中的一轮明月，将银白色的月光，撒满旷野。

苍茫中，依稀看到板桥、芭叶、鸡蛋花；风声夹杂着落叶声。在这孤寂又带着点恐怖的环境中，就好象在疼痛中渗入快感一样，不仅有一种特殊美感，也要有一种坚毅的张力。

独步在山庄，飘飘何所似？天地一沙鸥！

借着月光，渐行渐远，拐了一个弯，眼前突然出现一间小庙，大门上挂着一幅横匾“地藏显灵”，庙左侧有一竹亭，亭中的白石圆桌，放置着6张石鼓。

交错中，回到某个年代某个社会的某个切面，古时称为“勾兰”的戏台凌空而起，就像现在红牌歌手开演唱会一样，台上灯光闪着几个字：“香草美人”——邓丽君 Teresa Teng テレサ・テン。

歌手既有古典的气质，又有现代的摩登气派。穿的是湖绿的旗袍，秀发如云半掩着粉脸。风姿绰约，纤纤细手抱着琵琶，微启朱唇，歌声甜美圆润，极富感染力地唱了一首老歌《郊道》：

夜深沉  
声悄悄  
月色昏暗  
风凄凄影摇摇  
陨星曳空怪声长鸣  
一路行来无人烟  
吓得我胆战心寒

佳人赠金  
情意重  
使我又愧又喜欢  
眼见园门正半掩  
想必是雪春在里面

打开尘封已久的音乐神经，他陶醉在美妙的歌声里。《郊道》唱完，一代歌后谢礼，接着唱《春风满小城》：

小城多可爱  
温情似花开  
悠悠春风映桃李  
雨露尽关怀……

此曲一毕，戏台突然发出“轰”的一声而坍塌。众人惊散，他被人推推挤挤到小庙，他连忙进庙避难，奇怪的是每一个人都往前跑，无人随他进庙。一踏进小庙，两排垂柳像是鞠躬迎接。进了大殿，只见杂草铺地，一尊高大的铜制地藏菩萨像站立在他眼前，有三炷香插在草地上。

此尊菩萨有异于其他，脸黑得发亮，严肃得使人不敢喘息。这时，他惊魂未定，抬头一望菩萨，马上向菩萨叩头顶礼，菩萨忽然动了起来，捉着他的右手，拿起地上的香在他的手肘燃了三个疤，开口说：“这是为你授记。”（注）

醒来之后，在他心灵深处，如幻如真。

注：

授记：记名之义。佛对发大心的众生预先记名，过了多少年代，在某处某国之中，成什么佛。

（见：《佛学常见词汇》，陈义孝居士编，竺摩法师监定）

……待续





◎ 水月报导小组

## 校友共修

海印校友会在7月23日举办了“校友共修”，共修的内容包括静坐、师父开示和礼忏。

这个综合性的修行，目的是让校友们在忙碌的生活中暂时停下脚步，拉回眼前，观察自己，体会不动的心。师父的开示增加了我们对禅修的了解，而参与礼忏是为自己所作的罪障忏悔，后不复作。

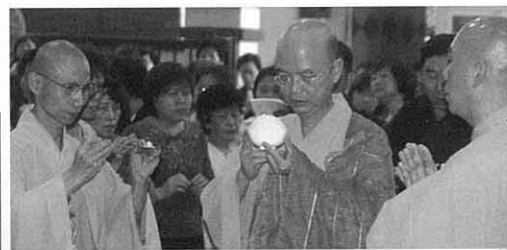
清晨8点，70来位校友陆续报到，9点开始一日修。首先由法源师父领众诵经，复习无常观，再静坐与经行。午餐时间，虽然是清茶淡饭，但与同学们齐集一堂，叙叙旧，其乐融融！

下午2点是法樛师父开示，师父深入浅出的教导，使我们受益不浅。师父告诉我们修行应作好准备功夫，否则会伤到身(包括身体与气)及心而造成恐惧。此外，修行要产生力量来突破内心的障碍而得到解脱，以达身心自在。

师父也引用密行第一的罗睺罗尊者的“竹影扫阶尘不动，月穿潭底水无痕”的禅语总结，让我们日后能进一步思考与体会。

下午茶过后，再由法源师父带领静坐与经行，并复习因缘观。晚餐后是大悲忏，过后由法樛师父致词。师父很欣慰看到同学们经过一整天的修行，脸上还带着笑容。师父鼓励同学们修行，像今天的“偏软”性的一日修让我们静一静，或是“全软”性的康乐活动让我们放松精神。当然，“硬性”的二日、三日、甚至七日修才能有所体会与发现。过后，由校友会会长代表同学们供养常住及师父们，一日修就在10点圆满结束。

校友们，下一次的活动再见！



◎ 水月报导小组

## 七月法会

海印佛学院于8月19日至21日举办七月法会，吸引了数以百计的信众。法坛布置得庄严隆重。三天法会里有念诵三时系念佛事、地藏经、三昧水忏，还有大蒙山施食、斋天和供僧。

三时系念是修行念佛法门之一，可用于超荐亡灵往生西方极乐世界。所谓“三时”即是一日中的早晨、日中和日末。“系念”就是一心系属于佛，不杂他念。众生通过念诵《阿弥陀经》、往生咒、普贤十大愿及忏悔业障等，使身、口、意三者系属于阿弥陀佛，以求往生净土。

《地藏菩萨本愿经》被称为佛教的孝经。农历七月是孝道月，礼诵地藏经，靠地藏菩萨的本愿功德，可以度我们七世的父母，并拔济世间众生的苦难。

蒙山施食是对饿鬼道及地狱道的众生施予食物，并且对十方世界六道群灵开示。诵经、持咒及为其皈依，欲令诸鬼道众生得以闻法受食，解脱苦轮。

一心礼三昧水忏，悔过多生多世以来的业障和罪障，仗佛力慈悲摄受，以达到消除三障，释结解冤的目的。

斋天又名供天，将其施食、香花、灯供诸佛菩萨和诸天神灵。供僧则是以食物、资财、祝福供养法师们。清净的供养，得清净心，愿以此清净，生生世世与三宝结清净善缘。





# 秋喜庆团圆

◎ 水月报导小组



今年的中秋晚会在9月17日于海印佛学院1楼举办，由歌咏班高歌一曲，掀开序幕。儿童班的小朋友鱼贯上台悬挂灯笼，将整个舞台点缀得五彩缤纷。接着，海印学佛会第一副会长法谦法师上台致词，欢迎到来的信众。

与往年不同的是，今年有儿童表演比赛，由少年班的学生带领儿童班的小朋友一起策划和准备，配合海印四则共分成坦诚、淡泊、清净、庄严组，以天马行空的创意手法呈现轻松有趣的表演。

坦诚组朗诵诗歌“庆中秋”，淡泊组则用一首劲爆的音乐来表演“新编千手观音”，清净组穿插表演“现代嫦娥”、演唱“老鼠爱大米”，又以rap的方式唱诵“心经”！构思新颖，变幻莫测，高潮迭起，赢得台下如雷的掌声。庄严组则由一名少年班的同学演奏“欢乐舞曲”，当小朋友在台上翩翩起舞时，轻快的节奏感染了台下，观众受童真感染也拍起手来。

第12届佛学班同学见状后也不甘示弱，以清脆的嗓音唱出“誓愿”一曲，打动大家的心。

第11届佛学班则表演“笑看西游记，静思僧伽恩”，他们以前所未见的手法演绎唐僧和孙大圣为度化白骨精和蜘蛛精转恶向善的过程，剧情富教育性但却令人捧腹大笑，趣味效果十足。当他们在唱“感恩”时，却又可以收敛搞笑的心情，充满真挚诚恳的唱腔，想必让不少人心涌起对师父们的感恩吧！

今年表演的项目很多，其他精彩节目还包括：姐妹演奏古筝、一曲“笑傲江湖”让人听出耳油。儿童班表演竹竿舞、司仪出灯谜让大家猜、还有幸运抽奖和传灯等，老、中、少聚集一堂，热闹非凡。

天下无不散之筵席，歌咏班在落幕时深情地唱出“无尽灯”，正当众人心中感恩佛陀的加持，祈愿灯笼相续，佛法久住的当儿，那醉人的月色已悄悄地与众人沸腾的感恩心交织成一片无名的感动和法喜！

## 价值问题

◎ 杨明珠

一场无情的海啸让我重新认识椰子的价值。

记得小时候，望着屹立在院子外的椰树，绿油油的叶子随风摇曳婆娑起舞，构成一幅美丽的热带风韵。累累的椰果，让我们等待着在椰子成熟时，可以拿去卖以赚取零用钱来买冰棒或汽水。回首童年时吃零食都要经过一番“期待”，所以特别珍惜。这是我记忆里椰子的价值——赚取零用钱。

一场海啸让我更进一步了解椰子的价值，并把它定位为“求生工具”，从报章上知道幸运活下来的人都是以椰肉充饥来维持生命，在平时，比起钻石珠宝来，它的价值是非常的低贱，但是在人们求生时，它却充份地发

挥出它那远远超过钻石的价值。

试想，当你在一片荒芜的沙漠上，你最需要的是水、食物，而不是金银珠宝。

在这里我要表达的是每样东西都有它的价值。不管人们如何为它的“身价”定位，它本身就有潜在的力量。只有在“非常”时刻，它才会发挥出来。

所以，要重新调整我们对人、事、物的价值观。不要以自己“相信”、“认为”的角度去为每样东西订“标签”，把自己的潜能发挥出来也是提升自己的价值，这不是旁人所能订的“价”……

为什么心情会七上八下？不能一直保持平静的好心情呢？我想心情的变化也许是来自人们心底的“放不下”吧。

这是一段发生在好几年前的事情。有一天，我的小表妹来我家，她那时年纪还很小，一看到她“驾到”，我就觉得好讨厌，因为妈妈总会要我帮忙照顾她。为了可以让自己好好休息，我就躺在沙发上。那样，我可以一边看着她一边休息，不过，后来我索性什么也不管了。突然，砰！的一声，我立刻起身看发生了什么事。完了！表妹把爸妈最喜欢的“鱼缸”打破了。我呆了一下，然后把表妹抱开，以防她被玻璃碎片割到，接着，便责骂她。

这时妈妈从房里出来，眼前这一幕使她吓了一跳，“鱼缸”破了。不过，她最关心的是“妮妮她……”、“东西破了就破了，算了。”我听得她并不生气。我直到现在还记得她的那句话，因为我学到了那句话的意思。我把玻璃碎片扫好后，事情也过去了。

这件事会发生是因为我没放下懒惰的念，好好照顾表妹；可是最后的结局却是好的，因为妈妈放下了，接受了事实。现在，我很少因为别人弄坏我的东西而生气，因为只要用冷静的心，问问自己，我能不能够接受失去自己最喜欢的东西？我不要为了没必要的东西而生气，东西都是无常的，不是吗？

“不能接受”、“放不下”，不只会使人生气，还会使人伤心、痛苦。所以，只要“放下”，就可以有平静的好心情。

## ◎ Lim Qian Yu, Sec 2 **Feelings Up And Down**

**Why are our feelings always going up and down like a roller-coaster?**

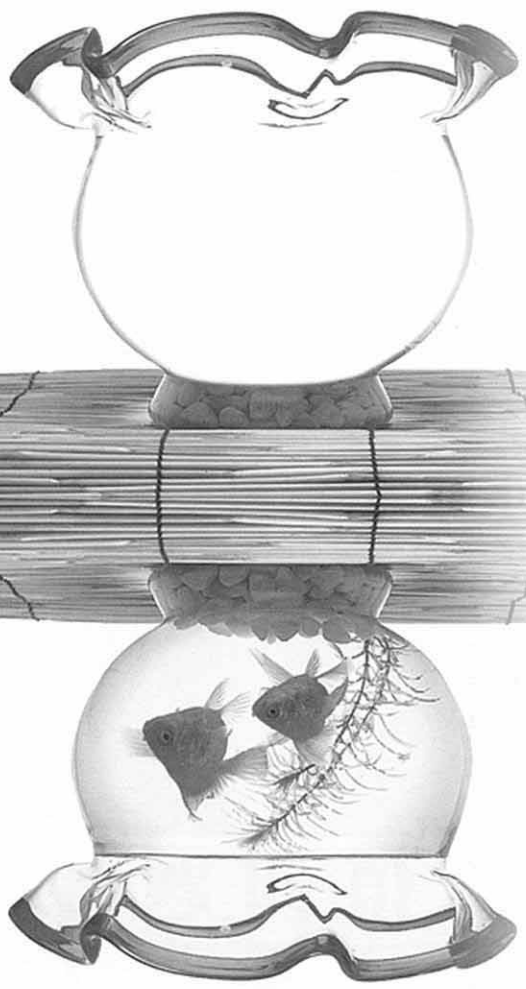
There are different types of feelings in our life such as sadness, happiness, worries, excitement, fear and anger. When we are feeling sad, it may be caused by bad memories or something bad that had happened recently.

Everybody wants to lead a happy and carefree life. Although our emotions are not easy to control, however we do have the power to overcome them. If you are angry, most of the time, it is best that you think seriously about what makes you so angry, and at the same time, reflect on your attitude. Do not throw tantrums or vent your anger on somebody. That is very wrong.

First, you need to be aware of the problem before you can control it. Then, you need to take steps to overcome the temper by controlling it. Once you have taken such actions, things will be better as you know what is bugging you. If the cause of your unhappiness is another party, ask yourself why he or she has made you so angry. Having calmed yourself down, try to talk things over with that person. By resolving problems this way, you will not only clear the air of any misunderstanding; but will also benefit from the other person's mistakes or even from your own mistakes.

When you are feeling fearful or worried, try to calm yourself down. This helps you feel better and think on the bright side of things. Having confidence is winning half the battle. When you are happy or excited, you tend to put much hope into something. But when it disappoints you, you will feel angry. That is not the right thing to do. It is alright if you put hope into something but you should not expect too much. Life is full of ups and downs. You have to pick yourself up when you encounter disappointment or failure, or you will be at the losing end.

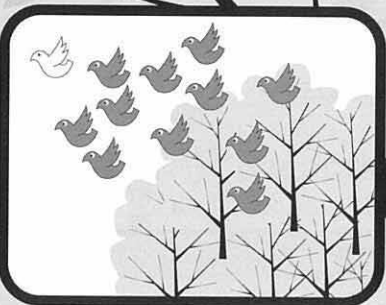
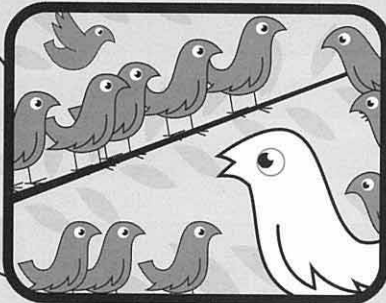
Everyone of us has a place in this world. Each of us has his own feelings. Whatever you do, you must not only consider your own feelings; but also the feelings of the other person you are dealing with. It pays to be a good listener with great patience and understanding, for you will surely help, in your own small ways, to make this world a more harmonious and peaceful place to live in.



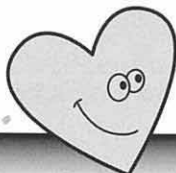
# Wise Birds and Foolish Birds (Good Advice)

Once upon a time in a forest, there was a flock of birds living in a giant tree. Everything was fine and happy and they had a wise leader. One day, the leader bird saw two branches rubbing against each other and he noticed a tiny wisp of smoke rising from the rubbing branches.

Immediately, he called a meeting to inform the birds that a fire was going to start and it might destroy the whole forest. It had become dangerous for them to stay and they should leave at once. Most of the birds agreed and they flew to another forest. But some birds were stubborn and refused to leave. They thought their leader panicked too easily and imagined crocodiles in a drop of water.



In the end, the wise leader's warning came true. The rubbing branches made sparks that fell onto the dry leaves under the tree. Those sparks became flames that grew and grew. Soon, the giant tree was on fire. Those foolish birds that chose to stay on could not escape and were burnt to death.



The moral is:  
**Those who ignore**

**the advice of the wise, do so at their own risk.**



## 观自在禅院 (新山) Chenresig Meditation Centre (Johor Bahru)

No. 31-A, Jalan Cantik 3, Taman Pelangi Indah, 81800 Ulu Tiram, Johor, West Malaysia. Tel : 012-759 6538 / 012-736 0423

### 每周活动

### 负责法师/老师

### 时间

第8期静坐班	法 谦法师	Mon 8.00pm - 10.00pm
第3期梵呗班	法 智法师	Fri 8.00pm - 10.00pm

### 特别活动

### 时间

庆祝观音诞	16/10/05 (农历九月十四日)	Sun 10.00am - 12.00noon
-------	--------------------	-------------------------

## 观自在禅院 (峇株) Chenresig Meditation Centre (Batu Pahat)

No. 1 Jalan Mutiara 1, Taman Mutiara, 83200 Batu Pahat, Johor, West Malaysia. Tel : 07-455 9827

第1期佛学班	法 典法师	Mon 8.00pm - 10.00pm
第3期静坐班	法 义法师	Tue 8.00pm - 10.00pm
普门品共修	法 义法师	Wed 8.00pm - 10.00pm
第2期梵呗班	法 义法师	Thur 8.00pm - 9.30pm
第1期仪轨班	法 典法师	Sat 7.30pm - 9.30pm
普佛上供	法 典法师	Sun 10.30am - 11.30am
歌咏班	张正圣老师	Sun 1.30pm - 3.00pm

### 每月活动

### 时间

八关斋戒(法 义法师、法 典法师)	13/11/05 (十月十二日)	Sun 8.00am - Mon 7.30am
-------------------	------------------	-------------------------

### 特别活动

### 时间

庆祝观音诞	16/10/05 (农历九月十四日)	Sun 10.00am - 12.00noon
-------	--------------------	-------------------------

## 海印禅院 (新加坡) Sagaramudra Meditation Centre (Senggarang)

Lot Ptd 4929, Jalan Tokong Parit Botak, 83200 Senggarang, Batu Pahat, Johor, West Malaysia. Tel : 07-442 1307

净土共修	法 华法师	Tue 8.00pm - 10.00pm
地藏经共修与开示	法 华法师	Wed 8.00pm - 10.00pm
拜八十八佛大忏悔文	法 华法师	Thur 8.00pm - 9.30pm

## 海印佛学院活动 (新加坡)

### 【佛理开示】

讲 题：历代高僧简介  
日 期：06/10/05(星期四)  
时 间：7.30pm ~ 9.30pm  
法 师：法音法师  
课 数：10堂  
地 点：4楼千佛殿

### 【第9期素食烹饪班】

开课日期：21/11/05(星期一)  
上课时间：7.30pm ~ 9.30pm  
指导老师：蔡文銮居士  
课 数：10堂  
收 费：会员\$60 非会员\$75  
(不包括材料)  
地 点：3楼会客厅

### 【八关斋戒共修】

共修日期：15/10/05(六)至16/10/05(日)  
19/11/05(六)至20/11/05(日)  
时 间：8am(六)至8am(日)  
收 费：会员\$20 非会员\$25  
地 点：4楼千佛殿  
一律不接受当天报名

### 【三归五戒】

日 期：25/12/05(星期日)  
时 间：9.00am  
地 点：4楼千佛殿  
一律不接受当天报名

### English Dharma Class

Date : 02/1/2006 (Monday)  
Time : 7.30pm ~ 9.30pm  
Duration : 10 Lessons  
Qualification : Secondary  
Age : 17 and above

Fees : Member \$30 Non-Member \$45  
Held : 6th Floor

### 【第6期基本佛学班】

开课日期：02/1/2006(星期一)  
上课时间：7.30pm ~ 9.30pm  
课 程：一年  
年 龄：17岁以上  
学 费：每个学期(10堂)  
会员\$30 非会员\$45

### 【第13届佛学班】

开课日期：06/1/2006(星期五)  
上课时间：7.30pm ~ 9.30pm  
课 程：三年  
年 龄：17岁以上  
学 历：中学或以上  
学 费：每个学期(10堂)  
会员\$30 非会员\$45

# 海印佛学院 Sagaramudra Buddhist Institute

No. 5 Lor 29 Geylang, Singapore 388060 Tel: 6746 7582 Website: <http://www.sagaramudra.org.sg> Email: [haiyinbs@sagaramudra.org.sg](mailto:haiyinbs@sagaramudra.org.sg)

每周活动	负责法师/老师	时间
插花班	蓝玉明老师	Mon 7.30pm - 9.30pm
太极拳班	林世昌老师	Mon 7.30pm - 9.30pm
素食烹饪班	蔡文銮老师	Mon 7.30pm - 9.30pm
第5期基本佛学班	法 宣法师	Mon 7.30pm - 9.30pm
第2届英语佛学班	法 尊法师	Mon 7.30pm - 9.30pm
第11届第二级佛学班	法 智法师	Tue 7.30pm - 9.30pm
第2期书法班	顾建平老师	Tue 7.30pm - 9.30pm
弥陀宝忏共修	法 智法师	Wed 7.30pm - 9.30pm
第12期普通静坐班	法 谦法师	Wed 7.30pm - 9.30pm
华语佛理讲座—历代高僧简介	法 音法师	Thur 7.30pm - 9.30pm
第12届第一级佛学班	法 宣法师	Thur 7.30pm - 9.30pm
专业人士静坐共修班	法 师	Thur 7.30pm - 9.30pm
第10届第三级佛学班	法 谦法师	Fri 7.30pm - 9.30pm
第1期书法班	顾建平老师	Fri 7.30pm - 9.30pm
义务法律咨询(请预约)	义 务律师	Fri 7.30pm - 9.30pm
瑜伽班	Ms Quinine Tao	Sat 7.30pm - 9.00pm
第4期少年佛学班	法 谦法师	Sun 10.00am - 12.00noon
第10期儿童佛学班	法 谦法师	Sun 10.00am - 12.00noon
普门品共修、上供	法 智法师	Sun 10.00am - 12.00noon
拜八十八佛大忏悔文(四加行)	法 荣法师	Sun 2.00pm - 4.00pm
合唱团	黄美珍老师、秦洁萍老师	Sun 7.00pm - 9.00pm

每月活动	时间
华语佛理开示 (每月的第一和第二个星期六)	Sat 7.30pm - 9.30pm
大回向(每月的第三个星期六)	Sat 7.30pm - 9.30pm
大悲忏(每月的第四个星期六)	Sat 7.30pm - 9.30pm
顶礼慈悲三昧水忏 (每月的第一个星期日, 其余的星期日普门品共修、上供)	Sun 9.30am - 5.00pm
老人院/儿童院服务(每月的第二个星期日)	Sun 8.00am - 12.00noon
八关斋戒(每两个月的第三个星期六至星期日)	Sat 8.00am - Sun 8.00am
三皈五戒(每三个月的第四个星期日)	Sun 9.00am - 12.00noon

## 西澳柏斯海印禅寺 Sagaramudra Buddhist Association Inc. (Perth, Australia)

37 Archer Street, Carlisle, WA 6101, Australia. Tel: 61-8-9470 1171 Email: [sba\\_perth@yahoo.com.au](mailto:sba_perth@yahoo.com.au)

Tai Chi (Simplified Yang Style 24 form)	法 树法师	Mon 7.00pm - 8.00pm
Beginners Meditation Class	法 巽法师	Tue 7.00pm - 9.00pm
Intermediate Meditation Class	法 巽法师	Wed 7.00pm - 9.00pm
诵经与静坐共修班	法 树法师	Fri 7.00pm - 8.30pm
阿弥陀经/普门品与普佛上供	法 树法师	Sat 10.30am - 12.00noon
Meditation and Talks	法 树法师	Sun 9.30am - 11.00am
Basic Dharma Class	法 巽法师	Sun 1.00pm - 2.00pm
Dharma Discussion Session (Once every month, date and time to be advised)	法 树法师	

# 海印嘉年华会

## Hai Yin Carnival 2005

Date 日期 : 11 / 12 / 2005 (Sunday)

Time 时间 : 9am to 4pm

Venue 地点 : 海印佛学院 Sagaramudra Buddhist Institute  
No. 5 Lorong 29 Geylang Singapore 388060  
Tel 6746 7582

第一场讲座 : 10.30am - 11.30am

由资深社会工作者, 刘美云女士主讲

【称职父母 - 愉快管教】

第二场讲座 : 2.30pm - 3.30pm

由著名营养师, 吕莉菱博士主讲

【最新、最健康的饮食法】

如何从食物金字塔中学习, 设计自己所需的饮食方针, 吃出健康!

\* 有兴趣者, 可预先到本佛学院四楼柜台报名, 名额有限以免向隅。报名费: \$10

所筹得善款将作为海印运作费用及教育设施  
In aid of Sagaramudra Upgrading & Educational Programmes



唐卡义卖

诵经

祈福



# 普茶迎新

日期 二〇〇五年十二月三十一日 (星期六)

时间 晚上八点三十分至午夜十二点

地点 海印佛学院

No 5 Lorong 29 Geylang  
Singapore 388060

丛林中所谓的普茶, 即是住持在除夕夜请大家喝茶, 同时, 也是新旧丛林执事的交接。

除夕在传统上, 称之为腊月三十。它表征「死」, 即结束之意; 而年初一, 则表征「生」, 即开始的意思。所以, 「死」与「生」, 它即是意味著一年的结束, 又另一年的新生。

於除夕夜普茶, 也就是大家共聚一堂, 彼此将一年来的修行, 作一反省、交换经验, 以及把自己的心得与大家分享, 互相鼓励和提携。

## 内容

千佛殿 (四楼)

晚上八点三十分 普茶开示——上远下凡法师

晚上九点三十分 海印丛林就职典礼

晚上十点十五分 念诵金刚经

大菩提岩 (一楼)

晚上十点四十五分 传灯·献许愿卡·扣吉祥钟

上头炷香·加持甘露水

午夜十二点

茶点



海印学佛会  
海印佛学院  
Sagaramudra  
Buddhist Society  
Sagaramudra  
Buddhist Institute  
No.5 Lor. 29  
Geylang,  
Singapore 388060.  
Tel : 6746 7582

海印精舍  
Sagaramudra  
Buddhist  
Hermitage  
No. 574  
Changi Road,  
Singapore  
419944.

海印佛教  
僧伽会  
Hai Yin Buddhist  
Sangha Society  
No.12 Lor. 24A  
Geylang,  
Singapore 398536.  
Tel : 6741 7303

西澳柏斯  
海印禅寺  
Sagaramudra  
Buddhist  
Association Inc.  
37 Archer Street,  
Carlisle, WA 6101,  
Australia.  
Tel : 61-8-9470 1171

西澳聚德林  
三宝僧伽会  
Sagaramudra  
Buddha Dharma  
Sangha  
Association Inc.  
8 Lewis Rd (Corner of  
Lewis Rd & Chittering  
Rd), Chittering,  
WA 6084, Australia.

海印禅院 (新加兰)  
Sagaramudra  
Meditation Centre  
Lot Ptd 4929,  
Jalan Tokong Parit Botak,  
83200 Senggarang,  
Batu Pahat, Johor,  
West Malaysia.  
Tel : 07-442 1307

观自在禅院 (峇株)  
Chenresig Meditation  
Centre (Batu Pahat)  
No.1 Jalan Mutiara 1,  
Taman Mutiara,  
83000 Batu Pahat,  
Johor, West Malaysia.  
Tel : 07-455 9827

观自在禅院 (新山)  
Chenresig Meditation  
Centre (Johor Bahru)  
No.31-A, Jalan Cantik 3,  
Taman Pelangi Indah,  
81800 Ulu Tiram,  
Johor, West Malaysia.  
Tel : 012-759 6538  
012-736 0423