

Blissful Culture


幸福文化季刊

二零二六年正月版

105

欢迎助印 季刊赠阅



A soft-focus photograph of a field of yellow and white wildflowers. In the lower center, a green iris leaf stands out. The background is a hazy, light green field under a pale sky.

知道念头生起来是觉，
要照到自己的言行，然后还
要无生，这样才有光明。

【圣开导师法语】

幸福文化季刊

导师 : 圣开导师
发行人 : 许丽珠
发行所 : 人乘佛教幸福文化讲堂
Jen Chen Buddhist Blissful Culture Centre
地址 : No.30 Lorong 27 Geylang
#05-01/02 Citiraya Centre
Singapore 388164
电话 : 62921881 / 67431030
编辑 : 幸福文化季刊编委会
网址 : www.jenchenblissculture.com
电邮 : contactus@jenchenblissculture.com
排版印刷 : 青龙印刷私人有限公司
Chin Long Printing Pte Ltd

版权所有 本刊图文
未经同意请勿转载
MDDI (P) 007/07/2025

非卖品

目 录

文章摘录	3
人乘佛教	
圣开导师问答	4
趣向光明	
陈明安老师随缘开示摘录	11
活动资讯	26
清凉园	
不是境无常，是心无常 — 蔡居士	27
中英对照	
与佛同在得幸福 — 圣开导师讲	36
Being with Buddha Helps You Attain Bliss	39
幸福道	
略谈神通	44
素食谱	
炒洋芋丁	54
助印季刊祝福偈	55
幸福文化二维码	56

文章摘录

所谓“心净国土净”，国土要净，
需要人心净，假使我们这个娑婆世界、
每一个人的心都净了，我们的国土就
净了！

摘录自本期幸福文化季刊：圣开导师答问



圣开导师答问



圣开导师

修行不可有法执

问：禅净双修要如何解？

师父：禅是禅宗，净是净土宗，从前禅宗的祖师不准他的弟子、门人去学净土，净土宗的祖

师不让他的弟子们去学禅，所以禅宗那个时候有句话说：“念佛一声，漱口三日。”哦！你念阿弥陀佛，也要漱口三天，这也不对啊！其实祖师们是善意，他只是要自己的弟子们一门深入，不要杂乱无章。可是弟子们就好像两个宗派成了冤家对头，你不跟我往来，我不跟你往来，这就不对了！又有祖师提倡禅净双修，说：禅跟净两种都要修，所以有一位祖师就说：“有禅有净土，犹如戴角虎。”意思是有禅又修净土，就好像戴着角的老虎，老虎本来就是很凶，戴着角不是更凶吗？其实假使我是那个祖师，我就不这么讲。又有祖师说：“有禅无净土，十人九蹉路。”是说有禅没有净土的话，十个人修，十个人都会走错路，这也是后来的祖师为了要破法，要破前面的人不要执着，不要法执而讲的。

但是我们要了解什么是禅、什么是净？人乘佛教所提倡的是：“非禅非净，即禅即净，显密双修，行解相应”，我是这么主张的。我们人乘佛教听起来不是禅宗也不是净土宗，后面就少一

个字，少一个禅宗和净土宗的“宗”字。所谓“心净国土净”，国土要净，需要人心净，假使我们这个娑婆世界每一个人的心都净了，我们的国土就净了！所谓“禅”者是无分别的，没有分别相，你已无分别，那就是禅。当然禅的解释很多，我们现在讲“非禅非净”，不是禅也不是净；也可说是“即禅即净”，那么师父讲的度众生法就是禅啊！每个人妄念不生就是净了嘛！心净了不是国土就净了吗？所以说“即禅即净”，就是这个意思，现在就了解什么是净什么是禅。

这里所问：禅净双修是如何解？禅净双修，过去的祖师们所讲的并不圆融，现在圣开所提出来的：“非禅非净，即禅即净”最为圆融。我不是法执，假使你要破除这两句话，也是很欢迎！

文章取自台湾《唯佛宗人乘佛教》刊物



学佛要舍名利心吗？

问：名利之心是不是应该要舍下？

师父：名利之心是不是要舍，这个问题要看站在什么立场来讲。当他愚痴，迷信名利的时候，你叫他舍，他舍不掉；但是他有了智慧，认为贪名求利于我们自己没有好处，你不要他舍，他自己都会舍掉。

至于说，贪名求利，今天在这个忍苦世间，大家都是贪名求利。其实，你要知道贪名求利的

结果，不一定贪得这个名，也不一定求得这个利；反过来讲，你做人做事都很好，你不要贪名，名自然会来，你不要去贪利，利人家会送来给你。你贪名，你硬要那个名，你自己没有那个程度，你看你贪得来吗？人家突然间一个名义上的给你，你就没有办法承担。你自己不认真读书，不认真事业，没有正业精进，你要想贪利，那除非就是抢银行，抢了银行被关起来枪毙。

其实唯有学佛，才是真正的有名有利。你学佛想布施行善利益大众，你只要布施利益别人，那么你走到哪里，名誉一定很好，你不贪，名就来了，就算你要去选举的话，不要去拜托，人家就投你一票。那么你只要多行布施，多帮助别人，自然机会就来找你，自然钱就送到你这边来。当然，我们主张不要贪名贪利，但是自然有名有利。假使人乘佛教不谈名利，就不叫人乘佛教了。假使师父不主张名利的话，大家绝不来听师父讲道理，比如说我们名要正名，正当的名，利也要正当的利，唯有修行照着佛法的立场，你自然而然有好的名，有很多的利。

天上的天王，祂也是多生累劫修行来的，可是他的名利最大，祂的享受最好。还有将来的转轮圣王，他能够统领四天下，他的名大不大？太大了！唯有不要去妄贪，行善得来的名利是永久存在的。你要去贪取来的，很快就会消失掉。所以，师父希望大家有名有利，有了名以后，就利用名去做更多的好事，净化人心。里根总统的名最好了，假使他来推行人乘佛教，全世界很快就净化人心了。有一个轮船大王叫欧那西斯，假使他的财产来利益世间的话，应该可以做很多好事；但是他没有这种心量，他死了，他的产业就给他的女儿来继承了，可是他女儿天天想自杀，天天有烦恼，她和她丈夫离婚了，还送他两艘轮船作礼物。所以我希望我们每个人都是大生意人，每个人都是大富翁，希望我们这里还有人产生一个欧那西斯，有钱去全世界做好事，使我们国家得到光明。

所以你们知道师父推行的人乘佛教，就是要大家有名有利，我们提倡大家拜佛，就是保佑平安大赚钱；我们拜文殊师利菩萨，就是要我们孩



子聪明开智慧，会读书。假使师父没有大家信徒支持，没有钱，我也不能到美国弘法，希望我们信徒里边有了钱财，大家共同来向全世界推行我们的人乘佛教，那么我想，你所赚的钱，才确实实真正是有用的钱，不要学那个欧那西斯把钱给他的一个女儿继承，那么结果呢，什么东西都没有，我相信大家有钱行善的话，什么东西都有。

讲于 1988 年 10 月 8 日于台湾高雄

文章取自台湾《唯佛宗人乘佛教》刊物



陈明安老师随缘开示摘录



陈明安老师

心无所爱怎会被骗

因为爱我所爱，那个害你最惨的，因为那个就是害你沉入深海，那个最惨！因为一眼看到所爱，不知道结果是恨一辈子！

你看到想要的就买，买回来才发现东西不好，这样不是记一辈子吗？感情也一样，看到就要，结果到最后说“新郎不是我”、“新娘不是我”，不是就记一辈子了？有没有都这样？现在就是这样被骗了，不然你怎么会被骗？如果你心无所爱，你怎么会被骗？

因为拥有太多，所以不得解脱

什么都是假的，有修跟没有修同样都会生死，不过剩下最后一口气的时候，有修行的，修得好的人说“了无牵挂，人生到这里一个段落”，这样就结束了。那个没有修，或是修不好的，就是一个气脉一上一下的，亲人牵着他的手说“热热的一种感觉”，就剩下这个而已，这样听懂吗？有齁。看你要自己放，还是让人家牵着，牵着那个是稍微有温度，直接的感觉就剩这个，因为那个时候剩一丝丝的气脉，不能吃，也不会花了，什么都不会了，可是那时候都太慢了，已经来不及了。

所以众生一定要怎样？“我有吃到”、“我

有拿到”、“我有拥有过”，他才会甘愿。我时常讲，你什么时候没有拥有？你们就是拥有太多了，内心拥有太多，所以不得解脱。

“老师，我这一辈子就只是孝顺我父母亲而已，所以我还没看到，我不甘愿死！”不是吗？你的心中没有看到吗？（有）难道一定要眼睛看到吗？死的时候看得到吗？死了眼睛闭上就看不到了，可是那颗心还会看到，就是拥有太多，永远拥有在那个内心里面，没有讲出来没人知道，可是却是拥有一堆，是有看到，还是没看到？有，很多。“我很思念什么人”，当你思念的时候，你内心已经见到了。

佛法如果不会用在自己的身心里面，都是白费功夫一场，因为自觉的体悟你没有，无法自觉发现自己的问题在哪里都没有，哪有用？那你自觉是要做什么？



不要被手机误了青春

你们年轻人就是这样，有空手机响，就开始滑手机了，一有什么就拿手机来找，要买什么，手机拿来找看看哪里有在卖，但是如果剩最后一口气的时候你就知道，因为那支手机你会丢掉，说“你这支手机误我青春”，这样听懂吗？

因为那支手机不会让你开悟解脱，会让你有更多的妄想而已，它不能替你脱落，它会给你更多的妄想，会给你更多的追求而已，它不会跟你说：“想一想要放下喔！”它不会这样告诉你，

所以那支哑巴手机比活着的人还聪明，因为活人不会用，活人不会用跟死人差不了多少，等时间而已。

（问：老师，有时候我们会去搜寻一些知识？）

那个没有用，我跟你讲，搜寻来的那也都是人家想出来的，跟你讲说智慧如果开都不用想了，那个你不要，跟你说月光宝盒打开就都有了，聚宝盆打开就都有了，你偏不要。

科技文明是在有的世界

没有手机是好事，改天你们觉悟的时候，你们就知道“真的手机害我好惨”，怎么说？有手机还让我要修更多，只要让你种进去，你那段没有了掉不行。

那个手机是工具，是来让我们人用的，不是我们人依靠它，沉迷于它，那根本都不对了。

每天手机都拿着的人，有一天手机不能用的

时候，那种日子很难过，以后很多人都会很惨的，怎么说？因为现在机器人会对话，也会谈恋爱，有帅哥跟你谈恋爱，也有美女跟你谈恋爱，讲你喜欢听的话，让你好爽，这样会死得更惨！会更沉迷！那就是从手机进化来的。

飞弹是射有的东西而已，假设有一天我们如果开悟解脱了，进到虚空，跟他说你飞弹尽量打过来，因为没有用啊！飞弹可以打死鬼跟神吗？（不可以），更何况诸佛菩萨了。

一念染着，地狱有份

金碧峰禅师他是第十九祖，他是当时的国师，皇帝送他一个紫金钵，外面还镶宝石，所以他如果出门都要托那一个钵出门，意思是皇帝赐给我的；第二提高身分——“我是国师，很了不起的。”等时间到了，地狱鬼王来了：“怎么没有看到金碧峰？”因为金碧峰入定都三四天，结果怎么没看到金碧峰，鬼王来抓是抓你的色身，你的业身，叫做神识身，鬼王没办法，找不到金碧峰，就到当地问土地公：“你在这里做里干

事，怎么找不到金碧峰？” “他都入定，一入定就三四天，甚至一星期，所以你找不到人！” 祂说：“原来！有什么办法可以叫他起来？” “你找他做什么？” “时间到了，阎罗王叫我来找他！” “他定力非常好，不好叫，要叫他起来比较困难！” 那两个鬼王说：“有什么办法吗？” 土地公想一想说：“他如果要出门都托那个紫金钵，那是皇帝给他的，不然你去敲那一个钵，看会不会起来？” 两个鬼王就“锵！”敲下去，金碧峰就出来了：“那个钵是我的呢！你拿我的钵做什么？” 祂说：“出来了齁，抓到了！” 金碧峰说：“你找我做什么？” “你地狱还没除名呢！” 开悟解脱地狱才会除名，“你还没除名呢！阎罗王叫我来找你！” 他说：“这样哦，时间到了？不然这样，让我拜托一下！你再给我三天的时间，因为我当国师，我要觐见皇帝，跟皇帝交代，看可不可以？” 两个鬼王商量完就说：“好，给他三天的时间，不然万一皇帝生气了，连阎罗王庙都拆了！” 回去就没办法交代了，就给他三天的时间。

鬼王一离开，金碧峰就把那个钵拿去丢到海里了，丢下去就看不到了，想要执着的都没有了，没得看也没得执着了，用三天的时间把它舍掉，这样才开悟。

三天后，鬼王要来抓他：“怎么找不到金碧峰？”他就现身在虚空，就说：“若人欲拿金碧峰，除非铁链锁虚空。”修到国师了，就只剩那一相那一念染着而已，地狱还有你的份。我不是在讲笑话，我是给众生一个警惕：“还有你的份！”所以不能懈怠。

鸠摩罗什法师金刚不坏

你看鸠摩罗什翻译第一本《心经》的时候，后来那本是三藏玄奘法师翻译的，他从天竺过来东土的时候，也是当到国师，也是收了好几个徒弟，皇帝后来怕他跑了，就把公主赐婚给他，他的徒弟每个都在笑他，说修得多好，也会娶公主，皇帝赐婚，不然你就要死，为了要弘法利生，这个因缘你要接受。下一餐刚好皇帝在用餐



时，他就放一包针在每个人的面前，他当国师，一个人发一包针，大家就问：“国师，您是发一包针做什么？”他吃完后就把针拆开，一整包就塞进嘴里吞下去，大家就吓到，才知道：“原来人家是金刚身了。”不然众生你吞进去看看，你一定死！

讲于 2025 年 1 月 14 日于台湾台南

成功

我讲的成功是什么，世间很少人能讲得这么清楚。什么叫做成功？成功就是：“自己不能放

下的，一定要要求一定要放下；自己做不到的，一定要要求一定要做到，这样叫做成功。因为你的生命，坏的一直在脱落，好的一直在成就，这样才叫做成功。”

成功，哪一个人能像老师了解得这么清楚？外表看起来成功，“喔！我地位很高，名声很好，赚很多钱”，这样叫成功吗？如果是这样，那某大企业家就不会去自杀了，他白手起家，二三十年前就赚四百亿了，为什么会跳海自杀？因为外表成功里面没成功啊！学佛修行也一样，你的习气舍不掉，你一定要要求自己一定要舍掉；做不到的，一定要要求自己做到，一定成功。

你懂多少佛法，穷尽三藏十二部经，像周金刚、苏东坡、金碧峰、悟达国师，有用吗？最后还是放下才会成功。

菩萨道

什么叫做菩萨道？所谓菩萨道不是每天在那

里念的，菩萨道就是你自己要去做，不能放下的要求自己放下，你以后才有办法把这个放下的经验教别人，你做不到的要求自己去做，你以后才能教人去做，这样才叫菩萨道，不是每天在那里说“我要行菩萨道、我要行菩萨道”，你行到地狱去了，嘴巴再念也无用。

德行与果位是相匹配的

你们听尽世上微妙法，你不会自己要求自己，你绝对不会成功，成佛这一条路，你要求自己坏的要舍掉，好的要去做要去承担，德行跟果位是相匹配的，德行越高，你的果位才会越来越高。

在承担的难度当中你会体悟很多事情

以前我在当会长就是这样做给人家看，所以我才有心得，否则我也没有在看书，哪能够讲这么深的心理哲学，有去做就有心得就有体悟出来，这才是修行。

如果会计较，老师不会竭尽所能帮助需要的

人，业障都由我来担，这叫做承担。一个没有承担的人成不了大事，因为在承担的困难当中你会体悟很多事情。

大乘不是要见性？你要修证过你才能够教育众生，否则你要如何教育众生？

对愿力产生信愿行

老师忙了一辈子，忙什么？忙对我的愿力产



生信愿行。你没有对你的愿负责任，你不敢对自己发的愿负责任，你信愿行如何产生出来？你说你每天在行菩萨道，菩萨道要信愿行，是不是？你对你发的愿要不要负责任？要负责任啊，你的信愿行就出来了，讲一堆佛理有用吗？

你认真修，修成功，你就变成宇宙大富翁

我去海外弘法，他们都希望我留下来，要把道场登记给我，我都婉谢，我又不是要那种东西，我要你们这些人的慧命啊，听懂吗？否则我用这一条性命去牺牲，一辈子在牺牲，你们的慧命没出来我不是白忙一场，是不是这样？

所以我跟你们讲，你们这一辈子要赶快这样修，福报要赶紧去做。你未来世开悟，你有智慧没福报也很惨，好像在流浪没有道场，你有福报没有智慧就去当庙公，无法弘法利生，都有缺陷。你看老师这一世是不是白手起家？我的智慧可以弘法利生，我的德行福报可以利益众生，有没有利益你们出家？（有），有没有利益在家？

（有），你们在旁边看很清楚。对啊，老师就是

希望，师父 圣开法师也是希望他的弟子以后能青出于蓝。

（问：老师您有说果位越高，所说的话越没有遮蔽，连畜生道讲话都听得懂？）

果位越高就是这样，他的行动力跟他的德行，两个相加才能庇荫众生，老师不是有讲给你们听过，目犍连有神通力去地狱，为什么他母亲带不上来？还要借重盂兰盆法会，有没有？

（有），目犍连问佛陀，佛陀说“你的功德力不够，你要化缘很多食物来摆在这一段路上，因为很多修行人结夏安居到七月十五会出洞，很多人会来觐见我，要让我授记，说你修到哪里了。那些人刚出洞很饿，会拿东西起来吃，有开悟解脱的都会回向给你，你藉着大众的功德力，才能救出你的母亲”对不对？佛陀的堂弟提婆达多，他要占佛陀的位置，拿大石头砸佛陀，出佛身血，佛的大拇指流血，十天而已提婆达多就死了，死后下地狱。佛陀很慈悲，说不要有人因我造业而堕落痛苦世界，亲自下地狱就把他度上来了，佛

陀一个人就够力了，阿罗汉要藉很多人还不够力，他有办法下去为什么度不上来？功德力不够啊。所以佛陀说：“供养一千个优婆夷不如供养一个优婆塞；供养一千个优婆塞不如供养一个比丘尼；供养一千个比丘尼不如供养一个比丘；供养一千个比丘不如供养一个阿罗汉；供养一千个阿罗汉不如供养一尊菩萨；供养一千尊菩萨不如供养一尊佛。”那个程度是不同的。现在佛不在了，所以你们最好的条件就是跟菩萨结缘，这样而已。

认真啦，我讲的话你们要听，老师的苦心不是你们能够了解的。

讲于 2025 年 2 月 16 日

文章取自台湾《与佛同在》刊物

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

人乘佛教幸福文化讲堂

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

欢迎您前往参加

No. 30 Lorong 27 Geylang
#05-01 / 02 Citiraya Centre
Singapore 388164

Tel: (65) 6292 1881 (Mon - Fri: 4 pm - 7 pm)
(65) 6743 1030 (Sat: 2 pm - 7 pm)

欲知详情，请上网至：

www.jenchenblissculture.com

网址上的“我们的活动--周六活动表”查阅

或电邮查询

Email : contactus@humanbliss.org.sg



不是境无常，是心无常

蔡居士

学佛修行没有先后，不要说我现在年纪很大或是很小，很多人学佛三四十年，一点都没有改变，有时候行为比那个没有修行的还凡夫，真的。所以修行不是在比年资的，学佛修行没有老参新学，只有觉与不觉，只要你能够觉悟的话，就是达者为贤。

我常常在说，你在面对生死的时候，你要用哪一招去面对？你试想看看，如果今天是你面对临终的时候，你现在修的那一套能不能用？如果你那个功夫是 used 在外面怎么做，或是里面怎么修，在面对临终的时候，这个外面的身体会生死，里面的念头会生灭无常。

所谓的无常，不是外境无常，经典里面讲的无常，是心无常。“刚才不是还好好的吗，现在怎么变了？”同样一事物，过去喜欢，现在不喜欢；现在爱得不得了，以后很后悔，是不是？

所以是你的心无常，事物它永远都是成住坏空、生住异灭、生老病死，从来没变过，你怎么说它无常，对不对？是你只要截中间那一段而已，所以说它无常，“我只要生，不要死”、“我只要年轻，不要老”、“我只要健康，不要生病”可能吗？所以你把人家截断，说人家无常，它本来就这样，非常正常，是你的心无常。

所以当你在面对的时候，就像刚才居士讲



的，痛到不知道时间在过。没错！当你痛到念头起不来的时候，你不知道时间在过，那个叫做无间，所以地狱叫做无间地狱。你不知道你在何处，不知道时间在过，不知道为何在痛，你什么都不知道，只有痛而已，什么念头都起不来，所以叫无间，那个痛充满你整个心识，没有任何的空间。

很多人会放大 -- 在生活中一点点的麻烦，人家觉得那是小事，他就是放不下那一个点。以前我曾经在一张白纸上画一个黑点，我说：“你看到什么？”他说：“我看到一个点。”对啊！那个点最后充满你整个心，你看不到旁边的白，很多人都是这样子，专注！集中在那里，只有它充满你的心。

我们心里面有很多那种点，你知不知道？只是还没有因缘呈现出来而已。可以在见事见物，任何因缘成熟的时候，那个点就浮出来了，而且一浮出来就充满，你相不相信？

我讲过“心似大圆镜”，我们的心就像镜子，

我常常在拿镜子，拿四方形的镜子在比，居士说：“你不是说大圆镜，为什么都拿四方形的？”其实那个圆是个比喻，无所不在，圆满，充满。用你们去想象就是一个圆球，一个圆球他可以往外照，也可以往内照，全部都照到，外照到一切事物，内照到一切心念，这个圆球是镜子，里面是镜子，你只要在里面生一点，有没有充满？充满！懂吗？就是这样子，你只要生一个念头，那个念头就充满你的心。所以当你八识里面不管有多少种子，你现在在活生生的时候，你有意识心，第六意识的意识心，有理智可以控制你的行为，有外在的规范，但是你知道吗？那些念头都是从你的情趣而来的；那些情趣是怎么来的？习性培养而来的。你有第六意识，可以控制你的情趣、情绪：“不可以发脾气”、“现在不可以做，要找没有人的地方做，没人知道”，但是当你的第六意识坏掉的时候，失去控制的时候，生病的人，或是喝醉酒的人，或是吸毒，它就是把第六意识那种痛苦，压抑的那种意识心，把它解放掉，把它删掉，变成什么？你的情趣直接直面

你的世间，你分不清世间内跟外的分别。那么在那个当下，你八识里面有什么东西，它就去抓，乱抓。在医学上那叫做“谵妄”，在一个人快要临终的时候，他就可能这样子，六根会坏掉，坏掉以后剩下七识的情趣，它会去抓，抓什么？八识里面的种子出来造作。八识怎么种进去的？今天我看到这个，“嗯，喜欢”，放进去；看到这个，“嗯，不喜欢”，放进去；看到这个，“不知道”，放进去，所以每一个种子里面都有你的情趣——喜欢、不喜欢，那一些情趣在里面。你在种进去的时候，你知道吗？不知不觉，你觉得很自然，因为你种进去不知道，所以它在浮上来的时候，你会知道吗？你也不知道，所以叫无明。当你内心在浮出那些种子的时候，你现在活生生的，你有意识可以控制，“这个不行，这个是坏事，不可以让人知道”，但是当你没有第六意识的时候，它就是乱飞。

比喻，一个箱子里面有很多抽奖券，里面的抽奖券都是你丢进去的（种进去的），但是你抽起来是什么知不知道？不知道，抽中什么就是什

么，因为转很快，抽到什么不知道。所以你们修行的时候要小心，当你们在面对临终的时候，没有办法控制自己色身的时候，你是什么形，就原形毕露了，或是当你失智的时候，失智就是第六意识坏掉，意识坏掉，剩下情趣的时候，有的失智的人很好照顾，但有的失智的人很难照顾，为什么？他的本性已经无法压抑了，就展现出来了。所以你平常再怎么装，在面对的时候，就都现出来了，骗不了人，懂吗？

所以你们要真实面对自己的修行，每一个念种下去你清清楚楚；当这一个念呈现的时候，你清清楚楚，那你种下去是不是清楚的念头？那叫做净念。所以当你抽出来的时候，那一念是不是有觉？有，所以你这一念就不会迷了，清清楚楚。就像说每一天都在念佛，所以他抽起来——“陈老师”，抽起来——“念佛”，怎么抽都是这个，比较有保障。懂意思吗？

好啦，今天抽起来是“陈老师”，还好，老师还在。如果老师不在怎么办？你靠谁？我们有



老师在，是给我们更多的机会，更多的时间，可以去修行，可以培养自己；培养自己什么？修正法，在里面淡化你的习性，这样还有机会。

在面对每一念的时候，那一念从何而来？从境而来；你面对外境才会生起这一念，如果没面对外境，念从何来？如果你心中生一念，你这一念会往外追逐，去跟外面的人事物相应，所以那个念是心跟境相应成念。

所以面对这一念的时候，你分别了，就会染着。你往外追逐，看到谁：“喔，这是谁”、“男的女的，老的少的”，你开始分别了，这叫做

染，不管善恶念都叫做染。只要有染，有善恶，善恶都是轮回因，懂不懂？如果我面对这一念，不是我看出去，是自然的呈现，这个叫做智，就不是识了。分别叫做识，变成意识、印象、种子、八识；没有出去，叫做智。就是你如果出去了就被境转，叫做识；如果不被境转，叫做转识成智，识在转，你不转，叫做转识成智。所以分别叫做识，不分别叫做智。依识就是染着，往外；如果不往外，不染呢？依智，就是净，清净的净。

染有生死，你染到外面，你依靠它，你染着它，它会不会生灭？它生灭，你跟着生死。我讲这个是外境，你跟外境相应，外境会不会成住坏空？会！你心就会生住异灭。如果你执着这个身体，就会跟着生老病死。其实你会死吗？如果会死的话，没有下一世，对不对？我曾讲，对境的执着叫做生灭，离我们最近的外境是什么？离我们最近的相是什么？这个身体啦！为什么？刚才老师讲的，把你的神识拿出来，身体就死了，五根不是还在吗？为什么不能看、不能听？所以神

识会出离，然后出离以后，再找另外一个钻进去，好像在演布袋戏一样，角色不同，剧情不同，但都是你在演；这边唱罢、那边出场，这边唱罢、那边出场。

所以我们应该怎样去面对这一念？什么叫做净？你往外看，就会追逐，就会产生识。那我不往外看呢？不往外看，是自然呈现，你看到什么？不知道，你只是看而已，这样叫做观。往外叫做看，往内，自然呈现叫做观，它怎么样，不会影响到你。你看出去，你会随着它追逐，如果是自然呈现，你不会有追逐；没有追逐，它来来去去，你自在，叫观自在。

讲于 2019 年 9 月 15 日

文章取自台湾《唯佛宗人乘佛教》刊物



与佛同在得幸福

圣开导师讲

那一天正逢假日，两百多位居士一大清早，不畏寒风冷雨，在寒流来袭的极低气温下，虔诚朝礼文殊师利菩萨，并恭聆导师圣开上人开示。其中有一对夫妇，好像有什么心事似的，在见到导师后，他们提出内心的疑难。

原来，他们夫妇想要转行，却又不知该转那一行，两人彼此各有不同的意见，不能协调。导师除了回答他们的疑问外，特别示以夫妻必须一条心，和睦合作，共同奋斗，才是家庭、事业成功的基础。

在导师妙语点化中，他们原先各有所执，不能融通的心态渐渐消弭，两人脸上都现出心开的笑意。那位先生问：“什么是人乘佛教？”

导师以幽默的口吻，用闽南语回答说：“佛祖保佑人们平安、健康、大赚钱，小孩聪明会读书的佛教，就是人乘佛教！”

乍听此言，感觉师父话有玄机，却不完全了解。师父曾说：人乘佛教是绝对不迷信的，如何现在说佛祖保庇人们平安赚大钱就是“人乘佛教”呢？

为确解其中含意，就请示师父，师父微笑答说：“人乘佛教推行幸福文化，希望人人得幸福，所以教大家时时与佛同在；只要与佛同在，自己有智慧光明，人人都能建立幸福家庭，拥有幸福人生，这就是佛祖‘保庇’啊！”



答案原来就在“与佛同在”里。

师父说：“时刻与佛同在，处处与佛同在，自性光明，照破无明黑暗，所言所行，利人利己，自然感应福慧俱足，一切美好。譬如做生意，只要与佛同在，由内而外散发谦和喜悦诚恳的态度，别人信任你，欢喜跟你做生意，那不就是佛祖保佑赚钱了吗？又如学生读书，与佛同在，头脑清醒，不胡思乱想，不分心散漫，一定能有好成绩；再者夫妻相处，与佛同在，彼此诚信，宽心包容，不胡作非为欺瞒对方，家庭必是和谐圆满……。”

想想，师父的话，实在很有妙理，佛祖的“保庇”，不是来自杀鸡宰羊，口里念念有词，希求不劳而获的迷信之举；而是与佛同在，智慧觉照，开启幸福的泉源。

希望大家与佛同在，自己的智慧光明保佑自己，那一定是非常灵验的。

文章取自台湾《与佛同在》刊物



Being with Buddha Helps You Attain Bliss

Translated By Julie Lin

In the early morning of a holiday during a frigid cold spell, more than two hundred practitioners braved the bitter winds and cold rains to pay homage to Manjushri Bodhisattva and respectfully listened to the teachings of Venerable Master Shen-Kai. There was a married couple with a concerned look that asked the Venerable Master for advice.

It turned out that the couple would like to change their current line of business but couldn't decide on their new venture. Each of them had their opinions, and they couldn't come to an agreement. The Venerable Master not only answered their questions, but he also advised that a married couple should be in unity, cooperate in harmony, and work hard together; these efforts lead to building a foundation of success for both the family and the business.

Through the Venerable Master's words of wisdom and pragmatic guidance, their insistence on their opinions and unwillingness to compromise started to ease. Lightheartedness started to appear on the couple's faces. The husband asked, "What is Jen Chen (Humanity Vehicle) Buddhism?"

The Venerable Master humorously answered in Taiwanese dialect, "The Buddha's blessing of people to have peace, health, prosperity, and children being studious and intelligent, this is Jen Chen Buddhism."

Upon hearing his answer, I knew there was a hidden meaning behind the statement, but I was not completely clear. The Venerable Master had told us that Jen Chen Buddhism is absolutely not superstitious. Why did he say "Jen Chen Buddhism" is the Buddha's blessing of people to have peace and prosperity?

To make sure I correctly understood what he meant, I asked the Venerable Master for clarification. The Master smiled and replied, "Jen Chen Buddhism promotes blissful culture, and wishes that everyone



can attain joy and bliss. This is the reason it teaches everyone to constantly be with Buddha. As long as we are with Buddha, we will have wisdom and light within ourselves, and we will be able to establish blissful families and joyous lives. This is the blessing of Buddha!”

The true answer lies in the phrase, “Be with Buddha”

The Venerable Master said, “Be with Buddha at all times, and be with Buddha everywhere you go. Then the light of your self-nature (pure awareness) will

shine through the darkness of ignorance. Our speech and conduct will benefit others and ourselves, which will result in bountiful blessings and wisdom. This makes everything delightful. For example, if you are running a business, as long as you are with Buddha, means you will naturally exude humility, joy, and graciousness. People will trust you and enjoy doing business with you. Isn't that the Buddha's blessing for prosperity? If you are a student and are with Buddha all the time, you will have a clear mind and will not have wandering thoughts or be easily distracted. Then you will have good grades. Furthermore, if a married couple is with Buddha, they have honesty, trust, and tolerance in their relationship. They will not behave irresponsibly, cheat, or lie to each other. Their family is certainly harmonious and peaceful."

The Venerable Master's words are truly amazing. The blessing of the Buddha doesn't come from superstitious activities such as offering chicken and goats, mumbling some hymns, or praying for getting some-

thing without putting in the effort. Rather, the blessing of the Buddha, as to uncover the source of blissfulness, comes from being with Buddha, which unfolds wisdom and pure awareness.

Wishing everyone be with Buddha, and we bless ourselves with our wisdom and light, as they will guide us to achieve our goals.



略谈神通

人乘青年

佛陀与许多菩萨及高僧大德在经典中都曾提醒我们，修行人不可执着追求神通，要求明心见性，方能究竟解脱。

所以学佛首先要有智慧，方能引导自己达到解脱烦恼，而没有智慧的神通却容易引人生出更多的贪瞋痴，最后造恶业而堕落。智者常说，没有智慧，福报越大，造业越多。同样的道理，没有智慧，神通越大，也可能造业越多。圣开导师曾说：“学佛修行是求解脱，开智慧，行菩萨道，最要紧；不能够显示神通。学佛当然也会有神通，但是神通抵不过业力……佛菩萨有神通，神通就好像我们人每天吃饭、走路那样简单，没有什么追求的必要……。”又说：“神通抵不过业力，就算佛菩萨的神通法力，把你度到了菩萨地，你自己的业障深重，马上又会退回

来，太多太多人是这样子的。”

所以想要求佛菩萨显神通为你消灾解厄，自己不精进修行，不求开智慧，是不能解决问题的。即使诸佛菩萨法力无边，但你不断习气，不精进修行也是不能相应。所以迷信神通有风险，求开智慧才是最保险。若有智慧，遇到问题，应该知道业从心起，必须从心忏悔，果报现前是因所造恶业成熟，而造业必是因为无明习气使然，



所以归根结底应该要断习气，人乘佛教十八愿文里面有一句：“断除习染消业障”，遇到恶业现前，反思自己，断除贪瞋痴之习性比迷信神通重要。

当众生面对苦难时常祈求修行者以神通来免除受报。渴望借用他人神通来消灾解难的心态，与贫苦时渴望得到他人施舍的心态雷同，乃是人之常情。但就算能够感应诸佛菩萨的加被，事情过了之后，却依然习气不断，造业不断，就好像垃圾扫一些出去，又继续捡更多回来，这样会有用吗？唯有靠自己精进修行，面对自己的遭遇，并从中磨练出智慧，了解善恶因缘皆是梦幻泡影，不要认假为真，不受自心欺骗，才能真正解脱痛苦烦恼。依靠他人的神通救济而不积极提升自己内在的思想和心性，始终治标不治本，下次再遇到苦难仍是苦不堪言。佛说：“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教”，这已经阐明了我们学佛的正确方向。释迦牟尼佛示现人间成佛，讲经四十九年，就是要把正知见留在人

间利益众生，这些法要一代传一代，许多乘愿而来的菩萨都不怕辛苦要传承正法，为的是唤醒众生能自幻觉中醒悟，离苦得乐，虽然佛菩萨能示现超于常人的能力，但他们并不是要展现神通给世人瞻仰，那是空性智慧展现自然的能力，因为证悟空性就能随缘示现而无障碍。而我们众生因为执我我所，在六根运用时就迷失在各种善恶因缘当中，所以我们是迷失在自我的妄想中，心生自限。因此我们不要把神通当做是什么特异能力而去追求，只要念念不离开本觉，与佛同在，比任何外象的神通都殊胜，有一天我们成佛也能随缘示现救度众生。就像大自然拥有无穷的力量一样，花会开，树会长，四季更迭，万物生长，这就是自然的力量，大自然无心，我们众生是心一直生生灭灭，所以忘失自己的本源清净心。

修行人要自己自观自心，师父和老师们只能给予我们佛法与修行上的指点和督促，修行始终还是要靠自己真修实证，没有捷径。倘若我们不认识自己的佛，只想追求对神通的依赖，就迷失



了，颠倒了。长久下去，我们就逐渐丧失了自己承受痛苦的能力，不堪一击。

我们也必须知道有神通的人不一定有智慧。除了明心见性的菩萨和解脱的阿罗汉有神通以外，外道也会有神通。如果没有智慧而迷信神通，很容易为别有用心的人所诱惑，从而走入歧途，堕落造罪，殊为可惜。

不是每一位有神通的人都有般若空性智慧，能够普照众生，不染一切善恶相，同时教化众生，给众生有机会真心忏悔及精进修行，再以

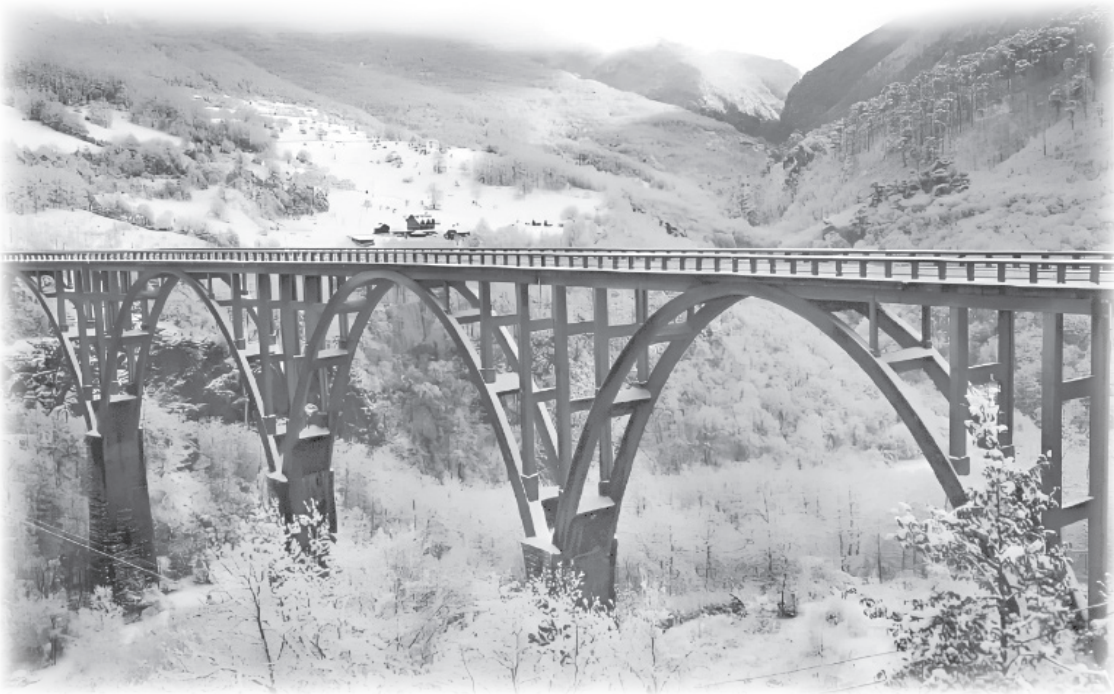
真诚忏悔及修行，还有布施行善的功德回向怨亲债主解冤释结，离苦得乐，早证菩提。如果我们有幸遇到有修有证的大菩萨上师，更应该向他学习了脱生死，超脱轮回的智能，而不是只贪求神通。

一些人标榜有神通能帮你改变命运，实际上掺杂个人的习气欲望，贪求名利的心，想要得到名闻利养，而不是引导众生认识本心，放下贪瞋痴，即使能够利用神术显现异相，却是引人入邪，所以我们学佛首要亲近善知识，建立正确知见，想要改变命运，要先改变自心，因果业报成熟，当以般若智慧观照，一切善恶现相皆是虚空花，自然能从苦患中解脱，不要人逢灾难多迷信，只想向外求，不知向内观，本末颠倒，未得其利先受其害。就像有些人遭遇困难，不知是自己的因果，也不知心生万法生，心灭万法灭，只要有智慧光明，自然黑暗远离，求鬼神有如向黑道兄弟求保护，黑道兄弟即使为你摆平，但同时也希望你要回报，从此日日夜夜骚扰你，向你索

取回报，可能会使你永无宁日，最终换来更大的灾祸，成为鬼神的奴隶。

又如果遇到邪法，没有智慧而误用神通，在因果业报快自然形成时，教我们如何逢凶化吉，让我们一时避开因果业报，却没有教育我们有智慧去面对因果。我们以为安然的度过了一劫，其实一切因果果报一点都没了，反而造更多迷信的业，未来果报更惨。

未来世若未遇佛法时，此因果业报成熟，没有佛法不懂得修行，生活状况又不比之前理想，同时又在承受其它的业报，到时业上加业，苦上加苦，承受起来岂不更艰苦，更容易堕落。其实我们要了解因果是无法逃避的，那当初躲来闪去，又有何意义呢？还不如趁有接触佛法，略懂得修行时，能了多少就了多少，就当成是因缘给予我们一个精进修行的机会与考验吧。祖师曾说：“若有人给你一把烂泥巴，你就种出一朵金莲花”，以佛法来面对逆缘，逆缘可以变成修行



增上的助缘。

还有一些有神通的人也误用神通，在怨亲债主来向我们讨债时，使用神通制止他们，和怨亲债主对立，让他们无法讨，斗不过只好知难而退。若这样处理，还极有可能加深了怨亲债主对我们和对他的怨恨，其下场都很不好，因为怨亲债主还是会伺机报复，不利人也不利己，也可以说是在恶因缘中再造恶因。试问有多少怨亲债主会因为斗不过人家而就善罢罢休，把怨恨就此一笔勾销呢？毕竟怨亲债主就是放不下才成了怨亲

债主。若没有一位有智慧的菩萨来开解和引导，也难以淡化他们心中的怨恨。

我们既然学佛，就应该明白佛陀为世人所解说的因果、因缘法。更应该学佛陀因地修行时的精进、勇猛、不懈怠。千万不可执着神通，滥用神通，也不可迷信神通。要知道神通不能改变业力，智慧才能改变我们的思想和心境，以解脱的心态去面对因果业报，“随缘消旧业，莫再造新殃”。唯有提升自己的福报、因缘、智慧，行菩萨道，利人利己，才能一切圆满。若不下功夫认真修，没有办法掌握自心，没有智慧，就不能引导自己身心解脱，未来再遇到那些业障和恶因缘时，请问要拿什么来承受，拿什么来了？

以究竟来说，在困境中，唯有“无心以对”方为上上之策。若作不到无心，也要心存善念，有时心态转变了，不分别执着痛苦与快乐，痛也就没那么痛，苦也就没那么苦了，再加上慈悲心，很快就能超越。在自己能力不够时，虔诚祈

求诸佛菩萨，称念佛菩萨的圣号，菩萨们都有愿力，见到众生在苦海中还懂得精进，靠修行来面对，菩萨也会有所感应。

但切勿自己不修行，只知贪心妄求，与佛不相应，佛菩萨要救也难。不是菩萨不保佑，而是内心执着乌云太重，佛光普照，你却背道而驰，菩萨也无可奈何。

自助者得天助，最终也是自己要救自己。因此学佛首要就是建立正确的知见，才不会迷失了自己。

写于 2014 年

炒洋芋丁

葛丽丝

材料：

洋芋（即马铃薯，中国大陆则称土豆）2 个

调味料：

盐少许、唐辛子粉少许、油适量。

作法：

1. 洋芋去皮，切约 1 公分小块。
2. 热油锅，倒入洋芋块，以小火慢炒至熟，
调味。
3. 起锅前撒上唐辛子粉。

厨师的叮咛：

炒洋芋切记不可加水，才会又香又好吃。

洋芋也可横切为 0.5 ～ 0.6 公分圆薄片。

唐辛子可改用黑胡椒粉或辣椒粉，味道各有千秋。



助印季刊 祝福偈



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

世界人乘佛教幸福文化
推行单位全体为您祝愿

助印季刊功德单

姓名：(中) _____ (英) _____

地址： _____

电话： _____

电邮： _____

支票号码： _____ 赞助金： _____

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

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

Tel: 65-6292 1881 Fax: 65-6841 9692

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

No. 30 Lorong 27 Geylang
#05-01/02 Citiraya Centre Singapore 388164
Tel: (65) 6292 1881 / 6743 1030

www.humanblissmusic.com



Website

www.jenchenblissculture.com



Facebook Page

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



YouTube Channel

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



生来无知错误行
善恶荣枯错一生
权倾天下心牢狱
见死方知空留名

【陈明安老师法语】



推行人乘佛教 净化世道人心
弘扬幸福文化 建设人间净土