

無常面面觀

林鈺堂博士

www.originalpurity.org

www.yogilin.net

目錄

從死學生	1
記無常簿	7
無常的覺醒	12
無常為師	53
隨順無常	54
未悟無常	56
此刻無常	57
當下無常	59
無常面面觀	60
客觀無常	79
我執無常	80
無常根本	81

從死學生

林鈺堂

尸林漫步踏斜陽，一一墳誌用心讀；
寥寥幾字名時地，聚散長短自然陳。

一生憂擾或爭執，世間功名與榮華，
至此皆如霧消散，唯餘生辰與忌辰！

生前貴賤貧富殊，各據地盤與山頭；
死後同聚尸陀林，枯骨橫列成比鄰。

死者是我真教師，無言傳盡無限訣！
墳場歸來心自淨，此行無生勝有生！

經行尸林頓然悟，生死只隔咫尺間！
一旦覺悟死生近，頓時花鳥有閒情。

那來時間行爭論？何不放下任自真！
虛偽逢迎只因迷，無貪無求樂天真。

此刻同聚不久長，誰能保證再見歡？
拋棄心機與城府，笑顏相對樂一場！

苦海浮沈迷失客，早日醒悟死非遙！
一朝識得無常道，一生和平與逍遙。

一九九四年

尸林漫步踏斜陽，一二墳誌
用心讀，幾年學名字忘時地，
聚散長短自然陳。

一生是技與才，世間功名與
榮華，至此皆如霧消散，唯餘
生辰與忘辰！

生前貴賤貧富殊，各據地盤
小山頭，死後同聚尸陀林，枯
骨橫列無比鄰。

死者是我是是此非！無言得盡
無限訣，墳場靜去心自淨，
此行無生儲有生！

給巧尸符轉無轉，生死又隔咫
尺間！一旦覺悟至生死，頓悟芝
鳥有即悟。

那會時同行爭鬥，何不若下
任自真，一塵偶逢迎又回還，
無不負無花雨世去真。

此刻因緣不長長，誰能保證
再見歡！拋棄心机不成時，
笑臉相對向一切切！

苦海浮沉迷天卷，早日體悟
死非遠，一朝識得無常道，
一生和平的消遠！

從死學生

尸林漫步踏斜陽
一一墳誌用心讀
寥寥幾字名時地
聚散長短自然陳

一生憂擾或爭執
世間功名與榮華
至此皆如霧消散
唯餘生辰與忌辰
生前貴賤貧富殊
各據地盤與山頭
死後同聚尸陀林
枯骨橫列成比隣

死者是我真教師
無言傳盡無限訣
墳場歸來心自淨
此行無生勝有生
經行尸林頓然悟
生死只隔咫尺間
一旦覺悟死生近
頓時花鳥有閒情
那來時間行爭論
何不放下任自真
虛偽逢迎只因迷
無貪無求樂天真

此刻同聚不久長
誰能保證再見歡
拋棄心機与城府
笑顏相對樂一場
苦海浮沈迷失客
早日醒悟死非遙
一朝識得無常道
一生和平与逍遙

----- Original Message -----

From: "Yutang Lin"

To: "Dharma Friends"

Sent: Monday, May 21, 2007 4:53 AM

Subject: "Learning from the Dead" in
Calligraphy_從死學生

Several disciples asked me to write this long poem. I did not do it because it is rather

lengthy and my wife did calligraphy for this already.

很多弟子要求我寫這首長詩，而我沒有寫它的原因是因為它真的很長，而且我內人也已經寫過這首詩了。

Today I felt like doing it, so I did it. When I looked at them I thought that it was still worthwhile for the author to write them in calligraphy because it felt like the words were pouring from my heart.

今天我有想寫它的感覺，因此我就寫了。當我凝視著它們時，我認為它仍是值得作者花點時間用毛筆寫下的，因為這些字就像從我心中湧現般的呈現。

It took three pages, so the three file-names ends in P1, P2 and P3.

由於共有三頁，因此三個檔名以P1、P2 及 P3做為結尾。 .

Attain Enlightenment Soon!

祝早成佛！

Yutang

鈺堂

記無常簿

林鈺堂

一九八八年二月十日，我想到如果我把親見過而已亡故的人全記在一處，對於我這個全力在修行的人，應該有警惕無常的作用。我在抽屜裡找到一小本藍色封面的一九八七年按日記事簿，我就利用這本完全未用而過時的簿子。我先在首頁題名「無常簿」，然後在逐日的空格裡，填入我憶起的名字。

隨著一個一個的名字，浮起一件一件的往事。有的名字已經記不得了，就記下親屬關係的稱謂；有的並不知道名字，就記下簡單的描述；有的還沒有名字就已經走了。有的只有一面之緣；有的曾經多年共處。有的是千里外突來的耗音；有的是面前逐日的告別。有急病去的；也有久病亡的。有因學業問題而自殺的；也有因婚姻不如意而自盡的。有為了生意上的糾紛而被殺的；也有為了男女間的恩怨而被害的。有的胎死；有的早夭；有的含苞即亡；有的英年遽逝；有的老病交迫而去；有的無疾長命而終。四十一歲的我，一個人，就親見了這麼形形色色的無常例子。

面對這無常的事實，想起世界上時時刻刻有千千萬萬的人走了，我很直覺的體會到，世間的是非

紛爭無意味。多麼希望能利用這短暫寶貴的一生，好好的來做些積極的貢獻。

我把這本無常簿展開立在佛桌上，靠著觀世音菩薩化身綠度母的蓮座，並且上香祈禱這些亡者可以得到佛菩薩的加被，特別是度母的救渡，早日脫離輪迴苦海。

當晚將入睡時，意念方沈寂，忽然覺察自己原有輕微的「死亡不是我會有的問題」的妄念。這種妄想是我們一般人可能潛存的自欺，因為死亡似乎離現實日常生活非常遙遠。今天我面對著無常的實例，無意中突破了原有的妄念。妄念深藏在我們的意識中，籠罩著我們，所以不易察覺，只有在突破之時，才能一瞥其貌。

接著又直覺地體會到，死時得與世間的一切都分開。這是誰都意想得到的，但是由自己內心深處生出這樣的認識卻不是我曾有的。我們平時就要練習萬事不掛懷，免得臨終痛苦。從臨終之時回顧，我們一生為太多無謂的小事牽腸掛肚，太不值得！遇到心中煩惱糾纏，我就想：如果我現在臨終，我為這些事煩惱，我這一生值得嗎？這樣一想，往往就把我從煩惱中拉出來，煩惱就消失了。

第二天早上發現，昨晚上香祈禱的那柱線香，完全燃盡而未斷，並且香頭指向綠度母表示救渡而

下垂的右手。我拍下照片附在本文之後，相片中還可見到藍色的無常簿就在度母座下。這樣感應想是佛菩薩慈悲攝受這些已逝的眾生，並且讚許記無常簿的修法吧！

從那天以來，我繼續在記無常簿。遇到有人請我為亡者修超度的密法，我也把亡者的名字加入。雖無親識之緣，卻有修法之緣，何況是修渡亡之法，更能警惕無常之現實、迅速而難以預測。有些後來加入的名字，是因為偶然憶起再補記的。可見無常雖現實，我們事未臨頭，就容易忽略忘去。藉記無常簿使無常成為我們心中常有的一件事，免得我們為無意義的俗世而沈迷受苦，使我們有清新的心地可以培植善念，發為積極的善行。

我們學算術，不但要做習題，並且要會應用在日常生活中的買賣上。記無常簿，不止是練習佛陀教示的觀無常，並且應用到我們自身的經驗裡，使我們得益。理論與實踐配合，我們才能真正得受用。因為所記的是親歷的活生生的例子，所以對我們有莫大的衝擊與說服力。我初記當晚的體會，便是個好例子。

佛法中修無常有許多方法，例如觀死（觀死之必來、死期之不可測、死時之孤立無助，等等）、觀心念之遷滅、他人臨終助念佛號、以及去尸林念佛超幽。記無常簿可以做為這些方法的加行，並且簡

單易行。平常安放此簿於佛桌上，使亡者得佛佑，
行者也藉之兼修慈悲心；又因為不論緣之深淺，都
平等記下，所以也包含了平等大悲的修習在內。

希望大家都試行此法，同蒙法益！

一九八八年四月四日
清明節



無常的覺醒

林鈺堂

一九九三年七月五日

講於馬六甲武吉波浪佛學會

筆錄：蔣榮水居士

釋迦牟尼佛常在墳場說法，為什麼呢？因為佛菩薩是要幫助我們覺悟啊。你天天在生活裡面有很多煩惱，使你沒有想到說，這一生是什麼意思啊？所以佛就帶你到墳場去。到了那裡，你看到有死亡這件事情，就比較有一個機會來反省一下說：「咦，這個什麼時候該我來這裡？那我來這裡的話，我過去的這一生是做了什麼啊？有沒有意思啊？」由於這個道理，佛常常在墳場說法。有些修行的人也是到墳場去修，甚至住在墳場。這樣修行，一方面就是警惕自己，時間很寶貴，不知道什麼時候命就沒有了，所以要努力精進啊。另一方面，就是去那裡修慈悲的心，說很多人都已經走了，他們活著的時候，也不曉得要修；結果，忙碌了一生，也不知道是為了什麼，忽然就來到這裡了。

當你去到墳場的時候，最好將一個一個的墓碑，仔細讀讀看。不管他生前怎樣，最後只是一個墓碑，上面就寫個名字，哪年哪月哪日生，哪年哪

月哪日死，就是這樣子而已啊！可是你如果注意讀，會發現很多故事都在裡面啊。夫婦合葬的，有的先生先走，有的太太先走，中間是隔了多久才走啊。有的是很年輕就走了，有的還是嬰兒就走了，有的媽媽跟小孩同一天死的，也許是車禍或是什麼事故，我們不知道。很多故事就在那裡囉。生前有的有個地位啊，有個什麼事業啊，可是一到這裡，就大家平等了。生前有的住很好的地方，有的住普通的地方，到了這裡，大家只有排排坐了。

仔細的講「無常」的話，並不是只講到一生最後的時候。然而，那是一個最能令人反省一生的時刻，所以我們講無常先偏重在這裡。等一下我們再來講一般的「無常」問題。

佛法強調「無常」，目的不是要使人覺得很恐怖，每天生活都不能安心，只想到說，快死了，不曉得什麼時候要死了；講「無常」的目的不是這個樣子。我們平常太習慣想的都是說，唉呀！怎樣生活能改進得更好啊，再賺更多錢啊，怎樣熱鬧啊，怎樣吃得快活啊。因此往往忽略了，將來老了、病了、死了的時候怎麼辦？都是想說將來再說，很少仔細去面對這些問題。當然很多人懂得要儲蓄、防老、防病，甚至預備棺木，買墓地。但是，老、病、死這些問題，並不是在物質上預備了就可以解決。更重要的是，這些是難免的事；而難免的事遇到的時候，心裡有什麼樣的力量可以安然的度過？

還有，雖然不是自己碰到，而是旁邊的人碰到，親友碰到的時候，怎樣才能幫助他？所以佛法強調「無常」，目的在使一般人能夠及早反省，不用等走到那一地步的時候，才說該怎麼辦，那就來不及了！要趁著現在還沒有遇到問題的時候，先想通了。

事先考慮這些問題的時候，如果光是在理論上想，就不夠真切。你如果只是偶爾想一下，又覺得反正也沒有什麼辦法解決，就又把這些問題丟開了。這樣是不會得好結果的。所以要先設法使「無常」對你來講是個很真切的問題。你想得深刻了，才能使你確定什麼是對將來這問題有幫助的，然後你才會努力做這些有幫助的事。當然，我們知道有幫助的事就是修行。所以，你要怎樣才肯努力來修啊，就是要先對「無常」有深切的體會。

怎樣才會對「無常」有很深切的體會呢？比方說，一個方法就是到醫院去；沒有病也可以去呀，去做義工啊，去幫忙照顧那些病人啊。你看到他苦的時候，你就很慶幸啊，唉呀我還好，現在沒有遇到；可是真的不知道，哪時候遇到一個意外事故，我就會變殘廢；什麼時候遇到一個重病，我就是眼前病人這個樣子。這樣子反省，你就不會懵懵懂懂的過一輩子。你就比較會警醒了 - 現在沒有事是多麼難能可貴，那麼趁這個時候就要來做有益自己並且有益別人的事情。因為你將來遇到那些事的時

候，即使政府照顧一切醫藥，你心裡還是一直在抱怨，受不了這個苦啊。所以，平常趁著沒有事就要調養自己的心地，修自己的言行，多做好事，多修佛法。那麼到困苦的時候，一來因為你是個好人，別人願意照顧你；二來因為你做多了好事，又有修佛法，你心裡會有一種安定的力量，使你能夠安然的過關。

另外一個修無常的方法就是有時候，不必等到清明，像周末有空啊，我們就好像到郊外走走一樣，找幾個人啊，大家一起到墳場去。到了墳場，先給他們念念佛啊。念佛的時候，把帶去的米放面前地上，以佛號加持這些米變成甘露。念完了，大家分頭在墳場內走，邊走邊撒米，使這些孤魂野鬼得到佛菩薩的甘露。在撒米的時候，你就要一個一個墓碑讀一下。這樣子一來，你就會對「無常」有很深切的體會。

我當年第一次去這麼做，是因為我讀陳上師的書嘛。我就帶太太跟小孩，三個人去附近的墳場去走。在裡面差不多一小時慢慢撒米。出來以後，就去給小孩買鞋。進了鞋店看大家只在那裡講買鞋子的事，那種感覺就好像剛從另外一個世界回來。我們平常過日子，就是完全沒有想到死亡那邊嘛；如果沒有事，誰會跑到墳場去？因此頭一回去墳場，剛回來時，那個印象非常非常的深刻。我太太最初聽到說要去墳場也是覺得怪怪的 - 為什麼要跑到墳

場去？會有一點怕怕嘛。可是真的去了，就覺得說這是很好的，使我們比較開闊了。

以前看事情都是只從生活的這邊看，沒有想到死亡那邊。因此在生活這邊都是打如意算盤。哦，我再來要怎樣，我再來要怎樣，等到我老的時候要怎樣，都是打這樣的如意算盤。可惜的是，沒有人可以給你開一個保單說一定活到那裡哦。所以，你如果經過這樣的提醒，兩邊都看到了，就不會整天只在那裡，自己編一個夢說，我將來計劃怎樣。這樣一來，你就不會煩惱太多；很多事你知道說將來不知道，不必操心那麼多，結果你就過的日子比較解脫，比較灑脫、比較快樂一點。

一天修行、寫作啊，到了下午五點都累了，那我就到墳場去走一圈，差不多要一個鐘頭。美國的墳場不像我們這邊，都整理得很漂亮，就像在公園裡。走路時不會說，哦草這麼多，很難走啊；而是很容易走啊。但是我就故意走在墓碑之間，這樣才可以讀那些墓碑。我每次這樣走啊，很奇怪就是，這樣走一圈回來，自自然然的，到要出來的時候，我就覺得煩惱就是減輕掉了。因為你原來會煩惱，都是為了世間這些人與事。一到了那裡，面對的是生死這個問題，這些世間的人事都顯得不成問題。但是我們如果沒有那樣子去墳場走一下，就不能看穿我們整天在煩惱的其實是一些不成問題的問題。往往你在心裡想說，哦某某怎樣啦，在那裡計較

這、計較那，計較個沒完沒了，其實那個人跟你心裡想的不一定是完全一樣的。他那個人現在也許想法又變了，他已經改變而你並不知道啊。你只是在跟自己心裡那個人這樣子糾纏啊。可是到了墳場這樣走，就可以得這一種清心的好處啊。所以我修無常的一個方法就是去墳場，邊走邊讀墓碑。

這個方法也是修悲心啊。你容易看到說，大家實在是平等啊。現在的高高低低，到頭來都好像做一場夢；到那裡就都這樣很平等啊。那麼，修悲心就是說能夠對這一些跟我們不是有親戚、朋友、同事、同學等私人關係的亡者，去到那裡對他們一樣，都是念佛為他們祈禱；這樣修自己與眾生一體的慈悲啊。

這樣子走了好幾個月以後，我就自然地有一些感想；綜合起來，我寫了幾首詩啊。現在我讀一讀給你們聽。順便講一講剛剛發給你們這張詩稿；這是從一位劉欣如教授的文章裡面複錄出來的。因為他那篇文章主要是在介紹我寫的關於在墳場修行的這些事情，所以他把我這幾首詩也抄進去了。現在我一首接一首讀一下、講一下。

尸林漫步踏斜陽，一一墳誌用心讀；
寥寥幾字名時地，聚散長短自然陳。

就是說，我在墳場（也叫尸陀林）裡面，在傍

晚的時候 - 傍晚的時候太陽快要下山了，豈不是更讓人感覺時光就要逝去了，這時無常的味道比較重囉 - 我在那個時候，在墳場裡面散步啊。當我一邊走，我就一邊讀這些墓碑上刻的這些字啊。但是我讀的時候，是用心讀的啊。比方說，在美國很多都是夫妻合葬，墓碑上就刻著，這位先生是幾年到幾年啊，如果太太還沒有走就把死期留著空白；有的太太也走了，那我就看看誰先走啊，隔了多久呀，這就一個故事在這裡了。「寥寥幾字名時地」啊，墓碑上通常最多是一句說什麼，哦，「永遠在我們的心裡」啊，或者「在寧靜中安息」。其餘當然是你的名字、什麼地方的人、生年月日、死年月日。你不要以為一個墓碑上都是有生日和死日啊，有的只有一天呢，有的嬰兒出來就死了，都有啊，所以有的只有一個日子。「聚散長短自然陳」啊，就是說這個人間的關係啊，大家聚在一起呀，什麼時候分開啊，多久在一起，多短在一起啊，都在墓碑上這幾個字裡面就寫出來了。

那你看看啊，你本來滿腦子想的就是，哦我這一生怎樣啊，什麼事業啊，什麼什麼啊，可是一到那個地方都不算了，只有兩個日期，就是生死各在哪一年哪一月哪一日，這樣子而已啊。所以說「一生憂擾或爭執，世間功名與榮華，至此皆如霧消散，唯餘生辰與忌辰」。你一生自己心裡很苦惱，或者跟人家爭這個、爭那個。或許你一生依世間說你有什麼很大的成就啊，有什麼功名啊，一到了這裡

就好像霧被太陽照到一樣，都沒有了，都不算了，剩下的就是生日死日，這兩個日子人家紀念一下而已。

你到墳場去看一看，有的就是今天剛來的。在美國今天剛來的你怎麼知道？就是那些人家送的花都堆在墳上的。凡是這樣一堆鮮花覆蓋的，就是今天剛到的。至於其他的，要是遇到節日，或者可能是這個人走的紀念日，那麼墳上會有些鮮花，或者假花。小孩子的墳，就有的還放些玩具，像風車之類的，插在那裡。比較講究的，到了聖誕節還有親友去裝飾一棵聖誕樹給你。復活節則插滿了白百合。但是，也有些比較老舊的墳，也沒有人來掃囉。在舊金山郊區也有華僑的義山，就是華僑的公墓，那你就看得出來，在那個最邊邊的地方，都是很陳年老舊的，有的就等於只有一塊磚頭一樣，連刻的字都不清楚了。那種大概都很久沒有人去掃了。

「生前貴賤貧富殊」，在我們活著的時候，社會裡分得很厲害啊，對不對？那麼，「各據地盤與山頭」，我的勢力範圍是這樣啊，我們的組織是怎樣啊，有種種的分別。可是呢，「死後同聚尸陀林」，到了最後，大家的歸宿是同一個地方，並且「枯骨橫列成比鄰」，現在都成了好鄰居，隔壁就是了。

「死者是我真教師」，到這時候，我的感覺就是

說，咦！平常講經啊，講理論啊，講來講去，好像還比不上這些活生生的在這裡陳列的這一些死人啊。他們是真的給我上了一課啊。他們雖然沒有講任何話，但是，他們卻能「無言傳盡無限訣」；雖然沒有講一句話，但是他們把死亡的事實傳達給我，就使我從生活裡這些有限的想法，有限的煩惱裡面解脫出來了。他們就教了我怎樣子可以達到無限。他們不用講話，但是他們就開導我們了。只要想到最後這一刻啊，活著的時候心裡的這些煩惱實在是多餘的啊；不必這樣苦惱過日子，可以過快樂的日子。「墳場歸來心自淨，此行無生勝有生」啊。你這樣子從墳場走一圈回來的時候，心裡自然的清淨了，也沒有念佛，也沒有人說什麼道理，但是你原來那些煩惱，面對生死問題的時候，自然消失了，所以心裡就自然地恢復純潔了。我們這樣走一趟的時候啊，我這裡是仿古詩中的名句，「此時無聲勝有聲」，但是故意講說「無生」，就是指這些已走的人，「有生」則指我們尚活著的人，這一些人給了我們很好的教導了，所以說「此行無生勝有生」啊。這句詩的另一個意思是，佛法的空性是講「無生」的，你在這裡就領悟到「無生」的道理了。比起我們平常的執著有無，爭執不休，這時候就接近領悟空性「無生」超越「有生」的道理。

「經行尸林頓然悟，生死只隔咫尺間」。這就是說，在墳場裡面這樣子走的時候，忽然間自己瞭解了什麼一回事呢？「生死只隔咫尺間」啊！這句話

也是一語雙關啊。頭一個意思當然就是說，我是一個活人，腳邊就是一些死人，這是活人跟死人在空間的距離上很近。另一個意思就是，其實我現在活著跟我的死去在時間上也是太近了。只要這一口氣接不上來，就是死人了。活人跟死人的界限其實非常非常的接近。我們沒有一定那一刻走啊，你到墳場去，一看就很明顯，什麼年紀走的都有啊。

我去墳場有時候就問小孩，要不要去？我沒有勉強他們。他們去了，我也會叫他們讀墓碑。在美國的墳場往往把小孩子葬在一區。而且在小孩子的墓碑上，通常會刻一隻跪著的小綿羊。我就叫他們看啊。他們年紀雖小，但是因為去墳場這樣子走過，就知道說，我們小孩子也不一定活很久，就有無常的觀念了。這樣並不會使小孩子害怕，只是幫他們早點瞭解，人生就是這個樣子。

「一旦覺悟死生近」；這個講的是真正的經驗啊。有一天我在墳場走的時候，忽然就在那一刻很明確的感覺說，唉呀！生死是那麼接近啊。一覺悟這個道理的時候，「頓時花鳥有閑情」。你要是心裡很忙，都是公司的事、私人的事、種種的事；那麼，不管風景再好，鳥在叫，你也聽不到；花正開，你也沒有心情看；趕快辦事去啊！可是，你一瞭解說，我們這一生不知什麼時候就要死，這樣一知道的時候，世間的事情就忽然沒有那麼重要，因為覺得它們沒有那麼重要，心就從平常的煩惱裡解

脫出來；一解脫出來的時候，這個明媚的風光，自然就在你眼前了。本來都一直在那裡，但是你不看它了，因為你被煩惱縛住呀。所以，你若要享受人生，還得先有這樣的覺悟。

我們講無常，不是要讓你害怕。而是使你瞭解了人生的真相，你才知道什麼是該輕的，什麼是該重的，你才有可能把不必煩惱的早點丟開啊。等到你丟得開了，心中開朗了，你才能享受這個自然美好的人生。而且，小事不計較了，自己好過，別人也好過，世間就容易和諧。

我一覺悟死生近，就馬上覺得說，「那來時間行爭論」啊？為什麼要吵這些事情？沒有必要啊。你也不曉得什麼時候得走，我也不曉得什麼時候得走，兩個人卻爭個不停，等一下就沒有人跟你爭了，等一下我們就都會覺得說，唉呀，何必爭？有更重要的事情呢！所以說，「那來時間行爭論？何不放下任自真？」就是說，平常做事情，有很多世間的顧慮 - 這樣做誰會說我怎樣，誰會想我怎樣，這樣不行啊，非怎樣不可啊 - 自己就很煩惱。何不就把這種顧慮丟開，你就是隨順自己的真性情；這不是叫你亂來，而是說，只要照著自己純真的本性來做一個人就好了，不要老是在那裡想說，非怎樣不可啊，人家想我怎樣啊，其實很多還是你自己的猜想而已；不要這樣自尋煩惱。「虛偽逢迎只因迷」。我們往往不敢老老實實照自己心裡想怎樣，很

純真的表現。你就覺得說，這個人我不這樣子做的話，他等一下要計較啊，結果你就是外面一套，心裡一套。你所以會有這樣虛偽的表現，是因為你心裡還沒有搞清楚，還在想說，我不曉得還活多久啊；活著，就得把這一些應付得好好啊，這樣才行啊。其實也不一定要這樣應付才行啊；大家真正喜歡的卻是那些很天真的人啊，而不是喜歡一個會拍你馬屁的人啊。但是有時候我們沒有想透徹，就會做這些虛偽逢迎的事情。「無貪無求樂天真」，不要貪啊，到最後什麼是你的啊？你要是有貪有求的話，得是不一定能得到，苦卻是一定會有的。所以無貪無求；自己的天真最要緊啊。純真過一天，就是賺到一天啊。

「此刻同聚不久長；誰能保證再見歡？」我們現在能夠在一起，就是很難得；沒有人可以保證說，什麼時候我們可以再見啊。分別時候都說「再見」，實際上沒保證啊；所以在一起的時候，要珍惜這個機緣。「拋棄心機與城府，笑顏相對樂一場。」把心裡的計較、防範，儘量的拋掉。大家在一起和顏悅色的，這一刻能夠得到快樂，就是最重要的了。這種說法似乎太天真，但是解脫的智慧就是超越世間的利害而選取天真啊。

「苦海浮沉迷失客，早日醒悟死非遙！」就是說，人間有很多苦；因為世間種種的苦，我們隨著浮浮沉沉，有時候心情稍微好一點，有時候又低下

去了。那麼，像我們在這樣情況的人，就需要早點瞭解，死的日期是離現在沒有多久啊！我們最多也不過百年，對不對？大部份人的壽命還沒有百年，何況我們又是已經一把年紀了，真不曉得那一天死期就來了。「一朝識得無常道」，只要有一天瞭解無常的道理；「一生和平與逍遙」，你要是真的瞭解了，你這一輩子就可以過和平與逍遙的日子。為什麼？因為你就沒什麼好爭了，你也就不虛偽了，你就能過純真的日子了。以上這些是我在尸陀林散步的感想。

除了這個方法以外，還有一個方法修無常，也是我自己發現的，也是很有實在的效果，我現在向大家介紹一下。我們通常學佛，也講無常，但是講來講去往往只舉個例子講講，或者說一般的道理：不曉得什麼時候死；一定會死；沒人可替死。這些大家都知道啊。這樣講只是理論上的探討，我就思考怎樣才能把佛法的理論和我們日常的生活連在一起；因為只有當我們把理論實踐在生活裡的時候，我們才會得到佛法真正的好處。

我怎樣把無常的道理跟生活連在一起呢？在四、五年前，有一天我就開始用一本小冊子，我把它叫做「無常簿」；這並不是說我想做閻羅王啊。我就開始記下那些我真正認識的死者，親自見過面的人，不管是親戚朋友，或者是偶而碰見的。比方說，我到醫院看某人的病，可是旁邊有個病房，那

個病人走了，也就是說只要是自己親身經歷過的，已死的；你若知道名字，就把名字記下來；不知道名字，就寫個敘述，比方說，某年某月某日某某醫院的一個病人，就這樣子。這樣一開始寫，我那時大概四十歲，就發現說，一個人四十歲而已，可是記得的實例就太多太多了。關於這個修法我寫過一篇文章，叫做 記無常簿 。我就發現這裡面也是有年輕的，有為學業自殺的，有為婚姻自殺的，有因感情糾紛被殺的，有因生意上利害被殺的，有病死的，有忽然死的，有胎裡死的；這麼多的種類。當天寫了一些，到了晚上正要躺下去的時候，忽然瞭解，原來在這之前，我心裡有一個自己騙自己的念頭，好像說，死亡不是我的事。如果理智的想，這明明是自欺嘛。可是我們習慣的就是沒有去想死亡，因此對死亡就好像自己騙自己說，好像不是自己的事。因為當天面對這樣一個又一個，一個又一個，真正死掉的這些例子，結果在那時候就衝破了自己騙自己的想法。很糟糕就是這種自欺的妄想，如果沒有衝破的時候，並不知道自己有何。這就是說在修行上我得到這個方法很大的幫助，因為從自己不知道的錯誤觀念中突破出來了。而且後來才發現說，我們即使是親自經歷過的親友的死亡，因為有的已經過那麼久了，甚至已經忘記了。過了好久以後才忽然想到，唉呀！還有某某還沒有寫到的。因為我們從來沒有把它當一回事要記錄；錢的話是每一筆都記住了，死亡卻沒有記過；現在一登記才知道，還有的沒有記到呢。

此外，那一天還有感應的事蹟，有照片留下來。馬來西亞太平的邱寶光大居士在印行《記無常簿》的小冊的時候，也曾把那張照片印出來。那一天我記完了，就把那本簿子放到綠度母佛像之前——綠度母是密宗的菩薩，是觀世音菩薩的化身，代表觀世音菩薩的慈悲。我把無常簿放在那尊像的前面，就是祈請她來救渡這些眾生的意思啊。寫到那一頁就這樣開著放在那裡，然後就點一柱香上供。那一柱香整隻點完了，而香灰卻沒有斷，並且彎成香頭朝向綠度母的右手。綠度母的右手是垂下的，表示布施和接引眾生的意思。那個香頭就是指著綠度母接引眾生的右手，而且那柱香灰就保持這樣很久，過了好幾天才斷掉。

這個方法你自己可以試試看。一來，使得抽象的無常的理論跟你自己實在的生活連在一起，對你有很強的說服力，使你認識無常這個事實。再來，你把無常簿擺在佛桌上，放在佛前請佛菩薩超渡他們，那麼你也藉此修慈悲心啊。從現在開始，你每次遇到，哦，又是誰走了，你就把他也記進去，那麼這個無常的事實，就會常常在你的心裡。這樣子可以幫助你這一生過得比較平穩，也就是過平衡的一生啊。我們看事情若只是看一邊，就是偏見。只看到生活的一邊，過的就是不圓滿的一生，因為只打如意算盤，沒有想到來到盡頭該怎麼辦啊。現在若能生死兩邊都看到了，就好打點說，這一生值不

值得花這麼多時間搞錢？還是應該把時間精力省下來，做一些死時可以真正不後悔的事。到死的時候錢不能幫你啊，名也不能幫你啊。反倒愈有名利可能愈成問題啊。往往都是屍骨未寒而爭產的吵架已經開始了。愈有世間的利害問題，到死時愈不得清靜安寧啊。到時候真正能幫你的，就是你心裡有沒有平安。但是心裡的平安不是自己說，我是個好人，就會有平安；那是不可能的。完全靠的是服務一滴，到時候心裡就有一分的平安啊。所以最重要就是對人家的服務啊；這是你一生唯一的財富啊，其他都不是啊。所以要早點認清真相，開始改行，努力積這種真正的財富啊。錢如果不能現在用掉，一口氣不來就不是你的了；你這一輩子只是個財奴，並不是財主啊。你能夠用它在公益事上，能夠造就人家，那麼，這才真正是你的。感恩的人都會說這是某某做的，某某給的。

還有一點是，想到無常，想到死，才知道說我們人是相當孤獨的。人生的一些事情，老、病、死，都沒有任何人可以替代。即使有個人真的是世間少有，愛你勝過於愛他自己，他也是愛莫能助啊。唯一能助是你自己心裡已經有平安，修過了，修到這個程度，超越了個人的生死，那麼你在生死關頭才有安定的力量。所以真正愛自己、真正愛別人，要使他到時候能夠超越生死，而唯一的方法是靠平常的修持啊。所以，念佛、拜佛、這些修法，要很認真的做，到時候靠的就是這些。愛別人也是

要千方百計把他引導到他能夠自己修行，那才是徹底的愛，其他的都是過眼煙雲，幫不了多少忙。

以上是從生死來講無常，另外還要講的，像陳上師常常提起，西藏有位大成就的祖師叫密勒日巴，他是修苦行的，一輩子都住高山的山洞；這樣子修的人啊。那麼，這樣的人說什麼是入佛法的門？現在我們大家都說，我已經歸依三寶了，我是多少年的老佛教徒了；但是在他來講，那樣大修行的人，他卻說「無常是入佛法的大門」。這是什麼意思呢？當然這不是說要等到死了才是進入佛門，而是說你要是對無常有真正的體會，體會到無常那麼迫切，體會到說，世間不得不放，因為反正遲早得放；修行要馬上修，因為這是真正有益的。你要體會無常到那個地步，體會無常到你真的世間的看得開，放得下，修行上是真的努力精進，那時候你才真的踏進佛門啊。現在歸依三寶的儀式是佛、菩薩慈悲設立的方便。要是你嘴裡念了皈依，頭也叩了，而心裡還是世間那一套的話，你還沒有進入佛門啊。佛菩薩的儀式是慈悲把門打開，你不實修就是自己腳沒有走進來啊。你不但腳要走進來，心也要進來啊。心不進來，就是腳進來也沒有用。所以就是要認清，無常才是入佛法的大門。

無常在佛法裡是非常重要的。佛法的根本基礎叫「三法印」，就是說佛法以這三個最基本的概念為判別內、外道的標準。苦就是認清，世間

這些即使樂也不能長久，樂極總是就有悲。認識了這些真相，我們要怎樣才能夠離苦得樂？就需要認識真理：一個是無常，一個是無我。但是，無我是很抽象的，不容易瞭解。至於無常，你只要注意看，一切真正是無常啊！世界變遷多麼的快，你有什麼可以抓的？你抓的只是你心裡一個執著；其實一切都不是任何人可以控制說，要怎樣就怎樣。不管你希望怎樣，都是沒有用啊。你要是認清事情真正是無常，無常到沒有什麼可抓的時候，沒什麼可以抓那自然是「無我」了。「我」只是我執而已嘛，只是自己執著說非這樣不可啊，你跟我就是這樣的關係啊，這樣、那樣的偏執。要是知道這種種偏執都是自己心裡在攪亂而已，並不是事情的真相，就容易得解脫。所以，無常不但是入佛法的大門，而且是佛法徹頭徹尾的真理大道。你要成佛的時候，成就的是什麼？還不就是說，看清無常，就能無我，就無事解脫了。

無常既是佛法徹頭徹尾的一個道理，我們學佛應該注意它，而注意的方法就是利用我剛剛講過這些實際的修法：記無常簿；不時到墳場走走；遇到有人臨終，我們去助念。今天我助他，明天就是換別人助我了。要在實修上努力，不要只是在理論上大家都會說無常，等一下又是說無常所以肚子餓了，趕快去吃美味的素菜啊。實修無常是要在比較重大的事情上去修。今天就是講到這裡。如果有什麼問題，大家來討論。

問 答

一、問：聽說林博士有神通的經驗，能不能講一些感應給我們聽聽？

答：講給大家聽，那要說明這是這樣子的。頭一點呢，感應的經驗是有，但是我不喜歡說是有神通，因為這種是有我執的話，就講說我怎樣，我怎樣，我怎樣。所以佛法一般而言，不喜歡講這些，因為這種講法會把你害了，你知不知道？你就整天在那裡說，噢，我有一個什麼夢啊，我什麼時候又見到什麼啊；這樣子也是不對啊。佛法的道理其實就是要使人得解脫。最好的就是能夠平實的過日子，那才是真的大修行、大成就。你要是整天在那裡講說，我是怎樣高明，我有什麼神通、法力，那在修証上還早得很呢！因為那就等於說，你一般世間的這一關雖已突破，另一層光影上的執著也還不是出世間，因為照佛法講連天道都還是在輪迴裡，也還是世間，你還有不同層次的關還沒有突破。

但是，有時候需要講一點是為什麼呢？目的是讓大家知道，實際上有超出一般感官所能覺察的經驗。佛、菩薩、天龍八部，這些事情都是真的。你知道了有這回事，那麼你念起佛來的時候就會更認真囉，因為既然這些是真的，你只要努力修行，佛、菩薩是慈悲的，既然你順著他的教導，他當然會保護你，天龍八部都會保護你，這些都是真的。還有，比方說，有的人會遇到鬼啊；遇到鬼你怎麼辦呢？不懂的話你就只知道怕，對不對？你如果知

道說有佛、菩薩，有感應這些事情，那麼你就知道沒有關係。遇到這種事情，我自己不知道該怎麼辦，但是我歸依佛了，我就向佛、菩薩祈禱，就會得到保佑，不用擔心這些事。

既然我們現在講的是「無常」，我就講有關無常的感應。陳上師傅我的，密宗超渡的方法，叫「頗瓦」。修頗瓦，有時候會看到那已過去的人就真的出現了。我第一次有那個經驗的時候，是給一個朋友的媽媽修法。在他們那個靈堂，棺材在那邊，這邊一張遺照，我對著相片在修法。因為以前沒有這種經驗，當時也不覺得，但是事後一想，噢！我剛剛怎麼看到她出現。看到的是什麼樣子，就是說，我是張著眼睛在修這個法啊，這樣的時候，一切現在肉眼看到的情形都沒有變，但是同時就看到那位媽媽出現了。那位媽媽本來就女人來講還蠻高的，因為她比我還高嘛。但她那時候出現，就顯一個比較小的樣子，她穿的什麼樣的衣服，上面有什麼樣的花紋都是很清楚的。但是，你看到這一個的時候，她不會擋住你肉眼看到的東西，也就是我同時看到兩者，原來的都在，然後那時候又看到她。

後來還有一次是有位佛友在洛杉磯遇到車禍。洛杉磯離我住的地方大約五百英里。他們幾位佛友在餐館裡面，外面那條路太彎，從高速公路剛下來就正對著這間餐館，有一部車子就衝進來了，駕駛是位老人家，不曉得怎樣就衝進來。那時候另外的佛友打電話來，他們也不曉得說在裡面是誰過去了，因為警察把現場封住了，只聽說有兩個人過

去。不管是不是認識的，既然聽到說有人過去了，我就為他們修顏瓦了。我修法的時候，那位佛友就出現了，全身血淋淋，身體那裡撞成什麼樣都很清楚。但是形體也是縮小了，他是很高大的，出現的是差不多五、六歲小孩子的大小；整個形體就是照比例縮小，縮成那個樣子，就這樣出現一下子。所以我們人走了以後，要燒紙錢，要請法師超渡，都是真正的事情。所以你現在自己努力修行的話，本來因為前世的因果會遇到壞事情，就可能大事化小，小事化沒有啊。或者本來要轉世輪迴，也可能改生善道或往生極樂世界。所以修行是需要努力的啊。

二、問：如你講無常，我們的心真的是無常。我們有時想起來，想到這些事情，我們就要精進的去修行。可是過了一段時間，我們的心又無常了，就不要念佛了，放棄它了。那不久的時候，我們又遇到某種的情形，就又開始回來修這些法。因此我們在修行上是斷斷續續的。這個心也真的是無常。要怎樣去克服這種心情呢？

答：克服這種無恆心，有兩方面，一方面就是要利用我剛剛講的那些面對現實的法子，到墳場去看啊，記無常簿啊，或者在讀報紙、看電視的時候注意一下，每天都有好多這種事情。看到的時候，不要想成說都是別人的事，不曉得什麼時候就輪到自己。在座有位佛友以前曾被人家刺殺，那根本不是他的事，卻忽然遇到了。像這樣的事，人生就是不

知道什麼時候會遇到啊。前生造的業，不曉得什麼時候報應就來了。另一方面，就要靠養成一個做定課的習慣。要是有了做定課的習慣，即使忘了無常，至少在做佛課時，心可以比較清靜。這樣子做久了，人就慢慢會改啊。修行就好像種樹，每天澆灌，它就長得好啊。你要是每天做一個定課，久了你的內心就會發展得很好。

最主要就是說，要是遇到退懈，也不要變成整天在那裡自責：唉呀！我這麼不用功，我這麼不精進！這樣也是浪費時間，因為這些想法並不是佛號，對修念佛沒有幫助，還是一種我執。所以那一些並不需要，我們要的只有佛課本身，只要有空我們就做功課。像你們已經來往的都是佛友，這樣就很好，因為他們不會把你帶壞，大家走來走去都還是到佛教會聽經、拜佛、念佛，這就很有幫助了；大家互相維持嘛。還有，你也不用太著急，因為人生的際遇不容你沉迷，佛理並不是空洞的話，遲早你會遇到一些事，叫你不得不看破世間，不得不努力修行。問題只在看你被蛇咬要第幾次你才知道蛇可怕，就是這樣而已，對不對？

三、問：如果一個人認為一切無常了，他是不是就，反正無常，什麼都不管了，也可以亂來了，也可以不要有計劃了，是不是會這樣呢？

答：很多想法都是在理論上推出的結果，在實際上行不通。就像一個不會游泳的人，站在岸上，看到有人快要沉下去了，他喊說：「你為什麼不這樣做

啊？你為什麼不那樣做啊？」憑空臆測的跟當事人的情況往往是兩回事。同樣的，無常這個觀念，照你現在這樣講起來會有這些結果，其實是你對無常還沒有真正深切的體會。你只是現在聽到人家講一個無常的觀念，就從觀念上來推論，你想到的只是，既然是無常，那麼，我現在反正是健康的，我只要現在過得快活就好，我也不用計劃，我也可以不管別人，為所欲為。其實真正對無常有瞭解的，會說，我現在雖沒有事，下一秒有沒有事，不知道啊。並不是說下一秒就可以任意，要怎麼做都可以了。

此外，雖然臆想上好像可以隨你高興亂來，事實上等一下還是要吃飯，對不對？那你吃飯，不是說無常你就去搶了，那你馬上會被捉起來，你當然也不願意囉。所以無常並不能離開生活來談，而是瞭解到，因為無常，大家都在一個不安穩的情況下，不曉得什麼時候會遇到車禍，會遇到病，會遇到什麼事。在這種情況下，我們愈是要珍惜說，現在那些苦惱的事情還沒有來到，所以要設法使我們將來若是遇到那些問題的時候，痛苦可以減到最少。要達到這個目的，並不是說，就不要有計劃，不需要工作，哦我們不需要種田了。那你這一回春天不下種，到秋天要收什麼呢？你就不要吃了；當然不會這樣，因為沒有人會那麼笨嘛！

有了無常的瞭解以後，你就比較不會過份的糾纏，或者過份的貪求、營謀。為什麼？因為你知道一切是無常啊，這樣做，到時候也可能白辛苦一場

啊。此外，我們剛剛已經提醒了，人生的大問題能否解決還要看你心裡的清明與安定啊。你心裡不安的話，錢再多也沒有用啊。你這個人做得那麼壞了，根本沒有人要理你呀；錢再多也沒有人管你啊！這一層也是很現實的問題。你剛剛那個講法就好像說，有人可以不管別人怎樣，任意亂來，還是可以過安穩的日子；事實上沒有那麼簡單的事啊。你真正很深入，很實際的去想的話，你愈想無常，你就愈覺得人不可以不謙虛，不可以驕傲，要幫助人家。我們生活在社會裡完全是靠大家互相關懷與合作。所以，你說的只是一種猜想，是不切合實際的；實際生活是沒有辦法那樣隨便。所以，並不會有你提出的問題啊，因為在生活裡行不通嘛。

四、問：請林博士告訴我們，密勒日巴祖師修行的情形。

答：密勒日巴祖師是西藏古代一位大修行者。我們現在是講無常，所以我講一個他修無常的例子。一般來講，住在山洞裡修法，已經是很難得的苦行了。而他是難得到什麼地步？他不願意出去要飯。他覺得說，要飯也是浪費時間。那怎麼辦呢？他的山洞外面，只有一種叫蕁麻的野生植物，他就是只吃蕁麻。他就是連乞食的時間都要省下來。因為他多年都是只吃那個東西，所以後來全身都是綠色的。我並不是在鼓勵說大家去做這種過份的苦行，這是少有人能做得到的。但是我們現在講無常，就舉例說古人有的精進到這個地步啊。

有一次他出洞小便，小便完要回洞的時候，他那已經破裂的衣服被有刺的樹枝勾住，他一拉，拉不開，頭一個念頭是想把這樹枝折斷，或者把樹劈掉，可是第二個念頭馬上就起來說，這樣又是浪費時間，所以他就用力一拉，衣服破就破，他又回洞去修了。他修無常是到這個地步啊 - 剛有一個念頭起來，第二個念頭就是無常，就又把頭一念放掉了。這些就是密勒祖師實修的例子。

真正精進的話，都是在念念上修啊。所以你說我們修念「阿彌陀佛」幹什麼？就是因為我們的行為根本上還是隨著念頭在轉來轉去，所以要徹底修行的話，就要能夠念念自己都覺察。念念保持「阿彌陀佛」的話，那麼你就真的修到了。

哦，講個笑話。我們那一天到一位張居士家裡去吃飯，席開兩桌，一桌是很好的素菜，一桌是客家人特有的咸茶。然後這位居士啊，他這一桌吃一吃，就移往另一桌去了，因為他兩邊都要吃啊。我就和他開玩笑說，你不留在原位就是無常囉；因為無常你就出離了，你從這一桌就過去另一桌；那你很精進啊 - 那裡有好吃的你就過去了。這是開玩笑的。

五、問：請您告訴我們那裡有您提到的 記無常簿 的感應相片。

答：這是在我以前寫的一本書叫《修途隨筆》內。裡面有一篇文章就是講記無常簿這個修法。你們有興趣的話，請你們的主席複印給大家。這本書的最

前面有一張相片，就是我剛剛講那一個感應的故事。你看，這邊就是綠度母的像，她的右手不是垂下在這裡嗎？那你看，這邊就是那柱香灰啊，整枝燒了以後，香灰完全沒有斷，並且這樣子彎下來，然後又往上去，就指向綠度母布施、救渡的右手。這本書你們可以傳著大家看一看。

我這一回來馬六甲，頭一天在人生佛學中心說法。開始講的時候，我就注意到，那尊大佛前面供的環香，香灰形成垂直的一圈而沒有掉落，當時我也沒有在意，就開始演講了。等我講完的時候，轉身一看，經過那麼久，香灰已經轉成兩圈了。我就跟大家講，大家就來前頭看，並且照相留念。後來，佛堂後面的地藏菩薩前面供的環香也是一樣，不過只形成垂直的一圈。這個感應也是很特別的，預兆這次來馬弘法從頭到尾都會圓滿。環香是扁的，而香灰不但沒有斷，並且形成垂直的兩圈。（請參閱本書前面之相片）

六、問：請問林博士，你提到送寶瓶給龍王，我想知道那是什麼意思？

答：密宗傳統就有送寶瓶給龍王，因為龍王是管風雨的，所以遇到旱災，就裝一個瓶，裡面放一些寶貝，放一些祈禱的符咒，送給龍王，請他加被下雨，解除旱災。陳上師在印度閉關時，海龍王去向他下跪，請他來美國弘法。陳上師說，龍王的神通力量很大，跟天神差不多，那麼我們為什麼只能向他求雨？也可以向他求別種的加被才對。此外，他

想說，當我們向龍王有所請求的時候，我們也不要太自私，只想我們自己的願，也要替龍王想，所以他就要加入替龍王祈禱能早日成佛。因此寶瓶裡加了中藥的補藥來幫助龍王開發五輪，早日成佛。並且龍后如果幫我們向龍王請求，一定感應更快，所以我們又加入給龍后的首飾。所以除了傳統的東西以外，我們加了這些。

從陳上師到美國的第二年開始，他就找到龍宮，在太平洋的一個小海灣，離我們住那裡開車高速公路要走兩個半小時，建材小灣（Timber Cove）。從一九七三年到現在送寶瓶已經送四百八十五個了。一直都有感應，所以我們也不用跟人家講，有感應的人他就會跟他的親戚朋友講，人家就慢慢知道了。所求的都是種種眾生的事情，當然也有人是在佛法上，能出離或能夠精進，這一類的。或者說父母能夠晚年有人照顧，那他可以出家，也有求這種的。有人逝世了，在夏天政府防森林火災，我們沒有辦法舉行火供，就請龍王護持他生西。此外，種種世間的事情，有的求婚姻、求子、找工作、求消除家庭問題、公司人事問題、債務問題，都是有感應。就是台灣、香港、加拿大、馬來西亞也有很多人求。因為他送了一個有感應，下次有事他就又想送啊，他的朋友也想送啊，這樣子傳開了。

七、問：在馬來西亞是否有龍王的龍宮？

答：在馬來西亞有沒有龍宮，我不知道，不過聽陳

光輝居士講，有一位林美香居士的先生，去刁曼島的時候，夢見龍王說要求送一個寶瓶。所以他們送過兩次。但那時候他們只是照著書做。所以這一回我來，在七月九日到十一日，我們有十一個人要去刁曼島，送一個寶瓶給龍王。瓶內要裝的東西我們都已經預備好了。但是，你們如果想跟龍王結緣，可以把小件的飾物，首飾之類，交給陳光輝居士，我們會幫你放入瓶內，一起加入祈禱。（補充說明：獻此瓶之後，林博士感應確知刁曼島有龍王願護持佛法。）

八、問：請問林居士，有人念佛時東張西望，是不是心不定？

答：這也不完全一定。但是，若要練習使心定下來，初修的人乾脆就觀著阿彌陀佛是比較好，因為你東看西看就難免心比較散亂。所以你就在佛前看著佛念，或者你垂著頭的話，看著你的念珠念啊，這樣可能比較有幫助。

但是，我們從表面不能判定別人一定是怎樣的，他也許只是累了動動脖子啊。（聽眾皆笑。）所以我很小心，不上當。學邏輯就是這個樣子 - 劍有兩面，不要砍到自己。

九、問：林居士，我想請您跟我們解釋一下，什麼叫做「紅觀音超渡法會」？

答：密宗四臂觀音的佛像，有兩種，一種是白色的，一種是紅色的。這兩種觀音有什麼區別呢？在

某個意義上講是沒有區別的，就是在根本的智悲上是完全一樣的。但是白觀音是顯單身的，紅觀音則顯雙身的。單身表示本來清淨；雙身表示智悲圓融。修超渡的話，白觀音也可以超渡，紅觀音也可以超渡。但是，修紅觀音法行超渡，比較偏重利用密宗雙運法的觀想。

十、問：剛剛在《修途隨筆》這本書上看到你的佛桌上有十字架，那是什麼道理？

答：在我的佛桌上，也供著耶穌的十字架；這是因為陳上師教導我們說，凡是到一個地方弘法，要請當地的神明合作。這並不是皈依外道。弘法也不是要跟其他宗教對立，而是要以真理與智悲的行為來感化當地的人，也要感化當地的神，而且要請當地的神明來協助弘揚佛法。這並不是陳上師獨創的做法。當年釋迦牟尼佛也是這樣子的。你看經書後面都寫說，佛咐囑天龍八部護持流通。天龍八部裡面的帝釋天、大自在天，那些天神本來都是印度教的神明；佛也是把他們教化，然後請他們來做佛法的護法。

陳上師當年從印度來到美國，第一個火供就是供耶穌，因為美國是祂的地頭，人們信的不是天主教，就是基督教，所以我們要請祂幫忙。至今我們每逢聖誕節，還有復活節，都舉行耶穌火供，沒有間斷過。陳上師還特別寫了供耶教五聖尊的火供儀軌。我們這樣做並不是要討好耶穌，而是藉著火供儀軌把佛法智悲的道理融貫進去。這樣子就把耶穌

的人天之道昇華了，提昇到佛法的層次。這樣子的話，耶穌也得到佛法的好處，我們也得到祂的護持。

十一、問：林博士，你對盧勝彥還有天道的看法是怎樣？

答：很多事情都是雙方面的。那麼，如果批評別人，問題是說，對方並不一定願意改，但是你卻很可能和他們糾纏不清了。所以，我認為比較好的方法是努力做正面積極的弘法和實修。這不是要逃避問題，而是仔細考慮的選擇。

我們在實修上往往會遇到這種問題。就在佛友間，也會發現有的人的作法，我們無法同意。那時候要怎麼辦呢？你批評他，他不見得要聽，但是他就是要跟你講到底。因為他覺得他比較有理。事實上，大家的程度、學養、人品有很多差距，不是講得通的。這樣爭執下去，寶貴的時間過去了，而兩邊都沒有得到好處啊。

佛、菩薩的覺悟是永恆的，不在一時一地的得失、長短；佛、菩薩等我們覺悟也是無限的等待 - 只要有人還沒有成佛，他們就老在那裡等著。但是他們並不是消極、被動的靜待，而是千方百計的弘法，安排使我們覺悟的助緣。只要佛法有人在弘揚，佛的道理保存在世間，那麼每一個人領受到多少，覺悟到多少，都有他的時節和因緣。所以，這一類的事情，我是覺得生命寶貴，時間可貴，沒有時間跟人做那種糾纏不清的事，因為每個人程度不

一樣，有理也講不清。

最好的方法就是在積極的弘揚正法上努力不懈。我們要說明，真正的佛法是開示解脫的道路，是要助人解脫輪迴的苦，而不是要使人發財的。這一些基本的見地，學佛的人自己要認清，因為佛法講得很清楚，發財並不能解決生老病死的問題。遇到生死關頭，財產愈多，糾紛愈多，就反而不得安寧。心中有平安，全靠平常老實做人、做事，平常有修行。至於修行的方法，差不多所有的大德都說念佛是很踏實的修法，適於一般在家的佛教徒。

至於那些要繼續追求財富、追求神異的人，我們一時也很難勸化，只有耐心自修，等他覺悟。這樣並不是逃避問題；這種做法其實就是在學解脫啊。如果我們自己不懂得如何解脫的話，又那能幫人解脫？你看多少人就被這些問題纏在那裡，那些時間都沒有在精進念佛了，很可惜呀。我們需要先學解脫；你自己解脫了，別人才能得您的幫助而得解脫啊。

十二、問：佛教有一種陀羅尼被，通常是黃色的，上面印了很多經咒，用來蓋在屍體上，加被亡者；這種被什麼時候使用？可不可以燒？

答：等到他嚥了氣了，就可以給他蓋上去。使用陀羅尼被，是因為我們相信這些經咒有保護、加持亡者的力量，可以幫助他消業往生。我認為陀羅尼被應該是跟著屍體走，就是說你給他蓋上了以後，那麼，火化，土葬都是跟著去了。這樣才是一直保護

亡者的意思。有人說經咒不能燒，不能埋，以示尊重。但在陀羅尼被上印的經咒是要保護這個人的，所以必需跟著他去，而且這樣的埋或燒，並沒有不敬的意味。我們若是執著燒埋的形式而忽略了燒埋的動機，便是真正著相了！

十三、問：一個佛教團體的組織，如果被一些假公濟私的人操縱著，那麼我們加入在這個團體的人，被他們利用之外，會不會算是造業？

答：你不知道的時候不是造業。你如果知道了，就要避免同流合污，你離開就是了，也不要鬥。要是鬥的話，又是浪費時間了。懂無常就是這樣子放得下，因為鬥是鬥不完的，修行的時間就浪費了。要容忍、讓他，而且還要可憐他，因為他不懂佛理才會做這樣的事啊。

十四、問：依戒律說，不可燒經；何以可以火化陀羅尼被？

答：戒律上規定不可燒經，是什麼含意？如果有人燒經，存心是說，這個壞東西我要把它毀壞，那當然是犯戒。但是，比方說有一本經書已經髒了，破了，無心撕壞了，也沒有保存的價值的時候，你怎樣處理它？也有規律說要把它燒了，然後把灰好好埋起來，免得被人家踐踏。所以，主要是看存心，不可著相。我們火化蓋著陀羅尼被的遺體，用意不在燒經，而是在使經咒繼續保護亡者，那當然是要一路跟著它囉。那有說護照到了這裡又拿回來，那

他等一下過不了關，誰負責？

十五、問：請林居士解釋在此鎖圈上所印的法語的意義：築戒律牆，下菩提種，開智慧花，結佛陀果。

答：這些，就我所知，是我師傅所教的「學佛八次第」中的四句。他的「學佛八次第」是用通常栽種、收成的過程來做比喻的。這八次第是：以無常錢，買出離土，築戒律牆，下菩提種，澆大悲水，施定力肥，開智慧花，結佛陀果。

他教說，你要修行，最後要得到佛陀這個果的話，最先得有個資本。什麼是你的資本？以無常錢，就是說你要懂得人生無常；你懂得無常了，才知道時間寶貴 - 不曉得還剩下多少時間，所以時間非常寶貴。有了這樣的覺悟，你的時間就不肯浪費了。那麼，怎樣才是不浪費生命呢？就是要把時間用在修行上面。當你將時間爭取到成為你自己可以應用的，那時候你才有資本開始做修行這件事。

那麼你以這個無常的錢，你要做什麼？買出離土。你有了時間以後，要買出離土。你有了時間以後，要是整天去馬路遊蕩，那還是沒有用啊。你有了時間，就要出離；出離的意思，也不是說你非要一個人跑到那裡去不可，不是這樣子。出離的意思是說，世間這些不究竟的事情，你得過且過，不用那麼費力、操心；然而你節省下來的精力、時間要投入研究佛法 and 修行上面。出離的意思就是說，把心移往佛法這邊來，把行為的重心也是移往佛法修行

上面來，那麼這才是出離。

以無常錢買出離土；有了這塊地以後，你要怎樣開始種這個最後會結佛陀果的樹呢？你先還要做一步預備工作 - 築戒律牆。築戒律牆就是說，你要是不照著佛、菩薩教的這些規矩做人、做事的話，可能不知道要做好事而做壞事去了。

做了壞事，人家就跟你有恩怨，國家要處罰你，這樣子糾纏下去，就沒有時間修行了。所以，先要在這一塊地上面築一道牆，就是身、語、意要守戒律，就是佛、菩薩講的十善要修，十惡莫做。

等你守好了戒律以後，再來就是下菩提種，你就下種了。什麼是佛果的種子？就是菩提心囉。就是說要發菩提心。你做修行這件事，你要有一個正確的認識：你如果只是為你自己，是永遠不能得解脫。只要有一個私心在，就永遠不能得解脫。你要得解脫，你就要了解說大家是一樣，大家都是有情，都是會感受苦而且很難避免苦，都是希望得樂，但是又不知道怎樣可以保證得樂，都是在同樣的情況下，都是有一個身體，所以有老、病、死的威脅和苦惱。在這種情況下，怎樣才能使大家都得到好處呢？就是要心裡有體貼，有寬容啊，並且在行為上需要大家互相扶助、互相博愛啊。過這樣的人生，心裡才會有安定的力量，才能安渡人間種種的苦況。

真正瞭解到上述的情況和道理，而且願意為弘揚這些真理以幫助大眾而來奉獻你的生命來努力的時候，才是真正的發菩提心。一發了菩提心就等於

下了種一樣，所以叫做「下菩提種」。

但是，有了這個發心，你若不繼續去照顧它，它是不會長大起來的。要怎樣繼續照顧它呢？就像我們種東西要澆水、要施肥一樣。澆水呢，就是要做服務大眾的事情；這種服務是沒有企求的，只是本著一種同體大悲 - 體會大家是一樣的，所以要為大家服務 - 這樣的心去做。這種服務叫做「灌大悲水」，因為它會長養我們的菩提心。

等到服務多了，時間久了，個人的心胸就漸漸會比較開闊，煩惱也會減輕。這個時候就是習定的好時機，所以說是「施定力肥」。習定比喻成加肥料，就長得更快，長得更好了。雖要習定，但是要注意，並不是一開始就習定，而是等到你已經守戒律，有菩提心，就是說外面的行為也合規矩，內心也已經發了菩提心，而且已經做了一些服務的事了，那麼這時候習定就安穩，就易成長。

經過以上這些步驟的調養，你的智慧就會慢慢成熟，所以說「開智慧花」，然後「結佛陀果」，那就是因緣時節成熟，它果子自然會來。

十六、問：林居士是否有帶陳上師的舍利來給馬來西亞的佛友供奉？

答：沒有，我沒有帶陳上師的舍利來，因為陳上師的舍利子我若分贈的話，那我就不知道要怎樣處理，因為太多人都想請一個；這是供不應求的事。所以我想比較有意義的做法是，以後要是真的有實修的人，那麼我們有壇城，也有分壇，再在各個分

壇去供奉，也不是給那一個個人；那樣子比較有意義。

十七、問：在陳上師遺體火化的時候，聽說有好多瑞相，請林居士談一下。

答：陳上師遺體火化的時候，詳細的情況已寫在書裡，現在一時不一定能講得很周全。但是可以講的就是，頭一個就是有很多位在場的人聽到有一個念「阿、搭媽搭土，阿」(普賢王如來咒)的聲音。另外一個很特別就是，等火化過了一天我們才開爐捨舍利，因為不然太熱，我們要去揀舍利就不容易。開爐一看，他的整個頭骨都還是完整的，因為很多人的頭骨經過那麼高溫的火化之後都是碎成一片片的，而且我聽人家講，一般大多是灰黑色的骨頭啊。他的骨頭有很多純白的，還有種種形色的。剛開爐整個頭骨完整，那在八十一歲的老人是很難得的。

十八、問：修練佛法，不論老、中、少年之人都念佛，但他們所得之利益，是不是都一樣？

答：這要看你怎麼講算是得利益。如果說佛菩薩給的加持，那是沒有分別，給的都一樣多。但是，各人接到的卻有不同，那是因為什麼？你自己這個心，心房開幾分呢？你有沒有誠心接納佛呢？但是心地的開放也不是說開就開啊，而是你努力的話，你誠懇的話，那麼你就開得大，所以這也是跟修持有關。一般而言，修久功深。但是我們也不能輕視

初修的，因為有的雖是初修，心很純真，他一接受佛法的道理就很徹底的歸依，那麼他有時候感應很快啊。

老、中、少年，年紀固然不同，各人剩下的時間也並不是說老人就剩的比較少，對不對？所以這都不一定啊，我們唯一能把握的，就是說，怎樣設法使自己養成一個做功課的習慣。習慣很重要啊；因為你五分鐘熱度的話都成不了事，所以就是養成習慣很重要。習慣久了，就有力量，那時候感應就慢慢來囉。但是你也不要介意說，我已經修好幾年了，怎麼沒有感應？有沒有感應還要看你懂不懂得珍惜它。誰跟你保證說你這個人原來是可以有這麼多年，好好念佛的？能有幾年好好念佛就是很大的感應啊，不要只在追求什麼境界，什麼神異啊。心存感謝，因為無常啊。我們能夠坐在這裡談佛理，比起南斯拉夫正在打戰的，我們是超出天堂，都差不多已經到極樂世界了。

十九、問：幫人臨終助念，自己得什麼好處？

答：其實每個人都會死，但是又沒有機會練習一下（聽眾哄笑）。所以，去臨終助念是最接近練習面對自己的死亡了。你就看到說，人走是這個樣子啊。特別是你常去助念的話，就會看到人其實有不同的層次啊。因為臨終的人，有的修久，有的修短，有的甚至沒有修過，只是家人請佛友來替他助念啊。那你就會看到說走的情形真的是不一樣。助念使你很貼切的經歷一次無常，又看到說人家念佛真正念

得久的，念得好的，真的走得都不一樣，那麼你就得到很大的好處。再來呢，就是你又修慈悲心囉。再來呢，你現在常常幫人家念，輪到自己要走的時候，就會有很多人幫你念。所以，你得的比你給的會多很多啊。你得的就是這個。（掌聲）

二十、問：林博士，有一點疑惑，是說我看到有的人，每個月的初一、十五，他可以供齋，過後他又犯殺戒；到底這種事情是怎樣發生的？

答：你是問說，為什麼又持齋、又犯殺戒？這是因為心不純，沒有看透徹。他一邊也希望得功德的好處，所以持齋；另一邊卻沒有看到犯殺戒的可怕，所以又犯了。所以這主要是還沒有徹底。你若可憐他，有機會你要勸他。此外，還可以替他迴向。

廿一、問：那麼，老實說，假如真正持齋的人，犯這個行為是該不該？

答：當然是不對。

廿二、問：一位正信佛教徒如何分辨外道？護教精神該以何種態度處理他人的宗教？

答：頭一個就是要瞭解我們佛法跟其他宗教的最根本差別，是在於徹底的覺悟、徹底的解脫。所謂徹底的解脫，照哲理講，就是徹底的無我。理論上是這樣，實際上因為我們還沒有到佛、菩薩的境界，所以有時我們也是很難去分辨。在理論上我們講得出來佛法與其他宗教的分別。在事實上如果遇到分

不出來的時候，就要看哪一個比較能夠容忍他人，那個就是無我的精神比較徹底一點。

佛法是比較包容；包容並不是不辨是非，而是有一種同情的瞭解，覺得說他對最基本的、解脫的真理還沒有看清楚。因此在態度上，不是對立、攻擊，而是容忍，設法幫他瞭解說，要真的得徹底的解脫，需要怎樣修行。這種包容不是可以爭得來的，而是要謙虛、忍耐、有愛心，持之以恆。

護教的作法我認為應該偏重在闡明佛法真正的道理以及實際的行持。爭論是沒有用、沒有結果的，對不對？爭的兩邊都沒有得到什麼好處啊。對別人的宗教，我們當然還是尊重他們的信仰自由。佛法教「無我」，不是叫別人說，你們都得跟我一樣，那就是有我了。「無我」是本來如此，靠每個人將來有一天自己覺悟，本來是這個樣子。我們能夠幫助他教的方法就是，維持佛法的哲理，維持佛門的修法，使他們將來有機會接觸到佛法。要是我們熱衷於跟他們爭論不休，而不維持好好修行，那麼兩邊都失掉實修佛法的機會。我是覺得這樣子，因為我看到說，勸來勸去都變成爭執而已，並沒有結果。所以還是實修要緊。不用說對外道如此，我們自己同樣信佛的也是程度有深淺。程度深的要怎樣傳達道理給程度淺的？基本上也只有靠踏實修行啊。您看那些大德，他們所以能感化人，主要是靠身教，自己身體力行；若光是嘴上講得好，是不能感化大眾的。嘴上講得再好，人家心裡不服，還是沒有勸化到。以身作則，默默做，比較要緊。

廿三、問：請林博士略述陳上師的行誼，做我們的模範。

答：陳上師早年也是從念佛開始修。念佛念到後來，就有緣接觸密宗。然後他就發心，就是家中的事情都不管，就出離了，那麼就到西藏、西康去學了五、六年，跟過三十幾位上師。他還沒有去西藏的時候，就已經自修到在山洞裡閉關的程度了。他住的山洞，有一個還是老虎洞；老虎回來，見到他就離開了。他先知道大陸會變成共產黨的，所以他就到印度去了。在印度就在一個房間裡閉關，閉了廿五年。就是歷史上也是很少有閉這樣長期關的。他剛到印度時，去菩提伽亞朝佛，釋迦牟尼佛就跟他講說以後你會到美國弘法。他有美國的佛緣就被接到美國去。到了美國以後，弘法十五年，在一九八七年圓寂。他一生著作很多，中、英文都有，都是免費印贈全世界各地的圖書館，佛教團體及佛友。

廿四、問：顯教與密教有什麼分別？

答：顯教跟密教的分別主要是在程度的深淺以及方法的難易。基本上密宗只是在顯教的基礎上，再加一些接近佛果位的教授。因為密宗設定在顯教的基礎上，所以它的修法有些是比較硬碰硬的。好像說，如果理論上是徹底的話，那麼你應該是經得起考驗的。所以它有些修法，在顯教的階段往往會說，我們不好這樣做啊。比方說，在顯教就說我們

要修慈悲，所以我們見到人就應該是和顏悅色的，不要生氣啊。可是，徹底來想的話，就有更深的一層 - 不要著相啊！只要是出於愛心，孩子乖的時候你對他笑嘻嘻；孩子壞的時候你也可以罵他一頓，揍他一頓。所以密宗有些佛像有憤怒的表情。你如果不懂深一層的道理，就會批評說怎麼佛像還帶著怒容呢？其實這種佛的心裡一樣是充滿慈悲呀。慈悲雖都一樣，智慧也都一樣，但是，到了密宗的程度，就更活潑。它的理論透徹，所以方法活了。它有些作法，在顯教說不要這樣、不可這樣，那是因為一般而言生氣是不好的。密宗那些生氣樣子的佛像，並沒有嗔心，只是看起來像是生氣。所以顯教與密教有這一類的分別。此外，顯教氣功方面最多講講說怎樣調息。到了密宗才有比較深入的修法。所以要把這些講清楚，就得說明密宗的基礎是什麼；那你要是懂的話，就不會誤以為密宗是外道了。

（問答結束，大眾齊念阿彌陀佛聖號，吉祥圓滿。）

無常為師

林鈺堂

求修頗瓦報無常，觸目驚心潮不停；
肅然起敬面生死，遍地哀鴻繫懷傷！

跋

為超渡亡者而求修頗瓦法，不斷有佛友來報新聞或亡者姓名。其中以電郵為最多，其餘則為傳真、電話及信函。有幾位佛友經常來報，成為他們修習無常與慈悲的功課。我每天接到此類訊息，長年累積下來，自然衍生虔敬的心情，猶如面對自己的生死。經常面對這麼多眾生，這麼多種死因與死狀，誰能不為眾生無盡的苦難而悲傷？

有心修習以無常為師，請參閱拙著之短文 記無常簿 及詩 從死學生。

二〇一一年四月十七日
養和齋 於加州

隨順無常

林鈺堂

實際無常宜隨順，潮汐波濤更替來；
平等不執心開通，普遍關懷情深純。

跋

實際無常；何不隨順？有執即苦，難捨皆私。
平等容受，清明常在。 普遍關懷，深遠真純。

二 一年六月五日
養和齋 於加州

隨順無常

老執提請

實際無常宜隨順
潮汐波濤更替來
平等不執心開通
普遍關懷情深純

洛塘恆順

未悟無常

林鈺堂

也談功德與修行，卻總擬待賺錢後；
人生豈能任意排，此刻有暇趕緊修！

跋

嘗聞佛友談論，雖亦計及功德與修行，卻總以謀財為主，而視修行為荷包滿滿後之事務。佛法之根本教示即是一切無常。將來之演變，何時死，如何下場，都無從掌控。想等退休再修的佛友，或早辭世，或受阻於人事、環境、病苦、老朽，而終不得暇進修。真正瞭解無常之教示，每天至少要撥出一些時間，修習定課。

二〇〇二年二月廿四日
養和齋 於加州

此刻無常

林鈺堂

無常徹底離預期，此刻而外緣繫念；
思雲想霧全吹盡，十方三世同一如。

跋

學佛踏實在於體認「無常」。稍有期待即尚未徹底體會之。當下由生入死，無需掛慮，才易進修純正之菩提心。此刻以外皆賴繫念而成立。妄念掃清，自然漸得體驗十方三世乃一體同在。

二〇〇二年九月廿三日
養和齋 於加州

此刻無常

看透提請

無常徹底離預期
此刻而外緣繫念
思雲想霧全吹盡
十方三世同一如

浴塘

當下無常

林鈺堂

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 三年六月八日
養和齋 於加州

無常面面觀

林鈺堂

二 四年七月廿五日

講於馬來西亞，馬六甲，瑪琳佛學中心

錄音及筆錄：侯志卿居士

校訂：林鈺堂博士

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，你要認清他是怎麼樣的一個情況？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、世界實在是怎麼一回事？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，容易變成怎麼樣子呢，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。平常我們佛法裡講無常，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，人與人之間有衝突。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，我也有需要，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裡才能得到好處。講是一套，在一般生活裡，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。所以要有些方法來修。

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，多少人忽然死了，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，可寫為例如某某人的誰。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，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，覺得真的有力量，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。這個幫助不是那個人能怎樣，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。當然不可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個事情，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，你只是想到說，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

1. 請林博士談談實修的心得及要注意些什麼。

答：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。

2. 念佛時妄想特別多，如何對治？

答：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夠多，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。

3. 請林博士談談如何從念佛中受惠？

答：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。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。

4. 施身法如何修，有助於無常的覺悟嗎？

答：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》。

5. 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。

答：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。

6. 修無常和臨終助念是否一樣？

答：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。

7. 念佛、念經有什麼分別？

答：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。

8. 念佛是很安全，怎麼一個安全法？

答：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。

9. 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？

答：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。

10. 迴向是否能使死者受惠？道理在何處？

答：是的。道理是，整個法界的事情是因果關係。我想做這個，又想成是給誰。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。

11. 皈依和沒皈依念佛有何分別？

答：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？

12. 數理邏輯和因果有何有趣的關係？

答：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，有什麼的條件就有什麼的結果，一切現象本身是有法則可尋。

13. 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。

答：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。如果你說我不用靠佛、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。

14. 我們只注重放生，但不持素，對往生有幫助嗎？
答：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。

15. 神通是否真的有？

答：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？解脫痛苦才是最重要，不是神不神通。

16. 見佛的心，是不來不去，安於當下。

答：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。

17. 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？

答：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。

18. 為何林博士講淨土又修密？

答：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。

19. 修密和修淨有那些不同地方和好處？

答：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得到的。嚴格來說，修密需要什麼事情都不管，只專做修行，才会有結果。

20. 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。

答：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。

21. 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。

答：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。

22. 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？

答：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。

23. 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？

答：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。

24. 很多人都嚮往西方極樂世界，請問西方在那裡？
答：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。

25. 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。

答：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

客觀無常

林鈺堂

真相無常恆遷流，順境難保防逆轉，
困局求脫望解圍，但循因果超輪迴。

跋

佛法之基本教示為觀一切無常。一般說法，易偏於強調老病死苦之必臨，而令人覺得似帶消極、悲觀之傾向。其實佛法教示重在於體認無常乃客觀真理。若能平心體會，則不僅於順境會思及逆轉，也會在困局中謀求出脫的機會及途徑。因此，無常也充滿吾人應當積極謀求究竟解脫以超越輪迴之苦的意含。

至於解脫的途徑，也離不開依循因果而做消業、培福、開慧、養慈的進修。因此佛法的見地與行徑都是基於對客觀真相的體認。這一點是學佛者應有的基本正確認識。

本篇宜與近作 無常面面觀 參閱。

二 四年九月七日
養和齋 於加州

我執無常

林鈺堂

我既無實執亦虛，奈何作弄未嘗歇；
仔細反省相無定，隨緣覺查正好休！

跋

佛示實無我，推知我執虛。心中放不下，執雖
妄屢行。仔細觀自執，變遷每多端。欲修去執取，
當悟彼非常。逐境著相起，覺有看開離。

二 五年五月六日
養和齋 於加州

無常根本

林鈺堂

無常根本在去執，造作全失本自如；
瞻前顧後皆心病，隨緣應對體圓融！

跋

一弟子申問：「無常根本何在？不易掌握」。

體會無常真切，即無事矣。欲修無常，根本在於去執。思前慮後，多此一舉，自擾不已。行者隨緣無心，率性應對，庶幾漸能體會其中之本自圓融。學佛當知，本無得失。存心求取，早落纏縛。何況計較，何得何失。非思量處，自然契合。體會真切，眾生平平。

二 六年三月六日
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。

無常面面觀

作者及出版：林鈺堂博士

贈閱通訊處：info@yogichen.org

台灣：曾祚康居士 02-2861-0523

台北市士林區菁山路101巷15弄20號

楊淵修(通透) 電郵：10yhy57348@gmail.com

電話：0912010145

翁淑莉(康寧) 女居士

電話：(05) 5895-215 電郵：wei968ya@gmail.com

林再根(培根)

電話：(02) 2204-8215

電郵：againex328@gmail.com

馬來西亞：吳榮利 疾呼 居士 jihu14@gmail.com

P O Box 2253, 93746 Kuching, Sarawak, Malaysia

陳健民上師主頁：www.originalpurity.org; www.yogichen.org

林鈺堂博士主頁：www.yogilin.net

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