

上海佛教

第4期

佛历2555年
公历2011年
总第137期

• 心心相印，风雨同舟
——在上海市民族宗教界庆祝建党
90周年座谈会上的发言

• 沧桑变迁话寺史，满怀深情谢党恩

• 小道场大变化
——上海三观堂改扩建纪实

• 先以欲钩牵，后令入佛智
——度化母亲学佛的幸福历程

• 大型佛教油画
《海会云集》创作札记

• 一定要看破红尘之后
才能学佛吗



上海虹口区三观堂

上海市佛教协会主办
内部资料 免费交流

新闻图片



5月31日，上海市佛教協會咨議委員會名譽主席、沉香閣住持觀性法師法體告別儀式在龍華殡儀館大廳舉行。



6月13日，上海市佛教協會舉行2010年度測評會。



5月19日，全國人大常委會副委員長桑國衛在住持性康法師的陪同下，視察了上海奉賢萬佛閣。



5月11日，上海靜安寺住持慧明大和尚率8位法師，起程行腳朝拜五台山，預計行程兩個半月。圖為行腳途中。

此地及行亦如是
说犹甚难何况听
远离思惟及心道
此智所引牟尼境
非蕴界处所显了
非心所测意所思
譬如空中诸鸟迹
智者巨宣难可示
诸佛子地亦如是
说尚极难何况听

——《佛说十地经》卷一

庄严国土

利乐有情





主 办：上海市佛教协会
编 辑：《上海佛教》编辑部

主 编：释慧明
执行编辑：苏子 晓益
美术设计：董曾曾

地 址：上海市江宁路1011号
邮 编：200060
电 话：021-62665314
021-62666161转126
邮 箱：shfojiao@163.com
印 刷：今明电脑图文制作服
务社
出版日期：双月中旬

扉页

•《佛说十地经》偈句

纪念建党90周年特辑

04 • 心心相印，风雨同舟

——在上海市民族宗教界庆祝建党90周年座谈会上的发言 ○觉 醒

06 • 沧桑变迁话寺史，满怀深情谢党恩 ○照 诚

寺院巡礼

08 • 小道场大变化

——上海三观堂改扩建纪实 ○江信中

讲经说法

12 • 《法华经·常不轻菩萨品》的人生启示 ○远 生

15 • 大慈大悲愍众生，大喜大舍济含识
——《修心八颂》讲记 ○常 进

宗派介绍

19 • 沩仰宗的形成与思想 ○常 静

今世佛缘

23 • 先以欲钩牵，后令入佛智
——度化母亲学佛的幸福历程 ○释慧宣

25 • 我的素食缘 ○圣 慈

同修交流

27 • 修学过程中的“正反和”三阶段 ○蒋 鑫

28 • 浅谈不放逸 ○僧 禅

四众随笔

稿约

本刊各栏目欢迎广大读者、信众
继续惠赐稿件：

一、“佛学论丛”：有关佛教各
领域（佛学、佛经、佛教史、当代佛
教建设等）的研究性论文，一般不超
过5000字。

二、“讲经说法”：从佛教经论
的阐述中，引申宕开，联系现实社
会、人生，深入浅出地探索佛经教义
的当代意义，4000字以内。

三、“今世佛缘”：讲述自己亲
近佛教、与佛结缘的经历，以及由此
给自身带来的启迪和帮助，3000字以
内。

四、“同修交流”：学佛与修行
中的体会，不求宏论大议，但求实修
一得，2500字以内。

以上稿件如有注释，均以夹注的
方式，置于文内。来稿请尽量配发相
关图片。稿件的电子文本及图片请发
至本刊邮箱shfojiao@163.com中。

来稿一经刊用，即致稿酬与样
刊。谢谢大家的支持。

本刊编辑部

29 · 参观北京赵朴初故居小记

◎李豫川

31 · 浅谈汉译佛经的特点

◎继平

33 · 宽容看待行善方式

◎刘永

佛画欣赏

34 · 大型佛教油画《海会云集》创作札记

◎蒋云仲

佛典故事

37 · 发愿

◎老黎

新护生画

38 · 鹅

◎许士中 吴浩然诗画

解疑答难

39 · 一定要看破红尘之后才能学佛吗

◎圣严

见闻觉知

41 · 上海尼众界一代普贤观性法师在沪圆寂

43 · 上海市佛教协会举行2010年度测评会

44 · 玉佛寺举办第三届觉群慈善公益周

46 · 静安寺住持慧明大和尚一行行脚朝礼五台山

· 浦东新区佛协举行“正信佛教，普愿和谐”讲经法筵

47 · 圆明讲堂、龙华古寺千岛湖环保放生活动侧记

49 · 西林禅寺举行第四届崇恩文化节系列活动

· 觉群慈爱功德会向西藏盲童学校捐赠盲文打字机

《上海佛教建筑艺术摄影》选（之三）

50 · 静安寺掠影

38 · 常年赞助单位

22 · 功德芳名

03 · 稿约



○上海市佛教协会会长 觉醒

今天，我们相聚一起，隆重举行民族宗教界纪念建党90周年座谈会，是一个令人难忘的时刻。90年来中华大地所发生的沧桑巨变，一个积贫积弱的民族的伟大复兴，深受帝国主义和封建主义双重压迫的中国宗教得到了独立、健康的成长，这一切无不源自于有了中国共产党的英明领导。

回想60年前的建国之初，随着共产党的执政与人民共和国的建立，首先推动了中国各宗教摆脱帝国主义和封建主义的束缚，完成了中国宗教界按照中国广大信徒的意愿，独立自主、自办宗教。深受帝国主义和封建主义压迫的中国宗教信徒，从此挺起了腰杆，与全国各族人民携手迈入了社会主义新的历史时期，成为新中国的主人。

是共产党的领导，
给中国宗教徒带来了翻身解放、扬眉吐气。

历史是跌宕起伏的，
道路是艰难曲折的：建国后的60年来，中国共产党人经过了社会主义建设之路的艰难探索和顽强开拓。而党的十一届三中全会，为中国宗教事业的恢复，为宗教界爱国人士走与社会主义社会相适应的道路，开辟了前所未有的前景，为中国佛教迎来了历史上最好的发展机遇，展现出最为繁荣的前景。抚今追昔，从抵御帝国主义的侵略、推翻“三座大山”到进行社会主义建设；由改革开放到构建和谐社会，我们的党走过了90年的光辉，中国佛教界也随着党走过了90年的波澜壮阔。



觉醒会长代表上海佛教界发言

回顾佛教在中国的传播、融合和发展的历史，始终与国情及时代适应，始终与主流社会、主流意识融合，这是佛教深深扎根于华夏大地的基本原则；而佛教的兴衰历程，向广大信徒所昭示的真理是：皮之不存，毛将焉附？佛教自身的兴衰荣辱，与党和国家的命运休戚相关。特别是我国社会进入改革开放时期，上海佛教界已经拥有一百余所寺院，遍布中城城区、乡村。佛教信徒参与社会各项活动中，也受到了社会各界的广泛尊重。由此，我们必须从历史和现实的双重视野，去体会和认识在现代与党和政府同心同行的必然性和自觉性，在构建和谐社会、经济社会建设事

印，风雨同舟

——在上海市民族宗教界庆祝建党90周年座谈会上的发言

业中，作出自身特殊的贡献。上报党和政府对我们佛教界的护法扶植之恩，下济芸芸众生于燃眉之急，为党和政府分忧，将自身的社会公益事业、精神疏导功能发挥到最大限度。

以佛陀的博大慈悲情怀、深刻隽永教诲为指导，努力推动佛教界的信仰建设，以及涉及宗教活动、佛教事业健康开展的教制、道风、人才、组织建设等，始终定位于服从和服务于上海的城市发展和社会进步，发挥出佛教在构建社会和谐、促进经济社会发展中的应有社会功能，落实和践行与党和政府同心同行的政治信念，是上海佛教界广大四众弟子60年来，特别是党的十一届三中全会以来的共同价值认同。

建国61年来，上海佛教界四众弟子与全国人民一起，走过了不平凡的风雨岁月。改革开放32年来，上海佛教界在依法建设和管理寺院、推动佛教与都市文化相适应、健全佛教自养事业、发挥对外交往优势、推进佛教学术研究、有序规范开展公益慈善事业、协作兴办佛教教育、全方位培养佛教教职人员、普及国民中高等教育等诸方面，进行了积极有益的探索，积累了丰富的经验；伴随着佛教事业的进步，上海佛教界始终坚持加强爱国团体的自身建设，坚持提高四众素质，发掘和发扬优秀的佛教文化，发挥佛教在社会主义精神文明建设中的特殊作用，探索和实践了走与社会主义社会相适应道路的新模式，将爱国爱教、庄严国土、利乐有情的理念落实到各项具体的会务工作和教务活动之中。目前，我们正在开展的教职人员资格认定登记工作，以及寺院财务监督检查工作，是我们佛教界在三十余年发展的基础上，向法制化、规范化的轨道上前进的又一重大步骤，其中，时时处处凝聚着党和政府对上海佛教事业的关怀、对广大佛教信徒和道场的关心。

从抗战期间设立难民收容所，到建国初期捐献飞机，支援抗美援朝，直到去年发生的“11·15

特大火灾”后的无偿超荐亡故者、提供赈灾款，协助政府安抚受灾市民，上海佛教界始终自觉践行社会公益和慈善事业，在全社会赢得了良好的声誉，也确实为党和政府发挥了在公益事业方面拾遗补缺的作用。改革开放以来，从1998年的全国性水灾，到“非典”肆虐时期，从印尼海啸到台湾风灾，从汶川地震到玉树地震，从“兴边富民，支援西部”的西部战略实施，到本市贫困学生、社会养老事业，总而言之，在社会公益事业的诸领域，都有着上海佛教界四众弟子的身影，上海佛教界的慈悲济世的精神和效率，得到了有关方面和社会各界的充分肯定与赞赏。将社会公益和慈善事业的开展，自觉地与构建和谐社会的目标相联系，自觉地融汇与实践科学发展观，实现经济社会发展的宏伟目标，是我们坚定不移的目标。

今天，我们纪念建党90年，回顾上海教界四众弟子与党和政府风雨同舟、肝胆相照、同心同行、携手走过的不凡岁月，我们青年一代教职人员深切感到，我们应当学习赵朴初居士、真禅法师、明旃法师等前任会长始终矢志不渝的爱国情怀，及在处理会务工作表现出来的博大胸怀、广阔胸襟和深邃睿智，“持此身心奉尘刹”的献身佛教的职业精神。身逢盛世的上海佛教界，在今后的岁月中，必将以团体的自身建设为要务，在邓小平理论和“三个代表”重要思想、科学发展观的指引下，坚持走与社会主义社会相适应的道路，高举爱国爱教的旗帜，努力实践中国佛教庄严国土、利乐有情的宗旨，团结全市四众弟子，开创上海佛教事业的崭新局面；团结全市佛教信徒，与全市各族各界民众一起，为构建和谐社会，实现上海城市发展和社会进步的目标，不懈开拓进取！（本文系觉醒会长在6月21日上海市民族宗教界庆祝中国共产党成立90周年座谈会上的发言）



◎上海市佛教协会副会长、龙华古寺方丈 照诚

终日奔忙寺务之中，某日，偷得浮生片刻清闲，便临窗而坐，沏茶阅经。窗外碧空万里，和风轻拂，翠鸟欢鸣，桃花吐艳，一派生机盎然。寺内，梵音声声悦耳，木鱼阵阵沁心，信徒云集如潮，香烟氤氲缭绕。此情此景，我之思绪亦像脱缰野马，在岁月的旷野上驰骋起来，无拘无束，无牵无挂。

龙华古寺位于沪西南之地，邻浦江之滨，古寺肃穆宁静，宝塔巍然耸立。史传三国时康僧会游历至此，见水天一色藻荇交错，曰宜清修；闻西天弥勒下界，聚龙华树下布道普度，羽化成佛。天人共神往，名之曰龙华。

历经千年之龙华古寺，屡经战火，数度兴废。至清朝顺治年间，福明禅师被推举为龙华古寺住持，方才破院风光，鼎新开辟，先后修建韦驮殿、东西照楼、怀香楼、藏经阁等，推进了龙华古寺的中兴。据康熙十二年张寰樾《龙华志》记载，当时龙华古寺主要殿堂有大雄宝殿、三大士殿、圆通宝殿、韦驮殿、天王殿、千手观音殿、大悲殿、真武殿、禅堂、祖师堂、法堂等，另还有钟鼓楼、大藏经阁、文昌阁、方丈室、东西照楼、怀香楼、塔院、东轩、三元祠、张方伯祠、五通祠、僧房禅舍等建筑，整个寺院金碧辉煌，雄伟壮观，使古寺达到鼎盛。

民国年间，龙华古寺在战争中走向衰微。就连高存的大雄宝殿、大悲阁、方丈室、金刚殿、三圣殿、弥勒殿、伽蓝殿、观音殿、祖师殿、地藏殿、罗汉堂、钟楼、鼓楼、客堂、斋房等建筑，也大多在劫难逃，毁于日本侵略军的战火。到新中国成立时，龙华古寺已破败不堪，大呈毁灭之势。真可谓是：

悠悠千年何堪回首，
茫茫岁月难以追问。
朝代更迭寺塔兴废，
斗转星移物是人非。

自1954年，“公民有宗教信仰自由”写进我国《宪法》以来，作为公民的一项基本权利，再加上“任何国家机关、社会团体和个人不得强制公民信仰宗教或者不信仰宗教，不得歧视信仰宗教的公民和不信仰宗教的公民”，“国家保护正常的宗教活动”，“任何人不得利用宗教进行破坏社会秩序、损害公



民身体健康，妨碍国家教育制度的活动”，“宗教团体和宗教事务不受外国势力的支配”等法律条文的建立，在中国大地，信仰宗教的人口日益增多，龙华古寺和其他社会各项事业一样，迎来了快速发展的春天。

在法律颁布的当年，龙华古寺就聘请了古建筑专家，按照宋代规格整修了龙华宝塔。砖身木檐的楼阁式宝塔，平面八角形，共七层，内为方形，底层高大，逐层收缩，形成密檐。飞檐高翘，铜铃高悬，微风过之，铃声清脆。塔顶有铁制的覆钵、露盘和宝瓶，及号称镇塔之宝的“七槌轮”。与落日余晖相映，在周围桃花簇拥，巍然耸立在黄浦江

寺史，满怀深情谢党恩

畔的龙华塔，造型优美，结构坚固，雄伟壮丽，是中国古代佛教建筑艺术的杰作。不愧为：

浦江塔影晚钟声，人涌桃花分外盛。

锦绣风光迷人眼，江南遗迹桃源春。

1959年5月26日，龙华古寺、龙华塔由上海市人民政府公布为上海市文物保护单位。

改革开放后，上海市政府再一次对龙华古寺进行了修葺，使之面貌焕然一新。这次修葺不仅增加了不少楼阁，而且补种了不少名树古木，使得寺院更加庄严幽深。1983年，又修建了三圣宝殿。同年，龙华古寺被国务院公布为汉族地区佛教全国重点寺院。

在党和政府的关心下，不仅龙华古寺的寺院建筑得到了长足的发展，而且龙华古寺在弘扬佛教文化，培养善男善女爱教爱国方面，也得到飞速发展。龙华古寺不但办起了僧伽培训班，而且，凭借对外开放的春风，弘法活动也走向了世界。仅1984年至1986年，龙华古寺接待了信徒、游客400万余人次，其中包括60多个国家的外宾、华侨以及港、澳、台同胞32000多人次。

而1990年夏季的传戒大法会更是对世界佛教活动产生了深远的影响。记得当年传戒法会共举行了16天，来自世界各地的受戒沙弥412人，沙弥尼144人，优婆塞107人，优婆夷466人，法会极一时之盛。难怪参加传戒法会的众多善男善女们说：“明旃大和尚提倡戒律、严净毗尼；为绍隆佛种续佛慧命正法久住作出贡献，更为利乐有情、庄严国土爱国爱教作了件大好事；加上两位阿闍黎、七尊证、九引礼师和全寺大德、全体新戒弟子们虔诚精进的努力，在龙天呵护、内外护法以及党和政府的关心领导下，成就如是殊胜功德，确实不可思议！愿得此功德，回向世界和平、国富民强、

四恩总报、三有齐资！”明旃大和尚于法会圆满后，欣然挥笔赋偈一首，偈云：

讲法何碍道场小，堂开难却因缘深。

晶莹玉旨周沙界，宝藏琅函利有情。

仰仗师尊垂护念，佛门昌盛万年兴。

近些年来，龙华古寺不但培养了佛教本科毕业生37人，硕士研究生7人，博士研究生1人，注重硬件建设和积极开展佛教活动，在弘扬佛教文化，慈悲普利、服务社会方面，也日益得到了提升发展。

2009年，龙华古寺向上海慈善基金会、汶川地震一周年、病重困难家庭、孤儿、失学儿童等捐赠了416万余元，2010年，又向上海市慈善基金会、上海市儿童健康慈善基金会捐赠了868万余元。

一阵敲门声结束了我心飞翔。看着我洋溢着幸福的脸，推门进来的小沙弥问道：“师父，看您满脸的幸福，您在想什么呢？”我笑着说：“我们佛门弟子，幸福源自于红尘中更多人得到度化，这是施舍的幸福，同时，也来自于对当下生活的感激，这是得到的满足。我们寺能有今天的发展，不仅是众弟子勤施的结果，也是党和政府关心的结果，说明我们这辈僧人赶上了一个好时代啊。”意犹未尽的我，又提笔写道：

自度曲·感怀建党九十周年龙华古寺之发展

九十周年历沧桑，筹善款，捐四方。普渡众生，声名寰宇扬。改革开放强国路，小寺院，放光芒。

坎坷发展回首望，修残垣，建僧房。人和政通，佛法得弘扬。科学发展航向定，创和谐，铸辉煌。

写完，小沙弥和我一起会心地笑了。



小道场大变化

——上海三观堂改扩建纪实

○江信中

2011年6月10日，随着由中国佛教协会副会长、上海市佛教协会会长、玉佛寺方丈觉醒法师题写的“大雄宝殿”烫金匾额，徐徐挂上了新落成的三观堂大雄宝殿正上方，历时三年多的上海市三观堂改扩建工程全面竣工了。环望古朴而又崭新的三观堂，回想这些年三观堂发展变化的历程，我们感慨不已。

(一)

翻开历史记载，在上海虹口区江湾古镇，建于宋、元、明、清各朝的较大庙宇曾有六座，但至今保存下来的，却唯有万安路东首359号的三观堂一处。三观堂始建于清康熙元年（1662），距今已有350年历史。其庙始初，原名“三官堂”，属道教活动场所。后香火日衰，道士尽散，遂于光绪十四年（1888）改为佛教寺院。当时有诗这样描述三官堂寺院：“东去袁长浦，幽楼宛在兹。碧藓依斜砌，黄花满矮篱。”可见，三官堂一度可算是一个安恬悠然的佛门清静之地。后历经数十年战乱，特别是1931年日本战机轰炸上海之后，三官堂破败不堪，信众日益零落。

在灾难中拯救了三官堂的，是一生弘法利生、建寺兴庙、施善济民、功绩卓著的兴慈法师（1881-1950）。他历尽艰辛于1932年建成法藏讲寺后，便着手修复三官堂，并增设其为法藏讲寺下院。由兴慈法师的同胞姐姐永清法师携其远房妹妹前来主持三官堂，并以此作为老年僧人安

养之地。当时，常住僧人较多，弘宗演教，香火弥旺。这是三观堂近代庙史上的第一次修复，为以后寺庙的立足与发展，奠定了基础。

1937年日本侵华战争全面爆发，上海沦陷，到处都是难民，哀鸿遍野。上海佛教界发起成立上海佛教同仁会，兴慈法师被推为会长，曾发施粥票，难民凭票到指定各施粥处吃粥。寒冬季节，又发施衣票，凭票到指定处领棉衣裤一套，救济贫寒。先后五年，救济难民贫民总数达千余人次。三官堂作为市郊的施粥和施衣点之一，数年坚持救济滞留在江湾镇一带的大量难民。

1949年初，年迈的兴慈法师因操持过度，积劳成疾，退居到三官堂，念佛疗养。1950年6月2日兴慈法师安详圆寂于三官堂，世寿七十。随后的那几年里，永清法师按照兴慈法师的遗愿，把三官堂打理得井井有条。1954年，李月娥居士（即通霖法师）进入三官堂，开始在水清法师的带领下参与三官堂的日常法务。

“文革”期间，三官堂被改成了工厂，永清法师又遁世往生，而李月娥居士则一直在该厂参



三观堂前任住持通霖老师太

加劳动改造，但是她的信仰纯正，道心坚固，尽管白天劳动，甚至还要挨批挨斗，但晚上仍偷偷念佛不止。在这一非常时期里，李月娥居士仍然坚信，政府一定会发还三官堂，寺庙变工厂只是暂时的劫难。

果然，上世纪80年

三观堂昔日老照片



代末，党的宗教政策的光辉，给已经改成工厂的破旧三官堂带来了复苏的生机。那时，李月娥已师从玉佛寺法本法师座下披剃出家，赐法名通霖。由于政府有关部门的重视和上海市佛教协会关心，宗教政策及时落实，发还了寺庙，由通霖法师负责主持三官堂的修复工作。当时市佛协拨款修缮资金2.5万元，区民宗办参与了修缮工作并送来国旗和缘簿。信徒们也纷纷解囊相助，参与修复活动。经过多方努力，初步修缮了两排平房和佛殿，正常的法务活动终于恢复了。明旸大和尚亲自题写匾额，改“三官堂”为“三观

堂”。从此，三观堂的名字深深烙在了江湾一带广大信众的心中。通霖法师负责的第二次修复，是劫后重生，功不可没。

三观堂虽然只作了部分修缮，但新老信众闻讯纷至踏来，香火又日渐兴旺起来。通霖法师主持三观堂期间，尽管条件仍然比较艰苦，但她一直省吃俭用，每年都给江湾镇敬老院送去1万元慰问金，并坚持给信众施粥施茶，为信众进行心理咨询辅导，为生活困难较多的信众排忧解难，她的种种慈行善举，受到了广大信众的称颂。随着改革开放的深入发展和宗教政策的进一步落实，年迈体衰的通霖法师看到了三观堂振兴的希望，她多次对与自己相依为命的弟子定悟法师谈到，三观堂太过简陋局促，有的已成危房，以后有机会一定要争取重新改扩建。2004年2月，通霖法师驾鹤西去，带着改扩建三观堂的憧憬和遗愿离开了她奉献和坚守了一生的三观堂。





(二)



三观堂现任住持定信法师

三观堂第三次改扩建的重任，就此落成到了通霖法师的弟子定信法师的身上。与师父一起同甘共苦，走过艰苦岁月的定信法师，责无旁贷，义不容辞地挑起了这副重担。2006年，

经与各级政府部门沟通请示，改扩建方案终于获得批准，政府有关部门随后又迅速启动了搬迁还地工程。通过周密的部署和深入细致的工作，动员搬出近百户人家，耗资7300万，占地5.18亩。

市民宗委党组书记周富长先生、市佛协领导觉醒法师、周富根居士以及虹口区政府、区统战部、江湾镇政府等各级领导都先后上门关心过问并参与设计，组织基础建设，全力支持三观堂的改扩建工程。

2008年4月15日，由中国佛协副会长、上海市佛协会长觉醒法师主持仪式，三观堂改扩建工程正式破土奠基。在定信法师的组织 and 带领以及信众的大力支持下，仅用一年多时间就建起了天王



三观堂第三次改扩建工程启动仪式

殿、左右偏殿和寮房。前期工程顺利完成后，又趁热打铁赶在世博到来之前启动了二期兴建大雄宝殿工程。2009年12月17日大雄宝殿上梁，觉醒会长亲自驾临并主持了上梁仪式，区委统战部和江湾镇有关负责人及护法信众1500多人参加了隆重的上梁法会。2010年10月，大雄宝殿竣工。改扩建后的三观堂，以崭新的面貌再现于人烟稠密的江湾镇。

新三观堂的总面积为3466平方米，是一个古香古色的规范寺院。其中大雄宝殿面积235平方米，天王殿面积98.7平方米，东配殿152平方米，办公区及西配殿997平方米，寮房395平方米，长廊68.9平方米，斜廊19平方米，六角亭8.2平方米。改扩建过程中，合理利用了有限面积，布局紧凑大方；殿堂工艺精细，传统风格突出；寺院绿化美观有序，古朴庄重，它现在是江湾镇地区唯一的佛门净地，也是当地的重要景点之一。这



第三次修复工程，可说是三观堂庙史上的里程碑，内外巨变，焕然一新。

在整个改扩建期间，定信法师等一边忙于设计与施工，一边仍积极参与社会慈善事业。汶川大地震发生时，寺院在改扩建资金十分紧张的情况下，为汶川地震灾区捐赠善款8万余元。世博期间，寺院一百多个护法居士，自愿成立世博志愿者团队，维护寺院的和谐安全，如今三观堂除部分室内装修未完成外，所有基础建筑工程全部完



成。整个施工的高质量，高水准，受到了各级主管部门的肯定。

(三)

三观堂的新变化新面貌，是改革开放以来上海佛教事业日益兴盛的一个小小的缩影，也是在构建社会主义和谐社会的大目标下佛教界与党和政府同心同行的结果。

三观堂改扩建的成功，为我们搭建了弘法利生的一个平台，也对我们弘法利生荷担如来家业提出了新的更高的要求。

定悟法师表示：“我们一定要把党和政府关于构建和谐社会的要求与佛教理念融为一体，继续坚持优良传统，每年举行法制周，学习宣传有关法规与政策，每月举办一期佛学专板，学佛弘法，每周组织信众念佛诵经，引导广大信教群众诸恶莫作众善奉行，和谐互爱，着力提高讲经说

法的凝聚力和影响力，努力为上海的经济社会建设做出应有的贡献。”

如今的三观堂，不仅外观焕然一新，内部管理也正在迈上一个新的台阶：定悟法师等正在进一步建立和健全各项规章制度，切实加强寺庙内部的全面管理，实现寺院管理的制度化、规范化，把三观堂各方面的工作做得更好。

大家相信，有党和政府的宗教政策，有各级政府主管部门和市佛协的正确领导，有寺院两序大众、护法居士以及广大信众的共同努力，三观堂的明天一定会更加美好。





《法华经·常不轻菩萨品》的人生启示

◎ 远尘



《常不轻菩萨品》是《妙法莲华经》中的第二十品。在本品中，佛陀向得大势菩萨讲述了自己过去世为常不轻菩萨比丘时，经常礼拜赞叹比丘、比丘尼、优婆塞、优婆夷等人，并预言这些人将来都将作佛。即使在自己被人骂骂、殴打之时，常不轻菩萨仍然不轻视别人。经云：

尔时有一菩萨比丘，名常不轻。得大势以何因缘，名常不轻，是比丘，凡有所见，若比丘、比丘尼、优婆塞、优婆夷，皆悉礼拜赞叹，而作是言：“我深敬汝等，不敢轻慢。所以者何，汝等皆行菩萨道，当得作

佛。”而是比丘，不专读诵经典，但行礼拜，乃至远见四众，亦复故往礼拜赞叹，而作是言：“我不敢轻于汝等，汝等皆当作佛。”四众之中，有生瞋恚，心不净者，恶口骂詈言：“是无智比丘，从何所来，自言我不轻汝，而与我等授记，当得作佛，我等不用如是虚妄授记。”如此经历多年，常被骂詈，不生瞋恚，常作是言，汝当作佛。说是语时，众人或以杖木瓦石而打掷之，避走远住，犹高声唱言，我不敢轻于汝等，汝等皆当作佛。以其常作是语故，增上慢比丘、比丘尼、优婆塞、优婆夷，号之为“常不轻”。

经文中的常不轻菩萨，不论碰到谁都会礼拜，恭敬赞叹说：“我不敢轻于汝等，汝等皆当作佛。”常不轻菩萨对人的恭敬赞叹，是出于自己的一片真心。但是他的这份真心却常被一些骄傲自满的人所误解，他们看不起常不轻菩萨，认为常不轻菩萨满口瞎说。因此，他们就骂常不轻菩萨是不知从哪里来的无智比丘，还说什么我不敢轻视你们，还为我们授记说将来当得作佛。这些人认为，你常不轻菩萨算什么呀，哪有这个资格为他们授记。因为这些人有了傲慢的心理，他们不仅骂常不轻，还以棍棒、瓦块、石头等打常不轻。

这位常不轻菩萨真是修忍辱的典型代表，他礼拜、赞叹他人，非但没受到别人的尊重，反而还被人辱骂和殴打。但即便是受到如此侮辱，常不轻菩萨非但不生

气，反而还一边逃走远住，一边高声唱言：“我不敢轻于汝等，汝等皆当作佛。”

常不轻菩萨因为不轻视任何人，在临欲终时，在虚空中听闻到底音王佛先所说《法华经》二十千万亿偈，并且都能受持，由此得眼耳鼻舌身意等六根清净。常不轻菩萨得到六根清净以后，更增加了二百万亿那由他岁，广为人说《法华经》。常不轻菩萨因为宿世供养诸佛，恭敬、尊重、赞叹、种诸善根，后来得遇到无量诸佛，又因为受持读诵，广为讲说《法华经》，以此因缘将来当作佛。

常不轻菩萨不轻视任何人的行为，不仅是一个修行者应当具备的基本素养，而且也应当成为一般人为人处世的基本原则。一个人不管地位多高，多么富有，都应当对人有种谦虚的态度。要知道人外有人，天外有天。如果不懂得谦虚低调，他迟早要为自己的自高自大的行为付出代价。

关于自高自大的危害，在《法句经·多闻品》中作了这样的总结：“自己懂了一点东西就自高自大，骄傲于人，这就好像盲人手持灯烛，照亮了别人，自己却看不到光明。”因此，不轻视任何人，其实是一种高明的人生策略，它需要豁达的胸怀和冷静的思考。

在《伊索寓言》中有一则猫头鹰和青蛙的故事，讲述了青蛙因为自高自大而被猫头鹰杀害的故事：

一只猫头鹰每到晚上才出来吃东西，白天就睡觉。有一天，正当它睡得很香时，被一只青蛙的声音吵醒了，他没法入睡，便急切地请求青蛙停止叫声。青蛙却根本不理他，仍然叫个不停。猫头鹰越不断地请求，青蛙反而叫得越响。猫头鹰被弄得无可奈何，烦躁不安。突然他想到一个好计策，便对青蛙说：“听到你动听的歌声，我已睡不着了。你的歌声如同阿波罗神的七弦琴一样动听。我将把青春女神赫伯送给我的仙酒拿出来，痛痛快快地畅饮一场。你若不反对，就请上来一起喝吧。”青蛙这时正很渴，又被这赞美词弄得忘乎所以，什么没想就急忙地飞了上去。结果，猫头鹰从洞中冲出来，把青蛙弄死了。

这故事是说有些人有一点点本事就飘飘然起来，得意忘形，自以为是，忘乎所以，经常看不起别人。他们甚至忘记了自己的地位和处境，处处和人家作对，结果



不仅给自己带来了麻烦，而且最终自食其果，给自己酿成了悲剧。

对于不轻视他人，很多佛教经典中都有所论述。《大乘本生心地观经·无垢性品》告诫人们：“要把众生看作是佛的化身，把自己看作愚夫。要把一切有情都看得非常尊贵，把自己看成是仆人。要把众生看成是自己的父母，把自己看成是子女。出家菩萨要常常这样观想，有时即使被打骂，始终也不加报复。用各种巧妙的方法，来调伏自己的心。”经文告诉我们，无论做人还是处世，都不要把自己抬得过高，否则将会摔得很惨。

现代高僧印光法师经常会在与弟子的书信往来中，劝告弟子要尊重、赞叹别人，将他人看成菩萨，将自己看成凡夫。印光法师在法语中说：“无论在家出家，必须上敬下和。忍人所不能忍，行人所不能行。代人之



劳，成人之美。静坐常思己过，闲谈不论人非。只管自家，不管人家。只看好样子，不看坏样子。看一切人都是菩萨，唯我一人实是凡夫。”

无独有偶，印度孟买佛学院给学生上的第一节课程，教会了学生低调为人：

孟买佛学院是印度著名的佛学院之一。它不仅建院历史悠久，还培养出了许多著名的佛教学者。而且，该学院还有一个独一无二的特点，就是在学院的正门之侧，特意开了一个小门。这个小门1.5米高，0.4米宽。一个成年人要想过去，就必须低头、弯腰侧身，不然，就会碰壁撞头。凡是就读于该学院的学生，第一节课程就是由教授带领到这个小门前，让每一个人进出一次小门，所有的学生都是弯腰侧身进出的。经过这一节课，学生无一例外地承认，自己体悟到的东西，可以受

益终身的。

佛学院之所以这样做，是想让我们明白低调做人的道理。佛学院的教师说，大门当然出入方便，而且能够让一个人很体面很有风度地出入。但是，很多时候，我们要出入的地方并不都是有着壮观的大门。这个时候，只有暂时放下尊贵和体面的人，才能够出入。否则，你就只能被挡在院墙之外了。佛学院的教师告诉他们的学生，佛家的哲学就在这个小门里，人生的哲学也在这个小门里，尤其是通向这个小门的路上，几乎没有宽阔的大门，所有的门都是需要弯腰侧身才可以进去的。在我们的一生中，如果要使自己在人生旅途中一帆风顺，少遇挫折，学会“弯腰、低头、侧身”，对每个人来说都是一门必不可少的修炼。而低调做人正是这种修炼的最佳境界。同时，低调做人也是一个人步入社会必备的自我保全手段。熙来攘往的社会处处坎坷，时时变幻，只有甘于低调之人才能在社会的风雨中保全人生。

明方孝孺说：“虚己者进德之基。”若想在德行上有所进步，必须谦虚。否则，如葛洪所说的一样：“劳谦虚即，则附之者众；骄傲倨傲，则去之者多。”因此，我们应当以平常心面对喧嚣的世界，纷扰的人群，在为人处世上从不表现出骄傲、卖弄和过分张扬的姿态来，而是把自己的举止言行融于常人当中，并始终把自己看作是社会上普普通通、实实在在的一员。在行为上做到“才大不可气粗，居高不可自傲”；在心态上做到不锋芒毕露，不恃才傲物；在言语上做到莫逞一时口头之快，不可伤害他人自尊，不要揭人伤疤，得意而不要忘形，要知道祸从口出，不要自惹麻烦。如果我们都能像常不轻菩萨那样，处处保持低姿态，以恭敬赞叹的方式对待他人，我们不仅能够全身远祸，而且还能够建立起更加和谐的人际关系。

大慈大悲愍众生，大喜大舍济含识

○常进

——《修心八颂》讲记

现代社会将人们推到风口浪尖上，汲汲营求，拼命地追逐，甚至不惜损人利己……许多人会认为，“自我中心”的态度才是维护自己利益的唯一方式。这其实是将我与众生形成二元对立的思维方式，是一种缺爱症。既然患了缺爱症，我们就应该对症下药，需要有一种普世的责任感来对待，而这种责任感和使命感来自于慈悲。慈悲就是缺爱症的药方。那么，如何从我们的内心中生起有智慧的慈悲心呢？《修心八颂》就是修慈悲心的八种特别殊胜的窍诀。

第一颂：愿我已生如意宝，饶益他众之意乐，时时刻刻倍珍爱，轮回一切诸有情。

既然我们得到了比如如意宝还珍贵的人身，就不要空过一生。只有做利乐众生的事业，让众生解脱，让众生快乐，这才是在珍惜、利用人身。因为这不仅是在利益众生，同时也是在利益自己。那么，我们又应如何对待一切有情呢？每时每刻地加倍珍惜爱护他们，恒常培养、保

持，增长对众生的慈悲心。

《普贤行愿品》中说：“是故菩提，属于众生。若无众生，一切菩萨，终不能成无上正觉。”如果菩萨看到众生的忧苦，不激发慈悲心，进而上求下化、拔苦与乐，就无法成就菩提。



随处与谁为伴时，视己较诸众卑劣，从心深处思利他，恒常尊他为最上。

第二颂 思维卑劣

第二颂：愿我交往何人时，视己较众皆卑下，诚心诚意有真挚，尊重他人献爱心。

一般而言，我们最重视的人往往是自己。时时处处以自我为中心的人，只能受客观环境的左右。当客观外界不能满足自我的欲望时，你只能受烦恼的折磨，甚至迁怒于他人。虽然有些事我们很难改变，但是我们可以尽量改变自己的心态，以慈悲心去面对它，接受它，放下它，超越它。无论在什么场合，什么情况下，我们都应该诚心诚意地尊重他人，奉献自己的爱心。

因此，无论在何处，与什么人接触、交往，我们都要把自己看得比任何人低下。当你把自己放在最低处的时候，实际上你在

大道。同样，我们要实现个人的理想，也必须仰赖众生。如果没有众生，我们就完全失去积累资粮的机会。我们不仅要向佛恭敬礼拜赞叹供养，也应对一切众生恭敬、尊重、赞叹，我们吃、穿、住等所使用的任何东西，都



最高处：你把自己放在最高处的时候，实际上你在最低处。当然，将自己看得低下，并不是一种降低自尊、鼓励自卑的方式，也不是要我们厌恶自己或把自己看得毫无价值。只是要我们别把自己看得过于重要，或坚持自我中心，而自卑的根源正是我执。正因为我们过于执著于自我，才会对自己产生不满，引发自卑。你要想消除自卑，获得快乐，也给别人带来快乐的话，就必须诚心诚意地恭敬他人，像奴仆一样侍奉一切众生，服务于世间。

第三颂：愿我恒时观此心，烦恼妄念初生时，毁灭自己他众故，立即强行而断除。

在娑婆世界里，烦恼是我们最大的敌人。烦恼不仅危害我们自身，还会影响他人，甚至会毁坏所有的众生。另一方面，烦恼、妄念使我们制造负面的业力，不仅使我们将来感受无边无际的痛苦，而且也会让我们在当下就痛苦不堪，成为烦恼的俘虏。为此，我们要做自己的心灵医生。每当烦恼、妄念等负面情绪刚生起，我们不是任由它膨胀、发展，而应与

它们作坚决的斗争。我们无论何时何处，都要恒常地观察自己的起心动念是善、是恶。修行的目的就是了生脱死。不起烦恼，就是了生，即了却心中贪瞋痴的起伏。有智慧的人应时常观察自心，烦恼、恶念生起，应立即舍弃，并痛加忏悔；烦恼、恶念还没有生起，就要让其永远不再生起；善念生起，应让其继续增长壮大；善念没有生起，就要想法设法让其生起。没有智慧的人，他就辨不清什么是善，什么是恶，甚至将善恶颠倒，更谈不上去对治烦恼。“脱死”不是为了脱自己的生死，而把度化众生的心放在一边，应以慈悲成就别人，才能将慧命善加发挥。只有当我们清掉体内烦恼的垃圾，心灵才有成长的空间，才能展现出人性中慈悲的光芒。

第四颂：愿我身处恶劣中，造罪遭受刚苦时，犹如值遇珍宝藏，亦难得以爱惜之。

末法时代，大多数众生的秉性都显得很恶劣、粗暴和横蛮，体内充满了种种负面的能量或者是满怀剧烈痛苦。具有负面能量的人，可能是那些没有积累福报的人，内心充满了愤怒、嫉妒、仇恨或贪欲、邪知邪见。这种能量不仅使自己感得不舒服，也会辐射到周围人的身上，让众生都觉得不快乐。然而，众生在本性上是没有差别的。只不过有

一些人因为往昔无量劫

以来，自己造了无数猛烈的罪业，被这些罪业所逼迫，身心都不得自在，才形成了极其恶劣的秉性。大多数众生被自己厌恶的人，并非本身就值得讨厌，而是因为他们身上洋溢着恶气或痛苦，并不能迎合我们的兴致，才使我们的自我中心主义没有用武之地。

世界上最大的爱不是去救助那些善良的人，而是去感化那些卑劣的人。当我们遇到让自己不喜欢的人时，每当众生损害我们时，不但要不生厌离和嗔恨心，反而要他们当作大宝藏。因为即使是对自己有极度威胁的人，也有其存在的价值，是促进我们成功的重要原因，是我们培养安忍法财的无尽宝藏。菩萨希望自己能遇到这些包含怒气和痛苦的众生，因为借助他们可以修行安忍。如果没有恶人，没有敌人，没有仇人，怎么修忍辱呢？然而菩萨却难以遇到这些人，因为菩萨内心不存在愤怒，不存在我执。对我们凡夫来说是难以忍受的人，对菩萨则是讨人喜欢的。菩萨对待任何众生，不会站在自己的立场上对其进行价值、情感的判断。不是菩萨遇不到劣性众生，而是菩萨眼中本来就没有劣性众生。

第五颂：愿我于诸以嫉妒，非理诽谤本人者，亏损失败自取受，利益胜利奉献他。

每一个人都希望得到他人的夸奖，一受到他人诽谤，内心就会感到不舒服，暗自生气或纳



闷，无心工作，脾气变得暴躁，甚至意志消沉。正确的态度是：如果别人对自己的批评、诽谤是合理的，就要虚心接受，纠正自己的错误，总结出经验教训，以便在将来得到更大的利益和胜利。

如果是非理的，即使遭到非难或赞美，也不能动摇自己的心志，要毫不犹豫地承担他人的一切过失、亏损及痛苦。当然，这并不意味着要纵容他们继续伤害自己，而是要用不带怒气、嗔恨的方式来保护自己，放下自己那颗总想争竞的心。因为世人看重的胜利，只不过是执著的执著贪取，世界上绝对没有一个不被批评的人，世界上并不是每个人都应该喜欢我。沉默会受到非议，多嘴会受人指责，即使寡言也不能免于见责。因此，当自己领先别人时，我们更应该努力去做自己认为正确的事和应该做的事，不应担心被他人误解而变得缩头缩尾，不敢放手去做事，否则，你会遭到更多、更严厉的批评与指责。当然，没有人喜欢挨批评，但是在内心深处，我们要明白，批评是提高业绩、了解实情并避免灾难性决定的关键。提出批评需要勇气，接受批评需要更大的勇气，虚心接受即使是很严酷的批评，把批评者当作益友而感谢他们，则是非常伟大的。

第六颂：愿我于昔曾利益，深切寄以厚望者，彼纵非理而陷害，亦视其为善知识。



在现实生活中，自己曾经在人力、财力各方面都帮助过他人，内心对他们寄予深切的期望，希望他们不负所望，但是他们时常不知报恩，反而恩将仇报，做出背叛你的事。这些人给你带来痛苦是不言而喻的，这时我们换一个角度思考，问问自己，是不是曾经也做过让他人觉得“恩将仇报”的事情呢？也许你会说没有，其实，每个人都会犯错，只不过我们及时纠正了自己的错误而已。一个人做点好事并不难，难的是一辈子做好事，不做坏事。

其次，不但对这些恩将仇报之人不生嗔恨心，不以牙还牙加以报复，甚至还要视为至高无上的老师。因为他们这样恩将仇报，对我们来说是件好事。如果

我们和他们一样随顺恶习，随喜恶业，这是消耗我们的福报。如今他们这样对待我们，不是在帮助我们消除业障吗？不是在教我们不要以“市恩”的心态为别人做事，学会宽容和安忍吗？他们能让我们发现自己错误，能让我们改正自己的错误，所以要视其为善知识。

再者，背叛我们的人和自己一样都是有情众生，只不过他们有时会迷惑，会做出错误判断，会被贪欲、嗔恨等负面情绪压倒。或许是自己对他们期望值太多，超过了我们对他们的信任限度。我们只知道某人的良好特质而忽略了人性的弱点，这时就会丧失判断力而将超越限度的信任交给他们，当他们不能做到时，自己便觉得被背叛。其实，我们应该放慢脚步，更认真地衡量人与事，从而给予他们适度的信任。

第七颂：愿我直接与间接，利乐敬献诸慈母，老母有情诸苦厄，自己默默而承受。

我们每个人都在追求快乐，而世间上所有的安乐，都是从利益他人中生起的；世间上所有的苦恼，都是从谋求自身的利益而引起的。利他就是慈悲心；自利就是我执。如果有人想很快地救护自己和他人，那么该怎么办呢？

自他互易，就是彼此间交换位置，将自己当作他人、将他人当作自己。但这并不是硬把他人想成是我自己、把我看成他，而是你爱自己的心态和舍弃他人的



愿此一切我所行，不为八法念垢染，
以如诸法如幻智，无执离缚而解脱。

第八颂 诸法如幻

生。通过这样的方法不仅来消除烦恼的根源；我执心，就可以替代他人的痛苦，而且一个人只有知道爱别人的价值，才知道爱自己的原因。“执爱自己心”不但不会给人们带来幸福安乐，相反还是痛苦的根源。只有用“执爱他心”去代替“执爱自己心”，才能获得真正圆满的幸福安乐。

第八颂：愿我所行此一切， 不为八法念垢染，了知诸法皆如幻， 解脱贪执之束缚。

佛教的“慈悲”是契当事理所流露的，其成就建立在“缘起性空”的基础上。在依托种种因缘和合的存在中，每一众生或为亲人或为怨敌，然而不论亲人或者怨敌，怨亲之间仍有着一看不见的因缘，因此，我们要为自己的生命负责，要有对空的自觉，才能成就纯粹的慈悲行。如果你被利、衰、毁、誉、称、讥、苦、乐这世间八法所垢染，易生情见，即使修了善法，其果报也不殊胜。

离苦的要件是智慧，得乐的要件则是慈悲。唯有甚深的空观智慧才能发展出真正的慈悲。智慧和慈悲在我们利益有情过程中，就像小鸟的两只翅膀一般，

少了一只翅膀，小鸟不能飞；两只翅膀若不平衡，力量不一样大，小鸟飞起来就会倾斜。因此，慈悲和智慧一定要恰恰好，发展智慧的当下，一定要发展慈悲，慈悲不能够多于智慧一分，智慧也不能多于慈悲一分，否则，都会出问题。

俗云：“仁者无敌”。在21世纪科技文明发达的现代化时代，如何才能做到人际之间的完美沟通交流？唯有有人用慈悲的眼睛等视一切众生，用慈悲心来跟大众结缘，我们才会做到难舍能舍；放下对一切的执著；难忍能忍；明白一切都是因果的显现；难行能行；清楚我本不存在；难救能救，知道众生皆有佛性，我们的社会才能更和谐、更美好。

（附注：《修心八颂》系噶当派格西朗日塘巴尊者所著，是他的主要修持方法。）

修心八颂略释

朗日塘巴尊者造论

索达吉堪布传译

心态，彼此间交换一下位置。因为无始以来我们的习气是只管自己，能够想到别人已经非常难。现在我们把爱自弃他的心扭转过来，我们真正最珍惜的不是自己，而是别人。因为无始以来，一切有情都做过了我的母亲。既然如此，我们更应以最猛烈的大悲心来将自己所有的安乐，通过直接或间接方式，毫无保留地奉献给一切有情。

间接奉献，就是当我们现在不具有这样的能力，那就发愿：将自己的所有安乐都回向给无始以来的一切众生，并尽自己的一切力量来饶益他们，或者用其他的方法，间接地利益众生。直接奉献就是能直接承受众生痛苦，直接赐予众生安乐。比如放生就是直接利益有情。我们每个人不仅自己要去放生，更应劝人去放

沩仰宗的形成与思想

○常 静

沩仰宗是中国禅宗五家之一。由于此宗的开创者灵祐和他的弟子慧寂先后在潭州的沩山（今湖南宁乡县）、袁州的仰山（今江西省宜春）举扬一家宗风，后世就称它为沩仰宗。沩仰宗是禅宗五家中成立最早的一个宗派，此宗在禅宗史上虽然存在时间不长，但却产生了深远的影响。下面就对沩仰宗的形成及思想作简要介绍。

一、沩仰宗的形成

沩仰宗是由沩山灵祐禅师和仰山慧寂禅师共同创立的。灵祐（771~853），是南岳下三世，福州长溪人，15岁依本郡建善寺法常律师出家，在杭州龙兴寺受具足戒，广究大小乘经律。23岁，到江西，参谒百丈怀海，怀海一见就赞许他，于是居参学之首。有一天，怀海对他说：“汝拨炉中有火否？”灵祐拨了一下，说：“无火。”怀海走下座来亲自去拨，拨到深处，拨出了一点火，便举给灵祐看，说：“此不是火！”灵祐即大悟礼谢，并陈述他的悟解。怀海说：



三十七世 沩山灵祐禅师

“此乃暂时歧路耳！经云：欲识佛性义，当观时节因缘，时节既至，如迷忽悟，如忘忽忆，方省己物不从他得。故祖师云，悟了同未悟，无心得无法，只是无虚妄凡圣等心，本来心法元自备足，汝今既尔，善自护持！”因此，灵祐得到怀海的启发，悟得他的深机密用。



百丈怀海对灵祐说：“汝拨炉中有火否？”灵祐拨了一下，说：“无火。”

元和末年（820），他遵怀海之嘱，到沩山去开法。沩山极其峻峭，人烟稀少，于是杂在狼狽之间，拿橡栗作食粮。后来山下的居民稍稍知道他，来了许多人帮助他营造起一座寺宇来。不久遇到唐武宗（841~846）毁寺逐僧的事件，灵祐禅师就把头裹起充作普通农民。大中初年（847），湖南观察使裴休把他迎出来，重到沩山弘扬禅法，连帅李景让启请朝廷命名同庆寺。裴休去访



他，和他问答，深契玄旨，自此禅风大振。四方来山参问的禅人渐多，于是提倡垦荒开田。当时住下僧众多到一千五百人，法嗣四十余人，而以仰山慧寂、香严智闲为上首。敷扬宗风，凡四十余年，于大中七年数座怡然而寂。关于他的言行，有《潭州泐山灵祐禅师语录》一卷。



三十八世仰山慧寂禅师

灵祐禅师的弟子慧寂禅师（814~890），韶州怀化人，15岁欲出家，父母不许。后二载，师断手二指，跪在父母前，誓求正法，以报答父母养育之恩，父母才允许。遂即依南华寺通禅师落发，未受具足戒即游方。初谒南阳慧忠的侍者耽源道真禅师，耽源禅师对他说：“国师（慧忠）当时传得六代祖师圆相，共九十七个，授与老僧，……我今付汝，汝当奉持。”慧寂接过来看了一下就把它烧掉。耽源禅师说：“我这法门，无人能会，唯先师及诸祖师、诸大圣入方可明了其深意，你为何焚烧？”慧寂说：“我一看就知道其中的意思。但用的人不可执着于书本。”耽源禅师说：“你虽然知道其中意思，但后人想学却没有书了。”慧寂说：“和尚若要重录不难，即重集一本呈上，内容没有一点缺少。”耽源禅师非常赞赏慧寂的领悟力。

后来到泐山，参灵祐，灵祐问他：“汝是有主沙弥，无主沙弥？”慧寂说：“有主。”灵祐说：“主在何处？”慧寂从西边走到东边站着，灵祐知道他和常人不同，便加以开示。既而慧寂问：“如何是真佛住处？”灵祐接着说：“以思无思之妙，反思灵焰之无穷，思尽还源，性相常住，事理不二，真佛如如。”慧寂于言下

顿悟，从此执侍，前后十五年，开泐仰一宗。慧寂传受灵祐心印之后，率领徒众住在王莽山，既而迁到仰山，学徒奔凑。后来又迁到观音山，接机利物，为宗门标准。77岁时圆寂于韶州东平山。后人即以慧寂为代表的灵祐禅系为泐仰宗。

二、泐仰宗的思想

泐仰宗的思想宗旨与家风，是继承马祖道一和百丈怀海禅师而来的。灵祐的顿悟因缘，是从寻思纯熟，机缘凑泊而发，深得马祖、百丈的“理事如如”之旨。传授给他的弟子慧寂，师弟同以全体显现大用作修养的宗旨。他开示大众说：“从上诸圣，只说边过患，若无如许多恶觉、情见、想习之事，譬如秋水澄渟，清净无为，湛泞无碍，唤他作道人，亦名无事人。”当时有人问：“顿悟之人更有修否？”他说：“若真悟得本他自知时，修与不修是两头语。如今初心虽从缘得一念顿悟自理，犹有无始旷劫习气未能顿净，须教汝净除现业流识，即是修也。不道别有法教汝修行趣向。”又说：“以要言之，则实际理地不受一尘，万行门中不舍一法。若也单刀直入，则凡圣情尽，体露真常，理事不二，即如如佛。”他的弟子慧寂和他一样，开示大众说：“汝等诸人，各自回光返照，莫记吾言。汝无始劫来，背明投暗，妄想根深，卒难顿拔。所以假设方便，夺汝粗识，如将黄叶止啼，有什么是处？”又说：“我今分明向汝说圣边事，且莫将心湊泊，但向自己性海如实而修，不要三明、六通。何以故？此是圣末边事，如今且要识心达本。但得其本不愁其末，他时后日自具去在。若未得本，纵饶将情学他亦不得。汝岂不见泐山和尚云：凡圣情尽，体露真常，事理不二，即如如佛。”由此可见，泐仰宗的悟境与功行极于理事如如、动即合辙之旨。

性相、理事、体用是佛教界普遍关心的基本论题。泐仰宗不但主张“性相常住，理事不二”，更重视“体用”在禅法中的运用。《五灯会元》中记载有灵祐与弟子慧寂在采茶时的一段

对话：沩山摘茶次，谓仰山曰：“终日摘茶，只闻子声，不见子形。”仰山撼茶树，沩曰：“子只得其用，不得其体。”仰曰：“未审和尚如何？”沩良久，仰山曰：“和尚只得其体，不得其用。”沩曰：“放子三十棒！”仰曰：“和尚棒某甲吃，某甲棒教谁吃？”沩曰：“放子三十棒！”“体”无定相，“用”则有相，所以，慧寂摇晃茶树，表示体在作用。然而，“体”不可言说，“用”则有言说，灵祐的沉默即表示“体”不可言说，但慧寂把不可说的“体”给说破了，所以，沩山就说“放子三十棒”了。沩仰宗把体用运用于平时的劳作生活中，更显出其禅法特色了。

沩仰宗的禅法思想还沿袭了马祖道一以来“平常心是道”的特点。僧问：“如何是道？”师（沩山）曰：“无心是道。”曰：“某甲不会。”师曰：“会取不会的好。”曰：“如何是不会的？”师曰：“只汝是，不是别人。”复曰：“今时人但直下体取不会的，正是汝心，正是汝佛，若向外得一知一解将为禅道，且没交涉。名运粪入，不名运粪出，污汝心田，所以道不是道。”灵祐禅师这里所说的“无心是道”即“平常心是道”。他要求弟子心不执着、不取舍，不存妄念，心不外求，在平常生活中来体会禅法的真谛。

灵祐禅师还在上堂时对禅众说：“夫人之心，质直无伪，无背无面，无诈妄心。一切时中视听寻常，更无委曲。亦不闭眼塞耳，但情不附物即得。从上诸圣只说汝边过患，若无如许多恶觉情见想习之事，譬如秋水澄净，清净无为，遮污无碍，唤他作道人，亦名无事人。”慧寂禅师也主张“困来合眼，醒即坐禅。”这些都是讲述平常心是道的法语。沩仰宗也继承了传统的“自心是佛”的说法，提倡自信。沩山问仰山：“涅槃经四十卷，多少是佛说，多少是魔说？”仰曰：“总是魔说。”沩曰：“以后无人奈子何。”慧寂禅师也曾对灵祐禅师说：“信亦不立”、“佛亦不立”。

沩仰宗的法门虽是顿悟法门，但都劝人不要

止于顿悟，也不要排斥“渐修”，灵祐禅师说：“初心虽从缘得，一念顿悟自理，犹有无始旷劫习气未能顿净，须教渠净除现业流识，即是修也。”因为这是“顿悟”之后的渐修，所以也叫“顿修”。

沩仰宗还继承了百丈禅师的“一日不做，一日不食”的农禅并重的思想。灵祐禅师和慧寂禅师都很重视农禅并举，他们在沩山和仰山都是垦荒开田，自食其力。虽然灵祐门下的禅子多达一千五六百人，但灵祐和慧寂都身体力行，亲自参加出坡劳动。有关沩仰宗农禅并重的师徒机锋之语有很多。一次沩山问仰山：“何处来？”仰曰：“田中来。”沩曰：“禾好刈也未？”仰作刈禾势。沩曰：“汝适来作青见？作黄见？作不青不黄见？”仰曰：“和尚背后是什么？”沩曰：“子还见么？”仰拈禾穗曰：“和尚何曾问这个。”沩曰：“此是鹅王择乳！”农事禅修打成一片，正干农活时即为禅修。两个管家于农事成熟时，便尔浑身自在。虽然动容难择，但“触目菩提”当这么会。师徒俩一向在劳作中“练禅”策进，不是朱门清客在观家轩里作欣赏状，而云我有会心也。“鹅王择乳”，不假作意吸取精华而去其水分，纯禅道人，一切行动无不是禅，“现业流识”自尔消除。

与沩仰宗农禅并重思想相关的还有一则公案：仰山在沩山为直岁，作务归，沩问：“什么处去来？”仰曰：“田中来。”沩曰：“田中多少人？”仰插锹叉手。沩曰：“今日南山大有人刈茅。”仰拔锹便行。

从这则法语看，师徒间常以田间劳作作为话题，以便启示弟子，让他们明了劳作之中开悟的道理。从此也可看出沩仰师徒的一句话、一动作，无不是禅。

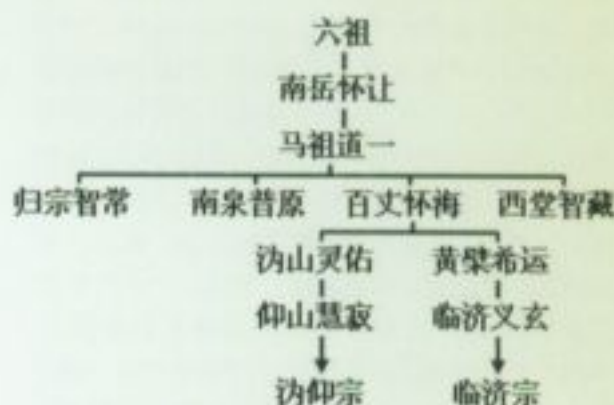
沩仰宗作为一个禅宗派别，具有本宗的特色。沩仰宗的家风，审密密切，师资唱和，事理并行。体用语似争而默契。《人天眼目》说：“沩仰宗者，父慈子孝，上令下从；你欲吃饭，我便捧羹；你欲渡江，我便撑船；隔山见烟，便知是火；隔墙见角，便知是牛。”亦方圆默契之意。又如《归心



宗派介绍

录》说：“沩仰家风，机用圆融，室中验人，句使陷虎。”又《五家宗旨纂要》说：“沩仰宗风，父子一家，师资唱和。语默不露，明暗交融，体用双彰，无舌人为宗，圆相明之。”

沩仰宗在慧寂之后的法嗣有西塔光穆、南塔光涌等十人。光穆传资福如宝、宝传资福贞邃，前后四世而法系不明。光涌也只传芭蕉慧清，清传遂州继彻而绝。此宗的法脉，大概历时150年。在禅宗五家中，沩仰宗兴起最先，衰亡也较早。其重要原因是接引学人，看似平衍，实则深邃奥秘，事理并行，不是大根器之人不易继承。



沩仰谱系



功德芳名



张熊	50元	杨宝智	50元	陈真峰	50元
刘懋宗	200元	罗正清	100元	曹振祥	50元
黄介民	100元	陈曼华	100元	朱炯远	50元
赵平	30元	邱昱申	100元	林伟捷	100元
张华	100元	董浩嫦	100元	吕凤英	100元
上海图书馆	300元	徐茗琦	100元	王成娟	50元
刁广山	100元	岑关耀	30元	唐梅秀	100元
上海图书馆报刊部	300元	谢邦英	100元	宾祖军	100元
朱祖华	50元	张丽	150元	聂鸿翔	100元
方国平	200元	张昱晖		悟端	50元
周华章	100元	张清池	100元	赵慧珠	100元
陈愈伟	30元	易礼云		史学道	30元
蒋阿宝	200元	何月英	150元	丁国光	50元
徐进英	200元	钱元孝		释了宽	300元
周伟国		朱桂芬	30元	钟锦章	200元
周淑蓉	100元	钱盈盈		如恒	200元
王欣		李接宗	40元	李聚元	40元
戴福根	100元	刘汉	30元	瞿立梅	200元
张德根	100元	沈天龙	50元	方晓红	100元
赤乌比丘	5000元	王海宇		洪扬	50元
王乃淳	100元				

先以欲钩牵，后令入佛智

——度化母亲学佛的幸福历程

○释慧宣

释迦牟尼佛的教法充满着智慧与善巧方便，最终目的都是要众生成就无上佛果。这些年来学佛过程中，对于身边朋友及亲友不了解佛教的，我也正是运用了《妙法莲华经》当中佛陀智慧的那一句法语：“先以欲钩牵，后令入佛智。”

众生要做一件事情之前，必须要有一定的利益做为引导才会心甘情愿的去做，学佛也有这样的引导过程。对此，在我个人学

习佛法与实践佛法的历程中，感受特别深。我发愿要把殊胜无比的佛法传播给每一位与我有缘的人，那就首先要从对自己恩德最大的父母师长做起啊。

我刚接触佛教的时候年纪还小，母亲当时有些不太赞成，但是这并没有动摇我对佛法修学及探索的信心，不过，母亲在了解佛法之前仍对佛教没有太大的兴趣。

我在《佛说末罗王经》这部

经典中看到：“何等为父母力？谓受父母身体哺乳育养之恩，或从地积珍宝，上至二十八天，悉以施人。不如供养父母。是为父母力。”又思惟到佛陀在《不思议光菩萨所说经》中所开示的：“非饮食及宝，能报父母恩。引导向正法，便为供二亲。”结合这两部经的内容，我深刻意识到，对父母亲大人的孝顺不仅是物质上的，更要让他们皈依三宝，这才是报答洪恩的最好方式。同时也感到生命无常而短暂，这使我让父母早些接触佛法的愿心更加强了。

母亲是一位国家公务员，对于宗教似乎有一种本能的排斥心理，其原因就是对于佛教缺乏正确的认识和了解。于是，我想尽一切办法让母亲在工作之余及晚上的时间，接触那些介绍佛教的书籍，主要是一些佛教入门书籍，通过这些普及性的佛教著述来正确引导母亲认识佛教。就这样，她每天阅读一些，日积月累，半年下来已经读了四五本佛教书籍。看得出来，母亲刚开始





的时候是为了迎合我，不让我失望，才抽空看看佛教书籍的，但后来慢慢地，她对佛教真的产生了兴趣，能主动地去翻看有关书籍了。

在有一定教理的基础上，我又推荐母亲开始进行实践的修行了。先让母亲在每日步行上班的路上，试着多多少少的念观世音菩萨圣号，按照《妙法莲华经》当中佛陀所开示的，关于恭敬奉持观世音菩萨圣号的功德与利益加以引导，让母亲对持诵圣号树立起正信的观念。我告诉她说，在有什么急难的时候，或者正当的事情需要菩萨帮助与加持时，就要一心专注的念诵观音圣号，菩萨会以大威神力而施以无畏，护佑持诵菩萨圣号的行者。不仅当生可获得福德果报，来世还能获得解脱痛苦轮回的殊胜利益。

在母亲过43岁生日的时候，我送给她一串紫水晶的手珠，让母亲每日用念珠摄心以免散乱，经常地念诵佛号。刚开始不太适应，时常想不起来念诵。我就试着引导母亲说：“您不是经常想我嘛，我的心中时时都在念着佛菩萨三宝的名号，那您想我的同时也就想起念佛与念菩萨了。”就这样，久而久之，母亲渐渐地养成了念诵佛号的习惯，并逐渐地走上了信仰的道路，把学习佛法当成了生活当中的一部分。当她真正体尝到学习佛法的乐趣与喜悦的时候，也会试着与同事和亲戚分享自己的感受与心得，这使我十分的高兴。



在无始轮回当中，众生的业力及恶习极其深重，最好的办法就是长期坚持修学佛法，用善的身语意去慢慢改变恶的身语意。因此，接下来，我让母亲每日在佛像前供香、供水、点酥油灯、供水果、定期擦拭佛堂与佛像等，然后礼佛三拜并称念本师释迦牟尼佛圣号三声，以后又逐步增加了让妈妈读《佛教念诵集》中常诵经咒的内容，配以注音，母亲在短时间内就掌握了一些常诵的经咒。渐渐的会背诵心经、大悲咒了，后来，即使没有我的督促，她也能每日清晨洗漱完毕，主动地去供香与做功课了，最近一段时期我又推荐母亲每逢阴历初一与十五的时候加诵《妙法莲华经·观世音菩萨普门品》，告诉她经常念诵可以增加平日里念诵菩萨圣号的信心与掌握正确的方法，因为普门品中介

绍了念诵观音菩萨圣号的殊胜利益与方法等。

习惯的养成需要一个循序渐进的过程，在日常生活中逐步积累，就会由量变到质变，母亲正是在这样的过程中得到了学佛的乐趣，直到真正把佛法融入到自己的生命里变成真实的信仰。

看着母亲从排斥佛教到真正发自内心的成为一名虔诚的皈依的佛教徒，正像她老人家看着我在成长过程中所获得进步时的幸福一样，我也在心中感到无限的幸福与喜悦，因为没有其他的孝顺方式比劝导父母亲大人学佛更值得提倡与奉行的了。

“先以欲钩牵，后令入佛智”的运用，在《阿含经》当中有非常多的记载，希望诸位佛弟子也能运用无上殊胜的智慧，来如法的引导身边每一位有缘人进入佛法的大海，乘大法船，直达解脱的彼岸。

我的素食缘

○圣慈

随团游乐山大佛，由于对闻名遐迩的麻浩崖墓感兴趣，得空离群，徒步很远去看，不期遇见多年未见的佛学前辈，他是北京某高校的老师，之前的几次面缘，已让他对我有了印象，所以热情上前招呼了。他也是离开朋友独自过来观瞻古迹，同一的心念，注定了这次珍贵的佛缘。

乐山东汉麻浩崖墓是国家重点文物，其历史价值十分珍贵。老师默默地参观，时而拍照记录，时而驻足研究，历史散发的魅力让所有参观者安静。这些石刻和随葬品，质朴、生动，仿佛再现着千年前人们的生活：成排的墓洞，悠远、深邃，多少辞世的古人曾以此为他们永生的安息地？为何鲜活的生命与绝世的辉煌都必然溶解在时间长河而荡然无存啊？那些栩栩如生的石房、石家畜、家禽和各类或铁或铜的器物，述说着千年前，人们对来世的期许和信仰……在沉思中，我不觉怅然，心生悲意，想起《金刚经》的文字：“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”

会务组的电话来催，老师和我结伴返回。来时漫漫的山路，给了我请教的机会，也给了我与师同行的喜悦。都知道老师讲话风趣幽默，智慧过人，却少有人知道他吃长素，还过午不食，且守戒精严。于是，我问道：“老师，佛教提倡素食，你实践这么多年，感觉到底好不好？”

“若是不好，佛不会提倡的。吃素至少能对身体好啊。”老师笑答。接着又说：“相信佛创立戒律是来救人的，绝对不是来害人的。”

闻听此言，心中有闪亮，有惊喜，我不断点



头应诺。又想，释迦牟尼不是主张中道吗？失掉荤菜的美味也就罢了，何必再受过午不食之苦呢？便问：“听说您过午不食，真的吗？素食不光佛教提倡，素食主义者也提倡，科学研究也证明对健康有利，这固然好，也不能不吃晚饭啊？这样营养会不够的。”

“出家人不打妄语，我这‘不出家人’更不打妄语。我六年都是过午不食。我每天还爬山锻炼两个小时，不觉得缺营养，精神也很好。吃素的人和一般的营养需要水平可能不一样吧，个体有差异。”老师幽默地回答。

因为会务组的催促，我们脚步一直很快。此时，我已经大汗淋漓、气喘吁吁，而年届天命的老师却平静如初，他轻松的笑容和轻快的脚步，已经证实此言不虚。

我们知道，有句土话叫：“晚上少吃口，要活九十九。”也知道“早上吃饱、中午吃好、晚上吃少”的健康俗语，可见，晚上少进食对健康



有利。于是又问道：“那么您这是基于健康，还是基于信仰呢？”

老师简单的说：“两者都有。”而转过头又告诉我一个秘密，说：“其实，我晚上不吃饭还有一个原因，那就是节约时间。我时间耽误不起啊！自己不做饭也不吃饭，节约时间；还可以减少应酬，节约时间。一般应酬都安排在晚上，大家都知道我晚上不吃饭，要么不请我，要么请了，我拒绝，也不会得罪人。”原来老师持戒的背后，更隐藏着精进的精神，令人肃然起敬，无语感动。

我感慨地说：“您真是研究与体证‘不二’，有当年印顺大师的风范，只是一个在‘僧’，一个在‘俗’，应该好好向您学习啊。”

老师一边摆手谦虚，一边说：“我现在研究健康佛教，实践健康佛教，宣扬健康佛教。佛教讲的人生之‘生、老、病、死’四苦之中，只有‘病苦’是我们自己容易掌控的，所以，我们首先应该通过佛教实践来解脱病苦，使自己身心健康。”

强烈认同！我毫无山地徒步的疲累，一边点头，一边赞赏，冰释的疑惑，化为欢喜，沁入心脾。

之后，我开始吃素了。即使在玉盘珍馐的餐

桌上挑拣自己喜爱的素食，并不觉得是在忍受节欲之苦，反有一种信念和信心带来的充实的快乐。同时，我也不自觉地关注佛教有关健康的知识，思考佛法与健康的问题。我想，佛教的某一禁忌或者某一倡导，绝不是某种束缚人的教条，必定有其深刻的因缘，我们当以智慧去理解，用实践去体悟，不可简单的否定。就拿“过午不食戒”来说吧，从科学层面讲，适当饥饿的状态更有利于人体健康；从宗教信仰的层面，不过多的进食会减少欲望，让人心性柔和，有利于慈悲心的培养；从社会的层面，我们只取自己必须的食物，可以让地球有更多的食物去供养那些得不到食物的生命；从环境的角度讲，也是资源的节省，减少环境的消耗和提高环境的修复功能……我们再看其他宗教，比如伊斯兰教有斋戒，基督教有禁食，道教有辟谷，都无例外的在饮食上主张节制。香港有本叫《半饱》的书，更是把节制的饮食方式，推到了人生哲学的高度。

当今社会，就总体而言，可谓物质极大丰富。然而，有因营养过度而导致所谓富贵病、慢性病的人大量存在，也有因饥饿而死的不幸人群。一方面，资源过度开发，天灾不断，人类招到自然界报复性惩罚，另一方面，消费主义又导致大量资源的浪费……可见，个人的健康是问题，社会的健康也是问题，还有我们整个生态体系的健康，更是问题。也许，佛法的智慧能帮助我们解决这些问题，让我们拥有健康的身体、健康的社会和健康的地球！



修学过程中的“正反和”三阶段

○蒋鑫

我的身边有很多的学佛同修，无论是老参还是新学，在不同学修阶段他们遇到的问题及心态略有不同，后来我归纳为以前在学习哲学时学到的一个小公式，即“正反和”三段论。

“正反和”的意思是，在人们接触到一个完全陌生的、新鲜的事物时，往往先会对这个事物加以扩大美化，过度赞扬，看到的往往都是它的优点；接着，通过一段时间的观察比较，又会把注意集中到它的缺点上，从而把它的缺陷无限扩大化；最后，在综合了这个事物的优点及缺点，并通过客观的思惟，才会得出一个对这个事物的较准确评价，最终决定接受与否。

我想学佛者在从初学直至老参的过程中，一些同修也会经历“正反和”这样的心理过程。

第一阶段，“正”阶段。刚刚接触佛学，一切都是新鲜及神圣的，坚信自己的选择是正确的，所以会极力向我们身边的人推荐学佛，会极力弘扬与帮助那些不了解佛学的人认识佛教。心中怀着促进一切众生皈依佛教的热忱在传播着佛法。这就是所谓“初心不退，成佛有余”。

第二阶段，“反”阶段。在客观现实当中，不可能所有事物都朝着我们预期的方向发展，根可能会遇到违缘，度人也如此。在这一阶段，自己也虽然努力弘法，却发现周围的人并没有因为我们的影响而改变原来的行为及心理，有的甚至对佛教反而没有了兴趣。这时我们会显得有些烦躁了，乃至对于自己的学修也产生了怀疑。可能觉得佛学也不过如此，对我的人生没有产生实际的作用，从而产生了疑虑及烦恼。

第三阶段，“和”阶段。经过了上面两个阶段的心路历程，应该对佛法大概了解了一二。不会对于自身进步及度化众生再抱有不切实际的“理想化”了，再加之认识到，现生和过去世间的习气业障各异，不可能轻而易举地让你遇到的每个人都信奉佛法。这样，自己的心态就开始平静下来了，对于佛法就会重新更加客观准确地进行审视。通过这一阶段的省思与对佛法的准确认识以后，即会以更好的的心态来修学。

当然，“正反和”三个过程只是对于部份学佛者心理的抽象，也不是每个人都会经历的。

我想我们在初学佛之时应该树立正确和坚定佛法的信念，用智慧去学习佛法，在学修初始离不开善知识的引导，要与善友为伴，广学博闻三藏十二部教法，掌握佛法的正确知见，认识到佛法的学习是一个漫长而艰辛的历程，我想我们抱有这样的心态是有利于克服学修当中的急躁情绪的。

调整心态，让我们在此生及相续生当中，一直朝着佛法智慧的彼岸前行，为度化众生出苦轮回而努力正确的践行佛法吧！





浅谈不放逸

○僧禅

不放逸是佛教教徒在修行过程中应当具备的基本品格。佛教所提倡的不放逸就是时刻小心谨慎，不为外境所惑。只有这样，才能使我们的内心得到净化，做事小心谨慎，避免出现差错，行为得到福报，从而取得修行的成功。

如《杂阿含经》卷三十一云：“世尊告诸比丘：譬如有人作世间建立，被一切皆不依于地；如是不依修习禅法，一切皆依不放逸为根本，不放逸集，不放逸生，不放逸转。比丘不放逸者，能修四禅。”由此可见，比丘的禅修能否取得成功，关键在于是否能做到不放逸。不放逸不仅是修行的基础，也是修行程度深浅的决定因素。

佛陀认为，不放逸就像一个人走近非常危险的悬崖上，如果稍不注意，就有可能堕入深谷从而落得个粉身碎骨的下场。因此，他一定会非常谨慎，甚至大气都不敢出。《杂阿含经》卷三十一中说，不放逸是一切善法之首。经云：“世尊告诸比丘：譬如百草药木，皆依于地而得生长；如是种种善法，皆依不放逸为本。如上说，乃至涅槃。譬如黑沉水香是众香之上，如是种种善法，不放逸最为其上。……譬如水陆诸花，优婆罗花为第一；如是一切善法，皆以不放逸为根本，乃至涅槃。……譬如诸山，以须弥山王为第一；如是一切善法，不放逸为其根本。如上说，乃至涅槃。譬如一切金，以阎浮提金为第一；如是一切善法，不放逸为其根本。如上说，乃至涅槃。”

佛陀在本经中，佛陀列举了大量的事实和比喻来说明，在所有的善法中，以不放逸为首。佛陀认为，不论是行持世间法，还是修持佛法，都应依靠不放逸的行为，即以正知、正念来护持身口意三门，小心谨慎、精心抉择，不使三门散乱于外境。若不谨慎，只知随心所欲、为所欲为，则会招致诸多过患。为使道业增上，修行成就，大家都需不放逸而行，即需时时保持正知、正念。

一个人一旦产生了放逸之心，他的心就会散乱，就无法安心于自己所从事的事业和学习。一个修行人若是有了放逸之心，他就无法专注于道业，最后导致堕落的结局。世間流行很广的对联曾说：“学如逆水行舟，不进则退；心似平原走马，易放难收。”对联告诉我们，人的心就像在平原上跑着的马，放开来很容易，但想再收回来便很难了。

为了防止修行者产生放逸的心理，在出家人的早晚课诵中都会唱念：“是日已过，命亦随减。如少水鱼，斯有何乐。大众当勤精进，如救头燃，但念无常，慎勿放逸。”这几句话告诉我们，我们每过一天，生命就会减少一天，就像只有很少水的鱼，没有什么快乐可言。所以，每个人应当经常想到人生无常，然后精进用功，切切不可放逸。

不放逸不仅是一种行为，更主要是体现在心灵的净化上。心灵的净化，是一场自己和自己的比赛。在这场比赛中，样样都得自己来做，今天不做的，明天还是得自己做；今天做不来的，以后还得靠自己的努力来克服。每个人都一样，谁也不会有例外。而不放逸就是心灵净化很好的一种方法，当面对诱惑、困难时，不要放纵自己的心性，不要知难而退。更重要的是当自己面对自己时更不要放逸，这就是我们常说的“慎独”。



参观北京赵朴初故居小记

○李豫川



惊悉赵朴初居士夫人陈邦织女士于2011年4月7日下午16时在北京逝世，享年93岁。我不禁又想起了十年前参观北京赵朴初故居的情景——

北京市西城区南小栓胡同一号，是一座古老幽静的小四合院，原为全国政协委员贺耀组上将之宅。1961年7月16日，贺将军患癌症去世，家属将宅院交还给政协，政协将宅院略作修葺后，安排给当时还居住在北京西四大拐棒胡同17号一个比较拥挤的小三合院内的赵朴初夫妇居住。朴老在这里一住就是近四十年。

小院十分普通，陈设非常简单，很难让人将其与全国政协副主席的显赫身份地位联系起来。院东开一铁门，锈迹斑斑。进得门来，迎面是一座竹篱围绕的花坛，里面许多五颜六色的花草生机勃勃，争奇斗妍。天井正中一丛细竹翠影摇曳，几株一人合抱的大枣树间杂其间。绿荫下，设一石桌，四个石凳。朴老在世时，每逢春光明媚之时，或秋高气爽之际，他常在这里与政界要人、鸿儒高僧品茗畅谈，纵论古今风云、天下大事。恍惚中，我仿佛又看到了朴老慈祥友善的面

容，听到了朴老亲切动人的声音……

小院房屋分为前后两排，左右两侧为围墙。前边一排房屋系工作人员宿舍。后边一排房屋，正中为客厅，几排书架紧靠后墙，摆满古籍。书架前为一书桌，上面整齐地摆放着笔墨纸砚。书桌旁陈设着沙发、茶几，墙上挂着的空调，年代久远，已十分陈旧。客厅侧为书斋，朴老取名为“无尽意斋”。再往里即为卧室了。东屋辟为内外两间，外间原也是朴老书房，现在布置成朴老的灵堂，鲜花簇拥着慈祥的遗像，左右悬挂着朴老手书遗嘱——“生固欣然，死亦无憾；花落还开，水流不断；魂兮无我，谁歆安息？明月清风，不劳寻觅”（“魂兮无我”社会上流传为“我兮何有”，但笔者现场见到的确实是“魂兮无我”，如图）。遗像下面摆放着朴老夫人陈邦织女士敬献的花篮，上面写着“开哥千古，邦织敬献”（赵朴初乳名“小开”）；墙上悬挂着国际佛教领袖星云法师手书墨迹条幅——“人天眼天”。里间为佛堂，正中供奉着几尊铜质佛像，两侧书架上陈列着佛经。朴老生前，每天均在此





礼佛诵经。

西屋也辟为内外两间，外间为厨房。笔者注意到，厨房里几个老式铁壳开水瓶，竟还是上世纪六、七十年代“文革”时期常见的那种矮花外壳样式。里间为储藏室。

陈邦织老奶奶与几位工作人员宁静淡泊地生活在这个小院里，过着和普通老百姓相差无几的日子。由于陈老奶奶对相濡以沫六十余载的赵朴老情深意笃，在她的要求下，这里的陈设布置，一草一木，一物一件仍保留着朴老在世时的原样。

上世纪50年代初，周恩来总理将赵朴初从上海调到北京，告诉他，有两个工作可以选择：一是做救济，二是搞佛教工作。“赵朴初觉得自己对佛教熟悉，就选择了佛教。”陈老奶奶如是说。

1953年5月30日，中国佛教协会第一次会议在北京西四阜内大街广济寺举行。汉、藏、蒙、傣、满、苗、裕固七个民族的法师、活佛、喇嘛、居士代表共141人出席成立大会。大会选举圆瑛法师为中国佛教协会会长，赵朴老任副会长兼秘书长。毛泽东主席在阅读协会章程草案时，亲笔加注“发扬佛教优良传统”。

从1980年到2000年，赵朴老历任中国佛教协会会长，第六、七、八、九届全国政协副主席。在当政协副主席的时候，他给自己定下“三不要”——“中央给他配警卫员，他不要；换红旗



车，他不要；换大房子，他也不要。”陈老奶奶介绍说，当时赵朴老有三个考虑：“有了警卫员，我到那些穷朋友家里去，人家还要给警卫安排房子；换了红旗车，耀武扬威的，怕把人家吓着；我们的房子够住，不用换大的。”

赵朴老夫妇的生活是这样的简朴，但对于社会慈善事业，却常常是一掷千金。仅对他的故乡安徽省太湖县，他们的个人捐款就超过一百万元。四川省巴中市石城乡的唐仲容居士（1920—2002），是现代著名佛学家王恩洋先生的高足，一向以学修一体化的方式精研佛典，造诣颇深，尤其对唯识法相之学更有独到的见解，研究佛学很有名气，但因双目失明，家庭生活很困难。1989年，赵朴老得知此事后，当即写信给四川省委统战部，请求他们将唐居士安排在四川省佛学院任教。后又得知佛学院工资较低，不够维持唐居士一家人的生活，又按月从自己的工资里抽出400元，汇寄给唐居士，感动得年近七旬的唐居士老泪纵横。

陈邦织老奶奶说：“我们的工资用不了，还有国际上发给朴老的和平奖金，取之于民，还之于民吧，老百姓的生活太苦了！”

——这真是心忧天下的赤子情怀！我不禁想起了2000年5月22日赵朴初先生逝世后，杭州沈祖棻先生写的一首挽诗——

岂有菩提树，本无明镜台；无私无挂碍，无憾了尘埃。



赵朴初书法



文字：薄伽梵成就殊胜一切如来金刚加持三摩耶智，已得一切如来灌顶宝冠为三界主，已证一切如来一切智智瑜伽自在能作一切如来一切平等种种事业，于无尽无余一切众生界一切意愿作业皆悉圆满，常恒三世一切时身语意业金刚大毗卢遮那如来，在于……

“薄伽梵”是主格，从“成就”到“三摩耶智”，从“已得”到“三界主”，从“已证”到“种种事业”，从“于无尽”到“圆满”，从“常恒”到“如来”，这些句子都是同格的，都与“薄伽梵”同为主格。这些同格语句都和“在”这个词发生关系。经文之意是将“五智”并列为“薄伽梵”的内容。其“五智”共同构成主格，与动词“在”发生关系。

第七，在经论的同一篇文章中，散文和偈颂交错出现的例子比比皆是。可见于《观世音菩萨普门品》。这是汉文原来没有的一种文体。这一形式给后来的中国文学带来了很大的影响。当然，中国的韵文必须押韵，而印度偈颂则不一定都押韵。所以，汉译经典的偈颂是不押韵的。这自然是因为梵汉韵律原则各自不同。

最后，由于经典以达意为宗旨，所以，其行文未必一定要像中国的散文那样崇尚简洁。因此，经文与中国历来文章在构造、形式等方面划然有别。于是，翻译经典的文体创造了一种新的体裁。

这种文体是由鸠摩罗什及其门人所创立的。以后的翻译家们竞相效法。这种文体的创立对中国文学界无异也产生了一定的影响。例如，唐代柳宗元等人所做的达意文章，便受到了这一文体的影响。

现在还有一点必须注意的是，经论本身是以组织的表现形式写成的。译文也是有组织的、条理清晰的文体。因此，解释译文也要采取条分缕析的方法。从道安采用序分、正宗分、流通分的“三分解释法”解释经典开始，佛教学者纷纷效仿这一方法。这就是所谓的科判学。采用这种研究方法，使得分析愈益条理化，理解愈加精确。

这一解释法对于学术界其他方面也有影响。隋唐时儒家义疏学实际上是和佛典疏钞学同时产生的。所以，如果不能说它的产生必然受到佛典解释学的影响，

但终究可以说从中获得了某种程度的启发。再如唐宋八大家所写的文章，其段落的划分，章节的承转，也可看到科判学的影响。

到了宋代，禅宗兴盛，记载禅僧语言的语录体文章广泛流行。它实际也是经典翻译的直接产物。本来，释迦牟尼是用语言来说法的。将其语言记录下来就成为经典。经典不是释尊自己著述的。他同弟子们的问答也依然是语言的。因此，从这个意义上说，经典亦可叫作语录体文章。关于这一点，看看鸠摩罗什翻译的《维摩诘经》等就可明白。特别是禅宗，以“教外别传”为原则，以人格相承为宗旨，所以，它用语言或动作来表达悟境。这样，记录言论的语录体得以流行就是很自然的事情了。这种语录体文章也影响了中国文学界、思想界。宋儒之语录以及小说戏曲等都是以日常用语书写的。



宽容看待行善方式

◎刘水



过年前有些布施者“高调”发送红包行善，对此我们该如何看待？

“须菩提，菩萨应如是布施：不住于相。”（《金刚经·妙行无住分》）一般来说，布施相最容易着相，一着相就成了执著，就成了障碍；一着相功德就受到局限，我们就会有某些不健康的心态产生。

菩萨的布施一定要做到“三轮体空”，不要着相而求。“三轮”即是布施者、接受者和所施之物。于此“三轮”除执著心，“三轮”清静才能功德圆满；用清净心来布施，必然得到清静的功德。也就是虽然在行布施，但心中不能执著于“我”在行布施，及被布施之人，以及所施之物。如果心中有那种念头存在，那就不是不住相布施，就阻碍了自己慈悲心与菩提心的成长，那布施者也绝不是菩萨，而仍然是痴迷无明的众生。

践行大乘菩萨道，应该超越一切分别，超越善恶功德的成果，如果在自利利他的过程中，对利他的事业有所执著，为得到善报等好处而去进行布施，为做好事而做好事，为行善而行善，其本质仍是自私的，那就不是真正的大乘胸襟，也不是纯粹的人生境界，其心态也往往难以平静、平和与平衡。《金刚经》中的超离一切诸相，不

住相布施的思想，与“行善不（欲）为人知”和“施恩勿念、受恩莫忘”的儒家思想是相通的，这些思想对现代社会的人们树立正确的行善（慈善）观、名利观，仍很有助益。

然而，不管以何种方式行善，都是行善，总比不行善、伪行善要强得多吧。如果在充分尊重弱势群体、符合当地慈善文化等的前提下，随俗随缘、合理合法合规地“高调”行善，既可帮助弱势群体度过燃眉之急和温暖他们的心，又能点燃慈善之“光”，也应该予以肯定并弘扬，至少这是一种未尝不可的“方便法门”。佛法是圆融善巧方便的，佛教对利乐众生的方便之法，随顺世俗，并不坚决反对。

总之，修行人应“严以律己、宽以待人”。我们发阿耨多罗三藐三菩提心，应如是布施：不住于相。我们也提倡如此。我们于法，应无所住，行于布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般若等六度万行，即是行菩提心。而且我们将依般若法门所修的种种功德回向往生西方净土。而同时我们要有耐心，我们待人要宽宏大量、慈悲包容，不要执著于不着相的道理。在多元化的“现实”的现代社会中，我们可以宽容一点来看待行善方式，最重要的是使其行善行为及善款能够帮到那些急需帮助的人士，能真正有利于那些人士和慈善事业，能鼓励行善。



大型佛教油画《海会云集》创作札记

○蒋云仲

佛说：“世间万物皆因缘。”

2006年，我与上海宝山寺方丈世良法师初次见面就一见如故。正如古人曰“有白头如新，倾盖如故”。世良法师向我描绘了重建宝山寺的宏伟抱负和具体构想，我被他的精神所折服，于是毫不犹豫地接受了创作绘制《海会云集》图这一鸿篇巨制的委托，并决定将画无偿捐献给宝山寺。

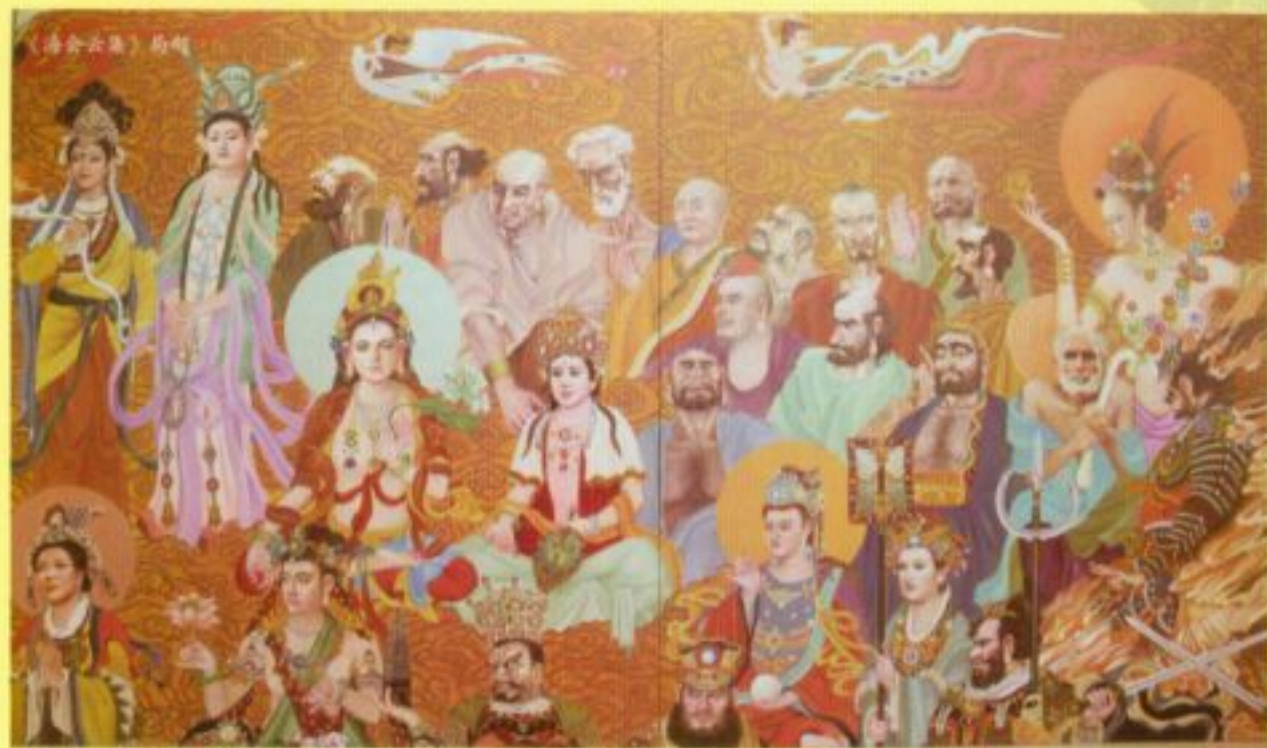
这是一幅长14.2米，高3.76米的大型壁画，全画由每幅宽1.58米，高1.88米的18幅油画合并而成。以架上



油画形式来表现佛教题材，且是如此巨制，这在佛教界是极其罕见的。

在着手进行创作前，我携夫人李云珍去了山西五台山、云冈石窟、佛光寺，敦煌莫高窟等地采风。在敦煌研究院，我们受到了院长樊锦诗女士的热情接待，获得了不少她对于佛画创作的宝贵意见，并且参观了仅对贵宾开放的几个洞窟，真是获益匪浅。特别是盛唐时期的壁画和彩塑、浮雕，栩栩如生，脱壁而下，我仿佛听到佛号、磬钹、诵经声、木鱼声……恍然身处其中，佛以洪钟惊大梦，天以震雷鼓群动。刹那间，《海会云集》的整幅画面浮现在我眼前：天乐宏宏，妙音频频，祥云蔼蔼，香风沉沉，迦陵空鸣，金龙盘旋，诸佛海会，四圣云集。我佛如来于灵山讲经，一切诸佛、菩萨、声闻、罗汉、天人、龙众等罗列四方，静心听法……

回来后，洞窟中的情景印在我的脑



海，久久挥之不去。我于是开始勾勒黑白草图，在世良法师的审阅下，几易其稿，用了一年多时间，终于完成了黑白正稿，然后又用了半年多的时间完成了彩色小稿。

为了保证此画能长期保存下去，我在选料上是非常讲究的。油画内框最佳的用料是杉木，但杉木一般很难见到，没想到宝山寺正好有五棵保存了七年多已经脱水风干的杉木，真乃天助我也。画布用的是上好的加拿大进口亚麻布，然后马利艺术品公司免费为我绷好了18幅宽1.58米，高1.88米的油画框。所用的油画底料是日本进口的Gesso牌，而调色油和松节油也全都是进口的。最重要的油画原料我全部用梵·高和伦勃朗等品牌，价格从六七十一支到一百五十多元一支不等。这样的选料使这幅油画可以经受住时间长久的考验。

一切准备就绪后我开始正式绘制大画。在线条上，采用了唐代吴道子的铁线描；在风格上，借鉴了八十七神仙卷和朝元仙杖图；在色彩上，参考了敦煌莫高窟壁画、永乐宫壁画；在构图上，吸取了埃及壁画、古希腊壁画，以及罗马西斯廷教堂壁画的精髓。

整幅画采用的是散点式和满幅式构图，以释迦牟尼为中心，以扇形重叠向四面展开，排列有序，满而不乱。在

绘画技法上我采用了文艺复兴时巴洛克风格的古典写实主义手法，全画的人物、法器、服饰、璎珞、飞禽走兽等都富有立体感，尽可能达到数年前我在参观敦煌莫高窟时的感觉：栩栩如生，脱壁而下。

整个画面祥云笼罩，金光四射，绚丽夺目。共绘有佛、菩萨、罗汉、金刚、供养人等159位，其他还有各种动物、花草等，展现了众生皆有佛性的自然和谐的局面：佛说诸生平等，不分男女老幼，无论贫富贵贱，不问种族贵贱，只要种下了慈悲待人的善因，就是与人快乐、救人苦难，则一定能获得平安喜乐的苦果。《海会云集图》的含义便蕴藏在这因果之中了。而画中内容也正如冰心在形容云冈石窟时所说的：“一如来，一世界，一翼，一路，一花，一叶，各具精严，写不胜写。”

自2006年初接受宝山寺世良法师的委托，直至2011年初此画完成并正式悬挂于



宝山寺大雄宝殿内，前后近五年时间，我呕心沥血，殚精竭虑，终于不负所托，功德圆满。

2011年6月12日，《海会云集》的开光捐赠盛典隆重举行，正式入藏宝山寺。正所谓：宝山佛地，如来道场，诸佛菩萨，天龙八部，诸天大仙，诸大护法，乃至异类，咸来集会，悉如百川，入于大海，海众云集，俱来护持，祥云普覆，共祈吉祥。大疏赞曰：“浮云无心，龙吟则起，菩萨无住，佛现‘缘’来。”



蒋云仲先生与宝山寺方丈世良法师在探讨佛画创作

附：蒋云仲简历

蒋云仲：男，画家，教授，出生于1943年6月。中国美术家协会会员，上海交通大学校友画会秘书长，国际水彩画联盟上海分会会长。主要学术活动：

1987年在日本参加第三届亚细亚国际水彩画大展，1989年赴日本大阪参加泉佐野市美术交流展，1990年在上海商城举办春季沙龙展，1991年参加由国际水彩画联盟举办的首届世界水彩画大展，1992年参加第二届世界水彩画大展，1997年参加第五届世界水彩画大展。

1999年参加第六届世界水彩画大展，2000年赴美国洛杉矶举办个展，2001年在香港大古城举办个展，2002年在上海赵氏西洋画廊举办个展，1990年至1998年，闭门9年创作了长18米，高2.4米的中国大型历史宫廷油画《虞美人》。

发愿

○老 犁



举凡世间、出世间的一切事物，下至轮回、上至解脱，在佛家看来，都是由心力所造成的。“心”是最基本的动因。“三界唯心，万法唯识”，一心萌动，才会有恶业善业、三界六道乃至诸佛净土。“愿”是心中想要实现某一目的希望和意向，故称为“心愿”，如南唐·冯延巳《浣溪沙》词：“天教心愿与身违。”也称为“愿心”，如《儿女英雄传》第十二回：“媳妇本也有个愿心许下，给他供个长生禄位。”又称为“志愿”，如晋·王羲之《与谢万书》：“老夫志愿，尽于此也。”“愿”还能构成很多复词，比如说，为人祝福祈愿，谓之“祝愿”；在佛菩萨等像前立下心愿，谓之“许愿”（后引申为答应别人的要求，满足别人的愿望）；心愿实现后再去寺庙进香祷告，谓之“还愿”……

佛门特别重视修心证果的第一步——发愿。发愿属于“因地”，“因地不正，果遭纡曲”，也就是说，出发时的方向不对头，就要多绕弯路，甚至与目标背道而驰。佛教徒每天都在早晚课诵时念《发愿文》：

稽首三界尊，皈依十方佛。
上报四重恩，下济三途苦。
若有见闻者，悉发菩提心。
尽此一报身，同生极乐国。

大乘佛教普度一切众生的大愿，称为“弘愿”。实行“菩萨道”的人，“不为自己求安乐，

但愿众生得离苦”。发愿的总纲是“四弘誓愿”：

众生无边誓愿度，烦恼无尽誓愿断，
法门无量誓愿学，佛道无上誓愿成。

“四弘誓愿”实际上概括了学佛的内容和目的是断烦恼、学法门、成佛道，不但要“自利”，而且要“利他”，以普度众生为第一大愿。这种“上求佛道、下化众生”的弘愿深广如大海，称为“愿海”。后弘愿也泛指博大的志愿。

如果说，“四弘誓愿”是“总愿”，那么，各位菩萨在修行之初的“因位”所发的本愿就是“别愿”。“本愿”一般包括当来成佛、普度众生以及特殊愿力等内容。《文殊师利所说不思议佛境界经》卷上指出：“虽处生死，如游园观，本愿未满故，不求速证无上涅槃。”这就是说，菩萨在他的“本愿”尚未彻底实现前，宁可“不入涅槃”，在生死海上驾驶“大愿船”，普度众生。其中杰出的例子是地藏菩萨，其全称是“大愿地藏王菩萨”。他的“大愿”是：

地狱未空，誓不成佛；
众生度尽，方证菩提。

这种“我不入地狱，谁入地狱”的大无畏精神曾经作为历代志士仁人的思想武器，奋不顾身地为人民群众谋福利。此外，阿弥陀佛在“因地”所发的“四十八愿”、药师佛在“因地”所发的“十二大愿”、普贤菩萨的“十大愿王”以及观世音菩萨的“十二大愿”等，都是佛教徒耳熟能详的。



鹅

○许士中字 吴浩然诗画



鵞
浩然



賓王七歲咏佳篇
 羲之愛鵞美各傳
 紅掌綠波舞清影
 天歌一曲相見歡
 浩然詩 許士中書



常年贊助單位

玉佛寺	龍華寺	靜安寺	圓明講堂	沉香閣
真如寺	法藏講寺	太平報恩寺	慈修庵	寶山寺
西林寺	法華學問寺	壽安寺	下海廟	法善庵
三觀堂	報國寺	二尹寺	東林寺	會龍寺
太平禪寺	新昌大佛寺	上海佛教居士林	上海佛教實業社	

(编者按：今春上海佛教代表团参访台湾法鼓山寺时，获赠法鼓山开山师圣严法师的著作《正信的佛教》和《学佛群疑》，书中就信众们在学佛与修行过程中的诸多疑惑问题，作了简明扼要的解答。这些开示对于初入佛门者来说，无疑是正信的启蒙课。本刊从这一期起，将陆续选登若干篇，以飨读者。)

这是一个似是而非的问题。“红尘”二字并不是佛学的名词，实出于中国文学的词汇。它的意思是形容飞扬的尘埃，或是繁华的生活景象。

东汉班固的《西都赋》，有“阊阖溢郭，旁流百廛，红尘四合，烟云相连”，这是形容西都长安，人多、事多、钱多，豪华热闹。在卢照邻的诗《长安古意》中，有“弱柳青槐拂地垂，佳气红尘暗天起”，宋朝程颢的

一定要看破红尘之后才能学佛吗

○圣严

《秋月》诗中有“隔断红尘三十里，白云红叶两悠悠”，在曹雪芹的《红楼梦》第一回中也说“有城回阊门，最是红尘中，一二等富贵风流之地”，可见“红尘”二字都是指世俗的、官场的、富贵人间的繁华景象。

“看破红尘”这句话亦非佛家所用，而是中国古来的文学家，受到道家自然无为的影响，以及后来隐遁之士厌倦官场虚幻的富贵生涯，向往山林的田园生活，而经常使用的词汇。所以，看破红尘就是从烟云似的繁华生活隐退到自由、简朴、自然的林野或山野生活环境中。

佛教在中国常常受到误会，一般人常把逃避现实，隐遁于山林的风气和现象，归之于佛教的信仰以及学佛的结果。其实佛法中，不讲红尘，也没有讲看破红尘，只有讲到与眼、耳、鼻、舌、身、意六根相对的色、声、香、味、触、法等六尘。六尘是外境，六根是内境，必须加上眼、耳、鼻、舌、身、意的六识，才能产生身心现象。心为外境所转，也就是被六尘所动，就会以六根造作善恶、好坏等的行为，佛法称此为造业。其可以造恶业，也可以造善业。造恶业下堕地狱、饿鬼、畜生的三恶道；造善业则还生为人，或生天界，享受人天的福报。但是不论下堕或上升，都是在世间的轮回生死苦海之中。欲

圣严法师





解脱，则必须认识六尘是虚幻的、不实的、多变的。《金刚经》把它形容为如梦、如幻、如泡、如影。能够彻悟六尘世界的虚幻不实，当下就是解脱自在。若身心处于六尘世间，而不为六尘世间所困扰、诱惑，就不会起烦恼，称为解脱之人。

可见，佛法所谓的六尘，是指身心所处的环境。繁华的富贵生涯，固然是属于六尘，隐退的自然生涯，也没有离开六尘，因此，禅宗有言“大隐隐于市廛，小隐隐于山林”。这也就是说，心有所执，身有所系，不管生活在什么环境，都不自在。山野的狂风、暴雨、恶兽、猛兽、毒虫，或所谓穷山、恶水、泼妇、刁民，都会引起你的烦恼；如果心无挂碍，处于皇宫、华厦和居于洞窟、茅舍是一样的，何必要去分别。

通常都说看破红尘就是落发为僧，那可能是指仕途失意、事业失败、婚姻离散、家庭破碎，已经没有东山再起的信心和勇气，在穷途末路，心灰意冷之余，就到佛门中找一条苟安偷生之路，所谓：伴着青磬红鱼，了此残生。这景象是非常消极、悲观，甚至悲惨的！佛门中的确有这种人，但这绝对不是进入佛门学佛者的通途和正途。

进入佛门，成为佛教徒，也并不等于出家。佛教徒分为在家与出家两大类，出家只是少数，在家才是佛教徒的多数。出家是全部生命的投入，所谓将此身心施予三宝和施予众生；施予三宝是为求法，施予众生是为度众。施予三宝乃为弘扬佛法、续佛慧命，施予众生则可

摄化、救济苦海的众生。能够难舍能舍，难忍能忍，才是出家的正确目的。从难舍能舍而言，是放下名利、物欲；就难忍能忍而言，是承担如来的家业和众生的苦难，故所谓看破红尘实与出家的宗旨无关。

至于出家学佛，可以包括社会的一切阶层，且绝不逃避现实，乃在和睦人间、净化人间，也就是佛化人间。如果学佛之后要离开人间，离群索居，那就违背了佛化人间的旨趣。在家学佛，在五戒、十善的生活原则下，对于家庭、社会、国家都应尽责尽分。所以学佛之后的在家人，他会更积极于人间的生活以及分内的责任。这也就是大乘佛教将菩萨的形象分为出家、在家两类的原由；出家菩萨是无牵无挂的比丘相，在家菩萨是福德庄严的天人相。

如果以看破红尘的本意而言，是属于消极的，而学佛却是积极的。我们可以把人间的生活形态和心态分为三类：第一，绝对的多数是属于恋世型的，对于任何事物都放不下，争名夺利，饮食男女，醉生梦死，苦恼终生而不知生为何来，死向何去。活着的时候放不下，要死的时候舍不得，所以佛称他们为可怜悯者。第二类人是厌世者，他们或是愤世嫉俗，或怀才不遇；或是消极、悲观，对于生命抱着无可奈何的态度。因此，前者会变成玩世不恭，或退出人间社会的大舞台，而过隐遁的生活；后者若不自杀而死，也会逃避现实，抑郁以终。第三类，是属于放得下、提得起的人。他们见到人间的疾苦，世事的危脆，以悲天悯人的怀抱，

拯救世间众生于水深火热之中，即使跋山涉水，乃至赴汤蹈火，亦在所不辞。这就是被后世称为贤者和圣人的型范。

以佛教的观点看，第一类人是凡夫根性；第二类人，类似小乘根性；第三类人，类似大乘根性。不过，若以佛法化导，第一类人虽是凡夫，也能够渐渐获得智慧，洞察世间现象，为人们减少烦恼，为社会减少灾难。第二类的小乘根性，则至少不会愤世嫉俗，或者寻短自杀，而会积极修行，早求出离生死苦海。进而也能为人间留下自我启发，自我救济的模范和典型。第三类大乘根性者，则能由于佛法的化导，而赋予无限的生命、无穷的悲愿，生生世世发菩提心，行菩萨道，佛化人间，成就佛国净土；不仅度人，也要度尽一切众生。他们不会因阻挠而失望，也不会因便利而狂热；时时努力于因缘的促成，默默地耕耘，成功不必在我，却永远精进不懈，像这样的学佛态度，当然与看破红尘的观念了不相关。



上海尼众界一代耆宿观性法师在沪圆寂

上海市佛教协会咨议委员会名誉主席、沉香阁和慈修庵住持观性法师，因病，经医护人员多方精心治疗，终因无常所限，于2011年5月25日13时18分，在沉香阁圆寂。享年一百岁，僧腊八十八年，戒腊七十一夏。

高节风范缙素同悲，大德梵行人天共需。上海佛教界及市、区有关党政领导、社会各界人士共一千五百余位，怀着无尽缅怀之情，于5月31日下午2时，在龙华殡仪馆大厅，为上海市佛教协会咨议委员会名誉主席、沉香阁住持观性老法师送行，向这位德高望重的老法师作最后的诀别。在告别仪式现场正中前方，观性法师的法像悬挂于一片洁白的绸缎之中，两旁悬挂着“缙门龙象观法修学百年精进，世尊弟子性净行善终身虔信”的挽联，生动地概括了观性法师为法奉献的娑婆一生。



市民宗委党组书记周富长（左），市民宗委主任曹斌（右），市佛协会长觉醒法师（中）出席告别仪式

中国佛教协会副会长、上海市佛教协会会长觉醒法师主持了告别仪式。上海市佛教协会副会长、上海沉香阁首座定慧法师作为司仪，介绍了观性法师的生平，并对党政领导干部、社会各界对观性法师的关怀和敬仰，深表感谢。中共上海市委统战部副部长、上海市民族和宗教事务委员会党组书记周富长先生、上海市民族和宗教事务委员会主任曹斌先生、副主任王君力先生，以及中共上海市委统战部民宗处领导、上海市国保局领导、中共黄浦区委、区人大、区政府、区政协，各区县政府宗教事务主管部门的领导等，出



席了观性法师法体告别仪式。

依据佛教的仪规，上海市佛教协会名誉会长、上海佛学院名誉院长、真如寺方丈妙灵长老，中国佛教协会副会长、上海市佛教协会会长、上海玉佛寺方丈觉醒法师，上海市佛教协会副会长、上海龙华古寺方丈照诚法师分别为观性法师的启柩、封棺、举火仪式说法语，驾航其往生净土。

党的十一届三中全会以后，随着党的宗教政策的落实，上海尼众道场迎来了千年未遇的良好振兴机遇。上世纪80年代，观性法师即于刚恢复的慈修庵中，办起了上海佛学院尼众班，二十多年来，为上海佛教界培养了大批的青年尼众法师。1990年，观性老法师以耄耋之年，发大心重振全国重点道场沉香阁。为恢复和振兴沉香阁道场，老师太呕心沥血，殚精竭虑，贡献了她的智慧和精力。在她的主持下，沉香阁道场重放异



有关领导向观性法师法体告别



弟子们沉痛悼念观性法师

彩，成为沪上负有盛名的尼众道场和上海佛学院尼众班的所在地。

观性老法师走了，离开了她挚爱的娑婆世界，离开了她为之付出过辛勤和智慧的海上佛教界。她走得是那样的安详、那样的自在。虽然，佛教徒都深知人生无常之理，但对老法师的眷眷缅怀，却如晨雾般弥漫在佛教界四众弟子、特别

是上海尼众界大众的心头，不可抑制。我们深信，老法师毕路蓝缕，以启山林般开创的事业定会法脉有续、慧灯再传。老人家的愿力也必将桃李不言，下自成蹊。

老师太重病期间，市、区有关党政领导，市佛教协会的领导和领导纷纷前往医院或寺院探望老师太，牵挂老师太的医疗动态。在告别仪式上，中共上海市委统战部部长杨晓波先生、上海市人大常委会副主任王培生先生、上海市政协副主席钱景林先生等，以个人的名义敬献了花篮。中国佛教协会、中共上海市委统战部、上海市人大侨民宗委、上海市政协民宗委、上海市民族和宗教事务委员会等党政机关、以及上海市的天主教两会、基督教两会、道教协会、伊斯兰教协会等兄弟宗教的团体，有关企事业单位等，敬献了花篮；中国佛教协会、广东省佛教协会、山西省佛教协会等兄弟省市的佛教协会，向上海市佛教协会发来了唁电。

愿爱国护教、慈祥睿智的老法师含笑常寂光天，不舍众生，乘愿再来！（市佛协办公室供稿）

相关链接

观性法师生平

观性法师，俗姓赵，名端君。1912年生于广东省潮阳市峡山镇西港村，12岁于潮阳白云庵带发出家，29岁随师迁居镇江，后到上海白云庵剃度为尼，取法名观性，得戒于沉香阁应慈老和尚座下，受赐法名衍超，号才华，从而成为一名真正的比丘尼，圆满了僧格。

她虽然在“文革”期间受到非公正的待遇，但虔诚的信仰矢志不移。1982年，观性法师回到慈修庵，以续佛慧命、弘法利生为自己的神圣使命，全身心地投入到寺院修复、道场重振及培养尼众接班人等诸项事业之中。1990年，百年古刹沉香阁落款收回，观性法师又毅然重返沉香阁，挑起再建沉香阁的重担，并于1992年荣膺沉香阁住持。她在80高龄之际，还风尘仆仆地亲赴泰国，募捐沉香木，重塑沉香观音。经过她多年呕心沥血的不懈努力，终于使沉香阁殿宇恢弘，道场重振，再显辉煌。

观性法师是上海老一辈尼僧界的杰出代表，是上海佛教界爱国爱教的典范，深得海内外佛教四众弟子的敬仰和爱戴，其门下有皈依弟子数千人。

观性法师曾经被推选为上海市佛教协会副会长、咨议委员会主席、名誉主席，并被推选为中国佛教协会常务理事、咨议委员会委员，还出任上海佛学院副院长。同时，她曾先后当选为静安区政协委员、原南市区人大代表、黄浦区人大代表。

观性法师于2011年5月25日下午1时18分，在沪上沉香阁圆寂。享年百岁，僧腊八十八年，戒腊七十一夏。



上海市佛教协会举行2010年度测评会

上海市佛教协会2010年度测评会，于2011年6月13日下午2时，在玉佛寺素斋部举行。上海市佛教协会全体常务理事出席了会议。中共上海市委统战部副部长、上海市民族和宗教事务委员会党组书记周富长先生、上海市民族和宗教事务委员会副主任王君力先生出席了会议。

会议由市民宗委佛道教处处长何建先生主持，佛道教处副处长朱松林先生首先介绍了上海市佛教协会2010年度测评工作的标准、具体测评方法。市民宗委副主任王君力先生代表市民宗委，在会议上作重要讲话，对测评工作的意义、任务和要求，作了宏观的指示。他深刻指出，测评工作在上海佛教界尚属首次。经与上海市有关社团管理部门的认真探讨和交流，市民宗委认为，对于上海市佛教协会团体及主要领导成员进行述职测评，是落实依法管理宗教事务的基本要求，是建立宗教界管理体系监督机制的必要尝试，也是形成宗教界民主化、公开化管理氛围的潮流所致。因此，对于佛教界的同仁而言，特别是市佛教协会的常务理事，必须充分认识进行测评的意义，本着实事求是、认真负责的态度，以主人翁的姿态，积极参与其中。

嗣后，我会觉醒会长代表市佛教协会领导班子，作了市佛教协会领导班子述职报告。同时，我



会向全体常务理事分发了我会领导班子述职报告、我会2010年财务结算审计报告，以及觉醒、慧明、周富根、照诚、定慧、光慧、陈妙丽、世良等领导班子成员的个人述职报告。各位常务理事填写了领导班子及其成员的2010年度工作的测评表。

全体会议后，市民宗委有关领导还分别召集我会副秘书长以上的领导成员，进行了个别谈话，征求他们对市佛教协会以及各位领导成员的工作的评价、建议，以及对协会工作的意见和建议。

年度测评工作，是市佛教协会的新生事物。第一次测评工作在圆满祥和的氛围中，顺利完成。市佛教协会的常务理事们一致认为，年度测评工作是依法管理佛教事务的必然要求，是民主管理、强化监督机制的具体体现，是推动佛协工作上台阶的良好契机。市佛教协会将通过这次年度测评，进一步总结经验、寻找差距、弥补不足、开拓进取，为今后佛协各项工作，包括年度测评工作做得更加完善，增添信心和动力。

（市佛协办供稿）





玉佛寺举办第三届觉群慈善公益周

初夏时节，繁花似锦，万木芬芳，佛门古刹，暖流涌动，爱心荡漾。5月27日—6月2日，以“关爱生命，传递爱心，心灵环保，和谐社会”为主题的“第三届觉群慈善公益周”在玉佛寺隆重举行。本届慈善周汇集有：专家义诊、慈爱放生、素食推广、无烟日宣传、无偿献血、资助贫困学生、为阳光之家儿童义卖、爱心歌曲传



觉醒法师等一行赴儿童福利院慰问孤残儿童

唱、慈善公益片展映、慰问孤残儿童、“心的欢喜”分享会、法师心灵开示，以及以慈悲、报恩、护生、素食为主题的系列“心灵环保”讲座等活动。整个慈善周可谓内容丰富、异彩纷呈、主题鲜明、中心突出，积极地体现了佛教徒关爱众生，关注社会，庄严国土，利乐有情的责任意识以及为社会分忧、为民众造福的入世情怀。

5月27日上午9:00，慈善公益周在玉佛寺觉群楼多功能厅拉开帷幕。中共普陀区常委、统战部部长夏斯德，上海市民宗委佛教处处长何建，上海市慈善基金会副理事长周剑萍等相关部门和单位领导，以及中国佛教协会副会长、上海市佛教协会会长、玉佛寺方丈、觉群慈爱功德会理事长觉醒大和尚，上海市佛教协会副会长周富根居士，觉群慈爱功德会所有副理事长、社

会各界爱心人士、护法居士代表近600人出席了开幕式。

玉佛寺慈善工作的开展离不开广大志愿者的参与和支持，为了对志愿者队伍进行规范管理，觉群慈爱功德会专门成立了志愿者大队。开幕式上，觉醒大和尚亲自为志愿者大队授旗，并为首任大队长、功德会副理事长马玉红居士颁发聘书。为了表彰玉佛寺2010年度为普陀区慈善事业所作出的巨大贡献，普陀区领导还向功德会志愿者颁发了“爱心证书”。

开幕式后，分别举行了“专家义诊”及“法师心灵指导答疑”活动。来自曙光医院的20余位著名专家为近百名中老年人士进行了义务诊治。在“法师心灵指导答疑”现场，不少信众向法师请教修学佛法方面的疑惑以及日常生活中的烦恼焦虑，法师们耐心倾听，认真作答，风趣幽默，气氛亲切。

为了引导大众树立正确的心态，培养良好的习惯，拥有健康的人格，提升包容心、慈悲心，慈善公益周期间专门安排了“心灵环保”系列讲座，四位法师结合自己对佛法精神的领悟和理解，分别阐述了佛教的慈悲观、报恩观、护生观、素食观，以期正确引导大众的日常修为和精神生活。

戒杀护生是佛教慈悲理念的核心内容之一，每年的慈善公益周，都会举行大型放生法会以满足信众需求。今年的放生法会安排在黄浦江上的游船上进行。数百名信众在法师们带领下，秩序井然，虔诚祝祷，将自己对生灵的爱护和祈愿之情上达佛前，以期放生功德圆满吉祥。觉醒大和尚亲自拈香，在数十位法师声调委婉、起伏如仪的唱诵声中，放生法会圆满结束。

5月28日上午，曾丽云居士慈善助学捐赠仪式在玉佛寺方丈室举行，觉群慈爱功德会副理事长、新加坡企业家曾丽云居士通过市慈善基金会，向上海市36名贫困大学生捐赠助学款，帮助他们顺利完



觉群慈善功德会副理事长曾祥云接受善款

成学业。同日，玉佛寺联合徐汇区残联，在玉佛寺山门前举行慈善义卖活动为智障人士筹集善款。义卖品既有觉群慈善功德会自筹的部分，也有爱心人士自发送来的十字绣，更有枫林街道阳光之家小朋友自制的手工艺品。

5月30日，在儿福院建院100周年及新院搬迁10周年之际，觉醒大和尚带领玉佛寺寺务处组成人员及功德会部分副理事长来到儿福院与师生们欢聚，共庆属于儿童们自己的节日。长春法师代表玉佛寺寺务处，向儿童福利院捐赠人民币10万元用于改进硬件设施及师生生活。觉醒大和尚还与市民政局及儿童福利院领导一起为孩子们切分蛋糕以分享大家的快乐，看到孩子们洋溢的灿烂笑容，与会人员的内心感到无比的甜蜜和高兴。

佛门心如水，滴滴传真情。6月2日上午一场别开生面的社会公益活动在玉佛寺山门前举行，来自



玉佛寺的数十名法师、员工，在佛菩萨面前，捋袖献血，履行自己作为一个公民的职责，将自己的一份浓情和善意，透过每一滴鲜红的热血，为拯救生命、升华自我，而尽心尽责。当天的活动共有四十余位法师、员工和香客参与献血。献血现场，觉醒大和尚满怀深情地勉励大家：“一个无偿献血者献出的不仅仅是有限的血液，不光是挽救了他人的生命，更重要的是，通过我们的积极行动，爱心在全社会得到了广泛传播，无私奉献的奉献精神因此得到了张扬和传递。”

义务献血活动结束后，部分专家学者及爱心人士汇聚玉佛寺方丈室，举行“心的欢喜”慈善分享会。本项活动也是第三届觉群慈善公益周的收尾项目。分享会由觉群慈善功德会副理事长陈星言居士主持，觉醒大和尚首先发表主旨发言，倡谈觉群慈善功德会的慈善理念以及今后的发展要求和设想。全国青联委员、“爱的痕迹”爱心公益基金执行主席陈乐博士介绍了慈善团体组织结构的合理化设计与建议。随后，薛宝中居士、黄悦居士、王祖同居士、张宁居士分别结合自己的亲身经历发表了自己的慈善心得。分享会的第三个环节，上海电视台“帮女郎”节目总编杨金森介绍了当前社会慈善公益事业的热点和难点问题，华东师范大学宗教与社会研究中心主任李向平教授就“慈善公信力和如何维护慈善热情”发表了自己的看法。

弘扬文化、热心慈善，是玉佛寺赖以立寺的两大主题。进入新世纪以来，玉佛寺积极参与社会慈善公益活动，为上海乃至全国慈善事业的发展作出了不懈的努力。“真禅专项帮困基金”、“觉群慈善基金”等基金项目让不少社会弱势群体蒙受惠泽，从中受益。一年一度的“蓝天下的至爱——觉群之光慈善义演”，得到了社会各界的热情支持与肯定。“祝福上海”、“温暖除夕夜”社会各界迎新慈善晚会也在每年元旦和除夕隆重举行，一定程度上为社会弱势群体带来了心灵上的温暖和慰藉。（玉佛寺供稿）



静安寺住持慧明大和尚 一行行脚朝礼五台山

为效仿古人先贤托化行脚参学名山之行持，弘扬爱国爱教优良传统，提高僧众佛教文化素养和宗教理论水平，5月11日清晨6时45分，静安寺住持慧明法师率本寺和佛学院法师一行9人行脚朝礼文殊菩萨道场五台山饯行仪式在静安寺大雄宝殿举行。市民族宗教委佛道教处副处长朱松林，静安区委统战部副部长、区民宗办主任徐宝安，副主任朱尔新，市佛教协会副会长、市佛学院副院长光慧法师及100余名居士参加了送行仪式。

在简短的送行仪式上，市区有关领导对慧明法师发愿参学名山古寺，博学佛教文化，提升场所宗教人员理论水平之举给予高度肯定，并预祝早日学成归来，行脚平安顺利。



此次行脚将历时2个半月，途经江苏、山东、河南、山西四省，行程约1600多公里。

5月10日上午，市民宗委党组书记周富长、主任曹斌在百忙中专程前往静安寺与慧明法师寄语和话别，希望慧明法师在行脚途中充分展示上海佛教界的优良传统，并注重资料的收集，行脚途中遇到困难及时向市和区有关部门报告，最后预祝行脚顺利，早日凯旋。（静安寺供稿）

浦东新区佛教协会举行“正信佛教、普愿和谐”讲经法筵

5月8日至12日，上海浦东新区佛教协会在新区民族和宗教事务委员会指导下，由浦东新区佛教协会会长、法华学问寺住持大熙法师主持，在会龙寺成功主办了主题为“正信佛教、普愿和谐”的2011年讲经法筵系列活动。

本次法筵前后连续五天，每天一场开示，分



别由上海市佛教协会名誉会长、真如寺方丈妙灵長老作《正信佛教、普愿和谐》开幕主题开示，浦东新区佛协第一副会长、浦东周浦永定寺住持玄中法师开示《八正道修行方法略示》，松江区佛协会会长、西林禅寺方丈悟端法师开示《人间佛教的弘法理念和实修方法》，龙华寺堂主世炫法师主讲《对因缘的重视和应用》，浦东新区佛协会会长、法华学问寺住持大熙法师主讲《知恩·报恩》。各位法师或语重心长，或举重若轻，或有条不紊，或简洁切弊，殊异的风格正汇为一席丰盛的法筵，让共约1000人次、其中很多从市区乃至宁波远赴而来的僧俗大众同获法益，共沾法喜。

讲经弘法是汉传佛教的优良传统，此次法筵的筹备和举行得到了新区民宗委的高度重视，并全程关怀参与；同时也得到市内诸山长老、会龙寺等寺院场所的指导和护持。法筵的成功为弘法事业的开展锻炼了人才，也积累了经验。（浦东新区佛协供稿）



水陆飞行皆有灵，悲雨慈云济群生

——上海圆明讲堂、龙华古寺千岛湖环保放生活动侧记

2011年4月22日，上海圆明讲堂、龙华古寺千岛湖环慈善放生活动在青山碧水的千岛湖圆满举行，此次放生活动共有100名善信及十多位法师参加。

4月21日，圆明讲堂监院崇林法师、龙华古寺首座海晏老法师率领圆明讲堂僧众，一早便从上海出发前往浙江杭州西郊淳安县境内的千岛湖。由圆明讲堂护法鲍佩芸居士、王娟娣居士、戎爱娟居士、顾红居士等组织的善信和民生银行华山支行贵宾客户等一百名善男信女分乘两辆大巴，紧随其后。经过4个多小时的车程，大家来到千岛湖森林氧吧小憩，午斋。下午，放生团入住千岛湖绿色度假酒店，聆听崇林法师、海晏老法师做精彩的放生开示和佛学讲习。

22日上午8点，圆明讲堂百人放生团团员们乘坐大型客轮，前往鲍佩芸居士特意准备好的放生场地。在青山环绕，绿树成荫的千岛湖深处，一艘景观轮渡早已停放妥当，除了准备好法师诵经仪式的供桌香案等必需品，鲍居士还准备了放生团员们参加观礼和诵经的坐席。

法师们身穿黄色海青，分站供桌两边，桌上供奉的大慈大悲观世音菩萨慈眉善目，悯视众生。香炉里燃点着清静幽香的檀香，淡淡的香烟冉冉升

起，飘荡洗涤着道场。网箱里即将被放生的乌龟、鲤鱼等不断欣喜的跳跃，溅起一阵一阵的水花。鸟笼里的鸽子不停地眨着眼睛，似在焦急地等待着重返蓝天重获自由。参加放生法会的信众依次进入各自的位置，等待吉时放生。千岛湖的几十位工作人员也紧张地准备着，为了安全起见，放生活动分为20人一小组，依次到湖心浮板上放生水族众生。工人们则奋力的将买来的2000



多斤各色鱼类盛入桶中，再由大家放到千岛湖的水里。巨大的放生活动介绍牌衬托着青山绿水，蓝天白云，红鱼白鸽，杨柳净水，与周围的湖光山色溶为一体，一切显得朴素而简单，庄严而清静。

上午10点，崇林法师宣布放生活动开始，维那师举杨枝净水赞，海晏老法师身穿大红袈裟，出位上香，鲍佩芸居士等几位居士代表率先上香，虔诚祈愿观世音菩萨光临道场，加持各类放生物命。海晏老法师手持大悲净水，加持净水，令彼含灵，皆得洒沾，身心清净，堪闻妙法。参加放生的善信们在法师们诵经声中，依次到观音菩萨位前上香，祝愿各类众生早日脱离畜道轮





回，往生西方极乐世界。海晏老法师用杨柳枝蘸满大悲净水，遍洒在即将放生的龟鱼等身上，随后又为这些生灵们授与三皈，称扬宝胜如来十号功德、宣说十二因缘并令彼发露罪愆，忏悔业障。参加放生活动的信众和居士们虔诚合掌，与法师们一起诵念佛号，为被解救的众生祈祷祝福，愿它们能够在放生后不再被网罗捕捉，不受吞噬，尽获天年，命终之后，承三宝力，随愿往生，持戒修行。

仪式最后，法师们齐声称颂西方极乐世界阿弥陀佛万德洪名，信众们20位一轮，依次到水边提起盛着各色鱼儿的水桶，亲手将它们放到湖水里。逃脱樊笼的鱼儿有的剑一般冲刺游向远方，消失不见；有的则优哉游哉的游到放生台前，还抬起头来吐几个泡泡。乌龟们则就显摆绅士多了，他们到了水里，依然是一副毫不在意的样子，抬头东看西瞧，再各自按照自己的选择，慢悠悠的游向远方。洁白的鸽子冲出鸟笼，扑腾着

翅膀，飞向天空，再盘旋一阵，三五成群的飞向远处。不管是欢欣跳跃的鲤鱼，慢悠悠的乌龟，还是急冲冲的鸽子，那种重获自由，重拾生命、逃离桎梏的“生的愉悦”感染了在场的每一位，大家脸上都洋溢着欢喜和慈悲，心灵在放生各类物命的同时，得到慈悲喜舍的利他净化。大家纷纷将此放生的殊胜功德回向给所有有情众生，愿他们远离苦难，消除业障，值遇佛法，最终成就无上佛果！

放生是佛教的一项重要法事，很多经典中都有放生延生、护生爱生的故事。加上历代高僧大德的提倡，放生和素食一样，早已成为佛教徒生活中的重要习俗。广大佛教徒本着佛陀“慈爱与乐，悲愍拔苦”的精神对待众生，视众生和自己同体无别，自己和别人感同身受，不仅提倡佛弟子要以一份敬畏谨慎的恭敬心，尊重天地万物，更提倡戒杀护生，珍惜资源，保护环境。如今的社会迫切地需要环境和心灵的环保，通过这次活动，我们期待能够有更多的善心人士加入放生、护生、环保的队伍之中。让我们心存感恩、与人为善，并通过节约、戒贪，戒杀、护生，来保护我们所生存的环境，这才是真正的放生之道，才能够为我们累积最大的功德。

千岛湖是国家级风景名胜区，也是中国面积最大的森林公园，湖区山林面积广，林木蓄积量多，大气纯，水质佳，是水族生存的好地方，也可谓是放生的绝佳之地。据当地有关部门介绍，历来千岛湖只见到捕生捉鱼，很难见到放生放鱼，千岛湖旅游管理部门非常欢迎人们前往放生环保，希望有更多的人士能参与放生护生的行列，爱护地球，保护水资源，让世界更美好。（张洁慧）

西林禅寺举行第四届崇恩文化节系列活动

5月6日—5月10日，上海松江区西林禅寺隆重举行“西林塔杯”第四届崇恩文化节。来自全国各地佛教徒和护法居士、有关领导、专家学者、社会各界人士2000余人次，参加了这个传统古朴与现代文明相交融的大型法务系列活动。

崇恩文化节开幕式第一天，喜逢大智文殊师利菩萨圣诞日，300余信众与学子聚集在毘卢殿，参加西林禅寺举行的“顿觉添智，祈福高考”法会。法会结束，西林禅寺特邀专业舞龙、舞狮队，在圆应宝塔周围，表演了“九龙喜珠，庆贺崇恩”。

第四届崇恩文化节的重头戏是西林禅寺假借松江方松社区文化活动中心影剧院，举办“梵音乐舞，崇恩之光”大型演唱会及佛陀圣诞传灯祈福活动。松江区委常委、统战部长房剑森先生，区人大常委副主任宋庆平先生，副区长任向阳先生，区政协副主席杨云珠女士，区统战部副部长朱慧敏女



士，方松街道领导，专家学者、企业界、护法居士、佛教信徒500余人，光临演出现场。

演唱会开始，西林禅寺方丈悟瑞大和尚代表松江区佛教协会和西林禅寺对各级领导、各位嘉宾、护法善信的亲临赴会，表示深深的祝福和热烈的欢迎！演出共分三个篇章：和谐之音，清净之音，礼赞之音。最后全场齐唱《天上天下无如佛》，纪念5月10日释迦牟尼佛诞辰，文化节活动至此圆满地降下了帷幕。（西林禅寺供稿）



觉群慈爱功德会向西藏盲童学校捐赠盲文打字机

4月23日，觉群慈爱功德会的十几位法师、志愿者在副理事长马玉红居士、黄悦居士的带领下，来到雪域高原，向西藏盲童学校捐赠了价值人民币25万元的盲文打字机，并设立慈爱教室，帮助该校解决了学习设备与学习环境的实际困难。

去年上海世博会举办期间，在觉群慈爱功德会的精心安排和全程陪同下，西藏盲童学校的二十多位师生首次坐上飞机来到上海参观交流，功德会成员与西

藏盲校师生结下了深厚的友谊。

此后，玉佛禅寺方丈、觉群慈爱功德会理事长觉醒大和尚对西藏盲童学校孩子们的生活、学习很关心，当了解到在盲童学习生活中起非常重要作用的盲人打字机大部分都坏了，维修又十分困难时，便要求觉群慈爱功德会设法援助。为此，功德会副理事长黄悦居士对世界各国盲人打字机的性价比作了反复比较，最后功德会从印度最大的一家盲文打字机工厂订购了50台打字机，赠送该校。

4月23日，盲童学校一片欢声笑语，玉佛禅寺的“慈爱教室”揭开了红绸，教室里整整齐齐地摆放着50台崭新的盲文打字机。学校的创始人之一保罗先生激动地说：“我们最大的心愿就是能让孩子们进入普通的学校接受教育，有一天能走出几名作家、作曲家，而这些打字机对盲人学生进入普通学校起到了很大的帮助作用。”（觉群慈爱功德会供稿）



静安寺掠影



上海静安寺位于繁华的南京西路华山路口,相传始建于三国孙吴赤乌年间,初名沪渎重玄寺。其真言宗坛场是中国唯一的密坛场(不同于藏密)。自1998年11月16日起改扩建以来,面积比原来扩大近三倍,总建筑面积达1万多平方米。建筑体现全新的设计理念,重视传统寺院与现代艺术的结合。

地址:上海静安区南京西路1686号
邮编:200040
电话:021-62566366









5月27日—6月2日，上海玉佛禅寺举办第三届觉群慈善公益周。



6月底，上海嘉定区佛教界举行庆祝中国共产党成立90周年系列活动。



5月8日—12日，上海浦东新区佛教协会举行“正信佛教，普愿和谐”讲经法筵，上海佛协名誉会长妙灵长老作开幕主题开示。



5月8日，上海浦东新区会龙寺隆重举行重建十周年暨全堂佛像开光庆典。

