

妙林

菩
妙
題

第26卷 4月號

本刊贈閱 歡迎索取
西元二〇一四年四月三十日發行（雙月刊）佛曆二五五八年
發行所：元亨寺 妙林雜誌社 E-mail: judychen6600@yahoo.com.tw
社址：804 高雄市鼓山區元亨街七號
元亨寺網址：http://www.yhm.org.tw

宗旨：弘揚佛法

提升品德
推行淨土
淨化人心

MIAO LIN

VERSION 2014

成果發表會



CBETA 電子佛典集成

【影畫集錦】

- 01 中華電子佛典協會「2014年成果發表會」假元亨寺大雄寶殿舉行
- 02 元亨佛學推廣教育學院開學典禮
- 03 高雄市佛教會「浴佛法會」、慈仁慈善會暨念佛會「會員大會」、僧妙和尚圓寂讚頌會

【菩公遺訓】

- 04 一步一腳印..◎菩妙和尚

【漫畫集】

- 05 老實念佛—菩妙和尚..◎沈東廷

【佛學轉引】

- 08 《俱舍論》分別世間品(二十)..◎釋會忍

【時事診療】

- 13 蘭盆勝會—齋僧之應供感想..◎釋乙性

【演培長老徵文入選】

- 18 《念處經》觀外身之研究(下)..◎釋秀定
- 30 業的淨化理論—以《阿含經》為主要經典依據(上)..◎釋證真
- 36 明心見性與開悟之探究—以聖嚴法師的觀點為主(上)..◎釋性禪

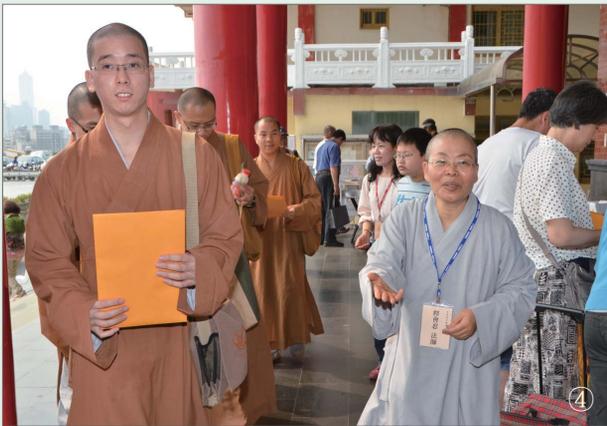
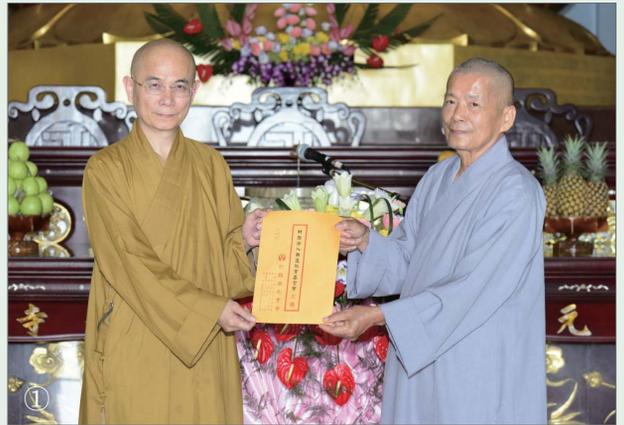
【妙林園地】

- 42 特別報導—元亨寺版《漢譯南傳大藏經》數位化..◎釋會忍
- 52 波羅蜜園地—何故出家..◎釋生定
- 54 語文之間—士與僧..◎如誠
- 60 花樹菩提—蜀葵花..◎黃瑩
- 63 也是旅行—風景之外..◎朱慧娟
- 67 面向陽光—陰影永遠在後方..◎葉麗華
- 70 也談環保—長頸鹿大烟囱..◎陳慧
- 74 健康有約—遠離口腔癌談檳榔防治..◎蔡惠如
- 77 行腳手札—千年古都文化札記(七)..◎釋顯慧
- 75 教息會報

封面：電子佛典集成發表會

封底：元亨佛學推廣教育開學典禮

①~⑥中華電子佛典協會，假元亨寺大雄寶殿舉辦103年成果發表會。主席惠敏法師除了報告今年成果外，同時亦感恩元亨寺捐贈授權《漢譯南傳大藏經》電子版，方能成就今天電子藏經公開流通之盛事。元亨寺方丈和尚淨明法師更是感恩CBETA的發心，令其功德圓滿，公諸於世。此外，亦捐獻新台幣一百萬元協助電子藏經文化的推動。一期一會，在這殊勝日子，四眾弟子端座於莊嚴的殿堂，耳濡目染世尊的法寶，與會大眾四五百人無不聚精會神，唯恐錯失良機。菩公上人雖已西行遠去，但他成就中國佛教百年盛事《漢譯南傳大藏經》，可謂是對漢傳佛教一大文化貢獻，相信遠在它方的菩公也一定是拈花微笑。與會的四眾弟子無不是滿心歡喜，躬臨佛陀的饗宴。
 (釋會忍·文—孫茂發/陳靜芳·圖 | 103.4.26)





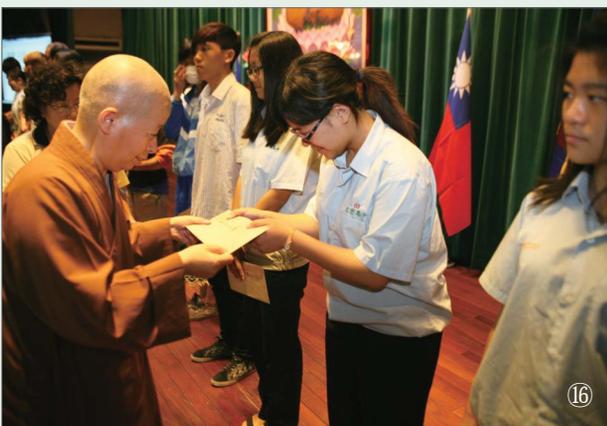
⑦~⑫元亨佛學推廣教育學院於3月1日舉行開學典禮，是日除了學員外，授課的所有教師亦蒞臨參加，增添更多的光彩。院長淨明和尚勉勵同學「活到老，學到老」，以終身學習的精神，成就個人的法身慧命。執行長璨慧法師更是鼓勵學員不斷地「學習」，讓學習引領我們走向更寬廣、光明的大道。教務長亦勸勉大家「沒有知識，也要有常識，沒有常識，也要進教室。」生命就像一顆鑽石，透過進教室的不斷學習，讓我們的生命能產生光和熱。院長期望經由推廣教育的學習，讓社會大眾能擁有更多身心靈的饗宴與智慧的開發，結合社區資源與機能的深耕，提升市民人文素養，帶給社會和諧與安樂。(陳靜芳·攝影 | 103.3.1)



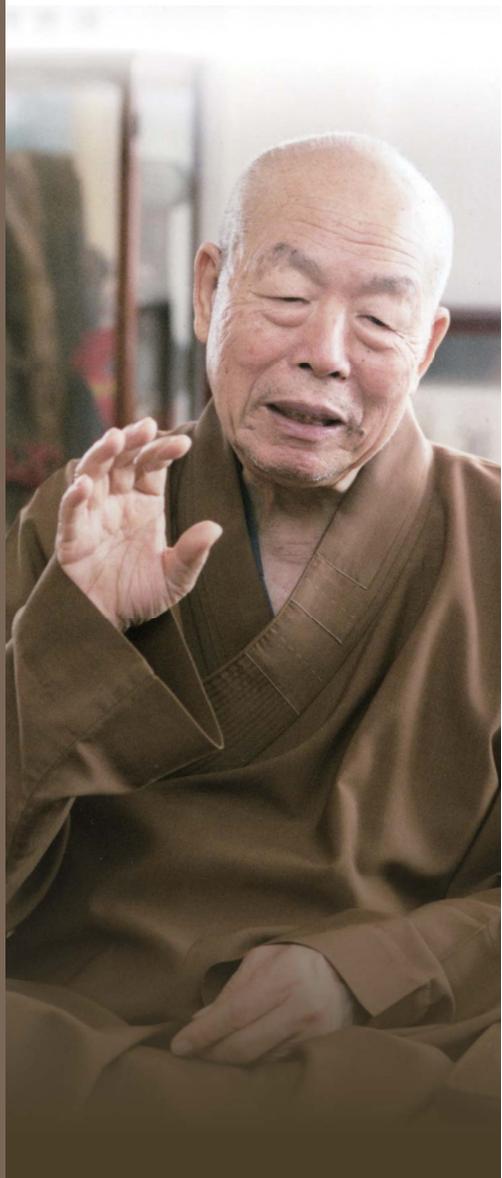
⑬~⑭高雄市佛教會祈福浴佛法會假元亨寺盛大舉行，禮請圓宗長老、淨明法師、如本法師、傳智法師、圓戒法師、心廣法師、新定法師等主法恭誦《金剛經》、浴佛、佛前大供。(王清江·攝影|103.4.12)

⑮~⑯慈仁慈善會暨慈仁念佛會聯合會員大會，大清早，會員湧向光明樓，忙於繳交會費、或兌換紀念品。上午9時，大會在梵音講堂以佛寶歌揭開序幕，在主席淨明和尚、會長觀慧法師，及與會貴賓的讚賞鼓勵之後，旋即頒發102學年度下學期清寒獎助學金，大會在會務報告、節目表演、優良志工表揚的歡樂氛圍中圓滿。適時，齋堂板聲敲響，大眾歡喜享用寺院獨特風味的清淨素食。(王清江·攝影|103.4.13)

⑰~⑱高雄市大寮區圓通寺開山住持僧妙老和尚於2月18日，在四眾弟子念佛中安詳捨報，並擇日舉行圓寂傳供追思讚頌會，恭請心田長老、圓宗長老、本覺長老、淨明長老、慧省長老為主法和尚，來自全省各縣市佛教會理事長各寺院長老法師、信眾雲集一堂恭送老和尚最後一程。(妙林編輯·攝影|103.3.14)



一步一腳印



人若經常觀照自己的內心，就會知道煩惱力量有多大、多深！一個身心清淨的人，與一個煩惱深重的人，在面對事物，處理事情上，態度和方法是完全不同的。

今天我們念佛就是藉著念佛的力量來消除煩惱，可以說佛號猶如火把，煩惱則像柴薪，火把一點燃，柴薪一下子就被燒得精光。但是其功效有多快多大，就要看自己的身口意三業，對佛號的攝受是五分、八分或是十分？尤其是在這幾天的念佛中，每一支香，每一句佛號是空口滑過呢？還是字字句句都以最虔誠專注的身口意在攝受？自己應當好好去觀察和反省。

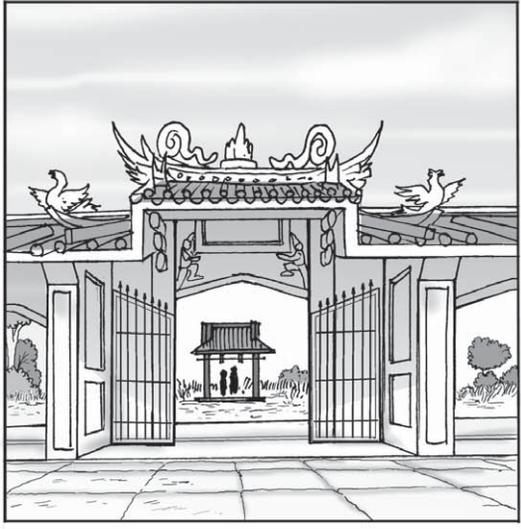
修行是長時間的賽跑，功夫必須點點滴滴，日積月累的養成，想得到成就更須持續精進，細水長流。畢竟個人的業力，唯有個人才能消除，如果心存怠惰，得過且過，只想著「今天不精進沒關係，還有明天」，這種學佛態度，就算學了百劫、千劫，也還是煩惱深重，不會有進步的。

真正會用功的人，是一步一腳印，踏踏實實，不急不緩。我們的力量雖然能做到一百，但是不要用盡，只用到八十，其餘二十保留明天以後再繼續使用。天天能如此精力充沛，才能細水長流修道不懈。



民國三十四年二次世界
大戰進入尾聲：

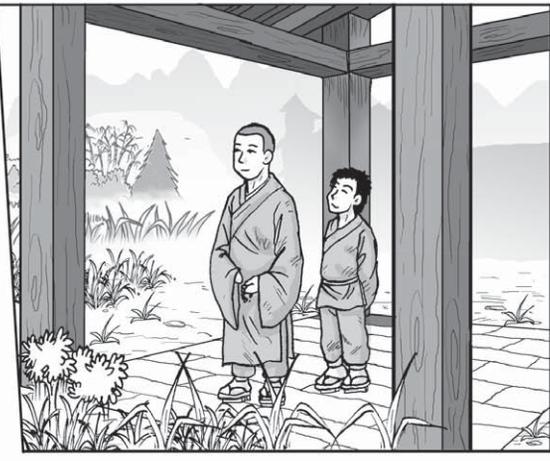
美國在日本長崎廣島投下
兩顆原子彈：
八月十五日，日本政府
宣佈無條件投降

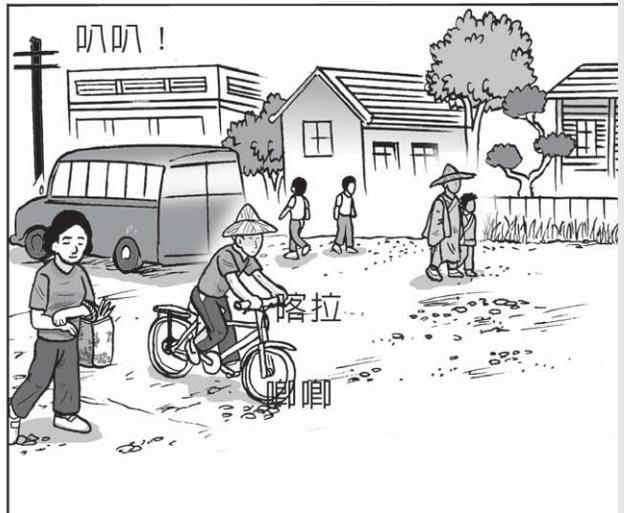


臺灣光復



吳老弟！
啊！時候到了
時候到了！
是時候了！
山下的時候到了！







(待續)



《俱舍論》分別世間品(二十)

第三節 八海²¹

頌曰

(51b) 山間有八海，前七名為內。

最初廣八萬，(52) 四邊各三倍。

餘六半半陝，第八名為外。

(53a) 三洛又二萬，二千踰繕那。²²

論曰：妙高山是最內的第一重山，鐵輪圍山是最外的第九重山。²³中間共有八海，前七海名為內海，這七內海皆具有八功德水，即一甘美。二清冷。三柔軟。四輕

◎釋會忍

和。五清淨。六不臭。七飲時不損喉。八飲已不傷腹。以上七內海，第一重內海寬廣八萬踰繕那。²⁴若約持雙山內邊周圍的長度來計量，²⁵即於內海的四面邊長各乘三倍。即各成二億四萬踰繕那。其餘六內海的廣度則依次分別一半的遞減，變的較為狹窄。即第二內海的寬廣度為四萬踰繕那，乃至第七重內海的廣度為一千二百五十踰繕那。其餘的六海不再說明其周圍的寬廣度量，因為太過於繁多。第八重海名為外海，係完全的鹹水，其寬廣度為二億二萬二千踰繕那。

第四節 四大州²⁶

頌曰

- (53b) 於中大洲相，南瞻部如車。
三邊各二千。(54) 南邊有三半，
東毘提訶洲，其相如半月，
三邊如瞻部，東邊三百半。
(55) 西瞿陀尼洲，其相圓無缺，
徑二千五百，周圍此三倍。
北俱盧婁方，面各二千等。
(56) 中洲復有八，四洲邊各二。²⁷

論曰：於外海中有四個大洲，此四大洲的四面分別對望
著妙高山。南瞻部洲²⁸北邊較寬廣，南邊則較狹窄。
東、西、北三邊的邊長是相同，形狀如車。²⁹南邊廣度
僅三踰繕那半，其它三邊各有二千踰繕那。唯此洲中有
金剛座，此金剛座上窮地際，下據金輪。一切菩薩將證
悟等正覺，皆登上此座上生起金剛喻定，³⁰因爲以無餘
依身及餘處所，有堅固力能等持此定故。

東勝神洲，地形東狹西廣。南、北、西三邊的周長
是等同，形狀如半月。東邊長三百五十踰繕那，其它三
邊長各二千踰繕那。

西牛貨洲，地形如圓滿月，直徑二千五百踰繕那，
周圍七千半踰繕那。北俱盧洲，形狀如方座，四邊寬度
是等同。偈頌中「面各二千踰繕那」，「等」字，是爲
了說明沒有絲毫的增或減。依隨各洲的形狀，此洲的人
其相貌亦具有如此的形狀。此外又有八個中洲，是這四
大洲的眷屬。即四大洲的旁邊各有二個中洲。南瞻部洲
旁邊的二中洲，一遮末羅洲；二筏羅遮末羅洲。勝身洲
邊的二個中洲，一提訶洲。二毘提訶洲。西牛貨洲邊二
個中洲，一舍提洲，二嚕怛羅漫怛里拏洲。北俱盧洲邊
二個中洲，一矩拉婆洲，二憍拉婆洲。此一切洲皆是人
所居住的地方，也有論師說。唯有邏刹婆是有人居住
(即遮末羅洲)。

第五節 瞻部洲的山河

頌曰

(57) 此北九黑山，雪香醉山內，

無熱池縱廣，五十踰繕那。 31

論曰：此瞻部洲 32 從中部向北，有三處各有三重黑山。

有大雪山在黑山的北方。大雪山北方有香醉山。大雪山的北方與香醉山 33 的南方之間，有一座大池水，名為無熱惱池。 34 由無熱惱池流出四大河，一旃伽河。二信度河。三徙多河。四縛芻河。無熱惱池長度與廣度都等同，長寬各五十踰繕那，八功德水盈滿其中，若非得到神通智慧者是無法達到此處。在大池的旁邊有瞻部林，樹形高大，果實甘美，依此樹林故名爲瞻部洲，或依此果實而立洲號。

第六節 地獄

第一項 八熱地獄

復於何處安置捺落迦、大捺落迦，數量有多少呢？

頌曰

(58) 此下過二萬，無間深廣同，
上七捺落迦，八增皆十六，

(59) 謂塘煨屍糞，鋒刃烈河增，
各住彼四方，餘八寒地獄。 35

論曰：於南瞻部洲下過二萬踰繕那，有無間大地獄， 36 深度及廣度同前，即各有二萬踰繕那，此大地獄的底部距離此地面有四萬踰繕那，因爲在於其中受苦無有間斷，並不是像其餘的七大地獄受苦時非恒常，故名爲「無間」。且如等活地獄中，諸有情身體雖遭受種種刺磨擣，但只要暫時遇到涼風吹拂，很快又回復活起來如原來樣子，由於這樣的道理故安立「等活」之名。但無間地獄中並無如此之事。有餘師說：「無間地獄中沒樂在苦之中，恒常受苦，故名無間。其它地獄中雖受苦，但不恒受苦時，則稍感到有樂，雖無異熟而卻有等流果。」其它七大地獄是在無間地獄之上重重相疊而住。七大地獄爲何？（依次由下而上）一者極熱地獄，二者炎熱地獄，三者大叫地獄，四者號叫地獄，五者眾合地獄，六者黑繩地獄，七者等活地獄。也有說，此七大地獄係在無間地獄的旁邊，八熱地獄列表如下：

地獄名稱	內容《阿毘達磨順正理論》卷31 (T29,516B)
一 等活地獄	眾苦逼身，數悶如死，尋穌如本，故名等活。
二 黑繩地獄	先以黑索，拼量支體，後方斬鋸，故名黑繩。
三 眾合地獄	眾多苦具，俱來逼身，合黨相殘，故名眾合。
四 號叫地獄	眾苦所逼，異類悲號，怨發叫聲，故名號叫。
五 大叫地獄	劇苦所逼，發大酷聲，悲叫稱怨，故名大叫。
六 炎熱地獄	火隨身轉，炎熾周圍，熱苦難任，故名炎熱。
七 極熱地獄	若外若內，自身他身，皆出猛火，互相燒害。
八 無間地獄	無立無間名，雖有情少而身大故(身大遍一切處)。

說明：(一)此地獄名依序由上而下排列，每一地獄四門各有四增地獄——一煆煨，二屍糞，三峰刃，四烈河。故八大地獄計有一二八個增地獄。

(二)無間地獄另有說雖亦有間，假說無間；又有說彼處受苦無間，故名無間。

(待續)

【註釋】

21 參照《俱舍論記》卷十一(大正四一，一八六中)；《俱舍論疏》卷十一(大正四一，六一五中)。

22 舊譯：其中間七海，初海八千，說此名內海。(52)一邊三倍，餘海半狹，所餘名外海。(53a)三洛沙二萬，及二千。以上九山即由妙高山到鐵輪圍山，中間有八海。前七個為內海，各具有八功德水。初內海的廣度為八萬踰繕那，周圍邊長是二億四萬踰繕那，其餘六重內海的寬度依次分別一半遞減。第八海稱為外海，是完全的鹹水，廣度約三億二萬二千踰繕那。

23 輪圍 指鐵圍山。

24 初海 由妙高山到持雙山之間的距離為八萬由旬。

25 雙山 持雙山係向著妙高山的方向而說為內海，以此為基礎第一內海的寬廣度是八萬由旬的三倍，即二億四萬由旬。

26 持參照《俱舍論記》卷十一(大正四一，一八六中)；《俱舍論疏》卷十一(大正四一，六一五中)。

27 舊譯：(53b)於中，剌浮洲二千。(54)三邊相如車，一三由旬半，東洲如半月，三邊如一邊，三百半由旬。(55)瞿陀尼相圓，七千半由旬，經量二千半，鳩婁八千等，二提河鳩婁，遮摩羅遮羅。(56)中間有八洲，捨訶北瞿陀。以上關於西瞿陀尼洲和北俱盧洲的記載在梵文本中是省略，必須注意。第八外海的海中有四大洲，即南瞻部洲其廣度，南邊有三踰繕那，其它三邊則各有二千踰繕那，此洲唯菩薩成道時的臺座金剛座。東勝身洲，形狀恰似半月形，東邊有三百五十踰繕那，其它三邊則各有二千踰繕那。西牛貨洲係圓形，直徑為二千五百踰繕那，周圍有七千五百踰繕那。北俱盧洲係正四方形，四邊等長為二千踰繕那。此四洲中僅有二洲各有眷屬，任何人所住之處，即會感召此洲的相貌及形體。

28 南瞻部洲 舊譯為剌浮洲。更是全印度的名稱，進一步為世界觀的擴

演培長老佛教論文獎勵會 103年度甄選佛教論文

宗旨：弘揚佛法真義 提昇研究風氣
紀念演公一生 培育教化精神

贊助單位：高雄市元亨寺

主辦單位：妙林雜誌社

甄選對象：國內外各佛學院、佛學研究所之在學學生。
國內外各公私立大專院校及研究所在學學生。

題目：自訂。佛教義理、佛學研究——等。

字數：一萬字左右。

獎勵辦法：入選文章每名各得新台幣伍仟元至壹萬元獎學金。

截止日期：即日起至103年10月31日止，外埠以郵戳為憑，逾期恕不受理。

注意事項：1. 請勿一稿數投，未經其他團體獎助及未曾刊載出版者。

2. 入選與否，均不退稿（請自行影印留存）。

3. 引用出處，必須明確標註。

4. 在學證明書或已辦妥註冊之學生證影本，未附者，均不予受理。

5. 請以中文電腦打字，並以A4型紙列印橫式排列一式二份，須另附磁碟片。

6. 入選稿件經《妙林》公告後，將由妙林雜誌陸續刊登，著作權歸屬「妙林」所有。

7. 請註明校名（學院名）、姓名（出家眾請註明法號）、地址、電話。

8. 入選名單於103年12月份《妙林》刊登。

來稿請寄：台灣(Taiwan) 804高雄市鼓山區元亨街七號
(元亨寺) 妙林雜誌社收
信封上請註明「佛教論文甄選」

電話：(07)521-3236分機306

傳真：(07)551-2164

E-mail: judychen6600@yahoo.com.tw

大，逐漸形成我們所居住世界，其形狀如同印度半島的模型。

29 印度的車子是先狹後闊，即瞻部洲的形狀。

30 金剛喻定，菩薩的最後位，斷了最微細的煩惱，又名金剛三昧，因其智用極為堅利故名金剛。

31 舊譯：此中向北地，九山邊雪山，香雪二山間，五十由旬池。

32 瞻部洲 舊譯：「此剎浮洲中，向北地有三黑山。度三黑山復有三黑山。度三黑山復有三黑。此山悉下故名蟻山，九山北邊有雪山，從雪山向北地。」

33 香醉山 舊譯：香山。

34 無熱惱 舊譯：阿那波怛多；阿耨達池。

35 舊譯：(58) 向下二十千，阿毘指廣爾，上有七地獄，此八十六園。(59) 熱灰及死屍，刃路等烈江，於彼四方異，八寒地獄類浮等。

南瞻部洲的下二萬踰繕那處有無間地獄。深度及廣度是相同，在此之上有七座地獄，彼等八座地獄的四面門外各有四增，即燔熾、屍糞、鋒刃、四烈河增。有情眾生從此地獄出，到更加受苦的地獄去，故名爲「增」，四門各有四種，合起來共有十六增。以上八種熱地獄，有在此受八熱的地獄之苦。其旁邊更加受八寒地獄之苦。

36 阿鼻旨大奈落迦 是舊譯，即稱爲無間地獄。

蘭盆勝會

齋僧之應供感想

◎釋乙性

世諦紛紛沒了期，空門得入是便宜；
直須日夜常精進，莫教勞勞空過時。
燒香禮拜莫匆匆，目睹心存對聖容；
懺悔多生塵垢罪，願存法水洗心胸。
心猿易縱安教縱，意馬難調亦要調；
到老情塵掃不盡，出家四事恐難消。

〈摘自《緇門警訓卷八·慈受禪師訓童行》〉

蘭盆勝會供僧緣起



時事診療



佛世，大目犍連事母至孝；母死出家，精進行道，得六神通。見亡母生餓鬼中，持飯往餉；飯化猛火，目犍連痛哭白佛。佛言：「汝母罪重，非汝一人之力所奈何，必假十方眾僧威神之力。當於七月十五日——佛歡喜日（僧自恣日），為母設盂蘭盆齋，供佛及僧，始克濟拔。」目連如教設齋，其母即以是日脫餓鬼苦，轉更資薦，遂生天上。繇此，蘭盆勝會，流通萬世焉。

贊曰：「生養死葬，小孝也！生俾底豫，死俾流芳，大孝也；生導其正信，死薦其靈神，大孝之大孝也，目犍連以之。」

〈摘自蓮池大師著《緇門崇行錄·蘭盆勝會》〉

佛在舍衛國祇樹給孤獨園時，十大弟子當中，以神通第一的弟子大目犍連尊者，始得六通，欲度父母，報乳哺之恩。即以道眼觀視世間，見到其母死後墮入餓鬼道中，餓渴無食，皮骨連立；目連悲哀，即以鉢盛飯，往餉其母。母得鉢飯，便以左手障飯，右手搏飯；但是食物尚未入口，即刻化成火炭，遂不得食之。目連大叫，悲號啼泣，將這件事秉告釋迦佛。佛陀告訴他說：「汝母罪根深

結，不是你一個人的能力所能及！汝的孝順，雖然聲動天地，天神、地神、邪魔、外道、道士、四天王神亦不能奈何！當須藉助十方眾僧威神之力才得以解脫，吾今當為汝說救濟之法，令一切災難皆離憂苦，罪障消除，你應該在七月十五日——這一天是僧眾結夏安居圓滿、解夏的一天。這天每個人都任由他人檢舉自己的過失，以便懺悔及改進。三個月結夏下來，縱不禪定解脫，斷惑證果，仍可滅罪增福，佛當然欣慰，所以這一天叫佛歡喜日，又叫僧自恣日——你為你的母親設盂蘭盆（此云救倒懸盆，此盆盛裝供佛僧食物及用品，以救親魂沉暗道，載饑且渴，命似倒懸也）齋會，供養佛菩薩及諸僧眾，藉十方僧眾的威神功德力，才能救拔你的母親啊！」

於是目連依照佛所教廣設齋會供僧，他的母親才得以脫離餓鬼道，而且其福德更轉而資薦於其他餓鬼眾生，因此更上升於天道享受福樂。盂蘭盆勝會及齋僧之行，才得以流傳至今。

所謂父母生前盡心孝養，死後以禮安葬，是為小孝；在生時讓父母歡樂，死後能讓父母的大名流芳於世，這是

大孝；在生時能引導父母正信佛法，死後又能超度他們的魂靈，這才是大孝中的大孝啊！而目犍連是當得起大孝中的大孝了。



出家利益

古德云：最勝兒，出家好。俗有恒言曰：「一子出家，九族生天。」此者讚歎出家，而未明言出家之所以為利益也。豈曰：「不耕不織，而有自然衣食」之為利益乎？豈曰：「不買宅，不賃房，而有自然安居」之為利益乎？豈曰：「王臣護法，信施恭敬，上不役於官，下不擾於民，而有自然清閒逸樂」之為利益乎？古有偈曰：「施主一粒米，大似須彌山，若還不了道，披毛帶角還。」又云：「他日閻王老子與你打算飯錢，看你將何抵對？」此則出家乃大患所伏，而況利益乎？所謂出家之利益者，以其破煩惱、斷無明，得無生忍，出生死苦，是則天上人間之最勝，而父母宗族被其澤也，不然則雖富積千箱，貴師七帝，何利益之有？吾實大憂大懼而並以告夫同業者。

〈摘自蓮池大師著《緇門崇行錄·出家利益》〉

古代高僧大德有言：「最殊勝的莫過於出家最好。」

俗語流傳著：「一子出家，九族昇天。」這些話都是讚歎出家的殊勝，卻沒明確道出出家利益的所在之處，到底出家真正的利益是哪些呢？難道說是不必耕種，不去織布，就有飯吃，有衣服穿，就是出家的利益嗎？或者說，不必買屋子，不必租房子，自然就有得居住，就是出家的利益；或者說，國王大臣擁護，信徒施主恭敬，上不受官吏使役，下不會干擾庶民，而且自然、清閒、飄逸的快樂，就是出家的利益嗎？

古人有一偈語說道：「施主一粒米，大似須彌山，若還不了道，必墮落如披毛帶角的畜牲道來還報。」又說：「他日閻王老子與你清算飯錢時，看看你將以什麼來抵對？」由此看來，出家反而隱伏著一樁大災禍，還說什麼利益呢？所謂出家的利益，乃是能勘破煩惱、斷除無明，證得無生法忍，了脫生死之苦惱，這樣才能稱為天上人間最殊勝的事，而且父母宗族也因此才能受到他德行恩澤的蔭被，不然的話，縱然擁有黃金千箱的富有，或是被七代皇帝尊為國師榮貴，如果沒有德行的話，也是沒什麼利益

可說的啊！實在憂懼這些過失於萬分，並以此提醒同修們，必須加以警惕而互相共勉之。



食存五觀，散心雜話，信施難消

據記憶中的印象而言，台灣的供僧應該緣起於一九七〇年代，當時因交通不便，且台灣的工商經濟也剛起步，所以供僧也只將牙膏、毛巾等日用品送到各寺院與僧眾結緣，每當獲此供養品時，寺內必於早晚課回向功德。後來漸漸的以往應供為主，然而寺內師長則會提出質問，就是你們必須先秤秤自己的德行有多少，才可以前往受供，所以前往受供者，幾乎是德高望重的長老為主，不過當時正值速食泡麵的興起時期，倒也納受了不少素食麵。

一九九〇年代是台灣經濟進入顛峰的時期，也正好我留學回國開始能回饋佛恩，發心依自己出家的「要對佛教有所作為，方不愧出家目的」之志，即過去我靠佛法來滋潤我的人生，今日佛教須靠我來護持的心境，開始培育佛門僧青年軍，期盼以繼佛慧命，法輪常轉。在一次的偶然機緣下，法友邀我同往北部參與齋僧應供，當時心想過去

都是窩在鄉間寺院，每日過著灑掃應對不宜雜話的沉默小沙彌尼的世界，後來出國留學又離鄉六年，簡直與臺灣佛教脫節了，應該前往應供，見識見識今日台灣佛教的進化才是，這是第一次前往接受應供。

凌晨二點多從屏東出發前往台北小巨蛋，抵達時已經是六、七點左右，看到一群工作人員與信眾列隊合掌歡迎，誠懇恭敬，一路上隨著行列前進，既感動又欣喜。感動的是如此多信眾的發心，應該深夜就前來忙碌：欣喜的是出國這幾年來，台灣的佛教能如此蓬勃發展，真是令人歡喜的事。進入佈置得相當莊嚴的會場後，不知不覺自己也被這種氣氛所攝受，內心也跟著莊重起來，同時告訴自己應該要以感恩的心、莊嚴的心、慈悲之心來接受此份供養，更要慚愧與精進來提醒自己，否則散心雜話，信施難消，修行沒進步，反而落入披毛帶角的畜牲道，那就枉然。奈何當齋食時，同桌有兩位僧尼卻為一朵紅蘿蔔的雕花而玩了起來，猶如大人在捉弄小孩般，可笑的是這個「小朋友」也有三十多歲了，實在看不下去，我只好斥責她們，當要清楚今日是來應供，如此散心雜話，信施能消嗎？恭恭敬敬的站在一旁侍候的信眾有何感想？在應供時

這般嬉鬧的行為，太不尊重如此莊嚴的大會。

此後未再前往應供，自忖德行不足，且自幼入佛門養就一身淡然習性，沒有過多物欲的要求，得以身心安頓已經很感恩了。直到最近幾年，才在因緣之下再度前往齋僧大會應供，持著感恩的心前往應供，每到會場看到如此多的志工，虔誠的護持，所以每次在唱誦時，我必定非常專注與用心的唱誦，希望回向給護法居士們，曾有鄰坐的法師好意的勸阻我，這麼大聲唱會傷喉嚨，我笑笑感謝她的善意，事實上我不是用喉嚨唱，而是從丹田出聲，因為用丹田唱念，很容易將身心放下，融入讚頌而達到忘我的境界，也將此身心回向給護法的信眾，願他們身心自在。

這幾年前往應供當中，看到許多僧眾時，沒因此感到喜悅反而憂心，記得三、四十年前看到年輕的新出家僧時，會有一股莫名的欣喜，總是希望與之同心協力將佛法發揚光大。後來自己站在佛學院講台上，看到的是青年僧的生力軍，為佛教的未來感到欣慰，期盼這群生力軍的青年他日能繼佛慧命。然近幾年所看到的，有許多上了年紀才出家，卻帶來世俗習氣入佛門，不但不知勤修戒行，

卻以年紀大而自以為是，前往應供的回程途中，主動要求司機將車開往民間的休息商場，還協助商家強力推銷，要僧眾多多購物，致使其他僧眾困擾不已，卻也無奈。試想一位新出家不懂佛法要義者，全車的人卻任其胡作非為，若持續如此將不知不覺成了慣性，這會將佛門律儀破壞殆盡，於是商請大會負責南區的蔡居士先向遊覽車公司曉以大義，要求司機雖未能以金錢佈施，若以護持之心讓僧眾平安前往應供，回程也要護持僧眾不宜前往又髒又臭的民間休息商場如廁、購物，那也是護法與佈施的行爲。很感謝一直默默爲齋僧之事盡心盡力的蔡居士之配合，總算化解此問題，同時也讓遊覽車公司上下懂得以行動來護持。

蓮池大師在《緇門警訓·卷四》中提到：「忖己德行全缺應供者，德行全可以應供；德行缺則不可應供；今之比丘或年三四十歲，或年五六十歲，未嘗一日不應供也；德行全耶！德行缺耶！所以云：學道不通理覆身還信施。」也就是自行秤一秤自己的德行有多少？才評估是否接受應供。這在在說明許多身爲出家，卻不知修行要義，以爲出家就應受信眾護持供養，視爲理所當然，殊不知如若德行不具足，將會福報用盡反墮落畜牲道，豈不枉然！

僅以《緇門警訓·卷第八》慈受禪師訓童行，與諸同參道友共勉之！

莫說他人短與長，說來說去自招殃；
若能閉口深藏舌，便是安身第一方。
莫學愚人說脫空，脫空說得有何窮；
暗中莫道無人見，只恐難瞞馬相公。
家事精粗宜愛惜，使時須把眼睛看；
莫將恣意胡拋擲，用者須知成者難。
諸寮供過要精勤，掃地煎茶莫厭煩；
事眾若能常謹切，身心方是出家人。

最後，在此向發心護持的居士信眾，致上感恩之意，願你們持續護持三寶，擁護正法；更盼僧眾精進道業，續佛慧命，使法輪得以常轉，福澤一切眾生。

無量壽佛！




《念處經》觀「外」身之研究(下)

◎釋秀定／慈濟大學宗教與文化研究所

(五) 明法比丘說

「這樣在身內，在身隨觀身而住；或在身外，在身隨觀身而住；或在身內及身外，在身隨觀身而住。在身隨觀集法而住；或在身隨觀滅法而住。」¹⁴

如果參考明法比丘留下來的資料，我們可以看到：念處在四念處之任何一項隨觀四念處之任何一項時（例如：念處在身而隨觀時），要分別那個狀態是在內、外或內外（一切）的問題；等到念處在四念處之任何一項時（例如：念處在身），要隨觀生滅法，更重要的是，如果不在四念處做觀時（例如：念處在身外時），只要

回到在當下的四念處（例如：在身觀身）即可，回到最明顯，或是當時在觀察的四念處之一即可。

覺照點	觀察點
住在身、受、心或法作（身、受、心或法）的隨念觀時	觀察身、受、心或法的內、外或內外
住在身、受、心或法時	觀察身、受、心或法的生、滅或生滅
念在身、受、心和法之外、內或內外時	回到身、受、心或法作觀察

(六) 溫宗堃說

首先將巴利字 *bahiddha* (於外) 成對出現而意思相對的 *ajjhataṃ* 「(於)內」對舉，先解釋 *ajjhataṃ* 除了「(於)內」的義涵之外，也有「與自己有關的」(concerning oneself)、「自身之內的」(in oneself) 之意。¹⁵ 而提出 *bahiddha* 極可能亦意指「非自身的」、「自身之外的」，乃至「他人」的意思。而有關巴利文獻的經典、論書及註釋書中，卻是將《念處經》的「外」解釋為「他人」，並列出數例。¹⁶

接著他提出：將「外」解釋為「他人」的經典、論書及註釋書，將會面臨「外觀他人的身、受、心、法的難題」。他引用了《瑜伽師地論》將「身念處」的「外觀」，解為觀察自身之外的「非有情數色」的資料來說明，但是卻又認為，這樣的詮釋，很難與現存漢譯《中阿含·念處經》、《增一阿含·卷五·壹入道品》及巴利傳統「身念處」的修習聯想在一起，因為它們皆未提到屬於「非有情」的色法。¹⁷

(七) 小結

巴利字 *bahiddha*¹⁸ 的字尾是不需要變化的，所以確實是需要跟相對應的 *ajjhataṃ*¹⁹ 一起看，因此 *bahiddha* 會因為 *ajjhataṃ* 而產生「非自身的」、「自身之外的」，乃至「他人」的意思。但是，在《念處經》裡的 *bahiddha* 在跟 *ajjhataṃ* 一起看時，是否如帕奧比丘所說要修行人定要透過觀他人的身心才得到解脫？本論文的第三項，將列舉《阿含經》的經文作進一步的分析。

佛法是透過自己對自己的身心如實觀察，而後獲得經驗的教法。觀「外」身的「外」字，在馬哈希比丘的「推論毗婆舍那」、帕奧比丘的「觀察外在他人、無邊宇宙的名色法」或是葛印卡的「身體表面」，或許都可以將經文解釋的通，而且讓人信解。

但是，如果以《葛拉瑪經》²⁰ 的觀點來看，這些當代禪修大師的理解都還是可以有很大的討論空間。讓人想知道這樣的解釋是不是符合佛陀說的緣起法或是四聖諦？本論文第四項，將會透過實務性的操作來說明修行

人在觀察他人時，可能會觀察到的現象，然後試著為觀「外」身的「外」字找到更適合的解釋。

三、《阿含經》中找到的有關觀「外」身的解釋

佛陀曾在廣袤的森林中告訴眾比丘，說他所教導的法就只有他手中的一把葉子那麼多。跟森林中所有葉子的總合相比，這一把葉子或許顯得稀少，但是像這一把葉子般少的教法，就足以讓我們橫渡煩惱的大海。

根據《雜阿含經》卷十三記載：「一切者，謂十二入處：眼色、耳聲、鼻香、舌味、身觸、意法，是名一切。」²¹以及《雜阿含經》卷二十四記載：「一切法者，謂四念處。」²²我們知道「一切」就是指「十二入處」，仔細觀察由「十二入處」所搜集而來的資訊，我們不難在念處經的內容中發現他們的身影，也就是說，不管我們觀察自己或是他人，全都可以歸為「四念處」的四個類別中的一項。簡言之，觀察由「十二入處」著手，就稱爲是「四念處」的修習，而十二入處所搜集的資料是包括「自身」、「非自身的」、「自身之外

的」，乃至「他人」的。觀他人只是觀察的一部分而未必是全部。而觀他人的目的，並不是將重點或興趣放在他人身上，而是要觀察到自己和他人的關係是緣起的。

翻開詳細記載如何（How）修習四念處的〈念處經〉

²³，我們找到以下的記載：「：觀內身如身，觀外身如身，立念在身……。」【以下同】²⁴在觀身的時候，出現了「觀內身」以及「觀外身」的區別，在觀受、心、法時，也有觀內、外的區別，但是要「立念」在四念處（之一）。

如果說觀察十二入處如筆者所提出來的，就是等同修習四念處的話，那麼四念處可以觀察的項目（Where）有八個：「內身」、「外身」、「內受」、「外受」、「內心」、「外心」、「內法」、「外法」，²⁵這八個觀察點跟十二入處有什麼關係？如何排列組合？

在《長阿含經》卷八記載：「：謂內六入：眼入、耳入、鼻入、舌入、身入、意入；謂外六入：色入、聲入、香入、味入、觸入、法入……。」²⁶是不是跟「內

六入」有關的念處就屬於「內身」、「內受」、「內心」、「內法」？而跟「外六入」有關的念處就屬於「外身」、「外受」、「外心」、「外法」？

我們在雜阿含第二七六經讀到這樣的句子：

「譬如善屠牛師，屠牛弟子手執利刀，解剝其牛，乘間而剝，不傷內肉，不傷外皮，解其枝節筋骨，然後還以皮覆其上：：皮肉已離，非不離也：：肉者謂內六入處，外皮者謂外六入處，屠牛者謂學見跡，皮肉中間筋骨者謂貪喜俱，利刀者謂利智慧。多聞聖弟子以智慧利刀斷截一切結、縛、使、煩惱、上煩惱、纏：於五受陰，當觀生滅；於六觸入處，當觀集滅；於四念處，當善繫心：：」²⁷

這段文字指出，內六入處是指六識與六根相接觸之處，而外六入處是指六根與六境相接觸之處，煩惱就藏在相接觸的地方，修行者要作的工作是去區分連結的煩惱各項可見的因素，不是要損害內六入處及外六入處，所以要在內六入處及外六入處的「觸」生起時，觀察生滅，觀察生成煩惱的組成條件，並觀察他們的生滅情

形，不做錯誤的連結，或依煩惱的推動馬上並作出反應，而達到不再添加一絲柴火到煩惱上，進而讓正確的觀察所生的體悟產生觀察而來的智慧，而達到煩惱之火自行熄

一般人的做法		修四念處之行者的做法		
外六入處	內六入處	外六入處	內六入處	
↙	↘	↙	↘	
⎵	⎵	⎵	⎵	
色—眼根—眼識	改變→	色（觀察生滅）	眼根（觀察生滅）	眼識（覺知生滅）
聲—耳根—耳識		聲（觀察生滅）	耳根（觀察生滅）	耳識（覺知生滅）
香—鼻根—鼻識		香（觀察生滅）	鼻根（觀察生滅）	鼻識（覺知生滅）
味—舌根—舌識		味（觀察生滅）	舌根（觀察生滅）	舌識（覺知生滅）
觸—身根—身識		觸（觀察生滅）	身根（觀察生滅）	身識（覺知生滅）
法—意根—意識		法（觀察生滅）	意根（觀察生滅）	意識（覺知生滅）

滅，清涼的狀態。為方便讀者瞭解，用簡表圖示如下：

一般人對於眼根觸到色馬上生起眼識，這個變化的過程觀察不清楚，因此在表中所畫的「—」這個瞬間即逝的狀態中，因為觀察不清楚以及過去所受到的教導，而很容易的產生煩惱，因此我們通常會在內入處和外入處還在連結的時候，也就是在圖形中的「—」處，透過六根跟六塵接觸後的六識（其中一個識足已）來作出煩惱的反應，認為是有一個我在看我以外的色。

換句話說，六根可說是內六入及外六入的出入口、重要樞紐，煩惱見生起或是無法生起的地方。因為有煩惱，就看不見緣起，看不到緣起，就只能見到我、見到他，造成我與他人之間的衝突事小，種下累世輪迴見解的因事大。

而行者在眼根與色接觸之處，觀察眼根或色塵的生滅，就可以截斷錯誤連結——認為是有一個我在看我以外的色，我與色是相對的。錯誤的連結切斷後，正確的連結——是色、眼根相觸，產生眼識，就有了生起的機會，知道這三者透過彼此相觸而生起種種感受、想法、

反應以及記憶等等，既是緣起的，也會隨緣而滅去，觀察的智慧就一點一滴地累積。

漸漸就會瞭解到去除煩惱不必等到死後到西方淨土，只要在活著的每一個緣起的機會觀察，就可以發現這個不是他人強要我們信服的道理。我們不難發現，一般人與行者的差別就只在這不如實觀察以及如實觀察之間。

四、實務性操作程序之下，對經典的可能理解

阿姜查開示記載，他曾誤以為修習行、住、坐、臥就是把每一個姿勢各維持固定的時間，然後觀察。他這麼做的結果，非但沒有帶來解脫，反而造成身心極大的痛苦。²⁸如果我們將四念處的修行也誤以為是將身、受、心、法四個部分開來，等時間地修習的話，我們也會得到跟阿姜查誤會修行時所獲得的結果相同——痛苦。

筆者透過搜集而來的幾段記錄禪修中心之修行者的禪修筆記，透過他們所作的觀察報告幫助我們瞭解，實務如何和經典相符。我們發現一個以觀呼吸為主要業處

的四念處禪修者，他的禪修報告可能如下：

(1) 在觀呼吸時，聽到巴士停下來時刺耳的聲音，內心覺得不舒服，不過，馬上帶回觀呼吸……。

(2) 在觀呼吸時，發現吸氣時鼻孔處有溫暖的感覺，

這時聽到喜歡的音樂聲，但是筆者想觀呼吸，所以音樂聲反而讓筆者感到不快樂，所以筆者把注意力用力地帶回呼吸上……。

(3) 觀呼吸時，覺知吸氣是冷的，而呼氣是熱的，這時聽到鄰居摔破碗的響聲，嚇了一跳，內心很不舒服，想起自己小時打破碗被母親罵的情形，原來筆者一直都沒忘記這件事……。

閉眼禪修時，眼睛閉起來，除了沒有色入外，其他外五入會隨機發生。覺知當時實際在自己的身心上所發生的事，我們就可以把禪修者的觀察記錄，以四念處經的記載來解讀他們的禪修報告，我們得到的解讀如下：

(1) 在觀呼吸時，聽到巴士停下來時刺耳的聲音，內心覺得不舒服，不過，馬上帶回觀呼吸……。

用四念處經的記載來分析：觀呼（觀內外身）：觀吸（觀內外身）：觀聲入（外六入）：觀耳入（內六入）：觀耳痛（外受）：觀心苦（內受）：觀呼（觀內外身）：觀吸（觀內外身）……。

(2) 在觀呼吸時，發現吸氣時鼻孔處有溫暖的感覺，這時聽到喜歡的音樂聲，但是筆者想觀呼吸，所以音樂聲反而讓筆者感到不快樂，所以筆者把注意力用力地帶回呼吸上……。

用四念處經的記載來分析：觀呼（觀內外身）：觀吸（觀外身）：觀聲入（外六入）：觀耳入（內六入）：觀不想聽之心（外心）：觀心不喜（內心）：觀呼（觀內外身）：觀吸（觀內外身）……。

(3) 觀呼吸時，覺知吸氣是冷的，而呼氣是熱的，這時聽到鄰居摔破碗的響聲，嚇了一跳，內心很不舒服，想起自己小時打破碗被母親罵的情形，原來筆者一直都沒忘記這件事……。

用四念處經的記載來分析：觀呼（觀外身）：觀吸（觀外身）：觀聲入（外六入）：觀耳入（內六入）……。

觀耳痛（外受）：觀心苦（內受）：觀因聲入而生心不喜（外法）：觀心不喜之結（內法）……。

重新解讀後，我們就可以將那時的狀態切成片狀或點狀，然後重新作歸類。29 有時修行者所報告的那個狀態只是幾個「身念處」的片段所組合，那就只能將那個狀態完全歸在「身念處」類。30 有時修行者所報告的那個狀態是由好幾個不同類的片段組成，有的片段是歸於「身念處」類，有的片段是歸於「受念處」類，有的片段是歸於「法念處」類，那麼這個狀態就有兩類、三類或四類的念處組合，而且這些組合順序，不一定是順著「身念處」，然後「受念處」，然後「心念處」，然後「法念處」的順序排列下來，排列順序會依當時的實際狀況發生。31 此是念住是跳躍式的，或是一段段的，一下在目標上，一下在目標以外等等。

當眼睛睜開，「色入」的情況就會被覺知到，「色」的範圍很廣，如果看到的是一個人，禪修者的報告很可能是：

(1) 在走路時看到禪師走過來，內心很緊張，怕他看到筆者沒有專心走路。

(2) 在走路時看到禪師走過來，就將注意力放在「看到：看到：」，一下子，禪師就走了，筆者雖然有些緊張，不過緊張在筆者將注意力放在「看到：看到：」的瞬間消失了。

我們如果也把這些資料以四念處經的記載來解讀他們的禪修報告，我們會得到以下的結果：

(1) 在走路時看到禪師走過來，內心很緊張，怕他看到筆者沒有專心走路。

用四念處經的記載來分析：觀身入（內六入）：觀色入（外六入）：觀心緊張（內心）：觀心恐懼（內心）……。

(2) 在走路時看到禪師走過來，就將注意力放在「看到：看到：」，一下子，禪師就走了，筆者雖然有些緊張，不過緊張在筆者將注意力放在「看到：看到：」的瞬間消失了。

用四念處經的記載來分析：觀身入（內六入）：觀

色入（外六入）：觀身入（內六入）：觀心緊張（內心）：觀身入（內六入）：。

由此我們不難發現，當禪修者看到「他人」時，要觀察的是「看到：」也就是由「外六入」而進入「內六入」，然後自己的受心法，而不是「一個人」。南傳藏經中有比丘在路上看到一排牙齒經過的故事，當時這位比丘正全心全意於四念處的修習，所以別人所看到的美女，在他眼裡看來只是一排牙齒，也就是「外六入」的「色入」，而不是一個人。³²

所以我們可知：觀「外」四念處的「外」字，是指由「六境」進到四念處，或是六根時，要在六根處作觀察；而觀「內」四念處的「內」字，是指由「六根」到「六識」這個階段，要在六根，也就是四念處作觀察。也就是說觀「內」是指在「眼、耳、鼻、舌、身及意」上面直接觀察，而觀「外」則是泛指在「眼、耳、鼻、舌、身及意」以外的，可以通過「眼、耳、鼻、舌、身及意」認識的「色、聲、香、味、觸及法」在「眼、耳、鼻、舌、身及意」作觀察。

禪修者觀察目標時，觀察的是自己的六根以及六識，這一部分可歸為「內六入」，以及六塵與六根接觸時所生的六識，這一部份歸為「外六入」，可以分別標記為：「看到：」「聽到：」「聞到：」「嘗到：」「觸到：」以及「想到：」。

觀他人是四念處修行會遇到的狀況之一，但是，重點不是在他人的身上，重點還是要回來觀察自己身心的變化，並觀察緣起的狀態。修行者達到解脫是透過觀察所成就的內觀智慧之成熟，而不是因為觀察他人的現象。

車匿在佛滅後還無法悟道，曾緊急地跑去請教阿難。阿難告訴他：「世人顛倒，依於二邊，若有若無；世人取諸境界，心便計著。」³³因此，爲了不落入兩邊，要如實觀察「內」、「外」及「內外」的「生」、「滅」及「生滅」。

五、結論

佛陀的教導是簡單卻是深奧的，因此絕對不可以只相信經典，或只靠經驗，要兩者並行，才有辦法瞭解簡單又深奧的佛法全貌。

透過諸位禪修大師的書籍以及禪修活動，我們有機會瞭解經典所教也能夠實際修行，解行並重之下，現生不起煩惱。最普遍的修行法「四念處」，雖然有多為禪師在教導在詮釋，但是重點無非回歸到修行者自身，也就是觀察修行者本身的「五蘊」，也就是細分五蘊的「十二入處」，然後，修行者就自己的「念」所能及的處所（十八界），觀察自己與他人的實際現象，如果將這些現象作歸納，我們可以將之歸納為身、受、心、法四類。

也就是當和自己的身體或心理的部位有接觸的對象是「外在的事物」的時候，我們會從「外六入」的角度來覺知對象，在對象和自己的身體或心理的部位有接觸的那個地方，覺知在自己的身心上產生什麼樣的「念」，甚至可以將它們歸於四念處——念處在身、念處在受、念處在心還是念處在法中的哪一類，而不是開始對對象想如非非。然而即便是想入非非的情況產生

了，此時，如果能夠觀察到「外在的事物」讓自己生起感受、想法等等，那就要進入觀察「內六入」的階段，放下「外六入」而回到「內六入」。所謂的「內六入」不是觀察身體內的器官，而是當時生起的「內六入」的狀態，也就是六根及六識的變化。在獨處時並不是就不用觀察，在只面對和自己的身體或心理的部位的時候，觀察還是要繼續進行，此時的觀察比較不複雜，只要如實的觀察當時「內六入」的變化狀況，「內」是指直接跟身體或心有關於的部位。

「外」是指和身體或心接觸的境界³⁴，範圍從皮膚開始到和各種人、事及物的接觸，這些境界的範圍不限定於他人，而且也不光是指身體或心理表面的部分，但是，觀察不是就此停在「外」，到六塵去了，而是要回到跟六塵最接近的六根上。

總的來說，只要是如實地觀察，從觀察「內六入」而歸類的念處，稱為「『內』四念處」，而從觀察「外六入」而歸類的念處，稱為「『外』四念處」；而「內外」是指一切，也就是一切都要觀察的意思，「內」、

「外」以及「內外」，三者都要觀察不可遺漏。偏重其中一項無法導入正見，無法透過觀察瞭解到緣起以及四聖諦，體驗到三法印。而這一切並不是無窮盡的，它指的是從跟自己最切身的地方開始，從與自己有關的連結開始，透過觀察知道自己也只是連結的一部分。

在確定當時觀的念是處於哪個念處後，就可以觀那個念處的生法、滅法或生滅法，而且，不管是在什麼環境下，只要在覺知自己當時的念處，就是修行念處觀的開始。如實地培養「念」處，人就會如實地知道「念」所能及的範圍以及「念」的變化。也就是說，我們不可以只注意於觀察「『內』四念處」，那容易生起有我的見解；當然也不可以只注意於觀察「『外』四念處」，那落入有梵天的見解，要觀察所有四念處的「生起」、「滅去」以及「生起和滅去」，所有四念處的生滅現象也要有能力可以觀察得到。唯有如此，人才不會落入內在有「我」或「梵」的見解、外在有「我」或「梵」的見解或是「我」或「梵」無處不在的見解；當然，也就不會產生「我所」或「梵我合一」的推論。

長時間修習四念處，就會沒有「他人」、「我」的概念與區別，對「事物」、「他人」和「我」，也就不會生起是「我的」的概念，並瞭解到所謂的「我的」的概念是緣起的。也就能如經中所說，獲得二果中的其中一果。

總結地來說，「觀外身」不等同於「觀他人的身」，而「觀外」身也不等同於「外觀」。「外觀」跟「內觀」、「內外觀」並不是概念式的，而是經驗累積而來的歸類以及理解。

另外，靠純觀他人的「外觀」無法得到解脫。這樣比較符合原典的解釋，而且也唯有如此理解《念處經》，才不會出現佛陀教理前後不統一的現象。³⁵

佛陀的教導既然是講緣起，就和關係脫離不了關係。如果僅就觀察某一個點的生滅，或就某個點的道理說得通，而作出結論，但是將此點卻和別的點的連結關係連結不上，而造成說不通的情況，就還有再斟酌考量，以及放到實際修行經驗上來作仔細檢測的必要。

禪修大師們的方法如果是承襲佛陀而來，就不能只是因為透過個人的詮釋就立為個人的獨到見解，或是重新詮釋佛陀的教導。因此本文也僅是筆者就佛法的某個小點提出疑問並作論述，尚需再將此論述和佛法廣大的面向作連結，以作出更深入的探討，並得出更符合以佛法解釋佛法的結論。（全文完）

【註釋】

- 14 A. 4. 178. : 「諸比丘！世間有比丘，具足住於某種寂靜心解脫 (santam cetovimuttim)，他作意有身滅 (sakkayanirodham)，他作意有身滅時，於有身滅，心不跳入、不澄淨、不安住、不信解 (cittam na pakkhandati)pakkhandati nappasidati na santitthati nadhimuccati)。諸比丘！於有時此比丘，不可望有身滅 (na sakkayanirodho patikavkho)。』這樣在身內，在身隨觀身而住；或在身外，在身隨觀身而住；或在身內及身外，在身隨觀集法而住；
- 15 DOP p. 34, s.v. ajjhatta.
- 16 溫文所引例子如下：《長部》第18經《闍尼沙經》Ajjhatta □ kaye kāyānuppassi viharanto tatha samma samadhīyati, samma vipassīdanti. So tatha samma samāhito samma vipasanno bahiddha parakāye nā□ adassena□ abhinibbatteti. 於內地於身隨觀身而住時，於彼〔自身內〕得正定、正淨。於彼〔自身內〕得正定、正淨已，生起外、他身的智見。
- 《分別論》提及「於外地於心隨觀心而住」Kathaṇca bhikkhu bahiddha cित्ते cittaṇuppassi viharati? Idha bhikkhu sarāga□ vassa citta□ "sarāgassa cittaṇ" ti pajānāti, 比丘

如何於外地於心隨觀心而住？於此，比丘了知此人的心有貪：「此人的心有貪」。

《念處經》的註釋書 Iti ajjhatta vati eva□ sukhavevanadi-pariggāhaṇena attano va vedanāsu, parassa va vedanāsu, kalena va attano, kalena va parassa vedanāsu vedanānuppassi viharati. 如是，他或於內地……如是地把握樂受等——他或於自己的受，或於他人的受，或有時於自己的受、有時於他人的受，隨觀受而住。p. 216

北傳文獻：(1) 外身者，謂：自身若在現相續中未得、已失，及他有情所有身相。……外受者，謂：自受若在現相續中未得、已失，及他有情所有諸受。……外心者，謂：自心若在現相續中未得、已失，及他有情所有諸心。……外法者，謂：自想蘊、行蘊若在現相續中未得、已失，及他有情想蘊、行蘊。《阿毘達磨法蘊足論》CBETA, T26, no. 1537, p. 478, a17-18.

(2) 自相續所攝色，名「內身」；他相續所攝色，及非有情數色，名「外身」。內法、外法說亦爾。自相續所攝受，名「內受」；他相續所攝受，名「外受」。內心、外心說亦爾。《阿毘達磨大毘婆沙論》(3) 有餘師說：有情數色名「內身」；非有情數色名「外身」。內法、外法說亦爾。受、心如前說。《阿毘達磨大毘婆沙論》(4) 尊者言：現在名「內」；過去、未來及無為，名「外」。《阿毘達磨大毘婆沙論》CBETA, T27, no. 1545, p. 940, b2-9.

17 同註10。p. 9 | 11。

18 參見Pali-English Dictionary by A.P. Buddhadatta Mahathera 1968 Published by The Colombo Apothecaries' Co., Ltd. p. 193 "Bahiddha, in. outside; outer."

19 同11, p. 4 "Ajjhatta, a. personal; connected with the self.-tam, ad. inwardly. -tika, a. personal; inward."

20 參見《葛拉瑪經》AN03-65,「葛拉瑪人！你們聽著：01.不可因為「常常聽人這麼傳說」就信以為真。02.不可因為「是大家遵奉的傳統」就信以為真。03.不可因為「是普遍相信的報告」就信以為真。04.不可因為「是有經典作依據的」就信以為真。05.不可因為「符合於邏輯的推測」就信以為真。06.不可因為「符合於常識的判斷」就信以為真。07.不可因為「符合於類比的推論」就信以為真。08.不可因為「和自己的觀點吻合」就信以為真。09.不可因為「符合的機率非常高」就信以為真。10.不可因為「是導師或權威所說」就信以為真。

21 CBETA, T02, no. 99, p. 91, a24—b3.

22 CBETA, T02, no. 99, p. 175, c26—p. 176, a1.

23 CBETA, T01, no. 26, p. 582b07.

24 同註24, p. 584a03. 記載受、心、法的觀法如下：「觀內覺如覺，觀外覺如覺，立念在覺，有知有見，有明有達，是謂比丘觀身如身…。」

25 巴利《念處經》除了觀察這八個項目外，還要觀察內外身、內外受、內外心以及內外法。

26 CBETA, T01, no. 1, p. 51, c16—p. 52, a8.

27 CBETA, T02, no. 99, p0075a26。

28 參見《靜止的流水》p. 29, 民國83年7月，圓光印經會出版。

29 不用刻意再作歸類。這裡爲了方便了解，而作這樣的解說。

30 有時那個狀態只是幾個受念處、心念處或法念處的片段所組合，那就只能將之歸爲受念處、心念處或法念處的那一類。

31 每一個片段可以是一個生滅。不過，有時只可以觀察到每一個片段的生，或每一個片段的滅，那時也要如實地觀察和覺知。有恐懼或是任何感受生起，也是保持如實地觀察和覺知。

32 《南傳大藏經》Vol. 28, p. 150〈小部經典·長老偈經〉第七偈集第473—479偈，羅毘陀迦長老。

33 《大正藏二》六六下，《雜阿含經》卷一〇。

34 十二入處的「眼、耳、鼻、舌、身、意」等六根是內六入，而「色、聲、香、味、觸、法」等六塵是外六入。

35 佛陀見道的夜晚，並無他人的身心可觀；而他的教導，也一直都緊扣在觀察自己的五蘊身心而得解脫，有必要在《念處經》突然飛來一筆要我們觀起他人的四念處來嗎？

【參考書目】

- ① 大正藏阿含部一、二冊
- ② 南傳大藏經相應部、小部
- ③ 馬哈希 1945, 內觀基礎, 嘉義新雨道場1997年版本
- ④ 阿姜查 1968, 靜止的流水, 圓光寺印經會1994年版本
- ⑤ 楊郁文 1993, 阿含要略, 東初出版社1993年版本
- ⑥ 鄧殿臣 1996, 長老偈長老尼偈, 佛陀教育中心2002年版本
- ⑦ 帕奧 2001, 正念之道, 高雄淨心文教基金會
- ⑧ 何孟玲 2001, 《中部念處經》四念處禪修方法之研究, 華梵大學東方人文思想研究所碩士論文
- ⑨ 性空 2003, 念處之道—大念處經講記, 香光書鄉2002年版本
- ⑩ 溫宗堃 2007, 巴利《念處經》的「外觀」——當代緬甸毗婆舍那修行傳統之間的一個諍論, 新世紀宗教研究第六卷第二期
- ⑪ 菩提 網路文章, <http://www.vipassana.com/resources/bodhi/index.php>
- ⑫ 釋會宗 1999~2010 禪修者筆記 



業的淨化理論

——以《阿含經》為主要經典依據(上)

一、前言

關於業的淨化這個主題，首先須界定此處業的概念和範圍，此處的業是造作身、口、意業後，映射於心識，最後儲存於阿賴耶識中的業種子，泛指造業後與受報前之間的靜態業，不是指造作時的動態業。其次，界定業的淨化程度，業的淨化程度，以完全淨化業之染汙為目標。

本文擬將從四W (What? Which? Who? Why?) 和H (How?)，這五個項度來探討。What?所問的是：業是什麼？也就是問業的內容為何？因預設業能夠被淨化之前，必須先了解什麼是業。Which?問業的種類有哪些？

◎釋證真／臺灣大學哲學所博士班

Who?因為業不可能憑空出現，於此問業是如何出現的？或問業由誰去造作？以及造業之主體這語詞適當與否？Why?主要探討的是：為什麼業能夠被淨化？How?問的是如何實踐的問題，業的淨化所涉及的方法，於此將探討有哪些方法是可行之道？

以下的述說方式，將以三節分別述說這五個項度。首先，介紹業的內容與種類，帶出What和Which所問的內容。其次，探討業的造作者的問題，以回應Who的問題。

再者，回答Why的問題，即解釋業為什麼能夠被淨化的理由。業能夠淨化之後，那如何淨化？藉由說明修行的實踐方法以回答How的問題。

二、業的內容與業的種類

其一，解釋業的梵文字根、語詞的意義，並從中去連結漢譯佛經中業的內涵。其二，簡介業的內容與分類，業的內容與種類眾說紛紜，本文從佛經中所提到業的內容與分類，作一簡單的介紹。其三，述說業的特性，業於佛教中的解釋是很不同其他一般業的學說說法，所以有必要述說一下業的特性。

(一) 業的梵文字詞解釋

業的梵文Karma是由字根√Kṛ所形成的中性名詞。

√Kṛ這個動詞，意含著：作、為，形成，實行，實施，顯示，發、起等意思。而Karma這個中性名詞有：行為、作業、所作業，業，業因，作用，辦事，相等含義。簡單來說，業的梵文Karma是造作的意思，但運用於佛教中，業的解釋範圍更為廣泛，包含有為的積極造

作與消極的無為造作，前者指一般的善、惡業等，後者指清淨之無漏業。

(二) 業的內容與種類

若就眾生的身、口、意造作來說，身的造作、口的造作和意的造作，這三者的造作就成為身、口、意三業。身業與口業皆隱含著意業，此處的意的梵文是citta，citta是心的統稱語詞，實際上，包含八識的心王和心所，所以可以說三業中以意業為主導，三業皆受心識的驅使。

若就所造業而感招之果報種類來區分，由於眾生之心念複雜，所造之業也隨之複雜、繁多，所感招之業報千差萬別。這些複雜的業報，可以簡單地區分成善業、惡業和無記或非關善、惡的業三大類。其中善業又區分成無漏善業與有漏善業。無漏善業是指清淨業，個人將其解釋為與空性相契應的業，即無為善業。有漏善業，即有為善業。《佛說未曾有因緣經》提到有漏善和無漏善：「夫人行善，凡有二種。一者有漏，二者無漏。有漏善者，常受人天快樂果報。無漏善者，度生死苦，涅

槃果報。」^①。引文中的有漏善，招感人天果報；無漏善，招感解脫生死的涅槃果報。

共業與不共業，共業是造作共通相互影響的業報，涉及個人與他人之間業報的關連，此業報會影響自我，包含與個人有關連之人事物等，例如親朋好友的互動，以及有情世間，生活環境等。不共業是個人不共於他人的業報，例如個人的聰明才智、個性特質、長相、樣貌等等。

(三) 業的特性

於佛教經典中所提及之業，經歸納整理，大致可以以五項特性來說明。這幾種特性是佛教對業的獨特見解，有別於一般其他非佛教的業的學說。

1. 如是業因，如是業果

為什麼如是業因，會產生如是業果？這涉及眾生心識運作，以萬法唯識的觀點來說，感官知覺所收集到的

訊息，皆映射於心識中，意識分別心識中的影像，若沒有心識的運作，世界的種種事物於眾生發揮不了作用。業的造作透過感官知覺，意識對感官訊息產生種種分別、執取，這些分別、執取，藉著身、口、意去實踐心意的執取，造作之後的業因儲存於阿賴耶識中，由於業因的關係會自然而然招感與業因相契應的業報。如此，即可說如是業因產生如是業果。

基於造什麼業因得什麼業果之因果法則，所以善業得善果報，惡業得惡果報。不可能出現善業得惡果報，惡業得善果報之情況。也就是說，當善業的前提為真保證 (guarantee) 得到善果報的結論也必須為真；或是惡業的前提為真保證得到惡果報的結論也必須為真。不可能出現前提為真結論為假的情況，也就是不可能出現善業得惡報，或是惡業得善果報之情況。這個業報因果法則，是邏輯上演繹推論的有效論證。

2. 自作業，自受報

業因由造作者造作，業種子儲存於造作者的阿賴耶

識中，當業因與業緣等條件聚合時，業報現前，業報的承受者即是業的造作者。這牽涉到眾生這個個體的心識是各自運作的，每個眾生都有各自的心識去決定自己的所作所為，並且去承受自己所造作之業的業報。別人只是輔助或影響造業者心識的旁支因素，不是主要因素，甚至造業者的心識也可以完全不受旁支因素的干擾。這說明了眾生的心識才是造業的關鍵，別人無法造造業者的業，造業者也無法造業給他人，這也說明了當造業者造了業，這個業必然連結於造業者這個人，能否消業只有造業者自己才有辦法決定，因為業是儲存在造業者的阿賴耶識中，別人無法取代。這也是說明造業者自己是否願意邁向成佛之道，端看造業者自己是否願意去覺悟和實踐。別人無法把證悟的境界給造業者，別人只能告知造業者覺悟之道，接下來的工夫就得靠造業者自己的努力了。佛菩薩的輔助力量是旁支因素，關鍵因素在自己對佛菩薩所教授佛法的接受體悟程度與努力實踐程度，因為實踐工夫是自己驗證佛法的內涵，這是需要親證之方能了知的境界。

3. 善業與惡業不能互相抵消

要消除惡業有二條途徑：一需藉由懺悔去消除；另一是等惡業現前時自然消除。業的造作涉及身、口、意，當心念生起，即是造作意業；若由心念去推動口和身體，即是造作口業與身業。基於起心動念即是造業，所以人不斷地造業，就因為這個緣故，當不斷地行善時，才能使現行的惡業種子，反熏回善業種子。如此惡業種子減少，善業種子增加。但惡業種子減少消失，以及善業增加，不是以善業去抵銷惡業，善業和惡業二者的運作情況是各自運作。

4. 業因與業果之因果法則，貫通三世

三世是指過去世、現在世和未來世。就人而言，過去世所造之種種業，會影響今生或來生的種種受報，今生所造之業會影響今生或來生的種種受報。業果成熟與否端看，業因與業緣之條件是否具備，當業因與業緣等條件皆具備時，就是業果成熟時，業果成熟時，就是受報時。所以宿業的影響力遍及二世。

5. 惡業惡報自然趣下，善業善報自然昇上

若眾生造作十不善惡業，身壞命終，自然而然趣向下墮，生於惡道中。猶如投擲大石頭入水中，大石頭自然下沉水底，即使旁觀者不斷地叫喊大石頭浮起來，依然於事無補，因為大石頭的性質就是趣下。造作十不善業的性質如石頭下沉，自然趣下惡道。若眾生造作十善業，身壞命終，自然而然上昇至善道。猶如倒酥油入水中，酥油比水輕，自然浮於水面上，因為酥油的比重比水輕，於水中自然上浮。造作十善業的性質如酥油於水中上昇，自然上昇善道^②。

三、業的造作者

業的造作者，可分成二個層次來說明，即世俗諦和勝義諦或名爲第一義諦。就世俗諦而言，眾生是業的造作者。佛陀告知一般初學者，如《中阿含經》所言：「隨人所作業，則受其報。」^③，人若造作了業，就須承受相應之業報。佛陀說此話的目的，在於勸說初學佛法弟子，依法精進修行，努力去惡修善，能得善報。在六道眾生中，人是業的造作之關鍵樞紐，其他五道大都以受其果報爲主。五道中的天道及阿修羅道，因善業的

果報得到安逸快樂的環境，生於其中不思精進大都汲汲於享樂。畜牲、惡鬼、地獄三惡道的眾生，因惡業果報得到惡劣的環境和極端的痛苦，在受苦中，無暇去造作新業。人處於六道中，是介於過分享樂與極端痛苦之間，有樂有苦，於此環境中，心識有機會去造作新業。人一生中，一方面受其業報，另一方面造作新的業因。因爲人的這種特性，使得修行者能夠藉由修習、實踐佛法，去改善過去業，造作善的未來業。

就第一義諦而言，「有業報而無作者」^④。當佛弟子已經修習佛法，已累積某個程度的善業資糧，甚至可以達成解脫道時，此時佛陀告知空性的道理，使修行者去除作者這個我執。「有業報而無作者」所宣說的，就是破除作者這個我執的空性道理。業報是集合概念，是眾多業因與業緣等條件聚集而感招業報，當業因與業緣等眾多條件消散就無法感招業報。因爲業報是因緣聚散之法，無實體可得，就其因緣法則的本身而言有業報。但作者的概念，意含著固定不變之實體意思，就因緣聚散之法觀看作者，作者之實體實不可得，如《雜阿含經·三三五經》形容作者是「此陰滅已，異陰相續。」



一切有為法
如夢幻泡影
如露亦如電
應作如是觀

⑤，當一生結束時，五陰重新組合排列，不同於前生的五陰生起，此新五陰推動另一生的開始。此新五陰既不是舊五陰，但也不離舊五陰，新、舊五陰之間是不即不離之關係。作者既然不是固定不變的，爲了破除一般人對作者的迷思，所以說無作者。五陰生起，此新五陰推動另一生的開始。此新五陰既不是舊五陰，但也不離舊五陰，新、舊五陰之間是不即不離之關係。作者既然不是固定不變的，爲了破除一般人對作者的迷思，所以說無作者。(待續)

【註釋】

- ① 見《大正藏》第十七冊(T17, no. 754, p. 585, a28-b1)。
- ② 參見《中阿含經》卷3〈中阿含業相應品伽彌尼經第七〉(T01, no. 26, p. 439, c23)。
- ③ 《中阿含經》卷3 (T01, no. 26, p. 433, a14-15)。
- ④ 《雜阿含經》卷13(335)：「云何爲第一義空經？諸比丘！眼生時，無有來處；滅時，無有去處。如是眼，不實而生；生已，盡滅。有業報而無作者，此陰滅已，異陰相續，除俗數法。」(T02, no. 99, p. 92, c16)。
- ⑤ 同上註。





明心見性與開悟之探究

——以聖嚴法師的觀點為主(上)

一、前言

本文首先介紹明心見性的意涵，釐清它的觀念及功用在哪？再說明明心見性與開悟之關係是否相同，開悟是否有分層次等問題一併解決。筆者作此文的研究動機是：基於近年來附佛外道常利用宗教作為詐財騙色、為非作歹的工具，嚴重影響一些人的身心狀況，及社會風氣、國家文化，也扭曲宗教給予人們的正確觀念和心態、污染它的功能。

◎釋性禪、法鼓佛教研修學院碩士班

雖說古今中外研究此者也多，但佛教注重因果法則，沒有不勞而獲的投機取巧心理、瞎貓碰到死耗子的撿便宜的開悟者與活佛，也不會有不用修行的過程，就可即身成佛的天方夜譚；若如此，有什麼大法和親身體驗可教導眾生，也不是遇到煩惱、困難，才想利用這管道逃避責任和果報，修行的目標和方向是要看清實相、放下自私、自我的執著，腳踏實地，自度度人的行菩薩道的。

因此，本文以近代高僧禪德的聖嚴法師實修的經驗與體證為引導，作為修行者修行，或禪修的正確觀念與心態為入手處，盼能給予有心學佛修行者一個啟發，從而也澄清佛教的一些現象與危機，教育是一個長期的百年樹人的工作，希望有共識者都能承擔傳佛慧命、紹隆佛種的大任。

二、明心見性的意涵

佛教所謂的「明心見性」是佛陀經歷了長達六年的苦行修行，有天終於在菩提樹下，夜睹明星而開悟了：

釋迦牟尼經過了六年的苦修，終於在菩提樹下，夜睹明星，明心見性，這時他大徹大悟，體認到一切的自我中心都是虛妄的，一切現象的本質都是不實在的，因此湧現出大智大慧而證得無上的佛果。^①

佛陀「明心見性」的內涵是：體認到一切以自我中心的現象、本質，都是虛妄的，且不實在的，因此證得無

上、無我的大智慧佛果。

然而，何謂「明心見性」呢？聖嚴法師以近代淺顯、明白的說明它要如何親見佛性：

所謂「明心見性」，就是以智慧的心，來明白煩惱的心。煩惱和智慧是相對的，智慧即菩提，有了智慧，煩惱自然消失，便能見到空性；也就是除去眾生之無明習性，便見清淨的佛性。^②

以智慧的心，來明白煩惱的心就是「明心見性」，有的智慧就可以轉煩惱為菩提，有智慧處理煩惱，所以，煩惱和智慧不再是相對的；除去眾生的無明習性，便能見到空性，呈顯清淨的佛性。事實上，也無佛可成，無性可見，是為究竟的佛性，也就是空性。

佛法的基本原則，是戒定慧，從佛菩薩的立場而言，稱為悲智雙運；對修學佛法的佛教徒來說，是福慧雙修。

所謂一心不亂生西方或明心見性悟佛道，便是從戒、定而產生智慧的必經過程，也是我們修學佛法的最終目的。如果離開了這三個基本原則，或三者缺其一、二，都會損傷佛法的本質，為佛法將來的發展帶來危機。^③

自己持戒清淨，可以不損害眾生，也能利益眾生；修定必須是一門深入，念茲在茲，淨念相繼，但要有經教的學習和了解，才不至淪為邪魔歪道，在未開真智慧前，先要具備正知見，才能明心見性、體悟佛道，因為佛道不是架空的，也不是不播種就會有橫來的一筆收穫。

若修行或練習禪的方法，都要有佛法的觀念，對佛法基本的因緣觀、無我、性空都要有認知，修行才會有進展和受益。

如果沒有依照佛法的原則和基本的因緣觀，便對無我、性空的認知不相應，即無從完成明心見性、頓悟成佛的目的，最多只可以經驗到統一心的大我境界而無法窺知無心境界。：禪修最好當然是能開悟

，但如果不能開悟，只要願意練習禪的方法，運用佛法的觀念，就可以隨時隨地在日常生活中獲得平安的利益，也能長養慈悲心和智慧。同時，縱然在開悟之後，也不等於不必再修行了。「悟」是體驗到當煩惱脫落時，心非常的自在，但還是凡夫，需要繼續的修行，那是從明知煩惱、調伏煩惱、斷滅煩惱，才算轉凡成聖。^④

要完成明心見性、頓悟成佛的目的，就要認知佛法中的無我義、空義，且在日常生活中長養慈悲心和智慧，用來待人處事和對治煩惱，不造成他人的困擾與問題；開悟後，體驗到煩惱脫落，心非常自在，但還是需要繼續的修行的凡夫；悟了是從明知煩惱、調伏煩惱到了煩惱斷滅，才可轉凡成聖，是不同凡夫不知有煩惱，也無法看清與處理煩惱。

明心見性的作用是體驗空性，才不會對煩惱產生苦，因為已見一切法是因緣和合的有，而自性是空的空性：

所謂明心見性，就是見一切法因緣有而自性空的空性，若不能體驗空性，就會產生煩惱的苦。能夠體驗諸法的自性是空，就能產生智慧的功能，照見諸行無常、諸法無我，同時開發出慈悲喜捨、自在無礙的菩薩心行。⁵

明心見性見了諸法的自性是空性，就能發揮智慧的功能，散發出慈悲喜捨、自在無礙的菩薩心行，不執空的行菩薩道，才是符合諸行無常、諸法無我的法則。

明心見性的狀態是以「無念為宗」，無念是一種自然的、寧靜的、智慧朗然、清楚的状态：

所有一切的念頭全部擺下來，正念也好，雜念也好，全部擺下，這叫做無念。如果還有念頭在用方法，不管是正念、雜念都是妄念，所以這個人仍是尚未徹悟，必定要用方法用到無方法可用，沒有念頭起伏，只有朗朗乾坤，有念等於無念，此時可以用：「山河粉碎，大地陸沉，身心蕩然」來形容，此時的心中，點塵也無，不執內、不著外、不執有，

也不執空，這種非常寧靜的、自然的、智慧朗然的狀態就是無念，即明心見性的狀態，所以說「無念為宗」。⁶

如果還有一個不管是正念、雜念或是還有一個念頭在用方法，都是妄念，仍舊尚未徹悟，要用到無方法可用，沒有念頭起伏，擺下全部所有的一切念頭，呈現朗朗乾坤，有念等於無念，這才是明心見性的無念，就連一個狀態都要捨掉、放下。

「明心見性」所明的是清淨的心，所見的是不動的性。當心有煩惱時就見不到佛性的，只有在清淨時，才能見到不動、不變的佛性，有煩惱就是有無明，它會覆蓋了清淨心，佛性就不能顯發。

明心見性，明的是清淨的心，見的是不動的性。心有煩惱時，是見不到佛性的，只有在心清淨時，才能見到不動、不變的佛性。煩惱心重，即是無明。只有破除無明的煩惱心，般若的智慧性才能顯現出來。智慧，即為佛的本性，事實上，佛的本性原在

每個人的心中，與煩惱同在，不過被煩惱心掩蓋，便見不到佛性了。一旦煩惱頓除，佛性頓現，智慧的功能也自然產生。我們的心可暗可明，暗是煩惱，明是智慧，當智慧出現之時，就能見到佛性；佛性又叫真如，它是真實的、不變的，而且永遠不動的。因此學佛修行的人，若希望除煩惱而得智慧，那就要明心見性。：眾生和佛完全平等的，即為般若所證的空性，也是一切諸法的空性；因此，一切現象不離開空，所以一切眾生都有佛性。⑦

頓除煩惱了，佛性就會頓現，自然也產生智慧的功能，這是明心見性了，當智慧出現時，就能見到真實的、不變的、永遠不動的佛性，又叫做真如，它是眾生和佛完全平等的、都有的，也就是般若所證一切諸法的空性。

禪宗所說的頓悟自性、明心見性，就是超越對時空和生命的執著，使生命得到自在解脫。

如何超越時空而使生命得到解脫？必須如《心經》所說，要以般若智慧照見五蘊皆空。禪宗所說的頓悟自

性、明心見性，也就是超越時空和生命的執著。⑧

禪宗所謂的「明心見性」是由於自我中心自然淡化，乃至消融了、徹底消失，證入無我的實相，這是有智慧的人，但生命的現象依然存在，所以要用般若智慧觀照五蘊皆空，這存在於時間和空間之外，又名為「解脫自在」。

「明心見性」的人已經知道、看到自己有煩惱，也有習性，尚未大徹大悟，所以，還是要慢慢地修行。

知道有習性、有煩惱，表示已經知道有問題，並且會慢慢離開它、斷除它，到最後只有空性，沒有習性，這才是純粹的智慧，才是大徹大悟的「明心見性」。⑨

不管是頓悟或漸悟的人，都要在日常生活中以佛教所說的智慧漸漸修行，斷除煩惱、去一分無明，就增長一分智慧，一直修到轉煩惱為智慧，煩惱即菩提，而見道諸法空性，在聖不增、在凡不減的佛性就顯現了。

我們知所以無法明心見性就是不知道諸行無常，諸法無我，或者雖知道，但無法深刻的體驗到，沒辦法把體會融入到日常生活中，生活上還是貪生怕死，充滿了貪心、瞋恨、愚痴、傲慢、嫉妒等煩惱，不能警覺到人生是苦的。

無常就是無我，人生有苦，是因為不知道諸行無常，諸法無我，不能警覺到無常、無我，所以貪生怕死，瞋恨嫉妒，因此無法明心見性。但是今天我們已經知道了佛法，釋尊花了那麼長時間的代價，開啓了苦、空、無常、無我的真理，已知道一切眾生都有佛性，我們就不必再花那麼多的時間。因為現成的佛法，已經告訴我們，我們只要相信佛所說的話，照著來用在生活裡就好。所以禪宗非常重視在平常日用生活之中，體驗佛法和實踐佛法。⑩

佛法是現成的，是由佛陀花費長時間，所付出的代價，它開啓了苦、空、無常、無我的真理，讓我們知道一切眾生都有跟佛陀一樣的佛性，只要相信佛說的話，且把佛法實踐在日常生活之中，去深刻體驗，融入於我們身心中，才能得到不被煩惱困擾，才有智慧對治煩惱，和幫助別人解決問題，就是「有佛法就有辦法」。(待續)

【註釋】

- ① 《禪門》法鼓全集光碟版 (04-11, p. 17, 01)。
- ② 《動靜皆自在》法鼓全集光碟版 (04-15, p. 106, 05)。
- ③ 《明日的佛教》法鼓全集光碟版 (05-06, pp. 54-55, 01)。
- ④ 《抱疾遊高峰》法鼓全集光碟版 (06-12, p. 81, 03)。
- ⑤ 《兩千年行腳》法鼓全集光碟版 (06-11, p. 166, 01)。
- ⑥ 《神會禪師的悟境》法鼓全集光碟版 (04-16, pp. 29-30)。
- ⑦ 《禪鑰》法鼓全集光碟版 (04-10, pp. 103-104, 11)。
- ⑧ 《悼念·遊化》法鼓全集光碟版 (03-07, p. 370, 01)。
- ⑨ 《動靜皆自在》法鼓全集光碟版 (04-15, p. 110, 03)。
- ⑩ 《禪鑰》法鼓全集光碟版 (04-10, p. 159, 07)。



特別報導

元亨寺版《漢譯南傳大藏經》數位化

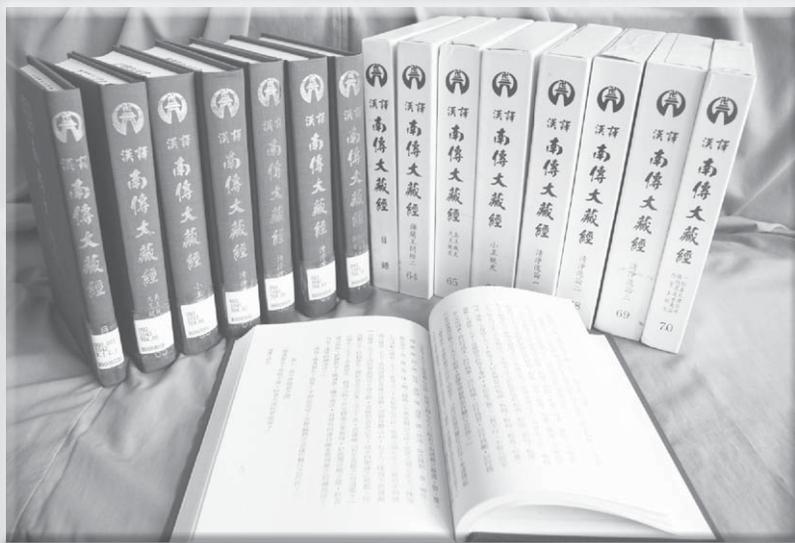


2014新版Version

中華電子佛典協會主委惠敏法師和元亨寺方丈和尚淨明法師，在法鼓佛教學院簽署授權儀式，將元亨寺版《漢譯南傳大藏經》免費授權「中華電子佛典協會」製作為電子文字資料庫 (Text-Database) 並且發行。(2012.02.23)



淨明法師(右一)、惠敏法師(中)、元亨寺版《漢譯南傳大藏經》編集吳老擇教授(左一)。(2012.02.23)



《漢譯南傳大藏經》全套七十冊

本事因緣

《漢譯南傳大藏經》數位化

取自—法鼓山《全球資訊網》20120223

【法鼓山全球資訊網／林雅櫻】堪稱是「佛經中的Google」CBETA電子佛典集成，佛教經文電子數位化工作又跨出一大步！二〇一二年二月二十三日下午，身兼中華電子佛典協會主委的法鼓佛教學院校長惠敏法師和元亨寺方丈和尚淨明法師，在法鼓佛教學院海會廳簽署授權儀式，將元亨寺版《漢譯南傳大藏經》免費授權「中華電子佛典協會」製作為電子文字資料庫(Text-Database)並且發行。除了為大眾提供更優質、完整的電子佛典，亦方便佛教界及漢文佛學研究者理解及研究，共同成就推廣佛法的大願。

在元亨寺版《漢譯南傳大藏經》編集吳老擇教授、法鼓佛教學院副校長蔡伯郎教授、學士班班主任果暉法師等貴賓共同見證下，雙方進行簽約儀式及贈禮，其中元亨寺提供一套《漢譯南傳大藏經》給CBETA未來數位化作業使用，法鼓山方丈和尚果東法師也親自到場關懷。吳老擇教授表示，當初在翻譯人才缺乏下，花費十一年才克難將《漢譯南傳大藏經》編集、校對完成，非常感恩有機會能將其數位電子化，並分享



流傳至全世界使用。

惠敏法師在會中亦分享雙方合作因緣，他表示今年（二〇一二）一月十八日收到元亨寺方丈和尚有意授權合作的郵件後，便密切交流並訂定授權合約書，希望能利益眾生，分享法寶的價值。而CBETA電子佛典的特性跟優勢，在於能隨時公開修訂及更新、避免印製再版的資源浪費，並且提供修訂根據的對照，將能提昇《漢譯南傳大藏經》翻譯品質與價值，也易於佛典保存與流通，讓全民能共享電子佛典的數位寶庫。

元亨寺版《漢譯南傳大藏經》包含律藏、修多羅藏（經藏）、阿毘曇藏（論藏）以及藏外佛典，全部七十冊約一四〇〇萬字，若收錄至CBETA電子佛典，預計該集成將超過二億字的漢文佛典經文。由於中華電子佛典協會從二〇一〇年到二〇一二年，已參與國家圖書館數位典藏專案，預計二〇一二年底才能結案。因此《漢譯南傳大藏經》數位化計畫，最快從二〇一三年一月開始，若集中人力處理，約能於二〇一三年十二月完成。

會後由專人為元亨寺貴賓進行法鼓佛教學院數位典藏介紹，並由惠敏法師陪同參觀法鼓佛教學院圖資館、國際會議廳與園區環境。雙方皆期待佛典數位化工作完成後，能為佛典產生新的活化與再利用的效果，提供佛學研究一條更便捷的路徑與平台，為佛教界樹立新的里程碑。🕸



一期一會

佛陀的饗宴

◎釋會忍·元亨佛學院教務長

中華電子佛典協會於四月二十六日早上十點，假元亨寺大雄寶殿舉辦一〇三年成果發表會。是日，元亨寺上下忙於佈置會場，準備中午的佳餚，許多志工亦投入準備行列，忙的不亦樂乎。

不到九點時刻，報到處已擠滿了人潮，從台北、台中等遠地而來的有心人士趕不急等待開始，陸陸續續的完成了報到，同時也領取了期待已久的新光碟，看到與會者燦爛的笑容，我們內心也感到滿心歡喜。

很快地大會即將開始，由主席惠敏法師帶領大眾向佛陀行三問訊禮，在肅穆莊嚴的殿堂中，憑添了幾分的神聖性，此刻您我心中是清淨祥和，宛如拉回到時光的隧道，聽懂佛陀的聖教，開啓些微的智慧。

中華電子佛典協會主任委員惠敏法師致詞時表示，隨著協會歷年的彙編與修正，電子佛典的內容已愈趨精確，尤其加入元亨寺版《漢譯南傳大藏經》後，透過介面基本功能，可將北傳與南傳不同譯本的佛典同時對讀，有助使用者更進一步理解佛典內容，可謂是讓電子佛典邁入新時代。

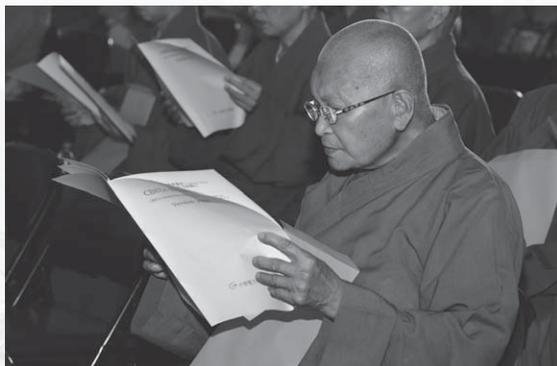


元亨寺方丈淨明法師則引「須彌藏芥子，芥子納須彌」為喻，讚歎電子佛典工具的開發，小小的一片，容納這麼龐大的藏經，開啓大眾研讀佛典的廣度與便捷。中華電子佛典協會將藏經數位化，讓更多人有機會能閱讀南傳大藏經。今天電子藏經能功德圓滿，令其公諸於世，流通發行，實在感恩CBETA的發心幫忙，再次感謝惠敏法師。

漢譯南傳大藏經編譯委員會總編輯吳老擇教授致詞時，有感當年《漢譯南傳大藏經》推動不易，如今能佛典電子化可將南北傳的譯本相互對照研讀，帶動更多的人方便閱讀經典，達到個人身心健康，社會安樂。非常樂見其成，因此一掃三十年來內心的鬱卒。

今天來參加中華電子佛典協會成果發表會的貴賓相當地踴躍，學界、教界齊聚一堂，讓偌大的殿堂座無虛席，一期一會，在這殊勝日子，四眾弟子端座於莊嚴的殿堂，耳濡目染世尊的法寶，與會大眾四、五百人無不聚精會神聆聽，唯恐錯失良機。

菩公上人雖已西行遠去，但他成就中國佛教百年盛事《漢譯南傳大藏經》，可謂是對漢傳佛教一大文化貢獻，相信遠在它方的菩公也一定是拈花微笑，樂見其成。在這歷史的一刻，與會的四眾弟子無不是滿心歡喜，何其所幸我們生在法寶豐盛的時代，人人皆能坐擁有一棟e化的圖書館，點即通，日日躬臨佛陀法寶的饗宴。☸



漢譯南傳大藏經 讀經 e 點就通

取自《人間福報》20140414

【本報高雄訊】高雄市元亨寺斥資一億元、耗時十一年完成的漢譯南傳大藏經，最近透過電子掃描，全套七十冊上傳「中華電子佛典協會」網站後，造福不少海外華人，只要點擊滑鼠，就可念佛經。

元亨寺會忍法師表示，藏經分為北傳大藏經及南傳大藏經，其中，北傳大藏經歸屬於大乘佛教，在西元一世紀，由佛教起源地印度向北流傳到中國、日本及南韓等國，早就被漢譯。

會忍法師說，而歸屬於小乘佛教的南傳大藏經，則由印度往南流傳，到東南亞緬甸、泰國、柬埔寨、寮國及中國大陸雲南等地，藏經字體為印度巴利文。

多年前，日本與南韓就已請專家學者將南傳大藏經翻譯為日文及韓文，而過世的元亨寺善妙法師，則於民國七十六年成立「漢譯大藏經編譯委員會」，邀請佛教經典研究員、日籍佛學專家水野弘元博士等人，進行翻譯印度「巴利文」南傳大藏經工作；歷時十一年、斥資一億元後，完成全套七十冊的編譯。

會忍法師說，元亨寺完成漢譯南傳大藏經的消息傳開後，寺方常接到住在馬來西



亞、新加坡、香港等地的華人電話，他們常請寺方人員寄送漢譯南傳大藏經到海外。

「藏經電子化好處多，元亨寺要走在時代潮流尖端！」會忍法師表示，漢譯南傳大藏經過掃描，上傳網路後，不僅能將佛教推展到全球，還能藉由電子化，減少樹木砍伐，「對環境保護盡一份心力。」爲了讓更多人知道藏經電子化的消息，元亨寺將於二十六日在寺內舉辦「漢譯南傳大藏經電子化」發表會，參與者可以獲贈一片漢譯藏經光碟，寺方也會提供午餐，邀大眾一起交流佛學。🕉

耗時十一年完成 漢譯南傳大藏經

取自《聯合報》1030414

【記者蘇郁涵／高雄報導】高雄元亨寺斥資一億、耗時十一年完成的漢譯南傳大藏經，最近透過電子掃描，上傳到「中華電子佛典協會」網站後，造福不少住在海外的華人，往後信奉佛教的民眾，只要滑鼠一點，就可念佛經、平靜心靈。



元亨寺會忍法師表示，藏經分爲北傳大藏經及南傳大藏經，其中，北傳大藏經歸屬大乘佛教，是在西元一世紀，由佛教起源地印度向北流傳到中國、日本及韓國等國家，早就被漢譯；而歸屬小乘佛教的南傳大藏經，則是由印度流傳到緬甸、泰國、柬埔寨、寮國等，藏經字體爲印度巴利文。

日本及韓國在多年前，就已請專家學者將南傳大藏經翻譯爲日文及韓文，而已過世的元亨寺苦妙法師，則在民國七十六年成立「漢譯大藏經編譯委員會」，請佛教經典研究員、日籍佛學專家水野弘元博士等人，進行翻譯印度「巴利文」南藏大藏經工作，在耗時十一年、斥資一億元後，完成全套七十冊的編譯。

會忍法師說，元亨寺完成漢譯南傳大藏經的消息傳開後，寺方常接到家住馬來西亞、新加坡、香港等地的華人電話，他們常請寺方人員寄送漢譯南傳大藏經到海外。

「藏經電子化好處多多，元亨寺要走在時代潮流的尖端！」會忍法師說，漢譯南傳大藏經過電子掃描上傳到網路後，元亨寺不僅能將佛教推展到全世界，還能藉由電子化、減少樹木砍伐，「對地球環境保護盡一分心力」。

本月二十六日元亨寺舉辦「漢譯南傳大藏經電子化」發表會，參加民眾可獲贈漢譯藏經光碟一片，寺方也會提供午餐，「邀大家一起交流佛學」。



元亨寺電子佛典 如行動圖書館

取自《人間福報》2014/04/28

【本報高雄訊】致力於漢文佛典全文數位化工程的高雄市元亨寺中華電子佛典協會（CBETA），十多年來，進行漢文佛典數位化工程，昨天發表新版Version 110114的階段成果，以光碟與上傳網路（<http://tripitaka.cbeta.org/>）的方式與大眾免費結緣。同時，也編製ePub電子書，讓數位行動裝置隨時應用，如同「移動式的佛教圖書館」。

繼Version 11011發表後，高雄市元亨寺昨天在大雄寶殿發表新版Version 110114，由方丈和尚淨明法師、法鼓佛教學院校長暨中華電子佛典協會主委惠敏法師、漢譯南傳大藏經編譯委員會主委吳老擇教授致詞，近四百位高雄地區法師、學者、信徒參與發表會，另有電子佛典實做課程，由CBETA團隊向約百位民眾介紹電子佛典閱藏介面的操作特色。

惠敏法師表示，隨著協會歷年的彙編與修正，電子佛典內容愈趨精確，尤其加入元亨寺版漢譯南傳大藏經後，透過介面基本功能，可將北傳與南傳不同譯本的佛典同時對讀，有助使用者進一步理解。



淨明法師則引「芥子納須彌」為喻，讚歎電子佛典工具的開發，開啓大眾研讀佛典的廣度與便捷。

十多年來，光碟總發行片數達十五萬片，已超越歷史上紙本經書的刊刻總數，全版上網，更造福全球無數使用大眾。Version 1.0—1.4 除前一版既有內容外，數量方面新增六十四部「國家圖書館善本佛典」、七十冊《漢譯南傳大藏經——元亨寺版》，並加入四百三十五部、一千七百八十九卷新式標點經文，以及二萬三千八百四十三筆用字修訂，完成含括一億九千萬字內容的新版漢文電子佛典。

參與發表會的信徒林紫雲說：「阿含經本取得不易，有電子佛典這項工具，以後讀四部阿含，就更全面、更方便。」在元亨寺研讀夜間佛學課程的張嘉珮，第一次接觸電子佛典，她立刻用手機下載epub，了解基本操作功能後，直呼電子佛典就像「移動式的佛教圖書館」。

※圖說：頁④—⑤

- ④ 中華佛典發表會報到人潮。
- ④⑦ 元亨寺大雄寶殿發表會現場，嘉賓雲集，人人神情專注。
- ④⑧ 中華電子佛典協會副主委—杜正民教授致詞。（右圖）
- ④⑨ 成功大學歷史研究所—陳玉女教授發言。（左圖）
- ④⑩ 左起：惠敏法師、淨明法師、吳老擇教授。（右圖）
- ④⑪ 淨明法師、惠敏法師合十感恩，《漢譯南傳大藏經》電子化的殊勝因緣。（左圖）
- ⑤① 下午場，電子佛典說明會，介紹如何操作電子光碟。

（歐新錄·陳靜芳·攝影—103.4.26）





波羅蜜園地

何故出家

◎釋生定

芸芸眾生因為過去生的因緣不同，在學佛道上也會產生不同的修行理念，而走出截然不同的生命。修行者不亦如是，有的為法、為食、為生死或是為往生西方而來，不管如何總是為一份理想而精進。諸多外道在舍衛國松林精舍出家，詣尊者阿那律所，共相問訊，問曰：「何故於沙門瞿曇法中出家？」阿那律答：「為修習故。」

出家都是自己發心而來，但是進入佛門後是否仍發心要修行，這是兩個問題。發心追求無上菩提而出家，已是相當不易，但要再發心好好修行，更是稀有難得。究竟阿那律是何所修習？即「修諸根、修諸力、修諸覺分、修諸念處」。從四念處開始，五根、五力、七覺支都是不斷的修習再修習。道理都知道，但也必須透過自己不斷的體悟，才能一毫一分破煩惱魔。如一次阿那律身遭病苦，難可安忍，病情有增無減。眾多比丘前來探望病況，且問為何生病而仍能如此安然自在？尊者阿那律言：「我身雖已遭此苦痛，且當安忍，正念、正知。將心安住在四念處上，如是大苦、正念、正知，即可安住。」

生老病死苦即使是佛陀也同樣無法躲過，當我們面臨四大不調，五蘊熾盛而導致生病之際，如何身苦心不苦？阿那律的修習是將心念放在四念處等正念上，觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我，從這四方面感受苦的來源為何？原本生病的苦，只是身體上的苦，為什麼連心也跟著苦，則須從這個「受」字觀察。受，即領納之意，將外境放入到心中，產生種種的苦樂感受。不是事物本身有明確的苦或樂，反而是當事者自己內心的感覺呈現。例如服用同一種藥，有的認為很苦，也有覺得很香，有的沒有任何感覺，慢慢地體悟到原來一切唯心所造。苦樂都是自己本身的問題，與外境沒有絕對的關係存在。又如我們也經常因別人的一句話而耿耿於懷，可能放個五年、十年也說不定。其實聲音也是無自性，沒有常住性，話一說完，隨著「音」的消失，「語」也就沒有。為什麼一句話可以放在心中這麼久，其實都是我們執著不放，才沒有讓它跑掉、忘記，否則昨天背的英文單字，為什麼今天已不記得。

出家所求為何？不斷觀察自己的念頭，同時也學習古今中外有修有證者的為法忘軀之精神，由法的了知，生起斷煩惱的智慧，如此不斷的修習方能離苦，明白理解何故出家之意義。🕸



語文之間

士與僧

◎如誠

士居四民之首，為讀書人代稱。中國人極愛此字，「士」者，是自許，也是讚語。

士字原型，有一文一武兩種說法。兵字，一人雙手或多人持一器；士字，則一人持大器。由此觀之，士在兵之上，不在兵之下。文雅說，係因成年禮之故；女及笄，男加冠。士字那一橫，用來象徵所加之冠。士者雖加冠但無冕，王則是加冠又加冕。士字頂上加一橫，即所加之冕，故稱王。

周朝以天子居首，封土建侯。諸侯爵位分五等，公侯伯子男，嫡嗣世襲。有爵位必有封地，公侯各地方百里；伯地方七十里；子男各五十里。不及五十里，謂之附庸。諸侯以爵位稱之，如齊桓公、宋襄公。後輔以君王之稱，並冠屬國，如秦王、楚王。王可再推分，其下稱卿大夫。卿之家臣，稱為士。次第分明，階級森嚴，不得踰越。這四大階級都是貴族，或謂統治階層。士人下接庶民，再細分是農夫、百工、末商。

士人忝居貴族之列，又無食邑可恃。要掌握士人的所學所知，須靠悟性與毅力。爵位、家產可世襲，但智慧、悟性則否。也因無冕，故士人自勉。雖無權位，但敢威武不能屈，衛道而生、護道而死，對世道人心影響極大。雖其無冕，但就精神層面來看，實可稱王。此雅號，今謂記者。不過，其亦有渾號「文化流氓」隨行。是正抑或邪，是上還是下，士可自擇矣！

春秋戰國，戰亂頻繁，貴族們原本世代相傳的土地，轉瞬入他人之手。如孔子先祖是宋國國君，後讓國改列宋國公卿。避殤公之難，奔魯，失卿位，成爲士。周天子失去鎮鼎之威後，諸侯因尊王或爭雄之謀，相互兼併，需要大量各類人才。才能異於常人者，即便沒落貴族，甚或出身貧寒，國君公卿都願意接納、招養。戰國四大公子，便以養士著稱。

出謀劃策者，策士；著書立說者，學士；陰陽曆算者，方士。襲此，後世有國士、名士、雅士、遊士、辯士、謀士、文士、博士、碩士、戰士、武士、勇士、壯士、衛士、俠士、修士、道士、術士、隱士。若被稱爲國士，那是極高讚譽。而士，總能爲知己者死。

儒家首先提出，爲「士」的標準。如《論語·子路》：「行己有恥，使於四方不

辱君命，可謂士矣。」《論語·泰伯》：「士不可以不弘毅，任重而道遠。」荀子則對士提出明確要求：「從道不從君。」這與後來佛家「依法不依人」，在概念上如出一轍。佛教次第、印度種姓階級，較之封建制度，中國人也很熟悉。

諸子百家，各於上古爭鋒。爾後，縱橫、農家不再獨立，陰陽、兵家、墨家、法家、名家、醫家，則成了專業技術。天人合一、己立立人，儒道思想，內化成士人靈魂，在他們困頓時，給予強大的精神支持。歷漢朝四百年不衰，故稱「大漢魂」。在中國人準備好了之後，佛教首度東來。

佛陀於曉星、菩提樹下，證得無上正等正覺後，因大梵天王勸請，便為眾生說法近五十年。法輪初轉於憍陳如等五人，三寶具足，有了僧團雛型。佛陀姨母波闍波提皈依後，首開女眾出家之先。比丘，即出家男眾；比丘尼，出家女眾；在家男眾，優婆塞；在家女眾，是優婆夷。四者，合稱四眾弟子。

《金剛經》一開始，即寫我佛著衣持鉢，於城中乞食。飯食訖，收衣鉢。洗足已，敷座而坐。所謂「三衣一鉢，日中一食，樹下一宿」，既無固定食物，也無一定住所。於經典出現的精舍，係王公重臣或大富長者興建，供養佛陀及諸大弟子臨時說法，渡化眾生之用。這般簡化衣食住，惟恐修行人著物，滋長貪瞋癡。

印度語以尼 (ni) 之音，代表女性，有尊貴之意。僧伽，Sangha，簡稱僧，意為僧團，即出家僧侶所組成團體。僧尼也成為今日對出家男女眾的俗稱。梵語鄢波馱耶 (Upadhyaya)，指的是剃度、傳戒師。後移為出家眾，對其傳戒、剃度者的尊稱。且皈依者，言必稱南無本師釋迦牟尼佛，佛法僧咸受敬重。這種尊師重道尚經典的思維，更是契合中國士人。

隨絲綢之路，佛教東傳中土。在漢代西域，佛教相當盛行。鄢波馱耶的尊稱，因西域音轉為和闐 (Khosha)。再轉漢譯，便成了和尚。《晉書·佛圖澄傳》，和尚二字屢見不鮮。石勒對佛圖澄「大和尚」的尊稱，今日仍得耳聞。

魏晉南北朝五百年，紛紛擾擾惡於定。頻繁不已的戰亂，讓中國人思索，除了天地之間，人與萬物，還有什麼？佛教談心論識，程度之深、道理之廣，無以倫比，也令中國人深深著迷。佛教向以小乘南傳、大乘北傳為說。而這北傳，還包括以心印心的禪宗。中土禪宗初祖，達摩於南朝梁武帝時，抵達中土。

佛教傳至中土，也帶來印度僧團的生活習慣。但因地域、民情不同，屢有擾民之嫌。中國以農立國，生活以勤勞節儉為要。而靠乞食，不事生產，甚至逃避稅役。假修行之名，想當人上人，自然造成不滿與反彈。隋唐時期，國家一統，政局穩定。原由西域高僧所譯之佛教經典，經五百年傳抄口述，加上時代變遷，儼然不能滿足中國

人。

爲了改變九品中正的流弊，隋文帝制定科舉，令各州派員應考秀才。煬帝設進士科，爲日後科舉之雛型。隋祚雖三十餘載，但數度舉行科考，取秀才、進士任官。唐承隋制，以科舉取士。則天女皇不愧天矯，首創以殿試覆核取士。而她待武將亦如文臣，以武科舉選將。原本中國就有尊儒的傳統，科舉令儒士地位，有了國家認證，前途還有保障，所謂學而優則仕也！

李唐王朝上推老子李耳爲始祖，道教奉祂爲三清之一的太清道德天尊，又稱太上老君。唐代享祚久長，文治斑斕，武功赫赫。名儒實法，原係權術。而道家因老子故，於李唐迭受推崇。佛教自然也亟思變革，求民心所向，帝心所往。

一代女皇武則天，原爲太宗才人。帝崩，武媚削髮至感業寺爲尼。高宗納之，生子後冊爲昭儀。在女皇執政期間，佛教大爲興盛。她寫下迄今爲人誦唸的《開經偈》：「無上甚深微妙法，百千萬劫難遭遇；我今見聞得受持，願解如來真實義。」神秀是禪之北宗，也是「時時勤拂拭」偈語的主人翁。慧安、神秀被延請入京供養，二師皆向朝廷推薦慧能。慧能上表辭疾，後帝敕師之故里（今廣東省雲浮市新興縣）建國恩寺。

爾後，禪宗能人輩出，以「馬祖創叢林，百丈立清規」的制度，對後世影響極大。藉此解決食、衣、住、教、傳等問題，團體生活極有戒律，不再以乞食、掛單，為擾民之源。而未顯達的士子，往往也寓居寺觀讀書待舉。憑藉著農禪合一的叢林制度，維繫了佛學教育及法脈傳承，不依不靠、不伎不求。

道教認為，護衛百姓者，即登籍錄。為黎民魂飛魄散者，無論何道眾生，百姓不忘，留一炷香火奉祀。儒家則認為，聖賢非不能也，有為者亦若是。三世十方皆有佛，眾生皈依三寶，經無量劫修行，一經開悟，便是福慧兩足尊，證得無上菩提。

居士原指隱居不仕之士。佛教興起，因《維摩詰經》主角故，此語被沿用，指居家學佛者。唐宋以來，文人習佛談禪者多，自號某居士。如李白號青蓮居士、白居易號香山居士、歐陽修號六一居士、蘇軾號東坡居士、李清照號易安居士、辛棄疾號稼軒居士等。清雍正帝，號破塵居士。因康熙曾御賜「圓明」二字予雍親王，意謂「圓而入神，明而普照」，故雍正帝又號圓明居士。

親民愛物，任重道遠，死而後已。六度萬行菩薩道，如來家業千萬擔。繫念眾生，士與僧、聖賢與佛菩薩，無有分別。☸



花樹菩提

蜀葵花

◎黃瑩

最初驚艷於蜀葵花應是去年的事了。在一處頗為氣派人家的庭院裡，廿幾來盆種著莖幹高大、五彩斑斕的各色蜀葵，粉紅、桃紅、白色，甚至是接近黑色的深紫色，一朵朵豪氣恣意地怒放著，顯著陽剛盛大之氣。打破了對一般花朵的柔弱嬌憐印象；只覺得眼前一片燦爛眩目、繁華喧鬧，也難怪偏愛蜀葵的唐朝詩人陳標，有詩曰：「眼前無奈蜀葵何，淺紫深紅數百棵。能共牡丹爭幾許，得人嫌處只緣多。」



朝時出版的《草芳譜》中部說它：「色有深紅、淺紅、紫白、墨紫、深淺桃紅、茄子藍等色，形有千瓣、五心、重台、重葉、單葉、剪絨、鋸口、細瓣、圓瓣、重瓣數種。」可見蜀葵花開時之繽紛。

《西墅雜記》記載，明朝成化年間，有日本使者到中國，見欄前有花高約丈許，

詢問得知名為蜀葵，遂題詩云：「花如木槿花相似，葉比芙蓉葉一般。五尺欄杆遮不盡，尚留一半與人看。」正因五尺欄杆遮不盡，所以蜀葵有一丈紅之別名。蜀葵植株挺秀，綠葉節節高，錦花向陽開，勝似牡丹又賽過木槿。

清人林占梅：「綠葉扶，襯曉霞，紅妝搖曳映輕紗。高牆九尺遮難住，留戀遊人是此花。淺紅開，又深紅，設色何如造化工。弱植何曾無勁節，風烘日炙尚凌空。」透過古人的詩詞描繪，不難體會出蜀葵植株的高大和花色深淺的變化。

宋朝詩人楊巽齋《一丈紅》，也以蜀葵向陽特性自況：「紅白青黃弄淺深，荊分幢列自成陰。但疑承露驚殊色，誰識傾陽無二心。」清代呂兆麒也有讚蜀葵詩：「昔向燕台見，今在蜀道逢；薰風一相引，艷色幾回濃。翠幹抽筠直，朱華剪彩重；傾陽曾有願，莫認木芙蓉。」明代詩人蔣忠寫的「墨葵」詩中有「密葉護繁英，花開夏已深，莫言顏色異，還是向陽心。」可見葵花尚以忠貞氣節為其標舉象徵。



今年初春，也同樣見到蜀葵盛開，如雲似錦，只是當時形色匆匆，無暇細賞；再度前往時，已花落子成了；未免惆悵。只因時節因緣不同，一樣賞葵兩樣情。如以賞花的角度，不見其花固是失落，如以果結而賞，自是充滿生命之喜悅。一切法音但隨著時節因緣而變化。禪宗祖師問的如何是祖師西來意，而應庭前柏樹子。要看的是柏樹子、要參的是柏樹子；那麼去看蜀葵，朝看暮看，昨看今看，是否也會得解祖師西來意呢？

古書上說：「五月繁花，莫過於此。」韓琦的詩：「炎天花盡歇，錦繡獨成林」說的是蜀葵在端午獨開的盛況。因花色的繁多所以又名「端午錦」或「龍船花」。蜀葵原產於中國大陸，相傳最早栽培於四川，四川簡稱爲「蜀」，這種植物因此得到「蜀葵」之名，又名「蜀季花」。



然而在南台灣，也許也因地球暖化之故，未到端午，早已落花凋零，枝折莖斜了。「把握當下」講得容易。在當下有當下的不得已，有花堪折直須折，莫等無花空折枝，那原は無可奈何之事。所以講因緣際會，所以講隨緣盡分、盡分隨緣；萬法莫不如此，應無所住而生其心。

那日不見繁花，我採了些種子把玩，扁圓球狀的果實內，包裹著圓扁扁的種子，小巧可愛似車輪般的造型，自有它生長繁殖的機制。心想著來年種在哪裡呢？好讓大家能共賞蜀葵之美。最好是一邊欣賞古詩詞、一邊賞花，或者辦一場像賞櫻、蘭亭之類的盛會，不賞牡丹，卻平凡地享受著自由奔放的氛圍。然而這是否也是差別看待呢？佛法裡講求的無等差別、一切平等，牡丹也罷！蜀葵也罷，其實都是凡人的心罷了！所以即使在花語錄裡，蜀葵代表「單純」和「平安」。白和淡色的花朵更象徵「純心」和「真誠的愛」。莫問這些是否真實相應；我們都讓它真純的花朵，帶來寧靜清涼；同時也莫忘更有其他芳華可賞，我的陽台上紫色的金露花正招搖著初夏風情；今年的非洲茉莉也已悄悄上場了，陣陣清香正要陪著我度過夏天呢！

也是旅行

風景之外

◎朱慧娟

一個旅行社，拿到公司員工旅遊大案，我排在第八批。帶團導遊連續進出七趟，皮了，請一位在地導遊幫他做工作。那是一個共產國家，才資本化二十年，住頂級景觀套房，吃精緻套餐，這是在地導遊會安排的工作。



一天來到國家歷史館，大家魚貫進入，放眼一支非常高大、裝飾華麗的木柱。態度積極的旅遊達人緊握紙筆，催促在地導遊說明它的功用。什麼時候、什麼地點、怎麼用？但在地導遊只有支支吾吾，催促我們移動腳步往下走。

到了木雕區、禮俗區、魚船、房屋模型展場，問題一個一個丟出來，不知道帶團導遊來七次了，會不會先找資訊準備，以滿足後面幾梯次的團員問同樣問題。但是他

妙林園地



只做壁上觀，丟給在地導遊自己應付，這個方才二十歲的在地導遊只得承認，他也是第一次進國家歷史館。

當然出色、能幹的導遊也不乏其人，把旅遊特色拿捏得恰到好處的旅行社也大有人在。



護照放王先生隨身袋中，我們一直被提醒要小心扒手。二天前他回旅館，抽出護照看一下，確定還在，心安了，也許，接著哪件事分神，竟忘了收回去，落在房間某處。接著我們又車行半個臺灣遠距，無拾獲消息，沒有護照過不了海關。

最後一天行程，第一站送我們到教堂為聚點的城區，導遊帶王先生、王太太去申請補發護照；其他人自由行動，年輕團員瘋採購、逛櫥窗，和流行接軌。年紀大些的團員拍拍照、認識建築和古蹟、感受當地人生活訊息，三小時後集合。

中餐完畢，參觀白水先生設計的公寓，和西班牙瓜第建築一樣沒有直線卻創意無限，屋頂竟大樹成蔭，他是國家新藝術代表人物。

第三站我們隨自在參觀宮殿格局改造的博物館，館後的精緻花園，令人嘖嘖稱奇，讚不絕口。王先生、王太太二度出發去領照。宮殿旁一家免稅商店，店員很熱心，會說國語，由她傳遞導遊三人的工作進度。

四點全員到齊，到停產礦區，坐船遊地下湖，乾淨透明的湖水圈住十數個脈洞，只一艘船悠遊，像仙風道骨隱身練功之所。

整天下來，導遊先生是蜻蜓點水，一心二用，如千手觀音，忙得很漂亮。



世界知名景點，大都在荒郊僻野，是躲過人為破壞，倖存的人類自然遺產。拉車是旅行重要戲碼，因為時差，睡不著。團隊導遊是小姐，侃侃而談，說的是下一個景點的地理、歷史和政治、爭戰，非教科書的僵硬，是帶有人情味的風趣傳說。

她的獨白，讓我第二天決定準備一套筆記帶上車，這一次要帶我們參觀博物館，建築場域的沿革、設計理念、意見討論、協調定案，我竟然聽得懂。

聚精會神再聽藝術品的創作、發現、收集、保存、交流，以及藝術家、收藏家的小故事，洋洋灑灑，翻頁再記下去。直到她的語調輕柔，才環視車內有人睡了、有人分心看窗外，和我一樣追逐她的話題，撿拾豐富知識，也在做筆記的有五人，為我們五人她正好足足說了二小時。

而且每次長車程，她就為下一個目的地準備天南地北、勾著邊的小說、事典，分享我們。有些說法，我也在家看過，她是嚴謹的篩選，輕鬆的表達，切題有考據，事先做了很多功課。



不只如此，五天五個各具專業知識的在地導遊帶領，背著無線對講機，操著流暢國語，提醒我們看那裡、聽這裡，怕哪裡漏了，可惜！



其實，這一團常吃中式桌餐，或簡單西式自助餐，睡的是救國團式旅舍，偶而安排一次風味餐，還要團員繳餐費。我們的團費折了又折，很便宜。除了看進眼裡，還有聽進心裡的額外旅行收穫，吃得飽、睡得著，還多要求什麼呢？

面向陽光

陰影永遠在後方

◎葉麗華·晚晴協會理事長

轉載：高雄市府晚晴婦女協會會刊·第六十九期

每天我們都看著太陽升起，也看著太陽落下。不管妳是否樂意，都無法拒絕，更不得抗拒。



有人說婚姻像股市，當你一旦步入婚姻，就如同股民新入股一樣，要去面對大盤後市的走勢，更要去面對一團眼花撩亂的個股，時刻反問自己，妳是否有選花了眼？押錯了股？你到底買的是潛在績優股？還是不幸選到牛皮股？

也就是說，一旦妳決定結婚成家，在這充滿甜蜜與信念的氛圍下，往往是滿懷信心，自我認定自己的選擇必然是當下最佳的選擇，會是白首偕老，幸福美滿。所以在婚禮中「我願意」的誓言是那麼鏗鏘有力，做夢也不會設想彼此在時間及空間的物換星移下，會有劈腿、背叛，甚至施暴、遺棄、分居、離婚等不堪的結局變化。因此不管男女遭受到這等狀況，充滿內心的就由驚訝，不可置信，到不甘心，演變到最後讓

妙林園地



自己掉落到「恨的深淵」而無法自拔。但是又夾雜著一份「捨不得」的情感，更造就了「痛苦」的心靈負荷，在歷經如此不堪的轉折，任誰也都會驚慌失措而章法大亂，感覺好像掉入森羅地獄般，見不著陽光，看不到希望，人生已無未來可言。

當妳美麗的人生規劃被無情打亂，因而面對著這被潑了墨的畫布，當然會無奈不甘，因著恨有些人選擇自責、原諒、默默承受，捲縮自己痛苦的為孩子（藉口？），為名聲（面子？），為不傷長輩的心（孝心？），而使自己獨自被黑暗角落吞噬，從此面對的人生只有挫折與不堪，看不到方向，自然會陷入絕望的人生了！



但是，日子還是要過，就像股票一樣，如果妳很幸運的買到一支潛力股，卻為它短時間的業績下滑而拋售，妳將會捶胸頓足的後悔，垃圾股當然要愈早拋售愈好，免得損失慘重，而績優股才適合長期持有。道理人人皆懂，能做到的有幾人呢？從股市的提醒「股市有風險，須謹慎而入，而且重要的是風險自負」。婚姻何嘗不是如此？一旦結婚成家，誰能保證自己所挑中的人是妳所選的績優股？如果不是，就要理性思考，謹慎分析讓長痛變成短痛（及早拋售？），還是等待轉機（讓時間給迷途的羔羊回頭的機會？），等待轉機的先決條件是甚麼？停損點在哪？這些都是要清楚釐清與面對的。因此，當妳面臨這樣的兩難抉擇，就必須學習以自己最小損失的原則來下決定，勇敢面對，親友各種建議都是出於善意，都要抱持誠懇的感恩，但是可以參考，不

要照單全收，畢竟事主是妳，承受後果利害關係的只有妳。所以，必須由妳仔細判定再做抉擇，過程必是煎熬的，因此就必須先學會自我冷靜，才能清晰理性的下決定，進行可能的規劃，這時候妳就會回到陽光下，看清自己，調整好腳步，如此就必能重現自信的妳，妳也驚覺，這個痛苦的歷程是妳脫胎換骨的機緣，說不定還是妳人生的貴人呢！



所以換個心態，感激讓妳受苦的人，激發妳的潛能，讓妳從溫室中走出，享受面對陽光的生命意義。若此，妳將更欣喜的發現，原來面對陽光，陰影永遠在後方，多麼美好！



也談環保

長頸鹿大烟囪

◎陳慧

山上遮雨棚已經用了十幾年，日曬雨淋，破洞不少，到處漏水，沒辦法，只好請鐵工師傅重做新的。沒想到用了多年的遮雨棚一一拆除，書房光亮如白晝，真把我嚇了一跳，可見汙染有多嚴重！



自從長頸鹿大烟囪開始運轉，日夜不停的冒煙之後，原本乳白色的遮雨棚漸漸變成暗黑色，落在陽台的雨水，從乾淨變污黑。新工業區不斷的成立，污水排放之處理問題；汽車廢氣排放、垃圾焚化等等，造成空氣汙染嚴重、環境破壞等現代文明社會後遺症，難怪台灣人的肺不黑也難。各種肺部疾病、心血管疾病，癌症患者等日益增多。

更糟糕的是，一遇上沙塵暴，
很多人不是喉嚨不舒服、咳嗽，
就是鼻子、皮膚過敏，
各種毛病百出。
現在很多國家，
已經不再使用焚化爐燒垃圾。



鄰國日本，
三十多年前就積極推動
「垃圾分類」、「資源回收」政策，
以「減少垃圾」為前提。

近年來，
台北市、新北市、各縣市政府急起直追，
在「資源回收」、「垃圾分類」上做得不錯，
值得鼓勵、肯定。

我在日本留學時已經習慣「垃圾分類」，
日本人在這方面做得非常徹底；
加以愛好清潔、整齊之習慣，
讓很多觀光客一踏上東瀛，
就喜歡上這個國家。
因為環境衛生、安全舒適，
可以住得安心，玩得暢快。



日本的超商、大賣場、百貨公司等，
所有的購物袋、塑膠袋，
都是可以「生物可分解」的；
使用過不用的袋子，可以直接拿來裝垃圾，
不必另外花錢再去買什麼「垃圾袋」，



方便之至！



別人做得到，

相信台灣的科技水準一定也可以辦到。

只要是好的，便民之德政，

都值得我們學習。

基於對土地的愛護，

大自然環境的保護，

「生物可分解」購物袋等之普及，

實在刻不容緩！



很多人都有這樣的經驗：

「垃圾」一經「分類」，垃圾變黃金！

剩下來真正需要處理的垃圾已經不多。

「資源回收」大家搶著做，

對很多公益團體、弱勢族群而言，

亦不無小補，何樂而不為！



留日期間，

有一年，菖蒲花開時節，

我陪同台灣來的訪客，

去明治神宮參觀、賞花。

明治神宮是紀念明治天皇之所在，

匯集了全日本的奇花異卉、稀有植物，

自然生態非常豐富的美麗大庭園、大花園。



在明治神宮有很多造型典雅的「護美箱」，

不懂日本語、不仔細看，

你還不知道是做什麼用的。

「護美箱，什麼東東？」

外來遊客常常丈二金剛摸不著頭腦。

「就是垃圾箱嘛！」

「既然是放垃圾的箱子，

爲什麼不叫『垃圾箱』？」

「把垃圾放在裡面、不亂丟垃圾，

環境變乾淨了，

保『護』環境，讓環境『美』美的。

用漢字『護美』，

意思好又符合日本語ゴミ（垃圾）發音，

真是巧思啊！」



以上說明，你還滿意吧！

保護環境，人人有責，大家一起來努力。

順便告訴你，

日本人對垃圾的處理態度。

「出去『放垃圾』」，

「把垃圾『放』在指定的時間、地點」。

「規定時間未到，

絕不可以任意『拿垃圾』出去，

否則馬上會被檢舉的喔！

更不可以亂『丟垃圾』，後果會很慘！」



以前新加坡的捷運，

曾爲了車門被乘客的口香糖黏住而打不開，

政府只好下令禁止吃泡泡糖。

台灣的荒郊野外，

常看到一包包亂丟的垃圾，

這都不是先進國家國民應有的行爲。

養成良好的生活習慣真的很重要，

家庭教育、學校教育在這方面的影響

不可謂不大。👉

遠離口腔癌 談檳榔防治

健康有約



◎大同醫院家醫科/
蔡惠如醫師

依據衛生署公告民國100年國人十大癌症死因，口腔癌已躍升為第五位，為近年來死亡率成長速度最快，且死亡年齡有年輕化的傾向。造成口腔癌發生率越來越高的主要原因就是菸與檳榔的使用。

世界衛生組織指出，每年全球有500萬人死於吸菸相關疾病，平均每6秒就有一人因菸害死亡。在台灣，每年有超過18,000人死於吸菸相關疾病，相當於每20分鐘就有一位國人因菸害而失去寶貴生命！依「2010年成人吸菸行為調查」顯示，台灣成人吸菸率為19.8%，其中男性35.0%，女性4.1%，男性與女性之吸菸率比例約為9：1，女性吸菸人口遠低於男性，然而，女性卻經常是二手菸的受害者。香菸含有4000多種化學物質，其中已知致癌物超過60種，大部分致癌物是燃燒後產生，吸菸會增加肺部疾病、心血管疾病、腦血管疾病、糖尿病及胰島素抗性、胃潰瘍、食道逆流、白內障、牙周病及癌症等等罹患機率，對於身體健康有極大的危害，而長期暴露在二手菸害的環境下，得到癌症的機率會比一般民眾高出30%。因此，吸菸與二手菸可謂民眾健康的頭號殺手。

健康有約



長期嚼食檳榔會導致牙齒變黑、動搖、磨損及牙齦退縮，而形成牙周病，國際癌症研究中心已於2003年公告「檳榔籽屬第一類致癌物」的結論，證實即使嚼不含任何添加物的檳榔籽也會致癌，會導致人類口腔癌、咽癌、喉癌和食道癌。若嚼檳榔同時合併吸菸，則有加乘的致癌效果！近年來的研究也發現嚼食檳榔與許多慢性疾病有關，例如心血管疾病、糖尿病、慢性腎病、代謝症候群等等。由此可知檳榔對身體的傷害已超乎我們所知。

口腔癌的可怕在於影響層面大，治療過程複雜，大部分的口腔癌都遲至中期或末期症狀出現才尋求醫治，因此最根本的辦法就是預防勝於治療，而杜絕菸與檳榔的使用才是預防癌症及其他慢性疾病最有效的方法。衛生署今年3月推出二代戒菸服務，不只補助門診、住院及急診的診察費及衛教費，就醫病人每次最多只需200元的部分負擔，低收入戶、山地原住民暨離島地區則全免。另接受戒菸服務者，如使用戒菸貼片，已納為菸品健康福利捐之補助，讓想戒菸的朋友能夠減輕經濟負擔並能成功戒菸。戒除檳榔最重要的是自己的決心，我們要意志堅定的告訴自己：我決定不嚼檳榔，我一定要戒除惡習，而目前並沒有任何藥物可以安全的幫助戒除檳榔。Ⓐ

※轉載自：高雄醫學大學附設中和紀念醫院《社區健康報》NO.10(2012年09月01日出刊)

《妙林》第26卷2月號【收支表】(103/2/1~3/31)

收 入：

1. 上期結轉	NT\$ 52,155.00	
2. 元亨寺入款	200,000.00	
3. 助印善款	23,580.00	NT\$275,735.00

費 用：

1. 稿 費	NT\$ 21,500.00	
2. 印 刷 費 (25卷2月號)	68,400.00	
3. 印 刷 費 (25卷合訂本)	9,480.00	
4. 印 刷 費 (信封)	76,030.00	
5. 電 郵 費	34,621.00	
6. 雜 支	500.00	NT\$210,531.00

結轉下期 NT\$ 65,204.00

本期發行 3,600冊

教
息
會
報



【103/2/1~3/31 助印功德名錄】

願以此功德 消除宿現業
增長諸福慧 圓成勝善根
風雨常調順 人民悉康寧
法界諸含識 同證無上道

◎劃撥帳號：4 1 8 8 1 5 0 8

戶 名：劉英治（釋淨明）

現金助印：1000元：釋寬慧。3000元：黃文英。2000元：劉仙福(冥福)。1000元：陳阿懇。

1000元：三寶弟子。2000元：余蓮珍。1000元：顏德明。1500元：賴元生。(計12,500元)

稿費助印：3700元：釋會忍。1800元：釋顯慧。2000元：葉怡君。600元：陳海晏。(計8,100元)

劃撥編號560：3000元：台中佛教會館(計3,000元)

合計：現金12,500+稿費8,100+劃撥3,000-手續費20元=23,580元

※承接封底裡。

【註釋】

③〇五山之名源於天竺，但始制於中國，由禮部侍郎史彌遠奏請南宋寧宗（一一九四—一二二四年）而制定禪院的等級。而日本臨濟宗之五山是仿倣中國禪院之制度，於鎌倉末期置有五山之名。之後，各時期皆有變遷，直至後小松天皇（一二八二—一四二二年）至德三年（一三八六年）的室町幕府將軍足利義滿改革五山制度，並固定京都五山（天龍寺、相國寺、建仁寺、東福寺、萬壽寺和鎌倉五山（建長寺、圓覺寺、壽福寺、淨智寺、淨妙寺）的格式到現在，且將南禪寺定為「五山之上」的禪林最高榮譽。

③⑧釋慈怡主編，一九八八，崇傳，《佛光大辭典》第二冊，頁四五一六，佛光出版社。

③⑨京都三大門即南禪寺的三門、知恩院的三門及東本願寺的御影堂門。

④〇摘錄南禪之簡介手冊，二〇一二年。

④①秋里籬島，一七九九，《都林泉名勝圖會》第四冊，頁四〇五，<http://digital.staatsbibliothek-berlin.de/werkansicht/?PPN=PPN3343669016>。

【圖說】

⑤⑨ 大本山南禪寺全景。

⑥〇 南禪寺的三門。

⑥① 佐久間勝之奉納的大燈籠。

⑥② 虎子渡之庭。

⑥③ 《都林泉名勝圖會》繪有虎脚

兩子渡河圖，圖中只是敘述二子，而不是傳說中的三虎子。

⑥④ 南禪寺竹籬笆。

⑥⑤ 老虎喝水。

⑥⑥ 一群宮嬪在花園玩耍。

⑥⑦ 南禪寺水道橋。

⑥⑧ 蓬萊神仙枯山水花園。

⑥⑨ 華嚴庭。

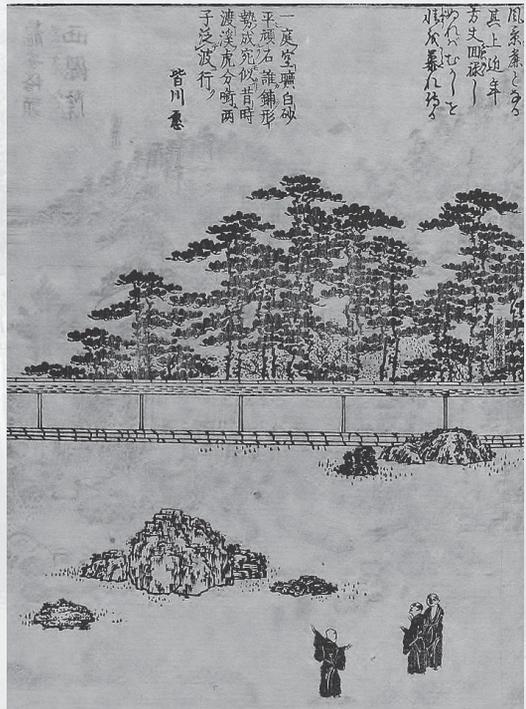
⑦〇 心字形的庭園。



圖說 ⑤⑨



圖說 ⑥①



圖說 ⑥⑧



圖說 49



五山之上——南禪寺

何以南禪寺是京都五山之上³⁷，其一是天皇創立而成為日本第一座詔敕禪寺；其二是受到歷代朝廷的豪門家族庇護，終因室町幕府將軍足利義滿改革五山制度和區分京都五山和鎌倉五山，最後推尊南禪寺為五山之上的禪林最高榮譽。話說在鎌倉時期的文永元年（一二六四年）龜山天皇在欣賞京都的風景之後，於此建造這所離宮。龜山天皇在正應二年（一二八九）年歸依禪宗，於離宮現僧相，人稱法皇。二年後，捨離宮改為禪寺，並延請大明國師無關普門為開山祖。然而應仁之亂大部分的建築物都化為烏有，後經史家稱之為「黑衣宰相」的金地院崇傳（二五六九—一六三三年）復興重建³⁸，現存建築物是由五代將軍德川綱吉之母阿玉之方（桂昌院）布施而建（見圖⁴⁹）。

南禪寺除了在所有日本禪寺中享有特別待遇和崇高地位外，更是五山文學的中心，歷代住持更是由當時最傑出的禪僧擔任。無論任何季節參訪南禪寺都可欣賞到春天的櫻花、初夏的水仙花和夏天的綠意盎然，南禪寺也有許多歷史價值的文化景點，如三(山)門、大小方丈、水路閣和庭園。





三門

南禪寺的三門是一座兩層的禪宗三門之建築，又稱天下龍門，亦是有名的京都三大門³⁹，高約二十二米，其屋頂是入母屋，使用本瓦覆蓋整座屋頂，呈現簡樸淡雅之建築（見圖⁶⁰）。三門左右兩側各置一座妻切形屋頂的建築物，內有上下樓梯及扶檻，可通往第二層的五鳳樓。殿中供奉載有寶冠的釋迦牟尼佛坐像，其左右●侍是月蓋長者和善財童子，殿中亦有十六羅漢、德川家康、藤堂高虎及其宗室功臣牌位。三門前的石頭燈籠更以日本第一大石燈聞名，是佐久間勝之所供奉的，高六公尺⁴⁰（見圖⁶¹）。



大小方丈

在一六一一年，將後陽成天皇舊皇宮裏的清涼殿遷移至此，而成爲現今大方丈，最初建於天正年間（一五七三—一五九三年）。大方丈南邊禪院式枯山水庭園裏大小、形狀不一的石頭，以耙子將白沙耙出彎曲如波浪狀，似海之水波紋，和各異的高矮樹木、石組、青苔作出老虎渡子過河爲主題的庭園，此稱「虎子渡之庭」（見圖⁶²），此典故源於《都林泉名勝圖會》卷四的「昔時渡溪，虎分啣兩子泛波行」（見圖⁶³）之故事⁴¹。據說虎媽媽生下了三隻虎子，其中有一隻比較兇惡，在此稱牠爲惡虎，當虎媽媽面對渡溪時，牠要如何帶三隻虎子平安無事



圖說⁶⁰



圖說⁶¹



圖說66



圖說65

渡溪？因為，虎媽媽擔心的是惡虎有可能會趁著虎媽媽背著另一隻小老虎渡溪時，吃掉另一隻小老虎，讓我們來看虎媽媽如何做到不損一子。愛子心切聰明的虎媽媽，首先將惡虎背到對岸，再回去背A虎子，等到A虎子背過溪之後，再把惡虎背回原岸去，再將B虎子背到對岸，最後，再回原岸將惡虎背過對岸來，如此，三隻小虎平安地渡河。此故事是以母虎渡子過河為譬喻，母虎是譬喻佛法，渡河是譬喻從輪曝生死到解脫成佛的過程，輪曝生死譬喻此岸，解脫成佛乃稱彼岸，然而，此大河茫茫，虎子非有母虎不得渡。

北邊的茶室是不識庵，昭和二十九年開基龜山法皇的六百五十年御冥忌之際，是茶道宗偏流八世宗有所捐贈的。「不識」源於梁武帝問達摩時之對答：

「梁武」帝云：對朕者誰？

「達」磨云：不識^④。

換言之，當年梁武帝問達摩，既然得道的人無境界，那麼對著我面，你是誰呢？達摩祖師說：「不識」，即不知道之意！我也不曉得我是誰、你是誰。所以禪宗祖師的對話中，常常是無法用語言來說明，或說清楚的。也只有認識清楚自己的真面目，唯有離開自己窮究自心，才能看清楚自己本來的真面目，實為名副其實窮究不識的道場。還有，圍著露地的竹垣叫作「南禪寺垣」，即是竹籬笆（見圖⁶⁴）。

同樣位於清涼殿後方的小方丈，亦是伏見城的書院遷移至此。大小方丈保存有一三二張狩野派的日式屏風畫，皆由日本名畫家狩野派的狩野元信、永德和探幽所畫，無論是花鳥畫或是人物畫，都是重要的文化遺產，尤其小方丈的隔扇門畫，是狩野探幽的經典作品「喝水的老虎」廣爲人知（見圖65），還有一幅狩野派的「宮嬪圖」（見圖66）。



水路閣

水路閣是南禪寺另一個建物的觀光景點，其實它是一座水道橋，將橫穿南禪寺內的排水道，以一座水道橋，將琵琶湖的湖水送往京都，是在田邊朔朗（一八六一—一九四四年）指導監督下，於明治二十年（一八八八）完成。水路閣以紅磚砌成的歐式水道橋，其上面設有步道，是春天賞櫻、秋天賞楓的路線（見圖67）。

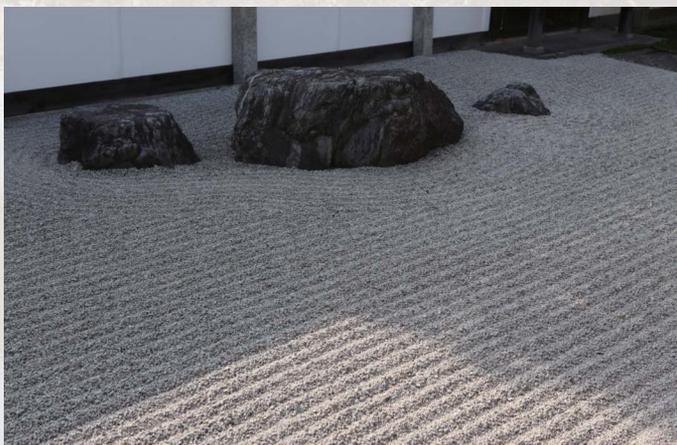


庭園

南禪寺除了枯山水庭園—虎子渡河以外，還有蓬萊神仙庭，在渤海中傳說有三座神仙山，蓬萊是其中之一，亦是神仙所居住之靈山，更是秦始皇、漢武帝以來求神仙和訪長生不老之藥的地方。南禪寺的環境自古以來，即被認爲是神仙佳境，此庭亦是眺望仙人所住之處，可讓俗人



圖說65



圖說66



圖說 69



圖說 70

忘卻心中的迷惑，達到無煩惱的禪境（見圖 68）。華嚴庭是取《華嚴經》中的「華嚴」二字作為花園之名，含有譬喻之意，其意即是「花的裝飾」，其正確經名為《大方廣佛華嚴經》，華嚴思想所說的「共鳴宇宙之心」，此為世間事與事之間，存在著一種共振或共鳴的關連性。換言之，事與事之間與整個宇宙間、法界裏，達到一種相應、共鳴的狀態（見圖 69）。還有龍吟庭的涵龍池、還源庭和小方丈的庭園，小方丈庭園正如其名——如心庭，於庭中置有心字形的庭石（見圖 70），是當時南禪寺管長柴山金慶老師親自指導以「表現心」的禪式枯山水景物，似解脫之心。

盛暑走訪京都寺院，今天最後一站是南禪寺，出山門，已是夕陽西下，天色漸暗，遊客稀疏，大夥雖已身軀勞累，但金閣寺的金光燦爛，耀眼奪目，銀閣寺的綠蔭環繞，古樸禪境；還有金、銀閣寺的池泉迴游式庭園和永觀堂及南禪寺的枯山水庭園，盡收眼底，身歷體會，收穫甚多，此時已忘了那疲憊之身影。（待續）



元亨佛學推廣教育學院開學典禮



元亨推廣教育招生中