

中華寶筏季刊

Precious Raft Quarterly

中華民國 76 年 9 月 10 日創刊
中華民國 103 年 4 月 10 日出刊

發行所：中華佛教居士會
發行人：陳聲漢
社長：鄭振煌
總編輯：鄭振煌
主編：李倫慧
編輯：中華寶筏雜誌編輯委員會
攝影：吳文成、昌國燕、李倫達、
江宏昌、許世穎
社址：台北市大安區羅斯福路三段281號12樓
郵撥帳號：00153196
戶名：中華佛教居士會
電話：(02)2362-0223
(02)2364-1948
傳真：(02)2362-8824
網址：<http://www.laybuddhists.org>
e-mail：laybatw@gmail.com

承印：博創印藝文化事業有限公司
電話：(02)8221-5966
出版登記：行政院新聞局出版事業登記局版台
誌第 2362 號
郵政登記：中華郵政台北雜字第 1308 號執照
ISSN：2227-7730
封面：
許世穎攝影作品「千佛護佑 百萬點燈」
封底：
中華佛教居士會「2014 生命關懷講座—
賈伯斯的佛教人生」海報

編輯室報告

修行的目標，在於解脫心意識的束縛。六祖惠能大師的智慧，能令行者於日用平常中，悠遊諸法實相，無念、無相、無住。一切身語意不離菩提自性，直了成佛。

本期繼續探究〈看話禪〉的理論基礎——心性法門；明白心性，才能理解看話禪的修行方式。疑情是最重要的原則，用疑問句或一個字「誰」，將念頭打住，運用純熟，妄想止息，清淨心自然顯現。詳細分析參禪法門，帶領大眾一步步瞭解六祖無上大乘禪。

〈般若實相與空性真理〉，實相就在當下，並不是離開當下而有另一個實相存在，從實相、觀照和文字般若契入真理，並以西方受限的邏輯推演，更能理解不落二邊亦不中的空性見。

〈金剛經應對雲端科技時代淺談〉，雲端科技已成為現代人生活必備，將科技與空性連結，佛教的積極性——隨緣不變，更能在這虛擬的時代，注入新的觀念，順應時代的變遷，處之泰然。

〈慈悲的菩薩像〉，介紹中國著名的菩薩，輔以古典幽雅的絹畫、壁畫、石刻等，美輪美奐，油然而起恭敬安詳之心。

〈念誦諸法暨衍生問題改善之概說〉，念佛、持咒、誦經等諸法於念誦時，或產生身心諸病，作者以其自修心得，願能幫助解除不適之感，精進修持，以報佛恩。

〈生命真好 雙贏你的人生〉，今生是為來生作準備，不需要很大的壓力，就可輕鬆達到目標。從現在開始，改變心念，不隨境轉，反而是由心來轉境，每天進步一分，相信你我都能完成。

中華佛教居士會
LAY BUDDHISTS' ASSOCIATION
OF TAIWAN



目錄 Contents 第 59 期

編輯室報告..... 01

寶篇

- 看話禪（三） 鄭振煌 04
- 般若實相與空性真理 蔡俊裕..... 14
- 《金剛經》應對雲端科技時代 何鵬濤..... 22
- 慈悲的菩薩像 吳文成 26
- Used vs. Loved 被用 vs. 被愛 鄭振煌譯 32

花篇

- 念誦諸法暨衍生問題改善之概說（一） 圓光 35
- 對於現代佛教的淺見（一） 鄭秋雄 43
- 生命真好 雙贏你的人生 高啟達..... 46
- 甲午馬年談趣 黃書璋..... 57
- 璀璨的燈會 南投縣佛教會 63
- 法音傳播 66
- 喜覺廣訊 72
- 徵信錄..... 86



寶笈



看話禪（三）

鄭振煌

四、諸法實相於日用平常中

中國禪宗強調，在日用平常中體會「自性」，在語默動靜，人與人之間互動，或者像趙州「八十猶行腳」，從動態中體會，從大自然裡得到智慧，這是六祖另外一個革命的思想，「佛法在世間，不離世間覺，離世覓菩提，恰如求兔角。」

原本佛教是貴族、帝王將相、知識分子的專利品，他們才能夠研究佛經，當時只有流行在上層社會。六祖開啟革命性的看法，認為佛法就在生活之中學習體驗，離開生活想求得佛法，想要成佛是辦不到的；六祖強調生活上的應用，使得佛法生活化，佛法民間化，完全與百姓結合在一起。

六祖名言：「迷時法華轉，悟時轉法華。」有一學生讀了三千部《法華經》，但不懂《法華經》談些什麼？六祖要他讀誦！第一品都還沒念完，六祖即知《法華經》的主要內容。佛出現於世，唯以一大事因緣故，為眾生開佛知見，示佛知見，悟

佛知見，入佛知見；開示悟入佛之知見。佛的知見是什麼？諸法實相；諸法實相是什麼？「如是相，如是性，如是體，如是力，如是作，如是因，如是緣，如是果，如是報，如是本末究竟等。」十如是，一切諸法如是如是，如是的體，如是的相，如是的用等等，用十如是詮釋一切諸法的實相。每一部經典一開始「如是我聞」，或者「我聞如是」，這個如是就是諸法實相，一切諸法的真實相，一切諸法的真理。佛開示一切諸法的真理，眾生學習一切諸法的真理。

如何在日常生活中體驗十如是？或是諸法實相呢？六祖以三無教導弟子：「我此法門，先立無念為宗，無相為體，無住為本。」了解此諸法實相，則須「離心意識參，出凡聖路學。」不以相對的心意識參究，不循相對的凡聖路學習，無願無修無作，無智無得無證。

（一）無念為宗

宗，宗旨；六祖的核心思想是「無念」。

無念兩個字，最常看到寫成「無心」，日本的禪宗就是無心。無心不是沒有見聞覺知，無心於萬物；而是「百花叢裡過，片葉不沾身」，心不去沾染執著，不受一切境界的影響，見聞覺知仍然在作用，但是不攀緣、不執著、不分別外境，即無心、無念。

《維摩詰經》有天女散花的典故，非常生動的描述此一無心的情景，花落在菩薩的袈裟上，自然飄落在地，但花在聲聞弟子舍利弗等人的身上卻不落地。舍利弗等聲聞弟子受比丘戒，身上不可以有裝飾品，裝飾品會產生貪愛之心，是生死輪迴的源頭，因此舍利弗等聲聞弟子想盡辦法要將花拿下來。這是一種象徵的涵義，象徵小乘行者還有分別心，把花落在袈裟上看成犯戒；大乘菩薩心中坦蕩毫無分別，因此花雖落在身上，立刻飄落在地，因為不執著，不將它當作是花，是花而非花，表象是花，但了知花是假相，是緣起，是性空，花只是暫時的現象、假名而已，眾生假稱為花，花是眾因緣假合，並無不變的實體。

《解深密經》提到五法，相、名、分別（妄想）、正智、如如。凡夫是相、名、分別，看到一個現象，聽到一個聲音，就產生概念或名稱；相、

名是凡夫的所緣，凡夫一接觸相、名，能緣的心立刻產生分別，開始計較，計較這是紅色、白色，這是花、草，這是美、醜，這是我愛、不愛的；相、名、起分別令眾生心不安定。修行的目的是產生正智，如實的智慧，觀到一切諸法的如是相、如是性等十如是，觀到一切諸法的真如。修行者以正智觀如如，凡夫以相名生分別，聖凡有別。

無念不是沒有念頭，而是「於念離念」，而且肯定以智慧觀念頭的重要性。自我修行與弘法度生都需要念頭，念頭是心的作用，是自性的功能，眾生皆有心、皆有佛性，當然眾生都有念頭。解脫道行者認為念頭都是不好的、虛妄的，生死輪迴的原因，妄想顛倒不知諸法實相，就無明造業，受苦輪迴。大乘菩薩道行者以般若觀一切諸法無我相、無人相、無眾生相、無壽者相，觀一切法是虛妄，因此於念離念，度一切眾生入無餘涅槃而實無滅度者。

眾生在日常生活中當然要有念，要起動機，沒有念是無法思辯、做決策、工作的，沒有念我們與木頭、無情物就沒有兩樣。有念的當下毫不執著，立刻離開念頭，不受念頭的擺佈，不被念頭所困。換言之，時時刻刻活在當下，這一瞬間有念頭，我了

寶箴

解這一瞬間的念頭，等到下一瞬間另一個念頭起來，前面那個念頭我已經放下，這就是解脫。

修行就是要求解脫，解脫什麼？解脫蘊、處、界的影響，而蘊、處、界的中心就是心，所以修行的終極目標，就是解脫心意識的束縛，也就是解脫念頭的束縛，因為思想不等於事實。解脫過去、未來的念頭，要超度自己，從過去、未來的念頭拉出來，活在當下，甚至到最後也要從現在的念頭拉出來。《金剛經》云：「過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得。」時間、空間是虛妄的，眾生無明而有時間、空間的妄念，認為時間、空間是真實的。

如何積極地在日常生活中起作用？了知無念。無，指無人我是非，無分別計較，將清淨的自性發揮在日常生活中。念，安住於自性，時時刻刻不離自性；念，安住於佛法僧，時時刻刻不離自性三寶。

(二) 無相為體

無相，於相而離相；體，體性。我們看到一樣東西，這是有法相，要立刻跳開不受法相影響，法相是緣起而性空；聽到一個聲音，聲音的相，於相而離相，立刻離開相。我們扮演各種各樣的角色，在公司當老闆，回到家可以拖地板、做家事，隨順因

緣，隨緣而不變，於相而離相。了解一切法相的不同，但不要被不同的法相所干擾，永遠自在，是真如，十如是，超越而解脫。

(三) 無住為本

六祖解釋：「無住者，人之本性。」佛性就是「無住」，佛性不能說它大或小，不能說它善或惡，不能說它好或壞，任何世間法都是相對的，不足以解釋絕對的佛性。世間法有善惡、大小、二元可言；出世間法則是絕對的清淨，絕對的常、樂、我、淨。

《大般涅槃經》如來法身四德常、樂、我、淨。

「常」是絕對的常，不是與無常相對的常，而是無始無終的常，本不生滅、本不動搖的常。

「樂」不是與苦相對的樂，不是離開苦另外有一個樂，而是在一切法之中，體會苦是無自性空，樂也是無自性空，一切法皆是無自性空。感受苦樂只是妄想無明，只是眾生的偏見，哪裡有境界會讓我們快樂、讓我們苦呢？絕對的「樂」是在每一個當下都能自由自在，都能作主活在真如中，沒有任何的罣礙壓力。

「我」，絕對的我，不是離開無我而證悟我，無我即我，我即無我，一切皆無分別，能夠絕對的自在稱之

為「我」。得意的時候可以自在，不得意的時候可以自在，生、老、病、死可以自在，中陰的時候可以自在，絕對的超越，絕對的解脫。

「淨」，清清淨淨，不起任何的分別心。

六祖的「三無」影響後代的禪宗修行法，「即心離心，即相離相，入一切相，出一切相」。每一個當下都清清楚楚，不起分別、沾黏、妄想、執著，禪宗活潑大用，二十四小時都在修行，吃飯也是禪，走路也是禪，睡覺也是禪，時時刻刻都在參禪。

五、疑情是參禪法門

（一）參禪的起源

參禪源於《壇經》。五祖弘忍大師將衣鉢和法傳給惠能，給予六祖的頭銜，半夜要他立刻離開，擔心受覬覦六祖名號的人危害。那時六祖不熟悉湖北黃梅，怎麼離開呢？五祖說：「來吧！坐上船，我幫你搖櫓！」六祖是一位解脫者即說：「迷時師度，悟時自度。」不懂的時候需要師父的教導，當我們有所體悟，就要自立自度，把所悟實際應用在生活中。

六祖往南跑，到廣東和江西的交界地大庾嶺，惠明是軍人出身，首先追到。敦煌本《壇經》沒有這段描述，流通本就有相當神奇的描述：六

祖將衣鉢放在石頭上，躲到草叢裏，惠明看到衣鉢要拿卻拿不起來，他心裡有所覺悟：「我為法來，不為衣來。」六祖從草叢裡出來，惠明作禮，請教開悟的法門！六祖對他講：「不思善，不思惡，恁麼時明上座本來面目。」「明上座」是指惠明。「不思善，不思惡」，善惡不分；意思不是不知道這是壞人、好人，這是好、那是壞，而是不起分別心，要有智慧。就真理的角度來看，善是緣起性空，惡也是緣起性空，遇到任何境界不要起善惡的分別心。擴而大之，對於一切萬法，用般若的智慧，看得清清楚楚。所謂善惡是我們的分別，它是眾因緣所生，各種因緣條件形成的現象；心性、自性是清淨畢竟空。換言之，自性超越善惡的對待，不能說自性是善、是光明、是好；當沒有分別心，自性清淨，那個時候就是你的本來面目，這句話可以用肯定句解釋，也可以用疑問句。

如用肯定句，體悟自性只有一個方式，不思善，不思惡，了知那就是諸法的實相，不起分別心。不思善，不思惡的當下就是你的本來面目，本來的狀態，本來是佛，也就是你的本性；後來有善惡的分別心，就淪為凡夫，因此不再是佛。佛不是不分善惡，而是佛知道善惡都是緣起性空，

寶箴

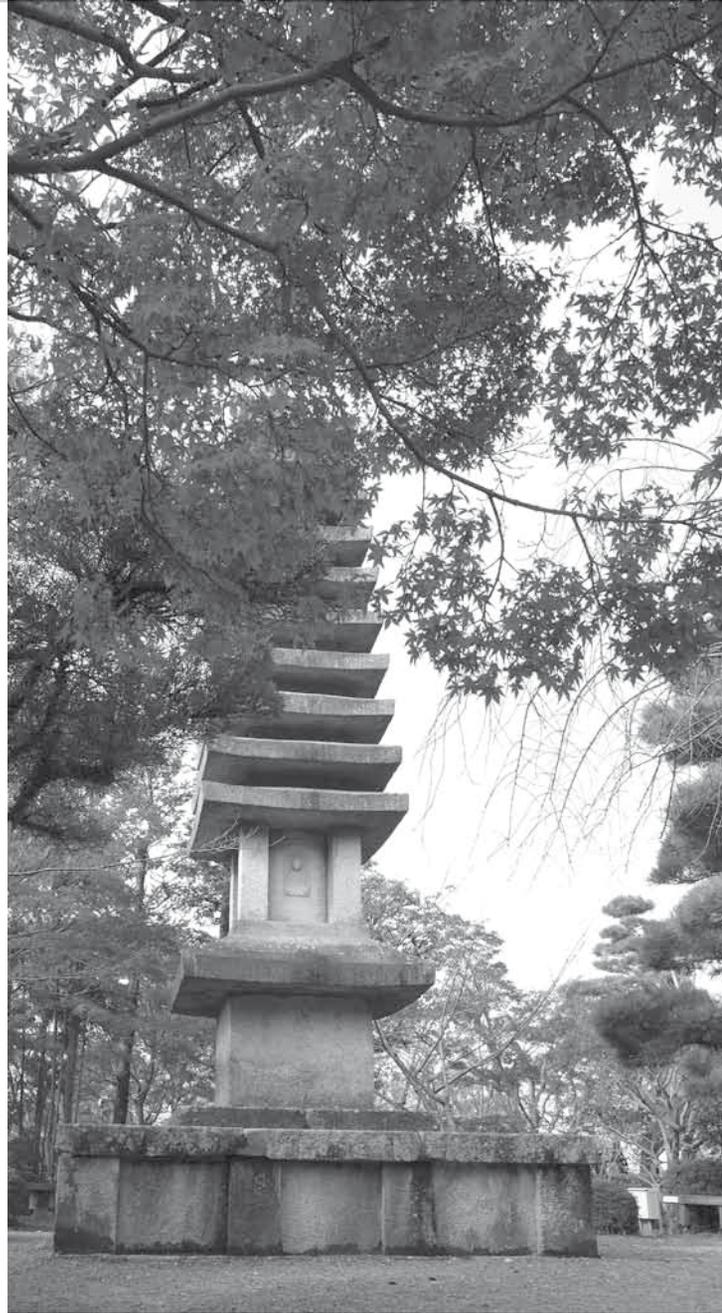
不會對壞人產生瞋恨心，或者是詛咒懲罰他，反而智慧慈悲的接納；他之所以壞是眾因緣所生，是整個社會沒有盡到教化引導的責任，尤其是個人累世以來的業力牽引，使得他的習氣因為無明現前而造業，讓他變得越來越壞。對於壞的人不要起瞋恨心，對於善的事情不要起貪心，一切不貪、不瞋、不癡。

如用疑問句，當「不思善，不思惡」的時候，什麼是你的本來面目呢？自性就是佛性，你的佛性是什麼呢？你的佛性在那裡呢？這一段話就變成參禪的來源。

(二) 以疑情止妄念

當我們「不思善，不思惡」的時候，什麼是本來面目呢？咬住這個疑問句不放，好像貓守在洞口，緊看著牆壁的洞，老鼠一出來，立刻咬住，不讓老鼠出洞；也就是不要讓妄念出動，不要讓念頭跑出來，念頭一出立刻用疑問句咬住，就好像貓一看到老鼠出洞，立刻將老鼠咬住。

念頭就是念或妄想，當妄想冒出時立刻用疑情，如「誰？」把它除掉，用「誰？」的疑情咬住任何的妄念。「不思善，不思惡，恁麼時明上座的本來面目？」這一個疑問句，後來中國的禪師用相同的方式指導學生。



如何參禪？「講話的是誰？」
「念佛的是誰？」或簡單一個字
「誰？」不要離開你的心，要恰到好處，時時刻刻提起「誰？」功夫用到成熟，沒有第二個念頭，只有「誰？」的念。

「誰？」到底是正念還是妄念？還是妄念，只不過以毒攻毒，以妄止妄，以一個「誰？」的妄念吃掉所有的念頭，所有的妄想都被「誰？」這個妄想所收攝統合。「誰？」的力量如果不夠，用喊出聲音的方式，「誰？」提起正念，強化力量，回到當下，回到「不思善，不思惡」的時候。當我們在提起話頭「誰在念佛？」「誰在說話？」的時候，沒有第二個念頭，這個時候是「不思善，不思惡」，也就是這個時候不可以給予答案。

（三）不回答 不分別

「誰在說話？」當然是張三或李四在說話，但是不可以給答案，當提起話頭「誰在念佛？」「誰在說話？」「誰在吃飯？」「誰在喝水？」的時候，如果給予答案，已經是思善或是思惡，一思善或思惡就是生死輪迴、痛苦煩惱束縛。

參禪運用「不思善，不思惡」，不作任何的分別，要眾生不作分別。凡夫如果沒有一件事忙，由於習氣的影響就很難安心。譬如，父母親為兒女煩惱，希望兒女長大後，就可以享福、學佛、修行；但當兒女長大，開始擔心他的學業、事業、婚姻，以為結婚沒有事了，那知有個孫子又煩不完。為什麼？因為這是凡夫心，總是

要找事來忙才能安住。

因為心不安，所以修行的道場常設立不同的功課，「佛說一切法，為度一切心，若無一切心，何用一切法？」佛講四十九年的法門，重點只有安心而已，安撫眾生的心。眾生的心都不一樣，所以佛要講不同的法，引導眾生安住於空性。空性是清淨心，安住在當下，本來是最簡單的事情，但是眾生辦不到。心什麼都不想，對凡夫來說，是很困難很痛苦的，因為念頭一直冒出來，怎麼辦呢？當修止觀。

參禪用一個疑問句或疑問字，讓你的心去忙，如果用肯定句，我們又開始編故事寫小說了，譬如一簾幽夢，越牽越長。為什麼不可以給答案？因為給答案就是妄想，就是思善、思惡。要用一個疑問句去參，這個疑問句是無意味語。「誰在講話？」當然是張三在講話或我在講話，這是無意味語，也就是沒有味道、意義的話，不是要你回答這句話，而是要去參話頭，參這一句話。參哪一句話呢？依據師父給的話頭，譬如這次的禪七參「念佛者是誰？」以這句話為修止觀的對象，參究「念佛者是誰？」咬住不放。

以世俗諦來講，從無意味的這句話當中咬住不放，不是用第六識思

寶篇

惟，要像蚊子咬住牛角，可是又咬不下去，一直鑽一直鑽，將牛角鑽出一個洞，穿透牛角。參「誰在念佛？」，參究它，一直咬住它，這就是所謂的話頭。

話頭是疑問句，稱為疑情，也就是心裏面永遠都是這句話。參到最後會怎麼樣呢？人進入一個謎團之中，餓不知道餓，吃飯不知道吃飯，只記得「誰在念佛？」這句話而已，那時候完全聽從指揮，要你往前走，你就往前走，要你坐下來吃飯，你就真的坐下來吃飯，可是食不知味，因為沒有起淡、鹹、酸、苦、辣種種的分別，除了「誰在念佛？」不起第二個念頭，給了答案、解釋分別就是第二念，所以永遠咬住話頭。

話頭，在古時候意思就是話，一句話，或一個字，咬住那個字參究，一直到一團爆破，稱作參話頭、參公案。所謂公案，古時候的禪宗修行者記錄師徒之間的對話，描述他們開悟的經過，像公文書，具有權威性，選擇一千七百個公案當中之，作為參究的所緣。六祖「無念為宗，無相為體，無住為本」，「不思善，不思惡」的修行方式，形成參禪的法門。

六、法門歸趣無相

六祖於《壇經》談到最多的是

「無相」，所有的偈子都稱為無相偈。相，相狀；無相偈是沒有形相的修行法門。無相，指的就是心，心是無相無不相；心就物質的（physical）角度來說，無大、小、方、圓或任何青、黃、赤、白的相；可是又無不相，心能生萬法，能創造各種各樣的東西，這又有各種各樣的相。凡夫有相，依著業力習氣而呈現，相有所執著，功用也就有所限制。修行要修到畢竟空，說有相，又沒有任何的執著；說無相，又能生起一切的萬法；真如心，無相無不相。

（一）皈依自性佛、法、僧

六祖授無相自性三皈依，皈依自性佛、皈依自性法、皈依自性僧。一般的三皈依是皈依佛、法、僧，皈依外在的釋迦牟尼佛、皈依佛法、皈依某一個宗派，這些是有相皈依。

皈依自性佛，佛是覺悟者，因此皈依自性佛是皈依覺，提醒弟子皈依佛得智慧，福慧兩足尊，福報智慧具足，福報是世間法，智慧是出世間法，世、出世間法圓滿，才是皈依佛。

皈依自性法，我們的自性像佛一樣是覺悟有般若智慧，了解一切萬法的實相。自性像法，法就是正確的正，自性是正，能夠了知一切諸法正的方面，不會令我們走上岔路，不會令我們無明煩惱；生活正，思想正，

尤其像佛的正等正覺，了知一切法平等不二。

自性佛，覺；自性法，正；皈依自性僧，僧是大眾，六和敬，皈依清淨，自性清淨眾，生起萬法，這是自性皈依。

（二）無相懺悔

六祖講無相懺悔，回歸自性清淨，了解自性三寶是覺、正、淨，從自性懺悔一切業障，了解一切業障是分別妄想心所造作，不罣礙世間的一切萬事萬物，也不會一直感到業障深重，陷在負面的心態之中，時時刻刻都以清淨自性來懺悔、拜懺。這是無相的修行法門。

（三）五分法身香

古代住在大自然的茅篷，檀香可以去除瘴癘之氣，去除蟲害，令身心安寧。時代的因緣背景改變，為著生態的關係，不應該大量的砍伐檀香木；檀香已經很少，現在所用的大部分是化學香，對人體不好，尤其大都會多是密閉式建築，燃香不容易消散，反而造成空氣汙染。每一年的農曆七月，政府提倡少燒香，不燒金紙、銀紙；更提倡集中處理，拜佛、拜神帶來的香或金紙，統一集中送到焚化爐焚化。

六祖教導弟子不燒有形的香，而是以無相五分法身香（戒香、定香、

慧香、解脫香、解脫知見香）來薰習，破除無明煩惱，本具的自性法爾現前。戒的精神在於不傷害眾生，尊重一切生命，珍惜一切萬物，少欲知足。定，心定而後能靜，心靜而後能安，心安而後能慮，心慮而後能得。定是不散亂、不浮動，不受任何境界所影響；慧，了解一切諸法實相；有定有慧必然得到解脫，從一切的無明煩惱解脫；解脫知見，是如實知、如實見修行方法、修行過程、修行與解脫的因緣果報關係，並以此教導眾生。

（四）三科法門

六祖圓寂之前召集十大弟子，咐囑十大弟子於六祖滅後，各為教化一方的宗師，六祖教導說法不失本宗，須舉三科法門，動用三十六對。三科是陰（蘊）、入（處）、界，沿襲《阿含經》的析空法，或以般若直觀一切法空。

有情眾生是心、物結合互動的存在，無情器物是物質元素結合互動的存在。心有心性，物有物性（又稱法性），心性與法性的真實狀態是真如，故真如是一切心理和物理作用的本質，了解真如的心稱為真如心或佛性。一切有情皆有心，而心是真如心的作用；一切器物雖無心，卻有物，有物就有物性，亦成真如狀態。故心

寶篇

與物皆有真如心，亦即真如心的妙用，佛性量周法界的道理在此。

五陰（蘊），偏重於有情眾生心理、精神層面的分析；十二入（處），指外六入（處）、內六入（處），物質與心理所佔的比例大約相同，大約一半是物質的部份，一半是心理的部份；界，十八界包含六門（六根）、六塵、六識，最詳細的分析眾生生活在環境之中，與環境互動產生的心理、精神作用。以陰入界教導眾生，即教導眾生一切學問，包括自己的身心世界、外界的山河大地、無邊無際的宇宙；故學佛就是學習一切學問，非僅學習佛典上的知識而已。時代不斷在進步，今日的知識如瀑流般大量出現，佛弟子豈可故步自封於昔時有限的知識？

以研究蘊、處、界來教導眾生，佛教道場應是一所大學，無所不參，當然參究的重點是心，才能究竟解脫。可是如果只研究內心，而不研究外物，猶如說食數寶，無助於身心的增長與世界環境的改善，故六祖才與世尊、歷代祖師大德一樣，把處、界的研究與五蘊的研究相提並論。

此外，教化眾生必賴語言文字，語言文字具有無比的威力，卻無法同時表達或學習，必有先後或侷限性，都是出自相對的概念，非如直觀的遍

照整體真理。故六祖要求弟子在教化眾生時，要出語成雙，不落兩邊，也不取中間。他把世、出世法分成三十六對，以現在的無邊知識而言，當是無量無數。「對」，出語要成雙、成對，意思是不要偏於一方，要閱聽者掌握整體。三十六對包括一、無情五對：天與地對、日與月對、明與暗對、陰與陽對、水與火對。二、法相語言十二對：有與無對、凡與聖對、老與少對、大與小對等。三、自性起用十九對：邪與正對、愚與智對、法身與報身對等。

換言之，用三十六對出口盡雙，回答眾生的問題，教導不偏執，譬如明是真的，卻是相對於暗而說明，故明是有條件的真，不是全真；暗也是如此。因此不要執著黑暗、無明是不好的，光明是好的，而產生愛、憎之心。一有分別心就不是自性、佛性，不是成佛的圓滿境界。大乘法門目標為令眾生皆能成佛，六祖的法門把自性拉回到日常生活，自性即生活，生活即自性，簡單實用，是無上乘的法門，也就是禪。

六祖交代弟子，以後有學生問你們，要出語成雙，講話的時候不可以偏於一端，一定要圓融，一切都要包含在內。這三十六對涵蓋一切的現象，真理在其中。



學習，沒有辦法證悟涅槃，因而離開，自己在菩提樹下參，悟到一切諸法緣起的真理。這兩位老師在臨終前說，他們年紀很大了，沒有辦法等到悉達多太子開悟之後向他學習，因為他們也知道自己所學的並非究竟涅槃。真正涅槃是要有智慧，了解諸法的實相，不起分別，才是真證悟涅槃寂靜。

小乘禪，指四禪八定，從五停心觀到四念處，專注於身、受、心、法的參究，或是《清淨道論》所提到的四十業處，令眾生離開五蓋，貪、瞋、疑、昏沉、掉舉，進入初禪，而後到二、三、四禪，進而四空定。

大乘禪，大乘的禪法除了禪宗以外，還有其他的禪法，譬如，天台禪、華嚴禪，主要精髓是六波羅蜜，布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若，以六度修行安心。

六祖的禪法稱為無上大乘禪，無上大乘禪不是大乘禪，大乘禪是有相修、有作意修；無上大乘禪以心性來修，安住於心性，修自性的布施、自性的持戒、自性的忍辱、自性的精進、自性的禪定、自性的般若，一切修行完全不離開自性，無上大乘一定是與心性、佛性有關。

以上從《壇經》談自性及修行法，此為心性的部分。

（未完待續）

七、無上禪

修禪的分類很多，譬如，依宗密大師的分類，禪有凡夫禪、外道禪、小乘禪、大乘禪、無上大乘禪。

凡夫禪，譬如打麻將，兩天不吃、不喝、不睡覺，血壓升高，血管破裂；年輕人執著打電腦、執著上網。凡夫很執著，當然可以進入凡夫定、世間定，但這種定會帶來煩惱，帶來生死輪迴，不能夠解脫。

外道禪，禪並不是佛法的專用品，尤其修定，釋迦牟尼佛教導學生殊勝的地方不在定。教導釋迦牟尼佛禪修的兩位老師，一位已經修到第四禪，另一位修到第四空定，非想非非想處定，但這兩位老師是外道，自以為證悟涅槃寂靜。悉達多太子隨他們

般若實相與空性真理

蔡俊裕

一、般若

般若，梵文 Prajñā，巴利文 Paññā；按巴利文音譯的。台語比較接近中原古音，二者發音幾乎一樣。

般若指的是超越的智慧，超越表相進而深入真理實相的智慧。在每個現象上，了解空性真理的智慧；在每件事物上，見到因緣、無常和無我的智慧。

般若有三：

- (一) 實相般若：般若就是實相。
- (二) 觀照般若：觀察照見實相的智慧，也就是直觀。
- (三) 文字般若：表達實相的智慧。

二、實相般若

般若就是實相。什麼是實相？在美國法庭內，證人要作證前，必須手按《聖經》說他的證詞是“The truth, the whole truth and nothing but truth, so help me! God.” 實相就是“The truth, the whole truth and nothing but truth.” 實相就是真實、

完整、不含雜質。也就是「是什麼就是什麼」，也就是「如實」，也就是「法爾如是」。

正如電影「軍官與魔鬼」中霸凌部屬致死的軍官 Jack Nixon 對年輕軍法官 Tom Cruise 說的經典台詞：

“You can't handle the truth.” 談實相其實正是要說明：為什麼我們沒有能力處理實相？以致無能了解實相。

實相就在當下，並非離開當下另有一個實相。

實相可分為兩種：諸法實相和完整實相。諸法實相指各種現象的實相，包含「心」的實相，「我」的實相，「精神」的實相，「物質」的實相等。整個世界、銀河系、宇宙、無窮個宇宙，所有的現象的集合，稱之為完整實相。

人的能力所能想得到的、看得到的、瞭解到的、認識到的都是有限的；完整實相卻是無限的。

完整實相

= 想得到的 + 想不到的

= 看得到的 + 看不到的

=瞭解的+不瞭解的

=認識的+不認識的

由此可知我們智性的光，只能照亮完整實相的一個小小角落，以人類的的能力而言，是沒辦法處理及了解完整實相的。

既然我們對於了解完整實相力有未逮，那麼是否有能力了解各別事物、個別現象的實相呢？

《法華經》說：「唯佛與佛乃能究竟諸法實相，所謂諸法如是相，如是性，如是體，如是力，如是作，如是因，如是緣，如是果，如是報，如是本末究竟等。」諸法，是各別的事物，個別的現象。如是，「是什麼就是什麼」，不打折扣，不帶偏見。

《法華經》告訴我們，要真正了解一個事物或一個現象的實相，必須要如實了解它的外相、內在性質、主體、力道、作用、形成的因緣、未來導致的果報。

我們是否有能力了解個別事物和現象的實相呢？只好等到成佛覺悟的時候了。

三、觀照般若

認識事物實相的唯一方法是直觀，不是東西互相比較，不是事物分門別類，不是尋找相對差異。直觀是直接認識事物，它是什麼就是什麼，

全盤認識，全盤接受，不帶一絲自己的想像、自己的期望、自己的心理投射。

人們不以直觀認識事物，有三個主要的原因：

(一) 沒學過直觀：思想、語言的學習過程，小時候的第一句話，或是說爸爸，或是說媽媽或是學會喝的東西為奶奶（發音輕聲），都是表現認識爸爸、媽媽或是奶奶和其他東西的不同。小時候從來沒學過如何全盤的、完整的、不帶雜質的認識爸爸、媽媽或是奶奶，到現在也沒學過。

(二) 節能：人體是一個能量有限的系統，因此慣性地只依最節省能量的方式運作，對事物只做相對差異分別，相對比起直觀的全面認識似乎更加節省能量。

(三) 不關心實相：基本上我們並不關心事物的實相是什麼？反而關心事物到底能帶給我什麼？因此我們只是尋找事物的相對性，比較事物和事物間彼此的差異性，加以分門別類，再和我的欲求喜好做比對，判定該事物是機會

寶箴

或是威脅，以採取對應的行動。

誠如《六祖壇經》所說：「不思善，不思惡，正與麼時，那箇是明上座本來面目。」唯有直觀而不用善惡等差異相對性思考，才能真正見到諸法的本來面目。

有別於尋找事物相對差異，再予以分門別類，再根據其類別去界定該事物的第六識，觀照般若是直觀的無分別智。無分別智不是看所有的東西都沒有差別，也不是所有的東西對我都沒有差別；無分別智是不將事物分類認識，而是認識其本然，它是什麼樣子，依照它的樣子認識它。每一個事物都是唯一的一類，不是模糊的認識這一類的東西，清清楚楚地認識它的相、性、體、力、作、因緣果報、本末究竟等。

《維摩詰經》云：「能善分別諸法相，於第一義而不動。」第六識的分別智與直觀的無分別智都是觀照的方法，並沒有誰高誰低或誰好誰壞的問題，只是運用的方式和時機不同。差別的識讓我們能善分別諸法相，抉擇善惡，自淨其心；直觀的智讓我們能融入真理照見實相，於第一義而不動。善分別諸法相，不只沒有不好，甚至是被鼓勵、被肯定的。世俗諦上各項應用不妨用第六識的分別智，但

要記住，差異分別並非實相，要照見實相非直觀的無分別智不可。

第六識的分別智和分別心並不相同，以十二因緣來講，在愛、取、有生起之前的了別作用是分別智，愛、取、有生起之後就是分別心。分別智雖不能見實相全貌，卻可以帶我們更接近實相。分別心含第七識無明的分別計度，只計較趨利避害，趨樂避苦，趨吉避凶，讓我們緊縮於自我，只會離實相越來越遠。

四、文字般若

第六識思考方式，能夠找出事物彼此的不同，語言文字也是表達事物彼此的相對差異。實相是絕對而非相對的，差異相對性不能界定事物的本質與實相，只不過反映心靈認識事物的方法；第六識的思考模式沒有辦法認識實相，語言文字也無法表達實相。實相是不可思議（不是第六識思議），離語言文字相，動念即乖，絕諸戲論。

因此，對真理實相已有體悟的賢聖，只能對我們說明非實相，沒辦法說明實相。無法用思想語言肯定的陳述實相，只能以否定的陳述，說明思想語言所認識的實相是不對的、不夠的、不完整的、含雜質的。這正是《六祖壇經》所說：「說似一物即不

中。」

從認識論而言，真正見到實相必須超越長久以來的慣性，必須轉化以相對差別來認識事物的思考模式，開始學習直觀的智慧，也就是要轉識成智。妙觀察智是直觀無分別的智慧，平等性智是不讓實相被自己污染的智慧，成所作智圓滿世間種種事業，大圓鏡智則是圓滿實相的智慧。

五、文字般若的邏輯

邏輯又稱理則、論理、推理、推論，它是有效推論和證明的思想過程。英語 logic 的字根源起於希臘語 λόγος，最初的意思是詞語、思想、概念、論點、推理。從希臘語譯為法語 logique，最後才發展為英語 logic。和製漢語採用漢字「論理」，意譯為「論理學」。國父孫中山先生於《治國方略·以作文為證》意譯為「理則」，一般則直接音譯為邏輯。

邏輯學是研究「規律性事物的有效推論和證明的原則與標準」的一門學科。邏輯被使用在大部份的理性活動中，尤其在哲學、數學、語義學和電腦科學等領域。

在古代印度、中國和希臘都曾對邏輯進行相關的研究。在西方，亞里斯多德自稱是第一位認真研究邏輯領

域的學者，他將邏輯建立成一門正式的學科，並在哲學中賦予邏輯一個基本且重要的地位。

一般所用的邏輯理論是亞里斯多德所提出，現代通常稱為「亞里斯多德邏輯」，其中包含三個基本定律：

(一) 同一律 (the law of identity) : $A = A$ ，A是A，事物與其自身相同，「自己」不能「不是自己」。例如，《金剛經》：「凡所有相皆是虛妄。」相 = 虛妄。

(二) 矛盾律 (the law of contradiction or the law of non-contradiction) : 若 $A = P$ 則 $A \neq \sim P$ ，事物A不能同時「是P」又「不是P」，是就是，不是就不是。例如，《論語》子曰：「君子坦蕩蕩，小人長戚戚。」君子 = 坦蕩蕩，則君子 \neq 不坦蕩蕩。

(三) 排中律 (the law of excluded middle) : 事物只能有「是」或「不是」兩種狀態，不存在其他中間狀態。例如，《論語》子曰：「君子周而不比，小人比而不周。」周和比是兩種狀態，不存在其他中間狀態，君子

寶箴

是周的狀態，小人是比的狀態。

亞里斯多德邏輯有一個前提，認識什麼是 A，什麼是非 A。例如「凡所有相皆是虛妄」，必須要先認識什麼是「相」以及什麼是「虛妄」，再將「相」和「虛妄」畫上等號。同理，先了解何謂君子，何謂小人，坦蕩蕩和長戚戚，比和周的意思，才能以亞里斯多德邏輯推論「君子坦蕩蕩，小人長戚戚」、「君子周而不比，小人比而不周」的意涵。

在這個前提之下，當要表達一個未被認識的概念時，亞里斯多德邏輯就遇到了困難。以瞎子摸象為例，當盲人心中沒有大象的概念，我們很難以亞里斯多德邏輯對他們說明大象。摸到大象不同部位的盲人會問：大象是牆嗎？柱子嗎？水管嗎？扇子嗎？繩子嗎？或許只能回答：大象似牆非牆，似柱子非柱子，似水管非水管，似扇子非扇子，似繩子非繩子。

當我們未證得真理實相之前，已有體悟的賢聖也很難藉亞里斯多德邏輯，對我們說明真理實相。我們會問：實相是什麼東西生出來，還是什麼東西滅了嗎？增了什麼東西，還是減了什麼東西？什麼東西清淨了，還是什麼東西染汙了？觀自在菩薩於《心經》答：「是諸法空相，不生不



滅，不垢不淨，不增不減。」

這種對終極實相的說明，直接違反了亞里斯多德邏輯的排中律，生和滅是兩種狀態，不應存在其他（不生不滅）狀態。我們比較盲人摸象的例子，可以明白觀自在菩薩應該是在指導我們，不論以生滅、垢淨、增減來想像諸法空相，都不完整，不恰當。

諸如此類，一位對事物有概念的人，向另一位對事物沒有概念的人說明事物的方式，不再適用於亞里斯多德邏輯，而自成另一種邏輯，稱之為困思邏輯（paradoxical logic）。在困思邏輯裡，A 及非 A 作為 X 之表詞並不互斥。X 可以是 A，X 同時可以是非 A；X 可以是非 A，X 同時可以又是非非 A。

在《金剛經》、老子和莊子思想裡，都可以看到許多困思邏輯的例子：

《金剛經》：「諸微塵，如來說非微塵，是名微塵。」「如來說世界，非世界，是名世界。」

老子思想：「道常無為而無不為。」「吾言甚易知，甚易行，而天下莫能知，莫能行。」「有生於無，無生於有，有無相生，玄之又玄，眾妙之門。」

莊子思想：「其一也一，其不一也一。」「是亦彼也，彼亦是也。彼亦一是非，此亦一是非。」

比較亞里斯多德邏輯與困思邏輯，亞里斯多德邏輯表達以可思議的第六識分別智，尋找事物的相對差異分別，多使用肯定式的句法，說明相對世界之現象，對應於世俗諦和有為法。困思邏輯表達以不可思議的無分別智，直觀事物的實相，多使用否定式的句法，說明絕對世界之實相，對應於勝義諦和無為法。

六、真理

既然思想模式無法完全瞭解實相，學習的重點不能再以第六識來了解實相，重點是要能了解並掌握實相是如何運作的法則，也就是要瞭解實相的真理。讓自己活得真實，接受真理實相，不和真理實相對抗，順應真理實相，契入真理實相，成為真理實相的一部分。

在西方世界尋求實相運作的基本法則，設定在條件狀況之下，事物運作的法則，也就是科學。科學是受條

件限制的，科學不能稱之為真理。

所謂真理是普遍如此，必然如此，本來如此，永恆如此，不分時地皆是如此，在任何的條件狀況皆是如此。真理是實相運作的基本法則，實相之共同性質，實相之共相。幸運的是實相運作的基本法則，實相之共相可以經由第六識觀察覺照推演歸納，因而是可思議的、可了解的、可以表達的。

《金剛經》云：「一切賢聖，皆以無為法而有差別。」無為法指的是真理，有為法指的是一般現象。賢聖的差別，在於對無為法，對真理體會之深淺不同。古往今來追求真理和實相的賢聖，對真理有深淺不同的認識，如耶穌體會的真理稱之為愛，孟子稱之為義，孔子稱之為仁，老莊稱之為道；佛陀以解脫煩惱為出發點，找到實相運作的基本法則，因緣、無常、無我，這三個特性合在一起稱之為空性。

因緣指的是緣起法，一切現象都是各種條件和合而生，各種條件離散而滅。萬事萬物因為各種條件相互依存，無法獨立存在。舉例而言，眼睛看見現象，需要好幾個因緣和合：要有眼睛的感覺器官，眼睛要生長在活的生物，生物要有視覺的功能，要有被看見的東西，要有光線，眼睛和被

寶箴

看見的東西間還要有距離。

無常指的是一切現象都是如夢、幻、泡、影、露、電一樣，只是暫時、不穩固、不斷變化、無法持續、不永恆的。沒有永遠的現象，只有一時的現象。

無我是沒有任何現象可以完全主宰的。不變是不可能的，因緣變現象隨著改變，不可能完全朝自己想要的方向變，因為影響現象的因素太多，遠遠超出能力控制的範圍。不能主宰物質現象，不能主宰精神現象，不能主宰心，不能主宰一切。

空性是因緣、無常、無我三個特性。空性也就是無自性，否定自性的存在，否定任何獨立不變的實存，否定能自作主宰事物或現象的存在。

空不是否定現象的存在，空是在說明現象運作的原理。我們以為有一個現象，但是這個現象卻只是假相，在這個現象的背後，諸多不同的因緣不斷聚合而後離散，離散而後聚合，所以現象是無常的、變化的、不穩固的，諸多因素交互影響，難以掌控。中間沒有能獨立不變的實體存在。

我們平常都活在好像事情都不會變的幻想中，健康不會變，親人不會變，感情不會變。一旦身心出現重大的改變，好像看到鬼一樣，以為無常是鬼；無常是真理，無常不是鬼，永

恆不變才是幻覺。

無常往往會令人聯想到死亡，變化也往往令人聯想到不好的事情；無常不是專指死亡，變化也不一定朝不好的方向，每一件事物都是無常，每一個現象都在變化。活在真理實相之中，接受無常，接受變化，這是解脫自在的方法。實相運作的法則是真理，無法抗拒，抗拒也沒用。我們自問現在的狀況是不是天下宇宙無敵好？我現在已經成佛了嗎？如果沒有無常，我們永遠處於目前的狀態，想變也變不了；正是無常變化，所以壞的可以過去，好的可以來到，不一定會越變越壞，也可能越變越好。雖有因緣離散，也有更好的因緣和合。接受真理，融入實相；接受無常，容許變化，盡力讓它朝好的方向變。

空性，只是現象運作的原理，並無所謂積極性或消極性。一般人看到空性，看到因緣、無常、無我，以為是消極的，以為無法掌控因緣聚散；既然無常變化，無法掌控結果，積極努力失去了意義。因此，談到因緣就說一切隨緣，好像種種因緣都只是置身事外，卻忘了自己才是真正的著力點，最重要的因緣。往好的方向加因、加緣，往壞的方向減因、減緣，引導好因緣，不必執著結果。接受我們不是萬能的實相，接受我們只是人



的實相，掌握我們能努力的因緣，不介意外在因緣能否配合。

對於空性的證明，小乘採用析空法，大乘則採用體空法。如果將空性視為可以套用到各個現象事物的公式，小乘主張在套用公式之前，必須再次證明；大乘則認為公式已經被證明無數次，同時沒有舉出反證，所以不須再次證明；這就是析空法和體空法的差別。析空法在每次應用時，須每次分析、每次證明，體空法則直接契入空性，一切現象事物當體即空，不須再分析、再證明。

開始學習空性的智慧時，應學著以析空法分析證明，等到對空性智慧的應用建立信心時，再以體空法直接契入。

經典上對空的分類有二空、三空、四空、六空、十八空等分法，最重要也最常用的分類是二空：人我空、法我空。

人我空是說，因為有情眾生皆是由五蘊（色、受、想、行、識）所構

成，而五蘊皆是因緣、無常、無我，因此五蘊皆是空性，有情眾生本身也是空性。

法我空是說，一切萬法皆是因緣、無常、無我，因此當中並無可獨立不變、可自作主宰的實體存在。

不管人我空、法我空都不是否認有情眾生或一切萬法的存在，有情眾生或一切萬法的現象是存在的，只是這個現象是因緣、無常、無我，在這個現象找不到獨立不變可自作主宰的實體。

空性不是否定現象，空性是否定現象中有獨立不變、可自作主宰的實體。

空性是由觀照諸法運作所歸納的真理，故空性不離諸法，諸法依於空性，是故空性也是空性，空亦空。

七、結語

般若即實相，般若智慧是對實相完滿的了解。我們雖不能達到完滿的了解，但是多了解一點就更趨近實相，多了解自己的身體一點就更趨近自己的身體實相，多了解一點自己的心理就更趨近自己的心理實相。

掌握空性真理，試著觀照了解自己，觀照了解眾生，觀照了解萬法，涅槃即在身心與真理實相相應之處。

《金剛經》應對雲端科技時代

何鵬濤

一、前言

在二十世紀四十年代，隨著「計算機」即電腦的產生，人類的日常生活和文化發生巨大變化。隨之，在六、七十年代互聯網路用於商業營運後，更產生深遠的影響，現今通稱為「雲端科技時代」。

雲端科技是互聯網科技的另外一個稱呼；由於資源和信息都在互聯網路中，並且電腦流程圖，常以雲狀圖案來表示，因此形象而得名。另外，「雲端」也是相對底層基礎設施的一種抽象概念。

目前網路環境漸趨完善，雲端科技有以下優勢：大幅縮短資料中心建置時間、增強競爭力、最佳化業務、降低系統風險、降低支出、符合節能減碳、節省資源等。也有一些劣勢：需要網路連線，一旦沒有網路就無法使用，或者網路速度慢，相對影響存取的速度與品質；資料安全性的問題，解決糾紛時間長等等。推估雲端科技將成為未來資訊應用的主流，亦將成為各國的基礎建設。

對於佛教修行者來說，當前時代如何運用科技的便利（外緣）進行修持，一直是具有挑戰性的話題。

二、《金剛經》的核心思想

《金剛般若波羅密經》以後秦鳩摩羅什大師翻譯的版本，流傳最廣；玄奘大師翻譯本為《大般若波羅蜜多經·第九會能斷金剛分》。漢、藏多位大師對《金剛經》進行翻譯與論、注、疏，使《金剛經》成為讀誦與討論最多的經典之一。

《金剛經》的核心思想是空性即般若智慧，也是大乘佛法的中心思想。何謂空性？世間一切均因緣和合而成，故空無自性；有即是空，空即是有；一切是空，空也空，畢竟空。

經文主要圍繞三點：1. 發心，2. 住心，3. 降伏妄心。

（一）發心

即發阿耨多羅三藐三菩提心。十方三世一切諸佛，證阿耨多羅三藐三菩提，成就無上正等正覺。無上正等正覺即世出世間不二，空有不二，一

切畢竟空。依因果規律，有其因必有其果，故發心是重中之重，此發心是成就一切佛道的源泉。

於日常生活中也是如此，起了一個念頭或想法即付諸實行，發心會影響行為後果。如，某人買 IPHONE 手機，聽或看大德、高僧的講法和開示，會為方便意想而購買，前因發心而有後果。同樣的，在家眾受到煩惱、執著、生死輪迴的束縛，欲解脫苦與苦因，故發出離心，即出離輪迴心；既發出離心，可是家人、親戚、朋友等，還在痛苦之中，於心何忍，故發菩提心，發上求佛道，下化眾生；為了覺悟，故進而發阿耨多羅三藐三菩提心，願眾生和自己都能證阿耨多羅三藐三菩提，成就無上佛道。依本經所說，發阿耨多羅三藐三菩提心，即非發阿耨多羅三藐三菩提心，是為發阿耨多羅三藐三菩提心。發心廣度法界一切眾生，而實無眾生得滅度。

(二) 住心

發心後，要一直憶念自己的發心。很多行者常常忘記自己的發心，包括本人在內，前一秒發心，後一秒就忘了，以致於學佛一年，佛在眼前，學佛三年，佛在天邊；故時時憶念發心十分重要。並且，由於業力感召，會越來越了解人生和宇宙的真理實相，成就佛道的緣分會越來越具

足，直至成證無上正等正覺。

如《金剛經》所述，要應無所住而生其心：

「是故須菩提，諸菩薩摩訶薩，應如是生清淨心，不應住色生心，不應住聲香味觸法生心，應無所住而生其心。」

「無我相，無人相，無眾生相，無壽者相。」

「如來者即諸法如義，若有人言，如來得阿耨多羅三藐三菩提，須菩提，實無有法，佛得阿耨多羅三藐三菩提，須菩提，如來所得，阿耨多羅三藐三菩提，於是中無實無虛，是故如來說一切法，皆是佛法。須菩提，所言一切法，即非一切法，是故名一切法。」

以上經文主要說到人我空和法我空。了解什麼是名、色、相、法、見、想等，然後才能夠依據空性智慧住心生心。心安住，身體也會安住健康；心一亂，貪、瞋、癡、慢、疑、昏沉、掉舉就會來攪惱。心無所住，心的真相——菩提自性自然顯現；無所住而生其心——由清淨自性為源，行萬法及六度，即行佛道。

(三) 降伏妄心

什麼是妄心呢？引起煩惱執著以致輪迴的所有念頭、想法等。一般認為世界是恒常的，有我、我所有的

存在；通過佛法，了知人生和宇宙是無常、無我的。輪迴主要是沒有認清宇宙的真理實相，心被五毒——貪、瞋、癡、慢、疑所佔據。修持佛法，要明白佛理，確實實踐，終究證悟真理實相。

對於降伏妄心，參照玄奘大師翻譯本，我們可以得到啟示：「彼菩薩摩訶薩無我想轉，無有情想、無命者想，無士夫想、無補特伽羅想、無意生想、無摩納婆想、無作者想、無壽者想轉。善現！彼菩薩摩訶薩無法想轉、無非法想轉，無想轉亦無非想轉。所以者何？善現！若菩薩摩訶薩有法想轉，彼即應有我執、有情執、命者執、補特伽羅等執。若有非法想轉，彼亦應有我執、有情執、命者執、補特伽羅等執。何以故？善現！不應取法，不應取非法。是故如來密意而說筏喻法門。諸有智者，法尚應斷，何況非法！」對色、聲、香、味、觸、法及眼、耳、鼻、舌、身、意等要理解，而最重要的是「想」；有想，起分別想，諸差別轉起，阿賴耶識種子起現行。故應無有想，應無無想，應無住而生想。

三、《金剛經》應對雲端科技時代

修行要能成就，必須將修行融入日常生活中。首先，學會抓住核心，

抓住重點，才能以點帶面，了解整體。

雲端時代科技的核心是什麼呢？電。雖然有計算機、網路、技術和設施，可是沒有電，根本無法運轉；電猶如空性，空性才能讓萬物顯現其功能；有了電，才可以透過互聯網查閱資料、購物、聊天、讀經等等。日常生活的正常運作，越來越依靠網際網路。

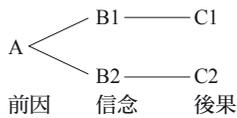
網路是由很多條件構成的，譬如計算機，由電線、路由器、電等組成。我們再細細的體會，計算機是由各種元件組成，元件又由元素構成，元素又由分子、原子等組成，依次類推，世間種種現象也是由各種因緣和合而成，所有的因緣是無常、苦、無我、空。是故諸法實相，不生不滅、不增不減、不一不異、不垢不淨，自性究竟本空。佛法的空性理論，正是現代科學（尤其是量子物理學）的發現。

佛陀教導修行法門的核心究竟是什麼？空性，般若智慧。通過發阿耨多羅三藐三菩提心（因），如是降伏其心，無所住而生其心的修行過程（道），進而成就無上佛果（果）。

現代心理學的一些理論可引用至佛法。如ABC理論，A是指誘發性事件；B是指個體在遇到誘發事件後產生的信念，即對事件的看法、解釋和評價；C是指特定情景下，個體的

情緒及行為的結果。

A(activating event), B(belief), C(consequence)



結論：事物的本身並不影響人，人們只受對事物看法的影響。

B 可以理解為佛教所說的因，A 可以說是緣或過程，C 可以理解成果報、結果。

如果將不同層次的五毒——貪、瞋、癡、慢、疑，帶到上面的公式 B 中，即使 A 的條件是同樣的，得到 C 的結果卻不同。

B1：具有我執（貪婪、好勝、執著、傲慢和懷疑）的念頭。

C1：條件無論如何，得到的是負面的結果。

相反的，如果變成：

B2：欣求佛法，厭離世間，觀想諸佛菩薩，精進修行。

C2：條件無論如何，得到的是正面的結果。

同樣的，如果 B1 和 B2 是住於阿耨多羅三藐三菩提，無論 A 為何種因素，結果 C1 和 C2 全部是行佛所行。

就初學佛者而言，因有我見仍會



分別和執著這是五戒、十善、出離心、行菩提心、願菩提心、行六度、十度、我要成就等；這是以凡夫見學佛的必經過程。

就空性的角度來看，破我執、我見，世間的一切均是共業所幻化，一切事物是緣起的，緣起故性空；事物一直在變化，是無常的，因無常而無我，因無我而性空。故知，名是空性所顯現，色是空性所顯現，相是空性所顯現，人是空性所顯現，法是空性所顯現。世間一切均是空性所顯現，連空性也是空，一切畢竟空。有這樣的認識，我們會安住對待周圍的人和事，順應人生和宇宙的真理實相，從而無修而修，無證而證，行佛所行智。

慈悲的菩薩像

吳文成

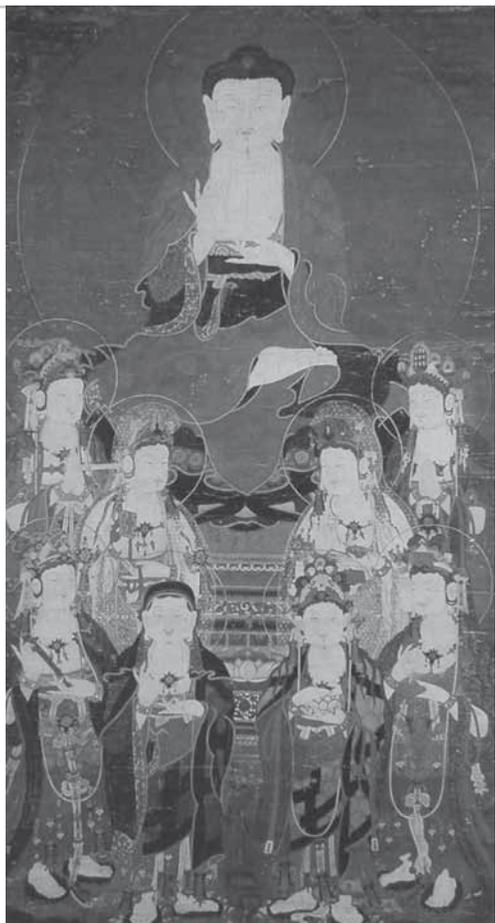
菩薩是菩提薩埵（**Bodhisattva**）的簡稱，意為「覺有情」，是指發願以智慧上求無上佛道，以慈悲下化眾生，勤修諸波羅密，未來成就佛果的修行聖者。南傳佛教認為，菩薩是在佛法失傳之後，在未來成佛、重新開啟正法之教的修行者；南傳經典提到的菩薩只有兩位，即成佛前的釋迦牟尼和未來佛彌勒菩薩。此外，上座部佛教所定義的菩薩也包括了一切發願在未來成為佛陀聖弟子的修行者，即聲聞菩薩。而大乘佛教凡是發心「上求菩提、下化眾生」者，直到圓滿成佛前皆稱之為菩薩。

菩薩為了協助佛陀弘揚佛法普度眾生，常以種種化身來到世間，伸手救濟苦難，利益現世眾生，使人倍感親切。菩薩常脅侍佛陀的左右，大多呈端正站立像，也有坐像或乘座像。菩薩的手姿優雅，常持蓮花、楊枝、寶劍、寶珠、淨瓶、如意、念珠等。

菩薩像早期以釋尊出家前的悉達多太子形象為主，頭上有髮髻，戴寶冠，裸上身，披天衣，下著長裙；身

上戴有耳璫、項鍊、臂釧、腕釧、瓔珞等各種珠寶佩飾，呈現印度貴族的年輕太子形象。而中國的菩薩像兼具「女相男身」的優雅氣質，菩薩面容端祥秀麗，姿儀端莊高雅，神韻慈祥溫靜，呈現在家雍容華貴、親切溫馨的法相之美。





釋迦牟尼佛和八大菩薩 清代 絹畫

菩薩的修行實踐稱為菩薩道

菩薩發四弘誓願：眾生無邊誓願度、煩惱無盡誓願斷、法門無量誓願學、佛道無上誓願成。這也是佛法，苦、集、滅、道四聖諦的真義。

菩薩行六波羅密：布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若。這是一切菩薩發菩提心，由迷到悟，由邪到正，由苦到樂，由娑婆此岸到達涅槃彼岸，成就無上正等正覺。

菩薩不只是自己解脫，亦望一切眾生能離苦得樂。發慈、悲、喜、捨四無量心，降伏內心的貪、瞋、癡、

無明、煩惱等。佛法有八萬四千法門，只要能利人利己、增長智慧與慈悲心，都是通往覺悟的菩薩道。

藥師如來和八大菩薩分別是：文殊菩薩、觀音菩薩、大勢至菩薩、寶檀華菩薩、無盡意菩薩、藥王菩薩、藥上菩薩、彌勒菩薩等。

阿彌陀佛和八大菩薩分別是：觀音菩薩、大勢至菩薩、文殊菩薩、普賢菩薩、彌勒菩薩、地藏王菩薩、金剛藏菩薩、除障礙菩薩等。

觀世音菩薩

觀世音菩薩，簡稱觀音，別號圓通大士。觀世音菩薩以大慈大悲救濟眾生為本願，當眾生遇難誦念其名號，菩薩即時觀其音聲前往救度，故稱觀世音菩薩。能觀察一切諸法，無礙自在。

觀世音菩薩是西方極樂世界阿彌陀佛的上首菩薩，與大勢至菩薩同為脅侍，尊稱「西方三聖」，並輔施教化、接引往生西方極樂世界的眾生。在中國，觀世音菩薩從西晉時期盛行，最得普遍廣泛的信仰。在《法華經·觀世音普門品》中，詳述其利益娑婆世界眾生之事，謂受苦眾生一心稱名，觀世音菩薩即觀其音聲，令得解脫；若有所求，亦皆令得。又能示現佛身、比丘身、居士身、天人

寶箴

身、夜叉身等三十三種應化身，宣說佛法、廣度眾生。

觀世音菩薩像，頭戴寶冠，冠上有化阿彌陀佛像，身佩瓔珞珠寶裝飾，身穿菩薩裝，呈現相好莊嚴，雍容華貴形象。相傳其顯靈說法道場在浙江普陀洛伽山。宋代以後，觀音菩薩大多雕塑為中國仕女優雅姿儀，慈祥、溫柔、妙相莊嚴，予人無限親切敬仰之意。

觀世音菩薩，隨機應化，其化身形象最多者如下：千手千眼觀世音菩薩、十一面觀音、準提觀音、水月觀音、楊枝觀音、如意輪觀世音、白衣觀音、數珠觀音、魚籃觀音、送子觀音和三十三觀音等。

大勢至菩薩

大勢至菩薩，意作「得大勢菩薩」或「大精進菩薩」，簡稱為勢至菩薩。菩薩能以智慧光普照一切，令眾生離三塗之苦，得無上力，故稱大勢至。與觀世音菩薩同為西方極樂世界阿彌陀佛之脅侍，合稱「西方三聖」。

《首楞嚴經·念佛圓通章》大勢至菩薩於因地時，以念佛心入無生忍，故今攝此娑婆世界之念佛眾生，歸入淨土。大勢至菩薩一般都和觀世音菩薩一起隨侍阿彌陀佛身旁，其相



觀世音菩薩 宋代 石雕



大勢至菩薩像 西夏 10~13 世紀



文殊菩薩 南宋 大足石窟

好莊嚴均與觀世音菩薩大同小異，唯寶冠上以寶瓶為象徵（寶瓶，盛諸光明，普現佛事。）阿彌陀佛與大勢至菩薩、觀世音菩薩接迎往生西方極樂世界的眾生。

文殊師利菩薩

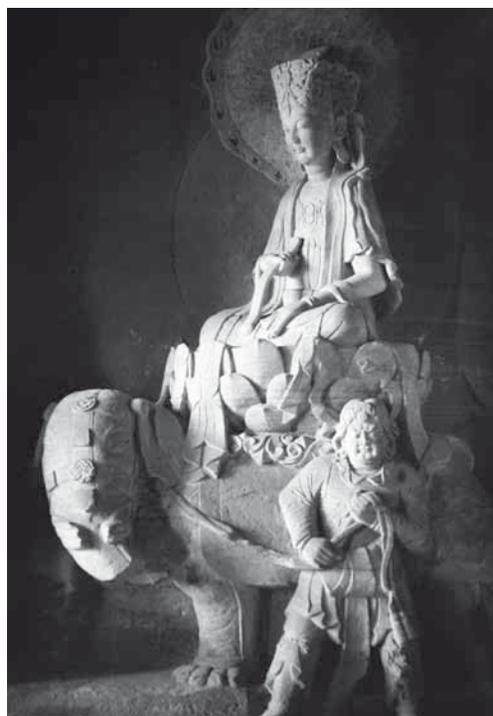
文殊，音譯文殊師利，意為妙德、妙吉祥、法王子。為我國大乘佛教四大菩薩之一，是諸眾菩薩上首，也是智慧的化身，因此尊稱為法王子。文殊菩薩經常和普賢菩薩隨侍於釋尊，合稱「華嚴三聖」。

中國佛教認為山西省五台山（清涼山）是文殊菩薩示現說法道場，所以五台山各寺院供奉文殊菩薩較多。文殊菩薩像，相好莊嚴，頂戴寶冠，身穿菩薩裝，佩帶瓔珞裝飾。左手持

蓮花，右手持金剛寶劍（比喻般若智慧能斷一切無明煩惱）。文殊菩薩通常乘騎獅子，以獅子的勇猛來表示文殊菩薩的智慧第一。文殊菩薩具清淨智，種種妙相莊嚴，皆由智慧現，以示佛智境界，教化一切眾生，所以又稱大智文殊師利菩薩。

普賢菩薩

普賢菩薩，梵名三曼多跋陀羅，即普遍賢善的意思。菩薩具足一切無量行願，身相及功德遍一切處，純一妙善故稱普賢。我國佛教四大菩薩之



普賢菩薩 南宋 大足石窟

寶筵

一，與文殊菩薩同為釋尊之脅侍。文殊師利顯智、慧、證，普賢顯理、定、行，共詮本尊如來理智、定慧、行證之完備圓滿。

中國佛教相傳，四川峨嵋山是普賢菩薩說法道場。普賢菩薩像大多是頭戴寶冠，身穿菩薩裝，佩瓔珞飾物，乘坐於六牙白象（註）上。據《華嚴經·普賢行願品》普賢菩薩十種廣大之行願：1. 禮敬諸佛，2. 稱讚如來，3. 廣修供養，4. 懺悔業障，5. 隨喜功德，6. 請轉法輪，7. 請佛住世，8. 常隨佛學，9. 恆順眾生，10. 普皆迴向。

註：六牙白象，象有大威力而性情柔順。無漏無染稱之為白；白象六牙表示六度：1. 布施，2. 持戒，3. 忍辱，4. 精進，5. 禪定，6. 般若。白象之四足，表示四如意足：1. 欲如意足，2. 精進如意足，3. 念如意足，4. 思惟如意足。

地藏菩薩

地藏菩薩，有埋藏在地中之寶藏之義。《地藏十輪經》以「安忍不動，猶如大地；靜慮深密，猶如祕藏。」故稱地藏。地藏菩薩，於釋尊圓寂後至彌勒佛降誕前的無佛時代，自誓於五濁惡世，度盡沉淪於地獄、餓鬼、畜生諸道中的眾生。並發「地獄不



地藏菩薩像 清代木刻，一手持寶珠，一手握錫杖

空，誓不成佛」、「眾生度盡，方證菩提」的慈悲憐愍之廣大誓願。信眾只要念誦其聖號，禮拜供奉其聖像，就能得到無量功德的救濟。

中國寺院的地藏菩薩像，一般為內祕菩薩行，外現沙門像，大多為光頭或戴毘盧冠，身披袈裟的出家僧人相。左手持寶珠，右手執錫杖，或坐或立於蓮花上。地藏菩薩以悲願力救度一切眾生，尤其對地獄中之罪苦眾生特別悲愍，為了使五濁惡世眾生能深信因果，尊敬三寶，所以顯現出家之僧相。相傳地藏菩薩降誕為新羅國王族（今韓國），姓金，名喬覺，出家後於唐代來到安徽九華山修道，金喬覺示寂後被認為是地藏菩薩的化身，九華山為其應化說法之道場。



維摩詰居士像 唐代 敦煌壁畫

維摩詰居士

維摩詰又稱毘摩羅詰，意為無垢稱、淨名。為佛陀之在家弟子，是古印度毘舍離城的長者，他精通大乘佛教義理，修為高遠，雖在俗塵，家境富有，婢僕成群，生活豪華，但經常出入尋常百姓、青樓酒肆，為教化眾生而行方便。

據《維摩詰經》載，彼嘗稱病，但云其病是「以眾生病，是故我病」，待佛陀請文殊菩薩及諸弟子前往問疾探訪。在維摩詰居士的丈室裏，文殊菩薩和維摩詰居士，以種種問答，敷演大乘佛教義理。文殊菩薩和維摩詰居士的智慧博學、無礙辯才，令佛弟子們讚嘆崇敬。

維摩詰居士像，常表現為睿智博學的長者，頭戴帽，身穿漢式袍服，左手執扇，目光炯炯有神，正視前方的文殊菩薩。維摩詰之居室方廣一丈，身旁常有天女、化菩薩和弟子等。

引路菩薩

接引信眾往生極樂淨土的菩薩，反映世人祈望藉菩薩的慈悲願力，指引臨終往生者到嚮往的淨土世界。通常引路菩薩容貌慈祥，身穿華麗衣裳，配飾瓔珞，右手持香爐，左手舉幡，足踩蓮花，帶領後方信眾，隨祥雲前往上方極樂淨土。敦煌保存有數幅唐代至宋代引路菩薩絹畫。



引路菩薩 五代 絹畫

Used vs. Loved 被用 vs. 被愛

鄭振煌譯

While a man was polishing his new car, his 6yr old son picked up a stone and scratched lines on the side of the car. In anger, the man took the child's hand and hit it many times; not realizing he was using a wrench. At the hospital, the child lost all his fingers due to multiple fractures. When the child saw his father.....with painful eyes he asked, 'Dad when will my fingers grow back?' The man was so hurt and speechless; he went back to his car and kicked it a lot of times. Devastated by his own actions.....sitting in front of that car he looked at the scratches; the child had written 'LOVE YOU DAD'. The next day that man committed suicide.

有一個人正在清洗他的新車，他的六歲兒子拿起石頭，在車子的側面畫。一氣之下，那個人抓住孩子的手，狠狠地打；他沒有想到手裡拿的是扳手。小孩子被送到醫院後，

手指頭因為被打碎了，只好全部鋸掉。……孩子以痛苦的眼神問：「爸爸！我的手指頭什麼時候長回來？」那個人心如刀割，一句話也講不出來；他回到車子旁邊，手打腳踢。後悔不已的他……坐在車子前面看著刮痕；孩子寫的是「我愛你，爸爸」。隔天，那個人自殺了。

Anger and Love have no limits; choose the latter to have a beautiful, lovely life..... Things are to be used and people are to be loved. But the problem in today's world is that, People are used and things are loved.....

忿怒和愛沒有界線；選擇後者，才能享有美麗、可愛的生活……東西是要被用的，人是要被愛的。但當今世界的問題是：人被用了，而東西被愛了。

Let's be careful to keep this thought in

mind: Things are to be used, but People are to be loved.

讓我們記住這個觀念：東西是要被用的，但人是要被愛的。

Watch your thoughts; they become words.

Watch your words; they become actions.

Watch your actions; they become habits.

Watch your habits; they become character.

Watch your character; it becomes your destiny.

小心你的念頭，它們會變成語言。

小心你的語言，它們會變成行動。

小心你的行動，它們會變成習慣。

小心你的習慣，它們會變成性格。

小心你的性格，它們會變成命運。

Do you know the relationship between your two eyes? They blink together, move together, cry together, see things together & sleep together, even though they never see each other.

你知道你的兩隻眼睛之間的關係嗎？它們一起眨，一起動，一起哭，一起看，一起睡，即使它們從來沒有看過對方。

Friendship should be just like that! Life is vanity without FRIENDS. IT'S "WORLD BEST FRIENDS WEEK". Who is your best friend?

友誼應該像那個樣子！沒有朋友，生命是荒蕪的。這是「世界最好朋友週」。誰是你最好的朋友？



茂
茶



念誦諸法暨衍生問題改善之概說（一）

圓光

壹、前言

我佛慈悲，諸佛菩薩各發行願，化現於八萬四千法門中，隨順眾生，應緣度化，饒益諸有情。佛諺云：佛法不離世間法。雖然吾等應依「了義法」，而不依「不了義法」，但有些隱覆實義之「權便、權巧」之法而予眾生諸多方便。雖非究竟解脫之「出世間法」，然在日常生活中卻常為運用，使身、心、靈之羈滯、牽繫得以舒解、改善，甚或解除困縛、消弭鬱結，能獲目前之健康、愉快、美好。故有：佛法不離「世間法」之云。藉由權便諸法導引，漸次趣入解脫之門。

吾人每於學習中從事工作，復於工作中常學習，人際間彼此「教學相長」，於學習中獲悉工作方法，從工作磨練中換取經驗，而於經驗中得到成功要領。若不幸失敗，則記取教訓，從經驗或教訓中頓然啟蒙開明，不斷改善工作方法，乃至精益求精，深解方法要領，藉（借）力使力，以四兩撥千斤，使更臻完美，終獲圓滿

成就。

各種語、文皆有文法，論述寫作之章法結撰多以「啟、承、轉、合」之結構佈局，佛學、佛法亦復如是。不論經律論三藏十二部或顯、密、禪之各門佛法等亦然。若能符合應具之邏輯要件，依法如儀，皆有其共振和鳴的效應。

故說，信仰要建立在學術基礎上，修行、度眾尤應常隨佛學以「信、解、行、願、證」逐一漸進，以信慧破邪見、斷無明，先「信」樂其法，次了「解」其法，再依其法而修習其「行」，而後又普發菩提心，「願」為利益眾生，救度其離苦得樂，唯願自他終能修「證」菩提，成就佛果。若無具備學術基礎之信仰，並非「智信」，即非「正信」，將會淪致「迷信」，復在「貪、瞋、癡、慢、疑」五毒熾然，並及七垢：「欲垢、見垢、疑垢、慢垢、憍垢、隨眠垢、慳垢」等七種煩惱蔽障之下，產生不良效應或負面作用，乃至犯忌過愆，妄造三業諸障之因，緣生輪迴果

報，令諸眾生苦趣解脫無期。

佛陀或今昔歷代祖師、高僧大德、清淨賢聖僧……，慈悲垂愍，常以演音告誡、誨諭眾生，學佛之人首要「直心」自省、開誠自恣以佈公、常存慚愧懺悔之心、真心懺悔、棄惡從善，先行自心清淨，返諸自性本然。「直心」者乃質直無諂、真心、誠實心之謂，發心之初當始於誠實，正直真實，為萬行之本。故說，直心是道場，是菩薩淨土。

故凡初始，以祛「五毒」、「七垢」，再除「煩惱障、業障、生障、法障、所知障」等五障，而在諸行之中當不犯「殺生、偷盜、邪淫（淫亂）、妄語、飲酒（甚或酗酒）」等五惡。並行「四念住」，常住於「四念處」，以「身、受、心、法」建立或生起正念，是謂四念住或四念處。「四念處」即：（一）身念處：觀身為不淨。（二）受念處：觀受為苦。（三）心念處：觀心為無常。（四）法念處：觀法為無我。

更進而行「住十念處」，於「四念處」外，另又有「六念處」，即（五）境界念處：於諸可意、不可意之境界，觀察其虛偽之相，而不生貪恚。（六）阿蘭若念處：阿蘭若譯為閑靜處，又作無諍處，為比丘之住處，菩薩住阿蘭若，念欲修如理之寂

靜無諍行。（七）都邑聚落念處：即若入都邑（城鎮）聚落，念欲遠離博奕（賭注、賭博）、酒肆（酒家、酒廊）、歌舞（歌伎、舞廳）等一切非行。（八）名聞利養處：即於名聞利養之處，觀其假相，一念不起執著之心。（九）如來學門念處：即念如來所學之法門，常勤修加行之。（十）斷諸煩惱念處：即念欲修習正智，斷一切之煩惱。共計「十念處」。以先行「四念處」，進而又行「六念處」，信解全行共「十念處」，令「住」於所觀之處，能使自性清淨，還諸本然。行持之中，當以行「住十念處」而加行念佛、持咒、誦（背誦、朗讀）經，統名「念誦」。

若能持名憶想（記憶觀想）念佛或憶想本尊而憶持（記憶受持）心咒真詮，定慧相應相生、心佛相印、一念相續，雖得以權便、善巧過渡，乃至返念念自性，自然不假方便，從「有相」念佛、持咒三昧（心中尚有佛號、心咒）到「無相」念佛、持咒三昧（念佛、持咒與定相應時，佛號、心咒不起，但心不離佛、不離咒，當下雖無語文，但彼佛、心咒充滿心中，一念相續，清晰了然），乃至自得心開（明心見性），趣入「實相」念佛、持咒三昧境界。每於當下即念返觀、專注一境，返念念、返

觀自觀。

初以聞佛稱佛，次行憶佛念佛，念極而忘，忘極而化。持咒亦然，初始聞咒持咒，次行憶想本尊憶念持咒，念極亦忘、忘極亦化。

綜上所提「念誦」，其相關諸法，在今昔之清淨賢聖僧於一般法會、大型場地集會或電視佛教節目中之各型開示或佛學講座，或有緇素祖師大德、護法居士之論說著作，多有論述甚詳。諸等三昧境相，唯證方得明了，如人飲水，冷暖自知。我既未證，焉能妄說，恕不贅言。茲於本文中擬就念佛、持咒、誦經諸法暨部份小節之個人拙見粗解，略述一二，誠謹以為供養，聊作參考。

貳、念佛持咒之常習見識與方式

一、攝心持念 趣入三昧

有些人稱念佛號、持念心咒真詮（言）時，喜歡以念珠、手珠、計數器、火柴棒等，用於統計稱念佛號或持咒之數量多寡。甚至把念珠的母珠外加兩小串之十個小珠子（象徵代表佛陀十大弟子或十地菩薩之義），或以印如「蓮花、金剛塔（或稱如意七寶塔）」、「佛」字，其中劃上許多小圓圈，每持念幾遍就用紅筆塗點以為註記，日夜精勤持念，令人讚歎。但我個人認為此法，僅適用於初機持

念的過渡時期。緣以其口稱持念時，還要「分心」他處，用手撥弄珠子或按計數器，有的甚至目視珠子或計數器之異動，以其心、手、眼等著重他處，隨物移動而心生浮動，無法匯集一念，「攝心」念佛持咒，顯然以「口」稱唸而已。難以專注一念或定慧相生相應、心佛相印，故難達持念「三昧」（即出家味、讀誦味、坐禪味），甚至趣入持念「三昧」（舊稱三昧、三摩提、三摩帝）。

「三昧」譯曰：「言定、正受、調直定、正心行處、息慮凝心。」心定於一處而不動，故曰定。正受所觀之法，故曰正受。調心之暴、直心之曲、定心之散，故曰調直定。正心之行動，使合法之依處，故曰正心行處。息止緣慮、凝結心念，故曰息慮凝心。

《大智度論》五曰：「善心一處住不動，是名三昧。」《大智度論》廿三又曰：「一切禪定攝心，皆名為三摩提，秦言正心行處。是心從無始世界來，常曲不端，得是正心行處，心則端直；譬如蛇行常曲，入竹筒中則直。」以權便初入有相念佛、持咒三昧，依次不假權便而進入無相念佛、持咒三昧，爾後趣入（優入）實相念佛、持咒三昧。

二、以時計算 一心持念

為此，擬建議改變念佛、持咒之方法，概述如次，謹供參考。即以個人習常之持念速度，可先以念珠或計數器，以一小時計算，瞭解此期間其持念大約幾稱（次），以後持念則以「時」計算，即知數量。如此可於持念期間一心不亂地執於一念，攝心念佛、持咒，較能達到一心持念之理想方法。不會因撥弄珠子、按下計數器或作記號、目視隨異動而令心浮動，致中斷攝心禪定之昇華契機。

三、一心不亂 持念於「玄關處」或「交會處」

持念之計數以「時」計算或隨緣不計數，於日夜二六時中可用之時間，充份應用，在心無罣礙計算數量之下，能更臻專心念佛、持咒。初始宜於每出一字一句，皆憶想、憶念、憶持於「玄關處」，進而展延至玄關與腦心之「交會處」（註1）之位置。觀想（一）此處即口，於此處在動。（二）音聲從此口發出。（三）此處亦耳，於此聽音。（四）此處即眼，然肉眼雖閉合，卻以此「玄關處」（天眼等九眼處）（註2）觀世間，作如是等四種觀想會於一處，即眼、亦口、亦音聲出、亦耳聞音。肉眼雖閉，然以本真空諦一切智的「慧眼」觀之，一切攝心執一念相融為一，最後必唯聞音聲於心念中，一切初入

「有相念佛（持咒）三昧」，則能一心不亂，執持名號或心咒真詮。進而不假方便，逐次趣入「無相念佛（持咒）三昧」與「實相念佛（持咒）三昧」之禪悅法喜中。

附註：

（註1）交會處：眉心（玄關）之水平線內移約三指處與百會穴正下方之腦中心之直角「交會點」。舊譯名「阿摩羅識」，為第八識阿賴耶識之外別有此識，即九識（註4）中之第九識，作阿摩羅識或菴摩羅識。華譯為無垢，即清淨無垢之識，故稱無垢識或清淨識、真如識。即真如、真心、直心。新譯者謂「阿摩羅識」是“阿賴耶識”果上之名。唯識論三舉第八識之異名，或無垢識、最極清淨。

（註2）玄關處：即兩眉之間的天庭穴，又通稱如次：

- ①天眼：色界天人所有之眼，見一切眾生之心故。人中修禪定可得之，不問遠近內外晝夜皆能得見。
- ②慧眼：謂二乘之人，見一切眾生諸根境界故，能照見真空無相之理的智慧，為空諦一切智。
- ③法眼：謂菩薩為度眾生，見一切法之實相故，能照見一切

法門之智慧。

- ④智眼：謂菩薩見一切法之實相故，能照見一切法門之智慧。另開出「智眼」。
- ⑤佛眼：佛陀身中，見如來之十力（註3）故。
- ⑥光明眼：佛陀身中，具備肉眼及前述諸眼，見佛之光明故，另開出「光明眼」。
- ⑦無礙眼：所見無礙故。
- ⑧一切智眼：又曰普眼，見普門之法界故。
- ⑨出生死眼：見涅槃故。等九眼之處。

上述諸眼連同⑩肉眼，共計「十眼」。自「法眼」之後，乃至「出生死眼」等七種眼，能達前後左右上下全方位三百六十度無眼界、無意識界之普視法界的境地。

（註3）如來十力：①知覺處非處（事物之道理、非道理）之智力。②知眾生三世因果業報之智力。③知禪定及解脫三昧之智力。④知眾生根性勝劣與得果多少之智力。⑤知眾生各種知解之智力。⑥知眾生各種境界不同之智力。⑦知眾生行道因果之智力。⑧以天眼，乃至佛眼見眾生生死與善惡而無礙之智力。⑨知眾生宿命及知無漏涅槃之智力。⑩知永斷不生一切妄惑餘氣，能如實知之的智力。

（註4）九識：①眼識、②耳識、③鼻識、④舌識、⑤身識、⑥意識、⑦末那識、⑧阿賴耶識、⑨阿摩羅識。

四、持念三昧 體用雙運

若能如上之方式念佛、持咒而趣（優）入於「有相」、「無相」或「實相」之「念佛、持咒」三昧。尚可試圖隨喜觀想於「頂門（百會穴）、心窩（膻中穴）、掌心（內勞宮）、耳朵（耳門），乃至膝眼（膝蓋中間處）、天突穴（喉結下方凹陷處）或其他穴道、隨身毛孔之處，攝心一念以行持（念佛或持咒），諒必有不同的體驗與諸相（有相、無相、實相）持念三昧之妙用。以體用雙運，之所以能千手千眼或天眼…、法眼…。能常念處而念住、無念而住念處，能念極而忘、忘極而化，諒可心性自開、明心見性，而能深解「心經」之……無眼界，乃至無意識界之空諦妙義、真空妙有真實義。

五、攝心一念 生活常習

持念既已養成攝心一念，移作日常生活中亦養成攝心念於「玄關處」，得展延至玄關與腦心之「交會處」（見前「註1」），以「目視、口動、音出、耳聞」等皆專注一念同會一處，終能無念而住念處。於誦讀經典或各種看、聽、說、讀、寫及飲食、靜坐、休息等，類推於行、住、

坐、臥各項生活節奏中。除了能隨時隨境「都攝六根」於一念心，不使散亂，能令萬魔邪眾不侵，更有助於各種學佛修持之進程，促使早日成就。因常習滌慮凝心、攝心一念，凝神聚氣成流，氣脈流暢。建請「多喝水」，有助於排除「淤氣、廢氣、病氣、濁氣、穢氣、瘴氣、晦氣、陰氣」而達增進血液循環、淨濾益身之效。

六、即生法喜 懺悔感恩

隨時隨境以五種發心：（一）「即生法喜心」：每個當下均以歡喜心面對一切；（二）「慚愧心」：祛除高慢心，代以謙虛就教之心；（三）「懺悔心」：真心至誠向諸佛菩薩求哀懺悔，改過遷善，祈求赦免罪業、消滅過愆，也向魔障冤親懇求寬諒、解冤釋結；（四）「感恩心」：感恩佛法僧三寶恩、國土（國家）恩、九玄七祖、父母、恩公、師長恩、眾生恩。尤為強調者，除了感恩萬德垂慈加被和赦罪消愆之鴻恩外，也感恩眾生之助緣和魔障冤親之寬諒不究、解冤釋結等之恩澤，以及累劫今生曾為我關懷而所作之各種祈願、請願、許願、發願者暨尚未予以還願報恩之萬德龍天神祇聖眾，均此至誠感恩；（五）「解冤釋結心」：以真心至誠發願，對於累劫今生曾在身、口、意三業中加諸傷害於我之親屬戚友或其他眾

生，表示不計較新仇舊恨，一切寬恕化為空無，從此解冤釋結。

即以諸上「五種發心」，並以諸行無常、諸法無我、寂靜涅槃等「三法印」之心，另加上第四法印專為論說一切有為法皆苦之心的「苦法印」。依諸等「四法印」，以「至誠心」，專心誠實，依教諸惡莫作、眾善奉行。並對自己以降服自心，發深廣、清淨的「信願心」，真如妙性上深信因果之「深心」，深信成佛之因、成佛之果。並以對外行「迴向發願心」，斷見思惑、斷障生慧，真心離念，增長出離心，發覺道之心、發成佛之心、發成就菩提心，上求佛道、下化眾生，誓願普發菩提心，以慈悲喜捨四無量心為作大平等、無遮無別之普施，而行六度萬行。

故若有有如上的各種心，菩提心自然生起。又普發菩提心時，方能有普發「各種發心」，是互為因果。精進行以持念，並於完結時，普迴向以此念誦（念佛、持咒、誦經）之功德善利普供養萬德龍天，以真心、慚愧、懺悔之心向諸佛菩薩求哀懺悔，祈求赦罪消愆。也向魔障冤親懇請寬諒、不予追究、解冤釋結，並以感恩的心，感恩諸等鴻恩（諸如上述）。並以「解冤釋結心」，對於累世今生對我們加諸傷害的眾生之新仇舊恨給

予寬恕，則自他彼此即能互為感動而相互解冤釋結。

平時更嚴以律己、寬以待人、多良言、不惡語、理直而心氣平和，不尖酸刻薄，得理且有饒人處。更以菩提心普迴向，悉令我本人或親屬戚友的魔障冤親、九玄七祖、恩公師長和一切法界眾生皆能萬緣放下、棄惡從善、戒殺護生、解冤釋結、離苦得樂、往生諸佛淨土。並普迴向祈願佛弟子我本人或親屬戚友，皆能福慧增長，魔障、病難、煩惱盡消除，日夜二六時中恆吉祥，學佛修持速得成就，弘法利生隨心滿願與成就。

七、自修功德 攝受佛慈

能攝心持念時，自修功德力會一直提升，持續累積，同時也攝受到佛菩薩聖德願力之加持和法界性界力的源源不斷地從頂門、玄關處、心窩處、掌心處，乃至全身毛孔等處灌入體內，遍滿全身，週身持續溫熱，甚至熾熱發燙，為時久久不去。若為辦理特殊法事時，更蒙萬德垂慈加持相挺，渾身熾熱到汗流衣濕，該期間要經常補充水分，歷經幾分鐘、幾十分鐘或幾小時，甚或七、八小時，直至法事圓滿後熾熱隨即很快褪去。

這些能量依個人修持方法（或其他力助緣協導）和精進而增長蘊蓄。其最能釋出能量的部位在眼睛、玄關

處、手掌心和手之中指、食指、姆指等之指尖。是故，持念時可以將手掌心或指尖置於身體病痛之處，如五臟（心、肝、脾、肺、腎等五種內臟）、六腑（胃、膽、三焦、膀胱、大腸、小腸等器官）或其他疼痛部位，放空不作觀想，即有以能量改善、自癒之效果；或有不慎輕度受傷流血（或流鼻血）時，只要手指尖輕輕碰觸患處旁（或鼻頭），即有立刻止血之效，可見能量之妙用，人皆有之，唯能量各異。若為重大傷害，則應當依醫護程序處理之。

八、逆向增上 攝心一念

俗云：「逆向操作，可得逆增上緣。」因此，行者念佛、持咒時可以選擇（或製造）一個嘈雜的環境，在鬧中持念之。例如：在音樂歌曲或吵雜聲中視為佛曲或無礙而念佛或持咒，可鍛鍊增進出離與攝心定力。否則一旦有嘈雜環境就容易被「鬧境」所轉。常加演練後，以息止緣慮、凝結心念，終會將雜音排除在耳根之外，攝心一念，一心持念。

九、持念禮佛 助益身心

心念放空禮佛，能令清心淨慮。或以一面持念一面禮佛（速度愈慢愈好，任由個人或團體選用）有數種方式：（一）以「默念」佛號或「默持」咒語的方式來禮佛，先吸滿

「氣」後，緩慢地拜下禮佛，同時慢慢地吐氣，留二分氣後閉氣，攝心持念不斷。少頃，慢慢起身，同時緩慢吸氣、持念如前不斷，一念相續，直立定位時也同時吸滿氣。再次拜下禮佛，方式同前，週而復始，只管拜下是吐氣，起身是吸氣，稱念是一念相續，相關速度自行調整。（二）以口「出聲音」和「默念」（或默持）混合方式念佛（或持咒）來禮佛。即「默念」或「默持」時吸氣，吸滿後拜下禮佛，同時出聲口稱心念一句「南無阿彌陀佛（或四字）」佛號（或咒語），動作照一般速度，即可同時自然吐氣。稱念畢，即止音息念閉氣翻掌；少頃，起身時（仍照一般速度）開始默念一句佛號（或默持咒語），同時以常速吸氣，回返直立定位時亦同時吸滿氣。再次拜下禮佛，同時口稱心念，相關動作亦復同前。動作宜慢，稱念速度配合動作。可以調息運氣、舒筋活血，很快就全身暖熱，促進血液循環，增進面色紅潤光澤。（三）拜下之際，止音息念閉氣翻掌禮佛時，得作簡易懺悔（例如：我今真心懺悔累劫所造身口意三業，祈請萬德（諸佛菩薩）赦罪消愆，令我三業消除、三業清淨），懺悔法節中可吸氣、吐氣。懺悔畢起身同時吸氣。



十、掩耳念誦 開發潛能

改作以腹式呼吸法，習以為常則成自然，可增加吸氣容量。稱念或持誦時比較有內力與持續力，音聲從丹田出，能使音量較宏大持久。以兩手之掌心成凹窩狀緊密掩住耳朵，稱念佛號、持咒或讀誦。譬如，持念「唵（音：ムム、甕、噲）嘛呢叭（音：ムヘ）彌吽（音：ムムム、轟）」，其音作宏亮如「洪鐘」音聲，同時將手掌心變化鬆緊移動找尋迴音震盪最大的適切位置，持念時必有深刻體驗。會使腦部產生共鳴，可使腦部細胞活性化，減緩老化；同時可促使開發腦部另一個區塊的潛能，亦即開發潛能，增進智能，能使聰明、開智慧。持念時之心念等均會集於「玄關處」或「交會處」，即「阿摩羅識處」。

（未完待續）

對於現代佛教的淺見（一）

鄭秋雄

一、佛教平等觀

在媒體上看到佛教界一些名人或法師之作，發表有關佛教男女平等觀。文中意味著佛陀的經教（佛法），對於男女平等之見有所欠缺，故對於男女平等之事極力爭取。

佛教徒對於佛法應該有一個最基本的認同，佛法是要教導眾生徹底了脫煩惱、見性成佛的善巧方便法門，這也是釋迦牟尼佛大慈大悲的本懷。在佛法的基本觀念中沒有平等、不平等的事，佛法最根本的道理是建立在「一切皆空」的觀點，只有達到一切皆空的悟境，才能真正了脫煩惱。更妙的是，佛陀教導萬法本來皆空，不必學才能空，學與不學、承認與不承認都是一樣空。既然是一切皆空，如何還有平等、不平等之事？這才是真正的佛教平等觀。經典中到處都提到眾生平等之觀念，甚至於講到大地眾生悉具如來德性，有情、無情同圓種智的平等觀，何故懷疑？

佛法是釋迦牟尼佛在修行中實際經歷體會宇宙實相，他將實際現象和

道理說給弟子們聽，照著做就可了脫煩惱，達到常樂我淨的涅槃境界。佛弟子中有比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷四眾，世尊教導四眾都可成佛。四眾本性都是平等不二的空性，但由於多生累劫所積的無明妄念，所以顯出種種不同的形象，最大的分別就是男女相；即使男女不同之相，其本性都是空性，所謂平等性中的差別相，差別相中的平等性。佛教的平等觀是立足點平等的真平等，而不是追求表面平等的假平等。

佛經中提到比丘、比丘尼不同的戒律，比丘尼要守更嚴厲的戒律；佛陀因時、因地、因人制訂戒，沒有男女不平等的觀念。所有的經、律、論只是說出真正的實相，有較嚴格或較寬鬆的，從實相中體會各種習性不同，而立各種不同的方便法而已。《佛說寶雨經》提到：「一切女人身有五障。何等為五？一者、不得作轉輪聖王；二者、帝釋；三者、大梵天王；四者、阿鞞跋致菩薩；五者、如來。」這是宇宙中的實際現象，並不

是釋迦牟尼佛規定女性不能做的。《法華經》中，龍女八歲成佛的記載，已經很清楚說明這情形。

退一步來想，在實際的經驗中，男女怎麼平等呢？顯出男女性別的業種之條件會相同嗎？男女對事物之執著情形會一樣嗎？諸類的不同，怎麼可能用同類的方法教導呢？佛法是要成佛的法，並不是要給我們在這世界上玩票的戲論。各種不同的眾生由於習性不同，要守各種不同的戒，才能達到相同的成就，這是再公平不過的事情。如果不想成佛，無人會強迫其要守戒、修定、開智慧，所以不要徒增造口業誤導眾生的惡果。

二、人間佛教

佛陀傳的是人間佛法，如果不是要給人看得來、學得成、達得到，就會將佛法留在他方世界了。佛經中常提到「唯有一乘法，無二亦無三」，三乘之說已被釋迦牟尼佛否定，何來忍心再加天乘及人乘？天、人之境界都還在煩惱的此岸，還在隨業受報，涅槃的彼岸未過，乘願而往的能力未達，何能稱「乘」？

佛教徒不依照佛法努力實修，如果一直堅持凡夫的妄念，創造出一些新的名詞來惑眾，這種行為的目的無非是名與利兩種，雖自稱是佛教徒

而實際並非真佛教徒。佛經中所講的事和理都是釋迦牟尼佛在修行中所經歷或悟得，我們只要照佛陀的方法修證，一定能達到成佛的目標。願天下有志學佛者依於了義的佛經，不必為世俗之花俏戲論所迷惑。

三、生帶來 死帶去

在一般生活中常常會聽到「生不帶來，死不帶去」之語，尤其是一些宗教性團體的成員，及一些道貌岸然者之口。小時候不能理解這些話，因為弟弟、妹妹出生時，當然不可能帶東西來，老公公、婆婆過世時，也不可能帶東西去，這是很明顯的事。後來慢慢長大，從累積的經驗中得到結論，這些話只是要人「看得開、放得下」的場面話而已，並沒有實際的意義。

如果佛教界的大德也這樣說，這就不太應該了。如果生不帶來，每個人出生時，應該有同樣的命運才對，可是卻都有各自不同的情況，即使生在同一家中，也不一定有同樣容貌和性格；這就是生有帶來，且帶不同東西來的結果。如果死不帶去，這就是斷滅沒有來世，這樣的話，在這一世不必行善、離惡，不必求法、學道，不必成佛、菩薩；這種觀念是不管善、惡、無記或淨業都帶不走，避開



法律禁制，只要我高興就可以。

今者說「生不帶來，死不帶去」，只是拾前人牙慧，裝裝有學問而已。既然人人生而不同，則該虛心檢討，為什麼會有這樣的不同？想不通！看看佛經就可得到概念。佛經中談業、談心識、談十二因緣，將大義稍加會通，必然有不同的看法。

我們所做的任何事稱為業，也稱之為業行。一般來講，以身、口、意做善、惡、無記和淨業四種業，無論大小都完完全全記錄在個人的八識裡。從無始以來到當下一念，所有業的總和之表現就是目前的你，所以要注意我們的一舉一動。邪念剛生，面必有奸相；善意一發，顏必有慈容。觀其表，審其情，人焉廋哉。

當一報身已過，所有的業重新組合，最強者依次排列，在真如本性中自行畫出虛幻範圍叫作業種，候機緣

再轉生。真如本性是發生一切業的能力來源，也就是業因；業行包業因成為業種。業行清淨圓滿，畫個慈悲莊嚴相，成道作佛、菩薩；十善業具足，畫個天人模樣往生天界享樂；惡業滿貫，畫個三惡道眾生受苦；幾分善有些惡，畫個人樣再來人間一趟，自業自受，公平無欺。

任何人只要認為有來生，一定期望來生能更好。但來生能不能更好，不是用期望能達成的，而是要以行為做基礎。貪者使人窮，就是慳貪者來生很好的參考資料。所以今生是好是壞、是美是醜，都是前生我們自己畫好帶來的；來生是好是壞、是美是醜，我們正在籌畫著。努力一點吧！為「生帶來，死帶去」做準備。

**寧可孤寂證真如
不求邀眾惑自性**

生命真好 雙贏你的人生

高啟達

什麼是雙贏人生？

凡有生命就該歌詠，縱使卑微，存在的本身自有它的密意！

此生為人，絕非偶然。即此一生，可以換取永恆。因為是人，所以有能力知道這事！因為是人，所以有機會做到這事！

什麼事？就是「雙贏人生」。雙贏是指世間法和出世法雙贏，也就是說，做為一個人要當個快樂人，命終後又肯定可以到快樂的世界。

我們是在家人，世間事要工作生活，養老撫幼，我們得搞定它；搞不定它，生活煩惱叢生。出世法超越生死不再痛苦輪迴，我們也希望有份啊！所以說：「雙贏人生」。

我們真的需要在乎來生嗎？

一般是怎麼過一生的？大多數社會人負有許多責任義務，所以學習謀生的一技之長，於是幼年學習，成年工作，老年等死。整個生命活動過程，雖貧富貴賤不同，總不脫追求食色溫飽範圍（以這個層面來看還滿像

動物的）；高檔一點追求名利（地位、財富）二字吧！（看來這層面是穿衣服的動物）

有些人不願意渾渾噩噩過一生，追尋超脫的感覺，文學、藝術、哲學等等就成為生活的一部分。超脫的感覺確實讓生活中的食色慾望淡化，雖然煩惱少一些，意境高一些，但還沒涉及來生、永恆等議題。

可以不理會這個大議題嗎？現今大多數人不信有來生，只有少數人相信，相信的人會為以後打算，不信的人並不代表他沒有來生，不然水溝裡那麼多的細菌，腐肉上那麼多的微蟲，從哪出生？既然我們極可能從前生而來，我們也極可能有來生。我們回想這一生初次有自我意識，可決定想要做、不做什麼事時，已經是人了；下一生如果開始有自我意識，已是養雞場的雞時，我們該怎麼辦？

如果相信有來生是迷信，因為無法實驗，堅信沒有來生也是迷信，因為也無法實驗證實。在存疑的狀態下，選擇相信有來生，並做準備是較

有智慧的態度。

我們別太侷限世俗說法或自己感官覺知的世界。手機沒普遍以前，這個空間說有幾千個訊號在傳遞，您不會相信吧！現在一千支手機在這裡，卻是能收到個別的信號，所以對未知的事別太武斷去否定。

死亡這事距離還很遙遠嗎？小學的事感覺很遙遠嗎？不會吧！稍不經意，時間就匆匆流過了。再一次的不經意，死亡就近在咫尺！所以要及早正視這個真相。

為何要選用佛法來雙贏人生？

有些人不自滿足於文學、藝術生活的追求而思考來生，並且追求來生的幸福或者永生的幸福，這時進到宗教的層面。

為何我們要選擇佛教的方式追求來生幸福，而非其他宗教？在此需要明辨，佛教不是宗教，而是心靈覺醒的教育，覺醒自己真正的心。心本來是永恆快樂、光明自在的，佛教只是教導透過正確的方法讓心覺醒而已。佛教以外的宗教，其教義都主張有尊超能的神，相信祂、祈禱祂，現生可得到超乎科學、物理現象的恩典，命終後可到祂的國度享受永恆的快樂。佛教的教義，則是教導每個生命都有圓滿快樂的本覺（本有的覺性），現

生就可解除煩惱痛苦，擺脫無盡未來生生死死的輪轉，安住圓滿本覺。如果這個很困難做到，佛教也有一尊超能的阿彌陀佛，相信祂、祈禱祂，現生可得到超乎科學現象的好處，命終後可到祂的國度享受快樂；不過得繼續照佛陀教導的方法，解除煩惱痛苦，最後自己覺醒而成佛。

各個宗教都說「永恆的快樂」，「永恆」的概念，真能離開所有「感官」及「思維」而得嗎？不能。它不是用一個思想，如「神給我永恆」，就可以得到的。

以溫度為例，它就表現「感官」加「思維」的概念。在面前擺三桶水，右邊冰水，左邊熱水，中間常溫，把雙手分別浸入左右桶片刻，再一起浸入中間桶，這時是冷？是熱？冷、熱感覺是相對的，不會固定！（左手、右手不同答案）所以不會有永恆的熱，當更熱的出現，相對的熱就變為冷了。個子高、矮，時間長、短，永恆、瞬間不也是如此？冷熱、高矮、長短、永恆瞬間是相對二法，若能離開所有感官及思維而得的相對二法，就可以得到唯一、絕待的真心，也就是自己的佛心，也就是不生不滅心，這才是真正的永恆！

總之，雖然長久與永恆頗為類似，但終究不一樣。其他宗教所說的

永恆天堂，只是時日長久而已，終有止期。很久以前我們可能是在天堂，現在如何？請暫時相信，用佛法的方式來雙贏人生吧！

如何先贏此生？

我們不是出家人，都是社會人，與大多數人一樣肩負許多責任。然而我們骨子裡又與他們不同，我們對生命真相有所了解，對自己這生有所期許，使命雖很嚴肅，生活態度不妨輕鬆點。

學佛於日常中就能受益，而非完全在期待死後。就算很多宗教人期待死後，好像也沒那麼真心用功，淨空法師對他弟子說：「你們都說專心念佛往生西方，我要舉辦佛七保證班，七天後決定往生西方。參加前，大家先把後事交代好，我敢確定沒有一個人會來報名。」蘋果電腦創辦人賈伯斯也說：「基督徒都說很想上天堂，但是大家其實都希望能活著上天堂而非死後。」

我們是社會人，有機會學得佛法，除了命終時有把握不再生死輪迴痛苦之外，每天的生活也很重要，要起妙用讓生活變得愉快、變得有意義。這就是雙贏人生！

有個小學，同一班的學生，有一位學生心量小，處處覺得同學佔他便

宜，另一位心量寬，不太會計較，覺得同學都很好，兩位小孩回家向媽媽描述班上情形，聽來像不同班。這代表什麼？這代表我們只要轉個念，實質上就轉境了！這是真有可能做到的，像那心量寬的小孩，每一天都快樂啊！

美國有一本書《POSITIVE THINKING》直翻是正面思考，當時中文翻成《人生的光明面》，前幾年有一團體提倡「一念之轉」就是在教導這議題。釋迦牟尼佛更用智慧教導弟子，他說：「比丘們！一般人遇到生理上的各種苦痛，甚至於有致命之虞時，心裡禁不住地生起悲傷憂愁、痛苦怨嘆，繼而憤怒迷亂而失去理智。這時，有兩種感受會交相增長蔓延，那就是『身受』與『心受』。這種情形，就像有人中了一支毒箭，接著馬上又中了第二支，成了苦上加苦的雙重痛苦。比丘們！有修有證的聖弟子就不一樣了，當他們遇到生理上的各種苦痛，甚至於有致命之虞時，心裡不起悲傷憂愁、不痛苦怨嘆、不憤怒迷亂，所以不會失去理智。這時，他只有一種感受，那就是『身受』，而沒有『心受』。這種情形，就像只中了一支毒箭，不再中第二支。他們心不染著，所以不會成為情緒煩惱的奴隸。他們是不被生老病

死、憂悲惱苦牽絆的聖弟子。」（以上引用《阿含經故事選》莊春江編著）

釋迦牟尼佛的教導，內容有些深奧。我們先練習日常生活轉個念，不要生氣，就很夠用了。生氣，其實是用別人的錯來折磨自己；不過，不想生氣，說的容易，做到難。試著每次改變憤怒強度的百分之一，這就不會難了吧！從百分之一練習，每天生活開始不同。

轉念，如何轉念？我們可以在憤怒衝動念生起時，心中唸阿彌陀佛或六字大明咒（ON MA NI BE ME HON）；再起再唸，讓衝動漸輕，這就是轉念。如果真的一時轉不過來，暫時離開現場吧！也是一個方法。

知道嗎？我們的心念其實一次只能一念，排序相接不停如瀑流。孔子曰：「逝者如斯，不捨晝夜。」我們的念頭一直冒出，不管白天、晚上都不停止。將時間切成很小的單位時（稱為剎那），就知道我們的心念一次只能一個念。平常我們好像同時可想許多事，那是各種不同類組的念頭，隔次出現。每次雖只出現一個，但速度太快，讓我們覺得好像同時可想兩件事。當我們心中唸佛的那一剎那，憤怒念是不起的，但下一剎那，憤怒念



又起了；我們常常練心念，讓憤怒念漸輕，這就是轉念的基本原理。

數 1234 可不可以呢？可以的，有用的，就像「正向思考」的書籍教導的方法一樣有效。但佛號或六字大明咒有特殊加持力，更易轉念。唸哈里路亞也有宗教加持力，但嚴格來說祂不具永恆性，所以還是以唸阿彌陀佛或六字大明咒較為究竟。

心靈的鍛鍊，肯定在日常生活中受益，釋迦牟尼佛當年正是如此教導弟子：「比丘們！一般凡夫，都只從一些細瑣、微小、世俗的戒行，例如五戒、十善、儉樸嚴謹的正命生活、乞食、不蓄積財物等來讚歎如來而已，不能從如來所證得的深奧、微

妙、大光明之法這一方面來讚歎佛陀。只有從如來所證得的深奧、微妙、大光明之法來讚歎，才是真正如實的讚歎如來。」透過佛教正確的修行，心靈是可以得到光明、喜悅與自在的。

修行的方法，除了常常用阿彌陀佛或六字大明咒替代自己不善的念之外，還要常常練習寬恕別人，他人縱使有錯，可以告知他改善，但要練習情緒不激動、不受影響。

每晚睡前，心中對空祈求觀世音菩薩或阿彌陀佛，保佑你及你關心的人一切美好。這很重要，虔誠心會與菩薩相應，得到加持，這是我們凡夫不可能理解的事，但是受惠無窮。祈求其他宗教的神也可以，同樣會有超科學現象的恩典，但是由於安樂並非永恆，只是很久而已，還是會有終盡時，所以要有智慧抉擇。

我們天天與菩薩相應，心念會受到菩薩加持，漸漸光明面增廣，心氣變強，運勢就漸轉。目前看來並不科學，將來卻會被認為尖端科學，與「量子力學」及「質能互換」的研究領域相關。

佛法的效用，除了轉自己的念外，也可幫助他人

有本書《念力的祕密》，它的內

容是以普林斯頓大學、麻省理工學院、史丹佛大學和其他世界知名大學的尖端實驗為基礎，揭示整個宇宙是由一個浩瀚的量子能量場互相連接。心思意念可以產生具體能量，如果善加利用，這種能量不但可以改善個人生活，而且足以改變世界。

在《念力的祕密》中，國際知名的暢銷作家琳恩·麥塔格特以其第一部作品《場：宇宙祕密力量的探尋》（The Field: The Quest for the Secret of the Universe）為基礎。這本書促使我們重新省思人與外界的關係，證明每個人都是與所有人和萬事萬物互相關連的。所以我們對自己的每一個起心動念，都要知道正在發射有影響作用力的波。

如果在啟動心念時候，不再侷限自我，有利他的意念，轉動影響力就更大，所以高貴的情操是有感染力的。利他不會很難，一般人肯定很生疏，長久以來太習慣於利己，其實利他的心，在心靈的提升上佔有重要的地位，自己的心量會因此而開展。我們練習利他的心念，只要開始發一點利他的心，心光漸顯、漸有影響力；每日修練，心量變寬，煩惱日日變少，漸漸容易寬以待人，周圍的人感受愉悅，也會以愉悅心回應；善意回報越多，運勢也會變越好，整個社會

寬心人變多，社會善業互動的頻率變高，社會趨向溫馨和諧！我們的生活不是也會變得比較幸福嗎？利他是件非常有意義的事，修練心靈也要加入利他的成分。

要為此生結束後打算

到底有沒有來生？現代科學尚未能驗證，但是如果說相信有來生是迷信，那麼堅信沒有來生也是迷信。在存疑的狀態下，選擇相信有來生並做準備是較有智慧的態度。

筆者小學四年級時祖父過世，祖母與他感情很好，到處打聽通靈人，後來經朋友介紹金山一位老太太。祖母帶我和我哥從台北搭巴士到金山，祖母照著地址找到一處民宅，進去後有好多人，祖母說明來意，那位老太太說：「今天沒辦法，妳看那麼多人在排隊。」祖母說：「我們遠從台北市坐車來，可不可以特別幫忙一下？」老太太想了一下，勉強同意。輪到我們時，老太太要祖母報祖父的姓名、地址、生辰八字及死亡時日之後，口中念念有詞，片刻後突然歇斯底里講話聲轉成男生，叫喚祖母名字，祖母與之對談，我坐在旁邊聽。我最驚訝附身的祖父談家裡的細節，提起沒有一起來的家人名字，這完全不能作假。當時讓我幼小的心靈百思

不解，跑到那麼遠的陌生人家，怎麼會知道我家裡的一切？另外還有西洋的催眠術，受催眠的人經常有憶起前世的情形，有心人查證，真有其事者亦有案例可尋。

所以，若不學佛，未來要經歷無窮的生生死死。其實未來的苦樂重要性遠超過今生，只是我們不相信有來生或者不在乎而已！雖然如此，我們還是當作有來生吧！作法很簡單，隨時隨地修練轉念，睡前真誠祈禱，這已讓我們天天有很好的受用了！

以此修法為基礎，祈禱時再加一個發願：「我今生命終後，願意往生到阿彌陀佛的極樂世界。」這樣就可以了！極樂世界是怎樣的一個世界呢？讀《阿彌陀經》即知是一個愉快光明的世界，在愉悅中自然開悟佛性，一直到永恆成佛。大家不用怕，往生極樂並非是到那邊當和尚過苦日子，別誤解了，《阿彌陀經》沒這樣說！

為何命終後要去極樂世界，而非其他宗教的天堂？這一定要弄清楚。我們是追求永恆的快樂？還是追求長久的快樂？若只是談長久，一定有終止期，那終止期之後呢？別認為沒關係，反正還很長久。要知道我們現在的處境，就是從很久以前的快樂變成現在！再久都會結束。一定要追求永

恆，長久與永恆大不同！什麼是永恆？真正永恆的基礎，離開相對的二法概念。相對二法的意思：現在感受熱，心中一定有個冷的概念作為比較；覺得高，一定有矮的概念，不然怎會有高的存在？同樣的，覺知時間長，必有時間短的概念。所以「永恆」、「永生」是以這種覺知功能而產生的，心中一定有個不永恆的概念存在。而因為比較而產生的概念不可能永存。

如果能離開概念覺知，不依賴相對比較，那個東西才是真永恆！而那個東西，其實就是真正的你自己，你只要覺醒，就是了！《心經》的不生不滅，就是這個！這是真正的你自己，沒有相對的時間概念束縛，所以超越生死；沒有相對的空間概念束縛，所以宇宙同體。

你就是佛！只差覺醒的修練而已。覺醒以前，我們以為身體加上意識思維是自己，這全落在相對二法，所以有生有滅，有得有失，煩惱無量！以這種離開概念覺知為基礎的宗教，才是正法。脫離這基礎，縱使有聖靈感動，也只不過超物理現象而已，時間上可能比人類壽命長百千倍，但不會是永恆的。

以上說的，如果太陌生不易懂，那就不用去懂，只要虔心發願往生極

樂世界就可以了，終究會成佛證到永恆快樂。

命終以後的事，現代人實在不太容易相信。比較簡單一點的方法，如果有一天你命終後，發現自己醒來又存在了，趕緊祈求阿彌陀佛或觀世音菩薩救度。平常要日日有念佛持咒，夜夜有真誠祈禱，才容易相應。

另外一個要注意的事，長輩過世，不管信不信，請讓他安適躺著，請為長輩念佛八小時後才送冰庫，這是盡孝心，別管科學不科學。

我們的心其實妙用無窮，別小看自己

心理學家大衛·R·霍金斯博士（Dr. David R. Hawkins）在其著的《Power vs. Force》直翻中文書名《能量與力量》，愛因斯坦的質能方程式說明：物質就是能量。

物理學家已經證明，世界所有的物體，都是由旋轉的微小粒子組成。這些粒子有著不同的振動頻率，粒子的振動使世界表現成目前的樣子。

我們人的身體也是如此，既然由微小粒子構成，人的身體也可測得振動頻率。科學家已經證明，人在不同的精神狀態下，身體會有不同的振動頻率，測量結果讓人大開眼界。

霍金斯博士通過 20 多年的研究表明，人的身體會隨著精神狀況而有



振動頻率的高低。他把人的心念分級到 1~1000 的範圍，任何導致人體的振動頻率，低於 200（20,000Hz）的是負面心念，而從 200 到 1000 的頻率則是正面心念。霍金斯博士發現，誠實、同情和理解，能增強一個人的意志力，改變身體中粒子的振動頻率，進而改善身心健康。邪念會導致最低的頻率，當你想著下流的邪念，就在削弱自己。漸高依次是惡念、冷漠、痛悔、害怕與焦慮、渴

求、發火和怨恨、傲慢，但這些全歸在負面的。信任的心念在 250 是中性的，信任有益於你。再往上的頻率，依次是溫和、樂觀、寬容、理智和理解、關愛和尊敬、高興。安詳、平靜和喜悅則在 600。神性或者開悟（enlightenment）在 700~1000。

霍金斯博士遇到過的最高頻率是 700，出現在他研究德蕾莎修女（1910~1997，獲 1997 年諾貝爾和平獎）的時候。當德蕾莎修女走進屋子裡的一瞬間，在場所有人的心中都充滿了幸福，她的出現使人們幾乎想不起任何雜念和怨恨。1000 被稱為是神性或正覺，這是絕對力量的頻率。

霍金斯博士運用人體運動學的基本原理，經過長期的臨床實驗，隨機選擇的測試對象，橫跨美國、加拿大、墨西哥、南美、北歐等地，包括各種不同種族、文化、行業、年齡的區別，累積了幾千人次和幾百萬筆數據資料，經過精密的統計分析之後，發現人類各種不同的意識層次，都有其相對應的振動頻率指數。現在摘錄其主要項目如下：

1. 神性或正覺：700~1000
2. 安詳喜樂：600
3. 寧靜喜悅：540
4. 愛與崇敬：500

5. 理性諒解：400
6. 寬容原諒：350
7. 希望樂觀：310
8. 中性信賴：250
9. 中性認知：200
10. 驕傲輕蔑：175
11. 憤怒仇恨：150
12. 渴愛慾望：125
13. 恐懼焦慮：100
14. 憂傷懊悔：75
15. 冷漠絕望：50
16. 罪惡譴責：30
17. 羞愧恥辱：20

最好玩的，他測了流行音樂對人的心念影響，都在 200 以下，是負面的。

從剛剛的數字，不難發現振動頻率指數高的，都具有利他的德性成分。如果我們時時讓心靈的念力信念，維持在正向的角度（大於 200），這種正向的心念不僅可以幫助自己，也可以幫助身邊的人。《念力的祕密》也提及，生物體基本上是由電子類的粒子組成的，所以任何磁力方向的改變，理應深深影響生物體的生理過程。人的心念轉動，以量子運動的過程影響自體，影響他體。以電磁波的理論而言，影響心理；以化學機制的理論而言，影響身體內分泌。禪修改變人的腦波型態，八個星

期的練習，讓腦部的快樂區得到活化。

所以心存善念、相信自己的念力，我們都可以用「好念」轉「好運」改變自己的人生。

大部分人都不曾認識自己的真心，可以是光明與愉悅。我們的心，一直忙著檢討過去、計劃未來，嚴重一點的說，就是懊悔過去、擔心未來，但是卻一直忽略現在。然而我們的一生卻是由一連串的現在所組成的，怎麼可以忽略每一個現在呢？記得曾帶一位長輩看畫展，他是很成功的生意人；看展的時候，一路規劃下一個路線，結束時他說沒看到名畫。許多人的一生不是也很像這縮影嗎？

俄國早期一位研究行為科學家巴洛夫，做了一個很有名的實驗——制約反應。各位都知道狗看到肉會情不自禁的流口水，稱做動物的制約反應，巴洛夫想知道，狗看到肉流口水的行為是可以改變的嗎？他實驗每次給狗吃肉同時就搖鈴，重複實驗一段時間後，狗聽到鈴聲即使沒看到肉也會流口水。為什麼？經過重複的訓練，狗已經產生新的制約反應現象。我們可能也差不多！手機鈴聲一響起，會知道自己是不是被制約的，而且我們的制約反應豈僅是手機而已！有人指著你的鼻子罵三字經，你恐怕

心跳加速準備打架，而且血壓飆升甚至中風。想克制自己不當它為一回事，很難吧！但是同樣的話罵美國人，他無動於衷不會中風，因為美國人有聽但沒聽懂，所以不起反應。我們的心可以自主地不起反應、不被制約，首先心靈要覺醒，用對的修練方法才能有自主能力。

要真修練，但可輕鬆做，受益無窮！

學佛是學快樂，學究竟永恆的快樂！

現代人在生活中，並沒有不許聽五月天唱歌或看職棒等。不過，類似嗑藥、性趴要禁止，因為嗑藥暫時快樂，身心卻會受傷，性趴只有短時快樂，但會導致男女關係複雜，而且低級。這些事若以長遠眼光來看，都是苦因。所以要有智慧自我約束。

每天修練心靈的方式，以佛號或明咒的心念取代衝動、怨恨等等負面心念，晚上睡前，祈禱阿彌陀佛或觀世音菩薩保佑自己及家人，就是這麼容易！但是要真的去做。只要發起心念，正向的作用，就已開始在我們的人生中發酵，修行這件事並不是說：「各位觀眾請注意，我要開始正式修行了！我要出家了！」修行的事只在當下一念之轉，不是我成功了或我失敗了，不是「零與一」的關係。

而是做了一點就改善了一點，一點一滴都會累積成甜美的果實！

釋迦牟尼佛回故鄉遊化，住在城南的樹園中。一天，佛陀的堂弟摩訶男居士來禮見佛陀，對佛陀說：「世尊！現在我們的家鄉，物產豐富，人口眾多而繁華，我每天在這裡進進出出，身旁常有狂奔的象、馬，橫衝直撞的人、車擦身而過，我常在想，不知哪天會被這些撞死，而死前又倉惶地忘失了念佛陀、念正法、念僧伽，我擔心像這樣的死法，不知道下一輩子會淪落到哪一道？出生到什麼地方去？」

佛陀回答：「摩訶男！不用害怕，你死後會出生到好的地方，不會淪落到三惡道，也不會有不好的報應。這就像一棵樹，從幼苗時就傾向東方生長，繼續長大時，還是一直朝東方傾斜生長，日後如果有人砍倒這棵樹，那麼，這棵樹會朝哪個方向倒下呢？」

「世尊！那當然是朝東方倒下嘍！」

「摩訶男！你也會一樣的。就像有人將裝有酥油的瓶子，丟到深水池中，瓶子當然會一直沈入水底，但那瓶中的酥油，終究會浮到水面上來一樣。摩訶男！長久以來，念佛陀、念正法、念僧伽，死後即使身體被火化



了，或被棄在墳場間，任由烏鴉、鷹鷲、野狗、土狼啃食，風吹、日曬、雨淋，久而久之，身體都化為塵土，但你的心靈經過長期薰陶，所建立起堅固的信仰、戒行、聞思、布施、智慧，會引領心識昇華，向於安樂美好之處。」（以上引用《阿含經故故事選》莊春江編著）

所以一句 ON MA NI BE ME HOM，一句阿彌陀佛，都能累積成我們離苦得究竟快樂的功德。

反過來說，都不做心靈覺醒修練的人，在他生活中一直在重複加深各種制約反應，就像一條狗鍊子，把自己層層綁住。心靈失去自主權，變成感官、慾望、衝動等等情緒的奴隸，

導致苦惱無量！

總而言之，可以輕鬆修練，但不能不修練！

舉一個例，芒果有多好吃，你沒吃過以前，讓一個人描述，能了解嗎？在一個池塘裡，春季過後一群蝌蚪悠哉遊樂，其中一隻先蛻變成青蛙，上岸繞了一圈，回來述說岸上風光，蝌蚪們會了解青蛙說什麼嗎？所以一定要親自修練，親自體會一下！

若是真的發心去做，單單只是一念之轉，我們的命運也將隨之而轉。如此才不會辜負我們今生為人的密意。那麼我們的存在，縱使在別人眼中多麼卑微，都是值得歌詠的！

甲午馬年談趣



巳蛇含珠除舊歲 駿馬獻瑞迎春來

癸巳蛇年這令人不安的一年終於過去了，自古以來人們都很畏懼蛇，不但上半年有許多地方發生天災人禍，而且下半年，鄰近的菲律賓因海燕颱風，暴雨成災，數千人無家可歸，迄今仍未恢復。不只是中東仍有恐怖攻擊事件，連一向善良的泰國竟也暴亂頻頻。

隨著蛇年的過去，接著而來的是馬年。馬是哺乳綱奇蹄目、性情溫馴而善走的草食性動物；頭小面長，耳殼直立，頭頸長而有鬣；尾叢生，長毛為總狀；四肢長，肢各一趾著地，趾端有蹄；草食性，故臼齒頗大，犬齒惟雄者有之，然亦甚小。馬的力氣大，耐力強，能跑遠，在四千年前已被人類馴養成家畜，可以載重走遠，自古以來與人類關係密切，供農工動力、軍用、交通運輸和個人乘坐。

隨著科技的進步，動力機械的發明和廣泛應用，生產力大幅提升，馬在近代生活中減少了功用，飼養量已

大不如前，主要用於馬術運動和生產乳肉。但在某些發展中國家和地區，馬仍是役力的重要來源。

中國新疆、蒙古為著名產馬地，外國則以阿拉伯產者為最良。馬在中國古代列為六畜之首，象徵昌盛、祥瑞、希望與信心，代表前程萬里，大展鴻圖的契機；期能帶給人類安定、富足、繁榮的一年。

馬神

農曆二月廿二日為祭馬神之日，據《問政要覽》記載：「太僕寺每年祭馬神，在通州北四十里安德鄉鄭村壩，春祭在二月廿二日，前期題請諱少卿一員行禮。」祭馬神即馬祭也，《爾雅·釋天》：「既伯既禱，馬祭也。」注：「伯，祭馬祖也，將用馬力，必先祭其先。」《周禮》：「春祭馬祖，夏祭先收，秋祭馬社，冬祭馬步，皆馬祭也。」祭馬祖，馬祖星名也，即房星。《爾雅·釋天》：「天駟，房也。」注：「房四星謂之天駟。」《孝經》曰：「房也龍馬。」

疏：「馬與人異，無先祖可尋，而言祭祖者則天駟也。」故取《孝經》說房為龍馬，是馬之祖。

按古之戰爭，惟馬為力，以馬首是瞻，故將用馬力，必先祭其「馬祖星」；今者戰場以車代馬，雖少用馬，但仍然有養馬做為騎術之用。在今台北市艋舺龍山寺的後殿，文昌帝君旁有供奉「祿馬神」，也稱「馬爺」；據說是「文昌帝君」的坐騎名叫「祿馬」，拜祀稱為「祿馬神」，俗謂「祿馬得得跑，官位步步升」。

馬名能分青紅皂白

馬有許多不同名稱：

- 一、按毛色來分：色白黑脊的稱驎，黃中發白的稱驃，青白相間的稱驄，青黑色的稱騏，蒼白相雜的稱騅。
- 二、按身高來分：六尺高的稱驕，七尺高的稱駮。
- 三、按年齡來分：少壯的稱駒，三歲的稱駮。

良馬稱駿，劣馬稱駮；神馬、龍關，都是最優秀的馬的稱呼。中國古代帝王將相多數都有自己的駿馬，最著名的是周穆王的「八駿馬」，後人曾用以作詩、作畫或雕刻，八匹馬各有不同的姿勢，有的俯身飲水，有的躍蹄行空，有的奔後緩行，有的翻身

打滾，栩栩如生，表現高度的書畫雕刻藝術，在藝術上佔有很重要的地位。

馬的故事

白馬寺：據說漢明帝劉莊夜裡夢見了金神，身高一丈六尺，在殿庭上飛來飛去。醒來，甚感驚奇。他遍問群臣夢者何神？大臣傅白稟答：「臣聞天竺有得道者，人稱之曰佛，飛行虛空，身有毫光，殆將其神也！」於是，漢明帝即派大臣蔡愔、秦景等十八人到天竺去取經。他們不只學習了語言文學、佛教經典，並邀請天竺僧人攝摩騰和竺法蘭到中國傳教，回來時用白馬馱回了佛經和釋迦牟尼像。漢明帝即下令為天竺僧人建一座佛院，並為紀念白馬馱經，因以為名而建立白馬寺。白馬寺建於東漢明帝永平十一年，即西元六十八年，距今已有一千九百多年。白馬寺位於洛陽城東約 13 公里處，坐北朝南，背依邙山，面對孕育了洛陽古代文明的洛河，號稱「中國第一古寺」，被尊譽為中國佛教的「祖庭」和「釋源」寺，在中國佛教史上，具有獨特的地位。

寶馬與英雄：自古以來，寶馬都與英雄並稱，不好名馬非英雄。最早記載的名馬，除了周穆王的八駿馬之外，楚霸王項羽的坐騎「騅」與主



人齊名，是一匹千里馬，甚得項羽寵愛，即使被困垓下自刎前，仍不捨得殺牠而將「騅」贈予當地的亭長，而有「力拔山兮氣蓋世，時不利兮騅不逝」的千古名句。三國時的劉備也有一匹好馬「的盧」，曾協助劉備逃脫劉表的鴻門宴，在慌亂中，不慎連人帶馬摔溺在襄陽城西的檀溪中，無法動彈；當時劉備非常著急向「的盧」說：「現在情況危急，您要加油啊！」「的盧」似解其意，在水中奮力掙扎，竟可一躍三丈跳回岸邊，解救了

劉備的急難。「赤兔馬」是三國時呂布坐騎，也是備受民間祭拜的神馬之一，時人稱：「人中有呂布，馬中有赤兔。」赤兔馬與威風凜凜、驍勇善戰的大將軍呂布相比，可見赤兔馬的雄健了。

塞翁失馬，焉知非福：《淮南子》記載：北方邊塞有戶人家走失了一匹馬，人以為憾而主人並不惋惜，認為說不定會有好運；不久，馬不但回來還帶了幾匹健壯的野馬，主人卻不認為是福；接著，其子騎著引回的野馬

摔斷了腿，主人沒有很難過，認為未必是禍事；因鄰國征戰，國內壯丁均徵召入伍，而此家主人的兒子因斷了一條腿就不必上戰場了。因此，「塞翁失馬」究竟是福？還是禍？可以看出，人的一生遭遇很難預料，有些事令人失望和痛苦，卻可能因禍得福；而有些美滿快樂的事，也可能樂極生悲。

馬上平安、馬上封侯：逢年過節時，深受民間喜愛的祝賀詞，常做為吉祥如意年畫或剪紙的取材。「馬上平安」取自唐代詩人岑參的詩句：「故園東望路漫漫，雙袖龍鍾淚不乾，馬上相逢無紙筆，憑君傳語報平安。」由這詩句繪成的圖像畫，以一位古裝信差騎在馬背上作奔跑狀，年節時思鄉的遊子託人將年畫送回家以報平安。「馬上封侯」，在馬背上畫著一隻猴子，馬屁股上有蜂，以「蜂」與「封」同音，「猴」與「侯」同音，象徵著很快就會升官、發財，光宗耀祖。

馬頭娘娘——蠶神：在古書上曾有記載：「蜀中寺觀，多塑女人披馬皮，謂之『馬頭娘娘』，以祈蠶也。」馬與蠶怎麼會扯上關係呢？傳說有一女兒因父遠行未歸，家中僅有一馬為伴。有一天，女兒思念父親，就開玩笑地對馬說：「如果你能找到我父親



並把他接回家，我就嫁給你。」這匹馬像是聽得懂的樣子，長嘶兩聲，急奔而去。不久，果然找到了女孩的父親，其父見馬，以為家中出事，趕緊回家。及返，始知是女兒思念的緣故。父親準備豐富的飼料慰勞這匹馬，馬不但不吃，反而對著女兒又叫又跳，女兒只好直言以對，父親不認為馬兒可以成為其女婿，就把馬殺了，並剝下馬皮曬在院子裡。女兒看見院子裡曬的馬皮，生氣得踢牠一腳，並且罵道：「憑你這畜牲，也想要娶我！」不料，馬皮忽然飛來將她緊緊裹住，並像被風刮起般地旋轉，愈吹愈遠，以致不見蹤影。過了幾天，眾人才在鄰近一棵大樹上發現一個繭，看起來好像馬皮裹著女兒的模樣，繭中有一條蠕動的蟲，不斷地擺動像馬嘴般的頭，並從嘴中吐出白亮的細絲，人們見牠吐絲自縛，便稱為「蠶」。這個女孩則被後人供奉為「蠶神」，也就是「馬頭娘娘」的由來。

伯樂：談馬就令人想起伯樂，所謂「世有伯樂，然後有千里馬。千里馬常有，而伯樂不常有。故雖有名馬，只辱於奴隸人之手。」從古至今，都有莫可奈何的慨嘆，能如伯樂者，世間少也。伯樂本名孫陽，春秋時代秦國人。伯樂，原是星座名，專門掌管天上的神馬；因孫陽相馬經驗豐富，不但具慧眼而且有常人無法比擬的技巧，所以尊稱他為「伯樂」，久則忘失其名。伯樂將其多年相馬經驗與方法，彙集成書，名為《相馬經》，各種好馬姿態以圖畫配合文字詳細記載，供後人參考。

按圖索驥：伯樂的兒子閱《相馬經》後，自以為已得相馬真傳，拿書找好馬，找了半天，沒找到和書上一樣的馬匹，卻找了一隻大蟾蜍回來，還向其父炫耀：「我找到一匹稀世好馬，站、臥姿勢與書中描繪神似，只是四蹄不像馬蹄。」伯樂聽了大失所望。僅憑書上呆板的形象與圖畫，不了解馬匹的特徵與習性，如何能夠找到好馬呢？所以「按圖索驥」怎麼會成功？現在對於辦事沒有經驗，又不肯去學習，只知照前人舊的方法，一成不變地行事，稱為「按圖索驥」，以這種辦事態度做事，不但不會有好結果，還會越弄越糟。

牝牡驪黃：比喻人取材選物，只

講求外形的華麗美觀，而不注重實際內容的選擇。相傳伯樂曾經推薦其好友九方皋為秦穆公相馬，秦穆公請其尋找千里馬。不久，即回報找到了，秦穆公問馬的長相如何？九方皋回說：「牝而黃（黃色的母馬）。」可是等屬下把馬牽來時，卻是「牡而驪（黑色的公馬）」。秦穆公向伯樂抱怨：「九方皋根本就不會相馬，他連馬的毛色、是公、是母，都分不清楚。」伯樂看了那匹馬，又試了一試，證明確實是一匹奔騰如飛的好馬，於是伯樂就對秦穆公說：「九方皋是精於相馬，只是他著重在觀察馬的內在精神，而對馬的外形卻不怎麼在意，他是求駿馬於牝牡驪黃之外的啊！」

馬的用途

馬的用途很多，考古學家曾在舊石器時代遺址發現大批馬骨，推測當時曾將馬當成獵食之動物。隨著生活之進步，已改用於農耕、拖重與乘坐，也用於打仗之坐騎。在殷代的官制中，有「馬」和「多馬」的官名，負責管理馬匹車輛；到了西周以後，則改名「司馬」。「馬酒」，《前漢·禮樂志》：「給大官桐馬酒。」，注：「李奇曰：『以馬乳為酒。』師古曰：『馬酪味如酒而飲之，亦可醉，故呼

花蒂

馬酒也。』」

結語

我們為人處事要像馬一樣，堅忍不拔走正路；學習馬速度飛快的精神，努力做事；學習馬負重的性格，承擔責任；學習馬的耐力堅強，養成忠義、勤勞有耐力的特性；如此才會獲得尊敬。數年前曾在上海豫園中見到一幅字畫，寫著：「靈龜雖壽，猶齊竟時；騰蛇乘霧，終為土灰；老驥伏櫪，志在千里；烈士暮年，壯心不已。」說明了成住壞空無常的道理。有形的軀體，壽命再怎麼長久，也會有消失之期，唯有心性不隨著境界而改變；日行千里的老馬，即使在馬中，仍然還懷有再跑上千里之遙的雄心壯志。

另外在古籍中又有句名言「騏驥一躍，不能十步；駑馬十駕，功在不舍。」即使是千里名駒，一跳也不能超越十丈之遠，而資質不好的劣馬，雖然無法日行千里，但只要牠分段安份地一程一程跑完，也能完成千里之遙的任務。從這首詩句期勉我們，或許我們不是天才，也非聖非賢，但只要肯努力，抱持著天生我材必有用的理念，按部就班地將應做的工作逐次完成，也一樣可以得到好的成果。「努力不一定會成功，但是不努力絕



三彩陶三花馬

唐。泥質白陶。昂首，馬鬃剪作三花，鞍韉施綠色釉，障泥似毛織物，成功地表現了質感。

馬體健壯，短尾上翹，立方座上。1971年陝西乾縣李重潤墓出土。現藏陝西省博物館。

對不會成功」，凡事但求盡其在我，只問耕耘不問收穫；事實告訴我們，一分耕耘、一分收穫是絕對不會錯的。

在這甲午馬年之初，藉著一些歷史記載、成語故事與大家分享，冀望在這富有希望與信心的馬年，祝福大家行事都具有「龍馬精神」，勇往直前，開創勝境；期望各國領袖都能讓大家「馬首是瞻」，倚重「識途老馬」發揮團隊精神，通力合作「快馬加鞭」，共同振興經濟，引領我們邁向更安定的社會與重現「車水馬龍」富足繁榮的生活。藉此祝福大家「駿馬奔馳福祿到，龍騰虎躍好運來」。

璀璨的燈會

南投縣佛教會理事長 東去拙尼體證



微明舉燈亮點處，不同宗教呈現形態，在盪盪的熱氛中，流轉著輪迴的機制。燈在塵世，閃爍著和平，無煎熬、無間斷的

輝映，身心環保在那轉輪的霎時，猶如陰溝裏翻舟，仍笑臉迎向苦海漩渦，剎那來去的法喜，帶來一股暖氣旋，熨貼著過往酸苦的胸膛，「舒解」縱橫細結。

「世界和平燈塔」矗立於南投燈會宗教區，是方塊的積聚，沒有膩意，只有靈巧，面對炫耀璀璨，流注於多元的瑰寶，專注在法喜之中。

藉此燈會種植良緣，用之不竭在「一心耕耘」，運用般若智，從自他兩利尋找一本萬利，聚寶盆中只取一寶，如何雕刻「來世今生」的酬勞？不是給自己問法則，而是有多少的鴻溝、尊榮、途徑生存。世出世殊勝遶塔法門，忍不住自兒轉轉，再轉轉，猶如與眾一同，似無邊際的每一次，都得菩提薩埵之慈悲播灑，舉足福智

的課程，綻放在大覺有情的心中，謂是求道而呈現，一切均是如此的美妙。一堂不可思議「阿彌陀佛」、「觀音菩薩」、「藥師如來」之聖號，三匝往來咒音「唵嘛呢叭咪吽」，像影中鮮明告訴我，肯定此次的果實是甜美的。

老老少少參觀者串成珠鏈子遶塔三匝，此時在宗教特區佛香的種子，從早上十點至晚上十點，隨冰涼的徐徐和風飄散，人群排列組合在歡欣祈禱中。有晴天、有雨天，各自一念不同的感動，拂去生活中的塵埃，發自轉經輪的宗教儀式，有願相隨，生命更加豐盈強盛。此刻，那怕冰雪風霜，失落低潮，生命仍有開花結果的目標，萬千美夢、心靈知己，化成真的祈願，這些都會有極致圓滿的可能！

最後，感謝中華佛教居士會陳理事長聲漢大德暨全體理監事、會員的付出，佛教在線安總虎生大德、子勤居士從北京前來共襄盛舉，我代表南投縣佛教會所有成員，除了感恩還是感恩，此次我們創造了驕傲。

璀璨的燈會

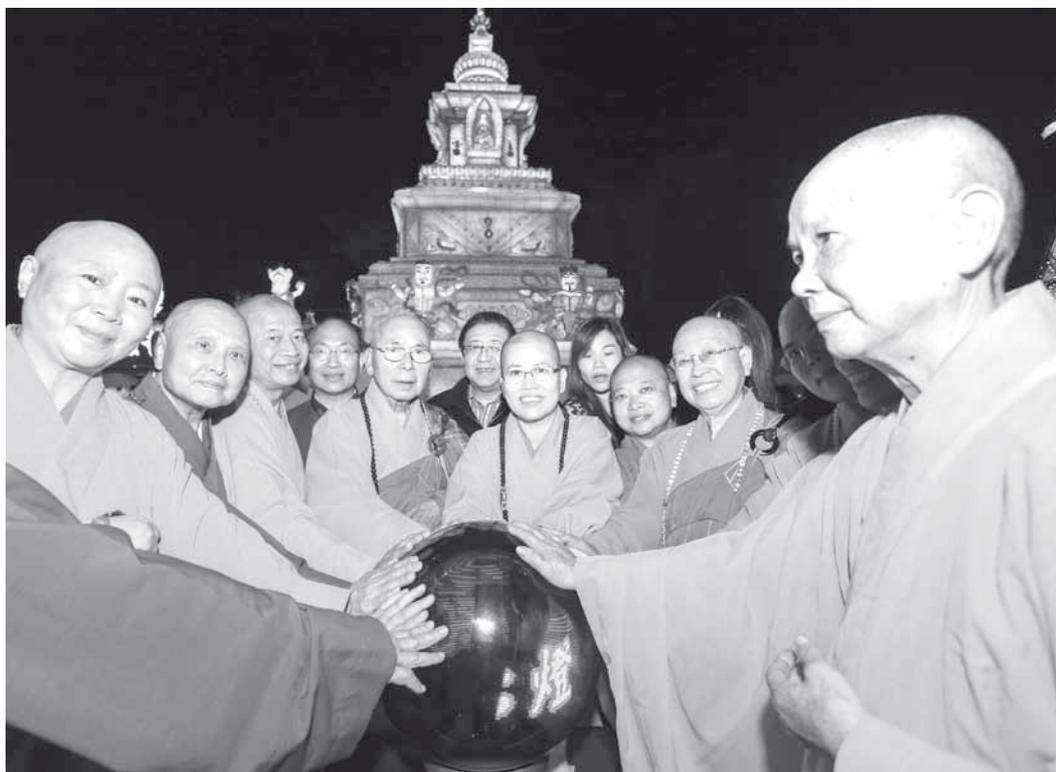
南投縣佛教會秘書 賴威熊

南投縣佛教會與中華佛教居士會，藉 2014 台灣燈會，在南投展示「世界和平吉祥燈塔」（寶篋印寶塔），業於 103 年 2 月 23 日隆重閉幕。燈會期間，璀璨的燈光、莊嚴的宗教儀式，微妙地融合諸元素，讓其形體與意涵相互呼應，體驗一場莊嚴殊勝、廣利一切有情眾生的饗宴。燈會期間，歸納出幾點特色，展現實踐信仰新風貌。

- 一、提供新聞稿及燈塔照片，獲台灣知名傳媒「TVBS 週刊 848 及 849 期合刊」、「壹週刊雜誌 662 期」、「食尚玩家 285 期」、「中國時報 02.07B1 版」、「民視新聞」、「大宇宙新聞時報，頭版頭條」、「南投福報 15 期 3 版」並由旅遊電視節目作實地專訪報導及燈會摺頁廣告刊登，已獲廣大閱聽大眾迴響，全期計吸引 720 萬人次進場參觀，大大提昇兩會知名度。
- 二、燈會期間，動用新加坡、馬來西亞、越南及本地法師與信眾

進行導覽，並授以民眾禮佛、祈禱等禮儀，從塔圍吊掛之祈福卡顯示有來自「原民燈區」、「基督教燈區」、「道教宮廟」、「雷藏寺」等，正顯示宗教之多元及共生共融。亦凝聚社會大眾道德人心，表達全民反對戰爭的無限憧憬，更有預約祥和未來之意。

- 三、展示的燈塔，委由彰化二林監獄受刑人，以現代工藝及巧思，造具佛燈寶塔，令佛光注照，普利受刑人，讓「窗外有藍天」及「止戈息爭」之意涵，無形中詮釋，亦富含「種菩提，增善根」之意。
- 四、燈會期間計有美國、加拿大、澳洲、中國、香港、澳門、日本、越南、新加坡、馬來西亞等國旅客前來觀光禮佛，也呈現宗教無國界，除增進宗教交流外，並促進南投縣觀光。
- 五、提供多樣化結緣品累計 15 萬份，全數與民眾結緣（玉扣、



轉經輪、《藥師經》、五色線幸運繩、一元復始紅包袋、平安米、念珠、唐卡、〈寶篋印陀羅尼梵字真言〉、糖果等），燈會期間，保守估計，有十五萬人以上前往遶塔禮佛，以每人遶塔二圈計，等同持咒（六字大明咒）204億遍，廣利一切有情眾生，無願不滿。

六、燈會期間有「台灣省佛教會」、「國際供佛齋僧會」、「中華佛寺協會」、「中華佛教比丘尼協進會」、「新加坡佛教居

士林」、「苗栗縣佛教會」、「台中市慎齋堂」、「妙法寺彰化講堂」等單位、寺院組團前往參觀禮佛，成功的拉攏彼此情感，讓日後會務連繫、資源聯結更趨緊密。

燈會期間，南投縣佛教會主動提供素食便當予宗教燈區參展單位，全期計供應1300餘份便當，在力行「多素、多健康」下，以實際行動，讓愛地球節能減碳之教化力量滋長、生根。



法音傳播

中華佛教居士會 第十二屆第十六次理監事會議

中華佛教居士會於 2014 年元月 11 日上午 9:30，假臺北市蓮香齋餐廳，召開第十二屆第十六次理監事聯席會議。

理事長陳聲漢居士致詞：迎新春為全球祈福，中居會與南投佛教會合辦「2014 台灣燈會——馬耀南投」活動，於團體會員埔里圓覺彌陀村舉辦「千佛護佑百萬點燈全球祈福」，敬邀海濤法師主持啟動儀式暨開示，燈燈相續日日不斷，預計三年圓滿；法師發起「百億六字大明咒全球共修」，祈禱世界和平，「集氣光明心燈網站」也號召網民響應。陳理事長並感恩各位理監事與法務組的護持，祝福大家新的一年吉祥如意、無願不滿。

名譽理事長黃書瑋博士致詞：去年在理事長與秘書長的安排之下，讓龍山寺板橋文化廣場蓬華生輝，由副理事長鄭振煌教授在此主講〈六祖壇

經與禪宗〉，法喜充滿，除了以維摩詰居士為榜樣之外，六祖慧能大師與《壇經》也是應推崇的指標。身兼國際委員會主委，今年 WFB 將在陝西法門寺舉辦國際會議。

秘書長王艾居士工作報告。

教育委員會主委鄭淨元居士報告：今年春節前，理事長陳聲漢居士宣布成立「中華佛教居士會佛學院」，目的為實踐佛陀的理念，讓居士在菩提道上繼續不斷的精進、多聞和布施，增進智慧直到成佛。更以培育佛教幼教人才，作為傳承與延續。佛學院特別在春節後為各位居士啟動「成佛之道」的理想，打開智慧薰習心意識，發現內心的亮點，創造一個驚喜、快樂與充滿感動的修行課程。

資訊弘法委員會主委連亮森居士報告：第一、「佛教見聞錄」，文章由半年前的 400 篇，到目前已超越目標，達 1100 多篇，瀏覽人次超過 14 萬。不是強調怪力亂神，而是藉由正知正見念佛、持咒、誦經的感應故事，接引初學佛者。第二、「網路智

慧佛教電視台」，目前有 3 萬多人次瀏覽。成立的理念是讓正法道場透過此頻道，弘揚佛陀正法與正知見。該會計畫組成團隊，至各個道場推廣，邀請共襄盛舉。第三、「集氣光明心燈」，集眾人之力念佛、持咒、迴向功德給身心疾病及苦難者，引發內在善心與菩提心，自利利他。

寶塔委員會主委黃山明居士報告：製作 2 米與 8 米大寶塔燈塔，於 2 月 7 日南投燈會時展示，晚上 7 點啟動點燈儀式。

千佛護佑 百萬點燈全球祈福活動

2014 年台灣燈會於南投中興新村舉行，中華佛教居士會與其團體會員諾那華藏精舍、埔里圓覺彌陀村共同製作寶篋印塔燈，於 2 月 7 日舉行點燈儀式，由台灣省佛教會理事長如本大法師、中國佛教會常務理事本覺長老、中華佛教比丘尼協進會普暉長老尼、台灣省佛教會秘書長見飲大法師和南投縣佛教會理事智山長老等主持灑淨。

此外，自 1 月 31 日至 2 月 14 日（農曆大年初一至十五日），舉辦百萬點燈全球祈福活動，假圓覺彌陀村大金塔前舉行。於 2 月 7 日敦請生命電視

台台長海濤法師領眾共修與開示。

中居會陳理事長聲漢居士致詞時，讚嘆海濤法師的發心，發起點百萬燈。同時冀望大眾一同參與「百億六字大明咒全球共修」活動，百億遍的共修，參與者可得到百億遍的功德，新的一年共同點亮心燈。該活動由中國佛教會副理事長明光法師、土城慈法禪寺住持淨耀法師、生命電視台台長海濤法師、龍山寺副董事長黃書瑋博士及中華佛教居士會理事長暨智敏慧華上師教育基金會董事長陳聲漢居士等共同發起。

北京「佛教在線」安虎生總幹事應邀出席，致詞時說他非常開心看到「寶篋印塔」在台灣的推廣盛況。立委馬文君居士及埔里鎮長周義雄先生也向大眾拜年。

海濤法師開示：「萬人共造善業因，每人皆得善業果。」只要這百萬燈的功德，有您一份的隨喜，您所得到的也是點百萬燈的功德。希望以此點燈、供燈的善行，照亮無邊世界、破一切癡闇，帶給大地眾生溫暖的加持與祝福。

圓覺彌陀村將持續點亮百萬燈，歡迎大家隨喜點亮心燈；寶篋印塔燈也於燈會後安置於此，歡迎大眾蒞臨參訪。

大寶燈塔安奉 埔里圓覺彌陀村

「寶篋印陀羅尼大燈塔」暱稱大寶燈塔，已於 2014 年 2 月 14 日至 23 日，假台灣南投燈會圓滿展出。根據官方統計，燈會湧入 730 萬人次。大寶燈塔能在此五濁惡世，以光明之形象照亮無量無邊眾生，除闇障、破無明，其利益不可思議。

燈塔特別委請法務部矯正署彰化監獄收容人製作，而埔里圓覺彌陀村安奉的寶篋印大金塔是由南京晨光機械場製作，其前身是李鴻章所創立製作槍炮的金陵兵工場。兩者皆具有「化干戈為玉帛」之意。

中華佛教居士會團體會員諾那·華藏精舍埔里圓覺彌陀村，感恩 108 位大寶燈塔功德主，於 2014 年 3 月 1 日舉辦「大寶燈塔回娘家」活動，將安奉於大寶燈塔內的 108 座小舍利塔，由勞心勞力和出資功德主請供。此舍利塔裝藏物有智敏·慧華上師加持的佛陀衍生舍利、東藏類烏奇寺帕確活佛加持的百字明甘露丸及《一切如來心秘密全身舍利寶篋印陀羅尼經》卷。

安塔儀式，先由中居會名譽理事長暨龍山寺副董事長黃書瑋博士致詞、禮拜、祈願後恭請舍利塔，接著

功德主一一上前恭請，最後由中居會理事長陳聲漢居士圓滿請塔儀式。大眾於大金塔前誦《寶篋印陀羅尼經》、供萬燈、轉經輪、遶塔及煙供，祈願大寶燈塔照亮三千大千世界，一切眾生皆能離苦得樂，究竟成就！

賈伯斯的佛教人生 賈伯斯 vs. 禪——禪者的初心

中華佛教居士會、中華維鬘學會、艋舺龍山寺、智敏慧華上師教育基金會從 2010 年開始，假龍山寺板橋文化廣場舉辦「生命關懷」系列講座，2014 年度的主題是「賈伯斯的佛教人生」，敦請中華維鬘學會名譽理事長暨中居會副理事長鄭振煌教授主講。

賈伯斯與佛教是鮮明的對比，一個是科技人才，代表世間法；一個是覺悟本來的自性，代表出世間法；賈伯斯如何將世間、出世間連結，改變全球人類的生活習慣，實為異數，今年以此為主題，期能激發文化創意。

第一場的講題「賈伯斯 vs. 禪——禪者的初心」，於 3 月 16 日上午 9:00 開講。中華佛教居士會理事長陳聲漢居士、該會名譽理事長暨臺北市艋舺龍山寺副董事長黃書瑋博士分別致開幕詞。

主講人提到改變世界的三顆蘋果，第一顆是亞當與夏娃，第二顆是牛頓，第三顆是賈伯斯。賈伯斯親近禪師乙川弘文學習，參禪打坐追求精神開悟，並引導他事業成功。

禪是統一心境、斷除煩惱、證悟涅槃的關鍵。印度佛教傳到中國之後，禪的修持目的從自利轉為利他，發展成為具有獨特思想的宗派。

鄭教授分別解說禪的種類、禪的法門、禪的經論、禪定的修習過程、禪在中國發展的歷史和修持重點。雖說中國禪「不立文字，教外別傳」，自悟悟他卻絲毫不能離開經教量。禪宗根本思想，貴自求不貴他求、貴行解不貴知解、貴超聖不貴住聖；接引方法的原則，用活句不用死句、用瀉藥不用補藥。尋求解脫，上求佛道；慈悲利他，下化眾生。

台灣宗教和諧共生記者會

中國佛教會召開以「台灣宗教和諧共生」為主題的記者會，於1月16日下午2時至4時，假劍潭海外青年活動中心隆重舉行。

宗教界計有佛教、道教、伊斯蘭教、統一教、一貫道、軒轅教、天帝教、天德教，中國宗教徒協會、台灣媽祖聯誼會、中華道教團體聯合總

會、台灣道教總會、中華孔孟協會、世界佛教僧伽會、世界佛教華僧會、台灣省佛教會、中華佛教比丘尼協進會、佛光山、法鼓山、中華佛教居士會、中華佛教青年會、財團法人佛教僧伽醫護基金會、新北市、彰化、雲林、台南、大高雄、屏東、金門等縣市佛教會，近40多個宗教團體領袖參與。

和諧與和平是當今世界最珍貴的普世價值，今年（2014）初，美國靈恩派梁瓊月牧師於佈教中宣稱：「媽祖和觀音菩薩是邪靈，其身分不男不女是淫亂之根源，這也說明了為何華人會有三妻六妾的問題，必須清掃處理掉……。」此等詆毀其他宗教之言論，充斥於網路，令華人社會一片譁然，紛紛提出撻伐。緣此，中國佛教會號召宗教界，以「台灣宗教和諧共生」為訴求召開記者會，提供平等對話平台，維繫得來不易與彌足珍貴的台灣宗教和諧。

記者會由中國佛教會理事長圓宗長老主持，以梁瓊月牧師詆毀佛教與道教之網路影片拉開序幕，隨即由財團法人全國宗教聯合發展基金會董事長朱武獻先生主持宗教對話，並引用世界佛教華僧會會長淨心長老一席話：「台灣不僅創造經濟奇蹟，不同宗教相互合作、尊重彼此差異，更是

世界奇蹟。」作為開場，強調兩項訴求：第一，聲明觀音菩薩和媽祖絕非邪靈；第二，維繫台灣宗教和諧發展。

中華民國道教會秘書長張肇珩先生首先發言：「宗教間不應相互排斥或對立，發揚教義同時應尊重其他宗教，並籲請基督教發出自律聲明，以正視聽！」

台灣道教總會代表邱天相大法師表示：「宗教皆係勸人為善、存好心、做好事，傳達人間至真至善境界。基於宗教禮儀，不應攻擊其他宗教，對於梁牧師之不當言論，基督教應正面說明其立場態度，以維繫台灣宗教長期之和諧。」

中國宗教徒協會代表明光大法師表示：「中國宗教徒協會基於維繫宗教和諧，擴大結合台灣 11 個宗教團體組織而成，長期透過相互交流，共同為國家祈福或舉辦各項有益身心活動，以創造更美好更和諧社會。」

全球和平聯盟台灣總會暨統一教副協會長張全鋒先生聲明：「梁牧師之言論，實屬個人行為事件，絕非基督教之傳教立場，希望不影響台灣宗教間和諧。關於聖經十誡說不可拜偶像，引起東、西方文化衝突一節，其實是有其時代背景。現今台灣統一教，融合中國文化，可謂之東方基督教，接受祭拜祖先和佛道教的神

祇。」

中華民國宗教與和平協進會劉曉蘋祕書長表示：「為消滅台灣宗教相互對立，今日中國佛教會召開『宗教和諧記者會』值得讚歎與肯定，宗教和諧共生和穩定發展，是台灣的奇蹟和驕傲。」

台灣省佛教會理事長如本大法師提及：「以佛教觀音、道教媽祖是淫亂之說，實為不智之舉。觀音菩薩示現度眾，豈是泛泛之輩，梁牧師如有充分了解與認知，絕不出此等詆毀言論。雖屬個案行為，亦不代表基督教誹謗言論，但應給予正面的機會教育，我們呼籲為宗教間的和平發展應引介梁牧師公開道歉！」

中國回教協會前理事長倪國安先生表示：「台灣宗教奇蹟，全世界都很驚訝！台灣宗教之包容、和諧與友愛，大眾有目共睹，廿一世紀不應再有宗教紛爭，所謂『敬人者，人恆敬之；愛人者，人恆愛之。』期許大家共同勉勵！」

中華民國一貫道總會代表蔡水發先生表示：「一貫道膜拜之神祇眾多，主要是景仰尊敬聖賢的言行，在中國佛教會號召下召開記者會之同時，亦讓彼此相互學習與觀摩。」

中華天帝教總會副理事長郝光聖先生發言：「中華民國宗教之和諧是

全世界有目共睹，宗教間之相互協助，更讓全世界驚訝！敬其所欲、愛其所同，救世界之劫難，是各宗教共同目標，梁牧師事件實屬個案。」

「和諧」不僅是中華文化的核心價值，也是世界文明的內涵，更是諸宗教與時俱進的責任意識，鑑此，今日在宗教界同心同德攜手合作，共創和諧互惠願景的共識下，由中國佛教會副理事長明光大法師與宗教領袖共同宣讀「台灣宗教和諧共生聯合宣言」：

臘鼓頻催梅信傳春之際，台灣宗教界領袖以深厚情誼匯聚於斯，共商宗教和諧發展之合作共識。

回溯過去，宗教信仰之力量對淨化人心，影響深遠；宗教組織於安定社會之貢獻，至為宏大。立足現在，國際地球村已邁向禍福與共，榮辱同擔，以肩負天下大任；宗教紛紛揭櫫不同之價值理想與規範，以匡正時代之弊。展望未來，宗教共同核心價值，是全球人類和合共生的基石；促進宗教和諧合作，實為建設和諧社會和平之本。

我們堅決反對，藉社會言論之自由，引發宗教的對立鬥爭與仇視；用

不同文化之背景，推翻民族性的共同信仰價值。我們嚴格自律，不縱容一己之私利，任意褻瀆踐踏宗教之神聖；不放任我慢之高幢，運用宗教歧視以宣傳教義；不排斥異教之行徑，瓦解台灣宗教和諧之歷程。

我們衷心祈願：認同宗教道德價值之崇高性，必能超越自我狹隘局限；尊重宗教異質信仰異型文化，相輔相成互助互惠成長。

我們至誠祝禱：一性圓通一切性「同無妨異」，用博大包容性走出各自「和而不同」的宗教發展；一法遍合一切法「異無害同」，藉多元互攝之胸襟實現「周而不比」的宗教融合。

我們殷切倡導：化識成智，加強貫徹宗教信仰自由，建構宗教平等互利原則，以增強宗教慈愛通和之精神；化智成慧，相互交換宗教經驗內涵，共擔台灣宗教和諧責任，以增進人類福祉與普世價值。

宗教領袖聯合簽署宣言，建構宗教平等互敬互融原則，進而消除宗教間的對立與衝突，為臺灣多元宗教再締造「和諧世界，同願同行，行願無盡」之新的里程碑！



喜覺廣訊

中華佛教居士會「2014 生命關懷」系列講座 賈伯斯的佛教人生

賈伯斯的專注力和對簡潔的喜愛源於禪修的經驗，外在的輝煌成就與內在修為密切相連，學習賈伯斯的智慧經驗一定要內外兼顧，客觀全面地解讀。

賈伯斯數十年虔心學佛，參禪是他一生的精神支柱，正向地影響事業的成功。

因為禪法，賈伯斯一生不違初衷。

因為禪法，勇敢追隨自己的內心的聲音，一往直行，不被雜音干擾。

因為禪法，賈伯斯成為生命的智者，取捨之間，風華無限。

因為禪法，他的直覺變強，得以去除讓人分心的東西，也由此培養出極簡主義的美學觀。慧眼獨具的思考，藝術唯美的設計，演講注目的技巧，處處在在雋永深刻。

【地點】龍山寺板橋文化廣場／大會堂（新北市板橋區文化路二段 242 號 7 樓，捷運板南線江子翠站 3 號出口，左轉直走 350 公尺。）

【主講者】鄭振煌教授

【地點】龍山寺板橋文化廣場／大會堂（新北市板橋區文化路二段 242 號 7 樓，捷運板南線江子翠站 3 號出口，左轉直走 350 公尺。）

【時數認證】全國高級中等以下學校及幼稚園教師，全程參與者可獲得進修研習認證 6 小時。

【報名方式】完全免費，請填寫下方之報名表並回傳。

【聯絡單位】中華佛教居士會／電話：02-2362-0223／許師兄

【主辦單位】中華佛教居士會、中華維鬘學會、財團法人台北市艋舺龍山寺、智敏·慧華上師基金會

【講題內容】

場次	課堂	日期 / 時間	講題	大綱
一	1	3/16 (日) 09:00~12:00	賈伯斯 Vs 禪—— 禪者的初心	賈伯斯說：「佛教中有一句話，初學者的心態；擁有初學者的心態是件了不起的事情。」做任何事，都是在展示我們內心的天性，這是我們存在的唯一目的。
	2	3/16 (日) 14:00~16:30	禪修	不忘初心，方得始終。
二	3	4/20 (日) 09:00~12:00	賈伯斯 Vs 六祖惠能 大師——從零到無限	時間有限，不要浪費時間活在別人的陰影裡；不要被教條所惑，盲從教條等於活在別人的思考中；不要讓雜音壓過自己內心的聲音。現在起，鼓起勇氣聽從你的內心與直覺，它們才知道你想成為怎樣的人。菩提自性能生萬法。
	4	4/20 (日) 14:00~16:30	遙望大師	分組討論，心得報告，學員提問，釋疑解惑，與諸佛菩薩、祖師大德印心。
三	5	5/18 (日) 09:00~12:00	賈伯斯 Vs 維摩詰大 士——不二門商道	賈伯斯常引用畢卡索的名言：「好的藝術家懂複製，偉大的藝術家則擅偷取。」他從不認為借用別人的點子是件可恥的事。重點是，你得先知道別人做了什麼！打破領域並重新塑造，所有可能性都包含在其中。賈伯斯堅持公司產品完美路線。無盡燈法門，自利而利他。
	6	5/18 (日) 14:00~16:30	遙望大師	分組討論，心得報告，學員提問，釋疑解惑，與諸佛菩薩、祖師大德印心。
四	7	6/15 (日) 09:00~12:00	賈伯斯 Vs 文殊菩薩 ——般若食譜	有充沛的活力和很棒的經驗，再加上一點「夢想」，而且要有不怕從頭開始的精神。活著，就是為了改變世界。你不可能有先見之明，只能有後見之明。因此，不要輕忽小事情。因為，這些事跟你的未來會產生關聯。智慧能斷金剛。
	8	6/15 (日) 14:00~16:30	禪修	語默動靜，不離自性。
五	9	9/21 (日) 09:00~12:00	賈伯斯 Vs 財富	全世界最有錢的人也無法將財富帶入棺材中；對賈伯斯來說，夜晚入睡前能為自己達到的美好成就喝采，這重要多了。三輪體空行於佈施。
	10	9/21 (日) 14:00~16:30	遙望大師	分組討論，心得報告，學員提問，釋疑解惑，與諸佛菩薩、祖師大德印心。
六	11	10/19 (日) 09:00~12:00	賈伯斯 Vs 唯蘋果主 義	創新，將不同的事物，有機連結起來，連點成面形成合力。創新的能力，就是決定成為領導者或是追隨者的關鍵點。絕不做沒有創意的產品。佛慢堅固，來往如是，圓融無礙。
	12	10/19 (日) 14:00~16:30	禪修	涵蓋乾坤，截斷眾流，隨波逐浪。
七	13	11/23 (日) 09:00~12:00	賈伯斯 Vs 癌	賈伯斯一再地說：「你要有勇氣去聽從你直覺和心靈的指示。」他的健康、疾病及醫療，是多采人生中的一環，頗具「教育性」。唯有提得起，才能放得下；唯有放得下，始能提得起。
	14	11/23 (日) 14:00~16:30	遙望大師	分組討論，心得報告，學員提問，釋疑解惑，與諸佛菩薩、祖師大德印心。

喜覺廣訊

場次	課堂	日期/時間	講題	大綱
八	15	12/14(日) 09:00~12:00	賈伯斯 Vs 無死甘露	你要清楚自己的人生，接下來該做什麼？如果你能將每天當成最後一天來過，且把握每一次機會並全力以赴，總有一天會證明你是對的。發大菩提，乘願再來，廣度眾生，同證圓覺。
	16	12/14(日) 14:00~16:30	遙望大師	分組討論，心得報告，學員提問，釋疑解惑，與諸佛菩薩、祖師大德印心。

「賈伯斯的佛教人生」 講座場次報名表

第一場	<input type="checkbox"/> 3/16(日) 上午 賈伯斯 Vs 禪——禪者的初心 代訂素食便當： <input type="checkbox"/> 需要 <input type="checkbox"/> 不需要	<input type="checkbox"/> 3/16(日) 下午 禪修
第二場	<input type="checkbox"/> 4/20(日) 上午 賈伯斯 Vs 惠能——從零到無限 代訂素食便當： <input type="checkbox"/> 需要 <input type="checkbox"/> 不需要	<input type="checkbox"/> 4/20(日) 下午 遙望大師
第三場	<input type="checkbox"/> 5/18(日) 上午 賈伯斯 Vs 維摩詰——不二門商道 代訂素食便當： <input type="checkbox"/> 需要 <input type="checkbox"/> 不需要	<input type="checkbox"/> 5/18(日) 下午 遙望大師
第四場	<input type="checkbox"/> 6/15(日) 上午 賈伯斯 Vs 文殊——般若食譜 代訂素食便當： <input type="checkbox"/> 需要 <input type="checkbox"/> 不需要	<input type="checkbox"/> 6/15(日) 下午 禪修
第五場	<input type="checkbox"/> 9/21(日) 上午 賈伯斯 Vs 財富 代訂素食便當： <input type="checkbox"/> 需要 <input type="checkbox"/> 不需要	<input type="checkbox"/> 9/21(日) 下午 遙望大師
第六場	<input type="checkbox"/> 10/19(日) 上午 賈伯斯 Vs 唯蘋果主義 代訂素食便當： <input type="checkbox"/> 需要 <input type="checkbox"/> 不需要	<input type="checkbox"/> 10/19(日) 下午 禪修
第七場	<input type="checkbox"/> 11/23(日) 上午 賈伯斯 Vs 癌 代訂素食便當： <input type="checkbox"/> 需要 <input type="checkbox"/> 不需要	<input type="checkbox"/> 11/23(日) 下午 遙望大師
第八場	12/14(日) 上午 賈伯斯 Vs 無死甘露 代訂素食便當： <input type="checkbox"/> 需要 <input type="checkbox"/> 不需要	<input type="checkbox"/> 12/14(日) 下午 遙望大師

姓名：	電話：	手機：
地址：□□□		e-mail：

※ 敬請填妥報名表並傳真、郵寄或 e-mail 至中華佛教居士會（請務必來電確認）
10647 台北市羅斯福路三段 281 號 12 樓／中華佛教居士會收
Tel: 02-2362-0223 Fax: 02-2362-8824 E-mail: laybatw@gmail.com

集氣光明心燈網站的設計理念與功效

眾善匯集：引發菩提心精進修行的工具

壹、緣起構想

中華佛教居士會理事長暨智敏·慧華金剛上師教育基金會董事長陳聲漢居士，尋思如何以資訊社群平台的工具，引發（非佛教徒）人們內心善良的一面，藉由助人心念，引導發菩提心，自助助他，進而精進修持，於不知不覺中踏上菩薩道修行之路。

此構想很抽象，不易實現，在陳理事長召集工作團隊（包含資訊工業策進會連亮森處長，及石頭科技研發公司）多次討論後，規劃完成「集氣光明心燈」網站，藉由人們對世間法如意的祈願，以及急難事項（例如親人車禍住院等）亟待眾人集氣持咒迴向的需求，並配合「百億六字大明咒全球共修」的活動，規劃完成相關功能。

貳、設計理念

「集氣」是現代人共同祈願消災解厄之法，集眾人之心力祈願某事成真，例如解除病危。但是一般非修行人之心念力量薄弱，念力缺乏能量，雖想「集氣」但願望難以實現。

因此「氣」（心念能量）從何來？藉「六字大明咒」匯聚「真如之氣」（充沛法界能量），才能真實利益眾人！

這是個專屬的集氣祈願網站，眾人共同持咒集氣，匯聚法界充沛能量，自利利他，進而點亮自性本具光明心燈，同臻幸福圓滿。

參、系統功能

- 一、祈福集氣：於加入會員後，每人可登入自己的祈願卡，於持咒後將功德迴向給自己及他人，引發大眾善心，自利利他，培養福慧資糧。
- 二、急難集氣：若逢急難事項，例如車禍昏迷住院、親人即將開刀、癌症末期痛苦等，可輸入於網站，將有來自全球陌生善心人士，共同持咒集氣迴向。系統將顯示眾人為其持咒總遍數，亦即集氣（能量）數值，以引發眾人接力持續之動力。
- 三、百億持咒：發起「百億六字大明咒全球共修」活動，於網站上可記錄個人

持咒遍數，並可即時觀看最新持咒統計遍數，將功德迴向所有參與者、祈願者。

四、組團共修：於網站上不但可個人共修，更可主動組團共修，迴向特殊需求。具官辦共修，及私人組團共修等功能。

五、科技光明燈：此光明燈點亮於高雄博愛滿願四面佛（高雄市三民區博愛一路 355 號）前，配合「集氣光明心燈」網站，以資訊軟硬體方式施設，使用大型電視播放點燈內容，包含點燈人姓名，及祈願內容；日夜承蒙四面佛放光加持！（以動畫形式顯現四面佛放光一一加持光明燈）

藉由此光明燈點亮人們自性本具光明心燈，以心燈傳心燈，光明互攝互照，形成法界大光明網，度盡法界一切有情究竟成佛！

具下列數項特殊性：

1. 全球集氣：除有四面佛加持外，運用「集氣光明心燈」網站之功能，會有來自全球各地人士時時念佛持咒集氣，非僅傳統實體道場之佛菩薩加持而已。
2. 量化成長：因「集氣光明心燈」網站日日、時時有人自利利他在上面念佛持咒集氣，正面善心能量不斷累積，均迴向與在此點燈人士。而全球念佛持咒每日總遍數（數量化之能量值），即為該日累積量化功德值。點燈人可見到自己所承受累積功德值不斷成長。
3. 虛實整合：實體道場為高雄博愛滿願四面佛，其靈驗可見「四面佛感應錄」一書，或「佛教見聞錄」網站：

http://www.buddhist-experience.org/welcome/index/1.html?get_where=20&get_title=&get_sort=

虛擬道場即為「集氣光明心燈」網站，時時有人自利利他在上面念佛持咒集氣。

4. 「無願不滿」之寶篋印塔！

依《一切如來心秘密全身舍利寶篋印陀羅尼經》云：「九十九百千萬俱胝一切如來應正等覺，側塞無隙，猶如胡麻重疊赴來，晝夜現身加持其人，如是一切諸佛如來，無數恒沙，前聚未去，後群重來，須臾推遷，迴轉更赴。譬如細沙在水旋急，不得停滯，迴去復來。」、「若人求福至其塔所，一華一香禮拜供養右旋行道，由是功德：官位榮耀，

不求自至；壽命富饒，不祈自增；怨家盜賊，不討自敗；怨念咒詛，不厭歸本；疫癘邪氣，不拔自避；善夫良婦，不求自得；賢男美女，不禱自生。一切所願任意滿足。」

5. 雙重加持：此光明燈具有「博愛滿願」四面佛加持，並有「無願不滿」寶篋印塔之九十九百千萬俱胝一切如來加持！

6. 多重共修：於高雄諾那·華藏精舍（高雄市博愛一路 391 號 12 樓）及高雄博愛滿願四面佛殿（高雄市博愛一路 355 號）均定期舉行誦經、持咒等共修迴向此科技光明燈（四面佛殿前是日日誦經共修），並有「集氣光明心燈」網站上來自全球各地人士日夜集氣共修迴向。

六、影音共修：開發線上影音共修功能，可於網路上進行即時線上共修，看見帶領共修人之即時現場影像，及聽聞眾人誦經（或持咒）音聲，頗具臨場感！（這是因負責開發之「石頭研發科技公司」創新專利設計，突破傳統網站之多人同時影音及頻寬限制，始能達成）

預計今（2014）年 4 月正式於高雄博愛滿願四面佛前啟用影音共修功能，兼有實體（現場）共修（每日在四面佛前誦經）及線上（網路）共修，讓未能參與高雄博愛滿願四面佛共修之大眾，亦能開啟此「集氣光明心燈」網站參與共修。

肆、建置成果

一、系統開發：「石頭研發科技公司」設計建置。

二、成果進度：2013 年 6 月完成初版，經大眾試用不斷改善，並於 2014 年 2 月配合多道場共同發起之「百億六字大明咒全球共修」活動，再次改版。截至 2014 年 3 月持咒已逾四億！

伍、使用心得

目前網站上許多「急難集氣」祈願事項，據親身參與者多表示明顯有效，例如開刀住院能早日出院，臨終者能安詳往生等。依筆者親身經驗，家父原病危緊急住院，醫生判斷不樂觀，需有心理準備，然於此「急難集氣」貼文請求大眾協助集氣後，數日即累積數萬遍持咒數，家父約一週左右即出院。

筆者明顯感受此網站受諸佛菩薩加持庇佑！

陸、全球首創

繼陳聲漢理事長開發「助念機 App」，開創佛教界新歷史之後，此網站之數項全球創新功能，更將在佛教史上留名：

- 一、社群網站引發菩提心：以科技工具引發菩提心，引導入佛門！
- 二、科技光明燈：具實體道場與虛擬（網路）道場雙重整合，雙重加持！突破場地（空間）限制。
- 三、線上影音共修：兼有實體（現場）共修，及線上（網路）共修，讓未能參與現場共修之大眾，亦能開啟此「集氣光明心燈」網站參與共修，具臨場感！

柒、結語

- 「佛教見聞錄」網站：建立信心；
- 「智慧佛教電視台」網站：建立知見；
- 「集氣光明心燈」網站：發菩提心修行！
- 「助念機 App」：電腦助念團，一路護送至淨土！



社團法人中華維鬘學會

2014 年居士菩薩道生命講座

- 一、宗旨：探索生命本質，開發無限潛能，止息無邊煩惱，提升身心健康。
- 二、日期：
 - 第一梯次：7/07（一）～ 11（五）菩提飲食——世間四食
 - 第二梯次：7/14（一）～ 18（五）菩提飲食——出世間五食
- 三、上課地點：本會講堂
- 四、報名方式：請從本會網站 www.aaa.org.tw 下載報名表填寫傳回本會。
- 五、講師：鄭振煌居士
- 六、名額：每梯次三十名
- 七、交通
 - (一) 公車：3.15.18.74.211.235.254.278.295.662.663.672.和平幹線，在溫州街站或大安森林公園站下車。0南.52.109.207.280.284.290.253.311.505.642.643.668.675.676. 松江幹線.敦化幹線，在龍安國小站或新生和平站下車。
 - (二) 捷運：請搭到古亭站、忠孝新生站、科技大樓站下車再轉公車。
- 八、參加資格：凡對生命探索有興趣者
- 九、主辦單位：社團法人中華維鬘學會 10648 台北市新生南路三段 2 號 14 樓。
電話：02-2369-3998 轉 12 號分機 傳真：02-2369-3778
EMAIL：secretary@aaa.org.tw <http://www.aaa.org.tw>
- 十、備註：
 - (一) 依據教育部民國101年3月8日臺中(三)字第1010040248i號函辦理、本講座給予24小時研習時數認證。
 - (二) 場地贊助會每梯次1000元，代訂午餐費每週500元，包括素食午餐、講義、雜費等。
 - (三) 請自備環保杯、碗、筷。
- 十一、郵政畫撥：戶名 社團法人中華維鬘學會 帳號：50069269
台北富邦銀行基和簡易分行：戶名 社團法人中華維鬘學會 帳號：742102002322

諾那·華藏精舍

2014年4月-6月十方大德共修行事曆

法會名稱	國曆	時間	周	內 容	備 註
清明節誦經 共修法會	4月5日	18:00	六	18:00 開始供燈花、18:30 恭聽 上師開示、19:00 同誦「地藏菩薩本願經」、「地藏菩薩心要頌」、唱誦地藏菩薩聖號、遶寶篋印塔、唱名迴向祖上先親	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本精舍每月：第一週日、第三週六 14:30 「中陰共修」。歡迎往生者之家屬前來參加各項法會，願以念佛持咒共修功德，迴向往生者早登阿彌陀佛極樂淨土。 2. 往生 4 天後起算 49 日內為「中陰期」，往生者徬徨無依，若親友能為他多念「阿彌陀佛」，或持誦觀音六字大明咒「唵嘛呢叭吽吽 (om mani beme hom)」，行善功德迴向，則可解除其苦惱，助他往生善處。 3. 雙月第三周日 9:00 舉行「放生法會」，欲參加現場放生，請電 (02) 2763-3733 報名車位。 4. 智敏·慧華金剛上師開示每月至少讀誦地藏菩薩本願經一部，歡迎各位大德於農曆十五或三十日在家讀誦。讀誦本經得二十八種利益，諸如衣食豐足、消災解厄、人見欽敬、有求皆從、先亡離苦、畢竟成佛，詳如囑累人天品所述。 5. 精舍地址：台北市南京東路 5 段 63 號 14 樓，電話 (02) 2764-1117、2753-2621 公車站牌「南京三民路口」。每日開放時間 9:00 - 18:00。 6. 本精舍參加全球「千億佛號大念誦活動」，歡迎家屬及十方大德參加在家念誦。家屬若能為往生 53 天內的親人，持誦「六字大明咒」(om mani beme hom) 回向，將使其遠離惡業牽纏及中陰恐怖，蒙觀世音菩薩救度，往生善處或極樂世界，平安吉祥，若能圓滿 10 萬遍以上
中陰共修法會	4月6日	14:30	日	誦阿彌陀經、佛號及六字大明咒、中陰導示、心經、遶塔等，迴向往生者	
紀念華藏祖師圓寂	4月11日	09:30~17:00	五	供燈、供花、遶塔	
準提菩薩聖誕	4月15日	09:30~17:00	二	供燈、供花、遶塔 (逢月全蝕功德千萬倍)	
中陰共修法會	4月19日	14:30	六	誦阿彌陀經、佛號及六字大明咒、中陰導示、心經、遶塔等，迴向往生者	
放生法會	4月20日	9:00	日	欲親往放生現場請先電 02-2763-3733 報名	
金山骨灰堂 共修	4月26日	13:30 出發	六	須備車輛前往，請先報名：02-2753-2621	
祈福、消災 法會	4月27日	09:30	日	供燈花、誦「一切如來心祕密全身舍利寶篋印陀羅尼經咒」、遶塔、「菩薩懺罪文」禮拜三十五佛	
文殊菩薩聖誕	5月2日	09:30~17:00	五	文殊菩薩聖誕 供燈花、遶寶篋印塔	
中陰共修法會	5月4日	14:30	日	誦阿彌陀經、佛號及六字大明咒、中陰導示、心經、遶塔等，迴向往生者	
釋迦牟尼佛 聖誕	5月6日	09:30~17:00	二	供燈、供花、遶塔	
中陰共修法會	5月17日	14:30	六	誦阿彌陀經、佛號及六字大明咒、中陰導示、心經、遶塔等，迴向往生者	
金山骨灰堂 共修	5月24日	13:30 出發	六	須備車輛前往，請先報名：02-2753-2621	
祈福、消災 法會	5月25日	09:30	日	供燈花、誦「一切如來心祕密全身舍利寶篋印陀羅尼經咒」、遶塔、「菩薩懺罪文」禮拜三十五佛	

法會名稱	國曆	時間	周	內 容	備 註
中陰共修法會	6月1日	14:30	日	誦阿彌陀經、佛號及六字大明咒、中陰導示、心經、遶塔等，迴向往生者	更佳。 7. 本精舍開發成功全世界第一台APP「助念機」，世界各地皆可用智慧型手機至「google play」(Android系統)或「Apple store」(Apple系統)搜尋「助念機」，直接下載App助念機。 8. 網路助念及誦經室(網址： http://room.e-lotus.org)「聯合助念室」每日17:00~21:00網路助念，「寶篋印共修室」每日6:30、9:30、20:00同誦寶篋印經、「普賢行願品共修室」每日7:00誦普賢行願品，「藥師經共修室」每日10:30誦藥師經，「阿彌陀佛經共修室」每日15:00誦阿彌陀經，歡迎上網誦經、助念。 9. 本精舍24小時免費助念專線：02-2763-3733、0912-473000
釋迦牟尼佛聖誕(藏傳)	6月5日	09:30~17:00	四	供燈、供花、遶塔	
埔里圓覺彌陀村「寶篋印大金塔」週年慶	6月8日	6:00 報到 10:00 抵達 活動開始	日	到埔里圓覺彌陀村：禮拜「寶篋印大金塔」、供燈花、誦寶篋印經、遶塔、蓮師薈供、講座(薈供限本宗受法師兄)須先報名27532621分機11沈菊	
釋迦牟尼佛成道及涅槃日(藏傳)	6月13日	09:30~17:00	五	供燈、供花、遶塔	
放生法會	6月15日	9:00	日	欲親往放生現場請先電02-2763-3733報名	
中陰共修法會	6月21日	14:30	六	誦阿彌陀經、佛號及六字大明咒、中陰導示、心經、遶塔等，迴向往生者	
祈福、消災法會	6月22日	09:30	日	供燈花、誦「一切如來心祕密全身舍利寶篋印陀羅尼經咒」、遶塔、「菩薩懺罪文」禮拜三十五佛	
金山骨灰堂共修	6月28日	13:30	六	須備車輛前往，請先報名：02-2753-2621	

中華寶筏 邀稿啟事

- 一、凡以弘揚佛法，導正人心，培養社會善良風俗為宗旨者，歡迎來稿，為教為法共襄盡一份心力，同赴事功。
- 二、本刊園地歡迎下列稿件：
 1. 闡揚經典義理之學術專論。
 2. 於諸法門修行上有獨到之驗證心得。
 3. 彰顯佛陀精神之詩詞短篇散文等。
- 三、來稿請以稿紙繕寫，文長以3000字為限，特約稿件例外；若有圖片請隨附；有光碟片、電子檔傳輸者更佳。
- 四、來稿若有剽竊、抄襲之作品或有關無稽阿諛之文字者，恕不刊登。
- 五、來稿內容本社有刪改權，如有不願被刪改者，請於稿末註明。
- 六、來稿請寫明真實姓名、地址及電話，可使用筆名或法號、法名發表。
- 七、凡剽竊抄襲者，一經查證，文責自負。
- 八、本刊為交流學佛心得平台，恕無稿酬，敬請見諒。
- 九、來稿請寄：10647 台北市羅斯福路三段281號12樓
或傳送本社網路電子信箱：
E-mail：laybatw@gmail.com

中華寶筏雜誌社編輯部 啟

中華維鬘學會 / 鄭振煌居士

佛學講座暨共修活動

台北市新生南路三段二號 14 樓 Tel : (02) 2369-3998 Fax : (02) 2369-3778

http://www.aaa.org.tw Email: secretary@aaa.org.tw

2014 年	時間	活動名稱		地點
1/8~4/23 (每週三)	10:10~12:00	維鬘講師群 講座 (15 堂課)	幸福人生密碼	台北市行天宮社會大學
3/22~23、4/26~27 5/24~25、6/28~29 (六~日)	二天	禪修	二日禪	三峽金敏山 維鬘禪林
3/16、4/20 5/18、6/15 (週日)	09:00~12:00 14:00~16:30	佛學講座與禪修	2014 生命關懷講座 -- 賈伯斯的佛法人生	艋舺龍山寺板橋文化 廣場七樓大會堂
4/6 (週日)	09:00~12:00	法會	清明法會 誦《父母恩重難報 經》	中華維鬘學會
4/12~13、7/19~20 10/25~26、7/5~6 (六~日)	二天	禪修	禪修教觀錄影 #4 禪修教觀錄影 #5 禪修教觀錄影 #6 臨終自在	新竹尖石禪林
5/4 (週日)	09:00~12:00	法會	釋尊聖誕浴佛法會	中華維鬘學會
5/7~8/27 (每週三)	10:10~12:00	維鬘講師群講座 (17 堂課)	看見幸福 看見安樂	台北市行天宮社會大學
6/1 (週日)	09:00~18:00	論壇	維鬘學會第五次論 壇 -- 《六祖壇經》	中華維鬘學會
6/8 (週日)	14:00~16:00	講座	南傳佛教概論	世界宗教博物館七樓 永和區中山路一段 236 號
6/11 (週三)	19:00~21:00	講座	宗教 -- 幸福台灣的 軟實力	市立圖書總館十樓 (泰山基金會主辦)
6/20~22 (五~日) 7/1~3 (二~四)	三天 三天	講座	無門關	花蓮百丈山力行禪寺
7/5、7/12 (週六)	二梯次	暑期青少年營	青少年潛能開發營	中華維鬘學會
7/7~11 (一~五) 7/14~18 (一~五)	9:00~17:00 9:00~17:00	菩提飲食一世間四食 菩提飲食一出世間五 食	居士菩薩道 暑期講座	中華維鬘學會
7/19~26 (週六至週六)	八天	暑期禪七	覺觀禪	三峽金敏山維鬘禪林
週一 3/17 開課	9:30~12:00	大乘唯識學	《瑜伽師地論 · 聞 / 思所成地》	法光佛教文化研究所
每月第三週二	12:00~13:30	原始佛法	《阿含經》故事選	公路總局人生哲學社

2014年	時間	活動名稱		地點
3/25~26、4/8~9 5/6~7、6/3~4、6/24	全日	禪宗	英文《六祖壇經》 Hui Neng Sūtra	高雄淨覺僧伽大學研究所
週四	19:30~21:30	原始佛法	《雜阿含經論會編》	新店法明學佛會
週二	10:00~12:00 19:00~21:00	養生 法會共修	傅明太極 彌陀／觀音法門	中華維覺學會 台北市新生南路三段 二號 14 樓
週三	9:00~12:00 19:00~21:00	讀書會 禪修	《雜阿含經論會編》 伸筋拔骨功／禪修	
週五	19:30~21:30	禪修	基礎禪修	
週六	10:00~11:30	養生	瑜珈、靜坐	
週六 3/15 開課	14:00~16:00 16:00~18:00	大乘佛教 西藏密宗	《楞伽經》 英文《西藏生死書》 Tibetan Book of Living and Dying	
週六	09:00~11:00 13:30~15:30 15:40~16:30	國中 國中 國中	書法 英文補救教學班 英文讀經班	

海外行程

日期	活動項目	主辦單位／地點
7/26~8/2	大圓滿禪修營	馬來西亞 金馬崙三寶寺
8/3~9		吉隆坡
8/10~14	西藏生死書	新山柔佛佛學會
8/16~17	The Samantabhadra's Ten Vows In Daily Life 普賢十大願在生活的應用 (英文)	Two-day Retreat at APWBC / 新加坡 光明山
8/20~24(五天)	大圓滿禪修營、專題演講	新加坡 光明山普覺禪寺
8/26~9/12	印度佛教史、圓覺經、臨終關懷	新加坡 淨名佛教中心

台北市行天宮社會大學講座

主講者：秘書長 林勝勤博士

時間：4/25 (週五) 晚上7:00~9:00

講題：從易經之道開啟幸福人生之門

地址：台北市行天宮社會大學圖書館四樓禮堂

台北市立圖書館	台北市建國南路二段 125 號 十樓	(02)2755-2823、(02)2337-0827、0910-082438 李月美
新竹尖石禪林	新竹鄉尖石鄉錦屏村比鄰 93 號	(02)2578-3623
法光佛教文化研究所	台北市光復北路 60 巷 20 號四樓	(02)2773-1264
法鼓佛教學院 愛群教室	台北市忠孝東路四段 124 之 6 號 7 樓 B1	(07)631-2069
淨覺僧伽大學大乘研究所	高雄市阿蓮區港後村 76 號	(02)2917-5152
新北市法明學佛會	新北市新店區光明街 112 號 5 樓	(02)2396-8198、2358-3548
台北市長官邸 藝文沙龍	台北市徐州路 46 號	(02)2713-6165#355.365
台北市行天宮社會大學	台北市敦化北路 120 巷 9 號 四樓禮堂	(02)2364-1948 中居會許師兄
龍山寺板橋文化廣場	新北市板橋文化路二段 242 號七樓大會堂	(02)2364-1948 中居會許師兄
世界宗教博物館	永和區中山路一段 236 號 7 樓	(02)8231-6699

鹿野苑藝文學會 4 月至 6 月行事曆

常態課程				
星期	時間	課程	講師	備註
一	19:00~21:00	四念處禪	浮光法師	1. 公益課程 2. 費用：隨喜
二	18:30~21:30	NLP 當神經語言課程遇見佛法	吳俊賢老師	1. 3/4 開班 2. 共八週 3. 費用：8000 元
三	19:30~21:30	觀音法門禪修	葛多杰老師	1. 公益課程 2. 費用：隨喜
四	14:30~16:30	佛畫班 (隔週上)	高鳳琴老師	1. 3/6 開班 2. 一期三個月 3. 費用：1000 元
	19:00 ~ 21:00	往生論	隆迅法師	1. 公益課程 2. 費用：隨喜
五	19:00~21:00	鹿野苑念佛共修	張清全老師	1. 公益課程 2. 費用：隨喜
六	10:00~12:00	《成佛之道》導讀會	陳弘學老師	1. 公益課程 2. 費用：隨喜
	14:00~17:00	《阿含經》選讀	果相法師	1. 每個月第一個週六 2. 上課日期 4/12、5/3、6/7 3. 費用：隨喜
3/9	14:30~16:30	昆大麗行前說明會 暨 雲南大理國佛教講座	鄭念雪老師	免費
3/23 3/30	09:30~17:00	NLP 心靈轉化	吳俊賢老師 呂芃萱老師	1. 名額有限，事先報名 2. 一期二天 3/23、3/30 3. 費用：4000 元
3/20~3/26		昆明大理麗江深度七日遊	吳文成老師	
4/20		新竹 & 桃園大溪之旅一日遊	吳文成老師	費用：800 元 (接受報名)
6/7~6/14		敦煌深度八日參學之旅	吳文成老師	

網站：<http://www.lyu.org.tw/>

粉絲團：<https://www.facebook.com/lyufans>

報名信箱：E-mail: lyu25113131@gmail.com

報名電話：(02)25113131 (下午一點至晚上九點)

地址：台北市松江路 90 巷 15 號 (捷運松江南京站 2 號出口附近)

2014青少年 潛能開發營

藉由精心設計的各项課程，
開發潛能，培養創意，
活出正向快樂的人生。



活動時間：第一梯次國小組 7/5；第二梯次國高中組 7/12

活動地點：中華維鬘學會（台北市新生南路三段二號十四樓）

活動對象：國小組 - 升國小三年級至六年級 每一梯次25人
國高中組 - 升國中一年級至高中三年級

活動費用：NT\$ 800

報名方式：☎ 0988-152796 陳老師 或上 www.aaa.org.tw 查詢

* 請多利用網路報名，報名截止日期 5月31日 止 *

維鬘學會
Amala Association 主辦



社團法人中華維鬘學會 2007 年成立，鄭振煌教授擔任第一、二任理事長，以弘揚居士菩薩道為宗旨，以「人文提升，活力學習，和諧溫馨，輕鬆自在，福慧增長」為原則。

2014 維鬘青少年潛能開發營，從遊戲、戲劇表演、精彩課程中激盪潛能，在大安公園廣闊的藍天綠地中活動出創意歡樂，學員個個開展出自信、喜悅、正向、互助的精神。

開發無量的『慈悲喜捨』是本營隊的精神主軸。慈：拔苦；悲：予樂；喜：歡喜心；捨：平等心。學員開展此『四無量心』必然煩惱盡除，大吉大利。

一次完善的充電，讓潛力有如活水源頭，生生不息的開啟。

期待青少年來參加體驗，肯定值回票價哦！

快點連結網址下載報名資料吧！！ www.aaa.org.tw

即日起報名至 5 月 31 日止



徵信錄

仁王護國法會 農曆 102 年十二月一日	
打齋 1000 元	陳聲漢、徐萬城、林琬蓉
500 元	黃素月
慶生法會 農曆 102 年十二月十五日	
壽桃 由程凱結緣	
打齋 3000 元	程凱
打齋 1000 元	陳聲漢、王艾
打齋 500 元	戴鄭錦鈿、趙廖文卿
年終祭祖 102 年農曆十二月十九日	
打齋 1000 元	陳聲漢、林也好、蔡耀菁
打齋 300 元	王健宇
20000 元	李俊渠（包括梁皇法會、中元法會、清明法會、103 年終祭祖）
6000 元	范振杰（包括清明、中元梁皇 103 年終）
5000 元	婁駿鵬（包括梁皇 103 年終、中元清明）
3200 元	周娟娟
3000 元	彭鳳嬌（包括清明、中元 103 年終）、黃書璋、樂崇輝、周秀芬、陳聲漢
2000 元	鄭應星、李紅英、朱建忠、賴慧玲、周台台、戎立民、戴鄭錦鈿、曾本立、袁春樂、潘海濤、張定中、馮肅蘭、任惠明、韓妙宜、錢桂蓮、王安國、林也好、蔡耀菁
1500 元	林富美、陳心怡
1000 元	陳俊仲、王艾、蘇武佑、賴福朝、董小龍、賀彥彪、楊許端娥、施之光、趙俊英、韓霞駿、王健宇、吳陪寧、徐萬城、張美珍、陳慧娟、陳春桃、曲効蘭、宋柏瑛、曾德龍、黃金菊、韓曲効蘭、邱郁清、徐萬城、陳金財、劉麗婷
500 元	張炳熙、何祖鳳、李俊秋
400 元	吳忠霖
300 元	黃秀鳳
200 元	彭鳳嬌、巫金珠
慶生法會 農曆 103 年正月十五日	

打齋 3000 元	潘海濤
打齋 1000 元	陳聲漢、王姚仁娥、馮肅蘭
打齋 500 元	戴鄭錦鈿
2000 元	潘海濤
300 元	楊宜純
200 元	王坤龍
仁王護國法會 農曆 103 年二月一日	
打齋 1000 元	徐萬城
慶生法會 農曆 103 年二月十五日	
打齋 1000 元	陳聲漢、蔡明曉
500 元	（汪文忠、汪文孝）、（王育瑜、王珍瑜）
300 元	鄭民生
元月份放生款	
5000 元	陳麗淑
4000 元	陳聲漢
2000 元	陳貴瑩
1100 元	蕭豐憲
1000 元	林琬蓉、吳秋月、陳金財、尼克修、台球營造公司、愷因師父、趙俊英、（徐萬城、徐翰興、徐玉穎、林君玲）、程鵬軒
500 元	賴慧玲、鮑尚瑋闔家、何炳照闔家、黃吳菜闔家、許桂、尤漢文、（鍾香、賴興西）
400 元	葉佳宏、劉照子闔家
300 元	蘇綢闔家
200 元	羅淘英、黃煜鈞、康桃英、羅玉媛、吳秀麗、梅占魁、巫金珠、（王文通、王玉煜）
100 元	陳世偉、張韻玲、盧陳賽、盧秀寧、黃詩媛、李宗璘
元月份放生（泥鰍 21580 元）（大龜 4300 元）（鱒魚 4500 元）共放生費用新台幣叁萬叁佰元正	
二月份放生款	
4000 元	（陳聲漢、方秀堅、陳蓮華、陳韻伊、關偉康）
200 元	（王文通、王玉煜）

三月份放生款	
4000 元	(陳聲漢、方秀堅、陳蓮華、陳韻伊、關偉康)
1000 元	程鵬軒
500 元	韓曲効蘭、劉東海、賴慧玲
200 元	三寶弟子、張清子、(王文通、王玉煜)
佛前大供 農曆 103 年正月初一	
1000 元	陳聲漢、潘海濤、李紅英、賴慧玲、陳金財
500 元	周秀芬
供佛齋天 農曆 103 年正月八日 (國曆 2 月 7 日)	
打齋 1000 元	陳聲漢、張定中、陳金財、徐萬城、周台台、賴淑櫻、周秀芬、董小龍、程凱、黃金菊、曲効蘭、李紅英、(韓國駿、韓霞駿)
打齋 500 元	陳春、賴慧玲、錢桂蓮
打齋 300 元	詹麗卿
打齋 200 元	韓秀珍
禮誦妙法蓮華經法會 103 年農曆正月廿二 ~ 廿四	
上如下覺師父誦經三天打全齋	
饅頭由如覺師父蔡慧玲結緣	
素包子由董小龍賴淑櫻結緣	
打齋 3000 元	陳聲漢、蘇金香、賴慧玲、鄭長椿、陳春
打齋 2000 元	潘海濤、周秀芬
打齋 1000 元	徐萬城、(董小龍、賀閔)、林琬蓉、(詹光裕、林琬蓉)
打齋 500 元	戴鄭錦鈿
打齋 300 元	詹麗卿
3000 元	林琬蓉、陳聲漢、張定中
1000 元	廖文卿、董小龍、菜岡市、李紅英、童董玉枝、黃明珠、鄭徐秀桃、羅碧雲、郭黃認連甦、黃金菊、林君玲、賴慧玲、徐萬城、(呂鳳美、林益瑜)、心慈師、賴淑櫻、朱建忠、陳金財、楊宜純、周秀芬、潘海濤、陳玉美
500 元	巫金珠
常年會費	
王艾、林琬蓉、李雪珍、李俊秋、潘海濤、卞一生、徐萬城、周秀芬、陳伊琳、吳博斌(102-103)、張鑛銘、吳秋月、程凱、趙俊英、吳忠霖、鄭義峰、李碧真、韓杜福娣、賴慧玲、陳春桃、曲効蘭、宋柏瑛、彭鳳嬌、陳心怡、錢桂蓮、李紅英、陳春、周森惠、張定中、賴淑櫻、黃書璋、鄭長椿、李延祐、王姚仁娥、楊宜純、張愛寶、賴秀英、董小龍、賀閔、黃金菊、黃素月(102-103年)、吳秀金、黃秀鳳、唐學敏、吳陪寧、林碧茹、黃秀鳳、林也好	

以下 102 年會費

鄭淨元	楊宜容、傅靖媛、張連英、李瓊華、楊蕙筠、梁江泰、劉耀奮、徐家湘、林麗華、徐乙丹、莊穎祥、許世穎、蕭金滿、陳登華、翁貞惠、陳韻伊、施品崧、陳淑英、施吳梨花、藍麗雲、郭宗義、黃凌蘋、鄒明珍、林金燕、
團體會費	
103 年 般若精舍 清風禪韻	
102 年 慈慧寺 諾那台南分舍 諾那埔里分舍 諾那台中分舍	
光明燈	
王艾(2 盞)、陳春、李俊秋(10 盞)、秦代珍、程凱(2 盞)、鄭自由、鄭民生、鄭秀欽、戴鄭錦鈿、戎立民(3 盞)、賴秋榮(3 盞)、賴慧玲(3 盞)、楊許端娥、曾本立(2 盞)、林明遙、陳梅蘭、李紅英(3 盞)、朱建忠、韓霞駿(6 盞)、陳春桃、任惠明、陳慧娟、蔡耀菁、周台台(2 盞)、陳玉美、許旦又、周森惠、蔡明光、王玫蓉、曾德龍、趙正芳、李延祐、張定中(5 盞)、王姚仁娥(2 盞)、陳聲漢(16 盞)、李宗憲、黃叁進(2 盞)	
功德金	
5000 元	萬本儒(捐款)
3000 元	李俊秋(捐款)
2000 元	楊機助印海報、慶生功德 1~4 月
1600 元	鄭振煌
1500 元	吳博斌
1200 元	李紅英花款
1000 元	鄭喻心、林雪紅
500 元	鄭長椿報費、周雨塘
200 元	周榮輝
中華寶筏雜誌	
2000 元	江元燦
1000 元	江清華、吳德文
300 元	三寶弟子
講師費	
6500 元	三寶弟子
1000 元	卓元信
觀音大士誕辰法會 農曆 103 年二月十九日	
壽桃由陳聲漢、方秀堅、蘇金香、潘海濤、陳春、馮肅蘭、周蘭、林琬蓉、周秀芬、李紅英、賴慧玲、周台台、韓秀珍、徐萬城、張玉燕、陳金財、賴淑櫻、鄭長椿、董小龍、賀閔、黃秀鳳、連甦等結緣	
打齋 1000 元	陳聲漢、張定中、陳金財、潘海濤、徐萬城、張賴淑櫻、馮肅蘭、(李紅英、王姚仁娥)

徵信錄

打齋 500 元	陳春、黃金菊、戴鄭錦鈿
打齋 300 元	黃秀鳳、楊宜純
清明法會 103 年農曆二月廿七 ~ 廿九日	
養生麥片粥由全宏志居士結緣	
包子由張賴淑櫻居士結緣	
打齋 3000 元	陳聲漢
打齋 2000 元	許旦又
打齋 1000 元	周秀芬、徐萬城、韓妙宜、馮肅蘭、潘海濤、 (王中婷、林沅霆)、吳秋月、林琬蓉、錢桂蓮、蔡耀菁
打齋 500 元	韓杜福娣、賴慧玲、蘇芝慧、戎賀蓉、王建中、黃金菊
打齋 400 元	韓秀珍、徐家瑜
打齋 300 元	陳春
4000 元	徐佳士、程凱、周秀芬、林琬蓉
3000 元	張定中、趙正芳、陳聲漢
2000 元	李紅英、戎立民、王艾、應正青、徐憶中、鄭自由、戴鄭錦鈿、賴慧玲、王寶華、曾本立、周台台、劉敏茹、陳慧娟、任惠明、曲効蘭、林秀芳、林也好、陳金財、韓妙宜、馮肅蘭、蔡耀菁、錢桂蓮

1500 元	鄭長椿、陳心怡、林富美
1000 元	陳玉美、楊淦、張美珍、韓國駿、李坤釗、朱建忠、萬本儒、董嘉黎、賀彥彪、黃志祥、朱淑珍、施之光、李宗學、胡俊智、連慧娟、王安國、曾恕寰、全宏志、陳雪花、蓋浙生、潘海濤、張立偉、鍾禮寧、許旦又、李文雯、趙廖文卿、顧蓉、李文偉、王玫蓉、劉麗婷、黃金菊、周劉蘭香、宋伯瑛、蘇武佑、吳宗霖、吳陪寧、張清子、楊宜純、徐萬城、王湘君、王美君、曾憲政、程秀英、陳賽玉、(楊中芝、楊瓊鳳、林金燕、孫碧榕、陳賽聖)、趙俊英、張日勇
900 元	(朱遠漢、朱遠洋、朱遠治)
600 元	鄭錦鈿
500 元	廖文卿、伍梅邨、張賡瑀、何祖鳳、張炳熙、何郡、王明廣
300 元	蘇素微、黃秀鳳

中華佛教居士會 103 年同修日期及課目預定配當表

國曆		農曆		星期	同修課目
月	日	月	日		
四月	十四	三月	十五	一	慶生報恩法會 上午普佛 下午誦藥師經
	十九		二十	六	慈悲三昧水懺
	廿七		廿八	日	第十三屆第一次會員大會
	廿九	四月	初一	二	仁王護國法會
五月	六		初八	二	浴佛節
	十三		十五	二	慶生報恩法會 上午普佛 下午禮大悲懺
	廿四		廿六	六	慈悲三昧水懺
六月	廿九	五月	初一	四	仁王護國法會
	十二		十五	四	慶生報恩法會 禮藥師懺
	廿一		廿四	六	慈悲三昧水懺
	廿七	六月	初一	五	仁王護國法會
附記	(一) 每星期六唸佛共修，上午九時卅分起香。 (二) 每月舉行放生一次。 (三) 舉辦頭七、七七、百日、周年佛事與拜懺。				