

妙林

菩
妙
題

宗旨：弘揚佛法

提升品德
推行淨土
淨化人心

 MIAO LIN

第26卷 2月號

本刊贈閱 歡迎索取

西元二〇一四年二月二十八日發行（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>



【影畫集錦】

- 01 菩公上人紀念佛七，捐贈僧伽醫護基金會興建「如意苑」
- 02 新春花絮——敲鐘迎福、千佛法會、副總統參訪禮佛
- 03 高雄市佛教會「新春團拜」暨「冬令救濟活動」

【菩公遺訓】

- 04 念佛不可思議..◎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(十九)..◎釋會忍
- 13 論究三十二相之修行法要(下)..◎釋宏觀

【時事診療】

- 20 萬物無常——生則有死 罪福相追..◎釋乙性

【演培長老徵文入選】

- 26 《念處經》觀外身之研究(上)..◎釋秀定
- 32 佛教無我觀的探討(下)..◎林維明
- 40 竺道生的修行悟道理論研究——「大頓悟」說的初步考察(下)..◎梁國超

【妙林園地】

- 49 詩話——赤子的迴向心..◎釋會佳
- 50 波羅蜜園地——如理思惟..◎釋生定
- 52 歲末憶往——母親·家族·出家..◎禪慧戒定
- 61 生活事件——臘月歲首..◎陳海晏
- 66 花樹菩提——櫻花遐想..◎淨璃
- 69 也是旅行——從機場開始..◎朱慧娟
- 72 健康有約——小心潛藏憂鬱症..◎葉怡君
- 77 行腳手札——千年古都文化札記(六)..◎釋顯慧
- 74 教息會報

①～⑥時序更迭，轉眼瞬目菩公上人圓寂已屆滿五載。四眾弟子感念上人的法乳深恩，謹訂於元月12日至18日舉行「上人紀念佛七」，眾等專心念佛修持，以資回向上人極樂上品上生。又於佛七圓滿日，佛前大供之時，以上人名義捐贈壹仟萬元，襄贊佛教僧伽醫護基金會刻於苗栗後龍籌建之「如意苑」工程。儀式在僧信二眾的歡喜讚揚中，元亨寺住持淨明和尚代表將善款轉贈僧伽醫護基金會，由基金會董事長會宗法師代表接受。淨明和尚致詞表示：興建僧伽養護中心，亦乃上人的志業願行；今以善款隨喜僧伽醫護基金會，但祈佛教界在願行接力，燈燈相續中，早日圓成僧伽安養「如意苑」，謹此了達菩公上人安僧度眾之心願。（王清江・攝影 | 103.1.18）



⑦~⑫除夕之夜，元亨寺燈火通明，在一片燈海，梵唱的音韻中，僧信大眾集會在大梵鐘樓前廣場，參與「敲鐘迎福」法會，迎接新的一年。法會由淨明和尚領眾，祈禱世界和平、國泰民安、風調雨順，並祝願人人福氣滿滿、福慧增長。

春節期間，信眾扶老攜幼川流不息地湧進元亨寺，迴廊廣場，人車穿梭。正月初一至初三的千佛法會，更讓大雄寶殿擠滿了人潮，有人禮拜祈福、有人點燈消災、也有人欲求皈依，更有人只是想在新春之際，闔家光臨品嚐千人素齋的流水席，廣結人緣，沾點法味。

副總統吳敦義先生大年初三蒞臨元亨寺參訪，由住持淨明和尚親自接待，慈仁婦女會及與會大眾列隊恭迎，吳副總統與佳賓等一行人，先抵大雄寶殿上香禮佛，並一一一致贈平安幸福的紅包給在場的每一位。隨後，轉往齋堂用餐，並於客堂略為休息，旋即又在眾人簇擁祝福中趕往另一段行程。(王清江 | 陳靜芳 · 攝影 | 103.1.30~2/2)



⑬~⑮103年度高雄市佛教會新春吉祥團拜聯誼，設筵在左營光照念佛會，由理事長淨明和尚主持，高雄市各寺院長老、法師、信眾等共襄盛舉，踴躍出席。僧信二眾齊聚一堂，處處恭賀聲不斷，新春的氣氛為寒冬加溫。大會在佛前大供，和理事長致詞暨領眾團拜的和諧氛圍中完成第一階段的聯誼。隨後，健康蔬食進場，每一道湯品菜色都揉和三德六味，滋養著與會者的心靈，為新春的初始開啓佛光普照、駿馬奔騰的新歲。(釋會雲 | 妙林編輯部·攝影 | 103.2.15)

⑯~⑱高雄市佛教會103年度「冬令救濟活動」鎖定居住在高雄市前金、苓雅、前鎮、小港等地區的弱勢窮困戶，為主要發放的對象。今年救濟活動分南、北兩區進行。南區設址小港萬德禪寺，北區設在楠梓慈雲寺。佛教會理事暨萬德禪寺住持傳智法師表示：「冬令救濟活動」是高雄市佛教會年度例行的業務，儘管發放的物資不甚豐厚，卻蘊含佛教會全體同仁最深厚的祝福。全程由林愛惠總幹事與志工團隊同心協力圓滿完成。(林愛惠·圖片提供 | 103.1.19)



念佛不可思議



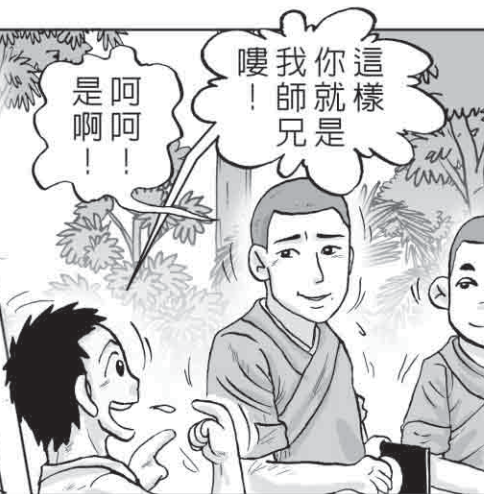
有人問：「師父啊！是不是真的一句阿彌陀佛就能消除惡業？」是的，沒錯！念佛確實可以消業。念佛不但可以消過去冤業，更能滅除現生的煩惱業。我們人的煩惱，還有一個共同點：「是由執著心所衍生出來」。既然是心的執著造成了煩惱，當然透過虔誠念佛，心地清淨，煩惱自然會減少。甚至其他沒有辦法處理的問題，祈求諸佛菩薩加被，也會得到感應和轉變。

當然不是說一念起佛來，身體馬上變得健壯，子女變得乖巧聽話，事業也瞬間鴻圖大展。而是藉著佛號將平常逆境、煩惱、壓力和痛苦，透過念佛的淨心，能夠很快地解除憂悶，轉苦惱為清淨。

人心一旦清淨起來，語言、行為也就會跟著清淨，很多事以前用煩惱、狹隘心來處理，現在以寬闊包容的心來面對，更會不可思議的找到化解之道，或得到貴人相助。當然，這也可能是因為誠懇感動諸佛菩薩，在冥冥之中感應加被，讓好因緣現前，惡因緣消除。







《俱舍論》分別世間品(十九)

第五章 器世間的構造及有情的身量壽量論①

第一節 三界的根本三輪安立②

以上已說明了有情世間，現在當說器世間。

頌曰

- (45) 安立器世間，風輪最居下。
其量廣無數，厚十六洛叉。
- (46) 次上水輪深，十一億二萬。
下八洛叉水，餘凝結成金。
- (47) 此水金輪廣，徑十二洛叉。
- (48a) 三千四百半，周圍此三倍。
③

◎釋會忍

論曰：此三千大千世界如是安立種種不同的形量，係因為諸有情業的增上力。④首先於最下層依止於虛空有「風輪」的生起，廣大無數，厚有十六億踰繕那。⑤風輪的體系相當堅固緊密，假如有一位大諾健那（大力神），以金剛杵⑥奮力威猛的快速懸擊此風輪，則金剛杵會碎壞，但風輪絲毫無所毀損。又係因為諸有情業的增上力，生起大雲雨，雨滴大如車軸，雨水不斷打落在風輪上，積聚這些大水而形成「水輪」。這些水輪在尚未凝結時，其深度有十一億二萬踰繕那。

（問）為何水輪不會往四周旁邊流散？有餘師說：

一切有情眾生因為業力所任持，令水輪的水不會流散。

如我們所飲食物，若未熟變時，終究是不會流入於熟藏之中。^⑦又，有餘部說：是由於風的任持，^⑧所以令水輪的水不會流散。如同穀倉可以任持稻穀一般。有情業力又感召另一種風的吹起，風不斷的撞擊此水，而使水結成金輪。如同形成熟乳時，上面會凝結形成薄膜，因此水輪就減損，厚度僅八洛叉（八億踰繕那）。^⑨其餘轉成金輪，厚度有三億二萬。金輪、水輪二輪的廣度是相同，直徑有十二億三千四百五十踰繕那，周圍旁邊的長度是直徑的三倍，即周圍邊長為三十六億一萬三百五十踰繕那。

第二節 九山^⑩

頌曰

(48b) 蘇迷盧處中，次踰健達羅。

伊沙馱羅山，揭地洛迦山。

蘇達梨舍那，(49) 頗濕縛羯拏。

毘那怛迦山，尼民達羅山。

於大洲等外，有鐵輪圍山。

前七金所成，(50) 蘇迷盧四寶。

入水皆八萬，妙高出亦然。

餘八半半下，(51a) 廣皆等高量。^⑪

論曰：於金輪上有九座大山，妙高山王矗立於正中
央而住，其餘八座大山圍繞著妙高山。於八山中前七名
內，第七山外有大洲等，此外周邊復有鐵輪圍繞，周匝
如輪環繞此一世界。持雙等七座山皆是黃金所成，妙高
山王以四寶為體，^⑫北、東、南、西等四方依次分別由
金、銀、吠琉璃（青琉璃）、頗胝迦寶（水晶），隨著
寶物的威德而呈顯不同的色彩於空中，故南瞻部洲的空
中就像吠琉璃色一般。（問）彼等寶物從何而生呢？
（答）也是由諸有情眾生的業增上力而產生，又，生起
大雲雨下落在金輪上，雨滴大如車軸，大水積聚波濤奔
流，其水成為各種種子胎藏，^⑬因此具有種種威德之差
別，猛風鑽擊此水時，轉變生出種種的寶類。如此由水
轉變生出諸寶時，因滅果生，^⑭果體不與因俱有，並非
如數論派所說的「轉變說」。（問）數論外道如何執著

轉變義呢？謂執有法自性常存，有餘法生有餘法滅，¹⁵如此果體由因轉變而成，與理有何相違之處？（答）謂必然無法容許有法是可以常住，而且執著另有一個可以法滅、法生。¹⁶（數論派救）誰說此等二十三諦法外別有有法，唯有此二十三諦法於轉變時，¹⁷其異相所依的自性名為有法。（難）此也是不合乎道理。（問）為何不合理呢？即是此物而不如此，¹⁸如此所說的義理實在不曾聽過。如此變生金寶等之後，又由業力引起別風，以簡別諸寶等。攝受諸寶使令聚集成為九山、成為四洲。並且分有甘、鹹二水，令其成立內海及外海。以上這九座大山皆矗立於金輪上，諸山的入水量皆等八萬踰繕那，蘇迷盧山出水也是如此。¹⁹其餘八座山的出水量逐次減半漸漸降低。謂初座持雙山出水高度為四萬踰繕那，乃至到最後鐵輪圍山出水量則為三百一十二踰繕那。如是九座山的廣量，各各皆與自己的出水量相同。

20

九山

九山原語	《起世經》 (T1,311c)	《世紀經》 (T1,114b)	《樓炭經》 (T1,306b)	《立世阿毘曇》 (T32,181a)	《俱舍論》 (T29,57b) 《大毘婆沙論》 (27,T691b)
Sumeru	須彌山	須彌山	須彌山— 高，八萬四千由旬 廣，八萬四千由旬	須彌山—高， （水中、水上） 皆八萬由旬	蘇迷盧山（妙高山） —高，（水中、水上） 皆八萬由旬
Yugandhara	佉提羅	佉陀羅	阿多—高廣， 百六十八萬里	共四萬由旬	踰健羅山（持雙山） 水中八萬； 水上四萬
Isadhara	伊沙多羅	伊沙陀羅	伊沙多—高廣， 八十四萬里	共二萬由旬	伊沙馱羅山 （持軸山） 水中八萬； 水上二萬
Khadiraka	遊健陀羅	樹巨陀羅	喻安多— 高廣，四十八萬里	共一萬由旬	錫地洛迦山 （檐木山） 水中八萬； 水上一萬

Sudarsana	善見	善見	善見-高廣， 二十四萬里	共五千由旬	蘇達梨舍那山 (善見山) 水中八萬；水上五千
Asvakarna	馬半頭	馬食	阿沙尼- 高廣，十二萬里	共二千五百由旬	額濕縛羯拏山 (馬耳山) 水中八萬； 水上二千五百
Vinataka	尼民陀羅	尼民陀羅	泥彌陀- 高廣，四萬八千里	共一千二百五十 由旬	毘那怛迦山 (象鼻山) 水中八萬； 水上一千二百五十
Nimindhara	毘那耶迦	調伏山	比那頭- 高廣，二萬四千里	共六百二十五由旬	尼民羅山 水中八萬； 水上六百二十五
Cakravada	斫迦羅	金剛圍	鐵圍山- 高廣，二萬二千里	共二百十二半	鐵輪圍山 水中八萬； 水上三百十二半

(待續)

經典	厚/廣	風輪	水輪	金輪
世記經 (T1, 24C)	厚	六千四十	三千三十	十六萬八千
起世因本經 (T1, 356C)	廣	無際	無際	無際
大樓炭經 (T1, 31C)	厚	三十六萬	六十萬	四千八萬
立世 阿毘曇論 (T32, 173B)	廣	無量	無量	無量
俱舍論 (T29, 57A)	厚	二百三十萬	四百六十萬	六百八十萬
	廣	無限	無限	無限
	厚	九億六萬	四億八萬	二億四萬
	廣	十二萬	十二億	二億四萬
	厚	三千四百半	三千四百半	三億二萬
	廣	十六億	八億	十二億
	厚	無數	十二億	三千四百半
	廣	無數	三千四百半	三千四百半

【註釋】

① 參照《俱舍論記》卷十一（大正四一，一八五中）；《俱舍論疏》卷十一（大正四一，六一四下）；《大毘婆娑論》卷一三三（大正二七，六九一中）。

② 此卷說明世界的種種形態。

③ 舊譯：（四）中器世界，說於下依住，深十六洛沙，風輪廣無數。（四）水輪深十一，復有二十千，水厚八洛沙，所餘皆是金。（四）徑量有三千，復有四百半，有十二洛沙，水金輪廣爾。（四a）若周圍三倍。

《俱舍論》的世界形態的說法，這在古代任何一個國家皆認為有上下、左右的看法。依此一個三千世界的最下層是廣大無數深厚十六億踰繕那的「風輪」。極為緊密牢固的依止於虛空之中。在此之上生起大的雲雨，積聚大水形成「水輪」，整體深厚約十一億二萬，踰繕那。其中的三億二萬踰繕那更加凝固成為「金輪」。

水輪與金輪廣度相同，約十二億三千四百半踰繕那，周邊直徑的三倍，約有三十六億一萬三百五十踰繕那。此三輪皆是有情眾生的業力召感而成。關於三輪之異說很多，如圖所示。

④有情業的增上力 若依阿毘達磨論師所說，有情的種種相是由別業所感召而來；世界的種種相，係有情的共業召感而來。

⑤踰繕那 舊譯：由旬。此有種種異說，《寶疏》主張十六里為一踰繕那，故今採十六里的說法。

⑥金剛輪舊稱金剛杵，是印度的武器。

⑦熟藏 消化系統的上部稱為生藏；下腹部稱熟藏。

⑧風 解說為引力現象，古代印度的物理學者通常皆依此說明風力之問題。

⑨洛叉 即億，相當今日的十萬。

⑩參照《俱舍論記》卷十一（大正四一，一八五下）；《俱舍論疏》卷十一（大正四一，六一五上）。

⑪舊譯：(四b)須彌婁山王。由乾陀羅山。伊沙陀羅山。法特羅柯山。修騰婆那山。阿輸割那山。毘那多柯山。(兜)尼曼陀羅山。於四大洲外。復有輪圍山。(辛)四寶須彌婁。入水八十千。此山出水上。亦八萬由旬。八山半半下。(五a)高度量平等。

⑫關於四寶在諸經論中異說。

四方	《起世經》 (11.311c)	《立世阿毘曇》 (132, 181c)	《正法念處經》 (117, 402b)	《俱舍論》 (729, 57b)
東	天銀	黃金	白銀	銀
南	天 璃	頗朶	毘 璃	吠 璃
西	王水精	白銀	真金	頗底迦
北	天金	琉璃	頗梨	金

⑬種藏 水能生寶名種。水中出寶名藏。

⑭因滅果生 水變成爲寶物時，若尙具備水的要素，寶物則尙未成立。若因有水性而轉變成爲寶物，則寶物也可以還原成爲水。數論派論師主張由自性轉變爲覺等，覺等再還原成爲自性，與所謂的轉變說是沒有區別，必須要注意。

⑮自性是萬有的太源，其自身是常住，其中的萬有含括種種的法（二十三諦），彼等之法依止於自性，或由自性發展而出，或還原爲自性，此爲數論派的世界觀。《俱舍論光記》有法自性常存有餘二十三諦生，有餘二十三諦滅。又解有餘我執等生，有餘大等滅。如是前後轉變何理相違。如變金等成環玦等，金體不異環等。生滅自性即名有法，謂自體性有大等法故名有法。(T41, 185c)。

⑯有法是本體常住，與法展轉生滅的說法是相互矛盾。

⑰數論派所說有法，係指自性以外有法現象。所說有法的自性例如黃金，法的覺、我慢之現象如同金器，金器如何的變化，常是依著黃金而命名，故說法是依有法而說，所以您的問難是因誤解我宗。

⑱此物是萬法 自性不外是萬法，自性所展開的萬法是無常，但所展開的自性，卻說爲常住，在道理上是不被允許。《俱舍論光記》自性即是此大等物，而不如此大等無常。如是言義曾所未聞，又解大等即是此自性物。而不如此自性是常。如是言義曾未所聞。(T41, 186a)。

⑲須彌山在水中的部份有八萬由旬，浮出水面的部份也是八萬由旬。

⑳須彌山的廣度爲八萬由旬，持雙山爲四萬由旬，持軸山爲二萬由旬，乃至鐵圍山則爲三百十二由旬。㊲

論究三十二相之修行法要(下)

◎釋宏觀／元亨佛學院研究部

(二) 究竟與不究竟

轉輪聖王所得之相已經是世間為最勝，為何佛陀更能超越、殊勝與究竟，其差別為何？然尚未成正等正覺者之「菩薩」，於因地中所行為何事？能感召如此殊勝之相來攝受及教化眾生？

佛陀與轉輪聖王若出世於人間，是以教化及利益眾生為目的，其二者皆俱有大悲心。雖是如此，但彼此仍是有所差別的，就以「發心」而言，佛陀往昔所發的願力與所行之事較為深廣與究竟，如《施設論》卷三所云：

何因佛及輪王，皆具三十二大丈夫相？……轉輪聖王者，往昔修因，其事廣大，於長時中，常起是念：『我當廣行布施，植諸勝福，長養一切眾生，淨持戒行，世間癡暗，無歸救者，悉為救度。』如來應供正等正覺者，隨諸所作一切善法，普施世間一切眾生，廣發大願，如願所行，捨家出家，成等正覺。

17

從比較當中，二者皆以利益眾生為主，但輪王仍有我與眾生之分別，故常起「我當廣行布施乃至對無歸救者悉為救度」之念，其所作之事雖能利益現世之眾生，但無法真正令眾生離苦得樂，仍會於三界中流轉生死。



然而，如來是以無我、我所之智，對一切所作之善法，皆迴向及利益一切眾生，並且發上求下化之願，從他利中而得自利。

然又約「殊勝性」而言，於《大毘婆沙論》¹⁸及《大智度論》¹⁹皆有說明菩薩相勝於輪王相之殊勝。另外，在經典中亦提到提婆達多、難陀有三十相，此與佛陀之相又有何不同？於《大智度論》卷八十八：

凡夫是罪人鈍根，云何能得三十二相？如轉輪聖王、提婆達、難陀所得相，名字雖同，而威德、具足、淨潔、得處則不同於佛。……又是相，聖無漏法果報，故自在隨意，無量無邊；轉輪聖王等相，是福德業因緣，不能自在，有量有限。復次，提婆達、難陀有三十相，無三十二相；轉輪聖王，雖有三十二相，無威德、不具足、不得處，與愛等煩惱俱。²⁰

佛陀是究竟圓滿者，其所得是清淨、無漏果報之相，餘者則是「如是因，如是果」之福德相，故言佛陀

之莊嚴相是勝於餘者。又於其它之經論中亦提到轉輪聖王雖有是相，仍是劣於如來莊嚴相之說²¹。因此，佛陀所具足之三十二相勝於餘者是無庸置疑的。

四、菩薩之應所作事

（一）得相之因緣

佛陀之莊嚴相，在於今時是無緣親自得見，但可透過經典之記載，殊勝的莊嚴相是能令吾人生起希求之心，此非貪染其殊勝之果報身，得莊嚴相之目的如前文所述，是以教化、利益眾生的方便善巧。所以在大乘時期中之經論，已有特重深觀與廣行，因此對「三十二相」之議題漸而開展，並且逐一列出條目或述說特徵或得相之因緣²²。

另此於經論所記載中，菩薩從發心至成佛期間，所積集菩提資糧之時間為三大阿僧祇劫。然而要成就三十二相之時間為多長？於《大智度論》中則言：最緩百劫，最快九十一劫之說法²³。其中「阿僧祇劫」及「劫」又是多久呢？此則無法換算吾人所認知的時間，

總而言之是指難以計量之時間。雖然成佛道遠，若能以勇猛無畏之心而往，必能早日成就佛道，如同經典讚歎釋迦文之勇猛精進，以及行難行之道，如是勇猛力即能超越九劫，故有「道無前後，意決爲先」之說²⁴。由此可見，成佛之期是疾與緩，則操之在己。

尙未成佛之「菩薩」，於因地中修何善法能夠得三十二相之果報身？此對發菩提心之行者而言則相當有助益，若能依循著佛陀曾所作事，除了可成爲吾人學習之方針外，更可避免盲瞎修練之危險。其修持方法如何？其實並不困難，是以「持戒」之功德爲主因，目的是在能夠得到人身之基本條件下繼續修持善法，如此方能感召更殊勝之莊嚴相²⁵。

然而探討至此，就如前文論究大乘時期中以「三十二相」爲經名有四經²⁶，其中就有兩經是屬於「戒經」，故可知欲成就「三十二相」是不能忽略持戒之重要性，所以筆者以下依《菩薩善戒經》來探討並分析其內容，同時以圖示其名相及得相之因：

三十二相名稱	得相之因緣
1.足下平相	至心修持淨戒故得。
2.足下輪相	供養父母、和上、師長、有德之人。
3.纖長指相	於諸眾生不生害心無劫盜想，若見父母、和上、師長、有德之人，遠出奉迎安施床坐，恭敬禮拜、破除憍慢。
4.足跟傭滿相	具上三行。
5.指網縵相	以四攝法攝取眾生。
6.手足柔軟相	以好蘇油摩洗父母、和上、師長、有德之人。
7.傭脇陽相	修集善法不知厭足。
8.踝骨不現相	聞法歡喜樂爲人說爲法走使。
9.平立手摩膝相	三業清淨、瞻病、施藥、破除憍慢、飲食知足。
10.馬藏相	見分離者善言和合，自修慚愧亦教人修。
11.身圓相	自淨三業亦教人淨，若有眾生四大不調能爲療治。
12.身毛上靡相	聞法歡喜樂爲人說。
13.得一一毛右旋相	思惟諸法，甚深之義，樂修善法，供養父母、和上、師長、有德之人；若行道路，佛塔僧坊，除去埽石、荊棘、不淨。
14.金色相	以飲食瓔珞施人，除去瞋心。
15.常光相	
16.七處滿相	常施眾生所須之物。

17. 上身如師子相	自破憍慢，調柔其性，隨眾生心，如法而行，為除不善，教以善法。
18. 得肩圓相	
19. 缺骨平滿相	
20. 身傭相	以得纖長指相而緣得。
21. 四十齒相	遠離兩舌，和合鬪諍。
22. 齒密不踈相	
23. 齒齊平相	
24. 白齒相	修欲界慈。
25. 方頰車相	見有求者，歡喜迎送。
26. 上味相	等視眾生，猶如一子。
27. 肉髻相	常施眾生無上法味；見有忘者，施其憶念；自持五戒，轉以教人；修集悲心，能大法施。
28. 廣長舌相	
29. 梵音聲相	實語，法喜語，法軟語，非時不語。
30. 目紺青色相	修集悲心，視諸眾生，猶如父母。
31. 眼如牛王	
32. 白毫相	見有德者，稱實讚歎。

關於三十二相的名稱與順序，諸經論所說不一，如《大般若波羅蜜多經》與《大智度論》等，是以立足下安平立相為第一，白毛相為第三十二；而《方廣大莊嚴經》及《妙吉祥菩薩所問大乘法螺經》等，則立白毛相為第一，足下安平立相為第三十二。雖然各個經論解說不一，但筆者依著《菩薩善戒經》的經文，逐一羅列出三十二相及得相之因緣。其中得相的因緣，正是吾人學習之法要，置於末後再加以論述。

另外又見於其它經論中，列出菩薩應修持四種業方能所得²⁷，或者重於布施及持戒而得三十二相之經文²⁸。因此在大乘之經論中，對三十二相之偏重與解說皆不盡相同。

(二) 修持之法要

以上名稱與順序除了不同之外，各個經論所偏重亦不相同，但筆者認為著重點應置於「得相之因」，其最大的原因：此是佛陀曾所作事，能引導吾人趨向佛道，故可成為修持善法之指南。故以下依《菩薩善戒經》所

列之得相的因緣，試著以「人、事、物」的觀點而列出幾點，以供參考：

1 人：

對已發上求下化之菩薩而言，欲利益眾生是不能離開人群，故「人」是吾人每日所要接觸之事。然而「人」除了他人以外，其自身亦是重要之一環，所以筆者又分為二類：

(1) 自身：於第一相已經點破其重要性為何，是以「至心修持淨戒」故得足下平相……。由此可見如同前文所提到：若不持淨戒，尚不得人身何況三十二相。持戒之目的除了規範三業及斷惡修善外，其調柔身心亦是菩薩應行之事，具有柔軟心與眾生共事，方能引導眾生入佛知見。

(2) 對他人：從《菩薩善戒經》所列之內容，可知菩薩與眾生互動中，對上者皆以尊敬心待之，如父母、和上、師長、有德之人等；對下則護念一切眾生。由此可見，菩薩對他人是以「上敬下念」之心與人相處。所以

菩薩對「人」，除了調柔自心外，對他人極有慈悲心，如同古大德言：欲成佛道先結眾生緣，正是如此的道理。

2 事：

眾生之根器不一，所相應之教法亦不同，菩薩與眾生共事中，不離四攝法來教化其眾生，以善巧攝引之方法使令度脫。布施，是由行財施、法施或無畏施來攝化眾生，令歸於正道。愛語，即是眾生所愛樂的言語（非諂媚等），菩薩是以愛語來引導眾生能使開悟。利行，謂勸人修於正行，或由自己的三業所行之善法，令一切眾生共同霑其利益，以此攝引眾生令發其心。同事，乃是同與眾生之事業、利益等，共苦樂、分禍福，似同甘共苦，以此引攝眾生使令得道。由此可見，菩薩所應用之方便善巧，皆令眾生能夠趨向離苦得樂之道。

3 物：

菩薩教化眾生除了常行財施之外，其法施及無畏施更是能使眾生得安穩之樂，尤其是法施，才是真正令眾生離苦得樂之道，就如同經典所云：先以欲鉤牽，後令入佛道。因此，無論對眾生是與樂（財施）或拔苦（法

施）及不令怖畏（無畏施），皆為慈悲心之展現。

從《菩薩善戒經》所列出之內容，知道菩薩應所作事是不離六度或四攝法，乃至行四無量心。但依筆者所歸納的略述，其所得相之因是離不開「人、事、物」中，對此皆是吾人所要面對及處理之問題。由此可見，得相之因緣並非餘處求，而是真正落實於日常生活中，其所行之善法則能成就得相之因緣。既然此時已種下因緣，故於未來際之時，等至時節因緣成熟，必能成就如此殊勝之相。

其實，從吾人周遭身邊也可發現，吾人雖是凡夫之身，亦是有莊嚴相之果報（但是與佛陀、輪王等所得之相是必然不同）。如同一個人與生俱來長得特別莊嚴，如纖長指相、手足柔軟相、齒密不疎相、齒齊平相、白齒相、梵音聲相等之果報身。若能有如上種種之諸相，即可明瞭此相是依業所成而獲得之相，乃為「如是因、如是果」之理則，並非無因緣而能得之。

五、結論

「三十二相」於原始佛教聖典中所談甚少，但在大乘佛教之時期中已漸為廣談，其內容是從條目中開展而述說特徵及得相之因，故可進一步得知菩薩應所作是：深觀廣行之事。佛陀是究竟圓滿之者，故能成為吾人所崇仰之對象。然而佛陀所具足之莊嚴相，其目的是為引導及教化眾生的方便法之一。又從得相之因緣的內容中，可知得殊勝相是累劫在因地修持善法而有的，即是依業所成而獲得之相，實為「如是因，如是果」的道理。

吾人皆知佛陀是在人間成而非餘處，可見此世間是積集資糧之最佳處所，故佛陀能較於彌勒佛早日成就。菩薩行者若依佛陀曾所作事而行，則能契入成佛之道。又透過戒經等所言的得相之因緣，間接學習到吾人於日常生活中，應如何處理人事物等之事，使得更加地圓融。

雖然於此談論如紙上談兵，但透過佛陀與經典中之教導，進一步瞭解菩薩曾所作事為何，令吾人有方向作為依循而避免誤入旁道。因此於日常生活中，不僅對自我之身口意更加謹慎，對他人則秉持上敬下念之心，若

能依此奉行，則漸能趨入成佛之道。(全文完)

【註釋】

- 17 《施設論》(T26, p. 520c)。
- 18 《大毘婆沙論》：「菩薩所得三十二相與輪王相有何差別？答：菩薩所得有四事勝：一、熾盛；二、分明；三、圓滿；四、得處。復次有五事勝：一、得處；二、極端嚴；三、文象深；四、隨順勝智；五隨順離染。」(T27, p. 889b)。
- 19 《大智度論》：「轉輪聖王有三十二相，菩薩亦有三十二相，有何差別？答曰：菩薩相者，有七事勝轉輪聖王相。菩薩相者：一、淨好；二、分明；三、不失處；四、具足；五、深入；六、隨智慧行，不隨世間；七、隨遠離。」(T25, p. 91a)。
- 20 《大智度論》(T25, p. 682c-p. 683a)。
- 21 《方廣大莊嚴經》：「王之太子必定不作轉輪聖王，何以故？三十二大人相極明了故。」(T03, p. 557a)：《優婆塞戒經》卷1：「是三十二相，即是大悲之果報也，轉輪聖王雖有是相，相不明瞭具足成就。」(T24, p. 1039a)。
- 22 《中阿含經》(T1, p. 493c-p. 494a)：《優婆塞戒經》(T24, p. 1039b-p. 1040a)：《菩薩善戒經》(T30, p. 1009b-c)：《大毘婆沙論》(T27, p. 888a-p. 889a)：《大智度論》(T25, p. 681a)：《瑜伽師地論》(T30, p. 566c-p. 568a)等。
- 23 《大智度論》：「菩薩幾時能種三十二相？答曰：極遲百劫，極疾九十一劫。釋迦牟尼菩薩九十一大劫行辦三十二相。」(T25, p. 87b)。
- 24 《分別功德論》(T25, p. 35a)。
- 25 《菩薩善戒經》：「三十二相雖復各各說其因緣，真因緣者，持戒精

進。何以故？若不持戒能修精進，尚不得人身，況得三十二相。」(T30, p. 1010b)：《瑜伽師地論》：「當知皆用淨戒為因而能感得。何以故？若諸菩薩毀犯淨戒，尚不能得下賤人身，何況能感大丈夫相。」(T30, p. 568a)。

26 請參考註腳12。

27 《無上依經》：係由決定無雜、諦觀微密、常修無間、不顛倒等四種正業所感得。(T16, p. 474b-c)：《菩薩地持經》：乃決定修、專心修、常修、無罪修等之四種業所感。(T30, p. 955c-a)：《瑜伽師地論》：決定修、委悉修、恒常修、無罪修之四種善修事業所感。(T30, p. 568a-b)等。

28 《大寶積經》：「若菩薩成就四法得三十二相身。何謂為四？探諸珍寶散佛塔廟、以種種香油塗塔基座、以雜花鬘嚴飾塔廟、以種種伎樂而以供養，常給侍賢聖初不違離，是為菩薩成就四法得三十二相。」(T11, p. 562a-b)：《大智度論》「有人言：『布施是得三十二相因緣。』」三十二相因緣。』」(T25, p. 141b)：《大方便佛報恩經》：「三十二相，雖復各各說其因緣，真因緣者，持戒精進。何以故？若不持戒，能修精進，尚不得人身，況得三十二相。」



萬物無常

生則有死・罪福相追

◎釋乙性

命如華菓熟，常恐會零落，已生皆有苦，孰能致不死？
從初樂愛欲，可姪入胞影，受形命如電，晝夜流難止。
是身為死物，精神無形法，假令死復生，罪福不敗亡。
終始非一世，從愛癡久長，自作受苦樂，身死神不喪。

〈摘自《法句譬喻經·生死品第三十七》〉

●台灣醫療糾紛 層出不窮

台灣醫師已成為是犯罪率極高的高風險行業，現在最優秀的年輕醫師紛紛棄守「內、外、婦、兒、急等五

大科」、紛紛轉向「眼、牙、皮膚、耳鼻喉等五官科」方面。由於前者有高風險、健保支付低、工時過長等三大問題，讓作為基石的急重症醫師正在快速流失中。婦產科醫師高添富指出問題核心，開玩笑的說道：「五大科是因為錢少、事多、離『監』（獄）近」。

二〇一一年八月，高雄市岡山區有位孕婦生產時不幸去世，死因是肝壞死。結果家屬欲索賠五百萬元不成後，竟然大動作發動兩輛遊覽車及二十輛小轎車，到診所前抗議，由於人數眾多，警方還出動近百位員警前往封路以維持秩序。

既然死因是肝的問題，按理說應與婦產科醫師無關，所以無醫療疏失才對，然而醫師面對病人家屬發動人海戰術的行為，導致原本救人的醫師瞬間被指控為殺人犯，因而承受百口莫辯的衝擊與委屈，從此不願再當送子觀音。其實這位被抗議的醫師是高雄市岡山地區還願意接生的最後一家婦產科診所，除了他之外，國軍岡山醫院僅存的兩位婦產科醫師，也都被病人告上法院。

目前婦產科醫師人員的減少，一般人認為是來自於少子化的關係；事實上醫療糾紛才是婦產科醫師，還有其他重症醫師們裹足不前的禍因。幾年前台北榮總因為注射筒未消毒完全，導致無辜病患感染瘡疾事件，負責的醫師雖然獲得緩刑，但從救人卻反而無意中變成揹負殺人犯之罪名，還是讓這位年輕的住院醫師無法釋懷，最後自己注射劇毒的氯化鉀自殺，結束不到三十歲的青春生命。台北榮民總醫院內科部臨床毒物科主治醫師葛謹透露，他醫學系同學一一九人當中，到目前為止，就有六位被判刑定罪。

根據陽明大學公共衛生研究所楊秀儀博士與劉邦揚碩士的調查統計，台灣醫師的犯罪率，竟是「世界第一」，平均每三十八·八天就有一位醫師被定罪。他們調查自二〇〇〇年一月一日起至二〇〇八年六月三十日止，台灣地方法院共有三一二位醫師被告，其中八十名醫師被判有罪，台灣醫師的「有罪率」竟高達四分之一（二五·六%）；相較美國，百年以來卻只有一例醫療刑事案件。

原本從備受尊敬為救人菩薩的醫師，一剎那間卻成了被告的罪犯，醫師的這種心境與處境著實情何以堪，如何在先自救、自保之下再救人，更是成為醫師必須迫切面對的問題。和信醫院治癌中心神經科的賴其萬醫師曾投書提及，在某醫學系的「醫病溝通」課堂上問學生，為什麼需要與病人及家屬溝通時，學生回答的居然是一定要先向患者與家屬解釋清楚，才不會被告的法律自保為先決條件。這也是造成寒蟬效應的結果，即醫生在救人之前，必會讓家屬簽同意書為優先，台灣法律與病患或家屬，逼得醫師遇到危急病人時，第一個反應不再是救人第一，而是簽家屬同意書成為最優先，依法看病應為醫師行醫的第一守則。救人与殺人之間的區別，原本應該是天差地別，但台灣法律卻讓兩者距離近到只剩一線之隔；救不活病人就要被判刑，誰還敢救人呢？這類「寒蟬效應」在醫界，已不是一天兩天，並形成一種「防衛式醫療」。醫療糾紛刑事訴訟氾濫的結果是，病患或家屬很難得到任何賠償，醫療人員卻飽受訴訟過程的折磨，而檢察官介入司法紛爭，更是造成司法資源浪費。此種訴訟的型態，最終的結果必定淪為民眾、醫界、司法三輸的局面。

都是最高，難怪台灣醫學系學生避之唯恐不及。

（參閱今周刊第七七六期）

● 台南地方法院與醫界合作處理醫療糾紛

由於法院的醫療糾紛案件逐年增加，據新聞報導指出，台南地方法院有鑑於醫療糾紛鑑定過程緩慢，導致案件累積太多，由李杭倫庭長、郭貞秀庭長與林福來庭長與台南市醫師公會、成大醫院與奇美醫院密切討論，打算向台南市醫界募集醫師人才庫，協助處理醫療糾紛的鑑定、調解與諮詢。

在「泥菩薩過江自身難保」的狀況下，「人球事件」恐將一再發生。當台灣醫師都只敢做一些低風險的小手術，高難度的手術將缺乏足夠臨床經驗知識的累積，如此一來，風險又會增加，醫師就更不敢冒險「以身試法」的惡性循環結果，將造成台灣整體醫療水準的下降，也造成其他病患求助無門的困境。

據統計發現，最常收到法院傳票的醫師，幾乎全來自外科、婦產科、內科、兒科、急診等重症科別，而這些科別的醫師卻是在關鍵時刻真正拯救台灣人民生命的人！重症醫師受訓時間長、行醫難度高，現在連被告率

一般醫療糾紛鑑定曠日廢時，如果可以由地方法院與醫界合作，經由訴訟當事人雙方同意，委由台南市醫師公會、成大醫院與奇美醫院的醫師專家們幫忙鑑定，應該能夠加速案件的審理，解決訴訟雙方對於時間的煎熬。

根據衛生署資料顯示，該署醫事審議委員會自七十六年至一百年間共完成約七千九百多件醫療爭議

鑑定案，歷年來均呈現逐年攀升之趨勢。其中，鑑定涉及刑事訴訟案件者，約近八成，顯見醫療糾紛確實不容忽視。台南市醫師公會將繼續與台南地方法院討論未來合作事宜，法院更期待醫師們除了幫忙解決醫療糾紛之外，還可以延伸到幫忙法院處理其他刑事案件的賠償問題，例如車禍受傷的醫療處理與費用等其他相關醫療問題。

● 寒流來襲氣溫驟降心血管病患多三成

寒流來襲加上雨勢不斷，這幾天氣溫驟降，全台冷颼颼。彰化基督教醫院急診醫學部長周志中醫師指出，這幾天急診以心血管疾病和腦中風患者居多，比起過年除夕到初四的好天氣，心血管疾病患者平均多了二至三成。

根據台中市政府緊急醫療救護資訊系統統計，二月八日至二月十日猝死個案就有十人，年齡均在四十八至七十八歲間，其中還有一名二十一歲的男性青年也不幸猝死，目前還有七人因天冷，導致心血管疾病發作，仍

在醫院治療中。光是二月十日就有六人因心臟不適，緊急送醫急救仍宣告不治，寒流來襲，中風及心肌梗塞急診患者增加近兩成，主要是氣溫低，容易誘發心臟病和中風患者急性發作，突然出現胸悶、胸痛、呼吸困難等症狀。

寒流來襲因氣溫驟降而暴斃人數不少，由各地陸續傳出猝死案例，如桃園縣九日氣溫驟降到十度，到院前死亡案例有四人，最年輕的為家住中壢五十歲的藍姓男子，其餘為七十歲以上的年長者。藍姓民眾一早就被家人發現倒臥客廳椅子上，消防人員到場時已無呼吸心跳，據了解，男子有高血壓病史，前晚曾向家人反應身體不適，所以在客廳休息，孰料隔天就因心血管疾病驟逝，親友們直說沒想到這麼嚴重。台北市消防局也接獲十起疑因天冷猝死案例，其中五十五歲郭姓攤販在雙和市場叫賣，突然倒地不起，警消趕往發現已無生命跡象，經電擊二次後送醫仍告不治，郭的妹妹告訴警消，哥哥平常身體硬朗，叫賣聲音宏亮，沒想到竟因天冷暴斃。林口區一名七十二歲罹患心臟病的老婦人，九日下午一時許，走進竹林山觀音寺停車場旁廁所時，疑因車

內外溫差過大，身體不適跌坐在門口，家人打電話報案送醫仍不治。板橋區忠孝路一名五十歲男子，在家中突然胸悶、呼吸困難，家屬報案送醫後猝死，家屬疑是寒流肇禍。

根據北醫、林口長庚、三軍總醫院以及新光醫院等急診醫學部主任指出，入冬之後天氣下降，尤其氣溫驟降到十五度以下，各醫院急診病患數目就會增多，尤其是心血管疾病及腦中風患者會增加。如新北市消防局統計，八日全市共十一人因內科疾病送醫不治，九日則有八人，二天來合計多達十九人疑因氣溫驟降猝死，其中大多為高齡老人，且不少罹患心血管疾病等慢性病症。

● 世事繞悠悠，貪生早晚休

世事繞悠悠，貪生早晚休。研盡大地石，何時得歇頭。
四時周變易，八節急如流。為報火宅主，露地騎白牛。

〈摘自《寒山詩》〉

台灣的醫療體制從過去日據時期培養出許多的醫

生，所以從小我們都會聽到「老醫生」這個名詞，而且語氣中帶有一份敬重，可見當時的民眾視醫生猶如菩薩化身般的崇敬，華陀再世的肯定，當然也須此醫生有醫德才能獲此認同，也會聽到老人家們對有些醫生的怨言，即傲慢，愛錢等等的評語。在當時沒健保制度下的社會，確實是醫師的錢塘江，生病則是民眾的地獄門，有錢得醫，無錢等死，是當時的景象。

隨著時代的變遷，健保體制的愈加健全，藥物的公定化之後，現在的醫生再也無法如過去般的高收入；解嚴後法院也不再是人人畏懼之門後，醫療糾紛反成了醫生救人與自救間的掙扎鬥，現在社會經濟萎靡不振，人們的倫理道德逐漸頹廢，往往陷在貪、瞋、癡的三毒之中，導致於失去理性，所以才會醫療糾紛不斷。

筆者近日因為牙周病的問題前往醫院治療，醫師建議我最好植牙，並向我解說植牙前我必須要注意血壓和心臟的問題，因為最近他們遇到有位老先生來作植牙手術，回去後的第三天卻中風，因此他的家人將這件事怪罪於醫療問題，所以發生了醫療糾紛。難怪醫生在跟我

解說時，帶有一股無奈與謹慎，其實七、八年前我就有讓他植牙過，此次怎會變得如此的謹慎，當他訴及此醫療糾紛時，不禁令人慨嘆不已。

於是我告訴醫師，如果因植牙手術，或拔牙等問題，於事後幾天才發生患者中風或猝死現象，家屬不應將此問題推卸於醫療疏失才對，就以去年年底至筆者執筆此稿之時，臺灣氣候變化多端，導致患有高血壓，以及心血管疾病的人容易發作，也就是說年前年後這段期間的氣候，是患有高血壓，以及心血管疾病者的天敵，過去我常因氣候的變化而頭痛不已，卻也找不出原因，後來才明白那是氣候變化造成，由此可知有許多人猝死或腦中風的現象，都是變化無常之氣候惹的禍。

在本人的愚園附近有一位老婦人，因為兒子感冒前往醫院看病打針，離開醫院不久，卻死於路途上，為此老婦人向醫院求償未果，至今已耗費十多年的歲月，兒子尚存放於殯儀館中未火化，媳婦帶孫子已離去，丈夫進安養院，村人提及此事，談論該婦女爲了求償，卻忽略了兒子的火化，一旦兩老都離世的話，那兒子豈不成

了無人收屍的下場嗎？

醫療疏失，確實是可有，也不該有；然人非聖賢，相信每位醫師都不希望、也不容許自己在醫療上犯錯，一旦遇上醫療問題，必須先評估對錯，才不致於誤將一位救人的好醫生斷送其再救人的機會。總之，醫者父母心，身爲救人的醫生，必具備醫德與醫術爲要，而患者與家屬應要有理性與風度的溝通，如此才能減免醫療糾紛。

最後，僅以《榮根譚》的「人之過誤宜恕，而在己則不可恕；己之困辱宜忍，而在人則不可忍」，共勉之！生理上的病，務必找醫生治療，心理上的病，應以佛法爲要，從行持上修起，才能根本治療，智慧才能增長。



《念處經》觀「外」身之研究(上)

摘要

閱讀溫宗堃〈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〉的論文，文中提到有部分的大師將外觀局限於觀他人。這點讓筆者無法同意，因此開始搜集文獻及田野，希望能透過實際的禪修觀察操作以及經典記載的內容，找到禪修時實際觀察的對象，不需要涉及他人或僅限於他人？而且觀察外觀之後，需不需要如內觀般需要回到自身的四念處觀察？

本文針對觀外身等於觀他人的觀點，產生疑惑，進而想透過實際操作的方法獲得實際經驗，再就實際經驗

◎釋秀定／慈濟大學宗教與文化研究所

獲得的理解與此觀點作比對；再以經典如何闡述此論點作為支撐點，最後透過經驗與經典的相互印證所產生之推力，來解除疑惑。

本文除了前言和結語之外，主要分成三個節次，首先將緬甸禪師、菩提比丘及溫宗堃的論文^①中，對「外觀」的觀點作一個分析，提出這些解釋可能產生的問題所在；緊接著列出從《阿含經》中找到的有關觀察「外」身的解釋，並透過個人實際的禪修經驗，對經典提出可能的理解方式；然後檢視在本文的理解之下，是否會衍生其他的問題出來。最後綜合各節做出結論。

關鍵字：念處經、四念處、內、外、毗婆舍那、緬甸。

一、前言

爲了渡過煩惱的大海，筆者來到佛陀的座前，加入佛教修行的行列，跟隨有經驗的法師開始修習四念處②，瞭解到只要不再加入煩惱，煩惱就會止息。

會有這個體驗，完全是來自於法師們依據《念處經》所做的指導，以及透過自身依照指導反覆不斷地練習——回到自身的探索，才出現的。所以，即便筆者已經不過禪修中心式的密集禪修生活，也還是會時時閱讀《念處經》，並時時練習經中所教導的方法，讓自己時時歡喜自在。

不過，自己在閱讀《念處經》時，卻產生了一些疑問，其中最大的疑問是：爲什麼要觀「他人」的身、受、心、法？③再翻閱《中阿含·念處經》則出現觀「內」身、受、心、法及觀「外」身、受、心、法等字眼。「內」指的是所謂的自己，這點筆者可以確定，

因爲在中心練習時，筆者常常因爲將注意力放在他人身上，而受到禪師重重的「提醒」，對「觀『內』身、受、心、法就是觀自己」的教導印象非常深刻；可是對於「觀『外』身、受、心、法等於觀他人」則深覺無法理解，禪師沒有教筆者這個，即便今年五月份筆者拜訪班迪達大師，透過翻譯告訴他筆者想要在禪修中心搜集資料做研究，他也以研究自己就好了來回答筆者。④對於觀「他人」的身、受、心、法產生更大的疑惑，把經典記載的「觀『外』身、受、心、法」解釋爲「觀『他』人」的身、受、心、法」也就更無法接受了。

什麼是觀察「內」身、受、心、法？拜「內觀」禪修法在台灣盛行所賜，大家都知道，那就是一部分一部分地觀察自己的身體。⑤所以觀察「內」身，指的是觀察身體的五根，大致上沒有太多爭議。⑥

但是，什麼是觀察「外」身、受、心、法呢？卻出現了不同的見解。以毗婆舍那（vipassana）修行著稱的緬甸禪師們，出現了不同的說辭。⑦如前文所提，有人將這個「外」當作「他人」解，以爲要完全解脫，也

要觀察他人。這跟筆者所學的禪法以及經驗完全不同，著實讓人無法瞭解：「觀察他人是獲得解脫的要件。」

的這種說法。佛陀的原意是如此嗎？是「觀外」還是「外觀」？「觀外」就是「外觀」嗎？「外觀」（或「觀外」）可以自外於「內觀」（或「觀內」）、「內外觀」而單獨理解嗎？「外觀」（或「觀外」）別就是「觀他人」嗎？「觀他人」是解脫的要件嗎？「觀他人」的方法還記載在哪一部經典呢？

爲了解決這個「外」字所指的到底是不是只局限於「他人」這個意思，而衍生出來的種種疑惑，筆者開始朝《阿含經》著手⁸，試著從原典中找出合理的解釋，來解決這個問題以及其衍生問題。

本文除了前言和結語之外，主要分成三個節次，首先將緬甸禪師、菩提比丘及溫宗堃的論文⁹中，對「外觀」的觀點作一個分析，提出這些解釋可能產生的問題所在；緊接著列出從《阿含經》中找到的有關觀察「外」身的解釋，並透過個人實際的禪修經驗，對經典提出可能的理解方式；然後檢視在本文的理解之下，是

否會衍生其他的問題出來。最後綜合各節做出結論。

二、各家對「外觀」的解讀

（一）馬哈希系統

在馬哈希比丘《內觀基礎》¹⁰一書的修行介紹，我們不難發現這是一種無人稱，而純粹直接觀察動作的方法。也就是說，修行者最主要的觀察目標除了腹部的起伏外，還包含修行者一切正在發生的動作。辨識了見到的或是觸到的對象，它們的實際的狀況是什麼之後，不管觀察的當時產生各式的想法、領悟也好，都回到自己的動作上作標名的動作，最後再回到腹部起伏的觀察。將對象視爲觸發自己思考的對象，而不要去觀對象的內容，重點在自己的身心活動。

這個系統的修行方法，所要面對的問題是經典中的觀察呼吸訓練，並未提到觀察腹部起伏。不過，這不是本文要論述的部釋，就不再細說。

（二）葛印卡系統

葛印卡在《四念處開示集要》¹¹提到，內觀 vipassana 或隨觀 anupassana 是要我們在身體內 (kaye) 觀察，他把身體 (kaye) 當成觀「內」身所指的部位；而 bahiddha 指的是身體的表面，也就是觀「外」身所指的部位，不過即便是觀外身，也仍是在身體的架構內做觀察，他舉例說，當外境和六根之中的眼、耳、鼻、舌、身等五根的表面接觸時，即是這一類，當外境和六根之中的意根接觸時，也是如此。至於 ajjhata-bahiddha 他將之解釋為五個感官的關係。

這個系統所令人無法理解的是在於，他只提五個感官，並沒有提到六根中的意根，不過這個議題不是本文所要論述的點，在此暫不申論。

屬於這個傳承的祖師：緬甸的雷迪尊者 (Ledi Saya-daw, 一八七二—一九二二)、烏鐵古 (U Thet-gyi, 一八七二—一九四六) 以及烏巴慶 (U Ba Kin, 一八九九—一九七二)¹² 等人，也都僅要求修行者要觀察自己的四念處。¹³

這裡產生一個問題，身體的內外之別是以皮膚來作區隔的嗎？如果是觀內身是指觀察身體內，那是要我們觀察身體內的器官嗎？而我們如何觀察到身體內的器官呢？

而且經文中的同一段文字，所指的觀察範圍有六根和五根的區別，是不是合理，也是值得討論的問題。

(三) 帕奧系統

帕奧比丘在《正念之道》引用《清淨道論》作出要觀照外在他人的身為身，才足以成就觀，才能證涅槃。

這與馬哈希比丘提出的觀察腹部起伏一樣，都是很獨到的見解，引了論典的支持，仍要受到不符合經典的考驗這一關。目前，這一部分受到南傳諸位大師的檢視，菩提比丘以為，直接觀照他人的名色法，並非是必要的，並非解脫的要件。

(四) 菩提比丘說

「In this way he abides contemplating the body as a body internally, externally, and both internally and externally……」

菩提法師將 bahiddha、ajjhata 以及 ajjhata-bahiddha 當成副詞來解，所以我們可以將這個句子做以下的理解：「就這樣，他居於外地，觀身如身；他居於內地，觀身如身；他既居於內也居於外地，觀身如身……。」

而得出這樣的結論：通過主觀地、客觀地以及既主觀又客觀地觀察，身體即是身體。這個身體不是我的，也不是我，既不是我的也不是我；這個身體不是由梵在操控（梵所），也不是（部分的）梵，既不是梵在操控也不是（部分的）梵——理解到身體很單純的就是身體。

將四念處的修行要點之一——發現五蘊不是我我也不

是我的，點明直接觀察的時候所見到的現象。透過設立了一個客觀的觀察者，在身內以及身外觀察身即是身體，這是很合道理，也可以抵達修行的要點，不過，這又牽涉到另一個問題——假想觀以及直觀的問題。然而，這並不是本文要論述的點，暫時不申論。（待續）

【註釋】

- 1 同註6。
- 2 筆者在馬哈希大師的中心、阿姜 查森林道場及其分院以及葛印卡的中心各修學一段時間。基本上，這些修行道場或中心皆教導以觀呼吸為業處的四念處修行。
- 3 《念處經》，「……或對他人也要觀察其身體……」，p. 17，1997 原典佛教流通處流通版本。
- 4 筆者在1999年到緬甸學馬哈希禪法，曾在班迪達大師的森林道場學習三個月。2000年開始大師到台灣埔里帶課程，筆者於2009年5月21日前去拜訪。談話中，他告訴我：觀察自己身心的實相就是在自己的身心上繫法鼓。
- 5 依「葛印卡台灣內觀中心」<http://www.udaya.dhamma.org/>資料。
- 6 葛印卡內觀中心出版的《四念處開示集要》p. 27：「有一個注釋把 ajjhata 解釋為禪修者的身體——這個可以接受——但把 bahiddha 當做是別人的身體，即使（禪修者）身邊沒有任何人。它解釋說禪修者可以想著他人，想一切眾生和自己一樣在出息或入息。這點我們不同意，因為這是想像，但在本傳承的內觀 vipassana 或隨觀 anupassaka 是要在你身體內 kaya 觀察。因此對我們而言，bahiddha 是身體的表面，但仍在它的架構內。Ajjhata-bahiddha 也可以與五個感官關係

上來理解。當外境與眼睛、耳朵、鼻子、舌頭、身體表面接觸時，它是在身體的架構內，但在身體的表面被感知的。甚至心也是在身體的架構內，雖然它的所緣可能在外。經中並沒要你去開始想有某個人或看見某人。」【下線為筆者所加；以下同】

7 詳見溫宗堃〈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爭論〉p.4-p.9。

8 慈濟大學宗教與文化研究所林建德老師曾給予意見並幫忙搜集資料。

9 同註6。

10 他提到：「此中唯有身和心，此外沒有所謂男人或女人的個體。在

觀察中可發現，有一物質現象為對象，還有一心識活動去了知它，這一雙心物活動的現象即是傳統所謂的『有情』、『人』或『靈魂』，『男人』或『女人』。」他還接著說：「除了這身心二元的過程之外，沒有另一個人或有情、我或別人，男人或女人的存在。但是，當禪修者發覺他在思惟這些道理時，必須注意『思惟、思惟』，然後繼續回來觀察腹部起伏。」民國86年4月，嘉義新雨道場出版，p.112。

11 同註4。

12 葛印卡先生的師承系統。

13 同註6。

【元亨寺·元亨佛學文教研修部 一〇二學年下學期課程表】

序號	星期	上課地點	師長德號	課程名稱	第一週上課
①	一	元亨佛學班	觀慧法師	《蓮宗寶鑑》	三月十日
②	一	元亨佛學班	湛定法師	《佛典選集》	三月十日
③	二	元亨佛學班	會禪法師	《妙法蓮華經》	三月十一日
④	二	元亨佛學班	璨慧法師	《勝鬘經講記》	三月十一日
⑤	二	元亨佛學班	顯慧法師	《中國佛教史》	三月十一日
⑥	三	元亨佛學班	湛慧法師	《觀世音菩薩普門品》	三月十二日
⑦	三	元亨佛學班	堅如法師	《佛說觀無量壽佛經》	三月十二日
⑧	四	元亨佛學班	禪慧法師	《妙法蓮華經》	三月十三日
⑨	四	元亨佛學班	會廣法師	《南傳法句經》	三月十三日
⑩	五	元亨佛學班	會禪法師	《藥師經》	三月十四日
⑪	五	元亨佛學班	湛慧法師	《佛說十善業道經》	三月十四日
⑫	五	元亨佛學班	會忍法師	《佛法概論》	三月十四日
⑬	六	元亨佛學班	董美淑老師	「中級英語」	三月十五日
⑭	二	淨觀佛學班	觀慧法師	《無量壽經》	三月十一日
⑮	三	淨觀佛學班	璨慧法師	《勝鬘經講記》	三月十二日

序號 星期 上課地點 師長德號 課程名稱 第一週上課

⑫	四	淨觀佛學班	堅慈法師	《普賢菩薩行願品》	三月十三日
⑬	五	淨觀佛學班	持愷法師	《佛說業報差別經》	三月十四日
⑭	五	淨觀佛學班	會涵法師	「心理諮商」	三月十四日
⑮	三	光照佛學班	堅慈法師	《南傳法句經》	三月十二日
⑯	六	法隆佛學班	湛慧法師	《佛說十善業道經》	三月十五日
⑰	二	覺元佛學班	禪慧法師	《無量壽經》	三月十一日
⑱	五	蓮華佛學班	觀慧法師	《蓮宗寶鑑》	三月十四日
⑳	二	元亨佛學班	蕭駿獻老師	「佛曲教唱」	三月十一日

上課時間：晚上7:30-9:30

上課週數：18週

上課費用：免費

●元亨寺(07)5213236

●覺元寺(07)215919

教務處(07)5318003

●高雄市鼓山區元亨街1號

●高雄市新興區仁愛一街1號

●光照(07)3619648

●淨觀(07)3219662

●高雄市楠梓區宏毅二路北六巷56-1

●高雄市三民區九如二路836號12樓

●法隆寺(07)5832868

●蓮華(07)6661527

●高雄市左營區埤仔頭街36號

●高雄市旗山區旗南二路黃厝巷22-16



佛教無我觀的探討(下)

四、中觀學派的中道無我觀

大乘佛教中觀學派代表性人物龍樹菩薩在其著作《中論》、《大智度論》及《十住毘婆沙論》中對「無我」觀念都有所論述。本文僅以前兩論為研討的對象，概述如下：

(一)《中論》的無我觀

龍樹對部派佛教的「我無法有」及「我有法有」的兩大分流以及當時其他學派的種種我見，所以就引用《阿含經》，以抉擇遮破各部派及外道的妄執，以顯示

◎林維明／國立政治大學宗教研究所

佛法的真實義。以下概述《中論》對有部及犢子部論述的評破，以利理解佛陀「無我」的真實意涵。

1 評破有部的「法有」

有部認為一切法分析到最後極微，而有「自性有」的假合為其三世實有的依據。而《中論》主張「一切法皆無自性。如在〈歸敬偈〉第一頌就是對實有自性者的論破，如論曰：

不生亦不滅，不常亦不斷，不一亦不異，不來亦不出³⁹。

其實這一頌所指的「八不」是具有「雙非」之性質

揭示離於兩邊的中道思想，除了生滅、常斷、一異、來去四對相對性概念的遮遣外，還有實、非實；我、無我（參見T30, 24c-25b）；常與無常；邊與無邊（詳見T30, 30b29-c1）都是《中論》的典型論述形式。在〈觀因緣品〉中第一頌，論曰：

諸法不自生、亦不從他生，不共不無因，是故知無生⁴⁰。

此頌所論破學派的主張有：

- (1) 自生：數論派 (sāṃkhya) 主張因果是一（因中有果）。
- (2) 他生：勝論派 (vaiśeṣika) 主張因果是異（因中無果）。
- (3) 共生：尼乾子（耆那教）(Nirgrantha) 主張因果亦一亦異（因中亦有果亦無果）。
- (4) 無因生：順世外道 (Lokāyata) 主張因果非一非異（因中非有果亦非無果）。

四門 (Catuskoti) 是窮舉一切有自性生的見解，又叫窮舉證法 (Proof by Cases) 其模式如下表：

次序	四門 (一)	四門 (二)	略稱 (一)	略稱 (二)	句型	性質 (一)	性質 (二)	符號
1	因果是一	因中有果	有	有	一切有	肯定	正	P
2	因果是異	因中無果	無	無	一切無	否定	反	~P
3	因果亦一亦異	因中亦有果亦無果	亦(有/無)	有(有、無)	一切亦有亦無	雙是	綜合	P&
4	因果不一不異；無因有果；有果無果	因中非有果因中非無果	非(有/無)	無(有、無)	一切非有非無	雙非	超越	~P& ~~P

其實從表中可發現四句只是二組正反之推論，一般人直覺到實有性是第一句。而超越此實有妄執的空（或無）是第二句，然而四句只是方便說。諸法實相不能用「有、無」二元論的分別說加以理解的，所以吉藏在《中觀論疏》中指出：「若守其四句，不能因四悟無四，各執作解者，則此四句非為佛法……以其不能通入理故」（T42, 127b4-6）。引文指出外道各執一作解，所以應絕四為實才能代表中觀的立場。

所以說「八不」只是標示「四句」中的第四句，其實是隱含著前面的三句。如說：「不一亦不異」，就含有一、異、亦一亦異。

其實《中論》四句的邏輯論述模式是承接《阿含經》的。如《雜阿含經》四〇八經中述及世間的常、無常、有邊、無邊，以及有、無等四句。佛陀就以緣起的正見加以破斥（T2 109a27-d18）。而這些經文在《中論》亦可找到相對應的偈頌（T30 30529-c1）。所以說四句是《阿含經》中已有，而龍樹在《中論》中更加強發揮闡述。

在〈觀因緣品〉中，龍樹窮舉一切有自性的見解，並且一一加以論破，所以有部主張一切法分析到不可分的極微而有自性，而不知此自性必須因緣和合才能顯現，所以有部的「法有」思想難有立足之處。

2 評破犢子部的「不可說我」

犢子部的不即五蘊、不離五蘊的「不可說我」是建立在有一個常住不變的神我。清辨論師說：《中論觀本住品第九》是在破犢子部的。犢子部認為有個實我（不可說我），才可運用眼等諸根和感受痛苦及快樂等之情感。如論曰：

眼耳等諸根、苦樂等諸法，誰有如是事，是則名本住？若無有本住，誰有眼等法？以是故當知，先已有本住⁴¹。

引文中本住就是「神我」的異名，「本住」是本有常住不變就是「我」。而龍樹菩薩認為這個「我」，根本無法獨存，所以論曰：

若離眼等根，及苦樂等法，先有本住者，以何而可知？若離眼耳等，而有本住者，亦應離本住，而有眼耳等？以法知有人，以人知有法；離法何有人？離人何有法？⁴²

引文中，龍樹依問題意識，推論及結論的論式而指出：(1)犢子部以為先有本住，才有諸法，若離開眼等諸根及苦樂諸感受，如何覺知有「我」的存在呢？(2)若離開五根，我可成立，則離開我，眼等五根也應獨存，但事實上並非如此。(3)人與法是相依相存之關係，所以破斥「我」的獨存是不可能的。所以犢子部的「不可說我」是建立在有「實我」的觀念，印順法師曾提出《中觀》與《犢子部》安立「我」的差異性如云：

中觀家說不即不離的緣起，與外道，犢子部說的不即不離的神我，及不可說我，有何不同？一、他們說的「我」是實在性、神祕性。而中觀家說的「我」是如幻如化緣起假名。二、他們說的不即不離的燃可燃喻主要是建立我實有，而非為成立五蘊。而

中觀說五蘊和合的我，不但我不即五蘊不離五蘊，就是五蘊也是不即假我，不離假我的。五蘊與假我一切都是相依，而有的假名是空，從空無自性中，有相待的假我也。有相待的假法；五蘊與我，一切都是假名有這樣的有，自然與他們所說的有不同，所以雖同樣的說不即不離的我，而其意義完全不同。⁴³

綜合以上論述得知，犢子部雖為輪迴主體之詮釋而建立「不可說我」。但其本質上與外道的「神我」相近，是有一個實我。這種主張違背原始佛教「無我」的教說。

3 《中論》對無我的看法

《中論》的〈觀法品〉是闡揚無我論的精髓所在。經過〈觀法品〉之剖析，能契入「無我」的正觀。如論曰：

若我是五陰，我即為生滅，若我異五陰，則非五陰相。若無有我者，何得有所？滅我我所故，名得

無我智。得無我智者。是則名實觀；得無我智者，是人為希有⁴⁴。

引文指出若我是五蘊，便不是常住的。反之若我與五蘊不同則離開名、色，那如何知道我呢？可見「我」是沒有實在的。而若我不可得，則我所（法）也應不可得。如果我、法二執都能放下，則可得「無我」的智慧，也就是如實的「無我觀」，這種人當然是很稀有的。接著龍樹菩薩指出悟入「無我智」，就可得到解脫。如論曰：

內外我所，盡滅無有故，諸受即為滅，受滅則身滅。業煩惱滅故，名之為解脫；業煩惱非實，入空戲論滅。⁴⁵

引文指出執內在的我見和執外法的我所有，若能應用「無我智」將我執和我所（法）執一盡滅除，則諸受也就隨之而滅。一旦諸受滅，那受生老病死的苦報「身」，也就隨之不生。能造業之主因滅除，就不會造新業，因業與煩惱滅盡則能截斷生死流轉的源流，則可

以離去繫縛，而得到解脫。因為業與煩惱本是非實、無自性。所以離去造成煩惱和業的因緣，就悟入空性、一切戲論也就隨之消失了。

由以上剖析知《中論》的無我觀與《阿含經》相當。只要體證無我（人無我）就可通達無我所（法無我）⁴⁶。而有部的「法我」和犢子部的「不可說我」都不理解「無我」是「無自性」的空義。

（二）《大智度論》的無我觀

《大智度論》對「無我」的理解，如論曰：

一切法無我：諸法內無主、無作者、無知、無見、無生者、無造業者，一切法皆屬因緣；屬因緣故不自在，不自在故無我，我相不可得故。⁴⁷

引文指出要觀察一切法沒有一個實在的造作人，一切皆緣生緣滅，另外在《卷十九》也有一段經文，論曰：

行者思惟：是心屬誰？誰使是心？觀已，不見有主。一切法因緣和合故不自在，不自在故，無自性。無自性故，無我。若無我，誰當使是心？問曰：應有我。何以故？心能使身，亦應有我能使心。譬如國主使將、將使兵，如是應有我能使心，有心使身，為受五欲樂故。復次，各各有我心，故知實有我。若但有身，心顛倒故計我者，何以故不他身中起我？以是相故，知各各有我。答曰：若心使身，有我能使心，應更有使我者！若更有使我者，是則無窮。又更有使我者，則有兩神。若更無我，但我能使心，亦應但心能使身。若汝以心屬神，除心則神無所知。若無所知，云何能使心？若神有知相，復何用心為？以是故，知但心是識相故，自能使身，不待神也。⁴⁸

引文中指出修行人應思惟：一切法因緣和合故，不自在。不自在故，無自性。無自性故，無我。有我論者提出有一個我來支配「心」，龍樹則論辯應該再有一個我來支配這個我。如此就有兩個我，若此心屬於神，也

屬於我，當神我除掉心，則神就無所知，因心有知性，現去除心，則神無知性，如何去指揮心之活動呢？故知「心」了知性，有能力支配身體行為，根本不需假借我的力量，所以執著有「我」是不對的，神我本身沒有思覺性，若有思覺性就不需要「心」。我是名色假名施設而已，並非真的有一個我。

五、結論

凡夫執著自我及我所有，並認為有一個「真我」，在生命中輪迴。佛陀主張生命是因緣和合而成。若能去除「無明」，則生命可不再延續與流轉，而無「真我」之存在。但仍有五蘊和合的假我在作業。並以「諸行無常，諸法無我」論證「無我」。有部的「法有」和犢子部的「不可說我」都是在解決輪迴的主體問題，而龍樹菩薩則以一切法皆無自性、離於兩邊的中道思想，一切法皆屬因緣，不自在，而論證「無我」。若能觀無我、離戲論、契實相，則就不會有「空有之爭」了。（全文完）

【註釋】

39 T25 1b14-15.

40 T25 2b6-7.

41 T30, 82b24-27. 「眼耳等諸根、受等諸心法，此先有人住，一部如是說。釋曰：一切自部皆無此執，唯有婆私弗多羅立如是義」引文中。

婆私弗多羅是犢子部之異譯，另外亦可參見印順《中觀論頌講記》頁185。

42 《中論》卷2〈第九觀本住品〉 T30 13b5-8.

43 印順《中觀論頌講記》p.195-196.

44 《中論》T30 23c20-25.

45 《中論》T30 23c26-29.

46 《雜阿含經》卷1(10經)T02 2a3-10.或參見註21。另外在《雜阿含經》亦有類似經文：「色無我，無我者則無常，無常者則是苦，苦若者彼一切非我，不異我，不相在當作如是觀，受、想、行、識亦復如是，多聞聖弟子，於此五受陰，觀察非我，非我所，如是觀察已，於世間都無所取，無所取者，則無所著，無所著則自覺涅槃，我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有」。(T2 19c16-23)

47 T25 22266-9.

48 T25 200b-c.

【參考書目】

(一) 原典

- ① 《中阿含經》(60卷) 東晉·瞿曇僧伽提婆譯，大正藏第1冊，No.26。
- ② 《雜阿含經》(50卷) 劉宋·求那跋陀羅譯，大正藏第2冊，No.99。
- ③ 《三法度論》(3卷) 東晉·僧伽提婆譯，大正藏第25冊，No.1506。

④ 《大智度論》(100卷) 後秦·鳩摩羅什譯，大正藏第25冊，No.1509。

⑤ 《阿毘達磨大毘婆沙論》(200卷) 唐·玄奘譯，大正藏第25冊，No.1545。

⑥ 《中論》(1卷) 龍樹菩薩造，後秦·鳩摩羅什譯，大正藏第30冊，No.1564。

⑦ 《異部宗輪論》(1卷) 唐·玄奘譯，大正藏第49冊，No.2031。

⑧ 《十八部論》(1卷) 陳·真諦譯，大正藏第49冊，No.2032。

⑨ 《部執異論》(1卷) 陳·真諦譯，大正藏第49冊，No.2033。

(二) 現代著作

一、專書

(一) 中文

- ① 印順，1989，《說一切有部爲主的論書與論師之研究》，(新竹，正聞)。
- ② 印順，2000，《佛法概論》，(新竹，正聞)。
- ③ 印順，2003，《中觀論頌講記》，(新竹，正聞)。
- ④ 印順，2004，《印度之佛教》，(新竹，正聞)。
- ⑤ 了參法師，2006，《南傳法句經》(高雄：淨心)。
- ⑥ 阮氏雪(釋行光)，2002，《雜阿含經》〈無我說及無我正觀禪修之研究〉《華梵大學東方人文思想研究所碩士論文》，(台北：華梵大學)。
- ⑦ 佛使比丘，1997，《無我》，(嘉義：香光書鄉)。
- ⑧ 妙境長老，2004，《我空觀與法空觀》，(台北：佛陀)。
- ⑨ 楊郁文，2000，《由人間佛法透視緣起我、無我、空》，(台北：甘露道)。

- ⑩萬金川，1998，《中觀思想講錄》，（嘉義：香光書鄉）。
- ⑪慧廣法師，2006，《從無我、空到達解陀》，（台北：圓明）。
- ⑫釋悟殷，2006，《部派佛教（下編）——諸部輪師的思想與風格》，（台北：法界）。
- ⑬顧法嚴譯，2005，《佛陀的啓示》，（台北：佛陀）。

（一）英文

- ①Walpola Rahula, 1958, "What the Buddha Taught", First Published by the Gordon Fraser Gallery Ltd., London and Bedford.

二、期刊、論文集

- ①林壽福，1995，〈犢子部的補特伽羅〉《諦觀》80期，頁25-57。
- ②林維明，2009，〈《入中論》的七相無我觀探源〉《大專學生佛學論文集》(19)，（台北：華嚴蓮社），即將出版。
- ③吳汝鈞，2006，〈我的判教基準與早期佛教：捨邊中道與法有我無，〈正觀〉(39)，（南投：正觀），頁5-84。
- ④黃俊威，2005，〈犢子部『補特伽羅』觀念的形成與印度奧義書中「自我」觀念的起源〉《第二屆印度學學術研討會論文集》，（嘉義：南華大學）頁11：1-24。
- ⑤萬金川，1997，〈佛教的根本真理——無我〉《香光莊嚴：無我的實踐》，（嘉義：香光莊嚴），頁26-67。
- ⑥霍韜晦著〈原始佛教無我觀的探討〉，張曼濤主編《現代佛學學術叢刊94·原始佛教研究》，（台北，大乘文化），民國67年12月初版。

- ⑦釋宗平，2006，〈《中論》我法二空觀的關涉〉《大專學生佛學論文集》(16)，（台北：華嚴蓮社），頁431-464。
- ⑧釋圓悟，2009，〈試論《中論》之無我觀〉《南山佛教文化研討會論文集》，（台北：南山放生寺），頁XI：1-16。



努力，努力，
努力！往上爬～～

竺道生的修行悟道理論研究

——「大頓悟」說的初步考察（下）

◎梁國超／南華大學宗教學研究所碩士班

丙、與後代宗派頓悟觀的比較

「頓悟」觀念在後代經過不同宗派大師的發揚早就推陳出新，有更豐富的內涵，以下扼要地舉出禪宗、天台宗、華嚴宗的重要人物來分別說明。

一、禪宗惠能

禪宗《六祖壇經》中，惠能亦有談及對此的看法，哪怕只有寥寥數條。他嘗言：「法无頓漸，人有利鈍。」

迷即勸進，悟人頓修。」⁴⁹「當起般若觀照，剎那間妄念俱滅，即是自真正善知識，一悟即至佛地。」⁵⁰又作〈無相頌〉云：「……教即无頓漸，迷悟有遲疾。……迷來經累，悟即剎那間。」⁵¹他自作〈自性見真佛解脫頌〉云：「今生若悟頓教門，悟即眼前見世尊。」⁵²又爲志誠解釋爲何不爲上根人立戒定慧時說：「自性頓修，立有漸次，所以不立『戒定惠』。」⁵³甚至他回答韶州刺史韋據念佛能否生西時，說道：「人自兩種，法无〔兩〕般。迷悟有殊，見有遲疾。」⁵⁴《壇經》又言：「何以頓漸？法即一種，見有遲疾，見遲即漸，見疾即

頓。法无頓漸，人有利鈍，故名漸頓。」⁵⁵

從以上各種惠能的說法，可知他主張「法」或「教」（所教法門）只有一種，並不分什麼頓、漸，他自己亦不想安立戒定慧這些法門，因為一旦安立之，即落入（漸的）次第中（「立有漸次」），這違背了自身佛性的開發是需要頓時悟取的。然而他還是認許世俗上見道有遲、疾之分⁵⁶，這是因為人的根器有利有鈍，這意思於《壇經》出現兩次之多：「法无頓漸，人有利鈍」、「法无頓漸，人有利鈍，故名漸頓」。惠能回答韋據生淨土的問題時指出：「見有遲疾」，這個「見」字固然可解作於西方極樂「花開見佛」，或因念佛而臨終得蒙西方三聖來見，但這四字亦為《壇經》的錄校者於另一處提及：「見有遲疾，見遲即漸，見疾即頓」。明顯地，這裡的「見有遲疾」，是就見性的快慢而說——頓見性（頓悟）的是疾，漸見性（漸悟）的是遲。如此，惠能是務實地連結根器來說頓漸的，與道生等人只是以一或多次來悟「理」，流於理論地來說頓漸，是明顯不同的。

既然眾生有易開悟、不易開悟的，修學方法上自然千差萬別，大別之可分作頓、漸，即「迷即勸進，悟人頓修」（較迷執者由善知識勸進，循序漸進修行；有少分悟性者則可採取單刀直入的修行法，而於一時間開悟）。他的「頓」是就利根者悟見自性來說，並隱約可看見他的「頓修頓悟」思想，如關於「頓修」他就提到「悟人頓修」、「自性頓修」⁵⁷；關於「頓悟」則提到「悟即刹那間」、「見疾即頓」、「悟即眼前見世尊」、「一悟即至佛地」。反過來說，「漸」又是怎樣個說法呢？他對「漸」的部分著墨不多，但從他對「頓」的說法推敲，「漸」自然指無法一下子見自性、生生輪迴（「迷來經累劫」）的鈍根者，只能慢慢修行（「迷即勸進」、「見遲即漸」）。簡言之，惠能並不認為法有頓、漸，但為對應不同眾生根器，才勉強假立之，全經重點在於說明利根者可見自本性，頓修頓悟，這又與道生漸修頓悟不一樣了。

釋印順曾對禪宗的頓悟以與大乘佛教及竺道生的頓悟作一番對比。他言禪宗是「頓悟漸修」（但這裡要對印老說法作一點補充：正如筆者上面所說，惠能是兼

談利鈍根的，「頓悟漸修」是鈍根者才如此，利根者則「頓悟頓修」，即一開始先直下頓悟本自佛性，悟後才開始廣修萬行，這是從因上說，故禪宗之頓悟是整個過程的最早部分。道生的頓悟說剛好相反，是「漸修頓悟」（道生並未分利鈍根），剛開始時，須於十地階段漸修，俟至最後一刻的金剛心才頓悟成佛。⁵⁸

二、天台宗智顗

天台宗智顗（智者大師）的圓教「六即佛」可以說是結合了頓與漸兩方面：「六」（指理即、名字即、觀行即、相似即、分證即、究竟即六種修道位）代表了事修上漸進的一面，位位升進，後後比前前高；「即」代表了性理上圓頓的一面，六位實際相是即而同一。智者立「六即佛」的目的為：

若無信，高推聖境，非己智分；若無智，起增上慢，謂己均佛，初後「六即」俱非「真正菩提心」。為此事故，須知六即。此六即者，始凡終聖。始凡故除疑怯，終聖故除慢大（云云）。⁵⁹

意思是，說「漸」（「六」）是爲了制伏修行者自以爲已得究竟的我慢心，告訴他們要一步步修行，最終才能成佛（終聖）；說「頓」（「即」）是爲了鼓勵那些還在懷疑自己是否可能成佛的缺乏自信者，告訴他們諸佛得道前都是從凡夫位開始的。與道生比較起來，智者固亦有說「頓」，但實際上重心放在「漸」（「六」）的部分，因爲圓教修行者本身素質根機已不差，多無「疑怯」的障礙，卻有「慢大」的問題⁶⁰。從中可見智者事理兼備，沒有如前人般高談道理而荒廢事修，而是務實地針對修禪者的身心狀況調整其頓漸的軸心以應凡機。道生剛好相反，強調「頓」而不刻意說「漸」⁶¹，傾向於強調證果時的頓悟空理之方式，有流於片面理論之憾。

三、華嚴宗宗密

華嚴五祖宗密，已不再如道生等人只著眼於頓悟之上，而是結合了修、悟提出更周延的說法。他於《禪源諸詮集都序》即提出修與悟的五種搭配（方括弧及夾注

爲筆者所加，以釐清文義）：

「1漸修頓悟」先因漸修功成，而豁然頓悟（猶如伐木，片片漸斫，一時頓倒；亦如遠詣都城，步步漸行，一日頓到也）。「2頓修漸悟」有云：因頓修而漸悟（如人學射，頓者箭箭直注意在中的，漸者日久方始漸親漸中。此說運心頓修，不言功行頓畢）。「3漸修漸悟」有云：因漸修而漸悟（如登九層之臺，足履漸高，所見漸遠。故有人云：「欲窮千里目，更上一層樓」）等者，皆說證悟也。「4頓悟漸修」有云：先須頓悟，方可漸修者，此約解悟也（約斷障說，如日頓出，霜露漸消；約成德說，如孩子生，即頓具四肢六根，長即漸成志氣功業）……。「5頓悟頓修」有云：頓悟頓修者，此說上上智，根性、樂欲俱勝⁶²（根勝故悟，欲勝故修），一聞千悟，得大總持。一念不生，前後際斷（斷障如斬一縷絲，萬條頓斷；修德如染一縷絲，萬條頓色也。……）然上皆只約今生而論，若遠推宿世，則唯漸無頓。今頓見者，已是多生漸熏而發現也。⁶³

宗密的說法以圖表示之或許較清晰：

		後	
		漸	頓
先	漸	修	悟
	頓	悟	修
	悟	[3] 證悟	[1] 證悟
	修	[2]	
			[5]
	[4]		

這五種修與悟的搭配，宗密都各舉一生動例子作喻。例如「漸修頓悟」以伐木、步行喻漸修，木倒、抵步喻頓悟；「頓修漸悟」以倏地射箭喻頓修，慢慢能瞄準靶心喻漸悟；「漸修漸悟」以攀高喻漸修，視野增廣喻漸悟；「頓悟漸修」以日出喻頓悟，霜消喻漸修；「頓悟頓修」以斬千絲喻頓悟，染萬縷喻頓修。如將晉代的頓漸各家比附於宗密此表，則[1]大約相當於道生「頓悟派」（大頓悟），[3]相當於僧肇等人的「漸悟派」（小頓悟），可清楚看出，它們可歸爲「先漸修」一類。其餘[2]、[4]、[5]都是宗密所歸納，共同點都是「先頓修或悟」；又他未立「先漸悟」之說法。以上五類中，宗密以「頓悟漸修」爲最佳，因爲它解悟（先見佛性，再來修行）與證悟（先修行再求悟）兼而有之。⁶⁴至於宗密

對「漸修頓悟」（即道生所倡的修悟方式）是這樣描寫：「先因漸修功成，而豁然頓悟」，並借伐木及詣城兩喻，指出後來的頓悟實奠基於之前的漸修，拿之來對照，其實恰是道生「頓悟成佛」的學說內容，只是道生少言「漸修功成」而著重「豁然頓悟」罷了。

丁、反思

道生較著重言「頓悟」而少言「漸修」，乃至古代各祖師各自安立頓、漸等不同說法，固然皆是他們的智慧結晶，自有其可資參考之處，但畢竟說頓說圓，對凡夫來說究不著邊際，不夠實用。⁶⁵再者，修行或開悟是頓是漸，並非重點，反而要抓住的根本是資糧準備得怎樣，才有條件談往後的解脫或成佛問題。因此釋印順在《成佛之道》的一番話很恰當，他說：

為什麼根機有漸有頓，成佛有遲有速？問題在發心以前的準備不同。……學佛的，最好不談頓哪漸哪，這都是空話！最好是問問自己的準備如何！現代的中國佛教界，思想怪僻得很，不曾考慮自己：福

德因緣怎樣？根機怎樣？福慧資糧怎樣？發心學佛，非頓入不可，非立即成佛不可。不問自己，不問自己的發心，卻以為這是大法，這個法門成佛容易。……承認自己的根機鈍，業障重，智慧淺，卻以為非修容易成佛的法門不可。這些思想，都與正法不相應！真正想發心而學佛的，應從集資糧，成利根，心志堅固——去努力修學，不問頓漸，更不問什麼時候成佛，但知耕耘，才是菩薩的正常道。⁶⁶

可見問題在於個人後天的準備如何，及先天的根器。佛教徒關心成佛問題是很正常的，但有些人都不問自己目前是否具備這個條件，不特別精進，對法義亦不了解，就奢談什麼時候可成佛了，正如菜、米都未準備好就先談要吃得如何的好，這就落於戲論了。而且，就算個人很精進，對法義亦有體會，但根器之利鈍亦勢必影響成佛的進程，必需要選對切合自己的法門。針對先天的根器這一點，釋印順說：

天臺、賢首家，發揮圓觀圓證，不但非一般行者所能，而且也不能不說圓漸的修習。……故見道的圓

證空有無礙是可能的，而事實是不易做到的。玄學家每輕視直證畢竟空寂，大談理事無礙，體用不二，何曾知道實踐的事實如何，不過徒憑幻想的或增上慢的錯覺，和人爭勝而已！⁶⁷

釋印順認為天台的圓教的對象為上等根器，非下等根器能為，認為還是要從漸修開始。這是他對我們的提醒，做人要有自知之明，不輕易高攀。水野弘元則指南北朝與隋唐時的中國佛教（禪、淨宗除外）是「學問佛教」，少談實證：「中國除禪宗與淨土宗以外，多數以複雜難解的專門性教理學問為主，但因未輔以實修，所以逐漸與一般民眾信仰疏離，甚至律宗也是除了具象的傳戒外，大多從事學問研究。只有禪宗、淨土宗與信仰實修有關」；又言「菩薩五十階位簡直是令人望塵莫及、難以實現的極高境界。因此，中國佛教各宗派所述的卓越且複雜多彩的教理學說，自然成為與修學者的行持與境地都無法融通的紙上空論了，這應該是由於佛教過度學問化所產生的弊害。」⁶⁸水野直說中國佛教都是「學問佛教」容或有偏見（例如天台宗是觀行並重，重學說但亦不廢止觀實修），但中國各佛教教派的祖師有

時並非主修自宗之法門，反而多兼修念佛或禪坐，臨終時亦求往生淨土，故水野上說亦不無道理。

以現今目光回頭來看道生的「大頓悟」說，從果位上立論，重結果而少談過程，重理論而未言實修，其理論架構還是較粗簡，亦稍嫌缺乏實踐價值。難怪印順批評佛教於中國衰落，是因為重純經驗而輕知識：「中國佛教的衰落，不僅是空疏簡陋，懶於思維，而且是高談玄理，漠視事實（宋代以來，中國佛教界，就沒有像樣的高僧傳，直到現在）；輕視知識，厭惡論理（因明在中國，早已被人遺忘），陷於籠統混沌的境界。」⁶⁹但兩晉南北朝時佛教界仍保守、經典的傳譯還不完備使手握資料不足的條件底下，道生仍能「孤明先發，獨見忤眾」⁷⁰，不被當時流行的詮釋觀點所囿限，大膽地在無經典根據、純屬個人合理推論的情況下，指出所悟之真如「理不可分」，由是引申出能悟之人必用頓悟，是其進步之處。但頓悟到底發生在第七還是第十地，畢竟是未來的事，於凡夫的我們是可望不可即，何不好好經營當下的今生？這是現今學佛者不可不察的。（全文完）

【註釋】

- 49 《壇經》原文依黃連忠書末所附翻攝的「敦博本」古冊照片，餘引文亦同。見黃連忠：《敦博本六祖壇經校釋》，P.242, L.100-101, 第15、16折。
- 50 P.254, L.234-235, 第31折372。
- 51 黃連忠：《敦博本六祖壇經校釋》，P.259, 260, L.297-289, 307, 第36折423及4。
- 52 黃連忠：《敦博本六祖壇經校釋》，P.273-274, L.473-474, 第53折472。
- 53 黃連忠：《敦博本六祖壇經校釋》，P.262, L.340, 第41折372。
- 54 黃連忠：《敦博本六祖壇經校釋》，P.257, L.270-271, 第35折571。
- 55 黃連忠：《敦博本六祖壇經校釋》，P.261, L.320-321, 第39折。
- 56 「漸頓純就見道的過程區別」，即：見道快的是頓，見道遲的是漸。見呂澂《中國佛學源流略講》，P.375, 「禪宗——唐代佛家六宗學說略述之三」。
- 57 當然頓修還是要修的，正如呂澂言見性後：「雖仍不廢修行，但既已悟到自性具足萬德，無欠無餘，所以再有修習，也於體上增不得一分，只是隨事體驗，充實德用而已。」，「心地的體——理性」，雖可豁然徹悟，而習氣淨盡卻要逐事去體驗。」《中國佛學源流略講》，P.375及378, 「禪宗——唐代佛家六宗學說略述之三」。
- 58 參印順《中觀今論》，P.231-237, 「第一節 頓漸與偏圓」。關於惠能禪宗與道生的關係，亦可參洪修平博士論文〈禪宗思想的形成與發展〉，載《中國佛教學術論叢》, P.70, 及316-322。
- 59 見《摩訶止觀》卷一下，《大正新脩大藏經》第46冊，P.10中。引文中的夾注為筆者所補入以意思更完整。
- 60 智者於《摩訶止觀》「正修」裡，論述十種（實際只有七種，餘三種「增上慢境」、「上乘境」、「菩薩境」並未流傳後世）所緣境觀法時，強調修道不能躐等，「無有叨濫」、「不應起慢」等類似字眼一再出現（散見於《摩訶止觀》卷七下至卷十下，《大正新脩大藏經》第56冊，頁39上至140下）。
- 61 說道生不多言「漸」修，是就其僅存文獻所推定。
- 62 亦有人將此兩句標點作「此說上上智根性，樂欲俱勝」，然觀原文之後以圓括號指出根及欲二者殊勝處，可見「根性」應與「樂欲」對等、獨立地來看，而非作為屬格「上上智」的主語，故如此句讀顯有誤，見蕭文真：《古典文獻研究輯刊（二編）第18冊：宗密〈禪源諸詮集都序〉研究》，P.105, 「第四章《禪源諸詮集都序》的實踐哲學」。
- 63 宗密《禪源諸詮集都序》卷下之1，《大正新脩大藏經》第48冊，P.407-408。
- 64 蕭文真：《古典文獻研究輯刊（二編）第8冊：宗密〈禪源諸詮集都序〉研究》，P.100、104, 「第四章《禪源諸詮集都序》的實踐哲學」。兼弘禪宗的宗密，說「頓悟漸修」為最佳，不無推崇禪宗的意味，因禪宗的修悟正好可歸納為「頓悟漸修」（當然，正如筆者於丙部的「一、禪宗惠能」一節指出，這只是就鈍根者而言）。
- 65 釋聖嚴就認為中國佛教講圓頓不講次第，讓普通人其門不得入，是「高者太高，低者太低」，故才提倡適應凡夫根機、有一定次第的人間佛教，參釋聖嚴、丹增諦深喇嘛：《漢藏佛學同異答問》，P.88。
- 66 參印順《成佛之道》（增注本），P.416。
- 67 見釋印順《中觀今論》，頁236。
- 68 參水野弘元著、香光書鄉編譯組譯：《佛教的真髓》，頁226-227, 「中國佛教以『學問佛教』為主流」，及P.391, 「菩薩階位與凡聖的關係」。
- 69 參印順《無諍之辯》，P.228, 「三 佛教思想——佛學與學佛」。
- 70 《高僧傳》語，見卷七，《大正新脩大藏經》第50冊，P.366。

徵引書目

甲·書籍

一、原始資料

(1) 原典

- ①梁·僧祐撰：《出三藏記集》（全15卷），《大正新脩大藏經》第55冊，No.2145。
 - ②梁·慧皎撰：《高僧傳》（全14卷），《大正新脩大藏經》第50冊，No.2059。
 - ③隋·古藏：《一諦義》（全3卷），《大正新脩大藏經》第45冊，No.1854。
 - ④隋·碩法師撰：《二論遊意義》（全1卷），《大正新脩大藏經》第15冊，No.1855。
 - ⑤唐·道宣《廣弘明集》（全18卷），《大正新脩大藏經》第52冊，No.2103。
 - ⑥唐·智顗說、灌頂記：《摩訶止觀》（全10卷），《大正新脩大藏經》第46冊，No.1911。
 - ⑦唐·智顗著、灌頂記：《觀音玄義》（全2卷），《大正新脩大藏經》第34冊，No.1726。
 - ⑧晉·惠達選：《肇論疏》（全2卷），《卍新纂續藏經》第54冊，No.866。
 - ⑨竺（竺）道生撰：《妙法蓮花經疏》（全2卷），《卍新纂續藏經》第27冊，No.577。
- (2) 翻譯
- ①北涼·曇無讖譯：《大般涅槃經》（全40卷），《大正新脩大藏經》第12冊，No.374。

②五百大阿羅漢等造、玄奘譯：《阿毘達磨大毘婆沙論》（全63卷），《大正新脩大藏經》第27冊，No.1545。

③蕭齊·曇摩伽陀耶舍譯：《無量義經》（全1卷），《大正新脩大藏經》第9冊，No.276。

④隋·灌頂撰：《大般涅槃經玄義》（全2卷），《大正新脩大藏經》第38冊，No.1765。

二、今版書籍

①水野弘元著、香光書鄉編譯組譯：《佛教的真髓》（嘉義：香光書鄉出版社，2002年）。

②平川彰著、釋顯如及李鳳媚譯：《印度佛教史（上）》（嘉義：嘉義新雨雜誌社，2003年，二版）。

③呂澂：《中國佛學源流略講》（北京：中華書局，1979年）。

④呂澂：《印度佛學源流略講》（上海：上海人民出版社，2005年）。

⑤李申釋譯：《六祖壇經》（臺北：佛光出版社，1997年）。

⑥屈大成：《中國佛教思想中的頓漸觀念》（臺北：文津出版社，2000年）。

⑦貢卻亟美汪波作、陳玉蛟譯：《宗義寶鬘》（臺北：法爾出版社，1986年）。

⑧高振農釋譯：《大般涅槃經》（臺北：佛光出版社，1990年）。

⑨張岱年：《中國古典哲學概念範疇要論》（北京：中國社會科學出版社，1987年）。

⑩野上俊靜等著、釋聖嚴譯：《中國佛教史概說》（臺北：臺灣商務印書館股份有限公司，2008年，二版八刷）。

⑪陳沛然：《竺道生》（臺北：東大圖書股份有限公司，1988年）。

⑫湯用彤：《漢魏兩晉南北朝佛教史（下冊）》（臺北：駱駝出版社，1996年）。

⑬劉貴傑：《竺道生思想之研究——南北朝時代中國佛學思想之形成》（臺北：臺灣商務印書館股份有限公司，1984年）。

⑭蕭文真：《古典文獻研究輯刊（二編）第18冊：宗密〈禪源諸詮集都序〉研究》（臺北：花木蘭文化出版社，2006年）。

⑮釋印順：《中觀今論》（臺北：正聞出版社，2000年，新版一刷）。

⑯釋印順：《無諍之辯》（臺北：正聞出版社，2000年，新版一刷）。

⑰釋印順：《成佛之道》（增注本）（新竹：正聞出版社，2005年，新版三刷）。

⑱釋聖嚴、丹增諦深喇嘛：《漢藏佛學同異答問》（臺北：法鼓文化事業股份有限公司，2001年，初版三刷）。

⑲釋聖嚴：《大乘止觀法門之研究》（臺北：法鼓文化事業股份有限公司，2005年，二版一刷）。

⑳藍吉富：《隋代佛教史述論》（臺北：臺灣商務印書館股份有限公司，1993年，一版）。

乙·文章

一、單篇論文

①Lai, Whalen, "Tao-sheng's Theory of Sudden Enlightenment Re-examined", in Peter N. Gregory (ed.), Sudden and Gradual: Approaches to Enlightenment in Chinese Thought (Delhi: Motilal Banarsidass, 1987), pp. 169-200.

②洪修平：〈六祖惠能「識心見性、頓悟成佛」思想研究〉，載鄭志明編《兩岸當代禪學論文集（一）》，（嘉義：南華大學宗教中心，2000年），頁25-54。

③梶山雄一：〈中觀思想的歷史與文獻〉，載梶山雄一等原著、李世傑譯：《世界佛教名著譯叢63：中觀思想》（臺北：華宇出版社，1985年），頁1-119。

④張風雷：〈從天台「六即」行位之開立看頓悟與漸修的關係〉，載《二〇〇一第三屆兩岸禪學研討會論文集》，（台中：慈光禪學研究所，2001年），頁1-16。

⑤釋如石：〈才市念佛詩的止觀解析——念佛法門之止觀次第擬構〉，載釋如石著：《現代大乘起信論——如石法師論文集》（南投：南林出版社，2002年，增訂版），頁283-373。

二、學位論文

①洪修平：〈禪宗思想的形成與發展〉，載佛光山文教基金會編：《中國佛教學術論典3：禪宗思想的形成與發展、六祖惠能的生平與思想》（高雄：佛光山宗教委員會，2003年），頁1384。

②陳松柏：〈竺道生頓悟思想之研究〉，載佛光山文教基金會編：《中國佛教學術論典95：慧山禪學之研究、竺道生頓悟思想之研究》（高雄：佛光山宗教委員會，2001年），頁329-465。

丙·工具書

①「CBETA電子佛典集成」（臺北：中華電子佛典協會，2009年）。

②（作者一欄僅註明「本書編輯組」）：《中國歷史年代簡表》（香港：金陵書社出版公司，2000年）。

③中國文化大學編：《中華百科全書·典藏版》，<http://ap6.pccu.edu.tw/Encyclopedia/index.asp>。

④藍吉富主編：《中華佛教百科全書》（臺南：中華佛教百科文獻基金會，1994年）。

⑤釋慈怡主編：《佛光大辭典》（臺北：佛光出版社，1988年）。



赤子的

迴向心

◎釋會佳

懷以慚愧

多生累劫

不聞法 不修持

今逢佛法

一切從這裡開始

諸惡莫做 眾善奉行

即便如沙石般的善

亦可迴向無上菩提

就像銅板

一文 一文地

存入錢筒

匯集

小小的善

小小的願

點點心意

願以此功德

普及於一切

我等與眾生

皆共成佛道

妙林園地



波羅蜜園地

如理思惟

◎釋生定

生命過程中順緣、逆緣總是不斷的輪替，任何人都喜歡遇到善緣，但往往是無法滿眾生願。若事與願違時，心中會生起如何思惟？又將如何面對？相信這是我們必須學習的功課。

既然是逆緣，我們就承受吧！為什麼會遇到這些緣呢？因為沒有任何的事情、現象或人與人之間的關係是沒有因緣的，這些果皆是我們在過去所造作的因。既然是過去所造作的，現在遇到因緣成熟，我們就要勇敢去承擔。當我們能如此思惟，即可明白彼此之間的因果關係，此即「業果思惟」，亦是一種善心。能如此作思惟，速行將屬於善心，因我們已知道因果，接受因果業報的事理。

反之，若我們心中經常存有不善心所，對於周圍的人、事、物常起瞋恚、排拒、厭惡之心，則心中的不善心所會不斷增加，無明也隨之生起。其實，別人根本沒有招惹我們，不過是自己的煩惱性重，同參道友的聲量大一點，即認為是跟我過不去，這些皆來自自己的無明與不善心。如何得知彼等煩惱由何生起？據《瑜伽師地論》卷

八：「撥因撥果或撥作用，壞真實事，唯用分別染污慧為體。見取者。謂由親近不善丈夫，聞非正法不如理作意故。以薩迦耶見、邊執見、邪見及所依、所緣所因俱有相應等法。」(130, p 313 c)

修道者首先必須親近善知識，聽聞正法，明瞭因果理則，建立正確的知見，進而能如實了知事理。經由善知識的三學修證，戒行清淨成就，引領我們趣向佛道。反之若不能如理思惟，撥無因果起各種的身邊邪執見，主要皆由「分別染污慧」而起顛倒妄想，不明事理，造就來世的惡因惡果，不可不慎之！「聽聞正法，如理作意，法隨法行」當我們遇到任何境界時，一定要往善處思惟，易言之，即「依教奉行」，依著佛陀所教的教法「如理思惟」。善的福德果報是因過去的善因成熟，現在才能享有好的果報。當善緣成熟時，一定要善用因緣，將自己的福報轉成與眾生結緣，例如將好的果報利養再轉法輪，做更多的布施供養。接受果報的當下，再造未來更好更多的善因，心中以「業果智」觀察了知這些境界，好、壞都是過去所造的善、不善業的成熟。

現在我們聽聞了佛法，明白了解佛陀所說的一切法，都是為了對治眾生的心，所以應該清楚明白，當不能改變業果時，則必須改變我們的想法。試著去接受您所面臨的順境與逆境，好的接受，壞的也歡喜承受，從緣起的理則中，生起智慧造作新的善業，以滴水穿石的長遠心，將惡業轉變成善業，累積善的福德因緣，作為成佛的資糧。



歲末憶往

母親・家族・出家

◎禪慧戒定／台北三慧講堂圖書館創辦人

「嗯！觀音頭很莊嚴，很好看！」

出家後，寒假回家省親，順便拿學費，一踏進母親房間，媽見到我，笑著脫口而出。

一九六八年暑假，佛歡喜日出家不久，我就直接到佛教學院，因為是「先修班」資優生，直升「佛教學院」一年級，不必參加入學考試。所以在學院招生考試當天，我擔任臨時知客，為考生及陪考之家長、師父們服務。緊接著，就開學了。因此爸媽及家人看到我的出家相，大約是在半年後。



當時「出家」風氣沒現在這樣開放、普遍，對一個大家族來說，有人「出家」——這是相當震撼的事。因此凡事儘量低調，以免引來過度關切及不必要的阻撓。

那時雙親都還健在，決定權在父母手上，只要父母點頭，外人當然無法置喙，所以第一關必須通過父母親的「考驗」！

爸媽對我的出家，「你要想清楚！心頭要抓乎定！沒有人逼你，要你去出家；未來的路、修行的路，是你自己要走，父母不能照顧你一輩子。」爸媽真正擔憂的，只此而已。

「菜籃要搶到底」——堅持到底，絕不可三心兩意，半途而廢。這是半世紀前，台灣佛教界及一般人的看法，我的父母、家人也不例外。

那個時候還沒有「短期出家」這回事，聽都沒聽過！「出家」哪有「短期」的？幾個月、幾個禮拜或幾天？絕對沒這回事！要出家嘛，那是一生、終生大事。就如同女孩子「出嫁」、結婚，是終身大事，而非兒戲。不是想「出家」就出家，想「還俗」就還俗，那樣簡單、隨便。

總之，這不僅關係到個人前途，還有整個家族的面子問題！更嚴重的是，一旦半路「還俗」，即使你再怎樣傑出、優秀，這個社會也不可能再度接受你，很可能把你批評得一無是處。可見當時社會之保守，與對佛教、對出家人誤解之深！



以佛教為國教之泰國，「短期出家」三個月，接受僧團生活訓練及軍事、政治等基本常識，是每一個年滿二十歲國民應盡的義務，就連國王亦然。「短期出家」等於學校學生之軍訓教育或服兵役，是成年人之象徵，也是光榮、尊貴之修行。

中南半島緬甸、越南、泰國、高棉等南傳佛教國家，傳承自印度佛教及斯里蘭卡（錫蘭、古師子國）上座部佛教之思惟，和華人社會不同。

佛教之「剃髮出家」與中國儒家「身體髮膚，受之父母，不敢毀傷」之思想衝突。特別是，從「孝道」倫理的立場，捨棄家族出家，就「宗法」制度代代相傳視之，乃是不可原諒之事。

根本上，華人與印度等不同文化圈的思考——這不是簡單的問題。清代以來，台灣文化受到中國儒家思想之影響，乃不可否認之事實。

以現在泰國曼谷王朝為例，拉瑪一世、拉瑪二世，皆曾出家為僧。號稱英明之王的拉瑪四世（公元一八五一—一八六八年），在未登位前，曾奉父王拉瑪二世之命，出家做比丘二十七年，法號金剛智，創立「法宗派」，關心佛教改革，制訂多種管理佛教僧團之規約，提倡「敬法節」（*Māgha Pujā*），興建「佛統大塔」（*Pathama Cetiya*），為泰國最大之佛塔。後傳位王兄拉瑪五世，即朱拉隆功王（一八六八—一九一〇年）；再度出家，領導編修巴利三藏，編成三十九冊，印刷一千部，贈送各國圖書館典藏研究。這是南傳佛教國家及世界上，從貝葉聖典到最完整紙版印刷之始，於佛法弘揚，厥功甚偉。

在教育上，設立大宗派「大舍利寺學院」（高級巴利文研究中心），及法宗派「皇冕學院」（高級佛學研究中心）；此即今日「皇冕佛教大學」及「朱拉隆功佛教大學」之前身。

一九六三年六月來過台灣訪問之泰皇拉瑪九世蒲美蓬（一九二七—），拉瑪五世朱拉隆功王之孫，依泰國傳統風俗，曾在玉佛寺出家做比丘十五天，然後再捨戒還俗。

（詳平川彰教授《印度、中國、日本佛教通史》，春秋社一九七七年出版。淨海法師《南傳佛教史》，慧日講堂一九七五年出版。鍾梅音《海天遊踪》，大中國圖書公司一九六六年出版。）



對偌大的一個家族而言，從來也沒有人去「出家」。雖然父母這一代都是虔誠的佛教徒，而且都受過「在家菩薩戒」，但也只是「在家修」，對孩子想「出家修行」這樣的決定，短期內終究難以適應！

父母也知道我自幼與佛有緣，經常隨長輩到佛寺禮佛、坐禪、聽經，但萬萬沒想到，自己的孩子長大後竟然想去「出家」——到底是說真的，還是一時興起？為此，爸媽也考了我好幾年，最後才「默許」的。但爲了減少衝擊，不宜宣之於口。

佛制「出家」，須先取得父母同意。若已婚者，須另一半諒解，先解除婚姻關係乃可。南傳佛教沿襲印度佛教，有「短期出家」的，也有「長期出家」的。

近一、二十年來，南傳佛教傳入台灣，信仰者慢慢多了，有些地方舉辦「短期出家」活動，讓有心出家者，先試試出家生活對自己合不合，再決定是否「長期出家」。故「短期出家」在今天的台灣佛教已不稀奇，一聽到「短期出家」不再像五、六十年前那樣大驚小怪了。就像以前夫婦之間關係再怎樣緊張，忍了一輩子也少有離婚的。但工業化後，社會環境變遷快速，女人經濟獨立，不必受制於男方；十多年來，平均三至五對夫妻就有一對離婚的。

如此比喻，或許不很恰當。但以「出家」來講，如果無法適應「出家生活」，卻

仍留在佛門混日子，或硬撐下去，不但對自己不好，對佛教帶來更大的傷害亦未可知。故「還俗」在佛教是被允許的，但並不提倡。

佛教出家並非只指「出」兩片大門之「家」那樣簡單，更深廣之含義是「出」離三毒煩惱之「家」、「出」離三界火宅之「家」、「出」離無明愛染之「家」、「出」離顛倒妄想之「家」，……。打破無始以來之種種框框、自我設限，不斷的超越自己、挑戰自己，激發本有內在潛力，才能得大自在、大解脫！

「剃除鬚髮」現出家相，只是外在形相之改變，下定決心、離塵脫俗之第一步而已。佛言「一切唯心造」，一切由自己的「心」作「主」——只有自己才是真正「心」的「主」人！沒有人勉強得了你，堅忍不拔之意志力與經得起考驗之人生，才是「真正出家」與否之關鍵！



母親與大伯母感情很好，親如姊妹。每次遇到「觀音生」或「洗佛」（浴佛節），兩人相偕前往麻豆保濟寺、關帝廟禮佛參拜。

關帝廟在五王廟附近，這是有名的正宗麻豆文旦出產地，早年由出家師父住持。如北港朝天宮歷來也是由開元、竹溪寺派下的師父住持，捷圓和尚（一八七九—一九四八年）、眼淨長老（一八九八—一九七一年）等生前皆當過朝天宮住持，據傳這與當初迎請媽祖來台，是臨濟宗出身的師父有關。

早期台灣人的信仰，佛道是不分的，有人說，台灣人很博愛，什麼都信，什麼都

拜。自己不覺得奇怪，但在外國人眼中，往往難以理解。在台日本人酒井亨先生，最近在《蛤！台灣人來了》（大是文化出版，二〇一三年七月）一書中，說他在台灣住了十幾年，覺得台灣人，「神也拜、鬼也拜，信仰超虔誠。」真是觀察入微、一語中的。

「多神」信仰不同於「一神」信仰，特別是「三教混同」之信仰，更是長久以來深受中國文化之影響。日治時代北園精舍鄭少雲老師在〈提倡佛陀的本色〉一文中，將台灣人的信仰觀說得淋漓盡致。此吾在「三慧叢書」②「日治時代台灣佛教略談」中曾論及，茲不贅述。（詳《台灣佛教詩對拾遺》第一一二八頁，台北三慧講堂出版，一九九〇年七月）

六〇年代以後，台灣佛教弘法逐漸普及，相當程度改變了台灣人的信仰與對佛教的認知，我的家族在這一波的正法洗禮下，從原本神佛不分、佛道混同的傳統信仰，導向正信佛教。出家前，父母、族人在多年聽經聞法、參加共修，進而受持在家五戒、菩薩戒者不在少數。

佛法之弘揚有賴於優秀人才之培養，正知正見的弘法師可以引導無數眾生，邁向正確的解脫道。

因為念佛會的成立、運作與場地提供，跟家族有關，特別是父親的發心與長期護持——終生義工，鞠躬盡瘁，死而後已！此吾在〈父親與我〉追思文中曾述及。

現今「慧光佛堂」的前身「麻豆念佛會」，家父母、大伯母及族人等多位長輩之晚年，幾幾乎奉獻於此，以各種善巧方便，接引鄉梓父老、親朋好友，一起來信佛、學佛。至今每憶及，不能不感謝三寶慈光的庇佑，在出家前讓我擁有如此殊勝、難遭

遇之佛緣與助緣！

天朗氣清，涼爽的午後，媽習慣坐在老家三合院，享受天然美景。有時與鄰居閒話家常，或雙眼垂閉、靜心念佛。偶或抬頭，眺望藍天白雲，飄然而過。

透過整排芒果樹，前面的大埕堀，清風徐來，水波不興，一片寧靜安詳！那時大埕堀，尚未被汙染、填平，建蓋新市場；常見黃色小鴨成群結隊，在鴨爸爸、鴨媽媽帶領下，往來浮萍間，啄食嬉戲。夏天傍晚，蛙鳴不斷，大人小孩，一竿在手，或釣魚、或捕捉青蛙。

「我家門前有『小河……』」，不！不是「小河」，是「大埕堀」。這鮮明的記憶，永恆的懷念，栩栩如生，既寫實又溫馨。六十多年後的今天，一點也沒褪色！

南台灣夏日漫長，午後五、六點，天色依然明亮，馬路上放學的孩子，一個一個回來。霞光普照中，慈母倚閭望兒歸，上班上學的，還有忙著莊稼的，如倦鳥歸巢般，回到溫暖的家。這是母親花甲之齡，將主持家務工作全部交予嫂嫂後，家居生活之一斑。

初中時，下了課，搭巴士，我經常在下街（老街）媽祖宮前下車，因碾米工廠與

媽祖宮比鄰而立。那時哥哥們一個個被徵調去當兵，父親負責米行生意，無法兼顧。母親在上班時間到碾米廠，照顧內外一切大小事務。

文靜細膩的母親，她的才華比起男人毫不遜色，這大概是遺傳自外婆精明能幹的辦事長才與協調能力吧！

陪著工作完畢的母親，夕陽餘暉下，在慈母身旁，邊走邊談一天的所見所聞及新鮮趣事，慢慢地走回老家。那幸福充實的感覺，在往後的人生中，即使遇到再大再多的艱難、挫折，都可以安然渡過。

父母之愛，何其深廣！永遠支撐著兒女，不因一時之障礙或時運不濟，而喪失對人世間之信心與希望。因為我們曾經擁有過長輩足夠的愛與疼惜，才曉得如何去寬恕、去回饋需要的有情眾生！



最近小祥陪我去區公所領了「敬老卡」。

啊！不知不覺已邁入「老人」行列，讓你不得不承認是「初老」之人了。但「人老」，「心」可以「不老」！先決條件是你必須活得健康。身心靈整體健康，照顧好自己，才能不拖累別人。

老人自有老人的生存之道，從工作第一線退到幕後，應是人生自然之轉型。學會放下，放慢腳步，輕鬆看待人生，過簡單有規律的生活，少量多餐，飲食控制，天天運動，禪那調心，吸收新資訊等，是每天自我要求的功課。

孔夫子浩歎：「逝者如斯夫！不捨晝夜。」世間一切，有來有去，歲月如流水，一去不復返，「我的青春小鳥不回來」！回首前塵，衷心感謝父母、姐姐早年之叮嚀：「（不可）使查某嫖仔（婢女）。」要學會獨立，獨立才能自主，才能做「自己的「主」人，不必受制於人，才談得上尊嚴。千萬別偷懶，自己能做的事，不要假手他人，盡量自己來，勿存依賴之心，或隨便使喚人，把人當「查某嫖仔」使用。

這勤勞、勤儉，樸素、認真的家風，適與弘一大師（一八八〇—一九四二年）生平所倡導的「惜福、習勞」、「持戒、自尊」不謀而合。此一美德、好習慣之養成，讓我出家後，乃至出國留學，及在弘法過程中，終生受用不盡。

今生有緣，身為釋子，自當盡形壽、獻身命，不忘初心——「常懷出家第一念」，為法為人，永不退轉！方足以報三寶恩、父母恩、眾生恩與台灣母親土地庇護之恩——四重恩於千萬分之一！

生活事件

臘月歲首

◎陳海晏

中國古代王朝，受命易姓，首要大事便是頒佈曆法。朝陽至夕陽，爲白晝。日落至日出之間，是黑夜。兩熹之間，一日也。月相由虧至盈再復虧，爲月繞地球一周之數，約三十日，故稱一月。朔者，逆月之初，定爲初一；月相滿盈，稱爲望日，約在十五；最末一日則叫晦日。輔以十二地支，合地球繞太陽一周之數。曆法因以朔望定策，故曰定正朔。奉行某朝曆法，則稱奉正朔。

各曆法因歲首不同而異。如周曆建子（夏曆十一月）、殷曆建丑（夏曆十二月）、夏曆建寅（夏曆正月）、秦曆建卯（夏曆二月）。漢初沿襲秦曆，漢武帝元封七年（西元前一〇四年）改訂太初曆，以夏正建寅之月爲歲首。此後，除王莽、魏明帝用殷正，則天女皇、唐肅宗一度改周正外，歷代皆用夏正。古人又稱夏曆爲夏正、夏數、夏時。

民國共和，士人求新，採西方陽曆，即稱新曆。記年者有西元，也有民國。相對新曆，舊時之曆，只得改稱「舊曆」。月亮又名太陰，以朔望曆法，自是「陰曆」。唐朝規定，曆書須皇帝親審後才能頒布，且只許官方印行。從此，曆書就成了「皇曆」。因

妙林園地



最早頒佈曆法的是黃帝，又稱「黃曆」。今民間印行曆書，封面用黃，類此。

夏曆冬至在仲冬十一月，與四時（春夏秋冬）、八節（四立、二分、二至）相應，符合中國以農立國的國情，故稱「農曆」。王朝雖有更迭，農本恒久不改。四千多年來，古月戀戀照今塵。夏止之曆一直陪著炎黃子孫，未曾稍離。

中國曆法是古天文學的一部分，與星象、氣象、數學、醫藥、易數、物理、命理等領域都有密切關係。由於冬至是曆法推算之起點，重農者必重曆法；掌曆者，須精準推算冬至，才能契合四時節氣。經肅殺之秋，進入冬天已少鮮食可吃。須用醃製之法，方有足夠食物度漫漫寒冬。先民又觀察到許多生命，以停止生長或冬眠方式來避寒，知曉於入冬時，應儲備足夠能量。

易經取十二卦配伍地支，稱為十二消息卦。其中坤卦主十月（亥），復卦主十一月（子），臨卦主十二月（丑），泰卦主正月（寅）。就卦象而言，坤卦全陰無陽，表示全無陽氣，象徵極冷，寒冬將至！復卦一陽復來，陽氣漸生。正月的卦象，地天泰三陽在下。正逢春暖花開時，所謂三陽開泰。

十一月的復卦，是冬至節氣所在月份。古人欲循天道，於一陽復生之際，為冬令進補之源。臺灣資訊界前輩朱邦復先生，生於一九三七年，時值國難日蹙之際。其父朱懷冰將軍，祈國運剝極必復；子按族譜字輩為邦，故名邦復。冬至受中國人看重，便是如此。繼坤卦的復卦，它是群陰之後，復生的孤陽。藥食以補，就是要護陽氣不散。

據《禮記·月令》記載，周天子於立冬之日，率三公九卿大夫於北郊迎冬。還

返，賞死事，恤孤寡。漢、唐、宋、明、清各朝，對冬至也很重視。官民皆以各種禮俗來迎冬、送冬。確實，就中原地區的氣候，老弱病者想度過嚴冬，不是件容易的事。於是算冬至、知臘月、定歲首；寓補於膳，為入冬大事。人民隨曆而作，隨時而動，方有冬令進補之俗。

進補分為滋補、清補、平補等，須視環境、體質、性別、年齡而有所不同。寒冬又冷又乾，必先暖熱己身，油脂豐潤，才能過好冬。選擇滋補方式，即油膩食物，配上大熱藥材，扶體內陽氣並潤燥。因在冬季時，身體代謝速度慢，適當進補可提高免疫力、增強抵抗力，達到預防疾病，或夏病冬治的成效。

上古神農氏教民播五穀、相地宜，又親嚐百草之味、水泉苦甘，令民知所避就。先民為了生活，在尋找和嘗試野生食物的過程，逐漸認識食物、藥物、毒物的性味、功能，用來療饑治病。藥食同源始自於此。

先秦著作，如《山海經》、《黃帝內經》、《神農黃帝食禁》，都有宜食或食禁的說法。今之健康食品，謂能延年益壽。更進一步，還跟長生不老的概念相通。歷代帝王將相皆好長生，最知名的就是秦皇漢武。因徐福尋仙訪藥不再返，後世帝王下令舉賢煉丹。東漢魏伯陽所著《周易參同契》，講的就是煉丹術。參指的是易理、黃老、爐火三者。道家內功，視人體為一小丹爐，所煉者同。故有外丹、內丹之謂。

在《周禮·天官》提到的「食醫」，就是專職食療的醫者。他負責食物調配，維護健康，預防和治療疾病。按今之醫院編制，食醫一半以上的工作，被劃分成營養師的職掌。明朝藩屬朝鮮國，史上首位女御醫，徐長今小姐，當年在李氏王朝宮廷的主

要工作，也不出食醫範圍。長今的故事，後來被改編影集《大長今》，轟動亞洲，成為韓劇代表作。

長沙馬王堆漢墓出土的帛書《五十二病方》，是目前發現的最古醫方，載有菜類藥。而張仲景的《傷寒雜病論》亦載有食療方。這表示，遲至秦漢，食療養生已為中國人所重視。

以蔬果入藥，除了馬王堆帛書，還有很多書提到。如：東漢《神農本草經》、東晉葛洪的《肘後方》、唐朝昝殷的《食醫心鑒》、北宋太醫局的《太平惠民和劑局方》、元朝忽思慧的《飲膳正要》、明朝李時珍《本草綱目》、清朝王孟英的《評註飲食譜》等。

道教於東漢始興，在煉丹、醫術、養生、武功等方面，頗具創見。而道教中人，如東晉葛洪、南梁陶弘景、唐朝孫思邈、北宋吳本等，貢獻良多。其思想、作為，深入民間，成為傳統民俗的一部分。北宋徽宗追封孫思邈為妙應真人、南宋理宗封吳本為沖應真人。孫真人被後世尊奉為藥王，吳真人則被明仁宗封為保生大帝。

孫真人及弟子孟詵，就食物於保健、養生與治療的議題頗有發揮。著有《備急千金方·食治》、《千金翼方·養性·養老食療》、《食療本草》等，這也是現存最早的食療專論。基於《肘後方》簡便易行的思維，中國人現今仍用粥、蔥白、生薑、蘿蔔、綠豆、豆豉、枇杷、水梨、西瓜、麥芽糖、黑糖、冰糖、鹽等，即廚房簡便可得的蔬果、調味品，來去疾、調理身體。

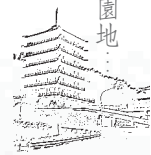
補者，補益者。已知食禁，又知宜食者為何，多吃使身體機能恢復或趨完整，謂之補。冬天，正是多吃多睡的養肥季，故稱冬令進補。先賢將藥分上、中、下三品，云上藥不老而延年，多服不傷。不過，一直到了元朝的《飲膳正要》，才明確地提到，可在飲食中加入藥材。這與現在的冬令進補模樣幾乎一樣，距今已有七百年以上的歷史。

華人出版的農民曆，特別是臺灣，其封底多會附上「食物相剋中毒圖解」的彩圖。這張以圖像為主，輔以文字的呈現方式。擬令民眾一目瞭然，食物相剋關係。可事先避食，免除因中毒，導致身體不適或危害。若不幸食用，亦有簡如《肘後方》之解法。

這等於將飲食禁忌之口耳相傳、文字記錄的型式，改用晰然圖解。應是出版農民曆的業者，為塑造農民曆的風格，用來吸引讀者目光，並增加銷售量的作法。印行圖解的農民曆，最早的出版年份約在民國五十年左右。有人對圖解諸多食禁內容、疾病症狀、解毒物進行研究，發現難用中醫理論來詮釋。似屬民俗知識，又重疊於中醫學。

少時，寓先外祖故里，鄉之僻壤，常見雞鴨鵝滿地走。先外祖務農，農民曆常置於檯。彩圖引余目，解物：雞屎白，不甚了。詢舅舅，舅曰：「禽之排洩物也。」余擬效神農遍嚐，以指沾時，卻成了莎翁筆下的哈姆雷特。嚐與不嚐間，小童千萬難！

稚事莞爾，傳統森森，得有多少年的歷史，才能有一點傳統！依曆法、時令、醫藥、養生，累積而成的進補習俗。只要時令不改、人心還在，想今月依舊照來人，只怕來人不知朔！



花樹菩提

櫻花遐想

◎淨璃

世間種種

終化為眼角的淚珠

那是一汪海洋

心的海洋

夾雜著累世的無名與情劫

你的舟船無法航行的 海洋深處

或者 你只是岸上的行人

能見的只是波浪 翻湧

至於海洋之下

你乃一無所見

夾道的櫻花林中，朵朵叢叢皆春意。豈是一個鬧字可言？走著、看著、拍著、賞著，一首日本古代的二句俳句上了心頭。

吉野櫻花年年開

劈開花樹心何在？

櫻花爛漫，如雲似霞，品種繁多、目不暇給；昭和、八重、山櫻、紅粉佳人……，叢叢攝人眼目，只見人人手機、相機拍個不停。時間彷彿是停駐的，人與花的倩影在煙雨霧中顯得夢幻。然而，可得說：拍得了花的嬌顏，可拍得了花心嗎？許是我的多慮，是花本無心，人自作多情吧！花會說著：「容顏只為汝開」嗎？「你可見花瓣上點點相思淚嗎？」、「春心莫共花爭發，一寸相思一寸灰。」當然不會；這正應著「萬法唯心所作」，如果我識得賞花的趣味，應無所住而專心看花吧！

許是下著雨，寒風凜冽，櫻花叢中也不見那逐花之蜂。盛開的櫻花引來的是與花毫不相干的看花人潮。看花的人潮，除了留下那花影外，又是怎樣的心境呢？這一年的初春，人們只風聞得哪裡有花便哪裡去，比蜂還要像蜂般的追逐著處處的嫣紅，賞櫻成爲一種時尚和風潮。人們爭相傳遞著哪裡是賞櫻秘境，真的是一窩蜂的蜂擁而至。但那又如何？人依舊是人、花依舊是花。更何況在風中飄飛的落英，是否點點落於心頭，成爲一種嘆息呢？也許該如蘭亭序般上演著一段盛事：是日風和日麗、天朗氣清……當欣其所遇，覓得於已……。不過日本人早已有賞櫻盛宴，每當春天櫻花季節展開之際，群聚于各地賞櫻名所，席坐粉白花樹下，一邊吃著壽司，喝著日本酒，一邊陶醉在漫天飛舞的花吹雪中。大家舉杯高歌，談笑春日，盡情捕捉爛漫春光。比之蘭亭，也不遜色。不過不管如何，種種暇思，皆如海洋之底，無從所見。借問劈開花樹心何在？

我之於櫻花，也與一般人同，拍攝花容時，卻想著誰與共之？想起南唐·李煜——《謝新恩》：「櫻花落盡階前月，象床愁倚薰籠。遠似去年今日，恨還同。雙鬟不整雲憔悴，淚沾紅

抹胸。何處相思苦，紗窗醉夢中。」而情僧蘇曼殊——本事詩（之九）：「春雨樓頭尺八簫，何時歸看浙江潮？芒鞋破鉢無人識，踏過櫻花第幾橋。」櫻花落：「十日櫻花作意開，繞花豈惜日千迴？昨來風雨偏相厄，誰向人天訴此哀？」詩詞之中都不曾有歡樂之心，反而是厚重的情愁。而我呢？卻也是無風雨也無晴。那一層的心境，依然是海洋般的深邃。

賞花盛事返家後，日子也再度陷入日常的瑣碎中，該做的、該吃的，一件也未曾減卻。相機中的櫻花容顏只留在電腦中，以供日後回想，不過那機會渺茫，日復一日中，事情會累積、記憶會淡掉，那賞櫻盛事也許等到明年春來花開時，才可能有機會重現；不過一切都不可說，正如那深海中的變化，一無可知。

我開始後悔那天賞櫻時，行囊太重，總以為需要的東西要備著，我也開始後悔早些日前該多鍛鍊身體，以免腳酸；我也後悔，那天心思太多，以致沒能好好賞花。我犯的是想得太多、沒能好好的活在當下。輕簡的生活，單純的心，人生應更有所得吧。專心一意的欣賞海潮的拍打之美吧！

乍暖還寒時春光燦爛，花事正展開，梅花、桃花、杏花，各具風姿，絕不遜於櫻花。莫負好春光，得於當下且當下。

汝之於海洋

已無關緊要。

是日，天朗氣清。

當欣其所遇，覓得於己。



也是旅行

從機場開始

◎朱慧娟

遠距旅程，超過十二小時以上的機艙活動，相當磨人。有些年紀了，筋骨酸痛，難免！小幅度運動放鬆，不無小補，但某些位置角度仍隱隱欲發，揉、旋、轉、蹬，能壓過一時，不久，再起。不能祈求提早下機，那代表飛行狀況，誰都寧願忍著。

直到半夜到曼谷機場轉機，換機上服務人員；全機的乘客都得安檢再跑一次，步行距離來回一千公尺。是舒緩的良招，我喜歡，不見得別人也喜歡。

四下漆黑，走道上一排微光，看不清盡頭；一位勇敢的年輕媽媽背個未足歲兒子，一手提著放幼兒衣物的大包包，一手牽著二歲小姊姊，還請機場工作人員幫她推旅行箱。

小姊姊怎麼也不理解，睡夢正酣，幹什麼折騰走一大圈呢！那寂靜深夜中不能停歇的哀號，求媽媽抱她，讓她在媽媽懷裡睡。難以想像媽媽還能多出一隻手護持小女

妙林園地



孩，狠下心往前走，讓小女孩費力的跟著：心力交瘁，母女狼狽不堪。

同機那麼多當過媽媽和奶奶的人，一定和我想法相同，可以幫忙，但人與人可信度越來越薄，要是我，也會怕心肝寶貝被抱走；不隨意碰觸別人的孩子，好像也變成了國際禮儀。

離開平日常使用的廚房、餐店、今晚將不會回家睡的床鋪，就是旅行的開始。

在穿越距離的路上，睜大眼睛、放聰耳朵、凝聚精神，感受微妙、突然；一閃而過的啓發，涉獵新情境。見識到的不是大學問，但絕對撩起思想和情緒層面的感動。

上車下車，往左走、往右走，來到陌生的地方，明白自己做了錯誤選擇，要多步行一大圈，回到原點，會懊惱嗎？

有些人樂滋滋的把這一段因禍得福的發現之旅，認定是他一生難得的經驗。以後仍試圖鑽探一條小巷弄，欣賞圍牆內的風景，旁觀一齣溫馨、可愛的事件小插曲，把自己的一顆心攪和得暖洋洋。

有點神經質的夏桑和超級碎碎唸的雲裳，一對中年夫婦，在外國機場；大家辦好了行李託運，等待飛機起飛。夏桑拐兩個彎，去上廁所，半小時後仍不見人影。

雲裳對夏桑常有不滿，但想到要把夏桑孤單留在國外，雲裳心疼得淚灑當場。不能再等了，大家往通關口走去，她留在後頭，巴望夏桑在最後一刻出現。

我們先通關，瞄到那一頭，有個先生好眼熟，他不就是夏桑嗎？第一次出國，對不講國語的關口官員，應付得很好，自行過關。怎麼對廁所門口的路徑就那麼沒概念，選錯邊，越走越遠！知道他劈頭第一句話對雲裳說什麼嗎？說雲裳拋下他、沒等他，和團隊一起不見了。

雲裳被誤會，又急又氣；另一方面找到老伴，鬆一口氣，所有積鬱全傾而出，邊哽咽邊找伙伴自白，久久無法緩歇。夏桑也不是省油燈，就是繼續強辯不肯安慰她，兩人情緒激盪，大家在一旁當和事佬。我已經離一段距離外，覺得他們兩人很甜蜜，一定要說「我愛你」嗎？

一條彎曲的河流、一段落差的斷層、一串綿延的山峰、一片浩瀚的海洋，或者一座人工修築的城牆，都是國界。機場一排開小走道的櫃檯也是國界，走過它，可以飛往自然人文、政治民情，各具特色的異國，體驗不同的風俗文化。

全身感官，同時繃緊著，爲了跟上交通步調，調整處事原則和當地人互動，那種強迫性的學習，難怪勝過讀萬卷書。🌀



身體症狀之抱怨。因此，當我們身邊的老人家出現不明原因身體抱怨，除了基本的就醫檢查外，宜特別關心注意是否有情緒、睡眠或食慾的改變或任何負向的念頭，例如覺得自己沒有用、活著沒有希望等。以下為一簡式老年憂鬱篩檢表，可作為自我評估參考，得分5分以下為正常，5-10分可能有憂鬱症，10分以上則憂鬱症可能性更高，建議及早尋求專業醫療協助。

請依據您最近一星期內的情況回答下列問題	是	否
(1) 您對生活基本上滿意嗎？	0	1
(2) 您是否減少很多原本的活動和有興趣的事？	1	0
(3) 您是否覺得您的生活很空虛？	1	0
(4) 您是否常常感到很厭煩？	1	0
(5) 您是否大部分時間精神都很好？	0	1
(6) 您是否常常害怕將有不幸的事情發生在您身上？	1	0
(7) 您是否大部分時間都感到快樂？	0	1
(8) 您是否常常感到無論做什麼事都沒有用？	1	0
(9) 您是否比較喜歡待在家裡，而不喜歡外出和做新的事？	1	0
(10) 您是否覺得現在有記憶力不好的困擾？	1	0
(11) 您是否覺得活著是一件很快活的事？	0	1
(12) 您是否覺得您現在活得很沒價值？	1	0
(13) 您是否覺得精力充沛？	0	1
(14) 您是否覺得您的情況是沒希望的？	1	0
(15) 您是否覺得大部分的人都比您幸福？	1	0



老年人的多重身體抱怨，檢查結果卻都正常？

小心潛藏憂鬱症

李老太太今年70多歲，由家人帶來身心科門診。家人表示李老太太抱怨全身不舒服已經1-2個月，問她哪裡不舒服，一下指著心臟說胸口不舒服、一下說肚子，也常說全身痛但又指不出具體哪裡痛。家人帶著他看遍心臟科、腸骨科、家醫科、骨科，檢查結果除了膝蓋退化沒什麼大問題，但李老太太卻一直說自己快死掉了、痛苦到活不下去，甚至出現想不開的念頭，最後在內科醫師建議下才轉來精神科就診。問診後發現李老太太有老年憂鬱症的問題，在藥物治療控制下，情緒漸漸穩定了，身體抱怨逐漸減少改善，家人也鬆了一口氣。

研究顯示老年憂鬱症患者比年輕患者有較多的身體症狀，常見包括疲倦、全身無力、便秘、身體酸痛、胃腸不適等。老年人的身體抱怨（尤其是疼痛）和憂鬱症密切相關、互相影響。兩者關係主要有兩種，第一種病患實際上沒有特別身體問題，身體抱怨本身是憂鬱症狀的一種表現。老年人因不擅長表達情緒，患者常以胸悶、胸口雜雜（台語）等身體不適為主訴，因此容易被家人忽略。第二種病患乃因長期身體病痛而引發憂鬱症狀，而憂鬱症往往又會加重對身體不適的敏感性及原先身體疾病的殘障程度，造成惡性循環。第一種情況的患者常常到處求醫卻檢查不出特定問題，也不見改善，使病患擔心自己得了不治之症，甚至出現慮病症狀。第二種病患則常認為身體病痛產生憂鬱是正常反應，而輕忽的憂鬱症的影響。以上兩種都常造成延遲就醫的問題，患者病情加重，生活品質惡化、甚至造成自殺的危險。依世界衛生組織統計顯示，只有少於四分之一的老年憂鬱患者有接受治療，顯示老年憂鬱症的問題常常被低估或忽略。

典型的憂鬱症會出現明顯憂鬱情緒，表情愁苦、流淚、不愛說話、對任何事提不起興致、甚至整天躺床、出現自殺意念。但較輕微的憂鬱症可能表現不典型，其症狀為不大明顯的憂鬱情緒，也可能改以易怒、急躁來表現，另外合併睡眠障礙與

【元亨寺台北講堂 103年行事曆】

- ① 一月五日 藥師寶懺
一月十七至十九日 菩妙上人紀念佛三
一月三十一日 春節上燈法會
- ② 二月三日 護法會新春團拜
二月七日至九日 春節三千佛法會
二月二十二日至二十三 八關齋戒
- ③ 三月二日 藥師寶懺
三月三日 社區學院春季班開課
三月十五日至十六日 八關齋戒
三月十六日 觀音聖誕消災法會
- ④ 四月六日 藥師寶懺
四月十九日至二十日 八關齋戒
- ⑤ 五月四日 浴佛法會、藥師寶懺
五月十七日至十八日 八關齋戒
- ⑥ 六月八日 藥師寶懺
六月二十一日至二十二日 八關齋戒
六月二十九日 社區學院結業典禮
- ⑦ 七月二日至十六日至十八日 青少年幹部 研習營
七月五日至九日 暑期兒童快樂營



- ⑧ 八月一日至三日 孟蘭盆報恩法會
八月十六日至十七日 八關齋戒
- ⑨ 九月一日 社區學院秋季班開課
九月七日 藥師寶懺、中秋福慧晚會
九月二十日至二十一 八關齋戒
- ⑩ 十月五日 藥師寶懺
十月十二日 觀音出家消災法會
十月十八日至十九日 藥師佛誕消災法會
- ⑪ 十一月十二日 藥師寶懺
十二月十五日至十六日 八關齋戒
- ⑫ 十二月二日 法會召請(下午三點)
十二月三日至七日 護國祈安梁皇大法會
十二月七日 圓滿餞口(下午三點)
十二月二十日至三十一日 八關齋戒
十二月二十八日 社區學院結業暨
- 地址：新北市新莊區長青街11號
代表號：02-29918555
傳 真：02-29943210
網 址：<http://www.yhm.taipeiaud.org>
<http://www.facebook.com/yhm.taipeiaud>



【元亨寺·週日成人兒童佛學班 招生】

兒童班：年滿七歲以上之學童。

課程內容：兒童佛學、生活佛法、法句經、百喻經、因果故事、禪坐、梵唄、生命教育、創意科學、自然生態、太鼓、沙畫、陶笛、捏陶、手語、紙雕、繪畫、手工藝、歌仔戲、唱遊、踢踏舞…。

成人班：年滿十八歲以上之信眾。

課程內容：敦煌藝術、經典梵唱、法句經、百喻經、生死學、佛教儀軌、梵唄、六度集經、心靈小品、唯識初探、鄉土民謠、親子教育、養生保健、菜根譚、戶外教學、醫學保健…。

班主任：璨慧法師

上課時間：103年3月2日至6月22日

週日上午8:00至中午結束。

地址：高雄市鼓山區亨街七號
電話：07-5213236-9
傳 真：07-5512164
網 址：<http://www.yhm.org.tw>
e-mail：nauy1023@yahoo.com.tw

《妙林》第25卷12月號【收支表】(102/12/1~103/元/31)

收 入：

1.上期結轉	NT\$151,925.00	
2.元亨寺入款	-	
3.助印善款	25,340.00	
4.活存息	170.00	NT\$177,435.00

費 用：

1.稿 費	NT\$18,900.00	
2.印 刷 費	68,400.00	
3.電 郵 費	31,530.00	
4.雜 支	6,450.00	NT\$125,280.00

結轉下期 NT\$ 52,155.00

本期發行 3,600冊

教
息
會
報



【102/12/1~103/元/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：7000元：釋孟定。3100元：釋會添。2000元：李宗翰。500元：王雀香。

600元：吳新強+吳溫進娣+吳文斌。(計13,200元)

稿費助印：4300元：釋會忍。1200元：釋顯慧。2000元：蔡嘉駿。700元：陳海晏。(計8,200元)

劃撥編號556-559：1000元：錢炳輝。1000元：黃麗淑。1000元：超聖禪寺。1000元：明心禪寺。
(計4,000元)

合計：現金13,200+稿費8,200+劃撥4,000-手續費60元=25,340元

元亨佛學研究所

元亨推廣教育



招生簡章

辦學宗旨：1、陶鑄僧品、造就僧才。2、紹傳佛燈、高懸慧日。
3、繼踵法輪、常軌達磨。4、利濟有情、淨化世間。
教育方針：1、導正見、立正志、履正行。
2、提升道念、長養道心、建構理想、和諧的僧團。
3、培育弘法人才。

學制：大學部（四年）。

研究所（三年）。（每月酌發研究金 5000 元）

在學待遇：學雜費全免、供膳宿、教科書（成績優良者提供獎學金）。

報考資格：18~40 歲高中（職）以上，身心健全、品行端正之
出（在）家女眾。

報名日期：即日起開始受理。考試日期：另行通知。

考試地點：元亨佛學院 高雄市鼓山區元亨街 5 號。

考試科目：佛法概論、國文。

聯絡電話：(07)533-0186 或 傳真：(07)551-2138

信箱：yuanheng6@gmail.com

簡章、報名表：至佛學院或來電索取；

或至網址 <http://sites.google.com/sites/yuanheng6> 下載。

元亨推廣教育 103 年度第 1 學期 市民學苑課程表

課程名稱	星期	開課日期	時 間	週數	費用點數
敦煌舞	三	3/5~7/2	19:00-21:00	18	2000
中國文學賞析	四	3/6~7/3	09:00-11:00	18	2000
園藝植栽	四	3/6~7/3	14:00-16:00	18	2000
體適能瑜珈	四	3/6~7/3	19:00-21:00	18	2000
太極拳	六	3/8~7/5	06:30-08:00	18	2000
筆禪書法	六	3/8~7/5	09:00-11:00	18	2000
東東漫畫	六	3/8~7/5	14:00-16:00	18	2000
佛典選讀	六	3/8~7/5	14:00-16:00	18	免費



圖說51

【回首】阿彌陀佛（みかえり）

此次旅遊是京都較熱的六月底，多數遊客會選擇秋季來京都的永觀堂觀賞秋日楓紅，故有「紅葉永觀堂」之稱號。永觀堂全名是無量壽寺院禪林寺，亦是淨土宗西山禪林寺派的總寺院，原為文人藤原關雄的別墅^③，後因永觀律師（西元一〇三三—一一一年）駐錫於此，於阿彌陀堂內有文記載：永觀律師「不喜名利，一心專修念佛，晚年再三辭退東大寺之職事，卻仍被委任別當之職，二年後辭任，再次專心念佛，禪林寺被稱為永觀堂是因永觀之名而得^③。」此趟雖未能看到秋日楓紅，但從永觀堂寺碑的轉角，偶爾可見幾株已轉紅的楓葉（見圖51）。遊人賞紅葉，我們前來參拜みかえり阿彌陀佛，聽說永觀堂的阿彌陀佛不同於一般的阿彌陀佛。

禪林寺午後二時許，參訪者寥寥無幾，賞完綠葉，顏色雖不同，舒暢卻依然。走進各殿堂，處處可見枯山水的日式庭院造景、石塔和石燈籠，繞過御影堂，來到水琴窟，周居士雅興大發，隨手取水一瓢，自水琴中澆下，水滴錯落而下，傳出不同的共鳴聲，如管風琴所發出的共鳴聲（見圖52）。終於來到阿彌陀堂，一窺永觀律師和阿彌陀佛的傳說。堂中供奉的阿彌陀佛是向左回首，不若台灣寺院中以正面的阿彌陀佛接引眾生，雖有聽說，但還是第一次見到罕見回首姿態的阿彌陀佛來教化眾生。此故事發生在平安時代白河天皇永保二年（西元一〇八二年）二月十五日早晨，阿彌陀堂內，僧侶徹夜精進念佛，天空漸轉白，僧人



（可能指永觀律師）因整晚精進念佛，疲倦而止步，此時阿彌陀佛顯現其前，回首說：「永觀！你遲了^{⑤4}。」阿彌陀佛以莊嚴的法相、關懷的眼神、穩重的微笑、慈悲的救度，更以回望之姿勢，具體化現在永觀律師面前，激勵永觀律師，再次隨阿彌陀佛經行念佛（見圖^{⑤5}），此情景可謂前無此例，彌陀與永觀之緣更是傳為佳話，流傳至今，這也是永觀堂吸引遊客的另一原因。

參觀了京都禪林寺的三奇，一曰寺名奇，因永觀律師之名而得永觀堂；二名為秋日楓葉美色出奇，雖未見楓紅之奇，也賞綠楓葉，偶見少數紅楓葉，可說奇吧；三是回首阿彌陀很神奇，雖是佳話，彌陀示現回首是不捨眾生之意，隨時繫念著精進念佛的眾生是否跟上來了。

山越阿彌陀佛（やまゑあみだず）

在永觀堂也發現了一幅十三世紀中葉所繪的山越阿彌陀佛圖（見圖^{⑤4}），以阿彌陀佛來迎圖為主題是平安時代後期所流行的樣式，其風格出現了寫實和臨場感的彌陀來迎圖。阿彌陀佛於「層層山巒背後出」的想法，可能源自於《佛說觀無量壽經》中，「佛從耆闍崛山『沒』，於王宮『出』^{⑤5}」，此時期佛教繪畫風格，已將經中的世尊出現在王宮，轉換成阿彌陀佛出現在山巒後。依據經中描述，佛在耆闍崛山，知韋提希夫人的心念，因韋提希夫人被阿闍世王幽禁後，再也無法見世尊，所以夫人悲泣雨淚，遙向耆闍崛山，禮佛畢，未舉頭時，佛從耆闍崛山隱沒，出現於王宮中。

此山越阿彌陀佛之構圖採與觀者正面相對，主尊阿彌陀佛以正面斂目垂視，上半身出沒



圖說^{⑤2}



圖說 54



圖說 55

在層層山巒背後，頭部有頭光，阿彌陀佛雙手結中品中生的轉法輪印，其指尖留有結五色線的痕跡，其意有二：一是祈許往生者，在臨終時，不可顛倒；二是意謂著往生者，在臨命終時，一定蒙佛接引，往生極樂。而阿彌陀佛手中的另一端五色線是繫於往生者的指尖，也讓臨終者放下萬緣，一心繫念彌陀聖號，永離茫茫的業海，超脫生死苦。

兩位脇侍菩薩皆面向阿彌陀佛，腳踏雙蓮座，乘著白雲來迎，出現在山巒前，右側為手捧金色蓮台的觀音菩薩與雙手合十的大勢至菩薩在左側。畫面左右下方，各畫兩位天王，中間亦畫有二位持幡童子，左上方的月輪內有梵文「阿」字，代表真言密教胎藏界大日如來種子字，應是受密教之影響。

從整體山越阿彌陀佛來迎圖的場景而言，山巒後面象徵的是西方淨土，也是彼岸之意；山前代表的是穢土，更是此岸的代表。讓我們感受到彌陀的出現、觀音和大勢至二菩薩乘雲而來的親和力，象徵西方三聖跨越彼岸到此岸迎接臨終之人，接引至極樂世界，將經典敘述抽象西方接引的景象作出具體的表達。此山越阿彌陀佛來迎圖在空間的表現手法亦有其獨特風格，使觀者體驗遠景和近景之感染。遠景是指西方佛國，近景即是娑婆世界，從西方淨土與娑婆穢土之間構成一幕具有戲劇性的來迎圖。

現世極樂淨土（げんせいきらくじょうど）

即成院在西方淨土信仰表現形式是不同於永觀堂的山越阿彌陀佛來迎圖，創造一幅現世極樂淨土（見圖 55）。即成院位於京都市東山區泉湧寺總門前北側，寬治年間（西元

一〇八七—一〇九四年）橘俊綱是藤原賴通之子，在伏見建立山莊，且將光明院的持佛堂移至山莊旁。之後，將山莊更改伏見寺。文祿三年（西元一五九四年）豐臣秀吉在伏見築城，再將伏見寺遷移至深草大龜谷。明治維新時期的廢佛法難，伏見寺又遭廢寺。直至明治三十五年（西元一九〇二年）重建，即現今「即成就院」，簡稱即成院後³⁶。

即成院的現世極樂淨土讓眾生能感受其真實性，意謂著阿彌陀佛偕二十五尊演奏樂器的菩薩，現身於現世，呈現接引眾生至其佛國的場面。此場景是日本西方淨土信仰中，另一種表現形式，其因是平安時期的戰亂，帶來災難，使民間百姓身陷苦難，痛不欲生，極度悲痛，象徵西方極樂淨土信仰出現於現世，使眾生能將祈願傳遞給阿彌陀佛，藉由阿彌陀佛的指端間繫有五色綬帶，延伸至另一端讓眾生握緊於手中，蒙佛接引，至極樂世界。阿彌陀佛身旁二脇侍菩薩皆採跪姿，觀音菩薩手持蓮台，與雙手合十的大勢至菩薩相對（見圖56）。

二十五尊木雕菩薩坐像，手持各種不同樂器和法器，除佛左右側的觀音與大勢至菩薩。佛左側有四排菩薩共十二尊（見圖57），其順序為上至下，從右至左：最上排有普賢、山海慧和光明王菩薩；第二排有大威德王、陀羅尼和月光王菩薩；第三排有藥王、德藏和法自在菩薩；最下排有虛空藏、獅子吼和無邊身菩薩。佛右側亦有四排，共有十二尊菩薩像，除最下排最左邊的如意輪觀音菩薩不在二十五聖眾內（見圖58），其順序亦為上至下，從右至左：最上排有華嚴王、金藏和藥上菩薩；第二排有寶藏、眾寶王和金剛藏菩薩；第三排有三昧王、日照王和定自在王菩薩；最下排有白象王和大自在王菩薩。

綜合上述，日本的極樂淨土來迎往生者的場面有三：其一是永觀堂的回首阿彌陀佛，



圖說56



左——圖說53

右上一圖說57

右下一圖說58



以激勵念佛者勇猛精進；其二是永觀堂的山越阿彌陀佛來迎圖，呈現一佛二菩薩來迎的情景；其三是即成院的一佛與二十五尊菩薩聖眾接引，表現出莊嚴、隆重、肅穆之蒙佛接引場面。（待續）。

【註釋】

- ③2 摘錄永觀堂之解說牌，2012年。
- ③3 摘錄於阿彌陀堂的永觀律師文，2012年，湛定法師譯。
- ③4 摘錄永觀堂禪林寺之導覽手冊，2012年，湛定法師譯。
- ③5 潼良耶舍譯，《佛說觀無量壽佛經》。《大正藏》12冊，頁341，中。
- ③6 摘錄御寺泉湧寺之手冊，頁29，2012年。

【圖說】

- ⑤1 紅葉和綠葉互相輝映。
- ⑤2 水琴發出水滴錯落的共鳴聲，周居士攝於水琴窟前。
- ⑤3 回首阿彌陀佛高七十七點六公分，木雕外表貼金箔，佛頭有高肉髻及秣菟羅右旋的螺髮，毫光，眉毛修長，半開的眼睛流露出沉思的神態，上嘴唇較薄，下嘴唇較厚。內著下裙，外著通肩袈裟。其右手作施無畏印，左手作與願印，左右手皆屈指，拇指和食指相捻，跣足立於蓮座上。
- ⑤4 山越阿彌陀佛來迎圖高一三八公分，寬一一八公分。
- ⑤5 阿彌陀佛與二十五聖眾來迎像。
- ⑤6 阿彌陀佛與身旁跪姿捧蓮觀音菩薩和合掌大勢至菩薩。
- ⑤7 阿彌陀佛左側的十二尊菩薩像。
- ⑤8 阿彌陀佛右側的十二尊菩薩像。

103 年元亨寺行事曆

農曆正月

1. 敲祈安鐘 (農曆正月初一日) 凌晨舉行敲鐘儀式 (國曆元月31日)
2. 千佛法會 (農曆正月初一、二、三日) 上午八點 (國曆元月31、2月1、2日)
3. 齋天 (農曆正月初九日) 上午四點 (國曆2月8日)
4. 八關齋戒 (農曆正月初九、初十日) 下午五點証受 (國曆2月8、9日)
5. 上人生日忌辰 (農曆正月初十日) 上午九點半誦金剛經 (國曆2月9日)
6. 淨觀成立紀念日 (農曆正月十五日) 下午八點 (國曆2月14日)

農曆二月

1. 週日學佛班 (農曆二月初二至五月二十五日) 上午八點半
下學期開學 (國曆3月2至6月22日)
2. 夜間研修班 (農曆二月初九日) 下午二點
下學期開學典禮 (國曆3月9日)
3. 八關齋戒 (農曆二月初八、初九日) 下午五點証受 (國曆3月8、9日)
4. 朝山法會 (農曆二月十八日) 下午七點半 (國曆3月18日)
5. 觀音聖誕法會 (農曆二月十九日) 上午九點 (國曆3月19日)

農曆三月

1. 清明節 (農曆三月初六日) (國曆4月5日)
2. 八關齋戒 (農曆三月十三、十四日) 下午五點証受 (國曆4月12、13日)
3. 慈善會會員大會 (農曆三月十四日) 上午八點報到 (國曆4月13日) 九點開始
4. 普門法會 (農曆三月二十三日) 上午九點 (國曆4月22日)

農曆四月

1. 八關齋戒 (農曆四月初五、初六日) 下午五點証受 (國曆5月3、4日)
2. 朝山法會 (農曆四月初七日) 下午七點半 (國曆5月5日)
3. 浴佛法會 (農曆四月初八日) 上午八點半 (國曆5月6日)
4. 兒童夏令營報名 (農曆四月二十六日) 星期六上午八點起 (國曆5月24日)

農曆五月

1. 端午節 (農曆五月初五日) (國曆6月2日)
2. 八關齋戒 (農曆四月十、十一日) 下午五點証受 (國曆6月7、8日)

農曆六月

1. 輔導老師報到 (農曆六月十日) (第一梯次) (國曆7月6日)
2. 國中、小高年級夏令營 (農曆六月十二至十六日) (第一梯次) (國曆7月8至12日)
3. 朝山法會 (農曆六月十八日) 下午七點半 (國曆7月14日)
4. 觀音成道法會 (農曆六月十九日) 上午九點 (國曆7月15日)
5. 輔導老師報到 (農曆六月二十日) 上午九點半 (第二梯次) (國曆7月16日)
6. 國小中低年級夏令營 (農曆六月二十二至二十六日) (第二梯次) (國曆7月18至22日)
7. 台北講堂夏令營 (農曆六月初九至十三日) (國曆7月5至9日)

※農曆六月初一起，開始報名七月盂蘭盆法會
※本年度農曆六月 (國曆7月) 八關齋暫停

農曆七月

1. 八關齋戒 (農曆七月初七、初八日) 下午五點証受 (國曆8月2、3日)
2. 名請 (農曆七月十二日) 下午三點 (國曆8月7日)
3. 盂蘭盆法會 (農曆七月十三、十四、十五日) 上午八點 (國曆8月8、9、10日)
4. 餞口 (農曆七月十五日) 下午二點半 (國曆8月10日)
5. 鼓幽冥鐘 (農曆七月十五日) 上午九點至十一點止 (國曆8月10日)

農曆八月

1. 八關齋戒 (農曆八月十三、十四日) 下午五點証受 (國曆9月6、7日)
2. 週日學佛班 (農曆八月十四至十一月初七日) 上午八點半
上學期開學 (國曆9月7至12月28日)
3. 中秋節 (農曆八月十五日) (國曆9月8日)
4. 夜間研修班 (農曆八月二十一日) 下午二點
上學期開學典禮 (國曆9月14日)

農曆九月

1. 重陽大悲懺法會 (農曆九月初九日) 下午七點 (國曆10月2日)
2. 八關齋戒 (農曆九月十一、十二日) 下午五點証受 (國曆10月4、5日)
3. 朝山法會 (農曆九月十八日) 下午七點半 (國曆10月11日)
4. 觀音出家法會 (農曆九月十九日) 上午九點 (國曆10月12日)

閏農曆九月

1. 八關齋戒 (農曆閏九月初九、初十日) 下午五點証受 (國曆11月1、2日)

農曆十月

1. 一淨和尚忌辰 (農曆十月初一) 上午十點 (國曆11月22日)
2. 八關齋戒 (農曆十月十五、十六日) 下午五點証受 (國曆12月6、7日)
3. 台北講堂 梁皇法會 (農曆十月十二至十六日) 召請十月十一日 下午三點 (國曆12月3至7日)

農曆十一月

1. 彌陀佛七 (農曆十一月十一至十七日) 演淨十一月初十日 下午七點半 (國曆104年元月1至7日)
2. 八關齋戒 (農曆十一月十三、十四日) 下午五點証受 (國曆104年元月3、4日)

農曆十二月

1. 八關齋戒 (農曆十二月十二、十三日) 下午五點証受 (國曆元月31、2月1日)
2. 上人紀念佛七 (農曆十二月十二至十八日) 演淨十二月十一日 下午七點半 (國曆元月31至2月6日)

一〇四年農曆正月

1. 敲祈安鐘 (農曆正月初一日) 凌晨舉行敲鐘儀式 (國曆2月19日)
2. 千佛法會 (農曆正月初一、二、三日) 上午八點 (國曆2月19、20、21日)
3. 齋天 (農曆正月初九日) 上午四點 (國曆2月27日)
4. 上人生日忌辰 (農曆正月初十日) 上午九點半誦金剛經 (國曆2月28日)
5. 淨觀成立紀念日 (農曆正月十五日) 下午八點 (國曆3月5日)
6. 八關齋戒 (農曆正月十七、十八日) 下午五點証受 (國曆3月7、8日)