



大悲懺法會禮請新定法師主法，  
與會大眾肅穆虔誠，祈願風調  
雨順，國泰民安。

九九重陽大悲懺法會 | 陳靜芳·攝影

# 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 | 10月號

本刊贈閱 歡迎索取

西元二〇一四年十月三十一日發行（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.yht.org.tw



## 【影畫集錦】

- 01 僧伽醫護基金巡迴僧伽疾病篩檢活動、閩台佛教文化交流
- 02 高雄佛教會九九重陽敬老活動、元亨佛學研修部舉行重陽大悲懺法會
- 03 元亨佛學研修部聯合開學暨結業典禮、慈仁婦女會自強活動

## 【菩公遺訓】

- 04 堅固受持..◎菩妙和尚

## 【漫畫集】

- 05 老實念佛—菩妙和尚..◎沈東廷

## 【佛學轉引】

- 08 《俱舍論》分別世間品(二十三)..◎釋會忍

## 【時事診療】

- 13 命欲日夜盡 莫惑墮冥中..◎釋乙性

## 【演培長老徵文入選】

- 19 試探《大毘婆沙論》對佛出人間的定義  
——以《大毘婆沙論》卷一七八為主(下)..◎黃芷筠
- 25 《樂邦遺稿》之思想淺探(上)..◎廖玉婷
- 31 隨業感生死——略談隨重、隨習、隨憶念(上)..◎釋洞崧

## 【妙林園地】

- 38 慈心禪..◎釋生定
- 42 甘露法語——解行並重..◎釋淨明
- 44 波羅蜜園地——煩惱..◎釋生定
- 47 另類——震撼教育(三)..◎禪慧戒定
- 53 生死課題——歸途..◎如誠
- 59 留在人間的天使——我這樣看媽媽..◎朱慧娟
- 64 生活事件——調味珍品：醋..◎陳海晏
- 68 花樹菩提——清寂中的幸福..◎淨瑩
- 71 面向陽光——從受苦中獲得..◎葉麗華
- 74 健康有約——子宮頸癌並不可怕..◎翁淑芬
- 77 行腳手札——千年古都文化札記(十)..◎釋顯慧
- 76 教息會報



法會前夕，研修部學員前置作業，  
各個神情專注。

大悲懺法會幕後 | 歐新錄·攝影

## 《妙林》第二十六卷 十月號

西元一九八九年元月一日創刊  
西元二〇一四年十月三十一日發行  
創辦人·菩妙和尚  
發行人·釋淨明  
編輯·釋忠定、釋會忍  
校稿·釋忠定、鄧昭義  
完稿·妙林編輯部  
寄發組·釋受定、莊和平、辛俊德  
法律顧問·吳信賢律師  
發行所·妙林雜誌社  
E-mail·judychen6600@yahoo.com.tw  
社址·高雄市鼓山區元亨街七號  
NO.7 YUAN-HENG STREET  
KUSHAN DISTRICT KAOHSIUNG,  
TAIWAN, R.O.C.  
電話·(07) 521-3236~9分機306  
傳真·(07) 551-2164  
郵政劃撥·41881508劉英治(釋淨明)  
印刷·美育彩色印刷股份有限公司  
行政院新聞局登記局版高市誌字80號  
高雄郵局許可證 高雄字第613號  
◎請尊重·著作權益

①~③財團法人佛教僧伽醫護基金會假元亨寺舉辦「103年度全國巡迴僧伽疾病篩檢，促進健康活動」，希望平時專志於佛法修學，弘法利生的法師、僧眾能夠透過此次僧伽健檢活動，增進身體健康，善加滋養色身，並宣導預防醫學觀念與常識，藉使僧眾身體康泰安心辦道，此項義診活動深具意義亦廣獲熱烈回應。(妙林編輯部·攝影 | 103.9.14)

④~⑥第六屆閩台佛教文化交流，活動由福建省佛教協會暨台灣省中國佛教會主辦，泉州市佛教協會、大高雄佛教會承辦。高雄市佛教會理事長淨明法師為盡地主之誼，特於交流團旅經高雄之際，假人道國際酒店設宴款待。餐敘在淨明長老致歡迎詞的熱烈氣氛中展開，隨後分別是福建省佛教協會團長道元長老暨中國佛教會名譽理事長淨良長老的致詞。在精緻素食的圓桌餐會上，彼此舉杯互動熱絡，為此次禪茶文化交流留下溫馨的一頁。(妙林編輯部·攝影 | 103.9.24)



④



①



⑤



②



⑥



③

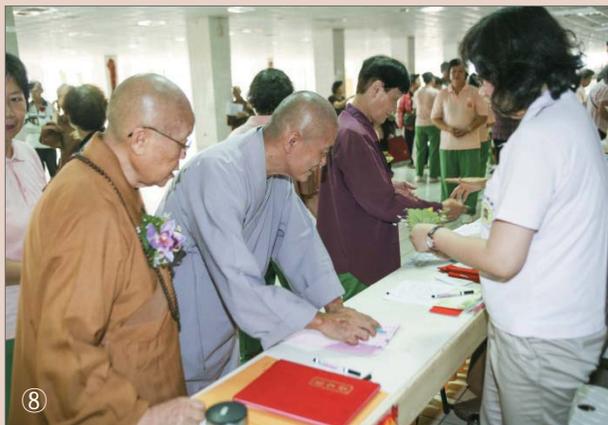
⑦~⑩高雄市佛教會為歡慶103年度九九重陽敬老活動，假元亨寺舉辦重陽敬老演出。大會在佛寶歌的梵唱中揭開序幕，隨即由理事長淨明和尚致詞。不同於往年的是，大會特別安排尚和歌仔戲劇團，演出觀音老母，讓與會長者各個喜上眉梢。重陽節正是菊花盛開的時節，重陽賞菊成為文人雅士的重要活動，在這個特別的日子裡，元亨寺婦女會的志工特地以敬老尊賢的歡喜心，為長者們戴上一朵亮麗的胸花。(王清江·攝影 | 103.9.27)

⑪~⑫元亨寺佛學研修部舉行九九重陽大悲懺法會，由新定法師主法，四眾弟子共聚一堂，藉由大眾的威德力禮佛拜懺，洗滌身心，祈願世界和平、國泰民安、風調雨順。

(王清江/陳靜芳·攝影 | 103.10.2)



⑦



⑧



⑨



⑩



⑪



⑫

⑬~⑯元亨寺佛學文教研修部(元亨、覺元、光照、淨觀、蓮華、法隆)聯合開學暨結業典禮，於元亨寺梵音講堂舉行，由住持淨明和尚與班主任濬慧法師聯合主持。方丈和尚特別以「解行並重」鼓勵同學入寶山不要空手而回，將自己學到、體悟的道理，再去教導親朋好友，此即所謂「自利、利他」的菩薩行。在致詞頒獎儀式之後，學員們展現超級的演藝天份，以短劇呈現「親職教育」、「婦女成長」、「家族協談」等切身的問題，唱作俱佳發人深省，台上台下和樂融融。(陳靜芳·攝影 | 103.9.23)

⑰~⑱慈仁婦女會志工們平日協助佛教界各項活動，舉凡元亨寺的法會活動從行堂到接待，乃至支援友寺，經常馬不停蹄地穿梭在殿堂或齋堂間服務大眾。難得在一個陽光普照的日子，大夥力邀方丈淨明和尚，和指導師父璨慧法師舉辦「十六石山」兩日遊，好為來年的法務活動儲備源源不斷的活力。(釋演融·攝影 | 103.8.29)



## 堅固受持

一個學佛的人，不管遇到甚麼事情，都應該盡最大的善心誠意將它處理圓滿。倘若在過程中，遇到難以解決的障礙，應當默禱龍天護法加護持，讓困難能夠超越化解。在國外經常可以發現許多華僑想學佛，但是苦於沒有修學的道場，反觀在台灣我們，想誦經拜佛，道場經常就在不遠處，想參加法會聽經聞法，因緣也很多。可以說住在台灣可以親近佛法的因緣是得天獨厚！既然知道自己有這樣的福報，大家更應該要善加珍惜，好好念佛。

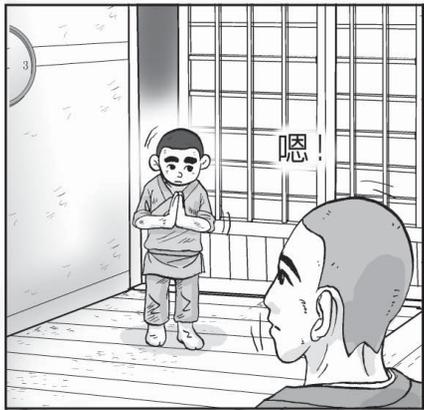
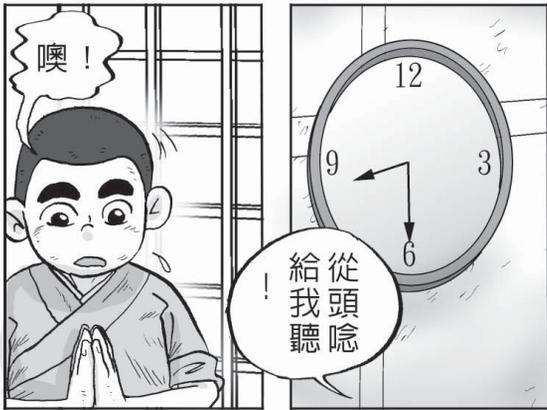
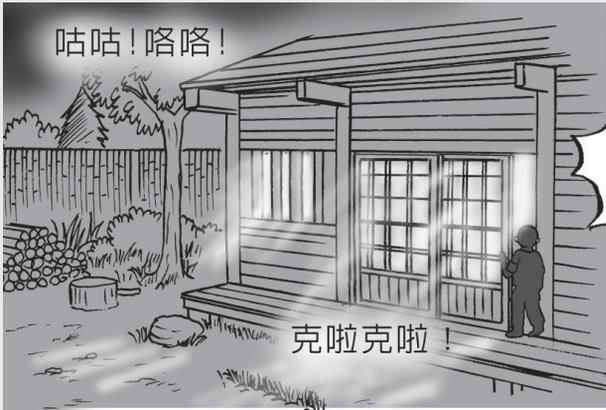
若能將一句彌陀聖號，天天受持不斷，發大誓願不被任何境緣動搖，乃至到念佛求生的心志，那就叫作「受持堅固」。為什麼有很多人不能受持堅固？最主要的是「情」！所謂「情」，就是喜怒哀樂、七情六慾的念頭。

一般凡夫的情念就像鋼鐵般地堅固。學佛人想要用念佛的力量，來改變累世的情愛業習，是需要相當大的精進！否則情念就像雜草，更似毒瘤，修行人一不小心陷入愛河，整個生命就難以出離了。









(待續)



## 《俱舍論》分別世間品(二十三)

◎釋會忍

### 第五項 六欲天行姪相

以上所說諸天眾中，頌曰：

(69b) 六受欲交抱，執手笑視姪。<sup>76</sup>

論曰，唯有六欲天受用妙欲境，諸天中四天王天及三十三天這二天是依地而居的天，男女形體交合成姪與人無別，然風氣排泄之後，姪欲的熱惱便會排除，不像人間尚有餘留不淨物。夜摩天眾只要男女擁抱即成姪；睹史多天只須男女互相握手即成姪；樂變化天只要互相

對笑即成姪；他化自天只要互相對看即成姪。毘婆沙師<sup>77</sup>作如是釋：「六天皆以形體交媾而成姪。《施設足論》〈世施設〉中說相抱等成姪之事，只是爲了顯明諸天行姪欲時間長短的差別。」以上諸天的欲境會愈上愈轉勝妙，貪欲之心也變得更加敏捷，<sup>78</sup>是這些原因使然。

### 第六項 諸天的初生與其形量·言語

隨彼諸天男女膝上，會有童男童女突然化生出來，即說爲是彼等天人所生男女。初生天眾身量如何呢？頌曰：

(70) 初如五至十，色圓滿有衣。<sup>79</sup>

論曰，且六欲諸天的初生孩童的身量如次，如同五、六、七、八、九、十歲的人，出生後立即身體容貌長成圓滿。色界的天眾於初生時，他的身量已周備圓滿，莊嚴妙服自然著身。一切天眾皆能說聖言，<sup>80</sup>天眾們所說的語言是與中印度語相同。

### 第七項 欲生與樂生<sup>81</sup>

欲生與樂生的差別在那裏，應該知道，頌曰：

(71) 欲生三人天，樂生三九處。<sup>82</sup>

論曰，欲界及天人的欲生有情有三類：（一）有一類有情能樂受現前諸種的妙欲境，<sup>83</sup>彼於如是現欲境中能自在而轉，即全人趣及欲界下四天。（二）有一類有

情能樂受自己變化出來的各種妙欲境，他能於自己變化出來的妙欲境中自在而轉，此唯第五樂變化天。<sup>84</sup>（三）有一類有情樂受他人所變化出來的諸妙欲境，能於他人所變化出來的妙欲境中自在而轉，即第六他化自在天。<sup>85</sup>依能受用如現前的欲境；<sup>86</sup>依能受用的如樂自化欲境；依能受用的如樂他化欲境，於欲界中分別欲生差別有三種。

樂生有情也有三種，於前三靜慮中於九處生受生的有情，能受用三種樂，即初禪時有情安住於離欲惡不善法，而生起離生喜樂。二禪時有情生起定生喜樂。三禪時有情離喜妙樂故，長時安住，長時離苦，長時受樂，故名樂生。生於初靜慮中間定都無喜、樂，應該思考何故也稱爲樂生天。

### 第八項 天器遠近

所說諸天有二十二處，上下之間相距如何呢？頌曰：

如彼去下量，去上數亦然。<sup>87</sup>

論曰，一天與一天之間的距離是多少踰繕那，並非容易算出來，但可總計此處距離下處的距離，以及從此到上處的距離是相同，依隨從哪一天與海面多少距離，則那一天往上的距離是相同。即妙高山從第四層級，距離大海有四萬踰繕那，此是四大王所住之處；從四天王天上至三十三天的距離，如四天王天下至海面的距離；也如同三十三天下至大海，上至夜摩天的距離是相同；乃至如善見天下至大海的踰繕那，與從善見天上至色究竟天的距離，也與彼天下至海面是相等。從色究竟天再往上不再有住處，此處最高名為色究竟天。有餘師說：彼名為礙究竟天，此所謂「礙」是指積聚的色法，到此處所有的色法障礙完全除盡得究竟名，

### 第九項 下天有情的上昇

生於下處是否得昇見上處呢？頌曰：

離通力依他，下無昇見上。  
88

論曰，三十三天由自己的神通力能從本處上昇到夜摩天，或者依藉其它天眾，即已得到神通者，和由上天眾接往夜摩；其餘諸天昇見上天依例也是如此。如果上天來到下天，或下天到上天，<sup>89</sup>然而下眼不能看到上界上地，因為不是他的境界所及之故。如下地身不能覺知上地觸一般，是故從上地來到下地時，並不是自身來，必須先要作下地化身。有餘部說<sup>90</sup>：「這下地天隨心意樂，也能見上地色，如生在此欲界，下天得見上天。」

### 第十節 特諸天宮的量及三千世界<sup>91</sup>

夜摩等天宮依處範圍有多少？有餘師說：「此上四天<sup>92</sup>依處範圍等同妙高山頂一樣。（四面各八萬踰繕那）」有餘師說：「上面諸天的範圍是一倍一倍的增加。」有餘師說：「初靜慮地宮殿依處範圍等同四洲世界，第二靜慮依處範圍等同一個小千界，第三靜慮依處範圍等同一個中千界，第四靜慮依處範圍等同一個大千界。」有餘師說：「下三靜慮依處範圍如其次第等同小千、中千、大千世界，第四靜慮依處範圍無邊際。」是以何標準而來界定說小千、中千、大千世界？頌曰：

(73) 四大洲日月，蘇迷盧欲天，梵世各一千，名一小千界。

(74) 此小千千倍，說名一中千，此千倍大千，皆同一成壞。<sup>93</sup>

論曰，千個四大洲乃至梵世，如是總說為一小千世界，千倍個小千世界，名為一中千世界，千個中千世界總名為一個大千世界。如此大千世界都是同時成立同時壞滅。同樣成壞之相後面經文還會再廣辯。(待續)

#### 【註釋】

<sup>76</sup> 舊譯：六受欲身交，抱捉手笑，觀相視為姪。以上二十二天中，欲界屬於六天，即唯有六欲天行姪。其中四天王眾天與三十三天是變形如人間般的行姪。夜摩天，唯相抱；覩史多天唯執手；樂變化天唯相笑；他化自在天，唯相視即是行姪。

<sup>77</sup> 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷二〇：「如施設論說。瞻部洲人相交成姪。東毘提訶。西瞿陀尼。北拘盧洲。四大王眾天。三十三天亦爾。夜摩天相抱成姪。覩史多天執手成姪。樂變化天歡笑成姪。他化自在天相顧眄成姪。……問何緣地居形成交成姪。空居不爾。答此煩惱。彼煩惱。此煩惱重。彼煩惱輕。此煩惱動。彼煩惱利。又彼諸天境界熾盛。境界明淨。境界勝妙。由如是境界所牽引故。纔觸對時即令醉

悶。是故於彼欲火易息。……復有說者。以上諸天近離欲道。是故於彼欲火漸微。如是說者。一切姪事必二形交欲火方息。問若爾。施設論說當云何通。答彼說時量遲速差別。謂夜摩天如相抱時量欲火便息。乃至他化自在天。如顧眄時量欲火便息。施設論中但依時量故作是說。J (CBETA, T27, no. 1545, p. 585, bc10)

<sup>78</sup> 諸天與人間的成姪之事是不一樣，又諸天在同性之間亦可以成姪，這也是不同之處。

<sup>79</sup> 舊譯：譬五年乃至，譬十年初生。生中皆具根，有衣色界爾。

此二十二天的初生兒，在四天王眾天是如同五歲的兒童；三十三天是六歲；夜摩天是七歲；覩史多天是八歲；樂變化天是九歲；他化自在天是如十歲的兒童。又，色界十六處天的初生兒時已是身量圓滿，身著莊嚴妙服。

<sup>80</sup> 聖言 舊譯中：「一切天同中國語。說婆羅門言。」中國語即指中印度語。

<sup>81</sup> 《俱舍論記》卷十一（大正四一，一九〇上）；《俱舍論疏》卷十一（大正四一，六一八下）；《大毘婆沙論》（大正二七，八七〇上）；《順正理論》卷三一。

<sup>82</sup> 舊譯：於欲生有三，欲界天及人，樂生亦有三，於三定九地。

人趣及下四天（四天王眾天、三十三天、夜摩天、覩史多天）和樂變化天、他化自在天有三種受欲境的差別。又下三靜慮中各有三處，合為九處天，離生喜樂（初禪）、定生喜樂（第二禪）、離喜妙樂（第三禪），有受諸樂的差別。

<sup>83</sup> 現前的人 人趣及下四天的有情，不能受用自己所變他的五欲，也能受用他人所變化的五欲，唯有受用自己的宿業所招感現在的妙欲境中自在轉。

<sup>84</sup> 自化 依自己的神通妙力變化而成。

<sup>85</sup> 他化 依自己的妙力，受用他人所變化出來的妙欲境。

86 前三樂生是毘婆沙師所主張。以下的文句。

87 舊譯：如此至彼量，向上例皆爾。如上二十二天相互之間的距離並非容易計算，概述之，一天是與下天大海的距離，同等距離再從地面算到上天的距離。如圖所示：

海面	40,000	
四天王	40,000	
三十三天	80,000	
夜摩天	160,000	
覩史多	320,000	

88 舊譯：下天無能昇，離通慧依他。

一者，自己得神通力可以前往。二者，靠是有神通力者接迎。三者，被上天所接往去。

89 如果來是上天來下處。若到是下天到上天，任何一種同地是可以彼此看見，下地者是不能見到上地。

90 有餘師《俱舍論記》（大正四一·一九〇下）《俱舍論疏》（大正

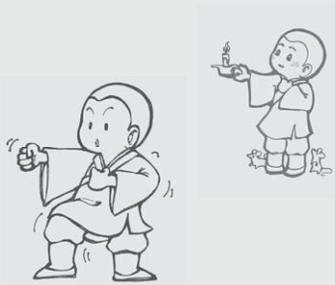
四一·六一九上）皆認為是大眾部。此種說法被《順正理論》所破：「諸地相望因果別故，要離下地染方得上生。故下地眼根不見上色，是卑下業所感果故。」

91 《俱舍論記》卷十一（大正四一，一九一上）；《俱舍論疏》卷十一（大正四一，六一九中）；《大毘婆沙論》（大正二七，六九二中）；《順正理論》卷三一。

92 從夜摩天到他化自在天等四天。

93 舊譯：（三）四洲及月日，須彌婁欲界，梵處各一千，名小千世界。（二）千倍此小千，二千中世界，千倍二大千，共同一壞成。

千的四大洲、日、月、須彌山、欲天、梵世等各各一千所成爲一小千世界；此的千倍爲一中千世界；一中千世界的千倍爲一大千世界。這些皆是同一時間生起，同一時間壞滅。☸



# 命欲日夜盡 莫惑墮冥中

◎釋乙性

佛曰：自古至今，大畏有四，生則老枯，病無光澤，死則神去，親屬別離，是謂為四。不與人期，萬物無常，難得久居；一日過去，人命亦然。如五河流，晝夜無息；人命駛疾，亦復如是。……夫為孝子，哀愍亡者，為福為德；以歸流之，福祐往追，如餉遠人。

〈摘自《法句譬喻經·無常品第一》〉

為無效醫療，醫界建議下修昏迷指數



據知台灣醫界所用的昏迷指數（簡稱GCS），是以英國格拉斯哥最低昏迷三分指數為準則，導致醫師告知家屬病人昏迷指數三分時，往往引起家屬的不當期待。佛教蓮花基金會董事長（恩主公醫院前院長）陳榮基表示，為避免延續病人瀕死的痛苦，醫界應將完全沒反應的昏迷指數改為零分才對，坦然告知家屬有關病患狀態，好讓病患可安詳的往生才是。也可避免無謂的醫療，讓病人度過有尊嚴的人生最後旅途。

多年來致力於安寧醫療，也參與安寧緩和醫療作業案例集製作的陽明醫院內科加護病房陳秀丹主任表示，許多醫師為避免醫療糾紛產生，不太積極與家屬溝通有安寧治療的管道，讓患者持續接受浪費醫療資源的無效治療，所以應努力替病患爭取有尊嚴的死亡。由於大部分民眾對安寧醫療知識不足，其實「安寧醫療緩和條例」經二次修法後，決議讓病患自己簽署不施行心肺復甦術及放棄維生醫療的DNR同意書；無法自行簽署者，應由近親家屬一人、二名專科醫師簽署。若患者無家



屬，則由二名醫師與一名安寧醫師代表簽署。



### 安寧緩和醫療的認知

死亡是每個人必走的路，並不可怕，最怕的是要走之前的急救與插管之類的醫療，每個人都希望最後的生命有個圓滿的句點，然卻在臨終前經歷無意義的痛苦，如果能計畫安排自己將來最後人生的旅程之路，也就是不靠醫療，而能安然而寂，那才是最完美的終點，但要如何做才可圓滿呢？

台灣推動安寧緩和醫療已有廿年之久，仍有許多人誤以為安寧療護就是「放棄治療」或「安樂死」而不認同，其實不清楚所謂放棄急救的同意書(DNR)，以及什麼是安寧緩和醫療等問題，當然會有不能接受的程度。

所謂「安寧緩和醫療」和「DNR（不施行心肺復甦術）」的意願書，是指人們遇到重大傷害或是疾病已進入解脫門（死亡）之前，醫師只有以氣管插管、按壓胸

部、心臟電擊、注射強心針等急救程序以求保住一命，既是一種救命過程，卻也可能是另一種傷害。尤其對末期病人而言，又要怕病人掙脫儀器，而必須綁住手腳，結果是死前掙扎痛苦萬分！或者成了活死人的植物人。若能預立DNR，透過事前安排，讓生命走到最後，擁有尊嚴的善終，那就是為何要推動簽署放棄急救（Do not Resuscitate，簡稱DNR）意願書，也就是當我們還健康之時可以自己做主預先簽署「不施行心肺復甦術」的意願書，為自己留個尊嚴與好形象的原因。



### 命欲日夜盡，莫惑墮冥中

命欲日夜盡，及時可勤力，世間諦非常，莫惑墮冥中。  
當學然意燈，自練求智慧，離垢勿染污，執燭觀道地。

〈摘自《法句譬喻經·喻老耄品第十九》〉

十月二日才接到一通有關老人對社會是否構成問題的電話訪問與調查，次日前往屏東又遇到一位想要開辦託老院的先生，談起未來關懷老人的問題，由此讓自己

回想剛入佛門時，每逢過年信眾歡天喜地的到寺院來禮千佛增福壽，當時才十多歲的我，卻總覺得我們不是增一歲，應該是在這世間上又少了一年的歲月了，而我為何來到這世間，我出家又是要追求什麼呢？塵塵刹刹，紛擾俗世，淨土何處求，於靜中、定中、山中、水中，驀然回首，哦！原來是在汝心頭。不知不覺歲月從指縫間又流掉幾十年了，怎不令人唏噓呢！

記得有一次，行禪法師提起參加國立師範大學同學聯誼會時，得知其中一位同學剛分發到學校教書不久，卻在上班途中出車禍成了植物人，她的太太一肩扛起照顧的責任，同時也須工作與照顧孩子，就這樣蠟燭三頭燒，二十多年下來，躺在床上的丈夫仍然動彈不得。豈知長大了的兒女卻要離去，並且責怪的口吻告訴他的媽媽，說到：「當我們需要媽媽時，妳心中只有躺在床上一動也不動的人身上，妳說他是我們的爸爸，但是我們從來沒有感受到爸爸的存在與爸爸的愛，他在我們心中只是個奪去我們母愛的活死人而已。所以我們恨他，我們更怨媽媽妳，忽略了我們兄妹的存在。如今我們已可

獨立了，所以我們離開後，讓妳全力去照護這沒有感覺的活死人丈夫吧。」聞之不禁慨嘆不已，這種問題沒有對錯，兒女雖有父母卻得不到關愛，最可悲的莫過於太太一生的遺憾。

另則是與我在日本留學時的同校好友蔡小姐，她先是台大化學系的教授，有一天要到學校前突然暈倒緊急送醫，結果醫生診斷後宣布是腦溢血，並問朋友要救與否？如果救起的話將成為植物人，朋友幾經思考之後，決定放棄急救，三天後這位教授就往生。事後蔡小姐跟我聊起，當時許多人告訴她，應該先救起，然後再為他到學校去申請退休，可領較多的退休俸不是很好嗎？但是蔡小姐所思維的是何忍為了幾百萬元，而眼睜睜的看著一生摯愛的丈夫躺在床上一動也不能動，這在孩子面前已失去了尊嚴，擔心未來恐怕影響孩子的心理，所以才果斷的放棄不必要的醫療。如今已近十年了，讀財經的蔡小姐告訴我，也許是她丈夫的護佑，讓她賺不少錢，而母子相依為命，孩子也讀大學了，生活很愜意。偶爾她回想過去，卻很懷疑如果當初她沒放棄

急救的話，那麼她母子今天不知會變成怎樣的人生，真的很難想像。

以前曾指導過的大專佛學青年當中，有一位同學提到她奶奶的問題，也就是她奶奶已經病得很嚴重，因事先奶奶有交代不要為她插管等等醫療，但是這位同學的姑姑堅持一定要插管，讓她奶奶折騰了好幾個月才往生，只是一向溫和的老奶奶往生時的相貌，帶有極度的瞋怒，所以她跑來問我，像姑姑這麼堅持，導致奶奶痛苦，那真的是孝順嗎？



### 眾生有苦惱，不得免老死

非空非海中，非隱山石間，莫能於此處，避免宿惡殃。

眾生有苦惱，不得免老死，唯有仁智者，不念人非惡。

〈摘自《法句譬喻經·惡行品第十七》〉

《法句譬喻經·惡行品第十七》中，提到琉璃王要引率兵士去討伐舍夷國以報宿怨，而佛弟子中以神通第

一的摩訶目犍連尊者，見琉璃王率兵伐舍夷國以報宿怨，擔心伐殺到四眾佛弟子，便到佛陀面前，稟告佛陀說：「現在琉璃王要攻打舍夷國，我打算運用我的神通力，以四方便法來救舍夷國人，第一我計畫將舉舍夷國人放在虛空中；第二我將舉舍夷國人放入大海中；第三者將舍夷國人藏在兩鐵圍山間；第四方法是將舍夷國人安置在其他大國中央，這樣琉璃王就不知他們藏在何處了。」

佛陀告訴目連說：「雖然你有智慧德能，可以安處舍夷國人是沒錯，但是你要知道萬物眾生中有七種無法避免的事。何謂為七，一者生、二者老、三者病、四者死、五者罪、六者福、七者因緣。此七事雖有意避免，但是不能得到自在。雖然你的威神力可得做此，但是宿世怨對的罪負是不可得離的。」

目連禮退之後，便私自取舍夷國人的知識檀越信眾四、五千人，放入鉢中朝向虛空星宿之處安置。琉璃王來討伐舍夷國時，殺盡舍夷國人之後帶軍回國。於是目

連尊者即刻到佛所爲佛陀作禮，而且很得意的向佛陀報告說：「琉璃王討伐舍夷國時，弟子承佛之威神力，救了舍夷國人有四、五千人，並安置在虛空中都得脫苦難了。」佛陀問目連尊者說：「你有再看看被你放在敝中人了嗎？你先前往看看鉢中的人再說。」於是目連尊者以神通道力往鉢一看，發見鉢中人皆死盡。於是目連愜然悲泣愍其辛苦。還白佛言：「鉢中人者今皆死盡，道德神力不能免彼宿對之罪。」佛告目連：「有此七事，佛及眾聖神仙道士，隱形散體皆不能免此七事。」於是世尊即說如上的偈言。

其實我們人類的一生當中，最大的問題無非是面對死亡的解脫。任何人從出生的那一天開始，就一刻一刻地朝向死亡邁進，只是人們卻以爲那只是生命的開始而已，並不知道那就是生與死之間的協調，以及拉鋸。事實上，在這個世界人們必須要面對許多實際的問題，如病魔、貧困、失敗、災厄等，這些不斷地困擾著我們。而人們不但不想去面對，大多數都只想逃避這些的苦惱而已。

佛教的教主釋迦牟尼佛，以及佛教中的高僧大德們，都勇於面對生死的大事，以及爲了解脫生死問題而出家的。佛教不是因爲想得到現實利益而尋求的宗教，而是爲了達到轉迷成悟的目的，以求徹底解決生死大事，才不惜捨棄地位、名譽、財富而精進修持，是以解脫生死而安身立命爲修行目標。

有次我前往探望已在安寧病房的出家同學，看到她時，我埋怨的告訴她，很過分都已經在候機室了，才讓我知道，太沒意思了。只好請她到彌陀的極樂世界時，要幫我預定位子，等時機到來，我就不用排隊等位子了。

十多年前，我在社區大學講課，當時教務處有一位留學法國的講師，身材高大，溫文儒雅且一表人才，非常熱心推動社區關懷，可惜因過度勞累，又正好遇到流行感冒，因此一病不起，當我與幾位講師去探望他時，他已進入昏迷狀態，當見到的那刹那，真的很難想像躺

本刊園地公開，歡迎惠賜佛教學術性論述或結合佛法融入生活、藝術等淨化人心之稿件。

文稿字數二千至三千，最多不超過五千字。文體不拘，並歡迎提供照片。

稿件請以電腦打字。來稿一經刊登，將致奉薄酬。

一稿不得二投或抄襲他人之著作，違反著作權法。本刊對來稿有審查刪修權，如不願更改者，請先註明。

--來稿請署真實姓名（法名）、住址、電話。

來稿請：

E-mail:

judychen6600@yahoo.com.tw

元亨寺妙林雜誌社編輯部

約...



在病床上已無知覺的人，原本是個帥哥，可說完全變了樣，當然不久就往生。然此事讓我深深的感慨於人生的無常，這也是當我知道台灣有安寧緩和醫療的意願申請時，我馬上簽署，因為我不願躺著插滿管子，讓我失去尊嚴，更不希望因我而浪費醫療資源，以折損我的福報，是我不願的。同時也奉勸執著於父母須靠插管以

維持生命的兒女們，試著想想如果躺著的是我們自己，你們會願意接受插管、電擊等等的折磨嗎？盼將心比心，還是在佛聲中讓長輩安然而走，孰孝孰不孝？每個人終須面對生命的最後一刻，如何走得平順，走得尊嚴，有安寧緩和醫療至為重要。☸

## 試探《大毘婆沙論》對佛出人間的定義

### ——以《大毘婆沙論》卷一七八為主(下)

◎黃芷筠／壹同女眾佛學院大學部釋

#### (三) 天界非成聖果處

「天趣」為生死流轉中的善趣之一，比人間更為勝妙，致使外道為此趨之若鶩。反觀《婆沙論》卻依「非如來所依止」以及「於入正性離生得果離染等事非增上」二點來評判天界之欲樂微妙，是故菩薩於人間成佛。

#### 1. 最後身菩薩必受胎生

最後有菩薩必受胎生的問題，是因為釋尊在兜率天等待下生，因此何以不受天趣的化身，而要來人間受胎

生？於《中阿含經》說：

我聞世尊在兜瑟哆天，於彼命終，知入母胎，是時震動一切天地，以大妙光普照世間，乃至幽隱諸闇冥處無有障蔽。謂此日月有大如意足，有大威德，有大福祐，有大威神，光所不照者，彼盡蒙耀。彼眾生者因此妙光各各生知：有奇特眾生！有奇特眾生！……<sup>27</sup>

演培長老徵文：



經文中說到世尊於兜率天命終，知入母胎、知住母胎、知出母胎，從右脅出，正念不亂，對父母不起顛倒想，以上皆為諸佛常法。知入母胎，於《長阿含經》中說到四類出入胎的情況，如下表：<sup>28</sup>

種類	入胎	住胎	出胎
第一類	皆亂		
第二類	不亂	亂	
第三類	不亂		亂
第四類	皆不亂		

其中最殊勝的是第四類入、住、出都不顛倒者，此入胎者為菩薩。因菩薩為多福者，於入、住、出母胎時，皆不起顛倒想、顛倒勝解，能自了知，我今入母胎，我今住母胎，我今出母胎。<sup>29</sup>且菩薩於兜率天下生時，要觀四事，即觀時分、觀處所、觀種性、觀依器，<sup>30</sup>所以是清楚知道自己將於何處下生，為不亂入。菩薩住胎時，能令母體安穩，不受諸煩惱觸，使胎藏寬博清

淨無惱，<sup>31</sup>故說不亂住。諸佛皆於母親右脅而出，與一般人從產道所生不同，顯示出菩薩的與眾不同，所以為不亂出。不過若依印度四種種姓來說，婆羅門種是從梵天的口出，而刹帝利種則從右脅而生，說釋尊於右脅而出，也許只是用以表明種姓。

相較於人間的胎生，天趣為化生。《婆沙論》中說胎、卵、濕、化四生當中，化生最廣、最為殊勝<sup>32</sup>。如果是如此，為何最後身菩薩不是化身，而是必受胎生？論中回應有說時間不合適；有說化生輕飄，不能荷負如來重擔；有說為斷勝族性的傲慢等說，諸說法中，最值得了解的是：

為欲饒益當來諸有情故不受化生。所以者何？若受胎生便有遺身，般涅槃後，雖越千載，無量有情乃至若能於遺身界，如芥子許起愍淨心，恭敬供養獲無邊福，生天受樂得般涅槃。若受化生便無是事，所以者何？化生命終如燈光滅無遺餘故。<sup>33</sup>

此種說法，多少反應出當時印度佛教界的狀況。釋尊的

入滅，引起佛弟子內心對佛陀的無比懷念。此種情懷，對於佛法的深入者，排解是不成問題的。但在一般信眾的宗教情感中，難免有空虛的感覺，所以透過供養禮拜佛的舍利，成爲啓發清淨信心的具體對象，可說是順應一般宗教情感的需要而自然發展起來的。<sup>34</sup>亦說明有部論師提出此說的背後意義——供養佛陀舍利，能有生天受樂，得般涅槃等無邊福德。<sup>35</sup>

## 2. 耽著妙欲不為聖道依

「諸天耽著妙欲」中所說的「諸天」，單就一生補處菩薩所處的兜率天來說，其所說之「諸天」範圍應是指欲界六天。何以說耽著妙欲，對修行解脫沒有增上？在《長阿含經》中說，剛轉生於三十三天的天子，有自然智生後，即自思考：「我由何行，今生此間？」；「即復自念：我昔於人間身行善、口言善、意念善。由此行故，今得生天。我設於此命終，復生人間者，當淨身、口、意，倍復精勤。」但當天子開始享用自然寶器所盛之百味淨食、甘露漿，享受諸勝妙莊嚴具，而後見無數天女嬉笑歌唱，開始生起染著，視東忘西，視西忘東，早將初生時的自知自念全盤忘失，<sup>36</sup>可見五欲的貪

著，的確會使人失去道心。其實不須拿天界作說明，在世間福報較好的人，都會有此情形，更何況天上，所以說「豪貴學道難」<sup>37</sup>。

但若依「天趣爲化生」、「諸天耽著妙欲」而說如來於人間成佛，那如何會通「人天並是法器」？《婆沙論》中有說有三比丘，常以妙音聲爲瞿博迦釋迦女說法。彼女聞法心生淨信，因此厭患女身願生爲男子。命終生在三十三天，成爲帝釋兒；而當時的三位比丘因自愛聲故，命終則轉生在健達縛中（天樂神），晝夜爲諸天作樂。時瞿博迦見到，便用識告訴他們：我昔因聽聞你們的法音，厭女願生男，得以命終生此天爲帝釋兒。但你們以前是修無上梵行的比丘，怎會願成天樂神，受我們指使。時三樂神聽到後，有二比丘自覺羞愧，得離欲染以神通力昇梵輔天。<sup>38</sup>也就是說天人還是能堪受佛法，修梵行的。若是生於有一生補處菩薩所處的善法堂<sup>39</sup>中聽聞正法，當來亦有跟隨菩薩下生，授記成佛的因緣。

是故若依以上論述，《婆沙論》對天界所提出之二

點，似乎沒有很完善的表明，其對如來不於天界成佛的主張，且論中對菩薩最後為何唯從天歿不從人，諸說法中多為表達天趣的殊勝<sup>40</sup>，豈不就前後矛盾？但若就整體論之，八種說法的比重，特重強調人間的殊勝，光依「智見猛利」就開分三項說明，所以有關天界的說法，也許只是用以加強補充。若借此論定「天界非成聖果處」，實多有爭議。

### 三、結語

以上對於「佛出人間」之探究，只是依於《婆沙論》中一說法來開展。對於有異於有部之主張，亦無引出加以比對其差異，實無以說明發現什麼新見解。但透過論師的分析，對不同說法能有更多思考空間，也是令筆者於中額外的收穫。探討每個說法背後的含意，皆有其因時因地的理由；越是要理解論典中要表達的意義，越是感受到諸論師對捍衛心目中佛陀的形象，是如此的不遺餘力。有些看法也許超乎想像或過分實際，但實則同出一味。切入角度的不同而呈顯出之差異，也為論究多添幾分激盪。

往後佛陀觀的發展，有依人乘而發展之現實佛陀；有依天乘而發展之理想佛陀，進而產生人間成佛與天上成佛之爭，二說的起源與開展，尚待日後有機緣再深入探尋。儘管如此，不論思想觀念如何演化發展，身為佛弟子的我們，應秉持人本的立場，確立正確的佛陀觀，體現佛陀悲智之精神。就如印順導師所說的「佛陀是人間的，我們要遠離擬想，理解佛在人間的確實性，確立起人間正見的佛陀觀。佛是即人而成佛的，所以要遠離俗見，要探索佛陀的佛格，而作面見佛陀的體驗，也就是把握出世（不是天上）正見的佛陀觀。這兩者的融然無礙，是佛陀觀的真相。」<sup>41</sup>（全文完）

#### 【註釋】

<sup>27</sup> (1) 《中阿含經》卷8〈4 未曾有法品〉（大正11，410a13-20）。

(2) 《長阿含經》卷1（大正11，3c14-20）：「比丘當知諸佛常法。毗婆尸菩薩從兜率天降神母胎，從右脇入，正念不亂。當於爾時，地為震動，放大光明，普照世界，日月所不及處皆蒙大明。幽冥眾生，各相悉見，知其所趣。時，此光明復照魔宮、諸天、釋、梵、沙門、婆羅門及餘眾生普蒙大明，諸天光明自然不現。」

<sup>28</sup> 《長阿含經》卷12（大正11，77a11-17）。

29 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷171(大正27, 863b18-24)：「云何正知入母胎住出亦爾？答：有多福者，入母胎時，住母胎時，出母胎時，皆不起顛倒想顛倒勝解，能自了知，我今入母胎，我今住母胎，我今出母胎，是名第四正知入母胎住出亦爾。問：何入胎是誰耶？答：有說，第四入胎謂菩薩；第三入胎謂獨覺；第二入胎謂輪王；第一入胎謂餘有情。」。

30 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷178(大正27, 893b3-17)：「菩薩住忉史多宮，彼壽量盡將下生時，先觀四事：一觀時分、二觀處所、三觀種姓、四觀依器。觀時分者：謂觀世間於何時中佛應出世，即知從人壽八萬歲，乃至百歲時佛應出世，今正是時。觀處所者：謂觀世間於何方處佛應出世，即知於瞻部洲中印度佛應出世，非邊地達絮戾車中。觀種姓者：謂觀世間何種姓中佛應出世，即知或刹帝利或婆羅門種姓中佛應出世，隨彼時強勝者即生其中。觀依器者：謂觀世間何等女人，父母種姓並皆清淨，胎藏寬博無諸過失，能持菩薩那羅延力所合成身經十月日，即知瞻部洲中有是女人名字某甲堪為依器。菩薩如是觀四事已。」。

31 《長阿含經》卷1(大正1, 4a10-15)：「菩薩從兜率天降神母胎，專念不亂，母身安隱，無眾惱患，智慧」增益。母自觀胎，見菩薩身諸根具足，如紫磨金，無有瑕穢，猶如有目之士觀淨琉璃，內外清徹，無眾障翳。諸比丘，此是諸佛常法。」。

32 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷120(大正27, 627a25-47)：「問：如是四生何者最廣？…化生最廣！攝二趣全三趣少分，及一切中有皆化生故；又二界全一界少分皆化生故；於欲界中三生加行亦化生故。問：如是四生何者最勝？答化生最勝。」。

33 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷120(大正27, 627b7-c15)。

34 印順導師《初期大乘佛教之起源與開展》(p. 43-107)。

35 釋悟殷《部派佛教系列—中篇》〈修證篇〉(p. 214-216)。

36 《長阿含經》卷20(8 忉利天品)(大正1, 134a1-b2)。

37 《四十二章經》卷1(大正17, 722c11-12)。

38 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷53(大正27, 277b18-28)：「有三苾芻常入其舍，以妙音聲為彼說法。彼聞法已心生淨信，厭患女身願為男子，命終生在三十三天，為帝釋兒端嚴殊妙，天為立字稱瞿博迦；時三苾芻自愛聲故，命終生在健達縛中。健達縛者：是天樂神，晝夜常為諸天作樂。時瞿博迦見已便識告言：我昔聞汝法音，厭患女身願為男子，命終生此三十三天，為帝釋兒端嚴殊妙；汝等曾修無上梵行，寧生卑賤健達縛中？！時三樂神聞彼語已，二極羞愧，得離欲染，以神通力昇梵輔天；一猶住此。」。

39 善法堂應有二分，一為一生補處菩薩所在之處，多稱兜率內院，位居兜率天；一為欲界天人聚集議論之處，位居忉利天。

(1) 《佛說觀彌勒菩薩上生兜率天經》卷1(大正14, 419a7-10)：「爾時此宮有一大神，名牢度跋提。即從座起，遍禮十方佛，發弘誓願：若我福德應為彌勒菩薩造善法堂，令我額上自然出珠。」。

(2) 《起世經》卷6(三十三天品)(大正1, 342a3-27)：「其善法堂諸天會處。三十三天王，集會坐時，於中唯論微妙細密善語深諸義，審諦思惟，稱量觀察，皆是世間諸勝要法，真實正理。是以天，稱此會處為善法堂。」。

40 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷178(大正27, 893a10-18)：「問：何緣菩薩於最後有唯從天歿不從人來？答：有說於諸趣中天趣勝故；有說從天上來人所重故；有說從天來時有神變事，從人趣來無如是事；有說人中無有如是壽量如悉史多與善根熟時相稱可故；有說悉史多天樂法菩薩業增上力，令此菩薩必生彼天為說法故；有說菩薩彼有生天業定應受故；有說若菩薩頻生人中而成佛者，則生厭賤不受化故。」。

41 印順導師《佛在人間》(p. 16)。

## 【參考書目】

### 一、漢譯佛典

- (1) 《長阿含經》(22卷) 後秦·佛陀耶舍共竺佛念譯，大正藏第二冊，No.1。
- (2) 《起世因本經》(20卷) 隋·闍那崛多達摩笈多二法師共譯，大正藏第一冊，No.25。
- (3) 《中阿含經》(60卷) 東晉·瞿曇僧伽提婆譯，大正藏第二冊，No.26。
- (4) 《雜阿含經》(50卷) 劉宋·求那跋陀羅譯，大正藏第二冊，No.99。
- (5) 《增一阿含經》(51卷) 東晉·瞿曇僧伽提婆譯，大正藏第二冊，No.125。
- (6) 《佛說觀彌勒菩薩上生兜率天經》(一卷) 宋·居士沮渠京聲譯，大正藏第十四冊，No.452。
- (7) 《楞伽阿跋多羅寶經》(4卷) 劉宋·求那跋陀羅譯，大正藏第二冊，No.670。
- (8) 《四十二章經》(一卷) 後漢·迦葉摩騰共法蘭譯，大正藏第一冊，No.784。
- (9) 《阿毘達磨大毘婆沙論》(200卷) 唐·玄奘譯，大正藏第二十七冊，No.1545。

### 二、現代著作

- (1) 印順導師著《成佛之道(增註本)》，新竹，正聞出版社，民國86年6月初版。
- (2) 印順導師著《華雨集第四冊》，台北，正聞出版社，民國88年7月。
- (3) 印順導師著《佛法概論》，新竹，正聞出版社，民國89年10月新版一刷。
- (4) 印順導師著《佛在人間》，新竹，正聞出版社，民國89年10月新版一刷。

(5) 印順導師著《初期大乘佛教之起源與開展》，台北，正聞出版社，民國88年7月七版。

(6) 演培法師著《印度部派佛教思想觀人間佛陀》，高雄，演培法師全集出版委員會，民國95年1月新版一刷。

(7) 悟殷法師著《部派佛教系列—中篇·修證篇》，台北，法界出版社，民國92年3月初版。

(8) 悟殷法師著《部派佛教系列—下篇·諸部論師的思想與風格(一)》，台北，法界出版社，民國92年3月初版。

### 三、期刊論文

(1) 釋慈旭〈《大毘婆沙論》佛陀論之探討〉，《福嚴佛學院第八屆高級部學生論文集》，福嚴佛學院發行，民國88年5月出版。

(2) 釋如高〈《大毘婆沙論》佛身觀之探討〉，《福嚴佛學院第八屆高級部學生論文集》，福嚴佛學院發行，民國88年5月出版。

(3) 楊郁文〈佛法的人間性與現實性〉，《中華佛學學報》第10期，中華佛學研究所發行，民國88年7月出版。

(4) 郭忠生〈釋尊之超越彌勒九劫(之九)〉，《正觀雜誌》第35期，南投，正觀雜誌社，2005年12月25日出。📖



## 《樂邦遺稿》之思想淺探(上)

### 前言

有關淨土思想的出現，最早出現於東漢支婁迦讖所譯出的《般舟三昧經》和《無量清淨平等覺經》等，至東晉時期廬山慧遠大師因信仰彌陀淨土，創蓮社開始，淨土思想已逐漸發展、成熟，生根發芽於中國，並且普羅於大眾，明清時期形成「家家彌陀、戶戶觀音」淨土之信仰，加上依阿彌陀佛的慈悲願力，使我們能夠藉倚他力、懇切念佛，得以往生西方極樂世界，淨土儼然已成爲現今最流行之修行法門之一。

宋朝之後，淨土的思想深入於民間，各宗派如天

◎廖玉婷／佛光大學佛教學系研究所

台、華嚴、禪宗等祖師也紛紛提倡淨土，形成台淨合一或是禪淨雙修，爲各宗派之共通修行，然淨土不再只是一種思想，儼然成爲一種修行、一種信仰。此一時期之重要人物——四明宗曉，其乃繼承天台宗山家派，廣學博覽，著書多部，其中所著之《樂邦文類》及其《遺稿》，將自晉到宋朝之淨土事蹟等全都匯編撰寫於此，闡揚淨土，爲淨土之重要文獻之一。此外宗曉首先提出淨土宗的六祖之說，爲其對此淨土宗之一大貢獻，同時也奠定日後淨土宗祖師之傳承脈絡。今藉由此篇文章，希能夠從中去了解宗曉其思想。



## 壹、宗曉之生平及其淨土六祖成立之說

關於宗曉之生平事蹟，典籍上所載不多，此章節將依《佛祖統紀》所載撰寫其之生平及學識。

### 一、宗曉之生平

宗曉，俗姓王，字達先，自號石芝，四明（今浙江寧波）人。十八歲時受具足戒，先拜師從具菴強公，次求至於雲菴洪公。宗曉廣學多聞，演講之餘，另有多部著作，如《法華顯應錄》、《四明教行錄》、《三教出興頌註》、《寶雲振祖集》、《金光明經照解》及《施食通覽》等，極為豐富；也曾刺血書寫《法華經》、墨書《華嚴》、《寶積》、《般若》、《涅槃》等諸多典籍。

弘傳教觀四十餘年之久，嘉定甲戌（一二二四年）<sup>①</sup>年八月二十日示疾，索紙書而偈曰：「清淨本來不動，六根四大紛飛；掃卻雲霞霧露，一輪秋月光輝。」<sup>②</sup>之後火化於延慶寺之南，除齒牙火燒不壞外，所化出的舍利許多，僧臘四十七，世壽六十四，時巽齊戶曹見之也

### 撰文讚歎。<sup>③</sup>

### 二、淨土成立六祖之說

自古以來，各宗各派的祖師傳承法系皆有師承傳授、法脈清楚，唯獨淨土宗並無直接的承嗣。淨土傳承之說首出自天台僧人宗曉《樂邦文類》，這也奠定後來淨土的傳承，而後人則依此根據將其弘揚淨土祖師的修行及對淨土的貢獻，列入傳承以至於到現在有十三祖的成立。

有關宗曉之貢獻，在宋代之後，弘揚淨土的以天台人居多，淨土最早立祖之說為宋朝，宗曉於《樂邦文類》文中所敘：

蓮社之立，既以遠公為始祖。自師歸寂，抵今大宋慶元五年己未，凡八百九年矣，中間繼此道者乃有五師。一曰：善導師；二曰：法照師；三曰少康師；四曰省常師；五曰宗曉師，是五師者。<sup>④</sup>

宗曉以東晉慧遠大師創蓮社時立為淨土之初祖。不過同

爲南宋時期天台僧志磐，在《佛祖統紀》卷二十六<sup>5</sup>中也提出「七祖」之說，如左圖所述：

宗曉 《樂邦文類》	慧遠	善導	法照	少康	省常	宗蹟	
志磐 《佛祖統紀》	慧遠	善導	承遠	法照	少康	延壽	省常

兩者差別在於志磐(生卒年不詳)將增加排列第三爲承遠(七二二~八〇二年)大師、第六爲延壽(九〇四~九七五年)大師，刪減宗曉所提第六爲宗蹟(生卒年不詳)大師。

宗曉所提的淨土六祖說著實影響之後淨土之傳承，無論是六祖、七祖以至現今的十三祖之說，都強化了後世對淨土的信仰。

## 貳、《樂邦遺稿》之架構分析

《樂邦文類》之意指：「樂邦」意爲「極樂之邦」，《阿彌陀經》經文載：「爾時佛告長老舍利弗：從是西方過十萬億佛土，有世界名曰極樂。其土有佛，號阿彌陀佛，今現在說法。」<sup>6</sup>故「樂邦」即指西方阿彌陀淨土。又「淨土」的定義，《法苑珠林》中亦載：「世界皎潔目之為淨，即淨所居名之為土」<sup>7</sup>；而「文類」一詞則是指資料的匯編。

《文類》是宗曉效倣西漢儒家柳宗直《西漢文類》之作，將其分爲十四門，分別爲經、咒、論、序跋、文、讚、記碑、傳、雜文、偈、頌、詩、詞及賦銘等其文章分門別類，亦可從文章之標題或內文首行明白該文是屬於十四門中之何種體裁。

然《遺稿》為宗曉續《文類》五卷後，為感迷途眾生枉入諸趣、久而未返，又再撰寫二卷而成。《文類》是宗曉以十四門之分類為結構體，《遺稿》文中不難發現亦有十四門的架構，只是並未如《文類》中從文章的標題或內文首行即可直接、清楚的了解是何種體裁，今筆者嘗試以宗曉十四門之分類，將其《遺稿》按十四門分門歸納整理。

### 一、《樂邦遺稿》之架構分析

《樂邦遺稿》共二卷，計一七八篇，於南宋嘉泰四年（一一一〇四年）<sup>8</sup>編撰而成，今收錄於大正藏第四十七冊。「遺稿」二字所指的是宗曉在《文類》編撰完後，尚有些行於世外之淨土之著作文章再加以彙集、收錄而成的，又因專導眾生歸於淨土，亦可稱《樂邦歸志》，歸志於極樂之邦意。

宗曉在撰寫《遺稿》時，每一篇文章只是隨其事而標其題目，今嘗試以宗曉十四門之分類，將《遺稿》仿《文類》之方式加以分門歸納整理並比較之，其資料如下：

十四門	《樂邦文類》	《樂邦遺稿》
經	46	8
咒	11	0
論	6	9
序跋	32	5
文	13	31
讚	17	2
記碑	19	5
傳	14	15
雜文	33	46
偈	6	4
頌	20	0
詩	22	3
詞	7	0
賦銘	2	0
合計	248	128

### 二、《文類》與《遺稿》架構比較分析

《文類》撰寫中，宗曉首當以彙集「經」典，兩百餘篇中，以「經」所占的篇數較多，共四十六篇，有了經證，可以讓世人更加確信淨土之世界及其思想而心嚮往之，然至《遺稿》之後，則以「雜文」為主，計四十四篇則以「雜文」居多，筆者認為在《遺稿》序文中，宗曉已表明此二卷為匯編「行於世外餘片文集義」，所以有關淨土思想之典籍大多已收錄至《文類》

中，故《遺稿》收錄的文章中，較偏為屬「雜文」類。

比較《文類》及《遺稿》，有些許之差別：

(一)「經」處：

《文類》中所含的「經」典達二十六部之多，主要還是以淨土三經為主；《遺稿》引用的經典則有七部<sup>⑨</sup>，仍以三經之一《觀經》為主，其中新增《勝鬘經》及《仁王經》兩部經典。

《勝鬘經》是一部以如來藏思想為主的經典之一，在《文類》中其實也早以出現此相關性的典籍，如《楞伽經》及《大乘起信論》。以《勝鬘經》和《楞伽經》兩部經典相比較下，最主要的不同點在於人物角色轉變，轉變為是一位女性作為代表，然勝鬘夫人是一位具有代表性的佛教女性。宋朝之後女性普遍識字率提高，相對的也能夠閱讀佛書，加上當時佛教中淨土和禪宗盛行，其中又淨土之修行為較容易，所以對其婦女信佛也產生相當的作用。

兩宋時期，結社念佛也已擴充到女性組織中，黃啓江引用《夢梁錄》說明當時已有婦人，建「庚申會」，誦《圓覺經》。又這些富家婦女參加集會時會穿金戴銀、炫耀珠寶等，故時人呼之為「鬥寶會」。<sup>⑩</sup>慧亨律師之妹郭氏妙圓也曾建「繫念會」，長齋念佛、諷誦《法華》、《彌陀》等經，依上述而言，宋代淨土在婦女團體中已經深根並且普及化，所以今宗曉引《勝鬘經》，筆者認為除了淨土是當時所流行的修行之一外，更是證明淨土是全民的信仰。

(二)「論」處：

論書方面，《文類》所引用有六部；《遺稿》則有五部，分別為《大智度論》、《十住毗婆沙論》、《寶王論》、《起信論》及新增的《淨土十疑論》，其中《起信論》為中國大乘佛教思想之重要論書之一。《文類》及《遺稿》之所以引用《起信論》是因為論書中明說初學的眾生心性較為薄弱，因為住於此娑婆世界中，擔心無能遇佛、供養等，害怕無有信心可以成就，今以如來之方便力善護其信心，又能夠專念阿彌陀佛，回向願生極樂世界，即得往生。<sup>⑪</sup>然天台的智者大師亦對此

論書推崇備至，筆者認為這亦或是宗曉加入之其中原因之一。另外新增的《淨土十疑論》，學者認為此部不是智者所作，是後世之人偽托智者之名而作，有關此部分則待下章節再作討論。(待續)

#### 【註釋】

- ① 中央研究院計算中心 中西曆轉換工具  
<http://d1x.sinica.edu.tw/cgi-bin/sinocal/luso.utf8.cgi>,  
2010/05/31.
- ② 《佛祖統紀》，CBETA, T49, no. 2035, p. 240a7-8。
- ③ 《佛祖統紀》，CBETA, T49, no. 2035, pp. 239c29-240a11。
- ④ 《樂邦文類》，CBETA, T47, no. 1969A, p. 192c20-23。
- ⑤ 《佛祖統紀》，CBETA, T49, no. 2035, p. 269c15。
- ⑥ 《佛說阿彌陀經》，CBETA, T12, no. 366, p. 346c10-12。
- ⑦ 《法苑珠林》，CBETA, T53, no. 2122, p. 397b27-28。
- ⑧ 中央研究院計算中心 中西曆轉換工具  
<http://sinocal.sinica.edu.tw/cgi-bin/sinocal/luso.utf8.cgi>,  
2010/10/25.
- ⑨ 《遺稿》中七部經典分別為《觀無量壽佛經》三次，其次為《大寶積經》、《無量壽佛經》、《楞嚴經》、《楞伽經》、《勝鬘經》及《仁王經》，分別各出現一次。
- ⑩ 黃啓江，〈兩宋社會菁英家庭婦女佛教信仰之再思考〉上篇，頁171。
- ⑪ 《大乘起信論》，CBETA, T32, no. 1666, p. 583a12-19。

## 元亨佛學研究所 元亨推廣教育

### 元亨佛學院招生簡章

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、深植道根、儲備道糧。

3、建構理想的、和諧的僧團。

特 色：1、日常生活修行化，修行生活日常化。

2、學佛、佛學並進；傳統、現代兼顧。

3、師資陣容：緇林玉樹、釋門俊彥及學界碩德高明等。

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 歲高中以上，身心健康、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。

報名方式：一律以掛號郵件寄至「元亨佛學院 教務處招生組」。

804 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：886-7-5330186 E-MAIL：yuanheng6@gmail.com

或至網址 <http://www.yht.org.tw> 下載簡章、報名表。

# 隨業感生死——略談隨重、隨習、隨憶念(上)

◎釋洞崧／福嚴佛學院大學部

## 提要

關於有情的生死流轉，從造業、感果、受報、投生，本是一個很復雜的課題。本文「隨業感生死」，將略談其中相關的業說，而對於有關「隨重、隨習、隨憶念」，做一個概要式的介紹及討論，以明瞭於臨終時，這三種隨業受報的運作，及其合理性。

關鍵字：(1)隨重，(2)隨習，(3)隨憶念

## 一、前言

在五乘共法中，談及正信詭異三寶的佛弟子，應建立起正見及依正命而活。而此世間正見的內容，既有：正見善惡、正見業報、正見三世及正見凡聖。其中的「業報」，為佛教確立道德意義的主要觀念。本文「隨業感生死」，將談及關於業報於流轉生死的運作。因此，在第二、三章中會略談業報及也的分類。而在「隨業感生死」的過程中，發現印順法師對於臨死時「隨重或隨習，或復隨憶念」感報的次序，與諸多的論述略有不同。因此，本文在第四章中，將詳談對此的瞭解認識。而第五章中，則涉及不同傳承偏重「隨憶念」所開

演培長老徵文：



展的助念法門。

## 二、業報概說

### (一) 業報淺談

有業有報，是繼正見有善有惡以後，所應建立起來的正見。善與惡，是約行爲的價值而說。如沒有相對應的果報，也許所建立的善惡價值觀會不牢固，或由於某些世間現象（如惡人得善報，善人得惡報）而對自己的信念產生動搖。正見有業報，只能肯定善惡的價值，更能繼而建立三世業果相續的觀念。那什麼是業？什麼是報？業報說的意義又在哪？下來將以此略述。

業 (Karma)，梵語爲「羯磨」，本爲做事的意思。①其字源由「造作」(K)的概念而來，具有作用的意思。②簡略的說，也是事業、動作。《業的思想》取《大毗婆沙論》卷十三，說明也有三種意思：作用、持法式、分別果。③凡一切由身體、語言或內心的動作，由於思力——意志力的推動，都可以稱之爲業。經由身、口、意所造作出來的，會產生一種動力；這種動

力，如上所說，即使善惡（道德與不道德）的一種價值，更因爲某種業力，會感得某種果報。④果報，或異類而熟；這在因果系中，屬於因果不同類的因果。如爲善而得天國的福樂，作惡而墮受地獄的苦痛。⑤

提及業報，一般總有「善有善報，惡有惡報，不是不報，時辰未到」的觀念。「時辰未到」，牽涉到三世業果的解說。「善有善報，惡有惡報」，即「善因善果，惡因惡果」的觀念，嚴格來說（就異類而熟的果報說），應該是說造善業，感樂報；造惡業，感苦報——「善因樂果，惡因苦果」。因爲所招感的果報是屬於「非善非惡」的無記性的；而所謂善、惡，特指必定招感果報的因法，所以不宜以「善果」、「惡果」爲果報的說法。⑥這種說法才符合了業果的「因果性」及「倫理性」。⑦

### (二)、關於業力

業力，是一種很抽象的概念。一般說造業，必通過身、口、意，因此分爲「身業」、「口業」及「意業」。這之中，屬於生理的，有身體的動作，或通過語言的表達，稱爲「身表業」及「語表業」。⑧而因之引

起潛在的動能，即稱之「身無表業」及「語無表業」。「無表業」，也可說是物質的能力化。而屬於心理的內心活動，與思心所相應的心心所法，即是意業了。

關於這身心動作及其引發的業力，古來有種種的看法。如一般都認為由於思心所的推動，才有身、口、意的造作。因此，有的傾向於唯心論的說明，以為這動身、發語的「思」，即身業、語業。然而，佛說善與惡的身業，語業，是天眼所見的色法。所以，說（無表）業是物質引起的特種動能，應該更妥當些。<sup>9</sup>

這潛在的業力，在動身、發語是當下就被引發了，是一種身心活動而留有力用的。<sup>10</sup>其實，古德對於此潛在的業力，也有種種的討論，如「無表色」、「種子思」、「無作業」、「增長」、「不失」、「曾有」<sup>11</sup>，來表示這身心引起的潛在業力。

印順法師以為：潛在的業力，是因內心的發動，通過身語而表現出來；又因這身語的動作，影響內心，而生起的動能。它是心色為緣而起的東西，它是心色渾融

的能力。最適當的名稱，是業。身表、語表是色法，因身語而引起的潛在的動能，也就不妨叫它無表色；至少，它是不能離卻色法而出現的。<sup>12</sup>業是不離有情色心，不即有情色心的潛能，應如一類學者所說：業依有情而存在。<sup>13</sup>

### 三、業的類別

關於業的類別，許多論書都有不同的分類，如《阿毗達摩概要精解》是依作用、成熟的次序、成熟的時間及成熟的地方而作歸類。<sup>14</sup>有的約意義（行為道德價值）而分類，有的依業與其業果之間的關係做分類。由於本文較重於「隨業感生死」，因此將略談一下二種有關的類別，即：引業與滿業、定業與不定業、三時業。

#### （一）引業與滿業

引業，又稱總報業，是一種極強的業力，能感召五趣中其中之一的包體。在《阿毗達摩概要精解》稱之為「令生業」，是在結生即一輩子裡產生果報心、心所與業生色的善或不善思。

滿業，又稱之為別報業，指引生差別之果報，是這一趣總報體的種種方面，得到圓滿的決定。如生為人，卻又種種不同的相貌、貧富等。而這滿業其實不單只依於業報，同時也依於現生功力（長養）的差別。⑮而一般南傳所談的支助業⑯、阻礙業⑰及毀壞業⑱，也可說是滿業的內容。

簡言之，引業引生一生的果報，而滿業使得此一果報產生種種差別，從而圓滿完成其人的一生。⑲

## （二）定業與不定業

定業，就是決定得受報的；這又有時與報的不同⑳，試列表如下：

時	報	業
+	+	五無間業
+	-	～
-	+	～
-	-	輕業

※ +：決定；-：不決定

如造五無間業（殺父，殺母，殺阿羅漢，出佛身血，破和合僧）這在死後，必墮入地獄受報，這即是時與報都決定了的。對於一些輕業，時與報都屬不定。哪還有什麼情況是屬於定業呢？其情況可歸納以下四種：

- (a) 由於重煩惱而造惡業、由於淳淨之心而造善業之情形。
- (b) 同一業屢次反覆，致因常習而造業的情形。
- (c) 對佛、法、僧、聖之人（得預流果、阿羅漢果、滅盡定、無諍定、慈定等等之人）造業之情形。
- (d) 損害父母之情形。

以上前二種，是就能作者本身而做的分類；後二種是就所作業的對象而分。㉑

那定業是否可轉（重業輕報，或不定報）？依古德說，一切業都是不決定的，都可以改善的。在佛教的解說中，只要有足夠的時間，痛下決心，修身、修戒、修心、修慧，重業是可輕受或不定受的。在《中阿含經》

業相應品<sup>22</sup>，舉了「鹽喻」、「奪他羊喻」及，「負債喻」以敘述之。

定、不定業？	「鹽喻」	「奪他羊喻」	「負債喻」
壽短，不修身、戒、定、慧	一兩鹽投少水中	奪羊者極有威勢，羊主貧賤無力	負債人貧無力勢
壽長，修身、戒、定、慧	一兩鹽投恒水中	竊羊者貧賤無勢，彼羊主者極有威力	負債人產業無量，極有勢力

在「鹽喻」中，一兩鹽（如惡業）投少水（少善法）與投恒河水（多善法），所產生的鹹度（如受報輕

重），是不同的。雖然同樣是一兩鹽，但投在恒河水中，在相對之下，似乎也起不了什麼作用。而在「奪他羊喻」中，更強調了業的勢力：那一業系較強（極有威勢），便可克制較弱的（貧賤無力），而較弱的一方（如羊主或竊羊者），就沒有決定權了（如難以奪回羊隻）。在「負債喻」中，明顯的指出若人沒有多造善業（如負債人貧無力勢），極少的惡業也能在相對中成爲主導（如說雖負五錢乃至一錢，爲主所縛）；反之，若人造極大善業（如負債人產業無量），雖多有造作惡業（如負債人雖負百錢，乃至千萬），此人是不定受或重業輕報的字（如不爲主縛）。這即是說明瞭在受報時，是否有能力承擔無始以來造作的惡法。

在不停的流轉中，一般人都可稱爲「負債人」。而此中更重要的是是否在這有限的生命中，能積極面對承擔無始以來的惡業（如積極修集善法）：這便猶如是否有足夠的能力（財力）來面對無始以來無盡的業（如何不爲主縛）。於此，所造的惡業已是不可改變的事實。所可做的，應是積極修學佛法，使重報輕受。如佛世時，鴛掘魔羅因殺害眾生無數，而在托鉢時，被城民以

瓦石打、以刀斫或傷壞頭目，衣裳裂盡，流血污體。佛安慰他說：「此罪乃應永劫受之」。<sup>23</sup>這即如能於今生解脫成就，重報輕受，且內心對外極大的苦報，也有能力承擔。

### (三) 三時業

約受報的時間來說，可分為三時業。一般來說，造業後，自己需對自己所做的行為負責任。無論是在現世、來世或經百千生，只要還未解脫，諸業是不失壞的，會依煩惱的潤生而感果的。依《阿毗達摩概要精解》，這三時業與內心的造作的速行心<sup>24</sup>是有關的。約一般的心路過程來說，在確定心之後，會由一組的心執行（一般是七個速行心）<sup>25</sup>。這也與道德的角度有關，因為善或不善的心，即是在此階段生起。<sup>26</sup>

- (a) 現報業，或現生受業，即這一生造業，現世就會感果的。這種業是由心路過程裡的第一個速行心所造。由於第一個速行是最弱的，因此只能在被造的那一世帶來果報。<sup>27</sup>
- (b) 生報業，或次生受業，即在下一世裡成熟感果。

這種業是由心路過程裡的第七個速行心所造，該速行是第二弱的速行。

- (c) 後報業，或無盡業，即在第二世以後的任何一世裡感果受報。這種業是由心路過程裡中間五個速行心所造；且只要還在輪迴，它即永遠不會變成無效。<sup>28</sup>（待續）

#### 【註釋】

- 1 印順法師《佛法概論》p. 91。
- 2 佐佐木現順著，周柔含譯，《業的思想》p. 15。
- 3 《大毘婆沙論》卷十三，（大正27，587b13-18）：業有何義答：由三義故，說名為業。一作用故、二持法式故、三分別果故。作用故者，謂即作用說名為業；持法式者，謂能任持七眾法式；分別果者。謂能分別愛非愛果。
- 4 印順法師《成佛之道》增注本p. 70：作惡等事業，如農工的一工作勞動。業力，如勞動所得的工價——貨幣。憑工作所得的貨幣——（代表）勞動價值，就能拿來換取適當的用品；所以有某種業力，就能感得某類的果報。
- 5 印順法師《成佛之道》增注本p. 70。
- 6 詳參佐佐木現順著，周柔含譯，《業的思想》p. 3。
- 7 詳參佐佐木現順著，周柔含譯，《業的思想》p. 35-37。
- 8 印順法師《佛法概論》p. 98：從業的發展過程說，由於觸對現

境，或想前念後，思心所即從審慮、決定而發動身語的行為；在這身語動作時，當下即引起業力。

9 印順法師《成佛之道》增注本 p.156。

10 印順法師《佛法概論》p.98：與業，指思心所引發的身心動作說，而業又是因活動所引起的勢用。這或者解說為「經驗的反應」，或者稱之為「生活的遺痕」。

11 關於部派佛教對於業力存在的問題，詳參印順法師《唯識學探源》p.145-146。

12 詳參印順法師《唯識學探源》p.145-156。

13 詳參印順法師《佛法概論》p.98……業是經內心與身語的相互推移而滲合了的。所以有以為業是色，但沒有質礙；有以為是心，但也沒有知覺。這是不能看為個體性的物質或精神，附屬於身心的某部分。

14 《阿毗達摩概要精解》p.194：（一）依作用：令生業、支助業、阻礙業、毀壞業。（二）依成熟的次序：重業、臨死業、慣行業、已作業。（三）依成熟的時間：現生受業、次生受業、無盡業、無效業。（四）依成熟之地：不善業、欲界善業、色界善業、無色界善業。

15 印順法師《成佛之道》增注本 p.71。

16 《阿毗達摩概要精解》p.194：支助業，是沒有機會產生結生的業，但它支助令生業，延長後者所產生的善報或惡報，或是支助後者所產生的五蘊。

17 《阿毗達摩概要精解》p.194-195：阻礙業，是沒能產生結生之業，但能夠阻礙令生業，以縮短後者的善或惡報。即使令生業在過去造下時是很強，但在阻礙業的直接對抗之下，它既不能全面地產生它的果報。

18 《阿毗達摩概要精解》p.195：毀壞業，可以是善或不善；它終止了較弱的業，不令它繼續產生果報，而引生自己的果報。

19 舟橋一哉著，余萬居譯，《業的研究》p.176。

20 詳參印順法師《成佛之道》增注本 p.72。

21 舟橋一哉著，余萬居譯，《業的研究》p.173-174。

22 《中阿含經》大正1, 433a13-434a10。

23 《增一阿含經》大正2, 751a22-a29。

24 速行 (javana)，意思是「迅速地跑」。

25 《阿毗達摩概要精解》p.167-168：在欲界心路過程里，一般上速行生起七次，但當所緣非常微弱時，它們則只生起六次。在臨死之前的最後一個心路過程里，速行只生起五次，因為心所依處軟弱之故。

26 《阿毗達摩概要精解》p.109

27 印順法師《成佛之道》增注本 p.73：現報業，可以是輕報，也可以是重業的「華報」。

28 詳參《阿毗達摩概要精解》p.199。



願我  
——  
沒有敵意  
沒有瞋恚  
沒有痛苦  
保持快樂



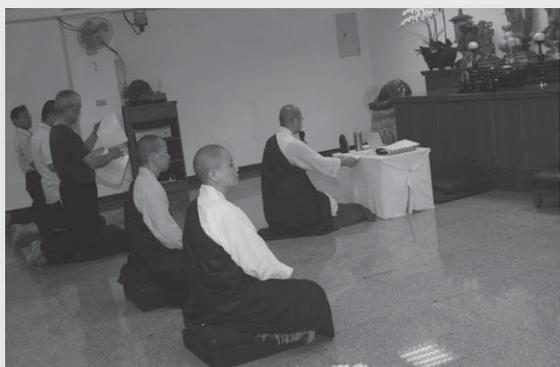
大乘禪師領眾過堂。



主辦單位會忍法師開示。



學員報到。



大乘禪師傳授九戒。



禪堂一景。



活絡筋骨。



禪師開示。

# 慈心禪



食存五觀。



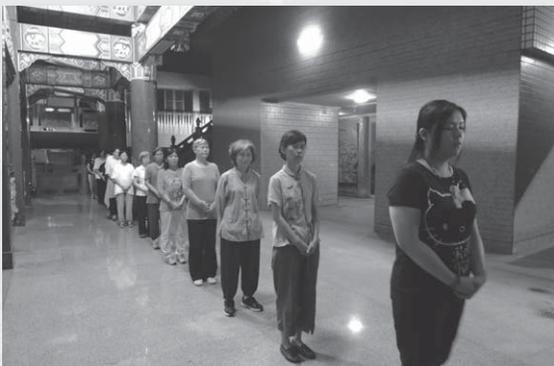
禪師帶領眾等列隊托鉢；學員歡喜修供養。



小參。



預約小參。



經行。



禪師以圖示指導說明。



◎釋生定 | 報導  
妙林編輯部 | 攝影

願我  
——  
沒有敵意  
沒有瞋恚  
沒有痛苦  
保持快樂

台灣佛教的修行法門不外以念佛與禪修為主，其中又以念佛為各大寺院作為度化眾生的法門。元亨寺亦不例外，民國五十三年菩妙老和尚晉山開始，成立念佛會，一直以念佛來接引信眾，老實念佛的口碑不脛而走，蔚為風氣。

反觀當今的社會，大眾為了生計東奔西走，終日不斷的滑著手機、玩著IPAD，內心的焦躁不安，無法專心的工作，分心已成近代人的通病，導致精神疾病也與日俱增。元亨推廣教育中心有鑑於此，對於年輕一代將如何的接引，安他們的心，這個課題是我們必須去正視的問題。因此，開始推動「慈心禪」，帶動大家真正認識自己的身心，透過呼吸感覺到自己的存在，散播慈愛給自己和大家，期望經由慈心禪的學習，讓我們的國家、社會與人民能更和諧、安定。

元亨推教中心於九月二十七至二十八日兩日舉辦第一次的禪修營。是日，七點多已有學員迫不及待的來辦理報到手續，三五成群陸續繼續，不到八點三十分已完成百分之百的報到率，全員五十六名參與禪修。

由志工引導學員到淨華樓安單，介紹環境後，即進入禪堂。三尊莊嚴的西方三聖端坐在殿堂中，雅緻肅穆的禪堂很快地讓學員們心神安定，窗邊的飛天達摩更是氣勢十足地來參與盛會，展現祖師西來意。首度，禮聘大乘禪師親臨指導，傳授如何打坐及其過患，進而引領學員如何散播慈心，讓與會大眾不禁安心幾許，原來打坐不是那

# 慈心禪

麼的困難，人人都可以學習，方法易懂，操作也簡單。

禪堂「禁語」的標誌讓學員的心止息不少，不僅是嘴巴不說，內心也不動念才是最高境界，唯守護著自己的所緣，不輕舉妄動。心念不起，謂之「坐」；自性不動，謂之「禪」。原來學習佛道，是學習自己。學習自己，是學習忘記自己。自己沒有了，那才是真正的自己！經過了慈心的訓練，點燃人人心中的光明與愛，緊繃的臉龐放鬆了幾許，粗重的身體也減輕許多。午齋之際，修供養的學員早已站在豐盛佳餚前為大眾服務，由大乘禪師帶領大眾列隊托鉢，各各眼觀鼻、鼻觀心，滿心歡喜端回供養之食，不到十分鐘，大眾已可恭誦供養偈。好幸福！好棒的感覺，今天真正享受到米香與菜根香。原來大眾一起過堂用齋是如此的莊嚴、攝心，沒有貪念的生起，唯有意念守護自己的呼吸，觀察生與滅。

來到元亨禪堂令人非常的法喜與攝心，雖有百分之八十是沒有禪修經驗者，但禪堂的安定與寂靜連禪師也讚歎：「兩天的禪修中沒有人打瞌睡，是很難得！」或許我們都是與元亨寺有緣的人，曾幾何時在此住過也說不定，那種回到家的感覺，令參與盛會的大眾安心、寬心了不少，您我不也是其數嗎？至誠歡迎對禪修有興趣者共同來學習，學習找到自己，找到快樂與安定。發掘自己的善根種子，給予灌溉與施肥，期望波羅蜜園地長滿智慧的大樹。🌳



甘露法語

# 解行並重

◎主講·釋淨明

時間·一〇三年九月十四日

地點·梵音講堂

班主任濬慧法師，諸位法師，諸位菩薩大家阿彌陀佛！又是一個新學期的開始，看到大家法喜的笑容，也展現出在學佛道上，每個人為法的精神，就像勇猛的戰士直驅而上，精進不懈，這是很值得讚歎！



學佛道上發菩提心最為重要，為何如此的說呢？因為，在修學道上我們經常會遇到挫折，情緒低落，甚至無法走完人生。可是，如果我們想到經典所說的「人身難得，今已得；佛法難聞，今已聞。」立即能克服心中種種的障礙，轉而朝向積極的佛道邁進。修學的過程有諸多的人、事、物，會讓我們產生歡樂與愁苦，為何有些念頭當下就可以轉惡為善，有些卻執著無法放下呢？其中最深的道理即是「解與行」的問

題。道理雖然明白，但是做起來卻不能得心應手，慢慢學習去做，學久了自然而能  
得到真實的利益。



學佛是否能得到利益，其實貴在您的解行能否並重之問題。佛教教理無論是從教授的法師或自己的閱藏而來，此尚停在「解」的部分，必須透過自己的「行」，將道理實踐或落實，一天做一點，一個月、一年後您可以看到自己的成長，一天一步看起來好像很慢，但是相信終有一天一定可以達到成佛之境。



諸位菩薩今天您們有這因緣來到元亨寺學佛，可說福報很大，進入寶山一定不要讓自己空手而回，將自己學到、體悟的道理，再去教導自己的親朋好友，此即所謂「自利、利他」。佛法也才能薪火相傳，不但照亮自己，同時也照亮他人。這即是解行並重的真實利益。🙏



波羅蜜園地

# 煩惱

◎釋生定

娑婆的有情眾生，每天面對眼見色、耳聞聲的當下，會生起種種的愛染，除了自我愛之外，亦會引生境界愛。眾生為何會產生煩惱？首先，要了解煩惱的來源為何？煩惱是心所的活動，必須有對象，當對象產生錯誤的認識時，則是煩惱生起的主因。當然煩惱是不會自己生起，主要還是來自智慧不足，產生顛倒妄想的不正見。



對於這些的「無明」，《大般若經》云：「諸法無所有，如有，如無所有，愚夫不知，名為無明。」法法並不是有一真正的實體，諸法的生起是依因託緣而生，若除去因緣，則無一法可生，亦無一法可滅。有也不是自然而有，無也不是在有的當

中自然消滅，所以有、無兩者皆建立於緣起的當中。吾人的無明煩惱是不會無因生或自然生，由此可見煩惱是非實有，沒有一個固定性。它會生起亦會滅去，在滅的當下，即可證明煩惱是無自性。正因為其無自性，所以才可去除煩惱，斷惑證真，趣向無上菩提。



真正的煩惱係來自吾人錯誤的認識，人之所以可以認識了別境界，係由六識而來。但是六識中還涉及一個最重要的是主觀價值判斷，例如患眼疾者對某些顏色基本上是看不見，但在事相上並不因為其不見而就說沒有。這錯誤的認識是來自眼識的分別作用無法生起。此如同我們對於法的不正見，以凡夫的立場來思惟佛法，可想而知其結果必然是與世俗相應的法。一般人的眼見耳聞都是來自內心生起的影像而產生了別，因此，這個了別影像是個人主觀的認知所生，並不是事物真實的本體。倘若知見正確，則所見所聞偏差就小，反之，則易落入顛倒妄想不如實的知見。



了解這些僅是解決了降伏煩惱的方法，真正斷煩惱之要，非從事相觀察、教理體悟下手不可。聖者也不是天生下來就是聖者，凡夫也不是一直是凡夫，煩惱如同土匪惡魔一般，唯有好好用智慧去教育它，有朝一日也可以放在屠刀，改邪歸正，邁向菩

提的康莊大道。



但是智慧來自何處？是否可以藉由點光明燈來開啓智慧呢？或佛菩薩所賜而來？其實不然，智慧必須是由我們平日對法的觀察，覺照而來。法的生起，法的滅去，是否有一個讓它生滅的法存在？不斷的思考、覺察諸法的本體為何？漸漸會明白所有的果皆從因而生，彼法的如此，不是自己可以如此，完全是因爲此法如此所致，法法之間的因待性而構成緣起人生的因果體系。若從縱軸上可發現在錯綜複雜的因果事相上，呈現因果的必然性。也絕非離開事相而有理則的存在，如有生必有死，離開了生，也沒有一個死的道理可說，在緣能起果的作用中，說明了事待理成的必然理則。



「生與滅」、「有與無」皆不是自己本身可以如此，必須依眾緣而起滅，悟入此即空的諸行，宛然有而畢竟空，畢竟空而宛然有，《中論》說：「因緣所生法，我說即是空。」事相上是有，理體上沒有一個真實不變的實體。有，也是因緣有；無，也是因緣讓它無。沒有一個實有實無，實生實滅的法存在。能如此不斷訓練自己對法的觀察，相信打開智慧之門的敲門磚已握在您的手中。智慧生起之後，無明煩惱自然滅去，何處覓得實生實滅的煩惱，原來煩惱也是自己找來的，離開了我，亦無煩惱可得。☸

另類

## 震撼教育(三)

◎禪慧戒定／台北三慧講堂圖書館創辦人

### 五、直下承當，活在當下

道元禪師以自己修行之心路歷程、種種體驗，告訴後人，學佛修行欲得身心自在，有兩件事不可不知：

第一、參師聞法。先「參」訪善知識，找到正知正見的「師」父，跟他學習，聽經「聞法」，了解各種修行方法。師父是過來人，有問題隨時可以向他請教，然後選擇與自己最相應的法門去用功。

第二、功夫坐禪。下「功夫」努力「坐禪」，下定決心，一門深入！坐禪是「佛」及歷代「祖」師大德解脫之根本，佛在世時，佛及弟子每天都要坐禪用功。透過坐禪，訓練你的忠誠、膽識、信心、智慧、魄力，不管任何時、地，具足充分

妙林園地



信心，面對種種環境之挑戰，順、逆二境，皆不動心，發揮生命最大之價值，自他兩利。（詳《永平初祖學道用心集》第十章，大正藏第八十二冊，第五頁）

以上兩點，不論參訪善知識，跟隨聽經聞法或坐禪用功，最重要的是「正師」——真「正」之明「師」，這是修行能否成就之重大關鍵！

「不得正師，不如不學。夫正師者，不問年老耆宿，唯明正法兮，得正師之印證也。文字不為先，解會不為先，有格外之力量，有過節之志氣，不拘我見，不滯情識，行解相應，是乃正師也。」（同上揭書第五章）

如此老婆心切，開示學佛之人應走之正確方向，八百多年後的今天，依然如暗路明燈般，照耀人間每一個發心修行的人。



緊接著道元禪師又鄭重的提醒大家，以上兩點，缺一不可：

「是以入于佛道，尚不可捨一而承當。」（同前揭書第十章）

但是每個人無始以來的習性、個性都不同，思想行爲、言談舉止就有很大的差

異。有的人人生來精進勇猛，自動自發，行動力強，不必人催促、督促就做得很好。也有的人意志比較薄弱，性情不穩定，時進時退，優柔寡斷，容易受到人事、外境、心境等變化影響，改變想法或停留不前。但一旦發心修行，便須有勇氣克服自己的盲點，告訴自己「不能老是輸給自己」，才是真正的大丈夫！修行人！

學佛修行，精進用功固然重要，但若用力過猛，矯枉過正，過與不及皆非中道、佛道，皆非正確修行法。凡事須量力而為，漸次而進，不可貪多，不可急躁，才不會產生後遺症。佛陀說，修行譬如彈琴，弦拉太緊或太鬆，發出的聲音都不好聽。

「參禪學道者，一生大事也。……好道之士，莫志易行，若求易行，定不達實地，必不到寶所者歟！」（同前揭書第六章）



以釋尊為例，放棄父王姨母、嬌妻愛子及國家繼承人之地位，出家修行，無量劫來，種種難行苦行，方成無上正等正覺，才有今天之禪佛教流傳世間，後人如何不珍惜，豈能以輕易、輕慢之心，不費吹灰之力，就想得到佛法之受用，與歷代聖賢同登覺岸？

更何況「好易之人，自知非道器矣」，沒有捨身命一心求道之精神，只想撿容易、簡單的，就像「柿子只挑軟的吃」，這種人應有自知之明，非學「道」修行之法

「器」也！程門立雪，慧可斷臂，佛行菩薩道時，捨身飼虎不足惜，無怨無悔，以今人比古人，實不及九牛之一毛。

道元禪師如此誠懇地曉諭後學，當勤精進莫懈怠。

「偃臥猶懶也，懶於一事，懶於萬事。」（同前揭書第六章）

以睡眠來說，如果一天到晚貪好睡覺，不想做事，久而久之也會養成一種壞習慣。況且一件事情不用心、用力去做，以後不管任何事都提不起精神、興趣跟決心來做。

學佛之人當知，「習慣」積久變成「習氣」。好習慣之養成不易，但壞習慣一旦養成變成壞習氣，多生習氣累積要去除也很難，須自己痛下功夫才有可能。



「以此身心直證於佛，是承當也。」（同前揭書第十章）

以今生父母所生四大假和合之身，廣學多聞，認真坐禪，培養靜定功夫，智慧觀照，直證如來大圓滿覺，堅信自己可以做到，可以跟佛一樣，福德智慧莊嚴，廣度眾

生，這叫做「直下承當」！

道元禪師更進一步加以說明：

「所謂不迴轉從來身心，但隨他證去，名直下也，名承當也。」（同前揭書第十章）

信念堅固，信心、道心永不退轉，選擇真「正」的善知識、老「師」——「正師」親近修行，千萬不要懷疑，「學」佛所學，「行」佛所行，「行學一如」，「修證一如」；這也就是禪佛教所告訴我們的「活在當下」！

日本曹洞宗大本山永平寺第二代住持孤雲懷奘（公元一一九八～一二八〇年），年紀比道元禪師大兩歲。在親近道元禪師之前，曾學過天台，跟隨覺晏和尚習禪；後對道元禪師之佛道修行、佛法造詣深深景仰。公元一二三四年冬天，於日本深草「觀音導利院」拜見道元，次年於道元座下領受菩薩戒。自是以來，一直到公元一二五三年八月二十八日，道元禪師以五十三歲（或云五十四歲）之齡捨壽；不管師父弘化四方，或因病到京都靜養，最後在西洞院俗家弟子覺念坊之處圓寂為止，近二十年中，未嘗離開師父座下，始終隨侍在道元身旁。一經認定、判定道元禪師是自己今生今世修行上的導師、正師之後，終生不改其志！孤雲懷奘侍師之誠，向道之堅，洵屬稀有。吾等後輩今日視之，猶不禁感動肺腑，潸然而淚下。

道元禪師一生思想、修行之代表作《正法眼藏》一百卷（大正藏第八十二冊載九十五卷）之問世，嘉惠後世修行者，孤雲懷奘及其座下弟子，窮畢生之力，整理、編

輯之功不可沒也。明治天皇十二年(公元一八七九年)爲紀念道元，賜號「承陽禪師」所建之「承陽殿」，後面又建了「孤雲閣」，藉以表彰孤雲懷奘之孝思與對佛教不朽之貢獻。

道元禪師何其有幸！永平初祖與二代祖懷奘禪師，師徒之美談，師資之相契，一如釋尊與阿難尊者。若無阿難尊者(Ananda，佛親堂弟出家)二十五年中隨侍釋尊，以其超凡智慧記憶力，將佛所說之法默誦於心、結集記錄，則如來正法如何流傳到今天。(待續)

【本文以歷來禪德修行體驗為主，不涉及學術思想論辯。】



生死課題

# 歸途

◎如誠

多數宗教，皆持「生是羈縻，死是歸途」的看法。羈縻塵世，紛紛擾擾不能了。死所有奶蜜之地，奔赴天堂之說。然生死玄秘，我佛開解實係無上第一義。



六道眾生，隨業而來。人道居三，是上三道之末。若不能進，退一步便是下三道，最是兇險。六道輪迴，往返不已。通透生死，當越輪迴不再入。所謂生，羈縻財色名食睡，件件不忘；執著貪瞋癡慢疑，五毒皆旺。死，又稱往生，今生了結，依業願而往下一生。死生之間，茫茫渺渺，特稱中陰身。

今生相遇是緣。緣，糸糸相連，無論善惡，都該細細解之。人生已很糾結，善解

妙林園地



善了爲好。即將結束此生，尙未進入中陰身這段時間，稱爲臨終。大修行者，了悟生死。知何時來，何時走，甚至能選怎麼走。凡人我等，依各宗教教旨而行。如何面對臨終，仍以佛教最爲詳盡豁達。臨終時日，約莫一至二週，快者可以小時計。此一階段，已無機會再「恢復健康」。要做的是如何「減輕痛苦」，得脫此殼，不再羈縻這一世。

對家屬而言，很難接受沒機會恢復健康一事。因此，往往存在過度醫療的情況。而將亡者，心靈極爲脆弱。一者，要於塵世揮手作別。二者，要面對未知旅程。還有林林總總牽掛、揪心事。主事者當盡力令其身心安康、減少痛苦。否則分別時刻一到，往生列車開動，不想走還得走。撕心裂肺，何苦折磨兩造？倘怒極恨極，不讓好走，瞋恨留之，所爲何來？

既知如此，該說的，該做的，要把握時間。因爲，今生倒數中。



臨終者隨地水火風四大，逐漸消散。首先，是身體、四肢僵硬不再靈活，器官也逐漸停止運作。是故翻身困難，排洩也要人家幫忙，這是「地」之消散。

接著是常感口乾、吞嚥困難，處於脫水狀態。加上血液量銳減，所以皮膚又濕又冷，摸起來冰冰涼涼。他自己也覺得冷，但千萬不要再加蓋厚重被褥保溫，甚至擔心他會感冒。即使加蓋薄被褥，多數臨終者都覺得這是「生命中不能承受之輕」。有

時，他又覺得很熱，發不了汗。時冷時熱，常令陪伴家屬無所適從。加上照顧者體力、精神消耗已大。這時，常會覺得臨終者故意找碴，不免怒目以對、怒語以噏。這是「水火」消散之際。

「風」之消散，主要體現在呼吸。此時，氣息漸衰，業已失去利用氧氣的能力。此時，加大供氧並無法減輕呼吸饑餓的情況。應打開窗戶與風扇，並在病床周圍留足夠空間。若病人身心脆弱，可與醫師討論，使用鴉片或嗎啡等，減輕病人喘氣困難與焦慮。



四大逐漸消散，臨終者不需進食與飲水，有些醫學建議採鼻胃管餵食。插管過程，對臨終者來說，就是一種折磨，餵食又帶來第二重折磨。因臨終者不感饑餓，反因脫水及缺乏營養態，造成血液內酮體積聚，從而產生如止痛、麻藥效應，而有異常歡欣感。這時即使給病人灌點葡萄糖，都會抵消這種快感。勉強餵食還會造成嘔吐，食物、水進入氣管，更是無窮盡的折磨。若因臨終者不配合，妄以人道理由強加餵食，反令其痛苦掙扎，無法安靜地面對死亡。靜脈輸液雖能解決譫妄狀態的脫水問題，同時也帶給臨終者，水腫、噁心與疼痛，令折磨再升一級。

進入生命最後階段，臨終者與他人交流變少，心靈深處的活動增多。不要以為他拒絕親人關愛，這是臨終者的特殊需要：離開外在世界，與自我心靈對話。這一生經歷的善與惡、愛與愁、苦與甜，如電影回放，歷歷在目。若能藉此，外離諸妄，返求

自性，並沒什麼不好。陪伴者，只要適時提醒他維持正念即可。諸佛名號、心經、念佛圓通章，都是簡便法門。

在往生前一週，半數以上的人能保持清醒，四成半嗜睡，但沒有一個處於無法交流的昏迷狀態。當進入最後六小時，清醒者僅占百分之八，四成左右處於嗜睡，半數呈昏迷態。所以，家屬應好好把握，不要到最後措手不及。這時，所應做的，是靜靜地守護著他，摒除一切干擾，千萬千萬不要走開。臨終者昏迷再深再久，也有片刻清醒，這叫迴光返照。他必要找那最放心不下的，看上一眼，頷首微笑。這是他此生最後的掛念，也是今生最深的感謝。切莫令他失望地踏上歸途。



不要因為他無法說話，就以爲不能溝通了。只要一點醫學常識，臨終關懷，他的心願與需求，用心諦聽，定能知曉。毋須一意孤行，胡作妄爲，事情沒這麼複雜。

隨著最後時刻的到來，臨終者的口腔肌肉變得鬆弛，呼吸時，積聚在喉部或肺部的分泌物，會發出咯咯響聲。此時若用吸引器吸痰，常會失敗，反給病人帶來痛苦。應將病人身體側翻，墊高枕頭，或考慮用藥物減少呼吸道分泌物。這時呼吸發出的聲音，如嗚咽或喉鳴，不代表他處於痛苦中。而色聲香味觸五感，最後消失的是聽覺。千萬不要亂說話，或隨便發出聲響，最忌斥責、打罵、爭吵。儘可能保持泰然靜安，怡然地引導他誦唸彌陀聖號。

臨終者已從病痛中解脫，請避免不適當、不必要，甚至是創傷性治療。哪怕是一點點葡萄糖液，都宛如在即將啓程的歸途，橫插一槓。更何況胡作妄爲，擺明了拿棍棒刀槍，阻其歸程。

他不餓也不冷，天藍樹綠、雲淡風輕，一如藝術、宗教描述……



自古多情傷別離；黯然銷魂者，唯別而已。各人表達情感方式不同，切莫學影劇流品，嚎哭頓足，俗情灑淚。當然，也不是學莊子鼓盆而歌。六祖《付囑品》開示：

「莫作世情悲泣雨淚，受人弔問。」

別受旁人影響，當一心唸佛。生與死是自然現象，大自然將最後時光，安排近乎人情，又合於事理。莫要自作聰明，人爲地妄加干涉，令死亡過程變得痛苦而又漫長。



美國老年病學會認爲臨終關懷八事是：

- (一) 減輕病人肉體和精神症狀，以減少痛苦。
- (二) 採取能讓病人表現自己願望的治療手段，以維護病人的尊嚴。
- (三) 避免不適當的、有創傷的治療。

(四)在病人還能與人交流時，給病人和家屬提供充分的時間相聚。

(五)給予病人盡可能好的生命品質。

(六)將家屬的醫療經濟分擔減少到最小程度。

(七)所花醫療費用要告知病人。

(八)給死者家庭提供治喪方面的幫助。



我何其不幸，沒早知道生死之事，如本文早做準備。愛妻臨終前半個月，猶正色問我死爲何事？我不知她正在準備，而一點兒都沒心理準備的我，只能用斥責，來掩飾我的心虛與慌張。

我又何其有幸，透過佛法、師父、親友的幫助，在愛妻臨終之際，以安寧療法、臨終關懷，靜心陪伴，專心唸佛。未因無知而聚九州之鐵，鑄難挽之錯。

孰能無死？既不能免死，不若以優美步伐，充份準備，往回另一個世界。

後記：

1 本文係參考莫小米之《生命最後的安詳》。請《生命》一文作者，能與筆者聯繫。

2 先室於三年前往生，某以親身經驗對臨終情況，稍做補充。倘略有助益，當迴向先室，充作

福慧之資。



留在人間的天使

## 我這樣看媽媽

◎朱慧娟

媽媽在床上休息，緩緩移動著手脚，筋骨酸痛的人做瑜伽，姿態類似；她微側身，眼角餘光應該看得到我，她不主動叫我，二十分鐘過了，還是我招呼她吧！

沒想到她伸出右手舉得很直很高，我確定她的手是自在舒適的，就停在我俯身的後腦上，我們呵護乖寶寶時，不就是這個動作嗎？心裡一陣暖洋洋，妳是不是回到我的幼兒期，表現見到我，真高興？

替她揉揉指關節，她輕輕抽出右手離開我的頭，再往她肩膀斜後方伸，點在我肩上，這是不是想稱讚我力道恰當、或是引導我往她上臂繼續按摩呢？

我真是樂觀、天真到無可救藥！

當我終止動作時，媽媽又第三次出手，這次直接勾住我臂膀，她的身形似乎想要我抱她起身，不是才躺上床不久嗎？難道又想坐輪椅了，而且最近她神經痛，不曉得

妙林園地



哪個動作又會引起疼痛，我還是不會粗心大意；所以技巧的微扭，消滅了連繫；沒有附著，媽媽右手慢慢垂落；令人訝異的，還帶著一聲像無助又像指責的嘆息。叫我百感交集，為什麼不了解她、不迎合她。

媽媽耳聰目明，雙眼炯炯有神，不愛說閒話；常常和她眼神對視，看進她的靈魂深處，無塵無垢，輕輕一點頭，我猜媽媽在說你知我知盡在不言中。我們已經很多年沒有對話，偶爾挑個溫馨趣味的題材報告給媽媽聽，講完只得到沉默的回應，明知道多跟她說話能減緩智力退化。但漫無目的找話題，個人覺得內心沉重、挫折連連，我選擇安靜陪著她。有些家屬會提醒老人家多唸佛，一心求往西方極樂世界，我比較喜歡自己默默唸佛，知道唸佛是媽媽自訂的每日功課，現在她到底做不做，不知道；但我正在做。

結束探訪，回家路上無法釋懷一直鑽牛角尖，必須尋求朋友的理性勸告，才能冷靜平抑接媽媽照顧的衝動，我不專業也難免壓力太大，無法喘息，身心受創。

電視上播「被遺忘的時光」，看到和我家境相同的許多範例。失智老人、看護、

家人的互動、心情，我了解也正在體驗。有部分人終究會走到這個層面，不是報應、不是邪魔附身，只是科學尚未研究出防治的藥理。



從哥哥的角度看媽媽，媽媽有任何不適，哥哥義不容辭第一時間馬上帶去就醫，從如意寮安養中心到醫生面前，看診完再回安養中心的床位上，抱上輪椅抱下床和車，共六次。我自動要求跟著去，做精神支持，不然陪著聊天等輪號碼也好。就怕筋骨問題，動到媽媽的痛處，會觸發很大聲量的哀號，你會誤解哪一次的搬動把病痛加深了。所以常常聽哥哥們充滿歉意的對媽媽說對不起、跟媽媽預告下一個動作會弄疼，請她忍一下。甚至有一次哥哥二星期不敢動媽媽，他怪自己害媽媽酸痛。老人家照X光，要把彎曲僵硬的關節儘量拉直，很不舒服的；不同的位置共三張，看有沒有骨折，其實是神經痛，會移位。



一九三期《公視之友》第五十四頁作者許皓宜說：「在不完美與懺悔的背後，我們學習覺察和照顧自己的需求。」最近如意寮裡其他三位老師父陸續生狀況，她們的女兒、媳婦跟在身邊貼身照料；我頗覺抱歉、汗顏；媽媽清潔、進食、行動完全

仰賴他人，我沒騰出更多時間和力氣陪伴。看護們工作緊湊，媽媽不快吞下食物，讓餵食的人真困擾。有時採灌食，聽說媽媽會抗拒用手去撥開，她快要不受歡迎了。

十年了，應該公平看待這個時段的媽媽，也有可愛的表現。我送舅媽離開如意寮去搭車，由哥哥、嫂嫂安撫媽媽的情緒，她堅持要到廚房煮菜請客，嫂嫂和她討論準備什麼菜，一道一道說；再問她打算用多少錢去買，她掏出口袋裡的二百元。至少邏輯是對的，心意是夠的；但體力不行，滿足甜蜜的安慰後，在床上願意安靜休息。最近帶小孫子探望太祖母，兩個都是清醒的，當大手和小手握住時，媽媽嚎啕大哭，二哥擦完媽媽眼淚鼻涕，她雙眼專注在牙牙學語的寶寶身上，寶寶快樂的踢著小腳，稍微碰到太祖母膝蓋，又引發第二波涕淚交零。那時媽媽的心情是激動的，她說小孫子名叫阿華，阿華是我的三哥，說著說著眼淚又止不住，也許她記不得現在的我們，腦海中以前孩提的溫馨從未忘懷。

爸爸早逝，媽媽力撐大樑，獨立堅強自主，栽培四個孩子，直到我們這群孩子

一一就業，她毅然決然出家。之後，我眼中，她仍是有守有為，忙唸經、忙傳道、忙募捐，兄妹們每個月給她的零用錢會換成一張張捐款收據。元亨寺的工作是第一考量，拜訪媽媽要先預約。



媽媽是阿茲海默症患者，我將來也罹患的可能性很大。寫給我的孩子們看，把我安置在療養院，定期來看看我，對看護們表達感謝就好。別內疚！



曾經那麼愛我、呵護我的成長，當她要離開我時，賞我一巴掌，讓我巴不得忘記，我們曾經那麼疏遠。☹



生活事件

## 調味珍品：醋

◎陳海晏

《舌尖上的中國》讓人對中國的烹飪、食材，感到好奇與有趣。色、香、味令菜餚豐富多彩。色求賞心悅目，香則挑動食慾；真要決勝負，必須親嚐其味了。

《尚書》：「若作和羹，爾惟鹽梅」，其味集中在鹹、酸。到了《禮記·內則》：「三牲用藪，和用醯，獸用梅」，則五味俱全。但做和羹的方法，主味是酸，古風沿襲至今，即今之酸辣湯。與食物的搭配，更是少不了醋。如吃魚翅不可少紅醋，吃腥膻味則用烏醋。晉軍更有「寧繳槍不繳醋瓶」的笑談，山西人愛吃醋，可見一斑。

昔醯今醋，日文漢字寫作酢，三字同指一物，皆從酉。酉，析為西、一。西的上半部，像伸進罈內舀液或濾糟粕的器具，下半部是容器象形。那一橫便指所盛液體的水平線。

因醋酸菌的作用，變醋較易，釀酒頗難。若以器皿為重，寫作「醯」。強調乍變

作用，稱之「酢」。釀造需要時間，那就是「醋」了。仰韶文化、大汶口文化和龍山文化，出土許多酒器，證實古人的釀酒技術與量產實力。傳說杜康釀酒，其子黑塔造醋，酒醋同源，出自一家之手。



《蓮坡詩話》：「書畫琴棋詩酒花，當年件件不離它。而今七事都更變，柴米油鹽醬醋茶。」從天上跌落凡間，自要正視這開門現實七件事。清朝某人，經商致富欲納妾，元配賀夫：「恭喜郎君要納妾，奴今洗手不管家；開門七件要交代，柴米油鹽醬與茶。」此妹亦有巧思，抹去一字寫心情。不過，早在唐朝就有「吃醋」緣由，這與貞觀名相房玄齡，即「房謀杜斷」的籌謀者有關。

《隋唐嘉話》記載，唐太宗賜玄齡美人，公屢辭不受，免受獅吼。太宗請出長孫皇后關說，房夫人仍執心不迴。後竟覆帝：「不妒而生，寧妒而死。」帝曰：「若然，可飲此醪。」一舉便盡，無所留難。帝曰：「我尚畏見，況玄齡乎！」

唐太宗可不能隨便拿醪酒給功臣，因此房夫人一飲而盡的，不是醪酒，而是醋一壺。醋味極酸，情愛的妒嫉亦然。自此，天涯同是嫉妒人，皆稱「吃醋」。



「何以解憂？惟有杜康」，酒微醺能解憂。醋能吃、能調味，但能如酒讓人忘了一切嗎？解憂找爸爸，養生？那就試試兒子的本事吧！

醋分成人工合成、天然釀造兩大類。人工者，係以食用醋酸，添加水、酸味劑、調味料，香辛料，再用食用色素勾兌。因來源多屬人為合成物，故名。今人崇尚天然味好，故人工醋不再細說。

天然釀造醋，以含有糖分的五穀、水果為原料，通過醋酸菌等微生物發酵而成。就發酵方式，又分成固態、液態。固態的為黑醋又稱烏醋，液態發酵則得紅醋、白醋。現今著名的黑醋，當屬明朝流傳至今的山西老陳醋。也是這一味，令晉軍寧繳械而不忘。嗜食海鮮的東南沿海地區，則愛用紅醋沾拌。白醋則多用在料理，如溜菜、涼拌、浸漬等。



醋除了調味，還有清潔用途。而醋酸菌能抑制某些病菌繁殖，可用來消毒或預防疾病。《本草備要》記述醋的功能：「除濕散瘀解毒下氣、消食開胃。」是以，中醫也拿它當藥引，或泡製藥材。因酸入肝，肝主血，可增強藥物疏肝作用，活血化瘀、止痛解鬱。

相傳乾隆皇臨睡前，都會喝上一杯醋。這位十全老人，福壽兼備，醋做為他的長壽秘方之一，當有一定功效。烹調時，加醋可防維他命C流失，使菜肴易煮或脆嫩可

口。常喝醋，氣血順、美姿顏，更是美人養顏護膚的珍品。



今物價高漲，令茶也無多，米也無多。妙手能善調，何止茶飲成名？醋飲特調，不輸調酒。調酒能比賽，調醋何嘗不能？況且多喝一杯醋，不微醺、無酒駕。親朋歡聚，皆可舉杯：「乎乾啦！」



花樹菩提

# 清寂中的幸福

◎淨瑩

傍晚時分，秋氣甚寒。伯勞鳥到處嘎嘎直響。校園旁的那一排台灣欒樹，此時棕紅色的果實與黃色的小花交錯著。秋風裡，頗有一片肅殺之氣。



天空中，有鷓鴣排成人字飛過。是剛從西北邊的港口欲飛往南邊的水庫而去吧！應是飽餐一頓後的歸途！牠們年年不負節氣，在秋空裡晨昏往返。凝望著天際，蔣捷的《虞美人》：「江闊雲低，斷雁叫西風」，浮上心頭，那舟中的遊子，是否也黯黯成愁呢？



緩步行走著，感受著這秋氣氛圍。想起這浮生漫漫，種種愛欲情仇，在不知不覺的歲月流轉中，都如輕煙一縷，更如朝露。然而在當時，卻是如此痛絕、水火相逼。無量壽經上說：「人在世間，愛欲之中，獨生獨死，獨去獨來。當行至趣，苦樂之地，身自當之，無有代者。」生命是如此孤獨，苦樂自受，且無可替代。「一死一生，更相哀愍。恩愛思慕，憂念結縛。心意痛著，迭相顧戀，窮日卒歲，無有解已。」生生死死，悲歡離合，是多麼無奈啊！而如今，又覺得所有的苦痛，也不過是一場惡夢罷了！人生也真的如一場夢：「青山無語嘆人忘，草露風燈閃電光，人歸何處青山在，總是南柯夢一場。」「何須更問浮生事，只此浮生是夢中。」然而重要的是不管夢中、夢醒，是覺察後的生命才要緊。「勸君早辨回頭路，莫待臨時手足忙。」我突然想起冬天開著的山茶花。山茶花在冬天裡，紅花如火、白花如雪。不畏冰霜，即使萎凋，也是完整墜於地面，維持如故的美麗。我想在生命的終曲，像山茶花一樣。



生命的長短，我們不可知，但是生命的內容，我們仍稍可選擇。就如當下的季節雖是秋涼，我們的心境猶可活著像春天。雖是隨緣，但仍可不隨外境而轉，把握住生活中每個小確幸。或者是，秋天時，就好好看著秋天的雲月，賞著秋天的菊花，共飲

菊花酒。春來時，在暖和的春日裡，就好好的享受陽光的美妙，看著萬物欣欣向榮。我們又何須惦掛所有的人間苦難呢？誠如「春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪，若無閒事掛心頭，便是人間好時節。」



除此之外，雖將世事花花看，更重要的卻是莫將心田草草耕。要能隨時觀照自己，六根不攀緣，開拓生命的風格與心靈視野。徹知事物無常，就不易產生貪欲執著，明瞭諸法是苦，就不易生起瞋恚之心，體解諸法性空，就不易陷入愚癡的迷惑。安住於柔和忍辱法而常樂慈悲喜捨中。「到處隨緣延歲月，終生安分度時光」，放下人我是非，淡薄欲望、執著，隨緣隨分。念念清淨，時時歡喜，這不就是人生的幸福了嗎？



在秋日的陽光裡，我晒著牛蒡，做起了牛蒡茶，與師父們分享著牛蒡的香味。在麵包機裡，放入了麵粉，烘烤著獨家配方的麵包，那暖烘烘的香味，成爲共同的話題與滋味，是一種特殊的情味。我沈醉於書法的潤澤中與清遠的樂聲中，淡雅而悠閒。在綠蔭下，伸展手腳，打著太極拳。在秋光浪漫中，獨享著湖光山色。這種種皆是清寂中的幸福，雖淡然卻滋味長。☯

面向陽光

# 從受苦中獲得

◎葉麗華／高雄市晚晴婦女協會理事長

記得有一則唐僧玄奘大師西去取經的寓言故事。



玄奘大師西去取經的坐騎，只是長安城一家磨坊的一匹普通白馬。牠並無出眾之處，只是一出生就在磨坊工作，身強體健，吃苦耐勞，從不搗亂安份守己的馬。

大師在選馬的時候心裡想：「到西天竺取經路途遙遠，去的時候要當坐騎，回程時候要負馱經書，且自己的騎術又不好，還是挑選忠實可靠的馬吧！」因此就選中了磨坊裡的這匹馬。一去就是十七年，等大師返回東土大唐，已是名滿天下的傳奇英雄，而這匹馬也成了取經的功臣，被譽為「大唐第一名馬」。

妙林園地





當白馬衣錦返鄉，回到昔日的舊磨坊看望老朋友時，一大群驢子和老馬圍繞著白馬，聽白馬講西天途中的見聞，以及今日的榮耀，大家都稱羨不已。

最後，白馬很平靜的說：「各位，我也沒甚麼了不起，只不過有幸被玄奘大師選中，一步一步西去東回而已。這十七年間大家也沒閒著，只不過你們是在家門口來回的打轉。其實我走一步，你也在走一步，咱們走過的路還是一般長，也一樣的辛苦。」

眾驢子和馬這時都靜了下來，是啊！自己也沒閒著啊，怎麼人家就可以「功成名就」，自己還是老樣子呢？這話真的是很發人深省。



如果你在房間裡一圈又一圈地走，你可以走上幾百公里的路，但不管你走多少年，還是無法從房間走出去。可是，如果你知道門在哪裡，也願意，那麼很快就可以走出去了。我們都在繞圈子，一圈又一圈的繞。我們就像那些驢子和馬，每天也沒有閒著；並不是我們不努力，而是不知道「爲了甚麼」而努力。

正如佛家所言：「人是充滿『苦』的！」因此我們一生也都在受苦，但大都「除了痛苦」之外，並沒有從中學到甚麼，似乎所有的人都繞不出那個宿命的圈子。



俄國最偉大的小說家、心理學家和哲學家杜斯妥也夫斯基說過：「我只害怕一件事情，我怕我不值得自己所受的苦。」如果你已經承受了痛苦，欠缺的是去領悟痛苦以外的感受，千萬別白白受苦，否則輪迴的圈子一定會再繞回來。記得心理學家法蘭克爾寫過：「活著就是要受苦，受苦是要找到受苦的意義。」在受苦的當下，必須保有冷靜面對的智慧，不怨天，不尤人，不懷恨，沒有不甘心。

成長的過程是苦的，但是，當你越堅持這種內在轉化的過程，你越會發現喜悅、平靜和智慧。也就更能感受到這些穿透到你的內在，你也就離苦得樂。人生最大的痛苦是自我成長，最大的快樂也是自我成長，重要的是你我得到那個意義。



因此，當我們遭遇挫折，在婚姻的路上，在情感的世界，甚或在家庭中遇到不幸，除了當下痛苦的感受外，更要以豁達心胸轉移內在不甘與不平，以感恩的心，感謝讓我們遭遇不幸洗禮，因此得以從痛苦中成長，更因而看到擁有無限潛能的自己，如果能夠如此智慧的看待自己，就能夠從受苦中獲得人生的轉機，看見光明，不讓自己在生命陷落時，仍在繞圈子！讓自己平白的受苦，同時遭受相同困境的再度輪迴。



頸癌の後期，則病人往往因為有膀胱或道腸的侵犯而產生排尿或排便上的問題，而神經或骨盆組織的侵犯則會造成病人下腹痛或坐骨神經痛。除此之外，由於子宮頸癌會侵犯到輸尿管，造成輸尿管阻塞進而產生腎臟水腫甚至腎衰竭。所以病人自覺有症狀時，往往已經是侵犯性癌症了。

而在子宮頸癌的治療上會因為癌症侵犯成度及病人的身體狀況與年紀而有所不同。原則上如果侵犯程度小於子宮頸癌第二期的早期，可以採手術切除及術後合併放射線治療。如果侵犯程度大於子宮頸癌第二期的晚期，則採取放射線治療合併化學治療為主，這是因為此時癌症已經擴散至骨盆腔，勉強手術的切除往往無法切除乾淨，而且術後的併發症如膀胱直腸瘻管等發生率上升反而造成病人更大的困擾。由於科技的進步，對於放射線的定位及暴露量均能更精確的控制，對於身體狀況不佳或高齡患者，放射線治療則是首選。

由於子宮頸癌的癌前病變要發展到子宮頸癌要相當長的時間(約5至15年)，加上抹片檢查相當容易施行，所以可以說子宮頸癌是可以被預防的。只要全國婦女同胞均能定期接受抹片，及早在發生癌前期病變時就被偵測出來治療，未來幾乎不會有婦女因為子宮頸癌去世。根據國外的統計，三年一次的子宮頸抹片檢查可降低60-90%子宮頸癌發生率及死亡率。雖然政府大力推行子宮頸抹片檢查，但是還有約四成的婦女從未接受過抹片檢查，加上抹片的敏感度並非百分之百(準確率約六成至七成)，所以會有漏失個案，這些因素都是影響防治成效的重要因素。但是如果婦女能夠每年定期篩檢連續三年，即可大幅降低被漏失的機會。所以除了醫學界努力提升篩檢的準確度之外，還是要呼籲有性經驗的女性同胞，特別是三十歲以上的婦女每年定期接受抹片篩檢才能有效預防子宮頸癌。👩

轉載自：高雄醫學大學附設中和紀念醫院《社區》健康報No.14(2013年09月01日出刊)

# 子宮頸癌 並不可怕

◎大同醫院婦產科 /  
翁淑芬主治醫師

健康有約



在這一個談癌色變時代，幾乎所有的人都知道癌症高居台灣十大死因的首位。而對於廣大的婦女同胞來說，自從政府於民國84年起全面推動子宮頸抹片篩檢，子宮頸雖然仍高居台灣地區女性好發癌症的前幾名，但在死亡原因排行榜中，已經位居乳癌之後。這足以證明抹片篩檢在預防子宮頸癌的成效。對於子宮頸癌，這個女性健康的重要威脅，我們應該從它的成因、症狀治療、預防等各個層面來了解並預防。

子宮頸是位在子宮的下三分之一，與陰道相接並突出於陰道中。而子宮頸癌就是發生於此處的惡性病變。根據統計，從正常發展到子宮頸原位癌，約需要5至15年，而發展到侵犯性的子宮頸癌，甚至需20年以上的時間。現在的醫學界對於子宮頸癌的危險因子有相當的了解，如果婦女有以下的危險因子，則罹患子宮頸癌的機會就會上升。

- (一)高危險性人類乳病毒感染(如第15、18、52、58型人類乳病毒)；
- (二)太早有性行為；
- (三)多位性伴侶或男伴關係複雜；
- (四)多產；
- (五)抽煙；
- (六)免疫力下降。

子宮頸癌是由子宮頸上皮膚慢慢發展而成的。在子皮病變的階段絕大多數的病人並不會有症狀，只能靠子宮頸膜抹片或陰道鏡才能發現。如果較嚴重的上皮病變或早期的子宮頸癌，病人通常會有不正常的陰道分泌物或性行為後出血。到了子宮



## 《妙林》第26卷8月號【收支表】(103/8/1~9/30)

.....

### 收 入：

1. 上期結轉	NT\$ 47,846.00	
2. 元亨寺入款	200,000.00	
3. 助印善款	10,890.00	NT\$258,736.00

### 費 用：

1. 稿 費	NT\$ 18,600.00	
2. 印 刷 費	68,400.00	
3. 電 郵 費	34,902.00	
4. 雜 支	1,356.00	NT\$123,258.00

結轉下期 NT\$135,478.00

本期發行 3,600冊



## 【103/8/1~9/30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：41881508  
戶 名：劉英治(釋淨明)

現金助印：2,000元：三寶弟子。500元：釋受定。(計2,500元)

稿費助印：3,000元：釋會忍。1,900元：釋顯慧。2,000元：鄭藜佳。500元：陳海晏。(計7,400元)

劃撥編號562-563：500元：黃月貞。520元：劉煥中。(計1,020元-30元=990元)

合計：現金2,500+稿費7,400+劃撥990.00元=10,890.00元

行腳手札

## 千年古都文化札記(十)

◎釋顯慧(圖·文)



圖說 08

今日已是日本自由行的第五天，一早從大杵的難波坐近鐵至奈良下車，我們決定先參訪東大寺，再走訪唐招提寺。提起奈良最知名的寺院，許多觀光旅客腦海中首先浮現的是東大寺。其一，因南大門(見圖 01)前的廣場有很多自由走動的鹿，招人喜愛，更是觀光客必遊之景點，這些鹿被視為東大寺的表徵，同時也是奈良市的國寶級文物。其二，東大寺於一九九八年被列為聯合國教科文組織世界文化遺產，亦是日本奈良古都的重要文化財(見圖 02)。

### 奈良的鹿野苑

下公車，整個奈良公園晨霧瀰漫，東大寺的南大門若隱若現，猶如寫意的水墨畫。在東大寺的參道上，不經意發現獨行的鹿隻，當我們接近賣鹿餅的攤販時，周居士首先買了鹿餅，轉身已被那些機靈的鹿兒包圍著，我與道岸法師站在一旁看起戲了，黃居士也加入陣營，忙著餵起鹿來，確不知身後也陸續來了幾隻鹿兒，其中一隻一直等待很久，發現黃居士還是不理牠，繼續餵前面的鹿兒，它索性就咬著黃居士的褲子(見圖 03)，我和道岸法師都笑了，心想「為何不理我，那隻已經吃很多了，該換我了吧」。其實這些可愛的鹿群算是很乖，不會任意去吃販賣鹿餅的攤位，牠們只會纏繞著手上拿著鹿餅的遊客。這群不怕人的鹿兒，可能為了食物會做出一些驚人的動作，讓觀光客啼笑皆非。東大寺的鹿苑是爲了取悅觀光

妙林園地





圖說 08

客和保護鹿群，所以取名鹿園；相較之下，印度的鹿野苑是佛對比丘宣講四聖諦之處，偶爾在一些磚或柵欄的遺跡上發現雕有鹿群。

### 中國唐朝風格之東大寺

體驗了可愛的鹿兒，過了南大門，眼前就是東大寺的金堂(見圖 09)，聖武天皇於天平十三年(西元七四一年)頒發興建東大寺營造詔敕，並鑄盧舍那銅佛坐像，為祈求國家安寧，五穀豐收，歷經十一年，至天平勝寶四年(西元七五二年)四月舉行開光典禮，是世界最大木構建築物⑤。金堂是鋪筒板瓦的重檐廡殿屋頂，正脊兩邊有金色鴟尾，高四十七點五公尺，面開七間五十七公尺，深進五十點五公尺⑥。正面中央有唐門屋頂，簷下有一對鐘形窗戶。



盧舍那佛，又稱奈良大佛(見圖 05)，重量五百公噸，高達五丈三尺五寸，面長一丈六尺，目長三尺八寸，鼻高一尺六寸，耳長八尺五寸，手指長五尺四寸⑦。螺髮肉髻，面相方圓，長眉斂目，額頭正中有一白毫，身著低領通肩袈裟，衣紋對稱，疏密有度，結跏趺坐於蓮花座上，右手上舉，掌心向前，施無畏印，左手掌心向上，結與願印，平放於左膝。身光以二層同心圓，內層無裝飾；第二層飾有六尊化佛與十六支棒線，邊飾為蓮花瓣，身光外緣雕出形式化



圖說 97

的多頭火焰紋。頭光有三重光環的同心圓，最內層為蓮花，花瓣密集；中層為內捲的捲雲紋；外層為八尊化佛配有十七支棒線，邊飾為小蓮花瓣，頭光外緣為多頭火焰紋（見圖 96）。

虛空藏、如意輪觀音二脇侍菩薩坐於盧舍那佛之兩側，佛之右側為虛空藏菩薩，意為包藏一切功德如虛空，或說是擁有無量寶藏，如《大方等大集經》卷十六記載，速辯菩薩請問世尊何因緣名為虛空藏，佛告虛空藏：「大富長者多諸民眾，無量庫藏財寶充滿，能行布施心無慳吝。若行施時，貧窮往者，隨意所須，開大寶藏，悉能給與，彼諸眾生皆得適意<sup>95</sup>。」虛空藏菩薩如這位大長者一樣，於虛空中隨眾生所須，皆能滿足眾生的需求，使眾生都能得到利益。

虛空藏菩薩頭戴化佛寶冠，有四層化佛祥雲裝飾，底層有七尊化佛結跏趺，第二層亦有四尊，第三層只有一尊，寶冠之頂裝飾一寶珠，冠沿兩側橫出卷草紋樣及鑲有寶珠，繪帶披垂於肩側，面相豐圓，彎眉，眉間有凸起的白毫，雙目垂視，俯首，長髮垂後，戴瓔珞，臂釧，腕釧（見圖 97）。身著帔帛自兩肩對稱垂下，下著裙裳，纏腰裝束，結跏趺坐於須彌座上，懸裳衣覆於座



前，衣紋呈 $\Sigma$ 形，衣褶棱起形成階梯狀，顯得厚重，仍有犍陀羅造像風格，右手掌心向上，結與願印，平放於右膝；左手屈肘上舉，掌心向前，施無畏印。



盧舍那佛左側爲如意輪觀音（見圖98），戴微妙大化佛寶冠，頂上住阿彌陀佛立像，寶冠雕鏤菊花卷草紋樣，寶冠頂飾寶珠，頭光有三重光環的同心圓，最內層爲蓮蓬和蓮花，中層捲雲紋，外層爲同心聯珠紋，搭配十支棒線，外緣爲多頭火焰紋。身光以二層同心圓，內層無裝飾，第二層是同心聯珠紋，搭配六支棒線，身光外緣有多頭火焰紋。如意輪觀音菩薩之手勢，正好與虛空藏菩薩的相反，但造型一致。



參訪了世界最大的奈良金銅佛，最大的木造建築物，及逐鹿的廣場，出東大寺已是燄陽高照，與早上來時，真有天壤之別的感受。身爲佛教徒，既然來了奈良，當然要去參禮鑒眞和尚的唐招提寺，不僅促進了中國的佛教、醫藥、建築和書法傳入，更深遠的影響日本文化。一千二百六十年前，當日僧榮叡、普照邀請鑑眞和尚赴日弘傳戒法，當時在大明寺的大殿，眾僧啞口無言，唯有鑒眞和尚，允諾東渡，是爲法事，何惜身命。（待續）



圖說 98

# 妙林雜誌合訂本



第二卷



第十九卷



第二十五卷

發行有限歡迎索取  
 每卷酌收印刷工本費 200 元整  
 劃撥帳號：41881508 戶名：劉英治  
 發行所：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



圖說②



圖說⑥



圖說④



圖說①

- 【註釋】
- ⑤ 「東大寺」，2013年，《世界佛教美術圖說大辭典·建築》，第二冊，頁516，釋如常編，高雄市，佛光山宗委會。
  - ⑥ 同上註。
  - ⑦ 釋東初，民國28年（1939年），《中日佛教交通史》，東初老人全集，第二冊，修訂三版，頁201，台北：東初出版社。
  - ⑧ 曇無讖，《大方等大集經》卷十六，《大正藏》13冊，頁109a，上。
- 【圖說】
- ① 南大門是東大寺的正門，是一座木建二重歇山頂之建築，高二十五點四六公尺，屋頂鋪筒瓦，門開五間，橫匾書大華嚴寺，筆者攝於南大門前。
  - ② 東大寺被列為世界遺產和古都奈良的文化財的石碑。
  - ③ 周居士與黃居士餵食鹿兒。
  - ④ 自由行的四位成員攝於東大寺的金堂前，左起道岸法師、周佳蓉居士、黃麗卿居士和筆者。
  - ⑤ 奈良大佛。
  - ⑥ 盧舍那佛之左側。
  - ⑦ 虛空藏菩薩。
  - ⑧ 如意輪觀音菩薩。

# 慈心禪

願我……  
沒有敵意  
沒有瞋恚  
沒有痛苦  
保持快樂



指導禪師：大乘禪師、開印禪師、開照禪師

主辦單位：元亨推廣教育中心

協辦單位：元亨寺、元亨佛學院

日期：(1) 103年9月27日~ 9月28日(大乘禪師)

(2) 103年11月22日~11月23日(大乘禪師)

(3) 103年12月 5日~ 12月7日(開印禪師)

禪修地點：元亨佛學院（高雄市鼓山區元亨街5號）

費用：隨喜

報名方式：現場報名或網路報名

E-mail: Yuanheng6@gmail.com

聯絡電話：(07) 533-0186

網址：http://www.yht.org.tw(線上報名)



第一集



第二集



第八集



第九集

發行有限歡迎索取

每卷酌收印刷工本費 100 元整

劃撥帳號：41881508 戶名：劉英治

發行所：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