

妙林

菩妙題

第27卷 4月號

本刊贈閱 歡迎索取

西元二〇一五年四月三十日發行(雙月刊)佛曆二五五九年

發行所:元亨寺 妙林雜誌社 E-mail: Miaolin666@gmail.com

社址:804 高雄市鼓山區元亨街七號

元亨寺網址: <http://www.yht.org.tw>

宗旨:弘揚佛法
提升品德
推行淨土
淨化人心

MIAO LIN

深入經藏

智慧如海

人不持戒，滋蔓如藤，逞情極欲，惡行日增。
惡行危身，愚以為易；善最安身，愚以為難。
如真人教，以道法身，愚者疾之，見而為惡。
行惡得惡，如種苦種，惡自受罪，善自受福。

《法句經》〈愛身品〉



【影畫集錦】

- 01 清明祭祖、觀音聖誕法會
- 02 元亨夜間佛學文教研修部開學典禮
- 03 高雄市佛教會慶祝佛誕節浴佛大法會

【菩公遺訓】

- 04 念力之訓練..◎菩妙和尚

【漫畫集】

- 05 老實念佛—菩妙和尚..◎沈東廷

【佛學轉引】

- 08 《大乘廣五蘊論》釋要(一之二)..◎釋淨照
- 15 《俱舍論》分別世間品(二十五)..◎釋會忍

【時事診療】

- 18 普慈於一切 愍念眾生類..◎釋乙性

【演培長老徵文入選】

- 23 瑜伽現量之探討(上)..◎林維明
- 31 探討《楞嚴經》眼根的修行法門(上)..◎釋慧文
- 40 《大乘大集地藏十輪經》譯出對地藏法門之影響(上)..◎釋振慧

【妙林園地】

- 45 法音宣流—佛法利益..◎釋淨明
- 47 禪七講話—無字公案..◎釋日慧
- 51 話說因緣—南台灣禪師紀實..◎禪慧戒定
- 55 波羅蜜園地—明淨之心..◎釋生定
- 57 菩提心—畝田—深入淺出談佛法..◎如誠
- 65 生活點滴—履之印·祖孫情..◎朱慧娟
- 68 心靈饗宴—快樂哪裡找?..◎葉麗華
- 72 點亮生命—報恩觀世音菩薩..◎殘僧
- 74 健康有約—關心家中長輩從“保命防跌”做起..◎楊久嫻
- 76 教息會報
- 77 清明隨筆—無我五四三..◎無我
- 80 元亨銅雕之美



浴佛節盛況 | 王清江·攝影

《妙林》第二十七卷 四月號

西元一九八九年元月一日創刊

西元二〇一五年四月三十日發行

創辦人·菩妙和尚

發行人·釋淨明

編輯·釋宏觀、釋會忍、釋忠定

校稿·釋忠定、鄧昭義

完稿·妙林編輯部

寄發組·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·Miaolin666@gmail.com

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清明祭祖是具有中國傳統的文化之一，今年清明欣逢連休四天的假期，有些人為避開祭拜的人潮，提早至元亨寺金剛寶塔祭祖，但在4月5日的當天，氣溫雖酷熱，仍是人山人海，絡繹不絕。前來祭拜的善信不僅替往生者準備豐盛的祭品，並心中默默祈求諸佛菩薩以及地藏王菩薩的慈悲，令已逝者能離苦得樂。(張義深·攝影)

④~⑥民國104年4月7日(農曆二月十九日)是觀世音菩薩聖誕日，元亨寺的諸位法師於早上九點，在大雄寶殿誦《觀世音菩薩普門品》，緊接著舉行佛前大供與皈依儀式。前來受皈依者於大雄寶殿內虔誠禮拜諸佛菩薩，各個雙手合十恭迎住持和尚所灑的甘露法水，其中一對阿嬤與孫子，臉上正充滿著期待與喜悅。(王清江·攝影)





⑦~⑫民國104年3月22日，元亨夜間佛學文教研修部（元亨、覺元、光照、淨觀、蓮華、法隆）聯合開學暨結業典禮假梵音講堂舉行，第一階段由住持淨明和尚以及班主任瀆慧法師共同主持，儀式在師長們的叮嚀和祝福聲中進行。

住持和尚於開學典禮中開示：學佛應依聞、思、修的次第循序漸進，學員們能參與佛學文教研修部的課程，正是累積「聞慧」的資糧；第二階段是由學員們上臺與大眾分享學佛後的法喜，並冀求大家能「好康逗相報」，邀約親朋好友來參加佛學課程，共同成就佛道。（歐新祿·攝影）



⑬~⑱民國104年4月25日高雄市佛教會祈福浴佛法會假元亨寺盛大舉行，禮請圓宗長老、淨明法師、傳智法師、圓戒法師、心廣法師等聯合主法恭誦《金剛經》。隨後由圓宗長老率領四眾弟子齊誦「我今灌沐諸如來，淨智莊嚴功德海……。」一同來到浴佛廣場。現場的佈景猶如藍毘尼園再現，在莊嚴的氛圍中，令人深深感恩佛陀慈悲，下生於人間教化眾生。

在眾人祥和的唱誦聲中，立法院王院長、陳菊市長、副市長等地方首長、各級長官陸續蒞臨會場。市長感恩各界關心與護持，令氣爆區早日得以重建。又不約而同與高雄市佛教會理事長淨明法師，共同祈求佛菩薩能「護台灣、祐高雄」，降甘露雨解除乾旱，一切災難皆遠離。（王清江·攝影）



念力之訓練

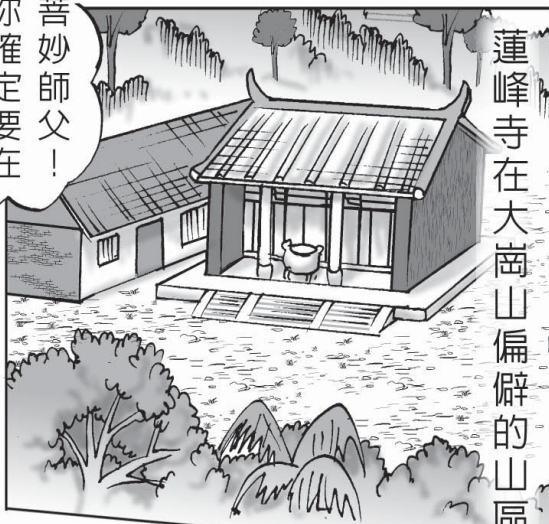
念力的培養有很多種方法，如念佛的念力、觀照空性的念力、及持咒等念力，都是可以慢慢訓練。若能練到如持大悲咒，全程專一無絲毫雜念，那麼此咒水施人飲用，必定功效如神！

我們的念力透過修行的方便法門，不斷訓練精進，向道的心愈強，念力愈堅固，道心愈堅定不移。縱使有境界來考驗，也很快即放下，如《金剛經科儀》：「用時，則萬境彰；放下，則一塵不立。」

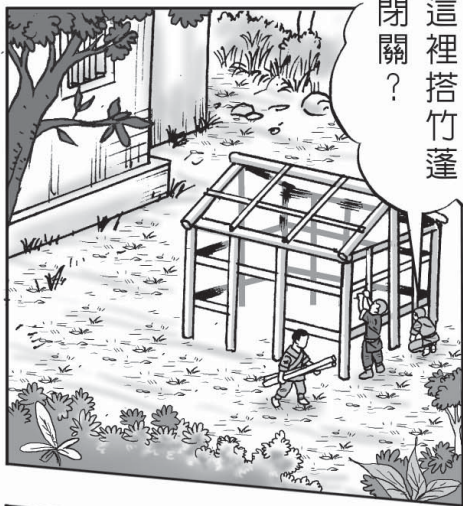
一位證道者其心是明了，空有無礙，因此心若能訓練到：動時，不管順逆境一切接受，工作多寡好壞不挑不揀，盡力而為。靜時，放下所有塵勞煩惱，內心一片平靜，絲毫不起妄念。真能做到如此的話，各位就一定可以穩穩當當行菩薩道無有障礙了。☸



蓮峰寺在大崗山偏僻的山區



善妙師父！
你確定要在
這裡搭竹蓬
閉關？



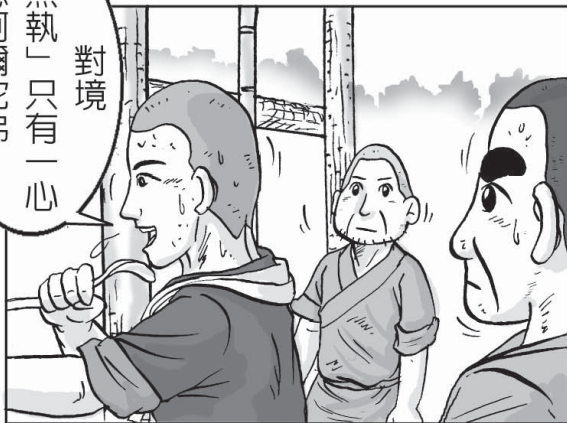
我們這裡很簡
陋，沒水沒電
，蚊蟲蟒蛇又
多，很辛苦
的吶！



不會的！
修行人隨遇
而安，對外
境「無求」
……

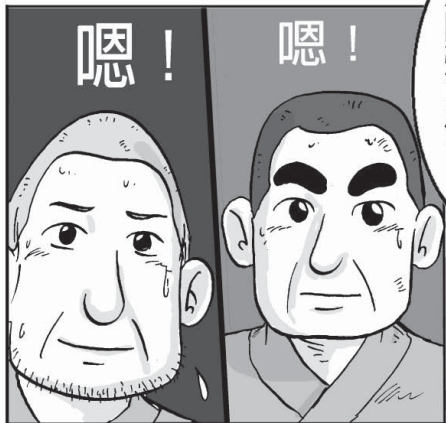


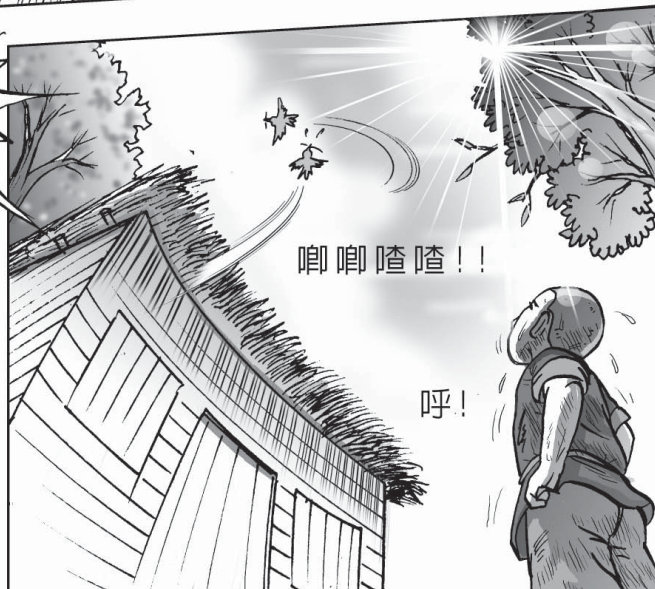
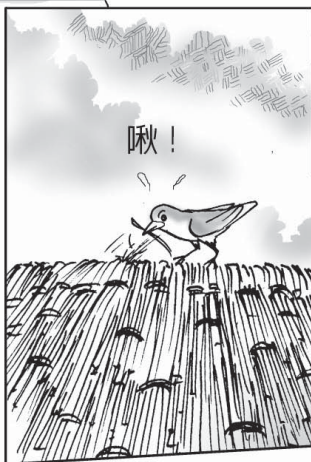
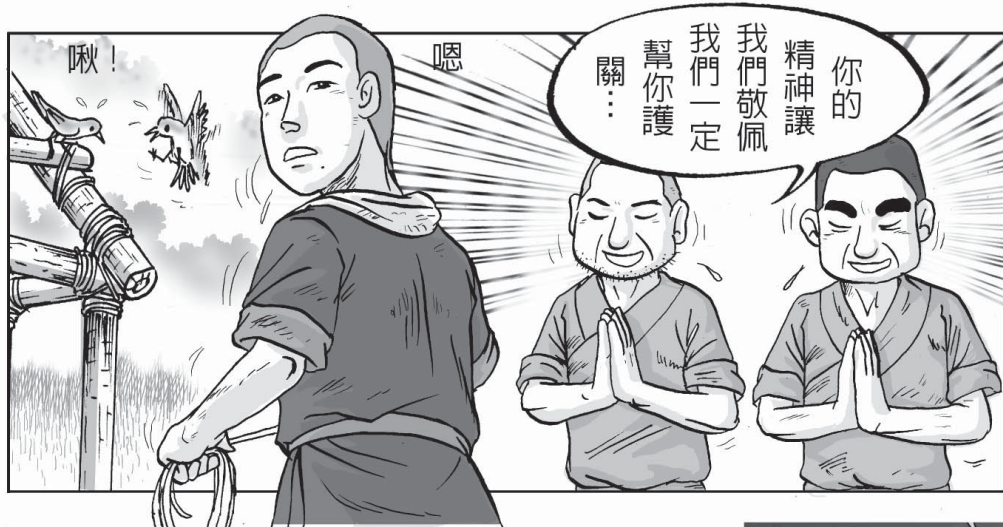
對境
「無執」只有一心
念阿彌陀佛！



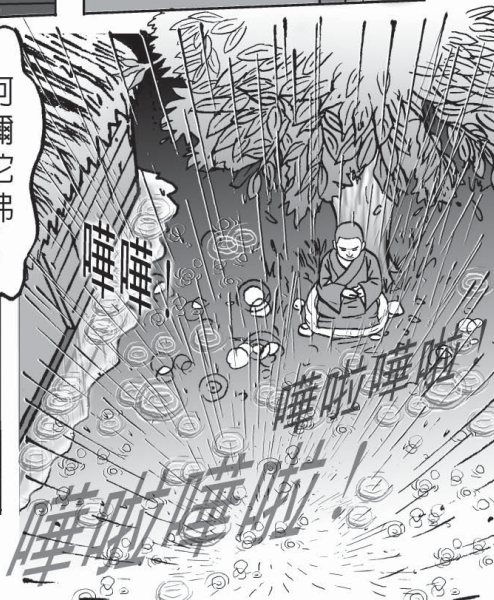
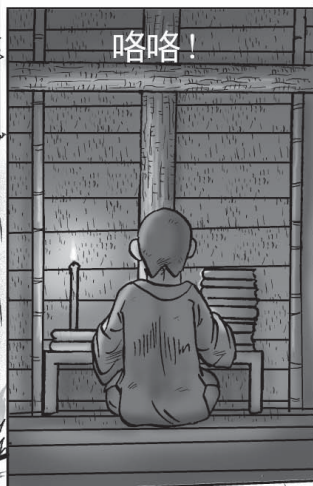
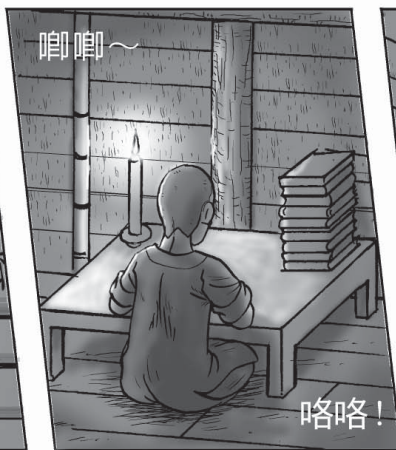
恩！

恩！





成實論
雜阿含經
增一阿含經
法華經
阿比達摩雜集論
觀音經
菩薩藏經
金剛丁經



(待續)



《大乘廣五蘊論》釋要(一之二)

§ 1-1-2-1-2-2-2. 五境(分五)

§ 1-1-2-1-2-2-2-1. 色

云何色？謂眼之境，顯色、形色及表色等。顯色有

四種：謂青、黃、赤、白。形色，謂長、短等。

眼識所見的色，大概分成三類：顯色、形色、表色。

一、「顯色」，就是青（藍）、黃、赤（紅）、白色，是很明顯的色。黑色，其實不是顏色，這是光線照射物體而沒有光線反射，就看不到顏色。白色，是反射的紅光、綠光、藍光混合的顏色。參考物理學，光線照射物體，反射的光波，撞擊眼，而生起眼識，因波長（頻率）不同，與眼識俱生的意識，就了別不同的顏色

◎釋淨照編寫

概念。我們眼識能見到光的波長範圍，大約在390奈米

（紫光）到770奈米（紅光）之間。（1奈米=10⁻⁹公尺）

二、「形色」，是眼識看見的形態，如長、短、高、低、方、圓等，都是眼識看見的形態。與眼識俱生的意識，才了別長、短等概念。

三、「表色」，如手的伸、屈等。「表」，是表顯的意思。身業是身體的行為，是身表色；語業是語言的行為，是語表色，主要是由意識相應的思心所造作。這裡是說色境，所以是指身表色。

§ 1-1-2-1-2-2-2-2. 聲

云何聲？謂耳之境，執受大種因聲、非執受大種因

聲、俱大種因聲。諸心、心法，是能執受；蠢動之類，是所執受。執受大種因聲者，如手相擊、語言等聲。非執受大種因聲者，如風林、駛水等聲。俱大種因聲者，如手擊鼓等聲。

聲音，是耳根所取的境界，是耳識所聽到的境界。

聲音分爲三大類：一、執受大種因聲，二、非執受大種因聲，三、俱大種因聲。

一、「執受大種因聲」：執受，就是執取內四大而能夠生起感受。大種，就是四大，四大有內四大、外四大。外面的山河大地等物質，是外四大所造色；身內的骨頭血液等物質，是內四大的所造色。執受大種，是指內四大。聲音從那裡來呢？有兩個東西相碰，才發出聲音。如果這兩個東西都是有情內四大的所造色，這叫做「執受大種因聲」。

「諸心、心法，是能執受；蠢動之類，是所執受」，眼識，耳識、鼻識、舌識、身識、意識，這六識叫做「心」（唯識學另有末那識、阿賴耶識）。「心法」，或稱爲「心所法」，是與相應的各種的心理活動，如貪、瞋、癡、信、慚等。心和心所法，叫做「能

執受」，能夠執受有情的生理，而產生感受。蠢動之類，就是有情，如人、牛、螞蟻等。有情的身體（內四大的所造色），是「所執受」（被執受），因爲有心、心所法能執受它，所以才有感受。

「執受大種因聲者，如手相擊、語言等聲」，兩手相擊、說話所發出的聲音，是依有情身體所發出的聲音，這就是「執受大種因聲」。

二、「非執受大種因聲」，就是沒有心、心所法的執受所發出的聲音，「如風林、駛水等聲」，風吹樹林、急流所發出的聲音，也就是由物質（無情物）所發出的聲音。

三、「俱大種因聲」，「如手擊鼓等聲」，手敲鼓所發出的聲音，手是所執受，鼓是非執受，這就是「俱大種因聲」。

§1-1-2-1-2-2-2-3. 香

云何香？謂鼻之境，好香、惡香、平等香。好香者，謂與鼻合時，於蘊相續，有所順益。惡香者，謂與鼻合時，於蘊相續，有所違損。平等香者，謂與鼻合時，無所損益。

「香」，是鼻根所取的境界，是鼻識所嗅到的境界。

「香」分爲三類：一、好香，二、惡香，三、平等香。

一、「好香」：是「與鼻合時，於蘊相續，有所順益」，鼻根與香氣碰觸，生起鼻識，對五蘊身心有符順利益，這就是「好香」。如有人生病時，吸一吸氧氣筒的氧氣，病狀就好轉。這氧氣就是好香。

「於蘊相續」，五蘊身心，是剎那生滅變化，相續不斷。相續，有時是有情的異名，因爲有情的前五蘊滅去，後五蘊相續生起。

二、「惡香」：是「與鼻合時，於蘊相續，有所違損」，氣體對五蘊有所違逆損害，這就是「惡」。如鼻識嗅到汽車排放的廢氣，對身體有壞處。這廢氣就是惡香。

三、「平等香」：鼻識嗅到空氣，對身體沒有損害又沒有利益，這空氣就是平等香。

81-1-2-1-2-2-2-4. 味

云何味？謂舌之境，甘、醋、鹹、辛、苦、淡等。

「味」，是舌根所取的境界，是舌識所嚐到的境界。

「味」分爲六類（六味）：甘（甜）、醋（酸）、鹹、辛（辣）、苦、淡等。

81-1-2-1-2-2-2-5. 觸一分

云何觸一分？謂身之境，除大種。謂滑性、澀性、重性、輕性、冷、飢、渴等。滑謂細軟。澀謂麤強。重謂可稱。輕謂反是。煖欲為冷；觸是冷因，此即於因，立其果稱。如說諸佛出世樂，演說正法樂，眾僧和合樂，同修精進樂。精進勤苦，雖是樂因，即說為樂；此亦如是。欲食為飢，欲飲為渴，說亦如是。已說七種造觸，及前四大，十一種等。

「觸一分」，「觸」包括兩類：一、「能造觸」，二、「所造觸」。能造觸，就是四大；所造觸，就是「身之境」。這裡只講「所造觸」，所以叫做「觸一分」。

「觸」，是身根所取的境界，是身識所感覺了別的境界。所造觸，本論只講七種，「謂滑性、澀性、重

性、輕性、冷、飢、渴等」。事實上，還有很多，所以加上「等」字，如硬、軟等。

「滑」，是細軟，細滑的，我們碰觸它時，感覺到細滑，因為它裡面有使感覺細滑的觸塵，這觸塵就叫做「滑」。

「澀」，是麤強，粗糙的。我們碰觸它時，感覺到粗糙，因為它裡面有使感覺粗糙的觸塵，這觸塵就叫做「澀」。

「重謂可稱，輕謂反是」，可稱，是可以稱量。稱量它時，是重的，因為它裡面有使稱量重的觸塵，這觸塵就叫做「重」。反之，稱量它時，是輕的，因為它裡面有使稱量輕的觸塵，這觸塵就叫做「輕」。

身識只了別「滑、澀、重、輕」的觸塵，而「滑、澀、重、輕」的名言概念，是由意識了別。

「煖欲為冷；觸是冷因，此即於因立其果稱」，「煖欲為冷」，接觸某物時，有想要得到溫暖的欲願，這就是冷的感覺，因為它裡面有使感覺冷的觸塵，這觸塵就叫做「冷」。「煖」是依火大的特性說，火大明顯是比較高的溫度；「冷」也是依火大的特性說，火大不明顯是比較低的溫度。

「於因立其果稱」，冷的感覺是一個結果，使感覺冷的觸塵，是感覺冷的因。因為我們碰觸到觸塵（因），才感覺到冷（果）。將這個觸塵，叫做「冷」，這是「於因立其果稱」，在「因」上安立「果」的名稱。

世間的語言，也有在果上講因的名稱，例如我們去餐館用餐，說「吃了三百元」。吃的是飯菜，怎麼說吃三百元呢？因為我們用三百元（因）買飯菜來吃，所以將「吃了飯菜（果）」，說「吃了三百元（因）」，這是在果上講因的名稱。

「諸佛出世樂，演說正法樂，眾僧和合樂，同修精進樂，精進勤苦，雖是樂因，即說為樂，此亦如是」，諸佛出世是快樂的，演說正法是快樂的，眾僧和合是快樂的，這可以理解。其實，精進修行不一定快樂，有時候會感到苦惱、疲倦。為什麼說「同修精進樂」呢？因為精進修行（因），能斷除煩惱，證得寂滅樂（果），所以說精進修行是快樂的，也是「於因立其果稱」。

「此亦如是」，此，是指「觸的一分」，因為使感覺冷的觸塵是因，感覺「冷」是果，所以將這觸塵，叫做「冷」，也是「於因立其果稱」。

「欲食爲飢，欲飲爲渴，說亦如是」，生理上有想要吃或想要喝的感覺，是因爲接觸到使感覺飢餓或口渴的觸塵，將這些觸塵叫做「飢」或「渴」，也是「於因立其果稱」。

身識只了別使感覺「冷、飢、渴」的觸塵，而「冷、飢、渴」的名言概念，是由意識了別。

「已說七種造觸，及前四大，十一種等」，觸分爲二種：一、能造觸，是四大；二、所造觸，有七種。二者合起來，有十一種。

§1-1-2-1-2-2-3. 無表色等

云何無表色等？謂有表業、三摩地所生無見無對色等。有表業者，謂身、語表，此通善、不善、無記性。所生色者，謂即從彼善、不善表所生之色，此不可顯示，故名無表。三摩地所生色者，謂四靜慮所生色等。此無表色，是所造性，名善律儀、不善律儀等，亦名業，亦名種子。如是諸色，略為三種：一者、可見有對；二者、不可見有對；三者、不可見無對。是中，可見有對者，謂顯色等。不可見有對者，謂眼根等。不可見無對者，謂無表色等。

「云何無表色等？謂有表業、三摩地所生無見無對色等」，這裡略說二種：一、有表業所生無見無對色（無表色）；二、三摩地所生無見無對色（定境色），這是從修定的境界中所生的色。其實還有其他的，如《大乘阿毗達磨雜集論》卷一說：「法處所攝色者，略有五種：謂極略色、極迴色、受所引色、遍計所起色、自在所生色。極略色者：謂極微色；極迴色者：謂即此離餘礙觸色；受所引色者：謂無表色；遍計所執色者：謂影像色；自在所生色者：謂解脫靜慮所行境色。」⁶

色法可分爲兩類：一、有見色，二、無見色。青黃赤白等，我們眼識看得見的，叫做有見色。耳識聽到的聲音，鼻識聞到的香氣，舌識嚐到的甜酸苦辣等，身識感覺到的滑澀重輕等，這些是眼識看不見的，都叫做無見色。

色法又可分爲兩類：一、有對色，二、無對色。對，是對礙，兩個物質碰到，就發生一種障礙。聲音是有對礙，碰到牆壁，就有障礙，聲波就不能穿過去，牆壁的後方就聽不到聲音。香氣是有對礙，碰到牆壁，就有障礙，香氣就不能穿過去。滋味和觸境，更加的明

顯，碰到障礙，舌識就嚐不到滋味，身識就感覺不到觸境。

「有表業所生無見無對色」，由「有表業」所生的色，叫做無表色（無表業），是眼識看不見、沒有對礙的色法，所以是「無見無對色」。

依唯識學說，能顯現於外面的業，叫做有表業，如身表業、語表業，有表業剎那滅去，即產生一種潛在力量，潛藏在阿賴耶識（第八識）裏面，叫做業力（業種子），也叫做無表業。因為無表業是從身、語表業所引生的，是從色法所引起的，所以無表業也叫做無表色。

有表業，就是身表業、語表業，是身體、語言的行為，表現於外面。其實，身表業、語表業，都是由心識的行為（意業）所引發。因為意業通於善性、惡性、無記性，所以身表業、語表業也通於善性、惡性、無記性。例如身表業，恭敬心禮佛等，是善性；瞋心打人，是惡性；平時無記心的走路，是無記性。

「所生色者，謂即從彼善、不善表所生之色」，有表業所生的無表色，是從善、惡性的有表業所生，不是從無記性的有表業所生。善的身、語表業所熏成的無表業，將來生起的現行法，也是善性的。反之，惡的身、

語表業所熏成的無表業，將來生起的現行法，也是惡性的。善、惡的身、語業所熏成的業力，將來因緣成熟，會招感生死果報。善業招感樂報，惡業招感苦報。業力雖然看不到，但是它是存在的，沒有招感生死果報之前，不會滅掉。如《大寶積經》說：「假使經百劫，所作業不亡，因緣會遇時，果報還自受。」⁷

「此不可顯示，故名無表」，這種色，不可以顯示出來，所以叫「無表色」。

「三摩地所生色者，謂四靜慮所生色等」，「三摩地（梵語samādhi）」就是「等持」，平等持心，心不昏沉不掉舉，專注於一境，也叫做「定」。普通說定，包括色界定和無色界定，四靜慮就是四禪，是色界定；空無邊處定、識無邊處定、無所有處定、非想非非想處定，是無色界定。三摩地所生色，是四靜慮所生色和無色界定所生色⁸，眼識看不見，也沒有對礙，叫做無見無對色。

「此無表色，是所造性，名善律儀、不善律儀等，亦名業，亦名種子」，無表色，是由身、語表業所造的，也叫做善律儀、不善律儀等，也叫做業（業力）、種子（業種子），是阿賴耶識裏的業種子，將來因緣成

熟，能招感未來世之果報。

「善律儀」，就是內心清淨誠懇受戒時，得到清淨的戒體（善律儀），有防非止惡的潛在力量。假使受戒時，心不清淨不誠懇，就沒有得到清淨的戒體，也就沒有防非止惡的潛在力量。

「不善律儀」，是習慣性的惡業所產生的潛在力量。如有些人以殺豬為終身的職業，這叫做「不善律儀」。同樣的，以殺生、偷盜、邪淫、妄語等當做職業，都叫做「不善律儀」。如果只是偶而做了殺生、偷盜、邪淫、妄語等，這只是惡業，不是「不善律儀」。總之，色法分為三類：

一、「可見有對」色：如「顯色等」色境，是眼識可見到，而且有對礙。

二、「不可見有對」色：如四大、眼根等五根、聲香味觸，是眼識不可見到，但有對礙。

三、「不可見無對」色：如無表色、三摩地所生色，是眼識看不到，而且沒有障礙。（待續）

【註釋】

6 大正31，696b27-c3。

7 《大寶積經》〈佛說入胎藏會〉，卷57，大正11，335b14-15。

8 《顯揚聖教論》卷1：「無色界中，雖無業所生色，而有定所生色，無見無對。」（大正31，484c24-25）。

更正啟示



本刊第二十七卷二月能，第四十五頁〈相約在西方〉標題部分時間誤植：一〇四年二月三十日，正確應為：一〇四年一月三十日。特此更正。

妙林雜誌編輯部

《俱舍論》分別世間品(二十五)

第六章 空間、時間等量及世間的成住壞空等之論究

第一節 色與時的算法①

第一項 色、名、時的最小界限

以上已約「踰繕那」等辯明關於器世間與身量的差別。約「年」等辯明壽量的不同。二量②不同的部分未說應說。此二種③的建立無不依於「名」。前二及名並未詳談極少量之問題，今應先說明此三種的極少量。頌曰：

(85b) 極微字剎那，色名時極少。④

論曰：分析諸色法到一極微，故說一極微是爲色法

◎ 釋會忍

的極少單位。如是的分析諸名及時間到最小單位爲一字、一剎那，爲名、時間的極少單位。一字名者，如說「瞿」⑤名。何等名爲一剎那量？如眾緣和合⑥得法的自體時，或有動法行度一極微⑦，皆稱一剎那。對法諸師說⑧：如壯士一疾彈指頃刻已經過六十五剎那，如是名爲一剎那的量。

第二項 空間

已知道色、名、時等三極少單位，前二量（色、時）又如何？今且解說前面所說「踰繕那」等之計算方式。頌曰：

學佛轉引：



(85c) 極微微金水，(86) 兔羊毛隙塵，

蟻虱麥指節，後後增七倍。

(87) 二十四指肘，四肘為弓量，

五百俱盧舍，(88a) 此八踰繕那。9

論曰：極微為初始，直到指節為末後單位，應知每一個後位，皆七倍增加。所謂七極微成爲一微量，積聚七個微量而成爲一金塵；積聚七個金塵而成爲水塵量。積聚七個水塵則成爲一兔毛塵；積聚七個兔毛塵成爲一羊毛塵；積聚七個羊毛塵成爲一牛毛塵量；積聚七個牛毛塵成爲一隙遊塵量；積聚七個隙塵成爲一蠨。積聚七蠨成爲一虱；積聚七虱成爲一穢麥；積聚七麥成爲指節；積聚三指節成爲一指。這是世間所共同認定，是故於頌中不再分別解說。二十四指橫形排列的範圍稱爲肘10。積聚直彌四肘稱爲弓，亦稱爲尋。彌積五百弓成爲一個俱盧舍。一俱盧舍約是從村落到阿練若之間道路之距離。說八個俱盧舍則成爲一踰繕那。11

第三項 時間

如是已說踰繕那等之問題，今應當再解說後面關於年等時間的計算方式。頌曰：

(88b) 百二十刹那，為怛刹那量，

臘縛此六十，此三十須臾，

此三十晝夜，三十晝夜月，

十二月為年，於中半減夜。12

論曰：積聚一百二十刹那成爲一怛刹那。積聚六十刹那成爲一臘縛。積聚三十臘縛成爲一牟呼栗多13。積聚三十牟呼栗多成爲一晝夜。此晝夜有時增長，有時縮短，有時相等。積聚三十晝夜成爲一月。總合十二個月爲一年。於一年之中分爲三際14，即冬季、夏季、雨季各有四個月。十二個月中有六個月減晝夜，所以一年內晝夜總共減少六夜15。爲何這樣，故有頌言。寒、熱、雨三際中，已度過了一個半月16，其餘下的半月，智者應知要夜減。(待續)

【註釋】

- ① 參照《俱舍論記》卷十二（大正四一，一九二中）；《俱舍論疏》卷十一（大正四一，六二〇上）；《大毘婆娑論》卷十四、十五（大正二七，六八下）。此卷說明數量是以十進法為算定方法；其次，以此數量為基礎建立說明世界的成立與破壞。
- ② 二量 踰繕那等和年等，即時間與空間。
- ③ 二種 即器世間與有情的量是指形色的量；年等之量是指時間的量。
- ④ 極微 舊譯稱鄰虛。舊譯：鄰虛字剎那，色名時最極。
（說明關於距離、年、時的演算法，以說明其最小單位。）
- ⑤ 一字名 名是由一字所成，由二字乃至多字所成。其中一字的名，如瞿（ḡo）。
- ⑥ 眾緣和合未來未生之法，今生自體成為過去位時，尚未謝落的極少單位之時間稱剎那。《俱舍論疏》卷十一（大正四一，六二〇上）》
「經部答中有二，一法先無體是未來，得體已滅是過去，得體未滅名為現在，即此得體未滅之頃名一剎那。」
- ⑦ 今假許一色法的變化，是就其法的極微來就，亦可說是就時間的剎那而論。或就生處看滅的次第變化，此過程的「行」稱行度。行度的一個極微所佔時間稱剎那。
- ⑧ 「此」是指有部所說。《大毘婆娑論》卷一三六（大正二七，七〇一上）。
- ⑨ 舊譯：（八五c）七鄰虛阿糲。（八六）鐵塵水兔羊，牛隙塵蟻蟲，麥指節應知，後後七倍增。（八七）二十四指量一肘，四肘一弓，五百弓俱盧舍。（八八a）此名阿蘭若，由八一由旬。
今對於色法列舉各種單位：(1)極微(2)微(3)金塵(4)水塵(5)兔毛塵(6)羊毛塵(7)牛毛塵(8)隙遊塵(9)蟻塵(10)蝨塵(11)麥塵(12)指節塵(13)指塵(14)一肘(15)一弓、五百弓(16)一俱盧舍、八俱盧舍(17)一踰繕那。
- ⑩ 肘 一尺六寸，《寶疏》中為二尺。
- ⑪ 一踰繕那 依《光記》載：一肘是一尺六寸。若依此計算八俱盧舍是二萬五千六百尺。若再依我們六尺為一個房間計算，一俱盧舍則約為九町（市、集、街），一踰繕那相當兩公里大。
- ⑫ 舊譯：百二十剎那，但剎那六十，說名一羅婆，後三十增。是一年休多，及一日夜月，十二月一年，一年若減夜。
時間是以剎那為計算方式，積聚一百二十剎那成為恒剎那。積聚六十但剎那則成為臘縛。積聚三臘縛成為須臾。積聚三十須臾成為一晝夜。積聚十晝夜成為一個月。積聚十二個月成為一年，其中有六個月為大月，六個月為小月，減一晝夜。
- ⑬ 牟呼栗多 須臾之意。
- ⑭ 三際 一年分為三季是佛教所用的分法，世俗則分為六季。
- ⑮ 普通月份如上所稱三十日稱大月，十二個月中有六個月是要減去一晝夜稱小月，一年之中減少六日，累積五年則必須特別設立潤月來調節季節、時間、年度。《光記》中論主之所以不廣明諸曆數者，是唯恐人耽著於此的研究，落於邪命自活。
- ⑯ 一年有三際，其中每一際各有四個月，一個半月過完後，其餘的半個月必須減一夜，換言之，每二個月之中，須減一晝夜。一際中則減二晝夜，一年則減六晝夜。☸



普慈於一切 愍念眾生類

◎ 釋乙性

普慈於一切，愍念眾生。修行於慈心，後受無極樂。
若以踊躍意，歡喜不懈怠。修於諸善法，獲致安隱處。
自則致歡喜，身口意相應。以得等解脫，苾芻息意快。

〈摘自《法集要頌經》護心品第三十一〉



不忍弱勢童餓肚，寒假持續供餐

苗栗縣頭份鎮早餐坊的老闆娘林秋香，得知蟠桃園小部分學童因為家境清寒買不起早餐，每次只能買十元飲料，於是主動於放假期間提供弱勢學童免費早餐。她不忍這些孩子們，每到寒假就沒營養午餐可吃，家境貧困的小朋友寒假期間可憑證任選一份主餐加飲料，讓他們至少早餐可以不再挨餓。據蟠桃園小生教組長王智賢

說，校內十九名清寒學童，寒假期間每週一到週五上午五點到十一點，可持校方製作的憑證到早餐坊領取愛心早餐。老闆娘的女兒表示，母親賣早餐利潤不多，卻將孩子們當自己孫子般照顧，笑稱媽媽根本是在做佛心的。



不捨孩子挨餓，愛心燒烤吃免錢

據聯合新聞網於三月十七日報導指出去年十一月開始在屏東市龍華路經營燒烤、滷味生意的老闆林裕祥，因看到許多弱勢家庭學生，放假時常發生三餐不濟的窘境，決定推出愛心餐，只要憑清寒證明就可兌換貴賓卡，憑卡免費兌換百元內的燒烤、滷味，再外加一碗大號滷肉飯，而身障人士則是半價優惠。

而此善行的幕後推手是老闆娘黃玲珠，四十八歲的黃玲珠，開了十多年的花店，七年前起到學校教授傳統技藝「龍鼓陣」，並開始收留當地弱勢家庭的孩子，七年間已超過五十人。她指出許多弱勢孩子，會趁著下課時間來兌換愛心餐。曾有位年紀不到十歲的小朋友，晚上九點時囁嚅著問她：「阿姨！我家人都還沒吃飯，可

以多給我幾份嗎？」她二話不說，直接給他四份帶走，望著離去的瘦小背影，令她感觸良深。

黃玲珠說，每周六、日下午，學校龍鼓陣的孩子們就會聚集在店裡，複習完學校課業後，就捲起衣袖幫忙，每個人分工合作忙著招呼客人、洗菜、裝盤，感情融洽就像一家人，令她相當感動。



窮苦人的守護神，善心嫗辭世

十多年前三立電視台製作的「在台灣的故事」節目中，曾經報導在高雄市公園路橋下賣了五十年「十元愛心自助餐」的莊朱玉女太太的事蹟，她的義行曾被主持節目的藝人許效舜和導演吳念真主持的節目採訪過，特別是許效舜採訪阿嫗時，被阿嫗感動到一把鼻涕、一把眼淚的片段，多年來仍被網友四處轉貼，賺人熱淚，許效舜甚至讚許莊朱玉女是「賣夢的阿嫗」。而她於二月十三日辭世，享壽九十六歲。

莊朱玉女阿嫗出身澎湖縣吉貝，十六歲和丈夫莊

文騰移居高雄，夫妻起初經營台電外線工程業務，後因丈夫身體不好，轉到高雄港從事碼頭裝卸業務。在高雄碼頭當裝卸的工人都是同為澎湖人和台灣裡來的外地人，因收入少、生活很困苦，便主動提供丈夫公司的碼頭倉庫給工人住宿，還準備便當或自助餐免費讓他們吃，以解決這些工人的食宿問題，後來因負擔太大，只好象徵性的收三元、五元，最後近十年的時間才調為十元，但對於真的沒有錢的人，仍讓他們隨意支付或不收費，可以無限量吃到飽。

為讓眾多艱苦的工人、遊民能吃到一頓可溫飽的飯菜，莊朱玉女在高雄公園路橋下賣自助餐，而且一賣就是五十年；莊朱玉女的兒子莊吉雄描述，五十年來，母親爲了供應三餐，前後不惜變賣家裡作生意賺來的七棟房子，還是無法支應長期的愛心自助餐開銷，後來莊吉雄一肩扛下所有開支，讓母親沒有後顧之憂，繼續當「窮苦人的守護神」。

七十歲前，莊朱玉女每天煮早、午、晚三餐給艱苦人吃，七十歲後，即使年事已高，阿嫗仍堅持要煮午、

晚兩餐，直到八十歲後，家人擔心阿嬤體力無法負荷，苦勸阿嬤之後，莊朱玉女才改為每天只煮午餐一餐。幾年後，阿嬤中風，體力大不如前，才停止供餐。前後賣了七間房子應付開銷，被盛讚是「活菩薩」。家人為延續阿嬤的愛心，將以她的名字成立慈善會，幫助貧困學子和急難民眾。

有「十元便當阿嬤」、「窮人守護神」之稱的莊朱玉女阿嬤，在高雄港賣十元自助餐長達五十年，幫助過無以數計的碼頭工人，以及遊民，享壽九十六歲，舉行告別式時，來了近二千人，都是曾受過阿嬤照顧的碼頭工人，以及被其善舉感動落淚的藝人許效舜都到場送阿嬤最後一程，並稱讚阿嬤是活菩薩，希望大家永遠記得阿嬤。



行善不更窮，反增福報

台南永康朝勇企業董事長郭朝洋十四年來關注台南地區學校的弱勢學生，從高中職及國中先做起，每年固定捐助二十五所高中職及國中，今年加入母校協進

國小，他實地走訪兩百多所學校，一年兩次將獎助金頒給學生。助學十四年不中斷，每年至少捐出二百萬元給弱勢學生，他感恩因行善積德才能夠數次遇到大難而不死，還交給兒子二千萬元，在他百年之後至少要再為他行善十年。

七十三歲的郭董事長說起，因為小時候家窮，台南高商初中部畢業保送台南高商高中部卻沒錢註冊，因而哭了三天三夜。等到事業有成之後，將心比心的同理心之下，體念家貧孩子付不出學費的痛苦。十四年來到底捐出多少錢，他沒算過，只留給子女事業基礎，他的心得是，不論對事業還是人生行善不會更窮，反而更有福報！在獲得賴清德市長表揚他為卓越市民時，他認為金錢生不帶來死不帶去，並謙虛地表示救助弱勢的善行造福學子只是做該做的事而已。



莫輕小善，以為無福

莫輕小善業，以為無福報。

水滴雖極微，漸盈於大器。

善業漸漸增，纖毫成廣大。

〈摘自《法集要頌經》水喻品第十七〉

最近某慈善團體因開發案而爆發出將善款挪去投資等等事件，成爲社會矚目的焦點，當然最令人質疑的是善款的收支與流向問題，才是最後的爭議點。時下許多社會人士認爲在佛教界中唯有此團體才是慈善人，其他都不是。其實據我所知道，許多寺院都是默默的在爲社會付出，從貧寒救助、醫療、教育與社會教化等等都用心實行，只是沒有大肆宣傳而已，其經費來源都是寺眾省吃儉用，行有餘力爲社會付出一點心力而已。四十多年前我剛出家時，寺院即派我前往協助發放冬令救濟品給貧寒人士度過寒冬，當時此團體尙未出現呢？

我等一般凡夫俗子往往喜歡依附於有名的組織，才感受到自己的存在價值，這是很自卑的心態，如前面所提的幾個案例中，有「十元便當阿嬤」、「窮人守護神」之稱的莊朱玉女老太太爲悲念而執著，不惜賣房以讓窮人溫飽之執念而不退善心，是令人欽佩的菩薩精神；又如苗栗縣頭份鎮早餐坊的老闆娘林秋香女士與

屏東市龍華路經營燒烤、滷味生意的老闆林裕祥夫婦等等，都是微不足道的草芥人物，然而其愛心不落人後，默默的行善。誠如台南永康朝勇企業董事長郭朝洋謙虛地表示，救助弱勢的善行造福學子只是做該做的事而已。

筆者向來雲遊海外各地，於一九九九年十月初踏巴西，掛單於聖保羅市的中觀寺時，被基督教邀請爲其所辦的松年大學結業典禮上代表佛教界致詞，典禮結束後欲前往停車處搭車，其間遇到一群穿制服的佛教慈善團體志工，但卻對我視若無睹的快步離去，而開車載我的居士告訴我說：「師父！他們是無視於其他佛教存在的。」聞之我回頭望一下松年大學的會館，不禁感慨萬千，想想一個基督教的團體，竟然得知我人在當地，還誠懇的邀約，當時我初到當地受時差影響尙渾噩之中，轉達者無法清楚告知邀請單位，就茫然的前往，一到會場司儀即刻前來請我上台致詞，我婉轉的請司儀先讓其他人致詞，待我搞清楚這是甚麼儀式之後才上台致詞。致了詞之後，台灣的經濟文化辦事處處長特來寒暄，表示期盼我能留在當地，我笑一笑告知我才來一星期而

已。想不到一出會場，卻碰到自稱佛教徒的慈善團體志工，各個持有貢高我慢之態度。而近年在馬來西亞東、西馬演講時，偶然也遇到此團體的志工，幾乎都是同樣態度，故不得不為他們的無知而唏噓不已！

《金剛經》所云：「須菩提！菩薩於法，應無所住，行於布施，所謂不住色布施，不住聲香味觸法布施。須菩提！菩薩應如是布施，不住於相。何以故？若菩薩不住相布施，其福德不可思量。」布施行善在於修福報，如前所例舉幾位默默付出的活菩薩，雖看似微不足道的草芥人物，其實他們才是真正的無相布施，一種不求回饋的施捨，不以此行為而傲慢，依然持平常心而生活，這才是真正的施捨的菩薩精神。

所謂學佛，就是在學習佛菩薩的六度精神，從身、口、意中去斷貪、瞋、痴三毒心，而我們應如善財童子五十三參般，由我們身邊的人事物中觀察起，覺悟與體會，那是佛說的一切法，是我們修行的準則，願一切眾生離苦得樂。



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。

元亨佛學研究所 元亨推廣教育



瑜伽現量之探討(上)

摘要

本文主旨為探討陳那論師的瑜伽現場量意涵。陳那對瑜伽現量的定義為「諸修定者，離教分別」及「瑜伽師所教，無雜見」。而法稱則說：「現證四諦無常等十六行相所成聖者，身中離分別，無錯亂智」。然而註釋資料並不多，所以本文想從經論中去引證及剖析其定義之意涵。《瑜伽師地論》中所說用的「清淨現量」相當於「瑜伽現量」。其定義為「出世智於所行境，有知為知，無知為無，有上知有上，無上知無上」。而《俱舍論》則以煖、頂二善根及下忍善根觀四諦理，具修

◎ 林維明／國立政治大學宗教研究所

十六行相；中忍善根觀八諦三十二行相減緣滅行，上忍善根及世第一法善根均修持一剎那觀一行相，故此四善根是現證四諦無常等十六行相的修行階位。說一切有部主張依見現觀和緣見觀的漸現觀；而且承認依事現觀是頓現觀的。本文對這些義理詳加闡釋。並且舉出《大毗婆沙論》中論師們對瑜伽現觀的問題，例如單說觀苦行相；現觀為何先修欲界苦，再合觀色，無色二界苦呢？還有反詰問現；及現見和辦事的差別等問題的剖析，使修行者對瑜伽現量有更深刻的瞭解與認知。

一、前言

演培長老徵文：



(一) 問題意識

宋立道在其論文中曾談說：「瑜伽現量是理性的直觀活動，只有修習真實義所成的聖者才有體證真如的功夫。陳那《集量論》僅僅提到而已；法稱只在《釋量論》中才多說幾句。它是為佛教最終解脫的目標設置的，我們無法討論它」。^①

的確陳那與法稱都認為現量有根、意、自證及瑜伽四種。陳那在《因明正理門論本》中只說：「諸修定者，離教分別，皆是現量。」^②另外在《集量論略解》第六頌說：「瑜伽師所教，無雜見唯義。」^③而法稱在其《釋量論》卷六頌文中云：「瑜伽智前說，彼等修所成。」^④另在其釋文中說：「現證如前所說彼等：四諦無常等十六行相瑜伽師之智，即是瑜伽現量，以是修習真實義所成聖者身中離分別無錯亂智故。」沈劍英在其著作《佛家邏輯》中提及「諸修定者，離教分別，為瑜伽現量。」^⑤對瑜伽現量的真實義，因學者們在這方面的研究不多，所以引起筆者的研究動機。

(二) 研究範圍及主要滿考文獻

由於研究的主題是研討瑜伽現量的定義及其含蓋的內容，所以研究範圍很明確。在參考文獻上主要以《瑜伽師地論》及《俱舍論》為主。

(三) 研究方法、目的及進路

在研究方法上是精讀佛教經論對本主題的相關論述，對「名相」疑惑之處，將以文獻學方法進行字源追溯和字詞解析，而在義理方面不解之處則採取教理的詮釋方式加以剖析。

本文的研究目的是想充分了解陳那論師對瑜伽現量的定義之義理，因此研究結果不僅對學術界具有貢獻，而且對修行者想要求解脫者也提供一條正確的方向可供修持。

本文之研究進路，首先論述《瑜伽師地論》對瑜伽現量的定義，再就《俱舍論》有關四諦十六行相內容加

以詮釋，以及對瑜伽現觀問題進行探討，最後提出結論。筆者相信透過本文的剖析可使修行者理解何謂瑜伽現量？其內容如何？應如何修行等問題獲得滿意的答案。

二、《瑜伽師地論》對瑜伽現量的詮釋

(一) 現量的定義

《瑜伽師地論》卷十五云：「現量者，謂有三種：

一、非不現見；二、示思應思；三、示錯亂境界。」^⑥

因此所謂現量是指現前觀察所得的知識，以及包括使用演繹法、歸納法所得肯定的推論的結果。在未見道者，其意識和意根（第七識）以為五蘊（色、受、想、行、識）和合的人是我所有。這是一種錯亂的境界，故為非現量。而前五識和第八識則永遠都是現量。因為第八識永遠都是如實的了別，故是在現量境界。而前五識如眼識只能了別青、黃、赤、白等顯色；其他耳、鼻、舌、身四識，亦各有所司，而不去作判斷，故永遠是現量。

《緣起聖道經》中佛陀曾說：「我復思惟：由誰

有故，而有老死，如是老死復由何緣？我於此事如理思惟，便生如是如實現觀：由有生故，便有老死，如是老死由生為緣。」^⑦在佛陀的思惟中，「由有生故，便有老死」是一種自然律的歸納，係觀察大量同類的事件發現都有相同的因果關係，而導致的結論，這種思惟方法稱為「歸納法」。而當確定「必須有生，才會有死」的前題是可成立的，而推得「如果沒有生就不會有老死」的結論，這是一種「演繹法」。因為人類本來就不可能週遍地觀察所有現象，所以現量境界包括現前觀察所得的知識及由意識肯定的歸納和演繹所得之結論。是故呂貞觀認為：「現量可定義為現前所得之知識及以此為基礎所作的邏輯推論。此邏輯推論是包括十分確定的歸納法或完全可肯定的演繹法推論，但不十分肯定的推測和臆想不包括含在內。」^⑧

(二) 何謂瑜伽現量？

《瑜伽師地論》卷十五云：「問：如是現量誰所有耶？答：略說四種所有。一、色根現量；二、意受現量；三、世間現量；四、清淨現量……或有清淨現量，

非世間現量，謂出世智於所行境，有知為有，無知為無，有上知有上，無上知無上。如是等類，名不共世間清淨現量。」^⑨引文中所稱的清淨現量就是陳那和法稱所謂的瑜伽現量。

對於「清淨現量」中的「清淨」，有必要作語源上的探討。南傳佛教覺音著《清淨道論》，「清淨」的巴利文是visuddhi。《清淨道論》序言：「住戒有慧人，修習心與慧，有勒住比丘，彼當解此結。」^⑩其意思是若要斷煩惱，證涅槃就必須依戒、定、慧三學漸次修習才能證入。即包括戒、心、見、度疑、道非道智見、行道智見、和智見清淨等七清淨。其中後面五種稱為慧。《瑜伽師地論》卷九四及《成實論》卷十五，亦有相同的說法^⑪。由於七清淨是比丘安住戒律，依止觀修持。

《瑜伽師地論》說：「如是七種清淨為依，漸次修集，乃至獲得諸漏永盡無造涅槃。」^⑫所以根據以上之引文可推論《瑜伽師地論》所稱的清淨現量就是瑜伽現量。

而在對瑜伽現量的定義中的「有知為有，無知為無」是「所成立自性」相當於現代文法學的肯定句及否

定句。而其中的「有上知有上，無上知無上」相當於現代文法學的述語。如實地知有、無及上、下是與陳那及法稱對現量的定義離分別，無錯亂相符。佛教義理就是五明中的「內明」是滅除煩惱及生死所需認識的真相，也就是追求解脫的原理。而「因明學」是論證學，相當於現代哲學上的認識論，方法論或邏輯等學問。內明與因明必須相符相成，才能成就佛法。

阿含系列經典《緣起經》將「無明」定義為「無知」。並且在列舉許多「無知」的事例後，總結說：「如是，於彼彼處如實無知、無見、無現觀、愚癡、無明、黑闇是謂無明^⑬。」依此定義若將佛教之義理視為信仰或哲學，而未作如實現觀，亦為一種「無明」。

所以在因明學中，可使用與內明有關的語言文字為命題，而以內明為因，其結果是脫離三界之繫縛。內明是觀察生命和本質而知悉的客觀事實。例如《阿含經》就以「五陰非我」為所緣。

人由於無明，就有錯誤的人生觀和世界觀及不當的

行為取向，乃至有老病死等憂悲苦惱等現象，若將無明去除掉，改為正確的人生觀和世界觀。而且具有現量的知識，則可使人格淨化，終能轉凡成聖，滅除一切煩惱痛苦而得解脫。

綜上所述，佛教的解脫原理是現前觀察一切法之現象，而發現其客觀的事實，並遵照因明的論證方式確證自然規律，矯正錯誤的行為，因而可消滅一切的煩惱。所以雖然佛教包括信仰和哲學，但其核心應該是瑜伽現量的實證。

三、《俱舍論》的四諦十六行相修持

(一) 修道階位

《俱舍論》將修道的階位分爲賢位和聖位。賢位是有漏智而修善根的階位，而聖位是發無漏智而悟正理的階位。賢位有三賢、四善根之七加行，而聖位爲見道、修道及無學道三道。

七加行的三賢位又叫外凡位、資糧位、順解脫分。

「分」與「因」同義，順解脫分的意思是此位之因行隨順涅槃之意。包括五停心，別相念位和總相念住。五停心是修不淨觀、慈悲、因緣、界分別和數息觀。此種修持，偏於修「止」，是爲欲界散定所設的。如不淨觀是對治貪慾心重者，慈悲觀爲治嗔恚心，因緣觀爲治愚痴心，界分別觀是治實我的妄見，而數息觀則是治散亂心。資糧位是偏於修福，五停心觀是思。

別相念住四念住，即是身念住、受念住、心念住及法念住。而總相念住是：(1) 觀身不淨，爲非常，對治「淨」顛倒；(2) 觀受是苦，針對「樂」顛倒；(3) 觀心，是無常對治「常」顛倒以及；(4) 觀法無我，對治「我」顛倒。別相和總相念住都是修四念住的。

四善根又叫內凡位及順抉擇分。是指此四善根能成爲見道位的殊勝因緣，順益此善根簡擇決斷四諦十六行相之修持。所以四善根是通達至聖位的加行位。包括煖、頂、忍、世第一法。四善根是偏於修慧。四善根位所修的觀法，是四諦觀，將在下節討論。七加行是進入聖道的方便位，但還是在凡夫的異生位。由此更進一步的修持，才能起無

漏智，證入見道的聖位，《俱舍論》偈頌說：「煖必至涅槃，頂終不斷善，忍不墮惡趣，世第一入離生。」¹⁴此明示修四善根可得之利益。因此在討論四善根的修持方法之前，必先對此煖、頂、忍及世第一法等名相作一詮釋。

煖位 (Usma-gata) 是有行已，到達及止住之意。煖是喻光明的煖性，表示已接近見道無漏智，如同烈火燒薪，取其具有煖性為譬喻。唯在此位尚未淨除煩惱，仍有造業退墮之可能，不過已脫離生死輪迴，終有一天會得聖道趣入涅槃，不會在惡道中流轉，修煖善根者必須要有「坐懷不亂」的愛心和心態才能證入。所以妙音說：「依求解脫，有善根生，是聖道日，前行後相，故名為煖」¹⁵，而《俱舍論》說：「煖必至涅槃」。就是此意義。猶喻太陽將出，東天初曉，明相先現，所以證得煖善根，必定至涅槃解脫之境。

頂位 (mūrdhavasthā)，什麼叫頂，《大毗婆沙論》中指出契經說：「若於佛法僧，生起微小信，孺童應當知名已得頂位。」¹⁶煖位的行相是修四諦十六行相，其修行時間長，能觀是行相，四諦是所觀。修到最極成滿

時，便生殊勝善根，名為頂法。在頂位時，亦觀四諦修十六行相。煖、頂位初起時，皆法念住。後增進時，通四念住。頂位是處於進「忍位」及退「煖位」之中間，如同人站立在山頂上，例如對三寶，在煖位時已發信心，但在加行的過程中，對三寶未深刻的知解和體會，一旦發出疑心就失掉進信力。故雖至頂位亦會退轉下來，尊者妙音用定作劃分更為明白，他說：「於欲界繫之中，在下就名為煖，在上的，名為頂。於色界繫之中，在下的名為忍，在上的名世第一法。」¹⁷

忍位 (Kṣanti-lābha) 應讀為「得忍加行」。「忍」與「認同」意義相同。觀慧力已增進到得以認同四諦，不再退墮，故稱為忍位。《大毗婆沙論》云：「菩薩昔餘生中，曾起順抉擇分，由忍力故，九十一劫不墮惡趣。」¹⁸顯示修菩薩道，亦不離四善根。忍位有上、中、下品，在下忍時，其觀行是全修四諦十六行相，但在中忍時則是觀八諦三十二行相，減緣減行¹⁹。減到最後只觀欲界的苦諦一行，而在上忍就只緣欲界苦諦下的一行相，於一剎那間修觀。

世第一法 (lokāgra-dharma) 是於上忍位起無間善根的階位，為有漏世間中最為殊勝者，故稱為世第一法。此位與上忍相同，只觀欲界苦諦於一剎那間入見道的聖位。

吳老擇在其論文中指出：「由淺而深的煖、頂、忍、世第一法的四善根次第是進入聖者位的修持法門、最高可證第三果，很適合出家，在家及大乘菩薩的修行法門。」²⁰，至於如何修持？《大毘婆沙論》卷二至卷九共有五萬七千多言闡述如何實踐而證得世第一法，而《俱舍論》卷二十三亦有詳細的論述。

南傳的《清淨道論》和《大正藏》中之《解脫道論》，屬於同一來源的翻譯論本²¹，《清淨道論》的順位是以基礎的見清淨（五蘊、十八界）²²、說度疑清淨²³（三世之疑）、說道非道智見清淨（了解道與非道之智）²⁴、說行道智見清淨（八智和隨順智），此時的種姓智或性除智即在隨順智之後並行轉起²⁵，隨順智與上品忍，種姓智與世第一法，或可說是同義異名的階位。此外，《解脫道論》的順位是令起智怖（觀過患、觀厭

離軟隨相似忍）²⁶、樂解脫智²⁷（因畏苦而起的樂解脫之心）、相似智²⁸而入性除智²⁹，所以相似智等同上品忍，而性除智就是世第一法之異名了。

綜合上述四部論的解說內容，可以看出關鍵名相的內容，其實是可以相互對應的：《清淨道論》的見清淨及說度疑清淨在於觀欲界的苦，這和《解脫道論》的觀過患、觀厭離軟隨相似忍，可以等同於《阿毘達磨大毘婆沙論》和《阿毗達磨俱舍論》之觀察諸行無常而進入煖位；而說道非道智見清淨和樂解脫智可說是到了頂位；說行道智見清淨和相似智是忍位；最後種姓智和性除智也就是世第一法，無間進入於苦法智忍也就是入須陀洹道智了。³⁰（待續）

【註釋】

- 1 宋立道（1984）《因明的現量觀》中國社會科學研究院碩士論文，收錄於《中國佛教學術論典（33）》（高雄：佛光山文教基金會）2001，頁379-380。
- 2 《因明正理門論本》，132, no. 1628, p. 3621。
- 3 陳那著，法尊譯編《集量論略解六卷》藏外佛經第二冊，方廣錫主編（北京：黃山書社）P. 2-14。

- 4 法稱著，僧成釋、法尊譯《釋量論略解九卷》同前揭書 p.2-213。
- 5 沈劍英 1994《佛家邏輯》(台北：商鼎文化)，p.290-297。
- 6 《瑜伽師地論》T30, no.1579, p.357a15-16.，《顯揚聖教論》卷十一則說：「現量者，有三種相：一、非不相見相，二、非思構所成相，三、非錯亂所見相」T31, no.1602, p.532a10-11。
- 7 《緣起聖道經》卷1, T16, no.714, p.827c6-9。
- 8 呂真觀《實證佛教導論》p.148。
- 9 《瑜伽師地論》卷15, T30, no.1579, p.357c19-29。
- 10 覺音著，葉均譯《清淨道論》p.1, Bhikkhu Nanamoli translated, "The Path of Purific Action (visuddhi-magga)" p.1.，《雜阿含經》，T1, no.99, p.160b17-21。
- 11 《瑜伽師地論》卷94, T30, no.1579, p.838a.，《成實論》卷15, T32, p.358a1.：「七淨中，戒淨，心淨名止，餘五名觀。」
- 12 《瑜伽師地論》卷94, T30, no.1579, p.838a。
- 13 《緣起經》卷1, T2, no.124, p.547c3-4。
- 14 《俱舍論》卷23, T29, no.1558, p.120, b23-24。
- 15 《大毗婆沙論》卷96, T27, no.1545, p.28a11-12。
- 16 同註15, p.26, b12-13。
- 17 同註15, p.25, c15-17。
- 18 同註15, p.33, a15-16。
- 19 四諦有色界、無色界的四諦和欲界的四諦，合於上、下八諦。而在四諦又各觀四行相，總共為三十二行相，故稱三十二行相。滅緣減行是七周轉所緣，而於三十周減行相，收縮其觀行，以利可以進行猛利的修行。
- 20 吳老擇〈《婆沙論》次第修行道與世第一法〉p.7。
- 21 有關解脫道論與清淨道論的比較，請參見夏漢年釋譯《清淨道論》，pp.300-301。

- 22 十八界：六根、六淨和六識等。
- 23 「以把握名色之緣，而越度關於(過去、現在、未來)三世的疑惑所建立的智，名為度疑清淨」。參閱《清淨道論》，p.621。
- 24 知道：「這是道，這是非道，像這樣知道了道與非道所建立的智，是為道非道智見清淨」。參閱《清淨道論》，p.629。
- 25 覺音著，葉均譯，《清淨道論》，第十八-二十二品。
- 26 智怖：以由觀滅成畏陰因畏陰生畏，三有五趣七識住九眾生居；以無常現作意令畏想；以安隱令起無想；以苦現作意成畏生；以安隱令起無生；以無我現作意；成畏相及生；以安隱令起無相及無生，觀厭離軟隨相似忍是 總語。《解脫道論》，T.32, no.1545, p.456c。
- 27 樂解脫之心：彼坐禪人，以怖現修行令起智，樂解脫智生；彼陰相是怖者，樂解脫智起；陰生為怖者，樂解脫智起；三有五趣七識住九眾生居此怖者，樂解脫智起；如火所圍鳥從彼樂解脫，如人為賊所圍，從彼樂解脫。如是彼坐禪人陰因陰生，三有五趣七識住九眾生居，此畏怖者，樂解脫智起；以無常現作意畏因，以苦現作意畏生，以無我現作意畏因及生，樂解脫智起。(同上註)
- 28 問：相似智者何義？答：相似者。四念處、四正勤、四如意足、五根、五力、七覺分、八正道分，以彼相似，此謂相似智。(同上註)
- 29 阿羅漢優波底沙，梁言大光造，僧伽波羅譯，《解脫道論》，收入《大正藏》，第三十二冊，卷212, p.456c-457a。
- 30 覺音著，葉均譯，《清淨道論》，pp.693-695。

探討《楞嚴經》眼根的修行法門(上)

◎釋慧文／淨覺僧伽大學大乘佛教思想研究所

一、前言

佛法中的八萬四千法門都是破除執著的，《楞嚴經》云：「一切祕密門，欲漏不先除……一根既返源，六根成解脫，見聞如幻翳。」^①這段經文是修行的重點，《楞嚴經》中二十五圓通是依據六塵、六識、六根、七大來修證，因此法法都平等，到最後都可以契悟，修證到圓通境界。而我們在這看似真實，卻是如幻如化的世界中，應該如何找到從眼根解脫的方法呢？

本文討論的是以「眼根」為研究主軸，探討的重點分為「信解門」：首先分析眼根的虛實性，非實因緣

生，亦非自然生；「行證門」方面：舉阿那律陀尊者如何修證得解脫，最後結論是筆者對「眼根既返源，六根成解脫」的心得體悟。

二、研究動機與目的

佛陀開示這部經的因緣非常特殊，是緣起於摩登伽女「見」阿難相好莊嚴，以咒術使其攝入淫席；又阿難當初發心出家，也同樣是因「見」如來三十二相。佛告訴阿難：「使汝流轉，心目為咎。」因此，筆者試將《楞嚴經》的真正價值，從「眼根」來做更客觀、更詳細的分析與理解，進一步開闡此經獨特的意義，這是撰



寫本文的主要動機！

憨山大師言：「不知楞嚴，則不知修心迷悟之關鍵。」^②修行學佛的目的是爲了要能「明心見性」，而明心見性是佛法中最究竟，最真實的無上道，如六祖大師云：「不識本心，學法無益。」^③而《楞嚴經》是教人「明心」澈見本來面目，明辨邪正，是修行者菩提道上的一盞大明燈，而於日常行住坐臥當中，能夠磨鍊迴光返照的功夫，在認識自己、淨化自己、提升自己的過程中，找到安身立命之處，此是筆者撰寫本文的目的。

三、研究範圍

《楞嚴經》是一部立足於如來藏心，依其作爲修證基礎的經典，所研討的範圍非常廣，本文選擇有關「眼根」爲研究主軸，從根解結的修行意趣，闡明其圓頓的意義。研究範圍就以《楞嚴經》爲主，以及參考：(1) 宋·長水、子璿大師述《楞嚴經義疏注經科》(2) 宋·溫陵、戒環大師解《楞嚴經要解》(3) 宋·惟慤大師科、可度大師箋《楞嚴經箋》(4) 明·交光、真鑑大師作《楞嚴

經正脈疏科》(5) 明·交光、真鑑大師述《楞嚴經正脈疏懸示》(6) 《楞嚴經正脈疏》(7) 蕩益大師《楞嚴經玄義文句》(8) 曾鳳儀撰《楞嚴經宗通》(9) 佐以《中觀》「四不生」的道理及蕩益大師的天臺判教理論爲輔。白話翻譯多取材於圓瑛法師著《大佛頂首楞嚴經講義》、海仁法師《大佛頂首楞嚴經白話講記》、淨心長老講述《大佛頂首楞嚴經講記》、淨心長老佛學講座《大佛頂首楞嚴經》DVD等爲輔，其中的圖表是參考果濱居士編撰《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經圖表暨註解》、鄭水吉居士編《楞嚴經新表解》。

四、研究分析

第一章 佛典中如何談眼根

世間法將世界分成物質界和精神界二大部分，研究物質的學問就稱爲科學，而研究人生的就稱爲哲學，然而，不論科學或哲學再怎麼努力，其範疇始終跳不出色受想行識五蘊，佛法則不然，其明確地指出五蘊乃是虛妄不實的，若能照破五蘊，即破除我執；破除我執可即至解脫境界，在《楞嚴經》上提出使汝輪轉生死的結縛

根本，只在汝的六根、身心——五蘊身心，更無他物，此為修行的下手處，因此將透過從佛典中如何談眼根，及醫學上如何談眼根，分別介紹眼根如何形成：眼根如何形成在《楞嚴經》中有詳細的解釋，卷四云：

由明暗等二種相形，於妙圓中粘湛發見，見精映色，結色成根，根元目為清淨四大，因名眼體，如蒲萄朵，浮根四塵，流逸奔色。^④

這一段經文是說：由於明、暗等二種色塵，相對的形色，因此在妙覺圓明真性中，粘薰湛然不動的阿賴耶識，妄發生出能見之性能，當能見之性能對映色塵時，就攬取明、暗二種色塵，外結明、暗二色成爲內四大的勝義眼根，此根爲浮塵根的本元，名爲清淨四大（地水火風）所成，依勝義根，而成浮塵根，名肉眼之體，這就形成眼睛猶如蒲萄朵的形狀（即眼珠子狀），這個見精就寄託肉眼的浮塵根上，向外攀緣一切の色塵境界，終日流逸奔馳於色塵上。

根據《佛光大辭典》：四塵又作四微。指色塵、香

塵、味塵、觸塵。塵，梵語：artha，新譯作境；爲垢染眾生心之義。

(一) 色塵，指青、黃等顯色，及長、短、方、圓等形色。

(二) 香塵，指好、惡等之氣味。

(三) 味塵，指甘、醋等之味。

(四) 觸塵，指能造之地、水、火、風四大，及滑、澀等之性。

依據《俱舍論》卷四所載，物質之最小單位「極微」形成之時，必須由四大（地水火風）及四塵（色香味觸）等八事俱生，缺一法而不可，稱爲「八事俱生隨一不滅」，若加身根或聲，稱爲九事俱生；再加眼根，則爲十事俱生，並以四大爲能造，四塵爲所造；亦即以四大之相倚而造極微，由極微相聚而成色法。經云：

云何八事？謂四大種及四所造色香味觸，無聲、有根，諸極微聚，此俱生事，或九或十，有身根聚，九事俱生，八事如前，身為第九，有餘根聚，十事俱生，九事如前，加眼等一，眼、耳、鼻、舌必不

離身，展轉相望，處各別故，於前諸聚，若有聲生，如次數增九、十、十一。^⑤

在《阿毘達磨順正理論·卷十》中的說法也是相同：

云何八事？謂四大種，及四所造色香味觸，此若有聲，即成九事，而不說者，顯因大種相擊故生，非如色等恒時有故，無聲、有根，諸極微聚，此俱生事，或九或十，有身根聚，九事俱生，八事如前，身為第九，有餘根聚，十事俱生，九事如身，加眼等一，眼、耳、鼻、舌必不離身，依身轉故，四根展轉相離而生，處各別故，此有根聚，若有聲生，加所生聲，成十、十一。^⑥

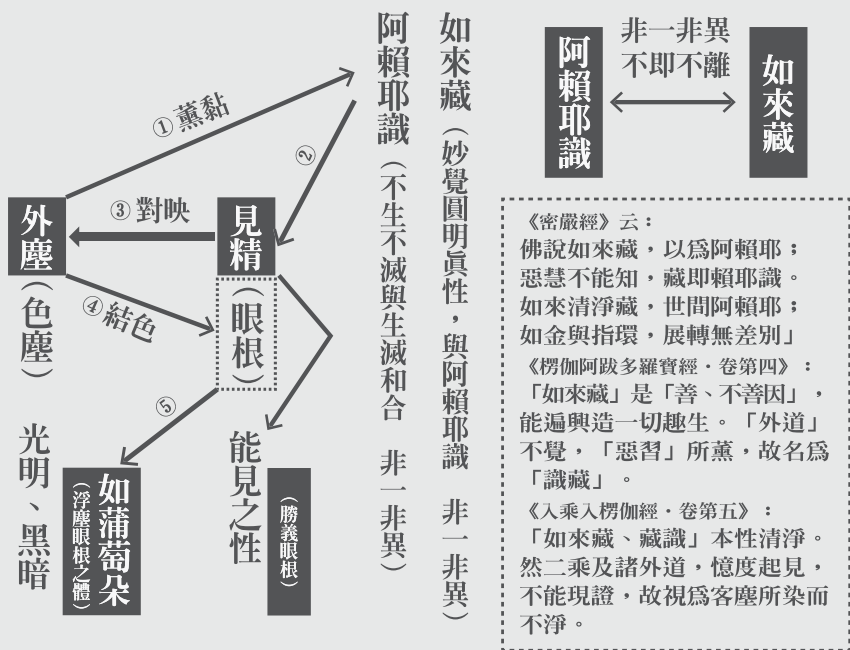
載：

元魏·菩提留支譯《佛說法集經》卷七中亦相同記

菩薩如是觀色，略有二種：一者四大，二者依四大，四大者：謂地水火風；依四大者：謂色香味觸，如是廣有八種色。^⑦

以上透過所舉的經典，皆詳細的陳述，四大（地水火風）及四塵（色香味觸）等八事，對於「眼根如何形成」更深層的彰顯其意義。

下面再附上圖解，分析「眼根如何形成」之詳細過程：^⑧



佛教經論中還有很多記載「眼根如何形成」如《禪法要解》云：

如眼者，四大、四塵、身根、眼根，十事和合白黑等，肉團名為眼……問曰：眼根四大所造，不可定色，云何分別？答曰：四大（地水火風為能造）及四大造（色香味觸為所造），淨色和合故名為眼，若除是色，則無有眼……若除四大及四大造色則無眼。⑨

《瑜伽師地論》云：

問：「色蘊中，眼幾物所攝？答：若據相攝唯有一物，謂眼識所依清淨色。若據不相離，攝則有七物，謂即此眼及與身、地、色、香、味、觸。若皆據界攝，則有十物。即此七物界，及水火風界。如眼耳鼻舌當知亦爾。」⑩

《阿毘曇心論經》云：

眼根微塵有十種，當知十種不相離義也，謂：地、水、火、風、色、香、味、觸、眼根、身根，此等十種常不相離。耳鼻舌亦如是。⑪

以上所列舉的經論，說明眼根是如何形成呢？是因為有四大、四塵……等眾多因緣和合所生，假名為「眼」。

隋·慧思大師針對眼根形成之眾多因緣，也有一一逐步作詳細分析，在《隨自意三昧》云：

何者是眼？清自非眼，童人亦非眼，色亦非是眼，精及中淚亦非是眼，這骨亦非是眼。若一一是眼，應有眾多眼，無多眼故，當知非一一是眼。若共成一眼，是義不然，無和合故。盲及眾緣一一皆空，無有集散，各無生滅，空明亦然，畢竟空寂。⑫

經過種種細部之分析，眼根分作「清」、「童人」（瞳仁）、精、中淚及色等各種因緣條件來思惟，用智慧來觀察眼根形成，予以破除執著，進一步了達諸法本

空。眼根只是虛妄，不即因緣亦不離因緣，非因緣亦非自然。在《雜阿含經》也云：

眼生時無有來處，滅時無有去處。如是眼不實而生，生已盡滅，有業報而無作者。⑬

這部經典也說明眼根的形成，沒有真實的來處，也沒有真實的滅處，眼根只是眾因緣和合之業報所生。雖然眼根是虛妄，但我們要得解脫，也是不能離開眼根，如《勝思惟梵天所問經》云：

眼是入解脫門，如是耳鼻舌身意，是入解脫門，何以故？眼空無我、無我所，自性爾故。……當知諸入皆是入解脫門。⑭

第二章 醫學上如何談眼根

本節將從醫學立場上，談眼根構造是如何形成？藉此說明眼根之虛妄性。於眼睛構造，如下文附圖：⑮

眼睛的構造圖一

功能

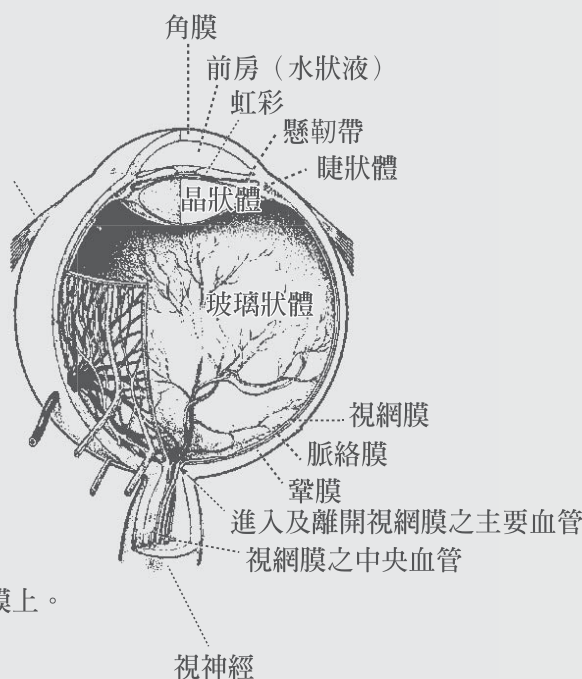
保護層

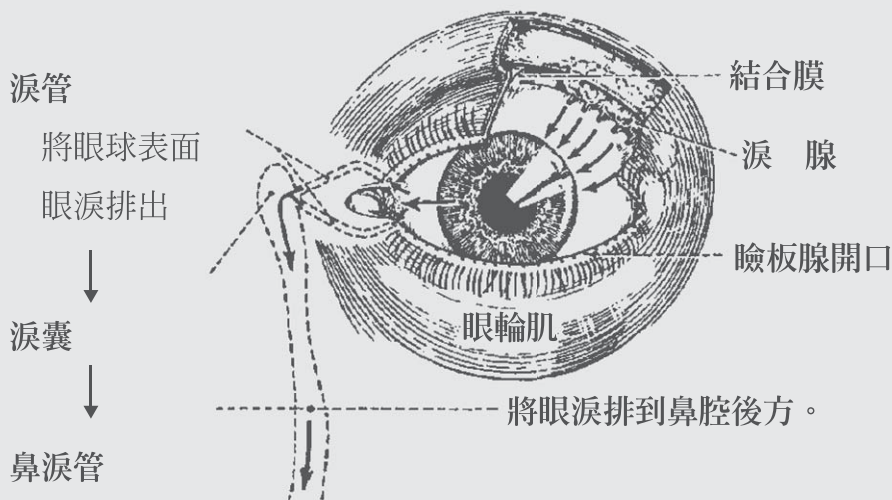
維持眼球形狀及保護脆弱之內層。
讓光線通過。
使眼睛能固定一個軌道上活動。

供應層

控制瞳孔之大小及進入光線之強弱。
產生水狀液。
收縮時向前移。
放鬆時改變晶狀體（鏡片）之曲度以觀察近物。
將光線聚合使焦點在視網膜上。

感光層





在醫學上所談的眼睛構造是由三層構成（眼睛構造圖

一）：

(1) 外層為鞏膜：堅硬纖維組織為眼睛白色部分。前方為透明角膜。外緣肌肉附著在鞏膜上。

(2) 中層為血管色素層：含有眼球內主要動脈及靜脈。前方有一圓形開口，即瞳孔，瞳孔週圍有一輪具色素之肌肉即虹彩。

(3) 內層為神經層即視網膜：位於眼球後方含視覺接受體，（感光層）高度特化接受光線之刺激，將光能轉變成神經衝動↓將神經衝動送到腦部枕葉之視覺中樞。

以上略述醫學上的眼睛構造，由此在和第一節眼根的定義中比較分析，就如同《大毘婆沙等經論》所說：眼根是由筋肉所組成者，為扶根（扶塵根），為可見有對；不可見而有能見之作用者為眼，稱為勝義根，為不可見有對（視神經）。

視神經（勝義眼根）必須接受光線之刺激，才有能見的性能。因此醫學上的能見的性能，也是如同《楞嚴經》中所說：能見之性能（勝義眼根）是外結明、暗二

色成爲內四大的勝義眼根。從以上醫學的眼睛構造分析當中，到底我們眼睛的形狀，應該是眼睛構造圖一或二呢？是圖一便非圖二，是圖二便非圖一，而眼睛構造是不即也不離圖一、圖二，眼睛構造實是一，於其之中，本無是、無非是二相，爲何有別？只因無明妄執故。又由眼睛構造圖當中，我們想想看？其實眼根只是筋肉、視神經、淚管、血管……等種種眾多條件因緣所組合，而眼根就如同一台攝影機，它只是由眾多零件和種種因緣所構成，我們就給它一個假名稱作「攝影機」。

《中論》云：「眾因緣生法，我說即是無，亦為是假名，亦是中道義，未曾有一法，不從因緣生，是故一切法，無不是空者。」¹⁶這首偈頌說明：一切因緣所生法都是空的，這種因緣所生的法，又名「假名」，又名中道，但爲教化眾生，故以假名說。又《般若燈論釋》云：「若言從緣生者，亦是空之異名，何以故？因施設故，世間出世間法，並是世諦所作，如是施設名字即是中道。」¹⁷即因緣、緣起↓空↓假名。

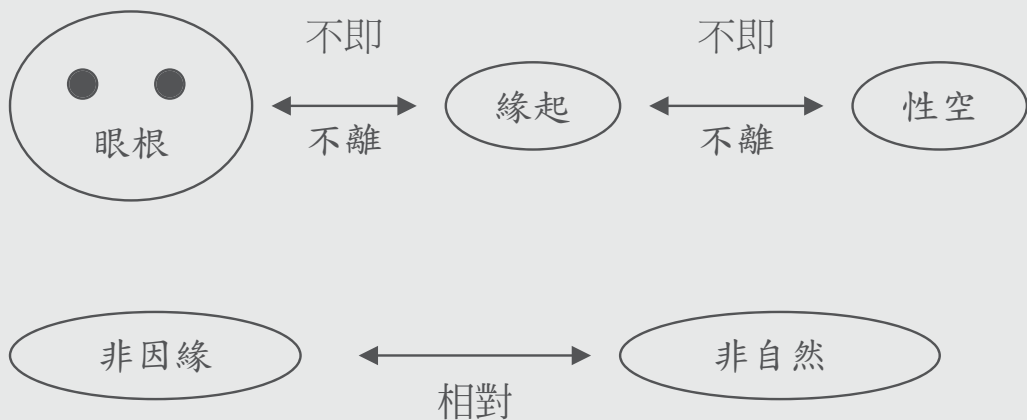
從醫學的分析中，所得到的答案也是相同的，眼根

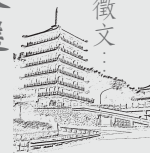
非從外層之鞏膜而來、也非從中層之血管色素層來、也非從內層之神經層即視網膜來、也非從明暗來、也非從色塵來、也非從虛空來……，只是眾多因緣和合形成眼根，眼根是寄於諸緣，而所施設之假名爲「眼睛」，並無實體、無真實眼根可得；但眼根也不離彼種種的因緣。而所謂「因緣法」，是生滅、假生，無有自性，此即「因緣即空」，因此並非有真實可得的因緣、也非固定實有的因緣，也非一成不變的因緣。所以「眼根虛妄，非真實因緣，亦非自然而生」，以圖表三（本文後）說明之。（待續）

【註釋】

- ① 《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》，《大正藏》第十九冊，頁313上。
- ② 《憨山老人夢遊集·卷18》，《卍正藏》第七十三冊，頁590下。
- ③ 《六祖大師法寶壇經·卷1》，《大正藏》第四十八冊，頁349上。
- ④ 《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》，《大正藏》第十九冊，頁123中。
- ⑤ 《阿毘達磨俱舍論·卷四》，《大正藏》第二十九冊，頁18中。
- ⑥ 《阿毘達磨順正理論·卷十》，《大正藏》第二十九冊，頁383下。
- ⑦ 《佛說法集經·卷七》，《大正藏》第十七冊，頁623上。
- ⑧ 果濱編撰大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經圖表暨註解，光德寺淨覺僧伽大學。
- ⑨ 《禪法要解·卷2》，《大正藏》第十五冊，頁292下。
- ⑩ 《瑜伽師地論卷·卷54》，《大正藏》第二十冊，頁596下。
- ⑪ 《阿毘曇心論經·卷1》，《大正藏》第二十八冊，頁837下。
- ⑫ 《隨自意三昧·卷1》，《卍續藏》第五十五冊，頁503下。
- ⑬ 《雜阿含經·卷13》，《大正藏》第二冊，頁92下。
- ⑭ 《勝思惟梵天所問經·卷2》，《大正藏》第十五冊，頁72中。
- ⑮ 參照發行人：鍾廖權，譯者：范永達國科會研究員，《圖解生理學》，頁231-241，出版者：財團法人徐氏基金會，中華民國81年6月10日初版四刷。
- ⑯ 《中論》，《大正藏》第二十冊，頁33中。
- ⑰ 《般若燈論釋》，《大正藏》第二十冊，頁126中。

圖表三





《大乘大集地藏十輪經》譯出對地藏法門之影響

——以玄奘及神昉為主——(上)

◎釋振慈／壹同女眾佛學

前言

關於地藏菩薩法門相關經典，後世合稱「地藏三經」，分別為《大乘大集地藏十輪經》、《地藏菩薩本願經》、《占察善惡業報經》。其中《大乘大集地藏十輪經》與先前北涼時代所譯出《大方廣十輪經》是同本異譯的經典，前者的翻譯者是唐代的玄奘大師，而後者雖為早譯但譯者不明。

同本異譯乍看似乎沒有重譯之必要，又玄奘大師本人亦非崇信地藏法門，但從隋唐二代背景來看，確有弘傳過程中，因三階教的大力引用該經，致使經典

受到質疑情事發生。據《大乘大集地藏十輪經》擔任筆受及後序作者的神昉自言，此經之所以譯出，乃是請大師重譯，當時及後代學者普遍以為神昉是三階教信仰者，此是一大疑點，如神昉真為三階教人，則此經則可說為是三階教為鞏固自家學派，而請玄奘大師翻譯。

本文以先探討隋唐二代地藏法的概況為切入點，了解當時地藏法門的弘揚所遇到的狀況與瓶頸。再從神昉的生平推論是否真為三階教門人，及從僅存著作《大乘十輪經鈔》中得知當時請譯的主要原因。最後以玄奘大師的翻譯完成，所帶給與地藏法門之後的發展影響。

在近期研究中，多以地藏信仰源起探討、或地藏懺儀研究主題，而對該經的注意也多只是只有將此劃分為地藏興起期的分水嶺等線索^①，對於專注該經譯成的時代背景，與動機並無關注，做深入研究。但該部分的相關著書，仍有許多參考的地方，如：光中法師編《大唐玄奘三藏傳史彙編》、湯用彤《隋唐佛教史稿》、藍吉富《隋代佛教史述論》、日本學者矢吹慶輝原著·藍吉富編《三階教殘卷》；專文則有汪娟《歷代地藏懺儀析論》、黃永武編《敦煌寶藏》等前人研究成果，都在本文撰述時，帶來莫大幫助，對於架構地藏法門的時代背景，都有相當大的助益。

一、隋唐二代之地藏法門概況的

最早出現地藏菩薩名號的經典，為西秦（三八五—三四一）聖堅所譯《佛說羅摩伽經》^②，此與《釋迦方志》晉朝已傳入中國並有信仰記錄^③，其時間約近相同，雖有學者以為時間應為更後期，在此法門真正傳入時間，尚不在本文處理範圍，亦不影響論點，故暫以四世紀末至五世紀初為地藏法門傳入中國時間點。後來

北涼（三八五—三四一）所譯出《大方廣十輪經》，描述地藏菩薩的形相及其悲願力，此為第一次跳脫名稱概念，對菩薩做真正認識、具體化瞭解；隋代（五八一—六一八）譯出《占察善惡業報經》該經以禮拜地藏菩薩，即能消除罪業，並以木輪投擲得其文字辨別吉凶。從稱名至形相出現，再至禮拜可懺罪，並用占卜方式知吉凶，做為未來預測方法，足見地藏法門的普遍化與深入民心，只在兩百多年的時間而已。

由於《大方廣十輪經》、《占察善惡業報經》在地藏法門所依據的重要經典，雖於隋唐二朝已見流傳，並廣泛為時下盛行的三階教所採用，引為教義的主要依據，但實際上從二部經典都在當時備受質疑狀況來看，地藏法門至少在玄奘大師重譯《大乘大集地藏十輪經》前，是呈現受阻、備受眾疑的局面，所以先由此二經典說明，法門的弘傳概況。然而地藏法門的興起除了經典譯出，及三階教的大力採用外，還因為末法思想的盛傳，使得悲願心重的地藏菩薩，受到廣大教徒的信仰，所以此一末法思想，亦是法門興起的主要條件之一。

(一) 《大方廣十輪經》與《占察善惡業報經》

三階教為隋代僧人信行創立的一個教團組織。興起於隋開皇七年（五八七），由相州知事奏聞隋文帝後，開皇九年召入長安並設三階教寺五所。開皇十四年信行卒，六年後該教不為時人所許，敕斷不傳行⁴，爾後屢受朝廷的禁止和各宗派的攻擊。唐末更被認為異端邪說，經隋唐兩代四次敕令斷傳，日衰終盡不傳。由第六世紀之末掘起，經過第七、八世紀的發展，前後約三至四百年間。

初創者信行所著《三階佛法》卷第一中，以《涅槃經》文明白指稱，現世為第三階佛法收攝為引證，特別著重末法思想，信仰者應行「普佛普法」之行，並多用其他經典論證該教的教義⁵，以確定該教設立的根源與合於時流之必要性，但書題內容雜亂，分科繁鎖不清，義解多艱澀難懂。三階教教籍多採類集型態，如《涅槃經》、《大集月藏分經》乃至《雜阿含》多達十多種經文，但主要是依據當時北涼所譯的《大方廣十輪經》而立論，於所著《三階佛法》四卷中，共引證涼譯百次之多，以地藏菩薩為信仰依止並稱名，而有地藏教之稱。由於教義宗旨與行持方式，與當時佛教界的理論和修行

不協調，經中又常批判其他宗門，而招到其他宗派的反斥與評破，如淨土宗懷感《釋淨土群疑論》中即嚴正評論信行禪師自立其義，而自乖其趣⁶。在信行卒後沒多久，費長房於《歷代三寶紀》中評言此途亦是萬衢之一術也，但人愛同惡異，緣是時復致譏⁷，可證知，當時的該教與其他學派間對立狀況。至於該教被禁斷的理由《開元釋教錄》指雖為引多經而證三階教教義，然而多是穿鑿附會，而多違反聖旨，冒充真宗假說，故開皇二十年首次禁斷不行⁸。

然而另部經典《占察善惡業報經》在開皇十七年《歷代三寶紀》中曾載錄，以為菩提登在外國譯，但卻似近代妄出，而視為偽經。在此更早開皇十三年（五九三）因廣州有人因依經以自撲法滅罪，並男女雜合行懺，而招人告狀說為妖法，最後經由堪定為偽經並禁止此經流通⁹。雖然目前不能得知塔懺法是何種懺法，然追溯最早記載的《歷代三寶紀》、與《大唐內典錄》¹⁰皆將塔懺法指稱為男女雜合行懺的行為，之後道宣法師的《續高僧傳》中更明白寫出：「行自撲法以為滅罪，而男女合雜妄承密行，……官司檢察謂是妖異。¹¹」足見塔懺法之不行，癥

結點在於因男女合雜密行，而非懺法本身有問題。

在判為偽經後的百年，《大周刊定眾經目錄》（六九五）以僧人得德感與弘景，聯合奏請將《占察善惡業報經》等先前被列為偽經者，納入經錄當中，當時武則天僑東都佛授記寺沙門明佺，刊定編入正經¹²；稍後《開元釋教錄》（七三〇）則以「法門八萬理乃多途，自非金口所宣何得顯斯奧旨。」說明採納入經目之原由¹³，文中並將原有男女雜合文字刪除，正式將該將納入正經中，後來的《貞元新定釋教目錄》（八〇〇）也依照之前《開元釋教錄》將該經刊定編入，從此《占察善惡業報經》脫離偽經行列，普遍為世人所接受。關於請奏入目錄的僧人德感、弘景二人，筆者在查詢相關資料時，發現他們為當時的著名譯經者，曾助實叉難陀翻譯華嚴經¹⁴，關於實叉難陀亦為《地藏菩薩本願經》的譯者，來自西域于闐地方，玄奘回中國時曾路過該國，記載人眾多學習大乘法¹⁵，據依此點實叉難陀自是對大乘經典多有瞭解，是否二人是在譯經處與實叉難陀討論，得到確實關於《占察經》的真偽答案，這是個令人起疑的地方，但此一問題已超出本文討論範圍，留待以後有專文再做討論。

（二）末法思想的帶動

末法思想可在原始佛教經典《雜阿含經》¹⁶中發現，因末法人民樂行諸惡，說相似法來化眾，而有佛法衰滅之可能性。此思想與真實間的關聯性，可在印度佛教發展史中得到明證，印度境內本屬多種信仰的綜合體，在佛世時有著名的外道六師，及長久深入民心基礎穩固的婆羅門教，都是擁有廣大信仰族群，反觀佛教在當時只屬於新掘起的新興宗教，但由於受到當時國王推崇，佛教便趁此助力，在本土得以深植發根。大護法阿育王時代，將佛法首度弘傳至斯里蘭卡等印度之外，然隨阿育王死，其後代卻對佛教沒有善意，反而更破壞其所造之塔及毀寺之舉¹⁷。這是最早見有毀滅佛教的運動；其後在如來滅後四百年，西北印度出現另一次佛教興盛時代，其貴霜王朝迦膩色迦王，因王的大力支持，有部的《大毘婆沙論》才得以順利結集完成，然迦膩色迦王亡後，訖利多種復自稱王，斥逐僧徒，毀壞佛法¹⁸，可視為印度的另一次滅佛運動，此後末法思想更加興盛，並從印度漸傳入本土；建德三年（五七四）在五世紀末的中國，也發生了北周武帝滅佛運動¹⁹，此後更強化了末法思想之潮。除了經典描述末法時的濁世可

怕、人心險惡，在現實層面則發生滅佛或排斥佛教的狀況，兩者相互證明下，強調末法思想，行持可得滅罪業的地藏法門，就在此思潮下孕育茁長。

綜合以上二點，地藏法門在隋唐二朝，已經普遍流傳，現知在翻譯者玄奘大師所處的年代，至少已有《大方廣十輪經》、《占察善惡業報經》二部經典譯出流行。因末法思想盛行、三階教的大興、《占察經》的占卜吉凶，契合人心對未知的恐懼，因緣合會下引領法門普及漸廣。然而流傳情況卻多受到阻礙，例如經典中《大方廣十輪經》為失譯，並多為朝廷所禁斷的三階教所強烈採用；另一本《占察善惡業報經》則視為偽經，禁止通行。從地藏菩薩名號傳入中土，到有經典譯出，廣受大眾普遍信仰，前後時間推測大約從三世紀末至五世紀末，約莫兩百年。隋朝開皇年間，伴隨著信行被召入朝，三階教內部的大力提倡，讓此傳入近兩百年的法門，一躍成為取代彌勒菩薩之位，別出與印度不同的四菩薩名稱，成為中國特有的四大菩薩之一；然在弘傳過程中，不免染上出處不能判別，及經典真偽不明，而招致佛教內部一些人對此法門持有存疑態度。（待續）

【註釋】

- 1 《中國地藏信仰研究》尹富·四川出版集團巴蜀書社·民100年10月·p.2。
- 2 《佛說羅摩伽經》卷1 (CBETA, T10, no. 294, p. 851, c27)。
- 3 《釋迦方志》卷2 (CBETA 51, no. 2088, p. 972, b26-28)。
- 4 《歷代三寶紀》卷12 (CBETA, T49, no. 2034, p. 105, c3)。
- 5 《冥報記》卷1· (CBETA, T51, no. 2082, p. 788, b10)。
- 6 《釋淨土群疑論》卷4·CBETA, T47, no. 1960, p. 50, b26。
- 7 《歷代三寶紀》卷12· (CBETA, T49, no. 2034, p. 105, b28-c1)。
- 8 《開元釋教錄》卷18· (CBETA, T55, no. 2154, p. 679, a3-5)。
- 9 《歷代三寶紀》卷12 (CBETA, T49, no. 2034, p. 106, c8-22)。
- 10 《大唐內典錄》卷5 (CBETA, T55, no. 2149, p. 279, b4-5)。
- 11 《續高僧傳》卷2· (CBETA, T50, no. 2060, p. 435, c29-p. 436, a2)。
- 12 《大周刊定眾經目錄》卷11 (CBETA, T55, no. 2153, p. 442, b1-10)。
- 13 《開元釋教錄》卷7· (CBETA, T55, no. 2154, p. 551, a20-21)。
- 14 《宋高僧傳》卷2 (CBETA, T50, no. 2061, p. 719, b6-13)·:《佛祖統紀》卷10 (CBETA, T49, no. 2035, p. 201, c23-24)。
- 15 《大唐西域記》卷12 (CBETA, T51, no. 2087, p. 943, a14-24)。
- 16 《雜阿含經》卷32 (CBETA, T02, no. 99, p. 226, c2-13)。
- 17 《雜阿含經》卷25 (CBETA, T02, no. 99, p. 181, b26-c4)。
- 18 《大唐西域記》卷3 (CBETA, T51, no. 2087, p. 887, a17-19)。
- 19 「初斷佛、道二教，經像悉毀，罷沙門、道士，並令還民，並禁諸淫祀，禮典所不載者，盡除之。」《周書·武帝紀上》令狐德棻，中華書局，1971版，85頁。

法音宣流

佛法利益

◎主講·釋淨明

時間·一〇四年三月二十一日

地點·梵音講堂(夜間佛學開學典禮)

諸位法師，諸位菩薩，大家阿彌陀佛！看到每個人的臉上都帶著法喜的笑容，相信今天是大家歡喜的日子。為什麼大家會呈現如此的法喜呢？觀察了一下，我想最大的理由乃是期待重修佛法的新學期又即將開始。由此可見佛法對人生產生的實質利益，帶給聞法者精神的快樂，與身體的安定，這是多麼的不可思議。

「佛學」是一個名詞，但「學佛」卻是一個動名詞。從諸位法師的教授開始，我們經由佛法的熏修，學習佛法的一些名相概念，雖然清楚明白，但要體會到一定的程度，卻須經過一段相當的時間。經常也會有信眾來與我討論，為什麼學佛這麼久了，但境界一來就被考倒呢？由此可見您對佛法體悟的程度到哪裡。

要如何學習才能真正的得到佛法利益呢？其實方法不難。佛陀經常告誡弟子所謂：「聞、思、修」三階段。第一，從我們親近善知識開始，才能有因緣「聽聞正法」。就像您們現在利用晚上到元亨寺來熏習佛法，如此的精進才能知道修行的理念

妙林園地



與方向。第二，對佛教的教理稍有理解之後，開始「如理思惟」。依著佛陀所教導的法來思惟與實踐，雖然照著道理去做，但也很容易起顛倒心，生起無明的煩惱。因此必須在作務當中不斷的磨練，智慧的波羅蜜才能在諸多的考驗中自然的生起。第三，即「法隨法行」，從這些生起的波羅蜜中，仍須一番的淬練，因為雖有波羅蜜生起，但仍屬於世間的智慧，故須漸漸的在實證中從世間的世俗智轉到出世間的解脫智。

如此「聞、思、修」三階段的次第，能引導我們從一位無聞凡夫，慢慢進入修道的次第。看起來雖只是三個階段，但必須經過很長三大阿僧祇劫的磨練，在漸修漸斷中成就我們無上的佛道。所謂「人成即佛成」，「人」字才二劃，但要做到圓滿很不容易。無論您如何的做人，別人一定會有話要說，所以是很難做到滿眾生願。雖說如此，但只要我們發一份長遠心，經常不斷的熏習，常隨佛法。以普賢十大願做為我們策動的力量，難忍能忍，難行能行，不假時日，一定可以親自體悟到佛法在我們身心產生的實質利益。它不但利益這期生命不再造惡業，更利益到在多生累劫中種下涅槃的因。希望諸位菩薩能好好的多聞熏習，將佛法的利益落實在我們的日常生活當中，那就要恭喜您是一位有智慧的「佛法利益」者。☸

禪七講話

無字公案

◎主講·釋曰慧

時間·甲戌新正·第三日

地點·觀自在蘭若

我們所參的話頭，既然是個「無」字，總不能不談談它的來由。

它的來由，本出自中唐趙州從諗禪師答僧問狗子有無佛性的公案。但是，看「無」字話，卻是始自北宋蘄州五祖山法演禪師。

某日，演禪師上堂，舉——

僧問趙州：「狗子還有佛性也無？」

趙州答說：「無。」

又問：「一切眾生皆有佛性，狗子為甚麼卻無？」

答言：「為伊有業識在。」

演禪師自己接下來又說：「大眾！爾諸人，尋常作麼生會？老僧尋常只舉『無』字便休。爾若透得這一箇字，天下人不奈爾何。爾諸人，作麼生透？還有透得徹底麼？有則出來道看，我也不要爾道有，也不要爾道無，也不要爾道不有不無，



爾作麼生道？」（註一）

禪師的再傳弟子徑山宗杲也曾教人參這則公案的「無」字，如他答陳季任的信說（註二）：

僧問趙州：「狗子還有佛性也無？」州云：「無。」這一（無）字，便是箇破生死疑心底刀子也。這刀子橛柄，只在當人手中，教別人下手不得，須是自家下手始得。

若捨得性命，方肯自下手；若捨性命不得，且只管在疑不破處崖將去。驀然自肯，捨命一下便了。那時方信靜時便是鬧時底，鬧時便是靜時底，語時便是默時底，默時便是語時底。（用）不著問人，亦自然不受邪師胡說亂道也……

請公只恁麼用心，日用二六時中，不得執生死佛道是有，不得撥生死佛道歸無，但只看狗子還有佛性也無？趙州云：「無。」切不可向意根下卜度，不可向言語上作活計，又不得向開口處承當，又不得向擊石火閃電光處會。狗子還有佛性也無？無！但只如此參。亦不得將心待悟待休歇，若將心待悟待休歇，則轉沒交涉矣。

杲禪師又在他給李伯和的信中說（註三）：

疑生不知來處，死不知去處底心未忘，則是生死交加，但向交加處看箇話頭，僧問趙州和尚：「狗子還有佛性也無？」州云：「無。」但將這疑生不知來處，死不知去處底心，移來「無」字上，則交加之心不行矣；交加之心既不行，則疑生

死來去底心將絕矣，但向欲絕未絕處與之廝崖，時節因緣到來，驀然噴地一下便了。

又給妙心孫長文信中說（註四）：

疑情未破，但只看箇古人入道底話頭，移逐日許多作妄想底心來話頭上，則一切不行矣。僧問趙州：「狗子還有佛性也無？」州云：「無。」只這一字，便是斷生死路頭底刀子也。妄念起時，但舉箇「無」字，舉來舉去，驀地絕消息，便是歸家穩坐處也。此外，別無奇特。前所云，難進底一步，不覺驀然過矣。

這則狗子佛性公案，全提（註五）是「狗子還有佛性也無？無」，單提（註六）則只提一個「無」字。

照演禪師所說：「老僧尋常只舉無字便休。」這表示他平常是用單提的，或者說他傾向於單提的主張。


照所引杲禪師二篇書信中的幾段文字，曾有五處舉似這則公案（舉文直言話頭），而且，都是全提；雖然，在這些全提中，卻有三處教示只教單提。尤其是給李伯和及孫長文信中，教將疑生死來去的心移在「無」字上，及妄念起時但舉個「無」字，說得非常清楚。可見他，還是教人平時只消單提的。不過，在他的《語錄》中，凡是舉似人時，幾乎都用全提。這很可能是表示，在必要時，例如話頭失落，或間斷，或不清楚，還是要用全提。因為，全提有激發疑情的作用。

如上所述，杲禪師教人參禪，主要在教人參話頭。話頭的盛行，似乎也是因為他

的大力提倡。他教參話頭，是單刀直入的，也是腳踏實地的。所以，參話頭的人，不論行住坐臥，要時時提撕舉覺，把許多胡思亂想都移到所參的這個無意義不明白的話頭之上，話頭失落時，要記得舉起，話頭舉起正現在前時，要疑話頭；像圓悟禪師所說：「不疑言句，是爲大病。」（註七）但這箇疑，照宗杲禪師的說法，它的界限，只許定位在起疑的邊緣上，絕對不許進一步生起是如何如何的言句的領域裏。所以，他處處教人參話頭；不要用思量卜度，不要得分曉、作道理，不要向宗師言說處領略，不用向古人開口處計較。總之，就是不許用思想語言去推敲，或用心意識去分別。

真正用功修行，是要在行住坐臥的二六時中，都能串習的。而這中間，又分蒲團上用功和日用中用功。蒲團上用功，除切忌落在無事甲裏外，通常會出現兩般病，即心無力不明了的昏沈狀態和心失控極散亂的掉舉狀態。這兩種病，不論那一種，禪師只教舉起話頭看著，不必用力排遣。若是在日用喧鬧中，也不必怕鬧，以求迴避，要在鬧中記取靜時的工夫。日久話頭得力，諸病自除。

【附註】

- 一、見《法演禪師語錄》下，《大正》四七·六六五中、下。
- 二、見《大慧普覺禪師語錄》卷二十六，《大正》四七·九三三上至下。
- 三、見前書卷二十三，《大正》四七·九一一上。
- 四、見前書卷二十二，《大正》四七·九〇三中、下。
- 五、六、全提、單提，在公案的用語中，並非全是此意，此處亦是借用。
- 七、見《指月錄》卷三十一，第四頁。

話說因緣

南台灣禪師紀實

◎ 禪慧戒定／台北三慧講堂圖書館創辦人

現在要介紹的這位禪師，今年已經將近一百歲了。

在南台灣一個偏僻、幽靜的臨濟宗道場，我曾經在那裡渡過兩個寒、暑假；那時我還在佛學院念書，只有放假才回去。

原本是在家佛教、在家龍華齋堂，後來陳姓堂主迎請台南開元寺派下的一位禪師擔任住持，加以改建。宏偉的大雄寶殿，寬敞的東西兩邊禪房，確實是個修行辦道的好地方。

住持師父是日治時代留學日本禪興禪林的一位禪師，年輕時受過嚴格禪堂、禪宗教育訓練，道道地地的禪師。

他的威儀很莊嚴，任何時候看到他，都是衣著整潔，言行端莊。如果偶爾從你

妙林園地



附近經過，一陣風似的，腰桿永遠像喬木那樣地挺直，令人不禁肅然起敬，正心合掌！所謂「行如風、立如松、坐如鐘、臥如弓」，實在是不可多見標準的禪僧風範。

雖然很多人以「長老」尊稱這位住持師父，但我還是習慣稱他「老師」，因為我認識他時，他在南部幾所佛學院教書。日本佛教禪宗禪堂的「師家」(Zen-Master)——指德學兼優，具備指導坐「禪」資格的老「師」、「禪師」，這是非常尊貴、特定的稱呼，不是普通一般學校的「老師」可以比擬。

由於時間久遠，我已經不記得曾經請教過「老師」什麼問題，但他的身教勝於言教，對剛出家的我，影響極大、極深。正如夢參老和尚談〈親近弘一律師的經驗〉：「他的教育，就是身教。」

住持師父既是日本禪林出身，道場建築當然有他獨特的風格。一踏進山(三)門，日式的庭園，花木扶疏，白色細小的石頭，乾淨的步道，猶如置身人間淨土！這種舒適怡然的感覺，與我留學日本回國前，旅遊、參訪京都佛教古剎時，所感受到的空靈美感，十分相似。

不同的是，缺少那份質樸、悠遠歷史的滄桑氛圍。

在台灣，有不少走過三、四百年歲月的宗教道場與古厝，不知「文化財」的重

要，往往以大取勝，唯新是尚，稍微老舊點，即拆掉重建。千篇一律的新式建物，經行其間，無法感受到昔日之風華！令人十分惋惜、遺憾，這難道不是台灣歷史文化無法挽救的一大損失嗎？

幽美宜人的環境，也是花時間整理出來的。寒暑假在那裡時，早餐後，第一件事是掃落葉。住持師父也沒閒著，除非有事外出，每天早上都可以看到他拿著竹掃把，很專心的清掃庭院。上、下埕庭園，足足要掃上半天。繁花似錦的院子，到處蝴蝶飛舞，蟬聲不斷；還有自己種的有機蔬菜，綠油油一大片，青翠欲滴。春天來臨，金黃色的油菜花迎風招展，如此賞心悅目的美麗花園、菜園，令人忘卻工作的疲乏。


像這樣充滿禪意的道場，在五十年代的台灣實在少見。但不知怎的，住眾不多，到底是「管理委員會」的問題，還是主、客觀等其他因素，就不得而知了。

先是當家師住沒幾年就走了，大約在民國六十三年（一九七四）左右，住持師父也辭職回原道場。

我曾經對年輕的一輩說：「如果住持師父和當家師父還在那裡，我很可能住在那兒，繼續修行。即使日後出國留學回來，我還是會回去，因為我喜歡那裡的環境。還有住持師父做人處事，一絲不苟，從不囉嗦，認真負責的態度。那我往後的人生，將重新改寫，……。」

人生種種因緣，真的很不可思議！感謝在不同階段，所遇到的不同善知識，所給我的潛移默化，啓發與教誨。

佛家常說「三世因緣」，「各有因緣莫羨人」。過去、現在、未來，不知在哪一生，哪一世，哪一時空下，曾經有過的善緣、惡緣，染緣、淨緣，法緣、孽緣，一旦因（主因，種子）緣（關係，條件）成熟，不管你喜歡不喜歡，不分東、西、南、北，上天、下海，想逃也逃不掉，想躲也躲不了；好因緣固然讓你歡喜，惡因緣如影隨形，常常由不得人！

在無常變化、有限生命當中，所遇到的人與事，有的緣深，有的緣淺。不管緣深、緣淺，幾十年或幾個月、幾天、幾小時，甚至只有一面之緣，或擦身而過，都是寶貴、難得之緣！把握當下、現前所擁有的，真誠相待，不負今生相遇、相識亦或相知、相惜之緣，一旦緣盡，可以了無遺憾。您說是嗎？

波羅蜜園地

明淨之心

◎ 釋生定

在佛教的修道中，初學者應如何才能體解無上甚深微妙法？相信很多人是不得其門而入，爲何此說？因爲佛法爲了因應眾生之根器，無論行門或解門，施設了所謂「八萬四千」法門。但在這諸多法門中，是否有更具體含攝這些諸法，簡明而能道盡佛法的切要之門呢？以下就「明心、淨心」說明一切解行之要。

在八萬四千法門之中，最能說明修行核心的法門，我想是「一切法門，以明心爲要」、「一切行門，以淨心爲要」，這兩門最爲重要。

第一，「明心」之要，無如念佛，憶佛、念佛，現前當來，必定見佛。不假方便，自得心開。八萬四千法門當中「明心」是最爲重要，心是一切萬惡之源，起惑造業也都是由心而生起。如何調伏這顆如猿猴得樹，騰躍蹕躑，難可禁制的心，相信這是眾生最迫切想得到的答案。也因無始以來的習氣煩惱，妄念不息，沒有真正的「真

妙林園地



心」，除非已證果之聖人，否則一切都是「妄心」。以虛妄之心看世間，想必然一切也是虛妄不實。又該如何才可以清楚明白我們這顆心？徹悟禪師懇切教示「無如念佛」。眾生若能時時刻刻內心憶佛、念佛，則能清楚當下的心是善是惡是非善非惡，明心之後方能見性，則現前或將來必定可以見佛。

第二，「淨心」之要，無如念佛，一念相應一念佛，念念相應念念佛，佛號投於亂心，亂心不得不佛。一切行門當中以「淨心」最為重要，修行過程心中的三毒是否經常生起，不善心所是否熾盛不已。易言之，即是觀察心是否已清淨的問題。但又要如何清淨？徹悟禪師仍懇惻之至奉勸「無如念佛」。您可能會質疑為何在行門與解門上都勸誡「無如念佛」，淨心與念佛又有何關係？其實心中的不清淨是無始劫以來所累積的習氣煩惱，若只一味在不淨上起煩惱，則惱上加惱，不但不能平息反而更加困惑。反之，若以念佛來轉心中的煩惱念頭，每一個念頭都只為念佛而念佛，念念都只有念佛，別無二念，自然而然能與佛心相應。若能達到這種功夫，心中的雜念煩惱自然去除，連原本的亂心也不得不轉為念佛。此理如同白天來了，黑夜自然離開，並不是白天來了將黑夜趕走。

在六道輪迴中，經云：「人天路上，佛法為上，生死海中，念佛第一。」佛法難聞今已聞，人身難得今已得，好好把握熏修佛法，能使我們身心清淨，以「明心、淨心」來度脫生死大海，念娑婆苦，念極樂樂，念念念佛，求生西方。🕉

菩提心一畝田

深入淺出談佛法

◎ 如誠

余是粗鄙人，幾爲一闡提之屬。貪求速成，在商管體系打轉多年，只知賺錢向上，不曉其他。攜愛妻跟隨科技前輩，於多媒體界工作多年。前輩是大儒之後、將門之子。建議隨其學習的年輕人，儒家讀四書，道家讀老莊，釋家讀金剛經、六祖壇經，有餘力再看《古文觀止》，足矣！前輩亦謙稱他只讀這些經典。

余不敏，認定此理。謂可受儒禪，不近佛道。因此，對金剛經、六祖壇經、老莊，都當成尋章摘句來源，常囫圇吞棗。寫程式、找軟體臭蟲，頗依靈感觸機，自付幾似禪。看了幾部電影，參了數則公案，沾沾自喜，將近道乎！實陷楞嚴之五十陰魔而不知。即便讀了佛經，都未必能自懺、自省、自知？何況不識經書如患者？

愛妻喜誦普門品、大悲咒，常有觀音聖像隨身，要我隨她同誦並茹素。我說法門不同，各自修行。先到者，回幫後者，何如？愛妻拗不過，只能合十苦笑。後愛妻病篤，隨即命終。往生前，皈依我佛。愛妻患病至離世期間，道密各教，無一不求；然

妙林園地



求之切切，應之渺渺。尙喜有定師父與法師父的悲心，予拔苦契機。後循愛妻之趾皈依，我佛慈悲，銘感五內。

定師父、法師父給予不少經書。對看慣電子檔的我來說，紙本書籍確實傳統。有感我佛指引，師父諄諄之意，及個人淒清之感，開始讀經誦經，得沐法喜。藉以淺出，與眾分享。

佛經有長有短，有多有少，又有經咒，音分漢藏，如何讀爲好？淺見以爲，不妨分形、音、義來談。

「一覺直入如來地，得悟無上第一義」，佛家接引法門萬千，繫眾生根性利鈍。如《楞嚴經》之二十五圓通，各大修行者提供修行建議，能至圓通境地。既然如此，就沒有統一模式可套用。有人相應淨土，有人支持禪宗。各派皆有所長及證悟經典，端賴學者相應與否。

若真要挑選，愚見是「短的比長的好，前面的比後面的好」。長短指的是篇幅，前後指的是時期。如看解經論經，淺嗜今人之作即可，應以古人作品爲重。科判甚好，爾後直誦原文爲要。懂能誦，不懂亦誦，因「讀書百遍，其義自見」也。誦經時，起碼能收攝眼根、耳根、舌根、意根，離「都攝六根，淨念相繼」之境不遠。

較短經文，方便持誦。持誦日久，自能背誦。能背誦，無論等候、走路，都能默誦無礙，不作妄想。如是，《準提神咒》、《拔一切業障根本得生淨土陀羅尼》、《摩訶般若波羅蜜多心經》、《大勢至菩薩念佛圓通章》、《佛說八大人覺經》、《隨念三寶經》等，都很合適。當然諸佛名號、相應偈語也很好。主要在持誦時，能安心、放心、開心。余偏愛走路，默誦諸佛菩薩名號，觀想一步一佛號，一號一生蓮。雖無佛堂，但知十方如來、三世有佛。故晨起睡前，皆虔敬叩首三拜。

初學者以國語為主，亦可隨皈依師或常去道場，誦藏語、粵語、閩南語，相應即好。至於經書，繁體為佳。因文革十年，革去太多傳統。況漢傳佛教多次譯經，先有西域人士，後為中土儒士。濟濟多士，受我佛教化及教旨感動，自覺地進行翻譯。迄今留存譯本，皆信雅達之作。且從漢隸定型以來，繁體字貌未改。閱之，可上承古風之緒，直探本意。漢字簡化五十年，為書寫簡便，略去深義，怕是承載不了厚重的文化底蘊。

若要深入，余何敢饒舌？但以講經生動幽默，又善巧方便者，推薦今人見輝法師之作。見輝法師是高雄圓道禪院住持，國學底子深厚，引古喻今，中外實例層出，實在精彩。法師講《楞嚴經》、《六祖壇經》所做投影片，圖文並茂，生動活潑，教材橫跨文、圖、影、音，正是多媒體範疇。

見輝法師用年輕世代較能接受的方式，將經典再作闡揚，正是「周雖舊邦，其命維新」今解。法師談唯識，亦講天臺；法華、楞嚴、華嚴、心經、金剛經、阿含經、

維摩詰經、大乘起信論、戒律學、八宗綱要，內容遍佛典三藏。而見輝法師不露痕跡，信手拈來，述之娓娓，論之滔滔，有淺出，能深入，恰如舌粲蓮花，令「六欲諸天來供養，天華亂墜遍虛空」也。

法師的《楞嚴經通說》、《六祖壇經通說》錄影，於網上可觀看、下載，亦有光碟版，與眾結緣。閩南諺云：「楞禪飽淨土」，與宋朝流傳諺語：「蘇文熟，吃羊肉；蘇文生，吃菜根」相仿。推淨土易，廣禪宗難。圓道禪院，揉合南北禪，以圓道為名談之，其志可嘉，其意悠遠。

涉宗派，便有門戶之見。談經典，就有真偽之考。舛舛小文，不堪負重。採傳說寓意，取其象徵，為簡便契鑰。

《六祖壇經》為南禪印證經典，也是唯一一本漢傳佛經。中土禪宗前五祖是，達摩、慧可、僧璨、道信、弘忍。達摩師以《楞伽經》為開悟的印證標準。至道信師，兼以《文殊說般若經》、《金剛經》為據。弘忍師則以《金剛經》取代《楞伽經》與《文殊說般若經》，作為傳法核心。

於第六祖，分南北禪。南禪創始人即《六祖壇經》主人翁：惠能師。之後，南禪便以《六祖壇經》、《金剛經》為印證典。北禪創始人，係弘忍師座下首席：神秀師。神秀師為兩京法主（時長安、洛陽並稱兩京）、三帝國師（則天、中宗、睿宗三

帝），後於荊州玉泉寺弘法。

玉泉寺是南北朝末期，天臺宗智顛師的傳法之地，因陳隋兩朝皇帝護持而聞名。智顛師深入法華要旨，一生講法華。所述法華之妙，九旬不斷。而佛門護法伽藍菩薩，即三國時期關雲長，亦與智顛師有關。傳云某日，智顛師於玉泉山打坐入定，定中見一將軍騎馬持刀，大喊：「還我頭來！」智顛師於定中開示：「汝喊還頭，豈非本身有頭？何須頭上安頭？況汝過五關斬六將，孰還其首？」將軍聞言大悟，皈依智顛師，發願護持佛門，為伽藍菩薩。

而智顛法師講止觀法門被一梵僧聽聞，僧云：「此與天竺《楞嚴》意旨相符。」智顛師便在天臺山築「拜經臺」，虔誠向西禮拜，望此經早日東傳。

蓋楞嚴集結後，被龍神藏至龍宮。至龍樹菩薩見龍藏有此經，閱之，歎為稀有，特地背了下來，誦出以利娑婆眾生。此經被天竺王視為珍寶，收入國藏，禁止流傳。

唐中宗時，中天竺有般刺密諦法師，知此經有無上功德，莫要深藏，極欲廣傳。聞大唐佛教興盛，三番兩次想藏經闖關，卻被查獲，不能如願。最後，以細軟白氈抄寫，剖臂藏經於血肉之中。待傷口復原，出關東渡而來。

諦師來到廣州，恰遇被貶宰相房融。二人又找彌伽釋迦、懷迪兩位精通華梵語文的僧人，於制止寺（今廣州光孝寺），展開合譯工作。由般刺密諦擔任譯主、彌伽

釋迦任譯語、懷迪爲證譯、房融筆授。此經譯畢，由房融呈中宗欲頒天下。但自則天之後，是唐朝的紅妝時代，政權鬥爭激烈，數度宮廷政變，致此經未能流傳，暫藏皇宮，少人知曉。

後北宗神秀禪師爲三朝帝師，見經錄之，攜回荊州度門寺。館陶沙門慧震於度門寺傳出，愨遇之著疏解之。後有弘沆法師，作義章開釋此經，號資中疏，其中亦引震法師義例。至此，《楞嚴經》方廣傳於世。

此經在唐代流行，與北禪有很深淵源。北宋時，天臺宗與華嚴宗開啓對楞嚴的研究風氣。明朝之後，此經成爲顯學，如憨山德清大師作《楞嚴經懸鏡》，蕩益智旭大師作《楞嚴經玄義》、《楞嚴經文句》。

古德云：「開慧楞嚴，成佛法華」。《妙法蓮華經》，一字之妙，九旬不斷。楞嚴之慧，何所擬也？徐世昌的《晚晴簃詩匯》錄有〈錢水西藕花香里讀楞嚴圖〉一詩，詩云：「茅屋三間淨掃除，藥爐經卷老僧居。自從一見楞嚴後，不讀人間糟粕書。」

《楞嚴經》以七處徵心、十番顯見、二十五圓通、四清淨明誨等法門爲眾生開解，乃至眞妄之心、精研七趣、詳辨陰魔，成爲佛法修行指南。《楞嚴經文句》後序：「至矣哉！大佛頂之爲教也！依妙性而開妙悟，起妙行而歷妙位，成妙果而歸妙

性；永超七趣沉淪，不墮修心歧徑，戒乘俱急，頓漸兩融，顯密互資，事理不二。誠教海之司南、宗乘正眼也！」可知此經增長智慧，明修證之路，免入歧途。

佛教諸宗常從各自理論詮釋此經，如禪宗、天台宗、華嚴宗、淨土宗、密宗等。這是因《楞嚴經》以修悟證為核心，做了完整歸納。經中提到建立道場的清淨軌則、佛頂神咒（又稱楞嚴咒），為密宗所引。密宗所傳大白傘蓋咒，也是楞嚴咒的一部份。二十五圓通有大勢至法王子一段，後被單獨輯為《大勢至菩薩念佛圓通章》，為淨土五經之一，是淨土宗經典。余偏好此章，常與《心經》並誦回向。

愛妻生命最後時光，係隨我長駐漳廈。妻獨愛廈門筍筍湖景色，謂市中心有一湖，遍植樹竹。築長堤、鋪石板、引虹橋，堪比西湖。余笑曰：「雖無蘇文寫此湖，但有貌美如西子者。」

妻逝，余獨留於世。駐廈期間，信步湖畔。一日，至某餐廳，迎賓處設有佛像，駐足諦觀，店曰：「三摩地素館」。憶誦楞嚴經，多有三摩地一詞。是時，《大勢至菩薩念佛圓通章》如水銀洩地而出。「二人相憶，二憶念深」、「十方如來，憐念眾生」、「若眾生心，憶佛念佛」、「以念佛心，入無生忍」、「都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一」。

曾願「天下有情人，終成久長眷屬」，雖已未能如願。此念既起，念念相繼。我

在娑婆這端，憶念甚深，妻在淨土那端，當如斯相憶。二人憶念甚小，當推己及人，不應獨享。如有成就，便念眾生。未得成就，憶念我佛。行六度，度萬行，入無生忍。聞語問之：「若眾生之需，何如？」余答：「何惜財物，亦不惜此身。於眾生有益，形神俱滅，皆不足惜。」

忽覺推背，張目四下，仍在篔簹湖畔，但已淚流滿面，得沐觀音勢至法喜。至此方知，何以諸大修行者，即從座起，頂禮佛足。這是對我佛至深、至重的謝忱，無以名之，惟有頂禮。向虛空問訊合十，謝佛菩薩洗去我一闡提資質，亦謝先室重諾，回首接引。

或云何謂佛法，如何出入？我無選擇，如斯，如實，如是。☸

生活點滴

履之印·祖孫情

◎ 朱慧娟

長長散步道，遠遠那一頭，晃呀！晃呀！小點點越來越大，弟弟像脫韁野馬，興高采烈往前奔跑著；後面急匆匆，滿頭大汗的奶奶著急呼喚：「慢些！慢些！」弟弟哪肯聽，得意的看奶奶追不上啦！這是高難度動作，腳在前、頭往後看，我估算要出差了，一個箭步向前，沒扶到他，還有二公尺。聽到哭聲，奶奶加快腳步也趕到。不知為何，我慶幸沒碰到弟弟，因為劈頭一陣謾罵，奶奶邊抓起弟弟邊怪他撒野。我們交錯而過，數落聲不停，直到夠遠了聽不到聲音，耳裡未接收到安慰和傷在哪兒、疼不疼的對話。奶奶累了，擠不出一絲溫柔。

回到馬路旁，超市門前有兩段臺階，另一位外婆帶兩歲孫女來購物，外婆還在挪位停車，小孫女邁開胖嘟嘟小腿自行爬階梯，一階就有膝蓋高，磨石階面有些粗糙，不想用細嫩的皮膚去接觸，所以盡其可能的抬高腳，踩著腳底的小鞋，準備往上登。在下面的那隻腳一起使力，好像還不太夠，所以雙臂高高舉起，總算上了一階，有經

妙林園地



驗下一階應該更容易。但是吃奶力用去大半，所以敗給了台階，一個重心不穩，還是手腳並用全頂在地上，才爬上去。這是個小失敗，小孫女心裡惱著，眼眶泛著淚珠，即將掉落。隨後外婆跟上來，操起小孫女抱在懷中，敏銳的外婆馬上知道要來段溝通。前車之鑑，以為仍是一段批評，沒想到卻是兩個問話。前一句是問弄疼了沒？後一句是問該怎麼做才對呢？小娃娃當然要想一想，所以我假裝同路，跟了一段，心滿意足的得到一個建設性答案：「要牽外婆的手」，將來我和孫子的互動也要和外婆看齊。

進入賣場，目標轉到第三對祖孫，一看就知道他們來吹冷氣的，錢包、提袋都沒有，寶寶還不會走，他是祖母手臂上唯一最重要的。祖母喜歡嬌艷的緞帶花，時而遠觀、時而近看，一步一步慢慢欣賞著，寶寶也跟著心平氣和東看看西看看。你難預料，哪時候，寶寶隨機學會五顏六色、千姿百態；學會歸屬、分類，學會輕巧小包裝的豆子放上面、沉重大包裝的鮮米放下面；餐具和生鮮食品中間有段小距離，可能放著各式飲料，沾染冰涼氣意。可以學到的知識很多，比起上學老師說得口沫橫飛有效多了，是一個聰明的祖母。

爺爺也沒閒著，當傍晚時分，很容易看到騎一輛腳踏車雙載祖孫倆的身影，一對過去，又另一對過去。後面，來了一小群，小姊姊騎三輪車在路的內側，外沿弟弟坐爺爺車前的竹椅中，緩緩前進。耳中聽到不斷的叮嚀、及時的鼓勵、隨機的生活介紹、伴隨可愛娃娃牙牙學語、清脆笑聲。這一切媲美世界名曲，是名畫的翻版。

有一段影片，一群二、三十人在拍團體照，小朋友蹲在最前面，後面阿婆抱著還不懂事的調皮娃；大家歡欣鼓舞要留下喜悅的印記，調皮娃被箝制行動有些生氣，左顧右盼，想出奇招，做個唐突舉動，也許來個童子獅吼、也許放肆的往後倒吧！好把自己提升成爲焦點。但剛才左顧的那一眼，有個熟悉臉孔和記憶重疊，他的頭又擺了回來，旁邊是阿公耶！所以當一、二、三快門按下時，一隻小手臂環住老人家的背。而其他人到底做了什麼表情，我全漏啦！影片重播再看吧！

嘉嘉滿七個月，要練習接受副食品，媽媽在餵，我在旁觀，吃一口看我一眼，第二口轉過頭又看一眼。靈光一現，莫非那一眼是在探詢；我是不是該給他一個表情？平時我很嚴肅、無趣的。還好瞄過電腦動畫裡那個啦啦姑娘，手舉高高、拍拍拍、好棒！猜猜嘉嘉怎麼了？回復一個大大的笑，把已經送進嘴裡的米漿活生生流出來，以下再含一口一定要討個棒棒，這演變成吃東西的快樂時光。

小朋友有些時候拘限在自我領域中，悶頭一直哭勸不停的那種，現在他願意開放一個管道和旁邊的人溝通。緊握時機，除了父母之外，建立更多的聯結，他的人格才可能友善完整。





心靈饗宴

快樂哪裡找？

◎ 葉麗華 晚晴協會理事長

快樂是什麼？快樂哪裡找？這是許多現代人所關注的。

那麼，快樂是什麼呢？它是一種抽象的情感，一種可以讓內心愉悅、感動的感覺；至少會有人是這麼認為的。每個人生存在同一個世界裡、時間裡，但是對快樂的感受卻都不同，有人認為，衣食溫飽是一種快樂，因為想起這世界上還有許多人無法像自己一樣衣食無缺時，所以知道自己是幸運的、是幸福的，所以就快樂——因為知足而快樂。而第二種快樂，則是休閒娛樂，因為在做這些事的時候，總能尋找到許多有趣、愉悅、感動的感覺，所以快樂。還有一種最重要的快樂，就是能活在這世界上，因為活著，所以才能夠做自己想做未做的事、喜歡的事……等。更讓我能好好地珍惜所擁有的一切，所以，活著是一件令人快樂的事。

我們知道：佛，不只是信仰，它還是「生活」。想要「快樂」，也可以是簡單地，坐下來禪修。不要忘了生命中還有「這個選項」。所有人都希望，離苦得樂。不

管是達官貴人也好、平民百姓也好。理解到男女之間，會分道揚鑣的主要因素——可能是兩人心目中的「樂」，已不是同一個了。自然對情感的挫折能過豁達面對。試想：交往初始，男女總是覺得，只要跟你（妳）在一起，就非常開心。但後來漸漸的，也許是男人的目光焦點變了，也或許是女人的目光焦點變了——總之，兩人的「樂」已兜不在一起了。這時我們會說，某某人「變心」了。說「變心」是也沒錯，但，把它看做「兜不在一起」，對留下來的人，會比較可以釋懷。因為你會了解：不是你（妳）不夠好，不是你（妳）付出得太少或愛得太多，或太黏人或太不黏人，也不是因為你不够帥、不够有錢或是不够美、身材不够好……。男女交往到如此，只不過是因為，他（她）的快樂，已經不在你（妳）身上。

就算是你（被留下來的人），要你接受不喜歡的人事物，我相信你也不會肯。對方也相同——人都一樣，所有的希望都是離苦得樂——有人看到這，也許會覺得憤恨不平，或覺得疑惑，為什麼當初他（她）的快樂，明明是在我身上，後來卻變了呢？雖然如此，但是，就算找到原因，知道了真相，你也不見得會快樂。

要記得眼下最重要的，是你的舒坦，而不是其他人的。

當我們活得快樂，身邊的人也會受影響，但我們是否了解快樂的泉源？現代人長期生活緊張忙碌、面對各式各樣的壓力、情緒緊繃壓抑、無法獲得適當的抒解或發洩，很容易就會導致憂鬱、焦慮、失眠、以及其他的心身症狀。面對緊張的生活，總

是讓人感到透不過氣來，一再累積下去，如何快樂得起來呢？然而，從另一方面來想，面對這些壓力，如果不從緊湊的生活步調中尋找一些快樂，那諸多辛苦又所為何來呢？人生最快樂的事莫過於，「隨心所欲不後悔」，選你所愛，愛你所選，有所為，有所不為，尊重自己，選擇自我的方向，人生才算找到方向。

快樂是自己用心尋找得來的，只要換個想法，轉個念頭，人生會更好。如此即使遇到挫折、失敗、也能秉持著一顆樂觀開朗的心，在逆境中培養出積極正向的情緒，學會用幽默的眼光看待不愉快的事情，將逆境轉化為順境。真正的快樂是發自內心的，不需要戴著面具，就顯得容光煥發。

快樂的定義是什麼？其實這個問題，過去當我汲汲營營忙著考試、工作之時，會突然想到「我的努力究竟是為了什麼？」「為生活所做的努力不就是想讓自己能享受心靈的幸福與喜樂嗎？」「如果我可以每天找尋一些快樂，那我的生活就充實又幸福了！」「如果有一天，我的生命面臨突如其來的改變，我是否能坦然接受？」不管我外在擁有多少，我還是我。了解自己，確定方向，繼而設定目標，就會做得更好，也更快樂。

只要您能夠時時秉持著一顆開朗的心，那麼您在看待這世界的每一面時，都會發覺他的可愛之處；當您覺得凡事都很美的同時，您的心也跟著快樂了起來。

快樂不會自己來，需要去找尋；但是，快樂也不難找，只要是您需求的，只要是您想要的，快樂也俯拾皆是。快樂很簡單，就是獲得自己所想要的。在生活中尋找快樂的證據，每天時時心懷感恩，感恩早上還可以起床、可以彎腰撿東西、可以來到人間，感恩生活中每一件小事。

「找到生命的方向，就是重生。」。曾在雜誌上閱讀某學者指出，世上有三種人：一、忙著工作但仍左顧右盼的人；二、我行我素者；三、集萬千寵愛於一身，在人生舞台上展現光芒的人。自己要選擇哪一種人生，在於自己。家庭主婦可能會感覺自己沒有人生的價值——「每天都必須煮飯給先生孩子吃。」若轉個心念，「我每天都煮飯給自己吃，而先生和孩子是搭伙食的。」那麼，一切又不同了。人不可能以相同的自己來換取不同的未來；快樂的人生是一個充滿不同變化的人生。「快樂一定要做自己生命的主人。」切記，只要有緣分，不怕緣來得遲、只要找到路，就不怕路遙遠，正所謂「山不轉路轉，路不轉人轉，人不轉心轉」，只要轉換一下心念，任何事情都可以是很快樂的！

要知道，人一輩子不會只有快樂，一定要帶些許悲傷、些許痛苦、些許憤怒，才會使人生更完整，悲傷過後帶來的快樂，會如雨過天晴般的絢麗；痛苦過後帶來的快樂，將如大病初癒般的輕盈；憤怒過後帶來的快樂，更如心無旁騖般的輕鬆，學會從生活大小事中，慢慢地體會，細細地品嚐，必將帶來好多不一樣的感覺與快樂！祝福大家都能夠找到屬於自己的快樂殿堂。





點亮生命

報恩觀世音菩薩

◎ 殘僧

觀世音菩薩！

大發菩提心，

救度眾生，朝朝暮暮，

春來春去，

永無休止。

慈悲為懷，處處現金身，

見娑婆苦難，一心救度，無盡期。

楊枝水灑凡塵，甘露潤群生，

悠悠歲月長，鎮日思想長夜思量，

魂夢憶觀音。

菩薩啊！

報恩初唱普陀山上，

古箏一曲回首望身世，
家境本清寒，憶母親景況，
手持清香祈求觀音，
化解苦難，苦難化解，
遂得平安永難忘。

報恩再唱，觸景神傷，
古箏二曲回頭望前時，飄零復渺茫，
橋下當睡床，魂飛魄散神志迷惘，
承蒙觀音喚回魂魄，
我身得救，長懷想，
幾曲古箏，報恩長。

【緣起】

余幼時疾病纏身，母愛其子，祈求觀音，日日口唸大悲咒、心憶菩薩像，從不間斷，漸除病苦令色身好轉。又因菩薩護祐，余與家妹能避水厄得以活命……。

菩薩救度眾生，誠如經典所言，不僅可除病苦亦能免災厄，余深信有菩薩，故自幼乃至出家，皆能大事化小，小事化無。🙏

關心家中長輩 從“保命防跌”做起

健康有約



◎家庭醫學科/楊久嫻主治醫師

陳奶奶，七十歲，有糖尿病多年，但去年在家中浴室上廁所時不慎跌倒了兩次，雖然沒有造成骨折，但跌倒後，許奶奶就很害怕上廁所再次跌倒，因而常常憋尿以減少去廁所的次數，也沒有以往那麼喜歡和鄰居朋友出門散步，喜歡窩在椅子上看電視。許奶奶也因為常常憋尿，近來常因為泌尿道感染而反覆住院。幾次住院下來，許奶奶的兒子發現她體力、精神大不如前，目前還有一條導尿管留置，生活已經無法自理，他覺得許奶奶這一年來退化的很快，前來門診詢問這樣的變化是因為年紀大造成自然的功能退化嗎？家中是否有類似情況的長輩呢？

健康有約



跌倒不是老化的自然現象！

跌倒是老年常見之意外傷害之一，據統計，跌倒更是我國老人事故傷害的第二大死因。雖然跌倒的機率和死亡率隨著年齡增加而上升，但跌倒並不是單純老化可以解釋，也不只是“不小心”而已；跌倒的背後往往隱藏著許多老人的健康問題，是需要進一步去評估的，而且是可以預防的。

跌倒危險因子包括，年齡、原有疾病或慢性病、步態和平衡問題（例如有巴金森氏症、或是中風的後遺症）、週邊神經障礙（例如糖尿病造成腳末端感覺下降）、眩暈、下肢肌肉無力（在台灣，大眾普遍認為老人肢體虛弱無力是正常，也很少鼓

勵老人做運動，以避免傷害，但卻使老年人的肌力更加退步）、視力因素（例如有白內障，但老年人往往不自覺，以為是老化造成的視力下降而已）等因素。藥物本身也常是造成跌倒的重要因素之一，老年人常用的藥物包括安眠藥、鎮定劑、高血壓或心臟病可能會使用到利尿劑、感冒藥裡面可能有抗組織胺成分、腰痠背痛時可能會使用的肌肉鬆弛劑等等，都可能會造成跌倒。

如果沒有骨折，應該沒有關係？

很多人以為跌倒對老年人來說如果沒有造成實質上身體的傷害或損傷，例如骨折等，應該就無大礙。也因為如此“跌倒”的事件就常被家屬忽略。但是其實老年人只要一跌倒，就會使得他們產生心理上的恐懼，他們會因為害怕跌倒而減少活動量，活動量的下降造成生活功能的逐漸喪失，如便秘、尿失禁、失眠、心肺功能下降等。不活動會加速骨質流失的速度，也造成骨折的風險。在社會角色上也造成社交隔離。之後就會像一開始提到許奶奶的案例一樣，體力、精神大不如前，因為反覆感染而住院。所以“跌一下”雖沒有馬上造成骨折，或致死性的傷害，但是後續造成的身體心理變化仍可能使死亡率上升。

要保命就要“防跌”

所以如果家中有老年在最近一年內有跌倒過，那麼他們會是再次跌倒而造成傷害的高危群。應該積極地找出他們跌倒的原因。可至本院長壽醫療整合門診就醫。

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9月01日出刊)

《妙林》第27卷2月號【收支表】(104/03/01~104/04/30)

收 入：

1. 上期結轉	NT\$232,218.00	
2. 助印善款	38,905.00	NT\$271,123.00

費 用：

1. 稿 費	NT\$ 19,835.00	
2. 印 刷 費(妙林)	66,500.00	
3. 郵 電 費	32,045.00	NT\$184,861.00

結轉下期 NT\$152,743.00

本期發行 3,300冊



教
息
會
報



【104/03/01~104/04/30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：15320元：蔡清美(美金500元)。10000元：三寶弟子。2000元：余蓮珍。

1000元：蘇榮坤、李榮、顏姬梅。(計30,320元)

稿費助印：835元：釋會忍。2000元：王文岑。900元：果雲。

500元：覺愍。400元：陳海晏。(計4,635元)

劃撥助印：571-573：2000元：宏法禪寺。1000元：游文卿、盧雅婷。(計4000元-50元=3,950元)

合 計：現金30,320+稿費4,635+劃撥3,950= 38,905.00元

清明隨筆

無我五四三

◎無我圖·文



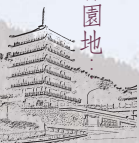
日月潭青年活動中心

「無我」非我，只是個故事敘述者，每當有人想聽故事，他就出現，平常他是不存在的。就像最近，妙林三番兩次邀稿、鏗而不捨，「無我」義不容辭就當仁不讓，出來嘮叨一番了。

剛過去的這個清明假期一連四天，爲了配合國人掃墓的習慣，幾乎所有的活動都停辦，連往年這個季節一向霪雨紛紛的時節雨也不再落下了。假期第一天一大早，我們駕車直奔沙崙農場，一面享受自製的堅果麵包與手沖咖啡早餐，一面欣賞野地裏成雙成對、賣力跳著求偶舞的環頸雉，漫天飛舞、此起彼落。直到日上三竿，才離開一望無垠的西瓜田與牧草大草原，轉往仁德糖廠內的虎山國小寫生。一路上人車稀少，糖廠內的大樹下圍坐著三三兩兩的男女老幼，泡茶聊天、一派悠閒。顯然台灣人的休閒習慣隨著時代變遷，正在不斷改變，堅持一定要在清明祭祖的人越來越少了。

數典不忘祖是華人的優良傳統，也是我們能教導孩子最好的文化傳承，如果我們養成習慣，天天甚至無時無刻禮敬諸佛、尊天敬祖，又何須搶頭香於一天、一時、一刻之間？六道輪迴、生死疲勞，人是因緣和合而生、而老死，死後不論如何處理遺體，剩下的骨灰、遺骸就單純是骨灰與遺骸而已，我們的祖先根本不會再依存在那裏，更不會住在墳頭抑或納骨塔中。賢肖子孫不忘本，諸佛菩薩、列祖列宗就住在自己的心田裏，矢志護持修行，一日不成佛、一日不罷休。其餘的就是士、農、工、商各自隨著業力牽引，六道輪迴去了，一切都是心甘情願、

妙林園地





橋頭糖廠白屋



橋頭糖廠百年水塔古蹟

絲毫也勉強不得。八年前，老伴兒往生，生前特別交代火葬後骨灰要放置在元亨寺納骨塔，她生前怕寂寞，死後想要跟父母親住在一起。滿她的願當然無庸置疑！不過，自己的遺囑是往生後將大體捐給醫學院，任憑處置，最終樹葬即可。道理已如前所述，再清楚不過。

清明節當天恰逢週日，一早就看到黑壓壓的人群排成一長列，不是搶頭香拜拜、祭祖，也不是爭購優惠券，而是排隊搶購潤餅皮。這幾天，兒女都出遠門，就剩自己一個老貨仔看家，心想中餐好歹也跟著大家回味一下潤餅的滋味兒，於是騎著風火輪就上街了。不料，老遠騎到潤餅店，才聽說因為潤餅皮生意太忙，含餡潤餅停賣。不死心連跑三家，竟然全體口徑一致，含餡潤餅不賣就是不賣。怎麼辦？當然乖乖回家下廚煮素麵裹腹啦！嘴饞腹痛最是難熬，早幾年前姤遇如此難堪的情境，肯定火冒三丈；而今頭頂驕陽、騎著自行車繞行橋頭一大圈，儘管所求不遂、未能滿足口腹之慾，卻仍能保持心平氣和，著實不可思議。是隨著馬齒漸增自然而生的智慧？還是遯跡江湖這幾年，無意間做對了某些事，養成某些好習慣使然？噢，對了！最近三、四年，一直為過敏體質所苦，全身長滿紅疹、奇癢難耐，幾乎快到藥石罔效的地步。直到兩年前，接受中醫好友建議，乾脆改變飲食習慣，茹素且晚餐斷食、僅喝流質食物，一來免受動物屍毒刺激，二來趁機改善體質。想不到糾纏多年的宿疾竟然因此不藥而癒！往昔也會動念茹素一陣子，但卻常因受不了美食誘惑而功敗垂成，這次長齋已持續將近兩年，朋友好奇詢問為何茹素？「時候到了！」是他們聽到的不二回應。當然，持續多年的




空靈



悠閒

禪修以及每日讀誦《普賢行願品》的堅持，一定都在不經意間發揮了不可思議的效果。感恩！

傍晚照例快走散步兩小時，這回一改平常沿著田間小路繞圈的老習慣，改為快步直取高雄大學，繞校園一圈後再繞道都會公園回家。中間經過一處規模蠻大的陸戰隊營區，印象裡有這麼一個地方，四十年前二弟當兵時就曾駐紮在這裏，身為在地人卻從來沒見識過營區大門。慚愧！營區大門前的眷區也叫明德新村，附近老樹林立、蒼翠蓊鬱，鳥聲唧唧、不絕於耳，鳥況應該不錯，改天可以專程來此賞鳥。人對於自己所處周遭環境的瞭解，往往因意識形態固執已見而產生盲點，每天開車出門經常走的這條路，偶爾也會騎著自行車出來兜風路過，然而像今天這麼一步一腳印地踏行卻是第一次，而這樣的初體驗竟然可以讓人留下嶄新、難以忘懷的印象。由此可見，對於開車的人、自行車騎士以及步行者來說，即使置身相同環境，他們所看到的視野以及所感受到的認知很可能大異其趣。

俗話說：「魔鬼藏在細節中。」其實，真理更是需要從生活細節中細細去體會。口說一番大道理，如果不能去執行，就像攤開一幅製作精美的地圖，將路徑及目的地標示的一清二楚，不邁開步伐是永遠無法到達終點的。除非我們的修行功夫能夠達到六根全然開放的境界，對環境的微妙變化極深研幾，否則如何能奢談真理呢？探索宇宙真理除了須要六根全然開放之外，更須做到六根接觸六塵而能如如不動，試問「無我」如何能夠體證？復如何得以言說？

元亨銅雕之美～八相成道圖



兜率說法（一）觀緣下生

聖善慧菩薩功行圓滿，住兜率內院，為諸天說法。觀「衆生、生時、地點、國家、父母」五緣成熟，下生人間，成就佛道。



白象托夢（二）摩耶感胎

仁慈的淨飯王，正憂皇后不孕。一日，摩耶夫人夜夢白象獻瑞。大地金山銀山，佈滿雜色蓮花，因而感胎。



第一集



第二集

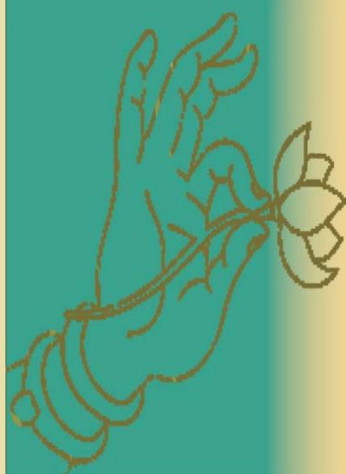


第八集



第九集

願我……
沒有敵意
沒有瞋恚
沒有痛苦
保持快樂



慈心禪



指導禪師：大乘禪師

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)104年3月28-29日

(2)104年4月25-26日

(3)104年5月23-24日

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 · 551-5007

網址：http://www.yht.org.tw(線上報名)

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: Miaolin666@gmail.com.tw

社址：804 高雄市鼓山區元亨街七號

演培長老佛教論文獎勵會 104 年度甄選佛教論文

宗旨：弘揚佛法真義 提昇研究風氣
紀念演公一生 培育教化精神

贊助單位：高雄市元亨寺

主辦單位：妙林雜誌社

甄選對象：國內外各佛學院、佛學研究所之在學學生。

國內外各公私立大專院校及研究所在學學生。

題目：自訂。佛教義理、佛學研究……等。

字數：一萬字左右。

獎勵辦法：入選文章每名各得新台幣伍仟元至壹萬元獎學金。

截止日期：即日起至 104 年 10 月 31 日止，外埠以郵戳為憑，逾期恕不受理。

注意事項：

1. 請勿一稿數投，未經其他團體獎助及未曾刊載出版者。
2. 入選與否，均不退稿（請自行影印留存）。
3. 引用出處，必須明確標註。
4. 在學證明書或已辦妥註冊之學生證影本，未附者，均不予受理。
5. 請以中文電腦打字，並以 A 4 型紙列印橫式排列一式二份，須另附磁碟片。
6. 入選稿件經《妙林》公告後，將由妙林雜誌陸續刊登，著作權歸屬「妙林」所有。
7. 請註明校名（學院名）、姓名（出家眾請註明法號）、地址、電話。
8. 入選名單於 104 年 12 月份《妙林》刊登。

來稿請寄：台灣 (Taiwan) 804 高雄市鼓山區元亨街七號

(元亨寺) 妙林雜誌社收

信封上請註明「佛教論文甄選」

電話：(07)521-3236 分機 306

傳真：(07)551-2164

E-mail: Miaolin666@gmail.com

智慧如海

深入經藏

心平何勞持戒，行直何用修禪！恩則孝養父母，義則上下相憐，讓則尊卑和睦，忍則眾惡無喧，若能鑽木出火，淤泥定生紅蓮。苦口的是良藥，逆耳必是忠言，改過必生智慧，護短心內非賢。日用常行饒益，成道非由施錢，菩提只向心覓，何勞向外求玄。

《六祖大師法寶壇經》