

人生

期五第卷八第

版出日五十月五年五十四國民華中

錄目期本

人生聯對……………莊	嚴(封面)	知難行易學術探微(七續)……………蘇邨	圓(11—12)
佛學表解……………錢	召(對一)	印度宗教的現象和觀感……………融	熙(13—14)
社論一、擁護章嘉大師改組中國佛教會……………(1—2)		佛陀的衆生見……………陳	燧(14)
佛說觀無量壽佛經詮釋(四續)……………屈映光	(3—6)	我受緬甸比丘戒的迴憶……………慧	如(15—16)
浴佛節話浴佛……………華嚴關主	(7)	人生詩選……………張默	君(16)
佛教因果故事二則……………成	(8)	潔癖……………程觀	心(17)
陽明與禪……………日本里見常原著		人生常識(衛生保健法)……………錢宗淵	(18—20)
呈東初上人……………念	(10)	影印大藏經委員會業務報導……………(封底)	

社論

(一)

擁護 章嘉大師改組中國佛教會

中國佛教會(簡稱中佛會)於去年改組時因各省代表未依法產生，致選出理事，為各方所不滿。首先理事長章嘉大師，常務理事南亭老法師及李子寬居士，秘書長林烈夫居士，均相繼辭職。自此，中佛會便陷於停頓狀態。

我們對「中佛會」人事糾紛，不願多評，只有二點意見請全國同道們要認清。

一、「中佛會」，是維護全國佛教財產及代表全國佛教徒意見所組成的，明白的說，這是一個全國性的組織，絕不容許那一省或那一縣市教徒，甚至一二人來操縱假借「它」的名義出賣全國佛教徒利益，況大陸同道們正陷於水深火熱之中，急待我們去拯救。所以希望自由中國佛教徒要放大眼光，擴大胸襟，我們的目的在光復大陸，不在臺灣。不要為個人聲譽着想，要為全國佛教徒生存着想，特別是出家眾要真誠團結，完成抗共護國興教大業。

二、今日章嘉大師尊為活佛，是由他崇高道德修養及淵源歷史

地位而來，大師為釋尊法脈的嫡系，曾為釋尊侍者，自釋尊至大師共十九傳，故大師不獨為中國佛教之寶，且為整個世界佛教傳大導師。論在密教的地位，是與班禪達賴相等，今班禪達賴已為匪幫所囚，故今後不特重建中原佛教要賴大師德望領導，而收復邊疆爭取蒙藏民族內向更需要大師來領導。

根據這兩點意義，我們應竭誠擁護大師改組「中佛會」。

關於改組「中佛會」部份，我們有三點意見：

一、依照會章規定產生各省市代表改選理事，務必選出賢與能者來主持「中佛會」！

二、希望信眾們，保持誠懇說法超然的態度，竭力促成改組「中佛會」。則「中佛會」人事的糾紛，始可澄清。

三、政府主管機關似不應默許此種不健全團體存在，要作公正處理，應嚴格命令「中佛會」依法改組，選出所合符全國佛教徒願望的「中佛會」，協助政府完成反共建國大業。

(二) 二千五百年佛誕紀元問題

世界佛教友誼會決議，今年為佛誕二千五百年紀念，印度並準備今夏邀請全世界各地佛教領袖舉行這人類偉大教主釋迦牟尼佛二千五百年偉大紀念。

關於佛誕紀元的考證，東西學者考證不同的結論，多至七八十種。有主張佛誕二千九百十年，有主張二千二百幾十年，有主張二千四百幾十年或二千五百幾十年；其間相差多至六七百年，總之佛誕紀元絕無相差多至幾百年距離的理由。然而，我們要從歷史上考證而得到統一性佛誕紀元年代，這是一件最不可能的事，尤其是世界偉人或教主，其紀元異說紛紛，如孔子，如耶穌，如蘇格拉底，

他們紀元日都是後來經過多數人考慮所決定的，絕不是從歷史上考證上所得到的決定。所以今日我們對佛誕紀元年代，只有少數人服從多數決議，使教友們對佛誕有個統一信仰，這是對佛教前途有益而無害的決議。既經世界佛教會議決議，這是值得吾人重視而尊重的，希望我們佛教徒對佛誕、從今以後有個統一性，確實性的認識與信仰。今日深信是佛誕二千五百年紀念日，我們應當歡欣慶祝，並希望自由中國佛教界為二千五百年佛誕紀元念，要擴大並作建設性的紀念。

玄奘大師靈骨塔籌建發起人第一次會議紀錄

時間 民國四十五年四月廿五日下午三時
地點 青田街八巷三號
出席人 于右任 黃國書 林熊祥 趙恆惕 陳 鯤 章 嘉
請假 張厲生 黃朝琴 謝東閣 林頂立
列席 鍾伯毅 李子寬 林 競
主席 章 嘉
紀錄 林 競

甲、報告事項

主席報告：今天在本寓舉行玄奘大師靈骨塔籌建發起人第一次會議，關於此事本人前約各友在臺北賓館餐敘時，曾經交換意見，決定原則數項：1.以社會知名之士及佛教徒為推動中心，政府主管長官協助之。2.多網羅臺灣各界熱心人士。3.僧眾宜教誨前輩大德，用資號召。4.先積極完成靈骨塔，其他寺院，分期籌建。5.經費以募捐為主，不足之數，呈請政府補助。上列幾項原則，雖不能作決定，但可以供參考，今天我們應該要討論的計有：
1.決定會的名稱和委員名額及人選。2.決定籌建會組織的內容，並討論靈骨塔式樣。3.在發起人中推定一位為召集人，並擔任處理籌備期間，日常工作。4.決定臨時辦公地點及辦公經費，以及聘請籌備人員。
乙、決定事項
一、本會名稱決定為：玄奘大師靈骨塔籌建委員會。

二、委員名額決定為三百人。(關於委員人選，會由趙恆惕林競二居士與第四組接洽，決定除發起人為當然委員外，另聘佛教大德，慈善家急公好義之人士，共百人，省級團體負責人五人，全國性團體十六人，省議員五十七人，臺籍國大代表十八人，臺籍監委五人，立委七人，縣市長二十一人，縣市長二十一人，共一百六十人，茲再增四十人。)
三、推舉章嘉大師為召集人，並負責處理臨時籌備事宜。
四、靈骨塔圖樣，盧委員于正，係照西安小雁塔式樣繪圖，極有意義，當俟籌建委員會成立時正式決定。
五、決定籌備員九人，本省人至少須有二人，當推定：
王平 李子寬 陳 鯤 張 齡 陳 成 錢召如 林 競 本省人俟物色後，再行邀請。
六、地點決定暫借用普導寺，由籌備會負責接洽，並交涉收回為市府借用之房屋。
七、經費由南投縣撥款項下墊用。
八、組織內容：
1.常務委員定十五人。2.分設總務、財務、工程、稽核或監察四組，另設籌募委員會。
丙、各發起人發言(從畧)
丁、結 論
主席：今天蒙各位發起人，出席討論，關於籌建靈骨塔重要事項原則，均已決定，今後有待於各位籌備員，負責進行，今日已被推為籌備員，尚未列席者，請列席各位，分別邀請，早日成立臨時辦公處，完成功德。

佛說觀無量壽佛經

偈讚
圖說
釋頌
(續四)

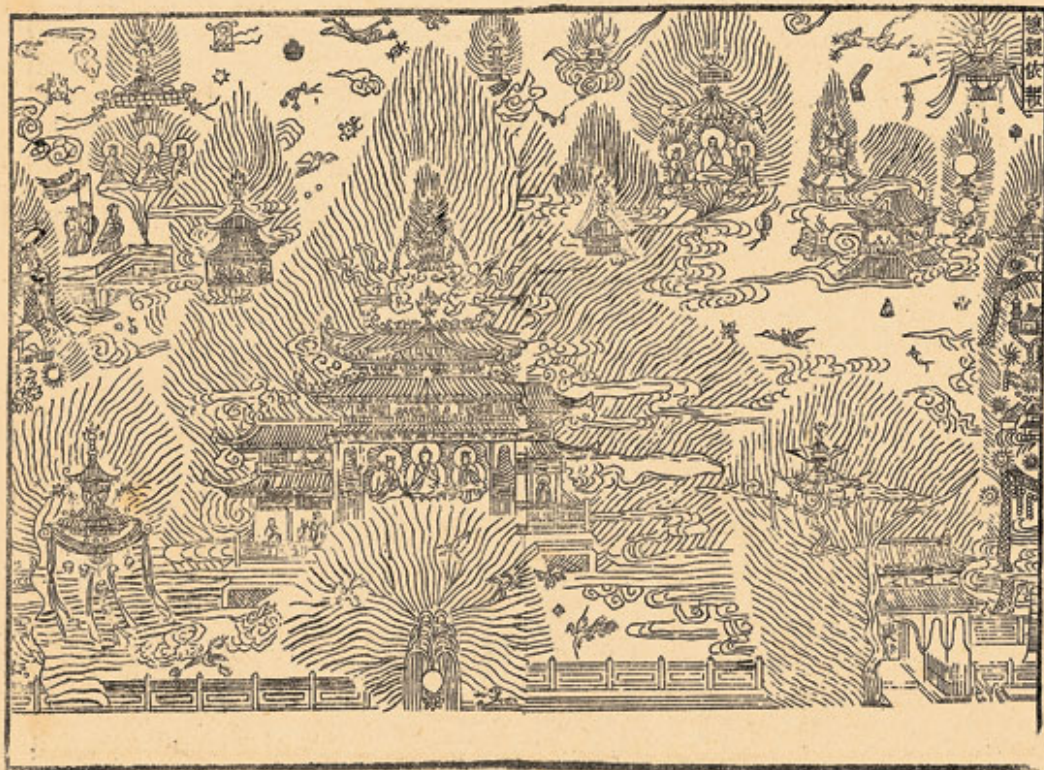
劉宋西域三藏法師曇良耶舍譯
宋大智律師元照偈讚
明無盡禪師傳燈圖頌
屈映光居士校訂
錢召如居士校訂

〔釋名〕「三昧」，譯言①定，②受正，③調直定，④正心行處，⑤息慮凝心等意義。定者，心定於一處而不動。受者，正受所觀之法。調直定者，調心之暴，直心之曲，定心之散。正心行處者，正心之所動，使合於法之依處。息慮凝心者，息止緣慮，凝結心念。〔劫〕，譯言分別時節，通常年月日時，不能算之遠大時節也。故又譯為大時。菩薩成佛之年時，須經三阿僧祇劫，十信、十住、十行、十迴向之四十位，為第一阿僧祇劫。十地之中，初地至第七地，為第二阿僧祇劫。自八地至十地，為第三阿僧祇劫。第十地卒，經等覺妙覺，方成佛果。

〔設義〕這個觀想成的時候，不要立刻放下，尚須一一觀之，極令明了，並且閉目開目，均不令散失。除了睡的時候，長長憶念此事，能這樣觀想，可以名為相見極樂國地。若得定中見彼國土，了了分明，不可以言語形容，是為地想，叫第三觀。佛又告阿難說：你與章提希，是已具足觀地功德的，我所以要為未來世大眾欲脫苦者，說這觀地法。因為如果能够觀地，即可除八十億劫生死的罪阿！這觀地法，捨身他世，必生淨國，心得無疑。作是觀者，名為正觀。若他觀者，名為邪觀。

佛告阿難及章提希：地想成已，次觀寶樹。觀寶樹者，一一觀之，作七重行樹想。一一樹，高八千由旬。其諸寶樹，七寶華葉，無不具足。一一華葉，作異寶色。琉璃色中，出金色光。玻璃色中，出紅色光。碼碯色中，出砗磲光。砗磲色中，出綠真珠光。珊瑚琥珀，一切眾寶，以為映飾。妙真珠網，彌覆樹上。一一樹上，有七重網。一一網間，有五百億妙華宮殿，如梵王宮。諸天子子，自然在中。一一童子，五百億釋迦毗伽摩尼，以為瓔珞；其摩尼光，照百由旬，猶如和合百億日月，不可具名。眾寶間錯，色中上者。此諸寶樹，行行相當，葉葉相次。於眾寶間，生諸妙華，華上自然有

總觀依報圖



七寶果。一一樹葉，縱廣正等二十五由旬。其葉千色，有百種畫，如天瓔珞。有衆妙華，作閻浮檀金色，如旋火輪，宛轉葉間，湧生諸果，如帝釋瓶。有大光明，化成幢幡，無量寶蓋。是寶蓋中，映現三千大千世界。一切佛事，十方佛國，亦於中現。見此樹已，亦當次第一一觀之，觀見樹莖枝葉華果，皆令分明，是為樹想，名第四觀。

宋大智律師元照偈讚

第(四)樹觀：行樹七重，珠網華宮，清陰垂布，妙好無窮。

明無盡禪師傳燈圖頌(七重行樹)

行樹八千由旬高，
妙真珠網彌覆上，
妙華宮殿居天堂，
諸華涌生諸妙果，
七寶華葉作異色，
七重行樹并諸網，
衆寶光嚴百千日，
厥狀猶如帝釋瓶。

〔釋名〕「七重行樹」，大本云：七寶諸樹，周滿世界，金樹、銀樹、琉璃樹、玻璃樹、珊瑚樹、碼瑙樹、碑磲之樹。「釋迦毗楞伽摩尼」，梵語「釋迦毗楞伽」，譯云能勝。梵語「摩尼」，譯云「離垢」，言此寶光淨，不爲垢染。又翻爲「增長」，謂有此寶處，增其威德。又或翻爲「隨意」、「如意」。「由旬」，又曰論緯那，印度國俗，謂三十里。「閻浮檀金」，此云勝金。閻浮者，梵語云染部捺陀，乃須彌西南西域河，有此樹，形高大，其果甘美，果汁入水，沙石成金，一粒置常金中，皆失色，佛身似之。「帝釋瓶」，梵語釋迦因陀羅，譯云能主，謂其能爲天主，言「瓶」者，昔有貧人，常供養天，滿十二歲，求索富貴，天憐此人，自與一器，名曰德瓶。而語之言：所須之物，從此瓶出，其人應意所欲，無所不得。今以妙華涌出諸果，如彼天瓶，出種種物，故以喻之。「三千大千世界」，合千世界爲一小千世界，合千小千爲一中千世界，合千中千爲一大千世界。

〔詮義〕佛告阿難及韋提希，地的觀想成後，次一步，就應該觀寶樹，寶樹如何觀法呢？應一株一株的觀。並且作七重行樹想。他一行一行的，均高八千由旬。他的各寶樹，七寶華葉，無不具足，一一華葉，作異寶色。他的琉璃色中，出金色光。玻璃色中，出紅色光。瑪瑙色中，出硨磲光。碑磲色中，出綠真珠光。且有珊瑚琥珀一切衆寶，以爲映飾。妙真珠網，彌覆樹上，一一樹上，有七重網。一一網間，有五百億妙華宮殿，如梵王宮。這個梵王宮，乃大梵天王的宮殿。他深信正法，每逢佛出世，必最初來請轉法輪，故他的宮殿，諸天子童子，自然在其中。這一一童子，皆無嬌欲的念，皆以五百億釋迦毘楞伽摩尼以爲瓔珞。他的摩尼光，照百由旬。



佛住空中圖

，猶如和合百億日月，不可具名。衆寶間錯，爲色的上者。這諸寶樹，行相當，葉葉相次，並且在諸葉的中間，生諸妙華。他的華上，自然有七寶果。一一樹葉，縱廣正等二十五由旬，他的葉千色，有百種畫，如天璣路。且有衆妙華，作閻浮檀金色，如旋火輪。宛轉葉間，涌生諸果，如帝釋瓶。有大光明，化成幢輪，與無量寶蓋。他的寶蓋中，映現三千大千世界。所有世界中一切佛的事，與十方佛國，均於中現。見這樹已，於這各種境界，亦當次第一觀之。使這樹的樹莖枝葉華果，皆令分明，是爲樹想，名第四觀。

次當想水。欲想水者，極樂國土，有八池水。一一池水，七寶所成。其寶柔軟，從如意珠王生，分爲十四支。一一支作七寶妙色。黃金爲渠，渠下皆以雜色金剛以爲底沙。一一水中，有六十億七寶蓮華。一一蓮華，圓正等十二由旬。其摩尼水，流注華間，尋樹上下，其聲微妙，演說苦空無常無我諸波羅蜜；復有讚嘆諸佛相好者。如意珠王，涌出金色，微妙光明，其光化爲百寶色鳥，和鳴哀雅，常讚念佛念法念僧，是爲八功德水想，名第五觀。

宋大智律師元照偈讚

第(五)池觀：八功德水，七寶妙色，蓮開鳥啼，洗除煩惑。

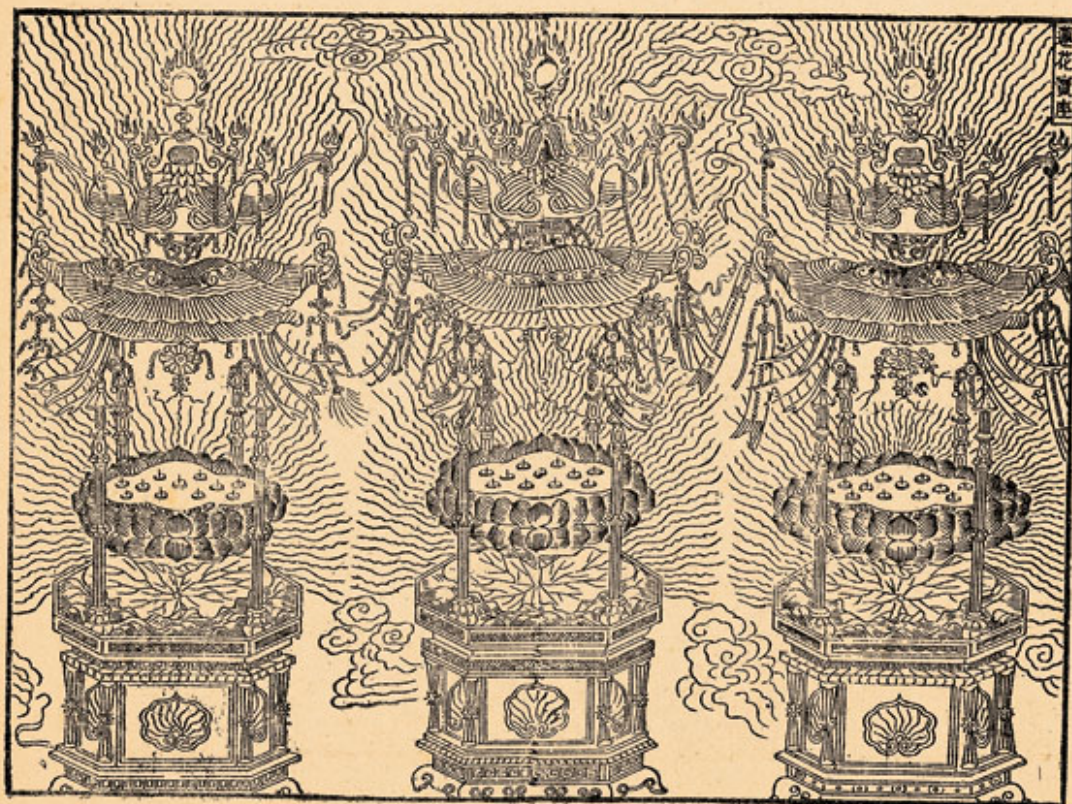
明無盡禪師傳燈圖頌(八功德水)

極樂世界八池水，
其寶柔軟珠王生，
黃金爲渠金剛沙，
水注華樹尋上下，
一一池水七寶成，
涌出分爲十四支，
七寶蓮華六十億，
演法化鳥讚三寶。

【釋名】「八功德水」，極樂池中及須彌山與七金山的內海，皆盈滿八功德水。因此德水，具有①澄淨，②清冷，③甘美，④輕軟，⑤潤澤，⑥安和，⑦飲時除飢渴等無量過患，⑧飲已定能長養諸根，使四大增益。一波羅蜜，譯爲到彼岸。

【詮義】地上有樹，已觀想竟。地中有水，應依次觀想。欲想這水，如何觀法呢？要知道極樂國土，有八個池水，他的一一池水，都是七寶所成的。他的寶非常柔軟，係從如意珠王生的。他分爲十四支。他的一支，均作七寶妙色，用黃金爲渠。他的渠下皆以雜色金剛以爲底沙。並且一水中，有六十億七寶蓮華。一一蓮華，圓正等十二由旬，他又有摩尼水，流注華間，尋樹上下。他的水流聲皆微妙，並演說苦空無常無我諸波羅蜜。並且有讚嘆諸佛三十二相，八十種隨形好者。又如意珠王湧出金色微妙光，他的光化爲百寶色鳥，和鳴哀雅，常讚念佛念法念僧。是爲八功德水想，名第五觀。

蓮花寶座圖



衆寶國土，一一界上，有五百億寶樓。其樓閣中，有無量諸天，作天伎樂。又有樂器，懸處虛空，如天寶幢，不鼓自鳴。此衆音中，皆說念佛念法念比丘僧。此想成已，名為龜見極樂世界，寶樹，寶地，寶池，是為總觀想。名第六觀。若見此者，除無量億劫極重惡業。命終之後，必生彼國。作是觀者，名為正觀。若他觀者，名為邪觀。

宋大智律師元照偈讚

第(六)總觀：樓中天樂，讚佛法僧，寶樹地池，一念圓成。

明無盡禪師傳燈圖頌(總觀依報)

琉璃寶地入交道，一一界以黃金繩，

界上五百億寶樓，諸天於中作伎樂，

又有樂器懸虛空，不鼓自鳴念三寶，

此想成已名龜見，寶樹寶地及寶池。

〔釋名〕「諸天」，欲界有六天，色界有十八天，無色界有四天，其他

有日天月天章歌天等諸天神，叫諸天部。

〔註義〕衆寶國土，他的一一界上，有五百億寶樓。他的樓閣中，有無量諸天，作天伎樂。又有樂器，懸處虛空，如天寶幢，不鼓自鳴。這衆多的音中，不是人間音樂，亦不是天上音樂，都是說念佛念法念比丘僧的。這種觀想成後，可以名為龜見極樂世界。連前第三第四第五寶樹，寶地，寶池等觀想，是為總觀想。名為第六觀。若能見到這種境界，可以除無量億劫極重的惡業。這人命終以後，必定生到極樂國土去。作這樣觀，方可名為正觀。若作別的樣子觀，就是名為邪觀。

佛告阿難及韋提希：諦聽諦聽，善思念之！吾當為汝分別解說，除苦惱法。汝等憶持，廣為大衆，分別解說。說是語時，無量壽佛，住立空中；觀世音，大勢至，是二大士，侍立左右。光明熾盛，不可具見。百千閻浮檀金色，不得為比。時韋提希見無量壽佛已，接足作禮。白佛言：世尊！我今因佛力故，得見無量壽佛，及二菩薩。未來衆生，當云何觀無量壽佛，及二菩薩？

明無盡禪師傳燈圖頌(佛住空中)

如來將欲說佛觀，西方三聖忽現前，

彌陀身如閻浮金，相好光明無比論，

觀音侍左勢至右，皆令韋提大衆見，

我今因佛得親之，未來衆生云何見？

先作像觀圖



佛教因果故事二則

成元

前週佛教總會秘書鄧永千居士來蓮峰寺說李主席要我到廣播電臺講點佛學，我答應說這是我們佛徒應負的責任，但是我幾年來住在檳城，初來此地，不知要講何種佛法；因為佛法的範圍很廣，照中國佛教講來，亦有八派十三宗之多，假如講天台宗而又講不到賢首宗，或法相宗，講淨土宗而又講不到禪，我想一定是不會圓滿的。最好煩請居士替我擬個題目，俾能逗機一點，他想了一會，就拿筆寫出：「佛教因果故事二則」，同時要我故事下面略略加些按語，我說不錯，凡故事之外，能够加上一些按語，比較更為明顯，他接着說，必需先將底稿寫來，以便複印，錄音時間，則另候與電臺約定，我亦滿口答應。居士去後，第二天，我便將「佛教因果故事二則」文稿送去。現在讓我先講第一則「粥僧」的因緣故事：

我二十年前住在雲居山的時候，曾閱讀山誌，誌裏面有載着「一粥僧」的故事。

雲居山佛法之禪宗正當隆盛的時候，有一位慕道參禪的和尚，想去山上掛搭學道，將行至山下，天色已晚，不能上山，就在山下一個庵莊接待雲水僧處歇肩留宿，打算翌日才上山，恰好當時庵主就告他：「你可不必上山去」掛搭和尚說：「我千山萬水的勞苦奔波行脚，為的是要上山去參禪學道，今晚不能上山，明天我決定要上去，何故你把我勸阻，叫我不必上山呢？」庵主答說：「因你與山上無有吃飯的緣，只有一盞稀粥之緣。」掛搭僧說：「有十多里路的高山，有幾百個和尚在那裡吃飯，為什麼只有我沒有飯吃，我不相信你說的話。」次日天將明，掛搭僧就負擔衣物上山，但因山勢險峻，道路崎嶇，兼之狹隘難行，所以走到山上，已經過

午了，寺中大眾通通把飯吃完了，亦是很湊巧，當天因為人多，飯不夠吃，連飯焦亦都吃光。不得已，換到第二日，天將明才吃到一餐粥，接着，雲水堂和尚掛搭處忽然有很多人角打架起來，被方丈和尚着令還單趕下山，這一位初上山的和尚，當然亦在被趕走之列，他一面走，一面想，覺得很奇怪，山下的庵主說我沒有吃飯的緣分，他就順路再去問問庵主，究竟是何緣故？庵主亦就老實地告知他說：「你前世亦曾在山上寺中掛搭，但因當時寺中修建佛殿，凡和尚都有到山披搬運磚瓦，然而你却畏勞苦，僅用手巾攪了一塊磚，就跑去下山，所以你今世只得一餐稀粥吃，亦正是因為你前世只搬了一塊磚的債報。掛搭和尚聽了，覺得很慚愧，也無言可說，走到西山去玩，見掛搭和尚，頗有相契，遂問和尚為何不到雲居山大寺裏住，掛搭和尚說，因無有吃飯的緣，府官聽了說：「本府臺給你一封信，非但有飯吃，而且保舉你做方丈，做當家。」和尚接了府臺保舉做方丈的信，心裏很歡喜，但很疑惑庵主所說無有飯吃之話，於是跑到前次掛搭之庵莊，想欲覓實庵主說話無稽，殊不知到了庵主處，便感愈病而死，未能上山。於是後人把掛搭和尚故事及府臺保舉做方丈的信載於山誌，為警策一般懶於勞苦之說。

按雲居山乃唐朝道膺禪師開山，位於江西永修縣三十里，山高十五里，廣數百里，修竹茂林，籠霧飛閣，風景絕佳，向為高僧棲息之所。近代虛雲長老，年高百餘，亦樂居焉。這段故事，是表現大乘佛教在中國之特色，亦即顯然說明佛教是輔助社會，並且很露骨地道出，「不做工無飯吃」。所以從前百丈禪師亦有「一日不做工，一日不吃饭」之自勵，為勞勸示模範。然而現在社會雖然尊重勞動，奈何多不願勞動。這或許是缺少佛教之因果真理之訓育，有以致之。

第二則「持戒僧」

佛教律藏中廣載此「持戒僧」的故事，原來當佛陀在世的時候，有一比丘，伴同一外道旅行，一日長途中無物充饑，甚至精疲力倦，饑渴交迫，忽然看見路邊有一株豐盛的菓樹，當時外道急欲攀登，摘果而食，但見比丘呆立地上，外道遂叫比丘上樹摘食菓實，比丘答曰：「我佛有戒，比丘不得攀登他人之樹。」外道曰：「可抱搖動，等菓落地，亦得食之。」比丘曰：「我佛有戒，不得搖樹落菓。」於是外道念同伴之情，遂摘菓擲地曰：「汝可食之，俾止饑渴。」比丘曰：「我佛有戒，無人授食則不可食。」外道聞之被感動，遂下樹雙手與比丘，繼而嘆曰：佛法有如是完美善法，我外道中無之，遂立皈依比丘受佛戒法，得成道云。

按此段故事，雖然簡短，確實包括佛教三藏十二部經教典之精華與綱要，可為古今中外社會國家之治世法則，惟查南傳巴利文佛教比丘律中始有記載。現在錫蘭、暹羅各國，尚有典型，我在中國出家幾十年，雖多年嚮往，但被環境所困，未能得到，幸於前二年出席世界佛教第六屆僧伽大會期中得之，歡喜非常。無人授食則不得食，如上述故事中之行動，唯比丘戒法特備，甚符合於道德原則，而且現社會上極切需要者，不但可以幫助一部分佛教徒掃除「一切皆空而肚不空」之迷說。而且還可以糾正一般偏重物質者所云「你的就是我的」的錯誤觀念。吾人欲期求佛法不敗，唯有實行這種比丘戒法，方能達到！吾人要想世界和平乃至建設人間淨土樂園，亦唯有實行這種比丘戒法，才有希望！很盼社會賢哲，常加深究與體驗，而勿以吾言為河漢可也。

最後，即以此簡短廣播詞意，懇切同向於四恩總報，三有齊資，見者聞者，同成佛道！
丙申三月初一成元法師在星州馬來亞廣播電臺佛理講座演講

一九五六年三月十二日

陽明與禪(二續)

四、陽明學說的由來

唐朝以後的學者，專從事於註疏，能研究義理，發現真理者甚少，故其為學，極缺乏自由思想。五代時周世宗會大斤佛教，至宋太祖時，始解其禁，派遣僧侶遊印度，並印刷大藏經，至太宗真宗時，於朝中設譯經院，譯諸經論，仁宗時，禪宗最盛，當時之人會說過，佛教能求義理，達真理，顯於世，而學者遠識之士多好之。雖當時儒家者流，也漸厭注疏的積習，以為注釋古書，無異於品評古物，人各有其解釋，而異其見解，有實揚之者，亦有貶稱之者，究竟其說孰是孰非，使人茫然不能辨，以視佛教之求義理，究真理，可知從事於注疏者，不免舍本而逐末了。此外，所謂古先聖王之旨，因時代變遷，日月之推移，加之物質文明日趨複雜，有不能盡適用於世者，其猶待於後人的創作甚多，儒學至此，遂有不能不別開一新生面之勢。於是周濂溪起，其為學，務窮理，勵名節，著太極圖說及通書，以先人的五性說為哲學的根據，是時勢之所然也。周濂溪之太極圖說及通書，二程子從之學，其遺訓話，求義理之情，較濂溪為厚，採取其師的研究法而不偏於師說，察學術的變遷，以期發見孔孟的真意，其為學如此，於是學者慕之，知以義理為重，其與二程同時，以義理之學名於世者，有張載、邵雍相與交遊鑽研，風靡一世，因此唐朝以來的學風為之一變。按當時之所謂一變者，並不是能發明一最新的真理，只是以儒學參以佛教之義理而已。

現在我們要明瞭陽明學說之由來，應當先知道二程子的學說綱領，蓋自二程子以後，學者分為二派：(一)為一元論，(二)為二元論。一元論經象山以至陽明；二元論至朱子而集其大成。故我們欲研究陽明的學說，必須先從二程子及陸象山的學說談起。(朱子一派暫不贅述)

甲、程明道 或問：「張子張載嘗言『性常具於外物而不得動』其說然否？」明道答之曰：「所謂定者，動亦定，靜亦定，無將迎無內外。有以外物為外，率已而從之，是以己性為有內外也。且以性為隨物於外，則當其在外，何者為在內？是有意於斷外誘而不知性之無內外也，既以內外為二本，又焉可與語定哉？」

其意以為心常定者，心雖有動靜，不離其身，皆不過於身內的活動，所以心是無內外的，若說心有內外，常受誘惑於外物，而被外物掠奪，則是於內無心了，既然說於內無心，怎麼能說是心定呢？以此說對照於佛教，華嚴經云：「心性周徧，虛徹靈通，散之則應萬事，斂之而成一念，是故若善若惡，若聖若凡，無不皆由此心。」

經意以為心性虛徹靈通，通古今，亙萬物，天雖高，地雖厚，能測知之，有動靜自在靈妙，不測的活動，故散之則應於萬事，無不明透，收斂之不過一念而已。世之善惡凡聖，雖至不齊，而其本，皆不外於心。以明道之說，其言雖異，其意一也，且清涼之華嚴大疏有云：「往復無際，動靜一源」明道之說，蓋基於此。

明道又說：「生之謂性，性即氣，氣即性，生之謂也。」明道以性與氣為同物，以充溢於天地間之元氣與性同一視之，由此性而生者謂之「道心」，道心之惡者，即蔽於物慾者，謂之「人心」，於此立「道心」「人心」之區別。以道心為理與性與氣合而為一，理即此心，心即此理，理即此性，性即此氣，與其間無稍差別，所謂性、氣、心三者，皆同物之異名而已，而孔孟所謂仁者，亦與所謂氣，所謂理、所謂性、所謂心，實為同一，謂仁者乃天地間最高之善也，這就是明道鼓吹主觀的，內省的，一元論之說。

明道的學說，與佛教相契合者，佛教言無，言空，而其所言無與空者，並不是無意義之謂，所謂無者，包含有之無，所謂空者，包含色之空，乃是究

日本 里見常次郎 原著
本刊 編輯委員會 摘譯

盡天地間之實有，立於其上而指出真理也，明道所謂理，所謂氣，所謂仁，亦是究盡天地間之實有，立於其上而表現無上之真理，最上之理想。故其意義，原可與佛教所謂法性或真如者相當。如上所述，明道之說源於佛教者甚多，是非偶然之事實也。因為他當時所要研究者，是對於天地萬有之原理，而想知其性質為何？此其志。其弟伊川能言之：「先生為學，自十五六時，聞汝南周茂叔論道，遂厭科舉之業，慨然有求道之心，未知其要，泛濫於諸家，出入於老釋者幾十歲。」

由此看來，明道信宇宙萬有，有一定的真理，欲究其真理之為何，於是泛濫於諸家，浸淫於佛老，可知其倡導的源流於佛教者甚多，然而於其所守，則純然儒者也。其為一家之說，公之於世，而傳之門人者，探自易理者為最多，但是我敢斷言，明道對於宇宙萬有之根本觀念，及對於人生性質的觀念，必定依據佛教的大原理的「真如」或「法性」之觀念。可是明道雖依據佛理，而平日持論，尚非難佛教：他會說：

「釋氏之學，於敬以直內，則有之矣，義以方外，則未之有也。故滯固者入於枯槁，疏通者流於恣肆，是佛之教所以為隘也。吾道則不然，率性而巳，斯道也，聖人於易備言之。釋氏本怖死生為利，豈是公道，務上達而無下學，然則上達處，豈有是也，元不相連屬，但有間斷，非道也，孟子曰：『盡其心者，知其性也』，彼所謂誠心見性是也，若存心養性則無矣。」

很顯然地，明道的學說，是向內的一元論，是內外一徹，動靜一元的主觀論，是乃有無透徹，理事同元的思想家。

乙、程伊川 明道為內外一徹動靜一元理事圓融之一元論者，已如上述。但是其弟伊川雖與之同門，且同從事於教養子弟，而實為二元論之主倡者，因其各有所信，皆不可動搖，可是因其倡二元論之故，而門下雖分二派，其後之學者，亦由之而分二派，論難攻擊，無所不至，甚至結黨以相排擠，此至為可惜者。究伊川之所以倡二元論的原因，以其兄明道嘗謂：「生之謂性，性即氣，氣即性，生之謂也，以性與氣為同一，而無性或氣者，為天地

間生之理，日月星辰之運行，春夏秋冬的循環，風雨雷電雲霧之聚散，一無所誤，與生而生而化育萬物之理為同一。然而人生之氣稟有善有惡，其善者因性，其惡者亦性也。氣稟之有善惡，如水之有清濁，其清者固水之性，其濁者非水之性乎？是則性無善惡，氣稟則有清濁，謂氣稟之清濁非與性為對峙者，則性為善耶？為惡耶？為善惡混耶？其解說為至難。於是伊川從而論之曰：性無不善，而氣則有善惡，有清濁，人之稟善而清之氣以生者為善，稟惡而濁之氣以生者為惡。曾曰：

「性出於天，才出於氣，氣濁則才濁，氣清則才清，才有善有不善，性則無不善。性無不善，而有不善者才也。性即是理，自堯舜至於途人一也。才稟於氣，氣有清濁，稟其清者為賢，稟其濁者為愚。」

如右所述，以性與氣，判然區別為二。性善而已，氣則有善惡，人之所以有賢愚邪正之分，實由氣稟所致。受其濁者為愚為邪；稟其清者為賢為正。而性即理，理者，乃通人物而為普遍的純然的無邪無惡者也。是故伊川的學說，對於明道的一元論，而成為二元論即此也。其於明道之性善論，所謂性善者無所遺，所謂天地間之理或性或仁或義，亦承其為善，獨謂此善，際於宇宙萬象，為人類，為草木，為金石土壤，則受氣之動，始生善惡清濁之區別，這就是伊川所謂之二元論。他的學說，皆由此大綱而成，其教門下，或解孔孟之書，或涉其餘的學說，皆無不由此大綱領而出者，由此大綱領以論為學之要曰：

學以至聖人之道也，聖人可學而至歟？曰：然！學之道如何？曰：天地備精，得五行之秀者為人，其本也，真而靜，其未發也，五性具焉，曰：仁、義、禮、智、信。形既生矣，外物觸其形而動於中，其中動，而七情出焉，曰：喜、怒、哀、樂、愛、惡、欲，情既熾而益蕩，其性鑿矣。其能覺者，約其情使合於中，正其心，養其性，愚者則不知制之，縱其情而至於邪僻，枯其性而亡之。為學之道，必先明諸心，知所養，然後力行，以求至所謂自明而誠也。誠之道，在乎信道篤，信道篤則行之果，行之果則守之固，仁義忠信不離乎心，造次必於是，顛沛必於是，出處語默必於是，久而弗失，則居之安，動容周旋中禮，而邪僻之心無自生矣。

呈 東初上人 有序

念生

伏以見相離相，福緣莫盛於伽藍，非空示空，慧業永資夫梵筴。現樓臺於彈指，紹鹿苑之宗風，披典冊以觀心，啓龍宮之秘藏。得一已勤，兼二實難。惟茲炎燠之靈區，斯睹法門之盛事。則有

東初法師者，傳衣紹祖，秉拂為人。擊法鼓於焦山，澗甘霖於火宅。虎溪送客，同遠公之在東林；鯤島避兵，如懷渡之遊南海。訪北投之勝蹟，地效靈泉，演西竺之宗乘，天垂寶蓋。為延淨侶，再創精廬，欲度迷津，重刊聖典。溯此庀材之始，即為授梓之謀。鑄精金以相好，來自南溪，（緬甸贈送佛像）撫舊槩於緝細，法傳西極。當佛教文化館落成之日，正影印大藏經出版之時。惟二美之斯兼，九千秋之獨擅。於是檀施山積，善信雲來。晨鐘暮鼓，度三界而同歸，寶笈琅函，達重洋而無外。片時瞻禮，舉身口意而咸契真如，萬卷宏宣，盡名句文而無非實相。躬逢茲盛，心竊彌虔。略述膚詞，藉伸頂祝：

彈指精藍現大觀，座前龍象盡騰歡。會從海上經兵燹，且喜門前豎刹竿。地氣通靈泉水活，天心佑善道緣寬。嗟余未會西來意，準擬將心更乞安。

出世偏懷濟世心，新開梵宇繼東林。登壇花散彌天雨，禮佛人施布地金。萬卷靈文銷浩劫，六時清課演圓音。焦山鐘板今何在，上座白椎感不禁。

知難行易學術探微

七續

蘇 邨 圖

國父全部遺教，都是教國人朝着自由、平等、博愛，世界大同的道路邁進。如果沒有認清這個大道的指路牌，而朝着歧路走，以致自誤誤人。甚至雖是朝着大道走，而走到中途又退轉來，背道而馳。這就是一個比喻，再來根據比喻說明道理。假定有一個商人乘船入海探寶，由起點到探寶的地方，計有路程二萬里，千辛萬苦走了一萬二千里時，那商人忽然萌退志，引導入海探寶的導師對那商人說：「後退有一萬二千里，前進只有八千里。流連在中途，坐吃山空，終久是不得了的。」那商人聞言，恍然大悟，乃繼續前進，卒達探寶的地方，歡歡喜喜。這就是比喻「世界大同」，是探寶的地方；「國父遺教」，是大道的指路牌；黨員及民衆是探寶的商人；中途後退，是遇到困難；中間流連的地方，是一種邪說；導師，是賢明的領袖。有許多人都上了探寶的大路，費了畢生的精力，走了一萬二千里路程，忽流連邪說，不聽導師的指示而變節，甚至賣國求榮，更屬罪大惡極。至於走到途中發生障礙，是常有的事，雖有困難，仍向前進，而與流連邪說是兩樣的事。俗云：「人無千日好，花無百日紅」。在長期旅途中難保身體不生病，生病就醫，是可以克服障礙的。萬一醫治無效，還有他人繼續前進，對於大道及目的地，毫無損傷。中國國民黨自民國十七年以來，派系紛爭，這是一種病態；如今發現了病源，對症醫治即可痊好。國父說：「革命尚未成功，同志仍須努力」。這就是勉勵大家繼續前進的意思。因為「知難」，所以國父高呼「努力」。「三民主義」的實行，就是國父教同志從難知中去努力！如何去努力呢？其途徑有三：

①恢復民族精神：中國革命雖然推翻了專制，建立了民國，而民國的基礎，尚未堅定，即民族的自由，尚未獲得。這個病態，好像因為環境衛生不好，以致身體不健康。只要把環境衛生整理清潔，身體就可舒適。自第一次世界大戰起，到今天整整三十八年，那一天不在烽火瀰漫中過生活？我們必須先恢復自己民族精神，然後聯合世界上以平等待我之民族，共同奮鬥，才能健全民族主義，如同整理環境衛生一樣。

②了解民權真義：國父說：「民權就是人民管理的力量。管理人民的事便是政治。有管理人民的力量就是政權。今以人民管理政治，便叫做民權。」又說：「在政權一方面，主張四權；在治權一方面，主張五權。這四權和五權，各有各的統屬，各有各的作用，要分別清楚，不可紊亂。」幾十年來，因為軍閥割據，漢奸賣國，以致人民的四權和政府，不懂得保衛的方法，以致害病一樣。國父遺教，本是苦口的良藥。健身的甘露，大家不知道受用，偏偏要聽信一些迷信的巫醫，弄得牛鬼蛇神到處作祟。可見「不知」之害，不可以言語形容。有一次，國父問一位從美國回來專門研究政治法律的黨員說：「你對於我所主張的民權，有什麼意見呢？」那位黨員答：「五權憲法是很好的東西呀！這是人人都歡迎的呀！」緣這位研究政治法律的專門學者，尚分不清楚政權和治權，所答非所問，可見「知難」了。所以探寶的人，有的中途變心，有的飲鴆止渴，都是犯的「不知」的毛病。

③實踐民生理想：民生的意義，前面解釋得很清楚，中國國民黨自執政以來，無日不在努力以求民生主義的實現；無如有些從政黨員，沒有遵照遺教去做，以致「真心」，為七情六欲所蒙蔽，自私自利。例如在大陸未淪陷以前，有些轉業從政的人，當年對黨對國是如斯的抱負，不料一朝權在手，便被環境所轉移；現在這一批人，變節的變節了，落伍的落伍了。這個病態，是好像先天的遺傳，本想自己提起精神做事，身體却支持不住；不但不能轉移環境，反為環境所轉移。前面說過「真心」有六種根本障礙，本文又提出了幾種去惡行善的方法，這些方法就是醫那六種根本障礙的良藥，也可說是心理建設的途徑。入海探寶的人，如果能把這遺傳的病根拔除，定必會中途夭折，縱有得寶的決心，也是達不到目的。而實現遺教的人，又要等待

另一批身體強壯，意志堅定的人踏着先烈之血前進。上面是舉三民主義為例，而證明國父遺教是「真理」。真理是牢不可破的，即使共產黨徒花言巧語，說什麼革命的三民主義，說什麼新民主主義，都是牽強附會。三民主義的本質，就是革命的，為什麼更加上「革命」二字的形容詞呢？新民主主義的精神，要共產黨專政，要暴力沒收土地，而以國家獨立，政體民主，經濟平等等等名詞，來欺騙人民，等於大家結伴探寶，你一人却將大家的盤費搶得精光。多行不義必自斃的。總統說：「侵略者，武力的壓迫，文化的腐敗，漢奸們無恥的出賣，無情的斷送，暴君賊臣們殘忍的殺戮，嚴密的禁制，終竟不能毀滅這一偉大的精神力量。」這偉大的精神力量，就是「真理」；這「真理」遲早是要實現的。如何實現呢？必先從「心理建設」始。

第四章 知難行易，知行合一

一，與知易行難，三種學說之透視

第一節 知的差異

知難行易，知行合一，與知易行難三種學說，因為來源不同，所以體用各異。現在把三種學說中的「知」字觀照明白，就可透視三種學說之差異。沒有講說以前，先將第三章第二節中所談的月光例子來說說：懸在天空的是月的真體，姑名之為第一月。抬頭目而觀見的月體，放手則月體即消失，姑名之為第二月。池水照曜天空，水中又出現一個月體，姑名之為第三月。池水動則月體動，姑名之為第四月。水靜則月體靜，水動則月體動，姑名之為第五月。可知知難行易的「知」，是真體。第二月可知知易行難的「知」，是安像。第三月可知知易行難的「知」，是誠意，正心，修身，齊家，治國，平天下

的道理，都在知的真體中包括無遺。國父說：「夫天下之事，惟思於不能知耳；倘能由科學之理則以求得真知，則行決無所難。」又說：「凡知識必經科學而來，除科學而外之所謂知識者，多非真知識也。」科學注重分析實驗和方法；由科學的方知法，以顯出知的真體；真體顯現，則「遇事洞若觀火」；並不是真知之外，更有所謂真知；科學知識，不過達成顯真之途徑而已。國父說：「夫心也者，萬事之本源也」，所謂心，不是肉團的心，也不是妄心，實是知的真體，又說：「行易知難，實為宇宙間之真理，施之於事功，施之於心性，莫不皆然。」這是說行易知難的「知」，遍虛空，照萬物，如同第一月一樣。國父用科學的理則，圓成「真知」的顯露。顯露真知是「果」，用科學的理則是「因」；假如以「因」為「果」，是錯認國父的學說，是把發露霧，當作真知，而不明發露霧是「因」，顯出第一月才是「果」，才是知的真體。國父之革命主義是達成世界大同的大道，世界大同是知的真體，而革命主義是科學的理則。知的真體是「果」，科學理則是「因」。故當時東方之各西文報，皆盛傳國父的民國建設計劃，「滿盤籌算，成竹在胸」。春秋上所說的「上明三王之道，下辨人事之紀；別嫌疑，明是非，定猶豫，善善，惡惡，賈賈，賤不肖，存亡國，繼絕世，補敝起廢」。這些王道，悉包括在革命主義裏面。國父說：「夫事有順乎天理，應乎人情，適乎世界之潮流，合乎人羣之需要，而為先知先覺者所決志行之，則斷無不成者也」。順理，應情，適流，合要，就是知的真體。唯有知的真體，才能明察秋毫，才能普照事物。國父說：「以為共和之治，不可不由其道而一躍可幾；當時衆人之所期者，實為妄想」。妄想是知的反面，當時衆人不知道由科學的理則，而達成共和之治，眼中只見第三月，所以國父說衆人之所期者，實為妄想。

半真體的知，如同第二月，手不放下，月體是

不會走的，其功能好像同第一月一樣。王陽明主張知行合一，這個知字，他認為是良知，所以說：「良知者，心之本體，即所謂恒照也。心之本體無起無不起，雖妄念之發，而良知未嘗不在；但人不能存，則有時而或放耳。雖昏蔽之溷，而良知未嘗不明；但其不知察，則有時而或蔽耳」。王陽明所悟到的「知」，雖是良知，但為第二月；手一放下，月體頓失。所以他說：「但人不能存，則有時而或放」。假若是第一月，則僅有時而或蔽，決不至不能存，也不會有時而或放。不過第二月的體，是依第一月的體而存在，手若不放下，是有功能的，究竟比第三月的體要高明得多。效舉一件歷史上的事實，來說明這個道理：清朝的忠臣甚多，而漢人中以會國藩與張勳為最著。當太平天國時，清室幾顛覆，幸得會國藩率領湘淮健兒，始轉危為安。時人以會國藩係基於忠君思想，才發出扶清的行動。其實會國藩當時所收的效果，是在提倡致良知，與儒教，絕少有忠君的思想，及阻遏洪秀全為叛逆的言詞。假如當年洪秀全不迷信邪教，而以致良知，與儒教相號召，則國藩或助洪滅清。國藩說：「物者何？而所謂本末之物也，身、心、意、和國家皆物也，天地萬物皆物也，日用常行之事皆物也，格物即格物而窮其理也」。由這一段話，可知國藩係一致力於格物致知之賢哲。這個「知」就是依附知的真體而顯出的半真知的體。這個半真知的體，能發出與儒教的功能。不過如同第二月，放了手就失去作用，不能如第一月照澈無遺。至於張勳擁宜統而復辟，則純係忠君思想，如同水中的第三月，毫無實體。既無實體，當然就無實用。明白了這個比喻，可見知行合一的知，雖然是良知，還是依附真知才能顯露的，與知難行易的「知」，不能混為一體。世人以王陽明所說的「良知」是空談，是道德問題，是善惡問題，那所認識的未免太簡單。總統研究知行合一學說，是根據知難行易學說所發揮的；認定日本強國，是實踐我國知行合一的哲學，為其原因之一。由此，是有功能的，決不是空談，是半真體的知，等於水中的月，似乎可以手撈

出；而手一動，月即破碎。所謂知易行難，就是這個意思。當殷高宗時傳說對武丁說：「知之匪艱，行之維艱」。這就是說「知」而易，「行」而難。如此。可望而不可即，可現而不可撈。世人誤解妄知為真知，以致流毒後世，而使人心萎靡不振。所以國父說：「中國近二千餘年文明不進步之原因，即在於學問思想之不正當；簡言之，即在人人以行甚艱難，知甚容易，此種思想，便誤了中國，誤了中國學者。欲求中國進步，不但政治須革命，而學問亦須革命；必須將全國人幾千年來走錯之路，都來改正」。妄知無體無用，本來不發生利害關係，而世人執妄為真，造成長難苟安的心理；所謂「天下本無事，庸人自擾之」。上面將真體的知，半真體的知，妄體的知，說了一個大概，效示圖如下，以重申此義：

真知（知難行易）由科方法顯露，如第一月，是知（知行合一）依真知而顯露，如第二月，妄知（知易行難）從邪見而顯露，如第三月，是妄體。

知的體性差異，既如上述，現在再就心識上深一層來研究。

在心理學上講，一個人產生新的順適。(Adjustment) 是與遺傳。(Heredit) 環境。(Environment) 學習。(Learning) 觀察。(Observation) 記憶。(Memory) 思想。(Thinking) 有關係。「遺傳」，就是「種子」；而「環境」，「學習」，「觀察」，「記憶」，「思想」，則為「外緣」。既有種子，又有外緣，才能產生新的順適「目的」。國父所抱負的新的順適目的，是世界大同；而「真知」藏了許多種子，政綱政策及科學的方法都是外緣。人類的「智能」，最低的叫白癡。(Idiots) 其次為愚慧，(Imbeciles) 再次為懵懂 (Morons) 最高的叫做無漏通。為什麼有這些的不同呢？因為「真知」顯露的程度有深淺，以致「智能」有高低。(未完)

印度宗教的現象和觀感

融 熙

印度廣土衆民，地當熱帶，天然物豐富，人生衣食問題，易感滿足，故上智之人，易作遐想，思量到人間以外的超世成就，由於具此人地的優越條件，印度遂爲世界宗教源流的主流。而神的種類之複雜，和數量之繁多，亦爲世界宗教首屈一指。計印度教的神，有三億三千萬，將他全國人口平均起來，每人不止一尊神像。印度北部遮姆聖地，建有異常壯麗的神殿，就供奉着這三億三千萬神像。這座巨神殿，是用大石築成的七間殿堂，形式每間都完全相同。自正門進入神殿當中間，是陳列着最上級的神，順着次序，隨神的地位高低階級，而分別在後殿及左右兩側殿堂，把階級制度附在神的身上，要算是印度教特色之一。牠中間的大殿堂，陳列着普拉拉瑪（創造之神），毗修奴（維持之神），濕婆（破壞之神），這三位最高級的神，都是白石精彫的巨像，異常魁梧高大，此外按階級高低，星羅棋布，排列無數的神像，最小之像，其直徑只有五分。

佛教原由印度教（婆羅門教）分化出來，釋迦先從他六師出家，①富蘭那迦葉，計一切法斷滅性空，②末伽梨拘舍尼子，計衆生之苦樂，非由因緣，皆由自然的。③刪闍夜毗羅胝子，計不須求道，但經生死劫數，自盡苦際，如蟻丸轉於高山，盡盡自止。④阿奢多翅舍飲婆羅，專著弊衣，⑤迦羅鳩默迦旃延，計諸法亦非有相亦非無相。⑥尼健陀若提子，計苦樂罪福盡由前世，有其定命，非修道可免除。

釋迦以六師所見，各執一偏，未契真理。同時以彼教妄自尊大，階級森嚴，其韋陀論云：「那羅延天降中生大蓮花，從蓮花生梵天祖公，彼梵天作一切命無命物，從梵天口中生婆羅門，從兩臂中生刹帝利（貴族），從兩膝生毗舍（工商），從兩脚

生首陀（農人及奴隸）。四姓世襲，首陀雖有優秀子孫不能移易。婆羅門最尊，坐有專席，不與三姓同行，首陀最賤，生殺由人。釋迦見此，不滿現實，唱衆生平等，創立佛教，對婆羅門教的階級主義，作強烈反抗，當時婆羅門教徒認他爲叛逆。即今日印度教對於釋迦也不是絕對的崇拜，釋迦像僅安放於第三個殿堂旁邊，靠近窗門，風雨可以吹到，而釋迦像也只是一尊二尺餘高的木彫像而已。

釋迦雖然誕生於印度，但今日印度不是一個佛教國家，印度全國的佛教徒，據最近調查只有十八萬人。居印度宗教之第六位，並不像錫蘭、泰國、緬甸、日本、尼泊爾等國以佛教爲國教。今年是公元一九五六年，印度政府定由五月起，在加爾各答舉行慶祝釋迦牟尼誕生二千五百年紀念，邀請亞洲九個國家的總理參加典禮。筆者亦接僑印友人，轉示印度菩提學社歡迎前往參加函件。聞印度政府特撥鉅金爲招待來賓及導禮各處佛蹟之用，屆時當盛況空前云。此舉是否印度當局對佛教有意提倡的動向，抑只爲聯絡東方國家情感起見，筆者未便妄猜，惟其時加爾各答天氣，經常熱至一百一十二度，聞之不禁吐舌。

印度有所謂毗納教，居印度宗教第五位，教徒約有一百六十萬人。其創教時候，與釋迦同一時代。毗納教是著名戒殺的教，一切禽獸魚蟲，大而獅虎鷹鵠，小而蠅蟲蚊蚋，都不得殺害。所以在毗納教徒集中的地區，半張殺蟲藥劑廣告也看不到。印度國營鐵路，客位設備，本來甚佳，冬天有暖氣，夏天有冷氣，但座椅的隙縫中，却生滿臭蟲，因此教徒是絕對禁止殺害任何生物之故。

毗納教徒進寺的時候，用一塊白色的三角布，從鼻到口都遮蓋着，他們認爲人類所呼出的氣有毒，恐怕自己呼出的毒氣，熏死附近的微蟲，一旦

呼氣吹死小蟲，那是一件了不得的大事，所以參神時候，地毯的跳蚤咬來，也不得趕走，只合忍耐着由牠吸血。

除印度教、佛教、毗納教之外，拜火教亦甚盛行，其教徒最低限度有十二萬人以上。拜火教徒，多是波斯系統的印度人。他的葬禮，異常奇怪，凡是人死了，都一律「鳥葬」。所謂鳥葬，就是將死者的屍體懸掛鳥類，認爲捨身與鳥結緣是莫大之善。拜火教徒居住的地方，設有一個「沉獸之塔」。

彷彿像一個小型的壘球場。當中挖一個極大的洞，把屍體放在洞旁後，週圍外側分爲男子席，女子席，孩子席，迨至附近叢林崖壁的桌臺大批飛來，把屍體的肉啄完後，再第二批的小鳥如鳥鴉等啄剩白骨時，才算葬式完畢，倘如死者屍體經過三天沒有鳥類來啄，那末，親屬將不再在「沉獸之塔」外側守候，認爲死者生前罪惡彌天，以至死後連鳥也不食其肉，那時只好把死者屍體推落井裏去。

拜火教並不是把火作爲神聖的像徵。印度教和佛教將屍體「荼毗」——火葬，拜火教徒認爲將火焚燒遺不潔之物，是污濁火的不合理舉動。印度宗教多而複雜，派系紛紜，除其本國原有的宗教外，還有外來的回教、錫克教、天主教、基督教等，但勢力最大，人數最多，要算印度教大約印度教的教徒，至少在百分之七十已先以上。

當此原子時代，印度許多宗教如拜火教、拜日教、拜月教、毗納教等無類數十種，都是眼在事邊，理邊多不講求。在今日教育進步，民智日開，若干宗教，勢必隨世潮沖洗而去。惟印度教、佛教、耆那教（佛教之一派），皆有甚深的哲理，皆以徹底覺悟，親證真理爲歸。其智慧成就，超越一般宗教範圍，絕無令人只信其然，而不進求知其所以然的麻醉性。饒你社會制度如何更變，科學如何進

步，這與宇宙同體的性分之學，依舊竟然不可磨滅的。

佛教與印度教，功行歸趣，大致相同。釋迦當日創教，只革婆羅門階級制度之命而已。如羅迦古波迦黎所著，吠檀多哲學（周祥光博士譯）：「由於吾人有三毒（貪瞋癡），與苦樂關係，使吾人內在的精神主宰遠離而不自覺，引生後果不得自由。若心能專一，意能集中，情能自制，而與外境遠離，則混濁之性，才能明朗。吾人始能見到靈魂之實在，與所藏靈魂之身體顯然有別。吾人更可見到神聖精神之藏於靈魂中，當此神聖精神顯現時，則此神聖精神即是至極靈魂，其生存與活動，超出衆苦之外。」此與佛教轉貪瞋癡三毒，成戒定慧三學，以趣微見本來之途徑相同。

又其所謂錫磨之律：「吾人日常行動，皆由心意之所驅使，每一行動，必有其一定的結果。因必有果，不可移易，如種子下地，生長林木，水在陽光中曝曬，自必乾燥，是一定之理，當熱與水相遇，其果必在，每一事物，無不如此。故從因獲果，果在因中，從果獲因，因在果內。此與西洋哲學之定命論不同，吠檀多所示命運，並未說有因無果。」觀此可見其亦與佛說三乘權教因果無異，實爲宇宙間不可磨滅之真理。

又云：「吠檀多之爲教，絕不逃避社會現實，引於通世之途，只喚醒吾人遠離情慾，拋棄自私和我執，苦樂不動於中，完成吾人在生命途程上振奮之力，發揮吾人果斷與無畏的精神，從此入真理之境。」此與佛教無緣大慈，同體大悲，入地獄救衆生的大雄大力精神無殊。

本此精神，故佛教入諸國土，代出大機大用聖賢。而印度近代兩大哲人，一爲文化運動之泰戈爾，一爲民族獨立運動之聖雄甘地，皆爲印度教徒。此外圓寂宋久之羅摩克立須彌，唯微剛離陀，阿羅頻多三位聖者，皆是微悟之人，度無量衆。即目前印度鐵奴梵那馬里亞城之摩禪師，與吾國之虛雲老和尚，其化蹟皆非域中非物，民無能名，超出一般宗教範圍之上。筆者觀中印哲人之成就，深表慶慰。世人以唯物時代，宗教當受淘汰，慮到危及佛教和印度教之存在問題，直是杞人憂天。

佛陀的衆生見

諸佛菩薩能救苦厄，尤其是觀世音菩薩，世人遇患難時（按指信佛者言），輒念：「南無大慈大悲救苦救難觀世音菩薩」云。

法華經云：「苦惱衆生，一心稱名，菩薩即時觀其音聲，皆得解脫，以是名觀世音。」按觀世音像，世俗多作婦人，胡石麟筆叢，王世貞觀音本紀，皆謂古時無作婦人像者，疑餘義考，據南北史駁之，蓋六朝時已然矣。其意想因男子易出家，故化裝婦女，多勸婦女，獲得信心耳。

「觀音」，即「觀世音」，唐人諱世字，但稱觀音，後遂沿用之。唐龍朔二年，洛陽龍門佛弟子，彌伽造尊像一龕，即世尊像，避世字，與此例同。執謂佛教爲消極，而佛有普度衆生之宗旨，佛法無邊，又有梵王侍從前已言之。但外貌似消極，實非消極，以乘克剛，積極之至矣。因佛教能創制，能制法，如茶室室餐鈔載龍華寺，見水經泗水篇注云，泗水西有龍華寺，爲沙門釋法顯，遠出西域，浮海東還，持龍華圖首創此制，法流中夏，自法顯始也。據此，則龍華寺，實中國第一佛寺也。

惟佛教亦有宗派，即南北二宗是也。佛教禪宗自五祖後分爲南北二宗，南宗六祖所創，又分爲五派，有禪門五宗之別，北宗神秀所創，其傳不盛，得法雖一，而開導不同，故有南頓北漸之別。

查六祖，即佛教禪宗衣鉢相傳凡六世。即始祖達摩，二祖慧可，三祖僧璨，四祖道信，五祖弘忍，六祖慧能。是爲震旦六祖。

正宗紀載六祖慧能大師，姓盧氏，新興人，辭母直造黃梅東山，既得法同南海法性寺，開東山法門，後歸寶林寺，一日謂衆曰，吾於忍大師處受法要兼及衣鉢，今汝等信根純熟，但說法要，衣鉢不須傳也。次年坐化，塔於曹溪，今南華寺是也。禪門五宗，皆六祖之後，臨濟宗，沩仰宗，雲門宗，曹洞宗，法眼宗。法眼流入高麗。沩仰至石

(二)

陳遜

晉時已亡，今惟雲門，曹洞，臨濟三宗存，臨濟尤盛。神秀唐時高僧，爲北宗之祖，受心印於東山弘忍，忍寂後，往江陵當陽山。道譽響四海，則天武后聞之，召使趨都，肩輿上殿。親加跪禮，神龍二年入寂，欽賜大通禪師。

夫佛以性悟理，即臥坐參禪，以心修性，即禮佛誦經，推思根帶，惟在禪源，如五燈會元載，禪源，圭峯禪師，著禪源詮證，寫錄諸家所述詮表禪門根源道理文字句偈，其序略曰，禪是天竺之語，此云思惟修，亦云靜慮，皆定慧之通稱也。源者是一切衆生本覺真性，亦名佛性。亦名心地定慧，通名爲禪，此性是禪之本源，故名禪源。

佛教除南北二宗外，尚有天臺宗，佛教之一派，北齊慧文禪師，悟龍樹中論之旨，以授南嶽慧思傳之智者大師，其道大顯。師居天臺山，故號天臺宗，以其正宗法華，又名法華宗。此宗主空假中三觀，空觀順真諦，假觀順俗諦，中觀順第一義諦，或用次第三觀：從假入空，從空入假，從假入中道；或用通相三觀：一空一切空，假中皆空，一假一切假，空中皆假，一中一切中，空假皆中，或用一心三觀，一念心中，三觀具足，此三種以後者爲勝。

近世紀則佛門失其清規，流入世俗，以僧衆之少識，藉寺觀爲棲身，借佛殿謀生者有之，佛教一落千丈（按：在臺省不然，因有多數護法者）。教徒有將佛教商业化，已不可諱言。今欲佛教繼承道統興起，不專在宣傳，而在修行，尤首在重整清規，啓發佛義，改良開道，廣行善果（布施）；如參加賑濟會，慈善團體，創辦或贊襄成立中小學及夜學，設鄉村圖書室（不拘泥佛學書報），參加救國工作。果爾，佛教之勃興，衆生之得度，乃可斷言。孟子曰：「百世之下，聞者莫不興起。」斯語借用，譬喻恰當，如果依佛陀的衆生見，而去「宏法利生」，使人皆能「諸惡莫作」，「衆善奉行」，則不難變穢土爲淨土也。

我受緬甸比丘戒的迴憶

慧如

說來真是奇事一件，明明我同昌海法師在中國出家早已受過具足戒，這次來緬甸進入國際佛教大學讀書，校方要我重受沙彌戒，硬生生地把我苦薩資格取消，不算，還要我再受一次比丘戒，好像如果不這樣，就不認我是清淨如法僧事的比丘，非但對我這個中國的和尚如此，就是對太陽旗的日本僧人也不例外，觀這次日本派來讀書十二位僧人，其中有一個是「大僧正」資格哩！他們下飛機後，馬上把日本僧服給脫下，另外換上一套緬甸僧服，每人還戴上一頂淡紅色的紗帽，像要猴戲一樣，直到受沙彌戒之日，才給他們換上緬甸袈裟，這究竟是什麼一回事呢？據說他們認為中國日本幾個大乘佛法區域裡只有佛沒有比丘僧的原故，此國土是尊重比丘戒，古語說：「入境問俗」，我既來到這個佛國，也只好隨順習慣了。

在緬甸這個地方當和尚，固然出了家披上了黃色袈裟，那怕是沙彌，也一樣受在家人恭敬供養，出外應供居士也照樣跪在地下替沙彌揩去腳下的灰塵，可是，在寺裡那顯見得是有許多限制了，沙彌不能與比丘同坐，也不能同桌共食，亦不能同比丘說笑，對比丘說話要蹲在地下雙手合掌連稱「滿巴」，（依教奉行）見比丘來要讓路，從比丘身邊走過不能挺胸昂首，要彎腰低頭，以示恭敬，說起來，當沙彌的就有上一大堆不方便，總之，比丘行列，沙彌是沒有資格參加的，所以在緬甸出家要取得平等享受，那是非受比丘戒不可，也只有受比丘戒才是真正榮耀。

去年，一九五五年十二月九日的晚上，佛教會的大和尚忽然把我們幾個外國沙彌叫到辦事處去，我們見到他後，以緬甸的規矩要禮拜，拜後蹲在地下，合起兩掌聽他說話，「你們自明天起不要上課了」他說，我們聽到這句話，誰也不知道是為什麼

事，我看看別人的面上好像有些不安的神氣，他接着又說：「二十九日政府要給你們受比丘戒，在這幾天之中你們要好好把受戒時候的儀式學熟了，明天烏良弄達拉教給你們」，我等得到這個消息，真是非常的高興，人人的臉上當時都現出一付笑容，他說完之後把手一揚說：「你們同房休息去吧」，我們大家歡天喜地的離開了辦事處，各歸寮房，第二天早晨七點多鐘的時候，大和尚打發伙計把我們幾個人叫下樓去，到一間很寬闊的臨時課室裡，大和尚早就叫伙計把桌椅擺好，我們也同每天上課的時候一樣，按秩序坐下，教師位上也換了一個陌生面孔的一位緬甸和尚，年紀大約有五十多歲，面上很嚴肅的，我們一見着他，就有點畏敬，原來他是緬甸一位很有名的大宅雅朵，（意即大法師），他先在黑板上寫了幾條緬文拼的巴利字，叫我們抄寫在筆記簿上，然後一句一句的讀給我們聽，他讀一遍，我們跟著讀一遍，就同小孩子讀「人之初」差不多，大概讀二十多遍總算是把背都記着了，可是意思全都不懂，他說，明天全要你們背熟了，如果那一們背不過來的話，就叫誰到太陽地裡站着去讀，他說完之後，拿着本子就走了，我們來此都快要一年了，聽着這樣嚴厲的話還是破天荒頭一次呢！每天上課的時候，教師總是對我們和氣氣，從來沒有責備過一句，這位新教師頭一天上臺就對我們來個下馬威，給我們吃一棒，真有點心驚！這一堂課就算完了，我們回到房中，誰也顧不得講閑話了，抱着筆記本不斷氣的讀，都怕明天背不過來要曬太陽，總算不錯第二天人人都很流利的背誦出來，背完之後，他坐在椅子上用緬語解釋意思，其實就是中國受戒時的「遮難文」，因為我在國內已經受過戒了，所以他說一條，其餘的我也能懂，幾個日本和尚不懂緬甸話，弄得教師沒法，只好

說英語，可是，他又說的不太好，日本和尚由那天起找來一個翻譯員，同我一起來的昌海法師懂日文，我聽不懂的地方，他又翻成中國語說給我，所以我們請來的翻譯，我們也沾了不少的光，十天我們就把要讀的文全都讀熟了。自二十那天開始演習，怎樣搭衣，拿鉢，走路等事，起先大家在一起，後來分三人一班演習，最後一個個的問答演習，他是怕我們臨時慌慌，弄出笑話來，這也是佛教會的謹慎，到年底二十八日那天我們大家剃頭、洗澡、洗衣服、打掃房間整整忙了一天，晚上大和尚又把我們叫到辦事處，發給我們三衣，（大衣、五衣和下裙），緬甸沒有七衣，大衣的種類很多，有九條的，十三條，二十八條，三十五條，五十三條，甚至一百多條的大衣，這次給我們的是三十五條大衣，另外還有鉢、剃頭刀、澆水囊、針和線、共八種物，這是受比丘戒時必備之物，當時還問我們有沒有錢，如有錢拿出來，交給淨人收管，如有錢不出的話，查單查出來，那是不能受戒的，有人交出錢，金銀，也有交金戒指美鈔等物，大和尚叫淨人把錢拿去，別的物件叫各人拿同好好收在箱子中，受戒後就不准再去動它了，大家把錢交給淨人以後，淨人還要在前念一段巴利文，意思說，他做我們的護法，我什麼東西都可以向他說，可是不能超過我交出這些錢的數目，我們把錢交好之後，各拿着衣鉢等物回房休息。

二十九日的早晨六點鐘的時候，學校樓房安置的播音筒放出音聲，請受比丘戒的學僧，齊到戒壇中去，我們由宿舍到戒壇的時候，已經有結果經藏的五百多位高僧坐在戒壇中等候我們了，這個戒壇的面積很大，圓形建築，上下兩層，當中供着大銅佛像，佛前還供有佛骨及舍利，桌上擺着美麗的香花，戒壇對着和平塔，後面是綠汪汪一片湖水，

戒壇的上面修造同金塔一樣，尖尖的頂子貼着赤金，金光晃耀奪目，陽光之下使人不敢睜眼，自從這戒壇修好之後，這還是頭一次開壇爲國際和尙授戒呢！我們進入戒壇之後，坐在傍邊，儀式開始，許多比丘先念懺悔文，以示人人都是清淨比丘，然後圍成一個大圓圈，內中坐着十位大和尙，好像我們中國的三師七證，第一壇至四壇，是達地底藏，烏地雅巴達，杜達那，丹大西達，開麻陀，達麻拉雅，拉大拿沽達拿，道畢達良拿，沽麻拉都麻拉，微都達莎雅，微都達莎雅，十一位日本和尙，他們受戒完了，最後輪到我同昌海法師和一位越南和尙名刺地叭啦，我的緬甸僧名叫菩提雅納，昌海法師名達雅雅納，當叫到我們的名字時，我心裡一陣亂跳，看着十多隻眼睛都注視着我們身上，在戒壇外還有我的護法中華佛社的善女人等，如果真要弄錯了的話，那才難爲情呢，因為越是怕心裡越慌，在傍邊招呼我們的緬僧，好向觀察出我們的情形，他說不要忙慢慢的，我們才定下心來，可是，我們三人都出了滿身大汗，披搭的黃袈裟都濕透了，我們先到十師面前禮拜，唸一段「依止文」，然後又退出來，站在一個地方，即律中所說「可見不聞處」，由一位和尙唸了一段文，他唸完之後，衆比丘又讓開一條路，叫我們進去，這時傳戒大和尙坐在當中，羯摩和尙先問遮難，這些我們早已讀的很熟了，到這時才知道教師的用意，如果以前不那樣用心的讀，現在是非錯不可的，問一句，我們答一句，問答以後，羯摩和尙教唸「甘佈瓦」（意思即三翻羯摩，三個人每念三次，他們最注意的是巴利音，如果讀的音不正確的話，據說新戒一定不能得戒的，甘佈瓦讀完之後，我的兩條腿蹲在地下麻木的

站不起來了，好容易熬到圓滿，計算時間有一點多鐘。

受戒完畢，那些結集經藏的高僧各回寮房休息，而我們受戒的却還有一套過場呢！出戒壇後，我們同十師乘着佛教會預備的黃色汽車，音樂隊跟着後面，吹吹打打直把我們送到結集經藏的「藍古萊基」大石洞中，洞門前早已鋪上美麗的五色花毯，一條一條連着直鋪到洞裡面，我們的戒十師坐在上邊椅子上，我們蹲在下面，唸禮謝文，唸完之後，得戒和尙開示，無非是要我們好好護持戒體，用心學習經典，將來弘揚佛法，用功修行一類的話，講完之後，我們新戒一齊來個「同後轉」，面向外，受信衆善男信女的拜賀，這時新聞記者忙個不已，把些動作都收入鏡頭，最後大和尙開始給參加的在家信衆說五戒，又講了些佛法，這時臺下擺着一張張的桌子，上面放着和尙應用的各種東西，這是新戒受供養的一個場面，大和尙在前我們在後，每人跟着一個伙計提着大鉢盂，向掉臺走去，什麼毯子、僧鞋、傘、扇子、書、筆、墨水、菓子、手巾、藥和肥皂等類的東西全有，每人得到一大鉢，另外給每人加上佈施兩張「彩票」，這玩意真够新鮮啊！一切過場完畢，我們手中捧着黑油油的飯鉢，到齋堂去吃飯，這天是緬政府特別預備的上好肥美菜飯，第二天緬文各報紙把我們受戒的消息登載出來，國際和尙集體受戒的標題真够醒目，從那天起，我們就可受到菩耶（佛）的尊稱了，這算是我受南傳佛教比丘戒的一幕，想起這件事，倒也有趣呢！

民國四十六年三月十九日寄自仰光佛教大學

人生詩選

張默君

游儂次均王船山先生八首之四

平生篤忠愛。厥失爲直愚。古今一呼吸。興壞夢須臾。夢雲羽化游。遐鷺驚風墟。御風輕綠環。縹緲還清都。貝宮臨巍峩。曼衍紛龍魚。消搖接太素。貽我文瑤珠。冥心抗九玄。安用長歎歎。

高玄空懸參，儼嚴薄言采，濛濛琉璃河。齒齒始含雷。景漾碧瀟瀟。神凝衆香海。遣此榮騰情。忽然忘飢餓。聖凡各有途。圭璧焉能浼。渾水看羣飛。百蠻貢方賄。浴德日月光。晞髮煙霞裏。妙絕八音流。頻伽戲春靄。急劫儘可迴。天驚石亦改。

擊石撼窅窅。九轉成靈丹。元珠徹夜明。懸劍經天寒。閭風吹瀾瀾。北斗生闌干。蛟蜃窟底蟄。靈鷲臂路搏。洞參生滅緣。截破動定關。錘骨欲成塵。上清聊盤桓。胡爲勞茲生。詎不歌且歎。雖復釋離憂。修焉來永歎。頗虬弄狂瀾。捲地掀危瀾。

危瀾烏足治。信有降魔劍。伐耄持天樞。弔民已羣歎。至道敦綱常。心波澄澈潯。玉虛載相謝。去去弗予玷。樂義與害仁。劇然此天慳。皎皎堯舜徒。忍教受污染。暴秦燔五車。赫奕怒靈閃。孽蟒不自支。垂燈歎妖饑。削平在剎那。瞻顧多忝。紫府發長謫。千秋散遙念。

黃山丹井

丹成仙去井空留。洞口寒雲亂不收。誰見長生持妙訣。明朝控鶴問浮邱。

潔癖

程觀心

我們生來娑婆國土，五濁惡世，終日浮沉于塵海，隨着濁浪翻騰，並不自覺其苦和憊。設或有人站在彼岸淨土大聲疾呼說：「你看，你的一身內外多污垢，四處都是病菌，所以你永居苦惱困之中。爲什麼不努力爭上游，往乾淨，快樂的所在攀登呢？」佛法宣流的義理，匯合成一股洪大的聲音，時時如此向我呼喚，給我警告。

本來，我眼睛裡就攔不住一粒沙子，心裡也容不下一些卑鄙醜惡的影像。比如那些奴才婢妾頹喪的嘴臉，妄自尊大驕下的狂態，釣名沽譽言行相左的偽善……連同腐敗的垃圾，污臭的陰溝一樣的使我憎惡。當然，外在顯而易見的醜態，稍有良知的人，總是厭惡而避之。可惜我們能見的常限於外境，衆生，嘆息的也常是別人的過失。自己的內心世界，很少爲它去做清潔工作。其實，那裏面的自私，我慢，慾望，全是一堆髒東西，攔在陰暗的角落，一有機會，就紛來攘往，魅影幢幢，痛苦滋生。這些能望礙靈知覺的煩惱，我們任其猖獗，並不知其爲患之烈，更不談立志去殲滅它了，所以娑婆的濁濁如果細細去省察，自有其共業的因素，大不必去怨尤它的存在。由于自求多福的樂觀信念，奮力的「自淨淨他」，比消極的「厭離」「自了」當使世界的改善，更充滿了希望。人性的光明面，善良面，只是被塵垢所蔽，洗刷的方便，可有無數的法門，以供應用。任擇其一，持久勤修，皆可踏出一座橋樑，超出妙莊嚴路。

佛說：「多貪衆生應修不淨觀，多瞋衆生應修慈心觀，散心衆生應修數息觀」。多貪，多瞋，散心……我都俱足，談到真正的去實踐，正不知如何

個「觀法」，更不懂什麼依法修行了。不過，身爲主婦，家事煩瑣，灑掃，洗滌，整天和水結了不解之緣。靜觀日常用物，環境的「不淨」，真够一個人的煩惱了。最使我困擾的，當是大地微塵之衆，無所不在，觸處徧佈。飛揚的塵氣，就專爲沾污一切而存在。你看，一面擦得亮晶晶的鏡子，一天不理會它，上面蒙了一層灰，照也照不清了。院子裡幾天不掃，殘枝敗葉遍地飄零，一付亂糟糟的髒相，似乎橫七豎八的寫了許多「懶」字。居室的壁角牆脚，你若蓄惜一點勞力，它就藏污納垢起來，蛛網從天花上張起，還掛着一串串飛埃的縷絡。只要你容讓得住，蠅蟻之屬也就不客氣的搬來共住了。人活在世上一天，如要保持潔淨，必得和塵埃奮鬥一天。這責任自然多半落在主婦的肩上。於是，每天由污濁的洗滌清爽，由零亂的整理成不紊，由塵垢的擦成光潔，凡從手上經過的東西，都煥然發出清淨的光澤。看在我眼裡，好像每樣東西，皆完美無瑕，神清氣爽。對着窗明几淨，讀幾頁書，似乎也受用些，思想運行起來也暢溜多了。雖然，每天化去我許多時間，消耗了不少體力，心中却溢滿愉快，覺得至少盡了主婦的責任，家庭境界因我的勤勞而淨化了。

行之既久，習慣成自然，簡直不能容忍一絲爛污了。誰處有一點不潔，非把它清除去，不能安心。午夜夢回，常想到清潔工作，尚未做到徹底，壁腳，鞋櫃的每個角落，每寸地板，皆在我的注意之中，心眼如見其穢。就像一宗責任任了，一筆債款未償，歉然不安，尤其壁縫，窗楞，椅軸，越是黝暗不明顯的地方，我越重視它們乾淨，深怕那些暗

角落，窩藏霉垢。

淨和勤原是二位一體的，爲了保持塵不染的條件，往往獲得精疲力竭。幸好，我把家事當爲健身操。又常以過去大德，印光大師做楷模以自勉；他老人家德高望重，發心供養他的佛弟子，何止千萬，但是他平生自奉極儉樸，每日自己掃地，拭几，擦燈，洗衣，以習勞惜福，爲一般怠惰者示範。不過，我這種偏執淨相，已到了愚癡的程度，自己也覺得好笑，轉而又自慰：愛潔畢竟是好習慣，那怕成了癖，總比姑息穢惡，懶于灑掃強多了吧？

上達高超的玄義，也許從日常平實處，懇切地慢慢做去，可以悟出一點道理吧？我的敏察不淨，勤于擦地板，抹桌椅，要求淨的程度，一天深似一天。以淺薄的智識，接觸俱體事相，貼實去體味，暗澹混沌的心室，漸漸透出新意念的曙光了。淨化的領域，竟從有形的環境，進而無形的心性，連成一片了。

金剛經上反覆喻示：「無人相，無我相，無衆生相，無壽者相」。詮釋爲：「凡所有相，皆是虛妄，若見諸相非相，即見如來」。我深信諸相的空性，却不能透入：「諸相非相」的實在。我既未達到觀照般若的程度，「我執」「法執」根深蒂固，屹然不動。當然更行不起「拂相掃跡」的觀照工夫了。

我不會「拂相掃跡」，但會掃院子，枯枝落葉，瓦礫石片，只要在我掃蕩之下，纖塵不留，倒也現出一付光燦燦的「淨相」。我想：在我這最下乘者之流，未能理會般若之前，還是執著住一個淨相較爲妥當吧？單願珍重當前一念，不讓一絲一微的不潔，落進我這一個淨美的心田。如此經過長遠的培植，這裡將生出一朵純潔的白蓮華，它的根深扎在深刻光明的信仰裡，皎白挺拔，永久發散香郁。微風吹動，搖曳着一種法悅的樂音，願聞此音者，悉生淨念！

- D**
- 1、肉類食物——豬肉50%以上為油，脂肪太多，其他如牛羊等肉較佳。
 - 2、魚類食物——魚含有磷質，蝦與蟹含鈣質與磷質品較多。
 - 3、禽——雞、鴨、鵝、鶩等類，牠們的肉易於消化，故列為貴重葷菜，連同牠們的蛋，均含有蛋白質與脂肪。
 - 4、膠質食物——魚翅、燕窩、海參、烏賊，這三種食物，是使人發胖，增高血壓的食物。
 - 5、蛋白質最豐富的植物為黃豆，黃豆含有40%蛋白質，脂肪12%，所以吃素菜不能離開黃豆、豆腐等類。
- C**
- 1、蔬菜——大部份蔬菜，70%是水。
 - 2、根生蔬菜——白蘿蔔、甜菜頭、胡蘿蔔、薑、洋蔥，均為根生菜，富有維他命B及C及多量礦鹽。
 - 3、葉子蔬菜——菠菜、蔥、芹菜內含有養路腸胃，使之清潔。
 - 4、葉子蔬菜——各種白菜，含礦質及維他命A、B、C最多，對製造血液很有幫助，海帶菜含有碘，而碘能使血管軟化。
 - 5、葉實蔬菜——冬瓜、黃瓜、豆角等是，富有維他命A、B、C最多的菜，辣椒含有多量維他命C。
- B**
- 1、寄生菜、木茸、麝香等祇有維他命B2與膠質，在蔬菜裡頭最理想的菜是白菜、蘿卜、菠菜、豆角、茄子、冬瓜、黃瓜、番茄。
 - 2、水菓——酸性水菓——半酸性水菓——中和性水菓——酸性水菓——檸檬、橘子等均屬之，胃酸多者不宜多食，含有維他命C。
 - 3、半酸性水菓——桃子、李子、杏、鳳梨等，不宜多食，柿子有單寧酸，最難消化。
 - 4、中和性水菓——是最優良之食品，西瓜、清甜、胃的濕酸，蘋果使肝軟化，番茄亦算水菓富有維他命A、B、C，木瓜利於胃助消化，含有黃色有機酸，食後日應少停。香蕉，本身不列水菓，因含糖與澱粉很多。

- E**
- 1、飲料——飲料最好是蒸餾水，次為開水。
 - 2、牛乳——牛乳內含有鈣、蛋白質、糖、維他命。
 - 3、茶——清茶內含有單寧酸及維他命C，中國茶多用茶子油炒，故食後喝清茶的最好的，紅茶本身是茶葉經發酵後焙製的，沒有單寧酸，本省所產阿撒姆茶最好，有利小便之效。
 - 4、酒——酒含醇在5%—10%為淡，酒喝後有幫助消化，威士忌、白蘭地含醇均在50%會使血管變硬，胃內生紅點，即生酒斑，而白乾、高粱、及俄製的瑪特卡是寒帶人飲之使身體發熱，其醇度均在90%左右，不可亂喝，咖啡——是刺激性的飲料，內有咖啡精不可多飲，「可可」是椰子油製成，含有植物油多，多飲多能使人長胖。
- F**
- 1、功用——維他命A、B、C而總數有十餘種，其功用是促進生長，消腫，防止傳染病。
 - 2、維他命A——功能促進發育，防止傳染病，魚肝油、蛋黃、豬牛肝、紅蘿蔔含量最豐富，維他命B1——有幫助消化，增加食慾，減少濕氣的功用。
 - 3、維他命B2——能幫助發育，助排洩，防止脫髮。外國之忌士、中國臭豆腐、醬油、瘦肉、米糖、啤酒、健素均含有多量維他命B1及B2。
 - 4、維他命C——檸檬、橘子、辣椒、清茶含量最多，其功用可消除血液內毒素。
- G**
- 1、早晨不能廢止早餐，這是醫學家研究所得的結論，在外國是吃蘋果一個加半磅牛奶，是最好的早點，在中國可用豆漿代替牛奶，再加點水菓，中和性者最有益處。經濟點可用香蕉代之。
 - 2、中午的吃飯，要豐富的湯一個，素菜兩碗，頂多如一個炒蛋，吃大米飯中飯飯碗一碗已足，如向覺飢餓，應多食蔬菜。練習少吃，胃可漸漸縮小，但是消化力反增強。
 - 3、晚餐，不宜吃得太早，最好在下七時許，因太早離次晨時間過久，最好吃魚、肉、麵食，或燒餅等，而魚、肉以六十公分為度，再食物之中麵粉是最好食物，而麵粉發過酵再

二、排洩——人體內用過的東西，必須要排洩出去，否則積存在身體裏頭，發生毒素，防害身體，保持身體內部的清潔，應當將廢物盡量排出，人身體排洩工作有四個機構：①大便排洩 ②小便排洩 ③呼吸排洩 ④出汗排洩。

1、呼吸排洩——研究排洩我們必須先知道身體內部組織概況，人的肚子裡分為上下二層，有一部叫中膈膜，分開上下，中膈膜之上，左面是心，右面是肺，中膈膜之下，左面是胃，右面是肝，肝的中間夾着膽囊，膽有小管子聯在胃上，肝膽之下是小腸，小腸在蠕蠕在腹內到了肚子底，二節連接連有大腸三節，一節橫在小腸之上，二節豎的，第三節大腸是儲存食物，預備由肚門排洩出去。

消化的過程與時間，澱粉質食物，在胃裡頭消化時間為兩小時，蛋白質的食物，在胃裡頭消化時間為兩小時至五小時，消化完畢之後，通過小腸，吸收營養料，用蛇行之方式往下推動，全部小腸約廿五、六尺長，食物在小腸中時間約六小時，從小腸通過後走入大腸，再吸收一次剩餘營養，到排洩為止需時約六小時，排洩出來需要十二至十四小時，因此一個人每天大便兩次是很合理的。普通我們24小時大便一次，亦無害處。

2、小便排洩——人類食物的垃圾——飲食的固體廢物由大便排出，飲食的液體毒素及鹽類，由小便排出，排洩小便之機構①為尿道②為膀胱③是腰子（是過濾器）我們腸子吸收了滋養料，到了腰子這地方，把它分別，有用的就送到肝裡變血，沒用的即變尿排出，人體有兩個腰子，過濾量甚大，若丟掉一個，仍可生活，腰子的組織很脆弱，故最易損壞，它一損害血立刻中毒，血一中毒，生命即發生危險，腰子的傷害有兩大原因，一是因發炎，一是因微小的破裂，發炎的來源有二：一為血裡濕熱太多，刺激腰子內部使發炎，發炎後排洩機能降低，血裡的毒素亦隨之增高，另一原因是受寒凍，而起發炎的，至於破裂，很容易發生糖尿，或因花柳病，病菌蟲咬壞，很易發生糖尿，或因花柳病，

