



一瓣飽滿的蓮
瓣如眾生心中
一顆菩提種子
清淨而莊嚴
具足而活潑

財團法人 覺風佛教藝術文化基金會

覺風

覺風

自覺 覺他 覺行圓滿
竹風 風偃 風滿 佛音

第八期
八十二年十二月十五創刊

發行人：釋仁慧
社長：釋寬謙
社址：新市林森路176號6樓
電話：(035)216190-1
傳真：(035)233314

法源寺：新竹市高峰路236號
電話：(035)215302-4
郵政劃撥：第1285391-1號
戶名：覺風佛教藝術文化基金會
中華郵政：中台字第1018號

佛法能使人離苦得樂

——民國四十五年九月廿七日講於法源寺

■斌宗法師講

■慧藏法師記

先來說明苦，迫惱身心使人們不得安然謂之苦。世間苦事無量，如三苦、八苦、十苦、百苦....說不能盡。

茲單拿現世所受的三災，和死後所墮的三途苦報來說。所言三災：一、飢饉，二、刀兵，三、瘟疫。此為苦果，果必由因而成。究竟這些苦從何而來？乃由吾人之貪瞋痴三毒做出殺盜淫三惡業，此為感苦之惡因，由貪造盜業而招飢饉災；由瞋造殺業，即感兵刀災；由痴造淫業而感瘟疫災，此為現世所受之苦。且好殺、偷盜、亂淫之人，要受社會之厭惡，人群之鄙視，同時還要受法律的制裁。

其次，由慳貪故隨業而墮餓鬼；由瞋恨故隨業而墮地獄；由愚痴故隨業而墮畜生，此死後所受之苦。

其他如地藏經所說：多貪眾生則受貧窮苦楚報；多瞋眾生則受醜陋癯殘報；多痴眾生則受頑呆無知報。

或因貪——好盜，而墮山豬老鼠之類，依貪習氣所感故。因瞋——好殺，而墮虎狼、蛇蝎之類，依瞋恨習氣所感故。因痴——好淫，而墮鴛鴦、雀鴿之類，依淫習氣所感故。

你看這苦不苦呢？人們如果甘心吃受，視為非關重要的事，那就無話可說。如或不然，有急求解脫的必要，那，無論何人都要趕快來信佛學佛，因為佛法能使人離苦得樂故。當用何等佛法去脫離它——苦？講起佛法，它的範圍很廣大，內容很豐富，就經律論的傳譯，和我國歷代祖師

的著述，結集為一大藏經已有壹萬數千卷之多。雖然如是，但統起來說，其中所明，宗要不出戒定慧三學，此為佛法之三大綱領，修學佛法者，當向此努力進取！

依戒學而修可以對治慳貪，貪心一滅則不造盜業，惡因既滅，苦果自亡，則不受飢饉、貧窮，或墮餓鬼等之苦報。依定學而修，可以對治瞋恨，瞋心一滅，則不造殺業，於是哪有刀兵....或墮地獄等之苦報。依慧學而修，可以對治痴昧，痴心一滅，則不造淫業，於是自然不受瘟疫....或墮畜生等之苦報。這就是佛法使人離苦的善策。

至於得樂，限於時間關係，現在簡單來說，學佛人，能嚴持戒律，則能常得清淨莊嚴之樂（不毀犯身口意三業，自然清淨莊嚴）；能夠精修定學，自然常得解脫自在之樂（不被塵境搖動自然解脫自在）；能廣求慧學，則能常得理達心安之樂（有智慧故自然理達心安），這還是小事，能真實依照三學而修，乃至究竟成佛獲到常樂我淨殊勝妙樂。

上面所說佛法能使人離苦得樂就是這種道理，茲再來說幾句補充話：如能真誠皈依三寶，也是可以離苦得樂。

皈依佛，佛是覺義，覺則不迷——無痴，於是則不造淫業，自無瘟疫，或墮畜生等苦報，而能常得身心覺照樂。

皈依法，法是公正義。公正則不貪（公正則無私欲），於是則不造盜業，自無飢饉，或墮餓鬼等之苦報，而能常得身心如法樂。

皈依僧，僧是和合義，和則不瞋，於是則不造殺業，自無刀兵，或墮虎狼等苦報，而能常得身心和諧樂。所以經云：皈依三寶故、不墮三途苦，也就是這意思。

大家有沒有希望離苦得樂，如果有的話，那麼，尚未皈依學佛的，當趕快來皈依三寶修學佛

佛教與花的淵源

■繼夢法師

(轉載“中華花藝季刊”第13期)



▲筒花

【花材】松／春蘭葉／白頭翁／白玫瑰

【花器】竹筒

經中最有名的一句咒語：「唵、嘛呢叭咪吽」六字真言；它的意義就是「覺悟的生命，猶如旭日之下盛開的清淨蓮花」。

花的原字是華，所以在宋朝以前所翻譯的佛經中都用「華」字。在佛法中花有其特殊的幾層意義，可以告知大家。

佛法教育的目的，是在使人人都能展開生命的真正意義；換句話說，就是要每個人都能將生命的能力或潛能，充分的發揮出來，使人生達到「止於至善」的境地，猶如花木的生命，當他達到生命的最高峰時，就是綻放那永恒的生命之花！

佛經上說「佛坐千葉蓮華」，它的意思是說，所謂覺悟的生命體猶如盛開的清淨蓮華，所展現的生命面貌；所以在造形上就用像坐在蓮花上面，這並不是說有一個人或一個佛坐在花上面，若如是解，那是迷信之徒！應該要說一個覺

悟的生命或人生，它就好像燦爛盛開的花朵一般。

於此可知佛教中對於覺悟的標的是經常與蓮花相會的；換言之，蓮花經常是被佛教用來表示一個人的生命體最建全，最正常的狀態。

除此以外，在佛教的造像、繪畫、建築、庭園、佛殿擺飾，以及供品之中，「花」是其中必不可少的一項最主要的因素。這其中代表了許多意義，茲簡述其要約為五義：

一、忍辱義：花瓣纖細，可觀賞，不可捉弄拿捏，否則即損其質；這如同人心不可強加意識型態，否則旋即變質。

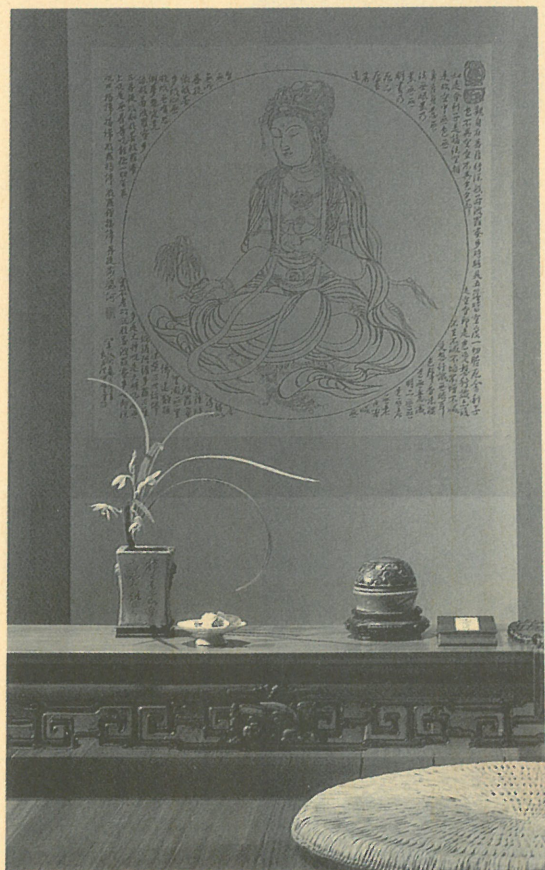
二、芬芳義：花香流馨彌遠，喻德行感召，回施利濟衆生，能引起衆生的歡喜與信心，這是花香的真實義。

三、敷榮義：花色鮮豔，正是生命體能量達到最高峰的一種狀態，充分表現生機盎然，朝氣蓬勃，人見人愛的人生觀，這是光明與和諧的象徵。

四、柔和義：世人競爭性強，得失心重；因此而有暴力傾向，花之柔和能引人趨向人性的舒展，過健全的人生與生活；猶如「蘭花在幽谷，無人也芬芳」。

五、含果義：花開果自成，故花表因，因圓則果成。因此只要行因，不問結果，而果也自然成。

最後，花也有生生不息的意思，花開結果可以繁衍不絕！人的生命若能開花，生命仍可永恆；在色身滅壞的時候，那真實的生命體就依於「不生不滅」的真理，而像千葉蓮花般的一再展現那生命的花朵，而進入那永恒的領域，這部分又豈是凡人所能臆測！



編者按：

中華花藝基金會十多年來為中國花藝之推展，不論從歷史上、地域上、文化層面上、生活理念上作有組織有系統有淵源之探討，發展出不同於日本流派與西洋花系之中國花藝體系。今年三月底至四月中旬更舉辦了與佛教供花密切結合之插花展覽，更可以感受到中國佛教供花之系統，實與中國花藝簡直同出一源，而且是最為恰當不過的了。日本式柔弱，西洋式內蘊不足，唯有中國花藝最能展現佛教特殊之氣質與內涵。

新竹地區，羅吟惠老師為中國花藝默默推動了五、六年，兩年來為本別苑長期奉獻心力，今年法源寺浴佛節法會和盂蘭盆法會更是發動學員大量人力資源之投入，在此特別申謝。

◀禪房插花

【花材】素心蘭／茉莉／經文／香爐／念珠／佛像／蒲團

【花器】方形紫砂瓶

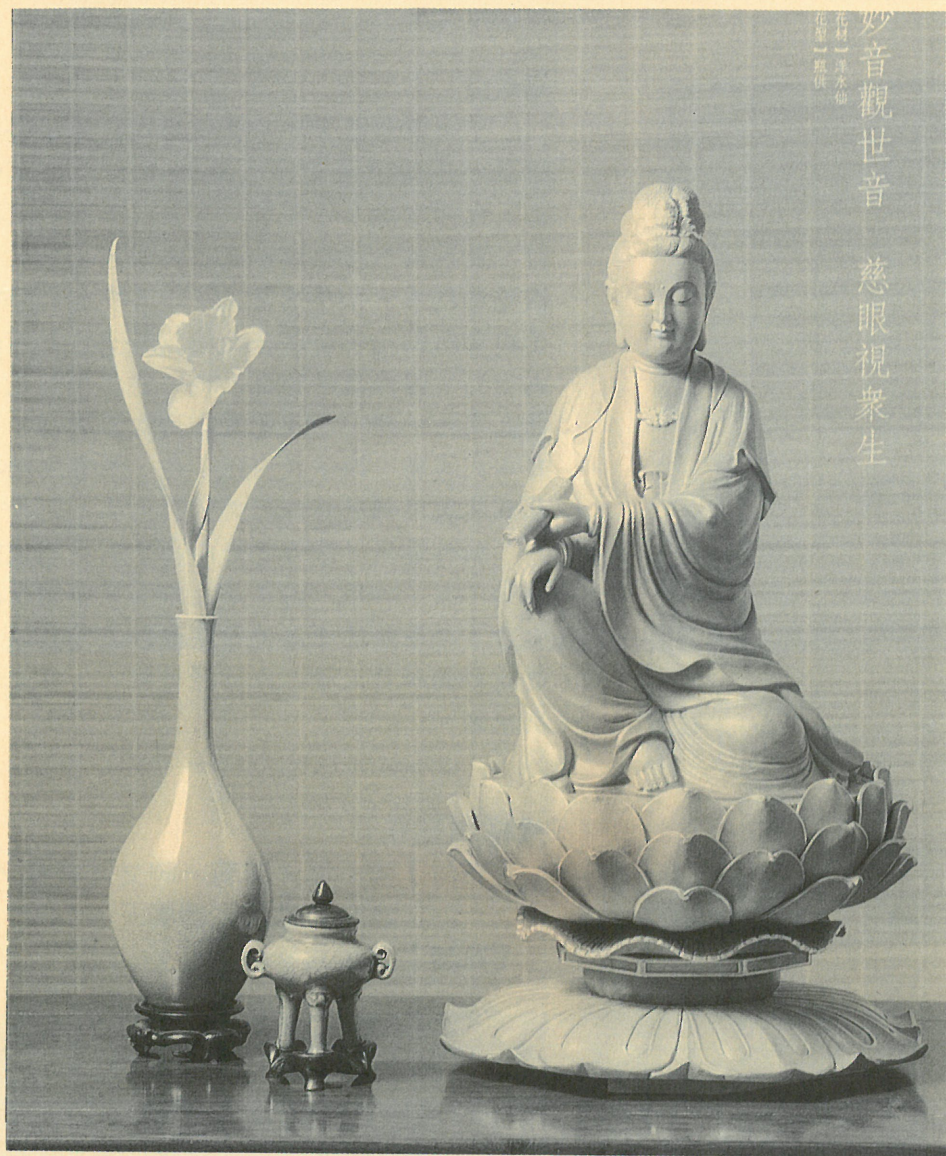
▶藥師佛供花

【花材】小皇冠／小海芋／虎頭蘭／白雪花／

翡翠寶石

【花器】青花高腳盤





【花型】瓶供
【花材】洋水仙
妙音觀世音 慈眼視衆生

圖書室近日新增了一些圖書和錄音帶，分別條列如下，歡迎踴躍借閱聆賞。並歡迎大家提供與佛教藝術文化相關的書籍、錄音帶和錄影帶資訊，以利圖書室增加館藏，服務大眾。

(一) 圖書：

書 名

原始佛教聖典之集成
說一切有部爲主的論書與論師之研究
中國禪宗史
中國古代民族神話與文化之研究
初期大乘佛教之起源與開展
如來藏之研究
太虛大師選集（上中下）
雜阿含經論會編（上中下）
遊心法海六十年
空之探究
印度之佛教
辯法法性論講記

作 者

印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師

法海微波
印度佛教思想史
修定——修心與唯心秘密乘
契理契機之人間佛教
大樹緊那羅王所問經偈頌講記
華雨集（一至五冊）
成佛之道（增注本）
初級佛學教科書（注音本）
高級佛學教科書（注音本）
印順佛學思想研究
印順導師的思想與學問
法鼓全集（共四十一冊）
毘尼日用切要講記
慈悲三昧水懺講記
唯識史觀及其哲學
南傳佛教史

印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順導師
印順法師
印順法師
郭朋
藍吉富
聖嚴法師
演培法師
演培法師
法舫法師
淨海法師

真理的語言	淨海法師	坐禪的功能	聖嚴法師
彩色佛陀畫傳	淨海法師	您是佛教徒嗎	聖嚴法師
續明法師選集（上下冊）	續明法師	觀世音菩薩	聖嚴法師
中國淨土教理史	印海法師	學佛的基礎	聖嚴法師
佛教難字字典	李琳華	歸程	聖嚴法師
佛教圖像解說畫典	洪立曜	觀世音菩薩普門品	聖嚴法師
佛教手印圖說	施雲水	維摩經生活系列講座	聖嚴法師
佛像小百科	盧永智	淨心與淨土	聖嚴法師
五百羅漢圖譜	王成	聖者的故事	聖嚴法師
禪公案畫	譚雲山	學佛群疑（台語）	聖嚴法師
中國古代建築寺廟工藝圖典		正信的佛教（台語）	聖嚴法師
藏傳佛教唐卡寶典		法鼓集（台語）	聖嚴法師
打開心內的門窗	林清玄	佛教的現在與未來（國台語）	聖嚴法師
大藏經入門	譚明光	禪與人生	聖嚴法師
曼荼羅詳解	權田雷斧	如何提升人的品質（國台語）	聖嚴法師
中國佛教文學與美術	高觀如	煩惱與智慧（國台語）	聖嚴法師
中國佛寺巡禮	謝妙林	身心平衡（國台語）	聖嚴法師
佛像的誕生	李元豐	佛在人間（國台語）	聖嚴法師
佛教實用對聯	弘一大師等	信仰與命運（國台語）	聖嚴法師
佛教文學典故	陳三峰	四眾佛子共勉語（國台語）	聖嚴法師
（蓮花系列）素食、秘方、壽爾康	馬道明	般若心經與現時代	天機法師
（蓮花系列）精進素食補方	馬道明	八關齋戒	天機法師
（蓮花系列）般若的法味	龍慧 等	孟蘭盆經，由慈悲三昧水懺說起	
（蓮花系列）佛教式的幽默	陳明見	妙法蓮華經—觀世音菩薩普門品	
（蓮花系列）佛教簡易修持法	弘一大師等	大勢至念佛圓通章	慧律法師
（蓮花系列）圖解認識寺廟	鍾明元	佛學十四講表	慧律法師
（蓮花系列）禪與詩	張弓長	了凡四訓（改造命運的原理）	淨空法師
（蓮花系列）偈詩精華錄	張弓長	華嚴經觀自在章	淨空法師
		佛說八大人覺經	聖印法師
		佛教徒的財富，資格，修持觀	淨耀法師
		在家菩薩戒講解（台語）	會性法師
		在家菩薩戒講解（客語）	會性法師
		慈悲三昧水懺	會性法師
		天台四教儀	會性法師
		妙法蓮華經（敘品、方便品）	會性法師
		妙法蓮華經（譬喻品）	會性法師
		妙法蓮華經（授記品）	會性法師
		妙法蓮華經（普門品）	會性法師
		阿含經與人間佛教	宏印法師
		彌勒法門與淨土信仰	宏印法師
		成佛觀的認識，般若與禪定	宏印法師
		金剛經概要	普獻法師
		現代人，慧命常青，壽康之道	普獻法師
		學佛開示	普獻法師
		維摩詰經（問疾品）	妙境法師
		菩提小止觀	
		踏入佛學之門—三皈五戒	如釋法師
		四分比丘尼戒	如釋法師
		學佛第一步，聽聞佛法的重要	依道法師
		如何修福慧（六度日常應用）	惠空法師
		打開心內的門窗（國語）	林清玄
		打開心內的門窗（台語）	林清玄
		永平寺（錄影帶）	
		立地成佛（錄影帶）	
		普賢行願的啓示（錄影帶）	淨空法師

佛教經由藝術形式得以留傳宣揚 藝術因融佛教精神得以深刻發光

● 中國佛教美術論文索引 為炎黃子孫略盡棉薄之力

徵求助印：一本珍貴難得的專業工具書
每本助印工本費 400 元正

- * 集合近百年來歐美、中、日各國學者論文，編成索引。協助國內外佛教藝術專業者及愛好者，有系統、有組織地認識了解“中國佛教美術”之文化遺產。
- * 佛教藝術界重量級專家學者，李玉珉教授，策劃執行經年，研究所學生助理進行。
- * 將分送國內外各大美術館、圖書館及專家學者、愛好者。亦歡迎來函索取。
- * 已支出執行編輯費用，將近新台幣貳拾萬元，還將支出印刷、郵寄費用，預估尚須新台幣參拾多萬元。

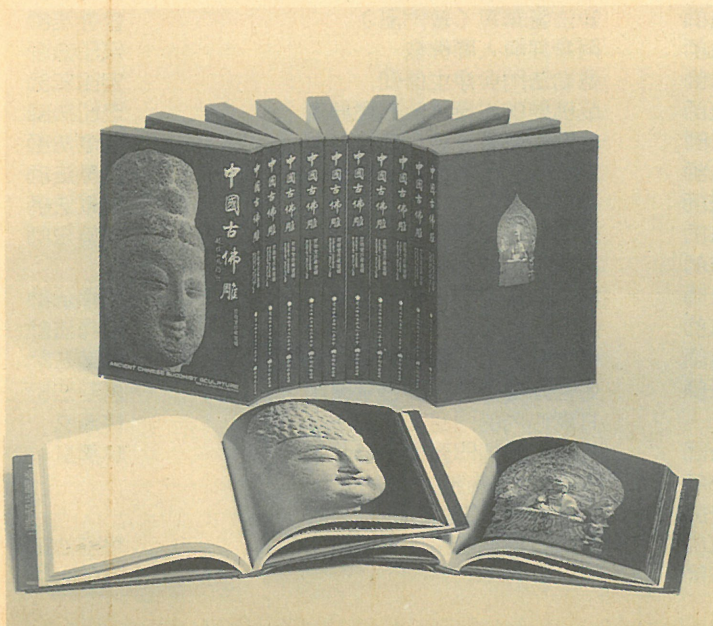
■ 懇請多方大德護持（詳情請見季刊第六期 P. 6 ） ■

● 中國古佛雕 沈潛於——

哲敬堂珍藏選輯

民族大美的圓融之中

佛陀的妙相莊嚴
菩薩的慈悲自在



- 八開精裝本，附書盒
 - 150 磅雪銅紙
 - 80 頁彩圖全書共 247 頁
 - 封面採荷蘭書皮布裝裱燙金
- 定價 1600 元
特價 1200 元 會員優待價 1000 元

● 依藥師佛創建人間淨土

—— 籌募佛教藝術出版專款 ——

供養、收藏良機！

供養功德： 消災解厄
增福延壽
吉祥如意



1988年楊英風作 / 29 × 27 × 27cm / 鑄銅 / 限量 100 尊

每尊訂價 85,000 元 特價 70,000 元 (其中 40,000 元
捐獻為出版專款) 楊英風居士提供本基金會 50 尊
我們將陸續出版有關佛教藝術之雜誌與書籍，敬請期待！

兒女心，父母情

■ 蔡世平

前言

第十期佛法研習班，於暑假期間特為兒童開一個「佛典故事及禮儀」之親子班，希望藉此因緣活潑地接引兒童，早有機會在幼小的童年裏，散播成佛之菩提種子，透過佛法之熏習，而成就將來之善因緣。

蔡世平老師六、七年來輔導佛教之青年、兒童的冬夏令營不下百次之經驗，可說是佛法生活化、活潑化之實踐者，對兒童及青少年成長過程有相當深刻之體會，茲將他累積之經驗，化現在自己兒女身上之心路歷程，作一詳細之描述，以供學佛者參考。

二歲的小達達喜歡玩玩具，爸爸媽媽買了許多玩具給他玩，然而小達達每次玩完時，總是將玩具丟了滿地，不願將玩具收拾到玩具箱裡。小達達的媽媽警告小達達，若再不把玩具收拾好，就要把玩具丟到垃圾筒裡。可是小達達依然如故，因為他發現媽媽每次都只是說說而已，從來沒有一次會付諸行動。小達達的爸爸發現了這個問題，就對小達達提出了警告：再如此，將把玩具丟棄，同時還要打小達達的屁股！

小達達才不相信呢！他認為爸爸一定也跟媽媽一樣，所以依然玩具亂丟，結果嚐到了苦頭，終於體認到爸爸是來真的！事後小達達的爸爸摟著小達達，並對他說明玩具亂丟所帶給家人的不便，及可能造成的意外。此時小達達依偎在父親的懷裡，頻頻點頭。從此小達達不再亂丟東西，養成了玩完就收拾的好習慣。

心得分享：

一、人類人格的建立是在兒童期，此階段的小孩善於觀察，透過觀察而模仿、學習。因此父母在教養孩子時，要注意到自己的一言一行都會成為孩子模仿和學習的對象，千萬別讓孩子以為父母只會唬唬人，不會是真的，否則父母在孩子面前的威信將掃地！

二、適時地將父母對孩子所做所為的感受讓孩子知道是必要的！

三、教養孩子恩威要並用，懲罰過後一定要讓孩子知道被懲罰的理由，並告知孩子他被懲罰，父母也會心疼。同時善用肢體語言讓孩子感受到一股愛的暖流正流遍他的全身。

小達達五歲了，再過三天就要上新竹市立幼稚園大班。這天傍晚小達達依例要爸爸陪他一起洗澎澎、打水戰。父子倆在二坪大的浴室裡玩得不亦樂乎！突然間，小達達發現到窗外的天空由橙紅色轉變為暗藍色，一切的轉變似乎就在剎那間。於是小達達停止了和爸爸的水戰，一臉疑惑的問他那個童心未泯的爸爸：「天空怎麼突然變黑了呢？」爸爸說：「因為晚上到了啊！」小達達又問：「剛剛明明天還亮著，怎麼一下子就變黑了呢？爸爸！你告訴我，為什麼會有白天和晚上呢？」小達達的爸爸先是愣了一下，繼而拿起浴室裡的小臉盆及兩個大小不同的漱口杯，然後用小達達聽得懂的詞句講解了太陽、地球及月亮三者運轉的相互關係，以及地心引力的問題，最後小達達拋了一個問題：「爸爸你說地心引力最大，那如果我們這間浴室的屋頂是用磁鐵做的，而小臉盆是用鐵做的，那我把它往上一丟，它會被屋頂吸住呢？還是會掉下來？」

三天後小達達上幼稚園大班。開學的第一天，老師因忙著開學事宜，就隨口問小朋友：「哪個小朋友願意出來說故事給其他的小朋友

聽？」小達達猶豫了一下舉起他的小手，全班只有他一個舉手。於是小達達上台了，一副從容不迫的模樣，他說：「各位同學，今天我要講的故事就是為什麼會有白天和晚上！」……故事說完，老師瞪大了眼睛，張著嘴，一副不可思議的神情，直說：「連我都還弄不清楚太陽、地球、月亮三者運行的相互關係，他才這般年紀，怎麼可能說得這麼清楚！」

小達達大班畢業了，他代表全體應屆畢業生領取畢業證書。那天，園長特地對小達達的媽媽說：「蔡太太，達達你們以後可得好好地教養他，以他的資質，將來不是大好，就是大壞！」

心得分享：

一、學齡前的孩子容易對周遭的事物產生好奇，進而提出問題。此時父母必須正視孩子的疑惑，立即給予解答，若能力不及，可事後請旁人協助，千萬不可以「小孩子不要問那麼多！」來搪塞，更不要有答不出來多沒面子的心態。

二、對孩子說話儘可能以他們熟悉的用語，如此可減少彼此間溝通的障礙，所以為人父母者若想縮短與子女間的距離，熟悉並學習使用屬於孩子們的用語是必要的。

小達達已是國小三年級的學生了，由於唸的是資優班，班上學生很少，只有二十幾人，又配有兩位導師，因此班上學生與學生之間、老師與學生之間，感情非常的融洽，而兩位導師又經常與家長保持聯繫，因此孩子在學校受教育的情形，家長都十分了解。

自從小達達上國小後，小達達的父母就與小達達達成一個默契，那就是每天晚餐時刻，小達達向家人報告一天的學校生活情形，而每當小達達在訴說他的趣事或傷心事時，家人必定是很用心的傾聽，並適時給予回應。

這天是教師節的前一天，一大早小

達達的父母便去花店買了好幾把鮮花和小卡片，只要是曾經教過小達達的老師，每人都送一束鮮花、一張小卡片，以表對老師的敬謝之意！過去如此，以後也會如此。「一日為師，終身為父！」小達達的父親經常以這句話告訴小達達。

心得分享：

一、關心孩子莫過於用心傾聽孩子的說話，用心傾聽、分享心情故事，也是對孩子尊重的一種表示。而傾聽時須做適時的回應，如此孩子才能感受到別人正在認真地聽他說話。

二、父母不只是扮演家長的角色而已，同時也應扮演子女的朋友，如此兩代之間才能無所不談，沒有代溝。

三、「尊重別人、心存感恩！」是做人應有之道，而這些道理必須在孩子小時就教導他們，但前提是為人父母者必須先以身作則，如此對孩子才具說服力和影響力。

台中嶺東商專舉辦學生幹部訓練，地點在台南縣的珊瑚潭水庫。小達達的父親應聘去對學生授課，藉著這個機會，帶著媽媽、小達達和妹妹也一塊去了。珊瑚潭的湖光山色，潭中偶見竹筏來往穿梭，風景煞是美麗，小達達被如此的景色迷住了。

回到學校，小達達的日記作業寫了一篇珊瑚潭遊記，全班最高分。

台中中台醫專康輔社在台中大坑的東山綠野樂園舉辦了露營活動，小達達的父親以社團指導老師的身份必然出席，當然小達達也參加了。

在選擇適當地點搭營帳時，由於大多數學生都不曾搭過營帳，因此這方面的常識和技能都很

欠缺，小達達看了之後，主動跑到一位大姊姊面前，告訴她這樣搭是很危險的，應該要如何、如何，同時要注意那些事項……。大姊姊聽了之後，紅著臉，一臉訝異的說：「你怎麼懂得這麼多？」

小達達的舅舅喜愛戶外活動，星期六的下午，大夥兒三部



車，跟著舅舅到南投清境農場露營去了。小達達第一次到高山遊玩，沿途山路曲折蜿蜒，風景怡人。

農場的清晨景色真美，雲海翻滾，變化多端，小達達是生平第一次看到雲海，興奮得不得了！

苗栗造橋的大地牧場是新開發的休閒遊樂區。這天小達達和班上同學十多人，在每位家長的陪同下，一塊兒到此牧場做親子之旅。多數家長因為離開學校已久，搭起營帳手忙腳亂，然卻充分顯露沐浴於親子活動的樂趣中。

晚上大夥就地取材，撿了不少的枯枝，便生起了一堆熊熊的營火，孩子們發出興奮的尖叫聲。圍著營火，家長、孩子玩在一起，瘋成一團，好幾個家長喘了喘氣，連說：「好久不曾這樣了，好過癮！」孩子們更是指著自己的父母笑著說：「原來你們比我還瘋！」

回家之前，有家長問道：「我們什麼時候再辦一次？」

心得分享：

一、多帶孩子到戶外活動，不僅可以增廣見聞，更重要的是可以開闊心胸。

二、團體活動可以讓孩子適應團體生活、學習人與人之間的相處之道。

三、快樂不需外求，它來自內心的自覺。每個人內心深處都有快樂的泉源，就看我們是否願意讓它迸發出來。年齡不會是快樂的絆腳石。

四、世上還有什麼比親子活動更有趣，還有什麼比親情更溫馨呢？

再一學期小達達就要從國小畢業了。一天，小達達的媽媽在替他整理書包時，突然發現書包裡藏著一個小錢包，裡面居然有六張千元大鈔及十張百元鈔票。一個小孩那來這麼多錢，況且他的壓歲錢及零用錢都是由媽媽代為存在郵局裡，並沒提領，那這些錢是那裡來的？於是在父母的



追問下，小達達透露他在家裡的書房裡撿到五千元，某日在街上的路旁一輛轎車的輪下撿到一千元，而剩下的一千元是當月的零用錢加上外婆給的獎金（新竹市國小高年級交通安全漫畫比賽第一名）。後經查證，奶奶確實曾在日前於整理

書房時遺失了五千元。而那撿到的一千元，小達達媽媽也證實是和她一起外出時在路上撿到的。

小達達是清白的，五千元還給奶奶。

星期天中午吃飯時，小達達突然說要去看看信箱有沒有信，結果他興奮地進來，手裡拿著一封限時信，信封上寫著「蔡孟達收」，是兒童日報社寄來的兩佰元圖書禮券及捌佰元稿費。小達達的父母看了之後也甚表開心。

小達達又撿到一千元了，這回是和爸爸出去買書的回家途中，在城隍廟附近撿到的。這孩子真邪門，到處有錢撿。

兒童日報又寄稿費來了，這回是六佰元，還附上便條紙，上寫著鼓勵的語詞，要小達達更上一層樓，這孩子還真有一套。

又約過了一星期，小達達的媽媽又發現小達達的錢包裡又有好幾張的仟元大鈔和百元鈔票。這回，這些錢又是怎麼來的？又不是天天撿到錢，那來這麼多錢，怪怪！這孩子一定有問題，非弄清楚不可，於是小達達又被追問了。這回他辯稱除了撿到錢之外，還有稿費以及田徑隊教練給的成績進步獎金。小達達的父母聽了之後半信半疑，而小達達以堅決的口氣再度說明就是如此。

這幾天小達達的父親似乎精神不太好，總覺得自己記性越來越差。最近常去銀行領錢，然每隔兩、三天鈔票就少了幾張，到底花到那裡去，卻又想不起來，莫非自己提早患了老年痴呆症，小達達的父親陷入深思中....。

看完晚間七時的電視新聞之後，父親突然要小達達把兒童日報社寄來稿費的信封袋拿出來，但小達達說信封已丟棄了，隔天送小達達上學之後，父親回到家裡，進了小達達的房間，開始檢

查所有的櫥櫃、抽屜，結果在書桌抽屜的一個角落找到那只報社的信封袋。事情終於有了眉目，這信封上的字跡是小達達的，郵戳是畫上去的（幾可亂真！），信封上也沒有「兒童日報社」字樣，後來又經報社證實兒童投稿一經刊登，只有圖書禮券兩佰元，並無任何現金稿費...，這一切證明了小達達出了問題，他為什麼要說謊？為什麼要如此處心積慮編造這麼多的理由來掩飾他的謊言？他到底出了什麼問題？

小達達媽媽眼淚流出來了，那是愛的淚水，是傷心、難過的淚水，也是失望的淚水！

晚上，父親手上拿著一根雞毛撻子，對著小達達說：「你說實話，那些錢怎麼來的？」小達達堅不肯吐露實情，於是任由父親的抽打，小達達只是痛哭，父親的眼眶也濕潤了，這是做爸爸的第二打小孩。

隔天晚上，小達達的父親再度走進小達達的房間，用雙手緊緊的握住小達達的雙手，父子倆坐在床邊，默視了一會，父親開口了：「達達！告訴爸爸，這到底是怎麼回事？爸爸不會再打你，爸爸只想幫助你，告訴爸爸好嗎？」，小達達低著頭不語。父親又說：「其實事情爸爸大概已經了解一些了，你根本沒收到稿費，報社那邊，爸爸已打電話問過了，田徑老師那兒我也問過了，你還要瞞下去嗎？！」此時小達達的臉色凝重，默默不語。父親繼續問下去：「這一切都是你編造出來的，對不對？！」小達達低著頭，點了一下。「其實這些錢是從爸爸口袋裡拿的，是不是？！後來你怕被發現，所以事先編了些理由，做為事情被揭發時能搪塞的藉口。包括你在路上撿到錢都是假的，因為錢早已在你手上了！爸爸這麼分析正不正確？！」小達達又點了點頭。「達達，事情發生也就發生了，只是爸爸不明白，你要這麼多錢做什麼？難到爸爸每個月給你的零用錢還不夠嗎？告訴爸爸，你是不是出了問題了？！」此時小達達突然瞪大了眼睛，抬起頭來看著他的父親，眼睛裡充滿了緊張和恐懼，並發生求助的訊息！

這時，小達達的父親已感覺到小達達的異樣，便再追問下去：「你是不是交了壞朋友？還是受到壞人的恐嚇、勒索？」一聽到『恐嚇』、『勒索』這兩句話，小達達的臉色突然大變，臉部肌肉不停的抽搐，渾身發抖，直冒冷汗，「哇！」的一聲哭了出來，一時無法抑止。此時，小達達的父親趕緊摟抱著小達達，父子倆抱在一

起哭了，小達達的父親這時才知道孩子受到了委屈！

那是一天的早晨，小達達比往常早了些到達學校，此時學校學生寥寥無幾，進了教室，突然感到肚子不舒服，於是便趕緊上廁所，誰知上完廁所門一打開，突然自外飛來一記重拳，打得套在牙齒上的牙套頓時飛出落地，（後經牙醫師透過X光照射，發現牙齒左邊的骨骼裂了。）接著又是肚子一拳（這兩拳造成小達達有好長一段時間無法正常進食，且胃口不佳。當時小達達的父母只是發現小達達從此沒戴牙套，而予以責怪，卻沒深入了解何以小達達改變了原有的習慣，這是最大的疏忽！）。對這突來的狀況，小達達愣住了，也嚇壞了！眼前站立了兩位身材高大的國中生，另兩名則分別在廁所的兩個出口把風，各個面露凶相。而出手的那位學生便向小達達開口勒索，並恐嚇不得聲張，否則將對其及其家人不利。小達達嚇得魂不附體，趕緊回教室，從書包裡取出了零用錢三百元，全數交給了這四位國中生。這四位學生一看是三百元，於是食髓知味，便再威脅小達達，要他改天再拿錢給他們花用，否則將給小達達好看。就如此，在遭受恐嚇之下，小達達一而再，再而三的將自己平時存的零用錢全給光了，但對方還不足，胃口似乎還愈來愈大，於是小達達在怕受挨打及怕對方真的對家人不利的情形下，只好偷父親的錢以為應付，但又怕事情敗露，只好事先找好理由為將來鋪路。

然而，從最先的為應付勒索而偷竊，到後來因家人的沒發現，而覺得偷竊是件很容易的事，且還可以買自己想要的東西。自此，小達達就常自父親的褲袋裡偷取現鈔！

如此，小達達一方面要窮於應付那四位國中生，一方面又因偷竊行為而深受良心譴責，因此天天生活在緊張恐懼中，晚上睡覺時常無緣無故被驚醒，加上牙齒骨骼裂了，食慾不佳，因此精神萎靡，功課一落千丈，導師也頗感納悶！

如今真相大白，小達達的父親不禁悲從中來，緊緊摟著小達達，直說：「孩子！委屈你了！」

次日，小達達在父親的陪同下，向校方報告此事，校長及導師皆表震驚！並表示要加強校園安全措施。日後，校方在加強巡邏時，終於逮捕了四位蹺課的國中生，經證實就是那幾位學生。自此小達達才解除了心中的夢魘。從此，小達達

一切又恢復正常，功課也突飛猛進，再度名列前茅，之後也順利考上了建華國中美術班！

心得分享：

一、爲人父母者，對於子女平日的起居作息及生活習慣要了解並注意，一旦有所改變，應立即進行了解，若發現問題需即時處理，千萬不可因「改變」爲小事而不予處理或拖延處理，否則日後將付出更大的成本來彌補孩子所受到的傷害！

二、當發現孩子說謊時，別一味地用打的方式逼孩子說出實情，不妨先找出破綻，突破孩子心防，再導之以情、理、法，讓孩子自己知錯而將事情真相說出。暴力的懲罰或可收一時之效，卻不是治本之計。

三、管教孩子除了愛心，還需要耐心。

小達達終於國小畢業了，在離開學校的前夕，由小達達的父母發起家長、學生一起謝師的活動，只要曾經任課的老師都列入邀請名單，結果學生、家長反應熱烈，是日在中信大飯店出席的家長幾乎全員到齊，而老師及校長也都盛裝以赴，場面熱鬧！餐後孩子們還特地演出一齣趣味短劇——白雪胖公主，內容改編自世界有名的童話故事，白雪公主。孩子們的演出非常精彩，妙趣橫生，惹得師長、家長笑成一團。隨後，孩子們推出一位代表，發表五載同窗的感言，既溫馨又感人！這群孩子太可愛了！看到這一幕，誰會說老師、學生、家長三者關係難以搞好呢！

心得分享：

一、「尊師重道」是我國固有的文化，而「師道」的受到尊重，當由家庭、學校及社會三方面的共識及努力。尤其身爲家長者更須身修力行，才能讓子女學會如何「尊師重道」。

二、學校與家庭、教師與家長這兩者的關係是互補的，而不是對立的。只有家長與教師兩者互相配合，對學生才有幫助。孩子一生的教育來自家庭、學校和社會，家長不可把孩子的教育責任全推給學校，這是不負責任的做法。

達達國一升國二的暑假，達達的父親有將近一個半月的時間不在家裡，因爲他在中南部辦青少年活動。終於一個半月的活動全部結束，這天傍晚達達的父親拖著疲憊的身子回到了家，一家

人看到父親回來皆高興得不得了，尤其是達達和妹妹容容更是興奮不已，妹妹甚至衝過來抱著爸爸，在爸爸的臉上親了又親。

好久沒吃到這麼可口的晚餐了，達達的父親直誇媽媽的手藝好，一家人圍著餐桌，有說有笑，吃得津津有味。餐中，達達和妹妹還不時要父親講些有關夏令營活動的趣事與他們分享呢！

飯後，達達突然對父親說有一件不太好的事要告之，希望爸爸聽了之後不要生氣。達達的父親笑著對達達說：「你儘管說好了，爸爸不會生氣的！」於是達達就把事情說了出來。那是在達達父親回來的前幾天，他在家裡的客廳玩滑溜板，結果一不小心，撞到了電話旁的一張瓷器的椅子，那是達達的父親所收藏的仿古瓷椅，共有一對，如今其中一張受到撞擊，當場就破裂了。達達看了開始緊張，想想這是爸爸最喜歡的椅子，這回把它弄破了，怎麼辦？要是讓爸爸知道了，不被罵才怪！於是在媽媽的協助下，找來了膠布和強力膠，將破裂的椅子一片片地黏回去，再用膠布包好，然後將沒破損的一面擺到正面，以爲如此或可不被發現，沒想到良心不安，終於決定當面向父親稟告，並有接受懲罰的心理準備。

當達達在向父親報告事情經過時，妹妹容容躲進了餐廳旁的和室裡，只露出一個頭，摒息以待，心裡在想，這下哥哥可慘了，爸爸不知會如何處罰哥哥？！而正在流理台洗碗盤的媽媽也暫時停止了洗碗的動作，心想，這下孩子的父親不知會對孩子採取什麼行動？！於是，一下子一家人像在演出一齣懸疑電視劇一樣，事後想起來，還真好笑！

就在這個時候，達達的父親說話了，他說：「椅子破了就破了，沒關係，爸爸不會生氣的，不過這張椅子不能再放在這裡，得趕快拿去丟



了，免得有人不知還坐在上面，那會很危險的！」這時躲在和室裡的容容走出來了，她拍著她的胸脯直說：「好險喔！好險喔！」父親就問：「怎麼說好險呢？」容容說：「我們都以爲這下哥哥不被打也要被罵呢！因爲那是爸爸最喜歡的東西啊！我和媽媽討論過，我們都建議哥哥不要說，要說也改天再說，沒想到哥哥還是說了，所以我替哥緊張嘛！可是你居然沒打哥哥也沒罵哥哥！」達達的父親聽了容容這麼說，不禁笑了出來，和藹地對容容和達達說：「爸爸會這麼兇嗎？其實東西破了就算了，即使我罵或打哥哥，這張椅子也不會自動回復原狀，不是嗎？何況若罵了哥哥或打了哥哥豈不是會把我們家的氣氛弄得很不好！那爸爸損失了一張椅子，又賠上一家的氣氛，那多不合算！這種虧本生意，爸爸才不幹呢！不過，哥哥必須對他的行為負責任！」達達聽了父親的一席話之後，用感激的語氣表示他願意從零用錢裡提出錢來賠償這張椅子，達達的父親認爲達達如此做是一種負責的表現，不過他卻對達達說：「你只需負一半責任就可以了！」此時達達頗表不解，父親繼續說：「因爲當初如果爸爸不買這對椅子，你也就沒機會撞到它了，所以說這個機會有部份是爸爸造成的，所以爸爸也要負部份責任！其實任何東西我們都無法永久的擁有它，我們什麼時候會失去它，沒人知道。不過，這個不重要，重要的是當我們擁有的時候，要懂得去珍惜；而當它離開我們的時候，要以平常心坦然面對，如此，我們就不會患得患失，因爲世上沒有一樣東西會永遠不變地存在，也沒有一樣東西可以讓我們永遠不變地擁有它！」達達聽了之後頻頻點頭，並說了一句：「爸爸！謝謝你！」

容容依偎在媽媽的身旁，媽媽露出了滿足的笑容，這一切的感覺真好！

心得分享：

一、緣起性空的道理在我們的生活中得到了印證，它可以幫助我們生活得更自在。

二、機會教育對孩子的影響大過於呆板的說教！

三、解決問題的最好方法就是面對問題，處理問題。當我們勇於去面對問題時，問題所帶來的心理壓力就已清除大半了。

結論：天下沒有不可教的孩子，只有失職的父母和師長。要做一個成功的父母，除了具有愛，更要具備教養子女的方法。一方面父母必須先做一對和好的夫妻，因爲有恩愛和好的夫妻才可能有好的父母，一個破碎、缺乏溫暖的家庭，往往是青少年問題形成的溫床。另一方面，父母必須學習和子女一同成長，俗話說：「天下無不是的父母！」但心理學也告訴我們：「天下有的是不成熟的父母。」因此，父母必須不斷的學習，才能迎合時代，並教養出更成熟的下一代！

最近在台北市已出現了所謂「父母成長營」的活動，它教育父母如何扮演好爸爸、媽媽的角色，也教導父母如何做個子女的知心朋友，讓年齡和認知不再成爲親子關係的絆腳石。這是一個很好的開始，也希望未來有更多的有心人士或社團能推動這樣的活動，期盼我們的社會有更多稱職的父母，那青少年問題將會減少許多了！





一日禪(南傳禪修) 每月第一個星期日 (國曆10月2日.11月6日.12月4日) 上午8:00~下午6:00 欲參加者,請先報名 泰國比丘明慧法師,採用佛使尊者「解脫自在園」的禪修方法,將原始佛教的法義與禪修結合,讓您親嚐佛陀時代「四念處禪修」的原始風味。 明慧法師	【妙雲集】學佛三要 週一/19:30~21:00 (初級班) 為學佛者確立學佛之三大綱要:信願、慈悲、智慧。提供正確之知見為導,行之以菩提心願,藉信願超越生命之束縛,以恒常心累劫累世行持而不輟。 寬謙法師	地藏菩薩本願經(台語) 週二/19:30~21:00 (初、中級班) 本經側重在於:(一)明示地藏菩薩度衆生的悲願。(二)宣揚佛教、提倡孝道的精神。(三)重視因果的觀念。(四)修福重於修慧。(五)成就佛果的正因。 在當今末法時代,應推崇弘揚地藏法門,以匡正人心,令國家、社會能達到和平安樂。 心儀法師
成佛之道(第四章) 週二/14:00~15:30 (中級班) 欲了解及把握佛法統理條貫的完整性,印順導師所著《成佛之道》,不可不理解。 第四章三乘共法,為中品出離心者說,由世間法而導向解脫出世之思想,也是佛法之不共世間法之處。 寬謙法師	成佛之道(第五章) 週二/18:50~20:50 (中級班) 地點:工研院機械所22館 大乘不共法是在人、天、聲聞、緣覺乘之共德上,進而明佛菩薩的因行果德。所以以發菩提心,修菩薩行,成如來果的大乘法門,才是佛法的真實意義,如來教化的真正目的。 寬謙法師	佛教思想史(第四期) 週三/19:30~21:00 (中級班) 佛教乃內本釋尊之特見,外治印度文明而創立者,與印度固有之文明,關涉頗深,故欲為印度佛教流變之鳥瞰,應一審佛教以前印度文明之梗概,及世尊時代之特性。(本課程擬開二年八期,完整講授印、中佛教史)。 寬謙法師
禪淨共修會 週四/19:30~21:00 淨土念佛法門與禪定修持是相依相攝,互為增長善法的力行法門。 寬謙法師/照玄法師	金剛般若波羅密多經 週五/19:30~21:00 (中級班) 研習本經,可掌握般若空義的大要,亦可一窺六祖慧能大師依「應無所住而生其心」開悟的堂奧,若能佐以實踐,更能因聞思修而慧證。 海青法師	素食烹飪 週六/14:00~16:00 地點:法源寺 素食乃為長養慈悲心,如何健康快樂地享受多變的素食,烹飪技巧乃一重要因素,此課程提供一深入佛門之途徑。 章士武居士

第十一期

佛 法 研 習 會

時間：中華民國八十三年十月十一日至十二月廿五日

明慧法師

(PHRAMAHA CHUTIROT法師)

出家於泰國

精通泰語、巴利文、華語

得「摩訶」學位

修頭陀苦行數年

現任台灣「佛法中心」住持

金剛般若波羅密多經

傳說禪宗六祖慧能大師，就是聽了金剛經的經句「應無所住而生其心」而開悟的。禪宗自達摩以來以楞伽印心，六祖以後，金剛經替代了楞伽經。金剛經的弘通，一方面是因禪宗一向在中國佔有主流的地位，另方面還因中國人好簡易、重實行的習性，恰好符合了金剛經的特色。研習本經，可掌握般若空義的大要，亦可一窺六祖開悟的堂奧，若能佐以實踐，更能因聞思修而慧證。

心儀法師

出家於彰化中華寺

香港能仁書院研究所畢業

曾任福嚴佛學院訓導主任

地藏菩薩本願經

地藏經在我國盛行，其情形和金剛、彌陀、法華三經相提並論。

佛法的殊勝，表現在悲、智、願、行四個字上，亦即文殊的大智、觀音的大悲、普賢的大行、地藏的大願，此四菩薩的悲智願行，正是全部佛法的代表。而地藏菩薩的弘深誓願，更說明了自未度而度人，菩薩發心之大乘菩薩的精神。

海青法師

出家於台中護國寺

福嚴佛學院第三屆畢業

中興大學中文系畢業

曾任福嚴佛學院講師

現任圓光佛學院講師

佛每說一部經，都有他的動機和緣起，也就是都爲了教化衆生而說。佛說這部地藏經，當然也有他的因緣。綜合各經記載，佛爲了三種事故而上升忉利天說法：（一）因佛的母親摩耶夫人，在佛誕生七日後，就死了上升忉利天宮，從佛出家成道到即將入涅槃，都還沒有見過他的母親；所以佛爲了報母親生育之恩，上升忉利天爲母說法，以了心願。（二）佛一生說法，多賴天人擁護，所以上忉利天說法，乃爲報天人擁護之恩。同時，佛滅度後，將來末法衆生，修行障礙很多，亦須囑咐天人擁護行者，所以上忉利天說法。（三）在本經忉利天宮品中，罪苦衆生，六道輪迴，苦無出期，佛將入涅槃，衆生仍未度盡，故累囑地藏菩薩，在佛入滅後，至彌勒未出生前，所有六道衆生，必須要靠地藏菩薩來救度。所以佛要地藏菩薩，負起此一大任，而於剛強衆生處，能不退初心，以度盡一切衆生，方成佛道。

寬謙法師

出家於新竹法源寺

淡江大學建築系畢業

曾任福嚴佛學院講師

參與設計福嚴佛學院、慧日

講堂、永明寺、金剛寺等重

建工程

地藏菩薩雖然在一切時、一切處，無不分身來度衆生，但是特別在此五濁惡世的娑婆世間來度衆生，此乃是地藏菩薩學習釋迦牟尼佛，發願在此穢土成佛，於此穢土度衆生。地藏菩薩自說偈云：「我曾十三劫，已勤修苦行，爲一切有情，除三災五濁」。所以衆生越苦的地方，無佛的世界，就是地藏菩薩去利益衆生、成熟衆生的地方。

照玄法師

出家於新竹法源寺

福嚴佛學院第六屆高級部畢

業

整部地藏經的重要思想，在揭發因果報應之理，與宣揚孝道精神，並論及地藏菩薩的救度精神及他的深弘大願。並說只要依照地藏菩薩法門去修持，畢能得到人天福報，以致於最後的成就無上菩提。依地藏菩薩法門來修持，定可以得到殊勝功德。

在此末法時代，人心不古，道心惟微、人心惟危之際，應當推崇弘揚地藏法門，闡述孝道，廣談因果，以匡正人心，令達到治國、齊家、平天下之和樂的淨土。

為配合彌陀佛誕，本寺特舉辦
【彌陀佛三】

時間：國曆十二月十七、十八、十九日
農曆十一月十五、十六、十七日
(星期六、日、一)

地點：法源寺

《妙雲集》學佛三要：

佛法，非常深，非常廣，一般人摸不清門徑，真不知從何學起。從學佛之立場，一切法門都可說是菩薩之修學歷程，成佛之菩提正道，然因時節因緣不同，根性習尚不同……適應衆生之修學方法，不免千差萬別，但卻可以三句義來統攝而會歸於一道的。也就是《大般若經》云：「一切智智相應作意，大悲為上首，無所得為方便」菩薩應遍學一切法門，而一切法門依此而學，一切修學也是為了圓滿成就此三德。若無法掌握此三要即：「失之則八萬法藏冥若夜遊，得之則十二部經如對白日。」藉此提供一學佛者入門，登堂乃至入室之正確途徑，知如何發心修行而至證得。

成佛之道（第五章）大乘不共法

大乘不共法是在人、天、聲聞、緣覺乘之共德上，進而明佛菩薩的因因果德。人天乘終究有漏，不能出離生死，聲聞緣覺乘雖是無漏解說，而偏於獨善其身的這些都善，但不夠圓滿。《法華經》云：「如來出世的唯一大事因緣，就是使衆生開示悟入佛之知見，也就是使衆生悟入佛之大菩提。」所以，以發菩提心，修菩薩行，成如來果的大乘法門，才是佛法的真實意義，如來教化的真正目的。

大乘法的超勝，是超勝到無所超勝，大乘法的含容，是含容到無所不攝，實在是不可以大小的比對來表示的，不過強名為大而已。

所謂「不共」：一是人、天、聲聞、緣覺乘中所沒有的。二是佛菩薩心行中，統攝一切功德，無不成為大乘的持法，好比鳥類的高飛，如「高入須彌，咸同金色」一樣。

所以修學佛法，應不廢一切善法，攝一切善法，同歸於佛道才是佛法的真實意趣。

一日禪(南傳禪修)

一日禪（每月第一個週日）時間表：

- ① 8:00 ~ 9:00 開示
- ② 9:30 ~ 11:00 禪修（行、立、坐）
- ③ 11:00 ~ 12:00 午齋
- ④ 13:00 ~ 14:00 開示
- ⑤ 14:30 ~ 16:30 禪修（行、立、坐）
- ⑥ 17:00 ~ 18:00 討論

如果你想尋找失落的佛德，想瞭解佛陀時代原始的禪修方法，讓生命活在每一個當下，在舉手投足、穿衣吃飯間透視到諸法實相，在日常生活中培養專注與洞察觀照的定慧力，泰國比丘^{上明下}慧法師，採用佛使尊者「解脫自在園」的禪修方法，將原始佛教的法義與禪修結合，讓您親嚐佛陀時代「禪」的原始風味。

佛陀將入滅時，阿難問佛：「佛在世時，我等依佛而住，佛入滅後，我等當依何而住？」佛答：「依四念處而住」。佛陀曾對比丘們說：「諸比丘，這是唯一之道，使衆生得到清淨，能制止憂、悲、苦、惱，趨入正道，證悟涅槃，它被稱為四念處。」

修行四念處有諸多好處。一個精進修行四念處的人，能以正念抑制心意而避開惡業、增生智慧，阻止不善的欲念、邪見、煩惱、愚癡等瀑流進入心中，了了分明地覺知和觀察，並因此而能克服一切煩惱與悲痛。經中指出，一個能依四念處所授，精進修行的人，有望能於此生中證得阿羅漢或阿那含果，五官分明潔淨，當肉體疼痛時，不會因而身心動搖。

一位修行四念處者能使真正的佛法不會衰弱，雖然佛陀已入涅槃，只要還有人修習四念處，便能延長真正佛法的壽命。若要真正的了解四念處和得到以上的幸福，只是學習是不夠的，除非精進和常例的修行，如經中所說：激起它，超越的修行它，不然不會在修行的道路上得到真理和幸福。這就是四念處的功能。

素食烹飪

■章士武（學旺）居士

核桃首烏沙拉

★★★ 消除腰酸、烏黑毛髮 ★★★

工商社會許多人因為生活壓力太重、疲勞或不明原因而出現腰酸背痛的情形，最適合食用此道以何首烏、核桃拌成的爽口沙拉，它具有消除疲勞、防止少年白以及強化肌膚的功效，是一道對美容、健康極具效益的夏季佳餚。

材料： 何首烏三錢 核桃二兩 紅棗十粒 枸杞五錢 五味子三錢
 蘋果一粒 芹菜少許 玉米粒半罐 甘藍菜葉三片 起士二片
 日本素火腿半碗 沙拉醬一包

- 作法：① 五味子加水煮至出現顏色，再放入去核的紅棗枸杞煮15分鐘，濾去五味子備用。
 ② 何首烏加水熬汁，濾渣備用。
 ③ 蘋果削皮切成小方塊，用鹽水浸泡一會兒。
 ④ 甘藍菜葉洗淨切絲；芹菜切末，起士切丁，素火腿切小片。
 ⑤ 把①和②的汁調和，再加入少許沙拉，烹成調味汁。
 ⑥ 把③、④和玉米粒放入盤中，淋上⑤的汁，再撒上壓碎的核桃即可。

山楂糖醋盅

★★★ 促進胃消化、增進食慾 ★★★

在炎熱的夏季裡，以糖醋為主的菜餚最受歡迎，這道以鳳梨和山楂酸味組合的藥膳，還帶著甘草的天然甜味，令人垂涎三尺，山楂含維生素A、B、C和有機酸，能助消化、抗菌、收縮子宮、降血壓、消除腹脹等症狀。

材料： 山楂三錢 甘草二錢 鳳梨一粒 素肉片三兩 紅蘿蔔一條
 竹筍一支 青椒一個 洋菇半罐 薑少許 醬油半碗
 蕃茄醬二茶匙 太白粉少許 油三杯

- 作法：① 素肉片泡軟，用醬油醃至入味，再拌太白粉入油炸過。
 ② 山楂和甘草加清水熬煮成汁，濾渣備用。
 ③ 其餘材料切成小塊狀；另將鳳梨縱切為二，把果肉挖出，做成盅形。
 ④ 把部份的鳳梨肉榨汁，加入醬油、蕃茄醬及②的汁煮成醋汁備用。
 ⑤ 把①的素肉片泡在④的糖醋汁裡。
 ⑥ 把③的材料放入油鍋炒過，倒入⑤拌炒，起鍋裝入鳳梨盅裡即可。

概佛話長相教學

■海青法師



曾在華雨精舍聽到有人跟印公導師說：其實《佛法概論》比《成佛之道》更難懂。這句話我一直留心著，直到別苑要排課程，和八師父商量要開哪一門課時，我都還避重就輕地不願去提到《佛法概論》，但在其它的妙雲集篇章，不是已開過，就是現階段還不適合下，我只好咬著牙接了下來。

真正靜下心來整理，才發現到這部阿含講要次第極為分明，其中更含了許多印公導師的特見，透過《佛法概論》，使我對初期的、根本的佛法有了基本的概念。

在《佛法概論》中，印公所編排的目次是：先就佛法的定義破題解說，再談以「法」為主的

三寶觀，後言能詮、所詮的教法。又因佛法從有情說起，所以接連地說了有情與有情的身心、延續與新生，流轉生死的根本，流轉的業力、心理觀，以及有情依住的世間；後再言根本的法義緣起法等，然徒法無以自行，非實踐無以言證悟，因此言德性的心理要素與實施原則，能實踐佛法的信徒，其必備的條件，而分成不同的類型，又可分在家眾與出家眾，聲聞、辟支佛與菩薩，所以各言其德性，最後得到正覺與解脫。對於佛法必備的要件——境、行、果，在本書中——言明，並條分縷析，綱舉目張地把根本佛法呈現，本書之所以和《成佛之道》並列為初學者必備的教材，除了它是阿含講要外，主要的還在於印公導師提綱挈領的編排，及其別有慧心的特見。

印公別具隻眼的慧見，在本書中俯拾即是。舉例言之，當許多人還用種種方式，來印證佛經中的四大部洲各是何處時，印公卻以語文學、考據學及史學的研究方式，認為須彌山與四大洲說，大體是近於事實的，後四洲在海中的傳說，是因印度人擴大視線到全印，發現海岸；而四洲與輪王統一四洲說相連繫，這是雅利安人到達恒河上游，開始統一全印的企圖與自信的預言。這種世界觀的演變，就如中國人早先以為天下唯有中原一帶，因而認為「率天之下，莫非王土」，後來視野擴大，才知道原來不是那麼回事。這兩個民族世界觀的演變，不是有著異曲同工之妙嗎？另外，如有情的生死根本究竟是無明或是愛？心意識的關係；淫欲非生死的根本，是障道法…，在在顯出印公與修多羅相應的慧見。

上了《佛法概論》後，適逢弘誓研究部研討妙雲集，在其他學生對於三乘共法還似懂非懂之際，我已能多配合《成佛之道》的三乘共法章，以及其它相關的篇章，做個三乘法的總整理，在心領神會之餘，不禁想到古人所言「教學相長」誠然不虛。

禪修歷程

■見正法師

在法源寺別苑的兩期禪訓課結束之後，回顧幾次上課的感覺，若要問：這當中誰的收穫最多？應該是我的收穫最多。例如：告訴學員務必每天定時的練習打坐，甚至嚴格的規定無法做到的話，不必再來上課。講這句話之前，最起碼的要求是：「自己也必須如此的實踐」。有了實際的歷練才有心得以面對學員，當他們有疑難雜症提出來的時候，我能適當的給與答案，問答中更激勵我精進修行，慎勿懈怠。

也一再強調打坐有諸多好處，只因我們處在現今的社會裡，緊張的步伐、不自在的情緒，時時干擾著我們。想要掙脫困擾的好方法之一，就是打坐。剛開始學習打坐，正確姿勢的鍛鍊、基本方法（數息法）的運用，都得常常練習。

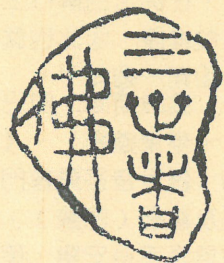
一般人很少注意到呼吸，不認為呼吸需要學習，這因平常的呼吸都是無意識中進行，根本不注意它的存在。人命在呼吸間，呼吸是人類得以維持生命的要件，猶如大地可資利用來耕種，或乘載萬物等。數出息時，觀想所有的痛苦、悲哀、嫉妒、煩悶、怨恨等，都會隨著出息一起排出體外，繼之以吸入清新的、喜悅的氣息。

打坐的時候，心裡想像著很舒服、很輕鬆、很自在，接著以數息法來運作，能夠使自己浮蕩不安的心，漸漸沉下、穩定而專一。開始數息時，呼吸容易紊亂，但只要自己鞭策自己，認真地數息，不管身心的任何動靜，呼吸紊亂的情形即可消失。

或心亂的時候，暫時不要數息，只做長呼吸（深呼吸），把心專注於息長與否？如此一來，即使有障礙的事物進入，也不能動搖平靜的心。心定之後，氣即調和，氣和則血順，如此就能使身心愉悅。所以以數息法訓練，將呼吸調至愈緩慢、愈有規律，則生命能量的流動越平穩，心靈就越能集中而清新。

在督促別人打坐的過程中，強調以柔軟心、清淨心、歡喜心來面對一切。同時，我也練習放下繫著，去感受什麼叫做「輕安」？一支香猶如一剎那般的過去，也克服了身體疼痛的感覺。雖然我已有多次上台說話的經驗，就屬這次的學習機會最為特別——不再害怕面對群眾。

當聽到一位學員說：「我很欣賞這位師父」的時候，可以若無其事的接受，在以前我會臉紅而不知所措。總之，這次的禪訓課，是相互鼓勵、努力的好機會，感謝法源寺別苑的成就與寬謙法師的提攜。



疾得剪除	見棘刺樹	善根超出	若見高山
三毒之刺	當願眾生	無能至頂	當願眾生

授課拾穗

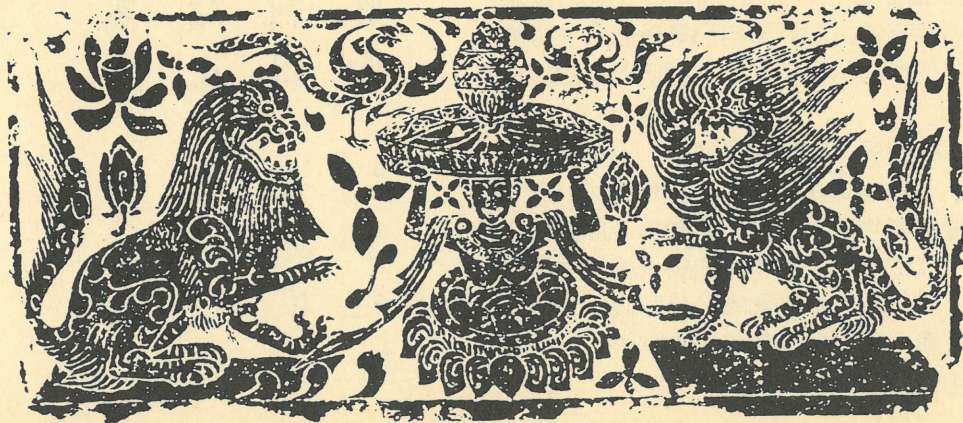
■照玄法師

自佛學院畢業，回常住已一年多了。兩所道場生活，對自己來說，是「外相」未變，而「心相」卻已迥然不同，何以說？因為在學院是單純的學僧生涯，猶如極樂世界般，每天都有諸大善知識來為我們講說法義，課後又與同學切磋琢磨，生活得無憂無慮，一心只管修行，不必有所旁騖，然而回到常住，卻是有點招架不住，皆因馬上要到別苑為信眾上佛學課。常住的大師父、二師父及三師父，知道我剛「學習講經」會緊張，因此每次都陪我一同去授課；甚至父親從老遠的故鄉——南投縣集集趕來鼓勵我，也是一直不曾間斷過。所以想著四周有這麼多勉勵我的人，在佛法的解行上雖還十分青澀的我，怎麼也不敢推諉，因此也就一期一期的上下來……，至今即滿一週年了。

這段期間，自己曾宣講：《八大人覺經》、《十善業道經》、《佛說阿彌陀經》及剛要結束的《觀世音菩薩普門品》。每逢要上課的當天午餐及藥石（晚餐），都是「食而不知其味」，午睡更是不得安寧，確實是「寢食不安」。到站上講臺，拿起麥克風，手就不聽使喚的顫抖不已！講起話來支支吾吾的舌頭打結，聲音更是有節拍似的；看到臺下的信眾，有人聽得有點不投機而東張西望，有人猛點頭問好——打瞌睡，有人乾

脆瀟灑地趴下來大睡……。從這裡讓我領悟到，對信眾上課，實在不能完全依學院所學而照本宣科，必須「佛法生活化」，要找些通俗典故及日常實際例子來襯托法義，才不會讓信眾枯坐一晚，入寶山而空手還。「藥無貴賤，治病為要」、「佛法本無深淺，以能契機為妙」，因此也就慢慢步上通俗的講說。

在別苑一年多來的授課，看似在利他，而實際上受益最多的卻是自己。佛陀在經中常告訴我們：「菩薩要於利他中，完成自利」，這也就是「施比受更有福」。為了上課，所以要不斷的研究法義，令我離開學院後，仍能日日熏陶在佛法的甘露中；為了面對信眾，要不斷修正自己身、口、意及不清淨的行為，所以能在德行上起砥礪的作用。每次課後，常住的三位老師父，都會提供寶貴的意見，如三師父所言：「現在菜料是夠了，就是欠些配頭及香味（台語）。」父親也常告知我：「你的話有時有聽到起頭，卻沒聽到結尾！」諸如此類的提示，雖時時令我啼笑皆非，卻也受益無窮。當然更感謝信眾們，在聽經期間對我一切的鼓勵。自己將再不斷的努力修學，做為生生世世回報四重恩的資糧。



真善美的人生哲學

■寬謙法師講

■簡富美整理

(錄自教育電台“心靈驛站”訪問節目)

凡夫衆生沉染於世俗的貪染、瞋恨、愚癡裡，對外境的千變萬化不清楚，經常迷惑，也因為迷惑，所以感受不到其實它有它變化的原則，這原則以佛法來看，就是緣起性空。

一般人不容易了解什麼是緣起性空，很多人會以為生命應該有一個萬能的主、萬能的神主宰一切，這是不正確的，宇宙一切事事物物的形成，是因為種種因緣和合而成，也會因為其中一種因緣不足而又幻滅了。因此沒有什麼永恆不變的東西，它變化無窮，非單一性、非恆常性、也非主宰性，要看透這一點才能體悟到真理，這就是智慧。

我們會有宿世以來很深的自我執著，很強烈的自我愛著，爲了追求自己所好，造作了很多惡業，爲了愛護自己，往往不擇手段，也因此而不能利益衆生。所以，所謂「善」就是清淨無染及內心一份想要利益他人的心。或許有些人捐款給某公益團體是爲了個人名譽或企業形象，這就不是一份純然的善，它有一份雜染心，而不是完全的奉獻。

宗教本身是很生命化的，因為宗教的思想理念會改變我們的生活型態、生活素質，而改變的方式離不開智慧與慈悲。就佛法來說，所謂「真」就是一份智慧，所謂「善」就是慈悲衆生，當智慧和慈悲能發展到非常圓滿的程度，也就是佛道的成就了，而這過程其實就是在行「菩薩道」。菩薩道就是我們所說的悲智雙運，智慧與慈悲兩相運用，生生世世行持到圓滿，這圓滿的境界就是美了，所以說「美」是智慧與慈悲最圓滿的表現。

「真」是智慧，「善」是慈悲，「美」是智慧與慈悲的圓滿，所以「真」與「善」是種子，「美」是果。因此，是否美，就看我們對真與善下多少功夫？對真下的一份功夫就是對智慧的一份追求。所謂智慧，並不是一般世間所謂的聰明才智，世間的聰明才智只是世智便聰，也就是說

還在世間打轉，而智慧是超越世俗的。這份超越就是對世俗的種種誘惑能不動心、能看透。世俗的錢財、名聲、地位…，常爲世人熱心追求，但這種追求，內心很難滿足，很少聽人說：我錢夠多了，權勢夠大了，地位夠高了；幽幽忽忽光陰過去了，最後免不了一死啊！窮追了一輩子又爲了什麼？世俗所追求的固然很誘惑人，但並不是唯一的追求，甚至應該超越這種追求。我們要用較智慧的眼光來看透它，只要我們用正確的努力，其實這些財富地位會跟著而來，而不是我們去追逐它。佛法常教導我們要知足而常樂，要看透世間的因緣和合與幻滅，看透這些，我們就不會那樣的執著。

經典上說：「衆善中王，莫過慈悲。」對別人缺點的包容，對別人不對行爲的接納，這些都是慈悲行爲的表現。因為這份包容心，生活空間因而大得多；不管他人的缺點或優點，優點學習，缺點自我警惕，由警惕而增長智慧，由智慧又增長我們的慈悲，一者理性，一者感性，互相增長。學佛的過程正是如此，佛菩薩充滿了感情但又具有相當大的智慧，在感性與理性上做很平衡的調整，才能達到圓滿的境界，這圓滿的境界也就是所謂的「美」了。佛家看待所謂的美叫做「莊嚴」，佛成就時就叫做「萬德莊嚴」，德性能感動人，而智慧加上慈悲才有德性可言啊！所以美就是所謂的「萬德莊嚴」。當我們拿著香拜佛時，不僅是形式上的膜拜，而是要發自內心很細膩地來觀察自己，讓智慧與慈悲落實在生活中，這就是把真善美化在生命裡，既溫暖又光明。

盤長與蓮花 —— 環保與宗教的對話（下）

主講者：上寬下謙法師 V.S 公害防治協會理事長王俊秀教授

時 間：一九九四年四月二十六日晚上七時至九時

地 點：新竹市立文化中心

文字整理：黃寶滿

寬謙法師：

「數息觀」除了觀察人的呼吸，更可延伸觀察大環境的呼吸、甚至整個大地的脈動。這讓我聯想到地藏王菩薩，所謂地藏王菩薩的地，是包含整個大地、是無所不在無所不容的。而且這大地中充滿珍貴的寶藏，也就是說菩薩的心如同大地一般無所不包無所不容，如此才能將整個環境、大地、有情無情的生命結合在一起，所以稱之為地藏王菩薩。

在「妙雲集」中印順導師對於「涅槃」有一個看法深深令我感動，他舉例說我們每一個人都如同一滴水，因為我們對自我的執著，小水滴永遠是這麼的小，畢竟個人的能力很有限，更對許多事事物物產生很多無力感。各有各的樣子。但是，如果我們放棄這份執著，把它溶到江河大海中就再也分辨不出個別的小水滴，生命的力量因此不再有限。換言之，佛菩薩眷顧眾生的心是恆久的、生生世世的，而父母對子女的關愛僅止於一世。我想，個人的習性如果能擴充到和大地的事事物物結合，也去關懷整個大地的脈動與呼吸現象，那我們其實就是和整片大地結合在一起，發乎內心地關懷整個大環境的變化狀態。這即是由佛法的立場、由每一個微小的個體、心靈出發，然後融攝到外界整個大片環境。佛法往往都是從心靈作出發的。

王俊秀教授：

接著寬謙法師的話，也就是要用心來作環保。做其它的事也是要用心，要有「同體大悲」的觀念來從事。這意思就是要從本身作良性的示範影響大眾，改變過去被別人的不良行為影響之慣性。將消極轉為積極，這在社會學上稱為「社會學習理論」。也就是從觀察別人的行為更增強

自我的行動力，好的行為影響我們從善如流，不好的行為使我們更提高警覺不蹈覆轍。由觀察、模仿、內化以至於成為生活的一部份，這就是「社會學習理論」。這樣的力量很大，我們應該把自己當成是這個舞臺上的主角，扮演讓別人欣賞、學習模仿的角色，從一己的好行為影響大眾一起行動，同為環保盡力。

舉一個我常講的例子，關於我們外食的習慣。現代人外食的習慣增加，通常我們去小吃攤、自助餐等買東西時，會使用許多塑膠袋、保麗龍盒。約六、七年前，我就買了一個四層樓的飯盒，外食時分別裝菜裝湯，每一次吃完東西洗乾淨，什麼都沒有留下來，我覺得很好。而且每一次使用時我都當成自己是在表演，經常有人會好奇地問：「這很好玩啊，是什麼東西？做什麼用的？」我趁機把生死鏈演給他們看，除說明因由外，並強調這也是做功德。結果下次我遇到他時，他也拿了一個三層樓的飯盒。就這樣，由一個人的行為影響以至二、三、四人，這樣的數字在社會學上稱為「關鍵數」。也就是說當有百分之五十一的人都這樣做時，另外的四十九人可以毫不費力地於一夜之間轉換過來，因為他們是少數人。

從這裡可以看出小水滴的力量充份展現。漸進地，小水滴匯成溪流、江河、海洋。環保的推動雖困難，但可漸進式進行。例如：我們無法停止開車，但可以慢慢減少開車的次數，一星期三、五天不開車或全家同時出門才開車或晚上不開車，慢慢設限慢慢減少。這樣的感覺稱為「環保會計」，每天計算我今天對環境產生多少衝擊，明天要更減少。我並不要求零污染（現在還沒要求），我只是慢慢地減少。例如：我本來以為紙杯很環保，後來研究一下，發現紙杯上有一層薄

蠟燭遇熱水不會溶化，到垃圾場也不會被溶化，除非用燒的。因此我隨身帶一個杯子，因為至少在新竹用紙杯是不環保的，因為新竹還沒有焚化爐。這種隨身帶杯子的情形一樣有社會傳染理論，至少在清華大學的很多系每個人都帶一個杯子，沒有人再使用紙杯。這就慢慢會產生影響力。我很有信心，再過不久法源寺的別苑大概不會再用紙杯。突然間，我們講通了，每個人回到自己的崗位，再來擴大一己對於環保的影響力。慢慢地，我們的社會就更有希望。引申剛剛寬謙法師的話，我認為小水滴可以做大事情。

寬謙法師：

多年前我們在冬夏令營活動時，本來也覺得保麗龍沒什麼，很方便又不要洗，一丟就算了。每一餐都是一大包，看了讓人覺得良心不安，不知道這樣用下去，會污染多少環境，後來我們想到鋼碗，每個人發一個鋼碗，發現太好了，居然每一餐少那麼一大包垃圾，數量非常可觀。這也是佛法惜福的觀念。我們真的不能去浪費任何一點一滴的能源，因為這些能源也是我們的福報。我們如果損壞很多，也等於是損壞很多我們的福報。然而我們的福報實在太有限了。就如同我們存摺裡的錢，一直不斷的用，只有支出，如果不懂得稍微做一些平衡，甚至再多一些收入，還是會用完的。所以我們應懷抱虔誠而感恩的心，反省我們究竟擁有那些東西，應如何來保存它。

幾年前，我們會和王教授合辦過環保之旅，去參觀古蹟，甚至討論到購物袋的推行。用那麼多塑膠袋，難免覺得良心不安。如何善加運用這些東西，甚至重覆使用，每多用一次就減少損失我們的福報一次。所以佛法有很多觀念和環保其實是息息相通的，因為佛法從心靈出發後，更細密地觀照我們的生活環境。我們所能運用的資源，一點一滴當思來處不易。每一點一滴都需要會合很多因緣來成就，所以當我們去浪費任何一點一滴的同時，我們都在耗費許多資源，並且形成公害，最後我們當然也是製造者之後的受害者。這樣的因果其實是履試不爽的。

從惜福、從對福報的看法、甚至對環境的關懷，由心靈出發其實是很好的方式。以牛拉車為例，牛車要跑應該鞭在牛身上，而非鞭在車上，這情形我們旁觀很清楚，但在生活習慣上反而看不清楚，我們對小孩子的教育，往往打在他身上，而忽略了從心靈的教育做出發。很多言行舉

止其實是來自於內心的思想，所以我常說在學佛的過程中，很重要的還是思想理念的問題。如果我們思想理念能貫通，很多事事物物自然而然就能貫通，許多事情其實有其共通性，1974年家父參加美國史波肯舉辦的萬國博覽會，為中國館設計一大型浮雕「大地春回」，並且帶回很多資料，其中提到「我們只有一個地球」。換言之，地球上所有衆生福報的總數就只有一個地球。地球上所有的能量資源物質，是地球上所有衆生共同擁有的。如果我們消耗得太多太快，很多問題馬上就會接踵而來。

二十年前這樣的資料帶回台灣，很多人並不真的了解，因為砍伐木材和開採天然石材大量傾銷日本及其它國家的行為仍然繼續進行著。我們只看到大量傾銷可以換取財富，日本的做法則是寧可花錢去買外國的，自己國內的資源則保存得很好。我們只想換取外匯，而其實這外匯也不過是錢幣而已，石頭木頭卻是實際的物質，單擁有金錢並不是絕對的福報，這背後我們不知付出了多少實際的成本代價。木頭的成長至少要幾十年，石頭的問題可能就更大了，甚至關涉到水土保持種種，但我們往往都是向錢看，用錢做種種衡量的標準。當此之時，其實還是從心靈做出發，如果我們的心靈看的就是錢，當然我們就會不惜把寶貴的資源拿去換錢。

現在我們已經很富裕了，再來談這問題，更應明白這份富裕我們付出多少的社會成本，消耗掉多少我們的福報而不自知。日後所嘗受到的水土保持、氣候變化等等問題接踵而來，才發現現今社會循環腳步之快速，實在令人深感可怕。諸如：氣候變得令人愈來愈難以忍受、水旱災頻頻湧湧而來，如此繼續下去，我們如何生存、生長在這樣的環境中？如果我們仍不知警醒、並採取一些彌補或預防的措施，真不知下一代要如何生活？這確實是一件非常嚴重的問題。回想起小時候，縱然在台北市區，一陣大雨過後呼吸的空氣也感覺非常清新，好像把所有灰塵都洗滌下來了，那大約是二十年前的感覺。和現在比起來更深深感覺大環境的破壞實在很可怕。所以我們不可只短視現前的經濟利益，盡在錢的數字上打轉，整個資源我們付出多少，應該怎樣彌補、償還，更是值得深思的重要課題。

王俊秀教授：

剛剛寬謙法師所講的完全正確。換言之，現

在的天災都是人禍，現在的自然災害少，大部份是人為的，例如河流與水庫的污染等，其實都是人的問題。剛剛寬謙法師講十五二十年前，我們除了錢少一點，什麼都有，現在除了錢，什麼都沒有，這種感覺愈來愈深刻。小時候我們還可以去爬樹摸魚等，童年回憶裡人和自然的交往，比什麼都重要。現在特別是住在大都市的小孩，雖然物質非常豐富，但是他們精神生活這麼窮，正所謂「富裕中的貧困」。除了有一些物質享受外，其它都沒有了，找不到人跟自然可以手連手、心連心的機會，這對一個小孩子的成長是非常大的危害，因為人跟自然的交往如果不夠，他長大後就不會尊重自然，但他應該知道人是萬物的一種，和其它生物是平起平坐的。這樣的觀念如果沒有，長大後就會展開侵略自然的大業，也就是所謂牛仔式的經濟，那我們就永遠沒辦法翻身了。所謂「牛仔式經濟」，就是將牛趕去吃草，這塊地的草吃完再趕到別的地方，原來的一塊地丟掉不要了。過去台灣的經濟成長就是「牛仔式經濟」，才會造成今天滿目瘡痍的地步。所以，由心做起是非常重要的。

這種情況就回應到我們剛剛所講的近視、短視的問題。經濟成長是希望在短期間內把利益最大化，譬如投資都希望兩三年內能把錢賺回來，這是一般企業的觀念，而環境和生態的保育卻是希望把長時間的災害盡量減小化，這兩者表面看起來有衝突，其實是有交集的，它們的交集是什麼呢？就是「對環境最少的傷害，就是成長最大的利益」！這句話如果執政者或領導者搞不清楚，就很危險。所以現在我們強調向「上」教育，不是向「下」教育，向「上」教育有兩種層次：一是決策者需要教育，二是就環保來講，大人的觀念較根深蒂固，反而常是小孩子回家教大人，向「上」教育。小孩子較有環保觀念，回去告訴父母出門不要開車，不要用保麗龍，而現在的大人都是孝子，所以大多願意聽，這也是一種推展環保的方法。

剛剛也提到種樹的問題，種樹是一種很大的福田觀，也是一個整體的社會事業，包括森林的各種益處。種樹是佛教一直在做的事情，從古至今，放生也是。但種樹雖好，仍需選擇樹種，這與生態平衡的道理是一樣的，放生也要看放什麼生，放生若不當，很可能變成殺生，種樹不當，就變成砍樹。這時就需要整合，也許需要生態專家的指導，使它變成生態的放生、生態的植樹，

使雙方各蒙其利。換句話說，我們在放生的時候，不要放烏龜什麼的，因為這些東西已經變成一種商業行為，有人專門搜購人家放生用的東西，那等於是抓了再放，何必多此一舉呢？要放，就放對生態有用的。譬如，什麼物種的量增加了，就放牠們的天敵，抑制牠們的數量以維持生態平衡，這樣放生，才能兼具生態與放生雙重意義，種樹也是一樣。

現在很多人都說：台灣廟的密度是世界第一位。於是就有人呼籲，廟少蓋一點、樹多種一點，化樹為廟，讓廟在樹根、廟在人心，把廟放在各位的心中，相信是很好的。放生也是一樣，很多佛教的訓誡告訴我們，六道衆生都像我的父母一樣，所以殺生等於是殺掉自己父母一樣的感覺，這種同體大悲的心我們可以充份體認，我們真的很希望放生變成是生態式的，作一些環保的放生、環保的植樹，這種方式對環保和對佛教，我想都會有很大的好處。這方面的意見，相信寬謙法師能為我們再加以補充，謝謝！

寬謙法師：

過去的放生確實有很多弊病，所以我們現在不會盲目的提倡放生。傳統上，提到放生大家都很出得起錢，覺得自己不知救了多少生靈，其實我們卻傷害了多少生靈啊！我是覺得，可以把放生的工作轉化成「護生」的觀念，成為一種環保觀念的推動，反而比較具體而且根本。因為我們要維持的，應該是一個正確的理念，它所引導出來的才會是正確的行為舉止，這樣相信可以讓較多的生靈免掉許多災害。

剛才提到廟是否應該要減少，但相信大家都很願意樹林多一些，而因為廟的存在使樹林增多也是可能的啊！佛法中，尤其很多律典記載的，都是佛陀在那個時代教導人的較合理的生活方式。像剛才提到的四分律、五分律，或者是摩訶僧祇律種種，有很多例子。例如飲水時必須用紗囊過濾，這些其實都含有相當的環保概念，甚至《佛遺教經》裡也講到不能砍伐樹林、墾土掘木，樹木不能連根拔起，就算食用也必須為它留下生機等，這些都可以從律典和經典中整理出來，相信會是一個很好的課題。或許有人會奇怪，為什麼佛陀能夠懂這些？其實佛陀的智慧、慈悲遠遠地超越我們凡夫，祂很明白什麼是合理的生活、思想和行為舉止。如果我們能從佛經、律典裡頭把這些依據整理出來，我相信對於整個

環保會有很大的幫助。

一般人認為環保的觀念好像從西方傳過來的，其實不然，早在兩千五百年前東方就有這樣的思想理念。前幾天王教授講過一句話，我聽了也很震驚，他說：「我們中國人是不是瀕臨絕種啊？」過去我們中國人的生活方式不是目前這個樣子，近百年來，因為我們受到鴉片戰爭、受到外族的侵略太多太多了，把我們的民族自信心全部打垮，垮到我們對自己的文化思想都難以正視、接受，一味的想要西化。

比方說，我自己本身讀的是建築系，感受也很深，因為所受到的訓練全都是洋化的那一套，對於建築物，西方式的我們清楚，東方式的就不了解，所以一談到教堂的建築大家都很熟悉，但是談到寺廟建築就很陌生。過去，由於對音樂方面有興趣，我們也曾經想要有個合唱團，但是發現所找的音樂老師都是受西方教育的，他們對於東方的音樂就不很懂了。在這種情況下，雖然我們是黃皮膚的中國人，但是底子卻是不黃不白的。我們真的失掉很多本來所具有的，而這些應該可從很多中國文化或佛教文化裡面去拾回，把它整理出來，重新建立我們的自信心，讓原來屬於中國式的、東方式的生活哲理和思想理念再復活過來。

好比說，在大陸淪陷之前，北京的生活方式是非常文雅的，因為家父在那裡也生活了十年左右，起碼捕捉到最後這一批中國人的生活方式，他非常懷念。當大陸開放之後，我們也懷著一份類似回家鄉的朝聖心情，到了北京，非常失望，我相信紫禁城的故宮博物院應該是大陸文化水平最高的地方。但那裡面看顧的小姐，她們的聲調頻率卻是最高的，她們呼來喝去，高八度的狀況，讓人懷疑文化到底哪裡去了？以前那種四合院、深門宅院已經根本不存在，所看到的都是擁擠在一起的生活，早已經失去我們所固有的生活方式了。

我記得在讀大學的時候，在活動中心辦了一次民謠歌唱比賽，那時候是陶曉清小姐主持。參賽者唱的全部都是西洋歌曲，當時就有一位叫做李雙澤的同學，他站起來大聲說：「為什麼都要唱西洋歌曲，我要唱國歌！」實在很有勇氣，他就真的站起來唱國歌！真的，沒有我們自己的歌啊！所以校園歌曲從那個年代開始，差不多民國六十五、六年才開始覺醒：我們需要自己的歌曲，而不是開口閉口全都是英文，尤其在大學這

個階段，書店所看到的書幾乎都是外來的、翻譯的，沒有我們自己本土所寫的，所以我們常常會覺得，文化的斷根和失落是一個最嚴重的問題。

西方系統是以「人定勝天」這種較具侵略性的做法，認為人可以征服大自然，所以就西方的庭園來講，它所營造出來像凡爾賽宮前那種大廣場的花園，用非常整齊的方式、整大片的綠地，樹木一個個像站衛兵一樣，或者花草樹木全部變成幾何式，非常人工化；相反的，我們中國式的庭園很仿照大自然，它是把大自然引回到我們生活的小空間，所以縱然我們沒有徜徉在大自然的山水裡頭，在我們生活的小小範圍裡，我們都還看得到整個大自然的縮影，所以中國庭園本身的變化性很大，也幾乎是山水的縮影和轉換，跟西洋有很大的不同。但是經過整個清末那一段，民族自信心喪失之後，我們全盤西化了。幸好這一、二十年來已經覺醒的人慢慢多起來，還好還沒絕種，希望覺醒的人更多一些，呼喚醒我們民族的靈魂也是一件很重要的事情。

王俊秀教授：

我有這個感想是因為「培利修正案」的關係，由瀕臨絕滅的動物引發來的。我發現瀕臨絕種的不只是那些動物，連那些比較中國式的中國人，好像也不太多了。這種感觸很深，例如在日常生活裡，我們似乎是個溫和的民族，可是很多人侵略性很強啊！非常西方式卻只學到皮毛；又譬如速食文化，這種文化已經在台灣社會瀰漫開來，吃完、用完就丟，非常簡單方便，但這種速食文化事實上是會傳染的，既然東西可以用完就丟，朋友也可以用完就丟，國家也可以用完就丟啊！非常功利，只要對自己有利的就不拘手段，而這個過程往往就傷害到環境、傷害到我們每個人。

我感覺這種情形目前非常強烈，所以我認為瀕臨絕滅的動物中，還應該包括在台灣和在大陸的中國人。這與我們今天的主題有關，做心靈環保就是要找回自我，找回真正中國人所具有的那種天人合一的精神，我們的祖先就有很好的環保訓練和教訓，可以拿來在日常生活裡用。我想這是今天一個很大的主題，護生不僅是要保護那些生物，而且要保護生物裡的生物，像我們這樣的人恐怕也需要保護。因為時間的關係，最後我們各人就用幾分鐘的時間來做個簡單的結論。

寬謙法師：

我想環保應該從心靈做起，因為由心靈的引導，使我們的行為舉止合理化，也因為心靈的這份引導，使我們對有情生命有一份尊重，乃至擴大到整個社會上、整個大地資源的愛護。就佛法來講環保，我們比較會採取的是心靈的環保，還是要落實在當下我們如何去做，從每一個人做起，小到一個杯子、一個碗的這種習慣上的改變。比方說今天接受了王教授的建議，我想將來就儘量自己帶茶杯，但是往往我們的這種堅持都不夠。或許我們必須要加強這樣的思想理念，了解我們每多用一個杯子，不管是紙杯或者是更嚴重的保麗龍杯、保麗龍碗，這份破壞之大，可能引發兩三萬人的癌症，我們就不能不小心謹慎地使用。我覺得，從我們每一個人能夠做的範圍做起，由生活上、習慣上的舉手之勞開始，佛法本身還是很落實的，並不是從心靈來談高調，而是把它落實在實際生活裡。我很願意當那場森林大火中的那隻小鳥，雖然牠所能夠做的是那麼有限，能沾的水只是那麼幾滴，但牠還是那樣的盡心盡力。

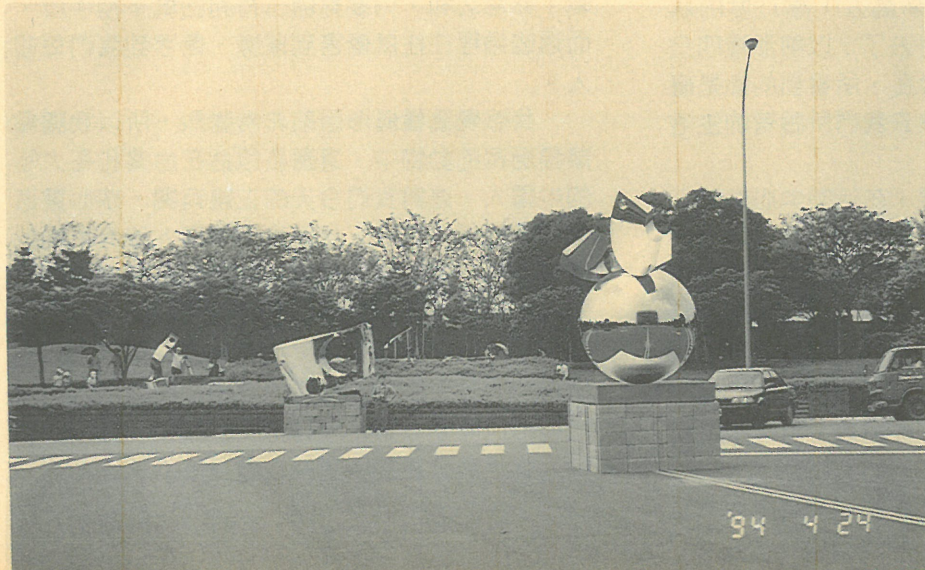
王俊秀教授：

佛法中有一句話叫做「淨念相續」，這句話跟目前所謂的「永續生存」意義完全一樣，淨念相續就是永續生存和發展的基礎，只要得到一些指導，透過六根我們都能在日常生活中做環保。現在世界上有一個叫「世界宗教環保聯盟」的組織，它讓人接受一些簡單的訓練，像環境偵測之類的。在自家的周圍，自己利用簡單的儀器負責社區的偵測，若有汙染就適當的回報，再展開動

員來解決這個問題。今年，美國的高爾副總統也號召，在地球日美國的學生也要做環境監測的工作，同樣的道理，只要施以簡單的訓練，各位也都可以有一樣的貢獻。

最後我們有一些簡單的結論，那就是：在生活方面我們非常富裕，而生活的富裕有時候會對環境產生壓力，所以如果在座的各位，還有我，都能夠生活得簡單一點，就可以使更多人也可以簡單地活著。譬如像非洲那樣的情況，而我們吃大魚大肉，如果我們卻坐視那麼多的小孩子死掉，這是一種生態的不道德，所以「只要我們在日常生活中過得簡單一點，就可以使更多人簡單的活著」這句話非常具有行動力，也就是像剛剛寬謙法師講的，少用一個紙杯，或是吃飯時把它吃乾淨、不要留殘渣，這些都是平常生活就可以做得到的，以此為指導的綱要，不要問環境能為我們做什麼，問我們自己能為環境做什麼，如果這樣，相信我們就可以達到所謂「環境福祿壽」的目的。

環保的福祿壽是什麼呢？我們以此來做結論：做環保就等於是做功德，而做功德就等於是為環境盡點力，等於是孝順母親，所以做環保也是一種孝順，破壞環境就是不孝。這樣的感覺等於地球是一個母親，如果能以這樣的感覺來做環保，那麼福雖未至，禍已經遠離；祿雖未進，債已經遠離；壽雖未增，病已經遠離，保證大家都會身體健康、精神愉快，因為我們是用心來做環保。最後，我敬祝各位心痛不如行動，跟我一樣，從今天開始，在新竹地區做環保種子，大家一起來為環保盡點心力。



法源寺別苑收支表

收入

支出

摘要	六 月	七 月	八 月
會費	174,525	137,125	149,435
利息收入	4,201	2,931	2,851
藥師法會	10,500		
環保局		39,998	
助印(中國佛教美術論文索引)	19,200	27,500	44,000
藥師佛像(出版專款)		10,000	238,000
出版專款		100,000	
圖書館設備	60,800	77,601	500
薪工津貼	25,000	25,000	25,000
文具用品	4,645		525
郵電費	18,144	609	570
水電費	9,898		30,874
管理費	10,294	10,294	10,294
雜費	9,632	7,465	11,450
鐘點費	29,000	15,000	52,000
文宣費(季刊、海報)		50,500	
研究費(中國佛教美術論文索引)	25,000	20,000	20,000
贊助費	1,200		
講義費		7,885	
捐贈殘障、貧苦			6,000
收入合計	208,426	317,554	434,286
支出合計	193,613	214,354	157,213
餘額	14,813	103,200	277,073

感謝「榮譽會員」長期護持道場

楊英風	杜清標	蔡緒聰	鄒甘妹	郭彥良	王麗雲	林淑蓮	郭筱萍	莊博文
陳桂桑	潘昌益	陳萬吉	陳耀宗	陳有地	郭進平	陳榮輝	蔡聰名	高登海
陳淑娟	彭源進	李桂秀	郭寬裕	羅正銘	廖秋香	彭玉樹	徐茂安	張月玲
章士武	章文奎	何啓檀	楊秀雲	林燁娟	詹裕保	蔣昭輝	南北平	郭素蘭
張順慧	李祥俊	陳有利	楊漢川	嚴盛水	郭素梅	黃冠智	彭寶月	吳蔡金玉
張森重	林美鈺	謝梅桂	張文生	顏玉鸞	戴椿河	黃細王	曾文姬	葉倪明珠
吳森親	許明財	魏汝柔	葉鳳汝	趙月娥	彭錦章	張健鎮	邱煥文	詹陳玉嬌
鄭鈴陽	陳碧瑞	倪棟清	鄧素寬	楊素琴	蔡榮吉	陳有益	洪國欽	王陳愛蓮
林永義	楊達立	李世程	陳璿妃	吳德煌	黃春蘭	余文卿	周正平	黃楊玉瓊
楊文雄	林志成	李國楨	張健鎮	藍振榮	陳碧瑛	洪根于	呂劍榮	眞理法師
朱美蓮	黃良銘	鄧秀鶯	蔡桂花	楊明星	謝希誠	曾煥鐘	黃鴻宜	黃苓嘉
王初美	王玉如	許淑娟	連麗鴻	姚娟娟	林文琴	楊玉華	楊林阿麵	

■本名單將於法源寺觀音法會中祈福消災，以資銘謝。

請供養中

法供養最

菩提福田錄

八十三年六月份功德錄

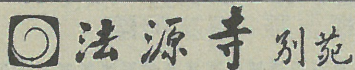
功德箱：25350元
10000元 張順慧
8000元 郭素蘭
5000元 孫月鳳 郭素梅
3000元 楊秀雲 陳桂桑 曾廷珠
呂劍榮 黃素珍 曾煥鐘
2000元 張森重 羅吟惠 譚莊金蘭
黃良銘 黃秀琴 黃苓嘉
1500元 黃素娥
1400元 張素珠
1125元 陳文欽
1000元 莊博文 余文卿 蕭碧蓮
倪棟清 戴椿河 章文奎 詹陳玉嬌
杜清標 黃細川 楊漢川 彭寶月
徐茂安 張健鎮 嚴盛水 鄭鈴陽
李芳珠 王王如 許淑娟 羅正銘
廖秋香 王麗雲 林志成 黃楊玉瓊
林美鈺 蕭麗芬 顏玉鸞 吳蔡金玉
郭彥良 連麗鴻 吳罔愛 何啓菴
高登海 邱仙月 呂郁珠 張素玉
郭文益 蔡桂花 章士武 陳淑娟
彭源進 潘昌益 楊明星 林慶春
張月玲 洪根于 陳瑤妃 黃士倩
倪明珠 楊文雄 吳親 莊小芸
陳耀宗 楊明星 蕭碧蓮 陳彩慧
鄒甘妹 張輝娟 張金香 呂鳳蘭
譚量 莊翰林
齊 衡 莊根培
900元 宏 慧
600元 范國隆
500元 鄭育儒 陳麗芬 黃鳳琴 胡紫雲
陳麗芬 周愛華 黃宣仁 陳麗川
林小鈴 劉清桂 陳瑞芳 廖靜娟
李玉森 周培德 邱彩蓮 胡梅枝
連思佳 柯金蓮 莊敦仁 連盈如
莊雅鈞 張義妹 謝雪勤 莊雅評
胡紫雲 林翠珠 柳淑娥 許錦蓮
學 宏 慧 曹仲華
黎燕麗 黎燕美 黃輝正 莊博清
林碧蓮 張清美 張綺栗 莊博清
400元 陳秀美 江淑英 彭怡惠
張素真
300元 林寶琴 楊宏翼 賴瑞香
200元 黃金鳳 許淑珍 劉乃榮
陳純花 劉富美 彭秀菊 姜雪珠
游建文 吳烜滴 楊瓊媛 周玉娥
邱四妹 劉 妹
100元 梁郁琳 徐明珠 葉金來
葉錦生 陳信雄 楊家生 王溫款
彭天戶 張麗珠 陳金誠 彭景陽
彭寶慧 彭佩芳 郭美鈴 鄭月娥
陳立瑋 陳伊芬 溫木蘭 朱玉櫻
黃定男 郭佳燕 郭美鈴 朱玉櫻
張國光 鍾淑英 游建文 張凱傑
施淑貞 駱淑貞 駱淑貞 張凱傑
朱阿米 盧淑貞 許永茂 楊位欽
盧愛倫 何黎汶 陳和美 鄒國建
鄒明達 盧永汶 孫善本 曾美仁
孔玉蘭 曾麗雪 陳寶銀 鄒欣純

中國佛教美術論文索引

助印功德錄(六月份)

10000元 願 常
5000元 李玉英
2000元 陳億青
1200元 吳傑中
600元 顏玉鸞
400元 戴椿河
八十三年七月份功德錄
功德箱：7700元
100000元 何善家
6000元 黃良銘
4000元 楊達立
3000元 李世程
3000元 莊景晶 莊博文
謝梅桂 李芳珠 譚莊金蘭
詹裕保 蔣昭輝 詹陳玉嬌
林輝娟 葉鳳汝 朱美蓮
1500元 蕭振芳
1000元 張素珠 杜清標 吳蔡金玉
徐茂安 楊漢川 黃細川 張健鎮
嚴盛水 鄭鈴陽 林耀宗 倪棟清
羅正銘 廖秋香 林志成 黃楊玉瓊
張森重 何啓菴 章士武 蔡桂花
連麗鴻 許明財 王王如 王俐文
楊明星 鍾媚兒 邱仙月 郭彥良
許錦蓮 邱仙月 張月玲 顏玉鸞
潘昌益 吳親 章文奎 章文奎
陳丁妹 黎維桂 無名氏 陳淑娟
林美鈺 楊玉華 章秀鳳 楊林阿麵
陳桂桑 鄭勝吉 鄭勝吉 王正宗
鄒甘妹 陳瑤妃 蔡廷翰 黃苓嘉
洪根于 王麗雲 許淑娟 何智強
何智富 林文琴
900元 廖曾木秀
600元 張絃絹 池煥祺 陳文環
500元 徐寶珠 鄭美玉 陳麗芬
陳結芳 學 菊 郭鳳凰 朱源發
江碧玉 郭鳳凰 戴玉秋 簡綺鄉
江淑英 楊宏翼 戴玉秋 鍾茂生
黃清洲 黃立惠 鄭育儒 王源煌
鄭美玉 王英任 楊瓊媛 黃金鳳
200元 彭秀菊 楊瓊媛 黃金鳳
劉乃榮 陳純花 劉富美 黃香珍
許麗卿 陳秀美 彭怡惠 姜雪珠
100元 梁郁琳 徐明珠 葉金來 葉錦生
康秀雀 徐明珠 葉金來 王溫款
陳信雄 黃麗虹 楊家生 鄭月娥
彭天戶 張麗珠 陳金誠 彭景陽
彭寶慧 彭佩芳 郭美鈴 鄭月娥
陳立瑋 陳伊芬 溫木蘭 朱玉櫻
黃定男 郭佳燕 郭美鈴 朱玉櫻
張國光 鍾淑英 游建文 張凱傑
吳恒滿 游建文 張綺栗 陳 品
朱阿米 駱淑貞 駱淑貞 鄭寶桂
盧淑貞 曾麗雪 孔玉蘭 曾美仁
孫善本 盧永汶 鄒明達 鄒國建
陳和美 何黎汶 許永茂 楊位欽
盧愛倫
中國佛教美術論文索引
助印功德錄(七月份)
10000元 願 常

5000元 胡順華
4400元 黃秀燕
2000元 劉啓光
1000元 林錦波 劉碧雲 陳宗吾
600元 林佩瑾
500元 陳建成 林佩琪 林逸玲
楊明星 楊黃金桃
八十三年八月份功德錄
功德箱：10560元
3000元 陳碧珠 彭永昇 王陳愛蓮
呂劍榮 李桂秀 彭寶月 譚莊金蘭
2000元 藍振榮 黃士倩 林 揚
李樹銘 蔡緒聰 郭文益
1200元 蕭振芳 朱慕蘭 楊林阿麵
1000元 張素珠 戴椿河 郭彥良
楊玉華 顏玉鸞 楊文雄 倪棟清
許錦蓮 姚娟娟 何啓菴 張森重
羅正銘 廖秋香 李芳珠 章士武
連麗鴻 邱仙月 陳鴻章 彭源進
張月玲 黃素珍 吳親 羅中儀
高登海 陳淑娟 蔡桂花 范國隆
無名氏 楊明星 林美鈺 鄒甘妹
杜清標 徐茂安 黃細王 嚴盛水
鄭鈴陽 張健鎮 楊漢川 黃楊玉瓊
楊文雄 陳瑤妃 許淑娟 吳蔡金玉
葉玉蘭 張輝娟 張金香 陳彩慧
譚量 黃香珍 吳正椿 余文卿
蕭碧蓮 洪根于 李金賢 章文奎
呂火土
800元 黃盈瑜
600元 曾純慧 黃聰智
500元 楊宏翼 王修銘 曹仲華
池煥祺 徐寶珠 陳麗芬 陳文環
陳彥好 朱源發 鄭育儒 鍾茂生
白吳雪 簡綺鄉 江淑英 陳玉英
李良媛 王小莉 林碧蓮 詹明嬌
王碧玉 陳怡怡 魏素英 陳阿華
莊博清 呂鳳凰 曾秀美 劉華雲
宋碧雲 彭景陽 何佳容 簡碧秋
蔡玲玲 鄒志明 周瑞松 許麗卿
黃秀香 葉水發 游瑞招 李信豐
許淑珍
475元 魏寶鳳
400元 顧鴻壽 張素真 徐義妹
300元 黃金鳳 黃麗嘉 劉乃榮
200元 彭秀菊 劉富美 陳秀美
陳純花 楊瓊媛
彭怡惠 楊家生 葉錦生
100元 徐明珠 史雅文 王溫款
黃菊梅 張麗珠 陳金誠 彭景陽
彭天戶 彭佩芳 郭美鈴 鄭月娥
彭寶慧 陳伊芬 溫木蘭 朱玉櫻
陳立瑋 郭佳燕 郭美鈴 朱玉櫻
黃定男 鍾淑英 游建文 張凱傑
張國光 鍾淑英 游建文 張凱傑
張凱順 陳信雄 黃麗虹 張綺栗
游建文 吳姐滿 姜雪珠 康秀雀
中國佛教美術論文索引
助印功德錄(八月份)
20000元 願 常 連麗鴻
10000元 張治平 學 質 學 旭
學 功



會址：新竹市林森路176號6樓(世紀通商大樓)

電話：(035)216190-1

傳真：(035)233314

法源寺：新竹市高峰路236號

電話：(035)215302

覺風佛教藝術文化基金會