

72期

中台山

釋惟覺
題

<http://www.ctworld.org.tw>

中台世界

社長／釋惟覺
發行人／李祖原
編輯／中台禪寺文教中心編輯部
發行所／財團法人中台山佛教基金會
地址／545南投縣埔里鎮一新里中台路一號
電話／(049) 2930215
郵政劃撥：財團法人中台山佛教基金會
帳號：22122941
中華民國八十二年元月十日創刊
中華郵政中台字第一六四九號
執照登記為雜誌交寄

中華民國九十三年五月十五日出刊
ISSN 1810-0929

護國法會功德勝 祈安植福致禎祥

■ 中台廣傳

中台禪寺暨所屬分院
九十三年度聯合啟建護國息災祈福大法會

■ 正法眼藏

宗教與社會發展之展望(二)

■ 本期主題

清淨口業——善語如花吐芬芳

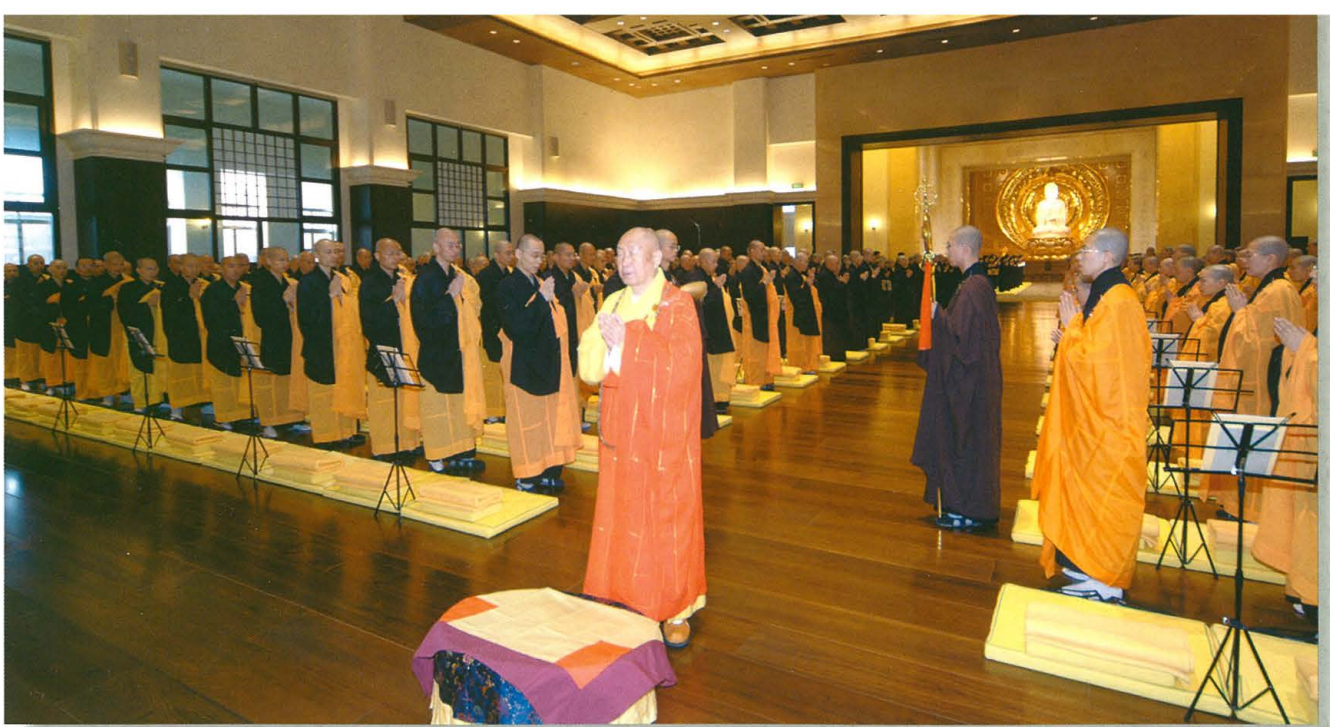
■ 專題思惟

純真與淨空

■ 禪門探微

臨濟義玄禪師

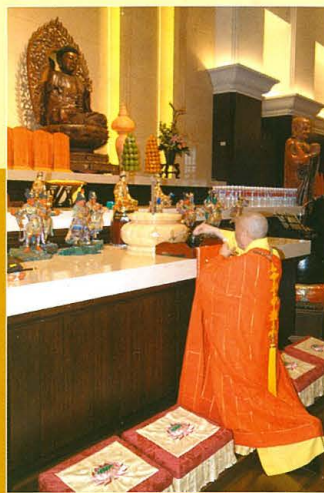




護國

息災祈福大法會

佛經云：「心淨國土淨」，一念清淨度
誦經咒，祈願三寶慈光加被，令人心淨化
安定，災難悉蠲，國泰民安。



甘露法語

Sweet Dew of the Dharma

時常讚歎他人，不誹謗他人，口業清淨，即是口業自在。

Praise others frequently and slander no one. When our speech is pure and faultless, then we achieve freedom in verbal karma. (e.g. abilities in speech and debate, free from verbal handicaps.)

上惟下覺大和尚法語

目錄

封面攝影／見土法師 位置／中台禪寺



04

【中台廣傳】

中台禪寺暨所屬分院
九十三年度聯合啓建護國息災祈福大法會

編輯部



06

【正法眼藏】

宗教與社會發展之展望(二)

上惟下覺大和尚開示



19

【本期主題】

清淨口業——善語如花吐芬芳

編輯部

14	【佛典故事】	阿難與摩登伽女	見敞法師
16	【專題思惟】	純真與淨空	李正中
18	【佛法小常識】	燈明	見軒法師
20	【本期主題】	口業之過失與功德	上惟下覺大和尚開示
24	【本期主題】	發自心中的愛語	見愍法師
27	【本期主題】	說話的省思	見仁法師
28	【本期主題】	用心說話結善緣	見頻法師
30	【本期主題】	立言與人生	見旆法師
32	【本期主題】	說話的藝術	見炳法師
34	【本期主題】	說「話」的真實義	見鏗法師

36	【本期主題】	口裡無瞋吐妙香	劉侃如
38	【本期主題】	慎防是非蔓延時	鄭保村
39	【天廚妙供】	恬淡好滋味——清蒸豆腐	編輯部
40	【中台公案】	那一碗冰涼的麵	見醇法師
41	【佛學院園地】	慈心觀照	中台女眾佛教學院
42	【佛學院園地】	覺性常在——月亮正看著你	見廩法師
44	【佛學院園地】	處處是修行	見霽法師
46	【禪門探微】	臨濟義玄禪師	編輯部
50	【生活啓示錄】	最深刻的記憶	邱翠芬
51	【紅塵清泉】	中台禪寺太谷精舍啓用平安祈福法會	太谷精舍
52	【紅塵清泉】	九十三年度天祥寶塔禪寺 啓建清明超薦暨消災祈福大法會	編輯部
54	【紅塵清泉】	無窮盡的生命	韓應武
56	【紅塵清泉】	感恩與信心	楊雪鎧
58	【法界塵影】	三月弘法記要	編輯部
63	【精舍活動預告】	精舍課程及活動快訊	編輯部

編輯手札

儒家云：「一言以興邦，一言以喪邦。」一句話說的得宜，能化干戈爲玉帛；一句不恰當的話，則招來喪身亡國之禍。佛經亦云：「點慧離惡口，正語喜樂行，如是美語人，則近涅槃住；垢惡語污人，能令到地獄。」由此可知，言語的好、壞，不僅關乎個人的修養，嚴重者影響國家社會的興亡，個人也要承受口業招至的果報；見微知著，言語經口即出，怎可不慎？本期月刊「清淨口業」的主題，將引領大眾如何以善語、淨語，圓滿和諧的人際，締造良善的社會風氣，走向光明的人生。

經言：「心淨國土淨」，值此世界災厄頻仍、人心紛亂不安之際，中台禪寺及海內外各分院、精舍，本著佛法慈悲濟世的本懷同步舉辦「護國息災祈福大法會」，恭請中台禪寺住持上惟下覺大和尚慈悲開壇主法。四眾弟子在大和尚及各精舍住持的帶領下，以清淨至誠之心誦經持咒，祈仰三寶慈光加被，化災厄爲祥雲、轉戾氣爲祥和。

佛法，從西天傳向東土，穿過漢唐明清的歷史長河，直至現代，所蘊含的人生真理始終不變，隨著現代科技的昌明，更印證佛陀的智慧廣遠。「專題思惟」中，學者專家將以科學的角度，共同探討佛法道理的真實，進而潛心學佛，開啓本具的智慧光明。



中台禪寺暨所屬分院 九十三年度聯合 啓建護國息災祈福大法會

文／編輯部 攝影／見科法師

佛經云：「若人欲了知，三世一切佛，應觀法界性，一切唯心造。」人心紛亂不安，探究原因，實乃眾生貪心、瞋心、癡心三毒所感，世間的一切現象，皆是眾生自心所感；因此，欲令人心安定，社會安寧，須賴佛法淨化人心，仰仗三寶慈光加被，以化解暴戾之氣，讓社會更臻祥和。

四眾和合，護國息災

經云：「心淨國土淨」，社會人心淨

化、安定，進一步即能達到「心安社會安，心平世界平。」中台禪寺秉持佛法慈悲濟世的精神，謹於三月二十八日於埔里中台禪寺暨海內外各分院、精舍聯合啓建「護國息災祈福大法會」，恭請中台禪寺住持「惟覺」大和尚慈悲開壇主法。中台禪寺海內外各分院，包括美國、泰國、菲律賓、香港，以及全省北中南共八十餘家分院、精舍同步舉行法會，並由各分院、精舍住持法師升壇主法，同時帶領全體護法信眾，拈香、誦經祈



福，四眾弟子和合一心將善法功德，回向社會安定，國泰民安，世界大同，普令法界一切眾生同霑法益。

二十八日上午九時三十分，中台禪寺全山僧眾、居士，以及普台國民中小學籌備處全體教職員工，雲集於五樓大禪堂及大莊嚴殿，在佛號聲中，大眾一心合掌恭迎主法大和尚「惟」覺大和尚入壇主法。隨即在「楊枝淨水讚」的清淨梵音中隆重地揭開法會序幕，現場氣氛莊嚴肅穆。

觀音妙智力，能救世間苦

法會中，大眾虔誠恭誦《觀世音菩薩普門品》，並持誦「南無大悲觀世音菩薩」聖號，祈求觀世音菩薩威德神力加持，化災厄為祥雲；與會大眾也發願學習菩薩的悲心、願力，護持正法，弘揚佛法，普令眾生皆能聽聞佛法甘露，開啓智慧，創造光明燦爛的人生。中午十一時，舉行佛前大供及消災祈福佛事，大眾一心恭誦「南無消災延壽藥師佛」聖號，仰仗三寶慈力，災障消除，與會大眾福慧增長，諸事順遂。

法會於下午二時再度恭誦《觀世音菩薩普門品》，下午三時，在功德回向梵唱聲中，中台禪寺及各分院、精舍法會同時圓滿落幕；大和尚更慈悲祝願大眾福慧增長、吉祥平安。而此時此刻，觀世音菩薩「千處祈求千處應，苦海常作度人舟」的慈悲精神，早已隨著清淨的梵音，深植於每位蒞會者的心田，大眾皆感身心清涼，歡喜賦歸。



■ 普民精舍護國息災祈福法會，法會現場。



■ 普濟精舍護國息災祈福法會，法會現場。



■ 普照精舍護國息災祈福法會，法會現場。



■ 普高精舍護國息災祈福法會，法會現場。

上惟下覺大和尚開示

宗教與社會發展之展望(二)

九十三年二月二十四日開示於國立中央大學 編輯部整理

「知其所以然」的信仰更具意義

信仰佛教有其道理及意義；例如拜佛，

用香花、水果、飲食供養佛，這只是做到一部分的尊師重道。再進一步，還要學習佛陀，「無緣大慈、同體大悲」的慈悲心、平等心，將自己的智慧、時間、技能及財物等，布施給大眾、服務大眾，讓大眾生活得歡喜。佛經言：「眾生歡喜，諸佛歡喜」，只要令眾生歡喜，諸佛一定歡喜，如此自然就能得到諸佛的慈光加被，就能入佛法界。所以，拜佛，除了要學佛的善

法、功德以外，還要淨化這念心。將這些道理了解並落實，才是真正的供養如來。

什麼是如來？

「如來」是指這念心如如不動、了了常知；沒有貪心、癡心、瞋心，始終是「定慧不二」，如此就是見到如來。如果心中還存有貪心、瞋心、癡心，就無法見到如來。《金剛經》言：「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來。」如來就在這念心當中，這念心沒有貪心、瞋心、癡心，始終是清清明明，這就是見到如來。所以要見如來，就是要在

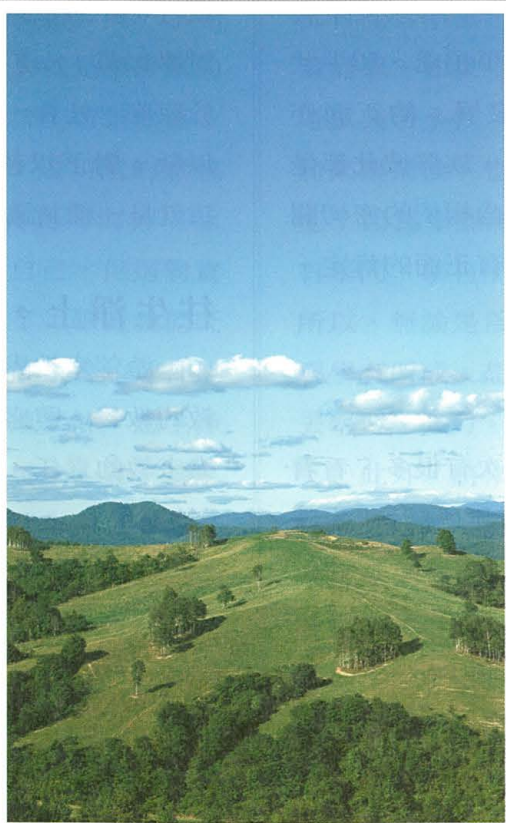


這念心上用功。

這念心具足體、相、用；「體」是指這念心不去、不來，不出、不入，不垢、不淨；「用」，指心的作用，這念心的作用無遠弗屆，想達到這種妙用，就要淨化這念心，心沒有淨化，就不能達到這種作用。「無遠弗屆」，就是指這念心的作用，無論遠近都沒有障礙、遮障，即使是隔山隔海，遠在美國或是近在台灣，乃至在全世界任何一個角落，都沒有障礙，心靈都能相通、相互感應。為什麼呢？

因為這念心，也就是這念覺性、這念佛性是空性；譬如虛空，虛空廣大，虛空當中能容納山川、大海，乃至萬事萬物，但虛空卻不被這些山川、大海及萬物所阻礙。又譬如，自己的親人、好友移民到美國，或是在世界的任何一個角落，如果自己天天想念他的生活、學業、事業，不知是否平安順利？如此經過一天、兩天……乃至一週、一個月，後來夢到自己所想念的親人生病了，心生焦慮，於是打越洋電話關心他的近況，結果真的是生病了。這就是這念心「無遠弗屆」的感應，一般人稱為「第六感」。

宗教能淨化這念心，這念心淨化到相當的程度，就能產生這種「無遠弗屆」的作用。所以，無論是基督教、回教、道教、儒家、佛教，都離不開這念心，這念「心」才



這念心猶如虛空，能容納山河大地，又不為山河大地所障礙。

是最重要的。

宗教是心的教育

「宗教」，「宗」就是指這念心；「教」是教化、教育；宗教就是「心」的教育，也就是要從心上去反省、檢討、淨化，並加以實踐。如果不了解「宗教」的真實意義，就很難得到宗教信仰的利益，甚至於會變成迷信、邪信，成了宗教迷、宗教癡、宗教狂，非但自己得不到好處，勞命傷財，乃至造成社會的混亂、不安及損失。譬如賓拉登神學士就是一例，他以恐

怖組織，在世界上製造破壞與毀滅；美國由於九一一事件中，受到嚴重的攻擊，到現在人民都還生活在惶恐當中；乃至世界其他國家也都對賓拉登神學士感到驚慌恐怖。

了解宗教對社會、國家乃至世界的影響，各個宗教之間要有一種和平的共識。這個世界真正是「牽一髮而動全身」，例如去年的 SARS 病毒，全世界都受到影響，因為大家生活在同一個空間，呼吸一樣的空气，只要空氣裡面有毒素，無論遠近都會直接、間接的被感染，所以沒有那一國、那一個人不怕。SARS 病毒過去以後，又有禽流感，這種種的病毒，使得全世界都措手不及，陷入驚慌中。

從這個角度來看，世界真正是「天涯若比鄰」，宛如一個「世界村」，任何地方、任

何角落發生事情，都會影響全世界的安全與經濟發展。所以大家只有和平相處、和平共存，這才是「宗教和社會發展」的正面作用。明白了各個國家、社會、族群彼此都是生命共同體，彼此實在是唇齒相依的密切關係，所以我們對宗教應該要有正面的肯定，且先從自己做起。

智慧的信仰

信仰宗教，「信」的層次有很多，看看自己屬於那一種信？第一「無所謂」，也就是「放任信」，此種信沒有好處；第二「排斥信」，也沒有好處；第三「迷信」，更沒有好處；第四「正信」，正確的信仰、智慧的信仰，選擇這類智慧的信仰才能利人利己。

所謂「智慧的信仰」，就是從宗教的情操來養成自己恭敬、慈悲、和睦、真誠的心，所謂「敬神如神在，拜佛如佛在」，這是一種最高、最懇切的恭敬心。現代人較缺乏真誠、恭敬的心，如果養成恭敬的習慣，子女對父母要恭敬，父母對子女也要慈愛，家庭就會和諧；學生對老師要尊師重道，老師對學生也要循循善誘、有教無類；在社會上要敬老尊賢，這個社會才會和氣、和諧、祥瑞；在政治上也要「敬」，下對上要敬，上對下要有慈悲心，這是一種互動。平時，教導子女對父母要敬，對師長要敬，對長官、主管也要敬，但是這些好像都不容易做到，所以要先從宗教信仰來養成我們的恭敬心。因為無論是任何宗教的信徒，對於自己所信仰的神或是佛祖都很恭敬，乃至於五體投地的禮拜。所以，宗教的確是培養恭敬心的最好方式。在中台山有四

箴行：「對上以敬、對下以慈、對人以和、對事以真」，這不僅僅是宗教情操，也適合於家庭、社會、學校，乃至於政治。「對上以敬、對下以慈、對人以和、對事以真」，這就是一種共識。

往生淨土，須從因上努力

希望宗教界的人士，不僅要傳播自己宗教的教義，興盛宗教，而且還要為這個社會盡宗教的責任。所謂宗教的責任，基督教說「神愛世人」；佛法上也說「無緣大慈，同



藉由對佛菩薩虔敬的禮拜，培養自己至誠的恭敬心。

體大悲」。宗教所追求的就是正信、安樂、世界和平，這是一個最高的希望。佛法說要生淨土，其他的宗教說要升天堂，要怎麼樣才能生在淨土、升到天堂呢？並不是向佛菩薩祈求，向神明禱告，希望佛菩薩、神明憐憫、垂愛，就能生到淨土、升到天堂，這是

不可能的事。儒家說：「與其媚於奧，寧媚於灶。」是什麼意思？「奧」就是指房屋的西南隅，從前宗廟及五祀之神，皆祭於奧；「灶」就是自己家裡的灶神；這句話的意義就是說：不要捨近求遠。與其拜海神、水神，求海神、求水神來庇佑自己，但這對實際生活的需要來說實在太遠了；畢竟我們天天要吃飯、穿衣，還不如去拜家裡的灶神比較實際。同樣的道理我們可以了解，想生淨土、升天堂，先得看看自己這念心善不善？也就是反求諸己；心善一定能生淨土、升天堂；心不善，心裡面充滿了貪、瞋、癡、仇恨、排斥、惡毒，想生淨土、升天堂？十方諸佛、上帝也沒有辦法幫助我們，因為貪、瞋、癡、仇恨、排斥、惡毒，這些都是地獄裡面的種子、地獄裡面的果報，誰能救得了我們？解鈴還須繫鈴人，還是得靠自己。

所謂「水能載舟，水能覆舟」，是生淨土、升天堂？或是下地獄、墮三塗？都是自己所造成的。所以要腳踏實地，從「因」

上來努力；「因」，佛經云：「有此則有彼，無此則無彼；生此則生彼，滅此則滅彼。」「此」就是指自己所造作的「因」；佛法所說的因緣果報不是迷信，世間上的任何事都是要從「因」上做起。以學生來講，平時的用功、努力，這就是在「因」當中充實自己，等到考試時就不用求任何人，也不需要夾帶小抄、更不需要找槍手。因為平時

都有溫習準備，不是為了考試而學，是為學習而學。如果平時不準備，只想投機取巧，考試夾帶小抄、找槍手，就算是僥倖通過，將來畢業後，也很難在社會上成長。為什麼呢？因為學無所成。「學問為濟世之本」，有學問、學有所成，做任何事都容易成就。所以，無論是為自己、為社會、為大眾，都要學有所成；想學有所成，就是要在因當中去學習、努力。

此外，將來想有所發展，做人做事要誠懇、守信用。儒家講：「民無信不立」；佛法也是講信，「信為道源功德母」，想修道也是講「信」；基督教也講信，「信我者得救」。所以，誠信也是一種「因」，從「因」當中開始才是最實在的。心中存有善念、在行為上做好事情，不斷地累積功德，將來的果報一定是淨土、天堂，這就是因果。

如果再更進一步說明，心地善良、光明，就是淨土、天堂；心地黑暗，就是地獄。看看自己這念心是不是時時都是光明？如果時時都是光明，就是在天堂中，信基督教的信眾就已經受到主的垂愛了。在佛法而言，想生淨土也是要從「因」上去努力；佛經裡講得很清楚，淨土是未來的果報，未來的果報要從「因」當中去努力，如何努力？「心淨佛土淨」；現在這念心沒有貪心、瞋心、癡心、慢心及疑心，心清淨，身、口也就隨之清淨，將來的果報一定就是淨土。所以，「心淨佛土淨」，心地要先清淨，才有清淨的佛土。這些道理要從宗教當中來落實；未來的果報能給大眾帶來希望，而這些要靠現在來努力，現在不努力，未來的果報也不容易達到自己的期望。



欲平天下，先平自心

所以，心清淨、身清淨、口清淨，這些都要落實在自己的生活上，自己能夠做到，進而還要推廣到社會大眾，以佛法而言就是：「自覺、覺他、覺行圓滿」；在儒家則是：「在明明德，在親民，在止於至善」，在明明德就是先從自己做起，任何事都要先從自己開始努力。《大學》提及：「古之欲明明德於天下者，先治其國；欲治其國者，先齊其家；欲齊其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先誠其意；欲誠其意者，先致其知；致知在格物。」這段話的意思是說，如果能把天下治理得很好、統一世界，必須先要把自己的國家治理好，有治國的能力才能治理天下。目前這個世界，稍微大一點的強國都想在世界上稱霸，想在世界上稱霸，就必須先把自己的國家治理好。

怎麼樣才能把國家治理得好呢？「欲治其國者，先齊其家」，國家是一個大的家庭，個人的家庭是一個小家庭，許許多多的小家庭才能組成一個大家庭，想把大家庭治理好，先必須具備治理好小家庭的能力；如果自己的家庭都調理不好，家庭問題很多，又怎麼能治好一個國家呢？所以說「欲治其國者，先齊其家。」

「欲齊其家者，先修其身」，想在家庭裡

作為表率，就要注意自己的身教、言教，自己的言行、舉止是否合乎道理？譬如身為父母者，自己的生活、行為不正，打牌、喝酒、飆車……，然後告誡自己的子女：「你不可以打牌、喝酒、飆車。」子女做不做得得到？不容易。所以，「欲齊其家者，先修其身」，要先從自身做起。

「欲修其身者，先正其心」，如果想要修身，達到身不造作惡行，口不說惡言、不諂媚、不挑撥離間、不說謊，就必須「先正其心」，這念心的思惟要端端正正、不偏不倚，這也就是宗教所說的心念要端正。

「欲正其心者，先誠其意」，要怎麼端正這念心？要有正確的知見及人生觀；信仰宗教也要問問自己的知見正不正確？知見正確，做任何事都是一條正路、大路。要怎麼樣做才能端正自己的知見呢？「致知在格物」，格物有兩種解釋；有一派認為「格」

就是研究宇宙之間的萬事萬物，這是屬



儒家「修身、齊家、治國、平天下」的哲理，值得每個人去研究與學習。

於科學方面；另一派是儒家的正統思想，儒家認為「格」就是改革，「物」是指心當中的物欲、七情六欲，「格物」，把心裡的雜念、妄念、貪念去除，這念心就清淨了。所以「致知在格物；物格而后知至，知至而后意誠，意誠而后心正，心正而后身修，身修而后家齊，家齊而后國治，國治而后天下平。」這個「修身、齊家、治國、平天下」的循環邏輯是一種哲理，是值得現代每一個人來學習、研究的哲理。

佛法在世間，不離世間覺

這些哲理，雖然是中國儒家所講，但是用之於世界也能適合，因為修身、齊家、治國的關連性是相通的；宗教也是一樣，各個宗教之間也有共同之處，宗教與世學也有共同之處。例如政治家為救國救民，希望人民豐衣足食，這是政治家的胸懷，這種胸襟和宗教家是相同的；醫學家、醫生是解決大眾身體上的病苦，此點和宗教的本懷也是相同，因為宗教就是要使大眾解脫病苦，只不過宗教的醫病方式是從這念心下手，並不只是頭痛醫頭、腳痛醫腳。以佛法的觀點，心理和生理是同一個，而非兩個；身體的健康與否，與這念心息息相關。如果一個人的心理健康，身體雖然不能達到完全不生病，最低限度可以減少生病，所謂心寬體胖。古德講：「智者調心不調身」，意思是說，有智慧的人要想身體健康，先要檢討自己這念心清不清淨？心正不正？心正、心淨、心善、心明，身體自然而然就會少病少惱。佛是「大醫王」，佛所看到的是病的根源，而不是頭痛醫頭、腳痛醫腳；現代醫學也知道這個道理，也有心理療法，自己告訴自己這念心要保持喜悅、和諧、平靜；也有所謂的自我

暗示的療法，這種心理上的醫學治療，和宗教所講心念的道理相仿。所以，宗教和醫學也有相通之處。

軍事與宗教也有共同之處；軍事、軍事家的責任是保國衛民，使國家、社會安定；在宗教來講，「佛法不離世間法」，佛教所供奉的韋馱菩薩、伽藍菩薩，手上拿的是金剛杵，所代表的意義就是護法、護教，如果有人來搗亂，破壞道場、破壞正法，就要去平息，所以佛法說：「菩薩低眉是大慈大悲，金剛怒目也是大慈大悲。」軍人護衛國家是一種為國家、社會、人民犧牲奉獻的精神，這就是菩薩，也就是一種菩薩行。佛經所講的六波羅蜜中有「布施」波羅蜜，布施有財布施（財包括錢財及生命）、法布施、無畏布施；軍人為保國衛民，不惜把自己的生命都布施了，這就是菩薩行，和宗教所弘揚的理念是一致的。

從這些角度來看，宗教與政治、軍事、醫學……都有其共同點，找到了共同之處，無論是社會的發展、宗教的發展或是對未來的展望就找到一個平衡點。所以，對於宗教信仰不要排斥，也不要迷信、放任，要肯定宗教、研究宗教，把宗教的精神溶入生活，作為我們日常生活的一部分。

中台山提倡「佛法生活化」；因為凡事若離開了生活，什麼都不存在了，怎麼說呢？例如醫學是為了讓大眾能身心健康的生活；政治也是為了人民的生活，即使是稱霸全世界，政治家還是要考量到人民的生活要安定，人民的幸福要有保障，這種政治才能得到大眾的支持。宗教也是一樣，不但令大眾在生活上安定、吉祥、平安，更進一步，這念心還要清淨，未來才能夠生淨土，乃至成道證果。

從這個角度來看，宗教發展和社會發展、人類發展非但沒有衝突，而且關係緊密，是生活的一部分。所以，宗教界的人士要團結，共同來發揮、推廣這些共同點，要真正達到彼此不排斥、不仇恨，不要有戰爭。宗教和宗教之間能夠和諧、和平，這個世界國與國之間、族群與族群之間、人與人之間便能藉由宗教真正達到沒有衝突，和平共處的祥和境界。所以，積極地促進世界和平、族群和諧、社會安定是宗教界應盡的責任與義務，更是一件大慈悲、大功德。

此外，社會上的人士，不要存有仇恨心，不要排斥宗教，也不要迷信，對於宗教正面的貢獻，要給予肯定與讚歎。如「九二一大地震」，宗教界人士也本著慈悲心、關愛心，發起募款、參與救災的種種行動，這就是宗教和社會的互動。

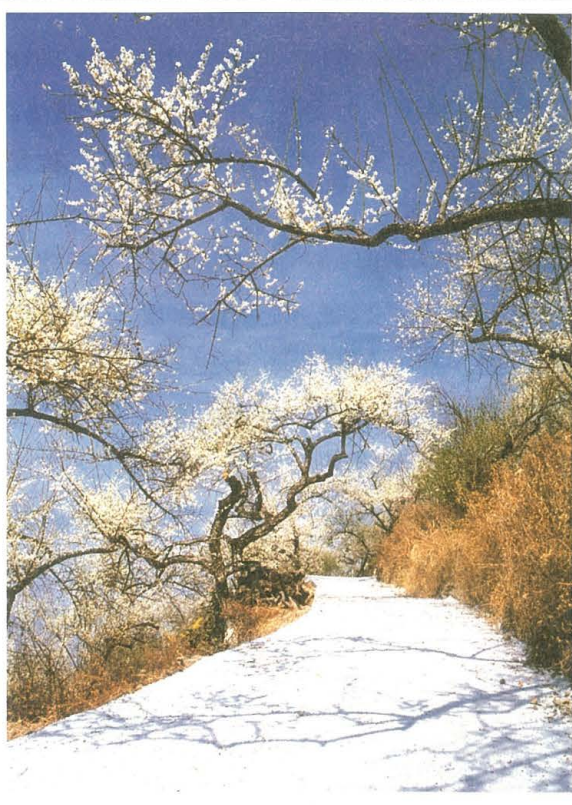
因緣和合，相互依存

所以，整個社會當中雖然有很多族群、多元的文化與宗教信仰，但是人與人之間都是彼此息息相關。就佛法而言，這個社會是互相依存的社會，我依靠你生存、你依靠我生活。「多元化」的社會，宗教也是「多元

化」，每一個宗教有它的文化、生活方式及特點，彼此要共同切磋琢磨、取長補短，才能為世界帶來和平，讓社會更進步，人類的生存更加祥和。

佛法講「因緣和合」，這個世界的確是一個互相依存的世界。例如一般人覺得蜘蛛很噁心，一見就心生討厭，想把牠處死。可

是退一步想，有蜘蛛也不一定是壞事，因為蟑螂怕蜘蛛，所以說蜘蛛究竟是好？是壞？再以學校為例，學校如果沒有教授、學生，又何來校長？所以，必須要有學生、教授、及其他種種資源，校長這個職位才能成就；再者，校長也需要其他的教職員工共同一起發心、護持，校務才能推行得很順暢，否則左支右絀，這個校長也很難當，這就是一種共存的關係。



「山不轉路轉，路不轉水轉」，凡事都是因緣和合，因緣際會時總會相遇，彼此的關係是相互依存的。

攝影／傳漢

佛法言：「未成佛道，先結人緣」，結人緣是非常重要的，大家見面點點頭、笑一笑；中國有一句口頭語：「來者是客禮相待，買賣不成仁義在。」所以，人與人之間的相處彼此要留個退路、空間，因為大家彼此都是「互相依存」。俗話說：「山不轉路轉，路不轉水轉」，在這個地方不見面，也許在那



個地方就非見不可，全世界都是如此，都是
在同一個空間當中生存、生活；如果沒有這
種認識，就會發生矛盾、產生衝突。譬如天
空這麼廣大，飛機和飛機還會相撞；海域這
麼遼闊，船隻與船隻也會碰撞；在道路上汽
車與汽車也是常常相碰相撞，所以人與人之
間的相處在看法上也一定會有衝突的時候，
想要達到不衝突，彼此就要有共識，了解
「人與人之間是互相依存的」。譬如吃飯、喝
水，每一個人都要吃飯、喝水，可是飯和水
得來並非容易；飯，需要農夫的整地、播
種、插秧、照顧、收割、打穀、曬穀、裝運
……，經商人的銷售，我們買米回來以後烹
煮成飯；水也是一樣，要經過很多人的貢
獻，才能輸送到各個家庭，過程都是不簡單
的。所以，社會上任何一個人、一個單位，
都在貢獻心力，直接、間接地在幫助自己。

了解這些道理以後，人與人之間的相處
就找到了一個平臺——「因緣和合、互相依
存」，建立了這種共識，可以減少很多是

非、爭議，彼此沒有排斥、鬥爭，才能一團
和氣。人人有了這種共識，再結合成個人的
共識，達到家庭有共識、台灣的社會有共
識、海峽兩岸有共識、世界各國有共識、宗
教也有共識，如此天下就太平了，真正達到
世界大同、和平的境界。

希望每個人都能本著這種共識，共同為
社會、國家、乃至全人類貢獻心力，這是一
件非常有意義的事，因為這是一個地球村，
全世界的人們彼此之間都互相依存，共存共
榮。

大眾若能從「宗教和社會發展之展望」
與人生是息息相關的著眼點去努力，社會就
能愈來愈祥和，未來就有無窮的希望。社會
上有許多人看到人性的貪婪，影響了國家、
社會的進步，因此覺得有些失望，對前途失
去信心，整個心都墮到黑暗當中。我們要把
這種觀念轉過來，積極地去面對、盡心盡力
地去努力；念頭轉過來，就是海闊天空；念
頭轉不過來，就是人間地獄。一切都取決於

我們是否存有互相依存的
共識，有了這種共
識，社會就有發展及進
步的希望，就能為大眾
帶來光明的未來。



凡事從因地上去努力耕
耘，未來就能充滿希望
與光明。

社
會



佛典故事

阿難與摩登伽女

阿難尊者一日持鉢行乞時，看見一女子名摩登伽在水邊取水，為了讓女子有種福田的因緣，因此阿難尊者慈悲地走上前向她乞水……。

文／中台女眾佛教學院大學部二年級 見敬法師

圖／見府法師

楞嚴神咒化厄難

摩登伽見到阿難尊者，長得相好莊嚴，遂生愛慕之心，於是回家告訴母親：「剛才在水邊，遇見一位名叫阿難的出家眾。他的相貌十分莊嚴，令人愛戀，所以我今生非阿難不嫁，請您一定要幫幫我。」於是母親將女兒的心意轉達給阿難尊者，阿難尊者聽了回答說：「請回去告訴你的女兒，我是出家眾，出家的目的在了脫生死，出離三界；而欲愛、色愛正是流轉生死的根源。佛陀一再告誡弟子要遠離欲愛、色愛，修清淨梵行，所以我絕對不會娶妻的。」母親返回家中將此情形告訴女兒，要她打消念頭。然而女兒並不死心，並慫恿母親以咒術誘騙阿難。母親由於愛女心切，遂決定幫女兒達成心願。

一日，當阿難尊者再次托鉢化緣，行經摩登伽女家門口時，摩登伽的母親便以幻術迷惑阿難尊者，迫使他不由自主地走進自己的家門。就在摩登伽的母親逼迫阿難尊者與摩登伽成親之際，幸逢世尊請文殊菩薩持楞嚴神咒前往救護，方使阿難尊者得以免難。

摩登伽女證聖道

但是摩登伽女還是不死心，每天跟著阿難，阿難走到那兒，就跟到那兒；阿難回精舍，摩登伽女就守在門口，阿難不堪其擾，於是向佛陀稟告。佛陀令人請來摩登伽女，問道：「妳為何每天跟著阿難？」摩登伽女回答：「佛陀，聽說阿難沒有娶妻子，我亦未嫁，我想要嫁給阿難，作阿難的妻子。」佛說：「阿難沙門無髮，妳既要嫁給他，也要跟他一樣剃髮。如果妳能剃了髮再來，我就讓阿難當妳的丈夫。」摩登伽女回答：「好」，便歡天喜地的回家，並將佛陀與自己說的一番話告訴母親，請母親快快為她剃髮，以便作阿難的妻子。母親雖然百般不捨，但為了完成女兒的心願，便含淚剃去愛

女之髮。

摩登伽女回到精舍告訴佛陀：「我已剃髮，請世尊履行諾言。」佛問：「摩登伽，我問妳，妳愛阿難的什麼？」摩登伽女回答：「我愛阿難的眼，愛阿難的鼻，愛阿難的口，愛阿難的聲，……。佛陀，總之阿難的一切我都愛。」佛說：「人的眼中有淚，鼻中有涕，口中有唾，耳中有垢，身中有屎尿，這些都是臭穢不堪。而且兩人結為夫婦之後，便會有小孩出生，有出生便有死亡，伴隨著親眷的生離死別，接著即是無止盡的悲傷與淚水，這些對自己又有什麼好處呢？」摩登伽女專心聆聽、思惟佛陀所開示的道理，深覺人身臭穢不淨，而自己所執著的愛欲，更是無邊生死的根本，加上宿世善根、慧根的成熟，當下即證得阿羅漢果。此時，佛陀知道摩登伽女已證聖果，便告訴摩登伽女現在可以去找阿難了。摩登伽女慚愧低頭，長跪於佛前說：「過去實因愚癡才會貪戀阿難，今蒙佛慈悲開示真實之道，令我心開意解，斷除欲愛煩惱，如同暗夜得遇明燈，永出三界，不再受生死流轉之苦。」

眾弟子們見到摩登伽女速成道果，奇而問佛：「摩登伽女以何因緣聞法得道？」佛陀慈悲曉示大眾：「阿難尊者之所以遭摩登伽女之難，是因為前世與摩登伽女曾作五百世的夫妻，彼此貪愛。以此貪愛之心，墮落流轉，歷經百千萬劫，不得出離，即使今生因緣際會仍纏縛不休。而今共同於道場中聽聞佛法，修行得道，過去的愛習業染皆盡除滅，成為佛門中的師兄弟，不再受生死輪迴之苦。是以佛子當自深思，貪愛乃生死苦業之根本，應自淨心，捨離愛欲，遠離眾苦，方得解脫。」（編按：典故摘自《佛說摩鄢女經》）



純真與淨空

文／國立中央大學光電所教授 李正中



從小至今每看到任何生命中有「純真」的一面散發時，總感到非常的喜悅，自己周遭的人事不時有這種例子出現，在自己的研究工作中也有這種味道。後來聽到學佛的人提到清淨本性、諸法空相及不生不滅之真如……。這種「淨空」的特性似乎與前述之純真有些相似之處，禪門的一些公案與淨土法門的一些人事軼聞，在我體會中也是那純真的展露，也許層次上有些許差異，甚至本質上不盡相同，但此皆為出世間與世間中極為珍貴的東西，值得來談一談。

科學發展的要素

——「純而真」

就世間來說，人人有顆極為珍貴的「赤子之心」，此心為生命之動力，是人類得以在地球上長存、不斷進步、開發文明、建立共存共榮社會的根源。此心向內能使自己安身立命、永續發展，向外能關懷別人、造福鄰里，故有「惻隱之心」之說，有「先天下之憂而憂」之說，有「為天地立心、為生民立命」之說，此赤子之心為「初始之心」、為「元純之心」，真實不虛，時刻都在。科學為人類進步之重要學門之一，其動力與成功亦來自此心。事實上，「純而真」為科學發展之要素，不純則失和，不真則斷脈。

科學的特色是客觀、不執著、非猜臆、可驗證、能致用、易學習、會持續發展。其所採用之分析、歸納、實驗、理論之建立、推演、印證等方法，能化繁為簡，再由簡廣推於外，可量化、可明確陳述。小者使人減少無知，免於生存恐懼；中者豐富人生，提高生活品質；大者了然宇宙大道，返璞歸真。然而若不純或失真，則科學發展將帶來與以上相反之副作用，不純會使心起意導向偏差，使一方受利，另一方蒙弊；失真則摻假，快樂一時，迷茫終生。

科學的另一特色為簡潔且具普遍性；因為「純」，所以簡潔；因為「真」，所以普遍適用，今舉科學在光學上的研究為例來說明。光的特性在某些情況下，把它看成「波」很恰當，所謂波就如同池塘中的水波一般，它可使一些物理現象用很簡潔的形式來表示。例如在圓洞後的光會有黑圈伴隨，在遮蔽物後面可以有亮點出現在黑影中心，又如一束平行光通過兩個小洞，照在螢幕上最亮的點，不見得會出現在兩洞的延長線上，而一定會出現在兩洞的中間，而且不是只有兩個亮點，會有一列明暗交互變化的條紋，稱之為干涉條紋。此外，將兩片平板玻璃緊密相疊，也可以看到明暗交互變化的干涉條紋，這些都是由於光的干涉作用所造成，這

種干涉作用若將光以波的形式來表示，就很容易解釋；光波的形式越單純，這種干涉現象越容易顯現。

最純的波為簡諧單色平面波，它的相位用很簡單的數學就可以描述。我們不會說簡諧單色平面波為各色各樣波之「本來面目」，我們不會用這種術語，但這種是最純的波，是各色各樣波的基本成分，也就是說各色各樣的波都可以用不同波長，亦即不同顏色的簡諧單色平面波來組合而成。在此我們暫時稱它為「純波」，波越簡單，就越接近純波。我們通常以「相干性」的術語來描述光波的純度，純度越高，其相干性越好，在科學研究上的利用價值也就越大。相干性可分為時間上與空間上的相干性，時間上的相干性是用來描述各光波色的純度，而空間上的相干性是用來描述同色波在空間上相位差異的程度，時間相干性越好，各色波的本色越接近，空間相干性越好，各色波的方向越一致。例如目前在光電領域發展上佔有重要地位的雷射光，其純度比一般光源高出許多，其在時間上與空間上的相干性都非常好，因而在科學應用上相當普遍。

若光中各色波是同色，也是同相，同色即不異，同相即無相對之相位差，同色同相波可謂是最純真之合成波，其合成威力甚大，不但可以燒金斷鐵，令鑽石煙化無跡，甚至可以做核融合，產生鉅量能源以供給人類發電之用。我們有時會說同心齊力，其力可以斷金，此同心齊力應是指只要大家心同質力同向，如同各色波同色同相，其合力必將威猛無比。世間之事在科學上能如此類比者還不少。同時，純度很高的波亦可以用來檢測不純的波，如果不純的波是來自某物件，則我們就可以由純波與此不純波的干涉條紋，來算出此物件的形貌。此形貌可以是很大，是巨觀的東西，也可以極細微、精密

到如原子的大小。極純波也可用來偵測距離地球十億億公里外的變化，如一顆黑洞被另一顆黑洞吞噬。此純波具有明察秋毫、透視億萬里的能力，結論是波越純，力量越廣大。純波簡單卻有如此大的威力，不禁令人讚歎純真竟也如此之美！

以佛法回歸心靈的純真

相較於人心，人心純且不失真，是不是就越有解決事情的能力呢？人心能不能很純而不失真呢？不幸的是，人心通常容易攀緣，所以純真不易顯現，世間事因此紛紛擾擾、糾纏難解。我們沒有機會來檢視這種推論，但人心若是如此不定，科學反而變成是好與壞交互變化的加速器與放大鏡，而不能將功效發揮到最大，也不能保證它是正向發展，此實非人類之幸。其影響已至為明顯，故早有不少有心人士欲謀改善之道，使得「環保」與「淨心」成為時下共識。前者規範科學發展的方向，後者希望徹底使科學發展還歸純真本色。但是，科學能解決科學本身所衍生的問題嗎？純真若止於意識所及者，則意識究竟是攀緣的元兇，必無法解決真正的問題，則此純真非初發之心，非赤子之心，已失真正的純真。科學要素之純真當如出世間所謂之淨空，離開意識的妄想、分別作用，科學的發展就可以走向正面的方向。科學於是可以在複雜的世間道廣被應用，也應當被廣泛的應用，提高人類生活品質，而沒有負面的作用，只要那份純真能夠不被矇蔽，淨空長存。我們不能因噎廢食，叫科學不發展、不住人間，就如普賢菩薩行願品之偈頌：

「於諸惑業及魔境，世間道中得解脫；猶如蓮華不著水，亦如日月不住空。」



燈明

文／見軒法師

攝影／傳漢



燃燈的意義及緣起

燈，在佛教中又稱作「燈明」、「明燈」，意指供奉於佛前的燈火，有油火、蠟燭火等類，為點燃燈火，以取光明之意。

燈為佛教六種供具之一，與香花、飲食等均被廣用為供養尊儀之資具。燈可分二種：一為僅用於禮拜、誦經時；二是不分晝夜，恆常點燃的「長明燈」，又稱「無盡燈」。

佛教中各式各樣的器物，皆是以相表法，都有深刻的涵義。燈明，在事上，能照明一切物、破除冥室黑暗；理上，燈明則代表人人心中的自性光明——以清淨戒體為燈臺，信心為燈炷，慈悲為添油，智慧明達如燈火，燃此自性正覺明燈，使之除滅一切無明癡闇，照破暗晦惡法，光明遍滿法界，即是「長明燈」；以一燈燃百千燈，燃燈無盡，燈燈相傳，光光相照，即是傳佛法燈之「無盡燈」。

燈明供佛功德不可思議

以燈明供佛功德不可思議，《佛說施燈功德經》記載，施燈有無量功德：

一、身無病苦，音聲妙廣。二、眼目清明，能照細物。三、相好莊嚴，意無垢染。四、衣食豐足，無有恐懼。五、隨緣自在，

善財積聚。六、忍辱柔和，成就善事。七、佛光普照，永斷無明。

佛陀時代，有一位貧窮孤苦以乞討維生的貧女名叫難陀，以乞到的一件舊衣換得一文錢，將一文錢買了一盞油燈，歡喜虔誠地供養佛陀，並發願：「願此光明燈，除去無始以來心中的無明黑暗，得大智慧；願一切眾生亦能滅除內心的癡闇。」第二天，所有的燈都熄滅了，唯獨難陀女所供的燈依舊光明熾耀，膏炷未損，如新燃之燈。佛陀隨即開示大眾，說道：「這盞燈，不僅是用手，就是傾動四海的水來澆，暴風來吹，也不能熄滅。因為這是發菩提心的人所施的燈。」接著即為難陀女授記，未來百阿僧祇劫之中當得作佛，名號燈光如來。

燃起明燈照亮心燈

《華嚴經》：「善男子！譬如一燈，入於闇室；百千年闇，悉能破盡。……菩薩摩訶薩菩提心燈，亦復如是，入眾生心無明闇室，能滅無量百千萬億不可說劫積集一切諸業煩惱種種障礙。」面對世界上種種的亂象，災疫頻傳、戰爭不斷……，人們猶如處於暗牢中，驚恐於每一刻的無常變化，內心得不到永久的安寧；唯有佛法這盞明燈，能驅走黑暗無明，解開眾生的痛苦迷惘。點一盞明燈，恭敬供養於佛，以此燈之光明，願每一個眾生，皆能脫離黑暗之牢，步步趨向光明之路。



清淨口業

善語如花吐芬芳

《說文解字注》闡述「話」字之義，即是會合善言。所以，真正會說「話」之人，所說之言，必是善語，令聞者心開意解，清耳悅心。

佛是「真語者、實語者」，佛所說之言，不唯是善語，更是宇宙人生的真理，能令眾生解脫煩惱，得大自在。經云：「持口如佛口，常說誠實語……，若生於世間，謂諸香莊嚴，猶如香山水，流入涅槃河。」倘能學佛，口業清淨，常說正語利益眾生，即能口出妙香，咸令聞者歡喜信受，亦能同登自在解脫的涅槃聖地。



上惟下覺大和尚開示

口業之過失與功德

編輯部整理

攝影／傳漢

慎護口業，不犯四過

言語是人與人之間溝通的重要工具，所謂「良言一句三冬暖，惡語傷人六月寒。」口說善言能令人心生歡喜；口出惡言，除了令人生惱，還須自受惡業苦報。口過有四種：兩舌、惡口、妄言、綺語。為人處世要經常反省檢討自己有沒有這四種過失，如果有，馬上就要慚愧、懺悔、改過，否則口業不清淨，講出來的話，別人都無法信受；或招感口腔惡疾、被人毀謗欺誑等，這些都是口犯四種過失所產生的惡報。所以，種了什麼因，將來就感什麼果，佛法因果的道理是真實不虛的。

四種口過

兩舌 「兩舌」即是於兩人之間挑撥離間；如看到張三說李四不好，見到李四就說張三不好；或是見他吵架，甚至於打架，自己在旁邊看笑話、說風涼話，這些就是兩舌。俗諺云：「嘴巴兩片皮，說好說壞都是你。」常撥弄是非者，未來便招感聾啞、眷屬乖離等報。

惡口 「惡口」是以粗言惡語罵人，致使他人起煩惱；或逢天雨、颶風，令身心感

覺不適，即開始罵風罵雨；乃至罵畜生，不論罵詈的對象是有情或無情，這些都屬於惡口。一般人對一些不經意的惡口講成習慣，自己不容易察覺，境界一現前，很自然就講了出來，話一出口，壞了事還不知道。

例如四川有句口頭語「格老子」，一般人不先講出這句話，好像後面的話就講不出來，雖是口頭語，也是屬於一種惡口的習慣。有一次，一個北方人到四川去賣東西，與買東西的人發生議價的問題，四川人一開口就先溜出一句話「格老子」，就好像是開場白一樣。北方人一聽，心想：「你當我的老子，這還得了。」於是上前一個巴掌打過去。這位四川人還不知道自己為什麼挨打，便說：「格老子，為什麼打人？」對方又是一巴掌打過去，「格老子，為什麼又打人？」這就是惡口，無意中說了自己還不知道。所以修行沒有其他的捷徑，就是要時時刻刻返照自己的一言一行。

《大智度論》中記載有位畢陵伽婆蹉尊者，每天都到恆河對岸去化緣，每次要過恆河時就跟水神講：「小婢，我要過河了，給我開路！」水神一聽馬上幫他開路，河裡立



言語是人與人之間溝通的重要工具，所謂「良言一句三冬暖，惡語傷人六月寒。」

立刻就現出一條路，讓尊者通過，到達對岸。因為畢陵伽婆蹉尊者是證到羅漢的聖者，堪受三界眾生所尊重，所以水神一聽到尊者的話，馬上就幫他開路。但是時間久了，水神心中起了煩惱：「奇怪，我幫尊者開路，尊者不但不感激我，還罵我是小婢，這口氣實在很難嚥下去。」就去找佛陀，對佛說：

「世尊！您的弟子畢陵伽婆蹉尊者經常到恆河對岸去化緣，我每次都幫他開路，這對我來說也是修福報，但他卻罵我是小婢，懇請世尊評評理。」世尊於是對水神說：「我找畢陵伽婆蹉尊者來向你道歉、賠不是。」畢陵伽婆蹉尊者一來，佛即告訴他：「你每次到恆河對岸化緣托鉢時，水神都幫你開路，你怎麼還罵他是小婢！實在不應該，你應該向水神道歉。」畢陵伽婆蹉尊者心想：「對呀！他幫我開路，我怎麼還罵他是小婢，自己實在是不應該。」於是馬上向水神道歉：「小婢！我現在向你道歉。」他向水神道歉還是叫他小婢。雖然尊者已證羅漢，粗的根本煩惱已斷除，但是細的習氣還存在，故仍叫水神小婢，卻不自知。

所以惡口不容易改，自己要多注意，經常檢討反省，講話的時候是不是有過失，時時要「三思而後行」。如此，不斷地薰修，生處轉熟，熟處轉生，慢慢地就能修去惡口的習氣。

妄言 說謊話欺騙他人稱為「妄言」。現在社會上一般人為了做生意，容易打妄語；有時修行人為了名聞利養，也會打大妄語。例如自己沒有開悟證果，卻說自己已開悟證果，乃至說自己是如來轉世、迦葉轉世，說了這些大妄語，造了惡業，將來惡業果熟，就會墮入地獄，受地獄之苦。所以無論在家、出家眾，千萬不可說大妄語。

然而，有時為了要成就一件善法、功德，講實話不容易成功，此時即可開個方便，稱為方便妄語。所謂方便妄語，指話講出之後，對自己沒損失，而別人聽了不但沒有損失，而且還有功德，讓對方從中得到利益。過去有位老和尚在山上修行，一日打坐時，遇到一位獵人在獵兔子。兔子聽聞到槍聲就跑，驚慌中，急忙鑽到老和尚的衣服裡

躲起來，以保全自己的性命。獵人隨後追了過來，就問這位老和尚：「我剛才在獵捕兔子，看到兔子好像跑到這邊來了，師父！你看到沒有？」老和尚講：「看見了，從我右手邊跑到山裡面去了。」獵人於是就追了過去。這就是方便妄語，明明知道兔子躲在自己的衣服裡，卻說跑掉了，對自己沒有損失，也保全了兔子一條性命，這就是善意的開方便。所以，修行學佛要知道佛法的精神是活用的，為救護眾生，成就善法，不得已時即可用方便妄語；但是若不是為了成就善法功德，則不可說妄語。

社會上有些從商的居士，想發心受五戒，但又認為做生意當中，極難真正說老實話，認為沒辦法持守不妄語戒。其實，任何事情都不離因緣果報，想要生意興隆，便須誠實、信用。過去的百年老店能永續經營，不外乎是本著童叟無欺的理念，只要以真誠不妄之心待人處世，這個事業就是值得人們信任的金招牌，如此何須擔心無法成功。

古人季布「一諾千金」，然而現代道德觀念淡薄，卻喜歡打妄語到處騙人，所謂「世風日下，人心不古」。過去古人結繩記事，兩人有約，打個結就好了。現在打結行不通了，要寫契約；打了契約還不行，還要請律師來作證；請了律師還不算，還要到法院公證；就算是公證了，可能還會耍賴，什麼原因？喜歡妄語的關係。世間上的人會打妄語，有些出世修行人為了面子，也容易說些欺騙的話，謀取他人的尊重；之所以如此，不外乎執著一個我相，為名、為利。從社會上去觀察，打妄語的人很多，然而一切皆有因果，自己打了妄語欺騙人，現在造惡業，將來惡業成熟，就會墮入惡道。

綺語 「綺語」是指言不及義的輕浮言語，例如講黃色笑話、言情小說令人打妄

想，甚至說些取笑他人的話，自己卻認為講得很幽默，這些綺語都是一種惡業。若現世與人言談喜論綺語，未來便會召感口齒不清、遭人戲弄輕賤的果報。

口業不淨，法不入心

羅睺羅年幼即出家，擔任佛陀侍者時喜歡開人玩笑。有人來拜訪佛陀，佛在精舍時他就說佛不在，佛陀不在時他卻又說在。一日，佛陀喚羅睺羅用澡盆取水來洗足，洗畢將水倒棄後，佛要他把澡盆覆地，之後又叫他注水，羅睺羅心想：「覆盆怎麼裝得進水呢？」此時佛陀訓斥：「這就像無慚無愧的人，喜歡打妄語，使自性被覆蓋，道法不能入心一般。」犯口四過，不但損福缺德，心中亦難與道相應，由此可知口業清淨對修行之重要性。

口業清淨，功德不思議

佛陀有三十二相好莊嚴，其中一相為「梵音聲」，就是真正做到不兩舌、不惡口、不妄言、不綺語所感得的果德。佛於無量劫來未曾打過妄語，所以具清淨梵音，說法音聲能遍傳十方國土，而且以一音說法，眾生隨類各得解；說一句法，什麼人都能夠了解、契悟，不僅台灣人聽得懂，日本人也聽得懂，乃至世界各國的人都能理解，甚至於畜生、餓鬼、地獄道眾生也能聽得懂。另外，一個人如果口業清淨，三世不打妄語，舌頭一伸就能到達鼻尖的地方，這也是因為過去口業清淨所感得的果報；佛不只三世，乃至三大阿僧祇劫，都修六波羅蜜，口業清淨，所以佛的舌頭，一伸即能覆面至



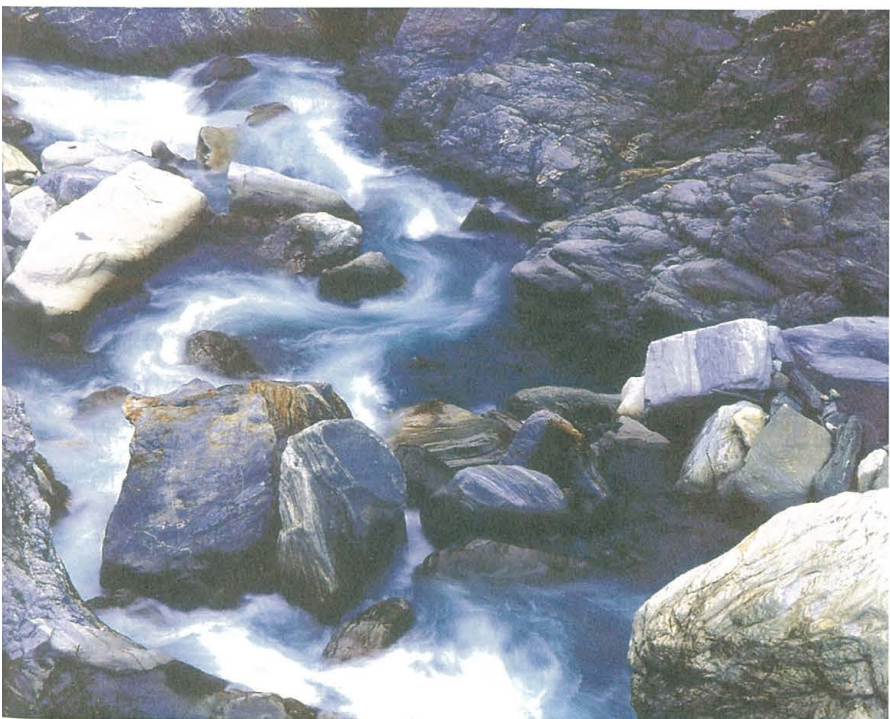
髮際，稱為「廣長舌」，這也表示佛說法廣大無礙，無遠弗屆，無人能及。這些都是佛在因地修行時，口業清淨所感的殊勝果報。

有一次，佛陀神通第一的弟子目連尊者，爲了想知道釋迦牟尼佛的梵音聲，究竟能夠到達多遠的地方，於是就用神通來測驗佛的音聲，看看飛到什麼地方，才聽不到佛的音聲。於是用神通飛過了無數千萬億個佛國世界，但是還聽得到佛的梵音聲。目連尊者最後飛疲倦了，便停留在其中一個世界休息，佇足一看，這個世界的人都長得很高大，自己與他們的報身比起來就像一隻小蟲子一般；此時這個世界的如來正在與弟子共進飯食，尊者剛好停在一個有如山一樣高的大鉢鉢緣。如來的弟子一看，奇怪！那裡飛來一隻似人身的蟲子，還身著袈裟，於是告訴如來眼前所見之事。如來說：「你們千萬不要看輕他，他不是什麼蟲子，他是釋迦牟尼佛的大弟子，神通第一的目連尊者，爲了測驗他的師父——釋迦牟尼佛的梵音聲能夠到達多遠，所以用神通飛過了無數個世界，現在到我們這個世界來休息一下。」接著又告訴目連尊者：「佛的梵音聲，是無遠弗屆的，縱使你經過無量億劫，繼續不斷地飛，還是無法測出佛音聲的邊際！」

眾生內心有瞋心、嫉妒、驕慢等煩惱，因而易犯種種口過，或說話挑撥離間、惡口罵人、說不實的話欺誑他人；或說穢語、無意義的話，乃至毀謗佛、法、僧及一切眾生等。由於口犯種種過失，導致今生有所言說，人不喜聽、亦不信受；乃至後世貧窮下賤、容顏醜陋。而修行若能遠離四種口過，未來即能感得如佛的清淨梵音聲，說法度眾無有障礙。此外，口不犯四過，以真誠心待人處世，不但能得人信賴、尊重，念佛、持咒、誦經也會有感應，因爲口業清淨，自然有清淨的功德效用產生。

古德云：「一言以興邦，一言以喪邦。」足見一句話的影響甚大！常說是非，口業不淨者，人見人厭；反之，常以好言，真誠稱讚別人的長處，人際關係必定很好。一個家庭裡，姑嫂、妯娌或兄弟姊妹之間，彼此不和，產生嫌隙，這個家庭必定無法和樂興旺；社會裡，人與人之間，或團體與團體之間經常互相攻訐，這個社會必定亂象頻仍。若是人人都能淨守口業，多觀察、學習別人的優點，多稱讚他人的長處，這個社會就能充滿和諧。

口不犯四過，以真誠心待人處世，口業清淨，自然有清淨的功德產生。





發自心中的愛語

學習說愛語要從內心做起，心中有慈悲喜捨，所說的話便是慈悲喜捨。

文／普廣精舍住持 見愍法師

攝影／見科法師、傅漢

口業如山，苦難擔

當今社會人們對口業的觀念愈趨薄弱，有些媒體充斥著不實的消息、互罵攻訐的言語，這些現象皆由於心中的瞋恨，挑撥離間的惡念，因而造下兩舌、惡口、妄言、綺語等口業。有些人不僅自己喜歡動口造業，還樂於邀約大眾一起討論。如此，僅因好奇、無聊，而讓是是非非占據己心，不僅紛擾心念，不得自在，甚至動之於口舌，造下口業，實在是得不償失的事。因此，若周遭友人喜好談論是非，自己應當保持正念、覺性，不隨之附和，否則同流合污，造了口業，將來就要承受苦果。

內觀自省，口業清淨

所謂「守口攝意身莫犯」，在修行中，

口業是一個很重要的環節。如十善中身業——不殺生、不偷盜、不邪淫；口業——不兩舌、不惡口、不妄言、不綺語；意業——不貪、不瞋、不癡，其中口業即佔了十分之四。身欲造殺盜淫時，警覺性高者，一察覺馬上就避免。可是在口業當中，有時我們不會馬上看到言語對別人的傷害、影響，乃至未來的果報；反而容易輕忽而犯罪。古德云：「眾生自無始以來，口業過惡，積如山海。」因此，千萬不要忽略自己脫口而出的任何一句話，不要逞口舌之快，因為「口」具有傳播及造惡的力量，其影響所及實不容輕忽。

收攝口業，可以令心保持正念及清淨。清淨口業的方法很多，例如在行住坐臥中，口念一句佛號或持咒，取代喜說是非、八

卦、綺語的習慣，且誦念佛號及持咒，感得的即是清淨的法界。此外，更要時時反省檢討——每天在睡前回想自己這一天說了那些話，是否犯了兩舌、惡口、妄言、綺語的過失？是否真心讚歎別人？說話的目的及動機，是否都是為了利益大眾？透過反省檢討，會讓我們在下次講話時，更能提高覺性，注意講話的內容、善加觀察是否適時、適地、適人。如此，知時、知地、知人，說話得宜，不僅能令口業清淨，更能讓人際關係更和諧。

水能載舟也能覆舟

說話，是一種藝術，也是一種智慧，水能載舟也能覆舟，短短的一句話，能令大眾和合，也能令彼此的關係破裂。曾有一對夫婦準備從高雄開車到台北，當太太一上車，看到車窗上厚厚的一層灰塵，便說道：「咦！玻璃很久沒擦了！」先生立刻回道：「對呀！可是沒有人幫我擦！」於是兩人開始責怪對方，為了車窗的不乾淨，兩人一路上足足吵了四小時。類似這樣的情況，其實只要先生或太太說一句：「我們改天找個時間再一起清理吧！」則一切相安無事，但卻沒有一人願意先退讓一步。

佛法常說：「功德歸三寶，好事歸他人，壞事自己反省檢討。」遇到事情，如何解決問題才是重點，更何況多做一點並不吃虧，因為吃虧就是佔便宜——佔到的是平靜、自在，寬大的心懷。所謂「施比受更有福」，布施的人總是為他人的利益著想，無形中人際關係更加和諧；而自私的人總是想到自己，在斤斤計較中，與他人之間的衝突日益加深。

所謂「未成佛道，先結人緣。」學佛，就是學佛的身、口、意，學習佛菩薩的廣大心量，以種種愛語，讚歎、包容大眾。言

語，同時是心念的反射，當心中充滿讚歎及愛語，心則光明；若是心中懷著嫉妒排斥，則墮入黑暗。因此，若能學習每天發願，願口中所說出的言語，皆是正語、讚歎三寶，藉著不斷地薰修與發願，即能「生處轉熟，熟處轉生」，將原來不習慣以愛語讚歎、關懷他人的心，轉成喜說愛語、柔軟慈悲的心。所以，當心念不同時，所說的話也隨之不同。

常說愛語攝眾生

愛語，令聞者生起信心，讚歎與鼓勵有著一股積極的作用。因為眾生都有我執，皆希望別人對自己是讚歎、鼓勵與肯定。愛語，便是因應眾生的心，所講出柔軟、讚歎、鼓勵的言語，令眾生聞言心生歡喜，充滿信心、希望。事實上，一般人聽到責難時容易失去信心，而真正能夠接受大眾批評，且聽聞批評後還能如飲甘露者，可說是少之又少。因為，對眾生而言，要放下我執，畢竟是件不容易的事。例如有一位居士初次到精舍上禪修課，穿著時髦，如果當下就直接指責她的穿著不適合道場，不僅令對方難堪、不安，也枉費她對打點自己的用心；反之，若先讚歎她對衣著的別出心裁、品味獨到，進而令其了解在道場簡樸的穿著，更能讓自己收攝六根，專注用功。如此一來，居士感受到道場對她的肯定及善意，即能產生信賴與好感，因而更喜親近佛法。

心直口快，缺乏對他人的關照及體諒，說出來的話反而會有反效果。我們總以為直言進諫便是真心的表現，尤其看到他人種種的習氣、煩惱時，總想勸諫對方，甚至不吐不快。其實，如此直接的指責，未必會達到預想效果。佛法是一種教育，其目的無非是希望對方接受佛法的教化，進而改變自己，開創積極、光明的人生。但在勸諫的過程

中，常常不自覺的也混雜著個人的感受與情緒，因此尺度常拿捏不當，結果往往沒有解決對方的問題，反而又令對方重增一層煩惱。

佛法中觀世音菩薩有三十二應身——「應以何身得度者，即現何身而為說法」，所以，勸諫他人時，如能善加觀察，因應根機，採取對方最能接受的方式，如此流露的言語便是充滿慈悲、包容與智慧。

真誠湧出的愛語

人與人真正的溝通是在於心，但是心念無形無相，感受不出來，則需透過語言文字來表示，這都是心的作用，也就是溝通的方式。語言當中有著許多不同的相狀，或疾言厲色，或雄辯滔滔，或能言善道，或沉默寡言；有人說話結巴，但予人誠懇樸實的感受；有人講話天花亂墜，卻予人油腔滑調的感受；而當人們為令大眾和合，或為鼓勵他

人用功而讚歎，或因恭敬心而由衷讚歎三寶，這些都是一種善法。反之，若為求自己的私利、升官發財、攀附關係而去讚歎，則是巧言令色。因此，語言的善惡，並非從話的表相來決定，而是要省視說話時的因心，是善、是惡。

學習說愛語要從內心做起，心中有慈悲喜捨，所說的話便是慈悲喜捨；反之，內心充斥憤恨鬥爭，說出口的話，便充滿憤恨鬥爭。修行，就是修正自己的起心動念，透過聽經聞法，反覆薰修，心中具有正知正見，則說出來的話就是善語、淨語，如此即能將眾生心慢慢轉成菩薩心、佛心。所謂「良言一句三冬暖，惡語傷人六月寒。」持守清淨口業，除了消極的不說兩舌、惡口、妄言、綺語之外，更要積極的隨喜讚歎，在合時宜的因緣下，自心中湧出真誠的愛語，能讓聞者如沐春風，令周遭充滿歡喜。



學習說愛語要從內心做起，心中有慈悲，說出的話便是慈悲喜捨。



說話的省思

語言，是人類交換訊息、增進了解、建立共識和傳承文化的主要工具。之所以要說話，是為了透過溝通來達成共識、解決問題。

文／中台女眾佛教學院研究所一年級 見仁法師

話，人人會說，只是不見得人人會說話。

有許多人在台下吱吱喳喳，上台，則臉紅脖子粗，半天講不出幾句得體合宜的話來。有些人一開口，就讓人不忍卒聽；或者閒來沒事就喜歡東家長、西家短說些扯也扯不清的是非話。又有的人所謂伶牙俐齒，好與人爭辯，常常爭得面紅耳赤，即便能把對方說得啞口無言，也不過是愛狡辯、逞口舌之快。更甚者，用狠毒的話把對方刺得遍體鱗傷，這類專說狠話的人又怎懂得少說兩句，退一步海闊天空的道理？孫子說：「贈人以言，重如珠玉；傷人以言，甚於劍戟。」傷人的話說出口，會讓朋友變成敵人，親人變成仇人，這種話又何必要說呢？所以，知道有話要好說，但是不見得人人說好話。

語言，是人類交換訊息、增進了解、建立共識和傳承文化的主要工具。之所以要說話，是為了透過溝通來達成共識、解決問題，但有時其結果卻未必如此。我們因為說話招致的困擾，比因說話而解決的問題，恐怕要多出不少。

中國人最常聽到：「說話要多留些口

德。」其實每一個人所說的話，都代表著個人的思想、道德修養、價值觀及意識型態等，假使思想觀念有所偏差，再怎麼會說話，也難保沒有西洋鏡被拆穿的一天。如果整個社會籠罩在道德淪喪、只圖私利、黑白顛倒、是非不分的錯亂價值觀下，每天薰染的都是些彼此抹黑、攻訐謾罵的惡口中，所聽所說的，除了謊言、騙局外，又何來的「善言」呢？所以真正的善言必來自於善念。

大部分的人都會說話，卻很少人會意識到自己話說的對不對？理由很簡單，因為沒有多想一想。如果我們謹記古人「一諾千金」的君子風範，怎會有不負責任的隨便說說？如果記得「謹言慎行」的誠信態度，怎會有不經大腦的衝口而出？如果知道「刀傷易痊，舌傷難癒」的覆水難收，又怎會有伶牙俐齒的尖酸刻薄？話多的人不一定有智慧，話少的人不一定笨，愛說話的人也不一定會說話。古人說：「立德、立功、立言」三不朽，縱使生平無大志成一家之言，至少要會說話，才不至於有多言取厭、虛言取薄、輕言取侮之患。



用心說話結善緣

說話如同呼吸空氣般，像是必需品影響我們的生活、生命。如何讓必需品延續我們的生命，而非駕馭我們的生活？

文／中台女眾佛教學院研究所一年級 見頻法師

在生活中，學習說話

記得小學五年級，某日下課回家，一進門便見母親滿臉怒色，氣沖沖地說道：「小孩有耳沒嘴（台語），誰叫你去傳說某某人吵架。」當時滿頭霧水的自己，才意識到自己闖禍了。因為聽到大人談話，知道同學的伯父母吵架，無心地向同學提起，沒想到同學回家後大概也跟自己一樣，無心地向父母提起，結果自己就成了肇事者。那次經驗學會了說話要有揀擇，揀擇什麼該說，什麼不該說。

就學時，某日回家，同班同學問起自己住那兒？「好遠，為什麼不住校？」一待同學說完，立刻回答：「你自己怎麼不去住？」語畢，只見那位同學加快腳步，先行離去。同行另一位同學笑著告訴自己：「你怎麼那麼直？」那次經驗學會了說話要懂得婉轉。從此，書桌前貼了張座右銘，時時提醒自己：「謹言慎行勿傷人，虛懷若谷勿自誇。」

畢業前，平日幽默風趣的國文老師，有天義憤填膺地告訴我們：「不要相信報紙所言。」原來某事件主角是老師的鄰居，而報導所言不符合事實，老師從此不看報紙。那

次，見識到說話的影響力。

一言一語，不離因果

工作後，某日和同事參訪承天禪寺，無意間看到《佛教聖眾》一書，讀到墓魄太子公案。太子出生十三年來從不講話，國王錯信妖言欲將太子丟棄深山，後來真相大白。原來太子過去生曾為國王名須念，正法治國，有天宴請遠來的各國國王，廚師為了準備各類佳餚美食，前去稟告國王要殺牛羊等六畜，須念國王原本仁慈不殺生，為了款待嘉賓，點頭說好，結果死後墜入地獄六萬年，飽受煎煮剝裂苦報。由於過去生事，記憶猶新，墓魄太子畏懼地獄痛苦，為了徹底斷絕口業是非，出生後便不開口說話。墓魄太子一言之失的因果業報，讓自己體會到說話不只是這一生對自己的言語負責任而已，更有未來世的果報。

出家後，聽聞城東老母公案時，訝異竟然有人不想聽佛陀開示？佛陀幾次想度城東老母，無奈城東老母就是不願意聽。佛陀入定觀察，羅睺羅與城東老母有善因緣，故派羅睺羅前去度化她。所謂「佛度有緣人」，

原來說話與因緣有著巧妙的關係。

常說「正語」自利利他

成長過程的經驗，教會自己說話是要練習的。一路走來慢慢練習，時時提醒自己。雖然常說錯話，話不圓融，卻一步一步用心學習。從不懂得分辨、揀擇，到練習說話要經過大腦思惟。從別人提醒的不知不覺，到話說出口才後悔的後知後覺。從毫無意識說話的影響力，到了解說話的因果業報。從不清楚人與人之間的人際關係，到體會說話與人際間的因緣關係。因為因緣不好而未能好好說話，又因未能好好說話，致使因緣雪上加霜。更遑論態度要負責，言詞要婉轉，內容要揀擇了。如此惡性循環，始終無法達到良性溝通。

當今人與人的溝通問題，及社會的種種亂象，皆與說話脫不了關係。言語如利劍能

刺傷人。又儒家亦言：「一言以興邦，

一言以喪邦。」說話影響的層面，小至個人，大至國家，乃至世界。說話如同呼吸空氣般，像是必需品影響我們的生活、生命。如何讓必需品改善我們的生命，而非駕馭我們的生活？多數的我們願意學習，尋求各種管道改善說話技巧，或是看書或是參加訓練班，皆是希望將話說的好，促進溝通、拓展人際關

係。但是說話除了技巧學習之外，更重要的是要用「心」說話。

佛法中的八正道闡示了正知見、正思惟與正語的因果關係。有正確的觀念才能有正確的思惟，思惟不偏頗，才能清楚什麼該說、什麼不該說，及如何說才能言詞達意，而所說的話又不會犯口過，避免惡報。正語自利利他，不會誤導大眾，還能利益大眾，廣結善緣。因此，說話和我們的知見、心念息息相關。簡言之，起心動念是牽一髮而動全身的總樞紐。

「水能載舟，亦能覆舟。」只要我們願意用「心」說話，觀照說話的這念心，「已生善念令增長」，則所說的話必是善語；「已生惡念令速滅」，則所說的話絕不是惡語。如此用「心」說話，必當惡緣化解善緣結，消弭人我天下平。



■ 常說佛法正語，不但自利亦能利他，廣結善緣。



立言與人生

一句善言即是行善布施，即是止一惡念，斷一惡行。

文／中台女眾佛教學院研究所一年級 見旆法師
攝影／傳漢

正語帶來光明

言語是為人處世非常重要的工具。儒家言：「立德、立言、立功」是為三不朽，能做到如此，則不僅能成就自己的性德，且能貢獻社會，利益國家。言語是人與人之間溝通的橋樑，代表一個人的誠信與德行。善良、積極、肯定、鼓勵等正面的言語可以使周遭人事物趨向光明；若是兩舌、惡口、妄言、綺語等負面言語，不僅讓自己難以立足於社會中，亦帶給周圍的人痛苦、傷害，甚至危害社會、國家乃至世界，故儒家言：「一言以興邦，一言以喪邦。」就佛法觀點言，八正道中之正語是修道法門之一，正語即是由正見透過正思惟而表現於俗諦中，不僅是說正言、善言，更說宇宙人生的真理，如佛說法四十九年，談經三百餘會，度盡無數眾生，為迷途眾生點一盞無盡明燈，照亮娑婆世界的黑暗。所以，要說就要說好話，說正語、善言，既是說法布施，又能圓滿周遭事物，廣結善緣。

心善則語善

現今社會由於貪求功名、權勢、財物、情色等欲望，只重表相，短視近利，道德淪喪，常見惡言毀謗、惡意中傷之語，淫亂、

巧言虛偽之辭充斥於報章媒體、家庭、社會，無所不及。推究這一切亂象的根源，就在這念心用錯方向，故發動於口，乃至以身行造作種種虛偽、無慚恥、傷風敗俗等惡事。孟子曰：「上下交征利，而國危矣。……苟為後義而先利，不奪不饜。」所以，導正心的方向要從回歸人人本具的惻隱之心、慈悲之心做起。孟子曰：「居天下之廣居，立天下之正位，行天下之大道；得志與民由之，不得志獨行其道。」將禮義廉恥等倫理道德恢復、提倡，使心性回歸善良、真誠面；用仁義、道德作為立身處事的根本，從反省檢討自己的身口意做起，建立好的良知良能，不迷於外在的財色名食睡，進而幫助、利益他人，則人生方能走向光明道路。

口出惡言，苦報無量

佛法告訴我們種善得善，種惡得惡之因果真理。在言說中，亦代表了心念的善惡真誠虛偽，若起心是善，是清淨心，所謂「無欲則剛」，則雖是忠言逆耳，卻是良藥苦口；口行無畏布施，其道德正氣能震撼天地，攝



受眾人，使人離惡就善，功德不可思議。若起心是惡，動之以口，發出兩舌、惡口、妄言、綺語等，縱是諂媚逢迎，顛倒是非，終將嚐到惡報，故《四十二章經》云：「惡人害賢者，猶仰天而唾，唾不至天，還從己墮。……賢不可毀，禍必滅己。」

《諸經要集》云：「若以惡心，令他鬥亂，即是兩舌，得罪深重，墮三惡道中，唯得敝惡破壞眷屬。」佛經亦云：「若以惡口罵詈，身死魂逝，墜墮三途。若墮地獄，割舌令自啗食；若墮餓鬼，口中蛆膿流出；若生禽獸，食啗糞穢，人怪其聲；罪畢為人，面貌醜陋，口氣常臭，唇齒皆缺。」這些均是說明口過之惡報還自受之真理。而口過中又以大妄語罪所得惡業最深。大妄語如未證說已證得，未成佛說已成佛等，為博取信施供養，求名聞利養等而說，不僅害人修行走錯方向，更障人法身慧命，故受墮地獄的果報。是故口業為害甚重，不可不謹言慎行。

一句善言即是行善布施

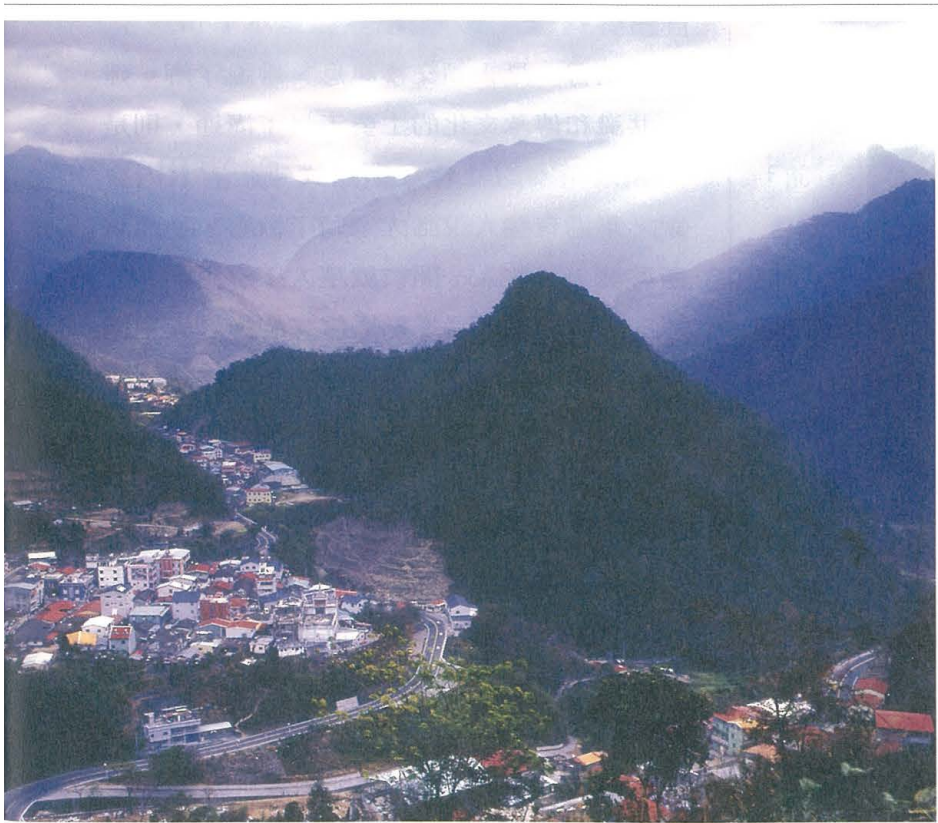
佛法又云，直心是道場。直心即是當下清楚明白的這念心，不想過去，不想未來，安住當下，使每一念均是正念、善念。於四威儀，一切行為之中，言無虛誑，則心無罣礙，無有恐怖，遠離顛倒夢想，方能與道相應。若心念不正，顛倒是非，使正道不明，邪詞惑眾，則是修道障緣，應當杜絕。《華嚴經》云：「性不妄語，菩薩常作實語、真語、時語；乃至夢中，亦不忍作覆藏之語。無心欲作，何況故犯。」在心念無法遠離貪、瞋、癡妄想無明時，更需修善以攝惡，修德有功，性德方顯。一句善言即是行善布施，即是止一惡念，斷一惡行。從一字一語的外相中，磨鍊自己斷惡修善之言說，則日行功深，即能轉識成智，無明分分斷，法身分分現，最後成就道業，利樂有情。

俗語言：「點到為止，遊刃有餘，寧可不夠，不要過頭。」在言說中，要能知應對

進退，一切適中合宜，則為人處世方能圓滿，俗諦圓融。日常生活中，常能覺察、覺照自己的言語、動機，以說善語、鼓勵之語、正語、真實語、佛法真理等，代替兩舌、惡口、妄言、綺語，精進用功，則人生旅程必得眾善緣相助，處世無礙，事事吉祥平安，最後必能覺悟真理，照破眾無明，悟菩提心，行大願行，普濟一切群萌。



儒家言：「立德、立言、立功」是為三不朽，能做到如此，不僅能成就自己的功德，且能貢獻社會，利益國家。



說話的藝術



「說」與「不說」之間，需要極大的智慧與勇氣，要學習能適時的說出一句「得體的話」、能及時打住一句「不該說的話」，並且時時提醒自己，說話當厚道，要有口德。

文／見炳法師

攝影／見科法師

語言，是人類交換訊息、增進了解、建立共識和傳承文化的主要工具；溝通，則是人類最頻繁的社會互動模式。話，人人會說，不過有些人說話大家聽了歡喜，進而有所啟發，有些人一開口就讓人不忍再聞。所以，一個願意溝通、熱心真誠的人，人生價值觀較和諧、理性、積極，成功的機會也較一般人高。

說得恰當好處

話多不如話少，話少不如話好；中國人自古以來就有強調謹慎說話的名言，如「古人之辭寡，躁人之辭多」、「喪家亡身，言語占八分」……，但許多人仍然有「話多」之毛病，喧囂吵雜，令人厭惡。有人說：「愈少思考的人，說話愈多」，頗有道理。佛

陀智慧深廣，早在三千多年前，就教示眾生要確立正知正見，有了正見，繼而能正思惟，進一步就能落實正語，遠離口四過——兩舌、惡口、妄言、綺語，且能積極地說誠實語、質直語、柔軟語、和合語。能行正語，口業即清淨，不論誦經、持咒、說法，聽者都會信受奉行。

孔子曰：「言未及之而言，謂之躁；言及之而不言，謂之隱；未見顏色而言，謂之瞽。」更是告訴我們說話的時機要拿捏好外，也當察言觀色；該說話的時候，要說；不該說話之時，當三緘其口。「說」與「不說」之間，需要極大的智慧與勇氣，要學習能適時的說出一句「得體的話」、能及時打住一句「不該說的話」，並且時時提醒自己，說話當厚道，要有口德。

善用譬喻，說話更具說服力

古希臘著名寓言作家伊索，因家境貧窮，年輕時曾在貴族家當奴僕。有一次，主人要宴請許多當時著名的哲學家，命令伊索準備最好的佳餚，伊索一道道的上菜，每一道都是各種動物的舌頭。

主人大吃一驚，問他：「這是怎麼一回事？」伊索回答：「您要我準備最好的菜，舌頭是傳述各種學問的關鍵，對於哲學家來說，沒了舌頭，也就無法明白表達他們的哲學思想，所以我覺得沒有比舌頭更好的東西。」客人們聽了，都認為有道理而開懷大笑，主人也覺得很有面子。

第二天，主人又要請客，故意吩咐伊索

準備最壞的菜。怎知上菜時，依然是一整桌的「舌頭宴」。主人氣沖沖的質問伊索：「今天你怎麼解釋？」伊索不急不徐地回答：「禍從口出，誹謗、造謠、誣衊、中傷、挑撥等壞事，難道不是透過舌頭產生的嗎？所以，我覺得沒有比舌頭更壞的東西。」當時這些著名的哲學家，都十分稱讚伊索的智慧。精簡、有力、貼切與恰到好處的絕妙「比喻」，常能使人留下深刻印象，亦增加語言的「趣味性」與「吸引力」。

言出妙語吐芬芳

多背誦佛經、四書、諺語、以及佳句好辭，既可以提升文學素養，亦可增加說話的內涵，讓人言之得體，言如妙語花香，使聞者如沐春風，欣然信受。所謂「出言須涉篇章，談說乃傍稽古」，對於「反覆無常」、「前後不一」的言語一定要避免，更要注意言談中，自己不經意、無心之語，可能帶給他人不必要的誤解。言語談吐中透露著聰明或平庸，人品與風度，若能審慎說話的時機與因緣，用慈悲與智慧的觀照，發揮說話的藝術及技巧，將使說話更具內涵，說者真誠，聞者法悅，真為「善說」。



說「話」的真實義

「說」乃善為剖析使通曉之意，故從「言」；「兌」又作「悅」解，釋而允當，言者畢其言論，聽者服於心，兩有悅意故，故從「兌」。又英文中 **eloquence**（雄辯）一字，意為生動、有力、流暢、優雅且具說服力之講說。

文／中台女眾佛教學院研究所一年級 見鏗法師

「話」的意義

《說文解字》詮釋「說」的意義：「說」乃善為剖析使通曉之意，故從「言」；「兌」又作「悅」解，釋而允當，言者畢其言論，聽者服於心，兩有悅意故，故從「兌」。又英文中 **eloquence**（雄辯）一字，意為生動、有力、流暢、優雅且具說服力之講說。說話是人與人之間傳遞訊息最直接的方式。然而，說有善，有不善，古云：「一言以興邦，一言以喪邦。」簡言之，凡所言有利於眾人，並運用善巧方便令人攝服者，是為善說；而舉凡對大眾有負面影響的言論，皆名不善說，如佛法中講的口四過（兩舌、惡口、妄言、綺語）以及戲論盡皆屬之。

善說亦有深淺之別。凡有所說必有其目的。世間的善說，不論其目的是政治性的、社會性的，乃至教育性的，其所利益的對象終是有所局限，其所產生之影響亦不夠深遠。敏捷的辯才、條理的剖析以及得體措辭是古今中外所共同強調的講說技巧，一般相信，「說話的藝術」是可以透過學習和訓練來加以培養的。西方自古即有專門培訓演說家（**orator**）的演說術，而在中國歷史上更

有無數的例子，其機智的反應、論說的技巧以及忠諫的立意，皆足以顯示出「善說」之優勝力用。晏嬰論「養馬之罪」的公案即是其一。

晏子善說，救養馬人一命

春秋時代，齊景公一日得知他最喜歡的一匹馬突然暴病而亡，遂而大怒，準備將養馬人施以肢解之刑以為處置。晏子聽了，對齊景公說：「君上要肢解養馬人，可以效法堯、舜的作法，看看他們是從身體的那個部位開始下手？」景公聽了，恍然想到：「堯、舜是聖明的賢君，怎麼可能行肢解這樣的刑罰呢？若我今天這麼做，我豈不是成了史上第一個肢解人民的國君嗎？」景公雖如是想，但心中仍有不甘，對晏子說道：「好，朕不肢解他，但還是要處他死刑。」晏子欲救養馬人，遂對景公說：「君上要處死他之前，先讓臣下列出他的罪狀。第一，他為君上養馬，卻沒把馬照顧好，把馬養死了；第二，他所養死的是君上最喜歡的馬；第三，他讓君上為馬而殺人，百姓知道了，都會怨恨君上；諸侯得知這件事，也都會輕

視君上，如此，君上的聲名因而大受影響。就此三罪，即該處死。」景公聽了，臉上一陣青，一陣白，直說：「把他放了！把他放了！」

「救人一命勝造七級浮屠」，且齊景公之聲名亦不致受損，此乃世間之善說成就之福德。然而相較之下，出世間善說所成就之功德就更為殊勝。

佛陀善說，度梵志證聖道

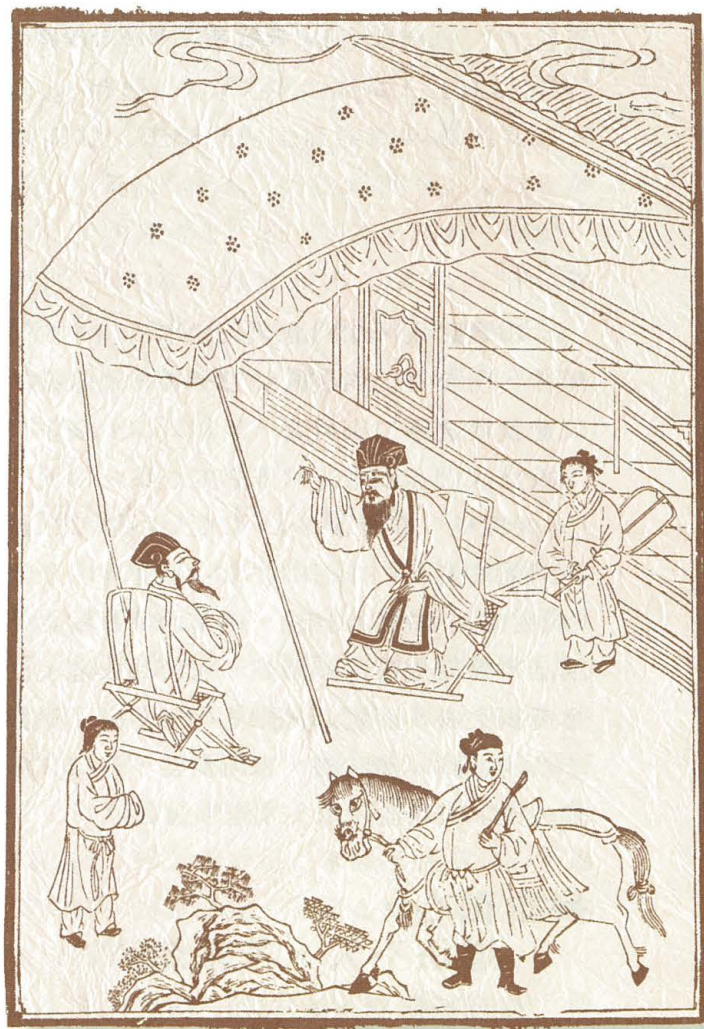
一日，舍利弗之舅長爪梵志前往佛陀的住所，找佛論議：「我一切法不受。」佛即問梵志：「你說你一切法不受，那麼，對於你說的這個法，你是受，還是不受？」梵志聽了佛的問話，即知自己的論點有漏洞，於是捨棄我慢心，慚愧低頭，思惟許久，最後答道：「對於『一切法不受』這個法，我也不受。」佛言：「你這不是自相矛盾嗎？我看你和眾人沒有差別，何必如此貢高驕慢呢？」梵志自知不如佛陀，於是對佛陀生起恭敬之心，對佛陀的智慧也產生無比的信心，佛陀即為他說法，斷其邪見，使他當下遠離塵垢，得法眼淨。後來長爪梵志隨佛出家，不久即得阿羅漢果。

出世間的善說遠較世間的善說更為殊勝，其所救的不僅是人的性命，更能救其法身慧命；所利益的層面不止於一世，而是生生世世。「佛以一音演說法，眾生隨類各得解」，如來妙音說法，甘露遍灑，無數眾生，有形無形，悉蒙法益。

成就辯才，作師子吼

言者，心之聲。同是義理連貫、文辭暢達的言詞，但隨著每一個人心靈層次的不同，其所彰顯的作用亦有所差異。世間的善說，展現出世人世故聰智與機敏的應變，然其出發點或為自己，或為團體，或為國家，

一來受益範圍狹隘，不離我與我所。出世間的善說則是建立在般若智慧的基礎上，一切言說皆以慈悲、利他、平等、無我為出發，反映出來的是修行人覺悟的智慧和菩薩精神，其本質清淨無染，而所利益的範圍更是無有邊際。身為僧寶，弘法利生是責任，破邪顯正是本分事。成就無礙辯才的目的是為



■ 晏子的善說，救了養馬人一命。

了教化眾生，令之離苦得樂。具備了這樣的觀念，再學習菩薩因地的發心，清淨口業，廣學多聞，確立正見，培養知言的洞察力，及加強表達溝通，如此精進不懈，將來必定成就四無礙辯，大作師子吼。



口裡無瞋吐妙香

口之於人，如同龍頭之於水，門戶之於屋舍。所有個人內在的受想行識，最直接的表達就是透過口來傳遞。所以「口」幾乎可以說是人們六根中非常殊勝的一環。

文／普眼精舍禪修班學員 劉侃如（傳勸）

口之於人，如同龍頭之於水，門戶之於屋舍。所有個人內在的受想行識，最直接的表達就是透過口來傳遞。所以「口」幾乎可以說是人們六根中非常殊勝的一環。然而，「水能載舟，亦能覆舟」，口能給我們帶來許多溝通的便利，無形中亦常招致罪惡。所謂「病從口入，禍從口出」，口常因為好說話、講話不當而招惹許多麻煩。但若是畏懼說話會惹禍上身，而選擇緘默，則又落入了過與不及的迷障。識時機，言所當言，以口來彰顯性德，來利益大眾，才是中道之行。

妄語覆心， 道法不入，苦報無窮

從五戒來看，其中之一即是：「不妄語」。所謂妄語，簡單言之，就是用欺誑之心，做不實之言論。佛曰：「無慚愧人，妄語覆心，道法不入」，此言來自經典之公案，如實的揭示我們慎口之重要。

佛子羅睺羅，年甚幼時，常喜戲論，有人尋訪世尊，世尊在，卻言不在，使人失去見佛機緣；世尊不在，但言在，使人枯等卻未能見佛。世尊知悉此事後，喚羅睺羅拿一

盆水為世尊洗足，洗畢，語羅睺羅將盆子翻覆，佛子照辦，此時世尊再語羅睺羅注水入盆，水不能入。法水歸心，如水歸大海，菩提苗長，般若芽生；反之則不然。故要克「妄語」，正如孔子曰：「知之為知之，不知為不知，是知也。」回歸到心性，克妄，方能直心。《楞嚴經》云：「十方如來，同一道故，出離生死，皆以直心。」直心生直語，直心方得見聖道。

妄語所受的果報罪業，更如須彌山不可稱量。佛曰：「妄語兩舌綺語讚邪見者，此人不為一人作賊，普為一切諸天世人作大劫賊，譬如群賊威力自在，燒破一切、殺害一切，及四天下一切人民。如此身壞命終墮大地獄，經無量劫受苦無窮，百千諸佛不能得救。」聞言至此，不禁毛骨聳立，心生怖懼慚愧，行住坐臥，當攝口業。

成就辯才，教化一切

而口總是招來是非禍患嗎？其實不然。



古人說立功、立德、立言，即是靠口。口有一千兩百種功德成就，更勝於眼。如何以口成就功德，是菩薩圓滿佛道的重要課題。

說法度眾，首先要具足無礙的辯才。一個自度度人的菩薩，讀萬卷書，增長智慧，正是要能夠「成就辯才，教化一切。」但是「辯才」絕不是「辯論」，佛陀施教圓融，根據眾生之根機因緣，諄諄善導，細細分析，期以潛移默化度眾於無形。此辯才乃是於聞

思修慧中陶冶而生；辯論卻是運用巧辯、威勢、權謀折服對方，在口頭上爭勝，大異其趣。《華嚴經》云：「若能知法永不滅，則得辯才無障礙。」《維摩詰經》亦云：「念定總持，辯才不斷。」可知心念如果安定，不論處世待人皆能綜觀全局，恰到好處，成為辯才無礙之人。

相對於辯才無礙，何時該讓口保持緘默，亦是一門學問。高妙的境界「無言而言」，佛經中有著生動的記載。《維摩詰經》中記載：維摩詰居士於疾病時請問文殊菩薩：「何者是菩薩入不二法門？」文殊菩薩答：「如我意者，於一切法，無言、無說、無示、無識、離諸問答，是為入不二法門。」文殊菩薩答畢，再反問維摩詰居士。時維摩詰居士默然以對。著實令吾等讚歎：何如機鋒之言論！

發菩提心，口出妙香

行文時，筆者深惡痛絕個人習氣業障深重，若不痛改前非，必輪迴無間。雖為佛弟子，師父慈悲賜法名傳勸，卻總未盡傳「勸」之務。雖深知口業之過，卻常於行住坐臥中造諸口業。於工作中，對同仁部屬，未發慈悲心，循循善誘、悉心教導，動輒痛斥、暴跳如雷；對父母手足，未發孝慈憐憫心，違背叛逆、自以為是。連直心克「妄」之基本功夫皆猶未逮。

懺者，懺其前愆；悔者，悔其後過。傳勸發願，至今以後，話不含刀帶刺，不傷害別人，時時以清淨莊嚴之心，口出妙香。更發願學習佛陀，成為一位「真語者、實語者、如語者、不誑語者、不異語者」，以清淨圓滿的口業，住持正法。

謹以此文懺悔業障，普願我與眾生皆發菩提心，直心克妄，慈悲度眾，同登彼岸！



慎防是非蔓延時

往往在相互一言一語交錯中，不知不覺孳生人我是非。小心，在這情境中，我們可能是原始帶原者，也可能是初步感染者，也可能是二度的傳染者……。

文／普安精舍禪修班學員 鄭保村（傳尊）

冬日的午後，街頭的咖啡廳，傳送著悠揚輕快的樂音，暖烘烘的陽光穿透明窗，斜灑在淨几上，一群群的客人，有人是西裝筆挺、有人是輕裝簡從，不一而足，疏疏落落各在一角，品茗濃厚的咖啡，悠哉悠哉享受這午後的時光。公事、生意、聯誼、感情就在咖啡香中彼此交融了，就像咖啡、奶精、冰糖在不經意攪拌中，調和了、融合了，這是現實人生的寫照。

但是往往在相互一言一語交錯中，不知不覺孳生人我是非。小心，在這情境中，我們可能是原始帶原者，也可能是初步感染者，也可能是二度的傳染者，此時，如果警覺性不高，不能做適當隔離防患的話，對自己是一種傷害，因為我們在「不知不覺」中造作更多不良的口業，八識田中受更深的污染，自己也落入「是非」圈中，俗話不也說：「說是非便成是非人」。對他人也是一種無形的傷害，受到更深的污染，也加重別人對相關人事的成見偏見，有時甚至會變成一種慣性，衍生更多是非，加重病情，也可能讓疫情進一步持續擴散，形成惡性循環，甚至一發不可收拾，讓彼此都落入「是非」

中，無形中造作更多的「惡業」。

下午茶、喝咖啡，可以是情感宣洩，可以是輕鬆自在，可以是細緻寫意，可以是創意激發，可以是心靈交會，不只存乎一心，也在當下一念中；如果沒有高度的覺性，我們會隨俗而迷，滑落「喝咖啡聊是非」的窟窿中，甚至落入「危害身心」的陷阱裡而不能自拔。有志淨化自己、提升生命素質的行者，能不慎嗎！

聖者不也說：「戒慎乎其所不睹，恐懼乎其所不聞！」戒在相上，也在心上；表面上是自由自在的舉止，或者是率性而為，或者「只要我喜歡有什麼不可以」，往往是隨習性、隨業力而流轉，這種「自由」只是讓自己往下沉淪，煩惱未解又再衍生更多煩惱；也干擾、污染到旁人，這絕不是自由自在的真諦。所做、所說、所想，消極上不妨害、不干擾他人，積極上要能適時妥當的化解污染源，製造對大家身心都有益的「芬多精」，所做、所說、所想，降低人我煩惱、減緩「疫情」，進而清淨心性。正見為前導，正念為匯歸，正語為前行，正業自然現前，一點都造作不得。



恬淡好滋味

清蒸豆腐

豆腐不單是傳統的中國美食，還具有高營養價值。一道清蒸豆腐，雖然其味淡泊，然而，也就因這分淡泊，所以更耐人尋味！

文／編輯部

攝影／見科法師



材料：

- | | |
|-----|-----------|
| 豆腐 | 2 塊 |
| 豆鼓 | 1 湯匙 |
| 嫩薑末 | 1 茶匙 |
| 辣椒 | 1/2 支切成小粒 |

調味料：

- | | |
|------|--------|
| 醬油膏 | 2 湯匙 |
| 太白粉水 | 1/2 湯匙 |

作法：

1. 豆腐切 1 公分薄片，將嫩薑末、豆鼓鋪一層在豆腐上，蒸 5 分鐘。
2. 鍋中先倒少許水，再倒醬油膏略煮，加入辣椒粒炒香，勾芡淋在蒸好的豆腐上即可。

那一碗冰涼的麵

那幾天用齋，大眾心中默念的是「食存五觀」，而自己心中念的是導師那一碗冰涼的麵……。

文／見醇法師 攝影／見科法師

回想九二一大地震的隔日到處斷水斷電，大寮因為器具傾倒無法使用，只得在停車場搭起棚架充當臨時大寮。清晨五、六點，典座法師煮好第一鍋湯麵，恭敬地盛好一碗，請行堂法師送給大和尚食用。不久，前來用齋的災民愈來愈多，一波接著一波，近中午時，湯麵已供不應求，但典座法師還是叮嚀大眾盡力地供應，不要讓災民餓著肚子。

下午三、四點，人潮漸漸少了，鍋裡剩下的麵裝在紙碗裡剛好一碗，一位隨侍大和尚身旁的居士，突然跑來問道：「還有沒有麵？」一邊說著：「大和尚一早出門至埔里巡視災情，剛剛才回

來，整天都未進食。早上送去的那碗湯麵已泡得稀爛了，大和尚卻說麵沒壞，要惜福。」居士紅著眼繼續說道：「自己想拿熱的湯麵換過大和尚的，大和尚卻回答：『一樣一樣。』」聽完這段話，趕緊把手中的麵給了這位居士，望著他遠去的身影，想到導師手中那碗冰涼的麵，不禁感動莫名。

導師總是給予四眾弟子良好的修行因緣與環境，而自己卻是四處弘法，趕時間、省時間，奔波忙碌。災後的隔日，聽到導師吃的是從早上六點泡到下午四點一碗冰涼的麵，心中的感受益深；那幾天用齋，大眾心中默念的是「食存五觀」，而自己心中念的是「導師那一碗冰涼的麵」。

四年後，站在中台禪寺的廣場前抬頭仰望，矗立上方的錫杖，彷彿象徵著大和尚堅毅無畏的弘法願力，在末法亂世中，指引眾生化傷痛為力量的悲心。九二一雖已遠去，大和尚的身教卻深烙心中，歷久彌新。

在佛教學院中的每一天，
學僧們用法、用心、用觀行，努力在生活中實踐佛陀的教誨，
走著佛陀曾走過的心路，記錄下對心念的觀照；
慈心觀照——是一份修行人的作業。

文／中台女眾佛教學院



以師行為己行

大學部二年級 見擔法師

有位執事法師曾說，每當夜間要就寢時，就會告訴自己：大和尚一定還沒睡。出坡中途休息時，也會想起：大和尚很少休息。當色身疲累時，就會提起心念勉勵自己：大和尚從來不喊累……。

大和尚曾開示：「在道場做事，就是在度眾生，所以只有精進，沒有忙碌。」所以，時時返照自己的心念，安住在當下，專注一心，不起多餘的念頭；若要起，就是起善念，提正念。想想大和尚的身教、言教，身為弟子的，更應該依教奉行。

菩薩道上勇往邁進

大學部一年級 見召法師

山坡上的草，因被強風吹著，整片草原順著風向整齊一致的倒向一邊，風中搖擺的草兒，柔軟中又帶著一股堅毅不拔的個性（因草的根部扎得既深又結實）。不禁想到，大眾聚集在中台，有著共同一致的方向——廣度諸有情的願心，因此同心協力，沒有自我。即使遇到剛強難調難伏的眾生，也要起慈悲心，學習小草的柔軟，及堅毅不拔的精神，在菩薩道上勇往邁進，不屈不撓。

為自己轉法輪

大學部一年級 見恬法師

任何境界——來自於自己的分別、執著；
反省檢討——習氣才是自己最大的敵人；
轉化念頭——光明自然現前，最親的是自己的佛性。

無論遇到任何的境界，都不可用煩惱來折磨自己，要時時作主，處處安詳，保持正念，自己為自己轉法輪，用法來摧毀我執。

「山有玉則草潤，泉有龍則水不竭，住處有三寶，則善根增長。」若處處存念三寶，則時時法喜充滿！





修行心得

覺性常在

月亮正看著你

父親開始拔紅蘿蔔時，站在後面的兒子，突然，小聲的喊出：「爸爸！有人在看你。」這時，父親感到很恐懼……。

文／中台女眾佛教學院大學部一年級 見廩法師

月 亮正看著你

以前，有一戶貧窮、生活艱困的家庭，常常偷隔壁菜園中的蔬菜維生。某天晚上，這家庭的父親帶著他七歲兒子去偷鄰居的紅蘿蔔。這位父親開始拔紅蘿蔔時，站在後面的兒子，突然，小聲的喊出：「爸爸！有人在看你。」這時，父親感到很恐懼，快速地看看四周，但他看不到任何人。他問：「是誰？孩子！在那裡？」這小男孩指著天空

說：「那裡！爸爸。是月亮，月亮正看著你。」

這父親被他兒子的話給嚇著了，他認為沒有人能夠在黑夜中看到他所作的壞事，而他兒子卻說有人（月亮）看著他。兒子天真無邪的言語，讓他認知到自己所作所為是錯誤的，故感到很慚愧。最後，他將紅蘿蔔留在菜園內，牽著兒子的小手，踩著月光回家。



與字 習觀自在

《楞嚴經》云：「理則頓悟，乘悟併銷；事非頓除，因次第盡。」明白自性本自清淨的道理後，仍不礙啟發覺察、覺照的能力，將煩惱、無明漸次去除。《心經》云：「觀自在菩薩」，菩薩是因「觀」而得自在，「觀」就是覺照、反省，透過自心觀照，才能通達真正的「自在」。「覺」是人人本具的，短文中提到當此父親回光返照「月亮正看著你」，啟發個人良知良能後，明了自己所作所為是錯誤時，立即慚愧、懺悔，放下自己的無明、煩惱後，而能自在地走回自性家。

《佛遺教經》云：「若欲脫諸苦惱，當觀知足。知足之法，即是富樂安隱之處。」知足能令人心安、常樂，正如《無常經》云：「隨所住處常安樂。」其實，真正的富貴就是心淨，心淨就是不再貪著外在的財、色、名、食、睡等欲望，心中沒有業障、罪過、邪見，處處自然是吉祥、自在、平安，故心淨則國土淨。戰國時代顏觸婉拒齊宣王邀請他擔任宰相時，說了一句話「無罪以當貴，安步以當車」，可見顏觸心中的自在與自得。能跟隨大善知識——大和尚在中台出家，是一生中最大的福報，故要懂得知足、知恩、感恩、報恩，發菩薩願，行菩薩道，生生世世永不退轉。

修行就是要對自己負責，「師父領進門，修行在個人」，在空閒獨處時覺性仍須常在，而不是為名、為利、為讚歎而修。「未成佛道，先結人緣」，才有善知識願意提醒、指正個人修行上的盲點，如此修行才會增進，否則只會徒增貢高、我慢。覺性（月亮）常在，行、住、坐、臥，都能清清楚楚，明明白白，了了分明能作主，事理圓融，方能常駕大白牛車。



君子慎其獨

這是一則很有意義的小故事，故事中的月亮代表每人都有的本具覺性；紅蘿蔔代表無明、煩惱、業障；小男孩代表善知識。從這短文中，可以得到一些啟示：行事要慎獨，知足常樂，覺察、覺照自己的煩惱，即能得自在。

《中庸》云：「君子戒慎乎其所不睹，恐懼乎其所不聞。莫見乎隱，莫顯乎微，故君子慎其獨也。」愈是隱密的處所或細節，愈是要戒慎恐懼，因為無人注視的地方，容易懈怠、放逸，失去覺性，造作惡業。雖然，沒有一個人，看到自己的所作所為，但自身佛性、覺性隨時都在，會將一切行為，清清楚楚地記錄在八識田中（阿賴耶識），故經云：「假使百千劫，所作業不亡，因緣會遇時，果報還自受。」明白了因緣果報的道理，即使在空閒獨處時，更要提起覺性，戒慎自己的言行及起心動念。

處處是修行

行住坐臥無一不是修行，順境、逆境也是修行，三千大千世界處處皆為修行道場。

文／中台女眾佛教學院大學部一年級 見露法師

初出家，雖然對於修行尚未有很深的體悟，但看到大和尚、師兄弟日常生活的威儀、細行，出坡作務的發心，和大眾居士的護持，令自己有很多的感觸與感動。

導師言行 演化群機

導師「惟」覺大和尚是真正的修行者。每次看到大和尚，總是慈悲、溫煦如陽光般，讓人覺得安心。在中台山，不時可見大和尚的身影，只要大和尚一出現，不論其是在經行，或正要上車離開，都會有居士或師兄弟把握因緣，或請法或供養。不管是否正忙碌，大和尚一定會停下腳步，氣定神閒、專注地傾聽，圓滿每個有所求的大眾。

記得某週日夜晚十一時，中台山萬籟俱寂。自己剛結束坡務，略帶疲憊地走在回寮房的路上，突然間聽到車子經過的聲音，一看，是大和尚。見露即刻合掌，不意大和尚竟搖下車窗，精神奕奕地含笑揮手。

什麼是真正的修行者？是慈悲，是不捨眾生，以眾生事為己事；是動靜閒忙皆自如；是反求諸己、寬容他人。大和尚無時無刻不是以言行在說法，無時無刻不是在修行，所以能成為有德行的修行者。反觀自己，不覺慚愧。不過，如同大和尚常常勉勵

大眾的話，修行是很平常、簡單的事，只要時時保持覺性，覺察、覺照自己的每個起心動念和言行，深植福德、智慧，廣結善緣，度化眾生，這就是修行。

動中磨鍊 破除我執

未出家時，忙於讀書、教書，對於做家事並不熟習。但在中台山兩個月，卻學會了製作豆腐、豆皮、小麥素魚、素羹等豆類食品，學會如何拔、挑揀、切各種類的菜和水果，學會燙衣服、插花供佛，學會如何打掃殿堂、寮房、架房，使其一塵不染。以前體力不佳，教書站立五十分鐘就要休息一下，現在出坡不僅能搬重物，更可以連站好幾個小時以上而不需歇息。以前自尊心、慢心重，不容他人糾正，現在可以虛心接受別人當面的指正。這一切都是出坡作務中，一點一滴地破除對色身及心理的執著，去除自己的貪、瞋、癡、慢、疑與好逸惡勞的習氣，同時藉由不同的坡務，廣學多聞，激發潛能。

所謂「靜中養成，動中磨鍊」，在動中，最能試鍊一個人的擔當。當以為色身疲累已不堪負荷，又有坡務時，即會提振精神，做！做！做！每再多做一些，就又突破

一些。就像在大寮發心的老法師們，耳順之年，仍能扛重物；發心七、八個小時不休息，也不覺疲累；寒冬之時，也不覺冷，他們說：「這都是訓練來的，只要習慣就好了。」習慣對人的影響是如此之大，所以若能養成布施、持戒、精進、禪定的好習慣，那麼我們離成佛之期也就不遠了。

八風吹不動 端坐紫金蓮

初初修行的過程中，對於自己和他人的言行有更敏銳的覺察，覺察自己的念頭善善惡惡夾雜不斷，觀察他人的言行如法與否，所以很容易就陷入自己和他人的境界中，而心生煩惱。

如受到他人以不佳的語氣對待，則難過許久，後來想想為什麼會難過？因為覺得自尊被人傷害，覺得被他人厭惡。但什麼是自尊？那不過是假相，是意識的一種作用。我們最尊最貴的是本自具足的佛性，佛性豈是他人能踐踏？我們總是希望受到他人的喜愛，但人心是最多變、無常的，可能因為一句話，一個動作，在對方眼中，曾視為優點的，轉眼成為缺點。所以，要肯定自己的佛性，只要心安理得，處處如法，就不用擔憂掛礙他人對自身的喜惡，因為喜惡與否，只是因緣和合，緣盡了，一

切終歸無。

他人給予我們不好的境界，如責罵、背叛，在對方來說，可能當下就放下；反倒是我們常隨妄想跳入境界的泥淖中，痛苦不已而無法自拔。想一想，這豈不是自尋煩惱，自討苦吃？何況所有的煩惱、痛苦，都是自己往昔所造的業因成熟所致，並非他人給予的。所以有煩惱，就要先反省、檢討，然後要轉化、提升，讓一切歸空，回到本具的清淨心。

行住坐臥無一不是修行，順境、逆境也是修行，三千大千世界處處皆為修行道場。修行，修的是我們這念心，將染污、顛倒、妄想的心，藉由各種行持，回復本來的面目，即不思善、不思惡，清楚、明白的這念心；修的是我們的言行，將貪、瞋、癡、慢、疑的習氣，經由佛法的熏修，持守戒律，能具足威儀、細行。修行是一刻都不能鬆懈，是累生累世的功課，只要精進，心念、言行時時依正法而住，必能廣學無量的法門，度化無邊的眾生；必能斷除無盡的煩惱，而終成就無上的佛道。





禪宗東土十一祖・臨濟一世

臨濟義玄禪師

有時一喝如金剛王寶劍，有時一喝如踞地金毛師子，有時一喝如探竿影草，有時一喝不作一喝用。

文／編輯部 圖／見育法師

生平簡介

臨濟義玄禪師俗姓邢，名義玄，唐曹州南華人（今山東曹縣）。在其門人所編的《臨濟慧照禪師語錄》中敘述義玄禪師：「幼時聰慧，以孝聞名。出家受具足戒後，

便居於講肆，博探經論，精研戒律。曾嘆曰：此濟世之醫方也，非教外別傳之旨。於是四處遊方，參訪名師，首次參訪黃檗禪師會下，次謁見大愚禪師，悟得黃檗佛法。」

臨濟義玄禪師首先參訪黃檗希運禪師，

在其門下三年。睦州首座看義玄禪師的修學純一無雜，是不可多得的禪僧，便指導他提出問題請教黃檗禪師：「什麼是佛法大意」？結果三度發問，三度被打，義玄禪師自覺業障深重，不能領會其中深旨，便告訴首座要到別的地方去參學，首座連忙請求黃檗禪師以善巧方便來接引義玄禪師。於是義玄禪師向黃檗禪師辭行時，黃檗禪師便指引他到高安灘頭去參大愚和尚。之後在大愚和尚的座下，大徹大悟。

義玄禪師開悟之後，又回到黃檗禪師門下得到印可。後來便離開到河北鎮州府（今河北省正定縣）弘化，住於臨濟院，因之得名臨濟義玄禪師。

義玄禪師在鎮州弘法之前，便有普化和尚，先做好籌備工作，並給予多方面的協助。正當臨濟弘化盛極一方之時，鎮州即發生戰亂。義玄禪師便輾轉避難到大名府（今河北廣平縣），暫住興化寺。但不久即安詳地圓寂了，時間是唐懿宗咸通八年（公元867年）。其遺體全身入塔，在大名府西北。朝廷頒諡「慧照禪師」法號，塔名「澄靈」；清雍正又追諡「真常禪師」。

契悟因緣——黃檗佛法無多子

臨濟義玄禪師在黃檗禪師座下三度請法，三度被打，之後依黃檗禪師指示前去大愚和尚那兒參學。

愚曰：「甚處來？」師曰：「黃檗來。」愚：「黃檗有何言句？」師曰：「某甲三度問『佛法的大意』，三度被打，不知某甲有過？無過？」愚曰：「黃檗與麼老婆心切，爲汝得徹困，更來這裏問有過、無過！」師於言下大悟。乃曰：「元來黃檗佛法無多子。」愚抓住師曰：「這尿床鬼子！適來道

『有過、無過』，如今卻道『黃檗佛法無多子』。你見個甚麼道理？速道！速道！」師於大愚和尚肋下打了三拳。愚推開師曰：「汝師黃檗，非干我事。」師於是辭去大愚和尚，回到黃檗禪師座下。

契悟要有因有緣，開悟要當機，所以黃檗才指示義玄禪師去參大愚和尚。古德有云：「沒有前前，就沒有後後」，「小悟幾千次，大悟幾千次。」義玄禪師先在黃檗禪師門下三年勤修，後因緣具足而得以在大愚和尚座下開悟，再回到黃檗禪師門下獲得印可。其開悟雖得力於善知識的引導，但其本身的努力也是不可偏廢的。

弘法的因緣

黃檗禪師的期許

一日，臨濟義玄禪師栽種了許多松樹，黃檗禪師曰：「深山裡栽許多松作甚麼？」義玄禪師曰：「一與山門作境致，二與後人作標榜。」說完，將鑊頭祝地三下，黃檗禪師曰：「雖然如是，子已喫吾三十棒了也。」義玄禪師又以鑊頭祝地三下，作噓噓聲。黃檗禪師曰：「吾宗到汝，大興於世。」

普化和尚弘化鎮州為開先鋒

義玄禪師曾爲黃檗禪師送信給滹山靈祐禪師，仰山慧寂禪師當時擔任知客師，就告訴義玄禪師將來到北部發展，會找到一個適當的地方，那裡還有一個人會加以協助；不過這個人，有頭無尾，有始無終。這個人便是普化和尚。

義玄禪師未到鎮州前，普化和尚早就在那裡做好籌備工作，經常故意裝瘋顛，混跡市井，潛行秘跡，高深莫測。當義玄禪師來鎮州弘化時，便多方予以協助，直到義玄禪

師弘法工作鼎盛時，才坐脫立亡。

普化和尚一日於街市中，向人化緣直裰（僧人所穿的衣服）。人們或給披襖或給布裘，普化和尚皆不要。臨濟義玄禪師於是令弟子買棺一具，普化和尚回到寺院，師告訴他：「我與已爲你做了箇直裰」，普化和尚於是擔起棺木出去，繞街市叫著：「臨濟爲我做直裰了，我要往東門遷化去了。」人們於是競相前往觀看。待眾人來到時，普化和尚卻說：「今日不好，明日往南門遷化才吉利。」等待翌日，大眾齊集在南門時，普化和尚又說，今日不宜，明日改到西門更好。結果到了西門又向眾人說明日改在北門好了。如此一改、再改，人們漸漸不信了。到了第四日，果然無人來看，普化和尚便獨自擎棺來到北門，振鈴入棺示寂。大眾聞訊前來，開棺探視，棺內卻不見普化和尚蹤影，但聞空中鈴響隱隱而去。

臨濟喝的真義

臨濟義玄禪師住設三玄三要、四料簡等機法接引徒眾，更以機鋒峭峻著名於世，別成一家，遂成臨濟宗。師接化學人，每以叱喝顯大機用，世有「德山棒、臨濟喝」之稱。臨濟義玄禪師對參禪行者雖然極爲嚴苛，但參學者眾多，門風興隆，爲我國禪宗最盛行之一派。

「喝」的起源，始於馬祖道一禪師，百丈懷海禪師曾說：「老僧從前被馬大師一喝，直弄得三日耳聾。」「喝」的作用，乃順應眾生耳根最利的特性，教學人反觀自性，體悟這一念心。好比在禪七行香的「站板」，剎然止住，看看當下的這念心在那裡？這時即是「一念狂歇，非生亦非滅。」

臨濟義玄禪師以「喝」聞名，師嘗對大

眾說：「有時一喝如金剛王寶劍，有時一喝如踞地金毛獅子，有時一喝如探竿影草，有時一喝不作一喝用。」如金剛王寶劍，斷絕一切分別；如踞地金毛獅子，破斥眾魔；如探竿影草，檢驗學人；一喝不作一喝用，喝不作喝用，是爲臨濟一喝的妙處。

義玄禪師以大喝的方式教導學人，目的是讓學人們能覺醒。「喝」是一種指導、鍛鍊，絕對不是大聲叫或恐嚇。棒喝，無非是以棒打或叫喝，用來暗示、啓發參禪學人，實際上是對學人所問的問題不作直接的答覆。

師應機多喝，參後亦學師喝，師曰：「汝等總學我喝，我且問爾，東堂有僧出，西堂有僧出，兩個齊下喝，那個是賓？那個是主？爾若賓主不分，已後不得學老僧。」義玄禪師主要以「喝」來應答，後門人爭相模仿，卻未必真正會得箇中要旨。所以義玄禪師曾告示門人：不明白「喝」的真義，是不得學他「喝」的！

臨濟宗

臨濟宗風

臨濟義玄禪師棒喝交馳，故相傳臨濟「一喝大地震動，一棒須彌粉碎。」學人請法或被喝破，或被擒住，或被拓開，接引門人手段熱烈辛辣；在禪宗五家中是獨樹一格，是無可比擬的。其宗風：

（一）大機大用，棒喝齊施：以迅雷不及掩耳的氣勢，斬絕情識，使人忽然省悟。自古有「臨濟將軍」之稱。

（二）卷舒擒縱：「舒之則彌六合，退則藏於密」，清楚明白指出這一念心的作用。

（三）殺活自在：邊建立，邊掃蕩，來

威逼念頭；死中求活，活中求死；置之死地而後生，直下承擔。

（四）單刀直入：無念爲言，無相爲體，無住爲本，不立一法，而直探心源。

（五）機鋒峻烈：有所謂「臨濟金剛王」、「臨濟喝似雷奔」之語，其機鋒之銳利迅速可見一般。

發展的時代背景

臨濟宗在唐末崛起，振興一方。大唐之後，中國又南北分裂形成五代十國。北方兵荒馬亂，南方則較爲安定，因此南方佛教始終在發展。整個佛教趨勢雖然由盛轉衰，但禪宗的根據地在南方，在此時期仍能得到很大的發展。

法脈傳承

臨濟義玄禪師上承自黃檗希運禪師，在義玄禪師的指導下，出色弟子輩出，並被尊崇爲臨濟宗始祖。其法脈傳承如下：

六祖惠能大師——南嶽懷讓大師——馬祖道一禪師——百丈懷海禪師——黃檗希運禪師——臨濟義玄禪師。臨濟義玄禪師眾多弟子中，最爲出色爲興化存獎禪師與三聖慧然禪師。

興化存獎禪師在臨濟義玄禪師座下擔任侍者，有學人來參。興化存獎禪師即把握因緣向臨濟義玄禪師作更進一步的探究，其請法的精神值得學習。

一日，洛浦來參學義玄禪師。師問：「甚處來？」浦云：「鑾城來。」師云：「有事相借問，得麼？」浦云：「新戒不會。」師云：「打破大唐國，覓箇不會底人也無？參堂去！」學人去後，興化存獎禪師便問師：「適來新到，是成褫他？不成褫

他？」師云：「我誰管你成褫不成褫？」興化存獎禪師又問云：「和尚祇解將死雀就地彈，不解將一轉語蓋覆卻。」師云：「你又作麼生？」興化存獎禪師云：「請和尚作新到。」師遂曰：「新戒不會。」興化存獎禪師云：「卻是老僧罪過。」師云：「你語藏鋒。」興擬議，濟便打。到了晚上，師又曰：「我今日問新到，是將死雀就地彈，就窠裡打？及至你出得語，又喝起了向青雲裡打。」興化存獎禪師云：「草賊大敗。」師聞言便打。

三聖慧然禪師亦是法脈的一支，能傳臨濟義玄禪師的正法眼藏。臨濟正當弘化極盛時期，鎮州戰亂，臨濟義玄禪師輾轉避難至河北大名府暫住興化寺。一日忽然收拾衣物，寧靜地在蒲團上趺坐，向弟子三聖說：「吾滅後，不得滅卻吾正法眼藏。」三聖回答：「爭敢滅卻和尚正法眼藏？」師又問：「已後有人問爾，向他道什麼？」三聖便喝。師言：「誰知吾正法眼藏，向這瞎驢邊滅卻！」說完，便安然而逝。

臨濟義玄禪師圓寂後，其平日之說法、晚參、升堂、開示的法語便由弟子慧然禪師彙編成《臨濟慧照禪師語錄》一書，流行於世。



最深刻的記憶

文／普化精舍禪修班學員 邱翠芬（傳程）

圖／仲倍瑩

前幾天無意間翻到孩子的作文簿，當中提到：這一生記憶最深刻、最快樂的事，就是父母親在他讀國小四～六年級時，常帶他到普化精舍上禪修班，讓他聽到許多有關佛陀的故事，明白因果的道理。國中時是青少年的叛逆期，但自己卻沒有變壞，因為上過禪修班，培養了些定力，而且相信學佛的孩子是不會變壞的。

看到孩子如此寫著，讓自己感到很窩心，因為孩子雖然資質平庸，但菩提種子已在他的心中萌芽。

當有機緣接觸佛法時，就要把握因緣，因為這是我們累世修來的福報，將佛法融入生活中，這樣人生才會更美好。佛法這塊美麗的園地，得靠自己去耕耘，「如人飲水，冷暖自知」，而精舍禪修班正是一條讓我們可依循的道路。誠心地將自己的這番心得與大眾分享，希望有更多的人也能前來精舍薰習佛法！



中台禪寺太谷精舍 啓用平安祈福法會

文／太谷精舍

中台禪寺秉持佛陀慈悲濟世精神，及開山方丈上惟下覺大和尚的悲心宏願，在美國廣開法筵、利樂眾生。繼東灣佛門寺之後，再於南灣辛尼維爾市（Sunnyvale）成立矽谷分院「太谷精舍」，並於三月二十二日由精舍住持見護法師主持啓用平安祈福法會。

法會當天，約有兩百多位來賓參與盛會，包括加州議會代表、科技界、學術界、教育界等諸多社會賢達。其中加州眾議員 Sally Lieber 及 Manny Diaz 並派代表頒發榮譽狀給太谷精舍及見護法師，以表彰其對美國社會之卓越貢獻。舊金山灣區華僑文教服務中心主任呂元榮居士，在致辭中推崇中台山和太谷精舍，本著佛法慈悲精神和佛法五化的弘法方向，結合社區推展各項文藝、慈善活動，為大眾帶來安定與光明。呂主任更祈願南灣民眾，皆能把握殊勝因緣，來精舍

聽經聞法、悟佛知見。

聖荷西州立大學副校長李親湧居士，則讚歎見護法師不辭辛勞，在西方國度弘法度眾的悲心願行。見護法師開示時指出，所謂「心淨則國土淨」，如果大眾能在家庭及工作崗位中，乃至每個角落，以自性的清淨和光明，散播佛法慈悲、平等的種子，則社會將愈加安定，世界將更為和平。

見護法師也提及，現代人生活及工作很焦慮，各方面的煩惱亦很多，但參加禪修後可以從心裡面得到真正的平靜，再發展自己內在的智慧，即佛性，最後智慧圓滿了，大家都能成佛。

佛教在美國已愈來愈受到肯定，而太谷精舍以弘揚禪宗心法、淨化人心、促進社會祥和為宗旨，並開設中英文禪修班、佛學講座和法會共修等活動，為科技與人文薈萃的

矽谷地區，提供大眾一處禪修學佛，淨化身心的最佳處所。相信在精舍法師慈悲弘法度眾的願力下，太谷精舍必能為繁忙的南灣居民帶來莫大的法益。

法會當天，貴賓雲集：加州州議會並派代表頒發榮譽狀給太谷精舍及住持見護法師，表彰其對美國社會的卓越貢獻。



清明法會功德勝 回報四恩濟三途

九十三年度天祥寶塔禪寺
啓建清明超薦暨消災祈福大法會

文／編輯部 攝影／見科法師

清明法會，冥陽兩利

曾子曰：「慎終追遠，民德歸厚矣！」中國人對於忠孝倫理、慎終追遠的精神，即使在現代的工商社會中依然倍受重視。因此，清明節一直是中國人心目中一個相當重要的節日。中台禪寺秉持佛法倡導知恩報恩、尊賢孝親的精神，於四月三日、四日，在萬里天祥寶塔禪寺啓建九十三年度「清明超薦暨消災祈福大法會」，恭請中台禪寺住持上惟下覺大和尚慈悲主法。兩天的法會共湧入信眾逾三萬人，場面莊嚴殊勝。

法會期間，恭誦《地藏王菩薩本願經》，仰仗地藏王菩薩不可思議的功德願力，利益法界一切有情。法會中恭請主法大

和尚開示法要暨正授三皈，並舉行佛前大供、供燈大典、叩吉祥鐘、以及大蒙山施食等法事，仰仗三寶慈光加被及十方檀信虔誠禮敬的功德，祈願世界和平，國泰民安。當日，中台禪寺全省各分院、精舍的功德主、護法會會長、副會長，及政府長官、各界賢達，亦共襄盛會。四眾弟子和合一心，至誠禮敬三寶，將此殊勝功德回向陽上群倫，共增福慧；歷代先亡，超生淨土；法界一切有情，同得解脫。

高賢雲集，佛光遍照

四月四日上午十一時，各界賢達以虔誠恭敬心執持香案，恭迎中台禪寺住持上惟下覺



大和尚慈悲入壇主法，帶領大眾佛前供燈祈福。與會大眾長跪佛前，一一將手中象徵菩提自性的光明燈，虔敬供養諸佛，燈火晃耀，光明遍照，人人本具的自性明燈，也隨之點燃。

甘露法施，慈潤群生

中午十二時三十分，大和尚於會中慈悲開示法要，大和尚提及一年一度的清明法會，不僅具有中國傳統文化的意義，更是追思歷代宗親、父母師長的一場殊勝而隆重的大法會。《詩經》云：「孝子不匱，永錫爾類。」大眾當從內心了解此節日的意義，並將傳統「父慈子孝，兄友弟恭」的精神落實於生活中，知行合一，時刻不忘，才能豐富人生，使家庭和諧，社會安定。

同時，孝道不僅是傳統倫理道德，更為佛法所重視。《父母恩重難報經》說：「假使有人，左肩擔

父，右肩擔母，研皮至骨，穿骨至髓，繞須彌山，經百千劫，血流沒踝，猶不能報父母深恩。」佛法中又有所謂的「三福田」——敬田（恭敬供養三寶）、恩田（報答父母恩、師長恩）與悲田（悲憫貧病眾生）；而「盂蘭盆」法會的緣起，即是佛陀十大弟子中，神通第一的目連尊者為報親恩，特備百味飲食供養三寶，以此功德，救度母親倒懸饑餓之苦。

大和尚並強調，清明節又稱「民族掃墓節」，因此法會也具有民族傳承的意義，凡是身為中華民族的一分子，都應該傳承此慎終追遠的美德。而今日大眾在此誦經、供養三寶、追思盡孝，不僅令個人增長無量的福報與功德，更能回向陽上父母增福延壽，過去父母師長超生淨土，這就是知恩、感恩、報恩的具體表現。

至心三皈永為道種

下午二時四十五分，由大和尚正授三皈，當日共有一千餘位信眾把握此殊勝因緣，正式成為三寶弟子。憑此三皈永為道種，生生世世不離正法。三時五十分，大蒙



見燈法師、見濤法師、見忍法師帶領大眾虔誠誦經。法會最後並舉行大蒙山施食，場面莊嚴殊勝。

山施食法會正式開始，大眾虔誠誦經，藉三寶的慈光加被及大眾的願心，令幽冥眾生皆得禮佛拜懺，受持三皈，聞法受食，同得解脫。

為期兩日的法會於四日晚間八時圓滿落幕，與會人士無不感恩三寶，令此具足慎終追遠及淨化人心雙重意義的「清明超薦暨消災祈福大法會」圓滿法喜，功德成就。



無窮盡的生命

佛法所說的出世，並不是要我們離開世間，而潛居山林，杜絕人群，過著與世無爭的生活，真正的出世應該是在人間落實悲智願行，以佛願為己願，以佛志為己志。

文／普覺精舍禪修班學員 韓應武（傳琅）

攝影／傳漢

燃起生命的明燈

回憶起初初學佛的因緣，就想起以往參加法會時，屢屢聽到大和尚的開示：「如何明心見性，又如何滌淨塵垢而見自性的法門。」總有種泫然欲泣的狂喜，彷彿明燈一盞，照破幽微，感受到生命更廣闊無極的深邃空間。

大和尚每次在禪七開示時，總是明明白白地告訴我們修行學佛一定要見性，若不見性，終不免生死輪迴，三界受苦，無有出期。雖然佛性本具，但一定要假大善知識的指引，方能有所契悟，而大善知識更必須是見性之人。《達磨血脈論》云：「若不見性，念佛、誦經、持齋、持戒亦無益處。念佛得因果，誦經得聰明，持戒得生天，布施得福報，覓佛終不得也。若自己不明了，須參善知識，了卻生死根本。若不見性，即不名善知識。」就如六祖惠能大師告訴五祖弘忍大師：「迷時師度，悟時自度。」由是可知，修行學佛最重要的，即是「見性」。

問君何能爾，心遠地自偏

《始終心要》云：「俗諦者，立一切法。」可知俗諦是度化眾生的善巧方便，亦是為人處事之根本。所以大和尚開示：「安住大乘心，善開方便門。」隨順眾生大作夢中佛事，修一切善法、福德，隨順覺性建立萬法，是俗諦、假有；修一切善法又銷歸自性，三輪體空，無有一法可得，是真諦、真空；不住假有、真空，是中道第一義諦。三諦具足，才是真正大菩薩行，也才能從中契悟菩提妙明真心。

古德云：「結廬在人間，而無車馬喧，問君何能爾，心遠地自偏。」如果能在紅塵中，卻不為外境的五欲七情所染，覺性時時清明作主，一念不生，這才是佛法「出世」的真義。執著於真諦而忽視俗諦的人，就好比認為禪一定要打坐才能悟道一樣；又認為要成道，要了生死，必須在深山住茅棚，閉關來保任這念心，而疏忽了大和尚所講的「行住坐臥皆是禪」，這就是告訴我們，無論動、靜都是絕佳的助道因緣。所以大和尚常說：「靜中養成，動中磨鍊。」在靜中一念



不生，不打妄想，昏沉不起。在動中磨鍊自己的習氣、無明；處處作主不為外境所動，明白了這念心的體和用，落實於俗諦之中，一樣可以明心見性。

古德云：「聖人一言而為天下法，一行而為天下則。」大和尚為應現代眾生的根機，開出了四門修行方法，作為入道的指標。那就是中台四箴行「對上以敬，對下以慈，對人以和，對事以真」，藉由四箴行的實踐，一方面能圓融俗諦落實菩薩道，另一方面則能淨除習氣，令人心得到解脫，而達到修而無修，行而無行，最後回歸到中道實相，如此一法具足一切法，俗諦、真諦、中諦皆能圓融無礙，因而圓滿無上菩提。

開啓覺性，直下承擔

在未接觸大和尚之前，自己懵懂無知，總以為學佛只是做善事而已；在接觸禪宗心法，經歷了禪七、八關齋戒、誦經、拜懺、聽聞大和尚的開示後，對於自己的人生才有了全然不同的看法。而這個看法就是禪宗的心法——「開啓覺性，直指人心的法門」，

就是讓人能學會直下承擔，能時時刻刻檢討自己，明白真實的自己，進而提升展現生命無窮的活力。

記得有次法會出坡，分配到清掃流動架房的坡務，一行數人浩浩蕩蕩來到架房，乍看之下真不知從何做起，因為數十間架房都是溢滿穢物，實在是無計可施，大家你看我，我看你，這時自己想起了「直下承擔」這四個字，就蹲下，毫不遲疑伸手到糞池中清理，一間、二間，接著大眾也都跟著自己一樣處理，不一會兒，數十間架房就變得非常乾淨。清掃的當下，自己就用「不淨觀」來觀照自心，思惟若我心清淨潔白，這些污穢是污染不了的，隨後心念果真未隨境轉，宛如蓮花潔淨無瑕，身外污泥所不能染。

從憨山大師〈醒世歌〉裡：「榮華總是三更夢，富貴還同九月霜。」深深感受到人生的無常，白雲蒼狗，別有所感，然而從大和尚的開示、教導中，讓自己了解到真正的生命是無窮盡的，唯有把握當下，時時以善念提起覺性，才能破煩惱無明，識得自己本心。



感恩與信心

多年來總有一些初初接觸中台山的居士，會好奇地問：「為什麼中台山的居士，都這麼發心？」這確實是個頗耐人尋味的問題。

文／普行精舍禪修班學員 楊雪鎧(傳尊)

攝影／見科法師

多年來總有一些初初接觸中台山的居士，會好奇地問：「為什麼中台山的居士，都這麼發心？」這確實是個頗耐人尋味的問題。親近中台九年多來，目睹居士們對大和尚、大眾法師的恭敬和護持，在感動、讚歎之餘，也曾經思索過這樣的問題：「是什麼樣的力量，讓大眾無怨無悔地布施時間、金錢、體力，乃至『將此深心奉塵刹』，捨離俗世，出家修行？」自己的體悟是「感恩與信心」。

感恩

善根增長

無始劫來，我們流轉於生死海中，頭出頭沒，無歇無止。而此生雖生逢末法，卻不僅得聞正法，更能聽聞究竟的心地法門，是個人福報，更是大和尚的大悲願行。若不是大和尚弘宗演教大轉法輪；若不是大和尚深心愍有情，培植眾多法師成就法門龍象，成為大和尚的千百億化身，接引廣大群眾；若不是大和尚遍立精舍，方便善根薄弱的多障眾生就近薰修。吾等不知還須在苦海中載浮載沉多久？因為精舍的教育下，日積月累的薰修，一顆剛強躁動、難調難伏的心，漸漸落實了，單薄的善根也日益增長了。

啓法身、續慧命、破我執、增福德

「直截根源佛所印，摘葉尋枝我不能」，大和尚所傳授的祖師心法，直指心源，讓在家弟子的我們，只要參加過幾次禪七，也能或多或少領會這念不生不滅的真心，即便是霧裡看花或如電光石火的交會，也都彌足珍貴。

在禪修的過程中，不僅定力有所增長，世出世間的智慧，也逐漸開顯。從醉生夢死到學習清楚明白，從汲汲營營到學習知所進退，從自私自利到學習慈悲喜捨，人生的路愈走愈有意義，愈走愈光明。父母賜我色身，大和尚啓我法身，續我慧命，這樣的恩德，同樣是天覆地載。

修行要福慧兩足，為了成就大眾的道業，除了傳授法要，大和尚還藉種種善法，為大眾創造培福的因緣，以具足修行的資糧。曾經目睹大和尚不顧色身的疲累，接待絡繹不絕的拜訪者，這樣慈悲的師父，怎能不讓弟子們銘感五內！而中台的弟子在接連不斷的發心、學習、布施的因緣中，學習捨掉慳貪，放下我執我見，不僅福報與日俱增，道心也日益堅定。

信心

真修實證——高高山頂立

聆聽大和尚的開示，大和尚的法語，句句不離心法，完全從自性中隨拈即是，並旁徵博引經典佐證說法內容。大和尚在禪七中的開示猶為精闢，每每觀機逗教，抽絲剝繭，讓學人撥雲見日，徹見心源。相對於當今世間，邪師當道，群魔亂舞，大和尚可謂是高高山頂立，難遭難逢有修有證的禪師。

聽其言，然後還要觀其行。永嘉大師：「行亦禪坐亦禪，語默動靜體安然。」正是大和尚的最佳寫照。大和尚長年弘法度眾，經常舟車勞頓，披星戴月，甚少休息，然而，一舉手一投足，都還是那麼安詳自在，了無掛礙；再者無論再怎麼忙碌，只要稍得暇隙，必然立即收攝六根，凝神內觀，杜絕攀緣。「靜則一念不生，動則萬善圓彰」，大和尚彷彿隨時都在現身說法，開演著《金剛經》所說「無住生心」的道理。

悲。

如今每日到中台參訪的遊客成千上萬，連海外人士都指名到中台一探究竟。無情說法有情聽，中台的建築觸動了多少人心中的善根，接引了多少久別忘歸的遊子！《法華經》云：「若人散亂心，入於塔廟中，一稱南無佛，皆已成佛道。」即使遊客們是以觀光的心態來到中台，都已經種下了金剛道種。

六年前開始籌畫普台中小學時，國內的



悲願無盡——深深海底行

中台山經過十年來的建設，如今已經成為世界的佛教重鎮；建完中台建普台，大和尚的腳步不曾停歇過。將近八十歲的高齡，若不是無盡的悲願和承擔，誰能如此？

一路走來，歷經千辛萬苦，橫逆毀謗，但大和尚永遠不因他人讚歎而歡喜，不因別人毀謗而退縮，儘管在因地上努力——而且是出世法的因。眾生畏果，菩薩畏因。在弟子心中大和尚是菩薩摩訶薩，大雄大力大慈

小學還未將英語納入課程中，而當時大和尚已經提出四國語言的觀念。這樣的遠見和氣魄，在在印證大和尚超乎常人的眼光和判斷。大和尚的所作所為，皆在成就弟子修福修慧修定的因緣，成就大眾的道業。我等何其有幸，在此炎炎火宅內，得以遭逢如此明師，在大和尚的帶領下，只要道心不退，相信必然求出有期。願生生世世追隨大和尚修行，發菩提心，永不退轉。





十年樹木 百年樹人



普台國民中小學——一所重視心性教育，保有自然景觀、具足天然資源的教學典範，即將呈現在世人面前。殷望十方善信發廣大心，共同投入普台國民中小學的建设，護持興學，功德無量。

網站訊息

欲了解普台國民中小學相關內容
歡迎上網查詢

網址

<http://www.ctworld.org.tw>

本存款通知單如寄款人與收款帳戶為同一人時，此聯不必填寫，但請勿撕開，惟跨縣開，惟跨縣開。

郵政劃撥儲金存款通知單	
收帳號	22497221
戶名	財團法人南投縣私立普台國民中小學
新臺幣	
(請用壹、貳、參、肆、伍、陸、柒、捌、玖、拾、零等大寫並於數末加一整字)	
經辦局收款戳	姓名
	通訊處
	電話
寄款人代號	

98-04-43-04 收據號碼：
◎存款交易代號請參見本單背面說明。

郵政劃撥儲金存款	
收帳號	22497221
戶名	財團法人南投縣私立普台國民中小學
新臺幣	
(請用壹、貳、參、肆、伍、陸、柒、捌、玖、拾、零等大寫並於數末加一整字)	
經辦局收款戳	姓名
	通訊處
	電話
寄款人代號	

虛線內備機器印證用請勿填寫

◎本收據由電腦印錄，寄款人請勿填寫。
◎寄款人請注意背面說明。

郵政劃撥儲金存款收據	
收款帳號	
存款金額	
電腦紀錄	
經辦局收款戳	

寄款人收執聯



三學一體的 教育 理念

中學為體——

以儒家倫理思想為本體，
啟發良知良能。

佛法為根——

實行禪修教育，淨化孩童心靈，
培養慈悲、智慧與定力。

世學為用——

培育學生具備
科技、語言、資訊、藝術等專才。



普台國民中小學以
「三學一體」為理念，
實踐全人教育藍圖，
造就國家社會未來的棟樑。

劃撥存款收據收執聯注意事項

- 一、本收據請妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函交原存款局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。

請寄款人注意

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名、通訊處請詳細填明，以免誤寄。抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、每筆存款至少須在新臺幣十元以上，且限填至元位為止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
- 六、本存款單以機器分揀，請勿折量。帳戶如需自行印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符。如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。

交易： 0501現金存款 0502現金存款（無收據） 0503票據存款
代號： 0505大宗存款 2212託收票據存款
本欄由儲匯局劃撥處存查

通 訊 欄

此欄係備寄款人與帳戶通訊之用，惟所作附言應以關於該次劃撥事宜為限，否則應請更換存款單重填。

中台禪寺各精舍分院電話地址一覽表

埔里中台禪寺	南投縣埔里鎮一新里中台路1號	TEL (049) 2930-215 FAX (049) 2930-397	寶林寺	新竹縣關西鎮東山里四寮段4-1號	TEL (03) 517-1155 FAX (03) 517-0343
萬里靈泉寺	台北縣萬里鄉溪底村瑞泉路2-6號	TEL (02) 2492-1631 FAX (02) 2492-4977	興山寺	苗栗縣後龍鎮大山里5鄰73-2號	TEL (037) 433-979 FAX (037) 431-066
基隆十方大覺禪寺	基隆市安樂區崇德路10巷67號	TEL (02) 2422-3630 FAX (02) 2424-8075	普和精舍	苗栗市中山路608號	TEL (037) 372-886 FAX (037) 353-618
天祥寶塔禪寺	台北縣萬里鄉雙興村二坪6-2號	TEL (02) 2492-9114 FAX (02) 2492-9132	普真精舍	台中市西屯區河南路一段170號7樓	TEL (04) 2312-4898 FAX (04) 2312-1492
基隆佛教蓮社	基隆市信義區東信路180巷63號	TEL (02) 2466-2033 FAX (02) 2465-6106	普民精舍	台中市西屯區大容東一街11號	TEL (04) 2319-3219 FAX (04) 2319-2905
慈明寺	基隆市暖暖區過港路10巷373號	TEL (02) 2457-6783 FAX (02) 2457-4807	普安精舍	台中市西區南屯路一段216號	TEL (04) 2378-2175 FAX (04) 2375-4230
普光精舍	台北市信義區吳興街449巷2弄16號5樓 (公車總站旁, 從467巷入)	TEL (02) 2758-1056 FAX (02) 2758-1478	普梵精舍	台中市東區大公街2號	TEL (04) 2225-0190 FAX (04) 2225-0195
普皇精舍	台北市信義區基隆路二段149-28號	TEL (02) 2377-7930 FAX (02) 2739-0679	普豐精舍	台中縣豐原市圓環東路675號	TEL (04) 2520-7908 FAX (04) 2520-7925
普眼精舍	台北市中正區中華路一段74號2樓	TEL (02) 2371-0496 FAX (02) 2371-0492	普開精舍	南投縣草屯鎮碧山路155號	TEL (049) 2365-955 FAX (049) 2300-503
普照精舍	台北市文山區興隆路一段53號2樓	TEL (02) 8663-7701 FAX (02) 2934-9541	普恩精舍	南投縣草屯鎮中正路557之19~23號	TEL (049) 2563-618 FAX (049) 2566-553
普賢精舍	台北市民生東路五段165號2樓之3	TEL (02) 2760-8677 FAX (02) 2760-8879	普方精舍	南投縣南投市文昌街50號	TEL (049) 2200-250 FAX (049) 2244-192
普雲精舍	台北市內湖區內湖路二段484號1樓	TEL (02) 2795-4939 FAX (02) 2791-8813	普竺精舍	南投縣竹山鎮集山路三段207巷1號	TEL (049) 2630-150 FAX (049) 2630-149
普覺精舍	台北市南港區南港路三段270號5樓 (南港成美橋旁)	TEL (02) 2785-1243 FAX (02) 2651-1535	普天精舍	南投縣埔里鎮北環路123號	TEL (049) 2989-820 FAX (049) 2980-431
普惠精舍	台北市南港區忠孝東路六段370巷5號 (聯勤總部旁)	TEL (02) 2653-5746 FAX (02) 2653-5745	奉天寺	南投縣埔里鎮光遠一街7號	TEL (049) 2996-638 FAX (049) 2904-545
普泉精舍	台北市大同區承德路三段137-141號	TEL (02) 2592-2908 FAX (02) 2592-2693	地藏寶塔禪寺	南投縣埔里鎮溪南巷10號	TEL (049) 2990-080 FAX (049) 2990-079
普洲精舍	台北市大同區鄭州路29巷12號2之5樓	TEL (02) 2558-3021 FAX (02) 2558-3019	普彰精舍	彰化市忠誠路108號	TEL (04) 728-2772 FAX (04) 728-2840
普觀精舍	台北市中山區北安路659號1樓	TEL (02) 2533-1951 FAX (02) 2533-7741	普田精舍	雲林縣斗六市中山路158號	TEL (05) 532-1616 FAX (05) 532-1010
普圓精舍	台北市中山區民族西路2-3號	TEL (02) 2599-4966 FAX (02) 2599-4955	普嘉精舍	嘉義市民生南路5號7樓	TEL (05) 227-5200 FAX (05) 227-2925
普得精舍	台北市大安區和平東路二段139號2~4樓	TEL (02) 2325-6177 FAX (02) 2704-4062	普佛精舍	台南市東區崇學路186號3-5樓	TEL (06) 290-4295 FAX (06) 260-9841
普行精舍	台北市士林區天母東路47號2樓	TEL (02) 2874-8732 FAX (02) 2874-5639	普思精舍	台南市西區永華一街148巷50號	TEL (06) 297-7666 FAX (06) 297-9570
普榮精舍	台北市士林區德行東路233號	TEL (02) 2838-1881 FAX (02) 2831-3389	佛明寺	台南縣新營市中營里東山路161號	TEL (06) 633-5905 FAX (06) 632-0021
普印精舍	台北市北投區石牌路一段144號	TEL (02) 2823-3940 FAX (02) 2823-3950	普南精舍	台南縣新化鎮民生路262號	TEL (06) 598-7146 FAX (06) 598-7149
普明精舍	台北縣板橋市文化路一段299號5樓	TEL (02) 2258-7357 FAX (02) 2254-3605	普高精舍	高雄市鹽埕區大勇路11號10樓	TEL (07) 533-5258 FAX (07) 533-5988
普因精舍	台北縣板橋市實踐路30號6樓	TEL (02) 2962-5519 FAX (02) 2962-6468	普同精舍	高雄市苓雅區仁義街66號	TEL (07) 331-8888 FAX (07) 331-0044
普濟精舍	台北縣三重市永福街15號	TEL (02) 2286-8460 FAX (02) 2280-7360	普化精舍	高雄市苓雅區建國一路109號3樓	TEL (07) 725-9422 FAX (07) 725-0384
普泰精舍	台北縣泰山鄉明志路三段188號	TEL (02) 2908-1818 FAX (02) 2904-6058	普信精舍	高雄市三民區灣復街15號	TEL (07) 387-2162 FAX (07) 387-2379
普正精舍	台北縣泰山鄉泰林路二段448號	TEL (02) 2900-1800 FAX (02) 2909-2727	普上精舍	高雄市小港區民益路60號	TEL (07) 801-9918 FAX (07) 801-9917
普雨精舍	台北縣中和市連城路168號7樓	TEL (02) 2248-8860 FAX (02) 2248-8857	普剛精舍	高雄縣岡山鎮岡燕路93號	TEL (07) 622-2533 FAX (07) 622-5535
普新精舍	台北縣新莊市中港路310號4樓	TEL (02) 2993-8284 FAX (02) 2990-8454	志成佛寺	屏東縣萬巒鄉鹿寮村永康路31號	TEL (08) 781-1510 FAX (08) 781-0287
普善精舍	台北縣新店市北新路三段114號3樓	TEL (02) 2911-2460 FAX (02) 2911-2531	普蓮精舍	花蓮縣吉安鄉中正路一段176、178號	TEL (03) 8539-489 FAX (03) 8539-452
印月禪寺	台北縣新店市廣興里小坑路12號	TEL (02) 2666-5129 FAX (02) 2666-5183	瑞光禪寺	花蓮縣瑞穗鄉溫泉路三段149號	TEL (03) 8876-642 FAX (03) 8875-442
普燈精舍	台北縣新店市安德街115巷8號	TEL (02) 8666-5289 FAX (02) 8666-7865	普台精舍	台東縣台東市開封街392號	TEL (089) 340-268 FAX (089) 341-082
普寧精舍	台北縣永和市福和路139號5樓之1	TEL (02) 8923-7118 FAX (02) 8923-7117	美國太谷精舍	1031 North Fair Oaks Avenue, Sunnyvale, CA 94089	TEL (408) 747-1099 FAX (408) 747-1098
普學精舍	台北縣淡水鎮中山北路一段171號2~4樓	TEL (02) 2621-5399 FAX (02) 2621-5615	美國佛門寺	3254 Gloria Terrace, Lafayette, CA 94549 USA	TEL (925) 934-2411 FAX (925) 934-2911
普頓精舍	台北縣樹林市武林街3-3號	TEL (02) 8675-1501 FAX (02) 8675-1502	美國佛心寺	5916 S. Anderson Rd OKC, OK 73150 USA	TEL (405) 869-0501 FAX (405) 869-0503
普中精舍	桃園縣中壢市中央西路二段30號6樓	TEL (03) 494-6041 FAX (03) 494-6035	普願精舍	20836 Marcon Dr. Walnut, CA 91789 USA	TEL (909) 595-7313 FAX (909) 598-1128
普平精舍	桃園縣平鎮市中豐路山頂段82號	TEL (03) 419-2848 FAX (03) 469-9844	普德精舍	12129 Bellaire Blvd. Houston, TX 77072 USA	TEL (281) 568-1568 FAX (281) 568-1569
普耕精舍	桃園縣桃園市經國路838號6樓	TEL (03) 358-2240 FAX (03) 358-2239	海天禪寺	716 Jose Abad Santos St., Little Baguio, San Juan, Metro Manila, Philippines	TEL (632) 723-6132 FAX (632) 722-4400
普觀精舍	新竹市學府路445號	TEL (03) 575-0777 FAX (03) 575-0650	普廣精舍	G/F, NO.7 Moreton Terrace, Causeway Bay, Hong Kong 香港銅鑼灣摩頓台七號地下	TEL (852) 2915-6011 FAX (852) 2915-6700
普宏精舍	新竹市光華東街31號2樓	TEL (03) 543-0977 FAX (03) 542-2421	恭佛寺	61/84~86 MOOBAN THAVEEMIT, RAMA 9 ROAD, BANGKOK 10320, THAILAND	TEL (66) 264-32386 FAX (66) 264-32795
普慈精舍	新竹縣湖口鄉達生路15號3樓	TEL (03) 699-2608 FAX (03) 599-2975			

【歡迎十方善信至各精舍報名參加各級禪修班及法會活動】



菩提文藝道經柱

《八識規矩頌之七識八識頌》

黃智陽——畢業於師大美術研究所，任教於華梵大學美術系及新竹師院美術系。孜孜研究書法藝術歷二十載，近年來更集中心力探索書法藝術在傳統與當代藝術環境的關係。

八識規矩頌之七識
 帶質有覆通情本
 八大遍行別境慧
 恒審思量我相隨
 四惑八大相應起
 極喜初心平等性
 如來現起他受用
 性唯無覆五遍行
 二乘不了因迷執
 浩浩三藏不可窮
 受熏持種根身器
 不動地前纔捨滅
 大圓無垢同時發
 八識頌
 隨緣執我量為非
 貪癡我見慢相隨
 有情日夜鎮昏迷
 六轉呼為染淨依
 無功用行我恆摧
 十地菩薩所被機
 界地隨他業力生
 由此能興論主諍
 淵深七浪境為風
 去後來先任主公
 金剛道後異熟空
 普照十方塵刹中

歲在辛巳年五月

黃智陽敬書





【讀者知訊】

- 壹、索刊請洽中台禪寺各精舍分院。
- 貳、若有重複收到本月刊，請洽中台禪寺各精舍分院，以節省資源，利益社會大眾。
- 參、更新投遞住址時，請將下方郵標剪下，連同新住址資料寄至中台禪寺即可。

中台植物之 垂枝瓶刷子樹

Impressions of Chung Tai

雲朵般的紅色花絲，娉婷綻放在花柄上，沿著細長優雅的枝幹，像輕盈柔軟的瓶刷。一如久薰佛法的行者，湛然慧光圓融開顯，在紛擾的世間——依舊禪悅自在。隨著微風輕輕搖動，淡淡刷去人們心靈的塵埃。

學名：*Callistemon spp.*

英名：Weeping Bottlebrush

別稱：串錢柳

性狀：桃金娘科，常綠小喬木

原產：澳洲。品種多達25種，本屬台灣引進約17種。

用途：庭園樹、行道樹、大型盆栽。

辨識特徵：

1. 樹幹分枝多而細長，下垂如垂柳狀；樹皮灰色，厚而縱裂。
2. 葉狹線形，互生，葉全緣，新葉有絹毛。具有油腺或樹脂點，揉碎有芳香。
3. 花為密集穗狀花序，頂生，5瓣，雄蕊數多，離生，花絲細長，鮮紅色；狀似瓶刷子。
4. 果實為扁球形蒴果，常宿存數年之久，內含小粒種子。

台北郵局許可證
台北字第1480號

國內
郵資已付



雜誌類