

人乘

人乘菩薩道～修福・修慧・修莊嚴
2024年9月10日出版・第46卷第1期
佛刊（季刊・贈閱）

專題：《佛說善生經》白話講・讀後心得

◎以烈火淬鍊清涼～許文龍的玻璃微觀世界

◎我的阿爸～殊勝的中陰救度

◎凡夫十種力

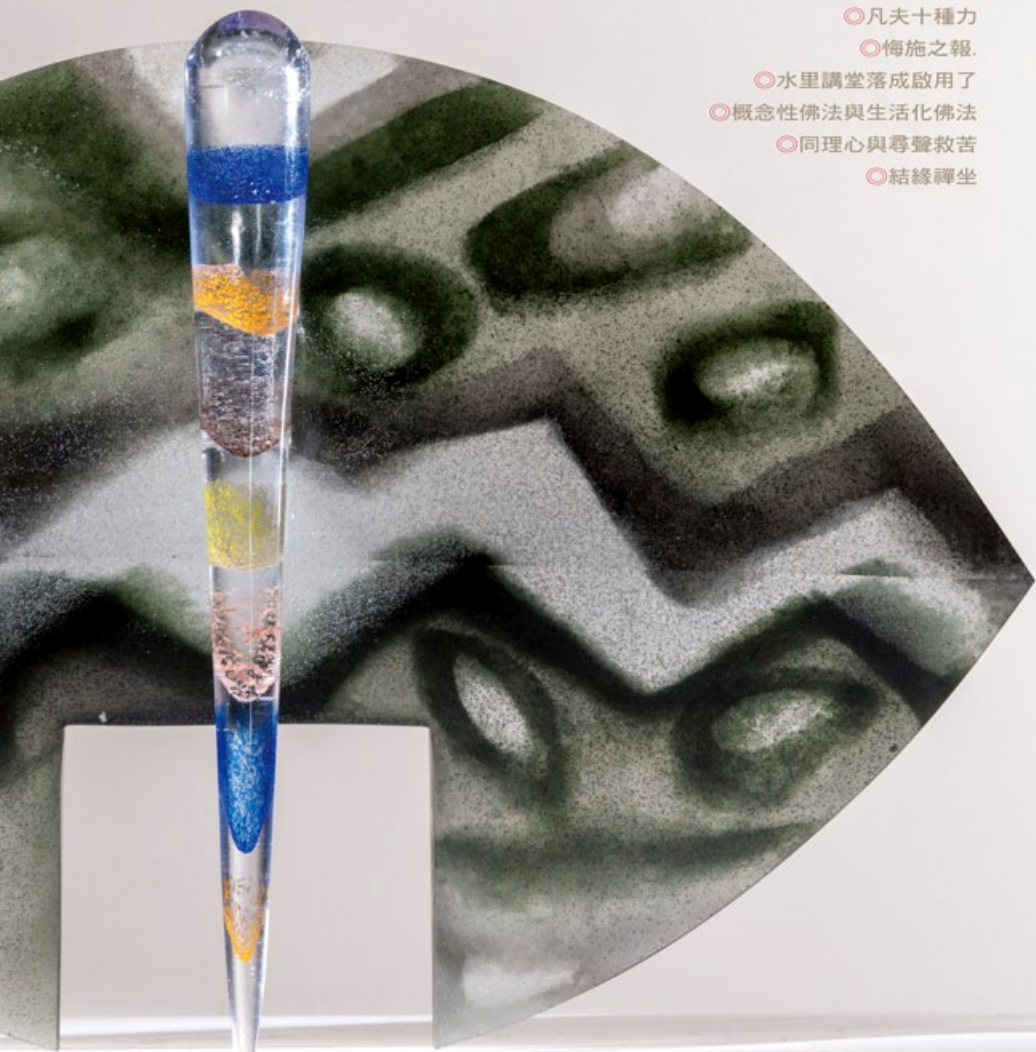
◎悔施之報

◎水里講堂落成啟用了

◎概念性佛法與生活化佛法

◎同理心與尋聲救苦

◎結緣禪坐





〈眼中眼〉

接納所有

即見我的容顏

～章銘悅～

麻布 原礦 水干

60*60cm

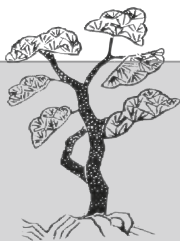
編輯手札

大乘佛教重視菩薩行，佛教徒處於現實生活的各種倫常關係中，必須以入世精神來修出世之行。《佛說善生經》就是佛陀論述家庭與社會倫理關係的一部重要經典，也形成佛教倫理思想的一個重要部分。

在《佛說善生經》中，佛陀以上下四維六方，來代表人們在家庭和社會生活中接觸的六種倫常關係。東方代表親子關係，南方代表師生關係，西方象徵著夫妻關係，北方代表主僕關係，下方代表親友，上方則表示僧俗。

佛陀也詳述了處於世俗生活中，修身善己的各種道德規範，例如四種穢、四罪福、六非道、四非親、四善親等。科技發展、人口增加、社會結構與經濟生活的快速鉅變，倫理關係更是日趨複雜，人們總因背負與處理愈來愈多的人際關係而焦慮與疲累，乃至於生病。若能回來閱讀佛經，相信能夠重整步伐，在複雜的倫常關係中穩舵前行。本期專題〈《佛說善生經》白話講·讀後心得〉，各篇作者都能從自身生活體驗經中智慧，並獲得增益與鼓勵；佛陀教言，果如晨鐘暮鼓，在塵世中時時給予人們力量。

本期〈整理的祝福〉一文，也發人深省。在美、日等國家已有三、四十年的職業～整理收納師，如今也在台灣流行起來。走向高齡化社會，無論生活，乃至於身心，高齡者總是積累太多東西，以致活得沉重。或許，在每段生命過程，我們都必須次次地整理身外身內事，整理時，既能看到物品所屬的那段記憶，亦能回顧當初的每個起心動念，然後一一做個了結，一一放下。「斷捨離」後，輕裝簡行，無風無雨地繼續走向下一段人生！



人乘佛教宗旨

推行人乘佛教 弘揚佛教真理
淨化社會人心 發揮慈悲濟世
建設人間淨土 創造人類幸福

目次

法雨甘露

凡夫十種力.....聖開導師 4

般若講堂

悔施之報.....淨一 6

水里講堂落成啟用了.....大願法師 9

企愚禪說

漫話安忍.....蔡日新 12

專題：《佛說善生經》白話講・讀後心得

《佛說善生經》經文..... 16

學習中醫，以四攝法度眾.....姚冠羽 23

佛教沒有我以為的遙遠.....張奕 28

一生讀經，一生悟.....林郁雯 32

佛法不遠，就在良善生活.....王隆廷 36

一部充滿生活智慧的經典.....耿華秀 40

菩薩行處

整理的祝福.....沐沐 44

什麼才是最好的處理？.....謝文田 49

同理心與尋聲救苦.....晤心 50

結緣禪坐.....文斐 55

概念性佛法與生活化佛法.....王明坤 58

詠史遷.....蔡日新 64

藝海禪舟

以烈火淬鍊清涼～許文龍的玻璃微觀世界.....蔣豐雯 65

佛子童心

海灘日記.....連寶猜 78

竹窗選讀

本身廬舍那.....吳泥 80

我思故我畫

分享.....王卉娟 84

成語佛源

納須彌於芥子.....徐偉 86

有情眾生

中秋柚子香.....張碧員 88

長養色身好修行

我的阿爸～殊勝的中陰救度.....張純仁 91

法會·活動報導

慈母心 農禪情.....文豐 94

浴佛暨藥師普佛大法會

沐浴佛身，淨化己心.....無疆 98

居士精進佛二.....拾悅、慧光 100

助道之法 常勤積集.....拾悅 106

南開科技大學參訪地藏院.....王施頤 108

地藏院113年父親節孝親活動

法不孤起，仗境方生.....張清財 111

盂蘭盆暨瑜伽焰口施食大法會

施壇儀之真詮 化幽顯為清涼.....無疆 115

慈光之聲

頒發中小學獎助學金

展翅高飛 畢業的祝福.....常德 118

慈光山人文獎第十八屆全國書法比賽

書寫藝術的年度交流盛會.....靖宇 120

請大家發心人乘寺兜率院建設基金.....105

助印芳名錄.....125

人乘菩薩道

人乘佛子 乘人之乘
行菩薩道 直達佛地



封面：〈種子·山〉局部 玻璃藝術 許文龍

民國六十八年十月創刊

出版者：人乘佛刊雜誌社

創辦人：聖開導師

發行人：李文達（釋大願）

社長：胡靖宇

總編輯：張碧員

編輯特助：羅麗卿、李綉珍

美術設計：徐偉

特約作家：蔡澤生、退思、覺一

吳泥、連寶猜、王卉娟

張純仁、章銘悅

美編特助：明月

攝影：釋果磐、淨雨、陳英文、慈眼

電話：（049）2896352・2896025

傳真：（049）2898193

社址：55541台灣南投縣魚池鄉東池村

東興巷24-8號

ADDRESS：

NO.24-8 TONG-HSING LANE,

TONG-CHIH VILLAGE, YU-CHIH HSIANG,

NAN-TOU COUNTY, TAIWAN, R. O. C.

法律顧問：趙建興律師

慈光山資訊網址電子報：

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

投稿信箱：zgs.editor@gmail.com

郵撥帳戶：人乘佛刊雜誌社

第0209280-2號

印刷者：中原造像股份有限公司

行政院新聞局局版台誌字第2126號

中華郵政中台字第15號執照登記為

雜誌交寄

凡夫十種力

文◎聖開導師 圖◎聿瑩



釋迦牟尼佛在祇樹給孤獨園時，曾對弟子們說，世間的人，有十種力：

一、自在王者力：世界上每一個國家的國王，是一國的元首，在其國內，無論到任何地方、任何處所，王之威力至上，都能一切滿

願，凡是有所需要，沒有缺乏，都能自在如意；所以，自在是王者之力。

二、斷事大臣力：大臣乃匡助國家元首處理朝政、辦理國事的臣輔，必須有判斷事理的能力；所以，斷事乃是大臣之力。

三、怨恨女人力：世間上的人，以女人的嫉妒心最為強烈。凡是讓她們生起了嫉妒之心，即深刻地怨恨於心，並有種種障礙、攻擊的現象產生出來，這種力量成事不足敗事有餘；所以，怨恨乃是女人之力。

四、啼泣嬰兒力：有人說哭是嬰兒的武器，凡是嬰兒，自母胎墮地，即呱呱大哭，無論是肚子餓了想吃奶、口渴了想喝水，或熱、或冷，或是身上的衣服不適、身體有病，或大小便，或希望大人逗弄他玩，因不會說話，一律以啼哭來讓母親或醫護人員為他們服務；所以，啼泣乃是嬰兒之力。

五、毀咎愚人力：世上有許多愚癡的人，當他們心中有所不滿時，很可能在背後造種種的口業，毀謗生非，以攻擊他們不滿的人。假若對方也是愚癡者，見了面，說不定就要咎責對罵；所以說，毀咎乃是愚人之力。



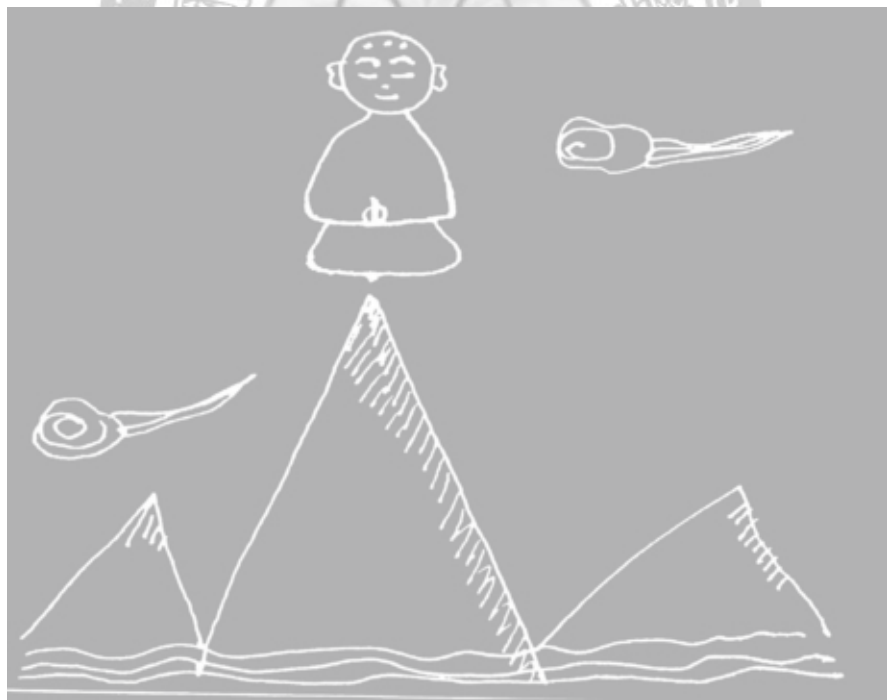
六、審諦點慧力：審是審察，諦是真正的道理。凡是有聰明智慧的人，遇事必以極冷靜的態度和寬大的心胸，審究其真實的義理何在；故，審諦是點慧者的力量。

七、忍辱出家力：忍辱，為六度之一。忍辱度瞋恚，唯有捨俗為僧的出家人，才能做到忍受一切侮辱、惱害和冷熱飢渴之苦；所以，忍辱是出家人之力。

八、計數多聞力：廣學多聞的人，經驗豐富，遇任何事件，即能思考和計劃處理事情；所以，能計算乃是多聞者之力。

九、機關工巧力：機關，以現代的名詞來說，叫做機械或機器。在工業發達的社會，一切工業技術的成果，以優良的產品利益世間；所以，機器就是工巧人之力。

十、刀劍賊盜力：為非作歹的土匪強盜，如果他們有了刀和劍之類的武器，即可遂其犯罪之目的；所以，刀劍乃是強盜竊賊之力。



悔施之報

文◎淨一 圖◎映芋

佛在舍衛國祇樹給孤獨園時，城中有位大長者，名叫摩訶男，沒有子嗣，遇患命終。當時的國法，若不生男，命終之後，家財悉數入官。因此之故，摩訶男長者所有的財產，全數歸國主所有。

有一日，波斯匿王滿身沙土來到佛所，禮佛後在一面坐。

佛問王說：「今日為何身體沾滿沙土，容顏不同往常，而來到此？」

波斯匿王回答佛說：「世尊！舍衛城中，有大長者，名叫摩訶男，昨日命終，因為沒有兒子故，所有財寶，盡入于官。我冒著風塵去查視其財寶，所以身沾塵土。」

佛問王說：「摩訶男真是大富者嗎？」

王即答言：「實在是，世尊！」

佛問：「如何大富？」

波斯匿王說：「金銀珍寶，數千億萬，不可稱計，況復餘財。摩訶男雖有珍寶，很多積儲，但因慳貪，吝惜不肯吃用；平常吃的，都是些雜糠粗食，穿著都是些粗衣，乘舊車，也未曾見他布施沙門、婆羅門，或是貧窮乞兒。」

佛說：「如此是愚人，不是善丈夫。為什麼呢？因為雖有財寶，不能開意正直受樂，又復不能供養父母及與妻子，也不賜與奴婢僕使，不時時施與沙門及婆羅門，也不求生天善報。」

佛告王曰：「此摩訶男，往昔時，於多伽羅瑟辟支佛所，曾種下微少善根，當時曾布施飲食，但不至心布施、不

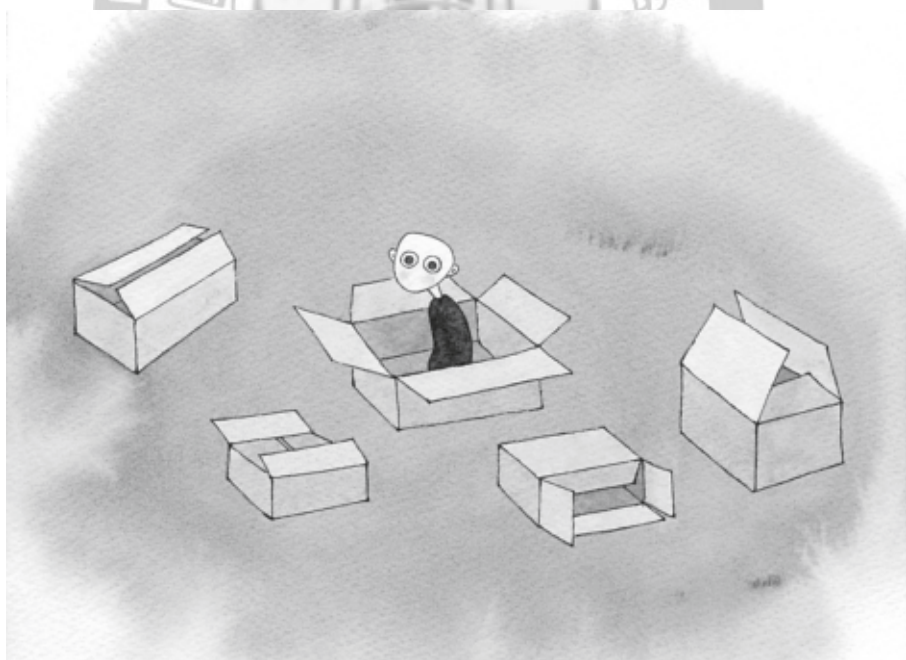


起信心布施、不親手布施、不恭敬布施，而是撩擲而與。布施後又生後悔之心，念言：『我之飲食，為何要施與此剃頭沙門，不如給家中的僕使。』後來他捨身後，得生舍衛城第一巨富大長者家。由於先世施食有悔心，感念今世不喜歡穿著好衣裳，也不喜歡吃美食，鞍馬車乘嚴飾之具，皆不喜歡。

大王當知，摩訶男於昔往日，家中豪富，為了錢財，殺死異母之弟，以此因緣，入於地獄，無量年歲，受諸苦惱。由是之故，錢財七返常沒於官。

摩訶男於多伽羅瑟辟支佛所施食的因緣，受福已盡，如大罪之人，捨身之後，入於地獄；摩訶男捨身，也是這樣，入於大叫喚地獄。」

波斯匿王聞言，又對佛說：「世尊！摩訶男捨身後實入





大叫喚地獄？」

佛言：「實入。」

波斯匿王聞已，悲泣流淚，整衣服，偏袒右肩，合掌說偈：

錢財穀帛并珍寶，奴婢僕使及眷屬，

一切無隨無隨者，亦不能取其少分。

為死所侵捨故尸，一切財寶雖羅列，
都無一物是儲有，亦復不能持少去。

為何物隨逐人，譬如有影隨其形，
善惡受報必不失，唯此隨人猶如影。

爾時，世尊以偈答言：

善惡隨逐人，譬如影隨形；隨其所趣向，未曾相捨離。
譬如少資糧，越險增苦惱；行惡亦如是，不能至善徑。
譬如豐資糧，安樂越險道；修福者亦爾，安隱至善處。
譬如久別離，至於曠遠處；安隱得還家，其心甚悅豫。
妻子及眷屬，歡喜極快樂；修善者亦爾，善業來迎接。
亦如離眷屬，會合得歡喜；是以應積善，當為後世故。
欲得後世福，應修行正行；今不被譏呵，後受於快樂。
佛說是已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

水里講堂落成啟用了

文◎大願法師



◎般若講堂◎

2024年6月2日，人乘寺水里講堂舉行「落成暨佛像開光法會」，正式啟用；距2021年4月6日動土法會，已整整三年。

興建緣起

1987年間，有位蕭居士到地藏殿設冤親債主牌位，因而認識了筆者。蕭居士皈依後，精進學佛，在住家頂樓設了人乘香堂。爾後，水里地區陸續又有十多位居士皈依，於是蕭居士發心提供





住家頂樓的香堂作為居士共修之處所。

共修居士日益增加，場地不敷使用，1993年4月14日遷至陳來興居士家，並正式成立「水里正興菩薩會」。陳居士住家偏遠，兩年後，賴清輝老居士發心提供位於市區的處所，作為菩薩會的共修處。

水里菩薩會共修處與文殊院，兩地相距12公里，車程半



小時。多年來，水里菩薩會護持僧團各種法會、活動，承領香積、行堂等執事，並協助埔里精舍法會時的交通指揮等。水里菩薩會，持續三十多年，每年年底舉辦「歲末和合餐」活動，邀請左鄰右舍與親朋好友齊聚一堂，共享美味的素食佳餚，廣結善緣。

早年，水里菩薩會有幾位年輕的居士，除了共修外，還去學素食烹飪、開素食自助餐廳，推廣素食，功德無量。

「法不孤起，仗境方生；道不虛行，遇緣即應。」數年前，筆者參加水里菩薩會的歲末和合餐，發現菩薩會共修的場所，在運作上有諸多不便之處，幾位老居士亦深有同感。



在僧團會議一致贊同通過下，開始著手尋覓適當土地，經半年多的實地勘察，選中現今的講堂用地。完成土地買賣後，開始新建工程的規劃設計、申請建照，各項手續完備後，開工興建。

水里地勢較低，開挖地基不到一米即見出水，只得停工，改採打樁工法；其間，又因 COVID-19 疫情的影響，工程進度緩慢，直到今年（2024）年會宣布落成暨佛像開光日期後，才正式展開內部的裝修，陸續添購殿堂所需的法物、用品，如期舉行隆重的落成啟用大典。

水里講堂，地形呈長方形，占地 345 平方米，三層面積共 556 平方米，綠瓦白牆，是僧團新成立的分支道場。

水里講堂，現已派有二位常住法師負責推動法務，廣度眾生。

漫話安忍

文◎蔡日新 圖◎聿瑩

我有一忘年的方外交，他便是本地的戒圓法師，此人圓寂至今有年矣。但我始終記得他老臨終前最會心的一言，那便是「我這一生什麼果也沒能證得，唯獨在忍辱上有所得焉」。說實話，在六波羅蜜中，但凡能證得一波羅蜜者，均是大徹大悟之高人，戒圓法師應該得償所願矣。當年，上人住持開福寺，寺中還有許多出家人，上人從不收徒，也不蓄資財，而寺中香客紛擾，多入後堂拜謁其他法師。一旦在家人攝入寺院，尤其是那些女菩薩們，她們往往管不住自己的嘴巴，有的人甚至當著戒圓法師面出言不遜。可戒圓上人從不生氣，也不解釋，總是笑呵呵地淡然處之，真有幾分道骨仙風。當時，我初入道，對於戒圓法師的處置方式頗不以為然，更無法理解他深邃的內心世界。隨著時世遷延，本人也垂垂老矣，此時對於上人當年的作風，方可領得其中一二。

從理上擺平苦痛，方能達到安忍

對於別人的侮辱，有時甚至是甚難承受的攻訐，要能做到安然忍受，並無怨懟，這是需要一段艱難修行才可實現的。起初，對於他人的毀謗或者刺耳的批評，總是難以接受，往往不免扼腕，甚至起身還擊。即便為了不弄僵關係，一時沒有暴怒，但也是色厲內荏，心裏總像揣著一個刺團，時刻有扎心的難受。對於別人的侮辱，真要能安忍，必須過事上與理上兩關，方可淡然處之。從事上說，別人羞辱我、攻訐我，甚至無端毀謗我，我若將之反施其身，則會加重對



方的怨懟，從而促使對方加倍地羞辱、攻訐或者毀謗我。為了不冤冤相報，暫時忍受一會，免得今後無止境的互撕，總是好事。這種理性的忍受雖能暫時平息事態，但對於受辱者不免總是耿耿於懷，心裏難免痛苦。只有明瞭佛陀因果之理，方可從理上擺平心裏的苦痛，從而達到真正的安忍。

早年我曾研習禪學，對於《楞伽師資記》這本書，自是翻閱數遍。其中介紹達摩祖師的「二入」、「四行」部分，我曾反復細讀，頗品得其中奧旨。姑錄相關文字如下：「云何報怨行？修道行人，若受苦時，當自念言，我從往昔無數劫中，棄本逐末，流浪諸有，多報怨憎，違害無限。今雖無犯，是我宿殃，惡業果熟，非天非人，所能見與，甘心忍受，都無怨訴。」讀完這段文字，對於嘯昔平白無故所遭毀謗，而今總算能安然接受了：因這「是我宿殃，惡業果熟，非天非人，所能見與」，因而只能安然接受，不怨天尤人了。到了此時，我心裏揣的那個刺團自然消逝，也就不再色厲內荏，更不會伺機報復了。這便是過理上這一關，只有過了這關，受辱之氣方平，才不感到難受。



避免舊業未消，又造新殃

很多事情，放在當時，大有翻江倒海之動盪，但若時

過境遷，許多事情並非那般重要，它只是「也無風雨也無晴」。記得蘇東坡曾有一首這樣的小詩：「廬山煙雨浙江潮，未至千般恨不消；到得還來別無事，廬山煙雨浙江潮。」很多事情無論當時如何緊要，但只要經過一段時間的洗禮，便不再那般要緊了，這便是「到得還來別無事，廬山煙雨浙江潮」。疇昔我研習禪學，在單位被稱為「不務正業」，一時非議紛紛，攻訐比比，各種打擊接踵而至。若在當時，確實難以承受，而今時過境遷，反觀疇昔，不過是數點塵埃落入我懷，輕輕揮之即可。民間盛傳寒山與拾得的對話，頗有意思，其大意是：寒山問曰：「世間有人謗我、欺我、辱我、笑我、輕我、賤我、惡我、騙我，該如何處之乎？」拾得答曰：「只需忍他、讓他、由他、避他、耐他、敬他、不要理他，再待幾年，你且看他。」對於平白無故的受辱，我們承受時當作「我自宿作，今當受報」之想，自可平得心中不平之氣。若是非我宿作，又當如何？則自然如拾得所說「再待幾年，你且看他」。因為世間沒有無緣無故的怨報，你若往昔沒有構怨，則別人必然種下來日苦果，他時果熟自會受報，又何須以睚眦回報呢？

拉雜說了許多，大抵是年老話多，不免囉嗦。在此，老朽謹勸同仁安忍，即便當時忍受有些為難，也得把它當作苦行來修。切不可一語惡言便以羅剎相報，那可真是「火燒功德林」呀！對於自己，對於施加惡語者，均無好報。古語所謂「忍得一日之氣，免得百日之憂」，也未嘗不是對我們有益的箴言。可見，安忍非但可以避免互撕，維繫正常的社會人際關係，同時也可以避免自己舊業未消，又造新殃呀。

《佛說善生經》白話講・ 讀後心得

慈光山人文獎大專學生獎助學金大學組題目，自2007年起，改為閱讀慈光山開山聖開老和尚著作的《佛經白話解》讀後心得，迄今已累積數百篇文章，擬定每期刊登5～6篇指定閱讀的一部經文讀後心得。

佛陀在各經文中曾多次論述過佛教的家庭和社會倫理觀。本期經名《佛說善生經》，更是專門論述家庭倫理關係的一部重要經典。各篇作者都能從自身生活體驗經中智慧，並獲得增益與鼓勵，佛陀教言果如晨鐘暮鼓，在塵世中時時給予人們力量。



《佛說善生經》經文

我聞如是：

一時，佛遊王舍城，在饒蝦蟆林。

爾時，善生居士子，父臨終時，因六方故，遺勅其子，善教善訶曰：「善生！我命終後，汝當叉手向六方禮：『東方若有眾生者，我盡恭敬、供養、禮事彼。我盡恭敬、供養、禮事彼已，彼亦當恭敬、供養、禮事我。如是南方、西方、北方、下方、上方，若有眾生者，我盡恭敬、供養、禮事彼。我盡恭敬、供養、禮事彼已，彼亦當恭敬、供養、禮事我。』」

善生居士子聞父教已，白父曰：「唯。當如尊勅。」

於是，善生居士子，父命終後，平旦沐浴，著新芻磨衣，手執生拘舍葉，往至水邊，叉手向六方禮：「東方若有眾生者，我盡恭敬、供養、禮事彼。我盡恭敬、供養、禮事彼已，彼亦當恭敬、供養、禮事我。如是南方、西方、北方、下方、上方，若有眾生者，我盡恭敬、供養、禮事彼。我盡恭敬、供養、禮事彼已，彼亦當恭敬、供養、禮事我。」

彼時，世尊過夜平旦，著衣持鉢，入王舍城而行乞食。世尊入王舍城乞食時，遙見善生居士子平旦沐浴，著新芻磨衣，手執生拘舍葉，往至水邊，叉手向六方禮：「東方若有眾生者，我盡恭敬、供養、禮事彼。我盡恭敬、供養、禮事彼已，彼亦當恭敬、供養、禮事我。如是南方、西方、北方、下方、上方，若有眾生者，我盡恭敬、供養、禮事彼。我盡恭敬、供養、禮事彼已，彼亦當恭敬、供養、禮事我。」

世尊見已，往至善生居士子所，問曰：「居士子！受何沙門梵志教，教汝恭敬、供養、禮事，平旦沐浴，著新芻磨衣，手執生拘舍葉，往至水邊，叉手向六方禮：『東方若有眾生者，我盡恭敬、供養、禮事彼。我盡恭敬、供養、禮事彼已，彼亦當恭敬、供養、禮事我。如是南方、西方、北方、下方、上方，若有眾生者，我盡恭敬、供養、禮事彼。我盡恭敬、供養、禮事彼已，彼亦當恭敬、供養、禮事我耶？』」

善生居士子答曰「世尊！我不受餘沙門梵志教也。世尊！我父臨命終時，因六方故，遺勅於我，善教善訶曰：『善生！我命終後，汝當叉手向六方禮：東方若有眾生者，我盡恭敬、供養、禮事彼。我盡恭敬、供養、禮事彼已，彼亦當恭敬、供養、禮事我。如是南方、西方、北方、下方、上方，若有眾生者，我盡恭敬、供養、禮事彼。我盡恭敬、供養、禮事彼已，彼亦當恭敬、供養、禮事我。』」

世尊！我受父遺教，恭敬、供養、禮事故，平旦沐浴，著新芻磨衣，手執生拘舍葉，往至水邊，叉手向六方禮：『東方若有眾生者，我盡恭敬、供養、禮事彼。我盡恭敬、供養、禮事彼已，彼亦當恭敬、供養、禮事我。如是南方、西方、北方、下方、上方，若有眾生者，我盡恭敬、供養、禮事彼。我盡恭敬、供養、禮事彼已，彼亦當恭敬、供養、禮事我。』」

世尊聞已，告曰：「居士子！我說有六方，不說無也。居士子！若有人善別六方，離四方惡不善業垢，彼於現法可敬可重，身壞命終，必至善處，上生天中。

居士子！眾生有四種業、四種穢。

云何為四？居士子！殺生者，是眾生業種、穢種；不與取、邪淫、妄言者，是眾生業種、穢種。於是，世尊說此頌曰：

『殺生不與取，邪淫犯他妻，所言不真實，慧者不稱譽。』

居士子！人因四事故，便得多罪。云何為四？行欲、行恚、行怖、行癡。於是，世尊說此頌曰：

『欲恚怖及癡，行惡非法行，彼必減名稱，如月向盡沒。』

居士子！人因四事故，便得多福。云何為四？不行欲、不行恚、不行怖、不行癡。於是，世尊說此頌曰：

『斷欲無恚怖，無癡行法行，
彼名稱普聞，如月漸盛滿。』

居士子！求財物者，當知有六非道。云何為六？一曰種種戲求財物者為非道、二曰非時行求財物者為非道、三曰飲酒放逸求財物者為非道、四曰親近惡知識求財物者為非道、五曰常喜妓樂求財物者為非道、六曰懶惰求財物者為非道。

居士子！若人種種戲者，當知有六災患。云何為六？一者負則生怨、二者失則生恥、三者負則眠不安、四者令怨家懷喜、五者使宗親懷憂、六者在眾所說人不信用。居士子！人博戲者，不經營作事，作事不營，則功業不成；未得財物，則不能得；本有財物，便轉消耗。

居士子！人非時行者，當知有六災患。云何為六？一者不自護、二者不護財物、三者不護妻子、四者為人所疑、五者多生苦患、六者為人所謗。居士子！人非時行者，不經營作事，作事不營，則功業不成；未得財物，則不能得；本有財物，便轉消耗。

居士子！若人飲酒放逸者，當知有六災患。一者現財物失、二者多有疾患、三者增諸鬭諍、四者隱藏發露、五者不稱不護、六者滅慧生癡。居士子！人飲酒放逸者，不經營作事，作事不營，則功業不成；未得財物，則不能得；本有財物，便轉消耗。

居士子！若人親近惡知識者，當知有六災患。云何為六？一者親近賊、二者親近欺誑、三者親近狂醉、四者親近放恣、五者逐會嬉戲、六者以此為親友，以此為伴侶。居士子！若人親近惡知識者，不經營作事，作事不營，則功業不成；未得財物，則不能得；本有財物，便轉消耗。

居士子！若人憙伎樂者，當知有六災患。云何為六？一者憙聞歌、二者憙見舞、三者憙往作樂、四者憙見弄鈴、五者憙拍兩手、六者憙大聚會。居士子！若人憙伎樂者，不經營作事，作事不營，則功業不成；未得財物，則不能得；本有財物，便轉消耗。

居士子！若有懶惰者，當知有六災患。云何為六？一者大早不作業、二者大晚不作業、三者大寒不作業、四者大熱不作業、五者大飽不作業、六者大飢不作業。居士子！若人懶惰者，不經營作事，作事不營，則功業不成；未得財物，則不能得；本有財物，便轉消耗。於是，世尊說此頌曰：

種種戲逐色，嗜酒憙作樂，親近惡知識，懶惰不作業，
放恣不自護，此處壞敗人。行來不防護，邪婬犯他妻，
心中常結怨，求願無有利，飲酒念女色，此處壞敗人。
重作不善行，佞戾不受教，罵沙門梵志，顛倒有邪見，

凶暴行黑業，此處壞敗人。自乏無財物，飲酒失衣被，
負債如涌泉，彼必壞門族。數往至酒罇，親近惡朋友，
應得財不得，是伴黨為樂。多有惡朋友，常隨不善伴，
今世及後世，二俱得敗壞。人習惡轉減，習善轉興盛，
習勝者轉增，是故當習勝。習昇則得昇，常逮智慧昇，
轉獲清淨戒，及與微妙上，晝則喜眠臥，夜則好遊行。
放逸常飲酒，居家不得成，大寒及大熱，謂有懶惰人。
至竟不成業，終不獲財利，若寒及大熱，不計猶如草。
若人作是業，彼終不失樂。』

居士子！有四不親而似親。云何為四？一者知事非親似如親、
二者面前愛言非親似如親、三者言語非親似如親、四者惡趣伴非親
似如親。

居士子！因四事故，知事非親似如親。云何為四？一者以知事
奪財、二者以少取多、三者或以恐怖、四者或為利狎習。於是，世
尊說此頌曰：

人以知為事，言語至柔軟，怖為利狎習，知非親如親，
常當遠離彼，如道有恐怖。

居士子！因四事故，面前愛言非親似如親。云何為四？一者制
妙事、二者教作惡、三者面前稱譽、四者背說其惡。於是，世尊說
此頌曰：

若制妙善法，教作惡不善，對面前稱譽，背後說其惡。
若知妙及惡，亦復覺二說，是親不可親，知彼人如是，
常當遠離彼，如道有恐怖。

居士子！因四事故，言語非親似如親。云何為四？一者認過去
事、二者必辯當來事、三者虛不真說、四者現事必滅，我當作不作
認說。於是，世尊說此頌曰：

認過及未來，虛論現滅事，當作不作說，知非親如親，
常當遠離彼，如道有恐怖。

居士子！因四事故，惡趣伴非親似如親。云何為四？一者教種
種戲、二者教非時行、三者教令飲酒、四者教親近惡知識。於是，
世尊說此頌曰：

教若干種戲，飲酒犯他妻，習下不習勝，彼滅如月盡，
常當遠離彼，如道有恐怖。

居士子！善親當知有四種。云何為四？一者同苦樂，當知是善親。二者愍念，當知是善親。三者求利，當知是善親。四者饒益，當知是善親。

居士子！因四事故同苦樂，當知是善親。云何為四？一者為彼捨己、二者為彼捨財、三者為彼捨妻子、四者所說堪忍。於是，世尊說此頌曰：

捨欲財妻子，所說能堪忍，知親同苦樂，慧者當狎習。

居士子！因四事故愍念，當知是善親。云何為四？一者教妙法、二者制惡法、三者面前稱說、四者却怨家。於是，世尊說此頌曰：

教妙善制惡，面稱却怨家，知善親愍念，慧者當狎習。

居士子！因四事故求利，當知是善親。云何為四？一者密事發露、二者密不覆藏、三者得利為喜、四者不得利不憂。於是，世尊說此頌曰：

密事露不藏，利喜無不憂，知善親求利，慧者當狎習。

居士子！因四事故饒益，當知是善親。云何為四？一者知財物盡、二者知財物盡已便給與物、三者見放逸教誨、四者常以愍念。於是，世尊說此頌曰：

知財盡與物，放逸教愍念，知善親饒益，慧者當狎習。

居士子！聖法律中有六方。東方、南方、西方、北方、下方、上方。居士子！如東方者，如是子觀父母，子當以五事奉敬供養父母。云何為五？一者增益財物、二者備辦眾事、三者所欲則奉、四者自恣不違、五者所有私物盡以奉上。子以此五事奉敬供養父母，父母亦以五事善念其子。云何為五？一者愛念兒子、二者供給無乏、三者令子不負債、四者婚娶稱可、五者父母可意所有財物盡以付子。父母以此五事善念其子。

居士子！如是東方二俱分別。居士子！聖法律中東方者，謂子、父母也。居士子！若慈孝父母者，必有增益則無衰耗。

居士子！如南方者，如是弟子觀師，弟子當以五事恭敬供養於

師。云何為五？一者善恭順、二者善承事、三者速起、四者所作業善、五者能奉敬師。弟子以此五事恭敬供養於師，師亦以五事善念弟子。云何為五？一者教技術、二者速教、三者盡教所知、四者安處善方、五者付囑善知識。師以此五事善念弟子。

居士子！如是南方二俱分別。居士子！聖法律中南方者，謂弟子、師也。居士子！若人慈順於師者，必有增益則無衰耗。

居士子！如西方者，如是夫觀妻子，夫當以五事愛敬供給妻子。云何為五？一者憐念妻子、二者不輕慢、三者為作瓔珞嚴具、四者於家中得自在、五者念妻親親。夫以此五事愛敬供給妻子，妻子當以十三事善敬順夫。云何十三？一者重愛敬夫、二者重供養夫、三者善念其夫、四者攝持作業、五者善攝眷屬、六者前以瞻侍、七者後以愛行、八者言以誠實、九者不禁制門、十者見來讚善、十一者敷設床待、十二者施設淨美豐饒飲食、十三者供養沙門梵志。妻子以此十三事善敬順夫。

居士子！如是西方二俱分別。居士子！聖法律中西方者，謂夫、妻子也。居士子！若人慈愍妻子者，必有增益則無衰耗。

居士子！如北方者，如是大家觀奴婢使人，大家當以五事愍念給恤奴婢使人。云何為五？一者隨其力而作業、二者隨時食之、三者隨時飲之、四者及日休息、五者病給湯藥。大家以此五事愍念給恤奴婢使人，奴婢使人當以九事善奉大家。云何為九？一者隨時作業、二者專心作業、三者一切作業、四者前以瞻侍、五者後以愛行、六者言以誠實、七者急時不遠離、八者行他方時則便讚歎、九者稱大家庶幾。奴婢使人以此九事善奉大家。

居士子！如是北方二俱分別。居士子！聖法律中北方者，謂大家、奴婢使人也。居士子！若有人慈愍奴婢使人者，必有增益則無衰耗。

居士子！如下方者，如是親友觀親友臣，親友當以五事愛敬供給親友臣。云何為五？一者愛敬、二者不輕慢、三者不欺誑、四者施與珍寶、五者拯念親友臣。親友以此五事愛敬供給親友臣，親友臣亦以五事善念親友。云何為五？一者知財物盡、二者知財物盡已供給財物、三者見放逸教誨、四者愛念、五者急時可歸依。親友臣

以此五事善念親友。

居士子！如是下方二俱分別。居士子！聖法律中下方者，謂親友、親友臣也。居士子！若人慈愍親友臣者，必有增益則無衰耗。

居士子！如上方者，如是施主觀沙門梵志，施主當以五事尊敬供養沙門梵志。云何為五？一者不禁制門、二者見來讚善、三者敷設床待、四者施設淨美豐饒飲食、五者擁護如法。施主以此五事尊敬供養沙門梵志，沙門梵志亦以五事善念施主。云何為五？一者教信行信念信、二者教禁戒、三者教博聞、四者教布施、五者教慧行慧立慧。沙門梵志以此五事善念施主。

居士子！如是上方二俱分別。居士子！聖法律中上方者，謂施主、沙門梵志也。居士子！若人尊奉沙門梵志者，必有增益則無衰耗。

居士子！有四攝事。云何為四？一者惠施、二者愛言、三者行利、四者等利。於是，世尊說此頌曰：

惠施及愛言，常為他行利，眾生等同利，名稱普遠至，此則攝持世，猶如御車人。若無攝持者，母不因其子，得供養恭敬，父因子亦然，若有此法攝，故得大福祐。照遠猶日光，速利翻捷疾，不羸說聰明，如是得名稱。定獲無功高，速利翻捷疾，成就信尸賴，如是得名稱。常起不懶惰，惠施人飲食，將去調御正，如是得名稱。親友臣同恤，愛樂有齊限，謂攝在親中，殊妙如師子。初當學技術，於後求財物，後求財物已，分別作四分。一分作飲食，一分作田業，一分舉藏置，急時赴所須，耕作商人給，一分出息利，第五為取婦，第六作屋宅。家若具六事，不增快得樂，彼必饒錢財，如海中水流。彼如是求財，猶如蜂採花，長夜求錢財，當自受快樂。出財莫令遠，亦勿令普漫，不可以財與，兇暴及豪強。東方為父母，南方為師尊，西方為妻子，北方為奴婢，下方親友臣，上沙門梵志。願禮此諸方，二俱得大稱，禮此諸方已，施主得生天。

佛說如是，善生居士子聞佛所說，歡喜奉行。

學習中醫，以四攝法度眾

文◎姚冠羽 攝影◎豆子

人生的大海，並不平靜，我願意與波濤對抗，儘管一失足就是萬丈深淵，儘管一剎那就大雨滂沱，我也不要站在甲板上假裝風平浪靜，也不要扔下重重的船錨就此躊躇不前。

將中醫理念深入世界各地

身為未來的中醫師，抑或是薩伊德《知識分子論》所說的：「知識分子，應當具有為真理而獻身的精神，對人生、對社會、對事業抱有一種使命感和正義感，並具有批判的自我意識。他們是社會與時代的代言人，奮力爭取公眾利益，懷疑批判不公不義，直到人心安頓，直到社會秩序安定。」傳達正確的價值觀，帶領大家度過難關是我現在生涯規劃中的一部分，我熬過了人生最黑暗的時期，也毫不畏懼地正面迎擊下一個苦難，運用經典中學習到的四攝法，以「布施、愛語、利行、同事」等四種方法來度眾，藉由自己微薄的力量，分享自己所學，幫助水深火熱的人們，改變社會的亂象，為我們的家園做些貢獻。

自從現代科學的誕生，架構在東方或是世界各地傳統醫學之上的西方醫學，以「微觀的生物醫學」模式，在近一、二世紀以飛快的速度發展，歐洲傳統醫學近乎消失，也有一說是與現今的西醫融合了。然而，東方傳統醫學，也就是我現在所學的「中醫」，它的存在如普遍的宗教信仰一樣，歷經長久的生活實踐，不斷反覆積累，匯結而逐漸形成具有獨特理論風格的醫學體系，甚至有同仁將其理論貫通中西方，

在對等的實驗與研究下，證實這是一門影響力極深、又富含人生哲理的學問，尤其是在傳統中草藥物與個體差異性的觀念，發揮的淋漓盡致，在醫療層面則更具價值。重點是「如何分享中醫的價值」、「如何將中醫的理念深入世界各地」，就如《佛說善生經白話講》中提到：「惠施及愛語，常為利他行，眾生等同利，名稱普遠至；此則攝持世，猶如御車人。」亦如《華嚴經》所說：「若能成就四攝法，則與眾生無限利。」

用藥蘊含教育理念

我毫不猶豫地跟隨學校的義診部參加了許多國內志願中醫醫療服務的義診活動，服務地點大多在屏東楓港社區、台



南佳里區、台南西港慶安社區、高雄茄定區，將自己對醫學的了解、對佛學的體悟、對教育的想法，藉由「先以欲鉤牽，後令入佛智」，一點一滴傳達給眾多需要救助的人們，達到社會、心靈、醫療三大體系的結合。

在本系的教科叢書

《用藥心得十講》中有一段提及：「重用熟地等滋膩的補藥時，配一點砂仁，可以免除滋補藥物妨害消化、降低食慾的副作用。」前人又有砂仁拌炒熟地的手法，既可以避免熟地滋膩傷胃之弊，又可以引熟地之藥性歸入腎經，達到更深遠的療效；這是我與學長姐一同跟診的林醫師時常告誡我們的一個用藥觀念，其中又蘊含深奧的教育理念。

中醫學子面臨兩大問題

教育體系不健全：由於各門各派的傳統醫學學說皆有優缺點與保存的價值，以用藥、針灸、脈學來說，就有五門十派了，這樣勢必會讓學生在知識接收上很難有一個中心思想，臨床醫師帶給我們的都是他們歷經三、四十年以上的醫案，背後除了有中醫理論架構之外，也都刊登在國際醫學雜誌上，我們經驗甚少，無從對這些醫案作出批判性思考，僅能抄寫與強記，雖課程豐富廣泛但都不深入，容易遭人批評或戲稱中醫是一門「玄學」。相反地，西方醫學已經融合出一套標準化治療，並且分門別類，加強專科醫生的培訓，現今才能成為「醫療顯學」。

傳承的方式不完善：佛陀說：「做弟子的人，應當以五種事恭敬供養於師，是那五事呢？一善恭順、二善承事、三速起、四所作業善，師心甚喜、五奉敬師。」過去的中醫與師承講究「師徒制」，在這之前學生要有好的學習態度、工作效率和社交手腕，才能有緣跟著大師走。有句話說：「人生四大遺憾之事，以少子無良師為首。」說明人的一生，「擇師」非常重要。反之，「老師亦以五事善念弟子」，所以我的老師從原本執業的桃園地區醫院特地南下到自己的家鄉高雄大樹區開業，就是為了造福鄉民，並且積極與學校合作，分享醫術，回饋社會。教育家或所謂的知識分子，應該如中藥砂仁一樣磨掉稜角，讓傳承者的能力發光發熱無限延伸。

幫助需要的人

四攝之末「同事攝」，用意是「以法眼觀察一切眾生之根器，認有可度者，跟他同苦同樂，共同做事，發生好感」。在習醫的過程中，常流傳一件神奇的事情，就是當你特別研究某種疾病與醫療行為時，這星期就會出現照著「教科書」



生病的患者，我們當然一笑置之。「緣分」，是人與人、人與事、人與物及人與世間無形的連結，當你的修為達到一定的廣度與深度時，「同事攝」的度眾方法已經悄然發生。

目前我的生涯規劃就是幫助需要幫助的人，無論貧賤富貴、老幼美醜、宗教背景、仇人親人、親密還是點頭之交、漢族還是少數民族、愚笨還是聰明的人，一律同等看待，更萬萬沒想到我的生涯規劃與跟診的林老師不謀而合。記得在2021年9月28日，那是第三次與林老師做學術上的交流，老師透露他計劃將中醫師、西醫師（包含神經外科與內科醫師）、護理人員、物理治療師、語言治療師、職能治療師、推拿師、社工師、神職人員、後勤人員（包含會計師與行政人員）等志同道合的人，集結成一個巡迴台灣的醫療團體，主要治療的項目是「失智、失能、精神異常」的特殊患者，藉由長期治療與集中管理的模式提供患者與家屬更完善的醫療品質，解決人力短缺的問題，與「無國界醫生」的國際醫

療人道救援組織理念一樣，極力救助遭逢戰爭、傳染病和天災，以及遭排拒於醫療體系以外的人群提供緊急醫療援助。

《轉法輪集》中也提及：「此菩薩乘於方便波羅蜜船，行於實際海，以願力故不證涅槃，以深淨心成就身、語、意業。」從小我歷經人生中的不公不義，但我還是勇敢地站起來了，而且幸運地在習醫的路上遇到許多術德兼備、充滿教學熱忱的好醫師，將畢生所學教導學生和分享給同道。

醫術與哲理並存

記得看過一張海報，寫著：「是誰在我的皮膚上劃開一道傷痕？是誰炸開我的心臟插入導管？是誰把我的五臟六腑掏空停入飛機？又是誰熨過瀝青把部落切成兩半？連下了好多天的雨，台灣被過度開發的山正在崩壞……」這是一群原住民朋友以此為號召，爭取捍衛自己的家園，在凱達格蘭大道上舉辦音樂會向政府訴求並提醒人們大自然的資源即將耗竭；此時我才真正意識到環境保育的重要性，也真正開始想為家園、為世界做些努力。

人們常會被詬病「以己利為優先」，但我覺得世界上還有很多的聲音我們沒聽見、也沒意識到，所以希望大家在遇到問題時，將其攤在陽光下以利及時救援。

感謝聖開法師所述的《佛說善生經白話講》給了我生涯上的啟示，中醫師這個行業是醫術與哲理並存的，同時也是大愛的散播，期許自己能激發對學習的熱愛，肯定自我，關懷弱勢，分享正確的醫療知識，以熱忱的服務回饋社會。

佛教沒有我以為的遙遠

文◎張奕 圖◎聿瑩

「佛法當真是無所不在！」讀完《佛說善生經白話講》後，對佛教之所以為世界三大宗教之一感到佩服。由於家中並無長輩皈依，一直以來都認為自己與佛教無緣。然而，事實真是如此嗎？

當你凝視深淵，深淵也在凝視你

佛教從印度傳入中國，與中國本土宗教交涉後，對社會及文化產生深遠的影響，各種文學創作和人格思想，多少都有佛教思想的影子，我等因此不知不覺中默默接觸了不少與佛教有關的書籍或文章。舉例來說，家喻戶曉的經典名著《西遊記》，便是一本與佛教密不可分的神話小說。隨著年歲漸長，漸漸明白《西遊記》中的妖魔鬼怪、九九八十一難，不只是小說中唐僧一行人的冒險阻礙，更象徵著人在一生中無可逃避的劫難及每個階段所面臨的貪、瞋、癡考驗。即便是活在世間的凡人，想要有唐僧的堅忍和毅力，讓一生圓滿、不留遺憾，實在不是件易事。

讀過《佛說善生經白話講》後，我認為佛教的價值觀很能塑造人的品行，如同佛陀對善生居士子說的：「眾生有四種業碰不得，犯殺生、偷盜、邪淫、妄語的人，不僅無人褒獎，更是為自己造下無可挽回的惡業。」經典中，佛陀告訴世人，只要做到「斷除貪欲，沒有瞋恚，不行恐怖，沒有愚癡的行為」，就能圓滿無缺。但，現今令人髮指的社會案件層出不窮，難道那些犯惡業的人未曾想過改惡行善？我不禁思

索，若欲身體力行、貫徹其言，該如何才能如法，且時刻警醒自己呢？有句名言為我解惑，就是德國哲學家尼采所言：「當你凝視深淵時，深淵也在凝視你。」生活中所遇到的各種挑戰和誘惑，都可視為一種深淵，也就是所謂的「業」。我們不能逃避，且要正視它，只有如此，才能察覺它的侵蝕，避免被其佔據心靈，淪為業的承擔者。應當時時謹記佛陀所言：「斷欲無患怖，無癡行法行，彼名聲普聞，如月漸盈滿。」讓佛陀教言有如晨鐘暮鼓般，在塵世中給予我們力量。

最被輕忽的是懶惰六患

如何才能圓滿人生？災禍又要如何應付？都是人人得面對的問題。畢竟，災禍無所不在，稍有不慎，一失足便成千古恨。

根據《佛說善生經白話講》，佛陀揭示人有四十二種災患，分別為六種非財、賭博六患、非時行六患、飲酒六患、親近惡友六患、玩樂六患及懶惰六患，最令我感悟的當屬懶惰六患。四十二災患中，最容易被輕忽的就是懶惰六患。對我來說，飲酒、貪財、賭博等，都是早已保持距離，不可能犯下的禍患。然而，懶惰不同，我常被其困於現實生活中。懶惰雖然不危害他人，卻是評斷是否能對自己負責的指標。

好逸惡勞雖是人的天性，但不代表能讓怠惰合理化。無所事事地揮霍時光，是對生命的一種褻瀆，若人長期怠惰，會更難踏出舒適圈。理解佛陀所說的懶惰六患後，加強了我克服



此患的決心。

第二個讓我有所感悟的便是親近惡友六患。古人有云：「近朱者赤，近墨者黑。」至聖先師孔子也曾說過：「與善人居，如入芝蘭之室，久而不聞其香，即與之化矣。與不善人居，如入鮑魚之肆，久而不聞其臭，亦與之化矣。」不論親近之人為善或惡，我們皆會因此深受影響並被同化。因此，若與欺騙取巧、荒廢正事、胡作非為的人來往，會帶來不好的習慣和思想，甚至塑造出扭曲的價值觀，使我們遭受連累，終將受到損害。

從小家中的教育就希望我能廣闊交友，藉由認識各種人來增進知識和拓寬視野，但與人交往的過程中，要保有自我判斷能力，嚴格評斷及篩選親近之人，才能從中精進、督促自我成長。

希望被如何對待，先要如此待人

除了學習了佛陀擇交的道理，我對六方表法也十分有感。佛陀對善生居士子說的：「有六方，不能說沒有六方。」究竟是什麼意思呢？原來六方分別各有表示：東方表父母、

南方表師生、西方表夫妻、北方表主僕、下方表親友、上方表敬僧。我們周遭有這麼多不同身分的人，都該表示尊重及保持友善的心。這是推己及人的想法，我們希望如何被對待，先要如此對待他人，就像孝順父母是應該做的，但父母也要對子女負責和尊重子女的選擇。我雖很感謝親人對我的



養育之恩，讓我無憂無慮地成長，但在親子相處的過程中，常意見不同，在原本互相不理解的狀況下，我們都會好好溝通以達到某個平衡點。另外，佛陀也提到父母「愛念兒子」的心，正因為親子間有著血緣的羈絆，父母才會如此掛念子女。我們更應隨時謹記父母的忠告，好好照顧自己，不讓父母操心，也時時留意父母的健康；畢竟世事難料，唯有在乎的人平安健康，人生才可說是圓滿。

佛教思想一直在我心中

佛陀的智慧，如同亮光般引導人們往正道前行。讀完經典後，赫然發現我其實與佛教之間的距離不遠，佛教的思想，與現實中追求的理想人生該抱持的態度相互契合。因為佛教的圓融，所闡述的觀點和價值觀，能與不同宗教信仰的人互不衝突，甚至有著更加包容的胸襟，尤其是經中最後一段的四攝：「惠施、愛語、利行和同事」。社會上，若有願向他人伸出援手救濟困苦的人、願用言語感化鼓勵受挫者的人、願意身體力行行一切善事的人，以及願意與他人同苦同樂的人，這些善人，除了能幫助人們更加認識佛教，也會給社會帶來正能量，使世界變得更有希望。

最後，我認為佛教的思想一直都在我的心中，佛教並沒有我原以為的遙遠。佛教的道理和思想十分圓融，能廣納不同宗教並將佛陀的智慧流傳至今。千百年來，佛教對整個社會有著莫大的影響力，也推動著人們繼續往美好圓滿的世界前進。作為一個求知者，我從中理解了許多意義重大的道理；作為一名非佛教徒，我對佛教的印象有所改觀和新的認識。在此之後，堅信每一次經過佛寺、看到佛教經典，我會燃起比以往更熾熱的心，去接受佛教的思想與佛教相關的知識。

一生讀經，一生悟

文◎林郁雯 圖◎聿瑩

聖開法師非常有智慧，他從寓言故事的角度展開了《佛說善生經白話講》。誰不愛聽故事呢？尤其是那好久、好久以前的故事，像童年時媽媽說給我聽的故事。我的思緒一下子就跟隨著文字、佛陀的言語，回到孩提時代，不僅想起了媽媽，還想起了那無緣的爸爸，陌生的父親。

或許這不是一件多麼值得提起的事，但佛陀的諄諄教誨中，「親近惡友六患」似乎困擾了父親的後半生，這條禍患開啟了他餘生的悲劇。

父親從不可憎，只是陌生

記得當時還小，媽媽一個人帶著我和哥哥回外婆家，我不免疑問：「爸爸呢？」從小便和爸爸聚少離多，好奇心的驅使，讓我知道爸爸是在工作的廠內結交了經中所謂的「欺誑」、「狂醉」之類的朋友，從此一蹶不振。但從媽媽的言語裡感受得出，她希望在我 and 哥哥的心裡，爸爸是一個和善、溫暖的人。媽媽總說：「那是大人的事，爸爸是個非常好的人，只是現在遇到了一些困難。」接著還會說起他們剛交往時的情景、爸爸體貼的一面。所以，父親的模樣，對我而言從不可憎，只是陌生。也是從那個時候開始，體會到母親的溫柔和用心良苦，苦水寧願自己吞，也不願意將困頓之事影響年幼兒女的心靈。對於孩子，母親做到了「愛念兒子」；對於父親，也做到了「善念其夫」。在母親眼裡，父親始終是那麼的好，從無責怪和謾罵，壓力自己一肩扛下。

年紀漸長後才知，毀了父親的是「賭博六患」。那些酒肉朋友，帶他去賭場，以詐騙手段讓父親先贏一陣子，沉迷其中後，債務纏身，驗證了「賭博六患」中的「負則生怨」、「負則眠不安」、「使宗親懷憂」。媽媽從此扛下家計，身兼父職，辛苦奔波，養我和哥哥，在家又要擔起教育之責，做到了「供給無乏」。母親一手拉拔我和哥哥長大，青春歲月完全給了我和哥哥，我該如何回報她呢？如何做到「所欲則奉」呢？那時，哥哥站了出來，為家庭、為媽媽放棄求學機會，投入公職。我暗下決心，努力向學，既為了幫哥哥實現他未能完成的夢想，也要為媽媽爭光。

父親最後的身教

國學大師王國維在《人間詞話》曾言：「古今之成大事業、大學問者，必經過三種境界，『昨夜西風凋碧樹，獨上高樓，望盡天涯路。』此第一境界也。」雖說求學歷程艱難，但當時的我好似處在第一境界，找到了方向、目標，獨自站上高樓台，望向遠方，卻不知盡頭何在？雖然迷茫，路卻必須走完。

爸爸的生命，終結在「飲酒六患」。某天，媽媽幫我向學校請假，回家路上，媽媽平靜地說：「爸爸車禍過世了，酒駕自己摔倒的。」父親欠下賭債後，酗酒成性，總是醉醺醺的模樣；我當然相信他是媽媽口中那個善良溫暖的人，只是，也只是如此罷了。如今他離開了，我對他只會更加陌生，心裡的悲傷一時不知如何釋放；還是，該有悲傷嗎？「不熟悉的父親」走了，他用生命給了我最後、也最寫實的「身教」。據說，奶奶無法接受兒子的離去，一夜白髮。在那之後，父親的葬禮、我和哥哥的畢業典禮，還有人生中大大小小的事，都是媽媽、哥哥和我，三人一起走過。

我資質駑鈍，升學考試的最後衝刺，懸梁刺骨，又在興趣和科系間抉擇，最終選擇了文學和思想這條路，獨自離家到異鄉讀書，以「善恭順」、「善承事」為旨，兢兢業業踏上求學旅途，在中國思想史與其他經典文學、歷史淵源中，有幸得見佛法的行跡。沉浸書海的我，愛上這個大學城，卻也減少了回家陪伴媽媽的時間。

一本人生指南

距離，不可避免地造成了疏遠，猶如王國維所言的第二境界：「衣帶漸寬終不悔，為伊消得人憔悴。」日以繼夜地追求學業成就與忙碌學校事務，確實讓人「衣帶漸寬」、「人憔悴」，然而，迷茫之感為何偶爾還會浮現？是心還未能安定？刻意的忙碌，難道只是為了避免步上父親的後塵？幾年間的尋找答案，卻仍是庸庸碌碌；迷茫，如同針一般依然插在心間，終究還是在求學的路上迷失了。

而今大四，走到人生旅途的下一個十字路口，卻有幸因為做研究親近了弘一大師及其弟子豐子愷的作品，如今又接觸到《佛說善生經白話講》。若說前面二位大師是我佛學思想的啟蒙，《佛說善生經白話講》則是一本人生指南，藉著

佛陀之言，詳要地告誡世人如何行事、如何避免禍患。讀後深感這些年在世間的沉沉浮浮，太過干涉他人、太過執著，卻很少反思自省。《佛說善生經白話講》讓我開啟懷想，回顧短暫人生，剎那體悟「眾裡尋他千百度，驀然回首，那人卻在，燈火闌珊處」，王國維的第三境界瞬時一



湧而上。無論是悟道、或是發現珍愛的親人一直都在身旁，都帶給我深刻的感念，既令我雀躍，卻也懊悔不已，懊悔沒有及早體悟、及早發覺。父親用他的一生告誡我遠離那些「患」，母親則全力教會我如何行這些「善」。經中，佛陀也引導善生居士子要學會「四攝」，即「惠施」、「愛語」、「利行」、「同事」。這「四攝」雖說是要普及到眾生，但也應先從自律開始，及己、及親人、及愛人（夫妻）、及友人，再及眾生，遵循《佛說善生經白話講》這本人生指南，從小愛做起，再擴及成大愛，方能達到「惠施及愛語，常為利他行，眾生等同利，名稱普遠至」。

珍惜自己，擁抱家人，關愛世人

人生本就是一個又一個的故事交織而成。聖開法師的寓言故事，帶出了我的人生感念與懷想，帶給我一次悟道，以及成大事業、大學問者必經三境界的思想旅程。

經典向來與文學密不可分，它們承載著多少的人生故事？讀一個故事，讀出一生的旅程；悟一個道理，悟出貫徹一生的通透。於是我不再迷茫，因為已找到待人處事的方法，珍惜自己，擁抱家人，關愛世人，願世間之人所有行願皆得成就。

感恩聖開法師及推廣、保存此經書的人們。

佛法不遠，就在良善生活

文◎王隆廷 圖◎映芋

在我心中，佛法即是一種心法，迷信佛法，是因為對佛法的認知不足。在《佛說善生經白話講》中，善生老居士與善生居士子並不清楚祖傳迷信源於何方，亦不明白祖傳習慣是否有效，只因迷信就一味盲從祖傳慣例，這是錯誤的，應當破除迷信，修習正確佛法，從心中產生出力量，不被迷信所迷惑。

改惡行善，福報隨身

文中，佛陀向善生居士子解釋了何謂六方，破除了善生居士子的迷信，並鼓勵他學習和實行四種度眾的四攝法。佛陀說的六方眾生是什麼呢？東方表父母、南方表師生、西方表夫妻、北方表主僕、下方表親友、上方表敬僧，各自都有應盡的責任與義務。社會上，每個人都被賦予了不同的角

色；在家庭裡，我們可能為人父母，抑或兒女，如佛陀所說，各自都有所需肩負的責任，銘記在心，方能了解責任，才能解決社會秩序的混亂，達到家庭與社會的和諧。找到自身定



位，人生將充滿欣喜與祥和，反之，如果不懂做人處事的道理，世間就沒了希望，這是我從佛陀講示六方表法裡得到的啟發。

在這段佛陀首先講了四惡業，告誡善生居士子先要遠離四種惡行：第一種為殺生、第二種為偷竊、第三種是除了正式夫妻之外而行邪淫者、第四種為口出妄言造口業。倘若觸犯上述四種惡業，非但不會被人稱許讚歎，更容易犯下佛陀所說的四種穢垢不淨的惡業：貪欲、瞋恚、恐怖、愚癡。犯下這四種惡業的人，將來惡果一定會回報到自己身上；善行亦相同，做好事就會有好報。是否要改惡行善，由我們自己決定。

讀高中時，曾經歷過一件做好事得好報的例子。學校前方是一條大馬路，有一長達50公尺的斑馬線，通行時間卻只有25秒，年輕人可以小跑步通過，但對行動緩慢的老人來說，簡直就是不可能的任務般。一次上學途中，看到一位老奶奶拄著拐杖想過馬路，但通行時間太短，老奶奶無法通過，只能途中無奈地折返。看到這一幕，我先到學校附近的警察局詢問，是否可以幫忙導護交通，讓老奶奶過馬路，在警察指揮交通時，我陪老奶奶過馬路，事後再聯絡市府交通局，請他們重新評估紅綠燈的秒數。某天，老師突然在同學面前表揚我，原來是老奶奶致電給校方，表達對我的感謝。突然受到師長與同學們的稱讚，內心充滿了喜悅，也體會到行善是件多麼讓人開心的事。如今，我更明白這就如同佛陀所說的，只要是合乎佛法的正當行為，福報都會回饋到自己身上。

遠離四十二患，得安樂

佛陀說人有四十二種災患，即「六種不合乎正道獲取錢

財的方式、六種賭博所帶來的禍患、六種非時行的災患、六種飲酒所導致的災患、六種親近惡知識的災患、六種喜好玩樂所引發的災患，和六種因懶惰所起的災患」。這四十二種災患，都是我們應該牢記且避免的，不要因貪念錢財去賺取不義之財，也不該為了私欲而賭博，不僅是為了自身，也是為了不讓家人擔憂。做該做的事，別做不該做的事，否則不僅會身陷危險，也可能禍及家人。飲酒須適度，過量既傷身也會增加暴力事件；謹慎交友，不與惡知識為伍，以免染上惡習、滋生禍端；懂得節制，不過度放縱，否則終身功業難成。「一年之計在於春，一日之計在於晨。」懶惰，將導致貧窮、飢餓、居無安寧，甚至會丟掉性命。

社會上充斥著詐騙，或因利益而親近你的人，誠如佛陀所言，對於圖利於你的人，不可深交，更應敬而遠之。我曾經的一位好友，因為誤信他人不斷討好而失去警戒，最後因為過度透露個資而被騙取財物。如果他有機會閱讀經典，遠離非親似親之人，必定不會被人利用。

佛陀不但告訴我們須遠離非親似親之人，也教導我們認識善良的人，可以交往的人。例如能與人同甘苦共患難，在你遇到困難時不會拋棄你，凡事能真正顧慮到你的人；因為你的成功而感到欣喜，而非嫉妒且在背後暗自詆毀你的人；能共同求取正當利益，遠離一切不利行為的人；這些善良的人，可以交往親近，有益無害。

認識非親似親，慎擇善友

古人云：「千金易得，知己難求。」這讓我想到曾看過的一段話：「命裡有時終須有，命裡無時莫強求。萬物如此，知己亦是如此，命中有時自相逢，命中無時孤寂寥。」對我而言，人生短短數十年，能尋得一位知己就已足夠，就算在

人生最後時刻相遇，也會無所怨悔。佛陀亦說：「『為彼捨己』：如果你交到一種朋友，能夠為你而捨棄自己的意見，及自己之利益等，此人必能共同苦樂，當知是善良的，應當交往親近。」困苦時，能夠得到知己的幫助與支持，絕對是莫大的感動。然而，期許遇到善良之人前，應當以身作則，先成為一位善良的人。

佛陀洞悉世間一切，宛如慈母般教導我們如何做人。初次遇見善生居士子時，佛陀並沒有因為他沉於迷信就嘲笑或是輕視他，而是一步一步傳授正確的佛法、破除迷信。

啟思眾生，需更為推廣

現今社會越來越多人不懂做人的道理，而佛陀講示的六方表法，不僅讓我重新學習做人處事之道，也習得做人的準則與識別善惡的方法。這篇以白話文講述的《佛說善生經白話講》，適合一般大眾學習，篇篇蘊含大智慧，每次閱讀都有新的啟發，真的是終身受用，獲益良多。

以法安心



一部充滿生活智慧的經典

文◎耿華秀 圖◎映芋

「近朱者赤，近墨者黑。」這句話在我們的生活中的確呼應著《佛說善生經》這部經文。經文非常透徹地告訴我們：「善友、善知識，可以幫助我們；惡友、惡知識，會損害我們。」所以說，佛法就是日常中的生活智慧，如果佛法應用得當，融入生活之中，我們的人生就會過得很有意義。

別一味追求物質享受

《佛說善生經》主要告訴我們六大目標：

一、身口遠離四惡業：戒殺、戒盜、戒姪、戒妄。

二、內心不起四惡事：戒貪、戒瞋、戒癡、戒怖。

三、要遠離六損業：不沉迷酒色、不賭博、不放蕩、不迷於歌舞伎樂、不交惡友、不懈怠懶惰。

四、要親近善知識遠離惡友：佛陀洞悉世間一切、洞悉人的起心動念，教導我們降伏不好的念頭，起心動念都以善為出發點。

五、供養六方，以禮為尊：東方表父母、南方表師生、西方表夫妻、北方表主僕、下方表親友、上方表敬僧等六種人際倫理。

六、行人乘菩薩道「四攝法」：惠施、愛語、利行、同事。

目前就讀大學的我，住學校宿舍，三餐外食，相對而言花費較高，因此更能體會儲蓄的重要，對於佛陀所說六種會減少財富的行為，更是心有戚戚焉。

交友非常重要，朋友會影響我們的價值觀與生活態度。我的很多同學都熱衷於逛街購物，女同學更將錢花在裝扮與化妝品上，花費很是驚人。但我認為年輕就是本錢，自然就是最好的裝扮，就像課堂上老師說的，現在年輕人買房子不容易，要懂得儲蓄，別一味地追求物質享受。不僅如此，更不可以染上賭博、飲酒等惡習，一旦沉迷，一生大概也就完蛋了。從古至今，沒有一個賭徒、酒鬼或沉迷於聲色場所的人，會有好的下場；幸福人生對這些人而言，更是遙不可及。懶惰、好逸惡勞的人，更是與財富無緣，不可不慎。

親近善知識，改變人生

《善生經》更告訴我們親近善知識、遠離惡友的重要性。誤交損友，被欺騙、被帶壞、被傷害等不幸事件，在生活中屢見不鮮。日前新聞報導，很多無知的年輕人，以賺取高薪為由，被朋友被騙到柬埔寨，遭到拘禁，女性被迫從事賣姪，男性則被迫賣器官，回台之路遙遙無期，甚至客死他鄉。所以，交友非常重要。

親近善知識，會改變我們的人生，善知識是良師益友、是貴人、是人生中的領航員，更可能是生命中的燈塔，引導我們，改變過往，脫離苦惡，奮力向上；改變命運。結交善知識，能夠快速邁向幸福人生。

父母與子女的關係是五倫之首，子女孝順父母，是家庭倫理關係中最基本的道德規範，也具有維持社會秩序穩定的作用。孝乃人生之要，忠為立世之本，忠孝是傳統倫理之綱要。如何實踐孝道，在《佛說善生經》中說明的非常清楚。佛陀教導子女對父母奉敬孝養，也強調父母對子女的責任和義務。既提到父母對於子女要有無私的奉獻，子女對於父母也該遵從恭敬。

父慈、母悲、子孝，為一切善之根本。進入學校前的家庭教育尤其重要，就如同《佛說善生經》說的，為人子女對於父母應以五事來奉敬供養父母：父母對我有養育之恩，為人子女者百善孝為先，對於父母所需財物，要隨時備齊；日常生活中，無論是精神或物質方面的一切需要，都應備辦齊全，不可或缺；要討父母歡喜，就如同老萊子綵衣娛親，讓父母心生歡喜。父母對我們的養育之恩，山高水深，終其一生無法回報。

子女以五事供養父母，父母亦以五事善念子女：父母時時刻刻掛念著兒女，對兒女的照顧無微不至，一切出發點都以兒女為主，兒女歡喜，父母就歡喜；無論子女年紀多大，父母對子女的愛，與日俱增，不曾稍減。

要懷著尊重與崇敬的心學習

親子教育非常重要，因為孩子出生後最先接觸的就是父母，父母的「人生哲學」可以影響子女的人生觀；子女長大成人後，對於父母較為偏差的觀念，應善巧地予以導正。而身為子女的我們，要先禮敬長輩，並善巧地引導長輩學習，進而提升自己。

良好的親情關係，讓人心靈感到滿足。雖然有時候會覺得母親是最囉嗦的人，總在一旁千叮嚀、萬吩咐，但是靜下心來想，這些都是父母累積的經驗與知識想要與我們分享。所以，為人子女的我們，應當常與父母商量、交談，不僅可以從父母身上得到寶貴的意見，也可以避免讓父母產生疑慮與不必要的擔心，如此一來，更可以促進親子之間的關係。親子之間互相信任、互相尊重，彼此關懷，家庭也會充滿了和諧快樂。

韓愈《師說》云：「古之學者必有師。師者，所以傳道、

授業、解惑也。」學生對師長要恭敬；師長有事，弟子應服其勞。老師除了教授知識外，更要教導弟子做人處事、應對進退的道理。

受到少子化的影響，現在很多人除了父母以外，就是在學校和同學與老師相處。成長過程中，除了父母的教導外，另一個重要的人物，就是老師。中國文化非常重視孝道，所謂「一日為師，終身為父」，父母生育、養育我們，給我們生命；老師則教導我們智慧，傳授知識，恩德也要謹記於心。

每個人不斷地吸收新知識，學習做人處事的道理，這些都離不開師長的教導；我們要懷著尊重與崇敬的心學習，效果會更好。

讓我們活得更有意義

佛法在世間，《善生經》教導我們不殺、不偷、不邪淫、不妄語、不兩舌、不惡口、不貪、不瞋、不癡、不怖，就能身心自在；更教導我們遠離惡友，親近善知識，就能獲得平安吉祥、幸福圓滿的人生。充分瞭解與實踐《善生經》的內容，可以讓我們生活得更有意義、更有價值，更可以讓家庭幸福美滿，人際關係和諧。

《善生經》，是一部充滿生活智慧的經典。



整理的祝福

文◎沐沐 攝影◎星兒

這兩三年開始整理自己的人生，因為一個善緣，接觸了身心成長課程，開始學習運用不同工具和法門，從學習與助人過程中，透過他人這面鏡子映射觀照，感受此生連結的關係所帶來的累積，在人生中流轉翻騰，提醒我們透過覺察，隨時清理，如實面對自己，回到原本的清淨心。

整理，看見每個起心動念

如同一間過量堆積的房子，早已看不見房屋原本的樣貌。我們對於物品的難以取捨或有意囤積，不僅是表面的意義，也反映底層的內心狀態。不論累積多少物品，填不滿的是自己的心，或在曾經的生命歷程中，沒有滿足或被剝奪的慾望。此生不論開展多少關係，獲得多少財富成就，若不能回到本心，也許就會忘了自己這間房子的真實面目。



一份專業且細緻的職業，整理收納師，在美、日等國家已有三、四十年歷史，看似簡單易懂，執行操作上卻有很多「眉角」。敬



業且重視服務品質的整理師，透過陪伴、溝通和引導，除了讓空間回歸根本，發揮最大價值效益，過程中也常有機會讓委託人意識到每個選擇帶來的影響，以及經由物件整理，得以看



見自己的初心。體會「累積之於自己的意義」，以及每個取捨之間觸碰的議題，對於整理師星兒來說，這些是她工作的日常，她稱之為「動態靜心」。

因為對這個職業的好奇，有緣和星兒一聚，聽她聊聊和環保結下的不解之緣，進而踏入這個跟環保有高度連結的工作。她的真心帶著她移居到有山海相伴的台東，在那裡，和大自然以及可愛樸實的人們一起過著簡單而充實的日子。星兒曾經對生命失去熱情與信心，把自己封閉在一個小小空間裡，卻也從這個空間的整理開始，看見每個起心動念，回到根源，試著與自己和解，重新出發，帶著對這份工作的熱情，她也將領悟和經驗分享給有需要的朋友和客戶。每一場整理，都像是無數與內心的深刻對話：「這份工作能讓我靜下心來整理自己，事實上，也幫助、療癒了我。」

每件物品都是一段記憶

「開始整理的過程，才意識到自己有多浪費！」意識到這樣的浪費後，星兒便開始關注每天的生活，檢視購買物品的來源和一天製造了多少垃圾？看見人對自然環境和動物的迫

害，她不斷思考能做些什麼？曾在國際環保組織任職過的星兒，希望能把自己對世界的愛，透過整理師這個工作傳遞出去。

「為客戶整理的過程，像是盤點人生，每件物品都是一個記憶點。」物品會被帶回家都是有原因的。由於物品之於委託人和整理師的意義不同，必須在有限的時間和預算內，充分溝通，盡力為客戶達成預設目標。過程中委託人的參與程度，能否覺察本身和物品的關係，也會影響整理的節奏和進度。一雙破舊無法再穿的登山鞋，或是保存了N年的過期食品，可能是與過去美好的連結，或是自己存在意義與價值的證明，成為難以捨去的物品。

一個家的空間，反映了個人或家庭的狀態；家庭成員與物品之間的關係，也影響家的動態和氛圍。這也是為何星兒在服務過程中，非常重視互動與溝通，並尊重委託人的空間和物品，用一個好的陪伴品質去理解對方，而不是主觀評判。每一次的陪伴，都像是進入不同的生命歷程，隨著生命流動，和當事者一起走一小段路，期待委託人未來





的歷程能更清楚、更輕鬆。

為世界留下美麗清淨

當委託人看見，願意調整，就是一個開始。「其實如果空間負荷允許，並不一定要斷捨離。整理不一定只有捨去，也能允許物品會有不能割捨的情節。」這份工作對星兒而言，就像是實行理解、尊重他人的一個道場，同時也能把環保觀念傳達出去。我們所做的每一個選擇，最終都會回到自己身上，因為起心動念就是結果。

台東的山和海，總能把星兒拉回當下，自然的環境，滋養著她，也激勵著



她。台東是星兒移居的第九個城市，生活和生存的挑戰無所不在。但幸福的是，這樣的人文地理，成形許多和自然環境結合的活動課程可以充電；只需一點小路程，就能待在開闊的海岸透過靜心陪伴自己，練習看見和接納，對自己仁慈。這樣的練習，讓星兒在面對客戶時，有更多理解和寬容，也更能接受自己的放下和放不下。所以，她喜歡移居台東的這個決定。

家是每個人的根本，記錄一切的軌跡。如何對待自己的空間，也會潛移默化在自己的各種關係和人生裡。不論對待環境或內心，取捨之間，我們都有選擇的力量，能為日後種下善根，留下宜人宜己的芬芳；試著成為自己的生前整理師，為自己、後代與世界遺留美麗清淨。

整理收納的技巧

星兒提供給讀者們一些整理收納的技巧，也給有意從事整理收納師的朋友們一點資訊和建議：

一、整理收納要以「現在的自己」為主角，來決定身邊要留下或捨去的物品。物品是用來支持我們的生活，不要反而被物品困擾了。依照自身狀態的轉變，每隔一段時間，檢視一下身邊的物品，不適合當下使用的，狀態若是維持不錯，可為它找個好去處，捐贈、二手拍賣、免廢市集等都可以，用送禮的心情，讓舊愛變新歡，物品也能循環再利用，減少廢棄物，降低污染。

二、可以從小範圍（一個桌面或一個抽屜）、一項物品（衣服、書籍）、或一次五到十分鐘開始練習，等到有信心了、養成習慣了，再漸漸擴大範圍。

三、以整理自己的東西為主，尊重每個人都有管理和使用自己物品的自由與權利，若是共用空間，也需互相尊重。

四、空間若是足夠，在不影響安危的情況下，允許自己暫時保有當下無法決定去留的物品，可集中一箱，或是一個小區域，放在不常用的地方，一段時間後再做檢視。整理，可以讓我們聚焦在此時此刻，為現在的自己，安排事物的優先順序，調整出最適合現下的舒適生活空間。

願人人都有和諧美好的整理時光

給有興趣從事這一行業的朋友：目前在台灣沒有政府認證的整理師證照，但在業界有多位資深老師開設課程，非常建議去上課，系統化的學習較佳。至於要上哪一位老師的課，可以自行查詢並選擇喜歡的風格去學習。整理師的類型多元，可多與業界的同業前輩交流學習，發揮自己擅長的優勢，走出屬於自己的一條路。



什麼才是最好的處理？

文◎謝文田

有一法律諮詢個案，值得一記。

諮詢人為一媳婦，其公公早年攜妻子遠赴菲律賓工作，小有成就後，飽暖思淫慾，外遇姘女，沉迷賭博，不務正業。後即拋妻棄子，未通聞問，迄今已三十餘年。3個小孩，多賴其母辛苦拉拔成長，二個在國外，其夫為長子，在外商工作，均各有所成。

這位沒有責任的父親，現今年老多病，貧無立錐。父母、子女，互負扶養義務，社福機構找上門，要求出面清償債務，問如何處理？

我答以，佛家講「緣起」，也就是因緣。所有的相遇，都是有緣故的，何況是親如父母、子女、夫妻，善緣要好好珍惜，惡緣更要好好處理。

雖然其父遺棄在先，父不父，所以子也可以不予，法律亦有免除義務的規定，並不強制扶養。但，血親關係與生俱來，不可拋棄，建議心存感恩善念，量力協助，免得將來如有變故，心生後悔。

諮詢者連連稱是，表示和他們的想法相同。

智慧，是在生活的事務中，能夠找到一個最好的處理方法，恰如其分的處理。

人生最高的智慧，是在於清楚什麼是生命最重要的事，懂得取捨，如是而已。

但，什麼才是最好的處理？這個答案就得靠自己解答了。

同理心與尋聲救苦

文◎晤心 圖◎聿瑩

多年前參加南投縣生命線同理心團體的志工訓練，課程活潑生動，在授課老師引導下，我們進入初層次與高層次的同理心思維及語言。年近六旬的我腦筋有些僵化，一時間弄得頭昏腦脹，但經反覆自我覺察和練習，試著和過去的自己做連結，竟意外發現某些與佛法相關的有趣啟發。

之一 心中有個判官

每個人心中都隱藏著一位判官，這位判官遇到問題會迅速跳出來，然後使用自己過去累積的經驗和價值觀，展開對與錯的分別與批判，進而做出結論。主觀意識越強烈者，心中判官運轉的次數就更快、更強烈。

這種單行道式的主觀看法，與他人溝通往往處於上、下的不對等，也就無法準確地站在對方的角度和立場，客觀理解當事人內心的需求和感受，當然也就無法將瞭解的對方，用適當的語言回傳，使對方感受到被尊重。

當自己更深入探索內心那位「判官」時，佛教經典常提到的「我執、我相」剎間躍出腦海；原來兩者應是相同的東西。那麼如何才能破除「我執、我相」或「心中的判官」呢？

世間法的做法，就是透過學習與訓練，進入「同理心」





的對等交流，才能真正傾聽到別人最底層的心聲。而同理心的學習，應該要從生活中持續練習；有了同理心，更易培養柔軟心和平等心，方能內化成自己善體人意的特質。

而出世間法的佛法思維，就是觀察緣起法則。凡事均有生、有滅，只要不斷地去觀察生滅的現象，保持對任何事的了知與覺照，時常徹知無常變化；既然萬法皆無常，只能超越自我的執著，去除身心世界的貪、瞋、癡三毒，建立真正平等與柔軟的慈悲心。

觀世音菩薩尋聲救苦，具備著「無緣大慈」及「同體大悲」，深度通達同理心，知悉眾生所有的憂悲惱苦後，才對症下藥，實施有效的救度。而「無緣大慈」，即利益眾生不需要任何外在的條件；「同體大悲」，就是將眾生看作和自己是一體，別人的痛苦就是自己的痛苦，進而生出平等和悲心，為眾生拔苦與樂。

之二 關係與花圃

每個人在家庭、社會或職場各種團體中生活，不斷地與人互動，和團體成員彼此形成「關係」。團體宛如一座「花圃」，每個人像是一朵花，每朵花都從花圃中汲取養分，也彼此依附成長茁壯，中間偶爾會出現陰天或雷雨（情緒低潮、高亢、憤怒、傷害），在雷雨過後，該如何整理花圃（關係修復）呢？

課程中深入探討與瞭解，發現情緒也是表達自己的一種工具，夫妻、親子或朋友同事間可能都會拿出來用，但彼此需具備學習心態，才能對情緒有正向的理解，衝突事件發生後，關係才能更深入、更親密；因為經過雷雨肆虐的花圃，



生命力將更充滿韌性與堅強。

但若缺乏彼此包容與學習的正向態度，就無法感受對方情緒和心底的聲音，這時花圃將會呈現一片狼藉，甚至無法收拾。

以佛法角度思維，每個人在六道中輪迴，因緣條件決定每段生命的落腳處，種六道的因，果就在六道；種淨土的因，就會帶結淨土的果。而當我們在六道中流轉，與六道環境形成關係和花圃，那麼如何才能在五濁惡世中成長與學習呢？

《六祖壇經》云：「佛法在世間，不離世間覺；離世覓菩提，恰如求兔角。」說明一個人要修行、悟道、成佛，都不能離開世間，即現今的生活圈。在目前社會充滿功利與躁氣的氛圍時，如何把持心中那分精進及覺照，穩穩守住戒、定、慧，熄滅貪、瞋、癡，則是重要的學習課題。

之三 傾聽和歸納

同理心課程教導如何聽到別人心底真正的聲音。

透過小團體及自我訓練，是可以得到某些改善的。例如在小團體訓練中，我們聽到對方自言自語或敘述生活瑣碎事件，然後試著做出重點摘要，最後彼此再詢問和回答，驗證是不是為對方想表達的重點。

這才發現專注凝聽時，摘要做的比較正確，但只要一分神或心中的那位充滿自我價值觀的判官又出現時，內容很快跟著失真。

做摘要是「歸納」，而聊天





或談八卦是「演繹」；與人互動，「傾聽和歸納」就很重要，因為專注會讓對方感受到關懷，也感受到平等對應。

在聽經聞法過程亦同，佛法是心法，是修心性的佛陀教育之法，專注和凝聽更顯得重要，並且整段的聽經過程，仍需做重點摘要，若有疑慮才方便爾後學習中再找答案；這是為自己打開智慧的小技巧。

之四 重點在連結

周遭朋友遇到生命低潮時，我們往往會熱心的想去幫忙，心中的判官會提出想當然爾的建議，但事實上，對方有時真正需要的，不一定是別人依自己價值觀所提出來的建議，反而只是單純需要有人陪伴或傾聽而已。



網路上曾流傳一則同理心諮商的動畫，其中有句話直接切入重點，這句話是：「雖然我現在不知該怎麼說才好，但我真的很高興你願意跟我講。」原來，事實上「回應」很少會讓事情好轉，而真正讓事情好轉的是「連結」。

能感受到對方的心情，也就說明同理心能讓雙方的心連結在一起。不論在家庭或社會上，與人互動只要能多一分同理，就能感受到別人的心，自然會增加一分包容與體諒。而每個人的生命學習課程，原來都是不分地點，每分每秒隨時都在進行。

在佛法的運用，諸佛菩薩能在深度同理心的基礎下，度芸芸眾生，首先都要先攝得眾生的心，使他們能理解菩薩的真心，有了這些良好印象，結了佛緣，就叫「攝心」。

聖開導師在《法雨繽紛》合訂本第二集中，提到攝心法

有四種，叫「四攝」法：一、布施。二、愛語：隨處隨時，視眾生需要，予以安慰、鼓勵、讚歎等，使眾生心生歡喜的語言。三、利行：菩薩慈悲心的行為，悉皆利益眾生，令生喜悅等。四、同事：菩薩為度眾生，現種種身、種種形；同事或親友等，以布施、愛語、利行，令生歡喜，易受感化，以歸佛道。

觀世音菩薩尋聲救苦，以眾生何身需救度，便變化其身，這應該僅是字面粗略解釋，重點應在觀世音菩薩瞭解眾生真正「苦」的所在，感同身受，才能用最適合對方的方法，拉拔出受苦的人，是同理心最高層面的運用，也是四攝法的實際運用。

種成佛的因，得成佛的果

正如《六祖壇經》所說：「佛法在世間，不離世間覺。」世間法與出世間法都是學習課程，彼此都有某層次的相通性。所以，只要具備出世間法基礎，在生活中遇到各類煩惱，即可調適與運用。

而學習的重點，就回歸在你種甚麼「因」？種六道「因」，會得六道「果」；種「淨因」，會得「淨果」；種成佛的「因」，最後一定會得到成佛的「果」。



結緣禪坐

文◎文斐



◎菩薩行處◎

三週時間轉眼過去，時間愈久，愈想把這段緣分化為文字，以留下美好的記憶。

不管是通過讀書「躍龍門」，還是畢業後從事經濟工作的使然，我一直處於奔跑的狀態。臨近天命之年，似乎生理狀態和精神狀態也出現了明顯變化，大不如以前。

巧遇僧人，請教禪坐

一個偶然的機會，讀了季琦的《創始人手記》，他在手記中多次談到如何結緣禪坐，並通過禪坐使自己靜下來，進而達到身心的調整。一位高中同學聽了我的交流，當天就給我寄了一本《聖嚴法師教禪坐》。

一直堅持體育運動的我深知，任何項目要想達到效果，入門必須規範，方能走長、走遠……。

2024年4月2日，我到北京出差，返程上海，順路在南京停留2小時。當我從南京再次乘車返程上海時，遇到一位同車廂的僧人，碰巧僧人旁邊位置的乘客不在，想趁機請教一下禪坐之事。

「師父！能請教您個問題嗎？」

「可以呀，什麼問題？」僧人笑容可掬，示意我提問。

「我想練習禪坐，但是不知道如何入門……。」



師父邊說邊示範，說：「打坐之前要先拉筋，筋拉開了，腿才能盤上來……。還要學會轉骨，你看我，一手握住腳掌、一手扶住腳跟，腿要放鬆……。你看，我轉骨的時候膝蓋骨也在動……。」

隨著師父耐心的講解和親自示範，居然慢慢找到了感覺，能夠勉強把一隻腳盤到腿上。

送師父到虹橋火車站

「師父！您是到那裡呀？」

「我到上海，你看，這是朋友到車站接我的地址。」

「師父！這列車是到上海站，不是到虹橋站，您朋友接您的地址～P9停車場，是在虹橋火車站。」

經過一番聯繫，接站的人對上海好像也不太熟悉。

列車到站時間是下班高峰期，本想叫個網約車送僧人到虹橋火車站也不知要走到何時。眼看僧人與接站人也講不清楚，我用電話安排好原定於晚上的團隊學習計畫後，說：





「師父！現在是下班高峰，打車也不方便，我送您坐地鐵到虹橋火車站吧。」

一路上，僧人又給我講了很多知識，雖然嘈雜的聲音影響了交流效果，但我依然感受到僧人的慈愛和熱情。

一個小時後，終於在虹橋火車站問訊處把僧人送給接站的朋友。

我問僧人在上海待幾天？僧人說待兩天，如果有需要，可以在明天晚上 7 點以後到酒店找他繼續學習。

3 日下午 7 點，我剛到僧人入住的酒店，適巧他從外面趕回來了，正好在大堂相遇。

僧人泡上一杯高山茶，從禪坐的基本原理娓娓道來，講到禪坐過程中可能遇到的「八觸」，以及禪坐過程中的注意事項、結束後如何放鬆……。

講完了原理和注意事項，僧人脫下襪子，光腳在地板上給我示範如何禪坐。

整整兩個小時，僧人不厭其煩反復給我講解、反復給我示範……。

原來是位臺灣高僧

晚上和太太講了這兩天的經歷，太太說：「真是緣分！」

第三天僧人返程臺灣，此後他每天早上都給我發一個資訊，或是美景，或是日常活動，並時不時關心我練習禪坐的進度。

原來他是一位 70 歲高齡的臺灣高僧呀！

謹以手記，感恩我與高僧的緣分，感謝師父對我無微不至的教授和關懷！

概念性佛法與生活化佛法

文◎王明坤 圖◎俐吟

從聽聞經論與閱讀注疏，可視之為「概念性佛法」。

從身心現象去觀察審視，可稱之為「生活化佛法」。

前者是偏向於思考辨析，後者是側重於行為現象。

佛法若僅是作解析法理的教說，缺乏禪修下手的引導，那是學術。

佛法若以四諦契入生活面向，令身心體驗釋放的安適，那是修行。

佛法是修正生活態度的行為科學

一般修學佛法的過程，大多是透過聽聞法義，或閱讀經論，而建構佛法在「理則」上的認知。毫無疑問，這是有其必要的功課！可是，往往也因此一直貫注在「理則」的爬梳剔抉，甚至把它導入邏輯推演與哲理分析的概念思惟。畢竟，佛法不是用來做有關學術方面的研究，而是用來修正「生活態度」的一種行為科學，因此，就必須從身心的角度做觀察、審視，跨出文字建構的「理則」框架，以四諦的內容契入生活中，掌握苦與苦滅的正思技能，透過調整行為模式，體驗身心輕安的現象演繹佛法。

比方，我們對「正念」若做這樣的闡述：「所謂『正念』，是由聞熏正見離開妄想起始，進而思惟修行正法，除去不如實、不如理的妄想分別，精進正行努力不懈，憶持正法，銘記佛法，念念不忘進修佛教真義。」

以這樣的方式詮釋「正念」，其論述句句契理契機、次



第分明，卻仍是屬於理則上的認知範疇，是偏向於概念思惟的法理剖析！在生活中不易仿效，亦難以明解其踐行之道。所以，大多只滯留在文字層面的「知解」，不易導入行為層次的「洞見」。

正念就是念在當下的身心

「正念（Samma-sati）」— Samma 意指：「正確」或「正當」，是具有正向引導的含意。sati 意指：「念茲在茲」。意思是說：不要忘失，記得當下你該做的功課！所以，「正念」是在幫助我們記得，眼前的目標是朝禪那的方向前進著，清楚自己的目標，知道哪裡是自己的使力點！要把通往這個方向的功課，謹記於心！不忘失、不偏離這個主題。



如何念茲在茲於當下的身心？好比：注意平常生活起居與人互動，是否從容不迫？聽聞他人陳述時，有否想插話的衝動？自己在陳述事件時，所說的內容是否據實？有無誇大之嫌？……等等。乃至，靜坐時，貫注於呼吸，清楚地透過呼吸來幫助身體放鬆；雜念生時，不與其共舞！回到當下呼吸所帶來的效應，提供給身體綿綿不絕的能量，清楚自己的使力點，是放在身心離貪、明淨的目標邁進……等等。總而言之，要時刻記得當下自己的目標！這就是所謂的「正念」。

正念需有正知、正勤的參與

「正知（Samma-janna）」是指知道當下有否失念而偏離主題？知道身心交互作用的因果關係。比如：由於心的煩躁

不安，造成身體的燥熱感（身心交互作用），知道如何透過調整，看見身心慢慢地脫離這種不舒適的感覺。如無正知，正念只是枯守一隅，心如死水。

「正勤（Samma-dhana）」是要激起、維護著那股雄厚充沛的正念能量，讓自己持續堅守著認真、專注的狀態。如沒有正勤的話，正念就難以維繫！因此，正念、正知、正勤，猶如缺一不可的三腳架。

佛法術語難以融入生活經驗

前陣子曾看過有人對「集滅世間」做這樣的敘述：前因緣生起滅去後，落入於「我、我所」，攀緣識住，增長廣大，落入於「受、想、思」法塵記憶的想蘊信息片段為因，在電光火石般的「緣六根、六塵生六識」，三事和合「觸俱」生「受、想、思」五蘊、五取蘊輾轉運作而相續，不相同的因緣，卻類似的現象界不斷地生起滅去的聚集因緣，流轉不停，此為壞滅隨觀智所現觀到的無數，整片整片滅去於因緣類似集合的「集滅世間」。

首先，我們得理解佛法所說的世間是指甚麼？《雜阿含53經》經文的一段：「有因有緣集世間，有因有緣滅世間，有因有緣世間集，有因有緣世間滅」，稱為「集滅世間」。所以，這裡的「世間」是指「五蘊」。經典有云：「五蘊是苦。」「苦」，有生、老、病、死……五陰熾盛等八苦，這是無可逃避的現實！依此可知，五蘊與苦是同義詞。是故，「集世間」即是「苦集」，「滅世間」即是「苦滅」。由此可知，「集滅世間」是指「苦的集滅」。

至於「五取蘊」，意指對五蘊的執取。由於我們對五蘊的情感有深度的連結，因此，就有「貪愛」產生；因有「貪愛」之故，就產生「這是我、屬於我所有」（我、我所）的



強烈「愛執」！而只要有「愛執」就會有苦。所以說，「五取蘊」是苦。

用口語化鋪陳佛法

由於中、印語系的文化差異，有別於印、歐語系縝密的血緣關係，所以，在翻譯的過程中，對於字詞要毫無增減地作適切的表達，未免會有誤差、錯謬的問題發生！何況經典字句皆以古代的文言格式書寫，再加上佛法不少的專用術語，實非一般常人所能理解。就如之前的撰文者，引用一推術語來詮釋「集滅世間」，其內文，似乎比較偏重於理論的解析，而輕忽於執行面的操作！若此，難免會堆疊滿腦語言符號的概念，以致在實際操作上，卻不得其門而入。所以，佛法的術語，最好是透過口語化的描述，以便能在生活中，踏實地走上離苦之道。

我們暫予擱置佛法的術語，對「集滅世間」以平常易解的口語作陳述，並透過當下的身心經驗，來說明何謂「集滅世間」？

我想一般大眾都能理解，只要處在不同的環境裡，我們的身心就會有不同的活動模式。譬如：行車在公路上時，突然遇到交通堵塞，一股煩躁感驟然在內心升起來！當我們覺察到「煩躁感」（苦迫）集起之成因，乃是我們的心參與、鑽進了「交通堵塞」這個場景裡，由於不耐，而引發抗拒、排斥的情緒（身心活動模式），急迫之苦一直在內心翻騰著，不斷地與這個場景糾結在一起；這就是「集世間」——「苦集」。

我們若看到「煩躁感」集起之成因，並懂得運用佛法的修行技巧，遣除、瓦解由於內心的不耐，而引發抗拒、排斥這種不善巧的反射行為所產生的「煩躁感」（苦）。畢竟，

「交通堵塞」已超出自己所能管控的範圍，若能以接納、包容的平捨心面對，不再與「交通堵塞」這個場景糾結下去，內心翻騰的急迫感，亦隨之止息；此即是「滅世間」—「苦滅」。以上便是所謂的「集滅世間」—「苦的集滅」。

集滅不同於生滅

前文「集滅世間」文中所做的論述：「前因緣生起滅去後……在電光火石般的『緣六根、六塵生六識』，三事和合『觸俱』……卻類似的現象界不斷地生起滅去的聚集因緣，流轉不停……。」以上所表達之語意，我認為容易會被人誤以為四聖諦的「集滅」等同於無常的「生滅」。

其實，「集滅」並不同於「生滅」。不論是梵文或巴利語，「集、滅」跟「生、滅」，是兩個不同的語詞，其含意也有明顯的差異！在此簡易地作些說明：

四聖諦的「集」，巴利語：samudaya。「滅」：nirodha。

無常的「生」，巴利語：Uppada。「滅」：vaya。

四聖諦的「集」，是指形成之因。它是透過內心驅動的力量，去參與而捲入當下某個「事件」時，所促發的一些心理活動！它的特性是「造作」。所以，「苦集」的成因是心觸境時，採取不善巧的對應模式，而產生內心擠壓的現象。

四聖諦的「滅」，是指成因的消除，也是經由內心驅動的力量，去執行剔除擠壓內心的某種因素。所以，「苦滅」是去了解苦「集起」之因與過程，善用佛法的修行技巧，去瓦解造苦的成因，截斷提供苦的能源。

「生滅」是一種自然法則

無常生滅的「生」與「滅」，並非透過內心驅動的力量去參與所形成的，而是受到自然法則的牽制，所呈現的狀態。



態。譬如：人體的毛髮、皮膚、細胞……等等的興、衰、存、亡，非人為造作可行。所以，它是服膺於自然法則，依循著既定的規律在執行運作。

無常之「生」、「滅」既是一種自然法則，我們卻想在「不穩定」的事物當中尋求一種「牢固」的狀態，好比身體老化本就是無常的軌則，可是，我們的心卻拒納身體變異的自然規律。因此，當它漸趨衰弱老邁時，內心往往會被一片憂慮與不安壟罩著，這就是「苦集」（集世間）。

事實上，無常本身跟苦是可以不相涉、不交集的，問題出在於我們的心跟無常現象產生對抗；也就是說，對身體衰弱老化之變異性，我們採取排斥、抗拒的不善巧方式做回應，而只要我們對身體衰弱老化之無常性，能以接納它、允許它發生的善巧方式來看待，憂慮不安的苦迫感會被弱化，甚至被消融！這就是「苦滅」（滅世間）。

建立在經驗與行為上的「洞見」

毫無疑問，在我們生存的環境裡，內心難免會受到強弱不等的負面情緒所侵襲！如：無助、恐慌、悲痛、絕望、憤怒、不甘、空虛、無聊、埋怨、無奈……等等波盪不已的情緒，這是無法規避的現實，當我們經歷它（苦）時，所看到的都已是結果。平常，你我皆無法在經論的詞句裡，找到苦的來處，詞句裡也沒有描述苦的層次與細節。所以，唯有在生活中從經書或聽聞法音獲得知解，透過身心不斷地試驗、不斷地淬鍊，就會全然地掌握到苦的來處（苦集）及苦的消逝（苦滅）！它是建立在經驗與行為層次上的「洞見」，故稱為「生活化佛法」。若非如此，其他只能視為「概念性佛法」。



詠史遷

文◎蔡日新 攝影◎慈眼

少年時通讀《史記》，不期吟成「百卷史篇前債償，一身忠骨后人留」兩句。當是時，因研讀著述正緊，乃放過通篇構思也。而今老矣，家居無事，因拈起舊題，以湊成此四韻云爾。

斫取青光翰藻飛，微言大義承前微。

史篇百卷前債了，正氣一腔後世巍。

剛毅鑄成紀傳體，酸辛夯實正史畿。

千秋得失盡鑒燭，萬古文壇留光輝。

以烈火淬鍊清涼

許文龍的玻璃微觀世界

文◎蔣豐雯 照片提供◎許文龍



「佛法如甘露，除熱得清涼，一心應善聽，能滅諸煩惱。」玻璃藝術家許文龍，無疑是一位長年在高溫窯爐淬鍊下的清涼行者。他在雕塑系畢業後，做過景觀雕塑、精細雕塑，待過博物館，參與文建會的廟宇研究，直到踏入琉璃這方新天地，從設計、生產、研發、原料到委外開發無役不與，在「琉園」工作十六年，外派大陸擔任廠長十三年。戲稱：「我這輩子燒超過兩百萬件作品，以良率八成計，至今也已燒壞四十萬件作品，沒有人比我更多，我的經驗都是從失敗中一次一次累積出來的。」結束這段職業生涯後，繼續攻



讀碩士、博士，豐富的產學經驗在美學、佛學的薰陶下，他的作品呈現截然不同的哲理性。



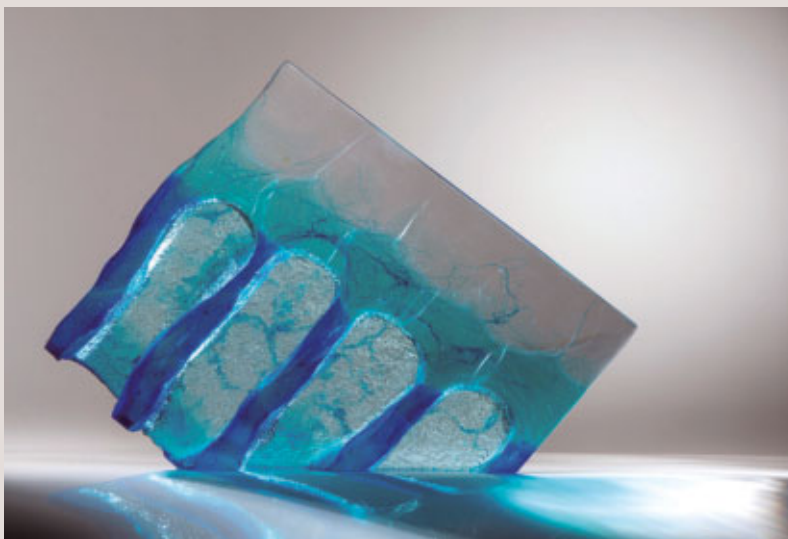
將佛學思考帶入創作

大學因「齋戒學會」接觸到南投蓮因寺懺雲法師，心靈受到震撼，發現和自己在美術學習上的「半自動性技法」，對本質上的追求及如何發現內在感受，與宗教上談的不謀而合。這個因緣，引導他從藝術追求慢慢理解到宗教上的追求，很深地影響到創作上的思考。之後皈依淨空老和尚聽

左·碎形系列：〈古徑〉金玻獎首獎作品

右·碎形系列：〈稜·界〉53*36*12cm

下·碎形系列：〈光之屋脊〉56*41*12cm





碎形系列：〈森·山〉

經，又接觸莊嚴寺天台宗顯明老法師，對教理更加深入。長期熏修下，不知不覺就將佛學的思考帶入創作。

「我讀《楞嚴經》，一時佛在世羅筏城，祇桓精舍。佛陀問阿難心在哪裡？阿難以祇桓精舍為例，說明心在園內、園外，及中間…等等，七次徵心八番顯見，都被佛陀破除。最後，因為真實無法用文字說明，當知

道所有的東西都被否定的時候，真實才會慢慢浮現出來。這是經由體悟得出來的過程。」因此，別人做一件作品他做十件，在實踐過程中，無論成敗，都會獲得十件作品的經驗與感受，對真實的理解也會更強烈。「人們總是做完這件就急著做別的，一直在追求那些不一樣的事情。其實，如何從一樣東西去深入探索、一門深入非常重要，我創作的時候就深深受到這些經典的影響。」

作品不見具象的佛

然而，受佛學影響極大的許文龍，為什麼作品卻不見具



鏡象系列：〈無有鏡〉40*33*8cm

象的佛像呢？

「形象是很好的標誌，但也是最大的束縛。所謂本質這件事，從來就不是形象的問題。並非畫一個佛像就能代表佛，因為形象本身是一個標誌，但同時這個標誌也是一個束縛，無法代表真實真正的面貌。」當我們把一個形象打破的時候，會剩下什麼？世間所有的物質都是從量子的概念慢慢發展出來的，本質的概念並不具備形象。「我們應該從『本質』到底是什麼來思考，這個本質的概念因為想法跟做法的不同，會變換出不同的形體以表達最初的思考。最初的意念很難論述，只有在做的過程當中去體會。」由於我們必須依靠身體的感觸，所以會需要藉助某種世俗的東西，然後去完成這件事情。「藝術也是一樣的，最初的意念是一種非常形而上的，由於無法捉摸，必須藉助某種形體的關係。可是這形體關係如果太著重於現實上的狀態，就會完全被鎖住，





以既定的形象去認識而忽略到本質。可以這麼說，某種意義上，藝術必須藉助現實又必須脫離現實，經由抽離形象來達到本質上的思考。對我來說，藝術只有兩端，不是極抽象，就是極形象。外在結構探討的結構主義，是組成世界物質的重要規則，內部的探討則是解構的過程，所有的物質都是在結構跟解構不斷演變的成住壞空。」

真實存在於眼睛看不到的世界

日語「物體無」，當物體本身失去了應有的狀態，在藝術上就可以被重新定義，就像佛教的「無常」、「空性」。過去他可以製作精工細巧的寫實琉璃，當屏除形體刻畫的要求

左·鏡象系列：〈凝鏡〉36*25*13cm

下·鏡象系列：〈鏡象之地 一個虛擬與真實空間的交錯〉



後，內化的藝術與佛學思想落實在藝術追求上，創作了一系列「碎形美學」，從外部造型走向內部空間的思維。經由將原本燒製失敗的作品轉化成存在於天地與人體中，純粹又複雜的混沌無垠，進入量子微觀的世界。「碎形是幾何裡不規則的形狀及混亂的系統，它可以說明我們瞭解及思索有關大自然複雜性與簡單性的矛盾，並在單純化與複雜化過程中掌握自我。碎形美學告訴我們，當生命似乎面臨前所未有的複雜時，或許就在臨近的角落裡，仍有著一股簡單的秩序。」

許文龍的玻璃世界如同明鏡，鑄造中被視為瑕疵的氣泡





也進入他的微觀世界。在他的作品中，氣泡量被極大化為薄霧，也有完全無氣泡純粹的空靈。能完整表達概念需要駕馭物質的能力，不斷地實驗實踐精益求精，只為呈現他在佛法中的體悟。他的〈凝鏡〉描寫虛空，底部像是一座座的山，但山形是陰雕，下面是空的，而描寫空氣部分的玻璃卻是實的。因為「我們眼睛所看到的世界並不是真實的，真實存在於眼睛看不到的世界。」

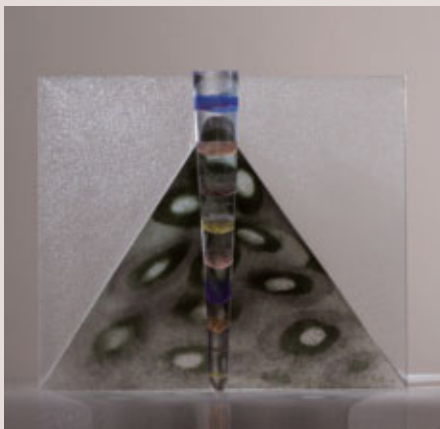
於是，藝術玻璃在獲得三屆「金玻獎」首獎殊榮後，許文龍指向邊界，拓展工藝玻璃的新領域，挑戰玻璃鑄造器

點墨系列：〈太平山的記憶〉65*41*9cm



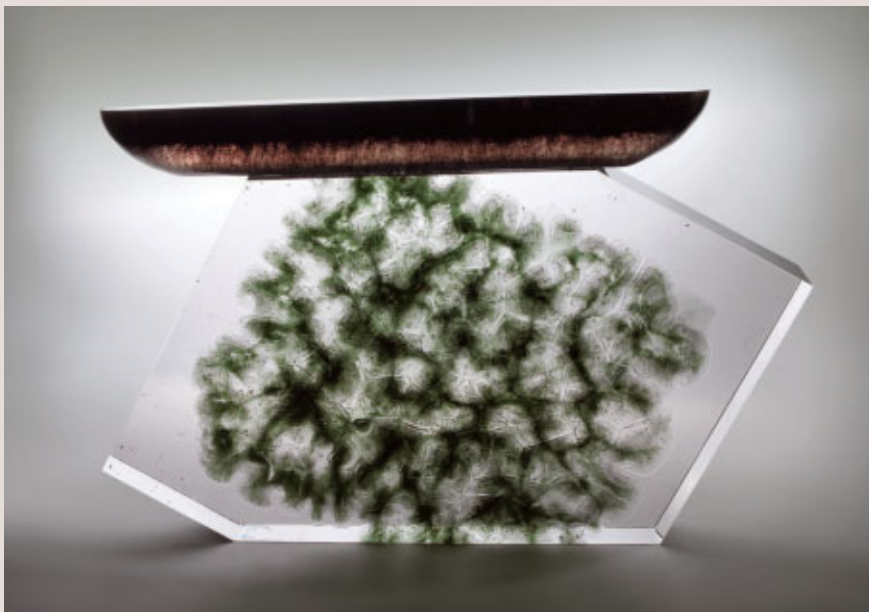
物的技法。由於傳統琉璃使用鉛玻璃，為了免除安全上的疑慮，必須突破材料的限制，採用無鉛玻璃，並放棄傳統琉璃塊料燒法，改用古代技藝的粉末鑄造技法。可是沒想到，好不容易燒製成功時，茶師卻不買單，茶師要求不能像陶器般

的厚樸，希望走輕薄優雅的薄胎。「既然是工藝玻璃，就要放棄個人強烈主觀的表達，滿足使用者的需求。沒人了解燒製的困難，因為薄胎除了玻璃難熔入胎體，冷卻時也會有許多不穩定的收縮，燒結溫度的控制與窯爐內各區的溫度都必須相同，在在是



左・點墨系列：〈忘山〉42*42*15cm

下・點墨系列：〈混沌的漫遊〉82*52*8cm 金玻獎首獎作品





許文龍與其作品。渡海：〈所居之流〉59*18*15cm

玻璃極限的考驗。這都是台灣沒人做過的事。」

純粹是所有複雜的源頭

工藝是為人們服務的，他要製作出最好的器物，陪伴主人並襯托主人的風采；「好的器物會讓人愛不釋手，不會輕易捨棄。」早年跟前故宮副院長那志良老師學習古器物三年，造就對傳統器物審美的高度。為了呈現玉質感的東方色彩，特別研究燒製過程中玻璃的晶體養成，意外發現他燒製的器物不只色彩獨特，茶湯飲用時也變得更柔滑細膩。「單純的意念是具有生命力的，因為純粹是所有複雜的源頭。因此，做器物必需一直維持純粹的內心，不必多想，一心一意就



小世界系列：〈渡〉



文房系列：〈香爐〉20*18*5cm



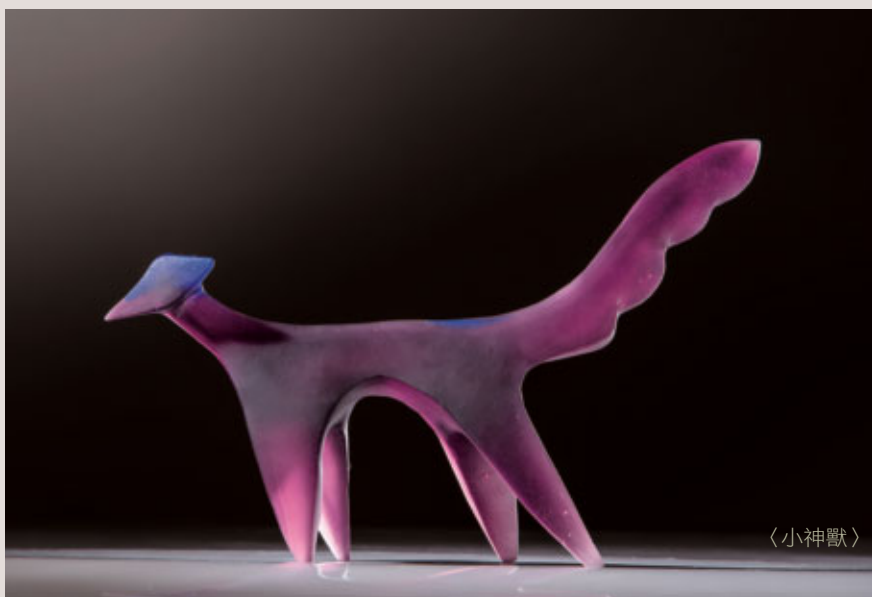
器物系列：器物燒製採用古代技藝的粉末鑄造技法，並特別研究燒製過程中玻璃的晶體養成，意外使得茶湯變得更柔滑細膩。

好。其實做器物，還有一種期望，希望『人間處處是清涼』。做器物很辛苦，工序多，設備繁雜，手工製作又不易，若無清涼潔淨之心，很難持續做下去。」

玻璃是冰與火的藝術

藝術玻璃與工藝玻璃是許文龍的兩大創作主軸。「我是一位玻璃藝術工作者，對於藝術與工藝的解釋有狹義上明確的界線。藝術玻璃發展高度，工藝玻璃拓寬廣度，從高度輻射出來產生立體的結構。如果想要找到自己的位置，就必須重新定義，不能只停留在舊有的認知。所謂的創新，從思考開始就必須非常清楚，才能讓人耳目一新。如同宗教，必須有絕對的信念去放棄世俗的云云觀點，下決心去認識真實的世界。」他說：「0到N是複製成功，0到1是獨一無二。」

玻璃是冰與火的藝術，經火淬鍊的冰看起來一派清涼。
我們可以看見的，是許文龍的玻璃藝術；而無法言說的，是
踽踽獨行的求道者，披荊斬棘而來的清淨無染，與大破大立
的無畏本質。



〈小神獸〉

海灘日記

文、陶板創作◎連寶猜

長期居住在都會的水泥叢林中，對多變化的海域有難以言喻的狂熱情懷。

喜歡上八里海灘拾不完的黑色小石頭，圓形、橢圓、方形、不規則的，全都有個小圓洞，好像是上蒼遺留在人間的禮物。我的母親經常將那含有海水鹹味的小石頭，放在鼻梁摩擦，久了之後，再將這經過鼻油溫潤的石頭，用麻繩串起，繫在每個家人的脖子上，體香夾雜著濃郁海水的印記，這是母親深刻的祝福。

眾人將耳朵附在不同尺寸的海螺上，便有著不同的天籟。有的如萬馬奔騰，恰似驚濤駭浪；有的如吟唱詩人，發出如歌似泣的行板；有的像深夜海浪拍打岸邊的吟哦，或高或低不絕於耳，如夢似幻；有的若風鳴，有的如海鳥吟唱，宛若不同悅耳幽遠的奏鳴曲，是足以滋潤心靈的寧靜分貝。

孩子們堆著沙堆，有城堡、機器人、阿公、阿嬤……，實體的、抽象的、半抽象的。小螃蟹從沙堆竄出，全身是沙的孩子競相抓捕。海水不停地拍打沙灘，小魚、海蜘蛛、螃蟹時而露面，面對無厘頭小孩，又很機靈地閃躲，一時孩子們無邪、愉悅的笑聲充滿了海岸。黃昏了，玩累的眾人躺在沙灘上，任憑潮汐冲刷著身軀，帶來清涼意，仰望天際彩霞滿天，海鳥幽雅飛翔，漁船滿載而歸。

半世紀的歲月流逝了，昔日的小孩長大了，有的遠走他鄉，失去連絡；有的結婚傳宗接代，兒女成群。早生華





髮、升格為祖母的我，早已走遍千山萬水，在全世界尋找創作靈感，然而摒棄威尼斯海岸的風華、孟加拉海灣的震懾，記憶仍定格在八里海邊，在每個午夜夢迴中。儘管八里已經開發成台北商港，任憑滄海桑田，我的心仍停留在昔日的海域，盈滿親情與友誼的回憶。

為了怕老朽的軀殼承載不了甜蜜的歡樂，只能將記憶中的畫面慢慢刻畫在泥板上；小孩、貝殼、螃蟹、海蜘蛛、小石頭、歡樂、溫情，一樣都不能缺席，經過高溫燒製，將剎那變成永恆。



本身盧舍那

文、圖◎吳泥

原文

僧問古德：「如何是本身盧舍那¹？」
答云：「與我過拂子來。」俄而曰：「置舊處。」僧理前問，曰：「古佛²過去久矣！」
又云：「未了之人聽一言，只這如今誰動口。」後人由此以舉手動足開口作聲便為真佛，是則誠是，而實不是，所謂認賊為子³者也。遂將柏樹子⁴、麻三斤⁵、翠竹黃花⁶、鳥銜猿抱⁷等一概認去，豈不誤哉？俱胝⁸遇問，即豎一指；魯祖⁹見僧，回身面壁。昔人道：「我若看見，拗折指頭。」予亦云：「待渠回身，攔胸踏倒。」



釋義

有個僧人問古德：「什麼是本身盧舍那？」古德回答：「把拂塵遞給我。」僧人照做後，古德又說：「放回原處。」僧人繼續追問，說：「古佛已經過去很久了！」古德又說：「還沒有開悟的人聽我一句話，現在這個時刻，誰在開口說話？」後來的人因此以為舉手動足、開口說話就是佛性，這看似正確，其實不對，這就像認賊為子。他們將「柏樹子」、「麻三斤」、「翠竹黃花」、「鳥銜猿抱」等禪宗公案一概認去，豈不誤人非淺？俱胝禪師遇有參學的人來問，僅豎一指，別無餘言。又，池州魯祖山的寶雲禪師，若見有僧來參叩，便回身面壁不語。古人說：「我若看見，就拗斷他的手指頭。」我也會說：「待他回身，便攔胸踏倒。」

註釋

1、本身盧舍那：有僧問南陽慧忠國師：「如何是本身盧舍那？」南陽云：





「與我過淨瓶來！」僧將淨瓶到，
南陽云：「卻安舊處著！」僧復問：
「如何是本身盧舍那？」南陽道：
「古佛過去久矣！」此一公案中，南



陽慧忠令問者打破其本有之觀念，
而僅示以平常生活之舉措；所謂本身之盧舍那佛，不外乎由平常
行事所顯現之真實佛法，故「持淨瓶（淨水瓶）來」與「安舊處
著」即是覺觸本佛之放光動地。舉措既終，其僧尚復執問先前觀
念上之盧舍那佛，南陽遂以「古佛過去久矣」再度令其起悟。（
摘自《佛光大辭典》）

2、古佛：古時之佛、過去世之佛。又，辟支佛之別稱，高僧
之尊稱。《大日經》二曰：「當廣說灌頂，古佛所開示。」《僧史
略》上曰：「漢末魏初，傳譯漸盛，或翻佛為眾祐，或翻辟支為
古佛。」《續佛祖統紀》一〈蒙潤傳〉曰：「天目中峰國師，嘗致
書曰：法師能以芬陀利香，充塞宇宙，人謂古佛復出。信矣！」
（摘自《佛學大辭典》）

3、認賊為子：認自家之妄想，為真正之悟見，以是譬之。
《楞嚴經》一曰：「由汝無始至於今生認賊為子，失汝元常，故
受輪轉。」《圓覺經》曰：「認一切我為涅槃故，有證有悟名成
就故。譬如有人認賊為子，其家財寶終不成就。」（摘自《佛學
大辭典》）



4、柏樹子：禪宗公案名，又作
趙州柏樹、庭前柏樹子。趙州從諗
寄庭前之柏樹子，以示達磨西來之
本意。《聯燈會要》卷六〈趙州從
諗〉條：「僧問：『如何是祖師西
來意？』師云：『庭前柏樹子。』」

僧云：『和尚莫將境示人。』師云：
『我不將境示人。』僧云：『如何是
祖師西來意？』州云：『庭前柏樹
子。』」此公案中，趙州以「庭前柏
樹子」教人會取眼前者即是，而截斷





學人別覓佛法之思路。即以超越人、境相對等分別見解之本來風光，拈提達磨要旨之真風。（摘自《佛光大辭典》）

5、麻三斤：禪宗公案名，全稱洞山麻三斤，又稱答麻三斤、麻三斤話、洞山佛麻三斤。即五代宋初雲門宗洞山守初禪師顯示盡大地無一不是佛之當體之公案。《碧巖錄》第十二則：「僧問洞山：『如何是佛？』山云：『麻三斤。』」蓋麻三斤乃彼時洞山眼前之物，洞山以此作答，用以表示佛法之真實，意謂身旁無論何物均是佛法。（摘自《佛光大辭典》）

6、翠竹黃花：秦道生法師之語。言草木盡具佛性，而述一真法界之理。《祖庭事苑》五曰：「道生法師說：無情亦有佛性。乃云：青青翠竹，盡是真如。鬱鬱黃花，無非般若。（中略）禪客問南陽國師，青青翠竹盡是真如，鬱鬱黃花無非般若，人有信否？意旨如何？師曰：此盡是文殊、普賢大人境界，非諸凡小而能信受，皆與大乘了義經意合。故《華嚴經》云：佛身充滿於法界，普現一切眾生前。隨緣赴感靡不周，而常處此菩提座。翠竹不出法，豈非法身乎。又，經云：色無邊故般若亦無邊。黃花既不越色，豈非般若乎。」（摘自《佛光大辭典》）

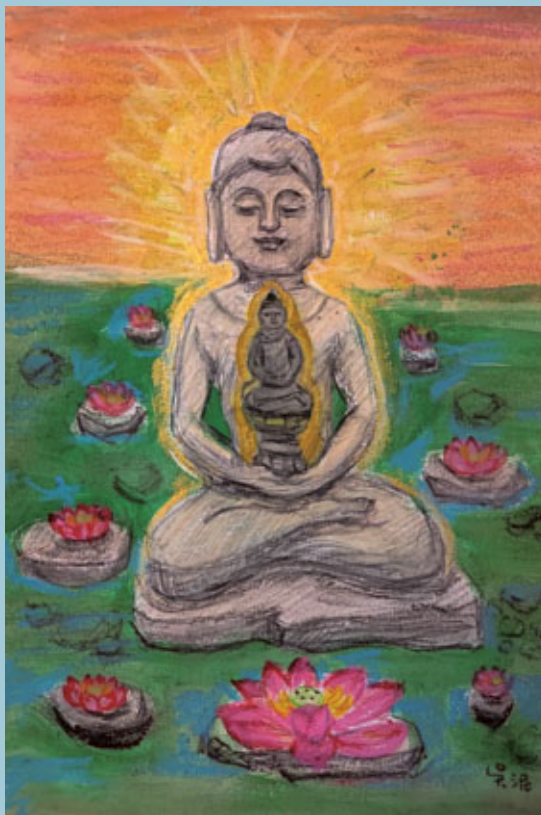
7、鳥銜猿抱：有僧問善會：「如何是夾山境？」他答道：「猿抱子歸青嶂裡，鳥銜花落碧巖前。」（摘自《中華佛教百科全書》）

8、俱胝：唐代僧，生卒年、俗姓、鄉籍等均不詳，屬南嶽懷讓之系統，常誦俱胝（准胝）觀音咒，世人遂稱之「俱胝」。嘗止於浙江婺州金華，後因無以答覆實際尼之質問，遂起勇猛精進之心。未久，大梅法常之法嗣天龍禪師到庵，師乃迎禮具陳其事，天龍豎一指而示之，師當下大悟。其後凡有參學僧前來問法，師皆豎一指以答之，世稱「俱胝一指」、「一指禪」。



（摘自《佛光大辭典》）

9、魯祖
：中唐時代禪僧，生卒年不詳，為馬祖道一之法嗣，以池州魯祖山（安徽貴池）為開山演法之地，故又稱「魯祖寶雲」。師接化學人，向以面壁不語之方式，傳為禪林奇事。（摘自《佛光大辭典》）



感言：

黃花翠竹，無非般若。但若執於黃花翠竹是般若，就非般若。

佛說眾生皆有佛性，若時時處在覺性中洞察生命，和內在純然清淨的自我共呼吸、同吐納，從日常小事看萬物緣起性空的本質，體悟浩瀚宇宙真義，而不是在塵勞是非中鑽牛角尖沉淪自縛，則本身就是盧舍那。但這是需要真誠往內探索與正念滋養長期積累的，不是文字表象和虛浮無真義的口頭禪能達到的。

分享

Share

文、圖◎王卉娟

回顧近幾年的作品，簽名一般都是以三個小點或小圈圈代替「品」字。位置也儘量隱藏在畫面之中，或是成畫面的一部分。朋友來了，說沒有看到這張作品的作者簽名，仔細看了一下，好像真的沒有找到耶！不過，我相信「我自己」一定已經融入畫面中了吧！

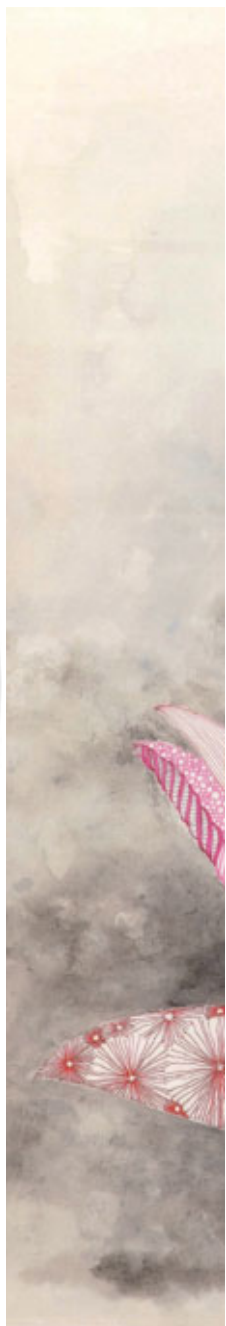
圖面是一種交流的媒體。透過作畫的過程，我可以更深入地思考並傾聽自己的聲音。而觀賞者則可以從畫面中得到他們自己的感受。

這張作品中的蓮花圖案是在前一個住所完成的，近日搬到新家才接續未完成的圖面。我想，我可能已經在畫完蓮花時簽名了，如果沒有，可能也不會因此減低畫中想表達的意思。

In recent years, my signature "品" in Chinese has been commonly replaced by three small dots or circles. Also, the location of the signature is usually hidden in the painting as much as possible or becomes part of the painting. After taking a closer look, a friend reminded me that she did not see the author's signature on this work. Woo, it seems like there really isn't one! But I think "My self" must already be in the painting.

Graphics are a medium of communication. Through the process of painting, I can think deeper and listen to my inner voice. Whereas viewers they can get their own feelings from the pictures.

The lotus pattern in this piece was done at my previous residence. The rest were added after I moved into my new house. I think I would have signed while the lotus was completed. If not, the meaning of this painting remains.





納須彌於芥子

文◎徐偉



唐朝時，江州刺史李渤與歸宗智常禪師常有往來。

某次，他問禪師：「佛經上說的『須彌藏芥子，芥子納須彌』，小小的芥子，怎麼可能容納整座須彌山呢？未免太過玄妙離奇，不合常理，是騙人的吧？」

禪師聽了之後問：「大家都說你『讀書破萬卷』，是否真有此事呢？」

「當然，我何止讀破萬卷書啊！」李渤得意洋洋。

「那你讀過的萬卷書都保存在哪裏呢？」

李渤指著腦袋說：「當然在這裏囉！」

「可是你的頭只有椰子那麼大，怎麼可能裝得下萬卷書？莫非你也在騙人？」李渤當下恍然大悟，豁然開朗。

「納須彌於芥子」這成語便是源自於此，然而，李渤所說載有「須彌藏芥子，芥子納須彌」的佛經，則語出《維摩詰所說經》〈不思議品〉第六。

話說維摩詰是一位在家居士身的修行者，他雖未出家，但才智超羣，精通大乘教義，既享盡人間富貴，又修為高深，且擅論佛法，深得佛陀尊重，是著名的在家菩薩，也是大乘佛教的在家典範。

《維摩詰所說經》記載，某次，維摩詰居士在家中講道，請了須彌燈王佛送來三萬二千張寶座給參加法會的菩薩坐，這些寶座張張華美無比，又高又大，維摩詰家小小的空



間根本容納不下。然而，就在寶座從天而降時，房間彷彿也同時變大了，最後，三萬二千張寶座安置在小小的房間內，完全不顯擁擠。

這個奇景讓參加的菩薩們驚訝不已，舍利弗於是發問，維摩詰回答說：「諸佛菩薩有一種解脫法門，叫做『不可思議』法門。如果安住在『不可思議』的解脫境界中，就能夠把宇宙最高的神山～須彌山，收納進一粒小小的芥菜種籽中，但這芥子既沒變大，須彌山也沒變小……。」

維摩詰居士接著又說，進入「不可思議」解脫境界的菩薩，也能將四大海的海水注入到一隻魚、龜等水族的毛孔中，魚龜絲毫不受損傷，海中的龍、鬼、神、阿修羅等眾生，隨同海水一併注入這隻水生動物的毛孔中，牠們既不能察覺、也不會受到半點傷害。此境界的菩薩，還能將三千大千世界捏成一塊陶，丟到無法計量的遠處，再拿回來，裡面的眾生也會絲毫無覺無傷。還能使七天成為一劫（超長時間）之久，讓眾生以為已經歷了一劫的修行；又能讓一劫縮短為七天，讓眾生以為只經過七天的修行而已。

在經中，維摩詰居士所說的「不可思議」解脫境界的能力還有很多，他還跟舍利弗說，他只是粗略地解說，真要詳加說明，說上一劫，甚至更長的時間也說不完哩！總之，進入「不可思議」解脫境界的菩薩，能任意改變時間、空間、距離……等，所以，或許我們此時正在此菩薩的神通變幻之中，只是渾然無覺。



中秋柚子香

文◎張碧員 圖、攝影◎慈眼

老闆熟練地拾起一顆，單手拋接幾回，指腹略略施壓，端詳一眼，便遞給我沈甸甸的一顆柚子：「這個好！」

吃的不只是水果

現在的人好命，無論何時，走進水果店，總有琳琅滿目的種類可做選擇，不像從前，只能吃到季節裡的水果，像是春天的李子、桃子、桑葚、楊梅。夏天，除了必須應付各種芒果的大舉入侵，間或還要品嚐時序感更強的荔枝，荔枝過後就要迎接中元，而中元總是喚起我對龍眼的渴望。正當我飽啖龍眼時，柿子已悄然上架，這時，早晚開始微涼，敏感的人必然發現時序正悄悄入秋。到了中秋，除了月餅、烤

肉，能去油解膩的柚子，很容易就被拉來做為放縱食慾後的救贖。其實，柚子既不如荔枝、龍眼可口，吃起來又有點麻煩，本來應該是餐桌上可有可無的選擇，然而，就因為它的存在自古和中秋節慶綁在一起，吃它就不只是在吃水果了。重視養生的人，吃食都盡量有機，再

講究的，更知道應該當令、當地。何況，對於從傳統一路走來的人們，當然有所感受，季節到了，吃的不只是水果，而是一種念想、一種文化。

想起三月上旬的一個清晨，鄰居院子飄來第一道柚子花





香，提醒我接下來的半個月得改變散步路線，行經社區外圍農家的柚子園。此時，若春雨紛飛，總要讓人擔心柚子花開不全，今年的結果率會不太好。不過，一樹柚子花，多半墜落土，只部分育出果實的花蕊，就足以形成秋後的結實累累。花香過後，在人們遺忘它的這段時間裡，小小柚果默默成長，以大半年的時間，緊密釀造柚瓣裡一絲絲酸甜的汁液。



柚子一詞實際上是個統稱

為了讓柚子好吃，柚農必需在十來天前就採收。離枝使果體多餘的水分蒸發，辭水（消水）的過程，讓綠色的柚子皮淡淡染上時間的黃，隨著果皮略略皺縮，肉質卻更軟嫩，汁液更濃郁香甜。俗話說：「輕柑重柚。」選擇表皮油囊細小、果體上窄下寬、底部平穩、拿在手上沈甸甸的，便是美味保證。

在植物王國中，屬於芸香科柑橘屬的柚子是柑橘類水果中結實最大的，而柚子一詞實際上是個統稱，它可以是葡萄柚、白柚、蜜柚等，但一般多指中秋應景的文旦柚。文旦，是柚子的雜交種，康熙 40 年（公元 1701 年），從福建漳州引進台灣，後來以麻豆出產的文旦滋味最佳，於是「麻豆文旦」也成了品種名。

日本也有柚子，但這個叫「yuzu」的柚子，跟我們的柚子不一樣，更正確地說，它比較接近香橙，於晚秋採收。日本的柚子不是拿來當水果，而是取果皮的辛香以醃漬或涼拌食物，增進風味。喜歡日本漬物或和風醬料的人，一定對這「yuzu」味不陌生。說到日本，還有趣味一說，相傳清朝時有艘中國船隻漂流到日本鹿兒島，受到島民熱誠款待，船長謝



文旦（沒錯，船長姓謝名文旦）感恩之餘，拿出船上的柚子做回報，島民喜歡，遂將此水果取名為「文旦」；若此說屬實，「文旦」之名，竟是傳自於日本了。

從頭香到腳

柑橘類是全世界產量最大的水果，各自擁有的氣味，就是它們獨一無二的身分證明。它身上聚集氣味的儲油細胞，不僅存在於果皮，也以油腺點的形態分布在葉子和花瓣上。如果分不出橘子、檸檬或柚子樹，不妨揉一片葉子來聞聞，柚葉有柚花香、柚子味，檸檬葉也有檸檬皮的芳香。柚花香，我特別喜歡，它有一種細緻清麗、激勵人心的溫暖甜味，讓人精神放鬆。

很少植物能夠從頭香到腳，柚子就是。春三月，走趟柚子園，浸潤於柚花香中，是最好的身心靈洗滌。除此，柚花亦能入茶或提煉精油。中秋過後，留下柚子皮，還能做成薰香。將柚皮切成細條，曝曬到完全乾燥，點燃後，除了趨蚊，一整年都能品嘗吸足陽光味的柚子香。



我的阿爸

殊勝的中陰救度

文、圖◎張純仁

四十多年前，父親用盡嚴厲的方式讓我走上中醫之路，年少輕狂的我，內心充滿憤怒與委屈，多年之後，才體會到他的愛子心切；祖父的遺願讓他心急如焚，而這是他唯一知道的表達方式。

四十年後，如今父親離開人世，臨終前，父親用盡最後一口氣，教導我人生最重要的一課「生死」。這一口氣讓我深切感受到他對這個家、母親、五個小孩的愛！很多時候，我們真的錯怪他了！

默默為父親做佛事

父親在地方上有些政經地位，一生未曾接觸佛法，加上執著的個性，在父親餘生這幾年，讓身為佛教徒的我，憂心他臨終之時放不下世間的財富、權力、地位而無法安然離世。四、五年前，一位忘年之交的摯友，也是我今生最大的貴人，他是一位事親至孝的醫生，父母親相繼離世後，與我分享他陪伴、處理父母親往生的經驗，教導我殊勝的中陰救度法，內心感激不已。然而他告訴我，相信中陰救度的人不多，即使他學佛多年的弟妹們也不一定認同。

家母是虔誠的一貫道堂主，堅持用一貫道的儀式，四個弟弟也沒有宗教信仰，因此我只能默默為父親做佛事。那天，阿爸離開了，生我、育我的寶貴生命在我眼前撒手離去，與他六十餘載的相遇，所有情境如電光火石般瞬間劃過

腦海，深切感受了「彈指」、「剎那」的意義！於是，虔誠祈請阿彌陀佛、觀世音菩薩、大勢至菩薩，我的父親即將捨報，將入中陰險境，痛苦無依、流轉生死，祈請十方諸佛菩薩、護法聖眾，慈悲降臨，護佑、引領父親遠離惡業牽纏、中陰險境，放光加被，永出六道，往生極樂，諸佛剎土。

隨即呼喚父親的名字：阿爸！我是您不孝的兒子，雖然我們平常很少說話，以前我都聽您的，現在您一定要專心聽清楚我的話，放下心中的執著與罣礙，我會盡力祈求佛菩薩讓您脫離痛苦，得到平靜與安樂。

請一心一意跟著我唸佛

阿爸！感謝您一生對這個家的付出，辛苦栽培五個小孩長大成人，您的一生已經走到盡頭，世上每個人都會死亡，不要害怕、不要悲傷，咱已經陰陽兩隔，無人知影（台語）您心中的痛苦，無人聽得到您在講什麼，一定要放下世間的一切，沒有一樣可以帶走，沒有一樣東西能再屬於您，專心聽我的話，它能帶您離開這個世界。

我的阿爸，若是看到非常大的佛像或是野獸頭的神像，放出強烈的光，聽到巨大的雷聲，不要害怕，那是自您心中化現出的佛菩薩來接引，您要立刻投入強烈的佛光中；如果看到暗淡、模糊的光，千萬不要靠近；停止心中一切貪愛怨恨，一心一意聽我唸的佛號與咒語，勇敢投入強烈的佛光。

我的阿爸，如果看到閻羅王、牛頭馬面、妖魔鬼怪來追殺，那是幻覺，我知道您膽小，但不要害怕，因為已經沒有肉身，它們無法傷害您，不要逃避、不要躲到任何地方。

如果看到許多美麗的飛禽走獸、湖泊、樹林，或是煙霧瀰漫的山洞、荒郊野外的道路，也是您心中的幻象，千萬不要迷戀，立刻回頭不要進入，否則會墜入惡道，受到各種苦

刑，永遠聽不到佛法。

請放下所有執念，專心想像阿彌陀佛放出強烈的紅光，一心一意跟著我唸佛、持咒，無論什麼情況都不要停止。

內心篤定父親往生淨土

根據中陰救度的記載，亡者在斷氣後八至十二小時，神識還清醒，此時如未往生，即是昏迷狀態，三天半至四天醒來，爾後神識昏迷，此時是「臨終中陰」；四天後靈魂離開肉身，進入中陰身，十四天內為「實相中陰」，此十四天是諸佛菩薩、文武百尊來接引往生淨土的時機。若此時未往生淨土，往後三十五天，即進入「投生中陰」，此時中陰身如能一心念佛，觀想佛菩薩示現，仍有往生淨土的機會；但若起心動念，隨著不同業力，即墮入六道輪迴。



有次摯友陪我在父親會館的牌位前，在他靈前持咒念佛，那時我告訴摯友，父親含笑、相貌莊嚴，清晰來到我眼前，停留許久。告別式當天，我與摯友不停持咒，當下感受整個會場佛光普照，我與摯友內心篤定父親確已往生淨土。

我會再到極樂世界帶您

從父親斷氣到告別式，我未曾掉一滴眼淚，然而，當棺木送進火化的當下，我淚如雨下爆哭：「阿爸！送您到這裡了，我們父子在婆婆世界關係到此為止，您一路好好走，我會再到極樂世界帶您。」

慈母心 農禪情

文◎文豐

時序人間四月天，因鋒面壟罩全台，氣候不穩定，113年度「地藏院農禪母親節孝親活動」，如期於4月27日舉行。感恩老天爺給了我們一個辦活動的好天氣，大地和風萬籟甦醒，大鵬展翅慈光山牛眠寶地，山幽林靜天地厚愛人間有愛，十方齊聚善緣來。

佛陀如何報答父母之恩

活動中恭請住持大願法師親臨開示：母愛乃自然天性，孝順不分年齡大小海內外，偉人英雄都一樣。全天下的母親





無所求地付出，犧牲自己照顧保護孩子，從出生嗷嗷待哺到成長茁壯，母愛親恩浩連天。

大願法師引述佛陀出生後第七天，母親摩耶夫人便與世長辭，由姨母大愛道撫育長大成人。佛陀成道之後，大愛道幾度苦苦懇求出家修行，最後終於滿願，成為僧團中的第一位比丘尼，並證得阿羅漢果。大愛道涅槃後，佛陀、難陀、羅睺羅、阿難等親自為大愛道抬棺。



為報答母親生身之恩，佛陀於安居時，上昇至忉利天為母及天眾等說法，殷勤施予法藥，令母永離世間苦樂，得證出世解脫。世尊大慈、大孝之至，由此見之。

世間人以「身體髮膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也」、「立身行道，揚名於後世，以顯父母，孝之終也」，即便如此盡孝，仍難解父母命終後，隨業流轉、輪迴三界之苦。是故，佛陀以身教示，唯當令父母俱斷煩惱，永離苦樂，得證涅槃解脫，才是真實報答父母之恩。

原來菩薩一直在家裡

地藏院農禪母親節灑淨儀式莊嚴吉祥，佛事以精嚴為切實，待客以至誠為供養，處眾以謙恭為有理，凡事以預立為不勞，老死以無常為警策，因果以明白為無過，與大家共勉。累世累劫，因緣人生，佛法難聞，今生善緣相遇更當把握；聞知道理者容易，恆持心多難在於實踐。

法師更闡述「孝道」二字，無論各宗教典及《四書》、《五經》都有記載：世界上一切的光榮和驕傲，皆來自於偉大母親的栽培養育。曾經有一人歷經千辛萬苦尋求觀世音菩薩，因緣遇見一位大德長者，告知：「當你回家的時候，看見反穿衣服、倒穿鞋的人，那就是菩薩了！」

「平日辛勤持家待兒歸」，老母親聽到兒子那麼晚回

來，還緊張地大力敲門，擔心出了什麼事，慌亂地披上衣服，不小心把衣服都穿反了，連鞋子也倒穿了，踉踉蹌蹌走到門前把門打開……。當門被





打開的瞬間，兒子悄然大悟：「原來菩薩一直都在家裡。」

至於要如何對父母盡孝道，報答父母恩？經典裡所提到的：應為父母書寫經文、為父母讀誦經文、為父母懺悔罪愆、為父母皈依三寶、為父母受持八關齋戒、為父母布施修福，就是最好的盡孝方法。



佛陀在經典裡，描述了一位母親從懷胎第一個月開始就蒙受的痛苦，直到子女出生、成長，甚至到老，父母對他們的關愛、哺育和憂心。這些都一一傳達一個訊息，那就是，父母恩重如山，難以回報。

該把握當下，及時行孝

溫馨活動結束後已近午齋時間，農禪廊道頓時會眾滿滿非常熱鬧，眾等齊心分工合作收拾拜墊搬上貨車後，又迅速擺上二十七張大圓桌。大自然餐廳道道美食佳餚上菜，特別是農禪有機菜根香榭大火鍋，香醇美味，還有糕點、涼品、豆花、新鮮桑椹汁等，請母親們慢慢嘗鮮，另外池塘綠地更有香濃現泡高檔咖啡任君細細品嘗，喜齋善來，感恩母愛。

感恩家家戶戶的活菩薩，偉大的慈母們，經年不辭勞苦的無私奉獻，希望子女們要把握當下，及時行孝。

「地藏院農禪母親節孝親活動」圓滿結束，與會大眾法喜賦歸，期待明年地藏院禪林園區喜樂相見。

浴佛暨藥師普佛大法會

沐浴佛身，淨化己心

文◎無彊



佛誕節，是紀念釋迦牟尼佛誕生的日子，又稱「浴佛節」。經典記載，釋迦牟尼佛未成道前，是北印度迦毘羅衛城淨飯王之太子悉達多。出生時，有九條龍吐出香水，為太子洗浴，「浴佛法會」因而成為後世慶祝佛誕的重要活動。

據《佛說灌洗佛形像經》記載：「自致為王太子，以四月八日夜半明星出時，生墮地行七步，舉右手而言：『天上天下唯吾為尊，當為天人作無上師。』」

太子生時，地為大動，第一四天王，乃至梵天、忉利天王，其中諸天各持十二種香和湯雜種名花以浴太子。太子得成佛道，開現聖法濟度群氓。」

5月12日早上7：00，邀請魚池鄉親一起來搓湯圓，與信眾一同分享又香又Q的紅豆湯圓。

浴佛法會於上午9：00舉行，「我今灌沐諸如來，淨智莊嚴功德海，五濁眾生離塵垢，同證如來淨法身。」齊整的梵唄聲，法音繚繞。大眾在僧團法師莊嚴〈浴佛偈〉聲中，依序虔誠地以三勺香湯恭沐佛身，當下以「我今灌沐諸如來」的虔誠心與歡欣，觀想佛陀的清淨智慧，功德如大海般無量無邊，灌沐佛身也期盼娑婆世界的「五濁眾生離塵垢」，讓

無明減少，增長智慧，一起「同證如來淨法身」的境界，體證佛陀清淨法身和眾生原是一體。

下午 2:00 舉行「藥師普佛大法會」，在法師的帶領下，大眾隨文入觀，誦誦《佛說藥師如來本願經》暨〈藥師灌頂真言〉，祈藥師琉璃光如來慈光加被與會信眾，消災延壽，吉祥光明，病苦遠離。最後迴向護法信眾，無病延年，災厄解除，福壽綿長，所求皆得。



居士精進佛二

念念相應，即與阿彌陀佛相應

文◎拾悅

自2024年4月20、21日，為期兩天的居士精進佛二，共有120位居士參加。第一天，早上9點報到後，教過堂的禮儀。午齋集眾鐘聲響後，居士先在大殿集合，念佛出班，跟隨引禮法師，一班接著一班，每位居士的步伐整齊，行進的威儀正念專注；用齋時，腰桿挺直，不疾不徐，威儀具足。

對許多老菩薩而言，放下萬緣，回山充實不簡單。佛二期間，因為禁語，因而減少了手機使用時間。二天的課程安

排三到四支香，包括拜願、繞佛、坐念、止靜、念佛、迴向等。聲聲佛號不斷，收攝身心，保持內心清安寧靜；無聲的說法，就在日常功用中，也是回歸慈光山的宗旨「淨化人心」。

第二天早齋過堂，天空浮現一抹抹橘黃色的吉祥雲彩，周匝圍繞，光明照耀，如諸佛所





護持的莊嚴景象。每一句「阿彌陀佛、阿彌陀佛……」，念佛共修的力量不可思議！句句都能念到心裡，二六時中，行、住、坐、臥，從旦至暮，保持精進。清·悟開《念佛百問》〈序〉中載：「一念念佛，全念是佛，是則名為自性彌陀。」

住持法師開示道：「念佛法門是最普遍的，至簡易、至穩當者，也是諸經廣讚，得使善根增長、福德增長、悲慧增長，斷貪、瞋、癡，具足成就一切善法。」《華嚴經》上亦說



：「況復勤精進，堅固心不捨；當知如是人，決定成菩提。」

念佛對現代人有很大的幫助，每一句佛號，就是一朵蓮花；一句佛號，就是一道光明。佛陀曾開示道：「若菩薩欲得淨土，當淨其心；隨其心淨，則佛土淨。」身、口、意三業清淨，自然與佛相應。在生活裡，口念心行，遠離虛妄，帶來平靜與安樂。

攝心於觀像與佛號

文◎慧光

學佛後，周遭常有人問：「妳學的是何法門？」總回答：「禪淨雙修，法法如如，互相圓融無礙。」然自覺較喜內觀，萬法唯心。

猶記得學佛之初，第一次提出請示師父上人的問題，即是如何修得「無我」境界；只因當時茅塞之矣，聽得一塌糊塗，如今似乎懂了。

師父聖開上人曾說：「我的法很簡單（無住生心），妳做



得到嗎？」難啊！

深知自己業障深重，精進力不堅定，得求佛力加被，因而總在做功課時，向佛菩薩祈願：「大限來時能預知時至，身無病苦，心不貪念，意不顛倒，如入禪定；臨終，西方境分明在目前，彌陀聖眾手執金台來迎接我，於一念頃，生極樂國。」

佛二活動，台中講堂承領香積工作。有天，常住法師於群組發佈，讓我參加佛二念佛組，心中真的無限感恩與歡喜。



活動當天的第一支香，維那法師一起腔，即被攝受，進行中不管坐念、金剛念、繞佛、拜願，均秉持著住持法師的開示：「想念佛往生西方，一定要先打開佛國的鎖匙、輸入密碼，信、願、行三資糧合一，缺一不可。」因而時時攝心於觀像與佛號上。

在活動結束前的大迴向時，想到：「弟子眾等，現是生死凡夫，罪障深重，輪迴六道，苦不可言……。」一陣鼻酸，淚如雨下，曾多次默問佛陀慈悲父：「我何時可回家？」然深知業未盡、緣未了，談何容易，唯有祈求：「臨終一念清明，阿彌陀佛慈悲不捨，觀音、勢至菩薩光明妙相來迎接我，於一念頃，回歸西方極樂世界；潛心修行，道果圓成，再以清淨法身回入娑婆，廣度十方眾生。」





請大家發心 人乘寺兜率院建設基金

慈光山

人乘寺南埔精舍位於草屯將軍步道上，2014年3月開創，2015年初期竣工，秉承慈光山開山老和尚上聖下開導師致力於弘揚佛法、淨化人心宗旨。建設一座莊嚴的道場，需要護法龍天加被與十方善信的護持。

建設工程費用浩大，若欲成就建設基金者，請至文殊院、地藏院寺務處登記，或請利用

中華郵政戶名：人乘寺文殊院

帳號：02884562

或台灣企銀-埔里分行（銀行代號 050）

戶名：人乘寺文殊院李文達 帳號：520-12-173008

並註明「兜率院建設基金」

共成聖業，功德無量

助道之法 常勤積集

文◎拾悅



「佛法無多子，長遠心難得，學道如初心，作佛也有餘，始終總不變，真是大丈夫。」

2024年5月15日至5月28日，為期兩週的上半年度「僧眾佛契」，居士放下家庭、俗事回山護七，實屬難得。

佛法所說的「放下」，並非「放棄」，而是放下心中的執著和成見，放下自己的主觀看法、喜好與擔憂。

佛契期間，除早、晚課外，上午禮拜《慈悲三

昧水懺》、《藥師寶懺》，下午恭誦《妙法蓮華經》，晚上禪坐。此外，還安排住持法師為大眾續講《華嚴經》〈十地品〉，其餘時間是經教研究，大眾精進道業，專心潛修。

「靜中修心，動中達理，才是修身之道。」護七居士，隨常住作息，分組代理香積、行堂、環保清潔等執事外，還發心出坡除草，晚上則在大殿誦經、禮懺，精進用功。種植善



根因緣，需要長遠累積、培植，行、住、坐、臥處時時不忘觀照，才能與大道相應。

《涅槃經》說：「定多慧少，增長無明；慧多定少，增加邪見。」《大方廣佛華嚴經》亦說：「以深淨心入菩提舍，是智業。」《大方廣佛華嚴經》〈十迴向品〉頌言：「但以方便滅癡冥，如是修成無上智。菩薩所修諸行業，積集無量勝功德。」

最後一天圓香日，以此兩週精進功德迴向，仰仗佛力加持，佛法長興，法輪常轉，國泰民安，風調雨順。



南開科技大學參訪地藏院

文◎王施頤

2024年6月21日上午，我們南開科技大學師生一行 32人參訪地藏院，我也以此因緣上了「生命教育」這堂課。曾經在課堂上，廖美俞老師和我們分享有關地藏院的事情，聽後內心充滿法喜。有天，老師說：「等期末考後，帶你們去地藏院參訪。」隨即報名，每天都在期待這一天到來。

這不是我第一次到寺院禮佛，卻給我很不一樣的體驗。以前去過的寺院，都只是打卡拍照、拜拜及聽經，





然後各自回家。這次的參訪，雖然只有半天，卻收穫滿滿。

到學校集合後，搭乘遊覽車前往地藏院。抵達後，旋即到二樓大殿，住持大願法師為我們開示，並介紹地藏院的開山歷程，及 921 大地震後的維修等種種事跡，當下覺得一切都是佛菩薩冥冥中的庇佑。

師生一行，漫步於前往農禪的路上。遠遠看到法師及居士們唱著歌，歡迎我們的到來，心中甚是歡喜。而後我們跟隨大堪師父下田種菜，這也是我第一次種菜。當天是小暑，天氣炎熱，邊種菜邊想：「小小的菜苗，不久之後會長成一棵棵翠綠的蔬菜，然後會有人吃到自己種的菜，頓時覺得很開心、很有成就感。」

播種完後，回到休息處，大湛法師為我們開示。法師準備了很多資料，在播放的影片中，看到法師帶隊上山找水源、接山泉水的過程，讓人既感動又敬佩。自己平時去爬山

時什麼都不帶就覺得很辛苦了，然而法師及居士們還要帶著各種材料上山，真的很佩服。水源得之不易，期大家珍惜大地資源。

午餐吃火鍋，都是農禪栽種的有機蔬菜，讓我們真真切切感受到最簡單的調味便是最美味的佳餚。感恩志工們的關懷備至，在旁介紹菜名和如何分辨蔬菜的品種，這些都是課堂上學不到的農禪教育。

最後還有現場佛歌教唱，再加上乒乓接力，同學們玩得不亦樂乎；雖然只有半小時，回家後腦海裏偶爾還會迸出「學佛好，學佛妙，學佛六時恆吉祥……」的片段。我是很健忘的人，怎麼會牢牢記住這些歌詞？讓我感到很神奇。

告假下山時，居士對我們說：「隨時歡迎大家回來，這裏的大門隨時為你們而開。」當下深受感動，期待下次能再度參訪。



地藏院113年父親節孝親活動

法不孤起，仗境方生

文◎張清財



◎法會·活動報導◎



難得同修四姊妹在埔里聚會，特意安排在她們一起出遊前，到地藏院祭拜岳父母，進了地藏院，便巧遇明光居士。近年來地藏院總在父親節前夕，於農禪園舉辦孝親活動，此活動一向由明光居士承擔主持任務，他告以近日身體違和，醫師囑咐應避免流汗，以免傷口感染，正在考慮7月20日的孝親活動主持找人瓜代，由此因緣，末學便承接下了此任務。

活動當日，七時許便到了農禪園，志工們早已各司其職地執行勤務。依志工引導停好了車，便見大湛法師身著短褂，提握清掃機在吹掃路上的落葉，如平日般一派輕鬆自在。地出坡；法師的行誼著實令弟子深受感動，以身教示「平常心」之道。



活動含兩大部分：前半有住持和尚開示、大湛法師灑淨與開示、迎賓禮讚與揭牌儀式；後半部分則安排了敬老孝親禮，包含行接足禮與致贈結緣品。儀式結束之後，志工們迅速地擺設好行堂站與桌椅，在

法師的引領下，供養、用齋，活動緊湊而井然有序。

住持和尚大願法師開示時，特別就父親節的因緣，開示「法不孤起」，雖屬世間活動，但卻不離佛法的精神。就孝親的內涵，提醒世間為人子女者，父母是我們此生最大的恩德田，賜我們有能學法的色身，可以的話，盡量自己孝養父母，讓父母在他們熟悉的環境裡安享餘年；也提醒為人父母者，不可事事依賴子女，只關注自己的身體病痛與就醫，對子女予取予求。法師並以自己俗家的老父為例，雖年逾



九十，生活多能自理，而且「活到老，學到老」，有自己的興趣與社會參與。親、子間彼此照應與體諒，各自盡自己的本分，惜福惜緣。

灑淨儀式由大湛法師主法，法師慈悲，在僧眾的法器與梵唄聲中，為場地眾生、也為與會大眾，特別是長者們灑淨祈福。灑淨之後法師以平日所書佛偈，配合農禪生活與大眾參訪農禪園活動等影像，對大眾開示，呼應了住持和尚「法不孤起，仗境方生」的開示，農禪的生活確實地踐履百丈禪師「一日不做，一日不食」的精神，數年來，僧俗合力寫下了無數動人的篇章。

「禮樂之境有大和」，在法師開示後，埔里精舍合唱團獻唱了〈四恩銘〉、〈2024父親節〉與〈皈依佛陀〉等三首佛歌，加上來自台中的「Phone Saxer」樂團的薩克斯風伴奏聲，讓整個活動充滿愉悅的氛圍，在充滿慈悲與生機的農禪園，顯得更加的和諧融洽。

中場休息前，法師邀請參加此次孝親活動的長者代表，一起為農禪園的精神指標「一日不做，一日不食」進行揭牌儀式，並再次為大眾簡要開示了百丈禪師的實踐精神，在唐朝正



雷厲風行打壓佛教時，對教法的保存起了莫大的作用。就在大眾齊誦「一日不做，一日不食」聲中，結束了上半場的活動。休息時間，Phone Saxer 樂團繼續演奏了三首樂曲，美妙音聲遍滿農禪園。

下半場是整個活動的高潮。志工們在大眾休息時，迅



速布置好場地，讓父母們依報名時編妥的號次入座，有幾位長輩坐在輪椅上一起參與，即使不便，還是帶父母參加，更加凸顯了子女們的孝行。子女代表們在父母座前，先行三拜叩首禮，接著為父母貼上胸花、餵食父母用水果糕點、奉上茶水之後，再行三拜叩首禮；最後親子們互相擁抱，場面實在溫馨感人，有幾位長輩感動得頻頻拭淚，看得我也泫然欲泣。其中還有幾位年輕的爸爸媽媽，帶著稚幼的孩子一起參與活動，在孩子小小的心田中，種下善妙的種子，對孩子來說，或許正是一生最大的祝福。這樣的活動，在以追求現世利益為導向的現代社會，是如此的珍貴；有此良善之風吹拂，世間的幼苗更得安心成長，「幼有所長、老有所終」的大同之境就在眼前呈現。

最後，在法師帶領供養之下，大眾愉悅地享用農禪園生產的有機蔬菜火鍋。炎炎夏日、正午時分，食用火鍋，卻一點也不燥熱，內外皆有陣陣和風，大眾心中都有一份美好的感恩之思，天道好還，吃火鍋正是時候！

孟蘭盆暨瑜伽焰口施食大法會

施壇儀之真詮 化幽顯為清涼

文◎無疆



◎法會·活動報導◎

在民間，農曆七月是「鬼月」，也是「諸事不宜」的月份；然而，從佛教的角度來說是「吉祥月」。七月十五日，為夏安居功德圓滿的「解夏自恣日」，亦稱「諸佛歡喜日」，因夏安居期間僧眾精進用功、圓滿成就，故諸佛菩薩皆歡喜讚歎。

《佛說盂蘭盆經》載：「於七月十五日，佛歡喜日、僧自恣日，以百味飲食安盂蘭盆中，施十方自恣僧。乞願便使現在父母壽命百年、無病，無一切苦惱之患，乃至七世父母離餓鬼苦，得生天人中，福樂無極。」





是日，上午八點舉行「盂蘭盆大法會」，恭請三寶降臨壇場、齋主獻供、恭誦《佛說盂蘭盆經》與〈報父母恩咒〉四十九遍，仰仗佛僧三寶之威神，勸修蘭盆妙供，俾令親恩而度脫。

十點四十分，上堂、上供，齋主供佛齋僧，功德殊勝。《盂蘭盆經》云：「若能以飯食、臥具、醫藥供養十方僧眾，藉此十方僧眾清淨共修功德迴向之力，能使供養者，往昔七世父母、六親眷屬得遠離三惡道，現在父母及其本人，長壽無病無惱，衣食自然具足，身心安樂。」

下午二點四十分，施放「五大土瑜伽餞口施食大法



會」。一聲傳佛號，法界普聞知；四生登九品，六道出三塗。以陀羅尼真言，化滴水作長河之酥酪，變微食為大地之斛食，於倏忽間，普濟大地之饑虛；在頃刻時，利益河沙之鬼趣。

晚上九點三十分法會圓滿，常住以粽子、麵包、芋頭糕等與眾結緣，大眾協助收拾壇場，而後踏著月色歸返。



頒發中小學獎助學金

展翅高飛 畢業的祝福

文◎常德

為獎勵成績優異之清寒學生，激勵其奮發向上認真求學，造就社會有用之材，僧團所屬「財團法人慈光山佛教基金會」，於1997年設立「慈光山人乘寺中小學獎助學金」以來，提供就讀於埔里鎮或魚池鄉各高中（職）及國民中、小





學家境清寒、成績優異之應屆畢業生獎學金。今年共有高中34人、國中59人、小學74人，合計167名學生得到這項獎勵。



在各校精心安排的畢業典禮中，得獎學生接受大家的喝采和勉勵，同時畢業生們也表達了感謝師長的諄諄教導，會場充滿了祝福和感恩的氛圍，令人倍覺溫馨與感動。

生命是不斷累積與持續學習的過程，畢業只是人生旅程的一個階段，期盼所有畢業生以正面積極的態度，面向這充滿轉機的未來；祝福所有畢業生都能繼續成長並在自己最喜愛的領域裡發光發亮。

慈光山人文獎第十八屆全國書法比賽

書寫藝術的年度交流盛會

文、攝影◎靖宇

慈光山人文獎全國書法比賽已堂堂進入第十八屆了。十八年，年少的參賽者已成長為優秀的大專青年，書友們總會不期而遇的出現在比賽會場。主辦單位主要核心成員，從司儀、評審組、接待組、交通組、資訊組，幾乎都是原班人馬，而不變的是所有參與者對於書法的深厚愛好，因比賽的交流觀摩，更加深刻了。

知性又感性的書法小旅行

對很多書友來說，參加慈光山人文獎全國書法比賽是每年固定的重要行程，是見書法同好、觀摩大家新作的機會。書法比賽也是家長們陪伴子女成長的重要活動，今年新北市





高姓一家人也來了，老二去年獲得國小高年級組第二名，今年家中三位成員再來挑戰，老大、老二、老三分別通過初賽，進入決賽參加國小中年級組、國小高年級組、國中組的比賽；書法是他們共通的話題，也是共同的生命記憶。宜蘭邱小弟弟，則是動員八位家族成員陪同來參賽，並將書法比賽、日月潭風光、家族旅遊行程整合在一起，成為知性、感性又溫馨的家族小旅行。



住持大願法師在書法比賽頒獎典禮上致詞時表示，慈光山人乘寺文殊院歷經 921 地震損毀，在信眾及各界護持下，經過多年重建終於完成，人文獎書法比賽從第十六屆開始移到文殊院舉辦，已連續三年了。文殊院鄰近日月潭風景區、九族文化村，在前來參加比賽的同時，很適合全家一同出遊，在人文及大自然的薰陶下，感受自然人文之美。法師強調，慈光山書法比賽深受各界肯定，今年社會組參賽人數大增，有 660 件參加初賽，作品水準都很高，有 85 件進入決賽，競爭激烈，其餘各組也有 200～400 件作品參賽，且逐年遞增；慈光山秉持推動書法藝術，將持續推廣。

慈光山書法比賽分為二個階段，初賽時，參賽者郵寄作品到主辦單位，獲選者取得決賽資格，決賽日到慈光山人乘寺文殊院，現場發放考題進行比賽。評審作業公開透明，上午進行書寫後，所有作品移到一樓觀音殿進行評選。評審老師都是全省美展等國內大型書法比賽的免審書法家，包括李穀摩、林榮森、周良敦、莊永固、黃智陽等五位老師擔任評審。



同分出現，評審老師聚集投票表決。



評審老師林榮森代表講評

評審老師從各組的作品中，先各自挑選出三件最好的作品，共計十五件，交工作人員編號後，五位審評再次予以評分，獲得的總分依序排列，若遇同分時，則由五位評審老師投票表決。因為作品的水準高且齊，每年總會發生五、六次同分的情況，甚至更多。

提升書法水準的三妙招

林榮森老師在頒獎典禮上代表講評。林老師指出，慈光山將書法提升到文化的層面，在大願法師帶領下，以民間的力量持續辦理比賽，今年約有1800件參加初賽，高手雲集，作品水平高且齊，評選不易。他指出，參賽者在沒有書帖的情況下，現場書寫，很容易緊張，影響到表現。他提出三點建議供參賽者參考：

第一、到場比賽不要緊張，讓自己不緊張的方式，就是多參加比賽，增加經驗，提升抗壓的心理素質，也可經由比

慈光山人文獎第十八屆全國書法比賽決賽得獎名單

6月18日決賽評審老師：李毅摩、林榮森、周良敦、莊永固、黃智陽



◎慈光之聲◎

國小中年級組	
第一名	蔡婷而
第二名	魏以安、張彧祈
第三名	黃彥翔、劉容好、林彥睿
第四名	石承可、陳天圖、陳羿莖、許仁宥、張詠緹
佳 作	郭子瑜、何耀宸、黃科茗、李采榮、王詠欣、王筠心、王馨晨、朱允芮、吳侑宸、吳宛璇、李羽棠、李沅恩、李惠晴、李濰安、林志謙、林昕妍、林傳鈞、洪苡榛、高偉傑、婁宇泰、張宸熙、張苑樞、張維恩、游峻宇、黃柏淵、黃勝邦、楊凱茵、溫子瑜、廖苾伎、廖煦恩、蔡元豪、蕭會儒、謝曜州、李秉駿

國小高年級組	
第一名	蔡宗諺
第二名	廖昱紘、王呈洋
第三名	邱雅鈞、何泓鋐、高偉熙
第四名	林秋羽、李芯岑、劉品辰、謝國榕、高承鈺
佳 作	林禾甯、龔有禎、湯勝淇、蘇可剛、王文歆、江林哲、李妍熙、李佳潔、李承濤、卓鈺晴、周雨萱、林祐渝、林意呼、林煜家、洪悅澄、洪諺呈、胡耀豈、翁凡晴、婁楠懿、張羽瑄、張怡禎、陳立捷、陳佳珮、陳星締、傅振勻、黃信義、黃盈軒、黃敬雯、劉宇婕、劉姣汝、鄭浩淵、駱柏麟

國中組	
第一名	陳天芸
第二名	林牧澄、魏以晴
第三名	蕭鼎秝、何耀軒、簡詠婕
第四名	羅禾珈、高葦茹、張紫怡、吳忠翰、蕭筠靜
佳 作	蔡宇閎、劉均好、蕭臣毅、蔡善宇、吳昀堯、卓倉毅、林禹至、邱于庭、邱由堯、查仁皓、孫欽綺、張庭嘉、張紫恩、莊庭姁、許晏寧、陳思羽、陳柏宇、陳香綺、陳韶昕、陳瑩箴、湛亞全、黃嘉霏、楊沛恩、楊侑霖、劉恩瑜、蔡旻誼、蔣玕臻、鄭兆均、蕭辰心、謝炳育

高中組	
第一名	蔣侑臻
第二名	湛凱婷、張佳薇
第三名	林容、楊尹茜、葉映辰
第四名	賴昀磊、楊庭雯、蔡依宸、陳亭安、許愷桔
佳 作	陳翰緯、李郡益、林子鈞、吳家好、王子璋、王有洄、王詩筑、王識涵、吳宇捷、林妍秀、孫欽雅、張育維、張婉婷、張紫晴、陳芊卉、陳佳苓、陳承凱、陳香霖、陳翊安、陳翊萱、鄧振軒、盧嫻岑、蕭萱穎、謝田欣、謝宛彤、謝恩綺、謝鈺璇、林軒詒、洪品儀、洪嘉伶

社會組	
第一名	顏國順
第二名	李雲翔、楊晃承
第三名	陳奕良、江錦明、王于升
第四名	賴淑玲、梁嘉慧、胡禕偉、許建中、張志育
佳 作	劉淑秋、林勇忠、王月靜、吳慧美、江泰宏、吳吉祥、吳冠曆、宋兆賢、宋璇璇、周振崇、林漢業、林燈財、船田聖也、張俐雯、張淑君、張惠如、張惠華、莊宇雯、簡莉靜、張孝慈、許文照、楊進中、鄭揚誼、莊欽耀、許秋筑、郭智勇、陳佳琪、陳品蓁、陳思瑩、陳政信、陳昱佑、陳勝佑、陳嬈君、陳進展、湯榮熹、黃秀銀、黃怡惇、黃怡蓁、黃冠瑜、黃傳恩、黃蘭婷、楊日光、溫俊堯、葉月琴、葉奕君、鄧正府、趙月淇、蔡政杰、鄭淳月、操小覓、駱惠玉、謝嘉峰、李乙呈、連勇勝、陳建銘、吳清偉、劉耀隆

長青組	
第一名	葉瑞貞
第二名	謝鈴華、趙世雄
第三名	卓美治、許惠妙、許昭蓮
第四名	陳泰皓、宋洪終、洪毓秀、侯清欽、姜俊任
佳 作	董永隆、李懿美、葉政行、張有定、王桂英、吳天地、李宗茂、林杏嬌、林德恭、邱勝璿、洪忠雄、高兆佑、張淑瑛、粘清遊、莊加禎、許銀塗、郭壯勳、陳金河、陳耀東、曾鉅峯、黃中正、黃文彬、楊錦鎧、葉素惠、詹玉蓮、廖國榮、劉明山、鄭柏堂、賴明鋒、魏美玉、羅貴倉

賽觀摩別人的作品。

第二、評審都是秉持公正客觀的態度進行評選，每一位評審心中都有一把尺，選出心目中最佳的作品。評審的結果，就是集多個主觀意見形塑而成的一種客觀，只要作品好，一定會得到大獎。

第三、在書寫過程中，不要發生錯字、漏字的情況，今年就很少發生漏字的情況。最後一點，書法作品不一定要用印，不用印也不會扣分，但用印有美化的作用，會加分，所以不要怕麻煩，筆、墨、硯、章、印泥等工具，一次帶齊。

林榮森強調，把字寫得好、寫得美，是現代人的基本能力及素養，尤其是寫國字，應努力將字寫得好、寫得正。

講評後開始頒獎，過程順利圓滿。典禮中，司儀詢問參

賽者要如何運用獎金？有參賽者說，要用獎金來購買書法用具，有人說要與家人分享，也有人說要存起來，台下觀眾都微笑鼓掌表示贊同。頒獎典禮就在此歡樂的氣氛中，圓滿結束。



大願法師、評審、志工與各組第一名合影。



助印佛書祝願偈

財施印佛書 增福開智慧 善願皆成就 身心長安樂
遠離諸煩惱 光明又幸福 子孫又聰睿 功德實無量



98-04-43-04

郵政劃撥儲金

存款單

金額
新台幣
(小寫)

帳號 02092802

◎寄款人請注意背面說明

◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

通訊欄(限與本次存款有關事項)

- ☐ 助印人乘佛刊_____元
- ☐ 助印佛書_____元
- ☐ 供養常住三寶_____元
- ☐ 慈光山建設基金_____元
- ☐ 請寄布施功德單

戶名	人乘佛刊雜誌社		
姓名	姓	名	
電話	通 訊 處 電 話		

收款帳號戶名 存款金額 電腦紀錄

經辦局收款戳

經辦局收款戳

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

慈光山人文獎第十七屆全國書法比賽優勝作品

今紅麗彩劫莫流連
把握人耳回頭是岸

書應慈光山人文獎第十七屆全國書法比賽發印之夏苑橋陳奕良





〈種子·山〉 57*45*18cm 玻璃藝術

許文龍

研究琉璃工藝超過二十年，以細膩的失蠟鑄造及台灣鮮見的「窯鑄技法」開創自我風格。自臺灣藝術大學雕塑系畢業後，即參與多項公共景觀設計案。成立自己工作室之前，曾受知名琉璃工作室外派，擔任廠長十三年，熟悉工藝琉璃完整流程、營運模式及供應鏈。

2012年返台持續琉璃工藝創作，同時投入學術研究，取得國立清華大學藝術與設計學系碩士及北京清華大學設計學博士學位，擁有產學界的完整經歷，曾任教於國立清華大學藝術與設計學系。

由於長期研究玻璃藝術，深知當代玻璃工藝的發展與60年代歐洲玻璃工作室運動，息息相關。因此，通過學術的專業研究及技術實踐，創造出具有藝術理論的形式與內容，走出傳統裝飾與形式化的框架，擴展到創作思維的精神領域，並蟬聯三屆六年金玻獎國際雙年展首獎。