

慧炬

Torch of Wisdom Monthly

民國50年11月15日創刊·民國97年5月15日出版



慶祝佛誕節「佛風滿城」藝文劇場

/ 陳清香

以苦樂為道(二)

/ 覺嶺桑杜

慧炬傳燈與蓮花安寧之路

/ 陳榮基

銀髮族臨終關懷服務之探討(二)

/ 紀潔芳

527期

慧炬機構

近期活動翳影

身心靈整體健康 系列講座

1. 慧炬機構蔡明田董事致詞
2. 洪啟嵩老師現場示範放鬆禪法
3. 現場聽眾跟著洪老師學習
4. 洪老師致贈佛像予龍山寺副董事長黃書璋居士

佛法講座—— 羅桑才培堪仁波切 主講「四加行」

5. 慧炬佛學會副理事長黃瑞柔居士致詞歡迎堪仁波切
6. 黃瑞柔居士向堪仁波切表達感恩之意
7. 大眾專注聽法
8. 堪仁波切說法神情
9. 雙手合十祝福大家吉祥如意
10. 學員虔誠供養



時值初夏，欣逢 釋迦世尊誕辰，世界各地凡是有佛教徒之處，無不歡欣鼓舞，以各種不同形式的慶典，來紀念這一位崇高的聖者——佛陀。人間因為有了 佛陀的教法，眾生因此能明心見性，遠離三毒煩惱，開啟四智，脫離苦海。善根深厚者，勤進修行，成為一代宗師，承繼教法弘傳之重任，做佛門龍象；而多數佛子若能謹守佛陀教言，亦可為現世和來生植養豐厚的往生資糧。兩千五百年來，蒙受 佛陀法益者已無可稱計，無量無邊。

佛教之所以能傳播久遠，是無數發大心的菩薩，閱金經而感通，聞教法而立志，前仆後繼，難行能行，難捨能捨，投注無數的生命財產而成就的。台灣寶島何其有幸，半世紀以來不僅免於戰爭之禍，更有許多大法師及在家菩薩，如：李炳南、周宣德、周邦道…等居士播遷來台，不分緇素，協力護教，歷經五十餘年的努力，創建了宗教得以自由發展的大環境，讓佛法正見得以在台灣本土與世界各地開展出亮麗的成果。

今年是周宣德居士推動大專青年學佛運動的第五十周年，當年青澀年少的大專生，五十年後的今天已是古稀之齡，老成逐漸凋謝，青壯繼之而起，寶島社會也有了大幅度的變遷。面對新的世代，儘管我們有許多新的課題需要學習，卻仍願意努力尊崇前輩先賢的教誨，追隨周老師所遺留的典範，以如來教法利益眾生。

本期感謝學習藏傳寧瑪巴教派的廖彥晞居士接受訪問，以及龍欽極密林提供「以苦樂為道」一文。此外，感謝慧炬佛學會陳榮基理事長、吳鳳技術學院紀潔芳教授提供大作和講稿。最後，藉由陳清香教授執筆之「慶祝佛誕節『佛風滿城』藝文劇場」文稿，作為本刊慶祝佛誕節的獻禮，祈願正法久駐，敬請讀者參閱。🕉

創辦人 周宣德
名譽董事長 沈家楨
董事長 莊南田
發行人 陳榮基
社長 吳永猛
藝苑主筆 陳清香
地址 10656台北市建國南路一段270巷10號
電話 02-27031014 · 02-27026772
02-27075802 · 02-27554807
傳真 02-27085054
郵政畫撥 0003484-5慧炬雜誌社
網址 www.towisdom.org.tw
電子信箱 tow.wisdom@msa.hinet.net

中區分社

社長 黃崇仁
總幹事 朱家豐
地址 台中市南區學府路199號2樓
電話 04-22229520
傳真 04-22217339

南區分社

社長 郭森滿
總幹事 龔顯榮
地址 台南市中山路90號13樓
電話 06-2881677
傳真 06-2881678

免費贈閱 歡迎助印

助印方式 全年十二期(十冊)
台灣地區 新台幣捌佰元(NT\$800)
港澳地區 航空/US\$40 水運/US\$33
亞洲地區 航空/US\$42 水運/US\$36
其他地區 航空/US\$45 水運/US\$36
美術編輯 睿奇森創意 richsense creative
印刷 鴻霖印刷傳媒事業有限公司

編輯室笥記 1

經典專題

慶祝佛誕節「佛風滿城」藝文劇場 陳清香 3
以苦樂為道(二) 覺岷桑杜 9
廖彥晞居士專訪 本刊編輯室 18

佛理抉微

菩提道上(二五二) 仁俊長老 22

無盡寶藏

入菩薩行論安忍品(三) 羅桑才培堪仁波切 24
銀髮族臨終關懷服務之探討(二) 紀潔芳 31
近現代佛教史之研究(三) 林俊裕 38

智海珠璣

百業經 晉美彭措法王 44
慧炬傳燈與蓮花安寧之路 陳榮基 47
觸心所先，還是作意心所先？ 陳德良 51

飛瀑流泉

慧炬近事 61
活動訊息 63
慧炬申謝 64

慶祝佛誕節「佛風滿城」藝文劇場

● 陳清香

台北市佛教會每年舉辦的佛誕浴佛慶祝活動，沿襲自日治時代以下的習慣，於每年陽曆四月八日舉行，而民間的佛寺卻在夏曆的四月八日舉行。若依照南傳的衛塞紀念日，則定在每年五月的月圓日（約第二週日），那是接近民間佛寺的行事。但若依循經典的記載，則陽曆四月八日比較接近。

往年北市佛教會依例都在二二八和平公園舉行浴佛會，也曾在中山堂舉行過。去年慶祝活動始於東和禪寺的迎佛儀式，今年則改自艋舺龍山寺為起站，自四月八日當天上午七時三十分便開始在龍山寺庭前，舉行灑淨迎佛儀式，由理事長明光法師主持，率團護著佛祖由龍山寺徒步走向中華路的國軍文藝活動中心。上午九時鳴鐘鼓二十一響後，便揭開了隆重的「浴佛慶典大會」，當主席、貴賓致詞後，大眾便開始在佛前上供、浴佛，下午一時則演出題曰「佛風滿城」的佛誕藝文劇。往年經常演出的劇目是「釋迦世尊的生平事蹟」等，今年劇場改以筆者撰寫的「北台灣的開發與龍山寺的創立」為主題。

劇本的開始是以觀音山淡水河的自然景觀為場景。那是為表現北台灣在史前時代的原始景觀。為了呈現此景觀，舞台上以巨幅廖德政畫師筆下的「遠眺觀音山」油畫為背景，筆者再取施並錫教授的「八里觀音山」油畫為兩旁輔助布景，布景



以Power Point呈現，取八里十三行遺址出土物——陶壺、陶罐（見插圖），以代表史前文化。劇中的旁白，依筆者文中所撰，曰：

「台灣的史前文化，可追溯自舊石器時代起，即有人類文明的曙光，最初約在三萬年前至五千年前，主要代表的遺址，為台東長濱文化，與台南左鎮人遺骸。至於北部地方，以台北縣八里鄉的大坵坑文化遺址為最早。其生存年代，約在七千年前至四千五百年前。根據當地出土的陶罐、陶鉢，以及石斧、石鏟、石簇、石網墜等，知當時人類過著狩獵、漁撈、採集植物與貝類的生活。是為新石器時代初期的文化，或粗繩文陶時代。

而沿著淡水河岸，尚有四千年前的芝山岩文化，以及分布於圓山、新店溪、基隆河之河岸台階地的圓山文化遺址，年代在四千年至二千年之間。以手製多口罐、雙把罐；磨製有段石鏟、有肩石斧，以及玉玦、玉環、玉珮等為代表性的出土物，是為新石器中期文化，或細繩紋陶時代。

北台灣淡水河出口附近，到一千五百年前，則出現鐵器文化，那是位於八里鄉頂罟村的十三行遺址。『十三行文化』以赤褐色網紋硬陶為主，發現煉鐵作坊，也有來自中國內地的『五銖錢』、『開元通寶』等錢幣。可證明兩岸在史前即有貿易往來。」

其後第二幕呈現的是原住民平埔族人的生活方式，漢人移民接觸後，雙方的互動，那是以獨木舟往返於淡水河域，以物易物的場景。劇中Power Point出現繪畫布幕，旁白曰：



「台灣原住民，可分高山族與平埔族，各分成九族，其中平埔九族中的凱達格蘭族，原分布於今台北縣市、桃園一帶，其部落名稱為：三貂、大小雞籠、金包里、大屯、北投、里族、武勞灣、秀朗、擺接、霄里等。

平埔族凱達格蘭人的社會組織，系屬於母系社會，家庭組成以女子為重心，財產母女相承。而部落公共事務，則是男子的職責，有長老會議、年齡組織，分級分擔工作。



在經濟生活上，以女人從事粗放農作為主，即放火焚燒草木，以整農地種植小米、穀類、薯、芋等。又以狩獵鹿與山豬，和以鏢鎗弓箭射魚為輔助生活方式。就其使用的語言體系而言，是屬於南島語系的族群。」

在背景場景前，是以原住民舞蹈表演，來呈現其生活風貌。

第三幕主題曰：「漢人在北台灣的墾拓」，場景出現漢人從事農耕的生活，那是以農家四時生活的舞蹈為表現手法。旁白曰：

「平埔族凱達格蘭人在北台灣生活了好幾百年之後，到十七世紀，首先有西班牙人於一六二六年，佔領雞籠的社寮島，建立聖薩爾瓦多（San Salvador）城堡，並於一六二八年，登陸淡水，建立聖多明我（Santo Domingo）城堡。西班牙人並向原住民傳天主教教義，勢力及於八里、北投、里族（今松山區）、大浪泵（今大同區），以及新店溪一帶，是為平埔族凱達格蘭人首度接觸的異質文化。不過一六四二年，西班牙人在北台灣的勢力，為荷蘭人所取代。直到



一六六一年，鄭成功驅逐荷蘭人後。此地才逐漸轉為漢人移民的墾拓地。

台北盆地位於淡水河東岸，康熙四十八年（一七〇九），泉州人陳賴章來台墾拓，與熟番（即平埔族）訂約，開墾大佳臘地方，是為漢人開墾台北盆地的啟端，到了乾隆年間，艋舺、鼓亭（今古亭）、境尾（今景美）、六張犁、三張犁、錫口（今松山）、大龍峒（今大同區）、八芝蘭（今士林）等重要的聚落，已是規模初具。

萬華地區是台北市開發最早的地方，萬華古稱艋舺，在清道光年間，曾有『一府、二鹿、三艋舺』的諺語。此反映全台灣的開發，由南向北，自清初至清中葉，先台灣府城（今台南市區）最早開發，約在康熙年間。其次，在乾隆年間，鹿港地區已經十分繁榮，其後艋舺繼之，成為漢人聚居的重心。

而艋舺或作莽葛，或作蟒甲、文甲，是平埔族Mankah的音義。『艋舺』二字原不是地名，而是平埔族凱達格蘭語，獨木舟之意。早期的地方志書中，『艋舺』二字並未列為行政地名。」

第四幕旁白曰：

艋舺龍山寺，建於乾隆三年，至今已有兩百七十年歷史，是由泉州安海龍山寺恭請觀音佛祖分靈而來。據說，艋舺龍山寺的創建背後有一段相當有趣的小故事。……



此說明艋舺龍山寺的創建緣起，即香火袋發光的故

事。劇情演至此幕方才出現穿著清朝服裝的演員，以士、農、工、商不同的裝扮，加上動作，以閩南語鄉土發音為台詞，說明當年是如何發現樹下香火袋發光的情節，此亦符合當時泉州人來台墾拓，興建佛寺的史實。

雖然在台灣不少佛寺的創寺緣起，都有相類似情節的傳說，但香火示現，寶地發光，人們信心所至，輸財蓋廟。其理推之，亦屬常情。寺宇既成，安置佛龕，供奉佛像，人們朝夕膜拜，精誠所感，靈驗必現。泉州三邑郊商，往返海溝河口之間，初時行船貿易，移民漸多定居，遂成聚落都邑，而龍山寺更成為聚落的中心地。

龍山寺寺宇建成後，遠近移民均來頂禮膜拜，除了供奉觀音為主尊之外，家鄉敬奉的媽祖、關公也一併供在後殿。殿宇幾度翻修，愈見莊嚴弘偉。舞台上的布景在幾度的明暗交替下，出現了一尊觀音像。……



第五幕旁白曰：

過了一百多年，到了日治時代，龍山寺的香火鼎盛，廟境規模也越來越壯觀，但卻在這時遭遇了可怕的意外，讓龍山寺三大殿中的正殿毀於一旦。……

劇情上演一九四五年六月八日當天黃昏，龍山寺主殿前原是大眾聚集禮佛或閒聊休憩的場所，但遭遇盟軍轟炸，殿宇全毀，卻無人傷亡，主尊觀音也無損毀的神蹟故事。

舞台上上演著大殿前信眾被蚊子苦咬，而紛紛離去的場景。緊接著的劇情，是上演著炸彈轟炸主殿，燒成一片火海的史實。舞台上出現了一群身穿紅衣的舞者，兩手揮動著長長的飄帶，上下飛舞，以大幅度的



動作，來象徵火光。Power Point的圖像展現了火燒大殿的布景。更有一群幼童飾演飛蛾穿插其間，增添無限的戲劇效果。

今日的龍山寺就宗教信仰而言，已是佛教徒共修與祈願的聖地，就藝術創作而言，則是台灣本土匠師展示手藝的場所。

為紀念教主釋迦世尊的誕辰，也緬懷先民墾拓北台灣的精神，台北市佛教會將其辛勤開發拓展的事蹟，以舞台話劇的形式彰顯出來。雖然籌備期間過短，劇本、布景、情節，有不盡完美之處，但上演台北首創龍山寺開創的史蹟，為本土佛教史劇場開一先例，此一意義，是值得稱述的。

封面所刊為廖德政畫師創作於一九九六至一九九九年間的油畫「遠眺觀音山」（原畫53×72.5公分），用色鮮豔明朗，筆觸鮮活，遠看淡水河對岸觀音山實景，十分壯闊。按，廖德政畫師生於一九二〇年，台中人，畢業於東京美術學校西洋畫科。曾任教台北師範、開南高工、實踐家專、國立藝專等校。作品曾展於青雲美展、紀元展、台灣省展、呂璞石廖德政雙人展、台北市立美術館回顧展等場館。

封底所刊為施並錫教授所畫「月夜艤舸龍山寺」，在暗夜白雲、皓月高掛當空中，龍山寺的殿宇頂上的西施脊、燕尾起翹的簷角裝飾等，映著月光，十分亮麗。封底內頁另一「火燒龍山寺」圖，為陳瑛依前圖在電腦上繪製而成。🕸

敬 賀

本刊「藝苑精華」主筆陳清香教授，於九十七年五月三日在中華民國現代佛教學會會員大會的投票下，高票當選第十屆理事長。該學會成立至今已有十八年，屬純學術性研討機構。欣聞陳教授榮任之喜訊，慧炬機構全體董、理監事及同仁亦與有榮焉，謹此深表賀忱。

以苦樂為道 (二)

● 徐長樂 翻譯
● 覺岬桑杜 講述
● 第三世多竹千仁波切 著論

如果我們懂得反觀自己，將可以發現有些事情雖然是困難的，但只要能夠學習忍耐，這些事情對我們其實並不會造成太大的傷害。尤其是當你可以把別人眼中認為的壞事（困難、痛苦…等）當成轉機看待時，到後來事情不僅未如想像中發展得那麼糟，有時甚至會變得更好，這就是所謂的「逆增上緣」。當有人傷害我們，而我們能夠不起瞋恨心，反而從中學習忍辱，使修行更上一層樓，那麼這個當初想傷害我們的人，他的目的非但未能如願，反而讓我們有所成長。這說明了事情好壞的關鍵並非完全取決於外境，而是我們內心揀擇後所造成的分別。

我們再看幾個簡單的例子，例如：食物好不好吃是很主觀的分別，同樣的東西，有人覺得好吃，有人卻不然。食物本身並無所謂的好吃與否，倘若這東西好吃，應該所有吃過的人都會說好吃，反之，如果這東西不好吃，那麼所有吃過的人應該都會說不好吃，但事實上沒有一種食物本身即存在著所謂好吃或不好吃的問題。在過去，我個人認為好吃的東西，應該所有的人都會認為好吃，而不好吃的東西，倒不是所有的人都認為不好吃，可是這個觀念在我來到台灣之後就改變了。

台灣最有名的食物就是臭豆腐，我剛來台灣時，不要說是聞臭豆腐的味道，光只是在賣



臭豆腐攤的附近吃飯就想吐，當然更別提是否會去研究它好不好吃了。後來，聽到周圍的人都說臭豆腐好吃呀！好香呀！聽久了之後，原本認為那東西又臭又難吃的想法開始動搖了，心想既然有這麼多人認為臭豆腐很好吃，那就表示它一定有什麼不一樣的地方，因此當有人端著臭豆腐過來時，就決定試試看它是不是真的如此值得品嚐。試了第一次覺得還好，等到二次、三次，甚至多次以後，竟然就習慣了，原本的排斥感也隨著習慣而改變，反倒覺得：「嗯！這的確很好吃！」我現在對臭豆腐的感覺跟剛來台灣的時候很不一樣，以前一聞到臭豆腐的味道，一定會掩鼻快速經過，而現在已經完全不會這麼做了。

藉著這個例子，想告訴各位的是：很多事情的好壞其實是源自於內心的分別，這個外境（臭豆腐）在我來台灣之前和現在是一樣的啊！以前聞到這個味道會覺得反胃、噁心甚至想吐，現在反而會想：「嗯！哪邊有在賣？」由此可知外境本身並沒有絕對的作用。以前若有人硬拖著我去吃臭豆腐，我會很氣那個人，心想他怎麼會帶我往那麼臭的地方去呢？現在不一樣了，如果有人要請我吃，我還會謝謝人家對我這麼好。由此可見這完全是心裡想法的問題，是個習慣性的問題。對同樣想請我吃臭豆腐的人，過去我會認為自己只是被硬拖著去吃一種打從心裡極不想碰的東西，彷彿承受著不必要的折磨一般，現在反倒認為是那個人為我開啟了一扇窗，他其實是在教我一件新的事物啊！

由此可知，當我們的貪、瞋、癡、慢、疑五毒被挑起的時候，就會覺得：「喔！這是外境啊！外境不好，我是好的。是他引我生氣的，所以錯在對方。」這是一般人對待自己和外境習慣上的認知。外在的顯像往往讓我們認為某些人是我們的敵人，這當然是認知上的錯誤，真正的敵人是我們的內心。從這裡我

們可以得知自己的習性和想法影響最大，與其要求改變外在的環境，不如反求諸己，先改變自己內心的習性。特別是五濁惡世的眾生，受到五毒及其他各種痛苦的困擾時，往往會認為一切都是外境造成的，殊不知是我們的內心先有了貪、瞋、癡、慢、疑五毒，然後才由外境引發出種種煩惱和痛苦。

我們為什麼沒有辦法從這些痛苦當中解脫出來呢？因為我們沒有查驗事情發生的原因在哪裡？它的外緣在哪裡？是如何形成的？結果又是如何？由於我們的心為無明所覆蓋，沒有辦法很仔細的觀察自己的心念，心念的力量變得很微弱，以致於非常容易陷入痛苦中。

我們必須很仔細的觀察並分析痛苦的原因在哪裡？痛苦又是如何形成的？自己的心在遭受痛苦時會有什麼反應？對於這些問題，我們必須非常仔細的去觀察、分析和了解。如果我們能清楚的觀察，並真正的了解其緣由，那麼魔障、逆緣（如：病、災難、痛苦…等）就不會在我們身上產生太大的作用。

好比之前所提到修「施身法」的例子：墳場裡真的有個外來的敵人把修行者的頭給砍了下來，但由於這位修行者內心的力量很強，可將外界所有的一切視為虛幻並能自在轉換，所以不以為意的就把被砍落的頭顱往原位一擺，他的頭就如同未發生任何事一般的接回去了。

看得見的敵人尚且能透過內心的力量將之去除，更何況是像病、魔……等等肉眼所見不到的障礙，更可以藉由心念的力量將其克服。當我們遭受魔障、逆緣的時候，第一個念頭往往就是想辦法驅除，不然就是盡可能的預防它發生。比方說：如果我們有一間房子，就會想要做一扇門，一扇門覺得不夠時就做兩扇，甚至再加上一道鐵門以及不同的鎖，之所以會這麼做是因為我們已



預設立場：「會有人侵入我們的房子盜取財物。」因為種種預設的想法，才導致我們做一連串的預設動作。

那外來的逆緣會不會因為這一系列的防線而被擋在外面呢？這一道道的防線是否真的具備防護的作用？小偷沒來但發生火警，自己卻逃不出來的例子不勝枚舉，所以這一道道的防護到底是幫了自己還是害了自己也很難說。因此如果只是以阻擋、拒絕的方式去預防傷害，並不是最究竟的辦法，我們應該要做的是，即使這些困難、障礙到了面前，要讓它們沒有辦法發揮作用，這才是終究之道。

我們對於痛苦或困難都有很大的恐懼跟排斥，而這些感覺其實又是另一種苦惱，所以首先應該要把這道心防打開。怕生病、怕被搶、怕被車撞…等許許多多的恐懼，往往帶給人們很大的壓力和困擾。我們害怕被車撞，或者怕遇到壞人，於是就把自己關在房子裡不敢出門，那房子不就像自己的監獄嗎？所以想要解脫，首先必須去除心裡的第一道設防。其次，當我們遭遇困難、痛苦等逆緣時，必須學習將排斥、拒絕等負面心態去除，要生起歡喜接受的心。在我們歡喜接受逆緣的當下，心的力量就產生了，相對的，外來的魔障、違逆也就跟著減少，甚至無法對我們造成損傷。此外，對於痛苦以及不願面對的事情，千萬不要心存偏見，或以偏激的態度去對待它，否則，你將會很容易陷入困苦的淵藪中無法掙脫。

當我們處於魔障、逆緣時，如果一直想著：「啊！我一刻也受不了了！」「我實在無法忍受這種情形…」用這種負面的思維或情緒是無法改善困境的，除了將使自己陷入更痛苦的情緒中，對解除困境是沒有任何幫助的。我們在做任何事情前最好先思維：「有沒有必要？」「有沒有幫助？」如果答案都是否定的而我們仍執意去

做，這其實一點意義都沒有。當自覺無法忍受某些人事物時，應該換個角度仔細思考：假如不去忍耐這些障礙及逆緣，或是想辦法去解決它，將會產生什麼不好的影響？在如是思維的同時，我們對這些障礙、違逆的厭惡感會開始降低，接受力及耐力則會漸漸提昇。所以，我們應該要不斷提醒並訓練自己，時時以正確的態度和觀念思考，讓心的力量產生，讓心力越來越強。

痛苦違逆的情況並不會因為我們負面的思維而改善，討厭、排斥是無濟於事的，反倒是接納、警覺並觀察它，事情才有可能會發生變化。如果這件事情完全沒有轉圜的餘地，生氣、排斥或討厭都是白費力氣的；如果事情仍有轉變的空間，就應該盡速思考對策來扭轉，千萬不要把時間和力氣浪費在負面的情緒中。

我們一生中所經歷的事，不是苦就是樂。《以苦樂為道》這部論著就是從「苦」與「樂」以及「世俗義諦」和「勝義諦」兩部分來探討。我們為什麼要學習這部論著呢？因為人在面臨痛苦的時候，往往很容易被痛苦的力量牽引，無法自主，所以必須學習如何以痛苦作為修行的道路，轉苦為樂。例如：面對病苦時，一般人的反應會從預防疾病的發生以及就醫治療著手，但這種方式有時並無法完全根除病痛，如果我們不想被苦惱牽著走，應當學習在苦痛生起時（如：病痛及其他障礙、逆緣），不讓它成為修行上的障礙，這也是修行者必須面對的最大問題之一。

我們通常都會抗拒痛苦，希望它和我們沒有任何關係，這種排斥痛苦的心理是非常強烈的。克服痛苦的第一個步驟，並非排斥，而是勇於面對。第二個步驟則是要歡喜的接受它。

要怎樣做到這兩個步驟呢？當我們討厭一個人的時候，不管我們怎麼想，對方不會因此變得比較可愛，甚至可能還會變得更加討厭。好比冤冤相報，你對我壞，我就對你壞，你對我更壞，



我就變本加厲的對你，所以痛苦的程度只有增加而不會減少。為什麼人與人之間會冤冤相報？那是因為我們先入為主的認定對方會加害我們，會給我們痛苦，因而心中產生了討厭他的成見，甚至想讓他受苦。但令對方痛苦並不會使自己產生快樂，反過來，對方也可能會想盡辦法希望我們痛苦，這種相互報復的心態，只是徒增雙方永無止境的痛苦罷了。

相互傷害的雙方，若因一方力量太小而無法反擊，他會因此感到非常生氣且痛苦，很可能反過來以自殘的行為傷害自己，當他用這種方式來結束痛苦時（自殺、自焚…等），在旁的人也許會猜想他到底痛不痛苦？答案當然是肯定的，只是他沒有辦法開口表達罷了。

以自殺或自殘方式對待自己，並無法達到一死百了的目的，因為就顯教「業」的觀點來說，不管殺人或自殺都算犯了殺生戒；以密教的觀點來說，我們的身體是諸佛本尊的壇城，有非常多的本尊在，如果以自殺的方式了結生命，就好像是摧毀諸佛的壇城一般，罪障也是非常大的。所以自殘、自殺不僅沒有必要，也是不可取的。

總之，當痛苦來臨時，我們必須深切的思考解決的方式，以正確、理性的態度來面對它。在經過深切的思考之後，自己就能夠清楚的觀察到許多事情的因緣及其利害關係，心念、行為和抉擇也會跟著轉變和改變，這就是從聽聞到思考進而行持連貫起來的成果。如果不做正確的思維，只是一味的排斥痛苦或讓內心一再承受煎熬，當痛苦被豢養得強而有力時，它便會讓你睡不著覺，吃不下飯，漸漸的，我們的身體就會開始衰弱、生病。

因此，我們要反覆不斷的思維該如何正確的解讀痛苦的定義，並訓練自己坦然面對的功夫，一旦痛苦的境界生起，如果我

們平常有在練習（修行、串習力），當下就可以提醒自己不會往負面或是錯誤的方向發展，這就是「忍辱波羅蜜」。所謂的「忍辱波羅蜜」並不是叫我們強忍痛苦，而是指對於難以忍受的事情，應仔細的思維、觀察它的利害關係，並從中找到真正解決問題的方式。由於思維、思考方向是正確的，必然不會因為衝動而魯莽行事，也因此不再產生強烈的忿怒、排斥的負面心態及情緒，這就是「忍辱波羅蜜」的修持。

心的力量（心力、念力）是無限大的，當我們覺得痛苦難以忍受時，其實是在限制自己的心，如果能學習不讓心受到限制，那麼心所能忍受、承載的力量是無可限量、不可思議的。當我們學習到沒有什麼痛苦是我們無法承受的時候，那就表示「忍辱」已經修到家了，也就能圓滿「忍辱波羅蜜」。心與物質不同，我們所見到的物質是有限量的。以水為例：倘若把水加溫，頂多只能加到100°C，當溫度超過100°C時，水就開始蒸發，這就是水對於溫度的一個限度。但是我們的心和水以及其他物質都不一樣，它的力量是無限的。按大乘顯教的說法，若能持續不斷的修行（串習），將會到達波羅蜜（到彼岸）的境界。以密乘的觀點來說，心的本質是空性的、慈悲的。既然如此，那就沒有什麼是無法忍耐的。

雖然物質也有很大的力量，比方說飛機、太空船…等，但畢竟它們的力量和能力還是有所限制，這就是物質的限度。心的本質則不同，它是「空悲不二」，它的力量是無限的。

比方說：在烈日當頭的時候，只要我們受過訓練，即使站得再久也不會有什麼問題。當然佛法是不鼓勵，也不特別講求苦行的。有些外道在熾熱的氣溫下（那種熱度足以能讓雞蛋直接在地上煮熟），還在自己的四周燒火，然後坐在火中修練，這叫做修五火（五行火）的苦行，是沒有意義的，雖然是修行的一種方



式，卻不是佛法的主張。正信佛法不會鼓勵人們刻意修練苦行，而是主張從心做起，因此佛法被稱為內道（由內心做起），和外道（向外探求做起）大不相同。

人的身體再怎麼訓練都有其極限，一個強壯的人也許可以負重一百公斤或二百公斤，不過當重量再增加時他就無法承受了。但是心不僅可以被訓練，只要訓練得好，再大的苦都能承受，這就是心的力量，是無可限量的。

如果痛苦不是一成不變，而是可以被改變，就沒有必要去排斥痛苦。我們所要做的是使用正確的方式改變痛苦，當痛苦有了改變，你就沒有排斥、抗爭、生氣的必要，就不會被面對痛苦所產生的負面情緒（排斥、討厭、生氣、抗爭…等）所控制或影響了。如果痛苦是無法改變的，那麼你就算對痛苦做出生氣、排斥等任何動作也都於事無補。例如：有一個人，他的壽命只有五十歲，當他知道自己只能活到五十歲時，就算生氣、排斥或無奈都沒有用，一旦壽盡還是得面對死亡的事實。假如他想多活幾年，只要多修長壽法或嚴守不殺生戒律，多從事放生的修持，或許就可以延長生命，他其實沒有必要對死亡生起無謂的負面情緒，而是要更精勤勇猛的去從事一些能增長壽命的修行才對。

所以，當我們遭遇痛苦時，要先定下心，平心靜氣的去看待它，想想是否有機會可以改變，就算無法改變，也不需要生起討厭、生氣、排斥等負面情緒。

當我們有足夠的耐力，痛苦就無法對我們構成傷害。反之，即使是一件微不足道的事情，都可能給我們帶來極大的痛苦。比方說：當我們喜歡上一件非常美麗的物品，並且對它產生執著，這時心的強度是非常有力量的，即使再怎麼努力克制自己不要看它，但總按捺不住內心的起伏而想多看一眼。心一旦起執著就沾

染了六塵，此時就算有人一再的叫你不要看，不要去喜歡它，也是徒勞無功，一點效果都沒有。唯有當你靜下心來思考，倘若執著太深，會有什麼好處？有什麼壞處？當深思執著所帶來的後患以及利害關係時，才會漸漸的把執著放下。

生活中有很多東西會讓我們的眼睛產生執著，也有許多悅耳、不悅耳的聲音使我們的耳朵產生執著，有時候某些人事物也會令我們的心產生執著，有了執著往往就難以自拔，因此身為修行者，對於六根所產生的執著，需以種種法門對治。為了不讓六根追逐外境六塵，必須遵照一些口訣修行。例如：為了去除對女色的執著，小乘修行者會以不淨觀來對治，會找一個清淨無喧擾的地方進行修練。觀修的環境很重要，尤其對初學者來說，若在人多吵雜的地方是無法進入禪定的，一定要找非常安靜的地方，如：屍陀林、墳場、山岩、雪地…等幽靜的場所，才有可能進入禪定或甚深禪定當中。所以對於自己的執著、喜好，並非想斷就能立刻斷除，沒那麼容易，還是得透過如實的修行才能成辦。

綜言之，面對痛苦的時候，先不要把痛苦當作痛苦，而是應該先放棄對痛苦的成見，讓我們的心安住，回到不造作、離一切戲論的本來面目修行，也就是讓心回歸到當初的原點上，唯有如此，心才會放鬆，此時心的力量才能真正發揮出來，這是非常重要的。🕉️（全文完）

本文由龍欽極密林提供，特此致謝。

廖彥晞居士專訪

● 本刊編輯室 整理

問：請談談您個人修學藏傳佛教的因緣。

答：個人是從進入台大晨曦社後，才開始正式接觸佛法，但當時接觸的都是顯教，大約在民國六十七年，藏傳佛教白派的卡魯仁波切來台，我接受了他的灌頂。民國八十五年左右，則接觸了我的上師嘎瑪仁波切（寧瑪巴教派中的噶陀派），他的中文講得還算流利，聽他講解寧瑪巴教派一部非常重要的基本論典——《普賢上師言教》，內心相當震撼，我因此了解藏傳佛教的教義和精神，從此開始修學藏傳佛教。

《普賢上師言教》是將小乘到金剛乘做一個串聯，上師從人身難得、業報因果等觀念談起，以前總覺得這些是小乘觀念，但後來也許是經過了社會的歷練，再回頭聽聞時，反而覺得比聽聞空性、中觀等教義實際，似乎較符合現實生活，讓人覺得有入門階梯可進。

問：您覺得密教與顯教有何不同？修密最大的困難為何？初學者應如何認識密宗？

答：個人覺得，漢傳佛教較偏重理論的講解，而藏傳佛教較強調修學的次第。基本上，不論修學大、小乘或是金剛乘，都要先從改變心念開始，任何修行一定要先從發心開始，不管是念一句佛號、一聲咒語，或是發一個善心，最好都要與空性相應。

修密和所有的修行一樣要靠時間去磨。對個人來說，時間是最困難的因素。現在修密的人太過重

視外相，這是個流弊，很多人只看到表面上的東西而忽略了內心的本質，但事實上藏傳佛教的重心主要還是在修練個人的內心。

在學習密宗之前，最好先修學顯宗教義，對佛法有基本的了解後，再接觸藏傳佛教，這是比較安全的。接觸仁波切或喇嘛也需慎重選擇，藏傳佛教的上師和弟子是相應的，如果弟子的動機純正，就比較不會和有偏差的上師相應。世間有各種的上師，就會有各種需求的弟子，我們無法逐一評論，上師的作為和業果，由上師自己承擔，我們能把握的是自己在做什麼。總之，要從自己的知見上下功夫，確立佛法的正信知見是最基本的。

從顯教到密教的修習，雖然多少會有些衝擊，但這可能是來自於文化上的差異，其實佛法的精髓是一樣的，應相互吸取精髓、截長補短，如此，對於佛法在各地的開展才有幫助。近年來藏傳佛教發展得很快，在密續或經論的講解方面也較多，相信大眾對於藏傳佛教的內在、實質層面會有更多的了解。

問：請您談一談寧瑪派傳法的重心？

答：寧瑪漢譯為舊教，這是相對於薩迦、噶舉、格魯等教派。當年蓮花生大士受藏王之邀入藏傳法時，佛教在西藏並無教派之分。十一世紀後期所翻譯出來的經典，稱為新譯經典，因此才將過去蓮花生大士和貝瑪拉米札等人翻譯的經典稱為舊譯，以舊譯經典為主的教派稱為舊譯派，薩迦、噶舉、格魯等教派則稱為新譯派。所以現在所稱的寧瑪的教法，是由當時蓮花生大士和二十五大弟子所流傳下來的教法，因為他們知道佛法將會受到破壞，並且中斷，因此將這些教法伏藏起來，後來才由伏藏師將伏藏取出並做流傳，而這一切也早被蓮花生大士預言，所以寧瑪教法的特色在於伏藏傳承和大圓滿法，其他教派也有伏藏，但數量很少。

藏傳佛教講的傳承是指法的傳承而非人的傳承。我們有時講到寧瑪派上師的修法，是指哪個上師所持有傳承中取得的伏藏法，這個來源要清



楚，不會憑空產生一個法，簡單地講就是依法不依人。

寧瑪巴將佛法分成九乘次第，九乘就是除了顯三乘（聲聞、獨覺、菩薩）之外，另外再加上密六乘，密六乘包含了外密三乘與內密三乘，其中外密三乘分別為：制耶（事部）、鄔巴（行部）、瑜伽，而內密三乘即無上瑜伽部，又分成：摩訶瑜伽（生起次第）、阿魯瑜伽（圓滿次第）、阿底瑜伽（大圓滿次第），如此一共九乘，這是寧瑪特殊的分法。

寧瑪在修法上和顯教最大的不同處，在於比較注重祖師的論著或口訣。修行指引一開始就是前行的部分，各傳承有自己的前行，比較普遍的是《普賢上師言教》，從小乘、大乘到金剛乘，全部的精髓都濃縮在裡頭，是目前寧瑪巴最通行的前行法。精要部分則都是一些口訣，所謂的口訣就是直指心性的部分。

寧瑪的教法也是有修前行，有：皈依大禮拜、懺悔業障、修金剛薩埵、累積資糧、修曼達盤、修上師相應法……等，共與不共前行法修完之後，若還有機緣再修，就是直指心性了。

問：學密的弟子在依止某位上師前要先觀察上師，上師也要觀察弟子，對密宗教派及義理一無所知的初學者而言，該如何尋找適合的上師？能否請您以修學密宗多年的經驗，提供參考和建議？

答：對初學者而言，首先要確定自己對佛法的了解，要知道自己的需求是什麼。有的人可能因為事業不順、健康不佳、家庭不和諧，或因為一些災難、煩惱而想尋求解決之道；有的人由於生活沒有目標，想要尋求上師作為依靠，這些情況都是比較常見的。有的人則只是純粹想了解佛法的理論。佛法的目的其實是要讓眾生理解世間的真相、煩惱的本質、心的本質，以及因果輪迴、如何透過修行脫離輪迴痛苦等等。

有人聽說密宗有財神法可修，或因為追不到女朋友，便希望透過密宗的修法達成心願，對於這些現象，個人認為，當你自己心術不正，想要藉

由一些法術來滿足個人的慾望時，就會招致一些不正的果報。因此，我們必須先要培養正信和正確的觀念，確定自己真正想追求什麼，並對佛法加以了解，再進一步做更深入的探討。顯教的法師也好，藏傳的喇嘛也好，只要是正信道場，都能提供尋求解脫生死的答案，等你漸漸深入之後，或許就會有機緣值遇一個能真正指導你的上師。

問：請問您接觸佛法，修學密宗到現在有沒有什麼感應和改變？

答：就個人而言，我對於佛法的整體性以及次第性有了比較清楚的認識，也比較會用佛法看待、察覺自己的起心動念，察覺之後就會想辦法解決，對自己一些不好的念頭也較有警覺性。

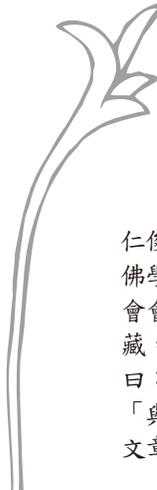
至於感應不是沒有，但我不是很在意。有些感應是來自個人的虔誠，虔誠心有多大，感應就有多大，真正的感應是對佛法的信心有沒有增加，個人覺得家族和家庭的平安就是最大的感應，修學佛法最重要的就是隨時保持正知正念，觀照自己的起心動念。以前，總認為學佛是個人的事，較不喜歡和大眾接觸，不過當我看到許多學佛的人，雖然剛開始他們是抱著有所求的心態而來的，然而經過上師的循循善誘，在上師身教和言教的影響下，逐漸改變學佛的心態，我也因此較能開放心胸去接納、關懷不同需求的人，不像以前，只要看到不順眼或是認為磁場不同的人就不太想搭理，這種對他人第一眼主觀印象的執著慢慢地打破了。

我相信只要有意願學佛，有心學習，在佛法的薰陶下，必會有所轉變，往好的方向走。人都有習氣，身為佛教徒，不應只看別人的缺點，不要拿著佛堂裡的規矩去對人指指點點，戒律是戒自己而非他人，看到他人的不如法，善巧的規勸是應該的，但太直接的指正會對別人造成傷害，因此對他人必須心存寬容。其實每個教派都有殊勝之處，選擇了某個教派，就好好跟著那個教派的法師修習，每個教派都有成就者。🕉

菩提道上

(二五二)

●仁俊長老



仁俊長老，現年八十九歲，六歲半出家，曾任教於多所佛學院，一九七二年應聘赴美弘法迄今。現任美國佛教會會長，曾任美國佛教會紐約大覺寺住持。仁老深入經藏，戒行嚴謹，親近印順導師多年，深得導師器重，讚曰：「志性堅強，在這末法時代是很難得的。」並言：「與我同住中以仁俊最為尊嚴。」仁老學養俱佳，時以文章、詩詞、偈語示人「慈悲、智慧」，激發菩提心。

🌸三五八三

心厚得不讓人看穿了，願健得不被我困圍著，許多人才知道佛法無量無畏的涵義是什麼；我們亟應儘可能的發揮此涵義！

🌸三五八四

正道成為決定性向：豁得眼、邁得足，邪情怪魅則困吸不著了。淨業成為淳真軌導：持得法、捨得身，虛名（好）勝心則撇脫得絕了。

🌸三五八五

我見消融了，說話就沒有渣滓；我愛遣除了，做事就不留尾巴。

🌸三五八六

內在淨得真空無著，外在正得幻有不昧，出世的真相應與入世的大度脫，憑依的就是這樣的無著不昧。

🌸三五八七

心發得淨淨落落地不與自我相見，內在斷卻困纏，人做得朗朗豁豁地直與眾生相融，外在通聯暢靈；如此的發不已、做不倦，精神中證印的與氣貌上透脫的，則（人）察不出（己）看不見什麼頓滯愁慮了。

🌸三五八八

自覺覺他的唯一要著：人做得乾淨俐落，心發得淳懇

充實，不戀不厭，能捨（獨善）能耐（眾苦）。

三五八九 真能跟他人通聲氣的，都不許讓自我開口；真能隨諸佛學（因）緣法的，都不肯為塵勞所困。

三五九〇 最善於說法的——不讓自我開口，智觀提得明明寂寂；最善於發心的——不跟他人鬥氣，悲行展得平平豁豁。

三五九一 大處不愧諸佛，小處直奪自我，如此的大小分明，上求佛道下化眾生，才見得出功力，發得開肺腑！

三五九二 安心處：深觀（真空）法性，遣除（實有）我性。發心處：仰體佛陀（意境），鍛鍊菩薩（精神）。

三五九三 以平正的智慧處理事情，就會安心而不暴氣；以深厚的慈悲照拂他人，就會柔臉而能「愛語」。

三五九四 最急需的一種心：剖在三寶前的心；最重要的一種格：立在三學中的格。

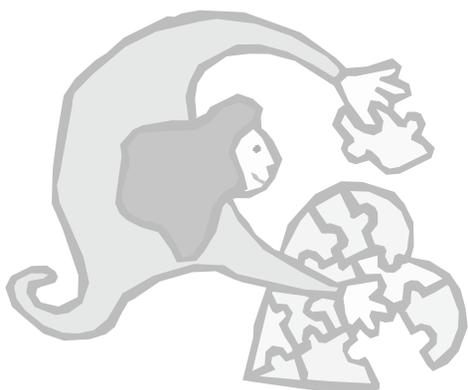
三五九五 一等人格——以最猛利的慧覺力直伏情見；一等人性——以最寬溫的慈護德亟助苦惱（者）。

三五九六 悲願不讓菩薩，智德直憶佛陀，以此自勉自效、自致自覺，人格品範與精神膽概，則一味貞固磅礴，不抑不縮直開廓。

三五九七 學，就同一面最明淨的鏡子一樣，察照得染淨分明，治染成淨不留垢；修，就同一條最坦闊的道路一樣，維護得高低暢通，入低陟高無障礙。🌀

入菩薩行論安忍品（三）

二〇〇七年四月二十一日～二十二日講於慧炬印光祖師紀念堂



◆羅桑才培堪仁波切 主講
◆蔡慈月 整理

偈 頌

有情有時偶不慎 輒以尖扞自戳傷
或為欲求財色等 思慕徬徨而絕食
若人被詛或投岩 或服毒物諸不宜
以如是等非福行 而於自身作損害

若為煩惱自在時 不恤殺自所愛身
若時彼等於他身 何能顧恤不損惱
如是煩惱生起時 能殺自身無顧恤
於彼從未生大悲 但生煩惱何其愚

諸多有情，因為放逸，趨於貪懶，又因為煩惱所驅使，有些人會為了尋求解脫或讓他人解脫而傷害別人。有的人以苦行自虐，或從

高處跳下，或以火自焚；有些人為求財色，因思慕、徬徨而絕食；有些人或被詛咒，或投懸岩，或以服食毒藥等等非福行，造作對於此生和來生皆有損害之事。

每個眾生都把「我」擺在第一位，一切的所為都是為了「我」而做，他們之所以會用這樣的方法對待自己，是因為被煩惱所驅使，因此我們不該對他們生起瞋恨心，反而應起悲憐之心。有情眾生在煩惱驅使時，甚至還會傷害自己，例如：自殘、自殺等等，更何況是對待他人，面對這些人，我們應修忍辱。



偈 頌

若於他人作損惱 凡愚自性本如是
於彼生瞋不應理 如瞋於火燃燒性

如果遇到瞋恨心本來就很強的人，我們更不應該恨他，例如：熱是火的特性，會燒傷其他物體，我們明知對方像火一樣會傷人，就應當避免去接觸。

偈 頌

若彼有情性決定 偶然生起此過失
於彼亦不應生瞋 如瞋虛空聚煙雲

如果對方的本性是善的，偶爾會因為起煩惱而傷害他人，對這樣的眾生也不應瞋恨，如同虛空，原本清淨明朗，只是偶爾會被烏雲遮住罷了。

偈 頌

於杖等事起瞋恚 若瞋於彼投杖者
彼亦由於瞋恚逼 二者之中應責瞋

如果有人用刀棍槍棒傷害我們，對我們造成傷害的是這些工

具，但一般人不會對工具生氣，因為工具不會無由來的打人。同理，有情眾生也是受到相續中的瞋恨心所驅使，才會傷害我們，因此我們就算要生氣，也應該只針對對方相續中的瞋恨心而生氣。

眾生從無始以來受輪迴之苦，是由於瞋恨心所致。大威德金剛是文殊菩薩所化現的憤怒身，是菩薩為調伏眾生的瞋恨心而示現的，菩薩此時的瞋恨憤怒並不會成為一種煩惱，反而是對治眾生瞋恨心的最佳利器。遇到修行上的障礙時，有的人會生起勇猛心去克服，認為這沒什麼大不了，乍看之下這似乎是一種我慢心，但這樣的想法其實是可以對治懈怠的。同理，如果一方瞋恨心的生起，是為了調伏另一方的話，這樣的起心動念就是對治他人瞋恨心的良方。

偈 頌

由我昔於諸有情 曾作如斯損害事
故應有情受害者 於我如是作損惱
由他兵杖及我身 二者共為生苦因
若由他杖我身出 二者之中何所瞋



人身苦聚如瘡炮 偶一觸之痛難忍
貪愛愚盲自取之 於彼損惱當咎誰

從因果上來思維，別人傷害我，可能是過去世我曾經傷害過他，所以此世對方反報予我，我不應該為此損惱。當別人拿棍子打我們的時候，我們必須清楚：棍子其實沒有自主性；而打我們的人由於業力使然，也是不由自主。因此我們應以忍辱心替代瞋恨心。人之所以會起瞋恨心，在於過分執取自身，例如：全身長滿惡瘡，稍微碰觸即感疼痛難忍，所以我們應該思維對苦的覺受，一切都緣自於自身的執取。

偈 頌

愚夫於苦非所欲 而於苦因常貪慕
咎由自取受其害 何能瞋恚責他人
譬如地獄諸邏卒 亦如刀山劍葉林
皆由自業之所生 當於何人生瞋恨

凡夫眾生不願受苦，卻因為無始劫來造作惡業，種下惡因，因此產生苦果。現世所受的苦，是由

過去生中的惡業成熟所致。譬如有人墮入地獄受極大的痛苦，受盡獄卒折磨，當他進入劍葉林中，聽到親人在樹上呼喊他，他趕緊往樹上爬，此時樹上卻長出利劍阻礙他，當他從樹上爬下來時，仍免不了被利劍刺死。由於業力使然，此人之後又一再承受同樣的痛苦，這就是果報。

地獄並非只針對某些人打造設計，地獄中所有恐怖的景象都是眾生的業力招感而產生。人世間的苦也是由於過去世的業力招感，因此對於這些苦，我們應修忍辱。

偈 頌

由我先業所招感 遇諸有情為我害
彼若因此墮地獄 得非由我令顛墜

我們受到他人傷害，是由於自己過去世的惡業所招感，如果對方因此而下地獄受苦，我們更不應該瞋恨。這些傷害使我們有機會修忍辱，可以此對治瞋恨心和懺除罪業，傷害我們的眾生，反而是我們修行忍辱善法的善知識。

偈 頌

由依彼等修忍辱 令我眾罪得祛除
 由我彼等墜地獄 長劫沉輪受諸苦
 是我於彼作損害 彼等咸皆饒益我
 云何作是顛倒行 於彼悖忤生瞋恚

若我意樂有功德 何能墜於地獄中
 若我於己善防護 於彼有何福可生
 若以損害為酬答 即於彼不能防護
 我之善行即失壞 且亦壞我忍辱行

別人傷害我而使我有機會修行忍辱，成就善業，這些傷害便是修行上的逆增上緣，對方不會因為我修忍辱而減少惡業的果報，所以對於他人的打罵和傷害，我們不僅不能報復，還要修學殊勝的忍辱功夫。

偈 頌

心非色質無形體 誰由何處能損壞
 若於色身起貪著 此身始為眾苦侵
 或說輕蔑粗惡言 或作譏誹不悅耳
 於汝身肢無損害 汝心何用瞋於彼

心是沒有形體的，別人辱罵我們時，我們如果能夠思維：這

些辱罵不像捶打那麼痛苦，就不會有任何的損傷。有些人對於辱罵不當一回事，有些人一旦聽到別人說自己的壞話，馬上大發雷霆，這便是心的區別表現。沒有執著心的人聽到辱罵，不會有太大的反應，執著心重的人，就會生起大瞋恨。

偈 頌

他人對我心不喜 或於今生或他世
 若彼不能吞食我 我心何用不樂為

今生他人對我不歡喜，可能是過去世中，我與他結了不好的緣，但他並沒有傷害我的身體或是吞食我，我又何須生起不歡喜、不愉悅的感覺呢？



偈 頌

若由障我之所求 故我於彼心不悅
 所求必捨終歸盡 瞋心諸罪恆堅住

如果有情眾生障礙我所得的利益，我必須思維：這些利益在現



世來講是短暫的，往生時也無法帶走，我如果起瞋恨，瞋恨的罪業會留在心的相續中，讓自己來世受更多的苦，因此我不應該瞋恨。

偈 頌

我寧今日捨壽命 不願長生邪命活
如我縱能長壽住 死時痛苦亦猶是

我寧可捨棄性命，也不願意因為瞋恨他人而造成自己的障礙，造作更多的罪業，使得來生更加痛苦。

偈 頌

夢中受樂經百年 夢覺之時何所有
餘人夢受須臾樂 夢覺之時亦猶是
於斯二人久暫樂 覺時同一難再得
人壽修短雖不同 死時均等亦如是

有一個人，在夢中享受百年的快樂，另一個人則在夢中享受短暫的快樂，兩人醒來時，夢中的快樂都已不復存在。換言之，人在世間上的壽命或長或短，以及在生時的各種享樂，到往生時一樣都帶不走，如果貪著世間的快樂，往生時

也只徒留一連串回憶的夢境罷了，所以我們不應貪著現世的名聞利養，或僅為了享樂而去造業。

偈 頌

縱能獲得諸所求 復於長時受安樂
終如被劫寸縷無 命終獨往唯空手

縱然能夠獲得所求所欲，且能擁有長時間的安樂享受，但人在往生時沒有任何東西可以帶走，如同被盜賊洗劫一般，所以不應為貪著利養而造下惡業。

偈 頌

若謂求利為支身 消除罪業作福德
若為求利生瞋恚 寧不折福生罪愆
我為此事而活命 即令其事成失壞
唯作惡事邪命生 如此生存亦何益

如果為了追求名聞利養生起瞋恨心，而追求的目的是為了豐厚的供養，這叫做顛倒，你的障礙不但沒有消除，反而因此造作更多的惡業。瞋恚心的力量能消除我們千劫的福德，連善根都足可摧毀。因此為求得利

養而生瞋恚心，實在是毫無利益。

偈 頌

若謂為壞有情信 對彼惡言生瞋惱
若於他人播惡名 爾時汝何不生瞋
若對他人心不信 於不信者能安忍
依煩惱生出惡言 汝心何故不能忍

如果有人對我們做供養，另一個人卻施計障礙，使供養者對我們失去信心，這個障礙我們的人所做的便是惡業；如同我瞋恨你，因此向他人講你的壞話，讓人對你失去信心，這也是惡業。對於我們不喜歡，或是與我們不相關的人，當有人障礙他們或對他們起瞋恨心時，我們不會在意，別人毀謗或對他們惡言相向時，我們也不會關心，因此，障礙我們的人，他們的毀謗及惡言致使別人對我們沒有信心，我們也應該要學習容忍。

偈 頌

若於塔像及正法 或作誹謗或毀損
我仍不應生瞋惱 佛等無人能損故

如果有人對佛塔、佛像作誹謗或是毀損，我也不應生瞋恨心，因為沒有任何人能真正損害三寶，損害三寶的人，不只造了無量的惡因，而且還會受報，因此我們應生起大悲愍心。

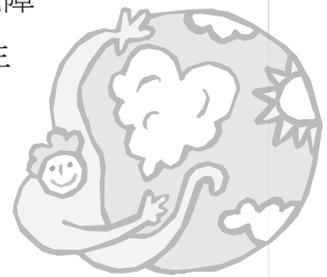
偈 頌

若於師友及親知 作侵損者亦如是
依前述理而觀察 見從緣生息瞋恚

對你講法的善知識、法友，以及你的親朋好友，如果有人傷害他們，你也不應生瞋恨心，因為他們之間或有過去生所造的業因、所招感的苦和逆境障礙等等，一切果的產生都是因緣和合的關係。

總 結

我們都是修學大乘佛法的佛弟子，因此要修學菩薩行。菩薩行中最難行的就是忍辱，而忍辱的對象就是傷害、障礙我們的眾生。為此，我們應心存感恩，





因為他們圓滿我們的修行，幫助我們修忍辱。佛菩薩幫助我們，成就我們，圓滿我們的資糧，斷除我們的惡果，眾生對我們也有同樣的恩德，我們修行慈心、悲心、布施、持戒等等，一切的菩薩行都得依靠讓我們種植福田的眾生才能成辦。

眾生的恩德和佛菩薩的恩德其實並無二致，我們對佛菩薩和眾

生都要一樣心存恭敬，傷害、障礙我們的眾生，是我們的大善知識，因為他們幫助我們圓滿忍辱的功德。弱小的眾生對我們一樣也是有功德的，他們也都是佛菩薩所要救度的對象，如果傷害他們，就等同傷害佛菩薩，佛菩薩不會生起任何的歡喜，唯有對一切眾生起恭敬心與安忍心，諸佛菩薩才會歡喜和安樂。🕉（全文完）

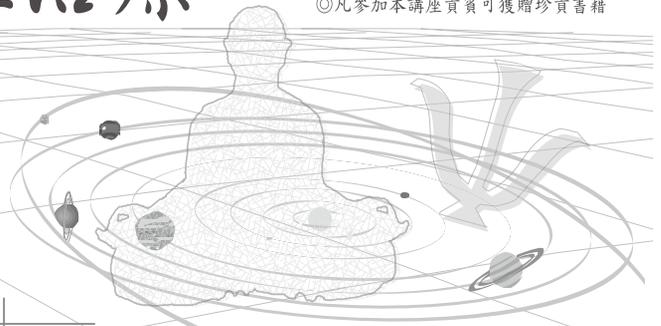
禪觀與心理治療

禪·學·講·座

【完全免費·自由入座】

◎凡參加本講座貴賓可獲贈珍貴書籍

佛教禪觀與心理治療的核心都是自我轉化的歷程。佛教禪觀的目標是「超越自我」，心理治療的目標是「完善自我」，二者偏重有所不同。佛法與心理治療的跨領域研究，已逐漸成為世界學術新思潮之一。林教授於本次演講中將為您介紹佛教禪觀與心理治療的最新發展，並以憂鬱症的正念認知療法為例，說明東西方心理治療的整合。



97年5月25日（星期日）上午10時整

主講人：林朝成教授

成功大學中國文學系教授

地點：台南市立文化中心國際會議廳
（中華東路三段332號）

主辦單位：台南市立文化中心
財團法人慧炬南社

聯絡電話：06-2881677

銀髮族臨終關懷服務之探討 (二)

二〇〇七年三月二十四日講於台南市立文化中心



●紀潔芳 主講
●呂妙香 整理

第二本書

的書名是《我家寶貝要出生》，是日本出版的繪本書，主角是一個六歲的小女孩。書中敘述小女孩的媽媽還懷著她時，助產士到家裡來做定期產檢，聽胎兒的心跳，小女孩的三位哥哥也想要聽聽自己的心跳。大孩子的心跳聲音是很低沉的「蹦蹦、蹦蹦」的聲音，而胎兒的心跳則是很輕快的「撲通、撲通、撲通」。三個大孩子要求媽媽生產時，一定要讓他們都在家裡迎接小baby。

幾個月之後，媽媽快要臨

盆了，就請爸爸去學校把孩子接回家，陪伴媽媽生小baby。那天，爸爸負責煮飯，孩子們幫媽媽按摩，助產士來家裡幫忙媽媽分娩。baby在浴缸出生了，三個小朋友都圍在旁邊觀看。在日本，婦女在家中的浴缸生產是一種流行趨勢，因為水的浮力可以減輕生產時的痛苦。嬰兒剛出生時，皮膚是紫紅色的，過一會兒才變得很紅潤，肚臍上還連著一條臍帶。助產士讓哥哥來幫忙剪臍帶。

通常baby出生後，當哥哥



姐姐的都會很嫉妒，因為他們會覺得父母的愛都被新出生的弟妹搶走了，因此，小朋友如果能在大人的同意和陪伴下參與媽媽的生產過程，是極具教育意義的一件事。

有位學生告訴我，有一次，他幾乎想自殺，突然間他想起自己曾聽我分享過這本書，就去圖書館找來看。書上提到：「寶寶，是生命的成形。從受孕的那一刻起，他就竭盡全力地生存下來，再用簡直是豁出性命的力量通過母體，朝著迎接他的家人們誕生出來。這樣的全心全意，這樣的勇往直前，我們每一個人都是這樣誕生的……」他心想：生命的形成和誕生是多麼不容易，父母要養育小孩更是艱辛，自己怎麼可以因為挫折而草草結束生命呢？他決定不去死了。



在學校裡，我們運用很多方法幫助青少年珍惜生命，其中「防範自殺」是很重要的一環。我在彰師大教授生死學的課程時，曾教學生計算從出生到大學一年級，家裡總共要花多少錢。有的媽媽會打電話來抱怨，因為孩子一再問她自己生下來時是多少公克，剖腹生產花了多少錢，喝什麼牌子的奶粉，紙尿片包到幾歲……。

當學生報告出爐時，他們才知道平均每人從出生到大一，至少花了父母三百六十萬元台幣，最多的還要花八百到九百萬。也

有媽媽打電話來感謝我，說她的孩子自從得知自己花了家裡五、六百萬之後，對父母講話的口氣就變得柔軟、客氣多了。你們可以去問問現在的年輕

朋友，問他們知不知道自己出生時的體重，喝什麼牌子的奶粉長大，我想很多人都不清楚。



有個學生在考上研究所後向我道謝，他告訴我他在大三時，女朋友被一個研究生追走了，他痛苦到無法忍受，便準備寫訣別書：「爸、媽，我先走一步了，對不起！」當他從抽屜拿出信紙的時候，不經意看到之前我請他們做的報告，就順手翻一翻，當他發現自己從出生到大三共用掉將近五百萬時，不禁豁然開朗：我如果自殺，父母的五百萬就血本無歸了。既然女朋友已經離開，如果還要為她浪費五百萬，不是太笨了嗎？他再回想還沒交女朋友之前，不也過得很好嗎？之後，他立志要考上研究所，以回饋父母的栽培。我沒想到當初設計這樣一個教學活動，能讓孩子在最痛苦的時候，找到一個引導他的典範。

一則短片的啟示

接著我們再來看一則短片「人生四季之歌」。影片中敘述

一個小女孩向老人家孫爺爺請教許多和死亡有關的問題。首先她問孫爺爺為何他的臉上有那麼多的皺紋？為什麼剛生出來的小弟弟也像小老頭一樣？孫爺爺說他有皺紋是因為年紀大了，而剛出生的小孩，就跟很多的阿公阿嬤一樣，站也站不穩，需要人家攙扶，全身皮膚皺皺的，頭髮只有一點點，可是後來他們會慢慢地長大，接著他們就會結婚、生小孩。

在他們當上爸爸媽媽之後，就慢慢的老了，像爺爺這樣，老了以後就會退休，會有很多時間可以做以前為了要照顧孩子而不能做的事情，就好比小女孩的奶奶，生前會跟她的小學同學出國旅行，孫爺爺現在也在學電腦，然後有一天，他又會回到像剛出生的小弟弟那樣的階段，需要攙扶。到最後，會像嬰孩一樣，躺在床上，然後，離開家人到另外一個地方去。女孩說她奶奶去了天堂，孫爺爺提醒她，奶奶



只是身體離開而已，她一直都活在女孩的心中。

小女孩又問：人到了很老很老的時候，都會死掉，可是為什麼她的同學小玲年紀這麼小就死了呢？孫爺爺告訴她，每個人都會死，只是死亡的方式和時間不同。有人因為年老或生病去世，像女孩的奶奶；但也有人雖然年紀不大，卻生了重病死了；也有人像孫爺爺年輕時的一些好朋友一樣，因為戰爭而過世；還有像之前的九二一地震，因為來不及逃避，被壓死了；也有人年紀還很輕，卻遇到了車禍或其他意外死去；甚至還有一些小baby，生下來不到幾天就死掉了。所以年紀的大小或壽命的長短都不是最重要的，重要的是我們是否能在活著的時候珍惜生命，與人相處



時，能珍惜彼此的緣分，實實在在地過日子。

小女孩問孫爺爺，為何親人或好友死了，我們會感到難過呢？為什麼人都害怕死亡呢？孫爺爺說，當我們和所愛的人或熟悉的人分開時，心裡很捨不得，所以會感到難過。小女孩說這時候她會大聲地哭，孫爺爺告訴她不是只有小孩才會哭，

大人有時在很感動或是很難過的時候也會哭，但哭過之後就會覺得好多了。至於人們會害怕死亡，那是因為從來沒有人告訴過他們死是什麼。

通常我們對於越不明白、越不了解的事情，就越會產生恐懼，如果此時有人給他們一些錯誤的、恐怖的資訊，譬如說人死了以後會變鬼什麼的，久而久之，他們就更不願意去和

別人談論有關死亡的話題。小女孩回憶自己對奶奶的死並沒有感到害怕，因為奶奶在住院時，常會牽著她和媽媽的手，放在心上說悄悄話，還告訴媽媽以後她要葬在哪裡，以後想她的時候可以去看她。現在她們想念奶奶時，還是會牽著手，好像奶奶又回到她們身邊一樣。有很多孩子跟阿公阿嬤的感情很好，老人家如果能在生前和孩子做點溝通，當他過世之後，孩子至少不會那麼難過。

人都有可能會生病，就像小女孩的奶奶，但她的心裡仍保持樂觀、開朗，她的心中有愛，時常關懷別人。孫爺爺要小女孩回想奶奶生前住的安寧病房區和別的病房區有什麼不一樣，小女孩說，那裡有小孩子玩的地方，還有麻將桌、卡拉OK以及教堂。安寧病房除了醫生、護士之外，還有好多的社工、義工、牧師、神父，或是修女在照顧他們，不只照顧生病的奶奶，也關心爸爸、媽媽和小

女孩。那是「全人全隊關懷」之外的「全家照顧」，希望在她奶奶癌症末期住院的期間，以一種很特別的緩和醫療，減少身體所受的痛苦，並讓病人以較為平靜的心情迎接死亡。

人生就像春夏秋冬四季。孩提時像春天的希望；青少年像夏天的熱情奔放；中年像秋天的豐收；老年就像冬季的暖陽，每個季節都有它的獨特之處。孫爺爺說他把每一個今天都當作是生命的最後一天來過，好好地享受愛與被愛，如果有一天他離開了，心中也會毫無遺憾。

終究世情難了

再和各位講幾個故事：有位媽媽去美國探望兒子，臨行前交代陪同前往的女兒要把那包老嫁妝（往生時要穿的衣服）帶著，可是，那包衣服帶去又帶回，





都沒用到。我讚美這位媽媽為人很豁達，她說，這條路大家都要走的。把類似這樣的故事講給老人家聽，他們心理就有準備了。

我的一個朋友過世了，我們把他的骨灰送到霧峰靈山寺的納骨塔裡，在那裡碰到兩位台中佛教蓮社的師姑，她們說是來合位的，她們倆從國小就是同學，七、八十年的朋友了，她們希望百年之後，骨灰罈還能放在一起，因為兒子很節儉，如果以後讓他來選，一定會挑最便宜的，趁著現在她們有空，乾脆來挑個喜歡的好位置。幾天後再碰面，聽說她們已經選好了位置和骨灰罈，寺院師父還幫她們貼上紅紙，說這樣是添福添壽。

我有一個很好的朋友，她去美國時，一再交代我，如果她的父母親過世，請幫他們助念，因為她從美國趕回來最快也要兩三天的

時間。因此他父親往生時，我和其他人去幫老菩薩助念，為他蓋陀羅尼被、灑光明沙、助念佛號，老人家非常安詳地往生。

十幾個小時後，這個朋友才從美國趕回來，她一到家門口就立刻跪下來，匍匐進去，到父親床邊磕三個頭之後，將陀羅尼被掀開，她父親的容貌很莊嚴。當時她對父親講了三句話，第一句是：「爸爸，我是某某某，從美國回來了。」她接著說：「爸爸，您此生世緣已盡，要放下萬緣，您一生念佛，就是要去極樂世界，現在機緣已到。您在世間是很好的小學老師，阿彌陀佛那裡也需要老師，您去幫他的忙好了。」第二句話是：「爸爸，我在美國當醫生，哥哥在台灣教書，我們今天對社會如果有貢獻的話，都要歸功您的栽培，這分功德是您的。」第三句話是：「爸爸，您放心！我們會好好地照顧媽媽，兄弟姐妹們會像以前一樣相親相愛。」我們聽了這些話



都為之動容，她的父親雖已往生十幾個小時了，也還會流出眼淚。這個朋友對父親所講的話其實就是言語的回饋。

另外一個朋友的爸爸因為癌症多次進出醫院，有一次他對家人說：「我這次不會出院了，因為我不會好了。」

請問各位，如果你的父親對你講這句話，你會怎麼辦？當然你不能直接說：「對，我也有這種感覺。」那該怎麼辦呢？你可以說：「爸爸，您怎麼會有這種感覺呢？」他或許會說：「我自己的身體，我自己最清楚，這次很沒元氣，不會出院了。」這時你要說什麼才好呢？「爸爸，那我們可以為您做些什麼呢？」這是很好的一句話，但如果你講出來了，他卻不說話，那就表示他不願意談，你就別講了。

如果你問他：「我們可以為您做什麼」時，他說：「我那

兩棟房子啊……」此時表示他想交代後事了，你必須說：「等一下！我叫大家進來聽。」如果此時家人都不在身邊，最好用錄音機錄下來。如果沒有錄音機，或是不方便錄音，請趕快拿紙筆寫下來，他一邊講，

你就一邊寫，等他講完，你說：「爸爸，您交代得很周全喔！我唸一次給您聽，看我有沒寫錯。」唸完後請爸爸簽名，這樣你對家人才會有個交代。之後你可以安慰他：「爸爸，交代歸交代，說不定您一說完，心情放

鬆了，病情反而好轉。如果因緣真的到了，您也交代得這麼周全，我們會照您的話去做，事情會辦得很好，請放心！」你要學會講兩種真話，盡力讓長輩不放棄求生的希望，但當那一刻來臨時，我們必須要真正放下，這是臨終關懷應該要做的事情。㊦（待續）



近現代佛教史之研究 (三)

本文榮獲九十五學年度高登海居士獎學金



● 林俊裕
台灣大學商學研究所

四、台灣近現代佛教史之歷程

宗教傳播一向與貿易或移民有著很深的關聯。根據文獻記載，在鄭成功渡台之前，佛教已經流佈過來了。三百年來台灣的佛教發展，從清代以前、清末、日據時期到光復後的各個階段，各有不同面貌。主要是閩系的禪淨雙修寺院；日據時期則結合日本曹洞宗在台的發展，經由皇民化運動建立起全島性的佛教組織。光復以後，隨著大陸佛教僧侶和組織相繼來台，在傳戒與中國佛教會的組織運作之下，

台灣傳統的佛教寺院開始出現明顯的變遷。

在荷蘭、西班牙侵佔台灣時期，台灣的宗教信仰主要是以原住民多神的泛靈信仰為主，風雨雷電、日月星辰，都是祭祀的對象。明鄭時期除了引進更多的民間信仰外，一些大型的宗教像是佛教、道教與回教也開始出現。不過，在十七世紀下半期以前，歷代中國皇朝未曾在台灣設立郡縣，自然也就沒有官方的寺院。因此到了明鄭時期，台灣佛教還是帶有濃厚的個人色彩，亦即屬於個別僧侶或信眾單獨的祭



拜。鄭成功率軍渡台後，陸續興建的寺院有竹溪寺、彌陀寺與龍湖巖。根據連橫所著《台灣通史》記載：「當是時東寧初建，制度漸完，延平郡王經已承天之地，尚無叢林，乃建彌陀寺於東安坊，延僧主之，殿宇巍峨，花木幽邃，猶為郡中古剎。」故明鄭時期的台灣，主要是在台南地區，佛教已有了初步的發展。

清朝治理台灣時期，佛教在台灣的發展呈現出「正信佛教」與「擬似佛教」混合的特色。一方面是因為當時渡海來台的移民社會，以及消災解厄、接引西方的宗教需求，使得佛教混合著一般的齋教、道教、儒教等宗教，而成為台灣社會一種民俗上的信仰，加上僧侶及居士個人的弘法佈教，也形成了佛教勢力擴散的基礎。儘管此時帶有移民宗教的色彩，但是整個佛教佈教的範圍也已經普及全台各地，且普遍設有佛寺，例如台南的開元寺、法華寺，彰化的開化寺與清水巖，台北的龍山寺與劍潭寺等。

清末日據時期，台灣佛教形成幾個主要的流派，例如台南「開元寺派」、苗栗大湖「法雲寺派」、基隆月眉山「靈泉寺派」、高雄大岡山「超峰寺派」以及台北觀音山「凌雲寺派」。他們均與閩南佛教有深厚淵源，在法脈上屬於禪宗，這些宗派的開山祖師或中興祖師均為本地僧侶，此意味著台灣佛教開始走向獨立。

雖然台灣近三百年來的佛教發展史中，日據時代的影響只佔其中五十年，但因日本佛教具有宗派文化的特殊性，以及高度政治化和現代化之衝擊，初期日本治台的宗教政策，為了安撫台民，採取不干涉，延續舊習慣信仰的型態，除了剛開始隨日軍來台的隨軍佈教（慰問征討的軍人及其家屬）以外，其餘各個階段均出現強度不一的政教糾葛，因而對台灣佛教具有一定程度的實質影響。

到了大正年間，特別是在一九一五年，以齋教為中心的西



來庵抗日行動，因涉及和牽連的齋堂與齋友甚多，是不折不扣的宗教結合政治所形成的大規模民變，無疑對日本統治當局，構成治安上的一大威脅。日本在台總督府展開全島性的宗教調查，以掌握台灣各種宗教信仰的背景和生態。當時台灣的一般信徒與寺院為求自保，紛紛申請加入日本佛教的組織，也促使日後「南瀛佛教會」全台性組織的成立。換言之，至此，台灣的寺院、齋堂以及信眾都已受到日本官方的控制。而台灣佛教的殖民化，正值日本近代佛教世俗化時期，因此，台灣佛教不僅接受日本統治者的「殖民化」，也接受日本佛教的世俗化。

民國二十六年盧溝橋七七事變後，隨著中日兩國的正式宣戰，日本政府對台灣的統治也因為戰爭而更加嚴厲，於是出現所謂的「皇民化運動」，對新附領土的台灣人民，從物與心兩面，徹底去除從前的思想、信仰、物質等狀態，而成為完完全全的皇

國土地及居民。由於各寺院負責人不知道自己寺院會淪為何種命運，於是造成台灣地區原有的寺廟，除了繼續求助於日本佛教各宗派的保護外，為求平安，其他的寺廟、齋堂也必須改為神社，像是觀音山凌雲寺、台南開元寺、高雄超峰寺均納入日本的臨濟宗系統。此種巨大的壓力和日化宗教的政策，使得台灣佛教寺院的設備、僧侶的服裝及一切法會、儀軌、法式等，完全日本化，將原先福建傳來的中國佛教的制度、儀式與規章完全摧毀殆盡。所以在日據時期，台灣佛教固然「抑道揚佛」，使佛教本身雖然有勃興發展的趨勢，但是此一獨特的佛教體質，也使得後期的發展埋下了改革的種子。

一九四五年之後，日本已退出台灣，取而代之的是國民政府在戒嚴時期所實施的「去日本佛教化」的宗教政策，同時也因為國民政府的遷台，使得大陸佛教正式引介進來，因而壟斷了台灣佛教的發展，包括在教理、

僧制、儀規以及佛教語言上。不過，除了政府有意的干預以外，大陸佛教本身的派系紛爭，也促使台灣佛教的性格產生實質的影響。總括來看，光復初期的佛教發展變革，在於將以往的齋教化、閩南化、日本化的佛教，作一徹底的澄清與扶正，進而確定了大陸佛教的主流地位。特別是白聖法師透過傳戒的方式，使得台灣佛教從日本佛教與齋教的陰影中走出來。

在當時，組織的鬆散和缺乏強有力的中央級教會，和教內保守派與開放派的對峙型態，使開放派如太虛大師所闡述的淨土觀點，與傳統保守派圓瑛法師的淨土信仰不同，因而傳出焚書抗議之事。六〇年代以後，各種新興佛教團體應運而生，受到太虛大師的佛教革新運動之影響，其所提出的「人生佛教」理論，雖然未能行踐於當時的大陸內地，卻成為近二十年來台灣佛教發展的思想先導。台灣這幾年來最熱門的思想就是人間佛教，以印順法

師為主體，並往前追溯到太虛大師，往後到星雲法師之人間佛教的實踐。佛光山、慈濟功德會、法鼓山等主要佛教團體的創建者，無不受其思想的啟發而走上創設現代佛教團體的道路。在當代社會中，影響力不斷增強，最後不僅發展成深具全台影響力的教團，甚至朝國際化邁進。近年來台灣佛教特別強調印順「人間佛教思想」與太虛「人生佛教思想」的差異，其與追循台灣本土化意識和台灣佛教主體性的重新確立有直接的關係。

五、結論

中國大陸在改革開放後，進行了大規模和現代化的建設，並取得了舉世矚目的成就。日本蒙韓戰之利，在經濟恢復與建設工作上取得鉅大成果，而南韓近十餘年的經濟發展，扶搖直上。佛教作為一種社會意識形態和社會組織，為了適應國家政治、經濟的急劇變化和現代科學技



術突飛猛進的衝擊，也作了自我整合，提出了「世俗化（或人間化）、現代化和科學化（或理性化）」的道路，並從教義、組織、儀式和宗教行事等方面作了一系列的、深入的改革，從而有效地為配合國家的經濟建設、文化措施等等作出獨特的貢獻。外蒙、俄羅斯西伯利亞地區的金剛乘佛教在擺脫過去的束縛，及與國家取得「歷史的和解」後，正走上欣欣向榮的坦途。總之，東亞佛教正在進入復興時期，這次復興不僅表現在佛教徒數量的急遽增加，教派組織的日益繁多，而且也表現在佛教正在向民族化、普世化發展。

從佛教在台灣之現階段發展態勢可知，台灣佛教具有多元性、複雜性、殖民性等典型的移民宗教性格。台灣佛教在極短的時間內遭逢極大的變遷，這也是台灣佛教的主體性一直無法真正塑立的原因之一，而導致一種邊陲佛教的心態。不過，在這種心態之下，台灣佛教界還是出現

了不同的摸索方向，使其在佛學研究的開展中走出新局面，非某種單一成分的延續發展，而是多元成分複合而成的新式佛教文化。例如在兩岸交流模式上，有佛光山星雲法師的「探親」交流模式；證嚴法師「慈濟賑災團」的救援模式；「惠空模式」——圓光佛學院師生到大陸參拜古剎、訪問高僧及贊助佛學院，形成兩岸的佛教教育模式；以及像是「靈鷲山般若文教基金會」和「敦煌學國際學術研討會」的學術研究模式。

回顧不是為了批判，而是展望未來，現實的挑戰或許極為嚴峻，各種危機隨之而來，在挑戰與回應下，經常焦頭爛額，但這正考驗著佛教存在的精神意義，佛法若是普遍常在的真諦，就具有重新構架的創造能量，彰顯出其特有的信仰張力，兩岸的佛教都具有這種信仰的張力，有著創新與能動的運動態勢。人間佛教的實踐張揚起佛教對應時代的道德勇氣，也是眾生集體奮發的自

我覺醒，雖然只是一小步，卻反映了主體自身的價值本性，是需要妥善地加以維護與發揚，有著轉不可能為可能的信仰動能。佛教走過了二十世紀，遭遇到各種大風大浪的挑戰，儘管外在的環境依舊惡劣，其信仰的理想始終不變，佛法的終極關懷仍是人們最高的精神指標，提供了對應社會整體變革的文化機制，在信仰的認同與堅持下，必然帶領著新一波的文化運動。

在高度資本社會制度下，現代人多半為了生計，而以追求利潤為目的。事實上，人的一切並非由產業社會所強制規定，吾人的活動必須基於自然和主體性，藉由積極性的創造活動來達到自我之實現，因此佛法補強了人們心靈的空虛，給了人們重要的生命啟示。

現代化建設的順利推進需要建構在社會穩定的情況下，而缺乏信仰支撐的社會是不穩定的社會。佛教組織是現階段華人社會裡政府與家庭聯繫的橋

樑，同時也扮演著維繫社會安定的角色，補救工商社會所衍生的問題。在社會各方面發展及需求日新月異的情況下，政府已經無法只藉由商品經濟的方式加以解決。就佛學思想而言，宗教人的倫理及宗教團體間的調和，拉近人與人之間的距離，對於降低存在於社會的疏離感，及強化人際關係的歸屬感有相當程度的幫助。簡言之，其可增強群己關係之融洽，更可促進人類社會之福祉，將分散的各種社會資源匯集，以填補政府失靈體系之空隙。在此同時，佛教團體亦須因應未來人類社會之需要，調整改革，透過開放性的動態系統，根據時代的發展與社會的需要，轉化成為重要有用的文化資產，並成為社會關懷網絡的重要環節，發揮其最重要之社會功能。㊦

（全文完）

百業經

豆蔻花比丘的故事



●晉美彭措法王 講述 ●索達吉堪布 譯導 ●本刊編輯室 整理

佛在舍衛城時，有位巨富施主，娶妻後過著幸福的生活，但美中不足的是夫妻倆一直膝下無子，因此他們便虔誠的向諸天祈禱，後來這位施主的妻子終於懷孕了，她興奮地宣布了喜訊，而施主也特地建了一座富麗堂皇的宮殿，殿內備有最甘美的飲食，優雅的音樂，讓妻子能在優渥舒適的環境待產。

此時，佛陀座下的阿那律尊者觀知施主全家被度化的機緣已經成熟，便獨自一人，著衣持鉢前往施主家化緣。施主見尊者獨自前來，疑惑不解地問：「尊者為何沒帶侍者？」阿那律尊者回答：「我沒有侍者，您能幫我找一個嗎？」施主痛快地說：「我的妻子懷孕了，如果生個男孩，將來就給尊者做侍者。」兩人說定之後，阿那律尊者就回去了。

時間很快地過去，到了施主妻子分娩的那一天，產房內外，芬馥四溢，室內還降下豆蔻花雨，施主看到這樣的瑞象，於是為嬰兒取名「豆蔻花」。在施主夫婦細心的照顧和養育下，豆蔻花逐漸長大成人，且對世間學術甚為精通。

阿那律尊者知道豆蔻花出家的因緣已經成熟，便又再度到施主家化緣。尊者慈祥地對豆蔻花說：「你還沒出世之前，你的父親就已經允諾把你送給我做侍者了。」豆蔻花聽了很高興，表示願意追隨尊者左右，施主也言而有信地答應了。

尊者於是把豆蔻花帶回僧團，並為他剃度、受戒、傳法。不久，豆蔻花證得羅漢果位，具有聖者的一切境界，諸天也都共同讚揚他的功德。豆蔻花自

付：一切功德成就，源於世尊的慈悲加持，為報佛恩，我應去度化有緣的眾生。而度化的因緣在哪裡呢？他以神通觀知首先要度化的對象就是自己的父母親，於是便回到俗家，在雙親面前顯示種種神變。施主夫婦見到自己兒子已證得阿羅漢果，不禁對三寶生起無比信心，雙雙皈依佛門，精進修法，也先後證得了預流果位。

此時諸比丘請示佛陀：「世尊，豆蔻花以何因緣，相好莊嚴，出生時，還能感得室內降下豆蔻花雨，芬馥四溢的瑞象？出家後，又能證得聖果，祈請世尊為我等開示！」

佛陀告訴諸比丘：「在賢劫人壽二萬歲時，迦葉佛出世，當時在印度的鹿野苑，有位施主，他的兒子對迦葉佛具有無比的信心，後來隨佛出家且精通三藏。他覺得自己不僅應精進修行，還應供僧積累資糧，於是，便把自己所有的財物資具都供養了僧眾，並設塔供養

迦葉佛的毛髮與指甲，還常以豆蔻花等各種花蔓供養，此外，他還發願：『以此善根，願我生生世世轉生富貴之家，相貌莊嚴，入胎、降生時，均降下豆蔻花雨，將來能於釋迦佛教法下證得聖果。』這位比丘就是豆蔻花的前世。比丘的父母也隨兒子發願——願將來仍做他的父母，且能聞法得果。當時的施主夫婦就是現在的夫婦倆，而他們的兒子就是現在的豆蔻花。」

這個公案說明了發願非常重要，發善願更是重要，我們千萬不能有一念的惡願，當惡念生起時，應馬上懺悔，否則後果不堪設想，因為願力一旦成熟，果報立即現前，誠望諸位道友銘記於心！

在佛堂、佛像、佛塔前供一束花，尤其是鮮花，功德雖然很大，但我們在供花的同時，還應該要好好地發願，而且一定要發善願，不要發惡願。因為願力是不可思議的。以前在色達的丹

堅神山有位修行人，因為很多人欺負他，因此他發了一個惡願，後來惡願成熟，他變成一隻龍，殺害了許多眾生。因此我們一定

要發善願，不是發衣食住行方面的願，而是發往生西方極樂世界的大善願。㊦

註：釋迦世尊及十方三世一切諸佛，具有二種智慧、四無畏、七菩提支、八解脫、九等持和十力等無量功德，如來獅吼聲傳遍三界，並以大悲心時時刻刻觀照一切眾生以及眾生的種種因緣，聖者羅漢亦如是。

華嚴專宗學院暨研究所97學年度招生

辦學宗旨：培養專修、專研、專弘華嚴法門的現代佛教人才，使學院部學生具備基本佛學素養與高尚宗教情操，讓研究所學生擁有專業的佛學研究能力與恢宏的世界觀。

報考資格：限女眾。學院部／今年只招收插班生，相同學分可抵免。
研究所／大專(含同等學歷)或佛學院高級部畢業者。

報名方式：即日起採通訊報名或網路報名。
(報名表備索，請附回郵信封，務必註明姓名、地址、電話。)

考試日期：分三梯次／6月23、24日，7月7、8日，7月30、31日。

考試科目：學院部／國文作文、英文、佛學入門、華嚴學基本知識。
(口試不合格者不予錄取)
研究所／國文作文、英文、佛學概論、華嚴大綱、印度佛教史。
(口試不合格者不予錄取)

地址：台北市中正區濟南路二段44號(近捷運忠孝新生站2號出口)。

電話：(02) 23414760**傳真：**(02) 33938523

網址：<http://www.huayencollege.org> **信箱：**hyc@huayencollege.org





慧炬傳燈與蓮花安寧之路

◆ 陳榮基

雖然從小跟著茹素的母親到處見廟就拜，但是自幼佛道不分。一九五七年進入台大醫學院學醫，一九五九年從台糖退休的工程師周宣德居士，在台大校園內貼出「撰寫《佛說八大人覺經》閱讀心得」可以獲得獎學金的告示，使我有機會正式接受佛學與佛法的薰陶。一九六〇年四月八日在周老師的輔導下，全國第一個大專佛學社團——台大「晨曦社」成立，本人有幸成為該社社員，直至畢業。一九六一年周老師創辦「慧炬雜誌社」，全力展開向大專學生傳播佛法的志業；在周老師伉儷的諄諄教誨下，佛學與學佛成了當時台灣青年學子的風尚。

一九六四年台大畢業，服役一年後進入台大醫院服務，為學與做人不敢稍離佛法。周老師後來又創辦慧炬出版社，並徵召他從各個大

學培訓出來的學生們，擔任慧炬兩社的董事或會務工作人員，本人奉召進入兩社的董事會服務。在周老師赴美養老後，指定由企業家莊南田居士統領慧炬機構。為了擴大慧炬的團體運作及方便眾多支持大德的捐款，乃於一九九二年五月創立中華慧炬佛學會，先後推舉莊南田及劉勝欽居士為理事長，本人於二〇〇四年五月承兩位前理事長及理事們的付託，繼任第五屆理事長。在莊董事長的帶領下，期盼慧炬雜誌社、出版社及佛學會，三位一體，將周老師慧炬傳燈的使命發揚光大。

今年正逢周老師一百一十歲冥誕，其大專弘法志業亦將屆滿五十周年，慧炬舊知新雨紛紛回來參加紀念活動，緬懷先賢，策勵未來，我們更應繼續不斷的努力！值此時分，茲將本人在本行神經醫學以外，與佛學、佛法相關的活動作

一簡報，以告慰慎公恩師：

一九八七年四月八日台大醫院成立「慈光佛學社」，時任台大醫學院及台大醫院神經科教授兼主任的我，被推為社長，直至一九九七年退休離職。在慈光社的參訪活動中，有幸得以皈依埔里蓮因寺上懺下雲法師，師父對從事醫療工作的弟子們開示：「要有觀音菩薩的心腸（慈悲），維摩居士的口舌（智慧與辯才），彌勒菩薩的肚皮（容忍）及金剛菩薩的面目（公正）。」

台大醫院慈光佛學社與北部各醫院的佛學社團定期聯誼共修，於一九九〇年一月結合醫界佛教徒成立了「佛教醫事人員聯合會」，本人被推為首任會長。會員、同仁未幾即逐漸形成共識，為了進一步提供出家法師完善的醫療服務，及臨終病人得以獲得助念協助，安詳往生，遂於一九九四年七月在上淨下耀法師的帶領下，成立了「財團法人佛教蓮花臨終關懷基金會」（蓮花基金會），加入台灣的安寧療護行列，本人忝被推為董事長。十多年來，在基金會全體董事的領

導及同仁的努力下，已獲得社會大眾的支持與肯定，不斷推展的安寧緩和醫療工作及生命教育的理念，亦漸漸普及。一九九八年「財團法人佛教僧伽醫護基金會」（僧醫會）成立，本人有幸應邀參與醫療顧問團及董事會的工作，為法師們的醫療、安養及臨終照顧提供更進一步、更貼切的奉獻。

安寧緩和醫療（Hospice palliative care, hospice palliative medicine）源自於一九六七年英國的西西里·桑德思醫師（Dame Cicely Saunders），他在倫敦開辦聖克力司多福安寧院（St. Christopher's Hospice），開啟了以積極的醫療作為，解除病人身心靈的痛苦，讓病人安享餘生的醫療理念，此一人性化的醫療方式，逐漸傳播到世界各地，並於一九九〇年由馬偕醫院竹圍分院的鍾昌宏副院長引進台灣。本人在一九九五年任台大醫院副院長時，積極規劃成立緩和醫療病房，使台灣的安寧緩和醫療之路又向前邁開一大步。安寧緩和醫療是指「為減

輕或免除癌症末期病人之痛苦，施予緩解性、支持性之醫療照護。」而在臨終時，維持病人的生活品質與協助病人沒有痛苦的安詳往生，則是安寧緩和醫療的重要目標。

世界醫師會對末期疾病曾作如下的宣示：「醫師的職責是治癒，盡其可能的減輕痛苦，及保護病人的最大利益。」「醫師可以為了解除病人的痛苦，在病人或其最近親屬（如果病人已無法表達意願）的同意下，不予治療。」「醫師應避免使用對病人無益的特別（治療）方法（extraordinary means）。」

我國的醫療法及醫師法，均禁止醫師在病人危急時「放棄病人」，民間思維及醫界傳統，已形成搶救病人到底的文化，要推展安詳往生，臨終不再接受痛苦與無效醫療折磨的觀念談何容易。本人有幸參與安寧緩和醫療團隊，在大家共同努力下，於二〇〇〇年五月促使立法院通過「安寧緩和醫療條例」，提供國民臨終時可以選擇不接受痛苦折磨的心肺復甦術（Do no resuscitation, DNR）的權力。

DNR是完成安寧緩和醫療，減輕病人痛苦，協助病人安詳往生的一個重要環節。此法案賦予國民可以在健康或輕病的時候，自行簽署「預立選擇安寧緩和醫療意願書」（見下頁），並寄至「台灣安寧照顧協會」（會址：台北縣251淡水鎮民生路45號），協會會主動協助將此意願註記於健保IC卡內，病人只要持IC卡到醫院就診，醫師就可看到DNR的意願，在病人罹患不治的末期疾病時，尊重病人的意願，不再以心肺復甦術的急救動作，增加病人的痛苦，協助病人安詳往生。如果未預立DNR的意願，也可在罹患不治重病時，簽署DNR意願書，或交代家屬或親友代為簽署同意書，交付診治醫師，叮嚀醫師尊重病人的意願，在適當的時機，協助病人安詳的走完人生的旅程。

在病人臨終時，生活的品質可能優於生命的延長，醫師在此時，如能尊重病人意願，積極提供安寧緩和醫療的照顧，並在臨終時協助病人有尊嚴的死亡或安詳的往生，將是莫大的功德。大孝與大愛應是

陪伴臨終的病人，協助其坦然接受疾病，安度餘生，安詳捨報往生。病人的死亡，並非醫療的失敗，未能協助病人安詳往生，才是醫療的失敗。

早點簽署DNR意願書並告知家人，可讓家屬了解自己的意願，免得一旦罹病或到了年老時，家屬反

而不敢、不忍心、或不知如何啟齒與病人討論這種問題。而且，如果將來家屬彼此間有不同意見，也可依此尊重病人自己的意願，以病人預立的意願為奉行準則。醫師與家屬則可根據此意願，共同協助病人安詳往生，為無悔無憾的人生畫上完美句點。㊦

IC卡註記用預立選擇安寧緩和醫療意願書

請將本意願書資料鍵入本人健保IC卡註記欄位(同意者請於打V)

本人_____若罹患嚴重傷病，經醫師診斷認為不可治癒，而且病程進展至死亡已屬不可避免，特依安寧緩和醫療條例第四條、第五條及第七條第一項第二款之規定，作如下之選擇：一、願意接受緩解性、支持性之醫療照護。二、願意在臨終或無生命徵象時，不施行心肺復甦術（包括氣管內插管、體外心臟按壓、急救藥物注射、心臟電擊、心臟人工調頻、人工呼吸或其他救治行為）。立意願人：

簽名：_____國民身分證統一編號：_____

住(居)所：_____電話：_____

西元生年月日：_____年_____月_____日

在場見證人(一)：

簽名：_____國民身分證統一編號：_____

住(居)所：_____電話：_____

在場見證人(二)：

簽名：_____國民身分證統一編號：_____

住(居)所：_____電話：_____

中華民國_____年_____月_____日

第一聯：由意願書簽立人簽妥後寄送「台灣安寧照顧協會」收件、彙整(收件地址：郵遞區號25160台北縣淡水鎮民生路45號)

觸心所先，還是作意心所先？

◆ 陳德良



唯識學談到我人對內外境的認知構成，主要是以觸、作意、受、想、思五個心所的作用來闡明。舉個簡例，當眼識在認知一個色境時，會先由觸心所和作意心所產生作用，讓眼根、眼識和色境三者之間產生接觸，在接觸之後，受心所就會對該色境起苦受、樂受或不苦不樂受（捨受）的覺受，進而再由想心所對該境取像設名（言），最後是由思心所起種種善惡的思維造作，直到這裡，才完成了眼識對一個色境的了別。

一般對受、想、思三個心所的作用順序並無太大爭議，但觸心所及作意心所孰先，一直以來沒有定論，或說觸心所先，或說作意心所先，或說同時俱起，或說先後不定，紛紜不一，要釐清這個問題，觸心所及作意心所這兩個名相的定義肯定是重要關鍵。以下是相關定義的列舉和整理。

觸心所和作意心所的定義

觸心所的定義有：

觸云何。謂三和合故能攝受義（中略）觸為何業？謂受想思所依為業。《瑜伽師地論》

觸謂三和，分別變異，令心、心所觸境為性。受、想、思等所依為業。謂根、境、識，更相隨順，故名三和。觸依彼生，令彼和合。《成唯識論》

觸者，謂三事和合。分別為體，受依為業。如經說，有六觸身，又說眼色為緣，能起眼識。如是三法聚集合，故能有所觸。又說觸為受緣，受者謂領納為體。

《顯揚聖教論》

觸謂根境識和合生（中略）
受領納隨觸，想取像為體，
四餘名行蘊。《俱舍論》

依上綜述，觸心所的體性是使根、境、識三者和合。而觸心所的業用是令受、想、思等一切心所依之而起。這裡我們可以注意的是：

一、對於前五識，觸心所不是指根和塵在物理上的接觸而已，還包括了和識（心法）的交涉作用，即是說，如果沒有識的生起，觸心所的作用是無從完成的，因此它的本質是心物相資的而非純物理的。對於第六識，觸心所更是心理上的活動無疑。

二、觸心所其實有主動的意含，就如它的巴利文phassa一字源自動詞phussati，意思是「去碰」，所以它的作用是主動地去把所緣的塵境與識連接起來。因此觸不是一種被動的、機械性的作用，而肯定是一種屬於心法的，具有心理功能的心所，並非部派時代上座部所說的「謂從眼色生於識觸，從此復生諸心所法，俱生受等名

心所法，觸非心所。」

三、無論是大小乘的論典，都提到觸心所生起後，隨之而起的是受、想、思等心所，而沒包括作意心所。即便是頌文順序將觸心所寫在作意心所之前的《唯識三十頌》，依其揉釋而成的《成唯識論》，亦不例外。

而作意心所的定義有：

作意云何。謂能引發心法。

《瑜伽師地論》

復次作意為何業。謂於所緣引心為業。《瑜伽師地論》

作意，謂能警心為性，於所緣境引心為業。謂此警覺，應起心種，引令趣境，故名作意。《成唯識論》

作意者，謂從阿賴耶識種子所生，依心所起與心俱轉相應。動心為體，引心為業。（中略）又說由彼所生作意正起，如是所生眼等識生。《顯揚聖教論》

作意謂能令心警覺。《俱舍論》

綜上所述，作意心所的體性是引發我們去警覺到種種塵境。而作意心所的業用是使我們對所警覺的塵境生起相對應的識（心），如警覺到聲境，則起耳識，餘者類推。這裡我們可以注意的是：

一、作意心所是使所有心王（識）和心所從種子位現行的主要楔子，反過來說，若沒有作意，就不會引發心法。

二、因為作意心所的業用正是引發心王（識），因此作意心所是唯一不用和心王一同現起的心所，否則前後相制，秩序軋亂。

從兩個心所的定義來看，孰先孰後，呼之欲出。

析論作意心所為先

且讓我們再引援以下經論：

依止根本識，五識隨緣現，
或俱或不俱，如波濤依水。
《唯識三十頌》

譬如大瀑水流，若有一浪生
緣現前唯一浪轉，若二若多
浪生緣現前有多浪轉。

《解深密經》

依上文，若諸緣不俱足時，則識（心王）不會現起。而這裡的諸緣，便是諸論所提的眼識九緣乃至第八識的四緣不等，茲表列如下：

諸識	諸識生起必俱之緣
眼識	眼識種子、眼根、色境、作意、根本依（阿賴耶識）、染淨依（末那識）、分別依（意識）、空、明
耳識	耳識種子、耳根、聲境、作意、根本依（阿賴耶識）、染淨依（末那識）、分別依（意識）、空
鼻識	鼻識種子、鼻根、香境、作意、根本依（阿賴耶識）、染淨依（末那識）、分別依（意識）
舌識	舌識種子、舌根、味境、作意、根本依（阿賴耶識）、染淨依（末那識）、分別依（意識）
身識	身識種子、身根、觸境、作意、根本依（阿賴耶識）、染淨依（末那識）、分別依（意識）
意識	意識種子、意根、法境、作意、根本依（阿賴耶識）
末那識	末那識種子、根、境、作意
阿賴耶識	阿賴耶識種子、根、境、作意

八識所藉眾緣中，均有作意之項而沒有觸，由此可知，正如前面的定義，作意是諸識生起的主因而不是觸。故而，不作意時則緣不足，緣不足則諸識不現行。諸識不現行則觸心所的三和合不能完成，因為根境識中少了識的存在。有人說眼識九緣之中，已有眼識種子、眼根、色境三者，那不就構成了觸心所的條件嗎？這樣的說法，只怕是混淆了種子位和現行位的體性差別。

另外，一般的說法是根境和合則生識，這裡說眼識要九緣等才能生起了別作用，豈不是有所衝突？關於這點，楊白衣居士在《唯識要義》中提到：「本來我人的認識，除了根境之外，有時還需要光明、空間、種子識、染淨識等條件才能認知，但並非八識都如此故，普通只以根、境、識三緣為代表。」實際上，如果根境和合就可以生識，豈不是有唯物之嫌？如果根境和合就可以生識，那不論我們的心識狀態是如何，只要耳根沒壞，一有聲音，不論是多大聲或多小聲，都應

該有耳識的了別，有了別就是有受、想、思的種種現行，那豈不是一天二十四小時都在清楚地聽到聲音？那睡眠就有困難了，人定也成了不可能的事。

再者，如果我們細觀眼識九緣等，不難發現唯有作意一緣有相對的主動性，其它八緣均相對被動，由此推度得知，作意正是一念分別心之最初剎那，所以《宗鏡錄》要說「以作意為因，外塵為緣，故識得起。」而《瑜伽師地論》也提到：「云何作意闕故心不得生，謂雖有內眼處不壞外色處現前，廣說乃至內意處不壞外法處現前，若無能生作意正起，爾時由彼所生眼識乃至意識終不得生。如是名為作意闕故心不得生。」

前面的定義提到，觸心所生起後，依隨而起的是受、想、思等心所，而沒有作意心所。若說觸心所是先作意心所而有，為何諸論不說：「觸為何業？謂作意、受、想、思所依為業。」而且，觸依定義是指根境識三者和合，當只有根境兩者相觸時，並未構成觸心所作

用的條件。換言之，當觸心所作用時，即表示識先已生起，而如果作意心所的順序在觸心所之後，那作意心所要做什麼呢？恐怕是要失業了。同理，有人說這兩個心所的作用先後不定，有時觸心所先，有時作意心所先，但觸心所和作意心所都是遍一切時的遍行心所，也就是說，每一念了別都有觸、作意、受、想、思五個心所的作用，若某一念的了別是觸心所為先，那作意心所恐怕是無所安立的。

此外，唯識家都同意心王（識）和心所是別體俱起，也就是說心王和心所雖是不同的體性卻必須同時生起，那麼觸心所就不應該在心王（識）還沒有生起前，就生起牽引心王去和根境相會的作用，因為只有作意心所可以在心王現起之前先起作用。

也有人說聖人是作意心所先生起，凡夫則是觸心所先生起，筆者覺得比較妥當的說法應該是：聖人對作意心所的控制力較為強盛，凡夫對作意心所的控制力則相對地較為薄弱。

我們也許可以就上述的資料對作意和觸兩個心所的運作機制做這樣的理解：當有個法境或色境引起作意心所的警覺時，作意心所就會將相關的識（心王）從種子位轉變成現行位，即所謂的引發心法。當識一生起時，觸心所同時生起，藉由觸心所的作用，使根、境、識三者產生接觸，即所謂的令心觸境。根、境、識三者接觸後，受、想、思等心所必然依之而起。也許有人會注意到，這段文字的推析中，境顯然先識而有，這豈不是和唯識無境的基本主張有所違拗？這點將會在下面一起討論。

孰先之諍的可能成因

作意心所先抑或觸心所先，之所以會有不同的看法，筆者認為其導因可以歸納為三：

一、論典文獻的導因

如果所有唯識論典都將作意心所寫在觸心所之前，相



信我們可以減少許多法諍，正因文獻中有各種不同的觀點，才引起了諸多的討論。然而就筆者有限的資料看來，除了世親菩薩所造的《唯識三十頌》和《大乘五蘊論》外，幾乎所有其它唯識論典都是將作意心所寫在觸心所之前，即便是世親菩薩自己的《百法明門論》，也是把作意心所寫在觸心所之前。那世親菩薩在《唯識三十頌》中將觸心所寫在前面的原因是什麼呢？是翻譯的原因嗎？不是，因為根據崇智法師的研究，不論是真諦譯師的《轉識論》，還是韓鏡清居士的譯本，抑或霍韜晦居士的譯本，乃至呂澄居士的譯本，甚乎梵本的《唯識三十頌》，均是觸心所在作意心所之前。以玄奘大師的嚴謹譯風，相信所譯不會有誤。

有人說世親菩薩將觸心所置於作意心所之前，是因為他早期受到一切有部的薰陶甚深，因此一些認知並未全然鬆動，這種說法是頗可置信的。也

有人說應該是頌文字數排列上的需要，所以先列觸心所，這個立論則相對較弱，因為玄奘大師所譯的《唯識三十頌》頌文雖然是「處了常與觸，作意受想思」，但梵本的《唯識三十頌》中，「不可知執受處了」是一句，「常與觸作意受想思相應」是一句，因此觸和作意的文字排列應當不是問題。

其實筆者想提的是，從《唯識三十頌》的釋本《成唯識論》看來，雖然頌文先解釋觸心所再解釋作意心所，但並沒有明說作用的順序孰先孰後啊！倒是對觸和受想思的順序有所闡釋。因此，將觸心所寫在前面並不代表就是觸心所先起作用。世親菩薩的另一鉅作《俱舍論》裡面提到：

此中若法大地所有名大地法，
謂法恆於一切心有。彼法是何，頌曰：受、想、思、觸、
欲、慧、念與作意、勝解、三
摩地，遍於一切心。

從這裡就可以看到，世親菩薩並不一定按心所的作用前後來做排列撰文。窺基大師在《成唯識論述記》中回答何以百法以作意心所為初，而《唯識三十頌》裡以觸心所為先，是這樣說的：

和合三法，攝心心所，令同取境，是觸勝能。警心心所，令皆能起，作意勝力。此約和合，觸乃先明。彼論約警，作意初說。各據一門，不相違也。

各據一門的說法，只怕並未具體回答孰先的問題。

二、法義理解的導因

如同前文所提及的，如果說識未生時，即先有外境的存在來引起警覺而作意生識，那豈不是有違境由識生甚至唯識無境的根本立場嗎？因為這樣的法義理解，因此毋寧相信是透由觸心所的作用，讓根境識三者俱生併起，即使造成作意心所的妾身不明，亦在所不惜。

然而，境由識生，其實具說是指第八識變現出一切境（因緣變之本質境），再由前七識去緣本質境而生起種種了別境（分別變之親所緣緣境）。因此，前文所說的外境，其實還是自己的第八識所變，並不違反境由識生的道理。《瑜伽師地論》就有提到：「境界現前能生作意正起，爾時從彼識乃得生。」這不就是有境有作意才会有識的明證嗎？

另外一個可能是原始經典常提到根境和合則生識，毋須勞駕作意心所，也沒有提到作意心所，如《雜阿含經·三三〇六經》所說：「眼、色緣，生眼識，三事和合觸，觸俱生受、想、思。」因而對作意心所多有保留，沒考慮到這是釋尊的略說，而誤解識的生起純是根和境在物理上的作用，忽視了心因的涉入。

其實，《中阿含經·象跡喻經》說：「若內眼處不壞者，外色便為光明所照，而便有念，眼識得生。」此處的念，即是作意。

三、修行實證的導因

筆者相信因為修行法門上的不同，會導致各人在勝解上的差略。關於這點，因為欠缺相關的文獻，個人無從探研。

心所作用的因緣觀

如果一切均以作意心所為先，當不可意的苦境現前時，我們為什麼不能不作意呢？且讓我們從日常生活的體現來探討：

例一：當我們警戒時，一丁點聲音都會引起我們的注意。

例二：當我們閒散時，不正常的音量或不熟悉的聲音才會引起我們的分別。

例三：當我們熟睡時，可能要很大聲，我們才聽得見。

例四：當我們沉思時，可能要相當大聲，我們才會分神。

例五：當我們入正定時，也就是前五識不動時，恐怕聲音再大也聽不到。

前面三個例子，是我們對外境的「警覺」程度，後面兩個

例子是我們的心識對所緣境「專注」的程度。當我們愈警覺時，愈容易對種種境相產生作意進而明了。當我們於單一境上愈專注時，對於其它塵境則愈不易起作意了別。

上述五個例子也說明了一個重點——眼耳鼻舌身心諸識的作意心所起不起作用，至少有兩個重要的變數，一個是我們當時的心識狀態，一個是境相的顯顯或細微。雖然我們的心識狀態是在相對主導的位置，卻不能漠視塵境的影響力，這也是塵境成為諸識生起的增上緣的原因。《瑜伽師地論》也提到：

云何能生作意正起。由四因故。一由欲力。二由念力。三由境界力。四由數習力。云何由欲力。謂若於是處心有愛著。心則於彼多作意生。云何由念力。謂若於彼已善取其相已極作想。心則於彼多作意生。云何由境界力。謂若彼境界或極廣大。或極可意正現

在前。心則於彼多作意生。云何由數習力。若於彼境界。已極串習已極諳悉。心即於彼多作意生。

意思是說，一旦有粗顯、廣大、愛著的境相時，是很容易引起我們作意起心的。

例如：當您正在看這篇文章的這個時候，您可曾注意到舌頭的味覺嗎？舌頭和口腔之間的觸覺又是如何？答案應該是沒有，但經過筆者這一提醒，您現在當然注意到了，也就是說您的舌識及身識開始作意了，因此生起味覺的了別和觸覺的了別。雖然，在我還沒提醒之前，我們的味蕾其實一直都和口腔內的味分子有物理上的接觸，我們的舌頭和口腔的腔壁也同樣地一直有物理上的接觸。反之，如果此時您的舌頭剛好長了皰疹，相信您一定是

一邊忍受
舌痛的侵



襲，一邊忍受這篇文章的絮叨，而不用等到他人提醒才生起舌頭上的了別。

也就是說，就凡夫而言，對於外境是不可能完全自主的；作不作意，恐怕是受到心識狀態及境相麤細這兩個變數的影響，因此作意心所會不會生起，與其說是純唯心的，不如說是緣生的，就如唯識家常說的：識是親因緣、根是增上緣、境是所緣緣、自識的前念是等無間緣，四緣俱足，則了別的作用成。也只有這樣，才能契合佛法所說的因緣觀，一切相應相資，心法和色法兩者之間也是一樣，因此印順導師在《佛法概論》一書中提到：

「有人說：『心理作用是由物質結構的生理派生的。』這是抹煞意根，偏重物質。有人說：『心是離根身而存在的，色根為心的產物。』這是忽視色根，偏於心理。佛法的有情論，意根和五色根相依而存。」

慧炬近事

慧炬身心靈整體健康系列講座—— 洪啟嵩老師主講「身心修鍊密碼」

【本刊訊】慧炬機構於四月十九日假龍山寺板橋文化廣場大會堂舉辦的身心靈整體健康系列講座，邀請對禪坐素有研究的洪啟嵩老師主講「身心修鍊密碼——放鬆禪法與妙定功」。在慧炬機構董事蔡明田居士的引言後，洪老師隨即展開精彩生動的演說。

畢生致力禪修推廣教育的洪老師，以豐富的禪坐和教學經驗，從「壓力在哪裡、面對壓力的三種模式、放鬆禪法與妙定功的原理、放鬆口訣、妙定功的實際練習」等五大重點，為在座來賓與大眾解說壓力對身心的影響，以及如何以放鬆禪法紓解現代人普遍存在的壓力。

洪老師從養生的角度說明坐禪、放鬆是減少疾病發生的根本之道，而其個人研創的妙定禪坐，則是將佛陀的妙身相好融入坐禪觀想當中，再運用簡單易學的動作，讓身心能經常處於完全放鬆的狀態。他還以個人的實際經歷現身

說法，表示自己年輕時雖經歷過一場嚴重的車禍，但現今仍能保持良好、充沛的體力，完全是因為放鬆的功效。

洪老師並親自示範放鬆的調身步驟，現場聽眾，不分老少，莫不認真且按部就班地跟著學習，從鎖骨、肩膀的調整，到肘關節、腕關節與手掌、十指乃至肩胛骨、胯骨、腳部和頭部的調整，再配合老師指導的「如在水中、身如楊柳、身如氣球」等觀想，短短十來分鐘，有的學員在肢體、關節的適度伸展和放鬆下開始出汗，也有的學員邊做邊點頭稱是，開始與旁座學員分享心得……。

講座現場座無虛席，為了讓晚到沒有座位的學員也能專心聆聽，工作人員還特別在場外安排轉播並增設臨時座椅，兩個小時的健康講座就在現場內外熱絡的討論氛圍中圓滿畫上句點。五月分至七月分，還有其他三場精采演講，歡迎大眾踴躍參加！（詳情請見慧炬機構網站）

慧炬2008年佛學講座——

羅桑才培堪仁波切主講「四加行」

【本刊訊】慧炬機構邀請現任印度甘丹寺蔣哲札倉（北學院）堪布暨美國加州洛杉磯觀世音藏傳佛教中心住持羅桑才培堪仁波切蒞臨講授「四加行」，分別於四月二十五日晚間七時半至九時半，以及二十六日、二十七日上午十時至十二時，假慧炬印光祖師紀念堂講授。

講座開始前，慧炬佛學會副理事長黃瑞柔居士代表大眾致歡迎詞和請法，隨後由堪仁波切進行授課。堪仁波切首先說明四加行的意義和殊勝之處。「加行」有前行、作準備之意，「四加行」為出自甘丹大手印中的前行法，共分：皈依發心儀軌、兜率天上師瑜伽法、佛說三十五佛禮懺法、供曼達法四個部分。

堪仁波切開示，不管是修行顯教或是密教，在皈依之後，必須還能夠在心的相續中生起菩提心，因為菩提心是大乘佛法的根本命脈，能夠生起菩提心的人才是真正的

佛弟子。而四加行不但是生起菩提心、空正見及進入金剛乘法門的前行，也是淨除罪障速疾，積集福智資糧的殊勝方便法。

講座全程由堪仁波切先帶領大眾稱念四加行的各段偈頌，並逐一講解、開示，再請遠在加拿大的丹增龍智喇嘛透過電腦連線做中文口譯。課程的最後一天，大眾隨師恭誦三十五佛聖號時，喇嘛還特地詳細解說每一尊佛佛號的殊勝功德和意義，讓學員們聽得法喜充滿。

課程告一段落，由黃瑞柔居士代表大眾感恩堪仁波切的開示，並誠摯祈請堪仁波切珍重法體，期待明年再度來台宣流法音，堪仁波切也謙虛地雙手合十，以中文祝福大家「吉祥如意」。之後，學員們依序敬獻哈達以為供養，祇見堪仁波切慈悲地分送每一位學員他親手編製加持的金剛結，頓時現場充滿了感動和歡喜的氛圍，此次講座就在大眾虔誠的供養和歡喜讚歎中圓滿結束。

活動訊息

第七屆印順導師思想之理論與實踐學術會議

主辦：玄奘大學宗教學系、弘誓文教基金會

時間：5月31日至6月1日

地點：新竹市玄奘路48號

玄奘大學圖書資訊大樓慈雲廳

報名：請至www.hongshi.org.tw網站下載報名表，填妥後傳回

電話：(03)5302255轉6025 (03)4987325

傳真：(03)4986123

信箱：hong.shi@msa.hinet.net

靈鷲山三乘佛學院招生

對象：初修部生一班(20人)，修學二年
資格：18歲以上(含)，35歲以下(含)，大專畢、高中(職)畢業或同等學歷，男眾須役畢

報名：即日起至7月10日止，採通信報名(郵戳為憑)，請來函索取資料或上網下載簡章http://www.mwr.org.tw/buddhism_college/recruit.htm

考試：7月20日(7月18~19日為學院生活體驗日，考生必須參加)

筆試／1.佛法概論 2.國文

口試／請先閱讀靈鷲山出版之《靈鷲山外山》

地點／靈鷲山三乘佛學院(台北縣貢寮鄉福連村香蘭街7-1號)

電話：(02)24991100轉3518、3519

香光尼眾佛學院預修生暨行者學園招生

一、預修生學制：預修年限為一學年

課程：1.解門——探尋佛陀的智慧

2.行門——挖掘生命的寶藏

3.弘護門——長養僧格，落實弘法護教的使命

資格：18至45歲高中(職)以上畢業之沙彌尼、比丘尼

二、行者學園學制：修業年限為一學年

課程：出家本願的辨識、出世知見的建立、生活修持的輔導

資格：18至34歲高中(職)以上畢業，欲發心出家之女眾

報名：即日起至8月10日止，簡章備索

考試：7月5日(第一梯次)

8月12日(第二梯次)

地址：嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州49之1號

電話：(05)2540359 傳真：(05)2543213

網址：<http://www.gaya.org.tw/hkbi>

千佛山菩提寺八關齋戒

時間：6月7日至6月8日

地點：台南縣關廟鄉松腳村旺萊路466巷1號

報名：即日起至6月2日止，以電話、傳真、網路或書信報名

電話：(06)5958106 傳真：(06)5958610

網址：www.chiefsun.org.tw

信箱：cfs.bodhi.fawu@gmail.com

徵求助印

慧炬出版社擬將《唯識學十二講》及《中國近代佛門人物誌(三)》兩書重新印刷流通與大眾結緣，期望精彩好書能為您的生活帶來智慧與喜悅！歡迎隨喜助印，共同成就此一難得因緣。



唯識為大乘佛教中觀、唯識、如來藏三大系的其中一系，其乃源自印度彌勒、無著和世親等菩薩的瑜伽行

派，亦為玄奘大師在天竺所學、所承的核心所在。

于凌波居士鑽研唯識多年，相關著作等身，是佛教界極受重視與推崇的唯識專家。本書共分十二講，作者以深入淺出的文字，詳述唯識學的傳承內容和實踐，讓讀者得以輕鬆瞭解原本深晦的唯識法義，悠遊大乘法海。

中國近代佛門人物誌(三)

作者：于凌波



佛教傳入中國以來，高僧輩出，綻放光芒。洎乎清末民初，信眾只知祈福求財，神、佛不分而淪為迷信。當佛教式微之時，不少宿具善根之佛弟子及在家居士，毅然奮起，在極端艱困的環境中披荊斬棘，弘揚佛陀教法，其度人濟世的精神和不朽的事功，誠可歌可泣也。

由醫入佛之于凌波居士，性情中人，深恐諸先賢大德之勳業，隨時光遠去而湮滅無聞，乃遍歷海內外名山寶刹探訪，瞻仰其遺蹟，親近其徒眾，蒐集文獻資料，編纂成《中國近代佛門人物誌》五冊。于居士以感人肺腑的筆調，敘述人物故實的奇峰迭起，以及佛法因緣果報的不可思議。關心佛教過去和未來的讀者諸君，請勿錯過此部值得您珍藏的佛教史詩。

唯識學十二講

作者：于凌波

【詳情請洽】

慧炬出版社

地址 ■ 台北市建國南路一段270巷10號

電話 ■ 02-27075802 · 27026772

書撥帳號 ■ 19182176 戶名 ■ 慧炬出版社



TORCH OF WISDOM MONTHLY

No.527 May 2008

收件人姓名、地址若有異動請洽：(02)27026772 · 27075802

退件請寄：慧炬雜誌社 10656台北市建國南路一段270巷10號

郵政書撥：0003484-5 慧炬雜誌社

Web: www.towisdom.org.tw E-mail: tow.wisdom@msa.hinet.net

行政院新聞局出版事業登記證 · 局版台誌字第1121號

中華郵政北台字第6372號執照登記為雜誌交寄

封底內頁為數位合成



