

本刊宗旨
發揚大乘佛法真義
應導現代人心正思



海潮音

長春

HAI CH'AO YIN BIMONTHLY

第一〇五卷
第二期

山間築屋愛流泉
清泉日生活
在釣竿竿與
自然未結約
人間何處不
桃源 釋長老
元



封面、封底：廣元老和尚 山間築屋愛流泉／淇園春雨

Front Cover & Back Cover: Building Cottage in Mountains and Loving the Flowing Spring / Spring Rain in Chi Garden Most Ven. Guang Yuan

ISSN 1015-274-1



9 771015 274007

06



新北市佛教會第十五屆 理事長、理監事就職典禮暨新春團拜剪影

Office-taking Ceremony of the President and Board Members
of the 15th New Taipei City Buddhist Association and New Year Mass Greetings

各界嘉賓祝賀如乘法師蟬連理事長。(右起：明光長老、圓明法師、宏安法師、如乘法師、見引法師、印慧法師、悟文法師)
Distinguished guests congratulating Ven. Ru Chen's re-elected presidency. (From right: Most Ven. Ming Kuang, Ven. Yuan Ming, Ven. Hong An, Ven. Ru Chen, Ven. Jian Yin, Ven. Yin Hui, Ven. Wu Wen.)



各界嘉賓蒞會祝賀。Distinguished guests from different places.



了中老和尚圓寂兩周年紀念法會剪影

Dharma Function on the 2nd Anniversary of the Passing Away of Master Liao Chung

世界佛教僧伽會會長慧雄長老主持上供法會。
Most Ven. Hui Xion, President of the World Buddhist Sangha Council, presiding over the offering ceremony.



慧雄長老(右6)於舍利殿與大眾合影。
Most Ven. Hui Xion (6th from right) and others in Śarīra Hall.



董事長如乘法師介紹善導寺歷代祖師。
Ven. Ru Chen, board chairperson of Shan Dao Temple, introducing lineage patriarches.



信眾緬懷了中老和尚。
Devotees in memory of Most Ven. Liao Chung.



法師們感念師恩。
Sangha in deep memory.



緇素追思了中老和尚。Monastics and householders in memory of Most Ven. Liao Chung.



法子代表拈香。Dharma disciples offering incense.



南傳法師代表追思前會長。
Theravada sangha in memory of the late president of WBSC.



法師次第拈香。
Sangha offering incense in succession.

台中太平佛恩寺傳授三壇大戒會剪影

Triple Platform Ordination at Fo En Temple at Taiping, Taichung

三師七證與引禮法師合影。Preceptors.



戒子如法受戒。Preceptees.



義工發心護持戒場。Volunteers.



十師齋。Offering meals to the ten Preceptors.



尼部三師七證與引贊法師合影。Bhikshuni preceptors.



二壇正授。Second platform ordination.



戒場同步翻譯英文。Simultaneous English translation.



戒壇。Ordination mandala.



佛陀的故事 (二)

The Story of ŚĀKYAMUNI BUDDHA (2)
繪圖 / 智諦 文字 / 傅榮 英文 / Aggie Wu、C. H. Chen 顧問 / 鄭振煌

少年悉達多

悉達多熱愛運動，體魄非常強健。十二歲時，淨飯王特別聘請武術專家來教導他學習騎馬、射箭、拳擊、舞劍及各種兵器。很快的，他就樣樣精通。

在每一次的運動競技大會中，他總是表現優異，技冠群雄，成為迦毘羅衛國最英勇的武士。全國人民都認為這位文武雙全的悉達多太子，將來一定會成為最傑出的好國王。

The Young Siddhārtha

Siddhārtha loved sports very much, so he was very strong. When he was 12, King Suddhodana hired martial art experts to teach him skills including horse riding, archery, boxing, sword dance and various weapons. Soon he could master everything.

He always won championship in every sport game, and became the bravest warrior of Kapilavastu. All nation believed that Prince Siddhārtha who was good at pen and sword would become the most outstanding king in future.



美麗的耶輸陀羅妃

雖然住在豪華的王宮裡，慈悲心腸的悉達多感受到當時印度社會中，因為階級不平等，造成很多貧窮的人生生活非常困苦。這個問題讓他很苦惱。

眼看著太子越來越不快樂，淨飯王建造三時宮殿，讓他依照不同季節，住在最舒服的地方。但仍然無法消除太子心裡的憂愁。

淨飯王想到，如果太子有位美麗的妻子，也許能讓他轉憂為喜。剛好鄰國的善覺國王很賞識悉達多，就把自己最疼愛的女兒耶輸陀羅公主嫁給他做妻子。那年，悉達多十七歲。過了一段幸福的時光後，生下了王孫羅睺羅。

The Beautiful Princess Yaśodharā

Although living in luxurious palace, the kind-hearted Prince Siddhārtha felt that the caste system made many poor people live in pauper. This problem afflicted him very much.

Seeing that Prince Siddhārtha became more and more unhappy, King Suddhodana built palaces of three seasons to let him to stay in the most comfortable place according to the season. However, it did not help alleviate the prince's sadness.

King Suddhodana thought that if the prince could marry a beautiful wife, he might become happy. Meanwhile, King Suprabuddha of the neighboring nation appreciated Prince Siddhārtha very much, and thus, married his loving daughter, Princess Yaśodharā, to the prince. That year, Prince Siddhārtha was 17.

After a period of happy time, their son Rāhula was born.



太子的煩惱

悉達多關心人民的生活，常常到民間探訪。看到眾生的弱肉強食和生、老、病、死各種苦，心裡非常難過。而這些大自然的法則，沒有人可以改變，他感到相當煩惱。

悉達多懇求父王允許他離家修道，父王不肯答應。淨飯王很擔心阿私陀仙人的預言成真，所以費盡苦心，安排宮女表演歌舞、演奏美妙的音樂，陪太子玩樂。但還是無法改變悉達多想解救世間苦難的心。

The Prince's Vexation

Caring about people's life, Prince Siddhārtha often left palace to visit people. He was very sad to see the fact of the weak falling victim to the strong, and the various sufferings caused by birth, old age, illness, and death. Nobody can change this law of nature. He felt rather depressed.

He pleaded his father for letting him to leave home for practicing religion in vain. King Suddhodana was worried about hermit Asita's prophecy would come true. He tried to stop the prince by all means such as arranging beautiful ladies to perform fancy dance, play sweet music, and play with the prince. Nevertheless, nothing could change Prince Siddhārtha's determination to end the sufferings of the world.



太子立志出家

淨飯王恐怕悉達多離家出走，派了五百士兵看守，又預備七日之內立悉達多太子為國王。但悉達多出家學道的心意已決，在一個夜晚，帶了僕人車匿，騎上白馬捷陟，悄悄出城。

臨行前，他來到寢宮看了看睡夢中的妻子耶輸陀羅和幼小的兒子羅睺羅，跟他們道別，默默祝福家人平安健康。

悉達多離開王宮時發願：「若不成道，永遠不回來。」那年他十九歲。

The Prince's Determination to Leave Home to Practice Religion

King Suddhodana worried that Prince Siddhārtha would leave home to practice religion. Therefore, he assigned five hundred soldiers to guard the prince, and intended to pass down kingship to the prince in seven days. Nevertheless, Prince Siddhārtha already made ineffable determination. One night, he, accompanied by his attendant Chandaka, rode on white horse Kañṭhaka to leave the city secretly.

Before leaving, he came to the bedroom to have a look at his sleeping wife Yaśodharā and little son Rāhula, silently wishing his family peaceful and healthy.

Prince Siddhārtha vowed before he left the palace: "I will never come back unless I attain enlightenment."
He was 19 that year.



車醫與健陟

出了城門，他們一路來到苦行林，看到很多修道人。

悉達多在苦行林外面下馬，脫下身上華麗的衣裳，贈送給僕人作紀念，又摘下頭頂上的寶冠，請僕人帶回去呈送給父王。

要離開時，悉達多請僕人轉告父王說：「我沒有忘記父王的養育之恩。我是為了追求真理，為了救度眾生的根本煩惱而出家。請父王不要為我的別離而傷心。」

隨即拔出寶劍，把頭髮割下來，然後披上袈裟，獨自走入苦行林深處。

Chandaka and Kañṭaka

After leaving the city gate, they came to Topavana where many ascetics gathered.

Prince Siddhārtha dismounted the horse outside the forest, took off fancy clothes and handed to the attendant as souvenir. Then he took off his crown and requested the attendant to present it to his king father.

Before leaving, Prince Siddhārtha asked the attendant to pass a message to his king father: "I never forget Your Majesty's love and care for bringing me up. I choose to become a hermit just for pursuing truth and solving living beings' root vexation. Please don't feel sad for my leaving."

He pulled out the sword and cut off his hair. Then, he wore the kaśāya and walked into the deep forest alone.

佛傳故事

「三道寶階降下」浮雕

李冠畿



巴弗大塔上的「三道寶階降下」浮雕。

(圖版採自《世界美術全集 東洋篇13 インド(1)》, 小學館, 圖版30。)

西元前2世紀末至西元前1世紀初的印度巴弗大塔（The Stupa of Bharhut）有不少佛傳故事圖像。這裡舉出佛陀為母說法的故事圖像。

本幅圖像作近正方形構圖，從觀者的角度看，由左至右可分成三個部分構成。左側有一棵聖樹和帶傘蓋的寶座，中間則是最顯眼的部分，有三道由上而下的階梯，畫面右側是面對三道階梯禮拜的群眾。

《增壹阿含經》〈聽法品〉中講述釋尊離開人間前往天界，在三十三天之中為其母親摩耶夫人與諸天眾說法，但人間卻開始陷入一片慌張，最惶恐不安的是波斯匿王、優填王兩位國王。優填王的臣子們為了替國王解決思念佛陀的痛苦，便想出叫巧匠以牛頭栴檀製作如來像的辦法，而波斯匿王似乎互別苗頭地也用黃金造如來像，這可說是佛經中造佛像的代表故事。至於為何中間會有三道寶階？這是帝釋天分別用金、銀與水晶精雕細琢，方便釋尊從中間的黃金寶階返回人間用的。

這幅佛傳畫面充滿各種迎接釋尊的人群，然而，怎麼在畫面中遍尋不到佛陀的形影呢？實際上巴弗大塔的製作年代，佛教信眾並不流行製作佛像，反而會以傘蓋、寶座、聖樹或者佛足印的圖騰來表示釋尊。仔細觀察，原來在中央寶階的最頂上一階，有一個小佛足印，在最底下的一階，也出現一個小佛足印！這樣就不只象徵釋尊現身，而且還有佛陀剛從天界下降，以及最後踏進人間的時間前後順序了！巴弗大塔的浮雕人物形象樸拙敦厚，在有限的畫面中，飽含故事敘述的巧思，令人玩味不已。

海印三昧

18 論學佛者須止惡行善

太虛大師

20 佛法安定人心

大醒法師

22 諸法皆空

了中和尚

潮不迨限

24 大悲咒：佛門課誦版之漢梵對音與翻譯

釋心傳整理與翻譯

30 「凝視法」用以加強禪修專注力

釋心傳

35 《佛說大安般守意經》講錄（八）

釋悟觀

38 法的DNA（四）

鄭振煌

音出和非

04 佛陀的故事（二）

繪圖／智諦 文字／傳榮

14 佛傳故事：「三道寶階降下」浮雕

李冠畿

41 星雲大師的書法

釋廣元

43 法光如學禪師之思想探源（二）

釋禪慧

48 臺灣本土近代佛教的歷史變革透視：

日本殖民下的佛教歷史社會基礎（十三）

江燦騰

53 老照片·說故事：師徒三代篇（下）廣元老和尚口述／陳昭伶整理

56 高樹戒幢 續佛慧命

陳昭伶

——佛恩寺師徒示現有願必成

61 新書推薦：《金庸墨蹟》

編輯部

善導太虛

65 教訊

新聞組

70 教界服務

編輯部

71 讀者回響

法淨法師、周復平、陳麗華

72 捐款鳴謝

財務組

海潮音 雙月刊

中華民國九年創刊

創辦人 太虛大師

發行人 如乘法師

社長 大慧法師

主編 陳昭伶

發行所 海潮音雜誌社

社址 10049 台北市中正區

忠孝東路一段廿三號

善導寺

電話 (02) 2341-5758 分機 221

傳真 (02) 2395-1606

電子信箱 hcybin@gmail.com

郵政劃撥 〇〇〇九八二〇三

戶名 海潮音雜誌社

行政院新聞局出版事業登記證局版台誌字第〇五〇八號
臺灣郵政台北誌字第〇七六三號執照登記為雜誌交寄

HAI CH'AO YIN Bi-monthly

Issue 2 of volume 105 / April 2024

Objectives:

To promote the true meaning of Mahāyāna Buddha dharma.

To guide modern human minds to right thought.

Contents

Stillness and Insight Like Great Ocean

- 18 Buddhists Should End Evils and Practice Goodness *Master Tai Hsu*
20 Buddhism to Pacify People's Mind *Master Da Xion*
22 All Phenomena Are Emptiness *Master Liao Chung*

Flood and Ebb Tides Moving within Range

- 24 Mahākāraṇikacitta-dhāraṇī of Daily Chanting Version:
The Chinese-Sanskrit Parallel Text and Translation *Ven. Xin Chuang*
30 "Gazing": Method to Strengthen Concentration in Meditation *Ven. Xin Chuang*
35 Discourse on The Sūtra of Mahā-ānāpāna-smṛti (8) *Ven. Wu Guang*
38 DNA of Dharma (4) *Cheng Chen-huang*

Sound Issuing Harmony and Elegance

- 04 The Story of SAKYAMUNI BUDDHA (2)
..... *Drawings by Zhi Di, Description by Chuan Rong*
14 Story of Buddha's Life: Relief on "Descending from Three-way Stairs" *Li Guan-gi*
41 Master Hsing Yun's Calligraphy *Ven. Guan Yuan*
43 The Origin of Ch'an Master Ven. Ru Hsueh (2) *Ven. Ch'an Hui*
48 The Social Bases of the History of Taiwan Buddhism
Under Japanese Colonial Rule (13) *Jiang Can-teng*
53 Old Photos and Telling the Story: Three Generations of Teacher and Disciple (2)
..... *Dictation by Most Ven. Guan Yuan, Transcription by Chen Zhao-ling*
56 Holding Ordination to Continue Buddha Wisdom *Chen Zhao-ling*
61 New Release: Zin-yon's Calligraphy *Editorial Dept.*

Wondrous Guidance to Nature of Emptiness

- 65 Buddhist News *News Depart.*
70 Buddhist Community Services *Editorial Dept.*
71 Echo from the Reader *Reader*
72 Donation *Financial Dept.*

HAI CH'AO YIN BIMONTHLY

Founded in 2020

Founder: Master Tai Xu

Publisher: Ven. Ru Chen

President: Ven. Da Hui

Editor-in-chief: Chen Chao-ling

Published by HAI CH'AO YIN Magazine

Address: Shandao Temple

No. 23, Zhong-Xiao E. Road Sec. 1, Taipei 10049, TAIWAN, R.O.C.

Tel: (886-2)2341-5758 Ext: 221

Fax: (886-2)2395-1606

E-mail: hcybim@gmail.com

論學佛者須止惡行善

太虛大師

佛法！佛法！多少人假汝之名以行其罪惡，汝其奈之何哉！汝其奈之何哉！世人以貪、瞋、癡、慢等為生命，正其貪、瞋、癡、慢則流入枯寂，百事不能為；纔有願意宏法之事，而貪、瞋、癡、慢毒又完全緣附縱發；能不墮此二邊而精進於大乘中道之行者，蓋寥寥也。

所冀今而後在家學佛之士，能深察乎此以自警惕，尊重《優婆塞戒經》及玄奘法師譯《菩薩戒本》所示戒行，作三業之軌範，遵循不犯，使世人皎皎然共見凡學佛法之人，在官即能為良官，在商即能為良商，在士即能為良士，在工即能為良工，在農即能為良農，以示學佛法者，真能從道德根本之人心上改過遷善，除世間一般人之譏嫌，起世間一般人之信仰，則真荷擔佛法，利濟世人之如來真子矣！有智之士，伏乞矜納愚言！（本刊四卷五期）

Buddhists Should End Evils and Practice Goodness

By Master Tai Xu

Buddha dharma! Buddha dharma! How many people do evil in your name. How can you handle it! How can you handle it! Worldly people take greed, hatred, delusion, arrogance, and so on as their life. When they are entrapped in greed, hatred, delusion, and arrogance, they are withering away, and cannot succeed in anything. They just generate the will to propagate Buddha dharma, immediately they are caught by and arise the poisons of greed, hatred, delusion, and arrogance. Only few can be freed from falling into dualistic extremes, and be diligent in the practice of Mahāyānic Middle Path.

I sincerely hope that henceforth, the householder Buddhists can deeply understand this point, and take it to warn yourself. You should respect the precepts exemplified by *Upāsaka-śīla Sūtra*, and *Bodhisattva-śīla Sūtra* translated by Master Xuanzang, take them as the guideline of your bodily, verbal, and mental actions, and follow them without any offense so that the ordinary people can see clearly that all Buddhists can be good officials when they are officials, good merchants when they are merchants, good scholars when they are scholars, good technicians when they are technicians, and good farmers when they are farmers. This can show that the Buddhists can truly correct evils, and move to goodness from the mind based on the moral foundation. This can also destroy ordinary people's contempt and slander, and generate their faith. Then, you can be called the true followers of Tathāgata who can truly shoulder the Buddha dharma and benefit the world people. All intelligent people, please accept my humble advice! (Excerpt from issue 5 of volume 4)

佛法安定人心

大醒法師

如今號稱為「社會賢達」者，多半是在社會上善於活動的份子，又如今日被人人稱做「萬惡的社會」之社會，曾有幾位社會賢達設法想把社會的萬惡改造萬善的計劃？

道德淪亡，人心不古，世風漸趨日下，社會風氣萎靡，這是我國一班有心人為當前人心與社會感嘆的論調，這並非無病呻吟，我國社會風氣的萎靡以及道德的墮落，問題實在相當嚴重！查佛教傳至我國將歷一千八百年，在歷史上於學術思想文化生活各方面均有極寶貴不可思議的貢獻！孫逸仙先生認為「佛教可補法律之不足」，對佛教有相當瞭解，梁任公曾著有《論佛教與群治之關係》，所論尤覺鞭辟入裡。

佛法中講的五戒、十善、六度、四攝、七覺支、八正道等等方法，無有一法不是安定人心的單方，無有一法不是改善社會風氣的良藥！但是這個改善社會風氣的責任，今後是在我們佛教徒的肩上！（本刊廿八卷一期）

Buddha Dharma to Pacifies People's Mind

By Master Da Xion

Today, most of the so-called “social elites” are those who are good at social activities. Also, everybody calls our society as “society of all evils”. How few social elites who once tried to transform all evils into all virtues are there?

“Moral sentiments are declining, people's mind is not so sane as before, and social atmosphere is deteriorating.” This is the mournful argument of some conscientious compatriots on contemporary people's mind and society. This is not the fuss made about an imaginary illness. The corruption of our social atmosphere and the degeneration of morality is really very serious in our country! Buddhism has spread to China for 1,800 years, and has made extremely valuable and unthinkable contributions in the fields of scholastic thought, culture, and people's life. Dr. Sun Yat-sen understood Buddhism very much, and proclaimed that “Buddhism can make up the deficiency of law.” Liang Qi-chao wrote a book entitled “*The relationship between Buddhism and public administration*”. His arguments are especially insightful.

The five precepts, ten virtues, six perfections, four all-embracing methods, seven factors of awakening, eightfold noble paths, etc. are all the prescriptions to stabilize people's mind, and the medicine to improve social atmosphere! However, this responsibility to improve social atmosphere is on the shoulders of we Buddhists! (Excerpt from issue 1 of volume 28.)

諸法皆空

了中和尚

為什麼諸法的本性是空的，這要從三方面來說明：

一、諸法無永恒性：世間一切不論是人生或宇宙，都是不斷的在變化中，因為變化，所以它是無常的。凡是存在的都在無常的法則下生滅變異。

二、諸法無獨立性：世間的一切，都是由多種條件（因緣）的和合而存在的，條件如果分散不能獨自存在。沒有一法能獨立而生起，都是因緣聚合的假有。

三、諸法無真實性：凡是永恒不變的，獨存自主的，才有真實性。諸法既然是無常的，無我的，就沒有真實可得，一切都是現象的假有。

學佛的目的，是要解脫痛苦，自在無礙，怎樣才能解脫痛苦而自在無礙呢？那就要有甚深的智慧（般若），去體悟諸法皆空之理，《心經》說：「照見五蘊皆空，度一切苦厄」。能度一切苦厄，就能解脫自在了。（本刊八十卷一期）

All Phenomena Are Emptiness

By Master Liao Chung

Why the nature of all phenomena is empty? This can be explained from three aspects:

1. All phenomena have no nature of permanence: All phenomena of the world, no matter whether it is human life or the universe, are changing incessantly. Because of ever-changing, it is impermanent. All existences are born and disappeared under the principle of impermanence.

2. All phenomena have no nature of independence: All phenomena of the world exist due to the combination of various conditions. If the conditions separate, nothing can exist independently. Not a single phenomenon can arise by itself. All are unreal existences of the aggregation of conditions.

3. All phenomena have no nature of reality: Only what is permanent, doesn't change, exists independently, and governs by itself has the nature of reality. All phenomena are impermanent and egoless, therefore they don't have nature of reality. All are unreal existences of phenomena.

The purpose of learning Buddha dharma is to be liberated from sufferings, and to live freely and uninterruptedly. How can we achieve this goal? We need profound wisdom (prajñā) to realize that all phenomena are empty in nature. *The Prajñāpāramitā-hṛdaya-sūtra* says, "When one observe the five aggregates are empty in nature, one can transcend all sufferings." When one can transcend all sufferings, one can be liberated and freely. (Excerpt from issue I of volume 80.)

大悲咒： 佛門課誦版之漢梵對音與翻譯

Naila-kaṇṭhīya-dhāraṇī; Nīla-kaṇṭha-dhāraṇī;

Mahā-kāruṇika-(citta-)dhāraṇī

上悟下禪長老指導，關西·潮音禪寺
釋心傳 整理與翻譯

[課誦本]〈千手千眼無礙 大悲心陀羅尼〉	漢梵對音	白話翻譯
南無 喝囉怛那 - 哆囉夜 耶 ·	namo ratna-trayāya	敬禮 [歸命] 三寶。
南無 阿唎耶 - 婆盧羯 帝 - 爍鉢囉耶 ·	nama āryĀvalokitêsvarāya ¹	敬禮 [歸命] 聖·觀自在
菩提 - 薩埵婆耶 ·	bodhi-sattvāya	菩薩 ·
摩訶 - 薩埵婆耶 ·	mahā-sattvāya	摩訶薩 ·
摩訶 - 迦盧尼迦耶 ·	mahā-kāruṇikāya	大悲尊。
唵	oṃ	oṃ
薩皤囉 - 罰曳數 ·	sarva-bhayeṣu	在所有怖畏當中，
怛那 怛寫 ·	trāṇa, tasya ²	對著 ~ 執行救度使命的這一 尊，
南無悉 - 吉慄埵 ·	namas-kṛtvā,	已經敬禮 [歸命] 之後，
伊蒙 阿唎耶 - 婆盧吉 帝 · 室佛囉楞 馱婆 ·	imam āryĀvalokitêsvaram dhāva. ³	快速奔向這一尊 聖·觀自在 。
南無 那囉 - 謹墀 ·	namo Naila- kaṇṭhīyāya ⁴	敬禮 [歸命] 青頸 。
醯利 摩訶 - 皤哆沙咩 ·	hrīḥ mahā- vartayiṣyāmi ⁵	hrīḥ ! 我 [觀自在菩薩摩訶薩] 將廣 大地開演
薩婆 - 阿他豆 輸朋 ·	sarvārthataḥ śubham	切合於一切的目標 [意義]，是 清淨的，

[課誦本]〈千手千眼無礙大悲心陀羅尼〉	漢梵對音	白話翻譯
阿逝孕 薩婆 - 薩哆那摩婆	a-jeyaṃ sarva-sattvānāṃ vā	或是不被任何眾生給打敗的，
薩多那摩 婆伽摩 - 罰特豆 ·	sattvānāṃ vā kāmā-vītataṃ ⁶	或是對於涉及的眾生皆脫離欲望的。
怛姪他 ·	tad-yathā	即說咒曰：
唵 阿婆 - 盧醯 ·	oṃ apa-lokin.	oṃ 光明照耀 (尊) ！
盧迦帝 - 迦羅帝 ·	lokāti-krāntin.	世間超越 (尊) ！
夷醯唎 ·	ehi hṛīḥ	請你來，hṛīḥ ！
摩訶 - 菩提薩埵 ·	mahā-bodhi-sattva.	大菩薩！
薩婆 薩婆 ·	sarpa-sarpa ⁷	請你降臨，請你降臨。
摩囉 摩囉 ·	smara-smara ⁸	請你記得，請你記得
摩醯摩 醯唎馱孕 ·	mahyaṃ hṛdayaṃ	顧及我的 [觀自在菩薩摩訶薩的] 心要 [心髓]。
俱盧 俱盧 · 羯蒙 ·	kuru-kuru karma	請你執行，請你執行事業。
度盧 度盧 · 罰闍耶帝 ·	dhuru-dhuru vi-jayate, ⁹	請你保持，請你保持。勝利者！
摩訶 - 罰闍耶帝 ·	mahā-vi-jayate	偉大的勝利者！
陀囉 陀囉 ·	dhara-dhara	請你護持，請你護持。
地唎尼 - 室佛囉耶 ·	<u>dhṛnīśvarāya</u>	向著 自在於 護持任務的你 [青頸]，
遮囉 遮囉 ·	cala-cala	請你行動，請你行動。
麼麼 · 罰摩囉 - 穆帝隸 ·	mama vimāla-mūrtte re	我的 [觀自在菩薩摩訶薩的] 離垢的形像！ re.
伊醯 伊醯 ·	ehy-ehi ¹⁰	請你來，請你來。
室那 室那 ·	kṛṣṇa-kṛṣṇa	在肩膀披掛著黑蛇的這一尊！ 在肩膀披掛著黑蛇的這一尊！
阿囉嗔 · 佛囉舍利 ·	ārṣaṃ-pra-ṇāśale ¹¹	以達成殊勝安穩為目標而具備銷毀 (毒害) 之能力者！
罰娑 罰嗔 · 佛囉舍耶 ·	viṣa-viṣaṃ pra-ṇāśaya ¹²	請你銷毀每一個毒素。
呼嚧 呼嚧 摩囉 ·	hulu-hulu Malla	呼叫，呼叫。勇士！
呼嚧 呼嚧 醯利 ·	hulu-hulu Hare	呼叫，呼叫。榮耀 (尊) ！

[課誦本]〈千手千眼無礙大悲心陀羅尼〉	漢梵對音	白話翻譯
娑囉 娑囉 ·	sara-sara	請你光臨，請你光臨。
悉唎 悉唎 ·	siri-siri	請你來臨，請你來臨。
蘇嚧 蘇嚧 ·	suru-suru	請你降臨，請你降臨。
菩提夜 菩提夜 ·	bodhiya-bodhiya	具備覺悟者，具備覺悟者！
菩馱夜 菩馱夜 ·	bodhaya-bodhaya	請你助成覺悟，請你助成覺悟。
彌帝利夜 ·	maitriya	友善者 [具備慈心者] ！
那囉 - 謹墀 ·	<u>Naila-kanthīya </u>	青頸！
地利瑟尼那 ·	darśanena ¹³	請你藉由現身，
婆夜 - 摩那 ·	bhaya-māna ¹⁴	令驕慢者怖畏！
娑婆訶 ·	svāhā	謹願吉祥。
悉陀夜 ·	siddhāya	朝向成就。
娑婆訶 ·	svāhā	謹願吉祥。
摩訶 - 悉陀夜 ·	mahā-siddhāya	朝向偉大的成就。
娑婆訶 ·	svāhā	謹願吉祥。
悉陀 - 喻藝 - 室幡囉耶 ·	siddha-yogēśvarāya ¹⁵	朝向 自在於 相應成就。
娑婆訶 ·	svāhā	謹願吉祥。
那囉 - 謹墀 ·	<u>Naila-kanthiyāya</u>	朝向 青頸 。
娑婆訶 ·	svāhā	謹願吉祥。
摩囉 - 那囉 ·	malla-narāya ¹⁶	朝向健壯勇士的這一面。
娑婆訶 ·	svāhā	謹願吉祥。
悉囉 - 僧阿 - 穆佉耶 ·	śira-siṃha-mukhāya ¹⁷	朝向在頭部現出獅子臉的這一面。
娑婆訶 ·	svāhā	謹願吉祥。
娑婆 - 摩訶 · 阿悉陀夜 ·	sarva-mahā-hastāya ¹⁸	朝向示現所有廣大手掌的這一面。
娑婆訶 ·	svāhā	謹願吉祥。
者吉囉 · 阿悉陀夜 ·	cakra-hastāya	朝向手拿(法)輪的這一面。
娑婆訶 ·	svāhā	謹願吉祥。
波陀摩 · 羯悉陀夜 ·	padma-hastāya	朝向手拿蓮花的這一面。

[課誦本]〈千手千眼無礙大悲心陀羅尼〉	漢梵對音	白話翻譯
娑婆訶·	svāhā	謹願吉祥。
那囉-謹囉 ·幡佉囉耶·	Naila-kanthiya-vyāghrāya	朝向身披虎皮之 青頸 [青頸勇猛者]。
娑婆訶·	svāhā	謹願吉祥。
摩婆利·勝羯囉夜·	Mahā-bali-Śaṅkarāya ¹⁹	朝向具備巨大力量之平靜造就者。
娑婆訶·	svāhā	謹願吉祥。
南無 喝囉怛那·哆囉夜耶·	namo ratna-trayāya	敬禮[歸命]三寶。
南無 阿唎耶-婆嚩吉帝·爍皞囉耶 ·	nama āryĀvalokitêśvarāya	敬禮[歸命] 聖·觀自在 。
娑婆訶·	svāhā	謹願吉祥。
唵 悉殿都·漫多囉-跋陀耶·	om sidhayantu mantra-padāya ²⁰	om 祈請助成目標，朝向咒句。
娑婆訶·	svāhā	謹願吉祥。

〔書目〕

- * 唐·不空 (Amogha-vajra) 譯，《金剛頂瑜伽千手千眼觀自在菩薩修行儀軌經》，T. 1056, vol. 20, pp. 72a-83a. 共40句。(https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T1056)
- * 唐·伽梵達摩 (Bhagavad-dharma) 譯，《千手千眼觀世音菩薩廣大圓滿無礙大悲心陀羅尼經》，T. 1060, vol. 20, pp. 106a-111c. 共84句。(https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T1060)
- * 唐·金剛智 (Vajra-bodhi) 譯，《千手千眼觀自在菩薩廣大圓滿無礙大悲心陀羅尼呪本》，T. 1061, vol. 20, pp. 112a-113c. 共113句。(https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T1061)
- * 《青頸觀自在菩薩心陀羅尼經》，T. 1111, vol. 20, pp. 489a-490b. (https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T1111)
- * 唐·金剛智 (Vajra-bodhi) 譯，《金剛頂瑜伽青頸大悲王觀自在念誦儀軌》，T. 1112, vol. 20, pp. 490b-497c. 共143句。(https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T1112)
- * 《觀自在菩薩廣大圓滿無礙大悲心大陀羅尼》，T. 1113A, vol. 20, pp. 497c-498c. (https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T1113A)
- * 唐·不空 (Amogha-vajra) 譯，《大慈大悲救苦觀世音自在王菩薩廣大圓滿無礙自在青頸大悲心陀羅尼》，T. 1113B, vol. 20, pp. 498c-501a. (https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T1113B)
- * TAA: Lokesh Chandra, *The Thousand-armed Avalokiteśvara*, New Delhi: Abhinav, 1988. (https://archive.org/details/170338465-the-thousand-armed-avalokitesvara)
- * 《青頸觀自在菩薩心陀羅尼經》：「次，當說此**青頸觀自在菩薩**畫像法。其像，三面。當前正面，作慈悲憫怡貌。右邊，作師子面。左邊，作豬面。首，戴寶冠。冠中，有化無量壽佛。又，有四臂。右第一臂，執杖；第二臂，執把蓮花；左第一，執輪；左第二，執螺。以虎皮為裙。以黑鹿皮，於左膊角絡。被黑蛇，以為神線。於八葉蓮花上立。瓔珞臂釧、鑲珮光焰，莊嚴其身。其神線，從左膊角絡下。

其青頸印：二手外相叉，左大母指插入掌，右大母指直豎，二中指作蓮花葉形，二無名指直豎，二小指左押大豎相叉。」(<https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T1111>)

- * 《大慈大悲救苦觀世音自在王菩薩廣大圓滿無礙自在青頸大悲心陀羅尼》：「青頸大悲心印：虛心合掌。屈二頭指，各拘二大指第二節（是法螺也），二中指·豎合（是蓮花也），二無名指·豎圓端（是輪也），二小指·直豎合（是杖也）。於一印，具四印，謂法螺、蓮華、輪、杖也。」(<https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T1113B>)

註釋

1. 「南無阿唎耶-婆盧羯帝-燦鉢囉耶」：「南無(nama敬禮、歸命)阿唎耶(āryā 聖、高貴的、可敬的)-婆盧羯帝(va-lokitē 觀)-燦鉢囉耶(śvarāya 自在)」：「敬禮[歸命]聖·觀自在」。[注：連音變化 nama + ārya --> nama ārya 南無阿唎耶] [注：連音變化 ārya + Ava-lokita-īśvarāya --> āryāva-lokitēśvarāya 阿唎耶-婆盧羯帝-燦鉢囉耶] ava-lokita, 字根√lok (lokate (1Ā), 觀看、觀照、照見)的過去被動分詞(ppp.). īśvarāya (m.4.si.): 掌控、駕馭、自在、自在天, √īś (īṣṭe (2Ā), 統治、掌控、支配)。
2. 「薩幡囉-罰曳數·但那 怛寫」：「薩幡囉(sarva-所有的、任何的)-罰曳數(bhayeṣu (n.7.pl.) 怖畏、害怕、恐懼)·但那(trāṇa (n.) 救度、救護、救援) 怛寫(tasya (m.) 這一尊、他)」：「對著在所有怖畏當中執行救度使命的這一尊」。bhayeṣu, 字根√bhī (bhayate) (1Ā), 怖畏、害怕、恐懼, 其名詞為bhaya (n.). trāṇa, 字根√trā (trāti(-te) (2U), trāyate (4Ā), 救度、救護、救援。
3. 「伊蒙阿唎耶-婆盧吉帝·室佛囉楞 馱婆」：「伊蒙(imam (a.m.2.) 這一尊、他)阿唎耶(āryā 聖)-婆盧吉帝(va-lokitē 觀)·室佛囉楞(śvaram (m.2.) 自在) 馱婆(dhāva 快速奔向)」：「快速奔向這一尊聖·觀自在」。dhāva, 字根√dhāv (dhāvati(-te) (1U), 快速奔向、奔跑、奔馳、奔流)的祈使形、第二人稱、單數。
4. 可表示「青(藍)」之梵文字, 包括: nīla; harita. 可表示「頸(喉嚨、咽喉)」之梵文字, 包括: kaṅṭha (m.); gala (m.); galaka (m.); kan-dhara (m.); grīva (m.); grīvā (f.).

有關「那囉-謹墀」此一譯名, 分析如下。首先, nīla-kaṅṭha, 青頸。在梵文, 若要表示「具備青頸者」或「帶有青頸為其特徵者」, 首先, 在第一個音節的母音做複重音(或第二序的重音vrddhi), 因此, nīla 成為nāila。其次, 在最後一個音節的母音去掉, 加上表衍生義的接尾音節(suffix), 因此, kaṅṭha 成為kaṅṭhīya。第三, 由此, nīla-kaṅṭha, 即變成nāila-kaṅṭhīya, 音譯為「那囉-謹墀」, 意思為「具備青頸者」或「帶有青頸為其特徵者」。

由於做為namo (敬禮、歸命)的對象, nāila-kaṅṭhīya, 使用陽性、第四格、單數之nāila-kaṅṭhīyāya。

5. 「醯利摩訶-幡哆沙咩」：「醯利(hṛīḥ)摩訶(mahā-)廣大的、巨大的、偉大的)-幡哆沙咩(vartayīṣyāmi (n.) 我將開演, 字根√vrt (vartati(-te) (1U), 運轉、轉起)的使動形、未來形、第一人稱、單數)」：「hṛīḥ! 我[觀自在菩薩摩訶薩]將廣大地開演」。
6. 「阿逝孕 薩婆-薩哆那摩 婆 薩多那摩 婆 伽摩-罰特豆」：「阿逝孕(a-jeyam 不被打敗的)·薩婆(sarva-所有的)-薩哆那摩(sattvānām 眾生) 婆(vā或) 薩多那摩(sattvānām 眾生) 婆(vā或) 伽摩(kāma-欲望)·罰特豆(vītatam 脫離)」。這是用A vā (或者A子句), B vā (或者B子句)的方式在解讀; 二個連接詞vā (或者)在各自子句的第二個字的位置, 而且將二個子句連接為一個句子。

「阿逝孕(a-jeyam 不被打敗的) 薩婆(sarva-所有的、任何的)-薩哆那摩(sattvānām 眾生) 婆(vā或)」：「或是不被任何眾生給打敗的」。(a-jeyam 不被打敗的←a (表示否定之接頭音節)-√ji (克服、征服、戰勝)的未來被動分詞(ppp.) jeya. +隨韻-m 構成副詞, 或者構成第二格之受詞。)

「薩多那摩(sattvānām 有關眾生的、涉及眾生的) 婆(vā或) 伽摩(kāma-欲望、貪欲)·罰特豆(vītatam 脫離、遠離)」：「或是對於涉及的眾生皆脫離欲望的」。(vītatam 脫離←vi (表示離開、脫離之接頭音節)-√i (行進、去)的過去被動分詞(ppp.) ita. +接尾音節-tam 構成副詞, 或者構成第二格之受詞。)

7. 「薩婆(sarpa 請你降臨)」, 字根√srp (sarpati(-te) (1U), 降臨、滑行、移動)的祈使形、第二人稱、單數。
8. 「摩囉(smara 請你記得)」, 字根√smr (smarati (1P), 記得、回憶、憶念、念)的祈使形、第二人稱、單數。
9. 「度盧 度盧·罰闍耶帝」：「度盧(dhuru 請你保持) 度盧(dhuru 請你保持)·罰闍耶帝(vi-jayate 勝

利者！) *dhuru* 請你保持，字根√*dhṛ* (*dhārayati* (使動形causative) 的祈使形imperative、第二人稱、單數，保持、維持、執持、受持、承擔(cf. <https://sanskrit.inria.fr/cgi-bin/SKT/sktconjug.cgi?q=dh.r;c=1;font=roma>). *vi-jayate* 勝利者，可視為*vi-jayati* (m.) 或 *vi-jayatā* (f.) 的第八格、單數，字根√*ji* (*jayati(-te)* (1U), 勝利、克服、降伏。

這兒的*dhuru-dhuru*，似可理解為密咒會將意思接近或意思一樣的變聲詞或音變詞放在鄰近的位置。例如，〈大悲咒〉的*dhuru-dhuru* (請你保持，請你保持)，*dhara-dhara* (請你護持，請你護持)；以及*sara-sara* (請你光臨，請你光臨)，*siri-siri* (請你來臨，請你來臨)，*suru-suru* (請你降臨，請你降臨)；〈十一面觀音咒〉的*dhara-dhara dhiri-dhiri dhuru-dhuru*；〈不空羂索觀音咒〉的*cara-cara ciri-ciri curu-curu*。參閱：Lokesh Chandra, *The Thousand-armed Avalokiteśvara*, New Delhi: Abhinav, 1988, p. 188 (<https://archive.org/details/170338465-the-thousand-armed-avalokitesvara>). 此外，參閱：《佛說壞相金剛陀羅尼經》(https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/T21n1417_001)；*Vajraavidāraṇānāmādhāraṇī* (<https://read.84000.co/translation/toh949.html>).

10. *ehi + ehi --> ehy-ehi. ehi*請你來：ā-√*i* (去m.) 的祈使形、Ā、第二人稱、單數(ā + i-hi).
11. 「阿囉嚩·佛囉舍利」：「阿囉嚩*ārṣaṃ* (m./n. 2, adv. 安穩、仙尊位、古仙人 ←*rṣi*仙)·佛囉舍利(*pranāśale* (8.si. 具備銷毀(毒害)之能力者)」：「以達成殊勝安穩為目標而具備銷毀(毒害)之能力者」。√*naś* (銷毀、破壞、毀壞、去除) *naśati* (1P, 3rd, si.), *nāśayati* (使動形, 3rd, si.).
12. 「罰娑 罰嚩·佛囉舍耶」：「罰娑(*viṣa-*) 罰嚩(*viṣaṃ* (n. 2, 毒素、毒害)·佛囉舍耶(*pranāśaya* 請你銷毀√*naś* 使動形, 祈使形, 2nd, si.)
13. 地利瑟尼那，接近的梵文轉音為*dṛśanena*，但是較常用的梵文字為*darśanena*，字根√*paś*或√*ṛś* (觀看) 的中性、第三格、單數*darśana* (觀看、出現、顯現)。
14. 解讀一：*bhaya-māna* 「令驕慢者怖畏！」(cf. <https://sanskritdictionary.com/?q=bhayam%C4%81na>)
解讀二：「地利瑟尼那·婆夜-摩那」*darśanenā-bhaya-mana* 「請你藉由現身，無怖畏者！」*abhayamana* (m.): one who is fear free; a fearless one.
15. 「悉陀-喻藝-室幡囉耶」：「悉陀(*siddha* 成就)-喻藝(*yoga* 相應)-室幡囉耶(*īśvarāya* 自在)」：「朝向自在於相應成就」。√*siddh* (成就) 的過去被動分詞(ppp.). *yoga*，字根√*yuj* (相應) 的名詞。*īśvarāya* (m.4.si.): 掌控、駕馭、自在、自在天，√*īś* (*īṣṭe* (2Ā), 統治、掌控、支配)。[注：連音變化 *yoga-īśvarāya --> yogēśvarāya* 喻藝-室幡囉耶]
16. 「摩囉-那囉」：「摩囉(*malla* 健壯)-那囉(*narāya* (m.4.si.) 勇士)」：「朝向健壯之勇士」。√*malla* (m.): 健壯、強健、壯士、力士。*nara* (m.): 人、男人、勇士。
17. 「悉囉-僧阿-穆佉耶」：「悉囉(*śira* 頭部)-僧阿(*siṃha* 獅子)-穆佉耶(*mukhāya* (m.4.si.) 臉)」：「朝向在頭部現出獅子臉的這一面」。√*śira* (m.) = *śiras* (n.): 頭、頂、前端。*siṃha* (m.): 獅子、如同獅子、主導者。*mukha* (m.): 臉、面、口、面門。
18. 「娑婆-摩訶·阿悉陀夜」：「娑婆(*sarva* 所有的、一切的)-摩訶(*mahā* 巨大的、廣大的、偉大的)-阿悉陀夜(*hastāya* (m.4.si.) 手、手掌、手持、拿在手上的、伸出援手的)」：「朝向示現所有廣大手掌的這一面」。
19. 解讀一：「摩訶-婆利·勝羯囉夜」*Mahā-bali-Śaṅkarāya* 「朝向具備巨大力量之平靜造就者」。√*mahā-bali* (具備巨大力量)。√*śaṅkarāya* (m.4.si.) (朝向Śaṅkara平靜造就者)。
解讀二：「摩婆利·勝羯囉夜」*mabali* (字義不明)或*mavari* (字義不明)-√*śaṅkarāya*。
20. 「唵 悉殿都·漫多囉-跋陁耶」：「唵(*om*) 悉殿都(*sidhayantu* 祈請助成目標)·漫多囉(*mantra* 密咒)-跋陁耶(*padāya* (m./n. 4) 句、字句、語句、步、腳、足跡)」：「*om* 祈請助成目標，朝向咒句」。√*sidh* (*sidhyati* (4P), 成就、達成、實現) 的祈使形、第三人稱、多數。

「凝視法」用以加強禪修專注力

上悟下禪長老指導
釋心傳

一、關鍵觀念：

1.1. 日常的「凝視／注視」(*dr̥ṣṭi; gazing; staring; fixing one's eyes on*): 幾乎目不轉睛地看著或盯著特定對象。

1.2. 「凝視法」：做為禪修在預備階段的一種練習以強化專注力的方法，梵文名稱為*trāṭaka* (yogic gaze).

1.3. 「專注／專心」(*manasi-kāra; making in the mind, attention*): 注意力的專門調控，不被所設置領域外的環境或項目干擾，且集中與持續在所設置領域處理有關信息或進行有關活動的能力。

二、非禪修脈絡的「凝視／注視」：

2.1. 約略回顧非禪修脈絡的「凝視／注視」，或有助於拿捏如何在練習禪修時，用上適當的凝視。

2.2. 在使用通常的觀看方式卻看不太清楚的情況，或許就會用上「凝視／注視」。

2.3.1. 職業配備的注視：某些職業的從業人員，對於潛在客戶的注視方式。

2.3.2. 搜尋潛在獵物的注視：眼睛盯著特定對象，眼珠子卻又詭異地轉動或甚至猥瑣地飄動。如此的注視，通常會引起被注視方的不舒服的情緒、反感、或厭惡。

2.3.3. 階級式或威權式的注視：此種注視，如同手勢、演說，做為一種工具，成為政治社會在知識暨權力體系遂行威權或霸權的一環。

2.3.4. 親切式或柔和關懷式的注視：進行眼神交流，然而，注視或對視的方式，注視領域，目光、眼神的強弱，眼神傳達與接收的親和力、可信度和自信心，都會影響甚至改變各自或彼此的溝通。

三、在哈達瑜伽(*haṭha-yoga* 強逼相應)的系統，¹「凝視法」(*Skt. trāṭaka*),²可能隱含的過患：

3.1. 對象方面：傳統用燭光(*candle flame* 蠟燭火焰)為「凝視法」主要的對象物件。

3.1.1. 然而，燭光會一直搖曳、晃動，其實很不利於禪修初學者所需要的穩定、靜止。

3.1.2. 蠟燭燃燒，會消耗氧氣，產生二氧化碳，相當不利於禪修所需要的空氣清新品質。

3.1.3. 劣質的蠟燭，在燃燒時，所釋放的諸如甲苯、二氯甲烷，若吸入過量，可能會造成中樞神經系統受損，以及提高罹癌風險。

3.1.4. 火災風險，不容小覷。

3.2. 操作方面：在哈達瑜伽，一直盯著眼前稍微往上，距離自己大約一個半手臂長的地方的燭光，盡力不眨眼球(*eyeballs*)，進而把注目燭光的印象刻畫在眉心，這樣一直看到眼睛非常疲憊，乃至淚水湧出，藉以潔淨眼睛，甚至沖洗過往傷痛的情緒，讓身心都得到洗滌的淨化效果。

3.2.1. 如此操作的，主要在於立即的潔淨效果，並非直接在於從事禪修。

3.2.2. 如此操作時，或許要求身體大致放鬆，但是重頭戲卻在於目光帶著千鈞之力逼視燭光，以至於涉及的視覺器官與視神經，都趨於緊繃——如此的操作，與正規的禪修所要求的放鬆，實乃大相徑庭。

3.2.3. 如此的操作，將燭光印象來回刻畫在眉心，主要的目標在開天眼(*divya-cakṣus*)，乃至接通天神，而非在於適合開發智慧的禪修。

四、在佛教禪修的脈絡優先辨明的事項：

4.1. 佛教禪修，經由適度地調控身心，隨入禪定，進而開發智慧。原則上，在身心，皆不訴求過度地刻苦，尤其不標榜苦行(*tapas-carāṇa; tapasvin*)的操作方式。涉及「凝視法」，當然也不會訴諸極端的控制形態。

4.2. 佛教禪修，與其追求「凝視／注視」，毋寧做好「專注／專心」。「凝視／注視」，重心在於眼睛及其對象；「專注／專心」，則把重心放在如何地用心。

五、如何在佛教禪修的脈絡預備納入「凝視法」：

5.0.1. 認識何謂專注力，以及了解在禪修的脈絡大致如何養成專注力。參閱：〈禪修專注力的鍛鍊與培養〉。

5.0.2. 靜下心來，認識自己在專注力的強弱。尤其，在需要專注力而專注力卻較弱的情境，自己都如何改善、替代、或逃避？

5.0.3. 預先熟悉即將練習的步驟。避免在練習時，還花很多心思在琢磨舉棋不定的步驟。

5.1. 在進入「凝視法」之前的眼球保健運動：

5.1.1. 雙眼用力閉著，再放鬆（仍然閉著）。做大約5趟，可讓緊繃的睫狀肌稍微放鬆。

5.1.2. 雙眼睜開，慢慢地，儘可能向上看，停5秒；然後，慢慢地，儘可能向下看，停5秒。這樣算1趟。做大約5趟。閉著雙眼，休息一下。

5.1.3. 雙眼睜開，慢慢地，儘可能向左看，停5秒；然後，慢慢地，儘可能向右看，停5秒。這樣算1趟。做大約5趟。閉著雙眼，休息一下。

5.1.4. 雙眼睜開，慢慢地，儘可能向上看，然後，慢慢地，順時針旋轉，大約5圈。閉著雙眼，休息一下。

5.1.5. 雙眼睜開，慢慢地，儘可能向上看，然後，慢慢地，逆時針旋轉，大約5圈。閉著雙眼，休息一下。

5.2. 如同在「觀呼吸」時，有必要先了解自己在平時與禪觀時的呼吸方式與呼吸情況，並且試著將呼吸調控為適度的深、長、細、慢。同樣地，在準備練習「凝視法」時，有必要先了解自己在平時與禪觀時的眨眼方式與眨眼情況，並且試著調控眨眼，讓禪觀得以正確地、順利地進行。

5.2.1. 認識眨眼(blinking)：眼瞼(eyelids)開合的動作，稱為眨眼。

5.2.2. 認識眨眼的分類：例如，自發式眨眼(spontaneous blinking)、反射式眨眼(reflex blinking)、自願式眨眼(voluntary blinking)。

5.2.3. 認識一些會影響眨眼頻率的要項：例如，疲累、緊張、說謊、強光、隱形眼鏡、空氣濕度低、乾眼症(xerophthalmia; dry eye syndrome)、眼瞼痙攣(blepharospasm).³

5.2.4. 經由如上的認識，若發覺自己在平時或禪觀時頻繁出現功能異常的眨眼，可考慮及時尋求專業診療。若主要由於疲累或緊張造成的眨眼異常，應優先改變生活作息方式，或調節情緒，否則，貿然使用「凝視法」，很可能原

先的問題不僅沒有獲得任何建設式的解決，還會衍生出新的問題。

5.2.5. 就這樣，在著手實行前的預備階段，做好適切的認識與調控，才適合將「凝視法」帶入禪修。

六、如何在佛教禪修的脈絡使用「凝視法」：

6.0.1. 在哈達瑜伽的系統，「凝視法」，僅列為正式起修前的清潔行為之一。同樣地，在佛教禪修的脈絡，「凝視法」，也只是可用以加強禪修專注力的輔助辦法，並非直接用以入定。

6.0.2. 在設定的練習對象方面，以不刺眼為原則，大致有二種選擇。

其一，在經常禪修的所在，稍微往上的前方，距離自己大約一個半手臂長的空間，放置一顆很小的透明珠子。

其二，幾乎隨時、隨地、隨緣，都可在眼前看上一個小亮點，或一個反射的小亮光。

6.0.3. 眼睛輕輕閉著，調整呼吸，調整心情。

6.1. 在呼吸與心情大致都調順的時候，慢慢睜開雙眼，或者**專心看著**（即凝視）所放置的透明珠子最明亮的一點，或者**專心看著**隨緣出現的小亮點（或小亮光）。

6.1.1. 所謂**專心看著**，單純地就是**專心看著**，不必另外的花招。

6.1.2. 在需要眨眼的时候——不論自發式、反射式、或自願式眨眼——就放鬆地、自然地眨眼。但是，還要約略覺知眨眼的情形——猶如氣息入出，也要約略覺知氣息入出的情形。

6.1.3. 禪修時，氣息，趨於適度地深、長、細、慢、可覺知；眨眼，也趨於適度地微細、緩慢、可覺知。

6.1.4. 以上說明的情形，要點在於，禪修時，縱使只在禪修的預備階段，對於所涉及身心的運轉，敏感度皆應顯著地、甚至大幅度地提昇。因此，如果還在像一般日常活動那樣粗枝大葉地呼吸或眨眼，不僅會干擾、障礙禪修的進行，而且禪修所必要的專注、平靜、細膩、深刻，皆難以生起。

6.2. 如果6.1.的要點能初步做到，可強化6.1.的修為。也就是說，在睜開雙眼專心看著小亮光——或者所放置的透明珠子最明亮的一點，或者隨緣出現的小亮點——的時候，努力避免視覺干擾，尤其致力於避免主動去攀緣小亮光之外的任何其它動靜的景象。

6.2.1. 在睜開雙眼專心看著小亮光的時候，在專心、雙眼、小亮光這三處之間，即拉出一條觀看線。

6.2.2. 隨著持續地專心看著小亮光，這一條觀看線，如同夜晚的飛機升降的虛擬路徑，即持續地隱然成形。

6.2.3. 當目光呆滯、分散、游離、乃至渙散的時候，也不必緊張或感覺挫敗；記得維持規律的呼吸，繼續以放鬆但專注的心思，緩慢地且逐漸熟練地將心思輕柔地拉回，且再度形成一條觀看線。

6.3. 在著手佛教禪修，如果頻繁出現如下的二種情況之一，可考慮加強「凝視法」的練習。

6.3.1. 情況一：在練習禪修時，很容易散亂，而專注力卻很薄弱。就此而論，由於「凝視法」直接在鍛鍊與強化專注力，因此可考慮加強「凝視法」的練習。

6.3.2. 情況二：在練習禪修時，只要閉著雙眼，立刻一片昏暗，而投射不出任何影像，包括無分別影像(*nir-vikalpa-pratibimba*)、有分別影像(*sa-vikalpa-pratibimba*)。就此而論，由於「凝視法」一直用於觀看眼前的小亮點，也一直形成小亮點的視覺記憶，與增強小亮點在視覺記憶的痕跡與厚度，這對於準備進入正規的止息禪修或洞察禪修所必要的在閉著雙眼時還能投射出無分別影像或有分別影像，應能起著促進的作用。

6.4.1. 準備結束練習時，閉著雙眼，稍微留存剛才專心看著小亮光的視覺意象

6.4.2. 繼續閉著雙眼，以順時針的方向，輕微且緩慢轉動二個眼球數圈。

6.4.3. 停止轉動。休息片刻。慢慢睜開雙眼。結束這一趟練習。

6.4.4. 此一「凝視法」的附帶效果，可練就富有光彩的雙眼，面對眾人的時候目光不會游離，眼神堅毅，氣場(*aura*)充足。

註釋

1 「凝視法」，在印度哈達瑜伽，列為六種行為(*ṣaṭ-karma; ṣaṭ-kriyā* 六種清潔或淨化行為)之一。六種行為的練習，在於產生對身體具有品質(*guṇa*)的淨化效果，除了「凝視法」，還包括頭顱光明法(*kapāla-bhātī* 主要用於清潔鼻竇)，鼻腔清潔法(*netī*)，上腹腔清潔法(*dhautī*)，腹腔旋轉法(*naulī*)，大腸清潔法(*bastī*)。參閱：*Svātmā-rāma, Haṭha-yoga-pradīpika*。簡易參閱：之一、之二。

2 簡易參閱：之一、之二。

3 參閱：“Blinking;” “Blinking;” “Blepharospasm.”

《佛說大安般守意經》講錄（八）

釋悟觀

痛痒觀止者，若人臂痛，意不作痛，反念他一切身痛，如是以意不在痛為止。痛亦可念，亦不可念，念痛無所著。自愛身當觀他人身，意愛他人身，當自觀身，亦為止也。

內外痛痒所以重出者何？謂人見色，愛有其薄厚，意不等觀，多與少異故。重分別觀道，當內觀有癡，當外觀以自證也。

身心痛痒各自異，得寒熱、刀杖痛極，是為身痛；得美飯、載車、好衣，身諸所便，是為身痒。心痛者，身自憂，復憂他人及萬事，是為心痛；心得所好及諸歡喜，是為心痒也。

有關於情感與欲望反應要如何控制，就好比手臂正在疼痛，但認知處理上認為還好，又反而把注意力轉移到其他疼痛部位，如此的認知表現出的行為差異，也是停止某部份疼痛的影響。情感反應注意力可以察覺到，也可能察覺不到，注意力察覺到的地方沒有一定性。要善待自己，先從觀察外在現象做起，認知上可善待外在現象，再來觀察自己，

這就是停止不良反應現象。

此處，「他」，指外在現象。

內外的情感與欲望反應會不斷的產生，是什麼原因呢？譬如當觀察到一切現象，它有自我的喜好程度，認知層面不盡相同，多寡有其差異性。應當去仔細觀察與證明，自我的邏輯與對應的外在現象，所解釋出來的道理合理與否。

生理、心理表現的欲望與情感上的反應，各有其不同，例如：寒、熱、刀刺、棍打的感覺，是屬於生理的感覺反應；而美食、車子、衣物等身外物質，是生理認知上的欲望反應。自我的思想系統上的各種情感反應，當然是纏繞著自己，而如此的愁苦纏繞遍及萬物，也就是心理的各種情感反應啊！那麼心理層面得到各種外在現象的滿足與歡喜，也就是心理上各層面各種的欲望反應啊！

意相觀者，有兩因緣，在內斷惡念道。一者謂五樂、六衰當制斷之。觀者自觀身，身不知麤細，以得乃覺，是為意相觀。意相觀，息亦是

意，數亦是意，數時觀息為意，意相觀也。

意觀止者，欲姪，制不為；欲瞋恚，制不怒；欲癡，制不作；欲貪，制不求。諸惡事一切不向，是為觀止，亦謂以知《三十七品經》，常念不離，為止也。

出息入息盡，定便觀者，盡謂罪盡，定謂息止意。定觀者謂觀止還淨也。盡止者，謂我能說是，更見是曉是，遍更是，是為盡止也。

以認知著手的觀察者，有兩大類的觀察範圍，以內在方面除去不良的注意力。那就是指眼、耳、鼻、舌、身五種功能所對應的五大情境，再因追求色、聲、香、味、觸、法所帶來的煩惱，它皆應當加以管理與控制。學習者學習觀察自我生理現象，但生理現象並無大小之分別，它是以認知層面上的反應，來區別影響程度的多少。也就是說舊的認知與新的學習經驗，產生的交互作用，各種現象它是認知上的反應，觀察行為也是認知上的作用，觀察現象時現象是影響因素，而認知方面也是所對應的現象因素。

觀察自我的認知要如何去經營，當不正當的男女關係念頭萌起，能控制其不持續地衍伸；當新仇舊恨萌起，能控制憤怒不產生；愚蠢的想法

萌起，能控制作法不產生；過份的需求萌起，能控制不去追求。當一切不良心理現象不持續的發展，就具有了觀察與控制的能力，也可以說，已經認知《三十七品經》，經常念想而不脫離，這就是「止」。

能夠觀察出內外現象之間的關係，便是具有洞察能力的人，所謂洞察能力是指是非不再衍伸，具有能力是指現象與認知無不良互動。具有洞察能力的人，就能停止不良互動，然後回到先前未受影響的層面去。能完全控制者就有了自主能力，能知、能行，暢行無阻，也就是停止是非的產生。

此處，「定」，指能力。「定便觀者」，指具有洞察能力的人。

所起息，若布施作福一切善法，已起便滅，更意念耶？向習罪行亦無數，故世今世意不如是相隨，他人亦爾。已知覺當斷已斷，為內外意意觀止也。

內外法者，內法謂身，外法謂他人。有持戒法，有不持戒法，是為內外法也。

對於不良現象經過了種種的努力與改善，不良現象已經消除，那麼還需要繼續去改善自我的認知與注意力嗎？只要是生活當中，是非它是難免的，

所以當下的認知是隨生活互動而來，任何人皆同。已經察覺的不良現象已消除或當下消除，它是內外。在舊認知與新認知的結果來處理。

內外互動上的認知與舊認知的洞察分析，內在觀察是指分析心理現象，外在觀察是指分析外顯現象與與內顯現象關係。有人依循教法學習，也有人沒受過教法學習，它都是在作洞察內外互動與蛻變的關係。

內法謂行點不離《三十七品經》，一切餘事意不墮中，行道得道，是為內法。外法謂墮生死，謂生中行，便得生死不脫。一切當斷已斷，為內外法觀止也。

法觀止者，一切人皆自身為身，諦校計非我身。何以故？有眼有色，眼亦非身，色亦非身。何以故？人已死有眼無所見，亦有色無所應，身如是。但有識亦非身。何以故？識無有形，亦無所輕止。如是計眼、耳、鼻、舌、身、意亦爾。得是計為法觀止，亦謂不念惡為止，念惡為不止。何以故？意行故也。

以內在的自我觀察學習途徑，它是不離《三十七品經》範圍的，能使所有的反應不陷於被動，依序而行，見煩惱解決煩惱，便是內在洞察

法。以外在現象為學習依據，它隨著外顯現象而有、無，觀察失去了自主而成被動，所以不良互動無法除滅。不良現象能夠斷除或立即斷除，就是停止不良互動的方法。

所謂學習者的見解，所有的人大部分皆以自我的認知為自身，但重點在於仔細分析後並非如此。為什麼呢？有了眼睛系統上的認知，就會有對於物質現象的解釋，但是對於眼部上的認知，它也不是自身具有的，而物質現象也不是自身具有。什麼原因呢？例如人死以後眼睛系統便無法運作，於是物質現象便無法對應，身體運作就是如此。但是有了察覺能力，也非具有了自身。為什麼呢？因為察覺能力它本身不具形體，也沒有一定的始末與輕重。它只是存在於視覺、聽覺、味覺、嗅覺、感覺、知覺等種種的反應上而已。以上就是學習者的見解，也就是說注意力不及之處，其不良反應便沒有，而注意力所及不良反應便有。又是什麼原因呢？一切全是認知上的互動而產生了反應的原故。（未完待續）

法的DNA (四)

鄭振煌

我是法。

我在佛教中是無所不包的，包山包海，通天徹地，從凡至聖，從事到理，從具體到抽象。我位居佛法僧三寶之一，這是有道理的，因為佛弟子必須學習一切正法。皈依文說：「自皈依法，當願眾生，深入經藏，智慧如海。」經藏包含一切正法，大乘佛教稱為五明，出世間法固然是學佛人的必學科目，但世間法是生活、生存之道，菩薩為著教化眾生，必須「同事攝」，「同事攝」必須和光同塵，和光同塵必須世間法，更何況「佛法在世間，不離世間覺」。

《中阿含經》卷七說：「若見緣起便見法，若見法便見緣起。」一切世間法都是緣起性，見到緣起性便見到一切法的實相，見到一切法的實相其實是見到緣起性。緣起性是理，理不容易了解，必須透過事的法。可是，法又是什麼意思呢？

《俱舍論光記》卷一說：「釋法名有二：一能持自性，謂一切法各守自性，如色等性常不改變。二軌生勝解，如無常等生人無常等解。」法有能持自性、軌生勝解二義。自性、勝解是抽象的思惟產物，是大家的共同規定。

《成唯識論》卷一說：「法謂軌持。」《成唯識論述記》卷一解釋軌持的意思：「法謂軌持。軌謂軌範，可生物解；持謂任持，不捨自相。」法是軌範標準的意思，可讓人依之了解物；法又是任持自相的意思，乃是人對物的理解。這種解釋仍然不離人的思惟，屬於假名施設。

至於《成唯識論述記》卷二末說：「法者，道理義也。有般涅槃之義，名般涅槃法。」直接把法說成道理，可讓人滅苦因、證涅槃。一般人把涅槃解釋得太抽象了，其實涅槃是人人日常的經驗，非常實際。

讓我們來看看法在吠陀經中的DNA。

法不是佛陀的發明，婆羅門教早就處處有「法」。譬如四吠陀經中的第三部《夜柔吠陀》，意譯祠、祭祠、作明供施、祭祀智論。即有關祭祠、祭司所唱之咒文及其註解等之集成。所傳有二種：（一）黑夜柔吠陀，意指與《梵書》之區別不甚分明之吠陀。乃糅合吠陀之本文（讚歌、祭祠、咒詞等）及《梵書》所成。（二）白夜柔吠陀，意指與《梵書》可以明白區分之吠陀。《梵書》則是各派婆羅門為傳授《吠陀經》所編的文獻，主要記載舉行祭祀的規定、儀式及風俗習慣等，是對本集的解釋和說明，另外還有許多神秘主義的枯燥說教，也有不少神話傳說，而且散文體也從此發展起來，所以在文學發展史中有它一定的地位。

在黑夜柔吠陀中，有釋迦牟尼佛同時代或稍早的阿帕斯檀婆所著《阿帕斯檀婆法經》，是《喬達摩法經》和《達耶那法經》的系統化發展；此外，他還著有吠陀儀式所需要的幾何原理的《繩法經》。我們看到這些經都是以「法」命名，此中「法」的意思就是標準。

《阿帕斯檀婆法經》是黑夜柔吠陀《鷓鴣氏梵

書》學派中的三部法經之一，其他二部是《寶陀衍那法經》（他的老師寶陀衍那所著）和《希蘭耶法經》（他的學生希蘭耶所著）。又是以「法」命名。

阿帕斯檀婆在《繩法經》中有幾何學的觀念：以繩經過正方形的對角線得到的大正方形，是原正方形面積的兩倍，並計算出近似值。二千五百多年前就有這種建築理論，我們或許可以稱阿帕斯檀婆為數學家或建築學家。

《阿帕斯檀婆法經》主張光是經典不能做為法的依據，法有經驗的性質，人人都需遵從法、實踐法。從古書或現代人中無法找到絕對的法源，經上說：「正法和非法不能到處宣稱何者為正法？何者為非法？神、捷達婆或祖先也不能自稱我是正法，別人是非法。」（南傳上座部《羯臘摩經》有類似說法）法是由聖者共同決定的，也要隨時代而改變。（佛教也強調戒因地制宜）「法經中沒談到的，可以從婦女和各階級人們學習。」（從中看到佛法中的眾生平等）

《阿帕斯檀婆法經》最令人稱道的是把吠陀經擺在次要地位，而以大家共同接受的正行為首要。

《阿帕斯檀婆法經》有如現代的六法全書，每個人都有自己的法（標準或責任），譬如老師的法：

接著談老師對學生的行為。

要像親生兒子一般愛他，奉獻給他，

老師必須傳授知識給他，

不可以有任何保留，

而且要尊重聖法。

再者，除非緊急事故，

老師不可以使喚學生，

以免干擾學生的學習。

經中也規定學生的法：衣著、整潔、住所、行為規範、飲食、社會階層、一般規矩、對老師和老師家人的行為、課後活動等。

又譬如誰可以免稅，經中說：

吠陀學者、一切階級的婦女、未成年男孩、

一切學生、修行者、為人侍者的首陀羅、盲人、啞

巴、聾子、病人、無產階級。

這簡直是最前進的社會福利制度。

經中還規定其他的法：懺悔、修行、結婚、性關係、再婚、尊重客人、父母養育兒女的責任、

兒女孝敬父母、家居生活、財產繼承、慈善行為、喪葬禮儀、祭拜祖先、社會風俗、人生規畫（分四期：學習成長、成家立業、教導眾生、林棲隱居）、國王的責任、稅收、司法、邪淫、通姦、刑責、法律程序、舉證等。

從上可知，梵文的「達磨」原意為「道德行為」或「法律」，古德翻譯為「法」，堪稱「如法」。玄奘大師偏愛保留「達磨」，或許因為佛教已經廣義的使用「達磨」一詞了。（未完待續）

星雲大師的書法

釋廣元

聯合報新聞網曾於中華民國一一二年十二月三十日，在人生列車A6登出了星雲大師法相，並報導了他生前在台灣高雄開創佛光山，以創新觀念和多角經營，打造出將佛教現代化，對華人世界影響深遠的「人間佛教」及在中外創辦高等學校，如美國西來大學、台灣南華大學、佛光大學、澳洲南天大學、菲律賓光明大學，最後整合成國際性「佛光山系統大學」。

世人多知道他是一位佛教說法家、教育家、乃至散文家、小說家，但很少人知道他更是一位珍藏藝術品家及書法家。

我國歷代高僧，於解行佛教之餘，多為信眾講經說法，絕少從事社會文化教育事業，最近圓寂的星雲大師則不然，他今生除了深入經藏，講經說之餘，並積極從事社會教育與慈善工作，對社會貢獻不可限量，他尤其重視文藝，珍惜收藏，在其著作

《貧僧有話要說》書中，〈美館推廣藝術，保存中華瑰寶〉一文中曾說：

「記得在初開山期中，好友廣元法師幫助我籌措建寺的經費，他邀請了王雲五、馬壽華等先生發起，為我跟當代名家要了三百幅書畫給我義賣，貧僧看到那許多的書畫，實在不忍心出售，寺院可以慢慢的建設，書畫不能不好好的保存。雖然後來為了籌辦佛光大學也辦過義賣，但是捐贈佛光山建寺義賣的那許多名家，如張大千、溥心畬、黃君璧、齊白石等人的作品，現在都還珍藏在佛光山」。

觀此，可知他是如何的愛護文化，珍藏藝術品了。

他經常應信徒之請，不顧己身舉臂艱難的手寫一筆字，滿求者願。並曾於民國一〇八年夏，寫了幅七尺長宣紙對開對聯，交其女弟子送到我山

寺。上聯「千江有水千江月」，下聯「萬里無雲萬里天」。上聯邊款：「廣元大法師教正」，下聯邊款：「弟星雲敬贈」。他虛懷若谷，過分的虔誠，令我感愧無量。

拜觀所賜墨寶，筆力厚潤秀發，意態逸宕，使轉頓挫，毫芒皆見，筆法皆有入處，而變化之能，於意境多所啟發，若非豪偉丈夫，胸次絕人，焉能致此。

千江有水千江月

萬里無雲萬里天

法光如學禪師之思想探源（二）

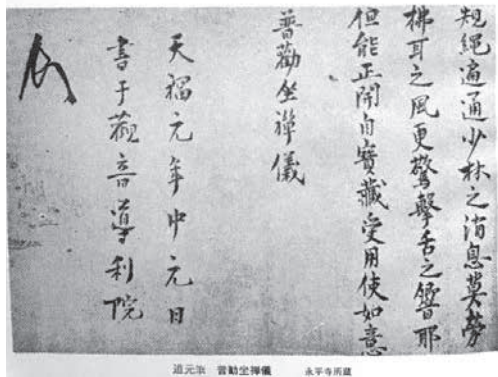
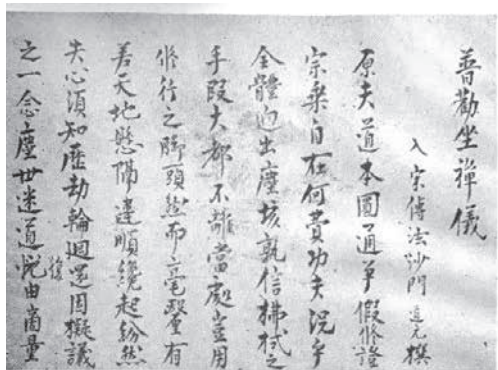
釋禪慧

三、澤木興道與道元禪思想之傳承

筆者在〈法光如學禪師相關研究之探討〉第二部份之（二）「如學禪師稱號質疑」說到，上人在駒澤大學時之坐禪指導教授祖門澤木興道，也是如學上人後來日本曹洞宗的傳法師父。上人從澤木老師處所傳承的永平開祖「道元禪」的思想，那「道

道元禪師〈普勸坐禪儀〉真蹟。

（取材自《道元——その行動と思想》今枝愛真著）



元禪」到底是什麼？怎個修法？有什麼特色？我想這是大家很想知道的。

六祖惠能之後，一花開五葉，臨濟、曹洞、沩仰、雲門、法眼五大宗，從臨濟又分出黃龍、楊岐二派。流傳至今，只剩臨濟、曹洞二宗。不可否認的明末四大師之後，中國禪宗出現了虛雲、來果、月溪等禪師。到了虛雲和尚時，雖然又傳了其他宗派，但「名義」大於實質意義。幾十年前，緬甸、泰國等南傳佛教禪師來臺灣指導坐禪蔚為風潮。地球的今日，彼此交流、交換是好事，但看看今天的漢傳佛教，多少道場掛的是一「禪寺」之名，除了偶而打打「禪七」外，真正坐禪用功或做禪學、禪定、禪思想研究的可謂鳳毛麟角，說起來不禁令人汗顏！「不是無禪是無師」黃蘗禪師的話，言猶在耳。當然啦，「生活」中無一不是一「禪」，禪要在「生活」中來體驗、實現，否則怎叫「生活禪」？但這是對已入門者、根機利者說。若是初學之人，連基本之一「坐禪訓練」都缺乏或不足，如八觸變化等都不知，又如何做到穿衣吃飯、運水搬柴，四威

儀中無一不是禪呢？

1981年我寫《覺力禪師年譜》時，訪問過曾經在中國大叢林參訪過的玠宗、賢頓等前輩長老：到底臨濟宗跟曹洞宗有什麼不同？答案是：中國禪宗，臨濟跟曹洞並無多大分別，只是名字不同¹。在漢傳佛教或華人社會，不少人並不了解自己皈依本師或出家道場宗派的傳承，遑論修行特色。

很多人以為，日本佛教是從中國傳過去的，要學佛法，學禪宗，應該是到中國去才對啊？這包括當年覺力禪師座下頭腦一流，出身武昌佛學院的妙

澤木興道禪師盡其一生，致力於坐禪辦道人材之培養，漫步庭園，望向天際，老師之目光似乎透露出對後繼者之期待。

（1963年11月82歲時留影，取材自《澤木興道全集》別卷一）



老師は昭和三十三年十月、自撰坐禪堂印室に就任、とくに大乗佛堂の澤木特選に力を入られた。足どりも軽やかに境内におり立ち、くつろぎの一角をにらんだ老師の眼光は、實修行の後進者たちへの期待できらめいている。昭和三十六年十一月、八十二歳

吉法師都如此認為²。精通東西哲學、禪佛教，任教於美國費城州立天普大學宗教系佛學與遠東思想之傳偉勳教授，曾應邀回臺到法光佛研所主持佛學講座，受聘到中國演講。他曾說：

中國學者一向不太關注日本佛教思想，也從未鑽研道元禪學。我們如要講求中國佛學的現代化與未來發展，道元禪學不但可以提供極其豐富的正面資糧，更可以構成強有力的思想挑戰。³

本文對此，無暇論及，有興趣者可參考太虛大師（1890～1947）於民國6年（1917）秋冬所記之《東瀛采真錄》；及靄亭和尚（1893～1947）生前受香港何東爵士蓮覺伉儷之邀，成立並主持「東蓮覺苑」，遊歷日本，參觀臺、日佛教之見聞所寫下之《東遊雜記》；還有大醒法師（1900～1952）在民國24年（1935）赴日考察之心得報告⁴，當不難理解。

四、道元禪之精髓與實踐

現在來談道元禪之精髓。「只管打坐」、「修證不二」、「莫圖作佛」、「行學一如」（駒大校訓）等，在法光如學師父身上，因緣聚會，觀機逗教，隨處可見。

「只管打坐」是道元禪師的修行觀。但千萬別誤會「只管打坐」，不是什麼都不做，只要坐禪就好，或凡事不關心，什麼都不管，一副隨隨便便、



僧堂又名雲堂，以坐禪為中心，吃飯、晚上休息、辦道修行之所。仿照中國宋代禪寺而建。 (取材自《大本山永平寺》介紹)

與我不相干的態度。

如學上人在《證道歌開示錄要》一開頭就告訴我們：

「絕學無為」的「閑道人」是怎個情況？他的所做所為，要對全宇宙，全人類負責，步伐與整個宇宙一致，不違背天理、正道，不是為了自己才去做，與三世諸佛同行，不參雜個己之成見，他用不著心機，所以是清「閑」之「道人」，沒有值得追求攀緣的，也談不上逃避，應該怎麼做就怎麼做，這叫做「只管打坐」之態度，也就是「非思量」，不是什麼都不想，而是離卻凡夫情欲私人的想法。⁵

道元禪師教導弟子「只管打坐」、「身心脫落」。當坐禪時萬緣放下，「不思善惡，莫管是非，停心意識之運轉，止念想觀之測量，莫圖作佛，豈拘坐臥乎。」染淨、好惡、對立之心通通要放下，就連「放下」也要「放下」；「不分上智下愚，鈍根利根，專一功夫。」以上為道元禪師於1227年回到日本後，親手撰述《普勸坐禪儀》（大正藏82冊，頁1上）指導坐禪，敲響弘法之鐘聲。

宋朝人坐禪叫打坐，如打佛七、打禪七叫打七，又如打水、打柴、打齋、打拚等口頭禪。同樣是「坐禪」，臨濟、曹洞用功方法不同，大體說來，臨濟主看話禪，曹洞屬默照禪，但道元禪不是

默照禪，也不是中國之曹洞禪，或外國僧侶所移入之禪，這點筆者下面會談到。

「只管打坐」者，坐禪時不要分心去參什麼話頭，或是期待什麼時候可以斷煩惱、了生死，什麼時候可以見性開悟。宋代臨濟禪，對於參話頭自有他的用功法。但是，道元禪不是話頭禪，不參話頭。他告訴你「修證不二」，所以不要另外有個心，期待什麼時候會開悟成佛——莫圖作佛。道元禪既不是話頭禪、公案禪，也不是待悟禪、念佛禪，只要你的心專一，修的當下就是證，修到哪，證到哪。對於未修未證之人當然要努力，即使久修已證之老修行，更不可放棄修行，不分悟前悟後，本覺始覺，盡此一生，專一功夫，「只管打坐，身心脫落」，如是修行。所以說修證一等，修證一如，修證不二，這是道元從如淨禪師所傳承「本證妙修」之修證觀，亦是道元禪很重要的思想；跟中國臨濟禪不同，也不是原原本本中國曹洞宗默照禪的移植。⁶

道元13歲離俗到比叡山，14歲於此出家，受菩薩戒。他對「本來本法性，天然自性身」，既然「本」來就是「佛」（本覺），為什麼還要發心修行一事，無法理解。因而問道於三井寺光胤僧正，光胤告以：此非知解乃是實踐問題，應請教以實踐為主的禪宗。道元遂下山前往建仁寺，擬拜訪榮西

禪師，但當時榮西已老邁，於是居京都建仁寺9年，親近榮西高足明全住持和尚（1184～1225）學禪，在此期間已閱藏兩遍，且得明全印證。由上可知道元在當時日本佛教最高學府天台宗比叡山及臨濟宗建仁寺共10年之修學，以其天生睿智神童之資，徧學禪佛教，但仍自覺不足。聞說大宋朝禪宗鼎盛，且千光國師榮西（1141～1215）生前曾兩度赴宋留學，在天童山景德禪寺虛菴懷敞座下苦參四載，傳承臨濟宗黃龍一派法脈，成為日本臨濟宗之開祖。榮西的名著《興禪護國論》、《喫茶養生記》可說是禪與茶道傳入日本之開始。依據當時朝廷及幕府渡海牒：1223年2月建仁寺住侶明全和尚率弟子道元、廓然、亮照、加藤景正等結伴入宋。⁷在遍訪諸大叢林大德高僧後，於1225年5月1日終於遇到了與他法緣相契的中國曹洞禪傳法師父如淨禪師，繼無際了派之後為當時天童山景德禪寺住持。

1225年對年輕道元而言，是他生命史上非常重要的一年。2年多前陪他一起入宋留學，始終在天童山無際座下參學的明全和尚，因病卒於景德禪寺了然堂。一悲一喜，來得如此突然。《寶慶記》是道元入宋的留學紀錄，從寶慶元年（1225）到寶慶3年（1227），在如淨座下3年，徹悟「只管打坐」，「身心脫落、脫落身心」，了畢生死大事。

加上之前2年之各處參訪，總共約5年。1227年秋天道元手捧先師明全舍利，回到日本建仁寺之後，歷經艱辛，筆路藍縷，開創道元禪。53年之人生，度眾無數，留下《正法眼藏》95卷及《永平清規》等開示、著述，影響日本佛教、文化發展之大實難言喻。道元對禪佛教修證、義理等之論述發揮幾已超越一般禪語錄，不愧被譽為日本史上傑出的思想家，較之近代京都學派之西田幾多郎毫不遜色。

禪宗史上對道元禪師為日本曹洞禪之開祖並無疑義，但對他入宋留學前從榮西——明全所傳承之臨濟禪，鮮少觸及。關於此點，筆者從澤木興道老師於昭和13年（1938）3月1日授予家師法光道宗之「佛祖正傳菩薩大戒血脈」傳承圖表及附言等清楚看出：道元的的確確身負中、日臨濟、曹洞兩宗法脈之傳承。雖然道元本人不喜言侷限於「一宗」一「派」，亦從不以「禪門」而自限，此即澤木興道老師在傳承圖表附言所謂「洞濟一轍，全無他歧」之意。蓋從法脈言，皆六祖惠能下青原行思——石頭希遷、南嶽懷讓——馬祖道一唐代代相傳之佛門弟兄也。

但在日本禪宗，臨濟、曹洞卻各有其特色，至於黃蘗一派又稱念佛禪。一般說來，臨濟的教法就像深秋的嚴霜，令人不寒而慄；而曹洞的教學法正如春天的和風，輕拂花朵，使其開放。此外、又有

「臨濟將軍，曹洞土民」之說法，臨濟棒喝如威武強悍之將軍調兵遣將，絲毫猶豫不得；而曹洞禪則似老母般平易近人，態度溫和；又如老農耕田，將田中農作物一一耐心的照顧著。（未完待續）

註釋

1. 釋禪慧，《覺力禪師年譜》，臺北：覺苑，1981年1版，頁178。
2. 羅其英，《八十年的回憶》，1977年，頁38。
3. 傅偉勳，《從西方哲學到禪佛教：「哲學與宗教」一集》，臺北：東大圖書，1986年，頁346。
4. 海潮音社輯，《日本佛教視察記》，《大醒法師遺著》第2編，海潮音社，頁131~280。
5. 釋禪慧整編，《如學法師證道歌開示錄要》（一），慈雲月刊第555期，2022年，頁31~35。
6. ① 樽林皓堂，《禪一般》本論「曹洞禪の本質」第一章第三、第六節，第二章禪の新しい展開——道元禪は中國禪の延長移植ではなく，日本：更生社，1968年。② 樽林皓堂，《道元禪入門》，日本：大法輪閣，1981年。③ 鏡島元隆，《道元禪師とその門流》，日本：誠信書房，1961年。④ 永平道元，《本山版縮刷正法眼藏》，日本：鴻盟社，1984年6刷。
7. 村上專精，《禪宗史綱》，日本：富山房，1946年，頁78。
8. 釋禪慧，《震撼教育》，《紅塵無處不道場》，臺北：三慧講堂，2018年，頁120、121、130、131。
9. ① 白隱慧鶴，《槐安國語》卷5，大正藏第81冊。② 法眼文益，《宗門十規論》，卍字續藏第110冊，1977年，新文豐出版。③ 釋禪慧，《壽昌正統錄》〈出版序言〉，臺北：三慧講堂，1994年。

臺灣本土近代佛教的歷史變革透視：

日本殖民下的佛教歷史社會基礎（十二）

江燦騰

而此處必須注意的，即是上述日臺佛教合作的新模式。因此一雙方合作的新模式，較之明治33年以前增加或改變的地方在於：採用並存的雙軌制，而不強求臺僧或臺人信徒快速同化於日僧或日本佛教。

即以上述「觀音禪堂」的實際負責人孫心源（1881～1970）為例。他是臺北擺接堡秀朗庄（今臺北縣永和市地區）的農家子弟，原名孫保成，他的父母親於明治41年（1908）3月15日，將已27歲，但「形體虧損、精神散亂」的他，送到已成日本曹洞宗佈教所的艋舺「聖國山保安堂」求道，父母和他三人，也同於當天皈依為該堂弟子。孫保成並入住堂中調養身體，漸次平安，三年後復元。後又續住於堂中，教習誦經禮佛3年。他前後一共住在堂中6年，故研讀佛典與漢文書籍都大有進步，然後出家改名為孫心源¹。

因他已於明治42年（1909）4月14日，由日僧大石堅童收為臺籍入室弟子，並接受大石堅童頒授給他的曹洞宗師承第23代血脈書卷，法名「心源圓融」，故有此法名。明治45年（1912），孫心源曾一度（首次）西渡對岸大陸，朝禮福建廈門的南普陀寺、福州鼓山湧泉寺、浙江寧波阿育王寺、天童寺、普陀山法雨寺、普濟寺、佛頂山等著名佛教道場。返臺後，即參與籌建供臺人參拜禮佛的「觀音禪堂」²。

不過，像這樣於該宗在臺佈教總部「臺北別院」旁，居然允許採用臺日佛教雙道場並存的雙軌制，在當時來臺的日本佛教各宗派中，雖屬唯一的例外，但確是充滿睿智的決定。

因這雖不無有對一時不易解決的日臺佛教同化問題作出重大讓步的意味——儘管區別本身亦帶有差異和（日）優（臺）劣之分，卻也等於同時承認

對方擁有本身信仰型態的某種自由度，而能擁有這一自由度其實也正是保持本土佛教尊嚴和繼續滋長宗教本土文化主體性的基礎所在。故這從被殖民者自身的觀感來說，是極為重要的一點。

也因此，這一道場才能在近幾十年來，雖歷經不同政權統治的衝擊，但之後依然於原地屹立不搖——「臺北別院」則已被拆毀無遺，而孫家後人迄今，亦未將大石堅童的雕塑像自「祖堂」內移除。同時，此一「觀音禪堂」在「西來庵事件」之後，迅速成為蘊釀大正中期臺灣新佛教運動的重要發祥地之一，這在在證明當初採並存雙軌制的策略是睿智與正確的。

但，「採並存雙軌制的策略」仍必須視為階段性的作法，否則即與最終「真正同化於日本人」（包括佛教）的目標抵觸。所以當管長石川素童來臺主持江善慧的住持晉山典禮時，也同時看上了江善慧徒弟中日語熟練，並善於與日方官私交涉的最得力助手沈德融（此年已25歲），攜回日本先後進「大雄山最勝寺」和「曹洞宗第一中學林」培植成為該宗「第一位真正日本化的臺籍日僧」³。

因此他後來不但曾繼任為該寺的住持，也長期擔任「私立臺灣佛教中學林」的學監，更是第一位

仿日僧公開結婚的臺灣出家僧侶⁴。

可見能懂日語而無太多傳統包袱的新出家臺籍僧侶，只要經過數年純日式佛教的培訓，依然可以成為典型的日式僧侶。所以對臺籍僧侶的教育與改造，也並非絕對不可能。

其次，必須知道臺灣佛寺與日本佛教宗派之間的「聯絡」關係，若無經過臺灣總督府的正式批准——即「佛寺」與「佛寺」的加盟關係，是既無效亦無約束力的，故亦可能出現中途改宗的情形。例如南臺灣最大古刹之一的臺南開元寺，日治初期一直是與日本曹洞宗關係密切的簽約臺寺⁵。

但到後來（大正6年6月4日），由於日本臨濟宗妙心寺派僧侶積極的爭取和說服，便正式向官方請准加入為日本臨濟宗妙心寺派的「聯絡寺院」⁶。

不過，寺中一方面固然新安置了當任天皇的「御金牌」⁷；另一方面則仍按該寺來自福建的傳統中國臨濟宗佛教儀軌行事。而這也種下了日後臺南開元寺內部不同派系僧侶爭鬧不斷的惡果。

但，在此同時，日治時期之後，兩岸漢族僧侶如何繼續往來的問題，也跟著浮上檯面。因日治以前，臺灣本土的僧侶若要受戒，即必須渡海前往

福建福州鼓山湧泉寺參加寺中所舉辦的傳戒活動才行。

同時，福建佛教的信仰方式，包括所謂在家佛教型態的「齋教三派」在內，亦隨移民臺灣居多數的漳、泉漢族而相繼傳入臺灣，並構成臺灣傳統漢族佛教的基調。如此一來，根據原（馬關條約）的規定，在日治初期第2年之後，既已確定要逐漸最終朝「同化」於日本民族的方向走，則如何將臺人「去中國化」便成了官方施政上的應有之舉。

但在事實上又出現相互矛盾的現象。亦即，在「法律上」原已「屬於日人」的臺灣漢族僧侶，由於「兒玉、後藤體制」主政時期異乎尋常地加強對大陸福建的實際操控（詳後），故在「區隔日華」的同時，卻又必須兼顧對當地華人逐漸萌生反日情緒的安撫，於是在日華民族之間能凝聚較大宗教文化情感共識的，就是利用彼此有深厚淵源的禪佛教信仰，以作為輔助性聯誼與溝通的非官方管道。

如此一來，「福建漢族華僧」與「日籍漢族臺僧」之間的繼續交流，不只未被阻止，甚至於也因官方間的插手促進，使彼此更為熱絡地聯誼和合作。也因此，原本應因日本在臺實施「去中國化」文教政策而逐漸與「福建漢族華僧」疏離的「日籍

漢族臺僧」，其實是逐漸分裂為兩大異質的認同現象。

亦即，在同樣支持和從事兩岸佛教聯誼的「日籍漢族臺僧」之間，共分兩派：有一派是已認同日本佛教者，但基於官方在大陸的擴張政策而願配合來促成兩岸佛教僧侶繼續聯誼和合作者；另一派則是因心態上和思想上仍繼續認同「祖庭佛教」而願保持接觸，甚至更積極請求對方來臺（或親赴大陸）傳承中國佛教者。

事實上，若無這樣的區分，將不能釐清大正、昭和之際，兩岸的漢族僧侶究竟是如何在日本官方所熱切推動的「日華親善」大架構下，來從事積極的佛教交流；也無法釐清在此種交流中，有部份「日籍漢族臺僧」為何也同時展開對傳統中國近世佛教的強烈批判。故此處將「兒玉、後藤體制」所主導的大陸擴張政策⁹，視為對臺灣佛教僧侶（包括在臺日僧和華僧）有長期影響的原由，是絕對有必要的。

另一方面，「兒玉、後藤體制」所主導的大陸擴張政策，也才是日本臨濟宗妙心寺派之所以一度在兒玉源太郎的囑託和資助之下轉至福建發展的主因¹⁰。並且，也是基於「兒玉、後藤體

制」認為福建佛教的前進基礎脆弱有困難後，才改以臺灣為發展總部而著手促成的¹¹，而非當代有學者所認為的是由於兒玉總督想藉佛教安撫臺民激烈反抗的緣故¹²。

事實上，此種見解是上了黃葉秋造所編《鎮南紀錄帖·鎮南山緣起》（1913）的當，因《鎮南紀錄帖·鎮南山緣起》只從兒玉源太郎關懷福建佛教的興衰來著眼，卻遺漏了「兒玉、後藤體制」時期在福建的激進擴張政策，可以說將更本質的「領土侵略」動機完全忽視了¹³。

再說，臨濟宗妙心寺派在臺北市圓山西麓所建的在臺佈教總部「鎮南山臨濟護國寺」，雖在「兒玉、後藤體制」時期，官方（1900.11）曾私下設法請板橋林家（業主為林熊光）以私有土地免租、長期提供梅山玄秀建此新寺之用¹⁴，但真正竣工的時間¹⁵，其實是在兒玉源太郎總督去世之後¹⁶，故等於是當作兒玉佛教紀念堂來設置¹⁷。何況，日治初期打擊日本來臺日僧佈教方式的歷屆臺灣總督中，以「兒玉、後藤體制」最嚴重，故將「鎮南山臨濟護國寺」解釋為「是由於兒玉總督想藉佛教安撫臺民激烈反抗」，可以說與真正的情況出入甚大。
（未完待續）

註釋

1. 蘇澤養，《靈驗諸經寶卷》（艋舺·保安堂·1915初版、1927四刷）。頁44。
2. 參考《東和禪寺滄桑史》，頁13。事實上，孫心源亦在大正7年（1918）第2次前往大陸參訪，反而直到大正13年，才首度赴日，朝禮曹洞宗的兩大本山。
3. 李添春，〈臺灣佛教史料：上篇曹洞宗史〉，原載《臺灣佛教》季刊第25卷第1期（1971.11）。頁10。
4. 由於沈德融被視為純粹的日化僧侶，所以公開結婚時，並未遭受社會或臺灣佛教界的非議，反之其同門師弟林德林，則因公開結婚而遭到社會嚴厲的指責。
5. 開元寺至明治41年11月31日，曹洞宗管長石川素童蒞臨該寺時，寺中仍有20餘名自稱是「大日本曹洞宗僧」。見《宗報》第293號（1909.3.1）。頁10。
6. 鄭卓雲手稿，《臺南開元寺誌略稿·法派》，1929。
7. 黃慎淨編，《開元寺徵詩錄》（臺南：開元寺客堂，1919）。頁3。
8. 鄭卓雲手稿，《臺南開元寺誌略稿·法派》。其中有一段提到：「本寺僧侶多掛籍於大本山妙心寺者，然因內臺風俗習慣懸殊甚遠，故本寺制度不能與妙心寺同例，惟佈教機關之聯絡，而寺制則仍依舊例，自為獨立也。」
9. 兒玉就任之初，日駐清矢野公使和西園寺外相與清交涉的結果，於1898.4.22/24，取得清朝不得將福建及沿海割讓或租與他國的照會。以此為契機，兒玉總督於1889年6月，在《關於統治台灣的過去與未來備忘錄》便主張：「一、若欲完成南進政策，內須厲行統治，外要努力善鄰，儘可能避免發生國際事端，並講究如何在與對案清國及南洋的通商上佔優勢之策。二、若欲收統治本島之全效，不僅須以鎮壓島內與收攬民心為主眼，更須注意對岸福建省（特別是廈門）的

- 民心，察其歸向，反射性地謀求島民的安篤，採取達成統治目的方針。一順此方針，後藤新平在《台灣銀行設置廈門銀行論》中，更具體和詳細地指出：「……我國最近與清國締結永不割讓福建省的條約。今後，國際上的競爭不再是以武力侵略土地人民，而是以財力佔領土地人民。亦即，戰略之爭已變為商略之爭。日本帝國佔領台灣，若僅止於經營台灣，則帝國的拓殖亦只是台灣的拓殖。倘帝國以北守南進為國是，則沐帝國之澤者不單是台灣人民。若欲佔領台灣成為『殖民站』的獲得，以儘早使華南及南洋諸島人民能沐浴帝國恩澤，即須採用拙見，並望能速斷此事。」所以在1900年1月，即於對岸設立台灣銀行的廈門分行。半年後，因「義和團事件」爆發，日本陸戰隊先暗中放火燒燬廈門的東本願寺，然後以保護日橋為由，登陸入駐廈門領事館所監督的「東亞書院」，而由兒玉、後藤從中鼓動，續增兵佔領了廈門。但因此事不久，即引起清日的緊張和列強的關注，日本內閣下令中止行動，使兒玉等深感挫折和內疚。以上摘述戴天昭著、李明峻譯，〈日本統治下的台灣與列強〉，《台灣國際政治史》，頁272-277。
10. 松金公正，〈日本佛教之臺灣佈教與臨濟護國寺〉，發表於內政部民政局等主辦「都市、佛教與文化資產學術研討會」（1999.4.10）。頁1-2
11. (一)胎中千鶴，〈日本統治期臺灣における臨濟宗妙心寺派の活動——20-30年代を中心として〉，《臺灣史研究》第16期（1998）。(二)松金公正，〈日本佛教之臺灣佈教與臨濟護國寺〉。
12. 如：林奇龍，〈圓山臨濟寺的歷史〉，《妙林》第9卷第10期（1997.10）。頁42-49。
13. 黃蘭翔在其〈日治初期都市空間結構中的一圓山公園一之意義〉一文，（內政部民政局等主辦「都市、佛教與文化資產學術研討會」，1999.4.10），雖然也提到：「兒玉在當時臺灣政治、社會動盪不安之際，寄望臨濟宗的宗教力量有益於統治」，但同時也還能注意到：「因為日本把臺灣當成入侵
- 中國的跳板，以及作為學習殖民地的教材，所以日人將臺灣的佈教視為華南佈教的一環。『鎮南護國禪寺』的『鎮南』兩字，其實是包括華南地區在內而稱的。」（頁16）可謂有慧眼。至於對福建廈門「領土侵略」的問題，可參考戴天昭著、李明峻譯，〈日本統治下的臺灣與列強〉，《臺灣國際政治史》，頁272-277。
14. 臺灣總督府宗教檔案「有關核准梅山玄秀申請寺院興建事宜」，明治33.1.12所發的「民縣第119文」。溫國良編譯，《臺灣總督府公文類纂宗教史料彙編——明治28年10月至明治35年4月》，頁147-152。
15. 此處非指之前的「圓山精舍」，而是指後來作為「本山格」的「鎮南山臨濟護國寺」。
16. 兒玉在明治39年（1906）7月過逝。
17. 梅山玄秀於明治39年7月28日，為兒玉總督開追悼會。以此為契機，於隔年（1907）7月5日的逝世週年紀念會上，地方官和總督府達成建寺以完故兒玉總督的遺願之決議，於是展開對外募款，分期籌建。全寺大殿迄日治44年（1911）才完成。明治45年6月20日，由臨濟宗妙心寺派管長代表上宗詮主持奉佛開光大典；24日起再為故兒玉總督舉辦7週年忌日法會。見松金公正，〈日本佛教之臺灣佈教與臨濟護國寺〉，頁4-5。

《老照片·說故事》：

師徒三代篇（下）

廣元老和尚 □述

陳昭伶 整理

受慈航菩薩為法忘軀所感召

1948年10月，慈航菩薩應中壢圓光寺妙果和尚之邀，從南洋來台創辦台灣佛學院，先師受邀參加其歡迎會，慈公登臺演講，發表革新佛教的鴻論，先師原多年不能解決的疑團，忽然豁然貫通，傾心佩服。兩人相見如故，似乎早有宿世法緣。

慈公懇切開示：「我向來不勸居士們出家，尤其在社會上負有聲望者，總勸他們護持佛法。我今天勸你出家的本意，實在因為僧界人材太感缺乏。若出家後多一個弘法的人，將來對佛教的貢獻更大。」先師再三思量後，下定決心出家。

1949年佛誕節，先師依止其座下披剃，隨侍慈公環遊全島，四處講經，呼籲教界應以文化、教育、慈善挽救佛教危機。先師曾說：「我若不經慈老懇切開示，決不能一門深入念佛法門；我若不受慈老為法忘軀的感召，決不肯以垂死頹齡奔走結緣。」

現將軍相救人無數

師父是是臺灣第一位中將和尚，體貌魁偉，頭額寬廣高突，慈眉善目，眉型八字，中寬四指，秉性忠厚，心量寬大。

師父文武全才，18歲考中秀才，曾就讀安徽

與師父律航法師合影。





師友參訪淨律寺。(第一排左起：成一法師、悟明法師、浩霖法師、廣元法師、淨良法師，第二排左一真華法師)

優級師範，畢業後進入保定軍官學堂及陸軍大學深造，故博通經史，精嫻戰略。

半生戎馬建樹，不勝枚舉，迭次參預北伐、剿匪、抗日諸役，歷任團、旅、師長、副軍長代軍長、防空司令、及最高軍事委員會中將參謀等職，皆廉潔盡職。

民國19年以後，北方諸將領與中央發生過很不愉快的事情，以其與蔣委員長有同窗之誼，奔走於中央及閩錫山、馮玉祥間疏通撮合，動蕩不安時期數度化干戈為玉帛。先師從不提超過往豐功偉業，只勸人念佛。這些事跡是他老圓寂後，其舊屬、前監察委員丁俊生整理日記時所發現。

先師認為「一一生中最有意義的工作」，是民國26年抗日戰爭爆發時，任山西省防空司令，對太原防空工事之建設，以及太原城郊避難工程之修築，堅固精巧，七七事變後，日機濫施轟炸百餘次，全省傷亡僅三十餘人，而太原城內卻沒有一個人死傷，其救國保民的功勞，不可磨滅。中央及其他各省皆派員觀摩，終不能相與倫匹。大家詢問原因，他說：「此為山西人善挖煤，以挖煤技能，運之以挖防空洞，故事半功倍也。」

現僧伽相為佛門法將

先師秉持「軍人應死在戰場，以盡忠國家；僧人當死在法堂，以報答四恩」，居俗時即現將軍身攝化同事，為國奉獻；現僧相後自備經書、食物，往軍中弘法，接引袍澤，經常奔波於軍中弘法，熱心倡導建立軍中道場，東林精舍、紫林精舍、棲蓮精舍等接引傷患學佛；自身患病時仍深入痲瘋病院主持佛七，將官兵皈依學佛者，難以計數。示現著為法忘軀，但也積勞成疾。

民國38年僧難發生後，發動友好極力營救，曾與立法委員董正之、監察委員丁俊生，合商對策，僧俗各界奔走斡旋，包括律航、斌宗、東初、無上等法師，以及國代李子寬、孫立人之妻張清揚、法學家吳經熊、「軍統居士」廖化平等，都傾力相救。僧人出獄後，雖仍受嚴密監控，但總算能安心辦道。

後政府有一政策攸關佛教興衰，即內政部44年頒布「不得新建寺廟，舊者重修亦須呈准」之行政命令，內政部召開會議，僧眾憚於政府權威不敢參加，僅師一人出席與會，並依據憲法與之力爭，使此一違憲行政命令停止實施。

由將軍相現僧伽相，成為佛門重要法將，對佛

教貢獻誠屬不可磨滅。

山高水長，風範永存

先師出家後，深入經藏，專修淨土，淨宗學人之導師，行住坐臥間佛號不離口，念珠不離手，至心求願往生西方，每念至「是日已過，命亦隨滅，……」聲淚俱下，精誠萬分。佛號萬聲，晝夜禮誦，跪拜念佛，痛哭流涕，非力竭不休。

先師主持佛七，參加者多至千餘人。47年冬，台中靈山寺佛七，窗外及陽台擠滿信徒，寧願淋雨聽法，不願離去。著有《念佛入門白話解》、《百日念佛自知錄》。

1960年5月28日，結跏趺坐於丈室，一心默念佛號時，寂然入定，親見「西方極樂世界之莊嚴相，法會中人數之多，世所未見，又遇已往生之蓮友多人。」6月11日圓寂，遺囑交待「骨灰交廣元暫存……」。原擬帶回師家鄉安葬，現因其家鄉環境變異，不利安葬，在淨律寺後方佛教公墓第一排中央位置，興建「律航大師舍利塔院」，安奉先師骨灰。去年蒙善導寺董事長如乘法師和住持大慧法師鼎力協助，重修該塔，煥然一新。

師恩浩瀚，終生難忘，山高水長，風範永存。

高樹戒幢 續佛慧命

佛恩寺師徒示現有願必成

陳昭伶

十餘個國家戒子前來求戒

台中太平佛恩寺今年傳授三壇大戒會，3月3日至4月16日共45日，因戒師陣容堅強，並增加講解戒律之課程，吸引十餘個國家戒子報名，計有美國、加拿大、澳洲、紐西蘭、新加坡、印度、泰國、馬來西亞、印尼、越南及兩岸三地等，其中有圖丹卻准長老尼（達賴喇嘛美籍弟子）在美國的5位徒弟前來求戒。

佛恩寺當家宏定法師表示，108年本寺首屆三壇大戒，圖丹卻准尼長老的弟子寶燈法師和宏月法師，分別已出家34年和17年，遠從美國來佛恩寺受戒。戒會圓滿那天，他們激動到熱淚盈眶，終於完成多年來的心願，告假時不停的道謝。這次他們有5位師兄弟報名受戒。

戒會原規畫錄取兩百位戒子，期望在衣食住

行，給與戒子最好的安排與照料。額滿後因各方請託，雖已回覆床位不足，但有報名者表明自願睡在地板，才增加至237位戒子。因此重新安排寮房，並添購新床鋪和用品，企盼戒子以最佳狀態受戒、上課，得上品戒。

三壇戒師，恭請宗興長老為得戒和尚、法藏長老為羯磨和尚、本因長老為教授和尚。恭請圓明和尚為開堂和尚。比丘尼戒壇三師，恭請悟因尼長老為得戒尼和尚、心航尼長老為羯磨尼和尚、達碧尼長老為教授尼和尚。

歷來的三壇大戒會，時間較為匆促，一個月的時間內，新戒子要聽講沙彌律儀、毘尼日用、菩薩戒、比丘、比丘尼戒，要學習各種規矩威儀，演禮受戒儀式，還有請戒、懺摩、正授等佛事，戒師對戒律的講解較為簡要。因此，佛恩寺將戒期延長為一個半月。

宏定法師表示，加強基礎行儀的訓練與戒律的講解，期許求戒者語默動靜皆能如法如律，可以「像佛形儀，具佛戒律，得佛受用」，僧伽當以佛的威儀為榜樣，當以具足佛制的戒律為任務，獲得佛的心法為受用。

不可思議的師徒緣

筆者問宏定法師：佛恩寺傳授三壇大戒的因緣。

法師說：師父的遺願。

廣壩老和尚與宏定法師有特殊的法緣。宏定法師回憶出家前，即在台中工作，曾親近廣欽老和尚、惟覺老和尚、妙蓮老和尚、妙境老和尚等等，也曾有師父鼓勵他出家。有次他主動向廣欽老和尚提：「師父，我要皈依您！」

老和尚說：「皈依可以。」又斬釘截鐵的說：「你師父在等你！」

他好奇的問：「我師父長什麼樣子？」

老和尚描述了長相和體型，但他還是無法具體想像。老和尚就說：「會示現給妳看。」

某天夜裡，夢見廣欽老和尚與他站在高處，一起往低處俯看。看見有一個佛堂，他與一位陌生和尚認識的經過，隨即皈依三寶的場景。



99.01.01廣壩老和尚（中）和宏頂法師（左）出席宏定法師（右）於新社創建觀音禪寺之歲末圍爐。

此情景烙印腦海，認定他的師父是位外省籍師父，他遍訪台灣外省籍法師，遍尋不著夢中師父。

有一天，有位居士邀他隔天去台中太平某間佛寺參訪，他因工作關係而婉拒，那天徹夜輾轉難眠，忽然想到那位居士的邀約，因此向公司請假，一同前往——當時只有幾間平房的佛恩寺。

踏進寺中，見到佛堂和廣壩老和尚，內心震撼不已，竟和夢中的場景、人物一模一樣，激動到無法自己，當場皈依廣壩老和尚。

從此，追隨廣壩老和尚，以師志為己志，輔助老和尚建寺、弘法之法務。號召20位信眾護持水懺法會，近四十年間，每月的水懺法會未曾間斷。

爾後，分期購置土地，興建土木，並依序興建觀音殿、彌勒殿、地藏殿、華嚴殿、西方殿等主體建築，始有今日之規模。陸續舉辦結夏安居、禪七、佛七、八關齋戒、水陸普渡法會等活動。

弘揚毘尼·續佛慧命

開山方丈廣壩老和尚，湖南人，民國16年生。為保家衛國，於抗日期間入伍。

民國38年隨軍來臺，讀了慈航菩薩《菩提心影》，萌生出家念頭，追隨慈航菩薩及律航和尚修

行，退伍後即依律航和尚，剃度出家，嗣法曹洞宗。

民國60年，廣壩老和尚開始駐錫台中太平頭汴坑弘法，秉持其師念佛法門，領眾老實念佛。

老和尚於民國89年應靈泉寺禮請為三壇大戒尊證和尚，深感受續佛慧命、正法久住，必須提倡戒律，自此誓弘毘尼。即《十誦律》所言：「過去佛法幾時住世？佛言：隨清淨比丘不壞法說戒時，名法住世。又問：未來佛法幾時住世？佛言：隨清淨比丘不壞法說戒時，名法住世。又問：今世尊法幾時住世？佛言：隨清淨比丘不壞法說戒時，名法住世。」

佛法住世時間的長短，取決於戒律弘揚的情況和僧尼持戒的程度，三世諸佛皆是如此。三壇大戒延續僧伽命脈，經過三壇正授之僧寶，才能承擔「上求佛道，下化眾生」之如來家業。

宏定法師說：「民國96年先辦理在家戒會，傳授五戒、菩薩戒，淨心長老、廣元長老和圓宗長老為三師和尚。師公有10位弟子，廣元長老是大師兄，師父排行第八，大師伯一直以來給予佛恩寺很多指導。」

民國98年，廣壩老和尚率弟子拜訪諸山長老，

商議中部傳戒事宜，同時加緊腳步建設寺院硬體設施。不料身體健朗的老和尚，連看報紙都不用老花眼鏡，忽於民國99年10月示寂，三壇大戒也延宕無期。圓寂前，囑咐弟子弘揚毘尼，續佛慧命！

難行能行 完成老和尚遺願

宏頂法師接任第2任住持，為完成老和尚遺願辦理三壇大戒，與宏定法師等師兄弟持續建設戒壇、講堂、齋堂、中央廚房、照壁、觀音菩薩許願池、廣場蓮花池、觀音亭等，並廣植樹木綠化，美化莊嚴道場。

宏定法師表示，宏頂法師秉持師父風範，也是位老實修行人。宏頂法師出家前是佛恩寺大護法，捐款建設彌勒殿、地藏殿的擋土牆、樓梯及停車場，方便連續三年舉辦水陸大法會。我們都曾親近妙境長老，研修《瑜伽師地論》，精進禪修。曾邀請妙境長老於佛恩寺舉辦精進禪七，為主七和尚，大眾深得法益。

佛恩寺住眾並不多，也沒有名寺豐沛資源，辦理三壇大戒之法務繁重瑣碎，實在是因難重重，但弟子們仍心心念念於此，惟恐辜負師恩。

宏定法師說：「為完成師父未遂之大願，每日

於韋陀菩薩、伽藍菩薩及師父法相前至誠祈求，因緣具足。再苦再難都要堅持下去，也許難行能行是師父最好的遺教。」

弟子們經過八年多的努力，於民國108年3月6日啟建三壇大戒及在家居士戒，戒期52日，終於達成師父「紹隆佛種，正法久住」之大願。

傳揚如來戒法 一往無前

2月底，筆者到佛恩寺專訪宏定法師，全寺總動員籌備戒會，裡裡外外都有四眾弟子忙碌的身影，每個角落可見用心的整修與美化，每個角落都貼上結界編號的標誌，108年已如法如儀進行結界、辦理傳戒，讓每位戒子得到清淨戒體。

告假前，忍不住問宏定法師：「師父，三壇大戒開銷很大，只有二百餘位戒子，必然入不敷出？」

法師未露出擔憂的表情，反而以堅定的眼神回應：「全寺大整修已透支一大筆錢，他和住持師父都向銀行貸款，為共同完成師父遺願，傳揚如來戒法，應當義無反顧。」

採訪中，有年輕比丘尼因多日來忙碌，身體微恙，向法師稟報要外出就醫，法師關心的問：「有

車子嗎？錢帶夠嗎？」

法師邊說邊拿錢給弟子帶著備用。

又有陸續報到的引禮師父和戒子，他們都上前向宏定法師行問訊禮，法師非常親切招呼他們，殷勤說明掛單注意事項，鉅細靡遺統籌各項法務，忽然也解答了我的疑惑——為何佛恩寺可以一而再的啟建戒幢。

師徒共同示現：有願必成！

宏定法師說明道場興建與傳戒經歷時，綻放出過人的睿智與氣魄，內心不由的升起欽敬之情，兩個小時似乎只有一炷香時間，不捨的向法師告假。

法師縱使忙到不可開交，卻說：「妳剛才說找不到『戒壇』，我帶妳去。」

法師帶我從一樓到頂樓，齋堂、華嚴殿、西方殿、法堂、寮房、大講堂、多功能會議室、比丘尼戒壇、戒壇。華嚴殿前有大平台，兩側供奉兩大尊韋陀和伽藍菩薩，這裡就是宏定法師日日祈求平息風波，推進法務的場域。

在平台可遠眺太平山景，俯瞰山門、照壁、觀音菩薩許願池、廣場蓮花池、觀音亭等，宏定法師指著蓮花池說：「左右兩側加起來共有18層，蘊涵

18界，出入山門即提醒『照見五蘊皆空』」。

3樓西方殿相當寬敞，是戒子早晚課、演禮和懺摩的佛殿。繞行至後方是講堂，兼作齋堂，有一整面牆是有編號的置物櫃，是為戒子規劃可收納戒本和文具用品。

登上頂樓，最後方有一間平房懸掛著「戒壇」牌匾，有居士正在忙著布置，我上前拍幾張相片，宏定法師介紹：「戒壇看起來像在佛殿頂樓，但是下方並沒有建築物，是可通地心的實地。」

戒會非常態性活動，通常「戒壇」是臨時布置之場地，較少有固定之建物。由此又可見佛恩寺對弘揚如來清淨戒法之決心。

對上為報佛恩、師恩，對下慈愛護佑，培育後輩，宏頂法師和宏定法師帶領常住和弟子不畏各種艱辛與困難，勇往直前，絕不退縮。宏定法師談到各種建設和發展，不計個人得失，都是以利益道場與眾生為出發點，著實擔負起如來家業。

若非發大心發大願，難以挑起這麼沉重的擔子，宏定法師雖已現大丈夫相，我卻想以一女中豪傑「四字來形容他。

佛恩寺師徒共同示現：有願必成！達成難行能行的大願！

新書推薦：

編輯部

《金庸墨蹟》

《飛狐外傳》結尾圓性唸頌：「一切恩愛會，無常難得久……。」

《笑傲江湖》中儀琳為令狐大哥祝禱：「念彼觀音力，疾走無邊方……。」

《天龍八部》以佛教八種護法鬼神命名，以佛理貫串全書，看人間百態與塵世歡苦。

迎接「金庸百年」出版《金庸墨蹟》

金庸先生（1924～2018）閱讀了大量的佛經典籍，撰寫〈論色蘊〉論文，翻譯《法句經》，並將佛教思想融入創作的小說中。

他是擁有全球華文最多讀者的作家，小說以大歷史為背景，融中華文化於其中，在武俠世界創造許多絕世武功，而在現實世界中，佛法就像是他的秘笈寶典，是心法的來源。

創造了巨大的文學成就，而後輻射出藝術、影

劇，作品有英、法、義、德、希臘、波蘭、芬蘭、西班牙、日、韓、泰、越、馬來、印尼等多種譯文。曾獲頒海內外眾多榮譽，於2002年榮獲「諾貝爾文學獎」提名。

「抄經」，是學習佛法的途徑之一，有求智慧、勇氣、慈悲的信仰價值，能令人生清淨心，體悟佛法般若，明瞭如來真實義。

遠流為迎接「金庸百年」，收錄了金庸親筆抄寫的經文偈句68頁，紀念金庸百周年誕辰，結集出版《金庸墨蹟》。此書是金庸手抄佛經真跡首度公開！有《金剛經》、《華嚴經普賢行願品》、《地藏菩薩本願經》等經文段落和偈頌。

遠流號召「榮譽俠士」筹建金庸博物館

2018年金庸先生過世，遠流負責人王榮文有了在台灣籌建金庸博物館的念頭，並於2020年獲得金

“

生命中再也沒有比這更重要的事。
自己得到自由，
也要幫助別人得到自由，
這是人生的目的。

金庸



庸遺孀查太太的信任，獨家受贈一批珍貴的金庸文物，其中包括上萬本藏書，超過六百件的私人收藏品、五十多件與金庸生活密切相關的傢俱。

藉此次集資，遠流號召首批「榮譽俠士」，一起創造參與這座台灣金庸博物館，讓金庸及武俠小說不會成為只能復刻、回憶的文本，而是一個可以在世界上發光，在台灣這片土地持續向下紮根的文化資產。若有興趣可聯繫遠流客服，電話：(02)2571-0297分機888，信箱：ylib@ylib.com

遠流出版表示，無論是否願意成為首批「榮譽俠士」，都誠摯邀請讀者填寫「台灣金庸館大調查」問卷，表達具體意見。調查結果移交給未來的運營團隊，期待打造出一座真正集眾人之想像的金庸博物館。問卷網址：<https://lihi.cc/C0U7Y>

金庸談佛法與人生

我閱讀了無數書籍，探究「生與死」的秘奧，詳細的研究了一本英國出版的《對死亡的關懷》(Man's Concern With Death)。其中有湯恩比博士一篇討論死亡的長文，這篇長文有不少精湛的見解，但不能解答我心中對「人之生死」的大疑問。這個疑

大方廣佛華嚴經入不思議解脫境界普賢行願品

爾時普賢菩薩摩訶薩稱歎如來勝功德已告諸菩薩及善財言善男子如來功德假使十方一切諸佛經不可說不可說佛刹微塵劫相續演說不可窮盡若欲成就此功德門應十種廣修行願何等為十
 一者禮敬諸佛。二者稱讚如來。三者廣修供養。四者懺悔業障。五者隨喜功德。六者請轉法輪。七者請佛住世。八者常隨佛學。九者恆順眾生。十者普皆迴向。善財白言大聖云何禮敬乃至迴向普賢菩薩告善



問，當然只有到宗教中去求解答。我在高中時期曾從頭至尾精讀過基督教的新舊約全書，這時回憶書中要義，反覆思考，肯定基督教的教義不合我的想法，後來我忽然領悟到（或者說是衷心希望）亡靈不滅的情況，於是去佛教書籍中尋求答案。

後來讀到《雜阿含經》、《中阿含經》、《長阿含經》，幾個月之中廢寢忘食、苦苦研讀，潛心思索，突然之間有了會心：「真理是在這裡了。一定是這樣。」不過中文佛經太過艱深，在古文的翻譯中，有時一兩個字有完全歧異的含義，實在無法了解。

於是我向倫敦的巴利文學會訂購了全套《原始佛經》的英文譯本。所謂「原始佛經」，是指佛學研究者認為是最早期、最接近釋迦牟尼所說佛法的紀錄，因為是從印度南部、錫蘭一帶傳出去的，所以也稱為「南傳佛經」。大乘佛學者和大乘宗派則貶稱之為「小乘」佛經。

英文佛經容易閱讀得多。南傳佛經內容簡明平實，和真實的人生十分接近，像我這種知識分子容易了解、接受，由此而產生了信仰，相信佛陀（印度語文中原文意義為「覺者」）的的確確是覺悟了人生的真實道理，他將這道理（也即是「佛法」）

傳給世人。

我經過長期的思索、查考、質疑、繼續研學等過程之後，終於誠心誠意、全心全意的接受。佛法解決了我心中的大疑問，我內心充滿喜悅，歡喜不盡——「原來如此，終於明白了！」從痛苦到歡喜，大約是一年半時光。

隨後再研讀各種大乘佛經，例如《維摩詰經》、《楞嚴經》、《般若經》等等，疑問又產生了。這些佛經的內容與「南傳佛經」是完全不同的，充滿了誇張神奇、不可思議的敘述，我很難接受和信服。

直至讀到《妙法蓮華經》，經過長期思考之後，終於了悟——原來大乘經典主要都是一「妙法」，用巧妙的方法來宣揚佛法，解釋佛法，使得悟性較差的人能夠了解與接受。

對於我，雖然從小就聽祖母誦唸《般若波羅蜜多心經》、《金剛經》和《妙法蓮華經》，但要到整整六十年之後，才通過痛苦的探索和追尋，進入了佛法的境界。在中國佛教的各宗派中，我心靈上最接近「般若宗」。（本節節錄《探求一個燦爛的世界：金庸·池田大作對談錄》）

* 以上圖文由遠流出版事業股份有限公司提供。

教訊

了中和尚圓寂兩周年 善導寺舉行追思法會

【本刊訊】世界佛教僧伽會前會長、善導寺退居方丈了中老和尚圓寂兩周年，善導寺於3月9日舉行追思法會，四眾弟子雲集大雄寶殿，誦念普賢菩薩行願品與佛前上供，向了中老和尚蓮位拈香致敬，共同緬懷老和尚。

3月4日，第11屆世界佛教僧伽會會員大會在紐西蘭奧克蘭召開，會中選舉會長，第10屆世僧會首席副會長兼秘書長慧雄長老眾望所歸，擔任新1屆會長。大會結束，慧雄長老立即啟程來台北善導寺，參加追思法會。

3月9日上午9時30分，慧雄長老一行抵達善導寺，董事長如乘法師引導大眾至舍利殿，向大眾介紹去年完成的祖師牌位。慧雄長老上前向了中老和尚稟報：本屆大會在紐西蘭奧克蘭召開圓滿成功，有世界超過五百多位諸山長老、法師與會。本次會議主題為「回歸自然·和諧共生：融入現代科技數位時代·致力於保護地球與淨化心靈」，並收到各國與新時代

科技數碼發展相關的演講稿26篇，在有限的時間結集出版文集。

慧雄長老緬懷老和尚生前對他們的教導與提携，說：本屆有26位副會長，分別負責世僧會在各自國家和區域的事務。世僧會在您長年領導與努力下，團結了南北藏傳僧伽，未來將在此基礎上，與世界各國副會長共同秉承創會宗旨，領導僧伽共同致力於追求世界永久和平，並為人類心靈淨化做出了貢獻。

明光長老也表達對老和尚的感恩之情：感謝了中老和尚的接引指導，而參與中國佛教會青年會務，先後擔任世界佛教僧伽會青年委員會主任委員、弘法委員會主任委員。

接著，慧雄長老一行人至2樓大雄寶殿，領眾上供，共祈國泰民安，風調雨順，國運昌隆，法輪常轉，法界眾生，平安吉祥！

新北佛教會就職典禮 嘉賓蒞臨善導寺祝賀

【本刊訊】113年2月22日（農曆1月13日），新北市佛教會於善導寺大雄寶殿隆重舉行第15屆理事長、理監事就職典禮暨新春團拜，諸山長老、法師、各界嘉賓蒞臨祝賀如乘法師蟬連理事長，並互道新春吉祥，

正值新春佳節，進行新春上供祈福儀式，匯聚四眾願力，祈願諸佛菩薩慈悲加持，世界和平、國泰民安，大眾身心康泰，平安吉祥。

活動在三寶歌聲中揭開序幕，如乘法師首先向大家拜年，並感謝各界嘉賓蒞會指導，他表示，一路走來，最感謝的是長輩對我的教導與提携，宏安法師和見引法師遠從高雄和屏東前來，個人感到無限歡喜、無限光榮。本人謹代表善導寺歡迎大家，也代表新北市佛教會感謝大家對本會的支持，祝各位長官、各位法師新年新氣象，所求如意，大降吉祥。

中國佛教會明光長老致詞表示，如乘法師帶領新北市佛教會邁向新里程，蟬連理事長之就職典禮在台北首創善導寺，相當殊勝，佛教很多重要活動在此舉辦，我們所尊敬的世界佛教僧伽會會長了中老和尚也曾駐錫在此，令大眾無限感懷。如乘法師秉持老和尚教導，承繼如來家業，新北市佛教會在他的帶領下會務蒸蒸日上。最後，祝禱國運昌隆，世界和平。

臺灣佛教總會理事長宏安法師致詞表示：今天來善導寺感觸很深，臺灣佛教是在中國佛教會理事長白聖長老努力下開展，很多佛教活動在此辦理，

了中長老擔任秘書長，大力輔佐白聖長老，廣傳佛教，才有今日佛教興隆景象。今日如乘法師任重道遠，續佛慧命，諸山長老、法師前來祝賀，大家一起廣傳佛法，廣度眾生。

屏東縣佛教會理事長見引法師表示：屏東縣佛教會路途最為遙遠，但是感恩了中老和尚對後輩的慈愛，所以一大早就趕高鐵北上，不料是最早抵達善導寺的，這代表著屏東佛教界滿滿的祝福，祝新北市佛教會在如乘法師的帶領下，會務興隆。

另，有南投縣佛教會理事長圓明法師、中華大乘佛教會理事長界雲法師、中華佛教比丘尼協進會理事長常露法師、民政局代表等分別致詞恭賀該會理事長、副理事長暨理監事就職。

新北市佛教會為慶祝佛曆2568年釋迦牟尼佛聖誕，4月14日（農曆3月6日）即將於三重綜合體育館盛大舉行浴佛大典祈福法會，在團拜後緊接著召開理監事聯席會議，討論浴佛慶典籌備相關提案，以利活動順利進展。

永康商圈元宵嘉年華 明光長老領眾共祈福

【本刊訊】台北市大安區永福生活圈社區發展協會為慶祝113年台北燈節，於2月24日盛大舉行民

俗元宵提燈籠祈福嘉年華會，邀請大雄精舍協辦。

為此，明光長老帶領四眾弟子特製可以舞動的龍燈及觀音菩薩花燈，2月4日下午9時，先行在大雄精舍，明光法師手持龍珠，帶領龍燈隊伍行步輕舞圍繞觀世音菩薩，為新的一年祝福平安吉祥如意！

元宵節當天晚上，信眾陸續前往大雄精舍前聚集，明光長老先帶領大家祈福，共同祈願：神龍顯瑞國運昌，士農工商都興揚。天地祥和民安樂，感恩行善福壽康。

鼓聲響起，護法金剛手持著大雄精舍布旗出發，明光長老沿途灑淨，十餘位護法金剛共同舉起龍燈向前行，接著有十幾位師兄師姐合力推著觀音菩薩主燈。

有木柵國中舞獅團在信義路對面路口等候，敲鑼打鼓聲此起彼落，出現廟會的熱鬧景象，在車水馬龍的永康商圈，吸引來來往往民眾圍觀，連外國人也舉起手機不斷拍照，還有法師沿途發小燈籠，大小朋友提著燈籠隨行，一同前往永康公園會合。

人潮一直往永康公園聚集，舞龍舞獅表演後，明光長老帶領民眾祈福。明光長老表示，藉此活動發揚傳統優良文化，使國家顯現祥瑞願景，讓士農工商都有所開展興揚，天地祥和、風調雨順、人民安樂，



明光長老帶領民眾祈福。

大家心存感恩，飲水思源，努力工作，樂於行善布施，自然生活富裕，身體平安健康！

接著，隊伍在整個商圈踩街，願所有見聞者歡喜平安！祈福嘉年華會讓大朋友回味兒時傳統遊行，小朋友體驗提小燈籠樂趣，外國遊客感受東方民俗節慶，共度難忘佳節。

華梵師生參訪善導寺 邀參加韓國佛藝活動

【本刊訊】華梵大學教授陳明華於3月18日，率廿餘位佛教藝術碩士班研究生以及大學部學生參訪善導寺。

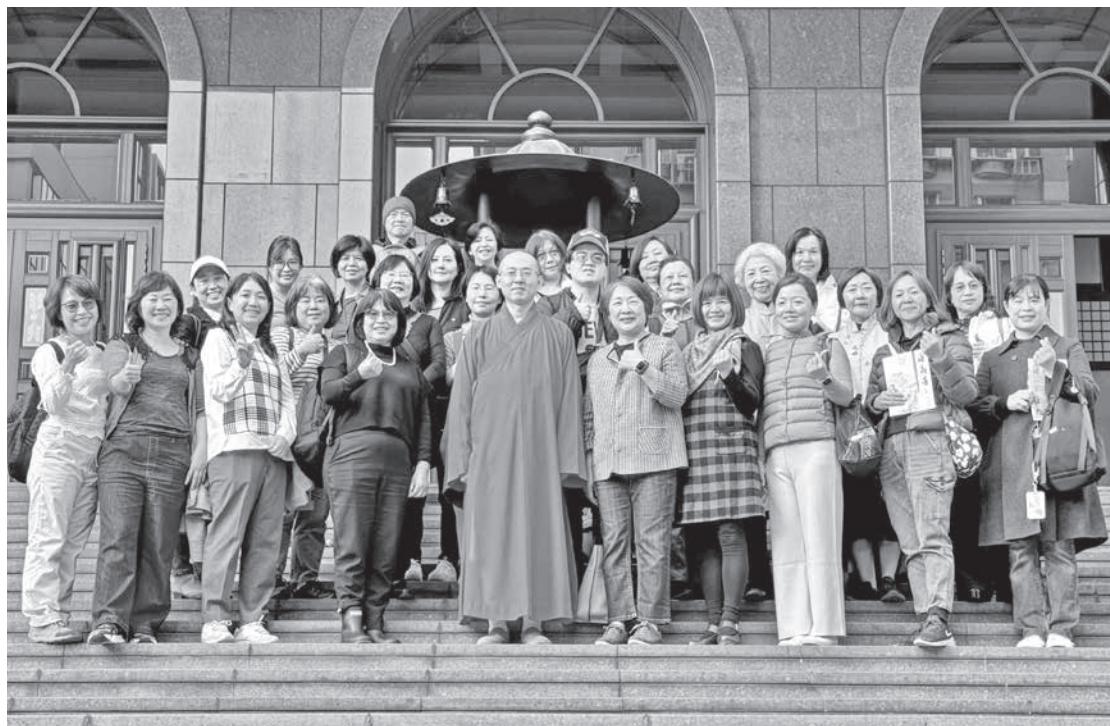
首先住持大慧法師在中庭迎接大家，介紹1樓的石碑《善導寺重建大雄寶殿碑記》，由前任住持了中老和尚（1930~2022）於2003年所撰述，可以簡要認識善導寺的歷史與發展。接著引導大眾至大雄寶殿禮佛，並簡介供奉『二尊佛』之深義。

舍利殿供奉阿彌陀佛和善導大師、法然大師，由本刊主編陳昭伶小姐導覽，說明善導大師的觀佛三昧、念佛三昧的解行成就，再到其書法、繪畫、塑像、詩歌、音樂等非凡造詣，大家所熟知的龍門石窟盧舍那佛像，即大師所設計、監造，締造馳名古今的世界級藝術瑰寶。

有「智慧第一」美稱的日本鎌倉時代法然大師，閱讀大藏經5遍，旁及諸子百家之書，卻未能得出離之要旨。43歲時，讀到善導大師著《觀無量壽經疏》之「一心專念彌陀名號」文句時，忽悟得彌陀心要，專意念佛。後，創立日本淨土宗，並尊善導大師為高祖。

陳主編強調，最令人動容的是，淨土信仰原只在貴族中流傳，而戰亂頻仍下，庶民生活苦不堪言，法然提倡的稱名念佛，簡單易行，普羅大眾歡喜信受，淨土法門普及各個階層及偏鄉地區。法然示寂，葬於大谷墓所，後改建為京都東山知恩院，成為淨土宗總本山。善導寺是「知恩院」在台灣的別院，是當時日本淨土宗在台的布教中心。

善導寺在大家印象中是首都首刹，但是善導寺的歷史與台灣政治、台北市發展息息相關，也可說是日治時期後台北發展的縮影。陳主編指出，光復後，善導寺由台北市教育局接管，多年為政府機關佔據辦公及其眷屬作居家之用，太虛大師的皈依弟子李子寬居士、歷任董事長與住持多年的努力下，台北市兵役科及交通警察大隊才陸續遷出，1982年財政部國有財產局終於捐贈歸還本寺不動產。這時寺方才有更多的空間與資源陸續舉辦仁王



華梵大學佛教藝術碩士班教授陳明華（前排右5）帶領研究生參訪善導寺。

護國法會、世界佛教僧伽會大會，迎請佛陀舍利，發行海潮音，設立太虛圖書館、佛教博物館等等，發揚太虛大師人生佛教精神。

大慧法師解說善導寺的原名是「淨土宗台北別院」，佛龕上有日本淨宗標誌的雕刻，向大家介紹阿彌陀佛像的造型特點，以及活動式精緻佛龕，加深大家的印象。

接著，到歷代佛像雕塑陳列館、歷代名家書畫展覽館、佛教文物藝品陳列館參觀，大慧法師向大家介紹所珍藏弘一大師、了中老和尚等戒牒，駐足欣賞幾位名家墨寶，研究生們讚聲連連。

有幾位研究生興高采烈表示，他們經常經過善導寺，到今天才了解善導寺的歷史與文化內涵。原本預計2個小時的參訪活動，多位同學留下來拍照和交流，一直到5點，才依依不捨道別！

陳明華教授研究領域為韓國佛教文化、東亞觀音造像藝術、韓國美術與繪畫研究，她表示，很感謝住持和尚的安排，研究生們收穫很多。近期在台灣舉辦韓國佛教活動，7月間也會組佛教文化團，參訪韓國佛教團體，歡迎大家參加，促進兩國佛教文化之交流。

教界服務

《阿茶與師父》故事音樂會

監製／唱誦：天崧法師

導演／演唱：楊偉漢

高雄場：6月8日7:30pm開始，地點／國立科學工藝博物館（南館）。

台北場：6月15日7:30pm開始，地點／中影八德大樓演講廳。

熱線：0972-616-459



購票掃描



Line掃描

中台世界博物館《佛·國》—館藏泰國造像特展

有著「黃金之地」、「黃袍之國」美稱的泰國，自古即受佛教文化的薰陶，佛像造型更是千變萬化，佛教更是泰國人民的心靈寄託。

展期：即日起至2024年5月19日（日）

地點：中台世界博物館3樓301B、302B特展室

優惠內容：

1. 優惠一：泰國民眾免費參觀。
2. 優惠二：加入IG或FB好友並分享指定貼文，於購票時出示畫面可享雙重優惠：①全票優惠75折（原價200元，優惠價150元）②本館語音導覽機半價（原價100元，優惠價50元）

佛教弘誓學院113學年度招生啟事

學制特色：

1. 每月集中上課，以兼顧道場職務與學業進修；修課期間，可通勤往返。
 2. 專修部——3年畢業；每月集中上課4天。研究部——採學分制；每月集中上課1至4天。
 3. 本院已與玄奘大學宗教與文化學系合作，學眾若入玄奘大學宗教學系、所或學分班就讀，已修相同科目得於入學後申請抵免學分。
- 考試日期：113年5月18日／佛教弘誓學院
報名日期：即日起至113年5月10日止
報名手續：詳情請至弘誓網站查詢。

讀者回響

陳老師你好：

閱讀海潮音雜誌廿餘年，會針對有興趣之文章閱讀，二月份收到大改版的海潮音，翻閱彩色頁的佛陀故事和佛教藝術後，接着拜讀所有文章，這是第一次從第一個字閱讀到最後一個字。感覺內容豐富又精彩！慈航菩薩的小故事令人印象深刻，希望增加類似的文章。

祝吉祥

讀者 周復平 敬上

註：周復平居士為政戰上校退役之三寶弟子。

菲律賓隱秀寺住持 法淨法師

收到新一期的海潮音，編排令人耳目一新，增加多元化內容，看的出來編輯部花了不少心思，發揚太虛大師「應導現代人心正思」的精神，辛苦是值得的，也令人敬佩。

高雄 陳麗華師姐

昭伶老師：海潮音雜誌收到了，一拆開就有驚喜，封面彩色而且內容更多元更豐富。感謝您的用心，相信所有讀者都會感受到新年新氣象，祝福海潮音蒸蒸日上，法水長流。

捐款鳴謝

十方學舍	10,000元	江永岳大德	500元	徐豐家大德	200元
大慧法師	10,000元	黃冠銘大德	300元	徐薪和大德	200元
振元法師	5,000元	黃品瑄大德	300元	陳李秋玉大德	200元
開印法師	2,000元	張文英閣家	200元	陳柏偉閣家	200元
三寶弟子	2,000元	林秋米大德	200元	陳威融大德	200元
如觀法師	1,000元	陳國賢閣家	200元	陳世桓大德	200元
宏宗法師	1,000元	張正秋大德	200元	智炬大德	200元
德融法師	1,000元	陳信宏大德	200元	CO CO大德	200元
張福進大德	1,000元	陳伶俐大德	200元	顏淑萍閣家	100元
黃品瑄大德	1,000元	陳怡伶大德	200元	三寶弟子	100元
林柏宏大德	1,000元	紀天賜閣家	200元	萌萌大德	100元
林宥任大德	1,000元	紀冠良大德	200元	金烏大德	100元
簡浩誠大德	1,000元	紀冠州大德	200元	三寶弟子	100元
簡方勻大德	1,000元	紀思好大德	200元	善婉大德	100元
簡志宇大德	1,000元	薛書羽大德	200元		
葉映廷大德	500元	三寶弟子	200元		

海潮音雜誌社 謹誌

113.3.25

助印功德回向

願消三障諸煩惱，願得智慧真明了；
普願罪障悉消除，世世常行菩薩道。