

妙林

善妙題

宗旨：弘揚佛法
提升品德
推行淨土
淨化人心

 MIAO LIN

第34卷 10月號

本刊贈閱 歡迎索取

西元二〇二二年十月三十一日發行（雙月刊）佛曆二五六六年
發行所：元亨寺 妙林雜誌社 E-mail: miaolin666@gmail.com
社址：804 高雄市鼓山區元亨街七號
元亨寺網址：<http://www.yht.org.tw>



【影畫集錦】

- 01 慈仁慈善會 感恩戶濟品發放
- 02 中國佛教會
- 03 觀音法會

【菩公遺訓】

- 04 觀境法..◎菩妙和尚

【佛學轉引】

- 05 《達磨大師破相論》講記(三)..◎釋會忍
- 10 論《解脫道論》中的「三十七道品」(二之九)
——體證四念處 成就涅槃道..◎丁孝明
- 16 印光大師對傳統倫常之重建(五)..◎釋存德

【妙林園地】

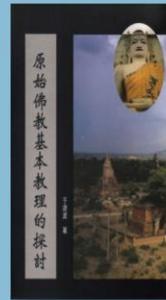
- 24 經典選讀——《勝鬘經》講記(二十二)..◎釋演培
- 33 佛七開示·外篇——以《慧明法師開示錄》中第十三座
——略述「應無所住而生其心」之意涵(六)..◎釋會智
- 38 老實修行——寂靜自在 淨明老和尚(十二)..◎釋會忍
- 45 洲渚片跡選四——冬日還有暖陽..◎釋法觀
- 49 波羅蜜園地——覺醒的走..◎釋生定
- 52 養生方..◎了圓
- 55 西楚霸王..◎陳海晏
- 65 發願..◎如誠
- 73 健康有約——乳癌的免疫治療新時代·術前全身性治療..◎蕭君平/高理鈞 醫師
- 76 教息會報
- 77 元亨菜根譚——仁義信愛..◎釋淨明
- 78 清心小品——刮刮樂..◎若水



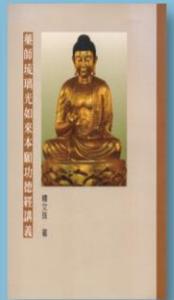
臨濟禪法述略



淨土漫談



原始佛教
基本教理的探討



藥師琉璃光如來
本願功德經講義

《妙林》第三十四卷 十月號

西元一九八九年元月一日創刊
 西元二〇二二年十月三十一日發行
 創辦人·菩妙和尚
 發行人·釋淨明
 編輯·釋會忍、釋忠定、許覺愍
 校稿·釋忠定
 完稿·妙林編輯部
 寄發組·辛俊德
 法律顧問·吳信賢律師
 發行所·妙林雜誌社
 E-mail·miaolin666@gmail.com
 社址·高雄市鼓山區元亨街七號
 NO.7 YUAN-HENG STREET
 KUSHAN DISTRICT KAOHSIUNG,
 TAIWAN, R.O.C.
 電話·(07)521-3236~9分機306
 傳真·(07)551-2164
 郵政劃撥·41881508劉英治(釋淨明)
 印刷·美育彩色印刷股份有限公司
 行政院新聞局登記局版高市誌字80號
 高雄郵局許可證 高雄字第613號
 中華郵政新雜字第000052號登記為雜誌交寄
 ◎請尊重·著作權益

封面：推廣教育中心·攝影班/蔡錫榮

封底：推廣教育中心·電腦班/陳友義



①~⑥ 慈仁慈善會的「感恩戶濟品發放」，於民國111年8月14日，假元亨寺光明樓舉辦高雄鼓山區、鹽埕區濟助物質的發放，還有紅包給予資助。是日，慈仁慈善會的會長會雲法師，帶領志工團隊共同合作，將愛心、關心送到每一個需要幫助的手中，以達到佛教無緣大慈、同體大悲的精神。另外，於8月20日，假屏東萬丹鄉公所，亦將這份的愛心遠送到萬丹鄉，除了米及乾糧外，亦有愛心紅包。關心戶人人滿心的感恩與歡喜，對於十方的慷慨布施獻上無盡的感懷。真是人間有愛的最好寫照。(慈仁慈善會·提供)





⑦~⑫中國佛教會於民國111年9月16日上午9時，假妙清講堂(新北市中和區)召開「第二十屆第一次全國會員代表大會。」在三寶歌中揭開大會的序幕，首先，舉行頒獎典禮，對於襄助會館修繕、會務推動、111年度仁王護國息災祈福大法會等的捐贈者頒發獎狀以資感謝。元亨寺住持淨明和尚代表領取仁王護國法會的感謝狀，以及淨明和尚個人對該法會的護持獎狀。在主席淨耀法師的致詞，及長官貴賓的致詞祝福中，大會功德圓滿。同時也進行第二十屆理事、監事選舉之事宜，選賢與能，推動法務，法輪常轉。(妙林編輯部)





⑬~⑱元亨寺於民國111年10月14日(農曆9月19日)舉行觀音出家法會，是日大雄寶殿的殿堂依然非常的肅穆莊嚴，不受疫情的影響，法會照常舉行。由元亨寺的諸位法師帶領四眾弟子非常虔誠的誦《普門品》一部為之祝賀。同時也祈求觀世音菩薩能聞聲救苦，在這多災多難的世代，能逢凶化吉，化解眾生的苦難，因而過平靜的生活。因為台灣的疫情仍在高峰期，為顧及大眾的健康及安全，參加法會的信眾仍採在大殿的廊道前禮拜誦誦，以防護大眾的安全為要。(妙林編輯部)



觀境法

修行法門中的觀「境」法，是專從攝眼根與意根來下手。如運用眼根去觀所觀之境，再以意根不斷地憶念此相，這就是「觀境法」。舉凡觀佛相、觀落日等都是屬於觀境的部分。

例如「觀落日」來說，眼睛與意念一心繫緣落日，這煩惱心馬上就被落日相攝受住。平時我們人喜歡東看西看，腦筋也跟著東想西想，現在收攝住眼根，妄相不入心，加上意根也繫緣於此，心地自然能夠清淨。

其實六根之中意根最活躍，意根專門起心動念，無論該想、不該想，終日天馬行空到處攀緣。以一般人的根機要攝受意根，最好的方法莫過於念阿彌陀佛。一旦念頭被佛號給攝受住，其他的妄想自然減少。㊀



《達磨大師破相論》講記(三)

◎釋會忍

問：如佛所說，我於三大阿僧祇劫，無量勤苦，方成佛道。云何今說，唯只觀心制三毒，即名解脫？

答：佛所說言，無虛妄也。阿僧祇劫者，即三毒心也。胡言阿僧祇，漢名不可數。此三毒心，於中有恒沙惡念，於一一念中，皆為一劫。如是恒沙不可數也，故言三大阿僧祇。真如之性，既被三毒之所覆蓋，若不超彼三大恒沙毒惡之心，云何名為解脫？今若能轉

貪瞋癡等三毒心，為三解脫，是則名為得度三大阿僧祇劫。末世眾生愚癡鈍根，不解如來三大阿僧祇秘密之說，遂言成佛塵劫未期，豈不疑誤行人退菩提道。

有人向達磨祖師請問：誠如佛所說，世尊也是歷經三大阿僧祇劫長時間的修行，無量的精勤用功苦修，如此辛苦才能成就佛道。為什麼現在卻說只要修「觀心」一法，就可制止眾生心中的貪瞋癡三毒，即可名為解脫

佛學轉引：



呢？

達磨祖師對於他人的提問回答說：佛所說的方法是真實的，一點都沒有虛妄。所謂「阿僧祇劫者」，並不是指另外有一個人，它即是每個人心中的貪瞋癡三毒心也。所謂「阿僧祇劫」，梵語 $asamkhyā$ 之音譯。為印度數目之一，無量數或極大數之意，漢譯不可算計或無量數。大乘佛教對於菩薩修行的位階，以三大阿僧祇劫作為功德圓滿。菩薩之階位有五十位：十信十住十行十回向之四十位，為第一阿僧祇劫；十地之中，自初地至第七地，為第二阿僧祇劫；自八地至十地為第三阿僧祇劫。第十地圓滿，即佛果也。凡大乘的修行成佛者，必須經歷如此三大阿僧祇劫久之修行，才能功德圓滿。在此達磨祖師特別說明：三大阿僧祇劫，不是指億萬年的時間，是指眾生心中貪瞋癡等無量的妄念。因為世人總以為歷經這麼長期的時間，容易生退轉的懈怠心，其實解脫只須要自己清楚明白三毒造業的心，那就是根本之道。

所以說三毒心之多，宛如恒河中的沙數那麼多，於

每一念中的惡念，皆稱爲一劫。如恒河的沙數無量不可數也，故言三大阿僧祇。眞如佛性，如果已被三毒之所覆蓋，則看不到它的光芒。因此對於無始劫以來的習氣煩惱，如果不超脫彼等如恒河沙般無量無數毒惡的心，要如何才可以稱爲解脫。達磨祖師不以長時間阿僧祇劫來說明，唯恐成爲眾生的障道因緣，轉換著重在以無量無數的三毒作爲下手處，讓修道者不覺得困難。所以特別強調現今如果能轉貪瞋癡等三毒心，爲三解脫，是則名爲得度三大阿僧祇劫。所謂「三解脫」，即修道者可以將貪、瞋、癡轉換成爲無貪、無瞋、無癡的三解脫。以此三解脫來超脫生死輪迴，亦可名爲得度三大阿僧祇劫。但是末法時期的眾生根器比較鈍根，無法眞正理解如來在經中所說的三大阿僧祇秘密之說。因此大乘佛教一直說要經歷長時間修行方能成佛，這樣的說法豈不是延誤耽擱修行者的心，讓他們容易生起退失菩提心耶。

問：菩薩摩訶薩由持三聚淨戒，行六波羅蜜，方成道。今令學者唯只觀心，不修戒行，云何成佛？

答：三聚淨戒者，即制三毒心也。制三毒成無量

善聚。聚者會也，無量善法普會於心，故名三聚淨戒。六波羅蜜者，即淨六根也。胡名波羅蜜，漢名達彼岸。以六根清淨，不染六塵，即是度煩惱河，至菩提岸，故名六波羅蜜。

有人向達磨祖師請問：大乘行者聽了達磨祖師的解說後，不禁心中又生起疑問。大乘佛教對於菩薩摩訶薩是因爲受持三聚淨戒，長時間修行以六波羅蜜作爲方向，方才成就佛道。但是，現今教導修行者只要學習「觀心」，不修戒行，這樣做的話要如何成佛呢？

達磨祖師答曰：這如前面所說過的能轉三毒爲三聚淨戒，其理由是眾生的三毒是從心中生起，必須以佛法來導正，以正思惟修正身心行爲。因此從攝律儀戒中觀察自己的身口意三業是否有貪瞋癡的不善心；其次以攝善法戒，引導三業斷惡修善累積資糧；再次攝眾生戒，引發自己度化眾生的菩提心。由這三個方向調整治理自己的三毒心。

所以當我們能控制三毒時，無量無邊的善法已在匯

聚。匯聚者即會合也，廣大無量的善業善法全部都會聚於心，自然能具足清淨的三聚淨戒。

六波羅蜜者，即清淨的六根也。波羅蜜，梵語 *pāramitā*，巴利語 *parami*。意譯爲到彼岸、度無極、事究竟。指菩薩之修行而言，即自生死迷界之此岸而至涅槃解脫之彼岸，故稱到彼岸；此大行能度諸法之廣遠，故稱度無極。所以菩薩在修行的過程以自己的六根清淨作爲目標，不染著外在的六塵，即是可以越過度煩惱河，到達菩提彼岸，故名六波羅蜜。

問：如經所說，三聚淨戒者，誓斷一切惡，誓修一切善，誓度一切眾生。今者唯言制三毒心，豈不文義有乖也？

答：佛所說是真實語。菩薩摩訶薩，於過去因中修行時，爲對三毒，發三誓願，持一切淨戒。對於貪毒，誓斷一切惡，常修一切善；對於瞋毒，誓度一切眾生，故常修慧；對於癡毒，由持如是戒定慧等三種淨法，故能超彼三毒成佛道也。

有人向達磨祖師提問：如經典中所說，三聚淨戒者，誓斷一切惡，誓修一切善，誓度一切眾生。⑨但是現今只說制止三毒心，這豈不是與真正的文義有所乖違也？

達磨祖師答曰：佛所說一點都沒有錯，是真實語也。菩薩摩訶薩，於過去生中因地修行時，為對貪瞋癡三毒，發三大誓願，來受持一切清淨戒。以下分別作說明。

對於「貪」毒，誓斷一切惡，常修一切善。貪是通三界，可見其過患很深。在欲界之貪，稱為欲貪，其性不善，為十惡、五蓋、三不善根之一；色界、無色界之貪，稱為色貪、無色界貪，其性有覆無記。但能障覆聖道之染污性，然因其過甚輕，作用極弱，故不會召感果報。

對於「瞋」毒，誓度一切眾生，故常修慧。瞋是六大根本煩惱之一，唯有欲界眾生有，色界、無色界都無。它與貪最大的不同，貪是從可意境中產生執取

的心，而瞋是從違逆之境所起。佛教所說的火燒功德林，即是瞋心甚於猛火，一下子可將過去所做功德煙消雲散化為烏有，不可不謹慎。因而可以從教化眾生的過程，磨練我們的瞋心與慈悲心，在無緣大慈，同體大悲中，去除瞋心。

對「癡」毒，癡也是六大根本煩惱之一，因被昏昧、無明所遮覆而沒有智慧。用智慧來加以對治。慧，巴利語 *paññā*，音譯般若。指推理、判斷事理之精神作用。可經由聞、思、修三方面來增加三學智慧，以涵養自己德行，精勤修學三智，漸修漸斷中從凡夫的「有漏慧」通達到聖者的「無漏慧」。如果能這般去受持如是戒定慧等三種淨法，將來一定能夠超脫貪瞋癡三毒，成就無上正等正覺的佛道。

諸惡消滅名為斷。以能持三聚淨戒，則諸善具足，名之為修。以能斷惡修善，則萬行成就，自它俱利，普濟群生，故名解脫。則知所修戒行不離於心，若自心清淨，則一切佛土皆悉清淨。故經云：心垢則眾生垢，心淨則眾生淨。欲得佛

土，當淨其心，隨其心淨，則佛土淨也。三聚淨戒自然成就。

我們常說斷煩惱得解脫，事實上所要斷除的是習氣煩惱，彼等惡不善法能夠切除，才能斷除生死輪迴之路，名為「斷。」以能受持三聚淨戒，將貪瞋癡轉成戒定慧三無漏，逐漸諸善根具足，名為「修。」從諸惡莫作，眾善奉行的理念中，在逐漸地從斷惡修善中長養積功累德，則萬行成就。從自利利他中作眾生的事業，普濟群生，廣度眾生，這都是由自度度他中而成就無上佛道，故名「解脫。」由此可知所修的清淨戒行沒有離開您自己的心，如果自己清淨了，則一切的佛土也都會清淨。

故經云：心垢則眾生垢，心淨則眾生淨。如果想要得到清淨的佛土，就要先淨化自己的心，當每个人的心清淨之後，則我們所居住的國土也就清淨。日後自然召感自己所住的佛土也清淨。因此說在眾生清淨中三聚淨戒就自然成就，則清淨佛土也就圓滿。(待續)

【註釋】

⑨《大乘本生心地觀經》卷3：「現在十方諸善逝，具修三聚淨戒因，永斷生死苦輪迴，得證三身菩提果。超越生死深大海，菩薩淨戒為船筏；永斷貪瞋癡繫縛，菩薩淨戒為利劍。」(CBETA 2019.Q3, T03, no. 159, p. 304b25-28)

《勸發菩提心集》卷3：「菩薩三聚戒相。一者律儀戒。誓斷一切惡盡。二者攝善法戒。誓修一切善盡。三者饑益有情戒。誓度一切眾生盡。」(CBETA 2019.Q3, T45, no. 1862, p. 396c14-16)



論《解脫道論》中的「三十七道品」（二之九）—體證四念處 成就涅槃道

◎ 丁孝明／正修科技大學通識教育中心 副教授

5. 四聖諦 (maggasacca)

復次，諸比丘！比丘於四聖諦，觀法而住。比丘如何於四聖諦，觀法而住？諸比丘！比丘如實知，此是苦之生起；如實知此是苦之集起，如實知此是苦滅，如實知此是滅苦之道。……⁷¹

(一)、苦諦：

諸比丘，何謂苦聖諦？生是苦；老是苦；死是苦；愁、悲、苦、憂、惱是苦；怨憎會是苦；愛別離是苦；求不得是苦。簡而言之，五取蘊是苦。

(二)、集諦：

佛陀在三藏中開示各種法，其最終目的就是爲了令人領悟四聖諦。體證四聖諦，修習八正道的修行方法，已如前述，不再多言，僅重點式的說明於下：

諸比丘，何謂苦集聖諦？造成投生的是愛欲，它伴著喜與貪同時生起，四處追求愛樂，也就是：欲愛、

有愛、無有愛。

(三)、滅諦：

諸比丘，何謂苦滅聖諦？那就是此愛欲的完全消逝無餘、捨離與棄除，從愛欲解脫、不執著。然而，諸比丘，如何捨棄愛欲，滅除愛欲呢？在世間有可愛與可喜之物的任何地方，就在那裡捨棄愛欲、滅除愛欲。捨棄愛欲，如實地了知三界中的一切行法都是苦，如實地了知造成苦生起的過去因，如實地了知苦與苦因的滅盡為涅槃，及如實地了知透視苦、捨棄苦因、證悟涅槃的聖道。

(四)、道諦：

「諸比丘，何謂導致苦滅的道聖諦？那就是八聖道，即正見、正思惟、正精進、正念、正定、正語、正業、正命。諸比丘，什麼是正見呢？諸比丘，正見就是了知苦的智慧、了知苦因的智慧、了知苦滅的智慧、了知導致苦滅之道的智慧。諸比丘，這種為正見。」如果想要證悟涅槃，你必須修行八聖道，因為它是通向涅槃的唯一道路。

如何修行八聖道？在修行觀禪時，有時必須

照見觀智本身也是無常、苦、無我，這稱為反觀 (pativipassana)。在觀智的心識剎那中包含五項聖

道，即：(1)正見：了知苦諦法（五取蘊）與集諦法（五種因）無常、苦、無我三相的智慧。觀照苦諦的正見，即觀究竟名色法的正見。觀照集諦的正見，即觀照諸因及果之間緣起關係的正見。此正見亦稱為自業正見，即知見自己的業是屬於自己的財產的智慧。(2)正思惟：將心投入苦諦法與集諦法的三相。這即是觀照諸行法，即名色法及其因為無常、苦、無我的正見。(3)正精進：爲了要了知苦諦法與集諦法三相而作的努力。(4)正念：對苦諦法與集諦法的三相憶念不忘。此正見也觀照在未來證得阿羅漢道時，一切煩惱滅盡，以及觀照在未來證入般涅槃時，一切五蘊滅盡，因此這種正見也包括了觀照世間滅諦的觀禪正見。(5)正定：專注於苦諦法與集諦法的三相。這五項是世間的聖道，也就是觀照世間道諦的正見，即觀照含有世間正見、正思惟、正精進、正念、正定的能觀之心的正見。禪修者必須觀照它們也是無常、苦、無我。而了悟涅槃的智能就是了知滅諦的正見，它們是

出世間道正見以緣取永恆之滅（accanta nirodha），即涅槃為對象。它們屬於果正見是與緣取涅槃為對象的果心相應的慧心所。它們與正語、正業、正命等聖道同時存在，因此包括正見在內，總共是八項聖道，它們是出世間聖道。法的覺察，涉及了煩惱發動的根源，對煩惱的澈底解決，具有關鍵性的地位。所以，在實務與技術上，法念處是特別必要以「正見」為基石的。

在這些法塵中，最先到觀察的是五蓋。五蓋是貪、瞋、睡眠、掉悔及疑。因為一個人要修定、修慧，這五蓋會掩蓋住他，使他沒有定力，沒有智慧，故觀法念處時，要觀察我們是否有此五蓋的煩惱？它是從何而來？如何滅去？它生滅的原因？我們應如何使它不生？假使我們用心觀察，慢慢的就能掌握消除五蓋的方法，就不會再懷疑佛法，而是對佛法深信不疑了。

觀察五蓋後，接下來是觀察五蘊。我們身心的一切活動都包含在五蘊當中。法念處不止指法塵，它還包括一切法。五蘊包含一切有為的生滅法，世間的一

切法沒有一樣不在生滅，所以觀察法塵時是要觀察它的生滅，宇宙萬法，因緣生滅，互相依存，都無自主自在之性，我們的身體是五蘊四大（地、水、火、風）組合的軀體，一旦四大不調，五蘊離散，生命便死亡。佛陀發現不論從五蘊的分或合來考察，我們都將發現：五蘊不等於「我」，雖然五蘊結合起來運作，便有「我」的精神活動，可是這並非就指在五蘊之中含有「我」，或者在五蘊之上有個超越五蘊的「我」來統攝五蘊。然而眾生卻將五蘊當作我，如實觀察五蘊能覺察我慢的虛妄。故佛說五蘊的我是「假我」，不可執為真我。但眾生無知，於無我法中，妄執有我，這種妄執叫做「我見」，有了我見，則有種種偏執煩惱，便不能接受正法。「五蘊」空了，貪、瞋、癡、慢、疑也就止息了，法喜充滿，這就是涅槃果！所以「我見」、「身見」是「薩迦耶見」，是「惡見」，是「最大邪見」，如果能以「無我」慧劍破之，自然智慧生，無明斷，趨向涅槃寂靜！故要以「觀法無我」之慧力，對治「緣法執我」的顛倒妄見，消除「我見」的錯誤。法的內容很廣泛除了五蓋、五蘊，還包括六根六塵、十二因緣、四聖諦、八

正道等。

在觀法念處時，除了觀察五蘊外，還要觀察另一些法，那就是六根與六塵。六根與六塵接觸後會產生什麼後果？我們都要了了分明。每一種存在的形式都在不斷地和合、分散、變化，其中沒有一個固定的實體，所以，每一種存在的形式都是整體的因緣中不可分割、無法孤立的現象，個別的形式只是一種變幻而已，真正說來，沒有任何一法生起，也沒有任何一法消失。每一個存在都沒有絲毫的固定性、單一性、獨存性和實在性，沒有一樣是例外的，而每一念的法塵組成凡夫所以為的心，其實它不是心，那是法塵。這就是諸法空寂的本性。在當下細心體察，我們的心識念念在那兒生滅而覺知。因而發現它的無常性、無我性和不生不滅的法性，生老病死中可以見到無常，身心和合中可以見到無我，而在根塵識相依互動中可以見到不生不滅。

我們要知道，我們的煩惱從六根與六塵中源源不斷的生起；十二因緣中說明，如果一個人沒有六根，他

就沒有「受」，所以我們的「受」是從六根而來。觀察這個受後，接著觀察心，再觀察受的來源是從六根與六塵接觸而來，了了分明這個受的生起。一旦你看到它的生起、再滅掉，那麼我們的貪瞋癡很快就會被消滅。唯有深觀緣起，生起如實的智慧，才能洞悉解脫之道，證悟解脫知見。

修學法念處進一步要觀察一切法是生滅無常，我們不能做主，不自在；不自在故是苦、無我。我們凡夫深深的執著這一念一念會想的心就是我，但佛法中卻說它只不過是法塵罷了，所以我們要觀法無我。法塵與外境的色塵是同樣一回事，只是不同東西，同樣的作用，而我們把色塵當成外在的身體與世界，法塵當成是我，所以佛陀要我們觀法無我，而且要觀一切法都無我。法塵是內在的，但這法念處不止是指法塵，它還包括五蘊及世間的一切，裡面都沒有一個我。總的來說，扼要地觀照可以用三法印來修習，也就是以前的身、受、心念處，結合三法印就可以照見諸法實相，進而解脫煩惱。例如：在呼吸時、散步時、情緒波動時、起心動念時都可以這樣觀照。久而久之，

對三法印就能更完全地體認，這就是法念處的修習。

七、念處成就體證涅槃

修習四念處的功德

(成果Satipatthānabhāvanīsaṅgaso)

修習念處的成果，根據《大念住經》，修習四念處有如下的功德：「諸比丘！無論何人，於七年中，如實修習四念處，可獲得兩種果位：或於現法中，得究竟智；若有餘者，可證得不還果。諸比丘！當於七年中，持續修習四念處。」⁷²

諸比丘！任何人依此修習四念處七年，可得二果之一：今生證得究竟智；若煩惱未盡，則得不還果。諸比丘！不須七年，依此修習四念處六年者，可得二果之一：今生證得究竟智；若煩惱未盡，則得不還果。不須六年，諸比丘！……不須五年，諸比丘！……不須四年，諸比丘！……不須三年，諸比丘！……不須二

年，諸比丘！……不須一年，諸比丘！依此修習四念處七個月者，可得二果之一：今生證得究竟智；若煩惱未盡，則得不還果。不須七個月，諸比丘！……不須六個月，諸比丘！……不須五個月，諸比丘！……不須四個月，諸比丘！……不須三個月，諸比丘！……不須二個月，諸比丘！……不須一個月，諸比丘！……不須半月，諸比丘！依此修習四念處七日者，可得二果之一：今生證得究竟智；若煩惱未盡，則得不還果。諸比丘！為眾生之清淨，為度憂悲苦惱，為獲得真理，為證入涅槃，唯一趣向之道，即四念處。」⁷³

此處《正念之道》譯為：「可望得到兩種成果之一：今生證得阿羅漢果，若還有煩惱未盡的話，則證得阿那含果。」⁷⁴南傳《中部》經典提到「勤修身至念（身念處），可獲得十種功德。」⁷⁵；而北傳《中阿含經》也提到修習念身（身念處）有十八種功德⁷⁶，內容與《中部》的十種功德雷同。只修習「身念處」就有許多功德，而修習四念處的功德則更為殊勝。

十種功德若依現法綜論觀之，十大利益約略如下：

1. 禪修內觀不為時地所限制。2. 有促進身體健康上之利益。3. 有助情緒平和安定之管理。4. 清醒覺知意識的正念正知。5. 可改善人際關係良性互動。6. 有助於斷除人生六類惱苦。7. 實踐八正道正知見的生活。8. 眾生內心獲得清淨與祥和。9. 開啓四聖諦無漏的自覺智。10. 開啓涅槃智的七種解脫智。這就是為什麼南傳《大念住經》說：「諸比丘！為眾生之清淨，為度憂悲苦惱，為斷啼哭，為獲得真理，為證得涅槃唯一趣向之道，即四念處。」⁷¹世尊如此開示之後，諸比丘對世尊的話感到愉悅與歡喜。(待續)

【註釋】

- 71 全上帕奧禪師：《正念之道》，頁21。
72 全上帕奧禪師：《正念之道》，頁317-318。
73 全上帕奧禪師：《正念之道》，頁31-32。
74 全上帕奧禪師：《正念之道》，頁317-318。
75 (CBETA, M.119./III, p.97~99.)
76 (CBETA, T01, p. 557.)
77 (CBETA, T01, p. 582b.)





印光大師對傳統倫常之重建(五)

◎ 釋存德

三、對治淫欲之方法

印光大師首先以佛經為據，讓人作親想、怨想、不淨想，以克淫欲。

1. 作親想

將一切女人視為吾人之眷屬，何可起惡劣心，而欲污辱乎？「親想者：見老者作母想，長者作姊想，少者作妹想，幼者作女想。欲心縱盛，斷不敢於母姊妹女

邊起不正念。視一切女人，總是吾之母姊妹女，則理制於欲，欲無由發矣」。④肯將一切女人，作母女姊妹視之，則不但淫欲惡念無由而生，而生死輪回，亦當由茲頓出矣。

色則縱對如花如玉之貌，常存若姊若妹之心。縱是娼妓，亦作是想，生憐憫心，生度脫心，則無見美色而動欲之煩惱。夫婦相敬如賓，視妻室為相濟繼祖之恩人，不敢當作彼此行樂之欲具，則無徇欲滅身，及

妻不能育，子不成立之煩惱。④

2. 作怨想

將一切女人視為怨家，自可淫念當息。「怨想者：凡見美女，便起愛心。由此愛心，便墮惡道。長劫受苦，不能出離。如是則所謂美麗嬌媚者，比劫賊虎狼，毒蛇惡蠍，砒霜鴆毒，烈百千倍。于此極大怨家，尚猶戀戀著念，豈非迷中倍人？」④

3. 作不淨想

不淨觀與數息觀二者，被稱為「入道二甘露門」。經言，作不淨觀，觀之久久，可使行者心生厭惡、脫離貪愛執著，以斷惑證真，超凡入聖。《坐禪三昧經》：「淫欲多人習不淨觀，從足至發不淨充滿」。

④ 不淨者：美貌動人，只外面一層薄皮爾。若揭去此皮，則不忍見矣。骨肉膿血，屎尿毛髮，淋漓狼藉，了無一物可令人愛。但以薄皮所蒙，則妄生愛戀。華瓶盛糞，人不把玩。今此美人之薄皮，不異華瓶。皮

內所容，比糞更穢。何得愛其外皮，而忘其皮裏之種種穢物，漫起妄想乎哉？苟不戰兢幹惕，痛除此習，則唯見其姿質美麗，致愛箭入骨，不能自拔。平素如此，欲其沒後不入女腹，不可得也。入人女腹猶可，入畜女腹，則將奈何？試一思及，心神驚怖。④

凡見一切天姿國色，皆當作七竅流血、舌拖尺餘之鈞頸鬼想矣。又何至被色所迷，生不能盡其天年，死必至永墮惡道耶？……女貌嬌美，令人生愛心而行欲事者，不過外面一張薄皮，光華豔麗，為其所惑耳。若揭去此之薄皮，則不但皮裡之物，不堪愛戀。即此薄皮，亦絕無可愛戀矣。再進而剖其身軀，則唯見膿血淋漓，骨肉縱橫，臟腑屎尿，狼藉滿地，臭穢腥臊，不忍見聞。……縱傾城傾國之絕世佳人，薄皮裡面之物，有一不如是乎？人何唯觀其外相，而不察其內容，愛其少分之美，遂不計其多分之惡乎？余願世人，遺外相而察內容，厭多惡以棄少美，則同出欲海，共登覺岸矣。又當淫欲熾盛，情不能制之時，但將女陰作毒蛇口，如以陽納蛇口中，則心神驚悸，毛骨悚然。無邊熱惱，當下清涼矣。此又窒欲之最簡便

法也。④5

常作此三種想，則不起染心，見境自可不隨境轉。否則縱不見境，意地仍復纏綿，終被淫欲習氣所縛，而召災禍。

四、夫婦房事之道

如來說法，隨順方便，即如淫戒，有出家、在家之別。出家者須全斷，在家者唯制邪淫，對於夫婦之房事，亦當節制，不可縱欲。

如來說法，悉順人情，不強人以所難。如受優婆塞戒者，或一、或二、或三、或四，或具受之，悉隨人意。即如淫戒，出家則須全斷，在家則唯制邪淫。以男女居室，大倫所關，故不為制。然既受佛戒，必須節欲。若不為宗祀，唯圖快樂，雖不犯戒，亦有太過，不過比邪淫為輕減耳。菩薩處俗既有妻室，雖無欲念，亦當俯順人情，時行夫婦之事。以凡夫不能無情，若欲絕不與相親，則或出怨恨，致起毀謗佛法之

釁。不但不能增長善根，或致造謗業，墮落惡道。以故先以欲鉤牽，後令入佛智，乃曲順人情，巧設方便之大慈悲也。但當節欲，不必絕欲，一季一親，庶不致妻有怨望之苦，于汝修持亦無礙，且可以誘令修持淨業。④6

印光大師說，陰陽相感，萬物以生，聖人法天立則，令男女居室，以為人倫之最大者。俗人為承宗祀，生男育女，非其所禁，但當「另室以居，相視如賓，決不可以夫妻視之。彼此互相勉勵，切勿一念及乎房事。待其身體大健後，或年一相交，季一相交」④7

所以夫婦正淫，為承宗祀，極當撙節。在這裡印光融匯了儒佛二教的思想，儒家以男女居室以續香火，故不必絕欲，佛教則主張淫者乃輪回之本，對其禁斷。印光大師將二者加以調和，為世俗人開出了一條易持易行的夫婦之倫。

夫婦為繼香火，雖可行房事，但須知種種忌諱。

《壽康寶鑒》中曰：「人之氣學流行，原與天地節氣相應，倘非時走泄，則氣血不能合度，其傷精損氣，百倍他時。至於神明降鑒之期，而淫汙冒瀆而不覺者」。故列戒期、天忌、地忌、人忌。對於此書，印光大師很重視，曾親自增訂，刊刻流通。此書融會三教，備明色欲之害。

人之大倫之事，豈可惡日惡時而行，故須擇良宵也。……古聖王重民生，故特注意其事，奮木鐸以告之。不但震雷當忌，即大風、大雨、惡星值日，及天時交節、佛聖誕期，皆所當忌。此實尊天敬聖，遵王制而敦人倫之大道。⁴⁸

夫婦房事之忌諱，《壽康寶鑒》所列較多，印光大師主要誠示了戒期、病期、經期、孕期之中不可房事。

1. 戒期

佛經中有天神在特定的日期裡下巡人間，檢察善惡的說法。《壽康寶鑒》中則增加了諸多道教之神，

所列戒期比佛教的說法增加了很多。每月均有神明降鑒，察人善惡之期。⁴⁹對書中所列之戒期，印光大師認為：

「唯所戒日期，於小神通亦列，似乎不當。蓋以鬼神大者，則當敬，小者或致有因此招禍之事，切勿妄議為幸」。⁵⁰雖有不當，但其覺世救民之心懇切周摯，應當力從，不可妄議。故戒期中，宜持戒齋，不可行房，以免冒瀆神靈而受陰譴。

2. 病期

病由宿業，欲事一多，則種種毛病悉皆發生，欲無病健康，必須極力節欲，病若痊癒，猶不可即行房事。「汝之病，無論是因何而起，均以永斷房事，為速愈之策。待大復原後，或年行一次，季行一次，以期不失承先啓後之道，切不可常行」。⁵¹

3. 經期

女人經期房事，頗傷身體。「天癸未盡，切不可

交，交必停經，致成帶病，頗有危險」。⁵²

4. 孕期

孕期房事，影響胎兒。「既受孕後，永斷房事，所生兒女，必定身心強健，福壽深長。孕後交一次，胎毒重一次，胞衣厚一次，生產難一次。孕久若交，或致墮胎，及與傷胎」。⁵³

女人受孕後，永斷房事，所生兒女不但相貌端正，心行純篤，而且無有一切胎毒、痘疹等患，即生時亦容易生。若受孕後，多行一回房，胎衣就厚一次，所以生時便難生，而且有種種胎毒等患。⁵⁴

又，民國時期，仍有娶多妻者，印光大師度人心切，不厭絡索，並誠示說：「夜與二婦另寢，身體養得十分複元，偶行夫婦之事一次。二婦年各一次，則夫婦之情達，彼此均不受傷」。⁵⁵能守此禁戒，決定可得龐厚聰明，賢善康健之子，光大門庭，為一鄉範，夫婦三人可齊眉偕老，生享五福，沒登九品。對有妻妾者的如是開示，實是印光大師著眼于社會現實

的方便說教，並不能代表印光大師是位對妻妾制的支持者。

五、少年戒淫之道

少年者，血氣方剛，猶當戒淫。孔子曰：「少之時血氣未定，戒之在色」。然近代以來，淫書流行，對青少年的身心影響極大。印光大師說：

三代而下，世多邪說。而邪說之最足以害人心世道者，莫如淫詞小說為甚。蓋聖賢經傳，唯恐不能覺天下之愚迷。而淫詞小說，唯恐不能喪斯民之廉恥。以故小說出而淫風熾，淫詞興而貞德衰。然誰無羞惡之心，豈肯作禽獸之事？但以聰明子弟，靈敏婦女，一睹此書，悉為所惑。初則豔其詞章，以為佳妙。繼則情隨文轉，不能自持。遂致竟以希聖希賢宜家宜國之身，甘作鑽穴逾牆偷香竊玉之事，而絕無顧惜者，皆此等邪書之所蠱惑也。其毒人也，烈於蜜餞砒霜；其陷人也，慘於雪覆坑坎。令人滅理而亂倫，折福而損

壽，破家而殺身，辱先而絕後。及其死也，尚使神識墮於地獄，受諸極苦。久經長劫，莫由出離，可不哀哉。⁵⁶

據印光大師記述，「今之聰明子弟，多犯手淫之病」。⁵⁷「現在學生中十有八九之通病也」。⁵⁸可見淫書之影響。淫書淫畫專以導欲誨淫爲目的，凡所言皆風流邪僻之話，凡所圖均下流穢惡之事，令人心念淫蕩，無知少年聽久，必至手淫以喪人格，或邪淫以戕身命。「世之青年孀居，與娶未久而妻亡者，十有八九，皆由不自慎重以送命耳」。⁵⁹

近世少年，多由情欲過重，或縱心冶遊，或昵情妻妾，或意淫而暗傷精神，或手淫而泄棄至寶。由是體弱心怯，未老先衰，學問事業，皆無成就。甚至所生子女，皆屬孱弱，或難成立。而自己壽命，亦不能如命長存，可不哀哉！⁶⁰

多有少年情欲念起，遂致手淫，此事傷身極大，切不可犯。犯則戕賊自身，污濁自心，將有用之身體

作少亡，或孱弱無所樹立之廢人。又要日日省察身心過愆，庶不至自害自戕，否則父母不悅，師長不悅，燕朋相誨以成其惡，其危也，甚於臨深履薄。⁶¹

近世少年，情竇初開，縱欲於情色之中，忘身徇欲，不但有損身命，無可成立，更辱先絕後，死墮惡道，傷風敗俗，有損國運。少年乃國家之未來，民族之希望，若受淫欲之戕賊之害，雖有祖上陰德之庇佑，但不戰兢自守，將來無所成就。少年最易犯者乃手淫、乃至邪淫，故戒除手淫、邪淫爲青年修養身心的當務之急，印光大師于此屢陳其害，以爲國家民族復興之基。

六、結語

佛教以解脫生死爲本，而淫欲乃最大之障礙，故佛典中不嫌穢惡，屢屢指歸，而世俗之人，常以淫欲爲樂，不明其禍。戒淫之法小而言之，乃立人處世之本，可免天下酷烈之災禍；大而言之，乃挽救世風人情之大旨，治世安民之切要，可陰翊國政，致治於未

亂，保邦于未危，助翼天下于太平。是故切勿謂是「老僧迂談，無關緊要也」。印光大師說：

「一切謂光乃出家人，論人行房事。不知此事是世間第一生死關節，正宜救濟。令彼一切人之自身子孫，皆得福壽康寧，何樂如之」⁶²

世間凡有作為者，須當節欲，更何況念佛人。所以印光大師以佛門僧人自居，對此不介他人的非議謗難，不嫌女色之粗俗弊穢，大談男女之事；舉凡少年之手淫、夫妻之房事、孕婦之保胎、男女之邪淫，一一詳為教誨誠示。

印光大師以史為據，廣引三教之理，痛斥女色之害，有極強的現實意義，特別對當下的社會而言，印光的戒淫思想更具針對性，更能從中顯示其思想價值之魅力所在。印光大師「以儒僧身份而酣暢痛言居士色淫之害，可謂前無古人後無來者，實乃聖賢佛菩薩之大義大勇作略」。⁶³其救世化民之慈悲憐憫之心，至此可謂無復加矣。（待續）

【註釋】

- 40 印光：《復高邵麟居士書四》，《文鈔》卷1，頁37。
- 41 印光：《復甬江某居士書》，《文鈔》卷2，頁211。
- 42 羅什譯：《坐禪三昧經》卷上，《大正藏》卷15，頁217下。
- 43 印光：《復甬江某居士書》，《文鈔》卷2，頁211。
- 44 印光：《〈不可錄〉重刻序》，《文鈔》卷8，頁1157—1158。
- 45 印光：《復周群錚居士書》，《文鈔》卷7，頁1075。
- 46 印光：《復孫藝民居士書》，《文鈔》卷4，頁576。
- 47 印光：《與永嘉某居士書》，《文鈔》卷2，頁218—219。
- 48 具體之日期見印光增訂《壽康寶鑒·寶身立命戒期及天地人忌》，
- 49 《廣東佛教》編輯部刊行本。
- 50 印光：《復真淨居士書》，《文鈔》卷5，頁111。
- 51 印光：《復真淨居士書》，《文鈔》卷5，頁111。
- 52 印光：《禮念觀音求子疏》，《文鈔》卷9，頁147。
- 53 印光：《禮念觀音求子疏》，《文鈔》卷9，頁147。
- 54 印光：《復蔡錫鼎居士書二》，《文鈔》卷4，頁558。
- 55 印光：《復楊真居士書》，《文鈔》卷5，頁128。
- 56 印光：《勸毀淫書說》，《文鈔》卷10，頁1773—1774。
- 57 印光：《復淨善居士書二》，《文鈔》卷6，頁982。
- 58 印光：《復溫光熹居士書六》，《文鈔》卷6，頁904。
- 59 印光：《復師康居士書》，《文鈔》卷5，頁300。
- 60 印光：《復永業居士書》，《文鈔》卷5，頁360。
- 61 印光：《復徐志一居士書》，《文鈔》卷4，頁580。
- 62 印光：《復蔡錫鼎居士書二》，《文鈔》卷4，頁558。《與永嘉某居士書》：「予濫廁僧倫，何得論夫婦房室之事。一以出家之前，

曾聞過古人敦本至論，欲以饋知己而報護法之恩。……將謂僧教人節欲，便涉淫欲。則僧教人戒殺，便涉殺業乎？」（《文鈔》卷2，頁219）《複馬宗道居士書三》曰：「汝且勿謂光爲僧人，尙論人夫婦房室事。須知世間有作爲人，皆須節欲，況學佛之人乎？」

（《文鈔》卷6，頁894）

⑧ 李明：《印光因果正信居士觀研究》，宗教文化出版社，2012年，

頁276。



寶墨上人善菩

經典選讀

《勝鬘經》講記(二十二)

◎主講·釋演培
地點·新加坡佛學院

妙林園地



入法朋者，必為諸佛之所授記。

癸二
讚歎行人

攝受正法的行者，護持如來的正法，入於菩薩的行列中，將來成佛決定無疑，能得諸佛的授記，固然是沒有問題，就是為菩薩的引導，「入」於「法朋」的四眾弟子，從此依於正法而行，循著佛道向前邁進，最後同樣能得成佛，所以亦能

「必為諸佛之所授記」。本此可知每個佛法行者，只要真能依於大乘正法而行，沒有不得諸佛授記，亦無一不於將來得成無上正覺的。

庚四 證說

辛一 勝鬘推佛

世尊！我見攝受正法如是大力，佛為實眼實智，為法根本，為通達法，為正法依，亦悉知見。

弟子說法，不論是聲聞，是菩薩，雖都說得非常正確，亦極契合諸法真理，但如不得佛的印證，很難邀得人們信受。勝鬘上來所說攝受正法的三大義，沒有一種是不合理的，然而為了使人信敬尊重，現特仰推如來，請佛慈悲印證。為此，勝鬘先尊一聲「世尊」！然後作總結的說：

「我見攝受正法」有「如是大力」，所以特說攝受正法大義。什麼大力？就是前說的攝受正法，有很大的功德，如捨身命財，建立正法，得佛授記，為眾瞻仰。如是眾多殊勝大力，不特凡夫二乘不知，就是初心菩薩亦不能知，但「佛為實眼實智」的大聖，對此當然透徹了解，必可證明我所說的，與佛所知見的一樣，是真實可行的正法，不是虛妄不實的邪法。請佛慈悲為我證明，俾諸未來眾生，能夠如實奉行，而得正法大益。

眼有能見的作用，實眼，顯示是佛陀的佛眼，不是其餘的四眼。佛眼能審實的見到諸法的真相，或真切的見到諸法的真實性，如諸法是畢竟空無自性的，就如實的見到它的無自性空，沒有一絲一毫的差錯。智有能知的作用，實智，顯示佛陀的一切種智，不是其餘的一切智、道種智。佛智能如實的抉擇諸法的事理，沒有一絲一毫虛假，所以稱為實智。至智眼有無差別，可作這樣的說：就通言，智就是眼，眼就是智，二者實是一義，並無什麼差別；隨義分別，古德有這樣說：『初見名眼，後知名智，又證實眼，名為佛眼，知諸法相，說以為智』。簡單的講，就是《法華經》中所說的佛知佛見，圓滿究竟，說為實眼實智。

現實人間所流行的一切佛法，都是從佛口中所說出來的，所以說佛「為法根本」。假定沒有佛的出世，世間根本沒有佛法流行。佛之所以能說一切法，就因佛能覺悟一切法，所以說佛「為通達法」。通達法的佛陀，能極善巧的將所通達法，為諸眾生宣說出來，使諸眾生依法而行，所以說名「為正法依」。總之，佛有實眼實智，對於一切諸法，無不「悉知」悉「見」，通達無遺，所以為法根本，為正法依。佛既如實知見一切法，那我上來所說攝受正法的道理，是對還是不對，正確或不正確，自可為我證明。這是勝鬘推尊如來的用意所在。

辛一 如來讚成

壬一 隨喜

爾時，世尊於勝鬘所說攝受正法大精進力，起隨喜心。

「爾時」，是指勝鬘推尊如來結束之時。當這時候，「世尊」對「於勝鬘所說」的「攝受正法大精進力」，生「起隨喜」之「心」。佛之所以隨喜，因為勝鬘所說，不但契當於理，而且適合機宜，不但情無專執，而且仰推如來，佛陀認為她的所說所行，都屬極為難得，不是一般人所能做到的，所以生大隨喜心。

王三 讚歎

如是，勝鬘！如汝所說攝受正法大精進力，如大力士，少觸身分，生大苦痛。如是，勝鬘！少攝受正法，令魔苦惱；我不見餘一善法令魔憂苦，如少攝受正法。

佛陀隨喜後，接著讚歎說：「如是」，是的，「勝鬘」！確實「如汝」前面「所說攝受正法」有「大精進力」。真的是這樣，一點也不假，因攝受正法的行者，沒有什麼可以使他屈伏的，這不是大精進力是什麼？「如」世間的「大力士」，其力碩大無比，假定有人「少觸」他的「身分」，便會產「生」極「大苦痛」，感到無法忍受得了。反轉來亦可這樣說：一個沒有力氣的人為大力士以少威力，觸到身上任何部分，都會感無法忍受的痛苦。「如是」，佛又叫聲「勝鬘」說：我上所舉大力士喻，是喻攝受正法的菩薩，在自利利他得佛法的過程中，就自利說，只要極「少」一

念與「攝受正法」相應，就會「令魔」生起極大的「苦惱」，認為這個攝受正法的行者，就將出離我的掌握，使我少了一個眷屬，要我怎不感到苦惱？不說攝受大乘正法，會使魔王無限苦惱，就是有人發心受五戒，或出家受比丘戒，夜叉展轉相告，消息傳到魔宮，魔宮亦會震動，魔王便會驚恐，何況菩薩與正法相應，將來必成無上正覺，到了成佛以後，以所攝受正法，授與各類眾生，使諸眾生依此，得以陸續出離三界，使令魔宮空無魔子魔孫，向極愛好眷屬的魔王，怎不生起極大的苦惱？佛法常說：魔是惡勢力的代表，任何一個向善的眾生，要想脫離他的掌握，都是他所不樂意的，必要運用種種手段，阻礙你的向上向善。攝受正法的菩薩，不但自己要趣向無上菩提，且要領導一切眾生皆得成佛，這那裏是魔王所能吃得消的？所以佛進一步說：「我不見」，有其「餘」任何「一」個「善法」，使「令魔」王「憂苦」，猶「如少」許「攝受正法」那樣所感受的苦惱。如奉行戒善的人天乘法，充其量生到人間享受福樂，並沒有擺脫魔王的掌握，是以不感受怎樣的苦惱；至修四諦、十二因緣的二乘法，雖說可以出離生死，跳出三界的魔宮，最多不過是個人獲得解脫，苦惱固然不能避免，但不是極大苦惱，所以不如攝受正法的菩薩，領導無量眾生出三界那樣苦惱。

又如牛王，形色無比，勝一切牛。如是大乘少攝受正法，勝於一切二乘善根，以廣大故。

前是大力士喻，此是牛王喻。這兩喻的不同：前以菩薩攝受正法，對人天的

一切善法說；此以攝受大乘法，對二乘所有的善根說。畜牧時代，擁有牛群的牛主，一定要在牛群中，選一高大雄壯的爲牛王，而且在牛的頭上身上，飾以各種不同的莊嚴具，使牛王顯得更爲威武有力。所以牛王的「形」態高大雄偉，毛「色」的純潔光彩，以顯出它的「無比」殊勝，沒有任何其他的牛，可與之相比的，所以說「勝一切牛。如是」應當知道，「大乘」菩薩行者，只要「少攝受正法」，那就「勝於一切二乘善根」。攝受正法的大乘行者，猶如牛王；二乘所有善根，如其他的牛群。大乘攝受正法所有的善根，所以勝過二乘所有的善根，因二乘人的善根，只能獲得個人的解脫，其範圍非常的狹小，大乘行者的攝受正法，能夠利益廣大的有情，能夠完成無上的佛果，其範圍不特極爲「廣大」，而且無比莊嚴，所以顯得特別殊勝。

又如須彌山王，端嚴殊特，勝於眾山。如是大乘捨身命財，以攝取心攝受正法，勝不捨身命財初住大乘一切善根，何況二乘？以廣大故。

前是牛王喻，此是須彌山王喻。經說「又如須彌山王，端嚴殊特，勝於眾山」。須彌山，奘公譯名蘇迷盧山，義譯妙高山，或名妙光山。山在四大部洲的中心，爲一小世界的山王。此山出水八萬四千由旬，最爲高顯，所以稱高；此山的山頂與山麓很寬，而山腰卻非常的狹，看來很是奇特，所以稱妙；合此二者，名妙高山。此山不但最高，且是眾寶所成，從眾寶中放出燦爛的光輝，所以稱爲妙光。此山具有妙高妙光的兩大特色，所以不論從任何一方面看，都極端嚴殊

特，勝於七金山、鐵圍山等這麼多的眾山，沒有那座山可與須彌山相比的。

上是舉喻，現再合法。「如是大乘」菩薩「捨身命財，以攝取心攝受正法」所得的功德，猶如妙高山王一樣，因這所得的功德善根，不說高勝於其他行者的善根，且「勝」於「不捨身命財初住大乘的「一切善根」。初住大乘，就是剛剛於大乘中發心修學，亦即地前的信解行菩薩，因為地前菩薩的用功修行，有相心行的時候多，學空心的時候少，還不能做到捨無常的身命財三者，當然不能與契證諸法實相的菩薩，以般若慧通達身命財的無自性空，隨時隨刻犧牲身命財所得善根相比。攝受正法而契證空性菩薩，比起初住大乘開始修學的菩薩，尚且超勝得很多，「何況」以求個人解脫的「二乘」？二乘要與能捨身命財的大乘菩薩相比，自是百千萬億分不及其一。為什麼這樣殊勝？「以廣大故」。此中所說的廣大，不但比二乘的心行廣大，比初學大乘的心行亦來得廣大，正因是廣大的，所以特別殊勝。

依上所舉的二個譬喻來看，可知攝受正法的大乘實證，不特勝過人天乘的善根，二乘聖者的善根，且還勝過初學菩薩的大乘善根。佛陀在此所以舉出三喻，是從捨身命財的大精進來，如攝受正法即正法，特以大力士為喻，攝受正法即波羅密，特以牛王為喻，攝受正法者，特以須彌山王為喻。古德亦有以勝於三乘，特別舉此三喻以顯：為顯勝於聲聞，所以舉力士喻；為顯勝於緣覺，所以舉牛王喻；為顯勝初學大乘，所以舉須彌山王喻。因此，不多不少的舉出三種譬喻。

是故，勝鬘！當以攝受正法，開示眾生，教化眾生，建立眾生。如是，勝鬘！攝受正法，如是大利，如是大福，如是大果。勝鬘！我於阿僧祇劫，說攝受正法功德義利，不得邊際，是故攝受正法，有無量無邊功德。

上來佛以三喻明攝受正法的大精進力，現在特再勸修弘通攝受正法，以結束這一章的論說。以「是」之「故，勝鬘」！汝「當以」此「攝受正法，開示眾生，教化眾生，建立眾生」。開示、教化、建立三者，可有多種不同的解釋：一、開顯諸法的真理，指示如實的修行，名爲開示；化導各類的眾生，令得如實的悟解，名爲教化；成就大乘的善根，令入佛陀的知見，名爲建立。二、令聞法者得到聞慧，名爲開示；令受教者得到思慧，名爲教化；令實行者得到修慧，名爲建立。三、沒有信心的令生清淨信心，名爲開示；已生信心的令得有所悟解，名爲教化；已得悟解的令諸善根成就，名爲建立。四、化導下根的眾生，名爲開示；化導中根的眾生，名爲教化；化導上根的眾生，名爲建立。雖有多種不同的解釋，但以第一種解釋最合經意。當知佛陀的出現世間，最高而又唯一的目的，誠如《法華經》說：『欲令眾生開示悟入佛之知見』。《法華》所說的佛知佛見，就是本經所說的攝受正法。用《法華經》的開示悟入四事，解釋本經說的開示、教化、建立，最爲適合不過。因此，佛特要勝鬘以此三事，在這世間教化眾生。

「如是」化導眾生，究有什麼利益？「勝鬘」！我告訴你：「攝受正法」化導眾生，是有「如是大利，如是大福，如是大果」，當然是有其殊勝利益。從攝受正法中出生四乘，名爲大利；從攝受正法中廣修六度大行，名爲大福；從攝受正法中捨無常的身命財得常住的法身慧命淨財，名爲大果。有說：佛果位上斷惑所得的斷德，名爲大利；佛果位上所得的福德莊嚴，名爲大福；佛果位上所得的智慧莊嚴，名爲大果。有說：化導眾生令得善根，名爲大利；化功仍然歸於菩薩，名爲大福；以此自利利他所修的因行，最後究竟證得無上的佛果，名爲大果。如此三種解釋，看來雖有不同，但都可以說得過去。

佛復叫聲「勝鬘」！然後再對她說：攝受正法所有極爲殊勝的功德，不說短時間內，沒有辦法說完，就是「我於阿僧祇劫」這麼久的時間，宣說「攝受正法」的「功德義利」，也是「不」能「得」其「邊際」，換句話說，同樣沒有辦法，可以說得窮盡。以「是」之「故」，應知「攝受正法」，確「有無量無邊功德」。正因攝受正法有這麼多的功德，所以發心做菩薩的，應以攝受正法，開示、教化、建立眾生，使諸眾生安住於正法中；眾生知道攝受正法，有著這麼多的功德，應如所開示的依法修學。（待續）

轉載自《演培法師全集·經釋之四》

由「演培法師全集出版委員會」出版發行



佛七開示·外篇

以《慧明法師開示錄》中第十三座

略述「應無所住而生其心」之意涵（六）

◎ 主講·釋會智

地點·大勢至精舍

本來是清心無礙的，但發現做錯事情心就打結，這時要用智慧去觀照，為什麼會被縛住？思惟自己是如何做錯事情？例如：本來無事卻因與人說話，不經意說到他人的是非而被縛住，此刻你已經發現自己錯了！剛才所說的是非，若讓當事者聽到可能會生氣，所以你立即起懺悔心，並希望對方不要將此事告知當事者，此事情一過就過了。但有的人於當下，不知道已經說到別人的是非；，所以學佛的人要以智慧，觀照事情的結縛處，有觀照的心行為能更綿密謹慎，一般人會說錯話做錯事，但錯了要承認與懺悔，不對的地方就要面對與改變，這就是「降伏」。

妙林園地



然要如何降伏這個心？要降伏心是離不開觀察與思惟，一旦有錯誤則虔誠去改過，知道錯誤後，並不再犯到同樣的事情。其實能降伏心的原因是——「心用」，例如：心爲什麼會紛亂而造成心情不愉快？此時透過觀察找出不愉快的原因在哪裡，觀察到最後會得到答案，有答案就能安心，這就是「降伏」。

「一切無住」，要無住是經過智慧觀察與理解，知道正確後去實踐，事情過後則放下，如果要找另外的「降伏」，就是頭上安頭，意思是說不要放在心裡就能無住，何須找其它的來安心，這只是多一個煩惱罷了！此修持的方法，其實也是禪的真頓，一切不住都回歸如如不動的性，因爲我們還在修學中尙未悟性，心會掛礙而生起煩惱，所以要經過思惟，把心中的結打開，自然而然就能降伏，相對的煩惱也沒了！

「應無所住」是心無有一物，也是實相的本體，如依實相本體，即使「住亦無所住、生也無所生」。其實此是「中道」的道理，住就是無住，有就是空故不會被染之。「生無所生」，是因爲了解假知空，所以生就是無生，了知真實義才會起清淨用。

佛與眾生之分，只在覺與不覺，慈悲與不慈悲，覺則即相離相，一切不住，故名曰佛。不覺則見境生心，一切皆住，故名眾生。慈悲則平等為懷，萬物一體，即名曰佛。不慈悲則貪瞋癡慢、煩惱叢生，即名眾生。

慧明法師清楚的指出，佛與眾生的分別，只在於覺與不覺，佛就是覺，眾生則是無明，無明就是不覺。佛是慈悲者，有著慈悲喜捨的四無量心，眾生不夠慈悲的原因，就是有個「我」，這個「我」比任何人無法吃虧，更需要照顧與呵護，所以慈悲不夠，只有做得到才會做，這就是佛與眾生的差別。

「覺則即相離相」，這是六祖教導學人「於相離相」，但要如何於相離相？六祖所說的法，不是沒有對現狀境，這是什麼意思呢？比喻說一般男眾會喜愛女眾，所以就不與女眾互動，不是這樣的解釋。在現實生活中，有男眾則有女眾，隨時也會有女眾出現的場合，並說話也參在一起，與女眾互動中最主要的是「離相」。是如何的離相？就是不會去愛著、也不求、去取。六祖所說的法就是「於境無心」，不怕萬境圍繞與光同塵，心雖和所有的境在一起，但清楚知道境都是虛妄，對境不住著則是「即相離相」，這是相當深的功夫！

眾生應學的就是這個法，不管男眾或女眾、名利錢財也是相，能見相不起執著心即是禪，內心無亂則是定，悟到性的人時時是處於禪定中，是因為了知性本來無一物，所以不會去惹塵埃。然一般人呢？一見相則會去惹塵埃，都是愛不斷的原因，看到喜歡就要愛，聽到不喜歡就不舒服，有悟性的人則不同，見相不愛、不瞋，是沒有貪瞋癡的作用，這是「即相離相」的修持。

「覺」就是覺悟，覺悟是佛，佛陀也是達到即相離相之者，所以學佛的人要隨

佛陀的修持，學習一切無住心。佛陀無論見什麼相都是如此，就像鳥飛過天空，無有相貌存在也沒有痕跡可找，故名曰佛。對人事物是以慈悲心、平等心對待，佛的心像虛空樣平等，不管雲所飛過是大或是小雲，是烏雲的黑或晴天的青都好，都以平等心讓雲飄過，即使有雨很大雲又黑，雷聲響徹雲霄之時，虛空就是虛空，不會因聲音大它就不平等，依舊是容差別並與萬物一體！但眾生呢？一般人會有貪瞋癡、驕慢等，還會生很多的煩惱，這就是眾生性。

然覺與不覺，乃體上之階，慈悲與不慈悲，乃用上之別，體用不二，皆是一心，若能轉惡心為善心，即是佛心，故六祖云：一念平直，眾生是佛。

「覺與無覺」，有覺則無明，有無明則無覺，所以覺與無覺是在性體上的分別。自性是體，從體而起用，所起的用稱為「作用」，應如何作用？「用」就是觀照。念一旦起來時，不一定要實踐用啊，當下應觀照與思惟，念的起來是依何緣而起？為何觀照所起的念？因為「念」是由心的作用，所以體用不二，是一心所現的。又如何用的作用？以慧來隨智慧行，沒經過智慧決定的用則不起用，此是觀行位的人所修，也是學佛者不可少的修持！修此一天勝過他人盲修一劫，有的眾生一迷永迷，每天都想不對的卻讓身體去做；時時心念不好的卻讓身體去行，一輩子只有忙與茫中結束，死了又生，來過又去……殊不知生死的源頭在哪？其實就在「用」中，你要用但不要輪迴也可以啊！念一起來，好的用但不要住，將壞的轉過來而不要用，就只差這個功夫就能解脫了！既然一樣要用，就念佛用西

方，其餘的地方則不要用，生於西方淨土一了則永了，爲什麼要念佛？因爲念，有念就會成形（即是往生於西方），好比汽車也是人所念要做才有，不然汽車會從地上生出來嗎？房子也是人所念要蓋才有，也不會從地上長出來的。如果經過智慧所做的事較圓滿，差別就在這裡，不然念一起來就要你去做，現在有智慧就能夠進一步觀察，做得完美又不執著，不斷的修持到貪瞋癡慢疑盡則成菩薩，所以體用不是二，因爲用不離體，體不離用，只是一心而已。

修行最難修就是「最愛的念」，如果能觀照中將惡轉成善念，對修行是相當助益的，反之則有很多的障礙。爲何要轉念呢？例如男人的障礙是欲念，女人則是情念。男人爲了欲，連地獄都敢去；女人爲了情，千斤萬擔都敢挑。甚至還有「地獄我不怕，地獄要怕我」的念頭出現，爲什麼會這樣？這就是障礙又不會轉念，殊不知此惡心是相當危險的，若能轉念就不易墮於惡趣。日常生活中若念是壞的，應於當下觀照：「不要！不要再來害我……」或者「這隻牛又來了！又要來頂我……」，立即將它趕走，將壞念轉消失甚至變成善心，故能轉念的人時時皆能自在，這也就是「佛心」。

六祖大師曾經說過：念若平直就毋須修禪。因爲所念都是一念，也就是說：當下每個念都是清淨的，如此的人還需要修嗎？當然是不用的！雖是眾生之身，但所起的皆是清淨念或利益眾生，所以與佛無異。（待續）

老實修行

寂靜自在 淨明老和尚（十二）

◎釋會忍

妙林園地



（三）藝文活動

1. 書法比賽

高雄市佛教會為慶祝佛曆二五五四年佛誕節，於二〇一〇（民國99）年四月十八日假元亨寺舉行浴佛法會暨學童書法比賽。法會由佛教會理事長淨明法師、會寬法師、傳智法師、圓戒法師、大慧法師聯合主持恭誦《金剛經》、佛前大供，各寺院法師、護法大德扶老攜幼前來浴佛，藉由灌沐如來淨法身，洗滌塵勞、淨化身心。高雄市長陳菊親臨致詞、社會局局長、民政局局長、民政局副局長、民政局三科科長蒞臨盛會，參加浴佛拈香，為社稷祈福。同時舉辦學童書法比賽，孩子們

聚精會神，正身端坐，在筆墨間凝神揮毫，現場一片寧靜安詳。現場亦贈紀念品予參加比賽的小朋友，將選出一、二、三名、優選、佳作、入選等七十二位得獎者。

2. 彩繪大地（照片二張）

（四）宗教團體法會議

高雄市佛教會於二〇〇九（民國 98）年七月十四日，假元亨寺召開「全國佛教團體聯合協商版宗教團體法草案說明會」。參與的宗教人士計有：高雄市佛教會理事長淨明長老、世界佛教會會長淨心長老、台灣省佛教會理事長會光大法師、慈悲佛衛台總裁心田長老、元亨寺都監院會寬大法師、高雄縣佛教會理事長、嘉義縣佛教會理事長福定法師、彰化縣佛教會理事長圓明法師、台東縣佛教會理事長辰陽法師、中華佛教護僧協會導師傅孝法師、中華佛教比丘尼協進會秘書長見引法師、中華佛教護僧協理理事長圓塵法師、達慧法師、大航法師、紹宏法師、宏安法師、照定法師、覺華法師、依融法師等。總統府資政饒穎奇、立法委員黃昭順、黃進士的助理，以及各縣市佛教會的理事長、宗教團體的代表理事長、基督長老教會陳松德牧師、天主教聖心堂杜勇雄神父、安息日教會吳榮彪牧師、台東縣議員李建智（台東玄武堂堂主）等。

是日下午二點三十分揭開序幕，由大會主席淨明和尚主持會議，司儀見引法師，

來自全省各縣市佛教會理事長、長老法師及護法居士大德踴躍出席會場；對於宗教團體法一審通過的內容給予極大關切，並謹慎訂定法案內容。

由以上佛教會所舉辦的法務活動，無論從慈善賑災、消災祈福或藝文活動等事項，都是深具有接引信眾，教化民心之作用，發揮佛教慈悲為懷，移風易俗提升社會道德之意義。

理事長淨明法師平日雖寡言少語，但為人非常隨和，沒有任何的架勢，讓人如沐春風般的平易近人。儘管是初見面，都可以感受到他的赤子之心，樸實淡泊的道風一覽無遺。擔任高雄市佛教會理事長高達十四年之久，個人的清淨修行無形當中也感化很多的人，誰說一定要有聲說法才能度化眾生，其實語默動靜都是無形的說法。淨明法師是採用直接的方式，自己親自做，讓大家學習如何將佛法落實在日常生活中。如此老實的修行一點也不虛妄，有一分說一分，有二分做二分，如實面對自己的狀況，這不是每一位修行者都可以做到。也可以從這十四年的理事長任內看到淨明和尚的行事作風，那一絲不苟的處事態度，寬大厚實的胸襟，謹言慎行的風格，是很令人為之讚歎不已！亦是他能領眾的最大因素，也難怪無論在任何場合他都能隨時保持一份寂靜自在的風範。

【伍】弘揚佛教志業



一、自學成材的淨明法師

文化事業的推動是一種很漫長的志業，且是沒有很高的經濟收益。換句話說，也可能是賠了夫人又折兵。但是，它卻可以發揮教化人心，潛移默化，移風易俗之作用功能，其影響力不可謂之不大。元亨寺雖然表面看起來是一間傳統的修行道場，歷代的住持也都是以實修為重。但到了第二十六代菩妙老和尚已開始著手進行教化工作，尤其是第二十七代住持淨明法師更為顯著，當他在元亨寺還默默無聞時，已開始著手推動保留佛教的文化教育之工作。

雖然他世俗的學歷不高，在國小五六年級時，因師長的鼓勵學佛，加上個人嚮往出家清淨的生活。因此，放棄學校正規的教育，全心投入僧伽教育。當然地，起初在僧團所聽聞的一些專用佛教語彙，真的是宛如鴨子聽雷，茫然不知。也由於他的好學，堅強的毅力，加上樂觀進取的性格，不以此為退卻。自然而然從「聽不懂、看不懂」，而提升到心領神會。由此可見學習只靠老師講解是不夠的，還要靠自己不斷的推敲，深入了解其真實的意義之後，才能引發對道理的融會貫通。如同玉石、象牙等藝術品是如此的精緻典雅，當我們看到它時，其實已是花很長的時間不斷的精雕細琢，才能展現其藝術的內涵。誠如《詩經·衛風·淇奧》所說：「如切如磋，如琢如磨。」由此可知人的學問，必須透過「知」能成就；猶骨象、玉石，在切磋琢磨中完成它的極致也。從不斷的學習之中增長智慧，從不斷修正之中調整思想的中道緣起觀。這是我們從淨明法師身上所看到展現的風格。好漢不怕出

身低，判斷一個人是否會成功，家世背景只能當參考之用，最重要的是真才實學，只要肯奮發向上，終能有所成就，也多生累劫受益不盡。



二、默默推動佛教文化

世俗眼光中都是以貌取人，必須具足怎樣的條件，才能做怎樣的事業。可是我們經常從社會中看到這個準則不一定如此。例如王雲五居士，才受了五年的私塾教育，自學成材，在一九二〇年代至一九三〇年代主理商務印書館。以下，想介紹淨明法師如何從「無」到「有」，這種拓荒者的精神，無畏懼、無擔心的默默去執行文化的開拓，讓佛教的思想及教義能更加普遍，深入在民心。這種開闊的胸襟是值得為之讚賞，不為名、不為利，只為了能利益眾生，度化苦難的群生而努力。期望他們也能透過學習而不斷成長、快樂。

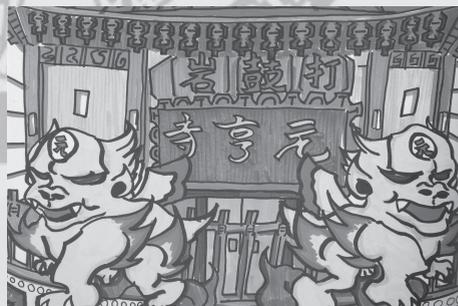
以下介紹淨明法師是如何的一步一腳印，不斷的轉法輪，開拓佛教文化，利濟群生，此種為佛教、為眾生的精神是很令人感動與敬佩。也很值得在此為他的善行做點滴的著記，以供後人可以學習效法。所以下列出他在元亨寺期間為常住出版諸多的書籍，記載當時的因緣、思想及功績，以使後輩可以了解當時的歷史文化。若沒有為這些史料作一點記錄的話，很快就煙消雲散不見踪影，又如何能從中得到許多寶貴的經驗呢？文化志業是一條很慢長的大道，雖無法得到立竿見影的效果，但對教化民心，移風易俗有其功不可沒的作用。（待續）



照片67 2010年4月18日假元亨寺舉辦浴佛法會暨學童書法比賽



照片69 彩繪大地之二



照片68 彩繪大地之一



照片70 左起大會主席淨明法師，淨心法師，會光法師，會寬法師，福定法師



照片71 2009年7月14日假元亨寺召開全國佛教團體法會，與會大眾，來自全省各縣市宗教團體

洲渚片跡選四

〈冬日還有暖陽〉

◎釋法觀

生死大海裡 漫漫長流中
法是有情的洲渚。(註一)
昔日的足印
於塵沙陣陣 荒煙蔓草間，
悄然淹沒；
未盡的旅程
在行履步步 探尋仙人道跡中，(註二)
心跡漸明。

(註一) 參閱《雜阿含》第36, 638, 639經…等

——「自洲自依，法洲法依，不異洲不異依」。

(註二) 參閱《雜阿含》第287經——「古仙人道跡」。

妙林園地



人類的貪欲無明，對這個地球予取予求，不停歇的開發、污染、破壞到今天，顯然連原本廣大容受力的山河大地，也開始發出悲鳴與反撲，溫室效應、臭氧層破了洞、氣候變遷漸失常則、種種四大不調，層出不窮、怵目驚心的天災地變，地震、海嘯、火山爆發、颶風、龍捲風、森林大火、水災、乾旱、饑荒、南北極融冰、海平面上升……，北極熊被迫成了長泳好手、有的體力不支而溺斃、甚至饑餓到獵食同類幼子的傳聞，還有冬眠醒來，昔日雪白卻成繁花錦簇，美麗背後的悲哀。

全球饑餓人口仍高達9.25億人，每六秒鐘就有一個孩子死於營養不良（2010.9 聯合國糧農組織）。目前東非數國正面臨嚴重乾旱，超過1000萬人正為一口食物與死亡搏鬥。

還沒說到因受天災引發的輻射外洩等的重大傷害。

連人類企圖共同約束減少碳排放的覺醒，也似乎不敵共業所趨，經濟、民生的現實考慮等，各有需要與盤算，而難有具體足夠的進展與成效。人類依然短視近利地忘情享受、無情破壞。

加上不同族群之間的權力、利益、意見之爭。各地戰火不斷，傷亡從來沒斷。聯合國最近的調查報告說，人類社會光貧窮與戰亂之因，全球約有6.700萬的適齡兒童無法接受小學基礎教育而失學，光武裝衝突而導致者就有2800萬。因為戰爭、內亂，或政治、宗教、種族迫害等因素，全世界仍有4000多萬名難民（2009. 聯合國難民署）。

人類對同在一個大地上其他生靈的剝奪、迫害、殺戮，亦慘不足睹。尤其殘酷者，捕鯨、獵鯊、取動物毛皮……等，手段實在難以想像。直接的因果且先不說，其實環環相扣的食物鏈法則，人類終究是害到自己的。

這是今日的娑婆堪忍世界，今日嗚咽喘息、已然呼吸不順暢的地球。

大地容受依然，青山綠樹依然，河湖江海依然，還有氧氣可以呼吸，人類堅忍依然、無奈依然，就等待人類——人心的深刻覺醒與更具體成效的行動，等待能有愈多人智慧、慈悲的加入。這已刻不容緩。

佛法，點出人心自我、貪欲無明帶來無邊苦楚、害他終究自害的事實，佛法同時提供了生命離苦、脫苦的智慧與方法。佛法的力量，便是要幫助人心喚起覺醒、慈悲與智慧。不迴向內觀內照，不平靜歇息下來，人心在奔忙追求中、利益衝突間，是看不清、看不透，不願徹底反省、徹底改變的。

佛法之於世間，就是希望為黑暗冷冽帶來光照與溫暖。就是希望啟發、開啓愈多人心的洞見和慈悲，更積極地為此世間、一切生命，帶來覺醒、光照、溫暖與行動的力量。

個人的別業是離不開全球的共業所趨，也脫不了共業加諸的影響的。生命共同體之下，人人都有關係，每個生命都有責任，尤其人類。盼望佛法——覺醒之法，進入人人心中，化為光明與溫暖，化為關懷與行動，以平靜和智慧，慈悲地幫助彼此，人人得到提昇與淨化，也讓這個一切生靈共同賴以生活的環境，快樂

地，重拾微笑與呼吸。

冬日還有暖陽，生命加油吧！！



▲ 冬日中的暖陽，尤其一陣冷冽過後，令人格外明白、感受到光照的溫煦與美好。

（本篇寫於 2011.7.29。出自《冬日暖陽——將佛法擁入生命》一書，法觀法師著）



波羅蜜園地

覺醒的走

◎ 釋生定

生命中很多的因緣究竟是從那裏來，為什麼是如此的巧合，大家在這時間點都齊聚一堂，對生命充滿諸多的不解與好奇。佛教以「業」來解說生命的生與滅，沒有一個主宰物在操控，所有一切都是在因緣具足中形成。若您問生命的方向是什麼？我想就是不斷的走，不停的向前走。在錯綜複雜的因緣當中，每個人這一期生命都是有一些您必須去酬報的事，時間一到您自然會在那裡出現，也不知為什麼會走到那裡。乍看之下很奧妙，深究其理一點也沒有意外，完全是因緣在促動一切事物的形成。

妙林園地



當我們慢慢有所醒悟時，會領悟到雖然您現在還在此處，但是彼處的因緣早已在準備蘊釀，時間一到自有因緣讓您到那裡去受報。就以我們的投胎來說，投胎識入母胎是一剎那之事，但是那一對父母是在多久之前，早已在慢慢形成這段因緣，還有多少人幫忙教育這一對父母讓他們長大成成人。誠如佛陀所說「緣起甚深極甚深！」

有時當因緣際會時，生命中的某些事物讓您很煩心，度日如年，苦不堪言。但是經過十年、二十年後卻發現，當時如果沒有那一段因緣，可能無法成就今天的您。看到這裡其實您的內心是要感恩或懷恨呢？

凡事沒有絕對的好與壞、對與錯，當下的因緣才是最重要，在物換星移中去完成自己該擔負的任務，一步一腳印認真的向前走。回顧生命中一些過程，可能其中一顆棋子的改變，而結局就不一樣。從贏到輸，從輸到贏，都是某一個因素的改變而影響全局。所以對於現有的格局不用太煩心，一切自有因緣，只要能好好把握當下的因緣，能走出一片天空。如果因緣一旦結束了，您想再度回到那個因緣，那是不可能之事。因為其中每個成員都還必須去跑下一階段的行程，時間與空間都已有很大的改變，因此，有智慧的您應覺醒的走下每一步，以免錯失好因緣。

因緣稍縱即逝，一切都在無常的變化中，當好因緣來了，我們好好的處理它、

本刊園地公開，歡迎惠賜佛教學術性論述或結合佛法融入生活、藝術等淨化人心之稿件。

文稿字數二千至三千，最多不超過五千字。文體不拘，並歡迎提供照片。

稿件請以電腦打字。來稿一經刊登，將致奉薄酬。

一稿不得二投或抄襲他人之著作，違反著作權法。本刊對來稿有審查刪修權，如不願更改者，請先註明。

--來稿請署真實姓名（法名）、住址、電話。

來稿請：

E-mail:

maolin666@gmail.com

元亨寺妙林雜誌社編輯部

約...



運用它，方能在菩提大道邁進。反之，當惡因緣來時，也能如實面對好好的善了這段惡緣。唯有走，覺醒的走，不斷地向前走，這就是解脫之路。☸

養生方

◎了圓

心平者，氣和；氣和者，體柔；
體柔者，血暢；血暢者，身健；
身健者，病苦少；病苦少者，煩惱少；
煩惱少者，歡喜多。

很多人會問修行是修什麼啊？的確是非常不易回答之問題。答的太深，令人退卻三尺。簡單回答，又丈二和尚摸不著頭緒。直到一日看到這「養生方」，真是簡單又明瞭，無論世間或出世間都沒有離開這基本功夫。試著就個人的理解介紹

佛法與它的連動性，以此打開自己的任督二脈，心胸開闊，心無所畏，依著歡喜心，平靜的過日子。

(一)心平者，氣和。心是萬念啓動之源頭，每天在眼見色、耳聞聲的當下，是否能產生可意或不可意的心境，就是關鍵之所在。有的人無論看到喜歡或不喜歡的事物時，都能以平常心看待，內心沒有太多的起伏，只不過是一個當下的情境。因此很快的接受因緣的生起與滅去，沒有讓它在心中起惑造業，所以內心能保持平靜沒有動盪。自然而然一日平靜，日日平靜，沒有太多的念頭來起心動念。心平靜了，身體的氣也變柔和。這是調身的第一招，先從自己的心來下手，所謂：「射人先射馬，擒賊先擒王。」只要能降伏其心就能找到解決之道。

(二)氣和者，體柔。體柔者，血暢；血暢者，身健。當我們面對外在事物能看順眼時，就比較不會有浮躁之氣，此時心與外境已達到共識。平靜的心讓體內的氣變得調和不紊亂，氣脈就會通暢無阻，也就沒有氣淤現象，筋絡血脈就不會阻塞，自然身體健康。這些好現象是建構在很多好的條件之上，所以想要擁有健康還必須從基本的心理因素著手。以佛法立場道理也是相同，當我能接受一切外境時，不拒絕、不抵擋，以實態度面對時，則一切就可通順，至少在現有的情境中沒有生起煩惱，體內的氣就可通暢，筋骨不僵硬自然柔順，身體因此可以得到健康。如此的由內而外，再由外而內，環環相扣，彼此連動著相互影響。因此，我們也必須學習以智慧觀察一切現象，我放不下的是什麼？擁有這些是讓我更快

樂或受苦呢？若經過一番思考很快可以找到正確的答案。

(二)身健者，病苦少；病苦少者，煩惱少；煩惱少者，歡喜多。從生理現象來看身體健康者，基本上病苦會比較少，因為心理健康的關係，所有的思考趨向正面性。因為正能量也能帶給身體好的影響力，性格上也易趨向開朗、活潑的樂觀個性，很多事情容易理解、明白，無形中煩惱也比較少，歡喜之事自然也多了起來。由此可見想要擁有快樂的人生，將身體照顧好還是很重要之事。

大家都想要活的快樂又健康，但是這不能只是光憑想像就可以達到，勢必要了解其中的關鍵法則，才能打開一些讓我們不自在的因素，這樣問題才能迎刃而解。佛法本來也就是要處理人生的問題，從無限的因緣當中觀察到一切的生與滅，世間所有事物都不停的在變動，沒有任何一物是固定不變。當您了解「無常」是世間的常態時，一份安定的力量也將由心中生起，這份篤定的心力是由平日深觀無常變化中而來。世間一切都是隨緣而不斷變化，因此，有智慧的您也一定慢慢明白無常中沒有一個我的存在，若能走到這裡時，就已找到解套的開端。從生理到心理，從世間到出世間當我們將佛法運用於生活上時，頓時恍然大悟，佛陀所說的法是如此容易運用，無論貴賤、貧富同樣都可以從佛法中找到生命的「養生

方。」

西楚霸王

◎ 陳海晏

「力拔山兮氣蓋世，時不利兮騅不逝，騅不逝兮可奈何，虞兮虞兮奈若何！」
這首垓下歌，是西楚之主的絕命悲歌。主唱者曾抗擊強秦，得分封天下之權。此主姓項，名籍，字羽，人稱西楚霸王。驟起驟落，以字行世。

自小，項羽就英偉蓋世，勇力過人。桀傲、直率的個性，讓他有無比迷人的魅力。位居南蠻之地的楚人，較少沉穩、謙和，隱然有狂傲之氣。而楚雖三戶，亡秦必楚的讖言，讓他決意以自己野火般生命，點燃楚人的狂爆不羈。

妙林園地



機會終於來了。連年苦役重罰，人民抵受不住。怨懣憤恨如洪水蓄積，只待決堤。秦皇大堤，以他無比威望，擋住一波又一波的洪水，僕僕風塵於各地親弭。終究他不是神，沒法長生不老，血肉之軀總要償天還地。崇隆舊堤倒下，新堤卻因弄權而毀於一旦。

一場豪雨，讓趕著服勞役的人誤了時間。國家法令如山，沒有理由，絕對服從。去定就戮，但畏死愛生是人之常情。眾人志忑不安，希望有兩全之法。陳勝、吳廣素與眾善，要救，法理難容；不救，眾皆受罰。幫或不幫，陳勝、吳廣陷入長考，只見陳勝拍案大喊：「豁出去了！」

沒想到只是拿起竹竿，沒想到才稍稍漫過堤防，卻驚起四方英豪，天下震動。彷彿受到激勵，全國各地舉起旗幟，對秦朝官員喊：「我們受夠了！」項羽與叔叔很快就收到消息了。叔叔捻髯而笑，天子之！身為楚國貴族，加上愛侄之力，我有地利、人和。而現在，天時來了。當項梁將楚國大旗一展，江東弟子紅了眼眶，喃喃自語：「楚雖三戶，亡秦必楚。」楚懷王客死秦國，楚人甚哀。謀士范增建議項梁，奉懷王之孫為楚主，仍稱懷王，假王命南征北討，以成霸業。後項梁戰死，由項羽統領這支驍勇善戰的部隊。

群雄並起，不免爭戰殺伐，但秦朝才是真正敵人，因政府還有數十萬器械精良、訓練有素的軍隊駐紮南北邊境。群雄圖存求霸，都想保存實力，在最後一刻

勝出。誰都不想損兵折將，與政府軍硬碰。朝廷洞悉反者意圖，迅速整合，大軍將趙國團團圍住。至此，諸侯們都仰望兵力最強的楚國。楚王不想受制項家，拔擢宋義爲上將，范增爲末將，項羽居次將之位。三人統領兵馬，前去解趙國之圍。

項羽知曉此役對楚國，甚至是他個人的重要性。儒夫宋義，屯兵安陽，恣意拖延，四十餘日。趙國危在旦夕，趙王多次派死士突圍，請楚軍望諸王同氣共命，儘速解圍。但宋義虛與委蛇，不進不退，如此可惡，枉稱卿子冠軍！

一日，軍事會議，兩人起了爭執，惡言相加。傲如項羽者，豈能無事？一不做，二不休，他襲殺宋義，奪取兵權，宣佈攻秦救趙。而末將范增對上將之死未表異議，仍力佐項羽。勇武項羽率楚軍，全師出擊。輸，不過一把；勝，清楚明白。於是，船鑿沉、鍋打破，楚軍連勝數陣，幾抵鉅鹿城下。

秦軍以甬道之法，力阻楚、趙二軍會合。楚軍則誓言要踏著秦軍屍體入城。趙王在城上看得一清二楚，秦軍攻守有度；楚軍猛進強攻，疲累交加。而趙軍久經困守，無力出援。他只能祈求天佑趙國了。

甬道可做糧道，又是護壘，是極佳固守之法。對攻方來說，確實難以突破。項羽知道這是破圍最後一仗。輸，是楚人恥辱；贏，天下人將仰望他。力能扛鼎

的少年英雄，難道不過爾爾？他決意押上最後一擊。不拚，全軍陪葬都不夠。力搏，最多一死，亦有可能不死。理盔甲、跨烏騮、嘯四方，他直奔秦軍最堅固的壁壘而去。

秦軍在壘後以箭雨射退，楚軍攻勢受阻，但項羽卻沒退。他雖中箭，卻振臂高呼：「楚國男人，跟我來！」他身先士卒，直往前衝。一個人連死都不怕，那只有別人怕他了。項羽魔力，感染了身旁衛士。衛士們大喊：「不要動我們的項將軍！」一個，十個，百個，不怕死的楚軍，集結在項羽背後。向來強悍的秦軍也愣住了，這些人不怕箭、不畏死，他們是……

就這遲疑片刻，項羽已抵壘前。他運起天生神力，拆去土壘，又將防守秦兵高高舉起，呵呵大叫。秦人彷彿小雞，被項羽一一丟出甬道。楚軍士氣大振，人人爭先向前。秦軍手足無措，防線出現漏洞。項羽狂吼踏步，無人能擋。身後楚兵如疾風，護著他們愛戴的將軍。一個，十個，百個陣地，接連遭楚軍攻破，死圍就這麼解開了。

趙王不相信自己的眼睛，但由不得不信。下城迎接項羽，不敢抬頭平視。身上還有傷的項羽，昂首闊步，英氣逼人。楚軍終令虎狼秦師，於此役低首。項羽知道，人們關注他的時刻終於來臨。就像少年時，他曾嚮往秦始皇南遊渡江的盛況。

宋義之死令懷王對項家更加提防，范增已為項羽所用，遲早他也會對我下手。在項羽心裏，他覺得天下是項家浴血打下的。況且不是叔父，這傢伙還在放羊，竟不知感恩！不滿，讓兩人埋下仇視的種子。論戰功，項羽是天下第一人，傲視群雄，無畏無懼。論地位，楚王居上，又留心其他英豪，沛公劉邦是個人才。

帝命曾曰：「先入關者，為關中王。」項羽雖被派去打硬仗，但剩下的殘兵弱卒，他人想先入關，談何容易？劉邦想著義帝眼神、范增態度，遲早會與項羽決裂，但憑什麼跟名滿天下的他爭？雖然如此，沛公一仍自在。兩軍行進，心情迥異。項軍自信，且對劉軍不屑。「那個懦夫，憑什麼跟將軍爭？」劉軍士卒看著地痞主將，也不知己方怎麼跟貴族項羽爭？

項羽一路快攻硬砸，火般急躁的個性，在受挫後顯露狂暴。也許是自傲作祟，也許是受挫反彈。項羽決定殺降屠城！在楚軍帳下，謀士不受待見。這個命令被徹底執行，此舉確令秦人驚懼。不降只有城破受屠；倘若投降，就算當時不死，六國後人仍虎視眈眈，欲報滅國之仇。這是退此一步，絕無死所之局。只有固守、堅守、死守，才能為其他秦人留下生路。

張良熟知秦國法令，嚴訂守城將領之責。只要將領盡責，城破，朝廷亦不究。他與蕭何商量，決定讓守城將領，於公私無虞之際招降。第一個城門就這麼兵不血刃地打開，迎接劉軍到來。劉邦進城安慰父老，勒令軍隊秋毫無犯。原將

仍統兵守城，只是換旗。

沿路幾乎是簞食壺漿以迎王師的盛況，未遇太多抵抗。劉軍如和風，輕吹入咸陽。他代表義帝受降，秦不再稱帝，降為秦王。劉邦約法三章，擄獲關中民心。兵卒解甲休息，宰牛殺馬犒之，沛公便入皇宮一觀。不看還好，醇酒美人、雕樑畫棟、金銀財寶現前，無賴起了潑皮之性，他打算賴在皇宮，胡天胡地下去。蕭何全力整理秦朝地籍、典章、制度。張良則看出主上之意，囑樊噲入夜後，將爛醉如泥的劉邦抱回大營，維持形象，也保住沛公一命。

終於，項羽一一擊退秦人，來到咸陽城外。當他知道劉邦派兵把守函谷關，且先入咸陽，他漲紅了臉。「那個懦夫怎麼能夠？」一生不敗的英雄，要怎麼自圓其說？或者這次只是落後的向前？

「吾等退守城外，以待將軍。以上將軍之命為令！」雖然，項羽有些難堪。但鴻門宴極大地滿足了他的自尊，他淡淡地說：「這次不算！我是諸侯上將軍！規則我訂。劉邦等皆奉我令，義帝……」項羽有了打算，嘴角揚笑。

項羽入城，收天下珍寶，但對放在宮室成批的竹簡未嘗一顧。值錢東西都已搬光，仍不解恨。用火燒咸陽，來代償秦國對楚國、項家的血債吧！這場火足足燒了百日，十里之外火光通紅可見。

若說秦朝不許民間私藏圖書，焚書坑儒是秦皇的千古大罪。項羽坑殺秦軍二十萬，怎麼樣也不是位紳士。而堆滿秦宮的古籍、孤本、秘笈，被項羽這把火一燒，該如何評說？起碼，秦朝還留下諸子理論、醫術、占卜供吏研習。但項羽這把噴恨之火，讓後世子孫親炙祖先經典的機會全沒了。

項羽改封劉邦為漢王，關中另有三王。後英布擊殺義帝，西楚王成了王中之王。當他知道權力這麼大，統領土地這麼多，要分享，實在難捨。「評戰功，我自第一；論英雄，吾非其二。這些傢伙憑什麼？可是，亞父說要給，否則早晚出事。」於是，他留了最好、最多給自己，其他有給就好。看不順眼，甚至多有得罪的，那就什麼都沒有。

漢中距中原途遙路險，十萬人移動，那有多困難？劉邦燒了棧道，明示不返之心。果然是個無大志的傢伙，亞父還要我小心他？裂土事畢，項羽匆匆趕回江東。他傲然地說：「功名已成，再不回鄉，有若錦衣夜行。」原來，鄉人喝采是那麼重要！他不為解民倒懸，更談不上經世濟民，他為那眾人仰視的虛榮。當然，項王坑殺秦人二十萬降卒，雖是血債血還，但冤冤相報無了時。關中，自然不能再留。

狼煙又起，肇因果是分封不公。項羽但憑個人喜好，隨意為之。該得者少之，多得者僥倖。甚至有功高者，卻寸土未封。

霸王暇不煖席，四處征戰，造反者卻撲不盡，滅不完。三傑齊聚漢王帳下，劉邦登壇，鄭重拜韓信爲大將，選張良爲王佐軍師，將漢中交給蕭何，自率中軍出發。漢軍公開修棧道，主力卻在陳倉暗中渡河。

自此，秦末雙雄，又在中原大地上相見了。

張良喻項羽如猛獸，攻勢迅疾，但不持久。善養吾之全鋒，待彼氣力放盡，擇弊攻之，大事可成。楚漢相爭以來，劉邦奉張良籌策，屢敗屢起，大致不離。鴻門之宴、老父之羹、棄子亡命，他都做了，只爲留命與項羽鬥到底。

項羽怎麼都捉不到劉邦，各地又不斷出現叛變勢力，令他左支右絀，心力交瘁。這位蓋世英雄，怎麼也不清楚，明明已畏服的諸侯王，爲何他一調頭就反？反而再反，叛又復叛，真是受夠了。他向劉邦下戰書：「天下都因你我起爭戰，是男人，就單挑！」沛公笑回：「吾寧鬥智不鬥力！」

百戰百勝又如何？以寡擊眾能如何？騎兵快戰敢如何？縱敵萬人，難道要敵千萬人？霸王終被困在垓下，四面楚歌聲中，他對著虞姬，唱了生命的最後一首歌。天已將亮，他看了看身邊衛士，比起諸侯們，子弟兵可愛多了。

「王，我們相信你！」他笑了笑，決意爲這些親信，盡最後一分氣力。他一躍上馬，部署兵力。他用行動證明：「天亡我也，非戰之罪。」

沒有人懷疑楚軍的戰鬥力，漢軍是打怕了。他們將包圍圈放大，就是不想與楚軍短兵相接。重重包圍、十面埋伏，就是要讓兵鋒馳名、快戰聞名的項王疲累。四面楚歌，就是要讓兵卒思鄉心切，人心渙散，最後拖垮全軍。可是項王一直試圖證明眾人皆知之事。自傲，隱藏深沉的自卑。

霸王終非浪得虛名，突圍還是成功了。但衛士們死傷慘重，連項羽本人也甲不蔽體。烏江亭下，他回望子弟兵，已不滿百。想虞姬和歌，曲終飲鴆酒，謔死在懷裏。繞指柔情，英雄氣短。

遠處塵土蔽天，漢軍頃刻即至。

「我還回江東嗎？」

生命再也激不起一點火花。傲氣盡去，只剩自卑，連自憐都沒有。

烏江亭長於江畔頻頻呼喊，霸王捨愛駒，請老丈攜回江東。烏騅悲嘶，楚主揮手。就這樣吧！我累了！

項羽在烏江岸邊自刎身亡，為故人再盡千金之情。五名漢軍騎將，王翳、楊喜、呂馬童、呂勝、楊武各奪項王身體一部，得以封侯。其中楊喜受封赤泉侯，六世孫楊惲，正是太史公的外孫。其母即太史公之女，史記便是由他們母子保存並流傳後世。楊惲之父楊敞，官拜丞相，奉為弘農楊氏之祖。其玄孫東漢太尉楊震，立楊氏堂號：四知堂。

項羽曾受封魯公，魯地堅不肯降。直到漢軍出示項羽首級，允王禮葬之。禮盡，魯人才降。楚亡漢興，以火德，旗幟色赤，劉邦傳為赤帝子，廟號高祖。漢承大秦統一遺緒，是一統之後，威名首播異域。至今中國文字猶稱漢字，中文稱漢文，中國話叫漢語，中藥又叫漢藥、漢方。中國境內五十餘民族最大一脈，即是漢民族，或稱漢人。背叛中國者，輒以漢奸、漢賊痛詈之。慕正統者，謂人心思漢、身在曹營心在漢。兩漢軍人的血性是：「明犯強漢者，雖遠必誅！」

而中國人第一次大規模地接觸異域文化、宗教，進而引發文化全面省思，也在兩漢。用漢字記載佛教經典，或流行於漢字文化圈的佛教，稱漢傳佛教。最後，中國人更因崇信佛教，自發性地前往取經。漢之風華如此，流星般燦爛的西楚霸王，只能讓位，成為插曲。

千古以降，霸王一生，仍讓人們說不完、寫不盡。楚漢相爭，鴻溝為界，化成紅黑兩方棋子，駐留人間，對峙至今。⊕

發願

◎ 如誠

人們讀誦佛經前，多半會先誦發願文、開經偈、佛號三稱，再讀佛經名稱，及此誦讀本的譯經者。進入佛經本文，首句是世人熟悉的「如是我聞」。誦畢，則有回向偈，這是大致通行程序。其中步驟皆能減省，視各人誦讀習慣、時間、環境等而定。

佛經弘播四方，卻非人人皆懂梵文，故需要譯經師加入，為佛經進行一定程度的本土化。以漢傳佛教為例，譯師們通常是出家眾，亦有不少居士加入；若有

妙林園地



官員提供各種協助，總能引領眾生，成就佛家大時代。佛經翻譯與一般翻譯不同，除了要熟悉梵、漢兩文，也因為翻譯的是佛教諸多無上經典，內容深奧，論述高妙。倘無修行經驗，又對佛法沒有深入體悟，譯文想要契合佛旨，恐有一定難度。

好不容易有了譯文定本，對佛經，中國人總是會一譯再譯。明明是同一部經，又有珠玉在前，為何要這麼較真？這體現中國人做學問的認真態度，面對真理追尋、個人修持，甚至文字都要求精準。當然，譯者也要有一定願力，這樣才能更好地解釋，即便跨代，還能堅持下去。

發願文有很多種，祖師大德依各宗精要，據行人根機，不同願文，廣為流行，理事精妙，供後人修持使用。例如以下的迴向發願文，特定詞組可做替換。

稽首三界尊，皈依十方佛。

我今發弘願，持此XX經。

上報四重恩，下濟三途苦。

若有見聞者，悉發菩提心。

盡此一報身，同生YY國。

上述的XX、YY，依所誦經典，可用簡稱替代。若持誦《金剛般若波羅蜜

經》，則XX爲金剛經，YY爲極樂國；若爲《藥師琉璃光如來本願功德經》，則用藥師經、琉璃國。

先室生前喜誦普門品，後罹重症，於安寧病房皈依眞法師父。在入院時，我瘋狂找尋能醫治她的方法，然皆不得。遇到幾位神人，總說我們福份不夠，要早做準備。除非能發大願，興許有救。什麼大願，您教教我啊！神人們皆閉口不言，總讓我自己去找，虔願要從自性中出來；若不夠大，則搖搖頭，讓我再好好想想。

未經旬月，先室往生。蒙皈依師父慈悲，教誦《阿彌陀經》、《藥師經》、《八大人覺經》、《大悲咒》、《往生咒》等經咒。普民精舍的師父們，則授《金剛經》、《心經》。元亨寺的忠定師父以【淨土五經】爲基礎，於各經中摘錄章節誦讀。經由佛經，我知曉彌陀四十八大願、藥師琉璃光如來十二大願、普賢菩薩十大願。

雖然頑童如我，曾給孔子畫過鬍子，給孟子戴上眼鏡，但中華文化的基本熏陶，還是免不了有一抹儒家色彩。也因爲不同師父的指導，我發現不但諸佛菩薩有大願，儒道釋三家，亦各有願。正是虛空有盡，我願無窮。

儒家之願首推《禮記·禮運》，文中先講大同，後示小康。因中山先生引述

禮運大同篇，表示天下爲公之願，故此篇爲臺灣的學子們所熟知，早期政治人物亦常引用。在臺灣的年金退休制度裏，於「老有所終，壯有所用，幼有所長，矜寡孤獨廢疾者皆有所養」，亦有一定程度體現。

北宋理學家張載，尊爲橫渠先生，其西銘揭糞民胞物與的平等、博愛觀。橫渠四句後人常引用，「爲天地立心，爲生民立命，爲往聖繼絕學，爲萬世開太平」。看似言簡意賅，實乃內聖外王之修爲，有體有用，如是因，如是果。它是宋代理學總綱，也可視爲北宋儒家承先啓後，所提出的四大宏願。在中港臺澳號儒商者，有從事資訊、有機農業者，莫不用此四句，以暢襟抱。

更多的儒願，可在十三經，如易經、尚書等尋得。而史家的春秋之筆，褒貶之間，更見史論者胸中丘壑。如太史公：「究天人之際，通古今之變，成一家之言」，史記之體例，抒發之議論，描寫之手法，莫不爲後人所宗。

中國士子常有「不爲良相，當爲良醫」之說，范仲淹先生亦復如是。他在〈岳陽樓記〉寫道：「先天下之憂而憂，後天下之樂而樂」，擊中了多少士子心中最軟的那一塊。而文中「不以物喜，不以己悲。居廟堂之高則憂其民，處江湖之遠則憂其君」的情懷，也被武俠小說所引用。英雄俠客縱使歸隱山林、笑傲江湖，君父生民，有不平事，仗一長劍，戚心以出。這也是中華文化稱揚的俠之大者。

「雲山蒼蒼，江水泱泱。先生之風，山高水長」，這種高人隱士的風範，常為道家所崇。文中稱頌者乃嚴光，子陵先生。嚴先生，原名莊光，莊子後人，因避東漢明帝名諱改嚴。他是東漢光武帝的太學同學，為光武帝出謀劃策，功成身退，隱居富春江。范文正公曾於睦州為官，仰慕其人，於隱居處，建祠堂，紀其事，親自撰寫〈嚴先生祠堂記〉：「使貪夫廉，懦夫立，是大有功於名教也」，策勵見聞者。

元朝畫家黃公望先生，乃全真教道士，常與張三丰、冷謙等道友往來。熟悉金庸的射雕三部曲，特別是《倚天屠龍記》者，對此當有那人卻在之感。黃公望繪有【富春山居圖】，可謂自況，亦可謂紀念千年前於此隱居的嚴子陵先生。

古人於文章呈現道家思想的，當以東坡先生為最。〈喜雨亭記〉、〈記承天寺夜遊〉、〈前赤壁賦〉、〈後赤壁賦〉，莫不如此。他自己也說得力《莊子》甚多，然其思想實則兼容並蓄，儒釋道縱橫等家，無不為其筆鋒所用。往前數，還有唐朝如李泌、李白等道中名人。而魏晉南北朝，又是另一個道家思想之峰。王羲之的〈蘭亭集序〉、陶淵明的〈歸去來辭〉，莫不沁人胸懷。

老子謂其三寶，慈、儉、不敢為天下先；居善地，心善淵，故不爭而無怨尤；夫唯不爭，故天下莫能與之爭。這是抱持上善若水的態度，利萬物而不爭，處眾人之惡，故幾於道。老子的教誨，可以看出得道者當行天道，損有餘而補不

足。致中和、融動靜，達整體和諧，是以系統處在相對穩定狀態，故較久長，雖然也避不了成住壞空。古代道醫尚此，故能為庶民所賴。在華人的移民型社會型態，民間信仰中心，也是華人移民的生活重心。至於有無融合三教，是否為高深道體？移民們常以道用為先，取其道果。

《莊子》內七篇，依文題之序是〈逍遙遊〉、〈齊物論〉、〈養生主〉、〈人間世〉、〈德充符〉、〈大宗師〉、〈應帝王〉，它是修持之序，也是道家自然，可謂道家之願。這麼讀經典，非小子所創。南懷瑾先生的《藥師經的濟世觀》有云，十二藥叉之名，去掉大將稱號，接連讀下，最後加一句菩薩摩訶薩，便是大密咒。也就是說，十二藥叉神將的名字，就是咒語。而十二藥叉大將，又隱合十二時辰，即每一時辰，就是二位藥叉大將，與其七千藥叉眷屬當值該時辰，故又可與中醫十二經脈參看，也與民間信仰的值年太歲概念相通。而道家的經脈，與藏傳佛教的三脈七輪，也是英雄所見略同之理。南老師常謂以經解經、經史合參，愚依法，於理解各家經典，再做比較後，確實對古人思路，小有心得。

之前主管出身將門，在動亂年代活著都是難事，那還有機會讀書？是以其國學底蘊較諸眾人，確實是好。於各家經典，他推薦一、二種，認為以吾等學力，難再有契入，而讀書在精不在多，當以讀通為要。以佛經為例，他只推薦《金剛經》、《六祖壇經》。雖早有元亨寺的因緣，但確實是先室之故，我才開始多讀佛

經。由於之前的發願難題，遲未能解。對此議題，我特別關注。因而我找了《楞伽經》、《楞嚴經》、《金剛經》來讀。而《大勢至菩薩念佛圓通章》出自《楞嚴經》，民國初年由印光大師列為【淨土經典】。二十五圓通章余亦多有留意，其中〈觀世音菩薩耳根圓通章〉為南老師所拈提，做為觀音法門的修持精要。

家父年前因跌倒送至慈濟醫院開刀，陪病期間我常到病房樓層的佛堂禮佛。眾所知之，必乃藥師佛矣！首次聽聞藥師佛名號，肇因我的民法張老師。中部發生攻擊司法人員案例，張老師便是受害人。我趕至老師家探視，張老師說一己已盲，惟求藥師佛慈悲，在苦痛之中，能持經讀誦，了此殘生。因先室罹癌往生，真法師父教誦藥師經。在我知曉藥師琉璃光如來名號的二十五年後，才首次將全經誦完。師父囑我可持誦藥師咒、解冤咒、滅定業真言，迴向與我有因緣的六道眾生。

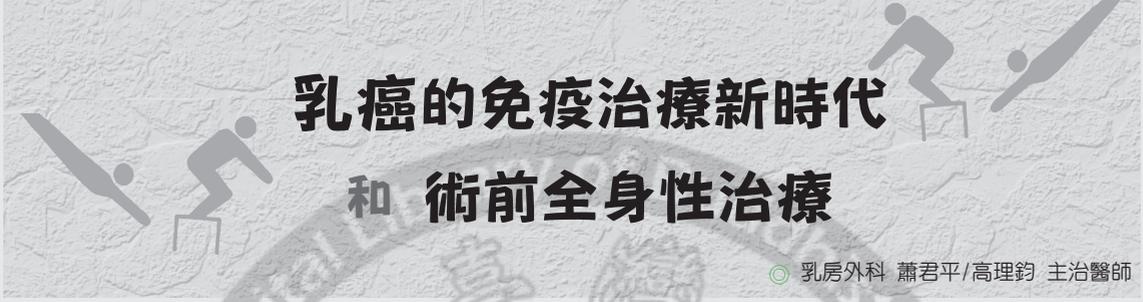
證嚴法師弘揚法華，在慈濟醫院病房閱讀區，《妙法蓮華經》亦垂手可得。南老師在《藥師經的濟世觀》提到，法華經、藥師經當同參，尤以〈法華經·第五品·藥草喻品〉、〈第七品·化城喻品〉、〈第十品·法師品〉、〈第二十三品·藥王菩薩本事品〉，參這四品，當有所得。〈觀世音菩薩普門品〉是法華經第二十五品，愚常與〈觀世音菩薩耳根圓通章〉同參共閱。而太虛大師在他的《法華講演錄》也提到，楞嚴經之〈耳根圓通章〉就因行而言，聞返自性，能聞之心，所聞之境，悉皆銷落，得大自在。法華經之〈普門品〉則以果德而名，觀

眾生熱惱，聞稱名以求度者，即施救度，是利他妙用，因行果德皆名觀世音，其義亦是觀世音。

大修持者的修持，如法華經提到的藥王菩薩，妙音菩薩；如楞嚴經的二十五位大修持者之圓通經驗等。再翻閱近代高僧傳記，如聖嚴法師、善妙老和尚、淨明方丈等，其願簡義賅，修行利他爾。再看諸大菩薩成就之前，所發宏願，皆為眾生。此節與中華文化最是契合，故佛教最終能中國化，有漢傳佛教傳世。

藥師佛、阿彌陀佛，若未有益眾生，寧不取無上正等正覺。「願在高高山頂，行若深深海底」、「行如山，願如海」，願行雙翼，相輔相成，缺一不可。聞思修，入三摩地，其義在此。行願諸菩提薩埵首推普賢菩薩，他在《華嚴經·入不思議解脫境界普賢行願品》為眾揭示，欲成就此功德門，應修十種廣大行願。

眾生若能發大願，修大行，當與普賢菩薩法界相應，圓滿福慧，成就功德，契入不思議解脫境界。雖謂返求自性為無上第一妙諦，但發願、修持者，不妨觀效諸佛菩薩、高僧大德。如誠所聞，如是合十。☸



乳癌的免疫治療新時代 和 術前全身性治療

◎ 乳房外科 蕭君平/高理鈞 主治醫師



「乳癌已經多年成為女性好發癌症之首，隨著藥物治療的進步，早期乳癌5年的存活率超過達90%。過去藥物的發展首重治療效果，相對的副作用也大，如化學治療，從2000年開始，陸續地有許多小分子作用藥物上市，主要的機轉就是能針對特定的腫瘤標記，單純破壞腫瘤細胞而不損傷正常細胞(標靶治療)。從2019年開始，乳癌治療正式進入免疫治療的時代，利用藥誘導自身的免疫細胞去攻擊有問題的腫瘤細胞。

免疫治療利用藥物標記腫瘤細胞的表面受器，讓原本偽裝成正常細胞的腫瘤細胞被免疫細胞辨識進而破壞，有著明顯療效，沒有傳統化療副作用的優點，在醫界被視為未來癌症治療的新型武器。目前研究最多，也有相對應藥物產出的機轉就是PD-1和PD-L1，腫瘤細胞表面常會利用PD-1這個因子裝成正常的細胞，騙過免疫T細胞的檢核攻擊，一旦阻隔了PD-1的作用，就可以引發自體免疫攻擊癌細胞的反應，縱使原理簡單，但人類的免疫機制十分複雜，要操控並沒有如此容

易。過去的免疫治療藥物（如「吉舒達」 Pembrolizumab），在乳癌治療上一般只適用在三陰性乳癌患者，單獨使用時，大約只有20%的患者有療效（愈晚期使用效果愈差），加上藥物的費用高昂（需自費），因此只被視為輔助治療而非標準治療，美國食品藥物管理局（FDA）也並未核可乳癌為使用適應症，因此有接受此類治療的患者比例極低。

2019年美國FDA終於核可第一個可使用在轉移性三陰性乳癌患者的免疫治療藥物「癌自禦」（Atezolizumab），這項藥物一樣是破壞腫瘤細胞利用免疫檢核點（PD-L1）的偽裝，讓自體免疫細胞攻擊腫瘤細胞，研究上顯示合併標準化學治療，可以在70%的PD-L1陽性患者得到明顯效果，即使是PD-L1陰性，也可以讓30%的患者達到治療效果，目前追蹤發現，甚至有10%轉移性乳癌患者在追蹤五年後仍沒有復發的跡象。研究上也發現，上述的「吉舒達」（Pembrolizumab），合併標準化學治療也可得到相仿的效果，在2020年也得到美國FDA核可上市。這兩個藥物的成功，代表著免疫藥物在乳癌治療上的革命性進步。這類藥物目前使用各個乳癌族群（荷爾蒙陽性，三陽性，三陰性，HER2型）皆有療效。由於這項突破性的成功，未來乳癌藥物的發展也有了全新的方向。（〈乳癌的免疫治療新時代/蕭君平〉）

根據世界衛生組織（World Health Organization, WHO）公佈的統計資料，2020年全球新發案例數最多的女性癌症就是乳癌，已經超過200萬例，而且逐年增加。在台灣我們也觀察到類似的現象，國健署公佈2018年新發女性侵襲性乳癌共14217例，高居榜首。然而因為治療科技的進展，同年因乳癌死亡的女性患者比肺癌、

肝癌與大腸直腸癌還少。

化學治療(包括標靶治療)一直在乳癌裡佔有相當重要的角色，化療時機也是病人很在意的。最初，醫學研究發現不論是術前化療或是術後化療，效果是差不多的，因此大部分都是先手術後再進行化療。但近年來研究發現以下三種情況，術前化療可以讓病人有更好的預後：

1. 無法手術切除之發炎性乳癌或是局部晚期乳癌
2. 必須先縮小腫瘤大小而追求保留手術者
3. 大於2公分或是淋巴結陽性的三陰性乳癌，或HER2陽性乳癌

前兩項很好理解，無法手術或是想縮小切除範圍的，先化療是很合理的選擇。第三種情況是在臨床試驗發現，在完成化療之後，若腫瘤完全消失(包括只剩下原位癌)，之後復發或轉移的機率都是比較低的，因此我們可以根據腫瘤對化療的反應來推估病人的預後。雖然化療後還有殘存腫瘤代表復發風險較高，但是臨床試驗證實在術後追加不同的標靶治療或是化療藥物，可以有效降低復發風險，改善病人的預後。簡而言之，現在乳癌的治療不再必然是先手術再化療。在特定情況之下，先化療不但可以幫病人預測復發風險高低，還可以針對高復發風險病人加強治療，進一步降低風險。乳癌病友務必與您的主治醫師詳細討論，共同擬定治療計劃，尋求最好的治療效果。(乳癌的術前全身性治療/高理鈞)

轉載自：高雄醫學大學附設中和紀念醫院《高醫醫訊》第41卷第2期 

《妙林》第34卷10月號【收支表】(111/09/01~111/10/31)

收 入：

1.上期結轉	NT236,767.00
2.助印善款	14,160.00

NT\$250,927.00

費 用：

1.稿 費	NT\$13,710.00
2.印 刷 費(妙林雜誌)	49,350.00
3.郵 電 費	45,976.00
4.雜 費	545.00

NT\$109,581.00

結轉下期

NT\$141,346.00

本期發行 2,350冊



【111/09/01~111/10/31助印功德名錄】

願以此功德 消除宿現業
增長諸福慧 圓成勝善根
風雨常調順 人民悉康寧
法界諸含識 同證無上道

◎劃撥帳號：41881508
戶 名：劉英治(釋淨明)

稿 費：950：釋法觀。2400：釋會忍。560：釋生定。 900：了圓。
3200：陳海晏。2650：如誠。500：若水。(計11160元)
現 金：1000：李俊男、李陳不、慈恩佛堂。(計3000元)
合 計：稿費11160元+現金3000=14160元



仁義信愛

◎ 淨明和尚開示

做人要有信，無信不立。做人要有愛，無愛不睦。做人要重仁，無仁不慈。做人要重義，無義不和。

在生命哲學的領域中，每個人的解讀都不盡相同。而我認為「仁、義、信、愛」四者乃根本之道。無論您是在家抑或出家都是由此建構自己的因果業報，因為一位君子要言而有信，以此建立彼此良好的關係。對待與我們有緣在一起的人，要以和顏悅色相待，缺少了愛護的心，就很難有好的情誼。<

為什麼說做人要重仁慈呢？仁者，無敵。一切善惡罪福皆由自心生起，若能慈悲對待眾生，自然障礙減少。有情有義更是做人基本之要，離開義理則很難有和樂之道。由此可知人道要先完成，佛道才能暢通無礙。誠所謂人成則佛成。☸



刮刮樂

◎ 若水

在好幾年前的某一天，與先生出門購物，由於車子沒有油，就到三多加油站加油，這時來了一位語言障礙的男生，手持一盤刮刮樂在我面前比手劃腳，意思是要我買他的刮刮樂，我看他那麼辛苦，不禁生起悲憫之心，隨手拿了一百元鈔給他，他開心的抽了一張刮刮樂給我，當下我特別愉快，只因為看到他臉上透出一絲滿足的笑容。這一張刮刮樂的確帶來小確幸，竟然刮出七百元獎金。

幾週後，我們又到三多加油站，這位刮刮樂先生再次出現在我面前，因為同情心使然，竟也不由自主的又掏出一百元鈔給他，他羞澀的拿了一張刮刮樂遞到我



一念貪心煩惱由此生



手上，我跟他道了聲「謝謝」就離開了。我沒想到這次更厲害，居然刮出了一千元獎金，哇！真是樂透了，當時我興趣來了，跟先生說：「下次我們再去三多加油。」

當我們第三次到加油站時，卻沒看到刮刮樂先生，四處掃視，原來他站在出口處招攬生意，我急忙下車找他買一張令人雀躍的刮刮樂隨後帶著興奮的心情踏上回家的路，一路上想著得了大獎後，我要買東，我要買西，我要買……想著想著不知不覺早已回到了家。我拿出刮刮樂用力刮了幾下，這次什麼都沒有，猛然間刮碎了我的希望，刮醒了我的夢。

夜裡，我久久未能入眠，不斷思索著因果關係，前兩次買刮刮樂的緣起與第三次購買的心思全然不同，前者出於同情心，而後者則完全忘了貪、瞋、癡三毒之「貪」心，真是起了貪念了。有了貪念，我佛豈能隨您心意呢？

一切人，一切事，一切萬物都是佛菩薩，心存善念，有了善知識，果報自然顯現。然而，人畢竟還是平凡人，難免有逾矩之時，其德行素養還有很大的修行空間，只要知錯能及時回頭，就能令人雙手合十敬稱「善哉」了。☸

「元亨寺 青年團」 招募團員

讓我們起大悲心，發願為人服務、廣種福田，
散播菩提種子，利人而自利。
為這個世界，增添多一些希望和光芒！
只要一個善的心念，就能讓周圍的生命時時感受到溫暖的幸福！

招募凡認同佛教理念 15~35 歲之青少年

誠摯地邀請青年朋友們加入元亨大家庭！

問題洽詢：yhm001@hsps.kh.edu.tw 07-5213239(德融法師) 0920-337943(高老師)



報名方式 (未滿18歲者，須另填寫家長同意書)

1.線上報名網頁

<https://goo.gl/kNwKs4>



f 元亨寺暑期學佛夏令營



2.於FB粉絲頁下載報名表，填寫完畢後回傳至 yhm001@hsps.kh.edu.tw

3.親自至元亨寺客堂填寫紙本報名表



高雄郵局許可證
高雄字第613號

高雄郵政新雜字
第000052號
登記為雜誌交寄

莫造諸罪

諸極難忍惡趣苦
能仁說為趣業果
故雖遭遇命難緣
終不造罪佛子行

思惡趣苦

佛子行三十七頌

第八思惡趣苦莫造諸罪

莫造諸罪

