民國89年6月出刊【季刊】 民國74年2月創刊



#### 坐看日月光華

站在圓形平臺圓壇上,和風徐徐吹來,頃刻間,內心充滿無限的圓滿與法喜。這裡是世界七大奇蹟之一,也是世界上最大佛教遺址的婆羅浮屠最高點,鐘形佛塔林立,群山環繞,遠方氤氲的氛圍,我彷彿置身須彌山,來到佛陀的境界,來到曼荼羅的世界。

當我順著順時鐘方向,腳踏千年石板,迂迴向上繞轉過四層迴廊,每一轉彎處,總有法相莊嚴的佛菩薩雕像,接引我從欲界、色界,向無色界乃至成佛之道精進。

一九九四年 印尼日惹 撰文/劉姈珠 攝影/王居發



#### 養戀學苑





#### 目次

#### 2 跨越傳統, 無礙地親近佛陀

編輯

組

【編輯手札】

專輯

【封面圖:大元聯合建築師事務所 】 【 封面攝影:劉俊傑・王進明 】

【封面設計:唐亞陽】

養慧學苑, 封面故事】

跳脫佛教傳統建築概念, 一棟跨越傳統的新宗教建築,

也有人說更像一處文教機構, 有人說這是超出想像的宗教建築,

它不具宗教外觀與設計元素, 回歸佛教平等、內省、樸實的精神。 嘗試呼應現時代文化,

社會

88

麥爾福

史拜羅

Y世代則形容為「好酷」的佛寺······ 還有人說這是都市中的一方淨土,

教理

58

良性互動的完美演出

現代佛教建築的空間探索

6 熙攘市囂中的清涼地

【養慧學苑-

-跨越傳統的新宗教建築】

姚仁喜

釋見費・

釋自

曜

14

30

簡約內斂,長養智慧

38

- 周慈遠・

溫榮村

楊文豹

孫明華.

林淑微

洪淑惠

陳志鴻

-蔣雅君

尋找淨土,開智養慧

46

52 寺院建築現代化的社會學思索

【森林法音】

四聖諦 (四)

業力的佛教 【佛教社會踏查】 功德的核心概念(一 蘇美多比丘

【談戒說律】

104 戒學問答

 $\equiv$ 

釋悟因

律制

【成人教育】

教育

110

學習如何學習 個學習契約的省思

李敏慈

【菩提道上】

124

念珠 釋見渠

【閱藏筆記】

138 132 般若的洗禮

釋自谷

生活

一起來做 天人師」

李素英

【恆河上的月光】

清淨音聲莊嚴世間

釋見融採訪・

編輯組整理

146

遊戲三昧

釋見融

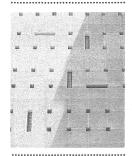
【詞林采薇】

李藝

158 137 156

教訊采摭

讀者來函



#### 養慧學苑

#### 【編輯手札】

# 跨越傳統,無礙地親近佛陀

編輯組 先生也以養慧學苑為其參賽作品之一,獲得首屆遠東建築設計傑出獎。同年十月,英 式,以抽象化與精緻化空間的營造,展現利用建築手法的靜謐空間。」另外,姚仁喜 第一名,得獎原因是:「克服基地狹小侷促的都市空間限制,擺脫佛教長久桎梏的形 慧學苑 ],獲中華民國建築師公會全國聯合會雜誌社主辦的年度建築大獎 [ 台灣建築獎 ] 一九九九年十一月,香光尼僧團委由姚仁喜建築師設計的「伽耶山基金會台中養

個圖像在相當程度上表達了台灣菁英建築師,以新意象塑造舊形式空間的努力成果。」

《世界建築》雜誌介紹台灣建築專題,便挑選了養慧學苑的外觀當作封面,因為

代的意念以符合現代人的宗教需求,更是香光尼僧團一直探索的,養慧學苑的建築便 的面貌。不容否認地,傳統的寺廟建築,已經很難用現代的營造工法來建構,不論是 種創新、突破的意念,獲得建築界的肯定,也使即將邁入下一世紀的佛教建築展現新 材料、環保、安全、實用的問題,在在考驗著現代建築師們。如何用現代的材質、現 養慧學苑究竟是什麼樣的建築?我們可以說這是一棟跨越傳統的新宗教建築,這

現養慧學苑已成為教育界、建築界、佛教界探討現代宗教建築的一個觀察對象 校建築相關系所的師生、建築師事務所、佛寺蒞苑參觀,從他們的迴響當中, 是在此理念下完成。而從去年六月開光啓用至今,已滿一週年,期間 有許多大學院 可以發

的人士也能無所障礙地親近三寶 開放性與親和力。同時它也是個「無障礙空間」,設有斜坡道與電梯,即使行動不方便 口挑高,只要從街道上就可以看到三樓大殿的佛像,全面敞開的大開口,充分表達了 佛陀的聖容,為使生活在繁忙社會中的人們,較容易且無礙地親近佛陀,養慧學苑入 造了空間的開闊與靜謐感。以往的傳統寺院 式發展,全部朝向中庭,表現佛教內省的精神。而挑高的中庭,捕捉自然採光 取純化 無華的大眾空間:它捨棄了雕樑畫棟、琉璃飛簷的雕琢,以及中軸對稱的規制 養慧學苑的創新,在於擺脱了佛教象徵權威傳統的宮殿式建築,回歸到一種樸實 抽象、暗喻的手法來詮釋宗教建築。其整體空間架構都依循 ,人們須穿過許多曲折的空間才能瞻仰到 「向内看」 , 也營 的模 而採

間現代化的起點 有關養慧學苑的專題報導,將這份實驗成果分享大眾,但願養慧學苑只是探索宗教空 堂,尋得心靈的依歸與平靜。本期專輯我們轉載《建築師》、 期盼藉這樣的嘗試縮短佛教與現代人的距離,召集更多有緣人來到這座佛陀教育的殿 從深山古刹到都會道場,什麼才是適合現代的宗教建築?養慧學苑做了新的嘗試 ,在此之後,台灣的宗教建築,能邁向嶄新的里程 《敬業樂群》 兩本雜誌中

【專輯】

#### 養慧學哲學哲學

養慧學苑一

整棟建築物朝「向內看」的模式發展,

以庭心的「佛足」為起步,不開向紛擾的外在世界,而朝向中庭

都能親近佛法、步佛足跡;期盼每個踏入這裡的人,

等六度木匾,

庭西刻有布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧

下方設有六道石泉,

如泉水般源源不絕。

象黃向善、求菩是,及求生西方爭上,百葉全向上且向西,南北向則為關向中庭的垂直向木百葉窗,

也意味修行須有清明的心,才能如實內觀;

為佛教建築注入現代感樓層間清透的玻璃圍欄

低頭內省後,再抬頭觀照東向,

庭東配置緩梯及坡道,可直達大殿及其他樓層,提供了室內空間與主動線間的適切遮蔽。

以垂直向度代替傳統水平進深的空間秩序……提供人們從不同視角欣賞中庭景觀,伴隨著高度的變化,

層層進階,循序邁向佛法堂奧,

含地下共十層,祝福大眾成就菩薩十地之意。

邀請您一起進入「養慧學苑」

棟突破傳統、符合現代、蘊含佛法的新宗教建築。

(攝影:劉俊傑)

香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼○○五

# 的清涼地

伽耶山基金會/台中養慧學苑

針對此基地特性,加上實際機能需求之考量,

寺方並希望這是一棟「現代」的建築物,經過多次互動討論 大家同意在紛攘都市裡,構築一處清淨、安定、足以濾除塵囂的場所

## 熙攘市囂中的清涼地

四年前的初夏 ,香光尼僧團創辦人悟因法師委託大元建築事務所 ,為其僧團於台中地區規

五 米,進深三四.五米典型長條街屋型態;正面臨接十二米道路,其餘三面圍繞既有建物 一處禮佛、傳道與聚會的場所 -養慧學苑。基地位於台中市西區重劃區內,為一面寬十三. 。整

體而言,街道景觀紛沓雜亂。

代」的建築物, 在此紛攘都市涵構裡 針對此基地特性,加上學苑實際機能需求之考量,經過與業主多次的互動後,大家都同意 而由於養戀學苑的成立,能提供信眾一方熙攘市囂中的清涼地 構築一處清淨、安定、足以濾除塵囂的場所。寺方並希望這是一 棟 「現

#### 向內看」 的發展模式

由於 「佛教修行是一 種向內尋求真理的修行」這個觀念的啟發,一 種內省式的觀念逐漸醞

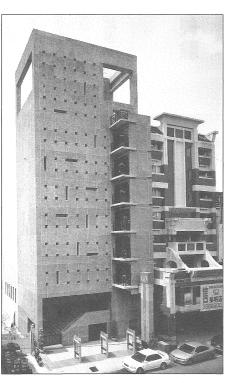
釀

成型

養慧學苑整體

紛擾的外在世界), 對外幾乎不開窗 模式發展。整個建築物 彙皆依循「向內看」之 空間組織架構與造型語 (不開向 而全

見方的內部中庭於建築 本於此態度 九 米



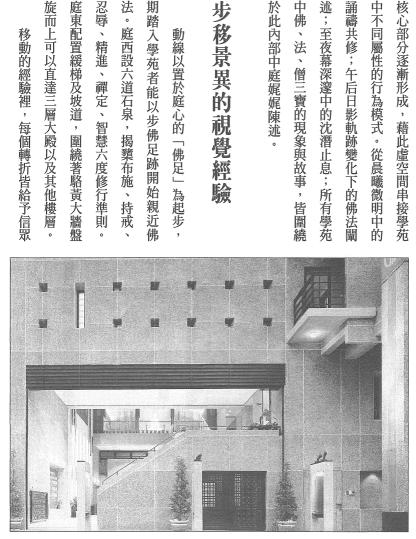
至趣味性的手法,來詮釋宗教建築的嚴謹、樸 拙、素雅與親切感。 (攝影:劉俊傑)

於此內部中庭娓娓陳述。 中佛、法、僧三寶的現象與故事,皆圍繞 述;至夜幕深邃中的沈潛止息;所有學苑 誦禱共修;午后日影軌跡變化下的佛法闡 中不同屬性的行為模式。從晨曦微明中的 核心部分逐漸形成,藉此虛空間串接學苑

## 步移景異的視覺經驗

法。庭西設六道石泉,揭櫫布施、持戒 忍辱、精進、禪定、智慧六度修行準則 期踏入學苑者能以步佛足跡開始親近佛 動線以置於庭心的「佛足」為起步

旋而上可以直達三層大殿以及其他樓層



,並以大開口讓大眾可以 眼望進中庭及三樓大殿的佛像。 (攝影:劉俊傑)



與親切感。這樣的切入點反映在養慧學苑

感受;並以垂直向度替代了傳統水平進深之,打破了傳統佛寺建築軸線配置的觀賞中庭景觀的機會。不對稱的動線安排方賞中庭景觀的機會。不對稱的動線安排方質中庭景觀的機會,或領首招呼,或駐足攀談,偶遇的機緣,或領首招呼,或駐足攀談,

## 語彙純化、抽象的宗教建築

的空間秩序

法,來詮釋宗教建築的嚴謹、樸拙、素雅築中純化、抽象、暗喻甚至趣味性的手了相當大的自由度,鼓勵建築師以現代建



◎養慧學苑是棟現代的佛教建築,希望能提供信眾一方熙攘市囂中的清涼地。 (攝影:劉俊傑)

風貌 的 建築語彙上 使其呈現出不同於當代的佛教建築

不對稱開口 後的中庭空間 嵌的內縮方洞與帶窗,封閉厚重的外貌隱喻內藏其 厚實洗石子牆面上 營造正面量體的 首先 在面臨道路的主立面退讓出騎樓空間 與上層的封閉厚重感形成對比 ;主立面的底部則處理成二層樓高的 層次變化; 以隨機的方式開鑿以玻璃磚鑲 其次 在三層至屋突的

表現 黃色及石青色來作為重點顏色, 然的質感,另外二面大牆分別以借自敦煌石窟的駱 洗石子、白牆、櫻桃木、石灰岩等來表達素樸、自 來達成宗教建築的開放性 進中庭及三層大殿的佛像 建築上部量體為一沈默、 而在地面層卻以大開 材料的運用上 利用三 內斂而且抽象的形式 , 希望啟發 讓大眾可以一 度空間的穿透感 ,主要以 些中 眼望 國

佛教傳承的感覺



◎材料的運用上,以洗石子、白牆、櫻桃木、石灰岩等來表達素樸 、自然的質感。 (攝影:劉俊傑)



基地進深製造了空間延展的間交融的機會,更為有限的

彈性。所有垂直向木百葉

# 結構系統與室內設計的同體性

架下接續室內設計的發展階寬形式,之後基於此結構框在縱深方向上設計成樑柱同

承接「向內看」

的概念

結構系統在設計的初步即考慮其與室內空間的同體性

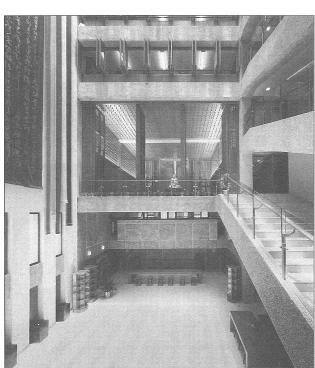
0

結構樑柱

庭南北側室內空間與中庭空屏,其推開窗形式提供了中框架間為垂直向的木百葉隔框架間為垂直向的木百葉隔

其結構特色。

外牆洗石子的材質,以凸顯段,所有室內樑柱表面延續



○養慧學苑整體空間組織架構與造型語彙依循「向內看」的模式發展。(攝影:劉俊傑)

象、純化手法,以遍植光纖的木釘牆面,重新詮釋出 開口皆朝向西側大牆,提供了室內空間與主動線間的 傳統光明燈的形式 適切遮蔽 。位於三層的大殿空間,則類比立面的抽

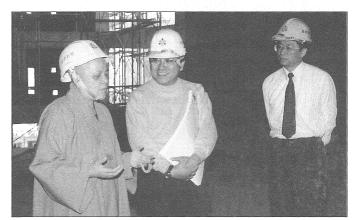
## 業主與建築師間的良性互動

動的因緣之下,使我們對當代佛教建築不同的看法與 注,更讓我們汗顏及佩服。在業主與建築師間良性互 父從設計階段到施工完成的全程投入與對建築的關 悟因法師的慈悲與智慧;自曜法師與見瓚法師二位師 了重要的角色,在多次雙向的交流與對話中,體認了 實現養慧學苑的過程中,業主在操作流程中扮演

月出版。)

編者按:姚仁喜為大元聯合建築師事務負責人。本文轉載自《建築師》雜誌第二九六期,一九九九年八

嘗試能逐步落實



◎在業主與建築師間良性互動的因緣下 。照片提供: 伽耶山基金會)



#### 專輯



(攝影:劉俊傑)

專案經理/呂恭安、吳際泰

專案設計/禹連泉

參與人員/張得旺、王曉莉、林以青

顧 問 結構/永竣工程顧問有限公司

機電消防/俊屋坊工程顧問有限公司

室內/大元聯合建築師事務所

燈光/大公設計顧問事務所

營 造 廠 敬業建設集團/樂群營造股份有限公司

座落地點 台中市大墩十街 50 號

主要建材 外牆/白水泥洗五彩石、玻璃磚、黑色鑄鐵欄杆、黑色鑄鐵門

室內/實木百葉門窗、強化清玻璃欄杆、實木扶手、絲面不銹鋼扶手立柱、

駱黃藏青馬來漆牆面、白水泥洗五彩石柱樑、白色水泥漆牆面

地坪/本色水泥洗五彩石、萊姆石、柚木地板、PVC地磚

面 積 基地面積/418㎡

建築面積/258㎡

總樓地板面積/2588㎡

層數高度 層數/地下二層、地上八層

高度/24M

設計時間 民國 84 年 4 月至民國 85 年 5 月

施工時間 民國 85 年 6 月至民國 88 年 6 月

# 佛教建築空間的探索

釋見瓚・釋自曜

以養慧學苑為例

中國歷史文化背景深深影響著中國佛寺的營造法則 佛教建築除具有一般建築的普遍性外,更具有其宗教精神與信仰情感的獨特性,

但是時代更替演變,現今營建佛教建築是否仍要依循古法或該因應時代而突破?

養慧學苑是香光尼僧團設於台中推動佛教教育的中心,其在風格上掌握佛教「教育的特性」

試著呼應現時代文化與努力回歸佛教「平等」、「內省」、「樸實」的精神,營建一座現代佛教 是以發展教育文化志業的學院式的型態為主;而在形式語彙及象徵意義上嘗試跳脫傳統概念

建築的試驗。以下試分四部分說明:

- 建築、佛教建築的省思:試論我們對建築、佛教建築的基本想法
- 二、從高雄紫竹林精舍到台中養慧學苑:試就二者的比較說明突破傳統的歷程



## 四、專業之間的合作模式:最後再就與建築師合作、互動歷程作一簡介 三、養慧學苑與社區的互動:另就養慧學苑與社區互動現況作一整理

## 建築、佛教建築的省思

#### 淺談建築〕

#### ◎詳擬規劃參與設計

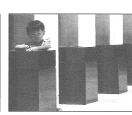
浪費,尤以佛寺建築,所有資源來自十方,皆是信施心血,更要以惜福慎重 如何釐清風格理念及使用機能是主要課題,未明確使用機能將造成資源耗損 會直接影響到活動在其中的人,因而建築規劃設計是極其重要。規劃過程 基本上,我們認為一棟建築物的營建是一種創造空間的過程 ,而空間又

#### ◎注重施工品質

的心情處理。另在設計上是要能與時代文化相呼應

業就展現在施工時乾淨俐落、平整,是直線就是直線。就因為這樣,相對於 設計的成功端賴施工品質展現出來,施工品質是一種敬業的表現 而敬







這是一個突破自己極限的機緣,而樂於嘗試,最後也產生一種參與的欣然愉悅 工單位作調整修正,剛開始會讓人覺得有一點苛求,但是慢慢地經過真誠溝通後 施工品質我們的要求也就有時顯得有點過份,如今仔細地回顧整過營建過程裡 , ,廠商也認同 再地要求施

#### ◎尊重專業

單位處理,才能讓各專業之間互成助力而非阻力 彼此尊重的團隊精神,業主有責任建構並落實溝通模式,有問題、困難須釐清癥結且回歸責任 棟建築的完成是藉由各類專業人士共同合作完成,過程中明確責任歸屬,建立相互合作

#### (佛教建築的省思)

文化背景深深影響著中國佛寺的營造法則。但是時代更替演變,現今營建佛教建築仍要依循古 佛教建築除具有一般建築的普遍性外,更具有其宗教精神與信仰情感的獨特性,中國歷史

#### ◎歴史探源

法或該有其因應時代的突破

藉助皇室權貴的力量,中國第一座佛寺一 千九百多年前佛法從印度傳入中國,在王朝統領天下的權威思想下,佛教的弘傳不能不 洛陽的白馬寺便是在東漢明帝協助下創建。爾後中國



殿型式及皇室儀規來顯示佛教的尊貴與氣

佛教發展的寺院建築與法事等,更是仿製宮

#### ◎蛻變的使命

勢

讓它回歸到一種簡樸無華的大眾空間。因而是否應擺脫象徵權威傳統的宮殿式建築,而到了民主時代,我們開始思維中國佛教建築與民主時代,我們開始思維中國佛教建築

更成了我們的一項使命。築空間,不僅是成了我們僧團的一個概念

時代對話、

切合現代人思想與需要的宗教建

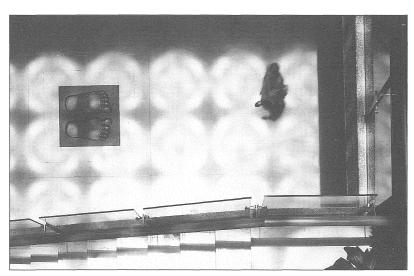
省思著佛教的演變,為現時代探索一

個能

鼬

#### ◎理念的開展

所以,當本僧團開始要建造第一座佛寺



◎佛教建築是否應擺脫象徵權威的宮殿式建築,回歸到一種簡樸無華的大眾空間,值得探討。(攝影:劉俊傑)

紫竹林精舍時,我們認為以現代營造工法

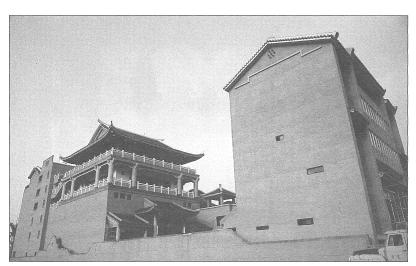
動的 堂更能成為心靈的依歸處 求更重於遵循中軸對稱規制; 更勝於裝飾性的雕琢;探討合於現時代機能需 濟效能;而如何運用現代材料呈現樸實的內涵 去重建木結構式建築確實有困難 寧靜的無華空間應比一 座琉璃飛簷的殿 一個真正令人感 ,而且不符經

#### ◎時代的映現

為

時代的精神與意義。每一項宗教的藝術品 現代的意念來符合現代人的宗教需求, 對宗教的想法與嚮往。 括建築,都要反應時代人心的需求、渴望,及 宗教建築不應完全抄襲傳統, 正 如我們的上人悟因法師所說: 如何用現代的材質 應該要放入 並加以 個 包包 人以

現代詮釋,正是紫竹林精舍想要完成的



◎紫竹林精舍嘗試運用現代的材料,呈現樸實的內涵。其引用中國進落的概念,配上「 三寶」概念,以前、後庭作為三棟不同功能建物的中介空間。(本刊資料照片)



佛教建築

#### 傳統與現代〕

從高雄紫竹林精舍到台中養慧學苑

法令的規定,我們仍保留斜屋頂 因此,從民國七十五年開始設計高雄紫竹林精舍時就希望能夠突破傳統 , 但在顏色與形式上,則採用穩重內斂灰黑色系而非華麗的黃 然限於政府寺廟

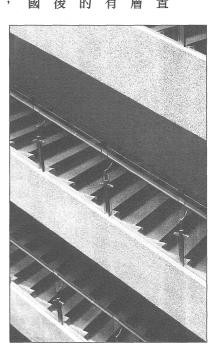
間嘗試一個更切合現代的 養慧學苑能有更寬廣的空 會使用名義申請建照 慧學苑時,我們改以基金 而在民國八十四年規劃養 軸為主左右對稱式建築。 裝飾物等;也嘗試打破中 廟建築繁複的斗拱、屋瓦 紅色彩,並且捨棄一般寺 ; 使



◎養慧學苑希望以更寬廣的空間嘗試建構更切合時代的佛 教建築。(攝影:劉俊傑)

#### ( 因循與創作 )

進落的觀念,配上佛教「三寶」概念,電隔功能配置,配合狹長基地特性而有中庭挑高的處理,以滿足對自然採光的中庭挑高的處理,以滿足對自然採光的常。而後



循「右龍為主」的思想,不如說是因應中國人的生活習慣而設置 以前、後庭作為三棟不同功能建物的中介空間。二者的動線同樣安排在入口右側,與其說是依

#### 具象與抽象

直接用空間變化來表達佛教內涵,期望透過空間自然光影的變化品茗一份屬於空靈的洗禮 佛教語彙作宗教象徵。因此,在規劃發展上已跳脫紫竹林精舍以經典教義闡述設計的模式 台中養慧學苑從開始規劃就希望能以更抽象、更純淨的手法傳達佛教意念,而非以具體的 而

對我們而言,一



合乎時代性,能表現宗教精神特性,能滿足人性渴望及機能需求,我們都願意努力完成

個佛學中心或宗教建築是沒有特定的架構規範必須依循,只要創作設計是

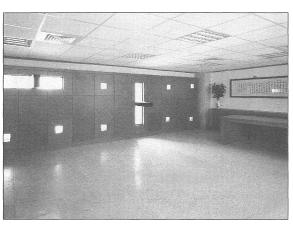
## 養慧學苑與社區的互動

#### .期待的心情)

觀望或私下談論:這裡要蓋的是一棟什麼樣的建築;入,路人及鄰居也都還存著疑問,更有人在路旁駐足寺建築大不相同,所以即使常見到法師們在工地出在養慧學苑三年施工期間,由於其外觀與一般佛

早日完成,好讓社區居民一解心中的疑惑,歡歡喜喜待著,希望養慧學苑這棟作為佛陀教育中心的建築能這棟奇特建築物的完成。同樣地,法師們也在心裡期這棟建築要做什麼,他們一直抱著好奇的心情在等待

專輯



◎養慧學苑直接用空間的變化,表達佛教的內涵,期望透過空間自然光影的變化品茗一份屬於空靈的洗禮。(攝影:劉俊傑)

築物的完成等於是一種無言的告白 地進來瞻禮佛陀 學習佛法 因 |為建

#### 被接受的喜悅

詮釋

成, 接受程度,每當有人來訪,我們總是 確實也曾經令法師們擔心外界的 對於這棟突破傳統佛寺建築的完

單、

莊嚴、清淨,大殿更給人溫馨

得整棟建築讓人感到寧靜、祥和

親切感;樓梯寬敞很好走,

特別是

增加走路的韻律感

而佛教徒則說 半的斜坡設計

亮,在都市建築是很少見的;有人覺 大眾普遍的反應都覺得中庭寬敞明 要請問他們對養慧學苑建築的感受。 般佛寺建築給人的是 簡 養衣養心養喜给

◎從外觀的現代化、開放到內部接納性的服務空間,養慧學苑很像一處文教機構。 (攝影:劉俊傑)



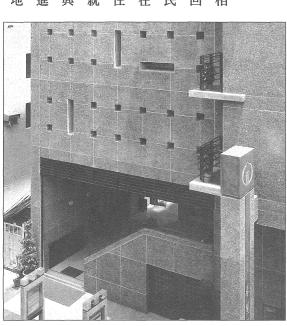
讓人有回到家的感覺 使用起來動線清楚、舒服 討論佛法 開放到內部接納性的服務空間, ,也就是這份感覺吸引他們想來一探究竟 、親切 很像一處文教機構 便利,很快地讓人熟悉一 。佛學研讀班的學員們表示這裡的各個空間 讓他們覺得這裡隨時都歡迎人進來研習 切, 空間與服務的人是開放互動的

參拜、許願等神聖的感覺,有時心存問題也不敢與法師們多談,但是養**慧學苑從外觀的現代化** 

### 「好酷、 好り ( 大的佛寺 ] )

一樓的中庭裡玩耍,路人經過必停住們散步閒聊的好地方,小孩們經常在來認養維護空間,下午這裡更是居民邀約回來參與共修會、上課,每日回

來,有一位Y世代的孩子好興奮地奮又歡喜,自然吸引著他們走了進能看到佛陀向他們低眉微笑,令人興腳步瞻禮佛像。他們都說,從外面就



◎在Y世代眼中,養慧學苑是一座「好酷」的佛寺。
(攝影:劉俊傑)

香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼○二三

說:「這是一間好酷、好り一大的佛寺!」

#### (我們的邀約)

社會文化講座,未來將會成立一個社區圖書館,提供有聲圖書及一般圖書的借閱 程在進行,約有二百位左右的學員參與了這個課程,每週一有念佛供修會,另外也不定期舉辦 與這裡的活動。目前,養慧學苑已經開辦二期的佛學研讀班,每週二、三、四、五都有佛學課 以及它將提供了禮佛、讀書等空間予社區居民使用的訊息,請他們常常回來分享這個空間、參 落成典禮前,我們在附近的社區挨家挨戶拜訪作社區佈教,藉機傳遞學苑未來活動的邀約

## 與建築師的合作模式

#### 學習有效的自我表達)

發現要與建築專業人士建立一個良好的互動溝通方式。業主應扮演設計理念主導者的角色,將 是一門活生生的課程 佛教與建築是兩個不同的專業領域,彼此的語言與思考方式有極大的差異 ,更是開啟彼此智慧的歷程。從紫竹林精舍到養慧學苑的學習經驗 ,學習如何溝通 我們

五

內部具輕鬆

•

溫馨的人性空間



揮其建築專業能力,將業主無形、抽象的理念轉化成具體的空間建構。過程裡業主與建築師都 要用功的課題是清楚表達自己的意念構想, 建築功能需求及建築空間要掌握的精神整理表達清楚,讓建築師在雙方溝通過程中可以充分發 這樣自然減少溝通上的障礙

#### 擬定規劃原則

養慧學苑的規劃 9 開始由寺方擬出了規劃大綱

提出五點設計構想原則

須具佛教的宗教建築象徵;

二、以樸實、功能為導向

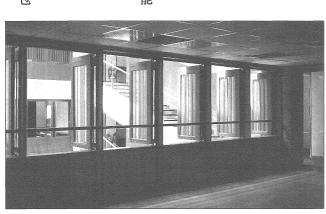
提供人與人充分互動的空間

四、現代完整性的外觀,但具莊嚴肅穆的氣氛,能

引人心神寧靜

明確需求)

另外,也提出了空間功能及機能上的種種需求, 包



◎所有垂直向的木百葉,開口皆朝向西側大牆,提供了室內空間與主動 線間的適切遮蔽。(攝影:劉俊傑)

清寺方的需求,從規劃設計階段我們定期進行討論直到全部定案,整整用了一年的時間 地板中間線不直對佛像,佛前橫樑避免位於佛的頭頸部位等等。建築師也常提出問題來協助 含樓層及空間坪數的分配也一一列表說明。當然,也提出一些佛教建築的忌諱 ,例如方位格局

#### ( 互動式的溝通 )

中庭設計「蓮花池」來象徵佛教 通達到共識協議。這當中我們最常討論的是「什麼最能代表佛教的象徵?」 達修訂意見,如此不斷地來回溝通、檢討 模型與寺方溝通。每逢收到建築師的圖面 通常是建築師擬出規劃概要、參考配置方案、立面與剖面圖 表徵這是一處佛教成人教育中心,勉勵學習者「步佛足跡」常隨佛學 ,但經過寺方提出多次修改意見 、修正,建築師並不定期的作圖文簡報,讓彼此的溝 9 我們就會依功能需求及動線的考慮直接在圖面上表 ,最後定案為在白淨地板中鑲 、空間量表等圖說 建築師曾經嘗試 加 **止研究** 在

#### 坦誠提出疑慮〕

好,就是佛教最好的象徵。就這樣,經過多次討論達成協議,一樓到三樓的開口是全面敞開的 師提出疑慮 另外一個議題是,從規劃設計到施工初期,寺方多次對於建築外觀的封閉、太嚴肅向建築 後來, 我們發現佛像是最好的說明 ,讓人們從外面就直接地瞻仰到佛陀的白毫相



九年八月出版。)

充分表達這棟建築物的開放性及親和力,希望每一個人從現代建築的立面就能很清楚的看到佛

像,藉由佛教象徵知道這是一座宗教建築空間,於是我們克服了心中最大的疑慮

#### 結合裝修工程)

計的複雜必要性等 還有怎麼樣讓功能需求與裝修工程結合,如大殿光明燈、教室講台黑板 ,都是在設計期間常討論的問題 養慧學苑就這樣一步一步的在雙方不斷推 材質的運用 ,設

#### 無盡的感謝)

敲、釐清、確認後,才將空間一一定案勾勒出來。

工時, 承包商 營造廠三方面即建立良好的溝通作業模式,大家秉持著共同完成的心願,終於完成了這棟建築 廠以工務通知書來往解說圖面、施工技術的研議、施工圖的確認……。 承蒙姚仁喜建築師對此案的重視、關心,給予寺方很大的支持。建造過程只要現場監工、 每個月與結構技師到場檢驗,驗收後方可灌漿,施工初期定期參與工務會議 、法師們發現問題,都有專案負責人禹連泉先生補圖說明或親至現場解決,結構工程施 一開始寺方、建築師 並與營造

編者按:釋見瓚、釋自曜為香光尼僧團建築專案小組。本文轉載自《建築師》雜誌第二九六期,一九九

#### 【養慧學苑建築大事記】

#### ◎八十四年

一月——處理養慧學苑土地登記事宜,並擬定空間需求。

三月丨 訪姚仁喜建築師討論建築理念

與大元建築師事務所訂立合約,委任姚仁喜建築師進行建築設計

八月

五月

第一次設計案會報討論,確認以營建空間感表現宗教精神,作為建築設計方向。

四月

確認外觀設計及平面規劃。

十二月——進行細部設計討論,並確認建材使用原則。

九月——進行申請建築執照及收集訪察營造廠資料。

◎八十五年

四月ー 一月——建築執照申請通過;參訪各家營造廠工地及公司。 確定由敬業建設集團承包營建。

五月 申報開工,並舉行動土灑淨典禮。

進行工務會議,修改地下室開挖工法為Ⅰ型連續壁施工。

六月一

九月一 為因應地下室多功能使用,確定變更設計;營造廠申請工期延期

◎八十六年 十一月——通過變更設計申請。



一月——八樓結構體完成,並舉行上樑典禮

三月——結構體完成並進行外牆粉刷工程

#### ◎八十七年

三月——配合法師遷入,完成二、七樓使用空間裝修。

五月——取得使用執照。

六月——因應養慧學苑第一屆佛學研讀班開辦,完成五、六樓教室裝修及設備。

十月——木作工程確認發包。

十二月——進行玉佛整修,並請書法家廖禎祥題字。

◎八十八年

三月——佛足施作。

六月——養慧工程完成驗收結算,並舉行落成典禮。

八月

十一月——養慧學苑獲《建築師》雜誌八十八年度第一屆「台灣建築獎」第一名。 十月——英國《世界建築》雜誌專輯報導台灣建築,以養慧學苑外觀為當期封面 ——《台灣建築》、《建築師》二本雜誌專輯報導養慧學苑建築,並以養慧學苑外觀為當期封面

姚仁喜建築師以養慧學苑為其參賽作品之一,獲第一屆遠東建築設計傑出獎。

◎八十九年

務所等多所建築師事務所、營造廠、設計公司,法鼓山等道場至養慧學苑參觀建築。 一月至五月——東海、中原、美國南加州等國內外十多所大學院校建築相關系所師生,黃聲遠建築師事

## 簡約內斂 長養智

香光尼僧團台中道場「養慧學苑」另類設計觀

孫明華・林淑微

座落在大墩十街住宅大樓旁,顯得格外的突出 乍看養慧學苑,以線條割畫的長形、方形的灰色抿石子外觀 ,嚴肅而且樸素

建築師本欲傳達簡約內斂的意圖,卻也讓人相對地產生獨特的空間感

的目光?您是否臆測過它:可能是一家餐廳?或一個藝術展覽館?或是個休閒娛樂的場所?請 這一、二年來您是否曾經路過大墩十街?一旁正在興建灰色調的長形建築,可曾吸引過您

那天午后,我們走訪了執行整個工程監督的見瓚法師和自曜法師 她們法喜充滿的告訴我

不要訝異,答案是香光尼僧團台中的修行道場

們有關於養慧學苑的種種。

代需求。」

# 突破傳統窠臼,不執著舊式規範

元素 ,然而台灣的佛寺或道場一定得要蓋成這樣子嗎?在這個萬事萬物都在求新求變的時代 琉璃瓦、大屋頂、佛像、法輪、蓮花座……, 提到佛寺,腦海中所呈現的影像即是這些

由國內知名的建築師姚仁喜先生所設計的養慧學苑,倒提供了我們對宗教建築不同的思考觀點 養慧學苑並無明顯的宗教外觀和設計元素,的確是突破了傳統規範,這對姚先生和我們

都

是一種新的嘗試。」見瓚法師開宗明義的說: 「當初悟因師父一直希望道場能突破耗費耗時

考量, 頂, 工程造價成本又可符合現 而以空間的實用性為 如此一 來既能節省

不執著於刻板的規範,不 重實質而不重形式

的是法師與信眾如何在這 刻意標新立異,「最重要



慧學苑並無明顯的宗教外觀與設計元素 l 空間的實用性為考量,最重要的是法師與信 眾如何在這個空間內建立良好的互動關係。 (照片提供:伽耶山基金會)

香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼○三一

是我們努力的目標。」自曜法師如是說 個空間內建立良好的互動關係,如何跟現代人接近才

化,佛教文化方能代代傳承而不絕。 公案至今仍具有啟發作用,主因在於傳遞者能因勢教 在演化,也一直和時代持續保持著對話,幾千年前的 佛教二千五百多年的傳遞過程,始終跟隨著時代

#### 耗時四年 9 養慧學苑落成啟用

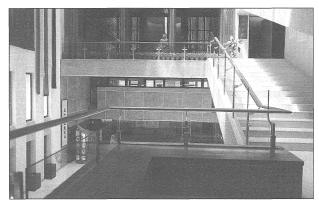
年時間 學苑,如果再加上規劃設計時間,前前後後共花了四 八十五年七月開始動工,八十八年方竣工的養慧 。一棟八層的建築,土地面積不過百餘坪,耗

費四年的時間似乎太不合乎經濟效益了。

在宗教界似乎完全免俗

子可以花掉四年的時間,為了找齊木雕師父可以再耗費二年的時間,世俗分秒必爭的計算方式

然而宗教畢竟不是營利的事業,雲林縣三條崙包公廟的興建,為了尋找廟內八根實木的柱



予信眾偶遇的機緣,或頷首招呼, 對稱的動線安排方式 ,打破了傳統佛寺建築軸線配置的觀念。 (攝影:王進明)



建 與香光尼僧團結善緣、負責的心態,摒除在成本上所造成的困難,極力配合僧團完成學苑的興 年就承接養慧學苑的營造工程,工程的進度和成本完全超乎當年所估算的,而敬業始終抱持著 年的時間 談到施工過程的耗時,見瓚法師提到承攬整個工程營造的公司:「與敬業合作前後將近三 公司一本初衷從頭到尾敬業負責的態度,讓我們深受感動 。」敬業建設甫成立第二

怨無尤的付出精神,更有一種功德圓滿的成就,因為她二人畢竟非建築工程方面科班出身的 與自曜法師這四年來全心全力投入養慧學苑的建築,我們感受到除了是一種甘願作歡喜受、無 當然一個工程的完成,不只是承包廠商的付出,業主的投入也很重要。」見瓚法師談到她

# 廣褒與接納,信衆的修行淨地

顯得格外的突出,嚴肅而且樸素,建築師本欲傳達簡約內斂的意圖,卻也讓人相對地產生獨特 乍看養慧學苑,以線條割畫的長形、方形的灰色抿石子外觀,座落在大墩十街住宅大樓旁

的空間感。

供一個信眾修行的道場,如果建築給人是一種拒人於千里之外的感覺,那麼耗費再多的心力卻 雖然在建築上為了突破傳統而減少了佛寺的象徵 ,然而設立養慧學苑的主要目的是為了提

完全背道而馳的。 立香光尼僧團以奉獻人間為職志的用意是不能服務社會大眾,這與悟因法師當初創

只單純塑造它的獨特性即可。」見瓚法師回憶當時與建築師溝通外觀的感覺,他認為學苑與人接觸觀設計時說:「當初我們也曾和姚先生討論過對外觀的感覺,他認為學苑與人接觸觀設計時說:「當初我們也曾和姚先生討

的眼光向您示意:「沒關係,你可以再靠的話,可望見三樓的大佛正以和善、溫暖進大門一步,站在門外如果您瞧得夠仔細進大門一步,站在門外如果您瞧得夠仔細

近

點。



◎養慧學苑設立的目的,就是要提供一個信眾修行的道場。(照片提供:伽耶山基金會)

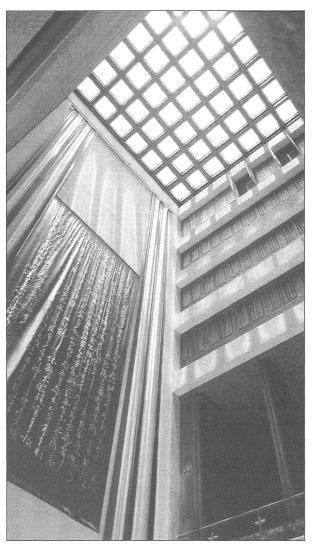


#### 專輯

## 空間公私分明,兼顧自然採光

下融入法師所提出的要求,畢竟她們才是未來這個空間長駐的使用者

在外觀上法師們完全尊重建築師,而在動線運用與空間安排上,姚先生則在他的設計架構



◎養慧學苑拿掉了傳統佛教建築屋頂的大帽子,光線從此便無阻礙 地從上向一樓中庭灑下。(攝影:王進明)

我們常在莊嚴的寺廟裡,看到僧尼們於洗手檯前盥洗的模樣,卻絲毫未曾去想過其實他們也需 的建築,但對修行者而言,卻應是一個私密的空間,然而傳統建築較少照顧到其需求, 由於大部分的人對傳統佛寺空間規劃的看法都認為應以佛為主體,不過寺院雖屬公共開放 以致於

養慧學苑就以樓層來區分空間使用機能:一、二樓屬服務性空間,三、四樓屬宗教性空間

要隱私權

五、六樓則為教學性空間,七、八樓為生活空間,在平面的部分又另以前、中、後作功能區分

如此一來,完全解決了上述的問題。

中庭的正中央正是佛的腳印 光,不見自然光。養慧學苑拿掉了屋頂大帽子,光線從此便無阻礙地從上向一樓中庭灑下,而 除了空間機能 ,採光的考量在佛寺建築似乎也被常忽略,通常屋頂大帽一 壓 ,室內只見佛

## 跟隨佛的腳印,一步步地修行

泉石臼,據法師說這是取源源不絕之意,希望信眾修持六度法門的心也和水一樣源源不絕 序懸掛著「布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧」六度波羅蜜木匾,木匾下方各置放一 走進養慧學苑大門,右邊是引領我們登上到二樓大雄寶殿的樓梯,一 樓往內走,左面牆依 個水

版。

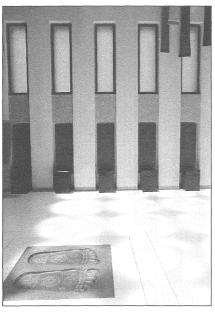
釋這個 求菩提,向西則意求西方淨土之義 自我心性;南北向則為開向中庭厚實木製的百葉窗 上特地設計出一個所謂成佛之道。」見瓚法師為此腳印再下了一個圓滿的詮釋 的想法。 低頭內省後再抬頭觀照東向 養慧學苑是個完全開放為大眾服 在規劃一樓空間時,建築師就考量到如何在短距離內讓信眾得到沉澱的效果,所以在動線 腳印的由來,「當初建築師是想在此嵌上一個MARK,卻引發我們來到此追求佛陀足跡 腳印向著大殿,只要你虔誠跟隨著佛陀的腳印,潛心修行,便能一步步精進、 ,清透的玻璃圍欄 ,而百葉全向上且向西 ,意味著修行必須帶顆透明的心 , 向上意喻著向善 才能 成長

內

觀

走入一樓中庭請勿忘了低頭內省,這時襯著法輪的佛祖腳印會呈現在你眼前,見瓚法師解

(編者按:本文及部分圖片轉載自 樂群》 您的好奇心,直接進內一窺究竟,相 務的道場,下次路過這裡時不妨放下 信您會有一趟不一樣的佛學之旅 雜誌第十期,一九九九年八月出 《敬業



修行準則是一 線的開始。 (攝影:王進明)

# 良性互動的完美演出

養慧學苑工程參與人員談施工過程的二三事

周慈遠・溫榮村・楊文豹

所以,本工程不僅對施工技術嚴格要求,且材質的應用上也是相當嚴謹講究 材質除了需配合整體視覺觀感與色彩變化外,都須經建築師審核認可才能執行 在材料、材質選定及施工樣品裁定方面,更是本工程最為繁瑣且耗費精神的施工歷程

### 突破難關 全力以赴

樂群營造所所長 周慈遠

日開光啟用,啟用典禮上諸山長老、地方首長、各界社會賢達與先進冠蓋雲集,為台中地區多 在十方大德襄贊與指導下,由本公司樂群營造所承包的養慧學苑終於在八十八年六月十三

處佛光淨土雀躍與歡欣

所

面

臨的

工程

難度

舉例

如

樓大



甲乙雙方同時有求好心切的心情下,一路走來更是顛簸起伏,一關又一關,幸公司能以服務人 輾轉三載,其中迭經設計變更、法令問題與選用建材待料 俗話說: 好事多磨 在公司指示進場之初 本案即設定好極短的 細部檢討, 在業主監造一 工期 但落成之日已 絲不苟

各界不吝指

眼

見落成大業莊嚴華麗,

回首來時路也有諸多體會與甘苦,在此佔用篇幅將其分享,還請

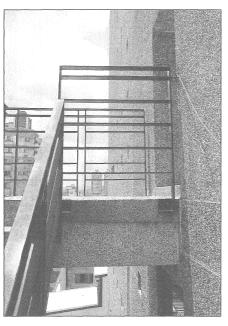
由 |於本案設計單位 「大元建築師事務所」 姚仁喜建築師對於建築精神的深層體認與涵 群的觀點出發,全心全力地投入,充分授權予第一線人員,方能順利完成這項任務

養

,反映於設計上超脫傳統佛教建

與細膩的細部所感動 案時即被設計圖面 繹傳達空間 築的窠臼 以空間 的意義 所 與 因 表現的 人的關係來演 此 也預見將來 |剛接 空間 觸本 感

纖也是木作師傅一個一個穿好,然銹鋼圓柱車工打造,每個套頭中光殿兩側壁板之不銹鋼套即由實心不



◎簡潔俐落的線條,實在很難讓人感覺到這是一處佛教建築。(攝影:王進明)

辛苦是有代價的,當固定完成時抬頭仰望,彷彿萬點佛光,長照普天大地。 工程中最可佩的是兩位監造師父,她們對於設計圖說讀圖之用心,真可謂瞭若指掌,每每

我們還在按圖索驥之時,師父已脫口而出相關尺寸或細部

色選樣上,也有獨到的見解,師父這種專注的敬業精神,著實令人感到敬佩!

在施工中,師父也以「旁觀者」的立場,不時給予最佳的建議與解決方案,在工程建材選

榮焉,本案的完成,讓有心向佛之士又多了一個修行的好去處,也成就了公司為公益事業貢獻 最近,欣聞《建築師》雜誌、《台灣建築》等專業刊物均有篇幅報導養慧學苑,個人與有

### 超出想像的宗教建築

的新頁

樂群營造主任 溫榮村

養慧學苑新建工程是一 座打破傳統宗教建築色彩,展現出現代化宗教建築新面貌的作品

線面都呈現出令人驚訝的新體驗,驚訝於宗教建築竟會有如此大膽、創新的設計,卻又不失佛 如深究其內涵 ,更可將之視為一件藝術佳作,由於建築師的巧妙設計,讓建物無論從任何一點

教的雄偉、莊嚴



作品反推,

做好事前的準備

9 達

設計圖 出自己的想像,且宗教建築與一 乎都是量身定做, 想盡辦法一一克服 了要達成業主、建築師的理想目標及營造本身自我的要求 佛教精 I 地 , 記得當時參與養慧學苑工程時,應該要從裝修階段說起吧!剛接觸工地時,我瀏覽了施 接觸後才知道其實不然,非常複雜 神來建立 ,工程內容不僅包含內部裝修 , 許多工程界面大部分都要二種以上工種一 所以業主對施工品質的要求以及建築師對施工技術的講究 做到讓各方都滿意的程度 般建築完全不同,不能用蓋 也包含內部所有木作裝潢, 9 因為各項設計都十分新穎 , 起配合同時施工方可完成 因此困難度增高 般建築的心態來蓋 當初只知道這是個小規模的 , 而 且大部分內部裝修幾 0 都是高 任何問題皆必須 ,而是要融合 [水準 完全超 9

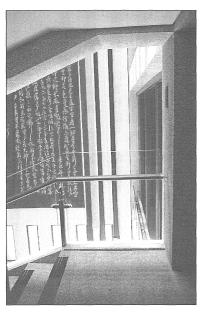
為

工

始 解 以前舊觀念 也是不容忽視,施工者必須拋開 苑異於一 無法預料的困難點 9 並利用逆向思考方式將理想 依各項工 般建築, , 舊技 程特性去重 相對一 術 因為養慧學 9 從頭 此 三禁忌 新 開 T

在執行過程中,

曾遇到許多



前所未有的設計, 如 支撐樓梯扶手的支架,是專為這件工程設 計的,施工單位必須為此開模製造。

(攝影:王進明)

到事後完美的收尾。因此 ,工程圖不僅要看得透徹 9 並且還要反覆推想各個施工界面

9

所以工

由

在材料 材質選定及施工樣品裁定方面,更是本工程最為繁瑣且耗費精神的: 施 I 歷 程 0

程執行起來相當不容易

管制 力廠商全力配合 的目標 克服施 還要考量到配合材料的質感,都必須經建築師審核認可才能執行,其他施工樣品亦同 工程不僅對施工技術嚴格要求 於材質的選定除了需配合整體視覺觀感與色彩變化外,有許多材質並非一 工技術的盲點 先進創 由此可見,業主的品質要求、建築師的獨特設計,以及營造廠的專業技術 新 獨樹 每個環節皆需環環相扣 9 但經過無數次的會議討論、 格的作品是具冒險性的 9 且材質的應用上也是相當嚴謹講究,並做好落實各項工 , 為著共同目標完成一 ,造型獨特的工程常會讓施工人員絞盡腦汁去 溝通,到最後尋找出變通方案, 件藝術臻品 般市場所能取 達成 9 再加上協 材得 所以本 理想中 程品質 到

養慧學苑的竣工著實不易,在施工過程中,自己很感謝公司的支持及幫忙 , 在公司 經營

理

行收尾工作更能完美 切入佛教建築的領域 理習慣來達成使命。另一方面要感謝見瓚法師與自曜 念的驅使下,自己從工程中學習到許多未曾接觸過的工程經驗與施工技術,並試著改變舊有管 , 最重要的是要感謝所有參與本工程的工程人員 俾助工程順利進行;建築師們設計解釋及提供工程界面參考 法師二位師父的幫忙與指導, 如果沒有他們默默耕耘 讓我們 讓 工 地 更能

執

的努力

,養慧學苑真實的一

面也就無法呈現在你我的面前



## 用感恩的心情,突破種種困難

訪承包養戀學苑木作工程的楊文豹先生

採訪撰文/孫明華

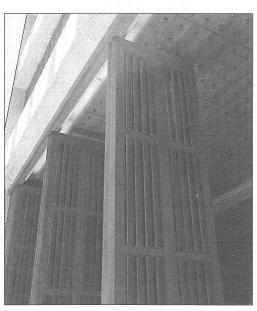
面對養慧學苑的完成,負責木作工程的楊文豹先生的心中除了興奮還多了一份感恩

在北部與姚仁喜先生有多次合作經驗的楊先生,透過姚先生的推薦加入養慧學苑工程的行

有多家木作承包商因為無法達到要求列。其實在楊先生接下工作之前,已

這份艱鉅的工作。他,以二十年的專業「勇敢」地接下知難而退,完全沒有宗教建築經驗的

門扇 狀 驗 無法順利解決,就像三樓大廳的七片 9 是一 構 一之前,一直有一些盲點及困難點 從來沒有人有過類似的施 成門扇的木片的結 個非正常的長寬比例 構 成 0 而 細 工經 木 長



◎這幾片大門從製作至最後的完成裝置,在在都考驗施工人員的能力與耐力。(攝影:王進明)

樣的長寬比例極容易造成扭 材本身有一個韌性的極限 這

曲 包商怯步打退堂鼓 諸如此類的問題使前幾位

份他工作二十年以來最困難的

工程

既然沒有類似的經驗

為什麼有可以有接下工作的自

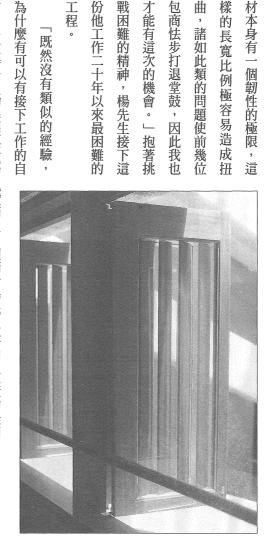
信?」在接洽之初養慧學苑的見瓚師及自曜師對楊先生提出了這樣的疑問

二十年的工作經驗,我們有百分之百的把握可以掌握時間及材料,有自信是一個專業的製

造商;但也因為一份強烈的企圖心,所以更有信心可以做好這份從未接觸過的工作。」 楊文豹

先生說

施工期間長駐台中。工班及材料遠在台北,若不是一份強烈的企圖心,又怎能解決這在空間與 因為公司位置遠在北部,所以楊先生特別為前來的師傅們在工地附近租 間房子, 準備在



○仔細看這窗上的每 -片百葉,少見的滴水造型 是考倒了許多師傅。(攝影:王進明)

時間都有差距的工作?

現在回頭看, 當時的辛苦早已被現今的喜悅所代替:「當你走過,就不覺得辛苦。」一切苦事

,似乎比想像的要多很多,真正進入施工作業時,才知有更多未知的困難正等著他們

盡付笑語。

而這次的養慧學苑工程,有一件事令楊先生相當難忘。

照往常的經驗來說,這裡的組成份子立場通常是對立的

業主、建築師、營造商、承包

商 家坐下來提出各自的想法合力解決,充分溝通,就可以立即解決問題,減少行文來回的時間 也會站在對方的立場為對方想想:如果我是他,我會怎麼做?」楊先生說 增加工程的困難度。但是這些的問題在這裡通通沒有,遇到問題不是互挑對方的毛病 承包商卻希望降低成本追求合理的利潤,像這樣的差異在施工過程中往往會成為彼此的阻 兩兩之間總是會有一些各自堅持無法妥協的問題,業主希望花一元能買到二元價值的物品 ,而是大 万

說是一次完美的合作經驗,抱著學習心情前來的他更是獲益良多,他笑著告訴我們:「完成了

在楊先生的心裡,這是一次可貴的經驗。雖然困難,但靠大家發揮團隊精神共同完成,可

這裡的工作,再難的工作也不怕了!」

編者按:本文文圖均轉載自《敬業樂群》雜誌第十期,一九九九年八月出版。)

## 尋找淨· 、智養慧

信眾們心中的養慧學苑

洪淑惠·陳志鴻

左邊牆邊有六個噴泉洗手台,進入這裡,不但洗淨我們的雙手,也清洗了我們的心靈 一進門,在高聳的中庭地面上有一對大腳印,好像學佛之途就從此開始

在此參拜特別的安詳寧靜,好像佛陀就在我身邊一樣。

#### 有活力的靜謐空間

洪淑惠

(中國佛教建築發展)

佛教自印度傳入中國,佛教建築在中國就已形成自己獨特的建築體系,從一開始就依循著

自己傳統的建築形式出現。



的格局 北朝 要殿堂佈置在 寺廟佈局形式以房屋圍合成的庭院為單位,最後中 房,傳入中國之後,演變為早期的廊院式建築; 國佛教寺院以縱軸式的佈局形式定型,也就是把主 一十世紀的當口 ·軸線佈局形式;進入隋唐 時期 以宅為寺,逐漸發展成以佛殿為中心的 條軸線上。發展到台灣 也展現出另一 中國佛教空前發展 種地緣性與時代性 ,佛教在這 南

印

度傳統的佛寺是中心設佛塔

周

童

### 伽耶山基金會 ——養慧學苑

下蘊育而成,其用心與投入更值得我們細細品味,養慧學苑,其建築形式及內部空間,在有限的條件之地。香光尼僧團在台中成立了伽耶山基金會 —— 各式道場,無非企求為芸芸眾生尋得一方親近佛法在台灣,有限的腹地,繁囂的城市中,林立著



◎八十八年六月十三日,養慧學苑落成啟用,大眾齊聚慶賀。(照片提供:伽耶山基金會)

相信造訪過養慧學苑,必定驚異如此開闊的空

間 
 う是一百餘坪的空間所造就
 站在中庭往上望去,古廟的形式

動 更引人以朝聖般的心情,拾階而上,從「離垢地 , 讓靜謐的空間增添了一份活力 ,寬大的階梯

起, 入大殿,牆面的光纖點點光明,輝映著佛陀的莊 到達「發光地」,用著最謙慎的心情,脫下鞋子進 , 在高 伽藍菩薩與韋馱菩薩的威武鎮定,更令渺小 .聳的空間下, 一份安定的力量油然而

嚴

的我心生感謝 連結著兩方空間的緩坡道, 讓 人在行進中悠

梯, 學苑」,令人忍不住對它駐足觀賞,卻發現在混雜 然而自在地活動著,就算來回於一 藉著眼界的延伸竟不覺疲累,當走出「養慧 樓到五樓的階

隱然具體地展現出其特殊性

-現代的佛教建築

的都市環境中,

其外觀形式既不造成街景的突兀

卻又能自然呈現其獨特性

,大墩十街五十號



◎神聖而莊嚴的大殿,有一種沈靜的氣氛。 (照片提供:伽耶山基金會)

天天地蓋起,愈來愈高,

愈來愈高

### 都市中的一方淨土

陳志鴻

青草隨風搖曳的風姿,一 十五年前這裡是荒煙漫草,當時的我尚是莘莘學子,書念累了就到窗前看看這片比人高的 切的辛苦就這樣飄到九霄雲外了

變成了空地, 曾幾何時,隨著市中心搬入五期重劃區,這裡變成了繁榮的市區,高樓林立,這一塊草地 而我也因為出國唸書離開了這片我喜愛的土地

#### 一棟「奇怪」的建築物)

忙進忙出,那棟水泥色的建築物就一片土地上來了一群法師,每天看她們夫、為人父,結了婚有了小孩,而這人十五年回國,此時我已為人



○在雜亂紛沓的街道景觀中,養慧學苑是一處 足以濾除塵囂的場所。(攝影:劉俊傑)

關 以為抿石子只是還沒加工完成的牆壁,卻正是這棟建築物的外觀,此時我的想法是除了公家機 幾個長方形的洞洞,這時我心中十分納悶,但是驚喜的還不止於此,鷹架架好又拆掉, ,誰又會也能夠在此建這樣一 個樸素又特別的機構呢!我好奇地往內一 看,哇!好高的中庭 我一直

、二樓挑空,真是氣派非凡,雪白樓梯一路往上讓人好奇地想順著它一探究竟

有一天,建築物前的柱子上「養慧學苑」的名稱打出來了,面帶微笑的法師們開始在門口

出現,我心中想著這到底是一個什麼樣的團體,一直到今年落成啟用之際,由於母親的因緣參

加了活動,終於正式踏入了這棟養慧建築。

物也由此開始一步一步往上爬。左邊牆邊有六個噴泉洗手台,進入這裡,不但洗淨我們的雙手 進門,在高聳的中庭地面上有一對大腳印,好像學佛之途就從此開始,而參拜這棟建築

也清洗了我們的心靈。順著樓梯往上走看到了最莊嚴、最殊勝的佛陀釋迦牟尼佛像,我迫不及

待要進入參拜 像之整體金色雕琢,站在這裡特別讓人感覺如碧玉寶石一般的莊嚴聖潔,四周牆上非常特殊的 在此參拜特別地安詳寧靜 顆顆像發光燈泡的圓柱體,照亮了整個大殿也照向四方,就好像點燃了生命中的明燈 ,門一推竟是一個可三百六十度旋轉的木門,任何方向均可進入。不同於 好像佛陀就在我身邊一樣 般佛

#### 巧妙及用心的設計〕

按:

九九九年八月出版 )。

另一 人感覺古樸自然;七、八樓是法師修行之所。再來就得往地下室走了, 扇學習之門 四 、五、六樓是學員學習的教室,有的當展覽廳使用 般, 至於一根根黑色的架子, 這裡是各項典禮舉行及法師弘法的地方 法師告知是停車位 ,一扇扇木製的窗戶、櫃子、 前面有 ,也帶我從這裡坐上泊車的電梯 個圓形講 兩片木製的格子門開 座 就像佛陀開 黑板讓

往一

樓,

而

樓車子的入口竟在那水泥牆中,到此,

真是讓我深深感覺到這棟養慧學苑的設計

示法輪寶座

真是非常地巧妙及用心

走, 位想在繁忙的都市中尋找一塊淨土的話,不妨來這裡走 養慧學苑正需要大家一起努力、一起奉獻,大家趕快來 麼、成就什麼,就要去善措其心 的心靈之旅 這裡除了會有一 各位是否也想一窺「 悟因法師曾教導我們 個建築知性之旅外, 養慧學苑 造因造緣。還等什麼 」之閎偉設計 如果要決定自己像什 還能有 個豐富 如果各

編者按:本文及部分圖片轉載自 《敬業樂群》 雜誌第十期

佛學研讀班),希望您也有機會齊來分享這份殊勝 感謝悟因法師睿智恩德在此建造閎偉莊嚴之佛學院



⑥前來養慧學苑的信眾,可在此素淨的教室裡學習佛法。 (攝影:王進明)

## 寺院建築現代化的社會 學思索

蔣雅君

|關於養慧學苑的幾個提問

寺院建築的現代化是否可能成為提供視覺愉悦與品味消費的場所 建築師「提供」支配性的空間語言和文化形式的變遷,然「提供」者到底為何

居民希望其能發揮社區活動中心的功能,然與「社會群體」共謀其利的發展值得商榷

使用名義設立以求設計自由的開展。期望此建物所傳達的意象具「刻意」隱身於都市建築叢林 依循中國傳統禮制建築的形式特性,須符合斜屋頂、琉璃瓦、獨立壁等規定,而改以基金會的 眾佛學院院長)思考何為台灣現代社會需求的寺院建築為始,期望跳脫國家法規設定寺院建築應 當中創建。此案緣起信眾捐地,悟因法師(香山尼眾學院主持)(編按:應為香光尼僧團方丈・香光尼 寺院空間形式等以獲認同,而本評論主體 今日台灣的宗教團體為符合現代人的生活需求,紛紛透過社區服務、居民參與、積極改造 ——由大元建築師事務所設計的養慧學苑亦在上述題旨

的特性,希望能夠重新建構社會大眾對佛教團體的既定印象,以達佛法傳授之普及化

社區 當地居民為此場所提供的服務有更多的期許 子、光影、材料構築抽象的美學形式與僅存尺度巨大的佛像與佛足,塑造出寰宇化的宗教空間 不識字信眾的壁面敘事性圖像,與空間中身體觸碰過程產生的記憶與發問,以比例完美的 、學苑上課時的幼童照顧等工作,則由附近對此場所充滿熱情的信眾負責,此互動引發了 活動中心型態產生,例如:此學苑僅三名法師負責學苑教學與管理,而宣傳 而 而由於此空間提供不可抗拒的視覺愉悅感與尼眾的努力奔走,逐漸促使新的社區意識與 設計者則以匿名性、宗教信仰去形式化、唯心內省等因素,刪除傳統廟宇建築為服 櫃台服務 方盒 務於

也充滿危機之處,其引發了至少下列數個發問與斷裂,分別是: 著厚重的木片百葉窗北上,請設計者檢驗其品質。凡此種種實為此建築營建過程當中既動人卻 另外 ,負責監造的法師為求木工品質良好,於施工之初,即請木工師父訂做樣本 兩 人扛

務 ,也「提供」支配性的空間語言和文化形式的變遷,然「提供」者到底為何? 國家」對於寺院建築建構的發言權被建築師取代,他們接收了前者的權力與義

法師對談數次,她們舉「圓山飯店」為例,點出了一些建築設計者期望以宮殿建築,形塑一種 作者在撰述此稿之前,曾就此設計案發展過程與尼眾學院(編按:應為養慧學苑) 負責監造的

卻也看到在匿名性 脱了以往同為此事務所設計的《慈濟台中分會靜思堂》(建築師,NO232)的格局而更趨成熟。但 宗教空間主體的「廊香教堂」一案。事實上,若就光線、比例、材料的運用而論 與功能、意義無關的表層形式產生的認同矛盾 、光影的表現當中引退的圖像與影響 ,轉而接受了設計者提供以幾何與光影變化構築 (其功能並非能夠全然被視之為裝飾處理 ,此案確實跳

是否全然消音實需更深入地討論 而佛教植入東土過程中為傳教之便在建築、藝術、儀典等表現形式上的轉變,對空間與文化的影響甚鉅),

識 幼童所累積的特殊空間記憶,如今在光潔的「高級」石材面上,則提供者又是何種風情?「知 話關係;壁面圖像與鑿刻亦消失無蹤:過往在廟埕廣場與門檻間攀爬,質問敘事性圖像意義的 聽法之意取代,並設置在一般人站立於地伸手所不及的高度之上,此拉開了人、 是否為廟堂空間現代化過程中掌握「權力」 例如:傳統寺院中用於祈福刻印姓名的「光明燈」以不重形式的觀點,被萬點光點為萬佛 與「支配」的關鍵? 佛之間新的

傳統的教堂建築表現形式, 上以較具象的敘事形式傳達 光線之間的戲劇性效果表現建築師的權力慾望與烏托邦的幻想,以時代精神為名,求征服 並認定此為「真實的再現」! 此情形不禁令人想起當西方在現代化過程中,菁英建築師以排山倒海之勢,以幾何量體 並自許於將原先服務於不識字的階層讀懂聖經故事 ,轉換成抽象幾何的塊面分割,以求比例精準與感官的視覺震撼 而 在彩繪玻璃 洒方



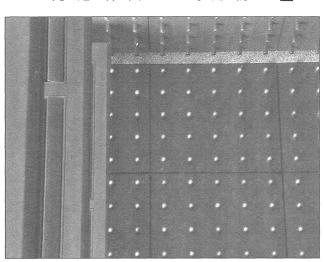
視覺歡愉經驗背後 更甚者,此究竟為何種社會階層的時代精神?此狀況提醒著我們在充分享受空間形式所提供的 ,建築師的參與形式,及其提供的意識型態與支配性權力之間的關係 實值

弔詭的是,其目的是在於反形式,但是最終卻不幸流於形式主義的烏托邦 ( Tafuri: 1986)。

得深究。

何? 過程中被強制性隔離與處理的群體為覺愉悅與品味消費的場所?而在此變動寺院建築的現代化是否可能成為提供視與認同,為附近居民引以為豪,如此,二、透過建築形式所傳達的「菁英品味」

功能為建築物建造之前眾尼所無法確信的。築形式的好奇與喜愛,而漸漸接受佛法,此了一些排斥傳統寺院空間者,他們因對於建尼眾在興建過程與附近社區民眾互動,吸引起眾在興建過程與附近社區民眾互動,吸引由於建築實質形式的「不可抗拒性」與



◎傳統寺院中的「光明燈」以不重形式的觀點,被萬點光點為萬佛聽 法之意取代,並設置在一般人伸手所不及的高度之上,拉開了人、佛 之間新的對話關係。(攝影:劉俊傑)

取得之外,甚至自許為菁英品味階層的居民,更視此宗教空間為「高級的」神物, 生命。此空間不僅提供當地些許居民,為因應都會生活型態在精神上與物質上的品味滿足感的 現在她們開始相信由於菁英建築師對於形式、象徵操作與詮釋的專業,能夠賦予宗教空間 並以擁有參 新的

與權而沾沾自喜

傳統的廟宇實在與他們的品味格格不入,此反應了 others(他者) 此符合都會感與中產階級品味的寺院建築形式,才適合座落在她 筆者至現場訪談時,她(他)們驕傲積極地帶領著我們進入「她(他)們」的世界,認為 (他)們的社區裡 與we(我們) 在這樣的意識 1,相對: 地

型態運作之下不著痕跡的顯現。而被判定不及此「品味水平」者,是如何被對待與排除實值得

關切。 中 表現,產生不知如何放置日常生活所需用品的困擾, 的經驗 例如:本寺常住法師,即在針對日常空間使用經驗提出一些問題,他們面對精簡的設計 甚至, 在此空間中因缺乏利於對談而自購的使用頻率最高的圓桌, 提出必須費力地找尋與其品味相稱 在攝像時 的 則被 「毛

要求收納在看不見的地方等等

決議」功能的可行性,然主導性的「社會群體」與宗教道德合法化過程共謀其利的發展 三、當地居民希望此場域能夠發揮社區活動中心的功能 ,則形成寺院空間服務於

值得商権



品 社區拒絕與「他人」(非我族類)共享公有資源的「鄰避」( NIMBY, not in my backyard) 行為 保留給學員。而私自進行公有道路路權的劃分,此作法在感人之餘的確也逐漸浮現在西方某些 告知寺方,除了自家門口街道上的停車空間(實為公有路權)不可侵佔之外,其餘空間皆會極力 民紛紛騰出街道上的停車空間以利學員停放車輛,甚至為晚到的學員開車找車位。並「大方」地 服務 如:原屬公有的路權卻轉為私有化的問題逐漸浮現!學苑因開設佛學課程並積極地參與社 ,而獲得當地民眾希望此地能夠成為社區的活動中心的請求,尤其在開課時段, 附近居

#### 後記

計或理論的歷程上累積下一個階段的成長 是需要時間與人共同參與和檢驗的 現形式,其企圖實值得鼓勵 此案勇於打破一般人對於佛教寺院建築的刻板印象,也揚棄了放大斗拱創造一個巨型家具的表 設計領域與各宗教團體不斷摸索的發問與解決方案而引發的現象進行評述,在訪談過程中體會 述種種其實都是環繞著寺院建築現代化發展與文化形式的轉變而組織的 ,但同時也留下了一些待以思考的問題。而事實上 ,其未來的發展似乎更需要被持續性地關注 9 建築與其評論 方有可能在設 根據當前建築

誌第二九六期,一九九九年八月出版。 ) 編者按:蔣雅君為台大建築與城鄉研究所博士生、中原大學建築系兼任講師。本文轉載自《建築師》

雜

#### 四聖諦(四)

〔死亡與滅亡〕

謂的死與不滿足時,這種執著是們觀照這個對感官意識運明顯的執著,也就是在意識裡明顯的執著們觀照這個對感官意識盲目的執

感官欲樂都是會消逝的欲

痛苦的

會感到迷惑、絕望與失望

我們也許能成功地成為自己

這就是四聖諦的修習與八正道的增長了。在這個世俗法當中,我們所能做的就是去放下愚痴我們從事物的本然著手,是因為它們是當下發生的

樂,凡是我們所看到的

聽到

所執著的事感到很快樂,最後終 或感覺到的都會消逝,所以,當 或感覺到的都會消逝,所以,當 我們執著感官時,就是在執著死 亡。如果我們不去反觀或了解, 就會盲目執著人類的存在,並希 望自己可以逃避一陣子,假裝對

所希冀的樣子,但那也是會消逝

的,這就在執著另一個必會死亡

能會執持於自殺或自我了斷的欲 的條件。然後,瀕臨死亡時,可

望,問題是死亡本身也是一個必

任何三種欲望的其中一個 會死亡的條件。不論我們執著這 ,都是

要經驗失望與絕望 在執著死亡,也就是說,我們終

心的死亡是種絕望

,沮喪是

亡,心理就死亡了,精神狀態的 種心的死亡經驗。就像身體死

絕望 無聊 ` 沮 喪

死亡,

我們稱它為

(有)」。

教理

與憤怒。當我們執

著時,如果我們經歷了無聊、絕 望、憤怒與悲傷,很自然地就會

去尋找其他生起的必然條件

例如,

你感到絕望時,心

想:「我要一塊巧克力蛋糕」, 你馬上就去了!過了一會兒,你

巧克力滋味,此時就會有變化產 可能沈溺在那塊蛋糕香甜可口的

生,你已經化成香甜可口的巧克

了然於心

力口味了!但那是不能持久的

須繼續做其他事,這就是「變化 吞下去後還有什麼?接著你又必

感官層面的變化(有)過程中, 我們一直被蒙蔽 ,並沈淪在

醜不存任何批判,就能夠看清欲 但藉認識欲望,對感官世界的美

然後,把這些欲望放到一邊去 望的本然,也就是具備了認知

會,我們思惟 了。這第三聖諦必須親身來體 不去執著它,就是在經驗「滅」 「滅」,我們 說:

「此是滅」,而當事物滅時

我們

#### 讓事物生起〕

識能在意識中顯現,讓我們意識 們禪坐的目標,是善巧地讓潛意 必須完完全承認它們的存在 在你可以放下事物之前 你你 我

對, 的」,因此內心產生罪惡感 除去這些惡事的欲望,這樣做的 識到想達到這理想的欲望,與想 惡念、憤怒與嫉妒似乎沒什麼不 此欲望具備了正直的特性,去除 是,我提起了去除惡事的欲望 怒,由於諸多的應該和不該,於 己感到非常失望 崇高理想不放的傾向,因而對自 抑與憤怒,人們都有緊緊追求著 有時覺得自己不盡理想或不該憤 到所有的絕望、恐懼 因為一個好人是「不該這樣 之所以會如此 在反觀這件事情上,我們意 ,是因為我們 、痛苦、 壓 關鍵 話, 所未有的仇恨與憤怒。我心想: 但是在前兩個月裡,我感受到前 樂,我期待能經歷極喜的心境 認為打坐會使我更仁慈、更快 我剛開始打坐時,我有個想法 們所無法忍受的共存。例如:當 能相當困難,因為它勢必要與我 很容易了解的 清淨心才是是否成為「完人」的 心。所謂無須成為完人,是因為 望,因為留下來的,只剩清淨的 去成為完人,不如放下那個欲 就可以放下了。 在理知的層面上,「滅」是 但「實現」它可 所以 與其 的跡象 糕!」 「太可怕了 心。我自以為是地認為自己是個 或者抽煙,或大口大口地吃點 出現,我就會打開書本來閱讀 必須帶著書,只要恐懼或瞋怒 是個讀書狂,不論走到那兒,都 我大部分生命裡的許多時候都在 的仇恨與憤怒產生的原因 致於一直壓抑著任何瞋怒或忿恨 仁慈的、不會瞋恨他人的人,以 試圖逃避這所有的 這就是為什麼我在剛出家的 但是,後來我反觀如此強烈 打坐反而使我更糟 切。 我曾經

發覺

幾個月裡,會拼命想找事做的原

要讓這個

「滅」的過程起作

因,其實我是在試圖找事情來使

年到成人的記憶不斷在心中浮記起所有故意要忘掉的事,從童自己分心,因為在禪坐中我開始

了,但我內心也開始意識到必須明顯,似乎把我整個人都淹沒現,於是憤怒與仇恨開始變得很

耐得住

,

所以我便忍了下來

到頂點,後來在禪坐的過程當壓抑的仇恨、憤怒,在這時沸騰所有過去三十年的生活裡所

的過程。

中

它自己燃燒

教理

包容痛苦中,苦才會止息。必須打開心房面對痛苦,因為在為何強調忍耐的重要所在,我們用,就必須願意受苦,這就是我

痛苦,我們完全接納它、歡迎苦時,就去面對當下真正呈現的

當我們發現身體或精神上受

們必須忍受無聊、絕望、疑惑與們必須耐心對待並加以忍受,我就是面對一個不愉快的情況,我它、注意它,讓它原貌呈現。也

恐懼,才能了解痛苦自會消滅

只要我們不允許事物消滅

7

不斷重複再重複。

本對重複再重複。

本對重複的生命中。

本對重加複雜,這麼一來,

一一來,

不斷重複的理解,這麼一來,

一一來,

一一次

一一來,

一一來

一一來
一一來

一一來

一一來

一一來

一一來

一一來

一一來

一一來

一一來

一一來

一一來

一一來

一一來

透徹它們之後,苦就會自行消滅透徹它們之後,苦就會自行消滅無常、苦、無我的,一旦看穿、先了解到底是什麼在迷惑我們。 先了解到底是什麼在迷惑我們。 先了解到底是什麼在迷惑我們。 我們必須知道:欲望與恐懼皆是

有死的 來,而是得自當我們讓已生起的 生起而後終歸息滅的 「滅」則是讓任何已生起的現象 並不表示要拒絕或丟掉,所謂的 須捨棄渴望,也就是放下它,這 自然息滅。如要這麼做,我們必 不是從「我想消滅」的意識而 不是我們心中所創造的,但卻是 自然結束,所以它不是欲望!它 內心產生想消滅某物的欲望,而 的區別是非常重要的 「捨離」,意思就是「放下」。 因此 將 滅 ,「滅」不是自我,它 與「消滅」 ——有生必 作明白 -消滅是 到 世的心 的。喜悅的真義是平靜的,是出 無我的,但警覺與清明仍是存在 時,你就了解滅諦了,這當中是 滅」。當你真正認知它的本然 才是真正的平靜 驗到那種平靜,當你讓欲望在心 下的就是平靜了。 詞,當你放下並讓它息滅時,剩 了。「滅」,是涅槃的另一種說 中息滅時, 滅一、 如果我們不讓它滅,我們就 各位可經由自己的禪坐而經 然後, 剩下的就是平靜,這 當它滅時 空 也就是「不 與 ,你就經驗 「無著」 禪坐時不斷地在意識裡浮現,這 我一直很害怕被人拒絕,我竟不 和人群的關係影響有多大……。 到,就如這般的小事件對我後來 滅的印象,後來我在禪坐中了解 了好幾個月 時候,有個非常好的朋友 們的生命裡有多少的恐懼與自卑 始禪坐,才會開始了解:原來我 自己在做什麼,有時直到我們開 曾想到這件事,直到這個記憶在 叛我、拒絕我,從那次後我沮喪 是來自於童年的經驗。我記得小 會自以為是地行事,根本不知道 這件事在我心中留下不可磨

,他背

識裡顯現,或許它們是在試圖傳 到了中年時它們還不斷在你的意 童年的悲劇是很荒謬的; 但如果

見 達有關你孩提時就已形成的成

反而要誠心接受它們 不要因它們而感到挫折或生氣 般的恐懼在禪坐中生起時,不但 當你開始感覺到記憶或困擾 如此

來,才可以放下它們。你可以安

排自己的生活,不必看到這種種

的

切

,

來, 機 會 它們能生起的 就 微 這 乎 其 麼 微

教理

懼 事, 了;你也可以致力於許多重要的 不會意識到這些焦慮與莫名的恐 , 讓自己忙碌不斷,那麼就絕 可是一旦你放下時又會如

三聖諦的第三行相是:「已知苦 備欲望是會滅的內觀,因而說第 轉向滅,它結束了,最後你會具 何?欲望或妄想變動了,接著它

(了悟)

滅。

真的 說:「當下應遍知此諦」,我們 無須等到臨死時才發現它是否是 。這個教義是給人類的 此應遍知」, 佛陀強 調 我 地

> 但我不能使你覺悟 可以告訴你們 們每個人都應該了解它,我或許 、鼓勵你們修習

我的感覺、我的記憶、 警覺,覺知真理的本然,我們藉 刻、當下,這就是正念 注意真理的本然 理,也可以趨向真理,我們 自了解的,我們可以注視著真 此刻當下的,它更是我們可以親 到 或是你能力不及的事,當我們談 由正念來審視 我 「法」或真理時 別把「滅」想成是遙不可及 與我的見解 「我見」 ,此時此地 , ,我們說它是 我的 我的念 ]身體 這個 保持 可 此 以

你想在它之前的空間,然後想它 裡生起?又是從那裡消滅?或是 面聽:「我是……」小心並覺知 不管是什麼,都去檢查它,往裡 這又從何而生,從何而滅呢? 所以一定比你們任何人都好。」 高,我過著清淨的生活很久了 的。」但是,聽著,它是打從那 會用負面的字彙:「我是不好 例如「我是蘇美多」的想法,我 房子、我的車子等等。 頭、我的觀點、我的意見、 我確實比你好,我的修證更 當有我慢、自負或自卑時 我傾向於自我貶抑,所以, 我的 此而已。」當下我可以給它一個 我見嗎?」當你真正「空」時 時,可以反省:「這當中有任何 就是本然,當下這個身體就是如 境界並思惟「法」,我想:「這 沒有「我」與「我所」的意識。 在時,就可以看到「無我」了, 音?當你把注意力專注在上頭 的聲音、寧靜的聲音、原始的聲 看看你內心是否能聽到一種鈴響 看看你的注意力可以保持多久? 意力安住在最後的那個「空」。 並覺知那後來的空間 只有清淨、警覺與注意力存 因此,我到了那個「空」的 ,將你的注 章,徹底失敗了。 們就不能付電費,一切就散亂無 失敗了,如果沒有人有興趣 時,你可以知道那是某人的稱 假名,當人們稱讚 「僧侶」只不過是個適時適地的 多」! 且成就非凡,我會很快樂;如果 拉瓦提寺成為一個成功的地方 已,別無其他。如果我希望阿瑪 僧侶是不存在的,那只是如此而 讚,但卻不要當真,因為你知道 在它也只是這樣,它不是「蘇美 名字或不給它一個名字,但是現 在「空」中是沒有僧侶的 你「真棒」 ,我

不存在,一個僧侶或一個阿瑪拉 但事實上,阿瑪拉瓦提寺並

名,不是究竟的真理。當下,只 瓦提寺的觀念,其實都只是假

這個地方的負擔扛在肩上不放 是如此 ,一如本然,我們不會把

道理,到底它是成功或失敗,已 也沒有人與它有所關連,同樣的 因為我們看清了它的本然,而且

不再重要了。

的本然。當我們如此覺知時 在「空」中,事物只是它們 , 並

或什麼也不做 或失敗漠不關 不表示我們對成功 ì 9 我 9

美,

關於人類的圓滿,似乎根本

們自己可以投入, 因為我們知道

自己可以做什麼,知道必須完成

成為「法」 方法完成。如此一來,每件事都 那些事,而且我們可以用正確的 如本然,我們

心或害怕失敗的自我意識 事是正確的,而非出於個人的野 有所作為,因為此時此地做這件

個

阿羅漢無須要知道一切的

通往苦滅之道即是圓滿之

詞彙,因為我們都覺得自已非常 道,這可能是個相當令人受挫的

可能性。從沒有人討論人類的完 自己怎麼敢持有成就圓滿的 不完美。就品德而言,我們懷疑 糸

> 就是一 是不可能的 個圓 滿了生活的人類 0 但是, 阿羅漢其實

必有滅」而已所學皆學的人, 個藉由基本法則:「一切有生

這個法則

我們

用佛陀智慧來思惟

法

切,該去知道並完全了解的只有

團體 行」。僧團是「一」的 這表示:「諸惡莫作, 事物的本然。 ,而不是一群獨立的 我們歸 個獨立的個 是一 眾善奉 依僧 個體 個

來說已不重要,這個僧團的意識 人或男人、女人的意識, 或有不同的性格。一 對我們



「空」裡沒有人存在,人可能在 同的 靜與清淨 在,這當中只有清明、覺醒 我們都共融的「空」 著,我們了解 個個的個人,我們的見解卻是相 個共同體 第四聖諦 已被視為一個依歸。因為有了這 空」裡生滅 藉由覺醒 何謂苦減聖諦,即八正道, ,所以縱然外表都是一 ,但卻沒有 「滅」,並安住於 、警覺與不再執 中, 在那 人存 平 有三 明 覺 轉,第一 第四聖諦 吾 長而遍知,爲本所未聞法 正念、正定。 語 亦謂:正見、正思惟 知……。如是苦減聖諦已增 如是苦滅聖諦,應增長而遍 法,吾心生眼 如是苦滅聖諦,爲本所未聞 心生眼 、正業、正命、正精進、 明 轉是:「八正道 《相應部》LVI, 11) 智、慧、覺、 、智、慧 如前三聖諦 正 ājīva),亦可稱為 vācā), 之後,其中包含正語(sammā 歸納在智慧 (pañña) 裡 sankappa);這兩個道的元素被 諦已增長」。 「此苦減聖諦應增長」。最後進入 (ariya magga)。第二轉是: kammanta), 出 首,然後再到正思惟(sammā 的:以正見(sammā diṭṭhi)為 阿羅漢位的一轉是:「此苦減聖 至於戒律 (sīla) 八正道是以順序呈現出來 正業 命 (sammā 一圓滿語」、 則在智慧 (samma

離苦之道」,也叫做「聖道」

「圓滿業」與「圓滿命」。

道的種種要件,概括分為三類:

sammā vāyama)

正 念

(sammā sati)、正定 (sammā

samādhi),它們是自然地從持戒

的平衡,它們與心有關 中流露的。此三者能提供情緒上 ——一顆

淨的了,不帶一絲染污與瑕疵 正精進、正念與正定,心就是清 解脱我見與自私的心,一旦有了

當心清淨時,心就是平靜

的,智慧或正見、正思惟,皆得

自於一顆清淨的心。如此一來,

便是將我們帶回到

原點了。 以下便是八正

、智慧

(一)正見

(二) 正思惟

(一)正業 二、戒律

(二) 正語

三、禪定 (三)正命

(一)正精進

(三)正定 (二) 正念

並不表示它們就是如此依序發生 其實我們將它們順序排列,

——它們是同時發生的,我們可

的重要性 反省在生活中,對自己言行負責 此表達,是單純地在教導我們去 是……」但事實上,它之所以如 以談八正道,並說:「必須先有 正見,然後才有正思惟,接著才

#### (正見)

時間去讀「有生必有滅」才能了 的知見,如此而已,不用花很多 知見,也就是:「有生必有滅 觀,就是具備了對「法」的圓滿 的內觀,如果你具備了這等內 見」,正見是得自於對前三聖諦 八正道的第一要素為「正



教理

解 為這可不光是字面上的了解 的深義,則必須花很多時間 。不過, 若要真正地了解內容 ., 而 有了正見,你就已經放棄了自我 然的正見是有順序的 有生必有滅」,而且無我 0

是指「真正直覺」,這不是僅僅 或你的感覺,或你的思想

若用現代的白話英語

內觀

道」,或「噢!那好像是件合理 從構想而來,不再是「我想我知

的事,我能同意,我喜歡那樣的

觀念」。那種了解仍是從大腦來

的,它是確實了解了, 的,然而, 內觀智慧卻是深奧 而且「疑」

個內觀,也就是說,導向事物本 已不再是個問題 這個深入的了解得自於前九

> 也就是 日

們,你不再認為你是你的身體 覺與思想,但是它們也只是它 必死的妄見,雖然仍有身體、感

否定事物本身,更不是在否認它 事物本身」,我們並不是試圖要 這裡強調的是:「事物只是

然, 們的本然,它們確實是它們的本 9 如此而已,但是當我們仍愚

其作為

都因他們對事物的妄見,而影響

們不但事事都相信,還對於我們 **慣於把事情加油添醋,此外** 痴 還不了解這些真理時,我們 我

> 所處的環境製造種 種間 題

人類很多的焦慮與沮喪是來

些受愚痴所束縛的人呢?每個人 們如何忍心怨恨、抱怨或責備這 的。 的 對一切眾生懷著無限的慈悲。我 慘、焦慮與沮喪是來自於愚痴 所以,我們應該了解:人類的悲 自於當下愚痴的「錦上添花」, 當你看清這點時,就會開始 而沮喪是「空」的 、無意義

些寧靜,在這些微的平靜中,心 當我們打坐時 會體驗到

緩慢了下來。當我們用平靜的心

去看一朵花時,是在看著它的本

然。當執著不再,也就是沒有得

聽到與經驗到的 失心時,我們經由感官所看到 , 都將是漂亮

的欲念

的、真正美麗的。我們不批評

會在周遭的美中找到喜悅與快 不比較、不佔有、不擁有 1,我們

它只是它 樂,因為它不再需要任何矯飾

我們愚痴的誘餌:「這些花只是 美的印象。我們不該將它視為使 美給我們清淨、真理與極致

在誘惑我們 1,我不

應當受其迷惑

那是嘮叨的老修行

教理

麗 的態度!當我們用一種清淨心看 一位異性時,我們可以欣賞其美 ,而不帶一 絲想要接觸或佔有

他人的美麗而喜悅。這是種誠實 論是男人或女人,我們都可以為

旦沒有自私的欲望時,不

脫 曲與腐化周遭美麗的束縛中解 , 諸如我們的身體

謂的「解脫」,我們從那些會扭

還予事物的本然,也就是所

腐化 、負面 然而,我們的心也有可能很 、沮喪與執著事情

如果沒有正見,我們所看的一切 使我們不再能看清它們的本然

> 濾過的,而非本然 都會是經由不斷增加的過濾網所

的教義而開展 正見必須經由反省及以佛陀 0 《初轉法輪經

法 本身就是個值得去思惟的有趣教

「法」的如是本然與模糊事物本 (Paticcasamupāda) 的經典 然之間的不同 是個值得反觀思惟的迷人教法 經 若能思惟這樣的教法,就能看清 典 我們也可利用其他三藏中的 有了正見,就會把一 例 如 ,那裡就有佛法 解 釋 切都視 緣 ; 也 起

為「法」,例如我們現在坐在這

「你對我不夠 「我很敏銳」或「我不敏銳」; 是: 樂就好呢?世上為什麼有這麼多 為什麼上帝只創造痛而不創造快 呢?」「為什麼我們會感到痛? 敏感為「法」,而非個人的: 心,它不是自我,亦非個人。 體的組成只是「法」—— 法。」我們要將這個領悟 想和反應的人。此刻我們反省的 觀點、意見與所有約定俗成的思 這個身與心視為因無明而產生的 兒,這也是「法」。我們不會將 此外,我們視這個對身體的 「就是如此而已,這就是 敏感 , 誰 最敏 - 銘記於 |--||身 感 漢當首相了。」 切都公平的話,他們就會選阿羅 不公平;他們從來不選阿羅漢當 這些是不公平的;當我來到這世 不要它這樣,我要安全、快樂、 「我真可憐,我不喜歡這樣 嗎?那全都是自我的觀念 後,必須與所愛的人分離 英國首相,這也不公平;如果一 上時,我的父母不是阿羅漢,這 喜悅與所有最好的一切,我沒有 焦慮是凄慘的。」 的悲慘與痛苦?這不公平 我試著把這個「不對、不公 在那裡面沒有佛法,不是 9 這種 人死 我 是我們,你或許會問我們為何都 待,或因為事不如所願而苛責他 大志。 覺、我們呼吸,我們也可以胸懷 已,意識本就如此。」 們反觀時,我們了解 樂、安全。不管人們承不承認 本然就不再以個人的角度來看 此,痛本是如此,樂也是如此] 他們通常都是這麼想的 能為我們創造一切,並使我們快 便用來指出我們是如何期望上帝 平」的感覺,形容得很荒謬 人。事情只是事情,而我們也只 當我們反省時,反觀人性的

我們

.感

。但當我

,

以

本就

如

而

不一樣 我們有同樣的瞋怒、

要有一切的變化與排列組合的不 同樣的貪欲、 同樣的愚痴 ,而不

日

任何不公平。 的事,也不允許有任何不同,每 件事情都絕對完美,且不可能有

的經驗到基本的種種 然而 ,縱使你可以追溯人類 ,但是 ,我

們每個人還是有自己的「業」 我們的固執與習性要應付

而他人的「業」的質與量往往都 有所不同

事都一致擁有?為何不能面貌都 我們為何不能完全平等、事

相 似 雌 雄 同 體

呢 ?在那樣的 世界

> 們了解到「法」,在緣起法裡, 但當我們認識「法」後,我

常不同,無限地變異與遷動。我 没有任何等同的事物,它們都非

它,並向它學習

們愈想使因緣如我們所願,就會 及一個適合所求的理想社會 愈受到挫折,我們試圖塑造彼此 但

最後總是令我們感到挫折。一 有了反觀,我們了解「事情就是 ( ],事情必須是如此的 日 也

如此 只能如此

不會有不公平 它既不是一個致命的或負面

> 樣 是我們所需要的 貌」的非常正面的反應,甚至不 度,那是個去「接受生命之流原 的反觀,更不是「事情就是這 9 你 點辦法也沒有 ,都可以接受 的態

法,用來了悟「法」,而不是用 的是理出一套運用這些能力的方 邏輯與分別的才智。我們必須做 過去數千年,我們發展了理性 億力好的眾生,我們也有語 我們是有意識、有才智、記 言

發展他們自己分別心的人,

£

在個人的獲得或解決個人的問題

裡

教理

變得非常刁鑽,甚至開始怨恨自最後往往反而會自食其果,他們

己,原因是我們的分別心習慣去

別,當你這麼做時,結果會怎心了——看這兒與那兒有什麼差注意每件事的負面。這就是分別

而使你聽起來一無是處。樣?只是一堆的缺點與錯誤,反

具足正念與智慧,這麼一來,就然,當我們如此反觀時,便同時也運用正念,並接納事物的本也運用正念,並接納事物的本

我毀滅、貪婪或仇恨的方面。思惟、反觀與思考,而非用在自智,將你的能力用智慧的方式去智,將你的能力用智慧的方式去

#### (正思惟)

(sammā sankapa),有時也譯成(sammā sankapa),有時也譯成不過,事實上,它有更活潑的特不過,事實上,它有更活潑的特質,如「意念」、「態度」或質,如「意念」、「態度」或以我喜歡用「意向」這個詞,它

切的本性

非意向即欲求

我們用「欲望」這個字來形容一 我們用「欲望」」這個字來形容一 是欲望,這點很重要。巴利語 則是指不是從愚痴而來的意向。 則是指不是從愚痴而來的意向。 則是指不是從愚痴而來的意向。 我們用「欲望」」這個字

的欲望,有了正見,一切的妄念的欲望,有了正見,一切的妄念思惟是來自於正見的,是清楚洞思惟是來自於正見的,是清楚洞思惟是來自於正見的,是清楚洞思惟是來自於正見的,是清楚洞

義

辨,而不是以愚痴來分別。四聖

是將我們的能力用來智慧地分

與思惟方式都絲毫不再具有任何

意義。

意向

是我們內在的

種 感

的!如果我們沒有這些東西

我

所有的這一切時,也絕不會滿足 仍不會感到滿足。而當我們沒有

精神能提昇,不往下沈 覺、意念、態度或動作, ,但可不 我們的

們會想:「如果我有最好的 我

是急躁!當有正見時,我們熱衷

為般若或智慧,它們構成了八正 於真、善、美,正見與正思惟稱

道三部分的前一部分

到不滿,縱使我們擁有豪宅、名 最美好的一切時,為什麼仍然感 我們可以思惟:當我們擁有

車、美滿的婚 姻 0

其他 聰明可愛的孩子與 的種種 我們

教理

就會滿足了。」

能讓我們滿足的地方,它本來就 但事實卻不然,這地球不是

會再對地球報以任何滿足的期 不是。當我們了解這點時,就不

待 , 也不會有那樣的要求

法滿足我們所有的需求,否則我 除非我們了解這個星球並無

母奶的小孩,不斷地試圖從母親 什麼不能滿足我呢?」我們像吃 們仍會不斷地問:「地球!你為

> 育我們,使我們感到滿足 那裡奢求無度,且希望她永遠養

上的 舒適與安全的 的意義,是不能光滿足於財富 生命的意義,如果你想知道生命 能力去懷疑與沈思生命,去思惟 不會有疑惑。不過,我們卻會認 定有其他,一定還有超越我們之 知到除了我們腳底下的土地外 ,我們不是很了解 如果我們滿足了,對事物就 我們有

或意向。 你可能會想那是一 所以我們立志要認知真理 「我以為我是誰?我這 種放肆的欲望

小老頭竟想認知一 切的真理。」

香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼○七三

它,特別是現代物質主義者,他 樣的意志,它對如此的意志毫無 細的思想 此意向呢?好好想想究竟真理的 了解它。我們習慣丟棄或不信任 擁有它,只是都沒去注意,也不 的才智會去想要認知,我們一直 認知,但我們每個人都有種本能 理,但我們的動物面卻不會有這 不死或不滅,實際上都是非常微 非常微細的概念 概念,一個絕對或究竟真理是個 是不可能的話,我們又為何會有 但是有那意向是存在的 我們會立志要認識究竟真 神的概念 ,如果那 直覺的。至於與神秘力量的接 你還天真無邪時,你的心是非常 是直覺的孩子經常有的想法 個神經過敏的問題, 曾覺得自己適合這個社會 在我還沒出家前就如此了,我不 覺得自己屬於這個地球 疑,還記得小時候常想:「我實 真的很快樂。我一直以來都很懷 地球並不是我的真正歸宿時 也不真實 們認為那不過是神話罷了! 在不屬於這裡。」我不曾深刻地 對某些人而言,這可能只是 至於我自己,當我了解這個 但這也可能 甚至 , 當 9 我 點 式,能幫助我們放下一切既有的 頑固觀點與成見,一般說來, 未被設限 他們還不會這麼做。 他們仍然以 上發現一件很迷人的事,那便是 見去解釋這世界。我們在小孩身 是非對錯,我們便開始以這些成 自我意識的增長、社會所制定的 所謂的真、假也有了成見 想變得有一定的行為模式,對於 更能直覺 觸,小孩的心比大多數大人的心 顆直覺的心在看待這世界,還 禪坐是一種「革心」的方 隨著我們的成長,我們的思 。隨著

我

們捨真實於不顧,只注意到不真

能包容一切了。

實,這就是愚痴

爛,如此而已」的觀念更真實 比「一旦我們死了,身體會腐 與超越動物界或世間的事物有所 聯繫。對我來說,這種聯繫似乎 觀照人類的意向 ,使我們能 0

此浩瀚 時,會看到宇宙對我們而言是如 當我們去深思熟慮所居住的宇宙 、神秘 、無法理解 然

心時,會去包容過去忘卻的或從 而 ,當我們比較信任自己的直覺

當我們放下既定 制約的反應時 就

未接納過的事物

相殘殺。一旦沒有正思惟與正 持並相信從未質疑的成見,而互 氣不高興,甚至願意為了這些執 為真,乃至可以為這些事感到生 有成見。我們對這些事可能信以 人,乃至英國人或美國人都可以 我們對一個人、男人或女

清這些觀念的真實本然 見,沒有智慧,我們永遠無法看

正語、正業、正命)

語、正業、正命,意指對我們的 言行舉止要負責、謹慎。當我們 八正道的戒德方面 「, 有正

> 間、空間裡說話,同樣地,我的 所作所為也是適時適當的 正念而覺醒時,我會在適切的時

暫時地忘記所有的事情, 必想太多來逃避現實;你也可以 使自己分心去做其他的事,而不 從前你或許可以藉由欺騙自己 己,如果你做事、說話殘忍且不 謹言慎行,否則會不斷傷害到自 仁慈,往往就會有立即的果報 我們會開始了解到我們必須 直到那

反之,如果我們持戒,似乎 ,即使當我吹噓

些事情反撲回你身上

時,我內心會說:「我不該吹 是立即有果報的



將他們從昏迷中救醒。如果你以 心中:「救這個人。」然後你去 是很重要的 你了解到對自己的言行舉止負責 你會小心自己的所作所為 然、脆弱且敏感的,如此一來, 都是立即的。因為你是完全坦 是最輕微的謊言或戲論的果報 常。但當你覺醒時,會發現即使 化的一部分,所以看起來完全正 嘘,我應該更小心謹慎。 ] 我過 地而昏倒時,「善法」會進入你 去有吹嘘的習慣 善法」,如果你看到某人跌倒在 想幫助別 人的衝動是一 -那是我們文 ,因為 種 識 報而去行善的話,雖然這個行為 人的業的善法了 行而非出於愚痴時,就是不帶個 事,如此一來,只會加重自我意 是善的,但等於還是在做個人的 富有,你期望善行能得到一 功德,或想感動他人,或因此人 是個人的業 那它就單純只是「善法」,而不 自慈悲,且因為這件事是善的 於個人有所求的欲望,而只是出 一顆「空心」做這件事,不是出 當我們以正念與智慧來做善 佛陀所制定的戒律,是為了 可是,如果你是出於想得到 ——不是你的業 點回 孑孓,我們完全禁止蓄意的殺 的。其實在泰國,我們必須帶濾 自然循環的行為,你是完全無害 至不摘花、葉,不做任何會破壞 食為生,就已不殺任何動物,甚 去,你孑然一身;既然以托缽乞 果沒人邀請你 刻的印象。你不能有錢,所以如 言語很魯莽,至少都不會留下深 練系統生活在一起,當你生活在 丘,與波羅提木叉的完整戒律訓 無諍的無瑕生活。身為一個比 讓善男信女可以生活在一 這個紀律中時,即使你的行為或 水囊過濾所有水中的生物,例如 ,你那裡也不能 種完全

生。

我已在這種戒律下生活了二

任何重大的罪行。在這個紀律

平衡的工作

十五年,所以直到現在還沒造下

中,是生活在一個非常無害、非

但卻可以改進。藉由反省與觀

是口業,口業最難戒除與放下, 常負責的方式裡。或許最困難的

無意義的散心雜話是不快樂的 照,你會開始看清說愚痴的事或

所作所為的意圖時,正命便因而 對居士來說,當你了解自己

免蓄意傷害其他眾

增長,你可試著避

試著避免從事會造成他人染上毒 或不仁慈的方式謀生,你也可以

**癮或酒癮,乃至會危及地球生態** 

用了

項 ,跟隨在正見或圓滿知見之 所以,正業、正語、正命三

它的方式來生活 地球更好的,或至少不去傷害到 後 9 我們開始覺得要以一種可使

臟

避免以有害的 為 命,「戒」意指我們的言語與行 導向「戒」 所行有一定的影響。所以智慧能 或身體暴力的使用 0 此處的 正見與正思惟對我們的所言 ——正語、正業與正 「戒」 包括戒性行為 ,我們不用身

> 慧與戒律便能完美和合地一起作 體去殺生或偷盜,如此一來,智

# 正精進、正念、正定〕

不彼此控制 運作,像三腳架相互支持,它們 三個是一體的 律(身)、定(心),用身體作為 神,我們會指向胸的中心 你的精神與心。當我們想到精 種圖表 9 因此我們有智慧 正精進、正念與正定,意指 ——八正道的象徵 為了覺悟而 剝削或排斥任何 (頭)、戒 一心 這這 起



生,

事

與正思惟而得智慧,然後才是戒它們是一起運作的:從正見

正精進、正念與正定 ——平衡、律 ——正語、正業與正命,以及

起伏,有種幸福、平靜的感覺。緒的平衡、互相支持,不會上下

平靜的心與情緒。平靜即是指情

的和諧,它們互相支持,彼此幫在聰慧、直覺與情緒間有著完美

端。助,不再衝突或帶我們走向極

種平靜與情緒平衡的感覺。我們獲得一種安詳、無懼的感覺,一始感到極大的平靜,從八正道中始感到極大的平靜,從八正道中

地安住在心裡

麼

,你會融入其中一段時間

### 〔坐禪的各方面〕

知,保持專注,以使它確實不斷增長,是修習禪定與正念的結學試花一小時作奢摩他禪修,將學試花一小時作奢摩他禪修,將學試花一小時作奢摩他禪修,將學試花一小時作奢摩他禪修,將

食物與各種不同的誘惑所吸引。歸,就會不斷地往外跑,被書、體。如果你的內心中沒有任何依裡。如果你的內心中沒有任何依

四是個不停運轉的心是很累的,因此,取而代之的,將修行的,因此,取而代之的,將修行的,因此,取而代之的,將修行的,因此,取而代之的,將修行的,因此,取而代之的,將修行的外塵。你必須把注意力放在身體的呼吸上,將心專注於那個感覺,當放下較粗的形色時,你其實已融入了那種感覺,融入了那種感覺,融入了那種感覺,融入了那種感覺,融入了那種感覺,

那非常「安定」的情況中,變得 禪定有多深,永遠還是不圓滿, 因為奢摩他的禪修雖然可以將你

變,奢摩他的禪修是一 種轉變的 很安靜,這就是我們所謂:

的 轉

過程

驗 的 心帶進非常奧妙、光明的經 9 可是,這都終會結束

但是 , 如果去審視這種安

還依靠著法門,還對某些仍有生 靜,其中還少了些東西,因為它 定,會發現這仍是種不圓滿的平 到平靜,而不只是「定」而已,

改變,它不是恆常的,所以不管 也只是暫時的,因為「變」也會 滅的事執著不放,你變得如何

,

你變成什麼, 都會

改變,它不是究竟 的真理 。不管你的 對於

教理

一心保持正念並放下萬緣,接受

加微細。但因為過於微細而產生

接著,如果你再花一小時

地修習毘婆奢那禪,將會讓你感 無常、寂靜與因緣的還滅 泌, 這樣

平靜,絕不是從奢摩他而來的安 那種平靜是一種完美的、 圓滿的

定,即使是奢摩他的最高境界,

的 滅 9 只要你愈去增長與了 的覺悟, 終將帶給你真正 解對

「滅」的了解都是不圓滿

惱的

時,只會發現生命是極可怕而懊

的平靜、無著、涅槃

來,可藉由定力使你的心變得更 微細所緣境上的定力,這麼 禪修的兩部分,前者是增長心在 因此,奢摩他與毘婆舍那是

當他們無法再保持這麼高的標準 那些將生命投注在精緻中的 為你對所謂的精緻已有了執著 無法忍受任何粗糙的事物,只因 的聰慧與對美的欣賞,反而使你 人

理性與情緒)

高高

試著去了解何謂體驗生活,並真

望要成熟。因此,很少有人是成

點,那麼情緒化就是很可怕又令 正去接納,讓自己變得敏感

自己的另一 面,以致對情緒毫無 人羞恥的事,因為我們已經拒絕

所知。 在我三十歲生日時,我發覺

我來說那是個重要的生日,我發

自己是個情緒還未成熟的人,對

覺自己是個完全長大、成熟的男 —我不再認為自己是個年輕

人,但是在情緒上,其實還沒那 麼成熟,我想有時

然我仍可以在社會 只有六歲而已 0 雖

然你應該舉止成熟,但卻不被期

當中,他們並不期望你成熟

雖

中仍有強烈的、未解決的感覺與 恐懼。很明顯地,我必須做一些 可是我的感覺卻非如此,在我心 上維持平靜與成熟男人的形象

> ——只不過是 而不是發展

在六歲的情緒裡,這真是個可悲 處理,想想我的餘生可能都停留

的前景

面成熟的機會,完美的情緒成熟

這

成熟了。 壓抑了幼稚的傾向, 正獲得了解或處理 熟的,他們的情緒其實並沒有真 禪修所提供的是一個讓情緒

入成熟世界的導引。在你這輩子 何管道,這個社會並沒有提供進 類的需求,所以不為他們提供任 緒化的成長,它一點也不了解人 於此,例如美國社會不允許你情 在社會上我們許多人都受困 進、正念與正定所組成的 都找不到的 是一種反觀,這是你在任何書上 個人不受困於起伏與變遷,心存 觀,完美的情緒成熟是由 可能是正精進、正念與正定。 它需要你去反

[正精

當

時 平衡與清明,更能包容與敏銳 9 這三者就會現前



### (事物的本然)

果最後因而導致慌張失措。我們 無誤,並解決每個人的問題,結 由我來糾正大家,使每件事完整 接受一些狀況,而不是心想必須 有了正精進,就可以冷靜地

件事與把每件事做對的關鍵並不 要盡力而為,但也要了解 ,做每

全在於我們

姜 多不正確的事,所以我就去跟他 查學習時,我看到寺裡有很 有一次,當我在巴蓬寺與阿

對,你該做些處理。」 說:「阿姜 查,這些事都不

> 過它會改變的。」 美多,你很苦,你真的很苦,不

讓它走下坡。」 是他奉獻一生的寺院,他竟然就 我心想:「他竟不在乎!這

變了,人們開始看清他們的作 聲了一段時間後,沒多久開始改 可是,他是對的,我忍氣吞

坡, 驗,接下來,我們才能學習如何 以便讓 人們看清並親身體 為。有時我們必須讓事情走下

不讓事情走下坡。 你懂我的意思嗎?有時在我

們生命中的狀況就是如此,一點

對了

,她會說:「我完完全全地

他於是看著我說:「唉!蘇

辦法也沒有,所以我們只好讓它

事,而是一種耐心 ——一種情願 忍受某些事情的心,允許它自然 並不是在做一件致命或負面的 們如此。即使愈來愈差,我們還 是只好讓它們愈來愈差,但我們

改變,而不是自我本位地硬撐

們時,我們才不會總是被發生的 然後再以憎惡心來為窘況解困 如此一來,當人們逼迫到我

張每件事,今天如果有些事情不 滅。我認識一個人,她往往都誇 人們所說或所做的事情擊敗或毀 事所激怒、傷害或生氣,乃至被

個小問題罷了

然而 ,當她的心把事情誇張

到一個程度時,一件非常小的事

天。當我們看到這點時 情就可以完全地「毀」了她一整 應該了

件小事情不致於打敗任何人。 解這當中嚴重的不平衡, 因為

怒 到自己很容易被小事情激怒 , 所以發願不被激怒,我注意 我發覺自己可能很容易被激

不管是有意或無意的。我們可以 受

看

到 .

感到

害 擔心是多麼容易 、憤怒、生氣

教理

這個激怒一點, 在我們內心裡某部分總是努力要 使自己做好,不過卻總是感覺被 或被那個傷害一

點。

世界是個如此敏感的地方,它不 會永遠安慰你並使你感到快樂、 有了反觀,你可以看到,這

事,這就是生命,就是這樣 激怒、傷害、受傷或打垮我們的 安全與良善的。生命中充滿可以 如

感覺得到,這麼一來,心會受激 果有人用憤怒的語調說話,你會

或 傷 那樣說時真的很傷人,那不是很 怒:「噢!你知道的 美好的語調,我覺得受到很大的 ,當她對我

的事。」

傷害,而我從來沒做任何傷害她

友善的語調和你說話時 你不去感覺,當某人用一種很不 了。當你如此反觀時,並不表示 觀,你會明白那只不過是太敏感 了或冒犯了!但是如果你去反 示你一點感覺都沒有 不是嗎?你已被擊垮了、受傷· 這造作的心就是這麼想的 並不表

情緒是指別人可以說冒犯的話 不將它看得太嚴重。擁有平衡的 反地,為的是不錯誤地解讀它 而我們卻可以忍受,你具備了平 我們不是要變得不敏感, 相

**衡與情緒力量,可以不受生命中** 認為我很棒。」

垮。

或傷害的人,你會一直逃避或去如果你是個總是被生活侵犯

尋找一群會奉承的人,然後和他

有人會說:「你太棒了,們共住。

姜 蘇美多。」

「我真的那麼棒嗎?」

「你只是說說而已,對不「是的,你是。」

「不!不!我是肺腑之言。」 對?」

「但是,在那邊那個人並不

「唉!他是笨蛋。」

人就像「國王的新衣」的故事,「我就是這麼想的」,這樣的

善奉行」的力量

如此一來,這一切將會凝聚

境,以致於一切事物都能肯定是不是?你必須尋找特別的環

一絲威脅。

阿

〔和諧〕

以能無懼、無畏,是因為沒什麼定時,我們會無懼、無畏。之所

旦有了正精進、正念與正

物,而不對事物有所偏見,我們好恐懼的,我們會有膽量面對事

的「諸惡莫作(身、口二業),眾備戒的安定與信心 ——來自持戒以智慧去思惟與反觀生命,並具

因為生理的、情緒本質的(敏銳為成長之道。這是個完美之道,

助與依持,它們都處於完美的和的感覺)與聰慧三者都在互相協

諧與互相的依持當中。

成為主宰。例如,如果我們只是戒,那麼我們的直覺本能反而會能會四處亂竄,如果我們沒有持能會四處亂竄,如果我們沒有持

順著淫欲而沒想到戒律,那麼就

然而藉由內觀禪修的正念修

以及一切因未藉持戒來控制 會有婚外情 雜交與疾

直覺本能所導致的崩潰與熱惱

我們可以利用聰慧來欺騙

病,

己

就

說謊 ,不是嗎?一旦當我們有持

引導。不過,我們卻不以智慧來 戒的基礎,就會受智慧與禪定所

能力來自於正念與專注

你不再過濾或選擇,只是覺

情緒本能來控制情緒。我們西方 壓抑敏感,也不藉由思想與壓抑

觀念,來支配與壓抑情緒,因而

使我們對事物

牛

都會趨向毀滅,於是它的吸引力

往往就是如此,以理性的思考與

活與自己一 點都不

教理

敏銳

以心具備了圓滿與包容一切的特 習,心是完全包容而開放的 所

融入於所緣境的特質,心的反觀 上時,你的心就不再反觀了,它 心也是反觀的,當你專注在一點 質。而且因為它是開放的,所以

即使它生起時是很吸引人的,它 於任何事物的生滅,你會體驗到 知一切的生滅,觀照你是否執著

道

會消失,然後我們必須尋找另一 個可以融入的所緣境

身為人類,我們就是必須接

界中,而是要正念地包容 類的經驗,生活在微細的意識境 樣的話,離苦之道絕不是離開 形與地球生活的限制。如果是這 觸大地,也必須接受這個人類外 二切的

所說的 與美麗的暫時逃避,這就是佛陀 陀教導了圓滿的覺悟,而非微細 , 他指出了通向涅槃之

人界與梵天界。就因為如此

佛

八正道為反觀的教導)

就像支撐你的八隻腳般地運作 在此八正道中,這八個元素

六、七、八般地在一個直線性的 它不像一、二、三、四、五

絕不是先增長智慧,然後當有智 順序上。它比較傾向同時運作,

不都是如此認為:「你必須先有 ,才會有二與三。」

長之後,你才可以有禪定,我們 慧後,才可能增長戒,一旦:戒增

但如實的了悟是:八正道的

增長是一種當下的經驗,它們都

是「一」的,所有的部分都像一 此認為,原因在於我們一心無法 是個線性的過程,我們也許會如 個有力的成長般地運作。它絕不

> 切,都只是一種觀照,真正重 我所說的八正道與四聖諦的

我所做的,而不是去執著我所說 要的是,你們要明白當我反觀時

的話

導 中的過程,以它作為反觀的教 , 進而能去思考它真正的意

這是個將八正道帶入我們心

涵, diṭṭi 是正見,sammā saṇkappa 別因為你會說:「sammā

人可 sammā saṇkappa 是……」然後 解,這只是理知上的了解,有些 是正思惟」就以為自己已經了 能會說: 「不!我認 為

活動

、觀照

審視、思惟

考

的意思是正思惟 這就不是觀照了 ,是你錯了!

譯成正思惟、正確的態度或正確 我們可把sammā saṇkappa

我們應試圖藉由增長心,讓它能 心有時確實是如此固定思考的 翻譯有出入者即是異端, 統的形式接受它們,任何與實際 可以利用這些工具來思惟,而不 是認為它們絕對如此,必須以正 的意向,我們可以試著去解釋 我們的

慮、懷疑、反觀,來超越我們原 有的思惟模式

我是在鼓勵你們每個人要勇

你回答:「不!在這本書裡,它

敢地以智慧看待事物的本然,而

經可以開悟了。事實上,佛法是 不是由他人來告訴你,你是否已 下、觀照事物本然的

種當下覺悟的教導,而非去做任 何事來使自己開悟,只有妄見才

悟, 須有所依靠的因緣罷了 會使你認為必須做某些事才能開 那麼,開悟只是另外一 個必

所以 ,這絕非真正的開悟

丽 只 是一個 在此我並非說一種概念,而 開悟的概念而已。 然

是在說我們必須對事物的本然保

持覺知

,

是可以 確 確實實觀

> 觀照明天,而昨天也只能回憶 但是佛教的修行卻是絕對此刻當

現在我們該怎麼做呢?首

懼 觀念與見解,而正是這些觀念與 先,必須去看著自己的疑惑與恐 , 因為我們如此地執著自己的

為自己已經開悟或還沒開悟,兩 心,認為自己已經開悟了, 為。有些人也許會增長錯誤的信 但認

八正道的增長了

見解使我們懷疑自己的所作所

此刻當下 正因如此, 正覺,而非只是「認為」而已 我們需要去接納事物

者皆是愚痴,我要說明的是「成」

因為它們是當下發生的,就如自 我們從事物的本然著手,是

去思惟, 吸就表示我開悟了嗎?但是你愈 覺悟有什麼關係呢?觀照我的呼 己身體的呼吸一樣,它和真理與 想弄清楚它,你就會愈

下愚痴,這就是四聖諦的修習與 法當中,我們所能做的就是去放 覺得不穩定與不安。在這個世俗

編者 The Four Noble Truths),法耘出版 Ajan Sumedho) 按: 本文譯自蘇 所著的 美多比丘 《四聖諦

社於六月出版

教理 

照的

9

我們還不能

的本然

#### 業力的佛教——功德的核心概念(-)

# 脫經解脫到行爲解

## 救世行為概念的轉變〕

雖然宗教社會學典型的主張

為心只是附帶現象),與正統馬克 考,行動優於思想,但這種論點 大多根據教條而非事實。這看法 上。這看法

**片** 思主義一致(認為意識型態是「上

層建築」),或是與通俗的佛洛

業力佛教則以功德為中心,涅槃為禪修所得到功德的業果

,功德的累積只會導向輪迴,而非涅槃

修觀能得解脱,不是因它能產生觀慧,而是能產生的功德

對涅槃佛教來說

意中。

是合理化)——總之,與認為思想只是行為的反應,絕非行為指想只是行為的反應,絕非行為指想只是行為的決定因素可出自任何領行為的決定因素可出自任何領

不管神學儀軌問題中的「一

但在這「特定」的案例中,上座 於中

部佛教救世目標的轉變,開啟了

變了他們的行為概念,這一點也規範性佛教徒行為的改革,並改

標為導向 ——就我個人的看法,

不足為奇,因為如果行為是以目

反,宗教行為常常是最傾向目標與那些視其為最初表現的人相

會帶動方法的改變,或同時帶動導向的。那麼,目標的改變必然

對概念的重新解釋。這兩種改變

在整個佛教世界中

都出現了,當然也

社會

66

包括緬甸

因為涅槃佛教的救世目標在

因,那麼救世行為的目標即是業於止息輪迴,又因為業是輪迴的

迴的延續與提昇,而非停止,救的止息。隨著救世目標轉變成輪

善,而非止息。世行為的目標也就變成業的改迴的延續與提昇,而非停止,救

禪修會產生解脫所必要的智慧,只能靠智慧(paññā)。既然只有靠行為(當然更不是靠信心),而

禪修即是涅槃佛教的「救世行

為」,其他任何的行為,乃至於

會產生業,業接著導致再生。持戒,都會妨礙解脫,因為戒行

教徒並不以智慧為宗教行為的目另一方面,當代的上座部佛

改善我們的業,且善業是「他們標,而是功德,因為只有功德會教徒並不以智慧為宗教行為的目

(而非禪修) 即被後來的佛教徒視是得到功德的主要法門,它們

决條件。因此,既然布施與持戒

的」救世目標

幸福來生的先

因此,涅槃佛教的解脫不是

佛教產生了從慧解脫到行為解脫為「救世行為」。總之,上座部

的重大轉變

(且願意) 不停地談論禪修,不管性,雖然幾乎所有的農夫都可以性,雖然幾乎所有的農夫都可以在緬甸,雖然連學童都知道

香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼○八九

者的數目,如我們所了解的是很佛教國家⑴要多,但真正禪修緬甸禪修的人數可能比任何其他

禪修本身(我們下面會看到)也依少。而且,對某些禪修者來說,

時修

當問不禪坐的人為什麼不修其他的每天約禪修三到八小

目的並不是智慧,而是功德。

雖然野畿村普遍認為禪修是

業力佛教而重新解釋了,禪修的

有五位男士,沒有任何一位女士佛教的典型行持,但整個村中只

為禪修者的人當中,也沒有一位承認他們曾經禪修,即使在自稱

莊僧侶中,三分之一弱的人承認同樣地,在我抽樣區域的村

修習所謂專業的「禪修」。

中一位說他「無時無刻」不在禪中只有四位是真正的禪修者,其修過某種禪法,據我的判斷,當

答:身體不好、沒有波羅蜜禪時,他們給了我十分老調的回

的結構將會垮掉

(2)

〔功德的核心概念〕

(pārami) 或是太忙了

障礙,而被視為解脫的究竟決定數。「業」不再成為解脫必然的救世行為的概念上作重大的改救世行為的概念上作重大的改我們已經看到,從涅槃到業

位老參的村民所說

石,若沒有它們,整個業力佛教緬甸佛教信仰與實踐的建構基與非福德所產生出來的。它們是與非福德所產生出來的。它們是與非福德

藐視功德與取得功德的方法,如如數視涅槃為止息,但仍渴望實現它的緬甸人,將功德歸於次要切地位。他們與涅槃佛教一樣,位仍渴望實

智慧的人所想的只有禪修法〕留給那些無明的人,有布施與持戒〔取得功德的方

要功德,我從來不想功德…

.

因

為涅

樂需要的只是

智

緬甸人相信,功德可由三種

知 的 慧 道這三者的意義,就能證 智慧。假使你(透過禪修) 與苦、無常、無我有關

λ

涅槃

的看法。絕大多數較有知識的佛 五位中只有兩位受訪者表達這樣 。即使在我抽樣的老參中,十 然而 這種態度只限於少 念不同,當中的差異是有幫助

數

且視其為入涅槃不 要的佛教行持 可或缺的媒介。 而 (3)

> 行與禪修都會產生功德,涅槃佛 修先決條件的道德情境。雖然戒

前,我們須先分析功德的概念 因此,在解釋「業」的教說之

修。雖然這三者皆出自經典 方式取得 布施、持戒與禪 (4)

章所描述的涅槃佛教的規範性概 但緬甸人對它們的觀念卻與第二

種行為會產生功德,但智慧才是 的。雖然依涅槃佛教之說,這三

要,只是因為它們創造出作為禪 慧來自於禪修,布施與持戒的重 解脱的方法,而非功德。既然智

教徒,不僅認為累積功德是最重

們,而是以它為墊腳石,以導向 教卻不是因為這個理由來重視它 證得涅槃所需要的智慧

就是戒、定、慧,它是佛教八正 標,那重要的、能入涅槃的三法 向涅槃的連續階梯,達到較低的 涅槃佛教來說,將這三者視為導 道的摘要(以下還會再提到)。 階是後面較高階的先決條件 為了達到涅槃佛教的救世目 對

法, 據主要地位的 業力佛教中, 而在其救世行為的概念中佔 才是(至少是接近)解脫的方 然而,在主張輪迴救世論的 ,是這會產生功德 功德 非智慧

梯。 的戒 此,前者被視為「世間功德」, 產生的功德是涅槃所必須的。因 改善來生的工具,而只有禪修所 且,布施與持戒所得到的功德是 提昇我們的業,而非消滅它。而 於,爬這階梯是為了累積功德以 樣,這三法被視為導向解脫的階 的看法,與涅槃佛教的三法一 分與成就解脫的關係,至少有兩 念有很大的不同。根據其中一種 種不同的概念,而且與涅槃的概 但與涅槃佛教階梯的不同在 、定、慧三法 事實上,緬甸在這三法的成 單地說 慧,而是因為它產生的功德 效,並不是因為禪修啟發了智 同的是,此處的禪修之所以有 樣是透過禪修來證入涅槃,但不 格,在這概念中,與涅槃佛教 梯,是因為布施所得到的功德不 功德的業果。 功德,因此也是涅槃所必備的資 了來世擁有禪修所必備的資格的 需要的資格。同樣地,持戒產生 僅使來生更好,還能得到持戒所 根據這戒、定、慧三法的第 儘管如此,這三法被視為階 ,涅槃被視為禪修所得到 。簡 為累積足以入涅槃的功德之前 槃,但卻是條沒有效率的路, 雖然一般相信這條路可以導向涅 行為可以得到善業(kan) 戒。依涅槃佛教之說,藉由這些 「業道」( kan-lan: )、「禪道」 些道路(依緬甸文)分別稱 道路(雖然彼此的功效不同),這 槃的臺階,而是成就涅槃的不同 必須無數次地輪迴再生 lan:) • zan-lan:)與「慧道」(nyan-第一條路,包括布施與持 禪道」是二種導向 解

(5)

為

大

後者則是「出世間功德」。

二種概念,不將其解釋為導入涅

禪修中的一種。禪修,

我們記得

脫

的

狀態只是禪修的副產品,如果達慧 ——內觀的結果。然而前者的

向。與這規範性見解相反的是,

到了,會造成通往涅槃之路的轉

過這四種傳統所描述的連續禪支持「禪道」的緬甸人宣稱,透

定,代表順著從輪迴導向涅槃之

路且不需要修觀(vipassanā)的

麼效率,因為這些禪定是如此地的功德。同樣地,這條路也沒什

中的禪修者,可能

希望無限地延後證

專注

,沉迷於狂喜

觀之道。如我們所了解的,這條第三條「慧道」,即所謂修

佛教的道路,認為涅槃是藉由止路會導向佛教的智慧,這是涅槃

法,不是因為它產生了觀慧,而教來說,修觀之所以是解脫的方息欲望而實現的。然而對業力佛

是因為所產生的功德。

確實,禪修有時稱為

「大布

施產生接近解脫的功德,「大布施」、「最上的布施」。一般的布

修為達到不執著、息滅渴愛的工功德。總之,規範性佛教強調禪施」(禪修)則產生通往解脫的

德的觀點所取代 (6)。

具,已為幾乎是機械性的產生功

論他們對布施、持戒、禪定這三那麼我們將注意到的是,不

槃的人,當然更加關心功德,這鍵。那些尋求輪迴式解脫而非涅分緬甸人視獲得功德為解脫的關法中持兩種概念的那一種,大部

槃解脱的人也有同樣的傾向。(及異端性)的事,是那些追求涅型態的業力佛教中, 具革命性是可以預期的。但在緬甸與其他

為不管他在那一階,功德都會帶主要的目標即是要取得功德,因若將這三法視為階梯,他們



條路 他們的佛教意識型態結構中,功 意的來生。不管是那種情況 涅槃是佛教行為的規範性目標 說與動機的轉變,對後者來說 為中心,是來自於涅槃佛教的教 德的概念都佔據主要的地位 仍會帶領他們通過一連串十分可 這是條通往涅槃的漫長道路,但 他兩條路的資格。雖然他們承認 不可避免地會選擇布施與持戒這 解脫的不同道路,那麼他們幾乎 如果他們將這三法視為一組通往 領他向上走。從另一方面來說 總而言之,業力佛教以功德 因為他們說自己沒有選其 在 除功德 功德都變得十分突顯。因為在這 說上的改變。無論那一種轉變, 為涅槃與任何的輪迴目標 槃作為救世期望的人來說,卻認 機上的改變。對其他仍將證入涅 說,救世目標從涅槃轉變為在輪 產生兩種轉變。對某些緬甸人來 累積只會導向輪迴,而非涅槃 兩者的情況中,救世目標的達成 會產生功德行為的果報 迴中有個幸福的來生 因此,涅槃佛教的主要目標是消 功德佔次要的地位 從這個立場,在業力佛教中 因為功德的 -此為動 樣 為教 ( puñña ) 是有區別的,然而縱貫 (kusala) 中(這還會再提到),「善行」 功德為中心的指標。在涅槃佛教 多),因為名相的轉變形成了以 的轉變時,很重要的是對名相轉 是藉由業行的提昇 現存的語彙 已消失不見,而其意義也類似於 上特殊的語彙單位 上座部佛教的地區,這些語言學 (puñña) 變的評論 或許反省這些動機與教說上 功德」與「善」,原本在涅 與「善」(kusala) 與「善行所得的功德」 (與其他事一樣變得很 ,而非消除 「功德」

並由一 合成語言學上不可區分的概念 個語詞來表示。 因此在錫

蘭與泰國 「善」(kusala,錫蘭

語pin,泰語boon)被「功德」

puñña)

所取代;而在緬甸

功德」則被 善」(緬語 ku.thou)

所取代

這語言上重要的改變,與上

為都有業報,善行必然產生功 教說的轉變來看,既然所有的行 述的教說與動機的轉變相符 依依

別 0 而 依 動 機 的 轉

德

,

這兩者並

無

差

社會

應該產生功德是可期待的,也正 是因為有功德,行為才被認為是

善的,這兩者又沒有差別了 0

者的觀點來說,行為的重要性是 在於有功德,若行為會產生功 總之,在業力佛教,從行為

則是惡。如果是這樣的話,就表 那麼最好的情況是無記,最壞的 德,它就是善;如果沒有功德

義字, 示 有一者是多餘的 「善」與「功德」是重覆的同 M puñña 與 kusala 當中

取得功德的方法:

### 持戒與功德〕

壽 律。凡是持續依五戒生活 我們要關心的是行為上的順從戒 來源,我們下面也會看到。 比丘作證明,是種很重要的功德 願是在齋日或佛教的節日時 戒、八戒或十戒) 功德。一 更好的輪迴存在 持戒所獲得的功德 種則是發願遵守它們 , 布施則會富有 緬甸人幾乎一致同意布施與 有兩種方法可以得到持戒的 種是依佛教戒律 而生活,另外 ,會導向 (7)或升天(8) 持戒能夠長 。這種發 ,從來 在此 .. (五 9 個 由

變來看 ,既然善行

到幸福的天界。	第五,身壞命終之後,將生	第四,死時無恐懼。	或僧伽,他將自信且冷靜。	無論是貴族、婆羅門、居士	第三,不管進入那個團體,	第二,他的善名遠揚。	官田 。	固,會因他的精進而獲得財	第一、持戒的人因為戒行堅	利益:	戒,有德行的人能得到五種	居士們呀!佛陀說:透過持	下佛陀曾經許諾的果報。	沒有犯戒的人,可以期望得到以
殺其他人或生物,在地獄的時間	會在地獄待上不可計數的時間;	地獄;殺父母、師長、比丘僧,	女;若與有夫之婦邪淫,則會下	生殖器會很小,女性則生為妓	因此,犯邪淫戒的男性來生	致業果的傳統信仰。	一套關於破戒的非福德所可能導	會受到非福德的懲罰,緬甸人有	持戒功德的報酬,而是因為犯戒	人持戒的主要動機,並不是期待	然而,十分有趣的是,緬甸	(摘自 Tachibana 1926:63)	到的五種利益。	居士們!這就是持戒者能得
前文所提到的大得多。因此,例	受,但在信仰上的差異性,卻比	雖然上述的信仰廣為人所接	償;然而長期酗酒則會下地獄。	一般,藉由有功德的行為即能補	獄。偶爾飲酒,就像善意的謊言	的果報,長期的說謊則會下地	人。善意的謊言可能沒有很嚴重	物。假如偷東西,來世會生為窮	哺乳動物、脊椎動物、非脊椎動	遞減:虔誠的人、不虔誠的人、	非福德會隨著以下道德的強度而	生,緬甸人仍認為因殺生而來的	一般來說,儘管絕對禁止殺	較短,或是為人短命。

如有些人相信犯任何戒都會下地

獄,有些人則認為犯任何戒都不 會下地獄,除非是長期地犯戒。

女性,然後才下地獄等等。 有些人相信男性犯戒將先投生為

### (佛教與戒行)

重要性的次第,而且從福德與非 去知道現代佛教徒如何看待它們 有的五戒都是他們的義務,但是 福德的觀點又是如何看待五戒 雖然對全體佛教徒來說 所

面來探討。首先,

我各請一組居士與

是十分有趣的,這問題可由幾方

社會

性的次第,令人驚訝的是(或也 出家人列出他們認為戒律「重要」 並不那麼驚訝),這些抽樣中幾乎

沒有一致的意見。 在出家人方面,某些比丘堅

序。但有趣的是,關於最「重要」 不同的理由依不同的方式來排 的戒,幾乎每條都平均分配到 持所有的戒同樣重要;也有人以

外。

(9)

除此之外,他主張在

失控,反而會犯其他所有的戒 是因為飲酒的後果:酒醉會使人 人不是因為飲酒的本質是惡,而 有人認為是不飲酒,強調後者的 了。有些人認為不殺生最重要,

然而,我們看到很有趣的

會說謊 法,他引經為證,認為妄語戒最 型住持,強烈反對同修們的看 是:曼德勒郊外一間禪寺的學者 重要。他指出,初發心菩薩絕不 ,他可能會犯其他的戒

其他的戒 **喬達摩佛陀在過去生也犯過** 除了不犯妄語戒之

的 派他的朋友(前任國師的弟弟)為 422) : 支提 ( Ceti ) 王決定要指 點,他特別舉出記載第一個謊言 語的處罰是被大地吞沒。關於這 《本生經》 《支提本生經》(Cowell, No 的故事中,只有犯妄 所有

話, 國王重述那個謊言,於是他的雙 說了謊,並且失去了他的神力。 王的守護、在天上飛的能力、口 謊言,將會失去四種神力: 在國王面前警告他:如果說出這 過的謊言,退休的婆羅門也出現 群人來到王宮中庭聽他們從未聽 兒子,就能繼承國師之位 那麼他的朋友,而非前任國師的 朋友實際上是前任國師的哥哥 宮廷的婆羅門, 氣芬芳與身出香氣。然而他還是 如此他的神力又將恢復 婆羅門於是懇請國王說實 到了他要說謊的那天,一大 他只要宣稱他的 7 四天 色但 力量 開 次, 說 的 肚 行為來治癒他,他說在自己出家 醫治這男孩, 治,這位法師說自己沒有藥可以 父母帶他到一位比丘面前請求醫 事,這男孩曾經被眼鏡蛇咬了, 於是住持回憶起一位小男孩的故 了。誠實的行為具有不可思議的 腳陷入地底, 臍、 , 9 條戒 地獄的火燄竄出並吞沒他 每次都陷得更深:從臀部 ,而且會帶來重大的改變 說實話就是最重要的戒德 只不過說個謊就是犯最嚴重 胸部, 那 但他試著用誠實的 直到最後大地裂 麼依那位住持之 他又連續說了五 0 ` 話, 說實語這神奇且重要的其他例 然這一生中都在布施。說完時 全從小孩身上流出來了 從沒有快樂過。一說完 著母親說她要說個實話 胸部到腰部的毒就流了出來。 到胸部以上的毒液就流出來了 的五十年中,只有出家後的前七 結婚之後,與丈夫在一起的日子 上流出來。」當他講完這話,頭 是實話,就讓毒液從這孩子的身 年很快樂。他說:「如果我說的 他說自己從不喜歡布施, 我們在下面還會遇到在佛教 接著孩子的父親表示要說實 毒液完 她表示 (10)

接

雖

子,藉由「真實的行為」可避免

許多的危

險

apotropaic Buddhism) 在 「消災佛 中,最 |教 法。對男性來說,他們幾乎一致

力量,即來自於過去所做的「真 重要的救護咒 ( paritta ) 之一的

實的行為」。

既然出家人對佛教戒律的重

居士們卻同意(幾乎是一致同意 士不用說也同樣會如此。然而 要性都有著不同的看法,在家居

最重要的戒條 ,對於最不重要

的,同意程度則稍少一些。與比

調戒殺或飲酒), 士們認為邪淫戒最 居

社會

對於什麼是最不重要的有不同看

重要。而很有趣的是,男女性別

認為盜戒最不重要,女性則認為

飲酒戒最不重要

其他的調查結果一致。對於以下 在家人強調邪淫戒這點也與

的:「什麼樣的行為會讓你覺得

四位女性受訪者中,有十四位回 男性提到犯戒會羞恥,然而二十 才會感到羞恥的行為 羞恥?」去除那些只有讓人看到 ,沒有一位

丘不同的是(他們強 提到邪淫 答犯戒,這十四位中又有十二位

> 行為),三十八個提到犯戒 遭人責備?」 以下問題:「你什麼樣的行為會 表一中所示,邪淫戒與盜戒則居 回答中(有的受訪者提到不止 的反應,七十四個 如 種

首位 行」,不屬於戒律的一類。) 回應後 . , (有趣的是,瀏覽了所有的 最常出現的回答是

動機的重要性無關 與非福德的價值無關 地對在家人來說 與實用的重要性 未向出家人調查這個問 然而進一步調査後 ,戒律對於社會 ,與他們對福德 ,也與他們 題 (因為我並 很明顯 故不知

在這節骨眼上更重要的是對 他們對此的意見為何。)當請在家

而

邪 非

對男

德的 個 組 德的最好方法 地 提到 戒在他們的心目中並不是取得功 有其社會與實用的重要性 舉出的是不殺生)。 沒有一位男性 居士指出什麼行為最有功德時 問題 致 他們強調各種布施是取得功 五戒中的 重要方式 總之,雖然緬甸人認為戒條 沒有 對「做什麼事最好?」這 位男士, 而只有 條 幾乎毫無 ( 這發現與另 唯 丽 一的女性 位女性 1.只有六 異 但持 出 的 好 回答最多的類別是破 五戒 和反 ,見表二) 【表一】 此外,在五戒中,無論男女 (四十二人有三十五人提 關於極重過失的 緬甸村民認為最會被人指責的行為 (人數=42人) 〔性別〕 一條或更多 行為 男性 女性 6 11 17 戒 他們 性來說 7 6 13 最常提出的 ,有著很大的性別差異 5 8 13 而第二、第三最常出現的 排列重要性時居首位的 5 0 5 飲酒與邪淫並列第二: 5 0 5 都是殺生戒 4 1 5 2 0 2 10 4 14

П

到這個主題

〔行為〕

暴行

邪淫

飲酒

殺生

賭博

說謊

其他

46

28

74

(身體與語言)

偷盗與欺騙

說到

「非福德」

的情況則正

位女士提到持戒。

我在下面還會



女性則是偷盜佔第二位 (下期

待續

#### 註釋

設)是只有少數老參或受過特別訓 注意身心的過程,而這(我們可以假 ⑴ 當我們考慮到禪修需要極仔細地

校中讀過一、兩年書的普通農夫 異。令人驚訝的是一個只在寺院學 練的心靈才有的特徵,並不令人訝

不管他是否禪修 會想要花任何時間於禪修上,或者 他都視禪修為一

(2)這在上座部的亞洲當然是處 處可 種救世的方法

參見威 見。泰國的情況 爾斯 (Wells 請

界定人類本質的特徵

0

所 謂

的

類

(lu)是知道功德與非福德

其 人 解脱需要功德,那麼了解功德就是

3)一位曼德勒的比丘甚至說

既

然

羅 (Rahula 1956:254)。

1960:11-12),錫蘭的部分則參見羅睺

産生

的原因及影響……,萬物

皆由

#### 【表二】

緬甸村民認為最有過失的行為 (人數=42人)

殺生

暴行

其他

〔行為〕 (性別)

男性 女性 總數 4 11 15 7 1 8

1

2

28

5

4

4

3

1

2

42

偷盗 邪淫 3 2 2 2 嫉妒 3 說謊 1 飲酒 3 0

0

0

14

(4) 福德 德與非福德的結果 參見 與 非福德所創 《長部·等誦經》(the Sangīti 造 , 萬物皆是福

Dialogues of the Buddha, Pt. III, p.211) • Suttanta of the Digha Nikāya III, 1, 218, in

機: 為, 報 報。 中,自己是菁英份子,而其他(絕大 為優於修其他法門的人。在他們眼 甸享有高度的尊敬, 是傾向於自以為是。因為禪修在緬 修禪的人, 當以外 ⑹ 這種禪修的概念除了教理上不恰 導向涅槃之路,是就此義來說的 緬 是會產生果報(vipāka)的意志行 (5)甸 0 如 然而 第一, 人指 因此, 我 有些混淆。 「業道」 們 還隱藏兩個道德上的危 的是對行為的善報或惡 的 他們若不是很傲慢 持這種理論與那些自稱 當提到善業或惡業時 卻常用來指稱行為的果 觀 察 嚴格地說,「業」 9 藉由得到功德以 佛 所以他們自認 教徒使用的 就 正敘述的小團體來說,戒行不是禪 能,而且沒有用。然而對於我現在 若沒有戒行的基礎,禪修不僅不可 的結果)擁有戒行基礎的精神訓練 德危機, 與比丘們一樣大 槃的捷徑,他們得到涅槃的機會就 兒去,因為 (就像比丘們一樣) 比丘,如我們於後文所看到的。畢 下土包子一樣。他們也不怎麼尊敬 多數的人)則是劣等的品種, 禪修伴隨著(甚至更重要的是這種訓練 德。這有兩個理由:涅槃佛教假定 也是禪修者。又因為禪修是通往涅 竟,他們說,比丘沒比他們好到那 伴隨這傲慢而來的是另一種道 即政治與社會上的不道 就像鄉 他們 動 斻 接近禪修的危險就很明顯了。 有上層結構,卻不需要地基 9

他們承認惡行會導致非福德,然 導向同樣目的的不同道路 (lan:), 者,用他的另一個譬喻:「他們 想到達樹頂卻不先植 村莊比丘對這團體的批評 足以使任何的非福德失效。 修的必要條件, ,他們聲稱,從禪修而來的 戒行與禪修反而 種樹 根 . 如位 0 I 功德 他 或 們 是 擁

進份子時,像這經常有的情況 政治上活躍的人來說 觀念是僧侶或棄世的人所追求的活 種危險就變得更複雜。禪修最初 對於那些不僅仍在世俗 當這團體的成員是政治上的 ,此處所描述 愐 Ħ 的 激

他們

何條約, 可以犯下任何政治的罪行,違反任 卻因為他們禪修而不用擔

心自己的解脱。總之,當政治激進

份子相信毋需戒律的禪修是解脫之

可怕。 幸運的是,在緬甸只有一小 道時,

社會所承受的後果確實十分

團體如此看待禪修

(7) 了解佛教規範與渴望致富之間差

而要期望從輪迴中解脫。其他人則 德為富有 ),我們也不應渴望財富, 異的老參會說:甚至在布施時(其功

說:渴求財富並不在於財富本身, 而是因為它能提供修學佛法的閑暇

與布施的機會

間 (8)功德的果報可能發 需要注意的是 一世

社會

生在現世,也可能在來世。因此

位老參的村民烏棉吉 ( U Mya

前的損失。特別是遇到危機時 年時開始布施, 果幾乎失去了繼承下來的財產;中 Gyi)指出:他年輕時很少布施,結 結果他開始回收以 9 緬

德的行為,希望得到的功德產生立 甸人(我們將會看到) 會做很多有功

即的業果。

(9) 王后有染的苦行僧訶梨陀,是否真 Cowell, No. 431) 記載:當國王問與 《訶梨陀本生經》(Hārita Jātaka,

我, 著: 的 土地了!背離真理的 但這世上沒有像誠實這般確實 「如果我說沒有,國王會相信 人, 縱使坐

的犯了這項罪行時,訶梨陀自己想

己的娘家蒙羞

在神聖的菩提樹蔭下,也不可能成

佛。

起,是因為她若離開丈夫,會使自 傳統的義務 管不願意卻仍布施,因為這麼做是 (1) 這位法師雖然出家不快樂卻不還 言伴隨著會破壞事物真相的欺騙。」 故事的佛陀補充道:「在某些情況 淫 下,菩薩可能會殺生、不與取、行 9 ١ 因為他害怕被人批評。先生儘 飲酒 正敘述訶梨陀(佛陀自己的前生) 但 0 他不會說 太太仍與先生在 謊 因 為 謊

(Melford E. Spiro) 編者按:本文摘譯自麥爾福・ 所著《佛教與社 史拜羅

會》(Buddhism and Society) | 書。

比丘尼可以學電腦用以排版或教插花用以莊嚴道場嗎

#### 戒學問答(三)

插花用以莊嚴道場嗎? 問:比丘尼可以學電腦用以排版或教

答:《四分律》比丘尼戒「波逸提」第 七〇條的制戒緣起中 ,記載六群比丘尼以

世俗技術教授白衣

宜 使作人,宜與小兒剃髮,亦宜長髮, 莫向日月神祀舒 日某甲星宿日 汝等莫向日月及神祀廟舍大小便 一剃髮 多向 日月及 宜 上舉取 好 向 腳 財物 宜種作 神祀廟 ,若欲 宜遠行…… ,宜 舍, 起房舍耕 舍, 又言今 亦亦 宜 田

(《大正藏》卷二十二,頁 775a)

甲比丘尼與乙比丘尼吵架,其中乙打甲,請問是打人的或罵人的 不守戒、不懂戒、不學戒、不誦戒之受大戒出家女眾,是比丘尼嗎

7罪較

重

四 種作,宜舍,宜使作人, 食」。在戒文中的「今日某甲星宿日好 比丘丘的生活資具來源,不可依四類 亦宜長髮,宜剃髮, 類謂之「四邪命」, 一世俗技術」的種類很多,佛制比丘 宜舉 或稱 取 宜與小兒剃 財 為 物 四 宜遠行 邪 此 宜 命

筮、算計。至於仰觀星宿,推步盈虛 更何況比丘尼若以此作為取得活命資具的 數算計,一 ……」之類是陰陽 向是佛所制 吉凶 止的 禍 有違道 福等的 9 歷

食中的「方口食」,後者則是「仰口食」。來源,是犯邪命食,前者是屬於四種邪命

學習的動機而定

我結髮」,那時與檀越結種種鬘應不犯。 《《大正藏》卷二十二,頁 546c)中,「佛不聽種花賣以自活命,或結作鬘賣活命」。若種花去販賣,或因教導而收取技術費,屬四邪命中的「下口食」與「維口食」,是犯四邪命食。但在佛大會時,檀越若說:「佛不不能結髮」,那時與檀越結種種鬘應不犯。

> 罚:"房最记。"上下记录时冷记备是。 嚴道場是否犯戒,應視收費與否而定。

問:楞嚴咒、十小咒是世俗咒語嗎?

誦的功課之一。佛教的叢林寺院中,每日早課大眾共修諷教阿難而宣說的,長時以來,一向是中國教阿難而宣說的,長時以來,一向是中國

世俗咒術,也不得教授白衣誦習世俗咒一一七、一一八條中,佛制不得自己誦習一一七、一一八條中,佛制不得自己誦習在《四分律》比丘尼戒「波逸提」第

術:

但學咒語有開緣的情況·

所以,從制戒因緣來看,教插花以莊

若誦治腹內虫病咒,若誦治宿食不消

咒,若學書,若誦世俗降伏外道咒,

藏》卷二十二,頁 754b) 若誦治毒咒以護身故,無犯。(《大正

問:何謂「作使者」?

答:「作使者」即受白衣使令、差遣等的

提」第一一三條:

意思。可參看《四分律》比丘尼戒「波逸

水,或受人使令。(《大正藏》卷二十 煮食,或敷床臥具,或掃地,或取 營理家事,春磨或炊飯,或炒麵,或

二,頁 752c) 於各部律中,「作使者」通指的是為

白衣家營理俗務

問:比丘尼是否可以使用護手液、防 曬液、防蚊液等?

答:關於這個問題可參看《四分律》比丘 尼戒「波逸提」第一七七條(《大正藏》卷

二十二,頁777b)。 此戒制戒的緣起是「六群比丘尼自莊

嚴身,梳髮、香塗摩身,而招世譏嫌」,故

佛制戒不可使用,但若因為生病要治病 或當父母與篤信的優婆夷有病,需要使用

動機而定。 否可以使用這些東西,我的看法應視使用 這些物品時,這樣是不犯的。因此若問是

問:何謂「跨衣」?

文》:「從足,夸聲」,音「ラメ丫」,渡 答:先說「跨」有多種讀音:(一)《說 (三)《廣韻》:「吳人謂大坐曰跨」,音(三)《廣韻》:「吳人謂大坐曰跨」,音 於佛制比丘尼不得著貯跨衣。見「波逸提」 故佛制比丘尼不得著貯跨衣。見「波逸提」 以傳令則此於不明為兩股間跨

藏》卷二十二,頁 770a) 藏》卷二十二,頁 770a)

問:不守戒、不懂戒、不學戒、不誦

或犯了波羅夷罪才不算是比丘尼呢?戒之受大戒出家女眾,是比丘尼嗎?

也」。《集韻》:「股也」,音「ラメ」。也,越也。(二)《廣韻》:「跨,踞

答:犯波羅夷戒才會失去比丘尼身分。若 有比丘尼不守戒,固然是遺憾,但指摘的 人應明確指出是違犯那些戒,才能判斷輕 世說犯戒或說不是比丘尼,這是不如法 地說犯戒或說不是比丘尼,這是不如法 的。現在凡受戒後的比丘尼,若不懂戒、 不學戒、不誦戒,應勸其懂戒、學戒、誦 不學戒、不誦戒,應勸其懂戒、學戒、語

漏,安住身心,是解脱的助緣,總目標則法如律的共修生活。對個人而言,去除有了十法而說戒,希望戒律使僧眾能夠過如

是令正法久住。因此,判斷僧眾是不是

「比丘尼」,嚴格地說,這有自律與他律 但我個人相信調伏不如法的言行,善護六

根,律儀增上的自律是先於他律的

甲比丘尼與乙比丘尼吵架,其中

問:

乙打甲,

請問是打人的或罵人的罪較

戒緣起,如《四分律》「波逸提」第七十八 罵人開緣的情況不同,先說明兩條戒的制 答:打人或罵人皆屬波逸提罪,但打人與

條(尼戒「波逸提」第六十二條)是瞋打比丘

/比丘尼戒,這一條是比丘、比丘尼同

634c)

制,緣起在比丘戒中:

爾時 六群比丘中有

t 群 比丘 , 其被打人高聲大喚言: 比 丘瞋恚打十

> 「止止莫打我。」時比房比丘 答言:「向為彼比丘所打 問:「汝何故大喚?」時彼被 聞 打 比 , 丘 即

故世尊制戒: 「若比丘瞋恚故 不喜

二,頁 688b)

打比丘者,波逸提

0

」(《大正藏》

「波逸提」第二條是罵戒:

慚愧 , 忘失前後, 不得語

六群比丘斷諍事,種類罵比

丘

9

比丘

故世尊制戒: 「若比 丘 9 種 類 毀些語

者, 波逸提。」(《大正藏》 卷二十二,頁

打人、罵人有開緣情況如下::

打人不犯者

不犯者,若有病須人椎打、若食噎須



正藏》卷二十二,頁 688c) 若掃地時杖頭誤觸,一切無犯。(《大 椎 以身委他上、若來往經行時共 脊、若共語不聞 而觸令聞 、若睡 相觸

(二) 罵人不犯者:

故說、為教授故說、為親友故說,或 不犯者,相利故說 、為法故說 , 為律

> 戲笑故說、或因語次失口說、或 、或於夢中語、或欲說此而誤說 在獨

時

彼,無犯。(《大正藏》卷二十二,頁

636a)

的開緣情況 ,但罵人則有開緣的情況

律藏中未提及可因為教導對方而打人

(下期待續

書訊

# 「比丘尼的修道生活―四分比丘尼戒講錄」錄音帶發行

尼眾佛學院院長悟因法師,於八十九年四月於苗栗法雲寺傳戒會主講比丘尼戒的內容。每套二十 比丘尼的修道生活——四分比丘尼戒講錄」錄音帶即將發行,這是由香光尼僧團方丈、香光

片裝,工本費壹仟元整(含戒本、講義、郵資等)。

19131030,戶名:伽耶山基金會。E-mail:gaya@gaya.org.tw 意者請洽:印儀學苑 ——台北市羅斯福路二段一〇〇號四樓。電話:02-23641213。郵政劃撥:

【成人教育】 李敏慈

如何學習 個學習契約的省思

並能作系統分析與回饋

過程中包含人們對學習的概念與對學習的覺察

·學習如何學」是一個終生且發展的過程

前言

在成人教育當中, 「自我導向學習」一 直是受重視的領

英國與美國 域,在國外的發展上,有其歷史背景脈絡可尋 ,當時報紙、 言論激增,圖書館林立,民眾讀寫能力增 。處於十九世紀的

揚各種論調的媒體,民主化的社會之下,各式言論與學說以極快的速度傳播著 性便突顯了出來。對照現今台灣社會,有隨手可得的知識與資訊 加,學習的熱潮擴散極快 ( Candy, 1991 ),因此,「自我導向學習」的重要 成天滿天宣

民眾學習需求與日劇增,此刻也正處於「自我導向學習」發展的最佳時機

如何學習才是有意義且是有效率的?在本文中,筆者引述了「學習如何學」( Learning how to 本文主要的目的是探討在面對未來學習型社會時,學習者要如何來「學習如何學習」?

堂中,所使用的「學習如何學 leam)的理論基礎,並且以親身參與高師大成人教育研究所開設的「自我導向學習研究」課 -契約學習法 」,將成果作一探討與省思

## 「學習如何學」的內涵

## (「學習如何學」的定義)

許多的成人教育學者都強調「學習如何學」的重要;如 J.K. Hart - J.R. Kidd - Pavl

Bergevin、Houle、Knowles、Jensen、Apps 等人。「學習如何學」如同其他學門一般

有許多變化且複雜的概念。Knowles 認為學習是終生的過程,他不認為有人可以馬上達到

學習藝術的最高峰。有關「學習如何學」眾多的定義,歸納如下(Smith, 1990a)::

、「學習如何學」是一個終生且發展的過程,過程中包含人們對學習的概念與對學

習的覺察,並能作系統分析與回饋。

三、學習可能是偶然發生的 二、「學習如何學」的技巧,使人們成為更具有效力、變動力與組織力的學習者 ,也可經由學校的課程結構而強化

四 「學習如何學」可能引導批判性的覺知,了解自己如何接收知識 ,自己是如何思

香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼一一二

考、感覺與行動

的增加,例如閱讀、書寫、聆聽與研讀的技巧。對有些人而言,「學習如何學」是希望讓 如何學」是一個新浮現的觀點,學者也漸漸地將焦點集中。有些學者強調在基本學習技巧 五、「學習如何學」包含一般性的與特殊性的情境,它是一個跨學科的領域。「學習

過程中,對資訊的吸收與學習型態的問題

是讓人變得更有自主性,或更具有自我導向的能力。另外,有些人著重的方向,在於學習 學習更有效率,並且增進個體在團體當中解決問題的能力。還有人主張,「學習如何學」

## (「學習如何學」的目標)

導的。無論在任何年紀當中,每一個人都可以學習如何學得更有效率、更有方法。成人在 何調適(adaptation)與改變。」學習包含了過程、了解與技巧,這些都是可以學習與被教 「學習如何學」之後,希望可以達到以下目標: Carl Rogers 曾說:「當一個人懂得自我教育,就是他懂得『學習如何學』……學習如

二、診斷 個學習者的最強處與最弱處,並了解學習者自身的學習型態

、掌握他(她)自身的學習,並發展個人的學習計劃

三、克服一個人學習的盲點,與對於學習目標的批判性

認知特徵,

觀照對自己有用與有價值的學習策略。Saljo說「學習如何學」是一個發展的過

四、可從每天的生活與經驗當中學習,也可以透過電視、廣播與電腦來學習

五 可在小團體中擔任領導者,及參與問題的解決和討論

可從研討會與工作站中獲取知識,或向一位優良的學習者學習,

或使用機構及如

何規劃學習

六

七、幫助其他人更有效地學習

概念,還有將此概念靈活地運用在教學、訓練、諮商、方案計劃與自我導向學習的主題上 |學習如何學」可增加人們學習的能量,這必須做到兩個層面:了解「學習如何學」的

## (「學習如何學」的特質)

習者,學生必須發展一些洞察力,如同心理學家一般,他們必須學習知曉有關他們自身的 造能力,對知識的巧妙處理與溝通。」。Brown、Campione 與 Day 強調為了成為傑出的學 態,他說: 包含了持續力與養成學習的習慣 習有非常緊密的關係。成教學者 Smith, R. M. 提到不論在那個情境中學習,「學習如何學」 對有些人來說這是一個過程,另有些人則認為這是一個結果。後設認知與自我導向學 「終生學習需要『學習如何學』,此涵蓋了認知與理解,還有在不同方式下的創 ,並讓知識與學習技巧變得更有效率。 Kold 提到學習型

程 ,學習是一種目標的反應,對一些人來說,學習是可以敘說清楚、可以討論 並對計劃

作覺察與分析。換句話說,當人愈能覺察自己在學習的不同層面的表現時,他們對於學習

表示是「一個內在意識詮釋解析的過程,主要在於個體對外在世界真實的理解」,那麼「學 的是增加知識或增加記憶力,那麼重點可能是學會增加知識或學會記憶;然而 會愈來愈能掌握 筆者以為上述的每一個概念,對於如何學都有不同的觀點,假如「學習如何學」代表 ,假設學習

## 〔促進學習者「學習如何學」的技巧〕

習如何學」就是一個內在深層詮釋的過程,主旨在於個體如何說明與了解外在世界的真實

巧必須包含人與人之間的互動 的訊息與有能力解放自己等等。而我們必須注意,許多學習是在社會情境中產生,學習技 使用圖書館的技巧、時間管理、目標設定、閱讀、聽、摘錄重點與問問題、能抓取非理性 有許多的說法在說明學習的技巧是什麼,有許多的理論學家認為 , 還有在團體中的適應能力。然而,在正規教育的養成當中 「學習」是指研究

能力培養不是所有學習的主要目的,但是讀與聽的能力,卻會強烈地影響理解力與意義度 許多人平時只重視讀與聽的技巧,缺乏討論與問問題的技巧。很確定的是,聽與讀的

都低估了這樣能力的學習

的產生。有關促進學習的技巧,包含以下幾點(Smith, 1993a)

#### ◎積極地聆聽

說話者透露的訊息,還有肢體動作中非語言訊息的部分。聆聽時需要專心一致,不作價值 積極聆聽包含的不只是聽到字面的意義,還包括字裡的深層涵意。這需要努力去抓取

住說話者想溝通理念的部分。

評斷。聽者要緩和對立的態度,與說話者進行對話

鼓勵說話者作有效的溝通,與緊扣

#### ◎積極地閱讀

材料, 並找尋特別訊息的部分。閱讀時要理解以下的問題

積極的閱讀者必須進入文章當中,且要轉換字面上的意義,有技巧的閱讀者能夠瀏覽

一、這篇文章主要在談些什麼?中心主旨在那裡?

二、包含那些信念?

9、て重付や成り目的で記書重要り馬三、什麼樣的價值觀也是我假設的一部分?

四、文章對於我的目的來說是重要的嗎?

學習模式	主要重點	何時使用最佳	缺失
自我導向	學習者的自主;變通性。	動機強烈,主題 內容較不困難。	要得到適當的資源,有 用的過程與回饋。
合作的學習	興趣、需求與 別人相同。	希望分享,主題 明顯。	需要領導能力與人際相 處、溝通的能力。
機構的學習	主要是依賴專家,資源較豐富。	深度的探究主題 是必須的;證書 是必要的。	機構可能不能覺知學習 者是成人;可能倚賴機 構。

(轉引自 Smith,1993b)

而增加

與我們信念不同的人說話,學習的能力可以透過鍛鍊

些從未曾讀過的書,或去看未曾看過的電影

或

讀

部分可能無法教導,這需要一些過程

。我們可決定去

這需要一些秘訣,Smit ( 1993 ) 認為自我幫助的書與 短期的課程,對人們有幫助,但是關於態度與經驗的 人們有求知的需求,還有未知的恐懼」。很明 ◎鍛鍊並改變 人為何要持續成長與學習?Maslow 曾說是因!

顯地

為

學習要讓你的心智充滿新穎的感受

是我們所熟知的

、所經驗的事物,

但這還不是學習

作「選擇性的理解」,我們所看的與所聽的,通常都

看事物時要保持新奇的觀點與態度,因為我們總是在

◎選擇學習的模式

打開你內心的雙眼 ,去「真正」看這個世界



式可以總結如表一(Smith, 1993b) 所示。

因學習者的特質不同,因此可依個人需求,尋求適當的學習策略,三個主要的學習模

另外筆者同意 Gibbs 所說:在學習過程中是相當不明確的,怎知人們確實是在「實行」

他們的學習;確實有一些明確的行為可能回憶記錄下來,但是學習者通常不太能夠詳盡並

回憶關於整個認知的過程。因此,筆者以為要透過自我檢查的過程來促進「學習如何學」

的能力,必須增進自我的覺察與省思的功夫。計劃與想法是導致行為的主旨,要讓「學習 的方案,還有要依賴自我覺知與自我控制 目的,還有對學習的控制情形。高度的學習技巧通常包括問題解決、批判思考、學習計! 如何學」更容易落實有時可藉由學習方案,並發展出適當的學習技巧,且隨時反思個

人的 劃

## 個契約化學習 進行「學習如何學」之反思

與學習契約的基本概念,並要參與者預擬「自我導向研究」的主題 七至第十二週開始以學習契約方式進行獨立研究。前幾週的時間,老師分別說明自我導向 筆者在高師大八十五學年度下學期參與的「自我導向學習研究」的選修課程 ,並從第

個學習契約的形成 , 以 Knowles 的設計步驟而言(張秀雄,民 8 ),必須先診斷學習

約的進行之後,以下分三個階段,敘述自己的學習歷程 作決定的相互關係 習契約法」可說是教學者與學習者雙方持續不斷、一再協議的工作,強調了教、學雙方再 與標準、教與學雙方共同商討「學習契約」、屢行「學習契約」、評量學習的活動等。「 需求、界定學習目標、確定學習資源與策略、決定完成學習目標的證據、選定評鑑的 與學習者對學習結果的自我決定 (self-determination)。在了解整個契 工具 學

#### (第一階段)

己的學習認知與學習策略,增進自我導向學習的能力,對於將來運用學習能力有許多增益 主題,原因是「學習如何學」,將使自己能更了解學習的本質,並且可以實際運用、改進自 因此,在這一部分遲遲未能下決定的緣故。幾經思量,後來決定以「學習如何學」為契約 中作修正,最後才決定主題。分析原因,可能是筆者本身對於許多主題都有興趣想去嘗試 就是對學習的需求考慮了許久,在這期間與指導教師、同儕討論了好幾次,在不斷澄清當 筆者一開始在選擇主題進行時,並不清楚學習的需求,此與Knowles 的假設不同。也

的證據、評鑑的方式與契約的時間表。與指導教師再三確定之後,開始進行「學習如何學」 契約學習主題確定之後,分別針對主題擬定學習內容、學習資源,還有完成學習目標

之處

適

#### (第二階段

的「契約學習法」。

學習方法不同,不必至課堂報到,完全採學習者為中心的作法,好像可以由自己來控制整 剛開始進行時,筆者對於學習契約有一些好奇與興奮的心情,因為這方法與傳統的

個學習

顯的出入,如自己的自主性、獨立性不足,並且也有壓力、不安、焦慮的情形產生 先學會作摘要、筆記、閱讀的方法等。在進行一段時間後,開始發現與自己的預期有了明 首先的學習進度是從閱讀文獻開始,閱讀文獻屬於知識層面,學習的先備經驗最好是

些情緒的產生或許是必然的過程。在這過程中,我的解決方法是不斷地對自己作心理的調 劃的進行。但是筆者在學習的進度落後之後,會有追趕學習目標的感覺,並產生自責 究其原因,是因為契約的進行都有一定的進度,並且定期要與指導教師會面 ,詳談計 這

自己「學習如何學」。

可以做到」、「調整時間管理的方式」等。其實,在這整個過程當中,已經達到廣義的教導

包括說服自己:「放輕鬆一點兒看待」、「這是對自己負責的表現」、「安慰自己

定

在這當中,我深信「學習如何學」是一種過程論。為何如此說呢?因為處於學習的動

並且除了自己覺察之外,會嘗試把抽象思惟化為具體的文字表達出來(寫成日記或是學習日 也會陸續產生,其中包括:會重新檢視自己對自己的看法;自己內在對話的過程增加 題的策略,這一部分包括的不只是「學習契約」的目標主題而已,還會有其他的學習問題 態過程中, 學習者對於學習的問題、困境會特別敏感,也因為如此,會不斷去尋求解決問

計「學習契約」時,也因強調應用性,而有實際運用的部分。 如何增進記憶力等四個主題。而「學習如何學」的議題,並不只有理論的理解部分,在設 在學習的主題目標,我擬了四個部分,包括文獻探討、如何閱讀、 如何增進專心度、

誌),後設認知的能力無形當中強化許多。

的特殊概念、例子、關係與涵意的圖形。通常將核心放在中心,從中心放射出一些線條 己默示的「概念網路」( tacit network of concepts),「概念圖」 念圖」( concept map) 是一個不錯的運用方法,因為「概念圖」 可延伸連結別的觀念,「概念圖」可以幫助學習者將其理解的型態視覺化,明白顯示那些 大體而言,在時間進度範圍內,都能勉力將它完成。反思自己所運用的方法中,「概 可以用於描述學習者所知覺 可以可幫助學習者了解自

想是,此方法比起寫文字摘要還要簡單、清晰、明確,在一般的文字摘要中,較不易呈現 而 經由老師的教導之後 ,我也嘗試將自己閱讀的資料 ,用「概念圖」畫出 運用的感

隱含、未精緻化的假設與關係

(何青蓉,民85

是筆者認為並不要忽略外在力量的支持,包括隨時可以去尋求資源,請求協助,或者與指 法 此種圖形關係。另外,將學習結果或學習歷程記錄下來,寫成學習日誌也是一個很好的方 ,看到學習日誌會很清楚感覺到自己的蛻變與成長。在學習進行中,雖是強調自主 但

#### (第三個階段)

導者詳談,修改「學習契約」。

遠,在整個「學習契約」完成之後,會有一種愉悅的成就感生起。這樣的感覺 略的運用也強化了自己的信心,還有理解了「學習契約」的方式與精神 自於對自己的一種肯定,與更加了解自己的學習型態,對自己的覺知增加了,學習能力策 到了後期,筆者發現對於整個學習的掌握能力增加了,預估學習時間與成果相去不 ,並增加解決問題 ,可能是得

## 〔筆者對於「契約學習」的體認〕

的能力,所以會有滿足豐收之感

價值觀會影響學習成果的表現 個觀點來看,指導者必須幫助學習者認清什麼部分是該學的 學習者必須自認為這樣做對自己是有意義、有價值的,學習才會持續下去。從這 ,什麼部分不是,因為自我

如何學的人,會去超越自己的不足與限制性

二、學習者的自我概念不佳,很容易導致學習的失敗。另一個有趣的是,有興趣學習

三、能夠善用「學習如何學」,將帶給學習者一個嶄新的體認,並使自己的學習生涯產

生一個有意義的改變,使自己更了解學習的本質,並且使學習變得更有效率、更有意義 四、以「學習契約」進行,可以促進學習者自我導向學習的能力,它可使學習者在整

個過程中,不斷去認清與體認如何學習  $\mathcal{F}_{\mathbf{L}}$ 、「學習契約」的進行,有時會受一些內在、外在因素影響,如學習者的準備度

六、指導者適當扮演的角色,可讓學習者減輕學習的不安與焦慮感。

學習主題的興趣、學習的時間、學習過程不可預知事件的影響

七、學習中的獨立自主不一定是孤立無援,而是必須善用資源

讓學習者了解「學習如何學」,這也是自我導向學習強調的重要部分 向學習」。學習既然是隨時隨地可以產生,那麼要如何讓人們帶領他們自己去學習,也就是 在成人教育的領域當中,著重學習者的「自主性」,以學習者為中心,當屬「自我導

**礼野,更能解放自己,能舆外在變動的社會環境共生共存。用「學習如何學」的能力,就如一股活水注入個人的生命,將使自己有不斷更新、嶄新的的學習。而最大的益處當屬自己有吸收、消化與轉化知識成為自身經驗、智慧的能力。善並且可強化自己學習的強處與弱處,克服自己學習的盲點,妥善利用並可適用於其他情境「學習如何學」可讓學習者更能掌握自己,發展出適合自己學習的型態、計劃與策略,** 

(編者按:本文簿安慧學苑文教基金會八十六年度成人教育獎助學金)

#### 【柳糸岬皿】

Candy, P. C. (1991): Challenges in the study and practice of self-directed learning. *In H. B. Long & Associates, Self-directed learning: Consensus & Conflict* (pp. 11-28). Oklahoma Research Center for Continuing Professional and Hinger Education of the University of Oklahoma.

Smith, R. M. (1993a): Learning How To Learn: Applied theory for adults: Open University Press.

Smith, R. M. (1993b): A concept with important implications, Learning How To Learn: Open University Press.

及繼續教育研究所(主編),有效的成人教學(頁197-248)。台北:師大書苑。張秀雄(民84)。契約學習法在成人教育中的應用。載於中華民國成人教育學會、國立中正大學成人

何青蓉(民85)。促進自我導向學習。教學輔導李刊,頁 7-15。

念珠

透過念珠的施與受,串起人與人之間難以言説、也不必言説的心意

念珠、念珠,以念為珠,珍貴的是人們珠圓玉潤的純潔心珠 我也要一條菩提念珠,伴著聲聲佛號, 加注為眾生祈福的心願

7

直想要一條念珠

曾經到攤子或賣佛教文物的地方逛了

是覺得念珠應該有某些意義,是不能以金 幾回,總買不下手,不是捨不得錢 ,大概

東,於是幾個死黨相約到同學老家附近 大學畢業前夕,想到同學要各分西 錢論斷買賣的

厚。同學是登山老手,又對環境熟悉

,半催促、半鼓

下!」果然,走出茂林修竹的幽徑, 寺就快到了 ,我們可以洗把臉 休 就覺 息

我們這些都市飼料雞:「 會兒領先,一會兒趕後

加

油 ! 前

面

的

得眼前一亮,寬闊的廟庭

幾棟綠

色

琉

她要怎麼辦,攪動寺院原本寧靜的 佛,我們這些不懂規矩的 瓦的 建築出現了 同學帶我們到大 嘰嘰喳喳地問 [氣氛 、殿禮

陀佛!來拜佛啊! 從那兒來的?」

山中的遺世獨立

襯托出我們友情的 探山的

循在地人才知曉的步道一

1幽深

, 讓 濃

馬上就

有

一位出家人笑著迎出來:

뎨

彌

香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼一二四

招呼,

心裡就充滿了溫暖的感覺



事,沒什麼好給你們的,就幾條念珠當祝笑著說:「大學畢業是人生很重要的一件好幾串念珠送給我們,每個人都不同,她聊天。臨走前,老師父還特地到裡面拿出

髓損傷,

四肢癱瘓……。

這位老師父領著我們到客廳去喝茶

福吧!

珠, 要念佛做功課 功課 高興 就會浮現老師父慈藹的笑臉和熱誠的 ,老師父並沒有要求我們要念佛 就這樣 , 事實上, , 我擁有了一條念珠。心裡很 我當時還未學佛 不過,每當看到 也 那 條 示 做做 念 知

2

畢業後,到醫院服務,在復健科,從

讓人難過了:二十八歲年輕女性 他自己走得進來的筋骨酸痛患者 往探視病房照會的新病人, 病床上重大傷殘者 , 我們都照顧 光看病 , 頸部 到躺 歷 就 日 夠 前 在

秀白 我 個小的瞪著大眼睛看我。病床上,一 些檢查 大的嘴裡叫著: 9 眼睛和她的孩子一樣清亮 晰 進病 , 的 她的情況很不好,光是要能夠自 臉 房 龐 , 9 三個孩子圍繞在病床 奮力地 媽媽 , 扯出微笑來迎 醫生來了! 我做 張 Ź 邊 接 兩

好記錄 己呼吸 過臉 來,一不留神 9 剛才強自鎮定下來的心情都竄了 我告訴她 就需要一段相當辛苦的訓練 差點撞上剛從外面進來的 , 明天我會再來 才 0 出 別 做

一位老婦人

怎麼為她定復健計劃,忽然聽到有人追上 走在廊上,邊整理自己心情,邊想著

來:「 醫生,稍等一下咧!」原來是剛 才

那位

老

婦人

她快步趕上,拉起我的

手

說 : 套上什麼東西,嚇了一跳,反射性提起手 啊!」我還來不及反應,突然覺得手腕 拜託!拜託你!你愛跟阮多照 被 顧

來。 給你啊,菩薩你就慈悲喲! 老婦人說:「這是瑪瑙做的佛珠 救救阮女兒:: , 送

連說著: 我慌了,急急忙忙要把它褪下來,連 「不行,不行,你不要這樣!」

想事情扯不清 拉拉扯扯的聲音 愈要抽手 拜託啦!拜託啦!」音調都哽咽沙啞了 她反 只好無奈地讓她把那· , 而把我的手扣得更緊 引出一 些人來探看 串 , 我 佛

珠套在我手上,安慰她說:「我明天會再

理這樣的事。一來,拿了她的念珠 來看伊,你放心。」 我涉世未深,實在是不知道該如何處

不

是很貴重的吧!而那老婦人又不是大富人 於是接受病患的紅包嗎?而這又是自己一 向不恥的行為 二來,這串瑪瑙念珠應該

家,往後還得付出龐大的醫療費用

,我怎

麼還拿她的東西呢?愈想就愈覺得懊悔

高我幾屆的學長看我失魂落魄的

模

樣 ,問我怎麼了?把事情一五一十地告訴

他 , 他卻哈哈大笑:「就為了一條念珠!」

學

長看我把臉拉下來,趕緊收回嘻皮笑

她女兒 臉 不用給念珠,我也會盡我所能地好好 。被老婦人套上念珠,讓我進退兩 因為照顧病患本來就是我職 業上 難 照 顧

的責任與使命,不必任何金錢財物來收

已經夠了。而且一拿這條瑪瑙念珠就覺得

很沈重

還不如菩提子念珠

拿在手上

掛在腕上,

都不覺得負擔



真的 了好幾層看待 學長這麼說。 自己能對女兒的病情使點力而高興呢!」 的 樣子啊! **逆費** 心 照顧 「你拿著吧!可能她現在正 唉!人情真是複雜, 也挽不回 她女兒受傷 還得翻 為 前 買

,

驅使

0

再說

9

就算拿了她的念珠,

我

瑪瑙念珠收下嗎?我有一條菩提子念珠 邊 是可愛。 玩那串瑪瑙念珠,粉紅溫潤 , 光彩立刻被掩蓋過去。 晚上 回 老師父送我的菩提子念珠在它旁 [到宿舍 , 在檯燈下, 可是,真要把 9 光滑剔透煞 仔細地把

隔天一大早,我特別早起,直衝到藥

劑部把瑪瑙念珠送給

個學佛的學

妹

我

我心中的大石頭 道謝的人是我, 受寵若驚 說:「在路邊攤看到的 是為了自我救贖 到你學佛 9 9 連連跟我道謝。 就買下來送你了 她幫我解決了難題 0 才給她念珠呢?自己其 只是,我怎麼能說 ,覺得很好看 其實 0 學 , 真正 妹 放下 有 , , 我 想 要 點

3

實是個不光明磊落的偽君子

學佛 的行李 念珠,就想起佛門的清淨與自在 看多了人情的爾虞我詐 如歸去」。去那兒呢?看到老師父的菩提子 在醫院幾年 , 並且不久後決定出家 , 其餘還有用的 9 看 盡了人生的老病 , 就分送給朋友 不由得常嘆 0 整理 。我開 好上山 死 一不 始

我把菩提子念珠送給最要好的朋友,希望

她看到念珠,能想起自己在佛門裡還有

剃度時,師父問我做什麼功

位朋友

父, 功 起非常敬慎的心情,不敢忘記師父的交 ,你正需要它。」拿著它,自然就會生 她卻搖搖手說: 「剛出家要好好用

代,每天必定用它念幾圈佛

號,持幾遍咒

, 唯

恐那黑檀念珠

的光彩一

手中就 淡了。

變黯 到我

就這

000 (繪圖:陸承宗)

課, 散著念念佛 我說: 就

有時念著、

念著心就跑

覺得沒什麼 掉了,所以

意思 於是

她拿出一串黑得發

用功。問師父念珠怎麼會那麼光滑匀亮? 亮的檀木念珠給我,囑咐我好好

她說 我心中一凜,這怎麼好拿呢?要退還給師 我用它做了十幾年的功課了。」

> 日,當我習慣地要拿黑檀念珠做功 念佛持咒的定課習慣

念珠,也養成了

有了一條新的

樣,我又擁

課時 書架、衣櫃,找過所有曾經走過的地方, 赫然發現它不見了!翻遍了抽屜



H

,

魔王命魔孫去把他心愛的缽打破

0

東翻 丟到 所有意義 心中翻滾 它怎麼用功呢?種種懊悔 條念珠 的法器 完全盤 啊 西找 .那兒去了?怎麼對得起師父呢?沒有 , 據住了。那是師父要我好好用功的 ,那是我唯一的、也是最喜歡的 那是我出家的紀念, 9 偶爾呆坐著追憶那念珠對我的 我真是粗心大意, 整天,我就失魂落魄地 、不捨的念頭在 那是我做功課 到底把它

的 到達如如不動的境界 位老禪師修為非常好 鉢 突然靈光一閃,我想起一個故事:有 9 每 Ė 都要仔細地擦拭把玩它 他有 他的 禪定功夫已 個非常心愛 0 經

> 匡 住這樣的打擊,竟墮到惡道去了 缽被打破了, 啷」 聲,老禪師的禪定跟著他心愛的 他心中一緊,剎那間承受不

J,

同

時也被那不知身在何處的檀木念珠

都不見它的蹤影。我的心,整個都空掉

愛絲, 從貪愛執著中解脫呢?」 著 我的失落 自己:「用功是要增加貪愛執著, 脱生死的念珠, , 9 連老禪師那樣的修為 何況是我呢?原本是要助 老禪師的 逐漸作繭自縛而不自知 ,都是愛染貪著。 缽 不料自己無明 , 我的念珠, 終於慢慢 ,也逃離不了輪 我用功 他的 0 有愛染貪 我一 竟對它吐 還是 回神 心 直問 碎 過 要 解

迴

只是沒有因失落的大悲引出復得的大喜 再追問 在書桌上, 隔天,竟然看到黑檀念珠好端端地擺 回來也很好 我也搞不清楚為什麼 我還是將它收好 也 不 想

來,接受念珠遺失的事實

4

醒了她的記憶

,跨越了十年的距離

接上

也拿了,

為什麼我就沒出家?」我的話點

聽她 士學位 息 需要執意不肯,兩人大吵幾次後離婚了 生正風光得意時,突然檢查出患了乳癌 便立刻來找我。她這十年在美國取得了博 她一心想回台灣,不料先生因就業機會的 她剛從美國回台灣,聽說我出家了 娓 過沒幾天,突然接獲大學死黨的訊 娓 ,嫁給了一 地述說她的故事 位美籍華裔的博 無怪 乎 土 , 人 見

呢?就這麼結下不解之緣囉!」「胡扯!我玩笑地說:「誰叫我拿了老師父的念珠題轉開。「一切都是有因有緣的。」我開題轉開。「直沒想到你會出家呢!」她輕輕把話

她,就感到一股秋天的蕭颯寒氣

兩人沈思

掛單

· 晚

,

清晨早齋後

她還是要回

怎麼回答她 放 7 憶 沒福氣的人, 繼續說:「因為不懂得珍惜 根呢!倒是我,沒什麼感覺,回家隨手 過去共同的經驗 ,就不知道丟到那兒去了?」她嘆 , : 立刻就戴在手上,老師父還誇你有 那時 9 候 也算有因有緣吧?」 就讓晚風吹過,讓暮色伴著 , 。她遙望著遠方,繼 你拿著念珠高興 所以我是個 我不. 得 口氣 不 續 知 善 得 П

她笑著點點頭,又看看天空說:「太陽已上,「從現在開始珍惜還不遲。」我說。久才讓我魂縈夢牽的黑檀念珠掛在她手到屬於她的紅塵。我拿起她的手,把前不

貪著。

就像負重行遠的人,終於把肩上的

對自己所擁有的財物、色身,乃至精神的

重擔放下,身心自然感到輕鬆喜樂一樣

我告訴師父,我將她給我的念珠送給

子。我覺得我懂了,我了解布施得安樂的 得的輕鬆自在 經出來,我可以走了!」 道理了。 施 安樂」,這是每天早晚過堂用齋要唱誦的 者, 清晨的凉風拂過,我覺得身心有種 必獲其利益;若爲樂故施 ,不由得吟唱起:

為 樂而布施,布施不也是一種交易買賣的行 得安樂」,是因為在布施的過程中,放捨了 是以對方的安樂為考量, 嗎?如今,我才知道,「若為樂故施」 以前我認為如果是為了自己的利益安 而之所以「後必

> 理的 別人了。 • 師父點點頭說:「這是你可以處 她問我還需要念珠嗎?我還要念

9

得 布 難

偈

5

「所謂 後 必

珠嗎?

難以言說、也不必言說的心意。山中老師 透過念珠的施與受,串起人與人之間

的苦迫與沈重的負擔;師父的念珠 淨無為;醫院老婦人的念珠,告訴我世 ,傳遞 間

父的念珠

,給了我山林的自然與佛法的

清

我修行的恆持與篤實 0 , 念珠、念珠,以念為珠,珍貴的是人 伴著聲聲佛號 加注為眾生祈 0 我也要一條菩提念 福 的 心

珠

願

們珠圓玉潤的純潔 所以 我們 沁珠 直有一條念珠

#### 般若的洗禮

誦著複沓的經文,我不禁埋怨佛陀:「為什麼要説得這麼繁瑣?

香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼一三二

突然, 我感到不好意思,像我瞋心這麼重的 人,累世積疊的瞋習一定很厚

如果沒有世尊一而再、再而三地耳提面命,

一次一次沖淡,瞋執如何袪除

義 豎 有耐心的教育家,他能夠反反覆覆 說 ,我想再怎麼鈍 諷誦 總說 《大般若經》,感覺佛陀是一 別說 根的 詳 詳 細細 人 , 聽 地 闡 了他的 述 位很 第

法,光是熏習就已經功德無量了 横說 說

> 即 力 而 他在「導眾生入智海」之前有個 ,能善觀因緣 以破代立」,徹徹底底地掃蕩情執 ,令一切眾生入佛智海 前

## 了悟空性,安住般若

〈大乘鎧品〉 講到法性的「空」 和不可

善巧方便行般若

然而 得 破之,而說 如幻如夢,所以要安住於此波羅蜜 到後一 切無造無解;因一 部分卻以「一 ,內心非常感 切法自相空」 切如是

現出來的是一種高度的彈性和活潑的創造 所以無縛無解 誦 到此處 便地來運用般若

,所以真學般若的

人

、,表

菩薩如何行般若?他必須要能善巧方



呢? 動 : 己 呢 般若是如此寬闊 ?為什麼我會被世界蒙蔽了這麼久 為什麼我要綑 綁自

悲。從中我比較知道,如何看待自己所努

·空」、直透佛心呀!這是達摩的智慧和

慈

力走過的路而無所執礙

點功德也無

<u>\_</u>,

是希望他

能

由

有

入

#### 點功德也無

復次 者 者何?以 善現! ,善現 切 如是大乘都無 ! 汝問 法皆無所住 如是大乘為 所住 ,……大乘 何 所 所 以 住

我想起梁武帝和達摩祖 誦至此 所有的情執彷彿都銷融 師的公案 0 武帝問 7

亦

7爾非

住

非不住……。

達摩他造塔建寺功德如何 達摩 回答

點功德也無」,令他非常沮喪

。表面上

上 達摩否定了武帝造塔建寺的功德 9 達摩是就「般若」 來談, 說武帝 但實際

## 審觀自身,具念正知

初分辯大乘品〉

說

以 若菩薩摩訶薩修行般若 無所得而 爲方便 ,審觀自身 波羅蜜多時 9

行

時

知 行 9 住時 知住 9 坐 一時 知 坐 如

是如是 9 具念正 知 0

種明慧來觀察鑑照自己的 這一 卷揭示一 個修般若 一言 的 人 行 是用 他 可

以清楚地看到自己此時此刻在做什麼 所

香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼一三三

夫就沒辦法覷破這一層 以生命對他來說 ,是可以清楚覺知的; 凡

#### 空假不二

《華嚴經》說第七地菩薩

雖遠離三界而莊嚴三界,……雖知

嚴佛土, 雖知諸佛法身本性無身, 而 切國

土猶

如虚空,

而能以

清淨妙行莊

以相好莊嚴其身……。

厭棄世間 「由空入假」不謀而合:真佛子沒有理 ,佛陀從來就沒有捨離過我

明低頭了。

們,我們又怎能輕言自了即可?

的

的大慈,是一種徹底的弘願,與

《般若經》

這道出了菩薩無時無刻不以眾生為慮

由

#### 衆生心

假不二」的真諦啊

世間縱然濁惡,

總要好好莊嚴這

空空

誦經不到十分鐘,因經文的複沓

到這步田地,不會舉一反三嗎?」 「為什麼要說得這麼詳細、繁瑣?我們真笨 突然,我感到很不好意思,我怎麼對

子開始遲鈍,這時,我不禁埋怨起佛陀

, 腦

佛陀惱怒了呢?佛陀他並不因我的生氣而

生厭煩,反而是和般若背道而馳,逕向無 改變什麼,倒是自己因不耐經文的複沓而

習一定很厚,如果沒有世尊一而再、再而 像我瞋心這麼重的人,累世積疊的瞋



三地耳提面命,一次一次沖淡 袪除?若非六百卷的洗鍊,不斷地轉化 ,瞋執如何

灌輸,又怎能轉煩惱為菩提?《大般菩經》

一八二卷:

惡知 波羅蜜多實難信解 不勤精進,未種善根,具不善根 識所攝受者,於佛所說甚深般 ,爲

所攝受」無異,見此,能不深自警策? 我會生這個瞋惱 ,其實與 「為惡知識

## 如來善法作友朋

菩薩有沒有知心的朋友?《大般若經》

三三〇卷中提到

切如來應正等覺是菩薩摩訶薩真勝

薩真勝善友 善友,……布施波羅蜜多是菩薩摩訶 9 ·····苦聖諦是菩薩摩訶

換句話說,一 薩真勝善友,……。 切賢聖、善法都是菩薩

的朋友,而且是永遠的、真實的朋友 再者, 誰堪為良師 ,可以長相指導我

們呢?

四 念住與諸菩薩摩訶薩眾爲師爲導

爲明爲炬,爲燈爲照 ,爲解爲覺,爲

智為慧,為救為護,為室為宅,為洲

爲渚……。

活圈中,原本有如此多的良師益友 身處末法,何必自嘆無人依怙?在生

我為

什麼沒有好好地依學呢?

團體生活中要如何與人相處?佛陀在

## 香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼一三六

《大般菩經》

中如是告訴阿難:

菩薩 共 住 相 視當如 大師 9 所 以

諸菩薩摩訶薩,展轉相視應作是念: 何? 者

情我亦應學,……若彼菩薩摩訶薩住 船 無異,……如彼應學嚴浮佛土成熟有 彼是我等真善知 ,我等與彼學處學時及所學法 識 ,與我爲伴共乘 一切

眾如是學時名平等學。 於中不同彼學,……若諸菩薩摩訶薩

雜作意遠離

切智智相應作意,我

則

異曲同工之妙嗎?不正是我們在團體中修 是與孔子所說的「三人行則必有我師」,有 「菩薩共住,相視當如大師」,這不正

學最好的準則嗎?

## 遠離煩惱,勤學般若

《大般若經》五五一卷上說

此遠離行不雜聲聞獨覺作意,不雜

受,然而,生活在世間 雖然出家修行已遠離世俗的感官 切煩惱惡業 、眾人之中,要保 享

趣,是多麼地困難啊! 持清淨的心,不摻雜種種煩惱或小乘意

觀察與克服,以一種探索、挑戰的心情 因此對於身心所起的許多現象,要勇於去 修行」是一個不斷自我顛覆的 歷程

精勤地學習般若,或許才能挖掘到生命之 進而徹證真理,得到解脫

泉,



## 紫竹林精舍榮獲「八十九年全國孝行獎教忠教孝團體獎」

【教訊采摭

林精舍榮獲教忠教孝獎團體獎,由見和法師代表前往參加孝行獎系列活動及表揚大會 位獲特別增設的「九二一地震災區特別獎」,其中長期致力於編寫及教授人倫孝順課程的紫竹 與團體共計五十三位得主,包括「全國孝行典範」四十三位、「教忠教孝團體」四個,另有三 【高雄訊】八十九年全國孝行獎表揚大會五月二十八日於台北環亞飯店舉行,獲獎的個人

法會共修活動,倡導孝道倫理。 禮」等課程;每年農曆七月則以佛教典故中「目犍連尊者救母」的精神,宣揚孝道思想並配合 此外,紫竹林精舍並舉辦相關課程與活動,例如長期舉辦以家庭倫理及闡揚孝道為主題的 紫竹林精舍佛學研讀研讀班自七十四年開辦至今,共編寫了「敦倫的開端-孝」、「六方

區兒童參加,建立親子互動關係,希望藉各種活動推廣孝道倫理觀念,帶動社會良善的風氣

起,不定期舉辦二天一夜的「家庭生活營」。每年暑假,則舉辦社區創造思考成長營,鼓勵社 社教講座;還有自七十九年起,每週在高雄少年輔育院教授弘揚孝道精神的課程;自八十三年

香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼一三八

#### 起來做「天人師

# 經中稱佛陀為「天人師」,是一位自覺覺他,教導三界眾生離苦得樂的人天導師

#### 「師」之一族

威、 專業 現代用詞中「師」 ,能為人解惑除疑 字一 、啟發智慧 :: 加 ,代表 權

因此上師、醫師、律師

教師、會計

師 各佔一方,不是多年苦讀成就 工程師 、管理師 在現今社 也要是在 會中

工程師 知識的啟蒙靠老師; 為您建造屋舍; 麻煩紛爭有律 生病了找醫師 師

某一領域中獨領風騷

經濟帳目就要會計師

可是在您人生

師 覺

有「成佛法華」之稱的 您好奇這樣的一位人天導師從何而來,如何而成,又是如何教導眾生? 《妙法蓮華經》,無疑是「天人師」的「師資培育」 教材

那裡 困頓喜樂的旅程中,究竟的安穩喜樂來自 ,從何獲得呢?

說:「佛佛平等」,所有眾生都可以被教育 「天不生仲尼,萬古如長夜」。然而佛法中

中國人稱孔子為「至聖先師」,讚許

他

解脫出來, 慈悲教導 鼓勵一切有情努力向上向善 切眾生從貪欲 瞋恚 愚痴 中

「成佛」。因此佛陀的平等普及一切眾生

他 他為六道輪迴的眾生指出一 教導三界眾生離苦得樂的 條究竟解 人天導

經中稱佛陀為「天人師」,是一位自覺



竟安樂 叮嚀眾生, 眾生,給予世間光明與安穩;殷殷懇切地 脫的道路 ,他平等慈悲對待所有一切有情 要從三界火宅中出離才能得究

#### 法華「師」 說

人師」 自己, 法華」之稱的 而成, 好奇這樣的 所有尋尋覓覓的眾生,成就他人就是成就 您期待這樣一位人天導師嗎?或者您 欲成佛道先度眾生 的一 又是如何教導眾生。 部 位人天導師從何 《妙法蓮華經》,無疑是 師資培育」 教材。它告訴 那麼有 而 來 成佛 一天 如 何

提到天人師的作用

因此在〈方便品〉

中就先開宗明義地

佛陀告訴舍利

#:

諸佛世

尊

唯

以

緣 是什麼呢?他說:

大事因緣故

,出現於世」,

而這

大事因

諸 佛世尊欲令眾生開 9 佛知見使得清淨 見

故 故 故 故 9 9 9 出 出 出 出 現於世 現 現 現 於世 於世 於世 , ;欲示眾 9 欲令眾生 欲 令眾生 生佛 一入佛 悟 佛 之 知 見 知 知

道

見

步進入成為人天導師所需具備的清淨中 所有願意學習的 了解的 培育另一 這說明了天人師的功能 所悟得的一切,以身作則地教導 個天人師的完成, 切眾生 ,引導 他必須將他所 就是要教導 他們 步

接受、領悟身為天人師的知見。而如此

心

,

而且能以柔和忍辱的態度

精進不懈

位欲做天人師的修學者,他展現出來的態

度,就要如 〈法師品〉 所說:

人說

此經

9

應入如來室,著於如來

分別説 衣 9 而 坐如 來座 ,處眾無所畏

,廣爲

詳細 點的說明 則是:

草喻品〉

說 :

如 來室者 切眾生中大慈悲心是;

者, 如 來衣 一切法空是。安住是中, 者 9 柔和 忍辱心是 , 然 如 來座 後 以

不懈怠心,爲諸菩薩及四眾廣說是法

華經

由 .此可知一位想修學天人師的人,他

必須以無執著的心胸,對眾生心懷大慈悲

(師之授業)

師的開始

怠地引導眾生,如此也是他自身邁向天人

的在於他對待求教者的態度上 而任 何 個 師 字輩的 깇 因此 最重 藥 要

眾生深 究竟明了 如來觀知一切法之所歸趣 心所行 9 示諸眾生一切智慧 ,通達無 凝 9 9 亦 又於諸法 知 切

就是說任何一 位為師者首先要在自己

楚明晰地解說示導, 專業領域」 裡 再來就要: 精通明 達而且 能夠清

觀是眾生諸根利鈍

9 精 進解

怠,

隨其

的

障 喜 礙 9 快 得 於諸法中, 善 利 任力所能 既 闡 法 9 己 漸得 9 離 諸 λ

所

堪

9

而

爲

説

法

0

種

種

無量,

皆令歡

道

修 事 知 9 此 9 修 以 眾 何事;云何念,云何思 何法念,以何 生 種 相 體 性 9 法思, 念 何 事 以 9 9 何 思 云 法 何 何

修

以

何法得何法

進,何況路途還太遙遠

,我們想回去了!」

這位嚮導師心想:

「這些人真是可

進入堂奧的開始。

一個教學者的基本知能,也是引領學習者向,給予學習者適切的提醒與教導,這是開端,在於教者能了解學習者的資質、性開始,在於教者能了解學習者的資質、性

而並不是每個學習者都能堅持到底,這時只是學習固然是眾生的一種本能,然

〈化城喻品〉中有一則譬喻:教學者必須給予適切的鼓勵支持

0

這在

經很疲倦了,而且又害怕恐懼,無法再前就懈怠退怯了,告訴嚮導師說:「我們已道,想要去取得珍寶。然而有一些人中途道,想要去取得珍寶。然而有一些人中途要經過一段無比險惡、令人望之畏怯的惡不一位恥唱品〉中有一貝髻哨:

只要進入那城裡,就可以得到安穩快樂!」面有座大城可以休息,隨你們任意作為,他們:「您們不要害怕,也不要回去,前惜!怎麼就要捨去大珍寶呢?」於是告訴

一入城裡,所有的疲累都消失不見,安穩道行走,快要得到安穩就精神振奮。果然

大家一聽非常歡喜,想到可以免於惡

自在,令人流連不已!

人:「真正的大珍寶就在前面不遠了, 嚮導師一看眾人疲累已除 就告訴眾 這

只是短暫休息的化城而已,大家應該再往

前走啊!」 想學習做天人師就要明白生死輪迴路

遠, 眾生的惰性隨時會浮現出來, 對於欲

行退墮的人,要能善巧同理他們

,給予他

前進 們一點鼓勵休息,然後彼此才能再往目標

師之解惑〕

生更上一層。 滿足現況,不想積極改變的眾生,欲做天 人師者 除了因材施教、鼓勵慰勉之外,對於 就要懂得投其所好 在 〈譬喻品〉 裡那位長者無 ,以便引領眾

疑地為我們做了最好的示範:

有一位富有的長者,有很多的

門,他跑出來了, 僕 面嬉戲玩樂。 。有一次房子著火了,那房子只 但是他的孩子們卻在裡 [田宅僮 有

個

點也沒有要跑出來的意思。於是長者心 怕,然而孩子們不覺不知,不驚不怖

眼見著火從四面燒起

,令人驚慌

害

想:我要趕快告訴他們火的可怕,不跑出

來是會被火所燒害的

。然而不管長者如何

告誡 ,孩子們嬉戲依舊,既不知什麼是

火 火,也不知道什麼是房子,更不知道「失 的意思,只是來回奔走遊玩 ,看看他

東西, 們的父親罷了! 這時,長者想到這些孩子平日喜好的 就告訴他們:「這裡有羊車 、鹿

中的老父親一般:

迅速踴躍地出到火宅之外。長者一見孩子想願的東西,不禁互相推擠,爭先奔跑,們遊戲!」這些孩子一聽,正是他們心所車、牛車,就在門外,你們趕快出來任你

們安穩出離火宅,內心感到泰然歡喜!

以免一 循序漸進引導, 受傷害」,那麼欲做「天人師」者就要懂得 他人的清淨安樂,心裡卻是「既期待又怕 與解脫 離痛苦煩惱的淵藪 這就是根據眾生之所好樂,引導他遠 開始嚇壞了他。這就如同 Mi 如 果一位有心修學者 逐步長養他修學的信心 , 逐漸得到法味的 〈信解品〉 眼看著 清涼

宅門外,遠遠地看到一位長者坐在廣大莊生,生活非常窮困。有一天他來到一個豪有一個人從小離開父親,四處遊走營

怕,不禁昏倒地上

水與種種寶物羅列。 要圍繞,身上珠寶價值非凡,屋內名花香嚴的座位上,僮僕在側侍候,身旁達官顯

討營生的地方呢?我不如到貧里陋巷付出這恐怕是皇親國戚的住所,那裡是我能乞這個人心想:「我真是走錯地方了,

於是這個窮子轉身離去,然而這位長

這下子準死無疑!」因此內心更加驚恐害窮子心想:「我沒有犯罪卻被強抓過來,哀嘆大叫:「我又沒有侵犯到人,為何要急忙派人去把窮子找來。窮子一陣驚愕,者卻一眼就認出是失散多年的兒子,因此

長者一看這個情況

錢 ,盆器 、米、麵、鹽 、醋之類的東

西

,就告訴僕人:

我不需要這個人了,不要強捉他,用冷水 ,放他走吧!」 有需要就給你。我就像你的父親 般 , 你

然而長者暗中派二位僕人,打扮得形容憔 就到貧里陋巷求取衣食 , 趕 遇, 言 還年少, ,從今以後你就像我親生的兒子 但是還是自認為卑賤,只是安住於除 窮子雖然很高興自己有此幸運的 工作 時不要欺瞞懈 怠 瞋 恨 際 怨

地 你沒有不同 倉庫,如何拿取使用你都知道,現在我和 你要用心管理,不要漏失。」

於是窮子接受委附,管理諸多財物珍

除糞的器具,一副畏縮的樣子,叮嚀所有 手拿著 思, 寶及倉庫寶藏,但他一點都沒有多取的意 他那自認卑賤下劣之心還未捨去 。又

過了一 段時間 長者發現窮子心意逐漸 通

你要常在這 你 時 達舒泰 9 會集諸親族人、國王大臣,然後宣告 可 以成就大志。於是在他 臨 終

裡工作 不要再到別的地方,我會加 近窮子

然後告訴窮子說:

要勤勞作務

不可懈怠

0

如此他得以親

軟衣飾

裝扮成污穢不淨的樣子,

答應,拿了錢就去除糞了 倍,要的話就跟我們走。」

長者看了心中憐惜,

有

一天他脫

去細

「有人在雇請除糞的人,

價錢是一

般

的

兩 :

子說:「

我有很多金銀珍寶及滿滿盈溢

的

窮子很高興

衣衫艦

樓前往尋找窮子

,告訴他

糞的

工作

。不久長者生病,

於是就告訴窮

快從地上爬起,

潑醒他,不用跟他多說話

窮子自認為死裡逃生,

歡喜無比



進

,

按部就班

多年,如今才得以相會,我的所有財物都說:「這個人就是我的孩子,他和我失散

歸他所有。」

第子聽了這番話,非常歡喜,心想:

「我本來無心求索這樣的大珍寶藏,如今卻

學習

然後

「他」努力了解眾生的資質

自然而至!」

般,如何相信自己擁有那些實藏呢?怯弱的人就如同從未看過珍寶的窮子一自己所擁有的一切都給予子女。然而心性自己所擁有的一切都給予子女。然而心性

為讓孩子得到寶藏而費盡心思:降低自己因此,為師者就要像故事中的父親,

給予。天人師引領眾生也要如此循序漸身分、讓他熟悉財寶,最後才能相認完全

## 薪火永相傳

們:「他」是眾生之一,「他」發願不斷您的人生導師呢?《法華經》中告訴我誰是您人生的導師?又是該如何選擇

7 性向;「他」 9 , 他 他 激 鼓勵支持你前進;安樂 隨順眾生的需求 勵引導你向 Ë ; 困 你受「他 I 頓 退 耽 溺 怯

的啟發、引領,努力地清淨自己,不斷地了,一他」瀏厲引導你向上。你受一他」

成為他人的導師,那麼正法就可以久住世學習;然後,你也將會如此去引領他人,

間!這樣的人就是我們的人生導師。

,也發願成為別人的善知識,提攜彼此在人生旅途上,讓我們發願親近善知

識

起做「天人師」,引導自他走向正法。

改變一般人對傳統佛曲單調

.編者按:「恆河上的月光」是刊登安慧學苑文教基金會製播的廣播節目中有關心靈成長的文章。

本

香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼一四六

推出逾一百張專輯。他以清醇渾厚的嗓音、清新的佛曲,唱出經文、佛號 曲金唱片,其後陸續完成「娑婆梵韻」等十餘個系列,共二百餘首佛曲詞曲創 創作並主唱 緣而學佛。由於自幼深受音樂薰陶,對佛教音樂研究與創作頗具心得,七十九年起 奕睆居士,民國四十二年生於台南,家中經營「亞洲」唱片公司, 「寒山鐘聲」和「一聲佛號一聲心」,成為國內首張銷售逾百萬張的 後因眼疾因

# 用音樂傳播佛法

沉悶的刻板印象

帶動現代佛曲創

作的

風 `

潮

偈 作

頌

佛

問:你為何放棄流行音樂市場 佛教音樂創作?可否談談你的動 9 而從事

答:我想是「因緣所生」,自己歲數將 實在沒有條件談流行了! 我學佛也將 近五

備 論感動的只是某部分的人 近三十年 來呈現 在思索家裡原本就有一套完整的錄音 上甚深微妙法, 怎樣將佛法透過我熟悉的音樂、 讓更多人了解 而 就 百千萬劫難遭遇」, 如 開經 佛 傷 教 而且語言文字 所 我覺得講 說 我 聲音 直 經 設 無



唱 得很高興 流行歌 太過理性 樣流行 ,慢慢就會想起它的意義 曲 如果把佛法轉化成流行曲子 歌詞沒有任何意義 反而造成理解的障礙 但更有內涵,只要你偶爾唱 大家卻 0 但 一首 唱

轉換 音樂的 認為佛教音樂帶給人的感動 個 是最快的 方真教 法門 ,是清楚且巨大的!這是我投入佛教 我想用聲音、音樂來傳播佛法 動機 體 來弘揚佛法或許是最有效的 。在 ,清淨在音聞」,如果透過耳根這 《楞嚴經》 裡特別提到 甚至生命的 應該 。我 一此

# 爲傳統穿新衣

問:你如何透過音樂讓人更深入知道佛

# 教深奧的義理與意涵?

的對象。隨著你的意識狀況去念它,念佛可以念佛號,所以每個心情都是佛號對治佛」,讓我們百千萬劫念不完,什麼心情都答:我想首先從佛號談起,一句「阿彌陀

唱 是 為佛教的音聲穿新衣, 會讓人覺得單調。因此我想在這時代裡 , 除了法器之外,沒有什麼樂器伴奏 個 我們常說, 平平的音調 你講話像在念經 0 而 讓 梵唄幾乎都 人家注目 樣 , 是清 看看 就

絕對不只是念個名號而已

你在吟誦時是什麼心情?是你早期的作品,到現在還一直傳唱,問:「淨妙法藥 ——藥師琉璃光如來」

佛教音樂到底有些什麼

香光莊嚴【第六十二期】民國八十九年六月 ▼一四八

答:這要感謝藥師琉璃光如來,若沒有他

的功德,我再怎麼念也無法與眾生結緣

想成藥師琉璃光如來 會使人感動,

我想是因為我把自己觀 ,想到病苦的眾生

在末法時代,我們的身心都很容易生

不到的 病其實都存在著 0 西方把藥師琉璃

病,有形的

、無形的、感受得到的、感受

琉璃光如來不但醫我們的身病 光如來翻譯成 medicine buddha, ,最主要是 所以藥師

心聽 隨時都可觸動你身心的某一部分 因為

觸動了他內心深處,事實上只要你用

心病。很多同修聽到這曲子會想哭,就是

這調子其實與傳統的歌仔戲類似,但

氣 接受,耳熟能詳的曲子加入新的意義 成漢文就存在了, 我把它美化了, 這種創作理念從中國最早期把梵文變 讓人聽起來親切而不俗 用傳統的曲調使人願意 , 兩

者很快就結合起來

基本理念。因為我本身學密 璃光如來很接近,這是我從事佛教音樂的 用那種心情來唱,使人聽了好像與藥師 常在做 觀 想 琉

色,所以唱起來給人的感覺都不太一樣 每一首歌,我都把自己觀想成不同的 角

訓練,很容易就融入那樣的身心狀況

唱

問:你後來的一些創作,感覺與現代的 化的問題? 曲風有些結合,是不是發現市場上大眾

或者現代化 但是一定可以找到平衡點。不論是流行性 9 我在做音樂的過程中 -很清

答:理想與現實往往沒有辦法完全融合

楚,用什麼樂器,用什麼音色,其實是在



面目 來面目了 緣絕對不是流俗 就好像你穿一件很漂亮的衣服 淨莊嚴 變。它的基本精神是一定要呈顯佛法的 易接近,你應眾生的需要,給他什麼樣的 不會改變。所以「大眾化」是讓大家更容 0 在佛教音樂裡也需要這麼做 , 就是你很亮麗但不礙你的清 如果流俗就忘掉你的本 ,但你的心 淨 但

隨

我束縛的感覺擺脫

佛教音樂的精神

清淨莊嚴

這 問:你在音樂當中, 種清淨與莊嚴呢? 用什麼方式去突顯

> 態如果保持清淨莊嚴 答:基本上還是在於做的人,我的身心狀 ,就不礙音樂的 舖

幫它化粧,但是佛教音樂的基本精神不

清

貌 陳 其實我也想做這方面的嘗試 保持整個音是清淨的 0 0 音色、樂器其實不重要,唱的 像「修女也瘋狂」就是很好的想法 , 它就不會變了 , 把無形中自 人只

要

面

淨的音聲。掌握身心清淨的基本理念, 音樂的高低來詮釋 樣的基本心態,不管你用國語 心狀況表達你的讚美、虔誠。 我認為梵樂的重點是以一 , 都可以讓 個清淨的身 人家聽到 如果保持這 • 英語 9 這 清 用

問 這樣的靈感都是怎樣來的呢? 樣所傳達出來的就會是一個清淨的聲音

答:我想還是來自修持 因為這些都是我

修過的本尊,從相應的部分所產生的詮

己的專長做不一樣的詮釋,就像畫家把它釋。其實我們可以把心裡的感動,隨著自

相,創作的能源根本處還是在你的身心。把它化成文字,而這些詮釋都是一種表畫出來,音樂家把它變成音樂,文學家則

者的內涵,它只能說是音樂。容,音樂也有點配合,但如果沒有加入唱是根本。有些佛教音樂或許有佛法的內佛教音樂裡一定要有佛法的內涵,這

重複,也許不容易被一般人所接受,而問:但像「大白傘蓋」是咒語,它一再

最無聊的,但你如要去發覺真正的身心,答:這和禪修一樣,禪修絕對是無聊裡面覺得無聊。

才能夠真正進入你的身心。就要透過這些無聊去淡化你的習氣

,這樣

你又如何能讓他們願意親近呢?情。但對於剛剛接觸佛教的社會大眾,已感受到自我覺察,是非常重要的事問:那是已接受佛法一段時間之後,他

個「嗡嘛嘛嗡呢唆哈」,就覺得很單調,但途,我想做佛教音樂也是這樣。如果單一覺醒的人,給他一些引誘,而使他導入正很喜歡講一些感應故事,就是對不能自我答:我想這就是宗教很微妙的地方,我們

慢的業薰就變成一種習氣,他接受安住在耳,無形中在他的八識田中種下種子,慢你一配上旋律再加上一些音色,聽起來悅

這種習氣裡,逐漸地又可以昇華到他願意



氛

,

然後「阿彌陀佛」

的佛號出現,你會

從天上遠遠地帶進來

,

營造這種氣

這和藥外面包裹著糖衣一 去受持,然後身心就會慢慢感受到變化 樣,是一 種漸進

勝的名號、一個音聲,經過這樣的洗禮

覺得阿彌陀佛本來就是西方淨土一個很殊

的 作法

唱很美, 面 , 就像基督教、天主教他們教堂裡的合 我想佛教音樂可使佛教開拓弘法層 我很喜歡。佛教應該在這方面多

什麼時候聽最恰當呢? 問:這樣一 個比較簡單 • 重覆的旋律 9

用

心

心情很好可以聽,你想靜修一下可以聽 答:隨時都可以聽,心情煩悶時可以聽

要營造一個情境, 你想融入佛的境界可 像 以聽 佛之頌」 0 我想音樂就是 感覺好像

> 心的一種內涵。 此 樣 境轉了我,事實上是你在轉環境 的主人,也是經營者。我們常常以為是環 你的身心很容易就提昇 命是讓世 9 是你的心境反射環境,環境又變成 個 事實上在每個時刻 環 間多一 (境為什麼會有不同的 點清淨音 所以我投入佛教音樂的 , 你是你身心狀況 多一

Ù ,

情

0

否則

(淨化身心)

,

命的聲音,這就是我的一

個想法

點提昇

(使 生

你 因 同

問 瓶頸,聽到「寒山鐘聲」後, 靈修持過而詮釋出來的聲音,帶給人前 比撫慰的作用 我記得有位聽眾正面臨論文寫作的 。由此可感受到透過身心 帶給他無

所未有的感動

答: 雖然是錄下來的罐頭音樂 ,但它蘊含

很多情境在其中,我們把清淨提煉進 來

的 空靈感 當下就能夠受用 入空靈的境界, 人, , 對一 定有很大的. 個面臨論文寫作而無法突破 當下釋放 。所以像「寒山鐘聲」的 加持 ` , 解脫的感覺會 他的身心就融

讓他靈感浮現

問

8

那麼當我們透過音樂引發情感之

後 9 會不會就凝聚在感性的情境上呢?

有所轉變?

後 別 而有一種失落感;佛教音樂引發了你的感 行音樂雖然也可以帶給你感動,但感動之 答·這就是佛教音樂與流行音樂最大的差 ,會使你身心無法平穩,激情過後 佛教音樂可以提昇你的 認動 0 般流 反

> 教音樂 佛教音樂感動的是我們 深層的 心 靈

昇身心層次、有淨化身心作用才能稱為佛

動以後

,心靈更可以提昇。我想必須有提

給我們的感受很膚淺 就已經進入到他潛意識了。一 有人聽後很感動 但不清楚感動什麼 ,但佛教音樂會愈聽 般流行音樂 這

問:雖說任何一種情況都適合聆聽欣賞 佛教音樂,但聽者本身在心境上是否要

愈純淨

,這有很大的差別

答: 況就會改變,所以我們都是因緣的提供 的情境下, 每個當下情境都是因緣所成 加一 點清涼的因素 原 來的 在煩惱 情

者,

而不是因緣的主宰者

樣一條道路



即使你不修持

在唱誦的當時

也必須把

子,這個種子一定會發芽,我們因為急著別人,重要的是你幫了,只要已經播了種的,至於結果,因緣它會選擇。譬如幫忙在我學佛的觀念裡,我只做我該做

清淨的梵樂或許可以幫助我們去找尋這聽過後,仍覺得有失落感。所以我想一滾或爵士音樂,感覺不那麼寂寞,可是問:有時當我們心情孤寂時,會想聽搖問:有時當我們心情孤寂時,會想聽搖

的根本是內化。所以我一直強調要修持,音樂,雖然藉著外顯的音聲在表詮,但它人的內在,佛教音樂可以說是一個內化的答:我想一個內化的音聲就可以去相應到

問:就像「佛之頌」的回聲,身心安頓在一種清淨的狀況。

助了我們心靈的開拓。的感覺,如阿彌陀佛從天而降似的,幫問:就像「佛之頌」的回聲,有種空靈

件, 了 件 這些工具。其實修行就是要善用既有的 答:現在一些設備: 多層次也比較深廣,所以我們都要會善用 9 9 要如何運用 而 你才能 不是去創造條件 用 9 ,那就需要智慧和用心 至於已經具足的 可以加回聲,把它變得 因 緣 條件 因 [緣條 其 足

# 身心融入隨緣創作

會有挫折感嗎? 問:你為什麼願意這樣堅持下去?你不

答:

我們常常講「女為悅己者容」,我是 起。譬如說:念阿彌陀佛,我一定去了解

的角色,因為到我這種年齡、經歷 為佛菩薩而容」,是為扮演好一個佛弟子 一,發覺 壽、 阿彌陀佛是無量光,是無量智慧 無量慈悲。 無量

詮釋他 單的佛號是蘊含這麼大的內涵 定要用這種大悲、大智的身心 知道 「阿彌陀佛」 大 |此若| 個 要 簡

麼,

讓我更會去衡量該做些什麼

切都帶不走,能帶走的只是我做

T 些什

世,他可以一直念;同樣我們在念佛時 啟發是阿彌陀佛, 不能花俏,不要太複雜。我想給我最大的 我覺得佛教音樂很重要的 因為佛號一個人念千萬 點 就是

它的循環都是小循環 9 不需要很大 太大

就複雜,身心反而沒辦法平靜下來 所以我在創作佛曲時的理念,就是要

是有條件生起,同樣在實行時又要尊重緣 切都是緣起,緣起的開頭當然 它簡單

答::

我想

程? 問:

請

你分享從事佛教音樂創作的過

簡單之後就無聊 , 就變成不得不的 重覆

另外旋律本身要很順暢,不能有 一點扭捏

其實這個很

難

, \_\_

般

但盡一些心力或去投資都是應該的

已經朝菩提路前進,

我想即使沒有賺錢

得了。

只要能夠感動幾個人,他的

心真的

常聽到有人聽得感動

、聽得相應

9

那就值 但是常

會繼續做

即使銷路不是那麼好

所以,

我想只要有條件讓我再做,我

狀況去詮釋他

、重覆性高

希望更多想投入佛法的人,也能用音

那件事了



圓滿 小 事實上如有修持的經驗 莊嚴、圓滿的循環。但是不造成循環就不 作曲家 達到心的基本點,這是我個人的經驗 也會覺得困難,這都不是好的現象。因為 法掌握到佛法重要的循環性,一 止盡時就掌握不到重點 、愈來愈專注 現在很多人在做,也許他是音樂家或 會變成只是單向的發揮 ,但是作品太學院化了 、愈來愈沒有 9 ,就知道愈來 我們學習的時 , , 那個 發揮到無 種平實又 他沒有辦 才 是 愈 候

或造作。

的事 錯了沒有辦法改變它,只有在未來不要再 身雖是一個追求完美的人,但是我曉得不 7 事實上佛教音樂沒有專家 犯同樣錯 法的呈現就夠了,要完美等以後再說 7 符的方式來表達。不要想說你不是專家 可以重新創作。就好像我們做一 可能完美,只要它是很隨緣 , 而不是一味地追求所謂的完美 你的身心狀況夠代表 ,你要去補救它, ,那就是改變;而不是已經做過 你再補救已經不是 , 你 • 個特色就 很如理 件事 投入進去 我本 做 你 如 夠

### (更正啟事)

更正為「地、水 第六十一期封面摺書口〈迎風飄揚的經旗〉一文中,第三段第一行「地、水、火、風的五色經旗」, 、火、風 、空的五色經旗」。特此更正,並向讀者致歉

### 遊戲三昧

「遊戲三昧」是說證得甚深禪定者,心境猶如無心的遊戲,任運自在 當人在某一領域有極深造詣能揮灑自得,則以「遊戲三昧」形容

或勸勉人應以自由、無執著的心面對一切時,就以「遊戲人間」勸説

明來處,而被六祖當眾點名認為是盜法之人,誠心懺悔後,才向六祖請法 在神通,遊戲三昧」。這就是「遊戲三昧」的典故由來 作用,當說之時隨緣應答,普現一切化身,而所作、所答不離自性,就得 安不安立這個名稱都無所謂,生死去來,自由自在,無所滯礙,當用之時 祖告訴志誠一些佛法名稱,例如:菩提、涅槃、解脫……,對見性之人而 奉神秀大師之命,跟隨大眾前往曹溪六祖惠能大師之處參禮請法 遊戲三昧」一語出自於《六祖壇經》〈頓漸品〉第八,上面記載著,志誠 ,由於不曾說 隨緣 自自

態。「遊戲」意即遊化自在無礙,好比演員作戲,進退自由自在,無拘無束 三昧」又譯作「三摩地」,為禪定的別名,是將心定於一處的一種安定狀

並非一

般人所認知的玩世不恭之意



間」來勸說 人們應以進退自由、無拘束、無執著的心態面對每一件事時,就以「遊戲人 有極深造詣或成就時,在其中能揮灑自得,則以「遊戲三昧」來形容;或勸勉 掛,任運自在,來去自如。由於這是真功夫的表現,所以當一個人在某一 遊戲三昧」是描述證得甚深禪定的人,心境猶如無心的遊戲,了無牽 領域

偏執或情感上的煩惱,都使得身心無法得到輕安。 目地追求;因情緒衝動對事情認識不清楚,而輕舉妄動……,不管是見解上的 活,有太多的煩惱是來自於執著,讓心無法自在;因欲念永無止境,而痴心盲 不是一朝一夕可以成就,但這卻是我們可以學習、努力的目標。綜觀我們的生 從「遊戲三昧」一語的典故及意義看來,要達到這般境界,確實不易

自在嗎?但我們要加把勁才能得到「遊戲三昧」,你說是嗎? 放下執著。即使面對人生的挑戰與考驗,都能一本平常心,如此不就可以進退 得菩薩以隨緣自在的心境遊走人間,觀照世間因緣的無常變化,而了然於心 我想菩薩之所以能「遊戲三昧」,當是徹知「空性」之故吧!若我們能學

### 讀者來函

悟因法師慈鋻:

來, 頗見風格—透視著「清明而莊嚴」的格調,這是很可貴的

貴社續寄贈《香光莊嚴》雜誌舊刊十數册,業已收到,為感之至。《香光莊嚴》雜誌自改十六開雜誌型印行以

關於貴刊的觀感,容後隨緣敬告。耑此 順問

法安

趙汝明 香港·九龍 頂禮

常住師父道鑒:

弟子曾於去年索閱 《香光莊嚴》,之後不久就收到寄自南台灣的海運郵包,竟然是期盼非常的香光寺的季刊

而且還是十多冊!

月有朋友返台,託她代我郵撥貴社助印和郵資,慚愧延誤到現在!今借此書,聊表歉意! 麼多本刊物結果還是花了不少郵費!一直以來,心裡惦記著不該虧欠道場,而這裡不方便直接作郵撥。終於,這個 麼殊勝的刊物。驚喜之餘,以滿心的法喜由衷的謝謝您們,謝謝您們的慈悲成就!雖然海運郵資較航空節省, 深深感謝慈悲的香光常住和師父們,還有發心護持的居士、菩薩們,讓遠在南半球的末學也能有因緣接收到這 但這

法化無疆

最後,萬分感謝三寶恩、師長恩、眾生恩和父母恩,於我學佛道上的成就。謹此

恭叩

鄭靜萍 頂禮

巴西・聖保羅

您好,阿彌陀佛

真是好書,我當時帶了幾本來美國及一本《天大的笑話》。

為是長輩「勉強」我去拜拜,老實說,每當跪在佛前,不論是早晚課或法會,我一律「心在九霄雲外」。 當我有無明煩惱昇起,這書可幫助我不少。因為因緣我自小有機會接觸佛教,但卻不想也不願多加了解 只認

因為因緣和合,我在回台灣的機會下參訪了位於台中的養慧學苑,而拜讀了您的雜誌!阿彌陀佛!《香光莊嚴》

這個字),有多疑問,想知如何了解無常、無樂等意義,如何修。總之,我覺得《內觀捷徑》一書,我深覺或許對 月份回台灣看父母,又匆匆回來工作,來不及再深入找書,所以只帶了貴社兩本雜誌,過期的五十五、五十六期 唸了愈多,心愈靜不下來。終於我看到一本對我有幫助的書《維摩詰經》,從裡面我才又稍稍了解我應做什麼,下 步人生該如何,但也只有稍稍改進,維摩詰經也有多處不懂,只覺得以往有疑問的東西裡面可以找到些答案。四 現在我已唸完碩士,隻身在國外,因為很多「外緣」及種種「自因」( ? ) 我變得對人生產生疑惑,可笑的是, 我在五十六期雜誌中看到一則「法海一味」,其中的內容我十分有興趣,對「常、樂、我執(?)](好像不是

師父,抱歉!恭敬合十拜託 多師父不知寫給誰,在《天大的笑話》一書中看到作者簡介,覺得「確有其人,而且十分年輕(比較沒有距離感)」 可 )。對不起,諸多煩擾,我實在沒辦法拜託其他人,因為很難解釋清楚,所以我直接寫信給編輯師父您,因為眾 (內觀捷徑》佛使比丘著,香光書鄉出版,可否請師父幫我寄這本書,及香光雜誌 ( 不要很多本,一至二本即

我會大有幫助

阿彌陀佛

弟子 純融

美國

紐約

### 助印芳名

<b>参仟元整</b>	柳進興	車千古隆	陳燕堂	任任元整		陳玲欽	陸仟貳佰元整		新加坡佛教居士林	<b>柒仟參佰玖拾柒元整</b>		李碧英	捌仟元整		關世謙	<b>萱萬元整</b>		菜根香素食館	<b>壹萬貳仟元</b>
洪淑玲	吳素面 純 融 凍瑞珠	壁		林成蔭	<b>壹仟壹佰元整</b>		薛麗美	<b>壹仟貳佰元整</b>		梁文斌 鄭靜萍 林連祥	<b>豊仟伍佰元整</b>		張嘉南 蘇嘉慧 蔡雅珍	黃宏銘 張君強 杜江遊	蘇水華 紀裕庭 宋孟芳	貳仟元整		邱琡雯	貳仟肆佰元整
楊博宇 何迪雨 邱秀惠賴韻如 游步風 楊啟諒		鄒良彥	郭素玉 賴政學 鄒甜妹	朱書瑩 賴藝婷 賴智浩	伍佰元整		楊智堯 李栖鳳	陸佰元整		車新娣	陸佰零玖元整		謝麗瑛 慈恩圖書室	陳麗雪 林壽福 盧勝享	杜政峰 黃勇盛 蔡旱灼	林錦祝 謝秀華 吳銀河	楊侯于 鄭明仁 侯明森	吳 瀚 陳昱叡 楊智安	王關仕 劉子豪 劉冠宏
李 頌 李盛雄 張凱翔	賴重志 釋大愚	貳佰伍拾元整		釋法聖 釋融利 陳漢煌	劉 鳳 釋乘悟 釋乘琳	龐麗蓉 劉政宏 陳鄉雲	呂沛萱 顏湘卿 釋覺淨	參佰元整		呂學謙 呂樵盈	參佰伍拾元整		郭美津 郭守貞	肆佰伍拾元整		潘幸平	黃瑞梅 趙堉君 朱晏徵	王澤仁 陳英耀 朱晏德	林如蘋 李惠美 董寰乾
								至五月二十日止)	八十九年二月二十一日	(以上助印芳名自民國		朱敏慈 蕭美玲 朱正義	顏瑞遠 朱珍宜 朱珍慧	林秀青 吳政修 陳美頌	壹佰元整		靈泉圖書館	何如珊 尹 琪	黃振德 柯淑芬 謝榮誠

黃春雄 大願同修會

楊博宇 何迪雨 邱秀惠

### 香光莊嚴雜誌社

Luminary Publishing Association 發行人兼總編輯:釋悟因 執行編輯:釋見澈 釋見介 美術設計:唐亞陽

單元標誌設計:釋白顯

社址:嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州49~1號 49-1,Hsiychao,Nei-pu,Chu-chi,

Chia-I,60406,Taiwan,R.O.C

電話:(05)2542134轉803 傳真:(05)2542977

郵政劃撥:03308694一香光寺

網址: http://www.gaya.org.tw/magazine E-mail:magazine@gaya.org.tw

### 本刊流通處

香光寺/嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州 49~1 號電話:(05)2541267 傳真:(05)2542977 紫竹林精舍/鳳山市漢慶街 60 號電話:(07)7133891~3 傳真:(07)7254950 安慧學苑/嘉義市文化路 820 號電話:(05)2325165 傳真:(05)2326085 定慧學苑/苗栗市福星街 74 巷 3 號電話:(037)272477 傳真:(037)272621 印儀學苑/台北市羅斯福路 2 段 100 號 4 樓電話:(02)23641213 傳真:(02)23641993 養慧學苑/台中市西區大墩十街 50 號電話:(04)3192007 傳真:(04)3192008

製版印刷:台欣彩色印刷製版有限公司 行政院新聞局局版台誌字第 4548 號 中華郵政台字第 0343 號登記為雜誌交寄 中華民國七十四年二月二十日創刊 中華民國八十九年六月二十日出版 ⑥讀者若重複收件或需變更地址, 請通知各流通處,以便修改。 ⑥轉載文圖請先徵求同意。



一朵開敷的蓮華,表達香與光的意象。 有兩種意義:

一、華開蓮現,象徵佛性的開顯;

二、香光莊嚴,象徵慧光照破無明痴暗。 香與光的結合蘊涵著香光尼僧團 悲願、力行、和合的理念,

期望有志者一起同行,教育自己,覺悟他人, 共同活出「香光莊嚴」的生命。

ISSN 1027-5126

### 【香光印象】莲霧樹的清晨

滿樹道秀花像是一条

杂黄色的煙火.熱鬧

極了! 你若閣裁蓮霧 好吃嗎? 那味道好

潭 當一口終生難忘.

或許可以再問問為

春天真的來3. 蓮霧樹一早便準備了豐盛的花宴招待附近的鄰房們, 蜜蜂飛來3. 牠們 嗡嗡地 鑁到花蕊叢裡去. 這兒探探 那兒舔舔, 規那蜂巢今晚定有蓮霧花的香味. 連少見的蝴蝶也跑來了. 像是怕與花笋豔似的, 牠們全穿著 聖礼. 在花蕊叢裡飛舞. 原兒. 而兒也來湊熱

閉.落了滿地的花蕊在地上舖起了

一張針織地毯 総總綿的 熟是 好看! 被蚊的蛛絲挽住的花蕊 也别個 滿樹,迎風摇曳,好似 在何春天招手.

道霧樹結果啦!消息傳 過了整座山.一早麻雀就在 樹上亂叫亂跳.白頭翁也 不甘示弱.聲音叫得震天價響.

紅嘴黑鶴043卷聲示威後便埋頭

苦幹起來.仔細再聽.還有一聲聲細細 尖光的清晴聲.啊一那是緣織眼.她們 總是放群結隊輕嘯而過.這一早. 始客們 飽足了早餐。開了許久才各自回家. 半夜裡 被幾聲沒及聲騰醒. 有人敲門:原來是 一個外的運動掉落在地上的聲音. 在這 寂静的等夜裡. 不知為兒們聽到了沒有?

春天真的來了. 蓮蘇樹從早到晚都在柴房外忙著. 開花. 結果.

(圖文/釋自顒)

# 第六十二期 中華民國八十九年六月出版



## 親得離塵垢

在法中,我逐漸撥開煩惱的迷霧 是「學佛」!我深切相信著。 什麼樣的孝行,能令您究竟安樂? 什麼樣的奉養,能令您歡喜自在? 古德說:「親得離塵垢,子道方成就」

告訴我們世間無常的實相 他覺悟宇宙人生的真理, 就讓我帶您認識偉大的覺者 佛陀 只盼您我道業成就、共離塵垢啊

日夜迴向,

望見清澈的心光……

撰文 /釋自昶 一九九七年 台灣嘉義香光寺 攝影/陳蒼曉

期待您的同行…… 我願追隨佛陀的足跡 指引一條清淨的道路。



共創人間淨土】

【關懷佛教教育

(圖文:釋見鏤)