

# 金色蓮花

1997 **5**  
MAY  
佛學月刊  
每月1日出刊 定價 NT.110 元

**特別專題 佛學與企管 ~企業生命體的修鍊大法**

清玄禪詩 有情有義

太虛大師遊台灣

佛學夜談 勾鋒 Talks With 仲情

知性之旅 梵天之國~緬甸



ISSN 1023-0319



9 771023 031005



金色蓮花表演坊 1997

戲劇演出

一代大師  
盪氣迴腸的生命史  
當代中國佛教  
的改革先智  
人間佛教的倡導前驅

# 太虛大師

新竹 清華大學

86年5月31日(六)、6月1日(日) pm7:30

## 巡演行程

台北 國父紀念館 86年4月18日(五)、19日(六)、20日(日) pm7:30  
台中 中山堂 86年5月4日(日) pm3:30、pm7:30  
花蓮 縣立文化中心 86年5月17日(六)、18日(日) pm7:30  
新竹 清華大學 86年5月31日(六)、6月1日(日) pm7:30  
台南 市立文化中心 86年6月28日(六)、29日(日) pm7:30  
高雄 中正文化中心至德堂 86年7月19日(六)、20日(日) pm7:30

票價 1000元、800元、500元、300元、200元

## 訂票方式

1. 購票專線：(02)778-7433  
大台北地區只要一通電話，即有專人為您送票
2. 直接到金色蓮花表演坊購票（可持信用卡）  
台北市忠孝東路四段50號3F、4F（太平洋SOGO百貨正對面）
3. 郵政劃撥：帳號 18434076 戶名：金色蓮花表演坊劇團
4. 利用信用卡購票：  
請將您的大名（請與信用卡上簽名相同）、聯絡電話、寄票地址、信用卡別、信用卡號、有效期限、發卡銀行、身份證字號、及您所訂票的（1）日期、地點、時間（2）票價（3）張數（4）總金額，傳真至：(02)778-1135
5. 利用網路訂票：網址：<http://www.glotus.com.tw/>（大台北地區有專人送票）
6. 請至各地年代售票點購票

地址：台北市忠孝東路四段50號 3F、4F 電話：(02)778-7433 傳真：(02)778-1135

網址：<http://www.glotus.com.tw/>

E-mail: [glotus@ms2.hinet.net](mailto:glotus@ms2.hinet.net)



# 歡喜與你相遇!!

## 因為我們堅持理想

用我們最誠摯的心 用功的努力 來持續真善美的理想

即日起至86年4月底止

免費送給——

為我們理想加油的親愛讀者

贈送額外一期金色蓮花雜誌

贈送價值750元的單段式電子念佛機

贈送價值1350元的五合一電子念佛機

(贈品掛號郵寄到府，免付郵資，心意誠摯)



金色蓮花雜誌社

台北市忠孝東路四段50號3F、4F

戶名：金色蓮花雜誌社

郵撥帳號：17029118

訂閱服務專線：(02)778-7433

訂閱服務傳真：(02)778-1135

WWW網址：<http://www.glotus.com.tw/>

E-mail：[glotus@ms2.hinet.net](mailto:glotus@ms2.hinet.net)

零售每本／110元

訂閱半年／660元(贈送額外一期金色蓮花雜誌)

訂閱一年／1,100元(贈送價值750元的單段式電子念佛機)

訂閱二年／2,000元(贈送價值1350元的五合一電子念佛機)



# 金色蓮花

1993 年創刊

本刊名稱出自：

佛說觀彌勒菩薩上生兜率天經

如是我聞：

一時，佛在舍衛國祇樹給孤獨園

爾時，世尊於初夜分舉身放光

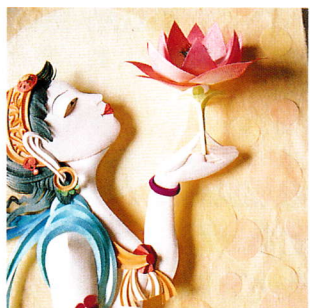
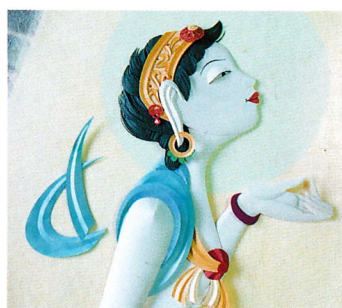
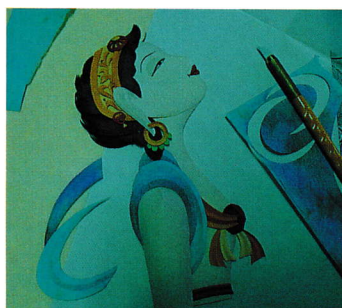
其光金色，透祇陀園周遍七匝

照須達舍亦作金色，有金色光猶如段雲

遍舍衛國處處皆雨**金色蓮花**

其光明中有無量百千諸大化佛，皆唱是言

「今於此中有千菩薩，最初成佛名拘留孫，最後成佛名曰樓至。」



金色蓮花

封面情境／歡喜地 設計製作／王秀珍





創辦人暨總編輯／郭韻玲

顧問／朱靜珍

總企劃／周玉卿

發行人／鄭鴻祺



編輯部 (EDITORIAL DEPARTMENT)

主編／孔繁嘉 副主編／彭敏華 學術編輯／釋如空 美術設計／王秀珍 駐加拿大記者／陳佩吟  
藝訊主編／陳子軒 文字編輯／陳子帆 美術編輯／許瓊丹

管理部 (MANAGINA DEPARTMENT)

總務組／郭曉蓮 活動組／徐美齡 資訊組／周育正 廣告組／林靜芳 行銷組／干淑梅  
課程組／廖美真 服務組／呂惠珠 廖美慧 電腦室／華美娟

本雜誌在金石堂文化廣場、新學友書局、誠品書店、黎明書局、三民書局、聯經書局、何嘉仁書店以及  
北部流通處：①佛教文物：光華堂、上德、菩薩書院、梵音佛學、菩提園、嘉南、妙甚、圓光文物、  
萬慈、傳澈、慈心

②書局：寶之林、文興、升華、遠大、大成堂、輔大、啓文堂

③素食館、茶藝館：回留(台北)、喜緣(台北、桃園)、秀羽(三重)

佛緣(台北)、法林(新莊)

中部流通處：常慈(台中)

南部流通處：隨雲(鳳山)、蓮心(高雄)

全省直銷商：①北部直銷商：杏華(02-7383970)、太極(02-7008637)、漢學(02-5317746)、

聯創(02-3415963)、聚書園(02-7610641)、豐羽(02-9293818)、

名欣(02-7598115)、臨豪(02-3964127)

②中部直銷商：漢麟(04-3271366)

③南部直銷商：巨柏(05-2310370)、開元(06-2389888)、紫藤(07-3319707)

全省大專院校經銷商：史丹福(02-2798937)

加拿大流通處：陳佩吟(BSMT) 5113 Smith Avenue Burnaby, B.C V5G 2W8 Canada.

金色蓮花社址：台北市忠孝東路4段50號3F、4F(太平洋崇光百貨正對面住安大廈)

電話(02) 778-7433 傳真(02) 778-1135

郵政劃撥帳號：17029118 金色蓮花雜誌社

網址：<http://www.glotus.com.tw/> E-mail: [glotus@ms2.hinet.net](mailto:glotus@ms2.hinet.net)

排版／龍虎電腦排版股份有限公司 製版印刷／欣佑彩色製版印刷股份有限公司 國內經銷／台祥圖書有限公司

(新店市寶興路45巷3號2F TEL: 917-3274)

定價／每本 110 元

行政院新聞局登記證局版北市字第600號 中華郵政北台字第4626號執照登記為雜誌交寄



# 目錄

智慧的按圖索驥

## 修行 Dharma

65 來自山谷的歌聲

通往宇宙

文／周玉卿

71 正知見

正確的行爲

文／文華智慧

76 心的思考

文／思惟 圖／曼曼



78 觀想

遵從善知識的教導

文／菩提居士 圖／奚淞

## 生活 Life



24 來一客世界美味素食！

泰式鳳梨飯

廚藝演出／廖美真 攝影／王秀珍

50 佛藝DIY

金色蓮花

製作者／吳敏卿 攝影／波爾

## 文化藝術 Culture and Arts

10 清玄禪詩

有情有義

詩／林清玄

19 雕塑

賴純純的心器

文／賴信仲

62 新西遊記

安心之道！

圖·文／吳振文

56 知性之旅

梵天之國～緬甸

文／葛婉章（故宮書畫處研究員）



## 特別專題～佛學與企管 Special Report

32 修鍊提案一

認識自己

文／黃連盛（政大公共行政系碩士肆）

34 修鍊提案二

七項學習智障的佛法分析

文／陳子軒（師大數學系碩士）



金色蓮花

## 學術 Academic

86 國際學術研討會～「密教藝術」研究系列

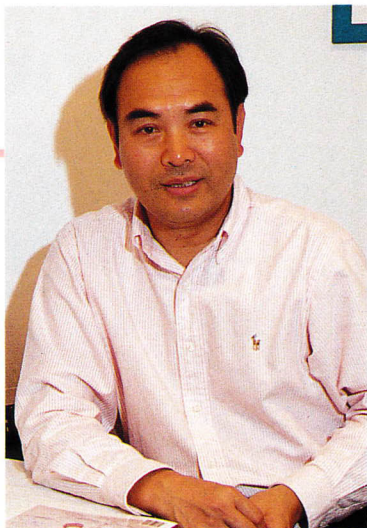
重探西藏宗教藝術之色彩原形

文／王秀珍



84 清心小語  
文／琉璃月

98 經典  
大般若經攝受品(七)  
文／郭韻玲



103 靜坐  
清心靜坐第76問〈問答式〉  
文／鄭鴻祺

108 漢英對照～心經  
空不異色  
文／韻玲 譯／守強

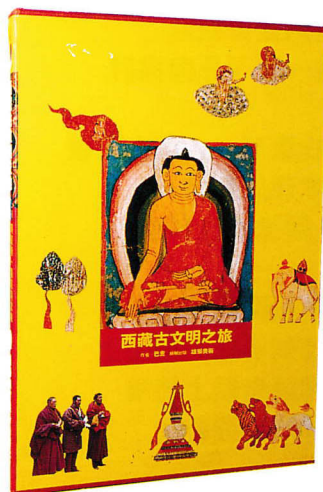
12 佛學夜談  
勾峯talks with仲情  
採訪／吳燕玲 整理／陳子帆 攝影／波爾

104 佛學英文教室 (Buddhism English Classroom)  
八關齋戒(一)  
Eight Commandments  
指導／般若居士 譯／圓毅

106 佛學日文教室  
八關齋戒(一)  
譯／許明銀

66 賞書時光  
西藏古文明之旅  
賞書者／子軒

72 寧靜之聲  
愛情煩惱免疫學(二)  
文／王靜蓉



91 小說  
獺獠惠能闖娑婆  
文／伊凡

38 修鍊提案三  
第五項修鍊法則的佛法觀察  
文／陳守強(美國科羅拉多州立大學土木工程碩士)

44 修鍊提案四  
永續經營的企業與修行  
文／石連柱(美國德州大學電機工程碩士)

## 知性廣場 Information

6 告示板～  
新單元報導  
報導／編輯部

### 廣告索引～

22 御華軒西點麵包  
23 南星唱片錄音帶有限公司  
28 八國宗教文物開發有限公司  
29 城市國際電影有限公司  
37 佶茂出版社  
54 佑揚佛藝造型雕塑

55 御石坊藝術中心  
61 滿天星製香環工廠  
64 利仁實業有限公司  
封底 台灣藍田華生藝術中心



## 告 示 板

明媚的春天 自在的菩薩  
這相映成趣的封面情境  
願為每個讀者帶來這一季的悠然與清涼

菩薩的悠然自得  
來自於生命重點的掌握  
本期特別專題「佛學與企管」  
要與讀者一起「修鍊」生命的管理之道  
因為唯有真正懂得個人生命的管理  
才能掌握組織生命體的管理之妙  
新一代的管理大師彼得·聖吉，在「第五項修鍊」中  
引證了大般涅槃經「瞎子摸象」的智慧典故  
來說明很新的企管觀念  
非常值得我們進一步深思與探討

風雲人物達賴喇嘛旋風蒞台，離台之後  
我們以書本深入拜讀  
相信可以獲得另一種精神性的滋養

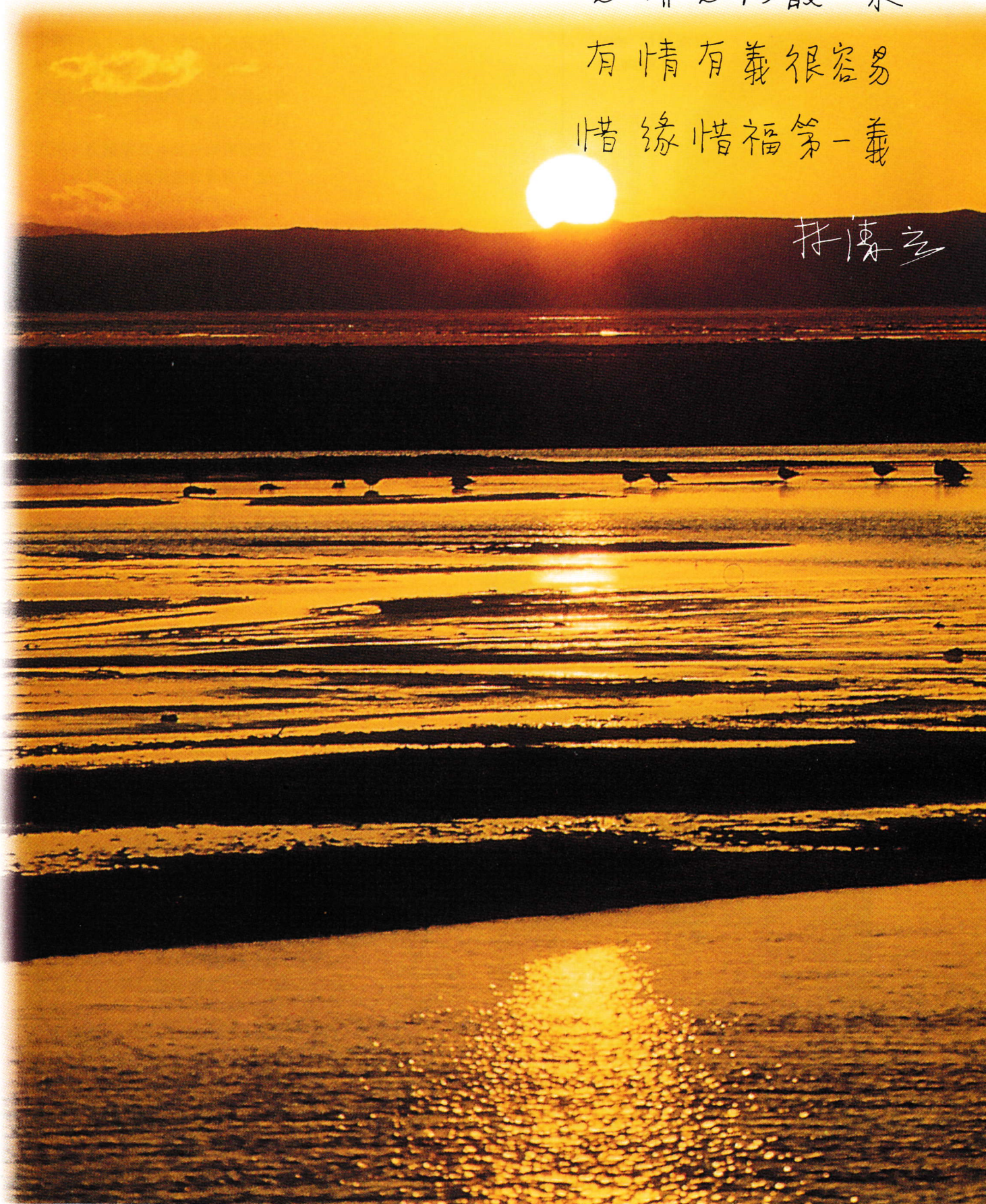
勾峯、仲情這兩顆閃亮的明星  
把他們的光與熱轉到佛法的頻道上  
金色蓮花特別為讀者紙上轉播  
這番餘音繞樑的心靈對話

「太虛大師」全台巡迴公演之際  
本刊設計了特頁專刊，帶領讀者一起走過  
八十年前太虛大師在台灣留下的行蹤  
還沒看過演出的朋友，  
真的不要輕易錯過  
這歷史性的盛大演出唷！



無災無病不可能  
念佛念法最上乘  
有情有義很容易  
惜緣惜福第一義

拈清玄



圖／西藏古文明之旅 曾曙生攝 雄獅圖書提供

金色蓮花



# 有情有義

—— 文／林清玄 ——

參加親戚的葬禮，遇到了許多親朋好友，心裡感到悲欣交集，

悲的是，葬禮總是使人的心情沈重；

欣的是，還有許多與我們有情緣的人安然活在世間。

有一位長輩就非常感慨的說：

「最近這些年，親戚會面的時間愈來愈少了，一見面，不是喜事，就是喪事，

不然就是過年，我們應該利用平常的時間多多來往呀！」

大家聽了都頗有感觸，

是呀！人生是多麼短暫，因緣是如此難逢，應該趁大家都還平安，都還走得動的時候，

多多珍惜探訪，不要等到葬禮的時候才來懊惱！

由於葬禮的時間很長，到了後來，大家都坐在樹下聊天，幾乎忘記那是一個悲傷的場合。

親戚之間的聊天，都會不可避免的談到子女、長輩、以及某某人還安在否？

我在旁邊傾聽，越聽越心驚，因為發現了平安健康、幸福喜樂的人生真是不可能的，

大部分人都會談到自己遭逢的困境，還有身體的疾病。

特別是每次見面，年紀都比從前更大，災難與疾病就彷彿比年輕時更加迫人了。

談到後來，大家都陷入了沈默。

有一個親戚說：「呀！這些生命之苦不知如何去解決呢！」

一個表哥說：「這些道理阿玄最懂，叫他來開示開示。」

所有的人都把臉轉向我這邊，一時使我說不出話來，由於成長環境，我們小時候就輩份嚴格，

因此在長輩前面幾乎都不知要說些什麼，何況是開示呢？

我說：「當然是學佛念佛最好了，學佛念佛雖然不能使我們免於災難和疾病，

但可以使我們無怨的面對，並且永遠保持美好的希望。

即使是死了，也因為知道有來生、有極樂世界而減少內心的恐懼。」

在一旁的長輩就說：「對呀！對呀！學佛念佛很好，我也知道。」

但是我女兒最近在學佛吃素，我就很怕她會跑去出家，不要我們兩個老的呢！」

「學佛出家當然是很好，但是學佛也不一定要出家！

如果學習菩薩道，更應該珍惜我們在人間的因緣福報，

因緣福報圓滿了，佛也就成了，這就是太虛大師說的『人圓即佛成』呀！」我說。

親戚們都點頭稱是，這時候，火葬場的人來通知撿骨，

我們跑到場內，看到出殯的親戚已經化成一堆白骨，上面還冒著因高溫而蒸騰的濃煙。

火葬場的人用木筷，一塊一塊把骨頭夾進醃中，四周突然響起一片哭聲。

站在火葬場裡，我想到以後一定要常抽空去拜訪親友，回來的路上，隨手寫下這首偈子。



佛學夜談 Nightly talk

# 勾峯talks with仲情

華燈初上，夜色正柔，與知心好友到茶藝館或咖啡店  
聊一聊天說說佛學，已成為現代佛子的一些生活雅趣  
為回應這樣的心靈美景

本刊特別企劃了“佛學夜談”這個單元  
逐期邀約名人夜談，順便介紹聊天的好去處

其中妙語如珠，或心靈相契的片段  
也許有你的心影，若隱，若現吧！

——採訪／吳燕玲——  
——記錄／陳子帆——  
——攝影／波爾——





夜談日期：1997年3月10日

Manday PM2：30

夜談地點：本我即是新紀元餐廳

知心特色：門前的小花園

是主人為這擁擠的都市  
保留的一旁悠閑。  
探索心靈的話題  
穿梭在新時代音樂的旋律裡。  
請用放鬆的心情，  
感受這裡的和諧與自在。

推薦飲料：新鮮水果茶、桔茶

小點心：綠茶凍、鬆餅

營業時間：早上11：00～凌晨12：00

地址：北市忠孝東路4段216巷19弄11號1F

電話：(02) 773-3301

(編按：為了方便讀者得到資訊，免去查詢之麻煩，特此說明)

## 每一剎那就是一個緣起

勾：我們不但是舊識，而且都是佛門弟子，她比我修得更好。

仲：我拍過一部勾峯導的戲，我們去鄉下住了一個禮拜，很有意思。

勾：我們有這個因緣，多少年？

仲：五年前，我們拍金鐘獎的戲，到屏東的鄉下，借了一棟房子，房東有一位「阿嬤」，每天陪著我們拍戲。

勾：阿嬤真的很有意思，拍到最後不捨得我們走還哭。

仲：天氣很熱，「阿嬤」都會送傘到田裡去給我，現在想起來都會覺得懷念與感恩。

勾：那齣戲叫「豐收」，剛好在屏東拍，仲情演媽媽，

巫啓賢演兒子，這是巫啓賢這輩子演的第一部戲，有一天，台視超級星期天還想訪問我，有關巫啓賢拍戲的糗事，那真是一籬筐。

仲：當初巫啓賢演我的兒子，他告訴我，他的母親已經往生了，開玩笑對我說：「願意當我的乾兒子！」我當然是求之不得，所以每當我女兒看見巫啓賢在電視出現的時候，都會提起這件事。

從當時拍完戲，巫啓賢到家中吃飯後，一直到現在，都沒有再見過面。

勾：我想每個人都有學佛的因緣，這個緣起是怎麼樣呢？我想每一個人的故事都很精彩。

仲：我的故事，是屬於在最無助的時候開始學佛的。

勾：其實我的故事並不是很感人，我覺得信仰這個東西就是這樣，有時候事情過了之後，回頭想想很奇怪，你不做那一點點事情，整個事情還串連不起來，就像佛珠一樣，它缺少一顆就不能圓滿。

二十多年前，台視只有一個棚，中間一個樓，旁邊一個樓，一個攝影棚，從早開始錄影，一直很忙，每一場都有我，進進出出換衣服，然後就看到有一個男的，胖胖的，戴個眼鏡，穿個短袖就站在攝影棚的門口，看人過去就笑，但沒有人理他，我也不知道他是誰。從早上忙到下午快吃晚飯了，我就看他一個人還站在那裡，我就問他找誰有什麼事，他說沒有，只是要找歌星，我說你要來這邊找歌星那就不對了，就這麼談起來，認識了這位王先生。結果他是星雲大師在高雄講經翻閩南語的兩大弟子之一，我去高雄玩的時候，他一定帶我去佛光山，第一次學佛就認識了星雲大師，就結了這麼一個緣，到現在他全家搬到美國了還有來往。







仲： 這個也很特別，很殊勝，為什麼在那麼多人而且一天的時間，你會在那一剎那走過去跟他講話，就是一個緣起。

勾： 奇妙的緣起，因為我那時還是演小生，戲很多，鏡頭還沒擺好，就喊馬上換衣服，忙得沒有辦法，所以更珍惜這個緣，他度我見星雲大師，從此就上了佛光山，做一些打抱不平的事情。應該聽聽仲情的故事，非常感人。

仲： 我的學佛過程沒有勾導演這麼順利，你的故事沒有這麼簡單吧！

勾： 當然了，佛光山的事情是做了很多，二十多年之後，我都一直沒有和佛光山失去聯繫，裡面的師兄弟也很看得起我，這些年一直把我寫成理事，理事又不能不理事。聽聽你的故事吧！

### 病苦的經驗，讓仲情感受深刻

仲： 不止是痛苦，生活中有很多煩惱和苦，讓我無法承擔。小時候的傳統教育，父母只一味教導我們承擔，並未教導我們去懂得人生的道理，所以到了三十幾歲的時候，開始覺得無法負荷那種多年來累積的煩惱。

後來，開啓了一個因緣，去接觸弟弟、妹妹所提供的佛法書籍，逐漸認識佛法。一直到42歲，我學佛最精進的時候，感覺內心非常平靜，停止了3天服用藥物，所以就中風了。中風時，我住在台大醫院約2個

月的時間，在那裡嘗到了人生有如活在地獄般的痛苦。為什麼這麼說？

我在醫院看到的病人都需要以針筒灌食流質食物，換尿片，擦洗，按摩，完全依賴別人來照顧。那些人都無法行動、言語。

當初看到這些情形，內在湧起了一個很大的體悟：「我不就是在地獄一般，和他們一樣，一塊兒受苦受難嗎？」

所以就下了一個決心，無論如何，一定要好起來。之後，換到單人病房時，原本須靠藥物維持睡眠與治療頭痛；但因為每天在病房誦經、持咒，依靠佛菩薩的加持，漸漸地便好轉了，不再依靠藥物了！

出院回到家中後，除了原有的定課，還加上了打坐的功課，身體便逐漸康復起來。當然，康復的過程，非常艱難，因為腦部淤血未全部消失，醫生還特別提醒，情緒必須保持愉快、穩定，否則會有再度中風的可能。那時還不能走路，就在家裡做瑜珈代替復健。但主要仰賴佛法來復原內心的穩定、平衡。

人總是有很多不好的習性，我每天不斷用佛法去修正自己，所有的人生觀都逐漸改變。後來，我跟著張步桃先生學中醫，對於佛法的理解又多了一層不同面向的體悟。

痛苦、煩惱，在中醫學上認為：會影響五臟六腑，所以因痛苦、煩惱而生病，是理所當然的，人實在需要用佛法的真理，把內心的煩惱、痛苦，作一個適當的抒解。

我常常告訴子女，你們這一代的小孩，很有福報，因為佛法興盛，接觸、學習都是非常容易。

我的習性很多，都需要依靠佛法薰習、淨化，一直到現在，我還是一直不斷地在學習，身體能復原到現在的理想狀況，實在非常感恩，入了佛門，接觸佛法。

### 勾峯是在充滿法喜、感恩的心接受佛法

勾： 我是覺得一個人在任何的情況之下，都有不同的方式接受佛法，我跟她不太相同的是，我常跟別人說我很理智的接受佛法，很高興的情況之下接受佛法。

第一次接近一位高僧，是在一個下午，夕陽西下，大師穿著薄薄的羅漢衣，我們就在外面擺了藤椅坐在那邊，很愉快，在這種高興的情況之下，法喜充滿，高雄佛光山的菩提樹那麼多，金色的夕陽從大漢溪那邊照過來，那種感覺，無拘束的聊天，他看到我去很高興，他真的很高興，然後幾乎是他在講話，在他前面我不敢講話，不知道因為他是高僧還是怎麼著，就有那種感覺說不出話來，他絕不會問一些人生上的問題，當然人都有很多挫折，他給人的感覺，他不會用佛法來告訴你應該怎麼樣，他只是用做人應該怎麼樣



，像一個長者告訴你應該怎麼樣，所以到了這麼多年之後，有時候他講經說法，我常常幫他錄影，常常覺得他沒有講太多佛經裏面某些話應該怎麼樣，是他在寫書時，寫文章時，佛經才講的比較多，如此平易近人，讓我向划水一般，咻一下就滑進了這個領域裡面。這是在一個很高興的情況之下接受的，然後又是在一個很禮遇的情況之下進入佛光山，所以我接受的佛法是真的充滿法喜，充滿感恩的心的感覺。

我記得他說：「一個出家人是很平常的，你不要把他看成神，看成仙，只不過他的專業是作一個僧人，他的專業是研究佛法，然後把他的經驗來告訴這些衆生。」有人問學佛的心態與過程他說：「我自己的感覺是小時候我今天把這個經背起來，把那個事情弄清楚了，水有沒有挑滿啦，柴火有沒有劈好啦，早上起來要去做飯，菜有沒有準備好，常常就是一個人做不了，就一個人跪在觀音菩薩面前求觀音菩薩。漸漸的長大，心智漸漸的開，修為漸漸進步，每一個階段的所求都不一樣，到了最高境界，曾認為是最高境界，請求佛祖保佑我們佛光山的出家 and 在家衆都能達成大乘心願，因為那時候剛成立佛光會，也希望能夠漸漸壯大起來。後來覺得還是不行，又發願說希望所有的中國人，不要再受外國人的欺負，能夠恢復以前那樣的泱泱大國。還是不行，就求全人類，求到最後就沒有自己了，就變成無所求。」那次他給我的感覺很深刻。



我今天學佛，我最喜歡學到兩肋插刀，所以請我來，尤其又能請到仲情小姐，我更歡喜。真是因緣際會，那時候我說要拍那部戲，她說她身體不好，我說沒關係，我幫你開車，慢慢的開，因為那整部戲是九十分鐘，為金鐘獎拍的，大部分都在屏東那地方拍，殺青了我們才回台北，回台北我就連夜開始剪，一個晚上、一個白天就把片子剪完，在那邊過的那段日子多愉快，像這樣我覺得都是一個很好的緣，很好的感受



，如果你問我學佛以後感覺怎麼樣，我覺得我心無所求，心無罣礙，如果你真的得不到，有病痛是你所抗拒不了的，是生理上的，但是心理上就像你剛講的很安穩，很安詳，所以在心理上你可以覺得不需要用藥了，但是在生理上還是要，但是我覺得日子可以過得很愉快，你每天早上起來，眼睛睜大，唉呀我又贏到一天了，很高興，雖然我拍戲趕工，不會影響到我的情緒。學佛給我的感覺，可能我的緣起很愉快，所以我到今天還是很愉快，我看到我師父就會笑，我師父常跟我沒大沒小，常跟我開玩笑。

### 個性愈執著所受的苦就比別人多

仲： 我發現到學佛總歸一句話～能放下、不執著。過去，我一直習慣用主觀意識分析事情，我執著自己的看法，所以發現受苦應該會比別人多。病後半年的靜養，不斷地閱讀佛法書籍，在一本「佛陀的啓示」書中，當我看第四遍之後，深深體會到，「五蘊皆空，度一切苦厄」的道理，因為我感覺到自己的五蘊不空，所以煩惱很多。

勾： 妳的脾氣也很好，像我是屬於O型的，個性比較急，近幾年我是覺得好很多，嘻嘻哈哈，我永遠都在放下身段，我從來沒有提起來過。

仲： 這和佛法講的一切都不執著，已經是蠻契合的。學佛就是在學這樣子，一切都可以放得下。



勾： 這個執著常常會害了很多，其實我們學佛學什麼？有很多人往往弄錯，我們可以感覺得出來，所有在傳布佛法、濟世度人的高僧，在今天來講，幾乎都是走入社會。

仲： 講到這個宗教的力量，常常讓我想到，今天如果我要不是學佛，我絕對沒有辦法過我的後半輩子。

勾： 你的個性比較外柔內剛，我很奇怪，從小就有說不出的第六感，看相，常常碰到很靈驗的事情，比方說，我最近常想到某人，某人就出來了。常碰到這樣的事情！

仲： 剛剛勾導演講的，有關感應那些，其實我本身也有過，我中風了以後是昏迷的，女兒才五六歲，她會打電話到台大叫救護車，我昏倒的一刹那，還好有她，我之前跟她有提，萬一有一天媽媽昏倒了，你要叫救護車，那天我昏倒，她就開始打電話給哥哥和姊姊們，打完這個電話以後，她才跑到門口放聲大哭，他哥哥姊姊還以為她是想要有伴，叫他們回來陪她，因為她只告訴他們，「媽媽昏倒了，快回來我很害怕。」

到醫院我人還是昏迷的，醫生要幫我斷層攝影，斷層攝影可能要折騰很長的時間，這個中間我醒過來告訴醫生，「我檢查過這個東西，我不檢查了！」我就又昏過去了，他們還硬要推我去檢查，結果他們在推我的期間，我的腳去擋到門檻，一腳擋住門檻跨在上面，我不肯出去，後來我家人說，既然我媽媽不肯檢查，那就不要檢查，後來才知道在腦出血的時候，不要翻動太厲害，血才不會一直滲出來，我想是佛菩薩在暗中保佑我。

### 有了喜悅就沒有殺戮

勾： 我是因為工作比較多的關係，自修的機會比較少，



因為全家都在美國，我一個人在台灣個人的時間比較多，所以會有一個截然不同的大差別，工作的時候很多人好緊張，突然工作完畢回家一個人，必須在不同的領域尋求自我生存之道。但我發現我調整得非常的好，當然在這裡面有什麼好處呢，他給我很多時間去想這件事情，讓自己的腦筋清醒下來，當然，一個凡人要放下是很難的事情，我們也只能說盡量去做，如果能夠放下當然就能自在了，你跟任何人相處，碰到任何事情都會覺得很歡喜，當然歡喜也不可能歡喜太久，因為有陰晴圓缺。

人生本來要離苦得樂，學習佛法在今天的社會裡，不是要學他的道理，而是要給我們什麼樣的幫助，你領悟到某個程度，但是你有辦法讓別人也能夠領悟到那個程度，我覺得很多人去學大道理，像以前很多人去學拜佛，拿香拜拜求自己，一天到晚要求，還有深入的去學個佛學，研究佛經裡的道理，研究到他自己都弄不清楚，這個有多深奧，如何把佛能夠深入我們的心中，讓我們人與人之間生活可以改善，精神方面可以帶到極樂世界的喜悅，因為有了喜悅，大家都很歡喜，就沒有殺戮，沒有害人的事情出現，我想就不會像今天社會這個樣子。

我今天就是生活中、工作中有學佛，我能夠悟道，其實對於人生的一種看法，一種感覺叫做生活禪，生活如何把禪意帶進來，禪並不是花很多錢把家布置得很漂亮，我覺得都不是，而是自己的信念，能不能感

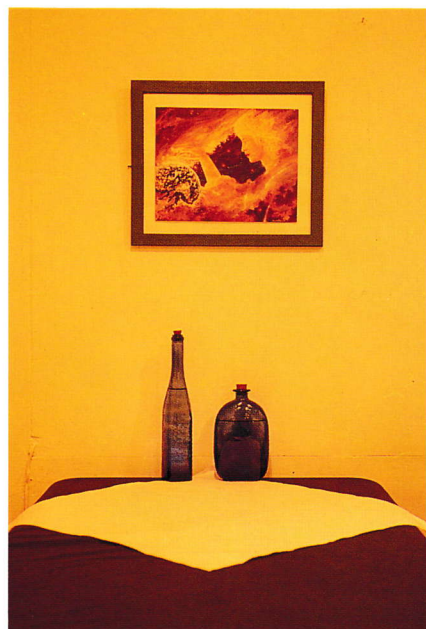






覺到那種「看山是山，看水是水」的意境，當然我們做不到那種「看山是水，看水 is 山」的意境，不可能，那我覺得就是把這種感覺跟大家講一下，我覺得這樣很好，為什麼呢？因為我覺得只要你把佛把禪的深意帶在生活中、演講中，你甚至會從很多人中間得到很多。

我剛剛談到施跟捨的問題，我學佛很多是從這邊學來的，有時候我們理監事要負一個責任，每年要評判佛光會的一些團體或個人他所得的一些獎，這個獎必須自己要有一些行為，比如說布施，功德作的多，自己去發心爲了團體、衆生，經過層層評判之後敲定他真的能夠得到這個獎，我想這個獎是一種很大的榮譽，有一次我從一堆完全不要的垃圾裡抽出一些資料，我說這個應該得獎，兩個拾荒的老夫婦，是佛光會的會員，我今天一個月賺兩萬好了，一千兩千我可以拿出來，很簡單，可是他是拾荒的，他支持這件事情錢





那裡來，他們去收集人家不要的紙箱，賣了錢來支持這件事，這個精神真的是太不容易了，我覺得他們真正應該得獎，真正應該作為佛光事業的典範，真正的慈悲，真正的菩薩，我從那邊學到了慈悲，慈悲就在眼前。

### 養成時刻皆是慈悲喜捨的心

仲：這跟佛家講的：「燒香十萬柱，不如善心一念起。」一個人只要能起一個善念，就能成就很多事情。我也是後知後覺的人，學佛以後才知道人一念可以生萬法，一念可以是無明，也可以是真心，當初我為什麼會學佛的緣起，是因為我覺得自己受益於佛法，應該要把佛法介紹給更多的朋友們去接觸，讓他們也受益於佛法。

就像勾導演講的，這個社會就是缺少一份自己受苦的時候你會去關懷，別人跟我們是同樣的苦的這一念。我也常跟我的兒子們講，一個人什麼命運，就會帶來什麼個性，像勾導演一樣，他過去世是修禪的，所以他就很容易放下。我常奉勸人家學佛，即使苦口婆心，他們也都不一定會來參與，不過也都沒關係，我請十次來一次，也許這個緣就起來了。

勾：在我們這個圈子裡面，形形色色、各式各樣的人都有，但是最多的是名和利，如何在「為名」和「為利」之外，還能夠去影響別人向善，不要做金字塔最頂

尖的人，那太難了，沒有幾個，也不要做金字塔底層的人，我們能夠做中間的人，幫助這個社會，讓這個社會更加祥和，更加清淨。金色蓮花雜誌真的非常不容易，在這樣的環境下一直在做這樣的事，我們也就是說從個人先做起，再去影響其他人，能夠影響一個算一個。

仲：我的學佛機緣跟別人有點不一樣，像勾導演應該過去世修得蠻好的，所以他學佛的過程很歡喜，你這種在歡喜，不受苦當中能學佛那是更難得，一個人通常在受苦的時候才會找一個真理去依靠，他在歡喜的當下可以學佛，我覺得這是善根，很好的因緣。我這個人的個性比較想不開，現在的我也可以在病苦的環境中面對。我心存感恩，如果没有佛法也許我現在還躺在病床上怨天尤人。

學佛的過程到現在，需要感恩的人很多，包括朋友、弟妹。在養病期間大多數研讀聖嚴師父著作的佛學書籍，才能夠分辨正信的佛法是什麼。身體方面，除了感激醫生外，還要感激張步桃教授的指導，更要感謝陳學明居士不斷地教導我生活的禪。目前，跟鄭振煌教授學習佛法，並與數位志同道合的親友共修，研討佛法，希望把我所作之功德回向給一切眾生，以及我的父母。

希望能有更多的人，一起來學習佛法，就如同聖嚴師父所提倡：人間可以是淨土。☸





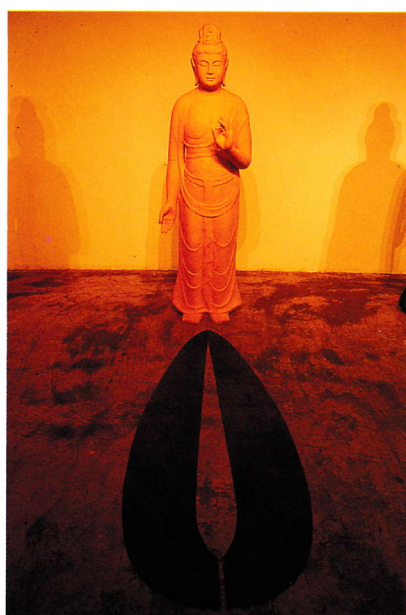
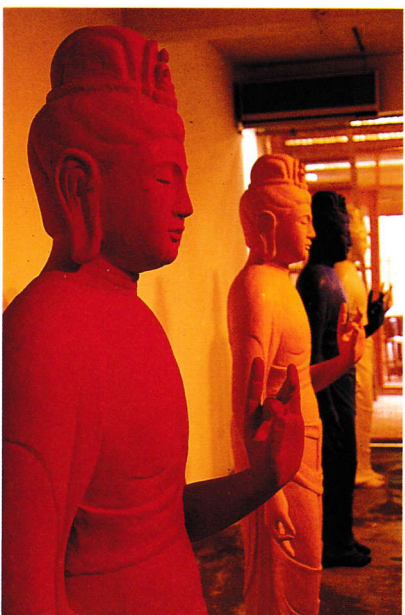
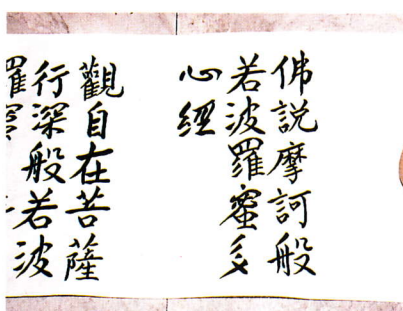
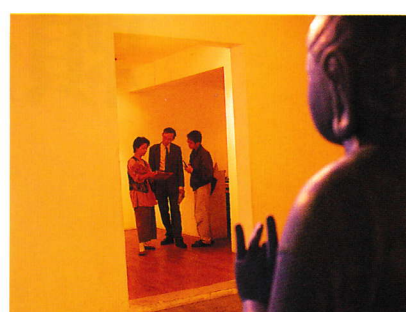
# 賴純純的心器

——文／賴信仲——

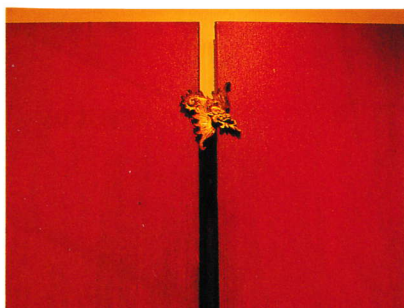


「心」乃是承載著千萬念及罣礙的容器  
也是人最主要的中心  
因此每個人都擁有一個心器  
賴純純希望透過藝術的創作  
提供給所有人類一股正面的能量





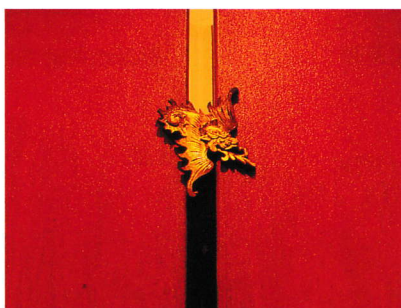




長年旅居美國的賴純純於1995年回到台灣，內心深深感受到台灣充滿了一股不可思議的負面能量，而這種負面能量的熱度，使得各種社會現實反應出人性中的暴戾、貪婪、囂狂及心靈受驚後的惶恐、迷信、畏縮、沮喪等等社會病態。

### 『心器』釋義

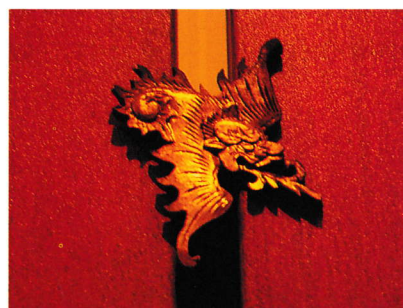
此次賴純純於「伊通公園」展出的《心器》作品概念，即是出自對於般若心經的領會。「心」乃是承載著千萬念及罣礙的容器，也是人最主要的中心，因此每個人都擁有一個心器。



### 心靈提升與直接感動

而這次的展覽中，賴純純以五尊與人等高之站立觀音菩薩像，分別以紅黃藍白黑五色之形像出現，安靜凝視著各別不同之鉛影。賴純純認為，塑立與人等高之觀音菩薩像，可以給人一種親切感，並且在這樣祥和的磁場下，我們更能感受到觀音菩薩的大慈大悲，進而讓我們的心靈獲得提升。形式相異之鉛影，訴說著賴純純對於大自然的熱愛，在素樸的圖案之中，也傳達給欣賞者一種直接的感動。

另外，賴純純也說明在書寫心經時的感受，類似於靜坐的經驗，在內心深處產生省思及洗滌的作用，情緒得到了沈澱，思想便愈清明。因此，書寫心經的體悟，對賴純純而言，無疑地也成為一趟靈性之旅。



### 藝術創作之真義

然而，他看到目前台灣藝術的創作，在多元的形態和價值觀下，只有感官刺激的表現，遺失了以精神性做為藝術深層內涵的原點，以及藝術做為文化表現中之文化特質，因此他認為藝術應當具有清晰的文化特質和精準的藝術性，才能使人類的精神得到共鳴與提升。

由於愛台灣，賴純純從1995～2000年計劃性地推出九件《心系列》作品，希望藉由藝術創作，提供給社會以及所有人類一股正面的能量。心系列所探討的對象是人類精神的另度空間，以視覺藝術為主，涵以中國文字書寫、雕塑、繪畫及裝置等之綜合形式，相信在欣賞的過程當中，可以深深感受到賴純純真摯誠懇之心。



# 來一客世界美味素食！

## ——泰式鳳梨飯

本期風格：泰國



美食名稱：泰式鳳梨飯

特色：亞熱帶的風情

廚藝演出：廖美真



修行的另一種方式是：  
吃我們喜歡吃的東西  
而且要  
了了分明  
吃泰式料理  
學習泰國佛教心法  
讓你飽餐快樂修行的滋味









## 材 料：



鳳梨



素火腿



冷凍什錦蔬菜



椰漿適量

煮好之米飯



## 饕 家 鑑 賞：

- 有南風的味道。
- 想咀嚼道地泰國風味，不能忽略泰式修行的念住與觀照。
- 泰國佛寺的金色印象，一念迴旋間彷彿全轉進了溫熱噴噴的鳳梨飯中。



圖片提供 / 泰國觀光局

## 作 法：

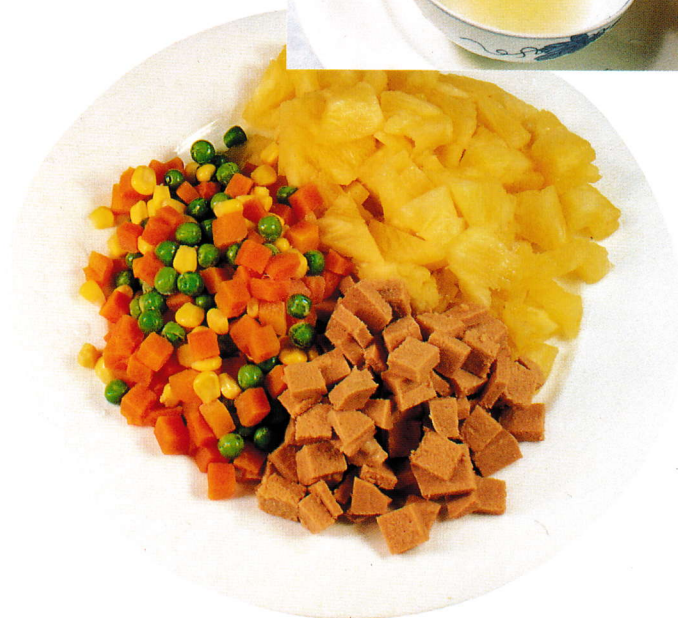
1. 鳳梨直剖成兩半，果皮保持完整，將果肉挖出切丁備用。



鳳梨之湯汁可留下來備用。



2. 素火腿切丁



3. 起油鍋，倒入素火腿丁炒熱，再加入冷凍什錦蔬菜炒勻。







4. 加入米飯一起炒，再倒入椰漿及鳳梨汁炒勻，最後以少許鹽調味即可。



5. 將炒好之鳳梨飯，填裝於鳳梨殼內即可上桌供食。



## 美味小祕訣：

在炒飯裡加椰漿，可增添炒飯之香味及口感。

## 要 領：

1. 因炒飯還要加入椰漿及鳳梨汁，故飯要煮得比平常的飯硬一點，就是在煮飯時水少一點，若飯太軟炒得時候容易糊掉。
2. 或者在煮飯時以椰漿取代部份的水來煮飯。

## 備 忘 錄：

1. 鳳梨可用鳳梨罐頭來代替。
2. 若買的鳳梨較酸，炒飯時可加些糖來調味。
3. 椰漿可以用椰漿粉加水調和來代替。



# 特別專題

# 佛學與企管

也許一般人很難相信，這之間天高皇帝遠，怎麼可能扯上任何關係？

不過，新一代的管理大師彼得·聖吉（Peter M. Senge）

在其1992年榮獲世界企業學會（World Business Academy）最高榮譽的開拓者獎的著作「第五項修鍊」中（The fifth Discipline），便利用了佛陀在大般涅槃經所開示「瞎子摸象」的故事，來說明「學習型組織」這項引領企管主流思考的中心思想：

「不可分割的整體性」。

簡單而言，所謂的第五項修鍊，就是植基於「不可分割的整體性」，所作的「系統思考」。

彼得·聖吉說：

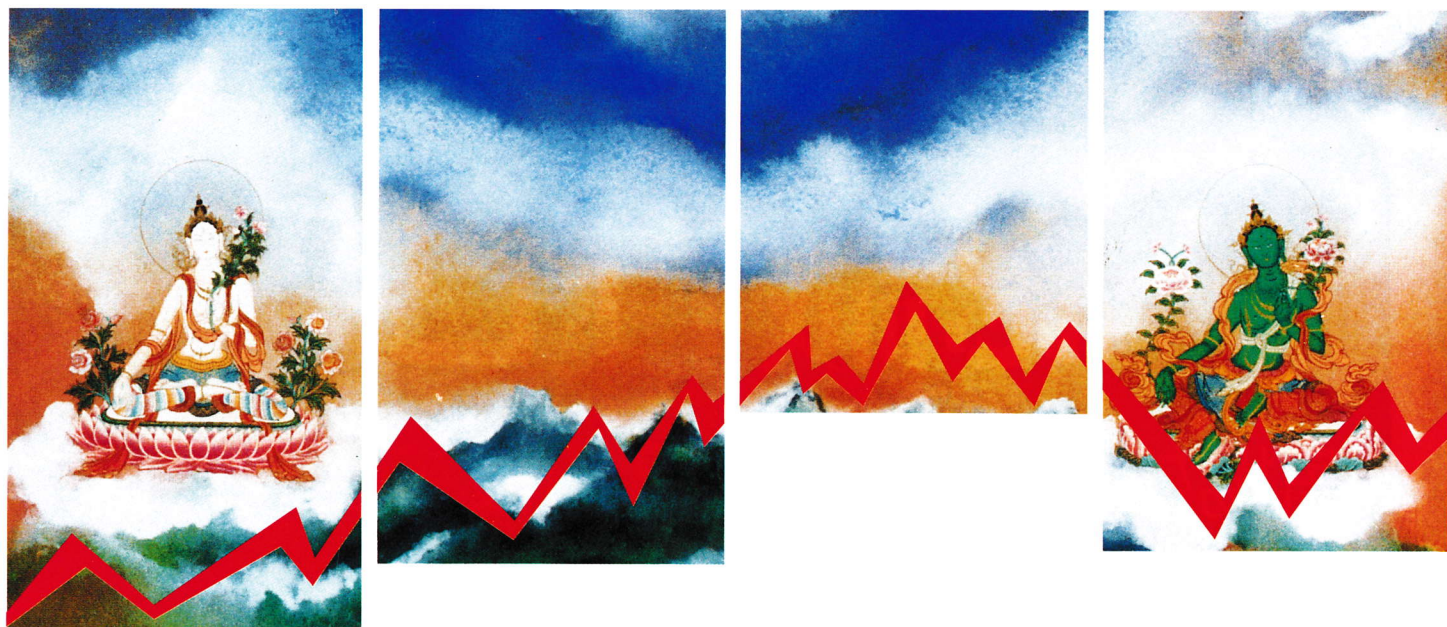
「三個瞎子與許多公司製造、行銷、研究的主管有雷同之處；

每一位主管都清楚的「看」到公司的問題，

但是沒有一個人看見自己部門的政策如何與其他部門的政策互動，  
按照這些人思考的方式，他們永遠不會知道一隻大象的全貌。」







彼得·聖吉一再強調的就是，千萬別重蹈西方人過去分割思考的錯誤，並提供了一條新的思考出路，不僅是企業管理可應用的途徑，也是所有生命體，小至個人，大至全人類，都可以從古老的智慧中找到新啟發的方式。

「第五項修鍊」這本連續三年名列全美暢銷排行金榜的書，雖然在企管叢書列名，其中卻具備哲理思考的深度與廣度，扼要來說：

#### 第一項修鍊「自我超越」

與佛法中小乘的管理中，以人為起點的自度階段密切相關。

#### 第二項修鍊「心智模式」

與佛法中自覺、「觀照」的修持，有異曲同工之妙。

#### 第三項修鍊「共同願景」

與佛法中「四弘願」「普賢十大願王」「阿彌陀佛四十八大願」等等自利利他發願的法門，本質上有其相通的體會與觀察。

#### 第四項修鍊「團隊學習」

與佛法大乘的管理，更是不謀而合。

佛陀講經說法，那一次不是運用了「創造性羣體交談能力」，使聽經聞法的衆生，隨類得解各沾法益。而走向究竟成就的唯一途徑，也必須是法華經中提示的與衆生一起成就的團隊學習。

#### 第五項修鍊「系統思考」(System Thinking)

佛陀其實就是一位「系統思考」的完美實踐者，每個當下都能清楚的觀照無量的緣起與條件，做出最適當的抉擇或沈默。法華經中的化城喻品的故事，正可以說明佛陀善巧利用「結構影響行為」原理，來引導衆生迴小向大的一項安排。

上述佛學與企管的會通思考，不僅是金色蓮花編輯羣的個人體會，事實上，「第五項修鍊」的作者彼得·聖吉，在序言表明了以靜坐冥思來開啟與讀者的溝通和對話；「第五項修鍊」的導讀者楊碩英教授，也特別以佛法「見」、「修」、「行」的修證綱要來期許讀者掌握「第五項修鍊」內容的精髓。而本次專題，只是一個拋磚引玉的起點，希望未來有更多人在浩瀚佛法中、尋找到更多的學術啟發，去利益更多的人。

此次「佛學與企管」特別專題，計提出四項修鍊提案作探討

**修鍊提案一：認識自己**

**修鍊提案二：七項學習智障的佛法分析**

**修鍊提案三：第五項修鍊法則的佛法觀察**

**修鍊提案四：永續經營的企業與修行**

歡迎讀者與我們一起加入對於「學習型組織」討論的行列！



# 認識自己

“商場如戰場” “知己知彼，百戰百勝”

——文／黃連盛——

所謂“商場如戰場”，“知己知彼，百戰百勝”，由此可見了解自己的重要，許多企業的失敗，亦多敗在過於高估自己的能力，要不就是缺乏如實坦然面對自己優缺點的能力，及強大的反省與觀照能力，而這些能力的培養，不管是對領導者、管理者甚或部屬來說，其實都可以在日常的工作生活中發展出來。

## 發揮「心」的力量，從認識自己開始

然而，作為生活在組織叢林中的現代人，除了事業的成功外，如何找到“身心安頓”處，如何自紛擾不安，複雜變化，忙碌、無意義感的物化及異

化生活中，解脫出來，實是更重要迫切的需求，而佛法的智慧告訴我們，這兩者其實是可以兼顧的，只要你掌握到重點，學習到精髓，即使是處在忙碌的生活中，一樣可以事業成功，修行成就的！

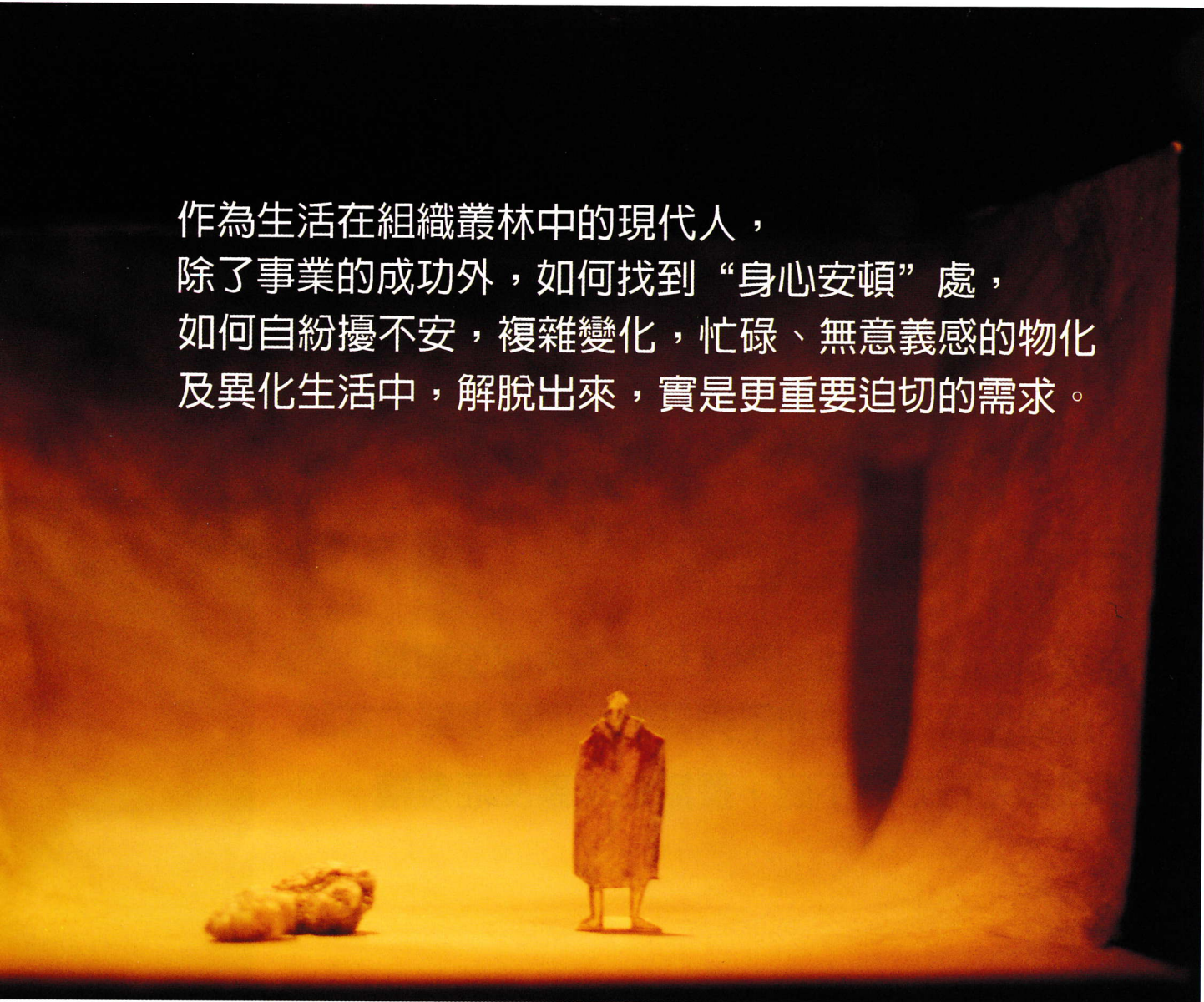
那麼，重點在那裡呢？就在“心”！萬法唯心造，因此了解自己的心，是第一步驟。我們真的認識自己嗎？想想看「我是誰？」或者反過來問「誰是我」，我們的身體每天都在變化，我們的心念遷流不已，到底什麼時候的我是我？由此可見「我」其實是一直在變化當中的，沒有一定的實體的，因緣和合而成的，佛法名此為「空

」，「如幻」，可見得「空」並不是什麼都沒有，正確的說宜是「不執著於一切」，不執著於“「我」是不變的存在”，也不執著於我所擁有的一切有形的物質、無形的觀念等，因為一切都是變化不已的，不過對於執著的人來說，卻是實實在在的，有的為此不知變通，喪失機會，有的為此煩惱終日，尋不著解脫法，有的為此終生汲汲營營，卻不知所為何來，得到時快樂，失去時痛苦，歡聚時快樂，分離時痛苦，生命的基調，就這麼定型了～而這就是輪迴！

洞見轉折的智慧 掌握契機



作為生活在組織叢林中的現代人，  
除了事業的成功外，如何找到“身心安頓”處，  
如何自紛擾不安，複雜變化，忙碌、無意義感的物化  
及異化生活中，解脫出來，實是更重要迫切的需求。



圖／1997 李名覺舞臺設計回顧展

在我們的工作生活中充滿了許多輪迴的苦痛，明明是轉機卻變成危機，明明想要解決問題，卻製造了更多的問題，僵化的思維，與慣性的反應模式，卻要面對瞬息萬變的自己與環境，焦慮、不安也就隨之而來。其實我們可以不用活得這麼辛苦，只要我們願意回到“自性”當中，回到“空”的狀態，回到“純真”的心，一切由這裡出發，我們真的可以如實的，坦然的，不扭曲的，不加油添醋的洞視現象界的一切，同時並保持心的自在、解脫與純真。當心不再跟著現象界起舞，一切都回到了本然，我們會赫然發現對於自己，對於環境，對於一切的現象，會自然而然的湧現出深刻的洞視

。

然而，我們追求外塵的，不知往內觀照的習氣是如此根深蒂固，以致於我們總是被一連串自己設定的問題所綁住，也總是希望能獲取更多的知識、技巧、資訊、資源、人才……來解決我們的問題，我們的心，漸漸的迷失在“目的—手段”中，於是乎當現象界的一切變得混沌、複雜、多變時，我們的心也就跟著下去了，矛盾、無所適從、緊張、壓力及緊跟著而來的是高血壓、糖尿病、中風、癌症……等現代文明病，接踵而至。“我”變成由一連串外化的符號來界定：年齡、出身、學歷、工作經驗、輩份、職業、性別、種族、黨派，……而跟著就

是：尊卑、高下、好壞、多少、男女、主流非主流、本省人外省人……及一切因之而來的煩惱障與所知障！

既然問題出在心的外求，那麼何不試著走另一條路看看～回到心，重新“認識自己”，不管好壞，不管如何不堪，承擔起來，接納一切，進而不斷的改進，而在這不斷的放下分別執著的過程中，也培養了我們如實的，充滿包容的，勇敢的面對一切的企業內外環境的能力，當“心”找到了出路，得到了真正的自由，許多的問題，也就不再是問題，而一個團隊中，愈多的人了解到這一點，這個團隊就愈能高效能的、沒有不必要的葛藤牽絆的全心以赴於任何的挑戰。



# 七項學習智障的佛

——文／陳子軒——  
(師大數學系碩士)

## 一般人在學習心態上 出了什麼問題？

在最新的企管理論發現了佐證，大部份組織常犯的學習智障並非不夠努力，而是愈努力嘗試卻因努力的方向不對，長期的後果反而愈糟。

人生無時無刻不在學習，但由於學習的方向和心態迥異而使學習的效果有如天壤之別。學習是爲了使生命更加圓滿，生活更加充實。學習能力不佳，不僅是個人的損失，甚至造成他人或團體的傷害。而要想增進學習能力，必須從學習的心態來著手，當我們有了健全的學習心態和觀念，不僅學習能力倍增，也輕易地建立起良好的人際關係。一般人在學習心態上出現了什麼問題呢？在「第五項修鍊」中提到學習能力不佳的原因有七點。佛法是救世的大靈丹，可使我們的心靈作一番澈底的改革進而建立完善的世間。因此，本文將從佛法的觀點切入，來闡釋這七點原因：

### 一、侷限思考：

現代社會職務的分工化，使人們只專注自己的工作，卻忽略了整體性的考量，而使得工作效率比別人差。尤其是事情與自己關係愈大，就欲容易陷入此種狹隘的思考中。六祖壇經中有一則著名的公案：「不是風動，不是幡動，是仁者心動！」正可說明人類習以爲常的慣性思考，是有所侷限，因此，佈滿了陷阱，由於無法透視主客觀條件的全般變貌，以此不完整的觀察所下的判斷，必然產生錯誤抉擇死角。佛法的教導是不鎖定式的專注，也就是不和妄念相應。透過禪定的練習以及無私的去幫助別人，我們的思考就會逐漸擴展，而對於侷限表相具有直覺性的穿透力，可以正確輕易的完成一項工作。



# 法分析



攝影／周玉卿





攝影／周玉卿

## 二、歸罪於外：

當事情發生時，我們總是將錯誤原因歸罪於外在的環境。記得禪宗有一公案：二位弟子爲了某事起爭執，要求禪師評理，禪師給予的回答是都對，待弟子出，侍者不解亦問，禪師答：你也對。當我們會了欣賞別人的優點，包容別人的缺點，對自己也就學會真誠的對待，把歸罪於外的時間拿來改進缺點，是最聰明的做法。

## 三、缺乏整體思考的主動積極：

主動積極是做事的必要條件，但卻不是充分條件。缺乏對整體的前瞻性，可能會事倍功半，甚至勞而不獲。古人有云：三思而後行。在佛法強調般若空慧爲導的正確修行。錯誤的方向不管如何的努力也不會到達目的地。如同我們很難改變的習慣，去壓制它是沒有用的，只有不斷用功，當業力化解了，就改正過來了。故善良的對待自己，看清現在的條件性，做出最適當的規劃，逐步實現，才是最有效率的方式。

## 四、專注於個別事件：

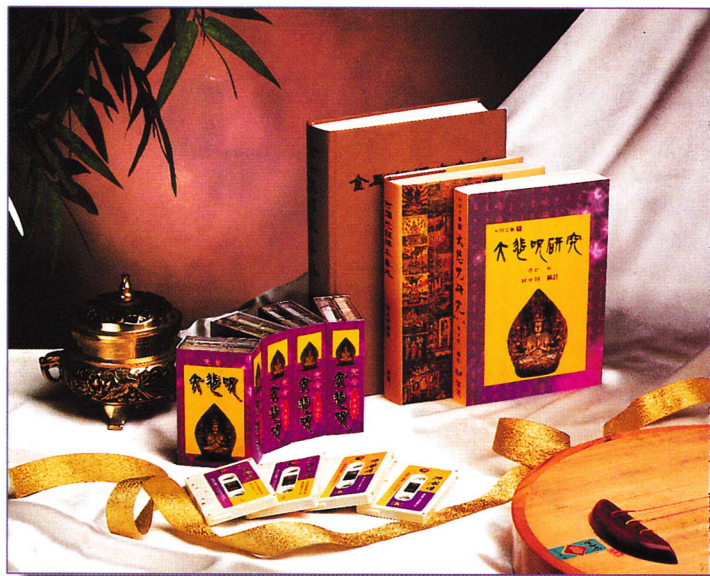
我們的外在環境充斥著各類事件，但我們往往以片段地專注於個別事件的方式來處理問題。看似專注，其實已失去了對全盤的注意和了解，也失去了對問題前瞻性的考量。在達摩和梁武帝的公案中，我們可以看出，由於梁武帝只專注於布施的功德，而聽不懂達摩的開示。因果甚深難測，任何事情其來有自，唯有超越幻相的大智慧，能洞悉一切事物背後的原因。

## 五、煮青蛙的故事：

往往我們對很多緩慢變化的危機毫無察覺而遭到致命的威脅。這樣的習慣不斷在我們的生活中出現，如各種環保問題便是一例。佛陀在法華經中有「三界如火宅」的譬喻與煮青蛙的實驗如出一轍，實在引人深思。佛法的宇宙觀非常深廣，生死輪迴是最令人怖畏的，也是最不易爲人所察覺的。對於個人生命，要精進修行，如救頭燃，對於企業生命體，一樣要努力做正確的回應，才能永續經營。



# 光明文集



## 六、從經驗學習的錯覺：

我們從小到大往往依靠過去的經驗來做為做事的主要依據，但經驗法則有其時空限制，而且充滿了不確定性。缺乏不執著的空性為根本基礎，會使經驗成為心靈的限制，而非學習成長的標竿，金剛經云：「法者筏也，法尚應捨，何況非法。」正是提醒我們不要誤蹈了「從經驗學習的錯覺。」萬法因緣生，每一個緣起含藏了千變萬化的條件，絕非經驗法則所能含攝，因此唯有培養出世間的大智慧，以客觀的態度來面對，根據緣起的不同，做出不同的回應，才是有效的管理。

## 七、管理團隊的迷思：

由於自我意識的作祟，使得一羣有經驗的專家所組成的團隊，由於欠缺內在清淨的共識，反而無法發揮應有的功效，所有的力量，彼此互相抵銷，這是一種非常浪費的方式。

故佛家所提倡的無我是非常有深意的，禪宗也說：大捨而後大得。當我們忘記自己，而一心一意付出時，內心的喜悅是無法言喻的，如此不但同時完成了別人，也幫助了自己，每個人都是主角也是配角，大家一起完成了工作，也美化了人生。

以上的七種學習智障，是每個人、每個組織都屢屢遭遇、經常發生的，而這些確實是造成重重問題的主要原因。我們想要有良好的學習，進而獲得快樂的生活，這些障礙確實需要去克服的。佛法在這些障礙上提供了很好的解決之道，它直接透視生命，再回過頭來解決這些問題，引導我們走向光明，走向幸福之路，但這一切需要人們有恆心的修持下去，才能穿透萬相，到達成功的彼岸。

## 本社銷售林光明先生之著作及梵文咒語錄音帶：

1. **大悲咒研究**：含梵文大悲咒與英漢譯文，及大悲咒梵文發音法、結構分析與記憶法等文（定價：400元）
2. **往生咒研究**：含梵文往生咒與英漢譯文，及往生咒的地位分析等文（精裝定價：500元／平裝定價：400元）
3. **金剛經集成**：含梵、英文及舊新諸漢譯之分段對照、及諸本差異試析等文（特價：700元）
4. **阿彌陀經集成**：含梵、英、日文及舊新漢譯之分段對照、及「阿」彌陀佛或「喔」彌陀佛等文（定價：450元）
5. **梵文錄音帶**：印度國際大學穆克紀教授及林光明先生恭誦  
已出版：梵文大悲咒（二捲250元）、梵文往生咒（一捲150元）、梵文略本心經（一捲150元）  
將出版：楞嚴咒、十小咒、光明真言、梵文廣本心經、梵文金剛經、梵文阿彌陀經、梵文普門品

**梵文大悲咒教學**：〈大悲咒研究〉著者林光明先生訂於：  
4月4日19:00~21:00，在台北市安和路一段27號10樓安和分院，講授梵文大悲咒念誦法，歡迎自由參加。

信茂出版社

地址：台北市民生東路5段69巷2弄36號

電話：(886-2) 764-5131 · 765-7420 · 傳真：(886-2) 763-2778 · 763-6567

E-mail: dodecyl @ ms9.hinet.net · 郵撥：帳號18889921號；戶名：陳慧珍



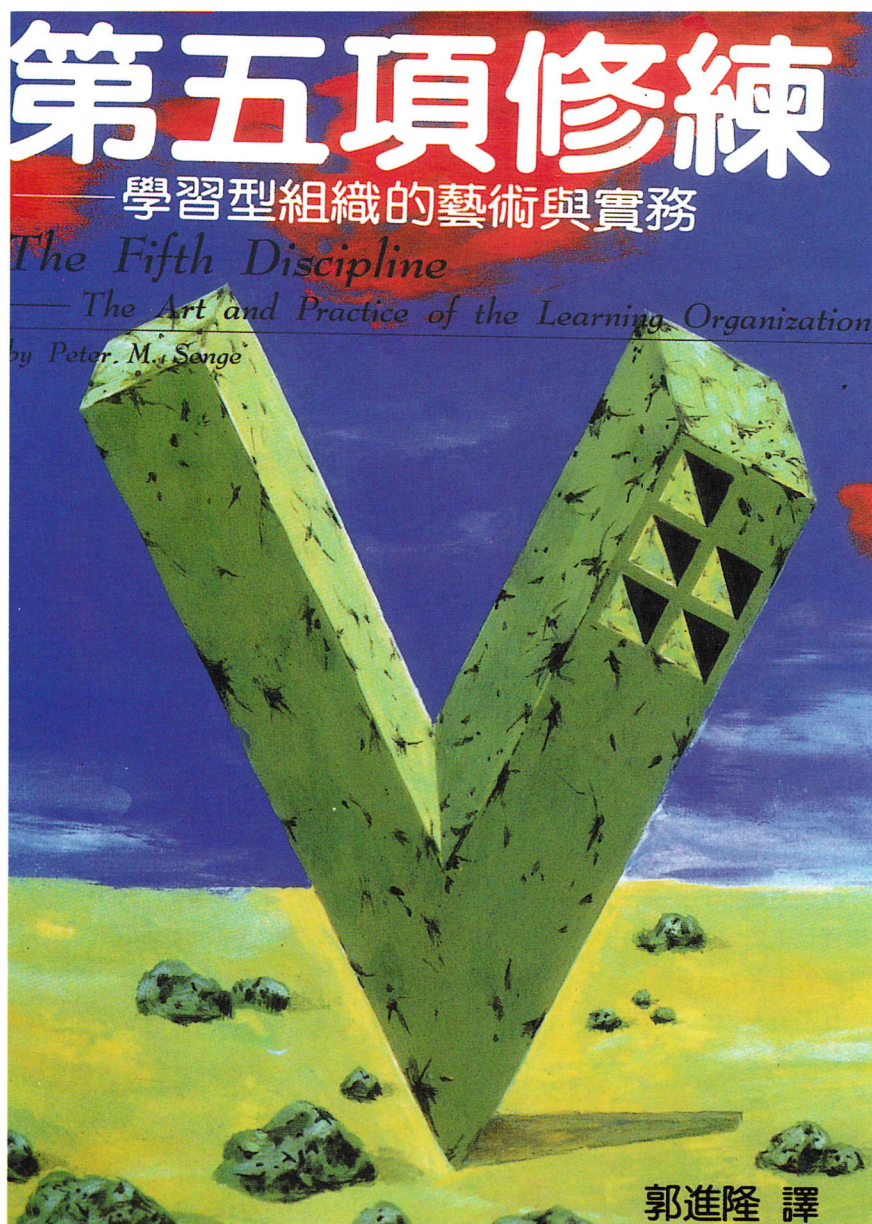
特別專題

佛學與企管

修鍊提案三

# 「第五項修練法則」

新一代管理大師彼得·聖吉  
提出「系統思考」，以破解當代片



——文／陳守強——

（美國科羅拉多州立大學土木工程碩士）

書名：第五項修鍊

作者：彼得·聖吉（Peter M. Senge）

譯者：郭進隆

審訂者：楊碩英

出版：天下文化出版

類別：企管財經

圖／第五項修鍊 天下文化提供



# 的佛法觀察

## 段思考的危機。



攝影／周玉卿

**對**於我們處身的渾沌世界，作者彼得·聖吉如此描述：「動態系統（dynamic system）是非常微妙的，只有當我們擴大時空範圍深入思考時，才有可能辨識它的整體運作的微妙特性。如果不能洞悉它的微妙法則，那麼置身其中處理問題時，往往不斷受其愚弄而不自知。」

這段話令我想起詩句：不識廬山真面目，只「緣」身在此山中！然而，「緣」既已如此，有方法改變嗎？佛經云：「聞」、「思」、「修」，入三摩地！透過聽聞、思惟、修行等三大步驟，就是識得廬山面目的不二法門。

滾滾紅塵中，全人類最大的執著

與妄念就是「時」與「空」，你我既已三界受生，這五蘊假合的色身就要被「時」所催逼、被「空」所侷限。人的一生：七情六慾、熱惱熾盛、衆苦煎逼；不想提起的，每每提起，應當放下的，總難放下；色身即三界！色身即火宅！

菩薩清涼月，常遊畢竟空！爲了度脫苦難的芸芸衆生，大悲、大智、大願的菩薩，甘願忍受輪迴劇苦、三界受生。菩薩的色身難道就不受時空捆綁？菩薩非木石，菩薩也會痛！能不爲風動，不爲幡動者，非「身」是「心」！菩薩是人，是一個不願下墮而有強大解脫意願的人！

作者所稱之微妙法則共有十一項

，分述如下並相應以佛法。

### 一、今日的問題來自昨日的解

作者如是說：「素來銷售領先的公司，可能發現這季的銷售銳減。爲什麼？因爲上一季高度成功的折扣活動，吸引許多顧客提前購買，而使本季市場需求遽降。……以上解決問題的方式，只是把問題從系統的一個部份推移到另一部分，當事者卻未察覺。這是因爲在系統中解決第一個問題者和承接新問題者經常不是同一人。」

這讓我想起中國成語如：挖東牆補西牆，寅吃卯糧、殺雞取卵、竭澤而漁等等。生命若不能宏觀，將造成本位主義、各自爲政、力量相抵、資源浪費、互相攻訐等現象。人類不是不夠聰明，往往是錯用了聰明，或者說是聰明錯了方向。爲了解決自己的問題，卻製造出一大堆問題讓別人去解決，人人如此、惡性循環，這世間自然充斥著各種糾結無解的難題。

是什麼原因造成生命不能宏觀，即佛經所云：所知障（知解上的迷惑）！自私就能自利嗎？不能與愛、無私、平等相應的知解，其所知終將成爲革新與進步的障礙。



### 二、愈用力推，系統反彈力量愈大

作者如是說：「系統思考對這種現象稱作『補償性回饋（compensating feedback）』，……當一項產品在市場上突然失掉吸引力時，公司便更積極推動行銷，例如在廣告方面投下更多的金錢、降低價格等。這些方法可能把顧客暫時拉回來，但在資源有限的情況下，割肉補瘡的結果，只是讓服務品質衰退。……戒煙會使某些人體重增加，身材變差，形成新的壓力，為了解除壓力就開始抽煙。……不論是透過積極干預或徒增壓力的克制本能，更加用力推進只有令人精疲力竭。……堅信努力工作將克服所有障礙，這將使我們無法看見自己，反而助長這些障礙。」

佛家偈語有云：手把青秧插滿田，低頭便見水中天，心地清淨方為道，原來退步是向前！迎向光明的路上，能包容黑暗嗎？禍福相生相倚乃《易經》變易的道理。大千世界裡的萬象，一切隨「緣」展現，如何才是一位聖之時者？「因地」只管努力，「果地」切記隨緣！俗話：山不轉，路轉！心裡的執著愈大，橫在眼前的山愈大，何必干預呢？禪坐時的妄念變現，是否必須用力克制？生性中暴躁的習氣，是否必須無情的韃伐？

只消回到平靜，勿須痛惡暴躁；只消回到正念，勿須驚惡妄念；有時，沒有任何介入才是最佳回應；心情放鬆，路才能轉。如果「心」不再分別染淨、對錯與高下，此時，沒有「推」的作用力，就一定沒有「反彈」的反作用力！這是牛頓物理定律，也是佛理。

### 三、漸糟之前先漸好

作者如是說：「許多管理的干預行為，常在惡果顯示之前，呈現良好的假象，這是為什麼只重表象的政策性決定常製造出反效果的原因。……典型的解決方案常可在開始的時候治好症狀，我們覺得好極了，誤認為現在已有所改善，或甚至問題已經不存在。但在二、三年，甚至四年之後，以前的問題會再回來，甚至有新的問題因此而引發。」

「心」是無形無相的，於是在修行的道路上，一不留神就會在「相」上追求。其實跌倒了就爬起來，應是甚為平常的事，難道一定要問清為什麼會跌到才肯爬起來嗎？或者先怨天尤人、自怨自艾一番？有的人會問：我已經努力行善了，怎麼還會遭小偷？我已經拼命守戒了，怎麼還會生病？我已經每天靜坐數小時，怎麼還會發脾氣？怎麼還沒有開悟？

人生都在追求一個「好」字，但什麼才是「好」呢？標準在那裡呢？在分別、判斷漸糟或漸好之前，也許更應該思惟什麼是真實？修行不是一種不管人、事、時、地、物等因緣條件的無謂堅持，最近才體會，修行人必須和光同塵而非做個特立獨行的怪人。

### 四、顯而易見的解往往無效

作者如是說：「在日常生活中，應用熟悉的方法來解決問題，好像最容易，因此我們往往固執的使用自己最了解的方式。……當我們努力的推動熟悉的解決方案，而根本的問題仍然沒有改善，甚至更加惡化時，就極可能是『非系統思考』的結果。」

遭小偷、生病或發脾氣是過去生所種惡因，在今生必須親嚐的苦果，以了業的觀點言，沒有什麼好或不好的問題，發生只是發生，怎可歸咎或質疑今生的行善、守戒或靜坐沒有功效？進一步思惟，行善、守戒或靜坐一定要帶有目的色彩嗎？所謂「非系統思考」其實就是中國老古人所說的「見樹不見林」，修行人愈早學會尊重緣起，愈不會自尋苦惱，也不會搬石頭砸自己的腳。

也許並沒有什麼問題，何必杯弓蛇影？外境其實不嚇人，是人心底層的恐懼、不安在作怪！外境是心境的延伸與反射，當外境出了問題，表示心先前已出了問題。有沒有顯而易見的解？如果有，一定在心，而不在現象上。





### 五、對策可能比問題更糟

作者如是說：「有些人以飲酒來消除壓力，沒想到後來卻養成酗酒的惡習。應用非系統的解決方案，在日後常需投入更多心力去解決後遺症。這就是為什麼政府許多構想拙劣的干預政策不僅沒有效果，反而降低地方人士解決自己問題的能力、增加對政府的依賴。……爲了避免『捨本逐末』結構的弱點，任何長期解決方案必須增強系統肩負自己擔子的能力。」

受戒一時，守戒一世乃至生生世世，註冊入學不等於學成畢業。人生這所學校裡，個人吃飯個人飽，個人生死個人了，諸佛菩薩無法代替衆生成就。懶惰是容易的，堅持行善是困難的，唯有頂天立地的大丈夫才選擇學佛修行這條路！佛菩薩絕對是慈悲的，佛法絕對是管用的，但修行人自己必須有強大的「意願」去信受奉行！有位禪師曾說：連尿尿這種小事我都得自己去，開悟這種大事我又教得了誰？

### 六、欲速則不達

作者如是說：「烏龜跑的慢，但是他最後贏得比賽。企業界人士通常希望的成長速度是：快、更快、最快。然而實際上所有的自然形成的系統，從生態到人類組織，都有其成長的最適當速率。」

煮飯時若一再掀開鍋蓋，飯就煮不熟，受功利導向的速食文化一再薰陶，就連修行都會變得急功近利。爲了追求效率，世間的一切不斷被切割成更小的單元，人心複雜感召外在世界複雜，在詭譎多變的環境中人心更加迷失。自十九世紀工業革命以後，兩百年來物質文明急速成長，今天網際網路（Internet）在幻化世界中再建構一個虛擬世界（cyberworld），人心的貪瞋痴，在這個虛擬世界裡，化身成千奇百怪的「電腦病毒」四處流竄！

「心」的問題沒解決，兩百年來支離破碎的科技發展，改變不了整個地球飽受摧殘的宿命！天災人禍、兩次大戰、環境污染、物種滅絕、世紀病毒等是歷史的明證。如果一定要追求「最快」，請在人心淨化上追求吧！請在本質上下足功夫吧！

### 七、因與果在時空上並不緊密相連

作者如是說：「我所謂的『果』，是指問題的明顯症狀，例如吸毒、失業、貧窮，和生意上的訂單減少，以及利潤下降等。而『因』是指與症狀最直接相關的系統互動。……大多數的人往往假設因果在時間與空間上是很接近的。」

「因果」乃「因緣果報」之簡稱。佛家謂「因」有六種：能作因、俱有因、同類因、相應因、遍行因、異熟因。「緣」分四種：因緣、等無間緣、所緣緣、增上緣。主因配助緣，其組合何止億萬，三世（過去、現在、未來）兩重因果，羅織而成三界大幻化網。舉例《天台宗》義理：「一念三千」，意思是說：人的當前一念識心，即含有三千種法的内容，以顯宇宙的全體。而這「一念三千」亦不悖因果，足見因果之複雜性實已超越人類思惟邏輯所能理解，縱使超級電腦也無法正確較計。

其實，不是因與果不緊密相連，而是其間的關連太過複雜、變化太過神速，縱使是修行人，若空性不鞏固、禪定不深厚也難深觀緣起、深信因果。「聞時似悟，見境生疑」幾乎是修行過程中的常態，關鍵就在這電光石火的因果作用，因此「紙上談兵」與「實修實證」間的巨大差異絕不可等閒視之，「知道」絕非「做到」！





### 八、尋找小而有效的高槓桿解

作者如是說：「系統思考也顯示，小而專注的行動，如果用對了地方，能夠產生重大、持久的改善。系統思考家稱此項原理為『槓桿作用（leverage）』。處理難題的關鍵，在於看出高槓桿解的所在之處；也就是以一個小小的改變，去引起持續而重大的改善。……學習看系統背後的『結構』而非看『事件』開始。……觀察變化的全程，而非以靜態方式、或固定點的思考。」

以《唯識學》義理：「萬法唯心」言，真正的高槓桿解就在心。中國古有名訓：「物必自腐而後蟲生，人必自侮而後人侮之。」人心一旦敗壞，由「意」而「口」而「身」，有雜染的心識，就會做出雜染的行為，最後遭致雜染的果報；反之，心識清淨，行為必清淨，果報自清淨。因此《七佛通偈》云：「諸惡莫作，眾善奉行，『自淨其意』，是諸佛教。」故所謂高槓桿解即「自淨其意」四字真言！

嗟歎於台灣近年來的世道人心，現象界千瘡百孔、百廢待舉，非「佛法」不足以正本清源！國父 孫中山先生曾言：「革命必先革心！」除非能以佛法之甘露法雨洗滌淨化人心，實不足以挽救萬方多難的世局。呼籲佛子們！回到自心！從根救起！

### 九、魚與熊掌可以兼得

作者如是：「一旦改採深入觀察變化過程的『動態流程思考』，我們就能識破靜態片段思考的錯覺，而看到全新的景象。……許多類似的進退兩難矛盾之所以會發生，乃是由於我們以靜態片段的方式來思考，因此極易以僵化的『二分法』來做抉擇。」

儒家有云：「教學相長」，「教」然後知不足，知不足而後勤「學」，也才真正知道該學些什麼，因此，教即是學，學即是教。這樣的句式其實取材自《心經》：「色不異空，空不異色，色即是空，空即是色。」人類因為內在有「我執煩惱」，才會感召外在「法執分別」，因此也可以說：分別即是煩惱！不分別即是菩提！安住空性，煩惱即菩提！

修行中之「自度」與「度人」，如人之雙足、鳥之雙翼，不宜偏廢並須巧妙平衡，才能走的平穩、飛出自在。何謂「動態流程思考」？佛法中之「法無定法」已一語道破！《金剛經》云：「法者筏也，法尚應捨，何況非法。」惡法不可執著，執著善法也是不許的，此無關法之善與不善，關乎「不可執著」！



攝影／王秀珍





### 十、不可分割的整體性

作者如是說：「生命的系統有其完整性，而其整體特性也因此顯現在外。組織也是一樣，要了解組織中的管理癥結，必須先了解產生這問題的系統整體。……一個常見的組織設計的方式是施行硬性的內部分工，並且禁止詢問自己部門以外的問題；如此一來，各部門常爲了把自己的部份『打掃乾淨』，而把問題掃給別的部門。」

我一向認爲「佛法」才是真正的「科學」！以「衆生平等，萬物一體」爲例，這個道理佛陀在二千多年前就發現並宣說了，但人類直到最近研究全球氣候變遷，才赫然發現使用氟氯碳化合物、砍伐熱帶雨林、能源燃燒等，是造成大氣層臭氣洞變大、溫室效應、冰帽融化的成因。掃地！掃地！掃心地！心地不掃，空掃地！真正需要「打掃乾淨」的是人心啊！

今天雖然「素食運動」已成爲全球心靈淨化風潮之一環，但數十億人口中，能吃素者比率有多少？當人類以極不平等的態度去對待衆生、殺害衆生的同時，既然萬物一體，這傷害的力量，在因果律絲毫不爽的運作下，終將回到人類自身。縱使表面上因與果在時空上並不緊密相連，但絕不是沒有因果！《觀世音菩薩普門品》偈云：「慈眼視衆生，福聚海無量！」何忍殺戮衆生？何愚折損福報？

### 十一、沒有絕對的內外

作者如是說：「對於我們的問題，我們傾向於歸罪於外，是『別人（競爭者、市場的改變、政府）』所造成。然而系統沒有絕對的內外之分；系統思考有時會將造成問題的『外』部原因，變成系統的『內』部原因來處理，這是由於解決之道，常常藏在於你跟你的『敵人』的關係之中。」

衆生是菩薩的福田！衆生的問題就是菩薩的問題！既是一體，何勞再分內外，內、外是「假名」權設。《金剛經》云：「度盡一切衆生，實無衆生得度者。」衆生、菩薩也是「假名」權設。

單純的笑，單純的哭，不需要理由的承擔，不需要原因的喜悅，熱惱也好，清涼也好。在這所如幻的人生學校中，不管發生什麼，都別太在意，試著如此好嗎？只要「心」還記得光明、慈悲與愛，怎樣都好！這才是真正的「修練法則」！



# 永續經營的企業

—— 文／石連柱 ——（美國德州大學碩士畢）

## 甚麼是讓企業在任何環境下 永保不墜，永續經營的護身符？

「永續經營」是每個企業的經營遠景，

「永斷生死」是每個佛子的修行目標，

唯有不斷的自我成長與不斷的學習改進，兩者才有達成的一日

### 經營理論篇

**高**效率、高品質與高利潤，是每個企業共同追求的目標。目標的達成，來自於長遠的眼光與前瞻的規劃。永續經營的理念就是一個企業最高的經營前導。一個存有永續經營理念的企業，它的經營規劃與業務推展才會放遠，才會周密，也才能真正服務客戶，利益員工與公司；相反的一個短視，只求近利，不重視員工與客戶需求的企業，必定無法長久經營。換句話說，公司、員工與客戶三者互益，企業才有永續經營的可能，也才能真正獲得最大利益。

經營理念的推動，必須企業內部務實管理的配合，否則只會成為口號，無法落實。西方管理學的理论就曾因為一度走錯方向，而讓日本迎頭趕上。原因在於它的初期發展重點，過度強調如何透過不同的技巧，有效管理員工，使其增加效率。中間卻忽略了人性的部份。後來漸漸改進演變到關注被管理者的心理因素，改而強調管理的人性面，認為管理的重點應該放在「人」身上；管理應透過激發員工的認同感、價值感，促進工作環境的和諧等來凝聚員工的向心力，進而達到提昇工作效率與公司業績。這種由工作取向，演進到對人關懷取向的管理，說明管理必須從人的各種特質去了解，才能發展出真正適用的管理理論。

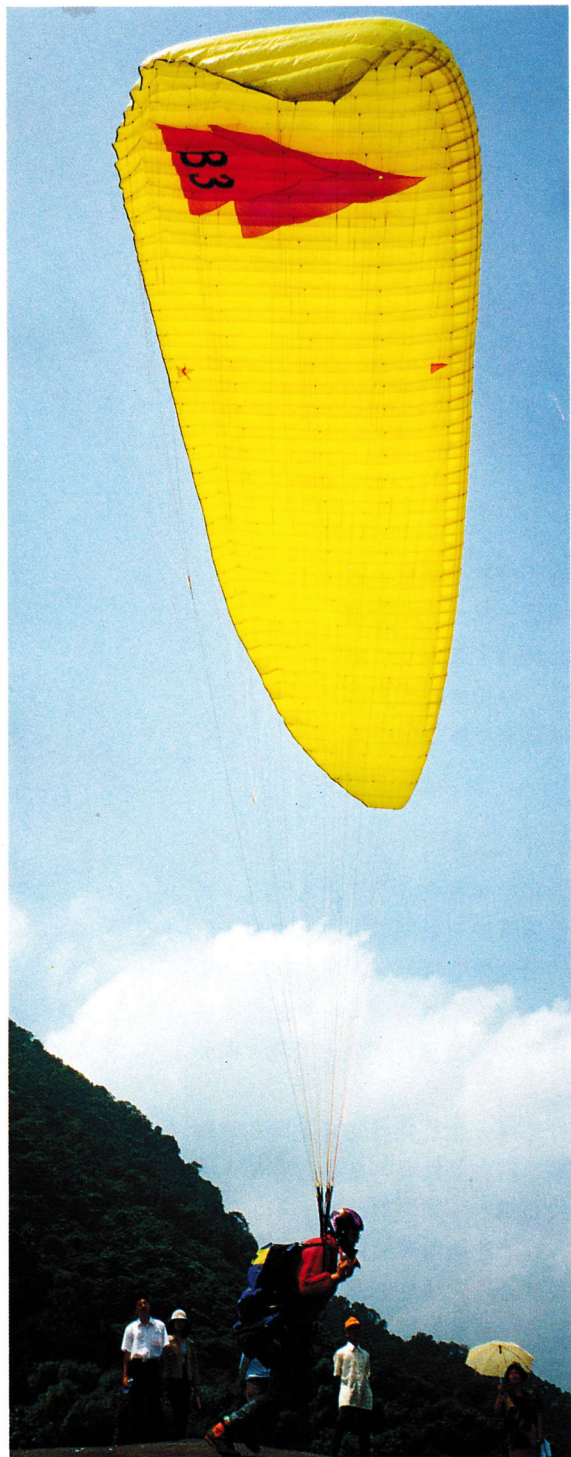
隨著資訊取得的容易與廣泛流通，今日企業面臨的是多元和無國界的競爭。環境劇烈變動，知識不斷被取代，科技不斷被追趕，今日在市場上呼風喚雨佔有主導地位的企業，明日隨時可能風光不在，淪為被淘汰併購的對象。如何在時代快速變動中，走出困境，再造企業，成了企業轉進二十一世紀前的共同課題。



攝影／周玉卿



# 與修行



攝影／周玉卿



攝影／周玉卿

因此，每個企業經營者不禁會問：甚麼是讓企業在任何環境下永保不墜，永續經營的護身符？答案是——不斷的自我超越與不斷的學習改進。企業自我超越與學習改進的關鍵在於經營者與員工兩者，內在心智的醒覺與提昇。因此管理大師彼得·聖吉在《第五項修鍊》一書中結論出四個核心修鍊法則：自我超越、改善心智模式、共同願景、團隊學習，提供企業永續經營的實行步驟中，員工與團隊的心智提昇法則。

永續經營，來自於企業內部人的本質。人是管理的對象，也是管理的執行者。兩者之間必須取得一致，也就是說，老闆與員工必須都有追求自我超越的意願與改善障礙心智成長的決心，進而在共同的願景下，共同學習，一起成長，永續經營的目標才能實踐。

彼得·聖吉在書中提到「所謂學習，其中很重要的一部份是自我內心的調整，改變的關鍵在個人自己」。從永續經營的角度來看，所有的管理與學習必需落實到人的身上，尤其關注到人的內在，管理與學習才能真正看到成果。彼得·聖吉的四項修鍊核心，歸納來說，就是引領企業往永續經營的明燈，也是一個深入以人為本的管理哲學。他的自我超越、改善心智模式、共同願景與團隊學習等管理觀念，我們隱約可以看到佛法的影子，那就是強調心智的成長。



### 佛法的四項修鍊

企業管理的本質，在於人的管理。修行佛法的本質，也在於人的管理，而人的管理重點則在於「心」。四項修鍊用在企業是永續經營的學習過程，用在修行則是成佛的學習過程。

#### (一)自我超越

太虛大師「人成即佛成」，說明自我管理的完整性，是通往成佛之路的關鍵。自我管理的起點在於自我超越。自我超越，對己是自我要求，對衆生則是起慈悲心。所謂衆生無邊誓願度、煩惱無盡誓願斷、法門無量誓願學、佛道無上誓願成，就是一個初發心菩薩對自己以及對衆生的一個期許。因為有願，才会有自我超越的動機，繼而才有行動，永續努力的最後也才有進步與成就。

#### (二)改善心智模式

自我超越的修行，在於清淨八識田中黑業的種子，也就是在於改善心智模式。故須透過許多對治之道來清淨八識田，讓黑業的種子消失；透過不斷的行善，來增加白業的種子；透過悲智來轉化黑暗，進而轉識成智。

#### (三)共同願景

成佛，是佛子的生命渴望，也是佛子的共同願景。因為有共同的願景，才有讓許多佛子聚濟一起，成辦菩薩事業，共度有緣衆生的因緣。每個菩薩道上的佛子，也就須以珍惜的心去做每一件菩薩事業，以積極的心去承辦每一件菩薩事業，以護持的心去成就每一件菩薩事業，進而共植福田，共成佛道。

#### (四)團隊學習

大乘菩薩道的精神，在於與衆生共享佛法大利益，其特點在於匯集衆人，以團隊的力量開辦菩薩大事業，以團隊的力量完成成佛的浩大學習課程。團隊學習，則是成員互相增上的最好方式，也是帶動個人往上往前的最快速方法。每個團隊成員，全力投入，全力以赴，則利益團隊也利益個人。

成佛之路，是條學習之路，也是條通往去除內在障礙與考驗之路，一路行來，內在習性與外在業力必是干擾不止，但只要不斷自我超越，不斷學習改進，不氣餒，不懊悔，無得，無失，終能通過所有的困境走到終點。成佛之道如此，企業經營管理之法亦如此。一個企業之業務，或有蒸蒸日上之日，或有節節下降之日，但只要不斷自我超越，不斷學習改進，不短視，不求近利，自利之外回饋到利他，則「百年老店」的永續經營在競爭淘汰劇烈的今日便不是神話。





攝影／周玉卿

### 經營實踐篇

在歷史潮流上，百年以上永續經營的商店或企業，是少之又少，這種情形中外皆然，但千百年以上永續經營的宗教則很多。企業與宗教同樣是團體組織，同樣都有人與管理的問題，但為什麼宗教能永續經營？宗教的永續經營能帶給企業什麼啓示？從歷史悠久的佛教，我們或可得到一些答案。

佛教，由佛陀創建於印度，隋唐傳入中國以後在中國發揚光大，並影響至日本、歐美。佛教在中國的成功，除了佛法本身對衆生有確實的大利益外，戒律的保存、制度的隨順變革與傳法方式的多樣化，都是佛教能歷千年一直傳下來的幾個關鍵性原因。

佛教早期在印度，僧人是以「三衣一鉢、日中一食、樹下一宿」及乞食的方式生活。乞食制度，並非佛陀所制定，而是當時宗教僧侶共通的一種生活方式。佛陀弟子的生活修行方式，有專行頭陀苦行的個人，也有同居一起修持道業的僧衆。佛陀教化之初，僧團無事，沒有非法違犯的事，後來佛陀座下的出家弟子，越來越多，才因弟子有違犯的事情發生而立戒律。戒律的來源，主要是當弟子中遇到無法處理的問題時，請示佛陀，佛陀親自處理之後，佛陀的決定因而被視為處理此事的軌則，就是戒律。

戒律，以現代的說法就是管理條文。企業是一個衆人的團體，為求有一個共同的行事標準，就必需制定遵行的準則與規範，佛陀那個時代如此，現代管理制度亦如此。佛陀制定的戒律是有彈性的，有共同遵守的戒律，例如最基本的沙彌十戒，也有適用特別對象的戒律，例如比丘尼的五百戒。戒律的重要可以由佛陀入滅前，阿難問佛陀：佛陀入滅後應以何為師，佛陀答：以戒為師，可知其重要性。因為佛陀制定的這些戒律，後世僧團才有依循的生活準則與依歸，佛教也才能依以延續傳到今日。同樣，企業的規章，也必須人人都遵守，企業才能經營下去。

以今日的企業而言，人事獎懲、升遷、休假、教育訓練……等等，都屬於團體共同遵守的條約，也就是戒律。但佛教與企業不同的地方，在於企業僅止於對身的行為規範，佛教戒律規範的則除了身之外還涵括了口與意。身、口、意的規範，讓僧團具備清淨的言行舉止與內在，產生對衆生身教與言教的教化典範。也因為，人人都遵循，佛教才能延續。這些戒律的重點在於對心性的陶冶，與現代企業著重行為管理大不相同。由內出發的管理，顯現在外的自然是一種自我約束，與對團體其他人的尊重與重視，團體自然不易有紛爭，進而能長久經營下去。對自我內在的管理，或許就是現代管理所缺乏的。



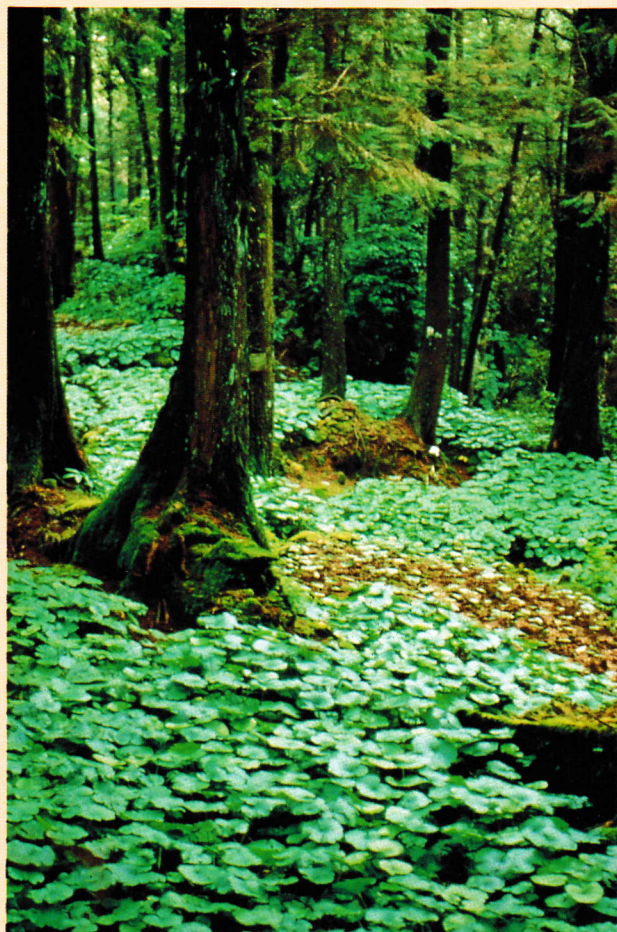
佛陀的僧團，名為僧伽，意為和合眾，「和合」也就是和諧。一個由多人組成的團體，大家相處在一起最重要的就是和諧。中國傳統有所謂「家和萬事興」，表示和諧是團體長治久安的重要因素。僧伽還包含有另一層的深意，即六和敬。六和敬是佛陀為僧伽相處時訂定的六個基本規則，即：

1. 身和同住
2. 口和無諍
3. 戒和同修
4. 意和同悅
5. 見和同解
6. 利和同均

這六條規則所強調的都在一個「和」上。「身、口、戒、意、見、利」和合，則相處在一起便能「同住、無諍、同修、同悅、同解、同均」，團體才能共創共同的目標與未來。

佛陀對於團體的相處之道，真是一針見血，指出一般團體的弊病。許多企業原本欣欣向榮，但往往內部不和，造成公司分家，進而削減了競爭力。一個不和諧的團體，內在的紛爭必定阻礙團體的前進與進步。以當今的管理學而言，和諧就是人際關係最中道的表現，也就是增進人際間溝通的最佳情境。員工與員工之間，雇主與員工之間若能和諧相處，則員工工作效率的增進與產能的提高是必然的。但許多管理理論，往往太重視溝通技巧，忘了在人與人之間的和諧下功夫。

佛陀時代的教團，是以行乞為生，過的是「一日一食，夜宿樹下」，因此無固定之住所。佛教傳入中國以後，東來的僧人源源不絕，中國出家的人也日益增多。這些僧眾，起初都是依靠信眾及政府供給食住，但是日子久了，食住逐漸發生問題，便發起建立寺廟，安居僧眾，依佛制定的律儀生活。但當時的社會以農為主，政府與民間皆重視農業生產，而專事乞食不事生產的僧眾，自然引起政府及社會知識份子的不滿，南北朝時代便因而發生幾次反佛事件。到了唐朝，馬祖禪師帶頭創立叢林，改變佛教東來的居住環境。接著馬祖的弟子百丈禪師創立禪門清規，其中最重要的，便是改變僧團不自生產，專靠乞食為生的制度，為後世佛教叢林奠定僧眾自食自立，及一日不作一日不食的風範。百丈禪師的二十



百丈禪師的二十條叢林法則：

叢林以無事為興盛。修行以念佛為穩當。精進以持戒為第一。疾病以減食為湯藥。煩惱以忍辱為菩提。是非以不辯為解脫。留眾以老成為真情。執事以盡心為有功。語言以減少為直截。長幼以慈和為進德。學問以勤習為入門。因果以明白為無過。老死以無常為警策。佛事以精嚴為切實。待客以至誠為供養。山門以耆舊為莊嚴。凡事以預立為不勞。處眾以謙恭為有理。遇險以不亂為定力。濟物以慈悲為根本。

條叢林要則中許多個人與團體的管理，更足以為後世所有團體的參考：

叢林以無事為興盛。修行以念佛為穩當。精進以持戒為第一。疾病以減食為湯藥。煩惱以忍辱為菩提。是非以不辯為解脫。留眾以老成為真情。執事以盡心為有功。





企業經營的路上，必須不斷的自我超越與不斷的學習改進，才能走的久久長長。同樣的，修行，也是一條永續經營的路，必須不斷的自我超越與不斷的學習改進，今世如此，來世如此，生生世世的永續修行，就是通往成佛之最好保證。

語言以減少為直截。長幼以慈和為進德。  
學問以勤習為入門。因果以明白為無過。  
老死以無常為警策。佛事以精嚴為切實。  
待客以至誠為供養。山門以耆舊為莊嚴。  
凡事以預立為不勞。處眾以謙恭為有理。  
遇險以不亂為定力。濟物以慈悲為根本。

百丈清規的精神，在於由管理自己的身心開始，進而推及大眾。這是無論企業管理或修行佛法的一個重心。

馬祖與百丈禪師大刀破斧的改革僧眾生活律儀以順應時代與社會環境的變遷，讓佛教適應中國的民俗與民風，將佛教融入中國文化，是讓佛在中國得以長遠流傳的主因之一。從企業管理的角度來看，就是因時因地調整企業的內部組織體制以順應市場需求，也就是一種具彈性的變形蟲應變方式。

佛教傳入中國的初期，延續印度的教法，由僧人負責傳法。但，由梵文寫成的佛經，一般人無法看懂。後幸有印度來的僧人，大量將梵文翻譯成中文，才讓一般百姓都能閱讀。但對於鄉下不視丁的老百姓，如何傳授他們佛法？雕刻莊嚴的佛菩薩像或彩繪莊嚴的西方極樂世界圖等，令人看了心生歡喜與嚮往的另一種表現佛法的方式，成為接引他們的方式。因為佛教法門的廣博與傳法的不拘形式，讓佛教成功的深入每一個階層、個地域與人種，也讓佛教在中國一直流傳至今。

### 結論

整體而言，戒律、和諧與隨順環境的改革是讓佛教的教團在中國得以立足，應機的法門與傳法方式則讓不同根器的人都有所獲。如果以商業的角度作分析，則佛法可比喻成商品，戒律可比喻成管理條文，傳法方式可比喻成行銷手法，則整個佛教在中國，真是管理與行銷學的完整展現。這或許就是現代企業永續經營的最佳參考典範。

企業的經營，必須走上永續經營才能真正利益企業、員工與客戶，經營的路上，必須不斷的自我超越與不斷的學習改進，才能走的久久長長。相同的，修行，也是一條永續經營的路，必須不斷的自我超越與不斷的學習改進，今世如此，來世如此。生生世世的永續修行，就是通往成佛之最好保證。整個佛教的永續經營，則是要將佛法世世代代的流傳，讓這世未得遇佛法的人，來世還有機會與佛法相遇；讓今世學佛的佛子珍惜難得的因緣，努力修行，為自己生生世世的永續修行鋪路，也為他人生生世世的永續修行播種。佛法難聞，今生得遇佛法，皆應珍惜，再珍惜。



# 金色蓮花

親手做一朵燦明的 金色蓮花

你在擁有已知的美麗外

還可以接觸到它 未知的溫柔

——設計製作／吳敏卿——

——攝影／昕辰——



## 製作材料



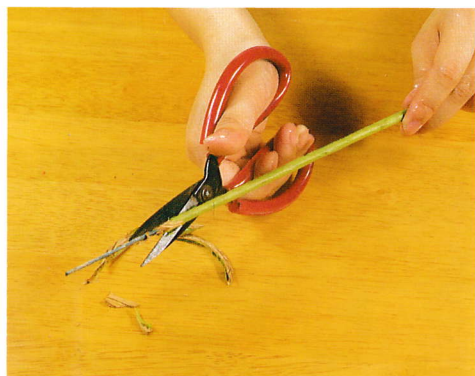
## 製作工具





## 製作過程：

### 一、花苞



1. 首先將細太捲的上端約7~8公分的表面削去，只留中間的鐵線。

2. 將鐵線穿過水滴狀的保麗龍球（△），並將鐵線的尾端倒勾回來，以便固定住保麗龍球。



3. 先將保麗龍球沾上白膠，並將紙黏土捏成水滴狀，然後把紙黏土均勻的覆蓋在保麗龍球上。

《表面可以沾水修飾其造形》



4. 花托的部份：

將紙黏土沾水軟化後，捏成扁平的水滴狀，約五片。

《周圍較薄，中間較厚。》



5. 在花苞底端先塗上白膠，然後將花托逐一黏上。

《花托的高度約為花苞的一半高；底端多餘的部份可去除。》

《在組合花托時，須讓花托保持垂直，並且每片之間的距離要平均。》



6. 最後沾水修飾花苞的底部，使其較為柔順自然。





## 二、蓮花

### 1. 蓮蓬

- 將黏土成水滴狀（▽），並將頂部壓平，做成蓮蓬狀。
- 將細太捲的一端，削去約2公分的表面，只留鐵線，並將鐵線彎曲倒勾，然後把鐵線沾上白膠，最後將鐵線插入蓮蓬狀的紙黏土裡。

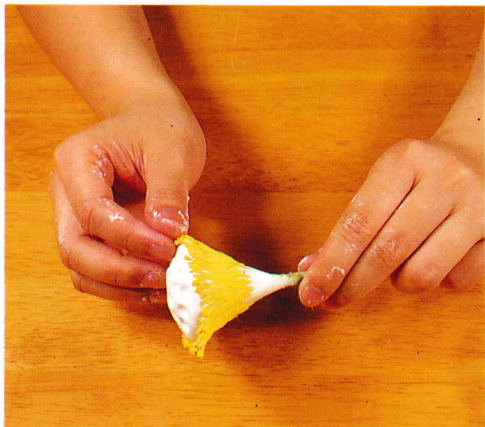
《將底部修整的較細平些，如此在組合花瓣時，較容易組合。》



- 用筆的尾端，在蓮蓬上印壓出造形來。



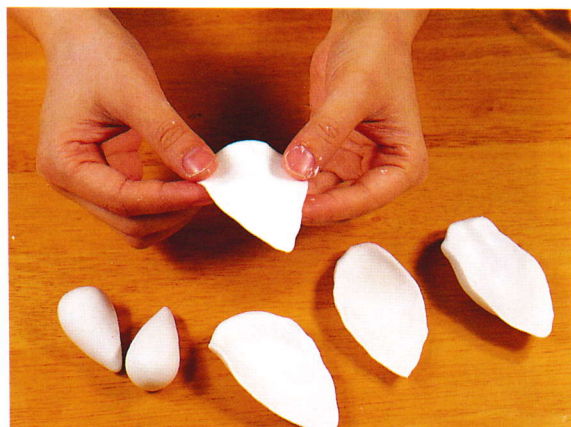
- 在蓮蓬的四周沾上白膠，並黏上黃色的蓮鬚。



- ### 2. 花瓣：共二層，每一層約為六瓣，內層花瓣較外層小些。

首先將紙黏土沾水軟化，並捏成水滴狀，然後再捏塑成扁平的花瓣。

《在捏塑的過程中，可沾水修飾花瓣的周圍，使其四周較薄些。》



### 3. 組合

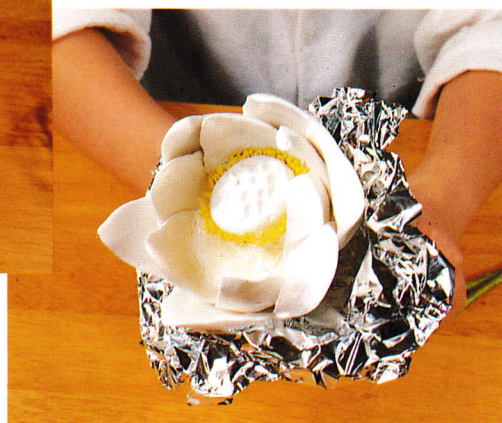
- 先在蓮蓬的底部沾上白膠，然後將花瓣逐一的黏附上去。每一片花瓣的高度要一致，且開的距離要平均。首先可以先黏貼3瓣上去，然後再將另外3瓣黏貼在此3瓣的間隔中，如此逐層的將花瓣組合起來。



- 修飾每一片花瓣的造形，最後沾水修飾整朵花的底部。



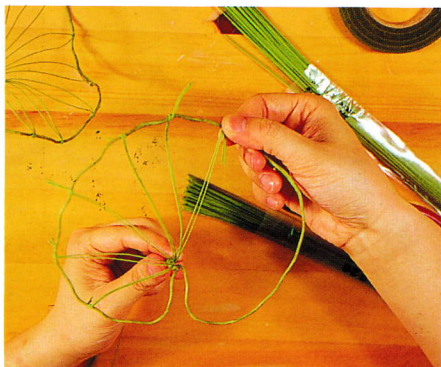
- 由於未完全乾燥的紙黏土較軟，花瓣本身不容易固定，所以可以在花瓣的底部附上錫箔紙，藉以撐住花瓣，以固定其位置。



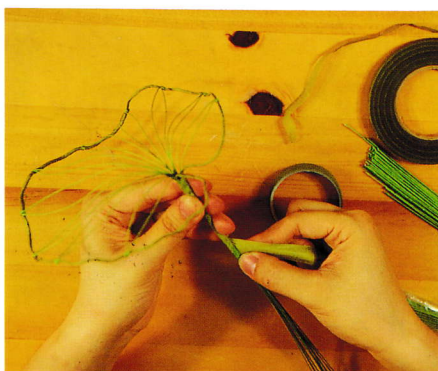


### 三、蓮葉

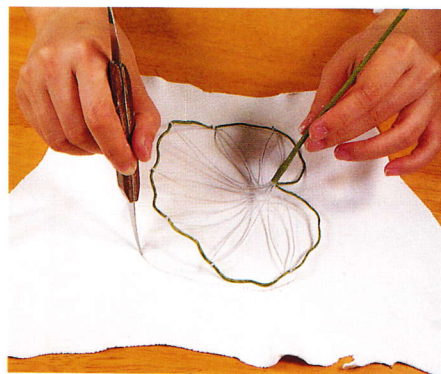
1. 將3支#24號鐵絲用綠色膠帶纏繞好，做成葉片的外圍，並柔軟彎曲，調整好其形狀。



2. 在圍好的葉片上，每隔2~3公分加上綠色#26號鐵絲，作為葉脈支架，將葉片調幅度形狀。



3. 將紙黏土擀成薄片，因蓮葉的表面是由上下兩層的紙黏土所組合成的，所以每一層的土都要擀的薄一些。裁切成比蓮葉稍大的面積。

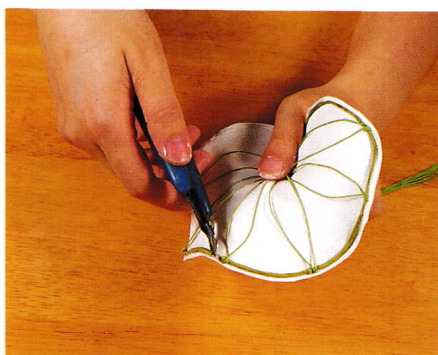


4. 在葉片背面的鐵線上，沾上白膠，然後將紙黏土黏貼上去。

《先黏貼背面的原因，是因藉用鐵線的支撐力，可固定黏土的造形。》



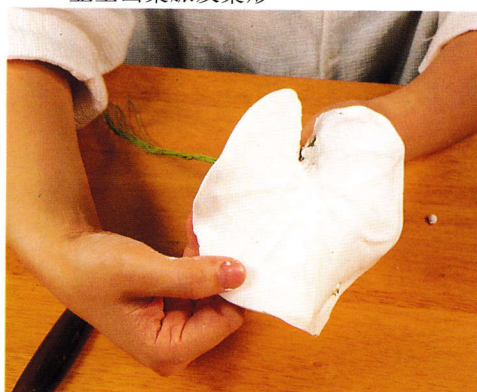
5. 等背面紙黏土的表面乾了以後（約一天），用斜嘴鉗將最外圍的鐵線剪除。此舉在於，只保留中間葉脈的紋路，使葉形更為自然。



6. 另將紙黏土再擀成薄片，並裁成葉脈大小的面積。



7. 在已乾燥的蓮葉沾上白膠，再將裁好的紙黏土黏貼上去，並輕輕按壓，使之與底層的黏土黏合在一起，並塑出葉脈及葉形。



### 四、風乾（約二~三天）

### 五、噴漆

以金色的漆，噴在其表面



### 六、成品：





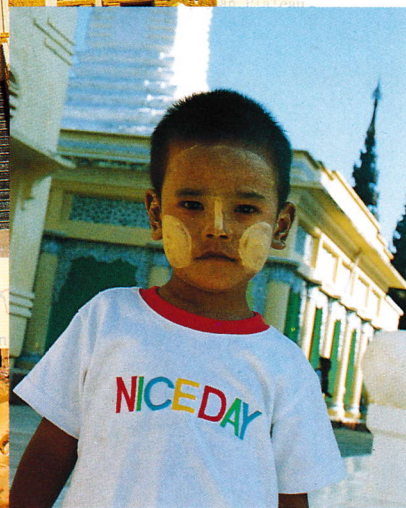
# 梵天之國

## 緬甸

儘管印度教、回教，以及西方天主教、基督教相繼傳入  
緬甸始終是梵天護持的「佛國」

儘管大乘佛教也曾經在斯土留下遺跡  
緬甸也始終如一的以上座部為主要教義

—— 文·攝影／葛婉章 ——  
(故宮書畫處研究員)



### 一、人文篇

#### 清信男女

緬甸，一個奇妙的國家。

她位於中南半島的西端，她的西邊是印度，北邊是中國雲南，東南邊是寮國與泰國。

親臨斯土，迎面觸及的首先是人文的奇妙。這兒無論男女，皆穿著裙子和人字涼鞋，臉上罩著一層淺黃粉，頭髮烏黑油亮。

聽說，那一片及腰束緊的長裙妙用無窮：除了軍人警察以外，一般人白天皆以之為外出服，走起路來，搖曳生姿，輕鬆自在；晚上睡覺時，把腰結解開往上一提，又成為涼被了；吃完飯，順手在裙上抹乾淨；還有，不必買內褲了；所以提醒您，若有工人在鷹架上修塔時，抬頭仰觀，要有心理準備喔！

臉上那抹粉，是由一種稱之為「珠蘭花」的香木磨出來的粉調水敷在臉上，花樣千奇百怪，隨你怎麼抹，細碎成串的珠蘭花朵，就別在髮鬢。姑娘們是覺得這種木粉可以保養皮膚滑嫩、吸除臉上多餘油脂，也認同這種化妝術是美麗的；不過連小男孩都抹呢，原來除了保養與美容之外，它還有清涼驅暑和防曬作用。

站在佛塔前，筆者長鏡頭逮到兩位妙齡少女那一頭烏黑秀髮（圖一）；緬甸式的美髮觀：用一種當地土產的樹皮黏汁來洗頭，就有這種效果了。

Gulf Of Martaban  
莫塔馬灣

Andaman Sea

56 安達曼海

1. 若開邦  
面積：15000 平方公里  
省都：斯蘭  
城市：17 個  
邦節：12 月 15 日
2. 仰光省  
面積：3927 平方公里  
省都：仰光  
城市：39 個
13. 撣邦  
面積：61123 平方公里  
省都：東枝  
城市：52 個  
邦節：2 月 7 日
14. 依洛瓦底江省  
面積：13587 平方公里  
省都：勃生

金色蓮花





▲圖一

西裝、化工化妝品、乃至於其他科技產品，在這兒都沒有市場。譬如飛機，聽說，緬甸航空僅有兩架飛機；緬甸面積是台灣十八倍，然而，由古都浦甘飛回首都仰光的時候，當時全緬甸的天空，只有我們這一架飛機！

#### 佛法僧伽

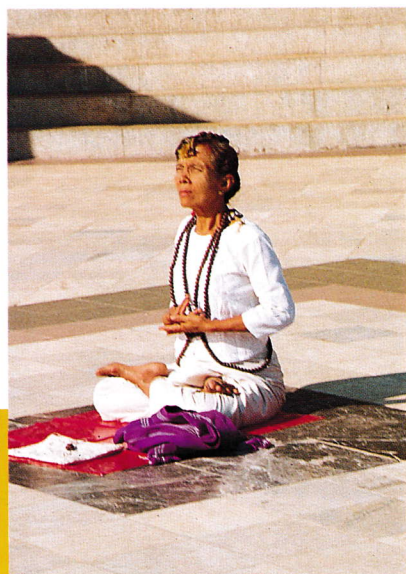
如果您和我一樣興起復古幽情，想要體驗上座部教義的社會，那麼，緬甸會讓您倍感親切。她現在的名稱是「緬瑪」（Myanmar），不過，我們所熟知的她原來的國名「緬甸」（Burma），是由印度梵語「梵天」（Brahma）一詞轉化而來的，中文「緬甸」意思就是「梵天的國土」，由此，您可想見緬甸與她的西鄰印度之間密切的宗教關係。

根據緬甸人的傳說，印度佛教早在西元前六世紀釋迦牟尼時代，就傳入緬甸了。有信史及出土文物可考的，則是西元前三世紀「印度阿育王派遣二長老來說四聖諦」，此後經歷了孟族（西元前三世紀）、驃族（西元三世紀至832年與雲南南詔國一戰而衰亡）所建立王朝，到以後緬族所建的浦甘、東固、貢榜等王朝，甚至於直到英國殖民時代，以及今天軍政府統治下的緬甸，儘管印度教、回教，以及西方天主教、基督教相繼傳入，緬甸始終是梵天護持的「佛國」；儘管大乘佛教也曾經在斯土留下遺跡，緬甸也始終如一的以上座部為主要教義。今天，全緬甸百分之九十以上人民，皆為佛陀子弟，全國僧人十三萬人以上，寺廟二萬餘所。

在塔前，在佛堂，總會看到無數的佛子，「定」在那兒如如不動；不能說是「坐」或「跪」，他們的禮佛形式，只能稱之為「不定法門

」：或結跏趺坐（圖二），或側坐或半蹲（圖三），雙手結手印或合掌或數珠，更妙的是，有不少人甚至攜卷在身，就此坐在大殿上垂首讀經；與我們這兒的集體「誦」經不同，他們是各自默然不發一語，連頭也不曾抬起，彷彿完全無視於周遭的佛像與人羣，已然深入經藏而忘我入定了。

▼圖二



▲圖三

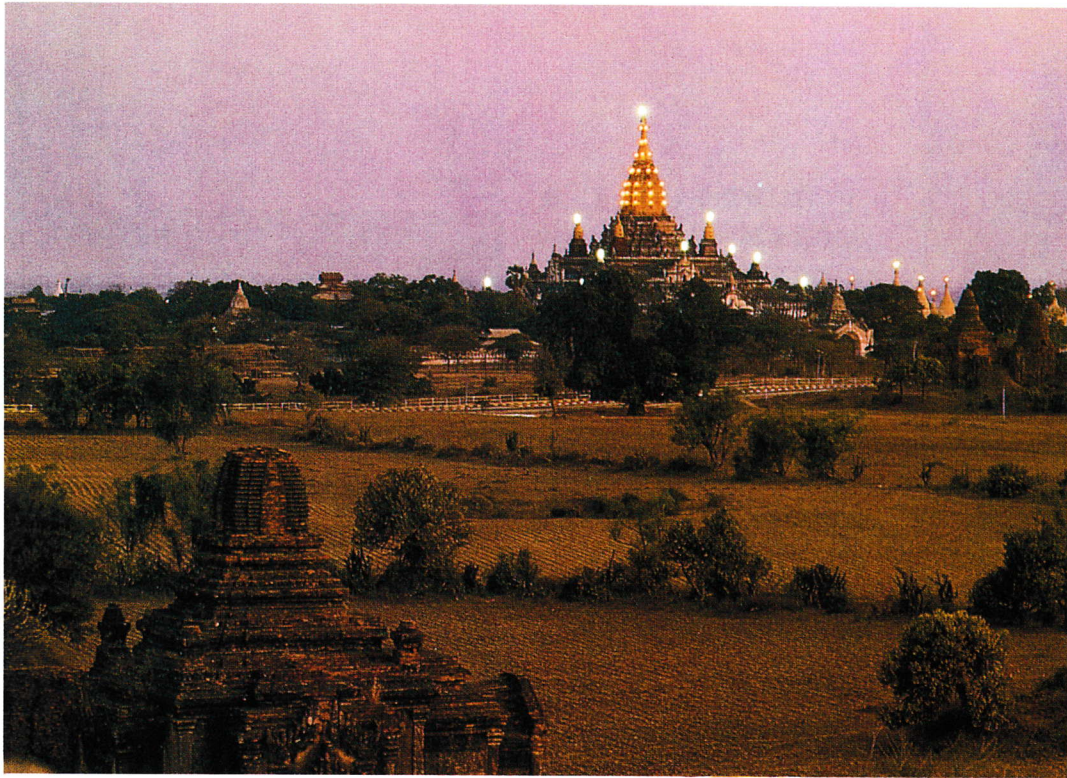
民家與古寺佛堂，總會看到一束束花朵。聽說，緬甸家庭主婦優先於「開門七件事」的每天清晨第一事，就是到市場去購買一束鮮花來「供養佛、法」。

佛子另一大事就是「供養僧」。這兒的僧侶還是奉行「過午不食」與「托鉢乞食」，每天上午出寺入市，隨身帶著二物：一是大片棕櫚圓葉或一把傘，這是用來遮陽的；二是一個黑漆鉢，就是用來化緣的。這時各家戶店鋪，早已準備好了葷素不拘的食物，奉入僧鉢。化緣後回到寺裡，大約在十一點前後開飯，開飯時，比丘和沙彌是分開坐的。

緬甸是一個多狗的國家，某日，筆者在佛學院好不容易絕無僅有的看到兩隻貓兒，想要供養一些錢為貓兒買魚，比丘卻不肯收；原來這也是上座部教義，不過，可由尚未受具足戒的小沙彌代收，在佛塔，也會看到俗家女子在大殿邊上擺桌代收供養金。

如果您留意，會看到緬甸比丘的僧衣有兩種





▲圖四



▲圖五

## 二、古蹟篇

### 浦甘：古代佛教藝術的殿堂

如果您和我一樣醉心於佛教文物，那麼，緬甸中部的浦甘（Bagan），會是您最優先叩訪的選擇。能夠想像四十二平方公里的平原上，二千座方圓、大小不等的磚塔，櫛比鱗次的壯觀場面嗎？那天黃昏，筆者乘坐馬車，到了其中一座高塔，赤足登臨塔基頂，俯瞰那一片叢林塔羣（圖四），心中百感交集。

浦甘王朝興亡於西元十一至十三世紀，一統疆土的國王阿奴律陀（Anurudha, 1044－1077）被譽為「緬甸的阿育王」，他與繼任者大願護法，尊上座部佛教為國教，佛法蓬勃之盛況，使緬甸成為南傳佛教中心。這些磚塔，就是浦甘歷任國王所興建的。結果在十三世紀末時，蒙古大汗進軍雲南，在西雙版納設立了宣慰司，忽必烈的兩個大臣，由此南攻緬甸，滅了浦甘王朝。以後緬甸進入戰國時代，先是阿瓦與勃固王朝南北並立（十三至十六世紀），再以後東貢榜王

朝（十六至十九世紀），最後在西元一八八五年淪入英國之手，殖民六十三年之後，緬甸於一九四八年方始獨立。戰國以來的各朝首都，或東移現今的撣邦、曼德勒，或南移現今的勃固、仰光地區，浦甘佛塔羣，就此隱沒於叢林之間，直到本世紀初，才再拓荒修復。

在流光中逆旅了六百年的這些磚塔，此時多已傾頹老去，而二十年前一場地震，又震落了許多寺壁壁畫。緬甸政府實在財力不足，還是用最原始的方式進行強固維修；每天，就只有三兩女工，將採自附近的紅沙土調和石膏膠水，以筆沾了填入磚縫。

儘管殘破如斯，卻正由於過去幾世紀的與世隔絕，所以依然能保存著十二世紀前後的佛塔建築、雕刻與壁畫，使浦甘在佛教藝術史上的重要性，不亞於印尼的婆羅浮屠（Borobudur of Java, c.800）。佛塔的興盛，是在上座部教義之下的成就法門，各塔雕塑，也以手結觸地印、禪定印或涅槃的釋迦牟尼佛像為主，羅漢像次之，大乘佛教的菩薩像極少，更不用說是雙身或多面多臂的密教佛像了。雖然如此，壁畫裡倒是有一些密教菩薩，而且，無論是雕塑或壁畫裡的諸佛菩薩開面，及壁畫的畫風，皆與西鄰印度同一時代的帕拉王朝（Pala, 750－1200）神似，而帕拉王朝是典型的大乘佛教晚



期整個亞洲密教藝術的先導；那又究竟是怎麼回事呢？原來印度「阿利僧」教派（也就是密教）在此曾盛行一時，因此，雖然蒲甘王朝奉行上座部，但要塑像繪畫時，難免不受密教藝術的影響了。

#### 曼德勒：多寶之城

緬甸的第二古都曼德勒（Mandalay）位於蒲甘東北方，這是十四世紀繼蒲甘之後阿瓦王朝（Ava）的首都，到了十九世紀，貢榜王朝敏東王（Mindon, 1853-1878）又重修故城，定都於此，名之為曼德勒，意思是「多寶之城」，但緬甸華僑仍習稱其舊名「瓦城」。瓦城雖不如蒲甘古樸，而且貢榜王宮主體，已毀於二次世界大戰，華麗的宮中陳設，也已南移藏於首都仰光的博物館，不過，仍有一些佛教遺跡與獨特的歷史趣味值得參訪。

在這兒，特別能感受到戒律上嚴守古訓的這個國家，藝術上卻能兼容並蓄。標高二三六公尺的曼德勒山巔，有一座混合了印度回教建築藝術的大寺，廊柱皆以片片琉璃珠寶鑲嵌其上，使人恍若置身鏡宮。

由此寺俯瞰伊洛瓦底江平原，瓦城一覽無餘。首先映入眼簾的，就是庫特多佛塔（Kuthodaw pagoda）——此一金塔四周，圍繞著七百二十九座白塔，就是所謂的「世界最大書本」（The World's Largest Book）；此一塔及書，也是敏東王製作的，時為西元一八七一年，當時英軍已經攻佔了下緬甸仰光等地，雄霸緬甸中部的敏王仍一心向佛，在曼德勒集結緬僧，校定巴利文三藏，以「律」藏為重點，然後歷時五年，動用七百二十九塊大理石，始將經文悉數鐫刻完畢。這些石經，如今就分別豎立於七百二十九座白塔中，形成極為壯觀的方形壇城。

信徒為佛像身貼金箔，是上座部佛教文化圈如泰國、緬甸等禮佛方式之一。行此儀式香火最盛者，就是建於十八世紀的瓦城馬哈木尼佛塔（Maha Muni）。塔中主殿之上，供奉著一尊大佛，佛前清信男女分座誦經，男前女後，而且唯有男信士可以列隊上前，為此尊大佛貼金箔上身。只要看看佛像身前那兩塊「胸肌」與胸前璽珞的對比；璽珞珠寶不宜貼金箔，

所以是佛像原有身量，如此則可看出佛身金箔已經厚得無以復加，想必佛寺會謀得解決之道吧。

#### 仰光：金塔之都

仰光（Yangon）亦如蒲甘、瓦城，位於伊洛瓦底江流域。如今看起來，她在三個古都中氣象最新，但事實上，仰光的歷史可能最為悠久。其新，在於她有最多十九世紀英國殖民時代的西式建築，以及作為今日首都的必然發展。其古，她正位於《島史》、《善見律》、《莊嚴結界》等史書所載佛教傳入的下緬甸「金地」之內；仰光仰沐佛光，淵源甚早。

關於佛教傳入緬甸最古老的傳說，是說西元前六世紀時，緬甸兩兄弟達巴蘇（Tapassu）、巴魯格（Bhalluka）赴印度經商，因緣際會，得見方始悟道成佛的釋迦牟尼，釋尊為之賜髮授記，兄弟把釋尊頭髮帶回緬甸，建塔供奉。此塔，就是位於仰光的瑞德宮大塔。

瑞德宮大塔是以「大金塔」聞名於世的，原來此塔於釋尊時代奠基後，以後各朝皆陸續嚴飾整修，十五世紀勃固王朝時，曾以九十磅黃金裝飾塔頂。今天我們看到的塔頂寶傘，金銀鈴幢千餘，傘下是一顆鑲有七千餘粒寶石的金剛鑽球，一百餘公尺高的塔身，上層是實實在在的金磚，下層是一遍又一遍的金箔。類此的佛塔大小新舊不計，仰光有五千多座，「金塔之都」的美譽，確是當之無愧。金塔寺內外，還供奉著建塔兩兄弟塑像以及其他各式佛像、古鐘及古老的菩提樹。清晨陽光斜照下的塔身，尤其金碧輝煌，沐佛供花禮拜的信徒絡繹不絕；塔前一泓清水，由此借景取影，別有一種「塔想觀」的情趣。☸



▲圖六



## 巡禮後記

旅行是享受獨處的一種法門。  
獨處未必是一個人，  
只是說，暫時脫離原有的環境與認識的人這些特別讓自己意識到「我」的外緣，  
如此遊走於陌生的人潮中，靜心內省無我，由自身中抽離出來，  
回首來觀我相，也同時觀人相、衆生相，如心理學家容格一樣；  
二十世紀初，他一人在北非，坐在咖啡店裡，隔著落地玻璃，靜觀窗外來來往往的過客。  
緬甸巡禮再次讓我享受獨處之樂，同時又一次感受佛陀示現的不可思議；  
這些佛教文物人物，會讓您我一時放下時間與空間的意識，  
徐徐品味「無所有，而不壞其有」的法喜。

十三世紀的密教藝術，以帕拉王朝所在的東北印度平原為發源地，

沿著兩條路線，傳到中國與南亞地區：

北傳的陸路是由東北印度北上紐瓦爾河谷的尼泊爾，翻閱喜馬拉雅山到西藏高原，

往北橫過沙漠，到西夏黨項的寧夏黑水，

再由此南下至江蘇漢人所刻磧沙藏，都是一脈相傳的。

另一條南傳路線，則是由東北印度過海，直接傳到緬甸中部的蒲甘王朝。

蒲甘王朝的藝術，讀者可參考Paul Strachan, 1989, Pagan: Art and Architecture of Old Burma, Singapore: Kiscadale Publications.





# 新西遊記

## 安心之道！

修行的重點，在於心的狀態，

不在是否有覺受

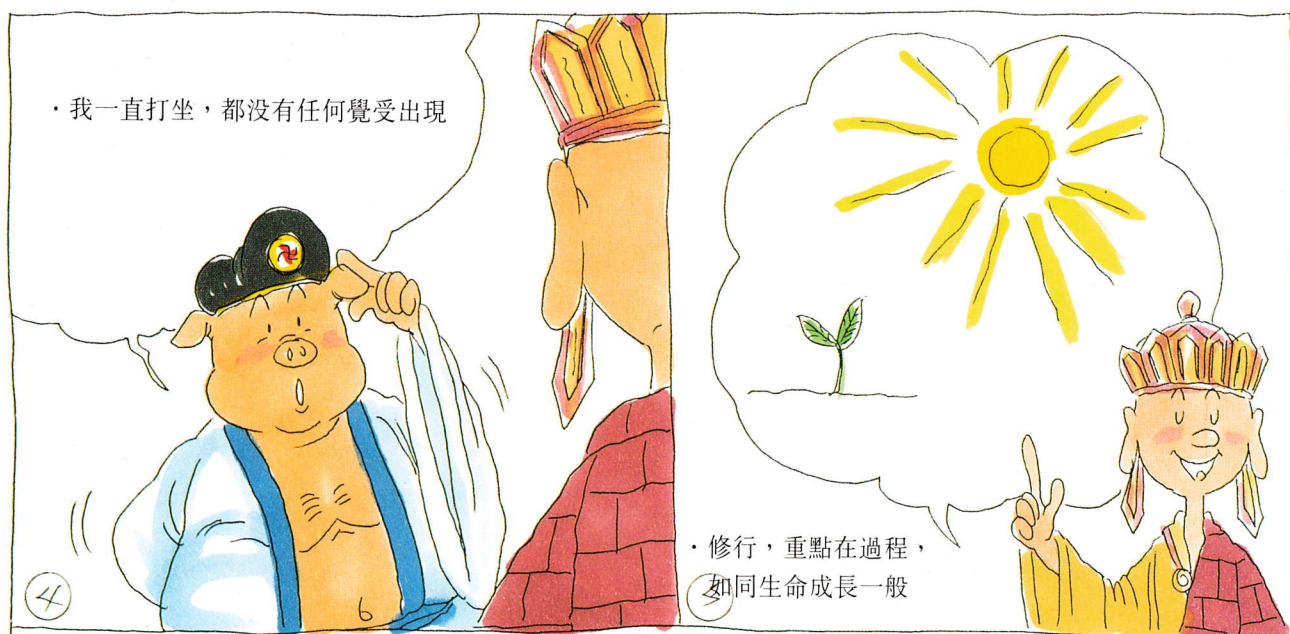
心安，有覺受也好，沒覺受也好

心不安，任憑覺受再殊勝也是枉然！

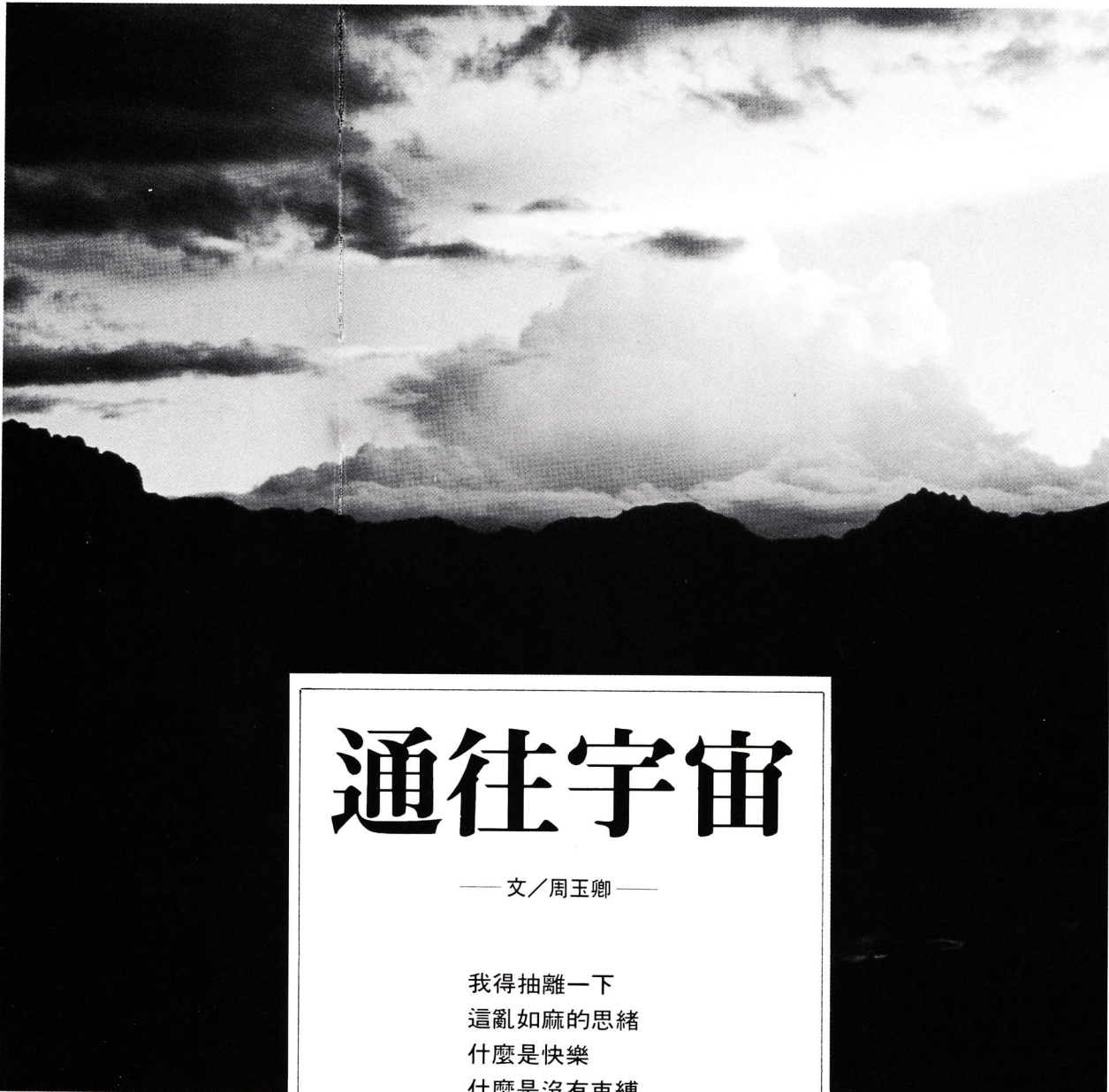
——圖·文／吳振文——











# 通往宇宙

——文／周玉卿——

我得抽離一下  
這亂如麻的思緒  
什麼是快樂  
什麼是沒有束縛  
是什麼樣的想法  
讓我無法解脫

我得想一想

心地光明  
心地純真  
也許是沒有雜染  
管它世俗怎麼說  
我覺得有一條路  
是通往宇宙  
這就對了  
我覺得眼裏分外澄清  
晶瑩剔透

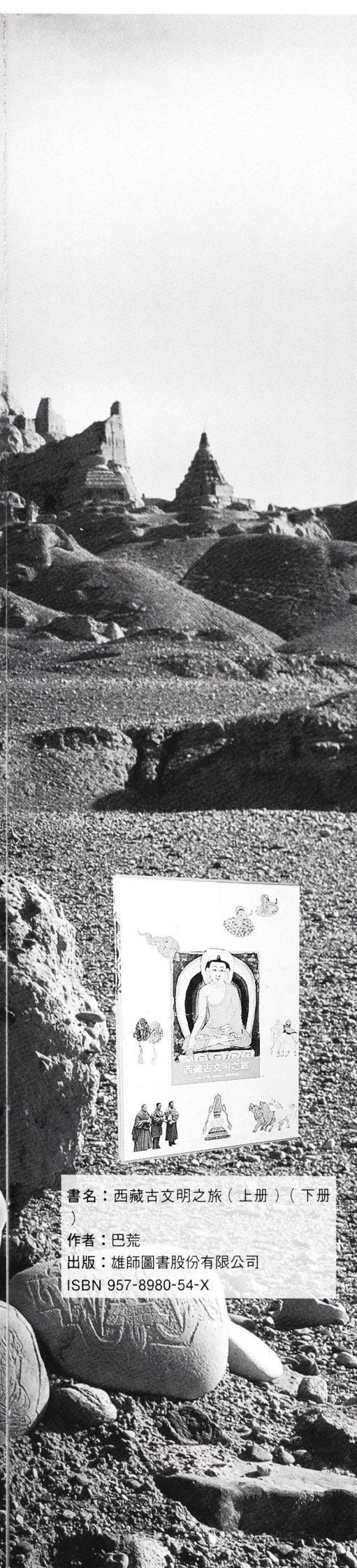


# 西藏古文明之旅

——報導／陳子軒——

是什麼力量使西藏有如此高超的精神文明  
或許是惡劣的生存條件  
激發了他們對生命的追求  
或許是藏人的使命  
知道有一天會成為後人模效的榜樣和生命的參考





西藏自古以來就是鮮為人知的神秘古國，由於地形上、氣候上及各種條件上的限制，使得藏地對外的交通極為不便而成為一個封閉的區域，雖然如此，卻由於對外的阻隔而免於世俗的污染，發展出獨特的文化。

巴荒，本名蔡蓉，中國美術家協會北京分會會員，對於油畫、攝影、詩歌及散文等均學有專長，她在一九八七年獨自到西藏考察，歷經種種考驗，突破層層困難，克服惡劣的天候及地形上的障礙，她走訪了藏地最艱困的地帶，帶回了豐富的資料和圖片，再加上傳說中的故事，寫成了這套「西藏古文明之旅」，揭開了西藏的神秘面紗，帶我們回到了古代的西藏文明，刻劃出西藏的獨特風格。

### 西藏精神文明的成就是人們的典範

這套書計分上、下二冊，上册敘述二大部分，一是神聖的岡底斯文化，岡底斯為雪山之意，這神秘又聖潔的雪山文化，使人們把希望和未來的幸福交給了它，岡底斯山也就成了藏人的精神來源，朝拜神山成了畢生的心願，甚至有人跋山涉水，歷經多年從數千里之遙的遠方趕來，有人見到了神山，有人不幸死在路上，但不論如何，人們的毅力是令人敬佩的。

二是象泉河流域文化，自古以來，有河流就有文明，河流是維繫生命不可或缺的資源，因此在傳說中，河神也是最常為人們所讚頌的，「神」，除了被人們賦予形體外，「神」更是人們希望的寄托，有神是好的，當人們不承認神的存在時，也就否定了自己的存在，這樣的生命是可悲的。古格王朝的遺址，正是在這象泉河的滋潤下蘊育而生。

古格王朝的遺址有豐富的建築，氣勢險峻宏偉，設施完備，可說是盛極一時的朝代。藏地富有濃厚的宗教色彩，除原始的苯教（Bon）外，還有極其豐富的傳說，自佛教進入西藏後，更是大放光彩，無疑地，藏地幾乎人人都有宗教的洗禮，他們對神佛的敬畏程度遠超過我們的想像，寺院林立、佛塔處處可見。作者用豐富而傳神的筆法，詳細刻劃了這含有豐富遺蹟的古格王朝。如今，王朝已不復在，留下的只是殘存的遺址，只有考古、攝影的踪跡。可是我們卻可以深思很多問題，是什麼力量使西藏有著如此高超的精神文明，或許是惡劣的生存條件激發了他們對生命的追求，或許是藏人的使命，知道有一天這些會成為後人模效的榜樣和生命的參考，但不論如何，可以肯定生命是無價的，是需要去開發的。在下冊中，作者將古格王朝的宗教魅力詳述無遺，除了各式宮殿的佛壁畫、慶典祭祀及各寺廟的造型，還有對苯教的發源力——象雄也有深入的介紹。生命是無常的，正因為無常，所以有無窮的創造空間。

流連在這套「西藏古文明之旅」中，更加能體會時間川流不息，世事多變的事實，而在現代的我們，這科技昌明的時代裡，究竟在做些什麼啊，人們不斷的在創造歷史，可以往往都忘了歷史的教訓和所賦予的深刻意義。精神文明的成就是很好的典範，人們應該深入的追尋，因為這是唯一的出路。人們不懂得生命的可貴，所以不但傷害別人，也傷害自己。因此內在靈魂的覺醒是必要的，佛法提供了很好的知見和方法。但願有這麼一天人們不再互相怨懟，人間充滿了愛和關懷，人與人之間更加單純、真心的活著。

書名：西藏古文明之旅（上册）（下册）  
作者：巴荒  
出版：雄獅圖書股份有限公司  
ISBN 957-8980-54-X



# 正確的行爲

——文／文華智慧——

學佛，其實只不過是在學習正確的行爲而已。

這該怎麼說呢？難道我們原本的行爲並不正確嗎？

是的，如果我們沒有學佛，我們就沒有辦法建立正確的知見，也就是正確的想法與看法；如果沒有正確的想法與看法，其實我們不可能有正確的行爲。

例如對於全人類的看法，如果我們沒有學佛，我們不是冷漠的不關心，就是相當有分別心；把全人類分別為黃種人、白種人、黑種人；把世界分別成亞洲、歐洲、美洲、非洲、澳洲。但是如果我們學習到佛法的正確知見：衆生平等，萬物一體。

我們就會對全人類產生正確的看法，我們就不會在世界各國旅行時，見到白種人就羨慕他、尊重他；見到黑種人就輕視他、不禮遇他……種種偏差的行爲就不會產生，沒有偏差的行爲，就不會造業，也就不會種下不好的因，等待將來受報——即使是小小的瞧不起他人的臉色，如果作了，將來必定會得到別人對自己也擺出瞧不起的臉色。但試問，這樣被對待，內心舒服嗎？

所以，一切的正確行爲，都會種下善因，將來都會感召善果。因此，由舉例當中，我們更深切的明白：學佛，不過是在學習正確的行爲。所以，這是一個很基本與必要的學習，可以說是全人類的必修課程。☸

攝影／王秀珍





## 佛法的人間學習～愛情煩惱免疫學(二)

# 暗藏煩惱恐懼的愛情 不是真愛

——文／王靜蓉——

〈續上期〉

我們很難臆測，人與人之間，生命的觸動何時發生，也正因為如此，才顯得未知的一切是這樣的美！

可以確定的是，當有愛的時候，當兩個中心會合在一起，產生融解與融合，一種新的品質就產生了。

所以，每當一個人墜入愛河，他會處於深深的滿足中。他的眼眉神態都散發著滿足，使他亮了起來，

洋溢著能量，不論男女都因而美麗。尤其是當他靜默微笑的時候，彷彿整個宇宙都在祝福他呢！

### 人並不是孤島

愛的體驗使我們確定：人不是孤單的，人與萬物其實從未分離！

人們在愛中會覺得喜悅，見一花一草山川樹木小孩大人，都能欣然微笑，這笑是接受，這接受是了解你是他、他是你，人和萬物本來一體。



人就是這無常大化、這美麗宇宙的一部份。

但又是什麼使人與萬物隔離的呢？

是無明、是煩惱。

是匱乏、孤立。

愛本來是這麼美好的一件事，只因為它美好又像微風一樣難以停留，在缺乏安全感之下，人就傻痴痴的想捉住它，期望固定不變，殊不知：愛是每一片刻的發現，想固定，它就死亡了。

### 噓寒問暖

是情人間必有的關懷  
但如果日日夜夜都要  
“守著陽光守著他”

世界除了他就是她  
那麼這就是一種形體的佔有了

人們想使愛永恆而愛得痛苦，放眼時下的流行歌曲，都傳達這樣的訊息，歌者幽幽的唱著，俊俏或美麗的容顏引發聽歌人的認同，深深植入潛意識，人們便以為「愛情必伴隨痛苦」。

別忘了，愛是微風，它會來也會走，一旦有了愛情關係，人們是太容易太容易跌入陷阱了，被關係所

限。本來，去愛是要把自己延伸出去，向別人伸出手，沒想到反而跌入更小更窄的圈圈去了。大學時，我看到校園裡總有一些成雙成對的身影，在餐廳看見他們，在走廊看見他們，在圖書館尤其容易找到他們，圖書館成了約會的好場所，固定的時間、固定的位置，備好水壺、毛巾、萬金油，不論晨昏，兩個位子間成了小窩，難得空出來給別人讀書。

噓寒問暖是情人間必有的關懷，





但如果日日夜夜都要『守著陽光守著他』，世界除了他就是她，那麼這就是一種形體的佔有了。

那裡面只有膩和黏。

聽說，有個女孩的男友，要她報出每日行蹤，幾點幾分到那裡，去找誰？計程車多少錢？都要一一交待，否則會有一頓斥責或體罰，這樣的關係除了黏和膩，還有病態，好像遇到典獄長，而非愛人。

兩人若「形影控制」，若有一天情海生變，便會痛苦得完全不能接受，繼而因為受傷而理出「愛情生存法則」，特意避免重蹈覆轍，甚至逃之夭夭了。

這樣的故事，小說中常見，男主角或女主角因為某個陳年舊傷而不碰感情，男的顯得冷冷卻暗藏深情，女的投入工作，表現不凡，我見猶憐。小說歸小說，實際人生卻是要在每個關係裡學習，偕由愛帶來的痛去反應：什麼是愛，什麼不是？

很多時候，人有了伴侶卻感到寂寞、孤單。此時，連繫感消失了，你會以為再去抓住就對了，把工作中、讀書中的愛人叫回來就對了。不對！不對

一個人會寂寞，兩個人也會寂寞，寂寞感來自內心，怎能托別人來解決？現在就是面對自己的寂寞的時候。

不論寂寞如何來侵蝕，都要信任這個真理，並且不斷去體會它：

『你並不是一個孤島

人與萬物從未分離。』

你來自大地，你或許忘記，但大地從未遺忘；小孩或許忘掉母親，但母親還未忘記小孩；你已忘記整體，但整體從未忘記你。雖然你執著你的孤單、受苦，但是痛苦並未真正存在，是意念抓住它，是意念創造了痛苦。

知見心理學的創始人恰克·史賓桑諾就提出《會痛的不是愛》的觀點，他指出：「小我」喜歡玩需要的把戲，一味向伴侶要求、需索，就

會失掉魅力。「你抓得越久，你失去的越多。」放下，才能令親密關係達到新的層次。

愛是給予與接受的能力。愛就是修行，修行就是自我愛的實現。

### 你和自己親密嗎？

去愛之前，有許多前行功課。

你和家人親密還是疏離？你的信念系統如何？負面信念多還是正面信念多？這將會影響下意識的選擇。

雖然戀愛使人飛揚且充滿，但是，充滿滿足的感覺不容易發生，讓它發生之前要做很多修行功課，要



使它成為內在的追尋，而不是頭腦的佔據。也就是要先處理你和自己的親密關係。

也就是要下很多功夫來摧毀內在的障礙。

除非我們體認到愛是一個修行的途徑，為了愛得好，我們使愛成為內在的追尋，為了愛人願意做自我轉化，而不是頭腦的滿足。除非如此，否則，愛容易離去。

所謂的親密關係不只是兩個人的

質疑就是內在信念，長大以後，即使接觸一些勵志書籍來鼓舞自己，內心深處仍是自我否定的。

所以，需要透過修行來檢查內在的負面信念，看到親密關係不在身外，它在我們內在，這是我們必需承認的簡單真理。

你和自己的關係好嗎？你浪擲或珍惜此生的慧命？當我們是愛自己時（與自己和諧），其他關係也會和諧美好。

『愛自己』不只是像廣告口號一樣，得多打扮自己，給自己一些犒賞，愛自己不只是從外在的擁有著手，還要兼顧內心的喜悅。

首先，是接受現在的你。就像一朵從含苞到綻放到落下，每個階段自有美麗一般，你也是。你是舉世唯一的，上天創造了你，特別的你，即使你現在遇到困難、卡在關口了，一切並不太糟，也許有痛苦、也許有折磨，它們都在提醒你從這個狀況裡發現什麼？

第二是靜下來。寧靜才能幫你找到答案。

焦躁的尋覓、訴苦也有效果，不過那是不得已的辦法，最多只能聽到建議而非答案。事實上，生命沒有固定答案的，實相超過答案太多太多。靜下來吧，靜得下來，問題已經解決大半了，靜不下來就有一連串的行動與行動，這些『有為』可能對事情的進展幫助很少。

靜下來才能開始靜觀，而萬物靜觀皆自得。

靜下來後要開始寬恕，記得：

『大我知道寬恕。寬恕便能獲得力量，生起感激。』

如果，帶著過去的恨活在現在，就是沒有原諒自己，是在生自己的氣。一個人如果老是抓住老問題不放，是有恐懼，不願成長，將會吸引更多怨與不順。

愛自己也涉及謙虛。自大傲慢的人是封閉的，謙虛的人是開放的。



圖／一日鍾情 福斯影業提供 電影小說 輕舟出版社發行

身體靠近了，作息靠近了，更意謂了兩個世界的結合，這是一件複雜的事情，從小，我們在家裡成長，其實就在經驗親密關係，透過父母怎樣待我們，環境給我們哪些訊息，進入我們的潛意識，形成我們的『內在信念』，信念創造了思想、行為。

通常，從父母那兒我們得到的是身體的照顧，並學會依順對方的要求。我們越能依順父母會越好過，越能贏得乖孩子的美譽。但是父母總有偏差、有根深蒂固的負面信念，在互相對待中，壓抑、扭曲、傷害就在孩子心中留下痕跡。

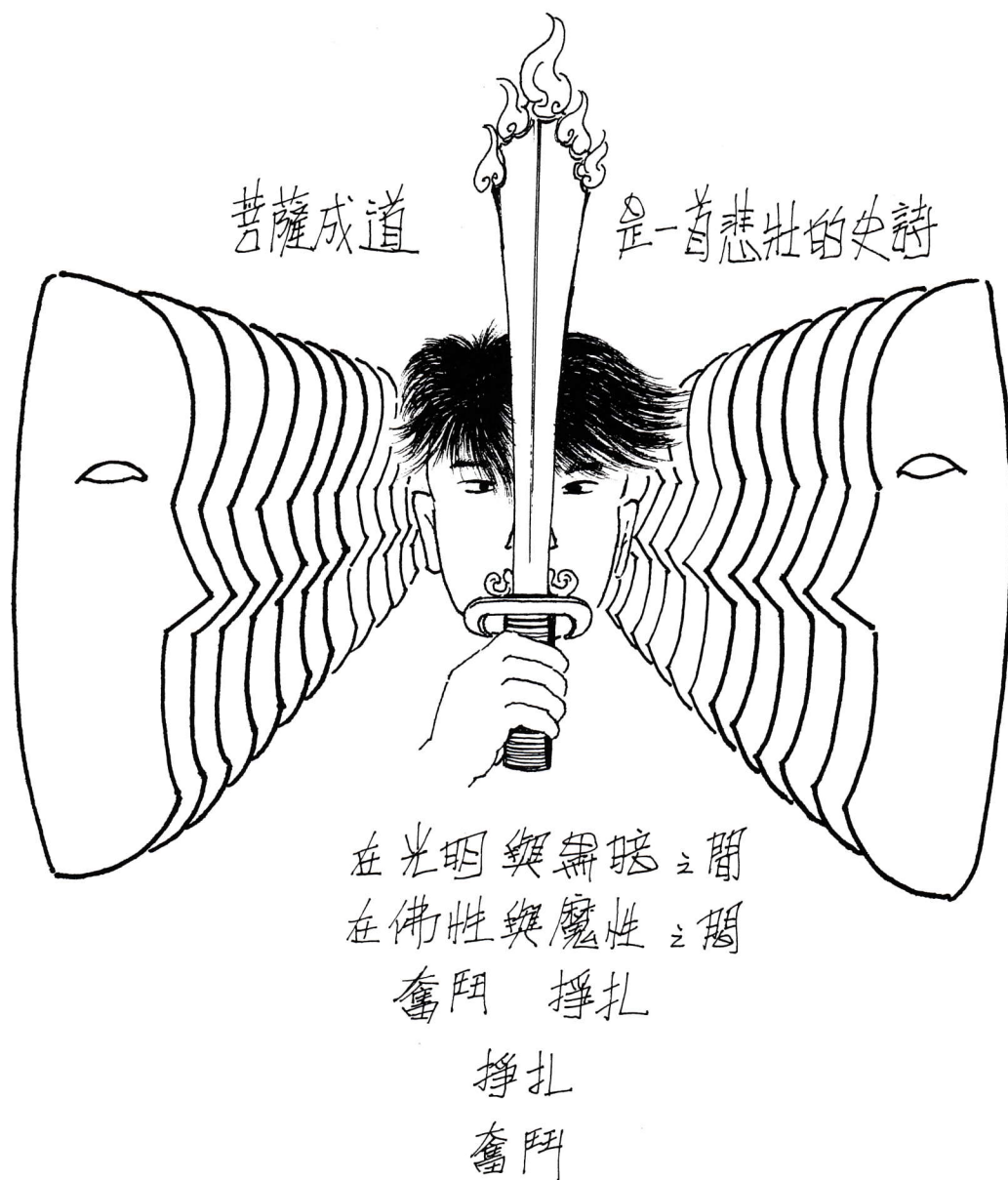
孩子從父母那兒學到就不是『愛自己』，而是在被苛責中產生對自己的種種否定、質疑，這些否定與



# 心的思考

——簡潔、有力、創意、生機、悲智

——文／思惟——  
——圖／曼曼——





我感恩我今天以前 所遭遇的一切  
因為我已經深深明白



好的  
是要我明白真善美的可能  
以及疼惜生命

壞的  
是要激勵我、教育我  
讓我變得更完美  
所以 我不只感恩 今天  
也感恩已經成為定局的  
每一天

批判是沒有用的  
我們要學習的是無盡的包容與愛





# 遵從善知識的教導

—— 文／菩提居士 ——

—— 圖／奚淞 ——

## 觀想的意義：

心念即一切的源頭，善用心念，  
即與正知見相應、與法界相應，觀  
想即訓練心念與正念相應。

## 觀想的方法：

即於腦海中浮現所觀之形相或過  
程，不一定只限於開天眼方可練習  
。例如現在要你觀想你母親的樣子  
，你必定毫不困難的於腦海中浮現  
她的相貌，甚至她常穿的那件衣服  
也鉅細無遺，此即「觀想」。





# 觀想

全身如透明水晶 清澈、晶瑩、透明  
水晶不斷的擴大 擴大至虛空一樣

水晶中出現一朵金色蓮花  
金色蓮花中有一顆透明的摩尼寶珠

摩尼寶珠放出十彩虹光  
紅、橙、黃、綠、藍、靛、紫、白、銀、金黃  
十彩虹光中化現出千百億尊佛

每一尊佛都伸出金色的手臂 摩自己的頂說道：

孩子啊！  
聽從善知識的指導  
是非常重要的學習  
善知識  
之所以成為善知識  
一定下過苦功

就算今生沒有  
過去生也一定下過甚深功夫  
才能成為善知識

面對一個善知識

一定要經過觀察的過程

觀察他  
是否為了眾生  
在修行 在作事

如果答案是肯定的  
那麼  
就要開始深信

只有 深深的相信  
沒有 第二個選擇

因為  
業境的顯現  
實在太複雜

如果你不深信  
業境一定會干擾  
你對善知識的信心

當信心不再深厚  
當信心不再清淨  
你與善知識之間的  
法緣 必定會斷

因為  
誠如金剛經所說：  
信心清淨  
即生實相

當信心不夠清淨的時候  
你的分別意識  
會變得特別的強大

強大的分別  
會造成很多業境現前  
如同你的分別意識所想

所以  
一切都是心念的感召  
清淨的眾生  
一定感召具德的善知識

但是  
這份清淨

是不容易維持的  
尤其當你與善知識越來越接近

接近善知識  
其實是一種福報  
但也同時是一種考驗

越接近 越有機會  
看到善知識的  
“缺點”

但是你眼中所看到的  
善知識的“缺點”  
真的是他的“缺點”嗎？  
還是你自己心念的感召呢？

在這業力變現的三界之中  
不可能有一件沒有缺點的事  
因為業力尚未了盡

如果透過事件  
來了解一位善知識  
這是走錯了方向

因為  
永遠 最重要的  
就是 內心

當你看到事件的不夠完美時





你同時看到  
善知識的內在完美嗎

如果沒有  
那麼 你需要好好的懺悔

一個善知識  
尤其是具德的善知識  
必定是  
歷劫修行 廣度衆生

禮敬他尚且不及  
怎能在自己內在裡  
偷偷的批判 看輕他呢

事實上  
這些批判或看輕  
對於有證量的善知識而言  
並不會影響什麼

影響的是你自己啊！  
你會在業境的矇蔽下  
越來越批判善知識  
越來越看輕善知識

那麼  
孩子啊！  
你會離善知識 越來越遠

一切都是因緣果報  
有人肯教你 指導你 甚至罵你  
都是福報感召啊！

如果 你不但受教  
反而開始產生抗性及更多的批判

那麼 請記得  
善知識會  
不再教你 指導你 甚至罵你

客套 誰不會呢？  
一個聰慧的善知識  
真的沒有必要得罪你

愛  
慈悲  
關懷  
不一定不能透過 忿怒相

忿怒相  
尤其是善知識的  
內在包含的是  
慈悲

如果 看不透這一點

那麼  
總有一天會被考倒

孩子啊！  
真正的具德善知識  
真的是 百千萬劫難遭遇啊！

不要等到有一天善知識離開了

才開始珍惜  
那會來不及的

人身難得  
佛法難聞  
善知識難遇

遇到而不珍惜  
一定會失去  
真正的學法因緣

孩子啊！  
成就甚難  
到達彼岸真的甚遠

善知識是你的領航船  
你真的必須亦步亦趨啊！

而缺少了清淨的信心  
你會離領航船  
越來越遠

自己去度這蒼茫的苦海



是很容易 迷航

沒有人能決定  
你留在善知識身邊的日子有多長  
是你自己決定

孩子啊！  
語重心長  
一個好的善知識  
不會一天到晚向你自吹自擂

只有福報夠的孩子  
會看清楚這樣的善知識

既然看清  
就要遵從善知識的教導

要以完全清淨的身口意  
來接受教導

而且  
善知識  
不可能教你為惡  
都是要你行一切善

既然如此  
不論他用了什麼方法  
難道  
不是為了你好嗎？  
真正的關懷  
不一定都用 甜蜜來包裝

良藥不是很苦嗎？  
忠言不是多半逆耳嗎？

孩子啊！  
要作個聽從教導的乖孩子啊！

如果有人不聽從教導  
不要學習他  
如果有人聽從教導  
要加倍學習他

看不懂的  
不要妄加批判  
真正成為干擾  
就要請教善知識

以免  
被業力障蔽  
被磨羅干擾  
而不自知

孩子啊！  
服從善知識的教導  
真的很重要

善知識的教導  
能夠省卻  
你多少力氣  
多少時間  
多少浪費  
你真的很難明白啊！

所以  
連世間法都說：  
尊師重道  
難道出世法不是更應如此嗎？

但是這份尊重  
是來自於內在清淨的信心  
而不是只有外在的禮節

孩子啊！  
如果  
你想自度度人  
如果  
你想實踐悲願

完全没有抗性的  
完全清淨的  
接受善知識的教導

真的  
非常重要



孩子啊！  
願你早日成就  
也願眾生早日成就

諸佛放出十彩虹光  
自己也放出十彩虹光  
自己的十彩虹光  
與諸佛的十彩虹光合而為一  
只見光海閃爍  
莊嚴無比



# 清心小語

——琉璃月——

圖片提供／中華花藝基金會（國立歷史博物館4／26～5／4・易經與中國插花的六十五花相）



人因為愛 而變得高貴

愛的狀態是最重要的 倒不是作了什麼

我們不是以我們的作為 活在這世上

而是以心的狀態

所以 即使什麼也沒作 心中有愛 等於作了一切

相反的 心中無愛 作了一切 等於什麼也沒有作

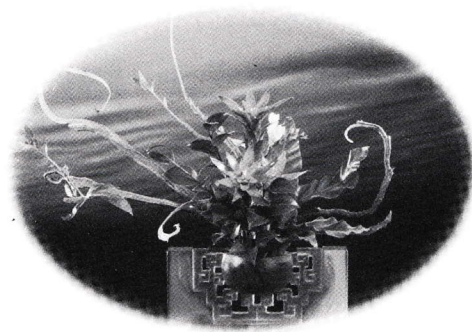
84

生命中的黑暗時刻來臨時

只要面對 不加任何的批判 只是經歷 不迎不拒

佛陀愛我們 願我們沐浴在佛陀愛的光輝裡





進步 就是生命最大的快樂 遠離黑暗 就是生命最大的滿足

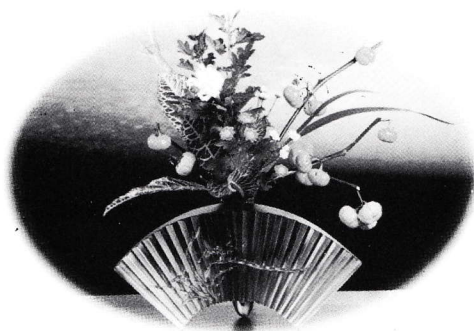
在學佛的過程當中 我們感動 我們成長

學佛 就是一個完全的自覺過程



佛法 是今生最美麗的相遇

素食～美麗與慈悲的珠聯璧合



一個容易成功的人 其實是一個容易分出重點 挑出重點的人

最低的生活標準 最高的精神標準

在有限的生命裡 活出無限的意義～就是佛法的偉大目的 就是菩薩道

為善最樂——千真萬確如此啊！





# 重探西藏宗教藝術之 色彩原形

——文／王秀珍——



## 一、前言：

西藏是個富有色彩感的地方。

西藏高原，山川壯麗、雄峻，氣候乾燥嚴寒，漫長的冬季一片雪，素有「雪域」之稱。而高原嚴酷的生活條件，反而擠迫出他們對生命異乎尋常的熱望，一如他們所喜愛的青稞酒、酥油茶般的濃烈溫厚，這種對生命的熱情亦如實的反應在日常生活中，從人們的服飾上，屋上飄揚的經幡、建築上，到處都可以看到鮮豔的顏色，色彩飽和而純正，充滿了生命力。

在西藏各種顏色都有特定的含義，特別是宗教含義，這些含義的確多基於西藏的自然條件。終年不化的皚皚白雪，和藍天中漂浮的白雪；游牧生活的熊熊篝火和乳白的酥油，最先形成了高原人對白色和紅色含義的認識。隨著歷史的演進，在吐蕃時期，紅、白二色有了確切的含義。紅指肉類，稱「瑪爾」；白指乳品，稱「噶爾」。西元七世紀時，吐蕃王國成為中亞地區強大的帝國之一，連年爭戰和苯教大規模的祭祀殺牲，造成種種血

流成河的場面，因此，紅色成為凶狠、威嚴和戰神的象徵。與此相對，白色因其潔靜安寧的性質而成為吉祥如意、和睦、親善的標誌。潔白的雪峯被尊為聖山和地方守護神。因此藏人每逢家中有喜事，便會向牆上潑灑白漿以示慶賀。

早期殺戮牲物是在一些大岩石上，牲物的血染紅了岩石，這種岩石逐漸成為祭祀神靈的象徵，後來演變成小型紅色神龕，一直到現在。在西藏，寺院重要的護法神殿或靈塔殿，一般牆身均為紅色。

紅與白是西藏當地最古老的用色習慣。西元六世紀隨著佛教的傳入，佛教教義與當地用色傳統結合，形成一套更豐富而完整的顏色體系。由於自然環境的限制，艱辛的生活條件，蘊育出西藏人堅毅的個性、樸實的民風以及對宇宙力量無比的虔敬與敬畏。而這種虔誠的天性，更表現在宗教信仰上。因此西藏人的藝術絕大部份是佛教藝術。



## 二、西藏宗教的色彩

本文將就各類佛菩薩圖像的色彩特色，來分析其內在含義。

在西藏佛教藝術的高度成就裡，繪畫是其精髓所在，不只是作為藝術品，更肩負了修行與佈道的功能。藏畫用色特徵是多用石青、石綠、硃砂、赭黃、藍靛、暗紫，著眼於強烈的色彩對比，表現出旺盛的生命力。而金色的大量應用，也是另一個特例。依「身、語、意度量經注疏花蔓」裡指出黛色、綠色、紅色、赭黃色、紅褐色、砒石色、藍色等七色為顏料之父，白粘土為顏料之母。

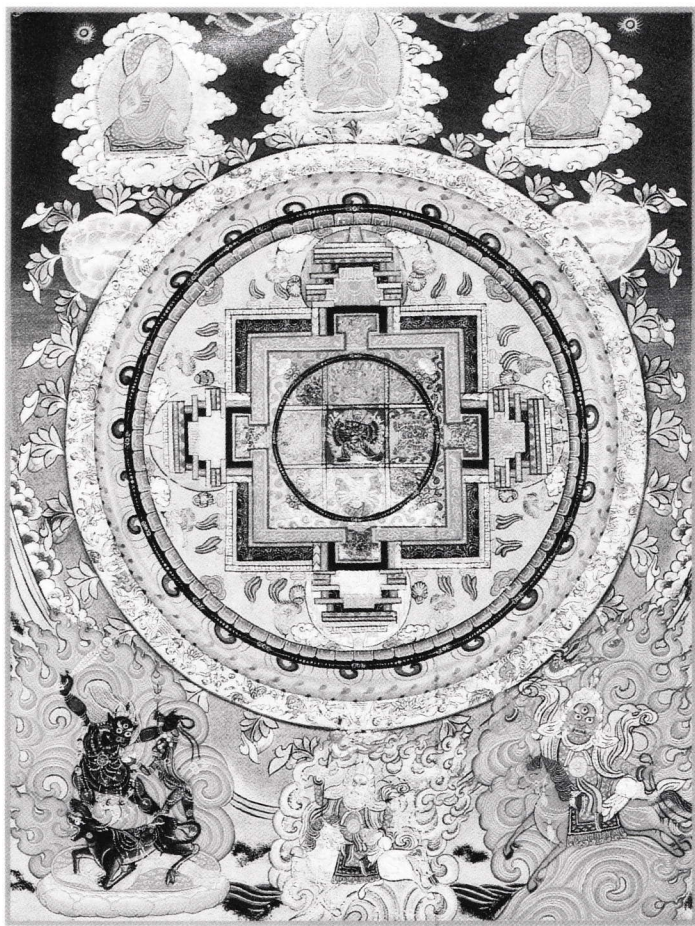
而基本上，藏畫中所採用的顏色均有經典儀軌。例如曼陀羅運用的基本五色，(1)青、(2)黃、(3)赤、(4)白、(5)黑（於此黑色，攝真實經作雜色，大樂念誦軌作綠色，古來相傳是黑色），此五色亦稱之為五正色，莊嚴極樂淨土之顏色。代表著地、水、火、風、空基本元素，亦代表東、南、西、北、中之五方位、五佛、五根、五智的意義，此外亦有另一層的涵意「白色代表智慧，青色和黑色代表堅信，黃色意為仁慈、自制，紅顏色為默想、熟慮，綠色為勇敢無懼」，這些顏色在繪製時之色序，是有規定的：「用於胎藏之次序是：白、赤、黃、青、黑，在金剛界則：白、青、黃、赤、黑。」青色，具有他色無法相比的强大力量，有降伏之意。黃色，可加在其他顏色之上，增加亮度，又不失其自性，為增益之色。赤色，象徵燃燒般力量的泉源，也同時象徵愛欲貪婪的顏色。白色，象徵純淨，用於息災法中。黑色，具隱藏各種存在、物質的性格，為調伏之色。

由此可知，西藏佛畫並不只是繪出諸佛形象，亦不只是單純的圖像藝術品，而是色彩藝術（有相）與宗教精神（無相）精密結合的高層次表現。充份了解各種色彩所代表的意義，將能更深入體會藏傳藝術的內涵精髓：

### 三、各類不同圖像的架構分析

#### (一)壇城類——指主尊的法壇與道場

圖一是大威德金剛壇城，井字形的宮殿中央，是主尊大威德金剛，身青藍色。由他向四方投射，分成白、黃



圖一、大威德金剛壇城 全德佛教精品公司提供

、紅、綠四種色光——東方白色、南方黃色、西方紅色、北方綠色。依順時鐘方向旋轉，分別代表諸法的生、住、異、滅。亦代表著世間的四事業法，息（災）、增（益）、懷（愛）、誅（滅）。（見圖二）

同樣地，我們亦可以從其他的壇城圖看出相同色序與方位，如十一面觀音壇城、閻曼迦德壇城、觀想壇城……等。

圖二、大威德金剛壇城之設色圖







圖三、五方佛 全德佛教精品公司提供

(二)五方類——指圖像是以五方位的方式構圖

1. 五方佛（圖三），法身本始佛所化，分別主宰者宇宙的一個循環及佛法的五部，亦代表著密宗五智的闡揚，五佛各有其特定的代表顏色、方位、手印等等。

中央，毗盧遮那佛，即大日如來，五佛之首，佛部部主，身白色，代表清淨癡毒，將色蘊轉為法界體性智。

（註：圖二因以金剛部為中尊，故毗盧遮那佛與金剛不動佛位置互調）

東方，金剛不動佛，即阿閼如來，金剛部的部主，身藍色，表清淨瞋毒（阿閼就是無瞋），轉識蘊（及第八識）成大圓鏡智。藍色是調伏之色，東方為最初之方，發心之象徵，四共事業法中屬息災。

（金剛不動佛，為東方妙喜世界的教主）——

南方，寶生佛，即寶生如來，寶部的部主，身黃色，表清淨慢毒，轉受蘊（及第七識）成平等性智。黃色求財之法，南方者，福德莊嚴之方。四共事業法中屬增益。

（寶生佛的淨土——南方眾寶莊嚴淨土）。

西方，阿彌陀佛，亦即無量光如來，蓮華部部主，身紅色表清淨貪毒，轉想蘊成妙觀察智。紅色光者，是懷

愛法，西方者，自證之方。四共事業法中屬懷愛。

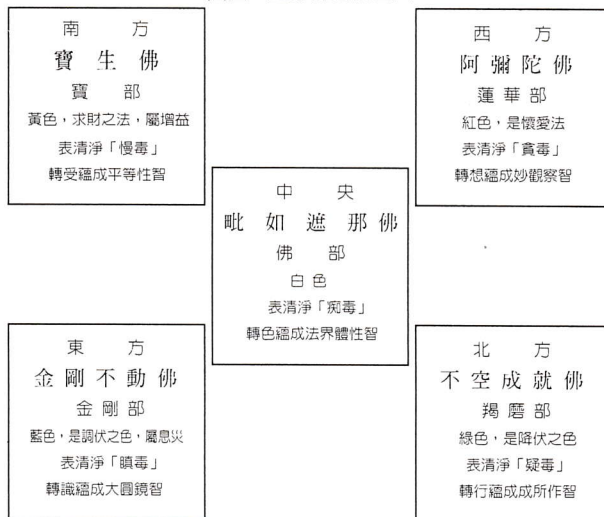
（阿彌陀佛淨土——西方極樂世界）。

北方，不空成就佛，羯磨（事業）部的部主，身綠色，表清淨疑毒，轉行蘊為成所作智。綠色光者，是降伏法，北方者，寂靜之方也。四共事業法中屬降伏法。

（不空成就佛淨土——北方無上妙行成就佛土）。

綜合上述所說，就色彩而言可歸納出如下的簡圖：

圖四、五方佛之設色圖



2. 吉祥長壽五母，又名雪山五母，為蓮師之智慧空行，亦是密勒日巴祖師的五位秘密空行母。

長壽自在母，身白色，位中央，騎白色雪山獅。

翠顏佛母，身藍色，位東方，騎藍紋斑馬。

貞惠佛母，身黃色，位南方，騎黃色老虎。冠咏佛母，身紅色，位西方，騎白驃。

施仁佛母，身綠色，位北方，騎碧龍。

3. 釋迦牟尼佛與四大天王

圖中釋迦牟尼佛端坐中央，四大天王分居四方，四大天王為佛教之大護法。

持國天，身顏白色，居須彌之東方，黃金山，主息災增長天，身顏藍色，居須彌之南方，琉璃山，主降伏廣目天，身顏紅色，居須彌之西方，白銀山，主懷愛多聞天，身顏黃金色，居須彌之北方，水精山，主增益。

從以上這些例子，可以看出五方色序之間的相關性，同時，依圖像所示現的色彩，亦可分辨出諸佛所主之位，及於修道上所得之境。類似的圖像尚有五姓財神像、五文殊像、符咒女神像……等等。



（三）多面類——指以多面相呈現之諸佛菩薩、護法等。

### 1. 千手千眼觀世音菩薩——（見圖五）

觀音功德為大悲，曾起四十八誓，欲除衆生之無明、迷妄，救世人使免墮於地獄道。然衆生救不勝救，出於絕望，觀音其首裂為十塊，身手也碎作千片。幸傳承父佛阿彌陀佛以法力將碎片合為十面，加上彌陀自己，遂成十一面。

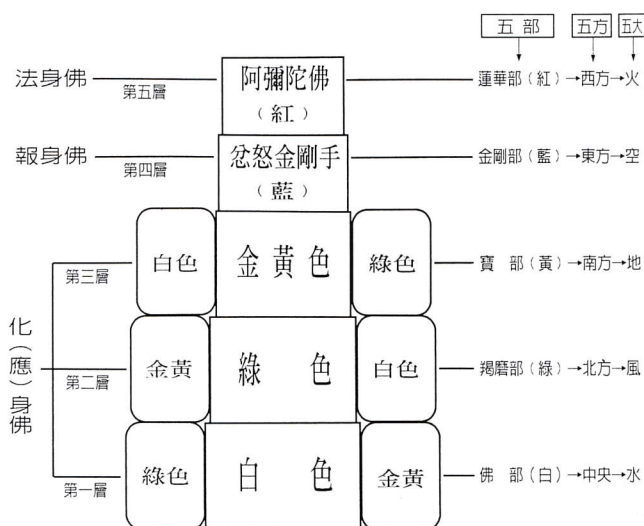


圖五、千手千眼觀世音菩薩 全德佛教精品公司提供

十一個面孔表示觀世音菩薩與諸佛證得絕對的十一地「完全光明地」之心意無二，亦為法、報、化三身所組合。

現在且以色相圖來解讀十一面觀音（見圖六）

第一、二、三層是化身佛，每一層均為白、金黃、綠三色面，並以逆時針方向互為主尊，表佛、寶、羯磨三部，第四層報身佛金剛手，呈忿怒相，藍色面，表金剛部，第五層阿彌陀佛，是法身佛，紅色面，表蓮花部，十一面喻神性無所不在，慈暉及於宇宙八方（東西南北



圖六、千手千眼觀世音菩薩之設色圖

四周）及天、大氣、地（中央——上下）共十一方。（佛家語：斷十一品無明，得十一地佛果）由外形的千手，化出一千個轉輪聖王，將衆生安置於六道樂土。千手中復有千眼，千眼中化出賢劫千佛，永離惡業，並已成熟善道。由這些不可思議身、口、意之能力，以各種方式來調伏衆生。諸佛以象徵性或明示性之聖相來與應機之衆生接觸，令有情以上、中、下不同之相應根器能力經由十地、五道，一步步地達到佛境，以四聖諦、三十七道品，六度以及八萬四千法門，來實現佛境。

### 2. 時轉金剛——（圖七）

時輪即是時間之輪。輪迴為痛苦之根，衆生流轉於六道，故諸佛示說無數解脫法門，以度脫衆生出離輪迴。

父佛具有一層四面、二十四臂、二足，身色藍。

四面——主面藍色，藍色具有他色無法相比的强大力量，有降伏之意。主東方。右面紅色，主西方。左面白色，主中央、北方。後面黃色，主南方。（見圖八）

二十四臂——上八臂白色、中八臂紅色、下八臂藍色。

二足——右足紅色，踩大自在天，左足白色，踩大自在天母，代表摧伏貪、瞋諸障。

五指——依序是黃、白、紅、藍、綠，五色具足、五智圓滿。

母佛具四面、八臂、二足。身色黃，主面黃色，黃色可增加其他顏色之亮度，又不失其本色，為增益之色。

時輪金剛法，源自印度，係綜合了以印度生理學為基礎的性瑜珈、天文學、曆學、占星術的龐大複雜體系。是五大金剛圖像中唯一的「多彩之神」，其中心論點以一切衆生皆在過去、現在、未來「三時」迷界中，而以時輪表三時四世，以超越時空的本初佛思想來解脫此迷界。





圖七、時輪金剛 全德佛教精品公司提供

除此之外，類似多面相的圖像，尚有尊勝佛頂菩薩、大白傘蓋佛母、喇呼拉護法、五色瑪哈嘎拉……等等，而每一色相均可清楚的示現其所象徵的含義。

#### (四)護法類——

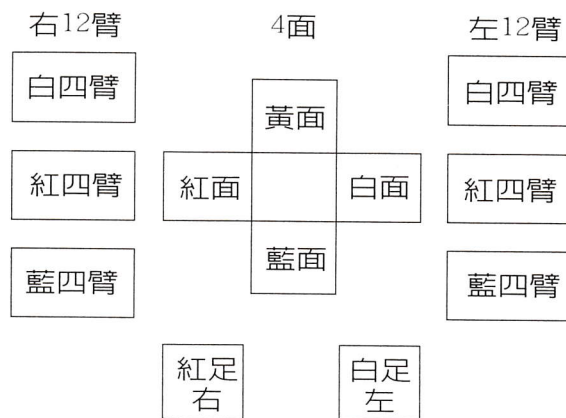
漢土稱護法為「怖畏」，一般所謂的「八大怖畏」是指吉祥天女、大黑天、馬頭觀音、閻魔、降閻魔尊、戰神、大梵天及財寶護法。護法類是密教美術中造形最醒目的一羣，髮赤黃色上衝，藍、黑、紅為主的膚色，造成神秘鬼魅、咄咄逼人的氣氛。藍、黑色之身乃表示法身之不變本質，諸魔極怖畏（如上樂金剛、密集不動金剛、普巴金剛、四臂瑪哈嘎拉、大黑天）紅色表諸魔怖畏（如金剛亥母），懷愛（如作明佛母），隨貪一切衆生（如卡雀佛母）等。

除以上四大類所述之外，有時菩薩亦以羣像顯身，也有以白、藍、黃、紅、綠五色並現，以與佛法的五部——佛部、金剛部、寶部、蓮華部、羯磨部相對應如文殊菩薩，此外，另有其他獨特意義之色相如：

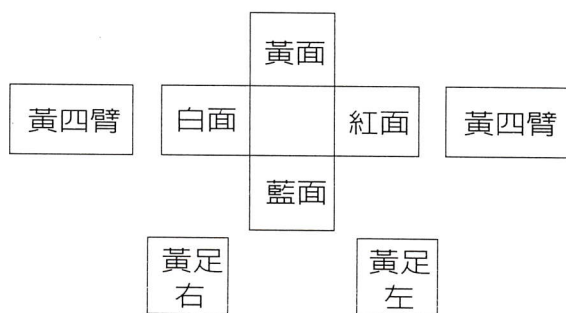
金色——金色可涵蓋所有顏色，故任何一佛除依個別儀軌設色外，皆可繪成金膚，喻佛性純淨如永不變質的真金。

藍色——根據尼泊爾文獻，本初佛由「無相」進而「具相」的第一個形相，是一朵藍色火焰，由冰峯雪嶺環繞的蓮湖中，自發自燃而生生不息。

### 佛父 — 四面、二十四臂、二足



### 佛母 — 四面、八臂、二足



圖八、時輪金剛之設色圖

諸佛相，髮多為藍色，象徵和平及神聖，膚色為藍，正象徵著永恆不變的佛性，一如穹蒼攬護萬物，無所不包，故取天色，（如金剛總持，如意金剛，藥師佛）

白光——白毫表佛之智慧，在圖像中，多簡化成形珠。

#### 四、結論：

西藏佛教藝術以其鮮艷的色彩、虔敬的宗教信仰、豐富的造形及諸多圖像，再再透出內在獨特的生命力與活力感。不僅是宗教用品，也有實用的功能，更有哲學和精神的層次在其中，且不論有相、無相，種種設像無非是對機而設，若從究意義來說，種種無非都是「戲論」。是故欣賞各式設色圖像時，不必心生執著，亦不必視為迷妄，知道法的層次，反而應該歡喜合十讚嘆。

#### 參考文獻：

- 1.《故宮文物》13、14、16、34、42、44、47、48、50、62期。
- 2.《法相集》。
- 3.羅中展之論文《藏族之唐卡藝術》。
- 4.《歷史博物館》館刊83.1月。
- 5.《漢聲雜誌》36期。



# 獗獠惠能闖娑婆

「應無所住而生其心」代表了佛陀的中道實相  
然而這一句話，直搗本命，霎那之間  
惠能眼前大亮，全身涼滲滲，內心有什麼要泉湧似  
但卻又無法表達、言喻  
這究竟是怎麼回事？

—— 文／伊凡 —— 電腦繪圖／陳韻銘 ——

一日，船過水無痕，風不蕭蕭水不寒，唐顯慶五年，西元六六〇年，唐高宗遣使召弘忍大師入京。

「方外之人，即使物換星移，改朝換代，原理也是一樣，我不過問世俗朝政，所以去京城幹什麼？」弘忍大師道。

天竺佛教當初傳入大中國時，究竟有沒有構成國俗的不同呢？尤其特別注重文教禮俗的中國社會，偏偏王室又與出家僧有密切關聯，那麼，出家人該不該禮拜帝王呢？

「出家僧尼，已捨世俗，故不在王法之內，出家係出了世俗牽絆之家，故要保持超然的方外之士立場！」

當初廬山的慧遠大師首先表明，江南也跟進，但在華北方面，自當年承接了五胡十六國的那些北朝國家，如北魏、北周、北齊，他們有了疑惑了！

沙門究竟要不要拜王者？

由南北朝至隋，及於唐代，出家沙門順從了中國傳統，支持了禮教之冠、婚、葬、祭等佛事、功德，即使上奏文表時，原本由六朝沙門

履用「貧道」、「貧僧」的自由之身分，到了唐貞觀開元後，便要改用「臣沙門」來向王者屈身了。

弘忍大師堅不入京。

「人生短暫，這邊遊遊，那邊走走，一會兒入京，一會兒出城，你幹什麼？你們了生脫死了沒有？還有閒情雅緻，與王室大談人生苦短嗎？」

弘忍義正嚴辭，神情篤定，白蒼蒼的髮絲在空中飄搖，只見他一再重覆那一句：

「你們欲知法要，很簡單，心，心是十二部經之根本！」

「應無所住而生其心」的體悟

話說西元六六一年，龍朔元年，有一個惠能，本籍范陽，由於父親被左降，流於嶺南，作新州的百姓，接著父又早亡，留下老母，移來南海，他爲了養老母，因不識字，只有砍柴爲生。

那一天，真是因緣定注，惠能砍好柴，下山送至店家，店家人安道誠已囑人交錢予他，收了錢，惠能返身從堂前回大門時，身後有人

喃喃念著：

「應無所住而生其心！」

「應無所住而生其心」是《金剛經》的千古名言，之所以有名，也因整句代表了佛陀的中道實相。當時，廿四歲的惠能，一臉忠厚，但又不認得大字，然而這一句話，正像搗什麼似，直搗本命，霎那之間，惠能眼前大亮，全身涼滲滲，內心有什麼要泉湧似，但卻又無法表達、言喻，這究竟是怎麼回事？

他彷彿通曉了一切的一切了，但當你說一切的一切，卻又累言無聊透了，那一種通了的滋潤，總之如果不是當事者本人，而文字言語再曼妙無礙，也是隔靴搔癢，一入思量即不對勁，也根本無法用相對世界的凡夫心來表擬。

惠能停住了雙腿，他顧不得禮儀，即刻返身搜尋那一句話的傳聲主人，而那主人正是安道誠本人。

只見安道誠手持《金剛經》，整個人喃喃唸著經，也渾然不知惠能早已站在他身邊。

「請問老爺，您正在唸什麼經？」

安老爺抬頭一見，眼前是一個看





▲只見安道誠手持《金剛經》，整個人喃喃唸著經，也渾然不知惠能早已站在他身邊。

似襁褓的小伙子！

「你不是那個樵夫嗎？錢不是已經給你了嗎？」

「是，不是錢，錢已收得了！對不起！安老爺，我很震撼，您剛唸的是什麼經呢？可否告訴我？」

安老爺看他誠懇，即告之：

「我在唸《金剛經》，這是從蕪州黃梅縣的東禪寺請來的。」

惠能眼睛一亮：「那裡有大師嗎？」

「那兒是弘忍大師的道場。」

「弘忍大師——」惠能口中重複大師的名字。

「哦！他是當今最有名的禪師，弟子有一千多人，怎麼你會這麼問？你對佛法有興趣嗎？」

安道誠長得仙風道骨的模样，是個善人，是個有祖產庇蔭，有福報的地方紳士，他放下手中的《金剛經》，仔細的往惠能身上瞧了又瞧，他仍很有耐性的問道：

「你想去參訪弘忍大師嗎？」

惠能心中一閃，說中了他的心窩，但即刻無奈的回應：

「不瞞您說，我剛剛聽到那一句，彷彿記起了很久以前所知道的，真的有要回家的感覺，甚至感覺我

好像已經回到家了！不過……」惠能沈思一會，尷尬的再道：「我家有老母，如果我走了，她怎麼辦？」

安道誠一直瞧著惠能，突然他開口道：

「我一直觀察你，我覺得你有慧根，《金剛經》是佛的遺教，它實在不容易懂，你那一句話，使我感動，我這裏有十兩銀子，你先拿回去安頓老母，再到黃梅東禪寺去求法，我相信你一定可以在弘忍大師那邊，真正找到你自己的家。」

安道誠從抽屜拿出十兩銀子，亮澄澄的呈現在惠能的眼前，惠能抽動著不能言語的嘴唇，他似乎激動涕零得無法開口了，但他還是伸手接過十兩銀子，抽動的手，顫抖的唇，對安老爺一再道謝。

「你叫什麼名字？」安道誠目光直直看著他。

「我叫惠能。」惠能屈膝躬身道。

「惠能，大師常勸僧俗說：只要你持誦《金剛經》，日夜不斷，始尾持續不止，一定能見你自性，一定可以直了成佛，一定可以回你自性老家，而且能聽聞此部經的人，都

是宿世有種慧根的因緣，我祝福你！」

#### 惠能參訪五祖弘忍

帶著善心人士的祝福，惠能即刻回家安置老母，便匆匆前往黃梅。

不到一個月，惠能終於踏上東禪寺了。

東禪寺位於黃梅縣北廿五里的雙峯山上，惠能一路上涉水越嶺，神情已經相當疲憊了，但眼見夢寐之真理，就在自己的腳下，而眼前放眼觀去，但見山林水秀，樹上鳥隻鳴鳴，此刻，正是早課完畢時刻，惠能的山門下三步做一步，飛躍的心神與自己心跳聲，正在合奏著人間將遇的神蹟。

自性本覺原本就在，不會因為你迷失看不見，它就消失，更不會因為你執意要抓它，它就被你所抓，自性本覺不會分別你對了，或者你錯了，它是活脫脫的一直等著你的六識來證取它，如同它是一顆深藏在你自家的寶珠，但由於一直往外攀，所以你看不到自家的明珠，然而，這一顆自家明珠，又怎麼會因你離家而不見了呢？

寶珠在你家，它是你的，每個人





▲東禪寺位於黃梅縣北廿五里的雙峯山上。

的家都有一顆寶珠，它是本覺、佛性、真心、自性，禪宗要你自取本心，這個自取本心，就是找到你自家的寶珠，所以無始劫來，你我只是昏迷了、沈淪了、顛倒了，所以載浮載沈於三界、四生、六道之中，而今天，惠能要找到本家的寶珠了，至少他已經返家了，現在只等認取寶珠的手續而已了！

師徒會面，歷史一幕，但說來又平淡無奇，你我一生之中，曾經跟周遭擦肩而過的人有多少，卻從來也沒說過能碰出什麼火花，除非你是在世間的昏戀中所碰的煙花（短暫的火花）！

而弘忍大師一見惠能，便劈頭就不客氣的口吻：

「你來這裏做什麼？你又是何方人？」

惠能很簡捷有禮道：「弟子是嶺南新州百姓，遠來禮師，惟求作佛，不求其他！」

弘忍即回道：「你是嶺南人嗎？聽說嶺南人如同獼猴，這麼野蠻，如何成佛呢？」

惠能直接了當回道：「師父，人雖有南北之分，但佛性人人平等，那有南北之分，且獼猴與和尚身雖

有不同，但和尚與獼猴之佛性，還有分別嗎？」

弘忍大師目光炯炯，目不轉睛，他起身本想再答，但隨即察覺周遭衆目睽睽，不甚方便，時機也不對，只得命令道：

「好吧！你就跟大家去幹活吧！」

弘忍想要結束這樣的對話，是爲了保護惠能，畢竟鋒芒過露，對惠能來說，不免因經驗不足，可能流於壞事，更無法善巧方便，圓融處世，但惠能卻坦然再問弘忍：

「惠能啓稟師父，弟子自心常生智慧，這是不離自性，亦即福田，但未知師父如今要我做何務？」

弘忍見惠能直心坦然，但又觀四周弟子根器不一，心生他想，爲了堵住惠能看似囂張的言語，即刻作生氣狀？

「你這獼猴根性！不要多言，既然你是什麼都可做的人，那你到後院碓房去舂米吧！」

弘忍離座而去，衆弟子看完熱鬧，紛紛跟在師父身後一道離去，只見有一師兄，見惠能還跪在地上，便叫他：

「師父已經走了，你起來吧！師

父也嫌你根性太利，氣焰囂張，所以要派你去碓房，磨磨你的利性吧！」

後院的碓房，有一個主管碓房的碓頭，人長得瘦小，一副貌不驚人的模樣，看似中年歲數，一見有新人到，倒也樂得把手頭的工作派任給惠能。

這位師兄劈頭一句：

「你會踏碓舂穀嗎？」

惠能雖然自小過慣了苦活兒，但這舂米，還是頭一遭，眼見碓房正中，有一個石臼，埋在地下，上頭矗立著一根大工杵，頂端套有一根石杵，石臼正與石杵懸空相對著；木杵中偏後方有木支架頂著，而木杵的尾部能站人。

當人舂穀時，就是從房頂上懸下一根木把手，踏碓者只要雙手抓著木把手，一個勁兒使力往下踩，因爲力道的緣故，石杵便會翹到空中，於是踏的人手上用勁，腳下便隨即減力。

當那位師兄做給惠能看時，邊道：

「看懂了嗎？這活兒很費勁，石杵會以它自己的重力，砸向石臼，看你是頭一回吧？」





▲惠能一路上涉水越嶺，眼見夢寐求法之所，已在腳下。

惠能抿抿嘴，點點頭，對方隨即又道：

「你會習慣的，這樣千餘人的寺院，每天少說也要舂近千斤的穀！」

凡事初期總是困難，但所有的挫折，也只是磨其心志的美的花蕊，當你面對它時，所有的難度與害怕都會折減一半以上，惠能焉能錯過這面對的時刻，只不過剛開始的確因沒有經驗而不得力。

由於沈重的石杵，不會因為他人用力踩而翹起來，所以倍覺困難，有人就笑他：

「大概是你們嶺南獠人，個個矮小，腳下無力的緣故吧！倒不如身上綁兩塊石頭！」

惠能跳下木杠，出門去撿石頭，留下愣在那裏開玩笑的人！

話說惠能先前由腰間綁著兩塊石頭的日子開始，也許舂米的速度要比以前快多了，但八個多月舂米的日子，每日辛苦累得跟狗一樣，且沒沒無聞，平淡寂寂的繼續他那勞其筋骨，困乏其身，磨其心志的工作。

#### 呈偈以付法衣

有一天，一位小師兄急急衝進來，好心告訴碓房的碓頭道：

「師父召諸弟子，向大家說：人生死事大，你們這人終日修行，只求福田，不求出離生死苦海，師父的臉拉得好長——」

這位小師兄故意做了師父的表情，即刻又裝腔作勢，模仿弘忍的語氣，唯妙唯肖的說：

「諸弟子啊！自性若迷，福又何以可求呢？你們各自去找自己的智慧，去取你們本心般若之性，每個人作一偈，讓我瞧瞧你們的真本事，若悟得本性，我將付法衣，傳禪宗第六代祖，快！火急速去！不得遲滯，各位！思量即不準哦！見性之人，必須是言下須見，真正有此功夫的人，其實就是人站在輪刀之上，也不礙見本性！」

此小師兄模仿至此，碓頭鼓掌叫好：

「真是了得！你怎麼抓得到師父的口音和神韻呢？太棒了！教教我密訣吧！」

碓頭與模仿者兩人，你一言，我一句，他們陶醉在境相中，而一旁站著踏碓的惠能，眼睛一亮，心想師父真是說得對，只是自己身在碓

房，也不敢招搖，不知何時能有機會再得師父的法語？

果然，弘忍有一天來到後院，語重心長對惠能道：

「我見你是根器，但恐有人會扯你後腿，所以不要再跟你多說什麼，你明白嗎？」

惠能躬身，抬頭，眼光炙熱，心中甜蜜紮實之感，即刻道：「弟子也知道師父的心意，所以一直不敢走到堂前，以避人耳目。」

#### 神秀之偈未見本性

話說呈偈之事，傳遍眾寺，眾弟子都說：

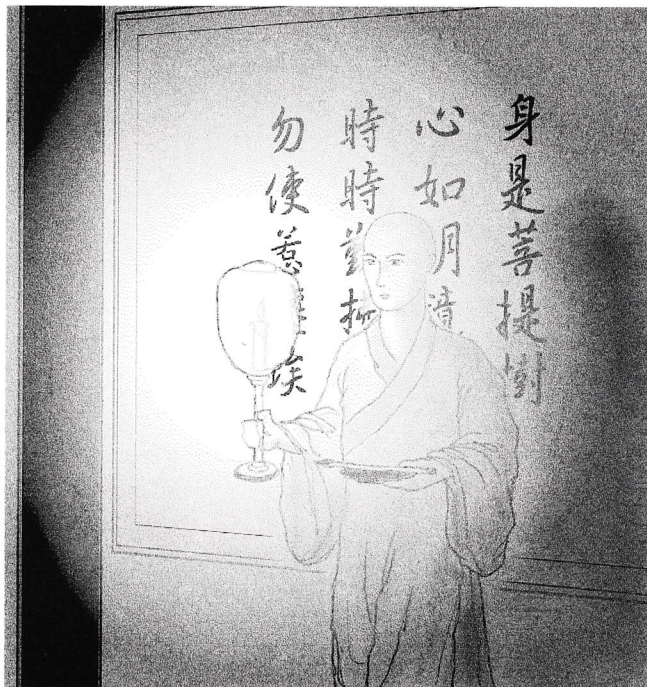
「我們也不用角逐什麼見性偈了，大師兄神秀現為客座教授，儼然是師的傳人了，我們何用枉費心力，就讓大師兄去作偈了！」

「當然嘍！等大師兄接祖師位後，我們再去皈依他也不遲啊！何煩作偈嘛！」

神秀，是陳留尉氏人，也就是今河南尉氏縣人，早年博覽羣經史，就在唐武德八年，西元六二五年在洛陽天宮寺受具足戒，五十歲時，才至蘄州黃梅縣東禪寺，去參謁弘忍大師。



▲神秀忽生一計：「不如在廊下空牆上題偈。若是師父道好，我才出面禮拜請法；若是說這偈不好，乾脆也無人知我所做。」



早前，神秀也是從打柴、挑水等勞役開始，如此求法六年，也是深為弘忍所器重，但弘忍這一次，使出這人間佈幕，著實讓老實又責任感的神秀嚇住了！

神秀每見眾師兄推他呈偈，其人都把希望寄於他本人身上，突然之間，肩膀加重了，心情也沈重了，叫他何以承受那生命中不能承受的輕與重呢？

神秀想了又想，思了又思，放不下，睡不著，想著：

「大家都不呈偈，都等我呈偈，若不呈偈，師父又如何知道我心中見解的深淺呢？但如果我呈上偈，似乎又多了點什麼？我呈偈意，是屬求法，而求法即善啊！可是這善又與接祖師位扯在一起！天哪！我如果有欲心要覓祖師位，這就是惡念啊！這不是凡夫之心嗎？與那些王室互相爭鬥，互奪帝位又有何差別呢！

我到底該怎麼辦？若不呈上偈的話，也不對！那我如何得法呢！大難啊大難！好難的一道偈啊！我又該如何是好呢？」

再說五祖堂前，有三間長形步廊那麼大的看板，平常都是擬議供養

《楞伽經變》或《傳法血脈圖》的流傳，但今還未定案。於是空牆上，尚沒有圖相，話說神秀數度呈偈，每次走到弘忍堂前，總是心中恍惚，遍身大汗，他的心裏壓力太沈重了，包袱往自己身上壓得喘不過氣來，前後經過四天，四天中總共有十三次的呈偈，但都欲呈又悔，最後都流產作罷！

後神秀忽生一計：「不如在廊下空牆上題偈，若是師父道好，我才出面禮拜請法；若是說這偈不好，乾脆也無人知我所作，當然也枉對那些禮拜尊我為教授的人哪！」

神秀是那麼的緊張，他雖然累劫修行，也的確在經論中鑽研、下過功夫，付出代價，但是見性不在經相上求，聞思修於經律論，都是修行的前行，是準備的基本道具，不是實體；真正要對師父有信心，對佛法有信心，更才能對自己有信心，而有這三種絕對的信心之後，沒有開悟見性是不可能的。

神秀雖說對師、對法有信心，但因為修行不力，內心的功夫未到，信心不深具，對自己失去了信心，連帶也使佛法變得似乎虛幻迷離。

「善的執著」，是每一個修行者

必經之路，也是必捨之過程，神秀這樣「善的執著」與惠能臣服於碓房的場景，兩者有別。惠能穿梭累劫修行，他早已對法有絕對的信心，對弘忍大師有絕對的信心，更對自己有絕對的自信心，所以他一點也不害怕，更沒有什麼好自我分裂！更如果神秀他没有欲求人家的敬仰，或人家的託付的話，他又何必害怕自己的偈好或不好呢？

有求皆有苦，無欲則剛，神秀心中尚未坦然，修善的欲，成道的欲，都是他心中恍惚、遍體流汗的原因，只見他當夜三更，不使人知，自執燈書，寫一首千古有名的偈於南廊壁間。

「身是菩提樹 心如明鏡臺

時時勤拂拭 勿使惹塵埃」

書寫完偈後，便悄悄回房，神秀真是苦了自己，一夜未闔眼，失眠之夜，真是他一生最煎熬之夜啊！心想：

「如果明日五祖見偈歡喜，即表示我與法有緣，我當請法；若言不堪，一定是我宿業迷昧，障重而不合得法，唉！聖意難測，這一夜……」

神秀坐臥不安，直到五更，其實





弘忍五祖已知神秀入門未得，還不見本性。

天未亮，五祖原本已邀張別駕和盧畫師來本寺的空牆上作畫，先前原本擬畫「傳法血脈圖」，這樣的話，便可以將當年初祖傳二祖，輾轉相傳的傳承血脈流佈後世。

然而，走廊那邊，一早就已人聲鼎沸，整座寺院起了騷動般，原來盧珍畫師，早已準備今天開白作畫的，但沒想到，一夜之間，牆上有人留偈，而這偈看似頗有來頭，有人趕緊去通報弘忍大師。

弘忍大師氣定神閒，站在牆前，把那首偈念了兩遍，衆等屏息以待，場面真是無比緊張，大家等著看師父的表情，看這下子是否這個題偈的人有否見性？

然弘忍轉身卻對盧珍畫師道：

「《金剛經》上就特別交代：『凡所有相皆是虛妄的。』，這牆上既然已有詩偈了，我看原先我們擬議的《楞伽經變》和《傳法血脈圖》就不畫了，倒不如留下這首詩偈，讓迷人依此修持，至少也可免墮三惡道之輪迴了！」

而那個江浙別駕張日用，聽說經變圖不畫了，畫師要下山回家了，

他便趕去相送，在山上，張日用告訴盧珍：

「我要留在山上幾日，因為我要弄清楚弘忍大師究竟要傳祖位給誰？」

「我看神秀一定穩當中選吧！」盧珍道。

「也未必，如果一定是他，為何大師還不宣布？」

就這樣，盧畫師帶著身懷藝技，但未能留下藝能而遺憾的下山了；而山上這邊，五祖弘忍在廊前，召集全寺僧俗，大家都站在詩偈的牆前，焚香禮拜。

一座禿牆上，寫著修行用功的方法，免墮三惡道，這樣的一首偈，說來功德無量，前來觀看禮拜的人絡繹不絕，但這一次，弘忍總算把神秀叫到面前：

「神秀，那首偈是你做的吧？」

神秀神色緊張，施禮後道：「是弟子所為。」

「神秀，已到門邊，但未入門。」

神秀即刻下跪再禮拜道：

「弟子不敢妄求祖位，望師父慈悲，看弟子是否尚有慧根，請師父開示指我迷津？」

弘忍要他起身坐下，待神秀心稍撫定即道：

「如此見解，竟尋無上菩提的話，是一點也不可能！」

這一句話，真如五雷轟頂，神秀些許顫抖，但見五祖又開解道：

「所謂的無上菩提，是要即時即刻，言下識自本心，當你見本性時，就知道它的不生不滅，於一切時中，念念自見萬法無礙，一真一切真，萬境自如如，這自如如之心，如如不動，如如本具，即是真實。

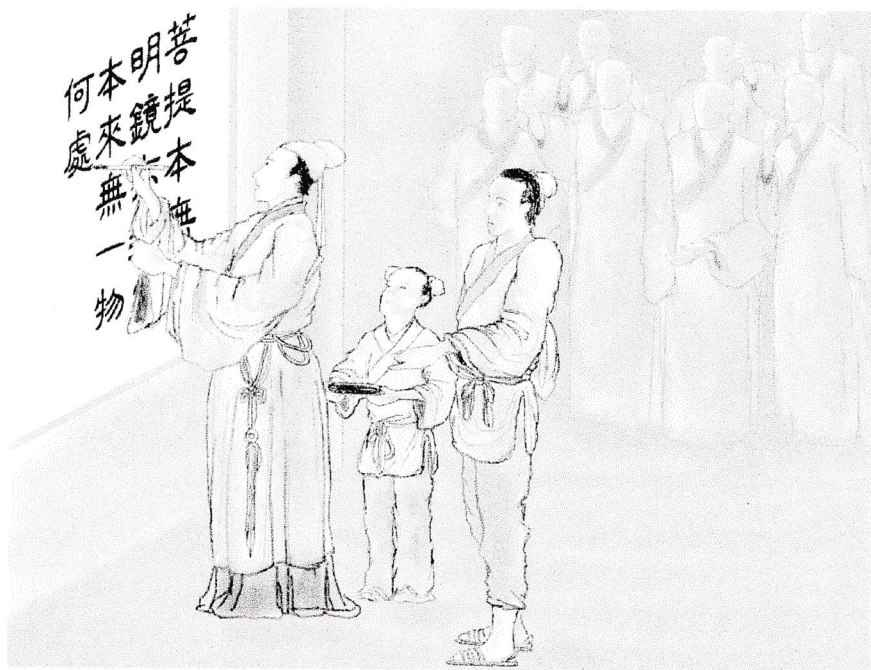
若你能如是見，即是無上菩提之自性也，我今天這樣開白講明了，你當好好參悟，你且回去，一兩日思惟看看，再作一偈，讓我瞧瞧你的如如本心，你偈若得入門，我會付你法衣。」

神秀作禮而出，然而祖師這一番開示，說真的，也難為了神秀，有時因緣未到，勉強也不得，神秀又經數日，作偈根本不成，心中自是恍惚，神思不安，猶如在夢中，行坐不樂。

「菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹塵埃。」

又過了兩天，有一童子喃喃唸誦





▲張日用對惠能說：「好！你誦偈，我為你寫下來，你若得法，先須度我，這是條件，勿忘此言！」

神秀偈，走過碓房，惠能一聽，心中更知此偈未見本性，遂問童子：

「你在誦什麼詩呢？」

童子返身道：「你這獼猴，不知大師說世人生死事大，欲傳法衣，令門人作偈這檔事嗎？大師叫我們念此偈，可免墮三惡道呢！」

惠能即刻很誠懇的神情：「小兄弟，我也要誦此偈，也結來生緣，同生佛地；這位小兄弟，您是上人，我來此地也有八個月餘了，但就是未曾到過堂前，望上人引我到堂前的偈前，禮拜一番？」

童子見他誠摯有禮，也就做一次順水人情，引惠能到堂前作禮。

但到了堂前，惠能不識字，煩請童子為他讀偈，當時那個江州別駕張日用，正高聲在那邊讀偈，惠能聽到完整一偈後，實在也想抒發自己的心境，乃對張日用道：

「請您為我書寫一偈好嗎？」

張日用臉上充滿驚訝，不肖的口吻道：

「獼猴！你也會作偈？那真是天下奇事！」

惠能乃義正嚴辭的神情，即刻道：

「欲學無上菩提的行者，不得輕

視初學者，你要知道佛性平等，即使下下人，也有上上智；而上上人也有沒智慧的，你若輕視於人，即有無量無邊罪過，你本人知道嗎？」

張日用簡直大吃一驚，這個驚訝，比剛剛的訝異，更是千倍，他這一生萬萬也沒見過這等豪邁、明白的人，更別說這位眼前看似貌不起眼，而且又不識字的人！

張日用即對惠能說道：

「好！你誦偈，我為你寫下來，你若得法，先須度我，這是條件，勿忘此言！」

「好，一言為定！」惠能即刻閉上眼睛，慢慢誦道：

「菩提本無樹 明鏡亦非臺

本來無一物 何處惹塵埃」

當張日用張著大嘴，書寫完此偈後，簡直心跳狂加，底下有人也跟著唸，這一偈，說真的，與神秀的一偈，是連外行人也分辨得出它們兩者的不同。

神秀的偈，是漸修的過程，也是很重要的。

然惠能的偈，完全衝著漸修的次第，完全粉碎、駁斥了漸次的時間，且是一劈頭，就否定一切現象的

修持，它的意思，完全是達摩祖師的心法——「不言有無，只言見性」。

而凡夫因為根器不利，無法當下直觀本心，無法超越善惡二邊見，無法越壘直趨本壘，而必須由一壘、二壘……依次漸修，也就無法擊出全壘打，一悟永悟，且落時間、空間，落階級的修行，比較須經過久遠，且不必要的冤枉路而已，但並不是說神秀的漸修過程有誤，只是說，神秀仍是在輪迴中的修行而已。但佛陀為何叫我們要學佛修行？因為他找到一條「自悟本心」的中道實相之路，如果修行人，只是一昧的在「漸修」過程中修行，也沒有不對，只是他本人必須再經輪轉折騰，且在未見本性之前，任何所造都會作礙，更可能重複又重複的在「隔世之迷」中反覆修行，而無法一次解決生死。如果是這樣的「漸修」，那真是很可惜、很徒然且遺憾的「重複修行」。

不過，話又說回來，惠能今生能利根、頓悟，也是因累劫漸修精進而成，才有今生的最後一次輪迴，這一點，是另一回事，不在剛剛述說今生修行之漸與頓的範圍內。





經典

SUTRA

智慧如海

大般若波羅蜜多經 (註：經文係新修大正藏版本)

# 攝受品 (七)

—— 文／郭韻玲 ——

攝受品說明菩薩應於般若如說而行且不遠離

般若實在太重要了

沒有了般若 就沒有了方便善巧

沒有了方便善巧 慈悲就無法圓滿的實踐

因為慈悲必須用 實際的行為去傳遞、去感召



東魏 佛立像 震旦文教基金會藏

圖／故宮雕塑別藏特展4／8～12／31)

金色蓮花





# 靜

世尊！菩薩摩訶薩修四靜慮時，若作是念：「我能修四靜慮。」

是菩薩摩訶薩我、我所執之所擾亂修四靜慮故，遂起高心不能迴向一切智智。

菩薩摩訶薩修四無量、四無色定時，若作是念：「我能修四無量、四無色定。」

是菩薩摩訶薩。我、我所執之所擾亂修四無量、四無色定故，

遂起高心不能迴向一切智智。……

菩薩摩訶薩嚴淨佛土時，若作是念：「我能嚴淨佛土。」

是菩薩摩訶薩。我、我所執之所擾亂嚴淨佛土故，遂起高心不能迴向一切智智。

世尊！如是菩薩摩訶薩依世間心修諸善法，無方便善巧行布施等故，

我、我所執擾亂心故，雖修般若波羅蜜多。

而未得故，不能如實調伏高心，亦不能如實迴向一切智智。

世尊！若菩薩摩訶薩行出世間布施波羅蜜多時，

善修般若波羅蜜多故，不得施者，不得受者，不得布施，

是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多行布施波羅蜜多故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。

若菩薩摩訶薩行出世間淨戒波羅蜜多時，善修般若波羅蜜多故，

不得淨戒，不得具淨戒者，

是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多行淨戒波羅蜜多故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。

若菩薩摩訶薩行出世間安忍波羅蜜多時，善修般若波羅蜜多故，

不得安忍，不得具安忍者，

是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多行安忍波羅蜜多故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。

若菩薩摩訶薩行出世間精進波羅蜜多時，善修般若波羅蜜多故，

不得精進，不得具精進者，

是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多行精進波羅蜜多故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。

若菩薩摩訶薩行出世間靜慮波羅蜜多時，善修般若波羅蜜多故，

不得靜慮，不得具靜慮者，

是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多行靜慮波羅蜜多故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。

若菩薩行出世間般若波羅蜜多時，善修般若波羅蜜多故，

不得般若，不得具般若者，亦不得一切法，

是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多行般若波羅蜜多故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。

(P565 Ⅱ 欄20行～P566 Ⅲ 欄6行)

天帝釋繼續對佛陀稟告：菩薩修四靜慮時，如果作如是想：我能夠修四靜慮；這樣的菩薩被我及我所的執著擾亂之緣故，便會生起貢高我慢之心，而不能迴向一切智智。菩薩修四無量、四無色定時，如果作如是想：我能夠修四無量、四無色定；這樣的菩薩，被我及我所的執著擾亂之緣故，便會生起貢高我慢之心，而不能迴向一切智智。……菩薩嚴淨佛土時，如果作如是想：我能夠嚴淨佛土；這樣的菩薩，被我及我所的執著擾亂之緣故，便會生起貢高我慢之心，而不能迴向一切智智。這樣的菩薩依世間心修行一切的善法，因為沒有方便善巧來行布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若，受到我、我所執著而擾亂內心，雖然在修行般若，但並不能得到般若，於是便不能如實調伏貢高我慢之心，也不能迴向一切智智。然而如果菩薩行出世間的布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若時，方便善巧修行般若，對於受者、布施無所執著；對於持戒、具持戒者無所執著；對於忍辱、具忍辱者無所執著；

對於精進、具精進者無所執著；對於禪定、具禪定者無所執著；對於般若、具般若者無所執著；這樣的菩薩因為依般若行布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若，所以能夠調伏貢高我慢之心，也能迴向一切智智。

此段經文，說明能與不能迴向一切智智菩薩的差別，不能迴向一切智智的菩薩，即因受到我、我所執著之干擾，所以不能方便善巧的修一切善法，於是便易生起貢高我慢之心，最終不能迴向一切智智。而能夠迴向一切智智的菩薩，則因為不執著於一切，則能為盡一切善法，於是能調伏貢高我慢之心，最終能夠迴向一切智智。這樣的對比，也可以說是世間與出世間、善巧與不善巧、空與有等等，但無論如何，唯有擁有般若，才能真正迴向一切智智，累積無量無邊的福報。尤其是大乘菩薩道行者，更要須臾不離開般若，因為如果空有慈悲，可是卻充滿了執著，這樣的菩薩，久而久之，他的慈悲還是會變質的，因為一切的善法都是必須離開執著才





能真正稱其為善法，如果任何善法有執著摻雜在其中，那麼就不能稱為真正的善法，因為執著一定會感召貪瞋癡慢疑，如果五毒摻雜入了善法，請問此善法還能稱為純粹之善法嗎？故每一個菩薩如果真的希望擁有大慈大悲，那麼一定要同時擁有般若，否則一定無法擁有真正的慈悲，如果慈悲都沒有了，又如何成為一個悲心廣大的菩薩摩訶薩呢？宜深思之。

世尊！若菩薩摩訶薩住內空時，善修般若波羅蜜多故，不得內空，不得住內空者，是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多住內空故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。  
若菩薩摩訶薩住外空、內外空、空空、大空、勝義空、有為空、無為空、畢竟空、無際空、散空、無變異空、本性空、自相空、共相空、一切法空、不可得空、無性空、自性空、無性自性空時，善修般若波羅蜜多故，不得外空乃至無性自性空，不得住外空乃至無性自性空者，是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多住外空乃至無性自性空故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。

世尊！若菩薩摩訶薩住真如時，善修般若波羅蜜多故，不得真如，不得住真如者，是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多住真如故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。  
若菩薩摩訶薩住法界、法性、不虛妄性、不變異性、平等性、離生性、法定、法住、實際、虛空界、不思議界時，善修般若波羅蜜多故，不得法界乃至不思議界，不得住法界乃至不思議界者，是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多住法界乃至不思議界故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。

世尊！若菩薩摩訶薩住苦聖諦時，善修般若波羅蜜多故，不得苦聖諦，不得住苦聖諦者，是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多住苦聖諦故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。  
若菩薩摩訶薩住集、滅、道聖諦時，善修般若波羅蜜多故，不得集、滅、道聖諦，不得住集、滅、道、聖諦者，是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多住集、滅、道、聖諦故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。

（P566Ⅲ欄7行～P567Ⅰ欄7行）

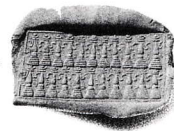
天帝釋繼續稟告佛陀：如果菩薩安住於二十空、真如乃至不思議界、四聖諦、不得二十空、真如乃至不思議界、四聖諦、不得安住於二十空者、安住真如乃至不思議者、安住四聖諦者；這樣的菩薩依般若而安住的緣故，所以能夠調伏貢高我慢之心，也能迴向一切智智。此段經文，是前段的延續，只是把「行」代換成「住」，但不論是行的過程或安住的階段，其實都是不能夠離開般若的，因為般若實在是太重要了，沒有了般若，就沒有了方便善巧，沒有了方便善巧，慈悲也就無法圓滿的實踐，而慈悲兩個字並不能只是掛在口中、擺在心中，必須用實際的行為去傳遞的，甚至去感召的，故每一個大乘修行人都宜念茲在茲，視般若為修行的重心。



圖／東魏 菩薩頭像  
震旦文教基金會藏

本  
行





世尊！若菩薩摩訶薩修四靜慮時，善修般若波羅蜜多故，  
不得四靜慮，不得修四靜慮者，  
是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多修四靜慮故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。  
若菩薩摩訶薩修四無量、四無色定時，善修般若波羅蜜多故，  
不得四無量、四無色定，不得修四無量、四無色定者，  
是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多修四無量、四無色定故，  
能調伏高心，亦能迴向一切智智。  
世尊！若菩薩摩訶薩修八解脫時，善修般若波羅蜜多故，  
不得八解脫，不得修八解脫者，  
是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多修八解脫故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。  
若菩薩摩訶薩修八勝處、九次第定、十遍處，善修般若波羅蜜多故，  
不得八勝處、九次第定、十遍處，不得修八勝處、九次第定、十遍處者，  
是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多修八勝處、九次第定、十遍處故，  
能調伏高心，亦能迴向一切智智。……  
世尊！若菩薩摩訶薩修一切智時，善修般若波羅蜜多故，  
不得一切智，不得修一切智者，  
是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多修一切智故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。  
若菩薩摩訶薩修道相智、一切相智時，善修般若波羅蜜多故，  
不得道相智、一切相智，不得修道相智、一切相智者，  
是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多修道相智、一切相智故，  
能調伏高心，亦能迴向一切智智。

（P567 I 欄8行～P568 I 欄4行）

天帝釋繼續向佛陀稟告：如果菩薩修四靜慮，四無量，四無色定，八解脫，八勝處、九次第定、十遍處……一切智、道相智、一切相智；因為善巧修般若的緣故，不得四靜慮……道相智、一切相智；不得修四靜慮者……修道相智者、一切相智者，這樣的菩薩依般若而修四靜慮乃至道相智、一切相智；能夠調伏貢高我慢之心，也能迴向一切智智。

此段經文，與前兩段結構相同，只是把「行」以及「住」，又代換成「修」，那麼不論行、住、修，每一個修行的階段，般若永遠是不可或缺的，因為如果缺少了般若，就如同盲人沒有了拐杖，我們將無所憑藉的彳亍在三界之中，被無明深深障蔽，可是卻沒有自知之明。所以般若是可貴，是珍貴的，是難得的，我們無論修證到什麼境界，它永遠都是必修的課程。



北齊 佛立像 震旦文教基金會藏



# 調伏

世尊！若菩薩摩訶薩成熟有情時，善修般若波羅蜜多故，  
不得成熟有情，不得成熟有情者，  
是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多成熟有情故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。  
若菩薩摩訶薩嚴淨佛土時，善修般若波羅蜜多故，不得嚴淨佛土，不得嚴淨佛土者，  
是菩薩摩訶薩依般若波羅蜜多嚴淨佛土故，能調伏高心，亦能迴向一切智智。  
世尊！如是菩薩摩訶薩依出世間般若波羅蜜多修善法故，  
能如實調伏高心，亦能如實迴向一切智智，  
是故我說如是般若波羅蜜多甚為希有，調伏菩薩令不高心，而能迴向一切智智。

( P568 I 欄4行～17行 )

天帝釋繼續向佛陀稟告：如果菩薩成熟有情、嚴淨佛土時，不得成熟有情、嚴淨佛土；不得成熟有情者、嚴淨佛土者；這樣的菩薩依般若成熟有情、嚴淨佛土，能夠調伏貢高我慢之心，也能迴向一切智智。因為其依出世間的般若修善法的緣故，能夠如實調伏自己貢高我慢之心，也能如實迴向一切智智，所以我说般若甚為希有、能夠調伏菩薩令他不貢高我慢之心，而能迴向一切智智。

此段經文，說明菩薩在成熟有情、嚴淨佛土時，即使是如此神聖莊嚴的菩薩事業，在面對時也不能產生一絲一毫的執著，心中完全没有這件事的掛礙，也完全没有作這件事的掛礙，一切都只是隨緣化度，沒有得，也沒有失，就像那清風與白雲，清風任憑它吹，白雲任憑它飄，完全互相沒有掛礙，而唯有這樣的境界，才是真正菩薩的境界。「菩薩清涼月，常遊畢竟空」，多麼自由自在的風範，而唯有放下一切執著的菩薩能夠展現如此灑脫的生命風姿。但是啊！你到底是凡夫？還是菩薩？完全還是我們自己的抉擇啊！如果我們嚮往這樣的生命崇高之境，我們就應努力放下一切的葛藤，不要再在意任何的是是非非、得得失失、起起落落、好好壞壞……那麼凡夫亦可成長為聖者，而如果我們仍然隨時為了小事情失去了慈悲、失去了理性、失去了客觀……那麼，我們將永遠在三界凡夫中流浪，難有出期！甚深思惟！甚深思惟！☸



北齊 佛頭像 震旦文教基金會藏

## 大般若經各品綱要：

### 第二十六品 學般若品 ( 卷85～89 )

說明善現菩薩智慧甚深，不壞假名而說法性。

### 第二十八品 歎眾德品 ( 卷98・98 )

說明菩薩所行般若若是大、無量、無邊波羅蜜多，能夠證得無上正等菩提。

### 第三十品 校量功德品 ( 卷103～108 )

說明般若的功德無量無邊，甚至供養般若經典比供養佛陀舍利還要殊勝廣大。

### 第二十七品 求般若品 ( 卷89～98 )

說明修行般若當於大菩薩的開示中求，並以佛陀為依歸。

### 第二十九品 攝受品 ( 卷99～103 )

說明菩薩應於般若如說而行且不遠離。

### 第三十一品 隨喜迴向品 ( 卷168～172 )

說明一個菩薩應如何以無所得為方便善巧，修好隨喜迴向法門。



# 清心靜坐

《問答式》

——文／鄭鴻祺——

## 第76問：

### 靜坐如何找到入處？



作品：位置／人 賴純純

**定義：**「找入處」以射箭作比喻，就是要將箭射向箭靶，進一步而言，更要準確的射中靶心。

没有找到入處的人，就如同將箭漫無目標的射，放任心念跟著一個又一個的妄念走。

**知見：**一旦開始想要找入處的人，就如同開始要向箭靶射箭的射手，雖然很「認真」的瞄準，但大部分都射到箭靶以外的地方，這是很正常的結果，因為才剛起步，練習還太少的緣故。

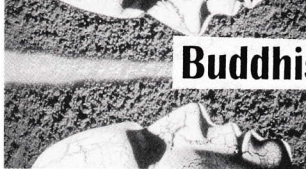
只要持之以恆不斷地練習，從錯誤中學習，自然而然，射中箭靶的比率就會逐漸增加。

**分析：**但是，在靜坐的練習上，目標比較抽象，不像箭靶那樣明確，再加上每個人所「認定」的標準不一樣，所以得到的結果也不一樣，因為不瞭解目標的緣故。所以，初習靜坐，不要用「自認為」的高標準要求自己，免得預期高、失望大；剛開始不妨用低標準要求自己，等達到了低標準，再慢慢增加自我要求的「門檻」。如果發現自己訂定的標準有所偏差，隨時做適當地修正。

因為一切的標準，都要在自己的能力範圍內，善巧利用小小的成功，增加自己的信心，按部就班累積起來，就自然達到高標準，就如同射箭射中靶心一樣。

**結論：**靜坐開始的入處，只要能很舒服、靜靜的坐著，不排斥，也不想事情，這樣就行了。等到了能夠安心的坐一小段時間之後，再加上專注的方法，也就是念佛、持咒、默照等方法，挑適合自己的方法用功，不要在意好、壞、得、失，只問耕耘，不問收穫，自然水到渠成。





做佛教徒 咒語可以與法界相應

做世界公民 英文可以與世界溝通

做世界的佛教徒 請來上佛學英文教室!!

## Lesson Four

### 第四課

——指導／般若居士——

——譯／圓毅——

#### Text

#### Text

#### Eight Commandments - Part I

##### 1.Theory

The Dharma practicing of the Eight Commandments is origin in "Buddha's Teaching about the Eight Commandments Sutra". This is practicing about the discipline that is one of the Three Learning. One is supposed to obey eight prohibitions at the same time. One will win special rewards in merit and virtue if he success to do so. How special the rewards are? The Sutra said: the merit and virtue that you will win are limitless and numerous!

In addition, one will get 10 benefits if he obeys the Eight Commandments for a long time. The benefits are:

- (1) Longevity
- (2) Less sleep
- (3) Less sexual desire
- (4) Less eating
- (5) Less sickness
- (6) Less anger
- (7) Less greed
- (8) Less stupidity
- (9) Less false thinking
- (10) Having majesty looks

( will be continued )

#### 課文

#### 課文

#### 八關齋戒（一）

##### 一、知見

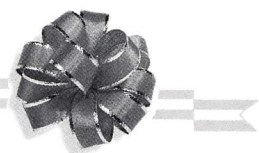
八關齋戒的修法出自「佛說八關齋經」。是屬於戒律的修行，由於要同時守到八項戒律，所以功德福報也特別殊勝，到底有多殊勝呢？經文說：「功德不可限量，言有爾所福爾所功德所福報，如是眾多福不可稱計。」

只要長期持守八關齋戒，還能得到十種利益，是那十種呢？

- (一) 長壽
- (二) 少睡
- (三) 少淫
- (四) 少吃
- (五) 少病
- (六) 少瞋
- (七) 少貪
- (八) 少痴
- (九) 少妄念
- (十) 容貌莊嚴

< 待續 >





## Word Bank

The Three Learnings: Tri-Siksa in Romanized Sanskrit; also translated as 3 Trainings. They are: learning in higher discipline, meditative stabilization and wisdom.

## 字彙

三學：羅馬化的梵文為 Tri-Siksa，也有將之譯為“三種訓練”。三學是：增上戒學、增上定學與增上慧學。

## Sentence Pattern

less ( adjective ) + uncountable noun  
verb + less ( adverb )

## 句型

less ( 形容詞 ) + 不可數名詞  
動詞 + less ( 副詞 )

### 分析：

less 是 little 的比較級 ( comparative )，作「形容詞」時，中文意思為：更少的、較 ..... 為少的，是 more 的反義字。作「副詞」時，中文意思為：較少地、更少地、沒有 ..... 那樣。

### 例句：

Less noise, please!  
請安靜一點！

## Activities 練習作業

Please rewrite the "adjective-pattern 10 benefits" in the adverb-pattern.

請將「十種利益」由 less 的形容詞句型改寫為副詞句型。







# ぶつ がく にち ぶん きょう しつ 佛學日文教室

印度人創立佛教 中國人發揚佛教

卻由日本人編了一套舉世公認的 大正藏與望月佛教大辭典

悠遊智慧如海的佛學經典 日文是如魚得水的利器

## だい よん か 第 四 課

—— 指導／般若居士 ——

—— 譯／許明銀(法光佛教文化研究所教務長) ——

### ほん ぶん 本文

#### はつ かん さい かい 八關齋戒(一)

##### ち けん 一、知見

はつ かん さい かい や かた おつ せつ はつ かん さい きょう で  
八關齋戒の遣り方は《佛說八關齋經》より出  
れるものです。それは戒律の修行に属しており、  
同時に やつ の戒律を守るから、功德として  
の 良い 報い も特に勝れている。いったいどのよう  
に勝れているのか。經典には＜功德は測り知れな  
いが、幾多の仕合せと幾多の功德と幾多の良い報  
いがあると云って、斯くの如く、良い報いが多く  
て測り知れないものです。＞と書いてある。

なが まち じゅう しゅ るい り えき え  
八關齋戒を長く守るだけで、十種類の利益が得  
られる。 その十種類は何ですか。

- (1) 長生き。
- (2) 睡眠が少ない。
- (3) 淫事が少ない。
- (4) 食べることが少ない。
- (5) 病氣が少ない。
- (6) 怒りが少ない。
- (7) 貪りが少ない。
- (8) 愚痴が少ない。
- (9) 妄念が少ない。
- (10) 容貌が莊嚴です。

つづ  
<續く>

### きぶん 課文

#### はつ かん さい かい (一)

##### 一、知見

八關齋戒の修法出自  
「佛說八關齋經」。是  
屬於戒律的修行，由於  
要同時守到八項戒律，  
所以功德福報也特別殊  
勝，到底有多殊勝呢？  
經文說：「功德不可限  
量，言有、爾所福、爾  
所功德、爾所福報，如  
是眾多福不可稱計。」

只要長期持守八關齋  
戒，還能得到十種利  
益，是那十種呢？

- (一) 長壽
- (二) 少睡
- (三) 少淫
- (四) 少吃
- (五) 少病
- (六) 少瞋
- (七) 少貪
- (八) 少痴
- (九) 少妄念
- (十) 容貌莊嚴

<待續>



## ふん ぼう ふん せき 文法の分析

よい ほうい : 「福報」的意思。原意爲「好的報應」，即：口頭話的「福報」。

すぐ 勝れている : 表示現在狀態。有「出色、卓越、殊勝」之意。

いつ たい 一體 : <副詞>，「究竟、到底」之意。

はか し 測り知れない : 「無法估量、無法衡量」之意。

いく た ふん ご たい 幾多 : 文語體，等於「沢山」(許多、很多)。

し あわ 仕合せ : 「幸福」之意。

か ごと ふん ご たい 斯くの如く : 文語體，等於「このように」(如此地)。

え 得られる : <自下一>「可以得到，能得到」之意。

## ふん れい 文例：

ぶつ きよう えん ぎ せつ ほか しゅうきよう 佛教の緣起説は外の宗教よりも勝れている。

譯文：佛教的緣起學說，比起其他的宗教還要殊勝。

いつ たい どう い わけ 一體如何言う訳ですか。

譯文：到底是怎麼回事呢？到底是什麼樣的緣由呢？

むさぼ いか ぐ ち すく なが い え 貪りと怒りと愚痴が少ないと長生きが得られる。

譯文：貪、瞋、痴少的話，可以得到長壽。





優美散文解讀

# 心經

## Heart Sutra

文／韻玲 by Yung-ling

譯／守強 Translator/Shou-chiang



北齊 雙半跏思惟像龕 震旦文教基金會藏  
故宮雕塑別藏特展4/8~12/31)

心經，是以智慧著稱的經典

Heart Sutra is well-known because of its theme never leave wisdom.

英文，是世界性的溝通工具

English is a world language for communication.

「優美散文解讀心經」的漢英對照單元連載

The editors would like to introduce our readers a translation serial  
“Elegant Prose to Clarify Heart Sutra”

大家不妨一字一句的來學習

Let us study together word by word and sentence to sentence.

給自己多一種廣結善緣的機會！

Give our life an opportunity relating to grand link of good conditions.



## 空不異色

### Emptiness doesn't differ from Form.



圖／北齊 菩薩頭像  
震旦文教基金會藏

如果把角度再調換一下，就是從空的本質來看，  
由於空的本質當然還是空，而色相的本質也是空，  
所以當然也是空不異有，也就是空不異色。  
這段以反過來的角度探索空與有的關係，  
但空畢竟是空，所以不論從那一個角度探究，  
它依舊是「空」。  
因此，空是顛撲不破的宇宙真理，  
只有真正了解、明白、安住、鞏固於空了，  
才是真正的修行人。

Switch to another point of view that is the view of Emptiness (Sunya in Sanskrit term). The essence of Emptiness is Emptiness. The essence of Form is Emptiness too. Therefore, Emptiness doesn't differ from Existence. In other words, Emptiness doesn't differ from Form! Under such point of view, to study the relationship between Emptiness and Existence, we have the same conclusion that "Emptiness is still the Emptiness". To sum up, no matter whatever point of view, Emptiness is the Emptiness after all. Emptiness is the truth of the universe and never fails! A sincere follower of Buddha, a good cultivator, should understand, comprehend, tranquilize his body and mind, and guard himself firmly in Emptiness!





# Application of Precepts in management

## ---- digested from *Perpetual Enterprise and Cultivation*

By Lian-juh Shih (中文原文見本雜誌 P.47)

The enterprises that run for hundred of years are rare. This situation is common in both China and other countries. But, the religions that run for thousand of years are many. Both enterprises and religions are consisted by a group of people, and both have the problem in management. But why can the religion run everlastingly? What revelations can the religion give? We may have some answer from the Buddhism that has a long history.





Buddhism, established by Buddha in Indian, was transmitted to China at Sui and Tang Dynasty. It has been successfully propagated in China and later has had a strong influence on Japan, American and European. Besides the Dharma which is really benefit for all living beings, the keeping of precepts, the flexible adjusting of the system with time and a diversity of the propagating methods are the key points that result in the successful propagating and everlasting of Buddhism in China for thousand of years.

In early Buddhism, the monks lived in a way "wearing the precept sash, carrying a bowl, eating one meal a day at noon by begging and sleeping under different tree." The begging was not set up by Buddha but a common religious living way at that time. The living style of Buddha's disciples included single living and group living. At the beginning, the monks lived peacefully among group. But, when more and more people followed Buddha for learning, dispute arose among disciples. When disciples had the difficulty in dealing with the problems, they came to Buddha for help. What Buddha's teachings for the problems were regarded as the precepts.

Buddha established the precepts according to the difference in situations and people. For example, there are precepts that for novice like the ten basic precepts; there are precepts that for nun like the five hundreds precepts. Before Buddha entered Nirvana, Ah-Nam, one of Buddha's disciples, asked Buddha "who can be our teacher after you enter Nirvana?" Buddha answered, "The precepts are your teacher." This dialog clearly declare the importance of the precepts.

Precepts, in modern term, are the rules and regulations. In order to have a common standard for operation in a group, it is necessary to have some rules and regulations that people can follow. The need of the rules and regulations is common for Buddhism and enterprise. Buddha established the precepts so that the monks have a standard to rely and resort on in living. Furthermore, because every monk follows the precepts, the Buddhism last till now.

Today, the rules of reward, punishment, promotion, vocation and training are the precepts that all employee follow in enterprise. But there are difference between Buddhism and enterprise in rules and regulations. The rules and regulations of enterprise only regulate the behavior of her employee. But the precepts of Buddhism regulate not only the behavior but also the speech and the mind of the monks. The precepts keep monk's behavior and inner spirit pure so that the monks are worth of being a model for laymen in behavior and speech.

The key point of the precepts is to cultivate people's mind, which is quite different from the administration, focusing on the employee's behavior, in enterprise. Managing one's inner spirit will in turn appear the self-control and the respect to other people in behavior. This leads to the harmony among group. However, it seems that management of one's inner spirit is deficient in today's enterprise.

A group of monks is called sangha in Sanskrit, which means a group of harmonious people. Harmony is treated as the most important thing for a group of people who work together. There is a Chinese traditional saying that "harmony in the family is the basis for success in any undertaking", which means harmony is the key factor to the perpetual running of a group. Sangha also has a profound meaning, which is the so called six harmonious principles. The six harmonious principles are established for monks, by Buddha, when living together. They are:

1. Harmony in behavior leads to harmony in living.
2. Harmony in speech leads to no dispute.
3. Harmony in regulation leads to harmony in practice.
4. Harmony in mind leads to harmony in pleasure.
5. Harmony in opinion leads to harmony in understanding.
6. Harmony in benefit leads to harmony in balance.

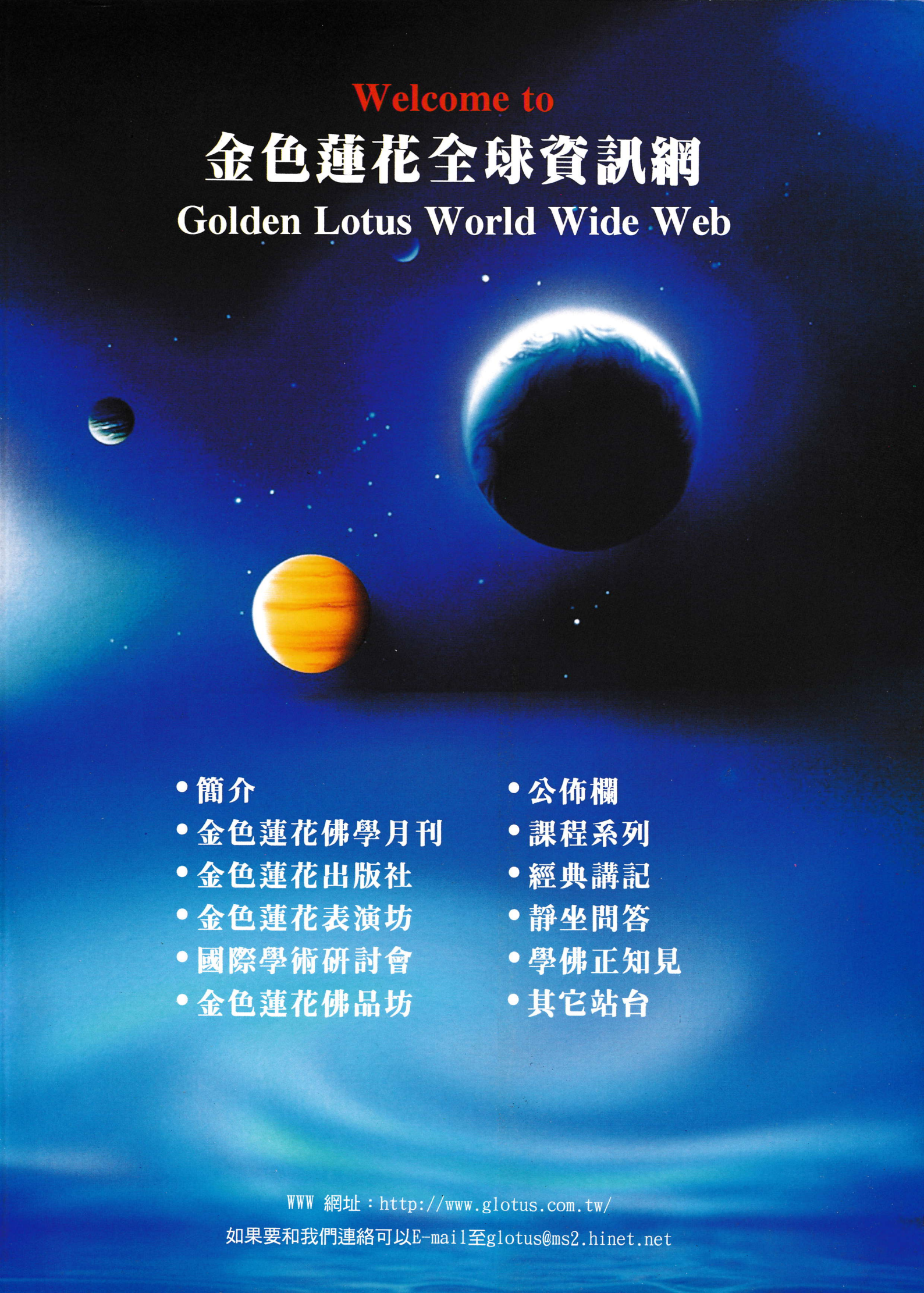
All six principles emphasizes on one word, harmony. These principles illustrate that only a group that work harmoniously can reach his goal and have good future.



Welcome to

# 金色蓮花全球資訊網

Golden Lotus World Wide Web

- 
- 簡介
  - 金色蓮花佛學月刊
  - 金色蓮花出版社
  - 金色蓮花表演坊
  - 國際學術研討會
  - 金色蓮花佛品坊
  - 公佈欄
  - 課程系列
  - 經典講記
  - 靜坐問答
  - 學佛正知見
  - 其它站台

WWW 網址：<http://www.glotus.com.tw/>

如果要和我們連絡可以E-mail至[glotus@ms2.hinet.net](mailto:glotus@ms2.hinet.net)