

金色蓮花

1997
September
佛學月刊
每月1日出刊 定價 NT.110 元

特別專題 **永恆之花～蓮** 綻放美麗，見者大吉

清玄禪詩 **月的圓滿** 感恩生命、珍惜因緣

來一客世界美味素食 **義大利茄汁麵疙瘩** 地中海飲食，祝你健康快樂

慧觀 **提起觀照** ～放完暑假的佛法收心操

供佛花藝 **水中花** 獻給真正的愛



ISSN 1023-0319



9 771023 031005

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，遠祇陀園周遍七匝
 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。」



封面情境／蓮花童子 設計製作／王秀珍

GOLDEN LOTUS

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
藝訊主編／陳子軒 文字編輯／陳子帆 美術編輯／許瓊丹

管理部 (MANAGING 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 服務組／呂惠珠 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

②書局：寶之林、文興、遠大、大成堂、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）

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）、立昇（03-4373288）

②中部直銷商：漢麟（04-3271366）

③南部直銷商：巨柏（05-2310370）、德聯（05-5573646）、開元（06-2389888）、紫藤（07-3319707）

全省大專院校經銷商：史丹福（02-2798937）

金色蓮花社址：台北市忠孝東路四段50號3F、4F（太平洋崇光百貨正對面住安大廈）

電話：（02）2778-7433（8碼） 傳真：（02）2778-1135（8碼）

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

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

- 47 慧觀
提起觀照
文／般若居士
- 64 正知見
慈悲與自度
文／智慧
- 65 來自山谷的歌聲
與世無諍
文／周玉卿
- 76 觀想
一切都是幻相
文／菩提居士

生活 Life

- 50 來一客世界美味素食
義大利茄汁馬鈴薯麵疙瘩
廚藝演出／廖美真 攝影／王秀珍
- 80 電影
看電影的修練法
文／王靜蓉



- 78 心的思考
文／思惟 圖／曼曼

- 54 供佛花藝
水中花
花藝設計／詹美娟 攝影／昕辰
- 91 填字遊戲
遊戲設計／陳子帆
(台灣大學機械研究所博士班)

文化藝術 Culture and Arts



- 8 清玄禪詩
月的圓滿
詩／林清玄

- 58 劇本
太虛大師(二)
編劇／金色蓮花

特別專題～永恆之花～蓮 Special Report

- 12 愛蓮記第一印
蓮的故鄉～印度
文／守強(美國科羅拉多大學碩士)
- 17 愛蓮記第二印
蓮花的詩情畫境
文／孔繁嘉
- 22 愛蓮記第三印
妙法與蓮花
文／如空法師
- 25 愛蓮記第四印
蓮花之舞
文／石連桂(美國德州大學碩士)



金色蓮花

86 清心小語

文／琉璃月



97 靜坐

清心靜坐第80問〈問答式〉

文／鄭鴻祺

98 經典

大般若經校量功德品(三)

文／郭韻玲

108 漢英對照~心經

舍利子，是諸法空相

文／郭韻玲 譯／守強

66 新西遊記

萬法歸一

圖·文／吳振文

74 維摩詰居士研究系列

維摩詰經別記(四)

文／太虛大師

104 佛學英文教室

靜坐是開智慧的良方(一)

指導／般若居士 譯／圓毅

106 佛學日文教室

靜坐是開智慧的良方(一)

譯／陳宗元

72 紅塵心蓮

道場修行停、看、聽

文／陳世昌

73 寧靜之聲

愛情煩惱免疫學(六)

文／王靜蓉

92 小說

載浮載沈度春秋(一)

文／伊凡 圖／周玉卿



34 愛蓮記第五印~深度賞書

浮世蓮花

文／謝德熾(孫逸仙醫院藥師)

38 愛蓮記第六印

蓮花的傳說

文／黃麗文

42 愛蓮記第七印

蓮在古埃及的象徵意義與藝術地位

文／連柱(美國德州大學碩士)

學術 Academic

82 國際學術研討會~「密教藝術」研究系列

密勒日巴證道歌賞析(四)

文／陳守強(美國科羅拉多大學碩士)

知性廣場 Information

6 告示板~

新單元報導

報導／編輯部

廣告索引~

48 利仁實業有限公司

49 翎暉實業有限公司

62 佑揚佛藝造型雕塑

63 蓮花菩提

88 滿天星製香環工廠

89 御石坊藝術中心

90 天華沈檀彫坊

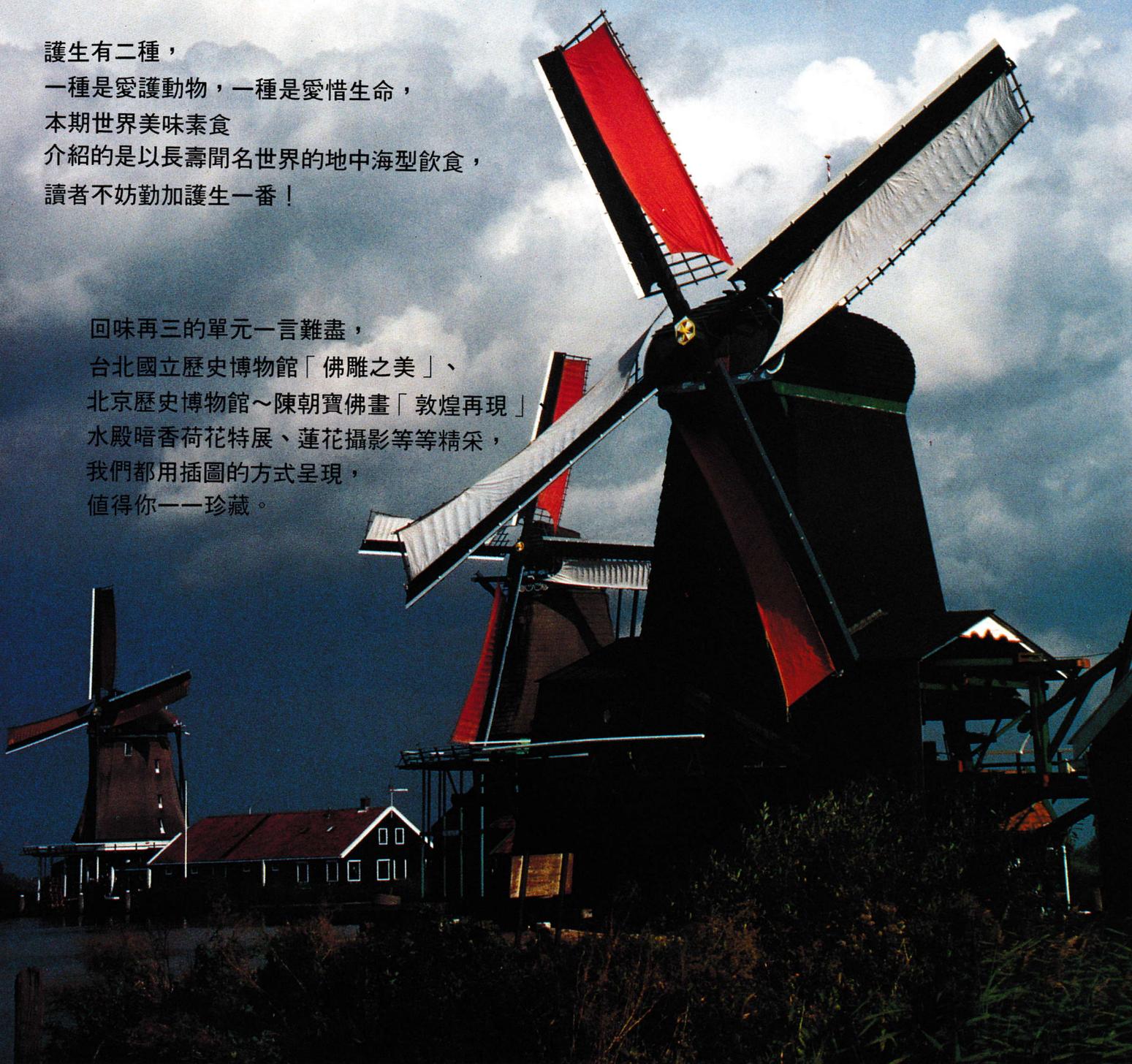
告 示 板

蓮花，
雖然一本正經的出現在佛教經典的各個角落，
但想到它，看到它，還是給人以無限的浪漫情懷，
本期「永恆之花—蓮」特別專題，
留給讀者今夏最美麗的回憶。

暑假結束了，放逸遊蕩的情緒一時還不能自己，
「慧觀」的單元重現江湖，幫你做一次收心操—「提起觀照」！

護生有二種，
一種是愛護動物，一種是愛惜生命，
本期世界美味素食
介紹的是以長壽聞名世界的地中海型飲食，
讀者不妨勤加護生一番！

回味再三的單元一言難盡，
台北國立歷史博物館「佛雕之美」、
北京歷史博物館～陳朝寶佛畫「敦煌再現」
水殿暗香荷花特展、蓮花攝影等等精采，
我們都用插圖的方式呈現，
值得你一一珍藏。



護生功德 人天禮讚

倡印緣起：

- 環保素：單單為了「人類」這一個物種的肉食習慣，已為地球帶來雨林消失、物種銳減、表土流失、水污染、空氣污染等衝擊，為了給後代子孫留下良好的生存環境，必須吃素。
- 消災素：地震、風災、水災……等等被人類視為不可抗力的天災，事實上來自殺業的感召，肉食習慣所造下的負面力量，才是這些所謂「不可抗力」的根本原因。
- 和平素：世界各地戰火不斷，政局動盪，再多的和平會議都比不上古之明訓：「欲知世上刀兵劫，但聽屠戶夜半聲！」真心期盼太平盛世，素食是真正有效的一步。
- 健康素：肉食帶來憤怒、忌妒、害怕、焦慮、懷疑以及恐懼死亡等等負面情緒，也造成肥胖症、心血管疾病、中風、糖尿病和癌症等可怕的健康殺手。愈來愈多的科學証據與知名醫生都支持贊同吃素。



清淨素食海報

歡迎助印素食海報、書籤

戶名：鄭鴻祺 郵政劃撥帳號：18749700

先幾番浮沈
後幾度興謝
問誰的人生
圓滿如秋月

拈清玄



金色蓮花

月的圓滿

—— 林清玄 ——

秋天剛來的時候，
爸爸就會叫我們寫信給在遠地讀書工作的哥哥姊姊，問他們要不要回來過中秋。
中秋節，在鄉下是非常重要的節日，
那是因為它象徵著人生的圓滿寄望與家族團圓的象徵。
因此，不管路途多麼遙遠，回家多麼艱難，總會想盡辦法回來團圓。
我們家是大家族，特別重視中秋節，不只是賞目、祭祖等一般的儀式，
而是由於成員眾多，分散各處，對大團圓就比小家庭來得重視了。
從中秋節的前幾天，就會聽到兄姊回來的消息，
他們回來的第一件事就是到祖廳燒香，我們便從東廂西廂、前院後院跑去相見，
大家都非常歡喜，因為距離團圓的日子又跨進一步了。
中秋節當天，幾乎全家總動員，在三合院的前庭架幾個火爐，準備圍爐賞月，
平時曬著穀子的庭院，像嘉年華會，被喧鬧與歡笑充塞了。
在我的記憶中，我們家族的堂兄弟姊妹從來沒有一年，在中秋節到齊的。
中秋節當天，家裡總會接到遠方的電報或限時信，有一兩位兄姊訴說遠地工作繁忙，無法回家團聚，
使中秋的圍爐帶著一絲絲遺憾。
呀！不是，在我的記憶中曾有過一次，所有的兄弟姊妹都到齊了，
每一個爐邊都坐得圓圓滿滿，處處歡聲雷動，對於這多年來僅有的團圓，有著莫名的感動。
但是奇怪的事情就那樣發生了。
在台灣南部，中秋節從來都是明月交照的，那一年偏偏就烏雲密布，連一絲月亮的影子也看不見。
圍爐圍到一半，天空甚至下起一陣大雨，我們倉惶的跑到廊下躲雨，
連酒菜都來不及收拾。兄弟姊妹站在廊下相視苦笑，不敢相信多年來僅有的全員到齊，月亮竟不賞臉。
我離家多年以後，每年到了中秋，
就會想到那一次的團圓之夜，以及被大雨澆熄的火爐。
家族的團圓是不容易的，人生的圓滿更是艱難，
雖然人人都期待有一個圓滿的人生，花費許多的時間籌備、用豐盈的心情來期待，
遺憾的是，有很多因緣無法策劃、籌備、與完成。
我們爲了求全，於是多所責備，如果我們隨順因緣，不必那樣求全責備，
就會發現縱使不能團圓，只要有明月就安慰我們的心；
或者即使沒有月亮，只要珍惜人間的因緣就了無遺憾了。
許多許多年以前，我們同看的月亮還是在的，可是，一起看月亮的人呢？
誰不是幾番浮沈、幾番圓缺、幾番興謝呢？
那些求全責備的人，誰的人生是完全、圓滿、無憾的呢？
這樣深深的思惟，對生命的陰晴圓缺也就寬容了。

圖 / 波爾

特別專題

SPECIAL REPORT

永恆之花～

蓮

去年八月號第44期推出「夏蓮的季節」餘香繞樑，至今不絕，仍有讀者要指名珍藏。

所以總策劃周玉卿在蓮花最迷人的時候，再次推出「永恆之花～蓮」特別專題

深信讀者歡迎，編輯羣也有說不出的歡喜，

彷彿是一種「身心歸一」的感覺吧！

此次專題的撰稿人，不但坐著想、走著想、睡著也在想，連吃飯前後都會來一碗蓮子湯，

祈使蓮花從內到外精、氣、神的所有生命力都能力透筆尖，給讀者最大的精神收穫！

希望讀過這次專題，能夠感受到編輯們誠懇的努力，

以及蓮花清淨六根，「身心歸一」的妙用！



「永恆之花～蓮」為生命的成長烙下美麗

愛蓮記第一印 蓮的故鄉—印度

愛蓮記第二印 蓮花的詩情畫境

愛蓮記第三印 妙法與蓮花

愛蓮記第四印 蓮花之舞——南印度古典舞者

凱依·普辛(Kay Poursine)網路專訪

愛蓮記第五印 深度賞書「浮世蓮花」

愛蓮記第六印 蓮的傳說

愛蓮記第七印 蓮在古埃及的象徵意義與藝術地位



永恆之花

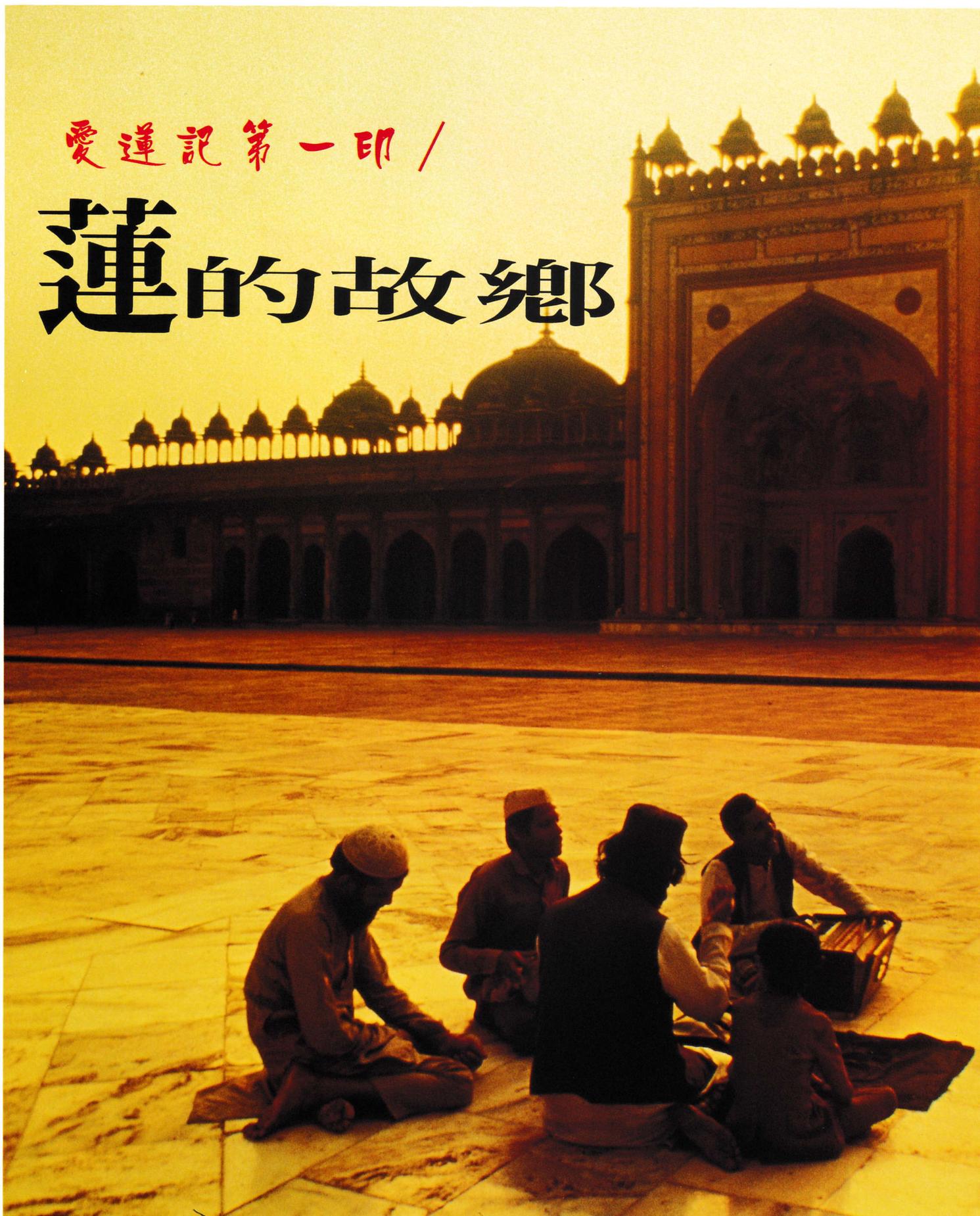
蓮

特別專題

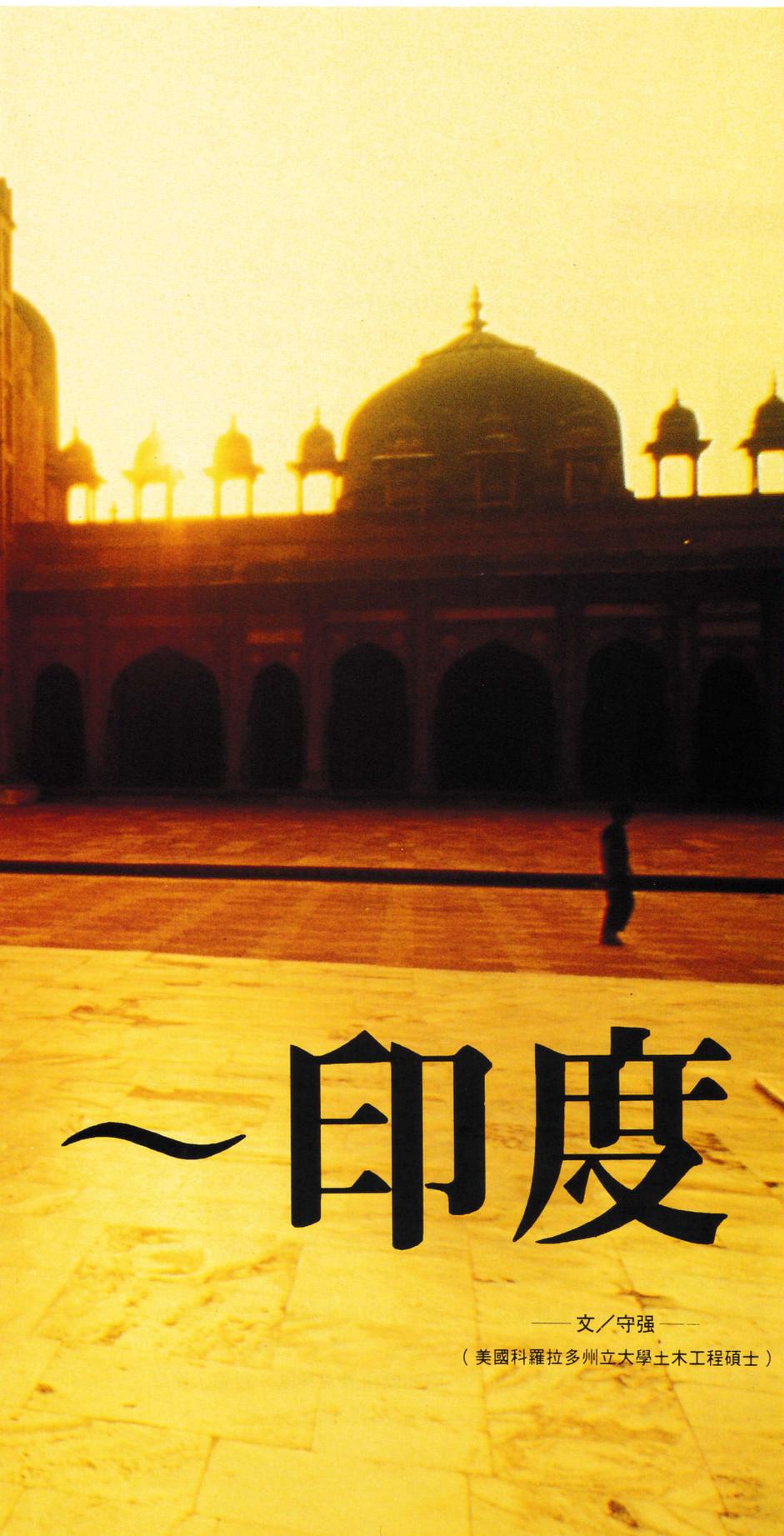
SPECIAL REPORT

愛蓮記第一印 /

蓮的故鄉



金色蓮花



~ 印度

—— 文 / 守強 ——

(美國科羅拉多州立大學土木工程碩士)

圖片提供 / 印度-台北協會

無始劫來，法界內，蓮花始終清淨
無始劫來，法界內，菩薩始終如來
煩惱即菩提，生死即涅槃
妄念止息，輪迴止息
太虛大師曰
忽悟塵勞海，原為法樂城
大悲來地獄，至德發天聲

七步蓮：釋尊的誕生

西元前三千年左右，印度文明肇始於恆河流域。至西元前一千年後，印度種姓制度雛形已立；另一方面《吠陀》、《梵書》、《奧義書》先後編撰完成，六師外道輩出，各倡唯物論、定命論、快樂主義、懷疑主義、極端苦行等思想；此時之中國紀元為周朝，孔夫子正周遊列國。

當時北印度實行貴族共和制度，其中薩羅國係由十個小城邦所組成，而迦毗羅衛城（梵Kapila-vastu）釋迦族的淨飯王為此共和國之領袖，該城在今尼泊爾南部提羅里克（Tilori-Kot）附近。

這一年淨飯王的妻子摩耶夫人懷孕，依習俗返娘家天臂城待產，途中於藍毗尼園（梵Lumbini，今日之英譯同）小憩，即於無憂樹下產子，即是釋迦牟尼，牟尼意譯能仁、能忍、能寂，亦即釋迦族出生之聖人。據《修行本起經》記載，釋尊誕生時，行七步，每一步足下湧生蓮花，舉手言：「天上天下，唯我為尊；三界皆苦，吾當安之。」（據考證為西元前463年）



火中蓮：降魔成道

太子還宮後，命名悉達多，意譯為一切義成、一切事成、財吉。太子由姨母摩訶波闍波提撫育成人，娶耶輸陀羅為妻，生子羅睺羅。太子曾由城之四門出遊，見老、病、死、沙門等現象，深感人生之苦痛與無常，遂萌出家修道之志。於二十九歲（一說十九歲）夜出王宮，自脫衣冠為沙門，至摩揭陀國（梵Magadha）苦行林中，日食一麻一麥，精進苦修六年，至形體枯瘦、身心衰竭，於熱惱中淨除宿業，方便示現、因緣甚深，如火中蓮。

離開苦行林後，太子已徹底明白縱慾享樂與極端苦行都是執著兩邊非中道義，真正應該放下的是內心的執著與分別意識而非外相，遂至尼連禪河（梵Nairanjana）沐浴，且接受牧女乳糜供養，再至伽耶城（梵Buddhagaya，今日之英譯Bodhgaya）菩提樹下，以吉祥草敷金剛座，東向跏趺而坐，四十九日後，夜睹明星豁然大悟，降魔成道時年三十五歲。

蓮之蹟：佛教聖地

釋尊成道後，於波羅奈城（梵Baranasi）鹿野苑（梵Mrgadava）首先教化一起苦修的五位侍者，此即初轉法輪，演說四聖諦、八正道等。又於中印度摩揭陀國之都城王舍城（梵Rajagrha，今印度比哈爾省Behar Province）得國王頻婆娑羅王之皈依，王為釋尊建竹林精舍，自此佛教之進展如日中天。隨後中印度舍衛城（梵Sravasti）北薩羅國國主波斯匿王也來皈依，祇樹給孤獨園中釋尊說法不倦。

釋尊說法四十九載，

根據天台判教云：「華嚴最初三七日，阿含十二，方等八，二十二年般若談，法華涅槃共八載。」即釋尊始成正覺，最初三七日，為大菩薩眾及宿世根熟者，說自證之法《華嚴經》；次十二年間，於鹿野苑說《四阿含》以誘引小機；次八年間，說《維摩》、《思益》、《楞伽》、《楞嚴》、《金光明》、《勝鬘》等經以彈偏斥小；次二十二年，說《摩訶般若波羅蜜經》以空慧水淨除分別執情；最後八年，說《法華經》以會三乘歸一佛乘，令開示悟入佛之知見；臨滅一晝夜，說《涅槃經》令知真常入大涅槃。

釋尊臨終前於拘孫河作最後沐浴，復至中印度末羅國之拘尸那揭羅城（梵Kusinagara，今日之英譯Kushinara，據考古推定為今尼泊爾塔來Tarai地方）沙羅雙樹林下，頭北面西呈吉祥臥，對弟子作最後教誡後，平靜入滅。（據考證為西元前383或386或390年）



▲大菩提寺／保打加
圖片提供／印度-台北協會



攝影／張雲騰

後世之人即以佛誕生地「藍毗尼園」、佛成道地「伽耶城菩提樹」、佛初轉法輪地「波羅奈城鹿野苑」及佛涅槃地「拘尸那揭羅城雙樹林」為四聖地。印度阿育王即位灌頂第二十一年，曾走訪四聖地，並建塔及石柱，史稱「四塔」，為佛蹟中之最著稱者。

佛典中另舉王舍城、舍衛城、僧伽施（梵Sankasya）、毗舍離（梵Vaisali）等釋尊教化因緣最深之四地，與前之四塔合稱為「八處」。此外，竹林、祇園、大林重閣等精舍為釋尊時代教團的中心地。

如果你想參訪以上這些佛教聖地，在「發現印度（Discover India

）」這個網頁上，有非常仔細的文字敘述與照片，頗值一遊。其網址如下：

<http://www.investindia.com/DIWebzine2/buddhism.htm>

蓮之意：象徵與意含

蓮花，印度古來即珍視此花，在佛教乃象徵清淨。蓮花出汙泥而不染，據《攝大乘論》載，蓮花有香、淨、柔軟、可愛等四德，以比喻法界之常、樂、我、淨四德。諸佛菩薩多以蓮花為座，又稱蓮華臺、華臺、蓮華座、華座等，表示其居穢國而得離塵清淨、神力自在之意。

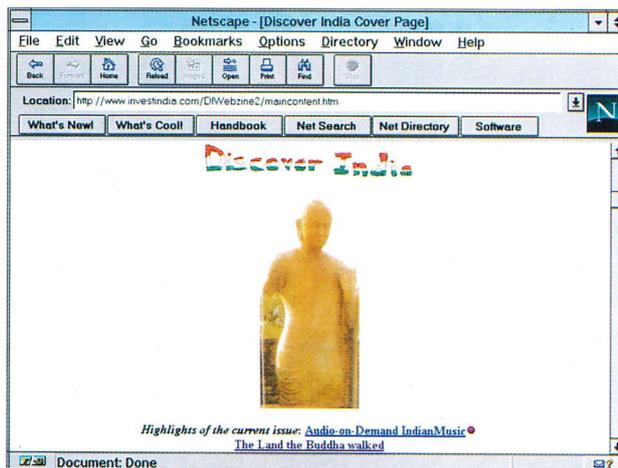
在印度稱蓮華者有兩種，一者鉢

頭摩華（梵Padma）即蓮花，有赤、白、黃等色；二者優鉢羅華（梵Utpala）即睡蓮，有青、赤、白等色，其中以青色最為著名，青蓮華為千手觀音所持物之一稱青蓮華手。

於《華嚴經》與《梵網經》中有「蓮華藏世界」之說，此為「蓮花藏莊嚴世界海」的略稱，又簡稱「花嚴世界」。據《華嚴經》記載，此乃毗盧遮那佛的覺悟世界。在這個世界中的任何事物，都具有自身的獨特性，都有無比的價值。在這個世界的最底層有風輪，其上為香水海，海中有大蓮花，此蓮花中包藏著無量數世界，稱蓮華藏世界。

於密教有以八葉蓮花為胎藏界曼荼羅之中臺，又以此比喻眾生本有之「心蓮」。「蓮華智」，即五智中的「妙觀察智」，相當於密教「蓮華部」之部尊阿彌陀佛。而「蓮華部」為胎藏界三部之一，表示佛的大悲諸尊如觀音、虛空藏等，即屬此部。

據《除蓋障菩薩所問經》載，以蓮花比喻菩薩所修十種善法，即：離諸污染、不與惡俱、戒香充滿、本體清淨、面相熙怡、柔軟不澀、見者皆吉、開敷具足、成熟清淨、生已有想。又《大寶積經普明菩薩會》云：「迦葉！譬如有諸蓮花，生於水中，水不能著。菩薩亦爾，生於世間，而世間法所不能污。……迦葉！譬如高原陸地，不生蓮花。菩薩亦復如是，於無為中不生佛法。迦葉！譬如卑濕淤泥中，乃生蓮花。菩薩亦爾，生死淤泥邪定眾生，能生佛法。」



蓮之鄉：印度簡史

根據世界銀行（The World Bank）西元1991年統計指出：印度人口約8億6千5百萬人僅次中國大陸、人的平均壽命59歲、國民年所得330美元（GNP per capita）。目前印度人民之宗教信仰以印度教（Hinduism）最多，回教（Islam）次之，其餘則為佛教（Buddhism）、基督教（Christianity）、耆那教、祆教與錫克教。其中佛教徒約一千一百萬人，佔人口比例1.3%。印度共有十五種主要語言，各地的方言更多達二百種。

印度之國土可分成三個地形區，即北印度、德干高原與南印度。中古時期印度之地方劃分則為東、西、南、北、中等五印度，又稱五天竺、五印。印度之原住民為達羅毗荼人（Dravidians），考證指出是非洲黑人與蒙古人混血之種族，其後雅利安人（Aryans）與之混血乃成為今日之印度族，其下再分為六千萬個部族，散居各地。雅利安人階級意識強烈，將社會分成婆羅門（祭司）、刹帝利（王族）、吠舍（農商）與首陀羅（奴隸）等四姓。此外，尚有未納入種姓制度之賤民。種姓制度行之有年，如今印度人之社會階級（Jati）約有兩百到三百之多。

西元前327年，希臘亞歷山大大帝曾入侵北印度；西元1001年，回教王馬穆德侵入印度，形成印度五百餘年之回教時代，期間大肆破壞佛教與印度教之寺院、聖地，虐殺

僧尼，導致印度佛教滅亡。至近代，印度成為英、法、荷蘭、葡萄牙人海外殖民之角逐地，西元1600年，英國東印度公司成立，逐漸取得控制權；西元1858年，英國政府接管東印度公司，直接統治印度。印度之獨立運動，歷經兩次世界大戰，始由甘地（Mohandas Gandhi, 1869-1948）所領導之「不合作運動」於西元1947年獲得獨立。但同年，已有數百年強烈衝突的印、回兩教，終於造成巴基斯坦回教國自印度分裂而出；西元1971年，孟加拉又自巴基斯坦分裂而獨立。至今，兩教之間流血事件頻仍。

由於宗教、語言、階級與種族的差異，使印度社會分裂為一百多萬個小團體，由於社會風氣封閉，如

今正面臨人口暴漲、文盲偏高、貧富懸殊、衛生差、醫療不足、營養不良、死亡率高等問題。印度同中國大陸一般，是塊多災多難的土地。

汙泥生淨蓮！火中化紅蓮！印、中兩國是佛陀的故鄉、佛法的故鄉，穿越種種外相，她們最尊！最貴！

如果你想進一步了解印度這個國家「印度外交部（Ministry of External Affairs, Government of India.）」所設之網頁，對印度之宗教、文化、社會、經濟、科技、政治、旅遊等各方面均有詳實之介紹。其網址如下：

<http://india.indiagov.org/1page.htm>



▲印度教的寺廟

圖片提供／印度 - 台北協會



永恆之花

蓮

特別專題

SPECIAL REPORT

引
移
軒
時
空
在
此

慕
榮
寫
考
其
心
年

愛蓮記第二印 /

蓮花的

詩情畫境

—文/孔繁嘉—

圖/水殿暗香荷花特展 (7/19-9/3) 國立歷史博物館提供



愛蓮記第二印

蓮花是文明古國的流行文化，古埃及、印度，中國及上古西方都喜愛蓮花，蓮花在這些文明古國曾經代表品味、神聖、思想品質與神秘力量。

中國人是如何表達愛慕蓮花之情呢？歷史上被譽為才高八斗的曹植，在《芙蓉賦》中禮讚蓮花說：

覽百卉之英茂
無斯花之獨靈
結修於重壤
泛清流而濯莖……
芙蓉蹇產
菡萏星屬
絲條垂珠
丹榮吐綠
焜焜韞韞
爛若龍燭

一句「無斯花之獨靈！」

反映了中國人賦予蓮花豐富密勿的熱望。不管是智性的體悟或是情感的想像，蓮花幾千年來，的確負載了中國人對於生命情操的詠歎，輻照文人墨客以妙思靈感，泉湧詩情畫境以遐思創意。



▲圖／紅裳翠羽 陸羽中繪
水殿暗香荷花特展（7/19~9/3）
國立歷史博物館提供

解脫

於諸惑業及魔境
世間道中得解脫
猶如蓮花不著水
亦如日月不往空
～華嚴經普賢行願品

散文名家朱自清筆下荷葉一如亭亭舞女的裙，其浪漫美麗的色彩，實在難以想像碰到了華嚴經的詩偈，卻令人有遠遠不及的驚豔，彷彿有了佛經的慧光，所看到的蓮花，才會真正的清晰逼心。

美人

鏡湖三百里
菡萏發荷花
五月西施采
人看隘若耶
回舟不待月
歸去越王家

古代吳國人很早就深諳賞蓮之樂，不但定農曆六月二十四日為「觀蓮節」而且發展出一套玩法，就是泛舟遊荷花池，仕女們靚粧淡服賞荷、蔚為盛夏一大樂事，而且留下了美女西施的花神之說，因為西施曾在吳國溪邊紗，荷塘採蓮的情影，在人們的心裡，烙下了千年不滅婉轉恍惚的意象。但是，這人間神話的嚮往，毋寧是神格與人格間天與地一般的分裂。相反的，在西方極樂淨土，每一個生命都是從蓮花中誕生，只要你有心願，極樂淨土就會在當下生出一朵屬於你的蓮花，等待你用真心與願力去澆灌與栽培。



圖／水殿暗香荷花特展（7/19～9/3）
國立歷史博物館提供

第一花

曲沼芙蓉映竹嘉
綠紅相倚擁雲霞
生來不得東風力
終作薰風第一花
～元，何中

蓮花古來被譽為第一花，但它的別名不一而足：「荷花」「藕花」「芙蓉」「芙蕖」、「扶渠」「菡萏」、「水華」、「水芝」、「玉華」、「水芸」、「佛座鬚」此外還有「花中君子」「水花魁」的美譽。禪宗稱其為花十中的「禪社客」，以其為「花十友」中的淨友，

多名的緣故，一來廣受重視，二來蓮花真有其綺縠紛披的多層面貌。

真正說來，荷指的是「芙蕖」帶莖的葉，蓮是它的果實，而蓮子叫「菡」，蓮子的青心叫「薏」，花叫「芙蓉」，花苞稱「菡萏」、葉叫「蕖」，梗子叫「茄」，本叫「蕊」，根部叫「藕」，常叫的名稱「荷花」、「蓮花」「芙蓉」，事實上是偏概全的稱呼。拜佛經之賜，統一以蓮花為名，因此在六朝以後，「蓮」比「荷」或其他名稱都更為普遍，也更富於莊嚴聖潔的聯想。

世靖之佳禾禮
辛卯三月二十二日
潘緯



宮廷之香

盆作金龍百寶裝
波心常見玉台光
新秋一朵青蓮湧
三十六宮聞妙香
～明·潘緯

時下曾流行所謂的芳香療法，其療效及根據如何不得而知。但除蓋障菩薩所問經中確實載有佛金口直說的蓮花的芳香療法：「清淨六根」。而中國人早於漢朝便懂得蓮香的妙用，漢昭帝特闢「穿琳池」，池中遍植名品荷花，用以日夜觀賞外，還「含嚼口中」，儼然是古代的口香糖；或「折葉以蔽日」，成為蠻Fashion的陽傘。〈酉陽雜俎〉也記載「霍光園」中鑿大池，植五色睡蓮……望之爛若披錦」到了漢孝皇后，更將荷花引置宮內，「羅置左右，異香滿室」現代人想坐擁宮廷之尊不難，只要把蓮花的品質帶進你的生活裡。

▶ 圖／水殿暗香荷花特展（7/19~9/3）
國立歷史博物館提供



▲圖／沒骨荷花 張大千繪
水殿暗香荷花特展（7/19~9/3）
國立歷史博物館提供

不染心

義公習禪寂
結宇依空林
戶外一峯秀
階前衆壑深
夕陽連兩足
空華落庭陰
看取蓮花淨
方知不染心

～孟浩然·大禹寺義公禪

蓮花給人最强烈的意象，莫過於清淨無染。但在詩境中，蓮花象徵涉及的主題還非常多。在綦毋潛《宿龍興寺》詩中，蓮花象徵的是珍貴微妙無比的佛法

香刹夜忘歸
松清古殿扉
燈明方丈室
珠繫比丘衣
白日傳心淨
青蓮喻法微
天花落不盡
處處鳥銜飛

在蘇東坡《西湖》詩中，蓮花傳達了大自然顏色奇麗之美，也勾起了內心深處，葱籠網蘊的宇宙意識：
畢竟西湖六月中
風光不與四時同
接天蓮葉無窮碧
映日荷花別樣紅

杜甫《攜伎納涼晚際遇雨》，蓮花則托出了文人雅士宴遊的品味

落日放船好
輕風生浪遲
竹深留客處
荷淨納涼時
公子調冰水
佳人切藕絲
片雲頭上黑
應是雨催詩

蓮花在詩中改造了空間的透明度，調整生活美感的溫度，承接了待客的殷勤，連繫了生活的趣味點滴。

王安石《晚樓閒坐》，蓮花鋪陳了一個給予文人納涼高臥的園林世界。以冥合於閒逸寬和的心境，與道行的修養。

四顧山光接水光
憑欄十里芰荷香
清風明月無人管
并作南來一味涼

趙嘏《長安秋望》蓮花象徵了時空的感懷與故園的矛盾

雲物淒涼拂暑流
漢家宮闕動高秋
殘星幾點雁橫塞
長笛一聲人倚樓
紫艷半開籬菊靜
紅衣落盡渚蓮愁
鱸魚正美不歸去
空戴南冠學楚囚

徐夔《夏日懷友》把蓮花變成了思念友人的情愫，彷彿讓人感受到澈透靈魂的安慰和惺惺相惜。

流水階徐靜
孤眠得自由
月生林欲曉
雨過夜如秋
遠憶荷花浦
誰吟杜若洲
良宵恐無夢
有夢即俱遊

蓮花儘管還有文人雅士吟詠不盡的美麗詩篇，追逐不完的豐富意象，但最重要的是你是否也把蓮花種進心靈的淨土呢？



▲顯密圓融 王書杰繪

愛蓮記第三印 /

妙法與蓮花

——文／如空法師—— 圖片提供／陳玉山——

大梵天王以金色大婆羅華（金色蓮花）捧之供佛捨身成座，請佛說最上大法。

「爾時如來
坐此寶座
受此蓮花
無說無言
但拈蓮花。

入大會中，八萬四千人天時大眾，皆止默然。
於時長老摩訶迦葉，見佛拈華示眾佛事，即今
廓然，破顏微笑。

佛即告言，是也。

我有正法眼藏，涅槃妙心，實相無相，微妙法門，
不立文字，教外別傳，總持任持，凡夫成佛，
第一義諦，今付屬摩訶迦葉。」

～大梵天王問佛決疑經



▲千手千眼觀世音菩薩 鄒寶隆繪 菩提葉

香、潔、柔軟的蓮花，出塵般
在水塘中伸展著，散發出清
逸超俗的氣質。它除了是花中仙子
外，還蘊藏著許多法界的小祕密
呢！

以蓮花的花果同時 來說明權實一體的妙法

佛陀所說的微妙實法，難以用語
言來闡釋說明的清楚，所以舉蓮花
作為譬喻。以蓮花的花果同時，來
說明權實一體的妙法，象徵著佛法
不離世間法，也告訴我們在這因果
業報身中含藏著璀璨的佛性，借假
修真，真假不二。

《法華玄義》卷七下（大正33，
P773上）中云：

「華開故蓮現，而須華養蓮，譬權
中有實而不能知，今開權顯實，
意須於權。」

「華」指方便法、指權法、世間法
、外相；「蓮」指究竟實相，指本
體、出世法、心法。一般的花朵，
都須經過含苞、花開、花落、結種
子、長果實的固定過程。只有蓮花
，含苞的時候種子已經蘊藏其中，
花開的時候蓮蓬也跟著成長，所以
產生花與果同時出現的奇妙現象。

《六祖壇經》中云：

「佛法在世間，不離世間覺，

離世覓菩提，恰如尋兔角。」

《法華經》「方便品」第二中云：

「諸佛兩足尊，知法常無性；
佛種從緣起，是故說一乘。

是法住法位，世間相常住；

於道場知己，導師方便說。」

不壞世間相而修學佛法，就如菩薩
的「宴坐水月道場，大作空中佛事
」一樣，每個當下因緣的圓滿成辦
，就是法身道業的點滴累積。離開
了幻化的娑婆世界，也無佛事可行
可作。所以「世法與出世法」、「
華與蓮」是互相輝映的。除了現象
界與法界一如，無二無別外，我們
的業報身也是一個小宇宙的奇妙開



圖／觀音菩薩 程宗元繪

展。

根據瑜伽的說法，人身有所謂的三脈七輪。中脈內各中心點稱為輪，或蓮花座，輪上支脈稱為蓮葉瓣，由下而上分別是海底輪、生殖輪、臍輪、心輪、喉輪、眉間輪、頂輪。每一輪各有其特別數目的葉瓣。

自性的蓮花是靠悲智來澆灌的

當越能了知般若空性，開展純淨

的慈悲時，業報身中的蓮輪就會得到澆灌而開展，心中的佛性，法界之花自然盛開，誠如某位善知識的實修口訣：「願我們的心如白色的蓮花，盛放，盛放……，紅塵中的是非恩怨，皆與這朵白蓮，無關，無涉，願我們的心，如白色的蓮花，純潔、明淨、無染……。」當心越崇高清淨時，蓮花的開放越是燦爛。所以蓮花的花果同時，不僅代表法界實相的世、出世間一如、權

實同體，告訴我們法界的甚深妙義就在每個緣起當中；同時也印証了太虛大師的「人成即佛成」論，闡明了法華經中的唯一佛乘，教菩薩法。原來珍寶就在每個人的身上、手邊，而不是在孤寂的山中，離塵的海邊。如《中阿含經》卷二十三中云：

「如來世間生、世間長、出世間，行不著世間法。」

蓮花，真是太奇妙了，下次有機會看到蓮花時，別忘了，除了欣賞它的娉婷花姿外，它還是法界妙法的化身喔！因此在經典裡面，蓮花隨時可見。原始佛教時代，法界單純，著重在人間佛教，所以蓮花多用在修行的譬喻及環境的描述上。後來漸漸擴大成法界的描述，甚至比喻成爲天雨的瑞華。在後出的大乘經典中，則多取蓮花味香色美，雖生於污泥之中而開潔淨之花的含意，來譬喻大乘經典的殊勝，及修行大乘菩薩道者的清淨莊嚴。在後來的密教中，更進一步把蓮花作爲實際修行觀想的善方便。（此可詳見金色蓮花雜誌15期「佛典中的蓮花」一文）

炎炎夏日，觀賞水塘中冰清玉潔的蓮花，口吃消暑爽口的蓮子湯、蓮藕等，帶來了通體的清涼與舒暢。人生數十寒暑，幾乎都在憂悲苦惱的情緒中擺盪、煎熬，若能體會出法界蓮花的奧妙，使自身宇宙蓮花得到開展，清涼更勝前者。啊！曠世奇花，奧妙到難以言喻呀！



永恆之花

蓮

特別專題

SPECIAL REPORT

愛蓮記第四印 /

——文／石連柱——
(美國德州大學碩士)

對印度人來說
舞蹈是紀錄歷史傳統的一項藝術
也是神話與宗教的組合
手印在印度舞蹈中非常重要
不但能傳遞深奧的義理
並且有神的力量
它創造出一種開放性的身體姿態
那就是～蓮花



蓮花之舞

南印度古典舞者 凱依·普辛

(Kay Poursine) 網路專訪



愛蓮記第四印

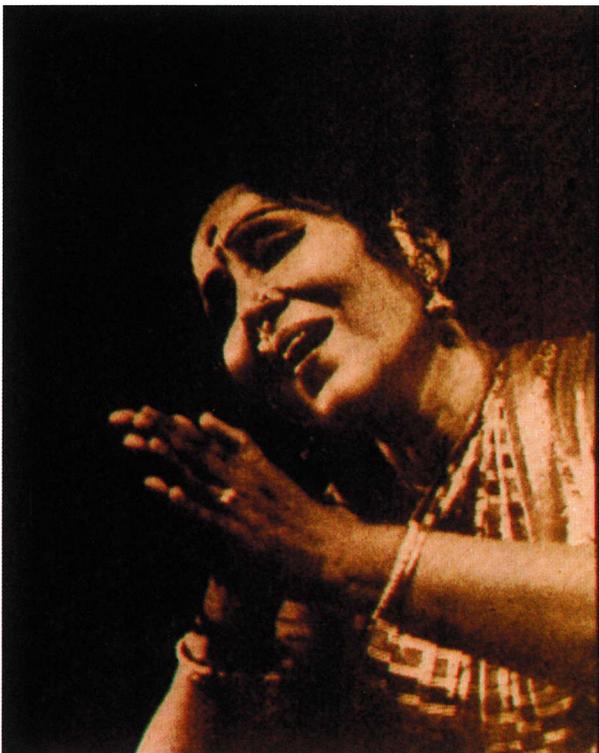
序

交織在文明與落後，貧窮與美麗，聖河與苦難的環境下，印度歷數千年以來延續著許多古老的傳統與古老的傳說。透過文學、舞蹈與音樂，這些珍貴的古老傳承，一代一代、一世一世的流傳在藝術工作者身上，讓後世的子子孫孫從片段的藝術作品中重拾那古老的智慧結晶。

對印度人來說，舞蹈是紀錄歷史與傳統的一項藝術，也是神話與宗教的組合，隨著恆河不曾停止的流動，遠遠流傳至今日。對不懂印度文化的人來說，或許舞蹈只是舞蹈，但在印度，舞蹈表現出來的手印與身印，透露許多微妙的深奧義理，其中的蓮花手印更有著許多層面的象徵意義。

蓮，是印度的國花，在中國江南是夏天池塘湖裡最常見的花卉。

江南可採蓮
荷葉何田田



▲ 巴拉薩若瓦第女士 (T. Balasarawati)

魚戲蓮葉東
魚戲蓮葉西
魚戲蓮葉南
魚戲蓮葉北

樂府詩——江南在網際網路上，人們可以穿越時空，穿越疆界，在虛擬的無國界中如這首詩中的魚兒東南西北的前往各地。因為有網際網路的存在，讓我們今天可以很榮幸的來到美國的康乃狄克州訪談南印度古典舞蹈的傳人之一，凱依·普辛女士 (Ms. Kay Poursine)。請她與我們談關於印度的舞蹈、蓮花手印以及她本身的故事。

凱依·普辛女士在印度傳統舞蹈上的成就，是非常特別的，怎麼說呢？凱依·普辛女士是位典型土生土長的美國人，但卻將幾萬英里外的印度舞蹈發揮的淋漓盡致。1996年的美國紐約時報有一則關於她的報導說到：「凱依·普辛的表演提醒我們，卓越的才藝能夠跳開國界的限制」。是的，究竟有沒有「限制」這個詞呢？答案是心中有，它就存在，如果心中沒有分別，這個詞是不存在的。凱依·普辛女士就是一個最佳的寫照，也就是她成功的原因。凱依·普辛女士在1972年到1983年間一直跟著被認為是南印度舞蹈最偉大的代表——巴拉薩若瓦第女士 (T. Balasarawati) 學習。1984

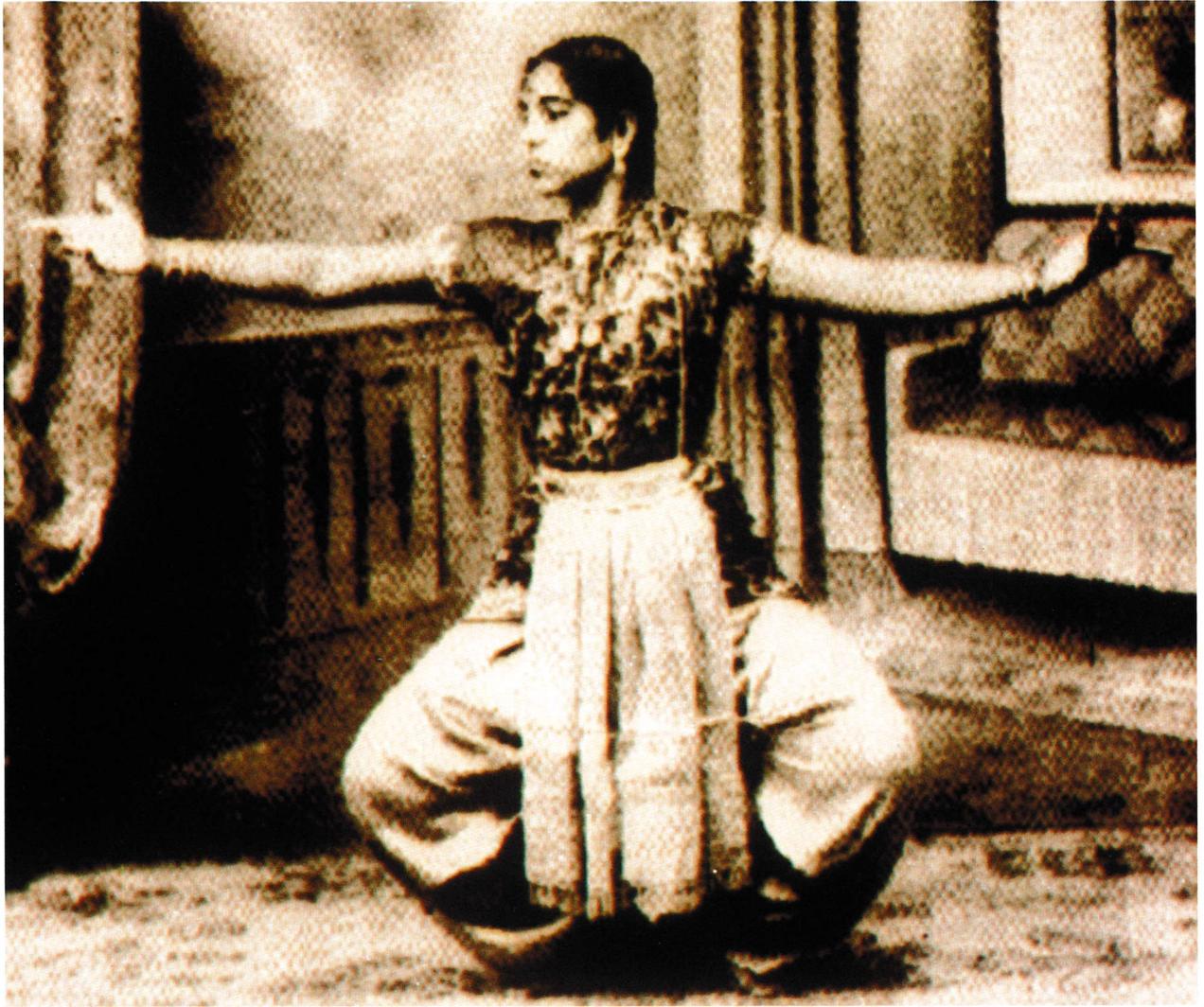
年巴拉薩若瓦第女士逝世後，凱依·普辛女士則繼續在衛斯尼亞大學 (Wesleyan University) 攻讀，並獲得碩士學位，之後凱依·普辛女士跟著巴拉薩若瓦第女士的兩位弟弟繼續學習。目前除了表演之外，還在衛斯尼亞大學任教。以下就是我們與她在網路上的專訪。

訪談

問：首先是否先請凱依·普辛女士給我們較詳細的介紹你自己？

答：好的，我生於美國路易斯安那州的紐奧良 (New Orleans)，我的父親奧古斯汀·普辛 (Augustine Poursine)，在二次大戰期間服務於美國陸軍。就像大部份的軍人子弟一樣，在我小時後我有許多機會看到早期世界各國的一些美好片斷。普辛家族在紐奧良與當地的法國人後裔有著很深的根源，我們家族為了逃避法國大革命，首先遷到馬提尼 (Martinique)，最後在1800年代早期搬到了紐奧良。

戰後我父親駐防日本，讀書時我選了塔姆魯女士 (Madame Tamnu) 的芭蕾舞課程。塔姆魯老師曾經在法國、日本及美國教過書。有一天在學校的一次表演會中，當我看到塔姆魯老師表演一支古典的泰國舞蹈時，我發現我被那精緻的手印所深深吸引。後來雖然我仍然繼續接受芭蕾舞的訓練，但我一直無法從中獲得滿足，直到在幾年後我看到一場婆羅達舞 (Bharata Natyam) 的表演時，我才重新拾回對舞蹈的希望。後來我非常幸運地遇到了享有盛名的婆羅達舞專家——巴拉薩若瓦第女士 (T. Balasarawati) (圖一、二)。最先我是在加州柏克萊的一個夏季工作室



▲ 巴拉薩若瓦第女士 (T. Balasarawati)

與巴拉薩若瓦第女士學習舞蹈，接著拿到由美國印度研究學會贊助的史密森尼學會 (Smithsonian Institution) 所提供的獎學金而去到印度繼續與巴拉薩若瓦第女士學習婆羅達舞。

巴拉薩若瓦第女士在1984年去逝，從那時起，我便致力於透過在美國及世界各地的表演，來帶給這個偉大的傳統舞蹈新的生命力。

問：您是在甚麼機緣下想要成爲一位舞者？

答：在日本學習芭蕾舞期間的經驗開啓了我內心對舞蹈的嚮往，成爲我想成爲舞者的開端。

問：您從舞蹈當中獲得的最大收穫是甚麼？

答：一種與宇宙大我的銜接，或者我應該說是與無限的真實相連接。

問：身爲一位舞者，您是如何闡釋一支舞蹈？跳舞當中最重要觀念是甚麼？

答：在闡釋一支舞蹈時，我將個人的生命體驗整個融入到舞蹈中，並且因爲如此，我的整個生命與觀眾融合成一片。

在跳舞當中最重要觀念是要將真實的生命力帶入每一個當下，雖然這是古老以來的傳承，但事實上這也是生活上必需有的習慣，意思是說，在跳這些古典舞蹈時，不應該當它是博物館裡的一個小東西或祇是一種很基本的表達而已。

要將整個生命化成一項偉大的藝術是很不容易的，必須要在熟稔藝術的原則的同時還能與整個宇宙不分離才行。

問：您從您的老師那兒學到最寶貴的教導是甚麼？

答：她教導我說婆羅達舞是一種「活的傳承」 (living tradition)，意思是說舞蹈藝術變成舞者生命的一部份，並且舞者的生命是融入舞蹈藝術當中的。換句話說，一位真正的婆羅達舞者是与舞蹈藝術生活在一起，舞蹈藝術與舞者是分不開的，縱然舞者在結婚、幾年的讀書與表演中可能會拋掉某些東西，但這項舞蹈藝術是不會被拋掉的。

愛蓮記第四印

問：為何您老師的舞蹈能感動許多觀眾？關鍵在那？

答：巴拉薩若瓦第女士偉大的地方在於她不僅是一位音樂天才，她更具有從容高貴的做到上述「活的傳承」的驚人能力。當她全神專注在手印及情緒的表演時能產生一種與觀眾微妙的內在對話。這種專注所造成的感動甚至令外國人驚訝。

問：您最想教導給學生的是甚麼？

答：在上課中，首先我會延續傳統的正統方式灌輸學生對舞蹈基本形式的澈底了解。其次是灌輸學生對藝術的尊敬與愛好。後者只能在教室中教導，並且是最後公演時的首要之知見。

問：除了舞技之外，一位舞者最需具備的是甚麼？

答：對藝術的深深敬意與喜好，是除了舞蹈技巧之外一位舞者所必須擁有的。音樂訓練對跳婆羅達舞也是相當重要的一個項目。但大部分的舞者仍必須了解音樂與舞蹈之間的相互關係。

問：當一個舞者一而再跳同一首舞時會感厭倦而讓觀眾不再感動。以您的觀點，如何避免這種情形？

答：如果一舞者受過適當的訓練並且有足夠的才能來表演，觀眾是不會感到厭煩的。如果這種事發生，錯在舞者。通常如果觀眾感到厭煩了，表示這位舞者不應再站在舞台上。

問：印度舞有甚麼特色？

答：在印度至少有四種主要的古典舞蹈。他們都有相似的特質，在西元前500~600年間由婆羅達、默尼（Bharata Muni）所寫的一本梵文戲劇論說「舞論」（NATYA SASTRA）對於這些舞蹈有詳細的敘述。印度古典舞蹈總共有兩種

形式，一種是抽象性的舞蹈，另一種則是故事性的舞蹈。兩種舞蹈都伴有手印及身印。絕大部份的舞蹈都是根據布哈克帝史詩（bhakti poetry）或者宗教獻禮的內容所創作成。

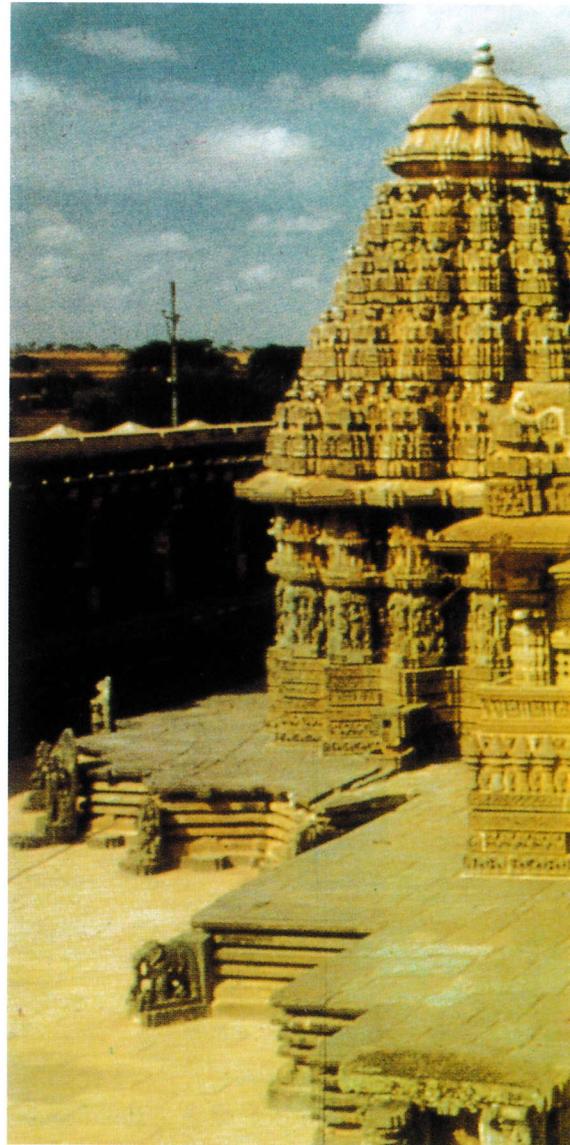
問：在印度古典舞蹈分為南印度舞與北印度舞，她們有何相異與相同之處？

答：基本上，北印度舞（卡薩克舞Kathak）採用的音樂是名為印度斯坦音樂（Hindustani music），而南印度舞（婆羅達舞Bharata Natyam）則是卡納第音樂（Carnatic music），兩種音樂不但節奏及旋律完全不同，舞蹈的形式也有不同的歷史。卡薩克舞盛行於回教宮廷裡，而今日所謂的婆羅達舞則在寺廟及南印度宮廷的支持下盛行。

跳卡薩克舞的時候，腿是筆直的，身體曲線呈流線形；而跳婆羅達舞的時候腿是彎曲的，並且視身體的動作而有較大的角度變化。卡薩克舞者的腳步較能表現出塔布拉鼓（tabla drum）所奏出的印度斯坦音樂節奏，在表演中能表現出即興的舞步；而婆羅達舞者則有固定的創作舞步，並且較遵循編舞者的軌跡。雖然在婆羅達舞中有些許即興性的節奏讓舞者有較大的自由度做節奏性演出，但仍然必須維持在音樂架構內。

問：如妳所說，在印度有四種主要的跳舞形式，其他三種是甚麼？

答：除了婆羅達舞之外，在印度還有卡薩克舞（Kathak）、屬於奧瑞薩省（state of Orissa）的奧地悉舞（Odissi）、屬於東北部的馬拉普瑞舞（Manapuri）及屬於克拉拉省（state of Keeraka）的



圖片提供／印度-台北協會

卡薩卡里舞（Kathakali）。

問：婆羅達舞的由來是甚麼？

答：婆羅達舞實際上是一個相當新的名詞，是1946年在馬德拉（Madras）舉辦的音樂學術會議時所訂定的。目前在舞台看到的舞蹈大約有三個名稱。由神的侍者在寺廟所表演的稱為達西阿達姆（Dasi-Attam），或婆羅坦（Bharatam）；在街頭跳的稱為諾取（Nautch），在宮廷中跳的則稱為



▲印度教寺院／馬德里斯

古切里阿達姆（Kutcheri-Attam）。達西阿達姆是相當古老的一種舞，記載中是在寺廟表演的。寺廟舞蹈的傳統已歷經幾世紀的發展。宮廷舞蹈的傳統則源於寺廟繪畫，在寺廟繪畫中寺廟舞者與大象、土地等通常是一位公主嫁妝的一部份。這些舞者將他們的舞蹈藝術帶入宮廷，並且從新調整使它適用於新環境，宮廷舞蹈因而變得相當華麗，並且要求一種更個人及虔誠的表

達。婆羅達舞具有充分將雕刻、音樂、繪畫、文學與舞蹈等藝術綜合呈現出來的特質，它是南印度文化的最高表現。

問：手印是印度舞蹈中非常重要的部份。為什麼在印度舞蹈中手印是那麼重要，為什麼印度舞蹈要採用？手印有何宗教意義？

答：手印在印度舞蹈裡占有非常重要的一部份，原因在於印度人相

信手印不但能傳遞深奧的義理，並且具有神的力量。以故事性舞蹈而言，手印提供一個一般其他方法難以表現的宇宙真理的管道。在抽象性舞蹈裡手印創造出一種開放性的身體姿態，如同一朵綻放的花朵。許多人相信這些手印來自比佛教更早以前的古老口語，每一個手印都有一個專司的神，並且無論在宗教或非宗教性質的戲劇及抽象舞蹈中都有許多應用。

愛蓮記第四印

問：印度舞蹈中舞者身上有許多裝飾，例如臂環，耳環等等。它們有甚麼意義嗎？

答：婆羅達舞者身上所佩帶的配飾是印度女孩結婚時的象徵物。舞者的穿著與神的侍者或寺裡要嫁給神的舞者服裝相近。裝飾物是用來增加人們對跳舞所帶來好運兆的印象。

問：據我們所知，樂師與舞者在印度舞當中被視為神的侍者，他們在舞中的角色是甚麼？他們在表演甚麼？

答：樂師與舞者在寺院稱為服侍神的人，他們在處理照顧及服務神像的行政工作上有許多重要與神聖的責任。通常在寺廟裡表演的舞蹈是不公開給外人看的，他們僅在神的面前表演。舞者也只跳給他們要嫁的神看。

問：印度是蓮花之鄉，在印度，蓮花代表甚麼或象徵甚麼？為甚麼許多舞蹈都與蓮花相關？蓮花在佛教與印度教有何宗教意義？

答：蓮花代表宇宙的智慧。當舞者舞到出神入化時，舞蹈是人與神相通的象徵。蓮花則是用來代表這種相通的象徵。

問：在您網站中那一張圖片是抽象舞姿，那一個是故事體的舞姿？它們有何不同？

答：圖三中我正擺出一朵蓮花的手印，下方的手擺出的是連到水與泥土的蓮花莖。這是一個敘事性的舞姿。這個舞姿通常在舞者想要表達蓮花（意指完全覺醒的靈魂）如何從泥與水（意指苦難與憂患）中超拔出來迎向神的廣大無限空氣時所擺出的舞姿。這個舞姿也可以簡單的作為表現將蓮花拔離根莖，寫一封情書、或者利用花莖輕觸臉頰的意義。抽象性的舞姿指的是不代表任何敘事性或情緒的動作。圖四所擺出來的抽象性舞姿是沒有任何意義的。它是一種舞蹈結束時的一系列抽象舞姿中的一種。你可以認為它只是一種裝飾性的姿勢。



▲ 抽象性舞姿

**問：是否請您舉例說明一個故事
體舞蹈的故事？**

答：下面這個敘事體舞劇是從布
哈克帝的舞蹈詩（bhakti dance
poetry）中節錄出來的。

舞目：瓦難（VARNAM）

節奏結構：八拍

旋律：阿難達黑拉維（Anan-
dabhairvi）

作曲：波尼亞兄弟（Ponniah
Brothers），十九世紀初

語言：塔米爾語（Tamil）

瓦難（VARNAM）是婆羅達舞
中最複雜且最長的一個舞目。婆羅
達舞由於劇情與抽象性舞蹈交替著
演出，某些詩的內容允許不同的詮
釋方式，目的是要舞者帶出情緒讓
觀眾對劇情有深一層了解。由於所
有的舞劇詩都是源自布哈克帝史
詩（bhakti poetry）或者宗教獻禮
的內容，因此縱然將之翻譯成劇情
，間接都與印度的哲理與宗教有關
。這個戲目敘述一位害羞的女子只
依靠她的朋友來與她
熱愛的男子傳遞訊
息的故事。而這
個男子實際上所代
表的是印度教中的神
——拉札夠帕拉
（Raja Gopala）
。印
度
大
部份的
舞劇看起來
是世俗非宗教性的故事，
但事實上是人類靈魂與
神（故事中的愛人）
間的微妙關係。

我的好朋友，
這次再沒有任何諾
言了
請快去到我的主人
那裡，請他來這裡
在這個地球上，一個皇
家的城市裡
住著一個人祈禱著
他的光芒
這個人以她的蓮花手捧著
閃爍的貝殼
在花壇上，他的風雅神態
令人如此的愛慕……
總是悄悄的細語著愛
歐！朋友，這次再也沒有……
無論如何，必須要採取某些行動
才行
請給予我冷靜、智慧的忠告、我
親愛的朋友……



攝影／張雲騰

問：大部份的印度舞由文學，音樂與舞蹈所構成。不懂印度語言的我們如何去欣賞一支印度舞？

答：通常當一個外國人第一次去看具有南印度詩集特性的舞蹈時，都會對內容感到很訝異。但我想一位觀眾想要去體會一位舞者將她的生命經驗全然釋放及將生命帶入藝術當中是可能的。我的老師巴拉薩若瓦第就是以她精湛的詮釋感動歐洲及美國觀眾落淚而聞名。當然如果在節目書中有舞蹈內容的解釋，有助於觀眾對演出的了解。

問：曾在美國受過訓練，以妳的觀點印度舞蹈與西方舞蹈有何不同？

答：西方舞蹈中沒有印度將互相關聯的抽象、敘事及音樂組合的豐富創作。

問：如果一個人想成為印度舞者，他須要學些甚麼？一位印度舞者需具備甚麼？男孩子與女孩子有何不同？

答：想成為印度舞者首先要找到一位好的老師。但當前好的老師已經很少了，所以我建議必須要找一位在音樂及舞蹈兩方面有紮實背景的老師，或者一位受過大師級老師訓練過的老師。在我與許多位平凡的老師有過幾次沮喪的經驗後，花了我四年的時間才遇上一位好老師，巴拉薩若瓦第女士。

一位印度舞者首先必需對印度音樂有相當的敏感度，因為音樂是婆羅達舞的根源。如果一位舞者無法先喜歡上印度音樂的話，他（她）是很難在此一方面有好的發展。

我的老師不認為婆羅達舞適合男性舞者，主要因為傳統上婆羅達舞是一個女性獨舞的舞蹈，男人無法成為神的侍者主要因為他們無法擁

有神的力量來澄淨他們所從事的寺廟行政工作。當然現在你會看到有男性舞者跳婆羅達舞，但我個人認為婆羅達舞還是比較適合女性來跳，因為詩集裡描述的主要都是女性的心理狀態及生命經驗。



攝影／洪碩甫，花之頌 (9/6 ~ 9/17) 爵士藝廊提供)

問：為何只有女性舞者能夠擁有神的能量

答：這來自於印度教的觀點。如果研讀有關於夏克蒂 (Shakti) 方面的理論與故事會對這點有較清楚的了解。(註：夏克蒂 (Shakti) 是拙火 (kundalini) 的另一個名稱。)

因為某些原因，印度教不認為男性具有夏克蒂 (Shakti) 這個生命能量。大部分的印度女神是夏克蒂 (Shakti) 的代表。女性在某方面被認為是危險的，因為這個能量可被用在好的方面，也有可能被用在壞的方面。這是為什麼在印度教的寺院中只有女性侍者跳這種舞並且獻給神看。這些舞者被認為是幸運的，同時她們也被認為是這能量的監護人，在許多情形下負責維持善與惡或白與黑能量之間的平衡。或許你可以稱這些女性為祭司。

問：身為傳統印度舞者，您是否需要練習靜坐、瑜伽或其他修行？為何？您從中獲得甚麼利益？

答：目前我正在學習對我整個生命有很大影響的哈達瑜珈 (hatha yoga)。這個瑜珈修行讓我特別在跳抽象舞蹈時更容易與宇宙相連接。此外，呼吸技巧也讓我整個身體達到更好的健康狀態。我的身心似乎因而變得更協調，因此在我展現肢體動作時能夠處於一個更舒適的方式。所有這些效應對於跳舞都有正面的幫助。

問：妳對未來有何計劃？

答：我打算在美國及其他國家作職業性的演出，同時計劃未來10年內能夠有一所屬於自己的舞蹈訓練學校。

問：有沒有要跟我們讀者說些甚麼？

答：我虔誠的希望金色蓮花雜誌的讀者能受到祝福，有機會去看關於婆羅達舞的表演，它們會讓你有很深的感動及體驗。

後記

舞蹈是一種超越語言、超越文字的肢體與內在生命力的藝術表現，在每一個動作、每一個表情當中，昇華出舞者內在生命的真實與感動。因此在舞台上看到的是舞者融入舞蹈本身中所散發出來的一種真情流露，舞者外在的國籍、人種、膚色或生活背景已不具任何意義。凱依·普辛女士以她老師的教導，投注整個生命力於舞蹈當中，因而有今日對印度舞蹈的認識與成就。修行也是同樣的道理，當整個生命力專注於每一個當下，認真的完成每一個緣起，沒有人我之分時，生命的內在狀態自然一步一步的提昇。





凱依·普辛女士的舞姿
(Kay Poursine)

愛蓮記第五印 /

浮世蓮花

——報導／謝德熾（孫逸仙醫院藥師）——

蓮花
象徵覺悟
祇要經由修鍊
即可達成生命的目標

▲圖／趙秀煥「綠色的夢」

本書的原名是：The Lotus in the City 意為：城市中的蓮花。

書名的由來

城市，是熱鬧喧囂，充滿混亂，使人焦慮不安的地方。城市，也是遠離了自然的地方。作者把自然引喻為生命中內省的，真實的面向，而城市的居民則生活在由宗教，科

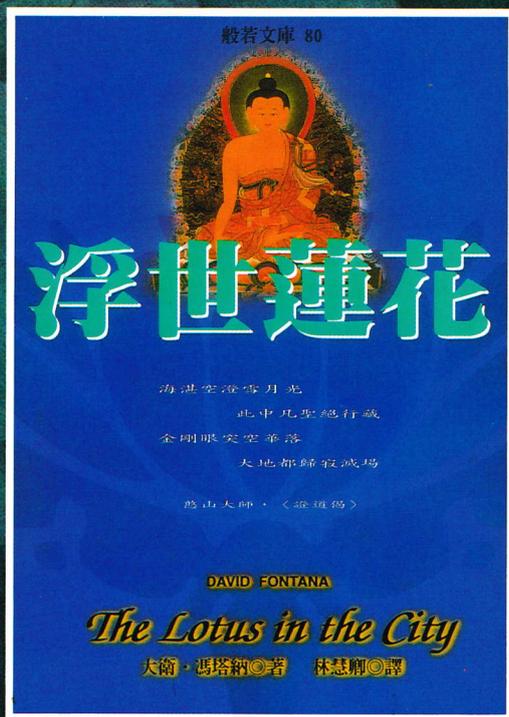
學，教育，情感等體系所築起的高牆下，並迷失於外境的追求。

蓮花，根深植於水中的污泥，莖伸展在水中，而花朵卻開在空中，這種特殊的形態在東方的精神傳統中最具有象徵意義，更被佛教用來代表覺悟的歷程。作者也用蓮花來象徵覺悟，是我們能經由內在外在的種種修鍊來達成的目標。

作者簡介

本書的作者 David Fontana 為心理學家，現執教於英國威爾斯大學及葡萄牙明荷大學。他所寫的16本著作被翻譯成9種文字。

依作者的自敘，他寫這本書的原因，是因為他「從童年就感覺到一種尋找心靈蓮花的深層的內在渴望。」



書名：浮世蓮花
 作者：大衛·馮塔納 (David)
 譯者：林慧卿
 出版：圓明出版社
 日期：1997·7月

除了研究心理學多年，他也曾遊歷過一些精神傳承的發源聖地，聆聽過許多宗教的教法並參與修鍊（其中包括達賴喇嘛和其他西藏的上師）等等，對世界各地的精神傳承都有相當的認識。

反省—— 在迷失的城市中尋找心中的蓮花

「幾世紀以來，各種文化的人都

曾表達過對心靈開展的渴望，尋找一種外在經驗無法提供的解答——生命的意義和目的。」

筆者相信，探求生命的真相是每個人皆有的欲求，但這是一種純然屬於內在的經驗，往往不敵外在的種種現象的吸引人。於是我們捨棄身命地追求財富、知識、名聲和愛慾等外在的東西，永不饜足。

然而這些東西只是暫時遮蔽了人

類心靈中，追求真相的渴望，並不能真正滿足我們對內在世界的探求。所以愈向外追求、心靈愈空虛不安，因為畫餅不能充飢、煮砂不能成飯。

1. 科學的答案

「科學是一個非常實用和美麗的工具，它探索這個神秘的物質世界，解答了最費解複雜的問題，給人

類開啓無數的新機會。」

然而「科學主要涵攝物質世界，無法觸及非物質世界的範疇，譬如思想、情感、價值、意識和心靈」。

研究人類大腦的活動，可以發現複雜且大量的電流脈衝與生物物質的合成，但我們很難相信這些東西就是心智、思想的來源，作者將心智與靈性比喻為司機，身體是汽車，而大腦則是汽車引擎；引擎能帶動汽車活動，但操控車子的則是司機。

2. 心理學的答案

心理學家卡爾·強曾提出一個模型，用來解釋人類的精神結構（如圖一）

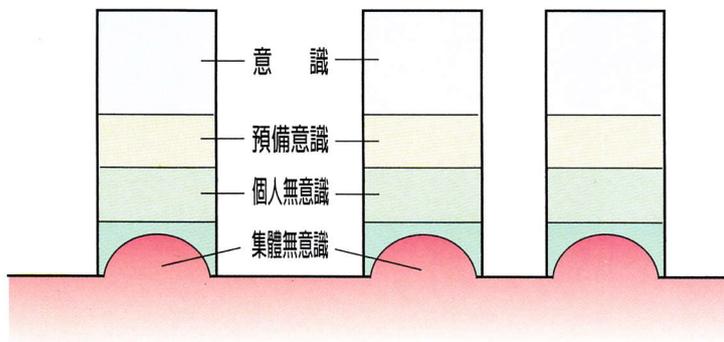
佛洛伊德的模型只討論到個人無意識的層次，卡爾·強（Carl G. Jung 一般譯為「容格」或「楊格」）則進一步探索出集體無意識（常見譯法：集體潛意識）的層次。

集體無意識包含我們心靈探索的最主要能源，創造的動力，是我們心理與心靈的泉源。經此無限和不可朽，轉成有限和死亡的形式，而一般所說的神、上帝、造物主或聖靈等，正是經由此區域來和我們溝通。

這個模型可以很有效地解釋，何以不同的文化中，常常會有結構相近的神話傳說，或是類同的精神體驗（如宗教），更能有效的說明為何全世界的人類都曾作過相同的夢——從高處掉落，被追趕和蛇等等。

若以唯識學的觀點來看，這個模型也有幾分符合。例如阿賴耶識含藏廣大無量的種子，而大圓鏡智則能遍十方一切三千大千世界，知所

圖一



註：無意識，一詞也有人翻作「潛意識」

有眾生的一切動心起念。

3. 心靈學的答案

心理學是站在客觀的角度，利用科學的方法去解析人類的精神活動，心靈學則是透過直接的體驗和修鍊，去經歷心意識的種種層次和境界，是屬於主觀的角度。

心靈學的路徑散見在各種精神傳承中，而其中作者對佛教的著墨較多，因為「佛教所提供個人的成長，及探索真實本性的教導，通常比其它宗教來得特定和立即實用」。

此外，作者也敘及「佛教就像一些東方宗教，是一門很實用的心理學。……從很多方面來看，它所教導的心理學比西方還來得先進，也更能表現出，心理學和心靈學其實是同一個連續過程中的兩面。」

尋找蓮花的旅程

當我們從追逐外境的迷惘中覺醒過來，開始尋找內心的蓮花時，有許多的路徑可以讓我們選擇。

作者在書中提及了專注、禪坐、閉關、朝聖，與「參話頭」（思考「我是誰」這個疑問）的方法。

這些方法或路徑，其實可以說是所有精神傳承都發現到的「共法」

的部分。尤其是「禪坐」的方法，更是普遍性地存在各大宗教之中。

作者也同意，在旅程中，能有一個好的老師來教導是很有利、很安全的作法。這與佛教中重視師父或傳承的觀點是一致的。

更有趣的是，他還提出了很多驗證你所欲尋找的老師的標準，在我們看起來也非常的正確，並符合現代城市中的「生態」——邪師說法如恆河沙。證諸於楞嚴經所說的清淨明誨，作者所說的也非常正確。

事實上，會踏上什麼樣的路徑，值遇什麼樣的老師，都有因緣條件的關係，但若能有正確的認識能協助我們作出正確的抉擇，那才不會使邪師邪說氣焰張狂、誤導大眾、損害我們心中那朵蓮花的花苞。

旅程的終點——死亡與來生

死亡是每一個人、每一個生命終將面臨的問題，儘管很多人避諱這個問題。

主導了城市的唯物主義，把死亡——尤其是我們自己的死亡視為禁忌；科學主義更是全面否定死後是否有生命與來生的問題。換句話說，科學主義（或唯物主義）是澈底的斷滅論。



▲圖 / 趙秀煥「涼荷」

但作者並不同意科學對死後和來生的否定，他說：「首先，科學不可能證實任何東西是不存在的，更別說是靈魂和永生。」

「第二，實際上有許多直接和間接的證據，強烈的說明了，意識將死者肉體中救活回來。」

眾多的瀕死經驗和輪迴轉世的報告和研究，早已使科學主義的斷滅論站不住腳，並強烈暗示來生和死後生命的可能性。

儘管科學主義的信徒依舊否定，依然抗拒，但對死亡的準備和臨終品質的要求，已經成爲一種潮流和趨勢，西藏生死書一書在全球引發

的注意和熱烈討論，就是很好的證據。

死亡是生命最基本的問題，除佛教外每一個宗教都非常重視。我們可以不是佛教徒，也可以不信任何宗教。但我們一樣會碰到死亡來到的那一刻，這是誰都不能否定的。

一定要經歷的事，一定要去的地方，事前多作些準備，讀一讀地圖，顯然比驚慌失措、矇矓懂懂的去要高明了許多。試想，出國旅遊還會帶手冊和地圖了，何況是「死亡」這樣一件天大的事呢？

真正的終點

作者意指的真正的終點，並不是身體的終點，而是找到心中綻開的那朵蓮花，也就是「悟道」、「進入所有現象背後的終極現象。」

後記

雖然追求內在的覺醒和體驗，是每一個人與生俱來的本能。但觀察周遭的人們，沈溺於追求外在經驗的現象顯然是較爲普遍的。即使是筆者自詡爲佛教徒、佛弟子，還是常常會迷失於外境的種種幻相中，或許正如本書的作者所云，我們被教育、情感、價值等種種高牆所制約了。

這當中尤以科學主義的迷思最爲嚴重。唯物科學的理論的建構過程是非常嚴謹的，它有一個最重要的特色，即「若條件相同，則相同的結果可以在不同的實驗室中，被複製出來。」因此唯物科學可說是外在經驗的極致。

但人類的精神或心靈的體驗卻是全然不同的東西，是純然內在的一種經驗，同樣的山河大地，在不同人的心意識中成就出完全不同的覺受感想、毋怪乎科學在這裡變得非常笨拙。

愈瞭解佛的教言、愈加以驗證世間的一切，愈不由自主的驚歎佛法的偉大和正確。本書的作者對佛法多所著墨，其心意不言可喻。

欣求蓮花的人，或是已經踏上追尋蓮花的旅程的人；我們不用在乎於周遭人們大不相同，也不須被蓮花與城市間的矛盾所困擾。因爲這些不同和矛盾，只要我們認識心中的這朵再多些，我們會知道，其實根本沒有不同，也沒有矛盾。

蓮花或許開得很慢，但只要我們真的願意，它終將開放。☸

愛蓮記第六印 /

蓮的傳說

— 文 / 黃麗文 —

福建名古剎「開元寺」，初名蓮花寺
始建於唐垂拱二年（西元 686 年）
寺址原是財主黃守恭的桑園
一夜，夢見一個和尚向他索桑園建寺
黃提出若能使園內桑樹開出白蓮花就給
沒幾天，桑樹果真開了白蓮花，立即獻地建寺

蓮花，形色清麗幽香、葉闊大而灑脫、出污泥卻不染，因此，入於詩畫音樂工藝裝飾者不少。特別在佛教東傳後，中國人對蓮花有著另一層莊嚴的感情，傳說釋迦牟尼出生時向十方各行七步，步步生蓮花，自此蓮花與佛教結了不解之緣，而佛弟子更引為莊嚴佛前之具。

據報導1973年在浙江餘姚縣距今七千年前的「河姆渡文化」遺址出土文物中發現水生植物花粉帶，其中有蓮花的花粉化石。同年，在河南鄭州市距今五千餘年前的「仰韶文化」遺址亦發現兩粒碳化蓮子。因此說明了蓮花的栽培至少可上溯五千年至七千年。1975年山東新金縣「泡子公社」附近則挖出千餘年前的古蓮子，當地曾是唐代廣大池沼的所在地，該古蓮子送大連市植物園進行培育，終於1983年八月中

旬開出粉紅色花朵，花瓣略圓，風姿綽約，是不折不扣的千年古蓮鮮花。近年還有人在柴達木盆地發現蓮花化石，距今至少已一千萬年。

人對蓮花的難捨之情

蓮花之美，佳人所愛，如吳王夫差為寵妃西施欣賞蓮花，特在太湖之濱的靈岩山離宮修「玩花池」，移種野生紅蓮；楚辭九歌中的湘夫人也是一位愛蓮的美神，她築室於水中，以蓮為蓋，廳堂裏充滿了芬芳氣息；南北朝時，齊東昏侯蕭寶卷，不但讚美潘妃似蓮花一般美麗，還在宮殿地上用黃金打造了一朵朵金蓮，要潘妃走在上面，而後讚嘆道：「此步步生蓮花也。」

唐代女子晁采與鄰居文茂互相愛慕，文茂贈詩表情意，晁采以蓮子回贈，文茂把蓮子種下，花開並蒂，兩人因此結為連理，晁采以蓮子

傳情，被封為「蓮花女花神」。而王儉是南齊時王僧綽之子，宋明帝時歷任秘書丞，他的相府中有蓮花池，壯麗可觀，於是在王儉手下做事的人便稱為「入蓮池」，以此王儉被喻為「蓮花男花神」。

人們除了喜歡它的姿容外，也喜歡用它來比喻人間事或象徵平安吉慶。如用「並蒂蓮」來比喻天生的一對戀人，用「藕斷絲連」來形容割捨不斷的感情；因荷得藕（以蓮花、蓮蓬及藕表之，喻不可思議之良緣，同時祈望連生貴子）。祈求婚姻和諧美滿：和（有蓋之盒）合（荷葉）如意（靈芝）、鴛鴦戲荷（鴛鴦蓮花）。祈求子孫繁昌：連（蓮）生（笙）貴子（小孩，或以蓮花、桂花合圖表之）、鴛鴦臥蓮（喻夫妻連生貴子）；好心的送子娘娘為人「送子」，金童、玉女也是坐著蓮花來到人間。



蓮花的絕代風華

名勝古蹟跟蓮花傳說有關者也是不勝枚數，如山東濟南市內之「大明湖」有清人劉鳳浩「四面蓮花三面柳，一城山色半城湖」之句，描繪了湖光山色。今江蘇南京市水西門外的「莫愁湖」乃金陵第一名湖，亦建有賞荷亭。而廣州「荔枝灣」更是以「白荷紅荔半塘西」成為古羊城名勝之地。陝西驪山以楊貴妃沐浴聞名之華清池，現今是溫泉區，內有蓮花湯、貴妃池等景，是遊覽療養的好去處。新都桂湖，原先是楊升庵家的花園，傳說，園中桂花樹，是楊狀元從月宮裡折下來的，湖中的蓮花，則為西海龍王所吐涎泡變成。而迄今保存較好或重建者，唯有河北保定市的元代「古蓮華池」和浙江杭州宋代的「曲院風荷」。這「古蓮華池」景色曲折幽深，特別的是掩映在古槐、綠柳之中的亭、樓、館、榭頂部，都飾成「蓮葉托桃」。據說，庚子事變後，慈禧太后從西安回鑾，不顧人民疾苦，仍在保定大修行宮，貪圖享樂。有位老建築師父，故意作成此花紋，取「連夜脫逃」的諧音來諷刺腐敗的滿清王朝。

廣西陽朔城周，有山峯奇秀青蔥如簪、如蓮瓣，總稱碧蓮峯。又中國佛教四大名山之峨嵋，峯巒起伏，氣勢磅礴雄偉，有謂「峨嵋高，高插天，百二十里雲煙連，盤空鳥道千萬折，奇峯朵朵開青蓮」。西嶽華山乃以挺拔峻秀甲於天下，其三主峯之西峯名曰：蓮花。甘肅康樂縣境內，山體層巒疊嶂，狀如碧波萬頃，主峯石崖顏色淡紅，宛似芙蓉出水，所以名得「蓮花山」：傳說，有仙女二人手舞蓮花、彩扇

，上山赴會，忽然山風驟起，吹落蓮花。仙女十分惋惜，每歌必唱：「蓮花呀！蓮花呀！」這種脫腔唱法，後來在當地形成為一種「花兒」的歌令——「蓮花山令」。

中國三大藝術寶庫之一河南洛陽龍門石窟有窟龕二千一百多個、造像十萬多尊，其中北魏建的有蓮花洞等為代表之一。在前內蒙古自治區有一「五當召」——柳樹廟，原名巴達嘎爾（藏語意為白蓮花）廟。其為該區現存唯一完整的喇嘛教廟宇，塑像俱全，壁畫絢麗，景色十分優美秀麗。位福建名古剎「開元寺」，初名蓮花寺，始建於唐垂拱二年（西元686年），寺址原是財主黃守恭的桑園。一夜，夢見一個和尚向他要桑園建寺，黃提出若能使園內桑樹開出白蓮花就給。沒幾天，桑樹果真開了白蓮花。黃立即獻地建寺。寺殿額上掛起「桑蓮花界」橫匾。直至唐玄宗才依詔以紀年為名，遂改為「開元寺」。

說起敦煌千佛洞，流傳著這樣一個傳說：古時候，住山南的南窟道人，於泉中洗澡，離去後，母鹿飲水，竟生下一女，後為道人所養名曰鹿女。一日，前往山北跟北窟道人借火，說也奇怪，她每走一步，腳下就生出一朵蓮花，蓮花女之名因而傳開，後被國王封為王后。不久，懷孕，卻生了一朵含苞蓮花。國王大怒將蓮花女打入冷宮，蓮花胎丟進江裏，卻由下游國王撿起。只見花瓣徐徐張開，上面坐了一千個嬰孩。一千個孩子長大，個個武藝超羣，掛帥出征，使小國很快強盛。後逆江而上報母仇，國王為解危困，從冷宮叫出蓮花夫人。夫人

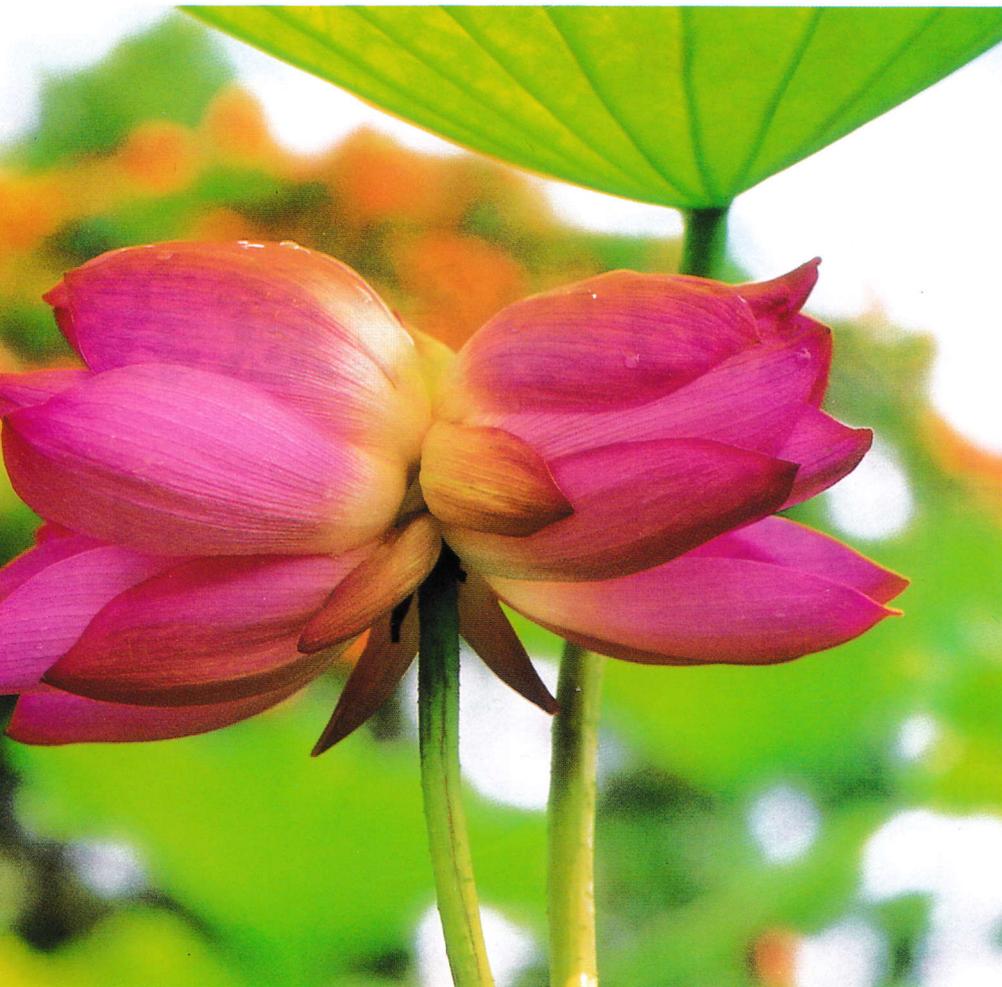
為免百姓無辜傷亡便表明身份，以手擠乳，只見乳汁像噴泉般，冒出千道銀絲細雨，飛灑城下。千子將軍像飲醇酒蜜汁，咽下乳汁。方知母親未死，趕忙下馬跪地，齊聲高呼：「望母親恕罪，願聽母親教誨。」就這樣，兩國未動干戈，相好百年。相傳，蓮花夫人被打入冷宮後信起佛來，她的一千個兒子，因此也入了佛門。人們開鑿石窟，塑的、畫的就是他們的像，千佛洞也就此得名。

西方極樂淨土有蓮池，聖潔無瑕

蓮花在佛教裡象徵神聖和不滅，是佛前的供花，也是葬儀的飾花。人們認為蓮花開花時花果並存，借以寓宇宙間「因果」同時展現，無所謂過去、現在與未來，或因果先後等問題，再加上它具有輪狀的花型，因此被視為象徵「輪迴」的神聖之花。在日本常稱為「西方來世之花」，平常贈送多被引為禁忌，這是民族性的不同，觀念的差異！

蓮花與佛教有關者，如〈無錫縣志〉載：「惠山金蓮池，一名塘，一名沼，中生千葉蓮，舊謂服之羽化。」〈花史〉也載：「唐冀國夫人任氏女，少奉釋教，一日有僧持衣





▲並蒂蓮 攝影／張雲騰

求，女欣然濯之溪邊，每一漂衣，蓮花應手而出，驚異求僧，不知所在，因識其處為百花潭」，人們給這條溪取名花溪、冀國夫人為花夫人。農曆六月廿四日俗稱「蓮花生日」又稱觀蓮節，因此以蓮為六月花盟主，俗稱六月為「荷月」或「蓮月」。南京人則定六月初四為蓮花生日，家家做紙燈，點燃後放在蓮花池中，向蓮花祝壽。而在拯救衆鬼的七月十五日中元節裡放蓮燈也成了重要法事：僧人燃放著蓮花燈，象徵著淨土世界裏蓮池中的蓮花，兒童也提著各式紙紮蓮花燈遊行玩耍。但是這種蓮花燈只玩一天，到了七月十六日就得扔入垃圾堆裡了。

話說羅睺羅尊者，於佛出家六年始生，淨飯王疑耶輸夫人私行不正

，憤怒欲殺之。耶輸夫人自信潔白，遂抱子投火坑自焚，說也奇怪，烈火即刻化為蓮花，更有天人捧耶輸身，得母子無恙，國人亦因之息謗。另胎藏界之文殊則是以青蓮華為三昧耶形，且坐於白蓮臺上。佛教以蓮花喻佛，菩薩在生死煩惱中生，而不為生死煩惱所污。蓮花又是菩薩之寶座，意其「蓮花藏世界」也。

創造了宇宙、創造了金色蓮花

印度人喜愛蓮花，視之為吉祥如意，清純自在和純淨無瑕之象徵。在印度神話中濕奴，據傳四隻手分別執法螺貝、法輪、棍棒、蓮花，並騎一隻叫卡達的鳥。當他騎著鳥橫越蓮池時，有著千頭的歇夏龍便將頭遮起來。這時自濕奴肚臍長出

一株莖蓮，莖蓮上開著花，蓮花上跌坐著婆羅摩，由此創造了新世界。濕奴最顯著的特色就是能以無數的化身來拯救世界，這就是所謂化身的神話。另在印度教教義中，喜馬拉雅山則是宇宙論的中心，主神之一護持神創造了宇宙，首先祂創造了金色蓮花，而這些巨峯就是花瓣。在其中的一個巨峯凱拉斯山上，一位大神坐在那裡，祂的名字叫「大自在天」，祂進行永恆的冥想，以精神力量支持整個宇宙。

古時西方宴會裡，賓客常將蓮花的莖纏繞於頭上，並將花蕾垂於額前當成花冠裝飾，象徵「純潔」和「喜悅」。

與蓮花同科同屬但不同種的睡蓮，其屬名Nymphaea，源自羅馬神話中的女神Nympha，她是住在羣山、森林、湖沼、溪流，巖洞和海邊的美麗女神，深受衆神和男人的崇敬與愛慕。而Nymphae是希臘神話中的自然女神，宙斯的女兒，也被認為是婚姻的保護神。相反地，遠在地球另一端的德國卻對它避而遠之。傳說古代的德國人認為陰森恐怖的沼澤中有惡魔——水妖居住，水妖為了引誘過路的行人，常化成清豔脫俗的睡蓮，誘騙人們前去採摘而使其失足跌入水中，所以德國人認為它是不祥之物。

所謂「一花一世界，一葉一如來」 清淨的蓮花正蘊藏無限的大智慧

有關蓮花的傳說實在太多了，這些都說明不論人或神都喜愛蓮花。而不管如何，這世上最美、最珍貴、最香的花，該是我們心中那朵等待被澆灌的心蓮吧！☸



特別專題

永恆之花

蓮

SPECIAL REPORT

愛蓮記第七印 /

蓮在古埃及的象徵意義 與藝術地位

蓮在古埃及人中是再生的表徵
就如同日出是太陽再生的代表
因此在阿尼 (Ani) 的「亡者之書」中
一張阿尼 (Ani) 的頭由蓮中昇起的圖畫
也就是象徵死者再生的意義



——文／連柱——

蓮在中國，可以是佛菩薩的座台，可以是佛子的供佛之花，也可以是文人雅士吟詩作畫的對象，更可以代表純淨之意。隨著因緣的不同，蓮在不同的國度也有著不同的表徵與意義。

當我們再度踏上網路，探尋與蓮相關的資訊時，一個偶然的機緣下，我們一個名為尼羅河詩歌（Nile Muse）的網站（<http://www.websect.com/nilemuse/>）遇到了多娜·海諾女士（Ms. Donna Hyro）。多娜·海諾女士是一位阿拉伯馬的飼養專家，除此之外，多娜·海諾女士對於蓮更有一份獨特的喜好。這篇文章的寫成主要就是來自她的提議以及她所提供的資料。文章中關於埃及的神話以及部份圖片則是由埃及藝廊（The Egyptian Galleries）網站（<http://members.aol.com/egyptart/index.html>）的理查·德勒（Richard Deurer）所提供。

埃及對於我們來說是相當陌生的一個國家，在構思這篇文章時，對於埃及的文物藝術常碰到許多不解的地方，因此便寫電子郵件去請教他們，這篇文章也就是在網際網路上，靠著電子郵件一來一往的交流當中以及他們兩位的熱誠付出中完成。在此謝謝他們兩位。



▲多娜·海諾個人檔案：（Donna Hyora）

多娜·海諾有二十年飼養埃及阿拉伯馬的經驗，她本身擁有藝術史學位，她建了一個名為羅河詩歌的網站，來與其他飼養馬的人分享她對馬的認識以及對古埃及文化的熱愛。她在研究所是專研老年醫學，目前也做一部份這個領域方面的工作。平日多娜·海諾喜歡網頁設計的工作，以及從高處俯視位於蒙大拿州間的比特羅河與羅羅山脈。

她的網址是：<http://www.websect.com/nilemuse/home.html>



▲理查·德勒個人檔案：（Richard Deurer）

理查·德勒是一位藝術家、畫家以及攝影師。他的幽默畫作品一度被稱為「古埃及人眼中現代人世界」。身為一位藝術家，他會花許多的時間研究古埃及的藝術、文化以及神話。平日還奉獻他的時間在學校與小學生談論迷人的古埃及世界。他所建的埃及藝廊網站被選為十大埃及網際網站之一。

他的網址是：<http://members.aol.com/egyptart>



▲古埃及浮雕 Richard Deurer提供

荷魯斯神將一朵蓮花拿給一位法老王嗅聞，古埃及人嗅聞蓮花代表可去除邪魔與悲傷，及吸入新生命。



▲圖一、Barbara Kierson提供

生長於埃及尼羅河畔的蓮花

大部份的人對於埃及的認識，大概都偏重於矗立於沙漠中的金字塔以及那代表再生意義的木乃伊。對於尼羅河岸還長有許多的睡蓮，大概就不甚清楚了。

尼羅河（Nile），綿延4145英哩，不僅是世界上最長的一條河流，也孕育了古老悠久的埃及古文明。在陽光與大地的滋潤下，尼羅河畔也不知在何時開始長出了許多帶有神秘色彩的睡蓮，隨著古埃及神話在古埃及人的生活、藝術與傳奇的死後世界中扮演著特別的角色。

尼羅河畔土生土長的睡蓮是白色與藍色的睡蓮。他們與古埃及文明一起在歷史的洪流中共存共亡，現今在河的兩岸已少見藍色的睡蓮，或有看到其他紅色或粉紅色的睡蓮則是由波斯引進的，這種消長似乎述說著外來勢力對古埃及文明的影響結果。

圖一的朵紅色睡蓮，是1996年由多娜·海諾女士的好友巴巴拉·里耳森（Barbara Lierson）在法國鐵那克（Tenac）的一所佛教修道院所拍攝到的。

古老的傳說與象徵再生的意義

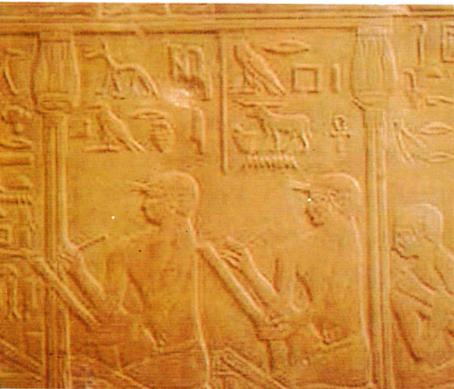
古埃及人對於宇宙的創始有許多古老的傳說。大部分傳說的起頭都說到在開天闢地之前的宇宙，是一片稱為喃（Nun）的漩渦狀渾沌狀態，甚麼都沒有。有一天，太陽神——拉（Ra），經由他的意識力量，由一朵具大的藍色睡蓮包圍著，從這片渾沌當中升起，然後從睡蓮中出來。這，也就是這世界的第一次日出。當一天結束之後，太陽神——拉（Ra）則再度回到蓮中，那時就是日落。

對埃及人來說，這個傳說是很容易相信的。埃及人每天觀察太陽升起的時候，蓮從水中升起然後綻放，一天結束的時候又再沉入水中等

待另一次太陽的升起，如此日復一日，周而復始。因此，蓮與太陽週期甚至埃及的太陽神——拉（Ra）以及復活或再生等詞有著密切的關聯。

古埃及人相信人死後還有再生的觀念，但是必須通過許多重重的考驗，才能達到再生的目的。要通過這些重重考驗，必須靠著寫在用紙草（Papyrus）製成的紙上的一種統稱為「亡者之書」（Book of the Dead）的書卷。書卷裡面收集了許多如何通過重重考驗的神奇咒語與方法。「亡者之書」又稱為「白晝來臨之書」（Book of Coming Forth into the Day）是一個古老但與再生較貼近的名稱。它通常是由工匠書寫成，然後伴隨放在死者的身邊。

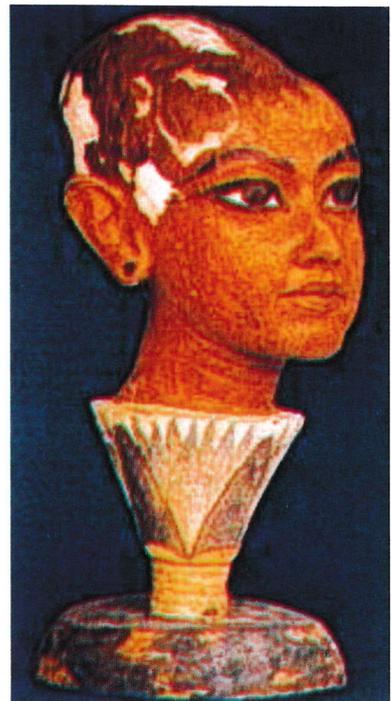
「亡者之書」出現陵墓中大約在西元前1600年左右。目前收藏在英國倫敦大英博物館的一本名為「阿尼的紙草書卷」（The Papyrus of



▲古埃及浮雕作品——繪畫學校柱子的上端為蓮花
Donna Hyora提供



▲圖二、Richard Deurer提供



▲圖三、木雕像
埃及國王——吐坦哈門 (Tutankhamen) 的頭從一朵蓮花中升起 Jacques Kinnaer提供
The Ancient Egypt Site:
<http://www.netforward.com/TheOffice/?Jacques-Kinnaer>

Ani)，長約78呎，是現存最大、說明與保持最完整的「死者之書」。在這本書卷中，記載著許許多多的咒語與方法。基本上，死者必須在死後通往再生的途中唸誦這些咒語。這些咒語如同現今所謂的密碼 (Password) 能幫助死者通過沿途種種怪獸與妖魔的考驗。「死者之書」告訴死者要說甚麼咒語以及甚麼時候要說。「死者之書」中有一個章節，提到死者要說出42位神的名字，並且要舉例說出他沒有犯任何那位神所關切的罪行。接受考驗途中，死者還必須利用咒語來變化成各種形體以通過考驗。眾多要變化成的形體中的一種形體就是蓮。在阿尼 (Ani) 的「亡者之書」中有一章節就是關於他要變成蓮花前所必須唸誦的咒語：

「我是來自光之神的純淨之蓮，我是太陽神——拉 (RA) 鼻孔的守護者，我是神——海嵩 (Hathor) 鼻子的守護者。我追隨

著神——荷魯斯 (Horus)。我是從淨土來的純淨者。」

在這裡指出蓮在埃及神話上代表「純淨」的象徵意義。通過各種考驗後，死者還必須接受代表冥界之神奧西理斯 (Orisis) 的審判，在那裡死者的心必須接受天秤的秤量，如果能與天秤另一端象徵真理、正義的羽毛等重，才能通過審判，前往真正的淨土。

「死者之書」中所談到人死後所面對的種種怪獸與妖魔，與藏密所提人死後中陰身所會見到種種中陰幻境相似，而協助死者通過考驗的各種咒語，也與藏密所說的中陰救度有相通之效果。但無論是埃及的神奇咒語或藏密的中陰救度，其中我們可以獲得的啓示，該是最後奧西理斯 (Orisis) 神對於人心的審判了。也許依藉埃及的神或佛教的佛菩薩的慈悲救度，一個人可以暫時獲得救度，但最最重要的還是內在的本質，唯有真正的善良、慈悲

、智慧才能通過一切考驗的最佳保障。

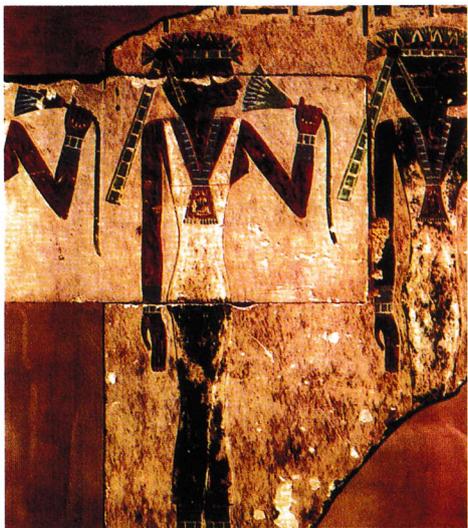
蓮在古埃及人中是再生的表徵，就如同日出是太陽再生的代表，因此在阿尼 (Ani) 的「亡者之書」中一張阿尼 (Ani) 的頭由蓮中昇起的圖畫也就是象徵死者再生的意義 (圖二)。同樣類似的象徵意義，在一個木雕像中，埃及國王——吐坦哈門 (Tutankhamen) 的頭從一朵藍色的睡蓮中升上來，也表示了相同的意思。(圖三)

蓮之圖樣與蓮之香

在埃及，藍色與白色睡蓮的長相是不同的。藍色睡蓮以它的尖狀花瓣及圓且平滑的葉片而有名，它是埃及象形文字中所圖示的睡蓮。藍色睡蓮不僅芳香宜人，當藍色睡蓮浸在酒中時還會釋出一種具有淡淡麻醉作用的物質。白色睡蓮則有圓的花瓣，它的圓形葉片有扇形皺摺的邊。在埃及藝術創作中，白色多

被用於一般的裝飾中；藍色睡蓮則多用於屬宗教的藝術創作中。以酒杯而言，每天日常用的杯子所裝飾的是白色睡蓮；節慶祭祀等場合中所用的杯子則裝飾以藍色睡蓮。在設計及使用方面，白色與藍色的睡蓮花樣是無窮盡的，無論是一根柱子的頂端、船槳的前緣、牆與天花板間的橫條、珠寶、化妝用的匙形用品、頭巾、甚至在河馬雕像的身體部份都可看到它們的蹤影。

但如果沒有人向你說那是埃及人的睡蓮圖樣，你大概也不會知道那就是睡蓮。因為它所被表現的方式並不是非常容易一下就認得出來。在繪畫與浮雕中，蓮的圖樣較像象形文字中的睡蓮形狀，具有長長的莖，莖則彎靠花朵，通常這種蓮花整個成三角形（圖四）。在埃及歷史上，這種三角形狀的蓮最為下埃及（埃及北部）的人們所喜愛，成V字形的蓮瓣象徵尼羅河三角洲，而長長的莖則代表尼羅河本身。

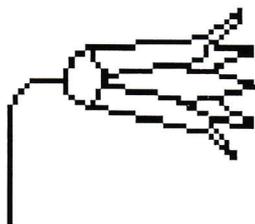


▲圖四、多娜·海諾提供

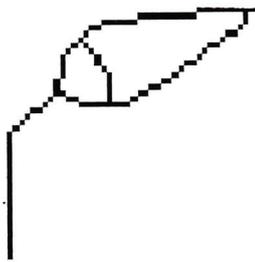
象形文字中的蓮

古埃及人用來記載事情的文字是一種圖形的象形文字，總共大約有750個字，大部份的圖案是人、動物、植物及物體。刻在石碑、神殿或陵墓的柱子及壁面上的屬於一種楷書體的文字；書寫在草紙製成的紙、木棺或宗教教本上的則屬於一種行書體的文字；一般民間用於信函、記錄、文學等用的則是一種簡化的草書體。使用上埃及的象形文字可歸納為聲音與形意兩種表達意思。也就是說一個象形文字有表面圖像的意義以及用到發音時的另一層意義。以蓮為例，就有下列五種象形文字的表示方式。這些蓮的象形文字是多娜·海諾女士根據資料為我們所繪製而成的。

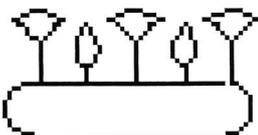
▼圖五、圖六、圖七、圖八、圖九
多娜·海諾提供



圖五：專指蓮的像象形文字，用來代表所有蓮的總稱。



圖六：也是用來形容蓮，但指的是蓮的花蕾。



圖七：指的是一個蓮池，但因為它的聲音，也用來表示「指定」、「命令」或「淹沒」的意思。

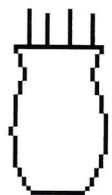
緣起性空

蓮隨著因緣的不同，在不同的國度、地方，展現出不同的象徵意義，多娜·海諾女士另一位好友黛安·布斯女士（Ms. Diane Booth）所建的一個瑜伽網站中富有東方色彩的蓮花和鳥（圖十）網頁圖案則傳達黛安·布斯女士透過瑜伽所獲得平靜的象徵意義。但「緣起性空」，外在因緣如何的變化，本質是不曾絲毫改變過。蓮，在中國，在埃及，都有著不同的外相意義，但蓮依舊是蓮，如同眾生的自性，無論外相是如何變化，依然永遠是清淨無染著的。

▼圖十、多娜·海諾提供



圖八：代表一整棵蓮，但因為它的聲音，也同時表示「記得」或數量「一千」的意思。



圖九：是蓮風格化的象徵意義，也表示「成長」的意思。

提起 觀照

文／般若居士



提起
提起觀照
觀照
一切掠過心中的

念頭
不論是正念
還是妄念

都觀照得
清清楚楚
明明白白

不批判
不分別
觀照只是觀照

維持這樣的狀態
越久越好

來一客世界美味素食！

義大利茄汁麵疙瘩

本期風格：地中海料理

美食名稱：義大利茄汁馬鈴薯麵疙瘩

特 色：香Q濃烈彷彿對食慾高歌的男高音

廚藝演出：廖美真

美麗的花朵
開心的笑
從心所欲的自由
把一切的美好
滋養生命
這就是地中海型美食
健康快樂長壽的秘訣

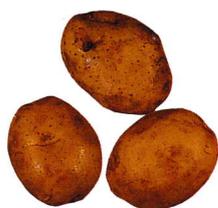


——攝影／王秀珍——



材 料：

馬鈴薯3個



麵粉
1~1½杯



蕃茄罐頭2罐



橄欖油4大匙

義大利香料、黑胡椒、鹽適量

要 領：

在揉麵糰的時候，工作枱上要灑些麵粉，比較好操作，做好的麵疙瘩要分散放置並灑些麵粉才不會黏在一起，另外，煮的時候也應分散一一放入滾水中，避免黏住。

饕家鑑賞

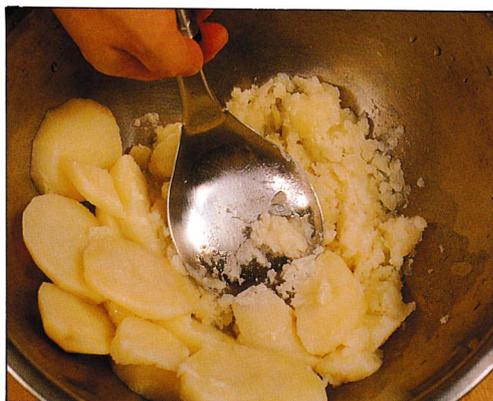
- 坐在餐桌前的願望其實很單純
我覺的很好吃
你覺的很好吃
結果，萬法歸一
大家吃吃看，都覺得很好吃
- 嗯——
第一口，眼睛鑽進菜裡了
第二口，耳朵潛到地中海下了
第三口，鼻子跑到綠野去了
第四口、第五口、第六口…
噉！噉！噉！五蘊皆空！！
五蘊皆空呀！

作 法：

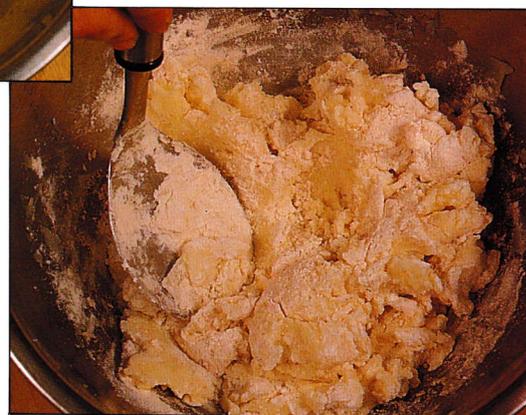
1. 馬鈴薯去皮切片，放入蒸鍋中蒸至熟透。



2. 將蒸好的馬鈴薯趁熱壓成泥，放涼待用。



3. 在馬鈴薯泥中，加入1杯麵粉及少許鹽拌勻。



4. 將粉糰倒於工作枱上揉勻，邊揉邊加麵粉，直至麵糰成形且不黏手為止。



備忘錄：

1. 茄汁也可以用新鮮的蕃茄來做，將4~6個蕃茄洗淨切塊，鍋中先熱橄欖油，再把蕃茄塊放進去炒軟，並用小火熬煮成濃稠的糊，煮的過程中若太乾可加些水，最後加些鹽調味即可。



2. 麵疙瘩中可加些乳酪粉，增加味道。
3. 義大利香料可以用切碎的九層塔代替。



美味小秘訣：

做麵疙瘩時，若麵粉放的較少，則麵糰較柔軟，且馬鈴薯味較濃，所以馬鈴薯可以用烤箱烤軟水份較少，加的麵粉就可減少了。



5. 將麵糰切下一小塊，用手搓成手指粗般的長條狀。
6. 麵糰用刀子切成小塊，並以叉子壓出花紋待用，將剩餘麵糰依序完成。



7. 鍋內熱水，水滾後加些鹽，將馬鈴薯麵疙瘩一一放入滾水中，煮至浮起即可撈出。



8. 取另一鍋，倒入蕃茄罐頭及橄欖油，熬煮一會兒至茄汁濃稠。



9. 將馬鈴薯麵疙瘩倒入茄汁中煮一下，並以少許鹽、黑胡椒、義大利香料調味即成。





水中花

供佛的花 不分日夜 不分季節
時時從心裏流露芬芳

供佛的心 沒有高下 沒有分別
時時從花香觀照虔誠

——花藝設計／詹美娟——

——攝影／昕辰——

花材：



黛安娜 5支

每一花材都有她的名字，只要常被我們忽略，而用一般通稱的名字去稱呼，例如這次的粉色玫瑰，芳名為黛安娜，而另一種名叫“金色動盪”的黃玫瑰，名字就蠻出乎意料之外。每次去買花，不妨多問，就可多學一些花名。新鮮的玫瑰，花瓣完整，且花苞無下垂的現象。



熊草 數枝

看似雜亂的熊草，實際上是個用處多多且生命力強韌的葉材，彎曲、編織或自然垂下都可增添花兒的風采。



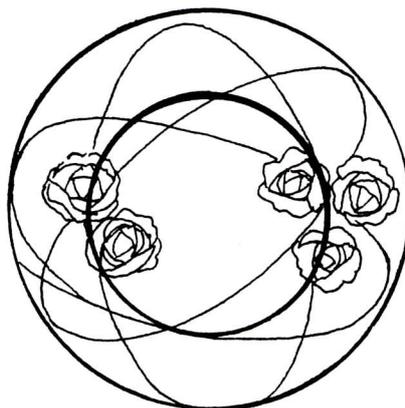
玻璃缸一個

市面上大小尺寸齊全，可隨居家放置處選擇，可大可小，各有不同感覺。

花型設計圖：



上視圖：



作法：



1. 熊草的初步處理：選擇粗細各半的熊草，洗淨後，將葉白部分剪去不用，留下翠綠的部份。

(購買時，越長的熊草，繞圈的效果越好。)



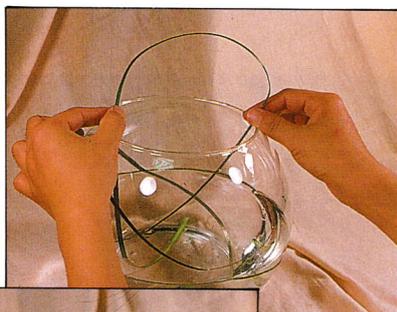
2. 黛安娜初步處理：將最外圍不規則的花瓣摘下，需愈含苞的花朵，相對地摘掉的花瓣就愈多。

3. 新鮮的黛安娜，葉子部分保持翠綠製作水中花，可保持一週左右。

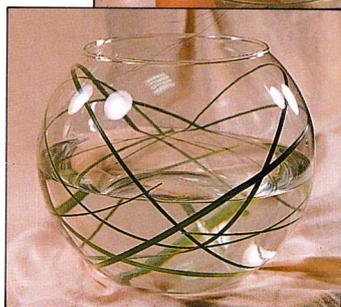


4. 先將黛安娜剪短至玻璃缸的高度，剩下枝幹不用。

(玫瑰的長度不拘，但以不超過玻璃缸的高度為限。)



5. 將熊草先彎成U字型，沿缸身置入玻璃缸，自然平貼於缸身。



6. 其餘熊草如四步驟方法置入。

(每一根熊草交錯置入，營造清涼之境。)



7. 挑一支花苞較小的黛安娜，留約1~2片葉子，長度為 $\frac{2}{3}$ 缸身長。利用熊草交錯之處將黛安娜莖部支撐住。

(留下葉子功用：(1)支撐其他較短的玫瑰；(2)熊草展現線條之美，玫瑰則是塊狀美展現，特留下綠葉襯托玫瑰粉嫩。)



8. 玫瑰利用組羣堆積式手法表現（即2朵和3朵分配），第二支玫瑰留下約3~4公分的莖部，置入第一朵玫瑰的葉間。

（因浮力作用，玫瑰最短仍需留約3~4公分的枝幹來卡住，否則一移動玻璃缸，就會飄來飄去無法固定。

組羣堆積原則〈以兩組為例〉：(1)數量：

一多一少，如2、3或3、5的分配。

(2)位置：一前一後或一左一右，位置分開，才能顯出各自獨特的美。

(3)同一組花材有高有低，手法有：階梯式〈如漸高或漸低〉、高低參次〈如山丘〉。

以上為大概原則，仍需視花型、花材而定。)



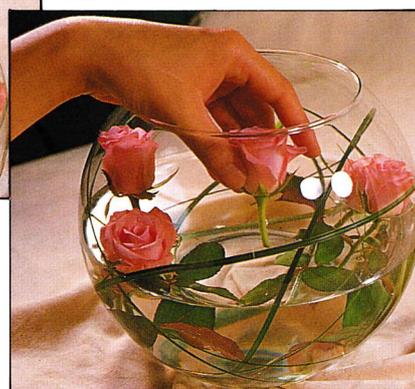
9. 依序放入第三枝、第四枝與第五枝玫瑰。

（置入順序：由含苞到盛開，由長到短。

10. 最後置入的玫瑰，不需留下葉子，一者是莖部短，二者太多葉片就會顯得繁雜。適量的葉子，有穩住缸身的重心的作用。



11. 瓶子愈大，相對玫瑰的組羣也可增多，但增與不增，可隨自己喜歡。



賞析：

屬多面觀賞之作品，不論是俯視或側視，光線經過玻璃的折射，水面上悠然的粉玫與水中清涼的綠葉都是最佳主角。



劇本

DRAMA



太虛大師

——編劇／金色蓮花——

——攝影／李士好——

〈接續上期〉

第8場：出家前的婉留插曲

景：碼頭

人：太虛（16歲）、輪船公司經理夫婦及女兒及其他人

船的鳴笛聲。

碼頭上有太虛、經理夫婦、女兒等。

經理與太虛閒聊

太虛：「這位老爺，請問這班船是到那裡去？」

經理：「小伙子，你一個人要上那去啊？」

太虛：「噢，我要到普陀山出家。」

經理夫人打量一下太虛

經理太太：「小小年紀什麼事想不開要去出家？」

一家三口驚訝的看他。

太虛有點不好意思

太虛：「沒有啦！出家很好啊！」

經理看看太虛

經理：「也許他有他的道理吧!？」

經理太太拉著太虛手

經理太太：「不好，不好，如果我有你這樣大的兒子，我一定不許他出家。你父母同意嗎？」

太虛低頭說

太虛：「我父母都已經不在人世了。」

經理太太露出同情的神色

經理太太：「真是可憐，原來是個沒爹沒娘的孩子。

別去出家吧！怪冷清的，這樣好了，我只有一個女兒，你跟我們一起回上海，然後一起入學堂讀書。」





經理笑著解釋

經理：「是這樣的，我們家住上海，來嘉興只是短暫停留數日，不想就遇上了你。」

經理太太：「也算是有緣，就這樣吧！反正你也孤家寡人一個，就跟我們住一段時間吧！」

經理太太對女兒使個眼色。

女兒也活潑大方的說

女兒：「對啊！我也歡喜多了個玩伴呢！」

太虛有點扭捏的點了點頭。

四人和樂的離開了碼頭。

第9場：還是決定出家

人：太虛、中年女傭、經理一家

景：花園洋房中的餐室

太虛坐喝牛奶及用刀叉切蛋吃早餐。

中年女傭入，清理桌椅。

女傭：「小伙子，你真是好福氣，我們家老爺就這麼一個掌上明珠，聽說他蠻賞識你的，說你寫的一手好字呢。」

太虛謙虛的說

太虛：「那裡，那裡，隨便塗鴨罷了。」

女傭興奮的拍他一下

女傭：「你加加油，也許會成為老爺的乘龍快婿也說不定呢。」

太虛慌忙搖手

太虛：「可別這麼說，我可擔當不起。」

經理太太入，對太虛說

經理太太：「沛林，明天我們就要回上海了。你跟我們一塊走好嗎？」

女傭與經理太太一入一出。

太虛有些楞到，低頭想了一下，抬頭後，眼中有堅定的神色

太虛：「謝謝您們這二十多天以來的照顧，我想我還是喜歡去出家。」

經理太太有些失望，摸了摸太虛的頭

經理太太：「好吧！有些事確實是不能勉強的。你繼續多住幾天沒關係，我要去收拾行李了。」

第10場：搭錯船

景：碼頭

人：太虛、甲、乙

太虛行色匆忙的上了一艘船。

太虛打著盹，旁座有人聊天。

丙、丁：「到了！到了！」

甲：「這站是那一站？」

乙：「平望。」

甲打了個哈欠

甲：「還有多久到蘇州啊？」

乙回答

乙：「好幾個鐘頭吧！」

太虛突然驚醒問乙

太虛：「什麼?!這不是開往普陀山的船？」

乙搖搖頭

乙：「不是啊！」

太虛嚇的睡意全消，見船停，匆匆下船。

第11場：出家

景：九華寺

人：太虛、妙安、士達師、三~五僧人、癸年長老

太虛背著包袱，神色有些茫然的走著，不覺信步走到一間廟前，抬眼一望，只見「九華寺」的扁額高高的懸著。

太虛若有所思唸道

太虛：「九——華——寺——

太虛猛然想起的樣子（有些高興）。

太虛：「我想起來了！九歲的時候，外婆帶我來這裡燒過香。」

太虛自言自語思量著。

太虛：「其實，只要心誠，到那裡出家都是一樣的。」

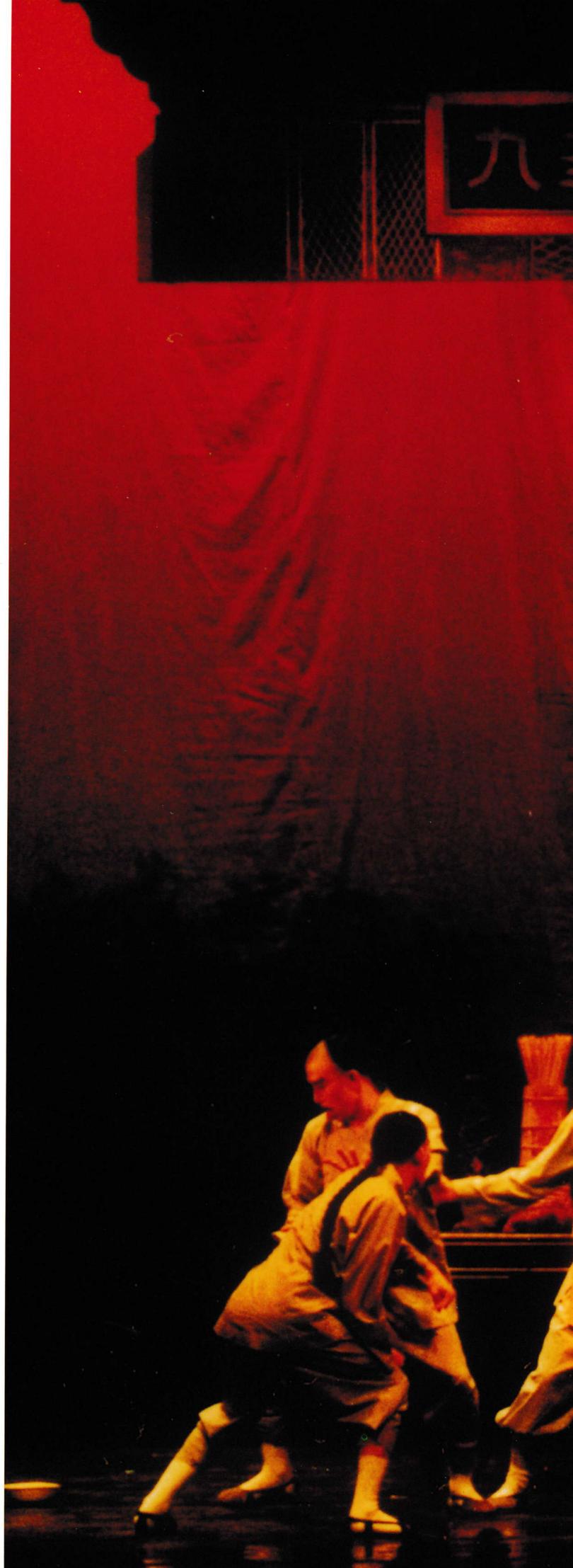
太虛點頭：「嗯——既然去不成普陀山，不如就在這裡出家吧！」

太虛決定後的高興

太虛興奮的快步入寺。

一個小沙彌出來。

師兄：「師兄示範幾招給你看。」





說話的師兄向小沙彌示範了一套少林拳法。

士達師帶已經剃度換好出家服的太虛出。

士達師：「妙安，過來！」

妙安小沙彌跑來。

士達師：「你今天起多了個伴呢！」

妙安拍手

妙安：「哇！太好了！」

妙安拉太虛的手

「師父給你起了什麼名？」

太虛摸摸小光頭

太虛：「唯心。」

士達師有事要離開，交待妙安

士達師：「你好好招呼他噢！」

妙安高興的點頭

妙安：「沒問題！」

士達師滿意慈愛的看了看二位小沙彌，離去。

妙安問太虛

妙安：「你平常喜歡做什麼？」

太虛：「看書。」

扳起手指頭，有模有樣的如數家珍獻寶

妙安：「成！我帶你去寺裡的圖書館看濟公傳、醉菩提、西遊記、封神榜，嗯，還有講神通的萬寶全書呢！」

太虛一付很有興趣的興奮神色

太虛：「真的？」

妙安：「來！我們走！」

妙安拉太虛出舞台。

四位亦僧亦俗者出，聚在牆角開始賭博，吆喝著。

突然一言不合，二人糾打在一起。

甲：「不算?!輸了還要賴！」

其他人勸開。

乙：「哎呀！不要這樣好不好?!」

甲：「甬說了，如果不是當兵當完，朝廷不管我，我混不下去了，不然怎麼會落到這樣！」

丙：「這樣也不錯啊！今天走走這，明天走走那，日子也就混過去了。」 61

丁眼尖，看到住持出

僧丁：「方丈來了，我們快閃，免得又要挨他罵。」

眾人腳底抹油，個個三十六計走為上策，一溜煙走個精光。☹

——待續——



慈悲與自度

——文／智慧——

慈悲，是對衆生拔苦予樂。
但是，自度時需不需要慈悲呢？
當然需要，
因為慈悲的實踐就是讓自己作盡一切善事，
如果對自己不夠慈悲，
那麼也不會讓自己作盡一切善事，
故只有對自己慈悲，才能作盡一切善事。
什麼是對自己不慈悲？
就是爲惡，爲惡必定要受果報，
故一個對自己殘忍的人就是一個不行善而爲惡的人，
故慈悲不只是對別人，對自己一樣要慈悲，
只有對自己慈悲，才會對別人慈悲，
因為自己如果都沒有行善，如何要別人也行善？
故一個對自己慈悲的人，
才能自度圓滿，也才能度人圓滿。



圖／佛雕之美（7/26~10/18）國立歷史博物館提供

Song of Vally

來自山谷的歌聲

與世無諍

—文／周玉卿—

讓我與世無諍的
坐在某個角落
看著天空
看著來來往往的人
我可以隨時站起來
我可以隨時離去



圖／佛雕之美（7/26~10/18）國立歷史博物館提供



新西遊記

萬法歸一

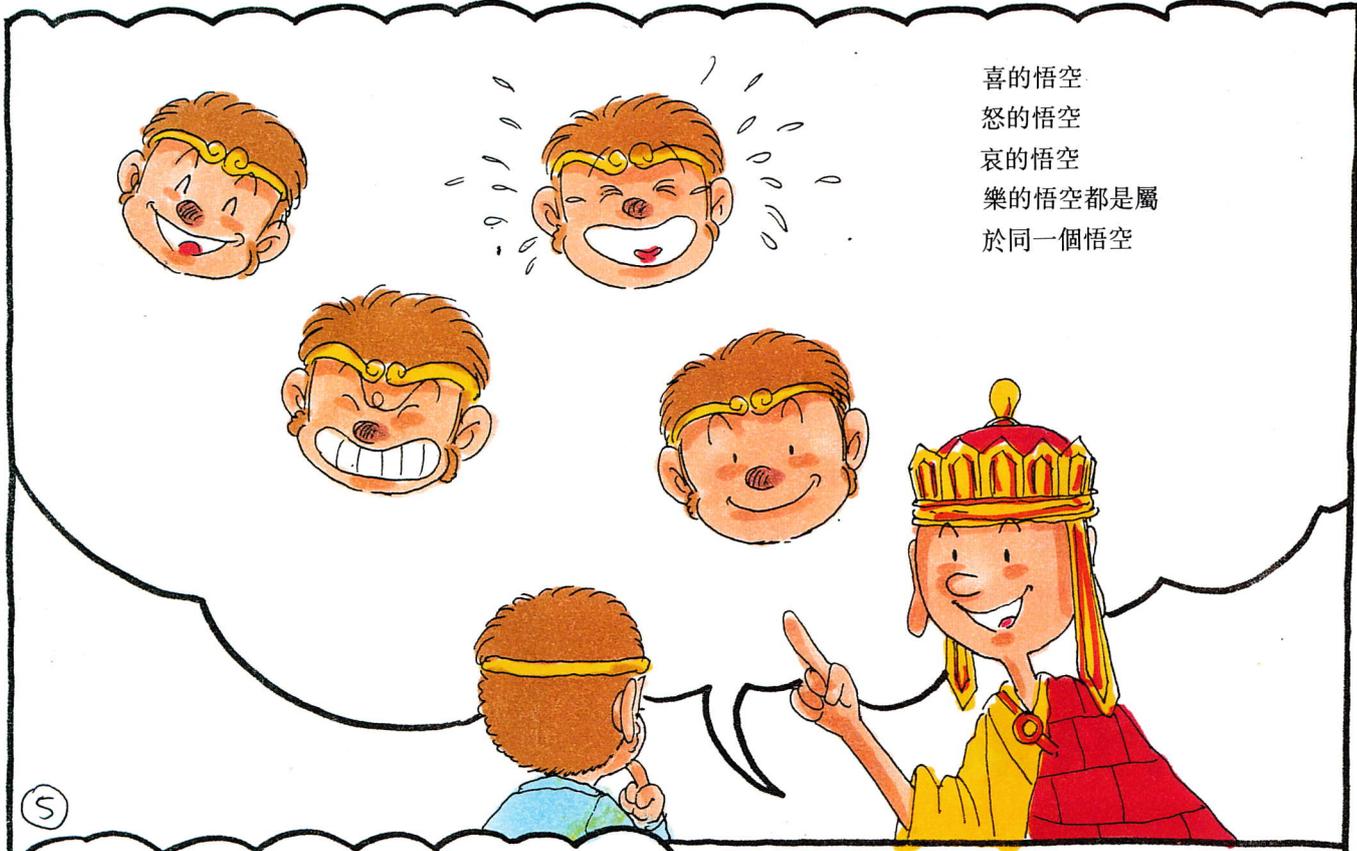
大千世界，森羅萬象，變化無窮 但不管現象界如萬花筒一般
 花團錦簇，令人目眩神搖 只要心回到、安住於本質
 就能穿透幻相 獲得生命最大的自由



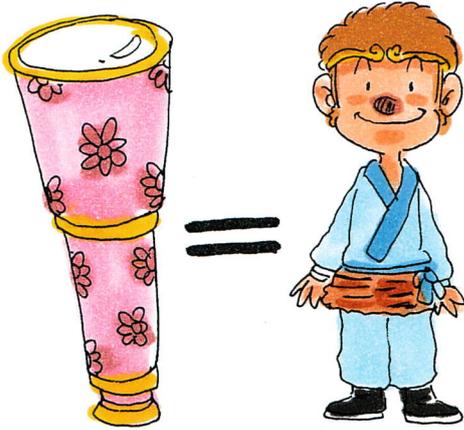
—圖·文/吳振文—



喜的悟空
 怒的悟空
 哀的悟空
 樂的悟空都是屬於同一個悟空



• 喔！我就好像是萬花筒。



⑦ • 只要安住本質，便可自在。

• 可以是日、是雲、是風、是雨、是山、是水，無所不是、無處不在。



道場修行停、看、聽

——文／陳世昌——

太虛大師：
仰止唯佛陀，完成在人格；
人成即佛成，是名真現實
此是我們在選擇道場時最好的皈依標準

現代社會之中，大家都希望能尋求一個抒解精神壓力，以及充實心靈的管道，其中最熱門的還是宗教上的修煉與協助，因此爲了滿足這方面的「市場」，台灣的各宗各派道場，正迅速的成長，從山上到都市內大街小巷，有錢有勢的，就「盤據」好風好水，無錢無勢的，就

屈居在巷弄公寓內，各自以自己的理念在經營這一新時代的「舊產業」，因爲道場的數量與品質太多太複雜，使我們在選擇一個道場時，無法做出正確的判斷，因此，往往一個有心學道的人，將自己的熱情與錢財和寶貴的時間，浪費在一個沒有正派經營的道場裡，到最後，只能算是學到一個教訓而已，如果因此而使他不相信宗教，那真是大罪過啊！

判斷道場的三個標準

其實要判斷一個道場的正邪，並不會太困難，只要我們能把握下列幾個標準，就可以明白個中的真相：

一、這個道場的主持人，是否貶抑他人而自我膨脹？包括貶低佛教的教主與理念，否定成就者的修行，而暗示、明示自己身份地位的無上性與無可取代性。（以他爲信仰中心）

二、這個道場的主持人，是否在濫用神通力？所謂「濫用」是說，信徒是因爲他的神通而願意跟隨他，而不是他的德行修爲，再者，就是他的神通使人產生困惑，例如他說你的命中註定就是要當個出家人，那麼他的「斷論」就會干擾到你的心情與人生的規劃，使你活在他的提示之中，反而無法生活得更寬廣自在。（以神通建立超人地位）

三、這個道場的主持人，是否企圖影響你去「背叛現實」？就是說，教育你將生活、家庭、事業、學業、婚姻、家人、錢財……等都視如糞土，讓你厭惡現實的人生，而全心全意投入他的道場之中，成爲道場吸收的中堅份子之一。甚至影響了你的價值觀、去除自我的防備，而對你（妳）予取予求。

上述三點只能概略提出一個判別標準，其他更細微的部份，就要靠自己用自主性的智慧去判斷，要相信一個人之前，就要抱著「知非即捨」的決心與勇氣，只要一發覺不對勁，就應立即離開，所謂的誓言，是相對的，對於一個騙子而言，「誓言」的效力自然消失！

在自己的現實中得道

每一個人的生命都要自己去面對，任何道場的協助都是有限性的，在進入一個道場成爲其中一份子之前，是要先停、看、聽了之後，再來決定自己的立足之處，一個好道場，就是要幫助你「最終不須要道場的協助，而找到自己的安身立命之處」，道場不應束縛任何人的思想與行動，而是開發你的自我、肯定內在的力量，並且一定會告訴你：最好的道場，就是你的生活、家庭、婚姻、事業，現代人要成就，絕對可以在現實中得道啊！



圖／漢代兵馬俑（8/16~9/7） 國立歷史博物館

愛情煩惱免疫學(六)

——文／王靜蓉——

傷痛是一處黑暗
是靈魂等待被慈悲與關愛照亮的地方
是靈魂再淨化的可能
通過這個經驗，你會更有力量

傷痛，等待愛的地方

朋友談起少女時一次受挫的經驗，當時她感慨：「爲什麼沒有人來幫我？」那經驗換得的深沉無助，使她養成一切靠自己的努力的習慣，傷痛被理智思惟代替。

受挫的經驗容易成爲我們的盲點，轉移到其他部份；受挫遂成爲一種原型，那兒不可碰，裹住哀傷。

情人間發生的傷害常有百分之九十的難度，受傷處裹著厚厚的紗希，不敢碰；事實上，陷在這種誰傷害了誰，誰對誰錯的爭辯中，只會彼此愈加糾結，錯失了靈魂的聯繫。

面臨傷痛，最好不要用理智找答案，要去感覺傷痛來自自己，別人只不過是催化劑；這些痛苦難過的感覺是「自己選擇了想經驗的」。

傷痛是一處黑暗，是靈魂等待被慈悲與關愛照亮的地方，是靈魂再淨化的可能；通過這個經驗，你會更有力

量。

有時，見到一些女性朋友容易關住某一道心門，會深覺不忍。內在有傷，別人才可能挑起傷痛；心門已半掩，別人才使你的心門緊閉。

所以，每當別人觸發我們的傷痛，就是得到一份生命的禮物，通過痛楚，再一次打開心，爲生命帶來更多光明。

一位女孩結束她有名無實的婚姻，帶著她多年來因不願面對傷痛而愈加虛弱的病軀，將重新開始生活。她的路雖走得崎嶇，其實是她的靈魂選擇要經歷的，路上的痛楚不能逃躲，愈逃，業力愈形嚴重。

當自己能了解在每個因緣裡要學的功課，功課就會較快結束。

若是花能量抗拒自己的遭遇，功課就會延長。

我們都要相信：

傷痛包含了成長的契機，

看似不幸的遭遇，有著老天的禮物，愛的禮物。

一旦自傷痛中成長治癒了，你的靈魂就會飛得更高，專注於更高的能量。☸



圖／朱銘個展 敦煌藝術中心提供

維摩詰經別記 (四)

——文／太虛大師——

「維摩詰經」，
是一部自古在印度佛教中便早為佛教人士所注重的大乘名著。
到了中國以後，更是備受尊崇，從其數目驚人的中文佛教注流中便可見一斑。
日本學者對維摩詰經的討論也很多，
而法國保羅·戴密微教授的《維摩詰在中國》的論文，
更膾炙人口地在國際學術界引起很大的注意。
此外，民初戲劇名伶梅蘭芳
曾以「維摩詰經」中的一段故事「天女散花」為題材，而廣受好評。
1998年金色蓮花表演坊將把「維摩詰居士」，
這個深深觸動中國人情感又具備世界公民色彩的經典人物搬上舞台。
所以，自55期開始，
本刊將陸續與讀者一起分享有關「維摩詰居士」的精彩文章。
本期介紹的是太虛大師民國13年7月25日在泰縣孝光寺開講的維摩詰經講記。

〈續上期〉

七、不二門品記

甲、釋法門 一、法之門：法非門，依此能通之法，通於所通之門，故曰法門。略述四義：1. 如依名字言句顯其中意義道理：能詮名字言句，顯所詮意義道理；意義道理所詮之法，由名字言句能詮之門而得顯，此明所詮而言法門。2. 由所顯明意義道理，依之而如實修行：行由理起，理為行依。以所依如實之理為法，以能依如實之行爲門。此明能所依而言法門。3. 依所修如實之行，引發無分別根本妙慧：依行引發正慧，慧由行引，以能引發之行爲門，所引發之慧爲法。此明能所引發而言法門。4. 依般若正慧得親證真如：以能證之般若爲門，

所證之真如爲法。此明能所證而言法門。

二、法即門：前來重重所談，依能一邊皆門也；依所一邊皆法也。如依名字言句顯道理意義，由道理意義而發起修行，由行發智，因智證如，皆具能通所通之義。反此例而言，亦可謂由親證真如而發智，因智而導行，有行必依理，顯現須言句文字；故無一非法也，亦無一非門也。言法即門，言門即法。

乙、釋不二 欲了不二，先了其二，二若不了，云何說不二？一切法相，皆有對待，有對待者，非不二也。如言假，則有實與之對；乃至有無、垢淨、聖凡、因果、依正、主伴、生佛，莫不皆然。總而言之，凡爲思想言語文字聲色，均非

不二，不離於相對待故也。設言是真，轉面即有非真與之對。待顯其真，即遮其非真，是真則非非真。假使無是非相對立言，是真者奚啻無言？故說者、聞者，均不踰是非之域也。今所言不二者，絕是非對待。並不因有對待外，而立絕待爲不二；若立絕待爲不二而謂非對待者，是亦百步五十步耳。如言一則有非一在，若立絕對即非絕對在；而所立之絕對，恰與非絕對相待；雖言絕對，依然是二。然則必如何方爲不二？不二者、不過不二而已，非唯一也，非非唯一也。所謂絕是非，離分別，超言逾思。

丙、釋不二法門 一、不二法之門：要通不二法之理，須以不二法言句文聲爲門；欲修不二法之行，

宜依不二法之理為門；要引發不二法之智，須依不二法之行為門；欲證不二法之真如，宜依不二法之妙智為門。二、不二即法門。一切法皆門也，無法而非門。一切門皆法，即無門而非法。深一層言：一切法門皆不二也，一切不二皆法門也；一切門皆不二法也；一切法皆不二門也。不二也，法門也，皆迴絕言思，本來不二！語欲言而辭喪，心欲思而慮亡也。

聞聲見色，一切諸法之相，各有五種：所謂自相、共相、差別相、因相、果相。何為自相？非比量智知，非分別識識，即諸法實相。何為共相？眼見、耳聞、鼻嗅、舌嘗、身觸、意分別，比量所知，即諸法之假相。如眼見白色，心起白想，不起非白想；但是心想之白，非眼識現所親見之白，惟是白之意義。然心想之意義，非見白方生，早儲心想間，故眼一見白，心想便發白之意義。故言心想之白，非親見之白。況意義之白，概括十方三際之所有白色，屏絕一切之非白色；故意義之白，是心上共通之緣影，非白之自體，是曰共相。然當親所見眼識現量之白，不落言思。凡言說所及、思想所到，均是共相。於言思上，求白之自體，終不可得。諸法實體自相，離言思相，故假智假詮不得諸法之自相。凡夫、二乘不明此理，於見聞覺知共相境上，執為實法。迷真逐假，故有對待是非，亦名為二法。故凡見聞覺知之境，皆是意義思想上諸法之共相。如承前言意義之白色，括諸法之白在內，不外哲學上所謂「概念」。然有肯定白，必有否定非白，由否定非白，而顯肯定之白。如因明三



圖／維摩詰說法圖 張偉繪 陳玉山提供

支量上，立同喻異喻：同喻即是肯定，異喻即由否定異喻一面，反顯肯定之同喻，以成立其前二支。是知共相法，任若何善巧之言思，以由分別心等流而出，總是二相，非不二相。知得共相是二，二相本空非有，由二而入不二，即於共相上得自相；非於共相外另覓自相，所謂二即不二。差別相者：凡夫之人，於意義法上，起大小好醜之想相；如此白非彼白等。良由昧諸法自相，於共相執實。於是是非非執著生焉。於意義上，何啻執龜毛之重輕，執兔角之長短！何謂因相？妄度諸法之由來，如言龜毛、兔角，因何而生。何謂果相？妄度諸法之實相，如於龜毛兔角，因昔有所因，今有所果也。五種相，言思所及者四，即共相等。言思所不及者一，即是自相。法法實體，絕言絕思，亡知亡照，豈有一相？豈

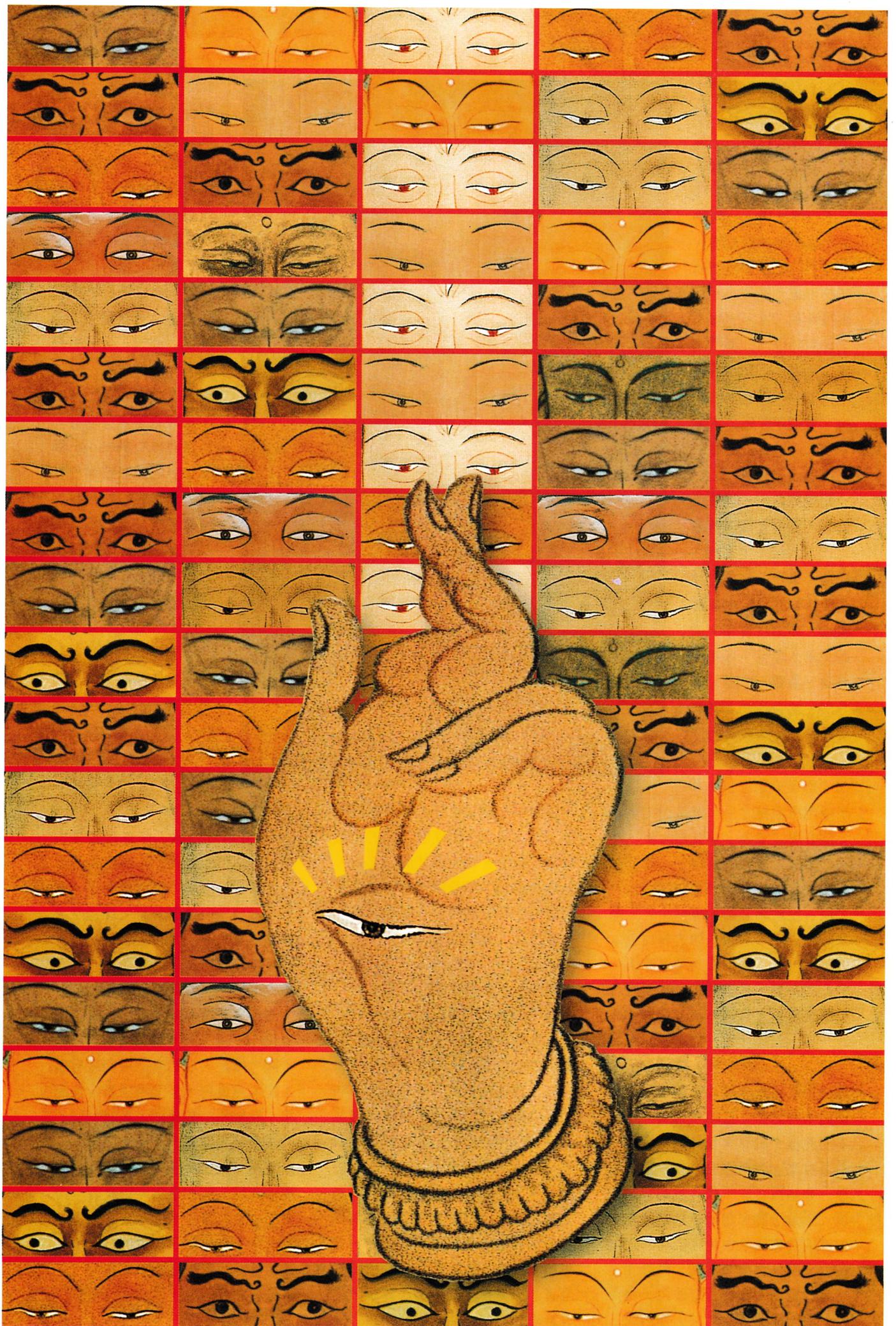
有非一相？一非一俱不可得，故法法皆不二。能了達此，則一法能攝一切法，一切法歸一法攝，是為入不二法門。所謂一切法皆不二也，無一法非不二也，即此言思亦不二也。

況夫菩薩修行，其原始要終，皆為眾生；以菩提心為因，大悲為根本，方便為究竟。故一悟我空之理，親證真如不思議根本無分別智，所謂菩提心為因。不離真如不思議如理智，即發不思議後得如量智，悟諸法空之事。是以不著真如之空理，起即空而有之妙行，鑑機照物，度脫眾生，觀一切眾生如一子想，所謂大悲為根本。以大悲故，和光同塵，起妙方便，曲權善巧，誘開凡愚，宏法度生；直至圓滿菩提，歸無所得，不捨眾生。經云：『菩薩隨所

化眾生而取佛土』。又云

：『菩薩取於淨國，皆為饒益眾生故』。無不由同體大悲中流出，起方便妙用，所謂方便為究竟也。木村泰賢曰：「佛家言有，經過空之極點成有，非同凡外之執幻有為實有，未經過空之極點者可比」。此語良足信之。菩薩所行大悲妙方便，從如理智發出如量智，任運上求下化，不落思議。物我同根，自他一體，咸是大總相空空中幻現有有。建水月道場，作空華佛事，無有相，無無相，無分別，無無分別，乃至十法界聖凡、染淨、因果、分別戲論、諸相差殊，皆性空海中幻現泡沫耳。能如是實證體會者，方可於「逆流驚湍上立足，石火電光裏安身，十方諸佛把臂同行，歷代諸祖共鼻出氣」矣！（象賢記）（見海刊五卷八期）

〈全文完〉



金色蓮花

圖/陳朝寶 敦煌再現(1997 8/1~8/14)北京歷史博物館

一切都是幻相

— 文 / 菩提居士 —

全身如透明水晶
清澈、晶瑩、透明
水晶不斷的擴大
擴大至虛空一樣大

水晶中出現一朵
金色的蓮花
不斷的擴大
擴大至虛空一樣大

金色蓮花中化現出
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！
一切都是幻相
虛幻不實
一切都如夢幻泡影
虛幻不實
一切都如空花水月
虛幻不實

這人間的種種
山河大地
花卉草木
鳥獸蟲魚

看來是多麼的真實

但是啊！
其實就如同在夢中一般
那一切的情景
也不都是顯得
非常真實嗎？

所以啊！
這看來逼真的人間
其實是一場大夢
這看來逼真的一切
其實都只是幻相

孩子啊！
人世如幻
浮生若夢
要努力的醒過來啊
別再沈睡了

已經沈睡太久太久了
從無始劫以來
沈睡至今
不該醒過來了嗎？

自己涕淚悲泣的
向諸佛作感恩大禮拜
口中並不斷的說道：
感恩、感恩、窮盡身口意的感恩
諸佛放出十彩虹光
自己也放出十彩虹光
諸佛的十彩虹光與自己的十彩虹光
合而為一
只見光海閃爍 莊嚴無比

圖 / 陳朝寶 敦煌再現
(1997 8/1~8/14)
北京歷史博物館

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」。



The Thinking **心的思考** of Mind

簡潔、有力、創意、生機、悲智

— 文 / 思唯 —
— 圖 / 曼曼 —



不管明日成就與否
只管當下用功與否

什麼是真正的道德律？



可以說——從內心到外相的一切

動念與

的人越道德……



看電影的修煉法

文／王靜蓉

如果說：夢境是多次元時空之入口，每個晚上，我們都脫離物質世界潛入另一個時空的話；那麼，看電影也是。

某個時候，某部電影直覺式地吸引你的注意，留了完整的兩三個小時，來到戲院，買好票，鑽入一個既幽暗又明亮的時空。

隨著劇情，我們的心意識出現一種遺忘，遺忘我們來的地方，進入驚訝、起伏、歡喜、釋放眼淚的狀態。

電影比其他的藝術型式更能提供「看見」的感動，你我所生活的場景就是一幕又一幕的光影；我想提出“看電影的修煉法”，使看電影的活動不只是娛樂，也是一件幫助覺知，啟發人生的活動。

1. 電影是幫助覺醒的工具，而非逃避的工具

有時我們會因情緒低落去看電影，下意識希望潛入另一時空，遺忘現實世界；但是，就在進入別人的

情節時，我們的心絃被觸動，見主角的坎坷崎嶇，知道自己並不悲哀；或游到別人的開闊世界，記起這個世界開闊豐富，毋需執著現在的是是非非。

修行方法中最基本的是：明白自己是主體，外在事物是客體，主體與客體交會時可以互相融入、互相交流，但是，對主體仍保有覺知——即所謂的「歸於中心」。

自己就是宇宙的中心，世界的中心。

平時有這種觀照習慣，「看見」的習慣，任何經驗都是它的延伸。

看電影的時候，電影是客體，「我」（看電影的人）是主體。客體能豐富我的視野，促我感覺似曾相識的人生故事，減少摸索跌撞，主體則在感覺情節，知道再逼真的情節，也不是自己的。

2. 看電影，同時聽電影

電影呈現了連續的情節畫面，電影工作者以其敏銳無所不知似的感

知力，照亮了觀眾內心幽微角落。看著電影，內心往往響著一首交響曲，湧現內在的聲音。

比如，在暑假才為孩子上映的迪士尼影片《大力士》，集希臘神話故事、幽默、卡通片的感官刺激、愛情和真理於一身，電影院內孩子的笑聲此起彼落，女兒看得開心，連連親我的手臂說：「謝謝媽媽，謝謝媽媽」。

她看著大力士入地獄救蜜兒，速速老化的片段，流下眼淚；我則感歎凡人要變回神的身份得要經過那麼多磨難啊！

離開戲院，我和女兒討論這些，並說：「媽媽本來是神，充滿光明和無限的心靈力量，自從來到人間照顧妳，就要一口一口的餵妳吃飯，鉅細靡遺的料理生活瑣事，啊，真是難為我這個神了！」

「等妳長大，我就要回天上當神了。」一語雙關的，「天上」象徵自在光明，「神」象徵找回本俱佛性。

電影比其他的藝術型式
更能提供「看見」的感動
你我所生活的場景
就是一幕又一幕的光影
而人生經驗
也是一場又一場的电影
所以，
看電影的活動不只是娛樂
也是一種幫助覺知，
啓發人生的活動



圖片提供／哥倫比亞三星，二十世紀福斯影業提供

「不要，不要。」女兒當真了。
「傻瓜，到那時候，妳也是神了。」我撫觸她說。

電影以故事情節「映照」出我們的處境，看「大力士」時，我內在那豐沛的心靈潛能也被「映照」而出，這就是「看電影，同時聽電影」。

3. 將「看電影」的經驗，移入生活中

想想你怎麼去看電影的？這個儀式如何？怎麼開始，經過，是不是帶著輕鬆心情、專注以待？當電影結束時，知道那只是電影——即使剛才你在戲院哭得唏哩嘩啦，或笑得歪七扭八，你還是回來了，回到你的生活來了。

是的，人生經驗也是一場又一場的电影，我們演著，「知道」何時開始，何時情緒起落，何時結束，留在記憶庫的是一些美好的光影畫面。觀察這些變化，體會了因緣。

4. 畫面+信念+感覺，電影都提供了

「心想事成」的三大要素就是：畫面、信念、感覺。

未獲得的境界，希望它成真，在冥想法，我們可以透過觀想畫面，開發內在信念，浸潤在喜悅中來達成。

在電影「小活佛」裡，就為佛弟子提供許多佛陀畫面，如悉達多太子從母親腋下出生，踩下七步，步步生蓮；如悉達多成道前歷經魔界的考驗，仍如如不動，光明力量閃耀。

如電影「天地」裡，越南鄉間的綠意稻田，溫厚如心田。

如電影「英倫情人」裡，護士和她的情人來到教堂看壁畫，那一刻歡喜洋溢、神聖洋溢的「感覺」。

重要的是，你看電影後所難以忘懷的場面，暴力悲慘的，將它釋放；喜悅明亮的，將它記住，記住那份感覺，記住那個畫面，它將是你信念的資糧。

日後，你可將它活用在觀想中，藉以創造真實的光明喜悅。

5. 慎選影片

現在的電影有暴力越多的傾向，實是世紀末現象的表達。若把看電影當作修行的滋潤，就要慎選影片，避免不悅的畫面深深烙印在腦海。

畫面比起文字更容易被記住，在睡前看恐怖影片對製造惡夢真的有絕佳效果。

電影提供我們許多的視覺震撼，有的是美的震撼，有的是悲的洗滌。看電影時，別忘了維持深呼吸，透過深而長的吸與呼，有助於疏緩情緒的起伏。

電影，真是一個美麗的發明啊！

少年時，一位友人嗜愛看電影，把電影看成比吃飯睡覺重要，我了解：在他的痴迷裡是「全然的欣賞」而非逃避。所以，如果你能夠，就好好的看電影吧，全然的進入，才能全然地離開。☺



密勒日巴道歌賞析 (四)

——文／陳守強——

(美國科羅拉多州立大學土木工程碩士)

——圖／《西藏古文明之旅》 雄獅圖書提供——

〈接續上期〉

(五)行住坐臥歌：(歌集第233頁)

當汝起步行路時，應攝外顯歸道用，
六識法爾自解脫，此乃行路心要也。
有事無事坐下時，應將身心齊放鬆，
無整寬坦安適住，此乃坐時心要也。
當汝臥倒入睡時，將心契入平等性，
於光明中而安眠，此乃睡時心要也。
當汝食物用餐時，應住空性離能所，
捨二取境而服食，此乃食時心要也。
當汝舉杯飲水時，應吸方便智慧露，
汨汨不斷而飲之，此乃飲時心要也。
行住坐臥觀自心，禪定無有出入也！

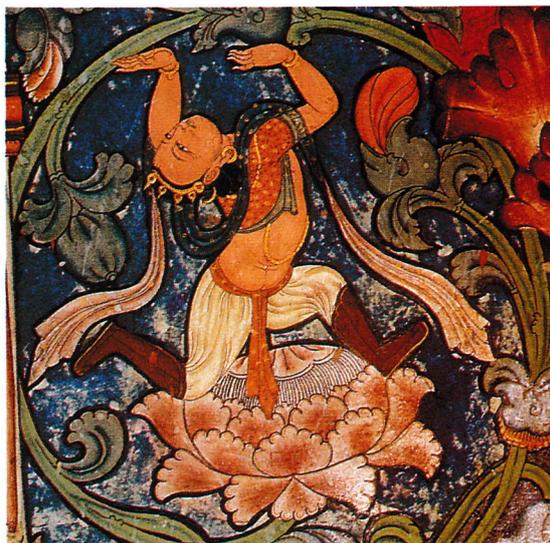
(六)八種自在歌：(歌集第255頁)

顯境空性若無別，則於見地得自在。
睡夢醒覺若無別，則於修觀得自在。
空樂雙融若無別，則於行持得自在。
現在未來若無別，則於實相得自在。
心與虛空若無別，則於法身得自在。
苦樂二者若無別，則於口訣得自在。
煩惱智慧若無別，則於證量得自在。
自心佛陀若無別，則於果位得自在。

原來修行總在日用中，而方寸之地便是道場；顯教禪宗有云：「行住坐臥，無非是禪」。「禪」與「密」差別相在那裡？「經律論三藏十二部教典」浩瀚如海，不是拿來鎮山、安宅、闢邪，更不可拿來裝飾、顯貴；若是光說不練，也不過是與佛法結下善緣，是無法生起任何覺受與證悟的。佛法不貴多聞，但貴能將已聽到的於行、住、坐、臥等稀鬆平常的日用中，自心中起「勝觀」。所謂勝觀，即把佛法與生活完全融合，沒有一絲的間隙，不留一點餘地；舉凡眼所見、耳所聽、鼻所聞、舌所嚐、身所觸、意所思維，莫不是與佛法相應的「法事」。難道作法事一定得要在「道場」嗎？那裡又是真正的道場呢？「心就是道場」！「生活就是法事」！古人云：「參禪何須山水地？滅卻心頭火亦涼」。

妄念止息，輪迴止息；不思議，不可思議；完全停止一切分別，即是「大手印」，即名「成就者」！

密勒日巴的十萬歌頌，至情至性至理，有待您親自去欣賞、悟入。



▲托林寺白殿壁畫天人

▶普蘭縣西面往強拉山方向的喜瑪拉雅山脈





▲在老日土宗山下織毛活和曬太陽的婦女

(七)十波羅密多歌：(歌集第423頁)
已離我執之彼岸，何用其他之布施？
已捨狡詐之彼岸，何用其他之持戒？
一切無懼之彼岸，何用其他之忍辱？
不離修持之波岸，何用任何之精進？
安住本然之彼岸，何用任何之禪定？
證悟實相之彼岸，何用其他之般若？
所為皆道之彼岸，何用其他之方便？
已伏四魔之彼岸，何用力波羅蜜為？
二利皆成之彼岸，何用其他之願力？
煩惱自相即明體，何用其他之智慧？
實際修行應如是，文字空言有何益？

這首歌，其風格像極了中國禪宗六祖惠能大師在《法寶壇經》〈疑問品〉裡的一首「無相頌」，頌云：

心平何勞持戒，行直何用修禪；
恩則孝養父母，義則上下相憐；
讓則尊卑和睦，忍則眾惡無喧；
若能鑽木取火，淤泥定生紅蓮；
苦口的是良藥，逆耳必是忠言；
改過必生智慧，護短心內非賢；
日用常行饒益，成道非由施錢；
菩提只向心覓，何勞向外求玄；
聽說依此修行，天堂只在目前！
願你我皆依顯密聖者教導，依此修行，天堂目前！

參、結論

密勒日巴「最後的歌」：(密勒日巴尊者傳第294-295頁)

聽我遺囑最後歌，我之愛子惹瓊巴！
三界輪迴火海中，五蘊幻身是關鍵，
貪著衣物事奔走，世事永無了結期。
捨世法兮惹瓊巴！

於此幻化身蘊中，無體自心是關鍵，
此心若為身所使，法性實相永難證。
善持自心惹瓊巴！

心物取捨之微義，本來智慧是關鍵，
追逐變化諸緣起，永難證得無生義。
善觀無生惹瓊巴！

此生他生之取捨，中陰心識是關鍵，
常伴有身或無身，永難證得實相義。
善觀實相惹瓊巴！

六道迷亂無明城，罪障惡業如山聚，
貪瞋煩惱不除滅，永難證入平等性。
捨貪瞋兮惹瓊巴！

萬千諸佛刹土中，諸佛善巧似說法，
若依權巧相似理，永難證悟實相義。
捨權教兮惹瓊巴！

上師本尊與空行，作一體觀而祈請，正見勝行與正修，
三無差別而修行，此生來世與中陰，作一體修而熟稔。

我今傳汝最後訣，此為最後之遺言，捨此更無他心傳，
依此修行是我子！

密勒日巴之道歌乃「生命之歌」！「真理之歌」！這塵世間，眾生無邊，煩惱無盡，「歌」會永不止息的唱下去，直到最後一人醒來！禮敬十方三世一切佛法僧！禮敬歷代上師空行與護法！禮敬一切譯經師！窮盡身口意之禮敬！

參考文獻

1. 張澄基譯註，“密勒日巴大師全集”，慧炬出版社，民國69年6月。
2. 伊娃凡丹，“西藏大瑜伽行者密勒日巴大師傳奇”，衆生文化出版公司，民國84年9月。
3. 鄭金德，“現代西藏佛教”，佛光出版社，民國80年10月。
4. 王 堯，“藏學零墨”，佛光出版社佛光叢書2801號，民國81年10月。
5. 王 堯，“西藏文史考信集”，佛光出版社，民國81年10月。
6. 李冀誠，“西藏佛教密宗”，佛光出版社，民國82年9月。
7. 張之傑，“西藏文學精選”，慧炬出版社，民國81年10月。
8. 呂 微，“印度佛學思想概論”，天華出版社，民國71年7月。
9. 呂 微，“中國佛學思想概論”，天華出版社，民國71年7月。
10. 慈怡法師主編，“佛教史年表”，佛光出版社，民國76年6月。
11. 西藏學叢書編委會，“西藏文學史（上）（下）”，文殊出版社，民國76年3月。
12. 法露雜誌社，“悼念佛教哲人張澄基教授”，法露雜誌第33期，民國77年7月。
13. 繆樹廉譯，“大譯師瑪爾巴傳”，法露雜誌第40期，民國78年9月。
14. 繆樹廉譯，“大譯師瑪爾巴傳”，法露雜誌第45期，民國79年6月。
15. 繆樹廉譯，“大手印傳承大師——大成就者那諾巴”，法露雜誌第48期，民國80年1月。
16. 繆樹廉譯，“大手印傳承大師——大成就者帝洛巴”，法露雜誌第50期，民國80年5月。
17. 繆樹廉譯，“那諾巴的生平與法教”，法露雜誌第68期，民國83年11月。
18. 繆樹廉譯，“那諾巴的生平與法教”，法露雜誌第69期，民國84年1月。
19. 繆樹廉譯，“那諾巴的生平與法教”，法露雜誌第72期，民國84年7月。



清心小語

— 文 / 琉璃月 —



圖 / 洪碩甫「花之頌」
(9/6~9/17)
爵士藝廊提供

當每一個細胞都充滿了愛 恨就被愛超度走了

讓每一個細胞都充滿了慈悲 就是成就

如何從生死的束縛與恐懼中解脫出來 這是佛法最大 也是最終的目的

全部的愛 等於全部的善

經歷過越多的挫折與困頓 是讓我們生起越多的深沉慈悲與清明智慧 而非走向相反的路



熱愛真理到全然的境界 真理才會出現

我常常在想 其實我們不需要等待 一件大事才偉大 我們在許多小事中 就可以偉大



經營生命的高品質——就是修行

智慧高的與智慧低的：像人與豬或狗貓 是要照顧牠 而不是吃牠或欺負牠



只管努力 不管缺點

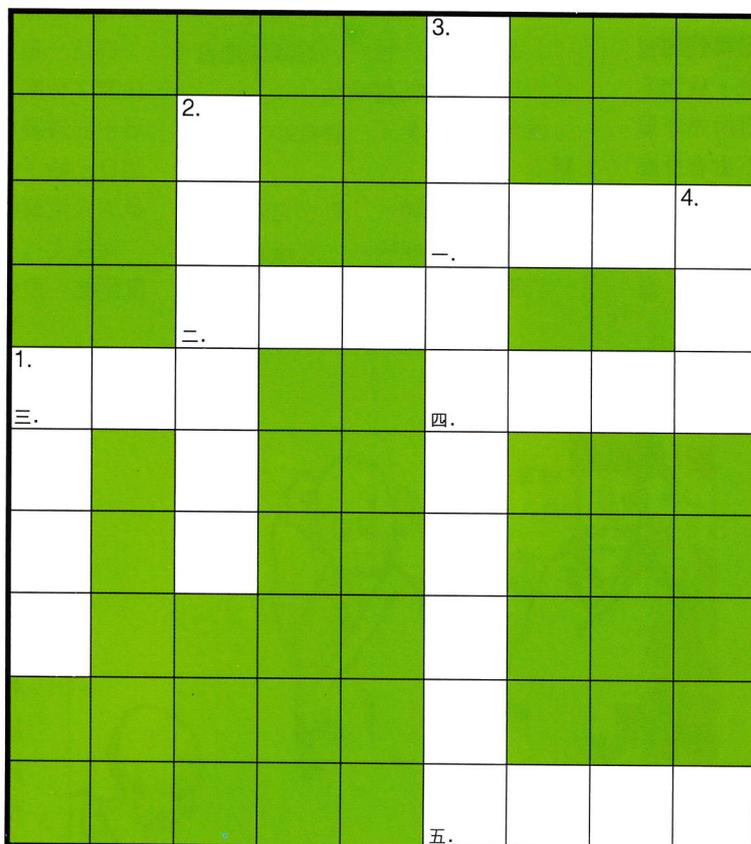
其實我們包容的量是很有限的 我們要不斷的看清、反省 擴大我們的包容量 但包容≠縱容 而是那一份對於成長困難的充份了解 與共鳴式同情 自他一體的

被問題追著跑 不如倒過來追問題

填字遊戲



—— 遊戲設計／陳子帆 —— (台灣大學機械系博士班)



直的提示：

1. 又稱「自恣日」，此為僧團結夏安居圓滿後，大眾反省安居期間行為的日子，如果有過錯，自己發露懺悔。
2. 菩薩為度他，更為自己成佛所歷之修行期間
3. 大虛大師民國27年元月19日作「即人成佛的真現實論」詩句之末兩句，代表所倡導人生佛教之精義
4. 十住中灌頂住菩薩在勝進分所學的十智之一。是一種覺法自性、善出世間，現諸威儀，說法度生之智。

橫的提示：

- 一、密教認為由父母所生之肉身，即可登上佛究極之果位。不須經過三大阿僧祇劫等長時之修行歷程。
- 二、西方極樂世界之教主
- 三、佛教徒所尊敬供養的三尊。
- 四、五智之一，轉眼識等五識而得，成就自利利他妙業之智
- 五、三般若之一，為般若之理體，本為眾生所具，離一切虛妄之相，般若之實性也。

(答案見P.112)

這時寺中管後院的僧人，人稱院主，他懷疑的問：

「曾來過的人，您叫他吃茶去；未曾來過的人，您也叫他吃茶去，什麼意思？」

趙州二話不說，只是開口叫道：「院主！」

這位院主即刻回答：「是。」

「吃茶去！」趙州也這麼說。

其實，這個故事反應出我們的習性，我們在分別心中思惟，我們不習慣直心來相應，我們慣用思考揣摩的模式，把原本也看不出有什麼分別的問題，拿來大作思想文章，我們習以對自己心戰喊話，喊來喊去，錯亂了思惟，吃茶就吃茶，還有什麼問題嗎？

有一個人問趙州：「弟子初到貴寺，請師父指點！」趙州直問：「你吃過粥沒有？」僧人回答：「剛吃過了！」「好，那就去洗鉢吧！」聽完這一句，那和尚開解了。

你不是要師父給你指示嗎？那就是指示，其實有什麼天大的指示嗎？也沒有，只是平凡得不能再平凡的祕密，那麼，這不起眼的密意，是否平常我們都跟它在一起呢？當然，每天廿四小時，我們都與

密意同存亡，只是我們不曾注意身邊瑣碎的生活煩惱快樂等，其實都是我們開悟的引力而已，這叫做錯失來時路。

糞裡過暑假

再有一個浪漫的夏天，趙州和他那老實的弟子文遠閒坐在房裏，忽然趙州要求一個很奇特的比賽。

「我們來玩一種——看誰能把自己比得最低微的譬喻？」

他們說好誰贏了，誰就必須輸給對方一塊餅。

「我是一隻驢。」趙州先說。

「我是驢的屁股。」文遠說。

「我是驢的糞。」趙州說。

「我是糞裏的虫。」文遠說。

「奇怪！」趙州忍不住問：「你在糞中做什麼？」

「我在度暑假啊！」文遠回答道。

「好吧！算你贏了！贏的人要給對方餅啊！」

趙州邊說邊拿了餅就吃，當然也承認自己輸了。

這是一個很有趣的比賽，什麼叫比賽？什麼又叫低微呢？如果以故事中的遊戲規則來看的話，趙州承認自己輸了，但輸了卻有餅可吃，贏的人沒餅吃啊！

而在文遠的立場來看的話，雖說沒餅吃，但他的確比喻得卑微之卑

微到極點了，太帥了！他當然贏得這場卑微低賤的比賽。

再與兩者來對看的話，究竟誰贏誰輸，根本不是人生的關鍵，贏也可能代表輸，輸也可能代表贏，世間的道德標準是自己劃定一個贏與輸的對立，其實這些都是框框，如果你執著你贏的話，就代表你被贏所網綁，自成輸勢了；又如果你以為你輸了，但塞翁失馬，焉知非福的故事，我們也耳熟能詳啊！

是妳還有這個在



▲院主問趙州禪師：「曾來過的人，您叫他吃茶去；未曾來過的人，您也叫他吃茶去，什麼意思？」

載浮載沈度春秋(一)

——文/伊凡——

——圖/周玉卿——

話說趙州禪師的故事津津樂道，

有一天清晨，他接見了一批新皈依受戒的比丘，

問其中一個說：「你以前曾來過嗎？」

對方點頭答來過，他便說：「吃茶去！」

接著他又問另一位和尚是否來過？

那個和尚回答是第一次來，但趙州也說：「吃茶去！」

又譬如某天的早晨，陽光好美，有一個尼姑問趙州「密密意」在那裏？

趙州返身在她身上捏了一把，想不到大師父會有這種動作的尼姑，忽然花容失色，驚叫道：

「啊！想不到你還有這個在？」

「是妳還有這個在。」趙州直接戳穿她。

密密意俯拾皆是，垂手可得，天下有什麼祕密呢？因為我們妄心未止，胡思想去，所以仍求有祕密，知歸知，道歸道，知與道沒有互相配合，潮來又潮往，如果你心中沒有虛心，還會夜半怕鬼來敲門嗎？

輪迴久了的衆生，業力太粘太强了，所以心虛生暗鬼，我們的無明都是我們心中生出的魔鬼，鬼其實不在外面來敲門，鬼就住在我心門，早就住在那裏了，只是我們未察！

趙州禪師常掛在嘴邊的是：「千萬人都要找佛漢子，想要尋一個道人無，唉！世界未曾開始時，早就有此佛漢子，就算世界成住壞空了，此性那有壞的問題，當你找到他，回老家時，你會恍然大悟，這老僧不是別人，只是一個當家作主的主人公罷了，難道除了這個

，你們還向外面去尋個什麼啊！」

萬法歸一 一歸何處

有個和尚又問趙州：

「萬法歸一，而這個「一」歸向那裏呢？」

趙州直接回答：「我在青州做了件布衫，重七斤！」

答非所問的問題，仍是問題，話又繞回來，我們常常因個人的明白愚昧之別，而有不同層次的問題，但我們有沒有想過，問題是愈問愈多，從小到大，我們問了太多數不清的問題，即使沒開口，悶在心中的疑問仍是問題，然而問題問完了一個又一個時，我們開解了嗎？

雖然問題也正是開悟的橋樑，沒

有煩惱，何來菩提呢？如果你我本身即菩提了，那又何來輪迴娑婆六道呢？雖然問題正是我們回家的引子，但重點是：又有多少人藉著問題而閉上了嘴，而關閉了流動不止的妄念呢？

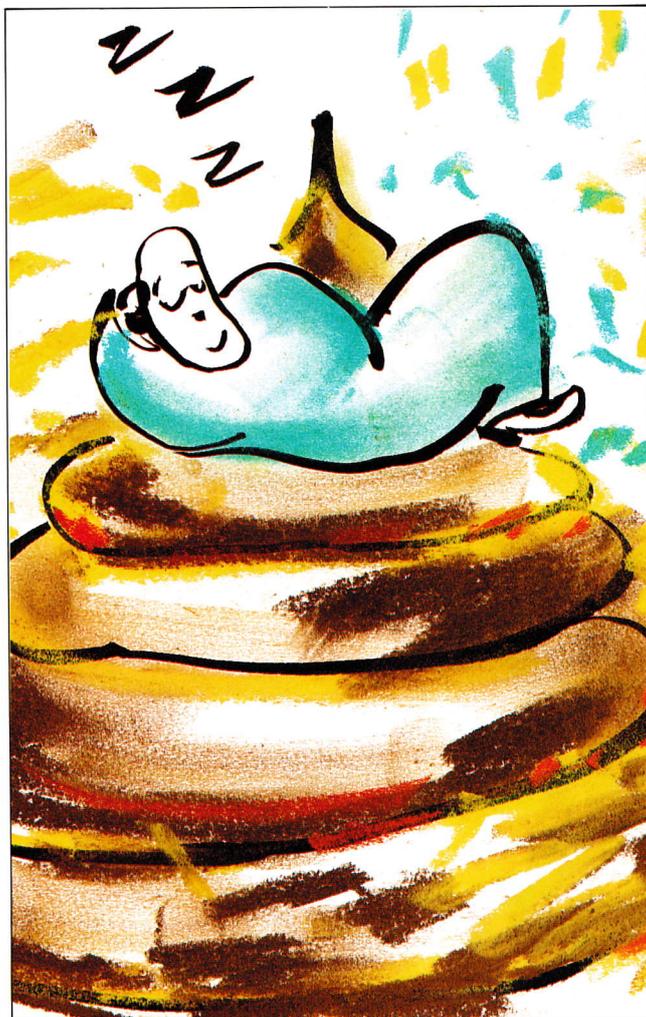
答非所問又如何？處處都是自性的流露，答有所問又如何？也可也行，但那也不怎麼樣啊！差別的只是活在現實世界中，當然問什麼，答什麼，主題一致比較切實用而已；其實趙州的答非所問，只是提供了一個方向，這個方向是射向自己，一歸何處呢？你在一上，一在你身上，怎麼做怎麼好，就是在青州做了件布衫，不管七斤多少斤重，那又與自性何關？你應關切的是自性未明，而不是在枝末上找「一」在那裏的理論啊！

狗子的佛性

還有一個很重要的故事，事關心法，有個和尚問趙州：「狗兒是否有佛性？」

趙州回說：「沒有。」

對方嚇死了，這不是違反佛意嗎？當場反應說：「上至諸佛，下至螻蛄，都有佛性，奇了！為什麼狗兒會沒有佛性呢？」



◀文遠說：「我是糞裡的蟲」、「我在度暑假啊」，結果贏了這場與趙州卑微低賤的比賽。

趙州回道：「狗兒牠有前世業識的緣故啊！」

這是站在狗兒本身的立場，今生牠當狗，牠因業識而輪迴狗身，牠也忽忘了牠是有佛性的，所以這句話成立。

但有一天，另有一和尚也問同一問題，但趙州卻說：

「狗兒有佛性。」

對方又問：「既然有佛性，為什麼卻投入了狗身這臭皮囊中呢？」

「這是牠明知故犯啊！」趙州即衝口而出。

是啊！這也是站在這狗的立場來說，正如同有很多修行人，精進早晚課或修六度萬行，但因累劫的業識慣性之故，修行的人口也許多，但成佛有幾個呢？所以也可以說我們一方面知道眾生具有佛性，但另一方面又因業力流轉，不小心又輪迴成狗身，這不是明知故犯，又是什麼呢？開悟者知道一切都是流動的，所有的人地事物，在他們眼中、心中都是活的，即使弟子問了相同的問題，依照各個弟子不同的心性，當然有八萬四千種之多的答案，而這些答案也都是弟子開悟的引子，而不是框框來

綁住弟子的心。所以，也不要抓著師父給你的答案不放！

所有的問題與答案都是相對的，都只是入門的指標，不是終點，抓著其中之一不放的眾生，只有在六道中輪轉不休。

趙州就曾說：

「正人說邪法，邪法也隨正；邪人說正法，正法也隨邪。」

起心動念、初發心很重要，心的動機是所有業識的源頭，我們修行要找源頭修，比較不會走冤枉路；如果你在一棵大樹的葉子上澆水，樹上那麼多葉子，你要一片一片去澆水，灑不勝灑，不如在根部上下手。

如果煩惱就像大樹上的葉子，可

知那棵千年老樹的葉子有多茂盛嗎？你拔不勝拔，既然拔得辛苦又拔不完，那麼，我們是否在根部上找下手處呢？

斬草除根這一句話太熟悉了，但我們做不到，所以現在還在這裏度三餐，在人生苦海中載浮載沈度春秋。

有個和尚替趙州畫了一幅畫像，趙州看了卻說：

「假如這畫中人真的像我，那乾脆殺掉我本人好了，否則就燒掉它。」

也對啊！我真人在這裏，畫得再微妙微肖的像，也是死的畫中人，我們總是看不見內在的真我，而在外來覓尋我。

有一位來見趙州的客人很不好意思說：

「我空手而來。」

趙州說：「那麼，你放下來吧！」

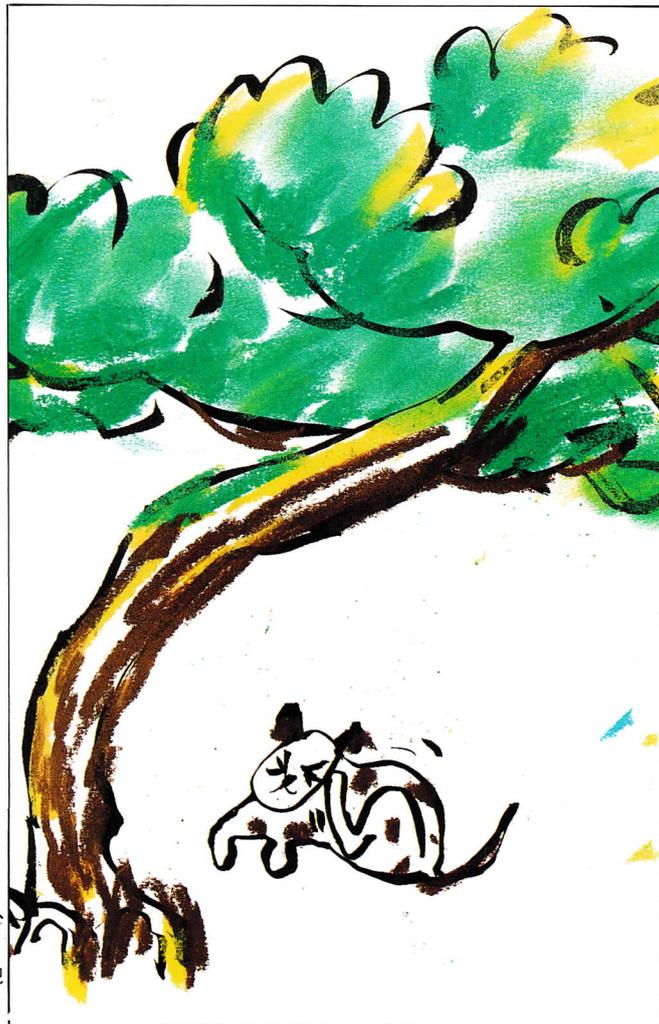
對方更尷尬的說：「我沒帶東西來，放下什麼呢？」

趙州乾脆說：

「好吧！那你就帶著吧！」

什麼是東西？

東西的定義不限定是物質的，我們心中的東西比實際的物質更千斤鼎重，因為它負荷著



▶ 既然狗也有佛性，為何卻投入狗身此臭皮囊中呢？
趙州回答：「這是牠明知故犯啊！」

從累生累劫的無明業識，想想看，數不清數不盡的重量啊！

有個和尚問趙州：

「乞丐來時，我們要拿什麼給他？」

趙州回他：「乞丐並沒有缺少什麼啊！」

死人送活漢

還有一次，趙州參加一個和尚的喪禮，在送喪的行列中，他感慨的說：

「許多死人，送一個活漢！」

有一個和尚又問趙州禪學的大意是什麼？

趙州只有說：「我現在去拉屎，想想看，像這種小事，也要我親自去拉才行啊！」

禪在何處？禪在趙州的褲襠下？哈！想要認得我們自身的面目，真的必得推翻今生、前世以前等慣性的禮教邏輯，一定要打破那些被架設的規則，但在推翻規則時，又不是要你從此背離規則，有道是「視而不見」，「聽而不聞」，這個意思的表面是叫我們要離開見聞覺知，但離開又不叫你要斷滅的離開，而是要放下的離開，既然不執於這

些見聞了，那麼，你就是見聞了，也礙不著你的清淨本性啊！

所以，禪的重點，也可以說不執著，放下，只要你具有這個特質，就等於回家的半途上了。

一路故事說來，真誠入戲的人，也許早已淚眼撲撲，當年的佛陀為何在摩揭陀國，以二十一天去思惟「見性」這件事，到底要如何說給大家清楚呢？

一代時教，只是權宜方便，是啊！不然又如何？佛陀明知道見性的事情無法言說，所以他寧不說法，急於入涅槃。

到了那樣的境地，想開個口都嫌多餘，但又不得不度化眾生，只有脫掉錦衣，暫時穿上破穢的衣服，放下第一義，先用俗諦來入世教化

眾生。

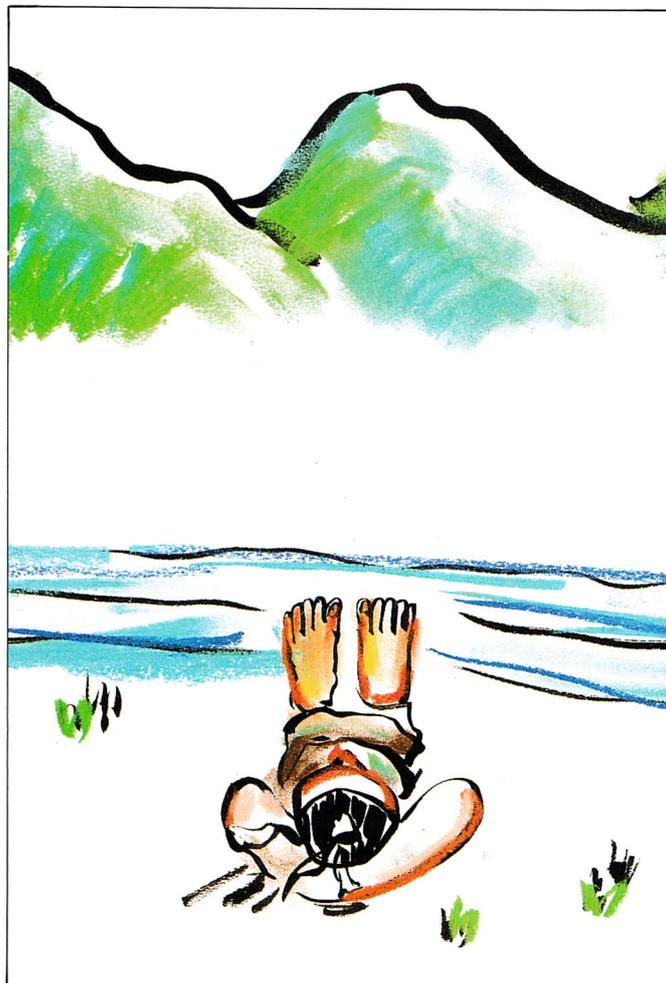
啊！第一義在我們自己身上，但當我們往上看，不見有諸佛；往下看，不見有眾生；往前看，不見有山河大地；往內看，也不見有自己的分別見聞覺知；啊！什麼都不是的，在肯定中求否定；在否定中求肯定，如何做到？

我們活在忙亂紛擾的因緣際會之下，如果還能在挫折當中，還能體會清風吹拂我衣角的清新，那就算是上等人了！然未開口之前的那一句話，那一句話又是什麼？

你我的妄心，就是開了數不清大劫的口，仍是搞不清楚自己說了什麼！在七縱八橫的時空中。一開口就是「我」，「我」之前的那一句話是什麼？

那一句話，禪師說那是可以在一根毛髮般的微細中，顯現佛土，大放光明、自由自在、隨手拈來的，你且說它就是你我的佛性，但這都是看來的、聽來的；不是自己親見來的，所以我們都說不出來，也解不出來啊！

因此禪宗也著重在實證上去體會心性，而不是在那邊念了無數經教，拜了無數佛像，仍是在迷信中學佛。☸



◀禪的重點，可以說不執著、放下，只要具有這個特質，就等於在回家的半途上了。

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

下期讀者網路討論區主題

修行與意識革命

歡迎讀者9月10日前利用E-mail或來信加入討論。各種可能的關聯皆可發揮

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

清心靜坐《問答式》

第80問：靜坐與年齡身體的關係？

— 文／鄭鴻祺 —

知見：

每個人身體的條件都不一樣，年齡是一個主要因素：

①年老：

年歲愈大，筋骨越僵硬，靜坐的外相越坐不好，在這種狀況下，就不要奢求外相，只要不靠背很輕鬆、很舒適的坐著，重點在心上用功即可。

②年輕：

年紀輕，就可以要求自己靜坐的姿式，但不能將重點放在上面，只要放鬆的坐著，專注在正念上就好。

分析：

①天生身體條件差的人

Ⓐ駝背：有些人天生背駝的比較明顯，只要將臀部墊子墊高就會改善，千萬不要刻意挺胸。

Ⓑ肩膀一高一低：在靜坐時，也不需要刻意拉平，放鬆比拉平更能帶來靜坐的舒適。

Ⓒ頭歪一邊：也不要刻意調整，靜坐前可以對著鏡子調一下即可，但不要在靜坐中一直注意，只要能夠專注

在正念上，而不是專注在頭的端正與否。

②腰較弱或痠痛的人：

靜坐中最大困擾就是腰。有些人甚至連5分鐘都坐不住，一下子就受不了，多多按摩腰，坐的時間短，多坐幾次，只要努力，坐的時間就會慢慢增加，痠痛也會改善，重點就是不要將注意力放在腰痠痛上，要放在正念上，因為越注意，會越痠痛。

③坐骨神經痛或痔瘡的人：

要特別調整坐墊，避免壓迫到痛點，試著用較軟一點

的墊子，讓自己臀部在最小壓力的狀態下坐著，調到最適合自己坐的模式。

④跨骨關節緊的人：

採用緬甸坐的姿式，墊子墊高一點，久而久之就會鬆開，如果鬆不開，在椅上靜坐亦可。

⑤膝蓋：

關節緊或受過傷無法彎曲，只要能夠坐在椅子上，不靠背坐著即可。一般人若採用單盤會鬆開在上面那隻腳的膝蓋關節。

⑥踝關節：

有些人的踝關節無法彎曲比較大的幅度，可採用跪坐的姿式，跪在較厚的墊子，然後腳背要墊在另一個小墊子上。跪坐，從5分鐘開始，慢慢增加到三十分鐘，久而久之，踝關節會慢慢鬆開

⑦舊傷：

另外，有些人曾經受過傷中，會突顯出來，這時，注，平時沒有感覺，但在靜坐意力馬上轉移到痛點上，就離開了正念，如果沒辦法安

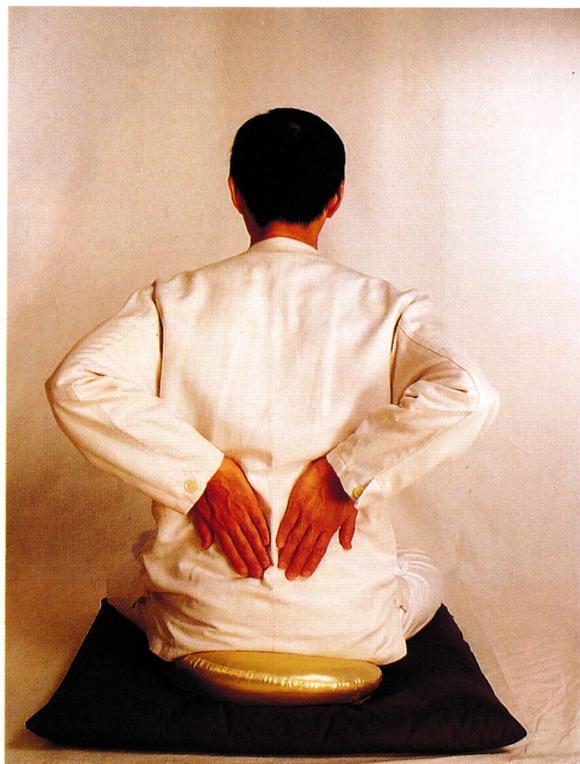
住正念，可以按摩痛點或觀

想痛點發亮，稍微調整身體再回到正念上。

結論：

身體會隨著年歲老化，但心可隨著修行而增長智慧，一個善巧的修行人，一定會衡量自己的條件，做出最恰當的選擇，以心為修行的重點，而非整自己冤枉來「校正」自己身體。

心可以影響身，而身也可影響心，只要將心當作修行的重點，身的障礙也會慢慢克服。☺



示範／鄭鴻祺老師

SUTRA 經典 智慧如海

大般若波羅蜜多經

(註：經文係新修大正藏版本)



▲四臂觀音

校量功德品(三)

——文／郭韻玲—— 圖片提供／國立歷史博物館——

**「校量功德品」 主要是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**

何以故？憍尸迦！是善男子、善女人等。應作是念：「如來昔住菩薩位時，常勤修學般若波蜜多及靜慮、精進、安忍、淨戒、布施波羅蜜多故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤安住內空及外空、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、無性自性空故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤安住真如及法界、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、不思議界故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤安住苦聖諦及集、滅、道聖諦故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤修學四靜慮及四無量、四無色定故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤修學八解脫及八勝處、九次第定、十遍處故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤修學四念住及四正斷、四神足、五根、五力、七等覺支、八聖道支故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤修學空解脫門及無相、無願解脫門故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤修學五眼及六神通故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤修學佛十力及四無所畏、四無礙解、大慈、大悲、大喜、大捨、十八不共法故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤修學無忘失法及恆住捨性故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤修學一切陀羅尼門及一切三摩地門故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤修學一切智及道相智、一切相智故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤修學諸餘無量無邊佛法故，證得無上正等菩提。

如來昔住菩薩位時，常勤安住諸餘隨順甚深般若波羅蜜多蘊、處、界等無量法門故，證得阿耨多羅三藐三菩提。

我等今者為求無上正等菩提，於此甚深般若波羅蜜多等法，亦應隨佛常勤精進修學安住。

(P575 Ⅱ 欄倒數11行～Ⅲ 欄倒數2行)

佛陀繼續開示：善男子、善女人，應作如是想～如來過去還是菩薩時，就是因為常精勤修學六度，才證得無上正等菩提；就是因為常精勤安住二十空，才證得無上正等菩提；就是因為常精勤安住真如乃至不思議界，才證得無上正等菩提；就是因為常精勤安住四聖諦，才證得無上正等菩提……那麼我們今天為了求得無上正等菩提，於此甚深般若，也應該跟隨佛陀常辛勤精進的修學與安住。

此段經文，說明偉大的如來，在過去仍屬於菩薩階位時，就是因為精勤的修學以及安住一切善法，才能夠證得無上正等正覺。此處提醒我們，即使偉大圓滿的如來，也是由菩薩的階位一步一步辛苦的上來，我們再一次清楚明白：天下沒有不勞而獲之

事！世間法如此，出世法更是如此，唯有大精進，才有大成就，這是因果，也是成佛的必經之路，沒有一個人能夠避開，沒有一個人能夠逃躲，既如是，我們則應真正的去面對這個事實：唯有精勤修學，才有輕安安住的一天。所謂「不經一番寒澈骨，怎得梅花撲鼻香」，如果寒澈骨是必須，我們又從何避免，如果寒澈骨之後是美麗絢爛的花朵盛放，那麼寒澈骨也就讓它寒澈骨吧！禪宗說：大死大活，是的，唯有澈底的大死，才能澈底的大活，死的是一切的妄念，死的是一切的分別，唯有這一切死得澈澈底底，才能真正的大活過來，活的是法身，活的是無量無邊的輕安法喜。



如是甚深般若波羅蜜多等法，定是我等真實大師，常勤隨學所願皆滿。
如是甚深般若波羅蜜多等法，是諸如來、應、正等覺真實法印，
亦是一切獨覺、阿羅漢、不還、一來、預流果等真實法印。
一切如來、應、正等覺，皆於如是甚深般若波羅蜜多等法。常勤學故。
已證無上正等菩提、當證無上正等菩提、現證無上正等菩提。
一切獨覺、阿羅漢、不還、一來、預流果等，亦於如是甚深般若波羅蜜多等法。
常勤學故，已到彼岸、當到彼岸、現到彼岸，以是緣故。

(P575 卅欄倒數2行~P576 I 欄8行)

佛陀繼續開示：善男子、善女人應作如是想～如是甚深般若等善法，就是我們所擁有最真實的大師，只要恆常跟隨其學習，凡所願皆可圓滿；而且如是甚深般若等善法，是一切如來的真實法印；也是一切獨覺、阿羅漢等的真實法印。一切如來皆是於如是甚深般若等善法，恆常精勤修學，所以才能夠已證、當證、現證無上正等菩提，一切獨覺、阿羅



▲藥師三尊

漢等也是於如是甚深般若等善法，恆常精勤修學，才能夠已到、當到、現到彼岸。

此段經文，再度說明“常勤學”的重要，無論是過去已經證得、現在就證得、未來將證得無上正等正覺，也無論是過去已經到達、現在就到達、未來將到達彼岸；共通的就是——恆常精勤修學般若等善法，足見常勤學般若之重要，故除非不想證得無上正等菩提，除非是不想到達彼岸，我們都必須非常、非常、非常用功的去修學般若，否則不但不能證得無上正等正覺，不但不能到達彼岸，只要離開了般若，就是與妄念相應，就是與輪迴相應，那麼會離無上正等正覺越遠，離那永恆光明的彼岸越遠，所以我們一定得念茲在茲的努力修學般若，才能早日證得無上正等菩提，早日到達彼岸。

憍尸迦！諸善男子、善女人等。若佛住世、若涅槃後，
應依般若波羅蜜多常勤修學，
應依靜慮、精進、安忍、淨戒、布施波羅蜜多常勤修學。
何以故？如是般若波羅蜜多等，是一切聲聞、獨覺、菩薩摩訶薩
及諸天、人、阿素洛等，利益安樂所依處故。
憍尸迦！諸善男子、善女人等。若佛住世、若涅槃後，
應依內空常勤修學，
應依外空、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、無性自性空常勤修學。
何以故？如是內空等，是一切聲聞、獨覺、菩薩摩訶薩
及諸天、人、阿素洛等。利益安樂所依處故。
憍尸迦！諸善男子、善女人等。若佛住世、若涅槃後，
應依真如常勤修學，應依法界、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、不思議界常勤修學。
何以故？如是真如等，是一切聲聞、獨覺、菩薩摩訶薩
及諸天、人、阿素洛等，利益安樂所依處故。
憍尸迦！諸善男子、善女人等。若佛住世、若涅槃後，
應依隨順甚深般若波羅蜜多蘊、處、界等無量法門常勤修學。
何以故？如是隨順甚深般若波羅蜜多蘊、處、界等無量法門，
是一切聲聞、獨覺、菩薩摩訶薩及諸天、人、阿素洛等，
利益安樂所依處故。

(P576 I 欄9行～III 欄倒數3行)

佛陀繼續開示：善男子、善女人等，不論佛仍住世或者佛已經涅槃，都應依憑般若常勤修學；應依憑禪定、精進、忍辱、持戒、布施常勤修學，為什麼呢？如是般若等，是一切聲聞、獨覺、菩薩及諸天人、阿修羅等利益安樂所依憑之處。二十空、真如乃至不思議界、四聖諦……甚深般若蘊、處、界等無量法門也都是樣。

此段經文，告訴我們般若等善法實在重要，因為不論佛在世，或者佛已經離開我們遠去，我們都必須要依憑般若辛勤修學，因為般若是一切有情利益安樂所依憑之處。此處透過如來住世或不住世的比較，來凸顯般若的重要，意思就是說，佛陀在世的時候，固然可以仰賴佛陀，但其實真正仰賴的是佛的般若，而就算佛已經離開世間，只要我們明白了般若，它仍舊是最可靠的依憑，為什麼呢？因為只有擁有般若，才能離開苦痛，只有擁有般若，才能解脫輪迴的桎梏，所以般若當然是眾生的大利益，是眾生安樂的依憑。因為只有離開了三界，才是眾生真正的利益，三界中一切的利益都不能與此相比，只有到達了不生不滅的解脫境界，才是真正安樂之處，三界中任何地方都不能與此相比，故知般若是利益及安樂真正的依憑，除此之外，無可依憑。

爾時，天帝釋白佛言：「世尊！若善男子、善女人等。不離一切智智心，以無所得為方便，於此般若波羅蜜多，至心聽聞、受持、讀誦、精勤修學、如理思惟，廣為有情宣說流布，或有書寫種種莊嚴供養恭敬、尊重讚歎，復以種種上妙花鬘、塗散等香、衣服、瓔珞、寶幢、幡蓋、衆妙、珍奇、伎樂、燈明而為供養。是善男子、善女人等；由此因緣得幾所福？」

佛言：「憍尸迦，我還問汝，當隨意答。

有善男子、善女人等。於諸如來般涅槃後，為供養佛設利羅故，以妙七寶起窣堵波，種種珍奇間雜嚴飾，其量高大一踰繕那，廣減高半，復以種種天妙花鬘、塗散等香、衣服、瓔珞、寶幢、幡蓋、衆妙、珍奇、伎樂、燈明，盡其形壽供養恭敬、尊重讚歎。

於汝意云何？是善男子、善女人等。由此因緣所生福聚寧為多不。

天帝釋言：「甚多！世尊！甚多！善逝！

佛言：「憍尸迦！若善男子、善女人等。不離一切智智心，以無所得為方便，於此般若波羅蜜多，至心聽聞、受持、讀誦、精勤修學、如理思惟，廣為有情宣說流布，或有書寫種種莊嚴供養恭敬、尊重讚歎，復以種種上妙花鬘、塗散等香、衣服、瓔珞、寶幢、幡蓋、衆妙、珍奇、伎樂、燈明而為供養。

是善男子、善女人等。由此因緣所生福聚，甚多於彼無量無邊。

佛告憍尸迦：「置是一事。復有善男子、善女人等。於諸如來般涅槃後，為供養佛設利羅故，以妙七寶起窣堵波，種種珍奇間雜嚴飾，其量高大一踰繕那，廣減高半，滿瞻部洲中無空隙，復以種種天妙花鬘、塗散等香、瓔珞、寶幢、幡蓋、衆妙、珍奇、伎樂、燈明，盡其形壽供養恭敬、尊重讚歎。

於汝意云何？是善男子、善女人等。由此因緣所生福聚寧為多不？」

天帝釋言：「甚多！世尊！甚多！善逝！

佛言：「憍尸迦！若善男子、善女人等。不離一切智智心，以無所得為方便，於此般若波羅蜜多，至心聽聞、受持、讀誦、精勤修學、如理思惟，廣為有情宣說流布，或有書寫種種莊嚴供養恭敬、尊重讚歎，復以種種上妙花鬘、塗散等香、衣服、瓔珞、寶幢、幡蓋、衆妙、珍奇、伎樂、燈明而為供養。

是善男子、善女人等。由此因緣所生福聚，甚多於彼無量無邊。」

佛告憍尸迦：「置瞻部洲。復有善男子、善女人等。於諸如來般涅槃後，為供養佛設利羅故，以妙七寶起窣堵波，種種珍奇間雜嚴飾，其量高大一踰繕那，廣減高半，滿四洲界中無空隙，復以種種天妙花鬘、塗散等香、衣服、瓔珞、寶幢、幡蓋、衆妙、珍奇、伎樂、燈明，盡其形壽供養恭敬、尊重讚歎。

於汝意云何？是善男子、善女人等。由此因緣所生福聚寧為多不？」

天帝釋言：「甚多！世尊！甚多！善逝！

佛言：「憍尸迦！若善男子、善女人等。不離一切智智心，以無所得為方便，於此般若波羅蜜多，至心聽聞、受持、讀誦、精勤修學、如理思惟，廣為有情宣說流布，或有書寫種種莊嚴供養恭敬、尊重讚歎，復以種種上妙花鬘、塗散等香、衣服、瓔珞、寶幢、幡蓋、衆妙、珍奇、伎樂、燈明而為供養。

是善男子、善女人等。由此因緣所生福聚，甚多於彼無量無邊。」

佛告憍尸迦：「置一三千大千世界。

設復三千大千世界諸有情類，各於如來般涅槃後，為供養佛設利羅故，以妙七寶起窣堵波，種種珍奇間雜嚴飾，其量高大一踰繕那，廣減高半，各滿三千大千世界中無空隙，復以種種天妙花鬘、塗散等香、衣服、瓔珞、寶幢、幡蓋、衆妙、珍奇、伎樂、燈明，盡其形壽供養恭敬、尊重讚歎。

於汝意云何？如是三千大千世界諸有情類，由此因緣所生福聚寧為多不？」

天帝釋言：「甚多！世尊！甚多！善逝！

佛言：「憍尸迦！若善男子、善女人等。不離一切智智心，以無所得為方便，於此般若波羅蜜多，至心聽聞、受持、讀誦、精勤修學、如理思惟，廣為有情宣說流布、或有書寫種種莊嚴供養恭敬、尊重讚歎，復以種種上妙花鬘、塗散等香、衣服、瓔珞、寶幢、幡蓋、衆妙、珍奇、伎樂、燈明而為供養。

是善男子、善女人等。由此因緣所生福聚，甚多於彼無量無邊。」

(P575 卍 欄倒數3行~P577 卍 欄6行)

此時天帝釋稟告佛陀：如果善男子、善女人等，不離一切智智心，以無所得為方便善巧，於此般若，至心聽聞、受持讀誦、精勤修學、如理思惟、廣為有情宣說流布，或有書寫種種莊嚴，供養恭敬、尊重讚歎，又以種種上妙花鬘乃至伎樂燈明而為供養，請問這樣的善男子、善女人能夠得到多少福德呢？

佛陀對天帝釋說：我反問你，你隨意回答。如果有善男子、善女人等，於如來涅槃後，為了供養佛陀舍利，以美妙七寶起造舍利塔，種種珍奇莊嚴的裝飾其間，其量高大一踰繕那廣高減半，又以種種天妙花鬘乃至伎樂燈明，終生供養恭敬、尊重讚歎，這樣所累積的福德豈不多嗎？

天帝釋回答：甚多。

佛陀對天帝釋說：但是卻比不上你所說的供養般若來得多。

佛陀接著又以同樣的問題，只是更多的七寶珍奇來問天帝釋，天帝釋的回答都是：甚多。

而佛陀接下來的說法，也都是：但是卻比不上你所說的供養般若來得多。

此段經文，佛陀用比較的方式，鮮明的教示我們：再多的七寶珍奇，即使是多到「滿三千大千世界，中無空隙」，這樣供養佛陀舍利的福德，還是比不上供養般若的福德來得多。這樣的比較，佛陀真是用心良苦啊！世人最重視的就是財寶，而佛陀清明的說明，無論再多的財寶，也比不上般若來得珍貴，為什麼呢？因為輪迴是大苦聚，而再多的財寶，也不能夠帶我們出離三界，只有般若，才能夠讓我們真正永斷輪迴之苦；而佛陀更是語重心長的說明即使是以多到不可思議的財寶來供養佛陀舍利，也比不上真正擁有般若來得福德廣大，其中的深義，就是要我們真正珍惜般若，般若才是三界中最無可比擬的珍寶。🙏



▲隋開皇八年普惠大師治公和尚舍利塔

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。

第二十八品 歎眾德品 (卷98·98)

說明菩薩所行般若是大、無量、無邊波羅蜜多，能夠證得無上正等菩提。

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。



攝影／石連柱

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 Eight

第八課

— 指導／般若居士 —

— 譯／圓毅 —

Text

Meditation Cultivate Wisdom Part I

Right View

Water-of-Meditation was clarified. Pearl-of-Heart was emerged.

Water-of-Meditation is the comparison of the status of meditation.

Pearl-of-Heart is the comparison of wisdom.

Why is that ?

Because who have wisdom, who must have commensurable power of meditation. Because who is at a stationary state, who could identify the real status of things that continuously vibrate in origin.

Sit in meditation could improve the status of your body and mind. Most of all, it could bring you more wisdom.

The kernel of Buddha-Dharma is how to cultivate one's wisdom. Base on this point of view, sit in meditation is a very important practicing of Buddha-Dharma.

Meditation is a high-level practice of Dharma-door. Why is that ? Because who must adjust his body and mind to some fit condition, if it is not in this way, who sit in meditation will do no good to him. On the contrary, sometime it will bring you illusory vision and hearing.

Therefore, whoever practice meditation must in combination with confessing his Karma and keeping commandments. If the substructure is not strong enough, it is impossible for anyone who might have a profound status of meditation or, farther on, enlighten his wisdom.

A cultivator who wants to practice meditation, it is fine, but keeping in your mind that you should have a good ground of Karma-confessing first. After that, you should always keep commandments. If you could make it, you will achieve maximum results with little effort when you sit in meditation.

(will be continued)

課文

靜坐是開智慧的良方(一)

《知見》

定水澄清，心珠自現。

此處的「定水」，是比喻定境；「心珠」，是比喻智慧。

為什麼是這樣呢？

因為一個有智慧的人，一定是一個擁有相當定力的人 --- 由於唯有在靜止的狀態之下，你才可能看清原本晃動不已的物相。

靜坐，除了能改善身心狀況，最大的益處是能帶來更多的智慧。

而佛法的核心也是在於開智慧，基於此點來看靜坐，益發凸顯其在修行路上的重要性。

靜坐，是較高級的修行法門，此話怎說呢？因為如果身心狀況不是已經調到某種層次的話，靜坐不但不能為修行人帶來好處，甚至還會導致一些障礙，--- 例如幻視、幻聽等。所以靜坐法門一定要配合懺悔及守戒，否則地基不夠鞏固的話，是不可能會有深刻的定境，更不可能由之開智慧了。故一個修行人如果想從事靜坐修行法門的話，不是不行，而是切記一定要從最基本的懺悔開始，再持之以恆的遵守戒律，那麼靜坐的修行便事半功倍了。

< 待續 >

Word Bank

Wisdom : "Prajna" in Sanskrit. The sub-catalog are (1) Prajna of languages (2) Prajna of contemplative illumination (3) Prajna of the characteristics of reality.

字彙

智慧：梵語「般若」，有「文字般若」、「觀照般若」與「實相般若」等三種。

Sentence Pattern

whoever + verb
Anyone/anybody who + verb

句型

whoever + 動詞
Anyone/anybody who + 動詞

分析：

"Anyone/anybody who" is the equivalent of "whoever"
在課文裡的 "whoever" 與 "Anyone/anybody who" 相當

例句：

Anyone/anybody who wishes to apply must do so in writing.
任何人希望申請必須以書面方式為之

Activities 練習作業

Instead of using "whoever", please rewrite the sentence with "anyone" or "anybody".
請將用 whoever 的句子改寫成用 anyone 或 anybody 。



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

第八課

——譯／陳宗元（輔仁大學宗教系講師）——

本文

靜坐は智慧を開く良い方法(一)

定まる水は清らかになり、心の珠は自然と現れてくる。

この「定まる水」は禪定の境界を例え、「心の珠」は智慧を例えている。なぜならば、智慧のある人は必ず禪定の力を持っているからである。...それは静止の状態にある時こそ、揺れている物事の本當の姿をはつきりと見つける事ができる。静止は身心の状態を改善できるだけでなく、最大の効果はもつと多くの智慧を與えてくれる事である。そして、佛法の大事なことは智慧を開く事である。これに基づいて静坐を考えると、静坐が修行の道でとても重要だという事がもつと分かってくる。

静坐はとても高等な修行法門である。なぜならば、身心の状態を高いレベルまで上げないと、効果がないだけでなく、かえって悪い影響（例えば、幻視・幻聽など）をあたえるのである。

だから、静坐法門は必ず懺悔と持戒を併せてしなければならない。基礎がしっかりしていないなければ、禪定の状態を深くする事はできないし、智慧を開く事もできない。だから、修行者は静坐の修行をするならば、必ず基本的な懺悔から始め、そして戒律を守る事ができるならば、静坐の修行は時間が少なく、効果が大きくなる。

< 續く >

課文

靜坐是開智慧的良方(一)

《知見》

定水澄清，心珠自現。

此處的「定水」，是比喻定境；「心珠」，是比喻智慧。

爲什麼是這樣呢？

因爲一個有智慧的人，一定是一個擁有相當定力的人 --- 由於唯有在靜止的狀態之下，你才可能看清原本晃動不已的物相。

靜坐，除了能改善身心狀況，最大的益處是能帶來更多的智慧。

而佛法的核心也是在於開智慧，基於此點來看靜坐，益發凸顯其在修行路上的重要性。

靜坐，是較高級的修行法門，此話怎說呢？因爲如果身心狀況不是已經調到某種層次的话，靜坐不但不能爲修行人帶來好處，甚至還會導致一些障礙，--- 例如幻視、幻聽等。所以靜坐法門一定要配合懺悔及守戒，否則地基不夠鞏固的话，是不可能會有深刻的定境，更不可能由之開智慧了。故一個修行人如果想從事靜坐修行法門的话，不是不行，而是切記一定要從最基本的懺悔開始，再持之以恆的遵守戒律，那麼靜坐的修行便事半功倍了。

< 待續 >

ぶん ぼう ぶん せき 文法の分析

1. なぜならば：或是なぜかとうと、有「爲什麼呢？因爲……」之意
2. こそ：修飾助詞、「只有…才」在別的詞之下加強語氣
3. は、きりと見つけることができる：は、きり爲副詞「清楚地」修飾見つける
《下一，連體形》「發現」再接「ことができる」時，有「能夠發現…」之意
4. だけではなく：不只是…而且
5. かえつて：副詞、反而會
6. しなければならぬ：する《 行變格活用動詞》變成連用形加なければならぬ
7. ならば：或是なら、助動詞爲「だ」的假定形、「…的話」

れい ぶん 例文：

1. ぶつ ぎょう しん くだ ぶつ ぎょう もっと しん じつ しゅう きょう
佛教を信じて下さい。なぜならば、佛教は最も眞實な宗教ですから。

譯文：請相信佛教。爲什麼呢、因爲佛教是最眞實的宗教。

2. かれ こそ、悪い事をします。

譯文：就是他才會作壞事。

3. よく けん ぎゅう すれば、いい ろん ぶん を かく こと が できる。

譯文：好好研究的話、會寫出好的論文。

4. わたし だけではなく、かえつて 彼にも 良くない。

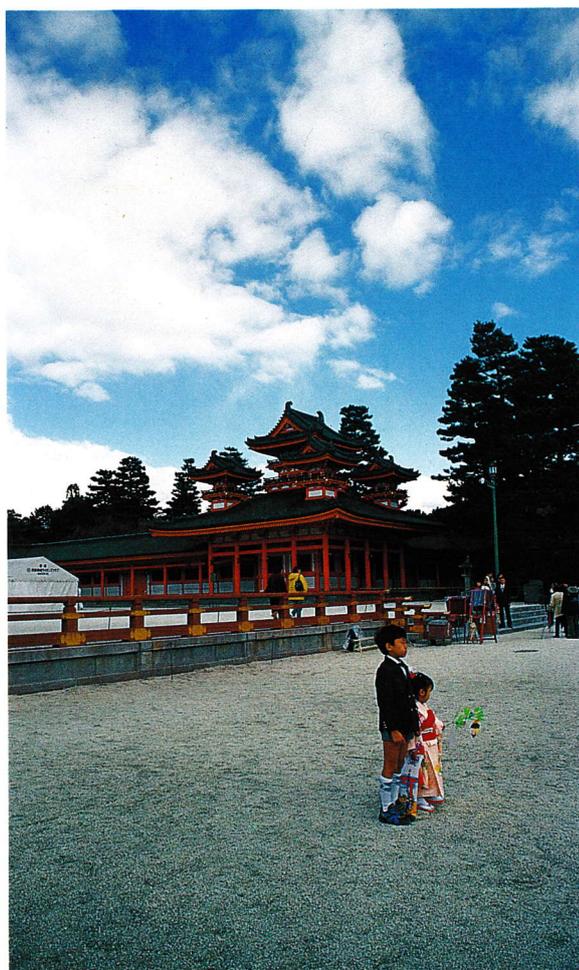
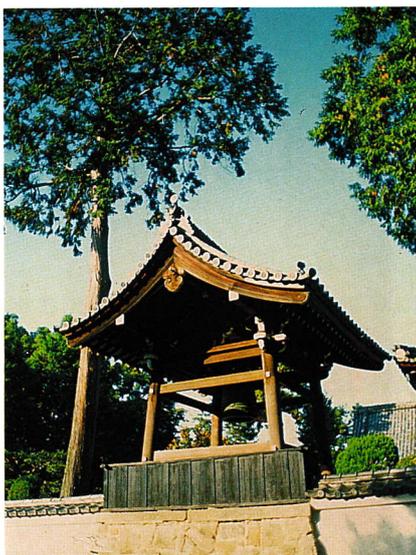
譯文：不只是我、而且反而對他也不好。

5. あした、たい べい へ 行 かな ければ なら ぬ。

譯文：明天我非去台北不可。

6. まい にち うん どう する ならば、からだ が 強 くな り ます。

譯文：每天運動的話、身體會變得強壯。



優美散文解讀

心經

Heart Sutra

文／韻玲 by Yung-ling
譯／守強 Translator/Shou-chiang



圖／佛雕之美（7/26~10/18）
國立歷史博物館提供

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”

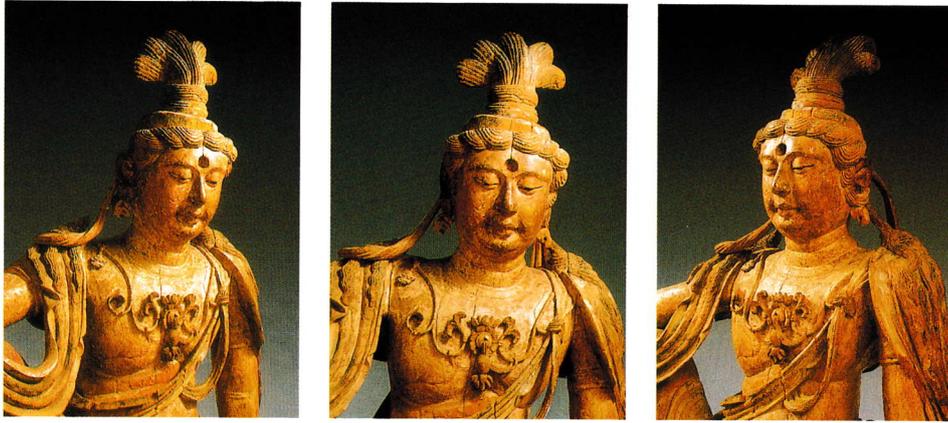
大家不妨一字一句的來學習

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.

舍利子，是諸法空相
Shariputra,
all dharmas are Emptiness of their nature.



心經的重點主旨也不外乎是要說明“一切本空”。

站在空的立場而言，

不論一切的外相呈顯什麼，它的本質終究還是空，

所以，「空相」是指一切都是空的相貌。

空如同一個最千變萬化的演員，

他可以化各種不同的妝，

他可以演各種不同的角色，

但無論如何，他還是他，

並不會因為化妝的不同，

或是角色的不同而有所改變。

「空」亦然，無論空的相貌如何的不同，

空的本質，穿透這些外相紛雜之後，

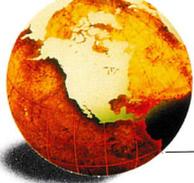
空畢竟還是——空。

The heart of emphasis and main point of Heart Sutra is that "all things (dharmas) are empty from the very beginning".

From the standpoint of Emptiness, no matter what extrinsic appearances of all things present, their essence is empty after all. Therefore, "Empty-appearance" is the real appearance of all things.

As a marvelous actor making countless changes, the actor plays different roles with different makeup. Regardless roles or makeup, the actor is still the actor.

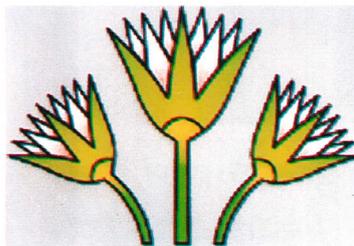
"Emptiness" makes countless changes too. Although, Emptiness has numerous appearances, penetrating the surface layer of these appearances to their essence, Emptiness is Emptiness after all!



A digest from "The symbolic meaning and the art position of lotus in ancient Egypt"

by Lian-Juh Shih

(中文原文見本雜誌 P.42)



「Egyptian lotus」
picture by Richard Deurer

The lotus, in China, can be used as the seat of the Buddha, the flower dedicated to the Buddha, the subject of a painting, the subject of a poem, or the representation of purity. When the time and place are different, the lotus has different meaning.

To most of the people, Egypt is mainly known for its pyramid and mummy. But, the lotus, in Egypt, growing along the Nile is strange to most of the people.

The Nile, at more than 4,145 miles, is not only the longest river in the world, but also the origin of the ancient Egyptian culture. No knowing the beginning, there are lotus growing along the Nile with the bless of the sunshine and the land. The lotus then began to live with the ancient Egyptian and played an important role in the ancient Egyptian art and afterlife.

There was a legend saying there was nothing but a swirling chaos called Nun at the "first time". The sun-god Ra, by the force of his

own thoughts, rose out of this chaos wrapped with the bloom of a giant blue lotus flower which opened and out of the flower rose Ra, the sun. This was the first time sunrise. At the end of the day Ra would returned to the flower, this was sunset. The lotus then was referred to the rebirth, as the sunrise marks the rebirth of the sun.

The whit and blue lotus were indigenous to ancient Egypt and generously embellish all types of the culture. The blue lotus is distinguished by its pointed petals and round, smooth leaves. This is the lotus flower of the ancient hieroglyph. The blue lotus is the one that appears most often in religious artwork. The white lotus has rounded petals, but its round leaves have scalloped edges. It is used more in decorative arts.

The designs and uses of white and blue lotus seems endless in the Egyptian culture. Either one may form the top of a column, the

tip of an oar, a decorative motif on a frieze, a section of jewelry, or even body designs on a hippopotamus figurine.

Although the external meaning of all subjects changes with time and place, all subjects' internal characteristic never changes all the time. The lotus, in China or in Egypt, may have different representative meaning. But the lotus is lotus, its characteristic never changes, as our Buddha-nature remains in all beings.

Acknowledge

Special thanks to Miss. Donna Hyora and Mr. Richard Deurer. Miss. Donna Hyora initiated this article and contributed several photos and all her knowledge about lotus in ancient Egypt to us. Mr. Richard Deurer provided us many photos and his knowledge about the lotus in ancient Egypt to us, too. Their contribution and warm help plenitude this article.

picture by Richard Deurer



全部彩色不加價

我們把每一分資源

都用在實現理想

現在

由彩色 64 頁成長為全彩

因為

我們對完美

懷抱著熱情的渴慕與追求

願這份真摯努力的心

交織出你我心中的光明喜悅

希望讀者以行動來支持我們
自己訂閱 也請親友訂閱

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//](http://www.glotus.com.tw/)

E-mail：glotus@ms2.hinet.net

零售每本 / 110 元

訂閱半年 / 660 元

訂閱一年 / 特惠價 1,100 元

訂閱二年 / 特惠價 2,000 元

太虛大師劇中曲

隆重出版



飽滿的熱情 多元的曲風
 ”樂“遊太虛 百聽不厭

莊嚴中不失優美抒情

民族色彩中保有故鄉感懷



\$280.-



\$140.-

詳情請洽：金色蓮花表演坊 (02)7787433

歌曲簡介：

「人成即佛成」，太虛大師名詩作詞、林隆璇譜曲之創作歌曲，陳振國主唱。
 「三寶歌」，太虛大師作詞、弘一大師譜曲之經典歌曲，金色蓮花表演坊合唱。
 還有太虛大師國際弘法與台灣行的優美民謠：德國民謠「羅蕾萊」、日本民謠「炭坑節」、
 「櫻花」、台灣民謠「台灣是個好所在」、「太虛台灣緣」、山地民謠「快樂的聚會」。