

金色蓮花

11
NOVEMBER 1997
佛學月刊

特別專題

紙雕與佛教之美
～紙雕創作大集合

諸子百家

鯨豚之愛
～賞鯨、保育活動齊步走

維摩詰戲劇演出研究系列

賞畫時光 來一客世界素食美味
印度・印度香味蔬菜

電影

秘密客
～基因工程
的省思



大般若經

校量功德品

～般若是最有效咒語，
破邪顯正，無堅不摧

ISSN 1023-0319



9 771023 031005

GOLDEN LOTUS MAGAZINE 每月1日出刊 定價NT.110元



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。」



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、

妙甚、圓光文物、萬慈、傳澈

②書局：寶之林、文興、遠大、大成堂

③素食館、茶藝館：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）

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



印度香味蔬菜
吐露著寧靜
與安定的芳香 (P.64)

修行 Dharma

- 74 正知見
無限的慈悲
文／文華智慧
- 75 來自山谷的歌聲
清徹的晨
文／周玉卿
- 84 **清心小語**
文／琉璃月
- 96 靜坐
腳曾受過傷，該如何靜坐？
文／鄭鴻祺
- 98 經典
大般若經校量功德品（五）
文／郭韻玲
- 108 漢英對照～心經
不垢不淨
文／郭韻玲 譯／守強

生活 Life

- 8 動物樂園～鯨豚之愛
～導言
報導／孔繁嘉
- ～諸子百家訪談錄**
採訪整理／如空法師・黃麗文・法逸
- 訪海洋生活館館長賈福相
 - 訪台大動物系教授周蓮香
 - 訪中華搜救總隊副隊長范春吉
 - 訪中華鯨豚擱淺處理中心姚秋如
 - 訪鯨與地球基金會執行長鄭景元
 - 訪「鯨生鯨世」作者廖鴻基
- 64 來一客世界美味素食！
印度香味蔬菜
廚藝演出／廖美真 攝影／王秀珍
- 72 電影
祕密客
文／陳子軒
- 97 填字遊戲
空
遊戲設計／陳子帆（台大機械博士班）
- 104 佛學英文教室
念佛靜坐法
指導／般若居士 譯／圓毅
- 106 佛學日文教室
念佛靜坐法
譯／陳宗元（輔仁大學宗教系講師）



還給鯨豚碧海藍天
人類才能全部
擁有碧海藍天 (P.8)

告 示 板

佛法 在歷史座標上
似乎是時距千年的真理
但是 開創的本質
遊戲三昧的心
以及 不執著的內在
卻從未曾遠去
「紙雕與佛教之美」特別專題
願與讀者分享佛法內外兼具的品質

看見龐巨卻可愛的鯨豚
很難不打心裡升起親切與歡喜
在賞鯨活動開始萌芽的台灣
觀光之餘
希望人類不吝付出衆生一體的愛心

印度風情空運來台
透露「維摩詰居士」全體演員
濡染印度風的美食小秘密

電影秘密害懾人演出
深入人類生命底層
搜索反省的靈魂

國家文藝基金獎得主劉鳳學
推出第111號作品「灰瀾三重奏」
吐露了深刻的徘徊與躑躅

在失序與迷茫的不安裏
大般若經的清澈晶瑩
引領我們步步清圓地
貼近生命真實的呼吸





金碧輝煌的印度
藏有超越時空的古文明 (P.68)



輕輕薄薄紙
在文明史上舉足輕重
在藝術上刻劃成長
現在為你我的心
搭起全世界的橋樑 (P.26)

文化藝術 Culture and Arts

- 20 劇本
太虛大師(四)
編劇／金色蓮花
- 68 「維摩詰居士」戲劇演出研究系列
～深度賞書
印度
賞書者／陳子軒
- 76 表演藝術訊息
灰瀾三重奏
文／彭維廷
- 82 寧靜之聲
你用頭腦談戀愛嗎？
文／王靜蓉
- 83 紅塵心蓮
及時的哲學
文／陳世昌
- 86 新西遊記
生病時的智慧
圖・文／吳振文
- 92 小說
無事阿師在那裏？(一)
文／伊凡

學術 Academic

- 88 國際學術研討會～「密教藝術」研究系列
**西藏密教佛像製作
與造形分析(二)**
文／石連柱

特別專題～紙雕與佛教之美

- 26 第一片歡喜
紙雕藝術的主角～紙
文／黃麗文
- 30 第二片歡喜
網路座談～國際紙雕作品觀摩
文／連柱 (美國德州大學碩士)
- 44 第三片歡喜
台灣的紙雕世界
文／陳子軒
- 48 第四片歡喜
拈花微笑～佛藝紙雕新紀元
文／陳守強 (美國科羅拉多州立大學碩士)
- 52 第五片歡喜
佛藝紙雕基本技巧
文／王秀珍
- 58 第六片歡喜
金色蓮花「拈花菩薩」作品示範
文／波爾
- 108 world window (世界之窗)
網路座談～國際紙雕作品觀摩
A digest from "The Beauty of Paper Sculpture-
An Interview Through Internet"
文、譯／連柱

知性廣場 Information

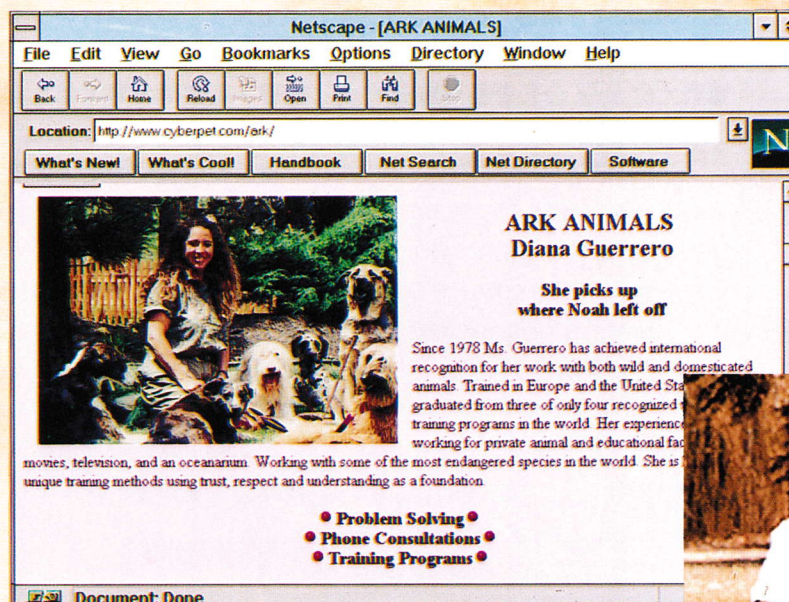
- 5 告示板～
新單元報導
報導／編輯部

廣告索引～

- 特I 迦伶佛教服飾文物社
- 18 法堤佛教文物有限公司
- 19 人道素菜餐廳
- 62 祐揚佛藝造型雕塑
- 63 御石坊藝術中心
- 70 利仁實業有限公司
- 71 祥益堂原色香本鋪
- 封底 凡云企業有限公司

國際知音的回響

～天涯若比鄰



◆參與「如何與寵物相處」的動物愛好者(美國人)Diana Guerrero 的來信！

Thank you for your lovely magazine. It is most beautiful. Thanks also for the English summary. Many of my friends and colleagues were very taken by the magazine and what they saw....and the little bit of English they could see!

Diana Guerrero

謝謝你們可愛的雜誌，它實在是非常漂亮。也謝謝雜誌中的英文總結。我的許多朋友與同事都被整個雜誌、他們所看到的一切、.... 以及他們所能看得懂的一些些英文所深深感動。

戴安娜·固勒絡

◆ Diana Guerrero(戴安娜·固勒絡)在金色蓮花雜誌1997年8月號特別專題「佛教徒與寵物相處之樂」曾提出她的觀點：

她認為大部份的人需要接受動物的本來面目，而不是以我們的觀念來鑄造牠們。教導牠們我們的生活準則，與如何與我們生活是同樣重要。

她曾在歐洲與美國受過世界認可的野生動物與飼養動物訓練課程。

她在網路上有一個名為動物方舟的網站，有動物訓練方面的問題可以上網去請教她。網址是：<http://www.cyberpet.com/ark/>

目前，賞鯨蔚為世界性的觀光活動，全球有 40 個以上的國家參與其中。

每年估計所吸引的人數超過四百萬，台灣四面環海，對於鯨豚之親，可謂得天獨厚。但在過去，尤其在 1990 年前未立法將鯨豚納入保育類動物時，牠們一直只被視為漁獲的一種，所以除了捕捉與消費外，台灣人與鯨豚的關聯，還極度欠缺這種欣賞與瞭解的互動。

而台灣冬春季常見的鯨豚擱淺事件，也少見愛與友誼的投入與包容。但現在台灣賞鯨活動的萌芽，燃起了一個以愛心教育全民的機會。

鯨豚的分類學位置

鯨類是一種生活在水中的哺乳動物，它具有和陸上哺乳動物相同的生理特徵，例如用肺呼吸、胎生等，更具備了一些為適應水生環境所演化出的特殊生理構造。鯨在分類上屬於動物界（kingdom Animal）、脊索動物門（phylum Chordata）、哺乳綱（class Mammalia）、鯨目（order Cetacea）。鯨目之下又區分為兩個亞目，分別是鬚鯨亞目（suborder Mysticeti, baleen whales）和齒鯨亞目（

suborder Odontoceti, toothed whales）。鬚鯨亞目主要的形態特徵是沒有牙齒，但是有具大的鯨鬚，可用來篩選浮游生物，所以為濾食性。齒鯨亞目的主要特徵為有牙齒，掠食性，且牙齒的數目與排列方式受到食性的影響會有不同，全世界現存有 13 科約 79 種，約略依體型的大小分為被人們俗稱為鯨魚（whale）、海豚（dolphin）、及鼠海豚（porpoise），一般來說體型大於 3~4 公尺者稱為鯨魚。

台灣本土的鯨豚研究與保育

台灣的鯨豚種類，目前經確認者計有 7 科 26 種。1994 年起，台灣大學動物系周蓮香教授研究室逐步建立了台灣鯨類的擱淺資料檔案，為鯨類保育跨出了一大步。

1996 年，在農委會的支持下，台灣成立了亞太地區第一個鯨豚擱淺處理中心（TCSN: Taiwan Cetacean Stranding Network）由台灣大學動物系周蓮香研究室擔任總召集工作。

鯨豚擱淺事件，不論死活，有一個須要提醒國人注意的觀念是，鯨

豚是受野生動物保育法的立法保護，不屬於私人所有，因此需立即與上述相關單位連絡。

如果遇到健康活體擱淺，目前是由中華搜救總隊負責領導緊急救援活動。

如果鯨豚受了傷，有復健的必要時，則由潛水協會等協助運送至海洋生物博物館的「鯨豚復健之家」集中保管（屏東縣枋寮養殖站），或是離島的澎湖水族館。已死亡的鯨豚，則由學者專家羣負責解剖採樣，以供研究所需。

值得特別提醒的是，如果鯨豚尚未死亡，在等待相關人員趕赴現場處理之前，請先安置動物，用溼毛巾遮蓋其身體，並在胸鰭位置的沙灘上挖洞以減輕壓迫，隨時澆淋海水避免皮膚乾燥，尤其是背鰭、胸鰭及尾鰭等部位，一定要保持潮濕。切勿私下移動或搬運牠們，請等待專業人員到達處理。

鯨類為什麼會擱淺？

「擱淺是常見的現象嗎？」鯨類在全世界均有擱淺的記錄，包括的種類也相當的多，自 1913 年大英

鯨豚之愛

——報導／孔繁嘉——

導言

海上賞鯨活動，在有心人士的推動下，逐漸在台灣東海岸成了一種新興的觀光活動。花紋海豚溶在水裡的白色身影，瓶鼻海豚滑膩黏溜的嘴喙及額隆，虎鯨高高盛開宛如黑色花朵的一扇尾鰭，這冷海中的龐大靈魂，或躍身擊浪，或乘浪游行，誰能對這股浮起浮落的激盪與溫熱無動於衷？在此鯨豚之愛單元中，將訪談幾位鯨豚專家，與您分享鯨豚的點滴。



圖／賞鯨行 楊世主攝影 廖鴻基提供



博物館開始建立鯨類擱淺的記錄以來，全世界已知有一萬多頭鯨或海豚擱淺，實際的擱淺數目則遠超於此。通常擱淺的情況可分為死亡擱淺或活體擱淺，一般死亡擱淺的原因多為年老、生病或受傷，理由較為單純；活動擱淺的原因，特別是羣體的活體擱淺，則是眾說紛紜，至今尚未找出統一的結論。根據歐美的研究人員所提出的理論，綜合歸納簡列如下：

(1)返祖論：鯨類由陸地祖先演化而來，在整個演化過程中，中間形態的兩棲性生物，在遇到危險時會逃上陸地避難，這種習性持續至今，使中樞神經發達的鯨類遇到生命危險或精神緊迫時，還會表現出原始的行為，走上祖先慣走的道路，導致擱淺。

(2)回聲定位論：鯨類回聲定位系統在海中尋找方向及食物等，當此系統發生問題時，如寄生蟲的破壞、疾病產生、地形混淆、或氣候惡劣（如狂風驟雨、地震等），以致無法辨識方向而導致擱淺。地形混淆通常用以解釋大洋性鯨類在不熟悉的淺灘地區所發生的擱淺事件。

(3)社羣論：羣居性的鯨類通常由某個成員擔任嚮導，一旦嚮導因生病或其他因素擱淺上岸，其他成員便尾隨其後，發生集體擱淺。

(4)攝食論：鯨類有近岸攝食的習性，會跟蹤迴遊或生殖產卵的魚和鳥賊，有時因戀食忘返，退潮後便擱淺在沙灘上。

(5)污染論：工業產生的廢物會在鯨類體內累積並產生毒素，例如在動物性脂肪中過多的多氯聯苯會造

成精子濃度減少，生育能力降低；或食用過多的有毒物質而導致死亡。

(6)地磁論：英國的 Klinowska 博士認為鯨類的迴遊是沿著磁場地形而移動，在歐洲許多擱淺發生在磁場走向與海岸線成垂直之處；在美國 Kirschvink 博士亦有類似的發現。目前此學說相當熱門。

保育一直是佛法重視的護生課題，在台灣興起這股鯨豚熱潮之餘，希望人類的愛心不僅止於鯨豚保育，還能進一步藉著這種反省力量，把愛心更平等、廣大的獻給世界上所有的生命，這樣無私無分別的愛，才能真正帶領人類走向更美好的未來。以下將透過幾位鯨豚保育人士的專門看法，來更實際的了解鯨豚保育工作的重要性。☺

▲賞鯨現在是世界性的觀光活動，每年估計吸引的人數超過四百萬，但是台灣還極度欠缺欣賞與瞭解的互動，需要更多愛與友誼的投入與包容。
（圖／虎鯨楊世主攝影 廖鴻基提供）



▲施弗爾說：「鯨住在大家庭中，它們喜歡在月夜裡遊戲，有苦難的時候，它們彼此照顧，它們空靈而神秘，在深冷無限的世界裡，它們完整而成功。」

（圖／鯨 紙雕／黃澄權）

現居住在加拿大，去年甫從教職退休，現任台北士林海洋生活館館長的賈福相，透過越洋電話，娓娓的向我們道出他接觸鯨豚的緣由和情懷。

身為海洋生物學家的賈福相，主要的研究對象是海洋生物——無脊椎動物的生態，但是特別喜歡鯨豚，主要的原因有二點：

①鯨豚是進化的奇蹟，例如藍鯨身長三十公尺，重達五十公噸，身軀之龐大令人感到神奇，也感覺自己的渺小。以腦的容量來看，鯨豚是很聰明的動物，但是牠們的聰明是一種友善的聰明，使得人類在俯看牠們的同時也顯示了自己有限的智慧。

②海洋維持健康，食物網的保存是很重要的。而鯨豚是海洋健康的記號，牠們屬於海洋食物網中最上層的地位，沒有其他生物吃牠們，由牠們的數量及生存狀態，就可了解海洋現在

的大致情況，所以鯨豚可以說是我們親近海洋的一座橋樑。

研究海洋生物大半輩子的賈福相，對於鯨豚印象最深刻的事是：1958年到美國西雅圖華盛頓大學星期五港海洋研究站作研究，研究所位於三灣島上，由於是一個小島，常常一個人在那裡一住就一個月，沒有人可以說話，所以異國的求學生活是很寂寞的。當時，島上有一個鷹層，是很深的海岸石塊，每當，生活、研究工作等各方面不順遂、心情不好時，常常一個人坐在那裡，望著海洋的起伏、海浪拍打海岸，想著隔岸的家園，心情可以得到平復。

有一次，有一虎鯨家族突然來看他，牠們是二對父母、一雙子女共六隻的虎鯨。或許牠們常常在海裡看到賈福相一個人坐在岩石上，心情不好，所以特地過來鼓勵、安慰、幫忙他。虎鯨跳起來又跳下去、轉來轉去的，甚至跳起來的水，將他的衣服濕透了。賈福相也以鼓掌和牠們回應作溝通。如此爽直親善的友誼，令當時遊學海外的孤寂之心感動不已。近百年來，殺鯨的歷史顯示出「公共財產的悲劇」。海洋是不屬於任何一個人、一個國家的，因此導致鯨豚的濫捕、濫殺，而沒有人去照顧。根據調查統計，十九世紀開始，還有二十萬條的藍鯨，到了一九八二年，只剩下五〇〇條，數目銳減之速，令人驚訝。

教了一輩子書的賈福相，近年來由實驗室走出，為環境作事，作實用的研究，例如在香港科技大學推動「自然俱樂部」，帶領學生由愛心出發去欣賞、尊重自然界的生物。對於鯨豚保育，也是以樂觀的心去作，只要有作必有成就，以愛海洋為大前題，由愛鯨豚作起，尊敬海洋、海洋生物。

（採訪整理／法逸）



▲賈福相館長近照

來自深冷無限世界中的友誼 ——訪海洋生活館館長賈福相

鯨豚的身家調查

—訪台大動物系鯨類研究室主持人周蓮香

周蓮香是台大動物系鯨類研究室主持人，一九九〇年開始在國內從事鯨豚類之調查、分類、擱淺救援，及鯨豚基礎研究資料的建立。目前負責「台東海域海豚調查」及「台灣賞鯨潛力」等研究計畫。

一九九〇年澎湖沙港事件釀成國際事件後，把國內對於鯨豚類研究不足的問題給曝露出來，之後，相關單位便找周蓮香及幾所大學正式開始鯨類的研究。周蓮香主要負責的項目之一是標本處理，比如說有擱淺的海豚，或是漁民下網不小心捕獲的，周蓮香就負責去蒐集以便研究。

其實，解剖是一個很重要的基礎，基本的分類問題，就必須靠標本解剖建立基本資料。他們雖然想要研究海豚的行為，但台灣還沒有一個適合的海灣，像美國那樣，固定有一大羣海豚在那邊生活。其次，他們現在還沒有研究船和足夠的經費，也沒辦法潛水或做海底攝影，同時，這個工作也需要很多人支持。譬如突然在花蓮或屏東有鯨魚海豚擱淺，如果當地人面熟，很輕鬆就可以找到車子和人手幫忙。幾次這樣的經驗之後，周蓮香開始瞭解人際關係的重要，所以他們常常必須去拜碼頭，去作連繫，因為鯨魚，反而變得要多接觸人。

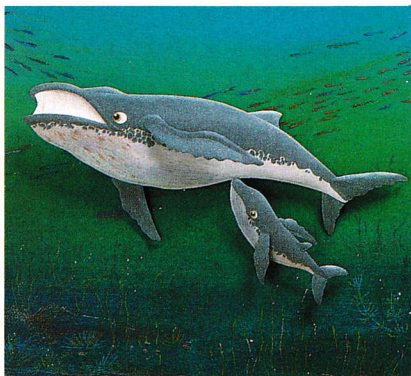
鯨豚保護工作看似簡單，其實很多困難是必須克服。像有一次蘭嶼的小學生和老師看到一隻很大的喙鯨擱淺，他們將牠綁住尾巴，固定在岩石上。因為牠剛好是一個凹洞、岩么裡，不好搬上來，所以就令他們很頭痛。他們跟當地人不太熟，還好小學老師已把喙鯨固定在那兒，可是浪一直推來打去，很不好解剖、測量。後來，要找當地人幫忙，他們願意試試但如果不成功要錢；打電話找人也要錢；到最後去現場，又說了一堆理由又要錢。後來才知道，



▲1994年10月25日

在台中港
擱淺的抹香鯨

(攝影／陳文靜
周蓮香研究室提供)



紙雕／黃淦權

雅美文化裡，對死的東西很忌諱，所以他自然不願幫忙。

第二天，只要硬著頭皮自行下水。周蓮香的助理和那隻喙鯨，在浪裡翻來翻去，光是牠肚裡的仔鯨，大概就有一百多斤，又譬如他去找卵巢，可是牠的腸子很大很長，大男生在一大堆腸子裡摸來摸去，好不容易找到了，突然澎！大浪一衝，全翻了，從頭再來，重新再摸。解剖將近結束時，一個雅美族老人突然出現，他說：「你們是什麼人呀！這個魚是我最先發現的，這是我的，你們要給我錢，不然我不准你們動！」助理說：「這是保育類動物啊！」

他又說：「你們老闆是誰？」助理只好說：「老闆是農委會呀！」「農委會是誰？」他一面找一面問：「誰是農委會？」周蓮香真是又好氣，又好笑。連「農委會」都不知道，你怎麼跟一般民衆談什麼保育法，保育動物？簡直不可能嘛！

所以，若要談保育工作，周蓮香以為建立詳實的基本資料是首要工作。第一個，生物資料詳實，才能說服漁民，為什麼這種動物要保護。漁民一直說，「歸海擺是呀（整個海都是）！你保護啥？鯨魚保護我同意呀，海豚到處都是啊！」所以必須研究清楚海豚的種類、分佈、食性和洄游區域，漁民有時並沒有那麼仔細去分；其次，漁民一直講海豚出現造成他魚獲損失，也要有證據顯示，牠衝突在哪裡，要有個量化的數字，這個要花很多時間，研究收穫量，或者上船，瞭解整個作業情形和損失狀況。

以上種種，顯示保育工作，需更多人用心來一起努力，而周蓮香也是儘量在做，並期望能夠喚醒更多人的共同投入。

(採訪整理／黃麗文)

——訪中華搜救總隊副總隊長范春吉



中華搜救總隊主要是支援國內山、水、空等重大災難的搜救團體，在全省各地共有46個分隊，成員來自社會各階層，一切工作也是自動自發參與，他們不僅要交會費。所做的事也都是無給職，出錢又出力。加入的伙伴還得經過4~6梯次的各種專業救助訓練才能成為「搜救人員」。

以往由於一向以人為搜救對象，所以鯨豚擱淺的事甚少處理，即使有遇上，也是一、二隻受難，直接送入海中，至於牠們後續狀況未詳加留意。而更多次，由漁民自己「處理解決」了。所以，新竹南寮那次的事讓我印象深刻。

那是一個牡蠣養殖區，因此推斷可能由於覓食耽誤回海時間，結果潮一退就擱淺了十多隻海豚。當時船無法靠近，且牡蠣殼很利惟恐牠們驚恐掙扎刮傷了皮。大伙兒也很急不知如何才好，便拍拍牠們的頭哄著：「不要驚慌，我們是來救你們的，不要怕！不要亂動……！」竟然牠們聽懂了，果真安定下來。使我們得以順利一隻隻抱上船放回海中。回到海裏，牠們竟久久不去，叫牠們「快回去了！快回去了！」最後不捨地繞游船隻三圈成一排游出海去。我深深地感動牠們竟如此有人性。

這是數量最多的一次且全數救援成功，因此連媒體都有報導。也如此，吸引了周蓮香教授的注意。於是她促成了我們總隊成為「中華鯨豚擱淺中心」的一員。由此，我們才開始有關

這方面的上課、研習訓練，並對鯨豚習性、保育、擱淺原因、搜救技巧等有深入了解。

我們負責的工作大抵是先行維護牠們的安全，不要曬到太陽、澆水、身體扶正、鰭放入地底以免折斷、還要使其不受驚嚇……等，待其

他有關人員到達再處理。然常常，圍觀民衆大多也造成搜救時效耽誤或搶救困難。

像我們的隊員本身常自己主動參加研討會，去了解鯨豚保育的相關知識。其實，我們國內保育才剛開始，民衆也大多一知半解。有關單位平日都舉辦很多演講及宣導，或許我們每一個人都應熱衷參與及主動去了解。只要我們很多人都具備這類知識，日久自然能普及社會、以後有擱淺事件發生每一個人都有正確地處理概念，那麼圍觀的人不會妨礙到專業人員處理，還可幫上忙，這樣不是很好嗎？況且保育工作既是世界潮流亦是長遠工作，我們社會越能及早有保育共識及基本素養，還能提升我國的國際形象。☺

（採訪整理／黃麗文）



▲范春吉先生近照

▲中華鯨豚擱淺中心大抵負責的工作，是將擱淺的鯨豚，使其不要曬到太陽、澆水、身體扶正等維護安全的工作。
（圖／1997.8.30日在野柳擱淺的小抹香鯨 周蓮香攝影提供）



——訪中華鯨豚擱淺處理 中心研究組員姚秋如

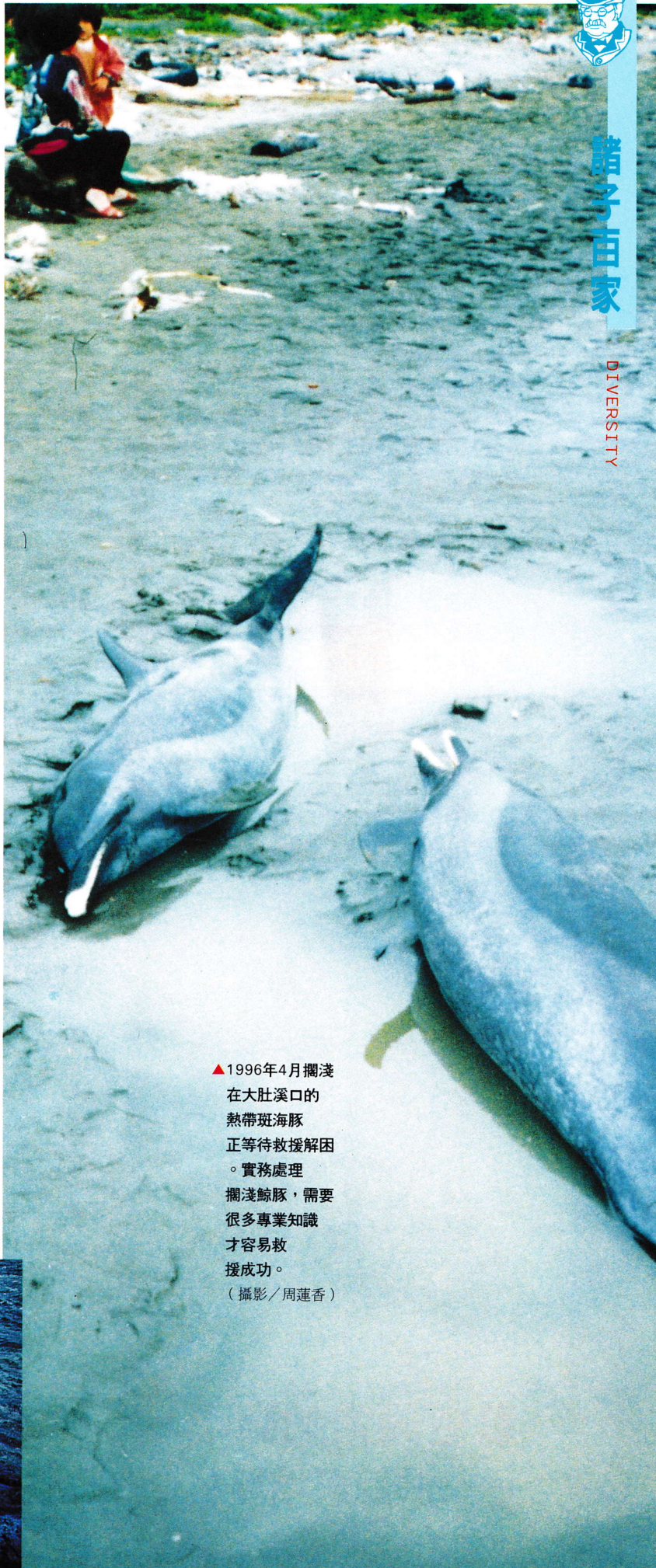
當初因為好奇與喜愛才會接觸鯨豚的姚秋如，愈認識才愈體會到這類生殖力不强，一次只能生一胎，中間相隔2~3年的鯨豚確是需要保育的，而且保育工作更是世界的趨勢。然投入的過程，卻面臨更多的學習。

實務處理擱淺鯨豚，需要很多專業知識，而台灣一切都在萌芽階段，除了邊摸索研究又邊加緊學習外國的專業技能，當然步步維艱，但終不減所有人的熱誠。好比，每次擱淺事件一發生，中華搜救總隊的義工伙伴們，出動人力、車船總是盡心盡力地，協助鯨豚解困。當成功救援鯨豚那一刻，也是姚秋如最快樂的時候。

鯨豚體積龐大，對於個人體力是一項考驗，然人力運用又是另一大問題。工作時常需很多人的協助，同時圍觀的人也很多。一方面要協調人事以利工作進行，一方面又被羣衆分散注意力：「為什麼會擱淺？」「死的動物可以怎麼利用？」「可以賣錢嗎？」「可以……？」「為什麼……？」。有時還面臨當地漁民文化與保育工作衝突時，更是哭笑不得不知如何才好，所以，往往複雜的「人」這個因素倒成了最重要的課題。

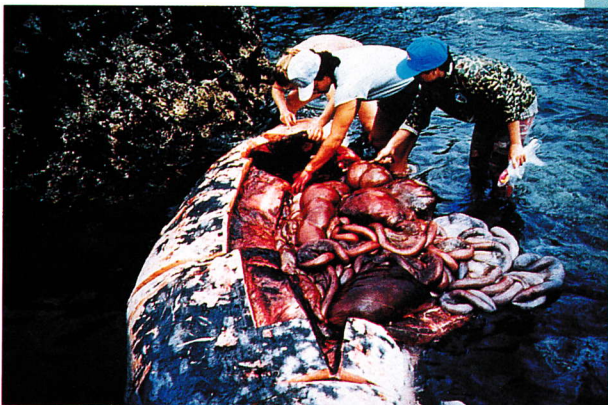
平日，每月4天會到台東海上做研究，不然會在東海岸，除了研究工作，姚秋如亦時常到處演講。於是，工作人員會盡量利用機會讓民衆認識這類動物的特性，並宣導保育理念，期能慢慢使人與鯨豚互動關係變深變廣。研究工作不以第一線救援工作經常與人直接接觸，但姚秋如自我期許，盡心地把份內工作做好，能好好地研究並做更多分析與專研，然後貢獻給社會，幫助更多人了解鯨豚。☺

（採訪整理／黃麗文）



▲1996年4月擱淺在大肚溪口的熱帶斑海豚正等待救援解困。實務處理擱淺鯨豚，需要很多專業知識才容易救援成功。
（攝影／周蓮香）

►1994、4月在蘭嶼擱淺的柯維氏喙鯨，解剖、測量一景。
（周蓮香研究室提供）



「你的心靈準備好更上層樓嗎？上面空氣更稀薄、更冷、人更孤單，你可曾想清楚？」這是鯨與地球基金會執行長鄭景元，在將自己允諾給這個地球上尚未完全為人所瞭解的古老生物——鯨，而開始生命中的大改變時，自己對自己的一種反問與省思。

年幼時曾夢想在極地看著黑色的巨大身影浮出水面換氣的壯觀景象；16歲時，生命中第一次和鯨接觸，是看到電視台播放國外呼籲各國停止捕鯨的新聞影片，其中鯨龐大的身軀的時而低沈，時而高亢的鯨鳴，令當時年輕的心至今仍悸動不能自己。因緣際會成熟，1994年5月台大周蓮香教授的一場「台灣的海洋哺乳動物」演講，喚醒了年輕時曾經種下的種子。於是原本學工商管理的鄭景元，毅然捨下本行，全心投入生態、環境教育，海洋資源調查、保育的推廣。

從此開始收集相關的書籍、資料和CD，夢遊在鯨的國度裡，想像牠們在我們難以適應的另一個空間，以不同的高低頻率音調，傳遞來自遠古的訊息，引領仍舊年輕的心，尋找生命中的不同意義。

3年前，曾經頂著猛厲的風沙和烈日，看著十來公尺長的雄性抹香鯨毫無能力的死在沙灘上，而對牠擱淺的原因一無所知。

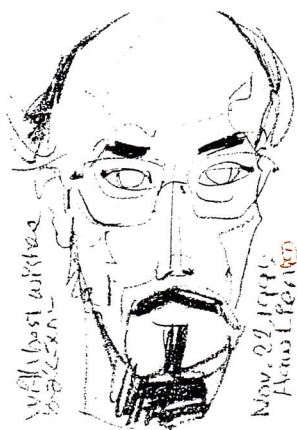
平時抹香鯨是可以垂直深潛到海底，可以一

個多鐘頭不用換氣。2年前也曾經和國外學者專家及國內研究人員在花蓮出海，獨自站在約5公尺高的船上制高點，一羣海豚出現在船首兩側交互穿梭乘浪而行，那種無以名狀的感動仍在心中。

「地球是我們的——你、我、鯨類以及其他各種生物的家。抹香鯨傑出的特性，更是我們追求的恆久毅力和堅忍不拔的承諾表徵；而鯨與地球，WHALES & EARTH 英文字首W、E合起來代表“我們”，正是我們自許參與、促成改變的一股行動力量。」這也是基金會名稱和Logo的由來。

「在生命找到可以發揮及參與投入的地方」、「願意……」在這些對生命的思索與期許下，目前鯨與地球基金會雖仍在籌備處階段，但已推出一套「鯨類保育紀念票」及當初譯自英國版的「鯨與海豚圖鑑」，前者是國內知名生態創作著的作品，後者則詳細介紹世界所有鯨豚類動物，藉著更多的瞭解，希冀啓迪人和周圍萬物一個新的尊重、互動觀念；同時，一個鯨類特展將於明年寒假於台北推出，做為巡迴教育推廣的開始。

人和其他萬物皆同屬於一個包括水，地球表面和空氣的生物圈裏。因此鯨與地球努力跨越政治、宗教、語言的，秉持一個簡單道理，將來的世界，是靠更寬廣的胸襟和包容、接納、分享來經營的，如果我們朝這一理想努力，我們將可以留給後代子孫更好的未來，一個豐饒，美麗，多樣性又生意盎然的星球，也才能永遠欣欣向榮。🐳（文字來源／鯨與地球基金會）



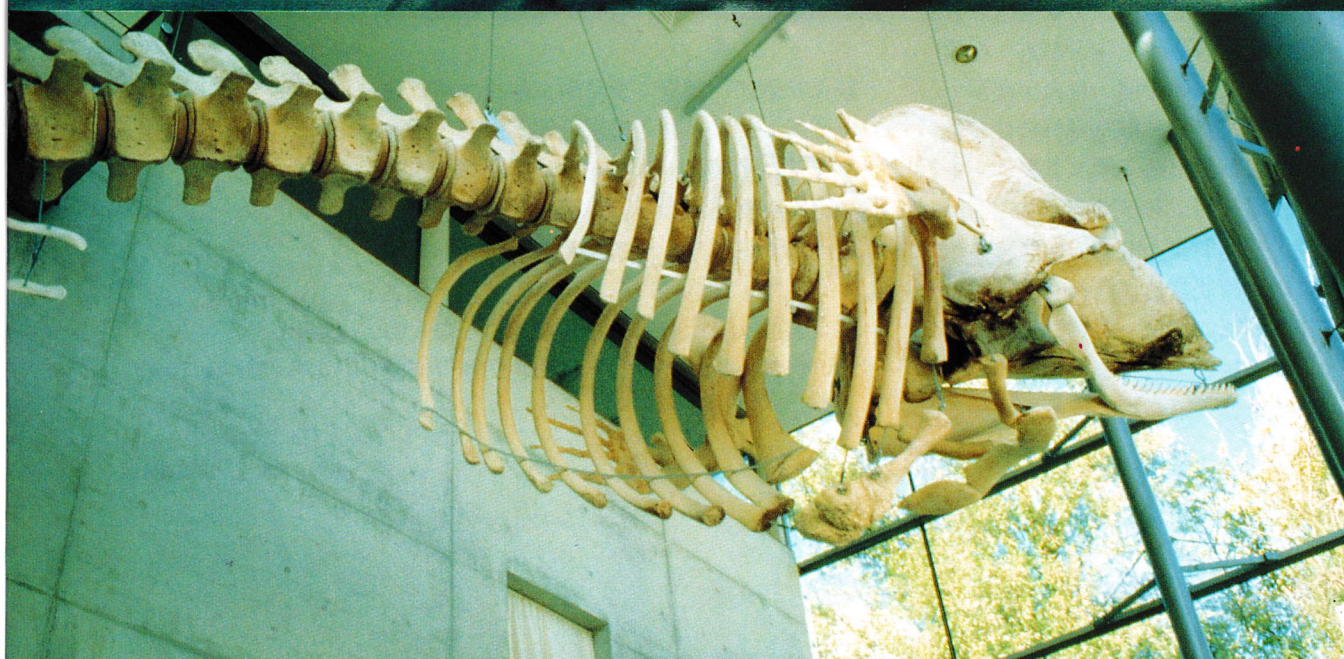
► 鄭景元
先生素描像
（素描／
劉其偉）



▲ 鯨與地球基金會Logo
（圖／鯨與地球
基金會提供）

藍色頻道的彈唱

——訪鯨與地球基金會執行長鄭景元



▲鯨與地球基金會期望能喚醒大家以尊重、欣賞的態度看待鯨豚，使它們不會因為人類的不瞭解、不當的行為而自這豐饒又生意盎然的星球上消失……

(圖／1994年8月澎湖沙港養的海豚鄭景元攝影、提供)

▲荷蘭鹿特丹自然博物館1995年初集體擱淺的雄抹香鯨骨骼標本。
(圖／鯨與地球基金會提供)



羞赧、質樸而富韌性、勇敢、堅定的廖鴻基，親近大海、了解海、更了解魚性。由於出海時，時常看到鯨豚在船邊遊戲，從牠們的動作和眼神中受到很多的感動，也感覺到牠們的可愛，進而想多了解牠們。一九九六年夏日，廖鴻基憑藉著微薄的經費，和船長潘進龍、楊世主等人，開始在花蓮沿岸海域用漁船觀測鯨豚，給這些海洋中巨大和精靈美麗的生命擷身影。

在花蓮沿岸海域看到頻率最高的是花紋海豚。外觀上不好看，身上都是刮紋，看起來和其他海豚不一樣的花紋海豚，老沈、憨直、穩重。每一隻的紋身花采都不相同，有大小圓圈、有如樹根盤纏的斜叉條紋，那是牠們彼此摩擦、撫慰或是爭鬥留下的痕跡。廖鴻基提到，由於看到的頻率較高，所以和一羣約十隻左右的花紋海豚認識，成為朋友。有趣的是海豚發出的聲音類似口哨，因此當他們看到海豚時，就以吹口哨來作為溝通的信號。其實海豚是滿聰明的動物，只要讓牠們知道不會傷害牠們，慢慢的牠們就會接近你、跟你玩。或是游到船前



，好像拉著船一起走；或是跟在船尾；或是在船側翻揚、跳躍，讓人感覺玩得很盡興、很融合。廖鴻基也曾有下海和海豚玩的經驗，不過在海中的海豚並不會主動靠過來，牠游牠的，即使游的速度很慢，對人類來說，還是無法趕上。有一次，海豚就停在廖鴻基的前方，等著，然後又慢慢的前游。廖鴻基雖然用了最大的努力，仍然無法趕上牠們，伴在牠們身旁同游。

▲漁夫作家廖鴻基在花蓮沿岸海域從事鯨豚研究，以其獨特的海洋經驗，彙編海，想像海，活靈活現的「重現」了海上鯨豚。

（上圖／尋鯨小組工作船

——漁津六號

下圖／廖鴻基近照

攝影／楊世主 廖鴻基提供）

和鯨豚一起過活

——訪「鯨生鯨世」此書作者廖鴻基



「鯨豚是海洋的最高層消費者，牠們是海洋資源的指標。」喜歡海洋的廖鴻基，深深覺得討喜、可愛的鯨豚是一個認識海洋的媒介。台灣四面環海，過去海洋一直被認為是天險阻隔，大多數台灣居民對海洋的認知仍停留在遙遠、陌生、危險、神祕的境地。透過關心鯨豚，就會讓更多人關心海洋，讓海洋資源不再受到無知的糟蹋與污染。

由於對於海洋資源的不了解，把海洋當成垃圾桶，造成污染，對海洋的傷害很大，會導致

魚類離開我們的海域到別的地方去。又由於沿海漁業捕魚方式不當，例如用流刺網來捕魚，使得鯨豚誤觸網受到直接、間接的傷害，會影響整個海洋生態。因此如何保育、幫助鯨豚，是很需要去作的工作。廖鴻基希望明年能有一艘研究船，可以容納更多的人來研究海洋生態，甚至計劃辦更多的海上營隊，訓練一批人來從事海上生態的觀察，關心海洋的工作，並提醒大家了解，珍惜海洋資源。☹

（採訪整理／法逸）

▲熱帶斑海豚，童年時身上沒有斑點，黑色紋彩從鼻尖、頭頂進退到側面後上揚，在背鰭後收束。隨著年長，身上的斑點就越多。

（攝影／楊世主
廖鴻基提供）



劇本 DRAMA



太虛大師 (四)

——編劇／金色蓮花——

——攝影／李士好——

〈接續上期〉

圓瑛笑答

圓瑛：「噢！我是來向水月法師請教詩文的。太虛小兄弟，你近來好嗎？」

太虛：「很好啊！每天背法華經5遍，最近還買了詩韻，開始習作詩文。」

圓瑛：「說到詩文，你可是跟對了師父。在我們寧波的佛教僧中，上等的文字自然是八指頭陀寄禪法師，但是書箋、緣起、疏啓以及詩文，就是水月法師最有名氣了。」

太虛：「我最近也聽說你的文才受到肯定呢。」

圓瑛：「那裡，小兄弟過獎了。」

圓瑛點頭，然後突然想起一事狀

圓瑛：「噢！對了，告訴你一個好消息！最近道階法師要在我們天童寺開講法華經，你要不要也過來聽啊!？」

太虛拍手，非常高興

太虛：「真的!？那太好了！我一定要去，我只要向水月法師請個假就成了。」

圓瑛笑說

圓瑛：「沒問題的，我們的方丈寄禪法師和水月法師都很關心你的教育呢。我有事先走了！你一定要來喲！」

太虛高興

太虛：「我會的。」



第15場：聽法華經

景：佛堂

人：道階法師、太虛、僧衆

僧衆坐在堂上。

道階入，坐講經座。

道階閉目打坐一會。

僧衆面面相覷，似奇怪道階為何不開講。

道階睜眼道

道階：「我今天忘了帶法華經，你們那一個把經文送上來!？」

僧甲連忙起，把經本恭敬送上。

道階卻說道

道階：「你這是注解，不是經文。下去！」

僧甲搔搔頭，丈二金剛摸不著頭腦

僧甲：「師父，這千真萬確是經文啊!？」

僧乙叫道

僧乙：「禪淨，你快下來，師父要你參禪啦！」

僧甲恍然大悟，悻悻下

僧甲：「是參禪呀！」

道階：「那一個人再來？」

僧衆互望，但無人動，一副不知該如何對應才好模樣。
此時太虛起，空手走到道階前拜了一拜，然後從容歸座。
道階滿意的點點頭

道階：「嗯，好！你這才是把經文給了我。」

道階說罷，哈哈大笑，下座離去。

僧衆望向太虛，有所欽佩。

僧乙對太虛翹起大拇指

僧乙：「哇！真是了得！當代禪門公案啊！」

太虛謙虛的答

太虛：「那裡，我這只不過是依樣畫葫蘆罷了。」

第16場：參禪

景：方丈室

人：太虛、八指頭陀

八指和尚坐，太虛星夜而入，向八指和尚直問道。

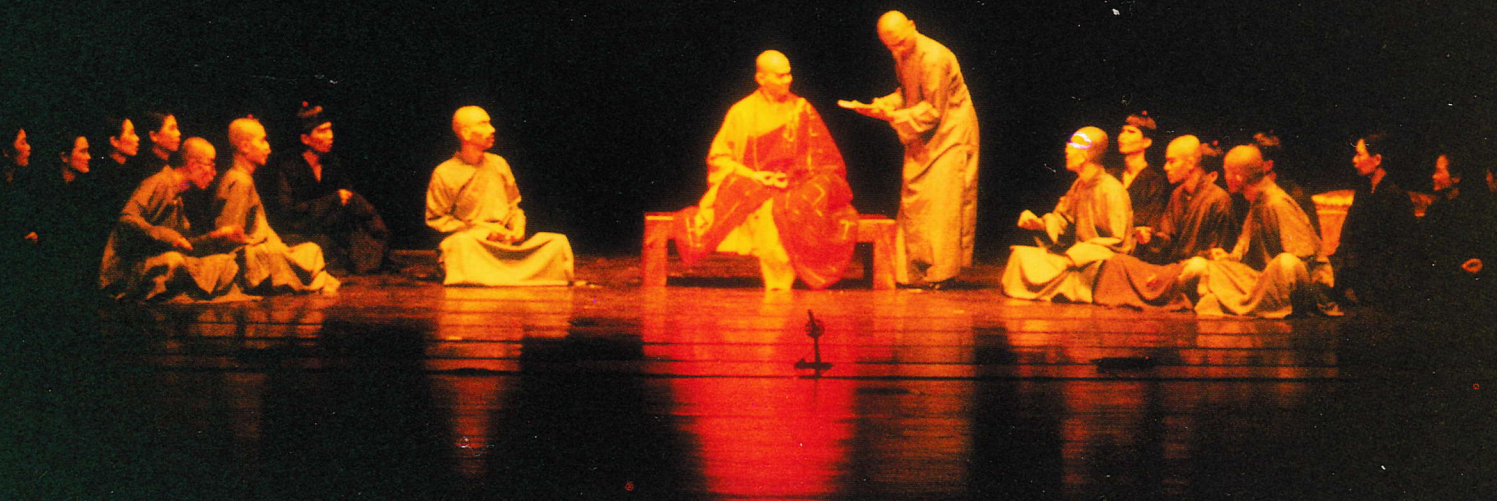
太虛：「什麼是露地白牛？」

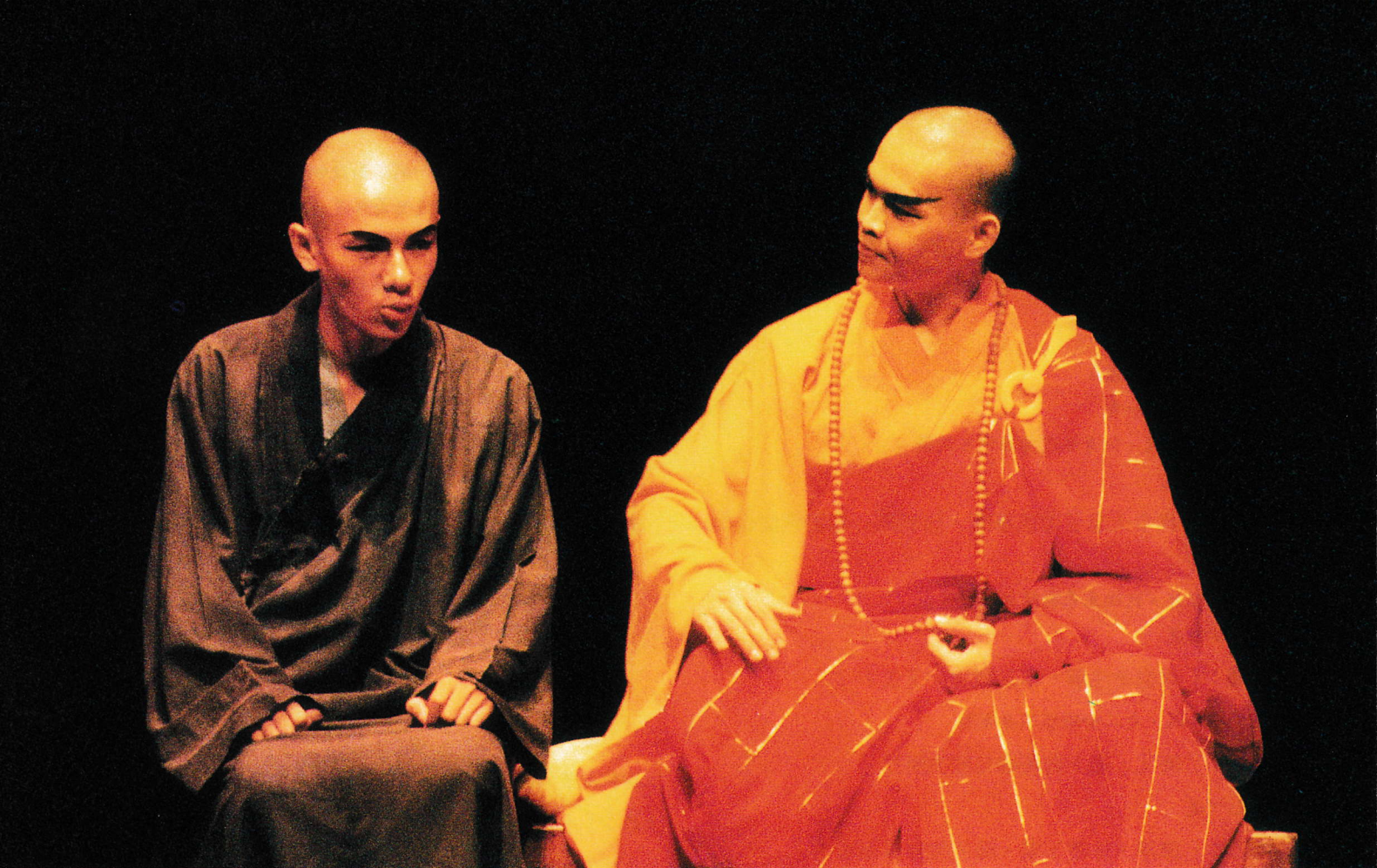
和尚跳下座來，握住太虛的鼻子大聲斥問

八指頭陀：「誰？你是誰？」

太虛擺脫，向八指和尚一禮拜，然後從容離去。

和尚滿意頷首點頭，目送太虛離去。





第17場：語驚四座

景：佛堂

人：太虛、道階法師、僧甲、僧乙、居士乙

道階、甲、乙邊走邊談。

僧甲：「法師啊、太虛真是神異過人，您在課堂上講的，他都倒背如流呢。」

居士乙：「是啊！是啊！不但這樣，而且還能為別人解說，都講得頭頭是道呢。」

道階面露訝異

道階：「噢?!那我今天倒要挑一段最難解釋的部份來考考他。」

三人入佛堂，其他人皆已坐。

道階示意太虛坐自己身旁

道階：「太虛，上來，師父要你解釋一下法華經中『十如是』的經文。」

太虛依言坐在道階旁。

道階對僧乙說

道階：「來，你唸一遍經文。」

僧乙：「所謂諸法如是相、如是性、如是體、如是力、如是作、如因、如是緣、如是果、如是報、如是本末究竟等。」

道階對太虛

道階：「好，你開始講吧！」

太虛：「這段經文主要是說明宇宙的萬事萬物都可以歸納成十個角度來說明。是那十個角度呢？就是經文所說的『如是相、如是性、如是體、如是力、如是作、如因、如是緣、如是果、如是報、如是本末究竟』，因為如是重複了十次，所以這段經文就被簡稱為『十如是』，是古往今來許多高僧大德各自抒發己見的一段經文，其中尤其以隋朝智者大師的看法最受到重視。」

這段經文中提到了十個角度，說得白話一點，就是萬事萬物的外相、本質、體質、力量、作用、主要產生的因、次要產生的因、得到的結果、獲得的報應，以及發生的過程。佛法為什麼偉大，由這十個觀察宇宙森羅萬象的周沿角度，就可見一斑，所以我們更應該好好的聽經聞法，才能真正明白佛法到底是什麼，才能真正增長智慧，成為一個立足宇宙、繼而出三界的大丈夫。」

太虛講完，合十作揖，歸座。

眾人滿意讚賞的鼓掌。

道階也滿意的點頭對太虛說

道階：「好！好！從今天起，我特准太虛到我住的寮房去閱讀我所收藏的經書。」



第18場：與圓瑛對詩

景：天童寺一隅

人：圓瑛、太虛

圓瑛來回悠遊踱步，尋思狀，自言自語

圓瑛：「用那一個字好呢？……嗯」

太虛出，喚圓瑛

太虛：「圓瑛師！」

圓瑛看到太虛高興說道

圓瑛：「小兄弟，我正在作一首詩，你要不要來唱和一番？」

太虛高興的附和

太虛：「好啊！」

圓瑛：「舟次懷友：

空澄夜氣清，兩岸月痕明，
遠別愁難遣，孤吟夢不成，
三秋知己感，萬里故人情，
羣籟此俱寂，惟聞過雁聲。」

唸完，對太虛很有興緻的說

「來！該你了。」

太虛沉吟了一會，聰慧的轉了一下眼珠

太虛：「和圓瑛兄舟次懷友韻：

偏覺月光今夜清，
披襟小立嫩寒生。
參差兩岸荻蘆白，
灼爍一江星斗明；
笛裏離愁吹不盡，
舟中淺睡夢難成。
每逢客路頻思返，
返得家鄉更悄情。」

圓瑛聽完大樂

圓瑛：「哈哈，你的才氣真是令人疼愛，我癡長你十一歲，都要忍不住讚歎：後生可畏啊！」

太虛：「那裡，圓瑛師過獎了。」

圓瑛在興頭上

圓瑛：「我跟你實在投緣。」

太虛：「我也與你一見如故啊！」

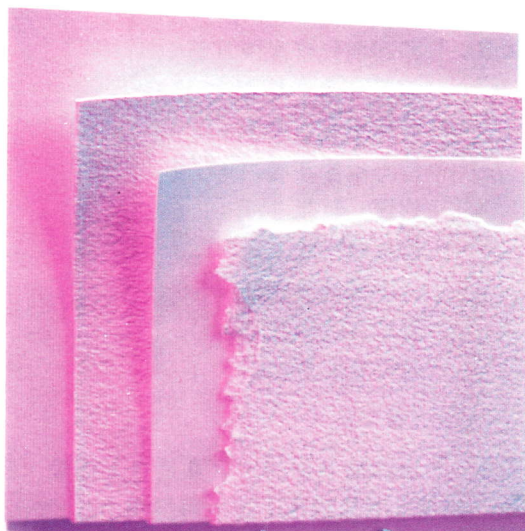
圓瑛突然有一主意，拉著太虛就跑

圓瑛：「來！來！來！我們這就到御書樓去，我要在關公像前與你結拜兄弟。」

太虛高興而感動，被拉著跑走。

〈待續〉





特別專題 紙雕與佛教之美

美麗的需要
現代的需要
前衛的需要
精緻的需要
發展的需要
輕鬆的需要

佛藝紙雕提供了滿足心靈的需要，
在這個雕琢成長、銘刻聚散的新視界中，
融合了動作上的小心翼翼與心情上的快樂歡喜
串聯起錦簇斑斕的諸多色紙
一張張 一層層
歌詠、召喚、傾注
滿幕的繽紛秘語

本期特別專題「紙雕與佛教之美」將與讀者分享

這個正將盈盈盛開的紙雕園地

第一片歡喜

紙雕藝術的主角～紙

第二片歡喜

網路座談～國際紙雕作品觀摩

第三片歡喜

台灣的紙雕世界

第四片歡喜

拈花微笑—佛藝紙雕新紀元

第五片歡喜

佛藝紙雕基本技巧

第六片歡喜

金色蓮花「拈花菩薩」作品示範





紙是書寫和傳播訊息的主要工具。我國從遠古新石器時代起是書寫在陶泥；殷商則用骨、甲、象牙、青銅和竹簡；到了周朝運用石、玉、縑帛及金屬；而木牘用於漢。

紙的發明

根據紙的產生有人以為中國最初造紙始於以破布在水中漂洗、捶擊，浮在水中的纖維偶爾聚集席上而成「紙絮紙」，繼之擴及生麻和樹皮等新鮮的植物纖維來生產「麻紙」。這樣的說法，後來在近年考古中發現的西元前二世紀「陝西灋橋麻紙」及「居延金關殘紙」得到有力的佐證。然這些「麻紙」都比較粗糙，無法書寫。直到西元一〇五年東漢蔡倫創造性地運用樹皮、魚網及原來之麻頭、敝布終於造了可書寫的紙。

至於上古埃及所使用的「紙草紙」，僅是將紙草的莖稈外皮切下刻為長條，彼此排列連結經過重壓成片，在上面畫畫；又古印度人使用貝葉紙寫經文、墨西哥樹皮紙，這些僅是利用自然界的天然物，做了簡單的加工，纖維沒有經過疏解重

(攝影／王秀珍)

特別專題 紙雕與佛教之美

第一片歡喜

紙雕藝術的主角～紙

——文／黃麗文——

在資訊發達的時代 紙張是非常重要的傳媒工具
不僅機器的製紙 由於快速、大量、成本低 遂漸取代了手工製紙
也因為商業用紙的製造與精美 加速紙雕藝術在全球各地的普及
甚至因為紙素材來源易得和紙雕技術的演進
促使紙雕發展為一商業型式的插圖媒體
本文將為你細說紙的歷史和製作過程

新交織成片，因而還稱不上「紙」。所謂「紙」是將造紙原料的纖維全部打散後（經抄紙過程）重新編排的人工組織物。

蔡倫製紙是將一團紙漿澆在席子上，因沒經抄紙過程，紙質較粗，所以用於書寫尚不普遍，直到晉朝紙才全部取代竹木為書，後來慢慢擴及到書畫、信箋、風箏、燈籠、日常生活用品、裝飾、藝品、娛樂、佛經、佛像、冥紙等等。到了西元七五一年造紙術西傳大食、波斯，十二世紀到歐洲，西元一七九八年法國人Louis Robert發明了木製的造紙機，再經過不斷改良，到一八一五年才真正有了機器紙。十九世紀中葉，中國的傳統手工造紙業受到外來洋紙的威脅，日趨不振。主要是因為進入資訊時代，紙張成了非常重要傳媒工具，於是機器製紙的快速、大量、成本低立刻取代生產慢、量少、價昂又紙質不宜印刷的手工製紙業。

▼蔡倫是公元一世紀末的人物，在他發明造紙術後一千六百多年，世界各地都是用手工造紙，再經過不斷改良，到一八一五年後，才真正有了機器紙。

（圖／手工竹紙製造程序中的材料抄紙 樹火紀念紙博物館提供）

手工製紙與機械製紙

手製紙光講抄紙簾重量一般約3~5公斤，然一入水抄紙的瞬間就達20~30公斤，一次抄一張每天不斷工作，如此費人力費時間當然無法與機器量產競爭。尤在人才培育

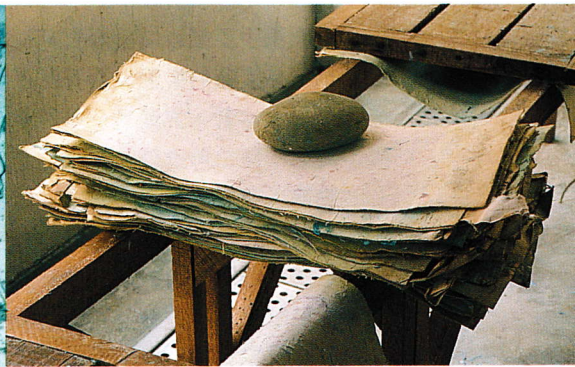
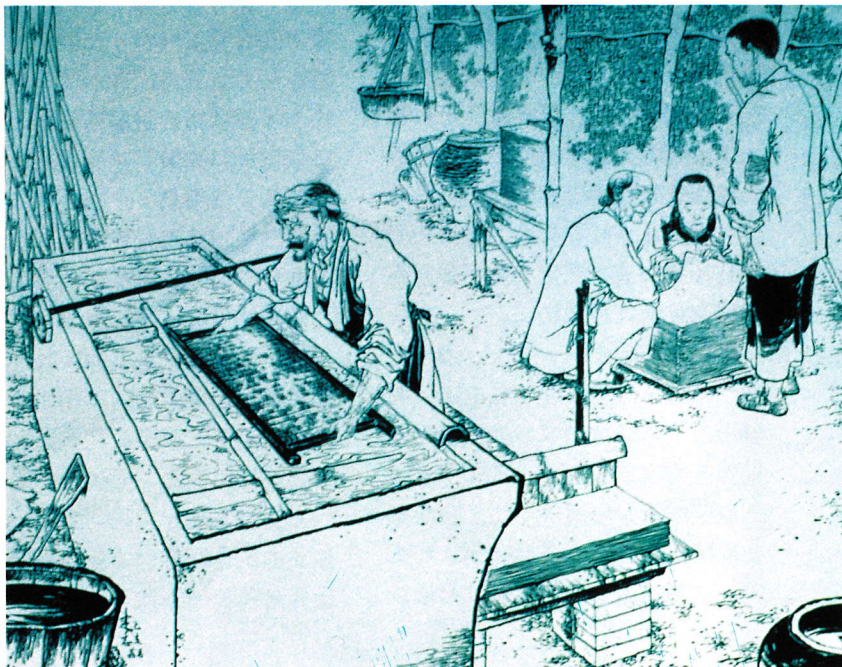
上也日漸困難，因為要成為一位製紙「師父」級，是需經四年日日八小時、每天不停工作抄紙500張的訓練才可以擔任，但已越少人願意從事這工作了。可是手工紙很多方面卻是機器紙無法替代的。如手工紙紙張厚度、品質全靠紙匠手上工夫，甚至裡面還融入當時他的心情與情感，所以手製紙是有生命且張張獨一無二。

實用上，手製紙纖維較長又是手抄，因此纖維可四面交織破壞少，紙張強度極強。另外，手製紙多偏微鹼性，較酸性的機械紙保存較久，目前又有中性紙上市，比鹼性紙還更適保存，所以在古文物修復上特受青睞。如果有人想要裱畫，亦建議用手工紙，因為機器紙是輸送帶生產，“拉力”同向“絲向”固定，若用來裱畫，久之會兩邊捲起，無法平整影響畫作，最後紙還會脆裂。另外在自然書畫、棉紙撕畫、版畫、裝飾、包裝、書信等方面亦常被使用。機器紙則非常投合現今資訊爆炸、追求感官、速食便利的時代，所以運用非常廣泛，紙種也越來越多。那麼如何分辨手工紙、機器紙呢？手工紙是一定有毛邊的、另外可透光看看是否有簾紋，不過這兩項已可由進步的機器製紙術

仿造，惟無法仿的是手工製紙會一面有刷痕一面則無。

紙與環境保護

當然，大部分的紙張都免不了使用後被廢棄的命運。您知道嗎？十公斤的紙或十六公斤的粗紙要用掉二十公斤的樹木木質纖維來製造，而一棵樹至少需生長十年才能用做造紙，然而人類消耗紙張的速度極快。在臺灣，每人每天平均扔掉二百公克的紙，也就是全臺灣每天把四百二十萬公斤的紙張當作垃圾拋棄。人類對木質建材料和造紙材料的揮霍，對森林生物生態和水土保持形成嚴重威脅。所幸，全世界環保意識抬頭資源回收漸受重視，不過若能更專業處理將有極大助益。如不同種的紙產品應嚴格詳細分類，報紙歸報紙、書歸書、箱子歸箱子，這樣各自回歸利用，才能再生產出等級較佳的再生製品，否則全部「紙」混在一起回收，只能用到品質較次的再生紙。「紙」經過分類回收製成「再生紙」的過程，與原本漿造紙比較，可以減少七五%的空氣污染與三五%的水污染，尤其鹼、中性紙及不漂白的再生紙環保效益更大，而手工紙污染也較小。



▲手工紙的毛邊、簾紋，可由進步的機器製紙術仿照，惟無法仿照的是手工製紙會一面有刷痕一面沒有。
（攝影／王秀珍）



▲「樹火紀念紙博物館」

是台灣第一家紙博物館。

館內有現場解

說手工紙的製作

過程、手工抄

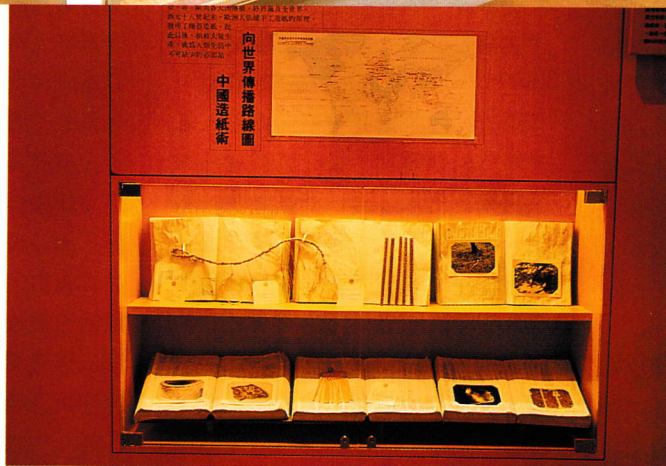
紙示範、紙

的生成及保存等等

有關紙的各方面

知識。

(攝影／王秀珍)



樹火紀念紙博物館

臺灣手工紙以埔里水質甚佳能造出不易變黃的紙而成為臺灣手工抄紙業大本營。另值得一提的是，台灣第一座紙博物館：樹火紀念紙博物館，有展出世界各國手工紙、館藏的歷代古紙，古今造紙比較、原料助料等等介紹。現場還有示範手工製紙過程，並讓參觀者作一些紙實驗及親自動手抄紙留念。該館空間極具巧思，善用垂直動線貫穿各樓層的水平排列，引導參觀者由下而上逐層盤旋，藉以領悟一張紙由「生」到「死」再「重生的過程」，而獲完整概念，因此頗值前往參觀。

紙與文化藝術

紙張與紙張加工出現而開始的通訊革命，催生了至今仍持續盛行的三度空間媒體（立體媒體），再加上工業時代商業用紙的製造與精美，亦加速紙雕藝術在全球各地的普及。繼之隨著紙素材來源易得和紙雕技術的演進，更促成紙雕發展為一種商業型式的插圖媒體。

作為娛樂的用紙，在三、四世紀便已開始。每逢節慶，在中國民間習用刀、剪紙鏤刻或剪成圖案以為裝飾，圖案或為花草、鳥獸、吉祥圖或反映農家生活等。到了初唐紙藝從平面發展到立體已有摺紙和紙花，技巧更達上境。剪紙及摺紙在

中國已有上千年的歷史，近代，西方傳入紙雕更開拓了紙藝新空間。在傳統上紙雕只用來當作詮釋藝術的媒介，現在倫敦的櫥窗展示師父們已開始利用紙作為展示素材，他們並藉助先進的攝影技術，將櫥窗拍成照片登在雜誌上，作為平面廣告。同時紙雕又成立體插畫新尖兵，它為視覺傳播業創出令人興奮的成果。

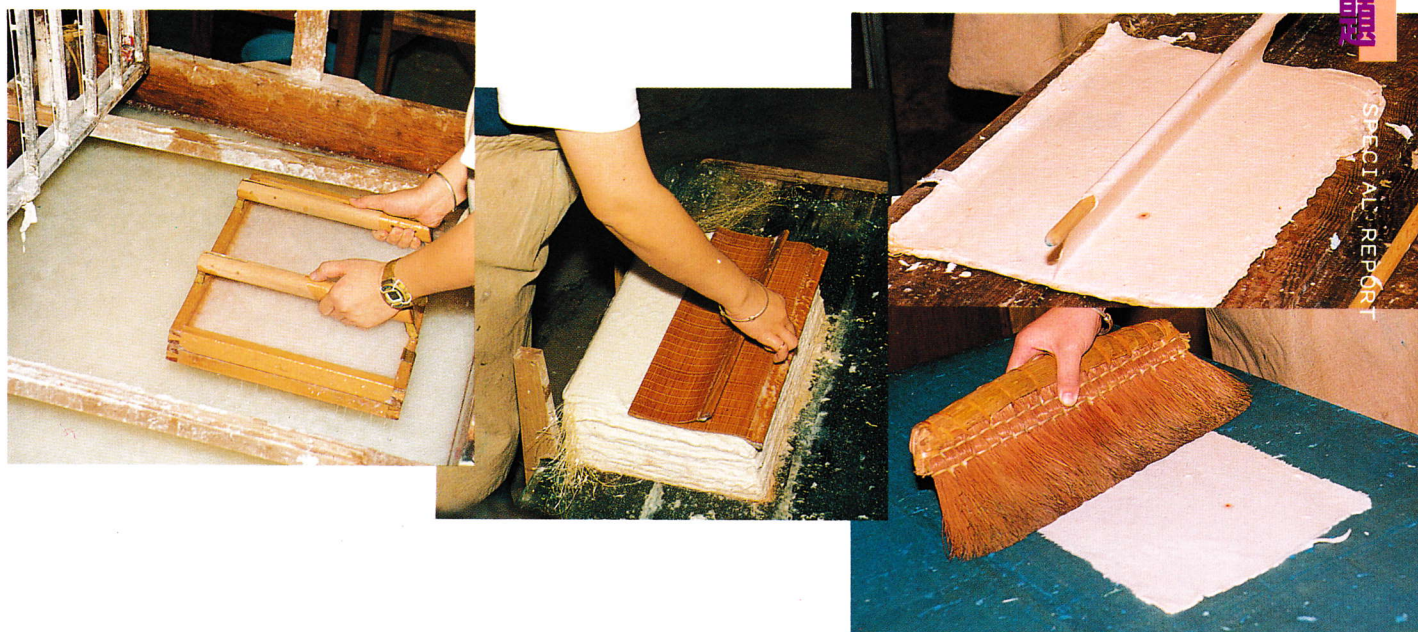
早期十八世紀英國的奧古斯丁·華克 Augustine Walker 是紙雕藝術的先驅者，他約在西元一七六〇年完成的兩幅海洋紙雕作品至今仍在英國格林威治的國家海洋博物館展出。同年代還有荷蘭的歐曼林 A·Van Omeringh，以將有關海為主題的畫轉換成紙雕作品而著稱，其作品亦同館保存。當代率先在廣告與編輯市場中使用紙雕作為插圖媒介，則以紙雕家布魯斯·安格雷夫 Bruce Angrave 與亞瑟·索得勒 Arthur Sadler 等人為先驅代表。

對「紙」的選擇以及自己的想像力，是決定紙雕作品意象與造型的原因。而能了解紙的撓性、重量與紋理等等特性，使自己更能充分表現出創作物的質感，再運用割、摺、貼、塑……等加工技法，便能展現出紙雕豐富內容。一般常見的紙雕作品大致分為紙雕卡片（立體卡片）、浮雕用於封面插畫與全雕獨立表現於動物類、建築模類、抽象雕塑及日常用品。在國外創作更廣，有的是直接用紙漿雕塑、有的用書堆疊雕刻、或多種手法混用等。

藝術的領域，是超越一切物一切相的。藝術不只是美的欣賞，更可是情感與生命內涵的具相表現。當內在圓滿了，呈現於藝術上自然也多分靈性與生命，而這唯有透過修行去實踐真理才能找到生命答案，如此去創作紙雕也才能如同敦煌藝術有真善美的極致。

手工造紙與機器造紙的程序（文／樹火紀念紙博物館提供）

手工造紙：原料→浸泡→蒸煮→漂白→檢料→打漿→抄紙→覆紙→壓紙→烘乾



攝影／王秀珍

機器造紙：伐木→屑片→蒸煮與洗料→漂白→打漿→配料→抄紙→成品



網路座談～國際紙雕作品觀摩 紙雕藝術之美

——文／連柱——

(美國德州大學電機工程碩士)

迷人的紙雕藝術

獨樂樂不如眾樂樂

本刊透過網路

邀請到國外的友人

與讀者一起分享紙雕世界不同風格的

瑰麗與奇彩



瑪麗·凱依(Mary Kay Colling)



查理·唐(Charlie Th'ng)



琳達·貝松(Linda Bessant)

賓·宮傑(Ben A. Gonzales)



朗·卻思派(Ron Chespak)



內在的美與外在的美是分不開的。當人們的心中有美的時候，外在就會顯現出美，如同各類的藝術作品，只要那是藝術家內在純然無分別的真情表露，則無論用怎樣的表現手法與技巧，人們都可感受到那美的部分。

傳統上我們所知道的雕塑是在木頭、金屬、石頭等硬梆梆的材料上創作，不過表現出來的卻有一種立體的視覺美；繪畫則不同，傳統上是在紙、布等軟性的材料上創作，表現出來的雖美但少了立體的感覺。那有沒有兼具雕塑的立體感與繪畫的柔性美的藝術創作？

想像力與靈感是藝術工作者的創作泉源，源源不斷的想像力與靈感來自沒有滯礙分別的心，唯有没有任何的執著，靈感與想像力才能想活水一樣，源源不斷的湧現。所以兼具雕塑的立體感與繪畫的柔性美的藝術創作是可能的，只要心打開，將雕塑使用的傳統材料改換成紙，再配以工藝技巧與繪畫手法，那麼一項立體與美結合的新創作——紙雕藝術就產生了。所以當心與藝術結合了，藝術家就能創作出許許多多的可能，紙雕就是一項很好的例證。

結合了雕塑與繪畫的紙雕有甚麼特別？許多人看到紙雕的時候都會被那特有的立體風格所深深的吸引，那麼紙雕究竟有甚麼魅力讓我們忍不住想多看一眼？英語有一句話：「眼見為憑（Too see is to believe）」，紙雕究竟有甚麼美的

地方？接下來就讓我們透過網路訪談來自美國及加拿大總計5位的紙雕藝術工作者，除了分享他們從不同的角度來討論「紙雕之美」之外，也讓我們從他們的作品當中去實際體會心與藝術結合所呈現出來的各種不同特質的「紙雕之美」。

問：紙雕藝術之美在哪裡？

瑪麗·凱依（Mary Kay Colling）

：「紙雕吸引人的地方在於它視覺上的重量遠超過實際重量所產生的一種立體錯覺，紙雕看起來笨重，實際上卻相反。」

琳達·貝松（Linda Bessant）：「從燈光對紙雕產生的不同陰影與紋理當中我們可以欣賞到紙雕的美。當燈光改變時，雕像的外觀也跟隨著改變，紙雕之美就在這裡。」

查理·唐（Charlie Th'ng）：「紙雕之美在於它的最終結果，作品中每一層與每一層之間是互相銜接，就如同日落俯視整個海洋時所看到一層一層銜接的波浪一樣。我認為摺紙、紙雕與浮出藝術是互相關聯的，如同天空、海洋、風和雨水之間的關係一樣，缺一項就不完整了。」

賓·宮傑（Ben A. Gonzales）：「對於紙雕，最令我驚訝的是脆弱、薄薄的一張普普通通的紙，竟然是一項極其美麗的作品源頭。」

朗·卻思派（Ron Chespak）：「紙雕之美包括作品的深度與構圖以及表達的形式與內容。對於一個欣賞的人而言，燈光、看的角度以及距離佔很重要的地位。」

問：您的紙雕創作靈感從哪裡來呢？

瑪麗·凱依（Mary Kay Colling）

：「想像力，我的腦中總是掠過我所讀過、聽過或看過的任何事物，或者重組不同的觀念與附加的關聯。因此，大部分時間我無法說出某個特定的經驗是哪個作品的靈感來源。」

琳達·貝松（Linda Bessant）：「我所看過的戲劇（例如著名的《貓》劇）、電影，以及我週遭的色彩與大自然...等等都是我的創作靈感來源。」

查理·唐（Charlie Th'ng）：「通常我是從觀察我身邊的大自然事物來獲取靈感。紙雕中常使用到許多摺疊的技巧，因此我會特別去注意事物的摺疊與展開情形。此外，明暗與立體感一直是吸引我注意力的對象。」

賓·宮傑（Ben A. Gonzales）：「我的靈感來自於從最簡單的方法所捕捉到的物體本質；有時候我的靈感會由技術性的挑戰所觸動，例如當我想要以一張紙來創造出一隻烏龜的時候；有時候街頭上一張被弄碎的紙也能觸動我的靈感。」

朗·卻思派（Ron Chespak）：「在我們的週遭到處有陰暗、明亮與構圖，觀看它們就能成為我的大部分靈感來源。我的創作只是運用每天所看到的事物，從中找出裡面的美好的部分然後簡化它們成為我的作品。」



問：您創作紙雕過程中最感困難的甚麼？

瑪麗·凱依 (Mary Kay Colling)：
「摺紙或紙雕時，讓摺痕筆直以及不讓紙沾到污點與膠水是我認為最困難的部分。任何使用到白色紙的工作時，特別是濕的白色紙，整個工作區域必須清理的很乾淨是很重要的。」

琳達·貝松 (Linda Bessant)：
「作出立體的外觀以及讓它維持這個形狀是我認為較為困難的地方。」

查理·唐 (Charlie Th'ng)：
「製作紙雕過程中最困難的部分是思考如何將二度空間的圖做成三度空間的成品過程。製作紙雕時你必須能夠在開始製作之前就看出完整的構圖。人們必須往事物的核心去看而不是去看它的外相。如果你能夠如此，那麼整個構圖就會從你的手與眼中形成。」

賓·宮傑 (Ben A. Gonzales)：
「我覺得最困難的部分在於如何在技術性的優美與實際的美學之間取得協調。」

朗·卻思派 (Ron Chespak)：
「對我而言，到目前為止最困難的部分是為主題下定義。由於每一件事情可用許多不同的角度去看它，因此總可看到新的與不同的地方。選擇以及具備足夠能力做這個選擇是我所謂最困難的。」

問：您是如何賦予作品生命呢？

瑪麗·凱依 (Mary Kay Colling)：
「在我的作品當中，看得見的生命來自於顏色與表現的形式，兩者是我藉以吸引及保持注意力的元素。作品其他部分的生命則由看的人以他們與作品的互動從中獲得個人所感受到的生命。」

琳達·貝松 (Linda Bessant)：
「我發現當我創作出一項作品時，它是有生命的，而且因為如此這個作品相對的擁有讓人們想要伸出手去觸摸它的某種深厚感覺。因為這種感覺，人們會想要知道我是如何讓這些作品站立起來的。為甚麼我要創作紙雕面具呢？我發現人們對別人的外觀特別著迷，因此我就創作許多的紙雕面具。當我們帶上面具，我們就創造出了另外一種人格。」

查理·唐 (Charlie Th'ng)：
「每天去發覺讓你感動的事情，不論是大是小。讓今天過的非常充實，然後去迎接明天的來臨，因為永遠有明天。當我不在我的工作室時，我的另一個興趣是建池塘。在池塘裡我養有金魚，她們經常是我的靈感來源。我觀察魚兒在水中的簡單生活以及種植在水中的蓮花、百合等的開花，這些告訴我如果讓生活簡單，生活便能夠像大自然一樣的美。我一直嘗試以『少就是多』的態度來設計與創作我的作品。我明年度的新計劃是創作中國十二生肖中的動物，我要將牠們作為問候卡與明信片。當我完成整個計劃時我會寄給你們一些作品。」

問：作品當中您最想要表達的是甚麼？

琳達·貝松 (Linda Bessant)：
當我做紙雕時我想要表達的是讓人們知道一些舊有的東西能夠被再利用，進而創造出全新以及美麗的東西。我的論點是：回收—再製—再生。」

瑪麗·凱依 (Mary Kay Colling)：
「藝術欣賞是一件純個人的事，看的人會有甚麼結論，對我而言是無所謂的，只要他們能從中有某種結論，只要作品從某方面能改變他們。我無法用語言來說明我的作品中的一部份或整個作品所要表達的是甚麼，作品中有許多不同層面的涵義，有些層面是超過我所認為有價值的。但如果以這種方式來分析我的作品是虛偽的，這是我所要避免的。簡單的說，我的作品是適用家庭與辦公室的牆壁。」

賓·宮傑 (Ben A. Gonzales)：
「我希望人們能夠了解紙雕是一項令人愉快的工作而不是一項娛樂。它是可以學來的，縱然你不是藝術家。就像學習字母時你不需是一位作家，學習數字時你不需是一位數學家一樣。」

查理·唐 (Charlie Th'ng)：
「紙是一種活的東西，透過我們的眼睛，它能觸動美麗並且維持許久許久。」



▲圖／護身符與戰利品 瑪麗·凱依 (Mary Kay Colling)

問：紙雕，顧名思意是使用紙，那麼目前所使用的材料是哪些呢？會不會產生環保問題？以後會有怎樣的改變？

瑪麗·凱依 (Mary Kay Colling)：「手工作品不使用木材紙漿，所以不會有環保問題。我們使用木棉或亞麻來做西方式的紙張，至於東方式的紙張則使用有纖維的種子來製作。這些紙張都是沒有酸性的。」

琳達·貝松 (Linda Bessant)：「紙雕用的無酸性紙張大部分是由棉花纖維所作成的，但在加拿大有些時候我們也使用菲律賓的呂宋麻以及其他植物纖維。製紙公司總是一直使用沒有傷害性的化學原料來開發較好的紙。平常我使用牛皮紙漿來製作再生紙，有時候也會與棉花與其他麻一起混合製作。」

問：對於一位想要學紙雕的初學者，應該看哪些書？

查理·唐 (Charlie Th'ng)：「我建議去看由立體插畫公司所出版的年度三度空間插畫獎作品。裡面也有我的一些作品。三度空間插畫展是一項每年都舉辦的國際性立體插畫比賽作品展，它們有一個網站：<http://www.3Dimillust.com> 另外關於POP與摺紙的書可以參考Ondorisha出版公司出版的一系列書籍。」





老虎/瑪麗·凱依(Mary Kay Colling)

瑪麗·凱依 (Mary Kay Colling)：
「紙雕並非是一個不完整的主題，所以坊間關於自己動手製紙、做模、摺紙等等的書籍都可以作為參考，在我的網站中有一篇我個人對紙雕的問答集 (FAQ)，<http://mkcolling.com/castsculpt.shtml>，也可作為參考，另外，達特·漢特與遜摩第·巴瑞 (Dard Hunter and Timoty Barrett) 的巴瑞的《漢特的西方紙與巴瑞的東方紙 (Hunter for western paper and Barrett for oriental paper)》則是其中最好的一本參考書。」

琳達·貝松 (Linda Bessant)：
茱麗葉·寶登 (Juliet Bawden) 的《混紙漿的藝術與工藝 (The Art of Craft of Papier Mache)》，保羅·傑克森 (Paul Jackson) 的《摺紙與紙工藝技術百科全書 (The encyclopedia of Origami & Papercraft Techniques)》，費斯·夏農 (Faith Shannon) 的《紙的樂趣 (Paper Pleasure)》，蘇菲·道森 (Sophie Dawson) 《製紙的藝術與工藝 (The Art & Craft of Paper Making)》等都是我平常用作參考的書籍。」

賓·宮傑 (Ben A. Gonzales)：
「1967年由寶林·強森 (Pauline Johnson) 著作，華盛頓大學出版部出版的《紙的創作 (Creating with paper)》是一本對初學者很好的參考書籍。」



面具/琳達·貝松(Linda Bessant)

問：紙雕藝術的趨勢將如何？

瑪麗·凱依 (Mary Kay Colling)

：「我不確定我們能夠像繪畫或雕塑一樣去談論屬於非連續性媒體的紙雕的趨勢。我個人認為任何由紙製成而有三度空間的形式都可以稱為是紙雕，這包括由一張紙製成的摺紙，經由成形／切口／撕開紙張而成的作品，或者像我用手做紙漿然後將之乾燥成有紋路的紙張的那種作品。決定採用雕塑用的紙或有紋路的紙，似乎是由三度空間觀念推動的設計取向，而非過程取向。」

「再深一層探討這個趨勢的問題，我可以告訴你20年來我所閱讀過全世界各組織團體所出的競賽說明書中還未見過有紙雕的分類。我也

從未在一些主要的藝術雜誌當中看過對於紙雕藝術的評論，所有這些雜誌中的壁畫藝術壓倒性的全屬於平面二度空間的作品。大部分大學藝術系課程中也没有提供紙製或紙雕課程。紙雕從專業或學術系統中缺席說明在我們所知的藝術領域中沒有三度空間的紙雕藝術的趨勢可言，雖然我們知道收藏家與經銷商確實經常對紙雕作品有所需求。」

「對於三度空間的紙製藝術似乎也没有大量的市場需求，這也許是因為它的價格關係。做成三度空間的紙作品稍貴些，甚至由一般買來的現成紙所做成的成品也是稍貴。如果是由藝術家從做模並且製紙漿所完成的作品則更貴。」

「我的紙雕是從紙漿做起，然後

是將紙漿倒入模子內重壓然後讓它整個乾燥。再來是表面處理，之後根據紙張的乾燥程度決定是否再進行另一次的乾燥工作直到可以成形。這些一塊狀的東西需要成形，因為它們是紙的東西，所以也需要較進一步的成形工作。成形所需的框架比一般平板框架來的複雜，所需的時間也會多出三倍到四倍。時間、設備、電以及框架的成本就須反映到最後的售價上。」

「利用商業化的設備可以做成大量的紙雕，但成品並不吸引人。自從中國人發明製紙之後，人類對紙已有四千年的了解，我想我們會拒絕那些量製的紙的原因是因為它們看起來不自然。」

查理·唐 (Charlie Th'ng)：「我



面具/琳達·貝松(Linda Bessant)



擔心長久之後紙雕將成爲一項沒落的藝術。人們正利用電腦來做許多的事情，所以我們的溝通技藝將都變成電子化，但我希望這中間不會去掉真實的溝通技藝。至於在紙雕使用的材料方面，我想將會有一些新的東西被發明。目前我也正嘗試利用電腦軟體在電腦當中創作像紙雕的作品，這並不容易不過照著使用真的紙的方式去做是可以做出來的。不久的將來如果有軟體可以做出像紙雕的立體圖畫並不會令我感到訝異。」

賓·宮傑 (Ben A. Gonzales) :「紙雕將像摺紙一樣綻放出許許多多的詮釋。我個人認為紙雕與其他媒體例如卡通、電視等結合之後，動作將是紙雕進展的一項因素。我

也認為紙雕特別對於第三世界可作爲一項教育工具。」

琳達·貝松 (Linda Bessant) :「紙雕藝術的未來將往前駛去，只要人們的心與手願意放手讓它去。不論紙將來會有怎樣的形式存在，藝術家將以他們所能利用的去創造美麗且新的事物。」

問：紙雕有哪些特質可與宗教結合？

查理·唐 (Charlie Th'ng) :「小時候我與我父親常待在寺廟裡頭，從那裡我發現宗教能夠用許多方式來表現，而我能夠透過紙雕藝術來表現我自己，這是一種宗教經驗。在寺廟裡我看到許多關於神的故事的中國繪畫，去看這些故事以及從故事中學習一直是我最喜好的事情

之一；我想紙雕在這方面將有另一種發展空間。」

賓·宮傑 (Ben A. Gonzales) :「紙雕作爲表達抽象感受或者人與人之間、人與神之間的關係是非常方便、經濟而且是每個人可以採用的。由於它只需要一些簡單的工具，因此是一項人人都可以參與使用的媒體。你可以很放鬆與鎮定的使用它，因爲它的成本不高，所以也不怕在製作過程中犯錯。而任何想法可以幾乎立即轉成三度空間的構想。」

朗·卻思派 (Ron Chespak) :「雖然這是一個極深入的問題，但我的答案是「簡單」，如同可以在我的網站中看的作品一樣。」



火雞/賓·宮傑
(Ben A. Gonzales)

問：我們要如何欣賞一幅紙雕作品

查理·唐 (Charlie Th'ng)：「欣賞一幅漂亮的紙雕就像看一部好電影或讀一本好書一樣。你必須讓自己放鬆然後將焦點專注的放到作品上。在許多次再去看我的作品時，我體會到它們對我精神上與自信方面的幫助。所以你無法一次就完整的欣賞出紙雕的美。每次去看時永遠都會有新的感受。對我而言，我一直想要讓我的風格完美，所以我從最近的作品去發覺那些是要改進，那些不用改進的。這是一項持續的學習過程。絕不認為作品是完美的，因為沒有完美的事物，這樣將讓你有一個成長的空間。」

琳達·貝松 (Linda Bessant)：「人們要欣賞紙雕可以從自己動手做一個紙雕開始，首先學習如何做自製的手工紙，從原先只是一些粗的纖維到一張紙中去獲得對紙的感覺，然後當紙還是濕的時候將她塑成某種形狀之後讓它乾燥。當它乾了之後就能在上面繪圖或裝飾。這樣子你對於紙雕精神將有一真實的感覺。」

賓·宮傑 (Ben A. Gonzales)：「人們欣賞紙雕時必須將腦子空掉，然後讓感覺自然的流動。」

瑪麗·凱依 (Mary Kay Colling)



獨角龍/賓·宮傑(Ben A. Gonzales)

：「這要看是從甚麼角度去看，基本上人們應該期待任何紙的作品中沒有污點、指印，此外除非是設計中的一部份否則不應該有皺摺與洞孔，圖樣與摺疊的部分應該有筆直鮮明的邊，所使用的紙應該沒有任何污點，使用在紙表面的黏膠、彩繪與墨水等材料應該是合適的。」

朗·卻思派 (Ron Chespak)：「我覺得欣賞任何藝術作品都是要靠看的人的眼睛以及判斷，但是欣賞紙雕卻需要開放的思考，我覺得人們希望從作品中看到比真實的內容還要多的東西。」

問：您希望跟我們讀者說些甚麼？

瑪麗·凱依 (Mary Kay Colling)：「能受邀在貴雜誌的專題討論是一件非常令人興奮的榮耀，我期待能看到其他參與討論者的反應。這些討論的題目是非常需深思的問題，某些問題我必須從我的內在深處去尋找我從未思考過的答案。」

在討論一些跨文化的抽象觀念的過程時，我對某些必然會犯的錯誤感到緊張。是否當我們具有能力與別人對談時都會與意料中的相反？當下我們會立即舌頭打結害怕我們的意思會冒犯某些人。我玩味的想找一位翻譯者能將這個訊息寫的像以中文寫成的，但所有的觀點也

許可能變得特別的奇怪並且破壞了效果。最後我發覺我能相信編輯者的才能作某些需要的修正。」

琳達·貝松 (Linda Bessant)：「雜誌的讀者，我的論點是：回收一再製一再生。」

回收的意思是：使用我們所丟棄的；再製的意思是：將我們所回收的重新製作成有用的；再生的意思是：經回收與再製之後獲得再生。對許多被使用而未回收的紙張而言，我們需要多做這方面的事。」

「請欣賞光在紙雕上所顯現出來的深度、主題以及從未改變的紋路。」

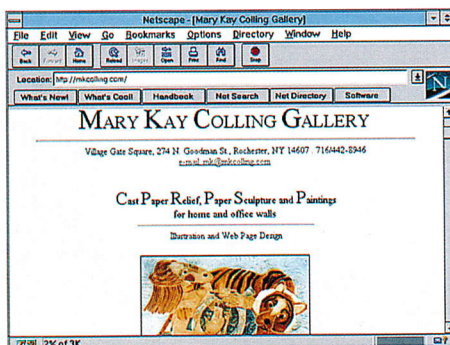
查理·唐 (Charlie Th'ng)：先，身為一個到美國有22年的亞洲人，我要謝謝金色蓮花雜誌讓我有這個機會將我一直喜好與喜愛做的東西來展示與分享給大家，並且希望這對於鼓勵新一代的紙雕工作者有所幫助，我非常榮幸能將我的經驗分享給台灣的讀者。

另外，在我人生旅程中還有一個新的轉折點，那就是我的女兒，潔·李梅·唐 (JadeLee-mei Th'ng)。紙雕帶給她更多的好運並且同時引起她對未來的想像。由於我太太與我都是設計師，潔 (Jade) 經常會來到我們的工作室觀看我做的那些紙娃娃，於是我們會說“那

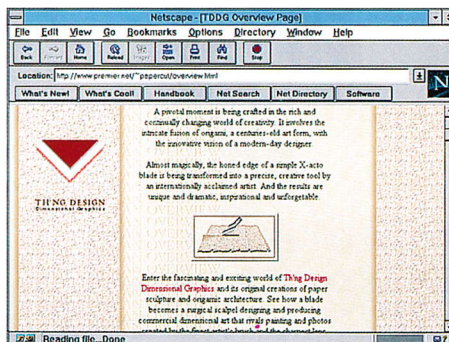
將讓她的小學生活非常非常的有趣，尤其如果《表演與說話》課的主題是《妳的父母親是做甚麼？》”。但在此之後，我們將鼓勵她在作紙娃娃過程中所顯現出來的任何興趣，因為那只是我這個摺紙雕塑家第二代的開始而已。」

賓·宮傑 (Ben A. Gonzales)：「我想說的是偉大的藝術作品不是因為一個有名的名字、使用一個進口的材料、難以置信的拍賣價格、極稀有、具宗教或歷史意義，而是作品本身將我們的感覺帶回到一種純潔驚訝的時刻，一種思考停止而時間消失的時刻的一種神奇力量。是的，這似乎有些矛盾，但，我們唯一能夠感受到偉大藝術是當我們的腦子停止運作而由我們的感覺替代的時候。請來探索《古癖—古癖 (Gupit—Gupit)》網站：一紙成形的紙雕<http://www.tiac.net/users/gneils/guipit-guipt.html>」(註：古癖—古癖 (Gupit—Gupit) 是菲律賓羅宋島原住民塔加拉族語 (Tagalog)，意思是切一切)

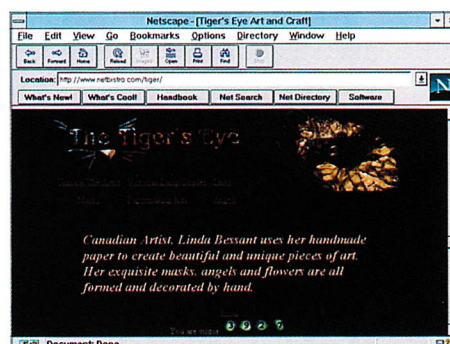
朗·卻思派 (Ron Chespak)：「我唯一想對讀者說：不斷的去享受藝術之美，因為你做得好 (也謝謝你的欣賞——我的作品)。」



瑪麗·凱依(Mary Kay Colling)的個人網址是：<http://mkcolling.com/>



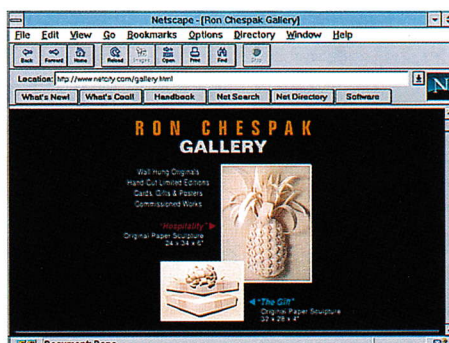
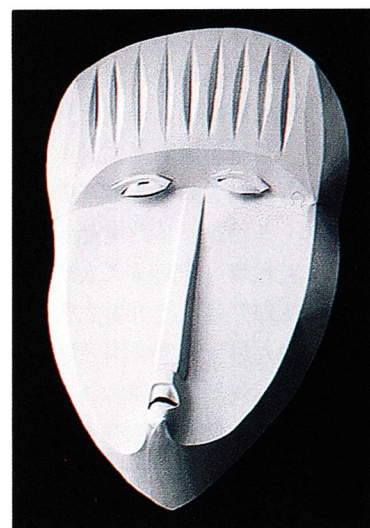
查理·唐(Charlie Th*ng)的工作室網址是：
<http://www.premier.net/~papercut/>



琳達·貝松(Linda Bessant)的個人網址是：
<http://www.netbistro.com/tiger/>



賓·宮傑(Ben A. Gonzales)的網址是：
<http://www.tiac.net/users/gneils/gupit-gupit.html>



朗·卻思派(Ron Chespak)的個人專屬網站：
<http://www.netcity.com/gallery.html>

後記

美是藝術，佛法更是美中之美，藝術中的藝術。從「紙雕之美」的討論，我們可以發現，一幅紙雕藝術作品可以是很簡單的一張紙，很簡單的一個顏色，也可以是很複雜的構圖，很複雜的色彩，但無論是簡單或複雜，以一顆很清淨的心去看時，其實都是美的。佛法的美就在於心的美，藝術工作者的心是美的，創作出來的作品自然是美的，欣賞作品的心是美的，看到的也自然是美的。

衆生之樂乃菩薩之樂，五位參與「紙雕之美」討論的異國友人，雖然都是我們不相識的，但因為佛法而如菩薩般的不吝付出，是我們感動與讚嘆的。在邀稿與討論當中有幾項值得提的是：查理·唐（Charlie Th'ng）在接觸的開始便主動提到如果使用網路上的圖片做紙雕說明，印出來的效果可能不佳，他願意郵寄照片或者另傳解析度較高的圖片讓我們使用，這份細心讓這次的圖片說明增色不少。

另，瑪麗·凱依（Mary Kay Colling）在獲知我們的雜誌封面設計靈感來自敦煌石窟中的菩薩像時，特地花了一個多小時的時間在網路上找尋關於敦煌石窟的資料，並且在她的個人網站上為我們的雜誌與這次的討論做介紹，謝謝她的熱心。其他三位也在百忙當中提供我們所需的資訊，真的非常謝謝他們。最後，希望因為這次的結緣，在他們的八識田中種下一顆學佛的菩提種子，願他們有進一步認識佛法與學佛的機緣，也願佛法一點一滴的遍傳全世界，成就所有衆生。

參與討論者與其作品介紹

瑪麗·凱依（Mary Kay Colling），擁有溝通學系的碩士學位，目前在紐約的羅徹斯特市（Rochester）擁有一間個人專屬的藝廊。她的興趣包括紙雕、繪畫與網際網路網頁設計。瑪麗·凱依並曾獲得許多藝術展覽的大獎，她喜歡使用充滿活力的色彩，並且創作複雜度高的作品，以《護身符與戰利品》而言，靈感來自古印加文明遺留下來的陶瓷碎片，整個作品由許多個細部紙雕所構成，構圖極其複雜與一般傳統的紙雕作品風格不同。瑪麗·凱依對於網際網路的運用有獨特的興趣，她認為網際網路可以讓藝術家們比過去更有機會將他們的作品展示給大家，並且有更多的機會去觀摩別人的作品，因此一直鼓勵當地的藝術家多去接觸網際網路。瑪麗·凱依（Mary Kay Colling）的個人網址是：<http://mkcolling.com/>

查理·唐（Charlie Th'ng），生於馬來西亞，目前定居於美國路易斯安那州，作品以立體繪圖與插畫著名。自己創立了一間立體設計工作室，專門作紙雕、摺紙與POP方面的設計。查理·唐曾獲得許多立體設計競賽的金牌獎，在紙雕的設計上他最喜歡的風格是使用單一色彩的紙張來製作紙雕，他認為這比使用彩色的紙來設計紙雕更具挑戰性，因為必須用足夠的階層來表現立體感。查理·唐（Charlie Th'ng）的工作室網址是：<http://www.premier.net/~papercut/>

琳達·貝松（Linda Bessant），來自加拿大。她的紙雕作品反應她身旁的大自然之美。她投注於利用手工製再生紙做各項藝術創作。面

具、花與自然景觀是她紙雕創作的主要主題。其中面具最具特色，琳達·貝松（Linda Bessant）的個人網址是：<http://www.netbistro.com/tiger/>

賓·宮傑（Ben A. Gonzales），最早接觸紙雕是他在菲律賓因為受傷住到一所美國醫院作復原期間開始的。那時他便開始玩紙來娛樂自己。康復後，他取得了紐約古柏聯合藝術學院（Cooper Union Art College）的入學許可去到美國求學。後來進一步獲得漢特學院（Hunter College）的藝術碩士學位。目前則在紐約的高中當藝術與設計課程的老師。他的紙雕作品特色是從頭到尾只使用一張紙。對他而言使用一張紙來做紙雕更具挑戰性，而且讓設計更簡單更具強度。如同他引用愛因斯坦所說的一句話：「試著讓事情簡單，而不是更簡單」，使用一張紙做紙雕創作對他而言另有一番涵義。賓·宮傑的網站中有關於如何利用一張紙來作紙雕的介紹，有興趣的人可以去他的網站參考，網址是：<http://www.tiac.net/users/gneils/gupit-gupit.html>

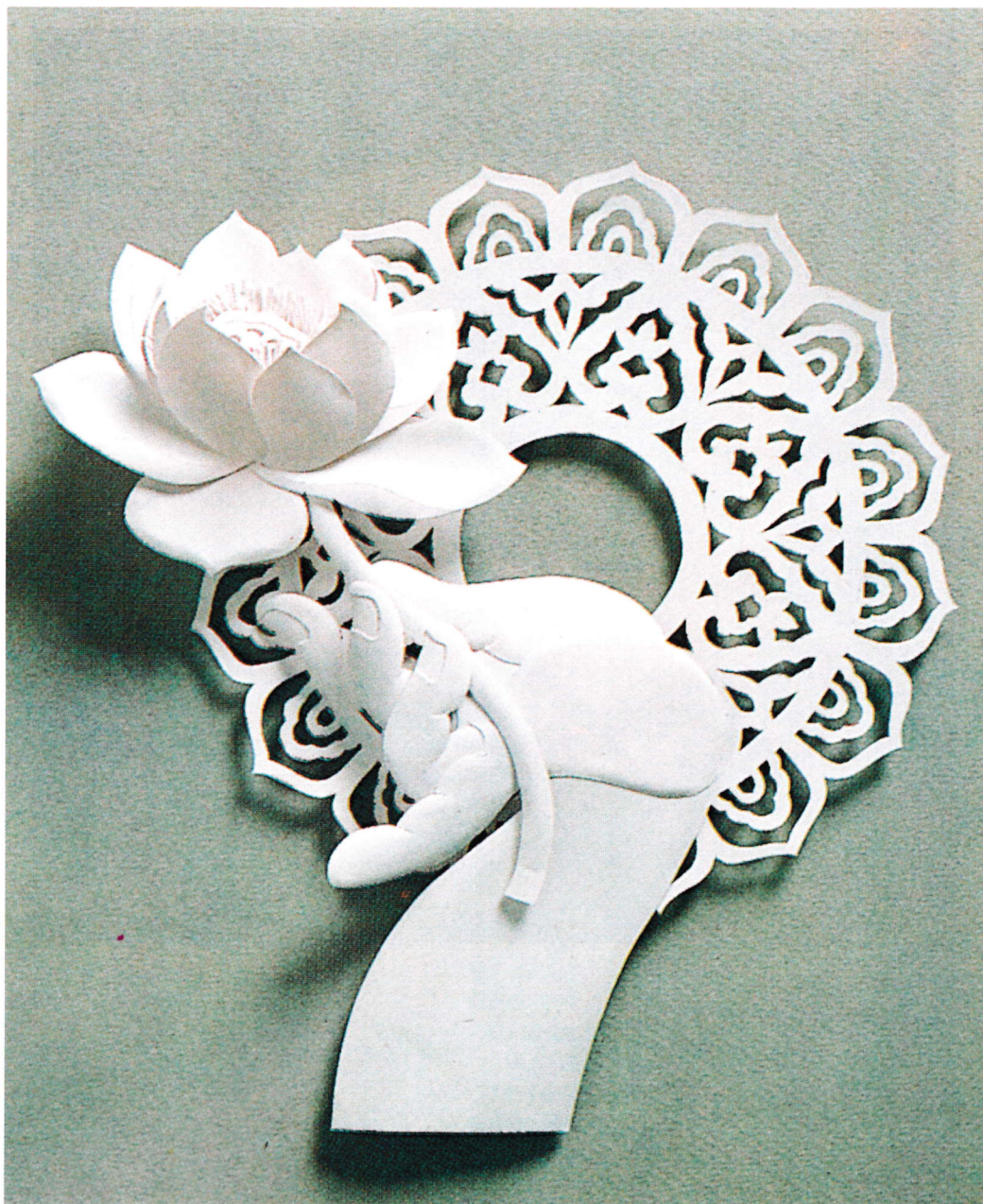
朗·卻思派（Ron Chespak），畢業於美國加州州立大學美術系，曾任世界知名的奧美廣告公司資深藝術總監，作品寫實而且形式自然。雖然他的作品絕大部份都是使用純白的顏色，可是卻能靠著圖的立體形態將作品帶出生命來。今年剛被加州雜誌喻為當代最熱門的藝術家之一。對簡單而色調單一作品有興趣的人可以去參觀他的個人專屬網站：<http://www.netcity.com/gallery.html> ☪



圖／李漢文紙雕作品

藝術是人類運用智慧所創造出的結晶，任何一件藝術品，都是創作者的心血。許多人懂得欣賞藝術品，但卻忽略了藝術品背後透露出的創作者的心境。我想，這或許是藝術最重要的價值所在吧。一個好的藝術家是隨時隨地都在創作的，不論他是否做出成品，其實那已經不重要了。一個為生命認真付出的創作者，他的作品才會感動別人，修行更是如此。

紙雕在臺灣發展至今已有二十多年的歷史，早期由翁參隆先生開始創作。近幾年來，紙雕在臺灣已有了豐富的成果，現今已有二十多萬的紙雕人口，堪稱極盛一時。紙雕發源於英國，在亞洲地區卻不甚發達，僅僅在臺灣和日本擁有較多的紙雕人口。一般人常將紙雕誤會為剪紙，事實上，剪不過是其中一種技巧而已，還有摺、割、彎、編貼等種種方法，而事實上最重要的還是創作者的心境。往往紙雕創作者需要較大的耐心，毅力及創造力，為了深入了解創造的過程，我們特地訪問了三位臺灣本土知名的紙雕工作者，李漢文、吳靜芳及黃澄權，他們豐富了臺灣的紙雕生命，我們來聽聽他們為藝術奉獻的心路歷程。



圖／黃澄權
紙雕作品

特別專題 紙雕與佛教之美 第三片歡喜

紙雕在台灣

—— 文／陳子軒 —— 圖／李漢文、吳靜芳、黃澄權提供 ——

紙雕在台灣早期由翁參隆先生開始創作 現今已有二十多萬的紙雕人口
剪、摺、割、彎、編貼等種種方法 創作者需要耐心及毅力
本文特地採訪了李漢文、吳靜芳、黃澄權 三位台灣本土的知名紙雕工作者
一窺紙雕的創作過程



圖／吳靜芳紙雕作品



李漢文從事紙雕創作已有十一年的經驗了，大部分時間在做兒童讀物的作品，主要以浮雕居多。浮雕的特性是半立體，也就是從側面看沒有立體感，但從正面看，立體感就出現了。李漢文表示，紙雕所用的紙張，材質豐富，且可表現明暗，這是一般繪畫所無法表現的。認真、務實的作風，使李漢文的作品令人讚不絕口。李漢文也曾製作了一份月曆，以小沙彌為主題，那小沙彌的神情恰如其分的表現出來。臉部往往是最難表達的地方，也往往決定了一件作品的成敗。

▼對文學情有獨鍾的吳靜芳，常將動人的情境融入作品中，開創了紙雕的新風格。



▲李漢文的浮雕主要以兒童讀物的作品為主。曾製作的小沙彌月曆，令讚賞不已。

▲李漢文創作一景。

吳靜芳則在嘉義開創了紙雕的世界，她的作品在單純中富有深意，喜歡用單純的技巧來表達藝術的內涵及價值。創作的過程是艱辛的，因此所遇到的挫折和情緒的起伏也是必然的，但是創作成功的喜悅，卻比任何事情都來的有價值。從小對文學情有獨鍾的吳靜芳，很自然的將動人的詩詞或章句融入作品中



，為紙雕開創了新的風格。在吳靜芳的作品中，有些略有禪意，談到觀音的作品時，她表示，因為不了解觀音的內心狀態，所以臉部最難塑造。但她對女性的雕繪卻是維妙維肖，大概是因為她比較了解女性吧！一件好的藝術品往往傳達了作者的思想及創作時的情境，值得玩味。吳靜芳將於十一月中旬，於高雄文化中心展出，有興趣的朋友可前往觀賞。

平易近人的黃澄權，從事紙雕工作也有豐富的經驗，初期是作兒童插畫，後來也做有關人物的作品，這次將在高雄美術館展出的則是以鳥類為主題的作品。黃澄權目前著重的是全方位的立體感，盡量讓觀眾只看到層次，而看不到支撐。他表示，紙雕不只是工藝品而已，應該可以提升到藝術層次而保存下來。現在電腦很發達，很多圖畫都可以用電腦來繪製，而且速度很快，又可複製，可是紙雕要複製卻很困難，最主要還是要用心去做才会有好的作品出現。他強調，每一個創作者的作品都不同，都有特定的風格，但只要很真實的在做，用童心在做，就會有很好的成就。

的確，紙雕不是一門簡單的學問，需要腳踏實地的去嘗試，有耐心的去琢磨，創作的艱辛恐怕只有當事人能知曉了，中國紙藝協會已在今年六月正式成立了，希望更多人加入紙的行列，不但體會紙的藝術，也體會那顆創作的心。

在藝術的殿堂裡，也透露著修行的訊息，從這些創作者的經驗中，不難體會，他們都是用心過活的人，在宗教的領域裡，更是需要用心過活，用無所得的心去面對一切的考驗，在黑暗和光明的爭戰中，狂心頓歇，明瞭一切的對立原來全是幻相，全是夢境，光明和黑暗無二無別，那麼，生命的喜悅也將無時不在。



▶ 著重全方位立體感的黃澄權，強調只要很真實的做、用童心做，就會有很好的成就。

拈花微笑



佛藝紙雕新紀元

——文／陳守強——

吾有正法眼藏，涅槃妙心，實相無相，微妙法門，
不立文字，教外別傳，咐囑摩訶迦葉。

一、本來無一物

遙想悠悠靈山會上，慈父佛陀拈花示衆，佛子們均不解其意的默然無語以對，此時，惟摩訶迦葉心意相通、光明交會、豁然有悟，遂破顏微笑。自此，西方天竺國中，禪宗有了初祖。千年後，第二十八祖菩提達摩東來：“吾本來茲土，傳法度迷情，一花開五葉，結果自然成”。五葉復一花，此即中國禪宗六祖慧能大師：“菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹塵埃？”

法界之花，常樂我淨，何等芬芳，何人不愛？一花一世界，一葉一如來；人若有情，無情說法！佛法是真理之美，花朵是自然之美，藝術是工藝之美。耳際已悠然響起金色蓮花表演坊「敦煌寶卷舞劇」劇中曲《工匠傳奇》的歌詞：「一斧一鑿、一刀一刻、一點一滴、一方一寸，莊嚴的佛陀，端麗的菩薩，曼

妙的飛天，威武的力士，於焉誕生，於焉誕生；來自內在的虔誠，來自內在的感動，相由心生，境由心造，工匠傳奇，締造敦煌！」

佛雕之美，淵遠流長，自石雕、木雕而紙雕；材質雖不同，且對諸佛菩薩景仰敬慕的心情是不二的。拈花可以微笑回應，雕刻也以微笑回應就好。一斧一鑿、一刀一刻，當開幾花？幾葉？或是本來無一物？

二、石雕之美

（一）石雕藝術在印度發展概分為四個階段

第一階段（西元前3世紀至西元前後），作品多藉由佛塔、佛足、法輪、菩提樹、傘蓋、獅子、白象等圖案，來暗示佛陀的存在或作為供養的對象，故又稱「無像時期」，且以孔雀王朝阿育王（Ashoka）之作品最為著稱。

第二階段（西元1～4世紀），佛像與菩薩像已出現，正逢大乘佛教興起的貴霜王朝（Kusana Dynasty），有兩大藝術中心；印度西北部的犍陀羅（Gandhara，今巴基斯坦西北、阿富汗東部），和印度中部恆河中上游地區的秣菟羅（Mathura，僅僅為一個城市）。犍陀羅地處中亞的交通要衝，曾被來自希臘的亞歷山大大帝遠征軍所統治，故與希臘羅馬文化的淵源頗深。至於秣菟羅，是古印度的藝術文化中心，造像風格繼承傳統印度典型。

第三階段（笈多王朝 Gupta Dynasty，西元319年至6世紀），為印度政經與佛教藝術的黃金時期，佛教藝術中心則轉移到秣菟羅與鹿野苑（Sarnath）一帶，並發展成南北交流、本土與外來融合的新風格，將西方的寫實與造型，融入傳統印度古典之中。



◀ 佛教東傳至中國，受到中國文明與智慧的消融，帶動出佛教藝術的高度發展。如雲岡、龍門、麥積山等地的雕塑、壁畫，都是佛教藝術的極致。

（前圖／宋·木雕菩薩坐像
後圖／北魏·佛像碑
國立歷史博物館提供）



第四階段（笈多王朝以後至十二世紀），發展密教藝術，主要雕刻風格有「喀什米爾」與東印度的「帕拉（Pala）」。前者承繼犍陀羅風格的餘韻，後者則是在笈多美術的基礎上發展而來。

（二）佛法與佛教藝術東傳中國

佛教從東漢時代自印度中亞等地東傳中國，亦深受中國文明與智慧的消融與轉化，從而發展出隋唐時代最燦爛的中國佛教思想與內涵，並自然帶動佛教藝術的高度發展。中國著名的名山石窟，如雲岡、龍門、鞏縣、麥積山、天龍山、響堂山以及敦煌石窟等地，皆是佛教藝術聖地，綿延千里、優美壯麗，其雕塑與壁畫之美，令人歎為觀止。

石雕之表現形態，如尊像、造像碑、造像塔、石窟像等。雕刻之技法，如圓雕、半圓雕、高浮雕、淺浮雕、畫像石、線刻畫等。尊像之種類，如佛、菩薩、羅漢、護法、比丘、供養人等。尊像之姿勢，如坐、立、半伽思惟像、交腳坐像、倚坐等。尊像之組合，如單、二、三、五、七尊等。寄旅人間，定要將佛法心要，如石雕般，銘刻心上，至死不忘、世世不忘，切勿著相而修！

三、木雕之美

木雕佛像，相傳始於印度古代優填王，中國南北朝時代就已有外來木雕佛像的傳入，到了唐代，才逐漸流行。早期所使用的木料為天竺

或南洋的珍貴檀香木，惟因檀香少有巨大木材，故寺院大作巨像，多使用中國之良木，如金絲楠木、香柏、香樟、榆、櫟等；此外，木材都經過披麻、封漆的慎重護材過程，木雕成品也都加彩，安貼金箔，重重手續，因而歷千年而不壞。宋、遼、金時代的大型木雕佛像，能倖存於後世者，大都屬於這些優良木材。宋以後，建寺興盛，良木難求，如龍眼、梧桐、松、杉等，加彩塗裝後也難辨識其質，故而就地取材了。

木雕造佛，技術從未間斷，但真正普遍流行，且成就最多的時間應該是入宋以後。因為宋代時，人口逐漸集中於都市，城市經濟加速形成，且石窟難尋，加上開鑿費時費力，乃轉使木造建寺與木造佛像為之風行；到了元、明、清三代，全國寺院更累積超過十萬有餘，各類造像不知凡幾。但是，歷代戰禍與自然災害，加上十年文革浩劫，如今，千年以上的木匠遺物已成鳳毛麟角。

從創作的手法及雕刻藝術的立場來看，木雕比石刻容易把握，取材更加簡便，在藝術的表現上，可以把各種工藝技術統合集中到一件作品上，而且效果更佳，如拼接、敷色、裝金、表飾、鑲嵌等，可以做到盡善盡美的境地。

從造像表現形態來看，唐朝中葉以後，禪宗興起，大大影響佛像藝術創作。禪宗強調內省而不拘泥外相，因此佛像創作更加自由、內容更加擴充，故蓬勃發展「單體佛像」，並融入人物肖像特性，於是佛菩薩之嚴肅性褪去許多，而把佛菩薩塑造的更有人性、更加世俗，使佛國與人間更加親切接近，這便是佛教藝術在兩宋以後的趨勢。

四、紙雕之美

良窟難尋，良木亦難尋。對忙碌的現代人而言，石窟難訪，寺廟有時亦難訪。既然實相無相，在家紙雕如何？開展個人佛藝紙雕新紀元如何？只要穿越一切外相，便能到達實相；佛藝紙雕者的心，修行人的心，二十一世紀之新工匠傳奇——紙雕。

造紙技術源自西元一世紀左右的中國，至工業革命期間，商業用紙的製造與精美，加速了紙雕藝術在全球各地的普及。至今，紙雕已是立體插畫業的尖兵，它的視覺傳播創造出令人興奮的解決方案。紙雕已成為立體插畫家、模型製作人與創意指導人注意的焦點。

紙雕家依素材劃分，如白紙、色紙、染色紙與特殊紙，紙的多樣性，等於天生擁有一個無窮變化的調色板，可以任意揮霍創意。紙不須撕裂就可以彎曲、捲圓、裁痕、摺疊或作切口處理，其撓性、重量、紋理與皺摺，足令紙雕創作千變萬化。如何成為一位成功的紙雕家？紙張的選擇與想像力，乃決定作品意象與造型的主要因素。如何成為一位成功的佛藝紙雕家？相由心生，境由心造；佛像易雕，佛性難描；首先，必須好好修行。

光與影的色調造就了「白紙」紙雕的純樸與典雅，雕一尊白玉般的觀音，可象徵菩薩道的清淨無染。「色紙」紙雕的不同組合可營造動態的視覺絢麗，雕一方極樂世界諸寶行樹、七重羅網、共命之鳥、九品蓮花，西天雖遠，頃刻已在目前。顏料與紙結合的「染色紙」可增加作品的深度、陰影與架構感，雕一幅娑婆世界、衆生百態，盼你我「百花叢裡過，片葉不沾衣」，不為



塵勞顏色所染。「特殊紙」是藝術家藉以表達其創作天分的重要媒介，再生、手工及半透明的紙可展現獨特差異，雕一幅中陰救度，文武百尊、幻象光影，我們才明白浮生若夢，企盼衆生早日自夢中醒來。

何必去KTV？取紙來；幹嘛要MTV？筆刀來；喝酒嗎？顏料來；鋼珠台嗎？巧手來；鬱悶難解、積勞難消嗎？佛藝紙雕來。就在自家中，就在自心中；「結廬在人境，而無車馬喧，問君何能爾？心遠地自偏。」所費不多，只要你的全心，這即是修行。

好的紙雕作品可以在廣告或出版業賺大錢，也可以在畫廊裡博取名聲與地位，紙雕的照相、投影片或透明片都受著作權的保障。但佛子啊！世間財只能用在世間，名聲更是夢幻泡影；只有法身財三世十方

流通，無須匯兌、不會貶值、無法偽造，故佛藝紙雕是獻給諸佛與衆生的。紙比石或木，更不堅實，讓我們更醒覺四大皆空、國土危脆。

紙雕的白玉觀音、極樂世界、娑婆世界、中陰幻境，遇火便都飛灰煙滅；好比提醒衆生，修行是困難的，成就更是困難的，妄念之星火，如不警覺，將燃燒一切殆盡，僅在須臾間！也許該用「蟬翼般的紙」作紙雕吧？修行人一定會小心翼翼，好似西藏僧侶在作「沙壇城」時的心，它最怕起風吧？

「紙」是地水火風，「心」也是地水火風；「佛藝紙雕」是地水火風，「修行」也是地水火風；「地水火風」都不即不離於「空」，故開悟第一，這是新紀元裡的唯一宣言！

▲紙雕現已成為立體插畫家、模型製作人與創意指導人的注意焦點。如何成為一位成功的佛藝紙雕家？首先，必須好好的修行。

（圖／水月觀音紙雕／王秀珍）

佛藝紙雕之技法介紹

——文／王秀珍——

所謂紙雕，即是將紙張經過割、摺、彎、貼著方法，所展現出立體或半立體、單面或全面視覺效果的作品。同時光線亦是效果的另一重要因素，光與紙之間有著密不可分的關係，利用各種不同角度的平面製造光與陰影之效果，可以使紙雕作品增添更多的空間感。

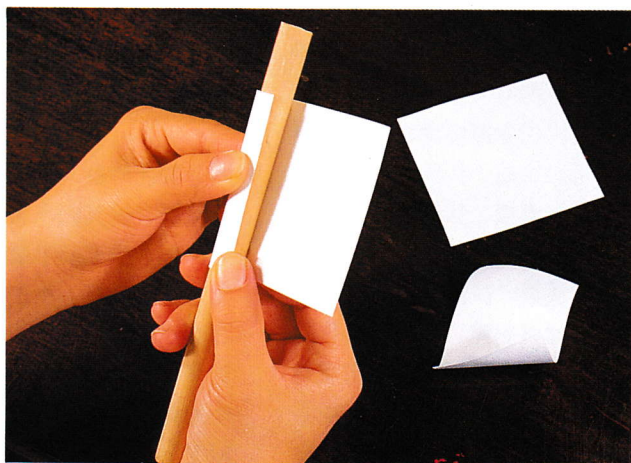
紙張本身是由各式的纖維交織而成的，因此一旦經過切割或摺壓，破壞了其原有的纖維組織，即很難恢復其原貌，因此，在處理一件作品的過程中，需十分輕柔的對待手中的紙張，以免造成不必要的傷痕。

以下先示範紙雕作品所使用的主要技術：彎曲與截摺。

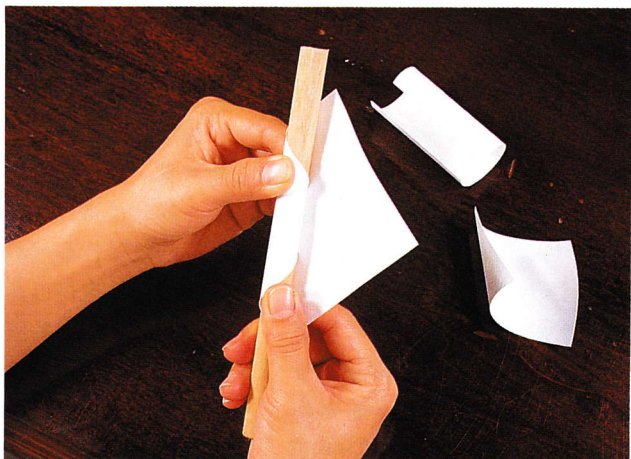
A.彎曲：

a.將兩張紙攤平，先將第一張紙繞著圓棒捲，使其彎曲，然後放開。第二張紙則以與第一張紙垂直的方向捲。兩者之間能最平順的捲時，就是該紙張流絲方向。

只要順著流絲方向，則較易於摺疊、彎曲。



b.用手指將紙的邊緣輕輕的繞著圓棒，依流絲的方向捲到底，等數秒鐘後再放開，捲的愈緊，紙張愈彎曲。愈緊壓愈可得到較彎的彎曲。



B.截摺：

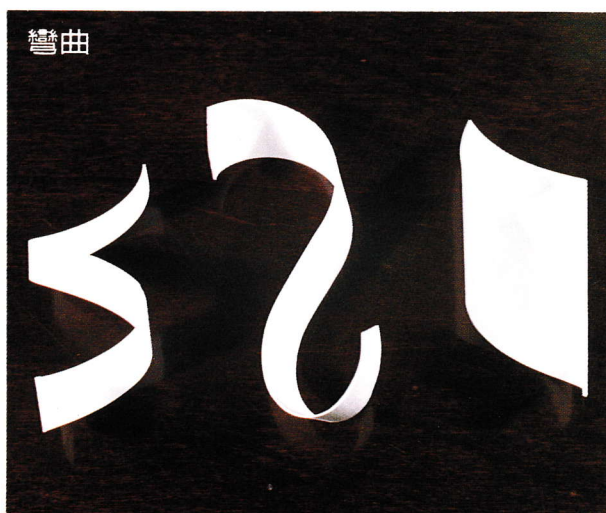
a.先用鉛筆畫出所要切割的形狀，再用筆刀依鉛筆線切割出圖形。



b.雙手穩穩壓住切割出的圖形，將筆刀輕輕地沿著截摺線處，切入紙張一半的厚度，然後平均而流暢地劃過紙張表面。



c.然後用手指輕輕地將紙邊緣朝外推，使紙張沿截摺線往外彎曲。





佛藝紙雕基本技法

佛藝紙雕即是運用紙雕的技法，來表現佛教文化藝術。在此將介紹各種構成佛像藝術的基本元素的紙雕技法。

• 臉、五官

1. 佛菩薩的臉是十分舒泰圓滿，因此不論在繪製或切割時，均應把握住此一原則。
2. 在切割整個臉形時，刀法須平順而圓潤，一氣呵成。
3. 繪製五官時，線條的部份要輕柔、顏色不可太濃，且可在雙頰、眼部適度加上紅色粉彩，以增加臉部的光澤紅潤。眉毛長而細軟，眼睛清淨，黑白分明，鼻高且直，唇色光潤。
4. 雙耳厚實，可以平面繪製或用立體切割來表現。
5. 臉形的邊緣，可用手指輕輕往下按壓，產生圓弧度，這樣整個臉形會更加的用立體而圓滿。
6. 頭髮烏黑，線條柔順，且層次要分明，切割髮絲時，更要刀刀均勻



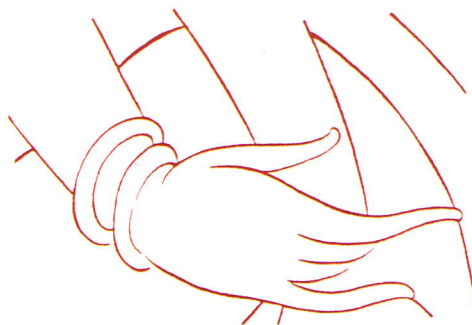
• 手、足

1. 可用平面繪製或立體剪裁來表現，佛菩薩雙手雙足圓而纖直柔軟的特質。
2. 以平面繪製時，其邊緣亦應以手指輕輕往下按壓，產生圓弧度。
3. 若以立體剪裁時，則各指之間均應以立體黏貼的方式來組合，同樣地，亦可以粉彩來着色，以增加其色澤。
4. 手的表情，在佛教上佔有十分重要的地位，因此，依年代的不同也就產生了十分豐富且優美的手姿，依據敦煌莫高窟、安西榆林以及藏經洞珍藏壁畫所畫手相的造形而言，大致可分為：南北朝、隋唐和宋元三個較大不同的階段。



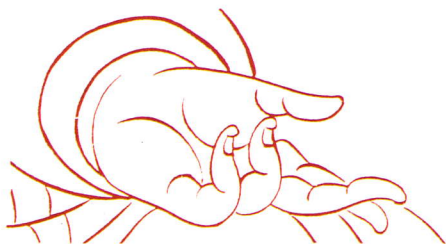
①南北朝：

人物的動態順勢把前肢、手腕、手背和手指四部份順氣而貫，而形成由曲線組成的一個較大的「S」形，構成柔軟而細長的特點，有流動、寫意之美。

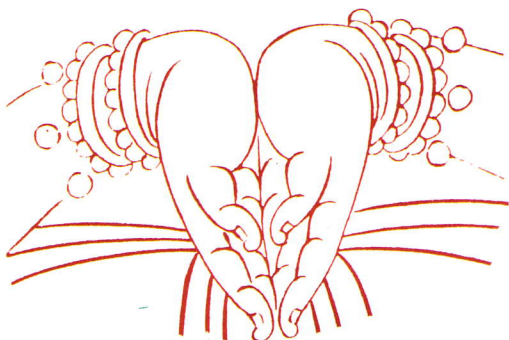


②隋唐時代：

• 隋朝在南北朝造型柔軟的基礎上，由細長變得短而肥胖，無論是手指或手背，均採用起伏較大的短弧綫，形成了柔而圓的特徵。



中期——指尖外型綫向外擴展，出現了豐柔而肥胖。



③宋、元：

• 宋代手的造型與晚唐的第一種類型相似，指甲長，且顯得瘦弱無力，不同處是在指甲上部與肉連接處又重覆一條弧綫。



• 唐代的造形可分初、中、晚、三個時期：

初期——指甲平，好像被肉埋在指尖中，從外形來看，肌豐而不擁腫，細長而不瘦弱，富有彈性、溫厚、圓潤。



晚期——又有兩種不同的造型，一種是在一節之內，指節兩端的筆均向內彎，形成中間粗兩頭細。另一種是指頭之間不分節，一筆畫下來，由弧綫、曲綫組成，看起來非常軟。



• 元代的造型是以均勻、剛健而富有彈性細綫構成，不失圓潤立體之美。





• 肢體

1. 肢體的造型，大致而言，身相端直，肩寬而圓，胸豐滿，四肢均勻，且色澤光鮮潔淨，因此，在肢體的邊緣處均以紅色粉彩，輕輕且均勻的著色，同樣亦用手指輕壓邊緣處，以產生圓弧度。
2. 頸部有二或三條的曲線，稱之為「三道」，色彩輕柔而圓順，表現出圓滿、柔潤。
3. 此外，敦煌壁畫裡諸菩薩的造型，其肢體的曲線較為明顯。尤其各式飛天菩薩，其形體更是修長且多變。



• 瓔珞——臂飾

1. 瓔珞的部份，須以各式細小的組件逐一構成，較為繁複，可以各種紙材，截摺組合而成，亦可以實際的線珠串成或與紙材混合使用而成。唯須注意其色彩、大小、質感要符合整體的造形。因其位置往往是在胸前，因此造形、色彩不可太過誇大。
2. 臂環、手環等，可用紙材依臂寬切割成「C」的形狀，變成簡單的臂飾、手環，亦可用各式的線材，實際繞在手腕或手臂上而成臂飾。當然細節愈豐富，製作出來的環飾也就愈華麗。

• 服飾、彩帶

1. 大致可分為兩大類型，一為如敦煌壁畫中所描繪的，上身為左肩披帛、下身為裙褲狀，另一為身披長衣、長裙。但不論一種造形，其衣紋的處理均十分重要，此在畫設計圖時，就應仔細的劃分出來。各部局之間的結合，須注意其完整性。衣紋可用來截摺的方式處理，利用不同的凹凸面產生適度的衣紋，而其紋路的走向更要符合動態的要求。
2. 輕柔、飄逸的彩帶，可用雙色紙適度裁剪出各個不同的轉折面，以浮雕的方式來表現。亦可用較輕柔或半透明的素材，裁剪成細長條狀，再實際彎曲環繞而成。不同的素材與剪裁，均可產生不同的效果，但均須表現出柔軟、飄逸的感覺。



• 蓮花

1. 蓮花在佛教象徵著清淨無染，而在佛經裡更記載著各式的蓮花，如白蓮、青蓮、紅蓮、黃蓮等，各有各的含意，而蓮花的造形，可用兩種方法來表現，一為浮雕的方式，另一則為立體的方式。
2. 浮雕蓮花——就是在已切割好且著好色的花瓣上，居中以刀尖輕劃上一弧形的摺線，然後再依此線將花瓣表面壓凸，造成浮雕的效果，接著將每一片花瓣依左右前後的次序組合起來。
3. 立體蓮花——在每一片花瓣底下中間部份用刀劃開一小段，再將切開的兩邊交疊黏貼起來，做成所需的曲線。待各式大小的花瓣作好後，再由內而外，依序圍繞成圈，組成一立體的蓮花。



• 蓮華座

1. 諸佛菩薩多以蓮花為座，又稱為蓮花台、華台、蓮華座，華座等，代表其居穢國而得離塵清淨、神力自在之意。
2. 蓮華座亦可分為二種型態，一為大型的座台，另一則為小型的腳踏蓮台，而所有的蓮花座均包括上方的台面，稱之為「蓮肉」，以及下方「蓮瓣」等兩大部份。
3. 「蓮肉」一般來說，大型的座台可用較單純色塊來表現而較小型的腳踏蓮台，則可製作成蓮蓬的造形。
4. 「蓮瓣」的部份，亦有兩種表現方式，一種為以「蓮肉」為中心，花瓣向外開展。另一種則是以「蓮肉」為中心，花瓣向內包含，不論是那一種方式，花瓣均以浮雕的方式處理，且視其需要可增加花瓣的層次。



• 祥雲

1. 祥雲的紋樣是仙界的一種象徵，其形態可實可虛，可動可靜、可作單色，亦可為五彩，其造形流動而自由。
2. 首先將祥雲迴轉交錯的曲線，區分出大小不同的區塊，並在區塊的邊緣塗上不均勻的淡藍色，造成一種飄浮的色彩，然後再將大小不同的區塊，重疊置放，如此讓彩雲產生立體而豐厚感。
3. 而祥雲與祥雲之間的連接，則可以流暢的曲線自由構成，同時也可以重疊數層，其效果使祥雲看起來有流動的韻律感。



佛藝紙雕作品示範 拈花菩薩

——製作／王秀珍——

——攝影／波爾——



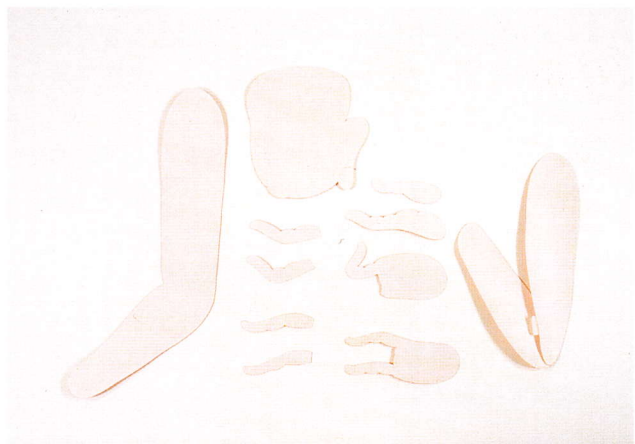
菩薩優美的拈花身姿
除了用畫、雕塑能呈現外
竟然用紙也能毫不遜色的令人欣喜
到底要如何製作呢？
讓我們一起來學習吧！

紙材：

- 粉紅色 象牙卡紙
- 黑色 浮雕紙
- 綠色 儷紋紙
- 紅底 金紋色紙
- 深藍色 丹迪紙
- 絡黃色 丹迪紙
- 淺棕色 安格紙
- 淺藍色 彩雲紙
- 白色 書面紙
- 淺藍色 日本包裝紙
- 金色 色紙



1.將圖稿影印放大至一定的尺寸，再用半透明的描圖紙描繪下來，圖中紅色線條的部份是圖形局部分解的地方。



2.首先在描圖紙的背面依圖形上一層鉛筆灰，然後再覆在粉紅色的象牙卡紙上，將雙手及臉的組件一一複寫下來，並逐一切割出來。



3.粉紅色的粉彩筆輕輕畫出膚色，再用水彩描繪出臉部的表情，最後表面須噴上保護膠，以防止顏色脫落。



4.將著好色的雙手及臉，沿著邊緣輕輕按壓，使其產生均勻的弧度，然後將雙手的組件組合起來。



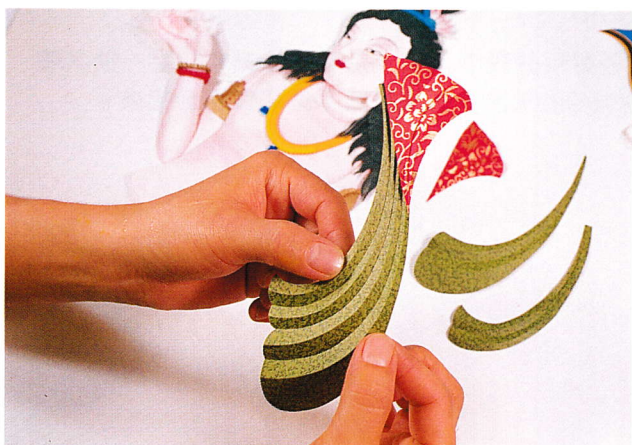
5.採用黑色浮雕紙，分別切割出頭髮、髮髻的部份，並逐一組合起來。在切割髮絲時，注意髮型的紋路，流暢且細密的紋路，可以增加其精緻感。



6.接著將已組合好的髮冠，黏貼在髮髻上，其中的蓮花是以一般白色的書面紙，再用粉彩上色而成的。

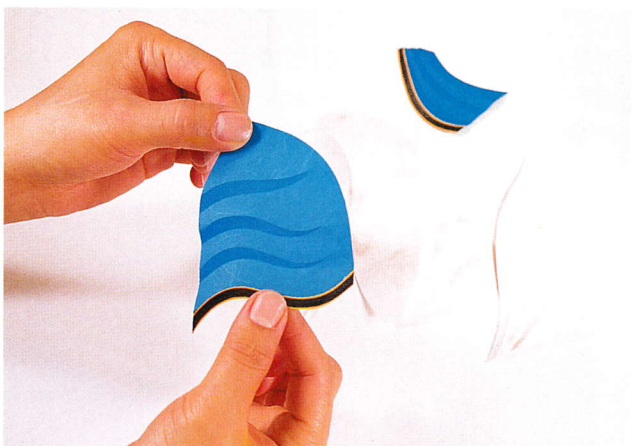


7.用金色的色紙作成臂環（臂釧），以金色、紅色的線材圍成手環（腕釧），同時用黃色、紫色的線珠組成胸前的瓔珞，然後一一組合起來。

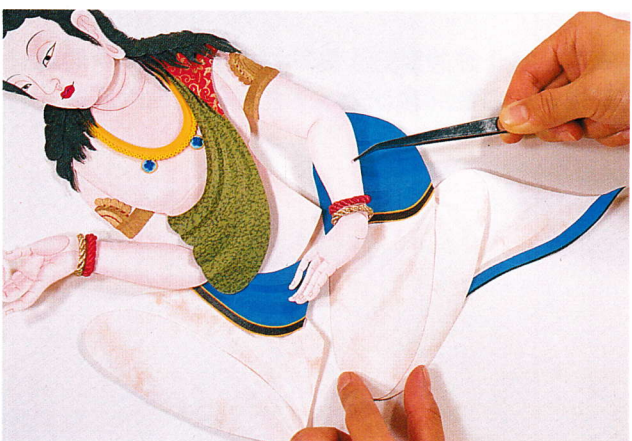


8.再以綠色的儷紋紙及紅色金紋的色紙，切割出披帛的造形，然後用刀輕劃表面，以便摺出皺折的紋路。

9.將披帛組合起來。



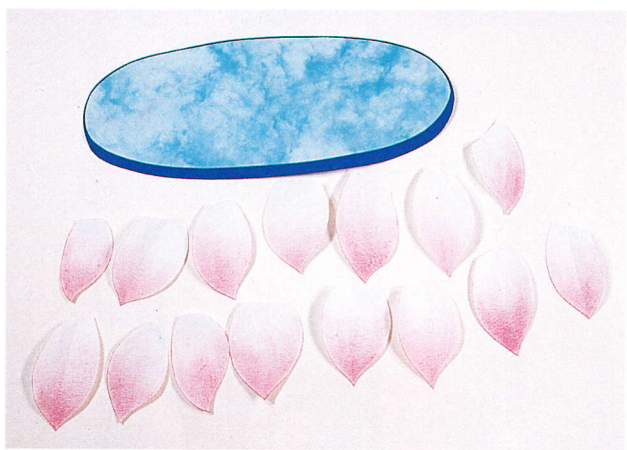
10.用藍色丹迪紙，切割並摺疊出小圍裙的部份，下擺用黑色筆畫出邊線。再用淺棕色雲彩的安格紙，切割出衣裙的部份，然後摺出衣裙的紋路。



11.然後將衣裙與上半身組合起來，此時跪在地上的左膝與右腳，不可直接黏貼在一起，兩者之間可墊上一層珍珠板，如此視覺上可以增加其深度與立體感。



12.所持的花朵，是用淺藍、綠色的彩雲紙切割而成的，懸空黏貼在左手上。至此菩薩的造形已大概完成。



13.蓮座是以淺藍色的彩雲紙及深藍色丹迪紙切割組合而成，花瓣是用白色書面紙，切割而成，並用粉紅色的粉彩著色。



14.在每一花瓣的中間，輕劃一刀，然後摺出凹度，再逐一黏貼在蓮台的邊緣上，組成一蓮花座。將此蓮花座固定在白色底板上。



15.把組合好的菩薩置放在蓮花座上。此時，身體、手、臉部可以適度地用珍珠板墊高，以增加其立體層次。然後再以淺藍色半透明且輕薄的日本包裝紙，裁剪成細長條狀，作為彩帶。依序放在雙手上，適度的轉摺可以使彩帶更為飄逸。這樣，便完成了一幅恬靜優美的菩薩像。

來一客世界素食美味！

——印度香味蔬菜

印度豆泥、炸薄餅





本期風格：印度

美食名稱：印度香味蔬菜&豆泥炸薄餅

特色：回歸寂靜的願望

廚藝演出：廖美真

印度之香

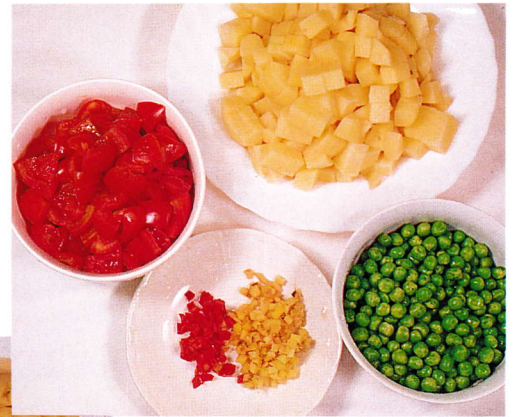
宛如一襲輕盈柔滑的沙麗
悄然拂越

菜飯與身體間的意識場
比一秒鐘還短的時距裏
彷彿聽見了食欲一層又一層的
泅泳與喟嘆

印度香味蔬菜(spice vegetable)

作法：

1. 馬鈴薯去皮，切成丁，小蕃茄剖半後以小湯匙挖去籽，再切成丁，薑切碎，紅辣椒去籽後再切碎。



2. 鍋內熱油，放入薑，紅辣椒末及小茴香炒香。

3. 再放入馬鈴薯丁炒熟，加入蕃茄丁及豌豆炒勻，並以調味香料調味，盛盤後以香菜裝飾即可。



印度香味蔬菜



馬鈴薯 3顆 (約1斤)



小蕃茄 1斤



冷凍豌豆 1碗



薑 2片



小茴香 (cumin) 1大匙



紅辣椒 1支

調味香料

鬱金香粉 (turmeric) ½小匙

香菜 (芫荽) 適量

胡荽粉 (coriander) ½小匙

鹽 適量

印度豆泥



綠豆仁 1包 (400g)

鬱金香粉 (turmeric) ½小匙



小茴香 (curmin) ¼小匙

香菜 (芫荽) 適量

水 3碗 (約750cc)



油 2大匙
鹽 適量

印度炸薄餅



中筋麵粉 3½杯



水 1杯

鹽 1小匙



印度豆泥(dhal)

作法：

1. 綠豆仁洗淨放入鍋中，加水煮滾後，以小火繼續煮至綠豆仁軟爛。
2. 加入油，鬱金香粉，小茴香，邊煮邊攪把綠豆仁攪成泥狀。



3. 繼續以小火煮，並不斷攪拌綠豆泥，讓多餘的水份蒸發，把豆泥煮到較乾後以鹽調味，盛盤後上灑些許香菜即可。



印度炸薄餅(pooris)

作法：

1. 麵粉及鹽放入盆中，加入水，拌勻成一麵糰。
2. 將麵糰揉一會兒成一光滑麵糰，醒15～30分鐘。
3. 將醒好的麵糰分成20～25個小糰，分別揉圓後，再以桿麵棍桿成薄餅狀，桿的時候工作台上可灑些麵粉，以避免薄餅沾黏。
4. 鍋內熱多量油，將薄餅放入，以小火炸至薄餅鼓起，翻面再炸至熟即可，將薄餅分多次炸熟，趁熱搭配香味蔬菜及豆泥食用。



要領

1. 炸薄餅時，油的溫度很重要，若油溫不夠，薄餅無法鼓起，但油溫過高薄餅易焦，所以在油加熱到油熱了但未冒煙時，就可以炸了。
2. 煮豆泥時要記得邊煮邊攪，以避免鍋底燒焦。

饕家鑑賞

- 還好我只負責品嚐
不然煮不到一半，就被我吃光了。
- 某藝術饕家說：「我說好吃就是好吃。」
- 吃著吃著就走入了古印度文明的時空
一切都是如此的原始、真實。



旅行是有益身心的活動，現代人由於物質生活充足，交通工具發達，出國旅遊已是許多人的最愛，但若只是走馬看花，匆匆一瞥，換來的也許只是疲累而已。許多景物的背後都有其歷史、地理甚至心靈上的價值，值得好好玩味、探索，甚至能對生命有所啟發。

本期我們介紹由台英雜誌社出版的知性之旅——印度這本書。印度，如同大家所熟悉的，具有燦爛悠久的精神文明，而這神秘的國度，更有著豐富的歷史文化值得認識學習，甘地為爭取印度獨立而奮鬥；偉大的佛陀更是選擇了這塊土地來示現生命的真諦。

在中國有黃河，在印度則有恆河。恆河孕育了印度人的生命，也感召了娑婆世界最大的福報——佛法的出現，恆河之光也因此照耀全世界，有無數的人曾受過它的洗禮，每一個人心中都有一條恆河，這生命的活水源頭，將帶領眾生走向光明。

本書的介紹具有相當的完整性，從歷史文化及地理環境敘述起，並兼述及今日印度的現況。雅利安民族的入侵，建立了種姓制度，創造了不平等的社會，然在佛陀時代，種姓制度一度失去其強大的勢力。真至笈多王朝時，婆羅門才又權奪回權勢與領導地位。歷史上的印度，有著豐富的宗教傳承，基督教、天主教、回教、印度教、佛教等大宗教都曾在印度佔有一席之地。在這精神文明高度開發的國家，絕不令人失望的，還有許多的聖地和文化遺產。印度特殊的風情，如音樂及舞蹈，代表了生命的靈魂，伴隨著每一個印度人的生活，也提升了

每個人的心靈。手工藝及紡織品也是印度傳統的技藝，充滿神秘的色彩，是值得一看的部分；食的方面，印度的素食種類繁多，反映了多元文化的特色。地理上，印度北靠喜馬拉雅山，成三角形突出於大西洋，中部有沙漠，北有大河，兼具各種地形的印度，除具有賞玩價值

書名：印度

譯者：沈兆嫻
陳佩君

出版發行：台灣英文雜誌社有限公司



知 性 之 旅～

印 度

——文／陳子軒——

印度是具有燦爛悠久精神文明的神秘國度

偉大的佛陀更是選擇了這塊土地來示現生命的真諦

本書的介紹具有相當的完整性 從歷史文化及地理環境敘述起

不管是在音樂、舞蹈及各項藝術遺產中

都可以看到佛法的真善美留在印度各個角落

金色蓮花表演坊於87年即將推出的維摩詰居士亦是示現在印度

所以讓我們一起神遊這塊孕育無窮智慧的國家



圖／台灣英文雜誌社提供



▲瓦拉納西一帶，印度人浸浴於恆河一景

外，更發人深省的是，在生活中所表現出的智慧。

佛教的最終目的是澈悟生命的答案，解脫生死輪迴，佛陀因緣示現印度誕生，放眼天下，佛陀的教法也傳遍五大洲，成為世界一大宗教，廣度無數衆生。

佛法的真善美留在印度的各個角落，不管是在音樂、舞蹈及各項藝術遺產中。但最終目的仍是希望衆生找到自己內心的真善美。同樣示現於印度的維摩詰居士，精闢地闡釋了空中生妙有，空有不二的莊嚴境界。只要堅持，相信有一天，我們也能親見如此的清明莊嚴。

我們的心，決定了我們的行為及外在的環境，當我们用清淨的心及包容的心去面對生命，才能排除一切痛苦、煩惱及障礙；這人間才有可能離苦得樂，不再是五濁惡世；菩提心是根本，再用廣大的悲心滋養，才能開出美麗的蓮花。「心佛衆生，三無差別」已點出了生命轉化之機，空性的妙用更由佛國淨土的示現而展露無遺。在維摩詰經中佛陀開示了心淨國土淨的甚深密意，告訴我們：心是一切的答案，只因累生累劫的業力已經使我們忘失了本心，忘



◀ 伯罕吉門的正門，將佛陀一生的故事作為藍本。

圖／台灣英文雜誌社提供

▲位於菩提迦耶的金身佛像，圖後方為窄堵波口

記了本願。生命是美麗的，就等待我們去開展，唯有實踐了佛法，唯有證入了般若實相，才能抵擋生死輪迴，欣賞自心自性所開出的曠世奇花！☸

秘密客

緊張、懸疑的場景作為背景

配合快節奏的音樂 給人危機四伏的感覺

基因改造工程下製造的秘密客

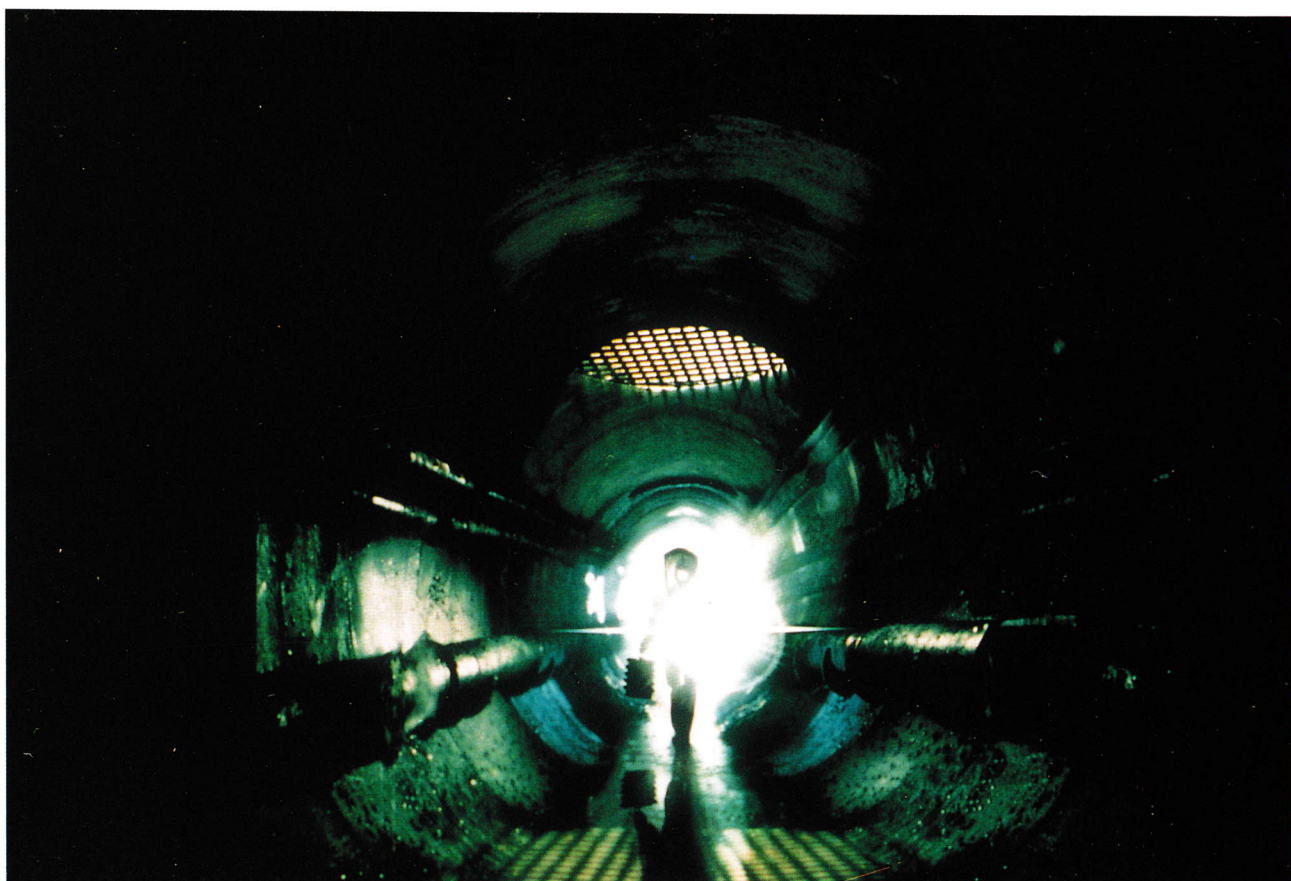
差一點給人類帶來浩劫

使得人類不僅反省

運用知識和經驗創造出來的工具

若沒有智慧和愛 反而加速了自身的滅亡

—— 文／陳子軒 —— 圖片提供／年代影視 ——



故事情節

一種名叫「史氏症」的疾病迅速蔓延，很快的奪走數千人的生命。「疾病防治中心」的戴博士發現蟑螂是傳播疾病的主因。經過深入的研究，她把白蟻及螳螂的DNA加以混合，製成了足以使母蟑螂不孕的生物，因而使蟑螂數量大減，而抑制了病情。此種生物在實驗室中只有六個月的生命，但不料經過千百次的基因突變，此種生物已可仿似人形，並具有強大的族羣，它們住在地鐵的下水道裡，它們開始向都市外遷移，試圖建立勢力範圍，他們模仿人類，和人類搶奪生存空間，他們開始侵襲人類，眼看要造成浩劫，所幸靠著人類的機智，撲滅族羣，免於此難。

全片以緊張、懸疑的場景做背景，配合快節奏的音樂，給人危機四伏的感覺，而人類一手造成的結果，出乎意料之外的難以收拾，值得人們深思。

思想主題

基因工程改造是現在的熱門話題，但人們常為了解決問題而製造了更大的問題。現在的危機是看的到的，但那不可預知的未來可能潛藏著更多的危險。

佛法觀點

科學不斷在進步，人類不斷運用各種技術來改造生活品質。人們運用知識和經驗創造出各種工具提供人們使用，但由於人們缺乏智慧和愛，而使得文明的結果卻加速了自身的滅亡。環境在日益惡化，天災、人禍層出不窮，不透過內在的轉化來化解殺業的話，這些不可抗力都非人們所能控制，因此，真正需要改變的是我們的心，心意識的清淨才能真正改善我們的生活環境。

本片以地上、地下分成兩個截然不同的世界，光明和黑暗。很有趣的是，帶著某種目的進入黑暗的人們，將被黑暗吞噬。只有不和黑暗抵抗的人，才能安然無恙。所謂“心正法正，心邪法邪”，一切都是心意識的變現。「愛汝之敵人」是很重要的學習，菩薩從不放棄任何眾生，不論好人壞人，一樣救度。只因沒有永遠的壞人，一切眾生皆有佛性，常不輕菩薩的示現是最好的證明。其實，外在的黑暗並不恐怖，內在的黑暗才真正值得重視，累生累劫以來的黑業已經多如須彌，如果我們再不去好好重整我們的生命，不知道還要傷害多少眾生，不知道還要輪迴多久，所以，既然已經醒來，就要勇敢的走下去；既然已經明白，就要珍惜明白的時刻，精進的修行。

般若是每一個成就者必經之路，唯有如此才能真正免除恐懼，打破光明和黑暗的分別。當不再有相對的分別，就進入了絕對的境界，而能成就一切事業，而這一切都需要無限的包容和慈悲才能達成，包容錯誤、原諒過失，愛所有的眾生包括自己，這才是人類最佳的生活方式。



一部電影七嘴八舌

■皮鞋匠的小孩是唯一與變種生物相處過的人，因為他沒有目的。所以，無分別心才能克服一切的執著，不被一切所傷害。

■女主角將希望和絕望詮釋的恰到好處，當一切都結束時，看著男主角活著出來，相擁而泣，那種場景展現了生命的活力和韌性，著實令人感動。

■實驗室只能活六個月的生物，奇蹟似的存活了三年，而且對人類構成嚴重的威脅，實在不可思議。

■人類自以為是的主宰整個環境，卻沒想到這自大正是毀滅之因。





無限的慈悲

—— 文／文華智慧 ——

慈悲能夠無限嗎？

能的；只要我們不斷長養、不斷長養我們的慈悲
就會不斷的廣大、不斷的廣大，直至無量無邊
如何長養呢？

就從當下開始，對每一個遇到的人，生起無限的慈悲，
他的好、替他歡喜；他的不好、包容他；
每一個人都如是對待，

慈悲自然而然就變得非常的、非常的廣大
久而久之，面對每一個人，

甚至完全沒有見過的人，也甚至其他的物種，
也都能夠生起了無限的慈悲，

而無限的慈悲是什麼樣的狀態呢？

是無限的光明、是無限的喜悅，

是無限的能量、是無限的美！



金色蓮花

紙雕／李漢文

Song of Vally

來自山谷的歌聲

清澈的晨

——文／周玉卿——



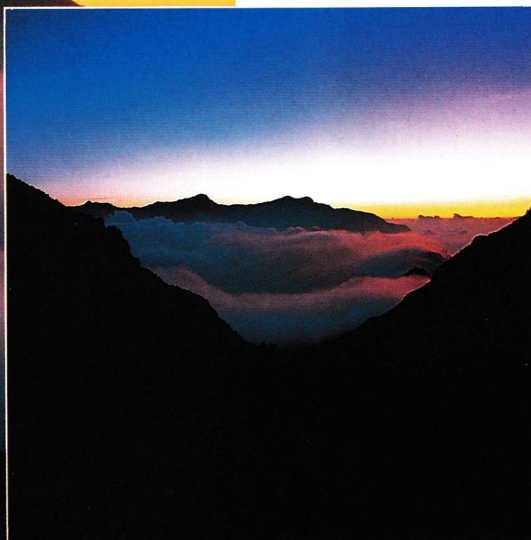
來自山谷的歌聲

SOUND OF VALLY

清晨
與清醒的靈魂
這樣貼近
倘開雙手
擁抱整個宇宙
再深呼吸一口
與“生”這樣貼近
靈魂的所有
完全融和

清晨
與花香如此貼近
清靈的雙眼
似乎明白了一切

生命無盡的延伸
永遠的清晨
永遠的清醒



灰瀾三重奏

——報導／彭維廷——

——圖片提供／新古典舞團——



「化身體為春秋之筆、

寫人間情與理」——劉鳳學

劉鳳學博士從事舞蹈教學、研究、創作、演出、寫作與藝術行政工作歷四十年，其舞蹈思想、創作作品、研究導向與方法、舞譜著述及其從事藝術行政時所作種種措施，在舞蹈文化建設過程有莫大之貢獻，且具深遠之影響。畢生奉獻於舞蹈教育並致力於儒家舞蹈和唐代樂舞的整理、研究及重建工作。在舞蹈學術研究方向既寬且博，評論及學術著作廣受國內外重視，近年來從事舞蹈辭典編纂，對舞蹈學術界貢獻良多。在作育英才上也不遺餘力，為舞蹈界培養了無數的新秀，其身行言教對後輩舞蹈工作者亦產生深遠影響。雖年逾七十，創作力依然旺盛，半世紀以來重要作品超過百部，在創作上依然具有可觀的成就。首創中國現代舞：以中國動作為主題，試用三度空間理論，創作具有中國色彩、個人特質之動作技巧，實驗中國現代舞之建立及投入之可行性，影響年輕一代之創作方法，為中國舞蹈開拓一條嶄新的途徑。對許多藝術家而言，藝術是他們的第二生命。但是，劉鳳學已將舞蹈與生命溶為一體，無法分隔。

作品簡介——「灰瀾三重奏」

剛剛獲得首屆國家文藝基金舞蹈類文藝獎的舞蹈家劉鳳學，十一月將推出她第一百一十一號作品：灰瀾三重奏，從社會關懷的角度呈現舞作，流露著劉鳳學前所未見的尖銳，以及對當下社會的省思。

“灰瀾三重奏”的創作靈感來自於1977年諾貝爾獎得主—西班牙詩人畢先德·阿雷山德列「Vicente Aleixandre」的詩作“最小的”。詩中以孩童純真的角度，冷靜觀察大人世界的複雜變貌，鳳學博士當時讀到這首詩，很受感動，這首詩的靈感，讓她想起從社會關懷的角度呈現舞作。

劉鳳學說，這支第一百一十一號

作品相當尖銳，跟她以往趨於抽象、探討時空動作本質的作品不太一樣。「灰瀾」指的則是我們社會最近所經歷的一連串驚濤駭浪，特別是彭婉如和白曉燕事件，更讓大家灰心到極點。之後，經過長期的蘊釀，舞蹈的構思，幾經修改，在彭婉如、白曉燕社會案件的震撼之後，劉鳳學博士才決定了“灰瀾三重奏”舞作的奇構與面貌。

“灰瀾三重奏”打破故事的連續性，全舞共分三段，每段均為獨立的段落。但整體上有其一貫的精神——人性的撻伐和人道的關懷。

“灰瀾三重奏”的舞蹈結構共分為以下三段：

第一段：鮮花

場景設在廢墟中，由引舞者、小孩的眼中透視充滿暴力殘酷的成人世界，在鮮花的擁簇中，反問成人們汲汲營求的是什麼？

第二段：貓

運用類似木偶操縱的表演，探討權力的運作，以及個人與羣體的命運。這一段劉鳳學將用許多真貓進行表演。主要表現一種疏離感和人們內心的孤獨寂寥充滿了空間，這段舞中有二組舞中舞「即戲中戲」，透過舞者的面具和物化的服裝，探討權力的運作，及個人與羣體的命運。

第三段：石頭

石頭的形象所影射的是心的苦難，運用石頭作舞具，這是劉鳳學博士去年在八五年十二月號“表演藝術”雜誌上，讀了陳義芝先生一首詩“黑洞”之後，將石頭的象徵意義擴大加強、鋪陳之後所完成的作品。

回首向陽天——新古典舞團

創辦人劉鳳學博士秉「尊重傳統、創造現代」的精神，以深度的人

文內涵，融會西方藝術，將的春秋之情盡化成天下之舞，並透過國際行的研究、創作和演出，將舞碼呈現多元化的風貌。

新古典舞團藝術總監劉鳳學博士的舞作，多數趨向於抽象及舞作本質的深入探討，如動作「Action」、時間「Space」、質感「Dnamic」等，內容取材除致力於中國傳統素材之發揚與重建之外，亦融匯聲樂、歌劇、西方及原住民文化，將舞作之氣勢表演得更加磅礴盡緻。

新古典舞成員來自四面八方，這些專攻舞蹈“心理、繪畫、音樂教育、大眾傳播、體育及語言學的青年舞者們羣聚一堂，相互激燙，在舞臺上一次又一次閃爆美麗動人的火花，使「新古典舞團」的聲響更見撼動！

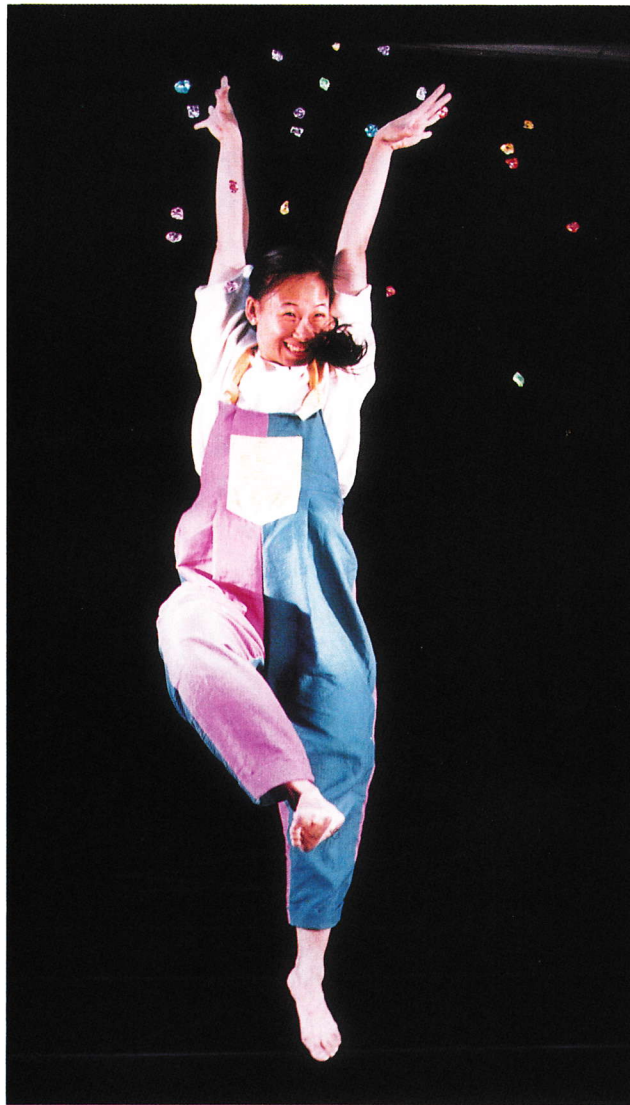
演出地點：國家劇院

演出日期：

11/7晚上7：45、

11/8晚上7：45、

11/9下午2：45





偶然打開電視，看到「非常男女」節目裡，男男女女在逗趣的主持人穿針引線下，談論著自己的思想和體驗。在「非常話題」單元，廿位男女便試著回答一些假設性問題，比如：你的情人出軌了，你會怎麼辦？比如，到現在還沒有結婚，是機會不夠，還是緣份未到。

回答假設性的問題，或是先訂好標準再找對象，其實未觸及真愛，是用頭腦在談戀愛罷！

愛情發生的先決條件是：把心打開，完完全全的開放自己的心，與外在遇合。

愛永遠是現在式的，它是一種狀態，而非概念啊，如果，心裡含藏許多恐懼，害怕受傷害，或認為自己不值得被愛，或存留太多世俗價值觀在頭腦裡，就很難把心打開，

綻放生命的芬芳。

世俗對愛情的價值觀常建立在別人的經驗，非己所有；儘管離異、麵包問題、情變之事時有所聞，只聽一、二不能知實貌，真實的狀態永遠只有親身經歷才知道。

若在經歷愛情時，又帶著許多擔心、許多條件和要求，對方回饋給你的也將會是不確定加上不確定。

對愛情的嚮往或猜測多，但是親身經驗少，就會形成一種恐懼——對未知的恐懼；或者是談過一兩次有頭沒尾的戀愛，傷痕裹在潛意識、裹在身心裡，還未放下，如此，就可能用頭腦談戀愛，用害怕、恐懼、臆測談戀愛。

如此，就會常常原地踏步，較少因為彼此深層的生命觸動而飛翔起來，探觸著彼此的靈魂。

有一集的〈非常男女〉節目，討論著「浪漫」。事實上，深層的生命觸動就會帶來浪漫，無限的浪漫；相愛過程中，每一觸目遇緣，是浪漫，也是寧靜。

懷著恐懼，永遠無法和別人進入很深的關係；恐懼是一道牆，雖然表面上你說你準備好，想戀愛，想結婚了，只要這道牆在，愛就出不去，進不來。

常常，我見很多人用很多理由活著，總是有一堆理由使人延緩放鬆，延緩認識自己，延緩愛自己和愛別人。

如果，我見到一個人帶著一堆理由防衛，我會心疼，會知道在他的身體也在築牆；我便會走開，會緘默，知道除非另一些經歷發生，他不會發現這些。

你用頭腦談戀愛嗎？

文／王靜蓉

懷著恐懼，

永遠無法和別人進入很深的關係

恐懼是一道牆

雖然表面上你說你準備好

想戀愛，想結婚了

只要這道牆在，愛就出不去，進不來



「及時行樂」是大部份人類的人生理念，把活著的時光用在追求身心的喜悅與刺激，是目前這個世界的「動力」，所以，工作的目標就是為了提供享受人生的資源，而能夠獲得高品質的休閒娛樂，正是大家的願望，但如果能將行樂與行善相結合，則生命應無遺憾了，例如最近有一些旅行社主辦的印度行善之旅，就是一方面到印度的佛教聖地朝聖，另一方面去探望與捐助達賴喇嘛的駐錫地。但是無論如何，大部份的人還是寧願用萬金去換取快樂與刺激，而僅拔一毛以利蒼生，可是生命畢竟有限，禍福總是結伴而行，在享樂的同時，意外或災難其實是比鄰而居，因此，如能以及時行善來作為新人生觀，那麼生命價值立刻填上更高價碼。

永恒的黛安娜王妃

最近接二連三的意外，不管國內或國外，已經奪走了無數條「可能連行樂都來不及的生命」，但值得慶幸的，就是有一些人留下了許多極了不起的善行，他們的姓名可能在若干年後被遺忘，但善行的影響力卻極為深遠，而這些人原本就擁有及時行樂的本錢，卻能在生命匆匆結束之前及時行善而了無遺憾，例如：黛安娜王妃，如果當初沒有到處去擁抱孤兒，沒有去雷區「踩地雷」，沒有為公益事業奔走，而只是一個住在王宮內的一個及時行樂型的女子，那麼她就只能在報紙的小角落，逐漸的凋零與消失。一

個人可以因善用「及時的哲學」，而發揮極大的影響力，即使實質生命結束後，仍然可以「轉世」在自己的功業中，繼續的活著。

CNN總裁泰德透納的十億之捐

及時的讚美，及時的鼓勵與安慰、及時的支助與提拔……，就當作生命即將結束的心情，以一分一秒為單位，能行一善，則賺回一分一秒，這樣的努力下去，自然可以淡化行樂的念頭，雖然正當的行樂是被提倡的，但行一分樂，則生命也流失了一部份，行樂容易讓人迷失與沈淪，而及時的善業，卻使自己

的心不斷蛻變。

如果有一天生命因逢意外而結束，你是否曾經留下許許多多的及時善業，讓別人去緬懷？而你自己會說：「好在我曾經做過這些！」就像CNN總裁泰德透納，突然宣佈將自己財產的三分之一捐給聯合國，當然，也許你沒有美金十億，但你必定有可以稱讚別人的笑容與口才，可以奉獻出來，或是你可以用寫作、唱歌，留下你的成績，就像約翰丹佛的驟逝，我們可以沒有遺憾的擁有他的美妙歌聲，人類也許永遠無法為自己準備好善終之事，但及時的善行，使大家了無遺憾！



攝影／王秀珍

及時的哲學

——文／陳世昌——

芸芸衆生 大部份的人寧願用萬金去換取快樂與刺激 而僅拔一毛以利蒼生

可是福禍無常 如果能及時行善 生命價值立刻攀上更高價碼

清心小語

——文／琉璃月——



攝影／蘇金來・自由國度
(10/28~11/6) Jazz提供

一分一秒 一點一滴 都堅持 就一定能到彼岸

菩薩道就是 病得比較輕的人 照顧病得比較重的人 比較不傷心的人 照顧比較傷心的人

用直接的方法 解決生命的痛苦——修行

如何聽佛菩薩的話： 聽就是聽 一切都聽 完全沒有抗性 完全沒有意見

佛法 不是修苦行 也不修樂行 是修正確行

建議與批判 是截然不同的 建議是希望別人改進 也盡了規勸之力



攝影／簡敏男・玉山
(11/29~12/7) Jazz提供

男女之間 如果能夠完美相處 一樣是修道

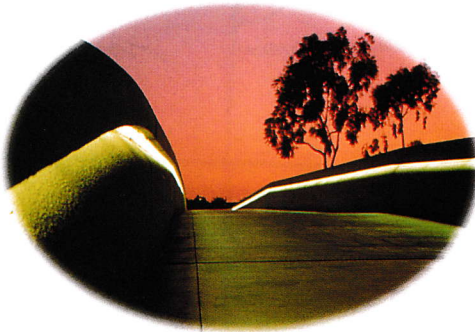
像山谷中的百合花 像空中的微風 像雨後的初陽 如此淨美的活著 多麼好啊！



攝影／蘇金來・自由國度
(10/28~11/6) Jazz提供

純淨 就是最大的善良

誰說不可以 每天都是嘉年華會 意思是—— 心靈的天天盛會



攝影／蘇金來・自由國度
(10/28~11/6) Jazz提供

智慧就是最好的保護 沒有人能夠 欺負一位有智慧的人

一定要大精進 才能作一個自由自在 不受業力擺佈的人

因為受不了當前的誘惑 所以就得不到 未來更美好的收穫

幻想是經過包裝的妄念 有的 是這樣華麗 是這樣迷人 但畢竟還是妄念



新西遊記

生病時的智慧

身體是四大假合之軀

無常來襲

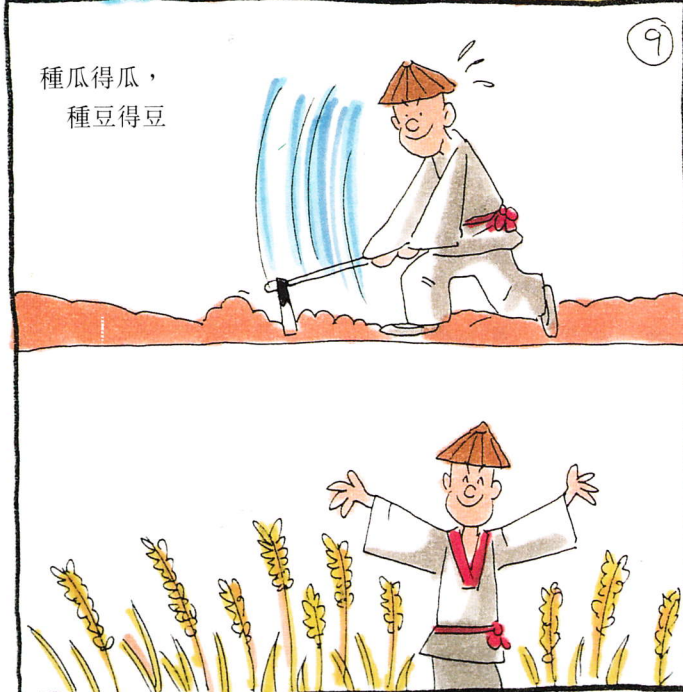
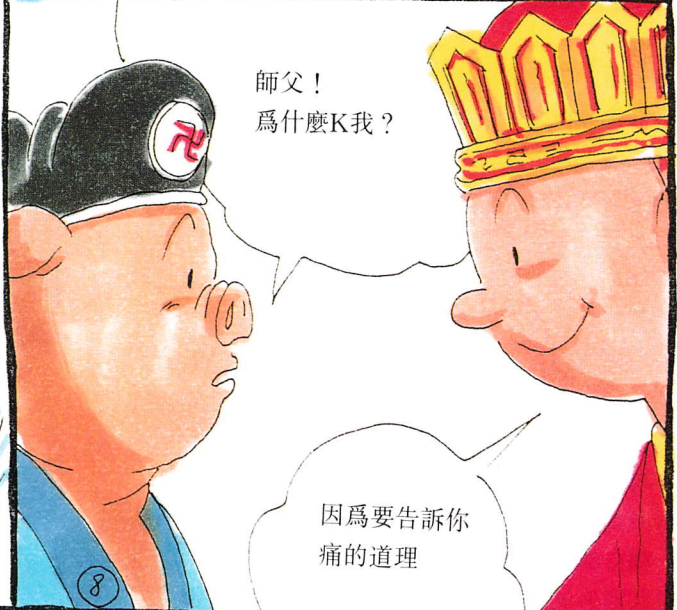
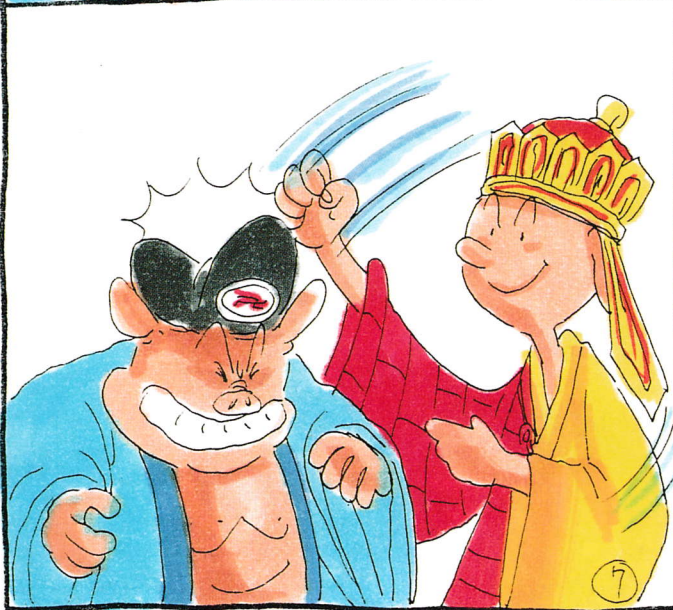
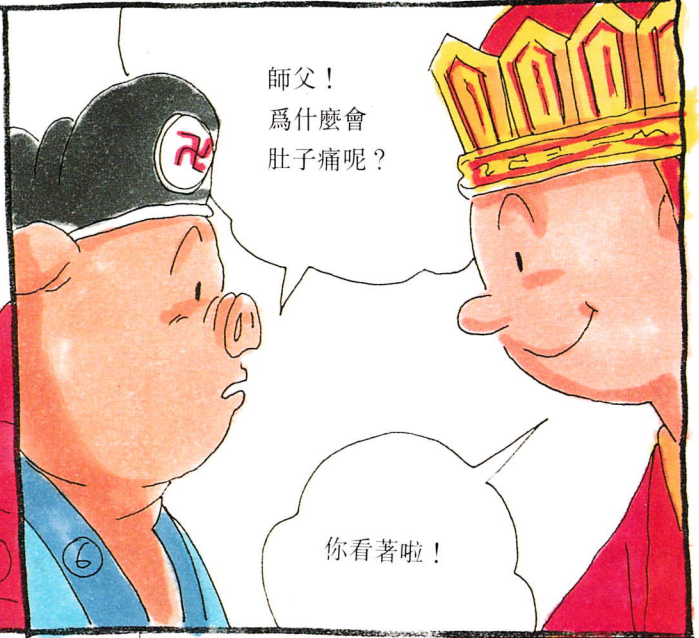
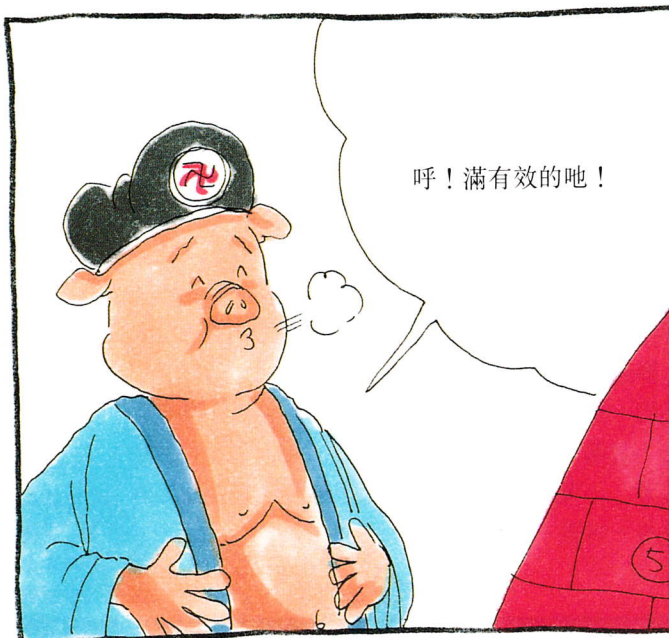
四大不調

該用什麼態度面對呢？



——圖·文／吳振文——







三、嚴謹的佛像塑製過程

西藏的所有文物藝術可以說都是藏傳佛教教義的延伸。對密教的修行人而言，其修行的重點在於與諸佛身、語、意的相應，因此一切的宗教藝術作品本質上都與諸佛的身、語、意相關。藏文中對所有的宗教藝術品統稱為「古松突丹」。藏語的「丹」意思是「支持」、「支撐」，其宗教含意是幫助信徒記憶或回憶起宗教藝術品的象徵所在，即藝術品本身所代表的真正的佛及其所要傳達的教義與精神。是以「丹」為佛所專用。例如，所有表現佛、菩薩、或聖者的雕塑像皆屬於「古丹」（即對佛身的記憶）；所有的文字著作皆屬於「松丹」（對佛語的記憶）；與宗教修習直接相關的所有物品，如佛塔、壇城等皆屬於「突丹」（對佛之思想、意念的回憶）。從這些定義即可知西藏的一切文物藝術可以說是不離修行的。

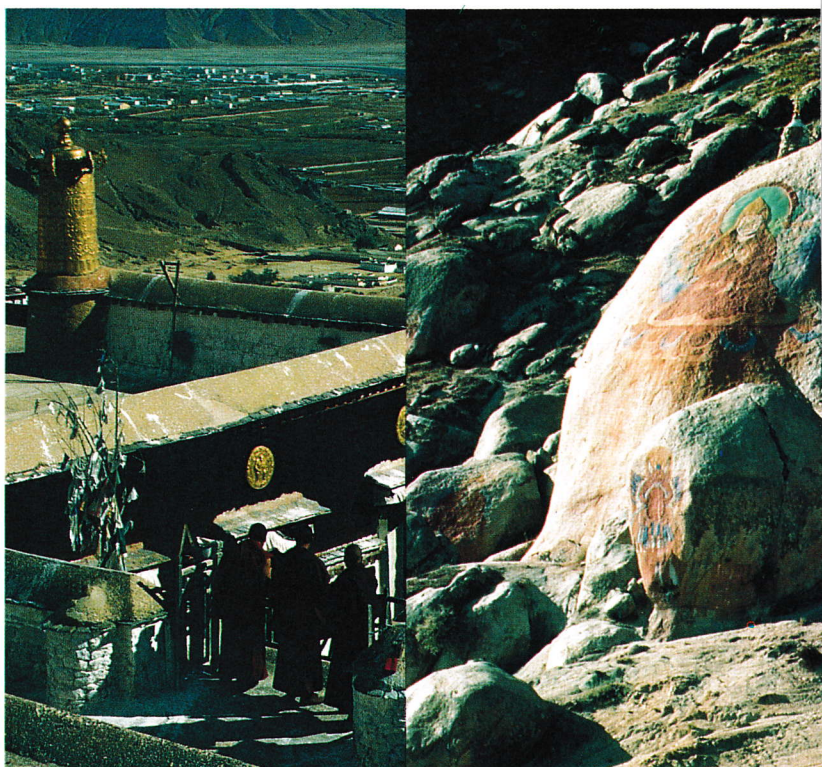
在西藏，佛像的塑造，不僅是一項藝術創作過程，對於藏傳佛教而言，更是一項莊嚴的修持與儀軌和獲得善業功德的一種方法。按照佛教密宗的教義，灌頂修持時，必須為佛造像，或塑或畫，極盡莊嚴。所以在佛像的雕塑、裝璜上，自然是極盡財力、物力、智慧、技巧。造像前，一般須由寺院法台在廣場舉行儀式，商討造像的工程事宜，審查材料的選擇，挑選最精良的技師，然後使用的材料、工具以及技師經過三密（即身、口、意）加持，四事供養，才能進行佛像之製作，製作過程還要佛真言裝藏，最後秘印開光以期「直披行者之心，契入本尊之體」等儀式才算完成。

對藏傳佛教徒而言，塑造佛像被認為是獲得善業功德的一種方法，因此上從僧人、專業的藝匠下至一般老百姓皆將塑造佛像視為一件重要的事情。塑像過程更是極其神聖莊嚴。相傳藏傳佛教格魯派的著名領袖宗喀巴，當年在色拉寺演講經法的同時，曾在色拉寺後山的一所修練室中修練。修練時每一坐關完成時，都塑製佛像和

一些小泥像、小泥塔。拉薩哲蚌寺密宗殿主像怖畏金剛亦是大法王宗喀巴親手塑建的。宗喀巴當年與諸多比丘誦禱經文，在以泥塑製忿怒羅刹面時，每一撮泥丸要念十萬遍「雅瑪熱染」咒。塑造其它部位時，也要念咒萬遍。

拉薩色拉寺護法殿中供奉的一尊「佛世尊金剛怖畏降魔全面全手像」，是在色拉寺的創建者，聞名遐邇的大慈法王釋迦益西親自關懷下，由夏魯交瓊瓦、列巴贊手製而成的。塑像時，每一撮泥土都念誦「金剛怖畏心咒」一遍，當塑製到佛的面龐時，每一撮泥土念誦「金剛怖畏心咒」一萬遍。可見，藏傳佛教的塑像過程，是這樣的莊嚴、神聖。

▼對密教的修行人而言，其修行的重點在於與諸佛身、語、意的相應，因此一切的宗教藝術作品本質上，都與諸佛的身、語、意相關。



（攝影／何董上）

西藏密教佛像製作 與造形分析(二)

——文／石連柱——

西藏一切文物藝術可以說是不離修行的

佛像的塑造更是一項莊嚴的修持與儀軌和獲得塑造善業功德的一種方法。

不論站像或是坐像、慈悲或忿怒像

所有的造像都有相應的造像尺度。

而要區分聖者以上的佛菩薩 還必須要靠塑像上一些象徵物

這些象徵物有頭頂光環、身體外射光環、太陽、月亮、蓮花座、法座靠背等

本文將作詳細的介紹



對於一位專業的佛像塑造者則更有許多的要求。例如，一位理想的佛像製作者應該沒有缺點和過失。必須清心寡欲，不爭工錢，不計較雇主所給吃喝好壞，不為自己的過失辯解，對佛法忠誠、勤勉、誠實、戒酒、不近女色等等。此外，由於塑造佛像被認為是獲得善業功德的一種方法，因此將這些造像按規定的尺寸、比例準確地製作出來，是造像過程中非常重要的一件事情。如果一尊佛像沒有按規定的尺寸比例製作，那麼藝匠以製作藝術品而獲得的功德就可能因藝匠錯誤的製作尺度而損失殆盡。同時在宗教信仰上面，如果製作的塑像表現的是一位本尊或者護法，製作塑像的技師則應與本尊所屬的乘系一致，即也已是入密乘的信徒。假如他還沒進入密乘，就有必要舉行一個入門儀式，引導藝匠進入他所要雕塑佛像的壇城。只要藝匠進入四密中的一密，就沒有必要再舉行進一步的入密儀典。然而，假如藝匠製作的作品表現的是另一密中的精神象徵，那麼，藝匠還要舉行進入新密的儀式。除此之外，還有一種稱做「杰囊」的儀式，由上師在藝匠製作本尊和護法的雕像前給予藝匠加持。同時藝匠在創作佛像之前，也可以背誦密咒或觀想本尊和護法。

製作佛像的場所也有一定的要求，其應該是一處安靜的所在，除了一些與製作佛像直接相關的人和幫助製作者的人，例如委託人、雇主、法師、醫生等外，禁止好奇的參觀者進入工作場所。

製作者開始工作的時候，如何選擇方位更是需要考慮的一個問題。塑造佛像時方位的選擇取決於所製作的塑像的內容。其要求如下：

東方：製作現慈悲相之佛菩薩或人物

西方：製作密乘佛菩薩

南方：主司積善、增壽、吉祥繁榮之佛菩薩

北方：製作現忿怒相之佛菩薩

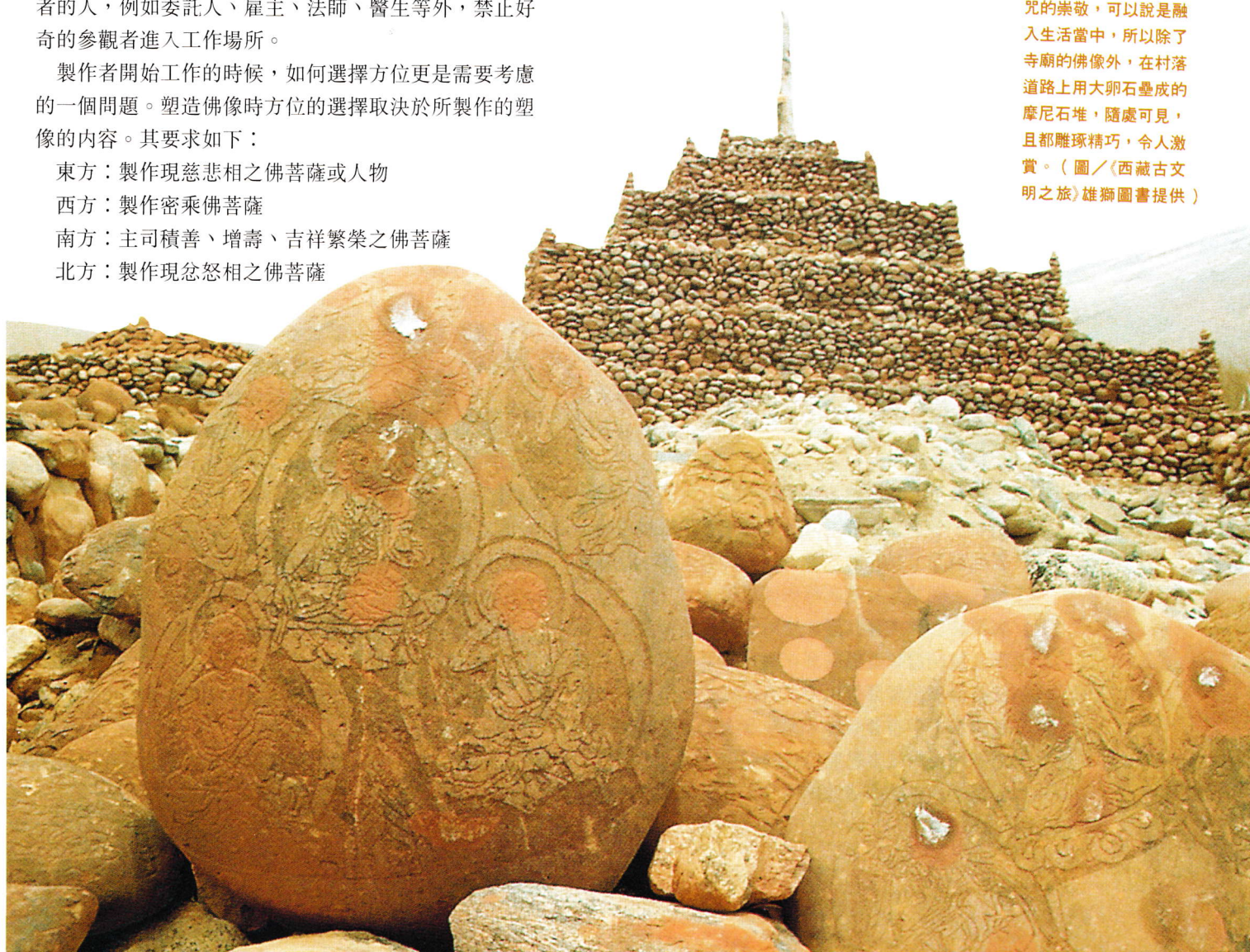
如果由於光線照射的原因，使得特定作品朝向的方位不便於製作，那麼藝匠在選取更適合的方位之前，先要朝上述吉祥的方位靜坐片刻，然後再轉向較便利的方向製作。此外，依據塑製對象的不同，對製作者的衣食行止也有一些嚴格的要求。例如，製作期間必需沐浴清身，嚴禁吃肉、飲酒、吃葱蒜等。

在材料方面，製作過程往往需添加一些添加物。例如，從聖地採取來的水、土；上師的聖物；一部份研碎的金粉、銀粉、珊瑚粉；芬芳的香料；研碎的藏紅花粉等。那些塑像要添加那種添加物，在儀軌文獻中都有說明。如果是泥塑的佛像，這些添加物要摻入塑泥裡或摻入顏料之內。假如是金屬雕刻或鑄造的佛菩薩，就將添加物製成液狀塗料塗在佛菩薩的內壁。

四、造像尺度與象徵意義

印度的佛教與文化引進西藏後，發展了五大明和五小明。五大明包括工巧明、醫方明、聲明、因明和內明。工巧明指工藝學，醫方明指醫學，聲明學指聲律學或特指梵文語學，因明指邏輯學，內明指佛教哲學。這是為學佛而有的；而五小明（修辭學、辭藻學、韻律學、戲劇學、星象學）是為了社會大眾所作。

▼西藏人對於佛像、經咒的崇敬，可以說是融入生活當中，所以除了寺廟的佛像外，在村落道路上用大卵石壘成的摩尼石堆，隨處可見，且都雕琢精巧，令人激賞。（圖／《西藏古文明之旅》雄獅圖書提供）





▲佛像造像尺度，無論是站像或是坐像，慈悲像或忿怒像，所有的造像都有相應的造像尺度。最早源於尼泊爾所使用的造像尺度，總計有12種姿勢，上三圖由左至右分別是右向位、金剛跏趺、薩埵跏趺。（圖／《西藏古文明之旅》雄獅圖書提供）

工巧明分三種工巧，是根據身、語、意三者不同的工巧技能而有所區別。身之工巧主要是用在造像，諸如描繪佛陀畫像、菩薩畫像、製作佛塔之類的聖器或日常生活用品；語之工巧包括對佛教經文的解釋和詮註以及諸如歌唱、樂曲、音調、咒語等等；意之工巧指對宗教方面或其它方面的所有知識的感受力是無止境的。藝匠根據這些典範進行各項創作。

在工巧明中總共有八種成套的造像尺度，無論是站像或是坐像；慈悲像或忿怒像，所有的造像都有相應的造像尺度。這八種尺度的歸類如下：

[一] 表現呈垂直端坐的佛菩薩使用第一種造像尺度。例如，穿僧衣的佛陀坐像，戴有珠寶裝飾的大日如來、不動如來、寶生如來、無量光如來和不空成就如來等五方佛的坐像。

[二] 表現慈悲與忿怒雙運的佛菩薩像使用第二種造像尺度。例如，帶骨飾的本尊：上樂金剛、喜金剛、時輪金剛等。

[三] 表現多手多頭的佛菩薩像使用第三種造像尺度。例如，千手千眼觀世音菩薩和千手千眼佛母等。

[四] 表現前面沒提到的本尊，他們可呈坐像，也可呈站像。例如，金剛亥母和度母等。

[五] 表現忿怒像本尊和護法使用第五種造像尺度。製作者製作這類造像需要花很大的氣力，本尊和護法胳膊和腿腳都很粗大，造形威武。所有的本尊和護法不僅身著骨飾，還在身上掛上毒蛇羯子作為飾物及用很多骷髏串成的頭上花冠。

[六] 表現半人半獸的造像使用第六種造像尺度。例如

，保帳護法。

[七] 表現聲聞弟子、獨覺佛以及普通凡人。

[八] 第八種造像尺度列出了所有佛菩薩像應該採取的各種不同的姿勢，以及相應的比例和尺寸。此一造像尺度最早源於尼泊爾所使用的造像尺度，總計有下列各種姿勢：

(1)金剛跏趺——腳底向上盤腿而坐。

(2)蓮花跏趺——右腳隱入身體下，並將左腳靠在右小腿上，呈蓮花狀。蓮花跏趺比金剛跏趺盤得略鬆，但必須使雙膝平靠在地上。

(3)薩埵跏趺——左腳隱入身體下，並將右腳靠在左小腿上。

(4)勇士坐姿——左腿盤起，但右膝上屈靠近身體。

(5)勇士女坐姿——此坐姿與勇士坐姿相似，不同的是要將右腳拇趾放在左大腿上。

(6)善相坐姿——普通坐姿，但兩腿略分開。

(7)善逝坐姿——雙腿屈起，兩腳腳底面相貼合，雙膝接地。

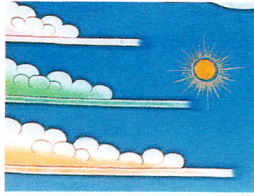
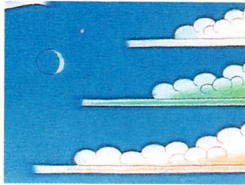
(8)右向位——左腿盤起，並將右腿輕輕屈起，使右小腿內側靠上左腳為止。

(9)左向位——將右向位的順序顛倒即成。

(10)聚踵姿勢——將兩腳後跟相並接，兩腳趾各指向左右一方，雙膝叉開並向外屈起。

(11)併腿站姿——站立姿勢。站立時將兩腳後跟和雙膝並攏，神情專注。

(12)王者坐姿——雙腿自然放鬆，並輕鬆的靠在一起之坐姿。



要區分聖者以上的佛菩薩，還必須要靠塑像上一些象徵物。這些象徵物有頭頂光環、身體外射光環、太陽、月亮、蓮花座、法座靠背等。

頭頂光環：光環以塑像前額、兩眉中間為圓心，圍繞整個頭部形成一個邊緣清晰的圓環。光環的直徑是塑像的兩肘長，即從肘彎處到拳尖這一段前臂的兩倍長。但有兩類的聖者不能在頭上有光環。這兩類是：聖者之位以上的忿怒本尊與智慧護法。

身體外射光環：身體外射光環呈橢圓狀的光環，光環的頂端與頭頂光環相接，橢圓光環的下部隱入蓮花座中。光環之內用金色或黃色繪上細巧略彎的曲線，這些曲線代表佛菩薩身上外射的光線。

一般來說，雕塑像多是坐像。佛菩薩安置在三層的太陽、月亮、蓮花座上，或者安置在柔軟厚實的墊子上。三層的太陽、月亮、蓮花座，其最上一層塗有金色，代表太陽；中間一層塗有白色代表月亮；最下一層呈蓮花狀，可以用各色描繪。

厚墊的最上一層經常鋪有一塊鑲有絲邊的紅色罩單，稱作「紅墊」。有時也在厚墊上罩上僧衣或罩上一種叫做「頂瓦」的紅色或栗色罩蓋，然而與三層的太陽、月亮、蓮花座不同，厚墊以及紅墊「頂瓦」等物，在沒有達到聖者地位的僧人也可以使用，而太陽、月亮、蓮花座是沒有達到聖者地位的人不能使用。

如果是現慈悲像的塑像，那麼只有配置上月亮座。如果也要在法座上佩置太陽裝飾，就必需安置在月亮座的下面。同樣，如果是現忿怒像的塑像，那麼只能配置太陽座。如果也要在法座上佩置月亮裝飾，就必需安置在太陽座的下面。

蓮花座，即法座上的蓮花裝飾都是在太陽和月亮的下方。

如果造像表現的是上師喇嘛，或者已過聖者位的護法，那麼就不配置太陽、月亮、蓮花座。但也有例外，如蓮花生大師、阿底峽尊者和宗喀巴大師的造像都要配置太陽、月亮、蓮花座。



如果較為講究裝飾，還應該在有太陽、月亮、蓮花座或坐墊的法座上使用不同的靠背。一個裝飾華麗的法座，它的結構如下：法座最下面一層，藏語稱作「戴布」，意思是「基座」「台座」。台座的高度反映了整個法座的高度。在台座以上是三層階梯，每個階梯的高度是台座的三分之一。在階梯之上是支撐法座的「頓欽」（意為「臉大」），其高度是台座的兩倍。太陽、月亮、蓮花座之上的一層稱為「松瑪」（意為「護法」）。「松瑪」較「頓欽」寬，高度是台座的三分之一。「松瑪」之上的一層稱為「白羣」（意為小蓮花、小油菜）。「白羣」與「松瑪」的高度相等，但較「松瑪」寬一些。「白羣」之上的一層稱為「巴嘎」（意為「宮殿」），其長度是台座的三分之二。法座從台座到「巴嘎」的各層支撐物的表面都用蓮花、菱形圖案和珠寶裝飾。在法座前面要掛一幅很窄的絲緞，它可以遮住法座中央部份。支撐物的動物一般是獅子，但也有大象或孔雀，位置在法座的「頓欽」兩邊。

▲諸佛菩薩的塑像常有一些象徵物，如：以塑像前額、兩眉中間為圓心的頭頂光環、身體外射光環呈橢圓狀的光環、太陽、月亮、蓮花座、法座靠背等。（圖／藥師佛全德提供）

——待續——

話說禪宗的五家七派，都是指惠能以下分宗分派而言，禪宗外傳自六祖惠能以後，禪風漸發揚；又初祖達摩五傳到五祖弘忍之時，其實弘忍門下，早已劃分神秀與惠能二派。

如此的禪宗非常蓬勃繁衍，「馮仰宗」便是以惠能為代表最先成立的宗派，這是因為此宗的開創者靈祐和他的弟子慧寂，先後在潭州的馮山（今湖南省寧鄉縣西）和袁州的仰山（今江西省宜春縣南）傳揚家風，後世稱為「馮仰宗」。

馮山靈祐

再說靈祐禪師此君，他是福州趙氏子，十五歲就依建善寺的法常律師出家，於杭州的龍興寺受戒，廿三歲時，曾遊江西，那時去參訪百丈懷海禪師。有一天隨百丈到深夜，百丈問他撥撥爐中是否還有火燭？當時靈祐回說看不到還有火燭，但百丈親自在爐火中撥到那剩餘的小火星。「這不是火嗎？」靈祐恍然大悟，正在禮謝百丈之時，百丈卻又感慨道說：「看不到火，如同我們的佛性暫時被遮掩了而已，不過經上也一再提到，當觀

時節因緣，如果因緣成熟，如同迷人忽然醒悟過來，更如同那有失憶症人忽然恢復記憶一樣，那時，自己親見自己，清清楚楚，不怕自己要去依附任何才能得到快樂，這時，你們才會發現另一奧妙之處，就是悟了同等於未悟一樣，因為無心也無法啊！只是沒有虛妄凡聖之分別心而已了！」

百丈禪師的語重心長，都讓馮山靈祐長留心懷。那一次，又有個和尚來問靈祐：

「什麼是道？」

「無心是道。」靈祐回他。

「我不懂啊！」和尚露出疑惑的表情。

靈祐搖頭歎口氣道：「你最好去認識那個說不懂的背後主人翁！」

對方仍是迷糊：「到底誰是不懂的主人翁？」

靈祐不得不站起來叫道：「那個人不是別人，就是你自己啊！」

靈祐接著為他解說：

「這個說不會的人，背後就是你自己的心，而你一定要親自去體會外面說不懂，但實際上內裏的你自己，也就是你的自心，這個自心本性就是你朝夕嚮往追求的佛啊！佛不在外面求問得來啊！如果你一直往外問道在那裏，道就離你愈遠啊！」

又如果你向外求得的所謂一知半解之道，以為那就是禪道，那真是牛頭不對馬嘴，又更如你自己把糞便帶進你自己的心田一樣，弄污了你的心田，那不是道啊！」

仰山慧寂

話說另一個仰山的慧寂禪師，韶州懷化人，姓葉，十五歲要出家時，父母不准，過兩年，卻自斷二指，跪在父母跟前，誓求出家得正法，說這樣才能報父母恩，父母感動，也就允許他出家。於是，慧寂便於南華寺通禪師那



無事阿師在那裏？(一)

禪宗自六祖惠能之後，禪風蓬勃繁衍
於是形成五家七派之分
舉凡為仰宗的師唱弟隨
臨濟宗的棒喝
各家宗風雖異
但對於自性的體悟
卻都是直截了當，無二無別的

——文／伊凡——

——圖／佛陀教育基金會提供——

裏落髮，未受具足戒時，即遊十方，有一次去拜見耽源法師，耽源對他說：

「這裏有一法本，這是國師當時傳得六代祖師下來的法脈，共傳給九十七個，一直到老僧，我知自滅後卅年，南方有一沙彌到來，將大興此教，次第傳授，今天我把這法本。交付予你，你要好好的奉持。」

慧寂就將法本從頭至尾，全部看完，便將火一把燒掉。有一天，耽源不知他已燒毀，前來問他：「那些法本，你應更加珍惜。」

慧寂即道：「當時看完它，便燒掉了！」

耽源問他：「我這個法本，是經歷代先師祖師代代相傳，異常珍貴的，是唯有聖賢人才可得之，怎麼今天你卻燒掉它？」

「師父，慧寂一覽便已知其意了，但已知就不要執法，所以燒了！」
「話是沒錯，不過還有後人想學心法，也要留給他們依此修行啊！」
「好，師父若要重錄不難，我會重集一本，便沒有漏失之憾了！」

「好。」

有一天，耽源上堂，慧寂在旁用手作「○」

狀，卻又手立。這時耽源也以兩手相交，作拳示之。慧寂這時向前進三步，以女人的姿態禮拜耽源法師。耽源點頭，這時慧寂才作真正禮拜。這會兒，此未受具足戒的沙彌已悟得玄旨了。

如何是真佛的住處？

後來慧寂離開耽源，又往馮山參拜靈祐禪師。

靈祐問他：「你是有主沙彌？還是無主沙彌？」

慧寂回道：「有主沙彌。」

「主在哪裏呢？」

慧寂就從西走到東，靈祐心中有數，知來人有上等根器，便對他開

示，但慧寂卻先問靈祐：

「如何是真佛的住處？」

靈祐回道：「以思無思之妙，再返思靈焰之無窮，思盡還源，性相常在，事理不二，真佛如如不動。」

這時的仰山慧寂言下頓悟，從此就待在馮山靈祐處有十五年，不久再前往江陵受具足戒。

還有一次，當馮山靈祐正在打坐時，仰山慧寂便走進師的房間，這時師父便說：

「孩子！你快點說啊！可不要走入陰界。」

仰山慧寂只是回道：「我連信仰都不要呢！」

「是嗎？那你是相信了之後不要呢？還是因為不相信才不要呢？」

「除了我自己以外，還能相信什麼呢？」

「哦！如果你的境界只是這樣，那也不過是個講禪定的小乘人罷了！」

「不！」仰山慧寂連反駁道：「我連佛也不要見。」「你又說佛了，那麼四十卷《涅槃經》中，有多少是佛說的？有多少是魔說的？」

「通通是魔說的。」

聽了這句話，馮山靈祐更確定的說：



▲慧寂到馮山參訪

靈祐問：「你是有主沙彌？還是無主沙彌？」

慧寂答：「有主沙彌」

「主在哪裏呢？」

慧寂就從西走到東

並問：

「如何是真佛的住處？」

「此後，沒有人奈何得了你了！」

以上這些對話，看似平淡家常，但心法玄機就在這裏，然而，再微妙美麗也是偽仰宗的美麗精采之公案，那不是讀者或說故事人的美麗，禪宗祖師一再要我們藉著故事的表相，回走、回頭才能找到此岸的彼岸啊！

可是回走的路途，原本不遠，只是方向一般大都走偏了，如何回走找那故事背後的美麗呢？

如何又如何呢？迷路了，我們要站在原處裹足不前呢？還是可以藉著記憶搜尋我們之前踏過的足跡，一步一步的回走，回、回、回，回到原本的正途上呢？回到原本沒有走偏的方向呢？有人說好馬不吃回頭草，但我們不是馬，也不吃草，我們是迷人，我們要破迷回家，不要再在三界世界走迷宮了，對不對呢？

佛說的或魔說的？其實也不打緊，不要自己嚇自己倒是真的，當你自己作主時，主也不是佛或魔的相對邊了，又譬如這一對師徒，我們簡稱他們為馮山和仰山好了。

**馮仰宗——父慈子孝，
師唱弟隨，審細密切**

有一天，這個師父馮山帶著他的愛徒仰山，兩人一同來到田間，馮山對仰山說：

「你看，這一塊田，這邊高，那邊低。」

「錯了！師父，是這邊低，那邊高。」

「你這孩子真不懂事，你看！我們站在中間，往兩邊看看，到底那邊高就清楚了嘛！」

仰山很聰明：「不要站在中間，也不要只看兩邊。」

「什麼！你說不公平？好，那讓我們用水平來量，因為再沒有什麼東西，會比水更平的了！」馮山道。

「不！師父，水也沒有一定的體性，它在高處是平的，在低處也是平的。」仰山又反駁師父。

聽說師父馮山，被他的愛徒仰山，答得無話可說了。

馮仰宗的宗風有一種父慈子孝，師唱弟隨，審細密切，它的吸引之處是一種舉一激十的默契，上令下從，你欲渡江，我便撐船；隔山見煙，便知是火；隔牆見角，便知是牛在那裏，方圓默契。

畫餅不能充饑啊！

有一個香嚴悟道的故事，也很深入。

話說香嚴，本是百丈門下的弟子

，當時，他是那種才氣煥發、思辯敏捷、博通經典的一名好學生，但始終未見自性。百丈禪師圓寂後，他便追隨百丈禪師的大弟子馮山。有一天，馮山對香嚴說：「你在先師處，聽說是問一答十，問十答百，你很機智，很聰明伶俐，但生死事大，請你告訴我，在父母未生你前，你在哪裏？」

這句話，敲碎了香嚴的世間聰慧，他茫然不知何以對答，回到房間，把平時的經書都拿起來翻，想尋找其中一句



▲禪宗平淡家常的對話中，心法的玄機就在裡面。
禪宗祖師一再的藉著故事的表相，要我們找到回家的路。



來對答，但卻找不到適切的一句話，只有感慨道：

「唉！畫餅也不能充饑啊？」

自此以後，他常問鴻山要哪個答案，但鴻山每次都說：

「如果我現在告訴你，將來你一定會罵我，更何況我說出來的，那是我的，跟你的自性又有什麼關係呢？」

鴻山正像歷代祖師，苦口婆心道說自性不是別人告訴你它在何處？它的清淨只有賴你自己去親見，別人就是說破了嘴皮，你還是你，未悟仍是未悟，已悟還是已悟，所以一定要自己去親見、去實證、去實修，別人幫不了你自己啊！

香嚴何止失望透頂，他燒掉了所有的書，抱怨道：「我這輩子不再學什麼佛法了，還不如做一個到處化緣乞食的和尚吧！」

於是他揮淚道別了鴻山，經過了南陽地方，便去參拜慧忠國師的遺跡，就在那裏落腳。有一天，他正在除草時，偶然的一塊瓦礫，不知從何拋下來，擊中了竹子，發出清脆的響聲，天哪！這一聲，突然把他帶入了悟境，於是他便回房，沐浴焚香，這時他終於感恩的對空遙拜：

「師父啊！您真是我的再世父母，當初如果您為我說破了那個祕密的話，哪有今天的頓悟呢！」

鴻仰宗在禪宗的五家中，興起的早，但聽說法脈也只傳約一百五十年而已，他們的宗風故事又例如一天，仰山度完暑假，來探望師父鴻山，師徒的對話，充滿清新可人，且看鴻山問仰山：

「孩子！有一個暑假沒見你了，你在那邊究竟做了些什麼呢？」

仰山回道：「這個暑假，我耕了一塊地，播了一籃的種子。」

「嗯！如此看來，你這個暑假沒有白過哦！」

「對啊！那師父呢？您暑假做了些什麼呢？」

「白天吃飯，晚上睡覺嘍！」

「那麼師父，您這個暑假也沒有白過嘍！」仰山說完之後，當初他不自覺伸了舌頭，其實這是不必要的。

鴻山即刻糾正：「孩子！你說話就說話，幹嘛看得那麼嚴重呢！」

這是當年仰山尚未開解時的趣聞，當仰山自家作主，當了方丈後，他對天下衆生開示的一段話，真是切切命中心坎，雖是老生舊談，但問題是因為沒有人成佛，所以老生的舌頭很長，必須重覆又重覆下凡人間來說煩。——待續——

►自性無法由別人的告知而找到，它的清淨，只有靠自己的親見，否則別人即使說破嘴皮了，未悟還是未悟呀！所以一定要自己努力去實修、實證。





清心靜坐《問答式》

第82問：腳曾受過傷，該如何靜坐？

——文／鄭鴻祺——

定義：

受過傷的定義很廣，狀況可能有

1. 關節發炎，如退化性關節炎
2. 韌帶發炎、斷裂。
3. 肌腱發炎
4. 軟骨撕裂
5. 靜脈瘤
6. 瘀血青腫、微血管破裂等等，及其他狀況。

分析：

對小孩及年輕人來說，復原能力非常強大，很快就好了，但年紀愈大，隨著個人身體條件的老化程度，復原能力愈弱，曾受過傷的人練習靜坐時，受傷的地方，一定較容易造成心的干擾，沒有受過傷的人在姿勢上可以要求，不過也要量力而為。受過傷的人，千萬不要在姿勢上做特別的要求，否則傷勢會擴大轉劇，反而得不償失。

知見：

心的要求才是重點，只要心能安住在正念上，當有一天氣脈通了，受傷的地方，自然會痊癒。雖然對於一般人建議盤腿的姿勢要慢慢升級，但腳受過傷的人，就以升級到自己可承受的範圍為準。靜坐中不舒服的地方可做適度的伸展，只要心保持不亂就對了。單盤、雙盤、跪坐、緬甸坐、正襟危坐這些都是典型的標準姿勢，但只要調整到脊椎、背部不致偏離太多，將兩隻腳平伸姿勢亦可。有些

人靜坐中，坐姿會隨著狀況調整，例如西藏的大成就者密勒日巴尊者。連大成就者密勒日巴的坐姿，也是很自在的隨著狀況而調整姿勢，遇到氣候很寒冷時，密勒日巴尊者採用「六灶印」的坐姿才能升起拙火的暖熱。

結論：

所以，坐姿可隨著自己的狀況調整，不要拘泥於「一定要雙盤」的想法，視自己的狀況而選擇最佳的姿勢，對於姿勢莫須有的刻意堅持，有時是上了業力的當，只有安住空性或正念，才能走在正確的修行路上，而不會偏離，以最短的時間，不走冤枉路，達到最佳的效果。總之靜坐外相並不重要，而是內在的品質，才是真正重點。☺

（註）：「六灶印」是密勒日巴尊者在夢中獲傳自馬爾巴上師的特殊靜坐的密法。因為密勒日巴尊者離開上師獨自入雪山苦修後，由於天氣嚴寒，加上每天僅吃一點點的糌巴，體力無以為繼，難以抵抗寒冷之際，便一心祈請上師加持。某一天夜晚，在光明的覺受中，看見馬爾巴上師舉行會供，有聲音代密勒日巴求法說：「那個密勒日巴，如果生不起暖樂，怎樣修才好？」馬爾巴上師便說：「他應該如此如此的修。」說著就傳了「六灶印」的坐姿。醒後，密勒日巴如法修持，果然不畏嚴寒。

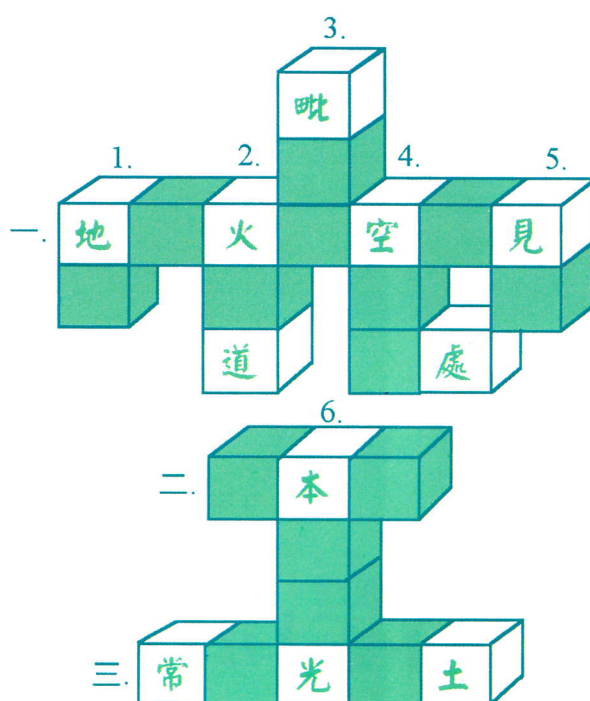
攝影／周玉卿



填字遊戲



—— 遊戲設計／陳子帆 —— （台大機械系博士班）



橫的提示

- 一、即七大，因週遍於法界，故名大。
- 二、又名如理智，無分別智。即能相符於真理，沒有能緣所緣的差別。
- 三、四佛土之一，從佛的清淨法身所示寂的國土。

直的提示

1. 菩薩名，於釋尊滅度後，彌勒未生前，負救度衆生的責任，且常往地獄拔苦。
2. 地獄的別名，與刀塗道、血塗道合稱三塗。
3. 梵語，暴風的意思，也叫隨藍，即迅速而猛烈之風。
4. 無色界之第一天。
5. 五濁之一，末世的時候，衆生邪見紛紜，因而濁亂世間。
6. 又名本來面目，形容自己心性本分的禪語。



大般若波羅蜜多經

（註：經文係新修大正藏版本）

校量功德品(五)

——文／郭韻玲——

「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

所謂的聖者

即是生命中沒有了惡法 只有善法

也可以說沒有了黑暗 只有光明

般若，是最有效的咒語 沒有不能迎刃而解的

如果惡法真的很強韌的話，其實也唯有銳利的智慧能夠破解

所以智慧真的是無堅不摧

能夠破邪顯正，能夠斬斷許多不必要的煩惱



▲唯有般若，才能擁有明覺，唯有擁有明覺，才能作出正確的辨察、抉擇以及行動，而一切的善惡，皆脫離不了這些運作的範疇，故般若能帶來之利益，實為修行人所必需。（圖／陳丁林九寨風情攝影 86. 11 / 26 ~12/7）

爾時，於此三千大千世界所有四大王衆天、三十三天、夜摩天、睹史多天、樂變化天、他化自在天、梵衆天、梵輔天、梵會天、大梵天、光天、少光天、無量光天、極光淨天、淨天、少淨天、無量淨天、遍淨天、廣天、少廣天、無量廣天、廣果天、無繁天、無熱天、善現天、善見天、色究竟天，同聲共白天帝釋言：「大仙！應受如是般若波羅蜜多。大仙！應持如是般若波羅蜜多。大仙！應讀如是般若波羅蜜多。大仙！應誦如是般若波羅蜜多。大仙！應精勤修學如是般若波羅蜜多。大仙！應如理思惟如是般若波羅蜜多。大仙！應供養恭敬、尊重讚歎如是般若波羅蜜多。何以故？大仙！若能受持、讀誦、精勤修學、如理思惟、供養恭敬、尊重讚歎如是般若波羅蜜多，則令一切罪惡法損減，善法增益。大仙！若能受持、讀誦、精勤修學、如理思惟、供養恭敬、尊重讚歎如是般若波羅蜜多，則令一切天衆增益，諸阿素洛朋黨損減。大仙！若有受持、讀誦、精勤修學、如理思惟、供養恭敬、尊重讚歎如是般若波羅蜜多，則令一切佛眼不減、法眼不減、僧眼不減。大仙！若有受持、讀誦、精勤修學、如理思惟、供養恭敬、尊重讚歎如是般若波羅蜜多，則令佛寶種不斷、法寶種不斷、僧寶種不斷。大仙！當知！由三寶種不斷絕故，便有布施波羅蜜多、淨戒、安忍精進、靜慮、般若波羅蜜多出現於世。大仙！當知！由三寶種不斷絕故，便有內空、外空、內外空、空空、大空、勝義空、有爲空、無爲空、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、無性自性空出現於世。大仙！當知！由三寶種不斷絕故，便有眞如、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、不思議界出現於世。……大仙！當知！由三寶種不斷絕故，便有菩薩摩訶薩、三藐三佛陀出現於世。大仙！當知！由三寶種不斷絕故，便有菩薩摩訶薩及菩薩摩訶薩十地等法出現於世。大仙！當知！由三寶種不斷絕故，便有如來、應正等覺及阿耨多羅三藐三菩提出現於世。是故，大仙！汝應受持、讀誦、精勤修學、如理思惟、供養恭敬、尊重讚歎如是般若波羅蜜多。

（P579 Ⅱ 欄倒數14行～P580 Ⅰ 欄倒數7行）



▲修行的過程，其實就是善與惡的競賽，一個人拚命為善，和一個人拚命為惡，得到的果報是有天淵地別的，而一個修行人之所以成就，即來自於一切善法的累積。（圖／陳丁林九寨風情攝影 86.11 / 26 ~12/7）



此時於此三千大千世界所有天人同聲對天帝釋說：應受持、讀誦、精勤修學、如理思惟、供養恭敬、尊重讚歎如是般若。為什麼呢？若能如是，則能令一切惡法損減、善法增益；天眾增益、諸阿修羅朋黨損減；佛眼、法眼、僧眼不減；佛、法、僧寶種不斷。當知由於三寶種不斷才有六度、二十空、真如乃至不思議界、四諦、四禪、四無量、四無色定、八解脫……菩薩、三藐三佛陀、菩薩及菩薩十地等法、如來及阿耨多羅三藐三菩提出現於世，所以應受持、讀誦、精勤修學、如理思惟、供養恭敬、尊重讚歎如是般若。

此段經文，是所有天人對於天帝釋的殷殷期許，其實也是對於自己的殷殷期許；因為受持乃至供養般若，能夠令惡減、善增；天人增、阿修羅減；佛、法、僧眼不減；三寶種不斷；而三寶種不斷，能夠感召一切的善法，例如六度、二十空等，這充份說明受持供養般若的利益，就以「令一切惡法損減」而言，就是一件相當不容易的事，因為修行的過程，其實就是善與惡的競賽，一個人拚命為善，和一個人拚命為惡，得到的果報是有天淵地別的，所以一切都離不開因果，種善因必得善果，種惡因必得惡果，而一個修行人之所以成就，即來自於一切善法的累積，如果善法累積得不夠圓滿，相對的成就也不能夠圓滿，而相反的，如果惡法損減得不夠澈底，則惡的果報也一定不能避免，故受持乃至供養般若，能夠損減惡法，即知般若之殊勝以及其為修行之關鍵，因為唯有般若，才能擁有明覺，唯有擁有明覺，才能作出正確的辨察、抉擇以及行動，而一切的善惡，皆脫離不了這些運作的範疇，故般若能帶來之利益，實為修行人所必需。

如果一切善法日增，而一切惡法日減，那麼這樣的一個修行人是一個希望無窮的修行人，他的究竟成就，指日可期；也許他現在還有許多習氣，也許他現在還不夠完美，但只要他光明日增，黑暗日減，總有一天，他會永遠離開黑暗，進入全然光明的領域。所謂的聖者，即是生命中沒有了惡法，只有善法，也可以說沒有了黑暗，只有光明。



爾時，佛告天帝釋言：「憍尸迦！

汝應受此甚深般若波羅蜜多，汝應持此甚深般若波羅蜜多，
汝應讀此甚深般若波羅蜜多，汝應誦此甚深般若波羅蜜多，
汝應精勤修學此甚深般若波羅蜜多，汝應如理思惟此甚深般若波羅蜜多，
汝應供養恭敬、尊重讚歎此甚深般若波羅蜜多。

何以故？憍尸迦！

若阿素洛兇悖徒黨與是惡念：

「我等當與三十三天交陣戰爭。」

爾時，汝等諸天眷屬，應各誠心念誦如是甚深般若波羅蜜多，
供養恭敬、尊重讚歎，

時，阿素洛兇悖徒黨惡心即滅，不復更生。

憍尸迦！

若諸天子或諸天女！五衰相現，其心驚惶恐墮惡趣。

爾時，汝等諸天眷屬！應住其前，至心念誦如是般若波羅蜜多。

時，諸天子或諸天女，聞是般若波羅蜜多善根力故，
於此般若波羅蜜多生淨信故，五衰相沒身意泰然，
設復命終還生本處，受天富樂倍勝於前。

何以故？憍尸迦！

聞信般若波羅蜜多功德威力甚廣大故。

憍尸迦！

若善男子、善女人等，或諸天子及諸天女，
由此般若波羅蜜多一經其耳善根力故，
決定當證阿耨多羅三藐三菩提。

何以故？憍尸迦！

過去諸佛及諸弟子，一切皆學如是般若波羅蜜多，
已證無上正等菩提，入無餘依般涅槃界。

未來諸佛及諸弟子，一切皆學如是般若波羅蜜多，
當證無上正等菩提，入無餘依般涅槃界。

現在十方無量諸佛及諸弟子，一切皆學如是般若波羅蜜多，
現證無上正等菩提，入無餘依般涅槃界，

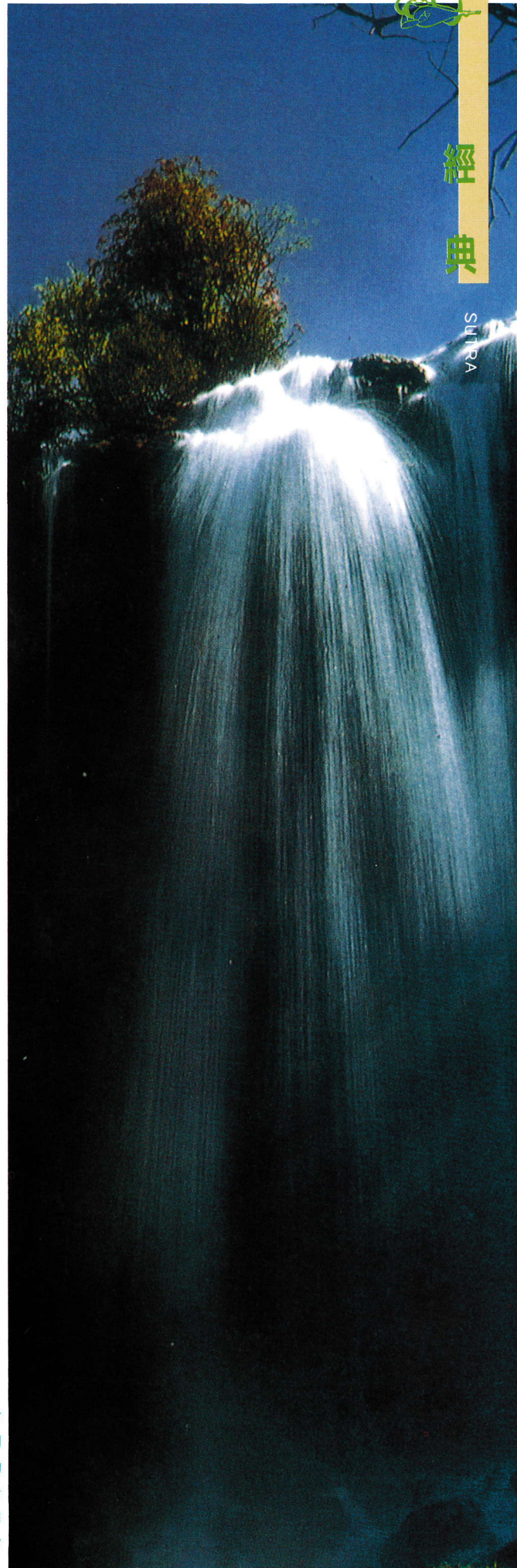
何以故？憍尸迦！

由此般若波羅蜜多！普攝一切菩提分法，

若聲聞法、若獨覺法、若菩薩法、若如來法皆具攝故。」

(P580 I 欄倒數6行～II 欄25行)

▲唯有冰雪聰明的人，才會
作冰雪聰明的事，所以一切
的善因，皆來自一個明覺的
心。唯有心清醒了，才能看
清真相。(圖／陳丁林九寨
風情攝影 86.11/26～12/
7)



此時佛對天帝釋說：你確實應受持、讀誦、精勤修學、如理思惟、供養恭敬、尊重讚歎此甚深般若。爲什麼呢？例如如果阿修羅興起想與三十三天打仗的惡念，你們諸天，只要誠心念誦如是甚深般若，供養、恭敬、尊重、讚歎，阿修羅的惡念便會因而謝滅；又如果天人現五衰相時，心中驚惶恐懼，害怕墮落下三道，此時諸天眷屬，在其前至心念誦如是般若，那麼由於聽聞般若善根力的緣故，五衰相就會隱沒不見，身心恢復泰然，如果命終還能重生天上，享受天樂更勝於前。爲什麼能如此呢？因爲聞信般若的功德威力甚爲廣大的緣故。所以如果善男子、善女人、天子、天女一旦聽聞般若，由於善根力的緣故，必定能夠證得阿耨多羅三藐三菩提。

。爲什麼呢？因爲無論過去、未來、現在的諸佛及弟子，都是由於修學如是般若，才能證得無上正等菩提，入無餘依般涅槃界。爲什麼呢？因爲般若普遍含攝一切菩提分法，若聲聞、獨覺、菩薩、如來法全部含攝的緣故。

此段經文，說明聞信般若「功德威力甚廣大」，不但能夠讓瞋恨心重的人熄滅惡念，還能增長福報，更重要的是能夠因而證得無上正等正覺。人間之所以苦痛，最大的癥結即在於沒有智慧，因爲愚癡，所以造下了無量無邊的黑業，而因果必報，只要造業他日都必得承受果報，可是如果一個欠缺智慧的人，他的所作所爲，往往就是與惡相應，發動一

一切的身口意拼命造業，殊不知造業時十分痛快，一旦果報成熟必須承受時就往往十分痛苦了，所以經典才說「菩薩畏因，衆生畏果」，足見因地的種善因是多麼的重要，然而猶如種惡因是來自於無明，來自於愚癡；種善因真的是需要智慧的，唯有冰雪聰明的人，才會作冰雪聰明的事情，所以一切的善因，皆來自一個明覺的心，唯有心清醒了，才能看清真相，唯有看清真相，才不再盲目的發動身口意造盡無量無邊的黑業，故知般若是解脫的關鍵，是十方三世諸佛及弟子們賴以成就的依憑，所以唯有親證般若，才能真正的遠離惡業，修一切善法，究竟成就。☸



▲般若是大神咒、大明咒、無上咒、無等等咒、一切咒王，最上、最妙，能夠降伏一切，不爲一切所降伏，是世間最殊勝難得的。

（圖／陳丁林九寨風情攝影 86.11/26～12/7）



▲般若是最上最妙，無與倫比，所以無論過去、未來、現在的諸佛，都可以說是依憑般若而成就的，不論十善業道、惠施受齋持戒等，乃至如來及阿耨多羅三藐三菩提，皆是依憑般若而出現世間（圖／簡敏男「玉山」11/29～12/7 爵士藝廊提供）

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。



佛學英文教室

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 Ten

第十課

—— 指導／般若居士 ——

—— 譯／圓毅 ——

Text

Meditation Cultivates Wisdom Part III

《Practicing》

There are many means of sitting in meditation. We will introduce some simple means good for beginners.

1. Speak-Buddha-Name Meditation

1.1 Posture

- 1.1.1 Sit cross-legged on the floor (If you cannot, sit with one leg bent beneath the other leg. Otherwise, sit with legs bent.)
- 1.1.2 Hands with Meditation-Mudra
- 1.1.3 A straight and loose back
- 1.1.4 Tongue touch your upper jaw
- 1.1.5 Close your eyes (If you worry about illusory visions, slightly open your eyes with downward line of sight. Just sit at ease.)

1.2 Breathing

- 1.2.1 Breathe with your nose
- 1.2.2 Breathing naturally is fine

1.3 Mind Consciousness

Respectfully concentrate your attention on the repeatedly speaking of Buddha-Name. Do as best as you can with no noise in your mind consciousness. For example, you may speak name of Amitabha Buddha, Avalokiteshvara Bodhisattva or Bhaisajyaguru Tathagata

(to be continued)

課文

靜坐是開智慧的良方(三)

《實修》

靜坐的法門相當多，今僅就初學者介紹一些簡單易行的靜坐方法：

一、念佛靜坐法

(一) 身法

- (1) 雙腿盤坐 (不能雙盤，則退而求其次改為單盤或散盤。)
- (2) 兩手結定印
- (3) 背脊保持鬆而直
- (4) 舌抵上顎
- (5) 雙眼自然閉目 (如果有些擔心閉目產生幻視，則可退而求其次雙眼自然微開，視線垂下，以不費力為原則。)

(二) 息法 (即呼吸法)

- (1) 以鼻呼吸
- (2) 呼吸順其自然即可

(三) 心法

在內心專心的、恭敬的、沒有雜念的 (盡量作到即可) 反覆唸一位佛菩薩的名號。 (例如常念的「阿彌陀佛」、「觀音菩薩」、「藥師如來」等。)

<待續>

Word Bank

Mudra : Manual signs or symbols indicate various ideas. For example, each finger represents one of the five primary elements, earth, water, fire, air, and space, beginning with the little finger. The left hand represents stillness or meditation. The right hand represents discernment or wisdom. There are various symbols of the Buddhas and Bodhisattvas.

字彙

印：手印或印契有各種不同象徵意義。例如，從尾指起的五根指頭，分別代表地、水、火、風、空等五大元素；左手代表安靜或禪定；右手代表洞察力或智慧；諸佛與菩薩有甚多手印。

Practical English Usage

"Another" and "the other"

實用英文用法

"Another" 和 "the other"

分析：

"Another" is indefinite, like "an", so it cannot be used with the definite "the". When something is definite, use "the other".

"Another" 係指不特定的另一個，其用法如同不定冠詞 "an"，故不可與定冠詞 "the" 連用。當欲指特定的另一個時，應該用 "the other"。

例句：

I could not find what I wanted in the supermarket, so I went to another shop.。
我無法在這個超市找到我想要的東西，所以我到另一家去。

Activities 練習作業

Correct the following sentence : She crossed to another side of the road.
請修正下列例句。



ぶつ がく にち ぶん きょう しつ

仏学日文教室

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

第十課

——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(三)

《実修》

靜坐の法門はたくさんあります。今、初心者に実行し易い靜坐の方法を、いくつか紹介します。

一、念仏靜坐法

(一) 体の方法

1. 兩足を組んで坐ります。(兩足が組めない場合は、片足を組む方法、或いは足を組まない方法に変えます。)
2. 兩手で定印を結びます。
3. 背骨は力を入れないで真直に保持します。
4. 舌を上顎につけます。
5. 兩眼を自然に閉じます。(もし目を閉じると、幻視の發生が心配ならば、兩眼を自然に少し開けて、視線を下に向けます。しかし力を入れません。)

(二) 息の方法

1. 鼻で呼吸します。
2. 呼吸は自然にすればいいです。

(三) 心の方法

心の中で専ら、恭敬的に、雜念なしで(できる事をすればいいです)ある仏菩薩の名號を念じます。(例えば、常に念じられる「阿彌陀仏」、「觀音菩薩」、「藥師如來」等です。)

續く

課文

靜坐是開智慧的良方

《實修》

靜坐的法門相當多，今僅就初學者介紹一些簡單易行的靜坐方法：

一、念佛靜坐法

(一) 身法

1. 雙腿盤坐(不能雙盤，則退而求其次改為單盤或散盤。)
2. 兩手結定印
3. 背脊保持鬆而直
4. 舌抵上顎
5. 雙眼自然閉目(如果有些擔心閉目產生幻視，則可退而求其次雙眼自然微開，視線垂下，以不費力為原則。)

(二) 息法(即呼吸法)

1. 以鼻呼吸
2. 呼吸順其自然即可

(三) 心法

在內心專心的、恭敬的、沒有雜念的(盡量作到即可)反覆唸一位佛菩薩的名號。(例如常念的「阿彌陀佛」、「觀音菩薩」、「藥師如來」等。)

<待續>

文法の分析

1. 実行し易い：<<サ行變格動詞>>実行する<<連用形>>実行し，加易い<<形容詞>>而形成複合動詞，即容易實行之意。
2. 両足が組めない場合は：組む<<他動詞・五段>>有盤腿之意，而組める爲組む的可能式動詞變化，且爲<<下一段動詞>>再加ない而成爲「組めない」，有不能盤腿之意。
3. に変えます：かえる爲<<他下一>>前加助詞「に」時，有「改變爲……」之意。
4. 眞直に保持します：「眞直に」爲<<形容動詞>>後加助詞「に」時，可成爲副詞而修飾<<保持します>>意爲「保持正直」。
5. 目を閉じる：閉じる<<他上一>>加「と」時，有「一閉眼時，就」之意。
6. 心配するならば：心配する<<サ行變格>>加ならば或なら<<接續詞>>，而有「擔心的話，就……」之意。
7. 自然にすればいい：すれば爲する<<サ行變格>>的假定形變化加「いい」，而有「……的話，就可以」之意。

例文：

1. 念仏は実行し易い法門です。
譯文：念佛是容易實行的法門。
2. 両足が組めない場合は、坐ってもいいです。
譯文：兩腳不能盤腿的話，坐著也可以。
3. 自分の家を、お寺に変えます。
譯文：將自己的家改變爲寺廟。
4. 眞直に行けば、台北駅に著きます。
譯文：直直走的話，就會到達台北車站。
5. 目を閉じると、何も見えなくなります。
譯文：眼一閉的話，就什麼都看不見了。
6. 心配するならば、早く家へ帰って下さい。
譯文：擔心的話，就請早一點回家。
7. あまり化粧をする必要はありません。
自然にすればいいですから。
譯文：不需要太化粧，因自然就好。



優美散文解讀

心經

Heart Sutra

文／韻玲 by Yung-ling

譯／守強 Translator/Shou-chiang



圖／吳靜芳

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.

不垢不淨 They are neither defiled nor pure.



五濁惡世是污垢的，涅槃是清淨的。

是嗎？真的是這樣的嗎？

如果以第一義的眼光來看的話，

其實根本沒有所謂髒或乾淨，輪迴或涅槃的差別，

因為它只是它，不會因為外在的乾淨與否而改變，

故心經再度標指出空的特性——不垢不淨。

其實無論代換成任何相對詞，

它都是能夠繼續說下去的，

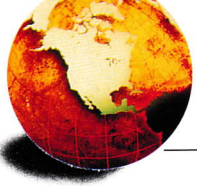
例如“不高不低”、“不上不下”、“不尊不卑”……。

The evil world with five kinds of turbidity surroundings is defiled. The Nirvana, the state of permanence, is pure. Is it so? Is it really so?

From the standpoint of "the supreme reality (enlightenment)", there is no distinction between defiled and pure. There is no difference between Samsara and Nirvana.

It is it! The real state of all things is empty. Defilement or purity makes no difference on them. Heart Sutra points out another nature of Emptiness "Neither defiled nor pure"!

Drawing endless analogy to other counterpart terms, we obtain the following: Neither high nor low! Neither up nor down! Neither superiors nor inferiors! These analogies will keep on going and going, until people recognize that the world acting like real is no more than an illusion.



A digest from "The Beauty of Paper Sculpture - An Interview Through Internet"

by Lian-Juh Shih

(中文原文見本雜誌 P.30)

The beauty from ones outside can not be separated from the beauty from ones inside. When one has beauty in his heart, one shows beauty from outside. Like the work of art, as long as it is the expression of the artist's inner purity, then no matter how was it created, the beauty of it can always be sensed by who see it.

Traditionally, we know that the sculpture is made by stone, steel or wood with the property of hard material, however, it shows the three dimensional vision. The painting, on the other hand, made by soft material like paper or fabric, shows beauty but less dimensional property. So, we may ask: can there be a combination of the property of sculpture and painting?

As we know, imaginary and inspiration are the source of the artist's creativity. But, endless imaginary and inspiration come from the heart that has no boundaries. Only no limit can imaginary and inspiration come out like a living spring. Therefore, as long as our heart is wide open, a work with the combination of the property of sculpture and painting is possible. For example, replacing the traditional material by paper in making a sculpture, a new creation, paper sculpture, comes up. Therefore, when the heart of an artist is open, no impossibility in creation.

What is specialty of paper sculpture that attracts some many people's attention? To see is to believe. Here we are going to discuss the "Beauty of the paper sculpture" with five paper sculptors from two countries through Internet. They will not only give us their perspectives on the paper sculpture from different viewpoint, but also show their works for us to enjoy the beauty of paper sculpture by the combination of their heart and art.

INTERVIEW

What is the beauty of paper sculpture?

Mary Kay Colling: I think what makes all paper sculpture so appealing is the dilemma it sets up by allowing objects to have visual weight that far exceeds the actual weight, the fact that paper sculptures look sturdy but are not.

Linda Bessant: The beauty of the art of paper sculpture is how the light gives the sculpture shadows and texture. As the light changes so does the look of the sculpture.

Charlie Th'ng: I think to me the beauty of the paper sculpture is seeing the end results. Knowing that each layer is attached to one another is like watching a beautiful sunset over looking the ocean. I will always try and built my paper sculpture a fairly good size in order to be able to feel the mass of the actual piece. As a child learning how to fold a piece of paper turning it into something, I have always try and utilizes my origami knowledge with my paper sculpture design. I think origami, paper sculpture and origamic architecture (pop-up art) relates to each other like the sky, ocean, wind and rain. Without one or the other it will not be as strong.

Ben A. Gonzales: For me it is amazing how a humble piece of paper, so fragile and so delicate, can be the source of such intense beauty.

Ron Chespak: The beauty or the art of paper sculpture combines depth and composition with form and content. Light, angle and distance play an important role to the viewer.

What is the source of your inspiration?

Mary Kay Colling: Imagination. My mind is always going over everything I have read, heard or seen, recombining ideas and making additional connections. Consequently, most of the time I cannot say which specific experience (s) is the reference for the art that responds to

it.

Linda Bessant: The sources of my inspiration for my sculpture are: the colors and nature around me, a play or picture I've seen. i.e. the play CATS.

Charlie Th'ng: I get my inspiration from looking round me which is nature and how they folds and unfolds. I am always intrigue by depth and dimension.

Ben A. Gonzales: The source of my inspiration is to catch the essence of the subject in the simplest manner. I am motivated by the technical challenge like when I was trying to figure ways to create a turtle out of one piece of paper. Sometimes I am inspired by a crumbled piece of paper laying on the street.

Ron Chespak: Shadows, tones and composition surround us everywhere but seeing them is most of my inspiration. I use everyday objects, I just simplify them by finding what's good in them.

What is the most important characteristic that paper sculpture can be used for the religion arts?

Ron Chespak: Although an indepth question, my answer as found in my website is simple.

How to enjoy a paper sculpture?

Mary Kay Colling: That depends on what it is to some extent. However, your readers should expect of any art work in/of paper that the paper itself is clean of specks and fingerprints; that creases and holes are design elements rather than accidents of poor technique or bad structure; that patterns and folds have crisp edges; that the paper be free of inherent vice and that the adhesives and paints, inks, etc., used on the surface be recognized art materials suitable and safe for the purpose

Linda Bessant: One can enjoy paper sculpture by learning to create ones own pictures. Learn how to make the handmade paper first so you get to feel the paper from the beginning when it is just raw fabric to the creation of a sheet of paper and while the sheet is still wet drape it over something to give it shape and then let it dry. When it is dry it can be painted and decorated. This way you have the true feeling of the spirit of the paper sculpture.

Ben A. Gonzales: For a beginner to enjoy Paper Sculpture the person needs to empty their mind and let their senses overflow.

Charlie Th'ng: Enjoying a beautiful paper sculpture is like seeing a good movie or reading a good book. You have to feel relaxed and focus on the obvious. Many times I still look at my own work and realizing how much it does for me spiritually and confidence. You can never complete by viewing it one time. There is always something new to look at. As for me tho, I always wants to perfect my style so I learn from my last want what to and not do. It is a constant learning process. Never thing that it is perfect because nothing is perfect that will give you room to grow.

Ron Chespak: I feel that appreciating any work of art is always in the eye of and at the discretion of the beholder but paper sculpture does require open thinking and I seem to think people tend to see more in the work than is really there.

CONCLUSION

Buddhism is not only the beauty of beauty, but also the art of art. From the above discussion, we find that a paper sculpture can either simply be a piece of paper with single color, or be complexly a combination with lots of color. But, no matter the paper sculpture is simple or complex, if one use a pure heart to look at it, all are beauty. That is why we call the beauty of Buddhism is the beauty of heart. Namely, when the heart of a artist has beauty then the work created by him is beauty naturally. When the heart of a audience has beauty in his heart, the work he see is beauty as well.

ACKNOWLEDGEMENT

Special thanks to the paper sculptors that participate the discussion:

Mary Kay Colling, USA,
<http://mkcolling.com/>

Charlie Th'ng, USA,
<http://www.premier.net/~papercut/>

Linda Bessant, Canada,
<http://www.netbistro.com/tiger/>

Ben A. Gonzales, USA,
<http://www.tiac.net/users/gneils/gupit-gupit.html>

Ron Chespak, USA,
<http://www.netcity.com/gallery.html>

太虛大師錄影帶

正式出版

嘔心瀝血・千錘百鍊之作

值得你一看再看・永久珍藏



金色蓮花表演坊

台北市忠孝東路四段 50 號 3、4 樓

電話：(02)27787433 傳真：(02)27781135

劃撥戶名：金色蓮花表演坊劇團 劃撥帳號：18434076

〈太虛大師錄影帶每卷定價NT\$450元；每卷郵資NT\$54元〉