

佛學月刊

金色蓮花

GOLDEN LOTUS BUDDHIST MAGAZINE

特別專題：
Special Report

兔發奇想過新年

A Sudder Inspiration for Celebrating the New Year

心靈趨勢探索
Trend of Spirit

隨手行善遍天下

Random Access of Kindness in the world

“美國孿生姐妹”靈犀雙語
Jessica & Allison

家人要你早早結婚 該怎麼辦？

What if Your Family vrges You to Get Married !

封面敦煌美學
Cover

持國天王

Gad of protecting the country

2月號
FEBRUARY
NO.74

ISSN 1023-0319



9 771023 031005



并願蒼生之降此慶
一切乳聞悉神此合開光
謹請來方批願都此天王行

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，遶祇陀園周遍七匝

照須達舍亦作金色，有金色光猶如霞雲

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

GOLDEN LOTUS

First Issue 1993

The Magazine was named after the Sutra :

The Buddha said that Maitreya (Benevolent) Bodhisattva was nirvana and vanished into the Tusita (Gratified) heaven.

Thus I have heard. At one time, the Buddha lived in the city of Sravasti (Famous things), in the garden of Jetavana (Having mercy on orphans and solitary).

At that time, the Buddha's body shone brightly at the first of the three divisions of night.

The light was golden color and flew around the garden 7 times.

The light lighted up the house of Sudatta (Generous giver).

The Golden lights look like glorious cloud.

It rained **Golden Lotus** everywhere in the city of Sravasti.

There were numerous great buddhas appeared in the golden light.

They song the following :

There were a thousand bodhisattvas here and then.

The first one who became a buddha named Lrakucchanda (Achieving a wonderful task) and the last one who became a buddha named Rudita (Love and happy).



創辦人暨總編輯／郭韻玲 (Founder & Editor-in-Chief/Kuo Yun-ling)

顧問／朱靜珍 (Advisor/Chu Ching-jen)

總企劃／周玉卿 (Director/Jou Yuh-ching)

發行人／鄭鴻祺 (Publisher/Cheng Hung-chi)



(「金色蓮花」金雕作品——吳卿創作)

編輯部 (EDITORIAL DEPARTMENT)

(一雜誌社 & 出版社 (Magazine & Publisher)

主編／彭維廷 (Executive Editor/Peng Wei-Jiuan)

文字編輯／彭敏華 (Copy Writer/Peng Min-Hwa)

美術編輯／詹美娟 (Art Editor/Chan Meei-Jiuan)

陳子帆 (Art Editor/Chen Tzyy-Fan)

專任攝影／王秀珍 (Photography Division/Wang Hsiu-Jen)

(二表演坊藝訊 (Art News of Theater)

主編／陳子軒 (Executive Editor/Chen Tzyy-Shiuan)

文字編輯／子帆 (Copy Writer/Tzyy-Fan)

三有聲出版 (Records Publish)

主編／李銘泰 (Executive Editor/Lee Ming-Ti)

編輯／李明月 (Copy Writer/Lee Ming-Yneh)

管理部 (MANAGING DEPARTMENT)

總務組／郭曉蓮 (General Affairs Division/Kuo Hsiao-Lien)

秘書室／李南茜、蔡素玉 (Secretary Division/Li Nancy、Tsai Su-Yu)

活動組／徐美齡 (Activity Division/Hsu Mei-Ling)

資訊組／周育正 (Information Division/Tou Yuh-Jeng)

財務組／林靜芳 (Controller/Lin Ching-Fang)

企劃組／彭逸華、陳寶蓮 (Planning Division/Peng Yi-Hwa、Chen Pao-lien)

課程組／陳傑克 (Classic Division/Chen Jack)

國際友誼組／石連柱 (International Friendship Division/Shin Lian-Yun)

天境組／廖銘義 (Environmental Beauty Division/Liaw Ming-Yih)

服務組／邱炳煌、吳燕娟、許天豐、張志向、穆少萍

(Service Division/Chiou Bing Hwang、Wa Yann-Jiuan

Sheu Tian Feng、Jang Jyh Shiang、Muh Shao-Pyng)

本雜誌在新學友書局、金石堂文化廣場、誠品書店、黎明書局、三民書局、聯經書局、何嘉仁書店

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、觀自在、妙莊嚴、禪之鼎、聖因、淨光、傳澈

2 書局：寶之林、文興、遠大、大成堂、永業、上揚、今日、

輔大、天美、金池堂、一全

3 素食館、茶藝館：佛緣 (台北)

4 超商：媽咪超商

中部流通處：常慈 (台中)、尚圓堂 (台中)、金應行 (台中)

南部流通處：隨雲 (鳳山)

全省直銷商：1 北部直銷商：杏華 (02-27383970)、太極 (02-27008637)、

漢學 (02-25317746)、聯創 (02-23415963)、

聚書園 (02-27610641)、豐羽 (02-29293818)、

名欣 (02-27598115)、臨慶 (02-32964127)、

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 (02-22798937)

金色蓮花佛學夢士

正式地址：台北市南京東路四段21號2F 電話：(02) 2712-3021 傳真：(02) 2712-3603

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: 2917-3274)

定價／每本 110 元

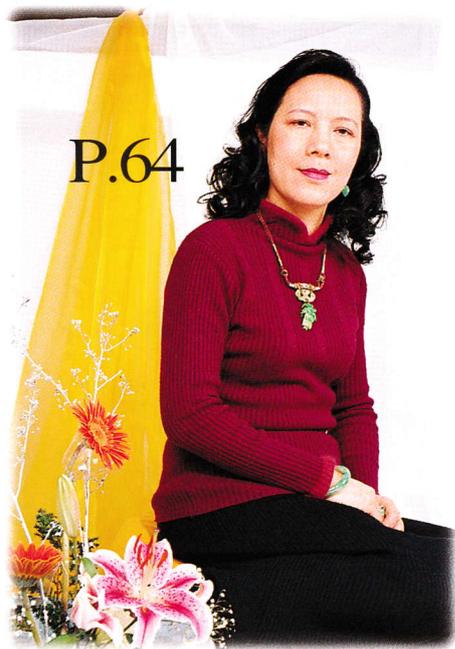
行政院新聞局登記證局版北市字第600號 中華郵政北台字第4626號執照登記為雜誌交寄

21世紀人類的新五項修練

Five Spiritual Disciplines for the 21st Century

金色蓮花佛學月刊 1999 年 2 月號目錄

Golden Lotus Buddhist Monthly, January, 1999, Contents



第一項修練 慈悲智慧

The First Discipline
Compassion and Wisdom

36 愛的治療力量：第七篇 觀想的效果

The Curing Power of Love :
The Effects of Contem-
plation

觀想自己愛盡六道眾生，及
觀想自己與眾生一體，有助
於擴展我們心中的愛。

38 清心小語 Word of Pure

心中有慈悲，就可以擁有幸
福歲月。

42 修行心語：在意修行

Teaching:Concerning the
practice of the Buddha-
dharma

對於最重要的事——修行要
非常的在意，才能完成該有
的進度。

44 來自山谷的歌聲：恆光

Song of Valley:The Eternal
Light

從內心深處醒來的神性，帶
我們進入恆光的世界。

46 清心靜坐：

靜坐可否治療病痛？

Meditation:Could Sickness
be cured by Meditation?
靜坐可使身心得到極佳的休
息，而達到治療的效果。

48 經典清明我心：心無罣礙

Purified by the Sutras
Sentence 28 of the Heart
Sutra :No obstacle in his
mind

三界的遊戲就像一場夢，精進
的修行，才能有一天達到心無
罣礙的輕安境界。

112 大般若經講記： 校量功德品（二十）

Lectures of the Maha-
Prajna-Sutra:Comparing
the Merits(20)

三十七道品是三十七個能渡生
死大海的方法，只要擇一深入
踏實的修，必能深至佛法精
要，獲致成就。

第二項修練 身體健康

The Second Discipline
Good Health

92 來一客世界美味素食： 德式迷香洋芋

A Delicious Vegetarian-
Recipes of the World:

German Baked Potato
熱騰騰的洋芋和淡淡的迷香，
真是人間美味啊！

第三項修練 美麗容顏

The Third Discipline :Inner Beauty

76 越愛越美麗： 用“愛”變臉

More Love, more beauty:

Face off with “Love”

心中有愛與否，決定是魔？是
佛？



P.64

P.64



P.86



第四項修鍊 生活美學

The Fourth Discipline : Esthetics
Amenity

54 電影：美夢成真、搖錢樹
Movie : A Beautiful Dream
Comes True, The Money Tree
天堂地獄只在一線間，心中的
愛決定了未來的方向；心靈的
快樂大過任何事物，放下對利
的貪念，您會獲得更多。

58 “美國孿生姐妹”靈犀雙語：
家人要你早早結婚該怎
麼辦？
The Wisdom from the Advice
Sisters : What if Your
Family Urges You to Get
Married?
在美國結婚的年齡正往上攀
昇，婚姻不是一種義務，內心
準備好了再結婚，才不會毀了
另外一個人。

66 小說：前世今生
Novel : Many Lives, Only One
Choice
前世今生數不清的際遇，唯一
不變的是公平的因果，選擇原
諒，會讓自己活得更快樂！

74 我是這樣想的：
流星.....雨！
That what I thought :
Shooting Stars
唯有圓滿具足的善緣，才不會
讓他人痛苦。

8 空中讀書會主題書：
愛的教育
Book of the month Study
Group : Cuore
透過“愛”的進行式，可以
看到人性的真、善、美，可以
得到更大的快樂。

4 新新人類 VS. 佛的對話：
愛的禮物
Generation X:

The gift of love
用慈悲超越痛苦、遠離煩
惱，這就是愛的禮物。

86 封面敦煌美學：持國天王
Cover Art : Appreciation of
the Dung-Huang Cave
Paintings, God of protect-
ing the country
第98窟持國天王的再現，讓
眾生都得到他的護持。

88 敦煌美學封面欣賞
從古至今，從壁畫到雜誌，
敦煌美學更清晰地呈現在您
眼前。

96 心靈趨勢探索：
隨手行善遍天下
Spiritual Trendst : Rardom
Access of Kindness in the
World
善良與美是人們最需要的，
讓人間最美麗的善行，像無
盡燈延續下去！

特別專題：

The Special Report
兔發奇想過新年

A Sudden Inspiration for
Celebrating the New Year

10 前言：Preface

12 一、兔兔狂想曲

Fables with Rabbits
可愛的兔寶寶帶來了美麗的
傳說和瑞兆。

15 二、換點花樣過新年

Different Way to Celebrate
the New year
您是怎麼過新年的，這裏介
紹您不同的過年方式，值得
一試喔！

19 三、新春大進補

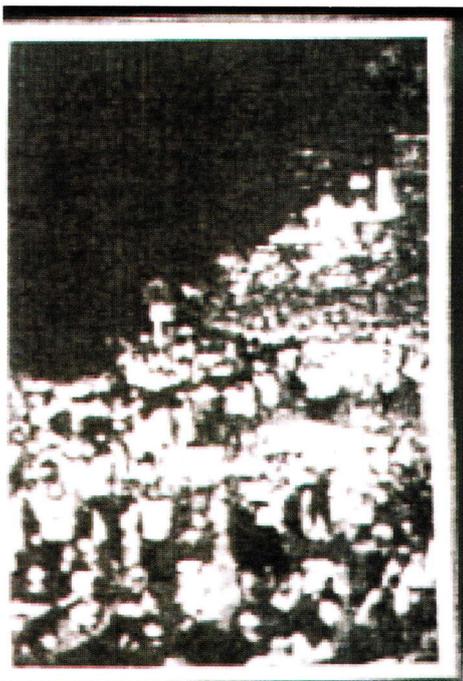
Tonics of Your Body and
Mind
讓十善粥和六波羅蜜湯滋養
您的身心。

P.10



P.58





22 四、再給自己一次改造的機會

Give Yourself Another Chance to Transform.
江山易改、本性難移，但有了紮實的努力，也許改變了一生。

104 紅塵心蓮：
神蹟的啟示？ 陳世昌

Immanence: The Significance of the Signs from Holy Spirits.
人要學習用感恩的心來看待神蹟，才能擺脫對神蹟的依賴。

第五項修鍊 世界宏觀

The Fifth Discipline :
Universal Perspective

28 國際知音大放送

From Foreigners
精緻的兔年賀卡。傳達了暖
暖的祝福。

30 專案報導：
日本高野山大巡禮(三)

The Special Report :The
Diamond Peak Temple on
Gao-Ye Mountain in Japan
(part III)
當高野山始創時。是由弘法
大師初期結界，尊為神聖
處。

106 金色蓮花全球資訊網

Golden Lotus World Wide
Web
本期介紹的是心靈散文解讀
——「金剛經」用「阿耨
多羅三藐三菩提」這經中的
名句，來闡述般若的精義，
非常值得一讀。

118 佛學英文教室：觀照無我

Buddhist Studies English
Classroom:Contemplate
“No-I”
一切客觀的條件不會因為有
“我”而改變，觀照這樣的
狀態，就能體會——心。

120 佛學日文教室：觀照無我

Buddhist Studies Japanese
Classroom:Contemplate
“No-I”

122 廣告 = 資訊

Advertisement=Information
佛法在食、衣、住、行、育、
樂方面的廣告問世，代表了
佛法的興盛，也使人易於親
近佛法，而能享受光亮的彩
色人生。



<廣告索引>

封面裏 維力食品

- 1 正義寶素齋
- 2 丹比食品實業股份有限公司
- 7 永德立實業有限公司
- 18 富正宏寬企業有限公司
- 26 亞昌寶石有限公司
- 27 法提佛教文物有限公司
- 41 旺陞貿易有限公司

- 51 施美玉本色香舖
- 52 黃映蒲雕塑事務所
- 53 詹文魁石雕佛像
- 65 黃媽慶工作室
- 72 豐奕實業股份有限公司
- 73 宏燦
- 82 象記酥油

- 91 狀元堂製香監造
 - 95 風潮唱片有限公司
 - 111 翎暉實業股份有限公司
 - 126 曼達拉佛教文物
 - 128 南星唱片有限公司
- 封底 頂裕素食罐頭

特別專題



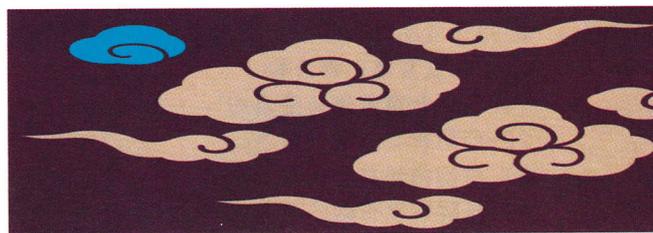
兔

發奇想過新年

專題小組／張世傑·李銘泰·陳子軒
版面創意／子帆
完稿／free



金色蓮花





爆竹二三聲人間易歲
梅花四五點天下皆春
今年春節怎麼過？

公子小姐您說

自然不離新春五大樂事！

大吃一頓！

大玩一通！

大花一筆！

大胡一把！

大睡一覺！

No! No! No!

何必年年如此，歲歲這般
一成不變，了無新意！

兔年來個兔發奇想

出新點子！

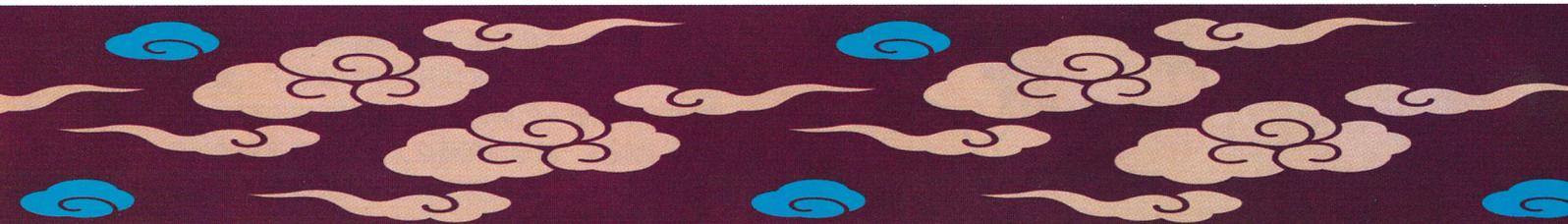
換新花樣！

別出新裁！

重新出發！

才不辜負這個熱騰騰的新年

Special Report



兔出祥和

伶俐聰穎消怨曠



玉兔搗藥濟群生

兔兔狂想曲

文／陳子軒
版面創意／子帆
完稿／free

一天，有人送來一份月曆，就隨手掛在牆上，一月份畫的是一群兔子在吃紅蘿蔔，偶然間抬頭看看，卻也有一番體會和想法。過年快到了，雖然和往年並無不同，但對兔子來說，今年可是很重要的一年喔！

吉祥、尊貴

兔子是吉祥的動物，自古以來，兔兔一向在人們心目中留下好印象，再加上純白的毛色，透著高貴的氣息。據說白兔是明朝以後才出現在中國，中國人的想像力可真是豐富，說白兔是月精下凡，但是不管如何，日月精華之所生就是了。另外，三國演義中關老爺騎的赤兔馬，威風八面、日行千里，因此，人類對兔的評價似乎是挺高的。

長壽、孝道

兔兒和月亮的關係最密切了，乍看之下，再加點兒想像力，不難發現，有一隻兔兒在月亮上做搗藥之態，搗的自然就是仙藥了，聽說仙藥能讓人長生不老，所以兔兒自然也就具有長壽的象徵了。兔兒溫馴的性格也被人們稱道，宋代常有母喪之時，白兔出現的說法，總是沒粗暴之人會被稱為孝順的，兔兒符合了中國人最重視的孝道，大大提升了人們心中的印象了。



金色蓮花



可愛兔寶寶

猶記得兔寶寶的卡通曾陪伴了許多人的孩童時代，有著兩顆大門牙的兔寶寶，帶著親切感，充分給了人間歡樂的氣氛，它跳來跳去，也讓許多孩子跳來跳去，曾幾何時，孩子搖身一變成為大人，於是就不再跳了，從此沒有辦法跳出生命的框框，這是多麼可惜的一件事啊！中國習俗的舊曆年即將來臨，這次讓兔寶寶跟我們一起過新年，跳吧！跳吧！跳出內心的鎖鍊，在沒有任何枷鎖能困住我們，除非自己執意要如此，一種解放的快樂即將到來。

扯兔詞兒

您一定聽過「狡兔三窟」的故事吧！馮諼是齊國孟嘗君的食客，他為孟嘗君設了三窟，讓他高枕無憂，有關兔兒的成語您且聽聽：「兔死狗烹」，古時候打獵都要帶狗出去幫忙追獵物，當狗兒追到兔子時，不但兔子沒命了，最後狗兒也被烹殺了，這是說人過河拆橋，這種心態要不得；說個好的，「玉兔東昇」不錯吧！前頭提過，看月亮的陰影好像玉兔在擣藥，所以玉兔也就成了月亮的代名詞，玉兔東昇就是月亮東昇，看到東昇就有希望了！您知道兔死了狐為什麼會悲傷嗎？讓我來告訴您，狐和兔

被認為是一類，因為形體接近，又都和仙有關，當我們周遭的親朋好友去世時，免不了會悲從中來，因此當我們做事時要多為別人想想，尤其是關心我們、有恩於我們的人，這成語是要告訴人，不要傷害同類，不要傷害愛我們的人，特別是無私地愛著我們的人，感恩的心，會讓我們像兔子一樣溫馴、人見人愛，在這新的一年裡，保持我們的心像兔兒一樣的活力拔腿往前衝，兔出自己的一片天空。

佛中有兔

三獸渡河的比喻，不知您聽過沒？這是在法華經玄義卷八所述及，大意是：象、馬、兔三獸渡河分別比喻菩薩、緣覺、聲聞三種人欲渡生死大河，象的力量最強，所以能到彼岸，表示菩薩勤修六度、利益眾生而證菩提；馬的力量較弱，所以不能至底但能漸深，這是說緣覺之人斷見、思、惑，但習氣未盡斷；兔的力量最弱，表示聲聞人不能深入，因此，菩薩的事業是可敬可佩的，也只有菩薩努力服務眾生，才有足夠的福德能到彼岸，因此，新的一年，發願要做象渡河，努力自度度人，過個充滿希望的一年。☸



新龜兔賽跑

兔子家族自從輸了兩次龜兔賽跑後，打算在十二年才一次的兔年重新接受烏龜家族的挑戰，幾經挑選，選出「善良第一」的兔寶寶出馬，為了避免重蹈前兩次因睡覺和貪吃紅蘿蔔而失敗的覆轍，兔爺爺和兔爸爸特別讓兔寶寶早點睡覺，而且一大早就給牠吃了不少紅蘿蔔，臨走前他們含著眼淚對兔寶寶說：「寶寶！你要替爺爺爸爸洗刷前恥，兔子家族的聲望就靠你來了。」兔寶寶說：「Come on！我一定不會讓您們失望的，Trust me！I can make it！」於是兔寶寶綁上「必勝」的頭巾，在兔子家族隆重的授旗典禮下，肩負著眾兔殷切的期待出發。

烏龜家族這邊也不甘示弱，派出了「聰明第一」的小烏龜出馬，而且揚言要三連勝，老謀深算的龜爸爸和龜爺爺還設了各種障礙和陷阱，想讓兔寶寶再一次敗北。

比賽現場「畜山畜海」，「萬角鑽動」，好多的動物都趕到現場替自己支持的對象加油，由長頸鹿當裁判，「預備！出發！」只見兔寶寶一馬當先，差

距離越拉越遠，兔寶寶回頭已看不見小烏龜，於是他喘了一口氣，這時候他聞到紅蘿蔔的味道，原來是小烏龜的好朋友小山羊在賣紅蘿蔔，兔寶寶突然覺得肚子好餓，於是一口氣吃了好幾根，可是小山羊不知道在裡面加了東西，兔寶寶一直拉肚子，這時小烏龜趁機追上，一下子的功夫小烏龜已經領先好多了，他在路上看到一隻老鷹被網住了，老鷹告訴小烏龜：「請你救救我吧！」聰明的小烏龜說：「不行啦！我正在和兔寶寶比賽，沒時間救你了！」，說著頭也不回的走了。

兔寶寶一「瀉」千里後大嘆不妙，馬上急起直追，跑了好久終於看到小烏龜，剛好也經過老鷹這邊，老鷹告訴兔寶寶說：「請你救救我吧！」兔寶寶說：「不行啦！我正在比賽！而且好不容易快要追上小烏龜了！回頭我再來救你吧！」老鷹不斷發出哀求，善良第一的兔寶寶惻隱之心大發，答應救老鷹，可是這網子還真硬好難咬斷，他費了九牛二虎之力終於救出老鷹，馬上拼命追小烏龜，可是之前花了太多力氣救老鷹又拉肚子，已經全身無力，正好經過一片森林，這個森林路線是龜爸爸選的，他想讓兔寶寶看到樹木就想睡覺，這下子果然奏效了，兔寶寶也知道爸爸的教誨，不可在樹下睡覺，但是眼看



小烏龜領先越來越多，加上身體「虛累累」，不知不覺就睡著了。

睡到一半，突然有一個蘋果掉下來把他打醒，於是他就發現「萬有引力定律」，喔！不是，原來是老鷹幫忙叫醒他，兔寶寶醒了之後，發足狂奔，不知道那來的力量，竟然不會累，好不容易終於追上小烏龜，小烏龜喘呼呼的問兔寶寶：「兔寶寶！你為什麼都不會累呀？」兔寶寶說：「我爸爸說吃紅蘿蔔會有好體力。」小烏龜說：「不對呀！我爸爸說要多吃魚蝦才有好身體，我早上吃了好多呢！」，說著說著來到了河邊，小烏龜好高興的說：「ya！我要吃大餐了！」說著就撲通一聲跳下水，吃他的水產大餐去了。

這條河可難倒了兔寶寶，他根本就不會游泳，更糟糕的是終點就在河的對岸，只要小烏龜游上岸他就會輸了這場比賽，就在他不知所措的時候，突然他發現自己被不明的東西抓住騰空了起來，原來是楊過駕著神鵰來救他，喔！不是！是老鷹想帶他過河，他們順利的飛越大河「到達彼岸」獲得了最後的勝利，好多的動物都為他起立鼓掌，兔家族更是哭成一團，兔寶寶終於得到「龜兔賽跑」的第一場勝利，寫下兔類歷史上最光榮的一頁，獲得了主辦單

位所提供的獎品 ----- 一卡車的紅蘿蔔！

這邊的小烏龜在河裡可真是樂歪了，早就把比賽的事忘得一乾二淨，好多魚蝦讓他飽餐一頓，就在他想起比賽的事想游上來時，突然看到交錯的網子，這下可慘了！他被漁夫給網起來了，善良第一的兔寶寶不忍心小烏龜被漁夫抓走，就懇求老鷹求小烏龜一命，老鷹說：「剛剛我請他救我他理都不理，害我差點丟了老命，我才不會救他呢！」兔寶寶說：「就看在我曾經救你一命的份上，你就救救他吧！有道是『救龜一命，勝造七級浮屠』。」老鷹就飛到漁夫的船上把小烏龜救了出來，小烏龜對兔寶寶的以德報怨感到很慚愧，於是決定也要學善良的兔寶寶，帶是他們從此就過著幸福快樂的日子。

恆順衆生

遍嘗世法悟禪機



閱盡人情通佛理

換點花樣過新年

過年不一定要像以前那樣過，
也可以這樣有創意的過，
因為這樣過比較不會難過

文 / 張世傑
版面創意 / 子帆
完稿 / free

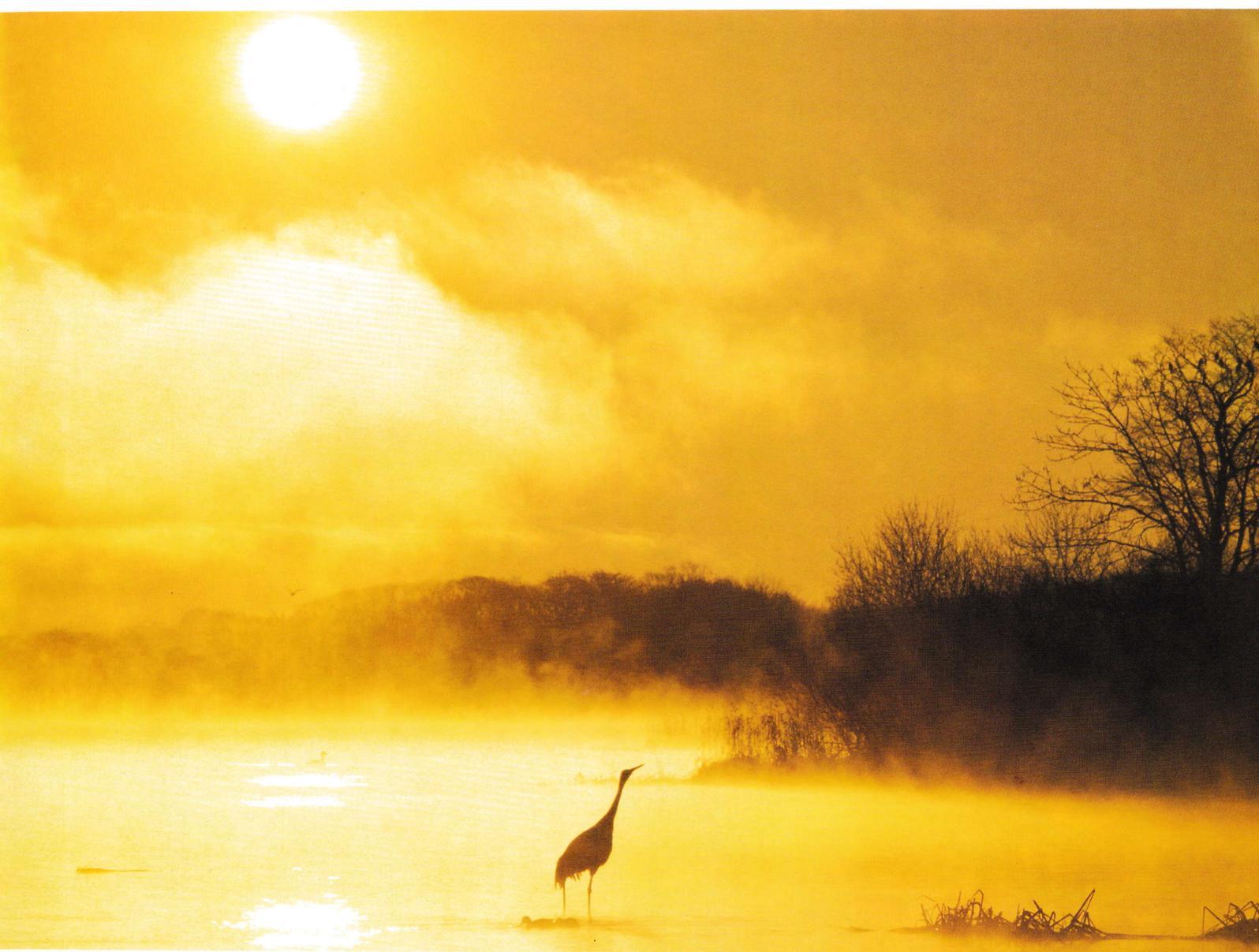
恭禧讀者大人您又躲過年獸一次，終於來到二十世紀的最後一年，不知有多少人沒有這個福氣，所以不管現在的狀況多糟，都值得您慶賀。想起小時候最興奮的事莫過於過新年，穿著大一號的新衣服，數著全新的壓歲錢，雖然是過路財神，但起碼當了幾天的大富翁還是很興奮，長大之後，手掌向上變成向下，為了發紅包，年終獎金就去了大半，但無論如何還是很歡喜，因為散居各地的家人能夠團聚，談談早年的甘苦和趣事，圍在一起吃年夜飯真是人生一大樂事啊！但是有團聚就有曲終人散，有歡樂就會遊戲結束，似乎覺得過年就是缺少了什麼，仔細的想過才發現，原來少了一個「新」字，其實我們每年過的都是「舊」年，千篇一律，沒有變化，所以今年建議大家用點心思、變些花樣過一個不一樣的新年。

大掃除新精神

趁著新年前除舊佈新，全家上下大掃除，這是免不了的工作，通常在這個時候會「大豐收」，您可能會發現許多寶貝，比如狠下決心大花一筆買下的語言學習教材，或者試穿很滿意回家卻後悔的衣服們，這時與其對自己嘔氣，不如「化悲憤為力量」，把他們捐了出去，給那些更需要的人，尤其是寒冬送暖更是有意義。再提到掃除更是值得我們深省，平常家裡塵垢污穢，我們會



金色蓮花



記得打掃，但是心中的塵垢污穢是否也常打掃？掃外塵容易，掃內塵困難；掃外塵不急，掃內塵火急，打掃可以是一種修行，想當年佛陀魯鈍的徒弟周利槃陀就是靠一枝掃把開悟的，神秀大師也告訴我們要「時時勤撫拭，勿使惹塵埃」您不妨也試試看。

圍爐守歲新菜色

除夕晚上全家團圓吃年夜飯，是家家戶戶的年度一大樂事，為了慶祝這麼重要的一餐，出珍海味，大魚大肉常是盤中餐，碗裡羹，可是想想真實的一面吧！在我們暢談歡聚的時候，牠們卻水深火熱，因為我們的全家團圓造成牠們的骨肉分離，沒錯！我們是「節慶」，但牠們卻要「結束」，想到這裡，您是否覺得於心不忍！這個喜氣團圓的日子，也讓牠們團圓吧！年夜飯建議您吃素，您免於牠們分離，因果自然會得到牠們讓您們全家「長長團圓」，況且誰說素食的口味會輸給大魚大肉呢？

發紅包新觀念

恭喜發財，紅包拿來，誰不愛紅包？如果真的可以給別人快樂，我們何不當大家的財神爺，用平時準備的一個預算，分裝成數十個紅包，只要是看到的小孩就不要放過他，規定他除了「恭喜發財」還要說一句「阿彌陀佛」，再發給他一個紅包，你仔細觀察他們的表情，你

會發現只要這幾張只適用於三界的鈔票，就可以讓他們快樂到心輪暢通，全身發光，這對法界真是大貢獻啊！但是要注意！放進紅包裡鈔票的顏色，除非您是大老闆，否則還是「紅色」的比較恰當。

拜年新點子

我們可以安心過年，其實是好多人犧牲自己的過年所換得的，除了向自己的親友拜年外，不要忘了這些勞苦功高的人，頂著鋼盔站衛兵的三軍將士，還有維持治安的警察，滅火先鋒的消防隊員及其他為民服務的同胞，打通電話進去，不是報案而是拜年。另外流浪街頭的伯伯和狗狗，也帶著好東西去向他們拜拜年，讓他們感受一下人間的溫暖。

祭祖新儀式

愛他就不要害他，為了拜祖先要辦牲禮，這其實不是尊敬他們，而是陷他們不義，廣欽老和尚說：「吃牠一斤還牠十六兩。」如果您的祖先有知一定會告訴您「不要相害」，祖先在法界需要的是法身財，如果真的追思他們，應該每天唸幾部經把功德存在他們的帳戶中，而不是派雞鴨們去提款。

出遊新主張

過年期間百貨公司、遊樂中心、觀光景點都常常人滿為患，其實聰明的人不會選這個時候去人擠人，除了到



親友家坐外，您可以到附近清淨的寺院，為全家點燈祈福，同沾法益，祈求佛菩薩在未來的一年中大力的加持，或是到社區中比較困苦的人家（如獨居老人）中去拜訪，提供必要的協助。

大吃大喝有妙方

過年的餐桌上一定有比平常更多的大魚大肉，火腿香腸，就算是鐵打的胃腸也會吃不消，您絕對不會想新年就往醫院報到吧！但雖然「吃了傷胃」，可是「不吃傷心」，那建議您吃遍各家素食館，比較各家特色，或是在家自己DIY，變出各種花樣來，一定有不少樂趣。

方城之戰有佛理

方城之戰是最常見的春節「手部體操」，有不少人可以幾天幾夜不眠不休的研究這個國粹，可是仔細分析起來打麻將其實有「八苦」大家都不自知：「生苦」---總是發不到好牌「老苦」---以前年輕時都可以通宵達旦，現在老了，眼精模糊，不小心還看錯牌「病苦」---打久了腰酸背痛，脖子僵硬各種毛病都來了「死苦」---總是被人胡，手上的牌變死牌「怨憎會苦」---對手總是比我強，把我的錢贏走，表面雖然要有君子風度，但是心裡總不是滋味「愛別離苦」---眼看白花花的鈔票被人贏走，真是愛別離啊「求不得苦」---等了半天，我要的那張牌就是等不到「五蘊熾盛」---氣死了，好牌總是被人

搶先一步得到如果您為了善巧不得不陪家人打，那就請發揮「四無量心」「慈」（予樂）——多丟好牌給別人，多讓他贏「悲」（拔苦）——把壞牌保留起來「喜」（歡喜）——邊打邊講笑話，讓人高興「捨」（捨得）——輸了給錢要甘願

結論

過年會讓人很快樂，主要是那個「氣氛」，從舞龍舞獅，電視節目，拜年，壓歲錢，回娘家，元宵節及各種民間習俗，因為大家的約定俗成，共同塑造了這種歡樂的喜氣，當我們感受到這個歡樂時，應該也想辦法讓很多人感受，如果我們的周遭還有人不快樂，這個喜氣還是不夠圓滿的。即使再快樂的過年，每年也只有幾天而已，既然新年只是一種氣氛，那代表它是可以塑造的，只要心中常常觀想「今天是過年」，把過年的喜悅心情延續下去，是一個很好的修行方法，雖然日曆不斷翻新，可是您的心可以永遠留在大年初一，人家的過年是從除夕到大年初一，但您的過年是從大年初一到除夕，沒錯！就是這樣——「日日是好日，天天是過年」。

福慧飽滿

八
足
常
出
般
善
香



四
念
不
離
慈
悲
味

新春大進補

文／李銘泰
版面創意／子帆
完稿／free

在 這中國人的新年來到時，當然不能免俗的要在新年好好給自己“進補”一下囉！然而身為佛子的我們，在除了實質上的進補外，當然得在這最重要的心地上努力加把勁。對吧！

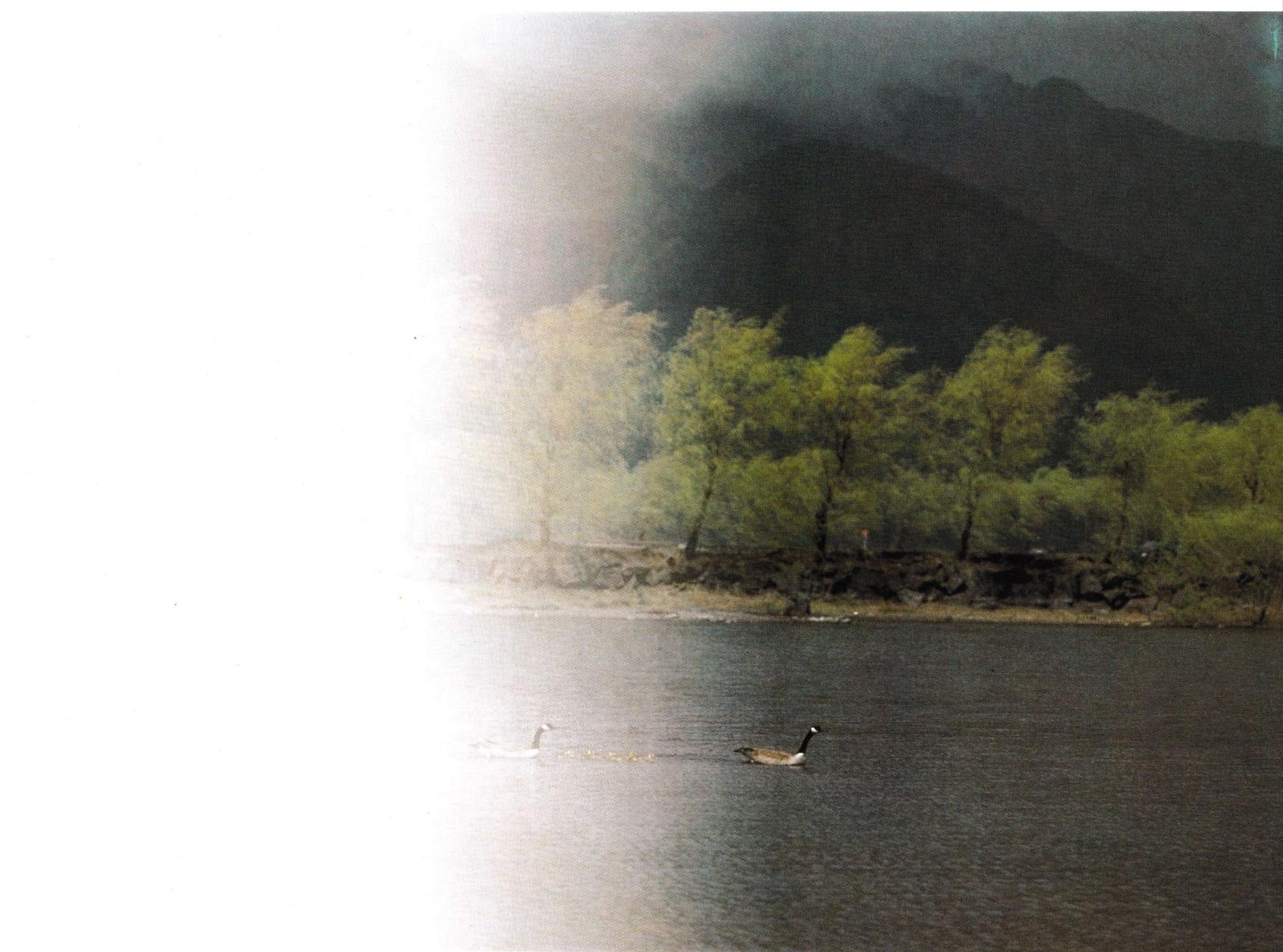
說到飲食，你可曾想到過，在這歲末的寒冬中，啜一碗熱騰騰的粥，真是一件再幸福不過的事了，對不？那麼啜一碗熱氣四逸的十善粥，你看如何呢！就如同一碗平凡的粥好了，當你需要時，那可是什麼都比不上的，相對於此，我們現在的情形，不就有些類似嗎。也就是說現代的人，對這個十善的需求，已經到了這樣的地步。

十善是我們可以說是生活的基本標準，然而當然也是有一些層次的。一般而言，我們常把它分成三方面：一・身方面〔不殺生、不偷盜、不邪淫〕，二・口方面〔不妄語、不兩舌、不惡口、不綺語〕，三・意方面〔不貪、不瞋、不癡〕。可不要小看這十善呦，把任一項老實的用在生活上，真的真的都可以解決莫大的難題，想想常在生活中遭遇到所謂的困境，其實都是由這些項目所造成的結果，或一項、或多項混合而成的。

就從身而言，這是一項比較基本的，也是較末段形成的產物，經由口、意，不斷的放縱之後繼而發生的，相對於口而言，亦是經由意的放縱，繼而使之成形，而發生在外。也告訴了我們，其實一切的器物世間的事件，都是肇於心意識。那麼新春的這



金色蓮花



碗十善粥該怎麼啜，不就相當的清楚了，還沒做到身方面的，可得趕緊努力了，做到的就趕緊加把勁，向口方面努力，最後再把心意識給看管好，如此一來，今年可是豐碩的一年囉！

依中國人的習慣，吃完了正餐，可得喝個湯吧，那麼新春大進補的菜單裏，喝的是什麼湯呢？就喝個六波羅蜜湯吧！不賴吧。六波羅蜜該是大家耳熟能詳的，佈施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧，在這新年新氣象裏，該做什麼樣的努力呢？

1. **布施**：施比授有福，是我們常說的一句，最好能再進一步到達，沒有施者，亦沒有授者的心態，可能有更多的助益吧。在這寒流密集的天氣裏，如果能多關心流浪家族，練習自他互換。亦或真心誠意的對一些弱勢團體付出，真的一定能從中學習到許多想像不到的經驗。
2. **持戒**：所有的戒律，其實不過是給予我們正確的生活方式，並沒有想像中的難以做到，一切的不適應，應只是習慣的問題，只要有決心，相信一定能慢慢的趨進，那麼至少在新的一年，先做到生活有規律吧。
3. **忍辱**：真的是一件難事啊！不是嗎？要一下子作到沒有忍辱這件事呢，好像更是不易，那試著從教育小孩開始好了，我們常說小孩就好像是另一個國家的人，所思所為，有

時真是另人不解，所以從不打罵小孩開始，可真是鍛鍊忍辱的好途徑呦。

4. **精進**：現代的人真忙，甚至連幼稚園的小朋友都忙，能好好在佛前用功的時間，每分每秒真的都可以算得出來，那麼要如何爭取一些時間呢？恐怕只有讓自己分分秒秒與正念相應，這也才算是真正的精進，不是嗎！而精進卻又是一件相當重要的事，更是值得我們正視它。
5. **禪定**：這也是相當重要的一部份，我想不論是修行人與否，都很重要，或許也是情緒管理的另一種很好的方式，那就趁春節好幾天的連續假期時，好好的閉關個半天，一定能讓你的春節過得踏實又自在。
6. **智慧**：可說是最終最重要的一部份，在前面的五項中，若要達到較完整的境界，可非得將智慧擺在第一，相對於此，也可以得知智慧對我們的重要性，可得趕緊趁過年大賺一筆福慧財。

如同經典上所提，不論十善或是六度波羅蜜，用在你我的生活中，可當真是千受益、萬受益，在這新春大進補後，有沒有一種充滿無限光明，可以面對新的一年的挑戰了呢？讓我們一起加油吧，用一種全新的生活態度來面對充滿希望的每一天。

勇猛精進

凡夫但說是金身



菩薩自來皆鐵漢

給自己重生的機會

文／無期
版面創意／子帆
完稿／free

在享受春節的吃喝玩樂之後，在您的心中 可否有一個聲音在吶喊「我不能再這樣墮落下去，一定要振作起來！」，這可能不是您第一次向自己吶喊，尤其是在這剛出爐的新年，只是革命尚未成功，同志仍須努力，通常在受到刺激後，不管是好的或不好的，我們都會痛下決心想要改變，浩然之氣勃然而生，揚言不達目的，絕不終止，這可以稱為「海嘯期」；但是一覺睡醒，那個海嘯大概只變成五六級的風浪，於是就進入了「海浪期」；再看個電視，吃頓大餐或「乎乾啦！」之後，這個海浪大概也衝上岸消失無蹤了；然後又會有一個或無數個海嘯向您招手，這是我們大家從小現到大的遊戲，在一次一次的改造失敗後，您是否覺得真如那句名言「江山易改，本性難移。」滿清都已經被推翻了，我的缺點仍然沒有改變，這輩子貪欲、嫉妒、懶惰、怒氣、壞習慣、甚至贅肉會跟我一輩子，倒也不用這麼悲觀，因為您並不寂寞，「遜」不孤，必有鄰！據說沒有成佛的人都和您不相上下，這世上只有佛沒有遺憾和缺點，「改變自己」的工程遠比發明「LIS 太空號」還浩大，所以古今中外，沒有多少人達得到，也比迪斯耐樂園還好玩，所以有許多人玩到連功名利祿都不要還想繼續玩，人生不過幾十寒暑，要玩這種工程又浩大又好玩的遊戲就要趁早，





對於改變自己佛法提出了「四正勤」的方法，讓一個人能夠透過四正勤的步驟 達成「純真、至善、盡美」的佛境界

已生惡令斷滅—斬草要除根，魔風吹不生

已生惡簡單的說就是「缺點」，不外乎財色名食睡、貪嗔痴慢疑、殺盜淫妄酒，對於這些缺點，首先我們要先確定我的缺點是什麼，說來不誇張，或許您現在還不知道或「不承認」自己的缺點（自我防衛造成的），有時自己可能是全世界最後一個知道自己的缺點的人，您不妨請一位有修養的人告訴您，或者利用過年期間閉關半天，來反省這一生的缺失，一旦知道後，就要想辦法遠離這些讓您不幸福的缺點，有人說三十歲以後人就不可能有多大改變了，所以不主動遠離它們，則不幸福可能就會跟著您一輩子，但是羅馬不是一天造成的，一定要有計畫的行動才容易成功，善知識文華智慧提出一個善巧的方法就是：每天發願要改變這個缺點 108 次，然後每天登記實行成果，必須連續 30 天達到，才可以停止發願，如果不到 30 天就必須中斷要重新算起，紮實的努力才有可能撼動這座雄偉的本性江山於一毫。

未生惡令不生—山賊易除，心賊難防

《十住毗婆沙論》提到，魔軍為了乘虛而入，不眠不

休觀察佛陀七年，後來發現不到佛陀的任何缺點最後才放棄，可見魔軍之無孔不入，我們嘴巴說的話、手做的事、腳走去的地方，都是心王下的命令，心中一些不夠慈悲不夠智慧的念頭，都會感召不光明的力量（魔軍）來助 你「一臂之力」，於是明明知道不該做的事我 們還是做了，明明知道不該說的話還是說了，這都是「裡應外和」的成果，善知識文華智慧提到只有心的大精進才能改變這一切，心的大精進就是「不斷的不斷的回到、安住本質」。

未生善令生起—多多益善，臻於至善

佛法提到的善法有很多：三皈、五戒、十 善、三十七助道品，如果這些您記不起來，那 只要記住兩大綱領就夠，一是「慈悲」如：關 愛別人、包容別人、原諒別人、體恤別人、讚美別人、肯定別人……，二是「智慧」：不執著、捨得放下、恒順別人、與人和樂……。為了培養這些善法，我們可參考比較科學的行為改變技術中的「行為塑造法」，其步驟 如下：

- 確認終點行為：確定我要學習的新目標，比 如說是「原諒別人」
- 確認起點行為：我在那些地方常常不能原諒 別人，比如說是「被人指責時」「小孩不乖 時」「看到社會新聞時」常生氣。



- 設計有利的情境：怕看到社會新聞時生氣，就不要一直看電視；怕小孩不乖時生氣，就提供讓他快樂的東西，這個雖然是「治標」的方法，但是可以奠定治本的基礎。
- 選擇有效的獎懲方法每天執行：在獎勵方面可以選擇自己的「最愛」，吃的、喝的、玩的、聽的、看的，或是對著鏡子叫自己第一名，當然在懲罰方面也必須要有痛癢的，把自己關起來，罵自己，甚至自打嘴巴，一定要有另一個自己扮演的「包大人」來教導自己，賞罰分明，鐵面無私。
- 逐步養成行為：一定要有耐心，不要太在意目標行為達成的時間，但是要特別注重過程，表現好馬上獎勵，表現不好馬上處罰，如此才會日久功深，水滴石穿。

已生善令增長——當仁不讓，舍我其誰

我們也不要將注意力放在缺點上，天生我材必有用，每個人在他的專長上都是天才，不要小看自己，我們的人身寶都是盲龜剛好鑽到浮木孔那麼小的機率才有的，而且以後每個人都會成佛，不要小看自己，不過這些優點必須在服務別人時，才會被完整的開發出來，這是眾生在接受您的恩典後自然會送給您的禮物。

結論

是不是非得在這麼愉快的春節談這麼嚴肅的事嗎？這也是情非得已！因為「改變自己」這件事是人生最迫切也是最重要的事，因為「缺點沒有降伏」是讓我們不快樂的主要原因，對自己缺點很敏感的人，因為降伏不了它而不快樂，對缺點不敏感的人，讓缺點帶著自己去闖禍造業而不快樂，帶著缺點去團圓拜年、吃喝玩樂，是不可能得到真正的快樂的，缺點可能讓我們吃脹了肚子、累壞了身子，甚至輸光了銀子，天下沒有不散的筵席，春節過後大家各奔東西，在家的爹娘依依不捨，離家的子女仍為忙碌的工作煩惱。得到了「外在的」即使是億萬財富，升官權重也只能讓我們暫時快樂，只有調伏了「內在的」才可能有永恆的快樂。如果您有狠下決心過，但是成功經驗太少，告訴您一個祕訣：「服務眾生」「關心別人」是發現優點，改變缺點的最大的保證，試過您就會知道，過年多做這些有意義的事，才能真正讓您快樂，讓您「門迎春夏秋冬福，戶納東西南北財」年年有餘，歲歲平安！祝福您。☺

國際知音大放送

翻譯／石連柱
版面創意／子帆
完稿／free

from
Foreigners



可還記得前年(86)十一月我們「紙雕與佛教之美」的特別專題嗎？那次我們邀請了許多位國際紙雕專業工作者分享他們的紙雕工作心得。其中的瑪麗·凱依(Mary Kay Colling)曾在去年新年的時候從美國紐約以電子郵件(E-mail)的方式寄來了一張有中國虎年意味的新年賀卡，祝我們新年愉快。今年我們早早的就寄了一張我們自己設計的電子賀卡去給她。沒想到她竟原也有想讓我們驚喜的傑作，不過我們確是先讓她驚喜了。

今年是兔年，瑪麗·凱依的新年賀卡也非常細心的以兔子作為主題。上回，她的作品是全部在電腦上製作完成的，這次的作品則比較特別，她先是在電腦上繪出整個圖面的外形，然後列印到特殊的紙張上，最後再加上彩繪，所以我們可以看得整個圖形非常有立體美，而且她還特別在上面加上我們金色蓮花的金色，真是別有巧心。謝謝她！

大家好！

非常謝謝你們漂亮的新年賀卡。我將它放在我的網站中，這樣每個人都能看得到。你們的動作實在非常快。雖然現在離中國的新年還早，不過我原本是希望以附件這張賀卡讓你們驚喜的。

我很好，謝謝你們。希望你們也一樣。

瑪麗·凱依

Hello!

Thank you very much for the beautiful New Year greeting. I put it on my site so everyone can see it.

<http://mkcolling.com/greet.html>

You're very quick. I hoped to surprise you with the attached, even though it's a bit early for Chinese New Year.

I am well, thank you. I hope you are.

Best wishes, Mary Kay Colling

專案報導 日本高野山大巡禮 (三)

心懷眾生情

放眼地球村

專案報導員／鄭貴霞（第一手資料，寄自日本）
資料提供／金剛峰寺新居裕政理事長
版面創意／子帆
完稿／Jack

當高野山開創時，由弘法大師初期結界，尊為神聖處。被信仰為金胎不二的淨土兒且建立諸堂和奧之院並稱為二大聖地，有根本大塔、金堂、西塔、東塔、地主明神社、山王院（拜殿）、御影堂、准胝堂、孔雀堂、六角經藏等基於密教思想之堂、塔。

專案報導員小介：

鄭貴霞
台灣彰化縣人
住在美國多年
目前在日本的高野山大學研習東密
熱心致力研修東密
此二期專案報導
即是她特地為本社介紹
高野山金剛峰寺的歷史
及主要建築物
深入解析與探索 值得用心賞玩



三昧堂

根本大塔

高野山開創時，於日本是最初建立的多寶塔，為真言密教根本道場，目前奉祀胎藏界大日如來以及金剛界四佛。大塔之高有四八·五米、四面二三·五米，為偉容。相信是大日如來淨土每日不斷的有參拜者，能與佛結緣。大塔內陣的朱色相映很華麗，有十六支柱上畫十六大菩薩在四面壁上，有密教傳法八祖像（印象畫伯揮筆）。

堂，曾完成很重要的使命，長二十四米、寬三十米、高二十四米，本尊祀奉藥師如來（阿·如來秘佛）月脅侍不動明王。後來又被稱「御願堂」、「藥師堂」等，內部壁面有釋迦成道，驚覺開示八供養菩薩像，壁面腰下畫「散華」等，非常的莊嚴，通常大型法會如五十回忌等金堂修正會、春、秋季的彼岸會、大曼荼羅供、結緣灌頂、不斷虛經等、以及其他法會都在這裡舉行。

金堂

開創當初被稱為講堂，在九世紀年代為一山之總本

御影堂

傳說中「三鈷之松」在正前方（待後述），有五間四方、寶造形之堂。本來就是弘法大師持佛堂，後來安奉大師御影，是真如新王所畫的圖，堂內的外陣有大師十大弟子和祈新上人、真然大德之肖像，如守護大師。每年舊曆三月二十一日，一年只開放一回，信



御影堂



日祭

階下左方，向東·四十三尺長·三十五尺寬，現存建築

裡最古的，鳥羽院皇女八條女院發願一一九八年由行勝上人所建為阿爾陀堂。後來改迎請不動明王，月孛士八大童子，式樣如住家佛堂。

六角經藏

由鳥羽上皇妃美福門院為弔鳥羽法皇御菩提淨寫紺紙金泥一切經又稱荒川經或福門院經，納千卷故建此經藏。有把手可轉動，傳有一切經，轉讀利益。

益。

大塔之鐘

曾是弘法大師發願，由高弟真然大德所建，直徑二·一二米大鐘，一天鐘五次告時刻或當有集會或重要法會時鐘用。

准胝堂也稱呼彌勒堂

在御影堂之西側，本尊准胝觀世音像，傳說是大師得度時，親自彫刻的，另外安置如意輪觀世音、彌勒菩薩、二尊愛染明王像（鎌倉作品）。

孔雀堂

在准胝堂西側，因鳥羽法皇行願，旱天祈求雨有成就，所賞賜而建，由京都東寺延果大僧正執行。孔雀會食毒草、害蟲、蛇，在印度被認為能除罪障之神。

明神社

在西塔正面，向南走在山的西端有三社並

列（關於地主神故事待後述）同祀丹生都比明賣明狩場明神二神和十二王子、百二十伴神，當時大師開創高野山時，因地主故勸請為主神鎮守伽藍，地形特高，其本社在山下經達一千多年來在這高野山修行的僧侶，每年當完成修行後一定也要去山下本社參拜，以謝地主神（重要文財）。

山王院

在明神社前方，九間三面拜殿，也是地主山王之場所，每年舊曆五月三日給大眾修業的地方學道，考試「論議」場所，這儀式傳說很古就有行事，鎌倉末前由明神託宣。要未得度人呼「稚兒」年幼的眾人談法議論場所，現在每月十六日，山內住職在這裡舉辦法樂論議。安置波切不動尊·護摩鹽（重要文化財）。

勸學院

由不動明王堂前右轉二百米，左側有左右兩邊大房子，為眾徒勸學修鍊道場一八一六年建，開始時支配一山，後來成為勸學會為一山大眾學道修養場所，安置平安時代藤原末期之作…大日如來，為重要文化財。

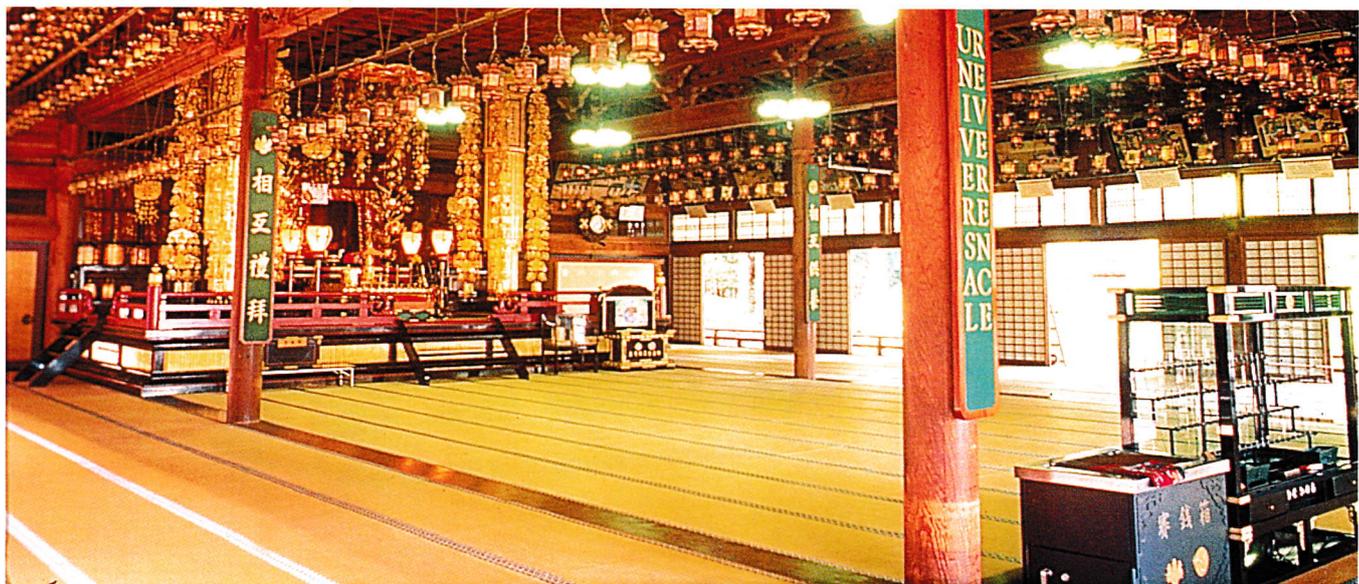
納骨堂與經堂

面向御廟左方，八角形堂納骨塔，內部塗固陶土，小堂宇設為參拜者納遺骨、遺髮，年年納幾萬遺骨。

面向御廟右側端有一切經藏重要文化財建造物，本尊安置文殊菩薩故也稱為文殊堂，已列「國寶建造物」。

奧之院

往弘法大師，御廟入口處有俗稱一之橋，正式稱為「大渡橋」若為僧侶應先禮拜，然後過橋，過橋後算是淨域，傳說當年弘法大



大講堂內部



英雲殿

師送客到此。由一之橋到御廟共有一·九公里，參道兩側，有幾百年的老杉木高高在上，下面具有墓園，大約超出二十萬墓，各時代的皇族、偉人、英雄，約有二百五十墓大名，其中濟主有一百一十，多建供養塔，正面鳥居表示生與死之境，中央部分有祀死者靈魂的五輪塔，周圍之柵有四十九院佛名，為表現彌勒淨土。大部份的墓石由五輪塔形成，由下往上。方形代表地、圓形代表水、三角形代表火、半月形代表風、如摩尼寶珠在最上代表空，為五大元素。其次為板碑、町卒塔婆碑、方柱碑、寶篋印塔、無縫塔（卵塔）、十三層塔、九層塔、五層塔、三層塔、層輪櫟、錫杖櫟、狹鉗櫟、自然石碑、棒櫟、四角形砲彈塔等數不盡，其中卵塔大都是僧侶所建，十三層塔以，下塔形式為講堂中的納骨塔，明治後因開放故量激增，

靈殿之外有五族墓，日、滿、漢、朝鮮、蒙古墓碑。個人墓外有紀念碑、供養塔、講社之外有組合建碑、成功紀念碑、企業合祀碑等，都向這一淨地邁進，從古到今這些墓石各個都有其傳說，在這裡略述。墓石的位置，順序也略述，只把史跡摘記以下列表，目前奧之院被指定為史跡。也可說為古時日本封建時代的總菩提所。

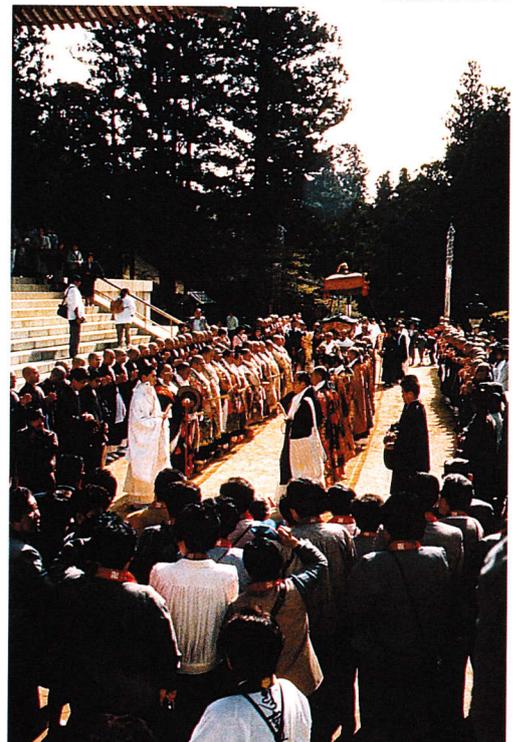
中之橋，在一之橋與御廟之中間，正式稱為「手水橋」在平安時期是洗手之地方，也稱為「金之河」意思是過了這橋後，仍屬於死的世界，在橋邊有「流汗地藏」為代眾生受苦而流汗。旁

庭儀曼荼羅供

近期除了第二次世界大戰，戰死者供養、英



水向地藏





大廣間

邊有「見姿之井」，古時傳說看井時若不見影會早死。也變成一名勝之地，從這裡石階參道會上上、下下、的入深山，主史蹟在左側有日本與朝鮮打戰時的(一五九九建紀念)「敵吾方碑」，三米高。「芭蕉句碑」有一米刻在自然石上「慕父母之雉子聲」。也有稱「一番碑」最大石塔十米高，德川秀忠為淺井氏所建。一三四四「佛號板碑」把「南無阿彌陀佛」名號刻在青石，另有二座石廟，德川家康為其子松平秀康於一六〇七建「越前家石廟」，在外壁浮刻不動明王、毘沙門天王、菩薩像。右側有「密嚴堂」，這是真言宗另一派新義真言宗主、興教大師〔覺上人〕修業所也稱為「覺堂」上人在一一三四是金剛峰寺座主，但因傑僧太突出，被反對而分派，初在這裡修行，後來下山到紀州根來寺另開創，有很多傳說。右側有關原之役忠臣被圍全滅「大津籠城碑」，高野山曾也有多次難，其中曾保護高野山離難的與山上人(木食之人)之廟在頌德殿，護摩堂建築物前這位興山上人的故事在高野歷史裡另述。一三七五「上智禪尼之墓」在右側史蹟「大津籠城碑」是在德川家康統一政權前、戰國時代有名的關之原戰役後京極高次在大津城困住，為東軍包圍，其忠臣山田左衛門以下二十二士全滅之墓石。

御供所

靠近御廟橋，為一般參拜者設有休息所，頌德殿、護摩殿在右側，其正面有御供所大建築物，為御廟調進御供物。這一帶在平安末期，很多思慕大師的人物結庵之地方，當大師入定後，大弟子實惠、真濟、真雅、真紹、真然、真如等，也是建庵守入定廟窟的地方。

水向地藏尊

御廟橋之東側，沿著地藏菩薩、不動明王、彌勒菩薩等七尊金銅佛並排，參拜者

可把在宿坊迴向過的經木納此，用水淋向，等做完此禮拜後就上御廟橋。

御廟之橋過後開始就走淨域，一般把服裝使正，用清靜心情開始過橋，在旁立有注意書，橋板有三十六枚，加整板共三十七，為金剛界三十七尊，在橋板後有記每一尊佛梵字種子名，僧侶必要在過一之橋和御廟橋時，來去時必要恭敬向御廟禮拜。從橋到奧之殿為大師靈所，墓基較少但仍有皇室或有人名如池田勇人(元總理大臣)英照皇太后之寶塔，春日局墓，佐久間將監墓等在右側、左側一帶有靈元、中御門、櫻町、桃園、光格、後桃園、仁孝、孝明各天皇、皇后、皇族等寶塔，稱為「仙陵」，也有御陵橋過玉河川。其次走上正面高階石就到御廟拜殿、燈籠堂之前。(待續)☺

青葉祭





奥之院参道

觀想的效果

文／文華智慧
版面創意／子帆
完稿／free

什麼是觀想？

就是把心念安住在正念或成就的狀態，進而提升整個身心的狀況，就是觀想。

愛的治療要如何觀想呢？

方法有二種：

(一)觀想自己愛盡六道眾生——

即觀想六道眾生都現在自己的面前，自己對他們每一個人有生起了無量無邊的愛。

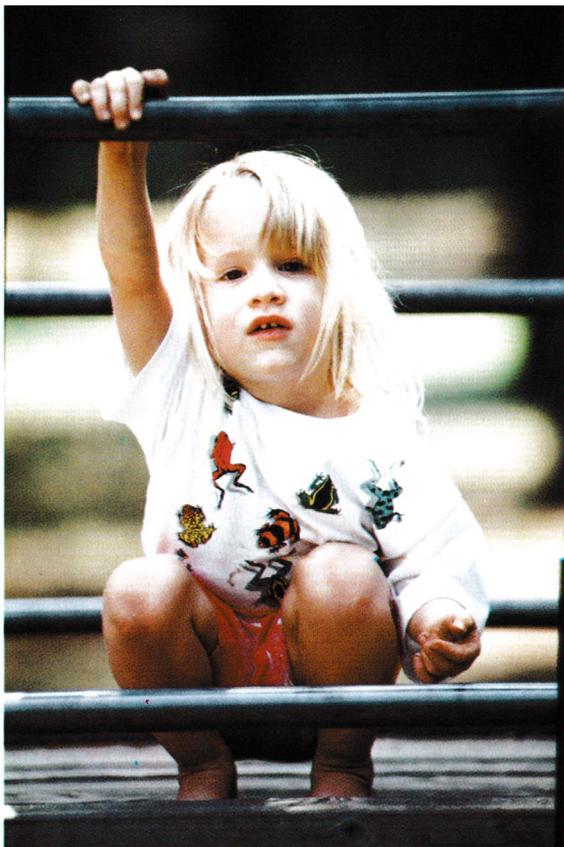
(二)觀想自己與眾生一體——

即觀想自己與無量無邊的眾生都融為一體，沒有任何的差異、沒有任何的分別。

以上二種觀想的方法，都有助於擴展我們心中的愛；也許第一種較容易了解，因為對象很清楚，是無量無邊的眾生，方式也很清楚，是愛；所以對於擴展我們的愛有幫助，是容易了解的。

但是第二種觀想方法則可能就不這麼容易瞭解了。

所以需要進一步的說明，至於要說明的重點則是為何與眾生一體，是愛的展現呢！



這就牽涉到生命至極真相的道理了，事實上以究極的真理而言，人與人之間是沒有距離的，在法界之中，每個眾生都以極不可思議的方式融合著，可以說，你就是我，我就是你，完全沒有你我他的分別。

所以，當我們愛了別人，就是愛了自己；當我們愛了自己，就等於愛了別人；說得更清楚一些，如果我們明白了眾生一體、我是眾生的一部份，那麼，真正的愛自己的正確方式，是連眾生一起愛，才是真正的愛了自己；相反的，當我們愛眾生時，連自己也一起愛，也才是真正的愛了眾生。

因此，當我們觀想自己與眾生一體時，就是回到了真相，也是回到了正確的愛的方式，而心念是真實的，當我們如是觀想時，以法界而言，我們已經"真正的"與眾生融合在一起了，那麼試想既然都已經是沒有分別，這樣的愛，無論怎麼愛，都會愛到"全部"——自己與眾生。

比對於心的真實而言，這個世間就顯得虛幻多了，所以我們如果真的要將愛的治療力量發揮到淋漓盡致的話，我們必須先從心念下手，而觀想正是導正心念的法門，故不妨有空時多修此二種觀想，則對於身心的治療，皆有莫大的助益。☸



Text/Wisdom

Layout design/Tze Fan

The effect of contemplation

What is contemplate?

The mind is in the state of correct idea or awoken state, and improve the condition of body and mind. This is contemplation.

How do we do the complete of cure with love?

There are 2 methods:

1. contemplating oneself to love all beings in the whole universe. Imagining all beings in the universe appearing in front of us, and tremendous love them is appearing in our mind.
2. contemplating oneself with other beings as a whole. Imagine ourselves involve with tremendous beings and become a whole without any differences or separation.

The two methods above will help us to enlarge our love; maybe the first one is more easily realized due to obvious contemplating object (tremendous beings) and certain method (love); therefore, it is easy to understand that it is helpful to enlarge our love. However, the second one can be not so easy to realize. It is necessary to explain further. Why the involvement in all beings is a presentation of love? This relates to the truth of life. In fact, the truth is: there is no distance between persons. In the universe, each being is in-

involved with others by mysterious way. That is to say, I am you, you are me, and no distinction exists between one another. Therefore, as we love others, we love ourselves; we love ourselves, we love others. More precisely speaking, if we realize all beings are as a whole, I am a part of all beings, then the correct way of loving ourselves is loving others and ourselves. This is the indeed love to ourselves; on the contrary, as we loving others, we also love ourselves; that is the indeed love to others. Therefore, when we imagine that, as for the universe, we have indeed involved with all beings. Then think about that, since there is no distinction such love will involve the "whole" (oneself and others) whatever the way of love.

Compared with the mind, the world will be much more illusory. If we would like to develop the cure power of love throughly, we must begin it from the mind, and contemplation is the gate to correct our mind.

If we have time, we might as well do these two methods much more, and they will be great cure effect to body and mind. ☸

清心小語

文／韻玲 譯／劉月鳳
版面創意／美娟 完稿／Jane

心富足一切富足
心貧困一切貧困
大慈大悲是名心富足
無愛無慈是名心貧困

當我們心中有了 永不散去的慈悲
那麼 無論我們在世界 那一個角落
我們都可以有著 幸福歲月

無論再兇 再壞的人
其實在他的內心 最深處
都還是等待著 別人來 愛他

在每一種關聯 加上了愛
就會變得 閃閃發亮

越不努力 就越搓陀
越努力 就越有成長的空間

好人——這兩字的背後
其實蘊含了多少的努力與掙扎
並不是不費吹灰之力就作到了
所以我們一定要支持好人啊！

其實 我們都因為太愛完美
而彼此傷害 想想
真是划不來啊！

內心美的人
自己一個人過 是兀自芳潔
與喜歡的人一起過 是相益增輝
怎麼樣過 都是美啊！

Word of Pure

Written by/Wisdom Translator/Yvonne Lin
Layout designed by/Mei-jane Layoutcompleted

You are contented if your heart is contented.
You are poor if your heart is poor. The great
mercy means feeling contented at heart. Lack
of love and mercy means feeling poor at heart.

When there is never-ending mercy in our
heart, we can have a happy time no matter
which corner of the world we are in.

No matter how mean or bad a person is, deep
down in his heart, he is actually waiting for
others to love him.

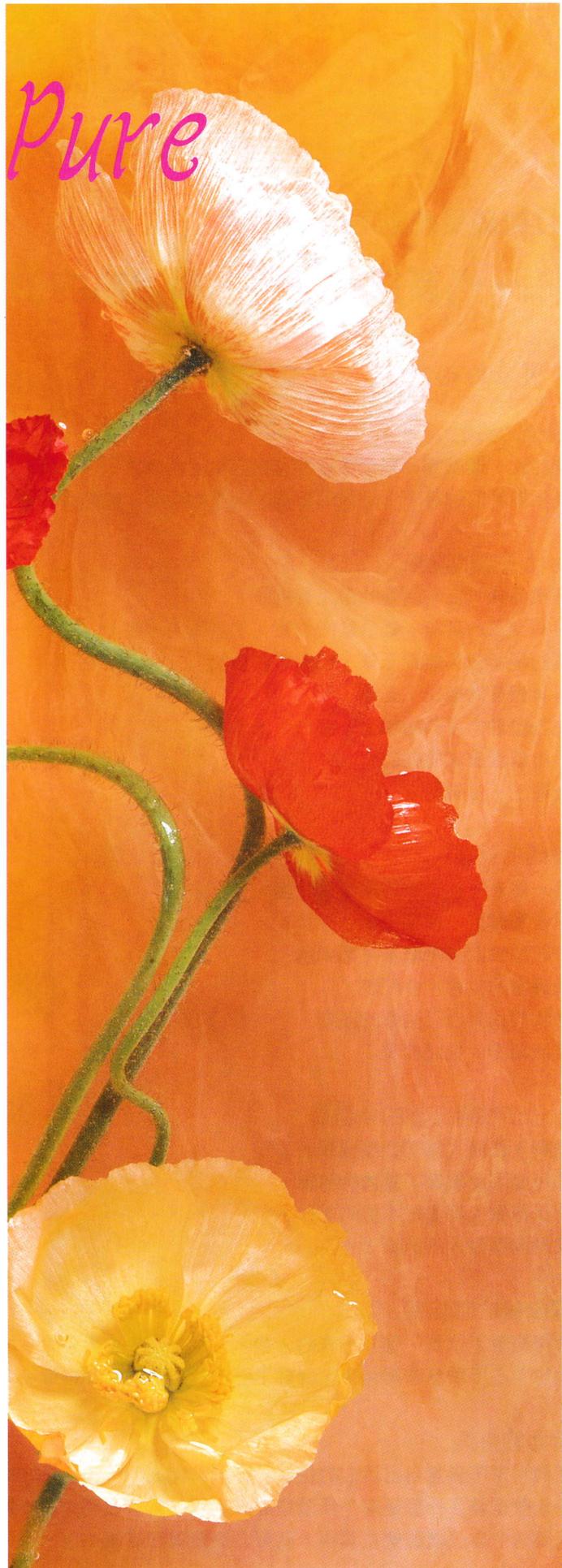
Whatever kind of relationship it is, it will glit-
ter if love is added.

If you make less and less efforts, you become
more and more hesitant. If you make more
and more efforts, there is more and more room
for you to grow.

Good men-behind these two words, a great
deal of effort and struggle is involved. These
two words are not achieved without efforts,
so we must support good men.

In fact, it is because we love perfection too
much that we hurt each other. Think it over
and it really doesn't pay to hurt each other.

A man with inner beauty enjoys being alone
as well as being with others. When he lives
alone, his life is as pure and fragrant as sweet
flowers; when he lives with the people he
likes, their life shines and brightens each
other's path like stars.



來自眾生心海的消息

～一句清心小語，感受各有值得傾聽處

版面創意／美娟
完稿／Jane

12月號最受感動的清心小語：

「每一個音符都擺在 最恰當的位置 就是最好的音樂」

讀者稍來的心語：

· 快樂的姐姐

就好比一個樂團，每個樂師都有自己拿手的樂器，
在指揮師的領導下，適當的演奏，則整個樂曲才能達到和諧、動聽。

· 台北天空的陽光

細細品味，這句話真的是大有哲理，
沒有突兀的音符，最恰當的位置，才能完美流暢：
真的是達到了無諍三昧，沒有紛擾爭鬥，
只有相互的襯托、光照，
在各自最恰當的崗位上，努力的工作，
這不就是最好的團隊嗎？
太棒了，這句話！

· 嘉義的東東

每一個音符都有它的高低、快慢，
單音獨舞是一種愉悅；
群起和鳴則須每個音符都到達
最適當的位置才會好聽，
讓我們找到自己生命的頻率，
既能獨奏，也能和鳴！

· 一位活在辦公室的公務員

是啊！任何人為了凸顯自我的才能，
都可能因此破壞了團體的和諧，
所以每個人都盡好本份的工作，
就是團體最大的進步！

· 深山裡的體驗者

音符擺對了位置，是一首好的音樂，一生之中，有太多太多的事會發生，我又該擺在那裡呢？
我想：心不離慈悲與包容，就對了吧！～美妙的生命樂章。

· 台北的小吳

我們常常不滿意自己目前的位置，總以為別人的位置才是好的，令人羨慕的，
但什麼是尊？什麼是卑？什麼是高與低呢？其實我們實在不須費心去和別人比較，
只要適合自己就該樂在其中，而努力去扮演好這個角色。



Letter from Reader

金色蓮花

在意修行

文／文華智慧
版面創意／子帆
完稿／free

對於最重要的事
——修行
要非常非常的在意
甚至到緊張兮兮的地步
因為這樣
才能完成該有的進度

否則
必定因為不是很在意
又沒有外在的嚴厲催逼
而延宕 延宕
然而
水開了 卻不下麵條
油熱了 卻不下菜
……

這都是荒謬的事
但是事實上
如果一個修行人
知道了修行的方法
卻遲遲不肯去做
更是一件荒謬的事

但是你願意讓
修行這麼人生最重要的事
一事無成嗎？
真的願意嗎？
一定是不甘心
千萬個不甘心的！

那麼
就從這一秒開始

一心向道
勇猛精進!!!

Concerning the Practice of Buddha-dharma

TEXT/Kuo Yun-ling
Translator/Lin Hue Jung
Layout Tze-Fan

*Practicing the Buddha-dharma
is the most important thing in life.*

It should be our chief concern.

*If there were no trials and tribulations in life
we would surely put off practicing the Buddha-dharma.*

*Only by keeping the world's empty nature in mind
can we make progress in practicing the Buddha-dharma.*

However,

While cooking

*why wouldn't you put the noodles into the pot when the water has boiled
or put the vegetables into the frying pan when the oil has heated?*

In fact,

It is even more ridiculous

if a spiritual aspirant

*having come to know the methods of spiritual practice
does not take to them right away.*

*But are you willing to let your spiritual practice
the most important thing in life*

come to nothing?

I think the answer is "No".

So from this moment

*wholeheartedly practice the Buddha-dharma
with valor and earnestness!*



恆光

文／周玉卿
版面創意／子帆
完稿／Maggie

有一個生命
從內心深處醒過來
很清楚地知道自己要什麼
有一種莊嚴的神聖性
安定
彷彿不動
全身似無
在宇宙的能量中
像似面對
頭微抬
心裡的眼睛
向上
有一種篤定
進入恆光的世界

Eternal Light

Written by/Jou Yuh-ching
Translator/Lin Hue Jung
Layout design by/Tze-Fan
Layout completed by/Maggie

There is a soul
whose awakening comes from deep in his heart
He is clear in knowing what he wants
Great holiness arises
He feels calm, still and formless
One with the energy of the universe
Like seeing the future
His head lifts slightly
The eyes of his heart gaze upwards
Confirmation
Into the world of eternal light

Song of Valley



第97問：靜坐可否治療病痛？

文／鄭鴻棋
版面創意／子帆
完稿／free

知見：

如果是生重病或急性病，要趕快就醫；如果是一般的慢性病或影響不大的病，是可以靠靜坐來調整。但還是要靠醫藥來治療，例如：心臟病、胃病、肺病、糖尿病、肝病、高血壓……等。

方法：

為什麼靜坐可以治療呢？因為靜坐可以降低我們的新陳代謝、耗氧量，讓我們的身體(內臟等)、心，得到極佳的休息，但靜坐治病不是每天坐幾分鐘就可達到目的，最好每天能夠坐1小時以上，當然愈多愈好。

身體有病痛的人，情緒一定處於一種不穩定的狀態，例如：因痛而想發大脾氣，沮喪乃至想自殺，這些情緒，都是讓自己病上加病，反而會因此而陷入自己的負面情緒而更加重病情。

結論：

當我們明白：萬般皆是業，半點不由人，就可知道整個的關鍵在於業力，只要解決了業力的問題，就解決了病痛的問題，而精進的修習靜坐，就可以化解業力，進而治療我們的病痛。



Could *Sickness* be cured by Meditation?

Idea:

If we have a serious sickness or a sudden sickness, we should undergo medical treatment immediatly; if thisickness is chronic disease or influence us not so much, it could be cured by meditation. But we still depend on medicine, for example,heart disease, stomach ailment, hypertension, diabet, liver ailment, hypertension etc..

Method:

Why could they be cured by meditation? Meditation could lower our metabolism, oxygen consumption and allow our body(internal organ) and mind to get rest very well. however, the cure cannot be completed if only meditating a few minutes in one day, you had better do it over one hour in a day. Of course, the more is the better.

Those who are sick will have unstable emotion, for example, bad temper for pain, discouraged and even wulling to suicide. These emotion will lead to more heavy sickness and make oneself to involve into the bad emotion.

Conclusion:

As we realized, everything is caused by Karma and we couldn't do anything about it. Only when Karma is eliminated, the sickness will disappear. Diligent meditation can eliminate the Karma and cure our sickness.





心無罣礙

No obstacle in his mind

文／韻玲
譯／守強
圖／奚淞
版面創意／美娟
完稿／Jane

Text/Yun-ling
Translator/Shou-chinang
Sketch/His-sung
Layout designed by/Mei-june
Layout completed by/June

《 詮 釋 》

心是主宰，心是心王，
 心是一切的開始，心是一切的源頭。
 宇宙的森羅萬象，都是心意識的變現，
 都是心王的遊戲，都是心的作用變化。
 心是真正的修行重點所在，
 所以我們的修行須與不能離開心的修行——
 這才不是盲修瞎練，心外求法。
 為什麼是這樣呢？
 因為，一切的本質就在於心，
 心解脫了，一切就解脫了，
 心不解脫，生命就無從解脫，
 足見心才是修行的主要方向，
 而非枝枝節節、變化無窮、
 千頭萬緒、剪不斷理還亂、
 毫無頭緒、亂無章法、
 不知所云的現象界。
 其實啊！現象界就像一場夢，
 夢中的情節毫無規則可言，
 因為這些情節
 都只是心意識的反射罷了，
 可是如果我們不明白這層道理的話，
 我們就會把這些紛云的情節，
 當作千真萬確的事實來對待。
 這時，得與失就變得十分鮮明、
 高與下就變得十分差異、
 美與醜就變得非常不同、
 尊與卑就變得非常不一樣……。
 然而呢，我們都上了大當——
 上了自己心意識遊戲的大當，
 因為站在心的本質立場來看，
 這些都是虛幻的，
 猶如看一場電影，
 總不能為了劇中人物的悲喜而悲喜不已吧！
 猶如作了一場夢，
 總不能為了夢中的主角得失而得失不已吧！
 然而，道理說起來明白易懂，
 可是一旦我們
 被業力牽引、被隔陰之迷障蔽，
 任你是大修行人來轉世，
 如果你不夠用功的話，
 一樣只是口說空而行不空、拾人牙慧罷了。
 所以，對於諸法實相的認知，
 我們實在需要一分一秒
 都不離開的自我警惕——

《Explanation》

Heart is the master. Heart is the king. Heart is the beginning of everything. Heart is the source of all things.

All the extrinsic phenomena of the universe come from the alternation and display of mind consciousness. They are games of mind. They are functions and variations of mind.

"Heart is the real key-point of Buddha-dharma practice"! Therefore, our practicing should never leave the Heart for any moment. Seeking dharma outside the Heart, any practice will look like acting blindly and rashly as a blind person rides a blind horse.

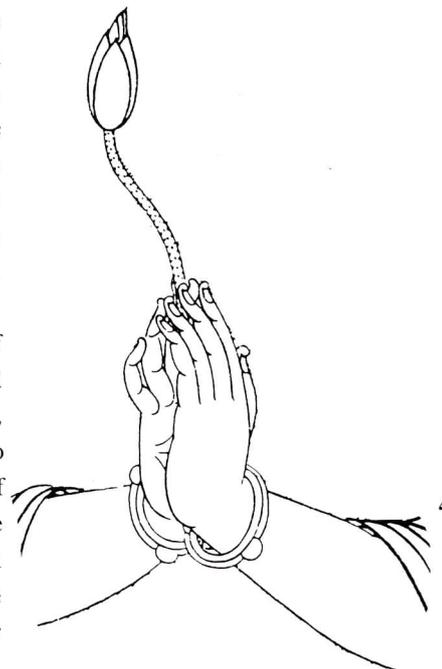
Why is that? That is because the essence of all things is in the Heart. If the Heart liberates from delusion, all things liberate from delusion. If the Heart doesn't liberate, life never has the chance to liberate. Heart is the major direction of Buddha-dharma practice.

Matters as branches and knots are not the major direction. Countless variations of appearance are not the major direction. Mind cramming with thoughts and remembrance is not the major direction. Mind with jumbles is not the major direction. Mind without any leads and clues is not the major direction. Mind without any orderly ways is not the major direction. Unintelligible statements of the world are not the major direction.

In fact, the extrinsic world is nothing but a dream! There is no rule to follow at all in dream because all the details of a dream are reflection of mind activities. You will take these details as real if you don't perceive the fact.

Then, gain and loss are quite distinctive. High and low are quite contrary. Beauty and ugliness are quite different. Venerable and dishonorable are not the same at all. These two contrary things will reverse and fight each other. If so, we were taken in by games of our mind consciousness.

Standing on the essence of mind, all things are illusory and unreal. As looking a movie, should we abandon ourselves to the characters' happiness or grief when they laugh or cry in the play? As having a dream, will you really get or lose when the leading role gets or loses in your dream?



一切的一切，不論是眼所見、
鼻所聞、耳所聽、身所觸，……
儘管當下是多麼的栩栩如生、
千真萬確、驚心動魄……
其實啊！都只是心的妄念投射罷了！
如果我們能安住於這樣的正知見，
那麼我們當然就是一個心中沒有罣礙的人了，
這樣的境界，是多麼的輕安自在啊！
但是，如果我們只要還有一絲執著——
任何方式的執著，
包括對於某種觀念強烈的主張、
某個人非見他不可、



某種食物每餐必吃不可、
某種娛樂每周非作不可、
某種行為非完成不可、
某種想念非想不可……
內容儘管千萬變化，依個人習氣而不同，
但是它絕對可以歸納二個字，就是“執著”。
只要有一絲的執著，就有一絲的罣礙，
只要執著全部沒有了，
那就是解脫三界的莊嚴神聖時刻的降臨了。
故「心無罣礙」，是多麼的稀有難得啊！
願身為佛子的我們，精進再精進，
早日達成一絲不罣的超凡入聖、解脫境界。🙏

It seems easy to understand. However, to say is one thing, to do is another. When the power of previous karma draws evil consequence on you and the recollection of previous life was obstructed by the rebirth confusion, you declare that you understand Emptiness but your behavior reveals that you are not. Your deed is nothing but parroting another's statement. Even though you are a reincarnation of a great cultivator, you still do so unless you have earnest efforts in the present life.

Therefore, we should alert and self-awareness every minute and second to recognize the real state of all things. Make sure you know that eyes and sight, ears and sound, nose and smell, tongue and taste, body and touch, mind and thought and so forth, are misleading thoughts projected by your mind.

They are illusions no matter how vivid they are. They are illusions even though they argue their existence. They are illusions even if they give you a mind-shocking or soul-frightening.

Calm down our body and mind on such a right view. There will be no obstacle in our mind. Life is relaxed and carefree under such circumstances!

But any tiny bit of attachment will break the peaceful state. Any mode that makes your mind clings to things as real will crush the state too.

For example, strongly insist on some idea. You must see someone. You must eat something in each meal. You must have some kinds of amusement in each week. You must carry out some action. You must think some idea. Depending on the force of your habit, the mode may make countless changes. All the changes may sum up in a word "attachment"!

A tiny bit of attachment gives you a tiny bit of obstacle. No attachment at all, this is the right, holy, and solemn time for you to liberate from the Three Realms of Samsara. Therefore, "No obstacle in mind" is extremely rare to get!

Wish all of us, sons of the Buddha, make ceaseless right efforts. Reach the state of having no obstacle in mind early. Transcend worldliness and attain holiness. Arrive the state of ultimate liberation! 🙏

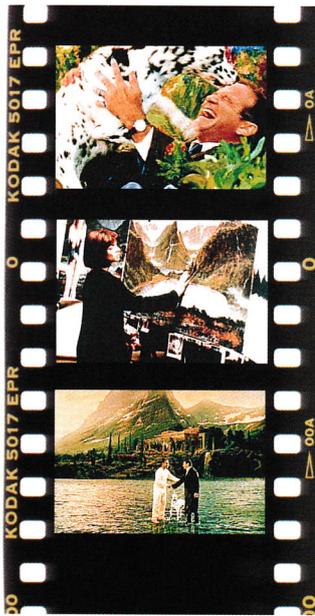
Note:

*.Heart, as the seat of thought or intelligence; there are various definitions, for instance:

- (1) Hridaya, the physical heart of sentient or non-sentient living beings.
- (2) Alaya-vijnana, totality of mind and the source of all mental activity.
- (3) Manas, the thinking and calculating mind.
- (4) Citta, the differentiating mind.
- (5) The bhutatathata mind or the permanent mind.
- (6) The mind-essence of the Sutras.



美夢成真



文／張世傑
 圖片提供／學者電影·博偉電影
 版面創意／子帆
 完稿／Maggie

故事情節

克里斯是一位很有愛心的醫生，他擁有一個美滿的家庭，太太安妮是位畫家，他們有一個兒子和女兒，這個幾近滿分的家庭，還是難逃無常的摧殘，有一回兒子和女兒因車禍意外喪生，安妮因沒有親自載送他們而導致這樁慘劇，感到深痛的懊悔，因憂傷過度而進入療養院，愁雲慘霧雖然籠罩他們，但是惡運並沒有因此結束，有一次克里斯為了幫安妮送畫，開車經過一個隧道，有一輛車發生了車禍，基於他醫生的天職，他趕去救車禍的人，卻意外的被另一輛車子撞上，最後送醫不治身亡。

克里斯死後，回到家裡發現大家都看不到他，失望之餘他只好走到另一個世界，到了這個世界真是令他驚訝！他竟然進入了安妮那幅絢爛繽紛的畫中世界，這幾乎就是天堂，專屬於他的天堂！他平常最嚮往的畫竟然活生生的呈現在眼前，有一個年輕人（克里斯的兒子）帶領他認識這個新世界，只要他心中想什麼，就會出現那個東西，而且可以直接從水上走到畫中的夢幻之屋，這一切真是太神奇了！後來他女兒所幻化的空中小姐也和他相認。

不過好景不常，他兒子有一天來告訴他，安妮自殺身亡，雖然年輕人告訴他自殺不是自然死亡，不可以到這

裡來，可是對妻子的愛，讓他不顧這個法則，他要去找安妮，年輕人只好幫他找引渡人，他們經過昏天暗地波濤洶湧的死亡之海，血腥遍地的戰地，目睹一幕幕觸目驚心的地獄景像，他終於見到安妮，她住在一個殘破灰暗的屋子，可是安妮已經不認識他，克里斯用他豐富赤誠的感情，讓安妮終於認得他，最後他們一家人在安妮畫中的天堂團圓。

佛法觀點

在我們的觀念裡總覺得，天堂就是上面的三十三層天，在天上都是快樂無邊的，是一些行善積德的人去的地方，而地獄則是在地下的共十八層，在地獄不是上刀山下油鍋，就是火燒冰凍，而且不管天堂或地獄都是很多人，可是這部片給我們另一個思考方向，天堂地獄只是一念之隔，克里斯生前心中充滿了善良助人的光明思想，所以即使肉體死了，因心念的感召，他到一個絢爛繽紛的國度，而且這個世界只有他一個人，自己可以用心念改變一切外在的事物。而安妮因為長期活在自責中，最後因為自殺而感召到一個灰暗殘破的世界，其實這個灰暗世界只是內心世界的投射，所以佛法說「三界唯心，萬法唯識」心才是唯一的真實，如果說「走過的必留下痕跡，那想過的必然也會具體呈現」，所以說來說去天堂地獄其實是我們內心建構出來的，可見心念有多麼重要，修行修了半天，其實就是在修這顆心而已，帶我們到天堂的不是天使，帶我們到地獄的也不是鬼差，而是這個「心王」。

善知識說：「尋覓了一生！原來『愛』就是最後的答案」 克里斯死後看到他兒子和女兒，但是他們已經變成另一個不同的形體讓他認不出來，同樣的，當克里斯找到安妮時，安妮也認不出他來了，雖然幻相迷人，

但是克里斯用他真誠而豐沛的愛和他們靈犀一通，最後就看到了他們的原來面目，全家得以再次團圓，這一切都拜「愛」所賜，愛是不可思議的力量，它能扭轉乾坤、化腐朽為神奇，任何一件不可能的事都可以因為愛而——「美夢成真」。



搖錢樹

故事情節

瑞奇是購物頻道的主管，業績 27 個月零成長，老闆給他二個禮拜的時間提高業績，否則要炒他魷魚，他面臨汽車貸款和房屋貸款的壓力，凱蒂是老闆新聘的行銷高手，她奉命和瑞奇一起搭檔工作。就在他們開車出去的時候，因汽車爆胎停下修理，因而結識一位身穿睡衣，邊走邊親草地的朝聖者G先生，瑞奇在親眼目睹G先生神奇的魔術和催眠術後，決定讓G先生來試試電視推銷員的工作，精采的戲碼就此上演。

G先生根本不按牌理出牌，在推動消費者購買的頻道上，竟然告訴觀眾不要用物慾來滿足自己，要他們思索人生的真義，而且在其他的攝影棚裡穿梭自如，隨興演出，推銷海星鑽戒時，他卻講小孩在海邊救海星的感人故事，而且常常否定產品，希望觀眾們關懷身邊的親友，還在頻道上介紹他的兩位好朋友瑞奇和凱蒂，甚至有一次乾脆走到攝影棚外，請讀者欣賞自家的草地，他的坦率、熱情、感恩、及充滿智慧的話深深打動了觀眾的心，讓他成為購物頻道的風雲人物，瑞奇因而保住工作，老闆也因而大賺一筆，G先生在他們心中儼然已成為名副其實的「搖錢樹」。為了大發利市，老闆用昇官加薪逼瑞奇強迫G先生簽約，可是善良又敏感的凱蒂不予苟同，因此也讓瑞奇良心發現，迷途知返，讓G先生離開攝影棚重新走上朝聖的路。

佛法觀點

淡泊名利、熱愛生命，才可能得到生命的活力，G先生完全不在乎收視率和產品的銷售量，率直純真的表達人生哲理，不為酬勞，只為了滿兩位好友的願及傳達

人生最重要的訊息，這種情操真是太稀有難得！或許您認為這種人已經絕種了，但是不瞞您說！並沒有絕種！只是列入了「保護級」的人種，不是每一個人都愛錢，不是每一個人都愛好名聲，不是每一個人都怕死，不是每一個人都有脾氣，不是每一個人心中一定有邪念，天下烏鴉不一定一般黑，就是有像G先生這種的人，心裡乾淨到晶瑩剔透，愛心崇高偉大到無邊無際。

人們不管是庸庸碌碌還是兢兢業業，在夜深人靜時不免會有悵然若失的感覺，或者覺得不知為誰而忙？為何而忙？內心深深處總覺得缺少什麼，但又說不上來，其實在人人心中殷殷切切的盼望一位完美的聖者出現，來美化自己心靈，讓心靈的缺口得以撫平，得到永恒豐足的快樂，G先生就是那位聖者，他說中了人們心事，毫不保留的把缺口揭發出來，並告訴他們昇華之道，所以他雖然沒有推銷什麼產品，但是產品卻不賣而銷。我們最需要的產品不是要花一大筆錢去買來，過一陣子又後悔的物質產品，而是不需要花太多錢，買來卻不會後悔的精神聖品——「心靈快樂劑」；不知道您購物頻道的G先生出現了沒？☺

兩部電影七嘴八舌

- 甲：人死後可以去克里斯那麼如夢似幻的世界，或去他女兒那個可以自由飛翔的國度，好棒啊！這樣來說死亡並不可怕嘛！
乙：那現在就去，怎麼樣？
甲：哦！謝了！
- 原來平時常常想的事，死後就會到那種地方，那從今天開始我不要再想。
- 我的父親是自殺身亡的，本來以為他一定去枉死城那種淒涼的地方，看到這部電影後，現在真希望他能和安妮一樣到天堂，爸！祝福您！
- G先生因為心中無業績壓力，業績卻最好，證明「無所得」卻能「無所不得」。
- 人被誤會不必急著辯解，就像G先生一樣，那個誣賴他的人，謊言被拆穿後，反而讓G先生更受歡迎。
- 下次看到在路上邊走邊笑的人，我不會再輕視他了！
- 佛法那麼好的產品，應該也要想辦法把它大量的賣出去，真希望有「佛法行銷學」課。

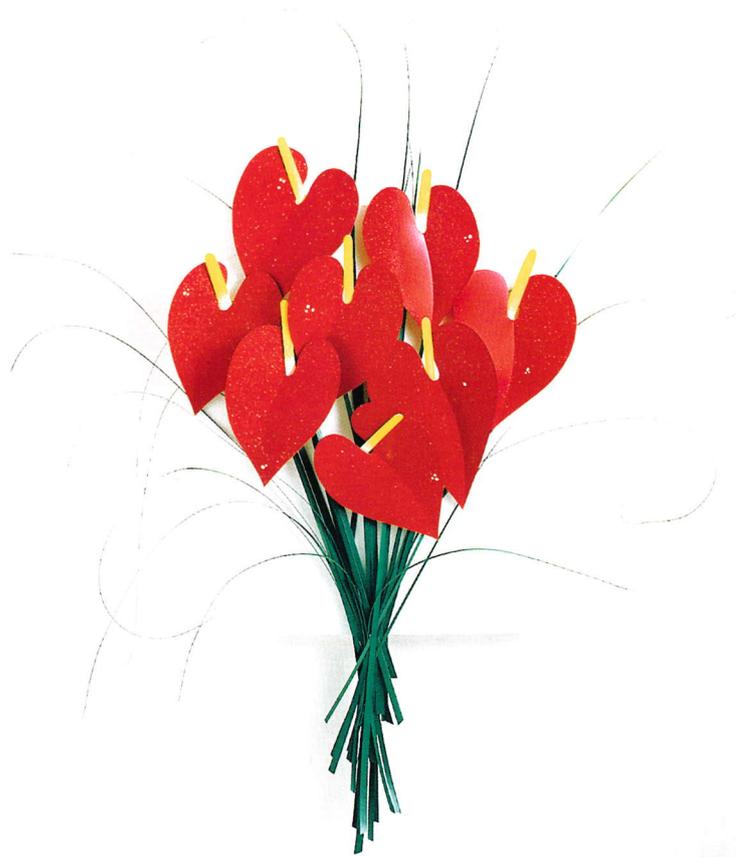




家人要你早早結婚該怎麼辦？

They want me to get marry early ?

譯／連柱(美國德州大學碩士) 版面創意／美娟 完稿／Jzne
紙雕作品提供／1998 Ron chespak paper sculpture-www.Ronchespak.com



有愈來愈多的現代人不想早婚，偏偏家人與朋友卻不斷給予壓力要早一點結婚，順從的話，到時可能會後悔，不順從怕又與家人鬧意見，怎麼辦？《美國學生姐妹》潔西卡與愛麗生在這期對這問題有她們一番不同的見解。(歡迎讀者寫信或 E-mail 來問問題)

An increasing number of singles are voluntarily delaying marriage. But their family and friend are giving pressure to these people asking they get married earlier. Under such condition, if one follows the request, one may regret later while one may have bad relationship with the family if one reject to do so. So, what can you do now? In this month's issue, Jessica and Alision will have a excellent perspective on this question. Readers are welcome to ask question by post or e-mail.

案例

親愛的學生姐妹：

我現年32歲，未婚，有一個很好的工作，雖然單身但確很快樂。不過我的家人與朋友一天到晚老嘮叨我該結婚了。我個人認為結婚是人一生中一個非常重要的抉擇：如果一個人還未做好準備，是不該結婚的。而且我發覺許多認識沒多久就結婚的人，婚後都有許多問題，有些最後甚至走上離婚之路。這種結果不但傷害雙方，還傷害他們的子女、家人與朋友。看到這些問題，不免讓人對何時才適合結婚感到困擾。學生姐妹，請問什麼時候才是一個人適合結婚的最好時機？我如何讓我的家人知道我現在還未準備好要結婚？

暫時想單身的人

愛麗生的回覆：

你問說什麼時候最適合結婚？這個問題的答案我認為因人而異，所以也就沒有一定的答案。不過如果你只是為了取悅別人但不是自己而結婚，那麼那就是最不适合結婚的時機。你是你自己的主人，如果你沒有了自己的主見或聽從別人的話，不幸的事就可能發生。事實上，在現代有許多聰明的、有吸引力的、成功的男女選擇不結婚。在美國，男女結婚的年齡每十年就延後一些。但大部份二、三十歲的美國人還是選擇結婚，因為他們想要成立一個家庭。另外，延後結婚年齡到40歲或更老的人數則有增加的趨勢。你算是這類不想那麼早建立永久關係的人之一。我認為忠於你自己內在的聲音，會讓你什麼時候是你該結婚的時機。而且拒絕家人與朋友的要求絕不會比聽從他們的期望而結婚來得有破壞性或自私。從另一個角度來看，如果隨便的帶一個太太與小孩來取悅你的父母或讓你的朋友高興，你怎能算是慈悲與傑出？

我會建議某些父母要看這次的專欄，雖然我覺得大部分人的生活會因為有配偶而更充實，但我認為並非每一個人一定要結婚或生小孩。許多跟我們說他們急著想要結婚的人，經常是那些受到來自朋友與家人壓力而要結婚的人。這些人可能真的因為“義務”而結婚，但往往就會有另一個

CASE

Dear ADVICE SISTER:

I am 32 years old. I have a very good job right now and I'm also quite happy to be single. However, my family and friends keep telling me that I should get married. I think that marriage is a very important decision in one's life: if a person isn't ready, he or she should not get married. I think that people who marry without knowing each other for very long end up with problems. Many end up divorced. This hurts not only the couple, but their children, family and friends. Advice Sisters, when IS the right time for a man to marry? How can I get my family to see that I am not ready for marriage right now?

A man who is happy to be single right now

ADVICE SISTER ALISON'S TAKE:

You ask when is the best time to get married, but I think this is so highly personal that there isn't one real answer. The wrong time would be when you are marrying just to please someone else, but not yourself! You are the driving force in your own life. When you lose control or give up that responsibility to someone else, disaster is sure to follow! Many normal, intelligent, attractive, successful men and women choose never to marry. In the United States, the age at which men and women marry has been rising every decade. While most American men and women still choose to marry in the mid to late 20's, or 30's because they would like to raise a family, an increasing number of singles are voluntarily delaying marriage until their 40's and beyond. You may be one of these singles who wants to wait a while longer before establishing a permanent relationship. Be true to your inner voice which will let you know IF and WHEN the time is right for you to marry. It is far more destructive and selfish to marry because your family expects it, than to re-



無辜的人要受災殃。像配偶間意見不合或因而生下不快樂的孩子等最不想發生的事往往就會產生。其實任何催促你做你還未準備好要做的事情的父母或親友，並無法真正為你的幸福著想。所以排拒這些壓力而且提醒他們這樣的壓力所會造成的嚴重後果。其實你不會找不到適合你結婚的人，所以真正關心你的人是會讓你自己做選擇而且為你所做的任何選擇感到高興的人。

潔西卡的回覆：

“好意”的親友認為是時候了而催促一個人結婚的行為，讓我相當訝異（更正的說是氣餒）。不過我不像愛麗生，我不認為親友這樣做是殘酷的，也許“誤導”一詞比較適合解釋他們的行為。我相信他們這樣做是他們有所謂

“該結婚”的時間
觀念。
而且在“該

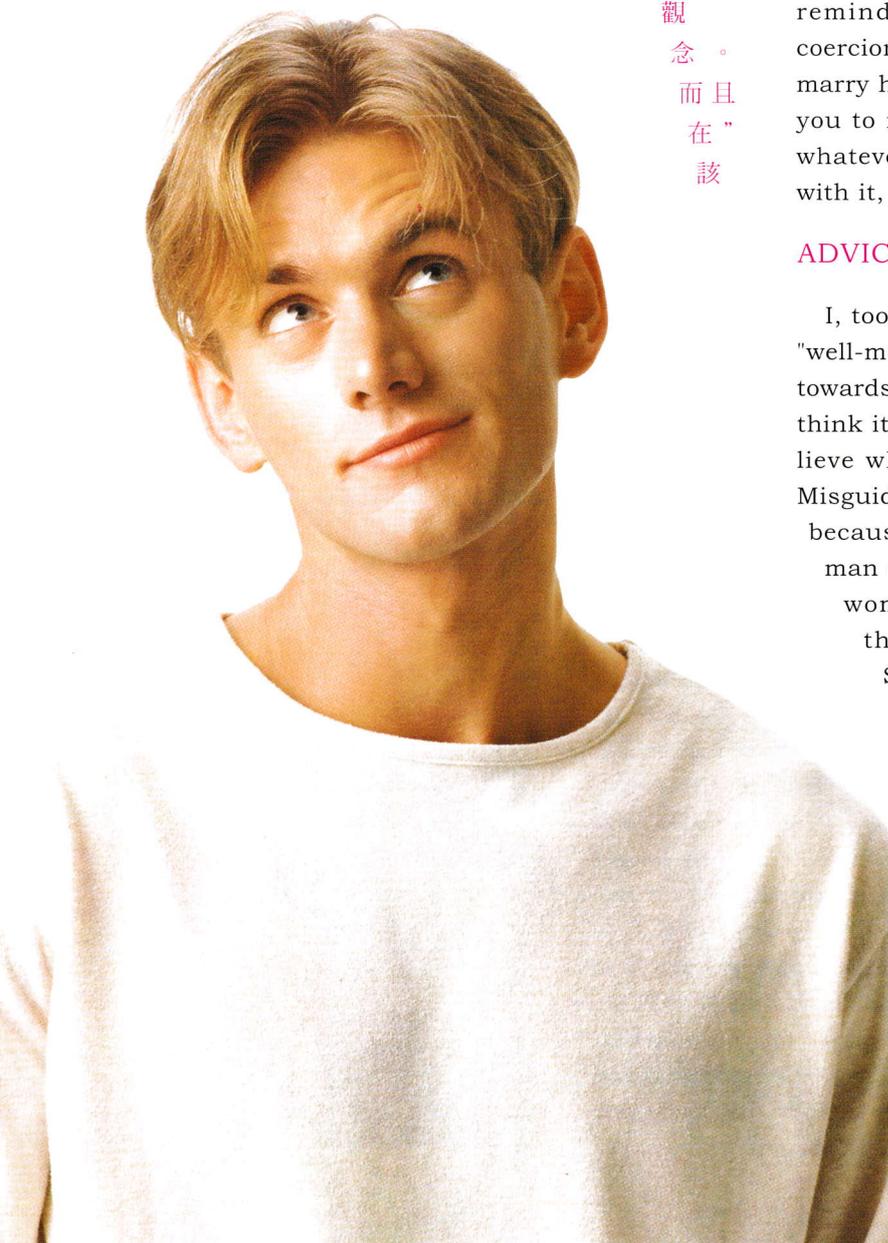
sist their demands. How could you be a kind and up-standing man if you brought a wife and children reluctantly into your life just to present your parents with grandchildren or to make your friends happy?

I may alarm some parents reading this column, but while I feel that most people's lives are enhanced with a spouse, I do not believe that everyone is meant to be married or have children. The men and women who tell THE ADVICE SISTERS that they are most desperate to get married, usually turn out to be the ones feeling the most pressure from friends and family. These single men and women may indeed marry out of "obligation," but they are using innocent people and often end up realizing their worst fears by ending up with unsuitable partners, and unhappy children who suffer the consequences. Any parent, friend, or family member who pushes you to do something that you are not ready to do, or don't feel willing to do in your heart, cannot be honestly thinking of your well being. Resist the pressure and remind them of the serious consequences of their coercion. In time, you may find a wonderful woman and marry her, but those who really care about you will allow you to make your own choices and be happy for you in whatever lifestyle you choose as long as you are happy with it, too.

ADVICE SISTER JESSICA'S TAKE:

I, too, am surprised (actually, dismayed) at how often "well-meaning" friends and family" push a man or woman towards marriage for no apparent reason other than THEY think it's the "right time," but unlike Alison, I do not believe what the family and friends are doing is "cruel". Misguided might be a better word. I believe they do this because there is a perception that a "time comes" for a man or woman to marry and if at that time the man or woman does not, either: 1) the perception is that the opportunity will have passed (in the United States, for example, we often hear people say, "It gets harder to meet anyone once you are out of college") or 2) it will be perceived by others that there is something "wrong" with the man or woman who does not marry by a certain age.

Of course, nothing could be further from the truth! At all ages and whatever a person is doing in life at any time, there are other people to meet, become friends with, and marry if one chooses to do so. In our book, RECRUITING LOVE: USING THE BUSINESS SKILLS YOU HAVE TO FIND THE LOVE YOU WANT (Cyclone Books, 1998), we point out over and over again that anyone at any age and any place can find true and lasting love--and marriage, if that is



結婚”的時間內容，如果那些人還沒結婚的話，他們一則會認為結婚的機會已失(在美國，舉例而言，我們經常會聽到”一旦你從學校畢業了業，你就更難找到合適的對象”之詞)，一則是為認這個男孩或女孩在某個適當年齡不結婚一定有問題。

當然真理就是真理，任何年齡或這個人在做什麼，總可以遇到理想的對象，然後與之成為朋友或選擇做為結婚的對象。在我們《尋找真愛》一書中，我們一再指出任何人在任何年齡或任何地方都能找到真正的愛與持久的愛，進而結婚(如果結婚是他們目標的話)。但你必需了解你真正想要的什麼，你必需付出什麼以及在那裡可以找得到。

我個人的看法是，這些”好意”的親友催促一個人要結婚是不對的，如你所說的，結婚與否是個人的選擇，而且是非常重要的一件事。我同意愛麗生的說法，如果你還未準備好，你不應做如此的允諾，甚至不能為了取悅你親友而如此做。如果你結婚的時間未到，你似乎不應該結婚。

你問到結婚的正確時機為何？事實上沒有”正確”的時間，因為你的答案受環境、需求伴侶的需求、隨時間而變的個人因素的影響。而且你也不應該結婚，如果你還未準備好要對另一個人有任何允諾的話。

在西方，不結婚的單身不再是件讓人覺得恥辱的事情。愛麗生引用美國的數據指出美國結婚的年齡正往上攀升，然而對那些20歲以前就結婚的人們，認為晚婚會拉長他們成為獨立個體的關係。對某些家庭而言，當一個人要結婚時，他(她)所要結不只是一個人，另外還有家庭。在美國，人們期待一對男女結婚是要突破他們現有的團體而創造一個新的，在其它文化，則會認為一對新人是原有家庭的延伸。如果你的家人相信結婚是家庭的延伸，你也許會感受到更多要你結婚的壓力。

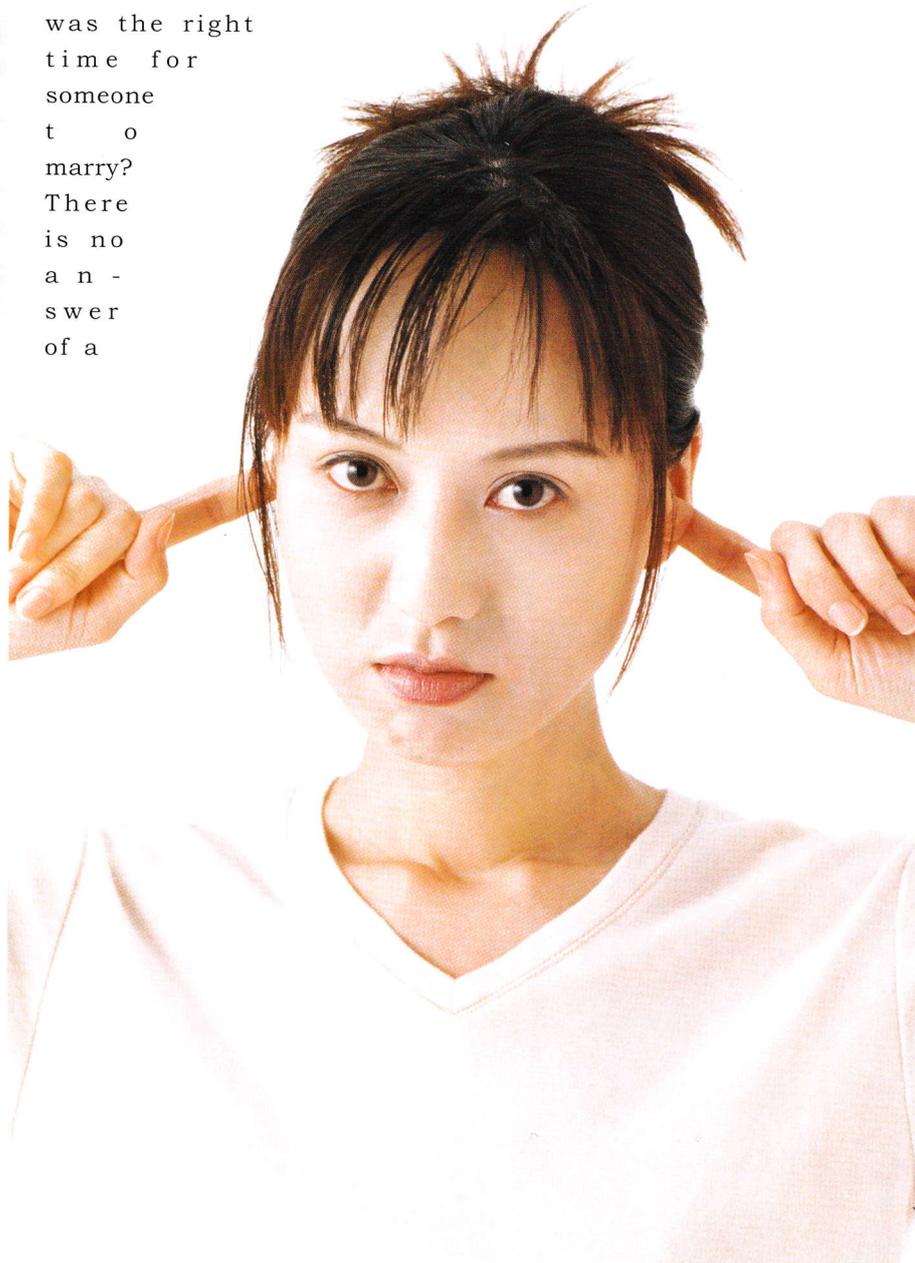
我完全同意愛麗生忠於你自己而且依你的心中認為正確的事去做的看法。雖然取悅別人是一項美德，但犧牲個人的主見來這麼做是錯的。如果你知道現在結婚是錯的，那麼以結婚來取悅你親人就更錯了，毀了你個人的一生就已經夠糟了，還要毀另外一個人的一生，將是完全令人無法接受而且自私的行為。

如同愛麗生所說的，我相信對一個想結婚的人，結婚是一件好事，但現代人可以有其它比結婚好的關係。當你準備要結婚時，你所花費

their goal. But you do have to know what you really want, what you have to offer, and where to find it.

In my view, it is wrong for these "well-meaning" friends and family to push a person towards marriage. As you have said, it is a personal decision and an important one. I agree with Alison that if you are not ready, you should not make such a commitment, even if it would "please" your friends or family members. If the time never seems "right" for marriage, chances are you should not marry.

You asked when
was the right
time for
someone
t o
marry?
There
is no
a n -
s w e r
of a



"right time" because that decision is based on circumstance, desire for such a relationship, and personal factors that transcend a timeframe. And, you should not marry at all if you are not prepared to make the commitment to one person that marriage entails.

In the West, there is no longer much (or any) stigma

在了解你何時想結婚，你想給別人什麼以及你準備要帶給婚姻什麼等的付出，都會幫你做好決定。我個人認為對於那些不想有結婚關係並且不想費心力去維持一個長久婚姻關係的人，單身是一個可接受的選擇。

學生姐妹的結論：

在我們的新書《尋找真愛》中，我們提到想要找到一個令人滿意與持久的愛，人們必需真正了解自己的目標是愛。如果你是這個專欄的讀者，而且是一個快樂的單身，那麼你可利用這個大好機會去仔細想你究竟要什麼樣的另一半。如果你確實選擇結婚，那麼你將有一個更好的機會來做好決定，以避免屈從別人壓力而有一個不愉快的婚姻或未經深思而結合的伴侶。在我們的新書中，我們提供一個個人化與階段性的計畫來幫助單身者，將注意力放在值得需求的條件而非一般尋找配偶的條件上。不過不論你是否採用我們的書，投注時間與努力去思考你真正想要的對象，會幫你在未來做好選擇。如果你是單身，如果你是為人父母想要幫你子女做好選擇或者你想給單身的親友、一個好禮物，或者你想讓他們有個長久持續的婚姻關係，我們強力推薦你讀這我們的新書。

佛法的觀論：



attached to remaining happily single. Alison sites the statistics in the United States of the rising age at which men and women are choosing to marry. It has been said that those who marry before the age of 20 prolong ties to immediate family and friends that impede them from becoming independent individuals. In some families however (and yours may be one of them) , when a person marries, he or she marries not just a "person" but a "family" as well. In the United States, a couple who marries is expected to strike out on their own and create a new unit...in other cultures, that "new" couple becomes more a part of an existing, extended family unit. If your family believes in this extended family unit, you may feel more pressure to marry.

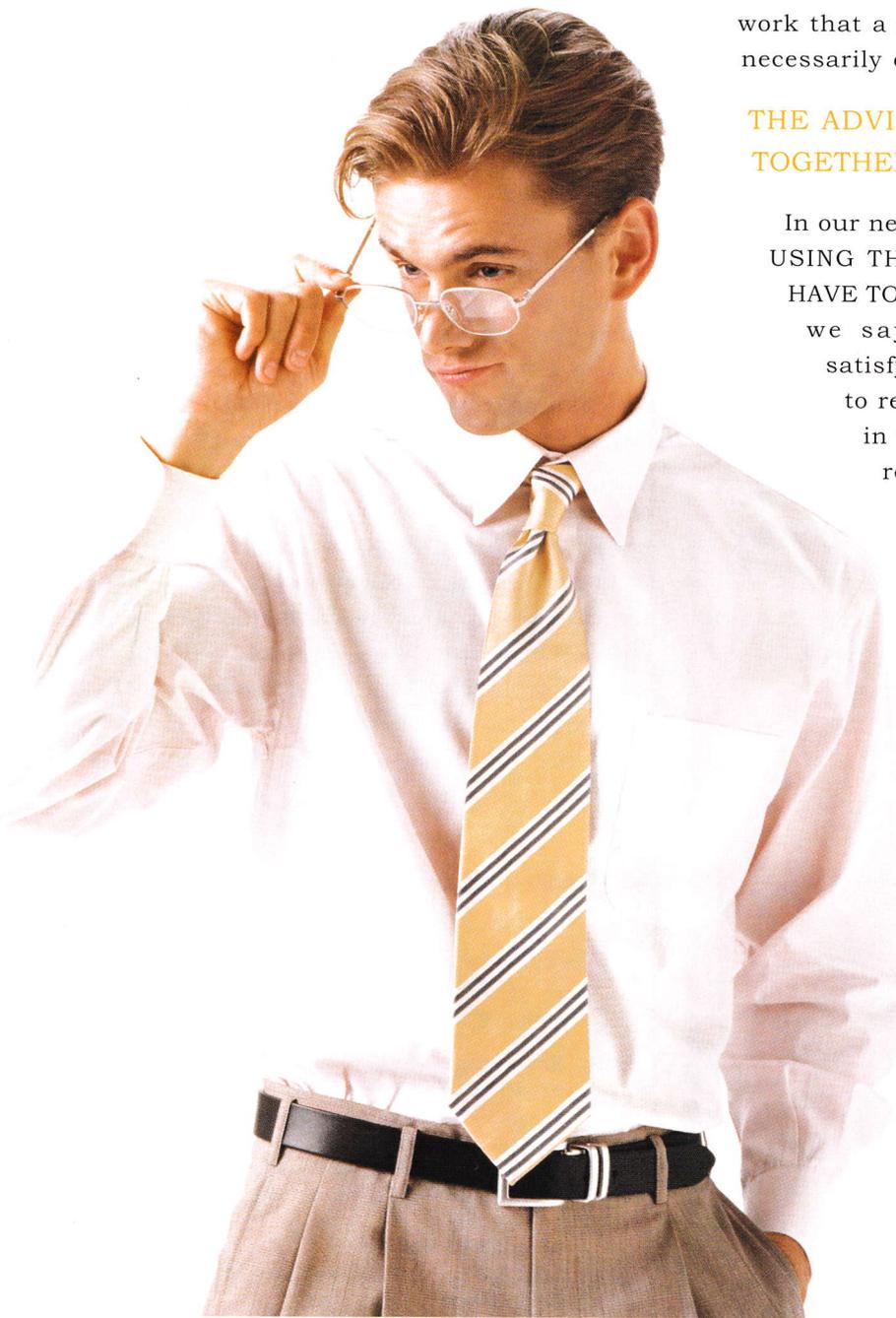
I totally agree with Advice Sister Alison that it is extremely important to be true to yourself and follow your own path, relying on what your heart and head tell you is right. While it is a virtue to want to please family and friends, it is wrong to do so at the cost of one's own common sense. If you know (and apparently you do) that marriage would be "wrong" at this time, you would be doing wrong to please family and friends by getting married. Ruining your own life would be bad enough, but also ruining the lives of others, which you would undoubtedly do if the marriage did not work out, would be completely unacceptable and selfish.

work that a good, long-lasting marriage necessarily entails.

THE ADVICE SISTERS SUM IT UP TOGETHER:

In our new book, *RECRUITING LOVE: USING THE BUSINESS SKILLS YOU HAVE TO FIND THE LOVE YOU WANT* we say that in order to find satisfying, lasting love, you need to really know what your goal is in wishing for love. If you are reading this column and are happily single, you have a wonderful opportunity to use this time in your life to get a very clear idea of what you might want in a wife. If and when you do choose to marry, you will have a much better chance of making a good choice than if you'd bowed to outside pressure and gotten married in haste or without serious consideration of your partner-to-be. In our book *RECRUITING LOVE*, we offer a personalized, step-by-step plan to help singles look way beyond the basic requirements for a mate (e.g. good looks or a pleasing personality) and really hone in on the qualities that would make some-

one a great mate. Whether you use our Recruiting Love plan or not, taking the time and making the effort to know what you really want and find someone who has those qualities (both inside and out) will help you feel confident that you can and will make a good choice in the future. We highly recommend reading this book if you are single and still figuring out your relationship goals, if you are a parent wishing to help a son or daughter make a wise choice in love, or as a gift for single friends, colleagues, and family members, if you want them to make lasting, loving, successful relationships.



Like Alison, I believe that marriage is a wonderful institution for those who want, but I also think that there are many other kinds of relationships which may be "enough" for modern men and women that are no "less good" than marriage...just different. When and if you are ready to enter into marriage, the time you have taken to sort out in your own mind what you want, what you have to offer and what you are prepared to bring to a marriage will serve you well and help you make good choices. In my view, remaining single is an acceptable option for any man or woman who knows he or she does not want the kind of monogamy and hard

佛法裡所談到的愛是一種無私，沒有分別的愛。這種無私、沒有分別的愛，會讓愛持久，會化解人與人的相處時的衝突，進而提昇愛的品質與愛的EQ。而兩性從相識到相愛，最後走上結婚，愛的品質與愛的EQ高低是非常重要的維繫因素與決定關鍵。男女雙方如果都有很高的愛的EQ，彼此了解如何去愛別人，知道如何體諒別人，那麼這樣的兩性關係就能維繫的很好；相反的，如果只要有一方愛的EQ不高，不懂得如何愛別人，那麼兩性的相遇往往很容易產生問題，談結婚那就更有問題了。因為一個不懂得愛別人的人，是個很容易傷害別人。

所以什麼時候是最適合自己結婚的時候不在於年齡的大小，不在於事業是否有成，也不在於家世是否顯赫；相反的，在於一個人的愛是否寬廣無私，愛別人的EQ是否很高。當愛不是狹隘的只有兩性男女之愛，愛包括自己的家人與親友，男女兩人的相處就容易得到別人的祝福，男女兩性的關係，就更容易合諧，何時該結婚就自然水到渠成。



個人檔案

愛麗生·布萊克曼·唐漢(Alison Blackman Dunham)擁有美國紐約大學公共行政學碩士學位以及紐約雪城大學藝術學士學位。她是一家公關公司(Images for succes)的負責人，本身是一位專業形象顧問師(image consultant)專精於個人與公共關係的提昇，此外也是一位專欄作家。同時，她是美國生涯雜誌(Career Magazine)《問愛麗生(Ask Alison)》專欄的主筆。此外與學生姐妹潔西卡在BLISS雜誌、LILLY雜誌、邱比特網站等也共同開闢了一個「顧問姐妹(Advice Sisters)」專欄。

潔西卡·布萊克曼·費得曼(Jessica Blackman Freedman)是一位執業的律師，同時也是華府華盛頓大學文學系的教授。她與學生姐妹愛麗生一起著有：《尋找愛(Recruiting

BUDDHIST TAKE:

The love that Buddha dharma promotes is the love of unselfish and not separated. This kind of love will let love last forever and can settle the conflicts between people. It will bring up the quality of love and the love EQ. When one man and one woman meet together, the quality of love and the love EQ are the most important factors that can hold them together before they get marry. If both have high love EQ, know how to love others and know how to be considerate, they can hold together very well. On the contrary, if one of them have low love EQ, not knowing how to love others, they may run into problem easily, not mentioning getting marry. Because, a people who don't know how to love others will hurt others easily.

So the right time to get marry neither depends on age, successful career nor family, but on the love EQ. When the love between man and woman cover the love to family and friends, this couple will earn the blessing from others and will hold together very well. Then, the right time to get marry will know naturally.

Love)》及《真材實料！當你尋找伴侶時如何讓自己覺得不錯(GOOD STUFF! How to Feel GREAT While You're Looking for a Mate)》兩本書。

相關資訊可至下列網站參考。

Recruiting Love: Using The Business Skills You Have To Find The Love You Want by Alison Blackman Dunham and Jessica Blackman Freedman (The Advice Sisters). In your local bookstore on October 2, 1998 or by pre-order: Cyclone Books, 420 Pablo Lane, Nipomo, CA 93444
<http://userzweb.lightspeed.net/~cyclone/advicesisters.htm>

phone: 888-678-3666

<http://shop.barnesandnoble.com/>

<http://www.amazon.com/>

"ASK ALISON" about careers on CAREER MAGAZINE at: <http://www.careermag.com/newsarts/current/dunham.html>

Alison Blackman Dunham on Managing Your Life and Career at: E.MBA.net (subscription service only)

LEARN ABOUT RECRUITING LOVE AT: <http://userzweb.lightspeed.net/~cyclone/advicesisters.htm>

The Advice Sisters WORLD OF SENSIBLE DATING at: <http://www.tidalwave.net/~jessbf/welcome.htm>

The "Advice Sisters" on relationships for LILLY EZINE at: <http://www.LillyMagazine.com>

The "Advice Sisters" on Making Better Relationships at: E.MBA.net (subscription service only)

The "Advice Sisters" on singles & dating on CUPID'S NETWORK at: <http://www.cupidnet.com/advice/>

The "Advice Sisters" on WEDDING SOLUTIONS at: <http://www.wedding.co.za/>

Wedding Advice by the "Wedding Belles" on BLISS E-ZINE at: <http://www.blissezine.com/home.htm>

Copyright 1998 by Advice Sisters



前世今生

文 / 無期
版面創意 / 子帆
完稿 / free

羅 枯羅自從上回破壞了復活星的計劃後，返回地球繼續渡眾的道業，觀世音菩薩普門品中有提到《應以長者身得渡者即現長者身而為說法應以居士身得渡者即現居士身而為說法……》這次他化作心理治療師，研究心理治療，專門探索人類前世今生的祕密。

「我們這一營犧牲好多弟兄，終於攻佔敵人的堡壘，大家都高聲吶喊慶賀，突然有一個敵軍兩手抱頭出來投降，並哀求我們不要殺他，我一位情同手足的好兄弟剛剛死於他們的機關槍，為了為死去的弟兄報仇，於是我二話不說『砰』一槍射穿他的心臟」葉鳳儀又從惡夢中驚醒，這個相同的夢從小作到大，每次遇到壓力時就會作這個夢，明天是大學聯考，所以特別緊張就自然又作了這個夢，葉鳳儀是某明星高中的高材生，才華洋溢，自視甚高，只可惜外貌平凡，是個典型的內外比外在還美的人。周文龍是某醫學院醫學系的大帥哥，外號「周香帥」，身高182公分，玉樹臨風，英挺俊拔，斯文不失瀟灑，驕傲中略帶憂鬱，好似漫畫中的男主角，任何一種女人看了都會為之心動，老爸又是某財團總裁，真是天之驕子！尤其他那令人心醉的歌喉和高超的舞技，更不知擄獲多少少女的芳心，倒

追的女孩不計其數，只見他三不五時換女朋友，所以也博得了「花心大少」的雅號。

直到葉鳳儀進來這一切有了轉變，地點是新生舞會上，當動感的音樂響起時，周文龍照例滿場飛舞，依序和與他的多位女友翩翩起舞，她們自然也是歡喜之致，當輪到直系學妹葉鳳儀時，周文龍同樣伸手微笑的說：「學妹！有這個榮幸請你跳支舞嗎？」，這是多少女孩期待的機會啊！但是葉鳳儀卻冷冷得說：「怨難奉陪！」周文龍楞在那邊，想他堂堂一代情聖，竟然讓一位不起眼的小學妹當場出醜，亂沒面子的，但是越得不到的越令人渴求，自從那天後他的「獵物」就鎖定在這位冷若冰霜的小學妹身上，他打算用他的熱情來融化這座冰山，意外的邂逅、浪漫的蠟光、動人的情書、千朵的玫瑰、溫馨的接送、另外他說：「咱們文龍，鳳儀真是『龍鳳配』，天造的一對，地設的一雙」再矜持的少女也難以抗拒多情又多金的白馬王子，於是這次周文龍自然又是手到「情」來，可是和以往不同的是，這位新歡雖然貌不傾人，卻有一種說不出的魅力吸引住他，讓他有強烈的歸屬感，自從有了她以後，以前的舊愛幾乎都停止交往，從此兩人如膠似漆，形影不離。

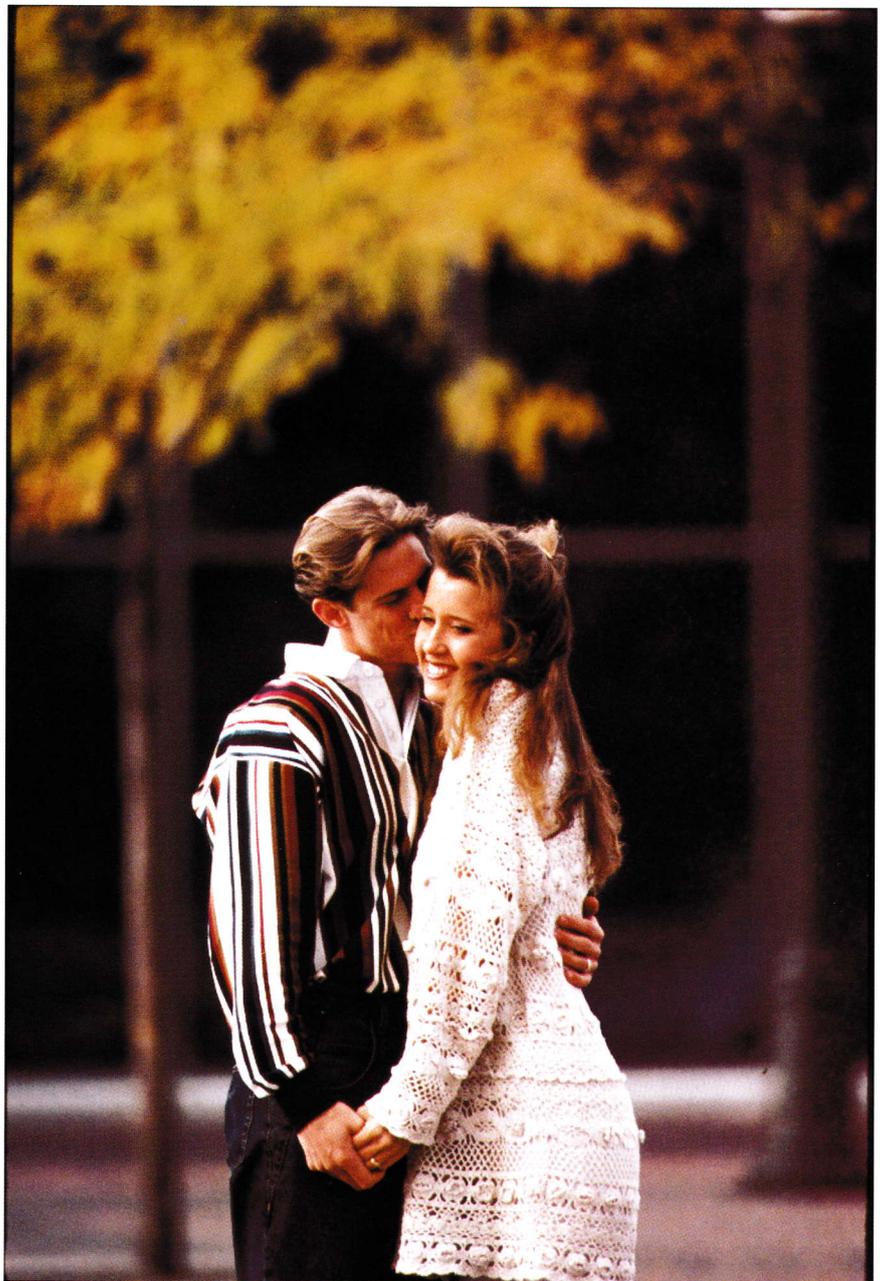
畢業後兩人就結婚，並在一家私人大醫院擔任醫師，周文龍專攻皮膚科、葉鳳儀則精研心臟科，小倆口恩恩愛愛的，過了一年生了一個胖兒子，簡直是文龍的翻版，文龍笑得合不攏嘴，他家三代單傳，爺爺奶奶更是喜上眉梢，瞧他圓滾滾的身體、水汪汪的眼睛真是討人喜歡，尤其個性更是溫馴，不僅食慾好，而且晚上都不大吵人，夫妻兩人真是如獲至寶，疼愛有加，只有兩個地方比較特別，一個是他的胸口有一塊紅色的胎記，不過文龍說這樣就不怕他丟掉，另一個是他不高興時會一直叫「布弟！布弟！」，於是他們乾脆給他取了個乳叫「小布弟」。

小布弟一天天的長大，越發討人喜愛，常常學電視又唱又跳，逗得爸爸媽媽笑翻天，文龍常說：「有子如此！夫復何求！」，小布弟已成為爸爸媽媽不可或缺的心肝寶貝，可是所謂人無千日好，花無百日紅，「無常」是不會選擇你是富是窮的，有一天新聞報導說：某家知名幼稚園娃娃車發生車禍，造成五名兒童死亡，十幾名輕重傷……當他們得知那家就是小布弟就讀的幼稚園，兩人頓時亂了方寸，十萬火急的趕到現場，當他倆看到用白布蓋著滿身是血的小布弟時，鳳儀當場昏了過去，文龍全身抽搐大聲嘶吼：「天啊！你為什麼要這樣對待我！你怎麼忍心奪走這麼可愛的孩子，我倒底那裡錯了！把我的孩子還給我！把我的孩子還給我！」他六神無主得抱起小布弟說：「小布弟乖！我們回家了！你好好睡一覺，爸爸等一下再叫你，小布弟乖！」

小布弟走了之後，鳳儀傷心欲絕，常常以淚洗面，愛子如命的龍文無法接受這個重大打擊，常常上班到一半跑到洗手間痛哭一場，他不斷責怪鳳儀當初不該選擇這家幼稚園，現在他晚上難以入眠，要靠安眠藥才能入睡，兩人感情開始產生裂痕，平常很疼老婆的文龍竟然失手打了鳳儀，對尚未平復喪子之痛的鳳儀，又要承受先生的暴力，真是雪上加霜，晚上又作夢了「我們一群士兵犧牲無數弟兄，終於攻佔敵人的堡壘，大家都高聲吶喊慶賀，突然有一個敵軍兩手抱頭出來投降，並哀求我們不要殺他，我一位情同手足的好兄弟剛剛死於他們的機關槍，為了為死去的弟兄報仇，於是我二話不說『砰』一槍射穿他的心臟」同樣的，鳳儀又被嚇醒了，好久不曾再作的那個惡夢現在又開始作了，而且一開始是一週一次，後來變成

三、四天一次，最後變成每天都會作，這樣下去早晚她會崩潰，她母親想帶她去找寺院的師父，可是對篤信唯物科學的鳳儀，對什麼輪迴因果，都認為是沒有根據的理論，她情願去看心理醫師。

他找上了知名的「潛意識療法」專家 Dr.Roll，具說 Dr.Roll 發明了一種能讀出人類高層潛意識的電腦，它可以透過人的腦波中將潛意識的思想具體描繪出來，可是他一直都沒有向外人發表過，當他知道葉鳳儀的遭遇後，請她躺在床上並裝上幾條電線接板在她頭上說：「葉小姐！請你全身放輕鬆！不要有任何負擔，停止思考任何一件事，只管輕鬆的躺著。」過沒多久，葉鳳儀睡著了，Dr.Roll 一彈指叫醒她說：「睡得好嗎？」葉鳳儀看看手錶只過了五分鐘說：「好久沒睡 那麼沉了！好像睡了五小時一樣。」Dr.Roll 說：「請看電腦。」鳳儀大吃一驚，電腦螢幕上呈現了一個戰爭的畫面，「有一個部隊犧牲好多弟兄，終於攻佔敵人的堡壘，大



家都高聲吶喊慶賀，突然有一個敵軍兩手抱頭出來投降，並哀求他們不要殺他，有一個憤怒的士兵二話不說『砰』一槍射穿他的心臟」這不就是她從小作到大的惡夢嗎？她問 Dr.Roll：「為什麼電腦能把我的惡夢那麼清楚得呈現出來？」Dr.Roll 說：「這是一部能顯示潛意識的特殊電腦，只要能停止一般的邏輯思考，也就是左腦的思考，讓右腦作用，它自然會顯示您最常作的夢，我可以從這個夢來診斷並治療你的病」鳳儀說：「每個人都會作夢，它是否代表了什麼徵兆？有人把各種惡夢解釋成吉祥，這種說法正確嗎？」Dr.Roll 說：「常作各種惡夢的人，一定



有某種心結，或者我們說是過去生所發生過的惡事，隱藏在我們高層次潛意識中的展現。」鳳儀問：「照您這麼說，我的過去生一定有做錯過什麼事，您的電腦可以測出那些事嗎？」Dr.Roll 說：「如果你可以心無雜念，專心一致再加上我特製的電腦或許有機會！」

Dr.Roll 請鳳儀雙腿盤坐，用電線接板接在她頭上，用一些放鬆口訣讓她放鬆，說也奇怪她覺得平常妄念不斷，今天卻格外得專心，Dr.Roll 問她出生地點時間及父母姓名，並很快的用一些符號輸入電腦，電腦又出現她那個惡夢，不過這次可以很清楚的看到每個人的長相，當她仔細那個被殺的敵軍時竟然發現是——文龍，鳳儀嚇得六神無主，口中喃喃自語：「我殺了他！我殺了他！我那麼愛他，我怎麼可能殺過他？我既然是他的仇人，為何他會和我結婚？」Dr.Roll 說：「這世上不知道有多少對夫妻曾在前世已結下恩怨，為了了結這個恩怨今生又再見面，你眼前的愛人可能曾是你的仇人，而眼前的仇敵可能曾經是你的愛人。」鳳儀終於比較了解為何在文龍眾多美麗的女友中，偏偏選擇自己，不過她仍不解的問：「照您這麼說，這不就是個恩怨不分的世界？叫我們如何對待人呢？」Dr.Roll 說：「其實不難！最好的方法就是『善待』和你有緣的人，如果你曾經對不起他，那善待他正好可以『將功贖罪』；如果他曾經對不起你，那善待他也可以『以德報怨』，善待別人，甚至善待任何一種動物，是最聰明的做法。」鳳儀問：「可是現在要我每天面對一個曾經被我殺的人，真是令人毛骨悚然，我可以和他離婚嗎？」Dr.Roll 說：「你曾經在前世殺過你先生，他勢必在今生要討回一些，即使你逃到天涯海角，他也討得到，所以回去



好好面對他，用愛心對他，不管他對你做什麼，原諒他！只有慈悲可以化解你們一切的恩恩怨怨，請相信我！」鳳儀點點頭。Dr.Roll 交給她一本經書，請她要常唸，這不就是她媽媽常常唸的《地藏王菩薩本願經》。

鳳儀謹記Dr.Roll的話，對文龍是百般忍讓，不管是他責怪她間接害死小布弟的事，甚至提出離婚的要脅，她都默默忍受，文龍常常半夜三夜才回家，她也不追究，她只是盡她為人妻子和心臟科大夫的職責，還有常唸《地藏王菩薩本願經》。夫妻雖然貌合神離，同床異夢，倒也相安無事，只是鳳儀對婚姻幾乎可以說是死心了，她想反正婚姻也不是人生的全部，只是覺得有些悲哀而已，她終於相信為何有人常說：這世上還是怨偶比較多。有一天她看到文龍接了一通電話，見他眉開眼笑的說：「真的！太好了！我馬上趕過去！」自從小布弟過世後，她已經好久沒看到文龍那麼高興了，女人嘛！總是多疑的，於是她叫了一部計程車跟著文龍出去，文龍坐的那台計程車停在一家婦產科前，鳳儀

心中的心沉入谷底，她從門口看進去，只見文龍興奮得抱著一個剛生出的小寶寶，在他旁邊的是文龍的媽媽，也就是鳳儀的婆婆，鳳儀頓時之間明白了這一切。

自從那天後，文龍變得很開朗而且友善，不過在家的時間當然就更少了，本來以為已經看開一切的鳳儀，反而有些反常，不知怎的，最近看到電視有關殺夫的新聞竟然有興奮的感覺，很久已經不作的那個惡夢，最近又來了，最後她還是決定找Dr.Roll。

Dr.Roll 沒聽她說就請她盤坐，請她專心一致，摒除妄念，電腦上鳳儀的腦波由原來頻率快速而混亂的 β 波，慢慢變成較穩定的 α 波，再變成接近嬰兒睡眠的 θ 波，最後變成沒有波動的一直線，此時，電腦上出現了一些非常快速又紛亂的畫面，Dr.Roll 將這些畫面錄下後，重新整理出清楚的影像，他叫醒鳳儀請她觀看，鳳儀看完後呆在那邊，全身有些顫抖，都是一些殺來殺去的殘酷畫面，Dr.Roll 說：「在過去世中你和先生已相見很多





次，有時候是恩人，有時候是仇人，他總共殺過你五次，而你殺過他四次，如果照因果法則，他還欠你一次，你有可能在這世就討回，我敢說他最近一定有些地方讓你產生殺機。」鳳儀點點頭，她把文龍外面生子的事情告訴 Dr.Roll，Dr.Roll 說：「所以上次我讓你看的是你殺他的一幕，讓你在唯恐他報仇的情況下而不敢對他不和，並且請你讀經，藉此來消除彼此的殺機。人是很愚昧的，生生世世來，被因果業力牽引，以牙還牙，以眼還眼，冤冤相報，真是愚痴啊！雖然他仍欠你一命，但是你可以選擇原諒，不僅可讓他存活，也可以免去自己殺人的罪業。鳳儀！聰明如你，願意選擇諒解嗎？」鳳儀眼中露出希望的光芒說：「我願意！」Dr.Roll 很高興的說：「你真有慧根！」

鳳儀聽了 Dr.Roll 的一席話，心中有說不出的喜悅，她已經知道如果過她未來的生活，不論在生活或是工作上，越來越順心，已經好多年過去，她那個惡夢幾乎不再出現，只是文龍的心早已不在這個家了，在他眼中鳳儀好像是隱形人，而這個家似乎像是他的旅舍，有一天文龍說要到國外出差，她也懶得去拆穿他的謊言了，可是她晚上居然又作了那個惡夢，隔天起來覺得很不舒服。

她到醫院上班，一走到門口就有一位護士告訴她，心臟科主任請她去開一個緊急手術，她照例看看患者的病歷，今年才三歲，這是一個患有心臟瓣膜閉鎖不全的小病患，她正是這方面的能手，所以主任請她主刀，可是當她看到小孩父親名字的時候，她嚇一跳，上面竟然寫著「周文龍」，她想難道是文龍在外面生的那個小孩？可是「周文龍」是個很大眾化的名字，況且她看看帶小孩來的家長是個老婦人，應該只是巧合吧。

但是為了去除心中的疑慮，她去問老婦人詳細情形，老婦人說：「這小孩真可憐！一出生他媽媽就過世了，從小是我這個做奶奶的把他帶大的。」鳳

儀問：「那他父親怎麼沒有來？」老婦人說：「哎！還說呢！他父親就是個醫生，要不是剛好到國外出差，他又剛好心臟病發作，差點喘不過氣來，怎麼用得到我呢？」鳳儀真的不敢相信天下竟然有如此巧合的事，這個小孩就是文龍的私生子，她心想：我到底要不要管他的生死？這個小孩奪走了我的先生，也奪走了我原本幸福的婚姻，我可以隨便給他開個刀，就算不會要了他的命，也可以讓我那負心的丈夫吃足苦頭，讓他自作自受，這幾年來我過的是什麼日子？寂寞孤獨！冷落辛酸！而他呢？風流快活，金屋藏嬌，還生了個寶貝兒子，今天終於老天有眼，讓我有機會

會出這口氣，Dr.Roll 只叫我不傷害文龍，可沒有叫我要認真的為他兒子開刀，況且我有前一天失眠的理由，這下連 Dr.Roll 也會同情我。

她做好了各種準備，麻醉師準備打針時，可真嚇壞了小弟弟，他口中不斷發出一些聲音，鳳儀覺得這些聲音有些熟悉，當他仔細聽時，她簡直不敢相信她耳朵，小弟弟不斷叫著：「布弟！布弟！布弟！……」她再想想他的年齡是三歲多，她的小布弟也去世也三年了，她想不會！不會！太荒唐了！世上怎可能有如此巧合的事，小布弟又不是西藏活佛，可是當小弟弟被麻醉後，鳳儀脫開他的上衣一看，她倒吸了一口涼氣，她看到小弟弟胸口竟然有一個和小布弟同樣的紅色胎記，她再也不敢心在僥倖和之前的報負之心，只見她汗水和淚水齊揮，她感覺她正在為自己的親生兒子開刀，手術經過八個小時，進行得非常順利，鳳儀一點也看不出來前一天失眠的樣子，幾位同事都誇她手法高超，鳳儀心中有不可言喻的快樂。

當她和一起開刀的同事們走出手術間時，一個熟悉的面孔呈現在她面前，誰呢？當然是她的先生周文龍，周文龍很慚愧的告訴她：「鳳儀！謝謝你，我真的對不起你！」鳳儀說：「你沒有對不起我，你還了一個小布弟給我。」文龍很興奮的說：「我把弟弟接回來住，我們重新開始好不好？」鳳儀求之不得，非常高興的點點頭。

鳳儀對這次奇妙的際遇有很多疑問，她、文龍和弟弟一齊去找 Dr.Roll，但是到 Dr.Roll 的住所時，發現 Dr.Roll 已經搬家了，他的信箱裡有一封信是寫給鳳儀的，上面寫著：「愛心會發生奇蹟的，小布弟不忍心離你們而去，發願再來當你們的兒子，你們不要辜負他的一番好意，『布弟』就是『菩提』，只有菩提智慧才能使你們長久安樂，甚深思惟！甚深思惟！」

(以上純屬虛構，若有雷同，純屬巧合)

流星……雨！

文／蔡承訓
版面設計／子帆
完稿／free

殘酷的因果 總是報在最喜歡最在意的地方
殘酷的因果 總是讓色彩繽紛裡添加黑暗的色彩
殘酷的因果 總是在一觸即發後天地變色
往往一段令人祝福的善緣背後
牽扯著不為人知的惡緣……令人遺憾
往往在大家非常美滿快樂到高峰時「因果」才告知您，你已在我的操控下
無心無知的「做了」傷了他人……令人心寒
傷人的人—不知所措，難過自己傷了人（嗚…郎恩唏哇台A啦！）
被傷的人—不知所「錯」，難過此生胡亂被傷（嗚…冤望啊大人！）
這一切全都是因為有殘酷的自己
才會感招「絕對」殘酷的因果

【真心告白】

我曾在年少輕狂時
奪了朋友的最愛
結果……

事後愉悅指數：★★★★★

下場慘烈指數：∞（看！又有流星…雨！）

所以

唯有圓滿具足的善緣
才不會讓他人痛苦
這才是真正的「樂」



繪圖／蔡承訓

Rain of falling stars

Written by/Tsai Cheng-hsun
Translator/Lin Hue Jung
Layout design/Tze-Fan

The brutal causation --- always punishes people on the thing they really enjoy or care about.

The brutal causation --- always adds darkness to the colors.

The brutal causation ---always triggers itself all of a sudden and changes the entire world.

Mostly, there must be some unknown bad-sakes behind a blessed good-sake --- so regrettable!

Mostly, when you felt very good and your mood became high up to the sky, the "causation" would tell you that you were totally under "his" control.

Therefore, you "did" something really bad and hurt somebody unintentionally --- so fearful!

The wrong doer --- was perplexed at the bad thing he did. (Ow! !X*&+@~?<)

The injured one --- was wondering about what's going wrong and why should he be hurt.

(Wow! Someone help me!)

All of the circumstances were caused by the brutal ego and that ego attracted the "absolutely" brutal causation.

Sincere confession:

When I was very young I took the most love from my friend With the following results The happy index = ★★★★★

The miserable index = ∞ (Looks! There are falling stars again Star rain!) Therefore

Only the perfect-sake

Makes no suffer to others

And

This is the real "happiness".



用“愛”變臉

文／守強 模特兒／張寶桂 攝影／王秀珍 版面創意／美娟 完稿／Jane



愛 0 分 = 魔 = 醜臉

在戲劇舞台上，我演過奪人法身財的魔王，他披頭散髮、橫眉豎目、嘶牙咧嘴、鬚鬚亂飛，藍與綠的寒色燈光詭異的在臉頰上明滅，一臉彩妝早被劇情的高溫所融化，彩妝與汗水交織且四處流竄，整個畫面相當駭人。結果，聽說舞台下有些小朋友被嚇哭了。儘管是戲，也要觀眾相信，如果心中沒有愛、不善良、不用功，被魔王逮到可就 ---- 很不好玩！

散場後，卸了妝，父子倆同乘一部機車回家，我問獨子：「你看，魔王演的如何？」兒子許久沒答腔，一片靜默後，他吐出幾個字：「還比不上你對我發飆時的樣子。」我聽了，滿心驚悚！難怪，我和老婆吵架時，她總勸我要快去照鏡子看看自己，或者提議拍照存證。其實，拍照也不錯，應該可以貼在門楣上 ----- 闖邪！

愛 100 分 = 佛 = 美臉

同一齣戲，到了下半場，我飾演人天導師佛陀，他頂髻光明、慈眉善目、嘴角含笑、一臉素淨，紅與黃的暖色燈光將面容照耀的容光煥發，高坐蓮台的我，望著一地蓮池、蓮花與裊裊輕煙，盡情回憶所有的慈悲、智慧與愛，那種”清淨”連我自己都深深被感動。雖然是戲，聽說也有觀眾流下動容的淚水。哇塞！心中充滿愛的感覺 ---- 真的好爽！！

抱著一絲希望，我接著又問：「那，佛陀演的怎樣??」兒子不假思索的回答：「還不錯！」雖然，平日我很想多給他一些”佛陀”，但畢竟他經驗到的還太少；所以，或許他心中還有些疑問：「眼前的，會不會是望梅止渴、曇花一現、海市蜃樓啊!？」我則很想表白：「嘿！眾生皆有佛性嘛！請再給我一點機會！」

變臉的關鍵——愛！

同樣的人，同樣的臉；其實，不是假髮、化妝、燈光的關係；甚至，可以不是表情的關係。有著一張平凡臉譜的我，心中有”愛”與否，決定是魔？是佛？一醜、一美，關鍵便在一——愛！！所以，也不是表象啊！也不是表象啊！！☺

Face off with "Love"

Text/Shou-chinang Photo/Wang Hsiu-jen Moden/Chang bao-guey Layout/Mei-june

Love is 0 point = devil = ugly face

On the stage, I ever played the role of a devil who had flame like hair, angry eyes looking, a bloody big mouth, and a flying whiskers and tried to take away dharma properties from any cultivator. Cold stage lights such as gloomy blue and green were flickering on my face. Meanwhile, all the make-ups were melting by heat of the climax in the drama. Sweat with colors was running on my face. The picture of me was so fearful. With the following result, some little audiences were scared to cry. Although this is only a play, I would rather my audiences believed that whoever has no love, goodness and hard works will be caught by the devil --- that's no fun at all!

When play was over and I clean up the make-ups, my son and I rode on a motorcycle and ran a way home. I asked my son: How do you like my acts as a devil? He didn't say a word for a while. A silence was stretching. Finally, he spat some words: No better than when you anger at me. I heard him with my astonishing! No wonder as long as I had a quarrel with my wife, she would always recommend me to go to the looking glass and had a good look of myself. Otherwise, took a photo of me was a very good ideal too. At least, the photo of my angry looking may post it right on the front door ---- to scare the other devils!

Love is 100 points = Buddha = beautiful face

In the same play of the following scene, I played a role of the Buddha who had brighten hair, mercy eyes looking, a smiling mouth, and a clean face and tried to liberate people from samsara. Warm stage lights such as lovely red and yellow made my looking so great. I sat on a grand lotus table. I saw there were lotus ponds, a lot of lotuses, and up going smokes below my eyes. I was searching all of the compassion, wisdom and love from my memory as possible as I could. I myself was so touched by that clear and clean atmosphere on the stage. Although this is only a play, I had heard that some audiences were moved to tears. Wow! I felt my heart was filled by love and that feeling was --- so wonderful!



In hopes, I asked my son again: How about the Buddha? He answered me directly: It's OK to me! Although I would like to play the role of Buddha for my son in our daily life, however, it seemed that he didn't experience too much until present. Therefore, maybe he still had doubt in his mind: The Buddha I was playing was a short-lived sample or a mirage to him. However, I would like to argue: Hey! Every living being has buddha nature. Please give me one more chance!

The key point of the face off ---- Love!

I am the same man. I have the same face. Actually it is nothing to do with the hairstyle, the make-ups or the stage lights. Even more, it is nothing to do with the face expressions. I have a common face. The "love" in my heart is appearing or disappearing will decide I am a devil or the Buddha. The key is --- Love!! Therefore, it is nothing to do with appearances! It is nothing to do with appearances! ☸

「愛的教育」這本世界名著，長久來一直深遠的影響著許多人，讓讀者感受到了這股愛的衝擊力，閱讀時除了時時拭去感動的熱淚外，讀後依舊是「盪氣迴腸」久久不能自己。

全書雖只是一個十歲小孩子安利柯的日記，但是透過「愛」的進行式，我們看到人性的真、善、美，也因此更堅信「人生有愛所以美麗、生命有善所以快樂、靈魂真誠所以幸

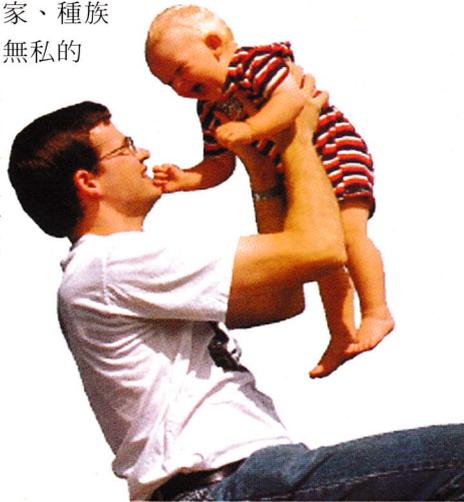
福……”

認真真誠對面生活週遭的人、事、物，一點一滴從不輕忽，我們的心因而充實，並且不再感到害怕、孤獨與無助。

「愛」的學習是不分年齡、層階、國家、種族與宗教；無私的大愛、沒有染著的真情。相信是人類的共同的

追尋……。

希望透過這本書的引導，能夠使我們懂得如何去「愛」，而使這世界得到真正的幸福與快樂。



金色蓮花空中讀書會 本月討論書籍： 愛的教育



文 / 子軒 版面創意 / 維廷 完稿 / Ken



作者：愛德蒙多狄亞米契斯
譯者：康華倫
出版者：希代書版
出版年月日：1996年5月一版
定價：280元
ISBN：957-808-361-0

抬槓開始囉！

E-mail 來的三篇

思想，可以主導一個人，一個團體甚至一個國家，由筆者的文章裡，見到了學校的教育著重於愛的教育，書本裡的老師、爸爸、媽媽、姐姐以及朋友們的相處，經由了許多的事件，敘述出了教育的深度和廣度，以及環境！

什麼樣的環境，就會造就出什麼樣的人民，什麼樣的國家！在愛的教育環境下，是最幸福的！

但我想，最重要的愛的教育，是健全的、廣大的、不自私的，因此！我認為此書可以給很多老師、父母親，做為一種有用的教材，嗯！這本真是一本好書！

台中 萬泉

許多當老師的朋友常感嘆現在的孩子難教，探討根本的原因，不外乎他們都太缺乏愛，而且都有一顆敏感脆弱早熟的心，更由於無法獲得如書中主角般正確的關懷與教導，於是對自己的心念和外環境便無法做正確的回應，這也是現今社會問題的重要導因。

沒有人不想被愛，但也不是每個人都懂得如何愛，若能身教與言教並行，



讓孩子從我們的身上深深感受到愛與慈悲的示現，自然他們也能推己及人地去愛生命中的每一個人、珍惜每一個生命的體驗，這就是比生命更珍貴的禮物。我們要做孩子們心的守護者，永遠不要讓它們迷失和徬徨，更要讓家與學校成為孩子們的「快樂天堂」，讓他們樂於透過認真與努力的學習，賦予每件事真正的價值與意義；讓我們一起重新來認識愛、學習愛，把無私的、發自

內心的大愛落實在生活的點滴中，用愛去滋潤每一顆乾枯的心靈，認真堅持地做一個愛的實踐者，相信有一天你也會說：

有愛最美希望相隨！

台北 書卉

「愛的教育」中有一篇「非超越不可的悲哀」，其中寫甘侖的母親去世了，甘侖非常難過，於是老師拿了一本書，唸給他聽，其中二句話，令我記憶深刻——在悲哀裏，有種不能改善我們的精神，反使我們更陷於柔弱卑屈的東西，對於這一部份，我們應當戰勝而且超越。至於悲哀裏，還有種可使我們精神高尚偉大的東西，這部份則是應該要永遠保存而絕不可丟棄的。」是的，生老病死，的確是我們生命中要承受的苦痛，而剛毅、勇敢、平靜、奮鬥...種種特質，則可以伴我們渡過許多難關。所以從平常中粹鍊自己變成一個有能力去關心別人、愛別人的人，也才更容易渡過生命中的考驗了。

台北 小芳

Fax 來的二篇



到不同的優點，從每一次發生的事件學習，這正是我所欠缺的，藉由這本書也真正得到了「愛的教育」。

台北上班族 廖先生

愛，是會讓人動容的！

國小二年級時，老師送我一本書「愛的教育」，當時看了，就很感動，如今，事隔二十多年，在重新閱讀，仍然，敢動不已！這是「愛」的力量。

這本書作者的父母，是以身做則，來教育孩子，而學校的師長們，也是以愛來感化學生，所以，即使再頑皮惡劣的學生們，受到師長們「愛」的教育，也會自覺慚愧而善根發像的！

反觀我們的社會，如果身為父母和師長的大人們，能給這些孩子們多一點愛，多一點關心和體諒，那麼今天，這個社會，也許就不會有這麼多問題了。

「愛的教育」真的是一本非常好的書，不只孩子們要看，做大人的，更應該看！

高雄 思帆

愛是沒有國界、時空、年齡之分的。此書是一百一十年前義大利小孩的日記，他以真實、真心、真愛的記錄深深感動了我的心，想想人生追求最崇高偉大的，也就是愛了。

安利柯年僅十歲，但充滿了愛和敏銳的觀察，用心體會身旁的環境與人的互動，從每一個人的身上找

沒有人不想被愛，
但也不是每個人都懂得如何愛，
若能身教與言教並行，
讓孩子從我們的身上
深深感受到
愛與慈悲的示現，
自然他們也能
推己及人地去愛
生命中的每一個人、
珍惜每一個生命的體驗，
這就是比生命更珍貴的禮物。



金色蓮花空中讀書會

拾槓開始囉!

一、空中讀書會理念：

- 1.書，是人類智慧的燈火，值得點亮。
- 2.同一本書，不同的心會有不同的晶瑩領會；
互相交換心得，能交織出美麗的智性星輝。
- 3.空中讀書會，人與人雖未見面，心與心已經共鳴，
擴展了寬廣的“心際”視野!

二、遊戲規則：

- 1.不限字數，一經刊出，即致贈精美小禮。
- 2.立場客觀，不涉及人身攻擊、批判與商業廣告。
- 3.無年齡、背景、地區之限制，有興趣者皆可參加。
(PS：本刊編輯有刪增權)

三、參加方式：

- 1.E-mail: glotus@ms2.hinet.net
- 2.傳真：(02)2704-3723
- 3.讀者來函：
籌備處地址：台北市大安路一段225號2樓
正式地址：台北市南京東路四段21號2樓(88年2月上旬啟用)

四、內容

- 1.2月討論書籍：
「綠化心靈」/ 高寶國際限有限公司
(將於88年2月號刊出討論結果)
- 2.讀者交流園地
- 3.預告討論書籍：
3月號「笑傲江湖」/ 遠流出版社
4月號「戰爭與和平」/ 志文出版社



竭誠歡迎大力參與此心靈饗宴!!

——拾槓開鑼!

愛的禮物

今天，要送一份禮物給大家！
猜猜看？！
是什麼呢？？

情緒低落嗎？
是否無助呢！
不論，在那個角落，或任何地方，
不要緊！相信愛！
相信愛的力量會永遠支持你！

Anywhere!
就如同我們深信，佛陀永遠地在我們身邊！說：
「乖孩子！拉緊我的手，不要放棄！絕對不要放棄！我會永遠支持你！」

像在黑暗中燃起了光明燈！
像大日一般的照破山河萬朵！
大地~因此重生，綠意盎然
無量的愛的力量
無邊的慈悲
將帶領我們一再超越
遠離痛苦
遠離煩惱
遠離一切的幻化
伸出手、閉上眼
看見了嗎？！
這是愛的禮物！
就送給您了！

文／黃正宗
版面創意／子帆
完稿／David



The Gift of Love

I have a gift for you today!

Guess What?

What is it?

Do you feel gloomy?

Do you feel helpless?

It is all right! Trust love!

Trust that the power of love will always support you.

No matter where you are

Anywhere!

The Buddha always stands by us and says:

“Good child! Hold my hands and don’t give up!

Never give up! I will always support you!”

The immense power of love

And the limitless mercy of the Buddhas bring light to the dark.

As the sun removes the shadows among mountains and rivers.

Thus the earth can be reborn.

Love and Mercy will lead us far away from pain

far away from worries

far away from all illness

Please close your eyes and reach out your hands.

Did you see?

This is the gift of love!

I give it to you!

TEXT/Hang Jan chung
Translator/Lin Hue Jung
Layout design/Tze Fan



封面敦煌美學

持國天王

文 / 陳子軒
模特兒 / 周育正
攝影 / 波爾
設計 / 詹栩茵
化妝 / 邱炳煌
道具製作 / 黃偉峻 · 黃思偉 · 王文男 ·
顏擘恩
版面創意 / 維廷
完稿 / Ken

敦煌第 98 窟 持國天王

持國天王是四大天王的東方天王，
是十六善神之一。
因為此天王護持國土、安樂眾生，
所以稱為持國天王。
二月份適逢過年期間，
祈求在善神的護佑下，
過個能夠荷擔如來家業、
護衛佛法與眾生的一年。
本期封面故事取材自敦煌第 98 窟持國天，
除選擇有敦煌感覺的服裝外，
頭冠的部份及手上的劍，
是仿敦煌製作，
以紅色系為主，
來表現過年喜氣洋洋的氣氛。

Land-protecting Heaven King is the eastern heaven king of the four heaven kings. He is the one of the 16 good gods. Because this heaven king protects the land and makes people happy and well, he is called Land-Protecting Heaven King.

It is Chinese New Year in February. We wish that we are protected by good gods so as to take the full responsibility in Buddhism career, protect Buddhism and people and in the new year.

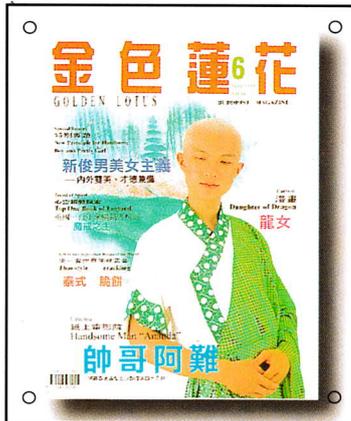
The cover story of this subscription is from the Cave 98, Land-protecting Heaven in Dung-Huang. Besides the Dung-Huang-like cloth, crown and the sword in his hand is made as being in Dung-Huang. They are red color series to present the happiness in Chinese New Year.



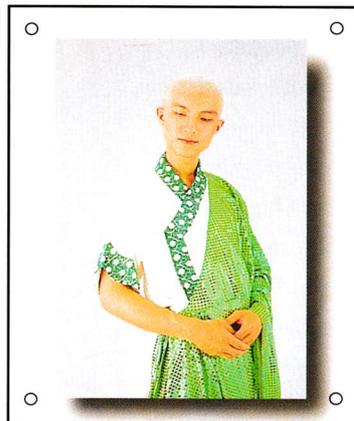
榆林窟第二五窟 天王像

敦煌美學封面欣賞

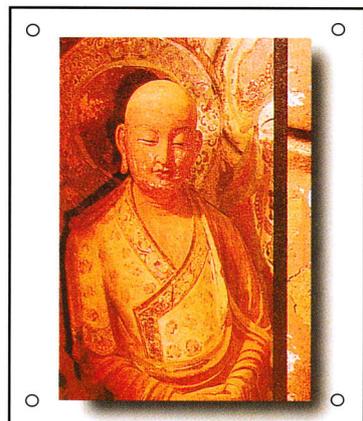
一九九八年六月號



封面



「敦煌寶卷」之阿難尊者造型



敦煌第 45 窟阿難尊者像

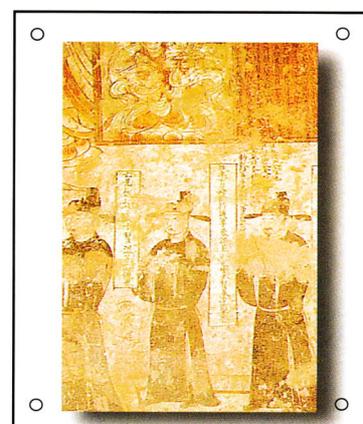
一九九八年七月號



封面



「敦煌寶卷」之供养人造型



敦煌第 220 窟供养人像

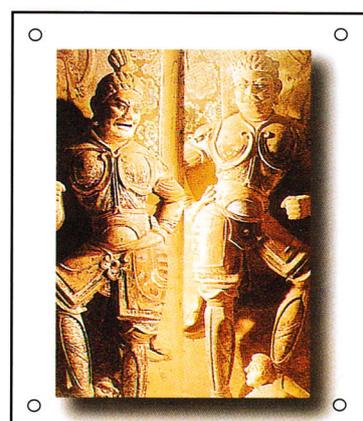
一九九八年八月號



封面



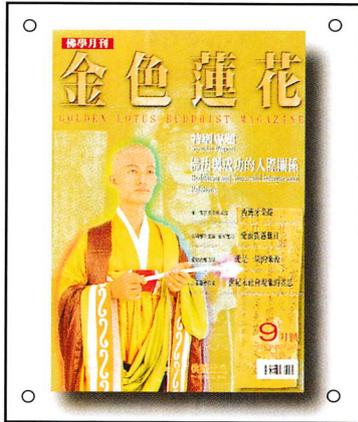
「敦煌寶卷」之天王造型



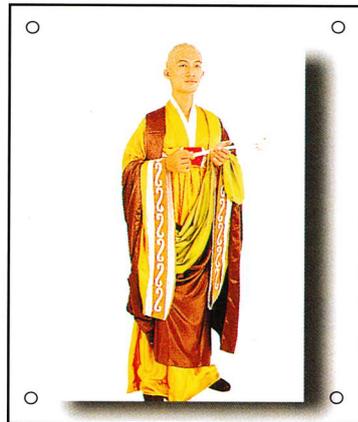
敦煌第 45 窟天王像

Appreciation

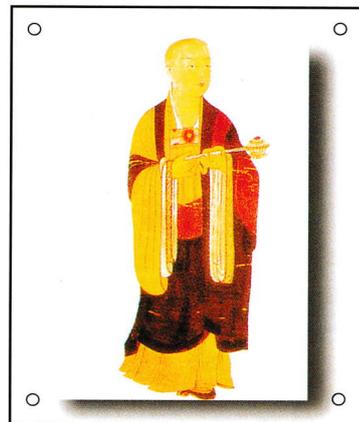
DUNG-HUANG cover aesthetics



封面

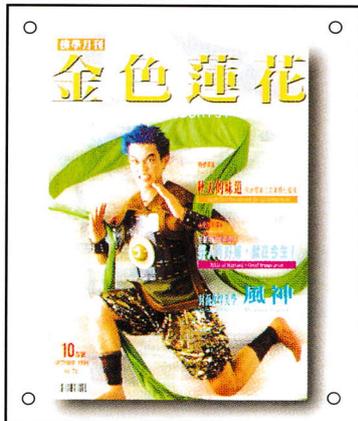


供養比丘

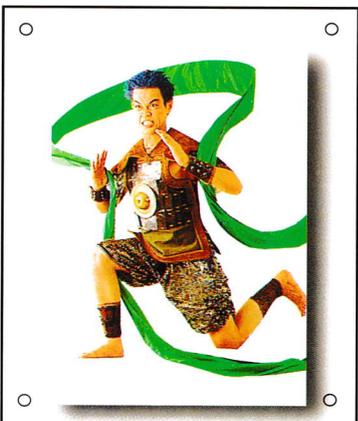


畫家陳朝寶臨摹敦煌
絹畫的供養比丘像

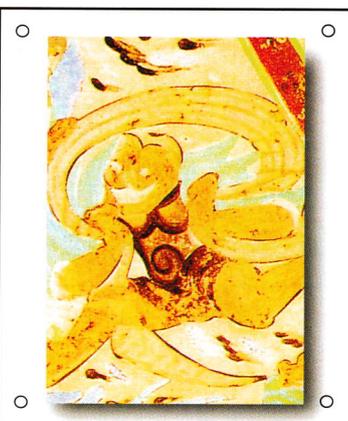
一九九八年九月號



封面

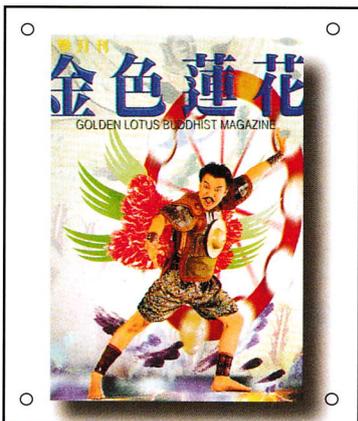


風神



敦煌第 249 窟風神

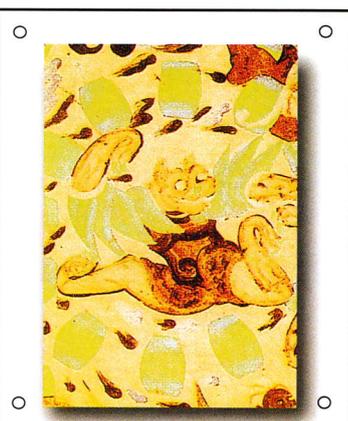
一九九八年十月號



封面



雷神



敦煌第 249 窟雷神

一九九八年十一月號

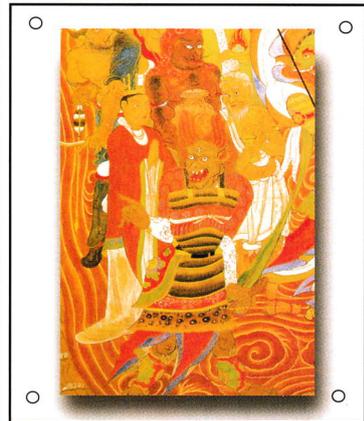
一九九八年十二月號



封面



天人

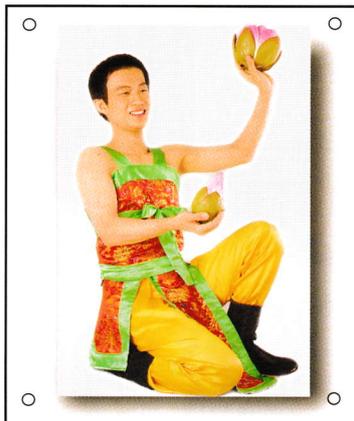


畫家陳朝寶臨摹唐代
敦煌絹本畫之天人相

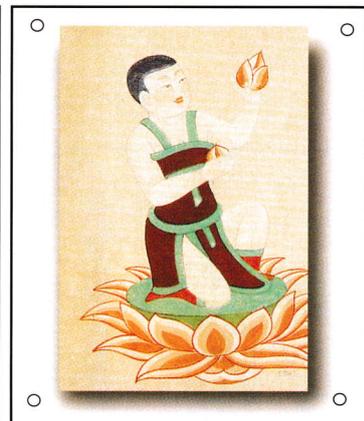
一九九九年一月號



封面

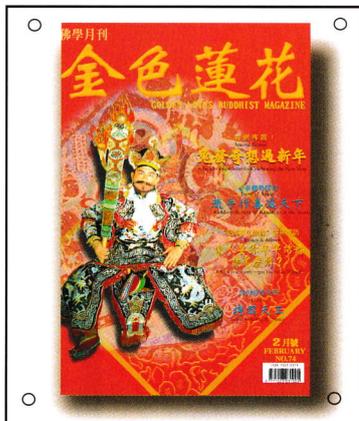


蓮花童子



敦煌第 365 窟之蓮花童子

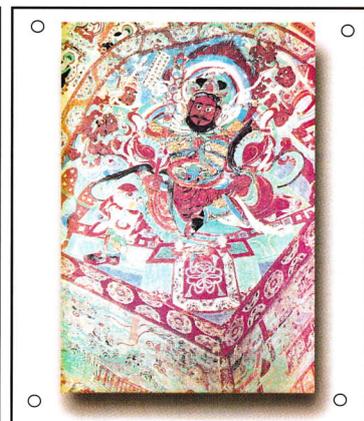
一九九九年二月號



封面



持國天王



敦煌第 98 窟之持國天王

來一客世界美味素食

德式迷香洋芋

廚藝演出 / 黃正宗、黃連春
攝影 / 波爾
版面設計 / 正宗
完稿 / Ken

材料：

洋芋

調味料：

鹽

糖

橄欖油

起司粉

迷迭香

黑胡椒粒

說不出的好滋味



*A Delicious Veggie
Recipe for the World*



哈囉!! 大家好!! 今天又會有什麼樣的好菜呢?? 請看!!

太好了!! 待會我可要好好的大吃一頓不可... 一定要!

首先, 將整顆洋芋給洗乾淨然後切丁...

這個時候呢?! 可先把烤箱給預熱!! 約200~250度左右

再來嘛!! 只需將1.5大匙的橄欖油, 2小匙的鹽和半匙的糖, 以及適量的黑胡椒粒和起司粉拌勻

嗯!! 真棒!

將洋芋與調味料拌勻了就可放入烤箱烤約25分鐘後就可以啦!!

很好吃吧!

流口水時間:

1. 熱騰騰的洋芋, 清淡的迷香真是絕配, 讓人無法控制的一塊接一塊.....啊! 真是人間美味
2. 皮脆餡鬆, 入口即化, 不油不膩齒間還留有迷香草的香味一口接一口, 愈吃愈順口, 讓人吃了還想吃...

嘿!! 這個就是我寫的啦!! 哈哈...

收藏食譜~ 德式迷香洋芋

調味料: 材料:

鹽、糖
橄欖油、起司粉
迷迭香、黑胡椒粒

洋芋



作法:

1. 首先將整顆洋芋洗淨, 然後切丁
2. 另一方面, 烤箱可先預熱, 200~250度
3. 再來將1.5大匙的橄欖油、2小匙的鹽、半湯匙的糖, 以及適量的黑胡椒粒和起司粉拌勻
4. 將洋芋與調味料拌勻後即可放入烤箱烤約20~25分鐘後就可以了

美味小秘訣:

可以等洋芋烤到快熟的時候, 再加黑胡椒粒與起司粉, 口味會更好哦!

備忘錄:

1. 橄欖油不宜用太多, 不然很容易就膩了
2. 洋芋得先用鹽水泡過10分鐘後洗淨, 以去除農藥



隨手行善遍天下

文 / 蓮心
版面創意 / 子帆
完稿 / free

無論「日行一善」或「隨手行善」，每一件善行的發生，其實也都是人世間最美麗的一件事。這個美，會為我們帶來感動，會讓受益的人想要再去讓圓滿它，讓它再延續下去

日常生活中，在別人需要人幫忙時，適時的給予一個援手，所帶給別人的利益，往往出乎一般人們的預料。

幾則故事

一位名叫威廉·博依斯(William D Boyce)的美國人，有一年因為有事去到英國倫敦出差，一天當他剛辦好事要回住處時，不巧遇上了大霧，對初到英國的威廉·博依斯而言，這真的是件令人非常擔憂的事，就在他心急不知所措的時候，他看到不遠前方有一位小男孩，威廉·博依斯於是很快的趨前過去。路邊的小男孩一聽威廉·博依斯跟他說起迷路的問題時，馬上帶威廉·博依斯找到回去的路。威廉·博

依斯為了感謝小男孩對他的幫助，從口袋裡拿出幾個錢幣要給小男孩，結果小男孩拒絕了，因為小男孩說他是童子軍，行善是他應該做的事。小男孩的善行深深感動了威廉·博依斯，這個感動讓威廉·博依斯他在回到美國後的第二年在美國推動成立了美國的童子軍。

事實上，像威廉·博依斯所遇到的善行，在世界各個角落每天都可能隨時發生，這些善行也許不很大，但往往會激發另一個更大善行的發生。舉例而言，1956年在匈牙利的一個鎮上，一輛公車上有一位貧窮的小女孩正搭著車要回家，那時外面天氣的非常冷，小女孩的手上戴著一付手套，這付手套一看就知道是用了許久，外表不但很舊，





上面也已有多處破洞。站在小女孩旁邊有一位婦女，她看著這個小女孩許久，最後將她自己手上戴的一付新的手套送給了這個小女孩，並且還給她一些錢。日子一天一天過去，但這個小女孩從未忘記那天公車上，那個婦人慈悲給她手套這件事，幾年之後，小女孩長大了，她將她的感謝化為實際的行動，將所賺的錢捐給慈善機構來回報那個婦人的善行。

所以善行的影響，其實是不分所做是大或小，只要是善，這世間就會有更多的溫暖與光明。甚至如果一個國家的所有人民都能行善，那麼因為善的感召，會將整個國家帶往一個更和諧美滿的未來。

新加坡的啟示

1996年的大年初一，新加坡總理吳作棟在對全國的新年獻詞當中，就跟全國人民提出了「日行一善」的觀念，因為他認為行善可以消彌社會的不良風氣，進而將社會帶到一個雅緻的社會。事實證明吳作棟總

理的觀念是正確的，「日行一善」的活動，二年來在新加坡的學校、政府機構與私人公司都得到了很大的回應。也因此在今年新加坡舉辦的日行一善周中，吳作棟總理向出席開幕禮的300多名校長、教師、政府與私人機構代表說：「人們比較友善了，他們微笑比較多，整個城市也比較乾淨，還有如果你到戲院、劇場裡，你會看到現在人們更懂得欣賞藝術了」，「為他人著想的善行已使我們成為更優雅的民族，如果我們觀察周圍，不難發現人們已在各種場合中表現善心」。「這些善心沒有被報導，也沒有引起注意。一些例子包括在地鐵車廂讓位給孕婦、為別人按住電梯門、撫慰小孩、照料病人或簡單地對家人、朋友及同事說些關切的話語，讓他們覺得開心。」，吳作棟總理並引用孔子的話：「己欲立而立人，己欲達而達人」以及古羅馬哲學家賽內加的話：「只要有人類的地方，就有善行發生的可能性」來說明所有小小的善行，並不需要花費很多的時間或金錢就可以做到，任何人

都有能力做到，而且「在幫助別人的同時，自己也能夠獲益。」

吳作棟總理認為，接下來的目標，應該是擴大日行一善計劃的範圍，使之成為民間的活動，讓各階層人民相信與實踐日行一善的信念。計劃一旦取得成功，將有助於提升新加坡社會的素質。

隨手行善遍天下

無獨有偶的，相類似的行善活動，在澳洲也受到人們廣泛的推動。最開始是在1994年底，一個名為隨手行善的組織(The Random Acts of Kindness Project Inc.)，將鼓勵人們行善的傳單投入在各個住戶的信箱裡。之後在1996年的一月十七日，全國性的第一個行善日在他們的推動下成立。這個活動受到全澳洲最大的社區服務團體(Apex Clubs)的支持，紅十字會血液銀行(Red Cross Blood Bank)以及雪梨廣播電台(Sydney Radio Station)也後續加入支持的行列。這個全國性的行善日，甚至也受到達

心靈趨勢探索

賴喇嘛的去函鼓勵。

澳洲這個行善活動的主要內容，在於鼓勵人們從小的善行開始做起。他們設計了一組提醒人們行善的小套件，裡面裝著有關這個活動的用意、格言、卡片以及提醒人行善的傳單。透過這組小套件，他們希望有更多的人，來參與這個有意義的活動。目前這個隨手行善組織總共有200名會員，他們希望在12年後，十分之一的澳洲人，都能成為這個行善活動的一員。

事實上，隨手行善(Random Acts of Kindness)的觀念，早在1982年就已在美國被提出。當時是由住在美國舊金山的女作家愛恩·賀伯(Anne Herbert)所提出的，那時隨手行善的全名是「隨手表現慈悲以及美的行為(Practice Random



Kindness and Acts of Senseless Beauty)」。剛開始這個活動，只在一些和平運動團體之間展開，影響並不大。直到十年後一位在小學任教的老師的太太，有一天在一個賣場的牆上無意間看到了這句話，隨手將它記了下來並帶回去與先生分享。他的先生進而也將它貼在學校的教室公佈欄上與學生分享。學生中的一位母親正好是舊金山紀事報(San Francisco Chronicle)的專欄作家，看到這句話後，迫不及待的也在她的專欄中介紹了這句話以及當時提出這句話的女作家愛恩·賀伯。這篇文章隨後來被《讀者文摘》選錄在它的書中，並且進而引起人們的注意。

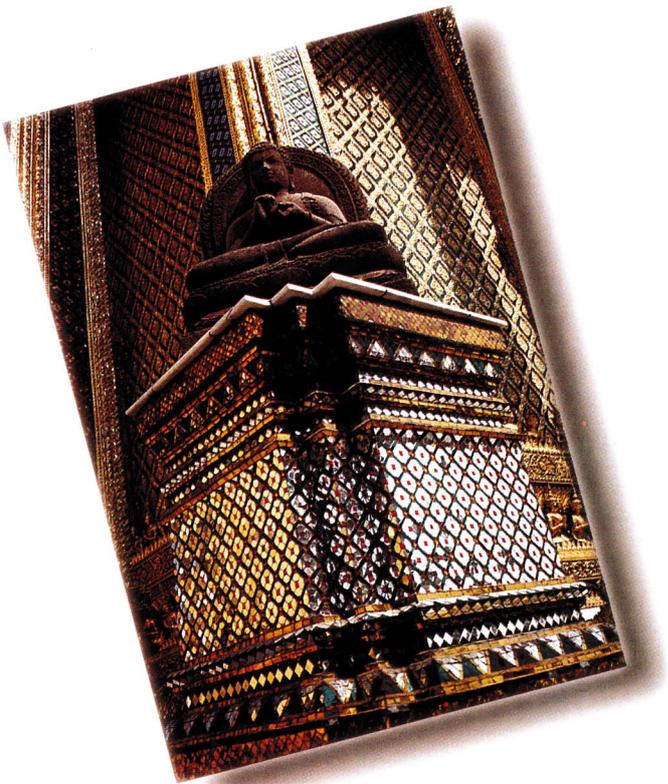
1993年的一月，一家名為科勒尼(Conari)的出版社，收集了許多隨手行善的小故事，出了一本名為《隨手行善》的書。這本書出版後，意外的受到全美國許多電視、報紙與廣播電台等媒體的注意與關注。地區性的隨手行善日(Random Acts of

Kindness Days)也隨後在美國各地區漸漸的被推動。1995年的二月，隨手行善日正式成為美國全國性的一個活動紀念日。並且根據統計在全美國有超過300個都市鎮、400所教堂、100個全國性服務性社團、100所公立圖書館、7500所學校、75個青年組織、75所醫院、600間書局參與了這個活動。每年也有上千篇關於隨手行善的文章出現在報紙中，電視與廣播電台也紛紛推出許多特別的節目，介紹這個活動。加拿大、蘇格蘭、英國以及前面所提到的澳洲，也因而有相同性質的隨手行善組織成立。

佛法符合這樣的趨勢：

當一盞燈亮了，另一盞燈也跟著亮了。從「日行一善」或「隨手行善」在世界各地紛紛受到重視，我們可以發現，其實善良與愛還是人們最需要的，因為善良與愛，能補足生命中許多的缺憾與不完美。而無論「日行一善」或「隨手行善」，每一件善行的發生，其實也都是人世間最美麗的一件事。這個美，會為我們帶來感動，會讓受益的人想要再去讓圓滿它，讓它再延續下去，就像點燈一樣，一盞燈亮了，就能再點亮另一盞燈，一盞一盞點下去，成為佛法所說的「無盡燈」，利益所有的眾生。🙏





神蹟的啟示

文／陳世昌
版面創意／子帆
完稿／Maggie

陳世昌小檔案

台灣宜蘭人 42年次 結婚20年
工專土木科畢
曾任水利局測量員、室內設計師、廣告人、卡通畫師…等

資歷：

自民國67年起從事卡通事業至今20年
民國72年開始學佛
寫作自「福報」日報、文殊雜誌等時期開始至今
主修法門：止觀、瑜珈

作品：

· 卡通方面：迪斯奈公司的TV影集，阿拉丁、美人魚、丁滿 & 澎澎等，其他還有摩登原始人、頑皮豹…等多部(較知名的)

著作：

「生活瑜珈」(躍昇)、「於世間得自在」(圓明)

合著：

「生命中的不可不讀」(圓神)
「追求一個生命的答案」(圓神)
「讓夢起飛」(小報文化)

最喜歡：

· 看著孩子長大(二女一男)
· 畫畫、音樂、寫作
· 和太太回宜蘭故鄉(都是宜蘭人)
· 靜坐

希望：

用平凡心做不平凡的事

我們在面對宗教上的各種奇蹟和感應時，總是會存在著許多不太切合實際的想法，把奇蹟感應當作超自然現象，所以對於這些超自然現象，賦予一個很高的標準和定義，凡是人的能力所不及之處，就寄望於這種宗教上的恩典，來解開人世間所難解之結，所以很多人就把信仰和獲取恩典看成是宗教信仰最重要的一件事，凡是病痛或其他苦難，都希望在人力之外，再寄以一份宗教上的渴求，而的確有很多人得到了這種力量，但也有很多人在一生中，都和這種現象無緣，或是只得到過一、二次的恩賜，然後就從來不再成功過，於是，這種和「神」的相應情況，就成了大部份人衡量「修行」的標準，如果能經常有這種經驗的人，就被看成是修行很好的人，而當然，能擁有這種「與神相通能力」的人，更被看成是神的代言人，甚至就是神的化身，如此，自然就逐漸的降低了宗教的品格，而使宗教成為祈求神蹟恩典的工具，所謂的修行，也就被當作是消除「能與神相通」之障礙的手段了。

誇大神力示現 無助益

宗教的恩典，可以使人對信仰產生信心，但也有可能造成宗教的墮落，所以對於宗教的這些奇蹟現象，必須要有一種正確而有助益於現實人生的態度，才能讓宗教信仰回歸到健康的境地。對於奇蹟和感應，也應該重新賦予一個新的定義標準，才能使這些以追逐神蹟為信仰目標的人，能在生活當中獲得信仰利益，以佛教而言，其實佛教雖然講很高深的

道理，但同時卻又標榜佛力示現神蹟的珍貴，例如唸佛唸到佛現前，誦經誦到淨土示現，或是喝大悲水而消除了病痛，或是做法會時看到了奇異現象……，這些情況，坦白說，不是每個人都可以成功，所以使得那些沒有這種經驗的人，對自己感到自卑或缺乏信心，而使信仰的心靈中，充滿了不安與期待。

降低奇蹟標準 學感恩

如果我們可以將奇蹟感應的標準降低，使生活中經常都會有「神的恩典」出現，那麼，相信信仰將使人充滿了感恩與喜悅，例如你走路不小心，被經過的汽車濺了一身的積水，你說：感謝神，讓我明白走路要小心，這雨水就是神的安排！你在晚上能平安的入睡，你就對著神（或佛菩薩）說：感謝神，讓我這一天平安的上床入睡，這是你的恩典！就這樣，得也感謝，失也感謝，好與不好都感謝，日常生活中的大大小小事情，都心存感恩，於是你時時可以得到「神蹟感應」，那你的信仰就充滿了快樂與信心，反之，那種超高標準的奇蹟感應，畢竟可遇不可求，一生中可能都沒有發生過，那你就有可能走了偏門外道去求奇蹟，所以，學佛如果能降低奇蹟的標準，那麼，一個人就能在信仰生活中，學到起碼的宗教人格，但為了防止泛宗教化或迷信，還是要努力的學習佛的智慧，而不必太在乎神蹟示現的事，一個人能悟道，才是大奇蹟大感應，是向內自求的境界，才能使我們擺脫對神蹟的依賴！☺

Welcome to

金色蓮花全球資訊網

<http://www.glotus.com.tw>

導覽 / 小精靈 (黃正宗飾)

攝影 / 波爾

版面設計 / 羅廷

完稿 / Ken

網路之旅 ~ 金色蓮花出版社 (二)

小精靈，這次要介紹給我們的是那幾本書呢？

接下來要介紹給大家的是我們的「心靈散文解讀—金剛經」和「清心小語—風之卷」。

心靈散文解讀—金剛經」

金剛經 是般若經典中重要的經典之一
此經充分說明了什麼是不執著；
“無我相、人相、眾生相、壽者相”
金剛經從首至尾從不同的角度
來闡述這個主旨
清明的
告訴我們—
不執著的大智慧
如最澄澈的泉水
洗淨了生命中
種種煩惱的塵垢
還給了心
一個明淨的天空

嗯，小精靈，金剛經原文我也有讀過呢，可是其中真的有好些地方都不是很懂…，像什麼是“阿耨多羅三藐三菩提”這指的是什麼呢？

我們就從本書摘錄來回答你的問題：
「所謂的“阿耨多羅三藐三菩提”就是無上正等正覺。只有佛才能到達，一切圓滿，全部的覺醒，全部的自由…」

那要如何才這樣的證量呢？

「最大的關鍵在於般若，唯有與空相應，才能不與妄念相應，唯有離開妄念，才能離開生死輪迴，這一切只有般若才能辦到…」



因為，
唯有全部的空性，
才能不再與妄念相應，
才能不再造業，
才能完全不受業力的干擾，
也才能圓滿的菩薩道。
故無上正等正覺，
是最究竟，
也是一個大乘菩薩道行者
宜念茲在茲的目標。

小精靈，這樣我就清楚多了，哇，一切圓滿、一切具足，這真是一個不可思議的境界啊！
嗯，與空相應才能不與妄念相應、不受業力的干擾，才能離開生死輪迴。這意思蠻深的哩，似懂非懂，不過聽起來就很受用。還有為什麼一個菩薩不住相布施，他的福德不可思量呢？

大哉問，我們再來看看：
「一個行菩薩道的修行人，
對於眾生的一切服務，
都是“布施”
不論你花了多少時間、金錢、體力、精神在行菩薩道，都只是布施，並不是你立了



多少功勞，如果你能如是作的話，你的功德果報才真的不可思議、廣大無邊…」

為什麼不要“住相”呢？

「因為，
一切的相，
都是虛幻，
都如空中的花、水中的月、鏡中的影，
所以不能執著一切的外相。
生命最重要的智慧就是般若，
有了般若，
我們就能澈見一切的本質，
澈見本質，
就不再迷失於幻相。」

原來如此，所以無相布施才是真布施啊！還有小精靈，我們都知道法是那樣的珍貴，那世尊為什麼在金剛經中說

原來如此，所以無相布施才是真布施啊！還有小精靈，我們都知道法是那麼的珍貴，那世尊為什麼在金剛經中說

“汝等比丘
知我說法
如筏喻者
法尚應捨
何況非法”
這我真的不明白啊？

這段經文的比喻，真的很妙，我們再來看看書中的解釋：

「在生死的苦海中，佛法，是我們到達解脫彼岸的寶筏。但是站在一切本空的立場來看，連佛法都不能執著，更何況是不屬於佛法的種種萬法呢？所以這段經文再深一層的揭示：不但不好的不能執著，連好的也不能執著。」

喔～了解了，世尊說法真的太讓人讚嘆了，這比喻真是善巧。還有就是金剛經中常出現類似佛說般若般羅蜜即非般若般羅蜜是名般若般羅蜜這樣結構的語法，哇～～肯定、否定又認定，我都搞糊塗了…這含意到底是什麼呢？

呵～呵～這樣的語法的確是貫穿整部金剛經，他的結構就是說一，即非一，是名一。意思是：肯定→否定→不置名相，但存其義。

「這樣的思考，有助於人們去除執著。因為當你肯定某人、事、物時，你馬上變成一個有立場的人，以相對的立場而言，立即有一個與肯定相反出現了，所以不論肯定或否定，能代表某一人、事、物的本身，只有離開這一切，才是本身所在。所以偉大的釋迦牟尼佛才以知此縝密的思惟方式，讓我們去了解一切的本質是什麼，而不被肯定或否定的立場所混淆。」

所以，當你說出“般若波般蜜”時，這句話已經不能代表“般若般羅蜜”只有明

白了這層甚深道理，你才是真正明白什麼是“波若波羅蜜”故高僧大德才說：“離一切言詮”“開口即錯”以及“不立文字、…”

一通百通，總算這部份都比較懂了，謝謝你小精靈。

「清心小語—風之卷」

再來要介紹的是我們新出版的「清心小語—風之卷」

清心小語，嗯～這名字聽起來就讓人感到非常的愉悅呢。不知這裏面的內容是說些什麼呢？

這本書的內容如同書名給人的感覺也是一樣清心，它是由一段段優美的文字所組成，在流動的文字中讓我們的“心”安靜了下來。

我們來摘錄幾段文字來體會體會：

「寧靜的心
是最美的湖水
慈悲的心
是最美的秋月」

「讓心如明鏡
映照一切



而無染於一切」

「清淨之心 如明鏡
沒有折射的
映照宇宙萬有」

小精靈，這幾句話的確都好
優美，而且指的都是我們的心
在最崇高最美的狀態。

除了文字優美外，裏面也有
許多關於修行的證量呢。

「清明的看著自己的悲傷
清明的看著自己的快樂
清清明明的看著
自己的一切的一切」

「幻相

一切的生住異滅都是幻相
幸福是幻相
刀兵劫又何嘗不是幻相
恐懼也是幻相
只有離開幻相
才有真正的平安
才有真正的喜樂」

「要瞭解到生命的本質
才能對生命作出正確的回
應」

還有本書也告訴我們如何才
是真正的快樂呢。

「快樂的祕方
在於愛眾生如自己」

「我們的快樂

不宜依靠別人
也不宜依靠外在
否則
快樂會隨著別人而變化
快樂會隨著外在而變化」

「遊戲三昧—
以佛法自娛
以佛法娛樂眾生
以佛法自樂
以佛法樂眾生」

還有好多好多優美與珍貴的
文字呢，可惜無法一一為大家
介紹，若讀者有興趣的話，只
好勞煩你們去書局找囉…。

技術加油站

二十一世紀的新新族群 — N 世代



近年來網際網路(Internet)以令人難以想像的速度成長，至今已遍佈全世界，比起當初電視對人類文明具有更深遠與強大的衝擊，並把人類文明帶向一個新的世紀。

由於此一時代的小孩在電腦前的時間多過看電視的時間，而且看電視的時間比起其父母在和他們同年齡時的看電視時間更少，因此稱他們為(Net Generation，簡稱N世代)。

網路世代是應用電腦的天才，他們的休閒、學習、通訊、購物都是透過網路來進行，而他們的認知與學習、擷取資訊的能力、國際觀、包容性、自我表達、創新…也比起他們的父母來的表現更好。

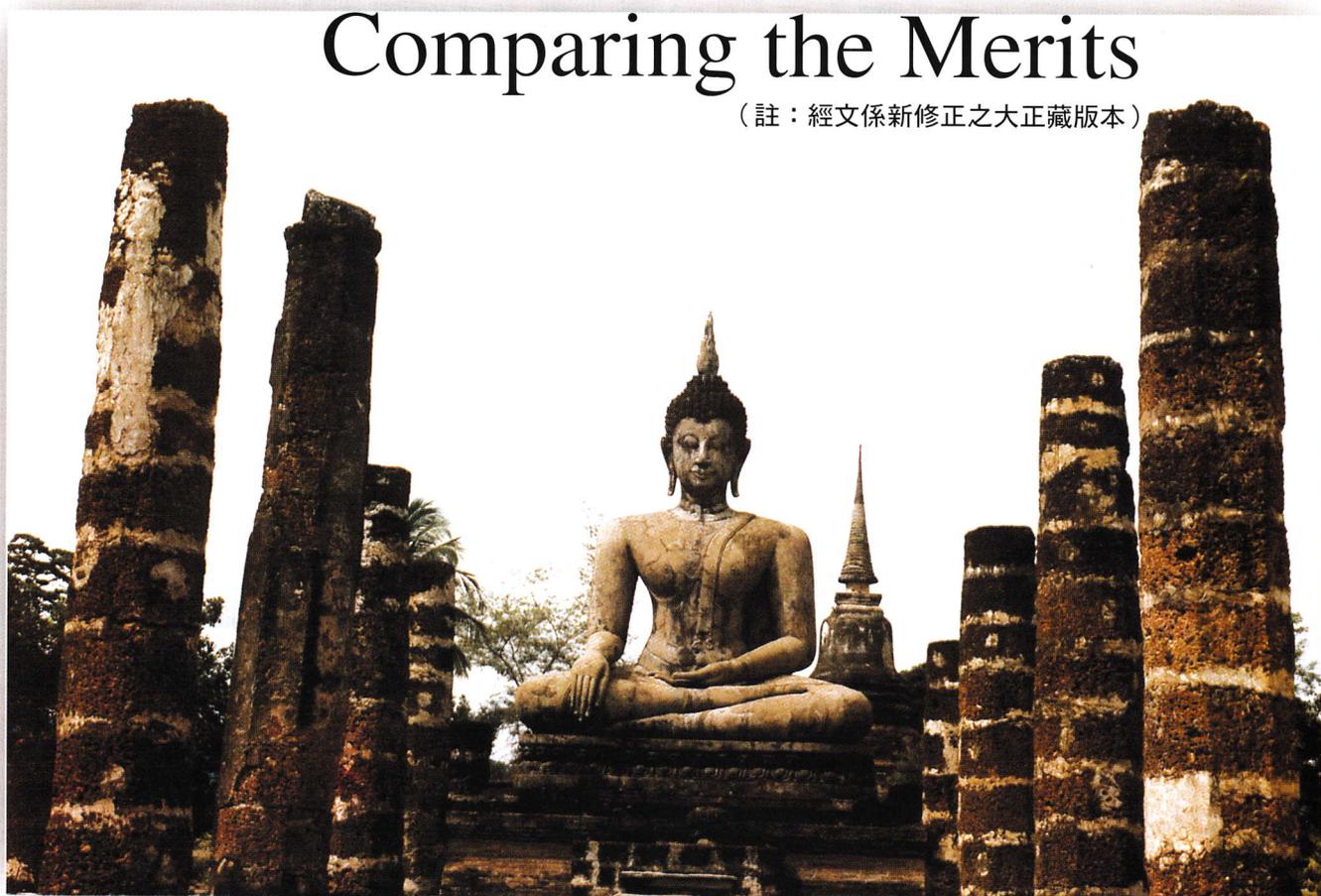
在網路的世界裡，一切都將透明，極權與欺騙將不易存在，所以，在不久的未來我們希望網路世代能建構出一個充滿愛、懂得關心、關心地球和關心明天的共生社會。



校量功德品 (20)

Comparing the Merits

(註：經文係新修正之大正藏版本)



文／郭韻玲
版面創意／子帆
完稿／free

一、智慧之門：經文

慶喜當知！以四念住無二為方便、無生為方便、無所得為方便，迴向一切智智，修習布施、淨戒、安忍、精進、靜慮、般若波羅蜜多；以四正斷、四神足、五根、五力、七等覺支、八聖道支無二為方便、無生為方便、無所得為方便，迴向一切智智，修習布施、淨戒、安忍、精進、靜慮、般若波羅蜜多。

慶喜當知！以四念住無二為方便、無生為方便、無所得為方便，迴向一切智智，安住內空、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；以四正斷、四神足、五根、五力、七等覺支、八聖道支無二為方便、無生為方便、無所得為方便，迴向一切智智，安住內空乃至無性自性空。……

慶喜當知！以四念住無二為方便、無生為方便、無所得為方便，迴向一切智智，修習無上正等菩提；以四正斷、四神足、五根、五力、七等覺支、八聖道支無二為方便、無生為方便、無所得為方便，迴向一切智智，修習無上正等菩提。(P607II 欄6行~P608II 欄10行)



พระพุทธรูปศิลา
นำมาจากวัดดอนแก้ว
อ.เมือง จ.ลำพูน เมื่อพ.ศ. ๒๕๑๐

二、智慧之鑰：白話解釋

佛陀繼續開示：以三十七道品無二、無生、無所得為方便，迴向一切智智而修一切善法；也同樣列舉了六度、二十空、真如乃至不思議界……、無上正等菩提。

此段經文，結構與前段完全一樣，只是把五蘊、……八解脫、八勝處、九次第定、十遍處，代換成三十七道品，那麼也是佛陀以不同的角度來說明空性的特質即是無二、無生、無所得。

三十七道品，是解脫的三十七個步驟，如果能按此循序而修，必能解脫三界，故值得深入了解，更宜踏實的實踐。

三十七道品，可以分為七大階段～

一、四念處

- 二、四正勤
- 三、四如意足
- 四、五根
- 五、五力
- 六、七覺分
- 七、八正道

七大階段分別是～

- 四念處：**（一）身念處
（二）受念處
（三）心念處
（四）法念處

- 四正勤：**（一）已生惡、令永斷
（二）未生惡、令不生
（三）未生善、令生
（四）已生善、令增長

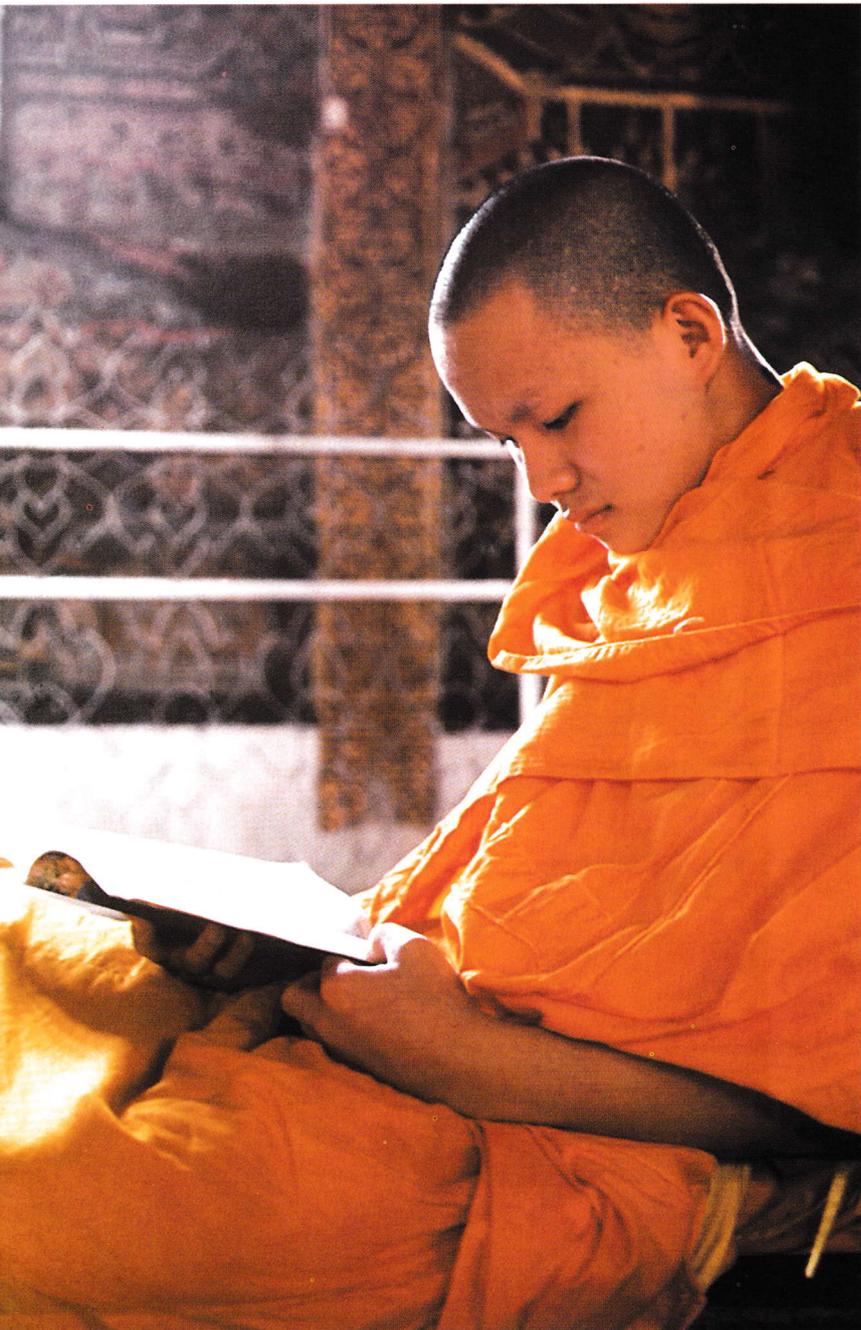
- 四如意足：**（一）欲、如意足
（二）精進、如意足
（三）念、如意足
（四）思惟、如意足

- 五根：**（一）信、根
（二）精進、根
（三）念、根
（四）定、根
（五）慧、根

- 五力：**（一）信、力
（二）精進、力
（三）念、力
（四）定、力
（五）慧、力

- 七覺分：**（一）念、覺分
（二）擇法、覺分
（三）精進、覺分
（四）喜、覺分
（五）輕安、覺分
（六）定、覺分
（七）捨、覺分

- 八正道：**（一）正、見
（二）正、思惟
（三）正、語
（四）正、業



- (五) 正、命
- (六) 正、精進
- (七) 正、念
- (八) 正、定

所謂的「四念處」，是四個讓念頭安住的方法，可以由身念住起修，也可以四者一起修。

身念處：即觀身不淨。
受念處：即觀受是苦。
心念處：即觀心無常。
法念處：即觀法無我。

所謂的「四正勤」，是四個必須努力的正確方向，可以從「已生惡、令永斷」起修，也可以四者一起修。

已生惡、令永斷：
即不好之處，永不再犯。

未生惡、令不生：
即未來的不好，令不生起。

未生善、令生：
即未作到的好，令生起。

已生善、令增長：
即已經擁有的好，令增益長養。

所謂的「四如意足」，是四個定慧等持得到如意神通的方法，「欲如意足」起修，也可以四者一起修。

欲、如意足：是欲樂正法，而且達到定慧等持引發神通的境界。

精進、如意足：是精進不懈，而且達到定慧等持引發神通的境界。

念、如意足：是正念相續，而且達到定慧等持引發神通的境界。

思惟、如意足：是思維正法，而且達到定慧等持引發神通的境界。

所謂的「五根」，是五個必須紮根的重點，可以從「信根」起修，也可以五者一起修。

信、根：是信心得到深厚的紮根。

精進、根：是精進得到深厚的紮根。

念、根：是正念得到深厚的紮根。

定、根：是定力得到深厚的紮根。

慧、根：是智慧得到深厚的紮根。

所謂的「五力」，是五根得到成就，能夠發揮力量，也就是作用力，可以從「信力」起修，也可以五者一起修。

信、力：信心發揮了作用力。

精進、力：精進發揮了作用力。

念、力：正念發揮了作用力。

定、力：定功發揮了作用力。



慧、力：智慧發揮了作用力。

所謂的「七覺分」，是七個覺悟的方法，可以從「擇法覺分」起修，也可以七者一起修。

念、覺分：透過安住於正念，而得到覺悟。

擇法、覺分：透過抉擇善法，而得到覺悟。

精進、覺分：透過精進於善法，而得到覺悟。

喜、覺分：透過安住於法喜，而得到覺悟。

輕安、覺分：透過安住於身心輕安，而得到覺悟。

定、覺分：透過定功深厚，而得到覺悟。

捨、覺分：透過捨離一切善惡的分別，而得到覺悟。

所謂的「八正道」，是八個正確修道的方
法，可以從「正見」起修，也可以八者一起
修。

正、見：正確的知見

正、思惟：正確的思惟

正、語：正確的言語

正、業：正確的造作

正、命：正確的生活方式

正、精進：正確的努力

正、念：正確的念頭

正、定：正確的禪定

從四念處一直到八正道，每一個步驟其實
都是互融互攝的，可以說四念處包含了其他六
大階段，以此類推，每一階段都包含了其他階
段。為什麼如此說呢？其實佛法的偉大之處，
就是永遠不會僵化，也就是金剛經所揭示的：
「法無定法」，一切都因為天時、地利、人和
的不同，每一種教導方法都是充滿了變通與權
宜，所以在三十七道品中，我們會看到許多重
複之處，例如思惟、信、慧重複出現二次，定
重複出現四次，精進，念重複出現五次；這在
在顯示出三十七道品的修法，充滿自由與開
放，也就是說我們可以按部就班由四念處開始
修起，但我們也可以直接從八正道下手起修，
因為如果四念處修得圓滿，事實上等於八正道
也圓滿，因為一切的修行都離不開“心”，心
才是任何修法永遠不能離開的重點，既然四念
處能夠修得圓滿，表示心已經解脫，既然心已
經解脫，那麼八正道也一定能夠圓滿，故一切
的癥結點永遠不會離開“心”，只要心圓滿具
足，則一切的修法自然圓滿具足。

所以，三十七道品亦然，無論它是三十七個
步驟，或者是七大階段，其實是沒有差別的；
也不論我們按部就班修，或者是跳級而修，也
都是一樣的；因為我們一直不能逃躲的是
“心”，一切的修法，都必須能夠讓心解脫才
能成為修法，故敬請牢記金剛經所說：「法者
筏也，法尚應捨，何況非法」；三十七道品
是三十七個方法，即三十七條船，只要擇一深
入踏實的修，都能夠讓我們度過驚濤駭浪的
生死大海，到達永恆喜樂的佛國淨土。

此段經文，透過對於三十七道品的觀察，無
論法門多麼複雜而有層次，它的本質絕對不會
離開空性，而空之特質即經文所一再重複的
「無二、無生、無所得」。

三、智慧語錄

- 其實佛法的偉大之處，就是永遠不會僵化，
也就是金剛經所揭示的：「法無定法」，一
一切都因為天時、地利、人和的不同，每一種
教導方法都是充滿了變通與權宜。
- 一切的修行都離不開“心”，心才是任何修
法永遠不能離開的重點。
- 一切的癥結點永遠不會離開“心”，只要心
圓滿具足，則一切的修法自然圓滿具足。

四、智慧花絮

大般若經各品綱要

第二十六品

學般若品（卷 86-89）

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、無邊波羅密多，能
夠證得無上正等菩提。

第二十九品

攝受品（卷 98-103）

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 103-168）

說明般若的功德無量無邊，甚至供養般若經典的功
德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。



第二十五課

觀照的方法（六）

《實修》三、觀照無我

表面看起來，這個世間一切的存在，都因為有了“我”而有意義，但事實上，如果我們能真正如實的觀察，一切皆不會因為“我”而有所改變，例如：日月星辰不會因為有“我”而停止轉動或繼續轉動，四季也不會因為有“我”而停止循環或繼續循環，因為因緣無自性可言，其中也無“我”可言，故若能於生活中時時如是觀照，久而久之，便會從無我的實相中得知一切的主宰“心”。

Lesson 25th

The Way of Contemplation Part 6

Practicing 3. Contemplate no ego

It seems that the existence of all things has personal meaning because ego is exist. In fact, if you contemplate truly, nothing changes when ego is exist or not. For example, the sun, the moon and stars won't stop rotating or speed up no matter ego is there or not. The four seasons won't stop alternating or speed up no matter ego is there or not. As cause and condition have no independent self-nature, therefore, there is no ego in cause and condition. If you can contemplate the truth continuously in daily life, after numerous practicing, you will realize the reality of no-ego and meet the real master “the heart”.

Word Bank Atman: (Sanskrit term) It is translated as "ego".
字彙：我：（梵文辭彙）譯作“自我”。



Practical English Grammar 實用英文法

The introduction of Pronouns 代名詞的介紹

[分析]：

代名詞有以下四類，而且有主格、所有格與受格之別，代名詞可用來代替名詞或子句。

1. 人身代名詞：第一人稱（I, we）、第二人稱（you）、第三人稱（he, she, it, one, they）
2. 反身代名詞：單數（myself, yourself, himself, herself, itself, oneself）複數（ourselves, yourselves, themselves）
3. 指示代名詞：this, that, these, those
4. 關係代名詞：who, whom, that, which

例句：

It appears that he forgot to sign the letter. (他似乎是忘了在信上簽名)，句中的 it 是先行主詞。

Activities 練習作業

Circle the Pronouns in the text. 請圈出課文中的代名詞。





観照の方法 (実修三)

譯／陳宗元（輔仁大學宗教系講師），版面創意／Nancy，完稿，Nancy

《無我を観照する》

表面から見れば、この世のすべての存在は、「我」が存在するから意義
があると思われまゝ。しかし実は、もし本当にあるがままに観察できれ
ば、すべてのものは「我」によって変わることはありません。例えば、
日・月・星たちは「我」が存在しても、回転を停止したり続けたりすると
いうことはできません。四季も「我」が存在しても、循環を停止したり続
けたりするということはできません。因縁は自性がないと言えるので、そ
の中で「我」もないと言えるでしょう。故に、もし日常生活で常にこのよ
うに観照できれば、時間が経つにしたがって、無我の実相の中から、すべ
ての主宰——心——を知ることができるでしょう。

《観照無我》

表面看起來，這個世間一切的存在，都因為有了“我”而有意義，但事實上，
如果我們能真正如實的觀察，一切皆不會因為“我”而有所改變，例如：日月
星辰不會因為有“我”而停止轉動或繼續轉動，四季也不會因為有“我”而停止
循環或繼續循環，因為因緣無自性可言，其中也無“我”可言，故若能於生活
中時時如是觀照，久而久之，便會從無我的實相中得知一切的主宰——心。

《文法の分析》

- 意義があると思われる：「がある」中的「ある」<<自五，有，在>>為終止形。後接「と思われる」。其中「と」為格助詞，而「思われる」為「思う」<<自五，想，認為>>的被動形。整句就成為「被（大家）認為有...」之意。
- 本当にあるがままに：「本当に」<<副詞，真正地，當真地>>。「まま」<<名詞，隨著...>>，與「...に従って」同義。而整句就成為「隨著真實地有而...」之意。
- 停止したり続けたりする：「たり...たり」<<並列助詞，又...又>>。前接動詞連用形。而表示動作及狀態的並列意思。
- 時間が経つにしたがって：「経つ」<<自五，經過>>，後接「したがう」<<自五，隨著...>>的て形變化。意思為「隨著時間的流逝，而...」。
- 知ることができる：「知る」<<他五，知道，認識>>的連體形，後加「こと」<<形式名詞，事情>>。

例文

- 新入社員の短期研修は意義があると思われまゝ。（新進員工的短期研修，被認為是有意義的事。）
- 本当にあるがままに考えれば、この世のすべての変化は因果関係があります。（如實地思考的話，此世間一切的存在都有因果關係。）
- 彼は最近会社で働いたり、學校で勉強したりしているので、とても忙しいです。（他最近因又在公司上班，又在學校上課，所以非常忙碌。）
- 要領さえわかれば、訓練の時間が経つにしたがって、絶対に進歩しますよ。（只要領知道的話，再來隨著時間的訓練，一定會進步的。）
- ちよつと部屋の片付けを見るだけで、彼女の性格を知ることができるでしょう。（只要看一下房間的整理，就可知她的性格吧。）



本期廣告資訊研究報告

文 / 張世傑
版面創意 / 子帆
完稿 / free



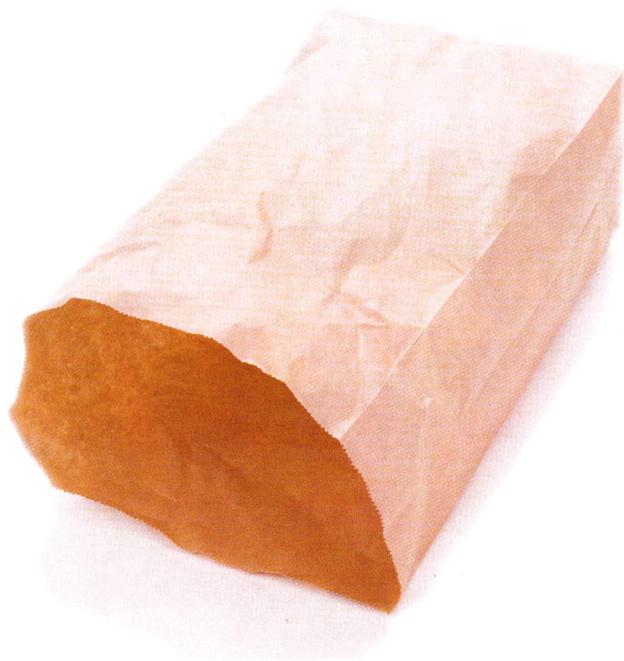
的錄影帶和VCD

綜觀這些廣告，全可以融入日常生活中，和生活作巧妙的結合：

- (1)「食」方面：素食的食用油、素肉鬆、菇類罐頭、乾麵讓您可以吃出健康，又美味可口。
- (2)「衣」方面：如果您覺得衣服太單調了，想來一點裝飾，您可以配帶一些寶石、銀飾、蜜臘之類的東西。
- (3)「住」方面：如果您想佈置一下家裡，不妨可以買尊雕工精緻的觀音像，如果家有佛堂，您就可以選擇莊嚴肅穆的壇城吊飾，當然香品和油燈自然就不能少了。
- (4)「行」方面：開車族在車上可以放純淨的東方兒童音樂，來消除塞車之苦。
- (5)「育」方面：佛曲裡有正確的人生哲理，佛的雕像

所謂「佛法不離世間法」，佛法的精神是很崇高神聖的，但是如果因為崇高神聖反而讓人遙不可及，那實在不是佛法的本願，所以為了讓人感受佛法的親和力，有所謂八萬四千法門，每一道門都可以走入佛的殿堂，享受發光發亮的彩色人生。本期的廣告完全符合了「佛法不離世間法」的特色，可以大致分為五類：

- 藝術欣賞類：佛像石雕、木雕。
- 生活用品類：壇城吊飾、香品、油燈、念佛機、手珠、印章。
- 寶物類：寶石、銀飾、法器、天珠、蜜臘、血珀、山珊瑚…
- 飲食類：純素美食、薑餅、食用油、素肉鬆、菇類罐頭、乾麵、靈芝。
- 音樂欣賞類：純淨的東方兒童音樂、佛曲卡拉OK





大多刻畫了三十二相，八十種好，這些相好莊嚴都是功德福報的感召，也是提醒我們要精進的好教材。

(6)「樂」方面：時代不斷在進步，現在連佛曲的錄影帶和VCD都上市了，電視上和電腦上都可以欣賞到佛曲卡拉OK，寓教於樂，真是一舉兩得。

這些產品不僅可融入食衣住行育樂上，連「婚喪喜慶」都派得上用場，且聽筆者慢慢道來：

(1)「婚」方面：結婚是人生的大事，新郎新娘總是穿金戴銀的，寶石、銀飾、水晶就派上用場了，另外新娘也可以用名貴莊嚴的觀音雕像當嫁妝，讓觀世音菩薩給您們作主婚人。

(2)「喪」方面：生老病死是人生必經的過程，只是在一期生死的盡頭，若能蒙佛菩薩的接引，人生就沒有憾恨了，壇城吊飾佈置的莊嚴法場，能安慰

亡者和家屬的心靈。

(3)「喜」方面：文定之喜的另一種不同選擇——「素食齋餅」，不會讓一些眾生成為您們定婚的犧牲品。

(4)「慶」方面：喜慶送禮送什麼？純素美食、靈芝、素肉鬆和菇類罐頭可以供您參考，為了配合慶典的喜氣，也可以放一些佛曲卡拉OK來娛樂娛樂。

越多和佛法相關的產品上市，就代表佛法的興盛，佛法的產品越生活化，就會有更多人接納佛法，所以可想而知，有一天會有「佛化的超級市場」、「佛化的百貨公司」、「佛教漫畫叢書」、「佛教的遊戲軟體」……等等的廣告問世，那佛法的方便智慧才發揮到淋漓盡致，登峰造極啊！☺



一次有效的學習 可以澄澈身心意境

清心靜坐進階班、修行養生之道

三月份隆重開課

金色蓮花系列課程：

(一) 佛學之卷(免費參加)

課程名稱	授課老師	星期	時間	堂數
佛學綱要	如空法師 (金色蓮花佛學月刊學術編輯)	六	下午2:30~4:30	八

(二) 修行之卷(謹收保證金1000元，為鼓勵學員能有效學習，未缺課者，全數退還。)

課程名稱	授課老師	星期	時間	堂數
清心靜坐初基班	鄭鴻祺 (資深靜坐老師)	二	晚上7:30~9:30	五
清心靜坐進階班	鄭鴻祺 (金色蓮花出版社發行人)	五	晚上7:30~9:30	八

(三) 佛藝之卷(酌收場地費、材料費用，詳情請洽金色蓮花)

課程名稱	授課老師	星期	時間	堂數
佛學英文	石連柱學長 (美國德州大學碩士)	二	晚上7:30~9:30	八
禪詩欣賞	陳子軒 (金色蓮花表演坊藝訊主編)	日	下午2:30~4:30	六
清香供佛花藝	詹美娟學長 (深入花藝研究者)	六	下午2:30~4:30	八
素食佳餚烹飪	黃正宗學長 (素食餐館廚師)	日	晚上7:30~9:30	五
修行養生之道	鄭鴻祺 (金色蓮花出版社發行人)	一	晚上7:30~9:30	八
音樂放鬆初階班	李初春學長 (台大歷史系畢)	一	晚上7:30~9:30	六
音樂放鬆進階班	周玉卿 (金色蓮花表演坊導演)	二	晚上7:30~9:30	八
中西精緻素點	李銘泰學長 (素食餐館廚師)	二	晚上7:30~9:30	四
念珠編結	邱炳煌學長 (念珠編結研究)	三	下午2:30~4:30	四
飲食特別調養	鄭鴻祺 (金色蓮花出版社發行人)	一	晚上7:30~9:30	八
禪與茶藝	黃連春學長 (政大經濟系畢)	六	晚上7:30~9:30	八
佛學與企管	蔡素玉學長 (經濟部中小企業合格高級顧問)	六	下午2:30~4:30	八
佛藝紙雕	王秀珍學長 (金色蓮花佛學月刊美編)	二	晚上7:30~9:30	六
多媒體佛學網站應用	彭維廷 (金色蓮花佛學月刊主編)	二	晚上7:30~9:30	八

報名專線：2712-3021 地址：台北市南京東路四段21號2樓

金色蓮花佛學夢土主辦