

# 金色蓮花



Golden Lotus

摩登修行  
Modern Cultivation



**傾力革新版！**

**因果傳奇**

**人生最重要的事**

DECEMBER 2004 12月號 NO.144

ISSN 10230319



9 771023 031005 12

# 清麗脫俗・人間仙品

Beautiful mind & celestial creature



金色蓮花第123期封面畫作

(創作者 / 周玉卿 導演)

[www.glotus.com.tw](http://www.glotus.com.tw)  
台北市南京東路四段21號2樓之1

Tel : 02-27123021 Fax : 02-27123603

# 生命之歌

這麼珍貴的生命  
我們當然應該  
好好的珍惜  
也應好好的過  
並且為了實現—  
珍貴生命的崇高意義  
透過不斷的學習與淬煉  
讓我們的生命  
精緻、有意義、無怨無悔  
甚至在人類精神文明的  
慈愛史中  
永垂不朽！



# Golden Lotus

1 9 9 3 年 創 刊

2 0 0 4 年 革 新 號

本刊名稱出自：

## 大般若經 緣起品

執此千莖 金色蓮花  
以寄世尊 而為佛事  
還散上方殞伽沙等諸佛世界  
佛神力故，令此蓮花遍諸佛土  
諸花臺中各有化佛，結跏趺坐  
為諸菩薩說大般若波羅蜜多相應之法  
有情聞者必得無上正等菩提



The Magazine was named after the Sutra :

### *Chapter of Origin on Maha-Prajna-Sutra*

Offering the Golden Lotus of thousand stems to the Buddha for spreading the Buddha-Dharma. And then spreading the Golden Lotus to the worlds of other Buddha that is in the upper direction and far away from the world we live. Because of the power of the Buddha, this Golden Lotus is spreading to the worlds of all Buddha, and there is a Buddha born and sit in each of the platform of the Golden Lotus. These Buddha are addressing the Dharma of the Maha Prajna. All the beings that hear the address will definitely become a Buddha.

## ■製作：金色蓮花編輯小組

本雜誌在台灣新學友(Senseio)、金石堂文化廣場(Kingstone)、誠品書店(Eslite)、何嘉仁書店(Hess)有售。

### ■北部流通處(Resaled in North Taiwan) 佛教文物(Agent of Buddhism Articles)

|                           |                       |
|---------------------------|-----------------------|
| 光華堂(Guang-Hwa)            | 傳徹(Chawn-Cheh)        |
| 菩薩書院(vaBodhisatt)         | 上德(Shang-Der)         |
| 菩提園(Bodhi-Garden)         | 妙甚(Miaw-Shenn)        |
| 圓光文物(Yuan-Guang)          | 禪之鼎(Charn-Jy-Di iang) |
| 妙莊嚴(Miaw-Juang-Yan)       | 梵音佛學(Buddhist-Sound)  |
| 觀自在(Guan-Tzyh-Tzai)       | 聖因(Shenn-Ing)         |
| 淨光(Jing-Guan)             |                       |
| 書局(Bookstore) \           |                       |
| 寶之林(The Tree of Treasure) | 上揚(Shang-Yang)        |
| 文興(Wen-Shing)             | 輔大(Fuu-Dah)           |
| 遠大(Yeuan-Dah)             | 天美(Tian-Meei)         |
| 大成堂(Dah-Cherng-Tarnq)     | 金池堂(King-Chyr)        |
| 永業(Yeong-Yeh)             | 一全(I-Chyuan)          |

素食館(Vegetarian Restaurant)、茶藝館(Tea Shop)：  
佛緣(Cause of Buddha) (台北)  
超商(Supermarket) \ 媽咪超商(Mami Supermarket)、  
千水超商(Chan-Shuye Supermarket)

### ■中部流通處(Resaled Store in Middle Taiwan) 台中Taichung：

常慈(Jang-Tsyr) 尚圓堂(Shang-Yuang)  
金應行(King-Ying-Harn) 承德(Cherng-Der)

### ■南部流通處(Resaled Stores in South Taiwan) 鳳山Fan-Sheng：隨雲(Shyue-Yuan)

### ■全省直銷商(Distribution agent in Taiwan)

1. 北部直銷商(Agent in North Taiwan)：
  - 杏華Shing-Hwa(02-27383970)
  - 太極Tai-Chi(02-27008637)
  - 漢學Hann-Shyue(02-25317746)
  - 聯創Lian-Chuang(02-23415963)
  - 聚書園J iuh-Shu-Garden(02-27610641)
  - 豐羽Feng-Yeu(02-29293818)
  - 名欣Ming-shin(02-27598115)
  - 臨豪Lin-Haur(02-32964127)
  - 立昇Lih-Shenn(03-4373288)
2. 中部直銷商(Agent in Middle Taiwan)：
  - 漢麟Hann-Lin(04-3271366)
3. 南部直銷商(Agent in South Taiwan)：
  - 巨柏J iuh-Bor(05-2310370)
  - 德聯Der-Lian(05-5573646)
  - 開元Kai-Yuan(06-2389888)
  - 紫藤Purple-Vine(07-3319707)

### ■全省大專院校經銷商(Distribution Agent in colleges and Univ. of Taiwan)：史丹佛stanford(02-22798937)

### ■國外經銷(Oversea Agent)

#### 北美地區(North America)：

紐約世界書局New York world Bookstore(718)746-8889

洛杉磯世界日報圖書部Los Angle World Daily

(323)267-6972

舊金山世界書局San Francisco World Bookstore(650)259-2063

#### 香港九龍(Hong Kong)：

結佛緣佛教流通處 九龍尖沙咀漢口道57號1樓

佛哲書舍(852)28952890 香港銅鑼灣摩頓台33號灣景樓地下

十方緣佛具商行(852)25483366 香港西環德輔道西237號地下

#### 馬來西亞(Malaysia)吉隆坡地區(Kuala Lumpur)：

淨心書坊 Jing Xin Book Centre (603-26980848)

文殊書局 Pusat Buku Mangusri (603-2019473)

菩提書局 Bodhi Book Centre (603-2387185)

白屋書局 White House Book Centre (603-2327412)

佛光緣滴水坊 (603-80246246)



**金色蓮花** 佛學夢土 Golden Lotus Dream Land

台灣總部 \ 台北市南京東路四段21號2樓-1

2F-1, No.21, Sec.4, Nan-King E. Rd, Taipei, Taiwan

TEL:886-2-2712-3021 FAX:886-2-2712-3603

郵政劃撥帳號 \ 17029118 金色蓮花雜誌社

網址 \ <http://www.glotus.com.tw/>

E-mail: [glotus@so-net.net.tw](mailto:glotus@so-net.net.tw)

馬來西亞服務處 \ 25-3, Jalan Cheng Lock, 50000 KL Malaysia

香港服務處 \ 香港九龍新蒲崗五芳街18號立安工業大廈1樓

製版印刷 \ 欣佑彩色製版印刷股份有限公司

Pate Making & Printing \ Sinew Color Printing & Reproduction Co.,Ltd

國內經銷 \ 台灣英文雜誌社股份有限公司

Dosmestic Distribution \ Formosan Magazine Press Co.,Ltd.

台北市延平南路189號5F

TEL:886-2-2361-2151

**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



創辦人暨總編輯／郭韻玲

顧問／朱靜珍

郭伯達

總企劃／周玉卿

社長／鄭鴻祺

主編／鄭秉忠

文字編輯／蔡承訓

總務組組長／郭曉蓮

副組長／彭庭光

美術編輯／鄭博文

彭聖芬

彭聖晏

業務組／賴信仲

# 目錄

# contents

結構：六項重要的生命修練

標語：逐步的·耐心的·穩定的·修練成為一個完美的人。

座右銘：內外雙美 才德兼備 快速改進 全面成功

Structure: six important cultivation in life

Slogan: Become a perfect man stepwise, patiently and stably

Motto: Match inner and outer beauty; combine talent and morality;  
Improve everything in speed; have the complete success

雜誌結構分為兩大區

## 即：一. 修練區

有四項人生重要的修練

即：(一) 心靈 (二) 身體 (三) 涵養 (四) 服務

## 二. 專題區

還有兩項經過特別規劃的專題

即：(一) “素食新時代” 長期特別專題

由於素食對我們的身體  
甚至這整個地球的萬物  
都是最健康、最溫柔的對待  
故值得長期大力推廣之！

(二) “本月專題企劃”

每月精心規劃、執筆與視覺設計  
的思考、精萃、革新生命的佳作！

現在，就請進入我們金色蓮花編輯群  
傾力革新打造的心之美善世界吧！……

The structure of the magazine is divided into two major districts

1: First. Cultivating area

Four important cultivating items in life

Namely: (1) Spirit (2) Body (3) Virtue (4) Service

2. Thematic district

There are two special topics through special planning

Namely: (1) “Vegan New Age” long period special edition

Because of the health to us of vegetarian diet

Even everything of this whole of earth

All healthily, most gentle treating the most

So worth popularizing it for a long time!

(2) “Monthly special topic”

Plan, write and design with the vision meticulously every month

Thinking, cream, improve life fine piece of writing!

Now, it is edited that please enter our golden lotus flower group

Incline strength improve kind world of heart that make! ……



P.1 開卷精神——  
生命之歌

P.5 金色蓮花雜誌結構——  
誠懇的心· 精密的構思

P.10 封面美境——  
鏡中的佛像

主題開始



### (一) 修練心靈

~心靈的要素：慈愛與智慧  
需要時時砥礪、刻刻修練

P.12 ■ 慈悲之美——  
慈愛的故事~  
老婆婆的那碗粥

P.22 ■ 愛の 晶瑩小語

P.24 ■ 智慧之美——  
金剛經的晶鑽智慧！  
~連載第51回



### (二) 修練身體

~心靈以身體  
為居住之殿堂





P. 32

- 健康之泉——  
流行風潮話黑糖



P. 34

- 美麗之泉——  
英國皇室美膚飲料～  
小麥胚芽檸橙汁

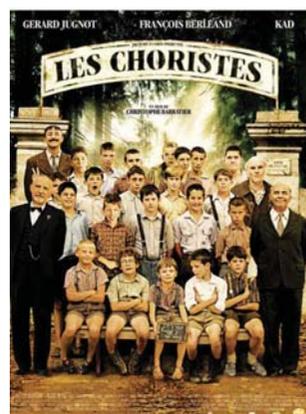


### (三) 修練涵養

～涵養的深度與廣度  
是在為服務作精緻的準備

P. 38

- Movie ——  
電影啓示錄～  
放牛班的春天：  
壞孩子心中有小天使！



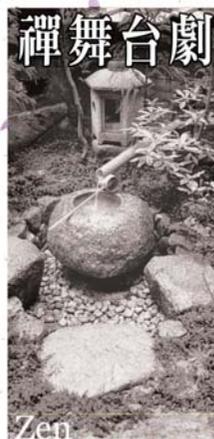
P. 48

- Game ——  
遊戲中的學習～  
模擬市民 2



P. 52

- Drama ——  
禪舞台劇～  
連載第 21 折：頂天立地大丈夫！  
22 折：下山……



### (四) 修練服務

～服務的人生  
是最幸福的人生

摩登菩薩服務形象大特寫！



慈悲最時髦  
智慧最摩登  
而且永不褪流行！

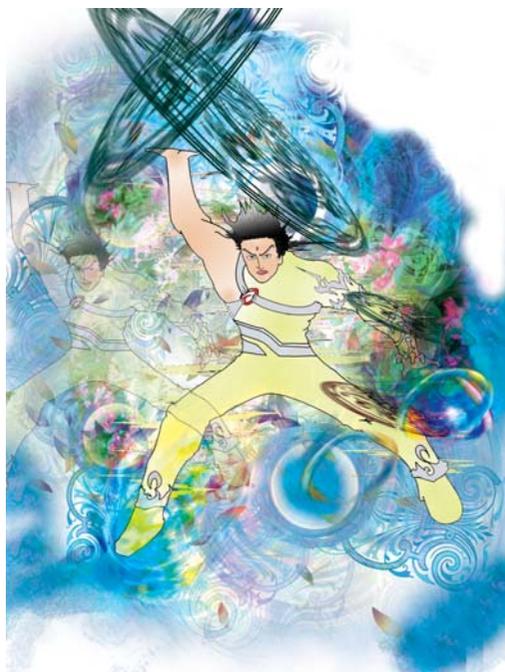
P. 59 ■ 爲了自他的福祉！  
衝破大幻化網的束縛！

P. 60 ■ 力拔山兮氣蓋世  
強身健體愛眾生！

P. 61 ■ 揮慧劍兮斬妄念  
清淨心兮爲蒼生！

P. 62 ■ 練得服務好功夫  
贏得眾生大歡喜！

P. 63 ■ 爲償多劫願  
浩蕩赴前程！



### (五) 素食新時代 長期特別專題

～學佛，是一種摩登！  
吃素，是一種流行！

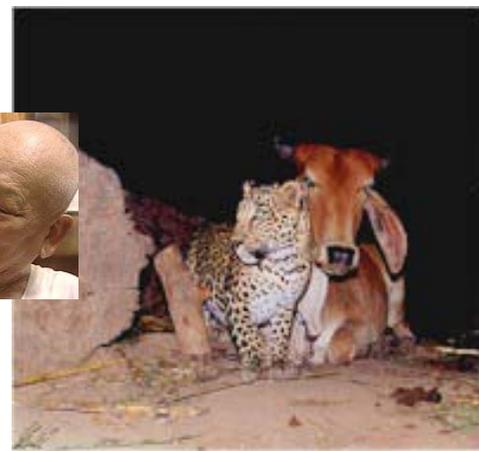
P. 65 ■ 太虛大師的真知灼見——  
佛教不食肉之真理！



P. 70 ■ 太虛大師文章的延伸——  
文中提及：托爾斯泰 & 素食主義



P. 78 ■ 麻吉寵物秀——  
超麻吉的患難真情～  
兩條小金魚



P. 84

- 因果傳奇——  
公雞來搗蛋？



**(六) 本月專題企劃~**  
人生最重要的事！



P. 93

- 一、前言

P. 94

- 二、如果可以選擇答案

P. 97

- 三、所有的答案都通往一個字

P. 98

- 四、生生世世最重要的一件事

P. 101

- 五、一定要學會！

P. 103

- 六、成功=愛

P. 106

- 七、美是愛的同義詞

P. 111

- 八、快樂←愛

P. 112

- 九、完美是愛人過己

P. 118

- 十、成就 是全部實踐了愛！



P. 120

- 專題番外篇之一：愛的格言卡片

P. 124

- 專題番外篇之二：愛之標幟♥漫想



P. 126

- 🌸 心情紀事の頁

P. 127

- 🌸 預約下一次的感動~  
下期預告！



**廣告**

31 善福

56 密宗煙供香

77 法界香雲

83 八國

128 果曦堂 紫金閣 胡秀英





# 封面美境



作品名稱／鏡中菩薩



設計者／鄭秉忠



設計理念／華麗的明鏡

映照出澄澈的天空  
與  
富貴奔放繁花似景  
同時  
更呈現出莊嚴菩薩  
的  
慈悲、智慧、喜捨…



美境詮釋／清澈如水 映照擎天

菩薩之心 宛若明鏡  
心如止水 清靜自在  
慈悲喜捨 智慧空明





# 慈悲之美

慈悲

是最美的情操

慈悲的人

是最美的人

慈是予樂

悲是拔苦

願我們

拔盡自己的苦

也拔盡眾生的苦

亦願我們

給予自己無量的快樂

也給予眾生無量的快樂

願一切的眾生

離一切的苦！

得一切的樂！

慈·悲·之·美——

慈愛的故事～

# 老婆婆的那碗粥

文／慈心花 插畫／蔡承訓 視覺設計／鄭博文



這是一個真實的故事。

就是佛陀十大弟子之一大迦葉所發生感人肺腑的真實故事。

話說當佛陀和諸弟子在舍衛國的時候，在王舍城中，有一位貧困的老婆婆，舉目無親，無家可歸，於是就無可奈何的被悲慘的命運所迫，流浪街頭，餐風露宿。

這位老婆婆實在是太貧窮困乏了，不但三餐不繼，而且幾乎衣不蔽體；白天，就漫無目的在街上遊蕩；晚上，就隨便找個巷弄的角落棲身睡臥；可說已到了貧無立錫之地的窘況，於是



大迦葉尊者

只好日復一日過著向人乞食，有一餐沒一餐的悲苦歲月。

有時候，會有富家的傭人同情她，主動施捨她一些殘羹剩飯，她就會珍惜的用她僅有的一隻缺角的破碗盛著；有時候因為捨不得吃，等到吃時往往都已經酸臭不堪了。

所謂屋漏偏逢連夜雨，對於某些際遇不好的人而言，苦難是接踵而至的；老婆婆由於生活條件實在太差了，所以隨著年紀的增長，身體不但越來越虛弱，甚至也不時生起病來，成爲一個貧病交迫、無依無靠的悲苦老人家……

有一天，大迦葉尊者，來到了老婆婆的跟前。

老婆婆一見是出家人，趕忙撐著病體，站了起來向大迦葉尊者合十。

大迦葉尊者也禮貌的回禮；老婆婆以爲大迦葉尊者只是路過，好心的看看她，不一會就會離去。

卻只見大迦葉尊者托著鉢，動也不動的站著。

老婆婆實在開始感到訝異了，認爲就算是由眼睛的餘光也能觀察到她身無長物，一無所有；難不成今天這位尊者化緣化到她身上來了嗎？

老婆婆大感不解的暗忖時，大迦葉尊者還是托著鉢，一動也不動的站著，完全沒有要離去的意思；不是來化緣不然還是作什麼呢？

老婆婆頓時感到一陣淒涼的窘迫，因爲——因爲她實在沒有什麼東西可以供養尊貴的尊者啊！

老婆婆終於鼓足勇氣，嚶嚶的開口對尊者說道：

敬愛的尊者啊！

不好意思，我實在沒有什麼東西供養給您

您是否到別處去化緣比較好一些呢？

大迦葉尊者露出一個慈祥的微笑說道：

我今天就是特地前來找妳化緣的

老婆婆不解的仰頭看著尊者問道：

我已經是全國最窮的老婆婆了

請尊者不要尋我開心吧！

大迦葉笑著搖頭道：

怎麼會呢？

因爲布施可以感招福報

所以我就是想幫助你解脫貧困之苦

才來的啊！

因爲我是努力修行的比丘





老婆婆生活在命運的愁雲慘霧之中……

所以只要妳隨便供養一些東西  
他日因緣成熟  
必能感召福報現前的！

老婆婆聽了，終於明白尊者前來化緣的用心良苦，由於是第一次有人這樣細膩的關心她，不只是現在來看她，而且還爲了她的後福著想，她感動的連忙不斷點頭道：

好好好好  
我要供養您

可是當老婆婆想要找什麼來供養尊者時，才馬上跌落現實的醒悟，自己可是連一疋像樣的布匹或是一碗白米粥都拿不出來供養尊者啊！想著想著，不禁傷心得淚流滿面，哽咽的對尊者說道：

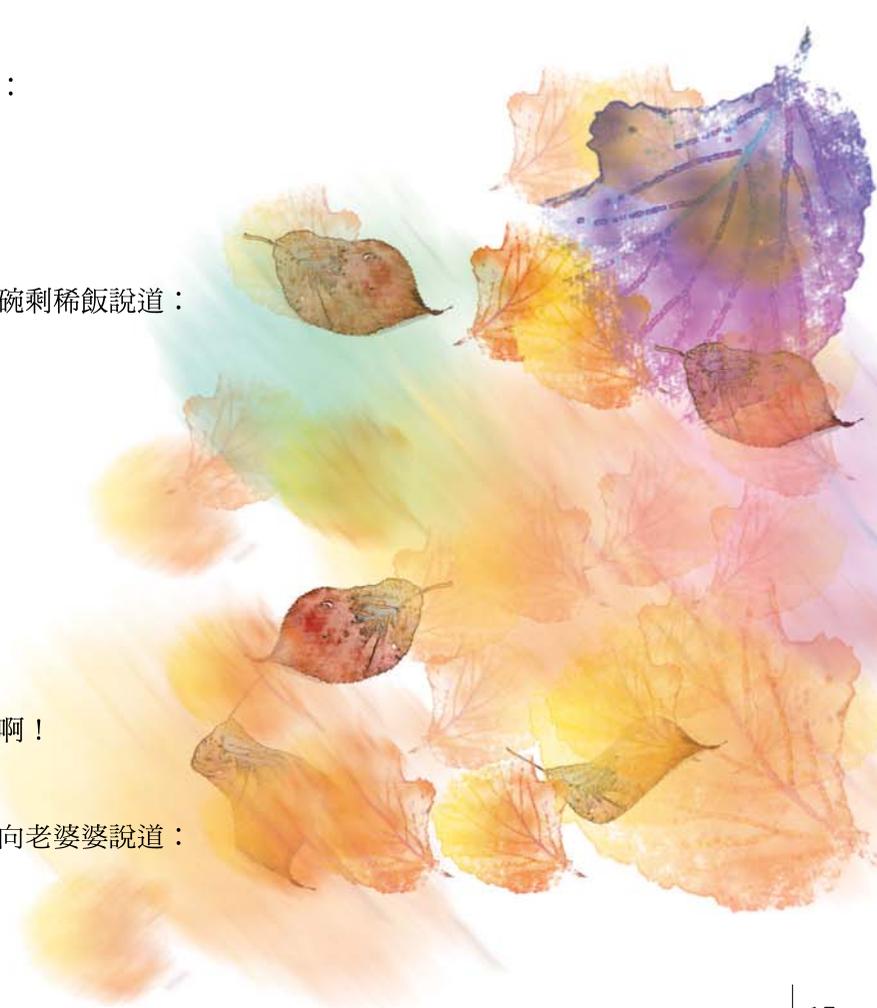
我實在是罪過太深重了  
我——我一無所有  
我沒有任何東西可以供養尊者啊！  
您——您還是請回吧！

老婆婆越說越傷心，回想起自己年輕時也曾經過過衣食無缺的好日子，如今卻落得如此孑然一身、晚景淒涼，越想越難過，不禁悲從中來的嚎啕大哭起來……

尊者用充滿同情與憐惜的口吻接口道：  
老婆婆  
不要再難過了  
妳並不是一無所有啊！  
接著指向老婆婆身邊用破碗盛著的那碗剩稀飯說道：  
就把這碗粥布施給我吧！

老婆婆聞言大驚失色，連忙搖手道：  
不不不不  
我不能供養這樣的粥給您  
這樣實在太辱沒尊者您了！  
因爲——它已經發出味道了！  
只適合我這個卑賤的老太婆自己糊口啊！

大迦葉尊者唇邊漾出更溫柔的微笑，向老婆婆說道：



不要緊的

我們偉大的佛陀曾經開示

——眾生平等

既然老婆婆妳能吃

我大迦葉一樣也能吃啊！

老婆婆澈底的被感動了，完全明白這一剎那的大迦葉尊者是愛眾生超過了愛自己，於是眼中噙著淚光，用發抖的雙手，捧起那碗已經發出酸臭味的粥湯，恭敬的遞給了尊者。

大迦葉尊者溫柔的接過這碗酸臭的粥，然後從容不迫的、眉頭也不曾皺一下的把那碗粥給喝了。

就在大迦葉尊者平和的喝完最後一口粥時，老婆婆感激涕零、不能自己的噗通一聲跪了下來。

慈悲的大迦葉尊者，感動了老婆婆



來說：

您實在是太慈悲了！

我感恩您啊！

大迦葉尊者溫柔的扶起老婆婆，再幫她安置好坐下，然後說道：

妳身體不好

趕快歇著吧！

說罷便轉身翻然而去，留下了對未來開始生起無比信心的老婆婆，蒼老的容顏上閃耀出希望的光輝。……

她伸出顫抖的雙手，供養了一碗粥……





## 後記

老婆婆後來往生  
切利天宮，  
作了美麗的天女，  
有一次她念起前生的福業，  
想起了大迦葉尊者的恩惠，  
還會下降人間散花於尊者身上……



## 看後的感動

老婆婆實在太可憐了  
大迦葉尊者也實在太慈悲了；  
願一切的人們皆遠離貧窮之苦！  
願普天下的人皆如大迦葉尊者一樣慈悲！

## 大迦葉小檔案

大迦葉聰明過人，對於學過的書畫、天文、算術、文學等，無不精通。大迦葉幼年時就與一般的孩童不同，喜歡離群獨居，厭惡五慾。出家後專修頭陀苦行，所以被譽為佛陀座下苦行第一的弟子。同情貧窮人，行乞時總是遠避富豪之家而選擇貧窮之家。💧

# 愛の晶瑩小語

文案／清風明月 繪圖／蔡承訓 視覺設計／夢中水廊

上進就是——愛盡天下蒼生！

什麼是頹廢？  
沒有愛 是最大的頹廢  
什麼是不頹廢？  
心中充滿愛 就是不頹廢

大精進就是——  
完全實踐了愛！

以德報怨  
——  
是正確的生命態度

一切以愛的實踐為規劃  
就是最好的規劃

依循愛來過日子  
就是對的

每天都以愛為實踐的目標  
就是最好的過日子方式

一定要對每一位眾生  
充滿了愛  
這才是真正的菩薩

強大的愛  
雷霆萬鈞的愛  
堅持到底的愛  
永不改變的愛  
只有這樣的愛——  
這樣通過嚴苛考驗  
而依然清吐芬香的愛  
才是真正的菩薩之愛

正確就是  
凡事都以愛為依歸

# 金剛經 的晶鑽智慧!

The Wisdom of the Brilliant Diamond for  
**THE DIAMOND SUTRA**

— 連載第51回 —



## 第一顆晶鑽：前言之鑽！

金剛經—

這部震爍古今的重要經典！

透過此經

我們可以學到生命的大智慧！

光是那膾炙人口、燦爛如太陽的著名經偈—

一切有爲法

如夢幻泡影

如露亦如電

應作如是觀

就以充滿晶瑩美感的譬喻

夢·幻·泡·影·露·電

慈悲的充份傳授我們—

對一切

不執著

以及

對萬事萬物的本質

了悟豁達

的大智慧！

因爲

人生在世

不如意事十常八九

如果我們很在意、很執著

就會活成一個很痛苦

遠離快樂與幸福的生命

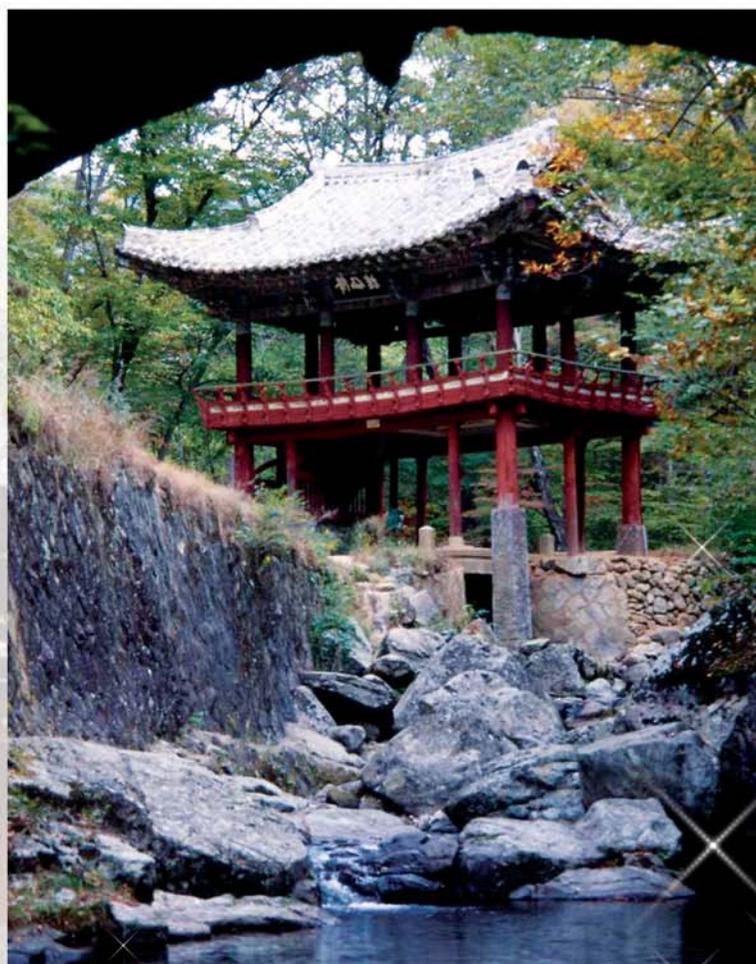


而這樣的生命  
對利己已有困難  
就難以再為眾人  
創造利他的大利益了

所以  
爲了利己 也爲了益人  
我們宜學會  
不在意、不執著、洞悉本質  
金剛鑽般、無堅不摧、無難不克的  
超級生命大智慧！

才能真正自利利他  
完成生命的莊嚴使命

因此  
金剛經是智慧的大寶藏  
取之不盡 用之不竭  
字字句句 都 晶瑩燦美  
閃耀出啓迪生命的光輝  
值得我們努力的挖掘  
勤奮的修煉！



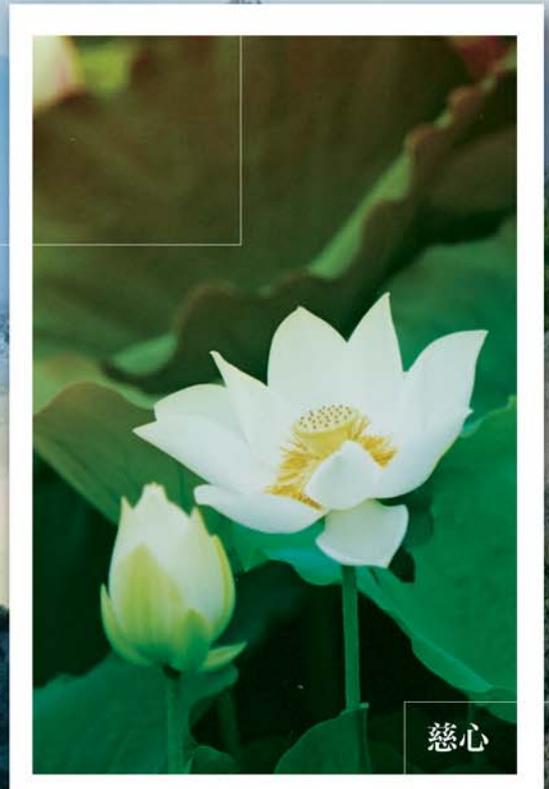
# 般若大智慧

## 第二顆晶鑽：經文之鑽！

須菩提  
所言法相者  
如來說即非法相  
是名法相  
須菩提  
若有人  
以滿無量阿僧祇世界七寶  
持用布施  
若有善男子善女人  
發菩提心者  
持於此經  
乃至四句偈等  
受持讀誦  
為人演說  
其福勝彼  
云何為人演說  
不取於相  
如如不動

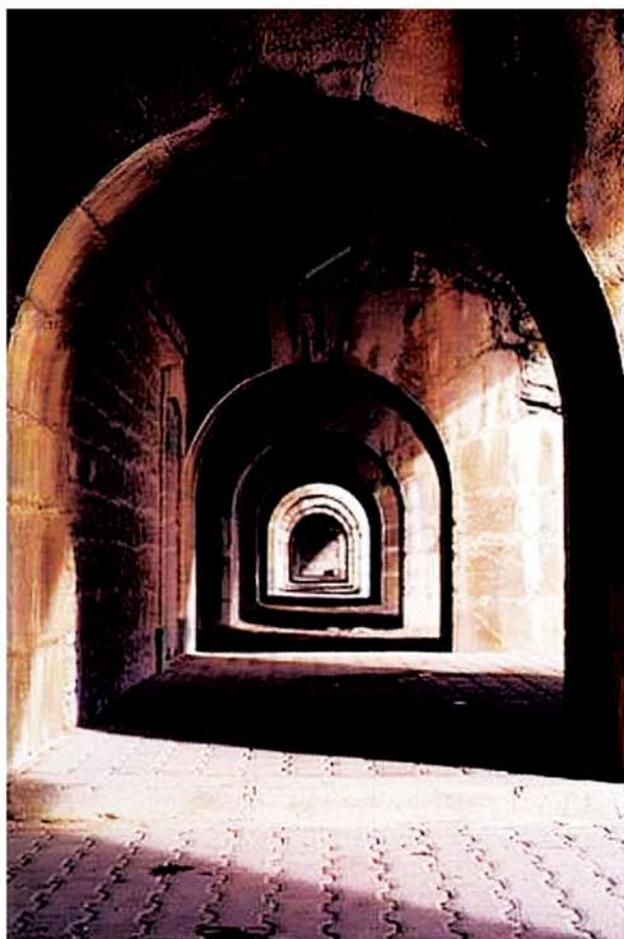
## 第三顆晶鑽：解讀之鑽！

一個大乘的菩薩道行者，  
不能執著於任何的外相，  
必須盡力時刻保持在  
“如如不動”的狀態。  
而且  
不止自己做到，  
還要隨緣說法，  
把這重要的解脫知見，  
廣為宣說。



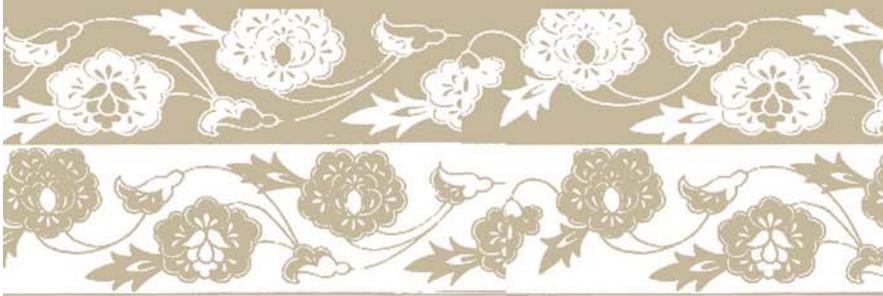
慈心

因為  
佛法最殊勝不共之處  
即在於  
“空”的智慧；  
所以  
唯有掌握了  
佛陀四十九年  
辛辛苦苦說法的這個重點，  
才不辜負世尊的諄諄教誨啊！  
這個世界是一個五濁惡世，  
尤其末法時代，  
真是讓恢復靈性的修行人難以忍受，  
因為熾盛的五毒之火  
燃燒的非常劇烈，  
貪嗔痴慢疑的磁場非常的強大，  
連修行人都難免受到巨大的影響，  
一樣變得懶惰而剛強。  
但是啊！  
再怎麼說，  
末法還是有法，  
總比沒有法要好上千百萬倍，  
何止以道里計！  
故我們身為佛子，

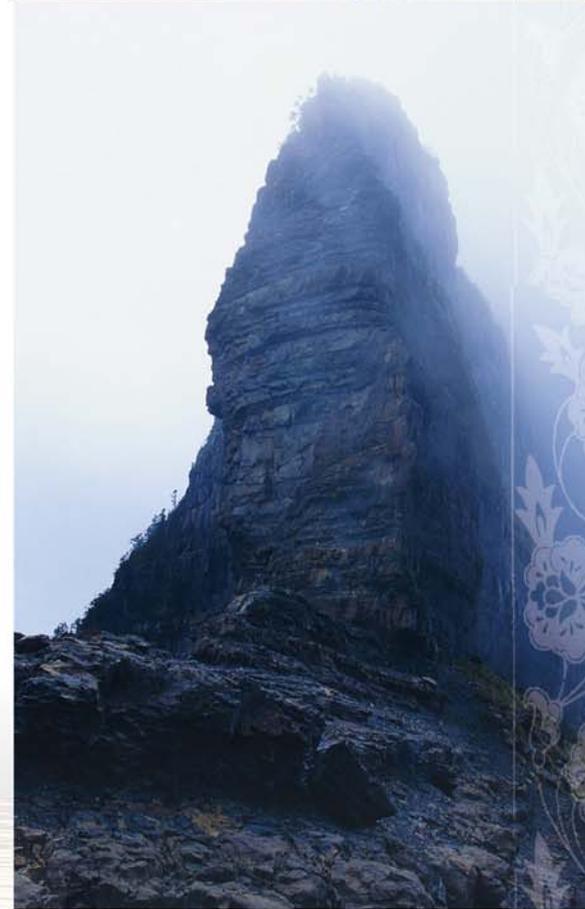


空





尤其是身為大乘菩薩道行者的佛子，  
一定要深深明白佛法的真理，  
更要把佛法的真理讓每一個人明白。  
因為，  
這個真理與每一個人息息相關——  
世界之所以擾攘不安，  
人們之所以憂悲苦惱，  
都是因為不明白這個真理所致。  
那麼，  
明白了佛法的真理，  
就可以讓世界不再擾攘不安了嗎？  
真的，  
這是千真萬確的事實。  
世界的混亂來自於人心的混亂，  
人心的混亂來自於內心沒有方向，  
不明白生命與生存的意義，  
於是多半走向自我麻醉或自我毀滅之路，  
試想如果反其道而行，  
不正是走向人心安定、世界和平之路了嗎？  
而佛法提供的，  
正是這一帖救世界的良方，  
那麼，  
難道不是每一個人都需要服用了嗎？



**第四顆晶鑽、第五顆晶鑽．．．．．無量晶鑽：都在金剛經中！**

—時時吟詠·牢記在心—

一切有為法  
如夢幻泡影  
如露亦如電  
應作如是觀

本期書法字體：魏碑體·集字

健康之泉

# 流行風潮話黑糖

報導／返璞子 攝影／鄭秉忠 視覺設計／湛藍天光



黑糖也叫紅糖或紅砂糖；是近幾年健康食品的流行新寵兒，其中又以產自沖繩最有名。

那麼，它到底有那些養生的價值呢？

## 營養成份

含葉黃素、葉綠素、胡蘿蔔素、礦物質、維生素、鈣、鉀、鐵、鎂、葉酸、微量元素等。

## 製造來源

是從甘蔗或甜菜中提取的粗製糖，一般都與白砂糖、黃砂糖、冰糖一樣，主要原料來自於甘蔗；差別在於製作過程中，黑糖的精製程度比較低，反而保留了較多的營養





成份。

### 當紅的原因

因為在糖類中，最符合營養專家一直在大力提倡的回歸自然、盡量粗製的食品；而黑糖正符合了這樣的養生概念；再加上日本沖繩縣的長壽村裡，飲食中就包含了這天然的黑糖，所以就推波助瀾的成為健康食品新話題。

### 中醫記載

性味：甘甜、溫潤、無毒。

歸經：入肝、脾。

功效：潤心肺、和中助脾、緩肝氣、解酒毒、補血、破瘀。

主治：心腹熱脹、口乾欲飲、咽喉腫痛、肺熱咳嗽、心肺及大小腸熱……

### 色澤由來

黑糖之所以是紅褐、青褐、黃褐、赤紅、金黃、紅黃、棗紅等多種顏色，是因為內含棕色物質“糖蜜”的緣故。

### 黑糖的運用

- 取代白糖等精製糖，不但健康又美味。
- 可代替精製糖果，成為健康營養的甜品。
- 可製成傳統風味的黑糖糕點心，增添甜點風采。
- 對女性的生理期健康特別有幫助，尤其是經痛的人；可加老薑煮成黑糖薑茶。
- 使用適量黑糖水，可使產婦身體得到補養。
- 綠豆黑糖湯可作為清熱解毒與補中活血

的不錯選擇。

■ 可將黃耆30g、粳米100g、陳皮6g及黑糖30g，入鍋加水煮成益氣養顏的“黃耆黑糖粥”

■ 若受風寒而引起頭痛，可用川芎6g、綠茶6g及適量黑糖煮成茶水飲用，能加速血液循環、驅散寒氣、緩解疼痛。

■ 當腰不慎扭傷；還可將黑糖調和鮮薑、胡椒粉及陳醋作為外敷治療。

### 注意事項

任何再好的東西，過量都未必適宜，黑糖亦不能例外；故糖尿病、高血壓及腎臟病及正在控制體重的人，宜限制或避免食用。中醫則認為凡是口乾舌燥、食慾不佳及容易生痰者，皆不宜使用黑糖。



黑糖塊



黑糖牛奶糖



美麗之泉~



# 英國皇室美膚飲料

文/花想容 視覺設計/夢中水廊~憶



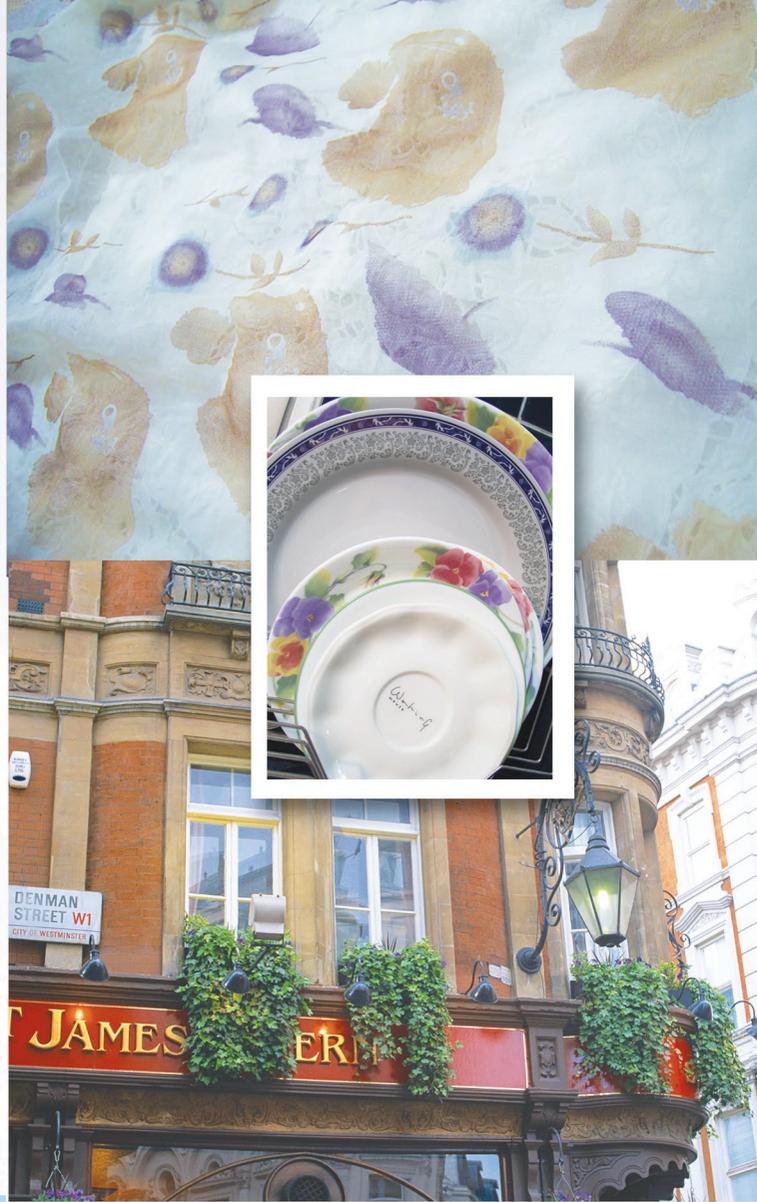
England Tea Time

雲想衣裳花想容  
春風拂檻露華濃  
若非群玉山頭見  
會向瑤臺月下逢

愛美是人類的天性，更是女性的特質；  
即使是皇室的女王或公主，亦不例外。

本期“美麗之泉”專欄要介紹的是——  
英國皇室美膚飲料：小麥胚芽檸檬橙汁。這是  
英國皇室伊麗莎白女皇與瑪格麗特公主等的美容秘方，所以這款飲料曾常出現於皇室的  
餐桌上。

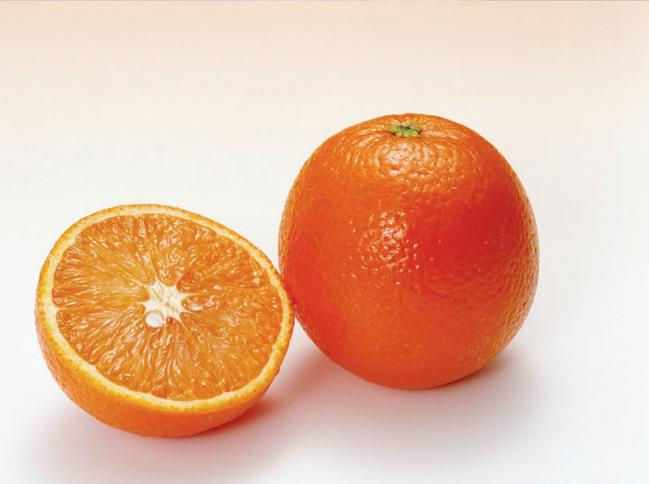
這個美膚飲料之所以公開，是因為曾任  
英國皇室主廚多年的艾瑪米基(Alma Mckee)  
太太，在她出版的“侍候女皇進膳”一書  
中，記載了這個秘方——



我們提倡養生美容

就是要美麗  
也要健康！  
而且更提倡  
心美人才會更美  
因為  
一顆美麗的心  
永遠是  
美麗的真正泉源





### 素材～

- (1) 小麥胚芽粉：1/2杯
- (2) 沸水：10杯
- (3) 檸檬：1個
- (4) 柳橙：6個
- (5) 紅糖或蜂蜜





## 作法～

- (1) 將小麥胚芽粉置於平鍋中，加入沸水後加蓋；再低溫慢煮1小時。
- (2) 榨好檸檬汁與柳橙汁，待用。
- (3) 將煮過的小麥胚芽水過濾。
- (4) 在過濾過的小麥胚芽水中加入紅糖或蜂蜜。
- (5) 再加入檸檬汁、柳橙汁。
- (6) 置於冰箱中保存，隨時取用。

本品美容功效：美化肌膚

本品養生功效：淨化血液

## 美麗的研究～

矽一向被稱為美容的礦物質，是維護烏黑亮麗的秀髮不可缺席的元素，並可促進指甲的成長與光澤，且可創造美目盼兮的亮潤明眸；而小麥胚芽與蜂蜜中正是含量豐富。💡

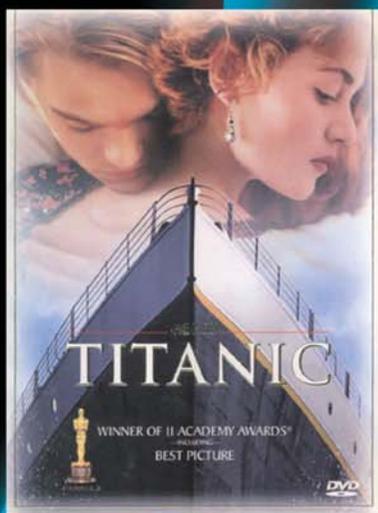


雋永的畫面

深刻的對白

觸動了

我們的靈魂深處



# 電影啟示錄

是娛樂 也是學習  
在輕鬆的氛圍中 豐富了我們的人生

撰文/影舞者 資訊蒐集/鮑達聽 視覺設計/鄭博文

圖片提供/雷公、博偉、UIP、二十世紀福斯影業、Warner Bros、中環

每一部電影

都是一個人 或一群人的

生命片段

有的幸福、喜感

或幽默

也有的崎嶇 不幸

甚至令人落淚

但無論什麼樣的剪影

只要我們用心

咀嚼回味一下

就會發現

燦爛的光影中

竟蘊涵無數的啟示……

2004 上半年法國票房總冠軍——

# 放牛班的春天

## 歌聲的啓示：壞孩子心中有小天使！

本片榮譽：感動法國八百萬觀眾！

創下相當 24 億台幣票房佳績！

原片名：LES CHORISTES(法文·直譯：合唱)

類 型： 劇情片

片 長： 95 分鐘

分 級： 未分級



導 演： Christophe Barratier ( “小宇宙”、  
“喜馬拉雅”和“鵬程千萬里”製片)

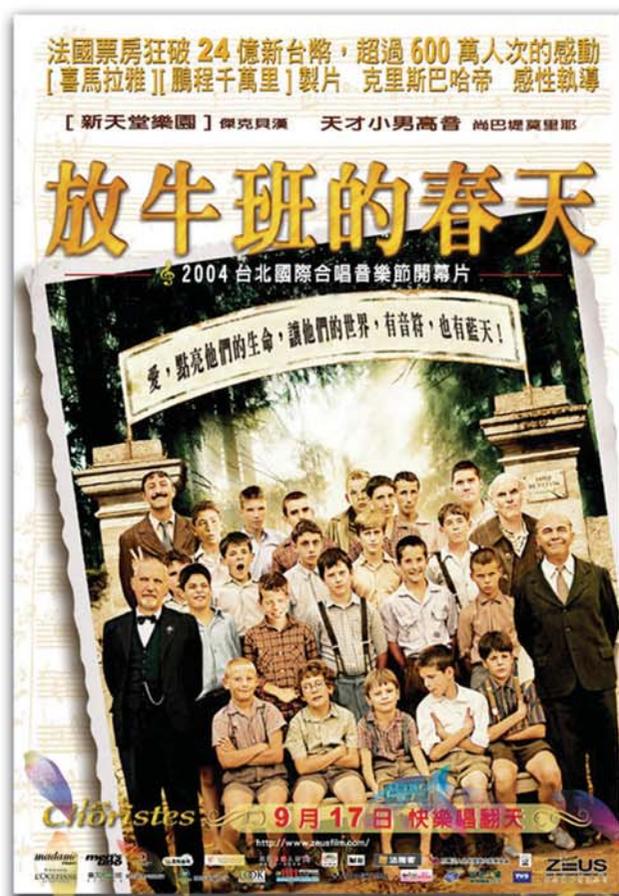
演 員： Gerard Jugnot (法國家喻戶曉實力派男  
星)， Francois Berleand ( “玩命快  
遞” )， Jacques Perrin ( “新  
天堂樂園” )

發行公司： 雷公電影

上映日期： 2004-09-17

電影故事之吉光片羽：

一個泛黃的日記本，讓聞名全球的指揮家，喚





醒兒時的點點滴滴……

那年夏天，馬修老師踏進鳥不生蛋的輔育院，任務是輔導一群無可救藥的孩子。這間輔育院的院長是「鐵的紀律」的擁護者，校規嚴厲連馬修都嚇到。平常學校內沒啥娛樂，無意間，馬修老師發現了這一群孩子有著唱歌的潛能，便突發奇想，完成一個不可能的任務—組合唱團…，但受到鐵血校長的阻撓，他真的能成功嗎？

但是1位好老師，勝過100個好警察！正因他們的不放棄，挖出叛逆外表下的善良和潛力，小天使才能高聲歡唱生命之歌。即使沒有父母，擁有馬修這般讓人感念一輩子的老師，誰說問題孩子沒有希望？新老師馬修面對的不是普通學生，而是一群被大人放棄的野男孩：有來自低收入家庭的、有過度頑劣被家裡趕出來、還有雙親戰死的孤兒……。而輔育院院長崇尚「鐵的紀律，凡調皮搗蛋者，皆關禁閉」，校園儼然成為地獄！菜鳥老師雖然常被整得團團轉，但仍選擇背著院長，硬是要將學生組一個合唱團。馬修用音樂啟發孩子的潛能，還教導生命的真諦。夏天過了，野男孩個個成為發光的小天使，並擁有一生受用不盡的珍貴寶藏。

看後感想：

——三個朋友連袂看電影！



第一個朋友／電玩小子—

片中的靈魂人物馬修老師，如果沒有他的出現，這放牛班是不會有春天的。這間輔育院也因為馬修老師的出現也有了360°的轉變。那一種教育方式是最好的呢？看了本片之後覺得發自內心真誠的愛與付出，是最好的方式！

莫翰奇由烏鴉變鳳凰，院長眼中的「天使的臉龐，魔鬼的心腸」，卻是馬修老師眼中的一顆美鑽！

第二個朋友／美學高手—



# LES CHORISTES

## LES CHORISTES

放牛班也會有春天？劇中的菁華之處是小男孩們在馬修老師的細心與愛的調教下，成為了彷彿天人下凡的天樂美聲，尤其是莫翰奇天使般的臉龐下唱出讓人有心神寧靜的感動，隨著純靜之音迴響在你我的心底，這真是天使在唱歌啊！



第三個朋友／退休老師—

以體罰來教導學生，只有使學生變得自暴自棄，甚至於更頑劣。用愛心、耐心以音樂來教導學生，使他們有了一百八十度的大轉變，脫胎換骨，真是使人驚喜，快慰。

堅強劇組陣容：

才氣導演／克里斯巴哈蒂 Christophe Barratier

本片是法國導演克里斯巴哈蒂一鳴驚人的導演處女作。具有正統音樂訓練背景的他，曾與老搭檔賈克貝漢共同製作“小宇宙 Microcosmos”、“喜馬拉雅 Himalaya”和“鵬程千萬里 Traveling Birds”等叫好又叫座的影片；其中“小宇宙”與“喜瑪拉雅”更曾榮獲法國凱薩獎最佳電影音樂獎！巴哈蒂跨足電影界之前，曾擔任10年以上的音樂製作人，無怪乎他能將本片的音樂元素運用自如。影評更讚譽“放牛班的春天”劇情堆疊感人至深，又能深深觸動那些曾在成長過程中親身經歷填鴨式教育的人。

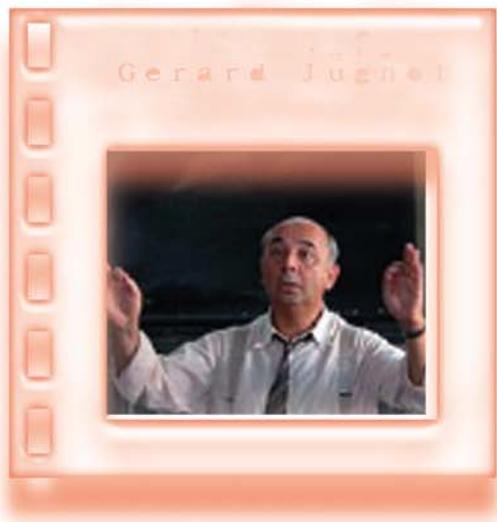
多藝製片／賈克貝漢 Jacques Perrin

於1957年名的男主角，年代時他除了由他監製的金像獎，之後“新天堂樂紀錄片電影〔鵬Birds，廣受好班的春天〕監出；表現可圈



開始參加電影演出，之後成為歐洲相當著於1966年贏得威尼斯影展最佳演員獎。80演員身份外又積極參與製片工作，1975年Black and White in Color獲得了奧斯卡他還在1988年獲得奧斯卡最佳外語片的園”中扮演成年多多一角。去年他又執導程千萬里〕Traveling評。今年他再度擔任〔放牛製，並在片中也參與演可點。





實力派演員／吉瓦傑諾 Gerard Jugnot

把一個內在充滿愛心與音樂才華，外表普通又有點老實頭的好老師，演得誠摯又感人；他是一個勤勤懇懇的實力派演員，從影多年，在法國可謂家喻戶曉，已演過七十餘部電影。

亮眼童星／尚巴堤莫里耶 Jean-Baptiste Maunier

“放牛班的春天”裡桀傲不馴的小男高音莫翰奇～尚巴堤莫里耶，擁有清新明亮的天籟聲嗓，試鏡時即一鳴驚人，是本片最值得觀注的。劇中不屑參加合唱團的他，老喜歡掃地時偷偷哼唱，馬修老師意外撞見驚為天人。一場獨唱戲，歌聲好聽到連雞皮疙瘩都起立鼓掌，餘音繞樑不止三日。自 2004 柏林影展至法國正式上片，媒體均忍不住讚賞他的歌聲宛如天籟，並美稱為“如皇冠上的寶石般亮眼”；至於合唱團的演出，更被譽為媲美「維也納少年合唱團」。



網路上七嘴八舌：

——出自該片網站“網友發燒區”

Name: Sofi

我今天剛看完這部片，而且反覆看了三次，是我目前所看過最深入我心的影片，讓我整個早上感動的淚流不止。讓我了解，教育的目的就是如此。還有裡面的歌聲和音樂實在太好聽了！

Date: 2004/11/7

Name: Constance

這裡面的馬修老師是一個很真實的人物，也有自己的迷惑與困難，但是他對人性善良的相信與音樂教育的堅持是很感人的。的確，我們一生中與良師相處的時間也許不多，也許過程中有衝突，但是，回首一看，老師的引領就是我們生命轉彎處的契機。

Date: 2004/10/9





Name: 2046

歌真的好好聽，我也是今天看完就去買原聲帶了，不過沒有中文翻譯覺得好可惜，我也覺得看電影時，那些歌詞真的很美，尤其那首抒情曲，提到在天空飛翔之

類的，學生們在射紙飛機時唱的那首，超好聽，在戲院聽到時，眼淚差點奪眶而出，特別想要那首歌的中文翻譯。

Date: 2004/9/18

Name: Breeze

我好喜歡最後老師離開時，學生手伸出窗外揮手那一幕，在反鎖的教室裡高聲的唱著回憶著，讓我一直不斷地擦眼淚真的好棒好棒！能夠看到一部觸動心弦的好電影真是太美好了～我也會大力向朋友推薦的～不可錯過喔～

Date: 2004/9/16

Name: Momo

我要給你們拍拍手～真的很好看！！我旁邊的老師們一堆都在啜泣，一掃原以為會是春風化雨的續集陰影。可是我的海報被大雨淋濕了全黏在一起，不過我還是會跟我們學校老師大力廣播的！！至少我的兩位室友打算要去看了～期望你們繼續放映下去喔！



我是小小小……代課老師。

Date：2004/9/15

Name： Eva

很久沒有一部電影是可以在我心理停留這麼久了……

就像前面一位朋友說的——每個人心理都有一個受傷的小孩；而這部電影就是你最好的安慰，走進戲院你想得到的是什麼？除了Hollywood式的感官需求，您還可以選擇“放牛班的春天”，滿足每一個渴望被安慰的心靈，感謝雷公引進這麼好的影片。

Date：2004/8/17

Name： 侯文詠

“放牛班的春天”沒有漂亮的演員、場景，只有簡單的劇情，動人的音樂。

這麼樸實的電影，卻打動我們最深。

Date：2004/8/16

Name： 柯志恩

身為教師，看完此片，心中揚起『不信春風喚不回』的感動，期望我們的教室處處充滿春



# LES CHORISTES



天。

Date : 2004/8/13

Name: 李立群

近來看了一部老少咸宜的好電影，法國片，好看！在又哭又笑當中，自然而真切的感受到，這個世界並沒有永遠的黑暗，生命的一切終究是美好的，值得經歷的。

電影的笑聲裡，有智慧、有性情、有寬容、有戲謔，林語堂一再描述的「莊嚴和幽默」大概就是這樣吧！偶而兩三聲笑聲，就像穿雲而出的陽光。 哈哈哈哈哈！ 一部值得推薦的好電影，難得！

哦！對了，它的名字叫“放牛班的春天”。

Date : 2004/8/13

Name: 楊曼芬

片中所有演員自然生動的演出，簡直讓人覺得那不是戲，而是生活，存在於法國某個小鎮角落的真實生活，不過，僅僅欣賞“新天堂樂園”男主角賈克貝漢在此片中詮釋的演技，聽「天才小男高音」尚巴提莫里耶美妙的歌聲，就值回票價了。

我想，「放牛班的春天」是一部老少咸宜又適合閤家觀賞的優質電影，正常家庭的孩子看了，會慶幸自己擁有的幸福更珍惜眼前，家庭殘缺的不幸孩子看了，會感同身受轉而立志向上，最寶貴的是，家有叛逆青少年的父母，從這部電影裡，可以覓得如何用「愛」來和孩子溝通的啓示，不刻意不矯情，真心真意地被孩子接受。因為發自內心的真愛，沒有人能抗拒，愛，足以融化一切，點亮每一個人的生命！

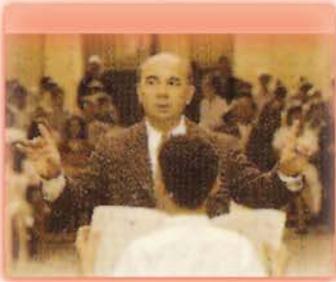
Date : 2004/8/13

Name: 藍祖蔚

好電影總能讓人唇角上揚，“放牛班的春天”卻讓你不只唇角上揚，更是眼眶泛紅，既讚歎又歡喜地走出戲院。

Date : 2004/8/13

Name: 陳念萱



導演把孩子眼中沒有是非只有真情的世界詮釋的淋漓盡致。是一部師長都必須看的好電影，感人肺腑。

Date：2004/8/13

Name： 朱利安

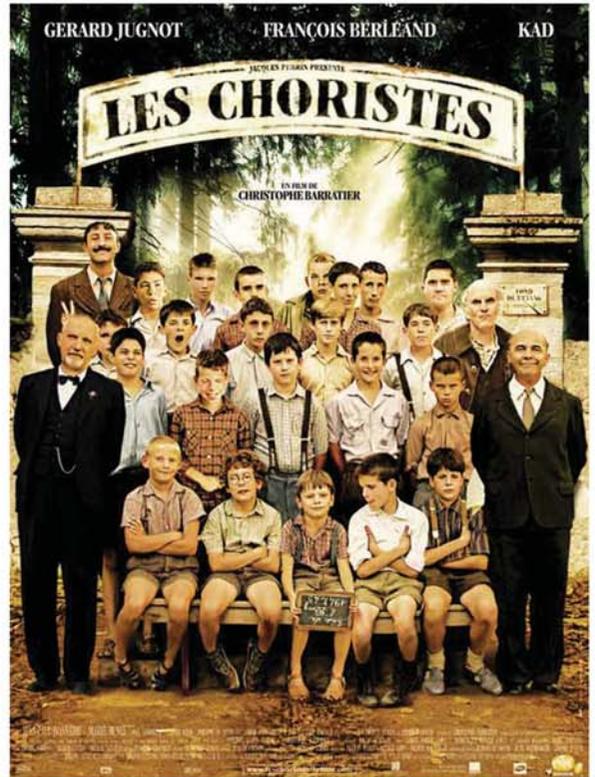
每個人心中都有一個受傷的小孩，本片正是對他們的召喚。

Date：2004/8/13

Name： 韓良露

一部關於愛和關懷的電影，在青春的迷惘和傷痛之中，表現出希望的微光，讓你熱淚盈眶，也讓你開懷大笑的好電影，看後會重拾對生命的信心。

Date：2004/8/13



佛法的延伸：

這部好片，最起碼可以引發教育上兩個值得深思與探討的問題——

(一) 怎麼樣才算是一個好老師？

本片提供的答案：內心誠懇充滿愛。

(二) 要壞到什麼樣的程度算是無可救藥的壞孩子？

本片提供的答案：沒有所謂真正的壞孩子。

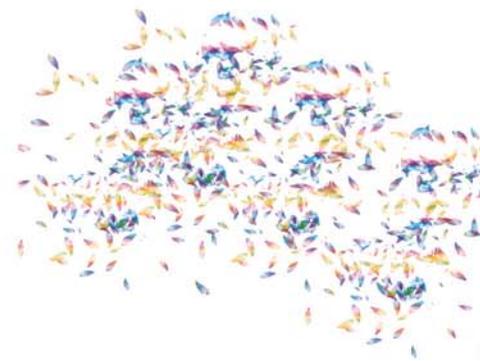
事實上，佛家所言：“眾生皆有佛性”已為以上的問題提供了圓滿的答案。

因為，既然眾生皆有佛性，那麼就沒有所謂的壞孩子，因為每一個人的心中都有佛性——亦即美善的元明自性；那麼，不論大人或小孩，都可能在“無明障蔽、業力纏牽”之下，一時為惡或一世為惡；但其實其內在則永遠都是清淨的。

這個論點太重要、也是太有希望了；因為老師會容易原諒學生，壞小孩也不會被徹底放棄了。

而且佛法還有一個更令人充滿希望的論點——就是“一闍提成佛！”意思就是極惡之人到最後也可以成佛作祖，只是他由壞人變好人再成佛的歷程是漫長多了就是了；不過終究是會成就的！！

偉大的佛理，實在鼓舞了每一個人，不論他是貧是富，是美是醜、是聰明或愚笨、是乖或不乖……統統一視同仁，無分軒輊的予以包容與眷愛，果真是我佛慈悲、眾生平等啊！🙏





# 遊戲中的學習

全球 10 天內銷破百萬套驚人記錄！

## ——模擬市民 2

資料收集／蔡承訓 編撰／雪之靜 視覺設計／湛藍天光  
 圖片、資料提供／美商藝電、巴哈姆特電玩資訊站

遊戲名稱 模擬市民 2 中文版  
 遊戲原名 The Sims 2  
 製作廠商 Maxis  
 代理發行 美商藝電 / Electronic Arts  
 遊戲類型 策略模擬  
 官方網站 <http://thesims2.ea.com.tw/>



## 遊戲賣點：

《模擬市民 2》成爲 EA 史上最速銷售破百萬套的遊戲！

在全球上市後的 10 天內即銷售破百萬套驚人數字，也因此創下 EA 的一項新記錄——成爲 22 年來 EA 史上銷售最快速破百萬套的遊戲；在台灣地區也創下 10 天內 3 萬 5 千套，夠噲吧！

### ◆開創模擬市民的美麗人生

“史上最暢銷的遊戲之一”。《模擬市民 2》玩家第一次可以控制創造出來的模擬市民，享受他的一生。而每個生活中的選擇都會對模擬市民的人生，產生相關性的影響。

自我選擇模擬市民的美麗人生：大富翁、明星、美滿家庭、文學家、或浪漫愛情……



### ◆真實

GAME 中的模擬市民對其他模擬人和所在環境更有感受力與互動。透過更真實細膩的肢體動畫和首次呈現的臉部表情變化來表現情緒和感受。市民的外貌也會隨著時間流逝而改變。除了成長變老之外，花太多時間在沙發上看電視的模擬人也會養出肥肚，而常健身的模擬人則會擁有結實的肌肉。

### ◆立體 3D 化

創造市民的功能也比前作更爲強大，創造介面 (Create-A-Sim) 創造出獨特的模擬市民，自訂模擬人的臉部特色與設定 DNA。工具配有許多臉部特色、髮型、化妝、基因選擇和服裝供玩家選擇搭配。用全新 3D 化的建築、和家具選項，創造設計出您夢想中的房子和社區吧！

#### ◆ DNA

創新的基因特色，模擬市民現在能將DNA傳給後代，並遺傳身體特徵和人格特性。提供玩家更逼真且具深度的模擬市民經驗。看著模擬市民從嬰兒成長到壯年到老人並遺傳到下一代。

#### ◆ 說故事模式

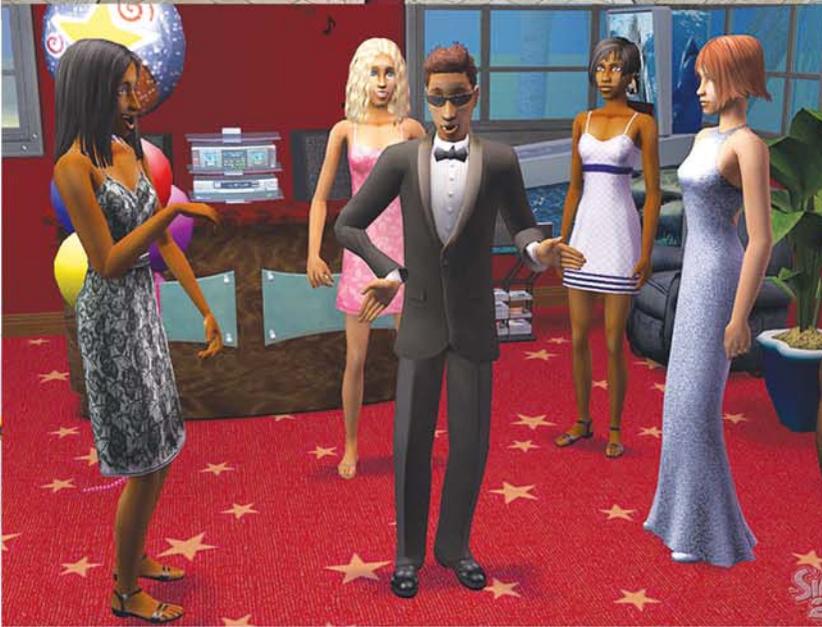
利用全新的電影拍攝特色，創造自己的模擬市民影片。創造卡司、配置佈景、控制攝影機、以及捕捉您自己的影片。用全新的攝影機拉近鏡頭觀看每個細微的細節。取得玩家自創內容非常容易，並可開啓無限的自創選項。它擁有所有原作家庭相簿的功能，但還有更多強大的故事管理和展示能力喔！

#### 打 GAME 後感言：

無論在視覺畫面、音樂音效、遊戲設定、耐玩度、流暢度和原創性都有一定的高水準表現，比起上一代，耐玩性更強，更多的事件突發。細膩的人性化演出，例如GAME中人物懷孕時真的會“大肚肚”，連嘔吐也做出來了！

唯一的不圓滿的是系統要求過高，配備等級低的就不能好好享受效能全開的優質畫面了。

但確實實現了現實生活中許多不可能的夢想，滿足了玩家的感官，來盡情的享受各種美麗人生！



### 佛法妙想：

事實上，最美麗的人生是在淨土！

淨土是指以菩提修成之清淨處所，為佛所居之所。全稱清淨土、清淨國土、清淨佛刹。又作淨刹、淨界、淨國、淨方、淨域、淨世界、淨妙土、妙土、佛刹、佛國。

淨土中最有名的極樂世界，又作妙樂、安樂、安養、樂邦，為淨土宗所特別重視之西方淨土。此淨土乃指由菩薩所修之因行而感果報之報土；或指佛為救度眾生而假現之應化土；或指位於西方，經過十萬億土，於彼方實有之淨土；或更指於眾生心中所現之淨土等，有種種不同之說法。至於他方之淨土，則還有藥師佛之東方淨琉璃世界等。

事實上，以唯心淨土的修持眼光而言，到了空性，就等於到了淨土。

也可以說，淨土的通道，不是飛機，也不是火箭，是我們心中的空性之道。

至於，通往淨土，或通往地獄；所有的門，都在我們的心中，端看我們要打開那一扇而已。

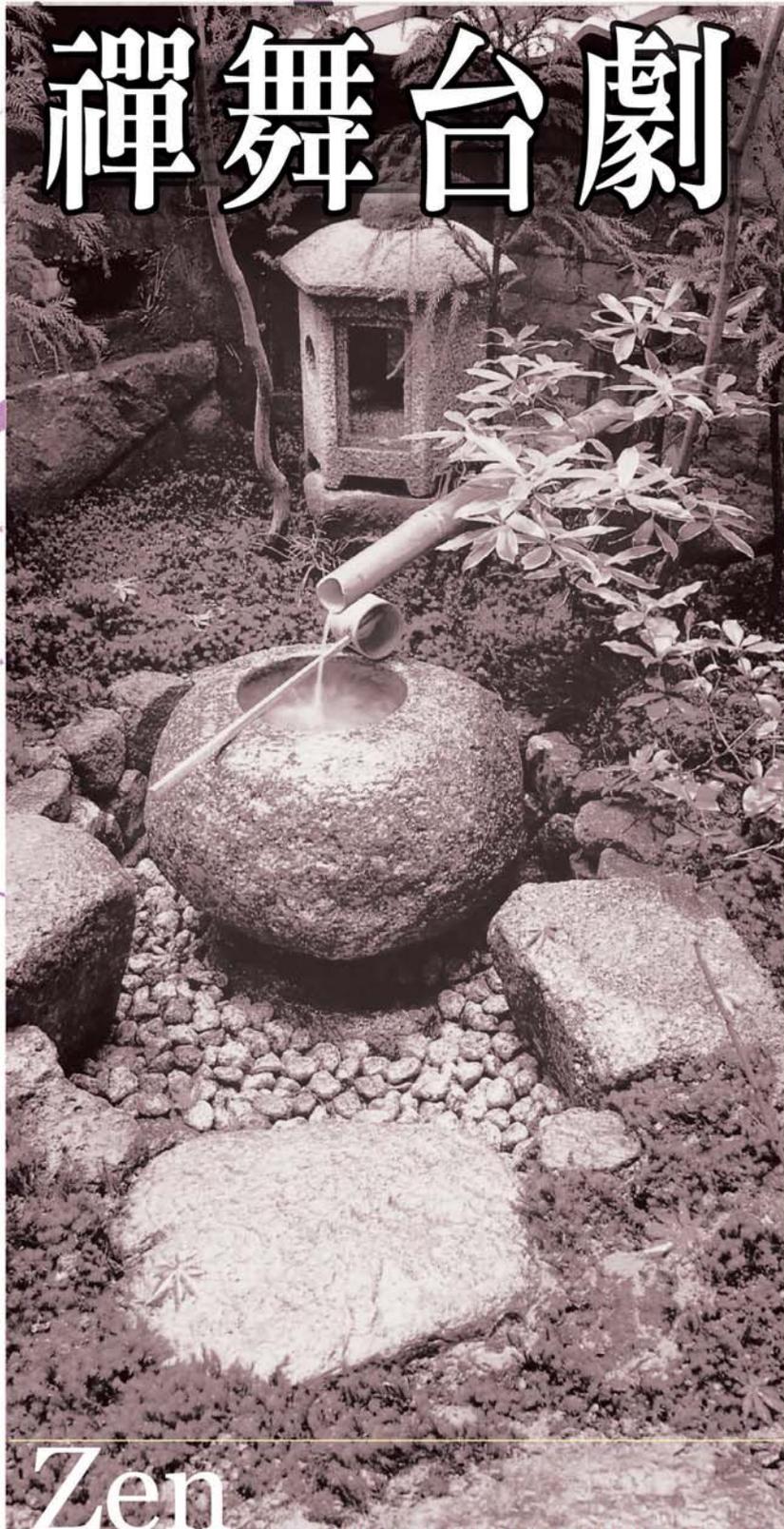
而為善，就是準備打開淨土的門；為惡，就是準備打開地獄之門。

願人人都在自己的心中，找到一方淨土！

願人間早日成為遠離一切憂悲苦惱的幸福喜樂淨土！



# 禪舞台劇



Zen

編劇／郭韻玲 校對／朱靜珍 視覺設計／彭聖芬

## 21. 頂天立地大丈夫

震法雷，擊法鼓 布慈雲兮灑甘露  
龍象蹴踏潤無邊 三乘五性皆醒悟  
雪山肥膩更無雜 純出醍醐我常納  
一性圓通一切性 一法偏含一切法  
一月普現一切水 一切水月一月攝

千江有水千江月  
萬里無雲萬里天

我就是那

——  
智慧撥雲見日  
慈悲遍洒大千  
俯仰天地無愧 披雲一聲長嘯的——  
頂天立地 大丈夫!!!

慈觀師指著一盆清水

鶴青說：

水清月自現

慈觀師說：

水清月不現

逸竹默然不語，把盆踢翻而去，鶴青、慈觀

師愕然

老和尚經過，點頭。

逸竹接著意氣風發的說道：



## 22. 下山

大家依依不捨的送逸竹下山，  
小沙彌還掉下了眼淚。





在路上，逸竹越過一堆螞蟻：  
啊！螞蟻！  
然後回頭對老和尚說：  
從這一刻起  
我發願——  
不以任何有形無形的方式  
傷害任何有形無形的眾生  
老和尚也噙著淚說：  
真是個宅心仁厚的好孩子  
逸竹性情流露的說：  
而且  
我要努力服務眾生  
以利益他人為生命的不變方向  
願我自己光明、幸福、喜樂！

也願一切眾生  
光明、幸福、  
喜樂！  
老和尚欣慰的  
說：  
去吧！  
我的好孩子  
米已經熟了  
太陽已經昇起  
了  
逸竹揮手與大家道別， 大家也離情依依的  
與逸竹揮手道別.....

❖  
《禪舞台劇·連載完》



# 摩登菩薩

## 服務形象大特寫！



慈悲最時髦  
智慧最摩登  
而且永不褪流行！

漫畫人物／蔡承訓 電腦背景設計／鄭博文 視覺設計／天人集

摩登菩薩

遍學一切法門

摩登菩薩

探觸時代的潮流與脈動

而且熱情無比

鬥志高昂

發願愛盡天下一切蒼生！



為了自他的福祉，衝破大幻化網的束縛！



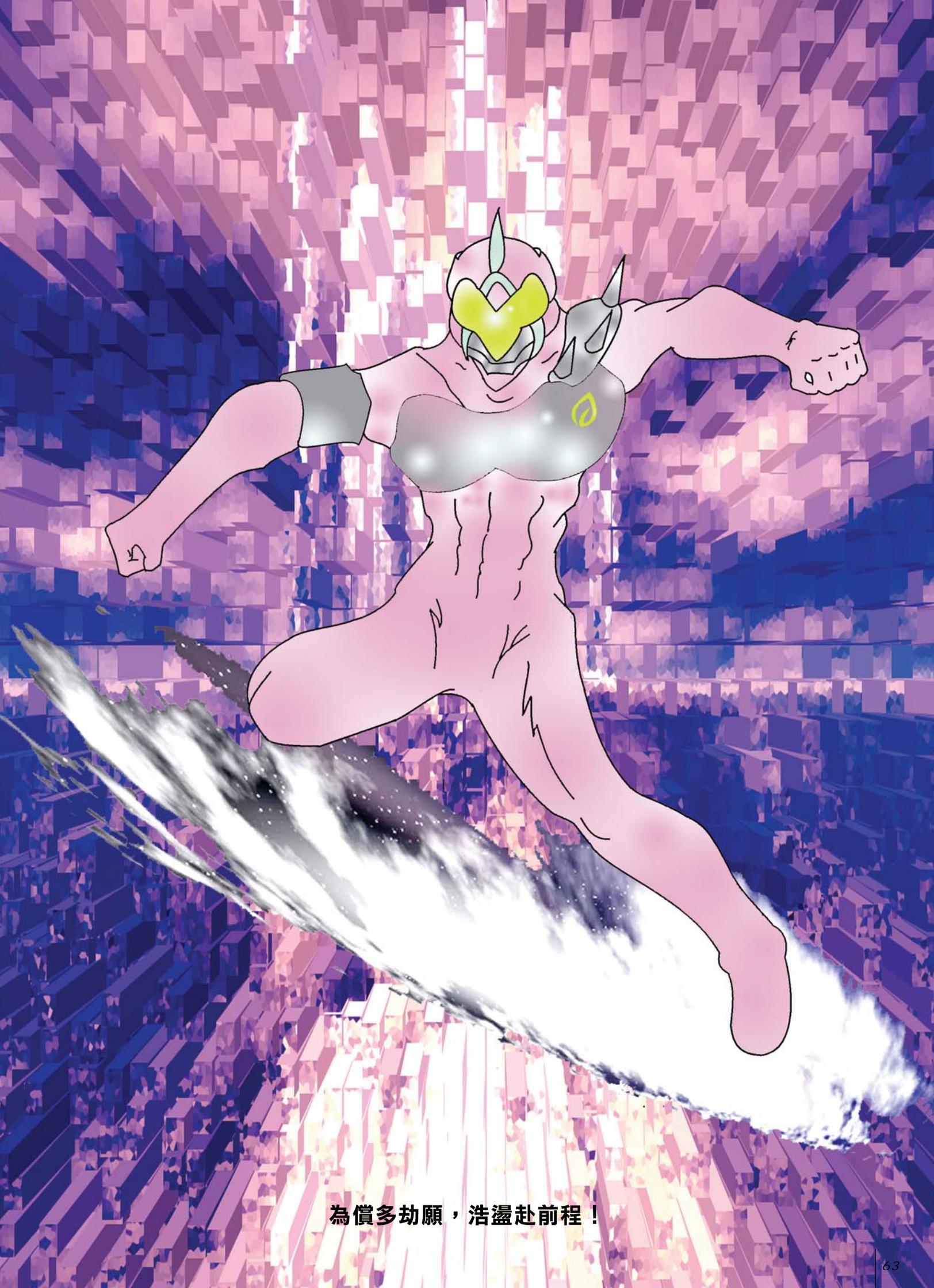
力拔山兮氣蓋世，強身健體愛眾生！



揮慧劍兮斬妄念，清淨心兮為蒼生！



練得服務好功夫，贏得眾生大歡喜！



為償多劫願，浩盪赴前程！



## 太虛大師小傳

1889~1947

浙江崇德人，俗姓張，本名淦森；法名唯心。為民國以來佛教革新運動之倡導者。十六歲出家，十八歲受具足戒於寧波天童寺寄禪和尚。十九歲在西方寺閱讀藏經，因讀般若經而有悟境。後遊學於楊仁山祇洹精舍，受時代思潮之激發，主張革除佛教積弊，以弘教護國，進而興國救世。民國元年赴廣州宣揚佛法，並與仁山法師首倡組織「佛教協進會」，翌年，在南京創設中國佛教協進會，後併入中華佛教總會。在追悼寄禪和尚大會上，主張教理、教制、教產三大革命，撰文鼓吹佛教復興運動，建立新僧團制度。

民國三年掩關於普陀山。某夜，忽聞前寺開大靜，心念驚然斷息，復歷悟境。二十八歲又歷第三次悟境。在關中先後撰寫佛法導論、整理僧伽制度論、首楞嚴經攝論等書。二十九歲出關後，代圓瑛法師參加臺灣法會，遊歷日本，並在上海創設覺社，主編覺社叢書，翌年改為海潮音月刊。倡導大乘八宗平等，而宗本天台、禪宗。更主張以禪、律振興佛教，且擬弘揚大乘佛法於國際。

民國十三年，在廬山舉行世界佛教聯合會。次年，率團出席日本東亞佛教大會，日人尊之為「民國佛教界之盟主」。民國十六年，任廈門南普陀寺住持兼閩南佛學院院長。十七年在南京創設中國佛學會，並弘化於英、法、德、荷、比、美各國，且應法國學者建議，在巴黎籌設「世界佛學院」，為中國僧人赴歐美傳播佛教之始。自此聲望日隆，國內有視之為佛教救星者。抗戰勝利後，任中國佛教整理委員會主任、國民精神總動員會設計委員等職。三十五年受宗教領袖勝利勳章。於民國三十六年示寂於上海玉佛寺直指軒，享年五十九歲。

師一生倡導佛教革命，致力佛教事業，影響極為深遠。嘗自謂：「志在整理僧伽制度，行在菩薩瑜伽戒本。」綜其一生，皆為實踐佛僧、佛化、佛國之三佛主義而努力。師造就培養之人材甚多，有法舫、法尊、芝峰、印順、大醒、大勇等人。主要著作有：整理僧伽制度論、釋新僧、新的唯識觀、震旦佛教衰落原因論、法相唯識學、真現實論等，後由印順等輯為太虛大師全書六十四冊行世。

# 太虛大師的真知灼見—— 佛教不食肉之真理

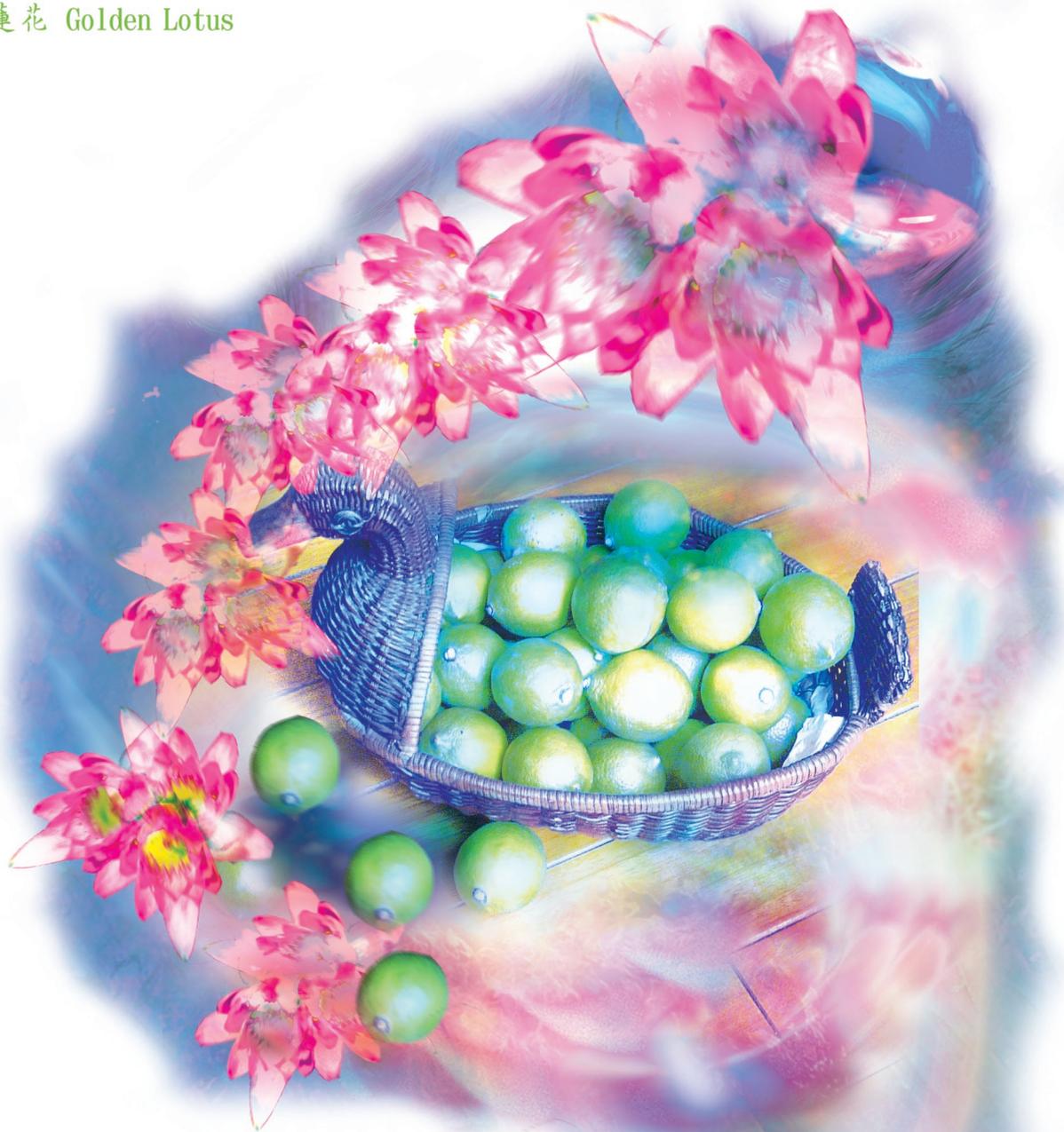
資料收集／素心 整理／懷德 視覺設計／光之翼

晚近海西諸民族，浸受東方文明之感化，已漸能改變其從獸性遺傳來食肉飲血之習慣，遂間有哲人若托爾斯泰等，宣導“不食肉主義”，信行日見其多。我國學者之在歐美者，輾轉傳聞其說，歸以詫國人，不知我國中信從佛教之數萬萬眾，行之既千百年矣。顧欲示異佛教而自翹其美，乃又從而為之說曰：“吾輩今奉行歐美人所主張之‘不食肉主義’，蓋根據乎科學之真理，而唯屬乎衛生問題、進德問題者也，故與佛教之不食肉者

絕異。”殊不知佛教不食肉之真正理由，固已包括乎衛生問題、進德問題。彼歐美人所謂根據科學真理之“不食肉主義”，僅得佛教不食肉真正理由之少分耳。

詳彼所謂根據科學之不食肉真理曰：常人之肉食品，經醫者考驗，知其中含毒質至多，感動腦筋，污染血液。腦筋、腸胃、血絡諸病，往往為肉食所致。其中又有傳染病種子，為患尤烈，唯不食肉者乃能免之。此對於衛





生當不食肉者，一也。常人所食肉，皆從殘殺動物之生命而得來。以物類言，人亦動物之一，人之食肉，實無異虎狼之食羊鹿，或肉食獸之自殘其類。故推人類食肉之量至充分，必至人食人而後已。以心理言，則好生乃人類之公性，此增進本來之良德，又安可容留此從食肉獸遺傳來之惡習，不亟湔除之耶？此對於進德當不食肉者，二也。推進一層以為論，則衛生者不徒自衛其生，因不食肉而不殺害動物之生命，亦即以之衛他物之生也。進德者不徒自進其德，因不食肉而損

滅殘殺之獸性，增高仁愛之人格，亦即以之進他人之德也。其說如是，請繩以佛言。

佛教主張不食肉之辭，散見大藏經論，不勝枚舉。今姑引《大乘楞伽經》“伽陀”為證：

悉曾為親屬，眾穢所成長，恐怖諸含生，是故不應食。

一切肉與蔥，韭蒜及諸酒，如是不淨物，修行者遠離。

亦常離麻油，及諸穿孔床，以彼

諸細蟲，於中大驚怖。

飲食生放逸，放逸生邪覺，從覺生於貪，是故不應食。

邪覺生貪故，心為貪所醉，心醉長愛欲，生死不解脫。

為利殺眾生，以財取諸肉，二俱是惡業，死墮叫喚獄。

不想不教求，此三種名淨，世無如是肉，食者我訶責。

更互相食啖，死墮惡獸中，臭穢而顛狂，是故不應食。

獵師旃荼羅，屠兒羅剎婆，此等種中生，斯皆食肉報。

食已無慚愧，生生常顛狂，諸佛及菩薩，聲聞所嫌惡。

《象脅》與《大雲》，《涅槃》《央掘摩》，及此《楞伽經》，我皆制斷肉。

先說見聞疑，已斷一切肉，以其惡習故，愚者妄分別。

如貪障解脫，肉等亦復然，若有食之者，不能入聖道。

未來世眾生，於肉愚癡說，言此淨無罪，佛聽我等食。

淨食尚如藥，猶如子肉想，是故修行者，知量而行乞。

食肉背解脫，及違聖表相，令眾生生怖，是故不應食。

安住慈心者，我說常厭離，獅子及虎狼，應共同遊止。

若於酒肉等，一切皆不食，必生賢聖中，豐財具智慧。

依是“伽陀”，分別其義，不食肉之真理有其八焉：

人與禽獸，同屬有情，隨業生死，流轉無定。故從無始劫來，皆曾互為父子、母女、兄弟、姊妹、夫婦、朋友，骨肉至戚，天性攸關，夙生恩愛，恍同目前。奈之何睹其宛轉而就死不救，反忍心取其肉以為食哉？

彼豬羊等，身分污濁，內貯屎尿，外依泥滓，猶如糞窖，亦同膿聚。奈何號稱人類，性好清潔，竟效蛆狗，唯穢是耽！

且今人類所食肉食，氣質粗燥，含毒尤多。令人血污身重，神昏志頹。亦同蔥、蒜，增恚助淫。惡臭薰蒸，染成疫癘！

既生為人，當具人性。人性者何？仁慈智勇，恒起悲憫，救眾生苦，淨法佈施，使之覺悟。哀彼愚癡，應常護念，不稍違逆，致懷疑忌。奈何殺害生命，取食其肉。令彼眾生恐怖逃避，視為殺者不敢親近，怨毒銜結，乘隙思報！

有情肉身皆淫欲生，全身血肉皆淫欲種。人若食之，增長淫欲。因淫欲故，欲貪食肉。因食肉故，愈貪淫欲。遂令人身變成畜身！愈淫愈殺，愈殺愈淫。妄殺妄死，亂淫亂生。生死死生，不獲解脫。

人所食肉，皆從殺來。殺習沿傳，殺機時動。遂令殺念不去人心，由微而著，從物

及人。炮火彌天，刀光蔽地，人之與人，殺以繼殺，屍積千里，血流百川！由人殺人，供禽獸食。殺生食肉，因果如是。

因有食肉之人，遂有漁獵、屠劊之者。使人類中有此一類專以殺生害命而圖利謀財者，皆食肉之人致之也。夫圖利殺生、謀財害命者，殺人之強盜也。彼得微少財利而甘陷於強盜殺人之罪，固屬不智。而食肉者，間接使人類之一部分為殺人強盜，非唯不智，且不仁之尤也！

能不食肉，殺念乃除。能除殺念，慈心斯成。能成慈心，祥和可致。能致祥和，災厲自無。於是人生仁壽，皆可期於賢聖。世界清淨，永能保其安樂。

綜合此八義以觀之，亦可略知佛教之不食肉之理矣。

或者說曰：“不食肉者，僅不殺害動物之生命以食之耳。然植物亦有生命之物類，不食動物而食植物，亦未能圓滿好生之性也。”答曰：動物與植物雖同有生命，然動物能將吾人所同有貪生畏死之情，恐怖呼號，以動吾心，令吾心感之惻然而不安，而植物無如此情狀，故食植物尚無傷吾人之修慈心也。抑此說可以為不食肉未能全不害於生命，當更進求完全不害生命之法；而不可以之為食肉之理由也。且吾人能修習禪定，久之禪悅為食，則雖植物亦可不食者乎？

或者又謂：“現世人類被種種強權之壓迫，其痛苦視禽獸之被殺為尤甚。吾人救人不遑，何暇計及不殺害禽獸而食其肉乎？”不知不食肉者，非愛禽獸不愛人也。人之苦痛近在切膚，救人固不可一刻緩。然不食肉者既絕無不能救人之義，又安能謂為救人故當食肉哉？

或有土木無異之神教徒謂：“禽獸等血肉，本是天帝生以為人食者，不食肉者特無福以享此美食故耳。”夫物之生，既以為他物食為義，則人者為何物食而生乎？彼天帝者，又為何物食而生乎？人之生既非為他物之食而



生，又安能謂其餘動物之生為人食而生哉？言之悖理，無逾此者！人以禽獸等血肉為美食，不知彼蚊蚋吮人身之血，虎狼等啖人身之肉，固亦以人身之血肉為美食也。然則人之生，亦專為供蚊蚋、虎狼之食乎？



或謂：“虎狼、蚊蚋等，皆害人之物。人不害彼生命，其如彼之將害人何？”然此屬戒殺問題，而與不食肉主義稍遠。蓋人之殺其生命而食者，皆非能害人者。其害人如虎狼等類，人原未嘗以為肉食品也。第專就戒殺以言之，此亦非不能者，慈之成就，暴戾俱化，雖蚊蚋與蝗蝻俱不生起，而虎狼亦馴如犬馬可也。

近人有主張素食者，辭義嚴正，茲錄其一以為殿焉：

或謂：“人之嗜肉，根於天性，為人類之自由，不宜有所限制。”不知既名嗜欲，何得謂之自由？若如所云，則世之嗜賭、嗜嫖、嗜鴉片、嗜殺人者亦多矣！豈亦謂賭、嫖、吹煙、殺人，皆人之自由而不必戒乎？凡事只當問其是否合於真理，不能計人之嗜好也。

肉食之有礙衛生，既如醫學家言。而人與禽獸，固同為動物，其間非有貴賤之殊，生理之組織亦未嘗有異，所差者特智慮之進化略遜人耳。今世山番野蠻尚多，

其智慧有不及猿者。設有人殺山番野蠻啖之，吾輩當必以為大怪！然試問殺禽獸而啖之者，相去又幾何耶？

食肉之不合於真理，既無疑義，即嗜好又亦當為所詘，抑嗜肉為人類天性？此亦不然。人之飲食，其目的在供機體之需費。人之機體不過由十數化學原質所合成，故苟有其物，能供吾人體中各原質之需要者，即已達飲食之目的，不必問其為肉與否。譬之注油於燈，但求能供燃火之料，不必問其為何種油。昔人不明科學，故有“飲食、男女，人之大欲存焉”之語，而不知二者皆生理作用，本無所謂大欲，亦無所謂嗜好。其成為嗜好，乃由於習慣。凡機體愈慣用則愈發展，習於食肉乃覺肉之可嗜，久之遂謂非肉食不足以為甘，而以為出於天性。猶之男女之交合，本出乎生理作用之不得不然，及其為之既多，遂習為好淫而以為出於天性。此實不知科學之謬見也。證之素食同志之不食肉，有行之已十數年者，固皆居之若素，不特不覺其苦，且覺其甘。行之未久，即已厭惡肉食，激烈之食欲亦自然消滅，而體力未嘗少弱，精神則日見增進。更何天性之足言耶！

——本文出自太虛大師全書第62冊

# 太虛大師文章之延伸

## 文中提及： 托爾斯泰 & 素食主義



資料蒐集／楓丹白露 撰文／玫瑰 視覺設計／基輔

### ■俄國的大文豪——托爾斯泰！（1828～1910）

托爾斯泰的俄文名是：Leo Tolstoy，只要提到世界名著“戰爭與和平”與“安娜卡列尼娜”是他的作品，就知道他是多麼赫赫有名了！

托爾斯泰是俄羅斯的貴族地主出身，擁有一個世襲的雅思納莊園。但他的童年過的並不順利，兩歲喪母，九歲喪父；他與兄弟一共四人只好寄養在姨媽家中，並在姨媽的監護之下受教於家庭教師多年，直到1846年他進入克山大學就讀為止。

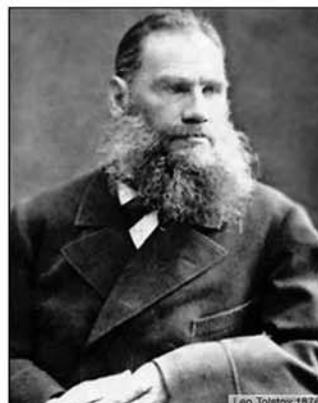
1862年，托爾斯泰和十八歲的姑娘蘇菲雅結了婚，婚後數年，由於夫妻感情和諧，是他最幸福的一段人生歲月。“戰爭與和平”與“安娜卡列尼娜”便是於此段時間於歐洲文壇大放異彩，奠定了日後成為世界文學巨擘的地位。



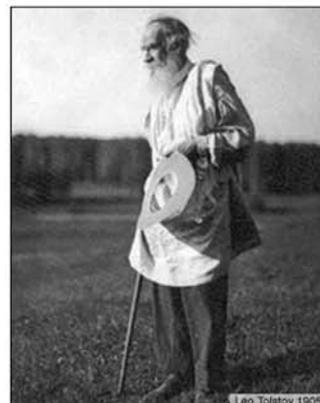
托爾斯泰 1849



托爾斯泰 1856



托爾斯泰 1876



托爾斯泰 1901

## ■心靈的苦苦追尋之路

托爾斯泰的大學生涯尚未過完，他就與弟弟尼古拉去高加索投軍，參加了 1854 年爆發的克里米亞戰爭。

戰爭結束後，托爾斯泰開始漫遊歐洲列國。

他的足跡遍及法國、瑞士、英國和德國；每到一個國家，他都悉心的考察當地的教育體制和教學方法；因為好學以及仁慈的他，曾於 1859 年在自己的農莊為農奴子弟開辦學校，實踐他所推崇的自由主義教學主張。

自歐遊歸來以後，托爾斯泰又興緻盎然的重新開辦了學校；把他在歐洲所見所習盡情的發揮得淋漓盡致，直到他結婚為止。

結婚是托爾斯泰幸福人生的開始，但是好花不常開，好景不常在。

在一切無常的宇宙法則之下，曾經恩愛的伴侶也會在生活瑣事銷磨中漸漸成為昨日黃花。

托爾斯泰與妻子間也逐漸出現了矛盾、衝突與不和諧。

於是對於生存意義的迷惑以及幸福虛幻如夢的現實人生，托爾斯泰產生了莫大的困惑。

在“懺悔錄”中，他這樣寫道——

有時候，我感到極度的困惑無助，  
好像我根本完全不知道該怎樣生活，該做什麼；  
我感到悵然若失、槁木死灰。

如同曾經獲得諾貝爾文學獎的海明威，即使文壇地位如此顯赫，也不能讓他那敏感受苦的靈魂找到出口；所以美國的大文豪海明威是以槍結束了自己的一生。

托爾斯泰的情況雖未像海明威如此嚴重，但那易感的靈魂受苦的狀況也不遑多讓；因為他常生起毀滅自我的念頭，甚至還私藏著手槍與繩子等，三番幾次幾乎想用這些東西親手了結了自己的生命；對他而言，生命幸福與否倒也還是第二層次的問題了，最主要的癥結是生命的意義苦無答案，才是他靈魂備受折磨的最大痛點，他曾這樣愴然的自問道——

人固有死，  
然則我的生命有沒有  
一個雖死亡亦不能磨滅的意義呢？

所以，其實文學家只是托爾斯泰的外衣，他真正的身份是生命的哲學家——因為他永恆關注的還是生命最核心的問題——

爲什麼會有生命？  
人爲什麼會誕生在這個世上？  
我們活著到底是爲了什麼？  
怎樣活才是真正的正確？  
……

這一連串生命的根本問題，如果沒有滿意的答案，那麼該如何“本立而道生”的存在這個世上呢？

所以托爾斯泰的苦，是內在對生命探詢答案的極度茫然與失落，但所幸他並未真正的走上絕路，而是儘管如此苦痛深沈，還是決定要追尋下去——追尋那生命的究竟答案！

於是他除了自我思惟，也向科學以及周圍的人尋求援手，不過後來都未能滿願的得到答案。因此他轉向了宗教，開始研究歷史上的各種宗教，更親身接近那些貧寒卻樸質的信眾、朝聖者等，最後他終於回歸了童年時代的宗教，找到了心靈的歸宿——

我重又找到了那個創造了我，  
又賦予我某種使命的意志之信仰！

他在“我的信仰”中更說——

勿怒、勿淫、勿詛咒、勿斷人曲直、勿爭鬥，  
這是我對聖賢教誨的理解：

而這五條戒律指示了人與人之間相處的準則！

後來，他還在“群經循讀”一書中寫道——

生命的意義在於遵循和實踐  
那個永恆的大道！  
而道不遠人，人即在道中；  
且道的意志就存在於一切眾生的和睦共處中，  
尤其存在於人類的博愛與互助之中！



托爾斯泰與妻子的合照

## ■大文豪的悲憫抉擇——素食主義！

1885年，一個名叫弗雷的友人拜訪托爾斯泰，造成了托爾斯泰開始茹素的契機！

弗雷雖是俄羅斯人，但曾於1868年赴美國實驗共產主義農莊，實驗雖然失敗；但由於待過美國，並取道英國返回家鄉的過程中，都有接觸到當時歐美正開始萌芽的素食風氣。

因此，弗雷在托爾斯泰的莊園裡，對他大談素食的全面論述；並且引解剖學的科學理論，證明肉食並非適宜人體的食物，蔬菜、水果、堅果等才是理想選擇。

深具善根與悲憫情操的托爾斯泰，在聞君一席話之後，毅然決然的放棄了肉食，開始了終生吃素的清淨悲智抉擇！

從此以後，素食主義成了托爾斯泰重要的人生面向；他在“向上階梯第一步”一文中表達了清晰的悲智思維——

達於至善的路，是一個道德進益的過程；

這個過程會遵循一定的順序，不能越級。

而道德始於自律與淨除私欲，

自律始於戰勝貪饕、怠惰、情慾等。

第一步要實踐的就是——戒肉！

因為肉食使人心浮氣躁、冷酷不仁，

並且肉食必定伴隨著對動物的虐待和屠殺……



托爾斯泰在自己的莊園附近散步

1893 年，托爾斯泰更在一封信中指出——

人不應給動物製造苦難！

像英國這種人道主義變得越來越有影響力了！

所以人類不應該吃肉，

也不應該奴役畜類，

每一個人都應當就從現在做起！

1894 年，一位記者訪談到他的日常食譜，他的回答是——

以燕麥粥、麵包和菜羹爲主食。

所以托爾斯泰的素食主義，不但是坐而言，更是起而行的全面在生活中實踐；例如他在年輕時曾非常喜歡從事狩獵活動，後來他斷然放棄；並且對自己曾經如此殘忍的以動物的痛苦爲自己的娛樂，感到吃驚不已！

所以，托爾斯泰通過素食主義的這項抉擇，使得他內在的靈魂覺醒了、進化了、淨化了……



■托爾斯泰的向上奮鬥!

接著“素食主義”這樣的抉擇與主張之後，托爾斯泰朝著更健康的方向邁進——他不但吃素，也注重了吃的營養健康，例如他不再食用糖、茶和咖啡，甚至也放棄了黃油和雞蛋的享用，從此他的健康狀況大有進步!

所以，除了素食主義的悲智抉擇與提倡之外；他也順著當時在美國風起雲湧的禁酒運動，戒除了飲酒；甚至還試圖使他的莊園附近的農民也一起禁酒。

更可圈可點的是，他在長期的努力之後，終於戒除了多年的菸癮。

他在“人為什麼愚弄自己”一文中說道——

我們的生活中之所以充滿了狂惑和愚昧，  
完全是因為大多數的人，終日都任由自我醉生夢死、自我麻痺的結果。

他認為酒精和煙草正都是會讓人產生輕微迷狂的毒品，但人們卻自甘墮落於這樣的迷狂；但其實在內心深處，一旦不能對生命保持警醒，那麼，必將陷入更多的不安之中。所以，他不但反對菸酒，也反對用任何農作地來耕種這些他認為人們其實完全不必要的嗜欲奢侈品。

托爾斯泰由於整個身心都逐漸調成一個向上奮發的狀態，所以他的晚年，不但寫作不輟，而且屢有佳作，像優秀的長篇鉅作“復活”，以及寓意深遠的短篇小說與戲劇作品等，尤其在“美善之國在你心中”(The kingdom of God is within you)一書中更是充滿悲天憫人的人道精神，大力的反對戰爭，高聲的呼籲和平與非暴力! 這可以說是作者最有力量的一本書，後來還曾深深的影響了印度的聖雄甘地……



■托爾斯泰“素食主義”之勸世名言

一個人如果嚮往正直的生活，  
第一步就是要禁絕傷害動物！

如果人類對正確生活方式的渴望夠熱切  
——他們就會開始戒葷。

吃葷是不道德的，因為吃葷需要靠違背道德的行為——殺生來達成；  
只有貪婪、好吃的人才會這麼做！

吃素的行為，應該會賦予那些一心想要將天國帶到地上的人——很大的喜悅，  
因為，吃素象徵了人類對完美道德的渴望是很真切的！

對於未來，每個人有不同的理念；  
有些理念驅使人們領悟事理，並迫使他們改變生活方式。  
這些理念包括：解放奴隸、賦予女性平等地位、停止殺生等等。



托爾斯泰於1910年告別人間，他最想讓世人了解的，  
還是他的人道主義精神……



# 超麻吉的患難真情——

## 兩條小金魚

話說**狗**才不出門，能知天下事，天下事 無奇不有  
就讓我用我的**狗**眼睛，**狗**腿子，帶你來看「**狗**眼看天下」



我是 HAPPY



我是咪咪，現在開講了……

主持「人」男狗女貓 /HAPPY & 咪咪

撰文&貓狗攝影/周玉卿

視覺設計/周玉卿

新聞來源/TVBS新聞

咪咪！妳覺得金魚給妳的印象是什麼？！如果金魚是妳的寵物 要怎樣照顧牠？

喂！很難耶?! 第一牠跟貓類是犯沖的，說說印象好啦！魚…，第一就蠻難溝通的，牠整天都在水裡游來游去，臉部的表情一致，嗯！到底有沒有情緒，看不太出來？在貓類的理解只是會引起貓注意「會動的東西」，唯有在吃飼料比較有反應！好啦！這就是偶對金魚的一點點認識而已。

### 患難真情

唉！真是的！妳實在…，算了，偶們還素趕緊進入話題吧！最近偶在動物星球頻道中，看到金魚幫助金魚的真實故事呢！啊！什麼？ 這則真實事件好像發生在美國的一個金魚水族館，有一條黑色金魚不知怎麼了身體失去平衡，牠的身體不但會傾斜一邊，而且一直往下墜，老闆一看怕影響到其

他的魚，就把牠放到魚較少的魚缸，二來也怕其他的魚干擾牠，妳知道嗎？就這麼一放奇蹟出現了！

當這條黑色金魚被放入另外的魚缸時，沒多久竟然有一條不同品種的金魚游過來幫



助牠，每當這黑色金魚開始往下墜時，牠就游過來幫牠托上去，讓牠呼吸較新鮮空氣，當飼料撒下時，牠使用身體往上頂牠，讓牠吃到飼料，隨時照顧著牠。本來是一條任其自生自滅的黑色金魚，竟然會出現像天使般另一條不同品種的金魚伸出友誼的手來扶持牠，使牠生命得以延續而獲得暖暖的情誼，這實在太令人震撼了！竟然…竟然，這樣偉大的情操，會發生在兩條小金魚的身上，而且是來自不同品種的。



HAPPY：素的！這實在不能讓人類再小看偶們不是人的有情眾生！從今天開始所有的人類要真的尊重動物權，第一要溫柔的對待偶們，譬如偶雖然長的很肥，不可以只看見偶是一團狗肉香香的，偶可是有血有淚有思考力的ㄍㄨˇ，豬道嗎！哼！

咪咪：哇！哇！哇！偶實在有夠俗！啥都不知道，原來金魚也有感情的毆？！這實在是非常太震驚貓類了！哦！不！震驚全世界才對！這真是印證佛所說有情世界、有情眾生，既是有情眾生，必定有感情、有感覺，人類得重新思考、重新面對對待動物的方式，小小的金魚，竟然出現比人類自詡偉大的情操！偶想人類真的得深思了？！

## 不是冤家不聚頭

以下偶們再來看看幾則不分彼此有情眾生的新聞。

這是發生在印度比哈爾邦博羅拉鎮附近一個名叫安托利的村子，在去年的10月開始，有一隻野生金錢豹每逢夜晚總是定期風雨無阻地來與該村的一頭公牛相會，這本來應該是食物鏈一豹子獵殺牛的畫面，結果竟變成在村旁的甘蔗田邊互相依偎，氣氛其樂融融，村裡的人嘖嘖稱奇，並且成爲人們茶餘飯後的趣談呢？許多野生動物愛好者也千里迢迢跑來觀看。



印度動物保護組織的官員聽說此事後專程前往調查，確認有關豹和牛相會的傳說所言不假後，均感大惑不解。一位名叫維亞斯的野生動物專家在進行了詳細的觀察後驚嘆不已！他發現豹與牛的關係真的十分親密，那頭黃牛對豹不但沒有絲毫害怕之意，還互相依偎在一起，而且不停地舔豹的頭和脖。

## 猴腮雷！一隻猴子攬著一隻狗

一隻猴子攬著一隻小狗，歐！我的親親小寶貝！

誰只要靠近牠，便齜牙咧嘴嘴裡唸唸有詞作勢趕人，這隻阿猴從小在屏東長大，並且是母狗一爪帶大，所以牠就誤以爲牠是狗，不但會幫主人牧羊，還會照顧後來狗媽媽出生的小狗，一隻一隻輪流照顧，可是褓姆做

的太稱職，小狗狗都吃不到狗奶，一隻一隻餓的慘兮兮，想要讓小狗狗回到母狗身邊吃狗奶，還得看你的身手是不是比的過一溜煙就上屋頂的阿猴，除此之外，還得看阿猴的臉色，連主人也不能碰，不過還好阿猴自詡



提供 / TVBS

偉大的母性，竟然沒生小猴也開始分泌乳汁可以餵小狗，你說奇怪不奇怪？！



提供 / 東森新聞

## 人猴祖孫情

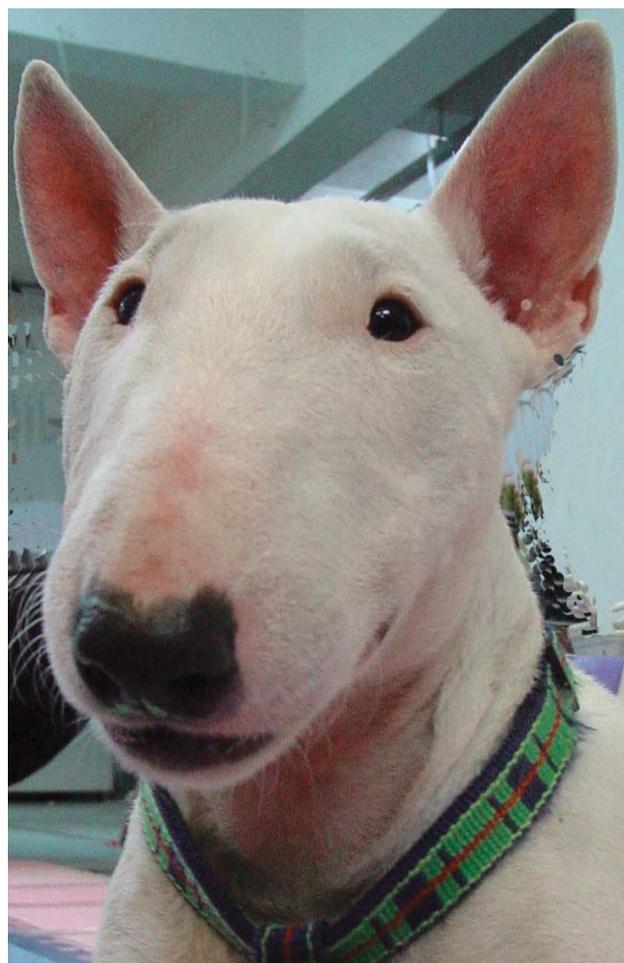
住在台北市的李老先生，因退休後一人獨居，女兒擔心他孤獨而罹患老人癡呆症，而買了一隻小猴子給老爸爸作伴，經一年六個月的相處老先生早已把小猴子「妞妞」當成自己心愛的小孫子，朝夕在一起，老先生

將「妞妞」照顧得無微不至，而「妞妞」也十分通人性依偎在老先生的肩上，像個愛撒嬌的小小孩。

一日，老先生牽猴子「妞妞」去逛街時，被農委會野生動物保育人員瞧見，當場開單告發，因而違反保育法要將彌猴送走；如今「妞妞」將送往屏東考慮野放。雖然老先生不知猴子屬保育類因而養育觸犯法律，但人猴離情依依，老先生老淚縱橫，而「妞妞」更不願意與老爺爺分離的焦躁不安情緒，讓當場的人們無不動容。



**咪咪：**唉唷！看了人猴祖孫情，人家也想掉淚了啦！好討厭哦！這事難道不能有更好的結局嗎？！不過偶們從這三則故事來看，有些事情真的可以超越一切的，人與動物，動物與動物之間，不分彼此唯有「愛」相隨，這不就佛菩薩講的「同體大悲」嗎？



**HAPPY：**素的！這偉大「愛」的情操，唉！吾嚮往矣…。

## ■ 偶們都是一家人





HAPPY：噠！待會偶要先喝那一種口味…？？



HAPPY：哇！穿邦了！被看見了！阿！節目還沒結束喔？！不好意思偶…偶有點口渴啦！



## 結論

偶們言歸正傳，有些事情不是那麼難，有些事情不是難以想像，這宇宙之大，什麼素都會發生？！唯有「愛」無價，那麼好好愛偶們「有情眾生吧！」讓偶們快樂！你也會快樂！因為「積善之家必有餘慶」積好的因，必結好的果，是千古不變的道理，作法就是這麼簡單！OK！拜拜囉！



孔生的親戚家中，養了一隻雄糾糾、氣昂昂的大公雞！

# 因果傳奇——公雞來搗蛋？

編撰潤筆／善男子 插畫／承訓 視覺設計／天人集

這是一個真實的因果傳奇故事。

話說以前在嘉興的地方，有一位孔生，有一天到他的親戚家作客。

親戚見孔生好久沒有來了，就非常熱情的招待他，把糕啊果啊餅的，統統拿出來款待一番，並且大家圍坐七嘴巴舌的閒話家常。

聊著聊著，歡樂時光易逝，眼看已到了要吃午飯的正午時分；親戚們便一同熱情無比的邀孔生留下來吃午餐；孔生在盛情難卻之下，也就恭敬不如從命，歡喜點頭應允。

於是親戚們就高興的開始準備午餐，作了清炒芥藍菜、薑絲白菜、香辣四季豆、家常豆腐、苦瓜湯、大米飯等等，最後覺得還不夠豐盛；親戚們大家商量一下，決定把家中養了多年，每天早上都按時啼叫、叫人起床的那隻雄糾糾、氣昂昂的大公雞，給宰了加菜。

孔生一方面不想讓親戚破費，一方面也真的對這隻一進親戚院子就看到牠美麗雞冠的大公雞，動了惻隱之心；實在不忍心只因自己的到來，在親人酒酣耳熱、天倫和樂之際，斷送了這隻雞的性命——好歹也是一條命啊！

於是孔生就對親戚說：

千萬別這麼客氣

就別殺雞了吧！

親戚熱情的答道：

那兒的話

你難得來一次

不吃豐盛一些怎行？

倒是你別客氣了吧！

孔生還是不依道：

不不不

也不是客氣

就別那麼破費了吧！





那隻“肥美”的大公雞似也驚覺不妙，  
就大聲叫著到處跑跳竄飛，讓親戚追得滿頭大汗！

親戚又答：

不破費

不破費

這隻大公雞都吃我們的剩飯養大的

沒花什麼錢的

孔生仍堅持說：

那就別那麼麻煩了

別殺了吧！

大家也省點力

親戚答道：

不麻煩

不麻煩

你就別推辭了

我們也趁機打打牙祭！

說罷就跑到院子裡捉雞去了。

那隻“肥美”的大公雞似也驚覺不妙，就大聲叫著到處跑跳竄飛，害得親戚追得滿頭大汗，最後還是眾人合力圍捕，才逮著了那隻大公雞。

孔生目睹這一幕，更是對這隻大公雞深感抱歉與於心不忍；但眼看著親戚們已經大動手腳，煮水的煮水、磨刀的磨刀、砧板也準備好了，就等著向無助的雞脖子那麼——一劃了！

大公雞惶恐驚嚇的撲著翅膀，扯著喉嚨越叫越大聲；孔生看著看著，越來越覺得自己似乎在看一幅活生生的地獄圖——於是孔生再也按耐不住，一個箭步上前，奪走了即將被殺宰的公雞，然後對眾人大聲宣布——

對不起

饒了牠吧！

我最討厭吃雞肉了！

親戚聞言笑答：

不愛吃雞肉啊？

早說嘛！

眾人見狀也都順了孔生的意，決定中餐來個全素淨淨口，不殺雞加“菜”了。



原來你不是來搗蛋的  
謝謝你啦！  
我的小恩公！  
不不 我的小恩雞！

由於大家許久未見了，又因為親戚間素來感情都不錯，於是這餐飯，就在說話你來我往，氣氛融洽熱絡中結束。

下午時光，親戚的小孩領著孔生在附近走走，由於親戚家就在鄉下，是一個山明水秀的地方，景緻十分秀麗；於是就在這山光水色中偷得浮生半日閒的度過了一個溪聲、山嵐、童笑的悠遊下午光陰。

當天晚上孔生也在親戚慰留之下留下來過夜，由於白天下午玩得盡興，也有些累了，一躺下很快就進入了甜甜的夢鄉。

但是，三更時分，當孔生好夢正酣，突然感到頭部被啄，睜眼一看，竟是白日救過的那隻大公雞來啄他的頭，他帶著七分睡意的趕走了牠。

而當他再度躺下，沒多久那隻大公雞又來了，這次啄得更大力，讓他痛得睡意全消，跳了起來；他開始覺得這隻雞實在太不可理喻了，白天救了牠，晚上卻跑來搗蛋，而且還搗蛋得這麼離譜，竟然把恩公啄成這樣，孔生不禁脫口罵道：

喂！

你這隻沒有良心的公雞

你是得了雞瘟是不是啊！？

給我讓開啦！

說罷又把雞給趕跑了。

當孔生好不容易又快要睡著時；不得了了，那隻雞真得像得了雞瘟、頭腦秀逗的又跑回來啄孔生的頭；而且這第三次更誇張了，竟然把孔生啄得差點快要流血了。

這下孔生真的是火大了，索性也不睡了，起身來準備真正的徹底的把這隻忘恩負義又離譜至極的搗蛋大公雞，趕回牠的雞窩，把牠給鎖起來！

然而說時遲那時快，就在孔生離開自己床位沒多久，只聽得一聲轟然巨響！

這下可好了，所有的人都被這巨響驚醒了，紛紛跑來查看發生了什麼事？！

只見孔生驚魂未定的站在自己的床前，呆呆的看著眼前的巨變——一根重重的、大大的石杵就直直的掉落在孔生床上的頭臥處，如果不是及時起身，現在的後果絕對是不堪設想的！

親戚一查看，發現原來是搗米石杵掛的木樑已經朽壞了，由於承受不住石杵的重量，終於在半夜墜落了下來，而石杵懸掛的位置，恰巧就在孔生頭部的上方！

答案終於揭曉了，孔生這時非但不趕公雞了，反而撲上前去一把抱住公雞；說也奇怪，白天那麼難抓的公雞，現在卻溫馴的給孔生抱著，只見孔生破涕為笑的大叫道：

原來你不是來搗蛋的

錯怪你啦！

謝謝你啦！

我的小恩公！

不不 我的小恩雞！

眾人聞言，又目睹如此溫馨動人的畫面，都開懷大笑了起來！



本月專題企劃

# 人生最重要的事

—— 架構 ——

- 一、前言
- 二、如果可以選擇答案
- 三、所有的答案都通往一個字
- 四、生生世世最重要的一件事
- 五、一定要學會！
- 六、成功 = 愛
- 七、美是愛的同義詞
- 八、快樂 ← 愛
- 九、完美是愛人過己
- 十、成就 是全部實踐了愛！

專題番外篇之一：愛的格言卡片

專題番外篇之二：愛之標幟  漫想

# 人生最重要的事

撰文／文華智慧

校對／朱靜珍

視覺設計／鄭博文



# 一、前言

時光宛如翻書一般

翻著翻著

不知不覺

就翻到了最後一頁

所以

眼看著

2004 將逝

2005 將屆

人生就這樣倏忽而過

還真得趁著這樣的年末

好好的思惟一番

什麼是——

人生最重要的事？

以便

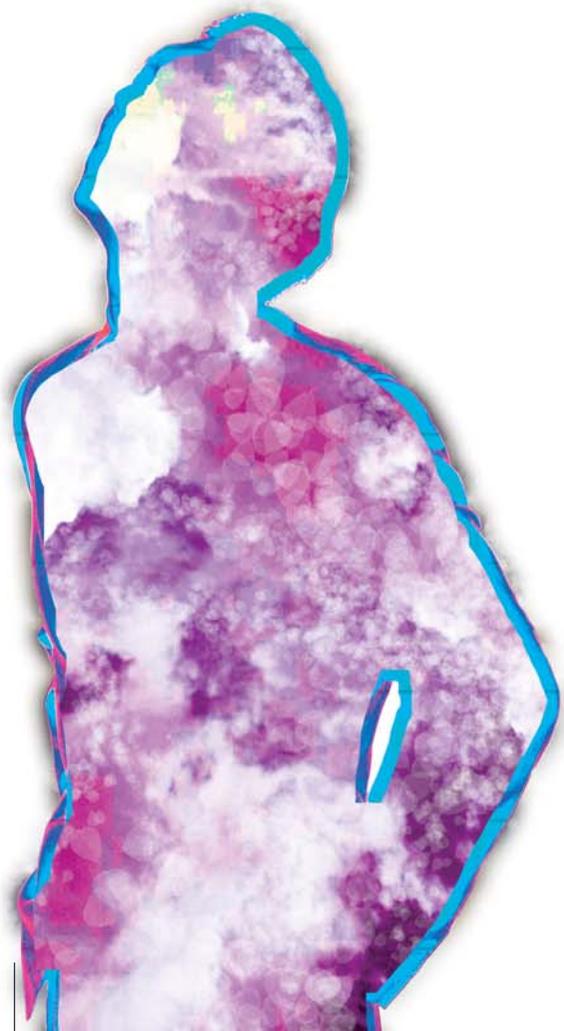
整理思緒

重新出發！

Preface



## 二、如果可以選擇答案



什麼是人生最重要的事？  
人生最重要的事是什麼？

如果可以選擇答案的話  
相信很多人的答案都會相當不同  
最起碼會出現以下的答案  
美貌是人生最重要的事  
財富是人生最重要的事  
名聲是人生最重要的事  
權力是人生最重要的事  
健康是人生最重要的事  
長壽是人生最重要的事  
青春永駐是人生最重要的事  
.....

以上都會是非常常見  
也非常可能會出現的答案  
但是這些答案都不約而同的  
繞著自我這個主題在打轉

沒有人說這樣的答案  
一定就不好  
不過層次不夠高也不夠完整  
應也是許多人不會否認的事實

所以  
有些人是經過集中精神  
再度思索以後  
有些人是經過後天努力的學習  
也有些人是天生自然而然  
就如此想的

比較高層次  
也比較完整的答案  
是——

幸福是人生最重要的事  
忠誠是人生最重要的事  
善良是人生最重要的事  
人緣好是人生最重要的事  
寧靜淡泊是人生最重要的事  
修身養性是人生最重要的事  
服務眾生是人生最重要的事  
.....





# 三、 所有的答案 都通往一個字！

當答案的層次越來越高  
也越來越完整時

我們會發現  
這些答案的共同點是  
突破了自我的狹窄觀點  
進入了我中有他的  
自他共存的  
眾生和諧的寬闊空間

而且可以說  
一切的正面思惟  
一切的美德方向  
甚至一切的真善美  
都與這些答案產生了關聯

也可以說  
站在更寬廣的角度來看  
這些答案  
象徵了人性的光輝

描繪了佛性的圓滿

而如果想用最簡潔的字  
來代換這些讓人可以  
開始憧憬人類前景的答案

那麼  
即如同孔子  
曾用“思無邪”三個字  
來涵括詩經三百篇

愛——  
這個簡要、明亮、溫暖、  
信心、希望、重要……  
的一個字！

就是這些答案的  
終點站  
最高點  
以及 代名詞！

# 四、 生生世世 最重要的一件事

這一個字  
是所有字當中  
最有意義  
也是最美  
以及最重要的一個字

曾經有一本書  
叫作  
生命的答案水知道  
因為當水聽到愛時  
會結出美麗的結晶  
但如果聽到恨時  
就會呈現一片混亂



所以  
連水都需要愛  
何況是  
一切有情眾生

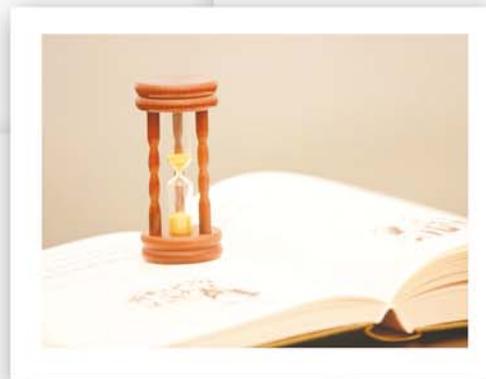
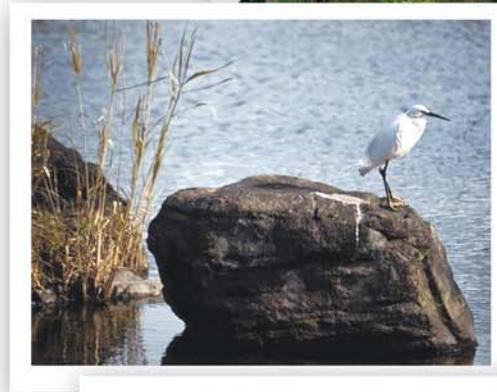
所以  
這一個字  
是我們這一生  
最重要的一件事

也可以說  
這一個字  
是我們生生世世  
最重要的一件事

甚至可以說  
再也沒有別的事  
比這一件事  
還要重要了

因此  
愛——  
不但是我們  
生生世世最重要的一件事  
也是我們  
生生世世最重要的學習

可以說  
我們誕生於世  
就是爲了這個目的  
——  
學習 愛！





# 五、一定要學會！

既然 愛  
是我們生生世世  
最重要的學習

那我們就得 重視  
這個重要的學習  
絲毫輕忽馬虎不得

就好比 如果我們參加了  
學校的必修課程  
我們就得全部學會  
才能 考試過關  
以致畢業！

所以  
再清楚不過了

如果 我們想從  
人生這所學校畢業的話  
我們一定得學會  
愛！

而且  
非學會不可！

否則  
我們不但不能畢業  
也不能在這人生裡

過著幸福又快樂的日子

是的 愛這個課程  
不但攸關能否畢業  
亦攸關當下與這一生的幸福快樂

可以說  
這必修課程  
之所以成為人生的必修  
實在是因為其影響太深遠了

甚且可以說  
學會了 愛  
一通百通  
學不會 愛  
窒礙難行

所以  
愛 是幸福的泉源  
快樂的關鍵  
以及 智慧的果實

所以  
一定要學會啊！

才能確保我們的  
幸福 快樂 智慧  
甚至 究竟成就！



# 六、成功 = 愛

在著名的寓言故事中  
當北風與太陽打賭後  
北風就拼命颳起強風  
想把旅人的外衣吹掉  
卻只見旅人在狂風怒吼下  
把衣服裹得更緊了

當北風吹衣無效後  
太陽露出了笑臉  
放射出和煦的陽光  
溫暖了旅人的身心  
在暖烘烘的天氣中  
旅人終於自然而然的  
自動自發的  
脫下了那襲外衣……

由這個故事雖短小  
卻寓意深遠的寓言故事  
我們可以充份學習到

只有當我們散發出  
溫暖的心意

別人才可能  
與我們一致或產生共鳴

更進一步說  
也只有我們愛別人時  
別人才容易愛我們

然而對某些重視外相的人而言  
這種內在的“感覺”是不重要的

但是如果以佛家睿智的教導而言  
其實外在才是不重要的  
內在才是重要的

所以  
內在的愛  
是我們珍貴的擁有

所以  
以真正的實相而言  
我們內心的一切才是真實  
外在的一切  
皆如金剛經所言：  
如夢幻泡影  
如露亦如電 般的虛幻不實

因此  
如果我們喜歡成功

如果我們渴望成功

那麼

成功從來不是向外尋求而來

而是紮紮實實的

向內省查——

我是否真的愛人？

所以

真正的成功

真的不在於——

外在我們贏了多少

而在於——

內在我們愛了多少

所以

如果這一生

我們愛得夠多

那麼

即使我們是一個微不足道的小人物

也是成功的一生！

相對的

如果這一生

我們非常吝於愛別人

我們永遠都只精於為自己的私利打算

那麼

無論我們外在

多麼的飛黃騰達

在這一生結束時的業鏡台前

我們會收到

這個人生學校給我們的重考通知

所以

世人只看外在的成就

來決定一個人的成就

是顛倒錯誤的想法

而也因為這樣錯誤得離譜的想法

害得許多追求成功的英雄們

一味追求外在的成功

而忽略了內在最重要的成功

——愛

請讓我們所有的人

追隨睿智佛陀的價值觀

否則我們的教育

只會造就出

更多更巧於謀私利

與只看外在的所謂成功人士

而事實上

這樣的成功

是靠別人的犧牲或不快樂換取來的

實在不能叫作真正的成功

真正的成功

可以說是

不為名也不為利

單純的愛盡天下蒼生



而且自己的存在  
不但不會成爲  
他人的痛苦或負擔  
而是一切幸福  
與喜樂的來源

且若真的因時節因緣  
而牽涉到名利等  
誘人因素時

也必定是抱持著——  
謀福當謀天下福  
計利當計天下利  
的爲眾生廣謀福利  
的無私胸襟

所以  
真正的成功

是懷抱著愛  
與眾生一起得利  
一起幸福

所以  
如果要歸納一個  
成功公式的話  
就是——

成功 = 愛！



## 七、美是愛的同義詞

有一首小詩  
寫得真好——

天空有它的星星  
海洋有它的珍珠  
而我的心  
我的心有愛

是的  
真是好美好美的  
一首小詩

而這首詩之所以美  
除了優美的詞藻  
最關鍵之處還是在於  
有——愛

因為 有愛  
所以詩美了  
人美了  
景致美了  
意象美了  
譬喻美了  
寫實亦美了

可以說  
一切的一切  
都美了……

是因為心中有愛  
才能成爲一個優美的詩人  
寫下動人的詩篇

所以  
李商隱因爲  
心中有了美麗細膩的愛情  
因此能夠寫下——



曾是寂寥金燼暗  
斷無消息石榴紅  
——無題

直道相思了無益  
未妨惆悵是清狂  
——無題

君問歸期未有期  
巴山夜雨漲秋池  
何當共翦西窗燭  
共話巴山夜雨時  
——夜雨寄北

我是夢中傳彩筆  
欲書花葉寄朝雲  
……

李白因為  
心中有了生命之愛  
因此能夠寫下——

君不見  
黃河之水天上來

奔流到海不復回  
君不見  
高堂明鏡悲白髮  
朝如青絲暮成雪  
人生得意需盡歡  
莫使金樽空對月  
天生我材必有用  
千金散盡還復來  
——將進酒

玉階生白露  
夜久侵羅襪  
卻下水精簾  
玲瓏望秋月  
——玉階怨

雲想衣裳花想容  
春風拂檻露華濃  
若非群玉山頭見  
會向瑤臺月下逢  
——清平調

平林漠漠煙如織  
寒山一帶傷心碧

此情可待成追憶  
只是當時已惘然  
——風雨

昨夜星辰昨夜風  
畫樓西畔桂堂東  
身無彩鳳雙飛翼  
心有靈犀一點通  
——無題

颯颯東風細雨來  
芙蓉塘外有輕雷  
金蟬嚙鎖燒香入  
玉虎牽絲汲井迴  
賈氏窺簾韓掾少  
宓妃留枕魏王才  
春心莫共花爭發  
一寸相思一寸灰  
——無題





暝色入高樓  
有人樓上愁  
玉階空佇立  
宿鳥歸飛急  
何處是歸程  
長亭更短亭  
——菩薩蠻

明月出天山  
滄茫雲海間  
長風幾萬里  
吹度玉門關  
漢下白登道  
朝窺清海灣  
由來征戰地  
不見有人還  
戍客望邊邑  
思歸多苦顏  
高樓當此夜  
歎息未應閒  
——關山月

夫天地者  
萬物之逆旅  
光陰者  
百代之過客  
而浮生若夢  
爲歡幾何  
古人秉燭夜遊  
良有以也  
況陽春召我以煙景  
大塊假我以文章  
會桃李之芳園

序天倫之樂事  
群季俊秀  
皆爲惠連  
吾人詠歌  
獨慚康樂  
幽賞未已  
高談轉清  
開瓊筵以坐花  
飛羽觴而醉月  
不有佳作  
何伸雅懷  
如詩不成  
罰依金谷酒數  
——春夜宴桃李園序  
……

杜甫因爲  
心中有了家國之愛  
因此能夠寫下——

戍鼓斷人行  
邊秋一雁聲  
露從今夜白  
月是故鄉明  
——月夜憶舍弟

五更鼓角聲悲壯  
三峽星河影動搖  
——閣夜

無邊落木蕭蕭下  
不盡長江滾滾來  
——登高

花徑不曾緣客掃  
蓬門今始爲君開  
——客至

白日放歌須縱酒  
青春作伴好還鄉  
即從巴峽穿巫峽  
便下襄陽向洛陽  
——聞官軍收  
河南河北

在山泉水清  
出山泉水濁  
——佳人

車轡轡  
馬蕭蕭  
行人弓箭各在腰  
爹娘妻子走相送  
塵埃不見咸陽橋  
牽衣頓足攔道哭  
哭聲直上千雲霄  
——兵車行

國破山河在  
城春草木深  
感時花濺淚  
恨別鳥驚心  
烽火連三月  
家書抵萬金  
白頭搔更短  
渾欲不勝簪  
——春望

一去紫台連朔漠  
獨留青塚向黃昏  
——詠懷古蹟

正是江南好風景  
落花時節又逢君  
——江南逢  
李龜年

千秋萬歲名  
寂寞身後事  
——夢李白

飄飄何所似  
天地一沙鷗  
——旅夜書懷  
……

以上詩的作品  
實在都太美  
但它們共同的源頭  
都是——愛

所以  
不只是優美的  
文學作品  
可以說  
所有登峰造極的  
藝術  
都來自於  
最充沛的——愛

甚至可以說  
一切一切之美

都是愛的作品

所謂  
境由心生  
相由心造

你一定有過這樣的經驗  
當心中充滿愛時  
可真是——  
看一切皆美啊！

所以  
愛  
是世上最美！





# 八、快樂←愛

快樂←愛

的意思就是：

快樂來自於愛！

也可以說是：

愛是快樂的泉源！

這個真理的公式

是無庸置疑

與顛撲不破的

所以

快樂的程度

與愛這個字

的深切關連

可能超乎一般人的想像

怎麼說呢？

我們只要稍加觀察自他

就會發現——

當我們覺得最快樂的時候

通常都是愛得到了最大滿足的時候

例如——

喜獲麟兒

結識知己

破鏡重圓

或

無私的幫助了別人……

所以

快樂就是

愛得到了全部的滿足

所以 真的

當我們最愛別人的時候

就是我們最快樂的時刻！

而且

不相信愛

就會痛苦

相信愛

就會快樂

而且

當下符合了愛這個字

就當下穩定又快樂

所以

當我們越愛別人

我們就越快樂！

所以

大愛＝極樂！

# 九、完美是愛人過己！



每一個人都喜歡完美  
每一個人也都追求完美  
但是到底什麼才是  
完美的終極定義？  
可就是見仁見智  
不一而足了！

而且與個人的價值觀  
以及所重視的層面  
有著極大的關連  
例如重視美貌的人  
會認為成為世上最美的人  
是完美  
而重視財富的人  
會認為成為富可敵國的世界首富  
是完美  
但重視名聲的人  
會認為成為最有名的人  
是完美……

但是  
這些真的不是  
真正的完美

因為  
通過睿智的佛家所分析  
無論容貌第一  
    財富第一  
    名聲第一……

都還屬於  
“一切有為法  
如夢幻泡影”

的有為法之層次

什麼是有為法？  
就是如夢幻泡影般虛幻不實  
而且必定有  
“眼見他樓起  
    眼見他樓塌”

的生住異滅、成住壞空之  
由盛而衰的必經過程

所以  
所有 有為法的擁有  
結局都是一樣的  
容顏會老去  
財產會花完  
名聲會淡去……

就好比  
無論多麼莊嚴端麗  
幸福快樂的天人

總有一天  
頭上的花冠會枯萎  
身上的天衣會污髒  
鉢中的彩飯會變空  
肌膚的香味會消散  
華麗的宮殿會傾頹……

因為  
天界再美  
天人福報再大  
還是屬於成住壞空  
的有為法境界





所以  
當天人的福報享盡  
也就是天人五衰  
的時刻來臨了

所以  
真正的完美  
是永恆的

也就是說  
如果完美能夠

真正稱其為完美

那麼  
其理應在一個  
顛撲不破的狀態——  
顛沛亦如是  
造次亦如是

甚且可以說  
真正的完美  
是超越了一切時空的束縛

也就是說  
無論在什麼樣的時間  
也無論在什麼樣的空間  
它都是 完美  
那麼  
這才是真正的 完美

所以  
以人生的完美  
或愛的完美而言  
偉大睿智的佛經  
早已作了種種的  
明示或暗示

例如——  
但願眾生離得苦  
不為自己求安樂

菩薩的悲願——  
願代眾生受盡一切無量劇苦

菩薩的心——  
視眾生  
如父如母如子如女  
……

而觀音菩薩倒駕慈航  
爲了救度娑婆眾生  
放棄了圓滿的佛位  
自動降級爲菩薩  
爲的是好與眾生  
更親近！  
而且更是——

千處祈求千處應  
苦海常作渡人舟

至於地藏菩薩  
則驚天地泣鬼神的  
壯烈發願——  
地獄不空  
誓不成佛！  
眾生度盡  
方証菩提！

（天哪！  
這無量無邊的眾生  
以量而言  
那有度盡的一天？  
他竟敢發這樣  
似乎永遠不能成辦的願  
可見他愛眾生  
確實已愛到過己的地步  
太多太多了！）





所以  
從種種的開示  
與佛菩薩的親身示範  
我們會發現——  
完美的人生重要之事  
是為眾生服務  
而且是愛人過己的服務！

至於  
談到愛人過己  
佛菩薩總是義無反顧的  
勇往直前！

但凡夫眾生  
就難免  
會有一絲絲的顧慮

顧慮什麼呢？  
由於凡夫的分別心並未斷除  
所以一旦有比較性的字眼出現  
例如“過己”就是超過自己  
那麼難免會顧慮一下  
會損失到很多嗎？

其實這是多慮了  
因為  
當給予的時候  
是獲得  
不是損失

因為  
以諸法實相而言  
自己、眾生與萬物  
都是無二無別  
渾然一體

所以佛家在解釋佈施的觀念時  
是用左手給了右手  
然後右手又給了左手 來譬喻的

因為  
我與眾生一體  
所以  
我的左手給了你的右手  
等於我的左手給了我的右手  
你的右手給了我的左手  
等於你的右手給了你的左手

……

因為  
這是一個因果律運行的宇宙  
  
我們給了別人什麼  
有一天別人也一定會給我們什麼  
  
所以  
今日我們愛人過己  
那麼明日也會得到相同的對待

試想  
每個人都如此豐沛的互愛互給  
到最後  
豈不就每個人都獲得了  
最大的利益！

所以  
佛菩薩的悲智  
果然是浩瀚無邊又廣大圓滿

因此  
愛人過己這樣的完美  
不但是來自於  
悲天憫人的慈悲胸懷  
亦是來自於  
深諸因果法則的睿智頭腦

所以  
當答案清楚的浮現之後  
我們不禁再度為  
佛菩薩的偉大

感動涕零！

是的  
也許我們一時之間  
還無法完全像佛菩薩  
如此這般的不思議偉大  
但是我們是“佛”子  
透過努力的追求、渴慕、實踐  
總有一天  
亦如是！



# 十、成就—— 是全部實踐了愛！

什麼是成就？

就是悲智圓滿

就是証得無上正等正覺

就是可以出三界不再生死輪迴

就是離苦得樂

就是極樂世界

就是澈底的自由解脫

就是完全的了悟一切的真理

就是澈見諸法實相

就是空有雙泯

就是意識完全清淨

就是業力全部消融

就是全部的醒覺

就是福德具足

就是佛！

根據經典的開示

成就與獲均屬得之一種

而未得或已失而今得

稱為獲

已得而至今相續不失

稱為 成就！

亦可泛稱 得=獲=成就！

另外

因為成就極為稀有珍貴

所以又有具足七寶之意

亦即具足珍貴的戒、定、慧

並於此自在 是名成就！

成就 還有

完成志願之意！

密教則稱成就為 悉地！

至於

菩薩的六事成就：

(一) 供養成就

為成就檀施度

即長時供養三寶

(二) 學戒成就

為成就戒度

即長時學戒

(三) 修悲成就

為成就忍度

即修習大悲心以饒益眾生

(四) 勤善成就

為成就精進

即勤修眾善

(五) 離誼成就

為成就禪定

即遠離繁囂 圓滿靜定

(六) 樂法成就

為成就智度  
即愛樂佛法，  
遍歷諸佛而聽法無厭  
如海納流無時盈溢

而在密教的蘇悉地經中  
則開示了——  
巡八聖跡 禮拜行道  
或轉讀大般若經七遍  
或一切真言念誦一俱抵  
或唸誦十二年……  
皆得成就！

其實  
不論以何種法門成就  
站在愛的眼光來看  
可以說  
就是——  
全部實踐了愛！

因為  
只有澈底的愛自己  
並且全部的實踐  
才能自度圓滿！  
也只有澈底的愛眾生  
並且全部的實踐  
才能利他圓滿！

這是 顛撲不破  
永恆至高的真理！





給別人比他們期許的更多，並用心去做。  
*Do more than others expect you to do and do it at pains.*

縱然傷心，也不要愁眉不展；  
 因為你不知誰會愛上你的笑容。  
*Never frown, even when you are sad, because you never know who is falling in love with your smile.*

對於世界而言，你是一個人；  
 但是對於某個人，你是他的整個世界。

**To the world you may be one person, but to one person you may be the world.**

愛你的人如果沒有按你所希望的方式來愛你，  
 那並不表示他們沒有全心全意地愛你。

**Just because someone doesn't love you the way you want them to, doesn't mean they don't love you with all they have.**

專題番外篇之一

# 愛的格言卡片

不要因為結束而哭泣，  
 微笑吧，  
 為你的曾經擁有。

**DON'T CRY BECAUSE IT IS OVER,  
 SMILE BECAUSE IT HAPPENED.**

無論何時說“我愛你”，  
 請真心實意。

*Whenever  
 you say "I love you" please  
 say it honestly.*

# NEVER

永遠不要以貌取人。  
NEVER JUDGE PEOPLE  
BY THEIR APPEARANCE.



深情熱烈地愛，也許會受傷，  
但這是使人生完整的一個方法。

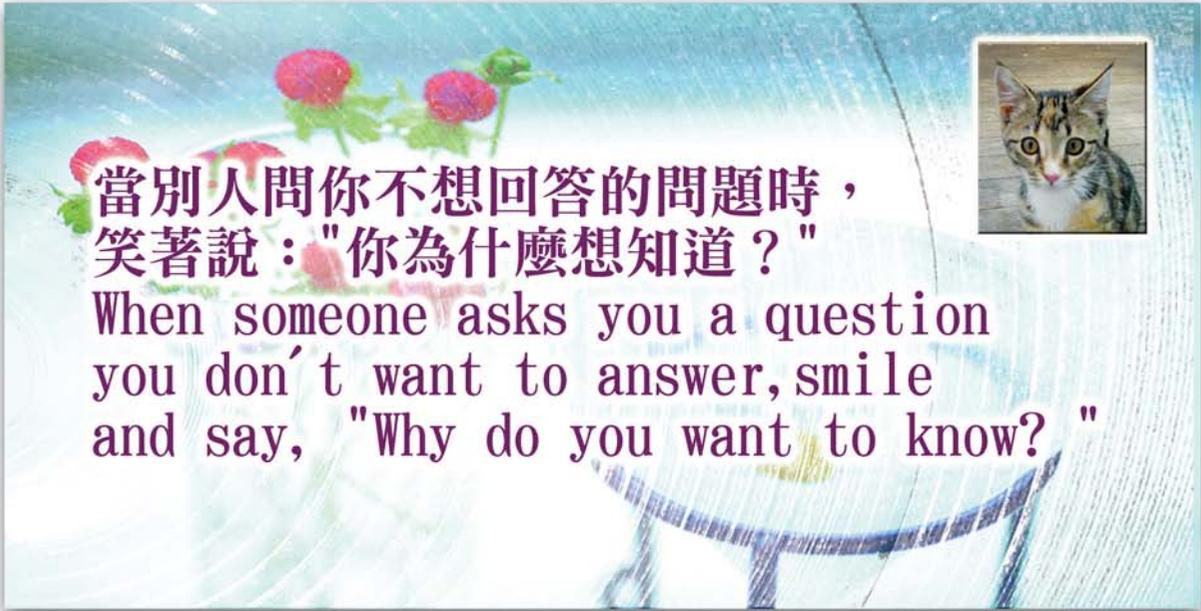
*Love deeply and ardently, even  
if there is pain, but this is  
the way to make your life  
complete.*



用一種明確的方法解決爭議，不要冒犯。

*Find a way to settle, not to dispute.*





當別人問你不想回答的問題時，  
笑著說："你為什麼想知道？"

When someone asks you a question  
you don't want to answer, smile  
and say, "Why do you want to know?"



不要讓小小的爭端，  
損毀了一個重要的友誼。

Don't let a little dispute  
break up a great friendship.



當別人打噴嚏時，說一聲"請保重"！  
When someone sneezes say, "  
God bless you"!



打電話給媽媽，如果不行，  
至少在心裏想著她。

Call your mother on the  
phone. If you can't, you may  
think of her in your heart.



記住：那些勇於負責最大風險的人，才能得到最深的愛和最大的成就。

Remember that the man who can shoulder the most risk will gain the deepest love and the supreme accomplishment.



無論何時發現自己做錯了，竭盡所能去彌補，因為對方能感覺到！

Whenever you find your wrongdoing, be quick with reparation!

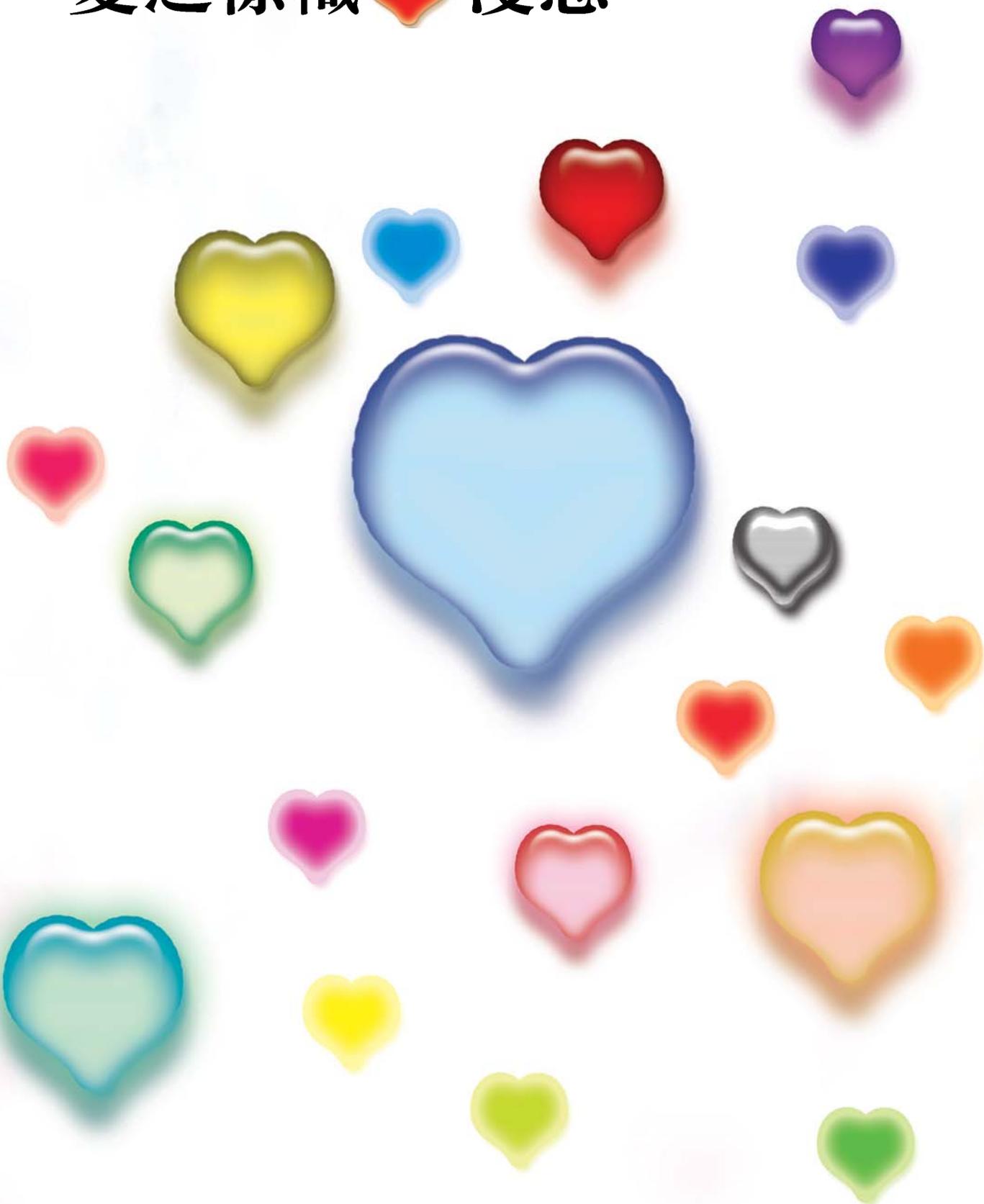


記住三個"尊"：尊重你自己；尊重別人；保持尊嚴，對自己的行為負責。

Remember the three "respects". Respect yourself, respect others, stand on dignity and pay attention to your behavior.

## 專題番外篇之二

# 愛之標幟 漫想







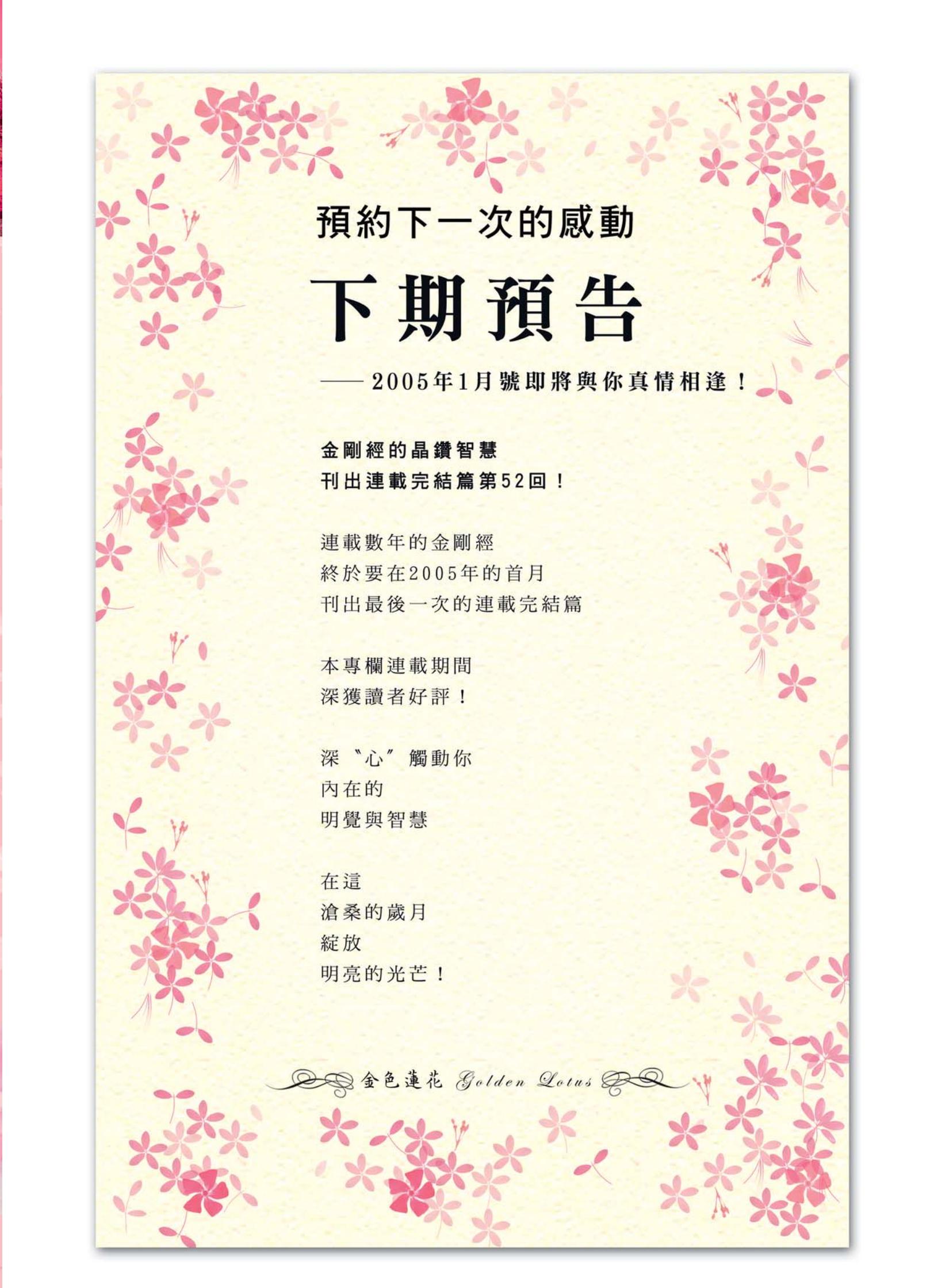
# 心情紀事的頁

編輯們說：拼全力的編完這期雜誌

心情真的好舒暢！

接下來就由你來接龍啦！

寫下關於閱後的共鳴或生命的心情點滴吧！



預約下一次的感動

# 下期預告

—— 2005年1月號即將與你真情相逢！

金剛經的晶鑽智慧  
刊出連載完結篇第52回！

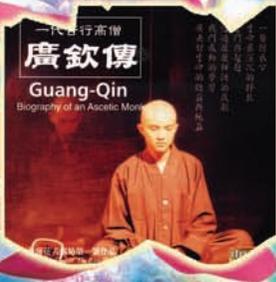
連載數年的金剛經  
終於要在2005年的首月  
刊出最後一次的連載完結篇

本專欄連載期間  
深獲讀者好評！

深“心”觸動你  
內在的  
明覺與智慧

在這  
滄桑的歲月  
綻放  
明亮的光芒！

金色蓮花 *Golden Lotus*



燦爛美學 · 心靈極樂  
Resplendent esthetics · spirit in ultimate happiness

— 金色蓮花虔敬製作 —  
經典作品VCD系列

Devoutly manufactured by Golden Lotus  
Series of VCD Classic works