

金色蓮花



Golden Lotus

摩登修行
Modern Cultivation



傾力革新版！

婦女節特輯～

完美女性典型
觀音的畫像

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
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 5 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
還散上方殑伽沙等諸佛世界
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.

金

色

蓮

花

■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 ang)
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-Tarnng)	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Jiuh-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Jiuh-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

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

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！……



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. 12 封面美境——
百花盛放大地春

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

單元詩篇／溫柔皎潔

慈愛的溫柔
是生命中最大的倚靠
讓人通往 幸福口岸

皎潔的智慧
是黑暗中的燈火
照亮了
崎嶇人生路

P. 14 ■ 慈悲之美——
愛の晶瑩小語

P. 16 ■ 智慧之美——
大般若經的大智慧！
～連載第 77 回



(二) 修練身體

～心靈以身體

為居住之殿堂

單元詩篇／青鳥引路・雙泉映月

健康涼泉

美麗流泉

青鳥翩翩

飛翔引路

清澈月光中

雙泉晶瑩現身

P. 28

■ 健康之泉——
紅紅蕃茄正當紅！



P. 30

■ 美麗之泉——
玫瑰般美麗(二)～
美顏玫瑰露



(三) 修練涵養

～涵養的深度與廣度

是在為服務作精緻的準備

單元詩篇／深耕氣質

一種深度

一種廣度

一種厚度

在生命的底層

紮實的構築

唯有春天的深深耕耘

才能有秋天的五穀豐登

讓我們——

用深刻的涵養

禮敬生命！



P. 32

■ Movie——

電影啟示錄～

「功夫」

棒棒糖的啟示：到最後，還是善良最甜美！

P. 46

■ Game——

遊戲中的學習～

「模擬樂園3」

本次學習主題：管理樂園的智慧！

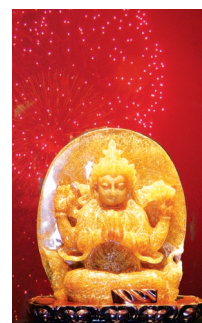


P. 54

■ Estheics——

金色蓮花紙上藝廊～

絢爛煙火烘托的莊嚴容顏



(四) 修練服務

～服務的人生
是最幸福的人生！

單元詩篇／幸福的美感

如果我們愛夠
就油然而生意念
想服務他人

輪迭的親眷或不識
陌生與熟悉
一律 都 可 愛
服務的心最美 最幸福



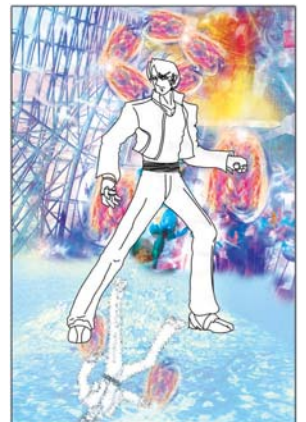
摩登菩薩服務形象大特寫！



慈悲最時髦
智慧最摩登
而且永不褪流行！

P. 75

■ 護生柔情千萬里
壯志凌霄！



P. 77

■ 披荊斬棘
雄壯威武



P. 79

■ 飛呀飛我的理想
奔呀奔我的志向



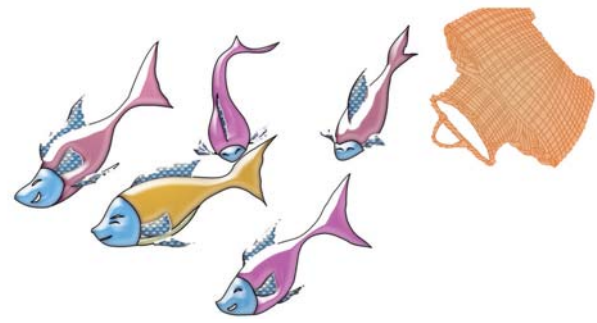
P. 81

■ 日昇月騰
菩薩與日月俱進

(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！



單元詩篇／吃素・是一種美德

口中的清芬

來自菜根

心中的芳馥

來自慈悲

慈悲一切的物種

慈悲蠢動含靈

吃素

是一種清香的 美德



因果故事篇—— Vegan New Age

P. 84



■ 第一則故事～
魚也會痛啊！

P. 86



■ 第二則故事～
病好了！

P. 88



■ 第三則故事～
牠也想要孩子！



(六) 本月專題企劃

～格物致知般

生動有趣的專題研究

擴展了寬闊的視野

單元詩篇／作生命的功課！

修行 就是作功課

作什麼功課？ 就是努力的

尋求生命的 答案！

我們每分每秒

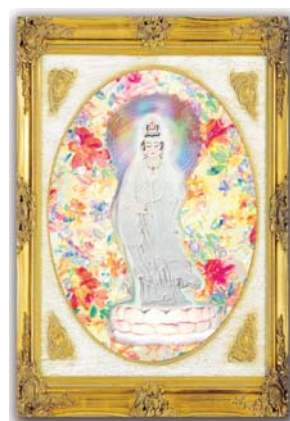
都需要在生存的無明之苦中

努力的作功課

才能在終點時

得到離苦得樂的 輝煌

自利利他的 極樂！



婦女節特輯／完美女性典型～觀音的畫像！

P. 95

■ 一、美麗～美麗的畫像

P. 98

■ 二、溫柔～溫柔的畫像

P. 102

■ 三、智慧～智慧的畫像

P. 106

■ 四、令人愉悅～喜悅的畫像

P. 110

■ 五、充滿慈悲～慈悲的畫像

P. 114

■ 六、積極服務～度人的畫像

P. 120

■ 六祖菩薩生日快樂！

P. 122

■ 普賢菩薩生日快樂！

P. 124

■ 一個月計畫表

P. 125

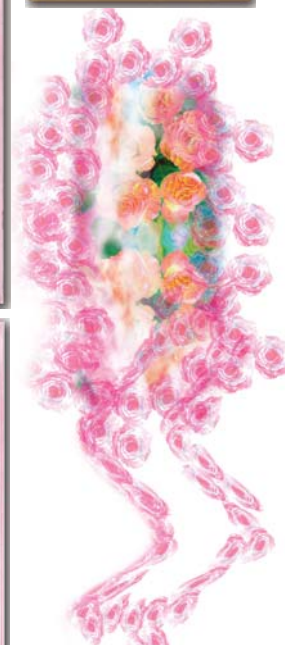
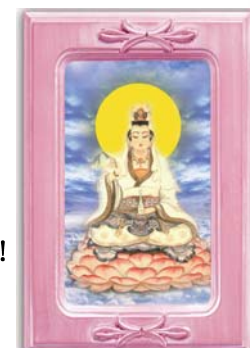
■ 一日規劃表

P. 126

■ 心情紀事の頁

P. 127

■ 預約下一次的感動～下期預告！





封面美境



作品名稱／百花盛開大地春



設計者／鄭秉忠



設計理念／嚴冬將去春來之際

百花齊放人間三月天

揮別寒雪之冬

迎接春回大地溫暖人心

善心 慈心

感召 莊嚴菩薩

天女散花

便是……

人間好時節



美境詮釋／嚴冬將去 春暖花開

人間三月 春回大地

善心慈心 溫暖人心

莊嚴菩薩 天女散花

百花齊放 美好時節



愛，是我們生生世世最重要的學習——

愛の晶瑩小語

文案／慈心花 視覺設計／鄭博文

愛是
大神咒！

愛心
是黑暗中的 燈塔！

帶著愛
一定要帶著愛
才能奔向完美！

溫柔的
本然的存在
就是愛的能量
存在的 方式

愛
是最大的 快樂！



寬恕
帶來了 平安

要了解的事實是

佛菩薩愛我們
非常的愛！

愛如火炬
照亮了
崎嶇三界輪迴路

愛
是暴風雨中的寧靜
雨後的彩虹

爲眾生留一盞
溫暖的心之燈火

愛一切眾生
是修行成就的關鍵



曠世奇花・絕世珍寶～

大般若經的大智慧！

——連載第77回

講經／釋迦牟尼佛 紀錄／阿難尊者等 梵譯中／唐三藏玄奘大師 解讀編撰／郭韻玲 視覺設計／鄭秉忠

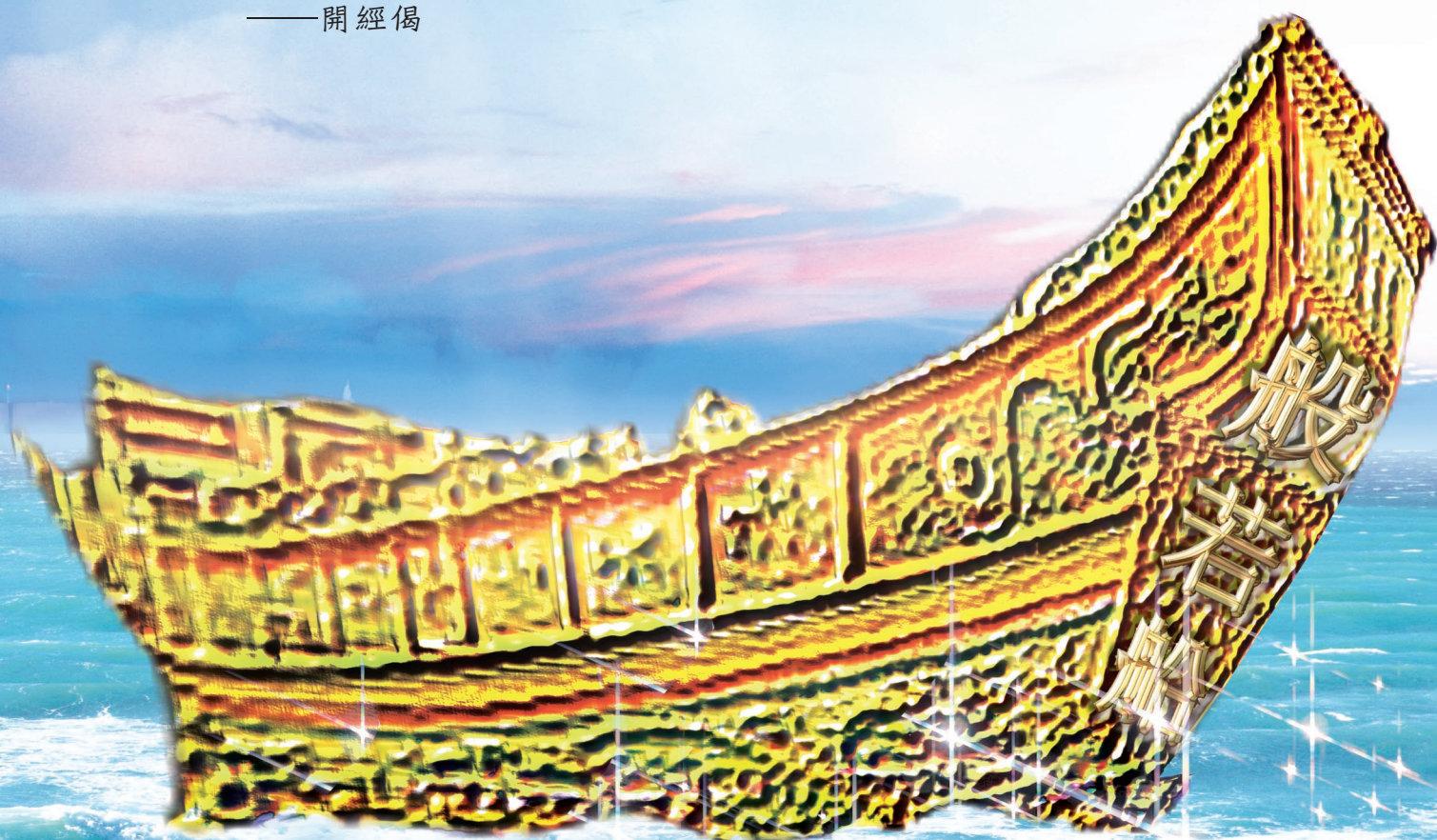
無上甚深微妙法

百千萬劫難遭遇

我今見聞得受持

願解如來真實義

——開經偈



般若如寶船 能載著我們 越度生死大海！

本篇章架構：

一、前言

~智慧如寶船

二、經文段章

~校量功德品

三、解讀詮釋

~清話心上流

四、般若讚頌

~因為太好所以讚頌

五、般若修行

~真實的生命寶藏

六、智慧的珠串

~各品綱要闡明

一、前言

~智慧如寶船

有一個海
叫作生死海

有一艘船
叫作般若船

這個生死海
波濤洶湧 驚濤駭浪
難以越度

但是
這艘般若船
有般若智慧作羅盤
方向精準無誤
而且 船身堅固 水手精良

所以
福報廣大 睿智深遠
的人們 紛紛
登上了般若船

因為
不管那浪有多高
不管那海有多大

只要登上了
這艘般若大寶船

必能 ——
越渡驚濤險浪的生死大海
到達那 無憂無悲無愁無惱
幸福圓滿的光明彼岸!!

二、經文段章 ~校量功德品

時天帝釋復白佛言。世尊。云何諸善男子善女人等。說無所得靜慮波羅蜜多。名說真正靜慮波羅蜜多。

佛言。憍尸迦。若善男子善女人等。為發無上菩提心者。宣說靜慮波羅蜜多。作如是言。汝善男子。應修靜慮波羅蜜多。不應觀色若常若無常。不應觀受想行識若常若無常。何以故。色色自性空。受想行識受想行識自性空。是色自性即非自性。是受想行識自性亦非自性。若非自性即是靜慮波羅蜜多。於此靜慮波羅蜜多。色不可得。彼常無常亦不可得。受想行識皆不可得。彼常無常亦不可得。所以者何。此中尚無色等可得。何況有彼常與無常。汝若能修如是靜慮。是修靜慮波羅蜜多。

復作是言。汝善男子。應修靜慮波羅蜜多。不應觀色若樂若苦。不應觀受想行識若樂若苦。何以故。色色自性空。受想行識受想行識自性空。是色自性即非自性。是受想行識自性亦非自性。若非自性即是靜慮波羅蜜多。於此靜慮波羅蜜多。色不可得。彼樂與苦亦不可得。受想行識皆不可得。彼樂與苦亦不可得。所以者何。此中尚無色等可得。何況有彼樂之與苦。汝若能修如是靜慮。是修靜慮波羅蜜多。

復作是言。汝善男子。應修靜慮波羅蜜多。不應觀色若我若無我。不應觀受想行識若我若無我。何以故。色色自性空。



受想行識受想行識自性空。是色自性即非自性。是受想行識自性亦非自性。若非自性即是靜慮波羅蜜多。於此靜慮波羅蜜多。色不可得。彼我無我亦不可得。受想行識皆不可得。彼我無我亦不可得。所以者何。此中尚無色等可得。何況有彼我與無我。汝若能修如是靜慮。是修靜慮波羅蜜多。

復作是言。汝善男子。應修靜慮波羅蜜多。不應觀色若淨若不淨。不應觀受想行識若淨若不淨。何以故。色色自性空。受想行識受想行識自性空。是色自性即非自性。是受想行識自性亦非自性。若非自性即是靜慮波羅蜜多。於此靜慮波羅蜜多。色不可得。彼淨不淨亦不可得。受想行識皆不可得。彼淨不淨亦不可得。所以者何。此中尚無色等可得。何況有彼淨與不淨。汝若能修如是靜慮。是修靜慮波羅蜜多。憍尸迦。是善男子善女人等作此等說。是為宣說真正靜慮波羅蜜多。

復次憍尸迦。若善男子善女人等。為發無上菩提心者。宣說靜慮波羅蜜多。作如是言。汝善男子。應修靜慮波羅蜜多。不應觀諸佛無上正等菩提若常若無常。何以故。諸佛無上正等菩提諸佛無上正等菩提自性空。



是諸佛無上正等菩提自性即非自性。若非自性即是靜慮波羅蜜多。於此靜慮波羅蜜多。諸佛無上正等菩提不可得。彼常無常亦不可得。所以者何。此中尚無諸佛無上正等菩提可得。何況有彼常與無常。汝若能修如是靜慮。是修靜慮波羅蜜多。

復作是言。汝善男子。應修靜慮波羅蜜多。不應觀諸佛無上正等菩提若樂若苦。何以故。諸佛無上正等菩提諸佛無上正等菩提自性空。是諸佛無上正等菩提自性即非自性。若非自性即是靜慮波羅蜜多。於此靜慮波羅蜜多。諸佛無上正等菩提不可得。彼樂與苦亦不可得。所以者何。此中尚無諸佛無上正等菩提可得。何況有彼樂之與苦。汝若能修如是靜慮。是修靜慮波羅蜜多。

復作是言。汝善男子。應修靜慮波羅蜜多。不應觀諸佛無上正等菩提若我若無我。何以故。諸佛無上正等菩提諸佛無上正等菩

提自性空。是諸佛無上正等菩提自性即非自性。若非自性即是靜慮波羅蜜多。於此靜慮波羅蜜多。諸佛無上正等菩提不可得。彼我無我亦不可得。所以者何。此中尚無諸佛無上正等菩提可得。何況有彼我與無我。汝若能修如是靜慮。是修靜慮波羅蜜多。

復作是言。汝善男子。應修靜慮波羅蜜多。不應觀諸佛無上正等菩提若淨若不淨。何以故。諸佛無上正等菩提諸佛無上正等菩提自性空。是諸佛無上正等菩提自性即非自性。若非自性即是靜慮波羅蜜多。於此靜慮波羅蜜多。諸佛無上正等菩提不可得。彼淨不淨亦不可得。所以者何。此中尚無諸佛無上正等菩提可得。何況有彼淨與不淨。汝若能修如是靜慮。是修靜慮波羅蜜多。憍尸迦。是善男子善女人等作此等說。是為宣說真正靜慮波羅蜜多。

(P805 II欄 5行 ~ P822 III欄 7行)

三、解讀詮釋 ~清話心上流

天帝釋又向佛請教：什麼是宣說無所得禪定，名為真正禪定？

佛回答：如果善男子、善女人，為發無上菩提心的人，宣說禪定：「應修禪定，不應觀五蘊乃至無上正等菩提若常、若無常，若樂、若苦，若我、若無我，若淨、若不淨。為什麼呢？五蘊乃至無上正等菩提自性空，因為五蘊乃至無上正等菩提的自性即非自性，那麼非自性即是禪定。於此禪定五蘊乃至無上正等菩提不可得，其常、無常，樂、苦，我、無我，淨、不淨也都是不可得。為什麼呢？此中尚無五蘊乃至無上正等菩提可得，更何況有其常、無常，樂、苦，我、無我，淨、不淨。如果能夠如是修行禪定，是名修行禪定。」如果善男子善女人如此宣說，是為宣說真正禪定。

此段經文，主要是說明宣說無所得的禪定，才是宣說真正的禪定。

什麼是無所得的禪定呢？就是對於禪定完全沒有執著，無論是禪定的境界、姿勢、進度……，一切一切與禪定有關的人、事、物統統沒有了執著。

禪定是佛法中相當重要的實修法門，也可以說是必修法門，幾乎從佛陀開始到歷來的高僧大德，凡是有所證悟，都與禪定有極大的關聯。

為什麼證悟與禪定有這麼密切的關聯呢？最重要的原因就是因為澈見諸法實相是非常困難的一件事，這麼困難的一件事一定

要靠強大的定力才有辦法完成。

什麼是強大的定力？就是不容易受到一切外緣的影響。試想，就算要看清一幅畫，也得好整以暇、氣定神閒的去看，更何況要看清諸法實相這件艱難不已的大事呢？

故不容易受到外緣影響的人，才是有定力的人。什麼是外緣？就是與定力本身無關的一切，例如煩惱、執著等等，這些非但對定力沒有任何的好處，只會嚴重的障礙定力的增長，例如當我們被煩惱占據時，心中就是煩煩的，絕對是定不下來的；相反的，當我們心中沒有煩惱時，態度是輕鬆的，氣是平和的，心中是平靜的，那麼這些特質再予以深化，不就是定力嗎？

故定力是內在的心靈品質，是生命最優美的狀態。請問行色倉惶的人如何成為一個莊嚴安定的修行人呢？所謂的修行人當然是要越修越神定氣閒、越來越有莊嚴的氣度，這就是非得靠定力不能克竟全功了。

故定力實在是非常重要的一環，只有擁



有定力了，才能下而鞏固戒律，上而開啟智慧，故定力在戒、定、慧三學中占著重心的位置，是非常重要的實修功夫，必須非常踏實的去訓練，才能在日積月累的陶冶下，練就氣定神閒的修行人風範。

定力真的是必須日日精勤不斷的堅持，才能有所成就。而且還有一點非常重要的正知見就是：禪定境界的好壞絕對是隨業展現，絕對不能有所執著；所以當好不容易在多年的禪定練習後出現輕安法喜的一座之後，可千萬不要從此上座就在等待這輕安法喜的重現。為什麼呢？因為我們這個粗重的色身，就是所謂的「業報身」，隨時都有業成熟，隨時都有業要報，今日修得好，固然會有不錯的境界現前，但可不保證從此境界就都如此平步青雲，扶搖直上了，最可能出現的狀況就是明明今天坐得這麼好的，明天就一落千丈，但是修行的進度真的一落千丈了嗎？當然是沒有，在整體來說，只要是長期有恆心的下足了功夫，禪定境界是一定不斷往上爬升的。

如何爬升呢？嚴格來說，是按三界的結構往上爬升的，也就是禪定中陰身會從欲界自由解脫升至色界，再升至無色界。

故真正的標準在於禪定中陰身，而非肉身，只要禪定中陰身不斷往上升，這就是進步，但是肉身呢？肉身可沒有升不升的問題，肉身是越來越健康，就表示在進步，但肉身為什麼不能作為禪定境界的標準呢？就是這業報身沒有大的業力現前時，一定會隨著禪定中陰身的進步而進步，也就是越來越健康舒適。但是當大的業力來報時，肉身非



但不健康，反而可能會在長期的禪定訓練下生一場重病。

故由此我們就真正的明白，為什麼無所得的禪定才是真正的禪定。因為試問一個一直精勤努力於禪定的修行人，身體狀況越來越好，卻在身體高峰時突然生了一場重病。如果不是以無所得的禪定正知見去面對的話，此人怎還修得下去呢？他心中會不會開始懷疑禪定的真正效果，最起碼他的狀況會考到許多他身邊不具足禪定正知見的修行人，更別說沒接觸佛法的人們了。

故一切的修證都必須以正知見為依歸。聽經聞法的真正用意也是在學習正知見，並且在實際的修證過程中真槍實彈的運用正知見。如果不能如是，則當意志不夠堅定時，就是一個精勤努力的修行人退轉之時。故無所得的智慧，是多麼的重要，是多麼的不可或缺，我們只有真正與定相應，才能在努力的過程中，真正的只問耕耘，不問收穫。才

能在千難萬難的歷程中，百折不撓。

所謂「百鍊鋼化成繞指柔」，只有經過千錘百煉的修行人，才能真正荷擔起如來家業，絕對沒有溫室的花朵而能夠歷經風霜雨雪存活下來，只有把自己訓練成不畏一切的寒霜，不畏一切凌厲的風雨，才能真正熬過嚴冬，目睹來春的百花盛開，風光明媚！

而如何才能練就這樣強韌的生命力呢？就是無所得的智慧，有了這樣的生命深沉智慧，我們才能在這煩惱無邊的生死大海中越度一切的驚濤駭浪，安抵彼岸。

故何止禪定需要無所得的智慧，生命中一切的一切，都需要無所得的智慧。擁有了這樣珍貴的智慧，我們才能真正修行成就，完成歷千百劫不滅的菩提大願。

願眾生皆早日禪定成就！

南無本師釋迦牟尼佛！



願眾生早日成就



四、般若讚頌

~因為太好所以讚頌

昔有菩薩安心坐
空無相中無價寶
故知妙身無罣礙
真實不虛深須信
照見五蘊悉皆空
般若性海絕難思
是大神咒起人慈
揭帝揭帝斷狐疑
一般若讚文

菩薩心安如水的端坐
証入的無相空性中
有無價的珍寶
所以微妙的法身
是無所罣礙
須深深相信其真實不虛
照見了五蘊等悉皆性空
般若的本質斷思絕慮
是能令人生起廣大慈悲
的大神咒
能解決一切疑感到彼岸！



五、般若修行 ~真實的生命寶藏

一切的文字般若
都是為了讓我們能夠
有所依憑
有所體會、心得
進而証得實相般若！

故讀完一切的經文
尤其是論及般若的經文

一定要想辦法

去實修實証般若實相

最常用的方法是慧觀

例如觀想——

自己有一個**乾淨的心空**！

保任

越久越好！

六、智慧的珠串 ~各品綱要闡明

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、無邊波羅蜜多，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

隨喜回向品（卷168-172）

說明一個菩薩應如何以無所得為方便，善巧修好隨喜回向法門。

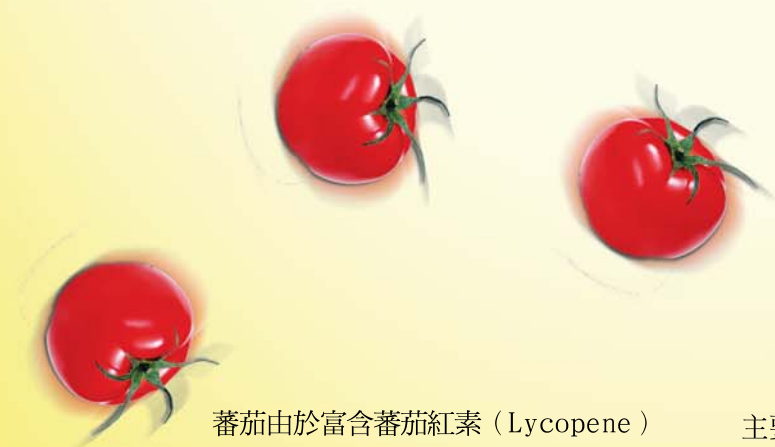




健康之泉～

紅紅蕃茄正當紅！

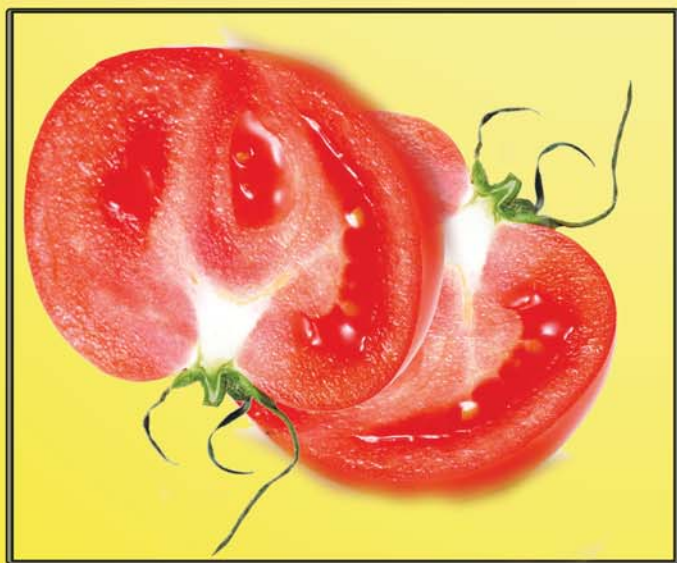
文 / 返璞子 視覺設計 / 湛藍天光



蕃茄由於富含蕃茄紅素（Lycopene）而成為大受歡迎與當紅的健康食品！

蕃茄紅素是什麼呢？就是一種強力的抗氧化劑，這也就是蕃茄成為營養食品的

主要原因。而蕃茄紅素不只是蕃茄含有，還有紅辣椒、青豆、扁豆、四季豆、胡蘿蔔、十字花科蔬菜、豆腐、乾杏子、核桃、蘋果、桃子、柳橙等蔬果裡都含有蕃茄紅素；其中仍以蕃茄所含有蕃茄紅素最為豐富！



實驗報告蕃茄紅素帶來的利益

■抗癌的指標

一些研究已經證實我們血清裡的蕃茄紅素含量低與癌症的罹患率增高有關，因為蕃茄紅素抗氧化高亦代表了抗癌性高。

■減低婦女病變

根據芝加哥伊利諾大學與公共衛生學校所作的一項研究顯示，血液裡的蕃茄紅素低與婦女的子宮頸病變有關；而這病變正是罹癌之前的症狀。

■降低膀胱癌

根據研究顯示，血液裡蕃茄紅素高，可以減低膀胱癌；而此症是排尿系統最常見的惡性腫瘤，一般是50歲～70歲是好發期。

■預防胰臟癌

研究人員發現，體內蕃茄紅素含量最低的人罹患胰臟癌的機率最高，此病主要侵犯50～80歲的人們，由於很難醫治，所以是死亡率最高的癌症之一；但蕃茄紅素的功效被發現後，不啻為許多癌症患者及預防癌症帶來了莫大的福音！

蕃茄的正確有效吃法

為了有效的獲取蕃茄中富含的蕃茄紅素，我們應進一步的認知如何食用蕃茄才是最有效的方式！

由於蕃茄紅素必須在蕃茄煮熟後才易大量的釋放出來，所以請務必記得——要吃煮熟的蕃茄，生吃是沒什麼效用的！

只要看到研究報告，便會得知這樣攝食的正確；根據實驗結果：常吃煮過的蕃茄，前列腺癌的發生率降低了24%，較常吃蕃茄醬汁，降低18%；而常吃生蕃茄，並無任何的影響。

所謂“數字會說話”！由此可知，常吃煮熟的蕃茄或蕃茄醬，對身體健康確實有莫大的助益！不過為了避免吃到有害的添加物，最好吃自己煮的蕃茄及自製蕃茄醬、蕃茄汁，第二個選擇才是去有機店選

購現成產品，至於一般市售產品，則需審慎為之！



美麗之泉~

雲想衣裳花想容 春風拂檻露華濃

若非群玉山頭見 會向瑤台月下逢

美顏花譜・系列之一

玫瑰般美麗(二)

文/花想容 資料收集/美心 視覺設計/夢中水廊



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

本期介紹重點：美顏玫瑰露

在花卉市場中，最受歡迎的花當屬玫瑰莫屬；
所以關於她的花語也就最多最豐富——

1朵	你是我的唯一
2朵	兩情相悅
3朵	我愛你
4朵	誓言、承諾
5朵	無悔
6朵	順利
7朵	喜相逢
8朵	彌補
9朵	長相守、堅定
10朵	十全十美、完美的你
11朵	最愛、一心一意
12朵	心心相印、圓滿
13朵	暗戀
17朵	好聚好散
18朵	你是我的另一半
20朵	此情不渝、兩情相悅
21朵	最愛
22朵	雙雙對對
24朵	圓圓滿滿、思念(無時無刻)
33朵	我愛你三生三世，從前世、 今生到來世
36朵	我心屬於你
44朵	至死不渝
50朵	無悔的愛
55朵	無怨無悔的愛
56朵	吾愛
57朵	吾愛吾妻
66朵	事事順利、細水長流
77朵	相逢自是有緣
88朵	彌補歉意

99朵	長相廝守、堅定
100朵	白首偕老、百年好合
101朵	妳是我的唯一
108朵	嫁給我吧
144朵	愛你生生世世
365朵	天天想你
999朵	天長地久
1001朵	直到永遠
1314朵	愛妳一生一世
10000朵	愛你一萬年

玫瑰不但花語詞彙如此豐碩，美顏效果也十分卓越。

自古就有人用蒸餾的方法把玫瑰製成玫瑰露，氣味芬芳，療效顯著。

《本草綱目拾遺》說：玫瑰露氣香而味淡，能和血平肝，養胃寬胸散鬱。

《金氏藥帖》也說：專治肝氣、胃氣，立效。

《紅樓夢》則提到賈寶玉因為生病而服用玫瑰露，並說如果發燒的病人用涼水沖服玫瑰露，可以收到“心中爽快，頭目清涼”的良好效果。

玫瑰玫瑰真美麗，果然是所言不虛！



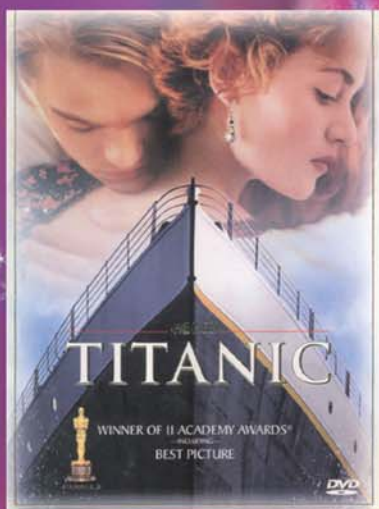


隽永的畫面

深刻的對白

觸動了

我們的靈魂深處



Movie 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

圖片等資料提供/海鵬影業、博偉、Warner Bros、前景娛樂



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……



棒棒糖與斧頭之間的抉擇——

功夫

棒棒糖的啟示：

到頭來，還是善良最甜美！

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／博偉、<http://www.kungfuhustle.com/>

類 型： 動作喜劇

片 長： 95 分鐘

分 級： 輔導級

導 演： 周星馳

編 劇： 周星馳

演 員： 周星馳、陳國坤、林子聰、黃聖依、釋行宇、田啓文、元秋

出 品： 哥倫比亞

發行公司： 博偉電影

官方網站： <http://www.kungfuhustle.com/>



電影故事之吉光片羽：

故事發生在1940年的中國廣東，周星馳飾演一名無可救藥的小混混——阿星，阿星能言善道，最會的就是耍嘴皮子；但私底下的他其實意志不堅且一事無成，他一心想成為黑道上響鑼鑼的人物，急欲加入手段殘酷無情、惡名昭彰的斧頭幫。正好此時的斧頭幫傾全力剷除唯一未收回勢力範圍的地頭，未料該地臥虎藏龍，不但有癡肥的惡霸女房東肥婆四，又有與其對比的懦弱丈夫二叔公，加上一群身手不凡的武林高手，他們將如何大展各自的奇功異能，以對抗這群霸道的惡勢力呢？



看後感想：

——三個朋友連袂看電影！

第一個朋友／晨曦——

實在是一部不得不看的好戲！它帶給我的不只有娛樂；整部戲看了讓人從頭笑到尾，但卻有非常多的空間讓人去回味、



去思考，思考自己是怎樣的人，到底追尋的是什麼？現在又在做什麼？這真的是一部趣味性濃厚、又深入人性的電影！

第二個朋友／美學高手——

每個人都有不同的人生，有的是多姿多姿，有的是愁雲慘霧；但不管如何，在人生的大道上，都有許多分岔路讓你選擇，回首前程走過的道路；有許多成功的里程碑吧，或許也有許多罪惡的深淵吧；但是不管如何，是善是惡就在這一刻起，當下做個善的抉擇吧！

正如電影海報上的主角 一手拿著斧頭、一手拿著棒棒糖，象徵著善與惡的抉擇、愛與恨的掙扎，然而劇中主角到最後還是選擇了正途，一切都在一念之間，就有了不同的結果，外在的機緣巧合只是我們的助緣，而一切回歸到最後還是自己的堅持與善良，才能度過一切的困境與考驗，哪怕是最後一秒！

第三個朋友／退休老師——

功夫這部電影的感染力可說是很強的，未演先轟動，縱使在最冷門的星期一

的晚場，也是高朋滿座，座無虛席，從開場到結束，笑聲可以說是絡繹不絕、此起彼落，可見此片的娛樂眾生的功能是很高的，此片除了笑點特多外，其中也是頗具有教育意義的內涵，看到了最後或許會有一種深植人心的莫名感動，是一部教人向善的好電影。

堅強劇組陣容：

功夫人物之“周星馳”——監製／導演／編劇／主角

周星馳是亞洲的喜劇天王，也是最受歡迎的藝人之一。他曾演過超過五十部電影，並以2001年的《少林足球》一片成為亞洲少見的國際巨星。《少林足球》一片

跟《功夫》一樣，都是由他自編自導自演，這部港片在亞洲各國上映時都打破當地的票房記錄，包括非中文國家日本和南韓。

周星馳是土生土長的香港人，出身在一個他形容為“很窮的家庭”。他從小就是李小龍和功夫片迷，但是他家裏付不起習武的學費，於是他在學了六個禮拜的功夫後就被迫中斷。他進演藝圈的第一個工作是主持電視臺兒童節目，他很快就以獨特的幽默感大受歡迎，但是他一直到1989才開始演出電影。

他於1989年在《霹靂先鋒》一片中擔任配角，並以精湛的演技勇奪一座金馬獎，成功讓他打入香港電影圈，但是他最關鍵的作品卻是於1990年首次領銜主演的





《賭聖》一片。他以該片中無厘頭的搞笑風格大受歡迎，並為港片創造一種全新的喜劇類型。

他在演出《賭聖》之後逐漸成為香港的喜劇天王，他曾於1992年以《威龍闖天關》一片登上亞太影展影帝寶座，並於1996年以《大話西遊》獲得香港影評人協會及金紫荊獎最佳男主角獎殊榮。

他於1996年首度執導的作品《食神》把他帶到演藝生涯的另一個巔峰。這部由他自編自導自製自演的喜劇片造成空前的成功，1999年自編自導自演的《喜劇之王》更獲得昆汀·塔倫蒂諾的大力推崇。

他於2001年自編自導自製自演的《少林足球》，結合了功夫和足球的元素，在香港上映後很快便成為香港影史第三賣座

的電影，並在香港金像獎頒獎典禮上囊括最佳男主角、最佳影片、最佳導演、最佳配角、最佳音效及最佳視覺效果等大獎。

功夫人物之“元華”

太極拳——元華是最早的七小福之一；他6歲習武，曾擔任李小龍的替身，拍攝過100多部電影，幾乎跟香港所有著名的導演合作過，包括吳宇森、徐克、洪金寶和劉鎮偉，而合作過的影星有李小龍、成龍、周潤發、李連杰、楊紫瓊。也曾擔任20多部的動作指導，拍攝《功夫》之前，和周星馳已合



作了好幾部戲：《逃學威龍》、《情聖》、和《龍的傳人》。在本片中是跟師姐元秋搭檔，雙雙當起了豬籠城寨的房東。

功夫人物之“元秋”



獅吼功——元秋是元家班師姐，也就是當年元家班“七小福”成員成龍、洪金寶、元彬和元華的同門師姐。是70年代的演員，她從十歲開始受訓，七年後便踏入電影圈擔任替身，成為當時少見的知名女替身，所以她的拳腳功夫當然了得。她除了演過港片之外，還在007電影《金槍客》中出現過。周星馳費了一番功夫才找到她，並窮追不捨請求她重回影壇，參與《功夫》的演出。

元秋闊別影壇已28年，這次因陪侄女去為《功夫》試鏡，其鬼馬作風被周星馳看中。元秋雖然已是年屆40幾歲的師奶，但身手卻依舊靈活無比，令周星馳當時就拍案叫絕。元秋在《功夫》一片中飾演豬籠城寨的女房東，與元華飾演一對夫婦，這位元肥師奶無論造型和演出都令人驚喜，連周星馳都褒讚有嘉：“實在沒想到元秋會那麼搶鏡！”

元秋說：「我一開始並不想演，因為我現在的日子過得很好，我的第一個孫子才剛出生。」但是周星馳使出死纏爛打的功夫終於把她說動，而元秋為了拍這部片最大的挑戰並不是片中的武打戲，而是她

為了符合戲中夠份量的中年歐巴桑形象，必須在2個月內增胖十多公斤。周星馳建議她按照日本相撲選手的食譜猛吃增肥，最後終於達到目標體重。

功夫人物之“梁小龍”

蛤蟆功——梁小龍早在20世紀70年代就在香港演藝圈和李小龍、成龍、狄龍並稱為香港演藝圈“四小龍”。祖籍廣東的梁小龍生於香港一個貧寒的家庭，15歲時進入武行，並開始做替身演員。從1973年主演電影《生龍活虎》開始，短短十



幾年，就拍了《白鶴拳》、《迷魂拳》等70多部電影，後來他進軍電視界又連續拍了《射雕英雄傳》、《神雕俠侶》、《雪山飛狐》、《霍元甲》、《陳真》、《四大名捕》等1000多集電視劇，成為八十年代初香港最負盛名的武打明星之一。梁小龍在《功夫》一片中扮演武林高手火雲邪神，其在結局中同星爺決一死戰。

功夫人物之“星女郎黃聖依”

北京電影學院（表演系本科）



電影：功夫

電視劇：美麗人生（2002）、紅蘋果樂園（2002）

平面廣告：松下背投、三星電器、LG

冰箱、聯通、摩托羅拉手機、雪佛萊汽車
影視廣告：好麗友、DBTEL 手機、松下電
器

資料來源於“黃聖依 Eva First 第依站”

上海姑娘黃聖依，本片是她的電影處
女作。她那與生俱來的親和力，總會讓周
圍的人們感受到幾絲暖意。……像鄰家
女孩般的可愛，但誰說她不是今年最亮眼
的一顆星星呢？

功夫人物之“陳國坤”



人稱小龍，就是
《少林足球》中長相
神似李小龍的守門
員，因貌似李小龍而
被周星馳賞識，而成
為《少林足球》裏的
守門員。他這次在

《功夫》裡一改守門員正派的形象，飾演無
惡不作的大反派——斧頭幫的老大。

功夫人物之“田啓文”

踏入演藝圈已經有 20 年，在《食
神》、《喜劇之王》和《少林足球》中都
有演出，這次田啓文在《功夫》中演一個
愛拍馬屁、盡出餽主意的斧頭幫師爺。



功夫人物之“林子聰”

林子聰的第一部
作品就是周星馳的
《少林足球》，他是
《少林足球》中身材

魁伍卻有輕功可以凌空飛躍的六師弟，大
概是“飛天豬”讓人印象太深刻，自那以
後林子聰一直跟隨星爺，成為真正的御用
演員。這個TVB 歷史上曾經最年輕的編
劇，現在也是星輝公司的編劇之一。林子
聰在《功夫》中演周星馳的小跟班，兩人
想在江湖上闖出名號，冒充兇狠的斧頭幫
到處招搖撞騙，沒想到卻在「豬籠城寨」
這個看起來毫不起眼的小社區裡碰了大釘
子！

功夫人物之“董志華”

五郎八卦棍—
—董志華 10 歲開始
學習京劇，1979 年
畢業於北京中央藝
術團，是中國著名
的京劇演員，也是
張徹導演的愛將之

一，曾參演多部張氏作品如《大上海
1937》、《過江龍》。劇中飾演一個麵食
店的老闆。



功夫人物之“趙志凌”

洪家鐵線拳
——趙志凌是黃
飛鴻徒孫，師承
林世榮，是當代



洪拳宗師，也是上世紀 70 年代的功夫片演
員，拍過《蛇形刁手》和《七虎之爭》
等。當年趙志凌在美國武術界跟李小龍齊
名，一直在美國教授洪拳，專門傳授“倒

掛金鉤”的功夫，這是趙志凌祖先創出的功夫，他經常周遊世界傳授這門功夫。他在《功夫》一片中，飾演一個武功高強但埋名隱姓的裁縫。

功夫人物之“釋行宇”

十二路譚腿——釋行宇，南嵩山少林寺第32代弟子，12歲皈依少林，拜少林寺武僧隊總教頭德揚禪師習武參禪，歷時十一年。飾演一名苦力。



功夫人物之“馮小剛”

飾演鱷魚幫老大馮小剛是大陸知名編劇和導演，他在一年前擔任大受歡迎的電視影集《編輯部的故事》的編劇因一炮而紅。他後來又自編自導姜文主演的電視



影集《北京人在紐約》。他並於1994年首次執導電影《永失我愛》一片。於1995及1996年重返電視界，並執導電視影集《月亮背

面》。他近年來則以一連串喜劇片打破大陸的票房記錄，包括1997年的《甲方乙方》、1998年的賣座巨片《不見不散》等。他於2000年執導的作品《一聲歎息》改編自知名作家王朔小說，該片在開羅影展勇奪最佳影片、最佳劇本、最佳男主

角、最佳女主角等大獎。他的作品還有《沒完沒了》、《萬事如意》以及超級賣座的《手機》。曾和星哥共同拍攝娃哈哈飲料廣告。

幕後人物：

監製——崔寶珠

崔寶珠是香港數一數二的製片。她的近作是《夕陽天使》。她擔任監製的作品還有趙文卓和舒淇主演的《碧血藍天》；李連傑主演的《冒險王》；李連傑主演的《精武英雄》等。她也曾擔任《臥虎藏龍》一片的助理監製。她的作品還有《中南海保鏢》、《功夫皇帝方世玉》等。她曾擔任製作經理的作品則有《黃飛鴻》、《倩女幽魂3》等。

監製——劉鎮偉

除了擔任電影監製之外，劉鎮偉也是香港首屈一指的導演，《南華早報》影評人方保羅曾形容他是“香港最有原創性的導演之一”。他擔任編劇和導演的作品包括周潤發主演的《花旗少林》；梁家輝主演的《92黑玫瑰對黑玫瑰》；以及張國榮、梁家輝、梁朝偉、林青霞和張曼玉主演的《射雕英雄傳之東成西就》；以及周星馳主演的《大話西遊》等。他身為編劇最重要的作品都是和導演元奎合作，作品包括金城武主演的《馬永貞》，他也曾自編自導周星馳主演的《賭聖》一片。他也監製王家衛執導的《墮落天使》一片。

執行監製——比爾波頓

比爾波頓在義大利佛羅倫斯念完研究所之後便進入電影圈，他曾在華納兄弟片廠工作，參與制作的電影包括比爾莫瑞主演的《天高地不厚》；大導演法蘭西斯柯波拉執導的《舊愛新歡》等。他曾經為《軍官與紳士》擔任外景經理，並曾製作《青春傳奇》與《再看我一眼》等片。他隨後則為哥倫比亞和其他影片公司製作電影，作品包括《英雄不流淚》、《戰火赤子心》、《老爸我被綁架了》、《魔鬼末日》、《月亮上的男人》、《風暴1997》、《免死金牌》等。

執行監製——洪維濤

洪維濤于1986年成立Davian International 有限公司並開始製作電影，作品包括《Blood Ring》、《Fist of Glory》等。

編劇——曾瑾昌

曾瑾昌編寫過十五部港片，第一部作品是張曼玉主演的《聖誕奇遇結良緣》，他的作品還有楊紫瓊主演的《皇家師姐》和《中華戰士》；梁朝偉主演的《殺手蝴蝶夢》及《沙灘仔與周師奶》。他于1996年首次和周星馳合作《食神》之後便和周



星馳合作他的每一部作品，包括《喜劇之王》和《少林足球》。

編劇——霍昕

霍昕於1969年出生於北京，畢業於北京中央戲劇學院，他的作品包括大陸導演張揚執導的《愛情麻辣燙》、《洗澡》及《昨天》等片。

編劇——陳文強

陳文強是香港知名編劇，他曾以《廟街皇后》及《虎度門》兩度獲得香港金像獎最佳劇本獎，他一共編寫過13部港片。

動作導演——袁和平

袁和平是影史最著名的動作指導，他以《臥虎藏龍》及《駭客任務》等片成為全球最具影響力的電影工作者之一。他入行時先擔任替身，曾經擔任過李小龍的替身，但是後來很快便成為首屈一指的武術指導和導演。他於1978年首次執導的作品就是成龍主演的《蛇形刁手》，後來他執導的《醉拳》則一舉讓成龍成為動作巨星。他曾經擔任導演或動作指導的電影超過五十部，其中有多部都被視為功夫片經典，包括《太極張三豐》、《黃飛鴻之男兒當自強》以及《鐵猴子》等。他最近的作品則是昆丁塔倫提諾執導的《追殺比爾》及《追殺比爾2：愛的大逃殺》。

動作導演——洪金寶

洪金寶是成龍的大師兄，他很早就開始演出電影，曾參與的作品包括胡金銓執



導的《俠女》、李小龍主演的《龍爭虎鬥》等片。他執導的作品則有《肥龍過江》等片。他曾和成龍合作《A計畫》、《快餐車》等片。他曾前往好萊塢發展，並演出過受歡迎的電視影集《過江龍》。

攝影指導——潘恒生

潘恒生是香港最頂尖的攝影指導之一，他曾於1993年以張曼玉主演的《阮玲玉》一片獲得香港金像獎最佳攝影指導獎。他也曾於1991年以《滾滾紅塵》一片獲得金馬獎最佳攝影獎。他曾於1984年以嚴浩執導的《似水流年》一片入圍香港金像獎及戛納影展，後來則和許多知名導演合作，包括徐克執導的《刀馬旦》、程小東執導的《倩女幽魂》、吳宇森執導的《縱橫四海》以及周星馳主演的《大話西遊》。



美術總監——黃銳民

黃銳民是經驗老道的美術總監，他自從在1985年和成龍合作《警察故事》之後，便擔任成龍大部份作品的美術總監，作品包括《我是誰？》、《紅蕃區》、《霹靂火》、《飛鷹計畫》、《簡單任務》、《警察故事 II》、《特務迷城》及《免死金牌》等。他的作品還有《最佳拍檔》、《最佳拍檔2：大顯神通》、《公僕》、《中華戰士》、《再生人》等片。他曾於1982年及1988年分別以《再生人》和《警察故事 II》獲得金馬獎。

剪接——林安兒

林安兒是中國影壇最知名的剪接師之一，她的作品包括張藝謀的《英雄》、袁和平的《鐵猴子》和《太極張三豐》、《新龍門客棧》、《功夫皇帝II萬夫莫敵》。她曾於1993年以《太極張三豐》一片入圍金馬獎最佳剪輯獎，並於2002年贏得米蘭國際影展最佳剪輯獎。

視覺效果指導——鐘志行

鐘志行是香港頂尖的動畫及視覺特效高手，他領導的先濤數碼企畫是香港首屈一指的動畫工作室，該公司最近的作品包括《追殺比爾》及《少林足球》。

服裝指導——陳顧方

陳顧方是中港臺三地最頂尖的服裝指導之一，她入行20年，一共有超過80部的作品。她曾和亞洲最頂尖的電影導演合作，包括吳宇森、徐克、劉鎮偉和王晶，她也曾和許多亞洲巨星合作，包括成龍的《警察故事 II》、《城市獵人》、《特務迷城》等；李連傑的《功夫皇帝方世玉》、《中南海保鏢》；楊紫瓊的《天脈傳奇》；以及周潤發的《喋血雙雄》及《縱橫四海》等。她於1986年以《倩女幽魂》一片贏得一座金馬獎，她後來又兩度入圍金馬獎，並一度入圍香港金像獎。她之前曾和周星馳合作七部作品，包括《賭聖》及《鹿鼎記》。

作曲——黃英華

黃英華於1994年開始為電影作曲，他曾和杜琪峰及徐克等一流導演合作，作品包括徐克執導的《梁祝》，他並以該片獲得一座香港金像獎。他的作品還有杜琪峰的《槍火》、《暗戰》；金城武主演的《兩個只能活一個》等。他于1999年首次和周星馳合作《喜劇之王》一片，後來則合作《少林足球》，並以該片入圍2002年香港金像獎最佳原創音樂獎。

執行導演——錢升瑋

錢升瑋曾經執導過20多部電影。

美術指導——陳思勤

陳思勤曾參與過20多部電影製作，他的作品包括成龍主演的《尖峰時刻2》；楊

紫瓊主演的《天脈傳奇》；彼得格林納威的《枕邊書》以及成龍的《警察故事 IV 簡單任務》及《我是誰？》。

化妝——蔡彥菁

蔡彥菁於1993年入行，曾參與超過50部電影，作品包括徐克的《千年僵屍王》；許鞍華的《千言萬語》；王晶的《俠骨仁心》。她曾經和周星馳合作1999年的《喜劇之王》。

收音師——梁志達

梁志達最為人知的是和導演王家衛合作的作品，其中包括《花樣年華》、《春光乍洩》、《墮落天使》、《重慶森林》及《東邪西毒》等。他的作品還有張國榮主演的《色情男女》、《槍王》及《異度空間》等。他曾和周星馳合作《少林足球》。他曾於1992年以女導演羅卓瑤的作品《秋月》獲得一座金馬獎，並於1997年及2000年分別以《花樣年華》及《春光乍洩》獲得金馬獎提名。

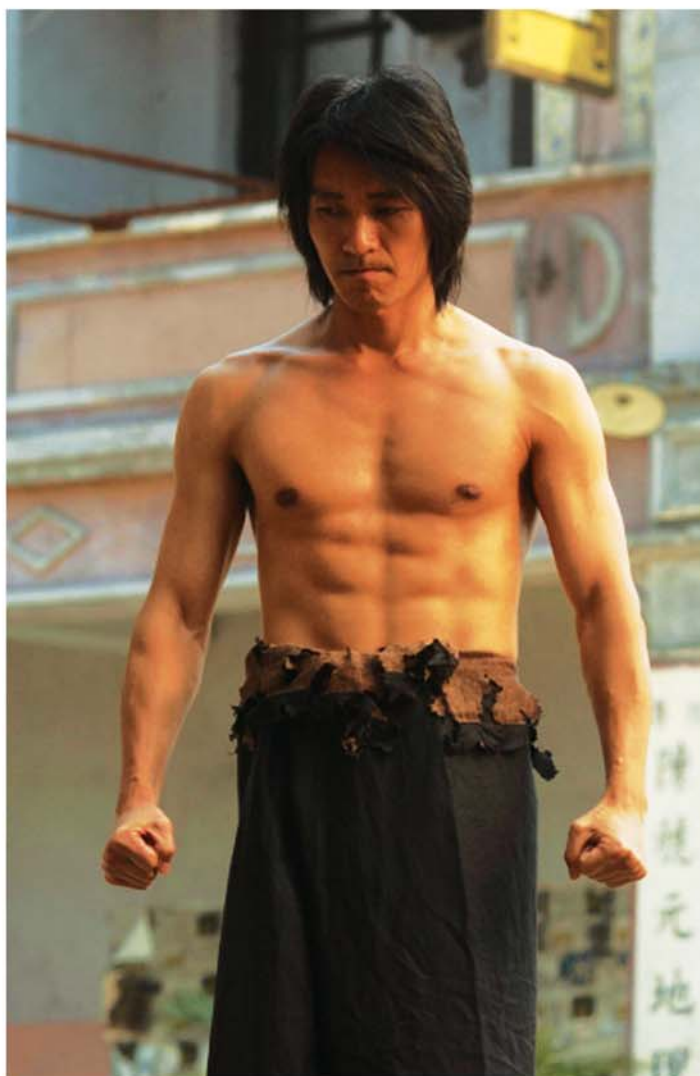
先濤數碼企畫

先濤數碼企畫有限公司于1985年成立，並成為香港電腦動畫及視覺效果的先鋒，先濤曾獲得五座金馬獎最佳視覺效果獎肯定，最近則以《追殺比爾》獲英國金像獎提名。該公司至今已為新科技投資兩千多萬美元，作品包括《風雲》和《少林足球》等片。

佛法的延伸：

“放下屠刀，立地成佛”。這句話說的一點都沒錯！劇中的主角回歸向善，趨向真理之時，雖然受到巨大的皮肉之苦，但是卻因緣巧合的使他成為了了不起的正義使者，同時也挽救了另外兩位正義之士，甚至延伸到百千萬人的性命！善的力量真是不可思議啊！

而身為佛子的我們更要積極向善，善可以感召善，斷絕惡的循環吧，轉惡為善，每一個惡的訊息在向我們襲來的時候當下去正視它轉變它，置之死地而後生，種下善的種子，以待來日開滿璀璨的金色蓮花海，以此福田與眾生共享之，願眾生早日成就，願佛法宏揚全世界。





遊戲中的學習

本次學習主題：樂園管理智慧！

乘坐你的雲霄飛車一齊疾速享受～

模擬樂園 3

資料收集／承訓 編撰／夜飄雪 視覺設計／天空之城
圖片、資料提供／英寶格遊戲網、巴哈姆特電玩資訊站



遊戲名稱 模擬樂園 3 (中文版)

遊戲原名 Roller Coaster Tycoon 3

製作廠商 ATARI

研發公司 Frontier Developments,
Ltd

遊戲分類 PC GAME

代理發行 ATARI

遊戲類型 策略模擬

遊戲人數 1 人

官方網站 <http://www.atari.com/rollercoastertycoon>

中文網站 <http://www.tw.atari.com/>



“享受它”的理由：

**全新 3D【模擬樂園 3】的煙火大師
點亮遊戲排行榜！**

這次《模擬樂園 3》除了全新的 3D

繪圖引擎及建造遊樂設施外，同時將加入
前作所沒有的“煙火大師”功能，讓玩家
可以自製煙火秀，並可搭配自己喜愛的 mp3
音樂喔！

此外，《模擬樂園 3》亦可以將遊樂
園的遊樂設施自行配置音樂，而遊戲中新



加入的天候狀態系統，將使遊樂園呈現日夜交替的景像，再配合遊樂園照明系統，圖像畫面將更加鮮明動人。《模擬樂園》系列(模擬樂園 1&2)在全球發行迄今已達 7 百萬套的銷售佳績！

ATARI 表示，這一次《模擬樂園 3》採納了相當多玩家的寶貴意見，像煙火大師就是其中重要一環。研發團隊希望能掌握到玩家們心中最想要的模擬樂園的精髓，使真正在玩遊戲的玩家，能在其中獲得最大的自由，創造夢想中的遊樂天堂！

五種主題供你點飾你的遊樂園；更多的雲霄飛車！這是一定要的啦！

◆ 大師級“煙火”秀

利用此新創功能，玩家們能在“自己的”遊樂園中任何地點放置自己的煙火，並創造出驚人的“煙





火秀”，或是利用許多既有的煙火去安排一場豐富的煙火秀，穿插著火箭發射，空中炸彈及遊戲中的噴泉特效。

善用煙火秀，將可以吸引更多的玩家們湧入你的遊樂園。在裡面玩得愈高興，他們就會花更多的錢，利用煙火秀的名目做廣告宣傳，就可吸引到更多新的客戶進到遊樂園裡～呵呵呵！

◆ 秀出自我風格的音樂

遊戲中的所有的遊樂設施與每一場煙火秀，都可以搭配遊戲中事先提供的預設音樂，或者是玩家們自己的 MP3 音樂。做好搭配後，就如其他《模擬樂園》系列的自定項目一樣，玩家可以與其他玩家進行交換煙火或遊樂設施的設計。

◆ 豐富華麗的 3D 繪圖與光影效果

《模擬樂園 3》的全新夜景特色包括了傍晚、黎明破曉時分、月明之時及





滿天星辰，這都挑戰著玩家如何在雲霄飛車、遊樂設施及人行步道上裝設照明設備的能耐及規劃。同時還增設新的功能讓玩家自由自在走遍自己的遊樂園，並透過 Coaster Cam 的技術，玩家可以親自坐到自己的遊樂設施上，體驗一下遊



客們的興奮程度。透過鏡頭的操控，可以勘察你的遊樂園每一寸土地。使用遠距鏡頭還可看到感人的夕照、迷人的月光及豐

富的天空．．．

還有新加入的遊戲元素是模擬樂園迷要求的，包括了遊客們的差異性，（而且

每一位都是獨特的！)
增設了團體的行為性，
也改善了遊客們的
AI，玩家們在面對孩
童、青少年及成年人
時，要採用不同的宣傳
策略及掌握不同的時機
點，吸引這些不同年齡
層的人到你的遊樂園中
探索。



系統需求

作業系統：Windows
98/Me/2000/XP 處理
器：P III 733 MHz 或
相同等級
記憶體：128 MB RAM；
XP 系統用 256 MB
硬碟空間：600 MB
顯示卡：任一 ATI
Radeon 或 GeForce 2
或其他 32MB 的顯示卡
和 T&L 硬體支援
DirectX 9 以上版本

打 GAME 後感言：

嗯，我很滿意！滿
足了兒時的許多回憶，
想當年沒頭沒腦的去追
求感官上的刺激與快
感，真不知當時是中了
邪還是發了瘋，那麼的





神勇無敵，敢勇於嘗試各種玩命的遊樂設施，唉～

如今可不同了，只要在家就可以“身歷其境”，並且使用遊戲所提供“自由模式”裡的無限資金，眾多的遊樂設施及附屬配件，新添的煙火設備創造出驚人的煙火秀，播放你自己的mp3 樂曲，透過強化光影系統營造夜晚的遊樂園，來實踐打造夢中的天堂樂園吧！

佛法妙想：

快樂！是每一個人都想得到的。但只有正知見具足與富有愛他人的心，才能擁有最純淨的、持續性最久的快樂。一切物質上的享樂，是不能持久的，所以打造一個“新”樂園，從“心”造起，追尋快樂，從“愛人”找起。

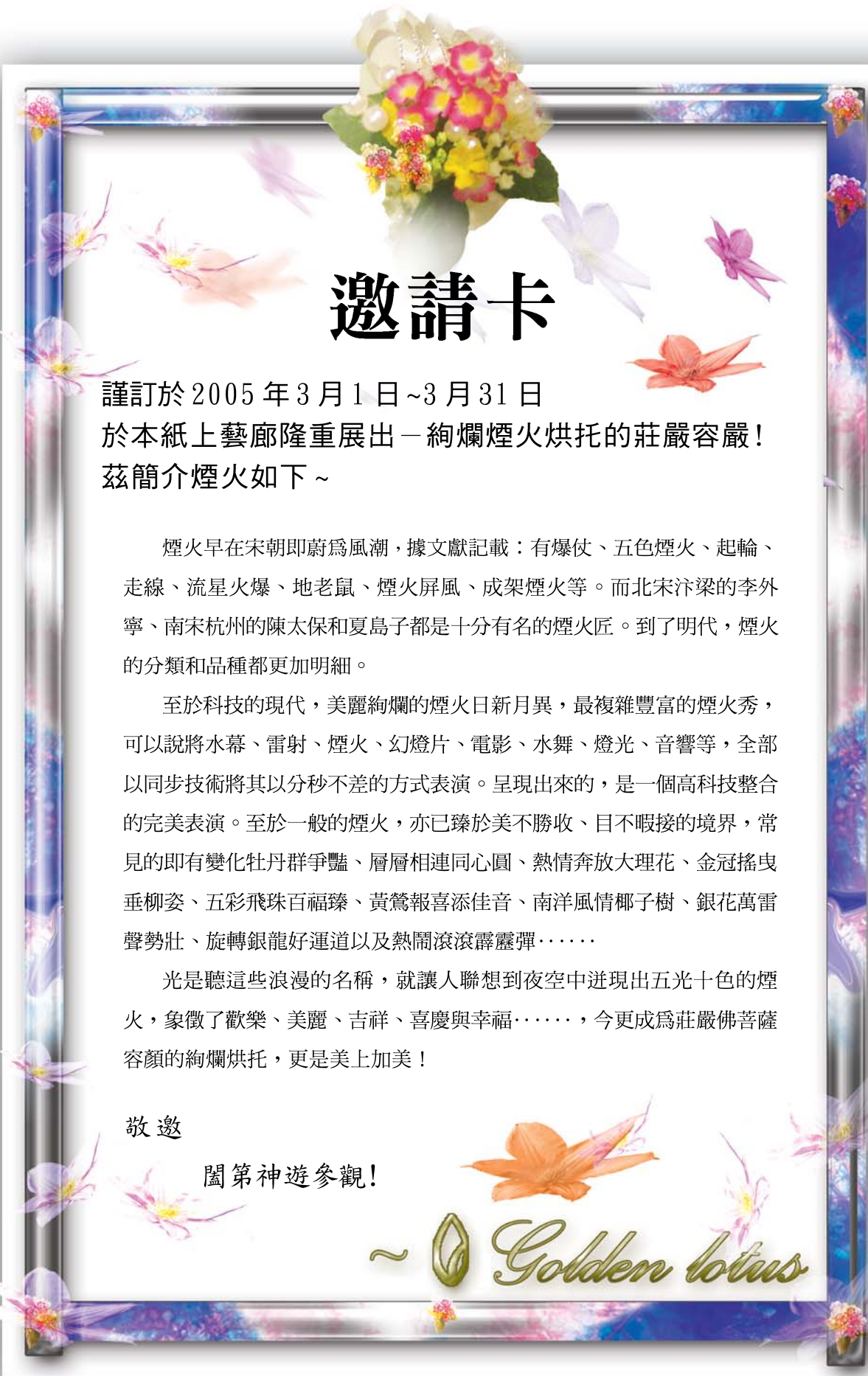


金色蓮花紙上藝廊

絢爛煙火烘托的莊嚴容顏

展覽企劃 / 御風空行者 煙火攝影 / 鄭秉忠 水晶佛像提供 / 善福





邀請卡

謹訂於 2005 年 3 月 1 日 ~ 3 月 31 日

於本紙上藝廊隆重展出一絢爛煙火烘托的莊嚴容嚴！

茲簡介煙火如下 ~

煙火早在宋朝即蔚為風潮，據文獻記載：有爆仗、五色煙火、起輪、走線、流星火爆、地老鼠、煙火屏風、成架煙火等。而北宋汴梁的李外寧、南宋杭州的陳太保和夏島子都是十分有名的煙火匠。到了明代，煙火的分類和品種都更加明細。

至於科技的現代，美麗絢爛的煙火日新月異，最複雜豐富的煙火秀，可以說將水幕、雷射、煙火、幻燈片、電影、水舞、燈光、音響等，全部以同步技術將其以分秒不差的方式表演。呈現出來的，是一個高科技整合的完美表演。至於一般的煙火，亦已臻於美不勝收、目不暇接的境界，常見的即有變化牡丹群爭豔、層層相連同心圓、熱情奔放大理花、金冠搖曳垂柳姿、五彩飛珠百福臻、黃鶯報喜添佳音、南洋風情椰子樹、銀花萬雷聲勢壯、旋轉銀龍好運道以及熱鬧滾滾霹靂彈……

光是聽這些浪漫的名稱，就讓人聯想到夜空中迸現出五光十色的煙火，象徵了歡樂、美麗、吉祥、喜慶與幸福……，今更成為莊嚴佛菩薩容顏的絢爛烘托，更是美上加美！

敬邀

闔第神遊參觀！

~  Golden Lotus



作品名稱：燦爛智慧花



作品名稱：星月爭輝・悲智雙運



作品名稱：生命火花・絢爛壯濶



作品名稱：生命成就・燦爛奪目



作品名稱：曠世奇花・空性大智慧



作品名稱：熱情如火愛眾生



作品名稱：般若如炬・照亮夜空



作品名稱：慧光破諸暗



作品名稱：極樂煙火・難描難繪



作品名稱：電光石火・頓悟人生



作品名稱：喜氣洋洋・法樂充滿



作品名稱：有情天空・萬戶生輝



作品名稱：倏忽光燦・花開見佛



作品名稱：大澈大悟！



青青翠竹

皆是般若

鬱鬱黃花

無非正覺

那每一枝青翠的竹

都是般若智慧

那鮮嫩的

每一朵黃花

背後都是正等妙覺

般若與正覺

都是得道

翠竹與黃花

都是開悟

般若波羅蜜多心經

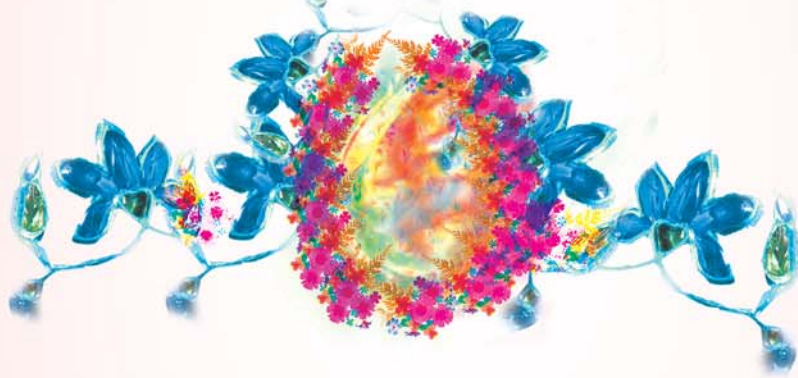
觀自在菩薩 行深般若波羅蜜多時 照見五蘊皆空 度一切苦厄 舍利子 色不異空 空不異色 色即是空 空即是色 受想行識亦復如是 舍利子 是諸法空相 不生不滅 不垢不淨 不增不減 是故空中無色 無受想行識 無眼耳鼻舌身意 無色聲香味觸法 無眼界乃至無意識界 無無明 亦無無明盡 乃至無老死 亦無老死盡 無苦集滅道 無智亦無得 以無所得故 菩提薩埵 依般若波羅蜜多故 心無罣礙 無罣礙故 無有恐怖 遠離顛倒夢想 究竟涅槃 三世諸佛 依般若波羅蜜多故 得阿耨多羅三藐三菩提 故知般若波羅蜜多 是大神咒 是大明咒 是無上咒 是無等等咒 能除一切苦 真實不虛 故說般若波羅蜜多咒 即說咒曰 揭諦 揭諦 波羅揭諦 波羅僧揭諦 菩提薩婆訶





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

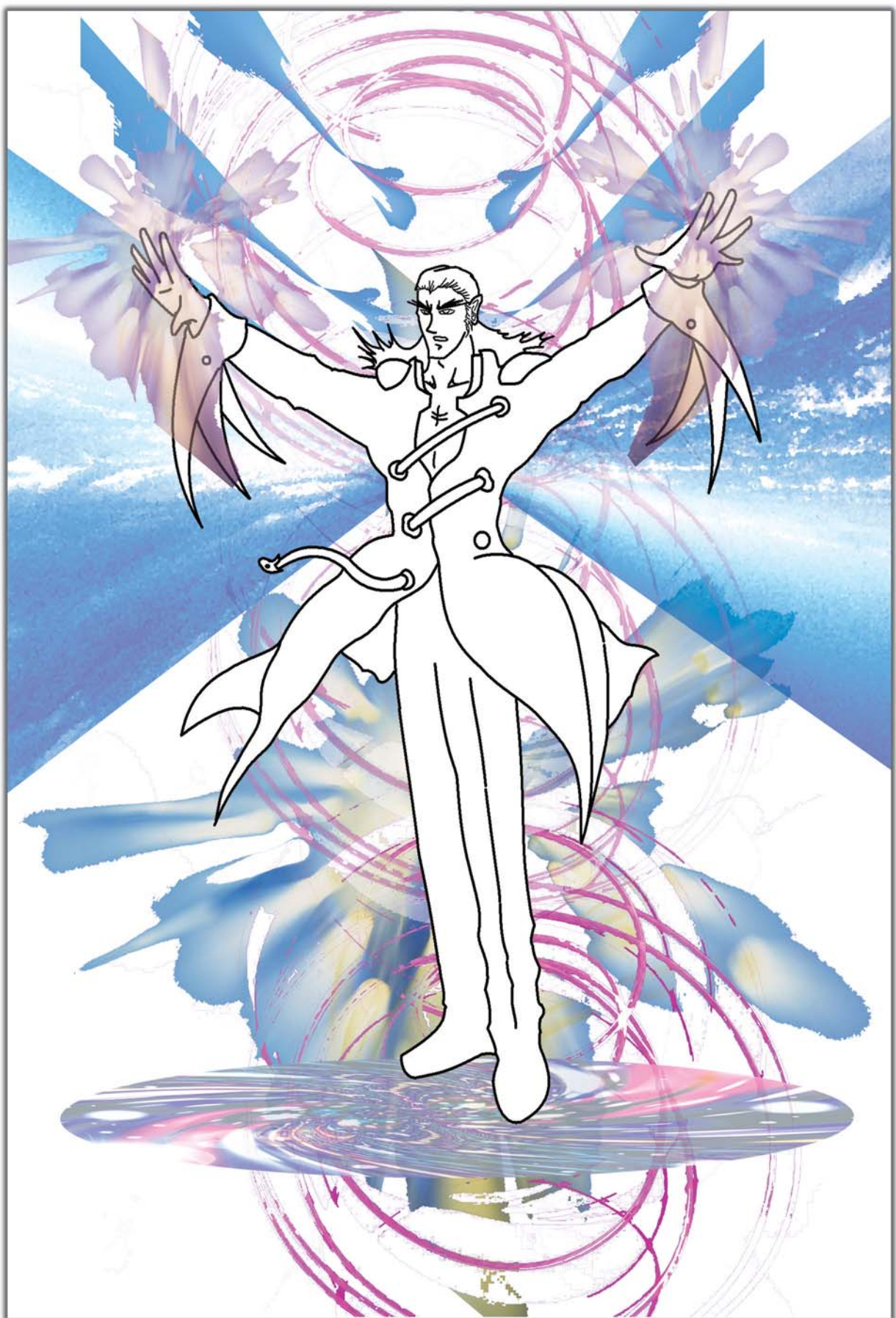
發願愛盡天下一切蒼生！



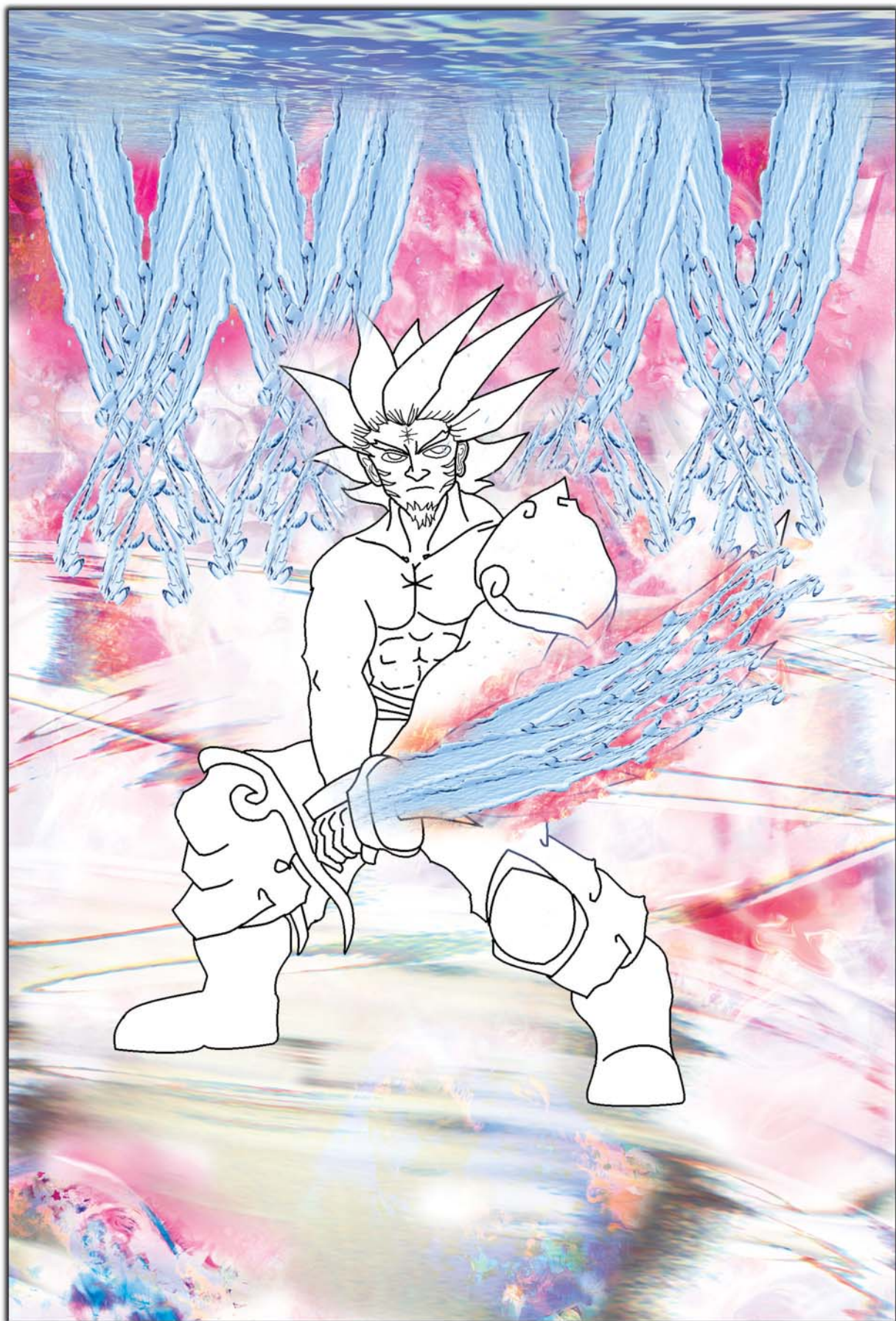
氣定神閒，摩登菩薩善根深！



護生柔情千萬里，壯志凌霄！



心開胸闊 · 包容萬物



披荆斬棘，雄壯威武！



摩登菩薩，功夫天王！



飛呀飛我的理想！奔呀奔我的志向！



達摩拳法，威震武林！



日昇月騰，菩薩與日月俱進！

素食新時代

長期特別專題

Vegan New Age

Vegan New Age

Vegan New Age



～ 因果故事篇

編撰潤筆 / 水中月

繪圖 / 風鈴子

視覺設計 / 風之翼

善有善報 素食 絕對是護生善行！ 更是新時代的 最佳健康選擇！！

本期所刊的因果故事，都是真實的故事；且這些故事曾被民初四大師之一的弘一大師引用為演講中的實例舉証，今將大師演講中的其他片段重現，再一次以大師級的証量殷殷勸囑世人—戒殺茹素，慈愛眾生！

佛心者，大慈悲是，今能放生，即具慈悲之心，能植成佛之因也。放生之功德如此。則殺生所應得之惡報，可想而知，無須再舉。因殺生之人，現生即短命、多病、多難、無子及不得生西也。命終之後，先墮地獄、餓鬼、畜生，經無量劫、備受眾苦。地獄、餓鬼之苦，人皆知之。至生於畜生中，即常常有怨仇返報之事。昔日殺牛羊豬雞鴨魚蝦等之人，即自變為牛羊雞鴨魚蝦等。昔日被殺之牛羊豬雞鴨魚蝦等，或變為人，而返殺害之。此是因果報應之理，決定無疑，而不能倖免者也。既經無量劫，生三惡道，受報漸畢。再生人中，依舊短命、多病、多難、無子及不得生西也。以後須再經過多劫，漸種善根，能行放生戒殺諸善事，又能勇猛精勤懺悔往業，乃能漸離一切苦難也。

抑余又有為諸君言者。上所述殺牛羊豬雞鴨魚蝦，乃舉其大者而言。下至極微細之蒼蠅蚊蟲臭蟲跳蚤蜈蚣壁虎蟻子等，亦決不可害損。倘故意殺一蚊蟲，亦決定獲得如上所述之種種苦報。斷不可以其物微細而輕忽之也。

今日與諸君相見，餘已述放生與殺生之果報如此苦樂不同。惟願諸君自今以後，力行放生之事，痛改殺生之事。余嘗聞人云：泉州近來放生之法會甚多，但殺生之家猶復不少。或有一人茹素，而家中男女等仍買雞鴨魚蝦等之活物任意殺害也。願諸君於此事多多注意。自己既不殺生，亦應勸一切人皆不殺生。況家中男女等，皆自己所親愛之人，豈忍見其故造殺業，行將備受大苦，而不加以勸告阻止耶？諸君勉旃，願悉聽受余之忠言也。

—— 弘一大師 · 一九三三年六月七日 · 泉州大開元寺演講文

第一則故事

魚也會痛啊！

張從善！

這個名字取得真好，因為寓意一個人總是從善如流！

此人不但名字好，而且自小就很有善根！

原來是他童年的時候，曾經在提一簍魚的時候，不小心被一片尖銳的魚鱗劃破手指而受傷流血，當時就感到非常疼痛！

說這個人有善根還真是沒錯，有些人小時候也有過這樣的經驗，不過痛過也就算了，多半不會有以下的發展——這小小年紀的孩子，竟然開始想到：

我只是一根手指受傷

就痛成這樣！

那魚呢？

當我把這簍魚提回家後

牠們就要被剔去魚鰓、開膛剖腹

斷去尾巴、刮去鱗片……

那麼

那樣的疼痛

豈不是更要超過我千百萬倍！？

牠們該怎麼忍受得了呢？

小從善越想越大汗淋漓，更為簍裡魚兒未來的命運捏了把冷汗！他不禁對魚兒的處境生起了莫大的同情心。

於是他一步一步的走向溪邊，一口氣把整簍的魚都放回了水中，只見原本已因離水而快奄奄一息的魚兒們，在水的滋潤下，又開始活潑的游動了。

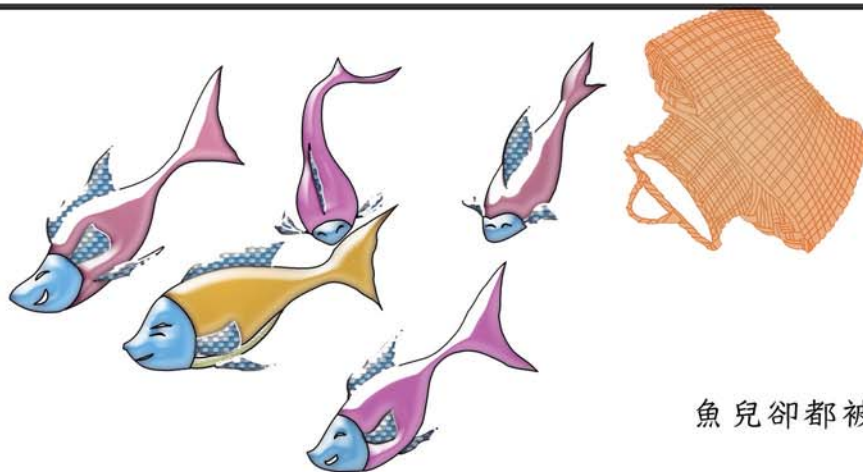
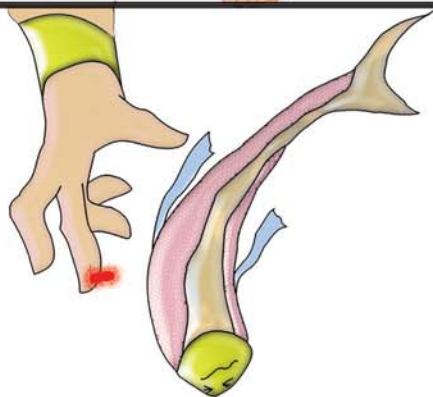
張從善的善行不是就這麼曇花一現的僅此一次，而是從此以後，不只是對魚兒將心比心的慈悲，而且再也不傷害任何的生物。所以張從善果然在對內心的善念從善如流、而且一生實踐善行之後，得到了莫大的善報——高壽九十八歲！





小從善提了一簍魚

不小心被魚劃破了手指



魚兒卻都被慈悲的放回了溪中



善有善報
壽比南山！

第二則故事

病好了！

葉洪五九歲的時候，有一天晚上作了一個惡夢，由於夢境實在太可怖，於是就嚇醒了！

醒來以後，不但冷汗直冒，而且吐出了大量的鮮血，令人不忍卒睹。

而自從這可怖的一夢之後，葉洪五就重病臥床不起，病況甚為嚴重！更令人擔憂的是，他的病遍訪名醫之後，還是沒有治好。

這可憐的小孩子就此纏綿病榻，日漸消瘦。

由於葉洪五在生病之前，是一個非常乖巧的孩子，而且天資特別的聰穎，所以家人都非常地疼愛他；長輩們更是常常賞給他零用錢，他的母親都幫他存了起來；幾年下來，也已攢到了數千緡之多。

而長輩中就屬祖母最疼葉洪五，眼見心愛孫兒的病越來越沉重，而且完全沒有任何好轉的跡象，祖母幾乎每日以淚洗面，憂傷與掛心的不得了。

終於有一天，祖母在探完孫兒的病之後；福至心靈的對家人說道：

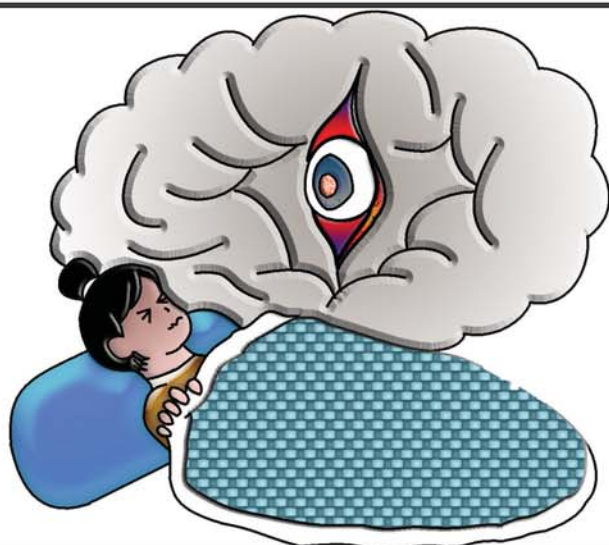
小孩子已經病成這樣，

給他這麼多錢存起來又有什麼用？

不如全部拿去作放生行善之用吧！

事情說也奇怪，當錢全部花完，也就是說用盡葉洪五的積蓄去行善放生之後，葉洪五的病也就完全好了！





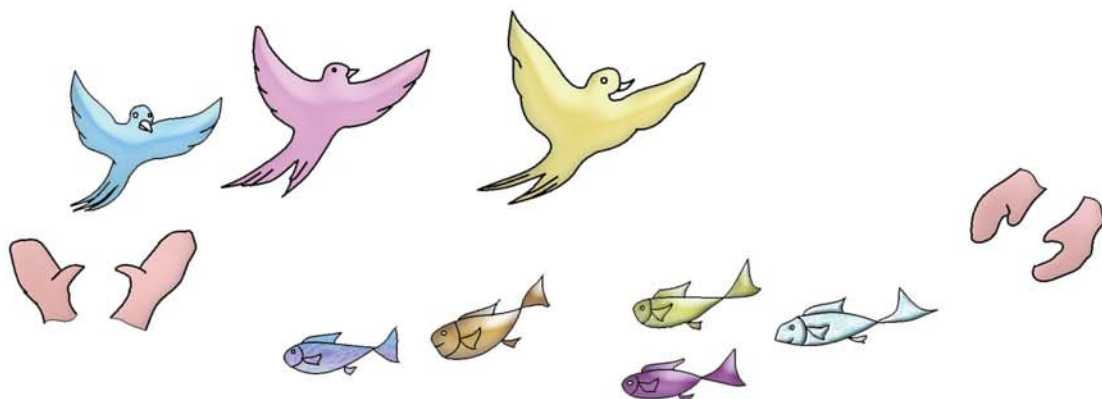
葉洪五
九歲時
有一天晚上
作了一場惡夢

醒來後竟吐鮮血生了重病

群醫束手無策



懸壺濟世



祖母福至心靈要家人用盡洪五的積蓄去放生

葉洪五的病完全好了！



第三則故事

牠也想要孩子！

在杭州，有一間廟叫作“楊墅廟”，由於十分靈驗，所以遠近馳名、香火鼎盛！

有一位紹興人氏叫作倪玉樹，結婚多年，卻膝下無子；而由於夫妻倆都非常喜歡小孩，所以都覺得對他們而言，沒有孩子是一件人生憾事。

倪玉樹聽說楊墅廟很靈驗，就不辭辛苦到廟裡去燒香拜拜求子！

當他虔誠的跪在菩薩像前求神賜予子嗣時，他在心中默默的許願道：如果真的如願得子，我將殺豬殺羊宰雞宰鵝來酬謝您！

當他發完願後，就帶著滿懷的希望回家去了。就在當天的夜裡，他作了一個夢，夢見了菩薩對他說：

你想生孩子？

為什麼立下殺願呢？

這是什麼意思呢？

倪玉樹聞言，顫顫兢兢的連忙跪下來請求開示。

菩薩答道：

你要先明白一個道理

你想要孩子

別的生物也一樣想要孩子

這是將心比心就能明白的道理啊！

這樣吧！我看你還算虔誠

我就教你一個得子的有效辦法

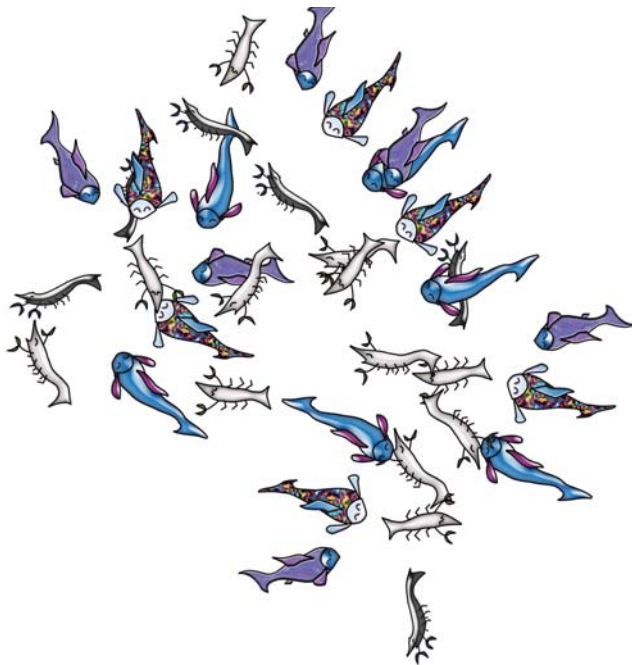
那就是——

魚蝦螺等是最會生孩子的

而且數量眾多

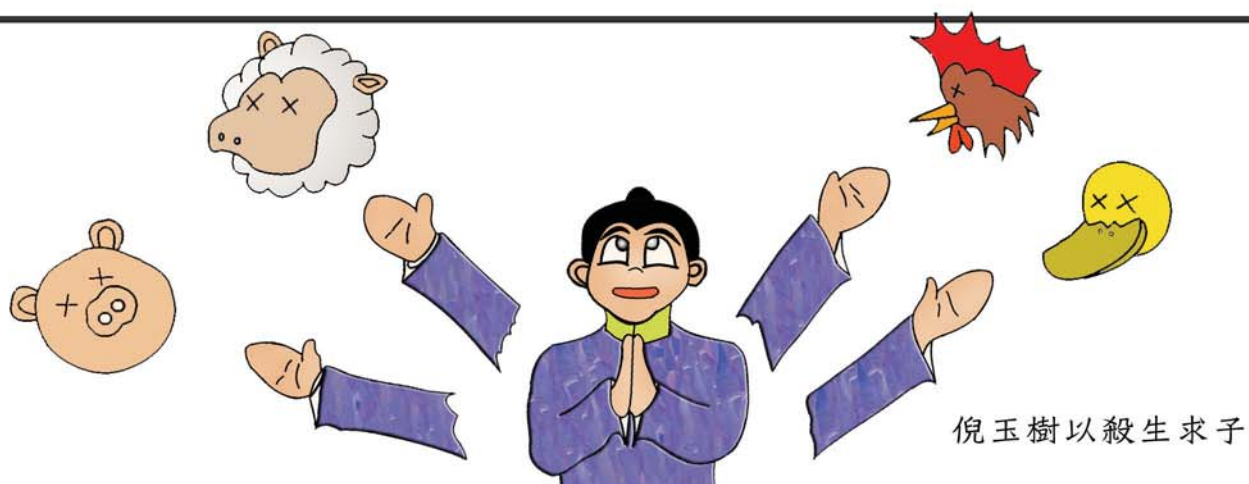
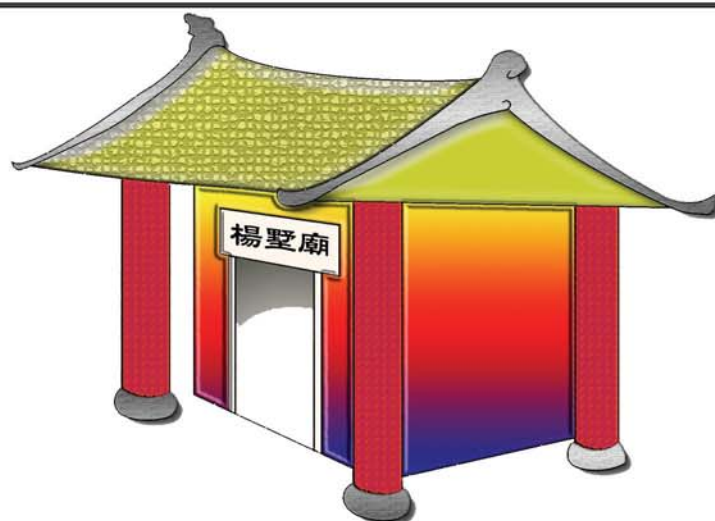
不如你就常常放生魚蝦螺吧！

倪玉樹趕忙連連叩頭答應了菩薩。



倪玉樹後來果然聽話的常常放生，尤其是魚蝦螺等，後來果然不可思議的連獲五子！

楊墅廟因為靈驗
所以遠近馳名



倪玉樹以殺生求子

菩薩說：

你想要孩子，牠也想要啊！



X5

倪玉樹聽話放生，後來果然連得五子！

本月專題企劃

—— 婦女節特輯 ——

完美女性典型 觀音的畫像

文/文華智慧 校對/朱靜珍 視覺設計/天人集



楔 子

3月8日

是婦女節

而同月的28日

(農曆2月19日)

是觀音菩薩的誕辰

而美麗無儔的觀音

正是婦女最完美的典範象徵

故本月專題

把二者相結合

企劃了 婦女節特輯

完美女性典型~觀音的畫像

以慶祝婦女節

並紀念偉大的觀音生日!

專題架構

女性典型

一、美麗

二、溫柔

三、智慧

四、令人愉悅

五、充滿智慧

六、積極服務

—— 對應畫像 ——

完美觀音

 美麗的畫像

 溫柔的畫像

 智慧的畫像

 喜悅的畫像

 慈悲的畫像

 度人的畫像

前言

以下所分析的

是從外而內

條分縷析

觀音之美

女性之美

可以說是——

擬人化的觀音特質

也可以說是 觀音的畫像！

並可以說是一個完美女性

的深刻描繪……

總之

不但令人心嚮往之

更是每一個天下女子

都可以努力去學習達成的

完美境界！！

一、美麗

觀音大士妙難酬
清淨莊嚴累劫修
——觀音讚

觀音菩薩的美妙容顏
確實是難描難繪
難以用語言文字
翔實描繪她的美麗於萬一
至於觀音為什麼如此美麗呢？
而且美得如此的清淨
清淨的不沾一絲人間煙火
更是美得如此的莊嚴
莊嚴的令人欽慕而敬仰！
因為她是累劫修行而得來
這樣美妙、清淨、莊嚴的容顏
也可以說是一個長時間
由內而外的修煉過程
所以 一切的世間女子
都得到了深刻的啟示
如果想要美麗
而且美得高雅而端莊
那麼——
我們姐妹大家
都必須非常老實的
從內在開始修！

修什麼呢？
也就是我們即將提及的
觀音之特質
亦即完美女性風範的：
溫柔、智慧、令人愉悅
充滿慈悲、積極服務……
所以 一切的美好
可以說是互為因果 互相增上
是內在的美好
感召了外在的美好
是外在的美好
帶來了沁人的愉悅……

美麗的觀音畫像系列~

百花怒放・觀音現身



美麗的觀音畫像系列~

花團錦簇・容顏燦爛





二、溫柔

大慈柔軟音
大梵清淨音
大光普照音
天人丈夫音
為眾生施樂
濟度生死岸
——天台五觀音

慈祥的母親
疼愛起孩子的時候
散發出最最溫柔的光輝

而觀音正是
對所有眾生都慈愛溫柔
她是——
眾生的母親

大曰經這樣描述
我們的法性母親：

光色如皓月
微笑坐白蓮之上

是的
我們親愛的母親
以慈悲為心性
忍辱柔和為本相
予願施無畏為印契

三界中的我們是如此的剛強
觀音由於深愛著我們
所以她總是不厭其煩的
用她最大慈悲柔軟溫柔之音
殷殷切切的呼喚我們
叮囑我們
要我們遠離一切惡
為盡一切善
最後——
畢竟成就！



溫柔的觀音畫像系列~

溫柔婉約 · 春風化雨



溫柔的觀音畫像系列~

柔和萬千・明月當空





三、智慧

觀自在菩薩
行深般若波羅蜜多時
照見五蘊皆空
度一切苦厄
——般若波羅蜜多心經

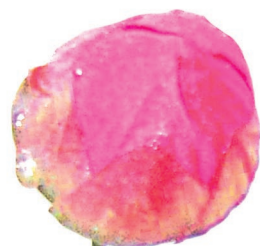
觀音菩薩別名多
觀世音菩薩
光世音菩薩
觀自在菩薩
觀世自在菩薩
觀世音自在菩薩
觀音聲菩薩
闍音菩薩
救世菩薩
蓮華手菩薩
圓通大士……
都是同時指稱
這位娑婆世界中
人氣最旺的美麗菩薩！

而當我們聽到：
觀自在菩薩
尤其在般若心經中
那麼我們當自明白

這位美麗溫柔的菩薩
是一位智慧非凡的覺者
亦即是一個照亮一切無明的悟者

總之
她已是一個生死自在
一切自在的人

為什麼自在？
因為智慧
因為——
般若波羅蜜多！





智慧^紅的觀音畫像系列~

澈見實像・澈照萬有





四、令人愉悅

聖觀世音菩薩摩訶薩

真金色身

顏貌熙怡

左手當胸

執金蓮華

右手招珠

結跏趺坐

——神變真言經

本段經文中的

“熙怡”二字

真是把觀音菩薩

內在的俱生法喜

以及外在的怡然自得

描繪得貼切極了

是的

一個美麗、溫柔又智慧的菩薩

真是會令所有眾生見了都歡喜的

觀音菩薩正是這樣一位

既崇高偉大

又充滿親和力

令人愉悅的菩薩

而喜悅、喜樂、愉悅……

是人們最喜歡的感受

而且就是因為喜悅

才會繼而感動

甚至欽服

故“心悅而誠服”

是內心感受遞變的細膩描述

是的

因為三界眾生實在太苦

苦於勾心鬥角、爭名奪利、互相傷害……

而完美的觀音

正陳述了 人類只要效法

就可以得到的 喜悅之光！

喜悅的觀音畫像系列~

喜樂之光・遍照十方



喜悅的觀音畫像系列~

怡然自得・悠遊自在





五、充滿慈悲

我行菩薩道時
若有眾生受諸苦惱恐怖
憂愁孤窮
不得救護
窮其心力
無法脫苦
若心中念我
稱我名字
無論我在何處
咸以天耳聞之
天眼觀之
脫其苦惱
即使一人無法得除
如斯煩惱
我亦誓不成佛道！
——悲華經

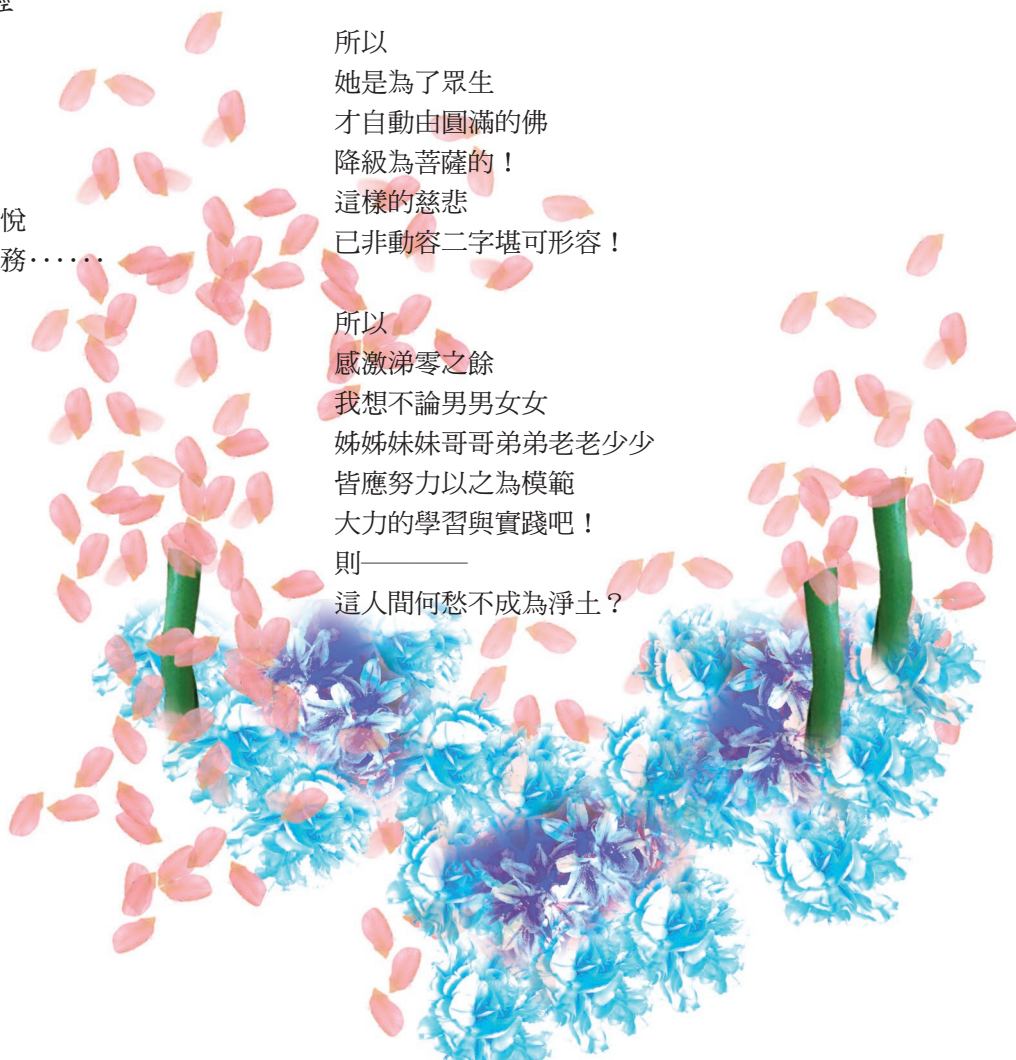
因為慈悲所以美麗
因為慈悲所以溫柔
因為慈悲所以智慧
因為慈悲所以令人愉悅
因為慈悲所以積極服務……
觀音菩薩最大的特質
便在於——
大慈大悲

是她那——
南無大慈大悲救苦救難廣大靈感觀世音菩薩
特長的慈悲名號
與特多的慈悲內涵
打動了千千萬萬佛子的內心深處
在虔誠修持時
在苦難無依時
發出最全然依靠的呼喚！

那麼
觀音菩薩到底有多麼慈悲呢？
千手千眼大悲心陀羅尼經說：
觀世音菩薩具有不可思議威神之力
於過去無量劫世界已成佛
號正法明如來
懷其大悲願力
為令眾生得安樂故
現菩薩形

所以
她是為了眾生
才自動由圓滿的佛
降級為菩薩的！
這樣的慈悲
已非動容二字堪可形容！

所以
感激涕零之餘
我想不論男男女女
姊姊妹妹哥哥弟弟老老少少
皆應努力以之為模範
大力的學習與實踐吧！
則——
這人間何愁不成為淨土？



慈悲的觀音畫像系列~

慈悲之音・溫炙人心



慈悲的觀音畫像系列~

大慈大悲・遍灑甘露





六、積極服務

千處祈求千處應
苦海常作渡人舟
——觀音讚

一個真正內外皆美麗的女子
一定是一個喜愛眾生
喜歡為眾生服務的人
而且更難能可貴的是
她的服務態度是
——積極的！

也就是說
對於別人的苦難
不是被動消極的等待坐視
而是主動積極的伸手援助

如果一個世間女子如是
積極服務
我們喜愛她！
如果一個出世菩薩如是
慈悲度人
我們愛戴她！

是的！
瓶中甘露常遍灑
手中楊柳不計秋
我們熱烈的愛戴
我們的觀世音菩薩！

當我們被這美麗溫柔
智慧、令人愉悅、充滿慈悲、積極服務……
的偉大菩薩徹底感動後
願每一位世間女子
未來皆如是！



度人的觀音畫像系列~

苦海常作度人舟！



度人的觀音畫像系列~

大雄大力救十方！





Birthday Song

3月28日(農曆二月十九日)是觀音菩薩的誕辰!

讓我們一起唱一首~

生日快樂歌!

Happy birthday to mercy Buddha.

Happy birthday to mercy Buddha.

Happy birthday to mercy Buddha.

祝 觀 音 菩 薩 生 日 快 樂 !

祝 觀 音 菩 薩 生 日 快 樂 !

祝 觀 音 菩 薩 生 日 快 樂 !

觀音菩薩
生日快樂



HAPPY BIRTHDAY

佛菩薩生日快樂！

六祖菩薩
生日快樂！



六祖惠能小檔案 (生日誕辰:農曆二月初九)

(638~713)唐代僧。又作惠能。我國禪宗第六祖。號六祖大師、大鑑禪師。祖籍范陽(河北)，俗姓盧，生於南海新興(廣東)。據六祖法寶壇經行由品載，其父早亡，家貧，常採薪汲水以奉寡母。一日負薪至市，聞客讀誦金剛經，心即開悟，時五祖弘忍住蘄州黃梅之東禪院，法門甚盛。師乃前往拜謁。五祖試問其所來及欲求何物，師答曰(大四八·三四八上)：「弟子是嶺南新州百姓，遠來禮師，惟求作佛，不求

餘物。」五祖謂：「汝是嶺南

人，又是獼(疑作獼)獼，

若為堪作佛？」慧能對

曰：「人雖有南北，

佛性本無南北，獼

(疑作獼)獼身與

和尚不同，佛性

有何差別？」五

祖驚異其稟性非

凡，遂使入碓房

舂米，歷八月。一

日，五祖令眾人各

述一偈以傳衣授法，上

座神秀遂於壁廊書偈曰：

「身是菩提樹，心如明鏡臺，時時

勤拂拭，勿使惹塵埃。」師聞之，謂此偈

未見本性，遂請一童子代於壁間亦書一偈曰：

「菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹

塵埃？」五祖聞之，識其為真能傳大法者，乃夜

召師入室，潛授衣法，並遣其連夜南歸，隱於四

會、懷集之間。

儀鳳元年(676)至南海，遇印宗法師於法性寺，遂依之出家，受具足戒。翌年，移住於韶陽曹溪寶林寺，弘揚「直指人心，見性成佛」之頓悟法門。與神秀於北方所倡之漸悟法門相對，史

稱「南頓北漸、南能北秀」。其弟子法海將其教說匯編成書，名「六祖法寶壇經」，盛行於世，為後來禪宗之宗經。後應刺史韋據之請，於大梵寺樹立法幢；未久歸曹溪，弘布大法，道俗歸崇。神龍元年(705)，中宗派遣內侍薛簡召師至京師，師稱疾固辭未往，帝乃敕賜摩訶袈裟等物，並敕改寶林寺為「中興寺」。三年，更賜「法泉寺」額。

師又曾捨宅為國恩寺，先天元年

(712)，命門人於寺內建立

報恩塔。翌年七月，歸

返國恩寺，八月示

寂，世壽七十

六。師肉身不

壞，迄今仍

存，歸停曹

溪。憲宗時

謚號「大鑑

禪師」。宋

太宗太平興國

年中(976~

983)加謚「真宗禪

師」；後由仁宗謚號

「普覺禪師」，神宗賜「圓

明禪師」之謚號。遺錄有六祖壇經一

卷、金剛經口訣等。其中六祖壇經初由法海集錄

師之語要，後人多所節略，未能見祖意之全貌，

元代德異乃探求諸方，得其全文。至元二十八年

(1291)，宗寶重新校對三種異本，正其訛誤，詳

其節略，增補弟子之請益機緣而予印行，今收於

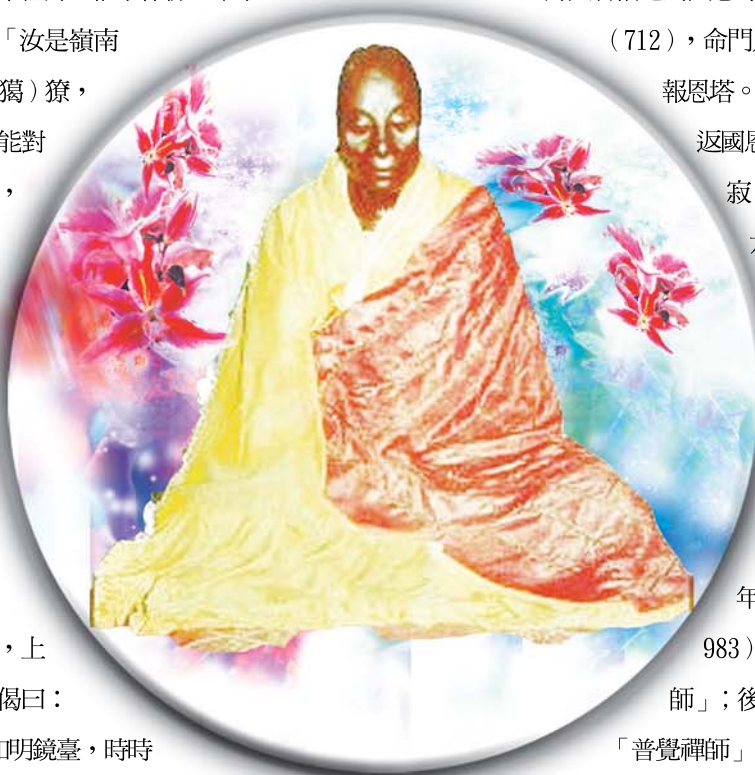
大正藏第四十八冊。師之嗣法弟子四十餘人中，

以荷澤神會、南陽慧忠、永嘉玄覺、青原行思、

南嶽懷讓等最著，開後世臨濟、曹洞等五家七宗

之禪。

—— 資料出自佛光大辭典



佛菩薩生日快樂！



普賢菩薩小檔案 (生日誕辰: 農曆二月廿一日)

普賢，梵名 Samantabhadra，或 Vicvabhadra。音譯三曼多跋陀羅菩薩、三曼陀 陀菩薩、邨輸 陀菩薩。又作遍吉菩薩。我國佛教四大菩薩之一。與文殊菩薩為釋迦如來之脅士。即文殊駕獅子侍如來之左側，普賢乘白象侍右側。若以此二脅士表法，文殊師利顯智、慧、證，普賢顯理、定、行，共詮本尊如來理智、定慧、行證之完備圓滿。文殊、普賢共為一切菩薩之上首，常助成宣揚如來之化導攝益。以此菩薩之身相及功德遍一切處，純一妙善，故稱普賢。

普賢之名始出於三曼陀羅菩薩經，後廣見諸經而成普遍之信仰。據法華經普賢勸發品載，普賢菩薩乘六牙白象，守護法華之行者。台宗二百題卷十立有相普賢論題，依禮懺誦經之有相行，達成感見普賢之旨。又華嚴經普賢行願品卷四十說普賢菩薩十種廣大之行願，即：禮敬諸佛、稱讚如來、廣修供養、懺悔業障、隨喜功德、請轉法輪、請佛住世、常隨佛學、恆順眾生、普皆迴向。經中一一述此十大願，明其功德無量，臨命終時，得此願王

引導，往生阿彌陀佛極樂世界。然此十大願為一切菩薩行願之標幟，故亦稱普賢之願海。以此菩薩之廣行願，一般稱為大行普賢菩薩。

在密教中，普賢與金剛薩埵同體，列於金胎兩部曼荼羅中，是為密教普賢。金剛界曼荼羅中，為賢劫十六尊之一，安置於北方四菩薩之最下位。密號普攝金剛。種子 (ah)。三昧耶形為劍形。形像依會之不同而有別，微細會左手握拳安腰，右手執利劍；供養會以二手執蓮花舉於胸前，蓮花上有利劍。胎藏界曼荼羅中，列於中臺八葉院之東南隅，身呈白肉色，戴五佛寶冠，左手以拇指、食指執蓮花，蓮上有火焰圍繞之利劍；右手臂伸開仰掌，屈無名指、小指。種子 (am)。三昧耶形為蓮上劍。密號真如金剛。此外，尚有以普賢延命菩薩為本尊之修法，稱為普賢延命法。

我國四川峨眉山夙為普賢菩薩之道場，傳為晉代蒲翁所開創，於聖壽萬年寺安置普賢之像，宋太宗敕造二丈金銅像，並建大閣以安置，爾後崇信甚盛。

—— 資料出自佛光大辭典



我的一個月計畫表

日期	週	事 項
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		

一日分段规划表

月 日 (周)

时段	事 项
上	
午	
下	
午	
晚	
上	

心情紀事の頁

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4月號即將與你真情相逢！

準提菩薩生日快樂！

4月24日

（農曆3月16日）

是準提菩薩的誕辰

這為眾生延壽護命——

以清淨著稱的美麗菩薩

總是以她母性的光輝

照亮了無量無邊的佛子

為了感念她的澤德

在4月號的豐美篇章中

我們精心設計了

漂亮的生日卡

祝準提菩薩

生日快樂！



（喜悅無蛋蛋糕）

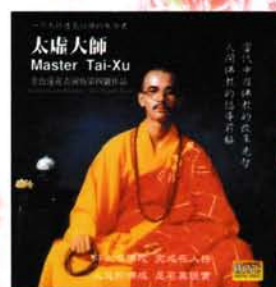
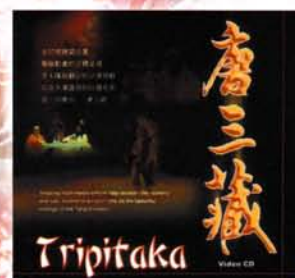


（清芬花束）

相約 在美麗的四月

請清心期待……

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