

● 空花水月



空花水月

Pure Lotus Buddhism Magazine

人文佛學月刊

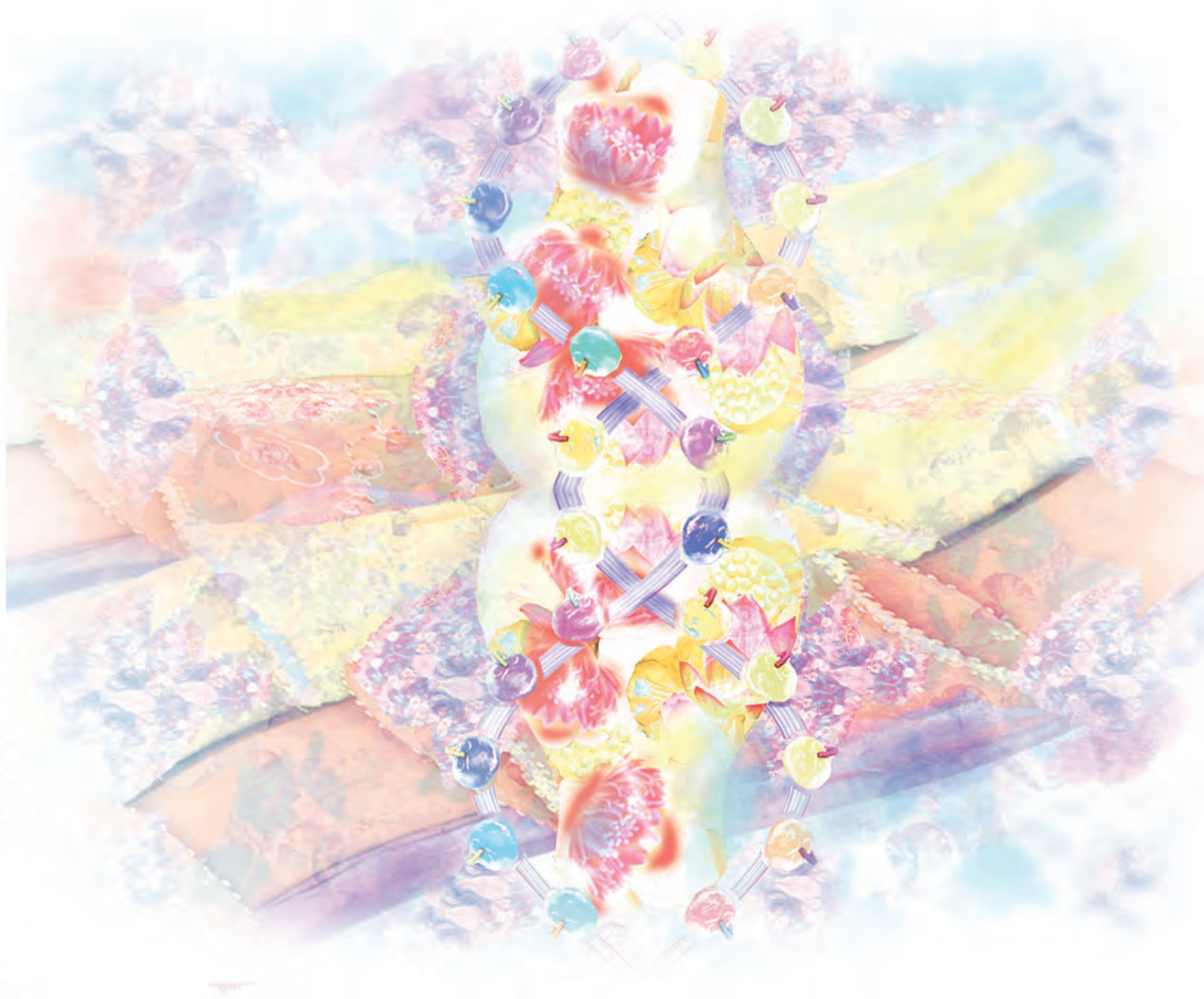
本月專題：佛子賀新年！

一月號

JANUARY

2012

NO.229



本月專題：佛子賀新年！ · 香塵夢悟 · 禪茶 · 空山靈雨

January 2012 1月號 NO.229

這本雜誌

已經堅持了18年



18年悠忽而過

小嬰兒已長成少年

年輕人也步入中年

是成長的歡欣

亦是成熟的滄桑

這本雜誌

已經堅持了十八年

未來的歲月裡

願與你一起

充實的度過

朝向完美

無盡的開花！

開卷語

一切都如

空中的花

水中的月

鏡中的影

虛幻不實

香塵夢悟

不如歸去

花開見佛

一切無生



1993年創刊

創辦人暨總編輯／郭韻玲

顧問／朱靜珍

郭伯達

社長／鄭鴻祺

資深 長／周玉卿

主 編／鄭秉忠

秘 書／蔡承訓

美學監督／鄭博文

總務組 組長／郭曉蓮

副 組 長／彭庭光

聯誼會 會長／蔡定彥

副 會 長／張寶桂

企劃組 組長／黃連盛

公關組 組長／陳子軒

推 廣 組／陳麗敏

有聲出版副組長／李初春

推 廣 組／李初升

事務組 組長／賴信仲

事務副組長／陳麗卿

推 廣 組／穆少萍

網路組 組長／周育正

影音組 組長／黃連春

有聲出版組長／邱炳煌

推 廣 組／賴明鑑

製版印刷／欣佑彩色製版印刷股份有限公司
國內經銷／高見文化行銷股份有限公司
中華郵政台北雜字第1686號執照登記為雜誌交寄



本期結構大綱

渴望完美！

慈悲之花

香塵夢悟

智慧之泉

生命情境

靜觀偶得

向道頌歌

佛教美學

唯美意境

文學篇章

空山靈雨

紙上藝廊

本月專題：佛子賀新年

創作佛曲

蓮賞特頁

空中廣播劇

流行佛品櫥窗

禪茶

佛品小舖

素食風尚

處世金丹

心靈書房

懷舊

空花水月

目錄

——心靈地圖・璀璨路途

封面——

炫麗彩花賀新年

～創意設計：鄭博文

封面裡——

一個已經堅持18年的理想！

1 開卷語——

空花水月

2 工作名錄——

誠懇的態度・精密的構思

3 結構大綱

4 目錄

6 封面意境

8 生日卡

主題開始

豐收之旅啟程→

慈悲之花

11 ■ 慈悲的畫像

12 ■ 愛心花語

13 ■ 慈悲經句

智慧之泉

15 ■ 清心小語

16 ■ 大般若經的大智慧

21 ■ 觀空練習

靜觀偶得

23 ■ 參冰

24 ■ 看湖

25 ■ 聽雷

佛教美學

27 ■ 蓮花之美

28 ■ 寺廟之美

29 ■ 佛像之美

文學篇章

31 ■ 現代禪詩

32 ■ 清流散文

33 ■ 佛意小小說

紙上藝廊

35 ■ 小沙彌愛運動

40 ■ 電子畫-瓔珞之美

48 ■ 攝影-流水年華

創作佛曲

55 ■ 蓮師心咒

58 ■ 雪鄉之哭

61 ■ 蓮師祈請文

空中廣播劇

65 ■ 第三十場～心經

67 ■ 第三十一場～太宗駕崩

70 ■ 第三十二場～高宗與武后

禪茶

75 ■ 茶詩

76 ■ 茶公案

77 ■ 茶之花

素食風尚

79 ■ 慈悲素

80 ■ 健康素

82 ■ 環保素

處世金丹

85 ■ 之一

86 ■ 之二

87 ■ 之三

悠遊書房

- 89 ■ 書桌上的書籤
- 90 ■ 本月讀書
- 97 ■ 書房的風景

懷舊

- 99 ■ 憶兒時
- 100 ■ 懷故里
- 101 ■ 莫忘初心

空花水月

- 103 ■ 空中花
- 104 ■ 水中月
- 105 ■ 鏡中影

香塵夢悟

- 107 ■ 悟詩
- 108 ■ 悟偈
- 109 ■ 悟境

生命情境

- 111 ■ 被喜悅充滿
- 112 ■ 被快樂盈溢
- 113 ■ 被莊嚴提昇

向道頌歌

- 115 ■ 頌歌之一
- 116 ■ 頌歌之二
- 117 ■ 頌歌之三

唯美意境

- 119 ■ 唯美之一
- 120 ■ 唯美之二
- 121 ■ 唯美之三

空山靈雨

- 123 ■ 意象之一
- 124 ■ 意象之二
- 125 ■ 意象之三

本月專題：佛子賀新年

- 128 ■ 爆竹報平安
- 132 ■ 過年禪詩
- 134 ■ 年節禮盒尚往來
- 138 ■ 幸福點心增和樂
- 142 ■ 佛子吉祥話
- 144 ■ 佛菩薩喜洋洋！
- 152 ■ 東京夢華錄的年節盛況
- 158 ■ 佛意紅包袋
- 162 ■ 佛臨福到
- 164 ■ 佛子過新年感言
- 168 ■ 天龍八部慶龍年！
- 170 ■ 應景新年佛歌
- 171 ■ 新年三願

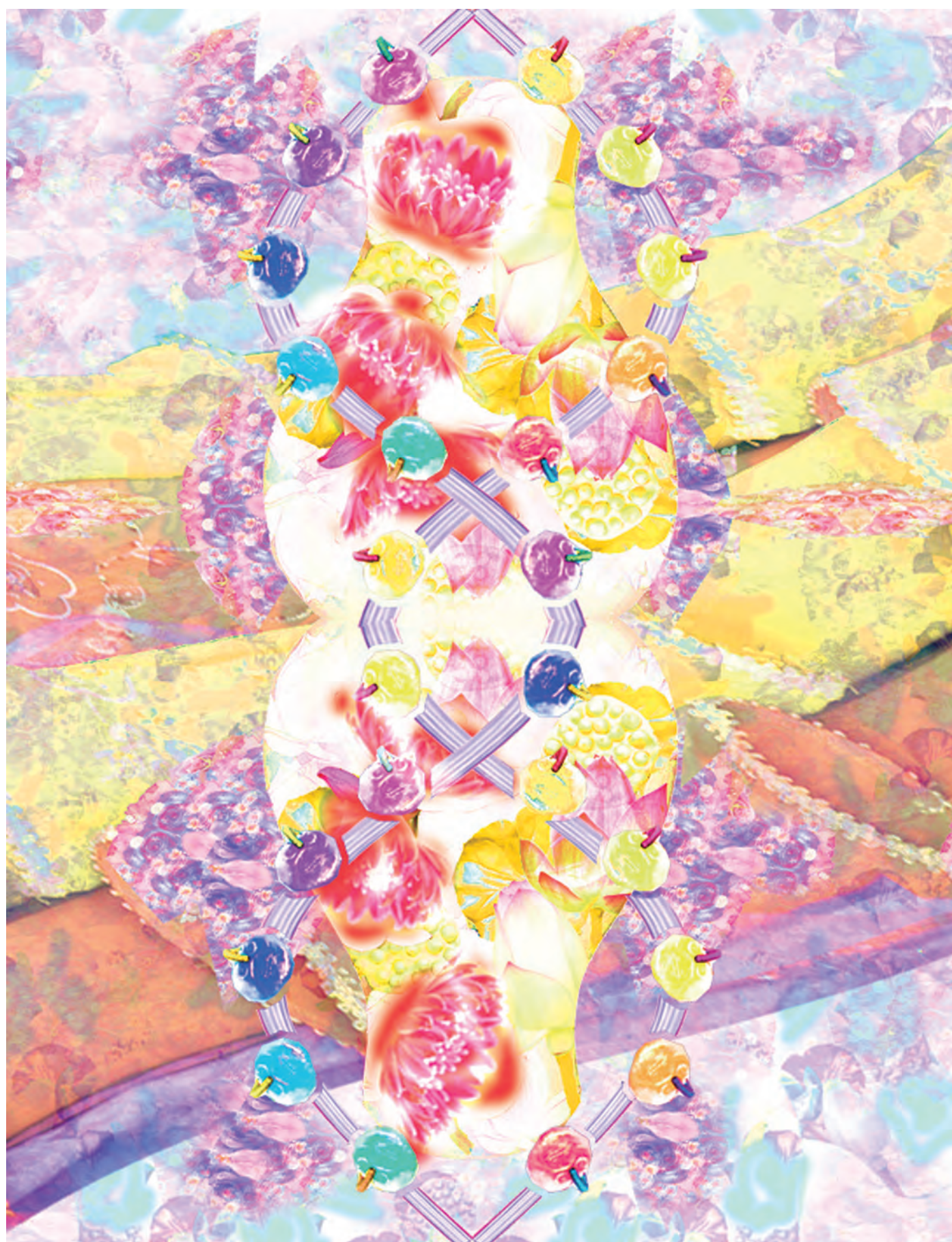
蓮賞特頁

- 173 ■ 之一
- 174 ■ 之二
- 175 ■ 之三

流行佛品櫥窗

時尚商訊

- 183 ■ 佛品小舖
- 188 ■ 蓮花茶坊
- 190 ■ 敦煌美學
- 192 ■ 2012上半年規畫表



封面意境

作品名稱：炫麗彩花賀新年

封面設計：鄭博文

設計理念：曼妙的花帶

別緻的花串

討喜的色彩

交織而成

迎接新年的喜氣場景

意想著花漾的年華

.....

封面意境：順勢鋪成的花帶

豐美細緻

同一色系形成的花串

貫穿其中

形成了別具風雅的畫面

可愛的果子以細緻支條串連

更增添不少喜氣

擠身花林間

更增添些許美感

.....

封面詠詩：曼妙花帶映眼簾

別緻花串美相連

可愛果子添喜氣

擠身花林慶龍年



佛菩薩生日快樂！ *Happy Birthday To Buddha*

彌勒菩薩 生日快樂！

2012年1月23日（農曆1月1日）

是彌勒菩薩聖誕 請讓我們一起 歡欣鼓舞 恭賀聖誕！

增益戒聞德 禪及思惟業

善修於梵行 而來至我所

勸施發歡心 修行心原本

意無若干想 皆來至我所

—— 佛說彌勒下生經



蔡承訓 敬繪

獻上生日卡 Happy Birthday To 彌勒菩薩！

慈悲之花

Compassion Flower

慈悲如清芬的花朵

芬馥了你我心田

慈悲的畫像——

觀音慈顏

瓣瓣香郁——

愛心花語

常佩我心——

慈悲經句



慈悲的畫像——

觀音慈顏

美學設計/文雪



念彼觀音力，刀尋段段壞。

～ 妙法蓮華經

愛心花語

撰文／美蓮

美學設計／忠



純淨無染的愛

令人感動

令人歡喜



升起愛的暖陽

消融彼此間

那一堵無形的冰牆



無所求的愛

是世上最大的快樂



無論順境或逆境

都不要失去

愛自己與愛別人

的能量

無私的大愛

讓心地澄明

如無垠的天空

包容萬有

如廣闊的大地

化育群生



常佩我心—— 慈悲經句

編撰～慈蓮 美學設計～信仲

經句

慈悲喜護

不懷怨結

無瞋恨心

廣大難限

普安無邊

等十千方

出處

弊魔試目連經

釋義

修持慈、悲、喜、護之心

沒有瞋恨心

也沒有任何的怨結累積在心中

慈悲廣大無盡沒有界限

平等地救度十方無量眾生

使其皆能脫離苦海

獲得究竟安穩的快樂

領悟與效習

這一段經文是如來教導弟子應該要修持無量的慈悲之心，方能通過瞋恨魔的試煉，免於退失道心。可見面對貪瞋癡慢疑的考驗，不是讓自己深陷煩惱與退墮的深淵之中，更不能心懷怨

結與瞋恨，而是穿越這一切紛擾的現象，讓自己升起更大的慈悲喜護之心，直心地面對考驗來淬鍊自己的道力與修為，進而發願效法佛菩薩無緣大慈、同體大悲的情操，昇華自己的生命品質，無論遇到什麼樣的考驗，都要昂首闊步的與真理相應，與佛菩薩的大慈大悲相應，是名真皈依、真學佛！



智慧之泉

Wisdom Fountain

智慧如清清水

滋潤了乾枯人生

句句清涼滴人心 ——
清心小語

讀經開智慧 ——
大般若經的大智慧
～連載第213回

實修練習 ——
成就的必修～
觀空

沁涼露滴・晶瑩心靈～

清 心 小 語

—— 與生命對話

心語／清涼月 美學設計／花水香氣

強而有力的要變好
可是不執著
這就是修行

佛法
是尋找
獲得
生命的答案



如何把修行變得容易上手
是菩薩宜努力為眾生
尋思之處

抱怨逆境
是沒有用的
只有積極的面對與改進
才有用



讀經開智慧——

大般若經的大智慧！

——連載第213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／郭韻玲 美學設計／鄭秉忠



道聖諦清淨故色清淨，色清淨故一切智智清淨。何以故？若道聖諦清淨，若色清淨，若一切智智清淨，無二、無二分、無別、無斷故。道聖諦清淨故受、想、行、識清淨，受、想、行、識清淨故一切智智清淨。何以故？若道聖諦清淨，若受、想、行、識清淨，若一切智智清淨，無二、無二分、無別、無斷故。……

道聖諦清淨故諸佛無上正等菩提清淨，諸佛無上正等菩提清淨故一切智智清淨。何以故？若道聖諦清淨，若諸佛無上正等菩提清淨，若一切智智清淨，無二、無二分、無別、無斷故。

P124Ⅲ欄11行～P127Ⅰ欄20行

佛開示：道聖諦清淨，所以五蘊乃至無上菩提清淨，五蘊乃至無上菩提清淨，所以一切智智清淨。為什麼呢？因為道聖諦、五蘊乃至無上菩提以及一切智智的本質，都是無二、無二分、無別、無斷的緣故。

什麼是道聖諦？即是滅苦的方法，也就是成就的道路；也可以說就是通往涅槃的途徑。只要依循這樣的道路而行，就可以順利的到達完全沒有苦的境界，所以這樣的道路當然是偉大、殊勝而且正確的，所以叫作“正道”。

滅苦的正道有多少呢？偉大的佛陀清楚的幫我們歸納成八條，亦即耳熟能詳的“八正道”。

（一）正見

就是正確的見解，也可以說是正確的

觀念；既然擺在八正道的第一條，就已經知道其地位的舉足輕重。因為我們的所有行為的發源地就是我們的想法，如果我們想要行為正確，唯一的辦法就是先要想法正確；所以佛法所有的修行都是先把正知見安立好當作第一步驟；那麼什麼是正知見呢？有一個原則非常好遵循，就是時時刻刻符合悲智的知見；這樣的知見就一定是正知見，絕對不會是邪見，也絕對可以作為我們一切行事的準則；故悲智實為佛法之重心，正知正見當然亦不能例外。

（二）正思惟

這是從正見衍生而來的第二條道路，當我們有了正確的知見以後，我們在歷緣對境當中，會發現常常會有迷糊的時



候，也就是因為因緣一複雜之後，許多準則也在複雜條件的干擾之下變得模糊不清，這時就是我們最需要正思惟的時候，也就是把現實的狀況與正確的原則互相比對、思索然後抉擇的過程；例如我們被別人污辱的時候，我們馬上會有受傷與自尊心受打擊的情緒，可是關於這種情況的正知見其實老早已清楚的擺在那兒了——忍辱。但是我們馬上會發現，這時立即產生了鴻溝，即內心良知良能的一面是相當想馬上膺服正知見，可是情緒卻像個不聽話的小孩，硬是不甩正知見；於是內心就產生了衝突與擺盪；而如何才能克服這樣的困境呢？正確的思惟就成為一個不可或缺的昇華過程。我們會深刻的、安靜的想：如果採取受傷或嗔恨，對自己好不好呢？對別人好不好呢？正知見馬上會告訴我們：嗔恨別人就是嗔恨自己，這種負面的力量會按照因果法則，有一天也一五一十的回到我們自己的身上；這樣想清楚以後，就有助於我們當下或盡快放下嗔恨；因為道理很簡單，到最後倒楣的還是自己，與其現在逞一時之快，將來要感召果報，不如現在就聽從正知見：放下嗔恨！

由這樣的舉例過程，我們可以清楚的明白正思惟的運作過程是非常細密複雜的，而且充滿了人天交戰的風雲詭譎；但是其實一切都是可以訓練的，如果我們遇事都如此縝密的正思惟，那麼久而久之，我們就會成為一個凡事皆與正思惟相應的聰明人。

為什麼說是聰明人呢？因為事實上



作利人利己的事就是聰明的人，而正思惟絕對是把我們引向利人利己的方向，絕對不會損人害己；而邪思惟之所以稱成“邪”字，就是會損害自己或他人；因此正確一定與聰明智慧並存，這是顛撲不破的真理，聰明如你，要如何抉擇呢？那當然是再清楚不過的一件事了。

（三）正語

就是口業清淨，也就是正確的說話；這其實也是延續前面正見、正思惟而來的第三條道路；因為只有見解與想法都正確了，當我們在使用我們說話的工具——嘴巴與語言時，才能說出正確的話來。

正確的說話，也就是說正確的話；其實是非常困難的一件事，我們往往的狀況是：多說了一些不該說的話，少說了一些該說的話。什麼是不該說的話：例如氣頭上罵人的話、對人刻薄的話、沒

有同情心的話、諷刺的話、淫言穢語等等……什麼是該說的話：例如隨喜讚歎功德的話、體諒別人的話、關懷別人的話、啟發別人的話等等……

所以正確的說話，就是該說的話說出來了，不該說的話沒有說出來；這也是需要訓練的，但只要有心去自我訓練，也會越來越趨近說正確的話。

而對一個修行人而言，要求的境界有時會更嚴格：只說最必要的話！什麼是最必要的話？就是與悲智相應的話，而且不多說一句廢詞；這樣的說話方式不但注重到品質內涵，也同時兼顧了時間管理；理由很簡單：因為我們的生命實在太短促，有用的時間實在太寶貴；如果不用來說最必要的話，最大的損失就是：時間會變得越來越不夠用！而一個自度度人的修行人要作的事情那麼多，時間短少必然成為成就的障礙！



故佛法是最精密的生命管理方式，絕對不捨得浪費我們寶貴的一分一秒，而且希望我們的每分每秒都用得有意義、有價值，邁向完美的生命境界。

（四）正業

就是正當的行為；什麼是正當的行為？就是利人利己的行為，與“邪業”的損人損己是完全相反的；什麼是利人利己的行為？例如扶一位盲者過馬路，表面上是服務他人，自己並沒有得到什麼好處，但是站在因果法則的立場來觀察，這是慈愛眾生的行為，就在發出慈愛的那一剎那，生命的崇高光輝已經綻放，也必將在他日感召被眾生慈愛的對待；而誰不喜歡被慈愛的對待呢？尤其在自己悲傷時、寂寞時、無依無靠時？

所以，正當的行為是值得養成的，是值得持續的；因為，在生命與生命相逢時，因為正當行為的相互感召，必將

成為善緣的相續；那麼，如果人人皆如此，則此方即是淨土，即是天堂。

（五）正命

就是正當的職業；什麼是正當的職業？就是不損人的職業，例如屠宰業就是損害眾生的職業，而且是損害眾生性命的職業，這樣的損害，雖然會為自己今生賺得錢財，但是在來生甚至今生就會感召非常悲慘的果報，不是自己身染重病就是家庭失和或親人離散，因為一定要仔細的、抵心自問的、設身處地的、悲憫的、公平的、客觀的、平等的……深深思量：自己是否也曾為了錢財，就讓多少豬、羊、狗、牛、雞、鴨、……等的家眷們妻離子散、家破人亡？因果就是因果，不是不報，時辰未到，一定要深信因果，一定要趁早離開邪命的活計，否則果報一旦現前，後悔莫及！

（六）正精進

就是正確的努力，一個上昇的生命型態，一定是努力的狀態，但所有的努力，都牽涉到方向正確與否，如果方向是正確的，那麼這樣的努力一定是利人利己；相反的，如果方向是錯誤，則必定會損人害己；我們越來越會發現：利人必定和利己合在一起，損人也必定和害己密不可分；因為這就是佛法最珍貴的教導：眾生一體！如果我們不愛眾生，其實就等於不愛自己；如果我們損害眾生，其實就等於損害自己。

所以損人的事不能再作下去了，因為今日造成別人的痛苦，他日都將一五一十、絲毫不少的回到自己的身

上；這樣的事又何必浪費力氣去作呢？最愚癡的是：努力的去損人害己，這就是邪精進，那麼這樣的精進，乾脆不要好了，免得造更多的業，害更多的人，何苦呢？划得來嗎？這是智者不為的事啊！

（七）正念

就是正確的心念；也就是妄念的相反，而我們都知道：妄念止息，輪迴止息。心念的正確甚至關涉到我們成就與否；也就是說一個修行人的內心狀態應該是：正念相續！那麼這樣的一個人是處於“安全”的狀態，為什麼說安全呢？就是確保不造業的狀態，試想一個人不再造業，則就不再受未來的果報，這就是所謂的“不受後有”，那麼這樣的修行人只負責受未了的業的果報，一旦全部報完，就可以離開這火宅般的三界，得到大自由與大解脫了。

（八）正定

就是正確的禪定。這與前項的正念有密不可分的關聯，當我們時時正念相續，久而久之，身心就會安定下來，再加上禪坐的訓練，就會入定。而入定對於一個修行人證果是非常重要的里

程碑，因為唯有在身心完全安定的狀態下，才能澈見諸法實相——空；所以定慧其實是一體的兩面，有了定，就必定有慧；有了慧，也必定有定，誠如六祖壇經中燈與光的比喻，燈一開了，則必有光；有光則因為有了燈；是一而二、二而一的一件事。

故可以說有了正定，則必有正慧；而開智慧正是佛法修行證果的境界，一個有了空性大智慧的人，才是真正成就者，才能到達涅槃之境，永離生死輪迴之苦。

八正道是八條正確的道路，可以分開而行，也可合併而行；意思是說，可以是八條路，也可以是一條大路，重點則在於“正”，所以每一條道路的前面都有一個“正”字。故佛法不過是要我們正確的活著，只要能夠正確的活在這個世界上，這個人就是一個最幸福、最快樂、最崇高、最偉大的人，因為他一定是一個內外雙美，才德兼備、愛人愛己、利人利己的人，這樣的人，就是完美的人，就是真正的佛子。

願眾生早日成就！

願佛法弘揚全世界！



觀空練習——

直接觀空



《知見》

所謂的觀空，就是觀想空性，也就是以己心直接悟入本體，証入一切萬物萬事萬象背後的本質，這是成就的必經之路，亦是成就証果的唯一揀擇。

《實修》

觀空實修方法之一：

直接觀空

說明：

當下承擔！

空

是修行人必須証得的証量！

因為

唯有証得了空性

才能了生脫死

才能大成就！

所以

只有勇往直前

只有當下承擔

直接了當

靜觀偶得

Contemplation and Inspiration

萬物靜觀皆自得

四時佳興與人同

參冰

看湖

聽雷

靜觀偶得——

參 冰

靜觀詩者／軒堂

美學設計／泰道

水分子
凝聚而成的冰
形成了

像美麗的水晶
晶瑩剔透

像明亮的玻璃
透視萬有

冰把大地變成了一面鏡子
讓陽光映照得潔白透明
冰把河川變成了透明的陸地
留住了往來行人的足跡
冰把瀑布變成了溜滑梯

讓鳥兒乘興嬉戲
剎那間
我碰觸到了冰

冰流過了我的身心
凍結了我
也凍結了時空

不知不覺
冰中有了我
我中有了冰

原來
我就是冰
冰就是我



靜觀偶得 ——

看 湖

靜觀詩者／玉人 美學設計／泰水

清澈的湖水

靜靜訴說著大自然生命的詩篇

隨著季節變化萬千

色彩繽紛

春去秋來生生不息

過去 現在

未來

生命的旅人們將自己的心情故事

寄語那飛鳥 捎向平靜的湖水

化成輕波

飛去

湖面映蒼穹 萬里晴空住

繁華如茵蘊 湛然雲開處

平靜湖水心 紛流百花意

香氣傳大地 雨露野鳴啼

明淨澄雅風 淡泊映星

看著寧靜的湖心

心也跟著慢慢

寧靜了

靜觀偶得 ——

聽 雷

靜觀詩者／泰若 美學設計／山聲

午後的一陣雷鳴
看似與我沒有關聯

忽近忽遠的雷聲
也好似令人捉摸不定的思緒
上上下下奔騰不已

究竟
這聲響來自何方
而我要去向何處

深吸了一口氣
就在這剎那
心中產生了變化
轟隆隆的雷啊
帶著響徹雲宵的音聲

就在這午後的一陣雷響
深深敲醒街角一隅的我
看著路上的行人依舊匆忙
心中卻更篤定
借由這雷聲
要讓沉睡已久的向道之心
重新再出發



佛教美學

Beauty of Buddhism

由心出發

從心感動

佛教之美

心領神會

蓮花之美——

一縷清香

寺廟之美——

廟宇仙鄉

佛相之美——

文殊菩薩

蓮花之美——

蓮花妙莊嚴

美學設計/文人 詞/羽塵



蓮花偈

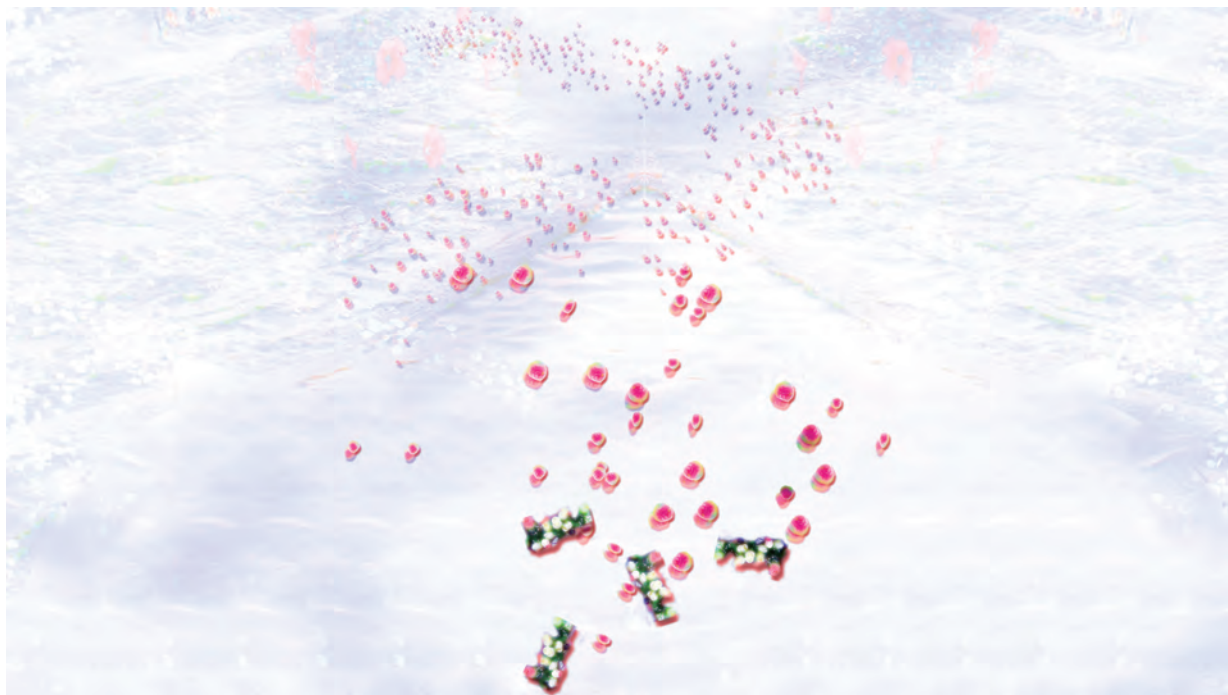
妙蓮花池 無量百千
樹有花果 具足莊嚴

～出自 正法念處經

寺廟之美 —

廟宇仙鄉

畫面構成/博文 詞/摩尼寶珠



誠心的仰慕，奇美的所在……

佛相之美——

文殊菩薩

攝影／承訓 美編／誠慧



文學篇章

Literature Chapter

妙筆似花

心觸神會

詩——

現代禪詩～

淨水

散文——

清流散文～

無事

小說——

佛意小小說～

輪迴路險

現代禪詩——

淨 水

文／正心

攝影、美學設計／中道

一念懺悔善門開

罪業滅盡障方休

懺悔總在修行前

不懺不悔罪難消

罪業不消如何修

好比身陷泥濘中

懺悔能消眾罪業

恰如泥濘淨水沖



清流散文—— 無事

文／玉璞 美學設計／重雲

單車踩踏聲隨著風傳來，河岸旁的茅草跟著舞動，天邊追逐溪水的雁子此起彼落歡唱著，恬靜的旋律忍不住從心中綻放。

一陣陣的草香滿滿撲鼻，一頁頁掠過身邊的人間浮影，光影交織成豐富的人間美景。彷彿走進了幽靜的高山，觸摸著浩瀚宇宙的邊際。清新的空氣、喜悅高歌的麻雀，清溪水緩緩流…，心似乎擁抱了整個世界。

心擁抱了萬物，萬物擁抱了我，心中的包袱一層一層的剝落，佛法明燈剎時照亮了內心，在這無垠的時空中，感受到佛菩薩深深的愛，那無私的付出、真摯寬容地擁抱著我們的生命，所有不安、憂傷、煩惱……都在這深沉的愛中全部融化了。啊！放下了生命一切的負擔，真正無事一身輕的向前邁進。



佛意小小說 —— 曠野險路

編撰／盛光

美學設計／心美



小小說

很久很久以前，有一名旅人來到廣大無邊的曠野之中。旅人走著走著，忽然間不遠處傳來隆隆的聲響，就連腳底下的大地也感受得到一陣陣令人害怕的震動襲來，地動越來越劇烈，隆隆聲也越來越近。旅人猛一回頭，驚見一頭巨大無比的惡象，正發出令人心膽俱裂的吼叫聲朝他狂奔而來。旅人驚恐地逃命，可是在這曠野之中，一時卻很難找得到藏身之所，只能一股勁地奔逃，這時當他遠遠地看到有一口井時，心想也許可以躲在井裡逃生，跑過去一看，發現井旁有棵樹，樹根延著井壁延伸而下。旅人不作多想，抓住樹根就往下爬，正慶幸逃過一劫時，卻發現有一對黑白二鼠，正交互地齧咬著這條樹根，眼看著樹根一點一滴地消失，惡象卻圍繞著井邊，不甘心地狂吼不止，井壁週圍有毒蛇盤走，張開口露出猙獰的毒牙，井下還有毒龍，正伺機而動地盤旋在井底，就在旅人一方面要提防毒龍與毒蛇，另一方面又要擔心樹根即將要被老鼠咬斷的時候，卻發現樹根上方滴下來的蜂蜜，於是旅人竟忘情地搖動樹根，好讓嘴巴能吃到滴下來的蜂蜜；然而卻也因為這個搖動，晃動了樹上的蜂巢，蜂群飛下來叮咬著旅人，但真是禍不單行，又不知從哪兒

來的野火，已經在焚燒這棵樹，千鈞一髮之際，但是啊！旅人卻貪享著蜂蜜短暫稀少的美味，完全忘記了所面臨的無量劇苦與危險，真可以說是命若懸絲啊！

佛意

本故事出自佛說譬喻經。旅人好比是凡夫眾生，曠野則是指眾生因為沒有智慧而身陷於無明長夜曠野之中，惡象喻指無常，井指輪迴險岸。樹根喻命，黑白二鼠則是指白天與黑夜的交替流轉，齧樹根者喻念念滅，亦即隨著時光流逝，壽命亦在念念流轉中隨之減少。毒蛇則是指地、水、火、風的不調，就像毒蛇一樣侵襲著脆弱的生命。蜜喻色、聲、香、味、觸等五欲，蜂喻邪思也就是不正確的知見，火喻老病，毒龍則是指生命的終點。眾生往往無視於輪迴曠野的危險，耽溺於五欲之樂的追求與放逸之中，卻無視於生命正一點一滴的流逝，又有老病的侵蝕與無常的煎迫，再加上又充滿種種錯誤的，不究竟的、不圓滿的思想與知見，非但無法正確照顧自己，反而傷害了自己的身心。智者應深觀這一切的生命實相，明白三界流浪辛苦備嘗，怖畏輪迴的險惡，不執著於五欲之樂，方能從輪迴的險惡中解脫出來，到達究竟安穩的地方。

紙上藝廊

Art Gallery

展覽日期：2012年1月1日～31日

敬邀

闔第神遊參觀！

展覽企畫／碧水詩泉

一、佛畫藝術家：蔡承訓

本月展出作品～小沙彌系列

二、電子畫藝術家：鄭博文

本月展出作品～瓔珞之美

三、攝影藝術家：鄭秉忠

本月展出作品～流水年華

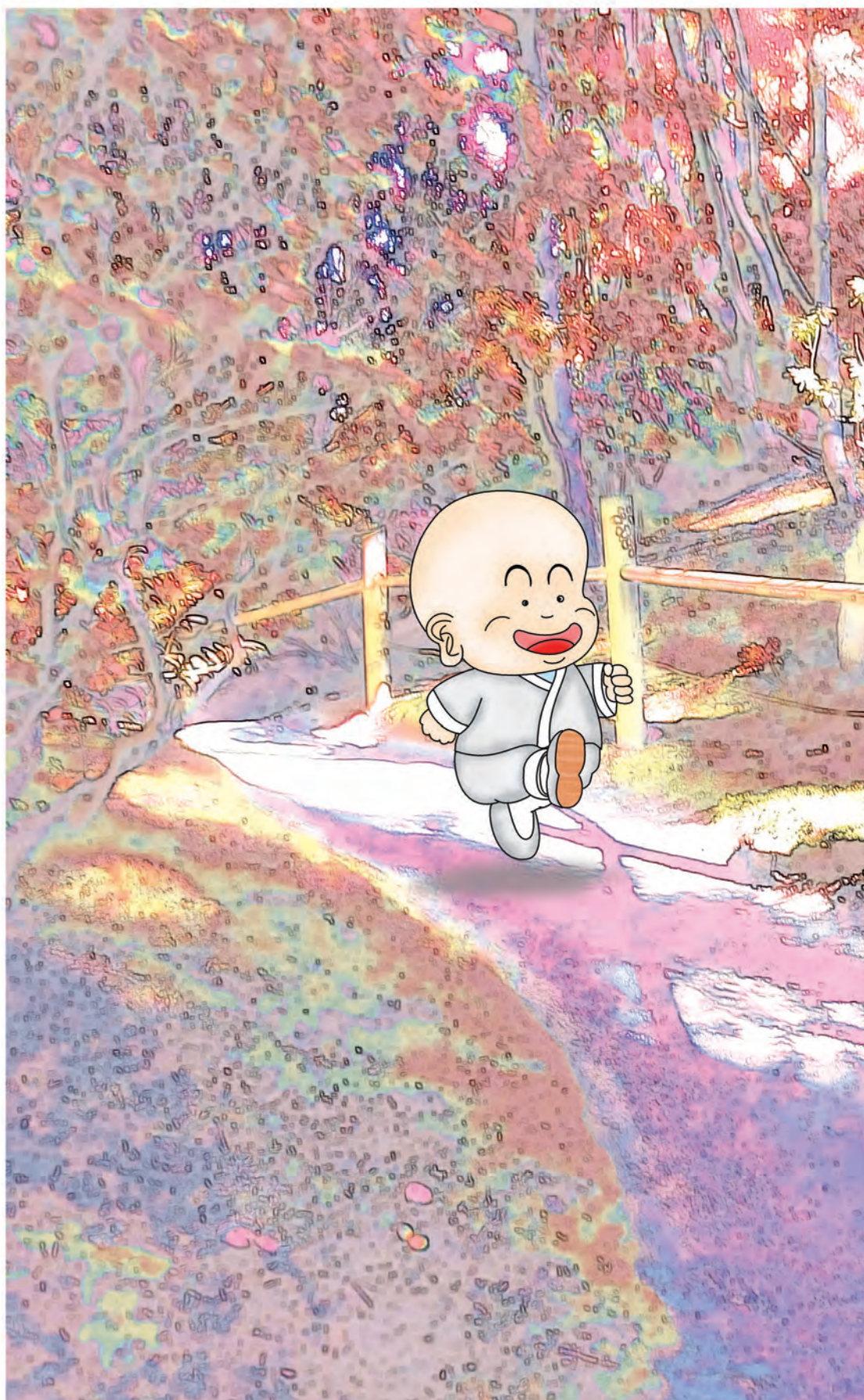
佛畫藝術家：蔡承訓

本月展出作品～

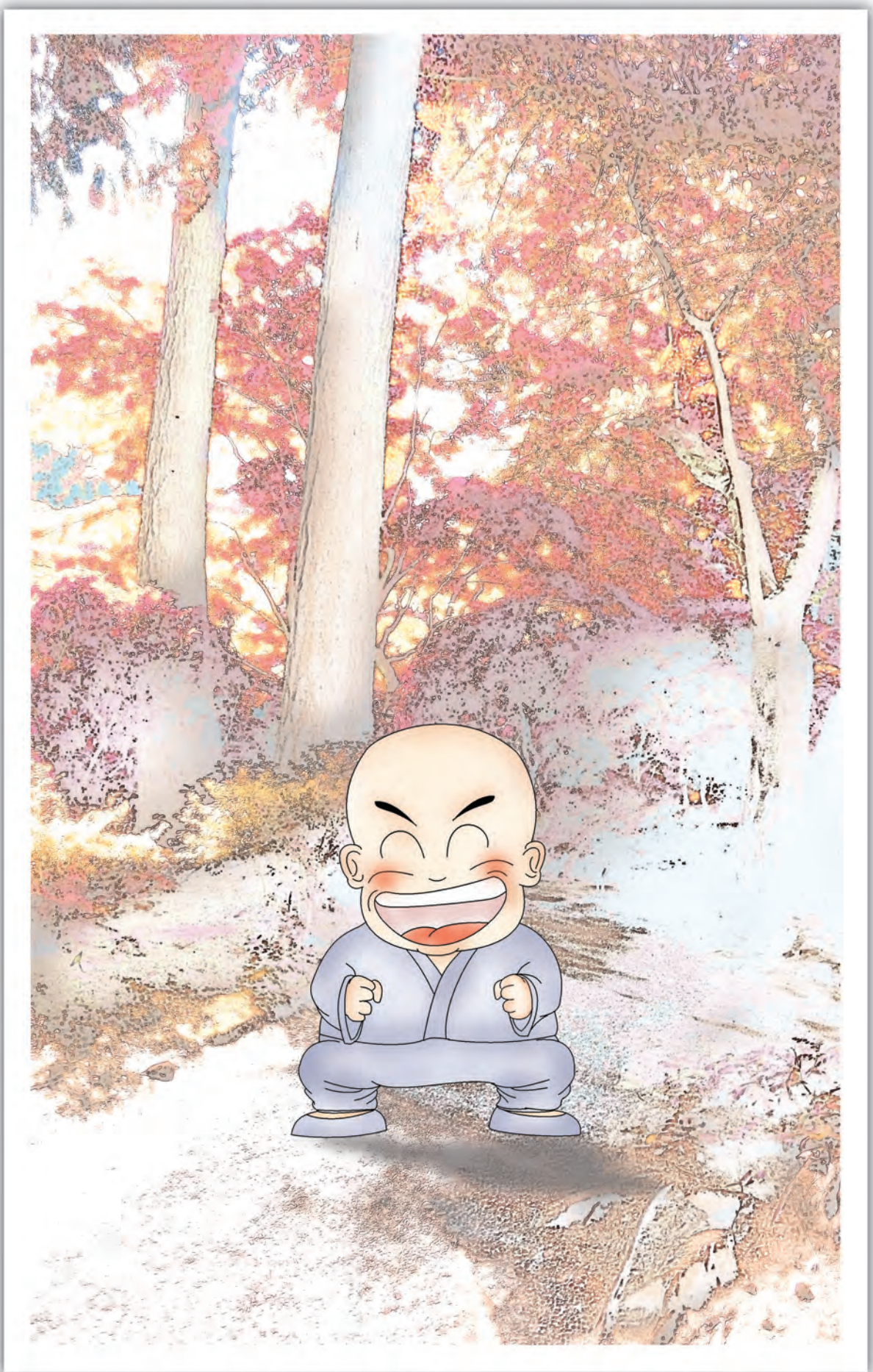
小沙彌愛運動



彎腰擺手作運動



輕鬆的跑步



練練蹲馬步



扶樹端立



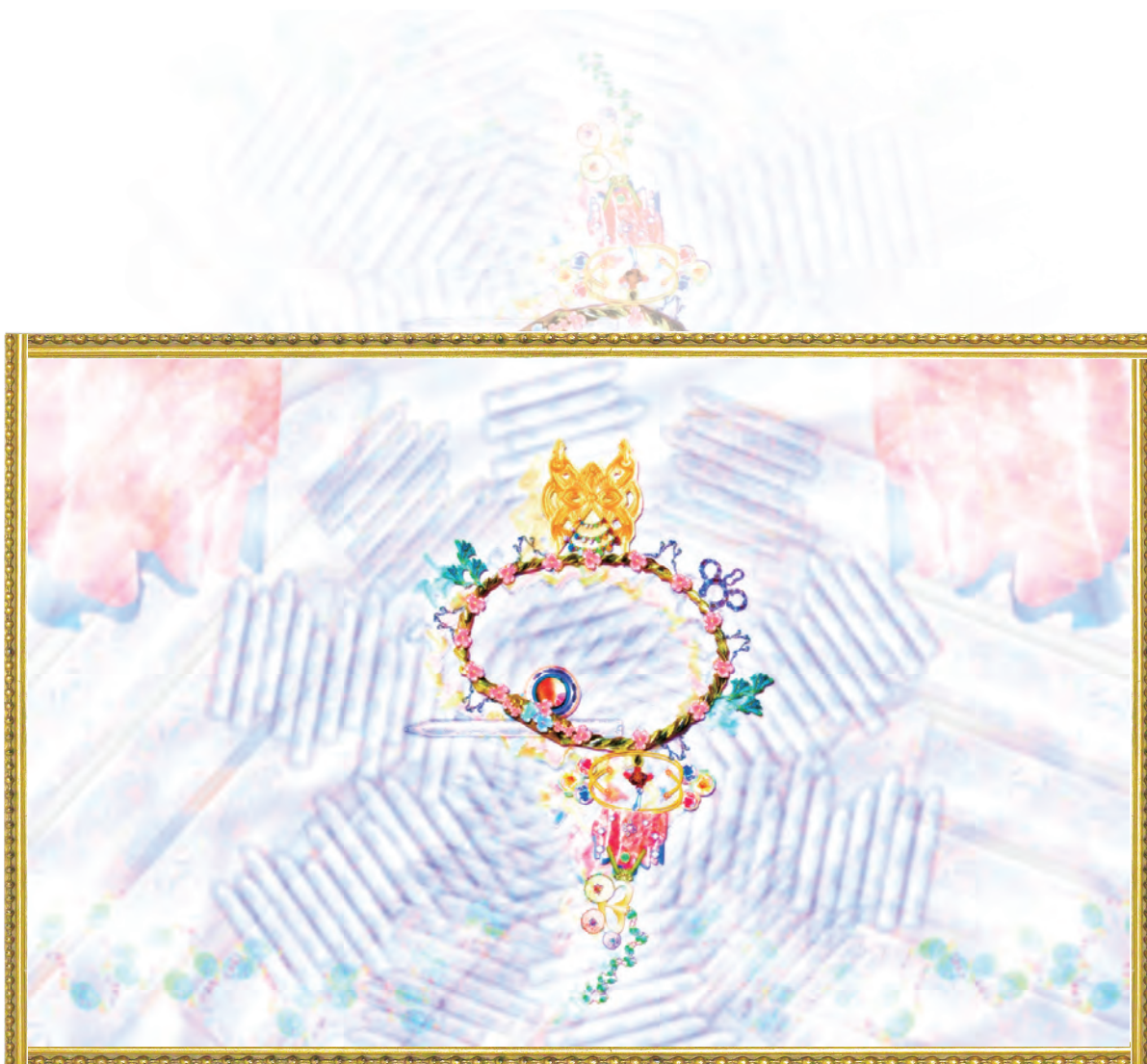
快樂的跳躍

電子畫藝術家：

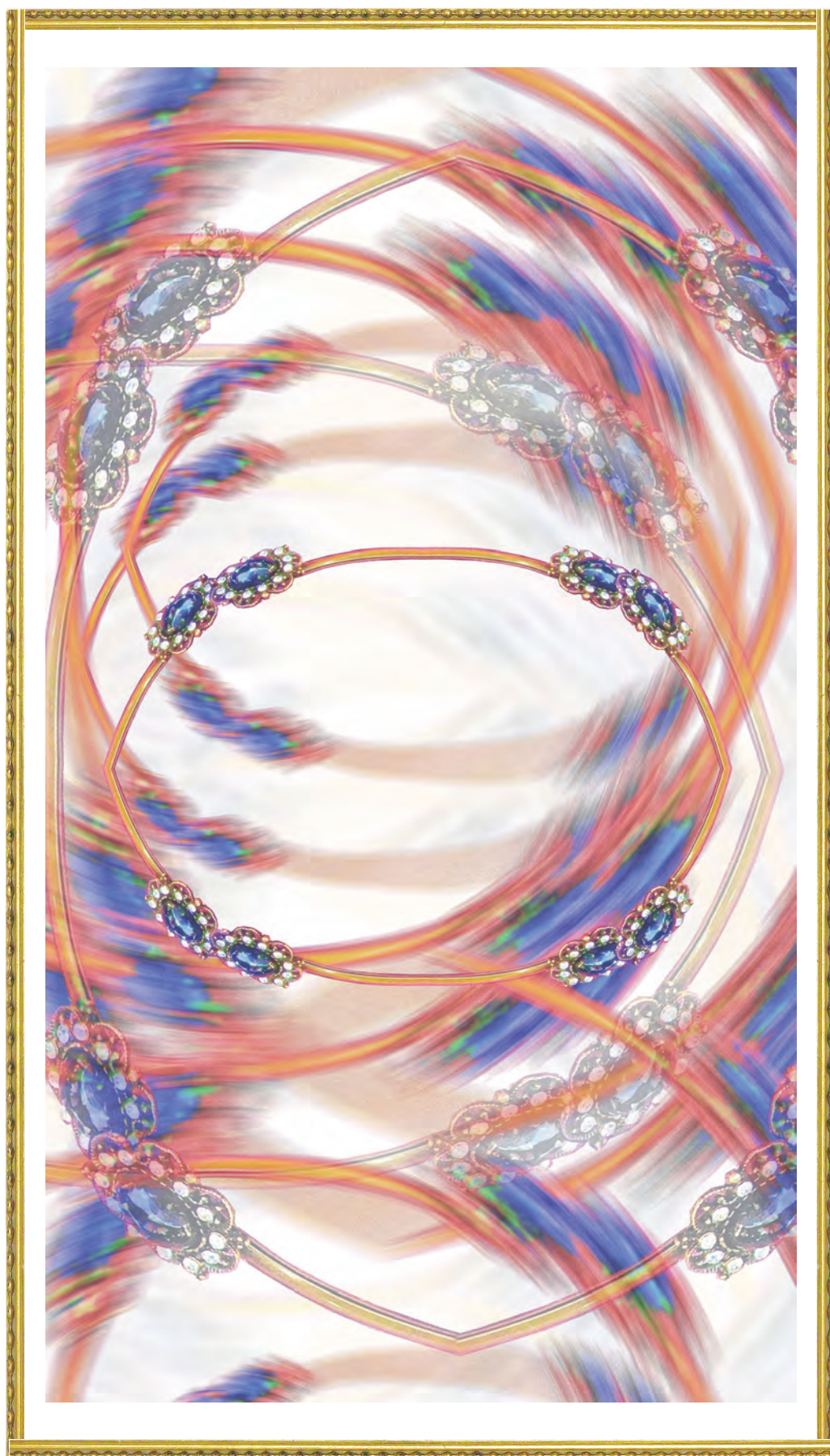
鄭博文

本月展出作品：

瓔珞之美



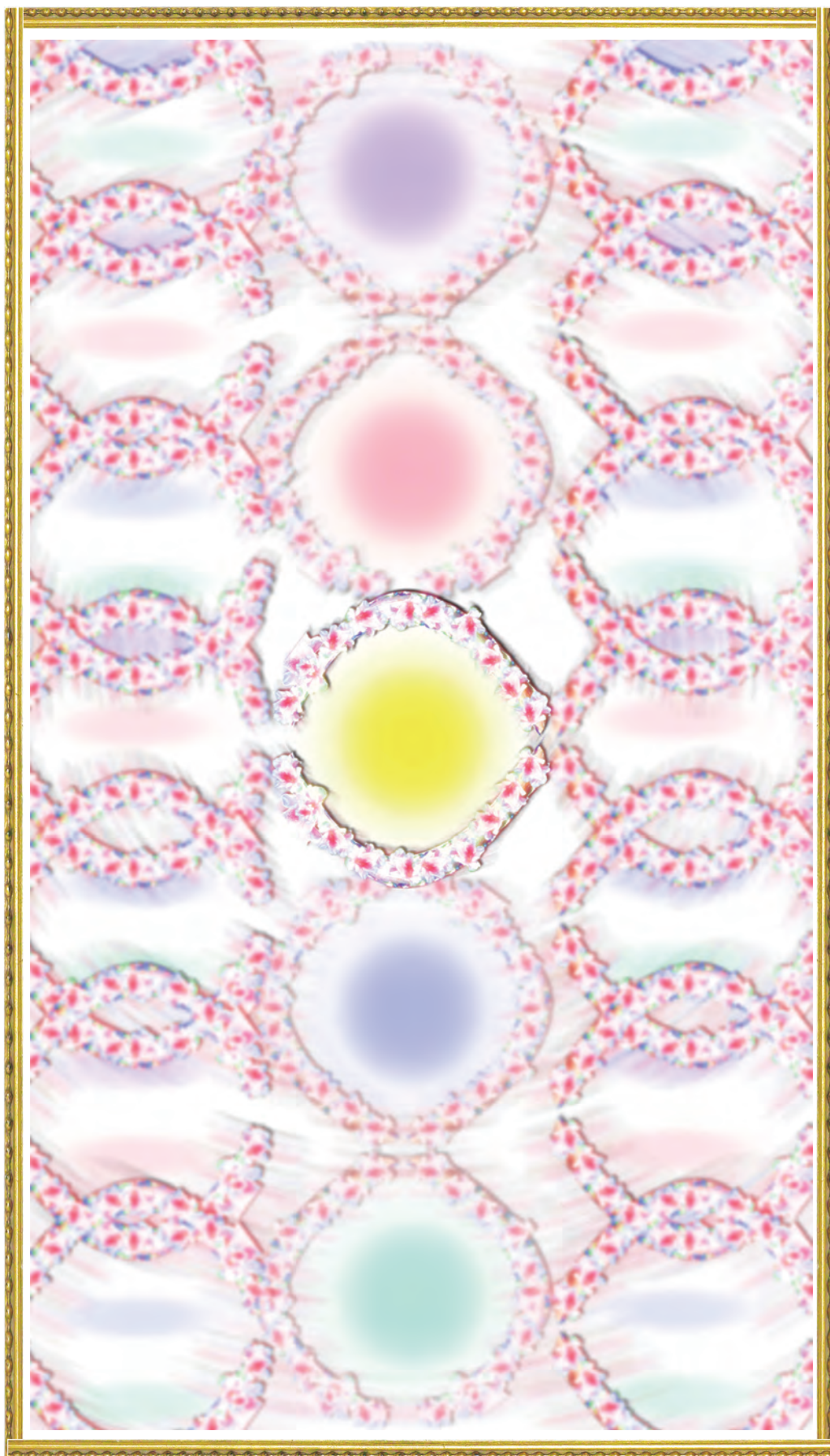
作品名稱：單純之美 莊嚴萬有



作品名稱：動轉能量 變化萬千



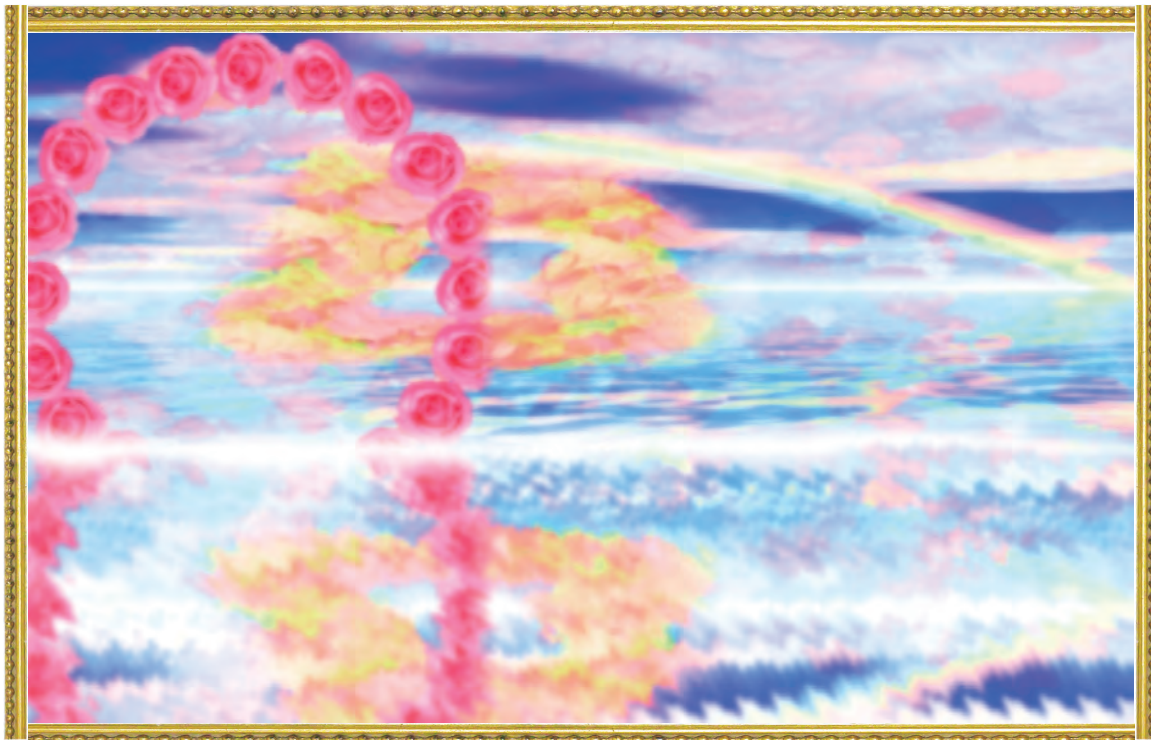
作品名稱：珠連幻流 靈動之美



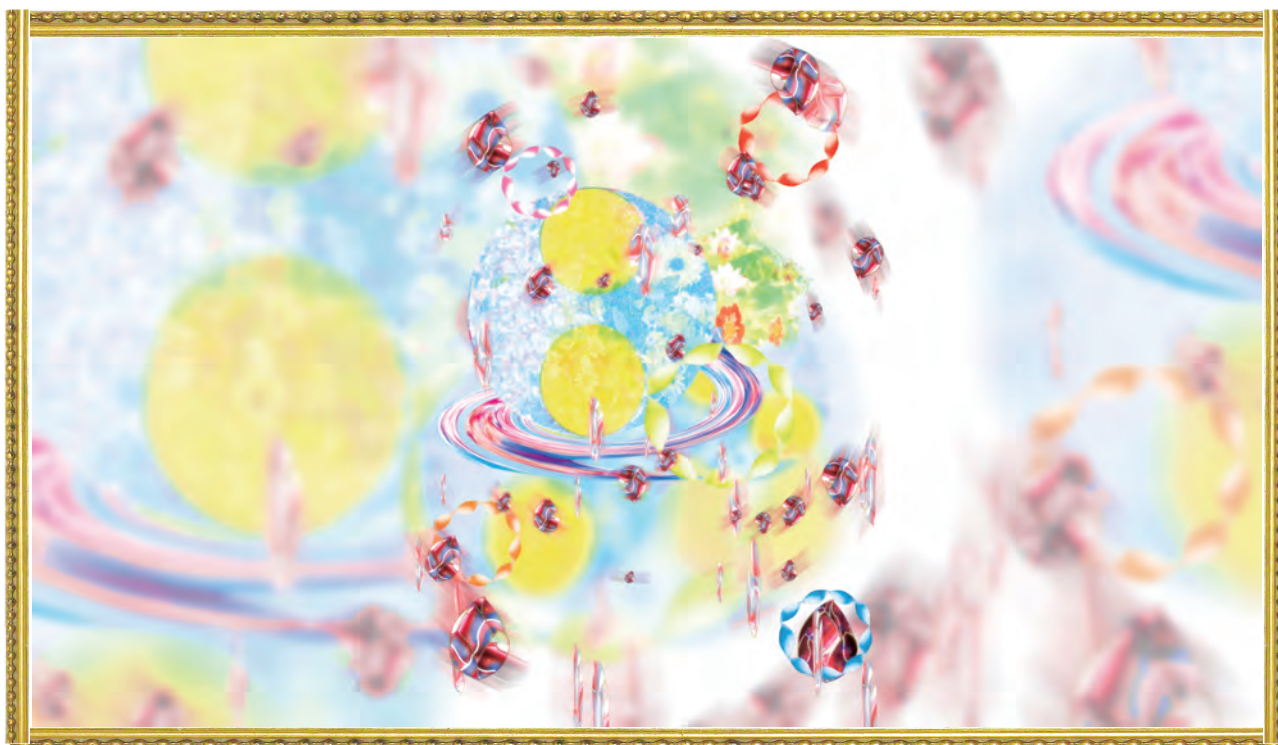
作品名稱：環環相依 朦朧繽紛



作品名稱：極妙維度 驚奇夢幻



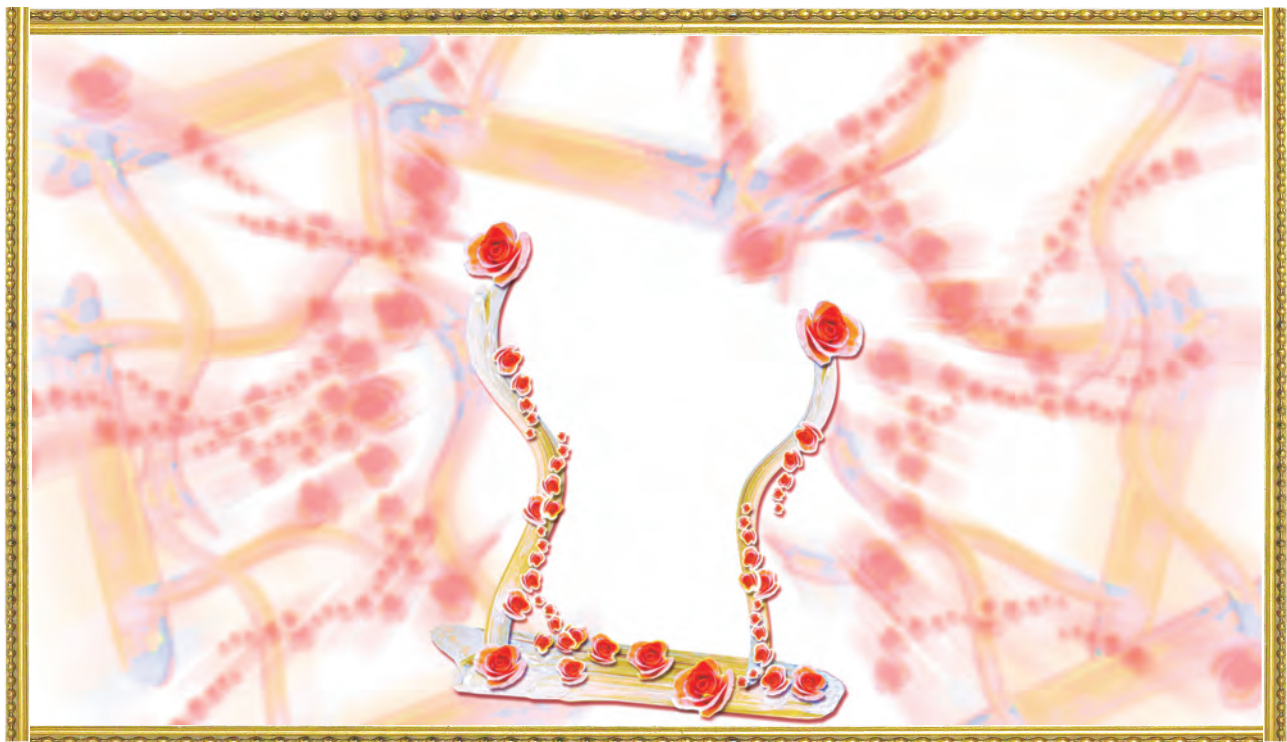
作品名稱：對稱珠影 奇幻輪海



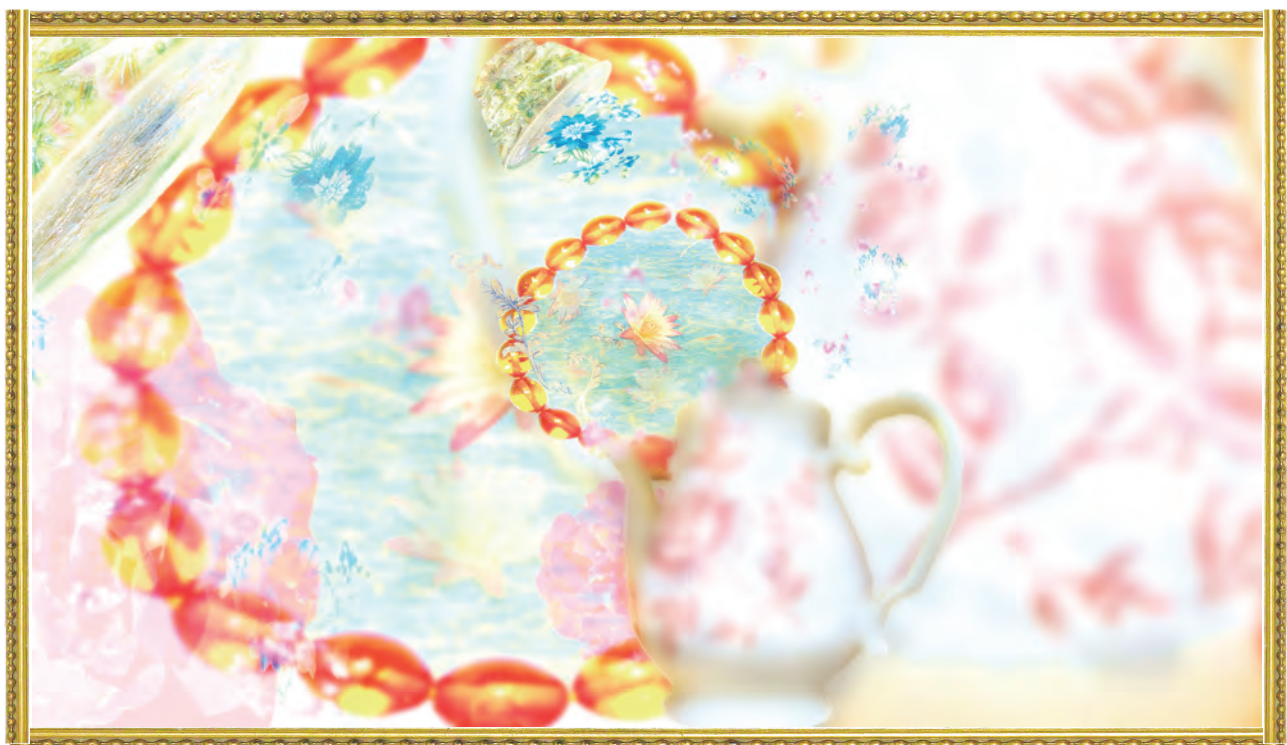
作品名稱：珠環相連 美輪美奐



作品名稱：奇幻世界 環中隱現



作品名稱：瓔滿縈繞 影現光生



作品名稱：環中蓮生 珠珠圓滿

攝影藝術家：鄭秉忠

本月展出作品～

流水年華

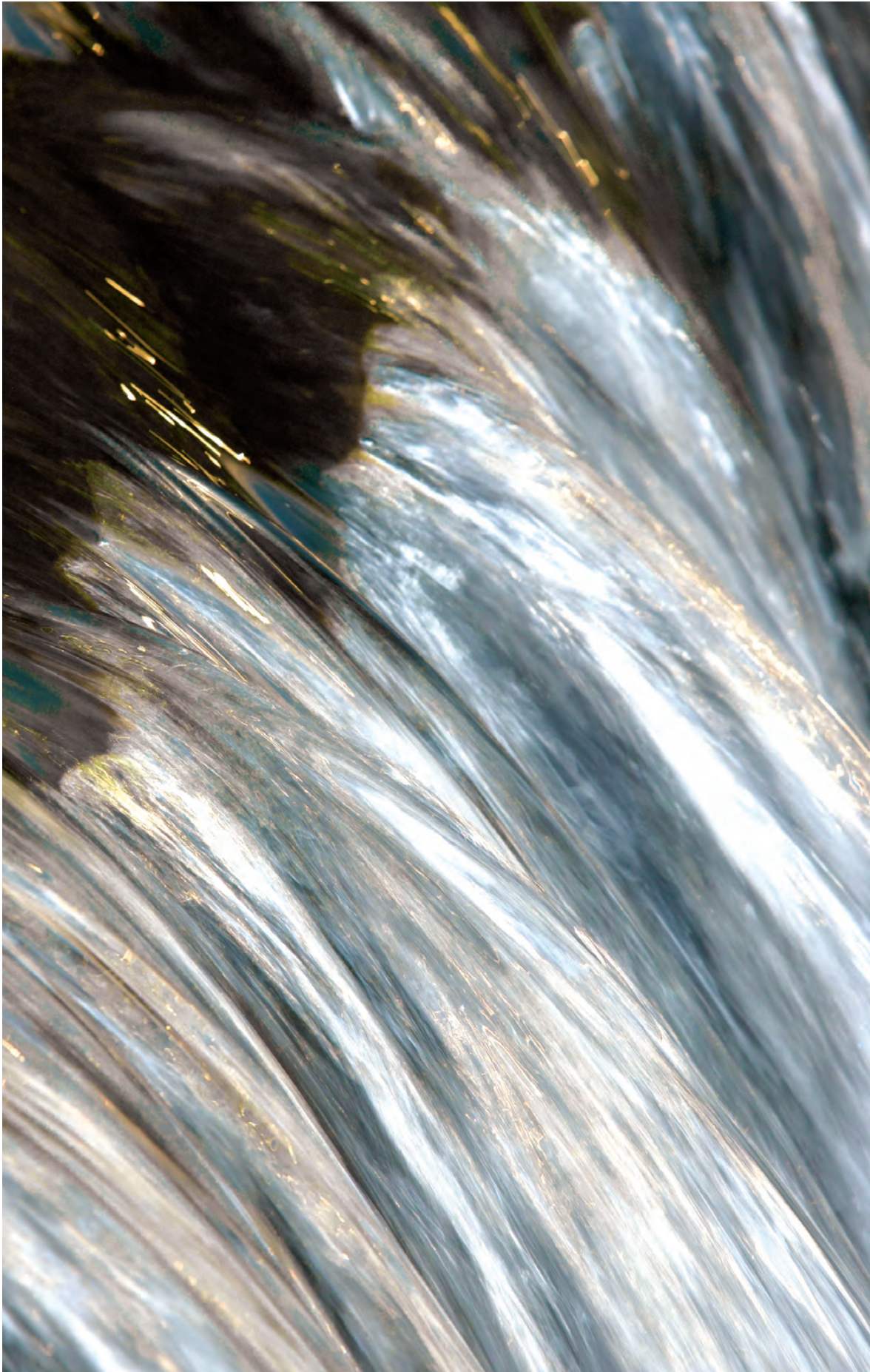














創作佛曲之一——

蓮 師 心 咒

歌 詞

OM A HOM VA JA GU LU

PA ME SI DI HOM

～蓮花生大士

曲 譜

蓮 師 心 咒

作曲／林隆璇

C大調 $\frac{4}{4}$

♩=62

||: 1 1 1 2 3 5 i | 6 - - - |

OM A HOM VA JA G U LU

| 6 6 5 i 6 5 3 | 2 - - - |

PA M E S I D I HOM

| 2 2 3 5 3 2 6 | 2 - - - |

OM A HOM VA JA G U LU

| 2 2 3 5 6 3 5 | 6 - - - :||

PA M E S I D I HOM

聽者知音的迴響

蓮師心咒除了是代表蓮花生大士的心咒，還包含了密續的事部、行部、瑜珈部、無上瑜珈部、九乘法門的精髓心要、過去現在未來三世諸佛菩薩的所有心咒佛號、上師本尊空行的心咒以及所有法門的種子字，根據史料記載：

「Om」是報身佛的心咒，代表五方佛的種子字。

「A」是法身佛的心咒，代表普賢王如來等。

「Hom」代表釋迦摩尼佛、蓮花生大士等之所有化身佛的佛號與心咒。

「VaJa」代表八大嘿嚕嚩等，所有本尊的心咒。

「GuLu」代表所有上師、菩薩、持明者的心咒。

「PaMe」代表所有位於三處(法、報、化身)之空行母心咒

「SiDi」代表財神，如臧巴拉、五大財神、二十一財神等的心咒。

「Hom」代表護法的心咒，密續中所有護法之種子字、心咒皆包含在其中。

慈悲偉大的蓮花生上師，留下了這句殊勝的心咒，解救眾生於倒懸，是三界火宅中的一帖清涼劑，聆聽這首蓮師心咒，深深感受到蓮花生上師的慈悲及心咒的殊勝，也觸動了我深藏在內心深處對眾生的誓約，深自反省，還要汲汲營營於虛幻的世間法多久？值此末法時代，真要放下萬緣，即時修行，努力大精進，力挽狂瀾！

～春泉 留言



承訓 敬繪

創作佛曲之二——

雪鄉之哭

歌 詞

今日蓮師離我而去
我哭倒在雪鄉高原上
雲低低的垂著，風哀哀的哭著
我的哭聲震攝了雲霄
對於上師的愛，今日方知如海深
我卑微的生命
卻有著巨大的苦痛
誰來解救？誰來慰藉？
淚眼模糊了天際
我大聲的祈求
蓮花生上師加持我
蓮花生上師加持我
我明白了法的珍貴
我將誓言即身成就！
～郭韻玲 作詞

曲 譜

雪 鄉 之 哭

作曲／林隆璇

D大調 $\frac{4}{4}$

♩=72



今日 蓮師 離我 而去

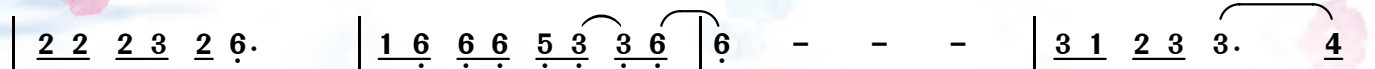
我哭 倒在 雪鄉 高原 上



雲低 低地 垂著

風藹 藹地 吹著

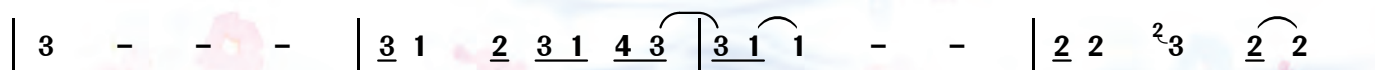
我的 哭聲 震攝 了雲 霄



對於 上師 的愛

今日 方知 如海 深

我卑 微的 生



命

卻有 著 巨大 的苦 痛

誰來 解 救



誰來 慰 藉

淚眼 模糊 了天 際

我 大聲 的 祈



求

蓮花生上師 加持 我

蓮花生上師 加持 我

我明白了法 的珍 貴我將

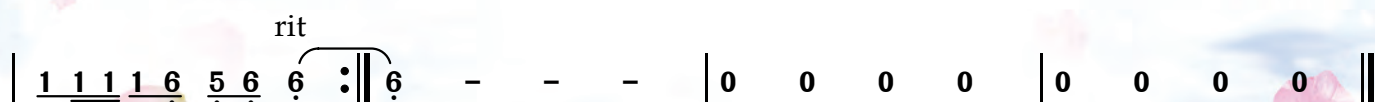


誓言 即生 成 就

蓮花生上師 加持 我

蓮花生上師 加持 我

蓮花生上師 加持 我



蓮花生上師 加持 我

聽者知音的迴響

一個修行人越是實修實證就越能明白生命的苦痛與輪迴的艱險，而佛法一方面將這一切宇宙生命的現象與本質說明得淋漓盡致以外，另一方面還教導了各種各樣如何解脫三界輪迴的方法。因此對一個真誠面對生命的修行人而言，能夠得遇佛法，就像大漠之中得逢甘霖的旅人一般歡喜踴躍，他自然能夠明白佛法的珍貴以及其所帶來無邊的利益，自然而然的懂得重法愛法，而且片刻也不離開法。因為他深切的明白，離開了法，就等於離開了生命的實相，再度沉淪於因果業力的鎖鍊當中，好不容易微睜的雙眼，又將再度

沉睡，再次閉著眼睛要去行走那既艱險又多歧路的輪迴險道，每念及此都不免令人心生怖畏。特別是如果好不容易得遇明師的指導，那是多麼稀有難得，讓我們省下多少走冤枉路的時間，避免多少粉身碎骨的危險，帶領我們直趨無上道。越是明白這些就越重法愛法，越加珍惜親近上師的機緣，這也就是為什麼當蓮師即將要離開時，藏王會如此地不捨與難過了。而對於恩重如山的上師，最好的報恩方式就如同歌詞所說的明白法的珍貴，並且誓言即身成就。

～美蓮 留言



創作佛曲之三——

蓮師祈請文

歌 詞

在那鄔金淨土西北方

蓮花寶莖金蕊上

稀有功德勝成就

蓮花生威名稱揚

周圍空行皆環繞

我願追隨您修行

祈請降臨賜加持

咕嚕叭瑪悉地吽

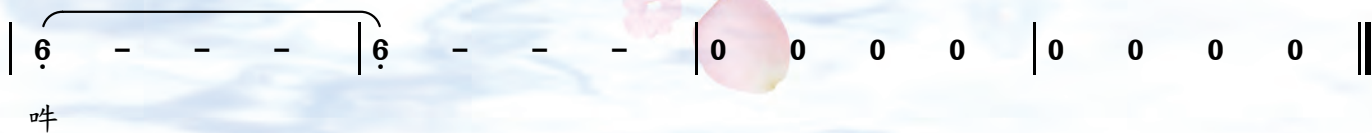
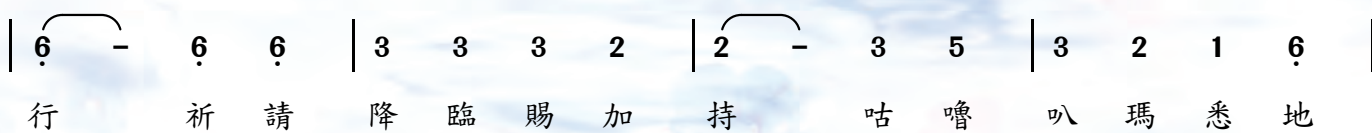
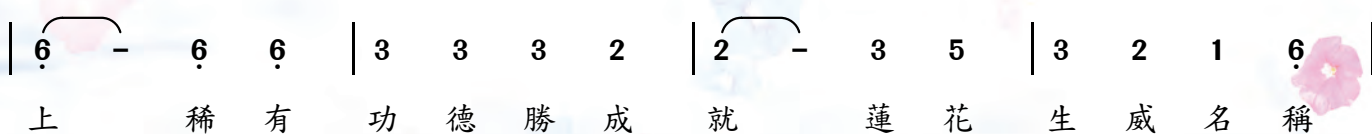
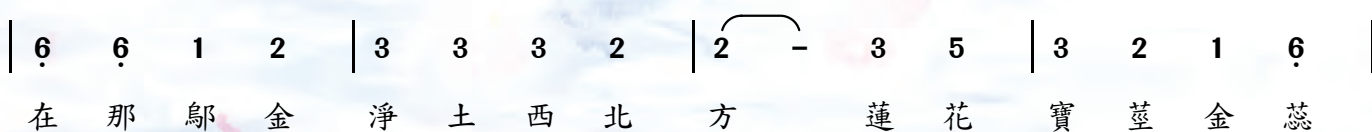
曲 譜

蓮 師 祈 請 文

作曲／陳振國

Am $\frac{4}{4}$

♩=80



聽者知音的迴響

蓮師祈請文的內容所講為蓮師殊勝的誕生以及不可思議的成就與功德，並教導了如何祈請蓮師及如何相應與修持的方法。

蓮師為所有佛菩薩大悲和智慧的化現，因此誠心誠意地修持蓮師祈請文，可得到所有佛菩薩與蓮師無上殊勝的加持。只要不斷努力的修持祈請文，可以得到智慧，證悟諸法實相。

當聽到蓮師祈請文這首歌時，心中感覺一股強烈的信心，每當遇見困難時就會想起向蓮師祈求，真心誠意地祈求蓮師的加持，往往能讓自己的心比較穩定。

回想起蓮師傳中蓮師的開示：「我

的孩子們我並沒有離開你們，只要至心祈求，在農曆的每月初十，我都會回來看你們，要好好的修行，愛盡一切眾生啊！」所以蓮師並沒有離開我們，我們一定要時刻唸誦蓮師祈請文，真心的發願，祈求加持，讓我們努力修持走向成就，才不辜負這輩子好不容易才與佛法重逢、與善知識相會。

感恩引導我修行的老師，如此慈悲細心的教導我，讓我在修行的路上能有所成長，這一切都要感恩老師多年來不論我如何墮落都沒有放棄我，還給盡一切可以學習的機會，所以我要發願以精進來回報老師對我的期望。
～升香 留言



空中廣播劇

Air Radio

本月播出：

唐三藏

唐三藏

世界組

第三十場——

心經

第三十一場——

太宗駕崩

第三十二場——

高宗與武后



唐三藏廣播劇——

第30場～

心經



一群舞者在聚精會神的練習舞蹈，太子李治信步走來，舞者見了恭敬的向太子問安：

太子殿下

太子點頭回禮，然後神情愉悅的問道：

練習得怎麼樣了？

舞者們高興的回答：

這就獻給

太子殿下欣賞

舞者們接著就邊唱跳起來～

觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時
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



太子看完了表演，心情大好，高興的說道：

難怪

父皇要賜封

玄奘大師為

“大唐三藏法師”

這部心經

譯得真是

優美典雅

動人心肺啊

舞者們也齊聲說道：

我們也心有戚戚焉

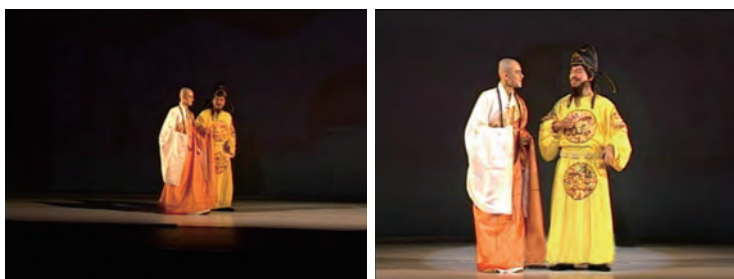


無有恐怖，遠離顛倒夢想
究竟涅槃，三世諸佛
依般若波羅蜜多故
得阿耨多羅三藐三菩提
故知般若波羅蜜多
是大神咒，是大明咒
是無上咒，是無等等咒
能除一切苦，真實不虛
故說般若波羅蜜多咒
即說咒曰：
揭諦！揭諦！波羅揭諦！
波羅僧揭諦！菩提薩婆訶！

唐三藏廣播劇——

第31場～

太宗駕崩



皇宮的美麗花園裡，太宗與玄奘邊散步
邊談話。

太宗對玄奘說：

當初邀你到玉華宮

本來只打算盤桓數日

沒想到與大師實在投緣

一住就是四個月

如今返駕皇宮

朕還是少不了你的相伴啊！

所以——

我已經為你在皇宮的北邊

特別興建了一座

“弘法院”

這樣

你就可以日日為朕講經說法了

因為——

朕實在是太喜歡聽你講的佛理

可以說是

一日不聽佛

人生無滋味啊！

玄奘說道：

那是因為陛下的善根深厚

才會如此深愛佛理啊！

太宗突然想到什麼高興的說：

對了

朕今天要贈送你一件非常稀有難得
的珍物！

玄奘也有興緻的等著。

只見太宗一拍掌：

來人哪！

把早該屬於玄奘大師的東西拿出來
吧！

聽聞侍臣遙應一聲：

是！



皇上！

隨即進來一侍臣，捧進一襲看來極為珍貴的袈裟。



太宗接過袈裟道：

這領摩雲袈裟

可不是一般的袈裟所能比擬

不僅是價值萬金

最特別的是——

由於製作精妙

完全找不到針線出入的痕跡

所以

是花了數年的織錦功夫才大功告成的！



玄奘點頭道：

確實不同凡響！

太宗更得意的說道：

年前朕曾經召見

蘇州的道恭法師和常州的慧宣法師

他們都是名重一時的高僧

也有想得到此袈裟的意思

但是最終朕還是覺得

所謂“寶劍須佩英雄”

這襲名貴的袈裟

非玄奘大師莫屬啊！

哈哈哈哈哈！



太宗說罷親自為玄奘披上了袈裟。

玄奘合十感恩道：

願以此福田之衣

降盡一切煩惱之魔

方不負聖上如此厚愛之恩



太宗聞言滿意的點頭，正待要發言，突然扶頭，身體搖搖欲墜道：

啊！

朕突然覺得頭痛欲裂

地轉天旋！



一旁之侍臣大驚來扶：

皇上

太宗虛弱的拉住玄奘的衣袖說道：

你今晚就別回弘法院
留在宮內為朕祈福吧！



玄奘憂心的點頭：
皇上安心
我會的
您請先回內殿休息吧！



太宗又要玄奘更靠近，然後有些哀傷的
掉了一滴淚說道：
可惜我太晚才和你相逢

否則我可以作更多大興佛法的事業
啊！



玄奘也真情流露的點頭道：
我懂
我懂
玄奘說著也掉下了一滴眼淚，眼見皇上
已陷入神志不清，被侍臣扶進了內殿。
過了一會，眾多淒厲的哭聲響起，只見
太子李治淚流滿面的走了出來，對玄奘
說道：
父皇駕崩了！
父皇駕崩了！
說罷跌坐在地，痛哭流涕，玄奘聞此惡
耗，也跌坐合十，滿面清淚的唸起：
南無阿彌陀佛
南無阿彌陀佛……



唐三藏廣播劇——

第32場～

高宗與武后



美麗の後宮裡，武則天大腹便便由兩個宮女及一個太監陪侍著，突然武后感到肚子疼，眉頭皺起，手捧腹部，宮女見狀驚問：

皇后

您怎麼了？

武后說道：

要——要生了

快傳御醫！

太監應聲道：

是！

然後轉身匆匆離去

另一個宮女馬上接口道：

我這就趕快去通知皇上

武后點頭，然後由宮女扶至御床上躺下。

此時御醫進，立時為武后把脈。

高宗聞訊帶著關切的神情，匆匆趕來，趨近亦問武后：

媚娘

妳還好吧？



武后虛弱的點頭，但已現不支現象，高宗見狀相當著急的問御醫：

武后的狀況如何？

御醫露出擔憂的神色道：

啟稟聖上

皇后有難產的脈象

高宗一聽大驚失色道：

啊！？

緊張的對御醫交待：

快！快給她醫治

隨即對侍臣說道：

另外

快找玄奘大師來

侍臣道：

遵旨

說罷匆匆離去。



高宗執起武后的手說道：

來！

我們一起虔誠的唸“阿彌陀佛”

玄奘大師說過

凡是遇到危難

只要誠心的唸佛

就可以轉危為安



武后點頭，虛弱小聲但十分虔誠的與高宗一起唸起：

阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀

佛．．．

此時玄奘大師匆匆趕至，高宗立即如獲救星般迎向玄奘大師：

大師

武后難產

請你幫幫她吧！



玄奘大師點了頭，然後偕高宗一起走至床前，對武后說道：

現在

一句一句的跟著我唸



武后答道：

好

玄奘大師道：

皈依佛

武后唸：

皈依佛

玄奘大師道：

皈依法

武后唸：

皈依法

玄奘大師道：

皈依僧

武后唸：

皈依僧

玄奘大師滿意的笑道：

武皇后

妳已經皈依了佛法僧三寶

從現在開始妳就是正式的三寶弟子
了

這樣

佛菩薩一定會大力加持妳

龍天護法也一定會大力護持妳的

然後轉頭對高宗說：

陛下

您放心

武后母子必定平定無事！



高宗聞言喜出望外道：

真的？！

如果大師所言不虛

我一定會滿你許多弘法的願望

玄奘說道：

貧僧目前只有一個願望

就是如果誕生的是太子

就請陛下允許他短期出家為僧

高宗答道：

好的

沒問題



就在此時武后已在白紗垂遮的御床上，
因為產痛而大聲的呼喊，接著不久，就
聽到了嬰兒的啼哭聲。

接著從白紗後走出一個宮女，手捧著嬰
兒向高宗稟報：



恭喜皇上

賀喜皇上

武皇后順利產下皇太子

高宗接過太子，高興的對玄奘說：

大師真的料事如神

果真母子平安哪！



玄奘大師也充滿慈愛的看著太子說道：

我已經為他取好了法號

就叫——佛光王吧！

高宗重覆道：

佛—光—王

嗯！很好



玄奘合十對著佛光王並說道：

願佛光王善神衛護、諸佛摩頂

願佛光王的智慧日日增輝

他日負起紹隆佛法的重責大任！！





茶詩—— 冬茶賞梅意悠悠

撰文／軒堂 攝影・美學設計／秋吟

■ 詩

《寒食》

寒夜客來茶當酒，竹爐湯沸火初紅；
尋常一樣窗前月，才有梅花便不同。

—— 宋 杜小山

■ 賞禪

這首詩是宋朝詩人杜小山描寫在寒冷的夜裡，主人家以煮茶代替酒招呼客人的詩句。竹爐上的水正沸騰著，爐火正熊熊的燒著，客人們手捧熱茶一面品茗著，一面看著窗前明亮的月色，和平常不一樣的是多了幾株梅花，便覺得大不相同了。寒夜冬天的景緻，搭配清香的熱茶，在清新高雅的享受中，增添了一份怡然自得的情懷，稍稍消除了些塵世的煩惱，憑添了一份自在。



茶公案—— 摘 茶

編撰／夢軒 攝影／行空 美編／信仲

公案

問僧：什麼處來。

僧云：摘茶來。

師云：人摘茶。茶摘人。

無對。

代云：和尚道了，某甲不可更道。

出處

雲門匡真禪師廣錄

禪機

雲門為禪宗五葉之一，屬於青原行思的系統，創始人為「文偃禪師」，南漢皇帝飭賜為「匡真禪師」。因住於廣東韶關雲門山，故稱為雲門宗。直下承當、遠離言詮的宗風，讓修行者直見本源自性，頓悟真如法身，其法脈延續至今，成為禪宗盛行的一個分支。這則公案描述的是禪師與僧人之間的應機問答。師問僧人：從別處來做什麼？僧人：來摘茶。師問：是人摘茶



還是茶摘人？僧人無以為對。以一般世間的想法，自然是人摘茶，豈有茶摘人之理？然祖師大德欲破眾生之執著，以如此機峰之問答，以打破世間邏輯思維的方式，破除固著思想，一破百破，貫徹當下承擔的禪宗宗風，直接觀照自性本源。摘茶，即非摘茶，是名摘茶。透過公案之應機說法，展現了空有不二活潑之教法。

茶之花——

山茶花的粉艷容顏

傳述／玉花

攝影／山嵐

美編／悟花

細看容顏～



細說禪味～

著名的詩僧普荷禪師，曾寫下這一首詠嘆
紅山茶花的名詩：

冷豔爭春喜爛然
山茶按譜甲於滇
樹頭萬朵齊吞火
殘雪燒紅半個天

人人喜歡山茶花的清雅，如同眾生喜
愛清淨無染的心。因為唯有內在真正
清淨的愛眾生，才能成為眾生依靠。
這份天地間亙古不變的真理，世代淬
煉不曾改變，好似清雅的山茶花，一
直為人們傳頌著。

素食風尚

Vegetarian

素食

既慈悲又健康

更符合環保

真是何樂而不為？

因為慈悲・所以吃素——

吃素很慈悲～

慈悲素

因為健康・所以吃素——

吃素尚健康～

健康素

因為環保・所以吃素——

吃素最環保！～

環保素

因為慈悲・所以吃素——慈悲素

慈悲圖象篇～

弘一大師護生畫集今賞

昔日原稿：

吾不忍其觫
無罪而就死地，
普勸諸仁者，
同發慈悲意。



詩／弘一大師

繪圖／豐子愷

今日延伸：

天地萬靈皆有情，
皆因愚昧相互殘，
祈願悲智廣增長，
相互愛護莫殺生。



詩／常念慈

圖／蔡承訓

健康素 —— 吃素吃出健康～ 因為健康所以吃素

撰文／健盛 攝影・美學設計／忠

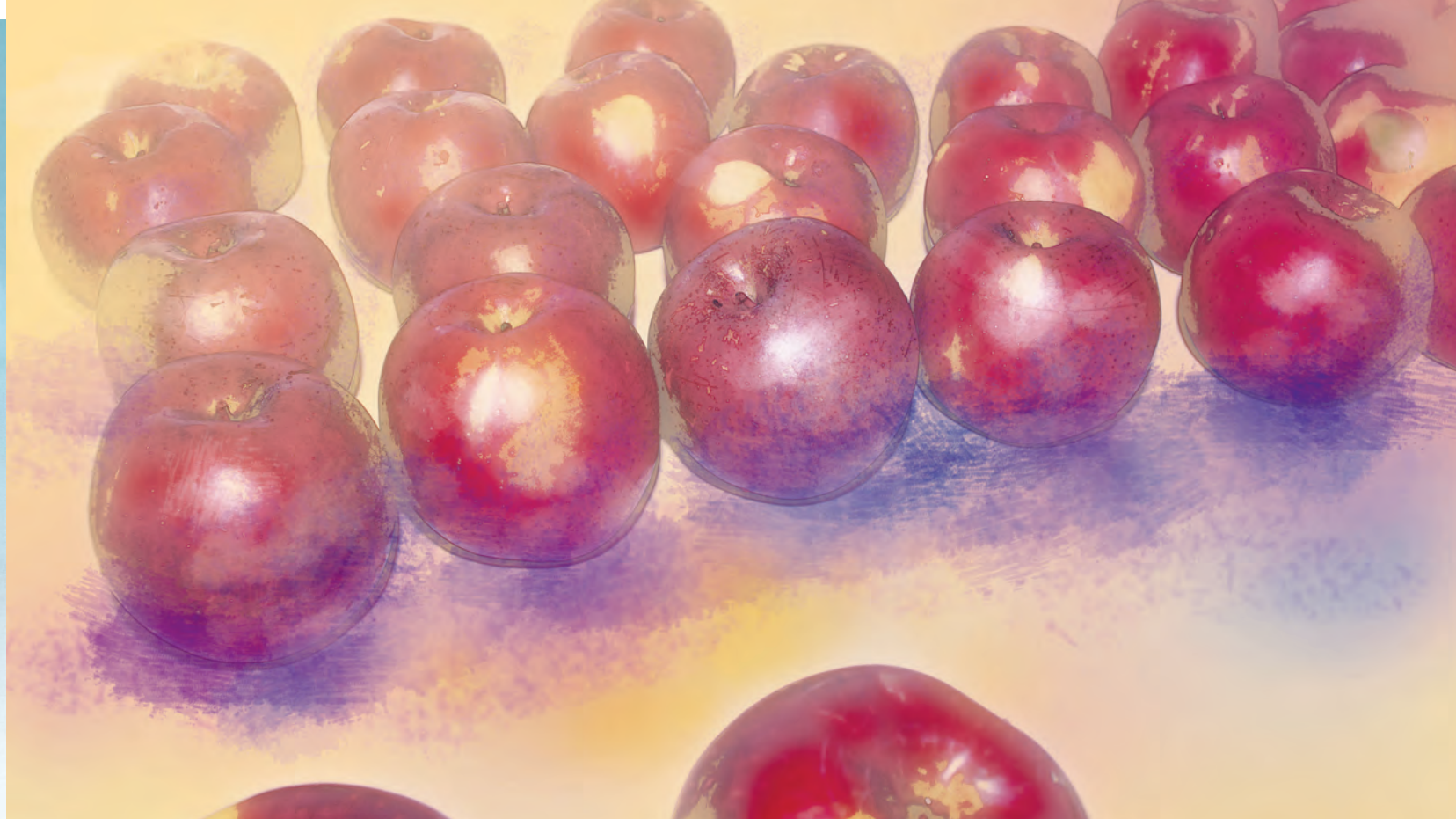


注重健康養生之道已經逐漸成為一種流行趨勢，而教導這方面知識的書籍往往也在書市上大受歡迎。隨著科學家與醫學家的研究進展以及相關知識的普及，人們只要能學習或了解相關的知識，往往也就能逐漸改變一些習而不察的錯誤觀念，轉而選擇正確的方法來養生與維持健康的身體，素食正是近年來最夯的話題之一。

很多人會選擇冬天進補，然而錯誤的進補比不補還要糟糕，特別是以食用大量的肉來進補的方式，誤以為這樣就能滋補

身體。事實上，許多的案例顯示，這麼吃非但沒有達到進補的效用反而還戕害了身體健康，造成癌細胞的增生。因此我們有必要充分的認知為什麼吃肉是不健康的。

許多動物在被人工養殖的過程中，為了追求產量與經濟效益，會被施打荷爾蒙、抗生素與化學藥品，並被餵食開胃藥及鎮定劑，這當中許多是致癌物，即便是動物們吃的飼料，有些是含有大量農藥的牧草，這些農藥會殘留在肉裡，並不斷的累積。據檢驗，動物肉中的DDT含量是蔬果



的三十倍。再者，動物肉中也有許多的寄生蟲，尤其是野生的更多。有些寄生蟲即使是在高溫狀況下也不會消滅，例如旋毛蟲跟血絲蟲，沒有一千多度的高溫是消滅不了的。

其次，動物在被宰殺時，由於恐懼、憤怒、悲傷等情緒的影響，會分泌許多強烈的有毒物質，這些有毒物質會殘留在肉裡，並被吃進我們的身體中。科學家曾經實驗證明，一個人在負面情緒下分泌的物質會進入血液裡，並導致生病，動物也是如此，吃進這些有毒物質，一樣會讓人體生病。此外，動物被宰殺後的三十分鐘內，每一個細胞即會開始產生分解酵素，並開始腐敗，而這個過程無論用冷凍或添加防腐劑的方式也無法完全停止。大多數進入家庭的肉類，往往已經過很長一段時日了，可以想見其腐壞的程度已經多嚴重（腐敗的肉含有十萬至九千萬個細菌），更不用說為了使其顏色看起來新鮮，所添加

的種種致癌的化學物質，也一併被吃進了身體裡。人體的消化器官並不是為消化肉食而設計，這使得腐壞的肉食停留在體內的時間更長，因而滋生更多的細菌而使人生病，特別是癌症。如果為了攝取蛋白質而吃肉，那麼這份代價將會是帶來更多的疾病，還不如從堅果、豆類及五穀中攝取蛋白質要健康得多。

因此，健康養生之首要，就從不吃肉開始。因為這已經預先避免了許許多多肉食可能引發的相關疾病。然後在這個基礎上，再配合正確的蔬食選擇、調配與料理方式，來促進身體健康，才能發揮事半功倍的效果。守護健康～就從素食開始做起。



因為愛地球・所以吃素—— 環保素～ 選擇素食最環保！

文／淨盛

攝影・美學設計／空中花



近年來，環保議題已成為世界各國無法忽視的全球重大議題之一，並且獲得前所未有的重視，二十年前科學家所預言的全球暖化與極端氣候的情景，已經在今日顯現，科學研究的結果不再只是一紙書面的報告，而是今天全世界各地的人們都已切身感受到的各種極端氣候。在各項拯救地球的行動方案紛紛出爐之際，最獲重視且被認為最立即有效又容易做到的方案之一就是～素食。

簡單來說，極端氣候的形成與全球暖化有關，全球暖化又與各種溫室氣體的排放及大量雨林的砍伐與沙漠化有關。在各

種溫室氣體中，畜牧業所排放的甲烷，尤為影響巨大。因此，表面上看起來，肉食不過是一項相當個人化的選擇，怎會影響全球氣候呢？事實上當放大到整個系統來看時，才會發現每一個人的選擇，與全體的地球生態環境息息相關。

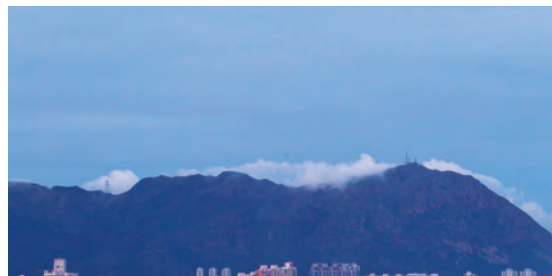
科學家的研究觀察發現，南北極的冰層面積由於全球暖化的影響已經在逐年縮小，這會有何影響呢？首先，由於南北極冰層可以反射大約70%的陽光，發揮調節地球溫度的效果，冰層面積縮小，會造成海洋溫度升高，反過來又加速冰層的融解，並造成永凍層的融化，因而釋放出巨

量的溫室氣體，而加速全球的暖化，影響全球的洋流體系，形成各地極端氣候的出現。諸如極端的降水量與暴風雪、百年罕見的熱浪與酷寒、洪水與乾旱等等。去年冬天北半球的暴冷就是因為環繞在北極周遭的洋流變弱，北極融冰的冷空氣趁隙而出所形成。科學家指出全球氣溫只要上升攝氏兩度，就會造成永凍層的消解，引發新一輪的加速暖化，釋放幾十億噸的溫室氣體，造成更多的極端氣候。而根據最新的研究，去年地球平均溫度上升超過攝氏1.5度，情況已然非常嚴峻，萬一暖化達到無可挽回的臨界點，引發大量永凍層融化，全球暖化將會失控。

暖化與溫室氣體有關，其中主要是二氧化碳、甲烷、一氧化二氮…。牲畜所排放的溫室氣體，佔全部溫室氣體的51%；37%的甲烷排放來自於牲畜，而甲烷所形成的暖化效應是二氧化碳的72倍。至於一氧化二氮則有65%來自牲畜，而其暖化效應高達二氧化碳的296倍。此外，畜牧業需要大量的牧草地，為了因應遞增的肉食需求，造成對森林的砍伐過度。事實上畜牧業已使用全球總農業用地的70%，佔用地球陸地面積的30%。森林面積縮小，使得地球之肺的雨林不只降低調節氣溫與二氧化碳的能力，過度放牧更會造成森林沙漠化的後果。

從這些數據來看，就能明白如果越多的人選擇素食，就能減少畜牧業的發展，並有助於減緩氣候的暖化。我們都是整個地球生態體系不可分割的一份子，是一個命運與共的整體，每一個人都可以作出貢獻，那麼就一起來選擇愛護地球最直接有

效的方式～素食。



處世金丹

Prescription for Life

佛智如金丹

處世亦妙用

金丹方一 ——

常當正觀察

不見他人過

金丹方二 ——

智者在眾中

不說自功德

金丹方三 ——

成就諸功德

虛己常謙下

以上法語金丹

皆出自於～

大乘理趣六波羅蜜多經 卷第九

般若波羅蜜多品 第十之一

P S : 止觀輔行傳弘決卷第十之二說：

金丹者圓法也

初發心時成佛大仙

準龍樹法飛金為丹

故曰金丹

妙法蓮華經大成卷第三說：

一乘之法

猶若金丹

化煩惱成菩提

轉生死成涅槃也

處世金丹妙方之一 ——

正觀察是名真智慧

編撰／光軒 攝影／忠 美學設計／一天

■法語金丹

常當正觀察

不見他人過

深信善惡報

是名真智慧

■說明

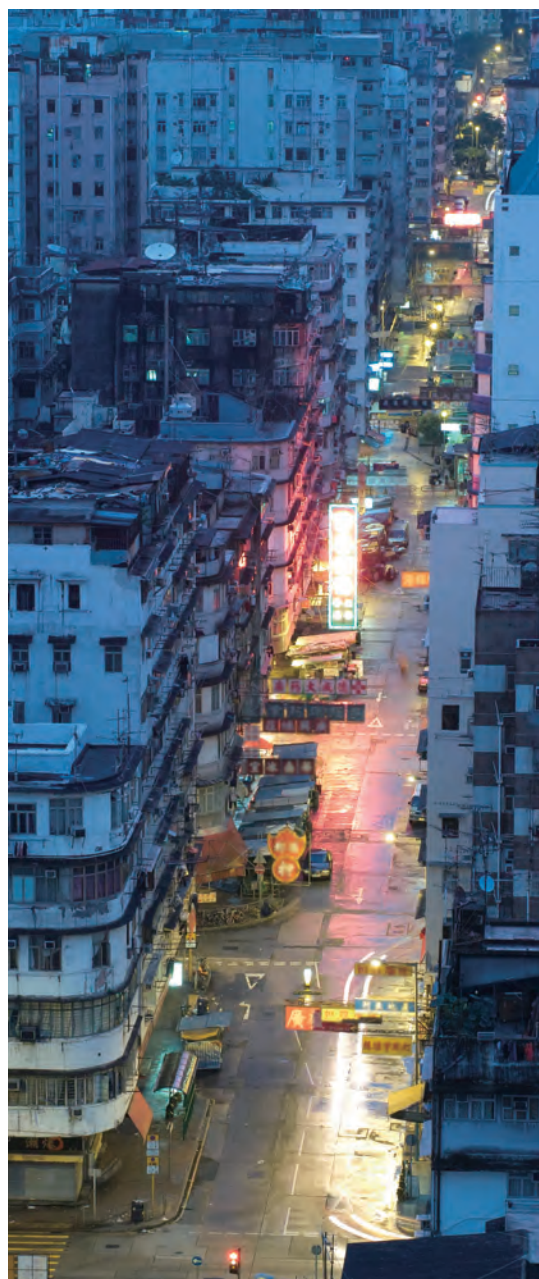
真正的智慧就是在面對人生中的各種歷緣對境，都常要有正確、如實的觀察，而不要都只是看到別人的過失，並且要對善惡業報的因果道理，深信不疑，這才是真正的大智慧。

■在人生中的實際運用

人生是不斷學習的過程，因此當我們遇到不同歷緣對境時，若是習慣只看到別人的缺點，卻對自己的缺點渾然不知，那是很難成長的，而且也容易讓自己陷入「以為別人對自己不好」的假相當中，而失去了改進及了解真相的機會。因此，有智慧的人會如實的觀察，會反省自己及接納所有的真相，真誠的面對自己。

因果律是宇宙間的公平法則，種善因就必定得善果，種惡因就必定得惡果，不斷努力種成就的因，將來就必定得到成就的果報。如果能深信這樣的法則，就不會因為善小而不為，不會因為惡小而為之，也就

容易穿越一切的外相，不容易因為看不懂而起計較分別，而能任運自在，擁有通達一切的大智慧。



處世金丹妙方之二 ——

智者不說己德人讚無取著

編撰／子蓮 攝影／鍾 美學設計／天空

■法語金丹

智者在眾中
不說自功德
若人所稱讚
愧心無取著

法所撼動，而這樣的智慧，實在是來自於對生命誠誠懇懇的在經營，如實客觀的看待一切人事物，不矯情造作，當下承擔，這種不執著的態度，開展了寬廣的人生格局及自利利他的生命最佳運作法則。

■說明

一個有智慧的人，不會在大眾中宣誇自己的功德，人家如果稱讚他，也很謙虛的當下承擔而沒有任何的執取。

■在人生中的實際運用

佛法教導我們的是要如實、客觀、公正的觀照一切，而且要很真心誠意的面對自己的修行，若是在心中升起了執著，做了一些好事就大肆宣揚，或是見不得別人好，而產生了分別心，就會離成就很遠了。因此，有智慧的人不會誇耀自己所做的好事，更不會誇大事實以贏得別人的認同，因為所有的事情對一位智者來說只是作所應作，只是凡事以眾生利益為出發點，所有的榮辱得失都不能撼動他的心，自然也就沒有必要去誇張宣說自己的功德。同樣的道理，對於別人的稱讚，有智慧的人也是很如實的接受、承擔，而心中卻沒有任何的執著，無相的行一切善。

啊！擁有了這樣的智慧，就不會被世間八



處世金丹妙方之三 ——

虛己常謙下成就諸功德

編撰／玉芳 美學設計／正心念

■法語金丹

成就諸功德

虛己常謙下

如果樹繁熟

枝條自低屈

■說明

一切善法功德都有所成就，同時又能謙虛自持，如同一株果實纍纍的成熟果樹一般，它的枝條自然而然彎屈而下的。

■在人生中的實際運用

謙虛與成功一向都有著密切的關連，一個虛懷若谷的人必定是容易成功的人；深深思量這其中的道理，就會發現這是因為成功的人必定擁有不斷的改進以追求完美的生命狀態，會如實地檢視自己什麼地方可以做的更好，因此能夠接納真理與真相，務實的改進以臻至完美。

謙卑的態度，其實就是一種誠懇如實的態度，如同大悲經的經文中提到卑下心也是陀羅尼種種相貌之一，可見謙卑心是修行成就相當重要的一門課題。

在每一個當下誠懇謙虛的去實踐所有的善法，相信必定愈來愈成功，愈來愈快樂！



悠遊書房

Spirit Study Room

一盞 燈

一杯香茗

一本好書

靜靜的書房裡

有淡淡的幽香

.....

書桌上的書籤——

選擇愛

本月讀書——

扭開檯燈，在光暈下靜靜閱讀～

內在小孩

書房的風景——

悠遊小天地



書桌上的書籤——

選擇愛

編撰＝向陽 美學設計＝幻禪

愛是這世間，最偉大的力量！

一個人的一生，有許多的分岔點，需要去選擇該往哪一條路走，好比說求學的階段裡，就會有多個選項，等著自己去選擇，例如學校的社團、喜好擅長的科系科目與交往的好友…等等，但是在這選擇的過程中，未必每一項都是如自己所願。

其實每一個當下，又何嘗不都是一個選擇，而一次又一次的站在這選擇的分岔點，不禁讓人思索著到底甚麼才是正確的選擇；在沒有接觸佛法之前，想必這樣的問題是不會讓自己去思索的，但是接觸佛法後才明白，原來這是非常重要的學習。

選擇“愛”！這就是最好的選擇！

意思就是不論做任何的抉擇，都必須包含“愛”，而這愛的選擇，一定是包含了慈悲、智慧、眾人的利益與自己的利益在裡面，在這樣的前提之下，無論做甚麼選擇，都是最好的選擇。

所以，在人生的際遇裡，無論遭逢任何的處境與際遇，“愛”是最好的選擇。



扭開 燈，在光暈下靜靜閱讀——

本月讀書～

Unihipili

內在小孩 ～在荷歐波諾波諾中 遇見真正的自己

資訊提供/方智 美學設計/博文

內在小孩 Unihipili

在荷歐波諾波諾中遇見真正的自己



★《零極限》作者，藍博士與全球實際執行清理最久的KR女士，對影響我們一生最重要的內在小孩（潛意識）！
★周思潔、楊錦聰、鄭振煌推薦
伊賀列阿卡拉·修·藍博士 KR女士著 平良愛綾 譯 劉慈昭 校

前言～修行人讀書的態度

如果正在閉關或全力自度期，那麼，不宜涉獵佛書以外的書；而如果在行菩薩道服務眾生，那麼偶而一讀世間好書，是不錯的選擇。

本書資訊

書名：內在小孩：

在荷歐波諾波諾中

遇見真正的自己

Unihipili

作者：約伊賀列阿卡拉·修·藍、

KR、平良愛綾

出版社：方智

出版日期：2011年08月25日

名人推薦：

★楊錦聰、周思潔、鄭振煌推薦

作者介紹

伊賀列阿卡拉·修·藍博士

Ihaleakala Hew Len, Ph.D.

將夏威夷傳統的問題解決法「荷歐波諾波諾回歸自性法」（SITH）推廣至世界的權威。曾在夏威夷州立醫院任職，治癒了醫院裡患有精神疾病的罪犯。目前以聯合國和聯合國教育、科學及文化組織為首，在世界各地從事相關演講、講座活動。著有《零極限》《零極限之富在工作》等。

KR

（Kamaile Rafaelovich, MBA, MAT）女士
住在夏威夷鑽石山山麓，是「荷歐波諾波諾

回歸自性法」創始者莫兒娜·納拉瑪庫·西蒙那女士的繼承者。在現存的荷歐波諾波諾實踐者中，是清理時間最長，而且直接接受莫兒娜女士指導的少數訓練者之一。著有《荷歐波諾波諾的生活》（暫譯）。

平良愛綾

1983年東京都出身、明治學院大學文學部畢業。

譯者介紹

劉滌昭

輔仁大學日文系畢業，日本拓殖大學商學研究所碩士。曾任牛頓雜誌叢書主編、日本文摘主編、民生報日文編譯，現為專職譯者。譯作有《零極限之富在工作》《不生病的生活》系列、《曼哈頓名醫的萬能健康法》等三十餘冊。

內容簡介

所謂的「問題」，不過是「內在小孩」重播出來的記憶而已。

傾聽你的內在小孩，生命中一切的問題，都將迎刃而解！

★《零極限》修·藍博士與全球實際執行清理最久的KR女士，一起對談影響我們一生最重要的內在小孩（潛意識）！

荷歐波諾波諾這套神奇的夏威夷療法，透過四句話來清理我們的資訊（記憶），讓我們回歸到零、回歸到靈感的狀態，因而解決我們所遭遇的問題。

荷歐波諾波諾認為，所謂的「問題」，不過是「內在小孩」重播出來的記憶而已。

只要你為問題負百分之百的責任，與自己的內在小孩建立起親密的關係，他必定能給你意想不到的幫助，讓你的人生更加圓滿，進而遇見「真正的自己」。

繼《零極限》《零極限之富在工作》之後，修·藍博士與KR女士在本書中以對話的方式，探討內在小孩的重要性：告訴我們如何傾聽自己的內在小孩、如何愛自己的內在小孩、如何取得內在小孩的信任一起清理，以達最佳的靈感境界。

精彩內文試閱

內文1

【Unihipili】（內在小孩）

在荷歐波諾波諾中，將潛意識稱為「尤尼希皮里」（Unihipili，夏威夷語，意思為「小孩」）。

所謂尤尼希皮里，亦即內在小孩，並非傳統的內在小孩（inner child）所定義的個人幼小時期的創傷記憶，而是指地球誕生至今，包括存在於陸、海、空中的動植物在內的所有生命體，以及鐵礦等無機物所體驗的所有記憶。尤尼希皮里必定存在於你的內在，始終等待著你的愛。

前言

你叫什麼名字？

你現在幾歲？

出生以來經過了幾年？

你是否認為你是經過這些年，由自己的經驗和周遭的存在而形成的？

你至今的人生，是充滿冒險和緊張，還是平淡無奇？

不論如何，這段人生一定是藉著你的努力和

意志，加上周遭的環境創造出來的。甚至可能往來於兩者之間。

當然，其間一定發生過各種事情，你也作過許多努力。

相反的，相信你也曾有過付出許多努力卻沒有任何效果而放棄的情形。

或許有人一直虎視眈眈，一旦機會到來，就會好好掌握住。

當你說「這就是我」時，你所相信的自己是什麼樣的一個人？

這本書所敘述的，就是有關透過荷歐波諾波諾遇見「另一個自我」的故事。

你如果遇見至今從未發現過的另一個自我，或許能夠解開你出生以來發生過的一些未解之謎。

而且，或許可以改變過去你所認為的苦難人生。

也可能抓住夢想，還可能了解真實。

還有一點，你會發現過去你一直以為自己單獨度過，歷經各種遭遇才形塑而成的人生，原來並非光憑你自己一人，而是靠著另一個人的力量才得以成立。

我想每個人在人生中都曾經這樣迷惑過：

「為什麼會發生這種事？」

「為什麼工作不順利？」

「為什麼得不到期望的結果？」

當你遇見另一個自己，並透過荷歐波諾波諾的方法與他更密切結合，那麼這「另一個自己」必定能給你意想不到的幫助。

因為，你的人生過去會如此，也與另一個自我有關，你愈了解另一個自我的角色，那麼你們的關係將更加密切。

很明顯的，不論你過去的人生如何，「另一個自我」，亦即「內在小孩」，都是應該愛

護的。

而且，這個世上能夠愛「內在小孩」的，也只有「你」一個人。

你的另一個自己

修·藍博士

希望大家了解一件重要的事——內在小孩（潛意識）擁有我們以前經驗過的所有資訊。資訊，換言之也就是記憶。它不僅是你本身過去數十年時間中體驗過的記憶，也包括宇宙誕生至今所有生命體、所有礦物等體驗的記憶。

你周遭發生的事（包含問題），都是由內在小孩的記憶所引起。荷歐波諾波諾認為消除引起問題的記憶，就可以解決問題。

每個人內在小孩的記憶（資訊）都是共通的，因此它具有一個特點，就是即使是發生在其他人身上的問題，你與你的內在小孩交流，清理記憶，也能夠解決別人的問題。換言之，大多數記憶都是與他人相互共有，清理你自己內在小孩中的資訊，同時也能消除他人的記憶。

例如，你現在對某個人抱有恨意。

你正因此體驗「恨」的情緒。

這是因為內在小孩所保管的記憶庫中，「過去曾經憎恨某種事物之體驗」的記憶被重播的緣故。

因此並非你本身憎恨什麼事物，只是你感覺到內在小孩曾經體驗過的事情而已。

其實內在小孩本身也沒有憤怒或憎恨。只是內在小孩內的憤怒或憎恨的記憶被重播，結果使你體驗到憤怒或憎恨而已。

這就是你一直感到憎恨的原因。

除了憎恨以外，產生憤怒、悲傷、孤獨、絕望、喜悅、快樂等各種情緒的原因，都是內

在小孩中的這些記憶重播所致。

我要再次明確的告訴大家，問題不在自己的外部。也就是說，這些問題並非發生於現實中。

內在小孩內的問題，就像儲存在電腦記憶體內的資料，數量非常龐大，它們完全由內在小孩來管理。

你的內在小孩能存取宇宙誕生以來產生的所有記憶，每一個瞬間都可啟動龐大的記憶。內在小孩每秒鐘能啟動一千五百萬位元的記憶。但是你（意識）在日常生活中能知覺、認識到的，一秒鐘只有十五位元的記憶。兩者有天壤之別。換言之，我們完全無法注意到內在小孩內部發生了什麼事。

你（意識）所體驗的任何事情，都由內在小孩以記憶的形態保管著。

我們人類所認為的問題，「全部」是內在小孩重播出來的記憶而已。希望大家理解這個重點。

如果未能充分理解這一點，就無法徹底實施

荷歐波諾波諾的方法。

「荷歐波諾波諾回歸自性法」的創始者莫兒娜女士經常說：「對，所有事情都在自己。全都是在自己內在發生的。」

希望你也能認同這一點。

「請觀察你自己。任何時候都專心察看自己。」

她不斷反覆的告訴我們。

我想大家已經了解，這裡所說的「自己」，正是指內在小孩。

發生問題，就是記憶庫內的記憶重播的狀態，同時也是內在小孩的內部，亦即自己內在發生的事。

而且，如果你自己不對內在小孩採取行動（清理），以消除記憶，問題會持續不斷的發生。

內在小孩中隨時塞滿大量的記憶，使身體成為無法動彈的狀態。

「荷歐波諾波諾回歸自性法」重視的是有耐心、有感情的與內在小孩相處，並長久持續。

請試著向內在小孩說：

「今天在這裡體驗或感受到的事情，並不是問題或苦惱，只是你一直保管的記憶被重播而已，我們可以放下這些記憶。」

你不需著急，從今天開始清理，只要你選擇這麼做，一定可以持續下去。

不妨多花些時間，開始與內在小孩一起學習吧。

內文2

聆聽

KR女士

內在小孩掌握了所有發生的事情。即使你閉



本書封底設計

上眼睛，假裝忘記實際上發生的事，內在小孩都看得到一切。

聽到這裡，你或許會怦然心動。

「真是個好孩子。從今天開始就好好照顧內在小孩吧！」

但實際上，你的內在小孩或許因為各種理由，並不想與你談論這件事，或進行清理。因為身為意識的你，相當長的一段期間以來，一直支配著內在小孩。

你深信：「我知道發生了什麼事情。」因為這種想法而任意責難自己糊塗、一點辦法也沒有、這樣那樣……一再責備自己。這些都會傷害內在小孩。你有自虐的傾向，以為一切只由自己負擔，但結果所有的負擔都落在內在小孩身上。

在這種狀態下，你與內在小孩的關係變得不平衡，因此內在小孩不願與你結合。

於是你走投無路，只得求助於他人或其他知識，但其實你能夠做的不是自行判斷或決定，而是開始清理。初期即使看不見希望，持續關照內在小孩並進行清理，才是最聰明的作法。

不久前，修·藍博士和我對於某個問題進行清理時發現，就算僅僅思考或苦惱，有時也會傷害內在小孩。

「是不是走錯了路？也可能是說錯話，還是自己的清理方法錯誤或不足？」

如此一味擔心，將會用盡你的能量。就好像騎著輪胎氣洩了些氣的自行車一樣。如果碰到凹凸不平的道路，就算是簡單的滑行，也可能使自行車損壞，甚至發生事故。反之，若胎壓正常，即使碰到小的障礙物或凹凸不平，也能順利通過。

自行車與輪胎的關係，正好像你與內在小孩



的關係。

莫兒娜女士生前曾一再的說：

「所謂『你』的意識，很容易流於獨裁。」也就是說，即使你並非有意，也很容易要求或命令代表著你自己本身的內在小孩。

「今天放假，所以必須將這些事情完成！」

「為了獲得幸福，自己必須如此！」

就像這樣，你常抱著必須如何如何的想法來行動。

由於你經常如此要求，因此內在小孩變成附屬性質，與其說是伙伴，不如說是你的奴隸。

換個角度來思考，若上司或家人對你加以嚴厲控制，或採取獨裁作法，那麼你將無法像原來的自己般行動，也很難發揮原本的能力。

若你能藉著荷歐波諾波諾進行清理，並持續關注內在小孩，讓內在小孩與你同時存在，一起發揮功能，那麼自然可以朝正確的方向前進。當然，為此，你也必須營造一個內在小孩能夠自由自在的環境。

修·藍博士

日本著名作家，同時也是我的好友吉本芭娜娜，曾告訴我她對於與內在小孩一起行動的荷歐波諾波諾的作法頗為認同。從小並沒有任何人教她，但她每次出門前都會向內在小孩

孩說：



「我為你準備了一個袋子。裡面裝進了各種東西，以便在必要的時候取用。」
我自己在睡前或早上起床時，也會問內在小孩：

「明天需要什麼？」然後藉靈感來決定帶什麼東西。有時是糖豆（jelly beans），有時是銀杏葉，種類可能各式各樣，總之，將直覺到的東西放入小型密封袋中。

若要長時間赴國外，在確定日程之際即開始與內在小孩商量。重點是抱著愉悅的心情來溝通。

內在小孩自己當天需要什麼？是否會傳達給你？都值得期待。而且，內在小孩也非常在意你是否重視這件事。

準備這個小袋子，也是關心內在小孩的方式之一。雖然不是非這麼做不可，但卻是加深與內在小孩之關係的一種方法。



吉本芭娜娜告訴我另一個體驗，她從小就會與房屋、植物等非人類的物體說話。她常會感謝房屋；家具等物品損壞時，也可以

感覺到它們的痛楚。KR女士也有相同的體驗吧？

KR女士

我的孩子們還小的時候，有一次拿著馬克杯

在院子裡喝水，喝完就放在沒收。我來到院

子，經過杯子旁邊，彷彿聽到杯子在說：

「幫我收拾好。」

我回答說：「知道了，等一下我就把你拿進

去。」但是我忙著曬衣而疏忽了。

過了一會兒我再經過院子，杯子仍在原來地方，我再度聽到相同的聲音：

「請收拾一下，把我收進廚房去！」

我向它說：「我知道，很快就來收拾，請再等一下。」我還有其他事要做，而暫時離開院子。

我忙完事情，回到放杯子的地方，但是發現杯子已經破了。

經過這件事，我了解到一旦錯過適當時機，物質性的東西自不用說，心情、想法、構想等都會失去。也就是說，不論如何與內在小孩交流，而且甚至能看見或聽見，但若在此瞬間不進行清理，遵從靈感的話，即可能失去它們。例如我失去馬克杯就是一個例子。這次體驗對我而言是很大的契機，讓我知道我想做什麼樣的自己。

最近，我在家裡看到孫子玩的玩具和襯衫掉在地上，差點就要伸手撿起來，但我在看到的一瞬間進行清理時隱約聽到：





「不要撿！
掉在這裡
是有原因
的。」

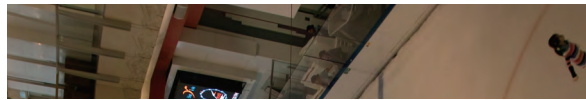
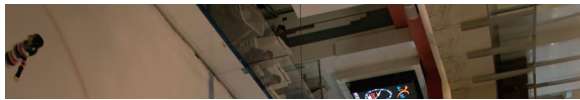
於是在心

裡回答：「我知道了，暫時放在那裡吧。」
我發現玩具和襯衫掉在地上的原因在孫子。
如果我沒有進行清理，無視於內在小孩而擅自將它們撿起的話，我大概就會像馬克杯般失去某些東西。

平時，我們採取任何行動時幾乎不會進行清理。但愈是清理，內在小孩愈能教導我們重要的事情，並能聽到更多的聲音（靈感）。
人生中，也才能夠依循自然之流來生存。

延伸~佛法觀點 (From 小訓)

當看到本書的一段內容，「你與你的內在小孩交流，清理記憶，也能夠解決別人的問題」，令我想到佛法所說的「眾生一體」。而且正確無私的愛自己，其實也就是正確無私的愛他人，所以正確的愛，是非常重要的學習。另外，就以佛法中的點無盡燈來比喻，當自己的燈火，是那樣的明亮堅定，此時一定能照耀身旁更多的人，亦能幫助他人的燈火，更加的明亮，也就更能點亮其他人的燈火，若每一個人的燈火，都是堅毅、穩定與明亮的，那麼一定能夠將這無上光明的燈火，無止無盡的點下去！



書房的風景——

悠遊小天地

文詞／空 美學設計／書香 攝影／書卷

書房，是增長知識的地方；也是心靈倘佯的悠遊自在小天地。

遠望群山一回春

涼風徐來意盎然

書卷味濃香杳杳

靜心品茗參禪機

夜明星稀到天明

一柱心香味更濃

爐火不斷水自開

勤能補拙自然成

返觀內心自明淨

原來事事皆清明



懷 舊

Old Time

老友

老狗

老故里

是我們人生歲月中

最溫馨的回憶

憶兒時——

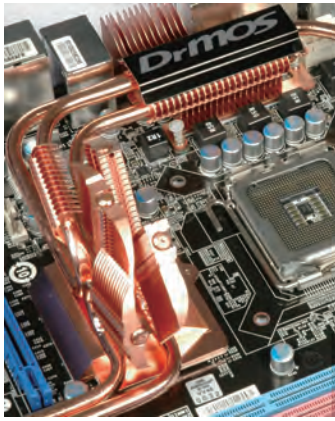
拆東西

懷故里——

三合院裡的年節記憶

莫忘初心——

初心的光芒



憶兒時——

拆解東西

撰文・美學設計／天空

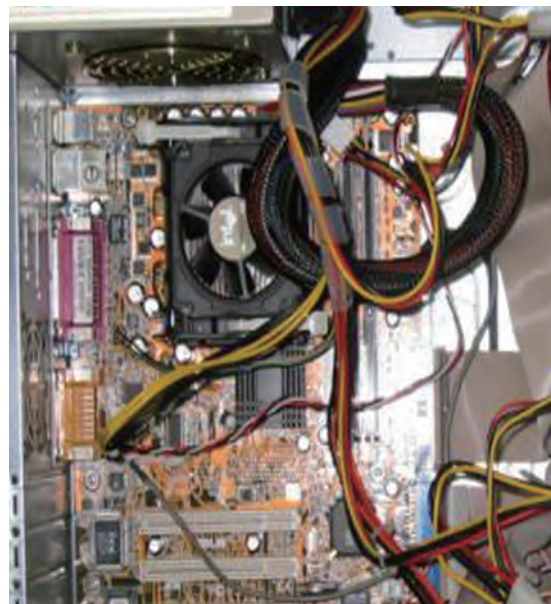
小時候對任何的東西都非常的好奇，總想搞清楚為什麼玩具車子會跑，收音機會響，電話機裡又是怎麼回事，許許多多的為什麼，總在腦海中打轉，所以東西到了我手中，一定會被拆解的支離破碎，因為年紀小，自然也裝不回去，久而久之，破壞大王自然成了我的封號。

慢慢的年紀大了一點，對拆解及還原也比較有概念了，東西也慢慢不會再拆的支離破碎，大部份都可以還原，而且反而一些壞的東西到了我的手中，卻被我修好了，所以隨著時光的流逝，破壞大王成了修理大王，許多人的東西壞了都會到了我的手上，轉個眼都又成了好的東西了，一些電器用品，例如電話機、收音機、錄音機、電動玩具車等等……，經過我的手都成了好的東西。

神奇的是有次有個同學的錄音機壞了，交給我請我幫他修理，我拆開看了看，也看不出那裡壞，只好再裝回去了，沒想到竟然恢復正常了，而有時有些東西修不好，嚇嚇它，敲它兩下，竟然也好了，總之神奇的事到也不少，有一次一盞日光燈壞了，一閃一閃的，因為一時懶得換燈管，突發奇想的對它唸了幾句咒語，天哪！才唸完咒語它竟不閃了，不太相信的還把開關關了又開，竟還是正常的不再

一閃一閃了，不過只撐了一天，第二天還是乖乖的去換燈管了。

所以小時候的好奇，反而是一種研究精神，好在當時很多大人的包容，讓我拆了那麼多的東西，才能將破壞大王變成了修理大王，破壞是因為當時還原的能力不足，等到經驗能力夠了，自然就有修理及還原的能力了，所以學習也是一樣，不要怕困難，困難只是經驗及能力還不足，當經驗夠了能力足了，困難也就消失了，所以失敗才會是成功之母，一切都只是經驗的熟悉，熟能生巧，自然就成功了，所以天下無難事，只怕有心人，只要努力的去作，就沒有完成不了的事情，成功並不遙遠，只在於我們的努力，熟了自然就成了。



懷故里——

三合院裡的年節記憶

編撰／盛懷

美學設計／大空

每逢過年，總是要到外婆家！那是一座傳統三合院式的建築，旁邊有一大片曬稻穀的空地，再過去則是牛棚。廚房裡使用的是傳統的爐灶，外婆就用這爐灶來燒飯煮年菜，也用這座爐灶來製作年糕、發糰以及各種傳統的點心。我會幫忙堆柴起火，看著外婆把可口的年菜燒出來，就雀躍不已。雖然圓餐桌很大，不過由於家族人口眾多，通常小孩只能在客廳用餐，而阿姨們總會輪流陪著我們，大家可以一邊玩、一邊吃飯、一邊看電視。客廳裡的大茶几上早已擺著裝滿點心、糖果、瓜子的傳統木製圓盤，在這兒跟表兄弟姊妹們一邊玩著象棋與撲克牌，一邊嘴巴上吃著糖果、啃著瓜子，和樂融融、歡笑不斷。有時我們會一起到曬穀場的空地上，看著夜空中的星星與月亮，尋找著天上北斗七星與北極星的位置，或者拿出早已準備好的

鞭炮與煙火來玩，在隆隆的鞭炮聲中，夾雜著尖叫的歡樂聲，在人人手上的仙女棒上，映照著暖暖的笑顏。

廂房中有一間房是舅舅的書房，書櫃上滿滿是各種各樣的書，每次來到這裡，總喜歡從書架上拿出一本本的名人偉人傳記來閱讀，累了就睡在這書房裡，隔天早晨醒來，陽光灑落一地，窗外傳來陣陣雞鳴的聲響，這三合院的早晨時光至今仍深刻烙印在心海裡。

多年以後，三合院依舊，不過人事已非，珍藏在心底那濃濃的年節記憶，再也無法重現。不過，我還是喜歡回來看看這裡，走在迴廊上，走進大堂、客廳以及每一間廂房裡，也就走進了一段段美好的故里回憶中，原來三合院裡那一片片的當下串連起來的，似乎不只是回憶。



莫忘初心——

初 心 的 光 芒

編撰／蓮心

美學設計／育美

常常這樣想，作為一個修行人，我的所作所為所思所想究竟與一般人間人有何不同？結果大多時候得到的答案是並沒有不同，甚至有時候可能比一般人間人還要糟糕。常常感覺到，當忙碌於事相時，心也跟著黏著於其上，拉不開一個距離來好好的觀照這一切，特別是遇到事繁人雜狀況時，遇到事涉己身時，所有平常掛在嘴邊的道理，就被輕易地拋棄了，偶而還會運用自己所學來的佛法知識，為自己的自私妝扮一番，陷入自欺欺人當中而不自知。頓然回首，似乎不覺間已蹉跎了數年

的光陰。

猛然回想起一開始接觸佛法時的那種單純地感動與虔誠，那股不出三界誓不休的豪情壯志於今安在哉。看看高僧大德的故事，哪一個不是立定腳跟，堅持著自己的初發心一往無回的、專一精進地努力不懈，才有所成就。往者已矣，來者可追，從今而後再也不要忘失這珍貴的初心了，多年以前的初心這一刻猶如閃耀著光芒的燈塔，提醒著再也不要輕易地偏離航道了。



空花水月

Flower in the Air, Moon in Water

一切有為法
如空花水月鏡影



空中花



水中月



鏡中影

空花水月——

一切皆如空中花

文／玉梅 攝影／花朵 美學設計／正見

空中花 經偈

妄認四大

為自身相

六塵緣影

為自心相

譬彼病目

見空中花

及第二月

——大方廣圓覺

修多羅了義經

老老實實的修行，了悟自心不假外求，莫在虛幻的外境中打轉，才能看清生命的真相，也就是在心上下足功夫，方能體悟佛菩薩苦口婆心的珍貴開示，漸漸遠離幻相，找到生命真正的出路。

我心吟詠

我們誤以為地、水、火、風所構成的是自己的身體，而由六根眼、耳、鼻、舌、身、意；六塵色、聲、香、味、觸、法及六識：眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識所投射的即是真實的世界。然而這一切的感官及覺受全都是受到業力所干擾，好似眼睛有翳，把空中的花朵、水中的月影誤以為是真真實實的存在！

看到這段經文的提醒，讓我們感受到佛法智慧的浩瀚偉大，因為真相是多麼的令人震撼，進而體悟這幻相的逼真是多麼不容易看清楚。佛陀慈悲的開示，在這虛幻的三界中只要透過佛法的正知正見，

空花水月——

一切皆如水中月

文／月光子

美學設計／雲空

水中月 經偈

令得知
因緣生
諸有為知見
現一切法無我
如影野馬
如水中月
現無生無滅
無續永滅
靜寂惔怕
極妙滅盡
真實涅槃

——大乘悲分陀利經卷第七

莊嚴品第二十二

我心吟詠

一切的有為法，都是因緣所生法，因緣和合則生，因緣離散則滅，皆無自性可言，就像影中的野馬，水中的月影一樣，都是虛幻不實的假相，証入無生無滅，心無罣礙，沒有煩惱，無有恐怖，遠離顛倒夢想，靜寂淡泊，極妙滅盡，真實涅槃的境界。

佛陀慈悲的教導我們，一切的有為法，都是因緣所生法，都是虛幻不實的，只有穿越這些虛幻不實的外相，才能証入那永恆喜悅，常樂我淨的真實涅槃境界，所以我們要返觀自心，回到自己的心性上下功夫，才能穿越一切外在的障礙，回歸到自己原原本本的清淨無染的本性，那無生無滅，不可言喻的圓滿喜樂境地。



空花水月——

一切皆如鏡中影

文／月光子

美學設計／雲空

鏡中影 經偈

依地起性

此所執法

依他眾緣

相因而起

都無自性

唯是虛相

如鏡中影

——禪源諸詮集

都序卷下之一

我心吟詠

在這世間我們所執著的一切人事物等，都是眾緣合和而生，都無獨立自性可言，緣聚則生，緣分則滅，都是短暫不實的，就像鏡中影一樣，都是虛幻不實的假像，照則有，不照則無，而人們卻樂此不疲的追求這些虛幻的假相，執以為真，甚至哀感頑艷難以自拔，等到年老體衰，才發現一切的美好都是短暫虛幻的，心中的痛已然太遲。

所以慈悲的佛陀不忍眾生到頭來白忙一場，空無所有，早早告訴我們，一切都是因緣所生法，眾緣合和則生，眾緣分離則滅，只有返觀自性，才能找到恆長的本

性，心外求法是無法解決任何問題的，只有回到自己的心地上下功夫，才能找到常樂我淨的真實本性。

身為佛子的我們，真的是要感恩佛陀慈悲的教導，返觀自省，把注意力回到自己的心地下功夫，才不會浪費時日，迷失在外境的追逐上，難以自拔，所以回到自性的本懷，才是人生的省力處，也只有方向正確了，人生才不會白忙一場。



香塵夢悟

Enlightenment

於夢塵中醒悟

於世塵中自在

悟詩

悟偈

悟境

香塵夢悟——

悟詩篇～

春在枝頭已十分

編撰／心蓮 攝影・美學設計／信仲

悟詩

終日尋春不見春
芒鞋踏破嶺頭雲
歸來偶把梅花嗅
春在枝頭已十分
——無盡藏比丘尼開悟詩

覺語

我們的心總是習慣於追求些什麼，從

來不肯靜下來看看已經擁有的寶藏。未修道前要追求功名利祿；修道以後追求要有大成就。問題是，當我們老是心外求法、不安於室時，就落入了有為法，這時候即便踏破多少雙草鞋，也找不到真如本心，總是虛幻一場。誠如金剛經所說：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」、「一切賢聖皆以無為法而有差別」、「法者筏也，法尚應捨，何況非法。」不如讓狂心頓歇，則當下自在，觸目無非正覺。



香塵夢悟 ——
悟偈篇～

悟如實道

編撰／勝妙 美學設計／晏

悟偈

斷煩惱本
入真法界
悟如實道
當趣菩提
——大乘本生心地觀經



覺語

大圓鏡智是佛五智之一，為什麼要稱為大圓鏡智呢？就是說佛的智慧就好像一面大圓鏡一般，如實的顯現諸法實相，而不會有任何的扭曲變形。養成如實的好習慣，也就是養成超越一切思維分別與計較得失的習慣，因緣和合現起的是什麼就是什麼，不因事關己身就予以增減，當下一切如實，萬法如實，心都清清晰晰、無黏無縛，一任輕風送白雲，那麼煩惱當下即菩提，故而能斷煩惱本，悟如實道而趨向菩提。



香塵夢悟——
悟境篇～

萬法本空

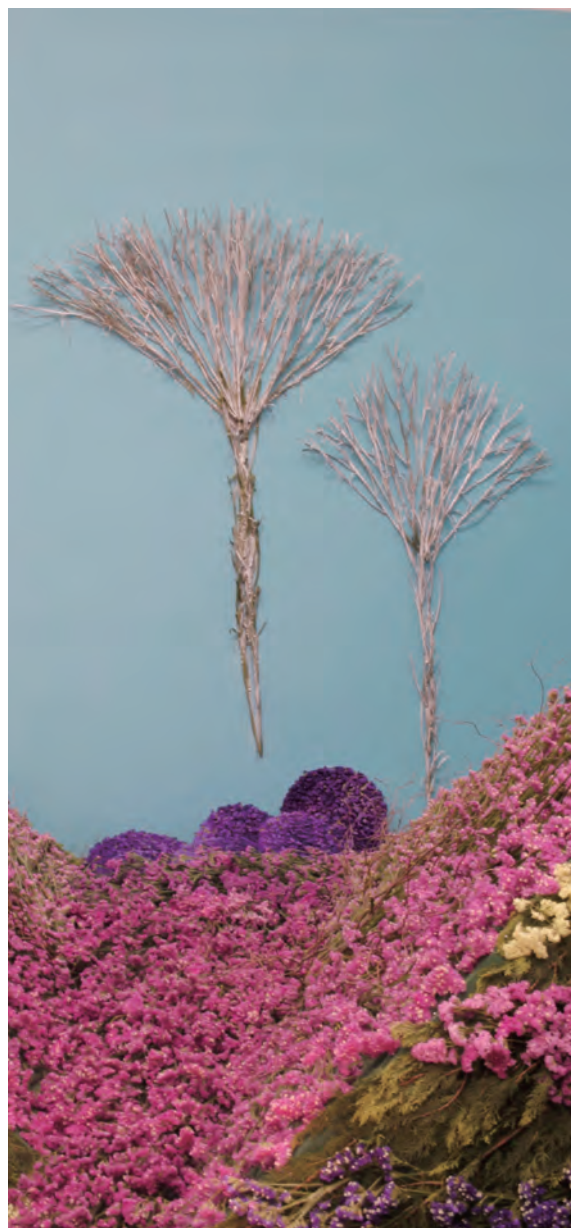
撰文／蓮覺 美學設計／泰若

悟境

現今目前所對
世間山河大地
苦事樂事
皆是虛想凝結
住此悟境
則萬法本空
豈待造作
但須時中不昧而已
——大佛頂首楞嚴經正脉疏卷第八

覺語

現今目前所有一切的對境，包括一切的世間山河大地、苦事樂事，表面上看起來是如此的真實，不過卻是妄想分別執著所形成的，正所謂「三界唯心、萬法唯識」，這一切都是心意識的變現，究其本質則是萬法本空，能安住在這樣的悟境之中，就不須再頭上安頭的妄起任何造作了，只是時時刻刻地鞏固在這樣的明覺狀態之中，但用此心，直了成佛。



生命情境

Life Situation

如日升 如月騰

情境美學 昇華生命

被喜悅充滿——
世上最美是花兒～
見美美花朵便滿心喜悅

被快樂盈溢——
因為純真，所以純然的快樂！～
蓮花童子嬉樂圖

被莊嚴提昇——
我與菩薩的前世約定～
眼望佛顏的莊嚴感動



被喜悅充滿——
世上最美是 花兒～
見美美花朵便滿心喜悅

撰文／彩霞 攝影／花悅 美學設計／尋香



茶几上 陽光照耀 隨著時光的變換 鮮花的光影 也隨之移動 那艷彩繽紛
那花容動人 頓時身心泰然輕安 飄香醒心 心瓣上 流動著的～ 是無盡地喜悅

被快樂盈溢!——

蓮花童子嬉樂圖

因為純真・所以純然快樂！

構思／琉璃月 美學設計／鄭博文



被莊嚴提昇——

我與菩薩的前世約定～

仰望佛顏的莊嚴感動

撰文／光蓮 攝影・美學設計／光迅



抬頭仰望著佛菩薩 看著那莊嚴的尊容 閉上雙眼 細細體會著 那無私的大愛
此時此刻 原本沉悶的身心 在觀想佛菩薩的慈顏下 頓時～ 輕安了 法喜了

向道頌歌

Song for Cultivation

仿密勒日巴歌集

效大成就者心志

頌歌之一 ——

無二心法妙無窮

頌歌之二 ——

如日虛空照大千

頌歌之三 ——

大愛光明遍十方

向道頌歌之一 ——

無二心法妙無窮

文／正心

攝影／霧中霞

美學設計／玉蓮

嘿薩瑪亞吽吽霏 如生自在與天成

我是金剛初學子 頂禮上師自在尊

掙脫輪迴之鎖鍊 唯有上師妙法樂

醍醐灌頂與甘露 世間稀有無倫比

如天降下之甘霖 普潤大地眾群生

上師妙法我禮敬 頂禮上師雙足尊

無二心法妙無窮 清空八識光明現

唯心淨土只在前 極樂國土即當下

哈哈哈哈哈 喜樂無邊如癡狂

我歌我舞慶重生 無懼無怕無恐慌

無有輪迴與業力 世間所有皆了了

一切喜樂皆現前 自在如意空有泯

如日虛空光明出 一切幻化自消融

一切如來心自現 不生不滅本自成



向道頌歌之二 ——

如日虛空照大千

文／正念 攝影／水中蓮 美學設計／妙蓮

如日虛空照大千 千里光明映十方

心如真空生妙有 萬法融通一點空

載歌載舞喜無邊 歡樂之心天上來

無有時空來去回 歸得真心萬事休

上師恩德誰與共 天地宇宙日月星

人身難得今已得 且把真心換道心

醍醐甘露灌我頂 殊妙稀有無倫比

真空妙有非尋常 常樂我淨自在空

五蘊消融心珠現 體性明空無垢染

頂禮金剛上師尊 至上法樂喜無邊

剎那虛空皆粉碎 俱身法喜光明現

淨光遍照賜光明 一切自在意如如



向道頌歌之三 ——

大愛光明遍十方

文／正意 攝影／花中畫 美學設計／花羽

禮敬上師金剛尊 至心歸依我頂禮

無上法教如甘露 醍醐灌頂身通暢

慈悲智慧如日月 光照黑暗自消融

我歌我舞慶重生 如日如月身光明

清淨無染慈悲心 無分無別利群生

大愛光明遍十方 智慧般若登彼岸

慈航普渡般若船 眾生歡唱喜無邊

悲智具足金剛師 無盡悲智我頂禮

無我無人無眾生 了盡一切分別相

利樂群生無疲厭 挑燈夜戰日日明

空行法教菩提心 智慧明燈照世間

天樂飄飄空行舞 花雨供養諸如來



唯美意境

Beautiful Scenery

美

感動心房

歲月靜好

樂在修行

一切圓滿



唯美意境～歲月靜好



唯美意境～樂在修行



唯美意境～一切圓滿

空山靈雨

Emptiness & Marvelous Existence

空山靈雨 是一個意象

一個充滿靈性

與自然相融的意象

美則美矣 靈動心田

意象之一 ——

雨種種花

意象之二 ——

天雨眾香

意象之三 ——

甘露法雨

意象之一 —— 雨種種花

撰文／花雨 攝影、美學設計／香雨



空山靈雨之經偈

雨種種華
虛空之中
懸繒幡蓋
極為奇妙
——央掘魔羅經

空谷回音之言詮

在虛空之中
飄落了種種花朵
而且還出現了
顏彩繽紛的懸繒與幡蓋
奇妙至極

美麗的花朵
莊嚴的繒幡
都在虛空中顯現
而且如雨般飄落
這樣的意象
何其美麗
何其莊嚴
又何其不可思議

至於
為什麼會有
如此不思議的美景呢？
那完全是因為
～真空生了妙有

所以
智者大師
在仁王護國般若經疏卷第三
觀空品第二中才說
問真空妙有云何
答動即寂真空也
寂即動妙有也
真空故非常
妙有故非斷
真空不住生死
妙有不住涅槃
真空故能生大慈
妙有故能起大悲

意象之二 —— 天雨眾香

撰文／甘露雨 攝影、美學設計／賞雨

空山靈雨之經偈

箏篴伎樂

不鼓自鳴

天於虛空

雨眾名香

一新歲經

空谷回音之言詮

美妙動聽的箏篴等天樂

沒有人演奏

而自動的宣流出來

並且

在天空中

飄落了



種種的名香

這美麗的描述中

有耳朵的面向

就是天樂不鼓自鳴

也有眼睛的面向

就是箏篴等樂器

更還有鼻子的面向

就是天雨眾名香

真是美麗莊嚴

更是奇妙不可思議

那麼

這樣的不思議

亦是來自於

真空生妙有啊！

誠如

金剛頂瑜伽略述

三十七尊心要

所說

一切萬法

舉體皆空

無一事而不真

無一物而不實

真空妙有

實相圓明



意象之三 —— 甘露法雨

撰文/雨眾香 攝影、美學設計/聽雨

空山靈雨之經偈

摩訶迦旃延

以大法雨

雨我身中

如雨甘露

——雜阿含經

空谷回音之言詮

佛陀的十大弟子之一

大迦旃延

用大量的法雨

澆灌了名叫魯醯遮的這位婆羅門

這樣豐沛的法雨

就好比

天降甘露啊！

摩訶迦旃延

也叫大迦旃延

是世尊著名的十大弟子之一

以議論而著稱於世

而這位叫魯醯遮的婆羅門

是被大迦旃延所度化的人

而據他自己的描述

這個度化過程



太令人震動

宛如大法雨注入身中

更好像上天降下了甘露一樣！

這樣的描述

太令人感動了

而這樣的法雨甘露

亦是來自於

真空生妙有的証量啊！

所以

大方廣佛華嚴經

隨疏演義鈔卷第十四說

真空妙有

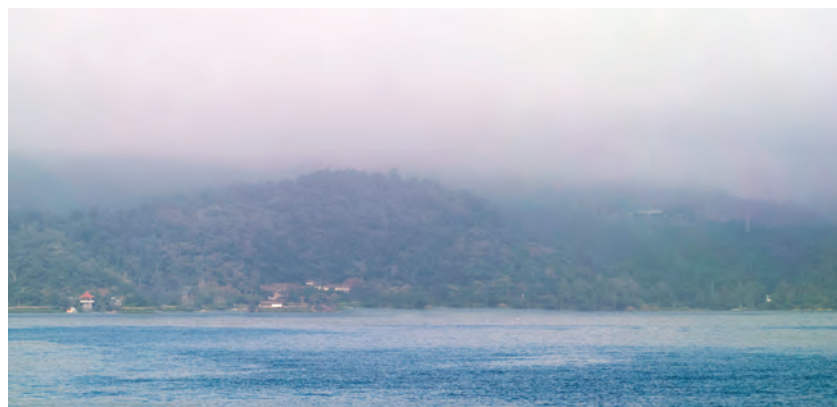
事理圓融

染淨該羅

一多無礙

重重交映

念念圓融





—— 本月專題企劃 ——

家家慶團圓～ 佛子賀新年



鑼鼓震喧天
萬戶笙歌傳
人人行善
佛祖保平安



■ 爆竹報平安

■ 佛意紅包袋

■ 過年禪詩

■ 崇尚法身財

■ 年節禮盒尚往來

■ 佛臨福到

■ 幸福點心增和樂

■ 佛子過新年感言

■ 佛子吉祥話

■ 天龍八部慶龍年！

■ 佛菩薩喜洋洋！

■ 應景新年佛歌

■ 東京夢華錄的年節盛況

■ 新年三願



本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

爆竹報平安





爆竹聲中除舊歲 念佛心中得平安





爆竹響震天 念佛誠感地



爆竹慶瑞年 修行增祥輝



福慧雙修好年冬



吉祥如意勤念佛

本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

過年禪詩

但見過年忙似箭
有誰離苦急如讐
那堪尚滯娑婆國
夢裏光陰又一周
——省菴法師

只看到過年大家急急的忙碌著，但卻沒看到有誰對於離苦很急迫的樣子，不要再虛擲光陰了，趁今生得遇佛法，趕快精進修行才是上策。

老矣聊隨粥飯緣
浮山無法與人傳
夜深各自歸堂去
放下情懷且過年
——愚菴和尚

年紀大了就一切隨緣，一生的經歷是只能

意會不能言傳，各人吃飯各人飽，一切的經驗如人飲水冷暖自知，放下對過去的留戀，自在的安住當下，任運成智。

何必由他不必修
只圖無事過年年
誰知一枕難成夢
落日春山樹樹鶉
——雲外和尚

每個人都具有真如自性，是不假外求的。內心本來無一物，則無處不安心。只可惜眾生由妄想而生煩惱，總是心外求法，這首禪詩充分道出了修行的要津。

一日復一日
日日催人老





煩惱為菩提。

大樹大皮裹
小樹小皮纏
庭前紫荊樹
無皮也過年
世出世間法
時至理俱圓
山腰白雪雖凝凍
溪上紅梅已破顏
——理安智朗月禪師

不論是世間法或是出世法，其本質都是不變的，因此不論外在如何變化，只要安立好本質面，也就是空性的大智慧，就能掌握一切。

寒則且圍爐
暍乃和衣倒
奉報往來人
家中元有寶
家內不曾尋
拄棒緣門討
任使討過年
辛苦生煩惱
不如歸去來
去却門前草
——清涼廣惠和禪師

歲月的侵襲和無常的催逼是如此的真實，使得我們一味的往表相上求，生出種種煩惱，卻不知自性的寶藏只在自心，卻從來不曾向內追尋，因此，修行修心，才能轉



本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

年節禮盒尚往來



知足常樂多行善



笑口常開福報來



積善人家慶豐年



禮尚往來愛眾生



功德圓滿慶嘉祥

本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

幸福點心增和樂





婦歸昇堂，兄會賓客，九族欣然，無不和樂。——佛說佛大僧大經



眷屬和樂，不可沮壞，不退、不滅、不墮、不沒。其所修行深心念慧，悉皆趣向阿耨多羅三藐三菩提。

——大方等無想經卷第二



亨復治國，恩潤滂流。風雨時節，五穀豐熟。人民歡喜，四方雲集。上下和樂，遂致太平。

——佛說亨經抄



本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

佛子吉祥話

Happy New Year !

福慧圓滿

悲智俱足

恭賀新禧新年好

福慧雙喜悲智圓

心開意解皆圓滿

福如東海智慧高

新年新氣象 福德智慧圓滿來

新年快樂圓滿如意，祝福世界吉祥平安，菩薩加持人人法喜充滿。

新春快樂笑口常開，祝福閤家順順利利，佛法常照戶戶福慧花開。



祝福您如意安康，佛光普照。

新年新氣象，祝菩薩們福慧增長。

祝您龍年快樂，吉祥如意、法喜充滿。

願佛菩薩保佑您身體健康，萬事如意。

祝大家春節快樂，佛菩薩加持，悲智增長。



佛光庇佑成佛道，新春吉祥事亨通！



永保清淨心，長住吉祥所，新年新希望，佛子樂逍遙！

新年新氣象，掃塵又除垢，心燈盞盞照暗夜，福德智慧兩增長。



句句佛號沁心涼，新春佳節妙吉祥，祈願來年長精進，福慧增長萬事興！

除舊佈新迎新年，梵唄聲中煩惱除，智慧無邊身自在，阿彌陀佛笑常開。



本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

佛菩薩喜洋洋





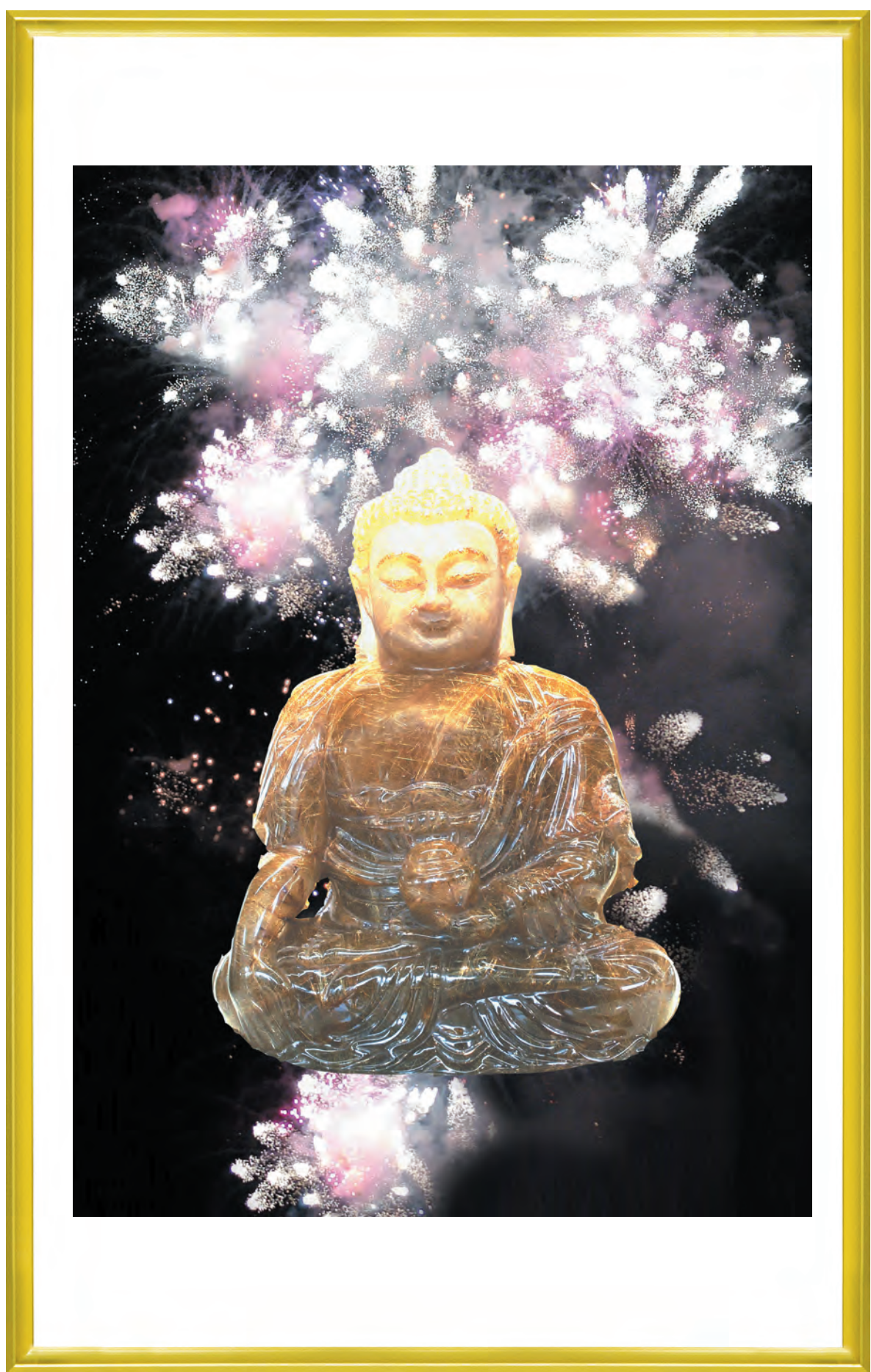












佛像／善福水晶 提供

本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

東京夢華錄中的年節盛況

東京夢華錄中的年節盛況記載

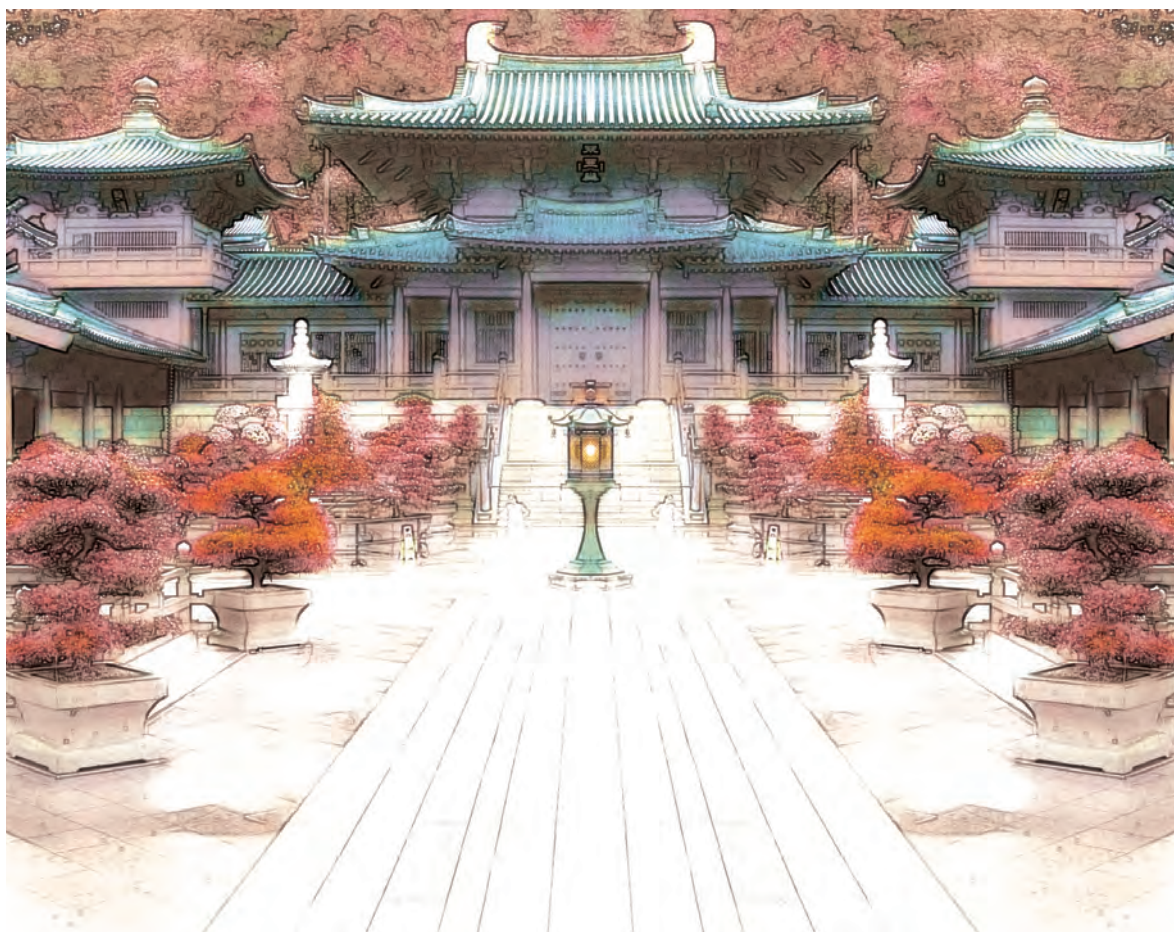
交年

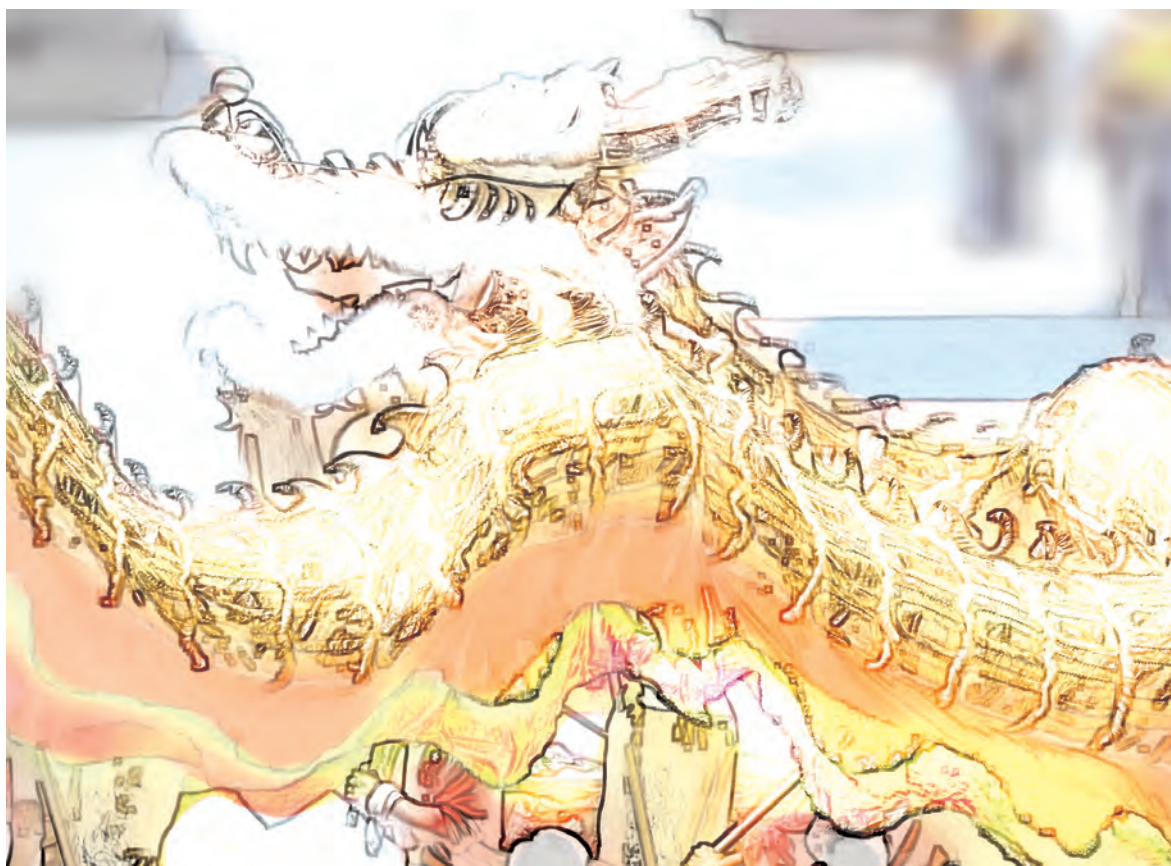
交年，都人至夜請僧道看經，備酒果送神，燒闔家替代錢紙，貼灶馬於灶上。以酒糟塗抹灶門，謂之“醉司命”。夜於床底點燈，謂之“照虛耗”。此月雖無節序，而豪貴之家，遇雪即開筵，塑雪獅，裝雪燈，以會親舊。近歲節，市井皆

印賣門神、鍾馗、桃板、桃符，及財門鈍驢、回頭鹿馬、天行帖子。賣乾茄瓠、馬牙菜，膠牙餠之類，以備除夜之用。自入此月，即有貧者三數人為一火，裝婦人神鬼，敲鑼擊鼓，巡門乞錢，俗呼為“打夜胡”，亦驅崇之道也。

除夕

至除日，禁中呈大儺儀，並用皇城





親事官。諸班直戴假畫，繡畫色衣，執金槍龍旗。教坊使孟景初身品魁偉，貫全副金鍍銅甲裝將軍。用鎮殿將軍二人，亦介冑，裝門神。教坊南河炭醜惡魁肥，裝判官。又裝鍾馗、小妹、土地、灶神之類，共千餘人，自禁中驅崇出南薰門外轉龍彎，謂之“埋崇”而罷。是夜禁中爆竹山呼，聲聞於外。士庶之家，圍爐團坐，達旦不寐，謂之“守歲”。

正月

正月一日年節，開封府放關撲三日。士庶自早互相慶賀，坊巷以食物動使果實柴炭之類，歌叫關撲。如馬行、潘樓街，州東宋門外，州西梁門外踴路，州北封丘門外，及州南一帶，皆結彩棚，鋪陳

冠梳、珠翠、頭面、衣著、花朵、領抹、靴鞋、玩好之類。間列舞場歌館，車馬交馳。向晚，貴家婦女縱賞關賭，入場觀看，入市店館宴，慣習成風，不相笑勵。至寒食冬至三日亦如此。小民雖貧者，亦須新潔衣服，把酒相酬爾。

元旦朝會

正旦大朝會，車駕坐大慶殿，有介冑長大人四人立於殿角，謂之“鎮殿將軍”。諸國使人入賀。殿庭列法駕儀仗，百官皆冠冕朝服，諸路舉人解首，亦士服立班，其服二量冠、白袍青緣。諸州進奏吏，各執方物入獻。諸國使人，大遼大使頂金冠，後簷尖長，如大蓮葉，服紫窄袍，金蹀躞；副使展裹金帶，如漢服。大

使拜則立左足，跪右足，以兩手著右肩為一拜。副使拜如漢儀。夏國使副，皆金冠、短小樣制服、緋窄袍、金蹀躞、吊敦背，叉手展拜。高麗與南番交州使人，

並如漢儀。回紇皆長髯高鼻，以匹帛纏頭，散披其服。于闐皆小金花氍笠、金絲戰袍、束帶，並妻男同來，乘駱駝，氍毹銅鐸入貢。三佛齊皆瘦脊纏頭、緋衣、上織成佛面。又有南蠻五姓潘，皆椎髻烏氍，並如僧人，禮拜入見。旋賜漢裝錦襖之類。更有真臘、大理、大石等國，有時來朝貢。其大遼使人，在都亭驛，夏國在教亭西驛，高麗在梁門外安州巷同文館，回紇、於闐在禮賓院，諸番國在瞻雲館或懷遠驛。唯大遼、高麗就館賜宴。大遼使人朝見訖，翌日詣大相國寺燒香。

次日詣南御苑射弓，朝廷旋選能射武臣伴射，就彼賜宴，三節人皆與焉。先列招箭班十余於垛子前。使人多用弩子射，一裏無腳小襖頭子錦襖子遼人，踏開弩子，舞旋搭箭，過與使人，彼窺得端正，止令使人發牙。例本朝伴射用弓箭。中的則賜鬧裝、銀鞍馬、衣著、金銀器物有差。伴射得捷，京師市井兒遮路爭獻口號，觀者如堵。翌日人使朝辭。朝退，內前燈山已上彩，其速如神。

延伸～大相國寺軼聞

大相國寺位於今日開封市中心，開封古稱汴京、東京，自戰國時期魏惠王建都於此，歷代有七個皇朝都以開封為首都，



其富麗甲於天下，民間更有「一蘇二杭三汴州」之稱。相傳大相國寺最早即是戰國時期名滿天下的魏公子信陵君無忌的宅邸，北齊文宣帝天寶六年（公元555年），在其基礎上改建為寺院名為建國寺，後來毀於戰火。唐朝長安元年（公元701年），慧雲禪師募款於此地蓋寺，動工後挖出了北齊舊建國寺的石碑，所以新寺院竣工以後就仍然取名為建國寺。唐延和元年（公元712年），唐睿宗李旦為紀念自己由相王即位為皇帝，於是詔賜建國寺更名為相國寺，並御筆親書「大相國寺」的匾額，這即是大相國寺的由來。

相國寺自唐以後不斷增修，到了北宋，更因首都即在汴京，大相國寺成為上自皇帝百官乃至外國使節下至黎民百姓的

活動中心，集宗教、商業、休閒娛樂、文化、觀光、外交等多功能於一身，再加上受到皇帝供奉，地位崇隆，使相國寺又稱為皇家寺，發展為當時全國最大的寺院與佛教中心，佔地五百多畝，下轄六十多個禪院與律院，僧眾一千餘人，「大相國寺天下雄，天梯縹緲凌虛空」這首詩所描繪的正是相國寺的全盛時期的景況，其建築甚至有「金碧輝映，雲霞失容」的稱譽。

除了皇帝巡遊、上香祝願都在相國寺以外，甚至每年科舉進士及第的學子也都必在相國寺題名，皇帝逢重大節日也會在相國寺賜宴，並有歌舞戲劇助興，大規模的民眾活動，又以每一年的元宵賞燈活動為最。此外，相國寺每個月有五次開放萬姓交易，據說，其中庭兩廡之間可容納萬



人，「燕翼詒謀錄」一書中形容：「東京相國寺乃瓦市也，僧房散處，而中庭兩廡可容萬人，凡商旅交易，皆萃其中。」可見相國寺還是當時的商業貿易集散中心，各方「趨京師以貨物求售、轉售他物者，必由於此。」。相國寺名動天下，不只京城的達官顯要喜歡來相國寺遊賞，就連外國使節來到京城也必到相國寺上香遊賞，成為皇帝招待外國使節的地方，這也使得相國寺成為中外佛教及文化交流的中心，據傳唐朝時日本留學高僧空海大師來長安時，其寄宿的地方就是相國寺。

大相國寺，同時是文人聚會議論、吟詩作對、觀賞伎樂的場所。寺院廊柱自然也成為文人題詩之處，「大殿兩廊，皆國朝名公筆跡」，文化活動鼎盛，韓維曾有

詩描述當時的伎樂盛況：「佛宮金碧開朝霞，遊人雜沓來正嘩。危弦促管競繁咽，羅袖對舞春風斜。」歷朝皇帝如唐睿宗、宋太宗、宋真宗、宋仁宗、宋英宗、宋徽宗、明顯宗、清高宗等都為相國寺題有匾額，著名的藝術家、畫家、雕塑家、書法家如吳道子、車政道、李邕等人也在相國寺內留下了珍貴的作品，而歐陽修、蘇軾、梅堯臣等人文學作品也都流傳後世。

大相國寺的佛事活動也非常頻繁而興盛。從皇帝任命方丈的儀式，到迎請佛牙舍利的大型活動外，每年固定的佛誕日，佛吉祥日、臘八日等均有盛大的活動。例如佛誕日時，官庶士民都聚會於此，扶老攜幼的觀看佛誕大典，據古籍所載：「吹螺擊鼓，燈燭相映，羅列香花，迎擁一佛



子，外飾以金，一手指天，一手指地。眾僧舉揚佛事，其聲振地。士女瞻敬，以祈恩福。」

明朝崇禎十五年，大相國寺因黃河水災氾濫而損毀，清朝順治皇帝及乾隆皇帝分別下詔重修，道光年間又再因水患而毀壞，隨後又幾經重修。因此今日的大相國寺的建築與格局，主要是清朝重修後的建築格局為主，其中又以八角琉璃殿最為精美奇巧，修造於乾隆年間，琉璃殿中心亭的木雕千手千眼觀音像，高達七公尺，佛像前後左右每一面都各雕一尊千手觀音菩薩，每一面的觀音手臂各千，歷時五十年才完成，可以說是佛像造像工藝的極致之作。所以，大相國寺堪稱人間妙寶，值得稱頌！

P.S.：東京夢華錄為宋朝文人孟元老所作。內容記述北宋全盛時期的首都東京（汴京）的繁華景況。這本書詳細描寫了當時的宮廷慶典、民俗節慶如：過年、元宵、端午、中秋、冬至等節日繽紛多采的慶祝活動與民俗風情、藝術表演活動；也詳細記載了都城的建築規劃、官庶仕紳的生活百態以及各行各業的活動。

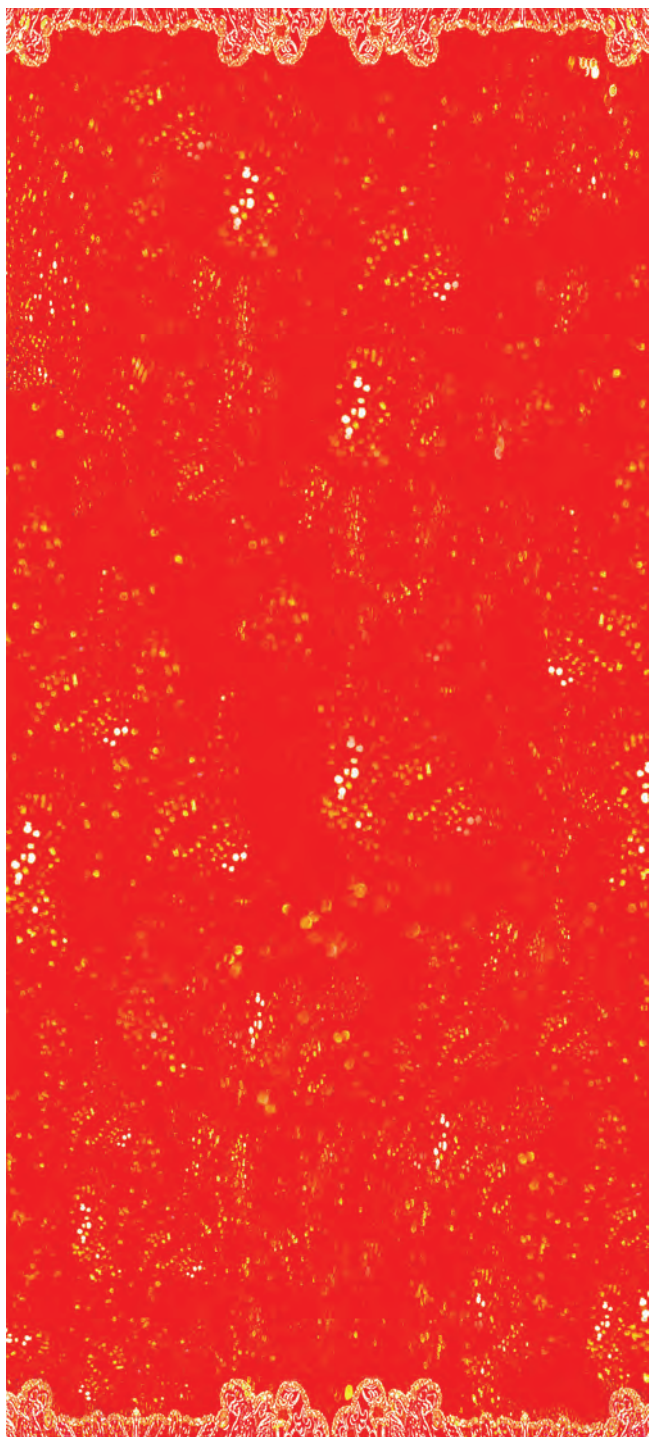


本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

佛意紅包袋



《善心兔紅包袋》



《吉祥九色鹿紅包袋》

本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

崇尚法身財



金元寶

銀元寶

法身財寶最最好！





若三千大千世界中所有諸須彌山王，如是等七寶聚，有人持用布施；若人以此般若波羅蜜經，乃至四句偈等，受持讀誦、為他人說，於前福德百分不及一，百千萬億分，乃至算數譬喻所不能及。——金剛經



法身財寶是真正的福份！



崇尚法身財，佛子迎新歲！

本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

福 到



謂三福業：施業、平等業、思惟業。——佛說長阿含經卷第八



淨修梵行，護持禁戒，福利世間，諸天人民。——大般涅槃經卷上



戒德可恃怙，福報常隨己，現法為人長，終遠三惡道。——佛說尸迦羅越六方禮經

本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

佛子過新年感言

希望朝向光明的玉美說：

隨著春天的降臨，歡樂的新年又將到來，回首過往展望未來，在這新年的開始更是意義非常。

感恩恩師如明燈一般的教導，讓我們在這無常的人世間能有所依止，在輪迴歧路上有所提醒，教導我們如何解脫生命中痛苦的方法。想起所有和自己有緣如父如母的眾生，也在等待著我們的修行成就，實在要努力再努力。

菩提大道是積功累德的大福田，發願要讓自己的生命更成熟、更圓滿才能帶給眾生圓滿的利益。新的一年，期望自己能努力實踐善法，以滴水穿石般的毅力堅持朝著光明的菩提大道前進，讓新到來的這一年能成為修行增上的開始。



感恩老師的升陽說：

除舊佈新過新年，反省過去一年在修行中犯下的錯誤，要好好面對並全力去改進，好的部份則繼續努力加強讓它更好，做一個負責的修行人。

新年新希望，真心誠意的在佛菩薩前發願：「從今起要做到是一個好人、一個善良的人、一個感恩的人、一個慈悲的人、一個老實修行的人、一個能利益眾生的人」照著願力去做，相信新的一年一定會更好。

感恩我的老師，在過去的日子裡讓我有機會看清楚自己的黑暗面，「嗔心強大、不善良、不慈悲」，還無時無刻的告訴我修行上的正知見，讓我在修行上走偏時，能靠正知見來修正自己。我的老師是一個悲智雙全、不求名利、利益眾生、了不起的修行人，很感恩今生能遇見這麼好的老師，所以新的一年我要好好痛改前非，來報答老師對我的一切教導。



想除舊佈新的春荷說：

除舊：

懺悔過去在修行的路上，背離正道，恩將仇報，背棄了自己曾經發下的誓言，忝為修行人。尊師重道是做人的基本，身為一個學道者，如果連這基本都未做到，是沒有資格稱為修行人。因為自己的不善良，枉顧他人的自私自利行為，造下了無邊的罪業，愧對恩師多年的教導。難道我真的就要這樣錯下去嗎？不！面對新的一年，我要誠懇、如實的面對真相，懺悔前愆。

佈新：

面對過去所造的無邊罪業，在深深懺悔的同時，學習認真的面對自己的修行，不打高空，腳踏實地，戰戰兢兢，一步一腳印的如實修行，師恩尚且未報，與眾生的誓約尚在，要把握現有的因緣，好好珍惜，努力精進，一心向道，切實地把握現在，迎向光明的未來！



想變得踏實的育成說：

時間過的飛快，轉眼新的一年又到了，想想過去的一年，犯了很多的錯誤，要感恩師父以及師兄弟大家對自己的關懷與包容，也點醒了自己很多不好的習慣與缺失，在這新的一年裡，真的是要好好的精進努力，要好好的愛別人，改進好自己的缺點，跟大家相處的愉快融洽。

慈悲的佛陀教導了我們許多修行成就的法門，要我們從心地上下工夫，身為佛子的我，一定要謹尊佛陀的教誨，好好的在自己心上用功，要返觀自省，莫向外求，作好自己的本份，腳踏實地一步一腳印的努力去作，不可再打高空不務實，要認清自己的缺點，確實的去改進，以期在這新的一年中，能夠脫胎換骨，煥然一新。

想全力以赴的銘偉說：

新年的到來，映入眼簾滿滿的歡樂景象，讓人不知不覺地輕快起來，而一元復始萬象更新，也讓大家紛紛許下了新年的新希望，讓自己有一個不同的開始，讓人更有活力的迎接新的一年。而身為佛子的我，則深刻的體會到，當初佛陀夜睹明星，為我們帶來了全新的開始，讓人們不再沒有方向，並引領一條最正確的康莊大道，這是多麼的偉大，讓人感激涕零，因為人天長夜，佛陀的法教指引了方向，也唯有方向正確，所有的才會正確啊！所以真的是要感激再感激，徹底的實踐佛陀的法教啊。並在此祝諸佛菩薩新年快樂，也期許自己一定更全力以赴，在這康莊大道上努力不懈。



本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

天龍八部慶龍年



天龍八部簡介

在佛教經典中，常常可以看到當佛陀說法時，天龍八部雲集前來聽法，並且發願守護佛法與佛經的內容。所謂天龍八部是指天、龍、夜叉、乾闥婆、阿修羅、迦樓羅、緊那羅、摩睺羅伽等八部眾。

大致而言，天是指諸天，包含欲界六天、色界天、無色界天等諸天，由於行善功德，諸天身相清淨光潔。其中，欲界第二天稱為忉利天，又稱三十三天，因為居住於須彌山頂週圍共三十三天而得名，以帝釋天而為上首；再上則是夜摩天、兜率天（以兜率天王為上首）、化樂天、他化自在天（以他化自在天王為上首）等，這些都是屬於欲界天的層次；出了欲界再往上則為色界諸天，色界天已無男女之別，

依禪定層次而分，其中初禪天包括梵眾天、梵輔天、大梵天，其中的大梵天王為整個初禪天之上首，色界天的最高層是色究竟天。循序往上到了無色界諸天，已經是沒有任何色蘊形式的存在，無色界天最高層是非想非非想天。

天龍八部中的龍可以守天宮殿，興雲致雨，利益人間。夜叉有在地與在天之別，天夜叉守護天上的城池門閣。乾闥婆是天樂神，迦樓羅則是指大鵬金翅鳥，緊那羅是歌神，又是天上的絲竹伎樂之神。

天龍八部慶龍年——模擬小小說

天帝釋在善現城的忉利天宮中和眾神說：「天界因為行善及護持佛法，感召了無量無邊的福報；天龍八部運用神力護

持佛法，甚至有時候要犧牲自己，這樣的精神值得感佩。人間今年正值龍年，我們也就隨順這個因緣，邀請天龍八部所有的朋友一起來慶賀慶賀吧！」眾天子與天女門一聽到要開宴會高興地不禁手舞足蹈起來。

這時，天龍八部其他各眾們也與各自的親眷徒眾正歡聚在一起，突然接到天帝釋的邀請，和修吉龍王說：「太好了，人間今年是龍年，是我們的日子，護持佛法是我們的天職，天帝釋來函邀請我們一起慶祝。感謝人們這麼興高采烈的來慶賀龍年，我們就前往帝釋宮殿，和大夥們好好慶祝一下吧！」說罷，各龍王包括阿那婆達多龍王、摩那斯龍王、娑揭羅龍王等都齊聲應和，各龍王子及龍女頓時歡聲雷動，準備要好好慶祝龍年的到來。

從帝釋天宮裏，當派出的使者分別將邀請函送達給乾闥婆、緊那羅及摩侯羅伽三眾後，那羅達乾闥婆王、降怨金翅鳥王、善見緊那羅王分別召集其各自的眷屬們商議著：「今年人間是龍年，如果能創作出應節的天樂歌舞來慶祝，相信必能為人間帶來富貴祥和。」於是他們決定集體創作，就在帝釋天宮匯聚，演奏天上最美妙、最動人的樂音，高歌動人心弦的樂曲，舞動曼妙的舞蹈，大夥兒陶醉在慶典的喜悅中。

此時，睽婆利阿修羅王出現了，臉上堆滿了笑容說道：「天帝啊，您能邀請我們一起來共襄盛舉，參與這麼大的盛事，實在是感謝啊！天龍八部護持佛法的功績確實顯赫，既然人間都這麼歡天喜地，那我們阿修羅眾，今年也發願要好好的調伏

還未受化的徒眾們，利益人間！」天帝聞言大為喜悅，摻著睽婆利阿修羅王的手說：「好！我們一起來努力護持佛法利益人天！」這時和修吉龍王說道：「我們天龍八部，是不是還少了誰啊？」天帝釋狀有所悟的說道：「對喔，還有夜叉王，還沒來到！」正說話時，夜叉王已然來到，趕緊趨前說道：「真是不好意思，要集結分布在天上地下的徒眾們花了不少時間！」大家紛紛報以熱烈的掌聲歡迎夜叉王。帝釋說：「天龍八部到齊了！」於是天龍八部齊聚到帝釋宮東方的平台上，大家一起為人間的龍年祈福，希望所有的眾生都能在他的庇祐下，過一個平安快樂的龍年。



本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

應景佛曲： 佛子賀新年



佛子賀新年
佛子賀新年
春風吹迎面
歡樂滿人間

佛子賀新年
佛子賀新年
鑼鼓震喧天
萬戶笙歌傳

佛祖保平安
佛祖保平安
人人多行善
家家慶團圓



佛祖保平安
佛祖保平安
願人類安然
願地球平安

本月專題——家家慶團圓～佛子賀新年！

新年三願

一、願世界和平

二、願地球平安

三、願眾生成就



蓮賞特頁

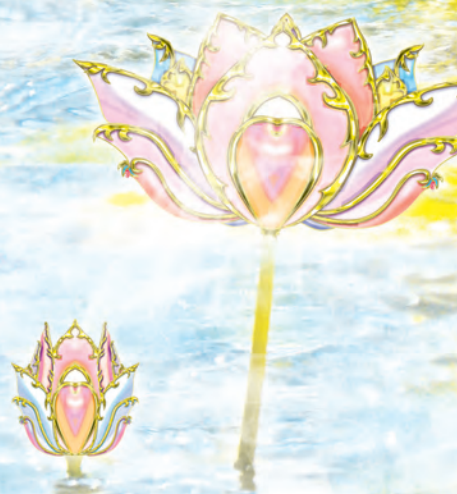
蓮之美頌

Song of Lotus

一、奇幻美頌

二、曼妙美頌

三、莊嚴美頌









流行佛品櫥窗

Fashionable Buddhist Goods

新潮奇特造型香爐

彩繪白瓷電熱品香爐

鋼合金項鍊正夯！

佛卡壓克力架

手機吊飾正叮噠！

流行佛品櫥窗——

新潮奇特造型香爐

特殊的設計概念

香爐峰下紫雲深
松竹層崖白晝陰
門帶長江接溪水
清流洗盡世間心

明·憨山禪師



包中香爐



如意盒香爐

流行佛品櫥窗——

彩繪白瓷電熱品香爐

白瓷潔淨莊嚴，彩繪清新生動，手工精緻，造型古樸雅緻。

供佛、品香兩相宜。可品沉香片、香粉、香油…等。

溫度可調，90℃~250℃



流行佛品櫥窗——

鋼合金項鍊正夯！



流行佛品櫥窗——

佛卡壓克力架



可直立
可橫放
用途廣
可拆式
外出攜帶方便

流行佛品櫥窗——

手機吊飾正叮噹！



六字大明咒吊飾



十輪金剛咒牌



錫杖



金剛杵



手持蓮花

時尚商訊

Fashion Information

美飾心靈——

佛品小舖

啜飲甘霖——

蓮花茶坊

與飛天共舞——

敦煌美學

佛品小舖

推薦超HIT佛品！

燈箱佛像系列

瞻禮供養・獲福無量



結緣價 \$2800

寶瓶項鍊

雕工細緻精美
可裝珍貴寶石



結緣價 \$250

財神轉運戒

好運福報轉轉來



結緣價 \$200

楞嚴咒掛飾



佩帶懸掛・出入平安

結緣價 \$200

祈福天燈

讓你的願望・心想事成



結緣價 \$120

時輪金剛咒牌



晝吉祥・夜吉祥
晝夜六時恆吉祥

結緣價 \$800

推薦超HIT佛品！



六字大明咒手機吊飾 NT\$ 80

此款吊飾設計兼具流行風與宗教意味，鍍金的設計更增其質感



小沙彌手機吊飾 NT\$ 120

造型可愛、討喜，學生族群的最愛



琉璃六字手機吊飾 NT\$ 100

此款吊飾以琉璃作為設計素材，中間鑲入六字大明咒的金箔，呈現明亮與藝術的氣息



悉達多太子項鍊 NT\$ 800

設計細緻，雕工精練，材質為紅銅鍍金，具體呈現悉達多太子的神韻與特殊光澤



蓮花生大士項鍊 NT\$ 250

蓮師的造型以流行的款式設計，經由霧底呈現出亮面蓮師莊嚴的線條



極品奇楠沉香 NT\$ 2000

純淨天然原料，香味沁心提神，令人身心放鬆。可用於供佛、禪坐、薰香等用途



香盤 NT\$ 260

此為陶製香盤，樸素典雅，益增供佛妙心



水晶供杯 NT\$ 大150小100

有別於傳統供杯的型態，水晶的材質經由多角杯面的設計，更增晶瑩剔透



多用途蓮台 NT\$ 300

本蓮台用途廣泛，可當做燭臺、放八供、香架等多種用途

燈箱佛像系列之~大願地藏王菩薩



讚

稽首本然淨心地 無盡佛藏大慈尊
南方世界湧香雲 香雨花雲及花雨
寶雨寶雲無數種 為祥為瑞遍莊嚴
天人間佛是何因 佛言地藏菩薩至
三世如來同讚歎 十方菩薩共皈依
我今宿植善因緣 稱揚地藏真功德

慈因積善，誓救眾生
手中金錫，振開地獄之門
掌上明珠，光攝大千世界
智慧音裡，吉祥雲中
為閻浮提苦眾生，作大證明功德主
大悲大願、大聖大慈
本尊地藏菩薩摩訶薩

地藏菩薩本願經云：「若未來世有善男子善女人，欲發廣大慈心，救度一切眾生者，欲修無上菩提者，欲出離三界者。是諸人等，見地藏形像及聞名者，至心歸依；或以香華、衣服、寶貝、飲食，供養瞻禮。是善男女等，所願速成，永無障礙。」又云：「若未來世，有善男子善女人，欲求現在未來百千萬億等願，百千萬億等事。但當歸依瞻禮、供養讚歎，地藏菩薩形像。如是所願所求，悉皆成就。復願地藏菩薩具大慈悲，永擁護我，是人於睡夢中，即得菩薩摩頂授記。」

由此可見，歸依瞻禮、供養讚歎地藏菩薩形像，可以獲得世出世間無量無邊的功德利益。

■ **尺寸：**26cm×31cm（含框），可依需求訂製各式尺寸。

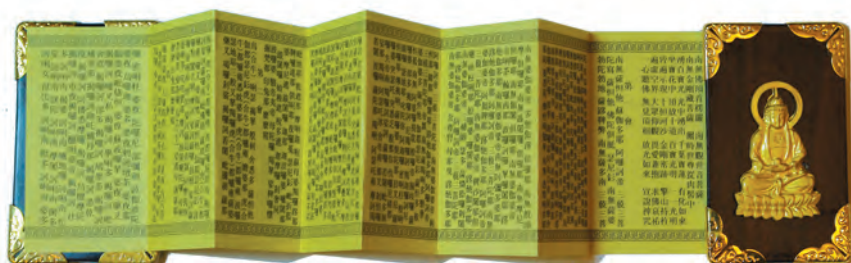
■ **說明：**本系列之燈箱佛像，計有：釋迦牟尼佛、燃燈佛、阿彌陀佛、藥師佛、地藏菩薩、彌勒菩薩等六種款式。法相莊嚴，裱框精美，背面採用最新式LED超薄燈箱，高亮度，省電節能，歡迎虔誠請購供養。

本月精選二

楞嚴咒掛飾



內含完整楞嚴咒



根據《大佛頂首楞嚴經》記載，讀誦書寫乃至懸掛佩帶楞嚴咒，具有許多不可思議的功德利益，今節錄經文如下：

「阿難！若諸世界，隨所國土所有眾生，隨國所生樺皮貝葉、紙素白毯書寫此咒，貯於香囊，是人心昏，未能誦憶，或帶身上，或書宅中，當知是人盡其生年，一切諸毒所不能害。

阿難！我今為汝更說此咒，救護世間得大無畏，成就眾生出世間智。……

是善男子，若讀若誦、若書若寫、若帶若藏，諸色供養，劫劫不生貧窮下賤不可樂處。此諸眾生，縱其自身不作福業，十方如來所有功德，悉與此人。由是得於恒河沙阿僧祇不可說不可說劫，常與諸佛同生一處，無量功德，如惡叉聚，同處熏修，永無分散。……

阿難！若有眾生，從無量無數劫來，所有一切輕重罪障，從前世來未及懺悔，若能讀誦書寫此咒，身上帶持，若安住處莊宅園館，如是積業，猶湯銷雪，不久皆得悟無生忍。……

阿難！在在處處，國土眾生，隨有此咒，天龍歡喜，風雨順時，五穀豐殷，兆庶安樂。」

■ **尺寸：**全長約36.5cm（含編結），經書大小為3.5cm×5.5cm。

■ **說明：**此掛飾可置於家中佛堂或懸掛於車上，也可將經書取出佩帶於身上。

本月精選三

燈箱佛像系列之~伽藍菩薩法相



伽藍讚~伽藍主者，合寺威靈，欽承佛敕共輸誠；
擁護法王城，為翰為屏，梵剎永安寧。

結緣價 \$2800

蓮花茶坊

紙上茶館



在蓮花茶坊裡喝美美的蓮花茶



有機蓮花茶

有機蓮花茶獲得慈心有機認證，無農藥，不含任何添加物、咖啡因與單寧酸，採用天然日曬法精製而成。



NT 300



本月美麗專題——

三兔藻井T恤



三兔潮T左上（幻紫） NT. 350

三兔潮T右下（綻藍） NT. 350

2012 上半年度規劃表

	1月 (JAN)	2月 (FEB)	3月 (MAR)	4月 (APR)	5月 (MAY)	6月 (JUN)
SAT (六)						
SUN (日)	1 釋迦牟尼佛成道日			1		
MON (一)	2			2		
TUE (二)	3			3	1	
WED (三)	4	1		4	2	
THU (四)	5	2	1	5	3	
FRI (五)	6	3	2	6 準提菩薩誕辰	4	1
SAT (六)	7	4	3	7	5	2
SUN (日)	8	5	4	8	6	3
MON (一)	9	6	5	9	7	4
TUE (二)	10	7	6	10	8	5
WED (三)	11	8	7 釋迦牟尼佛涅槃日	11	9	6
THU (四)	12	9	8	12	10	7
FRI (五)	13	10	9	13	11	8
SAT (六)	14	11	10	14	12	9
SUN (日)	15	12	11 觀世音菩薩誕辰	15	13	10
MON (一)	16	13	12	16	14	11
TUE (二)	17	14	13 普賢菩薩誕辰	17	15	12
WED (三)	18	15	14	18	16	13
THU (四)	19	16	15	19	17	14
FRI (五)	20	17	16	20	18 藥王菩薩誕辰	15
SAT (六)	21	18	17	21	19	16
SUN (日)	22	19	18	22	20	17 藥王菩薩誕辰
MON (一)	23 彌勒菩薩誕辰	20	19	23	21	18
TUE (二)	24	21	20	24 文殊菩薩誕辰	22 文殊菩薩誕辰	19
WED (三)	25	22	21	25	23	20
THU (四)	26	23	22	26	24	21
FRI (五)	27	24	23	27	25	22
SAT (六)	28	25	24	28 釋迦牟尼佛誕辰	26	23
SUN (日)	29	26	25	29	27	24
MON (一)	30	27	26	30	28 釋迦牟尼佛誕辰	25
TUE (二)	31	28	27		29	26
WED (三)		29 釋迦牟尼佛出家日	28		30	27
THU (四)			29		31	28
FRI (五)			30			29
SAT (六)			31			30
SUN (日)						

沁心佛語：三界之中，以心為主。能觀心者，究竟解脫；不能觀者，永處纏縛。—— 大乘本生心地觀經



心經講記

全新出版

心經 到底在說什麼呢？

以出世間智來看

心經就是說明了如何究竟解脫的方法

以世間智來看

心經也說明了該如何“身處紅塵心不染”的方法

故不論入世、出世 心經都是我們心的依皈

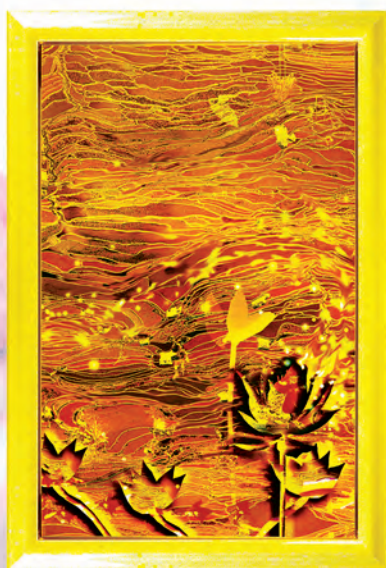
心經，是以智慧著稱的經典。短短的經文，就把般若空慧闡釋得相當清晰。如果一個修行人想“深入經藏，智慧如海”的話，事實上，能夠把一部心經讀得通透，也就能夠掌握住佛法心要了。

◎網路流傳最廣的心經解讀本之一，全新設計出版，全心感動你的心。

◎本書內容於**Google**及**Yahoo**心經搜尋排行常第一名。

◎生活散文的生動筆觸，逐句地深入淺出的闡述心經的智慧寶藏，是安身立命不可或缺的案頭書。

• 全省各大書局及網路書店均可購買（如：誠品、金石堂、博客來網路書店等…）



精緻・創意～荷風佛品坊

ISSN 10230319
 9 771023 031005 01
 NTD\$110