

妙華會訊

二〇一五年第一季



劉錦華居士與唯識思想課程師生合影





▲ 二零一四年佛學班結業典禮



▲ 梁志高主席在結業禮上致辭



▲ 劉錦華居士在結業禮上致詞



▲ 梁志高主席向劉錦華居士贈送紀念品

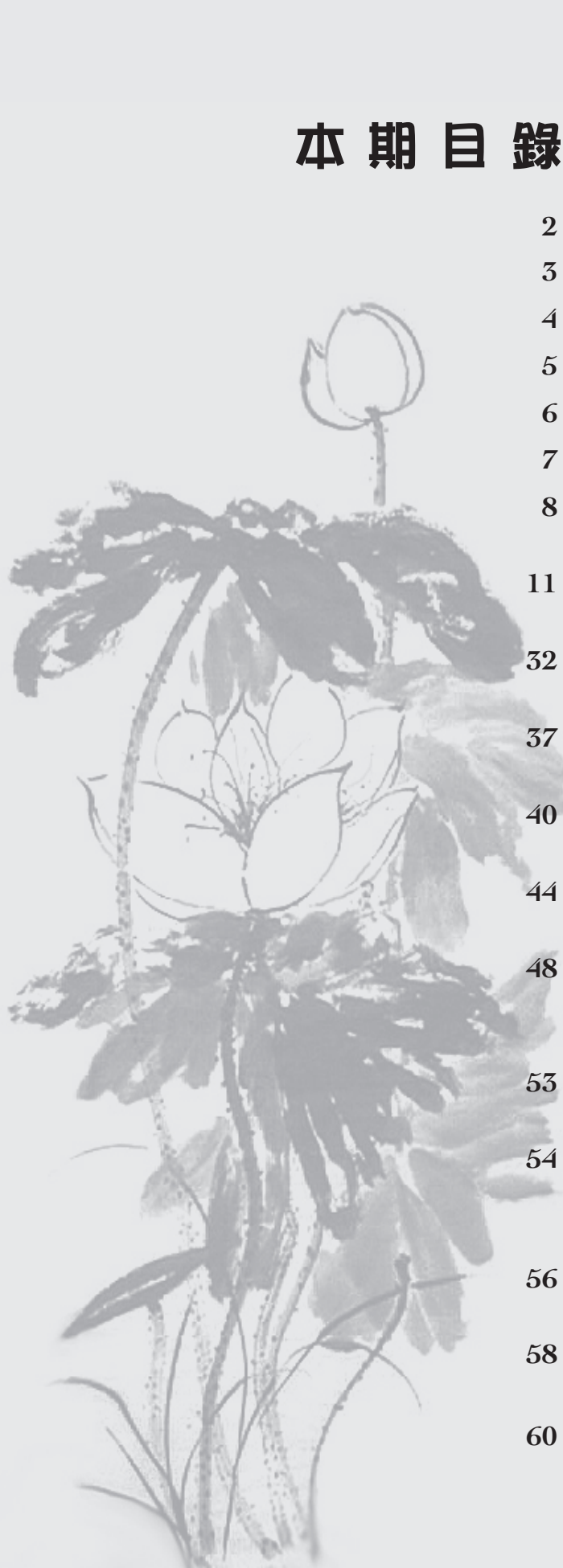


▲ 初階班彭旭雄同學致謝辭



▲ 劉錦華居士與佛學初階班師生合影

本期目錄

- 
- 2 慧瑩法師遺教
- 3 佛學班及活動
- 4 福嚴課程通告
- 5 佛家經典選講之一
- 6 妙法蓮華經淺釋
- 7 法會時間表
- 8 妙法蓮華經講記(十一)
慧瑩法師主講
- 11 「十如是」的法華與天臺
昭慧法師主講
- 32 誰與斯人識見同
黃家樹居士
- 37 緬懷傳道法師
何翠萍
- 40 還是修行好
洪真如
- 44 廬山三偈
孔亮人
- 48 臺灣妙雲蘭若、華雨精舍、
福嚴精舍及慧日講堂之行
鄭展鵬
- 53 媽媽的靜觀練習
陳慧儀
- 54 感恩佛法，感恩慧瑩法師
黃錦倫
- 學員天地**
- 56 唯識班結業禮致謝辭
馮惠賢
- 58 佛教弘誓學院 ——
104年傳授在家五戒菩薩戒戒會
- 60 捐款

慧瑩法師遺教

(節錄於慧瑩法師遺囑中的有關會務部分)

1. 妙華佛學會宗旨、作風，請繼續保持。
2. 《妙法蓮華經》，請依照遠參老法師之思想見地弘揚，毋負創辦人之初衷。
3. 整體佛教思想，請採納印順導師所側重之中觀方向。
4. 重視原始佛教、釋尊本教之特色及修行要點。
5. 初階班，每年照常舉辦，兼辦禪修班，指導正當修行方法。
6. 大乘法義，以般若性空思想為主。
7. 請弘法部儘量指導同學及會友建立起三乘正見及一乘正見。
8. 期望會中常保持莊嚴清淨之氣氛，會友都要恭敬三寶，互相尊重，和樂融融，精進學法護教。
9. 切勿融攝後期梵佛同流、真常本體等神秘思想，不可習染神化、俗化之儀軌形式。
10. 請妙華佛學會領導層(主席、副主席、弘法部)聯絡具有正見之董事們，常多溝通合作，切實執行會務。



佛學班及活動

第二十九屆佛學初階班

主講：本會講師

日期：2015 年 3 月 15 日至 10 月 25 日
(逢星期日)

(4月5日及9月27日公眾假期休息)

時間：上午 11:00 – 12:30

地點：北角堡壘街 36 號美威大廈
2 樓 D 座

印度佛教史課程

主講：資深講師

日期：2015 年 3 月 15 日至 11 月 22 日
(逢星期日)

(4月5日及9月27日公眾假期休息)

時間：上午 11:00 – 12:30

地點：北角英皇道 368 號榮馳商業大廈
3 字樓

妙雲集讀書會

閱讀：《成佛之道》

主講：陳國釗老師

日期：2015 年 3 月 14 日開始(逢星期六)

時間：下午 2:30 – 5:30

地點：北角堡壘街 36 號美威大廈 2 樓 D 座

觀音菩薩誕紀念法會

日期：公曆 2015 年 3 月 29 日(星期日)，本會於下午二時在北角英皇道 368 號榮馳商業大廈 3 字樓舉行紀念法會，讀誦《妙法蓮華經》，歡迎各界人士參加。

遠參老法師紀念法會

日期：公曆 2015 年 4 月 26 日(星期日)，本會於下午二時在北角英皇道 368 號榮馳商業大廈 3 字樓舉行紀念法會，讀誦《妙法蓮華經》，歡迎各界人士參加。

佛誕紀念法會

日期：公曆 2015 年 5 月 24 日(星期日)，本會於下午二時在北角英皇道 368 號榮馳商業大廈 3 字樓舉行紀念法會，讀誦《妙法蓮華經》，歡迎各界人士參加。

印順導師圓寂紀念法會

日期：公曆 2015 年 6 月 14 日(星期日)，本會於下午二時在北角英皇道 368 號榮馳商業大廈 3 字樓舉行紀念法會，讀誦《金剛經》和《成佛之道》，歡迎各界人士參加。

(本會所有課程費用全免，歡迎各界人士參加)

現已開始徵收二零一五年會費，每人一百港元，敬請各位會員依時繳交

印順導師思想研習班
妙華佛學會
合辦

直播臺灣福嚴推廣教育班課程

第29期課程於三月開始至六月

《初期大乘佛教之起源與開展》

授課老師：長慈法師

班 別：中級班

時 間：3月13日開始，逢星期五晚上7時至9時
(4月3日假期停課)

授課語言：國語(普通話)

上課地點：北角英皇道368號榮馳商業大廈3樓妙華新講堂

《中 論》

授課老師：厚觀法師

班 別：高級班

時 間：3月14日開始，逢星期六下午2時至5時
(4月4日、5月30日、6月6日假期停課)

授課語言：國語(普通話)

上課地點：北角英皇道368號榮馳商業大廈3樓妙華新講堂

以上課程由臺灣福嚴精舍及印順文教基金會主辦，以視像互動方式進行，無需報名，歡迎各界人士參加。欲查詢詳情，請致電 9039 2554 或電郵 zennoncheng@gmail.com 聯絡鄭展鵬先生。

佛學課程

《佛家經典選講一》

講者：	趙國森、陳國釗、朱元鶴、 吳潔珠、伍松等居士
日期：	2015年3月9日起至2015年12月28日止 逢星期一、四（共八十講） （逢公眾假期放假）
時間：	晚上 7:30 – 9:00
地點：	香港北角英皇道368號榮馳商業大廈三樓

課程簡介：

本課程主要選取大乘佛典中般若、寶積、唯識及如來藏系等典籍，以漢譯本為依據，介紹相關典籍的思想特質，藉此擴闊研習者對大乘佛教的認識。

- 星期一**
- 1) 解深密經 (14節)
 - 2) 心經 (6節)
 - 3) 大樹緊那羅王所問經 (20節)

- 星期四**
- 1) 寶積經普明菩薩會 (20節)
 - 2) 勝鬘經 (20節)

報名方法：無需報名

《妙法蓮華經》 淺釋

講者：	何翠萍老師
日期：	2015年3月15日至11月22日 (4月5日及9月27日公眾假期休息)
時間：	逢星期日下午2時至3時半
地點：	北角英皇道368號3樓妙華講堂
宗旨：	遠參老法師生前特別推崇《妙法蓮華經》，在香港被譽為法華王。妙華佛學會前身之妙寶經室，亦是為紀念遠老法師而成立。 本會遵循慧瑩法師遺教，致力弘揚《妙法蓮華經》，致力弘揚遠老法師思想，特開設此講座，歡迎各界人士參加，期望各位會友發心護持！祝願各位於一乘菩薩道上，永不退轉！
(本講座無須報名，費用全免)	

2015 年度法會時間表

序號	法會項目	農曆	公曆	星期	時間
1	新春法會	正月十五	三月五日	四	09:00-12:00
2	觀音菩薩誕法會	二月初十 (二月十九日)	三月二十九日	日	14:00-16:30
3	遠參老法師圓寂紀念法會	三月初八 (三月初九)	四月二十六日	日	14:00-16:30
4	釋迦牟尼佛誕法會	四月初七 (四月初八)	五月二十四日	日	14:00-16:30
5	印順導師圓寂紀念法會	四月二十八日	六月十四日	日	14:00-16:30
6	觀音菩薩誕法會	六月十八日 (六月十九日)	八月二日	日	14:00-16:30
7	慧瑩法師紀念法會	七月十日 (七月十三日)	八月二十三日	日	14:00-16:30
8	觀音菩薩誕法會	九月十三日 (九月十九日)	十月二十五日	日	14:00-16:30

註：法會在英皇道榮馳商業大廈 3/F 舉行

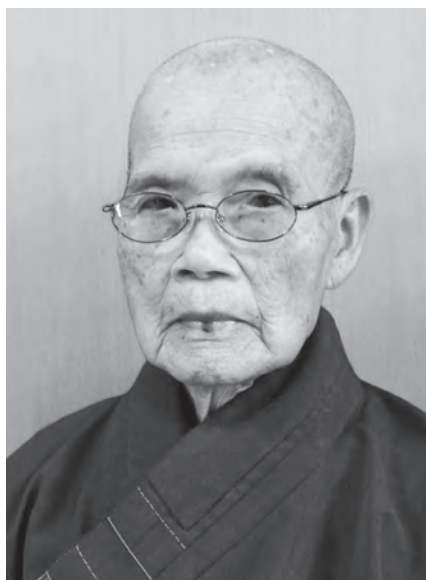
() 括弧內的日期是正日，現提前在星期日下午舉行。

《妙法蓮華經》

講記(之十一)

慧瑩法師主講 何翠萍筆錄

見寶塔品的內容主要是證明釋迦佛所講的是正確的，多寶佛為釋迦佛作證時，也幫釋迦佛催促那些菩薩弟子發願持經，然後囑咐他們流通《法華經》。多寶佛是古佛，釋迦佛是今佛，是今次示現在這個世界成佛。這一品表示了古佛今佛都同樣重視《法華經》，重視流通一乘。



聲？」寶塔湧出之後又發出音聲，來讚歎釋迦佛。釋迦佛對大樂說菩薩說：「此寶塔中有如來全身，乃往過去無量千萬億阿僧祇劫，過於東方無量千萬億阿僧祇世界，國名寶淨，彼中有佛，號曰多寶。」這是介紹多寶佛，講出那個世界名叫寶淨。「其佛

見寶塔品開頭講：「爾時佛前有七寶塔，高五百由旬，縱廣二百五十由旬，從地涌出，住在空中。」當時釋迦佛說法時，佛前有個七寶塔，是七寶所成的，有五百由旬那樣高，四邊有二百五十由旬那樣廣闊。這個寶塔從地湧出之後，停在空中，這就是多寶佛塔。

大樂說菩薩來請問寶塔的因緣，「而白佛言：世尊，以何因緣，有此寶塔從地涌出，又於其中發是音

行菩薩道時，作大誓願」，他行菩薩道時已經發了大誓願：「若我成佛滅度之後，於十方國土有說法華經處，我之寶塔，為聽是經故，涌現其前，為作證明。」他說：如果我將來成了佛滅度之後，我也要到處去證明，不但在釋迦佛的世界證明，而且在十方世界中，凡有說《法華經》之處，我的寶塔，為了聽這部經，就會湧現其前，來作證明。多寶佛這樣做，是為了加強信眾的信心。

這一品也講了三變淨土來容納分身佛集會一處，因為多寶佛的出現，

眾人只聞其聲不見其面，所有的菩薩、聲聞弟子等，人人都好想見到多寶佛。怎樣才可見到多寶佛呢？經文說：「是多寶佛有深重願，若我寶塔為聽法華經故，出於諸佛前時，其有欲以我身示四眾者，彼佛分身諸佛，在於十方世界說法，盡還集一處，然後我身乃出現耳。」這位多寶佛有這個深重的大願，他說：在十方世界，我到處去聽《法華經》，但如果要見到我的佛身，就要說法的那位佛的分身諸佛，全部聚集一處，然後我的佛身才出現。既然菩薩請求要見多寶佛，所以釋迦佛也要順大眾的意思，放白毫相光。經文講：「時娑婆世界，即變清淨。」這是第一次變，佛放光照耀東方五百萬億那由他世界，那五百萬億分身諸佛就知道了，就來到娑婆世界。釋迦佛為了容納所有的分身諸佛，就把三千大千世界全部變清淨，變成「琉璃為地，寶樹莊嚴，黃金為繩以界八道，無諸聚落村營城邑，大海江河山川林藪，燒大寶香，曼陀羅華，徧布其地，以寶網幔羅覆其上，懸諸寶鈴」，佈置得非常莊嚴，「唯留此會眾」，只留下法華會上的大眾，其他的人去了哪裏呢？「移諸天人置於他土」，佛用不可思議的神通之力，把其他人移到別處。

「是時諸佛，各將一大菩薩以為侍者，至娑婆世界」，所有的分身諸佛，每位佛都帶一位菩薩做侍者，來到娑婆世界；「各到寶樹下，一一寶樹，高五百由旬，枝葉華果，次第

莊嚴，諸寶樹下，皆有師子之座，高五百由旬，亦以大寶而校飾之。爾時諸佛，各於此座結跏趺坐，如是展轉，徧滿三千大千世界，而於釋迦牟尼佛千萬分之一所分之身，猶故未盡」。

整個三千大千世界都變得很莊嚴，但還是不夠地方來容納那麼多的分身佛，釋迦佛只好再變淨土。「時釋迦牟尼佛，欲容受所分身諸佛故，八方各更變二百萬億那由他國，皆令清淨，如前所變」。這是第二次變淨土，在八方再變二百萬億那由他國，變成前面所變的那樣莊嚴。這樣還是不夠地方，就要三變淨土，「復於八方，各更變二百萬億那由他國皆令清淨」。佛又在八方的二百萬億國土之外再變二百萬億國土，範圍就更大，與初變二變一樣清淨莊嚴。

「爾時東方，百千萬億那由他恒河沙等國土中諸佛，各各說法來集於此」，由東方講起，「如是次第九方諸佛皆悉來集」，南、西、北、東南、西南、東北、西北、上下九方的諸佛都來了，「坐於八方」，他們不坐上下方，因為上方坐在頂上不是很好。

「爾時一一方，四百萬億那由他國土諸佛如來，徧滿其中，是時諸佛，各在寶樹下坐師子座，皆遣侍者，問訊釋迦牟尼佛，各齎寶華滿掬。」當時的諸佛，都坐在寶樹下，每一位佛都差遣一位侍者，去問訊釋迦佛，禮拜釋迦佛，人人都拿著華去供

養釋迦佛。諸佛吩咐侍者：「汝往詣耆闍崛山釋迦牟尼佛所，以此寶華散佛供養。」把華散在佛上也叫供養。「而作是言，彼某甲佛，與欲開此寶塔」，這是講出諸佛是為了要開寶塔而來。

「時釋迦牟尼佛，皆聞諸佛，與欲同開寶塔，即從座起，住虛空中，一切大眾起立合掌，一心觀佛。於是釋迦牟尼佛，以右指開七寶塔戶，出大音聲，如卻關鑰，開大城門。」釋迦佛聽到諸佛的話，就上升虛空之中，用右手開七寶塔戶，開塔門時發出很大的音聲，好像開大城門那樣。「即時一切眾會，皆見多寶如來，於寶塔中坐，如入禪定」，大家看見多寶佛在塔中，好像入了禪定一樣。同時，多寶佛對釋迦牟尼佛說：「善哉善哉！釋迦牟尼佛，快說是法華經，我為聽是經故，而來至此。」這是催促釋迦佛趕快流通《法華經》。

「爾時大眾見過去無量千萬億劫滅度佛說如是言，歎未曾有，以天寶華聚，散多寶佛，及釋迦牟尼佛上。爾時多寶佛，於寶塔中分半座與釋迦牟尼佛。」釋迦佛開了塔門，多寶佛請釋迦佛進寶塔，讓出一半座給釋迦佛，並對釋迦佛說：「釋迦牟尼佛，可就此座。」釋迦佛進入塔中，「結跏趺坐」。

「爾時大眾，見二如來在七寶塔中，師子座上結跏趺坐，各作是念，佛坐高遠，唯願如來以神通

力，令我等輩俱處虛空。」大眾看見多寶佛和釋迦佛都坐在上面，心裏就想：佛坐得那樣高，我們抬起頭看得很辛苦，希望佛用神通力令我們也坐高一些就好了。「即時釋迦牟尼佛，以神通力，接諸大眾，皆在虛空」，釋迦佛就滿了大眾的心願，把大家都接上虛空中坐，然後「以大音聲普告四眾，誰能於此娑婆國土，廣說妙法華經，今正是時，如來不久當入涅槃，佛欲以此妙法華經，付囑有在」。釋迦佛大聲宣佈：誰能在娑婆世界廣宣妙法蓮華經，現在正是時候。你們現在還不發願就遲了，因為如來不久就要入涅槃，佛做那樣多工作，是希望《法華經》付囑有在。

「聖主世尊，雖久滅度，在寶塔中，尚為法來，諸人云何，不勤為法？」「聖主世尊」是指多寶佛，多寶佛雖然久已滅度，但都為法而來，為幫助你們發心流通《法華經》而來，你們為何還不發心？還不精進？還不發願流通？這句就有些怪責的意思，也有催促的作用。

這一品的描寫好像有些神話色彩，表示了一乘的境界是不可思議，是超越了時間和空間，不可以用我們這種思想去想像它。這一品的意思也表示了古佛對流通《法華經》是很重視，勉勵大家弘經，同時引起下一品那些菩薩來發願受持流通此經。



(待續)

十 如的法華與天臺 是

2014年8月17日

昭慧法師講於香港妙華佛學會

何翠萍筆錄

一 唯一佛乘、「開權顯實」與「開跡顯本」

妙華本即與「法華」有緣，很多會友在遠參老法師和慧瑩老法師的教導下，都曾修習《法華經》。法華深義，大家都很熟悉；法華三昧，大家也聽過了老法師們的演繹，有如醍醐灌頂。所以，今天的講座，我選了另一個方向，要從《法華經》談到天臺學。我也知道，從遠參老法師到慧瑩老法師，是以中觀見來解讀法華，這個方向是正確無誤的。把《法華經》連結「如來藏」思想，這未必是正讀，而且，印順導師也是這樣看待《法華經》的。

《法華經》裡講到「佛種從緣起」，而不是「佛種本自具足」。所以，就《妙法蓮華經》而言，不見得要談如來藏。不過，佛教傳入中國，法華學變成顯學，從法華學開展出來的三論宗與天臺宗，都很尊崇法華。尊崇的原因之一，是它強調「唯一佛乘」，眾生皆可成佛。這跟《般若經》的有三乘究竟論顯然不同。從魏晉南北朝到隋



唐，中國佛教逐漸接受了「一切眾生都可以成佛，一闍提也可以成佛」的講法。在「生公說法，頑石點頭」的年代，這原是有爭議的，到後來除了唯識學派堅持「五種種姓」，有成佛，有不成佛，其餘諸宗大體有了「一切眾生皆可成佛」的共識，大家也都推崇《法華經》。

到底除了「唯一佛乘」之外，還有什麼是大家從《法華經》裡所汲取的養份呢？在此，天臺學顯然有它的特色，天臺家對《法華經》作了兩重整理，一是開權顯實，一是開跡顯本。他們把如來一代時教，區分成所謂「五時八教」，如來有權宜、應機說法之教，但最後還是要呈顯究竟的、真實的教法。因此，教導大家證得阿羅漢、辟支佛果，這都還是方便而非究竟，是權教而不是實教，終究都要成就佛道，那才是實教。

如來為什麼要施以方便教呢？因為那個時代的機運中，大部份沙門都是傾向苦行的，希望藉由修苦行而能夠獲得解脫。佛陀必須因材施教，契應根機，讓他們獲得滿足。可是，那只是所謂的「化城」，變化出阿羅漢所抵達的終點站，其實那終究還不究竟，在「化城」裡暫歇夠了，還要繼續上路，究竟要登上佛道，才算圓滿。這是《法華經》的要旨。所以，「開權顯實」，這是《法華經》的一大宗要。

另一宗要就是「開跡顯本」，如來早已成佛，如來的壽量、知識、能力，如來的一切都無有邊際。那位八十歲入涅槃的佛陀，都還只是應跡示現之佛。如來的法身窮未來際，即使是如來報身，也不會只有如此短暫的壽量。所以，從跡佛——釋迦牟尼佛，可以往上探源而見那福德、智慧、壽量都無有邊際的本佛，這是《法華經》的另外一重深義。

二 唯佛與佛，乃能究盡諸法實相

這兩者，在《法華經》裡，透過許多的譬喻與故事而娓娓道來。天臺家把這兩大綱領掌握了以後，建構出一套系統理論。這是從《法華經》哪些重點建構出來的呢？我們可以追溯到「方便品」中的一段話——佛陀告訴舍利弗：「唯佛與佛，乃能究盡諸法實相。所謂諸法如是相，如是性，如是體，如是力，如是作，如是因，如是緣，如是果，如是報，如是本末究竟等。」這是很有名的「十如是」。既然說是「如是」，就是「確乎這樣」。

佛法重視的是「觀見實相」，不可迴避實相，不要拉遠距離而產生朦朧之美，這樣逃避對「實相」的觀察與印證，將只是短暫的嗎啡，讓人依稀彷彿感覺美好、快樂。

我這次在饒宗頤文化館演講時說道：佛陀教我們，要如實正觀色、受、想、行、識的「若好、若醜」，好相要知道，醜相也要知道，不要存心把醜相遮蓋起來，裝著沒事，這樣我們的生命將不會進步，我們永遠沒有克服自己面對醜相時不知所措的困境。這是開發智慧必須擁有的能力——觀照實相，洞明實相，絕對不是逃塵避世，迴避實相。

《法華經》說，只有佛陀才能窮盡「諸法實相」。經中列出來的十種如是，難道只有佛陀才能夠窮盡嗎？在《阿含經》裡，佛陀教我們觀照五蘊（色、受、想、行、識），自己的乃至於他人的五蘊，從現在觀到過去與未

來，從內觀到外，從麤觀到細，好與醜都要觀見，還要從近觀到遠，那難道不是觀見諸法實相嗎？怎麼會只有佛陀才能夠窮盡諸法實相呢？這就分辨出了佛陀與其他聖者的功力差別。佛陀有種種不共阿羅漢的功德，佛陀有「十力、四無所畏，十八不共法」，顯然他在因地的功夫下得深廣，他的成就也更為高遠，這是「如是因，如是果」的法爾道理。

為什麼佛陀的功夫下得深廣？因為他有悲願，他不忍眾生苦難的悲願，讓他不只是窮盡自己本身五蘊相的「十如是」，還要能夠廣泛地對他所會遇的眾生之十如是、對他所面對的情境之「十如是」，都清清楚楚、明明白白。這般功力當然不是魔術棒一點就可幻化出現的，那是長期度化眾生所累積出來的經驗和智慧，因地種下去的，是廣觀眾生與諸法的「十如是」，到了果位中，佛陀當然得阿耨多羅三藐三菩提，這是無上正遍覺，而不是阿羅漢的正覺。

因此，阿羅漢與辟支佛都必須觀照自己五蘊的實相，但是，只有佛陀能夠洞明「諸法實相」，這可以說是在因地裡悲願深廣，驅使他以廣大眾生之離苦得樂作為目標而用心耕耘，因此得以開花結果的法爾道理。

三 羅漢善觀五蘊實相

阿羅漢是否能夠照見他人的五蘊實相？阿羅漢是否也可以照見過去及未來？可以的。《雜阿含經》云：「若

過去，若未來，若現在。」阿羅漢聖者依於定慧修持，確實是可以將自身的色法觀照得一清二楚，在此基礎上，進一步對名法也如實正觀。色法是物質，受、想、行、識則都屬於名法，若要把色法、名法都觀照清楚，唯有先觀照色法，進一步才能培養出觀照名法的功力，因為心念閃動比身體的變化更快。所以，四念處一定要先從「身念處」切入，先觀察色身的變化，不可能一步到位，觀察到心理的變化。

當慧力越來越強大，觀照越來越細密，這時念心所與慧心所好像一檯越調越精密的掃描機，可以掃描到很深層、很隱微的內涵。例如，我們吃進去的食物會影響到色法，飲水及空氣會影響到色法，這是「食生色」。我們依業力投生到有緣父母家，父系與母系的基因也會影響到色法，這是「業生色」。而我們在時空隧道中通過，必然因耗能而影響著色法，這是「時節生色」。

地鐵從這裡快速地開到那裡，中間磨擦生熱，它會產生「火大增盛」的效果。「火大」是四大之一，屬於色法。我們的生命亦然，在時空隧道中奔馳而去。佛說「五蘊熾盛」，為什麼以火光的「熾盛」來形容五蘊？是因為五蘊運轉的過程，基本上是一種「熟變」的過程，火大增盛，當然會影響色法，就像磨擦生熱一般。生命在時空架構中奔流不已，依於火大催熟而讓色身產生熟變，所以，在時空的架

構中，一粒種子慢慢可以長成大樹，開花結果，果實起先是青澀的，逐漸成熟後，甜度與軟度都恰恰好，若再放一段時間，就會過軟，發酵，逐漸腐爛。

生命也是這樣，火大有沒有催熟的力量？有的。我們的色身也在時節的飛逝中，受到火大的影響，是為「時節生色」。

最後，身心交感，我們心裡的每一個念頭都會影響到色身，是為「心生色法」。

食生色，業生色，時節生色，心生色，色法是在這麼多因緣交織變化中產生的，所以它也必然隨著因緣變化而運轉無常。禪者越觀照就越清楚，這是因為他的念力與慧力所啟動的掃描器，會清晰地看到色身的變化，除了跟食物、飲水、空氣、時令季節相關，最重要的，是跟心念密切相關。每一個心念的閃動，都會在身體裡撞擊出某種效果。於是，在覺知身色的變化及其要素之後，我們的觀照力越來越強，掃描的細密度越來越高，這才有能力將念頭從「身」的結構與覺「受」，進一步覺知「心」的剎那變化，終於體證那無常、無我、寂滅的「法」爾道理。

平時我們覺得，肉體加意識流，就是一個完整的「我」，如今，這個一合相的「我」，終於在四念處的深度觀照中被解構了。當我們從麤相的色法觀到了細相的名法，這時我們才有能

力從現在的五蘊，觀見它的過去與未來，這不是猜測，不是推理，而是親證。然後，我們也才有能力觀到因緣。

聖者的成就也不是一步到位的，他必須先觀照色法，再觀照名法，然後才穿透時空座標，從現在跨越到過去與未來。對於自己五蘊的實相，他的觀察必須如此扎實，甚至也不排除由「內」而「外」，觀見自己五蘊的實相，也能觀見別人五蘊的實相。

為什麼要這樣觀照呢？觀照自己就好了，為什麼要觀照別人呢？原來，我們的生命本就不應該切割，因為我們並不是獨立封閉的絕緣體，我們與他者之間是有眾多顯性與隱性的管道，不斷產生交流的，我們必須對於他者，有某種程度的關懷，即使是只求自我解脫的阿羅漢，也必須要對別人的處境感同身受。

我們有時雖然也有同情心，可是由於我們不知對方的實況，很有可能存著好心，卻做了壞事，幫了倒忙。覺知對方的身心狀況，自己才能用最恰當、最溫柔的方式來對待對方。還有，如果自己對於他人，生起的是欲貪、執著，也必須透過對於他者的身心狀態，清清楚楚、明明白白，知其五蘊的實相，才不會對其五蘊的一合相，產生顛倒夢想——愛戀、渴望、執著。所以，不但要知己，還要知彼，不是為了戰勝對方，而是為了戰勝自己。所以，解脫道行者覺知、觀照自己五蘊的實相，同時也不排除觀照他人五蘊的實相。

四 透過根門覺知實相

對於解脫道的修行人來講，另外一門功課就是，他不可能自我封閉，他的思考、情緒、意志的運作，不只受到自己身體狀況的影響，也受到別人與情境的影響，他也必須從情境中防衛自己、獲取資源並排除廢物，他的六根門頭無時不接觸境界。眼、耳、鼻、舌、身、意六根可說是身心面對情境的六個介面，身內跟身外的通道。所以，他必然在六根齊張的過程中，覺知所處情境與其他有情。

問題是，我們在六根齊張的過程中，一如自己對五蘊會產生「一合相」的有錯覺，認為那就是「我」。我們經常以自我為中心，只貪圖自己身體舒適，心理亢奮的感覺。那麼，這六根門頭不夠警覺，就會溜進盜賊——這就像是大樓的門窗沒有關好，容易有盜賊入侵。一旦盜賊進來了，一點一滴地輸入了廢物、污染物、毒品，我們卻毫無警覺，也沒辦法將它們排除出去，積年累月的垢濁，將使房屋面目全非，讓我們無法認清它的實相。

雖然感官張開來，也還是都在看、在聽，而且我們也非常熱切地在看著、聽著周遭人的表情、言語，甚至忖測他心裡在想什麼，揣度眼前這個情境對自己有沒有構成安全威脅，這種工作無時或已，感官實在很忙。套句佛法術語，我們不斷地透過六根的運轉，依六識來識別情境。但我們是不是能夠因此而知曉情境的「實相」？那可就不容易了！門窗玻璃既已

蒙塵，透過它來看外頭的景觀，是看不清楚的。

同樣的，無明眾生的六根沒有嚴謹守護，蒙上許許多多欲貪等煩惱塵垢，於是見聞覺知的情境，就會受到扭曲，讓人無法見其「實相」。所以佛陀的教學，不但要我們觀照五蘊，還要我們觀照六處運轉的原理，讓我們從無明相應的觸、受而轉為明相應觸、明相應受。兩者的差別在哪裡？如果無明相應，感官一接觸到境界，心識的分辨功能立時加入，於是，根、境、識三事和合而生觸，觸緣受，受緣愛，愛緣取，取緣有，有緣生老病死憂悲惱苦，招感的是「純大苦聚集」。反之，明相應觸、受的當下，不會衍生愛欲、執取，就不會製造業有，也就在那當下，截斷了生老病死憂悲惱苦的延續。一念明相應觸，就獲致一念的解脫。念念明相應觸，也就念念解脫。

問題關鍵是：當我們一接觸，一承受，由於無明相應——無明相應觸，無明相應受，這使得我們立刻對境界產生愛、取，喜歡就抓住，當然是愛、取；不喜歡就拋開，那也是愛、取。不喜歡這個，就表示喜歡那個；這個不符合我所愛的標準，所以我喜歡那個。看起來是在排除而非執取，其實同樣是取！取什麼？原來，即便想要把它甩掉，也得要先把它抓住，要狠狠地抓住，才有可能重重甩開，所以這樣的心理運轉依然是「取」，是貪、瞋、癡的運轉。

愛、取的效果出現了，我們的行為、言語與心念（身、語、意三業）就出現了，是為「有」。何以名「有」？種下業因，就休想「船過水無痕」，凡走過的，一定留下痕跡，接下來當然就得承受「業有」規範下的生老病死憂悲惱苦。所以，當我們的六根張開，面對情境的當下，竟然因為「無明相應」，而出現一串不是實相的境相，隨著自我中心的愛、取與業力，而扭曲所見、所聞、所覺知的種種內容。

如果沒有透過六處張開的每一個接觸環節，去覺知自己到底有沒有與無明相應而產生愛、取、有，那麼，我們不可能覺知自己的五蘊實相，也不可能覺知六處所接觸情境的實相，我們會隨著無明（理智的錯亂）與愛、取（情意的膠著）而轉動自己的業力，無法見到蘊、處實相。

《阿含經》教我們，要究盡蘊與處的「實相」，從蘊與處的觀照之中，洞燭色法和名法的相互影響，跨越觀察的局限，看到它的因、緣、果、報。但是觀察的重點畢竟是放在自己身上，放在自己眼、耳、鼻、舌、身、意接觸的那些內容上面，這主要是為了自己，以自己為中心，讓自己得到解脫。所以，《阿含經》所教的正觀實相，終究還是自己五蘊組成一合相的實相。至於情境的部份，只要在接觸過程中，自己不以愛、取相應，便可以了。

五 如來究盡諸法實相

而對於所有的情境都要一清二楚，對「所有眾生若干種心」都要「悉知悉見」，這可就不是解脫道的功課，而是菩薩道的功課。因為菩薩不只是一要自己跳出三界火宅，他還想把別人拉出火宅。這就是《法華經》「三界無安，猶如火宅」的譬喻。房子失火，自己跑出來而倖免於難，這樣算是成功嗎？家人還在裡頭，怎麼忍心不救他們出來？這就是菩薩道的精神所在——所有的眾生都像我的家人，我不能因為自己解脫而就痛快，必須把這些身陷三界火宅的家人也拉出來。這必須要有大悲和宏願——捨不得其他眾生受苦，這是悲心；於是激發起救拔苦厄的願力。

悲心的情感，願力的意志，反覆操作而形成生命中關懷眾生的慣性。於是，所有眾生的若干種心，都是自己如實知見的，否則會開錯藥單，下錯藥方，幫不上眾生的忙。

這如實知見，不僅是自己要普救眾生，要關懷眾生，也包括要折伏眾生。有的眾生是煩惱的垢濁特別頑強，要如何折伏他，這也不是那麼簡單的事情。面對眾生的苦與惡，這都會構成菩薩道的功課。它不是解脫道的功課，解脫道的功課只要觀到自己的苦與惡，離於愛、取而斷苦，斷惡則依四正斷：未生惡令不生，已生惡令斷，未生善令生，已生善令增長。這樣的功課就夠了。

而菩薩道不只這樣，菩薩要度一切眾生的苦厄，希望眾生都跟他一樣同登彼岸。還要依種種善權方便以降伏眾生諸惡。在在處處，如果不知眾生的實相，那麼，方便可能用錯，力度可能下得不對，其效果就不會出現，要降伏眾生諸惡，就會受到挫敗。

《阿含經》說：佛陀說的法是「初善，中善，後亦善。善義，善味，純一滿淨，梵行清白」。佛陀說的法，起點的動機就是純善，他絕對沒有想要掌控眾生，高人一等，他純粹就是要從火宅中拉眾生出來，所以其動機純善。「中善」，過程中的所有觀念、方法，都是純善。「後亦善」，最後的效果一定是美好的。佛陀說法絕不會動機雖好，最後的效果卻差。

味就是滋味、境界、效果。佛陀說的法，有良善的道理，還有良善的效果。佛陀說的法，一定是單純的（純），一致的（一），普遍的（滿），清淨的（淨），他的梵行圓滿而潔淨。倘若我們從佛陀身上學到的教法，可以用在自己身上，達致「初善，中善，後亦善，善義，善味，純一滿淨，梵行清白」，但是卻沒有能力用到別人身上，豈非不夠圓滿？倘若眾生透過我們的努力，也能達到生命中「初善、中善、後亦善」的效果，這條路是不是更漫長？這裡面的功課是不是更繁重，更複雜？人不容易看清自己，所以我們要觀照五蘊、六處與諸界；六根門頭的接觸，要學習隨時與「明」相

應，而不與「無明」相應，這已經就不容易了，還要擴大到對其他眾生，那真的不是一般人能夠做到的。

佛陀也不是天生的釋迦，他不也是一路從凡夫境界提昇上來的嗎？他到底跟阿羅漢有什麼不一樣，以致於他能夠「究盡諸法實相」？原來，在與眾生接觸的過程中，悲心與願力使他有強大的動機（這就是初善），來瞭解眾生的相、性、體、力、作、因、緣、果、報、本末究竟等，他有強大的願力，促使他一定要這樣做，才能夠真實地幫助眾生。

驕慢的眾生，你若再稱讚他，他就更驕慢；軟弱的眾生，你若再打擊他，他就更沮喪。倘若不能如實知曉眾生的諸法實相，我們不免會存好心卻辦壞事，可能是增加了眾生的煩惱、憂苦，乃至眾生的惡念、惡業、惡習。

所以，如果四正斷的功課，不只是用在自己本身，也能夠恰如其分地幫助眾生，讓對方斷惡修善，這中間當然就要有究盡諸法實相——「十如是」的洞觀力了。

六 依「十如是」究盡實相

我們自己的相貌，照照鏡子可以看清楚，可是往內探視，憑著一面鏡子，可以知道其「性」嗎？這個性質到底是什麼，以至於呈現這個相貌？我們並不是很清楚。相與性，外貌與內在，是一整體的，於是進一步問：我

們看得到整體嗎？不，我們經常是見樹不見林，我們經常是頭痛醫頭，腳痛醫腳。整體診斷則不然，有的高明醫師，病人頭痛，他會從腳部治療；腰痛，可能從肩膀治療，因為他看的是這個人的整體而非局部。

而我們看到的是局部，對於整體的掌握度，不是那麼清晰，不要說是對別人，對我們自己都是如此。當我們看到這樣一個外貌與性質，整體呈現出來的一合相，我們就給他安立名稱，這是男生，那是女生；這是張三，那是李四。請問這一合相是不是有某一種潛在的能量？那就是「力」，這能量潛在的時候，就已經產生某種相、性、體的效果，一旦運作出來，是名為「作」。一合相的運作一定會留下痕跡，在自己、他人乃至公眾身上或多或少的影響。它一定會在因緣和會的時候，產生效果與報應；即便暫時因緣還沒有成熟，果報還沒有冒出根苗，但所有這些運作，都不會無故消失，假使其他的增上緣具足，就會產生某一種或多種效果，甚至形成一期生命的報體。

總之，從舉心動念的開端，一直到末端產生的效果，從裡到外的整個過程都能予以窮盡，這不是一件簡單的事情。

就如剛纔所述，從鏡子裡看到自己的相貌，我們都很難看到內在的五臟六腑。舉例來說，看到滿臉青春痘，不知道這可能與肝臟排毒或食物不佳有關。這還都是從現在來看，光

是現在的表 and 裡，我們往往就只能看到表象，不容易看到內裡；看到局部，不容易看到整體。更何況是從過去到未來，從外顯形相看到內在質地，從潛在觀到顯現，從現在觀到過去與未來，這樣看待臉上冒出來的青春痘之「相」，到底是內四大與外四大間，在身心與情境之間，在「性、體、力、作」等運轉之間，哪裡出了問題，是哪些「因、緣」產生這樣的「果、報」？

講到「力」與「作」，學問也很大。我們就算是看到一個整體的呈現，也還是看不到他的力度。例如，西醫解剖學很高明，但他終究是對死人作解剖，不能對活體解剖。西方人對動物很殘忍，就用活體的動物來進行解剖。理論上，解剖屍體，讓我們知道了人體的器官，大體解剖出來的所有的肌肉、皮膚、骨骼、骨關節、韌帶、血管等等，都看得一清二楚。這也不過是從相到性、到體，但看不到他的「力」與「作」。潛在的力道，產生了整體的運作，但那是屍體，解剖者沒有辦法在靜止的屍體上，看到他在世時心肺、血液、組織液、氣脈、經絡的潛在力道與流轉運行。那還都是攤在「現在」的時空背景下來看，更何況還要看到其潛在力道與流轉運行的因緣果報？那真的是談何容易！

超音波檢測，發現某位病人有「脂肪肝」，那已是從人體的外「相」而進入內「性」，但這還只是「果」。我們會推理說：這個人的食物不對或作息不正常……。於是推理：他應該是這樣

導致脂肪肝的發生。但這只是推理，我們有可能看到從食物、作息到脂肪肝形成的整「體」、過程中的潛能之「力」與呈顯之「作」嗎？我們能像看紀錄片那樣，清楚看到此人的肝臟是怎樣逐漸堆積脂肪的嗎？我們看不到。我們對於色法的觀察力不足，就不足以觀察名法，對名法的觀察不足，就更是不足以觀察因緣法——從現在追溯過去，從現在推見到未來。觀「因、緣、果、報」本來就是高難度。觀察自己的因緣果報已經是如此高難度，更何況是要對眾生的「因、緣、果、報」，能夠究盡其實相呢？

七 因地悲願，果德圓滿

究盡其實相，目的是為了什麼？難道就是為了好奇心嗎？當我們的好奇有一種窺視癖，想要探其隱私的時候，內心是污濁的，這種污濁的心思，更讓我們看不清別人，所以還要有狗仔隊來跟蹤與偷拍。這樣惡濁的心，怎麼能看到別人「十如是」的實相？

佛陀是在純一滿淨而清白的梵行之中，加上他廣大的慈悲心和雄厚的大願力，在與眾生的互動之中，不斷地累積了他洞察「諸法實相」的能力，這些能力不會像變魔術一樣忽然出現，這都是在日積月累之中呈現出來的功力。

當我們看到佛的「十力」或「十八不共法」境界太高，離我們很遠，我們當然很難想像。但是話說回來，我們

反觀自己就會知道，一個人成天只想著自己的解脫，先不要講是否自私，我們先擱置這方面的道德判斷，而從事實判斷著眼。試想，一個人成天只想著瞭解自己，不太去想到別人。這時他跟別人的互動，就不可能夠切中別人的心坎，哪還可能由「相」而「性」地「悉知悉見」別人的心念，並洞察這些心念帶來的「力」道與運「作」呢？更遑論這些心念捲動的「因、緣、果、報」？有如是因，當然就有如是果，因地未於眾生間作此努力，又哪會無端呈現「究盡諸法實相」的果德？難怪《法華經》中會說，這是「唯佛與佛」乃能究盡的境界。

有些人，你會感覺到，他跟眾生之間的互動非常良好，當讚揚則讚揚之，當折伏則折伏之，而且力度恰到好处，眾生對他口服心服。這難道是苟且僥倖得來的嗎？不是的，他必然也是在生命運轉的長時劫中，跟人在互動之間熟悉要領而習得的，一定是經過生澀的過程，從生澀到熟悉，到後來出神入化，那不也是菩薩道的「種、熟、脫」嗎？於是他幾乎眼睛一瞄，就已洞察了某人的一肚子壞水，幾乎一看他的表情，一聽他的談話，就已經知道此人心中想啥，並且恰到好处地去開導對方。我們先不要講仰之彌高的佛陀，這些功力，這些段數，我們周邊有些高人就多少具足。即便其洞察力還不到百分之百的精準程度，但是你會覺得「他在這方面遠超過我」。此中豈有僥倖？這是一步一腳印修來的硬功夫。

所以，想成佛，又希望快點成佛，這是很奇怪的一件事情。成佛本來就是一個過程。為了什麼要成佛？是希望為了幫助眾生，於是希望自己能夠有大本事，對眾生與事物的「相、性、體、力、作、因、緣、果、報、本末究竟等」有大透視力，好能確切幫助眾生，因此想要成佛以獲取這些助益眾生的大功力，而不是說：「成佛真光采！佛陀的身相莊嚴，國土莊嚴，我要，我也要！」倘若只是這樣，那與「做總統真光采，威風八面，眾人欽仰，我要，我也要！」有什麼不一樣？我，我，我，滿腦子想的都是我，這是不對的！反過來，眾生要什麼，你知道嗎？你我能知道他們要什麼，好能確切幫助他們嗎？為了訓練自己更有能力知道他們的需要，更有能力精準地幫助他們，更有能力達到最好助益效果，是這個動力，使得我們想要成佛的。這時，我們滿腦子想的是「對方」，而不是「自己」。

如何發菩提心呢？是不是光在佛前發願說：「我要成佛，我要成佛」就叫做發菩提心？不是的。一定要有悲心、願力，驅策我們獲致「自覺覺他」的能力，這樣發願，才叫做「發菩提心」。這時發願者非常清楚自己努力的目標，才會將所有會遇的人事物象，都轉化為福德與智慧的資糧，以趨向於無上佛道。

因地不同，果德當然不同。因地中幫助眾生，其果德中，當然對於眾生界的一切，從表象到內裡，從局部

到整體，從潛力到運作，從因緣到果報，通通一清二楚。看起來神秘不可思議，其實，這就是「法爾如是」，宇宙中運行的法則就是如此，這些道理，只有佛陀才能究其實而窮其底蘊。

當我們對於自己的關切占了主要的力量，對別人就不可能看得清楚。心量越小，看到的就越小。當我們把境界拉高，看到的視野就逐漸寬廣，如是因，如是果，看似神秘，但內在的法則是一清二楚的。

所以，「爾所國土中，所有眾生，若干種心，如來悉知悉見」，這是不稀奇的。若干種心是內蘊的，不是外顯的，為什麼佛陀一看就清楚，我們卻看不清楚？這就只能說，我們的福德、智慧累積不足，我們的悲心、願力不夠宏大，因此我們看不清楚。

大家想想看，我們對於其他生命，能夠把他當作自己一樣看待嗎？這叫做「自通之法」，淺淺的關懷或許還可以，但要深刻到某一程度，我們會覺得：彼此是隔閡的，人心隔肚皮，我們怎麼知道他心裡在想什麼？我們又不是 X 光機或超音波，哪會知道他身體發生什麼事情？別說是別人的身體，連我們自己的身體發生什麼事，我們也不清楚。所以，《法華經》告訴我們，對於「諸法實相」全然的體悟與核驗，只有佛陀才能夠究其窮盡，洞觀無遺。

八 百界千如，一念三千

這只是《方便品》的一小段話，但是，天臺學作了很大的發揮。首先，這十種如是，是不是僅只指涉自己的五蘊？不只如此，還包括了其他有情；除了有情，還包括了器世間，植物乃至無情物的一切。於是這「十如是」，在天臺學裡，就分出了三種世間——五蘊世間、有情世間、器世間。「唯佛與佛乃能究盡諸法實相」，是指：只有佛陀才能洞明自己身心的五蘊，洞明其他有情的身心，包括洞明器世間的一切，洞明這三種世間交織組合與生滅變遷的深層法則。

這三層世間，各自都有它的相、性、體、力、作、因、緣、果、報、本末究竟等。這裡顯然有智慧、福德與境界的高下差異。例如，佛陀比菩薩高，菩薩比獨覺高，獨覺比阿羅漢高，阿羅漢又比天人高。而這四聖加上六凡——地獄、餓鬼、畜生、天人、阿修羅、人，就共同構成了十種層次，名為「十法界」。可以這麼說，法的運作軌則，必當物以類聚，可以分成這十種層次的法類，故名為「十法界」。

你想知道佛陀為什麼成佛嗎？那你一定要知道佛陀的相、性、體、力、作、因、緣、果、報、本末究竟等，法爾如是。你知道現在某某人在無間地獄受何等苦迫嗎？這當然有他相、性、體、力、作、因、緣、果、

報、本末究竟等法爾如是。「要怎麼收穫，先怎麼栽」，每一個生命當前如此如此的呈現，跟他的十如是有關。這樣一算，十如是乘以三種世間，再乘以十法界，這已經是三百了。每一法界，跟其他九法界之間，不是隔別的，而是有通路的。以人法界來說，當我們一念發願成就佛菩提，那一念就通向佛法界。當我們一念產生了極大的惡念，甚至想要殺滅別人，剷除他者，這一念就勾向地獄。

這一念，看起來是隱而不顯，是潛在之「力」，還沒有產生身口二業的運「作」，可是，今天念，明天念，後天念，就不斷增念力的強度，這條心路歷程走熟了以後，那個所繫念的動作就容易實際操作出來。因此，我們平常就要杜絕惡念、邪念，以免心路歷程走熟而養成惡習乃至惡癖。同類因必產生等流果。等流果一旦發生，又得面對異熟果報的呈現。

所以，即便是產生「殺」的念頭，倘若不知不覺，一而再，再而三地浮現殺念，意門心路歷程將逐漸純熟，起先可能還會膽怯，但緊接著意念越來越強，膽子也就越來越大。這條惡業之路就很有可能遇境逢緣而突竄出來、跨越潛伏的意念而外顯成表情與動作了。這就是由「力」而「作」的呈現。那麼，即使此人身在人道，他所種下的因，卻會是地獄之因；只要其他的助緣成熟，他必將往地獄墜落。所謂的助緣成熟，比如說，此人殺念

的心路歷程已熟，正好有某人的某件事情，使他覺得非殺不可，或是覺得殺得很有道理，這時助緣就具足了，這時，由殺念的同類因產生等流果的力道就出現了。若無戒懼之心而矯正惡念、惡見，持續殺念的力度，那麼「某人被殺」的效果終將會出現，於是，他將依其殺業而感得地獄異熟。於是我們說，當此人一念殺機升起之時，縱使他在十法界的「人法界」之中，但他整個「十如是」的運轉，已經種下「地獄法界」的根苗。

相對而言，某人總是樂善好施，總是疼惜別人，總是把自己所擁有的美好事物分享給人，總是想方設法要令別人感到快樂，這時他雖然還在「人法界」，但他已同時鋪下的欲界天的福報，他的心念與業行就跟欲界天產生了通路（故名「業道」）。當他不吝把美好事物分享給別人時，看到別人快樂，心裡就快樂得不得了，這時，他的心念是光明的；這樣光明的心，當然是跟光明的天界對接，而不會跟陰暗的地獄對接。此時他雖然身在人間，但這善良、喜樂之念，就已經鋪了往「天法界」上昇的通道。

身處一界，其心念與行為，就上、下、升、沉於十法界的任何一界，透過念頭的運轉，產生了我們的行為，行為產生慣性，慣性蘊釀成性格，性格決定了我們的命運。這一切，通通都是在一法界中就可能具足的。所以，十界互乘，就是百界，百

界乘以十如是，就是千界，然後再乘以三種世間，不就是三千嗎？所以，天臺學說，「一念三千」。

九 「緣起中道」與「性具三千」

一個念頭射出去，在十如是的運轉之中，可以上達佛域，也可以下至無間。天臺學是如此地敷演著《法華經》「十如是」的妙義。請問：這跟從《阿含經》下貫中觀學的傳統佛法，到底有什麼不同？智者大師不依如來藏，不依本自具足三十二相、八十種好的佛性來建構他的思想體系，此所以在中國佛教史上，天臺學是「性具」思想，而不是「性起」思想。一念具足三千，是為「性具」。每一個推演的步驟，其思維邏輯似乎十分扣合佛法的「緣起」義。天臺學可說是把「緣起」諸法相互關聯、相互依存的理論發揮到了極致。

但是天臺學有沒有不共他宗的特見？當然是有的。佛說緣起，「此有故彼有，此生故彼生，此無故彼無，此滅故彼滅」，這是包括有情，也包括無情物的；這是包括三種世間的。然而佛陀在講述「緣起」時，還是縮小範圍，專門講述有情，因為佛陀關心的，還是有情，特別是有情依「無明緣行」與「愛緣取」所招感來的「純大苦聚集」。

五蘊世間、有情世間與器世間，這三種世間的一切，都是因緣和合而生，因緣離散而滅，其生、住、異、

滅都不外乎這種法則。然而佛陀說法的重點放在哪裡？放在有情。因為有情會覺知苦，世間的無常變化會讓他感受痛苦。而雖同樣無常生滅，會讓有情感知其苦的對象，還是有所差異。樹葉飄落下來，樹木不會覺得痛苦，我們也不會覺得痛苦。但倘若我們的牙齒掉落下來，我們會覺得疼痛而產生苦感。皮膚產生了皺紋，雖然不會疼痛，但面對雞皮鶴髮，傷春悲秋，心裡就會感到苦澀。有情對於身心或所愛之人事物的無常，會在承受中產生苦感，跟無情物不同。所以，雖然一切的一切都不外乎因緣和合，但佛陀說法，還是把重點放在有情的「苦」，由淺入深地教導有情：如何「離苦得樂」。

佛陀在一切的因緣結構中，把說法的重點放在「苦」，因為這是我們最在意、最關注的問題，佛陀切中要害來談「苦」。這台電腦損壞了，為什麼損壞？一定有原因，但這不是佛陀所關切的問題，這種問題，電腦工程師就可以解決。一切現象都是因緣和合與制約下的產物，電腦損壞了也是因緣使然。但是，許多因緣自有專家操勞以解決問題，不勞佛陀費心。佛陀把說法的重點放在「苦」的狀態、原因與滅苦之道，「度一切苦厄」，這才是佛陀幫助眾生的重點所在。

「緣起」，在《阿含經》裡，一定伴隨著「中道」。「緣起」講的是現象生滅的法則，「中道」教的是因應此諸現象

的實踐綱領。這兩個詞彙是一體兩面的，佛陀絕不希望把「緣起」講到玄之又玄而散漫無歸，而「中道」的智慧，恰恰是對應「緣起」事相的思維要領。中道，是「不偏不倚」而恰到好處的意思，由此思維要領，龍樹開展出「八不中道」。中道還有另外一重意義，那就是，在緣起事相的諸多呈現之中，就行為主體而言，要「無私」（不偏不倚）地衡斷事情；就所面對的人事物而言，必須把握問題的中心、重點、主軸（這也是另一重的不偏不倚）。以無私之心把握問題核心以作研判與對應，這就是體悟「緣起」之後，依「中道」原則來行動的人生智慧。

因緣是無窮無盡的，我們根本不可能窮盡一切因緣，只能就著眼、耳、鼻、舌、身、意所能觸及的範圍，見聞覺知一部分因緣。即便是一部份因緣，也夠我們受的，雜七雜八大堆資訊，沒有經過篩檢與整理，簡直會是一團亂麻。所以，我們也只能在有限的因緣條件下，衡量自己的時間與能力，然後，無私地去作相對最好的抉擇，這就是中道的智慧。

十 一念啟動，「十如是」迴異

這就帶到了「十如是」的意義。原來，世間學問無法窮盡，莊子說，「吾生也有涯，知也無涯；以有涯逐無涯，殆矣！」無限追逐這些學問，將是耗時費力，且容易淪為「戲論」的。因此，佛陀把說法的重點，放在生命

之所以為「苦」的「相、性……」等十如是，以及讓眾生離苦得樂，成等正覺的「相、性……」等十如是。他說法有很鮮明的目的性，並且抓住「苦等四諦」以為軸心，而不是講一切，更遑論一切的「相即」。

在《阿含經》裡，確實罕見「相即」的概念。然而一切，乃至一切的相即，這樣的概念，在天臺學卻是作了極度的發揮。其實，一跟一切，理論上一定有關係。你我只要點上了互聯網中的任何一個網站，理論上，它跟所有的網站都有潛在的連結可能性。只要你一點進去，接下來，你就會知道這個網站是學術網頁，那個網站卻是色情網頁。由此啟動「十如是」，你就會發現：點入學術網頁與點入色情網頁的因、緣、果、報迥異，天差地遠，這一切又當如何「相即」呢？

再者，強調「一即一切」，將「一」與「一切」毫無重點也毫無秩序地攤在平面上，道出「一」與「一切」的聯結性，這又能解決什麼問題呢？我們還是要回到「緣起中道」的智慧——在有限的時間生命裡，概略地縱觀全局之後，必須衡量：什麼才是現階段的目標？有什麼因緣條件與要領，可以讓我們達成這些目標？否則即便就理論而言，每一個念頭確實會與一切（百界、千如與三世間）產生連結，但是，假設不得其要領，我們依然不知要如何處理這川流不息的紛雜念頭。

在生態學中有所謂的「蝴蝶效應」。紐西蘭一隻蝴蝶拍拍翅膀，其氣流展轉增強，最後產生了佛羅里達州的一場龍捲風。這整個過程，當然有它的「相、性……」等有情世間和器世間的「十如是」，然而重點是，我們要怎麼解決問題？有可能令蝴蝶不拍翅膀嗎？蝴蝶不拍翅膀，就不能叫它為蝴蝶了。也許你會說：「為了避免蝴蝶帶來問題，乾脆把所有蝴蝶都給消滅了。」可是這樣真能解決問題嗎？老鷹拍拍翅膀的氣流豈不是更為強烈？於是我們發現，依目前的科技局限，我們還是得從龍捲風這頭著手，例如：成立龍捲風來襲的預警及防災系統，讓民眾至少先保住性命，這才是現階段我們能做的重點。這時若災難已迫在眉睫，還慢吞吞研究蝴蝶拍翅的「相、性……」等一切的一切，就很有可能漫無邊際而緩不濟急的。

我們可以這樣講，天臺學，智者大師開展出來的，還是立基在「緣起性空」的立場，於中觀學的基礎上發展，即便是論及「佛性」，也還是以真如法性為正因佛性，以與真如理相應的覺智為了因佛性，以開發正因之一切善根功德為緣因佛性，並非「本自具足」的如來藏。到唐朝荊溪湛然的時代，中國佛教以如來藏為主流，天台學漸受影響。至宋朝引爆「山家山外之爭」，這時，天臺家出現了決裂，決裂的爭議點就在於以正統天台家自居的山家派認為，本具真心的如來藏，

與天台系統的妄心理論是有違背的。

天臺學論述空有的刀法很精準，他們是以「緣起性空」的主軸，加入了《法華經》的「十如是」，《阿含經》的三種世間，縱貫著四聖六凡的十法界。智者大師將南北朝時代「南三北七」的判教學說，加以掌握消化，推出「五時八教」的判教主張。他意圖從《阿含》、《般若》，到中觀、《法華》、《涅槃》，將佛陀教法予以體系化，並推出「一念三千」、「三諦圓融」的天臺圓教。

十一 解行並重，觀「心」為要

這樣綿密繁複的天臺學，會不會是空談玄論而不切實際呢？不會的，天臺學已在「三諦圓融」的教理基礎上，發展出「一心三觀」的修行理論。而智者本身就是一位悟境甚深的大禪師，在行門上曾扎實用過功夫，並且修過法華三昧。天臺學整體結構的系統學問，不是空中樓閣，而是智者大師用經教來檢核自身的體證，並予以系統化的一門「解行並重」的學問。

一念三千這套理論，如果放在修行上，要怎麼起修呢？從《阿含》以來，所謂修行，不外乎是「修心」。「相」由「性」顯，心「性」不正，外顯於表情的「相」與身心共構的「體」就不會端正，由潛在的念「力」而顯現為言語、行為的「作」當然就不會端正，種下的「因」既然不善，在物以類聚的原理下，招感來的「緣」也

容易不好，由此產生的等流果與異熟報就通通不會良好。所以，「心」當然就是要修學、調理的重點對象。聖者是遠塵離垢的，遠離了什麼塵垢？不是外在的塵垢，而是內在的煩惱塵、習氣垢。

從《阿含》以來，有一個明確的修行要領，那就是：生命必須掌握自己的心念，讓心念能夠安住在正確的地方。至於身體，它是心念安住與運作的工具，跟著心的運行，受到心的影響。四念處要調理的是身心，要解脫的則是身心之苦。到了天臺學，則更聚焦於心念的重要性。每一念，即使你在「人」法界，都有可能跟「佛」法界、「地獄」法界在對接、連結，我們舉心動念豈能不小心謹慎呢？

天臺學對於「心」或「念」的重視，可以說是將《阿含》以來，以「心」為主導性的學問發揮到了極致。你要照顧好當下的那一念心，一念心生起，到底是跟佛法界相通，還是跟地獄法界相通？「欲知前世因，今生受者是。欲知後世果，今生作者是。」我們自己的因緣果報，跟我們的「力」與「作」有關，怎麼「作」就怎麼「受」。

有時候我們也會帶動別人的情緒及別人的業，產生一種加乘出來的共業，這時候，「作」與「受」的關聯，可就不是單純說「我作我受」。「我作」可能「他受」——我擺了一個臉色，她見到就很難過；她情緒受到波動，於是

跟丈夫吵了一架，丈夫情緒失控，於是打小孩洩忿，小孩情緒無從發洩，於是踢狗。我們不能說，這是這個女人、丈夫、小孩與狗在「自作自受」，這已是「共業所感」。但是，無論如何，這些「作」與「受」，都還是相關人等的心念隨著情境而交織出來的，身體在這裡只是工具。

這樣看來，天臺學與《阿含》一脈以來的主軸，相差不大。那麼，它的特色在哪裡呢？其實是放在「到底是從身起修，還是從心起修」的差異上。我們剛剛講到，「一即一切」，理論上，一與一切確乎關聯，但行動者很可能漫散無歸，無法聚焦而激不起動力，這是一個問題。但無論如何，智者還是強調「一念」。一念可通十法界，在一切的一切中，你我總得掌握重點，這個重點就是心，我們得照顧自己的每一個念頭，它是「十如是」由裡而表，由潛在而顯現，由因緣而果報的根源。

十二 「心」之特質：近要，冥妙

天臺學的修行特色，就是修心，要依一心而作觀——一心三觀。天臺家認為：心有兩大特質，一是「近要」，一是「冥妙」。「冥」是幽暗的意思。我們的身體有所變化，雖然從皮膚表層看不到裡面，但是理論上，要看清楚色法還是比較容易的；心法比色法更為奧妙，它的運轉迅速，我們是很難覺知的，所以說它「冥妙」。「近要」，

這是說，心較為「接近」，而且非常「重要」。

心的重要已如前所述，但為何說它「接近」？五蘊，不就是身心的組合嗎？在身心組合中，心如果是近要，難道身不近要嗎？我們的身體難道不是最接近自己的內容嗎？是生，是死，端看身體的運作。心念即使暫時停擺，如休克了，身體只要還在運作，就還沒死。如果呼吸與心跳都停止了，腦波也停擺了，那時就已死亡，那麼，身體不是更為近要嗎？

對此，我們必須要從《華嚴經》文來作理解。原來，天臺家說的「近要」，不是在跟身比較孰「近」孰「要」，而是從《華嚴經》說的「心、佛、眾生，三無差別」來談孰「近」孰「要」。

一個是心，一個是佛，一個是眾生；從「一念三千」的原理來講，三者是可以相通的。因為一念心可以成佛，一念心也可以成就六道眾生的業道，看你我的那念心是擺在哪裡。心是上徹天堂，下通地獄的，心甚至可以上通十方諸佛。但是，「佛」法界太高，境界高到難思難議；「眾生」法界太廣，廣到散漫無歸。我們要起修時，總得有所緣境，所緣境倘若放在佛陀，佛陀太高妙了；所緣境倘若放在眾生，眾生太廣泛了。於是乎在這三者之間，所緣境要安放在最為接近「近」也最為切「要」的心念。天臺學

的修行特色，就是把這一念心拿來作觀——一心三觀，圓融三諦。

從這裡，我們看到了天臺學跟原始佛教乃至於中觀學在修行上的重點差異。從原始佛教到中觀學，「如實正觀」要從哪裡開始？從「身」開始。就初學入門者而言，四念處一定要從「觀身」開始，不能躐等僥倖。倘若連表相外顯的身都觀不清楚，豈有可能觀照那幽微奧妙之心？步步扎實的觀照功夫，必須先從身開始，且要從表皮、肌理、五臟六腑，觀到骨質、骨髓。這種「斷層掃描」的功力，可以比電腦還來得靈敏。

我們觀身尚且要從相到性，從局部到整體，從潛在的力道到顯現的運作，從因緣到果報，「若過去，若未來，若現在」，通通都要覺知，光是色法已不容易，更何況是心法呢？但是，在天臺學的開展中，顯然認為，修行重點要放在心，而且是放在「介爾陰妄一念」，亦即是當下微細的念頭。

要觀照當下生起的念頭，警惕自己：這個念頭是「十法界」中的哪一種法界？這個心念是什麼相，是白品還是黑品？是善品還是惡品？這白品或黑品的心相，內化成什麼性質？是粗質還是細質？相與性交織的整體呈現，是美好還是醜陋？它產生的潛在力道有幾分？呈顯而出的三業運作會是什麼？這樣的業因會招感什麼緣份？產生什麼果報？從這一念心相深

入觀照下去，「十如是」盡在其中，這樣的觀照功夫非比尋常。因為我們的念頭閃得太快，我們掌握不到。問題不是我們不想掌握，是我們的觀照力太弱，根本掌握不到。

理論上，所有的相、性、體、力、作、因、緣、果、報、本末究竟等，不就是從心念那開始的嗎？即連非五蘊、非有情的器世間，都是眾生業增上力所招感的共報，而業力的運作，依然來自心念的主導。所以，心當然是重要的。

十三 童蒙止觀與圓教念佛

然而智者當然也知道，這種功夫不是一般人能夠做到的，所以他才會把這從心切入，從一念去向以掌握「十如是」的這條修行路徑，叫做「圓教」。這是上根利智的圓頓之教，非是一般人所能契及。一般人還是要從童蒙止觀的基礎功下手。童蒙止觀的入門方法是念息法，念息，就是身念處的其中一種方法，因為呼吸就介於身與心之間，心念會影響呼吸，色身也會影響呼吸。例如：跑快了會氣喘，氣喘會使呼吸加快；心理緊張、恐懼，呼吸就容易急促。所以，觀照呼吸的同時，已在同時平衡身與心，並讓身益加平穩，心益加寧靜。

這樣講起來，各位可能會產生一個錯覺：既然以「觀心」為要，天臺家是否不重視念佛？怎麼會不念佛？心

心念念，最好都能繫緣佛法界，在十法界中，倘若通往佛法界的那條心念路頭走熟了，生命境界當然就容易跟佛法界接軌。但請大家注意，這是圓教的念佛，與淨土法門的念佛，略有差異。

淨土法門的念佛，有個明確的實體趨向目標，那就是佛國淨土，如阿彌陀佛的西方淨土，藥師琉璃光佛的東方淨土。行者的修行目標指向那裡，念茲在茲的是締造那佛國淨土的主人翁，希望阿彌陀佛或藥師佛拉我一把。就像移民到美、加、澳洲，得等該國政府的簽證批准下來，我們才能進去一樣。所以，淨土法門的念佛，這是往佛國淨土挺進的心路運轉與目標設定。

但是，圓教念佛的運轉機制卻不是這樣的，這是要讓心念不斷地掛在佛法界，讓心念在十法界的浮沉之中，習慣性地趨向佛法界。一念跟十法界、三種世間都可連結，但這一念倘能當體鎖定佛法界，那麼，這一念由相、性、體、力、作、因、緣、果、報乃至本末究竟等，才會是一致地向上翻轉——這就是圓教念佛的特色。

性廣法師的博士論文寫得非常好，大意是：智者大師晚年省思，自己因廣為度眾，而在修行中不免受到一點耽誤。所以他在臨終時，認為自己並沒有達到六根清淨位。一般的解

讀是：「他度眾生耽誤了修行，不得不銷歸念佛，尋求淨土的寄託。」其實即便就天臺修行理論而言，度眾生豈不也是修行？每一念都在想方設法，讓眾生離苦得樂，那一念心當體就是菩薩法界，怎麼會將「度眾生」與「修行」打成兩橛呢？這條通往菩薩法界的路頭要走熟，這就得要對眾生的相、性、體、力、作、因、緣、果、報、本末究竟等，悉能漸次觀照，應以何身得度者，即現何身而為說法，時而金剛怒目，時而菩薩低眉，運用之妙存乎一心，對症下藥時，帖帖都能除病。

所以，性廣法師認為，智者本來就是一位大修行人，他謙稱自己只達五品弟子位，未達六根清淨位。倘若依此而斷定智者不得不改弦易轍，念佛求生西方淨土，這個邏輯是錯的。

對智者大師而言，他念茲在茲的是弘法利生，心裡懸念著法界有情，隨眾生性而對應他，對治他，幫助他，提昇他。這在十法界中，是以菩薩法界無私、無我的心念，上下周遊於眾生的六凡法界之間。地藏菩薩更是直透地獄法界，地獄未空，誓不成佛，老是繫緣地獄界罪苦眾生。

所以，一個人在度眾生時，他在上下十法界之間，絕不會因此而浮沉不定。因為他在所有十法界中所投射的心念，都有一致性的目標，這就是由菩薩法界而上達佛法界，因圓而果

滿，這跟淨土法門鎖定佛國淨土為往生目標，還是有所差異的。¹

十四 佛不斷性惡，闡提不斷性善

此外，在天臺學裡還有一個很有趣的理論：「佛不斷性惡，闡提不斷性善。」唯識家說：一闡提已斷善根，而佛法界或聲聞四果，不是諸惡已斷，所作已辦了嗎？為何竟說「不斷性惡」？

同樣地，我們必須在「一念三千」的原理中去理解它。為什麼佛不斷性惡？因為佛陀不捨任何有情，包括地獄有情，所以，他對於有情之惡，一定要「悉知悉見」。倘若於眾生之惡不知不見，這不叫做「純潔」，而叫做「無知」。

《金剛經》云：「爾所國土中，所有眾生，若干種心，如來悉知。」佛陀當然能夠「悉知悉見」。倘若欲度地獄眾生，他的心念當然要對接到地獄法界，且悉知於地獄眾生之苦，依其悲心與願力解其倒懸。既然如此，他跟地獄

眾生之間就不可能斷緣，可是又不是被動地受到地獄眾生的拉扯，而是主動伸手，要把地獄眾生拉拔上來。

在十法界中，佛法界難道可以完全孤懸，而與其餘九法界間毫不相通嗎？這樣成佛也沒有什麼味道。成佛要做什麼？豈不就是要幫助眾生？九法界的聖者與凡夫，通通都是佛陀所要化導的對象。所以，就一念三千的理論而言，佛陀既然可以對接到地獄法界，又怎麼會斷除「性惡」呢？「性惡」，也還只不過是「惡」在十如是中的第二要項而已，佛陀對於惡的相、性、體、力、作乃至因、緣、果、報等，是「悉知悉見」。

一闡提在唯識學而言，根本就是五種種姓裡的「無性種姓」，沒有佛種姓，沒有阿羅漢、辟支佛種姓，沒有菩薩種姓。可是，按照《法華經》的原理，一切眾生都可以成佛，所以，一闡提雖為斷善根者，但是，從《法華經》的「唯有一大乘」，到天臺學的「性具十法界」，這個斷善根者要接回到

1 詳參性廣法師博士論文《智顗大師圓頓止觀法門研究》：

有關於智顗臨終感得聖境現前而往生極樂淨土之事蹟，有學者認為這是智顗只投入圓教思想的建構，卻是修行失敗的結果；另有淨土行人認為這是智顗晚年由天台改宗淨土的表現。筆者認為這是推論與認定上的錯誤，故從智顗的學行與修證成就，從天台圓教的理論到事證等方面分析，確定智顗臨終的往生淨域，乃是符應圓教義理與圓頓觀行的高度成就。……

有關智顗臨終以信願行感生淨土的事蹟行誼，不應視之為天台圓教修行失敗的無奈轉向，也不應過度解讀為其為受政治

迫害，憂憤而終；而應視為是信解與行持相應，因行與果德相應的修行表現。此一天台圓教思想特有且行解相應的殊勝淨土觀，實不能以後來厭此（娑婆）欣彼（西方）的淨土宗思想來理解；故後世之淨土行人，自不應以智顗為「改天台而宗淨土」而視之。筆者認為，智顗最後往生西方淨土，是以體悟中道實相與創說法華圓教的偉大思想成就，加上一生精勤修行後所得的修行感應，故不可以扭曲為是修行失敗的無奈轉變。智顗往生淨域，乃為圓理與妙境相符，又是圓頓止觀中信願三昧法門的修行特色，是其在義學思想的引領下而有的「重修」的表現。

（頁234-235）

「善品」、「白品」的網絡，當然還是潛在的，一接就通。

這就導出了「接」的概念。在天臺學裡，有非常重要的兩個觀念：一名為「即」，一名為「接」。「即」之最大化，就是「一即一切」。在某種程度上，任何「一」人事物，都可以跟「一切」產生或親或疏，或遠或近的連結。至於「接」，又是怎麼回事？圓教把別教行者從修行半途接了過來，是為「圓接別」；把通教行者從修行半途接了過來，是為「圓接通」。對於菩薩是如此，佛陀接引眾生，哪裡會限定十法界眾生中的哪一種，不是他所接引的範圍呢？所以，他當然就會有與其他九法界的對接，否則就成了所謂的「緣理斷九」，以真如理為依，由此而斷掉與九界的連結，九法界與佛法界就不能「相即」了。既然對接，那麼，斷善根的一闡提當然還是有指望的，他有在十法界中躍進的可能性。雖然他斷盡善根，只要不斷被聖善力量所接，聖者與善人不斷地接拔著他，他未嘗不能緩慢向上。

我們不要把這個一闡提眾生，當作是一個獨立自存的實體，不妨視作一股小能量團所蘊聚的一合相。如果一大群人的正向能量不斷拱著這一小團負面能量，它不往上提拉也很困難。提拉到後來，它的慣性運轉，就會在十法界中漸次攀升。要接引「斷善根」者，在基礎上確乎非常棘手，很難出現著力點，但是「接」的功夫還是很重要，我們大家倘若都伸出手來拉他一把，一人也許只拉出了零點五公斤的力度，但一百個人

拉出的就是五十公斤的力道。每個人都覺得自己只是輕輕一撩，但他很有可能就此絕地逢生。

十五 心、佛、眾生，皆可緣念

天臺學徹頭徹尾講菩薩道，這是一條圓教的成佛之道。只不過天臺學的修行功夫，講到了「一念三千」與「一心三觀」，鎖定「一念」作為觀察對象，讓初學者往往感覺無從下手，於是不得不「銷歸淨土」。到底要把心繫緣在「一念」還是「淨土」？要繫念在「心」、「佛」還是「眾生」？這在三者相即的理論架構裡，本不必然是「三選一」的命題，但我們還是要在「十如是」的基本意義上，體會生命從表象到內在，從局部到整體，從潛在到運轉，其因、緣、果、報的軌跡。至於初階入門，當然還是先修身念處。

《法華經》云：「唯有一乘法，無二亦無三。」在《妙法蓮華經》裡，一乘就是佛乘，佛乘就是一乘。可是在《阿含經》裡，四念處正是「一乘道」，只此一途可以轉凡成聖——觀身、觀受、觀心、觀法。因此請不要三心兩意，舉棋不定。

由身心印證法理的四念處是一乘道，並非「觀佛」、「觀眾生」就都無用。事實上，觀心、觀佛、觀眾生，這都不是問題，而且都有對治煩惱、矯正偏差的作用。當我們修四無量心的時候，所緣對的不就是眾生嗎？我們對眾生倘有冷漠、視若無睹的習慣，就要矯治自己，學習多多關懷眾生，祝福眾生，把自己的快樂散發給

眾生，對眾生的悲苦感同身受，對眾生的成就隨喜功德，而且平等持心以對待眾生，這就是四無量心的訓練。

而從《阿含經》以來，「念佛」本來就是六念門之一。觀眾生為了對治冷漠、自私的病態；觀佛則可以矯正卑微、沮喪之心，讓自己轉念繫緣於崇高、偉大的覺者典範，念茲在茲的時候，我們的心在無形中轉化，趨向光明聖善的無上佛道。

也就是說，心、佛、眾生三者，都可以拿來作為修行的所緣境，通通都有矯治作用。心太低迷了，要往高處舉揚，於是鼓勵行者念佛；心太自我了，叫他關注眾生，於是鼓勵行者修習四無量心。所有一切，無非是在調整與矯治心念。

所以，一念三千，這一念要落在哪裡？這就必須要有正知而住的擇法力；至於要如何讓這一念心安住所緣而不動搖？這就必須要不斷地扎實修習禪觀。我在修習過程中，究竟繫緣何種境界為宜？這要看它能不能達成「對症下藥」的階段性目標。也就是說，契理之外還要契機。微積分再好，倘若拿來對幼稚園學生展開教學，這就是不對的。

修行人觀身，可以觀出髮毛爪齒乃至血汗涕唾等三十二身分，這當然是比較高的修行段數。眼前倘若觀不到三十二身分的裡層，就先從表皮觀起也無妨。倘若急於觀到裡層，往往不是用「觀」的，而是用「想」的，於是加入太多的想像，無法如實知見五蘊實相。

同理，對眾生必須無私慈愛，才能如實觀照眾生界「十如是」的實相。要深切關懷所處的國土，才能如實觀照器世間「十如是」的實相。

今天以「唯佛與佛乃能究盡諸法實相」的《法華》經義，切入「十如是」的主軸，向大家分享「從《法華》到天臺」的脈絡發展，讓大家瞭解其中邏輯性的發展，以及天臺學的特色。由於時間關係，今天就說到這裡。

謝謝！

現在，我們以本次說法、聞法、護法、見聞隨喜等諸功德，悉作如是回向：

首先，我們還是回向上慧下瑩老法師，希望她在常寂光中，微笑地照見我們在此說法、聞法的法喜，祈願老法師乘願再來，領導我們邁向佛道！

其次，我們也回向自己身心輕安，法喜充滿，覺知諸法實相，共證無上菩提！

最後，我們也祝願一切眾生，皆能一同修集福慧資糧，累積佛道進程，共同邁向無上菩提！

聞法功德殊勝行，
無邊勝福皆回向，
普願沉溺諸有情，
皆證無上正等覺！
十方三世一切佛，
一切菩薩摩訶薩，
摩訶般若波羅蜜！

(一〇四年一月十九日凌晨，昭
慧於玄奘大學養息齋修潤完稿)

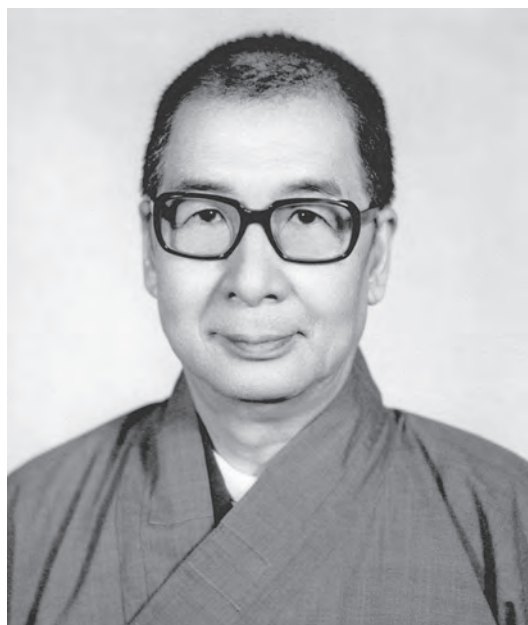


誰與斯人識見同

——懷念明珠佛學社創辦人

黃家樹

明
慧
法
師



這樣，我開始踏足明珠，認識了明慧法師，往後更成為明珠的常客，並蒙法師視我為忘年之交，情同莫逆，因緣真是奇妙的！

未遇明慧法師之前，我很少與出家人接觸。有時參加一些法師主持的講經法會，總覺他們威儀整肅，高不可攀，非我凡輩所得而親近。但第一次接觸明慧法師，感覺完全不同。他平易近人，謙沖有禮，臉上泛現慈和的笑容，沒有半點架子，也沒有使人覺得他是一位高出在家人一等的法師。我當時還以為他和我初次見面，不免客氣一點，但後來察覺，他那謙和有禮的態度始終如一，乃出於自然，不由造作，而且並非只對我如此，對日常接觸的人，都莫不一樣。

一 不接受在家人頂禮

一九六八年，我有幸得遇明珠創辦人明慧法師，從此對佛法的理解，有了根本的改變。

那年夏天，我與好友正在梁隱龔先生（按：梁氏為國學名宿；其時為香港孔聖堂中學校長、明珠佛學社副社長。）的協助下，籌辦一所夜中學。一日，隱龔先生忽然對我說，有一佛學社在夜間為社友開辦進修班，設有佛學、國文、英文、書法等課，正欠缺英文導師，問我可否為他們擔當這個義務，每週去上一次課。我信賴隱龔先生為人，所以一口便答應了。就

法師能夠這樣待人謙和，沒有貢高我慢，除與個人修為有關之外，原來還由於他有一種獨特的見地。他認為出家人如非真實修行，至於賢聖，則與凡夫無別；所異於俗人者，只是去除鬚髮，著偏領衣，穿多耳麻鞋，扮相不同而已。所以出家人是否值得尊敬，全看所作所為能否如法，而與其扮相無關涉。基於這種見地，他不要非他弟子的在家人向他頂禮，因為他們只是向他的扮相禮拜吧了。可以

想見，這種反傳統의思想和做法，教界中人會多麼難以接受。記得有一次，道慈佛社社長楊日霖居士忽然對我表示，已很久沒有見過明慧法師了，想去看望他。我便帶楊居士到明珠去見法師。楊居士向來對出家人執禮甚恭，一見法師，很自然便即彎身跪下頂禮，但法師亦立即彎身，以手阻截楊居士下跪，一邊說：不必頂禮，不必頂禮。雙方爭持了一陣子，終於楊居士還是沒有頂禮成功。從明珠出來，他忍不住對我說，出家人接受在家人頂禮是禮法如此，絕對應該。法師堅持不受禮，未免有點乖僻。很明顯，他對法師的做法是大不以為然的。此後，他就再沒有向我提及法師了。

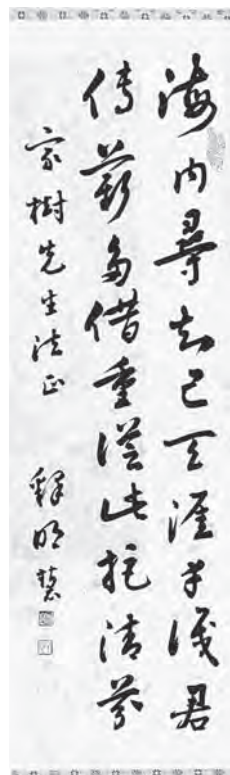
楊居士的想法，相信一般佛教徒都可以理解，法師的見地，教界中人同情的恐怕就沒有幾個。但對我來說，法師的表現卻有助我消除對出家人的神秘感，使我敢於去接近出家人，並以持平的態度處之——如果是有道有守的，則敬之如菩薩；如果只是扮相不同，則視之如常人，再也不像以前那樣，只知一律敬畏。往後，本著這種平實的精神，我對佛教經典亦有所抉擇，辨知何者是世界悉檀，何者是第一義；何者是方便，何者是真實。所以，法師的言行，對我的影響是深遠的。

二 願能改革中國佛教

我到明珠教英文，始於六八年七、八月間，和法師晤談，大都在上課前或下課後，時間並不多。但法師

對我似乎是一見如故，說話之中帶親切，眉宇之間見歡喜。由於他的親切，在他面前，我感到無拘無束，像對著一位熟稔的長輩，又像是對著一位老朋友，當時直覺和他很有緣份。九月，夜中學開辦，有一晚，我正在夜中學辦公，法師的高徒容君智寶忽然送來一幅裝裱好的字，說是她的師父寫給我的。我細看那幅字，不禁心頭震動。字云：「海內尋知己，天涯才識君，傳薪多借重，從此挹清芬。」看後第一個感覺是，法師太言重了，他出家數十年，在教界為長老，善友與弟子眾多，我憑甚麼可作他的知己？而學佛時日尚淺，對佛法猶未深究，更何足以擔當傳薪重任？我一方面感激法師的知遇，一方面卻又有點納罕：為甚麼相識短短兩個月，法師便這樣對我厚愛？這個疑團直至他辭世後才得到打破。這留待下文再作交代。

社友進修班持續了幾個月，便因法師健康欠佳而停辦，但我仍不時到明珠，與法師晤談。他最常談到的，是中國寺院人事與制度上的種種弊陋。他指出寺院濫收徒眾，非為培養僧材，只用來充當各種庶務，以維持一寺的運



作。為求經濟充裕，一般都著重簽香油，做功德，安靈位，設齋菜等生利事業，續佛慧命的事功，反成次要。所以，徒眾雖多，卻是真實僧少，啞羊僧眾。此外，佛法倡平等，但寺院中，上座、住持、班首、執事，與下面一般清眾、學人，彼此待遇，相差甚遠。他舉述不少事例，此處不及細說，簡括言之，是上面豐富，下面清苦。而清規封建苛嚴，不合情理，違背佛制，大家卻硬要遵守；原來如法的戒律，卻反為可有可無，不予重視。所謂「戒律可以通融，清規必須尊重」，本末倒置，莫此為甚。每談及此種種弊陋，他便神情激越，不住歎息，強調非改革無以挽救中國佛教之衰。為此，他創辦明珠，一開始即規定：明珠一不得向外界募捐；二不得主動勸請外人入社；三不得做功德法事，以謀收入。明珠的成立，只為舉辦佛學班，以弘揚正法，一切經費，須由社友合力維持。由此可見，法師是決心要改革佛教的。

三 倡弘性空中道之教

另外多談論的，是他在佛學思想上的見解。他早年已潛心內典，後於南京寶華山隆昌寺受戒學律，有機會遍閱清龍藏及日本大正藏，然後對佛教大小乘教義，有一全盤了解。另一方面，他又與駐錫星加坡的遠參法師通訊，請教法義，得遠參法師指導，始知佛教有權實真偽之別。從此，他就捨棄中國佛教宗派成見，專弘印度佛教之本義。他的思想雖得自遠參法

師啟發，卻並非遠參法師的弟子，彼此對佛法的取捨亦不盡相同。遠參法師主要弘揚法華一乘，旁及大乘般若性空之理；他則宣導原始佛教之基本教義四諦十二因緣，由此下接大乘性空中道之教，而一一皆歸本於無常、無我、涅槃寂靜等三法印。他認為諸法本空，不以消滅為空。（此即《維摩經》所云：「色即是空，非色滅空，色性自空。」）這種理論，最為平實，亦最能說明一切現象的真相，無妄想不切實際之弊。佛教傳入中國後，發展為宗，混和印度婆羅門奧義書所說的梵，大乘後期所說的如來藏，與中土道家所說的道，建立真心、本性、佛性、本來面目等名異實同的本體論。這是有違佛教正理的。

我踏足明珠之前，已學佛多年，但從未聽過像法師那樣的說法，一向所學，都大抵不離中國佛教真常唯心之說，尤喜楞嚴一經，以為該經一如圓瑛法師所說：「闡明心性本體，為一代法門之精髓。」又哪裡知道，佛法中更有性空中道之教，為較如理。也許我舊習未深吧，向法師請益法義沒有太多次，我便不再執著以前所學，虛心接受他的慧解。不過，說真的，由於他所開示的法要確是聞所未聞，非常獨特，我於接受之餘，仍不免略帶疑惑：究竟這是否一條正確的學佛之路？直至稍後，我研習印順導師的著作，發覺導師竟然也同樣不以中國佛教的真常論為第一義，並提示相同的學佛路向——由阿含的緣起，接於般若的畢竟空，以達至龍樹的中

道。所不同的，法師剛猛強硬，不留餘地；導師則含蓄委婉，尚存方便。至此，我再無疑惑，決心修學中觀，並發願弘揚之。這時法師已辭世，我乃皈依導師座下。在悟解正法的歷程中，法師開導我於前，導師成就我於後，兩位思想上的巨人我都幸能親近，這真是有生以來最大的福報！

四 志願完成遽爾長逝

法師自從健康欠佳，停辦社進修班後，一直在調養身體，不敢再開班，只於明珠舉行周年紀念的時候，為社友開示法語。至七二年春夏之間，法師忽然對我表示，明珠之創辦，純為弘揚正法，耽擱了這麼多時日，還不曾做到分毫，實在感到著急。他覺得不能再等了，所以，想在暑假過後，開辦佛學初階班，公開招收學員，希望我能幫助他，分擔講席。我以為法師只是說出心中的希望吧了，不會立即便進行的，因此，沒有明顯地加以推卻。實則，我學養未足，所知不多，又哪敢在他面前放肆，為眾講說佛法？豈料大約暑假末期，有一晚，他忽然偕同容君智寶親臨寒舍，將他剛編寫的一份佛學稿本交給我，謙說請我過目修正，他準備以之作為初階班的講義，並誠懇地再請我和他合講。法師的光臨，使我極感意外；法師的謙厚誠摯，更使我非常慚愧感動。我還怎可以推卻他呢？惟有勉力而為，毅然負起助講的義務。

是年十月八日，明珠第一屆初階班正式開課，學員眾多，擠滿全社，

這都全憑法師的號召力。開課後，一切進行順利，法師很感安慰。就在這時候，他以前的腹腔毛病又發作。為了徹底治理，他準備入院做手術。十一月二十六日，佛學班上課至第八次，由他講「四大皆空」。下課後，他便隨著入院。入院時，精神還是好好的，我以為他做過手術後，很快便能出院復講，萬萬想不到，醫生手術不靈，九天內連做兩次，竟奪去了他那寶貴的性命！當時，隱龕先生、容君和我都守候在他的身旁。對他的遽爾去世，容君之傷痛固不待言，隱龕先生和我也都感到晴天霹靂，無限哀傷！諸行無常，從法師之匆匆離去，我有深刻的體會！

五 斯人不在高風長傳

直至法師去世後，我才從容君的口中得悉，法師對我厚愛，原來是因為他認定與我有一段往昔因緣。他在手術前告訴容君，三十多年前，他在廣州一佛學院任教，班中有一年青學僧名慧海，勤懇好學，又能接受他的思想，課後每留下向他執經問難，不願離去。可惜，沒有多久，慧海得病不治，臨終時，堅決要請法師到病榻前見最後一面，並對法師許下一願，願來世再與法師繼續此段因緣。也許法師有宿命通，又或因慧海有此臨終一願，而我與慧海又長相近似，年齡吻合，所以，法師便認定慧海即我之前身吧！總之，因緣是很奇妙的！

自法師去世後，明珠在隱龕與道生兩位先生先後領導之下，社務得以

穩步發展，而佛學班亦賴以繼續開辦，以至於今日。我敬仰法師為教為法之熱誠，復感念他的知遇之恩，十八年來，在社講課不輟，以落實他的遺志。在發揮教義方面，我雖不如他那樣極力「破邪」，但卻也追隨他的思想路向：緣起——性空——中道，「顯正」不遺餘力。（破邪顯正是法師弘法的旨趣。他曾書此四字橫幅，筆力遒勁，現懸於社之當眼處），因為據我理解，這確是佛法中最不共世法的第一義。法師以中國佛教真常之教為邪說，我從佛教發展的史實中，卻看到立根緣起的佛法，就不同的時、地、人中流布，無可避免要增減開闢，容受變通，以求適應的方便。緣起之法，固應如是如是，只要是佛法，雖然不屬第一義，也總還有導向解脫的成份與作用，即此便應有其相對的價值。基於這個見地，明珠開設的課程中，有印度佛教史，也有中國佛教史；有成實、維摩、法華、般若、中觀等經論，也有俱舍、彌陀、唯識等要典，以求學員能抱持平開放的態度，從兼學佛法的真實與方便中，得到最大的受用。

法師去世已十八年了。這麼多年來，明珠一直都堅守他的三不遺訓——不向社友以外的人士募捐，不主動邀外人入社，不做任何法事以謀利。很多學員因為喜歡明珠的作風，皆自動申請加入為社友，不少並成為得力分子，這都是法師的精神在發揮作用。

法師生前矢志改革佛教的弊陋，不惜捨棄既得的地位名利，從零開始去

建設明珠這個清淨的小天地。雖然當時了解同情他的人不多，但他從身體力行之中，已滿了自己的志願，並對後來者產生深遠無窮的影響。這可說是所成者小，所化者大。由於他的言行類多反傳統，教界難免有目之為怪異、狂妄，甚至進而視明珠為地獄，但憑我對法師的真切認識，我很可以肯定，他的所作所為，所思所想，其實是合乎理性，忠於佛教，足可代表佛教的良心。「君子每為人紀念，道風長與水流傳」，每當感念法師的時候，我很自然便記起這副由法師書寫，懸掛於明珠講室前的對聯。相信凡認識而了解法師心志的人，都有同樣感受吧！



（轉載自《明珠佛學社成立二十五周年特刊》）

緬懷傳道法師

何翠萍

二零一四年的最後幾天，我去了廣西旅遊，途中我接到勞海新居士電話，他沉痛地告訴我：「臺灣的傳道法師圓寂了。」

聽到這消息，我心裡非常難過和惋惜，不禁嘆惜佛教界又失去一位大德高僧！

傳道法師生於一九四一年臺灣的台南縣白河鎮，一九六四年於高雄宏法寺禮開證上人出家，畢業於戒光佛學院及中國佛教研究院。捨報示寂前任妙心寺住持，亦是中華佛教百科文獻基金會董事長，關懷生命協會理事長，美國妙緣內觀學苑（Mindful Living Alliance）理事長，以及臺南法雲文教協會、高雄淨心文教基金會導師，曾任臺南監獄及看守所榮譽教誨

師長達十年，歷任福嚴佛學院、寶華佛學院、開元禪學院、妙雲蘭若、法印講堂、慈明佛學研究所、高雄正信佛青會與社會大學講師，及臺南縣佛教會理事長與高雄佛教堂董事長。著有《佛法十講》、《妙心文集》以及《人間佛教的理論與實踐——傳道法師訪談錄》（二〇〇九年，國史館出版，口述歷史叢書 55）；編印有《朱玖瑩書法選集》、《蘇雪林山水》畫冊等，並策劃「人間佛教播種者——印順導師」、「朱玖瑩書法天地」與「淨土的路吶喊——臺灣環境與環保的故事」等紀錄片。

我認識傳道法師，始於二零一零年十二月初。當時，妙華佛學會舉行二零一零年佛學班的結業典禮，邀請



傳道法師與結業禮師生合影



妙華會友陪同傳道法師遊覽太平山頂

傳道法師作主禮嘉賓，並恭請法師於十二月四、五日在妙華佛學會為大眾開示佛法。法師在港的幾天時間裡，我參與了接待工作，因而有較多機會親近法師，聆聽法師的教誨。

在短短的幾天時間裡，法師隨和、健談、幽默、爽朗的性格，令我留下深刻的印象。我向法師請教了很多兩岸四地的佛教界問題和社會問題，法師都知無不言、言無不盡地解答了我的疑惑，說出了很多獨特的見解，從臺灣的民主選舉，藍綠相爭，到香港一直以來爭取的真正普選，以及大陸的社會制度，還有佛教界的種種問題，我們都無所不談，使我從新的角度去重新思考佛教界問題和社會問題，令我獲益良多，更有勝讀十年書之感覺。

幾天的時間裡，我深深感受到

傳道法師是一位剛正不阿、充滿正義感的法師，他對佛教界及社會上一些不合理、不正確現象作出了猛烈的抨擊。他也非常護持弘誓佛學院，當時有善心人士捐出一筆善款，要我捐去臺灣某一很出名的佛教團體，我便托傳道法師轉交。法師當時不知捐款人是指明要捐贈

給這個出名的團體，便建議我把善款捐給弘誓佛學院，因為弘誓佛學院的經費比較缺乏，而很出名的這個團體，有很多大德護持。法師的建議，足見他非常關心弘誓佛學院。但當我解釋是捐款人指明要捐贈給指定的團體，法師便爽快地歡喜隨喜，把善款帶回臺灣，捐贈給那個很出名的佛教團體，成就了那位善心大德的善行。

傳道法師生前致力弘揚印順導師的人間佛教思想，所以我的師父慧瑩法師經常護持妙心寺，把弟子供養的善款，捐贈給妙心寺。因此，傳道法師對慧瑩法師非常感恩，非常尊重，他來港時一下飛機，行李還未來得及放到旅館，馬上便去探望慧瑩法師。二零一三年慧瑩法師捨報示寂，傳道法師知恩報恩，即使抱病在身，也親自從臺灣專程趕來香港，出席慧瑩法

師的告別儀式，送別慧瑩法師。

在告別慧瑩法師的儀式上，我再次見到受人尊敬的傳道法師。本來我以為，法師弟子眾多，朋友眾多，未必會記得我這個幾年前只有一面之緣的小人物。但是，法師一見到我，便說記得我，叫得出我的名字，並對我說：

「妙心寺出版了兩本書，要送給你，一本是侯坤宏教授的《浩劫與重生——一九四九年以來的大陸佛教》，一本是邱敏捷教授的《印順學派的成立、分流與發展訪談錄》。但因為書本太重，這次沒能帶很多，回臺灣後寄給你。」

我當即感恩法師，後來我對法師說：「郵費太貴，而且增添妙心寺工作人員的麻煩，不須寄了。以後若有朋友去妙心寺，我會托他們幫我帶回。這兩本書，法師已送贈妙華，我可以先借閱。」

其後，我向妙華借閱了這兩本書，並且，不知天高地厚，在電郵中向好幾位法師（包括傳道法師）寫出我的閱後感。

有些朋友經常去臺灣，本以為很快便可幫我帶回這兩本書。但是，這一年多的時間裡，我所認識的去臺灣



傳道法師與邱敏捷教授探望慧瑩法師

的朋友都不去妙心寺，因此，直到傳道法師捨報示寂，不可再見的時候，這兩本書仍未到我手中，我連再親自向法師說聲「謝謝」的機會也沒有，就再也見不到這位可尊可敬的大德法師，這令我深感遺憾！

本想親自前往臺灣送別這位大德高僧，但因種種原因而未能成行，這更令我生起更大的遺憾。得知勞海新居士等同修前往，便托他帶上小小心意，聊表哀思；更托他向法師生前的侍者，打探一下是否知道那兩本書的事情。勞居士此行，果然幫我帶回那兩本書。

手捧那兩本書，令我不期然地懷念起傳道法師這位大德高僧。祈望法師乘願再來，繼續為人間佛教的正覺之音而作獅子吼！



還是修行好

洪真如

閒時又重看宮崎駿的《風起了》，於是感懷之下，寫了這篇文章，憶起浩瀚生命，生死疲勞，不禁淚濕。自己再看一篇後，驚覺是如此的沉重，我也不禁莞爾了。

宮崎駿的電影總帶著一絲淒美的情調；連封筆前最後一齣動畫電影，也無例外。《風起了》是堀越二郎追尋理想的不完美故事。二郎是個醉心鑽研飛行技術的書呆子，幾近於不解風情之輩，夢想設計出自己的飛機，翱翔天際；卻生於戰事頻繁的時代。他所設計的零式艦上戰鬥機，最終一隻也沒有回來，悉數消逝於戰火的大海之中。戰事伏起，日本飢荒瘟疫叢生，與二郎那高不可攀的工程師之位，成了滑稽的對比。一幕中，衣食豐足的二郎睹見一對飢餓得面如菜色的姊弟，隨即把身上的糕餅送給她倆；可對於戰事本身，身為戰機設計者的他，卻無能為力作出任何干預。理想已經變質，卻沒有勇氣放棄。在失落與茫然的交錯之中，深愛二郎的菜穗子更不幸患上結核病。但二郎因公事分身不下，未能陪伴她。最後菜穗子決定放棄治療，溫柔地在二郎身邊，

直至零式艦上戰鬥機設計完成，便黯然逝去。多年的戰爭，如一場荒唐的戲夢，帶走了青春，幻滅了理想，消磨了親情。但是，正如電影中的主題金句：「風起了，必須努力活下去。」愛情與理想，好像是一首渺渺輕音，只能遙遠欣賞，卻無力擁有。最後一幕，二郎又夢見年少時仰慕的飛機設計師，和他一起走在那片回憶的青草坡上。雖然刮風下雨，唯願向暫別的陽光，說一聲感謝，然後繼續努力試著生存。是因為倔強，還是因為有著堅定不移的信念？

常聽見人說，當我們還年青，挫折還未臨到身上，自然感到這個世界是美好的，對前途也充滿憧憬。走了一大段路，漸漸發現原來不是這一回事。老病死、求不得、愛別離，隨時都會發生，真是動盪不安！一旦最不願意的事情發生了，簡直是昏天暗地，不知如何支撐下去。生命實在有不能承受的痛，哪裡能沒有遺憾？

二零一四年是多災多難的一年，空難船難、恐怖襲擊、天災人禍一次又一次的發生。在電視上看到空難中

的遺體被撈起，叫人好不心傷。一名二十多歲的空中小姐，正值如花盛開的年華，卻在空難中逝世。她的父親跟記者說：「是主耶穌把她領回去了。我們把一切交給天父，雖然會難過不捨，但心中仍然是平安的。」我忽然感動起來，擁有堅定的信仰是最好的祝福，也是無比的恩賜；是信仰帶領著那父親穿越生死刻骨銘心之痛。

怎樣做人，才沒有遺憾？我一直都對淨土的信仰有少許偏見，近日卻發覺自己有些轉向。或者是我習慣科學的推論方法，又喜歡理性思考的過程吧；我所尋求的，一向都是那些清晰的，可以把矛盾排除出去的，及能夠解釋得最透徹的哲學系統。喜歡思考佛學理論的人，大概便不太欣賞淨土的路向。一心念佛求接引的模式，不正是純粹依靠他力嗎？阿彌陀佛的西方極樂世界，虛無縹緲，難以證明；相信這樣的存在，不是有點自欺欺人嗎？一些佛教徒甚至會覺得，淨土的思想與基督宗教及其他一神宗教、多神宗教的思想別無二致。如果相信淨土，和相信基督教有什麼本質上的分別？

說到基督宗教，不知怎的，近日我喜歡上《主禱文》，其中有兩句別

有味道：「饒恕我們的罪，如同我們饒恕得罪我們的人。不叫我們遇見試探，拯救我們脫離凶惡。我要一生一世尋求……」《主禱文》被編成一首讚美歌曲，音樂清純，合唱的聲音一塵不染。有時候看書膩了，便聽聽音樂。在網上隨意搜索，發現《主禱文》的聖詩非常真切動人，感人舒懷。我是一個容易受藝術感染的人，聽著聽著，不覺已經醉了。天主教所言的「聖喜」，大概是類似的一種感動吧。它究竟源自什麼樣的意識形態呢？我也不知道。是否因為這個一身苦罪的自己，不知要何年何月才會成為聖賢，才感到要神明饒恕自己的罪？饒恕別人的罪容易，有時過一陣子便不記得了；自己的過錯，卻因為是自己的，偏偏一生一世的記著。嗯，世間的艱難從來沒有間斷過，怎能叫我們不遇見試探，拯救我們脫離凶惡？那不是一個明知故問的懇求嗎？苦難若要降臨，我怎知道我能否承受得起呢？對於痛苦，我們是多麼的無力啊。

誠然，世界真不是我們的遊樂場（與 Mikey McCleary 的 The world is our playground 相反）。快到三十而立之年，在修行的道路上跌跌撞撞也十多年了。愈來愈了解自己，殘軀內裝的

只是一個平平無奇的凡夫罷了。對於人性，想法也發生了一些變化。雖然還未有太多經歷，但仍可以想像當我們有了自己的家庭和孩子，及一份理想的事業，將會是多麼的不願意失去這些東西。親情的愛繫如此的深厚，深得可以穿越今生來世。眾多的欲望，甚至是貪瞋癡的罪過，都不是說斷就斷、說捨即捨的；它們需要等待一番切骨之寒的經歷。修行道上的追尋並非一帆風順，而是在其中愈加發現自己的不足。菩薩道可說是無盡漫長的道路，談何容易！

記得某同修曾向禪修老師請教：「這個世界似乎強迫著我們去爭奪，但這又是何其疲累！情況就像一個村落，村子裡有十個人，但是只得三個橙。每一個人都希望得到那橙子，但這是不可能的。作為其中一份子，我不想去爭奪也要去爭奪，雖然這是對自身及對他人而言，都是苦的。我又有什麼辦法呢？」老師說：「為什麼一定要去爭呢？沒有那橙子又怎樣呢？沒有橙，就等於不快樂嗎？」老師一席話，驚醒夢中人。我們總以為快樂來自一些客觀的成就及理想的處境，其實快樂只是一種知足感恩、慈悲喜捨的心境罷了。快樂來自懂得放下。

要是不能放下，憑你當上皇帝老子，也滿不是味兒。《新神鵰俠侶》中，有一首詩挺有意思：「都說相思好，相思令人老。幾番費思量，還是相思好。」我把它改編了，聊以自勉：「都說修行好，懶行修行路。幾番費思量，還是修行好。」世間的追逐，實在意義不大。還是修行好，照顧好自己的心靈，最為重要！

我之前從不喜歡淨土的思想。在反覆的失敗與氣餒，及無數的反思之中，卻開始體會到淨土思想裡透出的那種特別的情懷。對苦罪的體驗來得愈發深刻，對眾生的悲憫，及對自己的悲憫，便愈益深厚。深厚到極點，便覺得眾生其實都沒有罪，只有苦。拯救，從來都應該是無條件的。如果我能夠無條件地原諒其他眾生，及無條件地去愛，利益一切的眾生，這是因為慈悲，而無他念。只要能夠產生慈悲之情，同樣地亦可推斷出古往今來無數先賢，亦有同樣的悲憫之情。諸佛菩薩也是因為無量的慈悲，而無條件地為我們拔苦。菩薩的莊嚴佛土，便是有其來由，並非空穴來風。慈悲，是從悲憫眾苦中產生的。

我是這樣想的，相信這個世界上有著無比莊嚴的存在，這不應該是以

理性證明的過程，而是一個世界觀的確立。無論前路是如何難行，無論自己的貪瞋癡是如何的頑固，只要我們記得，世界上有為我們開路的前人，在不遠之處有無邊無量的佛菩薩，先古至今那些無數的聖賢；他們一路走了過來，成為了德行高遠、慈悲無量的存在；他們在那無盡的虛空之中，顧念著我們，就如老師顧念著他的學生一樣。這樣，菩薩道上是不會寂寞的，因為佛菩薩一直牽引帶領著我們。每當這樣想，即使現時處境難過不堪，我仍能夠重燃對世界的信心，及對真善美可求、聖賢可達的信念。雖見世間苦，終究相信可以到達幸福的彼岸。

即使不能以理性證明福德智慧圓滿的諸佛菩薩實際上存在，也無法證明極樂世界是存在的；但是這種信念不只指向某個國土、某種存在，而是關乎一種整體的世界觀。無論你稱呼這個存在為「阿彌陀佛」、「觀世音菩薩」，甚至是「耶穌基督」都好，這是對浩瀚世界充滿希望的表徵，也是對自身的未來充滿信心的呈現。「信仰」一詞，已經超越了理性證明的範圍，直指與終極價值相連的情懷深處。事實上，去探索極樂世界是否真實存

在，已經是無關痛癢；甚至「被騙」一生一世，也是一種心甘情願的幸福、恩賜。要建立美善的世界觀，必先擁有希望的信念，相信佛、菩薩、聖賢、神明是有的、德福一致的存在是有的，終極的美好是可以達到的。由此，我們得以從苦罪中、及對他人與自我的怨恨中超拔。不禁想起了國學大師錢穆為新亞書院寫作的《新亞校歌》：

十萬里上下四方，俯仰錦繡；
五千載今來古往，一片光明。

十萬萬神明子孫。
東海西海南海北海有聖人。

手空空，無一物，
路遙遙，無止境。

亂離中，流浪裏，
餓我體膚勞我精。

艱險我奮進，睏乏我多情。

千斤擔子兩肩挑，結隊向前行。

菩薩道的修行，從來都是路遙遙、無止境的。如果沒有先賢古聖作為引導者的信念，實在難以踏實起來。亂離中，流浪裏，還望我們仍能憶念先古聖賢的宏願，重燃希望之路！



廬山三偈

(妙華佛學會 2014 年佛學班結業禮隨筆)

孔亮人

由第 25 屆開始，都一直為每次結業禮作稿陳述。再次拿起筆來，不由得驚愕、慨嘆、婉惜與無奈。時間快逝有若電光火石之迅速，又是一年已去，生命少了一年，今生學佛路途上亦少了一年。回顧以往 365 天，學到佛法多少？能受用多少？結了多少善緣？認識了多少善知識？撫心自問，少得可憐！自圓其說，說有障礙；人生在世，誰沒障礙？心不堅定，障礙便成；矢志不移，何來障礙？！

十二月七日，便是妙華佛學會第 28 屆佛學初階班，暨唯識思想進階課程結業典禮舉行之日。今次請來明珠佛學社社長劉錦華居士作主禮嘉賓。梁志高主席致開會詞時便說：「劉錦華老師原則上是我的啟蒙老師，和志賢一齊學的宣隆禪修法，也是得到劉老師的引薦，咱們才可以學到那麼殊勝

的禪法。故此借這一個機會，來感激劉老師。」…

「這個結業禮的主角其實是各位同學，也想在此向各位互勉一番。在整個學佛人生或旅程上，真正的主角是自己，希望每個同學可以精進努力地去學佛，不單在經教方面深入，更要深入自己，自依止，法依止，在此祝大家精進勇猛，不退道心。」

劉錦華居士致詞：「我跟妙華佛學會的緣結得很早，因為我最初讀佛學班時，慧瑩法師是我老師之一。後來慧瑩法師和一班弟子舉辦了妙華佛學會，完成了第一屆佛學初階班。法師想我和第一屆初階班同學結一個緣，大家討論一下佛法。一同便上了華嚴閣，大家過了一個好愉快的學習營。現在回想起來，竟然已經廿八年了！時間真的很快，在今年第四季會訊中

發現一張相，就是大家那次在華嚴閣共照的相。看到自己那時幼稚的面孔。相中還看到慧瑩法師、寬志師、何美賢師姐。…但都已經一一離開我們了。生命無常，世間就是這樣子的。」…

「慧瑩法師無論在德行、學養方面都是十分具足的一個出家人，照顧後輩不





遺餘力。由於得到法師的支持，令到妙華佛學會可以一方面秉承著遠參老法師和印順導師的精神，更以開放胸襟邀請到其他佛教精英老師來到教導佛學班，咱們要給些掌聲給老師們。」一片掌聲響起。...

「妙華佛學班設計得非常好，有一年初階班，和四年進階班。四年一個循環，透過取得五張結業証書，就可以對佛學有一個基本的認知。透過這五年，同學們對佛教的了解深入很多，更可以認識到很多善知識。善知識之好處是相當重要的，佛陀在《阿含經》中亦有講，善知識是我們梵行的全體，全體意思是說是我們行這條清淨道，善知識是最重要的助緣，能夠令我們學習到正法。」...

「修行清淨道有四個步驟，首先親近善知識；第二聽聞正法；第三是如



理作意，如理思維；第四是法隨法行，按步就班慢慢修行。對於佛陀，對於法，對於僧，建立起信心，加上持戒清淨，就是四不壞淨。對於佛有清淨信念，對於法有清淨信念，對於僧也有清淨信念，持戒可以成就，便可以踏上一條修行解決的道路。」...

「修行階段可以分很多的步驟，多至有菩薩道的五十二階位，也有簡單的三個階段。今次便想借中國宋代時一位學佛詩人蘇軾的三首詩，來說明這三個階段。蘇東坡喜作詩詞，愛

遊山玩水，在他四十八歲時，經過江西廬山，寫了很多詩詞，其中三首最為出名，是為廬山三偈！」…

「橫看成嶺側成峰，
遠近高低各不同，
不識廬山真面目，
只緣身在此山中！」

「像學佛初期，步入佛法大海，透過這四年學習一樣，看到許多無窮無盡之佛法。四年時間足夠嗎？我自己也學了三十幾年，到現在還好像不夠，像初學生那樣。初時看到很多很多不同面貌，各各不同，因為還在學習階段，要慢慢去學，慢慢去摸索。」

「溪聲便是廣長舌，
山色豈非清淨身，
夜來八萬四千偈，
他日如何舉似人！」

「聽到溪聲水聲都好像是佛陀說法一樣，湖光山色都好像是佛陀法身般。如佛經所說：『一切微妙言詞，皆是佛法！』儘管學了很多佛法，但也不懂得如何對他人說。有朋友學了十多年，別人問他佛法有何好處？這個比簡單更簡單的問題，卻令這個朋友頓時啞口無言！能夠受用佛法當然很好，但說給別人聽卻是很難。像啞子吃蜜一樣，雖然蜜糖甜味好吃，卻說不出來。這個階段只是自己受用，很難說給別人聽。」

「廬山煙雨浙江潮，
未到千般恨不消，
到得還來無別事，
廬山煙雨浙江潮。」

「廬山煙雨及浙江潮，千百年來都是中國人遊山玩水的第一選擇。好像咱們學佛，每每去追求境界有多高多遠，充滿祈望。但看過見過之後，到最後都是廬山煙雨浙江潮。…這首第一句與第四句雖然是一樣，但境界是不同的。印順導師在看到《增一阿含經》中兩句，得到很深的體會，便是：『諸佛皆出人間，終不在天上成佛！』佛法本在世間，出世間也是在世間。咱們不要以為有一個地方名出世間，始終都是在世間做事。也像六祖慧能所講：『佛法在世間，不離世間覺！』修行要在世間，做事也在世間。修行過後，雖回到世間，但境界不同了，清新了，自在了。也希望各位能夠有一個清新自在的人生，學道不難，最緊要是努力。」…

「最喜歡的一首偈是：『人生難得今已得，佛法難聞今已聞，此身不向今生度，更向何生度此身！』人生難得現已得到，佛法難聞也聞見，所以大家一定要努力，努力必有成果，希望大家都能夠繼續精進努力，多謝各位。」

感謝劉錦華居士為妙華結業典禮作主禮嘉賓，也感謝他引了這廬山三偈來比喻學佛之三個境界，聽來耳目一新之餘，還可慢慢細味。…

在世間一般人皆習以為常，用主觀去判斷事情事物，以原則來對己對人。得到的認知認受，都是片面的、表面的、自我的、部分的，根本不能代表人、事、物之全部。學佛修行，改變個人觀點角度，摒棄自我牢固執著，超越世間狹窄利益追求，不陷於其中，才能以廣闊無限的視野來領略到出世間之境界。

佛法不限於佛法，山河大地，日月星宿，飛鳥禽魚，花草樹木，盡皆佛法。法是一切，一切是法。無限法處，法處無限。聞法，思法，修法。用心體會，以身示法。入於法味，住於法性。自然而然，不著痕跡。直心見道，不落文字。箇中滋味，自用自知。未能宣說，難於啟齒。蜜糖甜美，啞子欲說無從；佛法受用，行者自得其樂！

美麗事物，心所嚮往，神為之奪。所有七情六慾，恩怨愛恨，實為心中妄執所故。修行為了離苦，離苦便要出世間。能否出世間，在心不在境。出世間只是一個修行指標，並不是目的地。喜樂在心，苦痛在心，迷茫在心，修行在心，解脫在心，於世間、出世間亦在心。輪迴千載百劫，歷練萬水千山。若然妄心不改，前面仍是千載百劫，萬水千山。解脫緣於一念，放下只在一心。境可隨心轉，心卻不隨境變。陷愛憎處處受困，離煩惱海濶天空！

棄妄除情 調寄搗練子

千累劫，萬重山，
愛恨交纏墜世間，
夢醒一朝心放下，
離開執念妄情關！

甲午仲冬 筆者填詞一闋



臺灣妙雲蘭若、華雨精舍、 福嚴精舍及慧日講堂之行

2014 年 7 月 24 至 26 日

鄭展鵬

緣起

筆者第一次遇見何美賢師姐是在 2008 年 12 月 13 至 15 日其中一天，在理工大學蔣震劇院。厚觀法師在這幾天為一眾佛弟子講述《大智度論》，法師依六波羅蜜——布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若的次序指導弟子修行方法。

當日，看見何美賢師姐向厚觀法師請安、供養，態度恭敬、誠懇。因筆者正在做義工，只是在忙碌中看見，但情景還歷歷在目，說來也奇怪，莫非有何種因緣？

筆者於 2008 初才學佛，於 12 月 14 日參加第二十二屆佛學初階班 / 中國佛教史班結業禮，主禮嘉賓是厚觀法師。法師的開示中，講到菩薩同學，引述《般若經》及《大智度論》的描述，所謂「同學」是指大家同在一條船上，這條船是法船，是六波羅蜜的船。大家同在這法船上朝著同一個目標前進，這個目標就是成佛，要得解脫。筆者當日第一次做司儀，近距離見到法師，加上精采的開示，初嘗法乳，滿心歡喜，久久不能平伏！（註一）沒想到與厚觀法師結了緣，成就這次行程真是不可思議。

筆者第一次遇見麥紹彬師兄是在 2012 年 8 月 11 日，在香港中國文化協會舉行，由臺灣福嚴佛學院、香港妙華佛學會以及香港中國文化協會共同主辦的「印順導師思想講座暨座談會」。（註二）當天晚上素宴，與麥紹彬師兄同桌，認識深了少許，但不知道何美賢及麥紹彬是夫妻。

2014 年 6 月 1 日，參加臺灣高雄市正信佛教青年會舉行的「印順導師思想巡迴講座暨座談會」，主題是《般若經講記》。（註三）回港之後，才真正發心在香港推動直播臺灣福嚴推廣教育班課程，所以計劃再到臺灣與呂勝強老師及厚觀法師（福嚴佛學院院長）見面詳細商討。7 月初，收到呂勝強老師電郵，得悉麥紹彬師兄將會去臺灣拜訪印順導師幾個道場，筆者心想，正好趁這機會同行。

第一次與麥紹彬師兄通電話，立刻約見午後在窩打老道「佛香講堂」圖

註一：

詳見妙華會訊 2009 年第一季
(P. 6-10, P. 13-19)

註二：

詳見妙華會訊 2012 年第四季 (P. 32-42)
及妙華會訊 2013 年第一季 (P. 8-25)

註三：

詳見妙華會訊 2014 年第三季 (P. 38-42)

書館側的「滴水坊」見面。麥紹彬師兄快人快語，互相介紹後，道出此行見厚觀法師的目的，並遞上一份何美賢的心願。(註四)

原來何美賢師姐是麥紹彬師兄的妻子，八十年代初期皈依慧瑩法師，法號德聖，意謂：「賢聖賢聖，成賢成聖，美賢德聖」，是一位愛護妙華佛學會的好會友，可惜於2014年6月17日往生了。(註五)

筆者看至「九華晨鐘醒吾夢 普陀暮鼓示歸途」，不禁悲從中來，輕微抬頭短嘆，只見師兄已淚如雨下，可知他們夫妻甚恩愛。筆者也強忍不住了，兩個加起來年逾過百的大男人，就在「滴水坊」哭泣起來，更勾起多年往事。更傷感的情況是在2004年10月，四弟交通意外身故(註六)及

1998年8月送十二歲的女兒到美國紐約舅父家寄居，離別的一刻。因為她的母親(筆者太太)於1997年1月8日因病往生，終年三十六歲，筆者三十八歲，工作忙於中港兩地，無力照顧她。那些年，真是嘗透生離死別！

緣 生

一九七八年中學畢業後，上了一星期中六預科，發覺真的無興趣，也不知道自己是否真的想入大學。於是決定讀萬卷書之前，先行萬里路。報讀航海班，希望行船可以到其他國家，見識世界。畢竟，那個年頭，要出外旅遊簡直是妄想。一般去東南亞，歐美國家的人，都是去工作的。

筆者從沒有想過認識異性或拍

註四：

何美賢的心願

2010年讀弘一法師《悲欣交集》所喜之句，作為自選之輓聯：

「即今休去便休去 若覓了時無了時」

1998年首遊九華山，當日雨後清晨五時左右，寺前廊下，聞鐘聲及稱佛號洪名，一字一字的佛號，一敲一敲的鐘聲在震動心底，良久迴響。後遊山時驚見「九華晨鐘醒吾夢 普陀暮鼓示歸途」聯，遂記下，作歸途絕歌。

奠祭當晚，敬謝親友致送花園，勿花費，盼全部折算現金，點算後，均分予以下列道場。

一、臺灣嘉義妙雲蘭若的佛學院(因恐其經費不足……)。

二、臺灣臺中華雨精舍

三、臺灣福嚴佛學院

四、莒光代送予泰北同胞

當晚儀式可以簡單持誦《觀世音菩薩普門品》便可，麥紹彬可再與其他人商議，假若有幸，有法師蒞臨誦經，則需備「利是」作「果儀」，以恭敬之心及代我向他們感謝。

以火化儀式，骨灰灑在紀念公園，勿放在澳門。

今日神朗氣清，心之悠閒，寫下我與親友之聚會菜單，各人應替我欣慰。雖然次序有點混亂，但盤算在心底之事，今天在頭腦尚清醒，有分辨時寫下的。否則日後思路及記憶衰退；無能再執筆表心願。

寫於2011年3月14日

註五：

詳見妙華會訊2014年第四季(P.36-41)

註六：

詳見妙華會訊2013年第三季(P.44-47)

拖，天生喜歡自由自在，獨來獨往。有考慮過三十歲或事業有成之前，不要結婚。星期一至五的課堂，晚上有空還應父親建議，學習簿記會計，考LCC試。星期三晚，星期六、日整天還有空，申請去馬會做兼職。因暑期工在酒店飲食部工作過，順理成章被派到馬會會員餐廳工作。但不知何故，數星期後被調到公眾場快餐車上工作。這反令筆者工作得更開心，因為服務對象不同，沒有那麼拘謹，快餐車上只有四位同事，兩男兩女，都是學生。其中一位女生，個性開朗、笑容甜美，更是體操、游泳健將。

航海班的科目真是廣泛，上至天文（觀測天體定船位），下至地理（更深至海洋），船舶結構，載重計算等等，未出海已大開眼界！學習十分愉快，自覺沒有選擇錯，非常期待早日出海。做兼職更開心，想不到三個月後，女同事變成筆者的第一個女朋友！她說自己不是讀書的材料，所以考慮完成中三課程（當年只有九年免費教育），便找工作。這倒讓筆者放心，畢竟，學習時期是不應該談戀愛的。

筆者的親朋戚友之中，沒有一個是行船的。相反，她的爸爸、哥哥、叔叔及舅舅等全都是海員。這倒讓筆者有點愕然，似乎她已有心理準備，

倆人將要長期分開。不知怎的，我也認定她是我的終身伴侶。某一天，筆者帶她到金飾店選了一只白金介子，雖然倆人沒有對話，她知道這是訂情信物而殷然戴上。因緣真是不可思議。

上課、兼職、拍拖，感覺十分充實。也許筆者的工作狂習性就是在十九歲這年漸漸養成。一年課程很快結業，十分期待上船實習。剛滿二十歲不久，便要離開生於斯長於斯的香港，家人，好友及女朋友，一個人踏上未知的旅途。子曰：「父母在，不遠遊，遊必有方。」嚴格來說，我是個不孝子！離別他們，沒有太大的傷感，也許是理想實現，世界就在前面，無遐回顧過去，凡事只向前望的想法也慢慢形成。



海員生活，其實非常枯燥，在大海洋航行的日子，閱讀、聽音樂、寫信是最佳寄託。還要積極學習，熟讀考試題目，準備放船立刻考試。在科技發達、智能電話普及的今天，有很多溝通途徑。但是，人們真正溝通，互相理解對方嗎？時代進步，人們之間的隔膜似乎更深。筆者認為，以前的書信往來，比現今的 Whatsapp, Wechat, LINE 更能傳情達意。只是郵遞時間較長，但期待收到信件的日子，是另一種渴望。

第一艘船行了十五個月，有足夠年資考三副牌了。放船回港的心情，非筆墨所能形容。可惜文采不足，相信只有詩詞才能道出那種情懷。與家人及女朋友相聚，時間總是不夠的。之後，晉升三副在第二艘船行了十四個月，共寫了五百三十一封信。考獲二副執照後在第三艘船升為二副行了十三個月。放船後成功考到大副執照，這意味著有機會晉升為大副，再行一年船便有資格考船長執照了。這時，她告訴筆者，哥哥及姊姊已移居美國紐約，父母也準備移民過去，將會只剩下她在香港了。

知道她很想去美國，但她沒有說出口。美好的前途，深愛的女友，如何抉擇呢？考慮了一個月，做了改變人生的第二個決定，放棄高薪要職的航海生涯，隨順因緣跟她先旅居美國紐約，結婚時筆者才



二十五歲。因緣真是不可思議。

住在美國差不多五年間，女兒出世，旅遊超過二十個州的景點，生活是愉快、寫意的。可是，筆者所學的，卻無用武之地！與太太商量後，於 1988 年 1 月返回香港，加入公證行業至今，已經第二十七個年頭了。可是，回港後的第三年，太太感到不適去看婦科，醫生診斷結果是直腸癌末期，估計只有三個月壽命。記得醫生當日著太太在外等候，只對筆者解釋病情，吩咐準備後事。發呆了一會，不知如何是好！女兒只有四歲，工作因國內改革開放而忙碌於中港兩地，完全沒有料到將要面對的問題！向太太說出情況後，相對無言！

在此，要感恩香港的醫療制度，由專科醫生轉介，在沙田威爾斯醫院進行切除及造口手術。筆者放了二十二天「假期」，太太的命是保住了。意想不到的是太太康復良好，兩年後入院做直腸接駁及收造口手術，基本上一切又回復正常。第二次手術前後，還跟太太到西歐及東歐旅遊，算是完成了她的夢想。

緣 滅

經歷過才會珍惜！好幾年檢驗，已沒有發現癌細胞，太太像是重生了，但家人全部在美國，父親在早年往生，她很想移居紐約多陪母親，女兒也可以在當地受教育。筆者當然十分贊成，太太知道筆者工作方面已有極佳的發展，所以沒有要求同行。其實，只要她提出，筆者還是會隨順因緣同往的。畢竟，有甚麼東西比一家人一起更好呢！

1994年中至1996年初，筆者成了「太空人」，經常往來中、港、美三地，忙個不亦樂乎。離別，分隔兩地是十分傷感的！1996年4月，太太突然感到腹部劇痛，心感不妙，立刻返港檢查，醫生診斷結果是癌細胞轉移至肝臟，已到末期，並擴散至淋巴，所以不能做手術了，只可嘗試化療。女兒放暑假回港，只好找學校繼續學業。太太只希望能多活幾年，見到女兒十八歲長大成人，卻沒有機會。她受的生、老、病、死、愛別離、求不

得苦，是直到臨終的一刻。彌留前大半天，一直呻吟，守候身旁的筆者，只感到無助、絕望！1997年1月8日早上，呻吟聲由強轉弱，直至停止！這一天，我學會一個名詞「鰥夫」。

問世間，情是何物？
直教人生死相許。
天南地北雙飛客，
老翅幾回寒暑。
歡樂趣，離別苦，
就中更有痴兒女。
君應有語，渺萬里層雲。
千山暮雪，隻影向誰去？
橫汾路，寂寞當年簫鼓，
荒煙依舊平楚。
招魂楚些何嗟及，
山鬼自啼風雨。
天也妒，未信與，
鶯兒燕子俱黃土。
千秋萬古，為留待騷人。
狂歌痛飲，來訪雁丘處。

這幾天，正閱讀導師的《佛法概論》。讀到第三章，第一節「佛法從有情說起」——「有情為問題的根本」，有甚深的體會。（註七）

記於 2015 年 1 月 18 日

（待續）



註七：

《妙雲集》(8)《佛法概論》(P.43-50)

媽媽的靜觀練習

陳慧儀

猶記起去年首次在星島日報〈杏壇靈旅〉欄寫的文章是有關覺醒、覺察、靜觀練習的，在當了媽媽之後的今天，仍然想寫相關題目，因為這些練習最近為我們一家帶來效用。

對於一位「新手媽媽」來說，小寶寶的行為變化，例如哭泣、不斷吸手指、「玩口水」及厭奶情況等等也教我擔心。縱然是讀了育嬰手冊及曾向不能盡錄的親人朋友查詢，到最後我仍是緊張得很，面容亦沒從前那麼的輕鬆了！本來答應自己盡量不要向他發出負面訊息，因為深明父母的話語及情緒是會影響寶寶的發展。

孩子對周遭環境的觀察其實是直接的，時刻都在當下，我們賦予的，他都可以「全盤接收」。但情景來時，人卻像被牽動般有點不由自主地向寶寶說出「不要」、「唔准」等等話語，當然他是不會跟隨我所想的而行，接着我們的情緒便來了，不高興的表情及聲調油然而生。一不留神，我們甚至忘卻寶寶本來的訴求。

很多時，當我覺察到情緒生起的時候，孩子已接收我們那些不好的訊息，也可能變成壞的種子藏在心中。那麼只好常提醒自己多注意心的活

動，減少生起不必要的情緒（最後總是發現情緒生起了也無助於解決事情，卻先苦了自己）。我想我應該通過靜觀訓練，平靜內心、不讓孩子受「害」。

很多時寶寶「扭眼瞓」，又或是半夜醒了哭鬧着，我們可以抱抱他，用音樂或用搖椅，助他入睡。有一次，他哭鬧得很，我想也許可跟他一起練習呼吸法，看能否助他安靜入睡。就這樣我把他抱入懷裏，慢慢的一呼一吸，呼吸的速度漸變得深而長。寶寶初時亦不能安靜，鬧着哭着；但隨着我的呼吸，他的呼吸節奏會漸漸地變慢且穩定了。

這個呼吸練習從此由一個人的變成兩個人的了，更可喜的是這個令人疲累的環節竟變成了我帶孩子最期待的一個，苦差轉化成樂事！我想寶寶亦受用吧，很多時候他會很快的安靜下來，甜甜的睡着了。

我研究的題目是有關兒童靜觀練習的，雖然項目還在開展當中，但自己卻先受用了。希望在孩子成長的路上，有着更多的體悟，跟大家分享！



轉載於星島日報

感恩佛法 感恩慧瑩法師

——佛教於我的現實意義

黃錦倫

記得我讀小學一年級時，慧瑩法師就在來信中勉勵我：「努力學習，立志為人類謀幸福。」當時我並不是很理解慧瑩法師對我的殷切期望，只是懵懂感到像沐浴在陽光下溫暖，而對佛教的認識也從此開始。可惜的是我一直沒有認真正確的學習佛法，對佛教的印象長期停留在：吃齋、念經、拜佛等，甚至一度認為佛教是消極避世的，而慧瑩法師也講過佛教是積極進取，但我那時不理解。我是成長在中國

大陸改革開放的時代，這也是個令全社會逐漸走向功利的年代，隨著閱歷的增長，加上近年來重溫印順導師的《人間佛教》及《慧瑩法師文集》等著作，真切感受到佛教的確是最積極進取的宗教。

首先從佛教提倡素食，出家人吃齋菜這一點看，佛教認為眾生平等，因果報應，雖然這些觀點在俗世中見仁見智，但已經有科學資料證實，素食相比肉食，所消耗的地球資源只是其中的二十分之一，而且素食對身體健康更有保障，慧瑩法師就是我的好榜樣，雖然她在生時已年過九十



左一為本文作者

高齡，但依然思維清晰，我每次探望她，都留意她手部的皮膚潔淨清亮，完全沒有一般老人家常有的斑點，我自學中醫的哥哥也曾非常感觸的說：要養生就要向法師（慧瑩法師）學習——吃素。

我想：「食」是所有生物生存的基本需要，在各個宗教中為何唯獨佛教提倡素食不殺生？這說明佛教希望用最樸素簡單而且更安全的辦法滿足生存所需，這樣會節約更多資源，這本身就非常有利於人類社會的可持續發展，單從這一點就足以說明佛教的進步性。

慧瑩法師示寂後，在悲痛難捨中，為紀念她，我也首次實行七七四十九天的全素食，當時感到身體有著從未試過的輕鬆感，自此，偏向素食就成為我的飲食習慣。

接著是關於佛教提倡的利他思想。自私是人性的一大弱點，人類會因為自私而出現爭鬥，甚至引發殘酷的戰爭。現代商業社會追求公司利潤最大化，更是令人疲於奔命地工作，身體和家庭失去平衡，社會經濟發展了，卻未必有幸福和諧的生活。慧瑩法師作為出家人，為我們做了個表率，她奉行出家人節儉樸素的生活態度，曾經長期生活在沙田鄉郊法雲蘭若的一個小平房，安貧樂道，知足少欲，她把善信捐助的資金都捐獻給佛教做推廣和慈善救濟，而且並不居功，善款收據都是以善信自己的名義書寫，這點最令我感動。

其實每個人生活所需可以是非常簡單，並不需要佔有太多資源，假如大家都把更多的資源用於利他，社會就一定和諧。這種思想應用在我的工作和生活中，令我與周圍的人相處非常愉悅，身體健康、工作、家庭三者得到較好平衡。現在政府提倡和諧社會建設，佛教自利利他的精神就有其積極的現實意義。我會利用自己工作之便，向周圍同事朋友推廣這種精神，讓佛教和慧瑩法師的恩澤惠及更多人。

最後想談談我對佛教提倡放下我執的感悟。人生無常，每個人都會經歷生老病死，天災橫禍，痛苦面前有人埋怨、有人卻樂觀面對，我在工作中也採訪過很多例子，困難就是面前一道坎，很多人除了需要必要物質說明，更多的是需要別人的關心。佛教勸人放下我執，其實是放下包袱，輕鬆面對，讓困難成為修行的好機會，這種智慧其實就是拯救眾生的好辦法。

我資質拙劣，恐怕不能如慧瑩法師所願「為人類謀幸福」，但我願為身邊周圍的人感到幸福而努力，佛教和慧瑩法師給我的恩澤綿遠悠長，感恩佛法，感恩慧瑩法師！

阿彌陀佛！

（本文作者為慧瑩法師俗家侄兒）



凡有學佛心得，歡迎學員們踴躍投稿。稿件可交給妙華
工作人員或電郵：contact@buddhismmiufa.org.hk

唯識班結業禮致謝詞

馮惠賢



劉錦華居士、各位老師、各位同學：

大家好！好高興今日可以在這裡和大家有少少的分享。時間過得真快，今日又是結業禮的日子，為何時間過得這麼快？因為我相信大家在課堂上的學習都是愉快的，所以快樂的時間過得特別快。其實快、慢是一種感覺，快樂亦是一種感覺，即使時間都是一種感覺，都是無常可變，虛妄不實。在我來說，不但今期課程過得快，由佛學初班、中國佛教史……

中觀課程，到現在的唯識課程，這幾年都過得好快。

在這幾年的學習裏，我會常自問，我學了些什麼？真的學到嗎？抑或只是聽過？相信一切的學習能夠應用到生活上、人生上才是真正的學到，這才是學習的意義所在。正如佛陀提醒我們，修行有兩道門，一道門是解門，另一是行門，兩者同樣重要，所謂聞思修。這幾年在妙華的學習裏，十分榮幸得到許多資深老師的教導，各位老師不但資深，而且在課堂上還可以感受到老師們對教學熱誠和投入，同時帶給我們許多的思考和啟發，讓我們在聞法路上獲益良多。所以每一次下課後都會自問，如何可以在生活上實踐所學，那怕只是一點點。

好像今年在唯識課程裏，再一次提醒我們，眼前所見都是唯識所現，依他生起，亦依他幻滅，無實自性，一切都是虛妄不實。當明白了這一點，同時亦會令我們明白，不應該有所執取，或者根本就是無得執取，強行的執取只會增加貪欲和嗔恚，令顛倒更甚。例子：就好像我們對意執一樣，

即使事情已經告一段落，但我們總喜歡回想過去，想到不順意的事情，就會不開心，愈不開心，就愈是想著，愈想著就愈不開心，這樣只會令自己積聚嗔心。相反，當想到順意的事情就會開心，就會不捨得，同時令自己生起眷戀，積聚貪欲。唯有當無所執取，亦無需放下，人就變得輕鬆自在。所以當自己在生活上感到有些沉重的時候，就會提提自己是否執取太多呢？

除此之外，唯識課程亦讓我們明白到潛藏於阿賴耶識的所有種子都有薰習的特性，無論是有漏或是無漏的種子都會透過薰習而相續相生。過去的因是現在的果，而現前的果是未來的因。好好提醒我們，在能取的眼、耳、鼻、舌、身、意，和所取的色、聲、香、味、觸、法裏面作出明智的選擇，我們會給自己看些？聽些？想些？明白到要在日常生活上好好守護六根門，讓優質的種子得以薰習，為自己的修行路上累積資糧。

期望在印度佛教史班再和大家一起學習，在佛法路上繼續精進。多謝各位！





佛教弘誓學院

104年傳授在家五戒菩薩戒戒會

一 宗旨：為弘揚佛陀戒法，加強在家弟子行門教育，淨化社會人心，特啟建在家五戒菩薩戒戒會。

二 恭請三師：上昭下慧法師為得戒和尚
上見下岸法師為羯摩阿闍黎
上性下廣法師為教授阿闍黎

三 資格：凡正信佛教，發心奉行戒法之在家信眾。

四 戒期：104年10月30日至11月1日
(農曆9月18至9月20日)
104年11月1日下午4:00出堂

五 受戒地點：佛教弘誓學院

六 報到時間：民國104年10月29日下午7:00至8:00

七 報名：即日起至104年9月30日截止，額滿為止，請儘早報名。

八 主辦單位：佛教弘誓學院

九 報名手續：1. 網路報名，請至「佛教弘誓學院」網站下載報名表。

2. 向本院索取報名表，通訊或親自報名。

地址：32850 桃園縣觀音鄉大同村11鄰
121-5號

電話：(03)498-7325

傳真：(03)498-6123

網址：www.hongshi.org.tw

電子郵件：hong.shi@msa.hinet.net

連絡人：心宇師父



佛教弘誓學院

104 年傳授在家五戒菩薩戒戒會報名表

姓 名				出生日期	年 月 日	
籍 貫		性 別		連絡電話		
電子信箱				手 機		
連絡地址						
緊 急 連 絡 人	1.	手機：		電話：		
	2.	手機：		電話：		
健康狀況	☐ 良好 ☐ 尚可 ☐ 不好 特殊疾病：_____					
學 歷				職 業		
求受戒別	☐ 五戒 ☐ 菩薩戒 ☐ 菩薩增益戒 (求受菩薩戒者， ☐ 未受五戒 ☐ 已受五戒)					
☐ 縵衣自備 ☐ 代訂縵衣，參考價格500元。(多退少補)				身 高		體 高
				(縵衣參考)		(縵衣參考)
☐ 未皈依	☐ 已皈依 皈依師長：_____法師 皈依法名：_____ (填寫一個即可)					
學佛時間	☐ 一年以上 ☐ 五年以上 ☐ 十年以上 ☐ 其他 _____					
皈依道場				親近道場		
注意事項：					一寸照片兩張 (請於照片背後 書寫姓名)	
1. 報名表請務必填寫清楚完整，連同照片，於9月30日前繳回。 2. 報名表經審核通過後，於10月10日以前寄發報到通知單。 3. 報到日期：10月29日下午7:00至8:00。 4. 自行攜帶黑色海青、換洗及禦寒衣物、盥洗用具、筆記文具、環保杯、隨身藥物、臥具睡袋，請勿攜帶貴重物品。 5. 菩薩戒不燃戒疤。 6. 須全程住宿。 7. 報名後因事不克參加，請於10/10前來電取消。						

捐款大德芳名

二零一四年十月至十二月

常務經費：

\$20000：李建華。\$10000：潮安林麗卿。\$5000：余愛琮。\$4000：(陳澤群、陳穎群、陳愛群、洪需珊)。\$3000：鄧秀琮、于欣。
\$2700：廣州佛弟子。\$2500：陳慧儀。\$2400：吳蓮菊。\$2000：趙劉煥卿、蕭式球、何翠萍、余娟玉、胡劍珊、(潘淑河、趙國鑒、趙之南、之東、之西、蘊妍、麗瓊、倩盈、倩婷)、李紫華。\$1600：胡昭源、胡薄淑貞。\$1500：劉燕薇。\$1400：李淑嫻。\$1000：三德素食館、梁卓文、馬家訓、陳合章、羅群玉。\$780：胡炳熙。
\$700：趙雲萍、佛弟子。\$600：張秀蓮、(胡康妍、曾漢然、胡晞然)。\$500：釋慧瑩法師、葉倩君、張淑儀、江宇崇、張蓮英、何惠嬋、吳妙芳、陳以暢、陳民逸、戴德恩、何如合家、(張子才、張金嬋)、(衛健基、衛泳好)、郭綺華、(詹楚光、詹紫慧)、余小紅、鄭潔珍、無名氏、衛健雯。\$350：趙泳均。\$300：果維、(梁社釗、吳蓮菊合家)、(張儉、王定嘉、王炳榮)、(梁家強、馮慕燕合家)、(許少平、梁美華合家)、(梁家榮、楊美萍合家)、黃妹。\$200：黎蘊璋、(卓永廉、梁雅燕)、鍾淑環、石煥英、鄭瑞屏、湯偉平、楊淑平、麥忠、李月明、(黃宅、黃添源)、(黃育明、張思驊)、鄭慧儀。\$150：胡秀琮。
\$100：麥洪森、福齊、黃玉芬、張麗蓮、徐鳳琴、嚴麗華、陳浩衡、余藹倩、麥燕儀、麥倡僑、余婉華、(黃宅、黃淨賢)、何啟強、梁家豪、郭慧兒、陳宅、三寶弟子、黃雁紅、程桂嬋、司徒洪、鍾咸蓮、陳麗芬、衛全。\$50：楊潔英、鍾映蓮、曾清梅、曾柳英。¥400：(潘燕芳、李東荷、羅瑞彩、江新嬌)。¥250：廣州佛弟子。¥200：陳燕女。

助印：

\$23640：百業達印刷有限公司。\$1000：(潘淑河、趙國鑒、趙之南、之東、之西、蘊妍、麗瓊、倩盈、倩婷)。\$500：佛弟子。\$100：鄒桃。

臺灣妙心寺住持傳道法師，於二零一四年十二月三十日凌晨零時五十二分，因心臟主動脈剝離，安詳捨報於臺灣成大醫院。二零一五年一月十一日上午，妙心寺舉行了傳道法師追思讚頌會，緇素四眾雲集，送別一代高僧！

攝影：勞海新





妙華佛學會

地 址：香港北角堡壘街36號美威大廈1樓B座
新講堂：香港北角英皇道368號榮馳商業大廈3字樓
電 話：2570 0443 傳 真：2570 0679
網 址：www.buddhismmiufa.org.hk
電 郵：contact@buddhismmiufa.org.hk

《妙華會訊》

主 編：何翠萍
編輯及校對：關鼎協、孔亮人、蕭黃雁紅
攝 影：鄭展鵬、勞海新