

隨 佛 行 道

第一輯



隨佛長老著
Bhikkhu Vūpasama

隨佛長老簡介

隨佛長老 Bhikkhu Vūpasama 為華人，出家於優波離師承分別說系銅鍱部緬甸僧團，為緬甸傳承雷迪大師禪法之 Baddanta Zagara Bhiwuntha 長老的弟子。現在為中華、美國、馬來西亞、澳洲、歐洲原始佛教會導師，臺灣內覺禪林及紐約、馬來西亞等地之中道禪林導師，相近共學為奉守原始佛法的「中道僧團」。

長老對佛教教法的探究與實踐，主要是「依佛教最古老之經法傳承，還原釋迦佛陀教法、禪法及菩提道次第之原貌」。自 2008 年起已還原、重現隱沒近二千三百年之「依六處分位」的「十二因緣法」、「十二因緣觀」之九種禪法、「修七覺分，次第成就四聖諦三轉、十二行」之「一乘菩提道」。

長老弘法化眾唯以經教、禪法，不定居一處，既不食魚、肉，不受取、不使用、不積蓄錢財，也無有「專為僧人管理金錢供養、買辦事宜的『淨人』」。

目前著作、出版與即將出版：

- 《跟隨佛陀的人》2005
- 《不食肉與慈心之道》2005
- 《相應菩提道次第》2008
- 《忌妒的覺知與止息》2011
- 《原始佛教之確證及開展》2012
- 《正覺的財富觀與生涯規畫》2014
- 《正覺人生的規劃與落實》2014
- 《十二因緣法經法原說略講》2014
- 《淨土真義》2014
- 《突破困難的智慧與方法》2014
- 《原始佛教之界定》2014
- 《七覺分統貫佛教一代聖教》2015
- 《相應菩提道次第綱要》2015
- 《三階念佛彌陀禪》2015
- 《三階念佛彌陀禪儀軌》2016
- 《因緣法之原說與奧義》2016

隨
佛
行道

第一輯





隨佛長老簡介

隨佛長老（Ven. Bhikkhu Vūpasama 烏帕沙瑪比丘）為華人，出家於緬甸的南傳僧團，為承續雷迪大師（Ven. Ledi Sayadaw C.E.1846~1923）禪法及道場系統之 Baddanta Zagara Bhivamsa 長老的弟子，現為中華、馬來西亞、澳洲、美國原始佛教會及臺灣、馬來西亞、紐約等地的中道禪林的導師，相近共學為奉守原始佛法的「中道僧團」。

隨佛長老修學佛法至今已四十餘年，不僅熟習漢傳佛教各宗宗義，印度菩薩道之「般若」、「瑜伽」與「如來藏」等三系思想，特別是對《般若經》、《中論》的思想與「禪宗」的禪法，有深入的體會與教學經驗。

隨佛長老對於佛教教法的探究與修行，主要的研究是「從佛教傳承的最古老教義中，探尋佛教初始時期的教法，並致力於 釋迦佛陀教法、禪法及菩提道次第原貌的探究、闡揚與實踐。」

經過多年的修學，隨佛長老不僅完成了阿難系漢譯《相應阿含》及優波離系南傳《相應部》的比對研究，更進一步的根據漢譯《相應阿含》、南傳《相應部》之「七事修多羅」的共說，「依經證經」的還原 佛陀原說的「六處為分位」之「十二因緣法」、「十二因緣觀」，還有「先斷無明，後斷貪愛」之「一乘菩提道次第」，並且重新顯現「修七覺分，圓滿四聖諦三轉、十二行，成就正覺、離貪、慈悲喜捨、解脫、阿耨多羅三藐三菩提」的「中道禪法」。

隨佛長老常年教導經法及禪法，著作有《跟隨 佛陀的人》（2003 出版）、《不食肉與慈心之道》（2005 出版）、《相應菩提道次第》（2008 出版）、《原始佛教之確證與開展》（2010 出版）、《嫉妒的覺知與止息》（2011 出版）、《突破困難的智慧與方法》（2014 出版）、《正覺的財富觀與生涯規劃》（2014 出版）、《正覺人生的規劃與落實》（2014 出版）、《淨土真義》（2014 出版）、《十二因緣經法原說略講》（2014 出版）、《原始佛教之界定》（2015 出版）、《七覺分

統貫佛陀一代聖教》（2015 出版）、《三階念佛彌陀禪》（2015 出版）、《隨佛行道》（2016 出版）。準備出版有《因緣法之原說與奧義》（2016 將出版）、《原始佛法與佛教之流變》（2016 將出版）、《中道禪法》（2016 將出版）。目前致力於《原始佛教相應阿含》的整編。

隨佛長老教導禪觀是先由「安那般那念」入門，先修習初禪定，及四種息障禪法。接著，依「觀六觸入處集法與滅法」修十二因緣觀，再依因緣觀至要之「七觀智」，得覺見五陰是緣生法，捨斷「常、樂、我、淨」的妄見。明見「生貪則有五陰之集起，斷貪則有五陰之滅盡」，如是如實智見五陰緣生與滅盡，亦得如實明見十二因緣之集與滅，此即 佛陀所說：「先知法住，後知涅槃」。若已如實知「生死緣起與滅法」，正知於緣生法應當「捨離對五陰的貪愛、厭離」，即正見苦滅道跡之八正道。如是已得具足四聖諦初轉、四行的正覺，斷無明、我見、疑、戒禁取見，成慧解脫，此為修習念覺分、擇法覺分滿足。

若已成就「四聖諦初轉、四行」，當精進修行八正道，住不放逸，離貪、斷識食而得解脫，修習滿足「四聖諦三轉、十二行」，成就正覺、離貪、慈悲喜捨、解脫、阿耨多羅三藐三菩提。此則當「於四念處善繫心住七覺分」，次第滿足擇法、精進、喜、猗、定（成就四禪）、捨覺分。修習「七覺分」滿足，得諸漏永盡，生、老病死苦永盡、解脫，乃至涅槃。

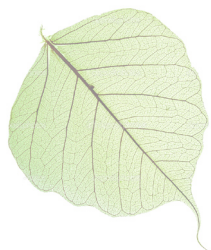
隨佛長老既不受取、不積蓄、不使用錢財，也無為僧人管理金錢供養的淨人，常年遊化宣法，不定居一處。除經律、鉢、具、袈裟及少許文具、貼身衣物外，身無餘物，強調「遠離俗念，戮力實踐，老實修行」的學風。弘法化眾唯以經教、禪法，不談高論與俗務，說法率直、懇切，待人真實、慈悲，戒、禪精勤。

◎本書內容提到的《相應阿含》即是指大正藏的《雜阿含》。
《雜阿含》乃經名錯譯，本書更正之。



目次

- 3 作者簡介
- 13 艱難行道於人間
- 21 仰敬與懷念聖弟子的時代
- 25 荒野中的足跡
- 47 回首漫長與艱難的光明路
- 47 回首漫長與艱難的光明路之一
初心出離、轉入佛門、親近廣老
- 51 1-1. 初心出離
- 55 1-2. 轉入佛門
- 59 1-3. 親近廣欽老和尚
- 77 回首漫長與艱難的光明路之二
空的探尋、效法古德
- 77 2-1. 空的探尋
- 87 2-2. 效法古德
- 91 2-2-1. 老實修行
- 99 2-2-2. 遠離肉食



- 103 2-2-2-1. 初上，初下！
- 105 2-2-2-2. 二上，二下！
- 111 2-2-2-3. 三上，三下！
- 114 2-2-2-4. 感應乎？
- 117 2-2-2-5. 應當遠離肉食嗎？
- 125 回首漫長與艱難的光明路之三
精進念佛、煮雲佛七
- 125 3-1. 精進念佛
- 126 3-1-1. 持名念佛
- 129 3-1-2. 攝心念佛
- 133 3-2. 煮雲佛七
- 133 3-2-1. 煮雲老法師
- 136 3-2-2. 大專精進佛七
- 140 3-2-3. 難耐饑餓
- 142 3-2-4. 減食精進
- 145 3-2-5. 精誠禮佛
- 150 3-2-6. 見高廣相

155 回首漫長與艱難的光明路之四
齋戒學會、懺雲律師

155 4-1. 親近懺雲律師

155 4-1-1. 初登蓮因

159 4-1-2. 懺公道風

166 4-1-3. 齋戒學會

173 4-1-4. 朝山燃香

177 4-1-5. 憶念師恩

181 歸向緣起之路

181 5-1. 向法的緣起

189 5-2. 大疑大懼

191 5-3. 尋覓前賢之路

195 5-4. 專注、觀察、驗證、善擇

199 5-5. 發現

203 5-6. 終於信佛

205 5-7. 傳法十方

211 5-8. 感恩此生



213 永懷師恩，此生不渝

217 塵俗中的法眼

附錄

231 中道僧團簡介

232 原始佛教會簡介

233 聯絡各地共修處

237 提供法寶流通據點

238 參與護法方式

239 原始佛教會網路資訊



艱難行道於人間

釋迦佛陀教法的真義，隱沒人間已經近兩千三百年了！部派分裂以後的學派論義，相當程度的扭曲了佛法的原義，造成佛法及佛弟子日漸脫節於現實人間，逐漸轉變為形上哲思、神秘信仰、善行道德及宗教服務融合為一的宗教。如此一來，引導人們務實、實際解決現實人生之內外困境、煩惱的佛法，遂在現實人生中顯得蒼白失色，並且空洞無力。除了給予一種空靈的寄託以外，確實是無助世人實際解決現實的問題。

四十多年來，個人戮力在南傳、北傳、藏傳的教法當中，尋覓 佛陀的真實教法，目的是度苦與利他。終於在 2002 年夏季，從南、北傳初期佛教傳誦的〈七事修多羅〉，尋得古老《阿含》經誦的共說，重新確證了 佛陀親教的真實內容。

自 2002 年始，個人及近學的中道僧團，即全力將佛陀親說的教法——原始佛教，廣為傳予世界各地。

兩岸華人社會較正式接觸《阿含》聖典的開始，可以說是在 1960 年北傳印順老法師在臺灣寫成《原始佛教聖典之集成》以後，但是對南傳巴利聖典及南傳佛教產生廣泛的接觸，應當是 1983 年印順老法師寫成《雜阿含經論會編》以後的事了。

臺灣高雄元亨寺為了翻譯巴利語系《南傳大藏經》，在 1987 年秋成立「漢譯南傳大藏經編譯委員會」，聘請吳老擇居士為總編，並在 1990 年 10 月底出版首冊——律藏（一）。漢譯巴利語系《南傳大藏經》的工作，前後總共經歷 11 年的辛勞，終於在 1998 年完成了《漢譯南傳大藏經》全套 70 冊的編譯。雖然譯文不盡完善，但是對學習巴利語佛典的兩岸學人而言，已是莫大的貢獻。

臺灣接觸南傳佛教的風潮，大約起自 1985 年間，當 1991 年臺灣「新雨雜誌社」成立以後，經由許多人士的大力推動，學習南傳佛教的風潮遂日漸展開。1990~1995 間，陸續有新雨雜誌社、葛印卡禪修、帕

奧禪法的推行，特別是宣傳泰國佛使比丘、阿姜查、阿姜曼思想的書籍，讓素來習慣北傳信仰的臺灣信徒，逐漸的對南傳佛教產生好感及興趣，推動了學習南傳佛教的風潮。

但是推動南傳佛教風潮的某些學人，順勢的推動批判北傳的浪潮，過度的不當批判，造成北傳學人強烈反對南傳的對立發展。

引領各地原始佛教會的中道僧團，正式成立於1997年（佛正覺後2429年），當時臺灣臺北的內覺禪林創立才剛滿一年。當時熟悉北傳菩薩道的臺灣佛教界及社會大眾，不論是對《阿含》聖典，或是對南傳佛教及出家南傳的僧人，都是陌生、冷淡、疏遠居多，某些人甚至是採取對立的態度。

學兼南、北傳教法，堅持依經、依律、不依論，致力探尋釋迦佛陀原說教法的中道僧團，在面對南、北傳的對立處境下，雖是堅定保持中立態度，卻一直飽受南傳、北傳的無情攻訐、毀謗、破壞。

例如：臺灣內覺禪林的創建，自 1996~2004 年間，絕少南傳、北傳學人或信眾護持，在 2005 年後才有稀少的北傳信眾護持，南傳學人的善意幾乎是絕緣於中道僧團。當已經習慣「道場護持用於僧人」之北傳風氣的社會大眾，面對中道僧團堅持不受取金錢的持戒作風時，多數是誤以為肩負宣法重責的道場、教會，也是不用金錢而殊少願意護持道場，讓內覺禪林的宣法工作處在相當困難的處境。又某些缺乏善意的南、北傳信眾，故意用「原始佛教會接受金錢」的作法，揶揄中道僧團不受取金錢的作法是假清高、不要臉。

面對中道僧團，南傳學人是不停的咒罵「提婆達多的徒眾，假南傳、真大乘，下地獄」，北傳則是不停的毀謗「焦芽敗種、附佛外道，小乘人沒資格說法」。

2007~2011 年間，紐約某些北傳學人一直用盡各種不當方法，毀謗、破壞中道僧團的宣法，甚至拉攏加拿大、馬來西亞的北傳法師、居士共同破壞中道僧團。2007 年至今，美國紐約地區某幾處北傳道場一直是不

停的毀謗中道僧團。2008年秋季起，中道僧團開始在馬來西亞傳法，2009年馬來西亞某出家泰國的華裔南傳比丘，開始不停的毀謗、破壞中道僧團，甚至要求馬來西亞各地的南傳僧人、居士都不得接觸中道僧團。但是，試問：中道僧團做了甚麼缺德事？

中道僧團既不受取金錢，不涉入南、北傳的對立，也不涉及任何政治圈。中道僧團包含不同地域的華人，學眾也是各方政治立場的人士都有，但是都遵守僧團的要求，一律不分地域、族群，更不在原始佛教內部有政治活動。

可嘆的事，是2012年某活躍於臺獨的人士極力要求前來學法，僧團為了保持「政教分離」的立場，要求其必須「公開聲明退出一切政治活動」。接著，此人為了學習「原始佛教四念處」而刻意出家近學，隨後又為了個人的發展，居然藉由臺獨意識，暗地鼓動僧團的本地護法要支持他，並要省思：臺灣本地人是否要繼續護持中道僧團？然而，此人前往大陸活動，卻又假稱是「自行退出一切政治活動」。

可笑的事，是 2013 年僧團前往大陸江西某寺傳授「十二因緣觀」的禪法，在禪修活動後，僧團隨即受當地某些法師毀謗，並且是用「C.I.A. 特務」作為破壞中道僧團的手段。這種可議的不當手段，讓許多前來學習的大陸法友，在先求自保的情況下，盲目的跟隨毀謗。後來，是在廣西南山寺、唐山興國禪寺、福建福清寺繼續邀請傳法的情況下，毀謗的波瀾才逐漸減輕。

2014 年夏季，有臺灣佛教會某位高層法師來訪，在午後歷經約 3 小時的談會中，我對這位法師說：「寺門關起來談，僧人可以分為原始佛教、南傳、漢傳、藏傳，但是當開寺門對外，社會大眾只會說：『你們佛教僧人……』。社會大眾是將佛教看成一體，學派、僧人之間的對立，只是無知、自私的作法。」

接著，又對該法師說：「北傳僧人應當想：感謝南方僧團的奉獻，在北傳僧人未至之地，兩千多年來辛勞的教化、照顧南方的苦難眾生！南傳僧人應當想：感謝北方僧團的奉獻，在南傳僧人未至之地，一千多

年來辛勞的照顧北方的苦難眾生！」這位法師是有善根的人，聽了這些話後，他的眼眶含著淚水！

這位法師說：「我未曾拜訪過內覺禪林，但是早已聽許多人談論過中道僧團。」我說：「法師聽到的話，大概不會有甚麼正面的評價！但是請問：中道僧團的作法，有甚麼地方讓佛教僧團丟臉？在社會大眾的面前，中道僧團的作法，難道不是讓南、北傳僧眾都可以抬頭挺胸嗎？」

爭利益、爭名聲、爭地位，嫉德、妒賢的心態，讓佛教內外是水深不可測！

二十多年的傳法生涯，感謝某些法友的支持不移，如果沒有這些法友的了解、信賴、支持，原始佛法可能很難再次的出現在苦難人間，中道僧團也更難行道於現實人間。

面對 2016 年的複雜世局，只是單純做著利益世人、傳承佛法，並且與世無爭的中道僧團，依舊是處處艱難的行道人間！

感謝眼前的美麗土地與人民！ 祝福苦難的人終獲得吉祥、平安！

相信佛、法、僧的光明必定照耀人間。

——佛陀弟子僧 隨佛

2015 年 11 月 6 日 寫於日昇大地之際



仰敬與懷念聖弟子的時代

在佛門已四十二年了，真是一段漫長的歲月！

這一生最美好的事，是能夠在佛法的學習中，確立人生的方向。在佛法的幫助下，度過人生的苦難，也在佛門師友、護法的關懷裏，溫暖人生、豐富生命。

此生何其有幸為佛弟子！感恩過往幫助學法修行的每一位師長與學友！感恩！無限的感恩！

學法愈久，實際的受用愈大，此生對佛法的信心已是堅定不再動搖了，即使千萬人阻撓，也毅然向前。

在佛教學法、傳法愈久，內心對 佛陀與聖弟子的懷念，也愈真摯、深切與悠遠，難以言喻。

記得在 2000~2005 年間，個人與僧團幾位僧人在臺灣環島遊化的歲月。居無定所的遊化，食、住等基本需要都不知在那裏，對不認識的人說法，傳揚「十二因緣原說」也在當時遊化當中默默的進行。

當時日子過得相當的艱辛，但是內心卻宛如陪同當年 佛陀、阿難、舍利弗、目犍連、大迦葉諸聖弟子遊化恒河流域一般，心境是異常的充實與歡喜無量。多麼懷念的過往歲月！

佛陀的教法與僧團，歷盡滄桑的渡過了兩千四百多年，現今在種種內外困境的壓力下，如同垂垂老樹般，雖尚存生機，但已危矣！

這幾年在海內外廣宣「佛陀原說」的原始佛教，多少是引起許多宗派門徒的不滿與排斥。但是個人始終認為這是宗派利益與個人情感的糾結問題，是外人無法解決的問題。

依佛教的現況來說，是傳甚麼法都是「錯」，無有任何的「法」可以獲得無異議的認同！原因是宗派教法眾多，各自分歧難合，任何一派的說法，在其他學派的眼中也都是錯。除了原始佛法受到許多不當的排擠以外，其他各門各派的教法，在教內也是廣受其他教派的批判與排斥，無有任何的例外。

在教法的學習與傳授上，秉著良知而言，現今的佛教已經是「歧路亡羊」了！

因為教法的紛亂、難解，佛弟子的相爭與對立，更讓人仰敬與懷念「依經依律，團結無諍」的聖弟子時代。

個人的態度，是「與其抱怨黑暗，不如點一盞光明」。

在此，誠心的呼籲教內各方學人，放下個人情結與學派利益，能夠為法、為教、為眾生，共同回歸「依經依律，團結無爭」的聖弟子時代。



荒野中的足跡

我們每個人都一樣的「生而平凡」，除了少數人有著顯赫的家世與背景以外，世上絕大多數的人，都和你我一樣，降生在平凡的家庭當中。在現實的人生裏，我們這些生而平凡的人，享受著許多財富、親情、名聲、地位，以及情愛。但同樣的，我們也有著生命深處所無從跨越的事實與問題。在這當中，我們每個人都必須面對這些問題所帶給我們的無助與孤寂。我們在一生當中，享受成功，也同樣的面對失敗。成功帶來嫉妒、貪婪、虛偽與攻訐；而失敗則帶來鄙視、輕慢與疏離。在這當中，我們不僅看清了人心的真相，同時也發現了我們內在的真實。

每一個平凡的人，都同樣的在這平凡的一生當中，有著這樣平凡的經驗。

我是 釋迦佛陀的出世弟子，一個平凡的托鉢僧。在這裏，我想要和諸位朋友，共同來回顧我們的人生。

在現在的社會裏，我們很難信賴別人，也很難信賴自己。我們不相信別人的原因，是因為我們在現實的經驗裏面，人與人之間多的是利害的糾葛，以及權益的爭奪，互相欺瞞，相互爭奪，虛偽、怨懟及許許多多的仇恨。我們不相信自己，是因為我們根本不相信——自己能夠秉著良知面對這樣的世界。我們的內心幾乎都有一份渴盼，渴盼在現實的人生裏，能夠碰到一位人格與行為皎潔無瑕的人。最起碼，我們也渴盼在人生當中，能遇到一位真心對待我們的人，可是我們根本不太相信我們遇得到。

我們也渴盼自己能有堅毅的意志與果敢的魄力，在現實的人生裏，面對虛偽、狡詐、對立、爭奪，能夠秉著一份道德良知與清平的心，來做自己。然而，說實在的，我們對自己也沒有這樣的信心。我們的內心剩下什麼呢？諸位朋友！在這樣的人生裏，我們的內心還有什麼呢？我們相信什麼？或許我們相信宗教，不論是上帝，或者是 佛陀。但畢竟在我們的一生當中，實際上沒有機會親自的面對祂們；我們實際必須

面對的，終究還是我們這一生所經歷的一切，以及自己的內在世界。我們對宗教的信仰，主要是基於對現實的失望，以及失去信心。所以在現實的人生裏，我們真正剩下的是什麼呢？我們剩下的是徬徨、恐懼與失望。

諸位朋友！我這麼說的主要意思，並不是要醜化我們的人生，或者是唾棄這個世界有多麼的醜陋，更不是貶謫自己，看不起自己，讓我們心懷幽怨的面對自己的人生。這絕對不是我真正的意思。我想要對諸位說的是什麼呢？我們必須要正面的面對自己的人生，不論是多麼的醜陋，多麼的虛偽，或者多麼的不光彩，我們都必須要面對自己的人生。因為只有這樣，我們才能在自己的人生裏，發現我們所沒有發現的事。那是什麼呢？我不知道！因為我沒有辦法告訴諸位真正的答案，因為這個答案需要諸位在自己的人生裏，自己去發現、明白，自己去體會。如果我們對自己的確剩下的只有失望、恐懼與徬徨，那麼這件事對我們來說，就顯得格外的重要。

我是 佛陀的弟子，其實我與諸位都一樣的平凡。我和諸位生活在同樣的世界裏，我也有人所必須面臨的困難與無從解決的問題。我是如何在這難以輕鬆面對的人生裏，跨越自己生命的問題呢？事實上，我和諸位一樣，深受過生命的挫折及苦惱的折磨，我也和諸位一樣深感到生命的無奈與憂愁。比起大家，我沒有特別的了不起。雖然我們都曾經感覺到，生命有許多值得珍惜與喜悅的事，但數十年經歷下來，總是苦多樂少。

在這裏，我想要和大家分享我認識 佛陀的經驗，或許這個經驗會給諸位一點幫助。這樣的幫助對諸位能產生什麼樣的影響呢？我不敢確定。因為，人們可以將一盞燭火遞到我們的手上來，可是我們會將這盞燭火做什麼樣的用途，那得看我們自己。我們對佛法的認識與學習，也是這樣。

想想看，對我們每個人來說，在現實的人生裏，最重要的就是活著的方向、意義與價值何在？一個人

活著，如果不知道生命真實的價值、活著真正的意義、以及生命的方向是什麼？那他對自己的生命將會產生根本上的迷惘。雖然我們從書本上學到很多的道理，卻是在現實的人生經驗裏，常常看到相反的案例。

努力的付出，是一種良善的美德，並且應當得到別人的讚賞。可是在現實的人生經驗裏，我們卻常常看到替自己設想、保護自己的權益、犧牲別人應得的利益之人，反而被別人讚許為成功的典範。這樣「努力付出是美德」的價值，我們會真正的相信嗎？

關懷別人，利益大眾，必將獲得別人的感謝。但是在現實的經驗裏，我們關懷別人，卻常常碰到別人利用我們的善心，而且認為是我們自願要做的事。這樣「關懷別人」的意義，我們會真正的相信嗎？

生命的方向，在開創整體社會的和諧與真善美。可是在現實的人生裏，我們卻看到更多的人是為自己的利益、為自己人生的真善美在奮鬥，而搞得整個社

會烏煙瘴氣。但是許多對他們的評價，卻是讚賞他們的功成名就。這種書本所教導的生命方向，我們會真正的相信嗎？

許多的宗教告訴我們，不要追求無謂的欲望，應懷著慈善與愛心對待世人，保持心靈的純潔，向善，向光明。可是做為一個堅貞的教徒，卻常常看到同樣信仰的宗教使徒，或神職人員，或出家人，所行所為卻和所信仰的有很大的距離。請問，這個堅貞教徒的信仰會不會受到創傷與動搖呢？

事實上我們的人生有信任的危機，我們不知道該信什麼。我們該信什麼呢？這個問題，相信很多人是答不出來的，所以很多人什麼都不信。表面上他只相信眼前的利益，可是到最後，他什麼都沒辦法相信。

諸位朋友！你、我及周邊我們所接觸的人，多數人都受過這樣的折磨，都受到不知道該相信什麼的痛苦折磨。有的人深刻的感受到這個痛苦，並且努力的想要解決這個苦惱；有的人已經放棄了，放棄去尋找、

去發現、去開創要如何的相信，只是讓這個生命過完而已！每天生活的重點，就是讓今天的時間過去。

諸位朋友！你們發現這個問題了嗎？如果你發現了，是否願意把你的心打開，靜靜的傾聽及思惟，我在這裏與大家分享的事情。我不是要諸位相信我，我只是要諸位明白，我跟大家一樣，都經歷過這樣的問題與痛苦。你們不需要相信我，可是一個和你們有過同樣困擾的人，他的經驗也許值得諸位去瞭解一下。

我與 佛陀相逢，在他的經驗裏，我找到了道路。在 佛陀的一生裏，我發現，他跟我們一樣，同樣有現實人生的困惑與苦惱；他也曾經面臨信心的危機，一樣不知道生命該何去何從。或許，我們不一定要信仰 佛陀，可是這樣一個和我們有同樣經驗的人，他努力解決人生問題的作為，也許值得我們注意。

佛陀告訴我們，我們沒辦法對外找到值得我們相信的事，因為一切都在變。當我們才對某一件事情，某一個人產生信心的時候，時間與環境的變遷，以及許

許多多因素的影響，不得不讓我們相信的人，或者事物，產生了變化。我們應該相信什麼？我們應該相信自己嗎？忠實的相信自己的生命。可是，我們卻同樣要經歷——時間與環境的變遷，也會改變我們的想法，改變我們的生命。我們該相信什麼呢？他教我們先要看清楚這件事情。

當我們要解決信心危機之前， 佛陀教我們先要看清楚這件事情。

當我們要解決信心危機之前， 佛陀教我們要先看清楚人生的真相。

我們都有父母，縱使是一個孤兒，他也有生養他的父母；我們也有我們的親人與朋友。可是在現實的人生裏，我們的父母、親人與朋友，他們不能在我們感覺到苦惱、感覺到困難、感覺到挫折、感覺到哀傷、感覺到絕望的時候，代替我們面對每一個生命必須面對的經驗。他們不僅不能代替我們面對這些經驗，甚至有很多的時候，他們會不敢陪伴我們面對這些事情。

因為人都有恐懼，都有面對困難的恐懼感。這樣的經驗，在我們的人生裏面，比比皆是。在這裏，我想與諸位分享我聽到的一件事實。

在過去幾個月，我遊化到某個地方，有位居士發生了這樣的事情。有位女士得了血癌，她需要骨髓捐贈，這是她唯一的一線生機。經過家族的配對，她的一個哥哥，可以捐贈骨髓給她。這個可以捐贈骨髓給她的兄長，正是從小到大，和她感情最親密、最好的一個哥哥。當她滿懷希望，覺得她的生命有了一線生機的時候，沒想到這位從小最親密、最信賴的兄長，卻因為女兒與太太的反對，而令她最後的一線希望也落空了。因為她們認為，捐贈骨髓有許多可能性的問題，做女兒的不願意自己的父親、做太太的不願意所鍾愛的先生，冒著一些可能性的問題，捐贈他的骨髓給他的親妹妹。最後，她的兄長接受了太太與女兒的意見，拒絕捐贈骨髓，甚且避不見面。對這位女士來說，這是一個非常沉重的打擊，深感生命的無助、恐懼、絕望與寂寞。沒想到：最相信的親人，從小最信賴、最親近的兄長，會在她的生命最無助、最危險、最需要他的時候，捨她

而去。這份苦楚，誰能夠代替她面對呢？誰又能為她解決呢？這位女士經過這樣的打擊，什麼人都不想見面，什麼人都不相信！她沉痛的說了一句話，就算這個兄長，跪在她的面前，求她接受他的骨髓，她也不要。

我們可以想見，當這位女士說出這樣的話，她的內心是處在極度的哀傷、絕望與痛苦當中，更是充滿了怨懟——對自己的失望，對世上人心的失望，還有不滿與深深的怨恨。這是我所聽到的一個實例。我相信在各位朋友的身邊，你也曾聽到、看到，甚至也經歷過許多類似的例子。當然手足情深者亦比比皆是，甚至陌生人都能以無比的溫暖，來幫助我們的事實也不少。可是，人心許多陰暗的一面，我們卻更常看到。生老病死原本就不是親人與朋友可以代替，我們必須親自面對。除了這些以外，財富、名聲、地位與情愛，這些問題，親人與朋友也不見得能夠給我們多少幫助。

往往在最需要、最困難的時候，我們才最無助、最孤獨與寂寞。

在現實的人生裏，多數人都享有過財富與快樂。財富的擁有可以幫助我們感官上的享受，可以欣賞美好的東西，聽美好的聲音或者讚美；可以吃豐富的食物，穿所謂昂貴與漂亮的衣裳，享受高級的轎車，住精美豪華的宅邸。在這當中，我們的的確確有許多的快樂，可是這乃是感官的快樂，心靈的快樂卻不見得能獲得。感官的快樂必須透過許多外在的遭遇與經驗讓我們滿足，這些感官的快樂往往需要財富，可是財富的擁有，對每個人來說卻不保證一定可以獲得，當我們沒有辦法有力的掌握財富時，這些感官的快樂就要失去。所以，如果我們不懂得如何開發心靈的喜悅，就必須依靠財富，來讓我們獲得快樂。

而當我們必須依靠財富來獲得快樂時，不可避免的必須陷入權益、名聲的爭奪；也絕對不可避免的要陷入人與人之間的對立、仇怨的漩渦裏。這些爭奪、對立帶來的痛苦，比起我們透過財富或地位所獲得的快樂來說，不知道要多上幾倍？這樣獲得快樂所付出

的代價，未免太大了一點！在你爭我奪當中，我們根本沒辦法相信什麼，我們只相信利益，不可能相信道德與人心；我們也不相信自己。我們的痛苦更大，問題更大，可是當中所獲得的快樂，卻不一定有，或者極微小。最後，我們只有感到面對人生的一種迷惘，以及長久的失落。

有許多人覺得財富、親人，或許不可憑恃；但是內在的聰慧、能力，應該比財富更有保障。因為財富的獲得，必須靠爭奪，而個人內在的聰慧與所習得的能力，卻不需要去爭奪。這應該比較可以依靠了！聽起來似乎是這樣。的確，我們個人的聰慧以及努力習得的能力，確實是別人帶不走。有了聰慧與能力，我們的確比擁有財富更安穩，也更有自信。可是能力也要比較，古人說的好：「一山還有一山高」，所謂「人外有人，天外有天」，聰慧與能力的競爭，是一場永不止息的戰爭。在現實的經驗裏面，有能力的人多半是互相輕視、互相障礙。諸位朋友！難道你們看不到嗎？在這樣的競爭，在互相輕視的當中，實際上聰慧與能力並沒有

帶給我們真正的平安，常常帶給我們的是被人貶抑、被人故意輕視的懊惱，或者是我們瞧不起別人的驕傲。我們不見得能在聰慧與能力之中，得到平安。

透過種種的努力，可以讓我們在社會上爭得一席之地，這一席之地或許是高高在上，讓我們在別人的面前呈現出某種權威，以及受信任的地位。可是權威與地位的擁有，卻讓我們不容易聽到真誠的聲音。因為權威，讓別人心懷畏懼的面對我們；崇高的地位，讓別人心懷貪求與覬覦的對待我們。畏懼我們，是害怕我們傷害他們；貪求與覬覦，是希望從我們身上得到他需要的利益。我們與真誠的聲音拉開了一個很大的距離，我們更沒有辦法碰到真正可以相信的人與事。

或許我們最後選擇相信自己！透過別人的讚賞、畏懼與阿諛奉承，我們相信自己。可是，我們真的相信自己嗎？難道我們沒有基本的判斷、自視與良知，瞭解到別人只是說一些不真實的話，來討我們的歡心嗎？事實上我們知道！我們知道別人不見得對我們說真實

的話；我們也不敢確定，我們在別人的心目中，真的如他所說的那樣。

我們不斷的要求敬信、畏懼我們的人，必須對我們忠誠，可是我們卻沒有辦法真正的相信他們會如此。我們不斷的要別人效忠，可是我們還是擔心。權威與地位沒有帶給我們真正的信心——對自己的信心以及對別人的信心。我們還是不安！

除此以外，或許我們寄望親人、情人，或夫妻之間的情感。當我們在面對現實的人生，有許許多多的困難、許許多多的壓力、許許多多的挫敗的時候，情感往往成為我們最後的避風港。讓我們可以在情感裏，盡情的表現出自己的恐懼、不安、懦弱、憤怒、不滿，以及我們的需要，而愛我們的人，往往會接納我們所表現出來的一切。在這當中讓我們深感幸福，感覺到在這個困難的世界裏，終究還有一個最好的避風港，那就是真摯的情愛。可是隨著時間的遷流，以及環境的變遷，改變了我們的容貌，改變了我們的想法，改

變了我們的情感喜好，與對事物厭惡的不同。這些情感的幸福，我們終究要看著它點點滴滴的消散與變遷。

在現實人生裏，我們每個人都很努力，非常辛苦的建立起我們所渴望的安穩與和樂的生活，可是這些安穩與和樂的生活，依舊擋不住時間的變遷所帶來的敗壞。我們所擁有的一切，到最後終究要失去。我們沒辦法帶走什麼，甚至在我們現實的人生裏面，我們可能就會看到我們變得一無所有。

世間的成敗得失，人與人之間的恩怨情仇與悲歡離合，常常在我們最想不到的時候，帶給我們挫敗與打擊；在我們最需要的時候，從我們身邊悄悄的溜走。我們的生命已經很孤獨了，可是這樣的變遷，卻讓我們更寂寞。

人世的風光、名聲與榮盛的地位，就好像把彩妝擦在不斷剝落的牆壁上一樣。怎麼擦，都附著不住！我們看到的，只是一個不斷剝落的過程，到最後還是一樣的一無所有。

這些事實我們能接受嗎？實在是很難接受。但我們不能接受又該怎麼辦呢？懷抱希望，懷抱著未來的希望在現在繼續努力？可是努力的結果有兩種：一個就是達成目的，一個就是失敗。達成目的，以後又會怎麼樣呢？還是一樣，要小心的維護，不然就要失去。可是再怎麼努力的維護，最後還是要失去。我們還是要繼續懷抱對未來的希望。那麼如果失敗呢？失敗！我們就陷在挫敗與絕望的痛苦當中。沒有人可以忍受挫敗與絕望，終究還是需要懷抱希望，懷抱對未來的希望。可是懷抱希望的最後結果，卻是必需在不可避免的失落中，繼續的懷抱希望。這個過程，只有得而再失去，或者只有失去。

這當中有苦有樂，這就是苦樂交雜的人生。這樣的人生終究讓我們感到無比的空虛，以及對生命的迷惑，直到死亡的到來。這讓我們感到，我們猶如站在荒野當中的孤寂的身影，放眼望去，我們看不到可以依靠的綠洲，看不到可以飲之而真正能解除我們渴惱的甘露。甜美的甘泉在哪裏？可以依靠的綠洲又在哪

裏呢？我們每個人都在找。這是生命的荒野，也是我們心靈的荒野！

我們深刻感到這荒野的逼迫，以及我們的渺小，還有說不出的孤獨。這樣的生命荒野，我們看不到盡頭，因為每一個人不斷的重複這樣的經驗。我們的祖先們，他們重複這樣的經驗；我們的朋友們，我們的親人，他們也重複這樣的經驗；我們自己也在這樣的經驗裏面。我們下一代的子弟呢？這些在我們眼中看起來，依舊非常天真爛漫的孩子，他們也正在經歷這樣的經驗。世世代代，從古到今，這樣的生命荒野實在是看不到盡頭；真正看到的，只有每個人的眼裏對生命的期待。我也是這樣，一直到 佛陀從我身邊靜靜的走過。我從佛陀所走過的足跡當中，發現了生命內在的安穩道路。

這條生命內在的安穩道路就是：捨棄我們內心對任何事物的完美渴望，息止我們對自己的期許。遠離期許我們成為什麼？捨棄期許我們得到什麼？息止我們可以得到什麼的渴望。為什麼呢？因為對任何事物的追逐，終究只是讓我們陷於相互爭奪、相互對立的

痛苦當中；而任何的獲得與失去，最後終究只是失去。它不僅挑起人與人之間的爭鬥、虛偽，以及怨嫉仇恨，也讓我們一生陷在不安的心緒當中。

我們內在有這樣的覺悟，才可以讓我們在這個生命的荒野當中，捨除內在的渴求，捨除對一切的渴望。只有這樣，我們才能遠離生命的憂苦；只有這樣，人與人之間，才能有信賴的可能。

雖然我發現這樣的道路，可是我沒有辦法代替別人發現這樣的事。佛陀雖然知悉生命的苦惱，他也沒辦法幫我們息止我們內在的憂苦。所以，生命的荒野，依舊是看不到盡頭。可是，當我們發現這條道路，生命的歷程裏就有內在的安穩。我們無法在這生命的荒野當中，在這變遷不定的人生裏，留下什麼，因為任何的功績、名聲、成就，終究會敗壞、模糊，以及被遺忘。

我們只能走在這生命的荒野當中，走在人心的荒野裏，走過我們身邊這些心懷迷惘與愁苦的人。或許，這些人會在我們生命的經驗裏面，會在我們生命的歷史當中發現，發現這條只能親身體會、親自實踐、孤獨、簡樸、卻沒有憂苦而平安的路。這就是瞭解生命的真相，遠離無謂的追逐與自我的期許，息止我們內在的憂苦。

我們該相信什麼？或許這是我們需要更深刻省思的問題。

對一般的世人來說：雖然我們不缺親人與朋友，但卻深感生命的無助與寂寞；生活雖享有財富與快樂，卻依然感到惘然和失落；聰慧與能力使人有所自信，可是內心卻無法免除不安；我們或許具有權威與地位，但卻長久的等待真誠；真摯的情感讓我們深感幸福，可是我們必須看著它從指縫流逝；我們辛辛苦苦建立起安穩與和樂的生活，卻擋不住由時間所透進的變遷與敗壞。成敗得失，恩義情仇，悲歡離合，猶如不定

的冷箭，輪替的射穿此一孤寂的身心。光華與榮盛，只是附著在敗壞之上的粉彩而已！一切的渴望只等到渴望，苦樂交雜的人生啊！總是讓人感到空虛和迷惑，直到死亡。在這生命的荒野中，我看不到盡頭，只看到眼底的期待，直到 佛陀從身邊走過。

從 佛陀的足跡中，我發現了內在的安穩之道——捨棄內心的渴望，息止自我的期許。因為任何成就的追逐，即是愁苦與失落的門；也是挑起爭鬥虛偽與怨嫉仇恨的箭。內在的覺悟，讓我們在生命的荒野中，既無所渴望，也無所憂苦。

荒野依然無有盡頭，但我們的足跡自有安穩！

我們無法在荒野中留下什麼，只能走在人心的荒野中，走過迷惘與愁苦的人群。或許，人們會在足跡中發現，發現這一條孤獨、簡樸，卻無有憂苦而平安的路！

我是世尊的出世弟子——比丘，在這裏與諸位朋友分享，我對 佛陀的瞭解與實踐佛法的體驗。 佛陀和我們每個人都一樣，一樣有著在現實人生當中必須面臨的生老病死、悲歡離合。他的弟子，從古到今，每一個也同樣的必須要面臨生老病死、悲歡離合與成敗得失。這些都與諸位朋友在現實人生中的經歷完全一樣。

我們每個人都一樣的「生而平凡」。 佛陀的體驗之所以可貴，是在於他和我們都一樣，一樣的從平凡的人出發。他面臨我們所面臨的所有問題，但他能夠跨越絕大多數人一生沒辦法自我解決的問題，這是佛陀體驗所以寶貴之所在。

佛陀與他的每一個出世弟子們，都跟諸位朋友一樣的「生而平凡」，對每一個平凡的人來說， 佛陀可以達到的體驗，我們都有一樣的機會。我在這裏說的，並不是要顯耀 世尊，以及他座下所有每一個出世弟子的殊勝、超越與功績；而是要誠懇的告訴每一位朋友：

每個人都有機會，有機會在自己的人生裏、在自己生命的痛苦裏、在自己所無從跨越的困擾及苦惱裏，到達解脫的彼岸。

我要告訴大家的，就是這件寶貴的事情。謝謝大家！



回首漫長與艱難的光明路

回首漫長與艱難的光明路之一 初心出離、轉入佛門、親近廣老

學法至今已過了四十個年頭了，時間不能說不長，人生至此，在佛門的時間已占了一生的大部份。想一想，這一生好像是為了學法、求法、修行與傳法利益世人，沒有甚麼其他的人生可言。這在一般的人看來或聽來，似乎一生很貧乏；實則不然，學法、修行、求法及傳法的人生，是非常的豐富，也很有深度。因為這是直接面對人生真相的道路，也是親自面對世間現實面的道路，不僅要面對內在迷惑、貪欲的煩惱，也要面對由迷惑、貪欲、瞋怨交織而成的人間，即使在宗教的世界也是一樣。

從修證佛法的層面來說，在這現實的世界裏，或者佛教說的「癡、貪、瞋」充斥的三毒世間裏，不論任何層面都有迷惑、貪婪、欺瞞、對立、鬥爭及仇恨。

這原本就是很平常，不需要感到詫異與憤怒，平懷看待就好。因為這是現實世間的當然，是眾生的困難與障礙，而不是眾生的罪過。

雖然世間許多傷天害理、互相戕害、逼迫的事，確實是相當的不當與不必要，但這也是在「癡、貪、瞋」的影響下，導致的作為與發展。若要止息世間的苦惱，應當要止息的是「癡、貪、瞋」，而不是對受到「癡、貪、瞋」逼迫的世間，感到忿怨不滿。世間所謂的「人」，實則是迷惑、貪愛而緣生的「色、受、想、行、識」等五陰，迷惑、無知才會將「緣生五陰」當成是各個獨有自主的「我」、「人」、「眾生」。平常面對的無非只是迷惑、貪愛而緣生的「五陰」，絕不是獨有、自主且故意要欺瞞、對立、鬥爭、仇恨與戕害他人的「我」、「人」或「眾生」。

從孩提時代起，我的人生就一直面對著世間的種種煩惱及痛苦，當然其中也有許多溫馨而一生難忘的人與事，但絕大多數是煩惱與痛苦。如同一般的人，

我曾深深的厭惡及不滿這個無情、苦難的現實世間，對許多欺瞞、對立、鬥爭、仇恨與戕害他人的人與事，也無法予以平懷看待。因為總覺得這是不對、不當的煩惱及罪惡，許多貪婪、自私的人，毫不羞恥的做著傷天害理、戕害、逼迫他人的事。這些令人無法忍受的人與事，在這世間根本無法斷絕，更無法拒絕於現實生活之外。因為如此，我不滿於這個現實的世界，當然也想逃離這個世界，所以曾經念佛、求生淨土，努力的尋求解脫，也至誠的發願一定要「普救眾生」。

然而，不論如何的至誠發願要「普救眾生」，至心的念佛、求生淨土，或者努力的尋求解脫，都不離開對這煩惱、苦難世間的不滿與怨懟，無法真正的平懷看待。面對現實的世間，內心還是無法真正的「平懷與平靜」，因為真正需要的是「離苦與息苦」。

經過幾十年的努力，努力的離開這個苦難的世間，努力的遠離世間的苦難。最後，經歷過這個現實的世間，才體會到甚麼是平常！甚麼是當然！才懂得「平

懷世間」，如何才是「無憂的慈悲」。

回首走過的行跡，尋求光明與平安的路，是如此的漫長與艱難，卻又恍如昨日般的迅速。想一想，如果個人的學法經歷，可以有點滴的助力，能讓許多人面對自己與苦難，那麼就將這段路程說出來吧！

1-1. 初心出離

在學生時代就進入佛門，原因不是受到任何的打擊，而是在逛書局的時候，看了書架上的一本明代章回小說——《七真史傳》，那是一本描述宋代年間，道教王重陽度人修行的故事。雖然自小家中就有虔誠的宗教信仰，但是父母從沒有灌輸孩子任何的宗教信仰，注重的是人格的教育。《七真史傳》是我第一次接觸具有「宗教色彩」的書籍，其實也談不上甚麼真正的宗教色彩，也不過是一本有點像《濟公傳》的勸世、勸人修行的故事書，只是不像《濟公傳》有那麼多的神怪情節。在《七真史傳》中，最引我注意的內容，完全不是當中的神仙情節，而是書裏採用中國章回小說的文筆，在每一章節前面寫的詩句。詩句的內容多是勸世修行，這些勸世修行的詩句深深憾動了內心的世界。

學生時代的生活，就是為了升學、聯考，其他都不是重點。我入中學時，遇到一位很認真、負責的班

導師，他是我這一生當中第一位「啟蒙恩師」。在入學的第一天，這位導師鼓勵學生的話，深深的吸引與打動了我，一輩子都沒忘。他說：「同學們！你的將來由自己決定。你可以認真讀書，也可以交女朋友，但要記住：你們不會有任何愛情的美滿結局，你只是『先替別人照顧老婆』。年少不努力，一定後悔一輩子。不要貪一時的快樂，痛苦一生。你們可以認真的學習，奮鬥人生的前程、利益社會，作一個讓父母、兄弟姊妹、妻子、兒女及社會都同感榮幸的人。反之，如果只知玩樂、放蕩，可能會變成一個『垃圾堆撿剩下的人』。你們是要自尊、自重的人生，還是要糟蹋自己的人生，你得自己決定。」這位恩師的開導，從入中學的第一天，即深深的影響了我。

因此，從中學時代起，我很認真的讀書，即使在上下學時，目光也是目不斜視的注視著前方的路，絕不觀看其他不相干的事，更不看女生。例如：在補習班上課時，我的座位正緊臨著隔桌的女生座位。但是上了一年的課，隔桌女生的臉長得甚麼樣子，我連看

都沒看過。記得有一回和同班同學走在路上，這位同學對我說：「看！前方那一位女同學某某某。」我問這位同學：「你怎麼會認識她？」這位同學回說：「她是補習班的同學，是我們班的班花啊！她坐在你的座位旁邊，已經一年了，你不認得嗎？」我當時的回答，是讓這位同學張大嘴巴的連說「不可能」，可是我真的連看都沒看過。

我的腦子裏只記得導師的話，要「認真的學習，奮鬥人生的前程、利益社會」，不要「先替別人照顧老婆」，更不要「做一個在垃圾堆撿剩下的人」。當年常有男同學邀請參加與其他女校學生的聯誼活動，我是一律的回應：「書中自有顏如玉，書中自有黃金屋。」堅定的婉拒了。除了讀書以外，我沒參加過學生聯誼活動，一生沒跳過舞，也沒有任何不良的嗜好。雖然在老師的眼中，我是一個「品學兼優」的好學生，但是從現代年輕人的眼光來看，應當是一個「怪人」吧！

然而，滿腦子只知認真讀書的「怪人」，卻被一本《七真史傳》當中勸世修行的詩句深深的撼動了。當時讓我印象最深的勸世詩，是傳說由明代悟空禪師寫的《萬空歌》，內容是「天也空，地也空，人生渺渺在其中；日也空，月也空，東昇西墜為誰功？金也空，銀也空，死後何曾在手中！屋也空，地也空，換了多少主人翁！妻也空，子也空，黃泉路上不相逢！權也空，名也空，轉眼荒郊土一封！」這一首詩的內容，雖然有些消極，卻使我從只知「讀書求取功名，開創人生前途」的想法當中，警覺、醒悟過來，開始認真的思索、看待生命內在的問題。

1-2. 轉入佛門

剛開始求法的目的，只是單純的為了「遠離老病死的逼迫」，完全沒有其他宗教性的想法，也不懂甚麼宗教。初接觸的多是自以為是宗教，實際只是「民俗信仰」而已！又因為接觸《七真史傳》的關係，也就想學習道教的修行，所以拼命的閱讀道教各種修行書籍，每天除了上學讀書應付繁重的課業以外，必定早晚誦經禪坐，希望有一天真能夠「成仙不死」。

直到有一天，一位販售宗教用品的老板對我說：「臺北龍山寺旁有位廣定法師，他的精舍有流通佛教書籍，你可以前去求取經典。」當我得了這個消息，馬上就依照地址前往求法。

尋到該精舍後，當時廣定法師不在，我向精舍內一位服務的居士問：「有道教的經典嗎？」說實話，當時我只知道要修行，甚麼宗教也不懂，才會作出到佛教的精舍尋求道教經典的妙事。我記得當時那位居

士默默的看了我一眼，靜靜的回應說：「這裏沒有道教的經典，但有一本書可以先送給你看。」接著，就拿了一本書給我，我接手一看，書名是《暗路明燈》（作者是回明法師）。當時我也不知這書是甚麼內容，但還是接受了。

當一回到住處，即迫不及待的閱讀《暗路明燈》，等我讀了內容以後，才知道這是針對當時民間新興宗教一貫道（當時多數是稱先天、龍華、天道）所寫的書籍。書的內容是約略的將佛教與道教、民俗信仰之間的差異，還有一貫道提倡的種種偽亂佛、道、儒教的說法，如「釋迦佛退位，彌勒掌道盤」、「紅陽佛教已過，白陽佛教來臨」等胡言亂語，一一的說了出來。真正的重點是呼籲世人不要被欺騙，誤以為「先天、龍華、天道」是一種「新佛教」。這時我才明白，將書送給我的居士，八成是誤以為我是「佛、道、神不分」的一貫道徒，才會送我這本書。我非常的感謝這位居士，也很感謝《暗路明燈》的作者，讓我分清楚佛教、道教與民俗信仰的基本差異，也讓我明白了「成仙永生

不死」是不可能的事，更知道有一個混佛來滅佛的一貫道，了解唯有斷除「癡、貪、瞋」才能脫離生死繫縛。從那一刻起，我的內心歸向了釋迦佛陀，歸向了佛法，歸向了修學佛法的道路。

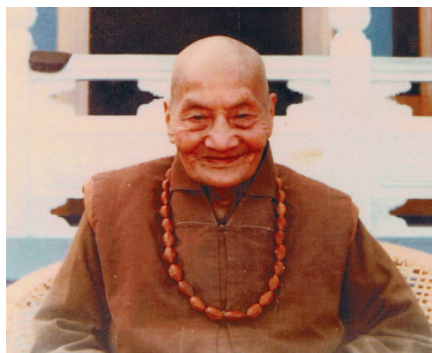
此後，每天早晚的誦經，改為誦佛教的經典，禪坐不再用有道教色彩的「四正時靜坐法」，而是採取了天台宗「六妙門」的禪修法。雖然還沒正式的皈依佛門，但是誦念佛經、禪坐成了每天的修行定課。經過一年，俗世學佛的兄長建議：何不依止提倡念佛的煮雲法師，正式的皈依佛門？剛好煮雲法師前來臺北某寺，兄弟二人前往拜師，卻不知煮雲法師已在前一日離開了該寺。當時心想，既然要皈依佛門，也就不必計較依止哪一位大德為師，遂請該寺住持為我見證皈依了。皈依後不久，我向師父問了一個問題，這問題是——「空」是甚麼意思？師父聽了這一問題，只隨口說：「空！有理上的空，也有事上的空。空！不易體會。」接著，送了一本天台教下斌宗法師寫的《般若波羅蜜多心經要釋》，讓我自己研究了。

雖然已經皈依了佛門，還是沒有真正親近哪一位大德學習，依舊是處在自修的階段。我真正研究的第一本佛書，是斌宗法師的《般若波羅蜜多心經要釋》。當時自己的佛學底子，根本無法讀得懂這本書，書內的一大堆宗派佛教名相，更是聞所未聞。查閱佛學辭典，是用專有名相解釋專有名相，更是一團霧水。記得當時書本正文的第一、二頁，我是天天讀，整整讀了約一個月，才大約知道是說些甚麼，全本費了將近一年才讀完。雖然讀得很辛苦，但是這本書為我扎下了學習天台宗教說的因緣。

接著，我開始以天台宗的教說為本，開始學習天台宗的一切，繼《小止觀六妙門》之後，再一步步的完成《天台四教儀》、《法華玄義》、《法華文句》、《摩訶止觀》等著作的修習。

1-3. 親近廣欽老和尚

第一位真正親近的師父，是廣受念佛人尊敬的廣欽老和尚。



由於學習天台教說的關係，不免受到天台宗智者大師的影響，也學習智者大師兼及念佛往生的修法，所以除了研習天台教法、修習止觀以外，還兼持念彌陀名號。雖然念佛，但是個人和廣欽老和尚的親近因緣，卻不是「念佛」引發的關係。

廣欽老和尚與個人的因緣，是從朝山開始。當我皈依後隔兩年，聽說某佛教團體將舉辦朝山活動，當時我也不懂甚麼是朝山，遂請問了主辦團體的負責人。那位師兄為我簡單的介紹後，積極的邀我參加朝山，並請我幫忙當天的一些事宜。朝山當天約有十二輛大型遊覽車前往，參加人數約有八百多人，目的地是臺

北縣土城承天寺，這也是我第一次參加的佛教活動。主辦的師兄看我年紀輕、體力好，要我及其他兩位師兄負責朝山步道兩旁的香燭。這份工作的內容，需要從山腳到寺門口長約三公里的石板步道，在每一步距的步道兩旁各插一支香，每四步距的步道兩旁各燃一支蠟燭，並且在朝山隊伍全部朝上山前，徹夜都要讓步道兩旁的香燭維持著不缺、不熄。

那一夜，我徹夜奔波於座落在寧靜的山間、沉睡在月光下的朝山步道，當時充溢在心中的是年輕人面對新鮮經驗的亢奮與助人的喜悅。除此以外，有的就是眼見不分男女老少，個個虔誠誦念著佛陀聖號，每三步一跪地頂禮，沉浸在宗教的神聖與虔敬中，無不一心的祈求光明世界、遠離苦難。朝山的莊嚴與虔敬，深深的撼動內心的深處，難以言喻！我在月光明照的寧靜山道上，一面點燃、安置著步道兩旁的香、燭，一面省思生命的路。那一夜的月光，顯得特別的亮！

雖然這事已過了近四十年，但是當時的情境，卻恍如昨日般的清晰！

由於朝山的人多，隊伍拉得很長，三步一拜的前進，速度自然很慢。當最後一排的法友開始步上朝山步道時，已經是凌晨三點多了。走在最後的法友，是幾位八十歲上下的老居士，雖然人老體弱、步履蹣跚，更無法跪地叩拜，但還是虔敬的誦念佛號，踏著顛簸的腳步前進。我為了維持山道兩旁香燭的通明，已在山道上下奔波了好幾回，最後一趟是沿著山道一路巡視兩旁香燭的走下山來。當下到山道口，看著走在最後的幾位老弱法友，內心被他們的虔敬感動，也感到很不捨。此時，我主動的將他們身上的背包及提袋，統統的背負在自己的身上，陪著這些老居士一步一步的「走」向山上的承天禪寺。

當最後一位老法友「走」進寺門的時候，已經是清晨六點多了。從前夜十一點到清晨六點多，整個朝山歷經了七個多小時。進了寺門，走上大殿旁的平臺，才發現此地是視野非常遼闊、環境優美的一處山林道場。此時整個平臺上，擠滿了朝山上來的法友，圍繞

著一位盤坐在一張小籐椅上的老和尚，虔敬的頂禮。我站在人群旁邊，遠遠的看著這位老和尚，感覺到一份特別的親切感。當時既不知道這位老和尚是誰，也沒聽過「廣欽」的名號，更不知道這位老和尚是佛教界的一位特殊行者。除了親切以外，沒甚麼特別的心情。

看著大家圍著老和尚頂禮後，不久，我就繞過人群走向鐵皮搭建起來的簡易大殿，準備從大殿的側門進入大殿禮佛。但是，當我繞過人群走近大殿時，坐在大殿側門旁的廣欽老和尚，突然轉過頭來兩眼炯炯有神的看著我，並且開口對我說：「我有話要對你說！但是現在人很多，不方便講，等一下你來找我。」接著，老和尚就逕自的轉過頭，繼續的面對那些朝山上來的善男信女。當時，我有點「錯愕」，也不知如何回應，只有靜靜的看著兩公尺外的老和尚，隨即轉過身進入大殿禮佛。

這是我和廣欽老和尚「認識」的因緣！

廣欽老和尚要對我說甚麼呢？朝山當天的信眾實在太多了！禮佛後，隨即到餐廳用早齋，實在是餓了。隨後，我約略的遊覽了寺院內外及周邊環境，在參與大眾的迴向後，就隨眾下山了。當天，我沒找廣欽老和尚，沒探問老和尚要對我說些甚麼話。為甚麼不問呢？因為當時的交通條件實在不容易，如果不隨眾下山，我就不知道要如何回臺北了。

對一個年輕的學佛人來說，當時確實是無法體會累世的學法因緣正在逐步的顯現。

過了幾個月以後，在一個假日的午後，我自己朝山上了寺院，獨自面見了廣欽老和尚。當時老和尚靜靜的看著我有一會兒，慎重的說了他要對我說的話，話中的內容，目前還不宜公諸於世。當時，我對話中的內容，既是半信半疑，也有著驚喜參半的心情。因為內容是多麼的令人不知如何……。日後，經過多年的修行以後，驗證了許多當年老和尚的私密提醒與關愛，不禁讓人感到修行路上的因緣，是多麼令人驚嘆與不可忽視啊！

此事過後不久，我在廣欽老和尚的座下，正式的皈依了佛、法、僧。這一生我成為老和尚的弟子，緣生法無常、非我，世間因緣是多麼的奇妙啊！

自從參加了那一次的朝山以後，我喜歡上朝山的修行方式。因為在朝山的過程中，朝山者無法藉由對各種外境的攀緣來逃避內心的世界，必須獨自面對內心種種念想與煩惱，唯有不斷的面對與調伏，歸向專注與平靜，朝山者才有辦法繼續的修行前進。否則，朝山者會因為受不了內在的沉悶、煩躁、欲念、妄想及勞累的煎熬，使得心不在焉、無法得益，或是難耐煎熬而中途放棄。雖然朝山不會正覺、解脫，也不見得會獲致聖靈的感應或救贖，但朝山確實是一種特殊的身心淬煉方式。往後，不論是獨自朝山，或是法友們一起朝山，我歷經約兩百多次的朝山修行。人多或人少，三步一拜或一步一拜，走承天寺舊有的朝山小道，或走日後另闢的環山通車大道，快一點約要兩小時三十分，最久的要八個小時，可快、可慢，有著各自不同的修行經歷。

從學法開始，內心就有了出家的念頭，但一直下不了決定。原因無他，只是設想太多了，但是當時自己不能明白。譬如：想找一位有修、有證的師父，不想依止一位凡夫僧出家。問題是哪一位真的有修、有證，不都是這些沒有證悟的人只憑著自己的想法猜測的嗎？又考慮同門出家的修行人，他們的品德與修為的好壞，因為同參道侶很重要；又要考量師門的道風及弘法方式，是否有助於自己的修證，也有助於利益世人？因為修行是需要自利利他啊！又要求道場的環境，更顧慮師父的年紀會不會太老——因為環境不好或恐安住不舒適，師父太老一旦圓寂，作徒弟的會失去師長的關照，增加很多修行及生活上的困難；還有……。很多、很多的萬一，都認為要多加考量，不能隨便的決定修行大事。這種看起來謹慎、認真的考慮方式，實際上是最為愚蠢的心態，因為世上哪有這麼完美的事情呢？

如果修行需要找一處完美的修行環境，那麼就不

是在修行，而是想要搬到一處好地方享受，是搬家，不是出家。

然而，當時自己不明白，也沒有人提醒；最重要的是，提醒也不見得有用。因為內心還是需要有安全感！如果無法跨越內在的煩惱，即使出家也會因為煩惱而還俗，或是重新過著像俗人的「出家」生活。

因此，我曾為了下不了出家的決心，請問老和尚該如何？老和尚靜靜的看著我，只說：「等你放得下時才出家！」這一句話，大家都明白，卻是不容易做到。

在承天寺裏，除廣欽老和尚以外，讓我印象較為深刻的出家人，是後來繼任承天寺住持的傳悔法師。每次深夜朝山到了寺院大殿外，總會看到安單在鐵皮建造的簡易大殿內的傳悔法師，靜靜的、無怨無悔的做著一個出家人該承擔的事，不高調、不張狂，也不貢高，老實忠厚的做一個出家人的本份事。

雖然我和傳悔法師沒說過幾句話，但總是把他記

在心裏，把他和修行的念頭放在一起。

在此，順便提一下老和尚與個人些許朝山經驗的奇特事蹟。

記得有一回，我和兩位虔誠念佛的法友，一位姓蘇（此人已過世近三十年了），另一位姓劉，三人一起前往承天寺朝山。當時已是深夜十一點多，預定朝山到達寺院的時間是在凌晨二點多，可以順便參加寺院的早課。那天是個不見月色的沉靜夜晚，朝山途中只能依靠跪拜時摸著地上的石板，約略的猜測下一步的方向，摸黑前進（當年的朝山步道還未設置現有的路燈）。

當朝山到半途時，突然下起雨。三人看著雨勢越下越大，事前又沒有準備雨衣，只得加速的前進。後來，雨勢實在大了，三人的衣服也越來越濕，有點受不了。此時，山道右側山坡上，正有一塊突出地面約有三公尺的山岩，山岩上頭刻著「南無本師釋迦牟尼

佛」的聖號，白底紅字的漆色在黑夜中若隱若現，山岩下方則稍微向裏凹斜，可以勉強用來避雨（這是一處承天寺的朝山者都有印象的地點）。三人離開步道，在黑夜中走向刻著「南無本師釋迦牟尼佛」的山岩底下避雨。在山岩下只能站著避雨，身上的衣服也大約濕透了，雨帶來了風，三人在風雨中身體直打哆嗦，又冷、又累！

過了不久，劉姓法友問了一句：「師兄！不知道我們朝山有沒有用？」他的話才剛說完不到十秒，我和蘇姓法友都還未能來得及反應時，三個人不約而同的聽到頭頂上方，也正是避雨山岩的頂上，清晰的傳出一聲「咚」的大鼓聲。那是敲擊寺院大鼓的聲音啊！這個地點附近哪會有大鼓啊？何況這裏距離承天寺也還有很長的距離，需要再轉幾個山彎才能到達寺院啊！並且離寺院的早課時間，也還要一小時多。此時、此地，怎會有寺院擊大鼓的聲音呢？

「大鼓聲」響過以後，三個人沉靜了一會兒，此

時誰也沒出聲，也不敢出聲。接著，三人不約而同的走向下著雨的黑夜，走回朝山步道，在滂沱的雨勢中，不顧身上衣褲已經濕透，繼續的朝山前進。

朝山不知道有沒有用？在當時，這個問題似乎已經不用回答了！

另一件有關老和尚的奇異事件，是俗家一位遠房親友說的經歷。雖然這位遠房親友是隔很遠的關係，卻是看著我長大，對我也很關心、疼愛。此人既不是佛教中人，也絕少接近佛門。

在一個假日的傍晚時分，我在承天寺參加當天的晚課，當誦經告一段落，正在念佛、繞佛的時刻，這位遠房親戚突然的出現在承天寺的大殿。當她看到我和一群出家人一起念佛、作課時，當場就哭了起來。晚課結束後，我過去打招呼，她還是不斷的掉淚，並且問我：「你一個年輕人為甚麼要和一群出家人在一起？為甚麼不和其他同學、朋友去玩，卻要在寺院中參加誦經？」又說：「我看你這麼年輕就這樣遠離世

俗，內心很捨不得。」我回答：「我喜歡寺院的寧靜，不喜歡年輕人玩樂的生活。不要為我擔心，我過得很好，也沒有受到甚麼刺激。」除了安慰這位遠房親戚，我又問她：「妳怎麼會到承天寺呢？」她說：「有位朋友提起承天寺的風景很美，建議到承天寺看風景，所以大家就上山來了。」

接著，這位親友問了一個問題，她說：「這寺院的老和尚是不是個特別的人？我從來沒有來過這個地方，我這些朋友也都不是佛門的信眾。為甚麼我一到寺院，老和尚一看到我，就對我說：『陳信女！雖然妳的生活過得很好，但是妳的一生有很多辛酸的事，內心很苦、很可憐。』」接著她又不斷的問：「為甚麼我沒來過這寺院，也不認識這裏的人，老和尚怎麼會知道我姓陳？怎麼會知道我生活好，卻很苦呢？」關於這位親友的問題，當時我是無法回答，也不知如何說。但是，我的內心是很佩服老和尚能夠洞見人心，又能特別慈悲的點化這位親友。

我與老和尚的師徒之緣，是在師徒靜默的默契間，寧靜、低調的進行著。我上山時，多數的時候是老和尚靜靜的坐在籐椅上，我則靜靜的盤坐在旁邊的地上，在安寧、沉靜的日光中，師徒無語的過一下午。其他，只有默默的幫忙寺裏作法工，從不到處攀緣、結識寺裏的師父，大多數是從未說過話的僧人。這樣過了十餘年！直到老和尚在高雄縣六龜鄉開闢新道場，移往六龜駐錫為止，這一段上山與師父過午的因緣才改變。

老和尚移住六龜妙通寺後，我只去過三次。第一次前去妙通寺，是老和尚住在六龜已有一段時間，我想念老和尚，遂從臺北開了好幾個小時的車程，前去拜見。印象特別深刻的是，汽車行經當時尚未修好而滿佈大小礫石的鄉間道路時，整部車震盪的像是要解體，身子骨更像要抖散分離，真是難以言喻啊！看到老和尚時，老和尚慈祥的望著我，雖然只有簡單的說：「你來啦！累嗎？」但是在眼神當中，感到一份深沉的安慰，還有一份溫馨的師徒之情。那一次的見面，我的內心是錯綜複雜，並且帶著些許沉重的心緒及不

安。因為老和尚年事已高，已經九十多歲了，弟子們都有老師父即將圓寂的心理準備。雖然有生就有死，人生不免一別，但有多少人能夠免於不捨的哀傷？又有多少佛弟子能夠坦然的面對有恩的師長自此永別？難啊！對當時的我來說，還做不到「平懷以對」。

第二次前去妙通寺，是在老和尚圓寂的當天晚上，從承天寺得到老和尚圓寂的消息後，當天深夜隨即開車前往「奔喪」，內心猶如死了至親一般的傷痛。隔日清晨約五點抵達妙通寺，寺裏來了很多各地的法師、法友及信眾，無不是前來禮座送駕及幫忙念佛。我問了寺裏的法師，即前往法座前致上身為弟子的崇敬，在馨香繚繞的法堂中，在聲聲清亮虔敬的念佛聲裏，我靜默的緬懷這一段師徒之情，永生難忘！

景物依舊在，故人已遷化，當知世間路，時不待吾歟！

老和尚的圓寂，我的內心非常的沉痛與失落。我想：我還能在哪裏找到如此的善知識呢？

第三次前去妙通寺，是在老和尚荼毘的會上。在前往參加老和尚荼毘（火化）的前幾天，我們有幾位法友決定為老和尚奉上最後的供養，這一份供養就是「用鮮花莊嚴荼毘場」。因此，在荼毘的前一天清晨，幾位法友一起前往臺北的花市，購買了很多的花材，準備隔天奉上供養。

荼毘的前一天深夜，幾位法友連袂開車前往妙通寺，一路奔馳不敢耽誤，終於在清晨近八點時分順利的抵達。到達妙通寺時，寺裏周圍內外擠滿了來自各地的長老、法師、大德、善信，目的就是為老和尚致上誠心的禮敬。這真是「大德雖逝，德馨不遠」！

一行人進入寺裏，向當天主事的法師提出要「用鮮花莊嚴荼毘場」時，執事法師說：「非常好！寺院原本早已向高雄訂了鮮花，但是不知甚麼原因，今天花商無法將鮮花送來寺院，正缺鮮花布置荼毘場。」這事是如此的奇巧，為何早已訂妥的鮮花竟無法送達，卻剛好由遠在臺北的弟子及信眾送花來呢？是否老和

尚有知，或是護法龍天安排，滿足弟子奉上最後供養的心願呢？

當天寺方為了信眾過多，擔心影響荼毘的進行，即要求除了工作人員以外，任何人不能進入荼毘場，只能在離荼毘場約五十公尺的周邊地帶，遠遠的觀望。此時，我們這群準備「用鮮花莊嚴荼毘場」，向老和尚奉上最後供養的佛弟子們，才有機會在荼毘場內，忙碌的將眾多的新鮮花材，用各種手邊拿得到的材料及工具，費心的將荼毘場布置妥當，圓成了「用鮮花莊嚴荼毘場」的心願，奉上了最後的供養與禮敬。

因為這份發心，廣欽老和尚進行荼毘的時刻，我和老和尚座下的眾多出家法子，都在荼毘的現場，臨近參與及觀看荼毘的進行，其餘來自十方的學人及善友，都只能在荼毘場外，遠遠的觀看及念佛。在大眾齊誦的念佛聲中，我的眼底默默的流下兩行清淚。一團火燄燒化了老和尚緣生的身軀，也燒盡了我內心中的猶豫，

但卻燒不掉弟子對恩師的懷念。在荼毘進行時，我內心念著：

「師父啊！在生死輪迴中，我們再次的相逢與相度。不論過往宿世的因緣為何，至心的感謝您在這一生對弟子的提醒與囑咐。弟子終會出家修行，走向原本要走的路，不再猶豫！」

這一段經歷十餘年的師生因緣，一直深藏在內心，難以忘懷。



回首漫長與艱難的光明路之二

空的探尋、效法古德

2-1. 空的探尋

前面提過，我剛皈依後不久，曾經向師父問「空」是甚麼意思？當時師父只隨口說：「空！有理上的空，也有事上的空。空！不易體會。」接著，送了本斌宗法師著作的《般若波羅蜜多心經要釋》，讓我自己研究。我費了一年的時間，才將《般若波羅蜜多心經要釋》讀完。

然而，讀完了斌宗法師依據天台宗思想解說的《般若波羅蜜多心經要釋》後，雖然明白天台宗採取「體、相、用」的認知及詮釋法（有的用「性、相、用」的語詞，不論是用「體」或「性」，意思相近），宣說一切法「以空為體，緣生有相，隨方顯用」的教說。例如：濕為體性，雲、水、冰皆緣生相，飲用、洗滌、灌溉是不同面向的作用。

然而，用「空體」或「空性」來解說世間是「有而非有，體性空寂；空而不空，緣生萬法」，這種「真空妙有，妙有真空」的形上學解說法，畢竟是將「空」定義為一種抽象性存在的「體、性」，這是無常、有限的現實經驗以外，另為「常恒遍滿」的玄秘境界，純是「本體論」的形上哲理，應當是和釋迦佛陀的「因緣說」不同。但是當時個人初入佛門未久，哪能明白釋迦佛陀教法與這些宗門法派學說的差異呢？當時讀完了斌宗法師的《般若波羅蜜多心經要釋》，再進而研究天台宗思想學說後，雖然覺得天台宗的「體、相、用」詮釋法，在平常生活也能舉例說得上，自己已懂得這套學說的理趣，也能對人教說、講演，但總覺得似乎有些不大真實，從現實來看似乎有些玄渺。

因為內心對「空」的真義，還有許多的疑惑，所以依舊到處探問「空」是如何的意思？可是，到處探問的結果，卻是令人遺憾的經驗。因為發現多數的僧俗，對「空」的真義，事實上是不知所云！或者，學的還是「體、相、用」的詮釋法，是「真空妙有，妙有真空」

的形上學解說法，沒甚麼特別深入、實際的認識或體會。雖然如此，我還是到處問「空」是何義？直到有一天，碰到一位師兄對我說：「有一位對佛法相當深入的居士，要開一堂『空』的講座，他應當可以給你很大的幫助。你來參加講座吧！」我聽了這個消息，隨即答應了這位師兄的邀請，參加了這一場講座。

開講「空」的這一位居士，是佛教界很多人認識的游祥洲居士，當年他是佛教圈中眾人讚嘆的「青年才俊」，年輕有為、優秀的佛教青年楷模，曾在佛光山開講《大智度論》。在游居士的那堂講座上，我得到很大的啟發，他提到「（大乘）菩薩道」思想當中很重要的一個基準認識：「空就是緣起，緣起就是空！」他在講座中，說到「（大乘）菩薩道」的《般若》思想中，幾個重要的思想支柱：「緣起即空，空即緣起」、「應一切智智心，大悲為上首，無所得為方便」¹，還有引用《中觀論・觀四諦品》²的思想：「諸佛依二諦，為眾生說法，一以世俗諦，二第一義諦。若人不能知，分別於二諦，則於深佛法，不知真實義；若不依俗諦，

不得第一義，不得第一義，則不得涅槃」、「以有空義故，一切法得成；若無空義者，一切則不成」。

游祥洲居士的口才及表達能力都很好，認知及陳述學說的邏輯也很清楚，果然名不虛傳。他的說明，對當時初入佛門才沒幾年的個人來說，真的是很好的一堂課。

雖然游居士陳述的思想，是「（大乘）菩薩道」的《般若》、《中觀》學說，從佛教的教說發展史來看，源同更早的部派佛教大眾系一說部³「世、出世法皆無實體，唯一假名」的說法（公元前 271~187 年），是後出自公元前一世紀中葉至公元後三世紀中葉的學派理論，距離 佛陀入滅的時代（公元前 387 年）已有三百多年，畢竟有所不同於 佛陀的教導。但是游祥洲居士的說明，讓我清楚的了解到一件事，那就是佛法的中心在「緣起法」！這是一個很清楚的訊息，讓我有種「恍然大悟」的感受。

自從聽了那一場「空」的講座後，我常常念著《中觀論・觀四諦品》的句子：「諸佛依二諦，為眾生說法，一以世俗諦，二第一義諦……。」雖然當時還無法察覺到品題〈觀四諦品〉，為何說的是「二諦」呢？但我還是很喜歡這段句子，這句子陪伴我有十多年的學法歲月，直到更進一步明白更早期的教說以後，才不再持誦。

雖然現今個人對佛法的學習及體會，已經明白主張「緣起即空，空即緣起」的《般若》、《中觀》學說，實質上是不同於釋迦佛陀教導的「因緣法」。「緣生『則』無常、非我」的佛說，畢竟是有所不同於「緣起『即』空，空『即』緣起」的說法！但是，我依然感謝當時的啟發。那一場演講，應當只是游祥洲居士眾多演講當中的一場而已！但是對個人來說，是我深記心中，歷經三十多年感謝不息的一場講座。游祥洲居士！謝謝你的慈悲與說法。感恩！

經由這場演講，我得到啟發。游祥洲居士在講座上，建議大家可以先研究《肇論》，作為了解「空」的入門書。因此，在講座後的隔天，我隨即到桂林路廣定法師開辦的佛教書局買這本《肇論》。

這件事說起來也很好笑，怎麼說呢？因為游祥洲居士只是口頭上說《肇論》，並不是寫在黑板上，所以我聽是聽到了，卻以為是《造論》。因此，我在佛教書局的十幾座書櫥中，拼命的尋找《造論》，可是怎麼找也找不到《造論》。雖然找不到，但是當時年紀輕、臉皮子薄，又不好意思問人，只好自己埋頭拼命尋找《造論》。記得費了約近一個小時，書局的書是翻尋了好幾遍，還是無所獲。最後，只好放棄尋找，厚著臉皮問書局的服務人員：「請問這裏有沒有《造論》？」書局的服務人員回說：「有！」接著，幫忙從角落的書櫥內，拿出一本書遞給了我。當時我迫不及待一看，自己不禁暗笑起來，原來這本書是名為《肇論》，不是我拼死命找的《造論》啊！

這本《肇論》的作者，是大譯經師鳩摩羅什的學生，後秦時代名為僧肇的僧人，書依作者立名而稱為《肇論》。僧肇是鳩摩羅什眾多學生中的佼佼者，《肇論》當中陳述的見地，可代表鳩摩羅什時代華夏佛教僧人對《般若》、《中觀》的主流認識面向。

在《肇論》正文初始的〈宗本義〉⁴，即開宗明義的說出：「本無、實相、法性、性空、緣會，一義耳！何則？一切諸法，緣會而生。緣會而生，則未生無有，緣離則滅。如其真有，有則無滅！以此而推，故知雖今現有，有而性常自空；性常自空，故謂之性空！性空故，故曰法性；法性如是，故曰實相；實相自無，非推之使無，故名本無。」這是鳩摩羅什時代華夏佛教僧人對「空」及「緣起」的標準看法。僧肇的《肇論》對當時華夏佛教揉和老莊思想的「玄學化佛教」，進行了批判。

然而，《肇論》是出自僧肇的手筆，可是佛教書局流通的是《肇論》的註解書，是由明朝憨山大師作的《肇論略注》。憨山大師是明朝時代的僧人，明代漢地的佛教思想，早已歷經隋、唐時代的老莊化，對於「空」、「緣起」的認識，正是隋、唐時代提倡「真空妙有，妙有真空」的形上學詮釋法，是「本體論」形式的老莊哲理。除此以外，明代的佛教不僅是隋、唐以後的老莊化思惟，也有「會通儒佛」的時代特色。這是因為佛教聲勢日衰一日，無法受到知識份子的認同及接受，佛教僧人為了讓佛教得以流傳，自然會向社會主流的儒生靠攏，為的是爭取上層社會階級的認同，達到流傳佛教的目的。

因此，明朝憨山大師的思想，呈現的正是明代佛教的內涵及面向，不僅是「本體論」的老莊哲理，也是「會通儒佛」的表現。在此之下，憨山大師作的《肇論略注》，註解的思想中心與面向，多少是不合佛教尚未老莊化以前，鳩摩羅什時代華夏佛教對《般若》、《中觀》的認識與面向了。簡單的說，僧肇作的《肇論》，

是還未老莊化的《般若》、《中觀》見地，而憨山大師作的《肇論略注》，是用老莊化的「本體論」哲理，來解說「非本體論」思惟的《肇論》，所以陳述的思想與解說陳述的思想，兩者有所不合。

當時，個人入佛門不久，怎會明白這些佛教思想演變的來龍去脈呢？對游祥洲居士推薦的《肇論》，當然是認真的研究，可是研讀的版本是《肇論略注》，必定會受到註解思想的影響。因此，在游祥洲居士的啟發後，又受到《肇論略注》的影響，使得個人對「空」、「緣起」的認識產生混雜不清的狀況。

由於對「空」、「緣起」的認識已經混雜不清，個人對佛法的認識，當然會停滯不前、矛盾難通，而無法心安道隆。在這種學法困境下，遂轉回當初念佛及禪坐的方式了。

2-2. 效法古德

從探究佛法深義，努力修學禪觀，向開悟前進的修行方式，是大大不同於「一心念佛，求生淨土」的修行模式。雖然眾多的念佛祖師，多是有研究經教禪理，但是「自力修證」與「他力救贖」的教法基礎，畢竟是絕然不同的兩件事。

當時個人對「空」的探究已經停滯不前，又受先前修學天台教說兼習智者大師念佛經驗的牽引，並且親近廣欽老和尚常聞「老實念佛」的教誨，最重要的是內心需要學法的確定感，在這四種因緣的影響下，我走回了「一心念佛，求生淨土」的修行路徑。

此時，個人的內心，因為探研佛法面臨困境，很需要可以信賴、依靠的力量及道路。因此，開始積極的研讀佛門古德的學法經歷，一方面從祖師大德的修行經驗中，得到可貴、有用的借鑒；二方面可以藉祖師大德的修行表現，鼓勵自己、堅定道心，增進對佛法的向心力，「見賢思齊」的改進自己的身、口、意。

雖然讀了很多大藏經中，古代文言體的祖師大德修行事蹟，也很仰望過往的諸多祖師大德，但是經由陳慧劍居士用現代語體文寫成傳記故事的《弘一大師傳》，肯定是更加的生動、精彩，也更能感動人心。陳慧劍居士寫的《弘一大師傳》，在三十多年前的華人佛教界是相當受到肯定、歡迎、讚嘆的作品，也是廣受大家閱讀、傳誦的書籍，影響很多的學佛人。當時「念佛」在教界，不僅是信仰，更成為一種「修行典範」，並且對印光、弘一兩位大師的崇仰，更是近乎狂熱。個人細細讀了五、六遍的《弘一大師傳》，深受當中主角弘一大師感動，特別是弘一大師圓寂捨報前，寫下「華枝春滿，天心月圓」，更是令人內心迴盪不已。在這當中得到一種「典範」的感情依靠，也激起了「認真持戒，一心念佛」的強大道念。所以，藉印光、弘一兩位大師作為修行的榜樣，專心修持「念佛法門」，即成為當時個人內心的信仰及依靠，而廣欽老和尚則是現前信賴依止的師長。

中國的「淨土法門」，或泛稱為「彌陀法門」，是經過漫長歲月的演變發展。在「（大乘）菩薩道」的思想中，「淨土」不是只有「彌陀淨土」，還有阿閼佛淨土、東方藥師佛淨土、兜率陀天彌勒淨土等等，中國佛教稱的「淨土宗」，只是一般通俗的說法而已！這些「淨土法門」的修習方法，都沒有代代不斷、師生一致的傳承，難以稱為真正的「宗」。一般佛教學人多是將修學「彌陀法門」稱為「淨土宗」，但是「彌陀法門」是「一心念佛，他力救贖」，方法簡要、人人可行，又是「依佛得救」，完全不同於「聞法修證，見法解脫」的方法，必須要有師長的教導，才容易掌握教法要義、趣向正確的修行。因此，修學「彌陀法門」，根本不重在師長的傳承教導，也無有代代師承一致的教法可說，何來「淨土宗」呢？

考察「淨土宗」的歷代祖師，可以清楚的發現，前後宗師的時代多不是相續，也多是互不認識，無有師生相承的情況可言。這些「淨土宗」的祖師，多是學習三藏、止觀，又兼習「彌陀法門」，並且是一代

的傑出僧人，才被後人推崇為當代的「淨土宗師」。各代的「淨土宗師」，在學習教法的背景上，除了都有「持念彌陀」以外，其餘所學大多不一致。如有宗仰「唯識」，有宗仰《法華》、《涅槃》，或學「禪門」兼及念佛，或是學顯、學密又念佛，沒有一致性。除了持念彌陀以外，其餘所學的教說往往是彼此不相干。因此，修學「彌陀法門」的「淨土宗」，是不同於一般的宗門法派，主要的原因是「彌陀法門」重在「一心念佛，依佛得救」，方法簡要、人人可行，重點在「佛度」，不同於「聞法修證，見法解脫」需要師長的教導。所以，修學「彌陀法門」的「淨土宗」，不是出自師生相承的教學體系，是一種由修學「彌陀法門」的各時代學人，將自行推崇、定位的「淨土宗師」予以列表設立傳承的說法。

2-2-1. 老實修行

不論「淨土宗」的傳承如何，印光、弘一兩位大師的行儀，在當年還是個人內心崇仰的對象及依靠。世俗有一句話：「最真誠的讚美就是模仿。」個人對印光、弘一兩位大師的讚嘆，也是自然而然的效法、模仿兩位大師的行儀。譬如：弘一律師沉默少言、持念佛號、少欲，具備中國讀書人重倫理節義的儒生特質，又持誦《華嚴經普賢菩薩行願品》、刺血寫經、拜八十八佛等，還有印光大師對人坦率實言、不假虛辭、樸質篤實，而個人親近的廣欽老和尚也是坦率直說，不客套虛假、實實在在。這些大德的修行風範及人格特質，不僅讓個人很佩服景仰，更覺得相應契機，在個人學法的初期階段，起了很大的作用與影響。

在這幾位大德的影響下，開啟了一段老實修行的歲月。首先開始探究「淨土宗」歷代祖師的修行，了解這些淨土宗師的學經歷與思想，仰讚祖師們的行儀典範，作為個人身、口、意的學習榜樣。接著，日常

課誦除了《阿彌陀經》以外，晚上必定拜念八十八佛。記得當時佛光山剛出了一套《佛門梵唄》的錄音帶，當中就有八十八佛的誦念卡帶，我就是用這卡帶來誦念、禮拜八十八佛。在誠心誦念八十八佛中，常常因為感念莫名而淚流滿面。平日除了讀書以外，就是專心念佛，個人原本話就不多，此後更是寡言少語，並常自念「少說一句話，多念一聲佛，打得念頭死，許汝法身活」。

印光、弘一兩位大師的樸質少欲，廣欽老和尚的老實苦修，深深影響了我。如弘一大師將一條毛巾用了幾十年，我是深受感動。個人出家後，一條毛巾雖不是用上幾十年，但也是用了十二年才換，第一套袈裟則天天穿了近十六年才汰換。

因為常常持誦《華嚴經普賢菩薩行願品》，又牽引我深入《華嚴經》的教法。

《華嚴經》有三種漢譯本，第一次翻譯本，梵本是慧遠大師的弟子支法領從于闐（今新疆和闐一帶）

得來，由北印迦濕彌羅說一切有部佛大先的弟子佛馱跋陀羅譯出，從東晉元熙二年至義熙十四年譯畢（公元 418~420 年），譯名《大方廣佛華嚴經》，共有六十卷（原譯是五十九卷，唐朝永隆元年（公元 680 年），地婆訶羅和法藏發現當中的〈入法界品〉有缺佚，再依梵本補譯完整（見《華嚴經探玄記》卷一），才成為六十卷經文），教界通稱為《六十華嚴》。第二次翻譯本，梵本是唐朝武則天遣使自于闐求得，由實叉難陀譯出，自唐證聖元年至聖曆二年譯畢（公元 695~699 年，見《開元釋教錄》卷九），譯名《大方廣佛華嚴經》，共有八十卷，通稱《八十華嚴》。第三次翻譯本，梵本是唐朝時南印烏荼國王親寫贈送，由北印三藏法師般若譯出，自唐貞元十二年至十四年譯畢（公元 796~798 年），譯名為《大方廣佛華嚴經入不思議解脫境界普賢行願品》，簡稱《普賢菩薩行願品》，全經四十卷，又稱為《四十華嚴》。

三種譯本的《華嚴經》，內容實在廣博，經文辭藻優美。《華嚴經》⁵ 的中心思想是「一真法界，無盡

緣起」，個人用了一年多的時間研讀《華嚴經》的經文內容，並長期持誦《四十華嚴》的最後一卷，也就是講述「普賢十大願」的《普賢菩薩行願品》。除此以外，研究華嚴宗各代祖師的修行心得，如智儼大師的《華嚴一乘十玄門》、賢首國師法藏著作的《華嚴金師子章》、《華嚴發菩提心章》……等等各華嚴宗師的著作，特別是澄觀大師（唐朝憲宗元和五年公元 810 年，受封為清涼國師）著作的《華嚴法界玄鏡》、《華嚴經疏鈔》。《華嚴經疏鈔》是相當大部的作品，個人用了近三年的時間探究《華嚴經疏鈔》，對華嚴要義有了重要的體會。臺灣大學故哲研所所長方東美先生將研究《華嚴經》的心得，寫成《華嚴經教與哲學研究》一書，個人對方東美先生的心得，也用了不少心力了解。經由幾年的學習，對華嚴經法有所體會，對華嚴宗的學說，例如事法界、理法界、理事無礙法界、事事無礙界的四法界說，或是「三重法界觀」⁶的真空觀（有十門）、理事無礙觀（有十門）、周遍含容觀（有十門），也有探究了解。

「（大乘）菩薩道」有許多刻礪苦行的修行方法，「刺血寫經」是當中的一種。讀了《弘一大師傳》，看到弘一大師刺血寫經的刻礪苦修，內心深受感動。當時自覺學佛人應當「捨身為法，感念佛恩」，而「刺血寫經」正是如此表現的一種。因此，曾效法弘一律師刺血寫經的作法，恭寫《般若心經》兩遍。「刺血寫經」不是一次寫成，是分次的刺血書寫，在一段日子裏逐步的寫成。記得第一次自行用針刺身取血時，因為從未有自傷身體的經驗，臨下手刺身時，內心有些忐忑不安、猶豫不決，所以刺的力道過輕、傷口小，擠不了多少血，量不足以寫經。接著，狠著心，也提起道念，用力刺入後，造成較大一些的傷口，才能持續的出血、寫一段經文。

初次的刺身取血，是刺手指取血，後來看到書上記載，應當要自舌尖取血才適合寫經（古人認為舌尖通心脈，可表心誠之意），也就改為刺舌尖了。但是，刺舌尖遠比刺手指頭麻煩，舌頭濕滑又特別敏感，不容易維持穩定，如何刺舌取血呢？我用了一個辦法，

用乾淨的衛生紙數張折成寬約三公分的長條，再用紙條圈住舌尖後段的舌頭，用手捏住紙條穩住舌頭就能避免濕滑不穩，等用完成消毒的針刺了舌尖後，即低頭將舌懸於碗上，再用捏住紙條的手，反覆的按捏舌頭讓血自舌尖滴於碗中，當有約略的量後（因血凝固很快，一次取量不能多，等用完再取），即要趕快用乾淨的小楷毛筆沾血書寫經文。

當然「刺血寫經」不是出自 釋迦佛陀教導的正統修行方法，也無益於正覺、離貪、解脫、證菩提，實是一種虔敬信仰與苦行交融的宗教實踐，不能算是正統的佛法。

然而，在用筆沾血書寫經文時，既是莊重的心境，也是虔敬無比的情境。因為用血寫經的時候，所寫的每一個字，都是出於自身血肉的奉獻與身心的融入，那一刻即是生命與信仰融為一體的體驗，也是一份莊重與深入的宗教經驗，更是一種犧牲及奉獻身心的實踐。雖然這不是 佛陀教導的正道，但不能否定這是

一種淬礪心志、堅定信念、犧牲奉獻的特殊實踐方法，能夠統合信仰與情感，開展出深刻強大的精神力量。

當年刺血寫經時，是先沐浴淨身、更衣，再虔敬禮佛，而後禪坐片刻，再刺血寫經。書寫經文時，要專心默念著佛號，此時身心靜穆、寧和安泰，恍若安住於佛光之中，念念清明、無憂無憾。書寫一段經文後，再禪坐片刻，禪坐後稱念佛號百千聲，末後將功德迴向菩提與一切眾生。

在誦念《普賢菩薩行願品》與禮拜八十八佛的修行經驗中，曾有過特殊的宗教經驗。這件事發生在夜晚約十點時，個人正作禮拜八十八佛的修行，在拜完八十八佛後，專心的誦念後面的懺悔文，深有感念而抬頭仰望面前的佛像時，豁然見到佛像的佛頂，向著我直射出一道耀眼的金光，歷時約十秒。當時，個人見此瑞應，深感佛恩浩蕩、慈悲恩庇，內心是感動莫名、難以言喻，道念是更為堅定了。

但是 佛陀有放光照我嗎？日後，對佛法的修證已深化之後，才了解這類的瑞應，若不是出自「定力」所現，就是「護法諸天」的顯應變化，應當不是出自「佛的感應」。雖然不一定是「佛的感應」，卻依然可貴。可是學法者不可迷戀瑞應，否則即是妄執！針對佛法的學習與煩惱的斷除，不能憑藉「定力」顯現的特殊經驗，更不能探問於「護法諸天」的顯應。學法、斷煩惱，應當探問 釋迦佛陀教導的法與律，再「依法依律」的實踐，才能真正的度越煩惱、正向菩提。

2-2-2. 遠離肉食

個人「不受食魚、肉」至今，已有三十五年了。回想當初決定遠離肉食的心境及度越舊習的經歷，是有許多的轉折與特殊經驗。

記得遠離肉食的決定，是因為受到《弘一大師傳》與《了凡四訓》的影響。當年讀到《弘一大師傳》中，提到弘一大師為了護生，竟用棉花為跳蚤保暖以免凍死，又坐上椅子前，先將椅子提起在地上頓一頓，將椅上的蟲震落地上，免得坐上後壓死蟲。這真的令人感到很震撼，一時之間，是疑惑與感動交錯在一起，難以言喻。又看到弘一大師在《護生畫集》中，寫著「愛鼠常留飯，憐蛾不點燈」的句子，一樣是疑惑與感動交錯的心境。疑惑的是維護會傳染惡疾的跳蚤、老鼠，不是變相的幫助疾病的傳播嗎？真的很難讓人心服口服！但是，那種不問對、錯，純是關懷生命的心境，真的令人很感動。後來，又讀了《了凡四訓》當中的善惡因果故事後，即起了「關懷生命，遠離肉食」的決心——決定終生「不食肉」。

「關懷生命，遠離肉食」的決定，開始讓我過著「信念的生活」。因為「遠離肉食」不是偶爾為之的宗教活動，是每天、每餐都要面對的事。此外，三十多年前的臺灣，素食還不普遍，提供素食的餐飲服務，既不發達也很少見，加上當時個人已經獨自居住在外，飲食全靠自己處理，更是諸多的不方便，「遠離肉食」真的需要堅定的信念。當時不只是「遠離肉食」，也常常作「放生」的善行。除了讀書以外，放生、不肉食，研究經教、念佛、禪坐是生活中的修行經歷。

剛開始在日常生活當中「遠離肉食」，確實很不習慣，甚至有些苦惱。雖然平日不是常吃肉，但是無肉的飲食，真的不知怎麼處理？總不能一直只吃青菜、豆腐、醬菜、麵筋吧！但是要買素食吃，一方面很不好找，二方面費用不低。因為三十幾年前的臺北市，素食餐廳只有新公園旁的素菜之家（這家的雪菜素包子很有名），還有近北平路的功德林，其餘為數不多的是一般素食小吃攤。對像我這樣的年輕人來說，素菜餐廳肯定吃不起！素食小吃攤是還可以，但多數不

在住處附近，也不方便。所以，多是自行到傳統市場買菜，自己下廚煮食。

由於不大會煮，更不會煮素菜，「遠離肉食」的生活真的不容易過。當時自己煮的「無肉之食」，也不過是熬鍋清粥、炒樣青菜、煎碟豆腐，再加一點罐頭麵筋及醬菜，就已經是很「豐盛」了。如果沒空自己煮，又沒法到處找素食小吃攤時，只能將就一般的小吃攤。這通常是找路邊或巷口邊上的小麵攤，請麵攤老板幫忙煮碗不帶肉、豬油、蔥、蒜、韭菜的清湯麵，再來一小碟燙過水的滷豆乾或滷海帶（燙水去豬油），能這樣就心滿意足了。如果沒閒空上小吃攤，買半條白吐司，抹點草莓醬、花生醬，或是買包仿軍糧的「營養餅乾（很扎實、硬的餅乾）」吃了，已算是一餐了。這是個人在日常生活當中，「遠離肉食」的飲食內容。如果有相當特別的因緣，能上新公園旁的素菜之家，吃碗羅漢齋麵，再能來個雪菜素包子，真要誠心念聲「阿彌陀佛」了！

除此以外，想要說的是「遠離肉食」的心路歷程。
個人在「遠離肉食」的歷程上，也稱得上是「三上，
三下」！怎麼說呢？

2-2-2-1. 初上，初下！

剛開始，因為受到《弘一大師傳》與《了凡四訓》的影響，在感動莫名的心境下，決心要徹底的「遠離肉食」。開始實踐後，馬上面臨了生活飲食很不方便的現實考驗。雖然在「遠離肉食」以前，也很少吃肉，但是在當時「素食」不普及的大環境底下，個人又不懂如何調理「無肉之食」，不禁感到「遠離肉食」的生活是近乎「無物可食」！許多讀者讀到這裏，也許會起疑問說：「為甚麼不吃『素食』的速食麵？」年輕的讀者可能不知，三十幾年前，根本沒有素食的速食麵，而且現在充斥市面的豐富、多樣、普遍的素食飲食及服務，在當時也無有。由於個人「遠離肉食」的生活，是近乎「無物可食」，加上飲食習慣的調整，難免要面臨「禁斷」的身心反應，也就是「想念肉食」的心理煎熬！

初次「遠離肉食」的努力，經過一個月的實踐後，在一個饑餓又難耐「想念肉食」煎熬的夜晚，我放棄

了堅持。作法是：出門去找個普通小吃攤，叫碗臺灣一般常見的「滷肉飯」，外加一碗「（豬肉）貢丸湯」。當吃了滷肉飯及貢丸湯後，一個月來感到近乎「無物可食」的鬱悶，還有「想念肉食」的心理煎熬，一時之間得到了撫慰，不平衡的心緒已經平穩。

接連著六天的飲食生活，恢復了原先的飲食習慣。其實也不過是吃個煎荷包蛋或滷蛋，簡單平常的滷豬肉、豆乾，一點青菜、豆腐而已！初次「遠離肉食」的努力，維持了一個月，即放棄了。

2-2-2-2. 二上，二下！

初次「遠離肉食」的努力，在難禁煎熬下，恢復了原先的飲食習慣。在六天後，發生了一件事，讓我再繼續的「遠離肉食」。

個人在幼時的生活，因為父親的事業發生了困難，生活過得很困厄，日常生活很不易，一般人的平常生活飲食水平都談不上；日子過得最苦的時候，是靠父親過去的職員接濟的地瓜籤（乾細地瓜條），全家煮食過日子。記得四、五歲時，早上吃粥通常是拌點紅糖或醬油，全家只有一小盤鹹花生，偶爾有幾根油條和一小碟白豆腐，沾著醬油伴粥吃；午餐或晚餐，通常是蕃茄炒蛋，或是一小盆水蒸蛋，再加一碟炒菠菜或水燙地瓜葉，這就是全家幾口人的一餐。那一時代，市面上還沒有烹飪用的黃豆油（臺灣稱沙拉油），每隔一段時間，家家戶戶需要用豬體脂肪切成的細長條熱炸出豬油，作為日常烹飪之用，而炸豬油的副產品——豬脂渣（外脆內軟），就成為小孩們的平常零食了。

偶爾母親會滷一鍋雞蛋，全家吃上好幾天，這已經是「天下美味」了。當時將滷蛋的蛋白部份，含在嘴裏享受醬油滷蛋的滋味，真是心滿意足啊！「肉」是難得望到的食物，通常需要半個月或一個月才看得到「肉」，而看到的「肉」多是肥、瘦肉及豬皮兼具，寬約六公分、長十二～十五公分、厚一公分的肉片。母親多是將肉片用水煮熟後，切成每片約五公釐厚的薄片，吃飯時每人只能分到三～五片沾醬油下飯，這是全家難得一頓的好餐。除此以外，更為難得的是逢年過節，團圓菜裏有雞肉，年節可以有些許雞肉、雞腿吃。偶有送來的禮品，當中多是放幾個蘆筍罐頭，再加一小袋「醬燒豬肉乾」，此時才可以吃到些許「醬燒豬肉乾」，口裏的「醬燒豬肉乾」真是美味啊！然而，最讓我懷念的食物，不是這些醬油滷蛋、薄豬肉片、雞腿、醬燒豬肉乾的「美味」，而是有一回家裏的遠親添了孫子，送來一籃紅蛋，還有一小鍋的麻油雞。這是個人在年幼時期，頭一次看到麻油雞。母親分了一小碗給我，嘴裏感受著麻油雞湯與雞肉的美味，這才知道「美味」是甚麼！但也只有吃了這麼一回而已！

從此以後，個人很懷念麻油雞，但是從小到大，除了那麼一次經驗以外，根本沒再吃過麻油雞。麻油雞真的美味嗎？或許藉由「懷念」麻油雞的滋味，作為困厄生活當中的「心理補償」，才是真正的真相。

在個人放棄「遠離肉食」，經過六天的平常飲食後，想起了「麻油雞」的美味。當時為了重溫「麻油雞」的美味，不顧口袋裏根本沒多少錢，決定親自下廚煮一鍋「麻油雞」。但是，「麻油雞」怎麼煮呢？想到賣雞肉的商販一定知道，遂上市場買雞肉（不是買雞，是買已經處理好的雞肉，當時認為這不是「為我殺」的肉），順道向雞肉販請教「麻油雞」的作法。

雞肉買回後，費心的按照雞肉販給的方法，順利的煮成一鍋「麻油雞」。煮好後，慎重其事的擺好餐具，並將「麻油雞」端上桌。此時，迫不及待的將麻油雞舀入碗裏，滿懷期待與歡喜的將麻油雞送入口中。這一刻口裏的滋味，回應了長久的「懷念」，滿足了幼時生活的「期待」，撫慰了幼年困厄生活的「不平」，

這才是真正的「天下美味」。原來「美味」不是麻油雞的滋味，人們要的美味，是能夠「回應懷念」、「滿足期待」、「撫慰不平」的滋味與經驗。

原來在「遠離肉食」的過程中，感到需要的是回應對肉食的「懷念」，撫慰近乎無物可食的「不平及鬱悶」，還有滿足對美味食物的「期待」，反而不是需要「肉食」。這個重要的發現，是當時吃完自煮的「麻油雞」，感到一陣歡喜與滿足以後，隨之而來的「失落」、「空虛」，讓我重新的省思當前身心的真相，才得以明白、覺悟的事。

那一鍋親自費心煮成的麻油雞，在剛煮好時吃了那麼一碗以後，擱進冰箱，沒再吃過了。隨後的一星期內，我時而「遠離肉食」，時而一般飲食，交錯不定的反應出內在心念的起伏與牽扯。最後，我將冰箱內已擱置一星期的整鍋麻油雞，倒在袋裏丟棄。決定再繼續努力「遠離肉食」！

丟棄自小懷念而烹煮的麻油雞以後，第二次再起「遠離肉食」的意志及決心，是出自親身實踐的經驗與發現，這遠比初次是出自對大德的崇拜與感動，來得更為堅定與強大。

第二次「遠離肉食」的努力，持續了約三個月的時間，當中的過程約同前一次的經驗。不同的是，內心的不平、鬱悶比較少，「遠離肉食」需要面對種種不方便的飲食環境與困難經驗，也較為適應與習慣了。但是，內心對肉食的「懷念」，還是在起伏不止。

記得當時離住處約 300 公尺的地方，有一賣肉鬆、肉脯、肉乾的商家。每當下課回到住處的時候，都是這商家在店口用炭火烤製醬汁肉乾的時間，此時炭烤醬汁肉乾的氣味是四溢分散，正如一句商業廣告詞：「一家烤肉萬家香」。個人年幼時，偶爾才能從年節的禮品中，吃到炭烤的醬汁豬肉乾，一直很懷念醬汁豬肉乾的風味。這家商店是回家必經的地方，又剛好面臨商家烤製醬汁肉乾的時間，可以想見此時氣味四溢的烤肉香，是多麼挑戰個人「遠離肉食」的意志了。

我為了避免烤肉氣味的誘惑，在歸途上採取「閉氣速行法」。每當走到離商家約一百多公尺，約可聞到烤肉氣味時，即深吸一口氣後，再閉氣的快跑經過商家，當遠離商家約一百公尺才換氣呼吸。這個閉氣速行的方法，讓我在「遠離肉食」的過程中，沒被烤肉氣味誘惑。

雖然避過了炭烤醬汁肉乾的誘惑，但是經歷三個月的努力後，又想念起「麻油雞」的滋味了。如同前一次的經驗，個人再買雞肉烹煮一鍋麻油雞，也同前一次的身心過程，只吃了幾口麻油雞，即將整鍋麻油雞擱置在冰箱，沒再吃上一口。不同的是，在吃了幾口麻油雞後，就沒再吃肉。但是，整鍋麻油雞擱置在冰箱中，整整經過近三個星期後才丟棄。這一次應當是為了「懷念」，才再煮食麻油雞，而不是為了「食肉」。

2-2-2-3. 三上，三下！

因為「懷念」幼時的經驗，再煮食麻油雞，當吃了幾口後，也就沒再吃肉了。決定再繼續努力的「遠離肉食」！這已經是第三次的奮鬥了，能夠度越為了「回應懷念」、「滿足期待」、「撫慰不平」的欲求嗎？

第三次「遠離肉食」的努力，維持了兩年多。這段時間很少「懷念」肉食，漸漸習慣清簡單調的飲食內容，對近乎「無物可食」的飲食不便及困難，也少了那一份不平、鬱悶的心緒，因為如此也就少了滿足美食的「期待」。代之而起的經驗，是原本肉食的美味，轉變成葷羶難耐的異味，過去歡喜種種肉食的香氣，也成了無法忍受的惡臭。不僅不再懷念、期待「肉食美味」，反而無法忍受「肉食之臭」。此時，「遠離肉食」的種種不便，清簡單調的飲食內容，近乎「無物可食」的處境，都不會有所不平及難耐，反而讓我覺得很好、很平安。「遠離肉食」的生活過程，逐漸成為人生的內涵，融入身心的經驗當中，成為生命的展現。

然而，「遠離肉食」持續了兩年多後，還是再經歷了一次「肉食」的考驗。

那時臺灣開始流行平價的鐵板黑胡椒豬排（或牛排），這道食物原是在西餐廳才吃得到，口味很受歡迎，但是當時的價格對一般民眾來說，並不便宜。許多腦筋動得快的生意人，看到了潛在的商機，開始將這道西餐廳才有的餐點，改在平常的店面，或是夜市的小吃攤上，用一般人都付得起的價格供應。在一般開放的店面或小吃攤上，鐵板黑胡椒豬排的氣味，正像前面說的炭烤醬汁肉乾一樣，烹調時是氣味四溢，這對來往的行人來說，是具有十足的吸引力。我正是被鐵板燒「黑胡椒醬（不是豬排）」的香氣吸引，很想嘗一嘗鐵板黑胡椒豬排的味道。

在一天的夜晚，我到臺北有名的士林夜市，尋得一處提供平價鐵板黑胡椒豬排的小吃攤，叫了一份鐵板黑胡椒豬排。不久，這份鐵板黑胡椒豬排送到面前，內容有些許拉麵條，一份煎蛋，少許青菜，還有一塊

黑胡椒豬排，當然還有熱鐵板上滋滋作響的黑胡椒醬及四溢的香氣。當時，我先用叉子將拌勻可口醬汁的拉麵條送入口中，再將鐵板上七分熟的煎蛋沾著剩餘的麵醬慢慢的吃下，接著吃青菜。將黑胡椒豬排留在最後的原因，是因為對吃黑胡椒豬排是心有猶豫，吸引我的是鐵板燒「黑胡椒醬」的香氣，並不是豬排。但是心想：已經要了一份黑胡椒豬排，總不能只吃「黑胡椒醬」，而不吃豬排吧？最後，我先用餐刀將整塊豬排切成片片的小肉片，再慢條斯理的用叉子將沾著「黑胡椒醬」的小肉片送入口中。當口裏含著第一塊沾著「黑胡椒醬」的肉片，慢慢的咀嚼兩、三下後，隨即緩慢沉靜的將肉片吐在鐵板上。接著，在小吃攤的位子上，閉目靜坐沉思片刻後，擱下整盤沒吃的黑胡椒豬排，起身付帳緩步離開。

離開小吃攤時，心情是寧靜安穩，心智是清明無憂，因為已經知道不會再想「肉食」了。

2-2-2-4. 感應乎？

經歷黑胡椒豬排的考驗後，當然持續的「遠離肉食」。約經過兩個多月，發生了一件奇妙的經驗，這是發生在夜夢中的奇妙經驗。

那晚在夜夢中，我獨自一人站在十方顯耀著明亮白光、不見邊際的地方，只見面前擺著一張圓形木桌，桌面上擺滿用各種精美瓷盤盛著的美味菜餚，而桌邊只有一張椅子。我在白光中站立片刻，即自行坐在椅子上。接著，伸手拿起桌上的筷子，準備要夾盤中的美食。此時，我定眼一看整桌的食物，隨即張口說出：「這都是肉，我不能吃！」並且馬上起身離座。當離座後，眼前的食物與桌、椅，隨即隱沒不見，只有十方顯耀著明亮又柔和的白光。

接著，在面前明亮又柔和的白光中，如同常見畫像中的「觀音菩薩」顯立在前，而此時更奇妙的事，是在「觀音菩薩（可能）」兩側的虛空，浮現出金色

字樣的詩偈。詩偈的內容，因為已過了三十多年，有些許內容記不大全，大約如下：

佛子慕道智慧長，志心○○向佛光，修證○○○
成就，功德流佈傳十方。

金色詩偈顯示片刻後，我就醒來。當時內心是法喜充滿，也慶幸能在夢中保持正念，度過特殊的考驗。當時對夢境中「觀音菩薩（可能）」顯示的詩偈，感到一份慈悲的鼓勵，還有苦心的點化，深記心中三十多年。過了這麼多年後，現今再看這首詩偈，不禁有些感觸：人生豈可不慎行於道乎！

夢境中顯應的是「觀音菩薩」嗎？可能是，但也可能不是。因為沒人真的認識「觀音菩薩」，如何確知「觀音菩薩」的形象呢？從佛法的流傳來看，更可能的是：從佛世時至今，護持佛法的護法諸天，他們經由各種方便的感應，引化世人修行離苦，導向菩提。

這些護法諸天中，有智慧、德行高的護法，也有智慧、德行還不足的護法，各隨智慧及能力的高低，做著利世利人的事。個人認為面對諸天感應，要用智慧與感謝來回應。一方面感謝護法諸天的關懷及幫助；二方面要智慧的抉擇：一般人生世俗事可以請護法幫忙，但是度越煩惱生死的大事，必須從經、律中學習，或是請教「依經依律」的聲聞僧團。煩惱生死大事，不宜向不見得深解佛法的護法諸天探問。

2-2-2-5. 應當遠離肉食嗎？

遠離肉食，或稱為「素食」，在「（大乘）菩薩道」來說，一直被視為「慈悲心」的表現。這一看法的原因，是在「（大乘）菩薩道」傳誦的《大般涅槃經》⁷〈如來性品〉、〈四相品〉及〈四法品〉中，都有「食肉者斷大慈種」一語。另在《楞伽經》、《象龜經》、《指鬘經》、《文殊師利問經》、《大雲經》中，也都有提到「食肉者」不利修行、不利聖道，應修「大慈行」的看法。

然而，在印度佛教的原有傳承裏，卻不是如此。印度文化當中的「不肉食」，原是起自《奧義書》思潮下的耆那教，因為信受「宿命式的業報」、強調苦行，所以極為重視「不殺生」與「不肉食」。但是，在釋迦佛陀的教導中，是重在「因緣法」的正覺，藉由「因緣法」的明見，如實知五陰是因緣生，緣生故無常、非我、非我所，進一步的生起「對五陰應當離貪、斷愛，才能斷苦」的正見。最後，再依據離貪的正見導向息

止五陰的貪愛正道，才能離貪而有慈悲，離貪而解脫。因此，佛陀不認為可以藉由食物種類的揀擇，決定身心的淨化與解脫。所以佛陀不僅反對「宿命式的業報」，不作嚴苛的苦行，也不認為「不受食魚、肉」可獲致聖果。如佛世時僧伽托鉢受食，在「不見殺、不聞殺、不疑為我殺」的情況下，也不拒絕魚、肉的供養。

此外，佛世時印度第一強國摩竭陀國的國王阿闍世弑父篡位，得不到佛陀的認同及支持，遂起了反佛的惡念。阿闍世利用提婆達多的野心，支持、鼓勵提婆達多取代佛陀，爭取領導僧團的地位。提婆達多爭取僧團領導權的作為，受到佛陀的拒絕與呵斥，遂起而對抗佛陀、分裂僧團。提婆達多利用摩竭陀國王舍城人信受的耆那教主張的「不受用魚、肉」，提出「盡形壽不食肉，可疾證涅槃」⁸及強調苦行的說法，提高自己在王舍城的聲望以爭取支持，並藉此打擊佛陀的權威，爭取佛教的領導權，這就是佛史上有名的「提婆達多破僧」事件。提婆達多提出「盡形壽不食肉，可疾證涅槃」的主張，不合正覺、離貪才能導向解脫的修證正

軌。雖然「不受食魚、肉」確實是善法，有助於護生，並且 佛陀也曾約制比丘不可受食象肉、馬肉、人肉、狗肉、毒蟲獸肉、獅子肉、虎肉、豹肉、熊肉、羆肉等十種肉⁹。但是將「不食肉」與「證涅槃」連在一起，是錯誤的說法，所以受到 佛陀的拒絕與呵斥。

提婆達多毀佛、分裂僧團的作為，最後是失敗了。但是，此後的傳統佛教聲聞僧團及居家信士，多將「不食肉」當作是提婆達多的作法。凡是主張「不食肉」的人，一律加以拒絕，並且攻訐是外道、提婆達多的徒眾。譬如現今的南傳佛教就是如此！但是提婆達多的錯誤，是將「不食肉」與「證涅槃」連在一起，這才是 佛陀拒絕與呵斥的重點， 佛陀拒絕的是不當、錯誤的見解，而不是「不食肉」。試想：如果反對「不食肉」，認為「不食肉」即是外道、提婆達多的徒眾。那麼如何解釋 佛陀約制僧人不可受食象肉、馬肉、人肉、狗肉、毒蟲獸肉、獅子肉、虎肉、豹肉、熊肉、羆肉等十種肉的律戒，不是外道法、「戒禁取」呢？這不會變得「自相矛盾」嗎？

因此，對於「不食肉」的人，一律加以拒絕，並且攻訐是外道、提婆達多的徒眾，是一種誤解佛制與不當的作法。如果任何的學法者，為了「不食肉」無關乎正覺、解脫及「慈、悲、喜、捨」，而堅決的反對「不食肉」，那麼此人既是拒絕「無礙正覺、解脫的善德」，更不是真正具有正見的人。因為 佛陀的教導，不是只要弟子實踐有關於正覺、解脫的作為而已！凡有利社會人心的善德、良善風俗與世俗法律， 佛陀都要弟子們尊重為之。如約制不食象肉等十種肉，即是如此。

反之，「（大乘）菩薩道」傳誦的典籍，把「食肉」和「斷大慈種」、「斷聖種」連在一起，一樣是不當的說法。因為根據 佛陀的教導，顯現「慈、悲、喜、捨」的方法是修「七覺分」¹⁰。如南傳《相應部》〈覺支相應〉54 經：

「云何修習慈心解脫？……依遠離、依離貪、依滅盡，迴向於捨，以修習慈俱行之念覺支……擇法覺支……精進覺支……喜覺支……輕安覺支……定覺支……修習慈俱行之捨覺支。」

所以，「大慈心」和「不食肉」是沒有直接的關連。若將「食肉」和「斷大慈種」連在一起，既不是正見，也是不當排斥「食肉」的人。

雖然「不食肉」無關乎正覺、離貪、解脫與「慈、悲、喜、捨」的開展，但是「不食肉」確實是「尊重生命」的善德，仍然值得實踐。

註解：

1. 見《大般若波羅蜜多經》卷四十八：參大正藏 T5 p.273.2-19~20
2. 見《中論》卷四：參大正藏 T30 p.33.1-20~p.33.2-3, p.33.2-22~23
3. 見《異部宗輪論》一卷：參大正藏 T49 p.15.1-23~24

「（佛般涅槃）後即於此第二百年，大眾部中流出三部：一、一說部；二、說出世部；三雞胤部。」

見《異部宗輪論述記》：參卍續藏 第 83 冊 p.435.1

「一說部，此部說世、出世法皆無實體，但有假名。名即是說意，謂諸法唯一假名，無體可得。」

見《大般若波羅蜜多經》卷第五百二十五：參大正藏 T7 p.694.3-25~29

「善現！當知是一切法唯有假名，唯有假相而無真實，聖者於中亦不執著，唯假名相。如是善現，諸菩薩摩訶薩，住一切法但假名相，行深般若波羅蜜多，而於其中無所執著。」

4. 見後秦僧肇《肇論》：參大正藏 T45 p.150.3-12~17
5. 見《大方廣佛華嚴經》〈入不思議解脫境界普賢菩薩行願品〉卷第十：參大正藏 T10 p.706.2-1~4

「一切眾生所造因業相續次第，一切眾生所受果報相續次第，

如是乃至一切名相輾轉出生無盡緣起相續次第。」

見澄觀《大方廣佛華嚴經隨疏演義鈔》卷第一：參大正藏 T36 p.2.2-3~11

「老子意，彼道經云：道可道非常道……玄之又玄，眾妙之門。……今借其言而不取其義：意以一真法界為玄妙體，即體之相為眾妙矣。」

6. 見《修大方廣佛華嚴法界觀門》：參大正藏 T45

(1) 真空觀：即華嚴宗的理法界觀。分為會色歸空觀：（四門）、明空即色觀（四門）、空色無礙觀、泯絕無寄觀等十門。

(2) 理事無礙觀：即華嚴宗的理事無礙法界觀。分為理遍於事門、事遍於理門、依理成事門、事能顯理門、以理奪事門、事能隱理門、真理即事門、事法即理門、真理非事門、事法非理門等十門。

(3) 周遍含容觀：即華嚴宗的事事無礙法界觀。分為理如事門、事如理門、事含理事門、通局無礙門、廣狹無礙門、遍容無礙門、攝入無礙門、交涉無礙門、相在無礙門、普融無礙門等十門。

7. 見《大般涅槃經》：參大正藏 T12 p.386.1-15~16, p.686.1-10

見《大般泥洹經》卷三：參大正藏 T12 p.868.3-26

8. 見《銅鑠律》〈犍度〉〈小品〉的「破僧犍度」：參南傳大藏經《律部》第4冊 p.249
9. 見《銅鑠律》〈小品〉〈藥犍度〉第二誦（蘇卑供養及肉食）、第三誦（私呵將軍）：參考漢譯南傳大藏《律部》第3冊 p.287,p.30
10. 見大正藏《雜阿含》743 經；南傳《相應部》〈覺支相應〉54 經



回首漫長與艱難的光明路之三 精進念佛、煮雲佛七

3-1. 精進念佛

我自入佛門未久，即開始念佛。初時念了一小段時間的觀音菩薩名號，但自從學習天台宗的教法以後，即效法智者大師持念阿彌陀佛聖號了。在個人至今約四十年的學法生涯中，持名念佛的歲月，也有十餘年之久。

除了仰望印光、弘一兩位大德以外，實際親近過的實修念佛的僧門大德，包括廣欽老和尚、煮雲老法師、懺雲老法師，個人從這些大德的言行上，得到很多寶貴的啟發及教導。現在說一說個人在親近這些大德及念佛修行的一些學習經歷。

3-1-1. 持名念佛

說到念佛法門，一般說的主要是指「彌陀法門」。「彌陀法門」的修行旨要，簡要說就是依據《佛說阿彌陀經》的內容，歸納為信、願、行等三大綱領。一、信：信有阿彌陀佛，慈悲救度眾生，彌陀願力不可思議，成就極樂國土依正莊嚴，攝引十方世界眾生歸向極樂淨土；二、願：眾生信有阿彌陀佛與極樂淨土，應當發願往生彼國，蒙阿彌陀佛接引歸向彼國、遠離眾苦；三、行：敬信三寶、守持淨戒、廣行眾善，持佛名號、帶業往生彼國，乃至五逆、十惡之人，臨終十念亦得往生。

對於修習「彌陀法門」來說，最重要的就是「信」，如果不能起「信」，那後續的「願」與「行」都無法歸向彌陀淨土。因此，「信」是「彌陀法門」的核心，「願」與「行」是由「信」攝導、開展，也經由「願」與「行」驗證「信」的真實性。因此，信有阿彌陀佛、極樂國土，願生極樂淨土，持佛名號，也就成為「彌陀法門」的主要修行方法了。

持佛名號，攝持不失，是「彌陀法門」的主要修行方法。持佛名號相當簡單、易行，不需要任何經教的基礎，任何人隨時、隨處都可入手，普及度最為廣泛，所以成為最多人信受修持的法門。

根據佛教學界的研究，《佛說阿彌陀經》等淨土三經的傳出，約在公元後二世紀間，屬於後世傳出的典籍。然而，不論學界的考證成果是否符實，「彌陀法門」提倡往生他方淨土的信仰，兼及簡單易行的實踐方法，還是廣大的一般民眾，最容易接受、信仰及實踐的法門。學術界的考證，對一般通俗信眾是起不了甚麼影響，只會引起不快的心緒而已！

初開始念佛，個人是使用念珠來念佛。記得生平第一串念珠，是初次皈依時師父給的一串 108 顆細珠念珠。由於珠子細小，手指不大好撥動，所以又在佛教書局買了一串 27 顆檀香木珠的念珠。這一串檀木手持短念珠，伴隨個人近二十年的念佛歲月，念得顆顆光滑發亮，散發著淡雅的檀香氣。後來，這串念珠隨手捨給一位學法的人，因為不需「繫著貪愛」。

說起持名念佛，雖然容易入手，但是要達到念念「攝持不失」，則不是簡單的事了。個人在念佛的學習上，先是念了三、四年的時間，還是散念夾雜，無法作到真正的「攝念不失」。後來，自己覺得如此散念夾雜的念下去，虛度歲月虛無所成，畢竟不是個辦法。因此，亟思有個甚麼辦法，能讓自己能夠攝念專一的「持名念佛」。

3-1-2. 攝心念佛

持名念佛的方法，一般分為兩種形式，一種是在日常生活動態當中，不論行住坐臥的隨時持名念佛，另一種是在禪坐時極力的攝心念佛。如果在平常生活中隨時念佛，因為需要對生活環境及人事做出回應，不免難以專心持名，所以多屬散心念佛。如果是在禪坐時念佛，因為遠離生活的瑣事雜務，不用分神處理種種人事，自然較易攝心念佛。

話雖如此，但是在禪坐時，要做到攝念專注的持名念佛，依然是相當不易的事。因為平常念想紛飛的人，一旦靜下來，還是要面對思緒起伏不休的身心實況。記得個人生平第一次靜坐時，才發現念想紛飛猶如瀑流難以克制。

平常是念想紛飛，但是一旦坐下來專心的念佛，專心不了多久，昏沉就襲上心頭，難以克制。記得為了克服昏沉的障礙，曾經採用種種的方法，如用筆尖

戳大腿，或是用曬衣夾夾住耳朵、嘴唇等對痛較敏感的部位，企圖脫離昏沉，但都無濟於事，還是昏沉。

後來，用了一個辦法，才稍見成效。這個辦法是每當禪坐念佛的時候，我就想像自己走在懸繫兩邊山崖的繩索上，繩下是萬丈深淵，想像念一句佛號就向前走一步，如果有一句佛號念得不專心，就想像一步沒能踏穩繩索，摔向萬丈的深淵。這個想像內容，讓我在持名念佛時深感驚悚，而提振精神較不會昏沉，逐漸能夠攝心念佛。雖然臆想某種情境，提振昏沉的精神，但是依然無法徹底解決。遠離昏沉，還是要有其他的方法！

不久，個人想出一個更有效的方法，這個方法是「傾全力攝持當前一念」。實際的作法是在持名念佛時，只傾力持念「阿彌陀佛」當中的一字；譬如念「阿」字時，全心念「阿」，不想「彌、陀、佛」等三字，直到念已經無法定在「阿」時，才接著念「彌」字；當念「彌」時，不想「阿、陀、佛」等三字，其餘等

同念「阿」字的方法。採用這個方法得到很大的效果，經過了幾個月，已經能夠攝念專注了。除了「攝念專注」的學習以外，最後也發現了消除昏沉的有效方法，這些修行上的突破，讓個人有了極為明顯的進步。

3-2. 煮雲佛七

3-2-1. 煮雲老法師

二次世界大戰結束，臺灣從日本殖民地位重新回復華人自主的社會型態，經由大陸來臺法師們的努力宣法，臺灣佛教也從日本家庭式佛教重新回歸正統的漢傳佛教傳承。



煮雲法師是二次世界大戰結束後，從大陸到臺灣的佛教出家人，雖然他不是臺灣土生土長，但出自對臺灣佛教的慈悲與貢獻，因而和臺灣的民眾結了不解的因緣。當時在這些來臺的法師當中，煮雲法師與星雲法師都是年輕的僧人，既沒有有力的人脈關係，也沒有豐沛的資源，有的只是滿腔愛護佛教的熱忱。在那個苦難的時代，兩位法師初到臺灣時，吃了不

少的苦頭，也受了不少辛酸委屈，但是傳法利生的熱忱，還是讓兩位法師成為臺灣民眾心中誠心敬重的佛教大德。

當年煮雲法師在外貌及傳教風格上，深具年少老成的氣質，還有傳統守舊的宣教風格，不同於星雲法師的年輕俊秀與活潑現代的傳教方式。「念佛」正是煮雲法師的傳教方法，在臺灣各地推廣「念佛法門」，使煮雲法師的名聲，傳遍臺灣各地，同時也和臺灣的一般民眾結了深切的緣份。

因為煮雲法師極力的推動「念佛」，使臺灣的念佛風氣逐漸的普及。經過一段時期的推廣以後，煮雲法師在臺灣隱然成為「念佛法門」的代表性人物。後來，煮雲法師為了吸引社會知青信仰佛教，特別在一般的「佛七」與「精進佛七」之外，針對大專青年舉辦「大專精進佛七」，這是臺灣大專青年「念佛」的開始。後來，來自大陸東北的懺雲法師，也開始舉辦「大專齋戒學會」，鼓勵大專青年持戒、念佛。這些宣法的活動，

雖然使佛教進入大專學生的領域，但也使得臺灣大專院校的「佛學社」，幾十年來多是以「念佛」為主流，堅持「一心念佛，帶業往生」的思惟，難以接受佛教其他的修行思惟及方法。現今大學院校內部許多不同於「念佛法門」的佛教思想，多是自行另辦社團，反而不在既有的佛學社團中推廣發展，多少是出自這個緣故。

3-2-2. 大專精進佛七

煮雲法師針對大專青年舉辦的「大專精進佛七」，不同於一般的「佛七」與「精進佛七」，參與者是以大專青年為主，每天除了固定十柱香的功課以外，參加者還要全程禁語及過午不食，並且自行努力的念佛兩萬聲，或是拜佛一千拜。每天固定十柱香的功課，四點半就要起床，五點起香，九點大迴向結束。除了早晚課及午供，每柱香只唱彌陀偈與持念佛號，結束後有十分鐘的休息時間。念佛兩萬聲，或是拜佛一千拜，都是在十柱香以外的休息時間，各自努力修行的功課。每天要將前一天的修行成績上報，念佛多少聲，拜佛多少拜，都要上報主七和尚。如果沒達要求的標準，就會被糾舉、督促。

在三十多年前的臺灣，煮雲法師舉辦的「大專精進佛七」，可以說是最為精進與辛苦的佛教活動，但也因為如此的精進，才能吸引很多大專青年參與。個人正是看到這麼精進的念佛修行活動，才決定參加煮雲法師舉辦的「大專精進佛七」。

當年煮雲法師的道場叫作鳳山蓮社，在南臺灣高雄縣的鳳山市內，是精舍規模的道場，但基本設施都相當的齊全，舉辦幾十人的活動是不成問題。個人此生第一次前往南臺灣，正是為了參加煮老在鳳山蓮社舉辦的大專精進佛七。在七〇年代初期的臺灣，交通設施不如今天方便，既無高速公路、高鐵及四通八達的道路設施，更沒有近乎家家有自用汽車的經濟環境，南北往返的交通，除了一般的鐵道火車，只能依靠行駛省公路的省運公車，當然車內不會有冷氣及廁所的服務。南北往來一趟，花費一天的時間是必然少不了，更是身心疲憊的苦差事。記得初次到鳳山蓮社，是在下午四點多的時間，完成報到手續，了解道場環境後，經過近乎一天的舟車勞頓，已是疲憊不堪。

報到當天晚上，寺方體恤四方學人的辛勞，提供了簡單的「藥食」（通指寺院晚間的膳食）。隨後，先向學員講解佛七期間種種應知事項及規定，接著開始全道場灑淨，並且封閉寺門，斷絕人員的進出（除必要的工作人員以外）。

生平第一次參加佛七，首先讓我感到震撼的是封閉寺門，這在學員的心理上，產生很大的影響。根據煮老的說法，修行人在極力精進念佛求生淨土時，不免會有宿世冤家債主前來阻撓行者修行、往生，障礙行人的道業。因此，寺方為了維護學員的道業，避免異道眾生的阻礙及破壞，在正式起香前，先唱讚、誦經、迎聖，祈請十方賢聖與護法諸天降臨道場庇護學人，並誦持神咒（通常是大悲咒）驅趕種種邪穢、淨化道場。隨後，關閉道場、約禁進出，也就是避免種種外界干擾的「結界」意涵。當時全體學員在僧眾的引領下，經由莊重的唱讚、誦經、迎聖等佛教儀式後，開始進行全寺的「灑淨」。

此時，學員一個接著一個的跟隨在法師的身後繞行全寺，專心且大聲的持念「大悲咒」，當繞行道場各處進行三次的「除穢」後，大眾齊行聚集在寺門後方，最後在大眾齊誦「大悲咒」中，法師們將寺門關閉封鎖，也意指佛七期間學員除了一心求生淨土以外，無法另作他想了。

當時在大眾念誦「大悲咒」聲中，個人面對寺方緩慢而堅定的將寺門封閉的那一刻，內心既深受震撼，也百感交集。震撼！是震撼於面對生死大事的慎重與認真，猶如現前面對生與死的抉擇；百感交集！是體會到道念、俗念的交織難分及千迴百轉。此番心境，是局外人無法體會和理解。

除此以外，在鳳山蓮社的佛七儀規教導中，我學到了中國佛教的佛門儀軌，包括早午供、過堂用齋等，算是在自修佛法以外，正式的學到許多「佛教儀軌」。

3-2-3. 難耐饑餓

在第一次大專精進佛七中，感觸最深的是「過午不食」的經驗。由於每天的活動量非常的大，一天兩餐的飲食根本不夠體能的消耗，不知是不是年輕人消耗大，即使早餐吃上四碗粥，午餐吃三碗飯，晚上還是感到饑餓難耐。煮老對我們這些年輕學員是相當的慈悲，晚間還是提供了奶粉讓學員沖泡牛奶止饑。但是，喝杯牛奶還是無法去除饑餓感，因為活動量實在太大了。

記得那時，每到晚上六點多時，聽、聞到從蓮社旁邊民宅傳來的碗盤聲及飯菜香，即引起極強烈的饑餓感與飲食欲望，真的是很大的身心煎熬。當時心裏想著：或許餓鬼趣的眾生就是時時在這般的煎熬下。每到晚上十一點多，此時拜了一整天佛，身體已經勞累不堪，為了趕快的療饑止饑，不耐等待沖泡奶粉的時間，即直接用湯匙將奶粉送入口中，再含點水吞下肚，當然也噎了許多次。

這個身心煎熬的經驗，讓我感到個人身心的脆弱，比起古德的精勤奮進、不顧身命，內心深感慚愧。因此，內心一直想著，應當如何跨越饑餓引起的不安呢？

後來，在隔年的夏天，我第二次參加鳳山蓮社主辦的大專精進佛七。在參加前，個人已下定了決心，決定在這次佛七期間，克服「饑餓煎熬」的障礙。準備做為克服心理障礙的方法，是不僅要嚴格的遵守過午不食，更要逐日的減少早、午餐的食量。簡單的說，這是準備將「過午不食」造成的饑餓與拒斥心理，還有自我補償心理導致的「飲食渴求行為」，一次徹底的解決。

3-2-4. 減食精進

第二次大專精進佛七的經驗，可說是相當的特別。由於參加前已經有了「精進減食」的決心，所以自第二天的早齋起，自己即自動的從三碗粥的食量，減為兩碗粥，而菜則減少為分配量的三分之二。午齋則從兩碗飯的食量，減為一碗半，菜減少為三分之二。其餘，不論是每天十柱香的定課，或是休息時間的禮佛、念佛，都一概不減。

第三天的食量，早齋再從兩碗粥的量，減為一碗粥，而菜則減少為分配量的三分之一。午齋則從一碗半的食量，減為一碗的量，菜則是減為分配量的三分之一。

逐日的減食，並未讓我在晚上感到「饑餓的焦慮」，反而內心充滿了「過午不食」的堅定意志。第一次精進佛七時，因為「過午不食」引起的饑餓感與拒斥心理，還有自我補償心理導致的「飲食渴求行為」，

都不復再現。代之而起的，反而是堅定的意志、澎湃的動力與向道的信心。

第四天的食量，早齋再從一碗粥的量，減為半碗，菜依然保持分配量的三分之一，午齋則飯、菜都不再食用。

我逐日減少食量的作法，早已引起法工的注意。當第四天午齋時，個人停止用餐的作法，引起蓮社法工的不安，並且在午齋時向煮雲老法師報告此事。對待佛七的參與學員，煮雲老法師是慈悲，但蓮社是有照料的責任。試想：萬一學員發生身體不適或意外，蓮社是需要負起部份責任。個人的減食、禁食，讓蓮社的法師與法工，不免有些擔憂了。因此，煮雲老法師得知學員減食、禁食後，隨即在齋堂向大眾提醒：「有道心、精進修行是好事，但是不能不顧健康。大家都肯定學法的用心，但不能不吃，也不許不吃。」接著，負責行堂的法工，隨即走到我的座位前，靜立著張大雙眼的監督，看我是否有將飯菜吃下去。

當時，我一邊聽著煮雲老法師的慈悲開示，一邊深感慚愧。因為感到個人的作法，讓煮雲老法師費心，還要放下飯碗，特別為大眾開示、提醒；又覺得自己的修行，真的是「業障深重」，想要精進用功的度越「饑餓的焦慮」與飲食的繫著，卻難以如願。聽著、想著，眼淚止不住的流下來。當時自己也不敢哭出聲音，只敢坐在位置上暗泣，而監督我吃飯的法工，看到我哭得傷心，也不知如何是好？既不想讓師父們擔心，也不好讓法工難為。那天的午齋，我是流著淚將半碗飯慢慢的吞下去。

接著後續的三天，雖然無法完全的斷食不吃，但也只是應付性的略吃一點而已！然而為了度越「過午不食」引起的饑餓感與拒斥心理，還有自我補償心理導致的「飲食渴求行為」，則已經達成目標了。

3-2-5. 精誠禮佛

煮老的大專精進佛七，規矩嚴，功課也盯得緊。前面提過，每天除了固定十柱香的功課以外，參加者還要念佛兩萬聲，或是拜佛一千拜。四點半就要起床，五點起香，晚間九點大迴向結束。每柱香後有十分鐘的休息時間，念佛兩萬聲，或是拜佛一千拜，都是在這休息時間完成。

關於拜佛與念佛，個人在第一次精進佛七的時候，為了能夠攝心精進，採取了拜佛與念佛同進的方法。拜佛與念佛同進的作法，一面身體禮敬佛，一面隨著身體作禮的節奏念佛。這是為了避免禮佛的時候，散心雜念、心念不定，影響身心的攝止。當時個人將禮佛的動作及節奏，加以調整為固定一致的標準程序，這就既能把禮佛一拜的時間予以確定，並且可依確定的禮佛動作與節奏，調整出禮佛一拜可念幾聲佛。這也就是說，拜佛的時候，拜佛的動作作到甚麼階段、位置，念佛就固定的念到哪裏，禮佛一拜配合念多少聲佛號，多少時間拜了多少次佛，也就確定了。

如此一來，在禮佛的時候，即可專心一致的禮佛、念佛，既不用一邊禮佛，一邊計數；也不需要一邊念佛，一邊用計數器，造成修行上不必要的干擾了。因此，每當拜佛的時候，只要先看清楚從甚麼時間開始拜佛，拜佛一段落後，也要看甚麼時間結束，再依據修行的時間長短，除以禮佛一拜的標準時間，即可得到禮佛多少拜的約略數目。最後為了避免多算而不實，再自行減少些許計數量，即可作為禮佛多少的計數量。接著，再將禮佛一拜所修得的固定念佛數，乘上禮佛的計數量，即可得到念佛多少的數量。

拜佛與念佛同進的方法，讓我在精進佛七期間，藉由動作標準一致的禮佛式，不僅攝止了身行與心行，更在節奏一致協調的禮佛動作中，得到心念的寧定與輕安，這對攝心念佛的助益極大。

鳳山蓮社位處南臺灣，氣候相當的炎熱，而大專精進佛七是在暑期舉辦，學員又必須穿著化學纖維製的海青（古代漢人大袍的服制式樣），是既悶又不透氣。

在三十多年前的臺灣，也沒有哪家道場會在大殿裝設冷氣。當時參加南臺灣鳳山蓮社大專精進佛七的學員，必須在天氣相當炎熱的暑期，整天穿著密不透氣的黑色海青，每天長達十六小時至十八小時的精進念佛、拜佛，辛勞的情況是可想而知。

當時，我每天四點起床，十二點休息，洗澡後約十二點半才睡。需要特別一提的事，是我在睡前需要在肩、頸、腰、雙臂、雙腿等處的肌肉上，均勻的敷抹一層「擦勞滅」藥膏，作用是消除肌肉過度疲勞的發炎及酸痛，否則隔天必會全身酸痛到無法起床。白天每一柱香結束後，都是不鬆懈的馬上接著禮佛精進自修，直到提醒學員準備共修的大磬聲響起時，才把握老法師到場前的二、三分鐘，匆匆上洗手間，再匆匆趕回位置，合掌端立等候老法師進佛堂領眾修行。記得當時，每次回座合掌端立靜候老法師進堂，都是渾身淌著汗水，而身上密不透氣的海青，是從上到下的被汗水浸透，可以看到汗水從海青的下襠與兩個大袖下方的尖端，不停的滴落到佛堂的地上。

煮雲老法師要求學員每天自修的功課，必須有念佛兩萬聲，或是拜佛一千拜。個人的自修方式，每天禮佛都有二千二百多拜至二千四百多拜，而每一拜的動作都配合著念佛五聲，再加上其他不在禮佛時的念佛數，一天平均可有念佛一萬八千餘聲。

由於每日精進禮佛不懈，兩次的精進佛七，都是到了佛七的第三、四天，雙手手肘、雙腿膝蓋及兩腳指頭的背面等處，都會因為禮佛所無法避免的皮膚與地面磨擦，造成這幾處皮膚的紅腫、疼痛、化膿、破皮、流血、潰爛。首先是紅腫、疼痛，接著皮膚毛孔是一個、一個的化膿，再擴大為一整片皮膚底下蓄膿，接著是破皮、流膿、流血，最後是潰爛。

但是，即使是如此，精進用功依然不能停。因此，前後兩次精進佛七的第三、四天，都必須前往護七醫護處，拿雙氧水、碘酒、紅藥水（或是消炎粉），再要些棉花、紗布、醫療膠帶，自行消毒、包紮。佛七的第五天起，才是真正艱苦禮佛的日子。此時，因為雙

手手肘、雙腿膝蓋等處的皮膚，已經化膿、破皮、流血、潰爛，所以每次拜下去，即使已經包覆了一層止血棉花及紗布，避免了皮膚直接磨擦地面，還是非常的疼痛。每當拜下去，包覆著棉花、紗布的膝蓋接觸地面時，不禁要屏息收心，緊咬齒關、抿唇閉嘴，否則……。然而，雖然相當的疼痛，可是再磨過了一天，也就漸漸麻木了。

如此一來，禮佛的節奏一定會慢，每天禮佛的次數會少，體力消耗不再那麼大，但是每天禮佛還是不少於一千兩百餘拜。此時，真正的考驗，不是在體能的消耗或疼痛，而是在身心勞累與疼痛下，引起的意志與信念的考驗。當中的過程，只能說「如人飲水，冷暖自知」，唯有親身經驗的過來人，才能體會吧！

3-2-6. 見高廣相

精進佛七期間，每一堂共修的進程序，是大眾先唱念阿彌陀佛偈：「阿彌陀佛身金色，相好光明……。」接著，大眾齊聲唱念六字彌陀佛號，一邊繞佛經行，當繞佛三匝之後，即歸位靜坐唱念佛號。當大眾坐定以後，轉為唱念四字彌陀佛號，並且在法師敲打著地鐘、木魚聲中，大眾攝念專注的念誦著彌陀佛號。隨著地鐘、木魚聲的節奏越來越快，大眾念佛的速度也隨之越來越緊湊，散心雜想也在緊鑼密鼓般的念佛聲中，融入聲聲不斷的彌陀佛號當中。這一念佛方法，通稱為「追頂念佛」。如果敲打地鐘、木魚的人，是個箇中老手，那麼大眾念佛的氣氛與攝心的情況肯定會很好。「追頂念佛」的末後，是敲打地鐘、木魚的手法，從密集緊湊的節奏中，快速有節的煞板、止聲。特別是煞板後，緊隨著三下的定心魚，才是功力見真章的所在。打地鐘、木魚的領眾念佛者，功夫到不到位，一聽最後收尾的三下定心魚聲，即可得知！

在第二次大專精進佛七期間，個人經歷了一次特殊的宗教經驗。這個宗教經驗發生的時間，是在精進佛七的第五天。記得當天下午的第一支香，在唱念著六字彌陀佛號繞佛經行後，歸位靜坐念佛號時，隨著地鐘、木魚聲的節奏，專心一意的持念著四字佛號，在緊鑼密鼓般的念佛聲中，彷彿整個身心融入聲聲不斷的彌陀佛號當中，安定、寧靜。在那時刻，我抬頭睜眼望向安置在佛堂前方的佛像。沒想到我看到的不是佛堂前方的佛像，卻是立在佛堂正中猶如巨人般的佛身。

當時，我見到佛堂的屋頂，由水泥頂面變成如同透明的軟質果凍，並且可以看到外面的藍天、白雲。巨大高廣的佛身，從佛堂內穿過透明的屋頂直達外面的天空，佛身的肩膀高度約等齊透明屋頂的位置，而佛頭則在透明屋頂之外的光亮天空中。這一情境現前時，原本聲聲不斷傳入耳中的彌陀佛號，卻是戛然止息，周邊一片靜默、安寧，眼前的景像極為清晰，心智是清明無誤。顯像在前的時間，長約兩分多鐘，當時看著這一特殊境界，內心是百感交集，也淚流滿面。

不久，高廣佛身的影像逐漸的轉淡，而如同透明、軟質果凍的屋頂，也逐漸的轉為水泥頂面了。不足三分鐘的短暫時間，從特殊的境界體驗，回到平常的經驗世界。如同黃粱夢醒，難以追憶。

當年我不敢將這經驗隨意對人說，免得被當作胡言亂語。可是這一經驗，對一心念佛的個人而言，確實形成相當的影響。除了更加的信受彌陀法門以外，個人也認為此生捨報之後，必能得生西方極樂淨土。然而，阿彌陀佛真的前來示現嗎？當年個人確實是這麼的看法！後來深入法海，廣明教法之後，知道也有其他的可能。猶如彌陀法門的修習者所知，在《大勢至菩薩念佛圓通章》提到：「憶佛、念佛，現前、當來必定見佛。」如果學人真能對某種對象，時時的憶念、持念、攝念不失，必會因為念的專注不移，而達致定境現前的體驗。在定境當中，有許多的情境是和學人平常的念住所在，有著相當的關連。

不過，話說回來，真正的重點，或許不是阿彌陀佛是否真的示現在前。真正可貴的，應當是學法過程中，堅定向法的意志與信念，這才是讓我們在迷惑與苦惱的人生裏，能夠不懼任何艱難的勇往直前。

回首漫長與艱難的光明路之四 齋戒學會、懺雲律師

4-1. 親近懺雲律師

4-1-1. 初登蓮因



在參加過煮雲法師的大專精進佛七，對彌陀佛七有了實踐經驗以後，內心覺得「彌陀法門」應當是自己一生堅定專修的方法了。當時在這心理背景下，我開始注意臺灣島內專修「彌陀法門」的僧門大德。

早先是經由幾位法友的推薦，個人才得知臺灣有位專修淨宗，又老實實修、嚴持戒律，極為推崇印光大師與弘一律師的懺雲律師（以下稱懺公）。後來，又在親近廣欽老和尚的因緣下，得知懺公也非常的恭敬、推崇廣欽老和尚。在三十多年前（C.E.1975~1985間），個人在學習佛法的心境上，是相當的崇敬印光大師與弘一律師。這除了受陳慧劍居士著作的《弘一大師傳》的影響之外，主要是感到在佛教界願意真實

實踐佛法的人，實際上是不多，所以心中非常景仰老實修行佛法的大德。

基於對印光大師與弘一律師的崇仰，還有個人與廣欽老和尚的師徒因緣，加上對老實修行佛法者的景仰心境，在參訪過煮雲法師以後，個人決定前去參訪、親近懺公，從大德的教導而得法益。

在七十年代的臺灣佛教界，針對大專青年的佛教活動，主要是煮雲法師的大專精進佛七，還有懺公舉辦的大專青年齋戒學會。因此，在連續兩年參與了煮雲法師的大專精進佛七後，隔年隨即參加懺公的大專青年齋戒學會。

當年大專齋戒學會的活動，男性青年多在懺公住錫的南投水里蓮因寺，而女性則多是在嘉義義德寺舉行。記得第一次前去蓮因寺，是在寒假期間舉辦的齋戒學會活動，那一期的學員約有一百二十多人參加。當時個人為了多了解懺公及環境，決定提早幾天前往蓮因寺。

從臺北一早出發，經過輾轉幾次的轉車，終於在日落時分抵達蓮因寺。一進寺門，寺內寧靜的氛圍讓人感受很深。在前往蓮因寺前，個人曾參訪過的寺院，大都是整天有著來往不息的信士及香客。廣納十方人的寺院氣氛，迥然不同於以專事潛修為主的蓮因寺。特別是蓮因寺中的擺設，有著一般寺院所沒有的書卷氣，還有處處清心雅緻的書畫法語，打掃得一塵不染的整潔環境，真的不同於大多數的佛門道場。特別是念佛堂上，供奉的西方三聖像，是由懺公親手繪畫，清雅、大方的用色，莊重、樸素、祥和，讓人倍感仰慕之思。目前這一組懺公繪作的西方三聖像，早已流傳海內外，廣為念佛弟子供養了。

雖然蓮因寺不算大，但是整體的格調與氛圍，像是潔淨優雅的幽谷清蘭，靜謐寧和的散發出清香，讓人心清、平和與讚賞。

當天晚間的靜修，我見到了心儀許久的懺公。懺公的氣質，是望之清雅慈和，近之則中實儼然，有著中國讀書人的書卷氣，還有儒生的君子風範。除此之外，稍帶點實心人的堅執與木訥。

蓮因寺的清幽環境與書卷氣息，已經相當吸引知識青年與文人雅士，加上懺公的道風攝受，無疑是很受知識青年的敬仰，當然我也是眾多仰慕者之一。

4-1-2. 懺公道風

在結識懺公之前，個人已經學法幾年了，並且前後親近了廣欽老和尚與煮雲法師，在「彌陀法門」的修學上，也算是有了實踐的基礎與些許體會。接著，又在崇仰印光大師、弘一律師的心境下，前往參訪、親近持律實修的懺公，當然心中在敬仰之外，不免有著若干的期待。

甚麼期待呢？期待懺公是位真參實修的大德，並且是位有朝一日可依止出家修行的師父。個人是在崇仰與期待的心情底下，進了蓮因寺的大門。

廣欽老和尚、煮雲法師與懺公，都是主修「彌陀法門」。三位大德不同的地方，是懺公多了些密法的修行，但不是學習「密宗」的人。此外，相較於廣欽老和尚、煮雲法師來說，懺公是多了濃濃的書卷氣息，還有文人雅士的藝術格調，這可從整體道場的細緻擺置及優雅設計中，具體的顯露出來。

廣欽老和尚像是渾然天成的樸質玉石、山谷清泉，煮雲法師如同粗糧做的北方窩頭般實在無華，而懺公則猶如細細雕琢的玉器、精心栽種的清蘭松景，三位大德有著樸拙、細緻的不同。

懺公學風細緻，應當是細心守持淨戒的修為表現，處處著眼、事事謹慎、時時用心之下，影響所及自然會形成嚴謹、細緻的道風，再加上文人的書卷藝術氣息的影響，遂在當時佛教界成為獨樹一幟的懺公道風、蓮因風華。

個人剛到蓮因寺，在參加當天晚課時，即發現到懺公引導的禮佛方法，有其特有的韻律與風格，不僅是將唱誦佛號與禮佛的動作結合在一起，在佛號的唱誦音韻和節奏上，更是不同教界通傳的模式。低沉、緩慢、穩重的音韻及節奏，搭配輕緩、沉穩的禮佛步奏，確實可以在禮佛時讓人達到攝念、靜心的效果，大大不同於一般念佛法會誦唱的清麗、熱切。懺公特有的禮佛與念誦，是一種清修、靜修、沉寂的風格，不是通俗大眾活動的品味。

前面說到懺公是「望之清雅慈和，近則中實儼然」，懺公對學眾的觀察是極為細心，往往從日常生活身、口、意表現的小地方，來檢視學人的品德心態，再加以引導或教誡。這如何得知呢？

由於參訪懺公之前，個人已經連續兩年參加煮老的大專精進佛七，對於身、口、意統合的禮佛誦念修行，已有了一些實踐經驗，所以對於懺公師父的方法，很快的把握住要訣。接下來的三、四天，個人全心的在蓮因寺實修，不多話、不散心，專心禮佛、念佛、禪坐、讀經論語錄、出坡作務，全心融入道場的作息及修行風格，深入體驗那一份「蓮因學風」。

過了幾天，在早上的禮佛共修剛結束時，懺公師父主動問我，是否有準備出家修行？我回答：確實有準備要出家修行，但是還在讀書，也還未服兵役，目前無法出家。懺公師父聽了後，略有感到失望的神情，但是感到對個人有種特別關注的心情。接著，懺公讓我在居寺期間，學著做香燈的工作，並直接對我說：「香

燈！是佛門精進的執務，不但佛前供燈、奉水，也要整理佛堂的整潔事務，所以必須起早、晚寢。」又問我要接香燈嗎？我答：「願意！」事後，許多熟悉懺公的學長對我說：「懺公注意到你了，有心要度你。」

但是，沒想到初接香燈的第一天，即發生了一件讓我至今難忘的事。當時蓮因寺念佛堂內的燈，是點油燈，香燈師需要在課誦前，將佛前一對蠟燭形狀的銅製油燈點上，在課後再將油燈熄滅。因為個人沒點過油燈，當時將油燈蕊心抽得過長，不懂得油燈的棉心不能抽太長出來，否則會燈火過大，油易燃燒不完全而起黑煙，薰染了念佛堂。所以，那堂早課，是念佛堂內黑煙裊裊。

早課結束，大家念著佛號直接到齋堂，先過堂用早齋。早齋後，我打理念佛堂時，懺公師父不直接責備我，而是讓人請原來負責香燈的法友到念佛堂來。當那位法友來到懺公面前，恭敬合掌準備聆聽懺公交代事務時，懺公嚴肅的問那位法友：「你昨天交代香燈工作時，

有清楚的說明工作的作法及內容嗎？你看看佛前的油燈冒著黑煙，這樣可以嗎？你不認真的把工作交辦清楚，心中還有佛嗎？」當時那位法友聽了懺公的教誨，半句也沒辯駁，只是合掌一直說：「阿彌陀佛！」當時我很過意不去，便合掌對懺公說：「師父！是我沒做好，不是師兄的過錯，請不要責備師兄。」懺公對我說：「你原本就不懂如何做，交代清楚做法是他的職責，不關你的事。」

事後，我對這位師兄表達了我的歉意，但他對我說：「這是我的疏失，不是你的錯。」

這件事讓我印象非常的深刻，當時個人的內心深感安慰，自諗：「我找到善知識了！這是一位認真教導弟子的師長，我找到好師父了！」因為一位肯認真教導弟子、重視學人的品德與生活態度、不會說好聽話討徒眾歡心的師長，實在難得啊！

決意以印光大師、弘一律師為模範的懺公師父，是一位非常認真的善知識，不論是自修，或是攝眾、

度人，都明確的表現出堅定、負責、真誠、認真與慈悲，頗有古人的道風、人品。最難得的是，懺公不是一位「念念在多收信徒」的修行人，而是「念念在實際修行」的善知識。因此，讓人親近後，感到懺公待人的風格，雖然相當的嚴謹，但是非常的率真坦誠，不耍心術、不玩手段，不怕信眾不開心、不滿意，有話直說、以道為務。在處處以宗派利益為先，將信徒視為自家資產，著眼在拉信徒、爭名利，以功利取向的風氣下，已經不容易找到像懺公這樣的善知識了。

在蓮因寺裏，讓個人一生難忘的還有寺裏的鐘、鼓。蓮因寺的念誦，當然還是依照百丈禪師確立的佛門日誦，只是念誦有其獨特的音韻。每天三點半，我這個臨時客串的「香燈師」，就要在起板聲中起床。在多數人還未起身時，匆匆的漱洗後，即在晨鐘與鼓聲中，處理念佛堂的供燈、供水事宜了。當時一邊忙著念佛堂裏的事務，一邊聆聽著從長長的寮房廊道傳來沉穩的扣鐘聲，還有清亮又醒覺人心的扣鐘偈念誦聲。

接在扣鐘後，是陣陣沉穩有力、又振奮人心的大鼓聲，而在鼓聲中又伴和著渾厚、威壯且虔誠的念佛聲。在念佛堂內，隨著鐘、鼓聲中偈語及佛唱，往往內心觸動而淚流滿面。真正令人感動的，或許不是鐘聲與鼓聲，而是在生死苦難中，廣大眾生共同的苦難與一致的盼望、期待。



4-1-3. 齋戒學會

蓮因寺的齋戒學會，是深具濃厚修行氛圍的大專佛學營，不是一般教界精進行持的修行活動。怎麼說呢？

齋戒學會的學員都是還在就學的大學生，課程的安排上有相當部份是經教的研讀、學習，這是適應知識青年的學習營，不同於專修為主的禪七或佛七活動。譬如齋戒學會對學員的要求，不像煮雲法師的大專精進佛七；而從學員的精進程度來說，也不如參與精進佛七或禪七的學員。因為多數學生的年紀是在二十歲上下，面對人生的心態多數還是個「大孩子」，既不是虔敬的佛教徒，也還沒有甚麼「了生脫死」的心理自覺，但是對佛法有好感與興趣，想要探討佛教的內容。因此，具修行氛圍的大專佛學營——齋戒學會，在接引大專知識青年學習佛法上，即發揮了一定的功能。

個人參加過一期的齋戒學會，那一期的學員約一百二十人左右。眾多的青年學子擠在不算大的蓮因寺裏，真還有些擁擠感。幸好那一期的齋戒學會，寺裏剛建好新的房舍與教室，才不致於大爆滿。但是舊寮房的地方，還是像排沙丁魚般每間擠上近十個學員。

除了寮房稍有不足以外，原有的念佛堂是幾位常住師父與行者的修行處，雅潔、清簡，面積也不大。為了容納一百多位學生，念佛堂外圈的迴廊也都用上了。

懺公主辦的齋戒學會，內容除了禮佛、念佛的主修課程之外，還有《攝大乘論》、《百法明門論》、《八識規矩頌》等唯識學系典籍的認識與學習，戒律的教導與申引，儒學思想與佛學的會通講解，再加上歷代祖師行儀的介紹。這是包含端正戒行的教導、人格養成的教誨、內在涵養的提昇、彌陀淨土的皈依，還有唯識學說的介紹，可以說是一套教導大專青年信佛、學佛的課程。

除了這些課程，懺公讓每個學員都有服務大眾的機會，如要求學員分組輪流到廚房幫忙，並且請了一位臺中的居家信士負責指導，又要輪流做行堂、火頭（劈柴燒洗澡水）、灑掃環境……等庶務。這是非常好的生活教育、人格教養，讓學員學習負責生活的需要，分工合作的照顧大家的生活。

生活教育會影響人格的養成，試想：如果一個學佛的人，整天只會口說高深的法義，但是個人基本的生活需要，都不願意自己動手處理，只會享受別人付出與服務，這樣的生活態度不偏差嗎？對待生命的心態算是健全嗎？往往見到許多學法的人，口說佛法、心想「修行」，但是在處理生活必要的事務上，如洗菜、煮飯、洗碗、洗衣、灑掃整理環境等庶務，或是個人應當擔負的責任及義務，既不想參與，更不想作，或是擔負了也是心不在焉，只想等著別人服務。提出的理由是，會影響禪定、讀經等修行用功。試問：這豈不是讓別人難修行，給自己好修行的自私心態，卻又自欺欺人的開口閉口要利益眾生。

懺公的做法，不同於一般寺院辦活動時，請一群義工負責所有事務，讓參與的學員只受用服務而不需自我負責，而是積極的教育學員自我負責的生活態度。個人參與許多的道場，看到的多是一些很需要學法的大孀、阿婆，整天在廚房忙進忙出，不得空閒入法堂學法、聽法，但是在法堂上多是一些「佛書已經讀太多」的學佛人，這些人則是懶得動手負起照顧自己的責任。如是形成修福不修慧，修慧不修福，兩極偏差的怪現象。

目前個人在舉辦禪修活動上，也是師法懺公的做法，一定會讓學員輪流負責廚房與整理環境的事務，因為「學法在法堂，修法在日常；學禪在禪堂，修禪在生活；學佛在佛門，修佛在做人」。如果一個人不想分工合作，輪流負責照顧自己與大眾的生活必需，應當是在生活態度與人格養成上有了偏差。

個人在齋戒學會上，暫時負責香燈的事務，要起得比大眾早，要比大眾晚休息，這應當是懺公對個人

的教育與考驗。除此以外，個人自願在七天活動期間，負起為大眾燒洗澡水的工作，也就是「火頭」的事務。蓮因寺位居集集山區，瓦斯提供不是很方便，在冬天要提供一百多人洗澡，一定是採用傳統燃燒木材的熱水爐。當時每天下午教法的課程結束，我就到浴室外側的火爐邊，將堆積在旁的木材劈砍成放得入爐口的大小，起爐火燒洗澡水。由於是在山區戶外，雖是冬天，還是少不了蚊子的叮咬，這對住在平地市區的人來說，還真是難以招架。從四點半要燒水到約六點，等到學員都洗過澡後，我再藉著爐火最後的餘熱燒水洗澡。

晚間的晚修是特別的寧靜，都是男眾的修行環境下，緩緩禮佛、念佛的氣氛，顯得特別的沉穩、安祥。晚間懺公多會做一些開示，開示的內容不離敬信三寶、明信因果業報、深信彌陀淨土，以及立身處世的修身養性之說。這些開示對年輕的學員來說，雖然有些八股，但都是可貴的品德教育。本身以持律、念佛為主修的懺公，在教育的重點上，即著重於信仰三寶、止惡行善、人格品德的養成。因此，近學於懺公的學人，

多是仰敬三寶、尊師重道，深信因果業報、持戒念佛、認真行善的老實修行人。研讀三藏、廣化十方、方便接引，不是懺公的學風。

懺公在晚間會做蒙山施食，利益冥界的眾生，這是懺公個人的願行。學員們在止靜念佛中，安坐在沉靜安寧的念佛堂，耳中傳來平穩、輕緩的鈴鐸聲，還有著若有若無的念誦咒語聲，這正是懺公在做蒙山了。雖然懺公有持咒，但是不修密宗。

那一期齋戒學會，懺公要我覆講一堂《攝大乘論》，原因是多數學員聽不懂懺公的解說，而我聽得懂，所以懺公要我覆講。說實話，我聽得懂的原因，是因為之前研讀過《攝大乘論》，所以才聽得懂。覆講以後，懺公問學員們懂了嗎？還好多數舉手表達能聽得懂，不辱交付的使命。

會期進行後幾天，剛好是陰曆的十五日，懺公親自在晚課結束後，帶著所有的學員一起扣晚鐘。那時，懺公要我坐在旁邊，學著如何扣鐘，並要大家一起跟

著懺公念扣鐘偈。學員們學著懺公特有的音韻，專注的念誦著扣鐘偈：

宏鐘初扣，寶偈高吟，上通天堂，下徹地府。

仰願 佛日增輝，法輪常轉，虔祝民圖弘固，國道暇昌。

三界四生之內，各免輪迴；九幽十類之中，悉離苦海。……

干戈永息甲馬休征，陣敗傷亡俱生淨土。飛禽走獸羅網不逢，浪子孤商早還鄉井。

在唱念聲中，感受在扣鐘偈裏，那份對生命與世間的清澈洞視下，而揚起的無私關懷與恩慈，不禁令人內心迴盪不已。

4-1-4. 朝山燃香

齋戒學會結束前，依過往的慣例，會讓學員從山下沿著山路，三步一拜的朝山入寺。朝山對個人來說，因為朝禮承天禪寺的經驗豐富，可以說不算甚麼難事。但是不同的是，懺公的朝山方式，是要配合懺公特有的念誦音韻與禮佛節奏，動作是非常的沉穩、緩慢。懺公的朝山方式，朝山要用很長的時間，緩慢的朝禮節奏，也讓處在寒冷山區的學員，無法經由較為快速的禮佛動作，達到暖身的運動效果，不免個個凍得臉青身僵。那一天從四點多開始朝禮，直到八點多才朝進寺門，山路地上佈滿著很多直徑不到 0.5 公分的小碎石，這些小碎石會刺入跪在地上的膝腳，令學員痛不可言，朝山中途又飄下濛濛細雨，當朝入寺門時，個個是又疲、又溼，無法說出甚麼心境了。許多道心未固的學員，當場直呼再也不敢朝山了。

然而，這些艱辛的試煉，都是懺公要學人體驗古德學法的精神，不畏艱困、直心向前。這是善知識對

待後進的用心與慈悲，一般學人是不易體會，有些人可能還會暗氣在心。

結營前，舉行三皈、五戒的傳授，並且燃臂香供佛。當中最令人感到好奇、緊張，當然是燃臂香供佛。燃臂香、頂香供佛，做法是將圓錐形小顆香粒的底面沾些絲瓜的粘液，粘附在手臂或頭頂某個選定的位置上，接著在念佛聲中將圓錐形香粒點燃，隨著香粒慢慢的燒盡，最後會在皮膚上燒出一個與圓錐香粒底面同樣大小的燒痕。在燃香供佛的過程中，一般會在燃香位置的周邊皮膚上，貼附若干片的西瓜皮或冬瓜片，目的是「降火」。燃香後的三～十天內，皮膚會有燒傷的水泡，既不能抓破，也不宜沾到水，以免感染。大約二個星期後，就會收痂結疤，而留下燃香供佛的痕跡。

燃臂香、頂香供佛，是菩薩道特有的宗教表現，在傳統的四聖諦佛教中，是無有身體燃香做為供養 佛陀的觀念與作法。雖然燃臂香、頂香供佛，多少是帶有

苦行的氣息，但是那一份出自對三寶的虔敬宗教情操，對學人的身心影響，確實有著不可忽視的正面功能。

當年佛門一般舉行的皈依，多不強求一定要受五戒，或許是為多接引一般人信佛而有的「方便」。實際來說，皈依一定要同時守持五戒，否則如何稱為佛門弟子呢？

雖然個人原先已經皈依三寶，但也是在當時佛門的「方便」下，還未正式的守持五戒。為了是否要守持五戒，考慮了幾年，原因是擔心受戒以後又犯戒。其實，這是多餘的想法。

因為不論是否受持五戒，任何人做了殺生、偷盜、邪淫、妄語、飲酒等事，都會承受不當、負面的影響，絕不是不受持五戒，做了殺生、偷盜、邪淫、妄語、飲酒，就會沒事。反之，若是守持五戒的人，會處處謹慎不犯五戒，會有守戒的功德利益，即使違犯了五戒，過失還是如同一般未持戒的人，並不會「罪加一等」，而是失去了守戒的功德利益。

因此，守戒猶如世人做生意，不一定保證每一筆生意都能賺錢，做生意一定是有賺有賠，如果賺多賠少，生意還是可以繼續做下去。守戒的堅持，多於失意犯戒，即使不能一生都能守戒清淨絲毫未犯，還是值得受持淨戒。這個事實，是個人思索了幾年後，才明白的事。

當天在懺公座下皈依的學生眾多，個人則是決心從懺公受持五戒，並在受持五戒時，發心在左臂上燃香供佛。當年在聲聲虔敬的念佛聲中，我從懺公受持了五戒，並在臂上燃九柱香供佛。在燃香供佛時，在佛前內心發願：

願此生息諸惡業，願此生廣行眾善，願此生斷盡煩惱，願生生世世救度苦難眾生。

在裊裊的香煙中，我受持了五戒，燃了九柱臂香。懺公要我們謹記：

受戒容易守戒難，休將大事等閒看，浮囊渡海需勤護，一念差池全體殘。

4-1-5. 憶念師恩

懺公對待青年學子非常的慈悲，有幾件事可以證明：

齋戒學會期間，山區非常的寒冷，在那個經濟拮据的七十年代末期，很多學員是沒甚麼良好的保暖衣物，不免凍得全身發僵。懺公體恤這些年輕學子，讓人到市區購買很多套保暖的貼身衣褲，送給學員們穿上暖身，這都是贈送，不用還給蓮因寺。又為了鼓勵大專青年學佛，大學裏面的佛學社，如果有經費不足，或是有學生沒經費購買佛書，或是要參加齋戒學會沒車資，懺公都會斟酌需要的提供資助。

例如在齋戒學會結束時，寺裏提供了一大堆的佛書，也有很多的精裝書，這都是要花很多錢。當年的青年佛子可以說多是窮學生，哪有錢買甚麼佛書，多是依靠教界善信廣印佛書的功德，才能取得這些佛書研讀。個人滿滿三個書櫃的佛書，大約只有五分之二是自己掏腰包買，其餘都是要感謝十方的恩德。

懺公與廣欽老和尚的因緣也很近，懺公是把廣欽老和尚當做師長般的尊敬，猶如弘一律師對待印光大師。

在廣欽老和尚的晚年，有一段時間因為年紀大了，決意捨報往生。懺公得知此一訊息後，專程北上承天禪寺，親自勸請老和尚住世利生，這也正是普賢十大願中，「請佛住世」的具體表現。當時臺北地區的許多佛友，聞此消息而急著上了承天禪寺。當時老和尚一直說自己年紀大了，需要換個新房子了。懺公則不斷的勸請老和尚慈悲眾生，多住世幾年，利益有情。

說來也很奇怪，當時老和尚兩膝以下膚色異常的暗沉，如同氣血停滯不通的情況。後來經過懺公師父的殷殷勸請後，兩位大德似是談了條件，即懺公在承天主持一場佛七，而老和尚答應再住世幾年。老和尚答應時，時間在午齋前，等午後再看他老人家的兩膝下，發現膚色已恢復正常了。

佛七期間，個人當然也有參加，當中見到一件讓人難忘與感動的事。一日午後，正在念佛的當中，佛殿內進來一位中年的男性僧眾，這位不是承天寺的常住法師，而是特來為老和尚念佛祈壽住世。當時懺公正在殿內領眾念佛修行，見這位僧人入內，待其禮佛後，隨即主動向這位法師頂禮，這位法師一見懺公主動向後學禮敬，隨即跪下來向懺公頂禮。當時，我見到兩位僧人彼此禮敬對方，特別是懺公的謙遜風範，不輕後學的態度，令人感動萬分。古德有言：「若要佛法興，需要僧讚僧。」誠然！

在學習佛法的道路上，個人從懺公師父的身教、言教上，得到寶貴的啟發與教導，一生受用不盡。難忘師恩！

在此，藉著本文，謹向懺公師父表達深藏內心數十年而難忘的感恩之情。

師父！感恩您！謝謝您的教導，讓弟子在此生的學法道路上，有了更堅定與清楚的方向，至誠感謝您為弟子做的一切美好、良善、端正的示範，讓弟子有了學習的榜樣。藉此可貴的學習，輾轉增上於無上菩提。感謝師恩，此生不忘！



歸向緣起之路

5-1. 向法的緣起

學法四十餘年，除了父母及學校教習師長的恩義，這一生是與佛教有著無法解開的因緣。如果借用一般俗人的語辭，可說是：

此生，活是佛教的僧人，死是佛教的僧魂！

學法至今四十餘年的生涯，先在大乘佛教歷經近十八年的時間後，個人的學法人生隨即發生翻天覆地的巨大轉變！事情發生在 1990 年的農曆正月 22 日……

1990 年農曆正月 22 日（西曆 1990/2/17），是此生公開為大眾宣講「緣起」的日子，也是回歸「緣起法」的重大時刻。

當天晚間七點，我在臺北某寺公開為大眾宣法。這是為期三個月，每星期六晚間 7~9 點的課程，當晚是第二堂課。

在這期課程開始之前，寺方事先安排與學員見面，算是讓彼此認識的事前活動。參加課程的八十多位學員，絕大多數人的年歲是 55 歲以上。個人顧慮多數中、老年居士的程度，是不習慣佛教的「科班式講法」，這是「採用佛教術語的抽象思惟，解說更多的佛教名相、術語、思惟」。見面認識的活動結束後，個人為了幫助老居士可以真正明瞭佛法，決定採用「現實生活經驗」及「譬喻」，作為解說佛法的方式。

1990 年農曆正月 15 日是元宵節，也是該期講座的第一堂課。課本是採用馬來西亞佛教總會出版的《佛學入門手冊》，講座的主要內容是「三法印」。第一堂課的題目是「諸行無常」！

當天講解「諸行無常」是採用「火車由高雄開往臺北」的譬喻，依據「火車行進過站不停」為喻，採用「入站即生，出站即滅」的觀點，解說「剎那生、剎那滅，生滅不住即是無常」的論點。

「剎那生滅，生滅不住是無常」的看法，實際不是出自佛經的教法。此觀點是出自部派佛教之後，分別說部《舍利弗阿毘曇論》提出「共生」為緣生的論義，影響了部派佛教各派。日後，說一切有部再進一步發展出「剎那生滅」的論義。

當時個人對「無常」的認識，只有「剎那生滅」的看法而已！因為大乘佛教對「無常」的看法，也離不開「剎那生滅」的思想脈絡。個人學法十多年，對「無常」的認識，是不離「剎那生滅即無常」的論點，學習、研讀也只聽過這種觀點。

除此，大乘的《般若經》，雖然另外提出「諸法皆空，如幻、不實，唯假名」的論點，但是不反對「剎那生滅即無常」的說法，只是認為「一切如幻」罷了！在這種學習環境，個人當然深信不疑。

當天個人在舉例譬喻中，火車由高雄開往臺北，在入一站、出一站的過程，也隨著「入站即生，出站

即滅」的喻解，對大眾宣說「剎那生、剎那滅，剎那不住即無常」的論義。

然而，當譬喻舉例的火車，從高雄開到板橋站時……

突然之間！我意會到一件大事：火車如何從板橋開到臺北？

何以故？

任何事件的變化、遷移，變化、遷移的前後，必是分別處在不同的事況，故在變化、遷移前後的不同事況之間，必須要有「經歷的過程」。如同：火車由高雄駛向臺北，必定要經歷過臺南、嘉義、彰化、員林、臺中、豐原、苗栗、新竹、桃園、板橋（現為新北市）等站，如果沒有這些中際站的「歷程」，火車是絕不可能由高雄到達臺北！

這種認識正如同數學理論：假設三度空間是由無量的「點」所集成。在此之下，三度空間是由無數的「二維平面」所集成，二維平面則是由無量的「數線」構成。

三度空間、二維平面、數線三者都是由無量的「點」所集成。因此，「點」是組成空間的基本。在這套理論下，空間的任何兩點之間，是由無數「點」構成「數線」，而兩點之間的「數線」即是距離。在兩點之間的數線上，任何兩點必有「離兩點等距的中間點」，此稱為「數線的稠密性」。

例如：A,B 兩點之間，存有「離 A,B 兩點等距」的 C 點；C 點與 B 點之間，也存有「離 C,B 兩點等距」的 C1 點。以此同等，C1 點與 B 點之間，也存有「離 C1,B 兩點等距」的 C2 點；C2 點與 B 點之間也存有「離 C2,B 兩點等距」的 C3 點；C3 點與 B 點之間，也存有「離 C3,B 兩點等距」的 C4 點；C4 點與 B 點之間也存有「離 C4,B 兩點等距」的 C5 點……。以此類推，空間任何 A,B 兩點之間，存有著 C,C1,C2,C3,C4,C5,C6,C7,C8……等無量數的「點」。從 C,C1,C2,C3……CN 的「點」，是距離 B 點愈來愈近，但是兩點之間永遠都存有中間等距的第三點，所以不論 CN 點離 B 點的距離多少，都無法接觸到 B 點。

表面上看，因為 A 點與 B 點之間存有著無數的「點」，可以連成一條稠密的「數線」，使 A,B 兩點具有可連續性。然而，絕非如此。這種數學理論的觀點，提出空間的兩點之間，必定存有「離兩點等距的中間點」，也即在兩點之間存有著無限多的「點」，也即是「數線稠密性」的觀點。但是，任何兩點之間存有著無限多的「點」，也即是代表存在著無限的距離，這指出兩點之間是「無從跨越」。

如此，任何兩點之間的距離等同「無限遠」，也即是「任何兩點都是無法相互接觸」。當這種數學理論，或是觀點，轉為實際生活的表現，是任何兩處都無法互相接觸，任何兩處之間的距離是「無限大」，是永遠無法從一處到另一處。

這種理論與實際的落差，正是北印說一切有部的論義特點，造成任何一時、一處的事物，只是存在於當時、當處，無法有任何的轉移或變化，這正是「三世實有論」。

當個人舉例譬喻：火車從高雄駛向臺北，「入站如生，出站如滅」的不停前進。處在講解的前段，因為火車不停的經過臺南、嘉義……桃園等地，合乎「變化、遷移前後之間必須有過程」，不會覺得有何不妥！但在講解的後段，當舉例：火車由板橋出站前往臺北時，內心隨即警覺的發現：不能沒有「過程的中際站」！但是，板橋的下一站即是臺北，火車要如何到達臺北站？

沒有中際站的過程，離開板橋的火車如何到達臺北？

若是沒有過程，火車如何出站……如何到站……？！？

此時，思緒是一片空白，內心更是一陣慌亂！！

當然，此時臺下的聽眾，是完全不知個人內心的發現、疑惑及慌亂。正當個人不知火車要如何往臺北前進時，臺下有人主動提出：艋舺！艋舺站正是板橋、

臺北之間，火車必經的「中繼站」，也是我遺忘的小車站。這位聽眾的提醒，填補了「突然消失不見的過程」，讓譬喻的火車可以繼續往臺北站前進。這個善意提醒，在眾人不知的情況下，悄悄解除個人的窘境及困局！

但是，必須經由過程的中繼站，火車才能繼續向臺北前進，那麼過了艋舺站的下一站是甚麼？**不管中際站在何處，任何的中繼站與臺北之間都還要有中際站，即使火車可以找到無數個「過程的中際點」，也是永遠無法「抵達臺北」！**

5-2. 大疑大懼

當舉例譬喻的火車，前往板橋、臺北之間的「艋舺」時，時間已經過了晚間 9 點，必須下課了！

此時的火車還未開達臺北，下一堂課再繼續說明吧！但是，火車要如何抵達臺北？？？真的不知道！

面對眾多學員的「法喜充滿」，真不知要如何回應。走出課堂，早春夜晚的涼意是陣陣襲身。此時，不知如何是「無常」的挫折、疑惑、慌亂，是瀰漫內心、揮之不去。特別是巨大的驚懼！

原本個人一直自許學佛多年後，已知道世間、佛法是怎麼回事，不足之處只在「親證」而已！

但是經過這堂課，個人才算是明白：時時發生在身邊的一切，是如何發生及進行？真實的情況，個人是完全不知道，更不明白如何面對！在此之下，度越煩惱、解脫生死，都只是不可能實現的夢想。

學佛現況的實情，如同龐大無比的巨輪將我輾碎當下！除了驚懼，還是驚懼！

驚懼！如同尖銳無比的矛刺，毫不費力的穿透「自許學佛有成」的盔甲。事實之前，無從閃躲！

面對當空的圓月，無有絲毫清涼、寧靜、空靈的感受，除了慌亂、驚懼，只有不斷交錯發生的思惟，不停的思惟、探究：無常的真相是何？

5-3. 尋覓前賢之路

1990 年元宵夜晚，在驚懼不定的心境下，個人重新探尋「無常的真相」。

當時，心想：佛教的歷代祖師、大德眾多，見法開悟的聖賢肯定不少，在歷代宗師的語錄、著作，應當可找到不同於「剎那生滅，生滅不住是無常」的說法，肯定有闡明「無常真相」的真知灼見。

當晚回到住處，隨即迫不及待的翻閱置於書櫥的歷代佛教典籍。多年來，用心研讀的典籍是相當多，不論是佛教經典，或是歷代佛教學人的作品，平常都是存放在書櫥。翻閱、尋覓書內的資料，算是駕輕就熟，不是件困難事。

真正困難的事，是針對「無常」的解說，在記憶中找不到「剎那生滅」以外的說法！

保存在書櫥的書籍，是大乘佛教具有代表性的各派典籍，不僅厚部頭的書不少，數量更多達兩百餘冊。我非常詳細的查閱各宗派的典籍、語錄，耐心的尋找有關「無常」的解說，特別是「剎那生滅」以外的看法，或是個人疏忽、忘失的見解，乃至冷僻的見解。保存佛典的書籍是放置於佛堂，在佛堂不停的查閱典籍時，累時即閉目坐靠著牆壁休息，但是內心的思緒依然圍繞著「何是無常？」的疑問。不停的思惟……雖然稱不上真的休息，但也不無小補，待精神稍微恢復，隨即睜眼繼續不停的查閱典籍。

如是不間斷的查閱典籍及思惟，從黑夜到白日，又從白日到黑夜！因為一直不得解知「無常的真相」，內心可說是「如喪考妣」，既無法安心的睡眠，也無法正常的進食、工作，或做其他事務。我自行阻絕對外的連繫、接觸，極簡陋的食用冰箱內原已少有的食物，心思專注不移的探尋「無常的真相」。

經過四天、四夜後，書櫥內的典籍都已翻閱、探查，最後確定：有關「無常」的見解，在大乘佛教內，除了《般若經》的「諸法皆空，如幻、不實，唯假名」，找不到「剎那生、滅」之外的說法！但是不論是《般若經》的「空」，或是唯心、唯識的觀點，都不反對「剎那生滅，生滅不住是無常」的說法。

**何是無常？找不到「剎那生、滅」之外的說法！
隨即讓個人陷入無所依靠的處境。**

經過四天、四夜的探尋，終無所獲後，距離第二堂課的時間，只有三天了！再過三天，即必須對大眾闡明：火車過了艋舺後，是如何抵達臺北？無常真相是何者？問題是：這兩件事，個人完全不知真相，要如何答覆大眾？內心真是急了！

敷衍、唬弄大眾的事，個人是絕對做不出來。同此，明知是錯誤的見解，我也無法睜眼說瞎話！後續的課要怎麼講？真不知如何是好！！！

當有前人足跡為依，可隨前人道跡而行；若無前車的轍痕為憑，只有「以自為憑，以法作依」。

粗俗的講法是：有樣即學樣，無樣則自己看著辦！

5-4. 專注、觀察、驗證、善擇

不知無常真相的心境，是如喪考妣；必須為眾闡明無常真相，是壓力如山大！

第四天的夜晚起，沒有前賢的經驗作依靠，只能依靠自己尋找真相。如同四天前為大眾說法的方式，不採用經典文字、術語及抽象思惟，改為直接用「當前生活事實」，作為認識世間真相、解知佛法的途徑。

接續之後的三天，在疑惑、焦急與不停思慮的探尋下，時間如流水般的快速流逝！但是，個人像是癡癡癡癡的瘋漢，將雙手不停的左右上下移動，或是捻起桌上的「小米包」，不斷的扔上與接下。同時，一方面是雙眼不間斷的專注望著手或米包的往復移動；二方面是專注的隨著觀察「當前移動」的事實；三方面是思緒隨著當前的專注觀察，不停的、迅速的思惟「移動」是如何發生、變化？另一方面是嘴裏不停的自言自語：「如何無常？如何無常……」如是日夜不停的探究，累時即隨意靠牆假寐少許，再接續努力探究。

當時的情景，在一般人看來，不正像是癡癲的瘋子嗎？

隨著時間一刻、一刻的過，真相依舊是不得其解！上課的時間是愈來愈近，除了眼睛是愈睜愈大，觀察也愈來愈專注之外，手的動作、扔接米包的速率、嘴上的言語、思緒的速度，不知不覺的都愈來愈迅速。

如何是無常？當時的實況，是隨著觀察、思惟後，先提出可能的答案，再經過當前發生的現實予以「直接觀察、驗證」。此時，不能契合現實的觀點、推論、假設，都會在事實的驗證下，隨即被捨棄。

經過多日不斷的觀察、推論、假設與驗證後，到了第七天的下午時分，眾多可能是真相的觀點、推論、假設，差不多都已經被驗證、捨棄了。但是，如何無常？還是不得其解！

此時，不僅是不知如何無常？更重要的是，當時已經提不出任何具有「可能是真相」的觀點、推論、

假設！除了焦急的心緒，腦內是極迅速與專注的觀察、思惟、驗證，不斷的重覆驗證「已捨棄的各種觀點、推論、假設」，試圖發現任何遺落的可能。

第七天下午 6：30，我看著眼前的時鐘，內心是一片焦急，手上的動作、言語愈快，觀察愈專注，思緒也愈快。依然是不得其解！不久，又望向面前的時鐘，顯示著 6：35，心更急，手的動作、言語、思緒愈快。依然是不得其解！

不久，再望向時鐘，顯示著 6：40，心情真要急暈了，但是動作、言語卻轉為慢下來，極力專注的觀察，此刻的思緒卻是極為迅速、準確。當時，現實變化、觀察、思惟三者之間，處於極為相契不移之際，之前已有的觀點、推論、假設，無不迅捷的再閃現、觀察、驗證，並迅速掃除、消逝。

倏然之間，無法再提出絲毫有可能是事實的觀點、推論、假設，面對當前是全然無有思惟觀點的寧靜。

5-5. 發現

不知過了多久，倏然明白：一直找不到「如何無常？」問題的答案，原因是人們對世間的觀點，從開始即已是錯誤。可以說是：「睜眼即錯認，言說即非實。」

人一睜眼於當前，隨即認為：世間諸法是存有當前！這種見解，面對眼前的現實世界，必定會產生「現有諸法皆在變化、轉移」的合理化解釋。但是，「存有當前」的事事物物，實際是無法在「缺少過程」的情況下，發生變化、轉移。試想：「存有當前」的任何一法，如何會在其他時間、地點，另外存有「過程」？豈不是同時「存有」都是「自我」的不同二法？人們處在見解與解釋的自相矛盾！

另一方面，這種「現有諸法皆在變化、轉移」的合理化解釋，又需要用「必須有過程」作為基礎，才可能發生變化、轉移。但是，「必須有過程」的情況，又指出：凡是「現有諸法」皆無法變化、轉移。若「現

有諸法」真要變化，應當只能解說是「現有諸法，是剎那生、剎那滅於現前」，轉移是不可能（有部的問題即是困在此處）。「現有諸法」與「變化、轉移」的觀點，訴之現實是互相矛盾。

若是採取「剎那生、剎那滅」的觀點，必然是「剎那全生、全滅」，無法具有「任何的過程」，並且「無有過程」的情況，即是無法發生任何的變化、轉移，必定是「有者恆存，無者恆虛」，這是 佛陀斥責的「常見、斷見」。「剎那生、剎那滅」的觀點，正是歸於「有者恆存，無者恆虛」的處境，也是自相矛盾！

在這些事實下，試圖採用「剎那生、剎那滅」解說「無常」，勢必要陷入自相矛盾、不合實際的困境。

真正的真相是：如果「現前諸法是有」，即無法有變化、轉移，既不會「無常」，也不會發生「剎那生、剎那滅」；如果「現前諸法是无」，更是不合現實的妄想；如果當前真是「無常」，或有「剎那生、剎那滅」，這代表「現前諸法是有，或是無」是絕對無法

成立。簡要的說，現前諸法是有、無常、剎那生滅或無，四者之間，都有相互矛盾、不合事實的問題。

此時，直接無礙、不假思惟的明白：「世間諸法是存有當前」的看法，純粹是錯誤的想法，完全不是事實。佛家的「無我」，《般若經》指的「空，無自性」，應當是此意。不僅「無常絕不是變化、轉移」，「剎那生、滅」是妄想的產物，「無我」或「空，無自性」也不是「如夢幻，虛不可得」。

凡是現前諸法都不是「有」，也不是「如夢、如幻」，應是「緣起」！

「無常」不是解說現實，是破除「常」的妄見；
「無我」不是指向現實，是破除「當前是我、是自有、是自存」的妄想。

甚麼是現有？甚麼是緣生當前？又何者是因緣？
世人是難見、難知、難解真相！

當時明白至此，禁不住的自言：

緣生當前，「存有」如夢，事事安然！



5-6. 終於信佛

學法多年後，終於歸向緣起法，內心寧靜、平安了。

舉目望向時鐘，時間顯示著 6:48 p.m.。

1990 年農曆正月 22 日的 6:40~6:48 p.m. 之間，個人跨過人生的重要分水嶺。雖然當時個人不知明白的內容，是屬於佛教的那一教派或教法，但是確定是出自事實，也是親自洞見的事實。

自當天晚間 7 點的課程起，我開始依照「發生在當前的事實」，向大眾宣說發現的真相。當然，舉例譬喻的火車順利「抵達」臺北！！然而，不是移動，也不是入站、出站的前進，更不是剎那生、滅。

這種經驗的最大受用，是身心煩惱獲得減息，不再反覆的重現似同過往的煩惱強度。推度、思慮的方式，不再是獲得明見的途徑，轉而改為直接觀察、驗證體現。

往後的日子裏，觀察當前身心與周遭諸事，猶如剝開層層的筍殼，不費勁的深入洞見身心與世間緣起。

諸法的光明，佛陀的智見，一直照亮當前的人生。
終於真正信佛了！

因為確知當前諸法是怎麼回事，終於能夠真正信佛了！

5-7. 傳法十方

自 1990 年起，個人對世間種種的貪求，似乎在不知不覺中，如同熱鐵投入冷水般的日漸冷卻。身、口、意的表現重心，轉為引導世人朝向「發現人生，走出苦難」的道路。

1990 年～1993 年間，生活的重心已經都在傳揚佛法。當時受到信持不同見解的各派攻訐，是非常的艱難。不僅有居士攻訐，更受到許多大乘僧尼的毀謗、迫害！

對滿懷仰敬三寶、慈悲利世的個人來說，佛教界的負面經驗，讓個人反思：為何一毫不取的全力奉獻，心無所求的為眾生、為佛教，是要受到教界僧俗的壓迫及排擠？

又，為何面對這些負面事件時，還會苦惱？為何見到宣法順遂的僧俗，又會羨慕、嫉妒？

三年期間的諸多負面經驗，每次都促使個人深入觀察身心、處境的緣起，逐漸體會到「發願度眾、為教」，終究離不開「有願、有求，則必有苦、有繫縛」的緣起。生活的經驗，更確定「有願、有求，則必有苦、有繫縛」的真實。

離苦！不僅要明見緣起，更需要「捨願欲」，方可真正的斷苦！這一發現，終於明白在大願度生的心懷，為何會羨慕、嫉妒其他傳法善人的原因，也體會到發願為眾生、為佛教，勢必艱難面對教界、社會的負面回應。

1993 年的夏季，在佛教學人的惡意傷害下，個人傷心的沉寂數日。隨後，深入的觀察五陰及恩義情仇、喜怒哀樂的緣起，深刻的感受到「願欲」的過患。即使是出自善意助人的「願欲」，也會引起期待、盼望及需求，最後是導向得失、苦樂的苦惱煎熬。此一體會，引導個人走出「發願度世的菩薩道」的信仰，徹底回歸「四聖諦」的一乘菩提道。當時，個人還未讀過《阿

含》等早期佛教典籍，但已覺知息苦的道次第應當是在四聖諦。

不久，個人轉往緬甸僧團修行，再次的走入 佛陀的僧團。前往緬甸之前，原意是要前往泰國參與森林派僧團的林修，後有印裔南傳長老安排前往緬甸僧團修行。參與南傳僧團的目的，不在尋覓可依止的開悟高僧，只要是正式南傳僧人，可讓個人回歸 佛陀僧團即可。

回歸 佛陀僧團後，即徹底捨離錢財的受取、積蓄、使用，也不用為僧人處理錢財形式護持的淨人。

從此以後，度生利世不再是宏願希求，純粹是「依智為導」的行持，不再是「發願而為」，是傾力當前的行乎正道。時時處處，傾力利生於現前，不再「發願、祈求」！

自 1990 年至今的 26 年間，雖然來自教界的風雨冰霜不斷，但依然是戮力不息的宣法十方。

此生宣法數十年，利眾不停歇，處處令人得益，個人從未收受任何金錢的供養！

記得由緬甸初回臺灣時，臺灣的法師、信士得知個人不受取錢財後，私下廣傳言：他只是試試守持「金錢戒」的經驗，三個月後就會回俗，不受錢財的作法不適合現代社會。不久，一位開中藥行的醫生私下問我：「師父！聽說：您在三個月後要還俗。這件事是真實嗎？」

當然，這事純屬空穴來風！當時我對這位中醫說：「人們大多會為自己解釋。若我說：無有此事。你不一定會相信！」接著，我問他：「你認為自己還能再活三個月嗎？」這位醫師回：「應當可以再活三個月！」我對他說：「耳聞不如眼見！既然你可再活三個月，何不等三個月後，親眼看師父是否真的回俗？」

至今已過了 26 年，不僅超過了三個月，也由中道僧團眾僧人的行持，證明：不受取、不積蓄、不使用

金錢的持戒作法，不是隨佛一人的「假清高」，更是眾多僧人都可行持於現代社會的戒律。

在 2008 年個人依《七事修多羅》的古老經法，還原、重現 佛陀親傳的經說教法、禪法、一乘道次第。原始佛法的顯現，原是給予世人歸向 佛陀光環，正向滅苦、解脫、三藐三菩提的機會。

2006 年 ~2015 年間，陸續在臺灣、馬來西亞、美國、澳洲、歐洲創辦了原始佛教會，負責引化世人朝向原始佛法的修證；2014 年創辦四聖諦佛教會，負責擔當團結佛教，普利世人的事務。

二十多年間，前來學法的人士不少。但是，非常遺憾！許多人士不是真要滅除煩惱、利益世人，是準備將可貴的教法，當作出人頭地、名利雙收的工具。弟子的不當動機，當然瞞不過師長的眼睛，得不到個人的認同及支持。這些「只想作老師，一心要成功」的人士，在索求不滿的怨懟下，往往對個人、教團作

出「忘恩負義，世道難容」的傷害，對佛教也難有真誠的付出、奉獻。

若要佛教昌盛一尺，需眾人團結、無私的盡力多年；如要佛教衰敗一丈，只需無德者一人、一言即可。



5-8. 感恩此生

作為 釋迦佛陀座前的僧弟子而言：

此生，活是佛教的僧人，死是佛教的僧魂！

利澤生命的光輝與榮耀，一切歸於 佛陀！

利益苦難世人的道路，必是出自法的光明！

攝引世人朝向璀璨人生、息苦的成就，終歸向
僧團！

相信佛法的光明，必會利益眼前的美麗土地與
人民！

永懷師恩，此生不渝

在茫茫的人間，
在煩惱苦難的輪迴當中：
此生此世，
感恩過往及現今師父們的引導，
讓弟子身心有光明的依靠。
在苦難中有了安慰與方向，
知道仰歸佛、法、僧，
學會守律、精進，
逐步的邁入正覺、解脫之門。
在此，
謹以誠慎之身心，
向澤庇弟子的師長們：

住法北傳僧團，已圓寂之

廣欽老和尚

懺雲老和尚

煮雲老和尚



廣欽老和尚



懺雲老和尚



煮雲老和尚

印順導師

真華老和尚

現今住世利生、

傳授菩薩戒恩師

星雲老和尚



印順導師

現今住法南傳僧團之

錫蘭 Most Venerable Davuldena

Gnanissara Māha Nayaka

Thera 大長老



真華老和尚

錫蘭 Most Venerable Maha Thero

Kurunegoda Piyatissa 大長老

皈向四聖諦僧團之剃度恩師

緬甸 Baddanta Zagara

Bhiwuntha 長老



星雲老和尚

致上虔敬之禮敬！



Gnanissara 大長老



Piyatissa 大長老



Baddanta Zagara
Bhiwuntha 長老

弟子立意：

盡形壽守護三寶的光明，
守護正法律的傳承，
守護僧團的清淨、和諧、團結，
助成南、北傳佛教的和諧及合作，
守護華人佛教與社會的昌盛、繁榮。
以此敬報師恩於長久不息！

感恩 釋迦佛陀的教導，
佛子一家 共承佛恩，
團結永續 利世利人。

榮耀歸於佛陀！
成就歸於僧團！
利益歸於十方！

佛日增輝 法水長流

佛陀弟子僧

隨佛比丘 叩謝師恩



塵俗中的法眼

隨佛比丘 Bhikkhu Vūpasama 著
2011

實證科學昌明、資訊充斥、生活緊繃忙碌、功利現實的現代社會裏，年輕人如何安身立命於時代的洪流，又如何安然無憂的度此一生呢？

在資本經濟為主導的現代社會裏，採取「刺激消費，促進生產」的方式，來擴大資本的流通量及流通速度，增加資本利益、創造工作機會及提高就業率，進而提昇民眾的經濟水準和生活條件，達到創造財富、改善生活、提高教育均質和穩定社會的目的，是目前世上絕大多數國家採行的經濟制度。此一資本經濟為主導的社會制度，雖然活絡了人力、物資、技術及資本的流通，進而增加工作機會與快速的累積財富，提昇了民眾的經濟及生活水平。但是在「消費掛帥，產銷連動，人資通用」的經濟形態底下，多數的民眾在「累積財富」之外，必須面對過度消費、累積財富所

造成的「人力、物資成本的提昇」，還有資源過度浪費造成的自然環境惡化、生態資源枯竭的困境。除此以外，在「自由競爭」的經濟制度下，經由「刺激消費，促進生產」而開創出的產銷工作，就必須「盡其所能」的「降低成本、開發新產品、提高出產量、提昇服務質量」。如此一來，競爭不息、不停搜集大量的資訊、忙碌不休的工作屬性，焦慮、緊張、壓力大、過度勞累、身心失衡的生活，就成為現代人的生活寫照了。

資本經濟為主導的問題及困境，不止這些忙碌不休、身心失衡的困境而已！經由「刺激消費，促進生產」來創造工作、累積財富的生活形態，必然會引起「相互競爭」與「放逸、浪費」。「競爭」會破壞人際間的「信任」及「和諧」，形成冷漠、多疑、矯飾、詭詐及緊張、對立的群我關係；「放逸、浪費」則會帶來道德淪喪及功利的社會風氣，還有貪婪、自私及失落、沮喪、苦惱的身心困境。如是種種，都是現代社會普遍發生的事實，也是生活在資本經濟社會的現代人都要面對的現實及困境。

在此之下，現代人如何在種種困境與苦惱的生活中，尋得既可增上現實生活的安樂、穩定，又能解決生活的問題和困難，並且還能度越內在憂悲苦惱的道路？

在資本經濟為主導，科學提供解知及服務現實生活需要的現代社會中，承自封建時代及農業社會的傳統倫理、道德軌範，必然是和民主體制與資本經濟之下的工商社會實況有著相當的差距，難以真正的契合現代人生的需要。此外，源自神權的宗教信仰與出自玄學的形上哲理思想，還有「前世命定今生禍福」的宿命論，雖然可以給予精神上的慰藉、寄託與舒緩苦悶，但是脫離現實世界的人生觀點，何能提供務實、實際的指導和幫助？

試想：生活在現代社會裏，工作發展、房屋貸款、養家育子、醫療、保險、儲蓄理財的現實生活實際需要，是否依靠信仰的庇祐、祈求聖靈轉運消災，或是憑著持戒、行善來增福解厄，甚至藉由形上哲思予以抽象性的視為虛假、夢幻、唯心所造，就可以確實的

解決生活困難、滿足需求，而得以實際的增上現世的利樂及度越人生的困頓、煩惱？

釋迦佛陀的教導，簡要的說有三要，一、遠離人生的災厄，二、開展人生的利樂，三、度越生命的苦惱。這三大人生宗要，也就是現代人關心的「解決生活的困境、幫助現實生活的發展、實現人生的幸福喜樂」三大需求，這三大需求可以說是人類共通的期盼及努力的方向。 佛陀教導的宗旨與重心，是讓眾生可以就在「現前」獲致「增上樂利，離諸苦惱」，而不是提倡遠離現實人生及當前世界，遙盼遙不可及的後世與他方的美妙生活。如漢譯《相應阿含》1099 經：

（魔波旬）化作少壯婆羅門……語諸比丘言：「汝等年少出家……何為捨現世樂，而求他世非時之樂」？諸比丘語婆羅門：「我不捨現世樂，求他世非時之樂，乃是捨非時樂，就現世樂」。……如世尊說：「他世樂少味多苦，少利多患。世尊說現世樂者，離諸熾然，不待時節，能自通達，於此觀察，緣自覺知。婆羅門！是名現世樂」。

佛陀是如何教導世俗人獲得「現世樂」呢？佛陀的教說非常的務實、實際，一點都不談玄說妙，也不虛無縹緲，直接指出四項要點：一、方便具足：具備專業知識與技能；二、守護具足：善於儲蓄、維護所得的資財，遠離天災人禍的侵損；三、善知識具足：親近品行端正，待人熱誠寬厚，具備處世智慧的師友；四、正命具足：善能經理資財，得令收支平衡，不濫用無度，善能安家立業。見漢譯《相應阿含》91 經：

佛告婆羅門：「有四法，俗人在家，得現法安、現法樂。何等為四？謂方便具足，守護具足，善知識具足，正命具足。

何等為方便具足？謂善男子種種工巧業處以自營生，謂種田、商賈，或以王事，或以書疏、算畫……何等為守護具足？謂善男子所有錢穀，方便所得，自手執作，如法而得，能極守護，不令王、賊、水、火劫奪漂沒令失……何等為善知識具足？若有善男子不落度，不放逸，不虛妄，不凶險，如是知識能善安慰，

未生憂苦能令不生，已生憂苦能令開覺，未生喜樂能令速生，已生喜樂護令不失……云何為正命具足？謂善男子所有錢財，出內稱量，周圓掌護，不令多入少出也，多出少入也。……如是婆羅門！四法成就，現法安，現法樂。」

佛陀教導獲得現世安樂的辦法，毫無神秘信仰、抽象哲思與宿命觀點的色彩，而是針對實際人生的實況，提出符合現實生活的建議及方法。何以 佛陀的教導中，反而無有一般宗教信仰的玄秘色彩呢？

佛陀正覺的核心為「因緣法」，提出「因緣法」是現實世間的真實面，不論是否有 佛陀都是如此。見漢譯《相應阿含》296 經：

世尊告諸比丘：「我今當說因緣法及緣生法。謂此有故彼有，謂緣無明行，緣行識，乃至如是如是純大苦聚集。云何緣生法？謂無明、行……。若佛出世，若未出世，此法常住，法住、法界，彼如來自所覺知，成等正覺，為人演說，開示、顯發……」

因此，佛陀教導世人，如果要讓現實人生能夠增上樂利，良善的開展，就要依據「此有故彼有，此生故彼生」的因緣法則，針對想要開展及成就的目標，務實、實際的造作促成此一目標的因緣，而不是只要祝禱祈求、持戒、行善就可以實現。持戒、行善就如同購買蔬菜、水果，如果只知將蔬果買回家，卻不按照妥善、正確的烹調方法，實際動手煮食、調理，也無法實際吃到想要享用的菜色。當然的，如果只善於調理食物，卻不知「行善利世」的取得食物（福田），也是「巧婦難為無米之炊」。其次，如果想要解決現實生活的困境，就先要確實的探知導致困境及問題的緣由，再依據「此無故彼無，此滅故彼滅」的因緣法則，經由實際的作為，針對困境的緣由加以消除，才能真正的解決困難，絕不是誦經、消災、祈求、持戒、行善就可以遠離災厄。這如同買藥治病，不是買藥就能治病，必須依據病源來買藥、服藥，才能實際的消除病因，去病痊癒，否則藥不對症也是空忙一場。

除了現實生活中能夠「增上樂利，遠離困厄」以外，人們還需要「度越生命的苦惱」，而 佛陀又是如何教導呢？ 佛陀對於生命苦惱的覺悟，是發現生命的苦，是緣於迷惑及渴愛，又因為渴愛而有求不得的瞋怨憂悲苦，因為「癡、貪、瞋」而有種種憂悲惱苦。何為癡？無明是癡。何為愛？「癡求欲」是愛。又何為無明？不知五陰（世間）如何集起、如何滅盡，也就是不知「生死如何起與滅」的「因緣法」。見漢譯《相應阿含》334 經、南傳《相應部》〈蘊相應〉126 經、〈因緣相應〉21 經：

《相應阿含》334 經：「緣眼、色，生不正思惟，生於癡，彼癡者是無明，癡求欲名為愛，愛所作名為業。如是比丘！不正思惟因無明，無明因愛，愛因為業，業因為眼。耳、鼻、舌、身、意，亦如是說。」

《相應部》22.126 經：「此處有無聞之凡夫……不如實知色乃有集、滅法……不如實知受……想……行……識乃有集、滅法。比丘！說此為無明，如是為無明人。」

《相應部》12.21 經：「色如是如是，色之集如是如是，色之滅如是如是；受如是……；想如是……；行如是……；識如是如是，識之集如是如是，識之滅如是如是。此有時即彼有，此生時即彼生；此無時即彼無，此滅時即彼滅。即緣無明有行，緣行有識……如是此是全苦蘊之集；依無明之無餘，依離貪滅乃行滅，依行滅乃識滅……如是此為全苦蘊之滅。」

如何斷癡、斷愛？ 佛陀 教導現實人生的增上樂利及遠離困厄，必須依循「此有故彼有，此無故彼無」的因緣準則，而斷除無明也是依著「此有故彼有，此無故彼無」來明見五陰集法與滅法（十二因緣法），才能明白生死輪迴的真相，斷滅愚癡。如果明見五陰集法與滅法，就得正見五陰是緣生法，緣生法則無常、苦，了知五陰既非我所有，亦非餘人有，應當遠離五陰的貪愛，而離於貪愛則能解脫眾苦。見南傳《相應部》〈蘊相應〉102 經、漢譯《相應阿含》7,18 經：

《相應部》22.102 經：「如何修習無常想？如何多修習者，永盡一切欲貪…乃至…永斷一切我慢耶？此

是色，此是色之集，此是色之滅，此是受……想……行……識之集，此是識之滅。諸比丘！如是修習無常想，如是多習者，永盡一切欲貪，永盡一切色貪，永盡有貪。」

《相應阿含》7 經：「於色愛喜者，則於苦愛喜；於苦愛喜者，則於苦不得解脫。如是受、想、行、識愛喜者，則愛喜苦；愛喜苦者，則於苦不得解脫。諸比丘！於色不愛喜者，則不喜於苦；不喜於苦者，則於苦得解脫。如是受、想、行、識不愛喜者，則不喜於苦；不喜於苦者，則於苦得解脫。」

《相應阿含》18 經：「比丘！色非我，非我所應，亦非餘人所應，是法宜速除斷；斷彼法已，以義饒益，長夜安樂。如是受、想、行、識非我，非我所應，亦非餘人所應，是法宜速除斷。斷彼法已，以義饒益，長夜安樂。」

簡單的說，佛陀教導我們依循「此有時即彼有，此生時即彼生」，務實耕耘現實人生樂利的因緣，在

現實生活中開展光明的前途，不要迷惑於宿命、神秘靈佑，並且行善雖然是好，但是不可以為只要行善就保證「一切順利」。同此，應當依循「此無時即彼無，此滅時即彼滅」，務實、實際的遠離導向困厄的緣由，讓生活的困厄遠離，不要以為祈求聖靈解厄，或以為只要奉守淨戒，就能讓「一切災厄化為塵」。

最重要的是，雖然依循「此有時即彼有，此無時即彼無」的世間事實，認真務實的「勤行善因，遠離惡緣」，但更要明白現實世間既然是「此有時即彼有，此無時即彼無」，那麼此一世間就是緣生法，而緣生法則無常、苦法，即使是「勤行善因，遠離惡緣」，也無法全然的決定或保證可以「增上樂利，遠離困厄」。因此，一方面要在「此有時即彼有，此無時即彼無」的因緣智見下，務實實踐實際有益於「增上樂利，遠離困厄」的作為，更要在「只能努力，不一定如意」的緣生世間中，明見「緣生法則無常、苦、非我我所」，才能夠在不定的人生歷程裏，度越種種「一定要實現需求」的迷惑、貪愛（癡求欲），遠離種種

渴愛求不得的瞋怨憂悲苦，通達「癡、貪、瞋」斷盡，諸苦永盡的解脫。

這就是 佛陀教導的「如來說正法律，現法離諸熾然，不待時節，通達涅槃，即身觀察，緣自覺知」，也就是現世生活中的解脫。如是， 釋迦佛陀教導「因緣法」，利益世人如何從現實人生的「增上樂利，遠離困厄」，直接無礙的通向斷盡「愚癡、貪愛、瞋恚」，通達諸苦滅盡的解脫。

年輕人要在種種問題及困境交錯的現代社會中，依循符合事實及科學準則的「因緣法」，開展、落實現實生活安穩之途，並且從「緣生法則無常、苦」的醒悟中，正見離貪是滅苦的正道。這不僅能夠盡力的耕耘現實人生，也了知應當「少欲知足」，遠離「無益且有礙於人生及世間的過度消費及貪婪追逐」，舒解生態環境及資源枯竭的困境，息止身心的焦渴及不安，讓身心與生存環境正向於離苦之途。如漢譯《相應阿含》91 經：

佛告婆羅門：「在家之人有四法，能令後世安、後世樂？何等為四？謂信具足，戒具足，施具足，慧具足。……云何為慧具足？謂善男子苦聖諦如實知，集、滅、道聖諦如實知，是名善男子慧具足。」

依循「因緣法」的集法與滅法，正見「緣生法則無常、苦，離貪是苦滅正道」的「八正道」（因緣法及八正道的統合為「四聖諦」），這就是真實的「正覺佛法」，也是務實、實際的「人間佛教」。如果人們能夠在現實的世間，如實知見此一「世間安穩、出離世間苦惱，二者通達無礙」的菩提正道，得以「自利利他」的智覺，才是真正能夠引領現實人生朝向安穩、離苦，也就是「塵俗中清淨的法眼」。

附註：本文刊登於馬來西亞馬來亞大學（University Malaya）
佛友會 50 週年慶專刊中

護佛舍利，建佛塔寺

安奉 釋迦佛陀真身舍利 永住臺灣！

長久以來，歷代虔誠的佛弟子，即使必須縱越高山險阻、橫貫滾滾大漠，也不能阻擋想要供奉 佛陀舍利的盼望，歷史上輾轉迎請來到中土的佛骨，確實撫慰了佛弟子的虔敬之情。然而，遺憾的是如此得來不易的珍寶，總是少了份嚴謹史料的可靠度。

佛陀初滅 八國分奉佛舍利

公元前 387 年，釋迦佛陀入滅於拘尸那羅，火化後的佛陀舍利（梵 śarīra，巴 sarīra，指色身火化後的遺骨），由香姓婆羅門平分予八國建塔供養，並另立瓶塔、炭塔，共立有十塔。

釋迦遺族在迦毘羅衛城 建塔供奉佛舍利

佛陀初滅，八國分奉佛舍利時，因為 釋迦佛陀與釋迦族的血緣關係，當時已經很沒落的釋迦族還是分到主要的一份佛舍利。

釋迦遺族為供奉 佛陀舍利，在迦毘羅衛城建了一處佛塔。由於當時釋迦族已沒落，迦毘羅衛城建的佛舍利塔規模可能不大，也較簡單。

阿育王分佛舍利 廣建佛塔

佛滅後約 126~130 年（261~257 B.C.E.），阿育王登位第 11~15 年取出釋迦族供奉的佛舍利，隨後再將其中部份的佛舍利，在釋迦族佛舍利塔的原址建大塔供奉。

在往後長約 2150 年的歲月裏，佛舍利塔經歷婆羅門教、印度教、回教的破壞，以及自然環境的風化、湮沒，逐漸為世人遺忘。

舍利罐

十九世紀末葉，英國考古學家亞歷山大·康寧漢爵士（Sir Alexander Cunningham，因發現鹿野苑、那爛陀寺、桑奇大塔等重要佛教遺址而聞名於世。）和威廉·克拉斯頓·佩沛（William Claxton Peppe）聯手尋找釋迦族建立的佛舍利塔。兩人得到錫蘭舍利·須菩提（Sri Subhuti）長老給予的史獻資料幫助，針對北印比哈省比普羅瓦佛塔（Piprahwa stupa）進行考古挖掘。

1893年，亞歷山大·康寧漢（1814~1893）逝世，威廉·克拉斯頓·佩沛繼續進行比普羅瓦佛塔的挖掘工作。

1898年，威廉·克拉斯頓·佩沛發現封藏在比普羅瓦佛塔內部的石棺、舍利罐，以及多達 1600 件的珠寶飾物。

佛塔裡的佛塔

1971年，印度政府批准了針對比普羅瓦佛塔的第二次勘探考古工作。考古團隊在威廉·克拉斯頓·佩沛發現之裝舍利罐的石棺地下層，另外發現了兩處石室、皂石製的石棺、石罐，以及破碎的紅土陶盆。隨後，考古團隊證明新發現的石室、石棺、石罐、陶盆，皆出自比上層阿育王佛塔更為古老的佛陀時代。

1971年第二次考古，比普羅瓦佛塔內，在供奉釋迦佛陀舍利之石棺的地下層，另外發現建於佛陀時代的佛塔遺跡。



石棺位置的地下層發現建於佛陀時代之遺跡（位置示意圖）。

2013 年美國國家地理雜誌，針對比普羅瓦佛塔前後兩次考古研究，再次的加以探究，證明比普羅瓦佛塔內的舍利，確實是出自釋迦族建立的舍利塔，是阿育王在佛塔的原址上，再加以重建新塔，並供奉、安置 佛陀的舍利。



舍利罐的銘文，用阿育王時代的婆羅米文寫着

Sukitibhatina sabhagi ikana saputadalana iyaṃ
salilanidhane budhasa bhagavate 〈saki〉 yaṇaṃ
(音譯) Nidhani Su Kit tim had tin amp Sab ah kin i can
nam sapupujhuj yenan. Ya salsana nidasi buddasa.

舍利罐銘文的意思，是述說著

釋迦族聖人 佛陀 世尊之舍利的安放處
供奉者是有美譽的釋迦族兄弟，攜其姊妹、兒子和妻子



舍利重歸佛教

在比普羅瓦佛塔發現的佛舍利，初期因為受到諮詢的德國考古學家安東·費洛博士（Dr. Anton Fuehrer）的拖累，曾經一度受到考古界的質疑。當時有位泰國王子 Prisdang 在錫蘭的舍利·須菩提（Sri Subhuti）長老座下出家，其敦請舍利·須菩提長老向威廉·克拉斯頓·佩沛建議，可以將這批受質疑的佛舍利送給泰王拉瑪五世，這樣可以減輕各界的質疑，增加公信力。

因此，當時治印的英國政府即將這批佛舍利送予泰王拉瑪五世，目前這批佛舍利安奉在曼谷金登寺（The Golden Mount Temple）。

此外，發現舍利的威廉·克拉斯頓·佩沛，為了感謝錫蘭舍利·須菩提（Sri Subhuti）長老的幫助，親致書信於泰王，一方面表明舍利·須菩提長老的貢獻；二方面請求泰王將比普羅瓦佛塔出土之 釋迦佛舍利其中的21粒交予舍利·須菩提長老。目前該信保留在斯里蘭卡國家檔案庫。



福祐人間

華人佛教徒迎奉佛舍利

隨佛長老（Ven. Bhikkhu Vūpasama Thero）是華人，出家於分別說系銅鑠部緬甸僧團，一心致力於還原「第一次經律結集」集成之《七事修多羅》，確立「依止《七事修多羅》，傳承佛世至今之聲聞僧團律戒」的原始佛教中道僧團。

基於發展佛法、僧團與利益世間的共同信念，原始佛教中道僧團與斯里蘭卡（錫蘭）、泰國、緬甸的許多南傳僧團發展為合作團隊。

2017年原始佛教會迎奉古印度迦毘羅衛國釋迦族守護、阿育王建立之比普羅瓦佛塔出土的 釋迦牟尼佛真身舍利進入臺灣（華人世界）。

原始佛教會率先在臺灣建塔安奉，後至其他原始佛教流傳的華人地區建 佛陀真身舍利塔供奉。

供奉

釋迦佛陀 真身舍利塔

凡捐獻新臺幣一千元以上的護持者，
原始佛教會致贈具紀念意義的紀念品，
護塔者姓名將永刻於功德紀念碑上，
令後世永誌護持者護佛、護法之功德。



盛有佛陀舍利的舍利罐
等待舍利塔落成後正式安放

特別
護持

功德主



英文版



中文版

掃碼觀看

NTD 500,000⁺

美國國家地理頻道「佛陀遺骨」

臺灣地區
銀行電匯捐款

*電匯前後請來電通知

銀行帳戶 華南銀行(008)北投分行
戶名 社團法人中華原始佛教會
銀行電匯帳號 178-10-002647-3



護持專線：02-2892-2505 (財務組)

「非營利扶助孤童組織 ——關懷兒童 Compassion for Children」

創立緣起：

「非營利扶助孤童組織——關懷兒童 Compassion for Children」項目於 2010 年由美國原始佛教會信眾聯合發起創立，並用「一元濟貧」援助緬甸孤童餐食的方式，擴大讓更多民眾一同參與這份善緣。該組織旨在扶助緬甸貧困孤童，通過幫助改善幼童的生活、學習條件，以幫助緬甸社會在未來能夠更好的發展。

原始佛教會導師隨佛長老出家自緬甸，不忘緬甸這片土地的恩情。長老認為：修行正法的核心在「正念」，當年紐約街頭「一人一元」的募捐，無數人的善念被啟發，參與到緬甸孤童救助。佛法的教育工作有時候看起來並不明顯，但是修行人對所作的正確的事要「與有榮焉」，走入人群，自利利他，這樣的慈心與善舉，需要薪火代代相傳，一直做下去。

自 1994 年起，隨佛長老開始緬甸濟孤的工作，2010 年創立該組織，迄今二十年間，已成功募集扶貧款項近五十萬美金，先後扶助孤童達近萬人次。

項目背景：

緬甸是佛教國家，89% 人口是佛教徒。由於國家長年封閉，人民貧窮，尤其鄉村兒童多處於缺乏教育和饑餓狀態，需要社會大眾善心救助。「非營利扶助孤童組織——關懷兒童 Compassion for Children」項



2010 年，原始佛教會法工在美國街頭募捐



2017 年，原始佛教會為緬甸一家孤兒院慈善捐助

目援助的對象多由出家人主導行政管理和運作的寺院，法師收留一般或內戰失去雙親流離失所的孤童，他們被安排出家成為沙彌（或八戒女）。這些寺院由民間資助建立，善心義工出力照顧，兼及照護社區、農村及邊窮戰亂地區的貧童、孤童得以受學讀書。

關懷帳戶：Compassion for Children（扶助孤童）

Citibank Savings Account：9946841178

電話：1-718-666-9540 或 1-718-445-2562 .



附錄

中道僧團簡介

中道僧團（Sambodhi Saṅgha）是以南傳《相應部》與北傳《雜阿含》傳誦的『七事修多羅』為修證依止的僧團，『七事修多羅』是初始經典結集所集成的原始法藏。

中道僧團修持，重視因緣法的正見與身心的覺觀，落實離貪的解脫。中道僧團與尼僧團以常年禪觀的方式修行，奉守終生不受取、不積蓄、不使用金錢，也沒有代為收受、管理金錢與供養的「淨人」。

中道僧團常年在臺灣及世界各地，宣揚 佛陀原說教法，傳授中道禪法：修七覺分，次第成就四聖諦三轉、十二行，讓佛法能夠實證與實用於現實人生，利益世人解決現實問題，開展光明燦爛的人生。

原始佛教會簡介

中道僧團（Sambodhi Sangha）奉守「第一次結集」的經法傳誦，以部派分裂以前的聖弟子僧團為根本依止，承續阿難系與優波離系的古老經法傳承，遵守南傳僧律傳承，復歸「依經依律」的僧團正統。

中道僧團為了宣揚、傳續 佛陀的真實教法，依因緣法、四聖諦之「原始佛法」，實現世間、出世間通達無礙的「人間佛教」（一乘菩提道），在臺灣、美國、澳洲、馬來西亞成立傳續原始佛法的「原始佛教會」

Original Buddhism Society，致力引攝世人回歸佛陀之道。

原始佛教會以回歸 釋迦佛陀教導之原貌，確立奉守「原始佛法與律戒」之僧團，體現「依經依律、尊僧和俗、性別平權、政教分離」之原始佛教教團為宗旨。

聯絡各地共修處

中華 臺灣教區 (Taiwan)

中華原始佛教會

Original Buddhism Society in Taiwan (O.B.S.T.)

網址：www.arahant.org Tel：886-2-2892-2505

E-mail：original.buddhism@gmail.com

臺北 內覺禪林

Sambodhi Monastery

臺北市北投區登山路 139-3 號

E-mail：arahant.tws@gmail.com

Tel：886-2-2892-1038 (代表號)

Fax：886-2-2896-2303

臺北 中道禪院

Sambodhi World – Taipei

臺北市中山區伊通街 58 號 2 樓

Tel：886-2-2515-2505

臺中 中道禪林

Sambodhi World – Taichung

臺中市南屯區文心路一段 378 號 11 樓之 1

Tel：886-4-2320-2288

高雄 中道禪院

Sambodhi World-Kaohsiung

高雄市鼓山區美術館路 261 號 2 樓

Tel : 886-7-5867-198

美國教區 (U.S.A.)

美國 原始佛教會

Original Buddhism Society in America (O.B.S.A.)

網址 : www.arahant.org

E-mail: arahant.usa@gmail.com

紐約 中道禪院

Original Buddhism Society (O.B.S.)

30-20 Parsons Blvd, Flushing, NY 11354

Tel : 1-718-321-3380

馬來西亞教區（Malaysia）

馬來西亞 原始佛教會

Original Buddhism Society in Malaysia（O.B.S.M.）

網址：www.arahant.org

E-mail：arahant.mas@gmail.com

吉隆坡 中道禪林

Sambodhi World– Kuala Lumpur

28, Jalan 16/5, 46350 Petaling Jaya, Selangor,
Malaysia

Tel：6-03-79318122

檳城 中道禪林

Sambodhi World – Penang

77-3, Lorong Selamat,
10400 Pulau Pinang, Malaysia

Tel：012 470 8542

威省 中道禪林

Sambodhi World–S.Prai

269, 1st & 2nd floor, Jalan Kulim, 14000 Bukit Mertajam,
Pulau Pinang, Malaysia

Tel：6-04-5489837

怡保 中道禪林

Sambodhi World–Ipoh

61A & 61B, Jalan Chung Ah Ming, 31650 Ipoh, Perak,
Malaysia

Tel : 6-05-2410216

馬六甲 中道禪林

Sambodhi World–Malacca

30, Jalan Kota Laksamana, Jalan Kota Laksamana, 75200
Melaka, Malaysia

Tel : 6-06-2818391

新山 中道禪林

Sambodhi World–Johor Bahru

No. 22 Jalan Nusa Perintis 10/3, Taman Nusa Perintis 2,
81550 Gelang Patah, Johor, Malaysia

提供法寶流通據點

如果您願意提供場所或訊息（素食館、店面、公共空間）陳列原始佛教會出版的各類書籍、CD、正法之光月刊，請與我們各地聯絡處聯繫，謝謝您的熱忱！

聯絡電話：

◆ 中華原始佛教會：(02) 2892-2505

◆ 臺北內覺禪林：(02) 2892-1038

◆ 臺北中道禪院：(02) 2515-2505

◆ 臺中中道禪林：(04) 2320-2288

◆ 高雄中道禪院：(07) 586-7198

◆ 吉隆坡中道禪林：(03) 7931-8122

原始佛教會網路資訊

親愛的朋友

歡迎您了解原始佛教中道僧團，以及參與原始佛教會課程活動，讓您得到更多終生學習的機會，相信能幫助您解決生命中的問題，與現實的困境，陪您一同迎向光明，光彩燦爛！

中華原始佛教會網址 www.arahant.org

中華原始佛教會學習資訊網 member.arahant.org

中華原始佛教會 Line: @boo4741u

中華原始佛教會臉書

www.facebook.com/Saddhammadipa

請訂閱 正法之光雜誌

<http://www.arahant.org/zheng-fa-zhi-guang>

中華四聖諦佛教會網址

www.saddhammadipa.org

中華四聖諦佛教會臉書

<https://www.facebook.com/FourNobleTruthsBuddhism>



原始佛教會



正法之光



中華原始佛教會
臉書



中華原始佛教會
Line

參與護法方式

本書若對您有所幫助，敬邀您一同助印流通，及推動各項弘化工作，廣結法緣。



台灣Pay

臺灣銀行

中華原始佛教會



金融卡/帳戶適用

臺灣教區護持帳戶

國內匯入：

戶名：社團法人中華原始佛教會

劃撥 / 銀行	帳號	護持項目 (請註明在劃撥 / 匯款單)
郵局劃撥	50159965	弘法、助印法寶、道場建置
臺灣銀行 - 天母分行	142-001-006834	弘法、助印法寶、道場建置
華南銀行 - 北投分行	178-10-002647-3	護佛舍利，建佛塔寺

※ 郵局劃撥，請填寫護持者姓名、連絡電話、地址，通訊欄請寫上各項護持項目及各項護持金額、其他要通知的內容。

※ 銀行匯款，請將執據聯或網路、手機匯款成功後的截圖，

傳送到原佛會 line 官網：@boo4741u，並提供姓名、連絡電話及地址。

中國大陸、海外匯入：

戶名：Original Buddhism Society

地址：No. 139-3, Dengshan Rd., Beitou Dist., Taipei City 112007, Taiwan (R.O.C)

電話：886-2-2892-2505

Bank of Name	SWIFT Code	Account
Bank of Taiwan-Tienmou Branch	BKTWTWTP142	142-001-006834
ADD: No. 18, Sec. 7, Zhongshan N. Rd., Shilin Dist., Taipei City 111038, Taiwan (R.O.C) TEL: 886-2-2875-5222		
Hua Nan Commercial Bank-Beitou Branch	HNBKWTWTP178	178-10-002647-3
ADD: No. 13, Sec. 2, Beitou Rd., Beitou Dist., Taipei City 112028, Taiwan (R.O.C.) TEL: 886-2-2893-4166		

馬來西亞教區護持帳戶

馬來西亞原始佛教會 Original Buddhism Society in Malaysia

戶名：Sambodhi World Berhad

銀行 / 帳號：HSBC Bank/202-124475-101

美國教區護持帳戶 (Original Buddhism Society in America)

戶名：Original Buddhism Society in America

銀行	帳號	護持項目
Citibank savings account	9930260993	弘法、助印法寶、道場建置
	9946841178	Compassion For Children (扶助孤童)

- * 重現佛、法、僧、戒的光輝，推展原始佛教的目的，是藉由 釋迦佛陀真實教法的重現，使佛教恢復自利、利世的大用，間接的助華人社會的進步、昌盛，可以與西方社會同領先鋒，並得以維護自身的優良傳統文化及社會價值。
- * 中道僧團，終身不受取、積蓄、使用錢財，也無有代管供養的淨人。欲供養中道僧團者，請以「實物」方式護持，請勿用劃撥款項或銀行匯款等方式供養。
- * 原始佛教會立會宗旨：以回歸 釋迦佛陀教導之原始教法，確立奉守「原始佛法與律戒」之僧團，體現「尊僧和俗、性別平權、政教分離」之原始佛教教團。
- * 歡迎十方善信們，發心長期護持，以利法教弘開，利澤蒼生！

長期護持方式：

A：ACH 銀行轉帳授權

B：信用卡授權書

以上授權書，請到原佛會網站 <https://www.arahant.org/hu-chi-taiwan>
下載或來電 (02)2892-2505 財務組索取 ~

國家圖書館出版品預行編目資料

隨佛行道 / 隨佛長老著 --- 初版 --- 臺北市：
中華原始佛教會出版：中道禪林發行，2016.3
冊：21×14 公分
ISBN 978-986-91656-4-8（第一集：平裝）
1. 佛教 2. 文集

220.7
104015464

隨佛行道

著 作 者：隨佛長老 Bhikkhu Vūpasama

初 版：2016 年 3 月

出 版 者：中華原始佛教會

發 行：原始佛教 內覺禪林 / 原始佛教會各地中道禪林流通

連絡地址：臺灣 臺北市北投區登山路 139-3 號

電 話：886-2-2892-2505 傳真：886-2-2896-2303

網 址：www.arahant.org

E-mail：arahant.tws@gmail.com

大馬流通：吉隆坡中道禪林 Tel：6-03-79318122

28, Jalan 16/5, 46350 Petaling Jaya, Selangor, Malaysia

法律顧問：陳銘釗律師

印 製：臺灣 力群印刷 886-2-2599-6288

馬來西亞 東方印務有限公司 6-04-552-2833

《非賣品》佛法之珍貴勝於一切 無法以買賣取得
佛陀正覺後 2450 年 / 公元 2018 年 3 月初版三刷 2000 冊

原始佛教會

中道僧團 (Sambodhi Sangha) 奉守「第一次結集」的經法傳誦，以部派分裂以前的聖弟子僧團為根本依止，承續阿難系與優波離系的古老經法傳承，遵守南傳僧律傳承，復歸「依經依律」的僧團正統。

中道僧團為了宣揚、傳續佛陀的真實教法，依因緣法、四聖諦之「原始佛法」，實現世間、出世間通達無礙的「人間佛教」(一乘菩提道)，在臺灣、美國、馬來西亞、澳洲、歐洲成立傳續原始佛法的「原始佛教會 Original Buddhism Society」，致力引攝世人回歸佛陀之道。

原始佛教會以回歸佛陀原說，確立奉守「原始佛法與律戒」之僧團，體現「依經依律、尊僧和俗、性別平權、政教分離」之原始佛教教團為宗旨。

臺灣 內覺禪林

Sambodhi Monastery

中道禪林

Sambodhi World

中華原始佛教會

Original Buddhism Society in Taiwan

美國 原始佛教會

Original Buddhism Society in America

馬來西亞 原始佛教會

Original Buddhism Society in Malaysia

澳洲 原始佛教會

Original Buddhism Society in Australia

歐洲 原始佛教會

Original Buddhism Society in Europe

原始佛教會 www.arahant.org

原始佛教 www.arahant.org.cn



《隨佛行道》第一輯整理隨佛長老數篇文章：〈回首漫長與艱難的光明路〉中記錄長老早年學佛經歷，內容從親近廣欽老和尚、煮雲法師到懺雲法師的因緣，涵蓋作者早年精進學佛的經歷，包括：精進念佛、刺血寫經、朝山活動、探尋空義之歷程、以及精進減食以克服饑餓障礙與各種感應。

《歸向緣起之路》

此生，活是佛教的僧人，死是佛教的僧魂！

利澤生命的光輝與榮耀，一切歸於佛陀！

利益苦難世人的道路，必是出自法的光明！

攝引世人朝向璀璨人生、息苦的成就，終歸向僧團！

相信佛法的光明，必會利益眼前的美麗土地與人民！



原始佛教會
Original Buddhism Society