

歌詠諸如來，如是種種事，昔所未曾有，  
聞佛壽無量，一切皆歡喜，佛名聞十方，  
廣饒益眾生，一切具善根，以助無上心。

妙法蓮華經分別功德品

# 香日光莊嚴

行政院新聞局登記局版台誌第四四八號  
中華民國七十四年二月二十日創刊

季第 15 期

## Glorious Buddhism

發行人：釋 悟 因 組  
主編：本 光 莊 嚴 雜誌社  
編輯：香 光 莊 嚴 雜誌社  
地址：嘉義縣竹崎鄉 60406  
內埔村溪州 49-1 號  
電話：(05) 2541267  
郵政掛號：03308694—香光寺  
英文地址：Buddhist Institute of  
Hsiang Kuang Convent  
49-1 Hsiycho, Nei-pu  
Chu-Chi, Chia-I, 60406  
Taiwan, R.O.C.

## 苑學慧安

親愛的道友：  
嘉義安慧學苑，將於七十八年元月，開  
辦初級佛學研讀班，以新編的教材，專任  
授課法師，引領您進入佛法的堂奧。  
不論您是否已學佛或從未接觸過佛法，  
都可以透過特別設計，教義與生活並重的  
課程，事與理交融的解說，契入佛法的智

慧，開拓新生活、思想的領域，重創生命  
的新機！  
開班時間：民國七十八年元月八日  
報名時間：即日起至十二月中旬止。  
人數：錄取三百名，欲報從速。  
地址：嘉義市文化路八〇〇號之一  
電話：(05) 二二二五六一六五

## 慧青學苑禪悅講座

什麼樣的歡喜，能在因緣生滅  
後，轉化成一股成長的生命力？  
這是一道源源不斷的，從生命深  
處流出的活水，來自一份自利利  
他的菩薩悲願……

◎活動時間：77年10月30、31日  
◎活動地點：香光寺  
◎參加對象：在校大專同學  
◎連絡住址：嘉義縣竹崎鄉內  
埔村溪州49-1號

## 匡正社會習尚 破除民間迷信

# 紫竹林精舍倡導 佛教教孝月

(本刊訊)高雄紫竹林精舍為轉移社會風氣，破除民間對「鬼月」的迷信習尚，特別倡導佛教的七月為「教孝月」，除在該精舍佛學研讀班的教學中，闡揚佛門的孝道精神外，並舉辦了一系列活動，包括齋戒安居營、孟蘭盆報恩法會、拜山等活動，弘傳供養、另一個新的開始，首先於八月七日，將充滿了鬼影幢幢的恐怖七月轉為儒慕孝思的月份。

農曆七月是民間傳統習俗中的「鬼月」，因此多數人都忌諱這個月搬家、結婚、手術、開張等等，而且相沿成習，一進入農曆七月，人們總要舉行各種拜拜來祭祀這些「好兄弟」，以求消災免厄。

事實上，農曆七月在佛教中是一個具有特殊意義的月份，因為佛制僧侶從四月十五日起三個月結夏安居，滿心辦道，至七月十五日圓滿解夏，自備會集在一起，自恣——坦誠發露安居期間自己的缺失及交換修行心得，因此每年的結夏安居，是僧眾修行

月十日：回歸佛陀的家——拜山報恩，千餘位居士，效法虛雲老和尚發願朝禮親恩的行誼，在法師的帶領下，一步一步地頂禮地藏菩薩，以此身行向父母致上最高的感恩。

經歷了一連串活動後，很多居士紛紛表示：以後若能持續不斷地進行「佛教教孝月」的正信，不但可以引發內心至誠的懺悔，最後於廿一、廿二日兩天虔誦佛門孝經——地藏菩薩本願經，並做大量山施食迴向冥陽兩利，表達佛弟子兩利，表達佛弟子思想，發揮宗教化導世間的功能。

四日舉辦為期七天

「香光大專青年學佛營」提供大專在學女青年一個研修佛法，啟迪身心的機會；計有近百位來自全國各大專院校的女同學參加。

本屆的「香光大專青年學佛營」是法師們經過長久審慎的檢討與籌劃，並透過深入觀察今日大專青年學生的現況與需要而設想的一個營活動，目標有三：

一、讓學員重新思考自己存在的價值，認識證明清徹的佛性乃出離煩惱的心靈出發，直至自覺能力的現現。

二、培養惜福、感恩、進而學習承擔及負責到底的態度。

三、由個人精進的修持，擴及關心存活的世界，共創生命淨土。

因此，在行門的教學上，特地邀請台北文殊中心洪詩台北文殊中心洪詩居士蒞寺指導學員們靜坐；而解開的課程，則有政大鄭石岩教授的「心中自有淨土」；見學佛營」提供大專在學女青年一個研修佛法，啟迪身心的機會；計有近百位來自全國各大專院校的女同學參加。

本屆的「香光大專青年學佛營」是法師們經過長久審慎的檢討與籌劃，並透過深入觀察今日大專青年學生的現況與需要而設想的一個營活動，目標有三：

一、讓學員重新思考自己存在的價值，認識證明清徹的佛性乃出離煩惱的心靈出發，直至自覺能力的現現。

二、培養惜福、感恩、進而學習承擔及負責到底的態度。

三、由個人精進的修持，擴及關心存活的世界，共創生命淨土。

因此，在行門的教學上，特地邀請台北文殊中心洪詩台北文殊中心洪詩居士蒞寺指導學員們靜坐；而解開的課程，則有政大鄭石岩教授的「心中自有淨土」；見

(本刊訊)香光寺自創始，由肯定自我的生命開始，激發覺醒與突破黑暗的動力，培養開闊豁達的襟懷，走向人生的光明。法師誠摯的話語，客觀而平易的分析，聽眾莫不感獲益良多，法喜充滿。

由於自編法師的演講頗獲好評，市黨部乃於九月廿三日再度邀請見參法師以「寶藏知多少——談佛法與教育」為題，為嘉義市中、小學教師作了一小時清簡的演講。闡明圓滿的人生在不斷的自我教育中完成。法師藉豐富、貼切的事例為比喻，啟發人于日常生活中攝取佛法智慧，踐行六度精神，以彰顯人人本具的寶藏，作為教育自己的資糧，進而共同營建一個光明的社會。會後，許多聽眾皆表示，希望能有機會再聽聞佛法。

由兩次演講的迴響，主辦單位高遠的眼光與活潑的用心，確實令人讚歎！由此也可看出大眾對佛法的渴求正是現代心靈共同的呼聲。

從登革熱談起

您也應該知道

近來醫學界、報章雜誌不斷討論一個熱門話題——登革熱。這種由埃及斑蚊及白線斑蚊所傳染的「頑疾」，共有四型。自去年九月間在屏東縣東港鎮登陸後，隨即由台灣南部地區快速蔓延。因目前尚無特效療法，又無預防針劑，更不能免疫，且發病症狀類似感冒，若掉以輕心延誤就醫或第二次感染引發登革出血熱，可能危及生命，一時間人人談之色變。衛生當局呼籲民眾應注意環境衛生，儘速杜絕蚊孳生，以遏阻登革熱擴散。

正當大家急切展開滅蚊工作時，有人提出疑問：滅蚊是否有違慈悲心？佛教徒可否響應？應該如何避免此疾病繼續傳染？……一連串的問號，隨著登革熱這場共業的襲擊接踵而來。因事關人命安危，更涉及宗教信仰的詮釋，我們實有必要在此淺心探討！

佛教談護生是對生命的尊重，希望人類甚至一切動物都能在合理、和諧的環境中生長發育，但「和樂共存」必須是種種條件的聚合。菩薩戒經說：「菩薩因憐憫盜賊貪財將往殺殺人，招無間地獄果報，寧可自身承受殺生果報，持刀盜賊殺害，這是菩薩悲願增上的示現，也是智慧的權衡——以代苦之心而行殺業，不僅使盜賊免於殺業的苦果，也救護了眾多的生命。

其次，佛教是以人為本，不是鬼本或神本，當然更不是畜本。以殺生來說：殺人與殺畜生，殺雖相同，但論罪相却有輕重之別，若是殺害自己父母，則是五逆重罪，生前死後都要受果報的。太虛大師說：「人成即佛成」，如果學佛而不重視人間的道德、倫次，只知道千千萬萬的魚、龜、蛙、鳥需要我們慈悲、熱心的救護，對與我咫尺之隔的人類災厄、痛苦和瘟疫不問不知，這是不知佛法、不近人情的。因此，在實踐的過程，還要有本末次第，「從人的立場，應先救人類，這不是輕視眾生，而是擴展人類道德應有的倫次。發心廣大，偏為一切眾生；而實踐應從近處做起，擴而充之，以到達偏為一切眾生。」(註)

再從社會的經濟、觀光等立場來說

在人類史上曾有多種傳染病威脅人的生命，諸如：天花、霍亂和鼠疫等。今日由於人類物質生活不斷的進步，日新月異的醫學、藥學發明對疾病作了很好的預防與治療，使人類減少很多痛苦及恐懼。儘管我們確知，醫學科技的進步對人類痛苦的解除終究有其限度，却深信人類現實的改善是值得感激而且還需再繼續開發的。

值此登革熱肆虐之際，除全面做好消滅蚊孳的工作外，本刊更願請大眾，應重新整頓已受到廢氣、化學藥劑、廢水、噪音……污染的自然環境，積極保護我們的生存條件，因為真正健康愉悅、自在解脫的生存環境的層面固然很廣，而物理性生存環境的保護卻是一切生活品質的基礎，這基礎是需要大家共同付出關懷的！

(註) 印順法師著佛在人間第九一頁。

界世明光啓慧智法佛  
座講生人福幸部黨市  
講演邀應師法參見、師法自





# 門裡 外門

窗裏、窗外有著不同的  
……！界世的同不然截是也外門、裡門

頤見 /

窗裏、窗外有著不同的  
天空，門裡、門外也是截  
然不同的世界！  
抖落三千煩惱絲，換上  
一襲寬鬆的衫褲，在酷熱  
的夏天，憑添幾許涼意；  
踢掉高跟鞋，穿著平底羅  
漢鞋，頓覺可以鬆實、昂  
然闊步，不再搖搖欲墜，  
金聖歎的「不亦快哉」全  
上心頭了。跨過虛掩的大  
門進入僧寮，放眼巡禮這  
別有洞天的歇處，褐色三  
尺寬的木床，簡單裡透出  
勁力，灰色的磨石子地，  
樸素中顯出光潔，整齊方  
正的臥具，一如修行生活  
的有條不紊；懷著虔敬的  
心，理理床，翻翻抽屜，  
熟悉這片往後的修學環境  
，也正式揮別走過三十寒  
暑的歲月！

雨季過後，後山的青草  
飽足了滋潤，不到幾天光  
景，全長到與腰齊高了，  
肆無忌憚地在山坡上迎風  
搖曳。午睡後，庫頭師帶  
領大眾頭戴斗笠，覆上面  
巾，繫著圍裙，打起鑊刀

，踏上入草之戰的征途。  
上了山，一字排開，地毯  
式前進，啾啾的割草聲，  
伴著幾句幽默的對話，也  
不覺疲累，個把小時的功  
夫，大夥兒已上了山頂，  
往下眺望，高高的草兒已  
全被擺平，一動也不動地  
躺在地上。眾志成城，幾  
日下來，整個後山在十幾  
人拚手低足的合作下，只  
剩幾株果樹、檳榔樹兀立  
其中，野草全成了樹根的  
堆肥，大夥兒聚坐在山巔  
觀賞自己流汗的碩果，心  
中不禁暗歎：和合之力，  
不可思議！

上山的日子結束後，大  
夥兒轉移陣地至大殿廣場  
前的菜園。那兒有亂草雜  
生的鳳梨田，成熟待收的  
甘蔗，還有一片曠廢多時  
的空地等著播種花生，對  
城市長大的我，每一件都  
是新鮮活兒，雖然汗水滴  
濕了衣服，腰酸難受，心  
却有解脫的舒暢。深深地  
吸一口混著青草氣味的泥  
香，感受那回歸大地擁抱

的雀躍；夕陽下，席地圍  
坐，啃著剛收成的甘蔗，  
蔗汁的清甜潤了乾渴的  
喉嚨，我驚喜於大自然生  
機的神祕——育載萬物，  
滋養一切。從大小姐的生  
活到披著圍裙上山下田，  
墾土掘地的出家生活；從  
書本的世界到鋤、鐮的天  
地，門裡門外大概只有跨  
過的人才能知道！  
猶記得那是颯風過境的  
隔天，清晨，提著行李，  
告別家園，準備踏上生命  
的另個新家，一路上只見  
道路兩旁，橫著傾頹倒  
塌的樹木，滿地零落散佈  
的垃圾，回想過去三十年  
生活的染濁，所養成的一  
切習性，不也如眼前的垃  
圾，污穢得令自己唾棄嗎  
？走進香光寺山門，我失  
志要像清道夫般，每日以  
佛法甘露澆灌往昔所造  
諸多惡業、習性，清除屯  
積在心靈的垃圾。師父說  
：初進佛門，要將過去崇  
高的地位、學歷，輝煌的  
記錄，暫且都放下，像個

新生嬰兒，一切重頭學習  
，包括怎麼走路、掃地、  
穿衣……，領執事則不論  
推柴、燒飯、除草、種甘  
蔗、採花生、搬石子……  
要捨下身命，在疲累中體  
悟修行的禪樂，在汗水中  
思惟工作背後的精神意義  
，也要跟著尊接受刺痛  
心扉的指導、磨練，激發  
出自以為沒有的潛能；十  
八般「武藝」樣樣都要學  
，上台能文，下台能武。  
所謂「大眾薰修悉勝進  
，十地頓超無難事」，感  
謝一年來的佛門新生活，  
在師父、師兄的潛移默化  
中，除去不少習氣。生活  
的舞台上，每一個人隨時  
都是主角，也隨時都是配  
角。全力的投入，學習才  
能生根，也才能吸收到更  
廣面的「營養」，促進自  
己的成長，當發現自己正  
一層一層地蛻變、脫殼時  
，總願能早日花開見佛，  
我這樣的期許著。

「叩！叩叩！」  
板聲劃破山寺的寂靜  
，師父們又開始了他們  
一天的生活，步出寮房  
，滿天的星光灑灑了我  
一身，到底是晝還是夜  
？我竟也分不清了！是  
星子們眷戀著昨夜，不  
肯離去吧？不然，為什  
麼還有幾顆離群留在連  
人間的屋簷上呢？  
● 鐘聲  
鐘聲從大殿悠揚地盪  
出，穿過山谷，傳向人  
間，我不禁想起了鐘聲  
偈：「願此鐘聲傳法界  
，鐵圍幽暗悉皆聞，聞  
聲清淨證圓通，一切眾  
生成正覺。」迷夢中的  
眾生，可曾聽到這召集  
有緣人的鐘聲？站在台  
階，回望大殿，那光影  
低眉俯視的佛菩薩，心  
鏡頓時清亮起來。此時  
師父們已著衣上殿，我  
也趕緊隨後，鐘聲已歇  
，鼓聲方起，一聲綿密  
，把我帶到另一個悠遠、  
脈山巒，看青山多嫵媚

！我願追隨佛陀的足跡  
，循著所有修行人走過  
的路，走向群山深處，  
也走向人間……「觀音  
菩薩、觀音菩薩……」  
，一個轉身，隊伍已走  
回大殿。看！佛菩薩正  
微笑的等待我們！等是  
不歸歸使得，故鄉風月  
有誰爭？我要走向佛菩  
薩，走向那美麗、光明  
的故鄉！  
● 皈依  
回到大殿，仍思索著  
：「如何走回極樂故鄉  
呢？」只聽維那師父又  
起腔，大眾唱道：「自  
皈依佛……，啊！是  
的，皈依三寶處，正是  
情，「五濁惡世誓先入  
」，誰說他們無情、消  
極，他們才是世間最至  
情、最熱愛生命的人啊  
！而我們是否也有這份  
對自己生命抉擇的堅持  
呢？  
● 波羅蜜  
長長的楞嚴咒，十小  
咒、心經誦過，樂樂如  
貫珠的經聲，至「摩訶  
般若波羅蜜多」，那潮  
湧的梵音已把人推到另  
一個風光明媚的地方。  
那裡有藍藍的天、淡淡  
的雲、輕輕的風……  
「上來現前清淨眾……  
」，此刻彷彿如行船至一  
條美麗的江上，兩岸有  
花皆香、有樹皆綠，而  
輕舟已過萬重山……  
慢慢地感到自己的步伐  
移動了，原來，大家已  
在「南無觀世音菩薩」  
的聖號中步出了大殿，  
腳下的石子廣場正沙沙  
作響，燕子緩緩迴旋於  
空，剪裁著夏天清晨的  
雲角，空氣裡流動著「  
含笑」的花香，晨曦已  
從朝霞中迸出了微光。  
● 繞佛  
唱著聖號，邁向那一  
聲，一陣急似一陣，  
把我帶到另一個悠遠、  
脈山巒，看青山多嫵媚

出家一年三個月了，昨夜是第  
一次連續四天無法闔眼休息。在  
這之前，也曾有整夜不眠的經  
驗，但那是刻意強制自己做的，  
試驗成功的刹那，還沾沾自喜出  
家功德不可思議，以為從此可以  
醒睡自如，把生物本能——睡魔  
完全調伏，別說什麼「人命無  
常，呼吸間——令人感傷的話，說  
真的，唯一的願望是：充分利用  
每天廿四小時的時間，將出家以  
後發現自己的缺憾——解、行不  
如人，做一個補償，自己才不心虛  
。今早，上沙彌律儀時，萬萬想不  
到竟被自己額頭碰到書桌的響聲  
驚醒過來，在睡眼惺忪中，彷彿  
聽到同班學僧壓抑的笑聲，當下  
，自己還是下了一個決定：如果  
不能把不倒單練出來，誓不不休！  
長久以來，自己一直賣力地踐  
行者，絲毫不放鬆，幾位出家久  
的師兄頻頻勸說：「作息要正常  
，才能保持長久平穩的修行路。

「自己表面雖然答應了，卻始終  
不願改變當初所下定的決心。  
原本每天都在大殿佛前打坐，  
後來學院不許學僧深夜在寮房外  
獨坐，只好將打坐地點移到寮房  
；說是打坐，但每天清晨被鐘聲  
催醒時，總發現自己竟是在床  
上，無力的爬起來參加課誦，初  
時只是瞌睡連連  
，這陣子以來卻  
每在拜佛、問訊  
時，甚至轉身向上  
，只稍稍移動  
兩個腳步，便覺  
得一直用強力灌  
集的筋骨都各自崩散了，連腦筋  
也不曉得該想什麼好；結果總是  
耗了很多力量才把它們恢復原位  
，卻沒有任何東西可以把它們黏  
接在一起，唯一的感受是乾、渴。  
心裡不禁自付：「投降吧！高  
僧大德的修煉大概不是如此。他  
們一定有超人之處，現代人不可  
我不行呢？到底我要做高僧，還

是甘心當凡夫呢？」希聖希賢與  
現實需要激戰不休，四天四夜都  
無法作個了結，沒想到決心踐履  
的事情如此困擾自己。早課結束  
，踏出大殿只覺遠山氳氳，而自  
己的心亦有一股難以負荷之感，  
當早粥畢，唱出最後的一句「所  
作皆辦」，我再也抑制不住，哽  
咽的淚水，傾瀉  
而下。齋堂外竟  
也大雨滂沱了。  
師父召見了，  
慈祥地詢問著：  
「德嚴，你出  
家前，學的最得  
意的是什麼？」  
「太極拳。」  
「太極拳的道理是什麼？」  
「圓融，虛實相濟。」  
「當習拳的人達到對手時，怎  
麼處理呢？」  
「師父！太極拳究竟說起來，  
沒有所謂「對手」，因為打太極  
拳的人不把對方當敵人，他只是  
我的意思嗎？」  
「師父，我瞭解了，謝謝您！  
踏出師寮房，仰望廊外的空  
際，已是雨霽天朗，心也像蒼穹  
中的那道彩虹般鮮明、亮麗。

把對方送過來的力量化解而已，  
如果確實有靈應過手，他也只是適  
度的阻擋，並不傷害對方。每位  
學習太極拳的人都必須先建立一  
個心態：沒有敵人；每一個動作  
都從意念發，忠實實實，專心的  
牽引，動作和力道就都出現了。  
「德嚴，出家修道也是一樣。  
我們修行的對手就是習氣，但不  
須以敵人看待它。只要本著一片  
對出世解脫、圓滿境界的嚮往，  
老老實實地在現實生活中認識自  
己的缺憾，不急不躁地化解它，  
在不鬆不緊中穩穩當當地提昇自  
我，而不是用猛力去消滅它，欲  
速反而不達，並且不在外相上和  
人比較，因為心念動錯了，只是  
徒增需要化解的習氣罷了。你懂  
得我的意思嗎？」

不可知的境界……當鼓  
聲停止，三陣寶鐘數、  
木魚應過，那如潮的梵  
音，便從四面八方湧來  
，一波接著一波……  
● 楞嚴  
「南無楞嚴會上佛菩  
薩」，法音來自楞嚴會  
上。二千多年了，聖人  
的身影何在？何處尋覓  
？「銷我億劫顛倒想」  
，誦到這句，我的淚已  
忍不住流了下來，是多  
少劫的顛倒，才會輪迴  
至今啊！「將此深心奉  
塵刹，是則名為報佛恩  
」，這又是一份怎樣的  
願力？看著身披袈裟的  
師父們，莊嚴堅定的神  
情，「五濁惡世誓先入  
」，誰說他們無情、消  
極，他們才是世間最至  
情、最熱愛生命的人啊  
！而我們是否也有這份  
對自己生命抉擇的堅持  
呢？

！我願追隨佛陀的足跡  
，循著所有修行人走過  
的路，走向群山深處，  
也走向人間……「觀音  
菩薩、觀音菩薩……」  
，一個轉身，隊伍已走  
回大殿。看！佛菩薩正  
微笑的等待我們！等是  
不歸歸使得，故鄉風月  
有誰爭？我要走向佛菩  
薩，走向那美麗、光明  
的故鄉！  
● 皈依  
回到大殿，仍思索著  
：「如何走回極樂故鄉  
呢？」只聽維那師父又  
起腔，大眾唱道：「自  
皈依佛……，啊！是  
的，皈依三寶處，正是  
情，「五濁惡世誓先入  
」，誰說他們無情、消  
極，他們才是世間最至  
情、最熱愛生命的人啊  
！而我們是否也有這份  
對自己生命抉擇的堅持  
呢？

長長的楞嚴咒，十小  
咒、心經誦過，樂樂如  
貫珠的經聲，至「摩訶  
般若波羅蜜多」，那潮  
湧的梵音已把人推到另  
一個風光明媚的地方。  
那裡有藍藍的天、淡淡  
的雲、輕輕的風……  
「上來現前清淨眾……  
」，此刻彷彿如行船至一  
條美麗的江上，兩岸有  
花皆香、有樹皆綠，而  
輕舟已過萬重山……  
慢慢地感到自己的步伐  
移動了，原來，大家已  
在「南無觀世音菩薩」  
的聖號中步出了大殿，  
腳下的石子廣場正沙沙  
作響，燕子緩緩迴旋於  
空，剪裁著夏天清晨的  
雲角，空氣裡流動著「  
含笑」的花香，晨曦已  
從朝霞中迸出了微光。  
● 繞佛  
唱著聖號，邁向那一  
聲，一陣急似一陣，  
把我帶到另一個悠遠、  
脈山巒，看青山多嫵媚

！我願追隨佛陀的足跡  
，循著所有修行人走過  
的路，走向群山深處，  
也走向人間……「觀音  
菩薩、觀音菩薩……」  
，一個轉身，隊伍已走  
回大殿。看！佛菩薩正  
微笑的等待我們！等是  
不歸歸使得，故鄉風月  
有誰爭？我要走向佛菩  
薩，走向那美麗、光明  
的故鄉！  
● 皈依  
回到大殿，仍思索著  
：「如何走回極樂故鄉  
呢？」只聽維那師父又  
起腔，大眾唱道：「自  
皈依佛……，啊！是  
的，皈依三寶處，正是  
情，「五濁惡世誓先入  
」，誰說他們無情、消  
極，他們才是世間最至  
情、最熱愛生命的人啊  
！而我們是否也有這份  
對自己生命抉擇的堅持  
呢？

！我願追隨佛陀的足跡  
，循著所有修行人走過  
的路，走向群山深處，  
也走向人間……「觀音  
菩薩、觀音菩薩……」  
，一個轉身，隊伍已走  
回大殿。看！佛菩薩正  
微笑的等待我們！等是  
不歸歸使得，故鄉風月  
有誰爭？我要走向佛菩  
薩，走向那美麗、光明  
的故鄉！  
● 皈依  
回到大殿，仍思索著  
：「如何走回極樂故鄉  
呢？」只聽維那師父又  
起腔，大眾唱道：「自  
皈依佛……，啊！是  
的，皈依三寶處，正是  
情，「五濁惡世誓先入  
」，誰說他們無情、消  
極，他們才是世間最至  
情、最熱愛生命的人啊  
！而我們是否也有這份  
對自己生命抉擇的堅持  
呢？

## 不把對手當敵人

如是行過

自鑰

給睡蟲侵占了：課誦、打坐、上  
課，那一樣不是，甚至切菜都可  
以意識模糊地把手指頭給切出血  
來，事實上，你正在讓原可以接  
受薰習的機會，一個個犧牲在自  
以為是的作法裡！  
「誰說的，古德可以，為什麼  
我不行呢？到底我要做高僧，還  
是甘心當凡夫呢？」希聖希賢與  
現實需要激戰不休，四天四夜都  
無法作個了結，沒想到決心踐履  
的事情如此困擾自己。早課結束  
，踏出大殿只覺遠山氳氳，而自  
己的心亦有一股難以負荷之感，  
當早粥畢，唱出最後的一句「所  
作皆辦」，我再也抑制不住，哽  
咽的淚水，傾瀉  
而下。齋堂外竟  
也大雨滂沱了。  
師父召見了，  
慈祥地詢問著：  
「德嚴，你出  
家前，學的最得  
意的是什麼？」  
「太極拳。」  
「太極拳的道理是什麼？」  
「圓融，虛實相濟。」  
「當習拳的人達到對手時，怎  
麼處理呢？」  
「師父！太極拳究竟說起來，  
沒有所謂「對手」，因為打太極  
拳的人不把對方當敵人，他只是  
我的意思嗎？」  
「師父，我瞭解了，謝謝您！  
踏出師寮房，仰望廊外的空  
際，已是雨霽天朗，心也像蒼穹  
中的那道彩虹般鮮明、亮麗。

把對方送過來的力量化解而已，  
如果確實有靈應過手，他也只是適  
度的阻擋，並不傷害對方。每位  
學習太極拳的人都必須先建立一  
個心態：沒有敵人；每一個動作  
都從意念發，忠實實實，專心的  
牽引，動作和力道就都出現了。  
「德嚴，出家修道也是一樣。  
我們修行的對手就是習氣，但不  
須以敵人看待它。只要本著一片  
對出世解脫、圓滿境界的嚮往，  
老老實實地在現實生活中認識自  
己的缺憾，不急不躁地化解它，  
在不鬆不緊中穩穩當當地提昇自  
我，而不是用猛力去消滅它，欲  
速反而不達，並且不在外相上和  
人比較，因為心念動錯了，只是  
徒增需要化解的習氣罷了。你懂  
得我的意思嗎？」

不可知的境界……當鼓  
聲停止，三陣寶鐘數、  
木魚應過，那如潮的梵  
音，便從四面八方湧來  
，一波接著一波……  
● 楞嚴  
「南無楞嚴會上佛菩  
薩」，法音來自楞嚴會  
上。二千多年了，聖人  
的身影何在？何處尋覓  
？「銷我億劫顛倒想」  
，誦到這句，我的淚已  
忍不住流了下來，是多  
少劫的顛倒，才會輪迴  
至今啊！「將此深心奉  
塵刹，是則名為報佛恩  
」，這又是一份怎樣的  
願力？看著身披袈裟的  
師父們，莊嚴堅定的神  
情，「五濁惡世誓先入  
」，誰說他們無情、消  
極，他們才是世間最至  
情、最熱愛生命的人啊  
！而我們是否也有這份  
對自己生命抉擇的堅持  
呢？

長長的楞嚴咒，十小  
咒、心經誦過，樂樂如  
貫珠的經聲，至「摩訶  
般若波羅蜜多」，那潮  
湧的梵音已把人推到另  
一個風光明媚的地方。  
那裡有藍藍的天、淡淡  
的雲、輕輕的風……  
「上來現前清淨眾……  
」，此刻彷彿如行船至一  
條美麗的江上，兩岸有  
花皆香、有樹皆綠，而  
輕舟已過萬重山……  
慢慢地感到自己的步伐  
移動了，原來，大家已  
在「南無觀世音菩薩」  
的聖號中步出了大殿，  
腳下的石子廣場正沙沙  
作響，燕子緩緩迴旋於  
空，剪裁著夏天清晨的  
雲角，空氣裡流動著「  
含笑」的花香，晨曦已  
從朝霞中迸出了微光。  
● 繞佛  
唱著聖號，邁向那一  
聲，一陣急似一陣，  
把我帶到另一個悠遠、  
脈山巒，看青山多嫵媚

！我願追隨佛陀的足跡  
，循著所有修行人走過  
的路，走向群山深處，  
也走向人間……「觀音  
菩薩、觀音菩薩……」  
，一個轉身，隊伍已走  
回大殿。看！佛菩薩正  
微笑的等待我們！等是  
不歸歸使得，故鄉風月  
有誰爭？我要走向佛菩  
薩，走向那美麗、光明  
的故鄉！  
● 皈依  
回到大殿，仍思索著  
：「如何走回極樂故鄉  
呢？」只聽維那師父又  
起腔，大眾唱道：「自  
皈依佛……，啊！是  
的，皈依三寶處，正是  
情，「五濁惡世誓先入  
」，誰說他們無情、消  
極，他們才是世間最至  
情、最熱愛生命的人啊  
！而我們是否也有這份  
對自己生命抉擇的堅持  
呢？

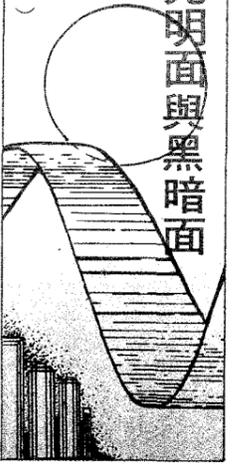
！我願追隨佛陀的足跡  
，循著所有修行人走過  
的路，走向群山深處，  
也走向人間……「觀音  
菩薩、觀音菩薩……」  
，一個轉身，隊伍已走  
回大殿。看！佛菩薩正  
微笑的等待我們！等是  
不歸歸使得，故鄉風月  
有誰爭？我要走向佛菩  
薩，走向那美麗、光明  
的故鄉！  
● 皈依  
回到大殿，仍思索著  
：「如何走回極樂故鄉  
呢？」只聽維那師父又  
起腔，大眾唱道：「自  
皈依佛……，啊！是  
的，皈依三寶處，正是  
情，「五濁惡世誓先入  
」，誰說他們無情、消  
極，他們才是世間最至  
情、最熱愛生命的人啊  
！而我們是否也有這份  
對自己生命抉擇的堅持  
呢？

## 歌之泉湧

「叩！叩叩！」  
板聲劃破山寺的寂靜  
，師父們又開始了他們  
一天的生活，步出寮房  
，滿天的星光灑灑了我  
一身，到底是晝還是夜  
？我竟也分不清了！是  
星子們眷戀著昨夜，不  
肯離去吧？不然，為什  
麼還有幾顆離群留在連  
人間的屋簷上呢？  
● 鐘聲  
鐘聲從大殿悠揚地盪  
出，穿過山谷，傳向人  
間，我不禁想起了鐘聲  
偈：「願此鐘聲傳法界  
，鐵圍幽暗悉皆聞，聞  
聲清淨證圓通，一切眾  
生成正覺。」迷夢中的  
眾生，可曾聽到這召集  
有緣人的鐘聲？站在台  
階，回望大殿，那光影  
低眉俯視的佛菩薩，心  
鏡頓時清亮起來。此時  
師父們已著衣上殿，我  
也趕緊隨後，鐘聲已歇  
，鼓聲方起，一聲綿密  
，把我帶到另一個悠遠、  
脈山巒，看青山多嫵媚

# 人生的光明面與黑暗面

(上承第二版)



我不相信會更好。」當別人批評我們時，我們常有的反應就是不高興。為什麼？只因你說你的意見，我說我的意見，然後你堅持你的意見，所以我就不高興。不高興的結果就是以後不跟你說話，你惹我不高興。請問不高興是怎麼來的？由外來還是由內出現？是因外緣和合的，還是你內心排斥，不能接受這類的聲音語言，一當這些聲音出現時，我先防衛對立樹敵起來，因此情緒先出現，試問：我有沒有足夠冷靜自重的信心，然後再來取捨我的下一個動作。

## 二、覺醒的動力

人到底有多少潛能，可不可以測量？唯有去探索看看，去經驗自己的安定力究竟有多少。



如果我們面對挫折的時候，能換個心境，便是開始敲擊內在世界的時候。所謂「山窮水盡疑無路，柳暗花明又一村」，愈是憤怒、挫折、衝突，也正是我們可以覺察、認識自己的時候。這種先冷靜下來，把自己的情況看清楚的過程，我把它叫做「衝破黑暗的覺醒動力」。分四段來說：

### (一) 接受黑暗

要從黑暗中走出來，不是點亮蠟燭就可以解決的，首要之務在接受黑暗。有一次在香光寺圖書館晚自修，突然停電，有位師父他事後的報告說：他當時想下樓找蠟燭，才起身就碰到桌子，撞了腳，的確好痛，寸步難行。她

突然發現：「奇怪，這個自修室我本來很熟悉的，怎麼一暗下來，我就跌跌撞撞的？」於是她定下心來，接受黑暗。原本只要一分鐘的路程，在黑暗中竟走了半小時，然後平穩地通過黑暗走向目的。我們在人生過程中要處理憤怒、不安，以及頹喪、絕望的感受時，就必須先接受這些事實和感受，這就是勇氣與信心。

在紡織界中頗具規模的某大紡織廠，目前的董事長是前任董事長第三任夫人，而之所以能勝任這新的職位，背後有個很感人的故事。這位夫人年輕時，家裡發生變故，不得不在外面工作，因此認識了某大紡織廠前任董事長。我們可以猜到，她出嫁後應該可以過著錦衣玉食舒適的日子，可是她卻從工廠的女作業員開始學起，漸漸進入公司設計和管理的部門。一般人想董事長夫人的架子必然大，但是她的勤奮、謙虛令人感動。公司新建廠時，她親自到工地整理菜園、垃圾，忙上忙下，沒有人知道她是誰，直到有一天，有個主管問她，才知道是董事長夫人，致使全體員工都知道董事長夫人是怎樣的一個人，大家都接受她，她不僅坦然接受事實，更積極參與員工的工作行列，這才叫「真接受」。

### (二) 創造紀律

第二個走出黑暗的動力，我認為就是創造紀律，這就是佛家所謂的「持戒」。創造紀律是要從你毫無紀律的環境中創造出紀律的尊嚴。記得在果禪師的高閣寺規約中，他提到「法法本無法，無法法亦法，今付無法時，法何曾法」這些法與無法就是，我們體認戒律、紀律的尊嚴性。我認識一位女士大約只有二十幾

歲，第一次看到她時，對於她從事理容行業，與我同行的朋友問她：「妳年紀那麼輕，前途應該不差，為什麼要做這種行業？」我猜這位朋友一定拂不去我們走在街上常看見那大看板的男士理容中心，外面霓虹閃爍加上罩著很深色的玻璃門窗，內中的疑惑。她很平靜地回答道：「我做這行業有何不妥？」她為使我們有正確的認識和尊重的態度，因此帶我們參觀她的理容中心。

她的理容中心內部隔成一小間一小間的，有男士理容、媽媽理容、小孩理容。她說，如果發現員工有非正式的職業行為時，她會以志趣不投馬上請她走路。她自己來自淳樸的鄉間，家裡父母需要她孝養，她認為員工也都有家，也是人家的兒女，需要照顧父母，所以這位女士將她對血親眷屬的慈悲，擴散普及到工作眷屬的身上，因此她付給高薪水，提供進修，目前她的工作伙伴已有六、七十位。她的年齡不到三十，她的尊嚴由哪裡來呢？是她自己創造出來的！理容中心可以不營色情，業績照樣蒸蒸日上，這就是自己創造紀律尊嚴，走出了黑暗。

### (三) 善用自家珍寶

第三個走出黑暗的動力，就是善用內在豐富的潛藏。最近我們在高雄紫竹林精舍的建築，有一個兒童圖書館的設計，邀請了對兒童教育有專研的人一同來參與設計工作。其中有人提供許多美國兒童圖書館的圖片給大家看，他的觀念是：美國兒童圖書館大部份都是用人家不用的車庫、火車頭或空房子改造出來的，但為什麼他們的圖書館做得那麼好呢？是因為設計的人員有兒童教育的基礎，他們知道小孩子的需要和活動特色。他們利用人家廢棄的破船、破樹幹，重新刷上油漆，裡面放著有顏色的海綿，人家不要的樓梯也拿來應用，把這個經過改造的圖書館變成新鮮有趣的環境，小孩子在裡面爬上爬下，摸摸東西。他們故意把東西藏在樓梯的櫃子裡，小孩喜歡挖尋東西，讓小孩出奇不意地找到，滿足了追尋的好奇心。小孩又喜

歡聽聲音，有棵樹裡面住著一隻啄木鳥，牠會定時跑出來說：「小朋友！歡迎你來圖書館。你看這些書沒有？我問你，你該感謝誰啊？你的爸爸、媽媽，或者你的老師？……」像這樣親切體貼的話，是由動物嘴裡說出來，沒有說教的意味，讓小孩覺得有趣：「小鳥會問我問題。」像這樣化腐朽為神奇的环境，依然能做出好的幼教工作，因為在我們無限的心靈中，精神的潛能必須自己去開發。

我們不用擔心設備不夠，我們要擔心的是我們的心靈是否豐富，否則縱有再大再好的文藝設備，沒有文藝基礎，沒有愛心，只是個空殼子，所以我們要不斷的開拓豐富的心靈，不好的環境反倒不是重要的問題。

### (四) 自我的安定力

第四個走出黑暗的動力是祈願自我的安定力。我們對於山高水深都喜歡去探尋推測，但對於自己卻很了解，人到底有多少潛能，可不可以測量？唯有去探索看看，去經驗自我的安定力究竟有多少。我們認識愛迪生是個發明大王，每次他做實驗工作前都要靜坐。有一次他的工廠著火了，他趕到現場，看到火勢很旺盛，能控制的情況叫他太大吃驚，這火勢燒起來，景象多麼壯觀，面對災害的這種挫折，他竟然有欣賞的心境，那麼反問我們自己：當我們面對意外時，我們的安定力有多少？我們解決的能力、欣賞的能力有多少？要內在的潛能，用探索好奇的心情去歷練一下，到底我的潛能有多大？我有多少能耐去面對挫折？有時覺得別人為什麼不好好與我合作，為什麼不聽我的話？這人為什麼這麼頑皮？我想與他溝通，為什麼他不肯？我講得很賣力，為何他不聽？對方不煩，我先煩了！這一切都是考驗我們、試驗我們內在的潛能。因此，我認為要從黑暗走到光明，是人具足的潛能，每個人心中都有佛性，只要先定下心来，念幾聲佛，懂得掃去心中的陰霾，無論受多大的挫折，陽光永遠在你心中！

## 三、展望光明的人生

創造，必須以很豐富的心靈，才能把貧乏、枯燥、不如意……等變成一個極美的插花景象。



走出黑暗，邁向光明，一個活潑精彩，活得快樂的人是怎樣的？我嘗試描繪三個藍圖：

### (一) 豐富的心靈

每個人都有心、有感受，只是要問我們的心夠不夠豐富，我們的眼光夠不夠透徹，能不能看得廣，看得深？

有這樣的一個故事：有位禪師，他的寺院前種了許多菊花，菊花開得很茂盛，他就叫徒弟摘一朵最美最盛開的菊花送去，也就由徒弟東挑西選地摘了一朵最大最盛開的菊花送去，也就由於最盛開，因此他一邊走，花癩一邊掉，等他到另一位禪師的寺院時，花癩幾乎快落光了。這個小徒弟心裡很不安，進也不是退也不是，最後還是呈上那支殘缺不全的花，并稟白師父囑咐這花的意思。禪師很高興地進去，拿出另一位禪師送的名貴花瓶，將這枝菊花珍貴地插在花瓶裡，這是怎樣的心情呢？這個弟子只看到一朵盛開的花相而已。但禪師感受的卻是豐富的心靈，所以他能夠處理、回應得很豐富。那時候當我們面對自己的人生，已有的長相、身材、環境……，常會埋怨父母怎麼把自己生得這麼矮，這麼黑，為什麼不生個大眼睛、雙眼皮、高鼻子？然後又想自己怎麼會去考那所學校，那學校怎麼都不好……對於既有的，我們反而不會發現它豐富的內涵。我們看不到父母養育我們時那份喜悅、那份辛苦，也看不到學校工作人員的辛勞。同樣地，對於我們周圍的人、事、物，說抱怨的時候多，欣然感謝的少；我們非但不曾為改善而盡一分心，甚至以將自己已有的努力一筆勾銷。

### (二) 悲憫的包容

我認為活得光明的人是具有無限悲憫的包容力，包容自己，也包容別人。沒有人天生要活在一個烏煙瘴氣的世界，也沒有人可以要求這個世界應該布施我什麼，而是要問我可以給這世界什麼；一個生命如果不會有過承擔，是不可能孕育出悲憫的襟懷，活得光明自在的。話說有一個眼瞶失明的小女孩，從小父母雙亡，她連小學都沒能讀完。一天，她到寺裡跟師父說，她存了一筆錢，準備在她家屋角多裝一盞路燈。師父問她：「你的眼睛瞎了，並不需要燈，何必浪費這筆錢？」她說因為她家前面是馬路，晚上有不少人經過，如果太暗的話，行人會很不方便。我們聽了這則故事，對這樣一個具有如此悲憫心的人，真覺得就是菩薩化身啊！菩薩就是先從悲憫體諒別人的需要開始，凡是能夠先考慮別人需要的人，我們都可以稱他是菩薩。由此更肯定一個人若能對自己的不幸坦然承擔，進而能夠布施關懷，那就是能夠走出光明人生的菩薩所具有的特懷。

### (三) 自我生命的肯定

我們活在當下，但卻很少人說：我活得很好。我能不能每天對自己說：我要好好地活！昨天的不愉快不要延續到今天，那麼就必須珍視當下。更確切的說想要好好活，首先要學習不要放大鏡來看自己所遭遇的挫折和障礙。昨天和先生吵了一架，不需要

把它放大，它只是生命的一個小插曲。媳婦不怎麼聽話，兒子不容易溝通，這固然是生活的一部分現象，却不是生命的全部干擾。當我們希望過著自由自在的生命時，先放下「唯我獨尊」，從無我的真理看生命的範疇，它是因緣條件的幻現，憤怒、煩惱、困擾是現象，是彼此可以調整的。佛說：「世間無常，國土危脆」，唯其無常，時代的腳步是變化不居的，尤其這個接近廿一世紀的今天，我們接受的挑戰，比其他任何時代更為加劇，這是一個多元化、資訊化、科技化、價值化的時代，政治的、經濟的、文化的、宗教的、社會的不平衡及不應該充斥於耳聞，我們能否有足夠的自信心，肯定的說：「這就是最好的時代，肯定是可以活得很好的人生！」其是與否就取決於我們對自己的生命能否肯定，真正的自覺，是徹頭徹尾的覺醒，徹底的了解世間由我自己決定，不是控制在別人手中，生命是積極的。世間的了解是承認現實的世界仍存在著許多客觀情況局限、障礙，是因緣的、無常的、可改變的。只要不斷地期許自己：我要活得很好！那麼儘管你是一個小職員，也會是個神奇的職員；若是個媽媽，就會是個神奇的媽媽；若是個主管，就會是個創造快樂的主管。不必等別人來對自己微笑，我可以主動對別人微笑，我可以主動化解干戈紛歧，這就叫活出生命理念。因為我們可以決定自己要活出一個廣結善緣、和諧自在的人，那麼就先讓我們無我地活！

## 期許與實踐

人生的照搬變遷不是短短一小時可以說得盡的，今天在這裡，自備只是以很淺白、很簡單的一點經驗，提供給大家，和大家一起來探索生命，希望我們都能更清楚；不管是光明面或是黑暗面都是存在而實有的，唯有更加尊重自己的生命，用愉快的心情去體驗、去接納生命；用達觀的態度去扭轉黑暗；具體的行動在不同的工作崗位、生活領域中，任運地活得更美好！謝謝大家。