

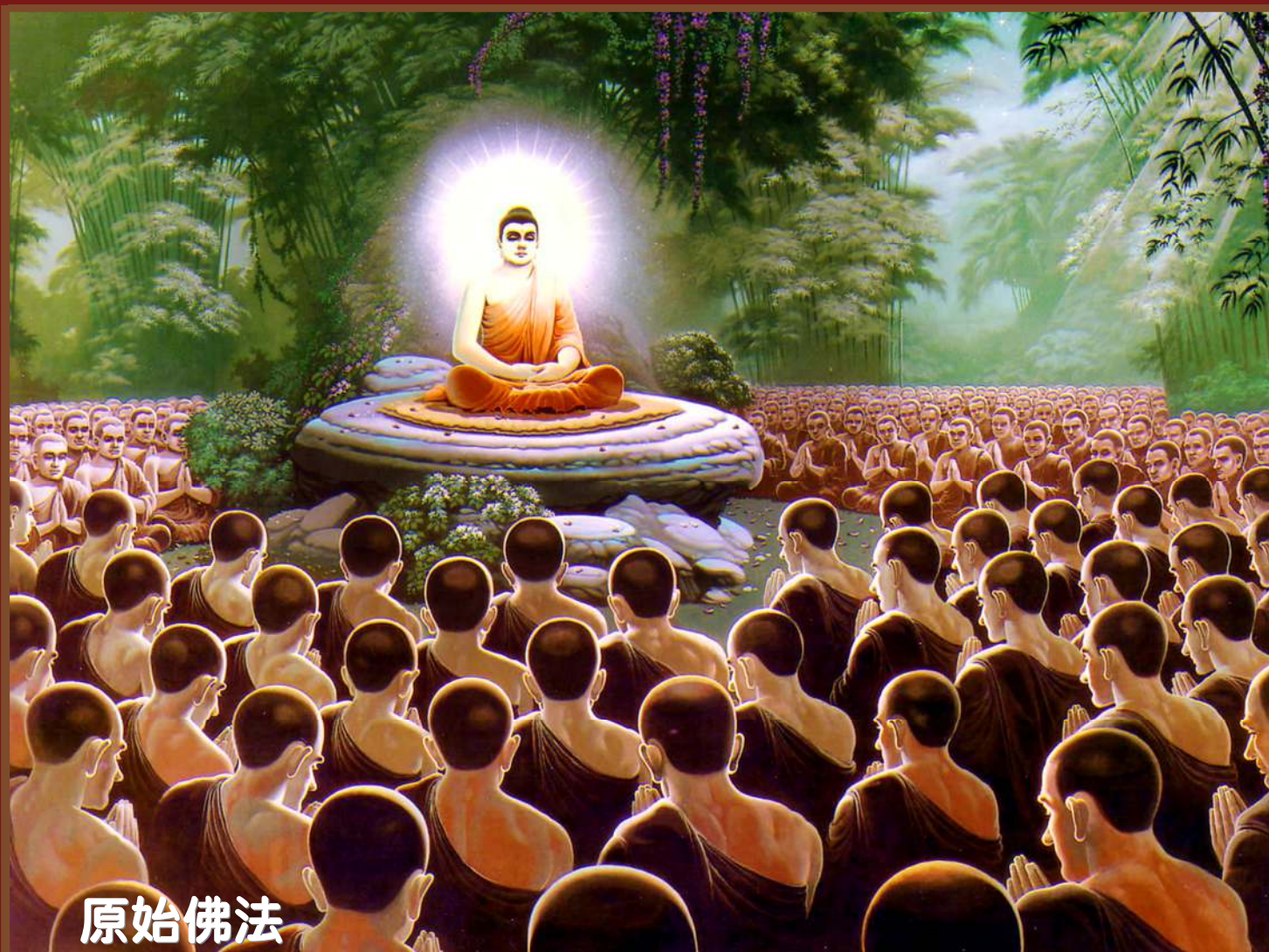


原始佛教會 Saddhammadīpa
ORIGINAL BUDDHISM SOCIETY

正法之光

佛陀正覺後 2446 年
2014 年 2、3 月合刊

第 **38** 期



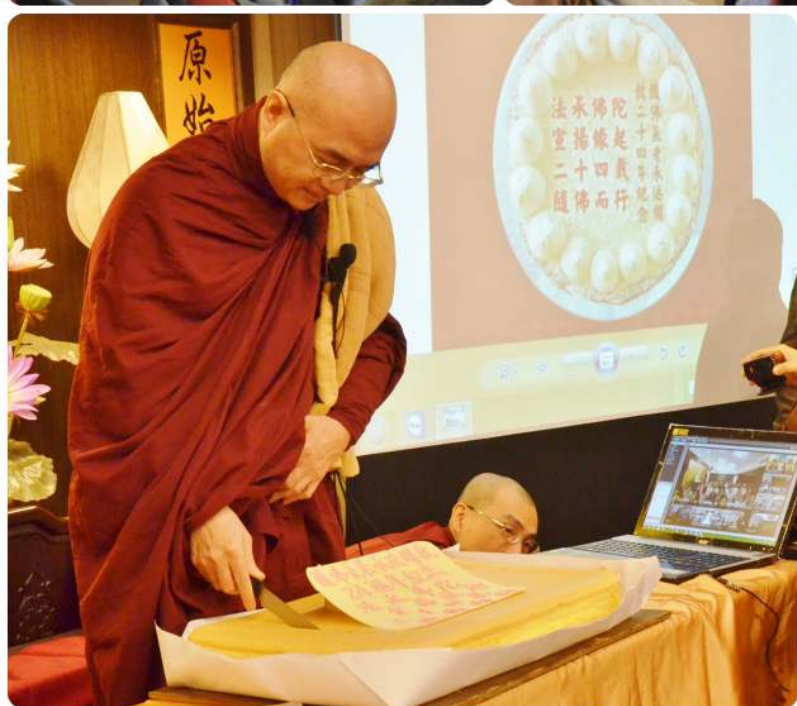
原始佛法
人間佛教

十二因緣真實義重現人間

- 佛陀正覺之光，見法度苦之門，歷二千二百餘年的誤解與隱沒
隨佛長老暨中道僧團續傳法脈，在華人世界重現光輝傳法興教
- 甲午入新紀 因緣傳化二十四載；正法已流佈 烏拉港禪林新開



法承佛陀 宣揚緣起 二十四載 隨佛而行



不太一樣的「大澈大悟」佛法課

2月19日課程中場休息，在一百多位法友歡欣熱烈的掌聲中，同慶隨佛長老宣說緣起法邁入第25年，並由法霖居士代表獻上感恩的捧花。



歡慶 隨佛長老傳法化世二十四載



上組圖：為了紀念隨佛長老承法開教二十四載，特將台北禪院的周日共修，改在台北內覺禪林舉行。

下組圖：午齋時，法友們共享素食火鍋，以紀念這個特別的日子。



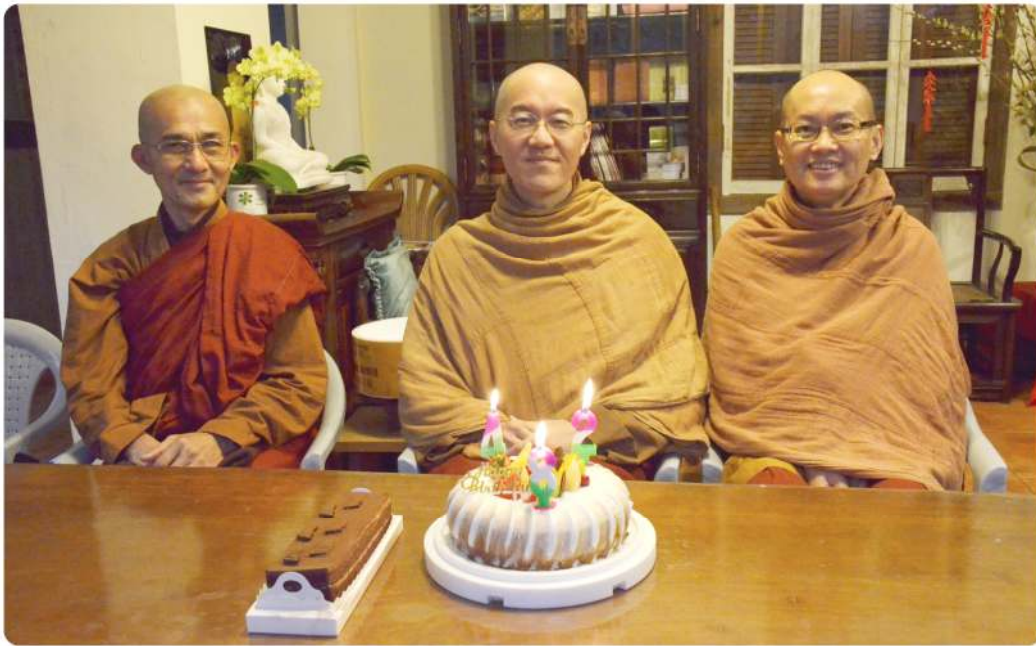


祝賀三位尊者在正法中重生 週年慶



2006 年元宵日，明至尊者堅定的抉擇，做出一般人難以做出的決定一向 隨佛長老請求依止出家。

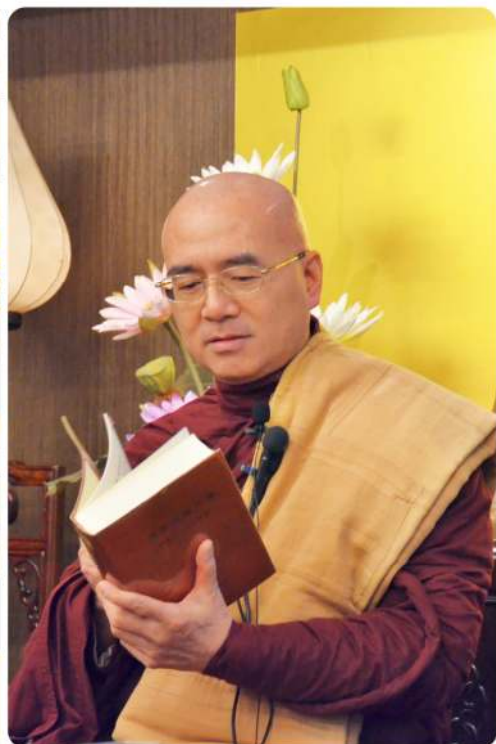
2014 年 2 月 14 日適逢元宵佳節，禪林的護法們買了兩個蛋糕慶祝明至尊者出家 8 週年、度明尊者出家 4 週年、生覺尊者出家 2 週年慶。



《相應菩提道次第》在各地廣為宣說



中道僧團導師 隨佛長老引領、說明，生覺尊者授課，中儼尊者、生觀尊尼助教，其他僧眾列席支持。
課程內容，依據 隨佛長老編著《相應菩提道次第》的第二篇《菩提道次第》的經說為法本。



台北禪院二週年法慶



原始佛教教團宗旨：

本會以回歸 釋迦佛陀教導之原始教法，確立奉守「原始佛法與戒律」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。



創刊於 2010 年 7 月 5 日

導師：隨佛尊者

發行：原始佛教會

發行人：Ven. Bhikkhu Aticca

第 38 期

- 一、我們不否認在此方、他方，過去、現在、未來有若一、若二甚或百、千、萬、億佛；但是為避免無謂的臆測與爭論、遠離偽說的揉雜，我們回歸歷史上的 釋迦佛陀為我們的根本大師。
- 二、我們承認在歷史的遞嬗中，佛教有各宗各派的教說；但是我們奉持由大迦葉所號召，經過五百位修行成就者—阿羅漢所認可的第一次結集之聖典作為修行的依據。雖然這可能沒有將 佛陀一生說法全然收集，但是作為顯明正法及修證菩提所需，必(已)然足夠。
- 三、經過兩千四百多年的傳承， 佛陀原始教法已然新舊交雜、真偽難分；我們以近 200 年來佛教學界的考據為依據，確認雜阿含經與南傳相應部當中古老修多羅的共說，去除後世之增新與部派教義之混雜融涉部分，還原第一次聖典結集之原貌。
- 四、我們尊重任何端正信仰之教派；但是我們以奉行 佛陀真實教法之僧團為現前的依止。
- 五、我們尊重任何不違反法律與善良風俗的教說與信仰；我們謹守政教分離之原則，不參與任何政黨與政治活動。我們確認緣生法無從比較出絕對的勝劣平等，男女二眾皆能成就無上菩提，是應恪守分責分權之分際。

隨佛而行 四聖諦佛教— 佛陀的佛教 原始的佛教 人間的佛教 8

善知識語

中華四聖諦佛教會 10

關於斷無明次第的諸多爭論 11

聲聞聖弟子的弘法利他精神 17

托鉢遊化到淡水 18

寓言啟示 19

謹言慎行的重要 20

無明則於五蘊生樂著、讚嘆、取著 21

五陰是無常？涅槃是不壞法？ 24

(二) 部派經說傳誦的演變— 9 十二因緣真實義重現人間 26

馬來西亞、台灣、澳洲聯合報導 50

新春禮佛暨剃度新僧典禮 67

隨佛長老開示—什麼是出家的生活 70

成慧法師開示—平實地踏上生命中選擇的路 71

成睿法師開示—做好準備改變自己 72

齊聚法談喜迎春 佛子賦歸念師恩 73

隨佛長老開示—佛陀說：我這裡有平安，沒有危險。 74

圍爐法談

慧燈傳世

大年初三智慧開年側記 76

隨佛長老承法開教二十四年紀念 78

隨佛長老承法開教二十四年紀念側記 79

隨佛長老承法開教二十四年紀念花絮 81

週年法慶

台北禪院二週年慶暨一日宣法紀實 84

台北禪院二週年慶暨一日宣法側記 88

台北禪院二週年慶感謝詞與法友感言 90

法友感言

法友感言 96

五陰世間

五陰世間 122

梅花映月

改變世界的金鑰匙 125

禪林通告

2014 年春季禪林通告 128

傳法法訊

宣法行程公告 132

近期活動海報：

◎菩提道次第：p.129

◎衛塞節法慶：p.130

◎2014 年雨安居：p.131

◎法傳中華-興國禪寺、福興寺十日禪：p.132

◎都會學院 初級班：p.132

◎南洋商報-光明的智慧面對人生與困境：p.132

◎美國-正覺人生的落實與體現：133

◎中華四聖諦佛教會成立：封底



四聖諦佛教

佛陀的佛教 原始的佛教 人間的佛教

佛陀弟子僧 隨佛 著

甚麼是四聖諦佛教？**四聖諦佛教是 佛陀的佛教，也正是原始佛教。**

釋迦佛陀在鹿野苑初次宣說「四聖諦三轉、十二行」的菩提道次第，度五比丘正向正覺、解脫，確立了佛陀、四聖諦教法、聲聞僧團（三寶）的佛教傳承。自此廣開法教歷時四十五年，法雨遍澤恆河兩岸，而後入滅於拘尸那羅。佛滅當年，僧團舉行「第一次經律結集」集成 佛陀一代的聖教，共有『因緣』、『食』、『聖諦』、『界』、『五陰』、『六處』、『道品』等七事相應教及解脫律。此一 世尊住世傳法、入滅與結集的正法律時期，佛法、聖律、解脫僧團具足而無分歧的時代，史稱「原始佛教時代」。

原始佛教時代的佛法傳承，在佛滅後漸有增新，歷時百年後舉行「第二次經律結集」，將古說與增新傳誦予以重新的共集、整編，成為《相應阿含》、《中阿含》、《長阿含》、《增一阿含》等四部聖典。此一時期的佛教各方僧團，在佛法、聖律、解脫僧團上還能維持和諧、無分，各方僧團共

集的四部聖典成為後世佛教各派的共傳，史稱「根本佛教時代」。

佛滅 116 年後，佛教僧團為了「五事異法」的紛爭，西方優禪尼僧團舉行「經律論等三藏」的自派結集，僧團分裂為阿難系多聞僧團及優波離系分別說部僧團（自稱上座部）、大眾部僧團。自此以後，佛教僧團又歷經三百多年的輾轉分裂，分為二十餘部派之多。此一時期，各方僧團在四部聖典之外，各有自部的《論藏》與增新經說，分歧對立而無法團結，史稱「部派佛教時代」。

往後，印度佛教又多有新的發展，再傳出「大乘菩薩道」與「秘密菩薩道」，最後在公元十三世紀初，印度佛教滅於信仰回教的蒙古人。部派佛教之後的各時期傳承，輾轉傳於印度之外，各自發展成現今的南傳佛教、漢傳菩薩道與藏傳菩薩道。

自部派佛教以後，各方僧團隨從自派宗師的見解、思想，分別提出自派的論典，表面上學習經說，實際上是附從宗師之見地。因此，承自 佛陀



親傳的經說及律戒，在後世成為經、律、論三藏，更有甚者是「弘論而不依經」，只知有論卻不依經義。佛教學派的稱謂，在部派佛教以後，世人多是採用創派宗師名號、見地思想的重要主張、學派發展地區作為學派的名稱。譬如：分別說部、飲光部、法藏部、大眾部、說一切有部，或是南傳、北傳等。另在現今佛教史學界的作法，則是採取佛教發展的時期作為劃分的依據，分為原始佛教、根本佛教、部派佛教、大乘菩薩道、秘密菩薩道。

然而，佛陀教法的正名，除了泛稱為「佛教」以外，不論是用發展時代的區分法稱為原始佛教、根本佛教、部派佛教……，或是依據宗師教義與地區的稱為分別說部、飲光部、法藏部及南傳、北傳，畢竟都只是代表時代性的佛教、宗師的佛教或地區性的佛教，如果作為佛教的正名來說，還是有所不宜。

傳承與宣揚原始佛教的中道僧團，認為佛陀住世時期的教法，統貫與修證次第在「四聖諦三轉、十二行」，此可稱為 釋迦佛陀一代之聖教。此外，「四聖諦三轉、十二行」既是 佛陀親傳的聖教宗本，也是最為古老與純正的原始佛教。在佛教分裂後各派傳承的教法中，只有「四聖諦」是各宗派共同承認而未有否定的教法。

因此，中道僧團與原始佛教會主張：**佛教是大家家庭，是佛教各派共合的佛教；四聖諦佛教是佛陀親傳的佛教，也是最為古老可信的原始佛**

教，更是「依經、依律」之各傳承學人共同承認的佛教；出自不同時期、不同地區、不同學團與不同需要的部派宗門，則是眾生的佛教。

中道僧團與原始佛教會僧俗全體，至誠的為釋迦佛陀親傳的佛教，依據 釋迦佛陀親說教法的宗本——四聖諦三轉、十二行，尊崇正名為「四聖諦佛教」。此謂：依說法者立名則稱為「佛教（正覺者的教導）」，依教法內涵正名則稱為「四聖諦佛教」，依傳承的時期立名即是「原始佛教」。

佛法與僧團是為了利益世人，幫助社會與國家，有益於世界，如要達成此一大利，和諧、團結、合作是必要的作法，而唯有共同的主張、立場及目標，才能將大家和諧的團結起來。

中道僧團與原始佛教會僧俗全體，今籌設、創立「四聖諦佛教會」，願以「四聖諦佛教」為名、為宗本，至誠懇切的與「依經、依律」的南傳佛教學人，還有不反對「四聖諦」的北傳佛教各傳承學人，和諧、團結、合作的利澤世人，共同為社會、國家與佛教的興隆，盡心盡力。

自今而後，中道僧團、原始佛教會、四聖諦佛教會當盡心的興隆原始佛教，支持、團結仰信四聖諦的各方學人，誠心的與佛教各傳承團結、合作。歡迎各方學人能不違背 釋迦佛陀教導的「四聖諦」中，存異求同、彼此尊重的和諧、團結、合作，共同為世間的福祉而努力。



中華四聖諦佛教會

創會緣起：

中道僧團與原始佛教會僧俗全體，為了社會、國家與佛教的團結與興隆，避免不必要的分歧與對立，現今致力在釋迦佛陀的教法之下，存異求同的以「四聖諦」為名、為宗本，發起創立「四聖諦佛教會」。

釋迦佛陀的教說傳承，依說法者立名泛稱為「佛教（正覺者的教導）」，依教法內涵正名可稱為「四聖諦佛教」，依傳承的時代立名即是「原始佛教」。原始佛教會願在「四聖諦佛教」的平臺上，誠心與「依經、依律」的南傳佛教學人，還有不反對「四聖諦」的北傳佛教各傳承學人，和諧、團結、合作的為世間的福祉而努力。

章程草案

第一章 總則

第一條：中華四聖諦佛教會（以下簡稱本會），英文為 Buddhism Society of Four Noble Truths in Taiwan，簡稱 B.S.F.N.T.。

第二條：本會為依法設立、非以營利為目的之宗教社會團體。本會以回歸釋迦佛陀教導之原始佛教，確立奉守「四聖諦與律戒」之僧團，團結「尊僧和俗、性別平權、政教分離」之四聖諦佛教（包括原始佛教、南傳銅鑼部佛教）為宗旨。

第三條：本會之信仰依據，是歷史性的人間釋迦牟尼佛陀，思想之依據以佛教最古老的經說傳誦為主，此為漢譯《相應阿含》與南傳巴利《相應部》中『因緣相應』、『聖諦相應』、『食相應』、『界相應』、『陰（蘊）相應』、『六處相應』與『道品誦』等七事修多羅之共說為傳法核心，兼及漢譯四部阿含、巴利五部尼柯耶當中確當不違背七事修多羅等諸相應教者，律規之依

據主要是以南傳巴利《銅鑼律》為主。

第四條：本會以全國行政區域為組織區域。

第五條：本會會址設於主管機關所在地區，並得報經主管機關核准設分支機構。前項分支機構組織簡則由理事會擬訂，報請主管機關核准後行之。會址及分支機構之地址於設置及變更時，應函報主管機關核備。

第六條：本會之任務，主要有六項：

- 一、舉辦有關印度佛教史地及原始佛法之研習課程、講座、學術研討會，宣揚、傳續「第一次結集」的「原始佛教」與相應「四聖諦」的經說教法。
- 二、依據「原始佛教」之「十二因緣」、「四聖諦三轉、十二行」，舉辦禪修課程、出家體驗生活營，宣揚、推展、實踐釋迦牟尼佛教導之「菩提道次第」、「中道禪法」、「生命成長及心靈療癒」。
- 三、促進「四聖諦佛教僧團（包含原始佛教僧團、南傳銅鑼部佛教僧團）」之傳承，得以確立、穩固於世界。
- 四、推展、建立「四聖諦佛教（包括原始佛教、南傳佛教）」之教學交流中心。
- 五、推動世界各地尊崇四聖諦之教團的交流及團結。
- 六、以「四聖諦」為核心，宣揚、落實世間、出世間通達無礙的「人間佛教」。
- 七、參與、推動有益於社會大眾之各種公益活動。

已經內政部同意准予籌組：

經內政部 103 年 3 月 4 日台內團字第 1030106773 號函，准予籌組中華四聖諦佛教會。



關於斷無明次第的諸多爭論

隨佛比丘 著

自 2008 年個人著作的《相應菩提道次第》出版以來，由於個人針對漢譯《相應阿含》、南傳《相應部》的比較與部派佛教各派三藏、史獻的探究，提出古老經法原說在修證道次第的傳誦，應當是「先如實見因緣法而得明、斷無明，最後斷貪愛、解脫」，釐清了「十結」是出自分別說部《舍利弗阿毘曇》的學派論義，不是《相應阿含》與《相應部》的古老經法共傳。南傳《相應部》的「十結」傳誦，是分別說部《舍利弗阿毘曇》的論義，揉雜入部派的經說傳誦當中，是屬部派的「論義經誦」，不是真正的經說傳誦。

個人指出「無明最後斷」是不可信的部派論義，絕非出自佛說，是引證大量的三藏資料與史獻的考證後，確定的結論，絕非簡單的引據某幾篇部派傳誦的經文，即輕率的遽下評斷。雖然如此，提出「無明最

先斷，最後斷貪愛」的澄清說明，還是引起現今佛教界的爭議，特別是許多南傳學人針對個人說明提起強烈的抨擊與攻訐。

佛教的傳統，針對佛法的態度原本即是可以討論或辨解，目的是增上學法的品質與深度，絕不是藉由論爭、批判、攻擊來排斥不同意見的學人，更不是藉著爭勝負、搏輸贏，作為確立個人見解、爭取信眾信崇、供養的手段。

任何的討論或辨解，必需忠實於實際的事實，不是為了個人的信仰、見解、情感與利益提供服務。說法有實據，論說有度，諍議有節，對應有品，相待有禮，自處有律，待他有慈，遵守這樣的準則，才能讓論議的過程，朝向事實的真相，並且呈現出有內涵、有水準、有品德的層次，更能實際有益於任何參與見聞的大眾。這可謂：君子之爭，



言必有據，心懷仁德，行乎節義，不失於道也！

某些南傳學人好批判、喜攻訐的個性及作風，不論是攻訐大乘菩薩道、藏傳密宗，乃至排斥原始佛教，或針對任何人的身身攻訐，個人一向是不以為然。這種作風與性格，除了引起無謂的情緒對立，自顯其量小之外，還會有何益處？

自從南傳部派分別傳入海峽兩岸的華人社會以來，許多南傳部派的居家信士，原是出自護法衛教的無私心理，但作的卻是種種過度批判、不當攻訐、情緒排斥，還有只知維護南傳部派的許多無實無據的宣傳言論。孰不知這些過度熱切、言行不當的做法，是讓南傳學人招致社會的反感，更讓南傳僧人更難生存在華人宗教社群。簡單說，只是幫倒忙，增加無謂的障礙。除了突顯自己，實無任何的益處。平實而論，自認作的是護法衛教的神聖作為，也不過是自我感覺良好而已！

但是個人還是能體諒這類學人的心境，尊重其信仰。然而，不肯紮實的下功夫探究各派三藏、史獻，只知針對不同見解採取過度情緒性的批判、排斥，偏頗不當的攻訐，畢竟是不良的示範。特別是急於爭輸贏的心態，更是個人心理人格的偏差表現，焦慮、不滿、憤怒、嫉妒，或情緒性攻訐、排斥，應當是出自爭取自我認同、成就、需求的作法。如此，實際是不適宜學法、論法與宣法。

1. 「十結」不是部派經法共說

關於斷無明的修證次第，在探究之前，法友們要先老實的面對，南傳巴利《相應部》的「十結」傳誦，在漢譯《相應阿含》當中是無有的傳誦。《相應阿含》是出自說一切有部的傳誦，說一切有部的肇始者是迦旃延尼子，原是傳經之阿難系師承的僧人。佛滅後約 250 年，迦旃延尼子受了優波離師承之分別說部自部傳誦的《舍利弗阿毘曇論》影響，接受不合經說的「十結」論義，寫出《發智論》，因而造成重

經之阿難系僧團的分裂，分裂為原本重經的雪山部與迦旃延尼子的說一切有部。因此，在分別說部系的經說中，揉雜了《舍利弗阿毘曇論》的「十結」論義，而說一切有部的傳誦也受影響，融攝了部份說法，造成現今說一切有部傳誦的《相應阿含》，當中有「五下分結」的語詞，但完全無有「五上分結」的說法，也無有《舍利弗阿毘曇論》或《發智論》當中的「十結」傳誦。

《相應阿含》當中部義融攝不全的原因，是因為在佛滅後約 250 年時代，阿難系僧團的經說傳誦已經發展成熟，大大不同於佛滅後 116 年的時代，當時僧團的傳誦還多是在口耳傳誦的階段，所以當時的分別說部有機會大幅度的改造經說的傳誦。

《相應部》與《相應阿含》之間的傳誦差異，還有《相應部》與《相應阿含》內在古新傳誦之間的矛盾，這些事實必需務實的面對，不能自說自話的自我合理解釋。南傳學人不能無限上綱的推崇巴利語傳誦是出自 佛陀的真傳，主張《相應阿含》漏失或遺忘許多說法，或無由的批評《相應阿含》不可信。學習佛法的可信方式，必需「依經依律」與依據各方史獻根據的考證虛實，不是自說自話，更不是只相信自身的經驗。

其次，不論是「無明先斷」，或是「無明最後斷」，大家都可討論。南傳巴利相應部的大聖道篇中，有「無明最後斷」的傳誦，也就是「十結」的說法。但是在漢譯《相應阿含》的『道品誦』當中，實際無有「無明最後斷」與「十結」的說法。

我們必須知道「南傳部派傳誦是最接近原始佛法的說法」，畢竟只是南傳巴利傳誦與大乘傳誦予以比較的結論而已！純粹是「取樣比較性質」的說法。目前漢譯大藏經中，保存的印度各部派傳誦，難道不是最接近原始佛法的說法？某些故意忽視南傳聖典發展史的部派門徒，不願老實面對巴利聖典經過幾次翻譯演變的事實，虛誑的宣傳 佛陀說巴利語，妄說巴利



聖典無有任何的改變，全然否定漢譯藏經當中保存的早期佛教各部派傳誦，這是說法據實且向十方負責的態度嗎？

這些記載在漢譯藏經中，出自印度部派佛教的各派傳誦，是出自印度本土的學派傳誦，在印度各派的眼中，錫蘭島銅鐸部只是後出於印度南方海外島嶼的小部派，還不算是甚麼重要的學派。這在公元前一世紀，北印世友論師著作的《十八部論》，介紹佛教各派的傳出歷史與說法中，完全未提錫蘭島的部派，即可得知印度教界的看法了。

當然南傳部派的傳誦，必定有著可貴的價值，這是無庸置疑。但是漠視漢譯藏經中各部派的傳誦，偏頗的仰信巴利傳誦即為佛法的一切，這是既不符實與毫無理性的衝動行徑，絕不是中肯探究佛法的學人應當採取的態度與立場，更無法具足探究古老傳誦內容的修學水平。

退一步來說，即使是偏信南傳部派，不願承認漢譯部派傳誦的價值，不願深入學習、探究漢譯部派傳誦的內涵，也絕不可以鼓吹他人不用學習漢譯部派傳誦，或是反對任何人探研、學習「南傳傳誦、漢譯部派傳誦的比對、考證」。因為這是矇人雙眼的的不當言行，是自高而欺人的作為，應當自感慚愧障負了世人！

2. 《相應部》教說次第的駁雜

在現有《相應部》與《相應阿含》的經說共同傳誦當中，充其量只有共同見到「無漏心解脫、慧解脫」的經文次第排比，也無明確的說到「無明最後斷」，更無有共同的宣說「無明最後斷」。「無漏心解脫、慧解脫」的經文次第，在《正法之光》第35期（p.37~p.43），已有清楚的經文考據，證明正確次第應當是「慧解脫、無漏心解脫」。《相應部》與《相應阿含》的經說共同傳誦當中，都有「斷貪欲是心解脫」、「心解脫得自證不受後有」、「心解脫、

阿羅漢」的眾多傳誦。

但是在南傳巴利《相應部》中，對於「斷貪欲」的解脫定義，既有『蘊相應』52經的「斷貪欲，心解脫」說法，又有『蘊相應』58經「斷貪欲，慧解脫」的義解，可見《相應部》的傳誦是自相駁雜、矛盾。《相應部》既說斷貪欲、心解脫、得身證，又說「最後斷無明」，又說斷貪欲是慧解脫，這難道不是傳誦雜亂、自相矛盾？

此外，分別說部系自相駁雜錯亂的傳誦，是無法確定真正的道次第。試問：「四聖諦之智」是「明」，或即是「正見」？「四聖諦之智」是先於「正見」，或是在「正定」之後？如果「四聖諦之智」是「明」，必是先於「正見」，如《相應部》『諦相應』18經、『道相應』1經、『根相應』52經的傳誦。如果「四聖諦之智」是「正見」，必定不可能在「正定」之後，如《相應部》『道相應』8,1經、『諦相應』1經、《中部》『大四十法經』的傳誦。兩種完全不同且彼此衝突的道次第，《相應部》都傳誦在內。由此可知，分別說部系自派部義傳誦的「十結」道次第，揉雜在自派的經說傳誦當中，是造成多大的自相矛盾！

3. 無明漸漸斷是學人自解的異說

如果要說無明最後斷，勢必要承認貪欲、瞋恚要先斷。那麼試問：如果無明未斷，要如何斷貪、瞋？

又《相應部》有說要先有正見，但是在因緣法不如實知的情況下，如何先有正見呢？當有了因緣法的如實知見，又說這還未徹底的明、斷無明。實際上這種說法根本無有任何經說的根據，只是依從「十結」的論點，認為「無明最後斷」罷了！

雖然認為「無明最後斷」，卻又必需承認「如實見因緣法」也是明，這才兩相圓融的自我合理解說，認為「見因緣法」是未徹底的明、斷無明，提出「無



明漸漸斷」的新解釋。然而，「無明漸漸斷」純粹只是學人的自我解說，完全是無有任何經說可以依據為證的說法。

切記！南傳巴利《相應部》的「十結」傳誦，在漢譯《相應阿含》是無有的傳誦，這一事實必需忠實的面對。由於一般南傳佛教國家的僧俗二眾，既不識中文，多數人也不知世上還有印度早期部派傳誦的相應教傳世。這些南傳佛教國家的學人，只知有巴利經典，也只能專讀巴利傳誦，佛法的知見偏侷於一派之說。信崇南傳部派之南亞各國學人的認知有限是情有可原，但是華人能讀中文的阿含聖典，卻將漢譯的印度早期各派聖典視如無物，只知信崇南傳的傳統，無上推崇南傳的傳誦，批評學習漢譯聖典的學人，這是持平的學法立場？是務實學法？

4. 為何無明已先斷，貪、瞋仍未斷？

貪欲、瞋恚的發生，是緣無明而起。若問：如無明已先斷，為何貪、瞋還未斷？這問題是許多信仰「十結」部義的學人，心存疑慮而無法接受的事。許多南傳學人再三質問：「若無明已先斷，而貪、瞋尚未斷盡，那麼貪、瞋豈不成為無因生？」

這個問題的釋疑，必需先要掃除兩點誤解：

一、現有身心活動的現起，是否必需繼續有因緣的滋養才能現起？二、現有身心活動的現起，是否可以導致緣生的因緣已斷，現前身心只是因緣減損的表現？

這兩點問題的解答，如 佛陀引用的斷樹根的譬喻來說。樹幹、枝、葉、花等，都是緣於樹根吸收水份與養料，才能滋養、生長。如果已斷了樹根，樹幹、枝、葉、花等，如何能夠存有呢？**在邏輯思考上，必定是會認為樹幹、枝、葉、花是依樹根存活，當樹根已斷時，樹幹、枝、葉、花等必定隨即皆死。然而在現實上，是樹根雖先已斷，但是樹幹、枝、葉、花等皆尚有存續的活動，只是逐漸枯萎凋落而永**

不續生。此時，是否要說斷失樹根而尚存的樹幹、枝、葉、花等，都是無因生？

另外，如電風扇需電能轉為磁能來推轉扇葉，當斷電之後，風扇是轉或不轉？**在邏輯思考上，必定是以為扇葉依電能推轉，當電已斷時，風扇應隨即停轉。然而在現實上，是電能雖已先斷，但是風扇猶尚續轉，只是逐漸緩滯而停轉不續。**此時，是否要說斷電而尚能轉動的風扇，也是無因生？

這一現實的認識，也可在生死問題上來說。五陰是緣於無明、貪欲、瞋恚而起，當已斷無明、貪欲、瞋恚的解脫者，是否當下即斷五陰？**在邏輯思考上，必定是會以為無明、貪欲、瞋恚已斷，五陰應隨即斷盡。然而在現實上，是無明、貪欲、瞋恚雖已斷盡，但是五陰猶尚活動餘勢，只是逐漸的減損而滅盡不再續起。如已斷無明、貪欲、瞋恚，通達解脫的 佛陀與諸阿羅漢，尚能在餘生說法利生，直至此生盡而不再有生，涅槃、寂滅。**此時，是否要說已斷無明、貪欲、瞋恚的解脫者，尚續存的五陰活動，也是無因生？

問題的核心知見，是在現有身心活動的現起，是有因緣繼續的滋養而生起？或是因緣已斷，現前只是日漸減損的餘勢表現？

在大正藏《相應阿含》39 經與南傳《相應部》『蘊相應』54 經，都有說到識與色、受、想、行的結生，是「喜貪潤澤，生長增廣」、「依貪喜而住，生長、增廣」。這是清楚得指出，**當有貪喜為因緣，五陰的結生是「生長、增廣」。**經中又說：「離貪已……不復生長增廣」、「斷貪者……無有識之所緣、依止」。這正是清楚得指出，**當已斷貪喜因緣後，五陰的結生是「不復生長、增廣」。**這一說法，在《相應阿含》551 經與南傳《相應部》『蘊相應』3,120 經，都有類似的經說傳誦。從經說當中，可以得知，**已斷無明、貪欲、瞋恚而通達解脫的 佛陀與諸阿羅漢，五陰尚有活動之餘勢。同**



此，當已得明、斷無明後，貪欲、瞋恚也是猶有活動之餘勢。

人類世界許多的錯誤行為與情愛痛苦，無不緣自錯誤的認識，當這些錯誤的認識已經斷除後，錯誤的行為與情愛痛苦，也不是隨即斷除無餘，在實際的現實上，是還要經歷一小段時間的折磨。這段時間中，絕不是錯誤的見解還在，是錯誤行為與情愛痛苦還有餘勢，這是「不復生長、增廣」的餘勢尚存。中國人俗話說：「百足之蟲，死而不僵」，說的不正是此意嗎？

如實知因緣法、明！如同暗夜行車，必需先開車燈；正見八正道！如開亮車燈即可看清楚道路；修八正道！如看清道路後即能在道路上安全行進；解脫！如抵達目的地。在黑夜中開車，一定是先開車燈，接著看清前面的車道後，才能啟動車子前進，不走岔路的前往，最後到達目的地，這才是世間的實態。

反之，世上豈能有不先開亮車燈，即能在暗夜中看清楚車道？世上豈能有在暗夜不開亮車燈，既能看清車道，又能在暗夜中安全、無誤的前往目的地？世上豈有在暗夜中行車，既不先開亮車燈，在道路前進時也不開燈，而是在抵達目的地時，車燈才亮起？

或者，世上是否有車燈先亮一點點，接著就能看清楚道路，隨即能安全前進，並且是在逐漸前進時，車燈隨之逐漸的亮，當抵達目的地後，車燈才徹底的全亮？

試問：在暗夜中行車，車燈亮起的有效作用，是在行車前與行進中，或是抵達目的地之後？

無論是無明最後斷，或是無明先斷一點，再漸漸斷盡，都是受到「十結」之部派義理的誤導，才會有有的偏差見解。這些部派說法，是完全漠視經說傳誦當中廣大經誦的共義，也無視部份傳誦與多數傳

誦兩相矛盾衝突的現實。許多人自行圓融的作解，或是引證幾篇實非僧團共傳的部派經誦，做為合理傳誦矛盾的根據。但是任何不依古老經法的共說，出自個人自行圓融作解的合理化解釋，無不是欠缺釐清部派傳誦偏失的能力與認識。

5. 中實的探究態度

某些南傳學人既自知南傳經誦只能代表部派的傳誦，不能等同部派之前的僧團古老傳誦，卻又在自身無法釐清古新傳誦的情況下，全然的依據部派的傳誦，否定對照不同部派傳誦與史獻的探究。試問：這是清醒，或是自相矛盾與迷糊呢？

當然對照不同部派的傳誦，比對佛教史獻的探究成果，不一定就是正確無誤。但是，比對經說史獻的作法，比起全然的依據單一部派的傳誦來說，難道不是更有機會釐清佛法的偏正？更有可信度？我們可以針對不同部派傳誦的對照考據，還有佛教史獻的比對、探究，提出有根有據的討論、質疑，或是再進一步的探究，這都是求真、求實的學法。然而，不問所以的全然依據南傳部派的傳誦，批判、反對、排斥採用比對各部派傳誦與考據史獻的探究成果，必定難免於迷茫、衝動且誤人誤己的下場。

某些南傳學人習慣自認是真理的裁判者，本身既不肯真心踏實的下功夫探究經獻，也提不出甚麼週全與深入的考證成果，只是依據寥寥數篇自己都分不清楚是古說或部義的傳誦，也無視這些傳誦與自派有著自相矛盾的現實問題，自顧盡其所能的針對願意耗費歲月探究不同部派傳誦與史獻的學人，情緒性的批判、罵街式的攻訐，恣意的進行人身攻擊。這不僅是犯法，也不合佛門律戒。難道這是南傳學人的風範？

某些言行不當的南傳門徒，既隨意的攻訐大乘，也是任意的批判願意根據經法史獻探究原始佛法的學人。當這些南傳門徒碰上大乘學人時，常會拿出《葛



拉瑪經》的內容，如「不要輕信傳統的說法，不要輕信典籍的說法，不要輕信權威的說法，不要輕信師長的說法」，做為指正大乘學人的根據。但是這些南傳門徒面對探究佛陀原說的學人時，卻是自相矛盾的強調，雖然南傳經誦只能代表部派的傳誦，不全是原始的傳誦，可是南傳傳誦是最接近原始佛法的說法，並且不斷的強調，必需全然接受巴利聖典的指導，信受南傳的傳統。此時，《葛拉瑪經》的教誨，在這些南傳門徒的心中，是放在哪裏？

這些南傳門徒在宣傳佛法嗎？他們在幫助人們學習正法嗎？他們在度越內在煩惱嗎？或者，這些南傳門徒只是在維護自己的自尊、情感及利益？

呼籲天下佛門的學人：我們此生可以不正覺、解脫、證菩提，但不能不坦蕩、公義、求實及尊重別人！

在此勸勉學習原始佛法的學人，面對這些「只想證明自己」的南傳門徒，請莫與其多論，隨其「證明自己」。因為無論如何，他們只是「證明自己」而已！

證明自己，終究只是「證明自己」！這是個人的權利與選擇，何必反對？既然是個人的私事，又何必與其多論？尋法、論法的學人，何需與「只想證明自己」的學人，共究佛法與真實？

在南傳部派的世界中，依然還有許多「依經依律」的可貴僧俗，認真的探究佛法的真義，中實懇切的實踐佛法，坦蕩、正直的待人處世，這些學人才值得大家學習與尊重，也才是一起學法、論法及實踐法的善知識、善友！學習原始佛法的學人，我們尊敬這樣的南傳部派學人。





聲聞聖弟子的弘法利他精神

中道僧團 明至比丘

隨佛長老在台北中道禪林兩週年慶典的開示中談到「忍辱」，指出傳統佛教徒被教導要修習忍辱波羅蜜，但其實 佛陀並沒有要弟子忍辱。忍辱並不是聖弟子所修習的三十七道品，而是來自於民間流傳的本生故事。長老又從心理層面上分析，忍辱是一種負面情緒，假如一個人對於環境不能忍耐，就不可能成就甚麼大事；反過來說，只懂得忍耐，又會變成逃避而消極的心態。忍辱對於身心健康其實是有害的。

長老又以大正藏《相應阿含》第 311 經中的富樓那尊者弘法的經歷為例，讓大家明白聖弟子如何修行。富樓那尊者想到遙遠的西印度輸盧那國，去教化未曾聽聞正法的人們，在他臨行前，拜見了住在舍衛國祇樹給孤獨園的 佛陀。佛陀教導尊者在六觸入處如何修行，並提醒尊者，輸盧那國的人民兇惡、輕躁，可能會詆罵尊者、打傷尊者，甚至於殺死尊者，然而尊者都不畏懼。佛陀聽了後，讚嘆說：「善哉！富樓那！汝善學忍辱，汝今堪能於輸盧那人間住止。汝今宜去，度於未度，安於未安，未涅槃者令得涅槃」，同意尊者去佛教邊地廣弘正法。後來尊者富樓那去了輸盧那國，在夏安居時，度化了五百位民眾皈依三寶，最後在當地入涅槃。

我們可以看得出，尊者富樓那有著堅定的弘法信念與利益眾生的慈悲，才能不怕任何艱難困苦，甚至敢於面對死亡的威脅。為了弘法利他，應當前進則前進，應當停止則停止，應當退後則退後，並不需要有甚麼忍耐的情緒，經文中所謂的「忍辱」並非一般所說的認命、隨緣、放下。

接著再從翻譯上來研究「忍辱」的原文意義。《相應阿含》第 311 經在南傳佛教巴利語聖典所對應的經篇是《相應部》「六處相應」SN35.88 經，世尊在此經中讚嘆富樓那尊者的話是：「善哉，善哉！富樓那！汝具有此自調與安息，……」，其中的「自調與安息」的英文翻譯則是 Possessing such calm and self-control。因此可見巴利語經文並沒有忍耐侮辱的意思，而《相應阿含》第 311 經中的「忍辱」的古代翻譯用詞並不切合原義，這個誤譯或許是來自於當時的譯經師借用更早期的中文佛經的翻譯用詞。

最後來看 佛陀教導富樓那尊者在六觸入處如何修行的一段話：「富樓那！若比丘眼見可愛，（可）樂、可念、可意、長養欲之色，見已不欣悅、不讚歎、不繫著，不欣悅、不讚歎、不繫著故不歡喜，不歡喜故不深樂，不深樂故不貪愛，不貪愛故不耽礙。不歡喜、不深樂、不貪愛、不耽礙故，漸近涅槃。耳、鼻、舌、身、意，亦如是說」。

聖弟子已經具足明見因緣法的智慧，不會貪喜繫著於可愛的六觸入處的因緣，對於人生中的順境不會眷戀不捨而一直想追逐；反過來說，也不會嫌惡於不可愛的六觸入處的因緣，對於人生中的逆境也不會瞋怨厭離而一直想逃避。聖弟子能坦然的面對當下的現實，秉持著利人利己的信念，做應當做的事。由於富樓那尊者本來就不期待輸盧那國的民眾一定會有善意的回應，也不畏懼他們對尊者可能會做出的惡意傷害，佛陀才會讚嘆尊者具足智慧與離貪的慈悲，可以去邊地弘揚正法。



托鉢遊化到淡水

中道僧團 明至比丘

2013 年 11 月 29 日週五清早，明至與中智比丘、度明比丘、生覺比丘想去一處從未去過的傳統菜市場托鉢，就選擇了淡水老街。雖然我在未出家時曾經去過，不過也是十幾年前的往事。僧眾搭上捷運，站在車廂裡看著沿途彷彿熟悉的山水風景，來到了最北的淡水捷運站。

僧眾走出站門，開始托鉢時，就遇到一位想布施金錢的老女士，聽她的言談與氣質，似乎是從日本回來的華僑，我向她說明出家人不應該受取金錢的戒律，然後為她祝福，接著就走向清水街。走進了這條狹長的傳統菜市場，沒想到居然看到有這麼多人擠在這裏買菜，也遇到許多誠懇的在家人願意布施給一群陌生的出家人，雖然走在冷冽的寒風中，卻能感受到

這些布施者所給予的善意和溫暖。在這一次的托鉢經驗中，覺得住在淡水老街附近的在家佛教徒，對於佛教出家人還是有很虔誠的護持善心。

回來北投內覺禪林後，不禁想起一條感人的台語老歌「流浪到淡水」，就試著將部份歌詞改成描寫僧眾首次到淡水托鉢的打油詩：

穿著袈裟，拿著鉢具，僧眾相做伙，為了托鉢遊化到淡水，
想起過往人事，感情又現起，才知道癡愛是世間無明人，
提起正念，心情放鬆，迷惘放棄捨，往事只是諸法因緣生，
想起過往，思念回憶，將它放一邊，遊化到各地，過出家日子，
我不會收取金錢，我只是遊化來托鉢，
人們有憂苦，風雨也得行，為人唸誦離苦的佛經，
人生浮沈，起起落落，不需去煩惱，有時月圓，有時也不全，
趁著今天歡歡喜喜，相聚來做伙，你來布施，我來唸偈詩，
有緣、無緣，大家相聚會，相聚這一回，歡喜啦！歡喜啦！



寓言啟示

中道僧團 中儼比丘

很久以前看過一個篇文章，是一則寓言故事。

有一天，天使帶了一個凡人去參觀靈界。

他們先去參觀地獄，凡夫看到地獄的人都很瘦，都很饑餓，每個人都很痛苦。那個凡人想，地獄一定沒東西給大家吃才會這樣。

可是出忽意料，在用餐的時間，餐桌上擺滿了各種豐盛的食物。地獄沒有禁止大家吃，可是只有一個規定：吃飯一定要用刀叉。可是那些刀叉都很長，長到根本無法拿取食物放進自己的嘴裡。

結果每個在地獄的人雖然有滿桌的食物在他們的面前，但是每樣都吃不到，所以每個人都很饑餓，都很瘦，都很痛苦。

接著天使跟那個凡人來到天堂，在天堂的每個人都容光煥發，體態豐盈，每個人都很快樂。那個凡人想，天堂一定是吃的特別好。

出乎凡人的意料，天堂餐桌上的食物跟地獄的是一模一樣，擺滿同樣豐盛的食物，而天堂的規定也是吃飯一定要用刀叉，而且那些刀叉也都跟地獄的一樣長，餐桌、食物、餐具及規則跟地獄都一樣。可是天堂的人吃飯的時候，大家用長長的刀叉彼此夾食物给对方吃，每個人都吃的的不亦乐乎。

同樣的餐桌、食物、餐具、同樣的規則，可是地獄的人只顧自己，結果甚麼都吃不到，只能挨餓，他們永遠活在地獄中；天堂的人互相幫助，大家都可享受豐盛的食物，他們活在天堂裏。





謹言慎行的重要

中道僧團見習僧 生光比丘

一個人的人格模式，可從他的言行舉止上表現出來，有人表現出拘謹保守，有的人表現出悠然自在，有人表現出忠厚木訥，有的人表現出聰明靈巧，有人表現出…等等。不管表現出如何的人格模式，重要的是我們要如何在日常生活中，在待人接物上，有效的與人相處，讓別人喜歡和我們相處，至少不要讓別人討厭和排斥。

師父曾教導說：「好話要趕快說，好事要趕快做，多珍惜自己身邊的有緣人。因為所有的一切，都只能經驗，而無法擁有。」多帶給別人平安快樂，因為帶給別人平安快樂，也將會帶給自己平安快樂。假如我們不能帶給別人快樂，至少不要帶給別人痛苦。若不小心在行為或言語上，對別人造成傷害，特別是好朋友或有情有義的人，應要馬上警覺，並且要如滅火般地迅速向對方表達誠懇的歉意。若不如此，即有可能斷送雙方良好的友誼！如此人生的路會越走越窄而活得不快樂。

有一句諺語說的好：「利刃割體痕易合，惡語傷人怨難消」！絕大多數的人在他的人生成長過程裏，都曾在言語或行為上，有過不當而對別人造成傷害和痛苦，甚至造成別人一生不可抹去的陰影和遺憾！包括造成他人的自卑和怯懦，無法適應社會生活，嚴重一點還帶給全家人的困擾和悲傷！例如：酒後開車肇事，釀成不可收拾的局面，自己不當的行為所造成對自己的傷害是咎由自取，但對方並沒有做錯事卻無故遭此飛災橫禍，情何以堪！不但帶給自己家人悲傷和歉疚，也造成對方家人的肝腸寸斷及無限的哀傷。若是對方重傷殘廢，則帶給他的是一生的行動不便和別人異樣的眼光，而他的家人也將承受醫療的經濟壓力和照顧的精神壓力，更甚者將造成他人家境陷入困窘

而需要社會關懷和救濟，這無形之中也影響到社會層面，乃至波及到國家層面，可謂影響甚廣。

生光在此分享自己人生的一些體會，在人生成長過程中，生光也和許多人一樣，也曾經因愚癡、貪愛及瞋恚故，做過一些不當之事，每當回想起這些事時，內心都會不由自主地生起慚愧和懊悔，雖事過境遷已久，但心中陰影仍然無法平息，每想起一次就如同自揭瘡疤一樣地自我傷害一次，足見不當之言行舉止所造成的傷害是多麼的難以癒合啊！就在內心喟然之時，驟然心念一閃：「連對自己過往所做不當之事所留下的陰影傷痛尚且長久無法平復，更何況是傷害他人所造成的陰影呢」？這事絕不可輕忽看待！因此生光體會了二件事：一，言語或行為傷害別人絕不會帶給自己任何好處，反而有可能會造成自己和他人的長久揮之不去的傷痛。二，同理可知！讚美別人和幫助別人時，不但帶給別人歡樂，自己也會從中獲得喜悅和平安，並且每當回憶起人生這段助人行善之事，喜悅之心也將會油然而生起。古德有云：「莫因善小而不為，莫因惡小而為之」，這也是佛教常勸勉學人要「諸惡莫作，眾善奉行」的意義。

因此我們在日常生活待人處世務必謹言慎行，尊重每個人的人格特質。多欣賞別人的優點，多包容別人的不足，接受和自己觀點和想法不同的人，不道人之短，不傷人之痛，不揭人之隱私，真誠的待人處世。平常要多存善念和多行善事，利用善行來令善念不失，善念不失時，惡念即不生起；惡念不生起，災難即遠離；災難遠離，福氣隨即而來。人與人之間相處要相互尊重，相互扶持，彼此多分享人生經驗，這樣的人生才會活得更有意義！



無明則於五蘊 生樂著、讚嘆、取著

節錄自 隨佛法師之《相應菩提道次第》
第四章「老病死」之緣由與滅盡 第三節 生死輪迴之集與滅
第二品 無明緣行：無明生愛喜，妄取五蘊是我
第一目 無明則於五蘊生樂著、讚嘆、取著

1-4-3-2.1 不知五蘊因緣生，則不知五蘊無常、苦，如是不知五蘊是集、滅法，而於五蘊生樂著、讚嘆、取著。

1.SĀ67《相應阿含》67經

如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時、世尊告諸比丘：「常當修習方便禪思，內寂其心。所以者何？比丘修習方便禪思，內寂其心已，如實觀察。云何如實觀察？如實知此色，此色集，此色滅。此受……。想……。行……。〔此〕識，此識集，此識滅。

云何色集？受、想、行、識集？愚癡無聞凡夫，不如實知色集，色滅，色味，色患，色離，不如實知故，樂著彼色，讚歎於色；樂著於色，讚歎色故取，取緣有，有緣生，生緣老死憂悲惱苦，如是純大苦聚生，是名色集，受、想、行、識集。

云何色滅？受、想、行、識滅？多聞聖弟子，如實知色集，色滅，色味，色患，色離，如實知故，不樂著色，不讚歎色；不樂著、讚歎色故，愛樂滅，愛樂滅故取滅，取滅故有滅，有滅故生滅，生滅故老病死、憂悲惱苦滅，如是純大苦聚滅。

多聞聖弟子，如實知受……。想……。行……。〔如實知〕識集，識滅，識味，識患，識離，如實知彼故，不樂著彼識，不讚歎於識，不樂著、讚歎識故，樂愛滅，樂愛滅故取滅，取滅故有滅，有滅故生滅，生滅故老病死、憂悲惱苦滅，如是純大苦聚滅。比丘！是名色滅，受、想、行、識滅。比丘！常當修習方便禪思，內寂其心」。

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。



古老經說 白話摘要

中道僧團

SA67《相應阿含》67 經

我曾經聽過 佛陀這麼說：有一段時間，佛陀住在舍衛國的祇樹給孤獨園。

當時，佛陀告訴比丘們：「應當經常勤奮的修習禪觀如理作意，使內心的言語寂止。為什麼呢？比丘修習禪觀如理作意，已經使內心的言語寂止，就能契合事實的去觀察。什麼是契合事實的觀察呢？就是契合事實的知道色陰，契合事實的知道色陰如何生起，契合事實的知道色陰如何滅盡。契合事實的知道受陰，契合事實的知道受陰如何生起，契合事實的知道受陰如何滅盡。契合事實的知道想陰，契合事實的知道想陰如何生起，契合事實的知道想陰如何滅盡。契合事實的知道行陰，契合事實的知道行陰如何生起，契合事實的知道行陰如何滅盡。契合事實的知道識陰，契合事實的知道識陰如何生起，契合事實的知道識陰如何滅盡。」

什麼是色陰的生起？什麼是受陰、想陰、行陰、識陰的生起？沒聽聞過因緣法的無明愚癡凡夫，不能契合事實的知道色陰如何生起，不能契合事實的知道色陰如何滅盡，不能契合事實的知道對於色陰的味著，不能契合事實的知道味著於色陰的過患，不能契合事實的知道如何遠離對於色陰的味著，由於不能契合事實的知道色陰，就會渴愛樂著於色陰，讚歎於色陰；渴愛樂著於色陰，讚歎於色陰，就會有「取」的妄見，緣「取」而有「有」，緣「有」而有「生」，緣「生」而有「老、死」種種憂、悲的惱苦，就會有這些純然大苦聚集，這就是所謂色陰的生起，受陰、想陰、行陰、識陰的生起。

什麼是色陰的滅盡？什麼是受陰、想陰、行

陰、識陰的滅盡？聽聞過因緣法的聖弟子，能契合事實的知道色陰如何生起，能契合事實的知道色陰如何滅盡，能契合事實的知道對於色陰的味著，能契合事實的知道味著於色陰的過患，能契合事實的知道如何遠離對於色陰的味著，由於能契合事實的知道色陰，就不會渴愛喜樂於色陰，不讚歎於色陰；不喜樂貪愛於色陰，不讚歎於色陰，渴愛喜樂就滅盡，渴愛喜樂的滅盡導致「取」的滅盡，「取」的滅盡導致「有」的滅盡，「有」的滅盡導致「生」的滅盡，「生」的滅盡導致「老、病、死」種種憂、悲的惱苦的滅盡，這些純然大苦聚集就會滅盡。

聽聞過因緣法的聖弟子，能契合事實的知道受陰如何生起……能契合事實的知道想陰如何生起……能契合事實的知道行陰如何生起……能契合事實的知道識陰如何生起，能契合事實的知道識陰如何滅盡，能契合事實的知道對於識陰的味著，能契合事實的知道味著於識陰的過患，能契合事實的知道如何遠離對於識陰的味著。由於能契合事實的知道識陰，就不會渴愛喜樂於識陰，不讚歎於識陰；不喜樂、不讚歎於識陰的緣故，渴愛喜樂就會滅盡，渴愛喜樂的滅盡導致「取」的滅盡，「取」的滅盡導致「有」的滅盡，「有」的滅盡導致「生」的滅盡，「生」的滅盡導致「老、病、死」種種憂、悲的惱苦的滅盡，這些純然大苦聚集就會滅盡。比丘們！這就是所謂色陰的滅盡、受陰、想陰、行陰、識陰的滅盡。比丘！應當經常勤奮的修習禪觀如理作意，使內在言語寂止」。

佛陀說完本經後，比丘們聽聞了 佛陀的教誨，歡喜的遵奉教誨去修行。



古老經說 讀後感言

Bhikkhu Paññācakkhu

SĀ67 《相應阿含》67 經

在《相應阿含》67 經中，佛陀講到「愚痴無聞凡夫，不如實知色集、滅、味、患、離……，生緣老病死，憂悲惱苦，如是純大苦聚生……。」

看看我們自己及周遭的人們，在我們所能經驗到的範圍，人們的生活不正是如此嗎？眾生一直努力避免於苦及悲傷，可是在我們的生命經驗中，還是無法逃離憂悲惱苦。人們也會用各種方法消除痛苦，縱然有效，但親身經驗告訴我們，任何方法都不能持久；就如同身體有病痛，痛時就服用止痛藥；雖能止痛，但止痛藥是有時效的，而且多數還會有副作用。而這些止痛藥還得花費相當的代價及有相當的能力才有辦法取得及保持。在這當中更令人訝異的是，我們多數

沒認清所服的只是「止痛藥」，如同口渴的時候喝鹽水，越喝越口渴，越口渴越想喝，不斷的重覆。而更令人們流淚的是——眾生還會為了這鹽水彼此搶奪，相互欺凌。

眾生為何會如此？因為大家都想離苦啊！可是若不明白苦的原因，將如同不會游泳的人突然掉入水中，遇到甚麼就抓甚麼，那怕是一根稻桿。

「愚痴無聞凡夫，不如實知色集、滅、味、患、離……，生緣老病死，憂悲惱苦，如是純大苦聚生……」佛陀指出眾生痛苦的源頭，如果我們能自源頭下手去解決問題，我們就不會「渴飲海水」，不會多走冤枉路；也不會為了爭奪海水而去欺害他人，人們也就不會自受苦痛、他受苦痛了。





五陰是無常？涅槃是不壞法？

請問：五陰是無常？涅槃是不壞法？

《雜阿含經》記載佛陀的開示：“我今為汝說壞、不壞法。諦聽，善思，當為汝說。諸比丘！色是壞法，彼色滅，涅槃是不壞法。受、想、行、識是壞法，彼識滅，涅槃是不壞法。”這其實是六見處的另一個版本，只是把“我”換成“涅槃”。南傳《相應部經典》相應的經文如下：

「諸比丘！我將說壞法與不壞法，且諦聽！諸比丘！以何為壞法，何為不壞法耶？

諸比丘！色是壞法，彼若滅、息、沒者，則是不壞法。受是壞法，彼若滅、息、沒者，則是不壞法。想是壞法……行是壞法，彼若滅、息、沒者，則是不壞法。識是壞法，彼若滅、息、沒者，則是不壞法。」

此中壞法、不壞法互相對立，五陰為壞法，涅槃則為不壞法。壞法，就是無常法。不壞法，即是常住法。此經的意思是說五陰是無常的壞法，若修行人把壞法全都滅盡，則唯餘第八識這個常住的不壞法。

以上是引用的，就是說涅槃是一常。我聽隨佛法師講，常樂我淨不是佛說，但涅槃是不壞法的意

思不就是常的意思嗎？弟子實在是不太明白，又沒法當面求教，弟子非常想瞭解並深入佛陀的原意。

懇請開示！頂禮！

隨佛禪師 開示：

五陰是緣生法，不是無常法。無常是破除常見妄執的意思，無常真正的語句，應當是無“常見”、無“常想”，一般是簡約用“無常”，卻被世人當作名詞作解。

無“常見”、無“常想”，是指事詞+名詞的語法，是指明某事如何，而不是某事狀態的名詞。

後世部派佛教的門徒，習慣用“無常法”代替“緣生法”，如同用“非白”代替“是藍”的用法，造成佛弟子學習的障礙與錯誤。

五陰是壞法，也是如同“無常”的用意。意思是指出：五陰不是凡夫誤以為的“堅固法”，壞法的語意，也是非“堅固法”的意思，如同無“常見”的用意，重點在破除錯誤的見解。

人們以為五陰是“堅固法”，這個想法是妄想，為了破除這一妄想，才指明五陰不是“堅固法”，不是“堅固法”，是“壞法”，都是破除妄見的語法。



五陰是緣生法，才是正確的說法。

涅槃！是五陰的滅盡、不起。五陰是緣生法，緣生法的滅盡，又稱為"涅槃"。

"涅槃"的原義，是指結束、終結了，佛教用在五陰的因緣來說，是指五陰生起的因緣結束了，五陰滅盡了，不再有五陰生起的意思。

五陰是緣生法，不是凡夫妄想的"堅固法"，才說五陰是"壞法"；五陰的滅盡、不起，即是緣生法的滅盡、不起，不再有緣生法的生起，佛教稱此為"涅槃"，才說"涅槃"是不壞法。

"涅槃"是不壞法，是說"涅槃"是緣生法的滅盡，"涅槃"不是"緣生法"。

因此，"涅槃"是緣生法滅盡、不起的表達法，絕不是說涅槃是一種相對於緣生法的存有，不能誤以為有某種不同於緣生法的存有。

如果是誤以為五陰是"無常"，又誤以為"涅槃"是相對於緣生法的存有，當然會誤解"涅槃"是不壞法的意思，是指涅槃是常法。

現實世界只有緣生法，無"常"不是指現實的世界，是指"常見"的錯誤。"常"是妄見的想法，無"常"是指出想法的錯誤。不能誤以為現實是"無常"，又有超現實的"常"。

緣生法的滅盡，即是緣生法的滅盡，不是說有著某種存有，也不能誤認為有一種"不是緣生法的存有"，並稱其為"涅槃"。





部派論書 與 經說傳誦的演變

（二）部派經說傳誦的演變 - 9

接《正法之光》第三十七期 p.23~p.39

選錄自 隨佛比丘 Bhikkhu Vūpasama 著《因緣法之原說與奧義》© 2010

7. 十二因緣法真義之探究

7-1. 十二因緣法之原說與異義

7-1-1. 佛陀正覺於十二因緣

佛陀正覺的內涵是甚麼？這一問題的答案，在目前宗派佛教的傳誦當中，不論是南傳銅鑊部、漢傳菩薩道、藏傳菩薩道，或是漢傳藏經當中傳誦記載的印度部派佛教各派部義的傳誦，無不是各有各的傳誦與說法，莫衷一是，相互駁斥與對立，可謂紛雜至極。千百年來，這些出自宗派佛教的學派思想及傳誦，不但沒有幫助學人直接的認識 佛陀的親說教法，正向菩提正道，反而是讓佛教學人陷在教說分歧而難驗虛實的困境，虛耗精力與歲月。

根據律藏的記載，釋迦佛陀正覺的核心，是十二因緣法。見《毘尼母經》¹：

「阿難！若人見十二因緣，是為見法，亦得見我。」

「毘尼母」的意思，是指「毘尼（律）」的摩呬理迦 mātṛkā（本母），也就是律戒的綱要，這是毘奈耶（律藏）當中綱要的論釋。《毘尼母經》很可能是分別說系飲光部的傳誦，近代日本學者金倉圓照博士則另推斷是出自阿難系雪山部的傳誦²，漢傳佛教大德印順法師也持此觀點。

但是根據《毘尼母經》提到經說傳誦的內容來看，應當是分別說部傳化於雪山的飲光部所傳。在《毘尼母經》的記載提到：

一、關於《經藏》的四部聖典集成次第，《毘尼母經》³是說為《長阿含》、《中阿含》、《增一阿含》、《雜阿含（相應阿含）》，此一次第的說法同於法藏部的意見⁴，特別是《長阿含》在先，同於優波離系僧團（化地部⁵、法藏部、銅鑊部⁶及大眾部⁷）的共說，不同於阿難系說一切有部《根本說一切有部毘奈耶》⁸說是先集出《相應阿含》。

二、《毘尼母經》說《增一阿含》有十一事，這



是合於分別說系化地部、法藏部、銅鑠部傳誦的《增一阿含》有十一事，既不同於大眾部《增一阿含》的百事，也不同於阿難系說一切有部《增一阿含》只有十事。

三、《毘尼母經》說有《雜藏》的編集，此說同於優波離系分別說部及大眾部有《雜藏》、《雜部》、《小部》的編集，不同於阿難系說一切有部《根本說一切有部毘奈耶》『雜事』⁹說「唯有《相應阿含》、《中阿含》、《長阿含》、《增一阿含》等四部聖典，更無餘者」。

四、《毘尼母經》提到《論藏》的結集¹⁰，說：「有問分別、無問分別、相攝、相應、處所此五種，名為阿毘曇藏。」這同於分別說系法藏部《四分律》¹¹的意見，也正合於分別說系傳誦的《舍利弗阿毘曇論》¹²說法，卻不合「阿難系不弘論」¹³（阿難系分裂出的說一切有部才弘論）的立場。阿難系是重經一派，雪山部自許為經師正傳，反對迦旃延尼子離經弘論的作法，怎麼會有集論的說法？關於阿難系僧團的演變及分化，據真諦『部執異論疏』的說法¹⁴：

「上座弟子部，唯弘經藏，不弘律、論二藏故。上座部說云：……律者有開、遮，隨有緣、不定，故不可依也。毘曇則廣解諸義，雖與經相應，亦有過根本者。經是根本，無開遮、增減之過，律與毘曇並是末，末不及本。弘本攝末，故唯弘經，不弘餘二藏也。事事依經以為規矩，經中所明教正無曲，故此部皆道德勝餘部也。」

「從迦葉已來，至優波笈多，專弘經藏，相傳未異。……至迦旃延子等，棄本取末，所說與經不相符。欲判定之，使改末歸本，固執不從。再三是正，皆執不迴，因此分成異部。」

綜合比較部派佛教各部的傳誦，《毘尼母經》較有可能是出自分別說系傳化於雪山的飲光部傳

誦。雖然當中載明「此是雪山中五百比丘所集法藏」，但是在佛滅後 116 年部派分裂以後，傳化於大雪山的部派，是先有阿育王時代的分別說系末示摩長老傳法雪山為飲光部。在佛滅後約 250 年，才有阿難系弟子為了遠避迦旃延尼子學眾於雪山，而建立了雪山部。因此，在雪山集法的僧眾，不一定是雪山部。

根據經藏的記載，釋迦佛陀正覺的核心，也是十二因緣法，這是佛教古老經誦的共傳。見《相應阿含》296 經、《相應部》『因緣相應』第 20 經：

《相應阿含》296 經：「我今當說因緣法及緣生法。云何為因緣法？謂此有故彼有，謂緣無明行，緣行識，乃至（緣生有老死），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，謂緣無明有行，乃至緣生有老死。」

《相應部》12.20 經：「諸比丘！緣生而有老死……緣有而有生……緣取而有有……緣愛而有取……緣受而有愛……緣觸而有受……緣六處而有觸……緣名色而有六處……緣識而有名色……緣行而有識……緣無明而有行。如來出世、或不出世，此事之決定、法定性、法已確立。……如來證知。此已證知而予以教示宣佈，詳說、開顯、分別以明示。」

釋迦佛陀教導的修證次第，是先如實知見「十二因緣法、緣生法」成就正覺，隨後即明白「十二因緣的滅法」¹⁵。如『轉法輪經』當年憍陳如見法時說：「有集法者，悉皆有此滅法」¹⁶。」當明見「十二因緣的集法與滅法」，就是已得法眼¹⁷、得明、斷無明¹⁸。見南傳《相應部》『預流相應』28 經、『因緣相應』21 經、『蘊相應』126 經，《相應阿含》846-2,256 經：



《相應部》55.28 經：「聖弟子當止息五種怖畏、怨讎，成就四種預流，以慧善觀聖理，善通達時，若心欲者，則自得記別，而曰：「於我地獄滅盡、畜生滅盡、餓鬼趣滅盡、惡生、惡趣、墮處滅盡，而得預流，墮法滅、決定、趣向等覺。……以何為慧善觀聖理，善通達之耶？……謂：緣無明生行，緣行生識，……緣生生老死愁悲苦憂惱。如是，此為一切苦蘊之集起。又：無明無餘離滅故行滅，……生滅故老死愁悲苦憂惱滅。如是，此為一切苦蘊之滅。」

《相應阿含》846-2 經：「若比丘於五恐怖、怨對休息，三事決定不生疑惑，如實知見賢聖正道，彼聖弟子能自記說：地獄、畜生、餓鬼惡趣已盡，得須陀洹，不墮惡趣法，決定正向三菩提，七有天、人往生，究竟苦邊。……何等為聖道如實知見？謂十二支緣起如實知見。如所說：是事有故是事有，是事起故是事起，如緣無明行，緣行識，緣識名色，緣名色六入處，緣六入處觸，緣觸受，緣受愛，緣愛取，緣取有，緣有生，緣生老病死、憂悲惱苦，是名聖弟子如實知見。」

《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。……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。」

《相應部》22.126 經：「於此處有有聞之聖弟子……如實知有色集、滅法。有受集法者……有想集法者……有行集法者……如實知有識集法、滅法者。比丘！說此為明，如是為明人。」

《相應阿含》256 經：「所謂明者是知，知者是名為明。又問：何所知？謂色生、滅法，色生、滅法如實知；色無常，色無常如實知；色磨滅法，

色磨滅法如實知。（受……；想……；行……；）識生、滅法，識生、滅法如實知；識（無常），識無常如實知；識磨滅法，識磨滅法如實知。」

在 釋迦佛陀的教說中，正覺、見法是指甚麼？這一問題的答案，根據早期佛教傳誦的經法、律戒共同說法，正覺、見法的核心是十二因緣法。如實知見十二因緣，也稱為如實知五陰生法、滅法（集法、滅法），修證的成就是「得明、斷無明」。

7-1-2. 十二因緣法之原說與異義

佛陀正覺的思想基礎，是對「生的原因與存續現況」的認識論，此一認識論在於 佛陀的教說中，被 佛陀稱為因緣法及緣生法，通稱為「十二因緣」。由於現今佛教界對「十二因緣」的解釋，是延續出自佛滅後約 116 年（公元前約 271~268 年間）部派佛教分別說部自派宣說的新觀點，在根本上相當不同於佛滅百年內的說法。現在依據漢譯《相應阿含》與南傳《相應部》當中古老七事『相應教』的共說，說明十二因緣的原說與定義。

7-1-2-1. 十二因緣總說

佛陀教導的十二因緣，主要是說明生死的集起與內容，謂：「無明緣行、行緣識、識緣名色、名色緣六入、六入處緣觸、觸緣受、受緣愛、愛緣取、取緣有、有緣生、生緣老病死憂悲惱苦」。這是「十二因緣的生法」，也稱為「五陰的生法（或稱集法）」。此一教導的根本，在於洞見生死苦惱是如何的生起，還有生死之中的種種生起是如何的呈現，內容說為因緣法、緣生法。若得如實知因緣法即是正覺，也是得明、斷無明。見《相應阿含》296 經；《相應部》『因緣相應』21 經、『蘊相應』126 經：



《相應阿含》296 經：「云何為因緣法？謂此有故彼有，謂緣無明行，緣行識，乃至（緣生有老死），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，謂緣無明有行，乃至緣生有老死。……如是隨順緣起，是名緣生法，謂無明、行、識、名色、六入處、觸、受、愛、取、有、生、老病死憂悲惱苦，是名緣生法。」

《相應部》12.21 經：「緣無明有行，緣行有識……老死，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……老死滅，如是此為全苦蘊之滅。」

《相應部》22.126 經：「於此處有有聞之聖弟子……如實知有色集、滅法。有受集法者……有想集法者……有行集法者……如實知有識集法、滅法者。比丘！說此為明，如是為明人。」

佛陀指出現前身心的發生都是因緣，是緣生的呈現，這是指身心是在影響中發生、呈現。由於在影響中發生、呈現的身心（五陰），必然是不具有穩定性、恆常性，也無法自主、自由或擁有，所以說「緣生故無常、非我亦非我所」，必然要遷流不息，既在影響中現起，也是在影響中轉現。因此，緣生的身心（五陰）是不能貪愛、不需貪愛，更實際的說是無法貪愛，如果不如實知五陰緣生而生貪愛，必是無從實現，也必是追逐無歇而有苦的循環不止。當得如是如實知見者，必當正知緣生的五陰是有貪則轉現不歇、繫縛有苦，若是離貪則必向於瓦解、敗壞而滅盡，謂：依無明、貪愛的因緣而轉現不歇，又因無明、貪愛的滅盡而滅盡、不起、解脫，如經說：「五陰是生法（集法），亦是滅法」。見《相應部》『因緣相應』20 經、『蘊相應』21 經；《相應阿含》256 經：

《相應部》12.20 經：「諸比丘！何為緣生之法耶？諸比丘！老死是緣生，無常、有為（應當譯為有漏或有苦），是離貪之法、敗壞之法、滅盡之法，是滅法。諸比丘！生是緣生，無常、有為，是離貪之法、敗壞之法、滅盡之法，是滅法。諸比丘！有是……諸比丘！取為……諸比丘！愛為……諸比丘！受為……諸比丘！觸是……諸比丘！六處是……諸比丘！名色是……諸比丘！識是……諸比丘！行是……諸比丘！無明是緣生，無常、有為（應當譯為有漏或有苦），是離貪之法、敗壞之法、滅盡之法，是滅法。諸比丘！此等謂之緣生法。」

《相應部》22.21 經：「色是緣起所生，無常、有為（應譯有漏或有苦），為離法、壞法、盡法、滅法者。彼之滅故說是滅。受……想……行……識是緣起所生，無常、有為（應譯有漏或有苦），為離法、壞法、盡法、滅法者。彼之滅故說是滅。」

《相應阿含》256 經：「色生、滅法，色生、滅法如實知；色無常，色無常如實知；色磨滅法，色磨滅法如實知。（受……；想……；行……；）識生、滅法，識生、滅法如實知；識（無常），識無常如實知；識磨滅法，識磨滅法如實知。拘絺羅！於此五受陰如實知，見，明，覺，慧，無間等，是名為明。」

因此，佛陀認為是不如實知因緣法的無明而生貪愛，又因為貪愛而追逐於緣生的五陰，如是而驅動了五陰循環不止之輪。若貪求無止則苦惱不息，唯有斷除無明、貪愛，五陰循環的苦輪才能止歇。見《相應部》『蘊相應』100 經、《相應阿含》267 經：

《相應部》22.100 經：「諸比丘！輪迴乃由無始來，眾生為無明所蓋，渴愛所繫，流轉輪迴而不知其前際。諸比丘！譬如狗堅固縛於繩，繫於杙柱，彼坐者，順杙柱而坐，卧者，順杙柱而卧。……」



《相應阿含》267 經：「眾生於無始生死，無明所蓋，愛結所繫，長夜輪迴生死，不知苦際。諸比丘！譬如狗，繩繫著柱，結繫不斷故。順柱而轉，若住、若臥，不離於柱。如是凡愚眾生，於色不離貪欲，不離愛，不離念，不離渴，輪迴於色，隨色轉，若住、若臥，不離於色。如是受、想、行、識，隨受、想、行、識轉，若住、若臥，不離於（受、想、行）識。……」

如是比丘！凡愚眾生，不如實知色，色集，色滅，色味，色患，色離。於色不如實知故，樂著於色；樂著色故，復生未來諸色。如是凡愚，不如實知受……。想……。行……。識……。當生未來色、受、想、行、識故，於色不解脫，受、想、行、識不解脫，我說彼不解脫生老病死、憂悲惱苦。有多聞聖弟子，如實知色，色集，色滅，色味，色患，色離，如實知故，不樂著於色；以不樂著故，不生未來色。如實知受……。想……。行……。識……。識集，識滅，識味，識患，識離，如實知故，不樂著於識；不樂著故，不生未來諸識。不樂著於色、受、想、行、識故，於色得解脫，受、想、行、識得解脫，我說彼等解脫生老病死、憂悲惱苦。」

7-1-2-2. 十二因緣義說

佛陀時代為了幫助學人學習「十二因緣」，編出了幫助憶持的提要句頌，即「無明緣行、行緣識、識緣名色、名色緣六處、六處緣觸、觸緣受、受緣愛、愛緣取、取緣有、有緣生、生緣老病死憂悲惱苦；無明滅則行滅、行滅則識滅、識滅則名色滅、名色滅則六處滅、六處滅則觸滅、觸滅則受滅、受滅則愛滅、愛滅則取滅、取滅則有滅、有滅則生滅、生滅則老病死憂悲惱苦滅」。

「十二因緣」的提要句頌，是出自幫助憶持目的而作的編纂。如初始結集時，為了憶誦經文的

方便，在集經後又編出經篇次第的提要偈頌，猶如目錄的作用。提要性質的句頌或偈頌，都會考慮音韻、文辭、流暢的表現，文句的前後連貫性是提要句頌的特色。前後文句具有連貫性，易誦、易持，讓句頌既能誦頌又方便記憶，更讓學人感到具有次第性。

但是歌詠性質的簡約連貫句頌，重點在易誦、易持，目的是在提要，不在義理的完整表達。如同《相應部》與《相應阿含》，當中有長行直說教法的『修多羅』，也有集出自後世而附會佛說與佛弟子說的『記說』，還有出自後世為了攝受通俗善信，簡約表達天、人八眾與佛陀對答的『偈頌』。『偈頌』是一種歌詠的短篇文句，內容多在表現文采與韻誦的節律，無法完整確當的表達法義，一向被判定為「不了義」。若要正確、完整表達出教說的涵義，是在長行直說教法的『修多羅』。

「十二因緣」的提要句頌，結構如同『偈頌』，簡約而有韻誦的節律，重點是幫助憶誦解說「十二因緣」的經說教導，提要句頌是「不了義」，是無法清楚無誤的表達出真實、完整的經說義理，不可將提要句頌當作解義的標準。如果將幫助學人學習「十二因緣」的憶持句頌，當作絕對的經義教說，勢必會陷入學習的迷惘與困境。

佛滅後 116 年，佛教僧團為了「五事異法」的爭論，分裂為堅持古經說的阿難系多聞僧團，還有另立新部義的優波離系分別說部僧團、大眾部僧團。分別說部僧團編集出自派部義主張的《舍利弗阿毘曇論》，並且自行舉行部派結集，在傳統的經藏、律藏之外，又新發展出論藏。

《舍利弗阿毘曇論》是佛教最早出現的論著，當中提出諸多違反僧團傳統經說共傳的新部義，如「十結」、「四沙門果」、「菩薩人、緣覺人、聲聞人」等。最為嚴重的問題，是《舍利弗阿毘曇論》



採用「十二因緣」的提要句頌，當作解說「十二因緣」的標準，並且廣泛、深刻、長遠的影響與誤導佛教學人達二千二百多年。

本篇文章內容，主要是依據 佛教僧團共傳之古老經說——『七事修多羅』，作為解說「十二因緣」的準則，同時釐清《舍利弗阿毘曇論》傳出以後，後世佛教學人種種錯解，引攝世人復歸佛陀之道。

7-1-2-2-1. 無明之定義與緣起

7-1-2-2-1-1. 無明之定義

「無明」是指「不如實知五陰集法、滅法」，「不如實知五陰集法、滅法」即是「不如實知十二因緣集法、滅法」。《相應部》『蘊相應』126 經、『因緣相應』21 經：

《相應部》22.126 經：「於此處有有聞之聖弟子……如實知有色集、滅法。有受集法者……有想集法者……有行集法者……如實知有識集法、滅法者。比丘！說此為明，如是為明人。」

《相應部》12.21 經：「如來……於眾中作獅子吼，轉梵輪，濟度眾生。〔所謂〕：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。……緣無明有行，緣行有識……老死，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……老死滅，如是此為全苦蘊之滅。」

由於五陰的因緣，是根、境緣生識，根、境、識的因緣具足名「觸」，觸為緣生受、想、行（又稱為思），這是五陰的緣起，所以要如實知「五陰集法與滅法」，即必需「如實知六觸入處集、滅法」。見《相應阿含》214,306 經：

《相應阿含》214 經：「有二因緣生識，何等為二？謂 眼、色，耳、聲，鼻、香，舌、味，

身、觸，意、法。眼、色因緣生眼識，彼緣生，無常、有為（應譯有漏或有苦）。……耳、鼻、舌、身、意，亦復如是。」

《相應阿含》306 經：「眼、色緣，生眼識，三事和合觸，觸俱生受、想、思。此四無色陰，眼色，此等法名為人。於斯等法，作人想，眾生……緣意、法，生意識，三事和合觸，觸俱生受、想、思。此四無色陰、四大，士夫所依，此等法名為人。又如是說：我眼見色，我耳聞聲，我鼻嗅香，我舌嘗味，我身覺觸，我意識法。彼施設又如是言說：是尊者如是名，如是生，如是姓，如是食，如是受苦樂，如是長壽，如是久住，如是壽分齊。比丘！是則為想，是則為誌，是則言說。此諸法皆悉緣生，無常、有為（應譯有漏或有苦）。」

若是六根、六境緣生六識時，如實正觀、明覺五陰的因緣，正見六觸入處（五陰）是緣生法，則能夠在當前六觸入處不起「常見」，也不妄見、不妄想六觸入處（五陰）是「我、我所」。如是，正念、正見者得以正知：若於六觸入處生貪愛，則有五陰的繫縛，而有現前與未來世五陰的繫縛苦，謂：六入處緣觸，觸緣受（、想、行），受緣愛，愛緣生、老病死憂悲惱苦；若於六觸入處離貪愛，則於五陰不生繫縛，而現前斷五陰繫縛苦，未來世無有五陰的繫縛生，謂：六入處緣觸，觸緣受（、想、行），受緣愛，愛滅則取滅，取滅則有滅，有滅則生滅，生滅則老病死、憂悲惱苦滅。見《相應部》『六處相應』106 經：

《相應部》35.106 經：「諸比丘！我說苦之生起與滅沒，且諦聽諸比丘！何為苦之生起耶？以眼與色為緣生眼識，三者之和合為觸，緣觸生受，緣受生愛，此苦之生起。以耳與聲……以鼻與香……以舌與味……以身與觸……以意與法為緣生意識，三者之和合為觸，緣觸生受，緣受生



愛。諸比丘！此乃苦之生起。」

諸比丘！何為苦之滅沒耶？以眼與色為緣生眼識，三者和合為觸，依觸之緣生受，依受之緣生愛，依其愛之無餘離卻滅盡，則取之滅盡，由取之滅盡，則有之滅盡，依有之滅盡，則生之滅盡，依生之滅盡，則老死、憂悲苦惱絕望滅盡。如是而此一切苦蘊滅盡，此乃苦之滅沒。以耳與聲……以鼻與香……以舌與味……以身與觸……以意與法為緣生意識，三者之和合為觸，緣觸生受，緣受生愛，依其愛之無餘離卻滅盡……如是而此一切苦蘊滅盡，此乃苦之滅沒。」

當已得如是如實知見者，已如實知「五陰之集法、滅法」，謂：緣無明有行，緣行有識……緣生有老死，如是此是全苦蘊之集；無明滅則行滅，行滅則識滅……生滅則老死滅，如是此為全苦蘊之滅。如是正覺「五陰之集法、滅法」，是謂「明」。

接著，當已正覺「五陰之集法、滅法」（即「十二因緣集法、滅法」），則正見古佛之道、滅苦正道，謂八正道。見《相應阿含》287 經、《相應部》『因緣相應』65 經：

《相應阿含》287：「我憶宿命，未成正覺時，獨一靜處，專精禪思，作是念：何法有故老死有？何法緣故老死有？即正思惟，生如實無間等，生有故老死有，生緣故老死有。是有……。取……。愛……。受……。觸……。六入處……。……我復作是思惟：何法無故行無？何法滅故行滅？即正思惟，如實無間等，無明無故行無，無明滅故行滅；行滅故識滅，識滅故名色滅，名色滅故六入處滅，六入處滅故觸滅，觸滅故受滅，受滅故愛滅，愛滅故取滅，取滅故有滅，有滅故生滅，生滅故老病死、憂悲惱苦滅，如是如是純大苦聚滅。我時作是念：我得古仙人道……謂八聖道：正見、正志、正語、正業、正命、正方便、正念、正定。」

《相應阿含》256：「所謂明者是知，知者是名為明。又問：何所知？謂色生、滅法，色生、滅法如實知；色無常，色無常如實知；色磨滅法，色磨滅法如實知。（受……；想……；行……；）識生、滅法，識生、滅法如實知；識（無常），識無常如實知；識磨滅法，識磨滅法如實知。」

《相應部》『因緣相應』12.65：「諸比丘！昔我尚未得正覺……曾作此念：此世間實陷於苦惱，生而奔向衰、老、死而又將再生。然卻不知此老死苦之出離，實則如何得知此老死苦之出離耶？……諸比丘！然則我作是念：有何故有老死耶？緣何有老死耶？諸比丘！爾時，我依正思惟，依慧悟得生：有生故有老死，緣生而有老死。諸比丘！時我作是念：「有何故有生？……有有……有取……有愛……有受……有觸……有六處？……有名色耶？……如是，此乃全苦蘊之集。諸比丘！是集、是集。我於尚未聞之法、即生眼、生智、生慧、生明、生光。……諸比丘！時我作是念：無何故無老死，因何之滅而有老死之滅耶？諸比丘！爾時，我生正思惟，依慧悟得：無生故無老死，因生之滅而有老死之滅。……諸比丘！時我作是念：「無何故無生……無有……無取……無愛……無受……無觸……無六處……無名色……如是，此乃全苦蘊之滅。諸比丘！是滅、是滅。我於尚未聞之法，即生眼、生智、生慧、生明、生光。」

若已如實知見「十二因緣集法、滅法」與八正道，即是已「如實知四聖諦（第一轉四行）」，也稱為明。見《相應部》『聖諦相應』18 經、《相應阿含》845 經：

《相應部》56.18 經：「大德！所謂明、明者。大德！云何為明耶？云何為隨明耶？比丘！苦之智，苦集之智，苦滅之智，順苦滅道之智，此名之明；如是者為隨明。」

《相應阿含》845：「若比丘於五恐怖、怨對



休息，三事決定不生疑惑，如實知見賢聖正道，彼聖弟子能自記說：地獄、畜生、餓鬼惡趣已盡，（得須陀洹，）不墮惡趣法，決定正向三菩提，七有天、人往生，究竟苦邊。

何等為五恐怖、怨對休息？……若離殺生者，彼殺生罪怨對因緣生恐怖休息。……彼若離偷盜，邪淫，妄語，飲酒罪，怨對者因緣恐怖休息。……何等為三事決定，不生疑惑？謂於佛決定離於疑惑，於法、僧決定離疑惑，是名三法決定離疑惑。

何等名為聖道如實知見？謂此苦聖諦如實知，此苦集聖諦，此苦滅聖諦，此苦滅道跡聖諦如實知，是名聖道如實知見。」

7-1-2-2-1-2. 無明生起之因緣：六觸入處不如實觀察因緣

「無明」是緣於六根、六境緣生六識時，不如實正觀、明覺五陰的因緣、緣生。若在當前六根、六境緣生六識時，不如實正觀、明覺五陰的因緣、緣生，妄見、妄想五陰是「我」、「人」、「眾生」，也就是「我見」。這是在當前六觸入處不見因緣、緣生而有「無明」，緣無明而有我見。見《相應阿含》334,251 經：

《相應阿含》334 經：「何等無明因、無明緣、無明縛？謂無明，不正思惟因、不正思惟緣、不正思惟縛。不正思惟有因、有緣、有縛，何等不正思惟因、不正思惟緣、不正思惟縛？謂緣眼、色，生不正思惟，生於癡。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。」（註：《相應阿含》334 經內文的「愛所作名為業……愛因為業，業因為眼」，應依據《相應阿含》371 經、《相應部》『因緣相應』11 經修正為「愛所作名為食……愛因為食，食因

為眼」。)

《相應阿含》251 經：「所謂無知，無知者是為無明。云何無知？謂眼生、滅法不如實知，是名無知……耳、鼻、舌、身、意，亦復如是。如是尊者摩訶拘絺羅！於此六觸入處如實不知、不見、不無間等，愚癡、無明、大冥，是名無明。」

從《相應阿含》306 經可以清楚的發現，五陰的因緣共有眼觸入處、耳觸入處、鼻觸入處、舌觸入處、身觸入處、意觸入處等六觸入處。如經說：「眼、色緣，生眼識，三事和合觸，觸俱生受、想、思。此四無色陰，眼色，此等法名為人」。眼根、色境是色陰，眼識是識陰，眼、色、眼識的緣起代名稱為「眼觸」，緣眼觸的因緣有受、想、思（行陰有稱為「思」），如是眼觸入處有色陰、識陰、受陰、想陰、行陰等五陰。同此，耳觸入處、鼻觸入處、舌觸入處、身觸入處、意觸入處也都各有五陰的緣生。這在「十二因緣」的傳誦上，是「六入緣觸，觸緣受（、想、行）」，也就是六觸入處都有五陰因緣的生起。

五陰、六觸入處又稱為「世間」，如實觀察五陰、六觸入處「世間」，即是如實觀「十二因緣」。當如實觀察「五陰、六觸入處集法、滅法」，即是如實觀「十二因緣集法、滅法」。見《相應阿含》230,233,262 經、《相應部》『蘊相應』90 經：

《相應阿含》230 經：「云何名世間？佛告三彌離提：『謂眼，色，眼識，眼觸，眼觸因緣生受——內覺若苦、若樂、不苦不樂。耳……。鼻……。舌……。身……。意，法，意識，意觸，意觸因緣生受——內覺若苦、若樂、不苦不樂，是名世間。所以者何？六入處集則觸集，如是乃至純大苦聚集。……若無彼眼，無色，無眼識，無眼觸，無眼觸因緣生受——內覺若苦、若樂、不苦不樂。無耳……。鼻……。舌……。身……。意，法，意識，意觸，意觸因緣生受——內覺若



苦、若樂、若不苦不樂者，則無世間，亦不施設世間。所以者何？六入處滅則觸滅，如是乃至純大苦聚滅故。』」

《相應阿含》233 經：「云何為世間？謂六內入處。云何六？眼內入處，耳、鼻、舌、身、意內入處。云何世間集？謂當來有愛，喜貪俱，彼彼樂著。云何世間滅？謂當來有愛，喜貪俱，彼彼樂著無餘斷：已捨、已吐、已盡、離欲、滅、止、沒。」

《相應阿含》262 經：「愚癡凡夫所不能解，色無常，受、想、行、識無常，一切諸行無常，一切法無我，涅槃寂滅。……如實正觀世間集者，則不生世間無見；如實正觀世間滅，則不生世間有見。迦旃延！如來離於二邊，說於中道：所謂此有故彼有，此生故彼生，謂緣無明有行，乃至生老病死、憂悲惱苦集。所謂此無故彼無，此滅故彼滅，謂無明滅則行滅，乃至生老病死、憂悲惱苦滅。」

《相應部》22.90 經：「迦旃延！此世間多依二[邊]，或有，或無。迦旃延！若以正慧如實觀世間之集者，於世間不生無見。迦旃延！若以正慧如實觀世間之滅者，於世間不生有見。迦旃延！此世間多為近倚、取著、現貪所縛。……現生者則苦生、現滅者則苦滅、不疑惑、不猶豫、無其他緣而智生。迦旃延！如是為正見。迦旃延！一切是有者，此是一邊；一切是無者，此是一邊。迦旃延！如來離此二邊，依中而說法。謂：緣無明而有行，緣行而有識，…乃至…如是而有此一切苦蘊之集。然而，無餘離滅無明，則行滅…乃至…如是而有此一切苦蘊之滅。」

觀五陰集法、觀世間集法或觀十二因緣集法，都是從「觀六觸入處集法」入手。見《相應阿含》68 經、《相應部》『六處相應』107 經：

《相應阿含》68 經：「常當修習方便禪思，內寂其心，如實觀察。云何如實觀察？如實知此色，此色集，此色滅。此受……。想……。行……。(此)識，此識集，此識滅。」

云何色集？受、想、行、識集？緣眼及色眼識生，三事和合生觸，緣觸生受，緣受生愛，乃至純大苦聚生，是名色集（，受、想、行、識集）。如是緣耳……。鼻……。舌……。身……。緣意及法生意識，三事和合生觸，緣觸生受，緣受生愛，如是乃至純大苦聚生，是名色集，受、想、行、識集。」

《相應部》35.107 經：「諸比丘！以何為世間之生起耶？以眼與色為緣，而生眼識，三者和合為觸，依觸之緣生受，依受之緣生愛，依愛之緣而取，依取之緣而有，依有之緣而生，依生之緣而有老死、憂悲苦惱絕望，此即世間之生起。以耳與聲為緣……以鼻與香為緣……以舌與味為緣……以身與觸為緣……以意與法為緣生意識……。」

修學佛法的真實義，必須從「觀六觸入處集法」入手，如實知見「十二因緣集法」，這是「梵行之初」「梵行的根本」，是正覺、得明、斷無明的方法，不習此法則離佛陀的教法猶如「虛空與地」。見《相應部》『因緣相應』45 經、『六處相應』113,72 經；《相應阿含》209 經：

《相應部》12.45 經：「依於眼與色生眼識，三之和合乃有觸，緣觸而有受，緣受而有愛，緣愛而有取……。如是乃此全苦蘊之集。依耳與聲……依鼻與香……依舌與味……依身與觸……依於意與法而生意識，三之和合乃有觸，緣觸而有受，緣受而有愛，緣愛而有取……。如是乃此全苦蘊之集。……比丘！汝應受持此法門。比丘！汝應善知此法門。比丘！具足此法門之義，是乃梵行之初。」

《相應部》35.113 經：「緣眼與色而生眼識，



三者和合為觸，依觸之緣生受，依受之緣（生愛），依愛之緣（而取，依取之緣而有，依有之緣而生，依生之緣而有老死、憂悲苦惱絕望，）如是則生起一切苦蘊。緣耳與聲……緣鼻與香……緣舌與味……緣身與觸……緣意與法生意識……比丘，汝當習此教法。比丘！汝須通達此教法。比丘！汝須受持此教法。比丘！此教法為梵行之根本者。」

《相應阿含》209 經：「有六觸入處，云何為六？眼觸入處，耳、鼻、舌、身、意觸入處。沙門、婆羅門，於此六觸入處，集、滅、味、患、離不如實知，當知是沙門、婆羅門去我法律遠，如虛空與地。」

《相應部》35.72 經：「諸比丘！於任何比丘，不如實知六種觸處之生起、滅沒、甘味、患難、出離者，為尚未果其梵行，離此法猶遠矣！」

如實知見「十二因緣集法」，不僅 釋迦佛陀依此成就正覺，多聞聖弟子的修證也是由此入手成就正覺。見《相應部》『預流相應』28 經、《相應阿含》846-2 經：

《相應部》55.28 經：「聖弟子當止息五種怖畏、怨讎，成就四種預流，以慧善觀聖理，善通達時，若心欲者，則自得記別，而曰：「於我地獄滅盡、畜生滅盡、餓鬼趣滅盡、惡生、惡趣、墮處滅盡，而得預流，墮法滅、決定、趣向等覺。……以何為慧善觀聖理，善通達之耶？居士！於此有聖弟子，對緣善作意，而曰：「彼有故此有，彼生故此生，彼無故此無，彼滅故此滅。」謂：緣無明生行，緣行生識，緣識生名色，緣名色生六處，緣六處生觸，緣觸生受，緣受生渴愛，緣渴愛生取，緣取生有，緣有生有，緣有生有，緣有生有老死愁悲苦憂惱。如是，此為一切苦蘊之集起。又：無明無餘離滅故行滅，行滅故識滅，識滅故名色滅，名色滅

故六處滅，六處滅故觸滅，觸滅故受滅，受滅故渴愛滅，渴愛滅故取滅，取滅故有滅，有滅故生滅，生滅故老死愁悲苦憂惱滅。如是，此為一切苦蘊之滅。此為以慧善觀聖理，善通達。」

《相應阿含》846-2 經：「若比丘於五恐怖、怨對休息，三事決定不生疑惑，如實知見賢聖正道，彼聖弟子能自記說：地獄、畜生、餓鬼惡趣已盡，得須陀洹，不墮惡趣法，決定正向三菩提，七有天人往生，究竟苦邊。……何等為聖道如實知見？謂十二支緣起如實知見。如所說：是事有故是事有，是事起故是事起，如緣無明行，緣行識，緣識名色，緣名色六入處，緣六入處觸，緣觸受，緣受愛，緣愛取，緣取有，緣有生，緣生老病死、憂悲惱苦，是名聖弟子如實知見」

7-1-2-2-1-3. 無明生起於現前

在佛陀的原說教導中，指出在當前不如實觀察六觸入處如何生起，即不如實知六觸入處如何起、如何滅，所以不知六觸入處的集法、滅法，這稱為「無明」。因此，「無明」的生起是在當前，因為「無明」而有的妄見與貪執，都是緣當前的無明而起。

「無明」是有緣而生起，不是無因緣而生，應知「無明」是緣生法，絕對不是「常法」與「自法」。因此，「無明」是在當前的因緣中生起，既不會從現在移到未來，也不會從「眼觸入處」移到耳觸入處及其他入處。

簡要言之，當前的因緣起無明，不是過往的因緣起現前的無明，也不是不如實觀察眼觸入處的因緣，促成耳觸入處或其他入處起無明。因緣是現前，無明也是起於現前的因緣，若是如實觀察六觸入處因緣於當前，無明則滅於當前。現前無明導致現前的煩惱，當前無明不會造成未來的煩惱；現前的煩惱「影響」現前的作為，但不決定現前的作為，而現前的作為「影響」未來的表



現，但是不決定未來的遭遇及表現。

佛陀的教導，是斷除當前的無明與煩惱，不是斷除過去、未來的無明與煩惱；佛陀的教導，是修正現前的作為，「影響」未來的表現，不是修正現前的作為，「決定」未來的表現。緣生法的生起，是受過去及現前的「影響」，不是由現在及過去決定。「影響」而不能「決定」，是緣生法的事實，「決定」即不是因緣。若是認為無明「決定」現在的作為，無明「決定」未來的表現，是「唯心論」；若說無明「決定」現在的作為，現在的作為「決定」未來的表現，是「唯心論」與「宿命論」。

分別說部的部派主張，即有「唯心論」與「宿命論」的思想。見《舍利弗阿毘曇論》卷十二¹⁹：

「云何無明緣行？無明緣福行、非福行、不動行。不善身行、不善口行、不善意行。……復次，若人無慧、無明未斷，作不善身、口、意行，作不善行故，身壞命終，墮地獄、畜生、餓鬼，以因緒緣故，墮地獄、畜生、餓鬼受五陰身。……作善行已身壞命終，若生人中欲界天上，以因緒緣故，人中欲界天上受五陰身。……作有漏口善行、意善行，當受色界生，作善行已身壞命終，生色界天上，以因緒緣故，色界天上受五陰身。……作有漏身、口、意善行，當受無色界生，作善行已身壞命終生無色界天上，以因緒緣故，無色界天上受四陰身。如是緣現世行受未來行，是名無明緣未來行。……行何緣？無明緣行，此是答。」

《舍利弗阿毘曇論》認為「無明緣現前不善身行、不善口行、不善意行」，是「唯心論」的見解，又主張「緣現世行受未來行」的「宿命論」思想，而「無明緣未來行」是「唯心論」與「宿命論」。這種觀點，讓生活在現前不良困境的人們，無法在現前度越現前的困境，只能盼望未來的美好人生。

如此一來，原是斷煩惱於當前，盡力行正道於現

前，不盼望現生與後世的 佛陀教說，在「唯心論」與「宿命論」的思想下，轉變為無助於改善現前困境，卻只知寄望未來的理想與信仰而已！

7-1-2-2-2. 「無明緣行」的原義

7-1-2-2-2-1. 無明緣貪愛五陰、妄見五陰是我，見我名「行」

若不如實觀六觸入處的因緣，即於六觸入處起「無明」（即經說的「無明觸」）。如是不如實知五陰集法（無明），則不能正知見五陰是緣生法（無正見），即在六觸入處於緣生五陰生貪愛，也在六觸入處有妄見，妄見五陰是我、是我所，妄見五陰是常或斷，如經說：「無明觸生愛，緣愛起彼行」。妄見五陰是我、是我所者，即是「我見」，還有於五陰有「常」與「斷」的妄見、妄想，也稱為「行」，如經說：「見我者，是名為行」、「彼以常見為行，彼以斷見為行」。見《相應部》『蘊相應』132,81 經與《相應阿含》258,57 經：

《相應部》22.132 經：「此處有有聞之聖弟子，如實知色之集、滅、味、過患、出離。如實知受……想……行……識之集、滅、味、過患、出離。友！說此為明，如此為明人。」

《相應阿含》258 經：「舍利弗言：「不知是無明」。（摩訶拘絺羅語：）「不知何等」？（舍利弗言：）「謂色不如實知，色集、色滅、色味、色患、色離不如實知。受……想……行……識，識集、識滅、識味、識患、識離不如實知。摩訶拘絺羅！於此五受陰不如實知，不如實見，不無間等，若闇，若愚，是名無明。成就此法者，名有無明。」

《相應阿含》57 經：「愚癡無聞凡夫，於色見是我，若見我者，是名為行。彼行何因、何集、何生、何轉？無明觸生愛，緣愛起彼行。……彼愛受因……彼受觸因……彼觸六入處因……彼六入處



是緣起法，無常、有為（應譯有漏或有苦）；彼觸、受、愛，行，亦是緣起法，無常、有為（應譯有漏或有苦）。……於受見是我……於想見是我……行……於行見是我……於識見是我……。」

《相應部》22.81 經：「諸比丘！於此處有無聞凡夫，不見聖人，不知聖人之法，不順聖人之法，不見善知識……乃至……不隨善知識之法（此即不見五蘊集法、滅法之十二因緣）²⁰，以見色為我。諸比丘！彼以見為行。此行以何為因？以何為集？從何而生？從何而現耶？諸比丘！若於無明觸所生之所受觸者，於無聞之凡夫，生渴愛，依此而生行。諸比丘！如是彼行亦是無常、有為、緣無間盡諸起所生。彼渴愛亦是無常、有為、緣起所生。彼受……彼觸亦是無常、有為、緣起所生。彼受……彼觸亦是無常、有為、緣起所生。彼無明亦是無常、有為、緣起所生。諸比丘！如是知，如是觀者，於無間盡諸漏。雖不見色是我，卻見我有色。諸比丘！彼以見為行。……雖不見色是我，亦不見我有色，卻見我中有色。諸比丘！彼以見為行。……不見色是我，不見我有色，亦不見我中有色，卻見色中有我。諸比丘！彼以見為行。……雖不見色是我，亦不見我有色，我中有色，色中有我。但見受是我，見我有受，見我中有受，見受中有我。見想是我……。見行是我……。見識是我，見我有識，見我中有色，見識中有我。諸比丘！彼以見為行。……不見色是我，不見受是我，亦不見想……行……識是我，以起如是見，[謂]此是我，此是世間，死後有我、有常、恒、永住而不變易之法。諸比丘！彼以常見為行。……雖不見色是我，亦不見受……想……行……識是我，以起如是見，而雖不以為此是我，此是世間，死後有我、常、恒、永住不變易之法，但起如是見，[謂:]應非有我，非有所，應非我、非我所。諸比丘！彼以斷見為行。……不見色是我，不見受……想……行……識是我，以起如是之見，但不以為此是我，此

是世間，死後有我、常、恒、永住不變易之法，起如是之見，不以為非有我，非有所、非我、非我所，唯疑惑、猶豫而不追究於正法。……諸比丘！彼疑惑、猶豫，而不追究於正法為行。此行以何為因、以何為集、從何而生、從何而現耶？諸比丘！於無明觸所生之所受觸者，無聞凡夫生渴愛，由此而生行。」

7-1-2-2-2. 妄見五陰是我、我所，又名為「取」

妄見五陰是我、是我所的「我見」，既名為「行」，又稱為「取」，如經說：「是我、我所而取」。見《相應阿含》44 經、《相應部》『蘊相應』8 經：

《相應阿含》44 經：「愚癡無聞凡夫，於色集、色滅、色味、色患、色離不如實知故，於色愛喜、讚歎、取著，於色是我、我所而取。……受、想、行、識，亦復如是。」

《相應部》22.8 經：「諸比丘！何為取著、恐懼耶？諸比丘！此處有無聞之凡夫，觀此色是我所，我是如是，我之我是如是。彼人於色變易、變異。彼人有色之變易²¹、變異，而生愁、悲、苦、憂、惱。此受是我所……乃至……。此想是我所……乃至……。此行是我所……乃至……。觀此識是我所……彼人有識之變易、變異，而生愁、悲、苦、憂、惱。諸比丘！取著、恐懼為如是。」

《相應阿含》44 經的經文說對五陰的集法、滅法不如實知，則對五陰生愛喜、讚歎、取著，謂「於五陰是我、我所而取」。對五陰的集法、滅法不如實知即是「無明」，緣無明而對五陰生愛喜、讚歎、取著，取著是指「見五陰是我、我所」。如是可知，「取」是「我見」，又稱為「行」。無明緣愛、取，是同於《相應阿含》57 經「無明觸生愛，緣愛起彼行」的說法。



7-1-2-2-3. 「身見」的原義及出處

因為不如實知五陰的集法，不能正見五陰是緣生法，所以妄見五陰是我、我所。妄見五陰是我、我所的「我見」，後世又稱為「身見」。見《相應阿含》570經、《相應部》『質多相應』3經：

《相應阿含》570 經：「長者！凡世間所見，或言有我，或說眾生，或說壽命，或說世間吉凶，斯等諸見，一切皆以身見為本，身見集，身見生，身見轉」。復問：「尊者！云何為身見」？答言：「長者！愚癡無聞凡夫，見色是我，色異我，色中我，我中色。受……。想……。行……。識見是我，識異我，我中識，識中我。長者！是名身見」

《相應部》41.3 經：「居士！此處有無聞之凡夫，尚未會遇聖者，不熟通聖者之法，未修練聖者之法。未會遇善人，不熟通善人之法，未修練善人法者。以觀色為自己，以自己為有色者，以觀自己為色，色為自己。以受……以想……以行……以觀識為自己，以自己為識者，以識為自己，自己用識。居士！己身見者，當即如是。……居士！此處有多聞之聖弟子，已會遇聖者，熟通聖者之法，善修練聖者之法，既會遇善人，熟通善人法，修練善人法者，不觀色為自己，不以有色為自己者，亦不觀色有自己，不以自己有色。以受……以想……以行……不觀識為自己，自己為有識者，識有自己，自己有識。居士！無己身見者，當即如是。」

在《相應部》『質多相應』3 經，提到「無聞凡夫，不熟通聖者之法……見五陰是自己（我），自己（我為五陰有，我為五陰、五陰為我）。「不熟通聖者之法」說的也是對五陰的集法、滅法不如實知的「無明」，因「無明」而有「身見（即我見）」。見《相應部》『因緣相應』21 經、『蘊相應』22 經：

《相應部》12.21 經：「如來具足十力，具足四

無所畏，示知牛王之事，於眾中作獅子吼，轉梵輪，濟度眾生。〔所謂〕：色如是如是，色之集如是如是，色之滅如是如是；受……想……行……識……。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。」

《相應部》22.126 經：「比丘！此處有無聞之凡夫，於色有集法，不如實知色乃有集法。於色有滅法，不如實知色乃有滅法。於色有集、滅法，不如實知色乃有集、滅法。於受……。於想……。於行……。於識有集法……不如實知識乃有集、滅法。比丘！說此為無明，如是為無明人。」

在《相應部》『質多相應』3 經，提到「不熟通聖人法」的無聞凡夫，因為不如實知五陰集法、滅法的「無明」，而有五陰是我、是我所的「身見」。

「身見」之詞語的發生及運用，很可能是出自佛滅後 116 年佛教分裂以後的分別說部《舍利弗阿毘曇論》，而不是佛滅百年內佛教僧團使用的語詞，也不是出自「第一次經律結集」集成的古老七事相應教。理由是分別說部自派集成的《舍利弗阿毘曇論》，此論在傳統修證次第的慧解脫、心解脫之外，提出傳統經法無有的「十結」與「四沙門果」的教說，「十結」與「四沙門果」相互搭配解說的新修證次第，提出最先證的聖果是須陀洹，而最先斷除的結即是「身見」，卻不是傳統的先覺悟因緣法、緣生法。

分別說系銅鑠部傳誦的《相應部》『質多相應』3 經，將「妄見五陰是我、我所」的「我見」轉稱為「身見」的語詞，在銅鑠部的《中部》『滿月大經』也有同樣的語詞。這兩篇經文呼應了《舍利弗阿毘曇論》的「十結」教說，並且也都不是古老七事修多羅當中的傳誦。見《舍利弗阿毘曇論》²²、《中部》第 109『滿月大經（Māhapunnamasuttam）』：



《舍利弗阿毘曇論》卷二十一：「何謂煩惱結法？十結，是名煩惱結法。」

《舍利弗阿毘曇論》卷二十六：「云何十結？見結、疑結、戒道結、欲染結、瞋恚結，色染結、無色染結、無明結、慢結、掉結。」

《舍利弗阿毘曇論》卷四：「四沙門果：須陀洹果、斯陀含果、阿那含果、阿羅漢果。……云何須陀洹果？若見斷三煩惱，斷身見、疑、戒道。是名須陀洹果。……云何斯陀含果？若見斷三煩惱斷，身見、疑、戒道，煩惱思惟斷，欲愛、瞋恚煩惱分斷，是名斯陀含果。……云何阿那含果？若五下分煩惱斷，身見、疑、戒道、欲愛、瞋恚，是名阿那含果。……云何阿羅漢果？若思惟斷，色界、無色界、煩惱斷無餘，是名阿羅漢果。」

《中部》109 經：「比丘！此處有無聞之凡夫，不認諸聖，不熟聖法，於聖法不能練達，不認諸善士，不熟諸善士之法，對諸善士之法不能練達，認色即我，又認我為色有，又認於我之中有色，又認色之中有我。認受即我…乃至…想…乃至…行…乃至…識即我，又認我為識有，又認我中有識，又認識中有我，比丘！如是即有身見。……比丘！此處有多聞之聖弟子，認諸聖，熟聖法，對聖法善練達。認諸善士，熟諸善士之法，對諸善士之法善練達，不認色即我，又不認我為色有，又不認我中有色，又不認色中有我。…不認想即我…不認行即我…不認識即我，又不認我為識有，又不認我中有識，又不認識中有我。比丘！如是即無有身見。」

分別說部的《舍利弗阿毘曇論》的「身見」說法，在《相應部》『蘊相應』82 經也有此說，並且『蘊相應』82 經的經名也是簡稱為「滿月」，同於《中部》『滿月大經』，這是融入七事修多羅的傳誦當中。見《相應部》『蘊相應』82 經：

《相應部》22.82 經：「比丘！於此處之無聞凡

夫，不見聖人，不知聖人之法，不順聖人之法，不見善知識，不知善知識之法，不順善知識之法，以見色是我，我乃色有，我中有色、色中有我。見受……想……行……識是我，我乃識有，我中有識，識中有我。比丘！如是而起有身見。」

7-1-2-2-2-4. 斷「我見」必先已斷無明

《中部》『滿月大經』與《相應部》『質多相應』3 經、『蘊相應』82 經，都提出「不知聖人之法」的無聞凡夫會起「妄見五陰是我、我所」的「身見（我見）」。「聖人之法」是因緣法，「不知聖人之法」不是指出了不如實知因緣、緣生法的無明，會有「我見」的妄想嗎？如是可見，**不先斷無明而先斷「身見（我見）」是不當的教說**。若是斷「身見（我見）」，必定是已經知因緣法、緣生法，已得明、斷無明。見《相應阿含》45 經、《相應部》『蘊相應』47 經：

《相應阿含》45 經：「如是比丘！有意界，法界，無明界。愚癡無聞凡夫，無明觸故，起有覺、無覺、有無覺；我勝覺、我等覺、我卑覺；我知、我見覺，如是知、如是見覺，皆由六觸入故。多聞聖弟子，於此六觸入處，捨離無明而生明，不生有覺、無覺、有無覺；勝覺、等覺、卑覺；我知、我見覺。」

《相應部》22.47 經：「諸比丘！此處有無聞之凡夫，不見聖人…乃至…不順善知識之法，觀我是色，我以色有，我中有色，色中有我……觀受……想……行……識是我，我以識有，我中有識識中有我。有如是觀見，謂不離我。……然則，有聞之聖弟子斷無明而生明。彼人離無明而生明故，不思惟我，不思惟此是我，不思惟有，不思惟無，不思惟有色……無色……有想……無想……非想非非想。」

經說：「捨離無明而生明，不生我知、我見



覺」、「離無明而生明故，不思惟我，不思惟此是我」。如實知因緣法，正見五陰是緣生法，才能斷除「我見」，無法不先明見因緣法，不得明、斷無明，卻能先斷「我見」。見《相應阿含》296 經：

《相應部》296 經：「多聞聖弟子，於此因緣法、緣生法，正智善見。……若沙門、婆羅門，起凡俗見所繫，謂說「我見」所繫，說「眾生見」所繫，說「壽命見」所繫，「忌諱吉慶見」所繫，爾時悉斷、悉知，斷其根本，如截多羅樹頭，於未來世成不生法。是名多聞聖弟子，於因緣法、緣生法，如實正知，善見，善覺，善修，善入。」

佛陀是教「先觀因緣、正見緣生（見聖人之法）」，「得明、斷無明」之後，再破除「常見」、「我見」。分別說部《舍利弗阿毘曇論》的「十結」新說，提出「先斷身見，最後斷無明」的論義，違背了正統佛法的經說。這種背離經義的論說，在佛滅後約 250 年被阿難系的迦旃延尼子承受，並融入其著作的《發智論》中，造成阿難系僧團的分裂。後來，由迦旃延尼子學眾創立的說一切有部，即在傳誦的《相應阿含》710 經中，融入了「身見」的語詞用法。

《相應阿含》57 經提到「無明觸生愛，緣愛起彼行」，這在十二因緣的憶誦口訣，又說是「六入緣觸，觸緣受（、想、行），受緣愛，愛緣取（又名「行」，即我見）」。見《相應阿含》57 經：

《相應阿含》57 經：「若見我者，是名為行。彼行何因、何集、何生、何轉？無明觸生愛，緣愛起彼行。……彼愛受因……彼受觸因……彼觸六入處因……。彼六入處是緣起法，無常、有為（應譯有漏）；彼觸、受、愛、行，亦是緣起法，無常、有為（應譯有漏）。」

7-1-2-2-2-5. 無明緣「行」的異說：作為、現未三界業報

分別說部《舍利弗阿毘曇論》對「十二因緣」的解說，提出自部的新義解。《舍利弗阿毘曇論》在「無明緣行」的解釋上，先根據「十二因緣法」的「無明」作為生死輪迴的根源，再加以結合「十結」之「無明最後斷」的自派論義。如是將「行」解釋為「無明」促成的身、口、意作為及種種業報，包含種種現在世的善、惡、禪定作為，還有未來世的三界業報。見《舍利弗阿毘曇論》卷十二²³：

「云何無明緣行？無明緣福行、非福行、不動行。

云何非福行？不善身行、不善口行、不善意行。云何不善身行？若人無慧、無明不斷，行殺、盜、婬，及餘不善身行，是名不善身行。云何不善口行？若人無慧無明未斷，行妄語、兩舌、惡口、綺語。及餘不善口行，是名不善口行。云何不善意行？若人無慧、無明未斷，起貪欲、瞋恚、邪見，是名不善意行。此身、口、意不善行，名非福行無明緣現世行。

云何福行？身善行、口善行、意善行。云何身善行？若人無慧、無明未斷，不殺、盜、婬，及餘身善行，是名身善行。云何口善行？若人無慧、無明未斷，不妄語、兩舌、惡口、綺語，及餘口善行，是名口善行。云何意善行？若人無慧、無明未斷，無貪、無恚正見，是名意善行。此身、口、意善行，是名福行無明緣現世行。

復次，若人無慧、無明未斷，離欲、惡不善法，有覺、有觀離生喜樂，成就初禪行。……無覺、無觀定生喜樂，成就二禪行。……離喜、捨行、念知身受樂，如諸聖人解，捨念樂行，成就三禪行。……斷苦樂，先滅憂喜，不苦不樂捨念淨，



成就四禪行。……意業由意生受、想、思、觸、思惟，如是身、口、意善行，是名福行無明緣現世行，是名福行。

云何不動行？若人無慧、無明未斷，離一切色想，滅瞋恚想，不思惟若干想，成就無邊空處行。……離一切空處，成就無邊識處行。……離一切識處，成就無所有處行。……離一切無所有處，成就非有想、非無想處行。……意業由意生受、想、思、觸、思惟，如是身、口、意善行，是名福行無明緣現世行，是名不動行。

復次，若人無慧、無明未斷，作不善身、口、意行，作不善行故，身壞命終，墮地獄、畜生、餓鬼，以因緒緣故，墮地獄、畜生、餓鬼受五陰身。……作善行已身壞命終，若生人中欲界天上，以因緒緣故，人中欲界天上受五陰身。……作有漏口善行、意善行，當受色界生，作善行已身壞命終，生色界天上，以因緒緣故，色界天上受五陰身。……作有漏身、口、意善行，當受無色界生，作善行已身壞命終生無色界天上，以因緒緣故，無色界天上受四陰身。如是緣現世行受未來行，是名無明緣未來行。……行何緣？無明緣行，此是答。」

分別說部自部集成的《舍利弗阿毘曇論》，對「十二因緣法」之「行」的義解，融入了分別說部系傳誦的經說中，發展出自部傳誦的「部義經說」。見《相應部》『因緣相應』2經：

《相應部》12.2 經：「諸比丘！何為行？諸比丘！此等有三行：身行、口行、心行是。諸比丘！以此謂之行。」

分別說部《舍利弗阿毘曇論》對「行」的義解，日後影響了阿難系僧團的迦旃延尼子，在迦旃延尼子的《發智論》（《發智論》有八章，章又稱為犍度，此論又稱八犍度論），還有迦旃延尼子學眾開創之說一切有部傳誦的《阿毘達磨法蘊足論》，都有類同《舍利弗阿毘曇論》的部義解說。見《發智論》

24、《阿毘曇八犍度論》『阿毘曇雜犍度人跋渠第三』卷二²⁵、《阿毘達磨法蘊足論》卷第十一²⁶：

《發智論》：「如世尊說：無明緣行，取緣有。

云何無明緣行？云何取緣有？答：無明緣行者，此顯示業先餘生中，造作增長，得今有異熟及已受異熟。取緣有者，此顯示業現在生中，造作增長，得當有異熟。無明緣行，取緣有，何差別？答：無明緣行者，廣說如前，此業緣，世尊說一煩惱，謂無明；取緣有者，廣說如前，此業緣，世尊說一切煩惱謂諸取。是謂差別。」

《阿毘曇八犍度論》：「無明緣行、受緣有，彼云何無明緣行？云何受緣有？答曰：無明緣行者，於是現行前世時所作行，彼行報今生得有，是謂無明緣行。受緣有者，於是現行於此生所作行，諸行受報當得未來有，是謂受緣有。無明緣行、受緣有，有何差別？答曰：無明緣行，於是現行前世時所作行，彼行報今生得有，彼行緣說一結無明；受緣有，於是現行今生作行，彼行報當得未來有，彼行緣說一切結。無明緣行、受緣有，是謂差別。」

《阿毘達磨法蘊足論》：「起無量種惡不善法，一切皆以無明為根，無明為集，是無明類。從無明生，墮無明趣者，不如實知善、不善法，有罪、無罪法，應脩、不應脩法，下劣、勝妙法，黑白法，有敵對法。緣生諸法。不如實知此諸法故，便起邪見、邪思惟，乃至邪念、邪定，是名無明緣行。復次毘喻經中……無明為緣，造福、非福及不動行。」

《舍利弗阿毘曇論》的部派論義，轉化為分別說系的《相應部》『因緣相應』2經的傳誦，也融入說一切有部的《發智論》、《阿毘達磨法蘊足論》。

《發智論》傳說是迦旃延尼子的著作，迦旃延尼子接受《舍利弗阿毘曇論》的思想，造成阿難系僧團分裂為原阿難系多聞僧團的雪山部（重經）、迦旃延尼子



學眾的說一切有部（重論）。說一切有部分出後未久，有部南方化區的有部學眾又捨棄新傳出的迦旃延尼子《發智論》，改宗流傳較早的《舍利弗阿毘曇論》而另自立為犢子部。

此後，原說一切有部為了和犢子部爭正統，一方面自稱是根本說一切有部，二方面另再集出《阿毘達磨法蘊足論》²⁷（梵 Abhidharma-dharma-skandhapāda）。說一切有部宣稱《阿毘達磨法蘊足論》是出自舍利弗的著作（另有說是目犍連的著作），更宣稱《法蘊足論》的傳出時代是比迦旃延尼子的《發智論》更早，這是為自派建立一個比《舍利弗阿毘曇論》更早的傳承根據，目的是確立自派的正統地位。說一切有部稱友（Yaśomitra）論師的《俱舍論釋》，提出重論的說一切有部主要的三部論都是出自佛陀時代的作品，如《法蘊足論》附會是舍利弗的著作，《集異門足論》附會是摩訶俱絺羅的著作，《界身足論》附會為富樓那的著作，並且宣稱《法蘊足論》是最早傳出。見說一切有部傳誦的《根本說一切有部毘奈耶》『雜事』卷第四十²⁸：

「摩室里迦我今自說，於所了義皆令明顯，所謂：四念處、四正勤、四神足、五根、五力、七菩提分、八聖道分。四無畏、四無礙解、四沙門果、四法句、無諍願智，及邊際定、空、無相、無願，雜修諸定正入現觀，及世俗智、苦摩他、毘鉢舍那，法集、法蘊，如是總名摩室里迦。」

《根本說一切有部毘奈耶》『雜事』提到經說的「摩室里迦（本母）」，除了佛陀原說的四念處等三十七道品之外，另外增說了部派佛教時代傳出的四無畏、四無礙解、四沙門果……毘鉢舍那等增新義解，而法集、法蘊指的正是說一切有部自派集成的《法蘊足論》、《集異門足論》。

如此可見，有部集出的《法蘊足論》，是為了能夠和仰信《舍利弗阿毘曇論》的分別說部系（印大

陸化地部、法藏部、飲光部）與犢子部分庭抗禮。

除此以外，說一切有部傳誦的《相應阿含》298 經，是融攝了分別說系的《相應部》『因緣相應』2 經，也揉雜了《阿毘達磨法蘊足論》的觀點。如「無明」的定義，《相應阿含》與《相應部》的古老經法共說，是指「不如實知十二因緣集法」、「不如實知五陰集法、滅法」、「五陰集、味、患、離」、「不如實知四聖諦（第一轉）」，《舍利弗阿毘曇論》的定義是「不知四聖諦（第一轉）」，《相應部》『因緣相應』2 經也是如是義解，但在有部的《阿毘達磨法蘊足論》則另增說「不如實知善、不善法，有罪、無罪法，應脩、不應脩法」；關於「行」的定義，《相應阿含》與《相應部》的古老經法共說是「我見」，《舍利弗阿毘曇論》是自部另定義為「福行、非福行、不動行」，又說有「身行、口行、意行」，而在《相應部》『因緣相應』2 經則說是「身行、口行、心行」，《相應阿含》也融攝此義。見《相應阿含》298 經：

《相應阿含》298 經：「我今當說緣起法，法說、義說。諦聽，善思，當為汝說。云何緣起法法說？謂此有故彼有，此起故彼起，謂緣無明行、乃至純大苦聚集，是名緣起法法說。云何義說？謂緣無明行者，彼云何無明？若不知前際，不知後際，不知前後際；不知於內，不知於外，不知內外，不知業，不知報，不知業報；不知佛，不知法，不知僧；不知苦，不知集，不知滅，不知道；不知因，不知因所起法；不知善、不善，有罪、無罪，習、不習，若劣、若勝，染汙、清淨，分別緣起，皆悉不知。於六觸入處不如實覺知，於彼彼不知、不見、無無間等、癡闇、無明、大冥，是名無明。緣無明行者，云何為行？行有三種：身行，口行，意行。」

分別說系《舍利弗阿毘曇論》對於「十二因緣」的解釋，轉化為《相應部》『因緣相應』2 經，



日後也影響了說一切有部《發智論》、《阿毘達磨法蘊足論》的部義，《相應阿含》298 經更是取材自《相應部》『因緣相應』2 經的傳誦，再揉雜些許有部自派的論義，所以稍有不同於《相應部》因緣相應』2 經的說法。

7-1-2-2-3. 行緣識：提要句頌的編集與誤解

7-1-2-2-3-1. 「十二因緣」之提要句頌與真義的差異

佛陀時代為了幫助學人學習「十二因緣」，編出了幫助憶持的提要句頌，即「無明緣行、行緣識、識緣名色……有緣生、生緣老病死」。

如初始結集時，為了憶誦經文的方便，集經後又再編出經篇次第提要的偈頌。提要性質的句頌或偈頌，都會考慮音韻、文辭、流暢的表現，重點在易誦、易持，不在義理的完整表達。如果將幫助學人學習「十二因緣」的憶持句頌，當作絕對的經義教說，勢必會陷入學習的迷惘與困境。

現今佛教界對「十二因緣」的解說內容，是出自《舍利弗阿毘曇論》的義解。《舍利弗阿毘曇論》是將「行緣識」的句頌，誤當作真有其事的作解，造成極為複雜與廣大的增新義解，並且深刻、廣泛的影響了後世的佛教思惟。

「十二因緣」的憶持提要句頌中，「無明緣行、行緣識、識緣名色」是何義？

7-1-2-2-3-1-1. 「無明緣行」之句頌與真義的差異

「十二因緣」說到「無明緣行、行緣識、識緣名色」，當中的「無明緣行」是說：若在六觸入處不如實觀察集法，當在六觸入處起無明（經說簡稱「無明觸」），而緣無明生貪愛及我見（行），此謂「無明觸生愛，緣愛起彼行」。依據《相應阿含》

334,41,57 經的經義，「無明觸生愛，緣愛起彼行」的實際內容，是「六入處緣觸，觸緣受（、想、行），受緣愛，愛緣行（「行」是我見，又名為「取」）」，簡略說為「無明緣行」。「六入處緣觸，觸緣受（、想、行）」即是六觸入處的五陰因緣法，在此六觸入處不如實知五陰生法，是謂「無明」，又稱為「無明觸」，意指無明起於六觸入處。

7-1-2-2-3-1-2. 「觸緣受」之句頌與真義的差異

前面所引，當中的「觸緣受，受緣愛」也是憶誦口訣，不是真義。如「觸緣受」，經說：「觸有眼觸、耳觸、鼻觸、舌觸、身觸、意觸」、「緣觸生受、想、思（行陰）」，「觸」不是只有緣生受陰，觸也緣生想陰、行陰。見《相應阿含》41,306 經、南傳《相應部》『蘊相應』56 經：

《相應阿含》41 經：「云何受如實知？有六受身：眼觸生受，耳、鼻、舌、身、意觸生受，是名受，如是受如實知。云何受集如實知？觸集是受集，如是受集如實知。……云何想如實知？謂六想身。云何為六？謂眼觸生想，耳、鼻、舌、身、意觸生想，是名想，如是想如實知。云何想集如實知？謂觸集是想集，如是想集如實知。……云何行如實知？謂六思身，眼觸生思，耳、鼻、舌、身、意觸生思，是名為行，如是行如實知。云何行集如實知？觸集是行集，如是行集如實知。」

《相應部》22.56 經：「諸比丘！以何為受耶？諸比丘！是六受身。〔謂：〕眼觸所生受、耳觸所生受、鼻觸所生受、舌觸所生受、身觸所生受、意觸所生受是。諸比丘！此名為受，由觸之集而有受之集，由觸之滅而受之滅。……諸比丘！以何為想耶？諸比丘！六想身是。〔謂：〕色想、聲想、香想、味想、所觸想、法想是，此名之為想。依觸之集而有想之集，由觸之滅而想之滅。……諸比丘！



以何為行耶？諸比丘！六思身是。〔謂：〕色思、聲思、香思、味思、所觸思、法思是，此名之為行。依觸之集而有行之集，依觸之滅而有行之滅。」

《相應阿含》306 經：「眼、色緣，生眼識，三事和合觸，觸俱生受、想、思。此四無色陰，眼色，此等法名為人。於斯等法，作人想，眾生。」

7-1-2-2-3-1-3. 「受緣愛，愛緣取（行）」之句頌與真義的差異

「十二因緣」的句頌有「受緣愛」，似乎是緣「受」而生「愛」，但是「愛」的真實因緣是「無明」。如經說：「癡者是無明，癡求欲名為愛」、「五陰集、滅不如實知，於五陰愛喜、讚歎、取著」。見《相應阿含》334,44 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。」

《相應阿含》44 經：「愚癡無聞凡夫，於色集、色滅、色味、色患、色離不如實知故，於色愛喜、讚歎、取著，於色是我、我所而取。……受、想、行、識，亦復如是。」

若是依據「受緣愛」的憶持句頌來解義，當會認為「愛」是緣於「受」，而斷「愛」即必需斷「受」。然而，「受」是六觸為緣而生，所謂「觸緣受」，而「觸」是六入處因緣的代名稱，如經說：「（根、境、識）三事和合生觸」。若是全然的依據「受緣愛」的憶持句頌，必是得知「斷愛需先斷受，斷受需要斷觸，斷觸需斷六入處，而斷六入處（根、境緣生識）則必需斷六根」。試想：若是斷愛必需要斷六根，這不成了教人自殘的方法嗎？如是可知，這是依據憶誦句頌、口訣作為解知「十二因緣」，才會造成的偏差錯解。

此外，「六入處緣觸、觸緣受、受緣愛、愛緣行（「行」是我見，又名為「取」）」的句頌，不僅「愛」不是緣之於「受」，「行（或「取」）」指的「我見」，也不是緣之於「愛」。如《相應阿含》296,256 經、《相應部》『因緣相應』20,21 經、『蘊相應』126 經共同指明，「我見」是肇因於「不如實知因緣法、緣生法」的無明。

依據古老經法的共說，「愛」、「行（取、我見）」的生起，實際都是緣於「無明」。由此當知，「觸緣受、受緣愛，愛緣行（或取，我見）」都是幫助憶持的句頌，實際的真義不等同句頌的說法。

若要斷「愛」與「行（取、我見）」，都是要先斷「無明」。「無明」如何斷？必需如實觀察「六入處緣觸、觸緣受（、想、行）」，如實知五陰的生法，正見六入處、觸（代名詞）、受、想、行都是緣生法，進而斷「常見」、斷「我見」（即斷「行」，參《相應阿含》57 經、《相應部》『蘊相應』81 經），最後才能斷「愛」。

7-1-2-2-3-1-4. 「行緣識」之句頌與真義的差異

「十二因緣」的句頌中，除了「觸緣受，受緣愛，愛緣取（行）」以外，「行緣識、識緣名色」也是經說憶誦的提要句頌，只是簡易的口訣。當中真正的意思，也不能直接用憶持句頌作為解義的根據，實際是另有其真義。

原始經說「無明緣行、行緣識、識緣名色」的真義，是「無明起於六觸入處，無明緣行（取、我見）、貪愛，愛識緣名色」。在「十二因緣法」中，實際是無有「行緣識」的事實。試問：「我見」緣生「六識」，如何說呢？「行緣識」的句頌，應是編集時為了表現文句的連貫、順暢而編出，並不是真有其事。因此，「行緣識」實際不是有「行」可緣「識」。

《舍利弗阿毘曇論》針對「行緣識」的解說，除了將「行」的定義，自派解說為「福行、非福行、不



動行」與「身行、口行、意行」以外，更是自行創造出「現在行緣現在識（六識）」與「現在行緣未來識（六識）」的新義解。見《舍利弗阿毘曇論》卷十二²⁹：

《舍利弗阿毘曇論》：「云何行緣識？有緣共欲思生共欲識，如是緣現在行生現在識，名行緣現在識；有共瞋恚，有共愚癡，無共欲、無共瞋恚、無共愚癡，善不善有緣無記思，有生無記識，如是緣現在行生現在識，是名行緣現在識緣眼緣色生識。彼眼行、色行若緣識，如是緣現在行生現在識，是為現在行緣現在識；耳……；鼻……；舌……；身……；緣意、緣法生識，彼意行、法行若緣識，如是緣現在行生現在識，是名現在行緣現在識。」

《舍利弗阿毘曇論》：「復次，若人無慧、無明未斷，起不善身行、不善口行、不善意行，作不善行已，身壞命終，墮地獄、畜生；餓鬼，以因緒緣故，生地獄、畜生、餓鬼，**初識以業**，因緒集緣，**生眼識乃至意識及後了識，如是緣現在行生未來識**，是為行緣未來識。」

復次，若人無慧、無明未斷，作有漏身善行，當受欲界生，作有漏口、意善行，當受欲界生，作善行已，身壞命終，若生人中，若生欲界天上，以因緒緣故，若生人中，若生欲界六天，**初識以業**，因緒集緣，**生眼識乃至意識及後了識，如是緣現在行生未來識**，是為行緣識。

復次，若人無慧、無明未斷，行有漏身善行，當受色界生，作有漏口、意善行，當受色界生，作善行已，身壞命終，生色界天上，以因緒緣故，色界天上，**受初識業**，因緒集緣，**生眼識乃至意識及後了識，如是緣現在行生未來識**，是名行緣未來識。

復次，若人無慧、無明未斷，作有漏身善行，當受無色界生，作有漏口、意善行，當受無色界生，作善行已，身壞命終，生無色界天上，以因緒緣

故，無色界天上**受初識業**，因緒集緣，**生意界意識界及後了識，如是緣現在行生未來識**，是名行緣未來識。

復次，若人無慧、無明未斷，作身口、意惡行，作惡行已，身壞命終，墮地獄、畜生、餓鬼，以因緒緣故，地獄、畜生、餓鬼**有不善思共彼思識，如是緣未來行受未來識**，是名行緣未來識。

復次，若人無慧、無明未斷，作有漏身善行，當受欲界生，作有漏口、意善行，當受欲界生，作善行已，身壞命終，若生人中、生欲界天上，由因緒緣故，若人中欲界天上，**有善思共彼思識，如是緣未來行受未來識**，是名行緣未來識。

復次，若人無慧、無明未斷，作有漏身善行，當受色界生，作有漏口、意善行，當受色界生，作善行已，身壞命終，生色界天上，以因緒緣故，生色界天上，**有善思共思識，如是緣未來行生未來識**，是名行緣未來識。

復次，若人無慧、無明未斷，作有漏身善行，當受無色界生，作有漏口、意善行，當受無色界生，作善行已，身壞命終，生無色界天上，以因緒緣故，無色界天上**有不動思共彼思識，如是緣未來行生未來識**，是名行緣未來識。

復次，若最後行未知而滅，若無間行滅已，識續餘道生，彼行彼緣無間緣，若因識續餘道生，彼行緣彼識因緣，**若思行彼識續餘道生，彼行緣彼識境界緣**；若彼行識續餘道生，**彼行緣彼識依緣**；若報行識續餘道生，**彼行緣彼識報緣**；若起行識續餘道生，**彼行緣彼識起緣**；若行相應識續餘道生，**彼行緣彼識異緣**；若行增上識續餘道生，**彼行緣彼識增上緣**。此最後識滅，初識續餘道生，**最後識滅已，初識即生，無有中間**。喻如影移日續、日移影續，影之與日，無有中間。如是最後識滅，初識續餘道生，**後識滅已，即受初識，無有中間**。若最初識，若最後識相應法，不至後識。喻如眼識滅已生耳



識，耳識滅已生眼識，眼識相應法不至耳識，耳識相應法不至眼識。如是最後識、最後識相應法，不至初識，初識相應法不至後識。**後識滅已即生初識，謂此時過**，謂此滅彼生，謂此終彼始。非彼命彼身，非異命異身，非常、非斷，非去、非來、非變，非無因、非無作，非此作此受，非異作異受。知有去來，知有生死，知有業相續，知有說法，知有緣，**無有從此至彼者，無有從彼至此者**。何以故？**業緣相續生**。如佛說阿難：識有緣？如是阿難問已，有答：**識有何緣？行緣！此是答**。阿難：若無行者當有識不？世尊：無也！以是阿難，此因緒緣識，若行緣識！如向所說，以此故說。」

「現在行緣現在識，現在行緣未來識（六識）」的新思惟，是在「行」為「身行、語行、意行，或福行、非福行、不動行」的定義下，針對「行緣識」的句頌，作出「行」緣當前的六識生的解說，還有「行」緣後世的六識生的輪迴義解。如此，「行」與「識」之間，是有著此世、後世的分位了。

除了「行」與「識」被《舍利弗阿毘曇論》當作不同時世的分位之外，在「十二因緣」的經說中，「有」與「生」也是不同世的分位。如此來說，《舍利弗阿毘曇論》對「十二因緣」的義解，是將「十二因緣」分為過去的「無明、行」，現生的「識、名色、六入、觸、受、愛、取、有」，未來世的「生、老病死」。見《舍利弗阿毘曇論》卷十二³⁰：

《舍利弗阿毘曇論》：「復次，若人無慧、無明未斷，起不善身行、不善口行、不善意行，作不善行已，身壞命終，墮地獄、畜生；餓鬼，以因緒緣故，生地獄、畜生、餓鬼，**初識以業**，因緒集緣，**生眼識乃至意識及後了識**，如是緣現在行生未來識，是為行緣未來識。復次，若人無慧、無明未斷，作有漏身善行，當受欲界生，作有漏口、意善

行，當受欲界生，作善行已，身壞命終，若生人中，若生欲界天上，以因緒緣故，若生人中，若生欲界六天，**初識以業**，因緒集緣，**生眼識乃至意識及後了識**，如是緣現在行生未來識，是為行緣識。……」

《舍利弗阿毘曇論》：「云何有緣生？若諸眾生眾中生，**重生住胎，出胎得生**，陰具諸入眾和合，是名生。如佛說：阿難！生有緣！阿難問已，有答：生何緣？有緣生。此是答。阿難！若無一切有者，有生不？世尊！無也。阿難！以因緒緣有緣生，如向所說，以是故說。**云何生緣老死、憂悲苦惱大苦聚？云何老？**謂眾生衰老顛掉、諸根熟念、滅行，故是名老。**云何死？**若諸眾生終沒死盡，時過陰壞捨身、此陰變異、眾別離，是名死。」

分別說部《舍利弗阿毘曇論》對「十二因緣」的義解及分位，影響了佛教各部派，也成為取代正統「十二因緣法」的新義解，變成後世佛教的教說。見說一切有部《發智論》卷一³¹、《阿毘曇八犍度論》卷二³²：

《發智論》：「於此生十二支緣起，幾過去？幾未來？幾現在耶？答：二過去，謂無明、行；二未來，謂生、老死；八現在，謂識、名色、六處、觸、受、愛、取、有。」

《阿毘曇八犍度論》：「一人此生十二種緣，幾種過去？幾種未來？幾種現在？答曰：二種過去——無明、行；二種未來——生、死也；八種現在——識、名色、六入、更樂、痛、愛、受、有（此句的更樂、痛、愛、受等，應是誤植之文句）。」

這是「依識分位」的「十二因緣」，認為「行」是現在世的善、惡、禪定作為，還有未來世的三界業報。在這種解說之下，每一生的業報與善、惡、禪定作為，即是「識、名色、六入、觸、



受、愛、取、有」，當當生的業報是「識、名色、六入、觸、受陰（、想陰、行陰）」，是緣於過去世的「身行、口行、意行」，而當生的善、惡、禪定作為是「愛、取、有」，則是現世的「身行、口行、意行」。這是認為每一生的生死是從「識」開始，而無明所緣之種種作為及生死業報的「行」，即歸納為「識、名色、六入、觸、受、愛、取、有」，也略說是「生、老病死」。

「依識分位」之「十二因緣」的義解，是出自《舍利弗阿毘曇論》的部派義解，說一切有部的《發智論》也融攝了「依識分位」的「十二因緣」，完全的不同於「十二因緣」的古老經說傳誦。「依識分位」的錯解，是出自將經說中憶持句頌的提要口訣，誤當作解說「十二因緣」的根據後，才會發展出自圓其說的新義解。

然而，這種新義解的內容，畢竟不是出自現前實際現知、現證的具體經驗，只是一種宗教學說的解義學理，也是一種玄虛神秘的哲思而已！因此，「行緣識」的解說，既無法驗證、無法具有實際證據，即造成解說的內容必然有所不足，也無法徹底的消除種種疑慮，只有引起無止盡的見解分歧與爭議。見《阿毘曇毘婆沙論》卷第十三³³：

「如說行緣識，亦說名色緣識，復說緣二生識，此三有何差別？答：曰或有說者，行緣識說業差別，名色緣識說識住差別，緣二生識，說所依及境界差別。

復有說者：行緣識如初取時，名色緣識如守護時，緣二生識如長養時。

復有說者：行緣識說初相續，名色緣識說已成立，緣二生識說成立已能緣境界。

復有說者：行緣識說行名色，名色緣識說報名色，緣二生識說所依及緣境界。

復有說者：行緣識說惡趣識，名色緣識說人及六

欲天識，緣二生識說色無色界色識。

尊者波奢說曰：行緣識是中陰識，名色緣識是生陰識，緣二生識是根本有識。

復有說者：行緣識、名色緣識說染污識，緣二生識說染污、不染污識。如染污、不染污，隱沒、不隱沒，有過、無過，退、不退，當知亦如是。」

《阿毘曇毘婆沙論》提出：行緣識、名色緣識、緣二生識，三者有什麼差別？

佛陀教導「十二因緣法」時，只說有「二因緣生識」、「名色緣識」。「二因緣生識」是指根、境二因緣生識，即眼、色緣生眼識，乃至意、法緣生意識；「名色緣識」的「識」是指六識，而「名色」是「色、受、想、行」的略說，實際即是「六根、六境之緣」，六根、六境緣生六識即是「名色緣識」。見《相應阿含》214,41 經、南傳《相應部》『六處相應』93 經、『蘊相應』56 經：

《相應阿含》214 經：「有二因緣生識，何等為二？謂眼、色，耳、聲，鼻、香，舌、味，身、觸，意、法。如是廣說，乃至非其境界故。所以者何？眼、色因緣生眼識，彼緣生、無常，有為……。」

《相應部》35.93 經：「諸比丘！緣二法而生識。諸比丘！如何緣二法而生識耶？以眼與色為緣而生眼識。……以耳與聲為緣而生耳識……以鼻與香為緣而生鼻識……以舌與味為緣而生舌識……以身與觸為緣而生身識……以意與法為緣而生意識。」

《相應阿含》41 經：「云何識如實知？謂六識身，眼識身，耳、鼻、舌、身、意識身，是名為識身，如是識身如實知。云何識集如實知？謂名色集是名識集，如是識集如實知。」

《相應部》22.56 經：「諸比丘！以何為識耶？諸比丘！六識身是[謂]：眼識、耳識、鼻識、舌



識、身識、意識是。諸比丘！此名為識。依名色之集而有識之集，依名色之滅而有識之滅。」

「二因緣生識」與「名色緣識」是指同一事實，只是語詞不同而已！

分別說部《舍利弗阿毘曇論》將「行緣識」的句頌，誤當作真有其事的作解時，即必需同時處理「二因緣生識」、「名色緣識」與「行緣識」的義解。如此一來，在解說「識」的內容時，即必需將「二因緣」、「名色」、「行」等因緣中的「識」，具有一致性的義理。

由於「行緣識」的句頌，只是編集上的表現，並不是實際的事實，當句頌式的「行緣識」與身心實況的「二因緣生識」、「名色緣識」，在進行義理一致性的解說時，勢必需要自行提出新的義解。如此，自行解說的新義解，必會產生難以具實驗證的問題，也會陷入無法徹底消除疑慮的困局。後世部派學理的分歧、對立，長久的爭論、難斷虛實，主要是源自於此。

「十二因緣」的句誦，是經說憶誦的提要句頌，只是簡易的憶持口訣，當中真正的義解絕不能直接的從憶誦口訣來解說，實際是另有其義，必需從古老經說來了解真正的意思。

註釋：

- 1.見《毘尼母經》卷第四：大正藏 T24 p.820.2-13~14
- 2.見金倉圓照『毘尼母經與雪山部』：參考日本佛教學會年報二五・一二九——一五二
- 3.見《毘尼母經》卷四：參大正藏 T24 p.818.1-15~29
- 4.見《四分律》卷五四：參大正藏 T22 p.968.2-18~22
- 5.見《彌沙塞部和醯五分律》卷三十：參大正藏 T22 p.191.1-23~28
- 6.見《銅鑠律》『小品』第十一 五百犍度：參南傳大藏經第四冊 p.384-14~385-3
- 7.見《摩訶僧祇律》卷三二：參大正藏 T22 p.491.3-16~20
- 8.見《根本說一切有部毘奈耶》『雜事』卷第三十九：大正藏 T24 p.407.2-17 ~ p.407.3-4

見《瑜伽師地論》卷八五；參大正藏 T30 p.772.3-9~28

「事契經者，謂四阿笈摩。一者雜阿笈摩、二者中阿笈摩、三者長阿笈摩、四者增一阿笈摩。……即彼相應教，更以一、二、三等漸增分數道理而說，是故說名增一阿笈摩。」

- 9.見《根本說一切有部毘奈耶》『雜事』卷第三十九：大正藏 T24 p.407.2-17~p.407.3-4

「此蘇怛羅是佛真教。復作是言：『自餘經法，世尊或於王宮、聚落、城邑處說，此阿難陀今皆演說，諸阿羅漢同為結集。……名為相應阿笈摩(舊云雜者取義也)。若經長長說者，此即名為長阿笈摩，若經中中說者，此即名為中阿笈摩，若經說一句事、二句事乃至十句事者，此即名為增一阿笈摩』。爾時大迦攝波告阿難陀曰：『唯有爾許阿笈摩經，更無餘者』。」

- 10.見《毘尼母經》第四卷：參大正藏 T24 p.818.1-28~29

「有問分別，無問分別，相攝，相應，處所：此五種名為阿毘曇藏。」

- 11.見《四分律》：參大正藏 T24 p.968.2-25~26

「有難，無難，繫，相應，作處：集為阿毘曇藏。」

- 12.見印順《說一切有部為主的論書與論師之研究》p.20-15~p.21-4：正聞出版社 1992 出版

「漢譯的『舍利弗阿毘曇論』，分為：「問分」、「非問分」、「攝相應分」、「緒分」——四分。法藏部的『四分律』說：「有難，無難，繫，相應，作處：集為阿毘曇藏」。雪山部的『毘尼母經』也說：「有問分別，無問分別，相攝，相應，處所：此五種名為阿毘曇藏」。法藏部為分別說系的一部，雪山部是先上座部的別名。這二部的阿毘達磨，都與『舍利弗阿毘曇論』相合。」

- 13.見《三論玄義檢幽集》卷六：參大正藏 T70 p.463.1-24~25；p.463.3-15~17

「上座弟子部(指重經之阿難系)，唯弘經藏，不弘律、論二藏。……(佛滅後)至第三百年初，迦旃延尼子出世，於上座部出家，是弘對法(即阿毘達磨，又稱毘曇，即論)，後弘經律，既乖上座本旨，所以鬬諍紛云。」

- 14.見『三論玄義檢幽集』卷六：參 大正藏 第 70 冊 p.463.1-24~p.463.2-12

- 15.見大正藏《雜阿含》287 經；南傳《相應部》『因緣相應』65 經

- 16.見南傳《相應部》『諦相應』11 經：參臺灣元亨寺出版 南傳大藏經《相應部六》p.314

「世尊如是說示已，五比丘歡喜、信受於世尊之所說。又說示此教時，具壽憍陳如生遠塵離垢之法眼：『有集法者，悉皆有此滅法。』」

- 17.見南傳《相應部》『預流相應』28 經；大正藏《雜阿含》846-2 經



- 見大正藏《雜阿含》262 經；南傳《相應部》『蘊相應』22.90 經
- 18.見南傳《相應部》『因緣相應』12.21 經
見南傳《相應部》『蘊相應』22.126 經；大正藏《雜阿含》256 經
- 19.見《舍利弗阿毘曇論》卷十二：參大正藏 T28 p.607.1-25~29
- 20.見南傳《相應部》『蘊相應』1 經
「於此有無聞之凡夫，不見聖人，不知聖人之法，不順聖人之法，不見善知識、不知善知識之法，不順善知識之法，觀色是我，我以色有，我中有色，色中有我，住纏於色是我，色是我所。彼人，住纏於我是色，色是我所，彼色變易、變異。彼人於色之變易、變異，而生愁、悲、苦、憂、惱。觀受是我……。觀想是我……。觀行是我……。觀受是我……。觀識是我，我以識有，我中有識，識中有我，纏住於我是識，識是我所。彼人住纏於我是識，識是我所，彼識變易、變異。彼人於識之變易、變異，而生愁、悲、苦、憂、惱。」
- 21.據臺灣 元亨寺出版 南傳大藏《相應部》註 變易原本 pampama 是 viparinama 之誤。
- 22.見《舍利弗阿毘曇論》卷二十一：參大正藏 T28 p.663.1-24
見《舍利弗阿毘曇論》卷二十六：參大正藏 T28 p.690.2-6~7
見《舍利弗阿毘曇論》卷四：參大正藏 T28 p.553.3-8 ~ p.554.1-7

- 23.見《舍利弗阿毘曇論》卷十二：參大正藏 T28 p.606.2-29~p.607.2-17
- 24.見《阿毘達磨發智論》卷一：參大正藏 T26 p.921.1-19~26
- 25.見《阿毘曇八犍度論》卷二：參大正藏 T26 p.775.3-16~25
- 26.見《阿毘達磨法蘊足論》卷第十一：參大正藏 T26 p.506.1-8~15
- 27.見《阿毘達磨法蘊足論》卷第十一：參大正藏 T26 p.506.1-8~15
- 28.見《根本說一切有部毘奈耶》『雜事』卷第四十：參大正藏 T24 p.408.2-6~11
- 29.見《舍利弗阿毘曇論》卷十二：參大正藏 T28 p.607.2-18~26
見《舍利弗阿毘曇論》卷十二：參大正藏 T28 p.607.2-26~p.608.2-6
- 30.見《舍利弗阿毘曇論》卷十二：參大正藏 T28 p.607.2-26~p.608.2-6
見《舍利弗阿毘曇論》卷十二：參大正藏 T28 p.612.1-13~21
- 31.見《阿毘達磨發智論》卷一：參大正藏 T26 p.921.1-16~19
- 32.見《阿毘曇八犍度論》卷二：參大正藏 T26 p.775.3-13~15
- 33.見《阿毘曇毘婆沙論》卷第十三：參大正藏 T28 p.94.3-1~16





【馬來西亞】中道禪林新春團拜

新春首次共修 齊向長老賀歲

佛正覺後 2446 年／2014 年 2 月 9 日

【馬來西亞訊】轉眼又是一年一度的農曆新年。適逢馬年，中道禪林如去年般舉辦新春團拜，馬來西亞吉隆坡、怡保、雙溪大年、威省及檳城等地的中道禪林皆連線參與這難得的活動。

年初十早上 8 點半，法友們陸續來到大馬各地道場。法友們在禪林相聚，猶如兄弟姐妹般親切。大家互相恭喜賀年，現場洋溢著濃濃的歡樂氣氛。

早上 9 點半，新春團拜由簡單但莊嚴的誦經儀式開始。接著就是隨佛長老連線為法友們開示。

在開示中，長老特別為大眾破除大多數佛弟子思維上的兩種迷思，即（一）相信行善就能成功。（二）以為退讓就會順利，自我檢討就會帶來光明。長老指出：成功有成功的因緣，只靠行善是不會成功的；但沒有行善的成功，是不會長久的；而行善必須要有務實的智慧來引導，只檢討自己是無法解決問題的，因為問題的產生有多方面的因緣，檢討自己固然重要，但解決問題也不能忽視其他人為或環境的因素。一味的退讓只會讓他人得寸進尺，抑止別人不當的行為就是行善。做人需要智慧也需要勇氣，佛弟子們要讓自己的人生像彩布一樣充滿光彩，而不要像塊抹布。長老精彩的開示讓法友們聽得津津有味。

大約中午 12 點，開示告一段落，新年聚餐開始了！首先是馬來西亞華人最喜歡的撈生。法友們歡喜的聚在一塊兒，大家一邊撈，一邊你一句我一句的說著祝福吉祥的話語，真是開心極了。吃了七彩撈生，吉隆坡的法友品嚐美味可口的火鍋，怡保、檳城等地的法友則準備一家一菜互相分享，大家吃得心滿意足、笑逐顏開。午餐後休息一段時間，接著就是各自禪修，有些法友則繼續飯後的交流。

下午大約 3 點半，長老繼續為大眾開示「何謂福慧雙修？」長老指出：從生活來看，在現實人生裏的福慧雙修是修如何與人相處；修怎樣處理事情；以及在處理事情的時候，不造成人與人之間的無謂的煩惱。這就叫智慧。如果你會修慧，你就有福；否則，你的福就是愚癡福。雖然行善肯定是對的，但「愚癡」的行善，就無法受用福報。長老還教導法友們要盡力做當前能夠做到的事，也要能夠坦然接受當前的逆境。看清楚當前的順、逆境都不是你的順、逆境，而是因緣的當然，我們就不會為因緣的當然而焦慮。

說法結束後，播放馬來西亞各地法友精心錄製的賀年影音。當播放怡保法友向隨佛長老及僧團法師、法友們賀歲的短片時，大夥兒忍不住笑開懷，因為二胡配賀年歌，像老人家的玩意兒，真是有趣！而雙溪大年、威省及檳城中道禪林的法友們，則共同以「天天好天」這首歌向僧團及各地法友拜年，不僅歌名，包括歌詞皆極富意義，更相應於長老弘法之內容。新春團拜就在長老法語的祝福下圓滿結束。（其他相關照片集錦請見封底 裡頁）





【台灣】台北內覺禪林

僧團齊誦經 迴向成睿法師亡母善生善處

佛正覺後 2446 年／2014 年 2 月 12 日

【台北訊】2014 年 2 月 12 日清晨，成睿法師接獲來自大陸北京的電話，得知她 84 歲的俗家母親 徐老夫人因心肌梗塞已於凌晨往生。對於前一晚才與俗家母親通電話問候平安的成睿法師，此遽變無異是晴天霹靂，令她難掩悲傷與不捨。駐錫禪林的僧團法師及護法居士得知此訊，全力協助法師整理行囊及辦理回北京奔喪事宜。

當天早上，中道僧團法師及八戒行者們，特在台北內覺禪林佛堂為故 徐老夫人誦經、迴向，祝願徐老夫人以此生所作一切善行，與護持法傳中華的功德，得以善生善處，自利利他，輾轉增上。成睿法師感念於 隨佛長老、僧團法師們及八戒行者們的殷殷關切之情，於臨行前一一致謝，才由護法居士協助從桃園機場飛香港轉機北京奔喪。





【台灣】台北內覺禪林

三位尊者同慶出家週年

佛正覺後 2446 年／2014 年 2 月 14 日

【台北訊】2014 年 2 月 14 日當天，台北內覺禪林長年用於法務、供僧的長桌上，擺上兩個小巧的蛋糕。原來是禪林護法們為慶祝僧團三位尊者的出家周年慶特別準備的，三位尊者分別是 明至尊者八夏、度明尊者四夏、生覺尊者二夏。

席間，長老幽默的說：「一般世俗說生日是母難日，那是不是也可以說今天也是師難日？」法師們及法友們都哈哈大笑，氣氛頓時為之溫馨與祥和。

長老談及 2006 年元宵日，明至尊者堅定的向隨佛長老求依止出家。彼時長老正重病在床，生死未卜；而僧團又受惡人誣陷，道場處在風雨飄搖中。在這樣的處境下，明至尊者的毅然決定，讓人感動與敬佩。

接著，三位法師分別發表這些年的出家感想。明至尊者表示：當時出家的動機很單純，知道這是佛陀的道路，自己也想走這條佛陀的道路而已。原以為此生就此默默靜修，然而因緣不可思議，當僧團

到美國宣教後，法教從此在海內外蓬勃開展，真非當時所能想像。

度明尊者表示：當時出家的動機，只為求法而已。尊者出家前，曾經歷一般人難以度越的難關，所以深刻體會人生的苦。當然出家「修行」對一般人來說，也不是簡單的道路，但是尊者表示不會輕言放棄佛陀的法，因為已經沒有其他的修行道路可走了。

生覺尊者先感謝長老剃度出家的恩澤，及大家對他這段日子的照顧。還特別感謝明至尊者，當年長老在新加坡舉辦九日禪覺營，由於報名的陰錯陽差，他沒被錄取。當明至尊者了解事情的緣由後，立即向長老報告，長老於是請執事法工急速將離開的生覺尊者追回來，從此改變尊者的人生軌道。

在場的僧團法師則一一為三位法師獻上真摯的祝福、勉勵。

長老藉此聚會因緣，語重心長的提醒學眾：「一、要常常檢討自己。二、要懂得接納自己的不足。三、盡力做自己現在能做的事。」隨佛長老最後以「生為僧人，死為僧人」勉勵僧團法師，一切要以僧團為重、為依歸，要記住：遠離僧團的人，如同離開森林的鳥，將無所為依。





【台灣】台北中道禪院

百位法友齊賀 長老傳法 24 載

佛正覺後 2446 年／2014 年 2 月 19 日

【台北訊】從 1989 年農曆正月 22 日，隨佛長老正式向大眾公開宣說因緣法以來，至今已屆滿二十四週年。欣逢這值得紀念的時刻，2 月 19 日晚間 7 點半，在台北禪院聆法之一百多位學眾，齊心慶賀此二十四年來對世間別具意義的重大因緣。

幾位法友別出心裁的準備了一個素樸的大蛋糕，呈獻給長老。長老切下蛋糕時，談起精彩又多磨的二十四年，雖感慨風雨波折，仍真誠感謝佛陀的教導；感謝精進的四聖諦僧團；也感謝這美麗又苦難的世界。接著法霖師兄恭敬獻上由法禪師姐精心製作的鮮麗花束，銀幕上同時出現了祝賀的畫面，其上書有「隨佛長老承法開教二十四週年紀念」，其下書有「法承佛陀，宣揚緣起，二十四載，隨佛而行」，與蛋糕上充滿喜慶的粉紅色題字相互輝映。現場氣氛隨

之抒放開來，代之而起的是一陣歡欣雀躍的掌聲，大眾同聲為這「自『法』中重生的機緣」表達由衷的慶賀。這一刻，也在宣告著二十四年前世尊教法重臨人間的事蹟，正隨著長老宣說十二因緣的步履，從台灣到美國；從馬來西亞到新加坡；從澳洲到中國大陸，輾轉傳布。每到之處，世尊的原說法教就如同振奮人心的醒鐘，讓華人世界求法若渴的芸芸佛子欣逢甘霖，同時也澆灌著眾苦煎逼的人間。

隨佛長老為探究佛法真義，精研典籍，參酌史實，反覆推溯，加之親證體察，終得以越過歷史迷障，根尋世尊原教，恩澤後世。透過經說的還原、嚴謹的律戒奉持、菩提道次第及禪法的確立、及原始佛教在世間的顯現與傳揚，於二十一世紀之今日，釋迦佛陀正法的火炬正在世界各地續燃著。

承法開教二十四年來，為探究世尊根本法教在歷史中的流變，座下學眾歷經了「印度佛教史」和「中國佛教史」的洗禮；《相應阿含》與《相應部》古老經說的探研和比對；以及經義當中部義揉雜之辨證和釐清；直至重啟世尊親說原教。更在引導務實實踐中，秉持因緣的正見，落實到身心的覺觀，進一步展現出佛法在生活中的大用。實際教導方面，則側重佛弟子根本人品的培養，從理念的轉化到行事為人的修正；從體察身心經驗，遠離迷妄到度越苦惱；及至親修實證之內化……再再都提升了生命的本質。佛法在身心展現的各種面貌當中，對眾生起了提點的作用，也產生了無與倫比的救拔力量，這都源於二十四年前隨佛長老承法開教的功德。

當晚的課程，長老用因緣法、緣生法破解了凡俗所見，導正認知上慣性的模式，並直接貫串到實際的運用。最後將說法、聞法的功德，迴向於四聖諦佛教，祈願僧團如法如律住持，續佛慧命；正法日益昌隆，傳續久遠。

分組討論時，分享到蛋糕的每個人，都倍覺寓意深長，別有一番滋味！





【台灣】台北中道禪院

原始佛教菩提道次第 開課

佛正覺後 2446 年／2014 年 2 月 21 日

【台北訊】2014 年 2 月 21 日星期五晚間，原始佛教會台北中道禪院舉辦的「原始佛教菩提道次第」課程再次開課。此次課程，由生覺尊者擔任教席，中儼尊者與生觀法師為助教。當天晚上，令參與的學員驚訝的是中道僧團導師 隨佛長老及僧團法師均出席開業式。報名錄取此次課程的學員，包含臺北、臺中、高雄與馬來西亞各地道場，共有一百四十餘位，透過現代網路科技，得以共饗法的盛宴。

隨佛長老在開業式中，作了簡短而重要的開示：「《相應菩提道次第》是費了許多年才編寫成的可貴著作，是根據北傳《相應阿含》與南傳《相應部》當中共傳的七事相應教，還原為『第一次結集』傳誦的修行道次第；依據此修行道次第，當生見法解脫成就阿耨多羅三藐三菩提才有可能，大家應該把握時間努力學習，莫負好時機。」

自 2008 年《相應菩提道次第》出版流傳以來，長老只有在美國紐約為大眾講述過一段很短的時間，還未曾在臺灣講述過這本書。長老表示：「從今年開始，中道僧團將依據《相應菩提道次第》當中的經說為根本，兼及《相應阿含》與《相應部》共傳的七事相應教，持續的為各地的學眾講述「第一次結集」傳誦的菩提道次第。」

長老表示：中道僧團是一體的，是要學法度苦、利世利人、傳續聖道的；既不是藉著佛教資源，累積個人的名聞利養與信眾，更不是為了開創宗教事業。因此，中道僧團的僧眾是沒有「個人的法」、「個人的財富」與「個人的名聲」，更沒有個人的學眾與護法。所以，傳法、說法是採取「僧團協同」的方式，由中道僧團僧眾輪流擔任授課師與助教，共同分擔《相應菩提道次第》各章節內容的教授，承擔起法的



弘傳與延續。

唯有堅定的落實「法是 佛陀的法，名聲是三寶的名聲，學眾、護法則歸向僧團」，才能讓傳法的榮耀歸於 釋迦佛陀，傳法的成就歸於僧團，傳法的利益歸於大眾，而在親身實踐中體現解脫。

長老更指出：「中道僧團的傳法，絕不是依靠唇舌表現的業務宣傳，是重在言教、身教的一致，是知行合一的落實與體現。」唯其如此，僧團才能不斷的培養出具有傳法能力的僧人，更能教育出無私、離貪的僧人，確立清淨、和諧、團結的僧團基礎。世間有了這樣的僧團，才能為世人興大利，而 佛陀的教法才能傳承久長。

接著，隨佛長老警醒大眾，不要只懂得支持有能力的僧人，而輕忽雖無弘法攝眾能力卻認真修行的僧人，應當要支持如法、如律的僧人、支持清淨的僧團，才不會間接造成僧團的分裂。

長老開示後，由 生覺尊者上座，講授本次課程的第一講次—《相應菩提道次第》第二篇。尊者以「讀經」、「講解」、「討論」、「答問」的方式進行，由於資料準備齊全，講述條理清晰而層次分明，學員因此獲得學法上的許多方便與利益。

本次課程共分為五大單元，每一個單元約上課兩個月，學員可以分單元報名，也可以全程參加。整個課程為期近乎一年預計於 2015 年 1 月 15 日結束。對於未能報名參加第一單元的法友，如果想要一窺佛陀教法之堂奧，可以上網報名後續單元。



【澳洲】澳洲原始佛教會成立

澳洲弘法展新頁

佛正覺後 2446 年／2014 年 2 月 22 日

【雪梨訊】2014 年 2 月 22 日，澳洲原始佛教會被准許成立了。這一許可之取得，是原始佛教傳法於南半球值得大書特書的新里程；從此，澳洲學法者不再居於法的邊地，有了原始佛教會的成立，是 佛陀正法在澳洲開展的根苗。

2013 年 10 月， 隨佛長老受邀前往澳洲雪梨弘

法，將 佛陀原說傳入澳洲。許多學法者得嚐殊勝之法味，歡喜踴躍的歸向一乘菩提道。受眾多學法者之殷殷請求，2013 年 11 月 隨佛長老乃囑咐當地護法，向當地政府申請成立澳洲原始佛教會。

而今澳洲原始佛教會之成立，適可以重興原始佛教於此地；從此，有了中道僧團之駐點，不只禪修方法之傳授、教說理論之傳揚，更以重現 佛陀教導的身心呈現，為師法之典範，將為此方眾生開展教誡解脫之道的真頁。





【台灣】台北內覺禪林

隨佛長老承法開教 24 年紀念

佛正覺後 2446 年／2014 年 2 月 22 日

【台北訊】為紀念隨佛長老宣揚十二因緣法滿二十四年，中華原始佛教會僧俗二眾在二月二十二日邀請十方的法友們上山，到內覺禪林聽聞佛法；中午，大家齊聚一堂，圍爐吃火鍋，共同歡慶這個有紀念意義的日子。當天參加的人數眾多，有的法友更是攜家帶眷前來共襄盛舉。

隨佛長老在上午開示：「佛教目前所流傳的十二因緣法是以『識』為分位，這是佛滅後 116 年部派佛教開始流傳的說法，至今已經有二千多年了。」經隨佛長老多年的努力研究和考證，已還原了 佛陀時代以「六入」為分位的「十二因緣法」原說。「十二因緣法」還原後，對佛教界將會是全面性的影響。

中午時分，用餐的擊板聲響起，只見餐桌大排長龍地從客堂排至大寮，每張桌子擺滿了火鍋食材，走

道上站滿了虔誠的法友，大眾在一齊供僧後即開始享用這豐盛的宴會。感恩在大寮負責烹飪煮食的法工群們辛勤了一個上午，感恩貢獻食材的法友們，當然更要感恩 隨佛長老還原了 佛陀的原始教說並且弘法度眾二十四載。

下午二點鐘過後，隨佛長老繼續為大眾說法，長老說：「現實的世間是因緣、緣生，不是無常、苦、無我，不能『以非論是』！迷惑的眾生都想要保有，當不能保有時，內心就會厭棄這個世間。佛法的大用在改變我們的人生，讓我們的人生能產生光與熱，在現實人生中自利與利他。」隨佛長老說：「尊重宗教，是尊重信仰宗教的人；信仰宗教，是信仰光明息苦的路」。

下午的說法在 16:30 分結束，在說法過程中，隨佛長老不斷用生動幽默的譬喻，引導學眾理解 佛陀的甚深微妙法，全場的聽眾不僅心領神會，且笑聲不斷。最後隨佛長老帶領學眾做功德迴向，結束了這一天頗具紀念性的法會。





【台灣】台北內覺禪林

台北禪院二週年法慶

佛正覺後 2446 年／2014 年 3 月 2 日

【台北訊】設在台北市都會區的中道禪院，作為原始佛教弘法及共修中心，至今已滿二週年，3 月 2 日（星期日）中道僧團在此舉行法慶暨一日宣法活動，這也正是三天連假的最後一日，法友們各個歡天喜地的與親朋好友相約從各地來參加。布置得花團錦簇的法堂一早就擠滿了上百個人，現場洋溢著祥和的喜氣，顯得特別熱鬧。

慶典恭請隨佛長老主持，莊嚴的儀式過後，長老首先感謝這兩年來虔誠無私，不辭辛勞付出的法友；同時感謝來此學法的居士，對維護 佛陀教法也盡了一分心力。長老也藉此機會說明：僧團所受取者，除了此時此刻所需的四事之外，不受用分毫額外的供養，至於所有護法資源，完全專款專用在

釋迦佛陀道場的維續與弘法利眾上。長老鄭重指出：在此所宣揚的原始佛教，不是一套理論，中道僧團不只講經而已，而是要讓人間重新見到 佛陀教法活生生的典範。

在明至尊者，道一尊尼開示後，新出家的成慧法師也說出了他加入僧團的心情。隨後法霖、法住、法言、法晉、法能居士分別在現場做了心得分享，台中的法耶以及高雄的法開居士亦在連線中敘說感言，表達感恩。銀幕上播出了中智尊者精心製作的弘法回顧影片，特別在今年法傳澳洲與中國大陸的珍貴紀錄也一併展現眼前。在這溫馨的一刻，法友們獻唱「感恩的心」，表達對 佛陀與僧團的感謝。長老與僧團法師們共同切下象徵兩週年的蛋糕，同時呼籲大家一起走在 佛陀的道路，當個現代的「釋迦族」將正法復興。大合照之後，中華原始佛教會宴請大眾午齋，長老並在午後續傳法教，慶典在法日增輝、法輪常轉，人天興隆、法水長流的祝禱聲中圓滿結束。





【台灣】台北內覺禪林

原始佛教會四週年會員大會

佛正覺後 2446 年／2014 年 3 月 16 日

【台北訊】中華原始佛教會於 2014 年 3 月 16 日，在台北內覺禪林，召開一年一度的會員大會。今年是中華原始佛教會成立滿四週年，依規定必須重新改選理監事。許多來自各地的會員前來參加這次大會。

大會於下午二時召開，由法正師兄擔任司儀，大眾唱誦三寶歌，唸皈敬佛、法、僧、戒以及唸誦《轉法輪經》之後，由原始佛教會導師 隨佛長老開示。隨佛長老說明：我們成立原始佛教會的目的，是要做更多有益於社會及佛教的事，不是為了要做組織。因此有許多法友，雖然不具正式會員的身分，卻還是認

真負責，犧牲奉獻。這正如 隨佛長老所強調的：「生命的重點在於我們為這世間做了什麼，而不是要在這世間擁有什麼。」

隨佛長老開示之後，接著是理事長明至法師報告 102 年度工作報告，以及監事會報告，理監事報告之後，討論提案由財務組報告 102 年度收支決算表，現金出納表，103 年度財務收支預算，以及理事長報告 103 年度工作計劃。

以上各項經由全體會員無異議通過之後，就進入大會最高潮，由全體會員選出了本屆九名理事，二名候補理事，三名監事，以及一名候補監事。

最後在全體大合照之後，隨即又召開理監事會議，選出本屆理事長及常務監事各一名。大會於下午五時許，圓滿閉幕。





【台灣】台北中道禪院

大澈大悟課程圓滿最後一堂課

佛正覺後 2446 年／2014 年 3 月 19 日

【台北訊】2014 年 3 月 19 日晚間近 10 點時分，在台北中道禪院熱烈而溫馨的討論會後，隨佛長老再次上座提示法要，總結課程，勉勵學眾精進不放逸；並期許學眾：「佛陀教法需要大家護持，如法如律的僧團也需要大家護持。」就在這番勉勵與教誡後，『原始佛教回歸佛陀之道(二)——大澈大悟』課程正式結束。

此次課程從今年 1 月 15 日起至 3 月 19 日止，歷時約二個月，由隨佛長老親臨主持，台中、高雄、大馬各地的禪院也同步連線。這是延續去年 8 月~10 月

『生活的智覺與解脫』課程而開辦。主要在教導學員生活中的覺悟與生活中的佛法，進而說明 佛陀教法的核心內容，讓學員在日常生活中就可以得到佛法的利益。

這一期課程在每次宣法後，都安排約十分鐘的分組討論，透過討論，學員可以做心得分享，也可以適時提出內心的疑惑，僧團法師可以就近提供諮詢與解惑。如示，學員們經過多次分享討論變得熟悉，課後的互動相對熱絡。這是本次課程的另一收穫。

最後一堂課，學員都拿到一份課程問卷，內容包括課程安排、學法心得等，學員可以暢所欲言的抒發己見，這樣的學員回饋，將作為下一期課程安排的參考。課程就在學員滿懷感恩的心情下圓滿結束！





【馬來西亞】吉隆坡中道禪林

首場弘法 大馬法友久旱逢甘霖

佛正覺後 2446 年／2014 年 3 月 21 日

【吉隆坡訊】今(2014)年 3 月 21 日晚上是 隨佛長老闊別馬來西亞十四個月後，再度踏上大馬的第一堂課。今晚的講題是《佛陀的緣起觀與禪法》。出席的法友眾多，當中也來了許多新法友。

長老提醒大家，在我們短短的人生裏，扣除吃飯、睡覺、工作的時間，可運用在我們自己身上的時間可能少過五年。因此我們得好好的選擇對的、正統的佛法來認真的學習，而不是只想學「適合」或「相應」自己、感覺美好的佛法。因為「適合」與「相應」還未正覺的自己的就是與煩惱相應。反而與自己日常觀念不盡相同，並對長久習以為常的習慣造成震

撼、衝擊的佛法，可能才是突破自己、提昇自己的正確教導，正所謂忠言逆耳、良藥苦口。

隨佛長老並從印度佛教歷史開始講述正統的佛法及其在歷史的長流中如何流變。長老也向大家講解正統的十二因緣法是以「六入處」作為分位，而不是部派佛教說的以「識」為分位。而十二因緣法中的「識」是指六識，而不是進入受精胚胎的結生識。尊者為此還引經據典的以經證經。

長老深入淺出的宣說甚深的 佛陀法教，並一再提醒大家，佛法真正的用意是要幫助大家止息當前的痛苦。只有將所學所知的教導，落實於日常生活，積極實踐，才能為自己的人生開展新的里程。

首場的弘法讓大馬法友如久旱逢甘霖，個個奕奕昂揚、法喜充滿。





【馬來西亞】吉隆坡中道禪林

長老開示前一家一菜虔敬供僧

佛正覺後 2446 年／2014 年 3 月 22 日

【吉隆坡訊】2014 年 3 月 22 日是此次隨佛長老到馬來西亞弘法的第二天，吉隆坡中道禪林廣邀十方法友到禪林以一家一菜的方式供僧。上午 11 時時分，法友扶老攜幼陸續抵達禪林，而所提、所帶的一鍋鍋、一盤盤，內中裝滿了菜餚、糕點和水果，滿懷歡喜的前來供僧。所準備的食物，無論是法友親自下廚或是餐館外帶，都是法友的一片用心和善意。上午 11 時 20 分，法友各自帶著食物到庭院集合，虔誠的肩並著肩，雙腳跪地，耐心等待師父們出來托鉢。明至法師、中智法師和度明法師在隨佛長老的帶領之下步行到庭院托鉢，接受食物的供養。受供後，法師為每一位歡喜前來供僧的法友獻上祝福。雖然烈日當空，法友的內心卻感到無比清涼。由於供僧的人數眾多，長老眼見鉢很快就要滿，不失幽默的「拜託」大家

「高抬貴手」。長老的風趣幽默，帶來一陣哄堂。

托鉢完畢後，法師們帶著沉甸甸的鉢回到禪林的齋堂用餐。法友則聚集一堂，共同分享大家帶來的食物，交流近況，彼此關懷。這場供僧活動意義非凡，除了長養親近 佛陀教法的善念，更提供難能可貴的機會親近如法如律的僧團。

下午 2 時時分，明至法師帶領大眾念誦皈依敬佛、法、僧、戒文和《轉法輪經》。接著，隨佛長老上座以《昌盛與息苦的人生》為題，為到場法友進行近兩小時的說法。暢演 佛陀所教導的精進不放逸，離貪不妄執的生活態度。長老提醒大家離貪並不是厭離、當前的必要就該要，只是需要而非必要的不該貪執。我們應當不要妄執而非不要執著，現在能做的事，正確的事一定要堅持。這樣才是善用現在，盡力當前，為邁向昌盛與息苦的人生而努力。

與會法友聆聽教誨莫不覺得受益良多，法喜充滿。





【馬來西亞】吉隆坡南洋商報座談會

隨佛長老與李志祥博士談—— 《和諧人生與人際關係》

佛正覺後 2446 年／2014 年 3 月 22 日

【八打靈再也訊】吉隆坡中道禪林聯合南洋商報於 2014 年 3 月 22 日下午 7 時，在南洋商報總社視聽室舉辦了一場《和諧人生與人際關係》的座談會。延續 1 年多前的因緣及好評，此座談會再次 敦請中道僧團導師 隨佛長老和李志祥博士主講，請王欣怡居士主持。

座談會開始，隨佛長老就闡述人際關係的重點是要懂得如何表達與聆聽。長老深入的闡述人際關係的障礙，大多緣自於自卑的心態；而自卑的心理障礙，多與過往生活經驗的挫敗有關。人與人之間必須要有真誠的善意，才能建立起健全的人際關係；彼此

信賴、願意分享與合作，彼此瞭解與包容，促進和諧與團結。另外，長老也深入剖析了自卑者的三種反應模式。

李志祥博士則從心理成長的角度切入主題。他分享了自己的成長經驗，體悟出：人際關係從家裡開始。父母的教育模式、價值觀等，會深深地烙印在每個孩子的心中，甚至複製給自己的下一代。李博士也分享了四類現有的溝通模式供參考：安全依附型、焦慮型、迴避型以及混亂型。

此次座談會最後總結：任何時候，都該觀其因緣，明其緣由，在當前做正確的事；而做正確的事不是為了改變別人或周圍環境；做！是為了與大家分享幸福的喜悅和生命的經驗。至於如何轉換輸、贏的自卑心態，開展和諧、光明的人生，則在於當下的你如何善用當下的因緣。兩位主講人與主持人的穿插互動與互相配合，促成了今晚一場精彩的座談。





【馬來西亞】原始佛教會

成立第 8 個共修道場 —— 烏拉港中道禪院啟用法慶

佛正覺後 2446 年／2014 年 3 月 23 日

【吉隆坡訊】2014 年 3 月 23 日是馬來西亞第八所共修道場——烏拉港中道禪院的啟用法慶。在此歡喜的日子，迎來了隨佛長老及中道僧團的三位尊者——明至法師、中智法師及度明法師。典禮在上午 9 時開始，司儀——法瑞師姐首先請大眾禮敬佛陀，接著邀請布施道場的業主——李居士獻燈，請李居士將佛座前的一盞蓮花燈點燃。恭請隨佛長老入座後，近百名的來賓全體起立，一起讚頌《三寶歌》；然後在隨佛長老的帶領下一起皈依佛、法、僧、戒，唸誦《轉法輪經》和《四法皈依》。

法慶開始前，大會播放了一段中道僧團在馬來西亞弘法的回顧影片。接著恭請原始佛教會導師隨佛長老為大眾開示。長老表示烏拉港中道禪院是馬來西亞第八間共修道場，道場的成立確是件可賀可喜的事，但卻不是最重要的事。隨佛長老說：「許多人很在意道場的建立；就如爬山登頂，登上山頂後接著就下山，認為任務已經完成。」長老接著說：「成立一個中心，並不只是為了有一個中心。可貴的不是硬體

的道場，你們才是真正的道場！道場只是一個平臺，一座橋樑，一個分享佛陀的啟發、分享生命的光輝及美好的經驗的地方；讓道場成為你生命的歸宿、心靈的道場。我們都是法的兄弟姐妹，道場就在我們的身上，我們就將道場傳揚到四面八方；傳揚到你的家庭、你身邊的親朋好友。在你的家庭、你的工作路上，要記得向有需要的人分享你生命的光輝，你們才是真正的道場！」。長老讚歎當地法工、法友辛勞的付出，也十分感謝李居士寬懷大方的布施道場。

在僧團的祝禱下，李居士、法萍、法界、法弘、法萌、法肇一起將道場鑰匙交予僧團，完成了獻道場儀式。接著由來自怡保、威省、柔佛巴魯、檳城的法工代表獻詞與祝賀，臺灣和美東的法友也不忘以錄影方式送上了摯誠的祝福與支持。烏拉港法工長——法弘居士，布施道場的業主——李居士也表達了他們的祝福。

在隨佛長老及中道僧團法師們的主持下，完成了簡單但不失隆重的上匾揭幕儀式。在各地區的法的兄弟姐妹及大眾的見證下，啟用法慶在切蛋糕儀式中結束。僧俗二眾大合照後，法友們一起歡喜的供僧，一起分享豐盛的午齋，更不忘與身邊的新、舊法友分享自己學習正法的喜悅！





【馬來西亞】吉隆坡中道禪林

吉隆坡《中道五日禪覺營》

佛正覺後 2446 年／2014 年 3 月 26～30 日

【吉隆坡訊】中道僧團 隨佛長老於吉隆坡中道禪林主持五日禪修，教授 釋迦佛陀的十二因緣觀及禪修次第。參加的學員人數眾多，除了馬來西亞各地的法友之外，亦有遠道而至的紐西蘭、臺灣、新加坡的法友，大家齊聚禪林，寮房爆滿！

隨佛長老指出五日課程的學習時間有限，先讓大家瞭解調伏五蓋的次第。長老特別教導修安般念的竅門：許多學員依此技巧練習，大大提高了禪修時的專注力，度越長久以來的掉舉與昏沉。

佛法的核心是十二因緣法。長老引經據典，依

自己探研出來的十二因緣流轉圖解說佛法的甚深妙義，對其中「名色緣識，識緣名色」更是深入加以分析。同時，還介紹身心因緣相應的表現模式。這樣觀察能起正見，破除常見、我見，斷除痴、貪、瞋，導向解脫。

長老指出禪修要展現在生活中。在禪堂學禪，在生活修禪；在生活知苦，在苦中度苦。透過對身心的觀察來瞭解痴、貪、瞋的緣起，從而改變自己，使生活更好，困難更少，遠離煩惱。

最後一天，許多法友非常歡喜踴躍的發言，分享自己的經驗和心得，間中掌聲、笑聲不絕於耳，結營儀式由下午四時展延至近六時。接著全體法師、學員和法工大家一起合照，五日禪修正式圓滿結束。





【馬來西亞】吉隆坡、馬六甲中道禪林

專欄作家月澄分享寫作心得

佛正覺後 2446 年／2014 年 3 月 23 日～4 月 2 日

【吉隆坡、馬六甲訊】《正法之光》梅花映月專欄作家月澄，3 月 20 日～4 月 4 日追隨中道僧團大馬弘法行程來到吉隆坡與馬六甲，前後停留 16 天，期間除全程參加在各地舉辦的宣法活動外，更應馬來西亞原始佛教會書記組之邀，為當地法友舉辦了三場寫作講習班。

前二場講習於 3 月 23、30 日（週日）晚在吉隆坡中道禪院舉辦，第三場講習於 4 月 2 日下午在馬六甲中道禪林舉行。課程中，月澄師姊簡明扼要地提點

大家「法」的文章書寫原則，條理化的呈現各類文章撰寫應注意的各項環節，具體地舉多篇《正法之光》中的佳作以為範例，引導說明書寫技巧，讓參加的法友對撰寫「法」的文章得到莫大的啟迪；另外，針對大家一向疏忽的標點符號提出指正，輔以生動的實例來說明——不一樣的標點方式將徹底將文意改觀，令聽者印象深刻。

月澄師姊擔任小學教師三十四年，擅長作文教學與散文寫作，十八歲起其作品即散見於台灣各大報章，更難得的是她從不吝將她的寫作心得分享，所以促成了這幾場寫作教學饗宴，月澄師姊引人入勝的教學方式讓參與法友受益良多，並驚訝於寫作竟是如此歡愉。





【馬來西亞】馬六甲中道禪林

20 位法友求受皈依四聖諦

佛正覺後 2446 年／2014 年 3 月 31 日

【馬六甲訊】2014 年 3 月 31 日晚上八時左右，麻六甲中道禪林法友們特別前來拜見睽違已久的隨佛長老，當中約有 20 位法友，是特別來請長老見證皈依，所以長老特別為新、舊法友們開示皈依的內涵。

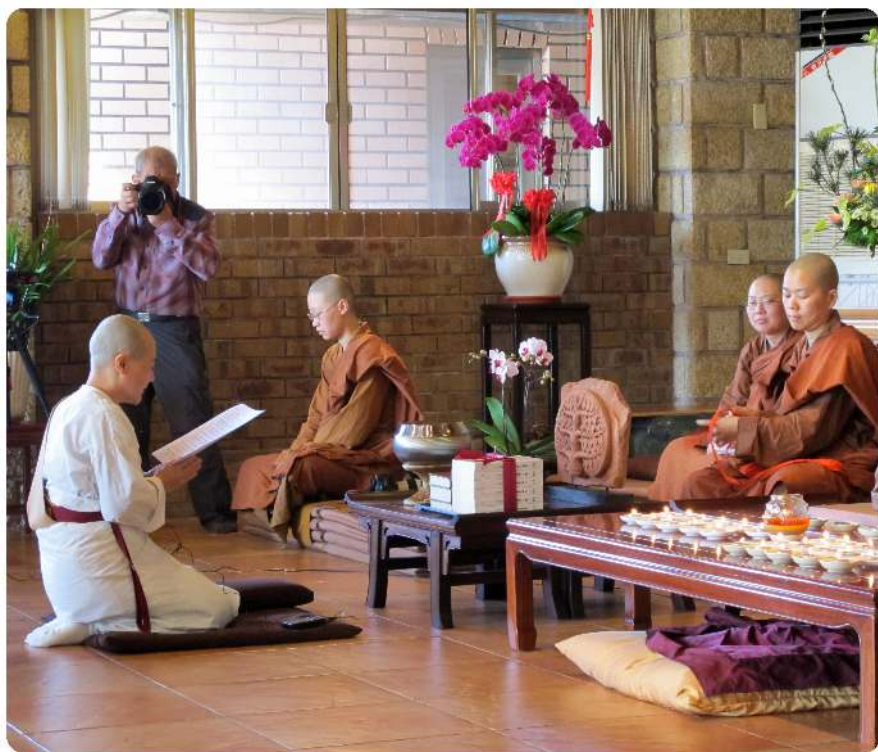
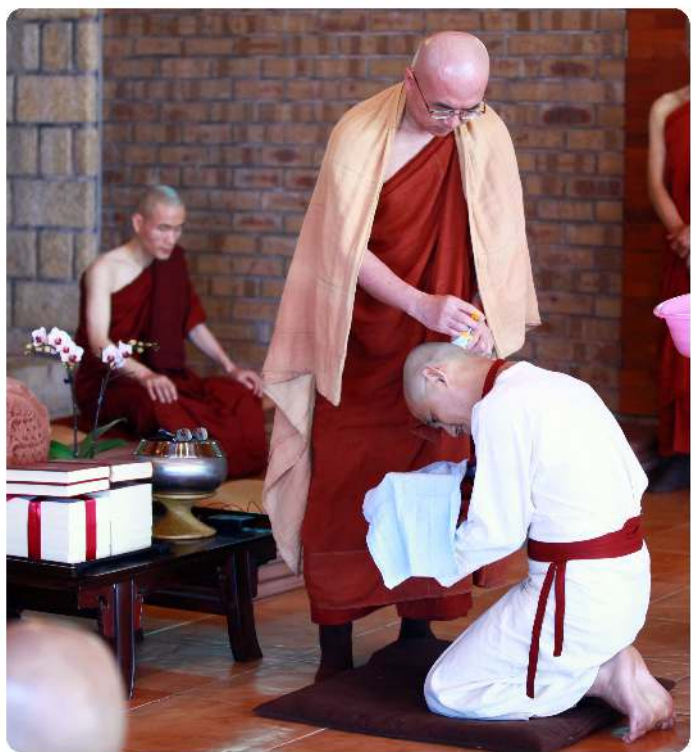
長老要大家認清：佛弟子的皈依對象主要為釋迦牟尼佛，而非特定師父、道場或派系。佛弟子更要學習 佛陀正覺的十二因緣法，而非一味迷信追求神明保佑、有求必應。學了佛法之後，就要靠著智慧來走這條光明之路，靠智慧來幫助我們走上生命福佑之路。長老也提到：存善心、行善事固然重要，雖可

讓身邊之人受益，但擁有智慧更為重要。因為空有善而無智慧，未必能為自身打造良好環境。我們必須用智慧去親近善良之人，對其行良善之事；切莫對良友存比較之心，時時珍惜，彼此聯繫，並成就一個美好、善良的環境，讓自身與眾人皆能受益。

長老最後在 麻六甲中道禪林，代表 世尊正法律僧團，教授、見證諸位皈依者成為優婆塞、優婆夷。

皈依之後，眾新弟子們也與舊法友們作簡單的交流，彼此分享剛得到法名的喜悅，以及分享彼此的心得與感動。大約十時左右，人群一一散去。凝視莊嚴的佛像，內心仍不忘長老殷殷教誨：皈依了以後要把精神放在「學」而非放在「求」；學了以後要「做」、要「實踐」，我們的人生就會改變。





新春禮佛 暨剃度新僧典禮

台北 法璧 記錄

大年初一，天氣晴朗無雲，陽光普照，前往禪林途中，此起彼落一叢叢鮮麗的紅粉點綴在林間，一年一度櫻花燦開的季節，讓陽明山著上新裝，大地展現生機，正宣告著春天將臨的訊息。

新春第一天通常是到寺廟禮佛、誦經、點燈祈福的好日子，更何況今日有兩位決意在中道僧團出家的同修，就要舉行剃度典禮。

為了迎接這特別的時刻，禪林早就布置得喜氣洋洋，法堂佛桌前精心擺飾的供花正優雅的盛開，一排排整齊的彩色燈籠以及生意盎然的盆景花束隨處可見，濃濃的年節氣息裡，透露著一股掩藏不住的歡欣。同修好友們紛紛懷抱著喜慶的心情前來觀禮，為這出家的殊勝因緣同表讚嘆與祝福。

對兩位經過漫長時間學習、又在教會親近僧團學法奉獻數年、業已理解修行真義而願捨俗入僧的同修，長老重新為其釐清：菩提道的自利利他同步並行，並不同於解脫道與菩薩道，是符合世間智慧的中道。還說：「有福報是無法出家的，要有智慧才會出家。用名利、地位、感情來利益自己是一般世俗的自私；但對於已經捨俗出家的人來說，若只懂得自顧自的在寺裡打坐、念佛、禪觀，卻聽任信眾辛苦供養，這亦非修行，而是宗教的自私，此人並非出家僅是搬家而已；若是一廂情願的懷著『我不入地獄誰入地獄』的心情，個人的問題還尚未了，便想要普渡眾生廣利有情，這種人只是換了衣服而已，實際身心的品質仍和慈善團體一樣，做的是社會服務工作，仍不能算是出家修行。真正的出家是放下內在的煩惱，以及



情感、財富、名利、享受的束縛，以良善身、口、意的表現，依因緣、緣生的智慧，提升道義的堅持，如實遵循中道，做自利利他的修行。」

儀式間 長老耳提面命：「出家可說是一輩子的事，是可貴而神聖的。自古以來，出家就得擔負起弘法利生的工作，故有許多限制。佛陀時代即已規定出家需六根健全，不能有精神疾病或無法治癒的傳染病；若世俗負債未清，犯法刑期未滿皆不符條件；最重要的，還需捨除世俗財物才可進入僧團。除此之外，個人的生活慣性及情感欲求，需靠對法的信心與智慧，經歷一番過程才能度越。」長老將三樣重要文物——「經師與律師共傳之經書和戒律」，一併傳承給兩位新出家人，期勉他們依教奉持。

見兩位新出家人在修行道上更跨出一大步，道一尊尼表示：「出家後會遇到生活調適上的差異是必然的現象，當要在現前如實觀察，精勤不放逸的按禪法實修。因為對個人修行道路的承擔，也就是擔綱起傳續佛法的責任，這都是修學正法者的要務。」

遠在馬來西亞的中智法師，在影片中歡迎兩位成為僧團的一份子，並勸勉：「無論路途多麼艱險，都不能辜負當初學法的道心，只要奉持正念、正智、正勤依法修習，當能於自利利他的菩提道上勇健而行。」

北馬法友及 Max 居士，對成慧法師選擇追隨 隨佛長老出家的明智與勇氣表示讚嘆，更為僧團多一位傳續 世尊教法的出家人感到欣慰，也祝福他道業增上，十方度有情。吉隆坡中道禪林的同修，對這位幽默風趣、善於關心他人、做事認真、令人印象深刻且深藏不露的成慧法師，不但懷念共事時彼此相契的緣分，並為其捨俗入僧同感歡喜與祝福，相信他的出家將會榮耀整個僧團。

因成睿法師平日的辛勞付出，而感念深刻的同修好友及八戒行者，提及在美國那段期間，承受來至成

睿法師的照顧與愛護，衷心的表達謝忱。還發自內心的祝福：「往後您所到之處，就是正法種子之所在。正法在哪裡，故鄉就在那裡！」並期能「同甘共苦直到老死」！

豐富的午齋過後，長老用精彩的開示給了一個法的大禮。從流傳兩千多年，學派眾多的佛教開始談論起，由於經教的演變造成思想的改變，離 世尊的教法越來越遠，這點不僅對佛教，對現實人間的家庭及社會形成了巨大的影響。長老引用經典說明當初世尊正覺的內容，即是世間的真相。人類由於內在的迷惑、身心結構的影響、思想認知上的盲點、加上面對外在世界求生的需求，雖生活在現實裡，卻不能如實以對，以致產生極大的焦慮與痛苦。從這裡 長老一一詳解，層層揭開觀念上的偏頗，造成與現實落差的生活態度，對人生如何形成傷害的因由。

佛陀為度苦、利益眾生才正覺於人間，教導我們離欲的方法，要在可意處遠離貪愛；在不可意處修不厭離。但根本的問題在於看待世間的方式，當遠離認知上「常、樂、我、淨」與「無常、空、無我」的兩大極端，正常有致的生活，佛教才能入家興家、入國興國。

方才出家的成慧法師，首先感謝 世尊打開了正覺之路，並成立僧團，讓他有幸參與，跟隨正法修行；同時感恩 隨佛長老的辛苦教導，對愚痴、貪欲、瞋恚深重且難以調教的眾生慈悲以待；再者，對個人在台期間，蒙受僧眾與法友誠摯熱心的愛護，表達其真誠的謝意。剃度出家，原本就是他一心想走的道路，因而沒有太多的激情與擔憂。他認為想像中美好的劇情，通常都經不起現實的磨練；反而是人與人彼此的個性衝擊、人事間的磨合、以及偶爾的無聊苦悶才更為真實。人們只能選擇方向，但是未來並不會按照計畫的安排而發生，因而憂慮便成了多餘的折磨。此刻的他僅是依著平淡與平實的心境來出家。提到之前有人問他：「是不是因為世間很苦，你才會決



定出家？」實則他並不這麼想，真正的心思在於：

「因見欲貪雖曾帶來愉悅經驗，但也帶來痛苦，我想捨去這種束縛。既有所謂的遠離樂、離欲樂、菩提樂，又何須自討苦吃？若是為得到見法之樂而來苦修，一定是觀念上的錯誤；實則我是為斷除繫縛而出家的。」對於今早受戒的感觸，他說：「在世尊二千多年的傳承裡，自己有幸在今天受戒成為世尊僧團的一份子，內心頗覺莊嚴鄭重，更是非常不平凡的因緣際遇。」

成睿法師表示：「內心並不像成慧法師那麼淡定，反而相當激昂感動；見到那麼多法師真誠的表達歡喜，心中很是感恩。以前聽長老說『當學生準備好了，老師就會出現』，一開始並不理解，以為要準備的是道場的硬體設施，後來才知道並不是這些，而是先準備好要改變自己才是，如果不想追隨佛陀的教導改變自己，那麼，祂依然不是你的老師，你只是一個學法的聽眾而已。想在修行的道路上不斷的進步，實在說來，所謂的老師其實就是個人本身，發現自己需要改變之處，自我教導、省覺並勇於承擔，其間的內容只有自己清楚明白，又如何需要老師呢？」

明至法師首先祝福兩位新僧，表示從他們的言談內容中，發現兩位法師頗具說法的能力。並指出：「一輩子出家，與短期出家的體驗有極大的不同，僧團成員是在溝通了解之下，彼此調適、磨合與成長；在有共識的方向下步步耕耘，切勿存有過多的期待。」

道一尊尼呼籲大家給予兩位法師關注和鼓勵，讓他們度過這段適應期。同時引用長老的開示：「要做個點燈的人，不要當個沾光的人！」勉勵我們護住內心這一盞燈，就可照耀身旁的人。

中儼法師除了恭喜兩位法師，也祝福大家在新的一年有好的未來，雖然沒人能夠知道未來會如何；儘管祝福的心意不盡相同，但真心的祝福還是有必要。

諦嚴法師語重心長的說：出家這條路並沒想像中的難，但也不是那麼好走，如能拋開多餘的想像與期待，就可平順一些。

度明法師表示：新進的法師會說法，將讓僧團益加堅固，內心感到安慰。

明證法師談到出家多年來的心境，她說：「出家生活中，若與法師、居士互動上有困擾，請務必敞開心胸開誠解疑，方能坦然無慮的一起修行。」

生覺法師樂見開春以來兩匹千里馬的加入，相信他們很快就能融入出家生活，參與弘法利生的工作，並與僧團一起成長。

生光法師談到：「以前學法一直想得到什麼，但是長老說過：『一旦存著想要找的心，就會找不到』，果真如是。其中的道理，唯有自己去發現才能體會。出家不是修苦行，人們就是因為擁有才痛苦，捨離俗情是為了要離苦。出家這些年，長老、僧團及法友，在自己生命成長的過程中，一直扮演著重要的助緣，內心萬分感激。」

生諦法師也恭賀兩位法師的加入，給予僧團多一分傳續正法的力量。

生觀法師想起一年前剃髮時激動落淚的情景，認為能在佛陀的道業上盡一分力量，實是難得的福分。祝福兩位法師的修行路能益加開闊，也盼望大家能像支持她度過出家調適期般的照應他們。

新年第一天，法友們能到窗明几淨的道場聆聽師父開示、並參與兩位佛門龍象的剃度典禮，真要感謝法友的發心，不僅清潔工作的打點，還有華美的插花布置，讓道場在煥然一新的喜氣中開春。而且，春節三天開放給信眾禮佛點燈、說法接眾，甚多熱心的同修早就到大寮幫忙煮食，或裡裡外外引導招呼，有的甚至淨住道場全程幫忙，讓大家在一片歡喜中，有了新的氣象、新的開始。



大年初一《平安過年》剃度新僧 隨佛長老開示

什麼是出家的生活？

今天有兩位善信，親近僧團學法一段時間，並且服務教會將近兩年的時間，自己也覺得充份的了解修行跟出家的真義，所以願意捨俗入僧。

我們的僧團叫「中道僧團」，「中道」基本上不是「解脫道」，也不是「菩薩道」。這兩條道路都不是我們要走的，我們走的是「菩提道」，強調如實而行，自利利他同步並進，因為這符合智慧的知見及世間的真實。所以出家以後，僧團的生活絕對不是整天在寺裏頭讀經、打坐、禪觀，等著善信來供養，這叫「搬家」而非「出家」。因為要讀經、打坐自己在家裏書房就可以做了，可見出家修行不是只有這樣，這是一件可貴而神聖的事。

我們佛教徒常講，能出家叫「福報」。因此佛弟子會說：「善哉啊！出家就是要有福報才能出得了家！」諸位法友！只有福報是沒辦法出家，要有「智慧」才有辦法出家。那出家到底是為了什麼？許多人以為，出家是放下世俗一切來修行，又認為出家就是在寺裏打坐、讀經、唸佛。但這是錯誤的觀點，因為這種想法是只想利益自己。一般人念頭的內容，多是藉著名利、地位、感情……，利益自己而不管他人，這叫做「世俗的自私」。如果出家之後，只想在寺裏打坐、讀經，自己靜靜的修行，其他事情都不太關心，這是「宗教的自私」。

當我們想讓自己的生命更好，住在寺裏靜靜的出家修行，卻不關心任何事，讓十方大眾工作賺錢來護持自己。請問這種出家有功德嗎？這是「信仰上的自私」，不是出家，而是搬家！又另一個想法：我出家

是要普渡眾生、利益廣大有情。此話聽來很有道德，但卻是糊塗。為什麼？剛剃頭、穿了袈裟，自己的煩惱、問題還沒真正度越，即拼命向前衝，其實身心品質、內在表現，都和在俗時差不多。這樣不是真正的出家修行，這些服務的工作與社會公益團體差不多，在家就可以做了。因此，這兩種都不是真正的出家。

什麼是真正的出家呢？要用智慧來從事自利利他的事。佛陀正統的教法是自利利他並行的中道修行，離苦、離逸樂兩邊，不偏於自私，也不偏於只知犧牲奉獻的中道修行。智慧型的出家，講自利利他、自覺覺他，是要「放下內在煩惱的貪執」，不是「放下一切」，是放下對情感、財富、名利、權力、享受的繫著，但並非放下良善的身、口、意表現、也不是放下提升生命的堅持。

所謂願意「犧牲」，又是犧牲甚麼呢？是犧牲自己的享受及多餘無謂的追求，但絕對不犧牲自己應有的利益。甚麼是應有的利益？最起碼是每天有得吃，不會餓死，衣服有得穿，不能凍死，有地方能讓你睡得著，這幾點不能犧牲。另外，要有端正學習的環境，讓你增長良知、智慧，這個更不能犧牲！因為犧牲了，還能幫人家啥呢？這是不能犧牲生命的基本、生活的必要，才有能力幫助眾生。僧團也是如此，出家人有法、有律、有三衣一鉢，有最起碼日中一食，這些不能沒有、不能犧牲，才能活下去。當有了基本生活的必要，可以過日子，才能有良好的品質來關心這個社會，這是「中道」的生活，是依照因緣、緣生的智慧如實的生活。



大年初一 《平安過年》 剃度新僧

平實地踏上生命中選擇的路

見習沙彌 成慧

感謝 釋迦牟尼佛，兩千多年前為眾生開啟正覺之路。感謝 佛陀建立了僧團，使想要專精修行的人，有了個修行的團體和環境。接下來感謝大師父的慈悲，願意接納我在中道僧團出家。僧團多了一位僧人是壯大了，但是師父多一個弟子，是多了一份辛苦。我們是癡、貪、嗔的眾生，難調難教。各有各的問題、盲點與需要跨越的困難。幾年前翻閱過菩薩道的《地藏經》：南閻浮提眾生，其性剛強，難調難伏...。我想這一點是真的。

弟子出了家，師父要調要教，還真是辛苦、不容易的事，這是師父的慈悲。還要感謝這裏的僧眾與法友，在我來臺灣的這段時間很照顧我，讓我在不同過往習慣的環境裏，還感覺到佛弟子的熱情與虔誠，以及許多馬來西亞的法友的祝福。謝謝！

對於出家，我的感受，是很平實、平常。不激動，不感動，也不擔心，不憂慮。我只是走人生想走的路。不激動、不感動，是因為完美想像的激情，往往經不起現實的考驗。現實有的是性格的衝突，人事的摩擦，修行有時得耐得過的無聊、苦悶.....。

不憂慮、不擔心，是因為未來充滿不確定。對於未知的未來，我們當然可以有方向、有選擇，但是人生常常不按照我們的安排和計劃發生。只能把現在做好，盡力在當前，擔憂是多餘的折磨。

我只是很簡單的實踐人生想走的一條路，所以沒有什麼壯士斷腕的氣概，也沒有什麼宏大的誓願。既不偉大，也不轟轟烈烈。目前我還只是一個見習僧，只能依我所學、所知，將修習的心得與大家分享。

之前，有人知道我想出家，對我說修行的生活很苦，要捨棄很多事物的過苦修日子。可是，我想出家當然要捨棄很多，放下在家舒適優渥的生活，但卻不是沒來由的吃苦，過「苦修」的生活。相反的，經裏有談到的是遠離樂，離欲樂，菩提樂，還說到修行是為了現法樂、現世樂。

出家時捨棄一切，是明白欲貪雖會帶來喜樂的經驗，但也同時帶來束縛。出家是為了實踐解脫欲貪的束縛，放下負擔的苦。絕不是無端端的自找苦吃，虐待自己。除此以外，如果還有什麼想法，我想就是些許的歡喜吧！





大年初一《平安過年》剃度新僧

做好準備 改變自己

見習十戒尼 成睿

感恩 佛陀當年對身心的探索與發現，使我們今天可以踏著 佛陀的足跡，依照 世尊的教法，探索並發現自我身心的現實，得以在人生的過程中遠離各種痛苦，走向解脫。

感恩隨佛長老和中道僧團堅持 佛陀的原始教法，以及為了使 佛陀的教法能夠再次的流傳在人間，讓需要佛法的人們得到法的利益，所付出的巨大努力。個人能被這樣的僧團接受，並成為其中的一員，是一件多麼幸福的事情！

今天，一直收到法友們的恭喜和祝福，看到他們那發自內心的笑容和親切的神態，內心十分感動。因為他們恭喜的實際上不是我個人，而是對僧團的恭喜與祝福，是對正法的信心與熱愛。

在跟隨僧團近學的一年多來，對隨佛長老說的：「當學生準備好了，老師就會出現，自己就是最好的老師。」這句話，有了一定的理解。在跟隨長老遊化的過程中，這是長老經常講的話，而法友們的反應也是十分熱烈，認為說得太對了，自己作為學生要先做好準備。

於是，我看到了各種各樣的準備，比如聯絡寺院請長老前去傳法，找塊地請僧團去建立禪林或道場，大家集資籌建一個場所，請僧團來常住等等。當然也有成立學習小組，希望僧團進一步指導學習。大家對「準備好」的理解，大多是在於弘法管道的溝通，以及弘法硬體設備的準備，認為這些都準備好了，長老就會前去說法、傳法。當然這些準備也是需要，有利於更多的人接觸到 佛陀親說的原始佛法。

但是，長老說的準備就是指的這些嗎？這與我們個人的修行有甚麼關係呢？對每個修行者來說，這個準備好了，難道不是自己希望改變的準備嗎？我們學習佛法，不就是為了改變自己嗎？這個改變包括改變自己的人格特質和對待生命的觀念。如果不準備改變自己，只是希望憑藉外部條件的改變，提升或提高自己，儘管這也有可能，但最根本還是要我們自己準備改變，這個時候老師才會出現。

這個老師是誰？當然是你自己了！為甚麼這麼說呢？因為即使 佛陀來到了我們的面前，對我們說法，而我們的反應也只是稱讚 世尊說的真好，真是太好了！卻完全沒想到要如何實踐，沒準備按照 世尊的教導來改變自己。此時， 佛陀依然不是我們的老師，我們也不是 佛陀的學生，只不過是一個熱切的聽眾而已！為甚麼長老說「自己就是最好的老師」，要點就在願意改變自己這個地方。否則，自己正是最大的障礙。

如果真的想在修行的道路上，不斷地進步和提升，對修行人很重要的一點，是要時時刻刻準備改變自己。這樣的話，時時刻刻都有老師，而這個老師就是「願意學、願意接受教導、願意改變」，這種心態才會是最好的老師，並且會「時時有老師，處處有良師」。因為當我們能夠時時刻刻準備改變，準備將世尊的教法運用到生活和工作的時候，還需要老師來告訴我們要怎麼做嗎？實際上，自己就可以按照 世尊的教法來改變自己。不用再問：如何才能進步、如何修行？



大年初二《歡喜過年》圍爐法談

佛子聚禪林 法談迎甲午

台灣 書記組

今年甲午初二，春回大地，山櫻綻放，日照炯炯和煦宜人。一大清早，為迎接各地法友的來訪，法工們早早在禪林開始了準備工作，灑掃庭院、食材準備，裡裡外外忙碌不已，卻也各個面露喜色，喜迎甲午。不會兒，法友們陸續來寺，在點燈供佛後，與師父們親切交談，娓娓述說種種學法心得，恰似回娘家般，氣氛熱絡而溫馨。

直至美國與台灣的連線時間，法師們透過現代科技一一為各地的法友祝賀新年與開示，新出家的成慧法師與成睿法師也分享了剛出家的心得，並勉勵大眾能做什麼就盡量去做、去努力，為弘揚 佛陀教法盡一份心。隨佛長老樂見華人世界愈加繁榮、昌盛，在新的一年，祝福世界朝著有利於和平的方向發展。此外，長老也勸勉法友們，若要對平常生活有幫助，應看清楚什麼是必要，放下錯誤的理想與期待、盼望及欲求。不要因為追求天邊根本追不到的美麗彩虹，而忽略了認真耕耘觸手可及的玫瑰園。

中午用餐時，法友殷勤地為師父們準備熱湯鍋底與食材，大夥兒一起圍爐，共享豐盛的佳餚，在感恩中歡度充滿法的饗宴。

午齋後，長老以平實的日常談話，給予大眾生活上的啟發：「我們學習的目的何在？主要是為了出離內在的煩惱，生命品質的提升，而非生存的競爭。」是以，想要徹底的改變生命的困境，就必須改變自己的想法，改變看待自己、對待別人的方式，乃至重整人與人之間的關係與認識。如此才能為生活提供有效、能用的幫助，而不只是寄託、信仰與學說理論。

談話過程中，長老也請法友們分享學法心得，並垂詢近況；許多法友也就各人修行的疑問，向長老請教，長老無不一一詳細解惑。從四川成都遠道而來的正乘法友，則分享了接觸中道禪林學法以來的心路歷程，讚嘆中道僧團凡事親力親為的精神，並表示「中道僧團真的是中道！」他們的敬佩與感動溢於言表。

最後，長老勉勵大眾：「知與行要相輔相成，在實踐中檢驗已有的知見，體驗才會更確實與深入，也才能發現在當中的不足與偏差，並且做出修正。」只有知道一點，就做一點，也才能進步一點。如此，持續地做，才是最踏實與最快的修行。





大年初二《歡喜過年》圍爐法談 隨佛長老開示

佛陀說：「我這裡有平安，沒有危險。」

台灣 書記組

人常因為兩種焦慮而造成痛苦。第一種是活在和別人比較的焦慮裏；另一種焦慮是活在有否被人肯定的焦慮裏。

這兩種焦慮所圍繞的核心皆是：我怎麼看待自己？我在感情上怎麼面對自己。其實這就是佛法修行上的功課。你接受你自己嗎？若接受，那你是怎麼接受的？你是用什麼方式來接受的？你是以什麼做基礎來接受所謂的自己呢？學習佛法全都圍繞著這個核心在轉。所謂解脫，就是在處理這個問題。這是人的根本問題，多數的人都是為這件事情在煩惱。

佛陀在世的時候，曾經有一個年輕人，為了家事，情緒激動，到處亂跑，恰好跑到 佛陀靜修的林中。佛陀遠遠的就看到這個年輕人的神態不對勁，就呼喚年輕人過來，告訴他：「年輕人，你過來，不要害怕，我這裏有平安、沒有危險。」

這是很簡單的一句話，卻是很重要的一句話。什麼叫做「這裏有平安、沒有危險」呢？何以在 佛陀的光輝底下，佛陀的僧團「有平安、沒有危險」呢？重點在於：人與人間，只要比高低、比強弱，內心就不會平安，人和人相處就有危險。

這個世間，每個人都不同，沒有齊頭式的平等。為什麼我要和你一樣？人與人間有共守的生活規範，大家遵守就好；其他的本來就是彼此不同啊！對吧？我不需要有跟你一樣的內在的焦慮和需要；同樣的，也不需要被別人接納的焦慮。人家接納了你，並不代表你可以；人家不接納你，也不代表你不行呀！

舉例來講，如果一個做賊的不接納你，那可是你的榮耀呀！即使一個了不起的人不接納你，有可能是他不瞭解你，或者是他從某個角度來看你而已。所以，人們不需要為了自己有否被接納而感到焦慮。路在自己的腳下，最重要是我們如何看待自己當前的人生。

為什麼 佛陀這裏有平安、沒有危險？如果從現實人生來講，基本上大多數人已經沒有生存的問題，最大的問題就是能否比別人出色。

舉例而言：如果你是個醫生，醫術相當高明，診斷醫病有正常的收費，所以上門求診的病人不少。當你覺得這個月看診的收入，已經足夠負擔這個月的生活費時，再有病人上門求診，你能否告訴他：「我是個學佛人， 佛陀教我們少欲知足，我這個月的收入已經足夠付診所的租金、水電、家人的生活費、孩子的學費及保險費了，所以這個月到此不做了！」能如是說嗎？不行！你還是得看病，看了以後還是有錢賺。

這是什麼意思？必要的以及需要的欲求是我們個人內在的事情，但是在社會的分工上，則不談你個人的問題，社會的分工是有所謂的適應性，做任何一個工作，都要盡責盡份，要有敬業精神，因為你是社會運作的一個零件，少了你這個零件，社會分工就會不流暢，所以你要盡責、認真，當你認真的做時，就不用考慮你的收入是多少。你應該認真的做，不要為了比別人出色而煩惱，也不要為了你的欲求不足而煩惱，你只是認真做你該做的。



當做了以後有適當的獲得，你就要以智慧善抉擇：實際必要的是哪些，其他的所得你就要善用，善用在對社會、對周圍的人有利的地方，這樣我們的生活和修行就不會被打成兩截，彼此就沒有衝突。這就像這個醫生，其實只要看五十個病人，他這個月就夠生活了，可是他可以看三百個病人，他認真地看，但不是為了比別的醫生看更多的病人而拼命，而是病人有需要，剛好他能夠幫忙，因此盡力而為。

那麼，多賺的那些錢，只要不是貪著享受，追逐無謂的欲求，這些錢可以有很多良善的用處：可以幫助社會、照顧親人，或者成立基金會，都可以好好的運用。這樣，個人的修行，跟實際的生活，根本不會起衝突。只要努力、盡力在生活的過程裏，內心何必焦慮呢？不必焦慮自己有沒有比別人更好；重要的是，我們有沒有盡自己該盡的責任。這就叫做反省自己、盡力自己，而不是活在「有沒有被別人肯定、接納的焦慮」裏。

修行人對這一點要特別重視，即使是出家修行的人，這也是一個大關口。有沒有修行，不在於世俗的成就，而在於你怎麼接納自己，這才是重點。怎麼接納這個生命，如何看待這個生命，就會反應出你的群我表現模式。佛陀說：「在我這裏有平安、沒有危險。」其實就是在講這件事。佛弟子應該精勤努力在當前的因緣，度越內在的煩惱，而不是努力於競爭和比較；能如是，就是一個沒有危險且平安之人。如若不是盡力在此，那就是：「你很危險！而且跟你在一起很不平安」，因為別人一定要比你差，沒有比你差就會有危險；如果跟你差不多或比你好，就會變成你的敵人。所以，跟你在一起，很不平安、很危險；而且你自己也不平安，對不對？修行必須著重在這個地方。

跟著 佛陀走，要懂得 佛陀教法的意思。所以，師父方說：「來，我這裏有平安，我這裏沒有危險。」

生命情懷在信賴、接納與付出。
隨佛尊者





大年初三 《智慧開年》側記

台北 法源

大年初三是風和日麗的好日子，也是內覺禪林春節活動的最後一日。一大早，已有十來位法友在大寮幫忙洗切蔬果，為中午供僧活動做準備，禪堂亦有法友點燈供佛莊嚴道場。

九點半一到，在大眾禮佛及皈依三寶後，隨佛長老開始為大眾說法。這次介紹了原始佛教經典中所出現的九種禪法，其實都是觀十二因緣的集法與滅法，並簡要的介紹禪法在歷史上演變的過程，說明「為何現今世間普遍所教的禪法，和世尊所教的禪法大異其趣」。隨佛長老指明：世尊沒有教大家否定現實，而是教我們認清是否有不合現實的想法。

長老向在場聽法學眾闡明：必須先觀察事實，再破除迷惑；即先觀因緣，破除無明，再斷我見、常見，才是世尊的禪法次第。法友們在長老帶領下讀

誦第一次經典結集的教法—《相應阿含》及《相應部》，舉世尊的親說，說明一般大眾對於「無常」、「無我」的錯誤認知。聞後，大眾發出如破千古大疑的讚嘆聲，不得不佩服長老的精闢解析。對前來聽法的新法友而言，或許是個重新認識佛法的大日子。

另外，長老又強調，世尊並沒有提出他個人的想法，在佛法中只有「發現」，而非「創見」。如同《相應阿含》296經中所說：「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，謂緣無明有行，乃至緣生有老死。…」因此，長老提醒學眾：如果在學習佛陀教法歷程中，有學到「創見」思想，就得要小心，因為「創見」是自己想出來的東西，不一定能相契於現實。



上午課程告一段落後，僧團法師們莊嚴、平緩地持鉢前往齋堂托鉢，大眾則在走道與長桌前合掌長跪等候，恭迎僧團應供。用齋完畢，法友們主動打掃、整理環境，新進法友則把握機會向僧團師父們請益。下午，隨佛長老開始講述「十二因緣法」，依著一篇又一篇的經證，還原十二因緣的原說，令許多新法友既是驚訝又充滿喜悅，解決了長年學法的困惑。

課程到了尾聲，長老語重心長的講述過往傳授佛法的經歷。在長老傳法二十餘年的過程中，不乏有反應靈敏、聰明機巧的弟子，在聽聞這聞所未聞的純正教法後，在思想與認知上會超越或突破過往所學的佛法教義，進而有所「開竅」。但實則上，這種「開竅」的經驗，往往會變成「開悟」的錯覺，而以「誤」為「悟」。長老說明此種類型的人格特質，多數是因為缺乏自信，而欲隱蓋自己所不足的缺陷。因此，若只是知識上的明白，但人格的缺失卻沒有轉變，這對原始佛教的發展與弘揚是沒有好處的。

在長老講解四食與四念處後，分享早期在台灣弘

法的心路歷程，提及有些學法者習慣尋找「名師」的情節，而對於低調、默默無聞的出家修行人，則未必會認真地依此身教跟隨學習。或者只是想聞法，滿足佛法知識胃囊，卻不願付諸行動實踐，這樣的求法態度與精神，讓長老對台灣的學法者感慨頗深。

經過大家一段時間的努力，在 2010 年之後，創立了「中華原始佛教會」和創辦《正法之光》雜誌，遂而在台灣本地的學法因緣也慢慢成熟，才讓正法於台灣生根發展。

課程結束前，長老諄諄地告誡學眾，「修行是為了斷煩惱，而不是為了當聖人」，以此話勸勉大家重新看清學法修行的目的，讓在場學眾警惕自己別落入這樣的盲點與陷阱。這次春節傳法圓滿落幕，除了滿滿的法義學習外，也讓大家了解學法者應有的態度和做人處事的道理，這也為 2014 年弘法開教的宗旨：「開展人生、度苦解脫、興家興國、普利世間」，引出穩健而踏實的方向。

世上或許有奇蹟，
但期待奇蹟的生活態度是不可取，
人當懂得慶幸自己不需要奇蹟。

隨佛尊者





隨佛長老承法開教二十四年紀念

隨佛長老至今傳法二十四載，曾自述此生說法度眾的緣起。簡述如下：

隨佛長老學法至今已四十一年，初期學習漢傳佛教各宗精義時，雖未能見法悟道，但未曾懷疑學習的教法。

直到 1989 年農曆正月十五日，當天夜晚正好是受寺院邀請為眾說法，正式開講的第一堂課。講題內容是「諸行無常，諸法無我，涅槃寂靜」。

當夜為眾宣講「諸行無常」時，豁然發現過去學習的「剎那生滅，相續無常」的教說，實際有著「前後無從相續無間」的矛盾。這時自己才了解，自有生以來，未曾真正的認清現前為何？因此，對學佛以來學得的知見是大起疑情。當夜是內心惶惶，無片刻安寧，亦無法入眠，可謂：「大事未了，如喪考妣。」

自當天夜起，遍覽過往所習的各宗經論、宗師著作，經四日四夜席無暇暖，雖廣閱群籍，卻依然莫得其解。既無法從前人的經驗得到解答，只能依靠自己尋覓真相。復經三日三夜的周遍觀察，探究現實，終於在 1989 年農曆正月二十二日傍晚六時四十餘分，解開了「云何無常？」的答案。當天夜晚，是正式開講的第二堂課，從此說法唯有依據當前事實，不再受限於學派宗義。惟隨佛長老至今從未對任何人宣說「已見法悟道」。

1989 年農曆正月二十二日起，隨佛長老開啟了此生正式宣法的日子，引導世人重新認識「因緣、無常、非我」。但從此面對教界的種種風雨波折，歷經

諸多的世道艱險。

這一歷程，令人感念。

自部派佛教以來，佛教內學說分歧，相互對立而莫衷一是，正法隱沒長達兩千兩百餘年。

近代科學考證之學興起，近二百多年來，經由東、西方學界前賢的探尋及考證，針對古老經法及佛教各派史獻的對照，從而還原的佛陀原說教法，可以說是最可靠、可信的修習方法。

隨佛長老歷經二十多年的努力，終於在 2008 年將 佛陀親傳的因緣法原說、十二因緣觀、菩提道次第予以還原，傳佈於華人世界。

在二十一世紀初， 世尊正法能續明於臺灣與各地的華人社會，這是華人的福趾與驕傲。

國曆 2/21(五)是隨佛長老宣說因緣法滿二十四年的紀念日，原始佛教會決定在今年 2014 年 2 月 22 日星期六，誠邀原始佛教會各地的法友，一起感念、慶賀這一富有意義的日子。

2 月 22 日上午九點，在臺北內覺禪林，隨佛長老親自宣說因緣法，午齋是火鍋饗宴。邀請十方法友把握難得的聞法機會，前來禪林學法、圍爐法聚，共賀正法重興的因緣。

感謝隨佛長老將隱沒二千多年 佛陀親說的法教，還原、顯現於世間，利益現世與後世眾生。讚曰：

法承佛陀，宣揚緣起，二十四載，隨佛而行！

在此恭祝 隨佛長老法體安康、住世久長！



隨佛長老承法開教二十四年紀念 側記

改變人生 如向日葵般朝向光明

台灣 書記組

為紀念隨佛長老宣揚十二因緣法二十四年，一些法友和中道僧團共議，利用二月二十二日，邀各方法友到山上內覺禪林共聚一堂吃火鍋。當天一早，法友陸陸續續地上山報到，並為準備中午的火鍋而忙碌，有的法友也攜家帶眷來共襄盛舉。

上午九點二十分時，由中道僧團的明至尊者帶領大眾禮聖，讀誦轉法輪經。接著隨佛長老進入法堂開始為大眾說法。長老言明自己已教因緣法二十四年，並遊化各地不斷傳法。在阿含聖典的記載裏，佛陀曾說過「緣起法」甚深難見，但目前佛教界所流傳的十二因緣法是部派佛教所傳的版本，和佛陀時代所教的十二因緣法原說有著非常大的差距。經隨佛長老多年的努力研究與考證，已確鑿還原了佛陀十二因緣法的原說，此舉將對佛教界有著巨大的貢獻，同時也代表著佛陀時代的佛教將會再次的出現於世間。

長老說法過程中，有一漢傳佛教出家的法師帶著她俗家年事已高、行動不便的老母親進入禪堂聽聞長老說法，在這位老菩薩就坐後，道場有一位八戒行者很細心體貼地為老菩薩鋪蓋上保暖的護膝巾，此舉不但讓現場洋溢著一股溫馨祥和的氣氛，也展現佛弟子慈悲眾生的本懷。

接著長老說明「相依性」和「緣生法」不能等同而論；「聚集而生」的觀念也和「緣生法」的真實義有很大的差距。長老精采逗趣的譬喻，讓全場聽眾無不笑逐顏開，將說法氣氛帶至高點，不會令人感到枯燥沉悶。長老還強調，「臨終一念」並不能決定來世的去處，若可以靠「臨終一念」決定來世的去處，那麼一生做惡多端的人，也可靠著臨終一個善念得生善處；或者一生助人行善的人，在臨終時為一件小事起了一念瞋心，並且在這瞋心中死去而墮落惡趣，這豈不荒謬？這樣的說法令人不能苟同。一生行善的人，



將來必會朝向善生善趣，絕不是靠「臨終一念」決定來世去處；而懺悔也不是在佛前懺悔，就能將自己所做不當之事，藉著佛的威神力消除，真正的懺悔應該是向被自己傷害的人懺悔，並且願意負責到底，同時告訴自己從此不再犯，這才是務實、實際的做法。

打板聲響起，長老帶領大眾做說法與聞法的功德迴向後，一一走出禪堂往齋堂走去，由於參與的法友人數眾多，餐桌的擺設從客堂連接走廊一直到大寮，每張桌子皆擺滿了火鍋食材。在大寮負責和幫忙烹飪煮食的法工們，他們忙了一個上午，連圍裙都忘了卸下，真是一群無私奉獻的虔誠法工！大眾在恭敬地供僧後即開始享用這豐盛的午宴。

下午二點二十分左右，隨佛長老再次地走進禪堂繼續為大眾說法，說法內容主要是說明這個世間是「因緣及緣生」，不是「無常、苦、無我」。長老殷重的告訴大家：不要把現實當做是「無常、苦、無我」，若把現實當做是「無常、苦、無我」，則會對現實的世界生厭，人生的態度就會變得消極而頹廢，表面上看似對現實離貪，但內心卻是渴望「常、樂、我、淨」，這不但不會帶來解脫，反而會跟現實脫節。迷惑的眾生都想要保有，而緣生的世間又不能保有，當內心的期待失落時，就會厭棄這個世間！厭棄這個世間卻又要必須活在這個世間，所以活著就會覺得苦。學佛的人不要越學越覺得苦，若覺得越學越苦，一定是學錯了，不是佛法有問題，而是學的法不是真正的佛法！

長老最後說：「佛教的大用在改變我們的人生，讓我們的人生產生光和熱，如向日葵般的朝向光明」。宗教應該彼此尊重，尊重宗教不是因為宗教本身值得尊重，而是因為尊重信仰宗教的人；關懷眾生、利樂眾生才是佛教的重點。長老精采的開示，令在場法友如醍醐灌頂般，無不沉湎於法味之中！

下午 16:30 分時，由長老帶領大眾做功德迴向後，結束了一天的活動。





隨佛長老承法開教二十四年紀念 圍爐花絮之一

一道色香味俱全的「合作拼盤」

台灣 樂法

很平凡但卻神奇的是：分明這是我第一次踏進這個廚房，然而卻自然知道該做什麼。「咦？」心想這是怎麼回事？喔！實在是這個團體太和諧了，雖然是新面孔，但大家就當你是一家人，讓人放心的來不及生疏，就馬上進入狀況，挽起袖子認真做事了。

首先登場的是法住師姐，她很有架式的起爐火熬高湯，熊熊火勢振奮人心，紅蘿蔔、玉米塊、黃豆芽紛紛排隊跳進去。這時，法住師姐背後還長眼睛呢！

「大塊頭的蔬菜由男眾洗，嬌嫩細緻的蔬菜由女眾洗，某某菜先橫切再直切，某某人落單了，請他去幫忙何事……」她一邊工作，一邊指揮若定，令人打從心底佩服啊！

經營過素食館的師兄進來了，不愧是專家，馬上

與大眾分享處理食材的經驗，看似無用的花椰菜梗，切成長條狀抓鹽洗淨泡米醬，保證好吃；新鮮香菇蒂頭應該切掉不用，果真缺了柄的香菇朵朵美麗；還有神奇的一滴淨清潔液，但那是啥我沒搞懂，只好有機會再請教他了。

一位師兄套上工作服，不過他的頭卻從工作服的腋下鑽出，失去原狀的工作服因此略嫌緊迫，這位師兄也不覺有異，很自在，逗得大夥哈哈笑，因此決定今天的料理達人非他莫屬。

師兄師姐大家和樂融融認真地做事，在火鍋末端出之前，大家就已經先做出了前菜：一道色香味俱全的「合作拼盤」。恭請 師父、尊者、師兄師姐們大家盡情享用吧！





隨佛長老承法開教二十四年紀念 圍爐花絮之二

正法住世 圍爐同慶 道情正濃

台灣 法璧

欣逢 隨佛長老承法開教二十四週年，歡喜同慶的法友們準備在 2 月 22 日週六到禪林共修時圍爐團聚。

從來不曾辦過火鍋盛宴的我們，承蒙多位法友傳授經驗，才稍有一些想法。其間經過法住師姐熱心指點、並推薦有經驗的法雲師姐、法質師姐提供專業意見，以及法海師兄的面授機宜，才做成最後定案。有了主張之後，便將食材做成簡表，更為了讓每一個幫忙的人都能一目了然，還直接做成大海報，放在大寮給大家參考。

經過這許多協助，執行時仍有實際的困難。可幸法雲師姐特別抽空與我們相約在濱江市場等候，經驗豐富的她，氣定神閒的引導我們停車，並到素料批發、菇類攤位、及熟悉的菜販處一一備齊，不到兩個小時就大功告成。接著再到賣場添購一些尚未備妥的物品，就往禪林開去。

法參師姐與法學師姐早在我們之前，便辛苦搭車上山準備幫忙卸貨，同時配合將食材整理入櫃。當我們一起將大頭菜堅硬的厚皮削開，三個人還笑稱為他們圓頂呢！開開心心將一切安頓好之後已是黃昏，法力師兄便順道載送我們三人下山到禪院，正好接上當天的「菩提道次第」課程。課程結束後，滿心掛念第二天活動的我，又換了公車去買幾排冬粉及小番茄，扛貨到家時已是深夜。

好不容易睡著，迷糊中夜半被地震搖醒，下意识想到天快亮了，萬一來的人多，又如何餵飽大家，便先下鍋煮熟紫米，待鬧鐘叫醒後，利用家中既有食材，煮了兩鍋不同口味的紫米湯。要出發到北投前，臨時還到市場找到甘蔗及新鮮剛到的茼蒿菜。

到達禪林時，大寮裡已熱鬧滾滾，一向幹練又行動力超強的法住師姐早就到了，看著她一邊烹煮湯頭，一邊指揮若定的裡裡外外打點，不久之後兩



大鍋味道齊全又內容豐富的湯底已經出爐。加了椰棗、當歸以及甘蔗，天然甜味香氣撲鼻。放眼望去，每個人都自發性的找到事在做，法質師姐以她豐富的經驗，像自家的事一般，熟練的忙進忙出；一旁的法格師姐細心的在調理水果；及時趕到的法正師兄正努力對付最難切的甘蔗，一節節將它們砍成小塊；法禪師姐即時發揮她插花的美感，將精心準備的有機素材為師父們擺盤；法斌師兄及法上師姐就站立在水槽邊，一片片將茼蒿菜洗淨；法參師姐和法學師姐也沒閒著，從沖洗、切菜到整理鍋具，一點也不馬虎的面面俱到，並隨時配合做支援的工作；有些經過的師姐也自動過來幫忙。每個人都專注的在做自己的部分，輕聲交換意見相互配合，並隨時觀前看後，準備及時出手幫忙。

看看時間，隨佛長老在法堂的說法已近尾聲，法藏師兄指揮有序的調度幾位男眾，將桌椅、鍋具、爐火配備各就定位，並同時點燃起來。當師父們和聽法的學眾下樓時，擺滿佳餚的L型長桌上，十幾鍋爐具已經熱滾滾的沸騰起來，香噴噴的各色美味令人食指大動。

供僧儀式過後，平日樸實少言的法友們，有如一家子團聚般，歡喜的打開話匣子互道家常，談笑聲中相互夾菜品嘗美味，還不忘招呼新來的同修，熱心為他們服務，開心滿足的神情都寫到了臉上。這和樂融融的氣氛，正表示我們的法情在同甘共苦中與日俱增，原始佛教日漸茁壯，法的流布將如日之輝，為人間帶來希望。

感恩師父們給我機會品嘗這麼美好的體驗，能達成任務全非一人所能，而是大家在同心協力下的成果，真感謝有這麼可愛的同修一起共事。

過程當中由於事情較瑣細，只好心無旁騖的走一步、看一步，每個步伐都以虔敬的心，為因緣之難得全力以赴，為能成事而感恩，一如大師父的提點「觀看現前，盡力眼前，順應情勢，當行則行」。

回過頭來看，親身體察「活在當前」的意涵，竟未曾感覺辛苦，所謂的「喜樂憂苦」好似不曾干擾過我，感恩這意外的發現。



台北禪院二週年慶暨一日宣法 紀實

關懷、扶助與利樂生命的共修道場

台灣 書記組法璧

兩年前，經過僧團及法友多方的努力，原始佛教在台北市熱鬧的都會區設立了中道禪院，作為弘法及共修中心，方便了許多平日上班的法友，在每天生活匆促忙碌的責任裡，給了一段屬於個人親近佛法的時間，從內心的解惑與省悟，開啟了另一段人生的旅程，也為生命點燃一盞法燈。

3月2日，中道僧團在台北禪院舉行兩週年法慶，並恭請隨佛長老主持傳法。當天禪院外、入口處飄揚的佛教旗，正向這城市宣告著這特別的日子，這也是三天連假的最後一日，同修們紛紛熱忱邀約親朋好友從各地來參與，一大早陸續進來的上百名法友很快的就擠滿了法堂。法座旁擺飾著兩對挺立的花束，幾片彎曲的葉蘭如輕輕合掌的雙手，優雅的捧著純淨的石斛蘭，像似我們虔敬禮佛的心，在耀眼的燈照下，顯得更加莊嚴而光彩，熱鬧的喜氣在人天同慶

的歡聚裡，逐漸漫布開來。

宏亮的三寶歌聲開啟了法慶的序幕（上圖），恭請中道僧團原始佛教會導師隨佛長老上座，接著由明至法師帶領大眾唸誦皈依「佛法僧戒」文及轉法輪經。長老開示時表示，短短兩年間，能將佛陀教法在此完整宣說，讓許多人學法得利，首先代表中道僧團及中華原始佛教會，感謝熱心法友在這兩年來虔誠無私不辭辛勞的付出，同時感謝許多到此學法的護法居士，也盡了一分心力。並藉這機會說明：僧團所受取者，除了此時此刻所需的四事之外，不受用分毫額外的供養。至於所有的護法資源，完全專款專用在釋迦佛陀道場的維續與弘法利眾上。還鄭重指出：在此所宣揚的原始佛法，不是一套理論，中道僧團更不只講經說法，而是要讓人間重新見到釋迦佛陀教法活生生的典範。



其間 長老也坦然表明，強調 佛陀原始的教法，並非為了要討論現前佛教各系統與宗派的缺失或挑起爭端，真正的重點是：如果 佛陀的教法對我們有用，是否應當讓世間眾生也得到佛法的利益。在我們眼中，並不會將原始佛法的學習視為宗教，故而足可從生命宏觀的角度，擺脫信仰情感的束縛，樂於與各個宗派團體相處，協同解決問題。更確切的說，「關懷生命、扶助並利樂生命」才是我們真正在乎與努力的方向。

明至法師開示時，舉出《相應阿含》54 經所說的譬喻，宣揚 佛陀正法，可令迷失方向陷入困境者找到正路；令沉溺生死大海者得救度。而今位處都市鬧區的禪院，在中道僧團住持下，由於法友盡心團結推動法務，使正法得以顯現，智慧得以開發，正猶如給生命點了一盞明燈。接著以《相應阿含》93 經， 佛陀所說當勤供養三種火，一者根本火，將如法所得供養父母，令得安樂；二者居家火，手足勤苦，以方便所得之財物，隨時育養親人眷屬，施以安樂；三者福田火，對宣說 佛陀正法的出家僧眾，恭敬尊重奉事供養。若此三火充足，就如將清淨的燈油注入燃燒的油燈令持續發亮，而得安穩之樂。但對愚痴、貪欲、瞋恚三種火， 佛陀則要我們努力調伏並加以斷除。

法慶間，道一尊尼（下左圖）對 隨佛長老及中

道僧團的法師，兩年來在此說法利眾的貢獻表示極為肯定。還有駐錫道場的法師和每天輪值法工的辛勞付出，使得大家有機緣在此相會，也一併表達感謝。同時呼籲新來的法友積極參與，一起在生活中戮力實踐，以利益更多有意朝向身心息苦的同行者。

方才出家的成慧法師（下右圖）也說出了他的感想，回想起青少年時期接觸佛法，錯解了「四無量心」的修行真義，發覺自己變得冰冷麻木，面對問題常以不了了之的態度處理。跟隨 長老修學因緣法之後，才知道套用「理想」這種概念性的想法來導正身、口、意是不正確的，因緣法側重的是實際身心的觀察，對於「影響」如何發生，過程中周圍產生怎樣的變化，都是觀察的重點。在此除了感謝 長老的教導，也表示中道僧團的確是團結和諧、相互關懷、自利利眾的僧團，一點也不會冰冷麻木。

法霖居士在分享時提及：有幸得逢 長老，並將失傳二千多年， 世尊無上真實法再度還原並公諸於世，實是千載難逢之殊遇。一輩子都在服務人群的法霖居士談到，借重因緣法為他人解決困難，由實務運用面來領會因緣的真諦，確實好用。感受到 長老的威德，與諄諄嚴謹的教導，雖年歲已長，仍要在現前加把勁，把握難能可貴的因緣修學佛法，同時期勉大家一起努力。

法住居士表示：很高興大家一起慶祝台北中道禪





週年法慶

院啟用二週年慶典，在 2010 年中華原始佛教會成立後，就擔任正法之光編輯的工作，箇中甘苦如人飲水，每一期都很不容易做，但是每一期也都順利出刊了。在這當中，深刻的體會到：為了讓 佛陀的法教能流佈世間，因此應該用「該不該做」而非以「會不會做」來做考量。在雜誌已出版第三十七期的今天，法住感謝長老給了她機會做這樣的工作，讓她在這當中發現個人的盲點和問題，也藉此改變了自己。

法言居士分享了兩年多來在此學習的經驗，積極又認真地，從 長老親傳的「原始佛教的禪法與生活的統貫」，「生活的智覺與解脫」課程，到中嚴法師開的「原始佛教的確證與開展」，生覺法師講述的「菩提道次第」課程，以及精彩的「佛教歷史」典故，再再都吸引著她，讓她更加確定 長老所親傳的佛法是有根有據的。兩年的學法歷程，生活上受用良多的她，不僅與大家分享了可貴的心得，並對 長老與中道僧團表達真切的感恩。

法晉居士談到曾經到處尋找心目中理想的情景，如何在法友邀約供僧的因緣中遇見 長老；理解到身心的緣起之後，從不切實際的想法中開始醒轉，遠離了挫敗感。誠如 長老說的「犯錯是我們的權利；而改過則是我們的義務」。

法能居士從認識僧團，傾聽 長老教誨之後，開啟了不一樣的人生觀，因而對 長老、僧團以及護法先輩的付出，使真實佛法再度重現，表達了感恩之忱。

高雄的法開居士分享了他將近三年來接觸中道僧團的體驗，以前從「保佑」角度來看佛教 的他，聽法兩年多以來，發現佛法切合人心，符合現代科學觀點，因而正式皈依 佛陀座下。

台中的法耶居士從期待所帶來的憂惱中走了出來，是因為 長老的教導「因緣的轉變當中根本沒有我，不需要做自己，只要做現在能做的就好。」





從簡短幾句話得到開解，願能更加精勤，持續追隨僧團學習。

視訊銀幕上播出了由中智法師精心製作，僧團兩年來弘法遊化的回顧影片❶。從台北中道禪院在街市中崛起的外觀；內部佛像的安設；到各場說法共修課程的現場紀錄，其間還提及去年法傳澳洲及中國大陸的珍貴鏡頭。僧團不畏艱難，根植台灣以承續正法廣傳世間為己任；念茲在茲將證道離苦的契機隨僧團的行跡留存於世，弘法接眾、接眾弘法，誠令見識眾苦與別具慧悟之心者法益均霑。

接著由法友們獻唱「感恩的心」這首膾炙人口的歌曲❷。每個法友皆無比虔敬的唱出：「感謝佛法伴隨一生，可以如實的認識自己。」顯然已表達出佛子的心聲。

祝賀台北中道禪院二週年慶，法工們捧出了一個大蛋糕，其上書有：「法日增輝，法輪常轉」，並象徵性的準備了蠟燭。對於正法重現世間，千古以來這一大事因緣，長老感慨的說：「在這樣的環境，這種條件狀況下，能將世尊教法傳開，實是一件相當不易的事。」提及戒律傳承已顯見完善的僧團，長老則期能在未來重新恢復尼眾僧團的參與，讓比丘與比丘尼僧團同步並進，成為復興佛教的兩大力量。進而表示：「原始佛法是佛陀的教法，只要經典記錄仍存世間，教法確立，便表示佛陀仍在。」「現今這一代，確實更顯聰慧優秀，不論台灣或中國大陸，透過我們的努力，加上華人的勤奮，將能逐漸建立起典範。到時，活生生的新時代佛教，比起二千四百多年前，將更加的充滿生命力。」並藉此呼籲大家一起參與佛陀的道路，趕走『末法時代』，讓佛陀正法重顯光輝。」

在這難得的因緣下，一百多個法友於佛陀法座前，一起留下與『法』結緣的影像，甚是壯觀。緊跟著供僧程序之後，原始佛教會宴請大眾午齋❸❹，扶

老攜幼而來的法友相互親切招呼，大堂裡呈現一片樂融融的難得歡聚的景象，滿布祥和之氣。

午齋過後，隨佛長老開示：從富樓那尊者傳法至西印，遇到當地極難調伏的民眾，教我們如何看「忍辱」這件事。不做鄉野匹夫的尊者，依其聖智量堅持「利澤可度眾生」之信念，臨危時當進則進、當退則退，其間並無所謂「退讓」之可言。談到造成追求「自由」與「平等」的需求，其背後的心理因素與執行面的缺失，最後並點出有我見的凡夫，因不見因緣法、緣生法而起常、斷二見，才有我勝覺、我等覺、我卑覺。所以說現實裡「平等、自由」是沒有的，人類應該追求的是公正公義、合情合理。只有用智慧看清生命的志趣，建立起與之相應的信念，於此時此刻善盡責任義務，精進不放逸的朝向有助於自他得利的方向前進，才是讓生活更好的辦法。

流傳二千多年的佛法，由於禪觀次第錯亂，遮蔽了正覺大門，佛弟子不僅沒有機會見法；面對生活，態度退縮消極，致使人生一片黯淡。有鑑於此，長老從人類既有的認知模式開始說起，用因緣的智見一一破解，並且勉勵大家觀察現況，務實、實際、精進不懈，轉變當前因緣，改善生活，讓佛教呈現出澎湃的生命力。同時再度強調原始佛教重現人間，實非進行宗教改革，只為「利澤蒼生」一事而已。進而呼籲大家一起透過修行，相互幫助、彼此勉勵，來改造這一生的命運；在有生之年，隨正念、隨正見、行於正道，用積極的態度讓家人、朋友也得到法的利益；最重要的，深受佛教恩澤的佛弟子，不要忘記在家中為世尊正覺教法找一位承續燈火之人，在家族裡點一盞長明燈，讓世代子孫都成為佛陀正法的維護者。如是，不僅有利於佛法的開展，更有利於護蔭家族。

大眾在長老「法日增輝，法輪常轉，人天興隆，法水常流」的祝禱中，法喜充滿，表達感恩、祝願與迴向，圓滿了台北中道禪院兩週年的法慶。



台北禪院二週年慶暨一日宣法 側記

法的光明照耀人心

台北 樂法

2014年3月2日是台北中道禪院成立兩週年紀念的日子。當天，一到達禪院樓下，就發現入口兩側掛出了佛教旗，告訴大家今天是個特別的日子！帶著雀躍的心情上二樓，一進門，如天使娃娃般的法言師姐便以燦爛笑容歡迎大家的蒞臨。

哇！好多人！好熱鬧！大家臉上都洋溢著笑容。法工們早已將會場布置妥當，最吸引人目光的便是臺前以玫瑰為主軸的插花作品，造型宛如古典希臘的七弦琴，彷彿還聽得見琴音，款款傾訴著玫瑰的花語：「只愛你」——只愛跟隨 佛陀的腳步，踏上得明、斷貪愛的中道，正向菩提。法友們也正因這個理由齊聚一堂歡慶。

首先，大師父開示：「中道禪院的每一個道場都是 佛陀的道場，台北道場亦如是，都是用來宣揚

佛陀的本教。僧團的職責不只是負責講解古老經說而已，更是以言教、身教實踐 佛陀的教法，讓人間重新看到一個僧團的典範。」不知為何，這段話令人眼眶濕潤，想起孔子稱讚顏回的話：「一簞食、一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂。」這就是典範！其所展現的驚人力量，令人景仰。

接下來的節目滿檔喔！明至法師、道一尊尼、成慧法師上台致詞後，接著台北、高雄、台中的法工們也發表感言。法師與法工的談話，表現出他們的不居功，將功勞歸於整個道場團體，也無私地與大眾分享他們個人學法之後的收穫與成長。緊跟著播放中智法師製作的回顧影片，回憶道場成長的點點滴滴。有著這麼多令人感動、感謝的人與事，言語難以表達，所以我們用真心獻唱：「感恩的心」。



感謝 Buddha、感謝佛法、感謝 Saṅgha、感謝大師父、感謝中道僧團，引導我們如實的認識自己。帶著滿滿的感恩，最後眾人團團圍著僧團法師們進行切蛋糕的儀式。法師們以大師父為中心一字排開，手搭著手象徵僧團合作無間，而這也是僧團所要傳達給法友的一種身教：眾人應該懂得協力合作，做好眼前的事，相互照顧。

供養法師們後，眾人享用由素食餐館準備的豐盛菜餚，大家輕鬆愉悅的用餐。我環顧眾人，心想：這個道場真的讓每個人找到生命的活水，就像剛剛上台發言的法霖師兄，妙語如珠，一席話逗翻全場，他哪有「老」的憂苦呢？他說他正處於賽車的最後一圈，正準備全力衝刺呢！或者像法海師兄，眾人吃飯，他灌營養液，他也很自在啊！我看不出他有「病」的憂苦，他全身散發的是一種溫潤的、平和的喜悅。就這樣，一個人有一個故事，故事裡必定都是苦樂參半；但我們何其有幸，在有生之年認識了「因緣法」，學習看清當前的因緣，務實、踏實、精進地面對生活，平懷地看待生命的轉現。讓自己發光照亮別人，也幫助別人發光照亮更多的人，然後眾人團結成為大光聚，每一處道場都是大光聚，大光聚遍布全世界，我們一起讓佛陀「發光」，讓佛陀正確的教法在世間閃閃發亮。

午齋過後，隨佛長老開示，澄清：「自由、平等」之說，並不符合因緣法，是不切實際的理想；佛陀教導的是「公正、公義」，責任與義務就是公正與公義的表現，是什麼因緣就做什麼，只要有利於生命，能夠自他得利，該做就做，該退就退，退也沒有忍辱的意思，只是善觀因緣採取的戰術而已。長老呼籲法友在有生之年盡力讓家人得到法的利益，在家族之中傳續法燈，讓法的光明繼續照耀人心。

慶祝的活動圓滿結束了，感謝法友們的參與。祝福大家：問題更少，生活更好，遠離煩惱。





台北禪院二週年慶 感謝詞

大家一起傳播正法明燈的火苗

中道僧團 明至比丘

師父、中道僧團的各位法師暨台北、台中、高雄學習正法的兄弟姐妹們：大家好。

我很高興看到大家來參加臺北中道禪院的兩週年法慶。兩年前，經由許多法工盡心盡力的尋找，終於在這繁華的市區，找到交通這麼便利的地點，成立臺北中道禪院，提供大家學習原始佛法和共修的場所。

兩年來，感恩師父和中道僧團的法師在臺北中道禪院辛勞的住持、弘法。在此，我想引用《相應阿含》54 經中一位婆羅門讚揚 佛陀宣說正法的譬喻：「譬如有人溺水能救，獲囚能救，迷方示路，闡惠明燈。」意思是：正法能救度沉溺在慾海的俗人，正法能拯救生命陷入困境的世人，正法能給迷失生命方向的路人指示正路，正法能為黑闇中的眾生點亮一盞光明法燈。在這都市叢林中宣揚 佛陀正法，就好比在燃燒的燈上持續的挹注清淨的燈油，讓這一盞法燈能持續發出清淨的光明，這真是一件拯救人心的工作。

在此，還要感謝原始佛教會的法工們，甘願且歡喜的付出心力、體力、時間，團結互助，分工合作，維護這一盞正法明燈，讓更多的法友們能來禪院學法修行，點亮內心正念的心燈。

從今年起，我們要開始建教的工作，請法友將所學的正法應用在生活中，讓困難更少，生活更好。我想再引用《相應阿含》93 經中的譬喻：佛陀教導婆羅門，要他供養三種火：根本火、居家火、福田火。根本火是指要恭敬奉事父母，因為父母是我們的根本；居家火是指要將財物分享給親戚、好友、公司員工，因為他們是我們事業的伙伴；福田火是指要尊重供養如法如律的出家人，因為他們能調伏我們的愚癡、貪欲、嗔恚，讓我們增長福德。請大家一起傳播正法明燈的火苗，去利益我們的親友，讓他們也能看到正法之光明，讓您的生命燃燒起來，以這三種火去興旺您的家族吧！

最後請大家以掌聲，給予原始佛教會的法師和法工們鼓勵！



台北禪院二週年慶 法友感言

盡力做現前可以做的

台灣 法住

很高興能與諸位一同歡慶台北禪院二週年紀念，藉此機緣，願與法友分享近幾年學法、當法工的體會。

2010 年春節十日禪過後不久，法正和我接受大師父的徵召，籌劃《正法之光》的創刊；在此同時，中華原始佛教會也籌備成立。教會成立後，我便擔任《正法之光》的執行編輯。期間付出許多心血，收穫與體會也就相對深刻。

當時接下這份工作，誠如大師父所言：「是不得不做！只要對大家有利益的事，就該去做。」所以我們願意嘗試。由於自己曾有過實務的編輯經驗，所以自認為「會做」。但經歷將近四年、完成 37 期雜誌之後，我有了不一樣的體會：有經驗，但沒有所謂的「會做」或「能做」。因為每一期的狀況都不同，只能勇於承擔並面對現況，盡力做現前可以做的。事實上我們是期期難過，但也期期過。有益的事就該認真去做，而不是依據「我會或不會」來抉擇要不要做，或者做之前猶豫不決，導致放棄。如果根據目前可以做什麼而付諸行動，苦惱就能解決一大半。

去年夏天，教會增辦了臉書、電子報二個宣法平台，多位年輕法師與法友戮力以赴，樂在其中。我暗自叫好，終於有更多人體會編輯工作的甘苦，這種相互了解是很難得的。他們做得很成功，對《正法之光》的編輯提供了莫大助益。兩邊編輯群互通有無、互相幫助，讓我體會到，別人的成功，也可促進自己的成辦。

負責《正法之光》編輯的前二年，辛苦與挑戰真的層出不窮，但真心想辦妥事情，面對問題、解決困難就成為必要。也明白利益眾人之事必定是重

大之事，“大事”絕非個人之力可成辦，若要集眾人之力，唯有「做現在，不做自己」，因此我心甘情願地調整自己，雖然改變自己真的需要費心費力。隨著一期期《正法之光》的出刊，在經歷中學習解決困難，漸漸的，“苦”的感受沒有那麼濃了。望著得之不易的一點收穫，回顧往昔，能值遇如此良緣，深感慶幸！

謝謝大師父智慧的引導，並提供我們練習的平台。謝謝僧團法師們從旁默默的助成！謝謝編輯團隊的付出，特別是總編—法正師兄，雖然他是大忙人，身兼數職、扮演多重角色，卻總能笑咪咪的；其勇於承擔、解決困難的功力更是一流。與他共事的這段時間，我從他身上學習到很多做事的訣竅，並在共事中培養出合作無間的革命情誼。

最後，再次呼籲：成就此一大事因緣絕對要靠大家共同出力，我們很需要大家的協助。更歡迎大家投稿，分享您的修行體會，利益一同走在這條路上的人。





台北禪院二週年慶 法友感言

完美是所有美好事物的敵人

台灣 法言

2014 年 2 月 28 日，台北禪院成立二週年紀念日。自己依止大師父、僧團學法已然兩年多了。學習過的課程包括有 隨佛長老傳法「原始佛教的禪法與生活的統貫」、「生活的智覺與解脫」、「大澈大悟」；中儼尊者講述「初級禪修」、「原始佛教的確證及開展」，以及 生覺尊者講述「相應菩提道次第」等等。

中儼尊者講述「原始佛教的確證及開展」，侃侃而談佛史與部派沿革，內容扎實精彩。深入了解佛史流變，能更加確信「中道僧團」師承法脈有根有據，增加學習信心。生覺尊者講述「相應菩提道次第」，講解經文精密縝細，power point 輔助教學簡單扼要，引領學員理解經文重點，依循正確的修行次第朝向解脫之路。

隨佛長老傳法「大澈大悟」，讓我們在滿鉢米中尋找不存在的紅豆，這個富含寓意的遊戲讓我有所

頓悟。發覺自己過往三、四十年的歲月也是不斷地尋找紅豆，尋找一個溫暖的家、完美的父母、理想的工作環境，凡事吹毛求疵，實際上這些皆與現實不符，求不得是當然。長老曾開示「完美是所有美好事物的敵人」，為了追求完美而看不見自己生活在一個不真實的想法裡；看不見自己背後隱藏著嫉妒、驕慢、自卑、不安全感；內心期待著被接納、被肯定、被認同；在希求不滿的情況升起憂傷心緒與挫敗感；痛苦油然而生。在不斷尋找紅豆的過程裡，看不到父母對我的關心，朋友對我的鼓勵與關懷，也看不到同事對我的信任及周遭許多美好的事物。

這兩年多的學習，感覺上好像多念個學位，這個學位沒有實際的文憑，卻讓我的生活直接受益。我感覺到自己的轉變，變得積極進取、懂得自利利他。感謝 隨佛長老，感謝中道僧團僧眾，也感謝法工、法友們彼此的提攜，謝謝大家。



台北禪院二週年慶 法友感言

找回彩色的人生

台灣 法晉

我的生活一向安定，唯獨內心總有不妥潛藏。童年時，無法理解外婆所說的輪迴，幼小的心靈充滿恐懼害怕：萬一沒有行善，墮落到惡道被割剝刑罰怎麼辦？從那時起，便常思索如何能夠不輪迴。

婚後，透過一篇報刊報導與佛教結緣，自此以佛教徒自居。當時我被教導，人生的遭遇都是累世的因果業報，唯有仰賴佛菩薩救拔方能離苦。但僅僅如此，無法解除我內心的迷惑，因此失望的選擇退出。

直到有一天，受邀上內覺禪林供僧，幸運地面見 隨佛長老。透過長老的說法開示，逐漸了解佛史流變與 佛陀的原說。指出真正的佛法是在幫助眾生息苦，解決人生的痛苦。這種說法契應我心，使我重

拾希望。

感恩僧團的慈悲，讓年過半百的我趕上了都會學院，展開生平首次的學法課程。我很珍惜能夠聽聞到被隱沒了兩千多年的 佛陀原說，或許因為如此，讓我願意堅持，因為我足足聽聞了一年多之後，才漸漸進入情況稍解因緣緣生的法義。

長老平實巧妙的譬喻講解，無不希望我們能止息苦惱，生活更好。我雖不甚聰明但很「會跟」，希望跟隨中道僧團的腳步，一步步去體證原始佛法，在有限的生命裏，讓自己成為一盞明燈，自利利他。衷心感恩 長老及中道僧團的法師們，因為有您們，我才得以找回彩色的人生，我會加油的！

重啟生命真義

台灣 法能

好奇，或者是有強烈求知慾的我，通常對有興趣的事物總不肯輕易放過，因此內心常充斥著「為什麼」的疑惑。

在人生的過程中，隨順著世間傳統的觀念，不知不覺走到了目前的人生（結婚生子步入中年）。在這不算短的日子裡，生命的憂苦愈來愈深，對生命存在的意義，產生很大的質疑，不知如何是好。

曾一味地信仰著菩薩的慈悲救度，盡力付出，卻無法解決內心的迷惑，及根本現實的困境。

非常感恩 隨佛法師傾畢生命之力，得令原始佛法重現人間；感恩隨佛長老成立中道僧團；感恩中道

僧團不辭辛勞地為眾生開展演出佛法的原說精髓，利益世間

非常有幸得聞師父用很多巧妙善譬，令弟子明白因緣法之理趣，引導弟子能更貼近緣生之真實。在整個僧團及共修前輩們努力的影響之下，我的人生觀點及對生命的態度慢慢地有了重大的轉現，重啟生命之鑰，開啟全然不同的身心體察，能有機會重現生命的意義。

無法言表的感恩！謹能依著長老的教誨，認真務實地做一位佛弟子應該做的事，用澎湃的生命力量，將 佛陀的偉大發現——因緣法，廣傳人間、利澤世人。



台北禪院二週年慶 法友感言

不一定要先見法 法能用就好

台灣 法耶

我們來自不同的家庭，有著不同的成長背景，學法歷程也不盡相同，造就我們南轅北轍的想法和性格。雖然我們有眾多不同之處，卻都有一個共通點——我們都感受到生命的煩惱與痛苦。其實捫心自問，我們真的不幸福嗎？亦或是我們把幸福的標準值訂得太高呢？我們永遠期待著幸福的來到，卻將來到的幸福視為理所當然，永遠都還有更高的期待在前方。

小時候，一杯福樂冰淇淋讓我們覺得隔壁阿明比自己幸福，更大時，別人的一雙愛迪達球鞋又是我們羨慕的對象；如今我們吃冰淇淋、穿愛迪達球鞋還會有幸福的感覺嗎？我們不也依然羨慕別人開名車、住豪宅嗎？當有一天我們開著名車、住著豪宅時，真能不會再有新的期待嗎？其實說穿了，有期待就是我們對當下的不知足。這件事我們從來不覺得它是一個問題或有任何的不對。

直到有一天 大師父告訴我們，只要有期待就會有痛苦，期待本身就是一種痛苦。痛苦是因為有期待而產生的，因為因緣法是不斷的流轉變化的，當中沒有「我」。但是一般人無論做任何事，都存有「我」作了什麼之後，就會有什麼結果發生的期待，這和因緣法、緣生法的現實是不符合的。在現實的世界與真實人生中既然找不到我們想要的，苦就因而如影隨形。

大師父說：「不要做自己，只做現在。在現前的因緣做現在能做的事，其它的你想也沒有用。」又說：「不一定要先見法，法能用就好。」感謝大師父將我們永遠想不透、參不明的問題，用那麼容易做到的方法來解決。這比對我們說「一切都是無常、無我、苦、空」或是「業障深重」實際多了。我們願意依循師父的教導繼續前行。最後感謝 佛陀，感謝 長老，感謝 僧團。也祝福大家平安。



台北禪院二週年慶 法友感言

對 世尊無限的感謝

台灣 法開

師父希望我能上台分享心得，我實在深感慚愧。自己未能經常到禪院聽法，對原始佛法的了解也很淺薄，無法提出精闢心得跟大家分享，只能講講原始佛法對我的影響。

首先是我皈依了 佛陀，我終於成為追隨 世尊的弟子。皈依對有些人來說可能是一件簡單的事，對末學來說卻是一件重要的決定。末學從 2011 年開始接觸中道僧團聽 隨佛師父說法，期間也參加過兩次禪修營，但是直到 2013 年底，才決定皈依 佛陀，而這也是我這輩子的第一次皈依。

剛開始接觸原始佛法、聽師父說法，跟多數人一樣心中覺得很歡喜，覺得 師父所說的很有道理也很有智慧，但是對於離貪斷愛這一點，心裡實在無法完全接受。我能理解要離貪，但是要把愛都捨斷，那我們人味不也沒了嗎？這點是末學當初無法理解，甚至覺得不以為然的。我反而比較接受，我們心中要有愛，除了對身邊的人要有愛，對不認識的人也要關愛、要包容、要仁慈，我覺得這才是比較符合人性的信仰。因此對佛法儘管敬仰，但是覺得佛法太過冷酷了點，隨佛而行的生活實在令人掙扎且不悅。

自己身邊有許多信仰基督的朋友，每一位都是品德優良、關懷別人的好人，從他們身上，我可以感受到基督信仰帶給他們的正面薰陶。這些好朋友也很熱情的送我書籍、DVD，邀請我接觸基督教，但無

奈，自己心中實在無法接受有一位無形的上帝時時在關愛我們，要常常跟祂禱告。所以自己就懸在那裡，覺得基督教博愛的精神很好，卻又無法接受無形上帝的存在；覺得 佛陀很真實，但又無法接受在人世間要斷愛的說法。

縱使無法完全的信受 佛陀法教，但卻好樂聽聞師父說法，每次聽完都有不同的收穫，漸漸的，對離貪斷愛有了比較不同的認識，發現原來愛與貪是同一件事，都是一種對生理或心理感受的追尋。至此，我完全信受了 世尊所說的法。以前覺得 佛陀與我們遙不可及，祂是天上的神，只能祈求其庇佑，現在覺得佛陀原來是一位老師，他發現了人類生命的本質，並且教導我們如何更有智慧的面對生命過程。就如同牛頓發現了運動定律一般，我們不會對著牛頓的畫像祈禱，我們只會很尊敬的感謝他發現了宇宙中運行的法則，並且運用他的發現，讓我們生活更好。

皈依後，昔日信仰的糾葛已經沒有了，對於生命的過程，也沒有如過去一般太多的想像與追尋。但是發現自己多了一個口頭禪，常常對別人說「你想的太多了」。

過去禮佛三拜，心中所想的是無來由的庇佑；現在禮佛三拜，心裡想的卻是對 世尊無限的感謝，感謝 他的智慧對生命的滲透理解，並且傳續千年，讓佛子們得以遠離無謂的煩憂。



重顯世尊正法教 利澤天下眾蒼生

台北 微雲

三月二日欣逢台北中道禪院兩周年慶，末學與同修恭逢盛會。報到時一位年輕法師（恕末學不知法師法號）問我可否會後寫些感言，末學欣然接受，謹將個人兩年多來的聽法感想記述如下。

兩年前中道禪院啟用，一年前周年慶，末學都有參加。第一次是抱著好奇與捧場的心理參加，第二次是以敬佩的心情參加，這次則是滿懷感恩與歡欣地參加盛會。

兩年多前 隨佛長老在民有里活動中心宣法，末學從第二堂課起初次聽到 長老說法，那堂課 長老以六入處展開的十二因緣表，開示寶貴的因緣法，末學內心無比的震撼。真可謂：聽 長老一堂課，勝過個人研讀十年書。

在此之前，末學已護持一處所謂的南傳道場十餘年。十多年來卻深感所學不足，一直靠自己研讀原始佛教經典來彌補，不僅所學有限，一知半解；而且在對讀《相應部》與《相應阿含》的過程中，形成一些偏差的想法：對於兩部聖典互有出入或矛盾之處，誤以為應以《相應部》為準，因《相應阿含》的梵文原典已不存人間，無從比對漢譯；而《相應部》巴利原典仍代代相傳，現有《相應部》中譯雖不理想，還有巴利原典可比對，又有 Bhikkhu Bodhi 等法師大德的英譯可參考。在查對巴利原文與參考現代英譯之下，形成以南傳聖典為尊的想法。

從民有里活動中心陸續恭聽 長老說法，與研讀正法之光長老的文字論述後，末學才知《相應部》與《相應阿含》皆是部派誦本，在歷代祖師大德的編纂傳誦、論述及解說下，世尊寶貴的真實法教已漸漸

流失，終至隱沒於人間。兩千多年後，長老揭開重重迷霧，再現 世尊真實法教，引渡現代學人迷津，千載難逢，末學有幸恭逢聽法，深深感恩在心。

長老在民有里活動中心二期都會宣法課程後，台北中道禪院啟用，末學當初是懷著捧場與好奇的心理參加。恭聽 長老二期都會宣法；中道禪院啟用，當然要捧場參加慶祝；再者，尚未接觸中道僧團與原始佛教會，所以也好奇地旁觀與會。

中道禪院啟用後，末學繼續參加 長老在禪院一期的都會宣法，對 長老的由衷尊敬之心已與日俱增，對中道僧團的嚴謹道風也有感知。因此，隔年周年慶，末學以十分敬佩的心情參加。

接著，長老在禪院宣說生活的智覺與解脫及大澈大悟兩期課程，末學渴望聽法之心，猶如大旱之望雲霓，卻因為某些因緣的牽絆，沒有福分受教，深感無奈外，惟有靜待因緣之轉現。

轉眼間，馬年入歲，今年年初，牽絆的因緣已轉，長老慈悲允可，禪院二月開始的菩提道次第課程，末學得以報名參加，先來聽法，待將來進而學法。所以，禪院二周年慶，末學真的是滿懷感恩與歡欣參加盛會。

恭聽 長老當天的說法，如同參加一場法的心靈饗宴。長老開示緣生法的世間，每位生命無法完美自我與自由表現，也不應有人人平等的妄見追逐，而應契入合於當前因緣的公正與公義。長老又再次剖析部派佛教以來十結與無常、無我想的遺害，造成禪觀次第錯亂，正覺之道不起，修證難成，造成一般佛教徒消極避世、忍辱畏縮的人生觀與生活型態。最令人



動容的是，長老以重建世尊時代的七眾佛弟子，期勉大家一起來做現代的釋迦族，並呼籲信眾自利利他，先從自己家庭開始，從家族中至少培養一位傳承人，為家族點一盞長明燈，立願代代守護佛教，生生世世照亮族人。

長老一日宣法，嚴肅開示中，句句閃耀清明智慧，一股凜然正氣，充沛天地間；時而幽默逗趣的話

語間，散發貼心的慈柔，令人如沐春風。甦醒的春日已臨大地，正法法教日日開展，長老帶領中道僧團，重顯世尊寶貴法教，利澤天下茫茫蒼生，謹深深致上無上敬意與祝福。

附記：由於一位法友的熱心關懷與穿引，末學一度中斷的聽法機緣，得以加速重現，在此並對此法友致上謝意。

癌末員工臨終 荷長頸鹿吻別

本文取材自 中央社 / 作者 蔡依珍 3/22, 2014

荷蘭鹿特丹動物園（DiergaardeBlijdorp）拍到一張令人心酸的照片，捕捉到一頭長頸鹿向癌末動物園工作人員訣別的時刻，這名工作人員將大半輩子投注在清理長頸鹿圍欄。

英國「獨立報」（The Independent）報導，管理人員馬里奧（Mario）是癌症末期病人，他要求將他送到鹿特丹動物園長頸鹿的圍欄內。

54 歲的馬里奧連人帶病床，被推進長頸鹿的圍欄。幾分鐘後，這頭長頸鹿接近他，開始用鼻子輕碰並親吻他。

將馬里奧送到動物園的「救護車許願基金會」（Ambulance Wish Foundation）表示，馬里奧不

太能動，而且說話困難。不過，他們說：「他的表情流露許多情感。」

救護車許願基金會創辦人維爾德布爾（KeesVeldboer）告訴荷蘭「大眾日報」（Algemeen Dagblad）：「這些動物認得他，感覺得到他身體不是很好。」

報導說：「（這是）很特別的時刻，看得出他神情煥然。」

馬里奧也有機會向動物園同事道別，他已經在動物園服務近 25 年。

救護車許願基金會仰賴 200 名志工協助垂死病患實現最後心願，以特別設計的救護車運送他們。





燙金新人生

台中 法善

從小，看到父母為了生計，從早忙到晚，一刻不得閒，讓我心有所畏，也影響了我日後的工作態度。高職畢業，進入社會，工作還算平順，即使收入普通，也因自己物欲淡薄，不覺得匱乏，所以人生最大願望就是——不要工作。

這個願望終於在 2013 年過年前實現了。待了十三年的圖書出版社因為景氣關係，將我這唯一員工遣散了。一筆遣散費，讓我很安心的實現畢生願望——不要工作。不要工作，就是可以做自己想要做的事；還在工作時做了一堆計畫，但真的不用工作時，卻什麼也沒做，只是整天掛網無所事事。大半年過去了，對於找工作還是不上心。

直到 2013 年 11 月看到報紙刊登的徵人啟事，因而跑去應徵。雖然到工廠後，發現並不是想像中的工作性質，但老闆娘僱用我，並且必須即刻上班，我就順其自然的，又開始了工作的日子。真正開始上班後才知道，這是一個非常辛苦的工作，從上班站到下班根本是基本功，可憐的雙腿！我要抱怨工作辛苦嗎？不！已經答應老闆娘來工作，就必須為承諾，負責到底！下班後，我立即躺平，雙腳高抬靠牆，減輕整天站立的傷害。

我所面臨的問題，不是工作的辛苦，而是身體的疲累。但我不抱怨，而是想辦法解決身體的勞累。我能有這樣正確的態度，要感謝隨佛長老的教導——『遇到問題就去解決問題』。工作慢慢上手，被要求學習換銅版與金箔紙時，我內心相當抗拒，操作機台應該是男生的工作啊？但我一察覺自己落入這種分別時，馬上想起隨佛長老的教導：『困難是想像出來的，去做就對了。』我立即釋懷，認真的學習如何換銅版與金箔紙。

金箔紙是套在實心全鐵的軸心上，軸心之重，真不是我這個弱女子拿得起的，吃足苦頭，然而幾次之後，也就輕易上手了，真是體會到長老所說：「去做就對了。」

有長老的教導當後盾，我的工作態度與同期員工截然不同：我什麼都肯學；她則抗拒不做。因此我們在公司所受到的對待也就不同：主管對我耐性十足；對她卻嚴峻不耐煩。甚至有要務商請老闆處理時，主管也派我出面代為溝通、協調。

從上級的態度讓我真切體會到因緣的影響。長老曾說：「自己的人生要自己負責。」在這次的工作經驗中，我獲得深刻的體悟！從立志不要工作到認真的面對工作，我終於了解工作是生命的一部分，也體會到，人生太過幸福，容易把應當珍惜的事當作理所當然而忽視。

從小，我就不喜歡吃東西，但經歷這份經常為了趕進度，沒有時間好好吃頓飯的燙金工作，我才發現，過往的自己太過幸福，根本沒餓過，當然不覺得吃東西是種幸福，那種幸福不是貪著食物的美味，而是體悟到，能有時間好好咀嚼食物的滋味是那麼平常，卻是一般人認為理所當然卻忽略的幸福。

世界本來美麗多彩，雙腳踏在實地上才能體會生命的質量，但人們往往因為妄想而不滿現狀，誤以為世界是黑白，每天痛苦，認為自己活在地獄中，卻不去看隨手可得的幸福。

這次燙金工廠的工作經驗，讓我體悟到從來沒有發現的幸福，這真的是我的「燙金新人生」！隨佛長老的每句教誨，都讓我的人生增色不少——感謝長老，感謝中道僧團，感恩！Sādhu Sādhu Sādhu!!



在正法的光明中「重生」 ——戒酒記——

江蘇 法量

去年六月七日在隨佛長老的見證下，皈依因緣法、四聖諦，並且受持五戒。雖然進步不甚明顯，但個人覺得受益之處，在此願與諸方法友分享。

最大獲益就是終於戒酒成功。由於家族、工作環境的影響，一直有飲酒習慣。雖然當時已經在學習北傳佛法，明白五戒中有飲酒戒，但仍未下定決心。皈依時，曾坦承表明自己無法五戒全持，主要是飲酒戒。法師慈悲地說先皈依吧，持戒的事慢慢再說。那是 2008 年的事，這一“再說”就再說到了 2013 年。

研讀長老有關持戒一事的開示後，了解到，持戒總比不持戒好，持得多總比持得少好。慢慢地從不持戒到持戒，從少分持戒到多分持戒，再到五戒全持，正是人生的一個正向的過程。因此生起增上的欲想，願意盡力持守五戒。至此方才體悟，身體力行才算真學法，皈依後落實持守 佛陀為在家人制定的五戒，才能真正獲得法的利益。

然而受完戒，問題才真正開始。一個飲酒之人，突然之間各個場合說不喝了，確實有點反常。然而，我事先的鋪陳挺成功的。我的身體有些小毛病，尤其

是鼻炎和口腔潰瘍，鼻炎是氣溫一變化就犯；口腔潰瘍經常大半年遷延難癒，兩者在我“大力宣傳”並直接“向人展示”之後，已然眾人皆知。經過這番大肆鋪陳之後，再加上去年七月特意貸款買車，一切似乎變得師出有名了。

平日居家偶與父親對酌，受戒之後，直接向父親言明此後戒酒的決心，父親表示理解和支持。接著就是同事朋友聚餐，也鄭重宣佈“退出酒罈”，懇請諒解。阻力當然免不了，有人表示支持，也有人百般勸阻，但在我堅持之下，眾友逐漸接受了我不飲酒。然而真正的考驗是在過年期間，往年過年，從臘月三十直喝到正月十五，頓頓不歇，親友多啊！昔日下不了決心戒酒，與此大有關係。傳統習俗，年年如此，突然不喝了，難免擔憂親友的批評。心想改革舊有生活模式，總需捱過過渡期，我堅定意志，滴酒不沾，向在場的人表達歉意並說明相關情況。令人高興的是，所有的人幾乎都表示理解。年關一過，戒酒算是成功了。

順便談談戒菸的事。過去曾有抽菸習慣，後來出於健康考慮；也覺得為人師表，應當以身作則遠離菸害；再加上我覺得人不能受物欲役使，因此戒掉了。但不算戒得徹底，偶爾應景抽一兩支。後來瞭解飲酒戒只是一個概述，裡面包含了戒除所有可能會讓人成癮的東西，就決定再也不抽了。這是在戒酒前面的事。

提及戒菸、戒酒之事，是希望能給有相同困擾的法友作個參考。我體會到，若是真心想戒煙、戒酒，絕對辦得到，否則必替自己找各種藉口。吾輩當捫心自問：如果連菸酒的問題都解決不了，還能奢談離欲解脫嗎？當然，各人面臨的因緣條件不盡相同，各人的路只能自己走。

祝所有的法友生活更好，困難更少，遠離煩惱，正向菩提。



四川 正乘

我們一家三口從成都來到內覺禪林過春節，近學於中道僧團，只感覺自己遇到了好人，深感幸運。“中道僧團”名副其實，從長老到每位師父都讓我們感受到了他們的平凡而不平凡。平凡的是：師父們親切、熱情如家人般的對待，我們彷彿回到熟悉的大家庭；不平凡的是：師父們將因緣法、緣生法的學修貫徹在生命的現實中，我們都能細細體會得到。

除夕之日，僧團從長老、法師，到所有法工，沒有一個人閑著，大家認真做著自己可以承擔的事情，布置道場、做團年飯……充滿濃濃的過年氣氛。在這個過程中，長老見一位剛從南部來的法友，問到家中情況時，長老很親切地說：「有問題就證明還活著，就證明有解決問題的人生價值。有問題就解決，但不要期待一天就將所有問題都解決完，更不要期待沒有問題的人生。」

吃過團年飯，長老親自帶領大家布置禪堂。看到長老一絲不苟、精益求精的做事態度，我頓時明白中道僧團為何能夠如此和諧、行止嚴謹、卻又不失活潑的原因了。

正月初一，僧團剃度新僧出家，夢龍法友剃度

成為成慧法師，法十師姐剃度成為成睿法師。

長老開示出家是需要智慧，而不是福報，是靠智慧出家，出煩惱痛苦之家，而不是搬家，不是逃避現實的搬家。出家是中道的修行，出家不談自私，不談犧牲，不談解脫道，不談菩薩道，出家是用智慧如實地生活，平安、幸福、智慧地過中道的生活，自利利他同行地生活。

道一師父開示：出家是擔當，是責任。

成慧法師感言：出家不是找苦受，出家是尋求現法樂、涅槃樂。

成睿法師感言：自己準備好了要改變自己，所以老師就出現了；老師就是 佛陀，老師也是自己的五陰身心。

這些都讓我明白了修行、出家的意趣所在，修正了過去一些糊塗的想法。與師父們同住期間，聆聽長老的教導，看見他們做人做事的律儀，再反省自己，感覺落差實在太大了。過去我生活在自己的想法中，生活在回憶與期待中，自己還不自知。看到中道僧團從長老到每位師父都事事用心，卻不陷



於事情中；自己做事卻是陷在事情中，只顧結果，鮮少觀察人與事的“生態”環境。師父們是看因緣，而我是看結果，從思維模式上，很明顯就能看出修行人的不一樣。

過去多喜歡形而上的思考，認為修行是“悟”道，用想法去“悟”道。親近長老和僧團才體悟出：“道”在人與人的交往中呈現，道在做人做事中貫徹。長老教導我們因緣觀，就是解決怎麼與人相處，怎麼處理事情，怎麼在生活中減少煩惱，這才是真修行，而不是只在蒲團上修行。修行就在待人處世上進行，解脫就在應對進退中表現出來。

長老和每位師父對我們無微不至的身心關照與幫助，讓我們生命成長了許多，如同經歷了生命的大洗禮，有重讀小學的感覺。

過去，學了很多年的法，雖然有一些好的滋養，但生命依舊僵硬。親近長老和僧團，明白了“影響”之妙，生命的僵硬開始軟化了，“活”過來了。還生起了“該退讓時就退讓，該爭取時就應當爭取”的無畏感。

近學長老和僧團，讓我感觸最深刻的是他們的“用心”做事，“用心”與人相處；“用心”在因緣上，而不是結果與期待上；“用心”在慈悲關注世人的現實痛苦上，而不是名利或開宗立派上；用心在光明、和樂與正法的弘揚上；用心在當下的因緣上，而不是是非拉扯上；用心在當前能學習的經驗上，而不是對與錯上；用心在當下直接的行動上，而不是玄虛空洞的理論建構上。

近學於中道僧團，親近善知識，薩度！薩度！薩度！

菩提中道 正向菩提

河南 法堯

隨佛長老在年初一的開示中說：「『中道』基本上不是『解脫道』，也不是『菩薩道』。這兩條道路都不是我們要走的，我們走的是『菩提道』，菩提道強調如實而行，自利、利他同步並進，因為這符合智慧的知見及世間的真實。」

這段話，深深地震動了我，促使我深入地回顧與思考。

佛陀的教法叫我們如實的看待自己與世界。如實才是真正的智慧。它不是耍弄玄妙或權術的小聰明。有了 佛陀教法的學習與領悟，我們才能既不偏向於自私、冷酷的逃避、厭離與「解脫」，也不偏向於纏縛、盲目、愚笨的熱情與付出；在因緣法的智見中，我們就能中道、平衡的利己利人，身心兩安，內外兼濟，穩健而又有活力地生活。

個人從前信奉過類似「菩薩道」的東西，將青春和一腔熱血浪費在徒勞無益的「事業」中，既無利人利世，更談不上利己，「家國徒憂憤」，茫然不知所向；之後，對此的厭離導向了另一個極端，那就是「解脫道」：家事、國事統統拋開不管，先謀自己的出路再說，但卻好似手提著耳朵想離開地球，依舊行不通。

長老的一席話，如響鼓震醒了夢中人。原來 佛陀所說的解脫，是要我們從妄見中解脫，從癡、貪、瞋中解脫。幸遇 長老與中道僧團對原始佛法的弘揚，個人如久旱逢甘霖，感到非常的充實與振奮。方向已經指明，道路就在腳下，剩下的，就看自己的精進力了！

感恩 隨佛長老！ 感恩中道僧團！



關於改變家庭互動模式的一點體會

浙江 談天

長久以來我一直致力於鑽研一本非常重要的「經」，但直到今年接觸原始佛法之後，才有所開竅。這本「經」就是那本流通最廣的、最著名的「家家有本難唸的經」。

我們家跟許多家庭一樣，雖然家裡也有「和氣」，但也經常伴隨著「賭氣」、「出氣」。

家人都知道之所以家庭氣氛不愉快，有一個重要的根源，那就是我爸爸的雙親裡有一方是後父，我媽媽的雙親裡有一方是後母。但是知道了又能怎樣呢，依然無法控制自己的情緒，時間一長，自然就會感到無奈，於是就成了一種「宿命論」——過去決定現在論：過去的陰影，註定對現在造成不愉快的影響，註定無法改變，只能認命。這是很多人的認知模式，現在出了問題，總是找過去的、歷史的原因，總是把責任推給過去，而在當下就會覺得無可奈何，難怪那本經會被叫做「家家有本難唸的經」。

最近我跟爸爸的一次互動中，爸爸習慣性擔心我是不是出錯了，我習慣性地開始產生不愉快的情緒，但在那個瞬間我突然在心裡問自己，為什麼總是習慣性地把爸爸的關心當作「不信任」，甚至是「興師問罪」？於是，我的那個不愉快的情緒自然就停止了。在那個瞬間我突然感覺到爸爸的痛苦和無奈，甚至也能感覺到爸爸的後父也有痛苦和無奈，因為爸爸和他的後父之間是相互的不信任、不接納，絕不是僅僅只有一方受傷害。

在那個瞬間，我也感覺到，在人際互動之中，我跟爸爸似乎是你中有我，我中有你，很難分清為兩個

界限分明、固定不變的人。從前我習慣性的在心裡認為好事總是自己的功勞，壞事總是其他人或者前人的責任，但在那個瞬間，我發覺自己也在配合地參與那個壞事；我不信任爸爸，好像他不是我的親生父親，我又在用完美主義的標準苛求親人，在那個瞬間我感覺到爸爸也在參與好事，爸爸也在努力，希望自己的孩子不要像自己那麼不幸，希望自己的孩子可以信任自己。

當我的不愉快的情緒及時停止的時候，我同時從爸爸的眼神裡面看到了同樣的變化。據說改變自己就可以改變他人，我曾經很贊同這種說法，但現在看來，的確是不準確的，還不如說那個互動的關係改變了，並不是哪個「人」改變了。

爸爸當年跟自己的後父之間的互動關係，會影響我跟爸爸之間的互動，但是這個影響並不是發生在過去，而是發生在我跟爸爸當下的互動之中，所以到底是什麼樣的影響，還要看我跟爸爸在當下的表現。這就是因緣、緣生的現實，所以從因緣法來看問題才能解決困難，任何過去不好的事情對現在造成什麼樣的影響，要看現在是積極應對，還是只知道消極地抱怨；相反的，如果認為過去對現在的影響發生在過去，那麼現在只有無可奈何的認命了。

人們在抱怨某些人事物傷害自己的同時，往往沒有注意到自己也在當下配合參與了，就好像在擁擠的人群中，有人指責對方擠著自己的時候，他沒有注意到自己也同時在擠著對方，對方之所以擠著自己，正是自己參與造成的。



既然現實是因緣、緣生，那當然注定不會有完美，所以人生最大的問題和痛苦，就是堅持各種各樣、大大小小的完美和對理想的期待。不求完美或許就是最難理解的，很容易被誤解為不求上進、不思進取，就算在理論上理解了，那也是在現實中最難做到的，或者說不自尋煩惱是最難做到的。我自己的體會就是如果人生不自尋煩惱，那簡直就不知道怎麼過日子了。

世上有許多為人熟知的道理，比如說：「活在當下」、「不要拿別人的錯誤來懲罰自己」等等，實際上並沒有獲致什麼好效果，也許只有很短暫的安慰作用。而隨佛長老給出的秘訣是：「改變認知模式」——修行人不以對錯看世間，而是看痛苦怎麼起、怎麼滅。老實說，看了隨佛長老的開示，我並不能馬上就在生活中運用，而當後來能夠有所運用而產生一些效果的時候，我才知道為什麼以前不能運用——因為苦沒有受夠是不會甘心的。

在禪林過年感言

台灣 法中

在趕完繁重的農務，並將家裡除舊佈新後，於除夕前一天夜晚，來到了台北中道禪林，過著沉澱與靜養的日子，很感謝僧團與法友們的照顧與關心。

首先先分享道一師父讓我銘心的幾段話之大意：

「這世間苦難的人太多了，我們在這兒還有人可以傾訴、請教與解決，是件幸福與值得感恩的事！」

「你沒有發現大家都很苦嗎？所以更應該開心地面對，並關心法友們。」

「人生已經很苦了，不要再讓自己心境這麼苦。」

我發現自己是個只會努力工作而不會「生活」的人，這樣的模式正如雖知道佛法的理趣，但生活上的運用與自身改變的幅度仍然有限。以前總有個想法，先將整個法義與禪法釐清貫通，如實知見後，才能真正自利利人，所以人際與生活型態依舊自限於封閉狹隘的狀態，對自己修行的評價常常是「載浮載沉的瓶頸」與理性思維上的質問與慚愧，實質上的提升

很有限。

靜住道場這段期間，看到每個師父們對法友們的關心、幫助與法務的耕耘，以及法友們對彼此熱忱歡喜的付出、關懷時所展現的光輝與活力，讓我省思到自己需要重新調整，我不能再期許自己做到理想中的完美，因為不切實際且可能做不到。應走入人群，因為在其中更能看清內在的煩惱，亦能學習到正向的態度，與發揮利己利人的效應。也因此，讓我更加深刻體會到「待人接物、品行、良知」是何等重要！因為無論有無學法，這些都是立即在生活上呈現與影響著，不僅是個人基本的資糧影響著周圍生命的品質；就算學了法，也得重新在這當中修正與調整。

記憶中大師父在圍爐法談時說到：許多善良、虔誠、犧牲、奉獻的佛弟子就像「抹布」，在佛門、社會上默默耕耘付出，可是卻總是面臨許多令人傷心、心疼的處境。當時我內心激盪不已。初八那天，我離開了禪林，內心自勉此生要盡力守護 佛陀的法燈、守護僧團，因為承受的恩澤與慈悲難以回報。



放慢腳步 才能走得更久

台灣 雅筑

大一上學期一轉眼就過了，在這幾個月裡，我學到了什麼？

應該是，面對挫折以及放慢腳步吧。

剛開學的前兩個禮拜，我的感覺是不適應的，非常痛苦；高中三年的努力與輕狂，隨著分配志願的白紙黑字而黯淡，全班 24 個人裡面，只有我到了這個校總區在山邊小城的國立大學。社群網站上一堂課了，誰和誰一起參加同一個活動，誰和誰固定每個禮拜約出來吃飯，這些熱鬧漸漸地從我的生活遠離了。

我在這裡做什麼？為什麼我會在這裡？

我的宿舍離教學區其實很遠，步行大概要 10~15 分鐘，沿途是一片片的大樓預定地——其實就是空草皮——早上有白鷺鷥在覓食，下午有附近居民來散步，天氣好時會看到有人放風箏、拍照，每天就這樣走著走著，心情也慢慢的慢了下來。

高中的時候，班級和學校的競爭激烈，要獲得什麼，就要去搶奪和佔有——沒有思考的時間和空間，就要不斷的擴張，生怕自己的領域被摧毀；和一個人

說話的時候，總要戰戰兢兢地想著對方是否真的不在意、會不會嘲笑自己、會不會在背後捅人一刀……

沒有自己的空間，每分每秒都是緊張。

我以為是挫折的大學，卻讓我看到人性光輝的一面。

我以為是熱血笨蛋的同學們，反而是最令我感到溫暖的朋友，你從他們身上感受到的就是很真實、很誠懇、很令人放鬆；在這個晚上九點過後街上就一片冷清的地方，我以為苦悶無聊的生活，卻讓我有餘暇時間放空，進行自我對話和探索。

不用繃緊神經去猜測或苦惱，只要放慢速度，欣賞沿途的風景和自己的步伐。

有些事在當下或許以為是挫折，但其實那只是另一條路的指標；或者挫折本身就是另一條路。若因先入為主的觀念而矇住眼睛，就不會看到沿途之群花盛放。

學著放下自己的成見，輕緩地移動，是我上大學後第一門課題。



上「原始佛法-菩提道次第」之心得分享

台北 真心

2013 年夏日，同友朋市郊登山。路經山澗，潺潺的水聲透出無限清涼，大夥兒忙不迭地脫鞋戲水，伴著山風笑語好不愜意。孰料隔日，無一倖免，眾人手足均起紅疹。經問熟悉附近地緣的山友始知，溪流上源有人養豬種菜，皮膚發炎恐是水源污染所致。

我們習以為常地認定山泉清淨無疑，故未留意水質是否遭受污染。這段經歷讓我聯想到，平常人們的一些認知，包括宗教信仰，無不受到先人長輩或權威人士的影響，往往未經思索即全盤接受，不曾深究事理的真相與合理性。

原始佛法原是純樸務實，如同恒河上源雪山之水純淨而清澈。然而隨著二千多年的人事傾軋、因緣變化，逐漸地摻雜了印度傳統奧義書思想、各部派的部義與論師見解，以及南北傳當地文化習俗。使得現今的佛法看似內容繽紛繁複，實是雜無而難以釐清。但後世佛子皆以「佛說」全然概括，無怪乎現代人學佛莫衷一是，難尋入處。

難能可貴的是，此次上課內容——相應菩提道次第，便是來自佛滅後的第一次經典結集，收藏於漢傳《相應阿含》及南傳巴利聖典《相應部》，經隨佛長老多年心血對照考證兩者之共說編纂而成。內容完全依經不依論，明指道次第是依慚愧、不放逸行，向於

老、病、死之解脫。導正佛子過往迂曲迷惘的方向。

「慚愧」之意涵容易理解，不像「出離心」與「大悲心」抽象難體會。每人都有慚愧經驗，取決於自己是否願意勇於面對。修行以慚愧為基礎，有慚有愧，依經云：「以慚、愧故不放逸；不放逸故恭敬，順語，為善知識；為善知識故，樂見賢聖……，堪能斷老，病，死。」整個修行次第有條不紊，脈絡分明，我們只要老實依之而修即可。

不必期待開悟，開悟亦不在期待中。唐朝無盡藏比丘尼的詩偈云：「終日尋春不見春，芒鞋踏破嶺頭雲；歸來偶把梅花嗅，春在枝頭已十分」，不是嗎？修行就在日常生活的因緣裡。修行應能實用於現前生活中，使痛苦減少，生活更好，遠離煩惱。

生覺尊者為人和善慈悲、口條清晰；精心製作的電腦畫面生動扼要；講經內容完全依原始經典而說，有根有據，未雜個人論見。聽課之間，世尊之教法宛然再現。於是乎，我樂於融入中道僧團的教化之中。

最後以鄭板橋的詩來表達我在中道禪院學習的心情，「咬住青山不放鬆，立根原在破岩中，千磨萬擊還堅勁，任爾東西南北風。」感恩 隨佛長老與中道僧團僧眾慈悲的付出，長養佛子慧命，弟子等只能認真不放逸，報師恩於萬一。



2014 年春節內覺禪林學習有感

四川 正演

我們一家三口在一月二十八日從成都來到內覺禪林。禪林雖不大，但清雅溫馨，就像來到一個溫暖的大家庭。在這之前，從網站上看到中道僧團長老與師父們的合影時，想到他們擁有高學歷、年紀又輕，卻能放下世間的享樂和名利，選擇出家修行，感覺既神秘又神聖，為他們的放下感動得淚流滿面，敬佩之情油然而生。同時也感到何其有幸，有著像大師父這樣的善知識，帶領著一個能繼承 釋迦牟尼佛正法的僧團，成為眾生學習正法的依止，讓我們這些充滿煩惱的無聞凡夫有了了解脫的希望。

如今來到這裡，了解到中道僧團除了設法透過網路、電子報刊、正法之光、視頻、影碟，讓各地的法友方便聽到長老的佛法開示之外；百忙之中還要接引法友，給予正向的引導，幫助他們度越困境。正如一位法友在文章中所說：「中道僧團不傳佈宗教，只關懷世人的苦惱，循著 佛陀的足跡，向於菩提。」僧團就是秉持著這樣的宗旨，以因緣法的真知灼見看待生活中的瑣事。尤其是道一師父和生觀師父會以其女性的細膩觀察，給予法友心理上正面的引導；並且幫忙協調親子關係。道一師父不僅親自指點甚少下廚的年輕法友做菜，教誡他們身心獨立的重要；也會針對他們生活上的盲點給予良好的建議，態度從不敷衍。無論如何你很難找到哪一個僧團會是這樣的具有人情味。這次我親眼看到了師父教我女兒做菜的耐心，讓我這個做母親的都自愧不如，同時也感到孩子來這裡太麻煩師父們卻無法報答的不安。

道一師父曾經在給孩子的電子郵件裡說到：

「關心人和接受關心都是一門要學習的課程。」當時我很詫異，這個有什麼可學的呢？這次來這裡和師父一起出門時，我才有所體會。當我幫師父背背包時，其實那個包並不重，但是我想表達對師父的關心；師父也不是背不動非得要我幫忙，但師父懂得我的心意，接受了我的關心。這正是我要用心學習的地方。僧團的每一位師父對人都是那麼熱誠，剛到時還有點陌生，當你逐漸融入這個團體時，卻感覺好像回到家一般。特別是大師父，看起來挺威嚴的，經過這段時間的接觸，我感覺大師父就像一位慈祥的父親。有一天，大家從伊通街台北中道禪院回到山上的內覺禪林，有點像要感冒的樣子，大師父就給每個人藥，這個舉動讓我感覺既親切又溫暖。有別於現代人不敢做好事，怕惹禍上身或者遭人誣陷，僧團的師父們卻沒有這樣的思維模式，總是不厭其煩地幫助法友克服困境，使他們獲得正法的利益。大師父擔心遠地而來的法友們不好意思住在這裡，就說：「人不能只栽樹讓別人乘涼，而不願在別人的樹下乘涼。」為了就是讓法友們放寬心踏實住下。我也謹記道一師父對我說的話：「我們是來修行的。」師父們的這些話，在在讓人感受到相處的踏實。我覺得在因緣緣生的法則之下人生不可能完美，但一定可以自利利他。眾人彼此互信互助，共同成長與分享，讓生命向善、趣向菩提。我們能做的就是皈命 釋迦牟尼佛，皈命因緣法、四聖諦，皈依離欲解脫僧團，好好修行，護持續傳正法的中道僧團，讓正法久住。

能來內覺禪林過春節，真的很感恩大師父、道一師父和僧團，和師父們相處了十多天，又聽大師父



開示，使我越來越堅定信受因緣法才是我真正的皈依處。我逐漸明白：認為只需念佛，就可以解脫生死輪迴，是一個錯誤觀念；也知道貪愛是生死的根本，而不知怎樣才是斷貪的正確態度。通過師父初六的開示後，才明白離貪的正確態度是不離因緣。在我們六根接觸六境時，靠什麼不黏著呢？如實正見因緣緣生，好與不好的因緣都會改變，這樣心裡就不會黏著。學習了因緣法，發現了自己的很多問題：就是對於生活的不順，不如實正見因緣、脫離現實的因緣、期待想像中的因緣，這樣就造成了現實與想法的落差，因此內心就有焦慮、痛苦和煩惱。生活就是修行，沒有離開生活的佛法，我們生活得順與不順，就在於人與人的交往中，包括自己的家人。如果我們總是以自己心

裡認為的好與不好的標準去評判人和事，這樣就違背了因緣法，就有了錯誤的認識和錯誤的處事態度，就會有好人和壞人的分別，有愛和恨的分別，有生活中的順與不順。師父曾開示說：「好和壞沒有固定的自我性，什麼樣的因緣就會有什麼樣的因緣狀態，不是好和壞在改變，是因緣在改變。只有這樣，才能改變我們看一個人不是白就是黑的錯誤認識，認識一改變，天地自然寬，我們才會包容自己和包容他人。」對於因緣法我雖然還沒有很深刻的認識，但我只要走在這條道上，我相信自己會越來越進步。

最後我以中國大陸弟子的名義祈願長老及僧團所有師父法體安康！正法久住！感恩 佛陀！感恩長老！感恩僧團！

大年初一 快樂法工

台北 法洛

大年初一當天，一大早五點就起床，因為這天要幫忙開車到捷運站載法友上山。還記得聽到生諦法師吩咐我這項任務時，非常高興，心想終於有機會貢獻一己之力了。

一到禪林先與法藏師兄清洗座車，約在 08:30 左右跟著法藏師兄開車下山。當時的我內心有二種心情交雜著：一是喜悅，一是緊張。喜悅的是可以盡點力幫忙接待法友上山；緊張的是不知如何與法友們互動，只好用微笑來面對！最後在法藏師兄的引導下，完成了這項接眾任務。

接下來便去廚房幫忙切菜、洗菜，過了一會兒，師姊告知剃度儀式及點光明燈即將開始，催促我趕緊上禪堂觀禮。剛進入禪堂時，看見大師父、道一尊尼及法師們皆坐在同一方向，感覺場面很莊嚴。有兩位居士決定剃度出家，法洛很高興他們能成為中道僧團

的僧眾，從今往後又多了兩位法師來弘揚正法、關照法友，法友可說是愈來愈幸福了。這是生平首次參加法師出家的剃度儀式，充滿好奇，更是滿心歡喜。

經過接觸學習之後，逐漸了解原始佛法竟是如此真實與務實，原來佛法可以如此貼近生活，尋常的生活言行便是修行的關注所在，瑣碎的處事步驟都是洞見因緣法的訓練，慶幸自己找到了皈依處。

感恩大師父的慈悲教導，讓眾人得到法的真實受用。從 佛陀的教法來看世間，竟能如此明白透徹，明白後便不再妄執，使我們生活越來越好，煩惱越來越少；原來世間所有一切皆是因緣、緣生，在不斷遷流及互相影響中改變，無法掌握與保有現況；唯有認真面對當下，運用智慧解決當前問題，煩惱方能當下解除。



千里學法一線牽

我們學習原始佛法的歷程與運用

美國 法融 法昆

2008 年，大師父受邀到波士頓千佛寺舉辦為期十天的禪修。法融跟隨著麻州佛教會的幾位法友前往參加。法融與法昆雖然學佛也有二十年，但總覺得佛法高深難以契入。但聽到 大師父講授原始佛法時，深深的被震撼及感動，發現原來真正的佛法就在此。 大師父要回紐約之前，應麻州佛教會法友們誠摯的邀請，到麻州佛教會的普賢講堂，為大家作個簡短開示。法融與多位法友就在那次的開示後皈依了 大師父。

一年後（2009 年）大師父及師父們又回到紐約市駐錫。麻州佛教會藉機恭請 大師父進行為期一週的演講及禪坐指導。參加的法友很多，許多人認為，經過多年的尋覓，終於找到了 佛陀的正法。從此定下心來，老老實實跟著 大師父學法修行。 大師父離開後，講堂的師兄師姊們為了能持續用功，成立了"原始佛法實踐班"；同時懇請 大師父慈悲，用 Skype 連線指導大眾，從此開始了每週五晚間的連線。如此，得以繼續聆聽 大師父的開示，真正開始了原始佛法的學習之路。

在線上聆聽 大師父開示時，我們都認真筆記，兩千年來首次重現的 佛陀原始佛法，由 大師父口中講出，句句都是那麼的珍貴！ 大師父教導我們瞭解佛教的歷史，帶領我們理解相應阿含經的經文，從而領略到 佛陀的深義；並且也教導我們禪坐、修行的方法及次第。這些都是我們從未聽過的，法友們都很用心，希望像一個海綿，把師父教導的佛法，一滴不漏的吸收進去。我們幾位退休或半退休的同修們，覺得自己年紀已大、時間不多，聽法、學習的能力都不及年輕的師兄姊們，所以有一段時間，又在週二晚上大家連線，一起複習及討論 大師父前星期五講的法要。

2009 年，我們搬到西雅圖。2012 年九月有機會回臺灣， 蒙 道一尊尼的慈允，我們在陽明山的中道禪林住了十天。有幸參加一個三日禪修和第一屆法工訓練營。法昆抓緊機會，也在那時皈依了 大師父。十月回美，又剛好趕上 大師父及中道僧團十一月在南加州舉辦的十日禪修。有機會能夠親近僧團，親身聆聽 師父們的法語，真是無比的開心。

轉眼之間，四年多已經過去了。我們在偏遠的美國西北角，還能夠繼續從網路上聽到 師父的開示，心中有說不盡的感恩。 大師父、中道僧團的師父、師兄師姐們，不管是在臺灣，美國，或馬來西亞各地，風塵僕僕，百忙之中，都還不辭勞苦地與普賢講堂連線；同時普賢講堂的師兄姊們，常常要克服各種電腦、視訊、及網絡的問題，真是感激不盡。

感恩之餘，我們唯一能夠報答這麼深厚的恩典，只有努力的將 大師父教導的正法，實踐於日常生活中。落實的力道來自於願意改變自己的決心，改變自己習以為常的生活方式與身心慣性。瞭解因緣緣生的現實遷流不息，緣生的人間有什麼是一成不變？又有什麼是固有的自己呢？有了這樣體悟，做人處事態度也變得寬容柔軟許多，與子女配偶互動良善、彼此關懷珍惜；也能接受老病死就是生的一部分，身心的老化是必然現象，每天有機會就做些步行運動，必要時就看醫生，不生煩惱。多利用機會做些有利於社會的事，回饋父母、師長、朋友、社會無數的恩惠，把握現在，做我們能做的事，不設期望，盡心盡力就好。

希望年輕的朋友們，青春莫虛度，好好學習和運用原始佛法，你們的煩惱會更少，生活會更好。



淨住內覺禪林的點滴啟示

四川 正涇

接觸原始佛法是從聽聞隨佛長老的視訊開示開始。初聞法時，雖處於新舊觀念的適應期，但感覺自己調適得很好，很快接受了原始佛法，並且解開了許多認知上的迷惑。後來還參加了中道僧團在大陸廣西、福建的兩期禪修。然而當時自己的學習仍處於理論上的了解，未能將佛法的學習活用於現實生活中。

兩次前來內覺禪林和師父們、師兄、師姐們相處，才開始漸漸有所體會。原來生活中有很多生理和心理的狀況需要度越和調整，學習佛法就是要學會面對困境和調整身心。有一次明證師父發現我的電腦光線太暗，問我眼睛會不會不舒服嗎？其實自我修學南傳開始，對於身體的感受就偏向於忽視淡漠甚至苦修程度，所以回答不會。但是師父仍舊認真地研究如何讓電腦顯示更亮一點，然而好似這個不關我的事一般，當時我一味想著過往偏差的學習所帶來的身心問題，所以當明證法師告訴我：「我知道你那個問題怎麼解決了。」自己第一反應卻是師父要開導我，解我心中所惑，因而興奮地回應：「怎麼解決？」師父說：「按哪個鍵就可以！」我這才意會過來，一下子從妄念回到現實。師父當時說了幾句話，自己很受啟發：「難道這不是你現在正面臨的實際問題嗎？」「至於身心方面的問題，其實是需要時間慢慢調整。」我這才體悟到，原來自己活在想法之中偏離現實甚遠！

另外師兄、師姐以及師父們的照顧，對我而言也是一種新的經驗。因為參加南傳禪修的緣故，與外界鮮少互動，因此當法心、法十師姐（目前已剃度出家的成睿法師）給予我種種善意的照顧時，特別讓我感到溫暖窩心。生觀師父以自身的體驗和我分享，教導我如何面對自己身心的種種狀態，耐心

解答我學法上的疑惑，並且與法海夫婦陪同我的父母，帶我到醫院做身體檢查，相當和藹可親。還有道一師父，從郵件溝通開始，就感受到師父的耐心和善意：帶我去師父的家鄉看中醫；親自教我如何炒菜做飯；分享自己的生活經歷；耐心地從各種小細節上教導我如何用心做事，循序漸進的引導著我，種種關懷都讓我點滴在心頭。

還有，大師父不僅關心晚輩生活、身心狀況，又能點出問題給予提醒教誡；既有師長嚴格的一面，又像長輩般的慈愛。我經常感受到大師父對社會與眾生的關心，戮力傳承 佛陀的教法，讓人們得以遠離痛苦煩惱，這種廣闊的胸襟悲懷，也是我要學習和用心體會的。

我了解到昔日錯誤的知見，導致禪修方式以及生活態度有所偏差，原來生活過程本身就是修行用功之處，我很願意學習、慢慢改變。就如明證法師所言：「能夠將所修學的佛法，具體的運用於身心以及生活當中，是需要很長的時間。」生觀法師也說過：「當在接受一種不同於自己慣性的認知觀念時，一般人會本能地抗拒，但成長必然會有疼痛的階段。」。大師父也曾開示：「要自己願意跳進煉鋼爐裡去煉，出來才可能是鋼。」又說：「不用一直盯著喜馬拉雅的山頂，而應該看到現在在山腳，一步一步地攀登；修行就是在生活當中一點一滴的努力，在生當活中具體落實和體驗的。」

在內覺禪林與眾人相處，雖然兩次都只有短短的十五天，卻使我獲益良多，對自己有幸遇到中道僧團，學習原始佛法，有一種久旱逢甘霖的感覺，內心充滿感恩。



廣西、福建禪修有感

四川 正洄

接觸到原始佛法與隨佛尊者之前，本人在家獨自修習。在修學佛法的過程裡，學習南傳禪修的時間有兩年，但是後期遇到了不少的問題，內心的懷疑漸漸增加。有時也會利用家裡的北傳經典，或是通過念佛、讀經等等方法來學習。但是這樣的自我學習，總感覺跌跌撞撞，十分混亂。

後來有一對結識的法友，發給我一封郵件，內容是隨佛尊者講述的“宿命業報與因緣業報的差別”，第一次讀到這篇文章時，很震驚，也感到很慶幸。經仔細閱讀後，收穫很大，尤其是長久以來懸而未解的疑惑，都得到了確認和釋疑。從此就開始聆聽隨佛尊者在網路上的其他開示，並推薦給父母以及周圍的一些學習佛法的長輩，漸漸的，他們也都能信受。

接著通過網路，得知隨佛法師會前來大陸主辦禪修，十分高興，就和父母一起報名，參加了中道僧團在廣西及福建舉辦的兩期禪修。

一直以為凡是佛教所教導的都是 佛陀親說的修行方法，加上自己也沒有深入經文，所以抱著一種對佛陀的信仰就學習了。但聽了長老所講述的原始佛法，慢慢地瞭解到佛教的演變歷史，了解 佛陀所講的真正佛法究竟是什麼，才發現自己過往盲目信仰的錯謬與嚴重性。

儘管自己在這兩次的禪修中，由於過往的禪病，在思維及具體的吸收上效果並不是很好，但是能當面見到中道僧團的幾位尊者，聽到 佛陀真正的教法和禪法，內心感覺很殊勝和珍惜。

我的父母以及一位同去廣西的長輩，經過兩次的禪修學習，也都表示對佛法有了更清晰和正確的認識，對如何學習佛法也有了更大的信心，回家之後，他們都會主動的聆聽網路上原始佛法的開示。一家人能夠走在同一條學法的道路上，真的很好。

在廣西聽聞長老開示的過程中，說了這樣的



話：「一個人所表現出來的錯誤行為，並不是他本身的錯，而是他的痛苦。」儘管只是簡單的一句表達，卻令我深受感動與啟發，尤其獲得了內心對自己的寬容，以及對他人的寬容，那是一份難得的釋懷和輕鬆。

長老說的一句話，讓我印象深刻。當時長老把大拇指放在很接近眼睛的位置，然後說：「如果只是看眼前的這一根手指，就看不到廣大的世界。」儘管類似的話語以前也聽過，但當聽到這個比喻時，卻是心有戚戚焉！好比見到久違的老朋友，很親切。那種久

違的靈動與內心的開闊，似乎慢慢甦醒過來了。

這兩次的禪修，另外一個很大的收穫就是，了知學習佛法並不需要一味的坐禪、行禪，而是確確實實地生活，勇健的面對問題、解決問題。儘管我目前的理解還無法完全與具體的實踐接軌，但是確實對照出自己之前很多認識上的問題和偏差。

一路走來，我受到很多長輩和朋友的幫忙照顧，內心非常感恩；更感恩的是有機緣從隨佛長老的身上學習到釋迦佛陀所親教的「無上甚深微妙法」，我一定要好好地走在這條正確的道路上。

《就此解放》

曾賣淫、割腕美女逆轉人生 擁哈佛高學歷

本文取材自 NOWnews 1/28, 2014

當一個人窮途末路時越能發揮生命的潛能！美國一名 31 歲女子文森（Leah Vincent）目前婚姻幸福、育有一女，且擁有哈佛大學的高學歷，但誰能料想到在此之前她付出多大代價，歷經濫交、賣淫，甚至割腕的坎坷路途。

根據英國《每日郵報》（Daily Mail）報導，31 歲美國女子文森（Leah Vincent）從小生長在極端的正統猶太教家庭，在 11 名兄弟姐妹中排行第 5，自幼被教導要服從男性，且嚴禁與未婚男子有任何接觸，16 歲那年被家人發現她與男生通信，以及買了一件貼身毛衣，竟遭逐出家門、斷絕金援。

在極端的正統猶太教家庭教育下，從小被教導要絕對服從丈夫以及如何取悅男性，以致於往後的感情大多不太順遂，甚至可以用「糟糕」來形容那幾段失敗的感情，也曾因為割腕、仰藥等問題因此

被送進精神病院。

而對正統猶太教徒來說失去貞操就被視為娼妓，文森因此自甘墮落乾脆直接下海賣淫，在這坎坷的人生路途中，「教育」成為她唯一的救贖，終於文森拿到全額獎學金進入布魯克林學院就讀，在此遇上生命中最重要的人，幫助她逆轉人生。

42 歲的已婚教授幫助文森建立自信、從旁鼓勵她，給她各方面的意見，最後文森取得哈佛大學研究所的全額獎學金進入就讀並順利畢業，至今文森擁有了幸福的婚姻以及心愛的女兒，她在新出版的自傳《就此解放》（暫譯，Cut Me Loose）透露，為了走到今天，她付出非常大的代價也受到不少傷害，才知道如何愛自己、珍惜身邊所有一切得到幸福，不再盲目服從。



台灣之行

馬來西亞 法集口述 法澄撰寫

能到臺北內覺禪林修學，對我這位白髮行者來說並非易事。過去，法香居士曾數度邀我一起到臺北內覺禪林，我都推辭了。不是我不想親近僧團，而是本身的健康情況不允許，加上年逾七旬，所以不敢遠遊，唯恐會連累他人。其實自 2009 年接觸了中道僧團後，我早已萌起到臺灣親近僧團的意念。直到去年（2013）九月間，覺得健康情況有所改善，於是我毫不遲疑地，馬上訂了機票，和法香、法曇居士一起飛往臺北內覺禪林。我心裡想：此時不去，更待何時？歲月蹉跎不得呀！

臺灣的人、事、物，樣樣都好，除了天氣，太冷了！習慣了馬來西亞的熱，來到了正處於冬季的臺灣，那種冷直叫我受不了。幸好有一群熱情洋溢的法友關照，尤其是細心的道一師父，為我們裁剪了一套冬裝的布料，大夥兒一起親手為自己縫製，不到半天，暖暖的披風與圍巾已掛在身上，暖透了我瘦弱的身軀，也溫暖了我的心窩。謝謝師父，謝謝大家！

來到禪林第三天的一個傍晚，我拿著一袋垃圾準備丟到院子外的垃圾桶。由於連續幾天下雨，路面濕滑，一個不小心，我滑倒了，弄傷了左手。弄傷了手

對我來說是小事，但師父們知道後，馬上帶我去見黃醫師，法友們也不讓我幹活兒，總叫我多休息。一向勞動慣的我杵在一旁，要我什麼也不做，就如要我坐針氈，我只弄傷左手，右手還可做活兒呢！心裡有點納悶，轉了兩個圈，我獨個兒走到庭院去。心中明白，法友們不讓我幹活兒，當然是出自善意，是心疼我這個年逾七十的白髮行者啊！（其實，我常告訴他們我不覺得自己「老」，感覺自己還很年輕呢！）

院子裡有木瓜樹、辣椒樹、艾葉、薄荷、九層塔等草藥，我看到枯葉鋪滿地，拿起掃把慢慢的清理，再拔野草，撿枯了的枝桠，不也樂在其中。還有，在這裡，我親見親聞了櫻花的美和桂花的香，這可是有生以來的第一次，我還把桂花摘下來，拿到廚房製做果凍。當然，我做的一切都有先過問師父們的！

大師父曾問我：在臺北道場的生活過得如何？我直言很好，因為大家一起吃飯，好熱鬧也好溫馨。住在怡保道場期間，大多數的時候，我都是獨自一人面對四堵牆，冷清清的；在這裡，八戒行者有十多位，加上師父們，感覺就好像一家人，大家互相關懷、互相鼓勵，有說有笑，和樂融融的，好溫馨，每一天都



開開心心地度過。諦嚴師父在臨別時，對我說歡迎我再來臺北內覺禪林。我笑著說：不用師父歡迎，我自個兒也會跑回來，因為我太喜歡這裡了！但馬來西亞的天氣卻不斷地召喚我，叫我回去。

法曇和法香居士曾帶我去逛士林，感覺上士林猶如吉隆坡的茨廠街，物品琳琅滿目。走累了，我們到一家由基督教徒開設的餐廳喝杯杏仁茶歇一歇腳。坐下不久，我們遇上了到此餐廳購物的一家人：爸爸、媽媽帶著兩個孩子，很溫馨的一家人，我們聊了起來。爸爸說我們的服裝很好看，想知道我們來自什麼團體？我們乘機向他介紹原始佛教會，爸爸說他太太是佛教徒，而他什麼也不是，恰好也住在陽明山附近，我們給了他原始佛教會的網址，鼓勵他前來認識原始佛教。沒想到我們八戒行者也能為宣教工作出一點力，很開心。

離開臺灣內覺禪院的那一個傍晚，法心特地採訪了我。法師們、八戒行者及法友聚在一堂聊了起來，

感覺上就像是一家人，大家互相關懷、鼓勵，好溫馨，好舒服。此時讓我想起自己三年前曾與一位十戒女相處的那一段不愉快經驗，當時的心緒是那麼的緊張、害怕、焦慮；為了自我保護，爾後的日子我不敢親近僧眾，對師父們敬而遠之。直到此次到臺灣親近僧團後，才漸漸地解開心裡頭的那個死結。我發覺我能很好地與僧眾互動，心境也很輕鬆，以往那種對僧眾「敬而遠之」的心緒不再湧現。在這裡，不管是年輕的還是年長的師父，他們都是那麼的慈悲，對我們關懷備至。感恩師父們讓我有機會發現自己，調整自己的心緒。

我們聊著，一直到計程車司機在外鳴車笛，我才依依不捨地向大眾道別，離開禪院。謝謝大師父、道一師父這一個月來的教誨，謝謝每一位師父及法友的關照。此行回來，我這位白髮行者一定會更加精勤精進，不管大紅朱槿是否終日開，只為點燃心中的那盞法燈！（朱槿：馬來西亞國花，華人稱其為「大紅花」）



左組圖：馬來西亞第一位受持終身八戒的法集師姐，於去年 12 月 15 日和法曇、法香師姐一起來到了台北內覺禪林，開展她們人生另一段學習的旅程。大師父、道一師父，以及安住道場的僧眾與法友們都熱烈的歡迎她們的到來。

適逢冬季，天氣逐漸轉冷，道一師父親自教授大家手工縫紉披風和圍巾，以幫助大家禦寒保暖。先前其他的八戒行者都已先後縫製了各自的披風，現在則由大家一起幫忙，她們三人的披風，不到半天時間，就縫製完成。這套冬裝，對常年居住在赤道國家的三位師姐來說，如獲至寶，內心倍感溫暖。



Dural 禪修反思篇

澳洲 Stacey Weng

我很感恩 隨佛法師慈悲的教導，我了解到了真正的學佛是展現在對生命的態度，生活的技能及對萬物生命的尊重。

我重新審查自己對宗教的態度和認知，很幸運的隨佛法師點出了我的盲點及誤解，轉變了我對人生的態度及觀念。我覺得有重生的感覺。更重要的是我對佛教有了更深一層的了解，讓我之前的罪惡感、不滿、委屈和痛苦都消失掉了。

我體會到了自己一生中不停的在找尋的聯繫感（sense of connection），原來是要先從認識自己開始。我看到了自己到現在為止，從沒有好好認識自

己，與自己對話，了解自己 我總是向外看，向外求，從不曾好好陪過自己，安慰鼓勵幫助自己。所以我學習了當自己最好的治療師、朋友、及老師。

我了解到真正體驗佛法時，會讓一個人無比堅強，充滿生命的韌性，並成為一個不向逆境低頭的勇士。他會是一個豁達開朗，幽默慈悲的人，並客觀理智，充滿智慧，就像 隨佛法師一樣。

能夠有幸參加這次的禪修及接受 隨佛法師的教導，我心中充滿了無限感恩，我重新找到了我的人生，以後更要利己利人，報答父母，師長及眾生恩。

憶念亡母

馬六甲 法平

我的母親去世了，享年 95。她從發病到往生只有不到兩個星期的時間，卻讓我近距離地看到老、病、死的轉變，看到生命的痛苦、無奈及無力感。這期間，感謝大師父的慰問、開示及教導；感謝道一師父，在我及家人因母親的痛苦而痛心、徬徨、六神無主時，一路的引導、慰問及關心；也感謝法友們的關懷、祝福及誦經，有些還不辭勞苦地到馬六甲慰問。

當發現母親已經停止呼吸時，我內心並沒有很大的悲傷，反而如放下心頭大石，因她不必再受痛苦的折磨；但當一切喪禮都辦妥後，夜深人靜或午夜夢迴時，我的理智和情感竟然開戰了。回想起母親臨走前

的一幕幕，我是不是應該更早給她打止痛針？應該看中醫師而不該吃西藥？應該更細心點，發現到她腎臟已經衰竭，而不把種種徵兆歸納為自然的老化？雖然我的理智合理化地告訴自己，我已用我有限的知識、認知以及當時的因緣，盡力為她設想及安排最好的；但我還是情感性地覺得慚愧、不確定、憂惱、傷感。

母親是個很典型的傳統中國婦女，她目不識丁，語言的障礙以及根深柢固的文化薰陶令她不能妥善地修慧，但慶幸還肯唸阿彌陀佛。我深責自己是不是應該更積極地為她講解佛法？我不夠智慧、善巧方便而為她開啟正法之門？現在我像一個母親在擔心遠走的



兒子，她有走對路了嗎？有遇到好人嗎？溫飽嗎？有受苦嗎？母親臨終前，我勸導她要放下不捨、繫縛、不要害怕、往光明的道路去換個更好、更健康的身體，為什麼我現在反而做繭自縛？很想為她做些什麼，不管對她的利益是多麼微薄。捫心一想，是為了她還是為我自己？是為了安撫我不安的愧疚、不確定感、焦慮、懷疑、憂傷、鬱悶？

我們都歡迎新生命所帶來的“擁有”而喜悅，卻抗

拒老、病、死所帶來的失去而痛苦、挫敗及不確定感，但母親的去世，卻令我真正的領悟了：有生必有死，逃不掉也避不了。

母親在我們生命中所起的影響，並沒有因她的離去而中斷，還在進行、轉化、改變。我願以對她的思念轉化成深深的祝福（迴向）。願她善生善處，生生世世得聞正法、直向菩提。

「中國式溺愛」變傷愛 南京已婚女每天讓媽幫穿襪子

本文取材自 ETtoday 2/18, 2014

南京一名朱小姐因為父母溺愛，即使到了 26 歲，結了婚，每天早上都還要母親幫她穿襪子，出門也要母親陪著去車站，讓老公直呼「受不了」。對此這樣的「中國式溺愛」，有評論說，含在口裡怕化了，揣在懷裡怕冷著，結果必然是「中國式傷愛」。

《金陵晚報》報導，朱小姐去年 8 月結婚，堅持要和父母同住，深愛她的老公只好同意，但老公覺得很受不了的是，她每天早上起床，都由母親幫忙穿襪子，吃完父母做的早餐後，還要用母親陪著送她到家門口的車站，母親看到她上車後，才轉身離開。

據悉，朱小姐雖然已經成年，但由於她是父母老來得女，所以對她十分溺愛。丈夫透露，婚前並不知道妻子原來這麼依賴父母，現在想來真是難以適應。「如果以後我們有了孩子，這該怎麼辦呢？」

南京市鼓樓醫院醫學心理科曹秋雲副主任醫師說，其實在中國父母身上，常常出現這種令人咋舌的溺愛方式，例如七旬老人步履蹣跚追到火車站給孩子送包子、兒女上了大學還把衣服快遞回家讓父母來洗、家長因為心疼孩子親自幫著值日的孩子掃地擦桌等。

曹秋雲表示，在父母的過分溺愛下，孩子失去了自理和生存的能力，最終也輸在了人生的各類起跑線上。

《大河報》一篇評論則指出，現在大人對孩子的愛，無不體現在對孩子生活的無微不至，而正如前蘇聯無產階級作家高爾基所說，這是連母雞都會做的事情。「樹木只有修剪才能成材，家長的教育和影響就是『忍痛』修剪，而所謂『中國式溺愛』之下，含在口裡怕化了，揣在懷裡怕冷著，其結果必然是『中國式傷愛』。」



《大澈大悟》學法感言之一

吉隆坡 法世

《大澈大悟》這堂課，我覺得錯過了真的是相當可惜！大師父以淺顯的方法和言語引導我們瞭解因緣與緣生法。我們常常就是因「我見」與「常見」引起一連串的妄想，在事事物物上妄執的追求圓滿與永恆，卻從不知事實是因緣生，緣生則無法掌控。

我印象最深刻的一堂課是大師父的譬喻。人們追求心目中的理想願望，卻忽略了過程中美好的人事物。為了心目中的一顆鑽石（欲望），把所有美好的過程與幫助過我們的人都忽略了，浪費了許多生命，這是多麼的可悲啊！

我們也經常受到記憶干擾，常常用過往的經驗判斷現在所發生的事物。從因緣的角度來看，記憶中的經驗並不全然代表現在正經歷的狀況，現在的狀況是在不停的影響中發生，當中沒有你我他，只是因緣

所呈現的狀況。大師父的講解真的讓我茅塞頓開！

接觸原始佛法兩年多，確實改變了我對人生的看法，也讓我在工作與家人的溝通上受益良多。就如大師父所言：先別去想了生脫死，先問問自己，困難有沒有減少？生活有沒有更好？有沒有遠離煩惱？時時保持正念正智，將佛法落實在生活中，這才是重點所在！

這課程讓我瞭解佛法的真義，修行必須從六入處入手，在六入處善觀因緣，觀察苦的集起。瞭解苦的集起，才能瞭解苦如何滅盡，捨棄妄見與貪愛，才能達到苦的止息。

我很慚愧還不能大澈大悟！還需加倍努力！感恩大師父將原始佛法重現於世間，讓人們得以學習息苦除憂之道。衷心祝福大師父，法體安康。

《大澈大悟》學法感言之二

台中 Rebecca

緣起：父親沒有讀許多書，這幾十年來尋尋覓覓的想找尋佛法的真義，直到 102 年 2 月回臺北娘家，父親提及在伊通街上課的心得，並一再強調，這世間想要聽到 佛陀的法教，現在全世界唯有 隨佛師父所說才是 佛陀所言之真理，數多年來我真的聽很多父親的學佛經歷，這時內心不斷滴咕著！這回又是什麼？於是我又聽了父親的話，到台中中道禪林聽法（因為離我台中的家太近了，無法拒絕父親）。當時的只是想聽父親的話，順從父親的意思前往聽法並無多想，讓我覺得好奇的是父親這次所言是堅定不移

的口吻。

第一次到台中的中道禪林，到了陌生的環境，對人事物都先觀察，特別會聽重要人物都說些什麼重點，他的言行舉止也會特別注意（內心先打分數）。有一段時間剛好明證法師都在台中道場，與法師閒聊後，深覺法師真的不是普通的法師，很有智慧且善解人意，覺得自己非常幸運…。

這次上完大澈大悟的課程，雖然沒有真的大澈大悟，但想要再上佛學初級班的課程，要下定此決心對



我來說是一件不容易的事。

另外有件事想與法友們分享，相信大家都知道一句話：「己所不欲，勿施於人」。每一位法友，在每天生活當中都會安排好自己三餐的飲食內容，一定會想要得到自己所想吃的東西，因為沒有飲食，身體便無法運作。明證法師在台中的時間，我都有接觸到，於是關心詢問法師飲食的內容，聽到法師早餐幾乎都

蒸包子吃，午餐吃便當，心中很不捨，我們想想，今天晚餐後大多數的人已經在想，我明天早餐要吃什麼或已經準備好明天的早餐了，重點是我們每天都願意只吃包子嗎？只吃便當嗎？我的認知是供養佛、法、僧，是身為一個佛弟子應盡的責任，我們是否該重視法師們的飲食健康問題呢？法師們有健康的身體，才能宏揚佛法，利益眾生。

法慶、法華兩兄妹

馬六甲 法心採訪



採訪者：法心。（以下簡稱採訪）

受訪者：法慶及法華兩兄妹。（以下簡稱受訪）

採訪：請問兩位因何因緣接觸道場？

受訪：是透過媽媽。因為媽媽學佛，身為孩子就跟著學佛；媽媽到大師父這裡來學習原始佛法，我們也跟著來了。

採訪：可否談談兩位的學佛資歷？

受訪：學佛已有十三年，妹妹從小學 5 年級開始，而我從國中開始，曾參加過十日禪修營。

採訪：請問你們對中道僧團的看法為何？

受訪：中道僧團的僧眾皆很親切、很慈悲，不像一般的出家人。因為對僧團有所接觸和了解，知道他們精勤精進、嚴守戒律、慈悲度眾，所以我們都很尊敬僧團。

採訪：學習原始佛法，請問你們有什麼可貴的生命經驗與大家分享

受訪：以前，媽媽比較情緒化；學習了佛法以後，她改變了，變得比較理性，變得不會把小問題放大，也比較能溝通。不僅媽媽更快樂了，家裏的氣氛也變得更加民主、輕鬆、愉快。

採訪：請分享你們學習原始佛法的收穫或改變？

受訪：學習原始佛法，讓我們學到一些實用的觀念，會以比較務實的態度去面對問題。再者，因為學習的是正法，所以可以分清楚正確和錯誤的觀念。而且和媽媽有共同的話題，可以一起討論切磋，一起成長。

採訪：謝謝兩位接受採訪，祝福你們：在正法之光的照耀下，生活越來越好，困難越來越少，遠離煩惱。



感恩

台灣 法倫

學習十二因緣法心得

十幾年前就跟隨中道僧團，學習十二因緣法。但彼時的我懵懵懂懂的，並不了解因緣法的彌足珍貴、殊勝難得。

彼時的我對人生有許多的困惑，對佛法真義的理解也力有未逮。學法時一心只求個人的離苦得樂，並未有「自利也要利他」的胸懷氣度。直到近幾年透過密集聽聞十二因緣法和實際身心的觀察體驗，漸漸地能夠相應於佛陀真實的教法。

長期跟隨四聖諦中道僧團參與活動，從中學習、觀察和感受僧眾與同修們的互動。影響我最深遠的並非課堂上的聽經聞法，而是透過實際身心的觀察和生活體驗，體悟因緣緣生的法則，進而願意改變習以為常的認知模式。

一路走來，面對瞬息萬變的人生，儘管身心依舊起伏伏陷落於痴、瞋、貪煩惱中。感恩尊貴的佛陀；感恩可貴的教法；感恩隨佛長老的用生命印證佛陀覺悟的十二因緣法，並慈悲度眾；感恩僧團對我不離不棄的殷殷教誨。

在苦難的現實人生駭浪中，能有機會學習到如何用正確的方法面對生命的困難，是何等的幸運！只要願意精勤的修習因緣法和親近善知識，內心就會有光明、力量面對世間的一切，長養出堅定面對現實人生的勇氣和智慧。

台北禪院成立二週年感言

以前要親近善知識和供養僧團，得千里迢迢背負著沉重食材到陽明山的道場；市中心成立禪院之後，

讓一切方便多了。

禪院成立第一年，我把握難得的機緣精進學法，一週有四天在禪院上課，再加上週一晚上值日法工，那時的我就在法喜的甘露中度過。當時一週有二至三次的早餐供養，經常是匆匆忙忙的買現做餐點，趕在上班之前，先繞到禪院供養，就怕耽誤 師父們用餐時間，餓著肚子。為了讓 師父們能吃到不同口味的新鮮早餐，因此堅持當天早上現買，欣慰自己當初的決定，藉此機緣累積修行的資糧。

輪值法工任務也是戰戰兢兢，絲毫不敢懈怠，法工們甚至很有默契的一人承擔一晚 師父們的熱飲；但想到 師父們的辛勞，這一切顯得微不足道。隨著 師父們說法課程的進展，我享受著法的洗禮，內心充滿無法言喻的感動，真的很懷念當時精勤的參與。

師父們用心策劃課程內容，前來學法的人越來越多，常驚嘆小小空間居然擠滿人，有這麼多的生命是為滅苦而來。正因如此，眾人不在意擁擠與否，專注聆聽法音，讓「法」流進枯萎荒涼的心靈，點亮心中的光，綻放生命的燦爛。

禪院之所以能穩立，除了續傳 佛陀法教之外，奉守 佛陀親制的僧律，為法為眾艱困不移的僧團居功厥偉。如世間末有如法如律的僧眾，禪院也只是一處荒涼的沙漠，沒有生命可言。

祝福 隨佛長老和中道僧眾

法體安康，法壽久長。



讚詞

大連 王旭

妙法原文，擷英串珠，以應大陸因張師之願，回向釋迦牟尼佛教，現正持誦法華之千百萬元極（海音）學員。至誠懇切，萬望略略駐足，恭聽 隨佛法師開示。之後，相信可有心得……

號日月燈“明”，中夜“入”無餘；
名大通“智”勝，三轉十二“行”。

“有”懷增上慢，不堪受是“法”；
我等隨佛“學”，如優曇鉢“華”。
正直“舍”方便，但說無上“道”；
佛種從“緣”起，是故說一“乘”。
“唯”有一乘法，無二“亦”無三；
疑悔永已“盡”，安住“實”智中。

英研究：大腦能「聽出」笑聲真假

精神活動在大腦，不是南傳阿毘達磨論說的心臟

本文取材自 ETtoday /記者 謝郁瑩 3/27, 2014

當你聽到老闆講的無聊笑話而硬擠出笑容時可真要注意了，其實他們能看出來你是在裝模作樣。英國研究發現，人們聽到發自內心的笑聲和虛情假意的笑聲時，大腦會呈現出完全不同的反應。

這項小規模研究由倫敦大學皇家霍洛韋學院心理學博士卡洛琳·麥格蒂根(Carolyn McGettigan)進行，結果顯示，假笑聲會啟動大腦中專門用於破譯情感資訊的區域，換言之，聽到假笑聲時，對方會知道這並非真情流露，同時大腦會自動分析假笑的緣由、隱含的意思以及對方的真實想法。至於發自內心的笑聲，會啟動大腦中與快樂和積極情緒相關的區域。

為了證實這一理論，卡洛琳讓接受實驗者傾聽 YouTube 影片中的開懷大笑聲，同時監測他們大腦的

反應，並將他們聽到真笑時的大腦活動與聽到假笑時的反應做對比。測試結果顯示，參與者在未被告知測試目的的情況下，能夠下意識地分辨出假笑聲。

卡洛琳說，「真是不可思議，我們的大腦竟然能夠洞察他人的喜悅之情。」她指出，人類大腦對於笑聲中所隱含的社會和情感資訊非常敏感。「在我們的研究過程中，當參與者聽到笑聲，他們會啟動大腦中與心智相關的區域，從而試圖獲知他人的情感或精神狀態。」

她表示，有些參與者還動用大腦中控制運動和感知的部分，「這些人能夠更精準地分辨出真假笑聲。」(新聞來源：霍芬頓郵報、參考消息網)



我的學法體會

大陸 遼寧 王馨源（11歲）

我一直是一個孤單且古怪的小孩。由於學習鋼琴，也由於其他種種原因，我從小上學的時間就很少。每天都要彈很長時間的琴——不管跟從哪一位老師——因為沒有什麼玩伴，所以我跟人交往的時間自然相對少，而且身邊的大人也不善交際。身邊大人的一些不經意的言語使得那時的我非常不可一世。

自己身邊也是會有小朋友的，而我覺得他們都比不上我，所以對他們很不屑。自然很孤單啦！

後來我想出了一種「自問自答」的方式，才讓我那孤獨的心好過一些。「自問自答」的主角自然是我，我經常想像有一個人在跟自己說話，自己再回答。因為「導演」是我，所以我想讓那個人怎麼說，那個人就怎麼說。時間長了，養成一種期許別人如何如何做、如何如何說的心理。

當然，現實中，這種期待是沒法實現的。所以，如果別人的回答不是我所想的那樣，我多會擺個臭臉，或大聲和別人爭辯。時間一長，我的朋友便更少了；而自己又意識不到，通常會在吵架後，自己找一個角落，一邊生氣一邊埋怨別人不理解我。過了一會兒，就又開始了「自問自答」。

這種狀態一直持續到去年一天晚上。爸爸回家時滿眼小星星，興奮地告訴我和媽媽，說他找到了一位隨佛長老的講法視頻，讓他佩服得五體投地，讓他都搞不清東西南北了！我當時就特別好奇，於是就纏著爸爸放給我聽。當聽隨佛長老講到「世間是緣生，緣生則無常、無我無我所」的時候，有點兒怕怕地。再聽到「不能做『不可能實現的期待』，那樣只會招來痛苦」的時候，一下子認識到了，自己希望別人如何

作答這件事的荒謬之所在，心中豁然開朗。在心裏也對隨佛長老千恩萬謝。我之所以不再孤獨，是因為隨佛長老的那一句話啊！

真的非常非常感謝隨佛長老，如果不是隨佛長老，我現在仍然在「自問自答」，然後期許著……

後來，我一直都想進的音樂學院招生，而我，落榜了。心裏很平靜，感覺自己就像一個被觀察者——靜靜地觀察著某個人的內心。由於聽了隨佛長老的一句話「不要無謂地期待未來，要盡力在當前」，所以，心裏並沒有什麼期待，自己盡力了就好。

爸爸的評點：

對這樣的狀態，我毫無所知，世間突然如此陌生。爸爸對你的引導並不像自認的那樣高明啊！看來讓你 10 歲學原始佛教，都有些晚了，正法之光最好從嬰幼兒階段就點亮，只是不知以何種方式契入為更好而已——當年，我像你這麼大的時候，所關心的事不同，是下河築壩、上房揭瓦的狀態。孩子大多會受童年遊戲的巨大影響，遊戲一般有二種模式：角色扮演和贏分爭勝。這二種模式，都可是世間法的倒影。還有，也讓你參加過“蒙台梭利嬰教班”，從觀察兒童的主動性操作傾向入手，意識到了兒童普遍的具有吸收力的心靈，她推出了一種具有宗教色彩的啟教方式，對此我很難置評——只是覺得，這算一個課題。

不知道，當初讓你接觸各種宗教的時候，你會不會覺得有些怪呢？難道學西方古典音樂就一定要瞭解宗教？爸爸怎麼會讓自己受這種薰陶，同學們都不這樣的。



這是因為，到了上小學的階段，我們所受的教育類似——我是覺得受三種「宗教」的影響——無神論，科學和中醫。

首先，「無神論」是特殊的一種，我們崇拜的是「人定勝天」。其次，任何人，一旦與「科學」牽上了關係，倏地就佩上了指點江山的光環。「科學驗證」這個語彙在各種商業廣告上出現的頻率最高，但是科學的特性畢竟不是「驗證」，而是「證偽」——具有「可被證偽」的特性才屬於科學的概念範疇。再次，上古醫巫不分（現代西醫則完全是不同的體系），居然可以輕而易舉地讓大眾相信「中醫治本、

西醫治標」、「水火即濟、陰平陽秘」、「偏方奇方（才）治大病」等等。由於上個世紀有限的醫療資源（西醫）無法向大眾傾斜，所以中醫得到廣泛的提倡。如今，中醫對當代國人已經算是「宗教」了。當然，中藥有所不同，不少地是來自於實踐，雖然中藥有很多概率不明的毒副作用，也沒有進行過大規模循證。

因此，不讓你接觸宗教，也還在「宗教」的影響下。慶幸到偷著笑醒的是，我們接觸到了原始佛教，可以進行腦內重組啦！認識到了「無求則苦免」的真正意思——當下參與。孩子！現在不晚。

溫馨一抱！黑猩猩野放前 回頭緊擁救命恩人

本文取材自 ETtoday 2/18, 2014

長期致力於黑猩猩野外研究的動物學者珍古德（Jane Goodall）在剛果救了一隻骨瘦如材的黑猩猩，在極力搶救和照顧之下，黑猩猩康復到可以野放回大自然。臨走前，黑猩猩竟跑回來給救命恩人珍古德一個大擁抱，溫馨一幕令人感動！

知名野生動物學者珍古德（Jane Goodall）長期致力於黑猩猩野外研究，她在剛果發現一隻骨瘦如材的黑猩猩伍德（Wounda），緊急將牠送往康復中心進行救治。翻著當初救援的照片，珍古德心疼說：「牠那時狀況很糟，幾乎要死了！」

黑猩猩伍德（Wounda）經過珍古德在非洲剛果共和國所創立「黑猩猩復育中心」密集的治療與照顧，復原狀況良好，長肉變胖健康了不少。終於到牠可以野放回原生地的這天，懂得感恩的黑猩猩在臨走

前，不停徘徊在救援中心的工作人員身旁不捨離去，最後更回頭躍上籠子給珍古德一個大大的擁抱，要感謝珍救牠了一命，溫馨舉動讓周圍的人都不禁發出感動的讚嘆聲。



© Jane Goodall Institute / by Fernando Turmo



吃早餐曬太陽 血清素讓你有活力

本文取材自 華人健康網 3/27 2014

血清素、褪黑素與睡眠

在白天會持續分泌血清素，控制著正腎上腺素和多巴胺的作用，並保持精神的穩定，讓大腦處於鎮靜的清明狀態。隨著夜晚的來到，血清素的分泌減少，而相反的，變暗後來，松果體就會開始釋放褪黑素。褪黑素（melatonin）可以鎮靜大腦的興奮，讓人放鬆，體溫下降，因而有誘導睡眠的作用。

褪黑素是由白天所分泌的血清素生成的，因此白天血清素分泌量少，只能生成少量的褪黑素。褪黑素的量少，就不容易入睡，或是造成無法熟睡等睡眠障礙。所以血清素濃度低，容易引起憂鬱症等睡眠障礙。睡眠中所分泌的褪黑素，具有去除體內自由基的抗氧化作用，以及防止細胞變成癌細胞的抗癌作用。睡眠中還會分泌生長激素，修補體內受傷的細胞，或是增強免疫力。由此可知睡眠對健康非常重要。

早上沐浴在晨光裡，就不會再分泌褪黑素，而是開始分泌血清素及正腎上腺素，讓人清醒。我們已經知道，褪黑素及血清素具有調節體內生理時鐘的功能，若不讓決定生理節奏的血清素及褪黑素正常活動，體內的生理時鐘就會紊亂。

如何增加血清素

要讓血清素在體內活潑的運作，首先必須要正常分泌血清素。血清素是由必需胺基酸的色胺酸（Tryptophan）所製造的，因為人體本身不會製造色胺酸，所以一定要從食物中攝取。含有較多色胺酸的食品有肉類、納豆、杏仁、乳製品等。同時為了要有效率的製造血清素，最好均衡的攝取維他命 B6 等維他命。

為了活化血清素神經核系統，早上一起床就要曬曬太陽，因為一接收到陽光，身體就會開始分泌血清素。再加上有節奏的運動或走路等，可以活化血清素神經核系統。從這些事情可以明瞭，要預防或改善憂鬱症，走路或慢跑等輕度運動最具效果。早上的走路和慢跑，可以說是活化血清素神經系統的最佳方法。

吃早餐也很重要。因為吃早餐可讓腸胃活動，更容易重新設定體內生理時鐘。還有吃早餐時，咀嚼食物是一種有節奏的運動，也可以讓血清素神經核系統活化。若不吃早餐就無法提供大腦葡萄糖等營養，大腦的活動就會降低。





世上沒有人是孤單，孤獨是一種態度與心境，
活著是相互需要，有你真好！

隨佛尊者

媽媽手打毛衣溫暖 55 年

英孿生兄弟從少年穿到白頭

本文取材自 ETtoday 2/13, 2014

英國威爾斯一對孿生兄弟，55 年前各自獲得一件母親手織毛衣，兩兄弟從年輕穿到白頭，毛衣依然毫無破損；兩兄弟說，每逢天氣寒冷時都會拿出這件真正的「溫暖牌」毛衣保暖。

1959 年，當年只有 15 歲的麥克·戴維斯和雙胞胎兄弟派崔克，得到了母親莫德(Maud)親手編織的兩件厚毛衣，兩件毛衣樣式相同但圖樣不同，麥克的毛衣主題是水牛，派崔克則是帆船。

兩兄弟目前已經 69 歲，這兩件毛衣陪伴他們度過了 55 個寒冬，依然保存的非常完好並完全合身。對於這件母親手打毛衣能穿到現在，麥克歸功於其妻子的小心洗滌。「這件毛衣現在仍和我的其他毛衣一樣擺放在衣櫃內，每逢下雪，我都會立刻穿上它」，他強調，「這是寒冷天氣的理想衣著。」

(新聞來源：英國每日郵報)



阿凡達猴塞雷 癱瘓者站起來

精神活動在大腦，不是南傳阿毘達磨論說的心臟

本文選自 自由時報 2/20, 2014

猴子實驗成真 成功率達 98%

電影「阿凡達」裡，人類透過電腦控制另一個身體的情節，現在也在猴子實驗中成為真實。科學家以電極分別連結兩隻猴子的大腦與脊髓，透過電腦傳譯訊號，成功讓一隻猴子指揮另一隻沉睡的猴子動作。科學家希望透過實驗的成功，能讓癱瘓者重拾四肢控制能力，大幅改善他們的生活品質。

波士頓哈佛醫學院麻州綜合醫院的神經學家，以兩隻成猴為實驗對象。他們先將可監測高達 100 個神經元活動的晶片，植入其中一隻猴子的大腦，

接著把 36 個電極植入另一隻猴子的脊髓內，再將兩隻猴子透過電腦相連，讓牠們意念相通，這麼一來，其中一隻猴子發出控制動作的訊號時，另一隻即時就能接收。

研究人員讓第一隻「主人」猴子坐在特製椅子上，面對顯示游標的電腦螢幕，另一隻猴子、也就是牠的「阿凡達」，則待在另一個密閉空間內，被注射了鎮靜劑進入夢鄉，而牠的一隻手，固定在能移動游標的 360 度搖桿上。當「主人」想移動游標時，大腦訊號會即時傳遞給睡著的「阿凡達」，讓牠的手臂操縱搖桿。

實驗顯示，「主人」單靠意念，就能控制「阿凡達」的手臂，成功率高達 98%。這項研究成果發表在「自然通訊」期刊。

繞過受損部位 控制自己身體

團隊表示，他們希望為癱瘓者受損的脊髓或腦波創造功能性的繞道，讓癱瘓者的腦波能繞過脊髓受損部位，重新透過意念控制自己的身體；團隊也強調，研究目標絕非讓人控制他人的身體。

科學家一直想協助癱瘓患者恢復行動，他們試過透過人機介面來控制義肢，但麻州綜合醫院團隊有興趣的是，讓患者自己的大腦活動，控制自己癱瘓的四肢。團隊的猴子實驗成功算是初步進展，不過移動游標與拿起水杯之間，仍有一大段距離；此外，人癱瘓後的肌肉比較僵硬、也有血壓波動等問題，都為意念控制動作領域獲致進展帶來莫大挑戰。





改變世界的金鑰匙

從曼德拉和一塊墓碑談起

月澄

2013年12月5日辭世的南非前總統曼德拉，是南非著名反種族隔離革命家、政治家、慈善家，也被視為南非的國父。在當選總統前，曼德拉是積極的反種族隔離人士，任非洲人國民大會武裝組織民族之矛領袖，南方法院曾判處他「密謀推翻政府」等罪名，前後共服刑27年半，其中有約18年在羅本島度過；當選總統後，他致力於廢除種族隔離制度和實現種族和解，消除貧困和不公。自種族隔離制度終結以來，曼德拉受到了來自各界的讚許，包括從前的反對者。曼德拉在40年來獲得了超過一百項獎項，其中最顯著的便是1993年的諾貝爾和平獎。2004年，南非廣播公司舉辦了「最偉大的南非人」票選活動，

曼德拉被選為最偉大的南非人。

曼德拉讓人們津津樂道的兩件事，一是：曼德拉在羅本島監獄服刑時，那裡的獄警動輒就對已決犯們揮起皮鞭，殘忍地在綻開的皮肉上潑辣椒水，大多數人都是在獄警的皮鞭和辣椒水下度日的。後來，他和眾已決犯被安排到羅本島監獄的採石場上去做苦工，每天在持槍看守的監督下拼命地搬運石頭，動作稍慢就有被毒打的威脅；而且，只准逗留在這個採石場裡，一旦踏出採石場的邊緣，就會被無情地射殺。

曼德拉想改變這種現狀，只要逮到機會，就大膽地向監獄長提出了自己的想法：在監獄的院子裡開闢



一片園子！經過了無數次的否決，大約過了 5 年左右，他的願望終於實現了。監獄當局同意在監獄牆角的一片狹長地帶供他開闢園子，並且破天荒地提供了蕃茄、辣椒等蔬菜的種子，羅本島監獄的院子裡從此多了一抹動人的綠色。他每天從採石場回來就潛心照料自己的園子，許多人都說他是監獄裡的“植物學家”，而他自己則把那片園子看作自己的心靈園地，每當採石場上的鍛石刺傷了他的眼睛，他就回到自己的園子四處看一看，那一片生命的綠色舒緩他眼睛的疲勞，消解了在採石場裡所遭受的疲憊和委屈。

但是，由於氣候的惡劣，園子的第一次收成並不是很好，僅僅收穫了一籃子不怎麼紅潤的蕃茄，但曼德拉一個也捨不得吃，都分給了自己的獄友和獄警們。

令人驚訝的是，自從有了這片菜地之後，整個監獄有了很大的改觀，每到放風時間，許多獄友都會幫助他照料滿園的蔬菜，在獄警們不注意的時候，他們還能揣幾個蕃茄回去。更令人稱奇的是，獄警們的態度似乎也變得和藹多了，因為，曼德拉總是把新採摘的蕃茄發給獄友們，然後再由他們送到獄警們手中，吃了犯人的蕃茄，獄警們拿鞭子的手，也不再那麼蠻橫了。一個黑人獄警說：「每當我莽撞地舉起鞭子的時候，我就想起了這是一群給我番茄吃的人，在我的眼裡不再有什麼已決犯，他們讓我想起了自己的家人。」

已決犯和獄警們的關係逐漸融洽起來，羅本島監獄不再是冷酷無情的“人間地獄”了。

另一件事是：曼德拉在羅本島服刑時，因為曼德拉是要犯，專門看守他的人就有 3 個。他們對他並不友好，總是尋找各種理由虐待他。但是，當 1991 年曼德拉出獄當選總統，在總統就職典禮上，他的一個舉動震驚了整個世界。曼德拉先介紹了來自世界各國的政要，接著他說：「雖然我深感榮幸能接待這麼多尊貴的客人，但最高興的是當我被關

在羅本島監獄時，看守我的三名前獄方人員也能到場。」曼德拉邀請他們站起身，只見年邁的曼德拉緩緩地站起身來，恭敬地向三個曾關押他的看守人員致敬。剎那間，在場的所有的來賓以至於整個世界都靜下來了。曼德拉博大的胸襟和寬宏的精神，讓南非那些殘酷虐待了他 27 年的白人無地自容，也讓所有到場的人肅然起敬。

後來，曼德拉向朋友們解釋說，自己年輕時性子很急，脾氣暴躁，正是在獄中學會了控制情緒纔活下來了。他的牢獄歲月給了他時間與激勵，使他學會了如何處理自己遭遇苦難的痛苦。他說，感恩與寬容經常是源自痛苦與磨難的，必須以極大的毅力來訓練。他說起獲釋出獄當天的心情：「當我走出囚室、邁過通往自由的監獄大門時，我已經清楚，若不能把悲痛與怨恨留在身後，那麼我其實仍在獄中。」又說：「壓迫者和被壓迫者一樣需要獲得解放。奪走別人自由的人是仇恨的囚徒，他被偏見和短視的鐵柵囚禁著。」

看了曼德拉的故事，內心能不撼動？能不掩卷沉思久久嗎？曼德拉真是一位勇者，所謂的勇者無懼，並非指勇者一身是膽什麼都不怕，而是指，即使知道眼前的道路「危險、坎坷、困難重重」，卻仍不向命運低頭，勇敢面對。曼德拉也是一位智者，在面臨困境時，不僅不怨天尤人，還想辦法改變因緣，用一片綠色的菜園，撫慰了自己的傷痛和疲憊；用幾顆蕃茄，柔化了獄警的心，改變了獄友們受虐的命運。曼德拉更是一位仁者，他有恕人之心、豁達之心，不斷地耕耘好人緣、好事緣，所以所到之處，莫不如春風化雨般，呈現一片和煦之氣象。香港的大企業家李嘉誠曾經說過一句話：「人生沒有悲劇和喜劇之分，如果你能從悲劇中走出來，那就是喜劇；如果你沉淪於喜劇之中，那就是悲劇。」以此角度思量，曼德拉真可謂是從悲劇中走出來，讓人生成為喜劇的最佳典範。



然而，年輕時的曼德拉，原本是贊同以暴治暴填平種族歧視的鴻溝，後來何以能改變自己的思想和處世風格成為非暴力行動的實踐者？有一塊無名氏墓碑真是功不可沒。那塊墓碑座落於倫敦的威斯敏斯特大教堂（西敏寺）地下室的墓碑林中，那是一塊很普通的墓碑，粗糙的花崗石質地，造型也很一般，同周圍那些質地上乘、做工優良的亨利三世到喬治二世等二十多位英國前國王墓碑，以及牛頓、達爾文、狄更斯等名人的墓碑比較起來，它顯得微不足道；並且它沒有姓名，沒有生卒年月，甚至上面連墓主的介紹文字也沒有，但那塊墓碑上的碑文卻深深地震撼著人們的心。碑文的內容如下：

When I was young and free and my imagination had no limits, I dreamed of changing the world.

As I grew older and wiser, I discovered the world would not change, so I shortened my sights somewhat and decided to change only my country. But it, too, seemed immovable.

As I grew into my twilight years, in one last desperate attempt, I settled for changing only my family, those closest to me, but alas, they would have none of it.

And now, as I lie on my deathbed, I suddenly realize :

If I had only changed myself first, then by example I would have changed my family.

From their inspiration and encouragement, I would then have been able to better my country, and who knows, I may have even changed the world.

譯文是：

當我年輕的時候，我的想像力從沒有受到過限制，我夢想改變這個世界。

當我成熟以後，我發現我不能改變這個世界，我將目光縮短了些，決定只改變我的國家。

當我進入暮年後，我發現我不能改變我的國家，我的最後願望僅僅是改變一下我的家庭。但是，這也不可能。

當我躺在床上，行將就木時，我突然意識到：如果一開始我僅僅去改變我自己，然後作為一個榜樣，我可能改變我的家庭；在家人的幫助和鼓勵下，我可能為國家做一些事情；然後誰知道呢？我甚至可能改變這個世界。

多麼發人深省的碑文呀！它指出了人們共通的三個盲點：（一）人總覺得，改變他人困難，改變自己容易；但實際上是，改變他人困難，改變自己更是難上加難。（二）人總想著如何改變別人，卻無視於改變他人之前，應該先改變自己，只有自己改變了，才能給予他人良好的榜樣。（三）人常懷抱著偉大的夢想，眼睛總是望著遙遠的前方，卻常忽略了眼前的人、事、物。

當年輕的曼德拉看到這篇碑文時，頓然有醍醐灌頂之感，聲稱自己從中找到了改變南非甚至整個世界的金鑰匙。回到南非後，這個志向遠大的黑人青年，一下子改變了自己的思想和處世風格，他從改變自己、改變自己的家庭和親朋好友著手，經歷了幾十年，終於改變了他的國家。

或許，我們的境遇不像曼德拉那般的波折多舛，我們也不如曼德拉一般的志向遠大。但在生活中，我們依然每天都得面對困難，解決困難。學習因緣法，我們瞭解眼前的一切盡是「此有故彼有，此生故彼生」。如果我們想讓生活更好、煩惱更少，就得學會看清楚眼前的因緣，在現在的過程裡，努力做好妥善的事；不要整天妄想改變他人，應該努力於改變生活的過程，不斷地改變困難的原因；我們也不需懷抱著偉大的夢想，只要認清楚方向，努力在現在，並珍視眼前所有的人、事、物。如此，就能安頓身心在現前，既無盼望，也無失落與憂苦，走向內在平穩的路。



各地共修時間

- * **週二課程：**(2014年4月15日開課)
原始佛教 都會佛學院 初級班
台灣地區(台北、台中、高雄) 7:30PM
- * **週三課程：**(重播)
原始佛教 回歸佛陀之道(二)——大澈大悟
台灣地區(台北、台中、高雄) 7:30PM
馬來西亞吉隆坡 7:30PM 同步連線聽法
- * **週五課程：**(2014年5月9日開課)
原始佛教 菩提道次第 — 第二單元
台灣地區(台北、台中、高雄) 7:30PM
- * **週六共修：**
大馬地區各地禪林 8:00PM
美國紐約同步連線聽法
- * **週日共修：**
台灣地區(台北、台中、高雄) 9:00AM
美國地區(洛杉磯) 同步連線聽法

新增：護持弘法二種方式

ACH 定期轉帳捐款

為節省您往返金融機構排隊辦理匯款的時間，一切依您的需求，選擇自己經常往來的金融機構作為扣款行，即可填寫 **ACH 定期轉帳授權書** 辦理定期捐款，透過台灣票據交換所媒體交換業務 (ACH) 機制，方便、安全、迅速、可靠。

詳情請連結 http://www.arahant.org/tc/obs_attend_5.shtml

海外護持

海外法友欲護持中華原始佛教會在台灣當地的弘法、道場禪林建置維修及法寶流通，可以透過護持者所在地之銀行辦理國際匯款，匯入「社團法人中華原始佛教會」在臺灣的「臺灣銀行天母分行」所開立的帳戶中，請到網站了解辦理程序。

詳情請連結 http://www.arahant.org/tc/obs_attend_5.shtml

捐血
运动

BLOOD
DONATION
CAMPAIGN

珍惜生命。欢迎您踊跃参与！

Save Lives. Your Participation Will Be Most Welcome!

日期 / Date : 2014年5月4日(星期日)

时间 / Time : 10:00AM ~ 2:00PM

地点 / Venue : 怡保中道禪林 Sambodhi World of Malaysia - Ipoh
61A & 61B, Jalan Chung Ah Ming,
31650 Ipoh, Perak

询问 / Enquiry : 请联络 / Please Contact

法慧: 012-4584080

法立: 019-5601910



馬來西亞原始佛教會 怡保中道禪林 主辦

原始佛教會 覓尋安僧傳法禪林寶地

至心普為 佛陀真實教法根植臺灣利益斯土斯民

至心普為 佛陀真實教法光耀世間利樂苦難世間

由中道僧團擔任主持的原始佛教會，在此誠敬的向十方大德覓尋安僧傳法的吉祥地，作為傳承佛陀親說法教的禪林道場。中道僧團傳承佛陀真教禪法，僧人持戒嚴謹，終生不受取金錢，慈心化世、不悔不倦，可為世人作大利益。

由於度化世人需要佛法的傳續，這不僅要有正法的傳承，還要繼續法脈不絕的僧團，更要有廣大學習、信受佛陀真實教法的善信護法，才能使佛教人才代代常青，佛法續傳不止。

原始佛教會準備在臺灣中部地區，建立臺灣原始佛教禪修中心，承擔常年禪修、安僧、接眾、教化十方的大任，發展為佛陀真實教法根植臺灣的重鎮。

請十方長老、法師、大德、善信護法等，能夠慈心護顧、幫忙，助成正法禪林道場的實現。如有任何合適作為佛門禪林淨地的土地，不論是捐獻、轉讓、出售，皆請熱心聯絡本會。功不唐捐！

中華原始佛教會 合十
臺北市北投區登山路 139-3 號

電話：02-2892-2505 電郵信箱：arahant.tws@gmail.com 網址：www.arahant.org



虔誠的在 佛陀前點一盞燈 慶祝衛塞節

2014
5/11

活動時間
9:00 - 14:00

內容

「衛塞節」(Vesak)主要是紀念世尊誕生、證菩提、涅槃的日子。南傳佛教徒，均在每年陽曆五月月圓日，以供僧、供花、供燈以及受持八關齋等淨行慶祝。

*台灣、馬來西亞同步舉辦衛塞節慶祝活動，歡迎十方道友蒞臨參加。

*當日免費提供午齋。

台北：菩提伽耶內覺禪林

台北市北投區登山路139-3號

電話：(02)2892-1038 /
(02)2892-2505

台中：台中中道禪林

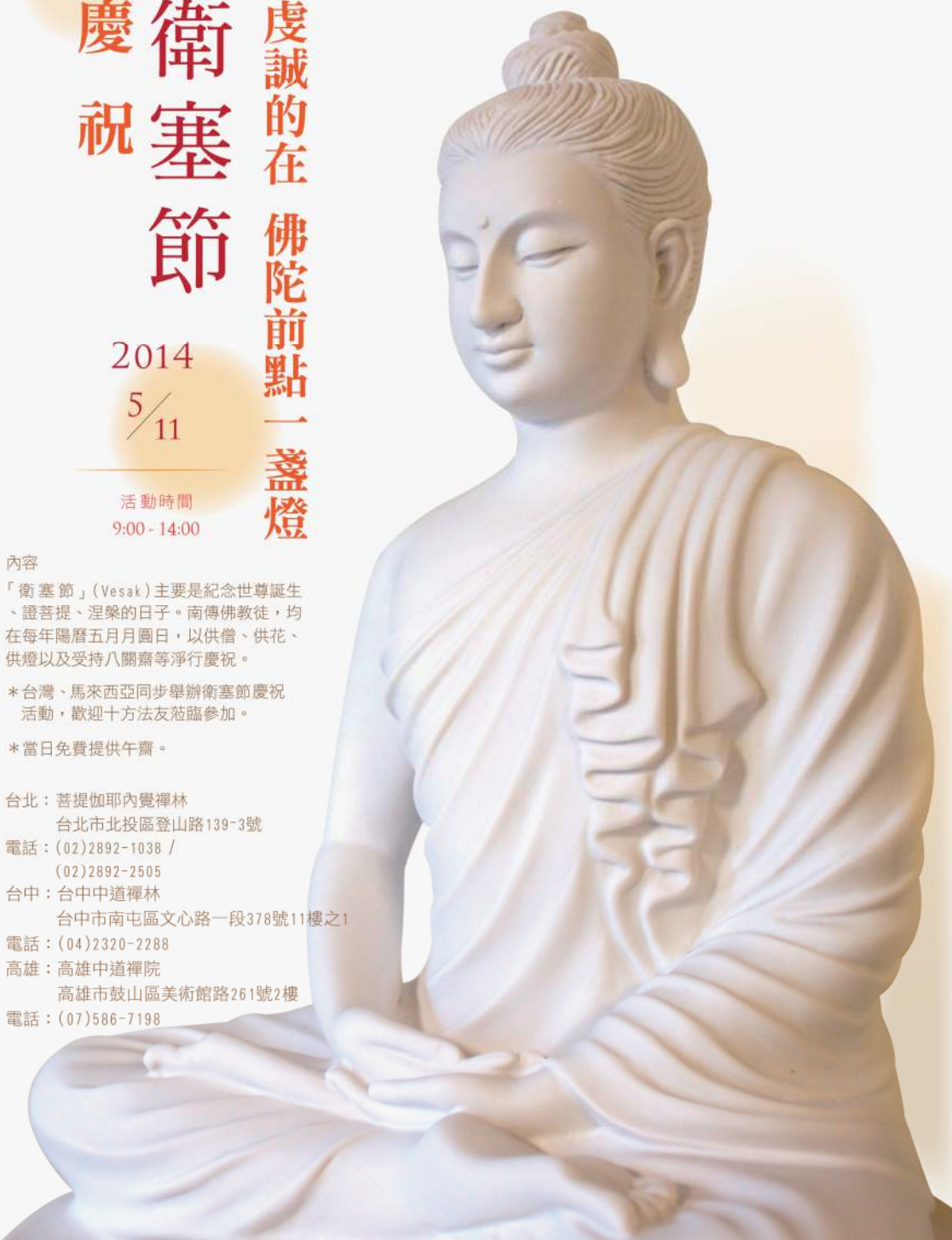
台中市南屯區文心路一段378號11樓之1

電話：(04)2320-2288

高雄：高雄中道禪院

高雄市鼓山區美術館路261號2樓

電話：(07)586-7198



中道僧團 主辦
中華原始佛教會暨中道禪林 協辦



原始佛教 中道僧團 雨安居

佛陀正覺後2446年（2014年）

中道僧團復教、建僧後 第12年雨安居

僧團進行三月修禪、習經、整編《相應阿含》

佛陀正覺後2428~2429年（C.E. 1996~1997）

中道僧團確立，台灣內覺禪林創建

佛陀正覺後2434年（C.E. 2002）

中道僧團傳承《相應阿含》與《相應部》之原始經法共說

奉守「第一次結集」之經法、禪法、一乘菩提道

尊奉部派分裂以前之聖弟子僧團，發展為傳承原始佛教之僧團

佛陀正覺後2440年（C.E. 2008）

隨佛長老編寫成《相應菩提道次第》

還原佛陀親傳之經法、禪法、一乘菩提道次第

佛陀正覺後2440~2446年（C.E. 2008~2014）

中道僧團傳揚 佛陀法脈於臺灣、中國大陸、美國、馬來西亞、新加坡、澳洲

建立中華、美國、馬來西亞、歐洲、澳洲原始佛教會，分設中道禪林

中道僧團 復教建僧12年雨安居

歡迎十方善信、護法，發心在僧安居期間，護持四事

時間：2014年7月11日~10月8日

原始佛教 中道禪法禪修營

時間：第一期 2014年8月8日 ~8月17日

第二期 2014年9月12日~9月21日

地點：內覺禪林 臺灣台北市登山路139-3號

連絡：電話 02-2892 2505 E-mail : arahant.tws@gmail.com



中道僧團 主辦

中華原始佛教會暨中道禪林 協辦

法傳中華 利世利民

河北 唐山 興國禪寺
佛陀之中道禪法十日禪

2014年5月2日~5月11日

禪修地點：河北省 唐山市 興國禪寺
(5月1日：隨佛長老開示 淨土真義)

福建 福清 福興寺
原始佛教中道禪法十日禪

2014年5月16日~5月25日

禪修地點：福建省 福清市 福興寺
fuxingsi@163.com
電話：0591-85690623

原始佛教 都會佛學院 初級班
智慧的生活 光明的人生
明至尊者、中嚴尊者、成慧法師
道一尊尼 授課

循著佛陀之道，朝向光明燦爛的生命。
反省苦、集、行、滅、道，止息苦的繫縛。
學習從因緣法的體會來提昇身心品質，改善生
活、珍惜人生、關懷生命，開展智慧與平安的
生命歷程。



2014年4月15日~7月1日

每週 星期二 晚上 7:30 PM ~ 9:30 PM

地點：台北 中道禪院 台北市伊通街58號2樓
台中 中道禪林 高雄 中道禪院 連線上課

網路報名：www.arahant.org Fax: 02-2896-2303

或親至中道禪院或中道禪林報名(備報名表)

個人報名：中華原始佛教會 02-2892-2505

台北 中道禪院 02-2515-2505

台中 中道禪林 04-2320-2288

高雄 中道禪院 07-5867-198

報名截止日期：2014年4月10日(名額有限，以新學法者為優先錄取)

費用：免費，歡迎隨喜護持



中道僧團 主辦
中華原始佛教會暨中道禪林 協辦

2014年4月17日

光明的智慧面對 人生與困境(座談)

座談會嘉賓：隨佛長老 Bhikkhu Vūpasama

嘉賓簡介：http://www.arahant.org/tc/obs_sambodhisangha_0a.shtml

時間：星期四 6:30 PM ~ 8:30 PM

地點：Math Building, Room 312, Columbia University

留學的生活是精彩的，但同時也面臨著許多人生的困境與抉擇，有工作、學習和情感的種種問題需要我們面對。我們面對這些困境與抉擇應該如何處理？我想每位同學心目中都希望自己能在面對困境與抉擇的時候，能充滿「智慧」與「勇氣」，那如何才能做到呢？我們非常有幸在此邀請到台灣著名的隨佛法師座客哥倫比亞大學，向我們分享佛法的智慧，幫助我們走在正確與光明的路上，讓我們的生活更好，困難更少，遠離煩惱。在法師的智慧經驗分享中，已經有社會上的許多人擺脫身心內外的困境，尋找到一片光明。

座談會提供Pizza、Subway和飲料！

聯繫人：潘宣余 646-409-7333



2014年4月

正覺人生的 落實與體現

11日

青年佛教通訊中心 7:30pm ~ 9:30pm
55-59, Chrystie Street, Suite B101, N.Y.C.

12&13日

二日弘法 正覺人生的落實與體現
紐約 中道禪院 9:00am ~ 4:30pm
30-20 Parsons Blvd Flushing NY 11354

19&20日

二日弘法 開展人生 息苦息憂
麻州 普賢講堂 9:00am ~ 4:30pm
319 Lowell Street, Lexington, MA 02420

25日

青年佛教通訊中心 7:30pm ~ 9:30pm
55-59, Chrystie Street, Suite B101, N.Y.C.

26日

正覺人生的落實與體現
紐約 中道禪院 9:00am ~ 4:30pm
30-20 Parsons Blvd Flushing NY 11354

洽詢電話：1-718-321-3380 / 718-666-9540

網 站：www.arahant.org



原始佛教會 主辦

美國原始佛教會與中華原始佛教會 協辦



正覺人生的落實與體現

原始佛教會 主辦 美國原始佛教會與中華原始佛教會 協辦

日期	時間	主題	內容	活動場所
4月11日(週五)	19:30-21:30	青年佛教通訊中心 隨佛長老宣法	隨佛長老宣法	青年佛教通訊中心 地址：55-59, Chrystie Street, Suite B101, N.Y.C
4月12~13日 (週六、週日)	09:00-16:30	《二日弘法》	正覺人生的落實與體現	紐約 中道禪院 地址：30-20 Parsons Blvd Flushing NY 11354
4月19~20日 (週六、週日)	09:00-16:30	《二日弘法》	4月19日 1.生死的緣起 2.身心的緣起 3.癡、貪、瞋的緣起 4.輪迴的十二因緣 5.苦的緣生、緣滅 4月20日 1.佛陀的中道禪法 2.九種因緣觀 3.七菩提支 4.離貪的生活實踐 5.解脫的體現	麻州 普賢講堂 地址：319 Lowell Street, Lexington, MA 02420
4月25日(週五)	19:30-21:30	青年佛教通訊中心 隨佛長老宣法	隨佛長老宣法	青年佛教通訊中心 地址：55-59, Chrystie Street, Suite B101, N.Y.C
4月26日(週六)	09:00-16:30	《一日弘法》	正覺人生的落實與體現	紐約 中道禪院 地址：30-20 Parsons Blvd Flushing NY 11354

洽詢電話：1-718-321-3380 / 718-666-9540



中道僧團

原始佛法 人間佛教

指導：中道僧團

導師：隨佛長老

Bhikkhu Vūpasama

發行：原始佛教會

發行人：明至尊者 Ven. Bhikkhu Aticca

歡迎助印《正法之光》贈送流通

email: saddhammadiipa.tw@gmail.com

台北市北投區登山路139之3號 Tel: (02)2892-2505

響應環保，減少紙張，請提供 email，索取電子檔；或自行上網下載。

<http://www.arahant.org>

台灣護持帳戶：

社團法人中華原始佛教會

1. 郵局劃撥：帳號 50159965

2. 台灣銀行 天母分行：帳號 142001006834

美國護持帳戶：

1. Original Buddhism Society (弘法、助印)

Citibank Savings Account 9930260993

2. Compassion for Children (扶助孤童)

Citibank Savings Account 9946841178

馬來西亞護持帳戶：

Sambodhi World Berhad

HSBC Bank: 202-124475-101

版權聲明：

有著作權 如為宣法，非為買賣，
不修改、增減內容，歡迎翻印流通。

台灣教區 (Taiwan)

E-mail: arahant.tws@gmail.com

台北 內覺禪林

台北市北投區登山路139之3號 電話: 886-(02)2892-1038 傳真: 886-(02)2896-2303

台北 原始佛教中道禪院

台北市伊通街58號2樓 電話: 886-(02)2515-2505

台中 中道禪林

台中市南屯區文心路一段378號11樓之1 電話: 886-(04)2320-2288

高雄 中道禪林

高雄市南鼓山區美術館路261號2樓 電話: 886-(07)586-7198

美國教區 (U.S.A.)

E-mail: arahant.usa@gmail.com

紐約 原始佛教中道禪院

30-20 Parsons Blvd, Flushing, NY 11354 Tel: 718-666-9540

馬來西亞教區 (Malaysia)

E-mail: arahant.mas@gmail.com

吉隆坡 中道禪林

28, Jalan 16/5, 46350 Petaling Jaya, Selangor, Malaysia Tel: 6-03-79318122

吉隆坡 烏拉港 中道禪院

NO 8-2, JALAN KASTURI 3, PLAZA KASTURI, BT 11 OFF JALAN BALAKONG, 43200 CHERAS.

吉隆坡 阿拉白沙羅 中道禪院

NO. 49, JALAN PJU 1A/41B, PUSAT DAGANGAN NZX, 47301 PETALING JAYA, SELANGOR.

怡保 中道禪林

61A & 61B, Jalan Chung Ah Ming, 31650 Ipoh, Perak, Malaysia Tel: 05-2410216

檳城 中道禪林

77-3 Lorong Selamat, 10400 Pulau Pinang, Malaysia Tel: 04-2288100

威省 中道禪林

269, 1st & 2nd floor, Jalan Kulim, 14000 Bukit Mertajam, Pulau Pinang, Malaysia Tel: 04-5309100

馬六甲 中道禪林

No 30, Jalan Kota Laksamana 3, Taman Kota Laksamana, 75200 Melaka, Malaysia Tel: 06-2818391

新山 中道禪林

No 20, Jalan Undan 6, Taman Perling, 81200 Johor Bahru, Johor, Malaysia

雙溪大年 中道禪林

21, Lorong Emas 2, Taman Emas Suria, 08000 Sungai Petani, Kedah, Malaysia

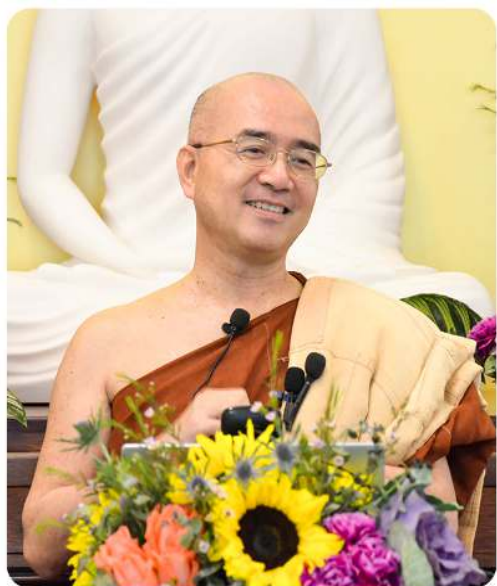
馬來西亞法友 新春賀歲



吉隆坡中道禪林的法友向師父們和法友拜年



吉隆坡中道禪林法友一家一菜供僧



上組圖：2014年3月22日是隨佛長老蒞臨大馬弘法的第二天，下午長老開示《昌盛與息苦的人生》，何謂 佛陀所教導的離貪與不妄執。大眾從長老開示中獲益良多，釐清許多錯誤觀念。

下組圖：當天中午，吉隆坡中道禪林廣邀法友以一家一菜方式供僧，提供難得可貴的機緣，讓人們親近如法如律的團，雖然烈日當空，法友的心中卻是無比清涼與歡喜。



南洋商報《和諧人生 人際關係》座談會



上組圖：隨佛長老與李志祥博士精采的對談，吸引了160多位聽眾與會恭聆。

下圖：李志祥博士邀請二位來賓上台參與，示範三種不同類型的溝通模式。



烏拉港中道禪院啟用法慶暨宣法



吉隆坡中道禪林 《中道五日禪》



右圖：學眾敬誦皈命 佛陀、阿羅漢、無上正等覺者。

下圖：長老說法時，不時輔以風趣幽默的譬喻，常令大眾笑開懷。





成立大會

本會之成立乃在弘揚 佛陀四聖諦聖教，聯合海內外正信佛教團體、法師、居士，致力 佛陀聖教之開展與復興。歡迎所有認同此一理念之法的兄弟姊妹，撥冗蒞會，共增光采。

2014年6月22日（日）
9:00am ~ 4:30pm

龍山寺板橋文化廣場七樓大會堂
新北市板橋區文化路二段242號七樓

洽詢電話：(02) 2892-2505

9:00~9:30 報到
9:30~11:30 四聖諦佛教會 成立大會
11:30~13:30 午齋（提供免費午餐）
13:30~16:30 四聖諦佛教法師 聯合說法

中華四聖諦佛教會



中華四聖諦佛教會
中華原始佛教會

主辦
協辦



中道僧團

原始佛法 人間佛教

原始佛教會

<http://www.arahant.org>

正法之光

http://www.arahant.org/tc/obs_magazine.shtml
歡迎投稿 email : saddhammadipa.tw@gmail.com

原始佛教電子報

http://www.arahant.org/tc/obs_newsletter.shtml
欲訂閱電子報請 E-mail: obs.eneews.01@gmail.com

中華原始佛教會



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