



原始佛教會 Saddhammadiipa
ORIGINAL BUDDHISM SOCIETY

正法之光

佛陀正覺後 2446 年
2014 年 10 ~ 12 月合刊

第 **42** 期



原始佛法 人間佛教

**修正部派經誦，重現因緣法之真實義！
傳法續明：為尋法者點燈，為行法者開門。**

■ 我們真正的需要，不在於追尋佛法，而是為了解決人生的問題。佛法能夠幫助我們知道現在的狀況、以及如何解決現在的問題。世間雖然不斷的流轉，可是機會卻一直在流轉中出現，端看我們如何把握努力。如果我們無法能夠改變環境，就先改變、跨越已有的認知和情感模式的束縛。先從這裡下手，那是我們現在就可以做的。

澳洲雪梨佛教圖書館宣法



2014 年 10 月 16 日~25 日，中道僧團導師 隨佛長老暨僧團法師一行，在澳洲雪梨佛教圖書館進行四天（16、23、24、25 日）的宣法活動，將 佛陀原始教說帶到南半球的國度。

最後一日課程，長老提及開教初期筭路藍縷之歷程。道一尊尼、明證法師、生諦尊者、成慧尊者等，也上台和法友分享修行心得。長老勸勉澳洲法友應該團結一致、彼此關心互助，才能在異鄉土地上生活得更好。



澳洲雪梨中道七日禪



原始佛法 vs 現代心理學

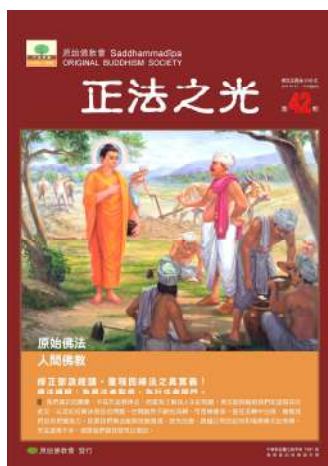


此次座談會邀請中道僧團導師 隨佛長老（中），與任職於洛杉磯郡心理衛生部的心理治療師謝公達博士（右）、擅長於精神動力取向心理學療法的哈佛大學醫學院附屬醫院心理治療師楊意博士（左）等二位旅美專家，座談的主題是《原始佛法 VS 現代心理學：從挫敗失落的深谷朝向光明燦爛人生》



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 42 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 為尋法者點燈 為行法者開門 6

佛陀與我們同行此生 8

新年祝福 中道僧團 新年祝福 10

古老經說 妄見五陰是我、我所者，又名身見 16

佛史溯源 (二) 部派經說傳誦的演變— 13 19

清淨三寶 原始佛教 中道尼僧團 50

成慧法師錫蘭受具足戒 54

正法新聞 臺灣、斯里蘭卡、澳洲、大陸、馬來西亞、美國聯合報導 56

專題報導 原始佛教與現代心理學講座 紀實 82

原始佛教 2014 年法工培訓營 紀實 92

原始佛教 2014 年法工培訓營 法友感言 96

2014 年中道僧團雨安居-卡提那慶典 紀實 98

2014 年中道僧團雨安居-卡提那慶典 法友感言 102

弘法化世 澳洲雪梨佛教圖書館宣法 紀實 104

澳洲雪梨佛教圖書館宣法 弘法側記 106

澳洲雪梨佛教圖書館宣法 弘法花絮 107

2014 年澳洲中道七日禪 紀實 108

2014 年澳洲中道七日禪 法友感言 110

高雄中道禪院一日禪 側記 114

高雄中道禪院一日禪 法友心得 115

追思法集 馬來西亞怡保 八戒行者法集追思會 122

生命關懷 清風甘露 生命關懷 126

法友感言 法友感言 130

五陰世間 五陰世間 138

梅花映月 不同的心境 不同的人生 142

禪林通告 2014 年冬季中道禪林通告 144

傳法法訊 2015 年初春中道僧團宣法行程公告 148

近期活動海報：

◎新春呈祥 三陽開泰(禮佛 圍爐)：p.9

◎新書出版～淨土真義：p.145

◎淨土真義-佛陀教育基金會：p.146

◎中道十日禪-湖北普渡寺：p.147

◎十二因緣觀之九種禪法：封底



為尋法者點燈，為行法者開門

中道僧團 隨佛

佛教僧團的傳承，根據可信的史獻考證，至今約有 2447 年。在 2447 年的僧團傳承史裏，絕大多數是教派分裂、對立與教法演變的過程，維持僧團的團結，實際只有 116 年的短暫時期，而傳承 佛陀的原說教法的時間，即使依據阿難系僧團分裂前的傳承為準，最多不過 250 年而已！

僧團無法團結，佛陀原說無法維持，固然與早期口誦傳承具有演變性質有關，但主要的原因應當是有能力的僧人過度在意自己的表現及成就，造成僧團內部的競爭與對立，促成僧團的分裂與宗師教說為主導的宗派佛教。

佛陀的教導是符實一致，佛陀僧團是和諧無爭、團結無分。但是**佛教學人的個人心態與需要，卻是造成佛教分裂成一盤散沙的主因，更是佛教學說不停創新且分歧對立的根源。**

因為重視個人的光環，不願忠實遵守 佛陀的教誨，無法謙虛的遵守僧團的軌範，喜好表現自我、證明自己的優越，貪逐個人的名位利益，使得宗派佛教成為「虔誠信徒的寄託」與「探求真實的負擔」。虔誠信徒需要「偶像」，需要各種不同形式的信仰給予寄託，喜好表現自我的僧人正是此類信徒的「偶像」，出自「偶像」的「自說自話」，也就成為感性信徒的信仰、寄託了。

但是對追求真實之道的尋法者來說，需要的只是真相，部派佛教不停創新且分歧的教說，真的是古今十方尋法者的沉重負擔與障礙。

個人從 1972 年入佛門學法至今，匆匆已過四十二年，大半生都在佛門內度過，此生與佛教的因緣是如山高海深！

自 1989 年開始公開為眾說法以來，追尋、傳續佛陀的真法已過二十五載。2002 年根據漢譯《相應阿含》與南傳《相應部》當中古老七事修多羅的共說，「依經、依律、依史」的考證、還原 佛陀親教之「十二因緣法」、「十二因緣觀」及「菩提道次第」。自此，中道僧團由南傳僧團正式轉變為傳承原始佛教的中道僧團，並且廣宣原始佛法至今，復教建僧已是第十三年。

期間，2006 年在美國創立現今的美國原始佛教會，2008 年寫成《相應菩提道次第》，在美國紐約正式宣揚 佛陀親說的「十二因緣法」與「菩提道次第」，2010 年創立中華原始佛教會、馬來西亞原始佛教會，2010~2014 年接續在美國、馬來西亞、臺灣、大陸、澳洲各地廣傳 佛陀親說的教法及中道禪法。

2008 年寫成、流通的《相應菩提道次第》，正式揭開了復興原始佛教的序幕。當時因為考量教界學人的承受能力，避免引起過多的爭論而模糊了道次第的焦點，許多重大具衝激性的內容並未說出，如四沙門果（除阿羅漢）是出自部派的施設新說。因此，不得不善巧的先保留「四沙門果」的名相，再根據正確的修證次第，將「見法的慧解脫」先暫用須陀洹的名相取代，並在「斷身見」之前多補上「斷無明」即可，而阿羅漢的證量則暫時保留住說一切有部初期說



法的「最後斷慢」。

除此以外，《相應菩提道次第》有列舉經說禪法，但是針對「十二因緣觀」的實修作法，如「觀四念處」等九種禪法則保留不說，並且講解「十二因緣法」時，闡明「名色緣識，愛識緣名色」的重要經證——《相應阿含》551 經與《相應部》『蘊相應』3 經，也未收錄在《相應菩提道次第》中，只由個人親臨傳法時才為眾說出。這些關鍵內容未列於《相應菩提道次第》第一版中的主因，絕不是吝法不傳，是避免教界名利之徒的不良抄襲及不當人士的濫用，污染了聖教重興的因緣。

2008 年至今，廣傳法教已過六年，不同於南傳部派的正統原始佛教經說教法，雖引起若干爭議與批判，但已漸為十方尋法學人得知及信受，重興聖教的初步已達成。

個人為了進一步的確立原始佛教的復興，2013~2014 年先將禪修時講述之「十二因緣經法原說略講」的影音內容，無私的公開於網路，光碟及文字書籍也印製而無償的贈送，為十方尋法者點亮法燈。

接續，是初步寫成於 2010 年，再予以完備的《因緣法之原說與奧義》，即將在 2015 年出版。這是確立、顯現 佛陀原說與重興原始佛法的核心、根基， 釋迦佛陀傳授禪法的依據也盡在於此。緊隨《因緣法之原說與奧義》之後，是「十二因緣觀」之中道禪法的顯現了。

二十多年來不停的宣法，主要是為了傳承 佛陀的親說教法，而建立嚴持律戒的中道僧團，也是為了提昇世人對佛教僧團的信心，重興 佛陀的聖教。

許多人猜度個人與中道僧團是要建立自己的新門

派，甚至「幻想」是隨佛想要做宗師。抱持這些猜忌與想法的人，不僅全然不了解中道僧團，也是過度看輕個人與中道僧團的修持及信念。

度越部派學說分歧的障礙，息除突顯自我的貢高、自戀心態，謙懷的以「佛說」為依止，和順的以「僧團」為歸向，回歸「尊崇佛陀，依經依律，團結無分」之聖弟子時代的僧團精神，是中道僧團的信念與方向。中道僧團無私的廣傳法教，目的是「為尋法者點燈，為行法者開門」，讓尋覓佛陀教法的學人能夠重見 世尊的真實教。

經過多年考證三藏史獻，還原 佛陀原說教法的主要工作，大致來說是已經完成，需要考量的只是公開流傳十方的次第，以及如何避免求取名利之附佛者的剽竊濫用而已！

目前教界根據中道僧團還原的教法、禪法、道次第，作為修習及弘法準則的僧俗二眾已經不少。在這些提倡原始佛法的學人當中，有些是真心學法、行道，令人感動不已，當然有些純粹只是附身佛門求取名利的投機份子罷了！

學法者不僅要「依經依律」的學習，更要接近品德端良、能知能行、信念堅定的善友、善知識，所謂「近硃者赤，近墨者黑」，學人不能不慎！中道僧團對待學人的態度，是歡迎真誠的學人，遠離動機、心態不當的投機者。

在此，中道僧團無比誠摯的歡迎十方「尋法者」前來分享 學習釋迦佛陀原說的喜悅及利益，更歡迎十方真誠的「行法者」前來一起探究「正向解脫、證菩提的方法」。

中道僧團願無私的為十方尋法者點燈，為真誠行法者開門！



佛陀與我們同行此生

佛陀弟子僧

在廣大無垠的世界，我們生在喜樂憂苦的人間，活在相互關愛又彼此爭競的人生。

多數人是生而平凡，雖不優秀、也不完美，但感謝有你、有他的相伴，彼此相攜、相扶的走過人間，人生為之平安、豐富與幸福。

世間總離不開苦難，人生總少不了問題，活著必需面對與解決困難，學會了解、度過與接受，走向無憾與平安。

不論是過去，或在現在，雖多數人都曾抱怨現實的不足，但也承受許多溫暖與恩澤。抱怨！或許只是心情，內心總忘不了恩情。

人與人在偶然的機緣中相逢，在順逆、成敗、得失中相知，在喜樂憂苦與生老病中共度一生，在生命的盡頭互許懷念！

人們盡其一生追求理想與需要，往往在人生的最後，才明白真正可貴的早已在生活中伴隨不離！

珍惜手上的燭火，勝過遙望遠方的明月；

感念身邊的恩澤，好過念念十方的善緣。

朋友！

請為身邊的人生把火，生起溫暖內心的火！

請為遠方的人點盞燈，點盞照亮心靈的燈！

請為期待的人盛杯水，盛杯息止焦慮的甘露水！

請為失落的人開扇門，開扇通向知足無憂的門！

請為自己啟開智慧眼，看清忘失的真實與幸福！

信仰可以給予依靠，智慧方能發現光明。

從無的心情，走向有的人間；

使孤寂心境，轉為和樂人生。

幸福的最佳時刻，是在現在！

轉變人生的最佳地點，是在此處！

佛法在人間，在人與人之間！

佛陀在人間，在你與我之間！

菩提在人間，在生與活之間！

佛陀與我們同行此生！

我們決意奉獻生命及一切，

分享佛法的利益，

分享生命光明的喜悅，

給予所有的生命。

—— 中道僧團



菩提在人間，在生與活之間



佛陀與我們同行此生

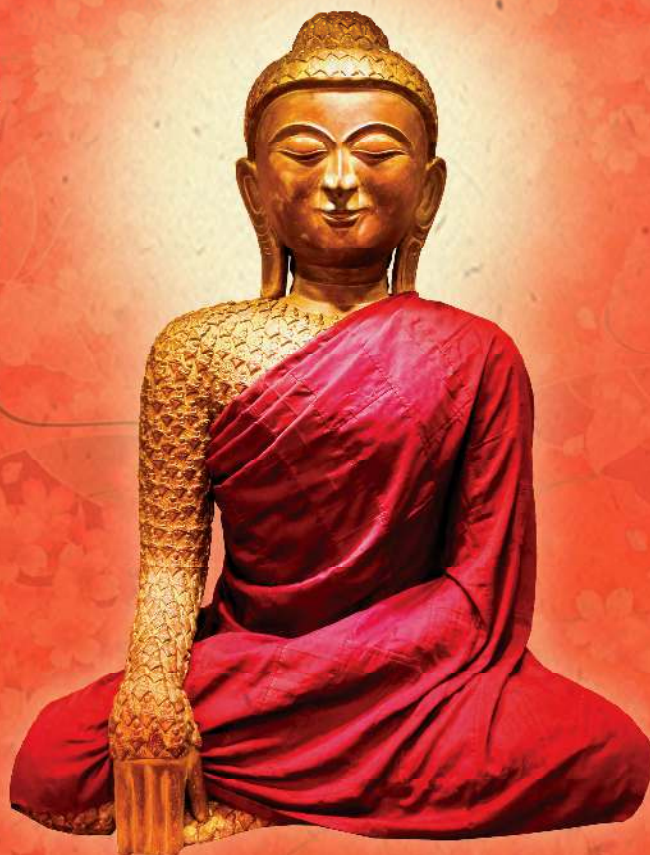
隨佛法師 撰文
曲 Angel

《佛陀與我們同行此生》影片連結：

https://www.youtube.com/watch?v=5_HqJxUirZY



三陽開泰 新春呈祥



2/19

大年初一 10:00 ~ 14:00
禮佛祝聖，闔家同慶

2/21

大年初三 10:00 ~ 15:30
圍爐法談，交流同歡
臺灣、馬來西亞 同步舉行



內覺禪林：臺北市北投區登山路139之3號

臺中禪院：台中市南屯區文心路一段378號11樓之1

高雄禪院：高雄市鼓山區美術館路261號2樓

網路：www.arahant.org

洽詢：(02)2892-1038, (02)2892-2505, (04) 2320-2288, (07)586-7198

初一臺北接駁車：北投捷運站 9:00, 9:20, 9:40

護持帳戶：社團法人中華原始佛教會 臺銀天母分行 142001006834



中道僧團 主辦
中華原始佛教會暨中道禪林 協辦



中道僧團 新年祝福

感恩 父母生我六根健全！
感恩 師長殷殷教導我能端正為人！
感恩 佛陀啟教人間令弟子得度今生！
感恩 僧團庇護令弟子學法入法無礙！
感恩 歷代僧俗護法傳教、安穩世間！
感謝 國家、社會的照顧，平安吉祥！
感謝 十方善信支持讓僧團行道無礙！
感謝 你們陪伴同行此生，走過人間！
中道僧團必為佛弟子的興隆而努力。



原始佛教會的會眾與法友們！

我們是立志護法永續的現代釋迦族！

在生死的苦難世間，釋迦族的兄弟、姐妹們！

我們精進的興家興國、利世利民，奮進無退的復法興教，並讓釋迦族代代傳續、世世常青！

—— 隨佛禪師

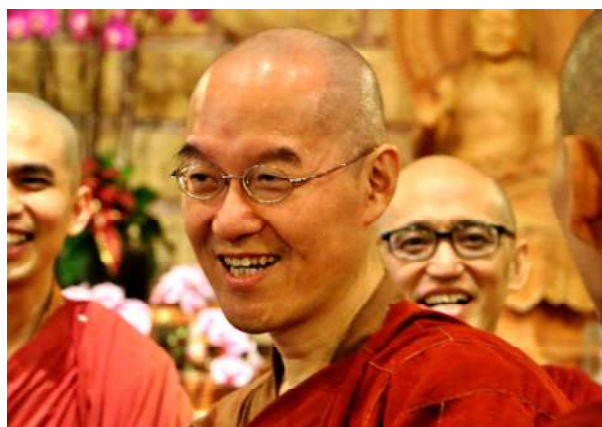
馬年即將飛奔而去，吉祥羊年已經來臨。

回顧往昔，非常感恩師父辛勞的廣弘 佛陀正法，利樂世間、光耀聖佛。

感謝中道僧團法師們的相互照顧。感念眾多法友及護法善信的關懷！

在祥瑞的新春，祝福釋迦族的兄弟、姐妹們平安吉祥！道業增上！

—— 明至尊者





在這除舊佈新的時刻，感謝過往關心、照顧我們的親友們，並珍惜我們現在所擁有的一切。

在新的一年，願感恩及珍惜所生起內心的富足，能帶給我們平安與喜樂。願我們將這富足、平安與喜樂傳遞給周圍的人。祝大家時時感恩、在在富足、處處平安！

—— 中儼尊者

日月如梭，轉眼間春節又到來了。回憶起出家後的第一年，到臺北禪林與僧團同慶新春佳節，師長與同修給予的關懷，如同被溫暖的陽光包圍著，內心十分感動，體會到人間有的真情。

五年後的今天，長老與僧團如同過往關懷著我，讓我感到幸福，有您們真好！無論未來春節我在哪裏度過，我都會記起這份溫暖的道情。

—— 中智尊者

祝賀大家：

新的一年，

新的開始，

新的發現，

新的轉變，

新的成長，

新年進步，

平安吉祥！

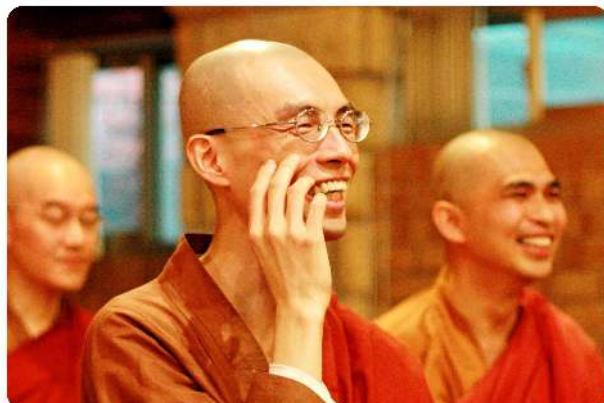
—— 度明尊者

不知不覺在中道僧團已經度過三個年頭，回想起2012年正月，來到內覺禪林參學時，一心一意只想學習釋迦佛陀的教導。由於自己的根器不足，在這三年裡，無法契入深奧的法義。

如隨佛長老所說：「這些法義在 佛陀在世的時候，是最普遍的教義。」

希望在新的一年裡，自己能夠有機會，把所學到的原始佛法基本法義，介紹給想要學習原始佛法的新法友。

—— 生覺尊者





新年祝福

感恩隨佛長老無私、辛勞於慈悲的付出與奉獻，感謝僧團諸位法師們的庇護及提攜，感激原始佛教會的法工與法友的付出和護持。在此祝福大家在新的一年里裏，新春快樂、四季平安吉祥。

——生諦尊者

一元復始，萬象更新；春回大地，萬物復甦！

諸位法的兄弟姐妹們！在過去一年裏，我們一起學法，相互學習，共同成長，彼此的生命已水乳交融無法分開。在新的一年里裏，我們還要一起走，讓生命因彼此的參與而日漸增輝！

感恩生命成長過程中，有你們的參與！

祝福大家：新春吉祥，平安健康，福慧增長，人生光明。

——生光尊者

新的一年，希望法友們努力學法、讓自己生活更好、煩惱更少、自利利他，在這緣生緣滅的世間保持慧眼清明，破除內心的混淆迷惑。法友們學法增上，配合僧團努力傳揚佛法，佛陀的正法將日益昌盛，燈燈相傳，綿綿無盡。

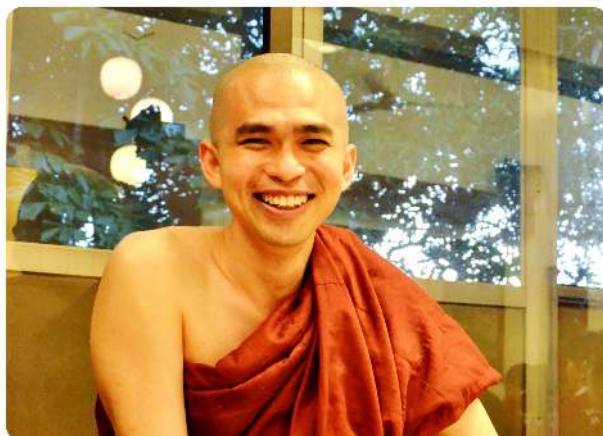
——成慧尊者

一年很快就過去了，反思過去的一年，迎接現前的一切，珍惜身邊的善緣，努力眼前的因緣，把握當下的機緣，轉現學法的增上緣。

祝福我們生命的伴侶，法的兄弟姐妹們！

在新的一年里裏：身體健康平安為首要，生活需要處處多用心，事事得以不憂而順心，學法的道路上能夠獲得安心。感謝！學法的路上有你們真的很好！

——道一尊尼





為迎接嶄新的一年，內心除了感謝師長的恩澤與僧團法師的道情外，更感謝原始佛教會的各方法友，感謝你們這些年來跟隨僧團同甘共苦走過艱辛歲月。有你們堅強的守護著僧團，僧團的腳步才可以愈邁愈快、愈遠。

在新的一年裏，請更珍惜我們現前的一切，積極、奮進的將生命的光和熱綻放在這片土地上。

—— 諦嚴法師

三百多天的日子，是我們不斷突破、跨越，扭轉自己人生的日子。感謝一年來師父辛勞的帶領我們，戮力為原始佛教的開展做出了可貴貢獻。我們如同坐在安穩的光明巴士上，由熟練的嚮導帶領大家朝向光明前進。

一路上，大家漸漸度越自身的盲點，湧現智慧的光明，這即是學法所產生的力量！今年，我們邀請還未上車的行者們，一同搭上這班巴士「迎向光明、光彩燦爛」！

—— 明證法師

生命的歷程，重在於理性認知的調整及情感的跨越，貴在於當下的真實面對與體驗。人生的際遇，可貴之處在於生命之間的相互關懷與扶持，以及彼此的相知與相惜。新春將至，真誠的祝願每一位法師與每一位法友，在生命的歷程中能不斷的提昇與跨越，在人生的際遇上，能彼此的相互關懷與珍惜，並攜手共進生命之路。

—— 生觀法師

有人為尋找解脫的方法而來，有人為減少煩惱和痛苦而來，也有人為完善自己的生命而來。無論為了什麼目的而來，大家就這樣走到了一起，形成了一個法的大家庭。

感恩隨佛長老悉心教導每一位前來的學法者，感恩同參道友在修行路上相互砥礪，感恩護法法友對僧團的愛護與守護。諸種善緣使參與者都得到了歷練，並獲得成長。

吉祥羊年，願未聞法者得以聽聞正法，已聞法者繼續正向菩提，愿原始佛法在更多的地域利益更多的眾生。

—— 成睿法師





新年感言

台北法工長 法正

今年看又過，今天已經是 2014 最後一天。回首向來，眼前浮現的是一位位法友鮮明的身影，心中湧起的是一幕幕活動的記憶。即將過去的一年，我們共同走過。有僧團師父們四處宣法遊化，就有法友們前後的奔波，看著大家盡心盡力於四事供養，與大家一起護持僧團弘化，正如 大師父說的：有您真好。在此寒風颯颯中，心中最想說的一句是「謝謝您」，再有就請大家「多保重」。我們 2015 見。

高雄法工長 法虔

在僧團及各方法友的奔走與努力之下，高雄中道禪院於 2013 年 12 月正式成立。承蒙 隨佛長老慈悲，指任末學擔任高雄道場之法工長，當時自認各方面能力並不足以任此職務，甚至有退縮閃避的心態。但在道場成立後，長老一席開示——「正覺人生的規劃與落實」，讓我覺得十分慚愧，決定無論如何，至少要「做現在能做、該做的事」。想不到一個想法與做法的改變，就讓我的生活產生了巨大而正向的轉化。真的十分感念師長的智慧與慈悲，願意引導我、給我機會去改變生命。在此也願以我自身為例，歡迎法友共同來參與「生命的轉化」，一起迎向光明與燦爛！



大馬總法工長&怡保法工長 法慧

能當馬來西亞原始佛教會的總法工長，為教會服務，奉獻於「自利利他」的事業，是我莫大的榮幸！

5 年來，馬來西亞原始佛教會的法務，在隨佛長老及僧團的引導，及各地法友大力的支持下穩健成長。「法的兄弟姐妹」情懷也在「法的大家庭」中醞釀著。

在這一段歲月裏，法慧真誠地感謝隨佛長老以及中道僧團裏的每一位法師，在師父的引導下，學會誠實的面對自己，接納生命中的挑戰，立意改進自己，人生也有了方向。

2014 年歲末，法慧藉此機會感恩隨佛長老與中道僧團，讓法慧有機會重回 佛陀座下學習 佛陀正法。在此也祝福法的兄弟姐妹們，在新的一年里，手牽手，心連心，安穩的走在一乘菩提道上，邁向苦邊！



吉隆坡法工長 法摩

歲末有感。回顧一年，處理法務的時候，心裏覺得踏實，生活過得很充實。處理法務的過程，必須認真、慎重、負責，還有善知識的提攜、教導，無形中有了一個督促、增上的因緣，讓你一直在修行路上向前邁進。過程中，不同的人、事、物之互動，讓你自我發現身心的狀態，歡喜開心何緣、煩惱困擾何緣，是一趟身心發現之旅。感恩且珍惜有此增上的法緣。

法緣的開展與延續，有許多人的參與，其中的甜酸苦辣，大家共同經歷，同甘共苦。在此，真的非常感謝隨佛師父、僧團、法的兄弟姐妹，修行的路上有大家陪伴，真的很好很好！新的一年，祝福大家身體安康，向於正覺、息苦無憂！

澳洲雪梨法工長 法念

2015 年即將開始，回首過去的一年，生活雖然忙碌，卻感豐富而充實。凡所接觸的人、事、物，都讓我體會良多。元旦前夕，細數從頭，內心充溢著感恩。

中道僧團來澳洲弘法，並在澳洲成立原始佛教會，意義甚是重大，能恭逢此一千載難逢的正法傳承因緣，更有幸參與籌備，深覺光榮殊勝！

在此首要特別感謝的是原始佛教會的中道僧團。自從去年聽聞 隨佛長老講解因緣法後，正法的光明猶如一道曙光，照亮我學法的道路，在身心的整頓過後，已不再有所惆悵，內心僅存對正法的信念！因此在 2014 年的最後一天，向景仰的隨佛長老及中道僧團致上深深的感恩，感恩您們無私的奉獻生命，讓在生死輪迴的眾生，得以有聽聞正法的因緣。

期盼在 2015 年裏，正法的種子，在更多地方發芽、成長、茁壯。

美國紐約法工長 法川

轉眼間，又是一年的最後一天，明天即是 2015 新的一年的到來。首先，感謝隨佛長老、道一師父及僧團法師和各地法工在今年蒞臨紐約道場宣法，為法友們介紹因緣、緣生的智慧。

雖然紐約的法工不多，但是大家都會相互提攜，共同護持道場的各項活動。也因此，當我們在週末共修時，能歡樂的共享豐盛的午餐；還舉辦了幾次的旅遊活動，拉近法友間的距離；法友們還同心協力、一同處理道場後院砍樹劈材等工作，幫忙處理道場許多瑣碎的事情；許多法友們，雖有工作和家務要照顧，仍然每週都來護持道場。凡此種種，法川內心有說不盡的感激，在此一併致謝！

新的一年，祝福原始佛教會的法務，能夠更順利的推展於世界各地。也祝願佛法能落實於每一位法友的生活中。

美國麻州法工長 法盛

這一年來，有許多不同的經歷與新的嘗試，對人與自我的認識更進一步。這種開展是全面性的——不論對父母、家人、師長、親戚、朋友的重新認識，或在工作上以互動的面貌呈顯。

感恩 世尊的教法；感恩隨佛長老及僧團智慧光明的生命引導；感恩佛教會諸方法友的參與、奉獻及犧牲；感謝麻州法友對原始佛法的護持。也感謝有幸能擔任法工長，讓我有機會在自他方面，有更深入的認識及體會。

在這歲末的麻州寒冬裏，法盛誠心的祝福師長、法友們，在未來的一年裏身體更健康、生活更開展、生命更燦爛。



妄見五陰是我、我所者， 又名身見

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，妄取五陰是我
第四目 妄見五陰生是我、我所者，又名身見

1-4-3-2.4.1 於五陰見我者，是為身見，又名我見，或名「行」、「取」。

1.SĀ570 《相應阿含》570 經；S41.3 《相應部》質多相應 3 經

如是我聞：一時，佛住菴羅聚落菴羅林中，與眾多上座比丘俱。

時質多羅長者，詣諸上座所，稽首禮足，退坐一面。白諸上座言：「諸世間所見，或說有我，或說眾生，或說壽命，或說世間吉凶，云何尊者！此諸異見，何本？何集？何生？何轉？」時諸上座默然不答。如是三問，亦三默然。時有一下座比丘，名梨犀達多，白諸上座言：「我欲答彼長者所問」。諸上座言：「善！能答者答」。

時長者即問梨犀達多：「尊者！凡世間所見，何本？何集？何生？何轉？」尊者梨犀達多答言：「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」。復問：「尊者！云何得無此身見？」答言：「長者！謂多聞聖弟子，不見色是我，不見色異我，不見我中色，色中我。不見受……。想……。行……。識是我，不見識異我，不見我中識，識中我，是名得無身見」。復問：「尊者！其父何名，於何所生？」答言：「長者！我生於後方長者家」。質多羅長者語尊者梨犀達多：「我及尊者二父，本是善知識」。梨犀達多答言：「如是，長者」！質多羅長者語梨犀達多言：「尊者！若能住此菴羅林中，我盡形壽供養——衣服、飲食、隨病湯藥」。尊者梨犀達多默然受請。時尊者梨犀達多，受質多羅長者請，供養障礙故，久不詣世尊所。

時諸上座比丘，為質多羅長者種種說法，示教照喜；示教照喜已，質多羅長者歡喜隨喜，作禮而去。



古老經說 白話摘要

中道僧團

1.SĀ570《相應阿含》570 經； S41.3《相應部》質多相應 3 經

我曾經聽過 佛陀這麼說：有一段時間，佛陀住在菴羅聚落的菴羅林中，與眾多長老比丘們在一起。

那時，質多羅長者來到長老們的住所，頂禮長老足，後退坐在一邊。長者請問長老們說：「各種世間的知見，或者說有我，或者說眾生，或者說壽命，或者說世間吉凶，為什麼？尊者們！這些不同的知見，以什麼為根本？從什麼而集起？從什麼而發生？從什麼而轉現？」那時，長老們靜默不答。長者這樣請問了三次，長老們也靜默三次。

那時，有一位下座比丘，名叫梨犀達多，告訴長老們：「我想回答那位長者所提出的疑問。」長老們說：「很好！您能回答就回答。」那時，長者就問梨犀達多：「尊者！世間的知見，以什麼為根本？從什麼而集起？從什麼而發生？從什麼而轉現？」尊者梨犀達多回答說：「長者！世間的知見，或者說有我，或者說眾生，或者說壽命，或者說世間吉凶，這類知見，一切都是以身見為根本，從身見而集起，從身見而發生，從身見而轉現。」又問：「尊者！什麼是身見？」答言：「長者！不明因緣法的愚癡凡夫，認為色是我、色不是我、色中有我、我中有色。受……。想……。行……。認

為識是我、識不是我、我中有識、識中有我。長者！這些就稱為身見。」又問：「尊者！怎麼樣才可以沒有這些身見？」尊者回答說：「長者！明見因緣法的聖弟子，不認為色是我，不認為色不是我，不認為我中有色、色中有我。不認為受……。想……。行……。不認為識是我，不認為識不是我，不認為我中有識、識中有我，這就稱為沒有身見。」

長者又問：「尊者！請問您父親的姓名，您在那裡出生？」尊者回答：「長者！我生在後方的長者家。」質多羅長者告訴尊者梨犀達多：「原來我與尊者的父親是好朋友。」梨犀達多回答：「是的，長者！」質多羅長者告訴梨犀達多：「尊者！假如您能淨住在這菴羅林中，我在這一生會供養您——衣服、飲食、隨病湯藥。」尊者梨犀達多靜默的接受邀請。那時，尊者梨犀達多，接受質多羅長者的邀請，由於供養造成障礙，使得尊者很久沒前往世尊的住所。

那時，長老比丘們，為質多羅長者以種種方式而說法，開示、教導、闡明、令他歡喜；開示、教導、闡明、令他歡喜後，質多羅長者感到歡喜、隨喜長老的說法，行禮後而離去。



古老經說 讀後感言

Bhikkhu Paññācakkhu

1.SĀ570《相應阿含》570 經； S41.3《相應部》質多相應 3 經

《相應阿含》546 經有一段故事：摩訶迦旃延尊者在跋蘭那聚落烏泥池旁邊時，有一位梵志來問尊者：「是什麼因緣，使得國王跟國王相諍、婆羅門跟婆羅門相諍、居士跟居士相諍呢？」摩訶迦旃延答道：「因為貪欲。」梵志接著問：「是什麼因緣，使得出家人跟出家人相諍？」摩訶迦旃延回答：「因為見欲繫著。」

另一則在《相應部》拘薩羅相應第八經的故事：拘薩羅國的波斯匿王與末利夫人在高樓上聊天，波斯匿王問末利夫人：「跟自己相比，你有愛其他人超過自己嗎？」末利夫人答言：「我沒有愛其他人超過愛自己。那大王！你呢？」波斯匿王回答：「末利！我也沒有愛其他人超過愛我自己。」

當我們環顧周遭的紛亂並審視自己的內心時，就不難發現世事現象亦如同上兩則故事般，都因為涉及到「我」而紛爭不斷。人人處事都「堅持自我而不讓人」、「愛自己更甚於別人」，大則影響世界性的國

際紛亂，小則瑣碎如孩童日常打鬧。

人們活著，莫不戮力於尋求平安與幸福。然而當我們在追求幸福的道路上時，卻又因著我見的貪欲而不斷的與人相爭，於是在不知不覺當中漸漸地遠離我們的初衷。但世道雖然如此，這世上仍有著眾多的人，是願意自我犧牲、只為利益這世界：如德雷莎修女、賣菜阿嬤陳樹菊女士、嘉義市嘉邑行善團等深動人心的身影。

《相應阿含》570 經指出，「身見」是認為五陰是我或是我的。還未見因緣法的人們，其內心尚未斷除煩惱根源，雖然有著「我見」的迷惑，但是在面對事情時，我們仍然能選擇一條令內心平安的道路。而這平安不論是如螢火般的微細，或是皓如日月，或許不是那麼重要，因為重點是在抉擇朝向「快樂」及「平安」然後「行動」。

選擇「快樂」及「平安」的道路，接著「去實踐」，這樣的人生經驗絕對值得我們一試。而不是困在我見的束縛下，選擇「紛爭」、「怨恨」及「不快樂」等傷害自己、傷害他人的行為。



部派論書 與 經說傳誦的演變

(二) 部派經說傳誦的演變 - 13

接《正法之光》第四十一期 p.18~p.41

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

7-1-2-2-5-4. 錯解識、名色為俱生、相依之經誦的修正

7-1-2-2-5-4-1. 修正經誦的基本根據

在十二因緣的說明上，目前部派傳誦的《相應部》『因緣相應』67,65 經與《相應阿含》288,287 經，當中的經說陳述都有些部份是缺乏「無明」、「行」的說法。問題的主要原因，是出自《舍利弗阿毘曇論》採用提要句頌之「名色緣識，識緣名色」作為解義標準的錯誤，進而產生「識」與「名色」是「俱生、共生、和合生」與「相依生」的不當部派觀點，而這些部派義解都悖離了「緣生」的真義。

例如：分別說系傳誦的《相應部》『因緣相應』65 經，在闡述十二因緣的集法、滅法時，提出「此識由此以還，無超進名色，於此限度」的新義解，並且缺漏「無明」、「行」的陳述，這是出自分別說部配合「識」與「名色」為「俱

生、共生」的錯誤部派義解，而有的不當刪改。

說一切有部傳誦的《相應阿含》287 經，關於集法的陳述，揉雜了分別說部「此識由此以還，無超進名色，於此限度」的新義解，而提出「齊識而還，不能過彼」的部義經句，也同樣缺乏「無明」、「行」的陳述。然而，《相應阿含》287 經在「滅法」的說明上，依然保留「十二因緣法」的古說，雖在「集法」缺乏「無明」、「行」的陳述，但是在「滅法」的說明上還保有「無明」、「行」的記載。《相應阿含》287 經在「集法」、「滅法」的不一致，顯示其中必有問題。

若要證明《相應部》『因緣相應』65 經及《相應阿含》287 經中，「無明」、「行」的陳述是原有經說的傳誦，除了對照「集法」及「滅法」的內容差異以外，還另有更為明確的證據。

首先這兩篇經文都有提到 釋迦佛陀如實見「集



法」與「滅法」之後，隨即自說得「古仙人道」，或「古佛之道」，謂八聖道。由於如實知見集法、滅法與八聖道，即是如實知「四聖諦（初轉、四行）」，所以在《相應部》『因緣相應』65 經及《相應阿含》287 經的後半篇，都有提出 釋迦佛陀如實見「十二支緣生法的四聖諦」，即「見老病死，老病死集，老病死滅，老病死滅道跡；見生……；有……；取……；愛……行，行集，行滅，行滅道跡」。見《相應部》『因緣相應』65 經、《相應阿含》287 經：

《相應部》12.65 經：「諸比丘！同此，我發見過去正覺者通行之古道、古徑。諸比丘！過去諸佛所通行之古道，古徑者何耶？即此八支聖道。即：正見……正定。

諸比丘！此乃過去正等覺者通行之古道、古徑。追隨其道，隨其道而行，則知老死，知老死之集，知老死之滅，知趣滅老死之道跡。追隨其道，隨其道以行，知生……知有……知取……知愛……知受……知觸……知六處……知名色……知識……追隨其道，隨其道以行，知行，知行之集、知行之滅、知趣行滅之道跡。知此，我以示比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷。諸比丘！如是梵行繁榮、增廣，示知眾多人等，予增大，依人天而善說示。」

《相應阿含》287 經：「我時作是念：我得古仙人道，古仙人逕，古仙人道跡；古仙人從此跡去，我今隨去。……今我如是，得古仙人道，古仙人逕，古仙人跡；古仙人去處，我得隨去，謂八聖道：正見、正志、正語、正業、正命、正方便、正念、正定。

我從彼道，見老病死，老病死集，老病死滅，老病死滅道跡；見生……；有……；取……；愛……；受……；觸……；六入處……；名色……；識……；行，行集，行滅，行滅道跡。我於此法，自知、自覺，成等正覺。」

十二因緣法的「行集，行滅」，是「無明集是行集，無明滅是行滅」。見《相應部》『因緣相應』28 經、《相應阿含》355 經：

《相應部》12.28 經：「由無明之集，而有行之生起，由無明之滅、而有行之滅。」

《相應阿含》355 經：「云何行集覺知？謂無明集是行集，如是行集覺知。云何行滅覺知？無明滅是行滅，如是行滅覺知。」

由「十二支緣生法之四聖諦」的陳述，可證知《相應部》『因緣相應』65 經及《相應阿含》287 經中，「無明」、「行」的陳述是原有經說的傳誦。

除此以外，出自大眾系傳誦的漢譯《增壹阿含》（38）『力品』第 4 經，經說的內容等同《相應部》『因緣相應』65 經、《相應阿含》287 經的傳誦。『力品』第 4 經，在「十二因緣的集法、滅法」的說明，都完整保留「無明」、「行」的傳誦。見《增壹阿含》（38）『力品』第 4 經¹：

《增壹阿含》38.4 經：「爾時，世尊告諸比丘，我本為（菩薩【註】）時，未成佛道中有此念，此世間極為勤苦，有生、有老、有病、有死，然此五盛陰不得盡本原。

是時，我復作是念，由何因緣有生、老、病、死？復由何因緣致此災患？當思惟此時，復生此念：有生則有老、病、死。爾時，當思惟是時，復更生念，由何因緣有生？此由有而生。復生此念，有者，何由而有？當思惟是時，便生此念：此有由受而有。復念，此受何由而有？爾時，以智觀之，由愛而有受。復更思惟，此愛何由而生？重觀察之，由痛而有愛。復更思惟，此痛何由而生？當作是觀察時，由更樂而有此痛。復重思惟，此更樂何由而有？我生此念時，緣六入而有此更樂。時我重思惟，此六入何由而有？觀察是時，由名色而有六入。



時我復作是念：名色何由而有？觀察是時，復由識而有名色。**此識何由而有？觀察是時，由行生識。時我復作是念：行何由而生？觀察是時，行由癡而生；無明緣行，行緣識，識緣名色，名色緣六入，六入緣更樂，更樂緣痛，痛緣愛，愛緣受，受緣有，有緣生，生緣死，死緣愁、憂、苦、惱，不可稱計，如是名為苦盛陰所習。**

我爾時復作是念，由何因緣滅生、老、病、死？我觀察是時，生滅，（則）老、病、死滅。時復生此念：由何而無生？觀此生緣有滅，生則滅。復念：由何而無有？時生此念，**無受則無有**。時我生此念：由何滅受？觀察是時，**愛滅，受則滅**。復生此念：由何而滅愛？重更觀察，**痛滅，愛則滅**。復思惟，由何而滅痛？觀察是時，**更樂滅，則痛滅**。復思惟，更樂何由而滅？觀察是時，**六入滅，則更樂滅**。復觀此六入何由而滅？當觀察時，名色滅，則六入滅。**復觀名色何由而滅？識滅，則名色滅。復觀察此識何由而滅？行滅，則識滅。復觀此行何由而滅？癡滅則行滅，行滅則識滅，識滅則名色滅，名色滅則六入滅，六入滅則更樂滅，更樂滅則痛滅，痛滅則愛滅，愛滅則受滅，受滅則有滅，有滅則生滅，生滅則老、病滅，老、病滅則死滅，是謂名為五盛陰滅。**

時我復生此念，（**此識最為原首，令人致此生、老、病、死，然不能知此生、老、病、死生之原本**，【註】）猶如有人在山林中，行逐小徑道，小復前行，見舊大道，古昔諸人在中行處。是時，彼人便復此道，小復前進，見舊城郭、園觀、浴池，皆悉茂盛，但彼城中無有居民。此人見已，還歸本國，前白王言：『昨遊山林見好城郭，樹木繁茂，但彼城中無有人民。大王！可使人民在彼城止住。』是時，國王聞此人語，即居止人民，然此城郭還復如故，人民熾盛，快樂無比。」

在《增壹阿含》『力品』第4經可以發現該經的漢譯經句，有「菩薩」的用語，此語是《舍利弗阿毘

曇論》的論義融攝，《相應阿含》287經無有此語。另在十二因緣的用語上，是將「緣六入有觸」的「觸」譯為「更樂」，「緣觸有受，緣受有愛」的「受」譯為「痛」，而「緣愛有取，緣取有有」的「取」卻改為「受」，這是絕然不同於廣大經說的傳譯，應當是出自當時譯經師的意見。

此外，《增壹阿含》『力品』第4經中，在已經明見集法、滅法之後，見古佛之道前，有「**此識最為原首，令人致此生、老、病、死，然不能知此生、老、病、死生之原本**」等句，這是《相應部》『因緣相應』65經與《相應阿含》287經無有的經句，此句應是為了融攝《相應部》「此識由此以還，無超進名色，於此限度」之部義經句的增新，但此句置放的位置卻不同於《相應部》『因緣相應』65經與《相應阿含》287經。

『力品』第4經在經說的後段，也同樣指出如實見「十二支緣生法的四聖諦」。見《增壹阿含》（38）『力品』第4經：

《增壹阿含》38.4經：「諸比丘當知，我昔未成（菩薩）時，在山中學道，見古昔諸佛所遊行處，便從彼道，即知生、老、病、死所起原本，有生有滅，皆悉分別：知生苦、生習、生盡、生道，皆悉了知，有……；受……；愛……；痛……；更樂……；六入……；名色……；識……；行……；癡亦復如是。」

（**無明起則行起，行所造者復由於識，我今以明於識**，【註】）今與四部之眾而說此本，皆當知此原本所起。知苦、知習、知盡、知道，念使分明，以知六入，則知生、老、病、死；六入滅則生、老、病、死滅。是故，比丘！當求方便，滅於六入。如是，諸比丘！當作是學。」

『力品』第4經在講述「十二支緣生法的四聖諦」之後，又有「**無明起則行起，行所造者復由於識，我今以明於識**」的經句，此句也是《相應



部》『因緣相應』65 經、《相應阿含》287 經無有的經句，此句有「行所造者復由於識」的說法，是少見的部派義解，完全不合經說的廣大共義，同樣不可信。

如是可見，部派佛教三大部派（阿難系說一切有部，優波離師承分別說系銅鑠部、大眾系【註】可能是說出世部）的經說傳誦，在「古佛之道」的經說中，都保留了「十二支緣生法的四聖諦」，共同傳誦的「行，行集，行滅，行滅道跡」，清楚的證明「無明」與「行」是《相應部》『因緣相應』65 經、《相應阿含》287 經原有的經說傳誦。「此識由此以還，無超進名色，於此限度」、「齊識而還，不能過彼」的部義經句，是後世部派義解的融攝誤傳，絕不可信。

同此，藉由《相應部》『因緣相應』67 經與《相應阿含》288 經的『蘆束喻』，導向「識」與「名色」是「相互依持」的部派義解，也是不可信受的部派增新。

因為古老經說與部派論義之間的差異，《相應部》『因緣相應』67,65 經與《相應阿含》288,287 經之間的經誦不一致，應當依據《相應阿含》551,239,250,39,377,71,372,371,334,749 經及《相應部》『蘊相應』3,54,120,105,21 經、『六處相應』109,191 經、『因緣相應』64,12,11 經、『根相應』53 經的經法傳誦，將不當的經誦與經義予以修正、還原。古老經法的教導引證如下：

1. 眾生貪愛「六識」

《相應阿含》551 經：「眼流者，眼識起貪，依眼界貪欲流出，故名為流。耳；鼻；舌；身；意流者，謂意識起貪，依眼界貪識流出，故名為流。」

《相應部》22.3 經：「居士！色界是識之家，色界中貪所繫之識，名為住家。居士！受界是識之

家，受界中貪所繫之識，名為住家。居士！想界是識之家，想界中貪所繫之識，名為住家。居士！行界是識之家，行界中貪所繫之識，名為住家。」

2. 貪愛六識，形成六根追逐六境，復生六識（識陰）的繫縛

《相應阿含》239 經：「我今當說結所繫法及結法。云何結所繫法？眼、色，耳、聲，鼻、香，舌、味，身、觸，意、法，是名結所繫法。云何結法？謂欲貪是名結法。」

《相應阿含》250 經：「尊者摩訶拘絺羅問尊者舍利弗言：『云何尊者舍利弗！眼繫色耶？色繫眼耶？耳、聲，鼻、香，舌、味，身、觸，意、法；意繫法耶？法繫意耶？』尊者舍利弗答尊者摩訶拘絺羅言：『非眼繫色，非色繫眼，乃至非意繫法，非法繫意。尊者摩訶拘絺羅！於其中間，若彼欲貪，是其繫也。尊者摩訶拘絺羅！譬如二牛，一黑、一白，共一軛繫縛。人問言：為黑牛繫白牛？為白牛繫黑牛？為等問不？』答言：『不也，尊者舍利弗！非黑牛繫白牛，亦非白牛繫黑牛，然於中間若軛，若繫鞅者，是彼繫縛。』」

《相應部》35.109 經：「比丘等，何者為可繫縛之法耶？何者為繫縛耶？諸比丘！眼為可繫縛之法，凡對此生欲染，於此即是繫縛。耳是……鼻是……舌是……身是……意為可繫縛之法也，凡對此生欲染，於此即是繫縛。諸比丘！此等稱為可繫縛之法，以此稱為繫縛。」

《相應部》35.191 經：「尊者大拘絺羅告尊者舍利弗曰：『友舍利弗！眼是諸色之繫縛耶？諸色是眼之繫縛耶？如何？耳……鼻……舌……身……意是諸法之繫縛耶？諸法是意之繫縛耶？如何？』（尊者舍利弗答：）『拘絺羅！眼非諸色之繫縛，諸色非眼之繫縛，於此兩者，為緣所生之欲染，此始為繫縛。耳……鼻……舌……身……意非諸法之繫



縛，諸法非意之繫縛，於此，凡此兩者為緣所生之欲染，此始為繫縛。

友！恰如：有黑色之牛與白色之牛，以一鎖或索將之結合，若言黑牛繫縛白牛，或白牛繫縛黑牛者，彼作如是言者，彼語為正語否？」（尊者大拘絺羅答：）『友！不然。』（尊者舍利弗曰：）『友！黑牛非繫縛白牛，白牛亦非繫縛黑牛，兩者若以一鎖或索將之結合，此始為繫縛。同此，友！眼非諸色之繫縛，諸色非眼之繫縛，於此，凡以此兩者為緣所生之欲染，此始為繫縛。耳……；鼻……；舌……；身……；意非諸法之繫縛，諸法非意之繫縛，於此，凡以此兩者為緣，所生之欲染，此始為繫縛。』

友！若眼為諸法之繫縛，若諸色為眼之繫縛者，此梵行即不能善滅盡苦。友！眼非諸色之繫縛，諸色非眼之繫縛，於此兩者為緣而生欲染，此始為繫縛，是故梵行能善滅盡苦。耳……；鼻……；舌……；身……；意非諸法之繫縛，諸法非意之繫縛，於此兩者為緣而生欲染，此始為繫縛，是故梵行乃能滅盡苦。」

3. 五種子喻，說明「愛識與色、受、想、行（即六根、六境，簡稱名色），輾轉生長增廣」

《相應阿含》39 經：「若彼種子新熟堅實，不斷、不壞、不腐、不中風，有地、水界，彼種子生長增廣。比丘！彼五種子者，譬（四）取陰俱識。地界者，譬四識住。水界者，譬貪喜四取（陰）攀緣識住。何等為四？於色中識住，攀緣色，喜貪潤澤，生長增廣；於受、想、行中識住，攀緣受、想、行，貪喜潤澤，生長增廣。比丘！識於中若來、若去、若住、若沒、若生長增廣。」

《相應部》22.54 經：「諸比丘！此五種之種子，不壞…乃至…善貯藏，若有地、有水者，諸比丘！此五種之種子，得生長增廣耶？（答言：）『大

德！是也。』

諸比丘！地界者，譬如可見四識住。諸比丘！水界者，譬如可見喜貪。諸比丘！五種之種子者，譬如可見識與食。諸比丘！於色封滯而住識者，以色為所緣，止住於色，近依喜而住，生長、增廣。諸比丘！於受封滯而住識者，乃……近依喜而住，生長、增廣。諸比丘！於想封滯……乃至……諸比丘！於行封滯而住識者，以行為所緣，而止住於行，近倚喜而住，生長、增廣。」

4. 「愛識，根逐境為緣而生識，緣觸生受、想、行（思）」的繫縛，即是四食的集起

《相應阿含》377 經：「有四食，資益眾生，令得住世，攝受長養。何等為四？一者、搏食，二者、觸食，三、意思食，四者、識食。諸比丘！於此四食，有貪、有喜，識住增長，乃至純大苦聚集。」

《相應部》12.64 經：「諸比丘！有情或眾生之住，求再生，為資益有四食。四食者何耶？麤或細之搏食、二觸食、三意思食、四識食是。諸比丘！此等之四食，為有情或眾生之住，求再生，為資益。」

諸比丘！若於搏食，有貪、有喜、有愛、則對其有識之住、有增長。由識之住及增長，而有名色之顯現。由有名色之顯現，（而有諸行之增上。由有諸行之增上，【註】此句應是受《舍利弗阿毘曇論》影響而增新的論義經句）而有未來後有之再生。由有未來後有之再生，而有未來之生、老死。諸比丘！我謂由未來之生、老死，而有愁、有苦、有惱。

諸比丘！若於觸食，……諸比丘！若於意思食，……諸比丘！若於識食，有貪、有喜、有愛，於其有識之住、有增長。有識住增長，有名色之顯現，由有名色之顯現，（有諸行之增上。有諸行之增上，【註】此句應是增新的論義經句）而有未來之後有再生。有未來之後有再生，有未來之生老死，我謂有未來之生老死，而有愁、有苦、有惱。」



5. 「愛識」則有「根、境的繫縛，復生識」，此為「識食」；「識食」即五陰繫縛的「有結」，有「識食」即有未來世「六處生」

《相應部》22.120 經：「諸比丘！以何為結法？以何為結耶？諸比丘！色是結法。於此欲、貪，於此即是結。受……想……行……識是結法。於此欲、貪，於此即是結。諸比丘！此名為結是結法。」

《相應部》22.105 經：「諸比丘！以何為有身耶？名為五取蘊。……以何為有身之集耶？當來有之渴愛……乃至……諸比丘！此名為有身之集。」

《相應阿含》71 經：「云何有身？謂五受陰。云何為五？色受陰，受、想、行、識受陰，是名有身。云何有身集？當來有愛，貪喜俱，彼彼樂著，是名有身集。」

《相應阿含》372 經：「何因緣故有識食？我則答言：能招未來有令相續生，有有故有六入處，六入處緣觸。……汝今應問：何緣故有有？我應答言：緣取故有有，能招當來有觸生，是名有。有六入處，六入處緣觸。」

《相應部》12.12 經：「識食為未來之再有、再生之緣，因有識故有六處、緣六處而有觸。」

《相應部》48.53 經：「諸比丘！復次，無學之比丘，知於六根，即眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、意根是。總此六根一切一切種，皆可滅於一切無餘，於任何他處不再生六根，此當知。」

《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（業應修正為「食」）。如是比丘！不正思惟因無明，無明因愛，愛因為業（【註】「食」），業（【註】「食」）因為眼。耳、鼻、舌、身、意，亦如是說。」

根據《相應阿含》371 經、《相應部》『因緣相應』11 經的共同傳誦，是「愛集是食集，食集則未來世生老病死集」，而《相應部》『因緣相應』12 經指出「識食集」則有「未來生六入處生」。因此，《相應阿含》334 經說：「不正思惟因無明，無明因愛，愛因為業，業因為眼」，經句的「業」應當修正為「食」，修正為「愛因為食，食因為眼」。見《相應阿含》371 經；《相應部》『因緣相應』11 經：

《相應阿含》371 經：「六入處集是觸集，觸集是受集，受集是愛集，愛集是食集，食集故未來世生老病死、憂悲惱苦集，如是純大苦聚集。」

《相應部》12.11 經：「諸比丘！有此等四食，使有情或眾生存住，攝受為生。四食者何？或麤、或細之搏食，二是觸食，三是意思食，四是識食。諸比丘！此等四食使有情或眾生存住，攝受為生。諸比丘！此等四食，以何為因、以何為集、以何為生、以何為起耶？此等四食乃以愛為因、以愛為集、以愛為生、以愛為起。」

如前面引證的經文，漏盡、解脫的無學聖者（阿羅漢）已經「不受後有」，而「不受後有」是指「於任何他處不再生六根」，這是指不再有後世之「識生」。

6. 斷愚癡、貪欲、瞋恚是解脫，五陰滅盡即涅槃

《相應阿含》749 經：「若起明為前相，生諸善法時，慚、愧隨生；慚愧生已，能生正見。正見生已，起正志、正語、正業、正命、正方便、正念、正定，次第而起。正定起已，聖弟子得正解脫愚癡【註】、貪欲、瞋恚；如是聖弟子得正解脫已，得正知見：我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。」（註：愚癡應在貪欲之前）

《相應部》22.21 經：「大德！曾說於滅、滅。大德！如何法之滅故而說滅耶？阿難！色是緣起所



生、無常、有為，為盡法、壞法、離法、滅法者。彼之滅故說是滅。受是……想是……行是……識是緣起所生、無常、有為，為盡法、壞法、滅法者。彼之滅故說是滅。阿難！如是之法滅故說是滅。」

《相應阿含》105 經：「仙尼！其第一師見現在世真實是我，如所知說者，名曰斷見。彼第二師見今世後世真實是我，如所知說者，則是常見。彼第三師不見現在世真實是我，命終之後亦不見我，是則如來、應、等正覺說，現法、愛斷，離欲、滅盡、涅槃。……仙尼！如是弟子，我不說彼捨此陰已，生彼彼處。所以者何？無因緣可記說故。欲令我記說者，當記說彼：斷諸愛欲，永離有結，正意解脫，究竟苦邊。」

《相應阿含》105 經清楚的提出「斷愛、離欲」的解脫者，當此生盡時是「捨此陰已，無因緣可記說」，無法記說此後生趣於何處，只能是說「斷諸愛欲，永離有結，正意解脫，究竟苦邊」，所謂滅盡、涅槃。

《相應阿含》105 經的經文中，提到「正意解脫」，此一語詞是受到《舍利弗阿毘曇論》之「意＝識＝心」的論義影響。原意是「斷貪愛」的解脫者，必是「愛識斷，不增長名色之緣；名色之緣不增長則識不復生長、增廣」，如是「緣愛而識、名色生結繫」的「識食」則斷，不受後有，自知解脫。因此，原是斷愛而識食斷、得解脫，即受到《舍利弗阿毘曇論》之「意＝識＝心」的論義影響，而改說是「心解脫」或「意解脫」。

根據《相應阿含》45,710,2 經及《相應部》『蘊相應』47 經，斷無明、生明才能斷我見，斷無明稱為「慧解脫」，離貪欲是為「心解脫（即斷識食、得解脫）」。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。」

《相應阿含》710 經：「若彼比丘離貪欲，心解脫，得身作證；離無明，慧解脫。」

《相應阿含》2 經：「欲貪斷者說心解脫。如是心解脫者，若欲自證，則能自證：我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。」

後世的部派傳誦受《舍利弗阿毘曇論》之「十結」論義的影響，認為「先斷我見，再斷貪欲、瞋恚，最後斷無明」，而有貪欲、瞋恚、愚癡的列舉次第，但是依古老的修證次第，應當是先斷愚癡，再斷貪欲、瞋恚，貪愛斷則識食斷、得解脫。見《相應部》『蘊相應』59 經、『諦相應』11 經：

《相應部》56.11 經：「我於此四聖諦，如三轉、十二行相之如實智見已達悉皆清淨故，諸比丘！我於天、魔、梵世、沙門、婆羅門、人、天眾生中，稱之為無上正等覺之現等覺。又，我智生與見，我心解脫不動，此為我最後之生，再不受後有。」

《相應部》22.59 經：「波羅捺國，鹿野苑之因



緣。……諸比丘！多聞之聖弟子，作如是觀者，則厭患色，厭患受……想……行……識，厭患者則離貪，離貪者則解脫，解脫者則生已解脫智，知：生已盡、梵行已立、所作已辦、不受後有。世尊如是說已，五群比丘信受歡喜世尊之所說。又說此教時，五比丘無取著，而盡諸漏令心解脫。」

7-1-2-2-5-4-2. 修正《相應部》『因緣相應』67 經的傳誦

1. 「愛」為結繫之「愛識緣名色，名色緣識」

提要句頌之「識緣名色，名色緣識」，根據「愛」為結繫，予以修正為「愛識緣名色，名色緣識」。

《相應部》『因緣相應』67 經（依元亨寺漢譯本為參照）：

此經在元亨寺版漢譯經文中，表達「非共作」的譯文是「非自作、他作」，譯文語法不易與前句的「非自作」及「非他作」分清，容易誤以為是「非自作」及「非他作」的複誦。在此建議「非自作、他作」的經文，或許可修潤為「非自、他共作」；「無因作」的譯文是「非自作、非他作，無因生」，譯文的語法依然易與前文的「非自作」、「非他作」及「非自作、他作」混淆不清，不易使人清楚明白真正的意旨，在此也建議可重潤文為「非離自、他作而無因生」。當然，關於「共作」及「無因生」的原譯文，可留古不動，在此僅是建議而已！關於「緣識而有名色」的說法，修正為「緣愛識*而有名色」。

一九 「名色為自作耶？名色為他作耶？名色為自作、他作耶？或名色為非自作、非他作，無因生耶？」

二〇 「友！拘絺羅！名色非自作，名色非他作，名色非自作、他作，名色亦非自作、他作，亦非無

因生，是緣愛識*而有名色。」

二一 「友，舍利弗！識為自作耶？識為他作耶？識為自作、他作耶？識為非自作、非他作，無因生耶？如何？」

二二 「友！拘絺羅！識非自作，識非他作，識非自作、他作，識非自作、非他作，亦非無因生，是緣名色而有識。」

2. 『蘆束喻』修正為『五種子喻』

『蘆束喻』的說法，是相合於採用「名色緣識，識緣名色」之提要句頌作為解義標準的誤解。因此，此篇經文的修正，應是根據《相應阿含》551,239 經及《相應部》『蘊相應』3 經、『六處相應』191 經的共說，確認「愛識」是「識」與「名色」輾轉緣生不息的重點。如是，將『蘆束喻』予以移除，而改為《相應阿含》39 經、《相應部》『蘊相應』54 經共說當中，舉『五種子依地、水而生長增廣喻』，作為「識」與「名色（色、受、想、行）」是依「貪喜」而輾轉緣生的說明。

接著，因為誤解「識」與「名色」為「俱生、相依」，而遺落的「無明」與「行」，也加以增補的重新還原為十二支緣生法。

接續前『1.「愛」為結繫』，《相應部》『因緣相應』67 經之『蘆束喻』予以修正為『五種子喻』：

二三 如今我等如是知尊者舍利弗之所說：「友！拘絺羅！名色非自作，名色非他作，名色非自作、他作，名色非自作、非他作，亦非無因生，是緣愛識*而有名色。」

二四 如今我等又如是知尊者舍利弗之所說：「友！拘絺羅！識非自作，識非他作，識非自作、他



作，識非自作、非他作，亦非無因生，是緣名色而有識。」

二五 「友！舍利弗！應如何知此所說之義耶？」

「友！拘絺羅！如佛說五種子喻：彼五種子者，譬四取陰與識；地界者，譬四取陰緣識住，水界者，譬貪喜識攀緣四取陰住。何等為四？於色中識住，攀緣色，喜貪潤澤，生長增廣；於受、想、行中識住，攀緣受、想、行，貪喜潤澤，生長增廣。如是識與名色，緣貪喜故生長、增廣；緣愛識*而有名色，緣名色而有識，輾轉緣生、增廣。」

3. 補正「無明緣行」，並將「行」修正為「見」的傳誦

根據《相應阿含》57,63,45 經及《相應部》『蘊相應』81,47 經的共說傳誦，「行」的定義應是「五陰是我、是常、是斷的妄見」，但是目前的定義採用《舍利弗阿毘曇論》新定義之「身行、口行、意行」的「行」（參考《正法之光》39期 p.30~p.36 7-1-2-2-4 十二因緣之「行」的語義探究²），而用詞則經由將「行陰」另定義為「身行、口行、意行」，再採用「行陰」的用詞 saṅkhāra。由於承受《舍利弗阿毘曇論》將「見」改為「行」的不當影響，部派經誦陳述的「十二因緣」有「無明緣行」的說法。

因此，「無明緣行」的「行」，正確的用語應當還原為「見（巴利 ditthi）」，而提要句頌也應修正為「無明緣見」。見《相應阿含》57,45 經、《相應部》『蘊相應』81,47 經：

《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）；彼觸、受、愛，行，亦是緣起法，無常、有為（應譯有

漏）。……於受見是我……於想見是我……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）³，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。……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。……諸比丘！彼以常見為行。……諸比丘！彼以斷見為行。……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。」

《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。」



此外，「五陰是我、是常、是斷」的「妄見」是緣無明而起，而「貪愛」也是緣無明而起。但是，在提要句頌的結構中，關於「貪愛」的緣起句頌，是安設在「受」之後，謂「緣受有愛」。

提要句頌多是省略的表達，實際上「愛」的因緣不是「受」。如同五陰的受陰、想陰、行陰都是「緣觸」而起，但是在「十二因緣」的提要句頌中，也只是說「緣觸有受」，卻不見想陰、行陰的緣起句頌。

如是，提要句頌之「緣受有愛」的真實義，是接續「緣六處生觸，緣觸生受、想、行（思）」而有「愛」的緣生，這是暗指《相應阿含》334,266 經、《相應部》『蘊相應』99 經的經義，是「於六觸入處不正思惟有無明（即不正思惟五陰的緣起而有無明），無明所蓋，愛結所繫，眾生生死輪迴」。因此，緣不正思惟有無明，緣無明而有妄見與貪愛。不論是「五陰是我、是常、是斷」的「妄見」，或是「於緣生之五陰，生是常、樂、我、淨的貪愛」，都是緣無明而起。但是在提要句頌的表達上，是「無明緣行（見*）」、「受緣愛」。

接續前『2.名色緣識，愛識*緣名色』，《相應部》『因緣相應』67 經缺少無明、行（見*）的陳述，應予以修補：

二六 「友，舍利弗！愛識*為自作耶？愛識*為他作耶？愛識*為自作、他作耶？或愛識*為非自作、非他作，無因生耶？」

二七 「友，拘絺羅！愛識*非自作，愛識*非他作，愛識*非自作、他作，愛識*亦非自作、非他作，亦非無因生，是緣行（見*，部派佛教將「我見、常見、斷見」說是「行」，原始佛教說是「見」）而有愛識*。

二八 「友，舍利弗！行（見*）為自作耶？行（見*）為他作耶？行（見*）為自作、他作耶？或行（見*）為非自作、非他作，無因生耶？」

二九 「友，拘絺羅！行（見*）非自作，行（見*）非他作，行（見*）非自作、他作，行（見*）亦非自作、非他作，亦非無因生，是緣無明而有行（見*）。

緣無明而有行（見*），緣行（見*）而有愛識*，緣愛識*而有名色，緣名色而有識；緣愛識*而有名色，緣名色而有六處……如是，此乃全苦蘊之集。」

三十 「友，拘絺羅！若五種子有地而無水，則不生長、增廣。如是識與名色，貪喜滅故不復生長、增廣。緣無明之滅而有行（見*）滅，緣行（見*）之滅而有愛識*滅，緣愛識*之滅而有名色滅，緣名色之滅而有識滅；緣愛識*之滅而有名色滅，緣名色之滅而有六處滅……此乃全苦蘊之滅。」

……我等對尊者舍利弗之所說，應以此等三十六事當予隨喜。

4. 三十六事讚嘆的修正

4.1 經說內容

目前部派誦本的《相應部》『因緣相應』67 經，關於三十六事讚嘆，是對十二支緣生法的每支說法，各用了「法師比丘、行法隨順法比丘、達現法涅槃比丘」的三種讚嘆，共有三十六事。見《相應部》『因緣相應』67 經：

……我等對尊者舍利弗之所說，應以此等三十六事當予隨喜。

三十 友！若比丘，依老死之厭離、離貪、滅而說法，則適稱為法師比丘。友！若比丘，行老死之厭離、離貪、滅，則適稱為行法、隨順法比



丘。友！若比丘，對老死之厭離、離貪、滅，不取著、予解脫，則適稱為達現法涅槃比丘。

……友！若比丘，生之厭離……若有之……若取之……若愛之……若受之……若觸之……若六處之……若名色之……若識之……若行之……

友！若比丘，依無明之厭離、離貪、滅、說法，適稱之謂法師比丘。……行法隨順法比丘……對無明之厭離、離貪、滅，不取著、予解脫，則適稱為達現法涅槃比丘。」

這是引用的是臺灣元亨寺翻譯的版本，在元亨寺翻譯的版本中，關於三種讚嘆的經文，當中有幾點錯誤需要指正出來。

4.2 說法法師的說法內容：

元亨寺版《相應部》『因緣相應』67 經說：「依老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅而說法，則適稱為法師比丘」。

「厭離、離貪、滅」的「滅」，是指「五陰已滅」的涅槃。見《相應部》『蘊相應』21 經：

《相應部》22.21 經：「具壽阿難白世尊曰：『大德！曾說於滅、滅。大德！如何法之滅故而說滅耶？』（佛曰：）『阿難！色是緣起所生、無常、有為，為盡法、壞法、離法、滅法者，彼之滅故說是滅。受是緣起所生……想是緣起所生……行是緣起所生……識是緣起所生、無常、有為，為盡法、壞法、離法、滅法者，彼之滅故說是滅。』」

滅法！是指五陰是「緣生之法」，也即是「緣滅而滅之法」；滅！是指「五陰已滅」的涅槃。滅！絕不可能是目前的情境。本段經文的原義，應當是勸勉學人依「老死（、生……無明）滅盡的涅槃」作為修行的方向，絕不是指現在已經涅槃。

對照巴利經文、英譯與其他漢譯，可以更清楚的

確知此一經說原義。對照如下：

1) 巴利經文 pāli S.N.12.67

jarāmaṇassa ce, āvuso, bhikkhu nibbidāya (為了) virāgāya (為了) nirodhāya (為了) dhammaṃ deseti, dhammakathiko bhikkhūti alaṃ vacanāya.

2) S.N.12.67 英譯（選自菩提比丘的譯文）

If, friend, a bhikkhu teaches the Dhamma for the purpose of revulsion towards aging-and-death, for its fading away and cessation, he can be called a bhikkhu who is a speaker on the Dhamma.

3) S.N.12.67 漢譯（選自莊春江的譯文）

學友！如果比丘對老死（、生……無明）是為厭、離貪、滅而教導法，「說法比丘」是適當的言說。

4) S.N.12.67 元亨寺版的漢譯

友！若比丘依老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅而說法，則適稱為法師比丘。

參考元亨寺版漢譯《相應部》，提到說法比丘的經文，另有『因緣相應』16 經：

《相應部》12.16 經：「若比丘，為厭離老死、為離貪、為滅而說法者，彼得謂是說法比丘。若比丘為生之厭離……為有之厭離……為取之厭離……為愛之厭離……為受之厭離……為觸之厭離……為六處之厭離……為名色之厭離……為識之厭離……為行之厭離……為無明之厭離、為離貪、為滅而說法者，彼得謂是說法比丘。」

在元亨寺版漢譯《相應部》『因緣相應』16 經中，提到的「說法比丘」是「為厭離、為離貪、為滅而說法者」，不同『因緣相應』67 經「依厭離、離貪、滅而說法」。但是在巴利經文中，《相應部》『因緣相應』67 經與 16 經的經文，關於「說法比



丘」的說明是同樣的內容。對比如下：

巴利經文 pāli S.N.12.67

jarāmaṇassa ce, āvuso, bhikkhu nibbidāya virāgāya nirodhāya dhammaṃ deseti, dhammakathiko bhikkhūti alaṃ vacanāya.

巴利經文 pāli S.N.12.16

“Jarāmaṇassa ce bhikkhu nibbidāya virāgāya nirodhāya dhammaṃ deseti, ‘dhammakathiko bhikkhūti alaṃ vacanāya.

「若比丘，為厭離老死、為離貪、為滅而說法者，彼得謂是說法比丘。」（元亨寺版漢譯）

『因緣相應』67 經的巴利經文，只是比『因緣相應』16 經多了 **āvuso** 一詞，此語是「友」的意思，其餘的巴利經文都相同。在兩經的此經句的漢譯比較中可以得知，元亨版『因緣相應』16 經的漢譯是較為正確，而『因緣相應』67 經的漢譯是有誤。如此可以確知，元亨版『因緣相應』67 經的正確漢譯應是「為厭離、為離貪、為滅而說法者」。

在同等《相應部》『因緣相應』67 經的《相應阿含》288 經，可以見到經文是指「滅盡」。見《相應阿含》288 經：

《相應阿含》288 經：「尊者摩訶拘絺羅，說老死厭患、離欲、滅盡，是名法師（應是指說法比丘）；說生、有、取、愛、受、觸、六入處、名色、識厭患、離欲、滅盡，是名法師（應是指說法比丘）。」

如前引據，「滅」是指「五陰已滅」的涅槃，絕不可能是目前的情境。說一切有部傳誦的《相應阿含》288 經，應當是融攝了分別說系《相應部》『因緣相應』67 經的傳誦。《相應阿含》288 經此段經文的原義，應當是「厭離、離貪、滅盡向」才是正

確，「厭離、離貪、滅盡向」不是「已解脫」，也不是「已滅盡五陰」，而是指「正向於五陰離貪的解脫，導向於五陰滅盡的涅槃」。本段經文的涵意，是指說法者（說法比丘）應當勸勉學人要為了厭離生死，為了遠離貪愛的通達解脫，為了令五陰滅盡不起、涅槃永息，而精進不懈的修行。

另有相近《相應部》『因緣相應』67 經的《相應阿含》363 經，可以見到經文指「說老病死……無明，生厭，離欲，滅盡法，是名說法比丘」，而非「滅」。見《相應阿含》363 經：

《相應阿含》363 經：「若有比丘說老病死，生厭，離欲，滅盡法，是名說法比丘。如是說生、有、取、愛、受、觸、六入處、名色、識、行（、無明），是生厭，離欲，滅盡法，是名說法比丘。」

因此，元亨寺版《相應部》『因緣相應』67 經在這段經文的漢譯，應當根據巴利經文、英譯，還有其他經篇的經法共說，予以改正。修正如下：

5) S.N.12.67 元亨寺版漢譯的修正

5.1) 依巴利經文原譯，漢譯應修正如下：

友！若比丘為了老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅而說法，則適稱為說法比丘。

5.2) 《相應阿含》288 經此段經文，應依《相應部》『因緣相應』67 經，修正如下：

友！若比丘依老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅盡向而說法，則適稱為說法比丘。

如果根據巴利經文原義，將說法比丘的說法內容，修正為「為了老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅而說法」與「依老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅盡向而說法」，兩篇經文的意理可以達成相近一致的漢譯，並且無妨於巴利經文的經義。

不論是依巴利經文翻譯為「為了老死（、



生……無明)之厭離、離貪、滅而說法」，或是依據眾多經義翻譯為「依老死(、生……無明)之厭離、離貪、滅盡向而說法」，都不是指已經離貪、解脫，也不是已經體驗、達到涅槃，應是指出為了離貪、解脫、為了涅槃而說法，也是說行者要正向離貪、解脫、涅槃。

4.3 行法、隨順法比丘的內涵

元亨寺版《相應部》『因緣相應』67 經說：「若比丘行老死(、生……無明)之厭離、離貪、滅，則適稱為行法、隨順法比丘。」此段譯文「厭離、離貪、滅」是有誤。

《相應部》『因緣相應』67 經的「行法、隨順法」，又稱為「法隨法行」，在《相應阿含》是「法次法向」，這是「四預流支」的第四項。見《相應阿含》843 經、《相應部》『預流相應』5 經：

《相應阿含》843 經：「入流分者有四種，謂親近善男子，聽正法，內正思惟，法次法向。」

《相應部》55.5 經：「以何為預流支耶？大德！親近善士為預流支，聽聞正法為預流支，如理作意為預流支，法隨法行為預流支。」

根據經說之「法次法向」或「法隨法行」的修行內涵，是「向厭、離欲、滅盡」，也是「生厭、離欲、滅盡向」。見《相應阿含》27,364 經：

《相應阿含》27 經：「比丘於色**向厭、離欲、滅盡**，是名法次法向。如是於受、想、行、識，向厭、離欲、滅盡，是名法次法向。」

《相應阿含》364 經：「若比丘於老病死，**生厭、離欲、滅盡向**，是名法次法向。如是生……乃至行(、無明)，生厭、離欲、滅盡向，是名法次法向。」

如是可見，「法次法向」的內容是「向厭、離欲、滅盡」、「滅盡向」，絕不是「已離欲」、「已

滅」。

《相應部》『因緣相應』67 經的「行法、隨順法比丘」，在《相應部》的其他經說也是「為厭離、為離貪、為滅盡而行」，等同《相應阿含》27,364 經的說法。見《相應部》『因緣相應』16 經、『六處相應』154 經：

《相應部》12.16 經：「若比丘，**為厭離老死、為離貪、為滅而行**，彼得謂是行法、隨順法之比丘。……若比丘**為厭離無明、為離貪、為滅而行**，彼得謂是行法、隨順法之比丘。」

《相應部》35.154 經：「比丘若**為眼之厭嫌、為離欲、為滅盡**而履行者，此足以稱為法隨法行之比丘。……比丘若**為耳之厭嫌……鼻之……舌之……身之……為意之厭嫌、為離欲、為滅盡**而履行者，此足以稱為法隨法行之比丘。」

「離欲」是解脫的現證，「滅盡」是「五陰滅盡，不再有生」的涅槃。因此，「為離欲、為滅盡」是指出修行者現在努力的方向，絕不是當前「法隨法行」的行者已經達成「離欲、滅」的證量。

如果對照巴利經文、英譯與其他漢譯，可以清楚確知元亨寺漢譯版《相應部》『因緣相應』67 經在此段經文的漢譯錯誤。對照如下：

1) 巴利經文 pāli S.N.12.67

Jarāmarañassa (間接受詞) ce, āvuso, bhikkhu nibbidāya (為了) virāgāya (為了) nirodhāya (為了) paṭipanno hoti, dhammānudhammappaṭipanno bhikkhūti alaṃ vacanāya.

2) S.N.12.67 英譯(選自菩提比丘的譯文)

If a bhikkhu is practising for the purpose of revulsion towards aging-and-death, for its fading away and cessation, he can be called a bhikkhu who is practising in accordance with the Dhamma.



3) S.N.12.67 漢譯（選自莊春江的譯文）

學友！如果比丘是**對老死（、生……無明）是為了厭、離貪、滅**的行者，「法、隨法行比丘」是適當的言說。

4) S.N.12.67 元亨寺版的漢譯

友！若比丘**行老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅**，則適稱為：『行法、隨順法比丘』。

如前引據，「離貪」是「已解脫」，「滅」是指「五陰已滅」的涅槃，不論是解脫或涅槃，都不可能是「行法、隨順法」之行者的目前證量。見《相應阿含》710,2 經、《相應部》『蘊相應』59,70 經：

《相應阿含》710 經：「若彼比丘離貪欲，心解脫，得身作證；離無明，慧解脫。」

《相應阿含》2 經：「欲貪斷者說心解脫。如是心解脫者，若欲自證，則能自證：我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。」

《相應部》22.59 經：「波羅捺國，鹿野苑之因緣。……諸比丘！多聞之聖弟子，作如是觀者，則厭患色，厭患受……想……行……識，厭患者則離貪，離貪者則解脫，解脫者則生已解脫智，知：生已盡、梵行已立、所作已辦、不受後有。世尊如是說已，五群比丘信受歡喜世尊之所說。又說此教時，五比丘無取著，而盡諸漏令心解脫。」

《相應部》22.70 經：「比丘！色是止住於所染，汝於此應斷欲，受……想……行……識是止住於所染，汝於此應斷欲。……時……乃至……彼比丘得成阿羅漢。」

目前元亨寺版漢譯《相應部》『因緣相應』67 經，當中的「行老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅」的譯文，變成「行法、隨順法比丘」的修行是「已離欲、已滅」。如此一來，既不合修行的正確次第，也不合現有巴利聖典的經義。

此段經文的原義，應當是「為了厭離、為了離貪、為了滅盡」，經義說明的內容不是「已解脫」與「已滅」，而是指「為了離貪的解脫、為了五陰滅盡的涅槃而修行」。經文的原義，是說明實踐佛法的學人（行法、隨順法比丘）能夠朝向解脫、涅槃前進。

在同等《相應部》『因緣相應』67 經的《相應阿含》288 經，經文清楚的指出修行是「厭患、離欲、滅盡向」，經義是「正向於離貪的解脫，導向於五陰滅盡的涅槃」，也是朝向解脫、涅槃前進，而不是「已解脫」與「已滅」。見《相應阿含》288 經：

《相應阿含》288 經：「若比丘**於老死，厭患、離欲、滅盡向**，是名**法師**；於生……乃至於識，厭患、離欲、滅盡向，是名**法師**。」

另在相近《相應部》『因緣相應』67 經的《相應阿含》364 經，經文清楚的指出「法次法向」的修行是「厭患、離欲、滅盡向」，也是朝向解脫、涅槃前進，而不是「已解脫」與「已滅」。見《相應阿含》364 經：

《相應阿含》364 經：「若比丘**於老死，厭患、離欲、滅盡向**，是名**法次法向**；於生……乃至於行（、無明），厭患、離欲、滅盡向，是名**法次法向**。」

「法次法向」的意思，是指「於五陰向厭、離欲、滅盡」，是「向滅」而不是「已滅」，義解等同「行法、隨順法」。見《相應阿含》27 經：

《相應阿含》27 經：「**於色向厭、離欲、滅盡，是名法次法向；如是於受、想、行、識，向厭、離欲、滅盡，是名法次法向**。」

此外，在闡明修證解脫的道品上，如七覺分、八正道的教導，經說也是指出「依遠離，依無欲，依滅，向於捨」的準則，這是相合於「厭離、離貪、滅盡向」的說法。見《相應阿含》729,768 經、《相應部》『聖道相應』3 經：



《相應阿含》729 經：「當修七覺分。何等為修七覺分？謂念覺分，乃至捨覺分。若比丘修念覺分，依遠離，依無欲，依滅，向於捨；如是修擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分，依遠離，依無欲，依滅，向於捨。」

《相應阿含》768 經：「我為善知識故，令諸眾生修習正見，依遠離，依無欲，依滅，向於捨；乃至修正定，依遠離，依無欲，依滅，向於捨。」

《相應部》45.3 經：「舍利弗！於此有比丘，依遠離、依離貪、依滅盡，迴向於捨，以修習正見。……以修習正思惟。……以修習正語。……以修習正業。……以修習正命。……以修習正精進。……以修習正念。依遠離、依離貪、依滅盡、迴向於捨，以修習正定。」

因此，元亨寺版《相應部》『因緣相應』67 經在這段經文的漢譯，應當根據巴利經文、英譯，還有其他經篇的經法共說，予以改正。修正如下：

5) S.N.12.67 元亨寺版漢譯的修正

5.1) 依巴利經文原意，應翻譯

友！若比丘為了老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅而行法，則適稱為行法、隨順法比丘。

5.2) 依其他經誦的經義做漢譯參考，可以修正如下：

友！若比丘依老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅盡向而行法，則適稱為：「行法、隨順法比丘」。

如果根據眾多經義的翻譯，將「行法、隨順法比丘」的修行內容，修正為「依老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅盡向而行法」，可以和《相應阿含》288 經的「於老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅盡向」，達成相近一致的譯文，並且也無妨於巴利經文的經義。

不論是依巴利經文翻譯為「為了老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅而行法」，或是依據眾多經義翻譯為「依老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅盡向而行法」，都不是指已離貪、已解脫，更不是已經體驗、達到涅槃，是指出為了離貪、解脫，為了涅槃而修行，這是正向離貪、解脫、涅槃的修行階段。

4.4 解脫與涅槃混淆同置的錯誤說法

元亨寺版《相應部》『因緣相應』67 經說：「對老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅，不取著、予解脫，則適稱為達現法涅槃比丘。」此段經文與譯文的「厭離、離貪、滅」、「現法涅槃比丘」應是有誤。

對照巴利經文、英譯與其他漢譯，如下：

3.1) 巴利經文 pāli S.N.12.67

Jarāmaṇassa (間接受詞) ce, āvuso, bhikkhu nibbidā (所由，從) virāgā (所由，從) nirodhā (所由，從) anupādā vimutto hoti, diṭṭhadhammanibbānappatto bhikkhūti alaṃ vacanāya.

3.2) S.N.12.67 英譯（選自菩提比丘的譯文）

If through revulsion towards aging-and-death, through its fading away and cessation, a bhikkhu is liberated by nonclinging, he can be called a bhikkhu who has attained Nibbāna in this very life.

3.3) S.N.12.67 漢譯（選自莊春江的譯文）

學友！如果比丘對老死（、生……無明）從厭、離貪、滅，以不執取而解脫，「當生得涅槃比丘」是適當的言說。

3.4) S.N.12.67 元亨寺版的漢譯

友！若比丘對老死（、生……無明）之厭離、離



貪、滅，不取著、予解脫，則適稱為達「現法涅槃比丘」。

如前引證諸經，可以得知：「滅」是「五陰滅盡的涅槃」，是解脫聖者在此生已滅之後，予以表達「五陰已滅，不再有生，寂滅、涅槃」的說法。

雖然已達解脫的聖弟子，確實是「已離貪、已解脫」，但是「五陰尚未滅盡」。因此，讚揚已離貪、漏盡、達解脫的聖弟子，應當是說「離貪、已解脫，向於滅盡」，絕不是「厭離、離貪，滅」。

根據巴利語的對照，巴利經文說明「行法、隨順法比丘」時，巴利語是用 nirodhāya（為了），漢譯是「為了滅」，或是「滅盡向」的意思。但是巴利經文在說明「解脫」時，是採用 nirodhā（所由，從）的用語，漢譯是「依於滅」，或是「從滅盡」的意思，形成「依（從）於五陰滅盡」而「解脫」的錯誤義解。

為何巴利經文有「滅（涅槃）」與「解脫」混置不分的錯誤？

4.4-1 有餘涅槃、無餘涅槃的論義

在佛陀的教導中，「無明滅，貪愛斷，不受後有」是謂解脫，「五陰滅，不復有生」，是名涅槃。解脫！無明、貪愛、瞋恚的斷盡，是在此生可以達到的修證；涅槃！是已解脫的聖者，此生已盡之後，對「五陰滅盡、不復有生」的描述。

然而，分別說部自派集出的《舍利弗阿毘曇論》，卻對解脫與涅槃作出不同的定義用語。《舍利弗阿毘曇論》將已斷盡煩惱的解脫，但還有五陰活動的解脫者，另定義為「猶餘有此世五陰諸苦的涅槃」，簡稱為「有餘涅槃」；又將「五陰滅盡、不復有生」的涅槃，另定義為「無餘有五陰諸苦的涅槃」，簡稱為「無餘涅槃」。見《舍利弗阿毘曇論》

卷七⁴：

《舍利弗阿毘曇論》卷七：「**何等二涅槃界？謂：有餘涅槃界、無餘涅槃界。云何有餘涅槃？謂此比丘阿羅漢**，諸漏盡、所作竟，捨於重擔，逮得己利，是盡有煩惱，正智得解諸陰、界、入，**以宿業緣住故，以心受諸苦樂，有適意、不適意**，是名有餘涅槃界。**云何無餘涅槃界？謂比丘五陰滅，未來五陰不復續生**，是名無餘涅槃界。」

「此世有餘諸苦」是緣生法，涅槃的原義是「五陰滅盡」，「有餘苦」即不是「涅槃」，「涅槃」也不會「有餘苦」。因此，「有餘涅槃」的語義是混淆不清，是將「緣生法」與「緣生法之五陰已滅盡、不復有生」的兩種不同狀態，串接、混雜成一種新概念，造成認知佛法的混亂。此外，「無漏」是指斷盡煩惱的解脫，「無漏」不是「無餘苦」，而涅槃的原義，原本即是「五陰滅盡」，「無餘涅槃」的用語不僅是無謂衍辭，並且作為與「有餘涅槃」對照的表達概念，更是製造出多餘的學法障礙。

4.4-2 四沙門果皆得涅槃的異說

《舍利弗阿毘曇論》不僅提出「有餘涅槃」的新說法，更進一步的將自派施設之分斷「十結」的「四沙門果」，一律定義為都能體驗「涅槃」，體驗「有餘涅槃」。見《舍利弗阿毘曇論》卷十三⁵：

《舍利弗阿毘曇論》卷十三：「四念處親近修學苦惱滅，是謂滅苦惱。**何謂得涅槃？涅槃謂四沙門果。四念處親近修學，得四沙門果，是謂得涅槃。**」

《舍利弗阿毘曇論》自行增設「十結」的論義，再依據「十結」的分斷階次，分別施設了「四沙門果」，不同於原始經說的「斷無明者，慧解脫；斷貪欲者，識食斷、得解脫」的修證次第。見《舍利弗阿毘曇論》⁶：



《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。」

根據《舍利弗阿毘曇論》的論義，「四沙門果」的須陀洹果、斯陀含果、阿那含果，都是尚未漏盡、解脫，而阿羅漢也只是解脫，尚未滅盡五陰。但是《舍利弗阿毘曇論》悖離經說，虛妄的提出「四沙門果」都是「得涅槃（有餘涅槃）」。

目前佛教界流傳著「五陰尚未滅盡」之多聞聖弟子都能「現前體驗涅槃」的錯誤說法，是出自分別說部集出之《舍利弗阿毘曇論》的論義。

《舍利弗阿毘曇論》的離經論義，揉雜於分別說部系與說一切有部的經誦中，發展為部派佛教的部義誦。見《相應部》『覺支相應』57 經、《相應阿含》738 經：

《相應部》46.57 經：「諸比丘！於此有比丘，依遠離、依離貪、依滅盡，迴向於捨，以修習骨想俱行之念覺支……[擇法覺支……精進覺支……喜覺支……輕安覺支……定覺支]……修習骨想俱行之捨覺支。諸比丘！如是修習、如是多修骨想者，則可期二果之隨一果，於現法開悟，或有餘依者，則得不還果。」

《相應阿含》738 經：「此七覺分修習、多修習，當得二果：得現法智有餘涅槃，及阿那含果。」

4.4-3 各種不同層次之涅槃的論義

「有餘涅槃」又簡稱為「有餘依」。《舍利弗阿毘曇論》不僅提出「四沙門果」的新教義，又因為斯陀含果證量的「貪、瞋、癡薄（分斷）」的修證陳述，明顯的過於抽象不具體，而在「七有（須陀洹）」與「阿那含（不還）」之間，另發展為「七有、家家、斯陀含、一種子道、阿那含」等五個階段的說法。見《舍利弗阿毘曇論》卷八⁷：

「云何五此竟人？七生人、家家人、斯陀含人、一種人、若現身得阿羅漢人。」

「七生人」等同須陀洹果的證得者，斯陀含人、現身得阿羅漢人即是原自說的斯陀含果、阿羅漢果的證得者。除此以外，《舍利弗阿毘曇論》在「阿那含」與「阿羅漢」之間的修證，又補充了「上流般涅槃人、有行般涅槃人、無行般涅槃人、速般涅槃人、中般涅槃人」等五種不同階段次第的解說。見《舍利弗阿毘曇論》卷八⁸：

「云何五彼竟人？中般涅槃人、速般涅槃人、無行般涅槃人、有行般涅槃人、上流般涅槃人。」

云何中般涅槃人？若人五下分煩惱斷，身見、疑、戒盜、欲愛、瞋恚，以聖道一時俱斷，彼聖五根利用最勝，信根、進根、念根、定根、慧根……彼有留難現身，不得阿羅漢果……由宿業必當生受一天身……於欲界命終，若生色界天上，於彼天壽中，於彼斷法中般涅槃，是名中般涅槃。復次，此是彼人數共制，名中般涅槃，是名中般涅槃人。

云何速般涅槃人？若人五下分煩惱斷，身見、疑、戒盜、欲愛、瞋恚，以聖道一時俱斷，此聖五



根利，不如中般涅槃……彼有留難現身，不得阿羅漢果……由宿業必受一天身……欲界命終生色界天上，彼天壽少樂、多離速般涅槃，是名速般涅槃。復次，此是彼人數共制，名速般涅槃，是名速般涅槃人。

云何無行般涅槃人？若人五下分煩惱斷，身見、疑、戒盜、欲愛、瞋恚，以聖道一時俱斷，此聖五根軟……彼有留難，現身不得阿羅漢果……由宿業必當生受一天身……欲界命終，若生色界天上，於彼無行得無間道，得已即於彼間般涅槃，是名無行般涅槃。復次，此是彼人數共制，名無行般涅槃，是名無行般涅槃人。

云何有行般涅槃人？若人五下分煩惱斷，身見、疑、戒盜、欲愛、瞋恚，以聖道一時俱斷，若此聖五根軟……彼有留難，現身不得阿羅漢果……由宿業必當生受一天身……欲界命終，若生色界天上，彼有行難得無間道，得已便於彼般涅槃，是名有行般涅槃。復次，此是彼人數共制，名有行般涅槃，是名有行般涅槃人。

云何上流至阿迦膩吒人？若人五下分煩惱斷，身見、疑、戒盜、欲愛、瞋恚，以聖道一時俱斷，此聖五根最軟……彼有留難，現身不得阿羅漢果……由宿業必當生受五天身……何謂上流至阿迦膩吒？於欲界命終，生色界無勝天中，如彼天壽住彼天壽，住已彼命終轉生無熱天中，生無熱天中已，彼命終轉生善見天中，生善見天中已，彼命終轉生如妙善見天中，生如妙善見天中已，彼命終轉生阿迦膩吒天中。如彼天壽住，如彼天壽住已，逮無間道得阿羅漢果，得阿羅漢果已，即於彼般涅槃，是名上流至阿迦膩吒。復次，此是彼人數共制，名上流至阿迦膩吒，是名上流至阿迦膩吒人。是名五彼竟人。」

《舍利弗阿毘曇論》在阿那含果至阿羅漢果之間，又另施設了五種階段的修行，或者可以說是「五種阿那含的修行進程」。這五種解說，由淺至深分別

是上流般涅槃人、有行般涅槃人、無行般涅槃人、速般涅槃人、中般涅槃人。

出自《舍利弗阿毘曇》當中「有餘涅槃」的各種不同新義，也揉雜入分別說部系的經誦。見《增支部》『九集』12經：

《增支部》9.12 經：「舍利弗！有九種補特伽羅，為有餘依命終，解脫地獄，解脫畜生，解脫餓鬼，解脫惡生、惡趣、墮處。何等為九種耶？

舍利弗！此處有一類補特伽羅，於戒圓滿，於定圓滿，而於慧不圓滿。彼即五順下分結盡，故為中間般涅槃者。……彼即五順下分結盡，故為速般涅槃者。……彼即五順下分結盡，故為無行般涅槃者。……彼即五順下分結盡，故為有行般涅槃者。……彼即五順下分結盡，故為上流至色究竟者。……彼即三結盡，貪、瞋、癡薄，故為一來者，唯來此世一度而作苦之邊際。……彼即三結盡，故為一種子者，起有唯一人而作苦之邊際。……舍利弗！復次，此處有一類補特伽羅，於戒圓滿，於定作中程，於慧作中程。有餘依命終，……彼即三結盡，故為極七返者，於天、人中以上返為極，輪迴流轉而作苦之邊際。舍利弗！此為有餘依命終，是解脫地獄，解脫畜生，解脫餓鬼，解脫惡生、惡趣、墮處之第九補特伽羅。」

分別說部《舍利弗阿毘曇》的說法，影響了說一切有部的經說傳誦，也跟隨《舍利弗阿毘曇論》的說法，提出「七有（須陀洹）、家家、斯陀含、一種子道、上流般涅槃、有行般涅槃、無行般涅槃、生般涅槃、中般涅槃」等階段的說法。見《相應阿含》821經⁹：

《相應阿含》821 經：「如是知、如是見，斷三結，謂身見、戒取、疑。貪、恚、癡薄，成一種子道；彼地未等覺者，名斯陀含；彼地未等覺者，名家家；彼地未等覺者，名七有（又音譯為須陀



洹)；彼地未等覺者，名隨法行；彼地未等覺者，名隨信行，是名增上戒學。……如是知，如是見，斷五下分結，謂身見、戒取、疑、貪欲、瞋恚，斷此五下分結，能得中般涅槃；彼地未等覺者，得生般涅槃；彼地未等覺者，得無行般涅槃；彼地未等覺者，得有行般涅槃；彼地未等覺者，得上流般涅槃，是名增上慧學。……欲有漏心解脫，有有漏心解脫，無明有漏心解脫，解脫知見：我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有，是名增上慧學。」

在古老經說修證次第的「斷無明，得慧解脫」與「斷貪欲，識食斷得解脫」之間，部派佛教根據自行發展的「十結」，另轉變次第的分設出須陀洹、斯陀含、阿那含、阿羅漢等四種沙門果。接著，分別說部為了修補新教說的疑義，又另在須陀洹與阿羅漢之間，施設了家家、斯陀含、一種子道、上流般涅槃、有行般涅槃、無行般涅槃、生般涅槃、中般涅槃，總共十個階段的修證成果。

4.4-4 解脫與涅槃的混置

源自《舍利弗阿毘曇論》之「有餘涅槃」的各種不同新義，發展出各種「體驗涅槃」的修行者。如此一來，在分別說部傳誦之巴利語《相應部》『因緣相應』67 經的經文中，即發生將「滅（涅槃）」與「解脫」混置不分的錯誤傳誦。

此外，「滅（涅槃）、有餘涅槃」與「解脫」混置不分的部派論義與錯誤經誦，使得《相應部》『因緣相應』67 經又將「離貪、解脫」的無漏聖弟子，誤稱為「達現法涅槃比丘」。

分別說部《舍利弗阿毘曇論》主張的修證次第是「最後斷無明」，施設各種體驗「有餘涅槃」的不同修行者，並且將「斷無明」視為「解脫」，又認為「解脫」的聖弟子是「現證涅槃」的「達現法涅槃比丘」。見《相應部》『道相應』154 經、『六處相

應』154 經：

《相應部》45.154 經：「諸比丘！於此有比丘，依遠離、依離貪，依滅盡，迴向於捨修習正見。[……正思惟……正語……正業……正命……正精進……正念……]依遠離，依離貪，依滅盡，迴向於捨修習正定。諸比丘！如是之比丘，以見之正向，正向於道之修習，**破無明、生明，現證涅槃。**」

《相應部》35.154 經：「比丘若依眼之厭嫌、依離欲、依滅盡，無取著得解脫者，此足以稱達現法涅槃之比丘。……比丘若依耳之厭嫌……依鼻之……依舌之……依身之……依意之厭嫌、依離欲、依滅盡，無取著得解脫者，此足以稱達現法涅槃之比丘。」

在古老經說的傳誦中，「離無明而生明」是修證次第之初，是在「斷我見」之前的證量，並且修習八正道之前，即要「明為前相」，而解脫者是「離貪」，不是「體驗滅（涅槃）」。見《相應部》『蘊相應』47 經、『道相應』2 經、『六處相應』153 經；《相應阿含》45.749 經：

《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。」

《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》45.1 經：「諸比丘！以明為前，因生善法，隨生慚愧。諸比丘！隨明於有智者則生正見，有正見則生正思惟，有正思惟則生正語，有正語則生正業，有正業則生正命，有正命則生正精進，有正精進則生正念，有正念則生正定。」

《相應阿含》749 經：「若起明為前相，生諸善法時，慚、愧隨生；慚愧生已，能生正見。正見生已，起正志、正語、正業、正命、正方便、正念、正定，次第而起。正定起已，聖弟子得已解脫愚癡【註】、貪欲、瞋恚；如是聖弟子得正解脫已，得正知見：我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。」（註：愚癡原在貪欲之前）

《相應部》35.153 經：「比丘於眼根若見生起、壞滅而住，則厭嫌於眼根，於耳根……於鼻根……於舌根……於身根……於意根若見生起、壞滅而住者，則厭嫌於意根，因厭嫌而離欲……於得脫，有得脫之智慧，證知：生已盡、梵行已住、所作已辦、不為如是再生。」

《舍利弗阿毘曇論》對「涅槃」的各種不同新義，日後也影響了說一切有部的思想。見《發智論》卷十八¹⁰：

《發智論》卷十八：「有五不還：謂中般涅槃、生般涅槃、有行般涅槃、無行般涅槃、上流往色究竟。為五攝一切？為一切攝五耶？答：一切攝五，非五攝一切。不攝何等？謂現法般涅槃。」

分別說部系誤將「離貪、解脫」的無漏聖弟子視為「現證涅槃」，也影響了說一切有部的經誦。見《相應阿含》28 經：

《相應阿含》28 經：「於色生厭、離欲、滅盡，不起諸漏，心正解脫，是名比丘見法涅槃。如是（於）受、想、行、識，〔於識〕生厭、離欲、滅

盡，不起諸漏，心正解脫，是名比丘見法涅槃。」

《相應阿含》28 經提出的「見法涅槃」，是等同「現法涅槃」的說法，意思是「現見法、得涅槃」。「現見法、得涅槃」的部派義解，包含《舍利弗阿毘曇論》的三項重要論義：一、「十結」的「最後斷無明」¹¹；二、漏盡、解脫是「有餘涅槃」¹²；三、「四沙門果得涅槃」¹³。三項論義形成了「見法、斷無明，即得涅槃」的部派觀點，如《相應部》『道相應』154 經：「破無明生明，現證涅槃。」

4.4-5 現法涅槃的爭議與錯誤

但是「達現法涅槃比丘」之「現法涅槃」，或「見法涅槃（部派之最後斷無明、解脫、證涅槃的論義）」，不論是語詞或概念，在佛教界都是有爭議的觀點。見說一切有部《阿毘達磨大毘婆沙論》卷一百九十九、二百¹⁴：

《大毘婆沙論》卷 199：「如契經說諸有沙門、婆羅門等，各依勝解起諸諍論，一切皆於五處而轉。何等為五？一者執我死後有想，唯此諦實餘皆愚妄；二者執我死後無想；三者執我死後非有想非無想；四者執我死後斷滅；五者說有現法涅槃。彼五即三，三即彼五。彼五即三者，謂彼有想論、無想論、非有想非無想論、即此常見，彼斷滅論即此斷見，彼現法涅槃論即此見取。三即彼五者，謂此常見即彼有想論、無想論、非有想非無想論，此斷見即彼斷滅論，此見取即彼現法涅槃論。」

又梵網經說六十二諸惡見趣，皆有身見為本。六十二見趣者，謂前際分別見有十八，後際分別見有四十四。前際分別見有十八者，謂四遍常論、四一分常論、二無因生論、四有邊等論、四不死矯亂論；後際分別見有四十四者，謂十六有想論、八無想論、八非有想非無想論，七斷滅論，五現法涅槃論。此中依過去起分別見，名前際分別見；依未來起分別



見，名後際分別見。」

《大毘婆沙論》卷 200：「**五現法涅槃論者，謂外道執，若於現在我受安樂，名得涅槃**；若我有苦，爾時不名得涅槃者，不安樂故。初作是念：此我清淨、解脫、出離一切災橫，**謂現受用妙五欲樂，爾時名得現法涅槃**；第二能見諸欲過失：彼作是念，欲所生樂眾苦所隨多諸怨害，定所生樂微妙寂靜，無眾苦隨離諸怨害。復作是念：此我清淨、解脫、出離一切災橫，**謂現安住最初靜慮，爾時名得現法涅槃**；第三能見諸欲、尋、伺俱有過失：彼作是念，此我清淨、解脫、出離一切災橫，**謂現安住第二靜慮，爾時名得現法涅槃**；第四能見諸欲、尋、伺及喜過失：彼作是念，此我清淨、解脫、出離一切災橫，**謂現安住第三靜慮，爾時名得現法涅槃**；第五能見諸欲、尋、伺、喜、入出息皆有過失：彼作是念，此我清淨、解脫、出離一切災橫，**謂現安住第四靜慮，爾時名得現法涅槃**。問：云何此五現法涅槃論是後際分別見攝？答：此五雖緣現在，而待過去名後，是故說為後際分別。復有說者，此五執我，現既有樂，後亦有樂。故是後際分別見攝。問：若爾，**何故說為現法涅槃論者？答：現樂為先，而執後樂。**」

根據《相應部》『蘊相應』21 經的說法，「**五蘊是緣起所生、無常、有為，為盡法、壞法、離法、滅法者，彼之滅故說是滅**」，可以得知緣生法即是滅法，意為「凡緣生之法，也即是緣滅而滅之法」，而「緣生法已滅盡」，才說是「滅」。

「**涅槃**」的原義，是指「**五陰（或十二支緣生法）已經滅盡、不起**」，**不是指現前已離貪、已解脫**。因為解脫的聖者在現前五陰尚未「滅」前，都只是「解脫」，而不是五陰滅後的「涅槃」。

若是現前對五陰是生法、滅法已經如實知，由如實知五陰生法、滅法而於五陰離貪、捨，都是現前解脫者，絕不是「現前涅槃」。離貪、解脫是指五陰滅

盡之前，涅槃是指五陰已滅、不起，所以說一切有部才指出「現法涅槃論」是「現樂為先，而執後樂（誤以為解脫是涅槃）」。

在《相應部》『因緣相應』67 經的三十六事讚嘆中，目前有「對老死、生……無明，厭離、離貪、**滅**，不取著、**予解脫**，則適稱為達現法涅槃比丘」的經句，當中同時提出「離貪、解脫」與「滅、現法涅槃」作為對現前解脫聖者的讚嘆。由於「解脫」與「涅槃」是兩種不同階段的說法，兩種不同修證階段同列的作為現前解脫聖者的讚嘆語，明顯是有疑義的說法。

《舍利弗阿毘曇論》分別施設出種種不同層次的「涅槃」，進而提出「四沙門果」都是「得涅槃」的論義，是完全背離經說的教導。如此證知，「見法涅槃」或「現法涅槃」的觀點，都是出自分別說部《舍利弗阿毘曇論》的論義，再揉雜入經說傳誦而成為部義經誦。

根據《相應部》『因緣相應』70 經的經誦來看，提出的說法是：

「多聞之聖弟子，於色如是見而厭離，於受、於想、於諸行、於識亦厭離，生厭離、離貪、予解脫，於解脫生解脫之智：知生已盡、梵行已立，應作已作，更不再生。」

可見，解脫是「離貪」，不是「滅」。引據《相應部》『因緣相應』67 經的「厭離、離貪、滅，不取著、予解脫」，還有《相應部》『因緣相應』70 經的「生厭離、離貪、予解脫」，對照兩經的說法後，發現《相應部》『因緣相應』67 經的「滅」應是不當的經語，不合乎「解脫」的說明。

4.4-6 修正錯誤經誦的根據

針對『因緣相應』67 經關於「解脫者」之讚嘆語，採用「滅」的語辭錯誤，應當予以修正。



關於現前緣生之五陰，如識、名色、六處、觸、受、生、老死，應當採用『因緣相應』70 經的經義與用語，將「滅」予以去除，修正為「厭離、離貪，予解脫」，或是採用「向滅」，而另修正為「厭離、離貪、向滅，予解脫」；關於解脫者現前已斷之「無明、妄見、貪愛」及「愛識」，是可以保留「滅」的用語，表達解脫者是「已經斷盡無明、妄見、貪愛」，如是修正為「厭離、離貪、滅，予解脫」。

此外，經文當中針對解脫者的讚嘆語，還必需根據《相應阿含》282,1170 經與《相應部》『六處相應』206 經後分、《中部》(152)『根修習經』的經說，清楚的表達出聖者的修行是「厭離、不厭離俱捨」，是「離欲想、離慧想」。引證如下：

《相應阿含》282 經：「緣眼、色，生眼識，見可意色，欲修如來厭離，正念、正智。眼、色緣，生眼識，不可意，欲修如來不厭離，正念、正智。眼、色緣，生眼識，可意、不可意，欲修如來厭離、不厭離，正念、正智。眼、色緣，生眼識，不可意、可意，欲修如來不厭離、厭離，正念、正智。眼、色緣，生眼識，可意、不可意、可不可意，欲修如來厭、不厭俱離，捨心住，正念、正智。如是阿難！若有於此五句，心善調伏，善關閉，善守護，善攝持，善修習，是則於眼、色無上修根。耳……，鼻……，舌……，身……，意、法，亦如是說。阿難！是名賢聖法律無上修根。」

《中部》『根修習經』：「世尊乃如是曰：然、阿難！如何於聖律，為無上之根修習？於此，阿難！於比丘以眼見色已，可意生、不可意生、可意不可意生。彼如是證知：『於我如是之可意生，不可意生、可意不可意生。而此是有為、粗、緣已生也。此為寂靜、此為勝妙者，即捨此。』於彼，已生之可意、已生之不可意、已生之可意不可意

滅者，捨乃住立。阿難！譬如有眼之士夫開眼已而閉眼，閉眼已而開眼，恰如是，阿難！對任何人，於如是速、於如是急，於如是容易，已生之可意、已生之不可意、已生之可意不可意滅，捨乃住立。阿難！以如是於聖者之律，關於眼所識之諸色，謂無上之根修習。耳……，鼻……，舌……，身……，意……。」

《相應阿含》1170 經：「云何律儀？多聞聖弟子，若眼見色，於可念色不起欲想，不可念色不起慧想，次第不起眾多覺想相續住；見色過患，見過患已能捨離。耳、鼻、舌、身、意，亦復如是。是名律儀。」

《相應部》35.206 經：「諸比丘！如何為攝護耶？諸比丘！於此有比丘，以眼見色，心不傾於可愛之色，心不背於不可愛之色，令正念現前，思慮無量而住；又彼如實知心解脫、慧解脫。如彼所起之惡不善法，無餘滅盡。以耳聞聲……以鼻嗅香……以舌味味……以身觸觸……以意識法，心不傾於可愛之法，心不背離於不可愛之法，令正念現前，思慮無量而住。又彼如實知心解脫、慧解脫，如彼所起之護不善法，無餘滅盡。……比丘與此同理，無論任何人，其身增修、復修正念，彼眼亦不為可意之色所引去，不背離於不可意之色。彼耳……鼻……舌……身……意，不為可意之法所引去，不背於不可意之法。諸比丘！攝護即如是。」

佛陀是教導「厭離、不厭離俱捨」的態度，是要表示「正覺緣起，離貪解脫」的準則。因此，《相應部》『因緣相應』67 經的修正的經文，應再將「厭離」的語詞去除，如是修正為「離貪、向滅，予解脫」及「離貪、滅，予解脫」。

最後，《相應部》『因緣相應』67 經的這段經句，是讚嘆聖弟子的「解脫」。但是「解脫」既不是「最後斷無明」之部派論義的「現前見法、已達解



脫」，更不是「現前見法、已達涅槃」的「現法涅槃」。「現法涅槃」的語詞及概念，是不合正統佛法對「涅槃」的教導，是出自分別說部《舍利弗阿毘曇論》的不當論義。

因此，《相應部》『因緣相應』67 經的「達現法涅槃比丘」，應當根據「離貪、向滅、不取著、予解脫」的讚嘆，修正為「達離貪解脫比丘」。

4.4-7 修正錯誤的經誦

解脫者的證量，是「後有不生」，但是在當前仍然是生，仍有老、病、死；解脫者的證量，是「無明、行（見，我見、常見、斷見）、貪愛（愛識）」皆已斷盡無餘，不再有「苦集」，但是當前是有緣生的五陰；解脫者的證量，當前仍有識、名色、六處、觸及受（、想、行），但是「愛、取（我見、常見、斷見）、有結（識食）」皆已斷盡無餘。如是，「於苦聖諦已知、已解，於苦集聖諦已知、已斷，於苦滅聖諦已知、已證，於苦滅道跡聖諦已知、已修」。當前解脫於苦，不受後有，向於涅槃。見《相應阿含》384 經：

《相應阿含》384 經：「若比丘於苦聖諦已知、已解，於苦集聖諦已知、已斷，於苦滅聖諦已知、已證，於苦滅道跡聖諦已知、已修，如是比丘名阿羅漢，諸漏已盡，所作已作，離諸重擔，逮得己利，盡諸有結，正智（、心）善解脫。」

1) S.N.12.67 經文「達現法涅槃比丘」的修正

友！若比丘對老死、生之離貪、向滅，予解脫，則適稱為達離貪、解脫比丘。

友！若比丘對有（結）、取、愛之離貪、滅，予解脫，則適稱為達離貪、解脫比丘。

友！若比丘對受、觸、六處、名色、識之離貪、向滅，予解脫，則適稱為達離貪、解脫比丘。

友！若比丘對貪愛（愛識*）、行（見*）、無明之離貪、滅，予解脫，則適稱為達離貪、解脫比丘。

2) 接續前『2.五種子喻』及『3. 無明緣行（見*），行（見*）緣愛識*』，《相應部》『因緣相應』67 經的修正：

……我等對尊者舍利弗之所說，應以此等三十
六事當予隨喜。

三十 友！若比丘依老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅盡向而說法，則適稱為說法比丘。友！若比丘依老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅盡向而行法，則適稱為行法、隨順法比丘。

友！若比丘對老死、生之離貪、向滅，予解脫，則適稱為達離貪解脫比丘。

若比丘對有（結）、取、愛之離貪、滅，予解脫，則適稱為達離貪解脫比丘。

若比丘對受、觸、六處、名色、識之離貪、向滅，予解脫，則適稱為達離貪解脫比丘。

若比丘對貪愛（愛識*）、行（見*）、無明之離貪、滅，予解脫，則適稱為達離貪解脫比丘。」

5. 修正《相應部》『因緣相應』67 經

除依《相應部》『蘊相應』54 經之『五種子喻』取代『蘆束喻』，以及如前修正以外，此經在元亨寺版漢譯經文中，表達「非共作」的譯文是「非自作、他作」，譯文語法不易與前句的「非自作」及「非他作」分清，容易誤以為是「非自作」及「非他作」的複誦。在此建議「非自作、他作」的經文，



或許可潤文為「非自、他共作」；「無因作」的譯文是「非自作、非他作，無因生」，譯文的語法依然易與前文的「非自作」、「非他作」及「非自作、他作」混淆不清，不易使人清楚明白真正的意旨，在此也建議可重潤文為「非離自、他作而無因生」。當然，關於「共作」及「無因生」的原譯文，可留古不動，在此謹是建議而已！

一 一時，尊者舍利弗、尊者摩訶拘絺羅，住波羅奈之仙人墮處鹿野苑。

二 爾時，尊者摩訶拘絺羅，暮時自宴坐起，詣尊者舍利弗之處。詣已，與尊者舍利弗俱相致問，交談致候可記憶之語後，坐於一面。

三 坐於一面之尊者摩訶拘絺羅，向尊者舍利弗作斯言曰：「友，舍利弗！老死為自作耶？老死為他作耶？老死為自作、他作耶？或老死為非自作、他作，無因生耶？如何？」

四 「友，拘絺羅！老死非自作，老死非他作，老死亦非自作、他作，老死非自作、非他作，亦非無因生，是緣生而有老死。」

五 「友，舍利弗！生為自作耶？生為他作耶？生為自作、他作耶？或生為自作、他作，無因生耶？如何？」

六 「友，拘絺羅！生非自作，生非他作，生非自作、他作，生非自作、非他作，亦非無因生，是緣有而有生。」

七~一八 「友，舍利弗！有為自作耶？……取為自作耶？……愛為自作耶？……受為自作耶？……觸為自作耶？……六處為自作耶？……如何？」

一九 「名色為自作耶？名色為他作耶？名色為自作、他作耶？或名色為非自作、非他作，無因生耶？」

二〇 「友！拘絺羅！名色非自作，名色非他作，名

色非自作、他作，名色亦非自作、他作，亦非無因生，是緣愛識*而有名色。」

二一 「友，舍利弗！識為自作耶？識為他作耶？識為自作、他作耶？識為非自作、非他作，無因生耶？如何？」

二二 「友！拘絺羅！識非自作，識非他作，識非自作、他作，識非自作、非他作，亦非無因生，是緣名色而有識。」

二三 如今我等如是知尊者舍利弗之所說：「友！拘絺羅！名色非自作，名色非他作，名色非自作、他作，名色非自作、非他作，亦非無因生，是緣愛識*而有名色。」

二四 如今我等又如是知尊者舍利弗之所說：「友！拘絺羅！識非自作，識非他作，識非自作、他作，識非自作、非他作，亦非無因生，是緣名色而有識。」

二五 「友！舍利弗！應如何知此所說之義耶？」
「友！拘絺羅！如佛說五種子喻：彼五種子者，譬四取陰與識；地界者，譬四取陰緣識住，水界者，譬貪喜識攀緣四取陰住。何等為四？於色中識住，攀緣色，喜貪潤澤，生長增廣；於受、想、行中識住，攀緣受、想、行，貪喜潤澤，生長增廣。如是識與名色，緣貪喜故生長、增廣；緣愛識*而有名色，緣名色而有識，輾轉緣生、增廣。」

二六 「友，舍利弗！愛識*為自作耶？愛識*為他作耶？愛識*為自作、他作耶？或愛識*為非自作、非他作，無因生耶？」

二七 「友，拘絺羅！愛識*非自作，愛識*非他作，愛識*非自作、他作，愛識*亦非自作、非他作，亦非無因生，是緣行（見*，部派佛教將「我見、常見、斷見」說是「行」，原始佛教說是「見」）而有愛識*。」



二八 「友，舍利弗！行（見*）為自作耶？行（見*）為他作耶？行（見*）為自作、他作耶？或行（見*）為非自作、非他作，無因生耶？」

二九 「友，拘絺羅！行（見*）非自作，行（見*）非他作，行（見*）非自作、他作，行（見*）亦非自作、非他作，亦非無因生，是緣無明而有行（見*）。

友，拘絺羅！緣無明而有行（見*），緣行（見*）而有愛識*，緣愛識*而有名色，緣名色而有識；緣愛識*而有名色，緣名色而有六處……如是，此乃全苦蘊之集。」

三十 「友！拘絺羅！若五種子有地而無水，則不生長、增廣。如是識與名色，依貪喜滅故不復生長、增廣。友！緣無明之滅而有行（見*）滅，緣行（見*）之滅而有愛識*滅，緣愛識*之滅而有名色滅，緣名色之滅而有識滅；緣愛識*之滅而有名色滅，緣名色之滅而有六處滅……此乃全苦蘊之滅。」

……我等對尊者舍利弗之所說，應以此等三十六事當予隨喜。

三一 友！若比丘依老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅盡向而說法，則適稱為說法比丘。友！若比丘依老死（、生……無明）之厭離、離貪、滅盡向而行法，則適稱為行法、隨順法比丘。

友！若比丘對老死、生之離貪、向滅，予解脫，則適稱為達離貪解脫比丘。

若比丘對有（結）、取、愛之離貪、滅，予解脫，則適稱為達離貪解脫比丘。

若比丘對受、觸、六處、名色、識之離貪、向滅，予解脫，則適稱為達離貪解脫比丘。

若比丘對貪愛（愛識*）、行（見*）、無明之

離貪、滅，予解脫，則適稱為達離貪解脫比丘。」

7-1-2-2-5-4-3. 大正藏《相應阿含》288 經之修正

部派傳誦之「無明緣行」的「行」，應當還原、修正為「妄見（即我見、常見、斷見等）」，但是避免教界學人的不適，先尊重目前的傳誦習慣，用行（見*）表達。另部派傳誦之「行緣識」的「識」，還原、修正為「愛識」，提要句頌簡稱為「愛識」。部派傳誦之「愛緣取，取緣有」的「有」，還原、修正為「有結」，提要句頌簡稱為「有」。

除依《相應阿含》39 經之『五種子喻』取代『蘆束喻』，以及如前修正之外，此經在表達「非共作」的譯文是「非自、他作」，譯文語法不易與前句的「非自作」及「非他作」分清，容易誤以為是「非自作」及「非他作」的複誦。在此建議「非自、他作」的經文，或許可潤文為「非自、他共作」；原漢譯經文中，表達「無因作」的譯文是「非非自他作無因作」，譯文的語法不易清楚明白，在此也建議可重潤文為「非離自、他作而無因生」。當然，原譯文可留古不動，在此謹是建議而已！

如是我聞：一時，佛住王舍城迦蘭陀竹園。

爾時、尊者舍利弗，尊者摩訶拘絺羅，在耆闍崛山。爾時、尊者舍利弗，晡時從禪覺，詣尊者摩訶拘絺羅，共相問訊慶慰已，於一面坐。語尊者摩訶拘絺羅：「欲有所問，寧有閑暇見答與不？」尊者摩訶拘絺羅語尊者舍利弗言：「仁者且問，知者當答。」

尊者舍利弗問尊者摩訶拘絺羅：「云何尊者摩訶拘絺羅！有老不？」答言：「有！尊者舍利弗！」復問：「有死不？」答言：「有！」復問：「云何老死自作耶？為他作耶？為自、他作耶？為非自、非他無因作耶？」答言：「尊者舍利弗！老死非自作，非他



作，非自、他作，亦非非自他作無因作，然彼生緣故有老死。如是生……。有……。取……。愛……。受……。觸……。六入處……。

名色為自作？為他作？為自、他作？為非自、他無因作？」答言：「尊者舍利弗！名色非自作，非他作，非自、他作，非非自他作無因作，然彼名色緣愛識*生。」

復問：「彼識為自作？為他作？為自、他作？為非自他無因作？」答言：「尊者舍利弗！彼識非自作，非他作，非自、他作，非非自他作無因作，然彼識緣名色生。」

尊者舍利弗復問尊者摩訶拘絺羅：「先言名色非自作，非他作，非自、他作，非非自、他作無因作，然彼名色緣愛識*生，而今復言名色緣識，此義云何？」尊者摩訶拘絺羅答言：「今當說譬，如智者因譬得解。佛說五種子者，譬如四取陰與識。地界者，譬四取陰緣識住；譬水界者，貪喜識攀緣四取陰住。何等為四？於色中識住，攀緣色，喜貪潤澤，生長增廣；於受、想、行中識住，攀緣受、想、行，貪喜潤澤，生長增廣。五種子有地、有水，生長增廣。如是識與名色，貪喜為緣，緣愛識*有名色，緣名色有識，輾轉緣生、增廣。」

尊者舍利弗復問：「彼愛識*為自作？為他作？為自、他作？為非自、非他無因作？」尊者摩訶拘絺羅答言：「尊者舍利弗！彼愛識*非自作，非他作，非自、他作，亦非非自、他作無因作，然彼愛識*緣行（見*）生。」

尊者舍利弗復問：「彼行（見*）為自作？為他作？為自、他作？為非自、他無因作？」尊者摩訶拘絺羅答言：「尊者舍利弗！彼行（見*）非自作，非他作，非自、他作，非非自、他作無因作，然彼行（見*）緣無明生。」

尊者摩訶拘絺羅言：「尊者舍利弗！緣無明而有行（見*），緣行（見*）而有愛識*，緣愛識*而有名色，緣名色而有識；緣愛識*而有名色，緣名色而有六處……如是，此乃至苦蘊之集。若五種子有地而無水，則不生長、增廣。如是識與名色，貪喜滅故不復生長、增廣。緣無明之滅而有行（見*）滅，緣行（見*）之滅而有愛識*滅，緣愛識*之滅而有名色滅，緣名色之滅而有識滅；緣愛識*之滅而有名色滅，緣名色之滅而有六處滅……此乃至苦蘊之滅。」

尊者舍利弗言：「善哉！善哉！尊者摩訶拘絺羅！世尊聲聞中，智慧、明達，善調、無畏，見甘露法，以甘露法具足身作證者，謂尊者摩訶拘絺羅，乃有如是甚深義辯，種種難問，皆悉能答！如無價寶珠，世所頂戴，我今頂戴尊者摩訶拘絺羅，亦復如是。我今於汝所，快得善利，諸餘梵行數詣其所，亦得善利，以彼尊者善說法故。我今以此尊者摩訶拘絺羅所說法故，當以三十六種讚歎、稱揚、隨喜。」

尊者摩訶拘絺羅，說老死之厭患、離欲、滅盡向，是名說法法師；說生、有（結*）、取、愛、受、觸、六入處、名色、愛識*、行（見*）、無明之厭患、離欲、滅盡向，是名說法法師。

若比丘於老死厭患、離欲、滅盡向，是名法次法向法師；於生、有（結*）……乃至行（見*）、無明厭患、離欲、滅盡向，是名法次法向法師。

若比丘於老死、生，離欲、滅盡向，不起諸漏，善解脫，是名達離貪解脫法師。

若比丘於有（結*）、取、愛，離欲、滅盡，不起諸漏、善解脫，是名達離貪解脫法師。

若比丘於受、觸、六入處、名色、識，離欲、滅盡向，不起諸漏、善解脫，是名達離貪解脫法師。

若比丘於貪愛（愛識*）、行（見*）、無明，



離欲、滅盡，不起諸漏，善解脫，是名達離貪解脫法師。」

尊者摩訶拘絺羅語尊者舍利弗言：「善哉！善哉！於世尊聲聞中，智慧、明達，善調、無畏，見甘露法，以甘露法具足身作證者，謂尊者舍利弗，能作如是種種甚深正智之問！猶如世間無價寶珠，人皆頂戴，汝今如是，普為一切諸梵行者之所頂戴，恭敬、奉事。我於今日，快得善利，得與尊者共論妙義」。

時二正士更相隨喜，各還所住。

7-1-2-2-5-4-4. 元亨寺版漢譯《相應部》 『因緣相應』65 經之修正

部派傳誦之「無明緣行」的「行」，根據《相應部》『蘊相應』81,47 經、《相應阿含》57,45 經的共說，應當還原、修正為「妄見（即我

見、常見、斷見等）」，提要句頌簡稱為「見」。但是避免教界學人的不適，先尊重目前的傳誦習慣，用行（見*）表達。另部派傳誦之「行緣識」的「識」，根據《相應部》『蘊相應』3 經、《相應阿含》551 經的共說，還原、修正為「愛識」，提要句頌簡稱為「愛識」。部派傳誦之「愛緣取，取緣有」的「有」，根據《相應部》『蘊相應』120,105 經、《相應阿含》19,71 經的共說，還原、修正為「有結」，提要句頌簡稱為「有」。

一 [爾時，世尊]住舍衛城。

二 [爾時，世尊曰：]「諸比丘！昔我尚未得正覺（為菩薩【註】此句是《舍利弗阿毘曇論》的論義融攝，《相應阿含》無有此句）時，曾作此念：「此世間實陷於苦惱，生而奔向衰、老、死



契合現況的不足，
即是當前的最佳狀況。
隨佛禪師



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？」

三 諸比丘！然則我作是念：「有何故有老死耶？緣何有老死耶？」

四 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。」

五 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？緣何而有名色耶？」

六 諸比丘！依正思惟，於我而生慧悟得：「**有愛識*故有名色，緣愛識*而有名色。**」

七 諸比丘！時我作是念：「有何故有**愛識***？緣何有**愛識***耶？」

八 諸比丘！我生正思惟，依慧悟得：「**有行（見*）故有愛識*，緣行（見*）而有愛識*。**」

九 諸比丘！時我作是念：「**有何故有行（見*）？緣何有行（見*）耶？**」

十 諸比丘！我生正思惟，依慧悟得：「**有無明故有行（見*），緣無明而有行（見*）。**」

十一 諸比丘！時我作是念：「生而亦老，衰而至死將再生。即**緣無明而有行（見*），緣行（見*）而有愛識*，緣愛識*而有名色**；緣名色而有六處，緣六處而有觸……如是，此乃全苦蘊之集。

十二 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

十三 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？」

十四 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。」

十五 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，因何之滅而有名色之滅耶？」

十六 諸比丘！爾時，於我生正思惟，依慧悟得：「**無愛識*故無名色，因愛識*之滅，而有名色之滅。**」

十七 諸比丘！時我作是念：「**無何故無愛識*，因何之滅，而有愛識*之滅耶？**」

十八 諸比丘！爾時，於我生正思惟，依慧悟得：「**無行（見*）故無愛識*，因行（見*）之滅，而有愛識*之滅。**」

十九 諸比丘！時我作是念：「**無何故無行（見*），因何之滅，而有行（見*）之滅耶？**」

二十 諸比丘！爾時，於我生正思惟，依慧悟得：「**無無明故無行（見*），因無明之滅、而有行（見*）之滅。**」

二一 諸比丘！時我作是念：「我依此道乃達菩提。即：**由無明之滅而有行（見*）之滅，由行（見*）之滅而有愛識*之滅，由愛識*之滅而有名色之滅**；由名色之滅，而有六處滅；由六處之滅，而有觸滅；……如是，此乃全苦蘊之滅。」

二二 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。

二三 諸比丘！譬如有人、徘徊阿蘭若林，發現古人通行之古道、古徑，彼則追隨其道，隨其道而行。發見古人止住之古城、古都，其園林亦具足。具足美麗有堤之蓮池。

二四 諸比丘！爾時，彼人向王或王之大臣報曰：「尊者，當知我徘徊阿蘭若林，發見古人通行之古道、古徑，追隨其道，隨其道而行。發見古人止住之古城、古都，園林亦具足，具足美麗有堤之蓮池。尊者！宜於其城予修築。」



二五 諸比丘！爾時，王或王之大臣，修築其城邑，其城邑後來繁榮，眾人熾盛，增上發展。諸比丘！同此，我發見過去正覺者通行之古道、古徑。

二六 諸比丘！過去諸佛所通行之古道，古徑者何耶？即此八支聖道。即：正見……正定。諸比丘！此乃過去正等覺者通行之古道、古徑。追隨其道，隨其道而行，則知老死，知老死之集，知老死之滅，知趣滅老死之道跡。

二七~三五 追隨其道，隨其道以行，知生……；知有……；知取……；知愛……；知受……；知觸……；知六處……；知名色……；知愛識*……。

三六 追隨其道，隨其道以行，知行（見*），知行（見*）之集、知行（見*）之滅、知趣行（見*）滅之道跡。

三七 知此，我以示比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷。諸比丘！如是梵行繁榮、增廣，示知眾人等，予增大，依人天而善說示。」

7-1-2-2-5-4-5. 大正藏《相應阿含》287 經之修正

部派傳誦之「無明緣行」的「行」，應當還原、修正為「妄見（即我見、常見、斷見等）」，但是避免教界學人的不適，先尊重目前的傳誦習慣，用行（見*）表達。另部派傳誦之「行緣識」的「識」，還原、修正為「愛識」，提要句頌簡稱為「愛識」。部派傳誦之「愛緣取，取緣有」的「有」，還原、修正為「有結」，提要句頌簡稱為「有」。

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：「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。如是生……。有……。取……。愛……。受……。觸……。六入處……。何法有故名色有？何法緣故名色有？即正思惟，如實無間等生，愛識*有故名色有，愛識*緣故名色有。我作是思惟時，生如實無間等，愛識*緣故名色有，名色緣故識有，輾轉緣生增廣。

復作是念：何法有故愛識*有？何法緣故愛識*有？即正思惟：如實無間等生，行（見*）有故愛識*有，行（見*）緣故愛識*有。如是何法有故行（見*）有？何法緣故行（見*）有？即正思惟，如實無間等生，無明有故行（見*）有，無明緣故行（見*）有。

我作是正思惟時：謂無明緣行（見*），行（見*）緣愛，愛識*緣名色，名色緣六入處，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，如是如是純大苦聚生。

我時作是念：何法無故〔則〕老死無？何法滅故老死滅？即正思惟，生如實無間等，生無故老死無，生滅故老死滅。如是生、有、取、愛、受、觸、六入處、名色、愛識*、行（見*）廣說。

我復作是思惟：何法無故行（見*）無？何法滅故行（見*）滅？即正思惟，如實無間等，無明無故行（見*）無，無明滅故行（見*）滅；行（見*）滅故愛識*滅，愛識*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，古仙人逕，古仙人道跡；古仙人從此跡去，我今隨去。譬如有人遊於曠野，披荒覓路，忽遇故道、古人行處，彼則隨行。漸漸前進，見故城邑，故王宮殿，園觀、浴池，林木清淨。彼作是念：我今當往白王令知。即往白王；大王



當知！我遊曠野，披荒求路，忽見故道、古人行處，我即隨行。我隨行已，見故城邑，故王宮殿，園觀、浴池，林流清淨。大王可往，居止其中。王即往彼，止住其中，豐樂安隱，人民熾盛。今我如是，得古仙人道，古仙人逕，古仙人跡；古仙人去處，我得隨去，謂八聖道：正見、正志、正語、正業、正命、正方便、正念、正定。

我從彼道，見老病死，老病死集，老病死滅，老病死滅道跡。見生……。有……。取……。愛……。受……。觸……。六入處……。名色……。識……。**行（見*），行（見*）集，行（見*）滅，行（見*）滅道跡。**我於此法，自知、自覺，成等正覺。為比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷，及餘外道，沙門，婆羅門，在家、出家，彼諸四眾，聞法正向！信樂知法善，梵行增廣，多所饒益，開示顯發」。

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

7-1-2-2-5-4-6. 經誦之相應與相契

如前面章節闡述，關於《相應部》『因緣相應』65,67 經、《相應阿含》287,288 經之矛盾的探究，可以發現《相應部》與《相應阿含》都有自相不一致的情況。

由於《舍利弗阿毘曇論》依據提要句頌作為解說經義的標準，無法正確的解說「識」與「名色」之間的因緣，造成「俱生、共生、和合生」的部派論義。在「俱生、共生、和合生」的論義影響下，分別說部的部派經誦捨棄 佛陀親譬的『五種子喻』，另用『蘆束喻』解說「識」與「名色」的因緣，進而有《小部》『無礙解道』之「互緣、依緣」的義解，以及《發智論》之「相依生」的論解。

自《舍利弗阿毘曇論》傳出之後，印度佛教部派受其影響無一例外，曲解佛陀教導之「緣生」的真義，影響佛教的經說傳誦與義解達兩千二百餘年，真實佛法隱沒已久。

《相應部》『因緣相應』65 經的經誦中，提出「此識由此以還，無超進名色，於此限度」，缺漏「無明」、「行」的陳述，明顯不同於《相應阿含》287 經既有「齊識而返，不能過彼」的經文，但在「滅法」的陳述中提出「無明」、「行」。特別是「十二支緣生法之四聖諦」，還有大眾系《增壹阿含》（38）『力品』第 4 經的引據，都確實無誤的證明「無明」、「行」是經說原有的傳誦。

《相應部》『因緣相應』67,65 經與《相應阿含》288,287 經之間，古說與新義的差異，不同部派改編經文的作法也不同，造成經誦的自相矛盾與彼此不一致是極為明顯。

這四篇經文，藉由印度三大部派傳誦之三部聖典的經法共說為準，消除《舍利弗阿毘曇論》之錯誤論義的不當影響，經由適當修正後，《相應部》『因緣相應』67,65 經與《相應阿含》288,287 經的經說內容與義理，不僅契合廣大古老經法的共說，更達成四篇經說傳誦的一致性。

由此釐清「識」與「名色」之間的因緣，棄捨《舍利弗阿毘曇論》之「識為分位」、「識生」的錯誤論義，度越部派佛教不當論義的障礙，開顯佛說「十二因緣法」的真實義，攝引世人復歸 佛陀之道。

註解：

1. 見《增壹阿含》卷三十一：參大正藏 T2 p.718.1-13~p.718.3-6
2. 見隨佛著《十二因緣之原說與奧義》之『7-1-2-2-4 十二因緣之「行」的語義探究』
在目前廣為流傳之「十二因緣」的提要句頌當中，原是「無明」為緣而生「我見」與「常見、斷見」，不是採用「見（巴 diṭṭhi）」的語詞，而是採用「行（巴 saṅkhāra、梵 saṃskāra）」的用語。原因是原經義的「我見、常見、斷見」的「見」，在《舍利弗阿毘曇論》的論義是竄改為「身行、口行、意行」，接著論書義解連結於後世對「行陰」的新義解（身、口、意行），而「行陰」之新義解的造作（巴 cariyā），卻是依舊使用舊語詞的「行（巴 saṅkhāra）」。



因此，「十二因緣」原始經義中，緣無明而生的「見（巴 diṭṭhi）」，先是被曲改義解為「身行、口行、意行」的「造作（巴 cariyā）」，而行陰原有用詞的「行（巴 saṅkhāra）」，又與後世解說行陰的新義「造作（巴 cariyā）」，在語詞上都通用 saṅkhāra。分別說部遂將提要句頌原本之「見（巴 diṭṭhi）」改轉的「造作（巴 cariyā）」，修改為「造作（巴 cariyā）」與「行（巴 saṅkhāra）」通用之「行（巴 saṅkhāra）」的語詞。日後，「十二因緣」之「見（巴 diṭṭhi）」的新義解與新語詞——行（巴 saṅkhāra），逐漸的影響其他的部派，更成為後世部派的普遍用法。

3. 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。」

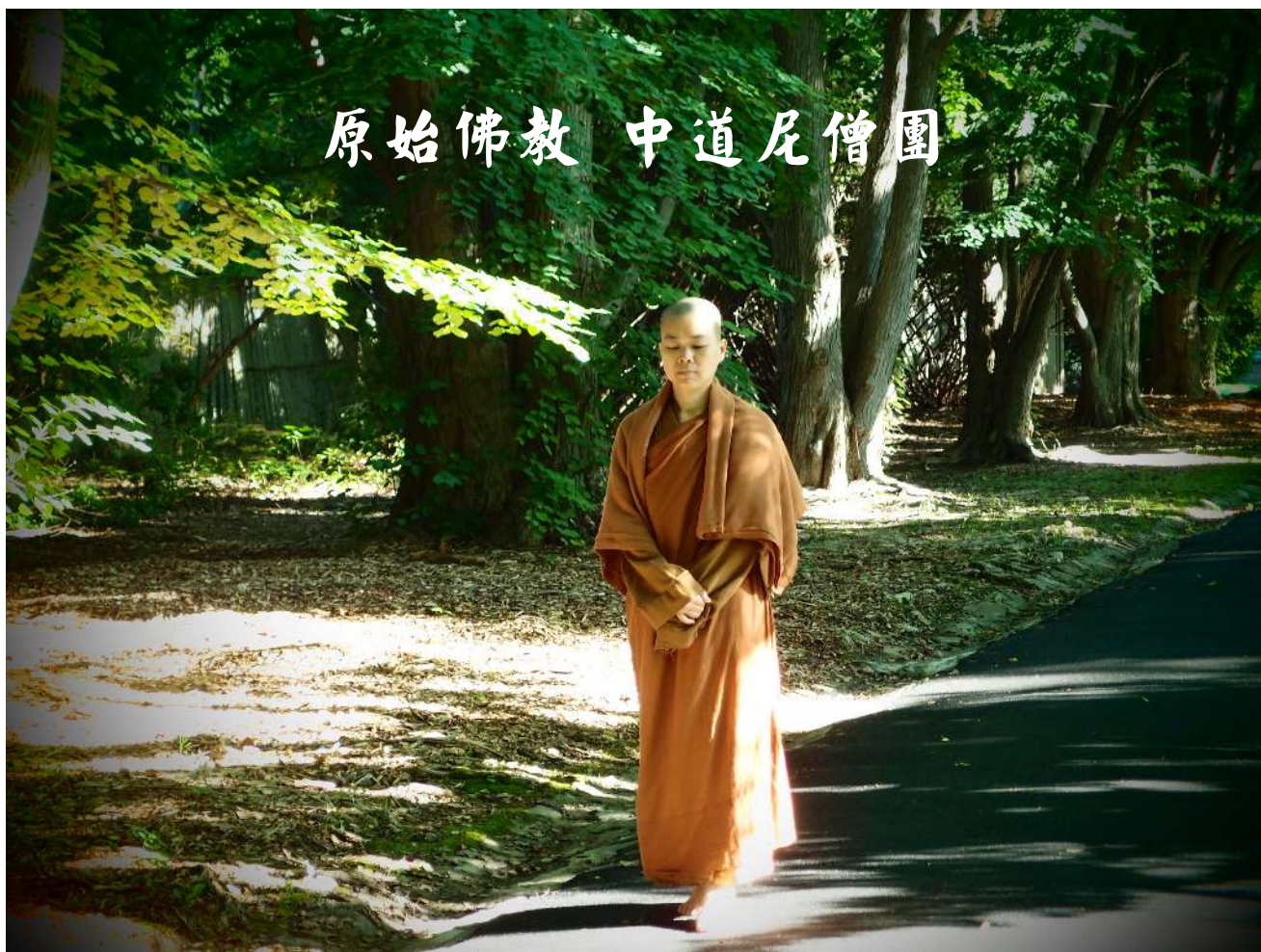
4. 見《舍利弗阿毘曇論》卷七：參大正藏 T28 p.576.3-17~23
5. 見《舍利弗阿毘曇論》卷十三：參大正藏 T28 p.613.1-6~9
6. 見《舍利弗阿毘曇論》卷二十一：參大正藏 T28 p.663.1-24

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

7. 見《舍利弗阿毘曇論》卷八：參大正藏 T28 p.587.1-4~p.587.2-11
8. 見《舍利弗阿毘曇論》卷八：參大正藏 T28 p.587.2-12~p.588.1-15
9. 見大正藏《雜阿含》821 經；南傳《增支部》『三集』85 經
10. 見《阿毘達磨發智論》卷十八：參大正藏 T26 p.1017.3-1~4
11. 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
12. 見《舍利弗阿毘曇論》卷七：參大正藏 T28 p.576.3-17~23
13. 見《舍利弗阿毘曇論》卷十三：參大正藏 T28 p.613.1-6~9
14. 見《阿毘達磨大毘婆沙論》卷一百九十九：參大正藏 T27 p.996.2-15~ p.996.3-5
見《阿毘達磨大毘婆沙論》卷二百：參大正藏 T27 p.1002.1-7~29





原始佛教 中道尼僧團

道一尊尼 Ven. Bhikkhunī Tissarā

道一尊尼（Ven. Bhikkhunī Tissarā），生長於臺灣，為中道尼僧團的首座，領導、攝受中道尼僧團，守持終生不受取、不積蓄、不使用金錢，也不使用「專為僧人處理財物供養及採辦事宜的淨人」

尊尼入佛門修行已二十七年，出身純樸的農村，自幼勤奮操勞，孝順父母、照顧家庭。

1987 年入佛門修行，先在寺廟發心，後讀佛學院，精勤學習大乘經教，特別是印順老法師宣揚的印度初期大乘之般若、中觀學說。

1994 年，親近隨佛長老學法，自此走入「四聖諦佛教」的學法道路。

1998 年受戒於印度菩提長老的座下，精勤學

法、獻身原始佛教的復興。

1998~2000 年前往泰國、緬甸森林禪修中心參學。

2000~2005 年間，道一尊尼一方面受學於隨佛長老，深入探究《相應阿含》與《相應部》當中的古老經法，尋覓「佛陀原說」的真義；二方面隨同僧團行腳遊化於臺灣各地，體驗頭陀行、塚間修。

2007~2014 年，在美國、馬來西亞、澳洲、中國大陸各地遊化傳法，教導禪修、開展原始佛教，不畏艱辛、不求名利、犧牲奉獻，深得各地學眾的敬仰、擁戴。

近三十年的修行歲月，道一尊尼無私的奉獻，為法、為教、為眾生，尊師重道、照護同修及後進不遺



餘力，從未為自己謀求任何的利益，守戒精勤、認真修道，誠懇待人、謙虛自牧，是極為難得的修行人。

尊尼目前擔任（紐約）原始佛教會會長，中華、馬來西亞原始佛教會常務理事。

諦嚴法師 Ven. Nānavati

諦嚴法師出生於台灣，秉性善良淳厚、重恩情道義、任事堅毅。大學時因同學的引薦到南投靈巖山寺參與萬人朝山做義工，深受叢林道場的出家修行生活所感動，輾轉影響日後出家的因緣。爾後多年常在中台禪寺的分精舍及慈濟做義工，深受北傳佛教的薰習。

1998 年初正式接觸到 佛陀的原說教法，親近原始佛教會導師隨佛長老學習原始佛法。2001 年元旦受戒於印度菩提長老的座下，出家學法。

出家後法師隨著兩位師長，在臺灣過著不定居一



處的遊化，體驗頭陀行、塚間修，居住、飲食等基本生活條件不穩定的修行生活。堅信出家不是為了穩定的生活，而是為了度越煩惱、利己利人。法師堅守終生不受取、不積蓄、不使用金錢，也不使用「專為僧人處理財物供養及採辦事宜的淨人」。

2007 年之後隨著師長及中道僧團，在美國、馬來西亞等地遊化傳法，將原始佛法廣傳十方、利澤世間。

在各地推廣原始佛法的過程中，雖然面對眾多的阻礙與磨難，法師與僧團依然不畏艱難的邁步向前。在種種磨練中，培養出堅忍為道、不求名利、勇往直前的風骨。

諦嚴法師為人忠實、淳厚，慈悲、柔和、靜默，少貪、少欲，為眾犧牲、無私奉獻，尊師重道、照顧同修，為道付出不計已功，是相當為有德的修行人。

法師目前擔任馬來西亞原始佛教會理事、中華原始佛教會理事。



明證法師 Ven. Vimokha



明證法師於求學時期參與佛教社團，親近漢傳寺院學習。之後學習各類南傳禪法，內心頗有體會。

在求法機緣下，親近了中道僧團，體會隨佛長老的教導，實是 佛陀原說，可信、可驗，並且實用、實證。至此，轉為修學原始佛法。因敬仰中道僧團持戒嚴謹，仰慕出家生活。2005 年捨離世俗，依止道一尊尼出家學法，隨後在印度菩提伽耶，由印度菩提長老授戒。

法師出家後，常行托鉢，體驗頭陀行、塚間修，淬練身心。終生受持不受取、不積蓄、不使用金錢，也不使用「專為僧人處理財物供養及採辦事宜的淨人」

法師性情開朗，善良、正直、富公義心，虔敬為道、精勤利人，重恩情道義，關懷僧團。2007 年起，隨同僧團於美國、馬來西亞、澳洲、臺灣及大陸各地，傳揚原始佛法。

2012~2014 年間，在臺中中道禪林，推動法

務，認直接眾學法。法師年輕入道，勤奮學習、全力付出是不遺餘力，出家修行近十年間，忠實於聖道、忠誠於僧團，無貪、無私、坦率、真誠，更能為道不計辛勞。在住錫台中期間，任勞任怨，不因生計的困難而退縮，常行托鉢、化食於市，以道為樂，不以為苦。

法師將長老法語：「任何的作為都有作用，努力絕對值得。」做為座右銘。體會出家修行，除了學經與禪坐，更要透過人間歷練來度越煩惱、盡心為眾付出，將無憾今生。

法師目前擔任中華、紐約、馬來西亞、澳洲原始佛教會理事、中華四聖諦佛教會理事，及電子報編輯組、出版編輯組執事。

生觀法師 Ven. Dassanadipa

生觀法師出生於臺灣，中學後即到美國求學，大學時代主修心理學，研究所轉修比較宗教，之後即在佛教的相關出版事業服務，旅居美國二十餘年。

法師聰慧好學，個性樸質敦厚，頗具善根，十多





歲起就開始茹素與接觸漢傳佛教。2011 年三月間，在美國洛杉磯聽聞隨佛長老傳授「原始佛法」，立即明白此是邁向息苦、解脫的正途。2012 年九月回臺，受終身八戒；2013 年一月，在馬來西亞吉隆坡，依止道一尊尼，剃度出家。

法師一直謹記出家時，隨佛長老殷殷鼓勵的一段話：「出家人沒有自己，對於無我的認知，不只是破除錯誤知見，更是一種生活態度；出家人的修行，在生活中努力。不能憑感覺講話，要講如實、確實、真實、事實的話，助人向正覺、離貪、解脫，才堪受十方佈施供養，住持佛陀聖教。」因此平日待人處事，法師總是盡心盡力，盡在當前，努力學習「做一個沒有自己的出家人」。

法師持戒精嚴，待人忠實、坦率正直，堅毅用敢，為道堪忍種種難處，直心向法、尊師重道，維護聖教不遺餘力。法師堅守終生不受取、不積蓄、不使用金錢，不使用「專為僧人處理財物供養及採辦事宜的淨人」。

法師目前擔任中華原始佛教會法務組及關懷組執事、中華四聖諦佛教會理事。

成睿法師 Ven. Dhammacariyā

成睿法師生長於大陸，為人正直、個性爽直、待人熱情、吃苦耐勞。因為生長環境的原因，一直沒有機會接觸宗教，雖然因通過閱讀，對佛教有所瞭解，並認為只有佛教才是智慧的宗教，是可以指導人生的真理，卻始終沒有機會讀過一本佛經，也沒有遇到過真正的出家人。

直至中年，在美國遇到佛教的僧侶，開始學習嚮往已久的佛法，並積極地參與佛教社團的各種活動。在隨後的十幾年間，如饑似渴的學習佛教各派的教法，深受北傳佛教的熏習，但始終感覺沒有學到佛陀的核心教法，耳聽眼看的都是傳統信仰型的言教，

對佛陀真實教法的缺乏瞭解。

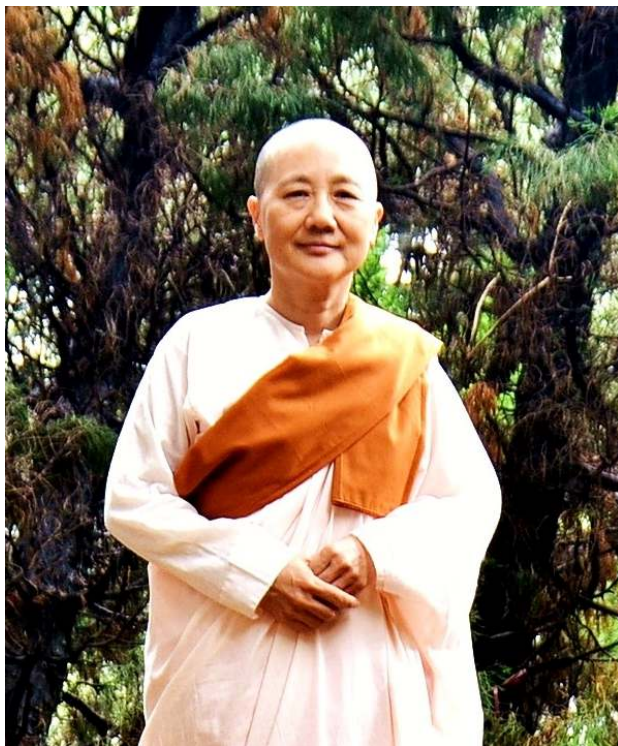
2008 年，初次聽聞隨佛長老的開示，感覺是在聽聞佛陀的親教，心情異常激動。確認這就是佛陀當年的原說，是可以幫助眾生遠離痛苦煩惱，朝向解脫的真實教法。隨即開始親近中道僧團，利用一切可能的機會聽聞隨佛長老顛覆傳統佛教、顛覆既往個人經驗的開示。在受教於僧團的過程中，逐漸堅定了跟隨僧團出家修行的決心。

2012 年僧團結夏安居期間，到臺灣受終身八戒，作為一名八戒女開始在僧團近學。期間跟隨僧團到馬來西亞、美國、中國大陸弘法遊化，學習為道堪忍、不為名利、盡力當前，得到很大的歷練。

2014 年 1 月，在臺灣依止道一尊尼，剃度出家、守持十戒。

法師出家至今，認真學習持戒，學習守持金錢戒，不使用「專為僧人處理財物供養及採辦事宜的淨人」。

目前法師參與僧團文宣組、書記組的法務工作。





成慧法師錫蘭受具足戒

成慧法師

由臺北起飛經吉隆坡轉機，約莫經過十二個小時的旅途，飛機終於在午夜十分抵達斯里蘭卡的科倫坡。大法雨寺的兩位僧侶及一位白衣居士，早已經在機場大廳等候，熱心的接待成慧於 2014 年雨安居期間前來斯里蘭卡受具足戒。

隔晨一早大法雨寺 Kaduwela 分寺起板後，成慧就跟著道場的全部僧侶前往位於 Polgahawela 的大法雨寺本寺。這一天是大法雨寺僧眾的全國大集會，整個早上，一輛輛的巴士將遍佈斯里蘭卡的僧眾們都載回到大法雨寺來，約莫有 650 位教化各地的僧人，難得一聚並互道情誼。下午由大法雨寺的導師 Kiribathgoda Gnanananda 大長老主持會議，成慧趁著空檔拜會了大長老，並呈上中道僧團導師 隨佛長老的親筆書函及禮物。

為了準備將於十月六日舉行的受戒儀式，Kaduwela 分寺的住持須菩提尊者，派了位比丘教導我練習受戒時需誦讀的巴厘文，並囑咐我在這段時間多研讀律藏。

受戒前一天，須菩提尊者帶著我前往 Siripagama，拜訪 Kiribathgoda Gnanananda 大長老潛修的森林道場。道場位於山腰林際，環境十分清幽，在潺潺流水聲中，隱見密林裡矗立著的幾幢寮房，約莫十來位年輕的僧侶與大長老在此修行。大長老慈悲的為來訪的成慧祈福，並勸勉道：「要好好守護戒條。」

受戒日，寺方安排了 Lankananda 長老為我的戒師、十位大法雨寺的比丘為尊證師。在求受具足戒



後，在比丘們「Sadhu！Sadhu！」的祝福聲中，成慧歡欣的正式成為世尊座下比丘僧團眾的一員。

戒臘崇隆的 Lankananda 長老，身形結實精悍，誦經聲洪亮飽滿，待我這個異地前來的求受比丘戒的沙彌十分友善。很可惜由於語言的隔閡，我們沒有太多的言談，但戒師仍不忘慰勉我說：「要當個好和尚。」

大法雨寺的道風嚴謹、奉持戒律，從戒條、誦戒、羯磨、懺悔等，僧侶們都一絲不苟的遵守實踐。從大長老到新戒比丘們，都不斷地提醒著我：「既已決心受戒為比丘，就必須嚴守戒律。」又「能出家是非常的寶貴的因緣，只有生而為人才可能出家，這是連福報較好的天人也沒有的機會，應該要感恩，更要出家人為榮。必須好好把握出家的機會，不要白費了這修行的機緣。」

在斯里蘭卡期間閱讀 Tanissaro 比丘著述的《佛教僧團律法》(Buddhist Monastic Code)，又得見一群僧人們精勤持守 佛陀的教誨，讓我對奉守戒律的意義與出家的抉擇，有著深刻的啟發與堅定的信心。

大法雨寺通常兩年才舉辦一次受戒儀式，每次舉辦時都有很多僧人求受戒，上次共有 180 位僧人受戒，由於儀式一次只能三位同時受戒，所以當時共分批舉辦了 2 天才完成。這次大法雨寺特別給予方便，為成慧單獨舉行受戒儀式，成慧內心甚為感謝。

側寫大法雨寺

南傳佛教很重視戒律與僧倫禮儀。

大法雨寺裡常有分院的僧人們往來到訪。戒臘低的僧人會向戒臘長者尊敬禮拜，戒臘較高的僧人則為其祝福，這樣的場面十分的溫馨、親切，還時而可見彼此牽著手溫暖的慰問，一點也不因嚴守戒律而顯得拘謹冷淡。寺裡的氣氛讓出家人得以在友善的關懷中，慢慢的適應出家生活。

寺裡很多二十出頭到三十來歲的年輕僧人。這次成慧掛單的 kaduwela 分寺裡，僧眾的形態也各異，有穩重、有親切、有平和、有沉思內斂者，大家都友善且樂於助人。還記得有位僧侶告訴我：「性格雖異，但都往同一條道路與目的。」

這裡注重的是團體生活，而不是獨處修行。Rohanigiti 比丘告訴我：「獨居時，煩惱心容易睡著；在團體當中一起相處、辦事，容易起摩擦而心生煩惱，這時才有辦法對治煩惱心。」

大法雨寺會定期舉辦宣教說法、誦經、供佛、供舍利塔等活動。但寺裡的僧人每六個月就要換一處道場，住持則幾年輪換一次。他們說這是為了避免僧人們結私分派，與當地的在家居士發展私下情誼。因為出家人是以佛法與在家居士往來，而不是憑藉著私交。且在輪換道場的過程中，僧人也會認識到各地的在家居士。這是大法雨寺在管理上的智慧。

錫蘭聖地參訪

午齋過後，須菩提尊者帶我前去距離 Polgahawela 兩百多公里外的古代王城 Anuradhapura，此地隨處可見古代佛教遺跡，是聯合國指定的世界遺產，城內有幾座巨大的古老佛塔及寺院遺跡，見證著佛教在錫蘭蓬勃發展的歷史。

我們前去朝拜據聞供奉著 佛陀舍利的大舍利塔。沿著石鋪參道拾級而上，隱身在深翠密林中的大舍利塔聳然而立，湛藍的晴空輝映著潔白的巨大塔身，顯得祥和而莊嚴。這裡是斯里蘭卡的佛教聖地，每天都有來自各地的佛弟子前來朝聖，信眾們或是誦經祈福、或是群集聽法、或是恭敬繞塔，也有人虔敬地向佛塔匍匐朝拜。

須菩提尊者帶著我們手捧鮮花供佛，並緩步繞塔三圈，接著席地盤坐著誦經。當天我們回到 Kaduwela 分寺時，已經是深夜了。



【臺灣】臺北中道禪院

相應菩提道次第第四單元開課

佛正覺後 2446 年／2014 年 9 月 26 日～11 月 28 日

【臺北訊】自 9 月 26 日至 11 月 28 日，為期二月共十周，中道僧團 中儼尊者在臺北中道禪院開演「相應菩提道次第」第四單元新課程。開課當日，僧團導師 隨佛長老親臨臺北中道禪院，訓勉參與課程的法友把握學法因緣，精進學法。

長老開示時特別指出，2008 年編輯的《相應菩提道次第》乃是初版，除揭橥「無明最後斷」是部派佛教的產物之外，修行當從十二因緣觀入手，先斷無明、得慧解脫，再斷貪愛、得心解脫，才是正確的修行次第；而考量當時佛教界的氛圍，尚有甚多顛覆佛

教界認識的考證沒有寫入書中。如今因緣轉化，增補版則已將許多考證結果敘明其中，將於不久後付梓，以顯明 佛陀教說原貌。

此外，長老也鼓勵法友支持僧團，藉著新課程及講座的舉辦，法友們的陪伴與鼓勵，是僧團法師不斷成長的助緣，亦能幫助正法法脈續傳後世。

在進入正式課程之前，中儼法師首先感謝長老編輯《相應菩提道次第》，生覺法師、成慧法師及僧團在課程教材上的協助。此單元的課程內容，從「淨其戒」與「直其心」開始，做為修習「四念處」之前行資糧。在尊者詳盡的解說其中義理後，學眾分組討論，如何從「淨其戒」與「直其心」，開始起修「四念處」。法友們熱烈分享自己的法義體會，結合個人生活實例，彼此在分享中獲益。





【臺灣】新北市龍山寺板橋文化廣場

佛陀法教與現代心理學的匯流

佛正覺後 2446 年／2014 年 10 月 4 日

【臺北訊】2014 年 10 月 4 日下午二時，由中華原始佛教會主辦，中華四聖諦佛教會聯辦，於新北市龍山寺板橋文化廣場舉辦座談會。此次座談會邀請中道僧團導師 隨佛長老，與任職於洛杉磯郡心理衛生部的心理治療師謝公達博士、擅長於精神動力取向心理學療法的哈佛大學醫學院附屬醫院心理治療師楊意博士等二位旅美專家，座談的主題是《原始佛法 VS 現代心理學：從挫敗失落的深谷朝向光明燦爛人生》。

楊博士談及現代人經常面對現實的壓迫感、期待無法實現的焦慮感，這是與任何人都息息相關的內在衝突，會帶給人們痛苦的感受。博士進一步的指出：當人們無法專注於當下時，大腦活動傾向於追悔過往、恐懼未來、糾結於內心浮現的情緒，並反覆形成固化的大腦默認網絡連結模式，這樣的腦部反應帶給人們不良的情緒感受。然而情緒低谷是一種心境，不一定是實際的情境。藉由正念的訓練，能夠減少注意力慣性偏見、接納新經驗、重置偏見。

謝博士則談到：找尋挫敗經驗的原因、選擇面對的態度、積極採取行動，對身心健康有莫大助益。在經歷創傷後，需要度越痛苦的過程，找出創傷經驗的意義，察覺自己的負面想法、情緒和行為模式，接受它的浮現並做一些中性或有影響的行為，將情緒轉向正面循環。

隨佛長老則從佛法的觀點深入剖析：禪修訓練攝念一處，雖然有助於平衡情緒，但要解決內在的痛苦感受，就在於內心散亂的因緣裏。長老詳細的解說現實人生如何在因緣的環境交錯下產生挫敗經驗，也在經驗中形成對沒有完美的焦慮，帶來無謂的情緒低谷。但唯有面對它、了解它，才能度越痛苦。

長老指出，佛陀的發現，也是所有人都能發現的經驗。以「事事不求如意，但求盡在其中。」慰勉大家。最後並以十二點正行、正受做總結，殷殷勸勉大眾當接受現在、努力當前，並且分享彼此生命寶貴的經驗。

這場別開生面的跨領域精彩座談，彼此呼應，相互增輝，與會的聽眾莫不收獲滿行囊，獲得深深之啟發。





【臺灣】新北市龍山寺板橋文化廣場

十二因緣之原說與奧義

佛正覺後 2446 年／2014 年 10 月 5 日

【臺北訊】2014 年 10 月 5 日起，原始佛教中道僧團在龍山寺板橋文化廣場大會堂舉辦「十二因緣之原說及奧義」系列說法，首場由中道僧團導師 隨佛長老親自講授「十二因緣」真實義。各地法友聞訊前來，更吸引了來自大陸及美國的法友們，為聞佛法千里不辭，讓會場座無虛席。

隨佛長老開宗明義的指出：十二因緣法是 佛陀正覺的核心。但十二因緣偈頌，只是當年 佛陀為了方便佛弟子憶持的提要口訣，無法當作解義的依據。要了解十二因緣義理，則須研讀多篇經文，方能一窺佛陀教導的真義。多年來，長老為了探究十二因緣的真實義理，通過漢譯《相應阿含》，及南傳《相應

部》兩部經典的比對，探尋出兩部經法的共說，並參考各部派佛教經、律、論典籍，終於還原十二因緣法的原說與奧義。然而還原的結果迥異於當前佛教界的各種解釋，因擔心對教內產生巨大的衝擊而未公開。在經過多年沉潛後，長老決定將所還原的十二因緣法公諸於世，以利益世間。長老義正詞嚴地指出：「雖然個人可能因此遭到佛教界各方人士的毀謗和誤解，但只要有利於學眾依 佛陀真正教法而度越生死憂苦，個人無畏無懼。」長老的一席話，令在場學眾為之動容。

在下午的說法中，長老從日常生活裡，舉幾個生動有趣的教典案例，細細闡釋 佛陀的教法。長老的善譬妙喻，往往引來法友會心一笑，而深入淺出地說法，令學眾對「十二因緣」真實義有清楚的理解。在歷經上、下午的說法，大眾皆法喜充滿、意猶未盡，最後在熱烈的掌聲與禮謝長老的讚頌中，結束這場精湛的弘法活動。





【斯里蘭卡】大法雨寺

成慧法師抵錫蘭受具足戒

佛正覺後 2446 年／2014 年 10 月 6 日

【科倫坡訊】2014 年 10 月 6 日，中道僧團 成慧法師於斯里蘭卡大法雨寺（Mahamevnawa Buddhist Monastery）求受比丘具足戒，並由 Venerable Lankananda 長老為戒師，及十位比丘尊證。

斯里蘭卡是以南傳佛教為主要信仰的海中佛國，人民信仰虔誠，禮敬出家人。大法雨寺長期與原始佛教會保持著良好的友誼，修學也是重經、不重論，僧眾過著少欲知足的修行方式。求戒期間，成慧法師掛單於大法雨寺的 Kaduwela 分院。該分院住持須菩提尊者首創大法雨寺佛法電視台，藉由現代科技將佛法

廣施於斯里蘭卡，是大法雨寺導師 Kiribathgoda Gnanadanda 長老的得力助手。

成慧法師抵達斯里蘭卡的隔天即與 Kaduwela 分院全體僧眾前往大法雨寺本院，參加當天由 Kiribathgoda Gnanananda 長老主持的僧團會議。會後，成慧法師謁見 Kiribathgoda Gnanananda 長老，並呈上中道僧團導師 隨佛長老的親筆書函及禮物。

淨住 Kaduwela 分院等待受戒期間，須菩提尊者特別派遣一位比丘，教導成慧法師受戒儀式上需誦讀的巴利文，為受戒做準備。10 月 6 日上午，成慧法師在大法雨寺如法如律的得戒，在簡單且莊嚴的傳戒儀式下，成為世尊座下聲聞僧團的比丘眾。





【臺灣】台北內覺禪林

法工為法付出 邁向光明人生

佛正覺後 2446 年／2014 年 10 月 10～11 日

【臺北訊】2014 年 10 月 10 日～11 日兩天，臺北內覺禪林舉行原始佛教法工營，來自各地的法工們為佛陀教法之認識與推展再充電。期間，中道僧團導師隨佛長老訓勉參加法工營的法友們，學習甚深佛法，必須解行並進，改變自己，利益自己與他人。長老也肯定四年來法工的努力，原始佛法之推展才能有今天的樣貌。

長老指出：原始佛教會成立四年多來，弘法行程密集，足跡遍及美東、美西、馬來西亞、新加坡、澳洲乃至大陸，常年舉辦禪修、講座以及經教、歷史、禪法等課程，輔以遠距視訊教學；並編輯、出版書籍、雜誌、影音光碟等，經營教會網站、臉書、電子報等電子媒體……等等。在有限的弘法資源及人力下，善用各種傳播工具，以極高的效率，將佛陀教法向世界各地傳播。今日所有弘法的成績，都歸功於這幾年來法師、法工及護法居士盡心盡力的付出。

信念一致、同甘共苦、團結無分之中道僧團，依經依律建立原始佛教傳承，並以息苦利世為宗旨。這樣的信念與承當，法工們應當清楚的理解；因此，長老以《正法之光》第四十期「佛法在國家、民族的定位與功能」撰文為教材，為參與法工營集訓的法工們做具體的解說，期勉法工們能團結一致，堅持原始佛教老實修行的道風，維護法脈之傳承。

法工分組，則由指導法師帶領，進行各項工作研討。在法友分享及心得交流時，長老都適時提示重點，釋疑解惑。在僧團協力推動與教導下，立意成為法工的法友，都能在參與中學習，在佛法中找到新的生命方向，戮力的付出與實踐，為人間帶來佛法的光明。





【臺灣】台北內覺禪林

佛陀歡喜日 卡提那法慶

佛正覺後 2446 年／2014 年 10 月 12 日

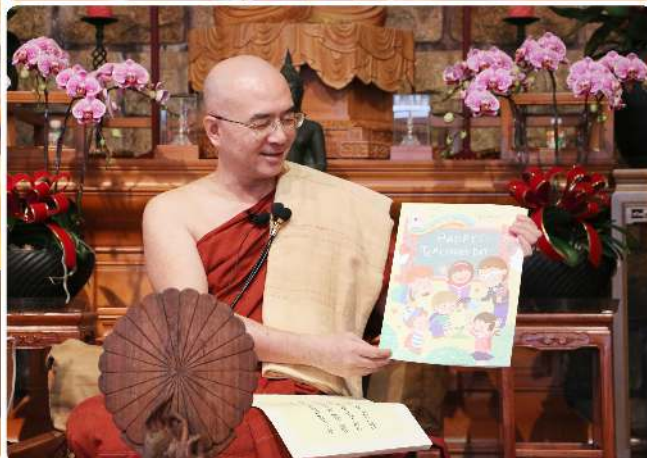
【臺北訊】2014 年 10 月 12 日在臺北內覺禪林舉辦卡提那節法慶，連續幾日的滂沱大雨也在這天一早停歇，內覺禪林門口高掛的佛教旗幟隨風高揚，迎來十方信眾參與雨安居結束的慶祝盛會；並透過當今先進的網路科技，將活動盛況傳播到世界各地，讓全球法友們連線一起同步歡慶。

慶典開始，中道僧團導師 隨佛長老帶領僧團莊嚴的步入佛堂。首先，與會大眾齊唱『三寶歌』誦唸佛、法、僧的功德；接著，長老於佛前引燈，並一一傳燈給每位僧團法師，然後恭敬的依序上前禮敬 佛陀。信眾們也在傳燈後一一上前獻燈禮佛，一時，佛堂閃耀著一片燈海光明。

禮佛後，僧團接受居士們的四事供養。接著，隨佛長老開示：「遙想 2446 年前，佛陀於廣袤的恆河平原開啟一代聖教，兩千多年來，僧團代代傳承薪火，延續尊重、和平、包容的教化在人間。古今中外，因狂熱信仰而帶來的宗教迫害屢見不鮮，在眾多相互傾軋、水火不容的信仰衝突中，佛教的溫和與包容，為人間帶來了平和與緩衝。」

原始佛教的內涵，不期待聖靈救贖、不講宿命業報，而是以一份務實、認真的生命態度面對苦難的世間。這在多元發展的佛教內部至為重要，即便放眼整個人類生態，亦是不可或缺的文化元素。

僧團經過三個月雨安居的和樂共住、依法依律的精進修行後，更顯道心堅毅。雨安居結束了，僧團即將啟程遊化宣法，參與慶典的信眾們，莫不由衷感佩。





【澳洲】雪梨佛教圖書館

中道僧團遠渡重洋 開顯真義

佛正覺後 2446 年／2014 年 10 月 16～25 日

【雪梨訊】2014 年 10 月 16 日～25 日，中道僧團導師 隨佛長老暨僧團法師一行，在澳洲雪梨佛教圖書館進行四天（16、23、24、25 日）的宣法活動，將佛陀原始教說帶到南半球的國度。

隨佛長老的開示，沒有艱澁難懂的經文語詞，而是將甚深微妙的因緣法，以淺顯易懂的生活語言直指人心。長老指出：「我們真正的需要，不在於追尋佛法，而是為了解決人生的問題。佛法能夠幫助我們知道現在的狀況、以及如何解決現在的問題。」

為期四日的澳洲雪梨宣法課程，感動了許多飄洋過海來至此地的華人法友，大眾誠心的祝願原始佛教的種子，能在澳洲土地上開花結果。





【澳洲】新南威爾斯忘憂村中心

雪梨中道七日禪修營

佛正覺後 2446 年／2014 年 10 月 17 日～23 日

【澳洲訊】2014 年 10 月 17 日至 10 月 25 日，中道僧團 隨佛長老帶領中道僧團的法師們在澳洲新南威爾斯州市郊的忘憂村中心主持七天的中道禪修。由於忘憂村中心的環境清幽，禪修期間氣候清爽，加以長老教導深深契入現前身心，參加禪修的法友都感到因緣殊勝，個個認真、精進的用功，禪修的進程非常順利。更幸運的是，學員們幾乎天天都能輪流和隨佛禪師和道一尊尼個別小參，請教禪修上的問題，這對法友禪修的學習，真是莫大的助緣。

此次禪修，隨佛長老為學眾們開示和指導「四念處」的禪觀法。長老依據《相應部》和《相應阿含》

第一次結集的多篇經文記載，開示禪法的內容。在長老詳細講解後，大家才恍然大悟，原來「四念處」禪觀法其實就是「十二因緣」禪觀法的內容，只是 佛陀用不同方式來表達而已。

長老還詳細解說正確的禪觀法所應具備的特質，幫助大家了解和掌握實修時的要點。此外，長老針對禪修者身心的現況提供修行建議，使學員得以即時得到修行疑惑的解答；對於共同問題更利用大堂開示，直接講解說明，讓更多學員可以受益，讓自己體會到 佛陀的教法原來是這麼務實、實際。

七日的禪修一晃而過，法友們收穫滿滿，對未來的修行道路，有了更加明確的方向。學員們都深信，只要方向和方法正確，修行的路會越走越寬廣，心裏會越來越踏實。佛法的智慧必能讓大家「困難更少、生活更好、遠離煩惱」。



早晨的陽光照在對面的草原裡



【臺灣】台北中道禪院

早期經法原說與傳誦演變探討

佛正覺後 2446 年／2014 年 10 月 22 日～12 月 10 日

【臺北訊】2014 年 10 月 22 日至 12 月 10 日止，為期八次，每週三晚間七點半至九點半，在臺北中道禪院舉辦「早期經法的原說與傳誦演變的探討」課程，由中道僧團生覺尊者講授，並同步透過網路，與臺中、高雄及大馬多處禪林同步連線進行遠距教學。課程內容在詮釋隨佛長老的著作——初期部派傳誦之演變及佛陀經法之原說。

生覺尊者在課程中，以其一貫不疾不徐的口吻，

配以內容豐富生動的電腦圖表，演暢早期佛教部派之分裂史與其教說之衍化，引領學眾從早期佛教經法歷史去探索 佛陀教法之原說。尊者說：「隨佛長老歷經多年苦心探究，已釐清部派的傳誦演變，並還原佛陀教說。雖然學員們知道探求原始佛法的重要，但對一般學法者來說，要瞭解 隨佛長老旁徵博引的考證文章相當吃力，所以僧團決定開設本課程。」

由於尊者的詳細講解及課後學員的討論，許多複雜的內容變得清晰易懂，聽法學眾因此得以心開意解，愈發瞭解原始佛法的難能可貴。依循正法的指引，使學法者在修學路上，更能穩健的邁開腳步正向菩提。





【大陸】廣西貴港南山寺

眾緣成城 法顯南山

佛正覺後 2446 年／2014 年 10 月 31 日～11 月 9 日，11 月 10 日～11 月 19 日

【廣西訊】2014 年 10 月底，中道僧團在廣西貴港南山寺的冬季禪修如期開營。此次禪修為期二十天，分為兩期十日禪進行，第一期是從 10 月 31 日至 11 月 09 日，第二期則是從 11 月 10 日至 11 月 19 日，兩期十日禪利益數百位辛勤尋法、求法的法友。

此次禪修是在南山寺新建的大禪堂進行。禪堂共有兩層，每層可容納 200 多人同時打坐，禪堂的地毯、坐墊、蓋腳巾都是由法友們護持。由於報名參加禪修者眾多，所以，住在貴港附近的法友，都無法安

排住宿，只能每天通勤參加禪修課程；很多外地的法友則打地鋪過夜，但大家都毫無怨言，非常珍惜這次難得的機會。

禪修期間，隨佛長老為大眾開示時，提醒學員佛法的重點在利益當代苦難的大眾。而佛法流傳至今，每一代的佛教都面臨時代的挑戰，都需要解決那個時代的困難。因此，時時刻刻要好好把握現前的因緣。

結營前，多位學員上台發表感想，內容真摯動人。大家紛紛感念這段期間，禪師與僧團所教導的正法讓自己受用良多，也對禪修期間默默付出的南山寺義工們，表達最誠摯的謝意。禪修結營之後，雖然大家彼此各奔南北，但嶄新的生命已然透出曙光，大眾衷心祈願能在不久的將來，再續法緣。





【馬來西亞】法集行者追思會

法的大家庭 追思一大馬首位八戒行者

佛正覺後 2446 年／2014 年 11 月 7 日

【怡保訊】2014 年 11 月 7 日早上 8 點 30 分至 10 點 30 分，在法集行者家族的同意下，原始佛教會及中道僧團僧俗二眾為八戒行者——法集（簡煥馨居士）舉辦追思會。共同緬懷法集行者此生對家族、社會、佛教的付出與功德，也共同回憶追思行者在過去給予法友的關心與關懷。

當天一早，原始佛教會中智尊者、度明尊者以及八戒行者數人，還有教會法工和法友們都到靈堂，大眾依序將一朵朵深橘色的雛菊，輕放在法集行者的靈位前，並獻上至誠的祝福，以此生善行功德，必得善生善處。

此外，諦嚴法師代表僧團撰寫追思文，由法智居士代讀。中智尊者也提到：十分感謝法集行者，由於她熱忱的介紹 隨佛長老及中道僧團，才有親近、依止出家學習的因緣。一樣身為八戒行者的法曇居士，也緩緩道出感念和法集行者相處的日子，有她陪伴，讓自己的人生充滿色彩。怡保法工長法慧居士則分享他對法集行者的感念，並籲請法友團結一致、精進修行，這是法集行者所樂見之處。而遠在臺灣的月澄居士也寄上了遠方的追思，感謝在馬來西亞期間法集行者給予的照顧，這份關懷成為永遠烙在心頭的溫暖。

儀式結束前，法友們合唱一曲《感恩的心》，接著眾人列隊瞻仰法集行者的遺容，獻上最後的禮敬與祝福，這場簡單、莊嚴的追思會也畫下句點；此時，輕柔、莊嚴的「namo tassa」法樂聲起並一路伴著，直到火化場。





【台灣】新北市龍山寺板橋文化廣場

十二因緣之原說及奧義 第二場聯合宣法

佛正覺後 2446 年／2014 年 11 月 9 日

【臺北訊】2014 年 11 月 9 日，中華原始佛教會在龍山寺板橋文化廣場舉行第二場「十二因緣之原說及奧義」聯合說法。此次活動是由中道僧團生覺尊者、明至尊者、中儼尊者聯合宣說 佛陀教法。當天，細雨瀝瀝，但聽法學眾熱誠不減，坐滿全場。

上午是由生覺尊者講述「識緣名色之原說及異義」。下午一開始的說法主題是「名色緣識、識緣名色的誤解」，由明至尊者講述。中場休息後，則由中儼尊者續講「意是色或非色？」、「色陰定義由六入改為四大的訛誤」、以及「分別說部為『識生』作解的篡改」。

宣法課程結束，與會學眾感謝三位尊者宣說殊勝教法，而報以熱烈的掌聲。第二場「十二因緣之原說及奧義」聯合說法活動，在僧團法師全體念誦感恩祝願文、迴向偈中圓滿結束。





【台灣】台北佛陀教育基金會

彌陀法門當中的原始佛法

佛正覺後 2446 年／2014 年 11 月 10 日～2015 年 1 月 12 日

【臺北訊】2014 年 11 月 10 日起，至 2015 年 1 月 12 日截止，為期十周，每周一晚間 7:30~9:00，中道僧團生覺尊者在佛陀教育基金會三樓講堂開講《彌陀法門當中的原始佛法》，本課程由中華四聖諦佛教會主辦、佛陀教育基金會協辦。課程經由網路同步直播，以嘉惠不克前來的各地蓮友。

尊者簡略說明早期部派佛教的發展與經典傳誦脈絡，進一步解析漢譯四部阿含與巴利聖典中四部尼柯耶的對應關係，並指出漢譯《雜阿含經》與巴利聖典《相應部》在佛法修行上的關鍵地位。由此淨土經論與早期經典，具體說明極樂世界阿彌陀佛所教導的修行方法，與娑婆世界釋迦牟尼佛所傳授的法要都相同，就是「四聖諦三轉、十二行」、「五根」、「五力」、「七覺分」、「八聖道」、「四念處」。經由法師的解說，蓮友們頓時明白了往生極樂世界後的修行要點，也同時能在現世積極修學。從中道禪法與念佛淨土雙管齊下，現世、後世並進用功。

尊者幽默的將這些修學法數，譬喻為撥通阿彌陀佛的電話號碼，蓮友們也在燦然一笑中，牢牢記住本課程的內容綱要及修行法要。



本單元課程完整講義與影音檔可至佛陀教育基金會網站下載：<http://www3.budaedu.org/ghosa3web/C018/T051L/>



【美國】哥倫比亞大學

英語講授一乘菩提道次第 哥大佛學社精勤連線學習

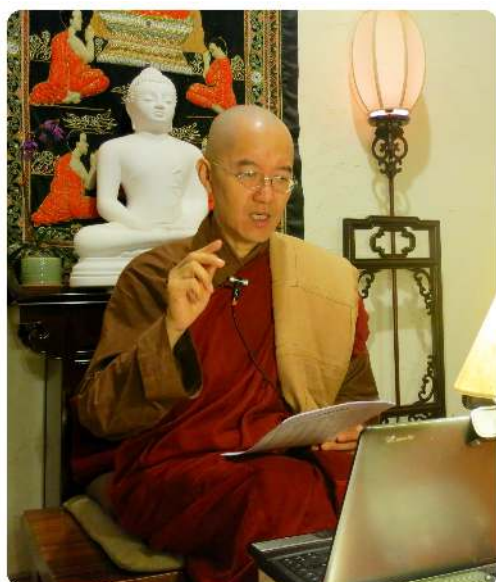
佛正覺後 2446 年／2014 年 11 月 14 日

【臺北訊】2014 年 11 月 14 日晚，中道僧團明至尊者接受哥倫比亞大學佛學社的邀請，從臺北內覺禪林通過視訊連線至哥倫比亞大學 Lerner Hall 學生活動大樓內之講堂，與該佛學社社員及許多校外人士分享隨佛長老編寫的「一乘菩提道次第略要」的部分法義。明至比丘以英語逐一講解「一乘菩提道次第略

要」中相關的南傳《相應部》英文經文要旨，為時約兩小時。

這是佛學社回應社員渴望能更深入經法的呼聲，首次嘗試邀請出家法師有次第、有系統的深入講授原始佛法的法義。

在本課堂的尾聲，明至尊者與學員逐一交談，並解答生活與修行的困惑。課後，學員深感該課程之深度與受用，紛紛索取相關講義資料，並提前報名下一次的課程。最後，佛學社社長代表學員們表達繼續學習的意願，希望明至尊者持續開課講解「一乘菩提道次第」，建立學員正確修行的道次第。





【馬來西亞】吉隆坡中道禪林

大馬原始佛教會法工培訓營 學佛好！用自己生命做證明

佛正覺後 2446 年／2014 年 11 月 21 日～23 日

【吉隆坡訊】2014 年馬來西亞原始佛教會法工培訓營於 11 月 21 日至 11 月 23 日在吉隆坡中道禪林舉辦，此次參加法工培訓營的法工們，除了來自全馬各道場的法工，更有來自新加坡的法友參加。一起學習尋找人生的光明道路，開展更美好的生活品質。

中道僧團導師 隨佛長老在法工營開營的第一堂開示就以「你們好不好？行不行？」問候馬來西亞的法友們。法友們回應長老的問候，一起喊出「學佛

好，生活行！」一時氣氛熱絡起來。長老強調法工培訓的目的，在於學習尋找人生的光明道路，開展更好的生活品質，而不只是做義工。

長老並指出：在 佛陀的大家庭裏，必須團結、合作，法友之間要建立和諧的關係，互相關懷、幫助、督促，務實的面對生活，互相珍惜，讓彼此生命感受到溫暖和增上。長老同時教導大家要有「善有善報，我們自己來報」的人生態度。學習佛法必須讓自己先從佛法中得到利益，然後才能將佛法的好處分享給別人。

兩天的原始佛教會法工營在大家協同討論、工作分配與分享中結束。經過兩天的互動與分享，彼此默契更好，將共同為 佛陀教法的開展而努力。





【馬來西亞】北海佛教會

中道七日禪覺營 生命中留下可貴深刻的影響

佛正覺後 2446 年／2014 年 11 月 25 日～12 月 1 日

【北海訊】2014 年 11 月 25 日至 12 月 1 日，中道僧團在北海舉辦七日禪覺營。本次禪覺營以《十二因緣觀之要訣與次第》為核心，教授止禪、十二因緣觀、四念處及實用的生活佛法。

禪覺營首日，法工邀請北海佛教會主席彭居士致開幕詞。彭居士語重心長的呼籲佛弟子要互相尊重，派系之間避免互貶，並且鼓勵大家要用行動感化他

人。接著，長老隨即補充：佛弟子其實只有一派，即「五陰煩惱派」。因此，大家都是為了解決五陰煩惱而學佛，所以應該「團結多一些，對立少一些；和諧多一些，紛爭少一些」。

威省中道禪林的屋主葉居士，獲得長老慈允，於禪修期間短期出家為沙彌，在事業忙碌的生活中，短暫的體驗出家生活。此次禪修期間的晚上，長老開放隨喜聽法，利益當地學法大眾。

禪覺營最後一晚，多位法師、八戒行者、法工長及法友們分享學法感言，聽聞後令人感動。七日的學習與共處，隨佛長老、僧團的言教與身教，在學員的生命中，留下了可貴與深刻的影響。





【馬來西亞】檳城中道禪林

隨佛長老宣說 正覺人生之道

佛正覺後 2446 年／2014 年 12 月 1 日～3 日

【檳城訊】2014 年 12 月 1 日至 3 日，隨佛長老秉著慈悲的胸懷，於北海佛教會禪修營結束後的隔天，不辭辛勞，立刻啟程前往檳城中道禪林為檳城法友們開演法義——「正覺人生之道」，為眾生點燃智慧的明燈。

什麼是佛教的信仰？什麼是佛法的人生？隨佛長老闡述：人們多數將生命的順境、逆境、禍福、吉凶依靠佛菩薩的庇佑，等待外在的幫助來解決人生的困境，並認為誦經、拜拜、布施可以保佑我們人生過得更好，這就是「信仰的人生」。

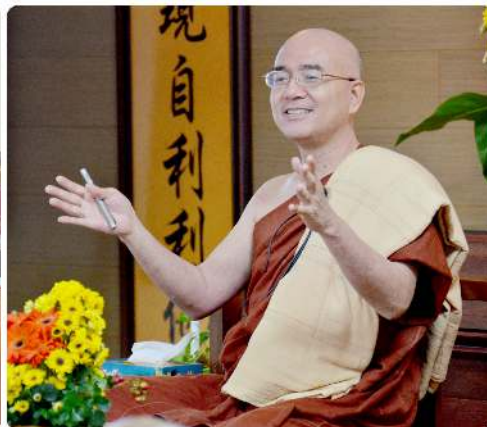
佛法正覺的人生是一種讓我們發現人生的真相。佛法不是托付於外在力量的幫助，而是看清楚人生的困境與問題。用佛法的智慧以正確方法解決人生的種

種問題，讓生活更好、困難更少，將佛法實踐在我們的生命裡，這就是佛法。

長老指出，多數人不是被環境困住，而是被自己的理想心態困住。因此，我們必須改變我們的需求，把眼前的困境變成一個機會。認真的人必有機會，認真在現在才有幸福。懂得改變理想與期待，盡力在當前，認真在眼前，做現在做得到的事，不一定做理想的事。所以，學佛人應當認真思考：「現在」可以做什麼？而不是「想」要做什麼。善用現在的因緣，過著正覺的人生。

等待奇蹟是不可取的生活態度，因為等待奇蹟的心態，肯定會讓我們失去更多。只有不依賴、不抱著僥倖的態度，才會認真、務實、實際的努力耕耘。

因此，我們不要抱怨「想要的沒有」，要善用「當前的有」。善用「有」，莫論「無」！如同師父在法語選萃說：「有！是實情；無！是心情。」若是認真於現前的因緣，內心必有光明。





【馬來西亞】威省中道禪林

隨佛長老：從認知情感的建構 發現息苦 平安之路

佛正覺後 2446 年／2014 年 12 月 4 日～12 月 6 日

【威省訊】2014 年 12 月 4 日至 12 月 6 日，隨佛長老結束檳城道場的三晚弘法後，來到威省中道禪林，同樣舉行連續三晚的大眾弘法。演講題目為：「從認知情感的建構發現息苦平安之路」。

12 月 4 日首堂課程，長老以自身修行所見指出：一般佛弟子學佛是求開悟、解脫、證菩提，或祈求保佑與增福。但是坦白說，生活與人生的過程有許多的問題及困難，只依靠信仰，或是等待奇蹟，無助於實際解決現前的困境。在現實的人生，唯有陷在困境與絕望的人，才需要奇蹟。因此，最好與最大的奇蹟是一生都不需要奇蹟。長老再指出正常的修行方法：先別想開悟，但要有方法能讓生活更好，減少困難。實踐後，再以經驗勘驗與調整方法，以務實、實際的態度來經營人生，人生的開展才能落實。長老的精彩開示，大眾深受啟發且獲益不少。

12 月 5 日，長老提到：佛弟子要福慧雙修；福要植，但福也要有受用。人與人互相照顧即是

「福」。長老比喻：丟小石頭，漣漪效應小；丟大石頭，漣漪效應大，傳遞回來的效應也非常明顯。因此，善行做得越多，影響效應越廣。

接著，長老提出，什麼是「做事的智慧」？長老言：不要做理想的事，不做你希望、需要、喜歡的事，應當做現在能做、可以做、對自他有用的事。什麼是做人的智慧？不需要每個人都喜歡自己，此時此刻有適當的人喜歡自己就好。

12 月 6 日末堂課，課題內容是：《如何以新的心態開展新生活、新人生、新的生命、新的世界》。隨佛長老一開始即提醒法友：佛法是實用之道、實用之法，並呼籲大家要善觀天時、地利、人和，做現在能做的事，不要只做心目中的需要。如果能不問理想、成敗，認真做現在可以做、能做的事，即能減少精神負擔與壓力，避免患得患失的心境。長老感歎：許多人是一生與現實對抗，是努力的做自己，念念是理想和盼望，不在現實生活。

在三天課程中，長老教學真誠、懇切，文句間充滿了生命淬鍊的智慧，不時用幽默的譬喻帮助大家理解，時常讓在場的法友會心一笑，更容易記住佛陀的教誨。長老帶領大家在溫馨與喜悅的氛圍中，學習了寶貴的三堂課，讓前來聽法的學眾不虛此行。





【馬來西亞】雙溪大年中道禪林

引頸期盼 隨「佛」而行

佛正覺後 2446 年／2014 年 12 月 5 日

【雙溪大年訊】2014 年 12 月 5 日，是雙溪大年中道禪林供僧暨大眾宣法的日子。一早，法友們從各處陸續抵達禪林。

正當法工與法友們忙碌準備之時，道場外傳來一陣喧嘩，有人說是僧團乘坐的車輛到了禪林，法友們即刻放下手上的事務向外奔去，準備迎接僧團到臨。怎知竟然擺了個烏龍：那輛傳說是僧團搭乘的私家車，只是附近居民的座駕。

不久，師父們終於抵達禪林。一番噓寒問暖後，大眾在長老的帶領下，虔誠頂禮莊嚴的佛像。接著，隨佛長老對大眾進行宣法課程。

雖然隨佛長老弘法行程的安排是非常的緊湊，無法常到雙溪大年宣法，但是長老很關心雙溪大年法友們的學法近況，並不會讓雙溪大年的學法進度落後於其他道場。因為長老與僧團不斷的與各地道場連線教學，加上有出刊《正法之光》雜誌、電子報、臉書、網站視頻……等多媒體管道，確保各地道場的學法進度一致。因此，長老勸勉大家要用功精進學法，才能跟上僧團與教會的腳步。

上午宣法結束，法工們端出兩個蛋糕，慶祝雙溪大年道場成立二周年。當隨佛長老在大眾的歡喜祝福中切完蛋糕，並發表感言後，法友們依序端著自製的美食佳餚，虔誠的在道場前的路旁，靜靜等待師父們托鉢接受供養。大夥兒攜家帶眷參與供僧，歡喜的將食物放入師父們鉢裡，內心好不歡喜！

午齋後，法友們至禪堂繼續聆聽隨佛長老精彩的開示。長老提及許多人當前的生活並不是困境，而困境大多是在個人的心境；若有心境則有困境，多數的困境是因為心境太多。

隨佛長老說明：想要度越困境是需要用智慧做事與做人。談做事！大家應先仔細觀察自己，先看現在的能力可以做什麼，而不是做理想的事；做人！不需要所有的人都喜歡自己，只要有適當的人喜歡就好。應當在生活中務實、實際，做當下可以做的事，說當下可以說的好話。

什麼是最好？今天最好！現前最好！

做當下，必不會失望與沮喪，沒有猶豫，才能有正面的力量讓生活更好！只要隨「佛」而行、認真實踐，必然會讓生活更好，困難更少，遠離煩惱！





【斯里蘭卡】可倫坡

敬賀人間僧寶 百歲壽辰

佛正覺後 2446 年／2014 年 12 月 8 日

【可倫坡訊】2014 年 12 月上旬，隨佛長老與中道僧團法師，以及多位在家居士前往斯里蘭卡，在抵達可倫坡國際機場後，立即前往 Nugegoda 探訪 Gnanissara 大長老。

由於可倫坡市區交通嚴重阻塞，使得原本 2 個小時的車程延宕至 3 個小時，直至晚上才抵達該寺廟。此時，羅睺羅長老早已在寺廟前等候相迎，羅睺羅長老熱切的迎接隨佛長老及隨行弟子們，並且引領眾人拜見 Gnanissara 大長老。

高齡百歲的 Gnanissara 大長老神采奕奕的接見隨佛長老與大眾，隨佛長老率隨行的弟子們向 Gnanissara 大長老頂禮後，隨即向大長老表示，在今年春末之時，已經開始安排前來探訪大長老的行程。雨安居後，隨佛長老陸續飛往澳大利亞、中國大陸、馬來西亞等地區，舉辦一系列的禪修營與弘法活動。將弘法行程結束之後，即專程飛往斯里蘭卡向大長老拜壽。

隨佛長老對 Gnanissara 大長老表達至高的敬重，並且言明能夠認識大長老是一生中的榮幸。隨佛長老藉此機會當面向大長老表達謝意，感謝長久以來大長老對中道僧團的支持與鼓勵。

此外，隨佛長老不忘向大長老提及，住錫在美國的斯里蘭卡籍的 Piyatissa 大長老，因為 Piyatissa 大長老也是大力支持「中華四聖諦佛教會」的成立與宣教。Gnanissara 大長老表示，自己在 60 年前，曾與 Piyatissa 大長老在同一間佛學院擔任院長與副院長一職，兩人是很要好的朋友。Gnanissara 大長老笑稱目前身體的狀況雖然虛弱，但是腦筋可很清楚，記憶力也尚佳，還能出席各地佛教論壇。如：美國、馬來西亞、巴基斯坦、蒙古。

大長老的親近學習弟子——羅睺羅長老，更是讚歎自己的師父在百歲之高齡，尚能精進的閱讀與書寫，每天還要忙於處理法務。

隨佛長老誠意邀請 Gnanissara 大長老前往華人地區傳揚佛法，一起努力弘揚四聖諦佛教。大長老表示若是健康狀況許可，是很樂意前往弘揚佛法。





最後，大眾向大長老辭別之前，「中華四聖諦佛教會」法工代表贈禮於大長老，並祝願大長老法體安康。隨佛長老再次感謝 Gnanissara 大長老一直以來對自己和中道僧團的支持，讓四聖諦佛教得以在華人地區順利弘揚及開展。

在離去不久，隨佛長老獲聞阿難陀長老剛從可倫坡回到道場後，隨即前往拜會阿難陀長老。

隨佛長老再次向阿難陀長老表達感謝，在今年六月期間，代表 Gnanissara 大長老來到臺灣出席「中華四聖諦佛教會」的成立大會，並給予大力的支持和鼓勵，致使「中華四聖諦佛教會」能順利成立，並能在華人社會宣傳。

一群遠自臺灣、馬來西亞的佛弟子，幾位斯里蘭卡的僧寶，在 佛陀的光明中，為法、為眾生、為佛教的相聚於一處，互助、鼓勵於聖道，真是人間美好的境界。



【斯里蘭卡】Siripagama 森林道場

拜訪錫蘭大法雨寺本院 及其 Siripagama 森林道場

佛正覺後 2446 年／2014 年 12 月 10 日

【斯里蘭卡訊】12 月 10 日，在隨佛尊者及僧團法師的帶領下，來自臺灣和馬來西亞的法友一同拜訪斯里蘭卡大法雨寺本院。

當天上午 10 點 30 分，大眾抵達大法雨寺本院後，隨佛長老及中道僧團的僧眾即被邀請受供午齋，百多位出家眾進入齋堂，一起接受當地居民的供養，場面甚為壯觀；法友們也受到當地居民熱情招待，一起用午齋。

午齋後，3 位該寺院的比丘熱情帶領大眾參觀大法雨寺；其中包括高貴典雅的「大雄寶殿」、收藏

佛陀及諸阿羅漢舍利的舍利塔，還有該院的菩提樹等等景點。

下午，隨佛尊者及成慧法師帶領法友前往大法雨寺的 Siripagama 森林道場，拜訪該院導師 Most Venerable K. Gnanananda 尊者。一行人乘坐小型旅巴，前往需要近 5 個小時車程的森林道場。

沒有高速公路，路途中經過無數個小鎮，適逢雨季，使得原本不甚通暢的車道更加難以行駛。駛入森林道場地區的車道更是蜿蜒狹窄，只能容一輛車子單行，輪胎旁就是陡險的山崖，沒有路燈，司機不斷鳴車笛，深恐對面有車子開駛過來；但一路上青蔥優美的山林景色，迷人的雲霧，亦也令人心曠神怡。

抵達 Siripagama 森林道場周邊時，已經將近傍晚。由於小型旅巴無法駛入該森林道場，必須等候更小型車輛載送。由於天色漸晚，隨佛長老決定不等車



子的接送，步行前往道場。當時下著綿綿細雨，連同領路的當地法師，一行人浩浩蕩蕩的徒步上山去。約莫走了 30 分鐘的陡斜山路，來到一間茅舍旁，有好幾位當地居民等候在那裏。還以為已經抵達目的地，怎知我們都被要求脫下鞋子卷起褲腳，原來還要涉水過溪！在當地居民的引導下，大家小心翼翼的涉過了淹至膝蓋的溪流。經過跋山涉水，終於抵達 Siripagama 森林道場。

該院導師 Most Venerable K.Gnanananda 尊者歡喜的會見隨佛長老，亦歡迎眾人的到訪。隨佛長老向 K.Gnanananda 尊者表示，中道僧團到斯里蘭卡之行的主要目的是探訪 Gnanissara 大長老，並向即將慶祝百歲生日的 Gnanissara 大長老賀壽；另外也是為了專程拜訪兩年不見的 K.Gnanananda 尊者。在將近兩個小時的交談中，隨佛長老與 K.Gnanananda 尊者言談甚歡，一起探討經、論之別，以及目前斯里蘭卡、臺灣、大陸等世界各地佛教

界的狀況與發展，並樂意不分地域國界，大家彼此團結一致，宣揚 佛陀正法。

眾人離開 Siripagama 森林道場已經是晚上，K.Gnanananda 尊者與隨佛長老相互牽扶涉水過溪，此時四周除了森林的蟲鳴，就是黑漆漆的一片。隨行的居士們一前一後的排成一列，帶頭的法友提著手電筒為眾人打燈，法友們一個緊貼一個，憑著感覺慢慢地向前走，大家互相照應，一起渡過溪流。17 歲的法吾小法工一馬當先獨自渡過溪流，就在對岸將這難得的一刻攝入鏡頭。腳下的溪水雖是冰冷，法友們之間的關愛卻讓人暖在心頭。

眾人過溪以後，Siripagama 森林道場的吉普車已等候多時，眾人與 K.Gnanananda 尊者道別後，由森林道場的護法居士送下山。眾人在山嶺下再搭上小型旅巴返回住處。

回到住宿處已經是晚上十點半左右了，雖然疲憊，但這次的經歷卻是令人難忘。





【臺灣】新北市龍山寺板橋文化廣場

十二因緣真奧義 萬仞覺門重開啟

佛正覺後 2446 年／2014 年 12 月 14 日

【新北市訊】財團法人台北市艋舺龍山寺主辦、中華原始佛教會聯辦之中道僧團聯合宣法，由盛夏 8 月一直延續到 12 月。

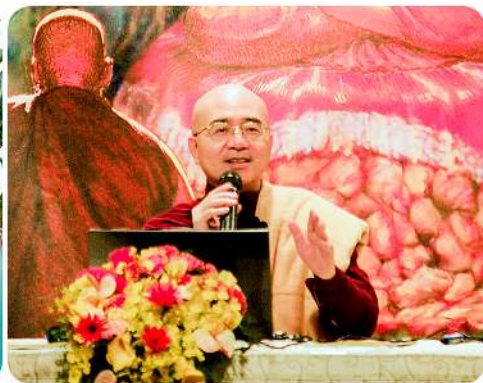
12 月 14 日，中道僧團導師隨佛長老親自講授「十二因緣之原說及奧義」，圓滿完成此次聯合宣法。五個月來於龍山寺板橋文化廣場大會堂的大眾弘法活動，獲得各地法友們的熱情參與，並在聞法受益後，輾轉邀約親朋們一起前來聽聞難得的 佛陀原說。

前幾堂課釐清了「十二因緣」提要句頌與真義的差別，說明後世論說以提要句頌理解法義的誤謬及部派傳述法義的變遷，並清楚解說「無明緣行」、「行緣識」、「識緣名色」等的詳細內容。本日長老接續

詳細講解部派義解如何建構「識」與「名色」的關係，及對經說法教產生的影響。

長老指出「十二因緣法」本身是禪法，能詳細的解說生死輪迴及身心實況。然而，部派佛教時期以「俱生」、「共生」、「和合生」等概念，建構「識」與「名色」相互依持而成的概念，這不符合佛陀所宣說十二因緣法的「緣生」法義，也忘失「貪愛」在其中的作用。「相依」的概念造成自我循環論證的困局，進而以「識」為分位的解說十二因緣。如此一來，「十二因緣」即由禪法轉變成解釋三世輪迴的宗教信仰理論而已！

因為部派佛教的偏差論說，對佛教的影響極為廣泛、深刻，所以有必要加以釐清，以利佛法的重興與利世。「俱生」、「共生」、「和合生」等概念是相近的說法，追究到底則都是「自生」、「無因生」的妄見，一般學法者很難察覺到當中的問題。透過長老引據三藏論證的精闢解說，徹底解開「名色緣識，識緣名色」之提要句頌的原義，並消除部派論義所糾結的千年疑團。





【臺灣】台中中道禪林

台中中道禪林法友 北上聽法

佛正覺後 2446 年／2014 年 12 月 14 日

【台中訊】台中中道禪林的法耶和法善法工，在幾個月前提議：廣邀法友及親朋好友，租輛大巴士北上，參加 12 月 14 日中道僧團於龍山寺舉辦的「十二因緣之原說及奧義」的弘法活動。在大家的積極響應下，北上聽法的提議終於成行。

因為此次報名參加的人數比較多，法耶、法善、法恩等禪林法工，在每週日的共修結束後，多次的溝通交流，分配聯絡車輛、訂購素餐、法務聯繫……等事務，大家互助合作，每人各司其職，順應了長老的法語「溝通的最佳境界，就是不認同，但可接受」，同時，也深刻的體會長老所說：「參與就是修行」。

12 月 14 日一大早，法友們不畏寒冷的天氣，6 點準時抵達台中禪林樓下集合。有多位新法友參加了此次活動，在法耶法友的帶動下，大家一一自我介紹，很快就拉近彼此的距離，在相互熟悉的過程中，不知不覺車子已抵達龍山寺會場。法友們在法工帶領下，井然有序的進入會場，表現出臺中法友的團隊精神。

長老精彩的開示讓與會者對十二因緣的真義有了進一步認識，在分組討論中，大家也不甘落人之後，積極參與討論，發表自己的見解。

在回程的車上，法耶法友巧妙的邀約大家談談聽法後的心得體會，多位法友分享了心得，每個人的感想不盡相同，但對長老及僧團師父們的辛勤努力弘法利生，皆是滿滿的感恩。





【馬來西亞】檳城中道禪林

散播菩提種子 散播愛 中道青少年佛學營

佛正覺後 2446 年 / 2014 年 12 月 13 日 ~ 14 日

【檳城訊】2014 年 12 月 13 日至 14 日，馬來西亞檳城中道禪林舉辦兩日「中道青少年佛學生活營」。同學們除了是來自檳島各地的中學生以外，還有來自威省、雙溪大年及中馬地區的學生。當天早晨，道場裏

播放了溫馨的佛曲，令人法喜萬分，透過美妙的佛曲，也引領了學生們從道場外到三樓禪堂報到。

在活動開始前，法工為學生們說明營規，再帶領大家進入營隊的課程。在年輕學員完成分組交流與自我介紹後，接著，由 J. S. 師兄講解現今佛教各源流的實況，再由中智法師與生觀法師為同學們分享法義。課程內容有：佛法與佛教的差異、佛教歷史、佛法與心理學及「安般念修習」等多元課程。生活營裏的課程設計相當精彩與活潑，讓莘莘學子受益良多。





另外，每當午齋時，主辦單位特地安排學生們供僧，目的是讓年輕學員體驗親手給予與奉獻的學習機會。除此之外，還有學子們期待的遊戲環節：水球傳遞、建立城堡、站場遊戲、電影教學及營歌……等。透過這些小遊戲，讓學生們感受人與人之間的溫暖，以及團結的重要性。

活動進入尾聲，在大合照與頒獎儀式之前，年輕學員為家長們獻上一首營歌——「善苗」，以及生動的手語表演。結束後，學子們走向自己的父母，送上

一個溫暖的擁抱，對父母表達內心的感恩。如此溫馨的氣氛感染了在場的每一個人。

離營前，師父們諄諄叮嚀學子們，要將這兩天在營隊裏學的知識與方法，善於運用在生活上，並要好好的善待自己、慈悲他人，遠離無謂的煩惱與痛苦。如此，明天才會更好，生命才會更有力量，這即是「彩色人生」。兩日的佛學生活營在歡聲笑語中圓滿結營。





原始佛教與現代心理學講座 紀實

書記組 法尚整理

壹、前言

端正的身心，經營端正的生活，成就端正的修行人格。基於身心健康端正的重要性，中道僧團陸續舉辦了多場佛教與心理學的對話，幫助大眾解決生活的煩惱與心理的問題。2013 年 1 月與 2014 年 3 月，長老與李志祥博士在馬來西亞兩場對談；2013 年 4 月在美國波士頓，長老與尹遠程、楊意、周曉丹三位臨床治療師座談；2014 年 10 月 4 日，中道僧團在臺灣，假龍山寺板橋文化廣場大會堂，舉辦心理講座，臺灣學眾因此蒙受莫大法益。

此次與隨佛禪師一起對談的心理學博士，一位是現任洛杉磯心理緊急機動應變署企劃推行負責人謝公達博士，另一位楊意博士則是在哈佛大學醫學院附屬醫院擔任心理治療師，主題是《走出人生的低谷，正向光明燦爛的人生》。精彩的對話長達三個半小時，

三人的演說，在主持人法正居士的穿針引線之下，彼此呼應、互相增輝。

貳、楊意博士部分

一、為什麼不快樂？

面對人生的低谷、不快樂，楊博士以其專業提出了大哉問：「究竟是因為不快樂所以不活在當下呢？還是因為不活在當下所以不快樂呢？」答案當然很難下定論，但是有一些研究卻提出了相當確鑿的證據，證明：做事時心裏想著別的事，與做事時心思就在這件事情上相比，前者較不開心；哪怕做的事是他不喜歡的，一心一意地做也還是比心裏想別的事要開心。

何以如此呢？西方醫學家 Mareus Raichle 博士，提出了這樣的研究發現：當人在無所事事的時候，大腦可沒閒著，大腦的多個區域都會反應；而且



對一個人而言，他那個反應的模式、反應的區間，幾乎是一樣的。他給這個現象創造了一個新語詞——「默認的網絡聯結模式」(default mode of network)。也就是說，如果不努力去改變，我們的大腦就會熟門熟路的循著這樣的網絡模式做出慣性的反應。而且很不幸的，這樣的網絡模式通常會將我們帶到以下四方面：一個是過去的我，一個是未來的我，一個是別人眼中的我，最後一個是好壞得失的判斷。

想想，「過去的我很多後悔，未來的我很多恐懼，別人眼中的我很多壓力，好壞得失的判斷很多焦慮」，一個人不活在當下，我們的大腦竟然帶給我們這麼多痛苦！更可怕的是，這位醫學家還發現：默認的網絡模式發生的頻率之高，以及它消耗人的能量之大，是很驚人的，人有 80% 的能量消耗在此。我們以為我們無所事事在休息時，實際上，仍持續在消耗能量；而且在消耗的過程中，仍繼續固化、強化那個網絡模式，使它更加彰顯，更影響著我們。面對這個



驚人的事實，從心理學的角度來看，我們可以做些什麼來減少不快樂呢？

二、如何減少不快樂？

楊博士推薦學習新近心理學研究的顯學——正念(mindfulness)這個方法，這個方法是脫胎於佛教的影響。大要是：調控和維持我們的注意力在當前的經驗中，並且對這個經驗，不管喜歡或排斥，讓我們覺得愉快或不愉快，都保持著一種開放的、接納的、好奇的心態，盡量減少對它的評判。簡單講，就是「如實的覺知，平和的看待」。

既然不快樂與心不在焉、不活在當下有關，對治之道當然就是正念、活在當下。楊博士說：當你做一件事情，就打開自己的身心五官，全面去感受它，如實的看發生了什麼？有什麼影響？要怎麼回應……云云，而不是活在過去或者未來。這樣的好處在於：如果我們把注意力放在如實的覺知，就不會有太多的注意力和思考的空間去貼好、壞、善、惡的標籤。這才有機會發現：之前以為的不一定是真的；才有機會接納新的經驗，接收正確的信息；也才有可能去覆蓋、重寫、或修正過去的偏見，改變之前不快樂的心境，變得更積極正向，更符合現實。

三、如何走出低谷？

楊博士認為，低谷其實是一種心境，不一定是實際的情境。當我們自以為深陷谷底的時候，這種感受、心境，往往只是受到其他因素的影響。例如：看到朋友在臉書 po 照曬恩愛，你欣羨之餘起了孤單感；身體未能獲得充分休息，不禁擔憂起自己的健康問題等。總之，不喜歡的工作、不滿意的薪資、家庭關係上的摩擦，在在牽動你的心緒。但只要從當中任何一個因素著手，就能改變陷於谷底的心境。

然而，有一種情況是：如果這個低谷不僅僅是一時的心境，而是實際現實的困難，一時半刻無法改善，例如不好的習慣所導致的處境，那又該如何面對



呢？心理學當中有很多研究是針對習慣的養成和維護，簡單的說，我們人在一定程度上，是一種條件反射的動物，我們可以善用「如果...就(if...then)」，建立條件反射，最終建立習慣。實際做法是：針對你想要改變的習慣，規劃出一個可操作的具體計劃，內容愈具體愈好。例如你想改變不運動的壞習慣，可以這樣計畫：我希望「如果」我回到家的時候，不太晚，「就」出去運動，而且是一回到家，立刻換上跑鞋上路；甚至你還要做一個備份計劃：如果下雨了怎麼辦？「如果」下雨，我又有時間，我「就」在家裡做做瑜伽。藉著這樣的操作來改變不良習慣。

四、誰可以持久的幫助我們開展光明的人生？

在這段談話當中，楊博士結合心理治療，暢談正念是如何幫助我們理解和接納自己。楊博士強調，雖然在治療當中，的確會教導到訪者一些正念的練習，但那不是主要的重點，重點在於所謂的「正念精神」，用精神分析的泰斗弗洛伊德的說法，便是「一種籠罩在上空的注意力」。接著，楊博士細膩深刻地描述她個人是如何以這樣的正念精神，在診療室中，與到訪者進行互動。

楊博士說：「當我和到訪者坐在一個空間裡，我的注意力是完全打開的，要同時覺察到他說了什麼？沒說的是什麼？表情、肢體語言是什麼？從聆聽當中，我聯想到了什麼？我有什麼情緒生起？我是否對他有投射？對他有期待？諸如此類，巨細靡遺，都要覺察。這一切當時都發生了，我唯有全然打開去接受這一切，才可能幫助這個人，拓展他對自己的體驗，了解他內心不願意被覺察到的痛苦、衝突。我做治療師的過程當中，覺得我付出自己來體會那個人，也讓那個人藉由我加深他對自己的體會。」

楊博士說明，心理治療是如何通過「內化」而實現療癒和成長的幾個必經階段。第一個階段主要是，治療師透過正念精神與去訪者互動，讓他體會到一種，從未有過的、全新的情感認知和人際關係

的經驗，因而對本為陌生人的治療師，賦予高度的信任感，敞開心懷，無話不談。如是就能進入到另外一個階段，在這個階段裡，到訪者面對過去類似的經驗事件重現時，可能會反問自己：「我的治療師會怎麼說？」或者感覺治療師如同正在他的身邊一般，對他投予鼓勵的微笑。這些現象表示「內化」已經發生了，到訪者已經開始內化治療師對他的包容、接納、尊重，以及信心。這時候他依然覺得是治療師對他好、理解他，是治療師給他很特別的溫暖。但是在下一個階段，他會意識到，其實他自己就有能力給自己這份溫暖與智慧。也就是說，治療師從一個外在的陌生人，逐漸的進入，被內化，然後透過他這個載體，到訪者自己意識到：啊！其實我可以！我有能力了解，能夠承受，甚至昇華轉化，在痛苦當中發現意義。

楊博士以上的剖析，相當令人動容。我們因此了解到，原來治療師是如此付出自己的生命，陪伴到訪者進行生命的深度探索；我們也學會了以接納的態度重新理解自己內心的痛苦。前面提到過，大腦「默認的網絡聯結模式」，在我們胡思亂想的時候，會將我們帶往痛苦所在之處。楊博士表示：我們內心有痛苦，但是內心深處的恐懼感往往讓我們拒絕去面對，治療師能夠擔任起協助者的角色，幫助我們慢慢的放下恐懼，進而了解自己內心的痛苦。最後，我們將能發覺，原來所有的心理症狀，不管是失眠、焦慮、身體上的各種反應、人際當中的障礙……云云，只是內在的衝突，只因恐懼、痛苦太強烈，我們一直以來不知道如何去應對它。那些痛苦也可能很早就發生，可能當時我們年紀還小，一個小孩能知道怎麼解決衝突嗎？不能，他只能抓到什麼就用！而那個反應模式，以後會反覆的被使用，被不斷的固化，但是它早已不再適用了。就像師父舉的例子，年紀小的時候以哭鬧來達成需求還管用；但隨著年齡的增長，哭鬧的反應模式還會有用嗎？我們只要理解當時有當時的因緣，學會不再受制於當時的反應模式，不讓自己繼續被禁



錮在過去的經驗當中。現在的因緣已經轉現，我們可以有契合現在因緣的反應模式，那麼所謂的痛苦，也將自然的煙消雲散。

楊博士特別強調，其實每一個人的內心都有那一灘溫柔的智慧，足以持久的幫助自己開展光明的人生。這樣溫柔的智慧，不僅可以喚醒、激活、調動我們內心的力量，也可以幫助別人啟動他自己內心的力量。楊博士叮嚀我們一定要記得：自己內心是有一份力量和智慧的，試著做自己最好的朋友，做自己最好的老師，不可能全做到，但偶爾能做到就很好。

參、謝公達博士部分

一、樂觀與悲觀

謝博士認為面對事情的態度相當重要。心態能夠影響我們眼前生活的經驗和品質，後續生活是否能夠朝往正向前進，心態也是重要的關鍵。謝博士首先講解 1960 年代，美國心理學家關於「學會的無助感」(learned helplessness) 的研究，假設讓參與實驗的動物經歷到，牠們沒有辦法避免的不愉悅經驗，無數次下來之後，這些動物所採取的應變反應，就是坐以待斃，不再掙脫逃跑！而後將癌細胞移植到這些動物體內，監測牠們對癌細胞的免疫力，發現牠們的免疫力比沒有這樣經歷的動物來得低弱，死亡率也明顯較高。相反的，這些動物一旦成功躲過不愉悅的經驗，以後碰到類似的經驗，牠們會積極的改變處境；若將癌細胞移植到牠們體內，牠們的免疫力也會相對提高。這個研究也對人類進行了觀察，發現面對同樣不愉快的經驗，有些人樂觀看待，認為挫敗的原因是暫時的，是可以改變的，是局部性的；有些人卻悲觀憂愁，認為困境將永遠如此，他的一切皆毀，什麼都不能改變。兩者不同的態度，令他們在工作、學業、感情、健康上呈現了明顯差異。謝博士透過這個研究來提醒大家如何面對我們的遭遇，我們選擇的態度，攸關我們生命的品質。

二、度越生命中痛苦的過程

人的一生漫漫數十年，總難免會遇到一些挫敗經驗或者是難以承受的痛苦；重大的創傷經驗會瓦解我們對自己、對他人和世界的原有想法。如何度越這樣的痛苦經驗，謝博士提出這樣的建議。

不論我們是因為受到傷害，或者是因為失去所愛的人、財物，而感到痛苦哀傷，應該允許自己去哀悼、去傷感，不要壓抑悲傷的情緒，那才是健康的作法。而後，適切的建議是，找出失去的人、物和整個經驗對我們的意義，藉以幫助我們活得更堅強，更懂得珍惜生命中有價值的東西，更懂得去體恤他人、珍惜身邊的人。例如經歷喪子之痛的父親，他懷念兒子的善良、體貼、正直種種的美好特質，他告訴自己也要以這些美好的特質對待別人，那麼兒子將因此彷彿繼續存活人間。這個父親以這樣的方式紀念他的孩子，度越悲傷，而他未來的生





活也得以繼續開展下去。

三、如何改變我們的人生？

接著，謝博士舉一位猶太裔的精神科醫生 Victor Frankl 在納粹的集中營存活下來的經歷為例，向聽眾說明：當人生面臨幾乎無法改變的痛苦困境時，當如何自處。Victor Frankl 說：許多人在裡面死去，而他為什麼可以活下來？因為他發現在集中營裡沒有絲毫的決定權，連上個廁所都不得自主，隨時都有可能被送去毒氣室毒死，生命處在極度驚恐的狀態，毫無改變的可能性。可是在那樣處境之下，還是有一件事可做——選擇用什麼樣的態度面對處境，賦予那個處境一個意義。他告訴自己：假如愛妻還活著，她會希望看到他，所以他一定要活下去。當時他為自己找到這樣一個意義，勉勵自己努力活下去。

謝博士又提出了另一種值得我們注意的現象，他說：我們很多的經驗其實是身心跟環境之間的一種循環，身心反應與外在人際、成就的回饋彼此互相影響。舉例來說，一個在意成績的學生考試考差了，除了他自己內心挫折沮喪之外，家長、師長或許也會加以指責，導致他更加在意成績分數，要求自己更用功，但不良的學習情緒會影響學習效果，這個學生的成績可能無法因為加倍用功而進步，於是心情更加低落鬱悶，導致更無法妥善回應周遭的人際互動……，這就是一種負面循環。我們的首要工作，就是警覺到這種負面循環，讓自己念頭轉個彎：「嗯！我盡力了，這次沒考好，下次可不一定！」並且約朋友出去運動，讓自己從負面循環轉向身心的正面循環。方法是：覺察到自己的負面想法、情緒、和行為模式，接受它們的浮現，並做一些中性或有正面影響的行為。

四、如何提升身心的健康與快樂

怎麼樣可以讓我們的生活更快樂呢？謝博士表示，正向心理學(Positive Psychology)，針對如何提

升一般人生活快樂感進行研究。除了固定的運動，健康的飲食，充分的睡眠等基本作為之外，以下的建議也相當可行：

- (1) 投入感：完全地將自己投入在一些我們喜歡做的、覺得有意義的事情上，培養一種正面的快樂感。
- (2) 三件好事情：每晚記錄三件發生的好事情，即使是很小的事情也值得記錄。持續這樣子做，至少七天以上，研究發現，一個人的快樂感會增加。
- (3) 發掘與運用自己的長處，增加勝任感。
- (4) 培養良好的人我關係：瞭解與重視他人的感受，經營好人緣。快樂往往就存在於人與人互動互助的關係之中。

現代心理學很重視大腦的研究，發現大腦有其機械性，但同時也具有可塑性。我們心不在焉時，大腦依著楊博士所說的 pathway network，進行自動化、機械性的反應；但是大腦的結構，事實上又是隨時可以改變的，我們的思考、想法，都可以改變我們的大腦結構。即使已是成年人了，它還是不停在改變。所以我們可以藉由某些訓練，重塑大腦結構。謝博士認為，正向的思考方式可以訓練我們的大腦，慢慢的導往正面的方向。身為父母者，不斷的往正向思考，影響所及，子女較有機會朝往正向思考，代代影響，就能創造美好的家庭與社會。

肆、隨佛禪師部分

一、環境、需求、經驗、文化、認知、期待的交替循環

楊博士說人們無所事事的時候，大腦所想的無非是一些不愉快的事。呼應楊博士的說法，隨佛禪師明確地告訴我們：我們腦子裡多數的時候，都在尋求喜樂經驗的重複性，以及逃避、拒絕憂傷痛苦的情緒。隨佛禪師進而精闢的解說憂傷痛苦情緒的根本起因：



現前的身心是緣生，緣生離不開環境、經驗、認知、情感。環境遷流不息，感官的刺激與回應也遷流不息，所形成的感受、認知、記憶，也像流水一樣循環不息。但是人們在這種身心流轉的過程裡，無法保持在如實覺知跟平靜坦然的狀態，面對現實的時候，引發憂傷痛苦的情緒，是如此的無力、無助，只能以逃避或拒斥的方式避免痛苦和無助。然而，無論我們採取什麼方式，必定是徒勞無功。舉例而言，禪修時希望能夠攝念一處，只是就在你這麼練習的時候，緣生的五陰身心，照樣如流水般的一直遷流不息，請問攝念一處如何可能？或者，面對現實生活時，若想維護自己小心經營的家庭溫室，請問如何成功的隔絕來自社會環境的影響呢？不管是要求孩子，不要受外面的干擾；或是要求自己念頭專注不要散亂，窮一生也達不到。原因何在？因為你在跟世間的真相挑戰，這種挑戰根本沒有任何成功的可能性。拒斥逃避絕對不是正確的方式，我們的憂傷痛苦不會因此止息。

佛教則是教育我們應該面對它、了解它，藉著了解得以正確的處理它，然後度越當中的煩惱跟痛苦。



接著，隨佛禪師詳實的說明：現實的人生到底是怎麼樣的因緣？

- (1) 現實人生的因緣就是環境，環境導向一種在環境底下的需求。
- (2) 這個環境底下導向的需求，會促成追求需求的經驗。
- (3) 這種追求需求的經驗，會累積成為生活經驗中的文化。
- (4) 在這種經驗文化底下，會形塑出在這個文化底下的認知，這個社會、這個民族、這個地域，同樣的環境，類似的需求，相似的經驗累積出同質性的文化，而形成普遍性的認知。
- (5) 這個認知就會發展出這個環境底下的某種期待，因為文化底下就會有一種意義的認定，就會形成價值觀。有了意義，有了價值觀，我們就會有期待，以及環境底下的需求。
- (6) 這種期待又會幫助我們促進生命去開創環境，因為為了滿足期待，就會有行動，行動就會開創環境，然後又會和環境形成一種循環不息的因緣關係。所以，環境、需求、經驗、文化、認知、期待，形成一種交替循環的因緣。
- (7) 很多挫敗的心理、哀傷的經驗，就是在這種因緣循環底下所形成的一種身心情境。
- (8) 在現實的人生裡，如果要走向光明的前途，必須在這樣的因緣循環裡找到出路。如果不回到這個事實，不從這種因緣循環的人生現實面看，可能很難找到現實的出路。

二、人生的低谷

人生就是環境、需求、經驗、文化、認知、期待六件事情的交替循環，這是在我們家庭生活中天天上演的真實。在這六事當中會形成哪些人生的低谷或挫敗呢？隨佛禪師幫我們歸納出四點：



- (1) 環境與需求的低谷：譬如萬物皆漲，薪水不漲，大環境如此，我們買房的需求，或許要不吃不喝六十年吧！
- (2) 經驗與文化的低谷：譬如拼命工作，薪水卻凍漲，忍氣吞聲不敢抗議，就怕飯碗不保，付出與所得不成比例；周遭親友「言語相逼」：應該結婚、置屋、養小孩了！但你可能連養自己都有問題，卻必須面對文化上約定俗成、理所當然的精神壓力。
- (3) 認知與期待的低谷：我們可能因此認為自己是個 loser（失敗者），對自己的認知評價很差，無法肯定自己，認為自己經濟、工作、個性什麼都差，對自己還能有什麼期待呢？
- (4) 自我否定與憂傷情緒的低谷：由於一連串的挫敗，我們陷入了「心理黑洞」爬不出來，形成自我的否定跟憂傷情緒的低谷。

這就是六事循環當中所形成的困境，是我們活生生的真實生活寫照。

三、認知與情感的錯置

這些困境的主要核心點在哪裡呢？我們怎麼打破六事循環形成困境的結呢？從佛法的觀點幫助我們發現到：在這個循環裡，認知跟情感受環境、經驗、文化的影響，同時在回應的當中，又改變了環境，形成了新的需求，累積不同的經驗跟文化。它形成一個 cycle。面對這樣的一個 cycle，我們如何幫助自己解決問題呢？隨佛禪師為我們提供了朝向光明的機會：從認知和情感下手。

- (1) 在影響循環中的人生。

正確了知我們的人生，就處在這種循環影響的當中。環境、需求、經驗、認知、文化、期待，不斷在形塑我們身心的發展，然後從身心的發展進而影響了環境的趨向，環境的趨向又再反覆的影響身

心的發展。

- (2) 在影響中不停顯現的機緣。

世間雖然不斷的流轉，可是機會卻一直在流轉中出現，端看我們如何把握努力。如果我們無法能夠改變環境，就先改變、跨越已有的認知和情感模式的束縛。先從這裡下手，那是我們現在就可以做的。

如何跨越認知與情感模式的束縛？當我們幼年時，以哭鬧的情緒方式表達需求，並且獲得父母的回應，我們先學會了用情緒表達；等慢慢懂事，父母會教導孩子用說明的方式讓人了解而解決問題。如果父母是這樣跟孩子互動，那孩子就會從情緒的表達法，逐漸學會溝通的表達法與人相處；如果不幸的，父母也是以情緒的表達法與孩子互動，孩子就無法學會情緒以外的互動方式，等慢慢年紀大了，對事情的反應，就容易困陷在情緒裡。或者父母是以完美主義來要求孩子，那麼，孩子將會逐漸形塑出一種渴求完美的焦慮，精神陷入一種無謂的情感低谷，而這個低谷是虛幻的、不真實的，因為我們總是不完美。。

- (3) 過度的推想；(4) 不切實際的期待。

推想事情以後可能一直會那樣。過度的推想就會形成不切實際的、過度的焦慮，以及不切實際的期待，認為：「我現在一定要如何，以後才不會怎麼樣。」然而你現在能這樣，以後也不一定能如你想像的那樣。總歸而言，我們無法忠實的看待現在、平實的接受現在。

- (5) 當前一時，一生一世的錯置。

我們很容易產生一種錯置：快樂和痛苦是當前的一時，可是我們過度的推想，過度的焦慮，盼望這眼前的一時，變成一生一世。人們常常把一件不愉快的事，用「神通」把它變成一辈子的痛苦。隨佛禪師幽默的說：這就是神通，而且是大神通，比把銅變成黃金更厲害！居然會把一件不愉快的事，變成一辈子的痛苦；一時的不和，變成一辈子的對立。



(6) 認知與情感的錯置。

隨佛禪師說：把「一件不愉快的事，變成一辈子的痛苦；一時的不和，變成一辈子的對立」，這是一種認知跟情感錯誤的連接。連接不對！就是電線接水管，肯定會觸電。這件事別人沒辦法幫忙，但自己可以幫忙自己——我們隨時都有機會轉換身心來開展新的人生。

四、正知正行

(1) 人生是影響循環中當前的經驗。

人生幾十年的過程，我們面對的是現在，得著重當前的經驗，一種環境、需求、經驗、文化、認知、期待交替循環影響當中的現前的經驗。

(2) 當前的經驗只是當前，不是絕對，也不會是全部。

每個人受限於現有的記憶、情感模式跟反應，所以經驗不可能相同。好比倒一杯水給你，杯子不同，你喝到的水就不會一樣，這就是現實。所以，當前的經驗只是當前，它沒有絕對性，不能說只有某種經驗；經驗是多面性，但它也不是全部；經驗也不會一成不變。這是現實。

過去的經驗對你來說很真實，重點是它在現在已非真實。如果一定要把五年前的真實經驗，變成現在真實的事實，那麼人生就會變成「一段不斷重複的舊影片」。如果那是一件令你難忘的傷心過往，那就會變成你一生的傷心事；如果你忘懷不了的是一件快樂事，你就可能一直活在往昔美好的情境中，而忽略了現在的問題。

(3) 環境是緣生，緣生的環境既不是苦、也不是樂。

佛法是從因緣、緣生來認識這個世界，緣生的現實基本上是中性的，既不是苦，也不是樂。然而，許多佛弟子認為人生是無常、苦、非我。為了解開這個困惑，隨佛禪師指著講台詢問現場聽眾：「你

們是看到講臺上有一盆花？還是看到『沒有西瓜』？」群眾回答：「看到一盆花。」隨佛禪師接著說：「人們能經驗到的一定都是『有』，『沒有什麼』一定經驗不到。如果能經驗到，就不是無。所以，無常不是現實，緣生才是現實。把無常當作現實，是部派佛教以後的事，這種觀念將佛弟子帶往消極避世的頹廢心境。」

你不可能看到桌上沒有西瓜，你看到的一定是桌上有一盆花。但是，如果你心裡期待的是桌上有西瓜，那麼你就會覺得桌上沒有西瓜令你很難過，就會產生失落的心情。這個時候你面對現實，只有失落的心緒；可是如果你平懷的看待眼前就是一盆花，就會看到這盆花有何好處，此時，你內心不會失落，看到的是有什麼機會善用這盆花。如是之態度，讓你面對現實人生，看到的都是機會。

如果從無常、苦、無我來看現實，註定一開始就已經走入了低谷的人生。原因何在？人生既然無常、苦、無我，而你想要的卻是常、樂、我、淨，那麼，你一輩子 and 現實唱反調，如何能不陷入人生的低谷呢？但如果你看到的是現在、是機會，看到現在可以做什麼，恭喜你，你可以不斷開創自己的人生。

(4) 憂苦緣自認知、期待的失落感

(5) 喜樂緣自認知、期待的確定感

(6) 順境、逆境、喜樂、憂苦不在環境，是在認知與期待的影響中

(7) 解決人生困局的正道，是在認知與期待的轉化。

原始佛教認為人生的痛苦是源於認知、期待的失落感。隨佛禪師認為：華人的文化習慣講十全十美、完美、圓滿，這在他看來，卻是充滿了恐怖性。因為圓滿和十全十美只有在哲學、宗教信仰、我們內心的期待裡面存在，而在現實裡面，完全沒有。如果我們一定要這樣，認知就讓我們導向痛苦的道路；我們的期待跟著認知走，那現實的活著就是失落。活著就是



失落感，低谷是一生的事。原因在哪裡？因為那是認知與期待的錯置，所形成的人生的痛苦。所以現實不會痛苦，是認知與期待的錯誤所形成的。

至於快樂，你覺得你的快樂從哪裡來？因為認知與期待的一種過度推演，形成了想像而快樂。現實不會讓你快樂，是因為這樣而快樂的。

隨佛禪師明確地告訴我們：順境逆境，喜樂憂苦，不在環境，而是在認知期待的影響下，所形成的個人的心境罷了。解決人生困局的正道，是在認知與期待的轉化。

五、光明人生的正行、正受

隨佛禪師告訴我們：

- (1) 成功與失敗是環境的訴求：在環境底下，就有環境底下的需求和訴求。如果我們努力於這些訴求的實現，別人就會評價我們是人生勝利組；如果未曾實現這些訴求，別人就會評價我們是失敗者。所以首先要明白，成敗是來自於環境的訴求，而不是我們自己的需求。
- (2) 價值與意義是文化的評價：在實現需求的過程當中，就會形成經驗，經驗就會形成文化，文化就會評價我們的行為、活著的意義跟價值。不同的文化、環境，就會有不同的意義跟價值。人們尋找活著的、工作的意義與價值，其目的就是在尋求自我的肯定與環境的認同。因為它建構在環境與自我的感受之間。所以意義與價值不是你的，是文化的。
- (3) 肯定與否定是自我的觀點：在文化的價值底下，我們會盡力想要去成功，或者找到自己的意義。如果做得到，我們就會肯定自己；如果做不到，我們就會否定自己，形成勝任與挫敗的心緒。所以肯定與否定是我們個人的觀點。很多人自認為行，可是別人認為你行；別人認為你行，你又自認不行。所以基本上這是一種自我的觀點。
- (4) 喜樂與憂苦是自我評定的感受：認知與期待的結合如果有實現，我們就會快樂；認知與期待如果沒有實現，我們就會痛苦。
- (5) 人間的可貴是在人與人之間：人與人之間就是人間，人生的快樂其實藏在人與人之間。
- (6) 人生的美好，是在人間的生活：人生的美好，一定是在人與人之間相處生活當中的美好；如果在人與人相處之間不美好，人生還會好嗎？財富、地位、名聲並非重點，其實我們只想得到別人對我們的認同和接納而已，經由別人的認同和接納，讓我們在人與人之間產生了喜樂跟平安。禪師告訴我們，我們要的不是成功、不是意義，也不是財富、名聲、地位，其實從頭到尾，我們要的是人間，要的是人間的生活，只是這樣而已！
- (7) 生活的重點，是在活著的當前：不在過去，不在未來，是在現在。
- (8) 活著的感受，是在傾力於眼前的過程：認真的人最有魅力；認真以後最充實。傾力在過程，才有活著的感受；沒有傾力在過程，活著如同行屍走肉。
- (9) 過程的作為，是在面對與分享：我們傾力在過程，是為了面對現在，分享生命。因為你活在現在，你必須要面對現在；因為沒有人是孤單的，你必須分享。
- (10) 面對與分享的原因，是現前在人間：因為我們現在活在人間，我們現在就活在人與人之間。
- (11) 活在當前則無憂，死在現前亦無憾：人生的許多低谷，說穿了，不就是成敗、是非、得失、苦樂、意義的問題嗎？而這些問題還不都是環境的、文化的、經驗的、各種方面的，從頭到尾都不是現在的。現在最重要的是什麼？面對跟分享。面對與分享就是活在現在最重要的事。我們努力這件事，不要去想環境需求下的成敗問題，



不要去想文化底下的意義與價值的問題，不要去想旁人跟自己評價的肯定跟否定的問題，諸位朋友，這就是現實，這也是低谷的治本之法。

(12) 緣生人生莫為我、為得失而苦，當知活在當前，即是最可貴的機緣。



伍、問題回答與結語部分

最後，三位主講者除了針對現場聽眾法友所提出的問題，提供了他們寶貴的看法之外，也做出簡單結語。

關於如何善用佛教的禪修方法與心理學的正念方法，楊博士認為可以多方嘗試不須設限，任何方法用在個人身上都會呈現出不同的效果，方法的使用者必須根據自身的狀況和需求略加調整。楊博士也回答了如何與人品不佳、道德低落的人相處，建議聽眾從多方層面去了解眼前人，設身處地去理解那人何以如此，何種環境、背景、經歷導致他形成那樣的人格；一旦有了基本的理解，就能產生接受、寬容的心境，就比較能夠跟那樣的人相處。

最後，楊博士與我們分享了她的到美國新墨西哥州白沙國家公園旅遊時的感受：浩瀚無邊的、巨大的白色沙丘不論烙印了多少人類的足跡，隔天海風一吹，沙面再度平滑無瑕；我們每個人都背負包袱、有創傷、有痕跡，這是一定的，如果能夠如風吹過，事後平滑無痕，那該多好？她願為此貢獻個人的力量。

針對如何達到良好的親子溝通，謝博士則建議試著與孩子做朋友，一起從事正面的互動，不必忙著教導、糾正他們，他認為朋友角色的影響力絕對過高於嘮叨父母形象的影響力。最後，謝博士祝福眾人生活愈來愈正向快樂，建議大家從簡單的事物開始，引導正向的循環。

至於，認知與期待不同的兩個人可以共組家庭嗎？如何入世平安，出世不荒涼？兩個看似不同的問題，其實問題的核心是相同的，隨佛禪師回答說：就在於是否了解—我們現在就活在人與人之間，我們要的很簡單，要的就是人跟人之間很和樂，如此而已。面對與分享就可以讓我們入世平安和樂、出世不荒涼。最後，隨佛禪師期勉與會大眾平安，開展正念、正向、正知、正行、正受的光明人生。



原始佛教會 2014 年法工培訓營一紀實

讓自己正式成為現代釋迦族一員

書記組 法尚

原始佛教會的法工是怎麼樣的性質呢？是一般到寺廟做事修福報的義工嗎？是專替僧團服務的義工嗎？都不是！我們是 佛陀的法工，我們是佛法的法工，我們是僧團的法工，我們是利益眾生的法工；我們以身為 佛陀的法工為榮，我們願意為原始佛法的續傳貢獻一己棉薄之力，我們願意全力護持清淨的四聖諦佛教僧團，我們願意學法利人。2014 年 10 月 10 日及 11 日，本著以上信念的法工們，從臺灣的各個角落齊聚到臺北內覺禪林，參加為期兩天的法工培訓營。一方面讓自己由學法進而實踐法，提升生命的內涵；一方面了解法工所擔負的使命、責任與組務工作，與法友相處培養默契，奠定合作互助的基礎，藉此，讓自己正式成為現代釋迦族的一員。

法工營一開始，隨佛長老對法工們進行開示，其諄諄教誨、懇切勸勉，令弟子們謹記在心，不敢或忘。

護法的宗教情操：長老自剖雖然出家多年，但仍保留一份護法弟子的宗教情操——護持寶貴的佛法，護持 佛陀，護持僧團，護持三寶。長久以來，並沒有因為自己做了出家人，弘揚佛法，主持道場，而喪失了這份護法的情操。長老以自身為例，無非是希望法工們明白護持三寶，維繫 釋迦法脈是身為 佛陀弟子的終身職責。長老娓娓述說，原始佛教會成立四年多以來，不間斷地密集弘法行程：從史獻、經說考證，出版書籍、《正法之光》，到多種佛法課程的開辦；從舉辦禪修、講座，到電子報的出刊與臉書的分享；乃至對美東、美西、馬來西亞和新加坡，已持續六年的每週視訊遠距教學……等等，在有限的人力及弘法資源之下，眾人通力合作，以極高的效率，將佛陀教法向世界各地傳播。這背後的推動力，正是這份願意用生命為佛教奉獻的宗教情操！長老勉勵僧俗二眾持續以這樣單純清淨的情操，為佛法盡心盡力。



以「捨」為道風：長老表示中道僧團，「依遠離，依無欲，依滅，向於捨」而實踐修行，嚴格守戒，調制貪欲。為法、為人無怨無悔、犧牲奉獻的宗教精神，正是中道僧團二十年來堅定不移的道風。中道僧團弘法，是為了「捨」而非為了得。

佛陀的法工：長老提醒法工們對自己必須有明確的定位，並且謹記在心：我們是 佛陀的法工、我們是 佛陀的護法弟子。因此法工們一方面必須利益自己，深入佛法，用在生活，藉以提昇生命內涵，開擴人生經驗；另一方面更要護持三寶，接近學法的諸上善人，經營良善的人際關係，用心於利益眾生。

除了凝聚法工們的向心力，也為了讓眾人了解中道僧團傳承原始佛教、息苦利世的本懷，長老特取《正法之光》第四十期中的兩篇文章，為大眾詳實具體的解說，期勉僧俗二眾「信念一致，同甘共苦，團結無分」，共同維護法脈的傳承。

長老在「佛法在國家、民族的定位與功能」一文中談到他的宗教觀，歸納出佛法在國家、民族的八大定位與功用：(1)宗教是為了人生，人生不是為了宗教。(2)教育是助人自利，信仰是給予依靠。(3)教育與信仰都必須「以人為本」。(4)教育、信仰是合作互補。(5)佛法、佛教是相輔相成。(6)以人為本，取益去弊。(7)興家興國，利世利民。(8)佛子本一家，同興華人社會。

長老接著說明「原始佛教中道僧團之聲明及呼籲」一文，讓法工們更加了解中道僧團所秉持的立場。(1)探尋佛陀原說的基礎。自二十世紀初開始，中國呂澂，歐美、日本學者，以及印順老法師陸續的對四部聖典進行研究。這些前人的辛勞研究成果，提供了說一切有部《相應阿含》與南傳銅鑲部《相應部》的經說比較基礎，並且指出探尋「佛陀原說」的方向與重點。(2)顯現 佛陀原說。長老在回歸 釋迦佛陀原說的教導上，主要的貢獻與作為有：考證、顯現印度佛教僧團與教法演變的真相；還原「十二因緣法」的



原說；重現「十二因緣觀」的禪法；重現「七菩提支」的正確修法；重現「一乘菩提道次第」；重現「中道禪法」；傳承「正覺至要」；傳承「息貪法要」；還原「古老經法原說傳誦」；建立「中道僧團」；建立原始佛教會、四聖諦佛教會。(3)建立傳承聖教的中道僧團。原始佛教會中道僧團的修學準則如下：嚴持律戒；依經依律；尊重佛教各派傳承；政教分離；聖教立中華；團結無分的中道僧團；傳承原始佛教、息苦利世。(4)維護聖教與僧團的清淨傳承。確立了傳法原則與傳法次第。(5)附佛者的侵損、破壞。(6)清淨學法、護持三寶。(7)遠離不當的學人。

強調中道僧團歡迎十方學人前來學法，不分任何學派，不論法友的學歷、年齡、性別、財富、地位及供養，唯願眾人深知：「唯有真誠、珍重、知慚愧者，得以入正道之門。」

經由長老的開示，法工們更加認同自己是 佛陀的法工的身分，並且引以為榮；但也因為這個身分而感到責任重大。法務組織與分組工作研討適時幫助法工們了解組務工作內容，培養日後為法服務的實力，達到優質的工作效率。

首日下午由道一尊尼向大眾說明法務組織^①，法工分組後，分別由指導法師帶領進行各項工作研討，各組均熱絡的進行討論^②。經過兩日下來，各組組員培養了深厚友誼，也了解了自己所肩負的責任；而長老也針對各組別的工作特質和重要性，分別在首日下午與第二日進行多次開示，勉勵僧俗攜手合作，護佑天下蒼生。長老特別提到，在艱辛的聖教開化的過程當中，不論是出家人或者是在家居士，眾人認真、努力、辛勞的身影，點點滴滴，都應當被紀錄、被記得，傳給後世的人當作榜樣，被後世人傳誦。《正法之光》正是為了留住眾人的身影，留下聖教開化的記錄。

長老勉勵眾法工，善用有限的生命，學習正法、耕耘善因緣，利益自己、利益家庭，以佛法的光明護



佑家庭與家族；幫助法友、幫助教會，維持正法律的傳承、護持如法如律的僧團，利益世人。

擔任法工一職，生活因此多采多姿、生命發光發熱，連續兩日，長老請多位法友上台說說擔任法工一路以來的心境，也開放機會讓法友提問問題^④；每一個法友表達感言之後，長老就如家中的慈父，關懷備至的給予建言或安慰，場面相當溫馨感人。

兩位來自馬來西亞的年輕法工也發表了感言，她們在台灣的生活表現，一再地讓大家看到了她們的成長。長老說，年輕法工來到禪林，教會所提供的就是給他們一個成長的空間、良善的對待，關心、尊重他們，讓他們每天生活踏實，他們就會忙著快樂、忙著成長。

台中、台北的法友與這次活動的大寮主廚也陸續分享感言，眾人陳述自己的成長與對僧團、教會的感謝，表達將以感恩的心繼續為大眾付出。接著，長老語重心長的表示，護持 佛陀法教是一項大工程，很

大的擔子、很大的責任、很多的事務，傳承真實法、傳承清淨僧團絕非易事，需要眾人齊心齊力配合，從僧團、教會、教區，到法工、法友、信眾形成一個弘法的生態系統，眾人扮演好自己的角色，分工合作、堅定團結、互助互榮，讓原始佛法、清淨僧團續傳久遠。長老說，善有善報，我們自己來報；我們法友自己形成一個互相扶助、互相關懷的人際關係網，讓善人做善行的善報立即顯現。長老最後問眾人，人生短短數十年，渺渺如煙，轉眼即逝，你想為人間做什麼？你想留下什麼呢？

每每在分組工作研討暫告一個段落之後，年輕的法工們就會活力十足的登場主持團康活動，幫助法工們放鬆身心、恢復疲勞。透過團康活動，眾人不僅樂在其中，也培養了彼此的默契。^{④⑤}

最後，長老勉勵法工們，擁有健康的身心，才能經營端正的生活，也才有能力關懷身邊的人。法工營正式結束之前，法師們排排坐、法工們排排站，來個團體大合照，留下眾人「美麗的容顏」。





原始佛教會 2014 年法工培訓營—法友感言

就在眼前 點燃一盞心燈

臺北 倬亮

10月5日參加中道僧團舉辦的聯合說法之後，終於下定決心報名法工培訓營，在收到錄取通知時，不禁感到既歡喜又感恩。尤其當天從踏進內覺禪林大門的那刻起，滿屋子資深法友們熱忱、親切的接待，更是讓人感到溫馨，不由得忘卻屋外正當風雨交加呢！

法工營一開始，長老明確地表述「行之以捨，依經依律傳承原始佛教」乃是中道僧團的風範。勸勉法工們，一方面必須深入佛法，用於生活，提升生命品質；另一方面更要護持三寶，利益眾生，豐富生命內涵。長老取《正法之光》第40期中〈佛法在國家、民族的定位與功用〉一文，除了回顧西元1999至2006年七年環台遊化的心路歷程之外，特別強調佛法應利益國家、利益民族、利益世間。長老佛學涵養深厚醇化、人品僧格高尚，以身作則培育僧眾，能遇

上這等清淨無染的僧團，著實讓有志於成為法工的我，由衷生起榮辱與共的使命感。

法工分組之後，各組組員進行交流，並且研討各組的工作內容；由於資深法工們勇於提出他們的經驗和建議，這對新進的我無疑吃了顆定心丸。下午的團康活動則是充電時刻，由年輕法工帶領主持，氣氛輕快活潑，笑聲不斷。至於重組《相應阿含》346經道次第的遊戲，組員們齊力合作拼出正確次序之後，趕緊搶快報告的畫面相當有趣；經過這次的測驗，知道自己對法義的了解很膚淺，聽課和消融仍是兩條沒有交集的平行線，真得下功夫哪！晚上，因著法友的提問，長老開示「如何面對心情」；而聆聽法友的心得分享，感動之餘，也彷彿看到因緣多面向的呈現。

第二天的分組課程，總務組組長中嚴法師，將圖表化的工作流程寫在白板上，並且詳細解說。法師表

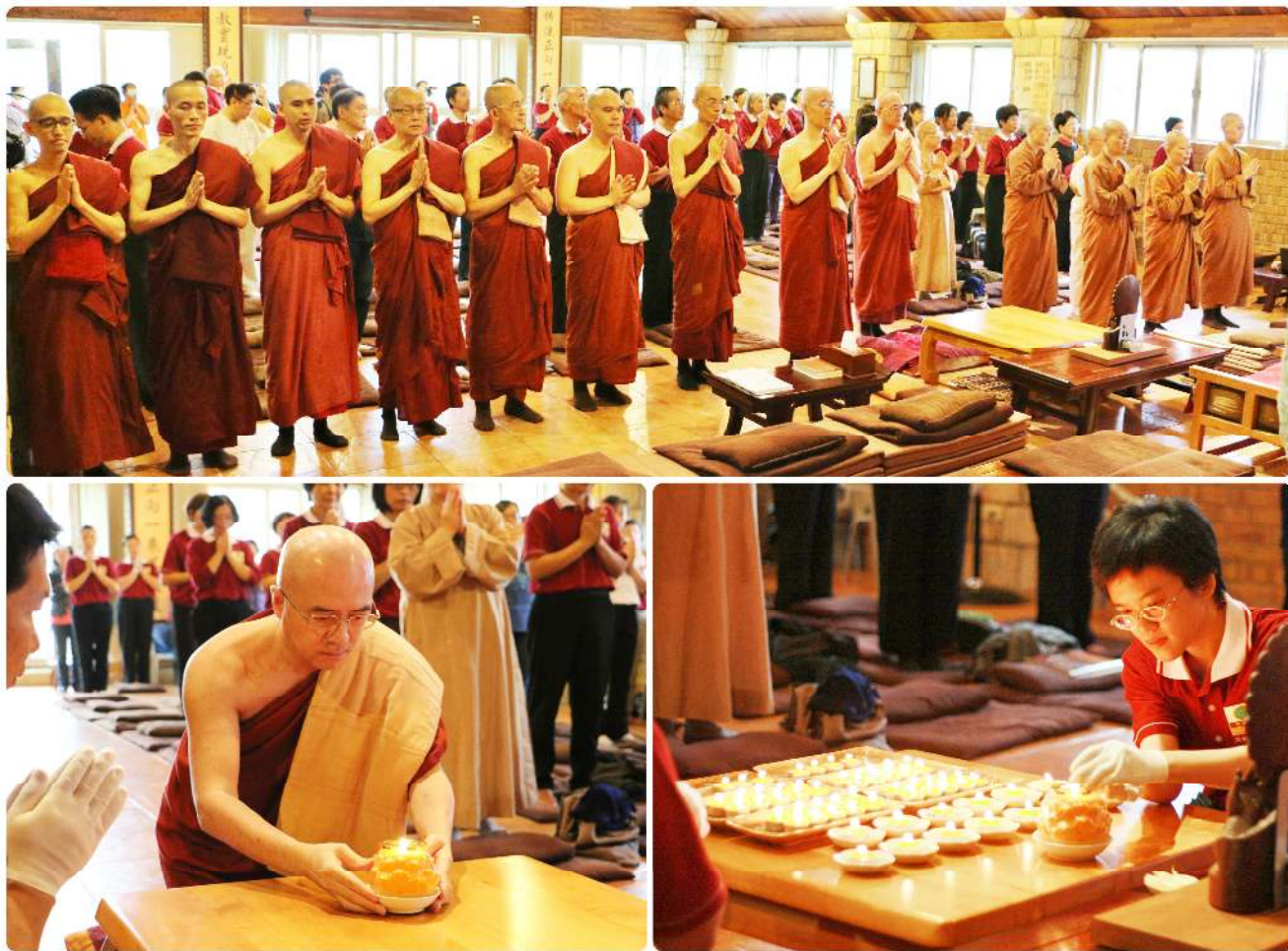


示：「相信在家居士一旦有心投入，絕對能將工作做得很好，但重點是在過程當中，人際關係是否和諧；以及是否將『平安喜樂』帶入家庭、工作和人群之中。」法師這番話令我思惟再三，之後終於明白，我們不能再以目標為導向，只想著拼命完成工作；而是要將開朗之心同步地帶入進行的過程中，才能夠真正自利利人。接下來，長老細說僧團日後發展的藍圖與規劃，以佛教的昌盛為己任，在在顯示出恢宏的氣度與寬闊的胸襟；並且期勉法工們，體認自己是 佛陀的法工，同心協力共創新局。

微笑以及肢體語言的表達活動節目，讓此次的培訓 High 到爆，真的留下非常難以忘懷的回憶！當眾人仍然陶醉在亢奮的氛圍時，長老的一句：「愛久了也會累吧！」當下立即清醒，刻印心底！

我已點燃一盞心燈，照耀著您，也同時照耀著自己！





2014 年中道僧團雨安居-卡提那慶典

卡提那慶典 紀實

法尚 整理

佛陀正覺後 2446 年(2014 年)，中道僧團復教、建僧後第十二年，於國曆 7 月 11 日至 10 月 8 日(農曆 6 月 15 日至 9 月 15 日)依佛制入夏安居。三個月整的期間，僧團一心辦道，修禪、習經；舉辦禪修、心理講座、多場聯合宣法……等等的傳法活動。安居圓滿之後，於 10 月 12 日，護法居士們在臺北內覺禪林為僧團舉行卡提那慶典。根據佛制，僧團於安居期滿，可受加絺那衣(功德衣)，亦即可以接受在家護法居士供養袈裟。卡提那慶典，又稱為「僧寶節」，由於安居期間僧眾依法依律和合共住、精勤辦道，佛陀甚感歡喜，是故亦稱為「佛陀歡喜日」。

早上 9 點，司儀宣布法慶開始，長老領著僧眾緩走向佛前。僧團就定位之後，慶典在眾人齊唱「三寶歌」的誦讚聲中開啟序幕，接著由長老引領僧團於佛前點燈、傳燈，在場法友皆是雙手合十，以無比虔敬之心，依序於佛前供燈。頃刻間，燈火焰明，猶如正法光耀人間。虔敬的供燈儀式完成之後，明至法師帶領法友禮敬「佛法僧戒」，恭誦《轉法輪經》。而後，隨佛長老進行開示。

長老說道，遙想當年 佛陀在恆河平原那片一望無際的土地上，於菩提迦耶的菩提樹下成正覺；懷著得來不易、珍貴無可比擬的解脫教法，走向鹿野



苑，尋找曾經一起刻苦堅毅修行的五位同伴，向他們宣說「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。」的因緣法及緣生法，啟動四聖諦三轉十二行的法輪，度化五位修行同伴成為五比丘，僧團成立。此事距今已然經過 2446 年了，何等悠遠漫長的一段歲月啊！不僅如此，我們還要繼續將 佛陀的正法不斷不斷地續傳下去。

佛法是人類文化的共同財產，也是人類文明的珍寶，身為後代子孫的我們必須懷抱著守護之心珍惜保存。舉凡世界遺產，不論是文化遺產、自然遺產或者是文化與自然雙重遺產，一旦毀壞，將永遠失去，不可能再恢復，我們難以想像，這些人類文明的寶貴經驗如果被破壞、被遺忘，所產生的影響將會是何等的巨大！

長久以來，佛教就特別的饒富和平精神，對異教、異教徒相當寬容、溫和，可以相容任何的宗教；佛教強調的是，務實地面對自己的人生、親力親為的改善人類生活的品質、關懷周遭的人們，讓社會更加的良善美好。長老懇切呼籲，佛教對人類社會具有重要的安定力量，不論是佛教徒或是非佛教徒，請以保存人類珍貴文化遺產的心情，守護佛教的存在。

長老也強調，雖然佛教存在著各種不同的派別，但無妨於佛教內部的團結，因為不同的宗派可以滿足不同學眾的需求，各各不相妨礙。例如原始佛法，因為強調不依靠聖者得救，不承認宿命式的業報輪迴，

不強調過於虛無或者過度圓滿、幸福等不切實際的夢幻與理想，強調務實、踏實、認真的生活態度；這樣的教導吸引了也想務實、踏實、認真面對生活的一群人，這類型的學眾得以在這樣的教法底下獲得佛教給予的指導與平安。懇請佛教各界能從這個角度出發，珍惜原始佛法，理解其價值，如此原始佛法就能繼續傳承下去。

最後，長老感謝 2446 年以來僧團與在家護法居士的守護，沒有這些前人的犧牲奉獻，佛教勢必無法傳承至今；感謝曾經為了佛教的傳承付出善念、善行的人們，謝謝他們的付出，讓我們因此得到佛法的利益；也感謝斯土斯民讓我們可以平安選擇自己的信仰。

就在長老開示結束之後，原始佛教會特別邀請多位法友上臺發表學法感懷，與會大眾均報以熱烈的掌聲，歡迎他們的共襄盛舉，並且洗耳恭聽。

法霖師兄人生閱歷豐富，言談風趣幽默，總是帶給眾人滿滿的歡樂，這次也是寶刀未老，連篇的閩南俚語聯句，逗得眾人笑開懷。法謙師兄表示長老的教導，讓他看到生命正覺、人生光明燦爛的菩提大道；而因緣法的人生大用，讓他在當下的生活中很受用。法意師姐的廚藝超絕，重要的法慶或者活動，往往需要請她出馬擔任大寮的法工。師姐的感言，真情流露，多次因為對長老與僧團的感謝而哽咽止語，顯示出其對法、對僧團的信心。法耶師姐來自台中，師姐





表示，長老對十二因緣法的解釋是真實教法，令她下定決心終生護持中道僧團。

長老特別請法海師兄發表感言，我們知道法海師兄多次進出醫院、經歷多次的手術，但是法友中「最健康」的就是法海師兄了！總是眼神帶笑、總是鼓勵法友、總是哪裡有需要他就出現，活得無憂無懼，活出對法、對僧團的真實信心^❶。師兄說，生命有高潮有低潮，透過因緣法的明見，總是讓自己務實地去面對；對於自己這一生得以遇到大師父與中道僧團，能夠學習到正法，內心充滿感恩，每一天都過得很充實愉快。

莊嚴溫馨的法慶，在與會大眾合唱「感恩的心」^❷；中智法師與影音同步念誦「吉祥經」之後，暫告一個段落^❸。當天亦有法友在眾人的見證之下，歸依成為 佛陀弟子，恭喜他們。

當日午齋，採用一家一菜的方式，法友們帶著親手烹調的菜餚，擺滿了排成U字型的五張長桌，誠心誠意的供養僧團^❹。師父們屢屢請法友們「手下留情」，法友們則希望師父們多吃一點，彼此之間的「多、少」加減，讓恭敬的供養過程增添了若干幽默。法友們所帶來的菜餚著實豐盛，眾人都吃得好滿足！

下午活動開始之後，長老特別請數位法友說說感言，讓眾人有機會得以進一步認識他們。他們除了分享自己學法的過程之外，也表達了內心的感謝，感謝僧團的庇護，讓他們在此生學習到正法，學會勇敢的面對自己的生命。

道一尊尼也在當日難得的與大家分享，自 1994 年以來，她在大師父身旁近學 20 年的感想。只見尊尼打開昔日手抄的筆記本，兩行當三行寫，娟秀的字體寫得密密麻麻且又端正，一方面顯現出其定力、耐心，另一方面也表現出了家人惜物、不長物的簡樸個性。她說那已經是 16 年前的筆記了，當年細心抄錄





下來的文字，現在老花眼看這些字跡相當吃力了；不過大師父的教導歷久彌新，時時讓她增長力量、看清方向。當年的筆記本上自己留下這樣的字句：「道路就在他的腳下，走向菩提正道，任何人都阻擋不了！」這是我們可敬的道一尊尼！

法慶前晚才從斯里蘭卡回到內覺禪林的成慧法師，已在當地的大法雨寺受具足戒，正式成為世尊座下比丘僧團的一員。當天除了向法友解釋戒律的重要性之外，也跟大眾分享了他在大法雨寺的觀察所見。法師說道：大法雨寺雖然重視戒律與僧倫禮儀，但僧眾之間彼此相當友愛，絲毫不會因為嚴守戒律而拘謹刻板。是一個嚴格守戒，又能和合無爭、安樂歡喜的僧團；也是他心目中的僧團典範之一。

最後長老再度對僧信二眾開示，勉勵僧眾應當如法如律、精勤不懈；鼓勵在家信士學法要落實，改善

身心品質、生活態度。「新生活才有新人生；新人生即有新生命；新生命即是新世界。」之後，長老話鋒一轉，說道：莫以凡情看僧情。凡情尚且說「兩情若是久長時，又豈在朝朝暮暮」；更何況佛門有句話說「莫道佛門茶飯淡，僧情還比俗情濃」。僧團不將法友當作是信徒，而是視為一起學法的同伴；僧團持續在注意關照著法友，未因法友特別付出就獨厚，未因法友未曾付出就不理，法友一旦有所需要，僧團必定會適時加以協助。僧團與法友是一起走在生命道路上的人，在這一生可期「真誠對待」；因為來生，誰也不敢保證。

下午三點許，一年一度的卡提那節慶典圓滿結束。眾人與法師、法友們互道珍重再見，大步邁向腳下光明的菩提正道！





2014 年中道僧團雨安居-卡提那慶典法友感言



我這麼大把年紀學佛，還承蒙師父們抬愛，讓我能夠上臺亮相、說說感言，令我感到非常榮幸。如果對大家有絲毫的鼓舞作用，也是功德一件。

今天報到的時候，很多人問我，為什麼這麼久沒來道場？你們知道嗎？我最近常跑醫院，因為與我同年紀的朋友，很多人都躺在醫院裏，我不得不去探望，與他們分享我對因緣法的一些體會，希望他們跟我一樣能夠受益。我常形容老人家的情境來自消遣，逗他們開心(以下閩南語發音)：「常講過去，隨講隨忘記。站起來沒元氣，坐下就哈氣，躺下睏未去(睡不著)。出門沒地去，出去就丟去(出門就迷路)。沒吃會生氣，吃了會放氣。要死沒勇氣，只好活下去。」「人生七十才開始，八十滿滿是，九十無稀奇，一百才當時。」接著說，我們離一百還很遠哪！大家聽了都笑開懷，因而精神大作，增加對病情康復的信心。

請各位不要小看因緣法，你如果用心，隨時隨地都可以應用在日常生活中幫助自己與他人走出困境。

在此感恩大師父與僧團的教導，也謝謝各位法友。善哉！善哉！

台北 法霖

懷著滿心歡喜參加卡提那慶典，道一師父見到我親切的說：「法誕，法璫皈依後，你變得年輕了。」我回答說：「我們來到這裏學法，心境變年輕了，因為我們在這裡看到生命正覺、人生光明燦爛的菩提大道。」

我學法已然十多年了，卻依舊對如何踏上菩提大道不得要領。兩年前，在民有里第一次聽到大師父說法，當時心中的震撼，實在難以形容。之後還繼續到台北禪院聽法一期，只是後來因為某些因素而中斷；直到今年二月再度與僧團接觸，並在六月皈依學法，這才終於跟上隊伍，走到這條正向菩提的大道。由於心情歡喜，人自然顯得年輕。

在今年法友們呈給大師父的感恩卡上，我簡要的寫著：「因緣法之人生大用，真受用。感恩大師父，重顯 世尊寶貴的因緣法，弟子聽法學法兩年，當下在生活中就很受用。」

在這裡，我同時要向諸位先進法工、學長，表示敬佩與感謝之意，諸位多年來對僧團的護持，令我深感敬佩。因為諸位護持僧團弘法，後進如我才有機緣來此聽法，進而學法，謹由衷致上謝意。謝謝大家。

台北 法謨



2014 年中道僧團雨安居-卡提那慶典法友感言



個人相當榮幸能夠連續三年參加中道僧團舉辦的卡提那節慶，每年都有不同的深刻感受；尤其今年很意外的被指定發言，歡喜之餘難免多了一分緊張。

首先是深深感恩長老及道一師父，對我往昔的宗教學習經驗給予適切的點撥與釋疑，讓我得以明白不同範疇的差異所在，助我堅定走上學習佛陀正法的「重生」道路。

其次，恭聽長老針對不同領域所發表的重要開示，不論是對宗教界、佛教界的宏觀看法，乃至團體或個人修行可能面對的挑戰，提出了鞭辟入裏的剖析及苦口婆心的開導，相信這些點點滴滴，將能使法友獲得視野的提升、心態的調整、腳步的穩固、人際的改善、家庭的和諧等等，帶來相當深遠的影響。

最後，相信聽過長老課程或開示的法友可能都會有一種深刻的印象，那就是長老如同一盞明燈，走到哪，那裡就有光明正向的平安，令人心中踏實。經過長老的開導，似乎人生任何的疑難雜症，都能大事變小事，小事變無事，修行似乎再也不是一件那麼困難的事。

長老激勵我們，帶領我們，邁向「生活更好、困難更少、煩惱減少」的人生解脫路上。有中道僧團真好！不論今生或來世！sāddu!sāddu!sāddu!

高雄 法意

這是我生平第一次參加卡提那節的活動，前二、三年只是在台中禪林，透過連線的大螢幕與眾人一同參與，雖然是有如臨場般的喜悅，但此次真正的身臨其境，其中的感動與雀躍卻是不可同日而語。

在接觸原始佛教會之前，我依止的是北傳與藏傳佛教的道場。後來在美國的法毓師姐半哄半騙（當時的心境感受）之下，礙於情面，我隨其到台中禪林聽法。那是首次見到 隨佛長老，當時長老宣說的是佛教歷史。也是在那一次聽法的因緣當中，我首度知道佛教在傳承的過程中，形成許多的部派與紛爭；並且明白佛教當初並沒有那麼多的修行法門，而是各宗派的部義演變。在此，萬分感恩長老還原 佛陀的教法，讓二千多年後的我們，有幸沐浴在正法的光輝之中。

起初，我是礙於人情的壓力前去聽法；但現在，我是很歡喜的自動前來學習。隨佛長老演暢的是能成就阿耨多羅三藐三菩提的無上甚深微妙法——因緣法、緣生法，我告訴自己：我今見聞得受持，願解如來真實義。

很恭喜一同學法的法友，我們能在此生遇見此大善知識，這是我們的幸運。讓我們一起護持僧團，讓正法能夠流傳久長，利益更多苦難眾生。

台中 法耶



澳洲雪梨佛教圖書館《宣法》-弘法紀實

正法種子賜登南陸 真義開顯濟利群生

高雄 法虔 記錄

2014 年 10 月 16 日，經千里航程、越過廣闊浩瀚的太平洋，隨佛長老與中道僧團的法足，於南半球的澳洲大陸留下印跡。當地法友租借雪梨佛教圖書館，做為 16、23、24、25 日宣法活動之場地。晚間七點，澳洲新舊法友陸續前來，恭聆長老開顯佛法真義。

澳洲華人移民來自全球各地，多為務實且具理性思考特質的社會菁英。大眾齊聚雪梨佛教圖書館，皆期盼能獲得佛法的幫助和利益。

第一日的弘法，長老不用艱澀的佛教語言說法，而是向大眾提出一些耳熟能詳、卻又十分切要的問題，並以問答互動的方式，將甚深微妙之因緣法，以淺顯易懂之生活語言直指人心。長老指出人的一生，就在「想要與不想要」之間不斷忙碌而苦惱。一句簡白的智慧之語，頓時點醒在場的法友，

也引發在場法友想要再繼續了解的意願。接下來幾日由於舉辦禪修活動之故，故於 23 日接續在雪梨佛教圖書館弘法課程。

「什麼是佛法？」、「為什麼要學習佛法？」一般學佛之人聽似簡單、並且再也熟悉不過的問題，卻足以讓人深入思惟，仔細探究。在第二次弘法活動時，長老告訴大眾，會提出這個問題的人，大部份是基於好奇、或是出於社交禮貌而問；另有一種人之所以提出此一疑問，在於感受到「無論現在的生活過得多好，內心總是有一股莫名的恐懼與焦慮感，當不知如何解決困境時，會覺得如迷路般的徬徨無助。」

長老點出人們真正的需要，不在於追尋佛法，而是解決人生的問題。「什麼是佛法？」和「為什麼要學習佛法？」是為了幫助人們知道現在的狀況、以及如何解決現在的問題，就像幫助迷路的人一樣。



此次課程中，有一位法友的先生是紐西蘭白人，他來自一個基督教家庭，雖然聽不懂中文，但在成慧法師協助翻譯之後，領略到真正的佛法與現實生活契合無礙，也解開以往對於佛教的一些疑惑。從此連續三天的課程無一缺席，與原始佛教結下難得之法緣。

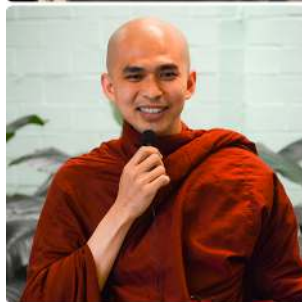
弘揚佛法，若專業語詞用得太多，反而會讓人無法深入思考，會降低且鈍化對真實生活的感受與了解。所以接續下來的課程，長老皆以生活化的語言與法友互動。透過真實懇切的說法，解開許多人的迷惑。

此外，連續三日的弘法內容，也不離「什麼是佛法？」、「為什麼要學習佛法？」的要旨。例如在 24 日的課程中，長老直言：當人們碰到「想要得不到、不想要卻遇到」的人生遭遇及「老病死」的生存問題時，這兩種焦慮，會迫使人們去信仰或學習佛教。在指出這些事實的同時，長老也讓大眾明白學佛不是為了祈求福報，而是運用智慧去了解活著的問題，並以務實積極的態度和行為去處理問題，消除不必要的痛苦。

宣講過程中，長老不時的與台下法友互動，甚深微妙的聖諦以日常口語演暢，讓在場許多法友心有所感，專注的表情及熱烈的掌聲，在在皆流露出大眾對於正法的欽慕與讚嘆。

最後一日課程，長老提及開教初期筆路藍縷之歷程。道一尊尼、明證法師、生諦尊者、成慧尊者等，也上台和法友分享修行心得。長老勸勉澳洲法友應該要團結一致、彼此關心互助，才能在異鄉土地上生活得更好。

為期四日的宣法活動，感動了許多法友。弘法課程甫一結束，法友們把握機會向僧團問安；長老及法師們也親切慈悲的問候法友，現場洋溢著溫馨與真誠的感恩。在依依不捨送別僧團離去後，大眾誠心祝願原始佛教的種子，能在澳洲土地上開花結果。





澳洲雪梨佛教圖書館《宣法》-弘法側記

撥雲見日 照見真實

雪梨 法百

中道僧團在澳洲雪梨弘法，除禪修外，在雪梨佛教圖書館共有四場演講，由 隨佛長老開示，成慧法師特別為一位西方法友做即席同步翻譯。

長老在禪修前開示：「常、樂、我、淨的見解是背離 佛陀所說「諸法是因緣、緣生」的教導，常見、我見是妄見，因為不了解眼前所見都是因緣、緣生所顯現，想要擁有卻不能實現，希望保持卻會隨時會改變，所以內心糾結焦躁。

凡事追求完美也是不合現實的妄見，緣生諸法是多面向的顯現，不會單獨存在，是相互影響顯現，美好的事物必相伴隨之而來的負面影響，這是因緣、緣生的必然性，以是故，世間並無絕對完美的東西，只有相對完美而已，事事講求完美對周遭陪伴的家人會造成很大的壓力，人際關係也會受影響。

多數人行事都只跟著感覺走，這是相當危險的，因為心中「只有心情而沒有實情」，很容易出岔而脫離現實。有些人老是想著：世間無常，生不帶來、死不帶去，萬事總歸於空，凡事不必計較，生活逐漸消極，對現實的世界失望，活在黑白的世界裡了無生趣；然而與其帶著灰色思想過活等死，不如正視生的過程，認真於每個現前的因緣所現，則人生將宛如色彩繽紛的花園。

我們常常用過往的概念看待與解讀眼前的現實，如是就形成自我的認知視界，卻誤解了真實世界。

六根觸境生識當下，就因無明，而帶著既有概念的有色眼鏡在看這個世界、解讀這個世界，形成自我的人生觀，想要擁有卻不可得，想要複製喜樂經驗卻

無法再現，所以只能一而再、再而三的繼續嘗試不止，這不就是輪迴模式？

隨佛長老精闢的獅子吼震醒了我們迷惘的思緒，如同撥雲見日、照見陰暗的一面，進而反思自我的缺失，面對自己、重新出發不再猶豫。

禪修過後，返家當天身體極感疲憊，倒頭便睡，一覺醒來，已來不及趕赴當晚的演講，但師父卻依然為大家上課並沒休息，反觀自己，深感慚愧不已。

星期五晚上，來了許多新法友，隨佛長老妙語如珠，以智慧幽默的口吻說明佛法與傳統信仰的差異，巧妙的點破迷信與正信、感性的宗教情懷與理性智慧的佛法的差別，契入人生問題的核心，讓佛弟子明白佛法不是宿命論，也不是神我論，不是三世因果業報論，而是因緣、緣生，因緣所現是相互影響而顯現，無法擁有只能參與。

「不明瞭諸法是因緣、緣生，就會帶著我見、常見的有色眼鏡在看待這個世界，追逐著想法中常、樂、我、淨的世界，反而忽略了現前的真實世界。就像手裡拿著一杯水，卻老想著手上沒有西瓜、沒有芒果、沒有荔枝，結果不是享用手裡這杯水，而是埋怨手中沒有西瓜、芒果、荔枝。這樣的人生是活在「只有心情而沒有實情」的黑白世界裡。有智慧的佛弟子會充分利用手裡的水，可以解渴，可以煮飯、吃泡麵，還能分享給他人解渴，充分享受這麼多用途，就像活在百花綻放、彩色繽紛的彩色世界，轉個念，生活裡的世界變得多麼的不同。」

法友們聆聽著長老幽默詼諧的法教，人人如同醍醐灌頂般的歡喜踴躍、法喜充滿。



澳洲雪梨佛教圖書館《宣法》-弘法花絮

中道僧團受邀至慈濟澳洲雪梨分會應供

臺北 法純

2014年10月24日，中道僧團受邀到慈濟澳洲雪梨的分會應供，隨佛長老帶領一行人約上午十一點抵達分會，親切可掬的慈濟委員們，熱誠的歡迎僧團到來。

首先，由雪梨分會執行長陪同，一起觀賞慈濟的四大志業歷史影片。接著，在用完精緻美味的中餐後，大家溫馨的在佛堂圍坐在一起，一同恭請隨佛長老開示。

隨佛長老與大眾表示：走進澳洲雪梨分會就好像回到家，回到佛弟子的家。看了慈濟過去幾年所做的慈善救災影片很令人感動。世界日日有災難，月月有苦難，因為因緣的世界，諸法因緣生，緣生則無常，世間的真相就是如此。

長老更精闢的指出：救災的價值意義不在於救盡災難，讓災難不會發生，而是在現在，對世間有關懷、對生命有恩慈，度越內在的問題，豐富、提升我們的生命。生命的圓滿在於活在今天，勇健面對問題，做對自他有益的事，若能如此，活在此刻就沒有遺憾。能做多久？有何成績？這些都不是重點，重點在於盡力而為，我們做就對了！

聚會結束前，長老有感而發的表示：臺灣是個奇蹟，半個世紀的發展，社會安定，產生慈濟功德會，看到一群人創造了奇蹟，我們親自面臨參加了這些盛事，除了感謝還是感謝！聞後，慈濟法友相當歡喜，報以如雷的掌聲，並在會後贈予中道僧團靜思書軒的書籍，以做紀念。





2014 年澳洲中道七日禪 紀實

吉隆坡 法摩

2014 年 10 月 17 日至 10 月 24 日，由中道僧團主辦，澳洲原始佛教會協辦的「中道七日禪」，在澳洲新南威爾士州市郊的忘憂村中心舉行。這次禪覺營有幾位台灣和馬來西亞的法工遠道而來協助，還有澳洲的法工們配合，讓禪覺營能夠順利進行。

禪覺營第一天是由道一尊尼指導學員修習安那般那念和初禪，也教導大家度越昏沉的方法。這些基本功夫都是讓法友們準備好接下來修習因緣觀。忘憂村中心的環境非常清幽，環山繞水，伴隨鳥語花香，再加上禪修期間的氣候清爽，這讓禪修者很容易沉澱身心。經過一天的用功後，學員們的身心也開始沉澱下來了。

除了安那般那念和初禪的修習，在修習因緣觀之前，建立學法、禪修正確的觀念和心態也是非重要的一環。隨佛禪師提醒學員們禪修不是為了專注無念、逃避現實、舒緩壓力，而是為了面對、探究、了解、處理我們的身心問題。禪修是讓我們身心安止後，面對自己的五陰身心。學習佛法是為了生活上能夠息苦，面對和解決生活上的困難，讓我們的生活更好，

而非躲在山林裏，整天打坐而已。

接下來，隨佛禪師就為學眾們開示和指導「四念處」的禪觀法。禪師依據《相應部》和《相應阿含》第一次結集的經文記載，開示禪法的內容和指導禪修。在禪師詳細講解後，大家都恍然大悟，原來「四念處」禪觀法其實就是「十二因緣」禪觀法的內容，只是 佛陀用不同方式來表達而已。

禪師還講解了正確的禪觀法所具備的特質，幫助大家了解和掌握實修時的要點。此外，禪師還更深入講述人們在做抉擇時，身心因緣的現況如何發生，了解人們對現況的錯解和造成情感的錯置，如何造成我





們在生活裏許多抉擇的困擾和煩惱！大家才發現生活上的許多煩惱發生的緣由。這啟發了學員們以一個新的角度來看待生活上的人事物和度越煩惱。



由於有些學員之前學習過其他的法門，難免將舊的方法摻進新的方法來應用而造成混淆，並提出許許多多的問題。但，禪師仍然非常慈悲和耐心引導學員發現這些方法的不同，並提醒學員調整心態：把以前所學的方法放下，把在這裡學到的新方法，全力以赴地實踐，才能有所體驗，才會知道兩者的不同。更重要的是，唯有親身實踐才能發現並確定所學是否真實和有效。更幸運的是，學員們幾乎天天都能輪流和隨佛禪師與道一尊尼個別小參，請教禪修上的問題，學員們從中獲得許多修行疑問的解答，獲益匪淺。

參加禪修的法友非常珍惜這次禪修的好因緣，都很認真、精進的用功。在禪修期間，學員們也自動自發協助法工，特別是膳食的準備，這讓負責膳食的法工輕鬆了許多。對於作務的安排，學員們也相當配合，所以禪修的進程非常順利。

美好時光總是讓人覺得時間過得很快，七日的禪修一晃眼即過，法友們卻收穫滿滿，對未來的修行道路該如何走下去，有了更加明確的方向。學員們深信，只要方向與方法正確，修行的路必然會走得踏實，佛法的智慧必能讓大家「困難更少、生活更好、遠離煩惱」。





澳洲雪梨《七日禪》-法友感言

感動與感恩

雪梨 法德

何等的恩賜，今年十月中旬，由 隨佛長老帶領的中道僧團遠道由臺灣蒞臨澳洲雪梨，傳揚原始佛法並舉辦七日禪修營，我有幸再遇此珍貴因緣。

去年初次參加時，我未曾聽過原始佛法，當時是在中文報紙看到有隨佛長老弘法講座，就前去聽了。隨佛長老引經據典的把原始佛法還原，指出當今在佛法修學上普遍存在的誤區，尤其是無明先斷還是後斷的問題，還有就是佛教界對一些修學名詞的錯解。

我平時很少看中文報紙，怎知那天心血來潮就買了一份來看，感恩那冥冥中的安排，讓遠在大西洋彼岸的我得遇原始佛法。坦白說，我自從皈依印度師父學習打坐及持守五戒後，就心無旁騖的一味打坐，未想再尋師訪道，惟恐自己不專精。最初幾年，內心很是踏實，但漸漸地，內心不斷地湧現疑問。為了尋求答案，我就開始涉獵一些中西方的宗教導師的文獻以及傳法視訊。在不斷的尋覓中，我逐漸領悟到，修行上若要突破，破除我執是關鍵。而要把我執磨掉，就要回到現實生活中來實修。可是在實修上，我發現很多事情並非是黑與白那麼清晰，依理念做出的行為在實際應用中，卻常覺得左右不是。那時的我除了不斷地內省之外，多麼渴望能遇明師的指點。首聞 隨佛長老傳授的因緣法，我領悟到很多的困擾都是由於不正確的成見所引起；而且長老重覆強調， 佛陀的十二因緣觀是要有用於現實人生。這對當時的我猶如對症下了藥，就這樣我參加了禪修營。

今年收到禪修營的消息時，我身體非常不適，因擔心在禪修期間會影響別人，故不敢立即報名，但又非常想參加。所以自收到消息後就一直在做準備，除了重溫網上有關課程外，也盡量休息調養身體，在最後截止報名日期前，感覺身體可以應付，才呈交了申請。

這次禪修的地點位於雪梨以北的一個渡假村，環境優美，綠蔭環抱，小橋流水。可謂因緣殊勝，真慶幸沒有錯過。

這次在禪觀方法上，先有道一尊尼非常仔細地跟我們重溫了修習安那般那的技巧和方法，再有 隨佛長老傳授了禪觀的心法，可謂字字珠璣，能否抓到寶，就要靠我們自己的用功與實證。同時， 隨佛長老也為我們開示不同所緣的禪觀方法，這對於我們正確了解 佛陀所教的「如實正觀緣起」的方法和切入修因緣觀很有幫助。

禪修期間，我的心靈多次被觸動，常常熱淚盈眶，多數是為師父們弘法的事跡而感動，惟有一次卻是因為慚愧。記得有一天，我看著 隨佛長老在禮佛前，恭敬地鋪好坐具的樣子，想起自己平時不喜繁文縟節，不拘禮儀，有時還有點莽撞的個性，頓感慚愧萬分，眼淚驟然而出。 隨佛長老是誠於中而形於外呀！心想禪修要得力，除了方法要符合正法外，還要身口意與法相應才是根本！

小參的環節對我尤其重要。因為我的聽覺不是很好，加上母語是廣東話，所以上課時，師父們的開示，我很多時候都是半聽半揣測。在小參的時候，我就可以一對一地向各位師父請益，以確保自己真正聽明了及掌握了所傳授的方法。

這七天的禪修有如置身於人間仙境，一切的感覺都是那麼的美，那遠離塵囂，鳥語花香的環境；那悠閒、法喜充滿的氣氛；那充盈於心、溢於言表的感恩之情；更重要的是，我們是在師父們的陪伴下和法工的護持下學法，那是多麼難得的因緣呀！真是無以為報！藉此再次叩謝各位師父，感恩無限！



澳洲雪梨《七日禪》-法友感言

生命中的佛法

雪梨 法陽

經歷了十幾天佛法的滋潤和洗禮，依依不捨的送走了隨佛長老及中道僧團的僧眾們，雖然已隔數日，但禪修時長老如醍醐灌頂般的智慧言行，卻依然在心頭流淌。

深植於腦海裡的是長老在生活中信手拈來、耐人尋味的例子。長老指著身邊的桌子問道：「這上邊沒有什麼？」我在心裡回答著：「嗯？這是什麼問題？這桌上有說不完沒有的東西，譬如：手機、水果、書……。」長老又問：「這桌子上面有什麼呢？」可以很清楚地說出看到的東西：「水杯和水……。」長老又說：「為什麼不用我們『有』什麼來生活，反而在生活中常常想我們『沒有』什麼？」「是呀！為什麼從沒這麼想過呢？」長老又說：「現在沒有的，是

你的心情；而現在有的，是實情。」隨佛長老以如此簡潔的法語，輕輕的捅開了這一層窗紙，讓智慧的光明照亮了晦暗的心房。

在生長的環境裡，造就了我們的習慣，並且習慣的生活在自己的心情裡，卻忽視了眼前的實情。然而，我們可以選擇想要的生活，來減少不必要的煩惱。因此當珍惜眼前的實情，拋棄生活中的心情。

幾十年來的生活，已經習慣於在意、期待「現在沒有的」，因而思惟漸漸鈍化，覺得生活索然無味。然而，聽聞隨佛長老的開示之後，讓我們體會到：佛法的內容不是只有生存而無生活，而是不斷地煥發出青春的生命力，展現出佛法真實的力量。佛法已進駐我的心田，讓我享受到每一個當下。

澳洲雪梨《七日禪》-法友感言

七日禪修心得

坎培拉 宗錚

接觸佛法算來已有三年。或許因為年輕人的浮躁、叛逆，雖然接觸了些許宗門與教法，但傳統式的一門深入總不太對自己的習氣。有幸能在網絡上聽聞隨佛長老的開示，心中種種似是而非的疑團漸漸明朗，但缺少的便是不知如何邁出千里之行的第一步。極其幸運的參加了由隨佛長老主法的七日禪修，不僅讓自己的身心有所沈澱，更是讓此生修行有了明確的方向。

此次禪修，我是第一次接觸到原始佛教系統的僧團。相較過去在北傳佛教學習的經歷，這裏的種種儀

軌顯得更加簡約和平實。加上澳洲獨有的原生自然的氣息，讓我感覺到彷彿回到了古老的佛陀時代，一切如同生活般，真實與貼切。

原始佛教的修學，乃是秉承佛陀務實實證的精神，在客觀的現實中探索、學習、實踐。我們有幸站在巨人的肩膀上，往後的成就還需依靠自我的努力與實踐。屈原《離騷》曾曰：「路漫漫其修遠兮，吾將上下而求索」，從今而後，當精勤奮發，讓生活越來越好，困難越來越少，煩惱日漸減少。



澳洲雪梨《宣法》-法工心得

中道僧團宣揚正法 法工同盡棉薄之力

雪梨 法念

今年是原始佛教會在悉尼第二次舉辦了弘法活動，於十月二十六日圓滿結束。這次跟隨中道僧團五位師父到悉尼的還有台灣和馬來西亞的法工。他們都是為了幫忙僧團弘法，而付出自己的時間和力量。

我們這一群法友自六月份便開始討論和籌備這個有意義的活動，至落實計畫，內心感動、感恩非常。感動的是和同修們有同樣的信念，就是希望為中道僧團宣揚正法，出棉薄之力。這群法友，有些是大學時候便認識的同修，有一些則是去年參與中道僧團來悉尼弘法時才認識的新朋友。雖然認識的時間不一樣，

可是相處非常親切。就是因為同修們如此熱誠的付出，今年的弘法活動才能順利完成。

感恩的是僧團在悉尼這段時間，不辭勞苦、日以繼夜的為前來學習原始佛法的法友盡心盡力的教導。雖然僧團駐錫澳洲只有兩週的時間，但法友們在活動的最後一天都顯得格外不捨。想必是聽了大師父的開示後，都充滿法喜！

希望在未來的日子，在悉尼的澳洲原始佛教會，可以舉辦更多類似的弘法活動，將正法在澳洲傳續下去。





澳洲雪梨《宣法》-法友供僧紀錄

在認真做的當中沒有焦慮

雪梨 法百

時隔一年，在雪梨法友們引頸企盼下，終於捎來好消息：隨佛長老與中道僧團，還有臺灣及馬來西亞法工，一同隨行前來澳洲宣法。澳洲法工長則率領幾位去年結緣的法友前往機場迎接。

隨佛長老雖因勞累而身體微恙，但仍慈悲的為大家說法及指導禪修，為法忘軀的精神與毅力，讓澳洲的法友們油然而生起敬佩之心。隨佛長老善巧方便的說法，不僅很快吸引了許多初學者，更能讓佛門的老參撥雲見日、直探真知灼見的堂奧，陳年疑結迎刃而解。大家聽完幾場隨佛長老的開示後，紛紛表示受益良多。最後，在徵求僧團的同意下，決定在10月26日，於「菜根香素食館」舉行供僧及法友聚餐，有數十位法友歡喜參與這個盛會。

餐後，長老在餐館為法友們開示，餐廳老闆也放下手中工作來聽法，更難得的是老闆還把餐廳的三分之一空間騰出來，做為臨時的說法場地，而成慧法師也幫忙做即席英文口譯。

長老開示時特別提醒法友們幾個重點：1.人跟人相處要懂得退讓，這是事實，但不是唯一；退讓是讓彼此更好，如果退讓無法讓彼此更好，那你不應退讓。退讓是手段，退讓不是目的。2.行善佈施是將自己幸福的人生跟其他人分享，這是行善佈施的意義。3.佛法對我們的利益是要讓我們精神得利、也要現實得利。4.佛教最高境界就是現在生活過得很平安，跟生命的相處很平安，對生命本身沒有焦慮，對現況沒有焦慮。沒有焦慮不是什麼都不想、都不管、都不在乎，佛教講的沒有焦慮是指：我們在現在很清楚的知道，現在什麼該做，什麼應當做，什麼必須做，以及如何做；然後，我們必須認真做，在認真做的當中沒有焦慮。

這場聚餐，讓許多法友都感受到與長老、僧團間彼此熱絡互動的道情，法友們非常感謝師父、僧團千里迢迢的辛勞傳法。祝福隨佛長老法體安康、法壽久長；祝福中道僧團延續法教、傳承久長。





高雄中道禪院《一日禪》-側記

安禪何須山水地 滅卻心頭火自涼

高雄 法程

2014年8月30日，隨佛長老率領中道僧團等一行人，從台北搭高鐵到高雄中道禪院進行一日禪的禪修指導，參與的學員們相當踴躍，座無虛席。

禪修一開始，長老先說明禪修與靜坐之區別，靜坐的方法在許多的宗教門派都有教導，如道家、儒家、瑜珈……等，而佛教的禪修則需要加上如實觀察。大部份的人將盤腿打坐視為禪修，其實這些只是修「靜」，是禪修前的準備。而最能說明如實觀察的就是因緣觀，為何這麼說呢？因為「諸法因緣生」，這是任何一位佛弟子都不會反對的說法。「無常觀」的禪觀法，會讓禪修者產生消極避世的心態，認為一切都會過去，生不帶來、死不帶去，什麼都不值得去

做，若把這種心態當作解脫，那麼人生是黑白而不是彩色，這是佛教界的一大問題。

佛教講的「解脫」，不是教我們遠離這個世界，而是要我們止息因妄見、迷惑之貪求所造成的痛苦！人們想要解決痛苦，必須改變錯誤的知見與不當的需求，務實的面對人生，認真於有智慧、有慈悲的中道生活。許多人認真修行卻不得力，並非一般佛教所說的「業障深重」，而是修行的方法不對而走錯了方向。

接著長老教導大家修止觀的要訣，並且讓大家實際操作。修止觀就是攝念專注，遠離五蓋中的散亂、昏沈，然後再修因緣觀斷除疑惑。長老強調修禪無需



躲到深山遠離塵世，所謂「安禪何須山水地，滅卻心頭火自涼」，真正會修禪的人是不怕吵的！長老並提到觀念和事實的差別，更提醒在座的每位學員，努力於當前的現實生活，才不會跟現實脫節。

最後，長老為學員授皈依，在皈依儀式結束後，長老勸勉已皈依的學員，要好好的做一位在家佛弟子，要認真的生活及照顧家庭，把佛法的好處

向親朋好友介紹，讓他們也能得到佛法的利益。長老呼籲佛弟子之間要彼此相互照顧，千萬不要做不當的事，利用佛法來求名求利，不但自甘墮落，也將敗壞佛教名聲！

一整天的禪修，學員們收穫滿行囊，每個學員都十分感謝長老的慈悲教導，無不期盼長老能夠再次來到高雄中道禪院弘法辦禪修，利益南台灣的民眾。



高雄中道禪院《一日禪》-法友心得

將佛法用在生活中

高雄 Kevin

2014 年 8 月 31 日，隨佛長老受邀至高雄法界衛星說法。8 月 30 日 當天，特地高雄中道禪院安排一整天的禪修課程造福高雄的法友們。上完一天的課，覺得獲益良多，有來上課的法友們真的太有福氣了。

上午的重點課程，長老先說明禪修基本分四個階段，每個階段都有其重要的基本觀念，長老都詳細的教導與解說。所謂「師父領進門，修行在個人」，後續就得每個人自己去深入領悟才行。下午就進入了大家期待的實修課程，師父也針對了禪修首要「靜」的階段，指導大家如何屏除內心的雜念而實際修習。

末學雖然接觸 佛陀的古老教法-原始佛法，僅短短幾個月的時間，但是知道隨佛長老為了還原古老的佛法，花了多年時間比對、考證，非常辛苦；也知道真實佛法的寶貴！

末學之前對佛教歷史的發展，以及佛學知識，僅是一知半解。常想：畢竟年紀還不算老，人生的道路還長，還有很多需要學習的，如：社會的歷練，職場的經歷……等，雖對佛學有興趣，但還是等年紀較大、退休之後再來研究好了。

在接觸了原始佛教之後，末學的想法立即改觀，其實佛法會帶給我們正向的人生觀，對我們人生的發展，及在社會上的態度是有幫助的。正確的佛法能讓我們開啟智慧，讓我們用智慧來處理生活中遭遇的挫折及困境，用正確積極的態度面對生活及人、事、物。如長老舉的好例子：不要等會製作電鍋才使用電鍋，在學習做電鍋的過程中就可以先享受使用電鍋的功能及好處。長老總是舉淺顯易懂的實例，以風趣幽默的口吻，讓我們盡可能了解如何將佛法用在生活。無限感恩！



高雄中道禪院《一日禪》-法友心得

這是觀念？還是事實？

高雄 法開



很感謝 師父南下到高雄道場說法，雖然只是短短一天的課程，但是 師父在緊湊的時間中，教導我們好多寶貴的法義，衷心的感謝 師父。

最讓末學印象深刻的是：在課程中， 師父告訴我們說：『我們所認知的只是觀念，並不是事實；實修不是建立在觀念的基礎上，實修應該是建立在智慧的基礎上。』

當 師父指出這一點，對末學實在有如當頭棒喝。平常我們都是習以為常的用觀念在看待事情、處理事情。因為我們的知見認為這個觀念絕對沒錯，所以遇到事情時，猶如閉著眼睛來看待，因為太相信自己的觀念是對的，以致於對周遭也就不需觀察，反正不會是錯的，這樣處理絕對不會有問題。這樣的知見，在學習 佛陀正法後，如果不清楚，可能一樣會繼續發生。

當我們有幸接觸 佛陀正法時，心中無比歡喜，猶如發現了一把倚天劍、屠龍刀，以為自己比別人幸運，能夠學習到 佛陀正法，自此之後，心中猶如握有這把無堅不摧的利器，以後人生遇到問題、困難，運用緣生法，依著口訣：「凡事因緣生，緣生法則無

常」，就以為至此之後，我們可以披荊斬棘，比別人更能渡越人生的痛苦煩惱。因為深信這是對的，認為自己知見上了解了，所以運用起來便把眼睛、心閉起來，將無常、苦、非我、非我所掛在嘴邊，運用這個觀念來看待一切事實。

當然『觀念對』是一件很重要的事，如果沒有一個正確的觀念，可能一起步就走錯了，但是『觀念對』不代表我們能運用這個觀念做對事。如果依然把眼睛、耳朵搞起來，像套用公式一般，相信『1+1 一定會等於 2』，那麼當發現原來現實的世界還真的有很多 1+1 不等於 2 的事實，必定會對這個以為對的觀念，驚訝不已，想說明明老師教的是這樣啊，怎麼這樣做還是不對？

師父說得好：『實修是建立在智慧的基礎上』。光有對的觀念還不夠，還要把眼睛、耳朵、心打開，看看到底所面對的狀況為何。我們所面對的環境、人、事、物無一不在變化之中，沒有一個所謂對的方法，可以放諸四海皆準，能夠不變應萬變。我們須因應當時的狀況、環境，運用當時最適宜的方式來回應，這是智慧。只用觀念，不足以面對遷流不息事實，切莫把心中以為對的觀念就是事實，把知見當作現實，寄望套用公式、準則解決現實中的問題。

最容易溺水發生意外的往往是自認為已經在泳池中學會游泳，便勇敢在溪流或大海下水之人，認為自己泳技足以應付溪流或海流變化，殊不知其實自己還只是半調子，而輕忽了環境的影響。感謝 師父的提醒，讓我們在學法之路上能時時警惕自己，這是觀念呢？還是現實；這是你認為的呢？還是你觀察到的。



高雄中道禪院《一日禪》-法友心得

雙手合十，在佛前點一盞長明燈

八戒行者 法思

2014 年 9 月 1 日，師父們托鉢回高雄道場時，在樓下的診所外遇見一位中年婦女，推著輪椅裏的老邁父親來做復健。這父女倆就跟著師父們一同上道場，並禮佛祈求平安。

師父們慈悲的在佛堂裡為他們父女倆祝福，女兒高興地幫著父親將雙手合十。然而中風已不能言語的老父，活動相當艱難，甚至連女兒要幫他合起雙手，也難以辦到。因著對師父們的虔敬，女兒希望父親能將手合起，好接受師父們的祝福，就在一旁努力的協助父親，並且溫柔的說：「爸爸！把手合起來。」邊說著，淚水也漣漣的落了下來，好似不知道還能有多少這樣的機緣，能再為父親這麼做了。這老父親最後實在是辦不到，她只好很抱歉地跟師父們說：「父親的手因為身體狀態不佳，沒辦法合十。」大師父慈悲的問道：「老人家今年幾歲？」女兒回答：「今年 88 歲了。」之後大師父和道一尊尼、中嚴比丘和明

證法師，一同祝福這對父女健康、吉祥、平安！

祝福完後，在接待廳裏，我看到他們眼神裡滿溢著感謝與感動，我走近跟他們道謝，感謝能認識他們。這年邁的父親雖然無法言語，但他的眼神告訴了我，他得到法的力量，已在佛前點燃一盞光明燈；最重要的是有這般孝順的女兒，他已心滿意足。

這個女兒是那般努力地接引父親與三寶結緣，朝向正向光明的人生，這件事深深地感動了我。我憶起小時候，父親也經常帶我到佛寺裏，對我說：「雙手合十，跟 佛陀頂禮！」就在彼時，父親已在我的心裏，點燃了一盞朝向菩提正道的長明燈。

我暗自決定：如果有一天父親老去了，行動無法自理，我也要帶著他去寺院向 佛陀頂禮。一想到這裏，內心很是不捨，不捨父親有一天終將老去，不捨父親也會離開這個世間，我很愛很愛我的父親！



高雄中道禪院《一日禪》-法友心得

重新體認生活 學習活在當下

高雄 法珀

當收到寫稿通知的第一時間，有如一顆石頭丟到湖裡，內心泛起陣陣漣漪；不，應該說還是一顆不小的石頭震起了一陣波濤。因為接觸聽聞大師父實法的法，前後約莫五次，可以說是才初入門的弟子。但最後還是大著膽子答應了，其中有大半原因是自己真的太幸運，能夠聽聞這麼令人讚嘆的法，除了想要感謝大師父無上甚深的微妙智慧外，也十分謝謝父母讓我有這個因緣接觸這麼棒的法；另一個原因是家中最慈祥的外公離世，有些心得感觸想跟大家分享。所以就在這裏班門弄斧，請各位前輩不吝指導。

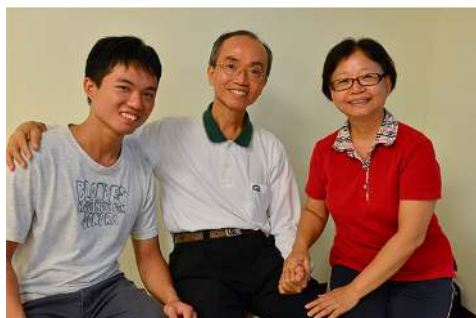
曾經閱讀過一些有關天葬空行母的文章，也會想像人生離世時的那種生不帶來、死不帶去的轉頭空，特別是發生在自己親人身上的時候，那種感覺及悲傷難過就更加強烈且明顯。但也因為這一次的因緣讓我接觸到師父的法，雖然在十方法界慈善事業基金會聽法只有短短一天的機緣，但在當下，內心突然有種撥雲見日、豁然開朗的感覺。想起明朝楊慎所寫的臨江仙：「滾滾長江東逝水，浪花淘盡英雄。是非成敗轉頭空，青山依舊在，幾度夕陽紅」，原來所謂的「青山依舊在」，早已非原來的青山，夕陽也已然不知幾度紅了。在每一個當下，眼所見之青山，都是在不同的因緣底下所呈顯的。在這個動態的世間中，舉凡所看、所聽、所見、所聞、所想都是因緣而生。就像人的眼睛在看見一個物體的時候，科學上而言就是產生了一個生物的電波。這個波動有大有小，有高有低，經由神經束傳導到大腦的時候，會在不同位置產生影響，於是就產生了反應或是記憶、想法等等。人腦會

根據這些又在一些區域形成情感的迴路，於是就出現了貪愛或是瞋恨。在聽過師父的法後，突然發現佛陀所悟之十二因緣的偉大之處，竟然與現在科學對大腦的研究有異曲同工之妙，真的是何其有幸，能夠在此生接觸到這般微妙的因緣法。以前對死亡這件事情了解不多，曾聽過不同宗教對死亡不同的說法與解釋，但現在才知道原來所謂生死，其實就是因緣的流轉變化呀！

唐朝詩人王維的終南別業一詩中有如下之名句：「行到水窮處，坐看雲起時」。以前唸這首詩，認為是一句自我勉勵的話，也能揣摩出作者豁達不與世爭的隨意禪趣。現在再看，突然發現：水、雲、霧，乃是不同因緣底下所表現出不同的形態。開始用因緣法去思考並且觀察周遭的環境，也算是另一種的「見山不是山，見水不是水」的意境。

真的十分感謝師父教導如此正法，讓我重新體認生活，學習活在當下；也願所有的人能平安喜樂的活在當下。





高雄中道禪院《一日禪》-法友訪談紀錄

佛化家庭訪談

書記組 整理

這是法參全家接受書記組採訪的紀錄。法參、法參的夫人法伺與孩子法式三位現在都精進的學習原始佛法，並且已成為皈依弟子。他們將佛法運用在日常生活中，並積極地將 佛陀的教法分享給周圍的朋友，是很好的佛化家庭楷模。藉由訪談法參家族的因緣，讓法友們了解如何接引家人一同學習佛法。

訪談員：請問你們家庭中誰最先接觸到中道僧團？



法參：我在 101 年 10 月，偶然在十方法界衛星的網站，聽到隨佛長老說法，聽了就很歡喜。之後，我又到 youtube 去搜尋，搜尋到好多開示影片，進而開始聆聽。因為我對原始佛法有興趣，之前我一直都看《阿含經》，但是法義不甚瞭解，十二因緣觀也觀不進去。就像長老所講，心裡越來越荒涼，發現自己的煩惱都沒有斷，癡、貪、嗔也沒有止息，只是把它壓住而已。剛好聽到長老說法，很驚喜和震撼於「怎麼

會有這樣好的佛法」，講得那麼清楚，於是，我就把它下載下來，一直聽、一直聽，聽很多遍，接著就介紹給我太太跟我兒子聽，讓他們亦能蒙受法益。

訪談員：你的兒子法式還很年輕，你介紹佛法讓他認識，他能接受嗎？

法參：孩子原本沒有學佛，但從小就和我學打坐，至於佛經，他也尚未接觸。因為我覺得原始佛法很好，所以 2013 年的暑假，我推薦他們母子報名中道禪林舉辦的禪修營，他們兩個都參加了。

訪談員：能不能請法式稍微介紹一下自己？

法式：我今年 24 歲，現在就讀台大醫學工程研究所二年級。其實小時候學打坐是爸爸半拐半騙的。（笑）

訪談員：你為什麼那麼聽話？

法伺：一開始先威脅、利誘，他不一定能接受。



訪談員：怎麼威脅利誘法？

法式：我還記得小時候，當我的玩具汽車需要充電電池時，爸爸就會說，如果你靜坐 20 分鐘，就可以拿到一顆充電電池。（笑）



法伺：法式國小一年級入學，因為很好動，老師建議我帶他去做過動兒的鑑定。醫生問我，他能否專注的坐半小時看卡通？我說可以。醫生就說：這不是過動，

是好動。我記得他小學一、二年級時非常的好動，我走到哪兒，人家就告狀到哪兒，也到處惹事生非。到了小學三年級，法參就押著他學習打坐，才慢慢靜下心來；靜下來後，功課竟然就突飛猛進，變成一匹黑馬，出乎我們意料之外。



法式：對啊！2013 年那次參加中道禪林舉辦的禪修營後回家，記憶力變好、理解力也變好，然後也不怕蟑螂！好奇怪喔！

法伺：回家還會自動洗碗、倒垃圾。

訪談員：你們父子之間，學了原始佛法後，關係有否更好？

法參：我們父子一向關係很好，但是我兒子去學原始佛法回來以後，看事情變得更有深度了，跟我談話的廣度跟深度都進步很多，我講的話他更能體會瞭解了。我們比較會聊的是靜坐、禪定的體驗，有時候會討論佛法。像他禪修回來以後，我們會談到禪修的體驗，互相交換心得。

訪談員：那學法後，母子之間又有什麼變化呢？

法伺：去年八月禪十結束後，雖然很累，但我們兩個從捷運、高鐵、到回家的途中都在談論佛法及禪修的經驗，我覺得自己好像找到了知音，而且是自己的兒子，我們有共同的生活與經驗，那種感覺很棒！

我很感謝我們有因緣可以學到正法，自從 2012 年 10 月接觸到原始佛法以後，我們把長老開示的錄音檔全部都轉成 mp3，存在手機裡。法參是走到哪裡聽到哪裡；我是把它當成我的「奶嘴」，睡覺前一定要聽！沒聽法，我覺得好像少了什麼東西，我的手機裡的檔案也是存著長老開示的法義，有機會我就會盡量聽。這樣慢慢的聽，覺得過去的習氣好像慢慢被瓦解，因為已經有一些知見，覺得煩惱越來越少了。這真的是一個正法！所以我現在和法參應該是很好的推銷員，到處和朋友分享。

訪談員：請問你曾經邀請朋友來參加中道禪林的課程嗎？

法伺：我們邀請很多朋友來，他們聽得法喜充滿，尤其法參的學校同事和我們說他聽法聽到都快掉眼淚了。

法參：我在高中教書時，我們有一個《雜阿含經》的讀書會，我們會一起研讀《雜阿含經》。在退休的迎新會上，他看到我的第一件事就是問我：「林老師，你最近在哪邊學佛？」，他主動問我，我就說我們最近有開一堂「十二因緣觀之九種禪法」的課，有沒有興趣？他說：「有，我要趕快報名！」當場就報名了。今天來上課，他說他聽到眼淚都掉下來了，他說他已經打開了心裡的一些結，非常歡喜。

訪談員：請問你們接觸中道僧團後，有沒有什麼心得或感想？

法伺：我們接觸佛法已經很久了，認識的法師也很多，也很盡心在護持佛教和法師。但是接觸中道僧團後，我覺得僧團真的是一個持戒清淨、無所求的僧團。常言：「人到無求品自高」，所以我覺得這真的是一個傳承正法的僧團。中道僧團的作風真的是跟我們過去接觸的大不相同，我們並非評價其他人，但與以前接觸的經驗比較後，感覺有很大的懸殊。今天長老有提到一句話，我們感嘆頗深，長老說：「一個寺



院要是財物非常豐沛的話，真的是會寵壞師父們，有些人會變得不懂得珍惜，甚至不知道有些信徒非常的勤儉刻苦，但是卻很願意為佛教犧牲奉獻。因此中道僧團將所有護持的款項全用在利益眾生上。」我們過去對某些團體確實有點失望，但現在我們遇到了清淨且行於正道的中道僧團，更加覺得珍貴與珍惜。

法參：其實我是被長老的言行舉止所攝受。長老不僅能夠透徹的講出現代佛教的癥結，對於佛教歷史的剖析更是清楚明白；哪些是 佛陀的原說，哪些是部派佛教所增添，長老都能依經依律的指出，這點是最攝受我的地方；再來就是守持不捉持金銀的戒律，真令人由衷佩服！僧團的道風真的非常好，令人肅然起敬。

訪談員：我們來聽聽年輕人的看法。

法式：我第一次參加禪修的時候，覺得好奇怪喔！為什麼大家對大師父都很恭敬？回去後發現大師父教導的佛法對生活實際有改善！內心覺得大師父好厲害！好高、好遠，所以現在對大師父總覺有一點敬畏。但其實僧團的師父們都很親切，而且很活潑，不是想像中冷冰冰、沒有表情，而是很有生命力的感覺。

訪談員：請問你們對 隨佛長老講過的哪一句法語的印象最深刻？或對生活最有實際的幫助？

法式：我是聽「原始佛教的禪法與生活的統貫」，裡面有十個步驟，可以觀察很多事情。裡面提到「期待」所衍生的種種內容，相當實用，對我很有幫助。

法參：我一開始學佛就一直在問，十二因緣裡，行緣識的「行」是什麼，都沒有人能夠回答我這個問題。直到聽長老說這個「行」就是「我見」，這才恍然大悟。另外，原先以為講「無明」是在破外道，原來不是，要破的是我們大腦不合實際的慣性思維方式，原來我們大腦裡面的想法都和現實的因緣不符合，現實是因緣生，不是你用想的就能夠了解，這是我學法以

來最大的收穫。

法伺：長老對人格的剖析很犀利，令人非常讚嘆，真的是一個大智慧者。我覺得長老教導對於煩惱、苦是如何生起、如何止息，在生活上真的很受用。我也很希望把這些佛法傳給我的朋友，所以我跟我先生就把長老的說法影音下載下來，送給我們的朋友聽。我有一次送了光碟給一位朋友，當時他無動於衷。接著，我沒放棄，再送第二次給他，結果他聽後，非常感謝我，還讚嘆光碟片裡面的法師講得非常好。這就像長老所說，他們有過去學法的包袱，不見得能夠完全的接受，但是他知道這是很好的法。所以我就去影響他們，至於有什麼成果，不要去在意，只是盡量努力把原始佛法傳下去，尤其是我們自己的親人，我們要用「滲透」的方式，不要用「強灌」的，用強灌的他們會排斥，要慢慢的滲透，你真心的對他們，然後他們就會覺得你學法後，觀念、態度都改變了，他們自然會願意接近你。

訪談員：感謝三位的分享，原來佛化家庭的生活是這樣的愉悅活潑，夫妻間與親子間不僅有了共同的話題，一起朝著解決問題與遠離煩惱的道路邁進；更是不斷地散播善的種子，除了自己得利，也讓親朋好友都能得利，真是難能可貴。今天很謝謝你們接受採訪，讓我也受益良多！





馬來西亞怡保《八戒行者法集追思紀念會》

煥馨

中道僧團

2009 年我們三位師父被送到了怡保，到高速公路出口站接我們的是妳跟彩玲，第一眼看到的是位灰白短髮，笑容滿面的老人，雖然妳當時才 65 歲，帶領著我們的車到當時幾近荒廢的般若岩。

妳與彩玲打掃著，後來麗雲下課也來幫忙，妳幫師父們打理住的地方及整個禪修環境，當時對怡保的印象，因為有妳而溫暖。

妳是師父們到怡保第一個認識的人，也是大馬第一次禪修的七人小組之一，也是第一位跟著僧團到新加坡弘法的居士；在 2010 年也是大馬第一位受持終身八戒的八戒女，也是第一位住在中道禪林的第一位在家人，從認識中道僧團的師父們開始，妳在大馬就是拿到最多第一名的人，妳一定不知道妳是大馬所有法友的眼中被羨慕最多的第一名。

最重要的是，妳告訴師父們，從認識中道僧團的

師父們後，妳的人生變成彩色的了，也不再耽憂自己的人生何去何從，在 10 月 20 日，妳請法澄請示師父，可不可以穿著八戒服入殮，並且妳告訴法澄，雖然有點不捨，但還是得面對，有法在所以妳的內心很平安，這些都讓師父們很為妳感到高興也放心。

我覺得煥馨走時是很幸福的，因為有妳的叔叔和尊敬妳的姪女，還有法師在身邊，有八戒女的姐妹及怡保的法友陪伴在妳身邊，而且有大師父在遠方用現代科技傳達，說法給妳聽，雖然在最後說法的十分鐘，因為妳家人的不理解而阻斷了，但法友們還是在最快的時間內，為妳放禮敬佛陀的唱誦，。

煥馨！妳的一生行善植福，發心護持尊敬三寶，守戒清淨，依著妳此生的福田功德，必能善生善趣，師父在這裏雖然捨不得，但大家還是互相祝福，無論如何，我們修行的道路是分不開的，祝福妳！



馬來西亞怡保《八戒行者法集追思紀念會》

緬懷「溫、良、恭、儉、讓」的終身八戒女——法集居士

生光比丘

在 2013 年 12 月中旬之時，馬來西亞怡保中道禪林的一位終身受持八戒的行者——法集居士，前來到台灣內覺禪林淨住一個月，在這一個月的時間裏，與寺院常住相處和合融洽，大家也很歡喜法集居士能來寺院和大家一起修行。今法集居士因罹患肝癌，已於 2014 年 11 月 5 日安祥捨報，生光個人想表達對法集居士的認識和追憶！

法集居士溫和純樸、心地善良，雖已年逾古稀，卻仍保有赤子之心！與法集居士相處時，不會有生疏的距離感。記得幾年前，末學尚未出家還是在家居士之時，有一次跟隨師父和中道僧團遊化到馬來西亞各地弘法，當時師父弘法的腳步緊湊，在一個道場弘法後，席未暇暖，又得提著行囊趕往下一個道場弘法，一地接著一地，如流星趕月般的弘法利生。由於末學從小對陌生的環境就有著適應性的問題，每到一處新環境，內心總會感到有些拘謹而不自在，與不熟識之人相處也會保持一定的距離和沈默。初到馬來西亞怡保中道禪林道場時，法集居士偕同眾多法友熱誠相迎師父和中道僧團的蒞臨，當天也是末學首次見到法集居士，雖然與法集居士只有幾句簡短的寒暄問候，但從法集居士的言談舉止和處事應對中，能感受到法集居士散發出的祥和氛圍，笑顏之中展露出慈善之心，這讓末學在人生地不熟之異鄉環境，如同雪中送炭一般，內心感受到一股暖流，拘謹的心緒得以舒緩，這是當時末學對法集居士的初步印象。

法集居士是一位謙恭有禮的虔誠佛弟子，法集居士見到僧團任何一位師父，無不頂禮問訊，即便是對出家未久的年輕法師也不輕忽，充份體現出恭敬三寶

的態度和精神。法集居士對中道僧團的出家僧眾也關懷備至，不時主動的詢問法師們日常生活所需以及身體健康狀況，誠心護持僧團，讓每位法師都能夠好好修行，將原始佛法廣傳世間，利澤蒼生。

某一天，因為法集居士來台的簽證時限將至，不久即要返回馬來西亞，於是生光就主動找法集居士談談來台的生活狀況，以期增進彼此之間的認識。生光邀請法集居士能在 2014 年僧團雨安居期間來寺護持僧眾，法集居士則允諾自己若健康狀況許可必定前來。在此次的交談之中，法集居士也分享著她個人的人生成長經驗，生光從而得知法集居士勤儉刻苦並且相當孝順。因感到人生很苦而寄託於宗教信仰，期盼能在宗教信仰上得到心靈的慰藉和依靠。幸而在 2008 年能接觸隨佛師父弘揚的原始佛法，覺得與原始佛法相應，請求僧團為其授予終身八戒，從此即與原始佛教和中道僧團結下殊勝善緣！

法集居士平日生活簡單、少欲知足、安分自律，極富愛心與同情心，熱心公益，一生之中不斷的當義工行善助人，任何地方需要幫忙，只要能力所及和時間許可，即會前往奉獻一己之力。可謂集華人傳統美德溫、良、恭、儉、讓於一身！

這一生能夠認識法集居士這般良善之人，生光個人感到榮幸之至，法集居士生前所展現出的慈心善行，將深刻印烙在生光的腦海裏！法集居士在佛門修行的功德，亦堪為中華原始佛教會受持終生八戒女之修行典範！所有認識法集居士的法友們都會深深的懷念著她芳馥的言行。



馬來西亞怡保《八戒行者法集追思紀念會》-法友感言

我們的開心天使 法集師姐

怡保 法澄

2009 年 1 月，法集師姐、法立師姐及法智師姐把隨佛尊者、道一法師和明至法師接引到怡保般若岩，也因此馬來西亞點燃了 佛陀正法的火苗。

「七個小矮人」的組員之一，法集師姐最年長；上完了由隨佛長老主法的七日禪後，覺得十分相應，決心在隨佛長老前求授四法皈依，法名為「法集」。

2010 年 4 月 18 日，在檳城中道禪林道場成立的那一天，法集師姐發願在隨佛長老座下受持為終身八戒女，成為馬來西亞第一位受持終生八戒的行者。

2009 年至 2014 年，在這 5 年裡，佛陀的正法如雨後春筍，在馬來西亞從北到南，一共成立了 9 個道場。每一個道場都留下了法集師姐的足跡，甚至僧團到新加坡弘法，她也義不容辭的要隨團護持；由於考量到法集師姐年紀大了，不耐操勞，僧團不讓她去。但是，她總會說：「我不覺得我老啊！」

佛陀正法在馬來西亞，尤其是開始階段，不管是財力、物力、人力都不足。

個子嬌小的法集師姐，總是全力支持與配合其他

法友，一起努力推動正法，從來沒有為身邊的人帶來任何麻煩！她最不喜歡麻煩別人，即使臥病在醫院，也想盡辦法把探病的法友們「趕走」。

我們的快樂天使——法集師姐，有您的地方，就有歡笑！

您那燦爛的笑容、溫暖的擁抱、貼心的關愛；雖然有時說話詞不達意，但您不用說，我們都知道，都能感受的到，您是那麼的關心我們，愛護著我們！

在法的大家庭裡，我們一起護持佛陀的正法，一起分享學法的喜悅，相互扶持、關愛。

在這段日子裡，我們一起慶生，共享蛋糕的甜蜜；互相祝福，分享生命中的喜、怒、哀、樂，分享人生的歷程。

我們一起探訪殘障院，把生命中的光和熱散發人間。

我們一起探訪原住民，享受奉獻與給與的快樂。

我們一起辦捐血運動，每次都是您去聯絡法友，



鼓勵法友踴躍參與，還派傳單，連印度同胞也給您拉來捐血了！



2013 年 12 月 15 日，法集師姐生日的那一天，她到了臺灣內覺禪林修學，展開了人生的另一段學習的歷程。在臺灣，大師父、道一法師以及安住道場的僧眾與法友都熱烈歡迎法集師姐的到來。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。

從臺灣回來，法集師姐比以前更開朗、更精進行佛法。

我們敬愛的、至愛的法集師姐，我們的開心天使！

12 月 15 日是您的生日，縱然無法再次和法的兄弟姐妹一起慶生、一起分享蛋糕的甜蜜。但是，您那

天使般燦爛的笑容，將會永遠烙印在我們的腦海中。



還記得您臥病在醫院的第二天，大師父、道一師父、生諦法師、成睿法師，法海師兄、法思、法心都通過連線為您打氣。法海師兄不斷鼓勵您，當時您已經無法說話，向法海師兄比了個手勢，表示：「我愛你們！」

法海師兄也很大聲地說：「法集師姐，我們都愛您，很愛、很愛您！」。當時您笑得那麼的開心！

是的，法集師姐，我們都愛您，很愛、很愛您！

我們的緣是不會斷的，我們還會是最好、最好的兄弟姐妹！法集師姐，我們都愛您！

願您善生善趣，正向菩提！





清風甘露 宛如昨日

11月28日夜九點多，臺灣傳一則訊息來馬來西亞的北海七日禪修營，原始佛教會的多年護法——法憶，一個癌末患者已逐漸的失去生理穩定。當時，在禪堂說法的隨佛長老，隨即在宣法後，為大家講述了法憶的護法因緣，並與現場近兩百位法友們，還有在線上一起聽法共修的新加坡、馬來西亞、紐約等地的法友，一起為法憶作迴向。

接著，透過北海佛教會的網絡連線臺灣，隨即向醫院中的法憶致上真誠的謝意，感謝其多年的護法，並做最後的開導、教示，幾位法師與八戒行者也一一向其致意與關懷，勸勉相信自身的善行、善德，必能善生善趣，再聞佛法、學法。

今天清晨5點左右，接到臺灣法工從彰化傳給僧團的訊息，多年來全家一直支持、關心、參與教會，熱心護持僧團的法憶，在全家人與教會法友的感謝、陪伴中，已經安詳捨報了。

近幾個月的檢查、化療及住院以來，僧團及法工們一直與法憶全家保持密切的連繫，長老及僧團法師們數次南下關懷，也為他們加油打氣。面臨生死大事，僧團與法友是重要的精神依靠。

這幾天大家知道法憶的病況危急，大師父在北海指導禪修，也隨時得知臺灣僧團傳來的訊息，適時的關心及處理。

昨晚課後，長老透過網路對法憶說：「從認識你們至今，多年來僧團受你們全家照顧與護持，特別是在2006年生病時，受你們照顧近三個星期，全家人把師父當成自家長輩般的依賴與照顧，深深感謝此生彼此的善緣。」

當大師父開示時，法憶在即將昏迷的情況下，很努力的聆聽並回應，在大師父開示後，即寧靜的漸入昏迷。直至其長子法勝趕到醫院時，他再次的努力睜開雙眼，不久後即閉目聆聽身旁的家人，為其敘述他的一生善行與善德，還有表達家人的感謝與點點滴滴的美好回憶，並提醒不忘佛法的教導，正念三寶的光明，直至捨報都是在安詳中。

近幾年來，除了僧團的師父們之外，無論是台灣或是來自大陸、馬來西亞、美國的法友，只要前來道場淨住的八戒行者與法友，都會受到法憶全家人的照顧，他們夫妻成為來自國外年輕法友們口中的「傳爸及阿母」。

雖然人生有許多美好的事，但是生死依然是現實，總是在還沒準備好的時候來到面前。清晨六點半，隨佛長老在禪堂為大眾傳授九戒後，大眾共同祝福法憶法友，依靠善行善德、護持三寶的功德，正念安然的捨報，善生善趣，諸根健全，生於有佛法之福地，守持淨戒，遠惡行善，聽聞佛法，親近僧團，正見增上，守持正道，精勤修行，利己利人，離貪捨塵，諸苦寂止，解脫現前，成就菩提。

中道僧團暨原始佛教會全體法友，感謝在十幾年來，法憶全家對僧團的支持及對教會的貢獻，我們深深的致上真摯的祝福與懷念！

最後 我們祝福他的家人，在生死的課程中學會堅強與面對，明白人生最可貴的不是保有美好的一切，而是懂得發現與珍惜現在的好，只要真誠與珍惜的經歷現在，人生就沒有遺憾。

原始佛教會全體 悼念



憶念此生中的美好

11月26日星期三晚上，台北禪院上課時，僧團接到道一尊尼傳來的訊息：明早長老會從馬來西亞連線在台中彰化醫院的李居士，為李居士說法，希望僧團的法師們能南下彰化一趟，幫忙李居士做皈依見證。

11月27日一大清早，僧團法師們南下彰化基督教醫院。期盼聽到大師父聲音的李居士，聽到視訊傳來遠在大馬的大師父聲音，喜悅之情溢於言表。大師父簡短的開示後，對李居士說明當天僧團前去探望的主要目的，是為他教授與見證皈依四法。

僧團教授與見證皈依，讓李居士感受到一份特有的莊嚴、慎重，事後表示至為感念。因此，無論體力

多麼的難以負荷，他都盡力的跟上。在場的人無不對其努力完成皈依，報以感動的掌聲。

最後，僧團在天地之間為他皈依佛、法、僧、戒做見證，隨佛長老早已為他取了法名，囑咐明至比丘代為宣說：皈依名為法憶。意為憶念 佛陀，不忘佛陀的恩德，在生死輪迴之中不忘憶念 佛陀的教導，不忘對佛法的信念，憶念此生中美好的人，更不要忘了憶念此生中的美好經歷。

祝福已安詳捨報的法憶居士，能夠善生善處，現前當來都能有親近善知識、聽聞正法的善因緣，蒙佛光明，正向菩提。

Sādhu ! Sādhu ! Sādhu !





沒的不要想 有的好好用

生命成長組 記錄

慈祥大師父、清靜可貴中道僧團在辛勞的國外弘法二個月，於 12 月 11 日凌晨回北投內覺禪林，12 日早上七時許，搭乘高鐵南下台中關懷罹癌的法妙師姐，再赴彰化關懷新喪夫婿的法明師姐及眷屬。茲略述感想如下：

罹癌並處於癌細胞擴散的法妙接著了大師父、僧團、法友們和熙溫暖關懷，顯露了平穩、開心。席間，大師父一句棒喝：「妳準備好了嗎？」，是在問法妙，應也是在問與會的大家。有肉體痛苦、精神折磨的法妙，由於前有接受到大師父原始佛教因緣法、緣生法的法義教導，能較深刻省思及平撫癌症難纏試煉。大師父提示「沒的不想，這樣就好；有的好好

用。」哪些是沒的呢？譬如「常、樂、死亡」是不存在，只是一種想法，生是不停止變化轉現的事實。生則有苦，於接受治癌，應正向看待在家人支持，法友關懷中，請法妙師姐自己站起來，在更貼切生命，體察人性，有深刻心得要勇於與大家分享。

我們曾為理想編織過畫布，有時光彩得意，有時暗淡失落。但一直活在過去與未來而忽視了當下。人總要面對死；早走是好的，在眾人的關愛中，幸福的離去，然後勇敢地邁向下一段生命旅程，再次投生有佛法正知正智的家庭。如晚走的話，要想我們能做什麼？雖然有病在艱難考驗中，勿等著被關懷，要做個安慰者。珍惜當下，用感恩的心，投入愛心行列（例



台北 5 位法友 11 月 16 日赴台中道場參加共修，參與台中關懷聚會。





如造訪孤兒院，釋出關心與愛的鼓勵），自利亦利他。感恩家人，愛的表白及時說出，能做的盡力做，在與廣大人群結緣中，述說積極生命故事，全心成就該做的事。

此次關懷，大師父的開示言簡意賅，意義深遠，如陽光般的溫暖，光明閃耀在我們的內心，是心靈的享宴，亦知在有需要我們之處要激發投注關懷，成長生命。

最後與會人員手牽著手，每人各說一句祝福法妙的話。我們是一家人，心連心同在一起，勇敢地共同邁向未竟之旅。

早上十時，僧團法師與法友們轉赴彰化李居士府上。十一月二十七日曾為李居士教授與見證皈依，取名為法憶。依稀大家對他關懷仍在，而今倏忽捨報，不甚感懷。

大師父、僧團法師帶領法友與遺眷為法憶讀誦經文，感念他多年對三寶的護持，必能善生善處，正向菩提。諭示：法憶兒女們，要端正品格，心地光明磊落，至孝侍奉母親，對自己、對別人、對社會要善盡己責，活出光明的人生。此亦係對已逝父親之回報與榮耀。（下組圖）

中午供養僧團齋後，大師父對法明（法憶之妻），也做開示：於懷念法憶及其身後事告一段落，可以好好規劃自己的人生，及時正向思考、行動，把握當下，珍惜現前，過福慧增長的日子。

此趟關懷之行，在下午二時許結束，大夥坐車返回台北。大家在正法之光澤下，勇健的弘揚原始佛法，時時關照法的大家庭中每一成員，刻刻邁向正覺之路。





傾力在生活

以正面的態度解決困難，積極地面對人生

法泳 採訪整理

記者：請問您為甚麼會來參加這一次的禪修營？

Sunny 法友：其實我學佛已有一段時日了，去年底，陪爸爸在 youtube 上聽聞隨佛長老開示的影片，並且在高雄聽了半年的課程，為了想要更進一步的學習，所以參加這次的禪修營。

HungCheng（弟弟）：我也是因為爸爸在家隨時都聽聞 mp3 隨佛長老的佛法，而受到影響。另外，感覺到爸爸的脾氣改變了很多。雖然爸爸不會要我們跟著聽，不過聽著聽著越來越能夠接受隨佛長老所說的法，所以就參加了這次的禪修營。

法式：真巧，我也是因為爸爸的緣故。爸爸自從在網路上聽聞隨佛長老所宣講的佛法之後，一直向我推薦，長老宣講的十二因緣法。這是我第二次參加原始佛教會所舉辦的中道禪修營。

記者：請問參加這次的禪修營，有沒有什麼特別令您們感動或印象深刻之處？

法式：讓我印象最深刻的，是師父教導的一些禪坐技巧。自己在禪坐時，有一些困擾的問題，正準備向師父請教之前，還沒來得及開口，師父彷彿已經知道問題所在。譬如師父教導的內止言語，剛開始時，不知道在生活中怎麼修習，後來經過師父的說明，我已能釋疑解惑了。感覺上，師父好像都會知道學員們碰到了什麼問題，在還沒提出問題前，都能適時地教導，這是令我印象深刻的地方。

Sunny 法友：我想分享的是，我這半年為了準備研究所考試，每天非常忙碌，身心都處在極度疲憊的狀態。因為自我期許很高，所以壓力也很大，患得患失的心理，使日子過得很累。在未親近隨佛長老之前，自己會找尋玩樂，來平衡生活上的壓力。然而同樣的問題和煩惱仍不斷地重複發生，且無法解決。如此的挫折感，使我的想法變得憂鬱悲觀。



在禪修營時，大師父開示：「苦與樂都是常、樂、我、淨所造成，因為這種妄見，不符合內心的期待，所以會產生痛苦」。其實緣生法的世界非樂也非苦。了解因緣法之後，慢慢改變了自己生活的態度，對考取研究所的事情不再期待與執著。並且懂得去感受當下的美好。覺得在每個時刻，必須為自己的人生做些積極的事情，因為隨時都是轉機。

HungCheng：這次禪修印象最深刻的，是大師父開示的因緣法。過去的自己，總覺得每天的生活萎靡頹廢，遇到問題就卡住，這樣的情形一直重複發生，讓我覺得生活很乏味。在聽聞師父因緣法的開示之後，我有煥然一新的感覺，發現每一天每一刻都是全新的。慢慢學會觀察生活中細膩的小地方，感受到當下的美好，覺得每一時刻都能為自己的人生奮鬥，因此人生充滿了希望，隨時都有契機。

記者：請問您如何發現日常生活中每一刻的不同？

HungCheng：我覺得是從觀念上的改變。大師父開示：每一刻都不會一樣。反觀自己過去的想法，發現「一樣」和「不一樣」都是先入為主的觀念。現在每天對光線、感受等的覺知，慢慢學會在不同的時刻都是不一樣的。

法式：這次大師父開示觀察內心運作的步驟。我發現閉著眼睛聽影片的聲音時，當聽到熟悉的詞彙，大腦馬上就會做連結，如果是不熟悉的，就只是聽到一個聲音而已。

這次的禪修營，大家共同的感想，就是大師父開示的內容，很實用也很貼近生活。像是很多人知道壞的事情不要做，但仍然控制不了自己，問題就在於要如何改善。大師父教導大家如何找出問題的癥結，以及如何以積極和進取的方法去改變。用正面的態度可以解決很多困難，並且積極地面對人生。

釋迦族家庭

法泳 採訪整理

記者：隨著法祥的皈依，您們全家稱得上是釋迦一族，請問學習原始佛法之後，對您們的家庭生活有什麼影響或改變？

法浸（媽媽）：我學佛已經有好幾十年的歲月了，以前學的一些教人厭世、離世之類的內容，多是一些與生活脫節的東西。

記者：請問法祥師兄，您覺得學習原始佛法對您有何影響？

法祥（兒子）：我覺得我正在慢慢地改變自己。感覺蠻棒！

大師父講解因緣法、緣生法時曾說到：「不

要用過去的已知來回應或建立自己現在的價值觀」，我發現我常常用舊有的觀念來評判現前的經驗，這是以前從來沒有注意到的事。以前總以自己侷限的角度來判斷「好」還是「不好」，而不會用更全面的角度來看待事物。

一般人總會為自己的生涯作規劃，規劃未來，規劃十年內要如何。很多時候是自己在幻想、在預設，覺得自己如是規劃還不錯。我很多時候就是以這種方式在思考，但是大師父卻顛覆了我的想法。大師父讓我明白「生活的重點是好好把握當下！」



記者：現在請問爸爸——法田師兄您對原始佛法的學習又有何看法？

法田（爸爸）：我覺得原始佛法很實用。

我以前學的那些有會「飛天的」、會「變魔術的」，太遙不可及了。大師父說的法很實際、務實可用。現在所學到的可以馬上用的上，非常實用。如果沒有學到大師父教的法，實在太可惜了！

記者：那麼妹妹又覺得學習原始佛法對你有什麼影響呢？

法珀（妹妹）：我接觸原始佛法的時間不多，但原始佛法卻改變了我原有的觀念。

大師父在講十二因緣法的圖表時，說明緣眼及色、眼識生的過程，改變了我以前的想法。我以前學的佛法講的是「隨緣」、「無所求」之類的消極想法，但是大師父講的因緣法是相輔相成、實際可用。現在我在慢慢學習觀察自己，在眼及色接觸後的後續反應是如何。我發現自己會察覺到「貪愛」的生

起，看到喜歡的東西會很開心，我知道我要的是那個開心的感覺，不是那個東西。

我覺得在生活中很好觀察，也很好用。我是一名醫生，常接觸到形形色色的人，這會讓我的觀察力更加的敏銳，會注意到自己的想法和反應。

以前搭捷運上班時，總會聽聽音樂以減輕壓力，現在不用了。我可以好好的利用這一段時間觀察自己，讓自己更加的活在當下，知道自己當下在做些什麼。

記者：您們的家庭成員都是釋迦一族，請問您們有何感想？

法田（爸爸）：我覺得很幸運，孩子也很有善根。

法祥（兒子）：我希望更多人能夠聽聞到正法，讓正法永續世間。

法漫（媽媽）：我們會把正法向身邊的家人宣傳，告訴大家，讓更多人受益。雖然不是每個人都能夠接受，但是我們會努力。

法田（爸爸）：希望靠大家的努力，讓正法永住！





慈悲是真誠關懷 不是社交表現

臺北 法海

某日法藏師兄帶來他所製作的 隨佛長老法語書卡與我分享，其中一張的法語令我深感震撼，內容是：「慈悲是真誠關懷，不是在社交表現」。

就在看到書卡的前一天，我去拜訪一位多年的好友。好友的母親今年八十六歲，三年多前出了一場小車禍，腦部受創引發一些後遺症，目前有失智的狀況。好友的母親是家中的大姊，家裏一共有九個小孩。在那個年代，做父母的總是忙於工作，身為大姊就得一肩扛起父母的責任，照顧弟弟妹妹，承擔家中大、小事務，相當辛苦的付出。

那天我抵達好友家時，正巧看見他的舅舅及阿姨經過，心中感到納悶：何以他們不進去打招呼呢？進屋後就問朋友：「你舅舅跟阿姨久未過來探視你的母親，對吧？」朋友說：「是的！你如何知道？」我說：「我方才在屋外看到他們躡手躡足地經過，深怕被人撞見似的。」朋友說：「他們已經三年沒來了，認為媽媽不認得他們，看了也是徒然。」

回到家中，看了一部影片，其中一段情節令我相當感動，描述中東一位老者與理髮師的對話。某天這位老者前去理髮，他央求理髮師動作稍微加快些，因為他急著跟妻子去吃飯。

「你太太在哪裡？」理髮師好奇地問。

「我太太在安養院」老先生回答。

「在那裏多久了？」理髮師問。

「兩年多了」老先生回答。

「已經兩年多了，那她還記得你嗎？」理髮師問。

「她已經不認得我了」老先生回答。

「她不認得你，那你為什麼還急著去見她呢？」理髮師問。

「雖然她不認得我，但我認得她，她是我的太太！」老先生回答。

這個回答令我相當的感動。我坐在沙發上思索著那天所看到的法語，隨佛長老的智慧竟是如此的透徹，洞悉社會上種種之事，一語點破世間的真相。它不是文字上的一句話而已，而是在我們周遭不斷重複發生的事情，遷流不息的在我們生活之中轉現。

處於現代忙碌的社會裏，人們慣用「打卡」的方式表達個人的出席狀況，並且習以為常的依著這個模式與人互動。我們對生命的愛與關心，便以一種「社交的方式」進行著，跟對方表示：「我來了！你也看到我來了，我的確來做了什麼，你們已看到。」就是這樣的心態，把慈悲當作一種社交，這根本不是慈悲，當中無有愛與關心，它只是一種禮節儀式。交代「我來了，我有來看你，你有看到」，就是這樣而已。這就是友人的舅舅及阿姨們在做的事，同時也是我們大部分的人不自覺會做的事。

人與人之間應該真誠的關懷，而不是用一種「打卡」的方式來表達關懷。每個人一生中都在找能真誠對待我們的人，可是從來沒有捫心自問：自己是否就是別人所要找的那個「真誠對待我們的人」？我們都習慣向外找尋，卻不會自省。我們都覺得自己很好，覺得問題是在別人身上。試問：若問題都在別人身上，自己沒問題，為什麼別人不認為如此呢？到底問題出在哪裡呢？這是我們大多數人需要好好思考的問題。

真誠的感謝 隨佛長老及中道僧團的法師們，讓我有機會看到自己生命的缺失。也很感謝法藏師兄的分享，讓我受益匪淺。



偶然的相遇 生命的交會

大馬吉隆坡 法摩

這天是我的生日，一大早即收到來自各方法友的祝福，感念的祝福一直持續到夜晚，終日收到「生日快樂」的郵件。滿滿的祝福，讓我的心裏感到非常溫暖。當天的共修班結束後，法友們還為我貼心的安排慶生會，大家誠摯的情誼令人十分感動。

在多年學法的歷程中，能夠遇到隨佛師父和中道僧團，聽聞 佛陀的親說法教，內心的感觸非常的深。在這廣大的世界，遇到來自遠方又素未謀面的僧侶，開啟一段珍貴的法緣，只能說是一種偶然的幸運！因為僧團的慈悲，鼓勵我參與原始佛教的開教法務，真是何其有幸！匆匆之間已過了數年，雖然法務忙碌，但是人生卻是相當的充實，心裏為此深深的感恩。

在道場和法友一起學習、服務，是一種難得的善

緣、法緣。道場從無到有，法友由少到多，過程中有許多護法、法友的參與，並且共同經歷困難與喜悅的時刻。法友間這一份「開創」的革命情懷，自然形成了如同兄弟姊妹的關係，尤其在佛法底下，感情愈發的深厚、親近。這是非常難得和珍貴的一段人生歷程，我會非常懷念這段日子。

生日當天的共修，生覺法師為我們連線說法，提到在道場當法工修行的例子，並鼓勵法工要將當法工的心得和感想，無私的分享給各方法友。

此時，剛好看到電影《班傑明的奇幻旅程》的一段對白，覺得很有意思，和大家分享、共勉：

"It's never too late or, in my case, too early to be whoever you want to be. There's no time limit, stop whenever you want. You can change or stay



the same, there are no rules to this thing. We can make the best or the worst of it. I hope you make the best of it. And I hope you see things that startle you. I hope you feel things you never felt before. I hope you meet people with a different point of view. I hope you live a life you're proud of. If you find that you're not, I hope you have the strength to start all over again.” - The Curious Case of Benjamin Button (film). (註 1)

修行！是願意改變。前來道場學習的目的，即是修行，而當法工處理人事法務，即是人生的修行（改變）過程！在過程當中遇到平時不習慣的人、事、物，正是自我發現、調整和改變的機緣。個中的奧妙是如何？歡迎大家前來發現！

在原始佛教會的大家庭，有共學於法的兄弟姐妹，有你們真好！讓我們一起修行及互勉，維護和經營學法的良善因緣。原始佛教會的開展，有大家的參與，一定會愈來愈好！學習原始佛法，當前人生也會愈來愈好。加油！

祝福大家生活更好，困難更好，遠離煩惱！



註 1: (譯文)「對我來說，我想改變成為怎麼樣的人，永遠不會太遲或太早。這沒有時間的限制，隨時你想暫停時就暫停吧。你可以改變或保持不變，這沒有固定的規則。我們可以盡力而為讓它變得更好，或者把它弄得更糟。我希望你能善盡因緣，讓它變得更好。我希望你看見令你感到驚喜的事物，感受你從未感受過的事物，遇見與你持有不同觀點的人，過著一個令你驕傲的人生。如果你發現你不是這樣的人，我希望你有重新再開始的力量。」





溝通的最佳境界，
是不認同卻可以接受。
隨佛禪師

改變自己 從現在開始

大陸江蘇 弘旭

2014年5月15日，我有幸參加了原始佛教中道僧團在福興寺的禪修營。這是平生第一次真正接觸佛法，而且是在先生的帶領下，夫妻一起參與禪修。

中道僧團的道風，讓我對佛教有了耳目一新的認識。從小我對佛教的認識一直很淺，像一般人一樣，僅局限於逢年過節時跟隨父母拜拜菩薩、燒燒香，我一直把佛教看做迷信。但是，婚後身邊有個一直在尋求正法的先生，他是正直善良的人，從小極具善根，早年立志要普度眾生。去年，是偶然，也是必然，先生終於找到了正法。他參加過兩次中道僧團的禪修營後，決定要把最好的正法帶給我，讓我幸福之感油然而生。

參加禪修前，我在家裏看過隨佛禪師開示的視頻，禪師睿智的話語如醍醐灌頂，讓我多次重新省視自己。曾經在名利場上摸爬滾打，對欲望的追求十分強烈，不能滿足的期待讓自己欲壑難填。在練習安那般那念時，開始因為身上有舊傷，再加上平日裏總是忙忙碌碌，心一直都靜不下來，坐不住；後來慢慢地

從可以坐十分鐘、二十分鐘到半個小時，到後來竟然能一個小時幾乎不動……我感覺自己在成長。

欽佩隨佛禪師的智慧和人品，禪師及僧團法師的一言一行令我感動。禪修過程中用心聆聽禪師的開示，我多次流下感動的淚水。

學習佛法一如生活，要靠自己堅定不移的信念，更要不斷的努力。我早年做過記者，這次拿起放下了15年之久的筆，為僧團提供一些禪修報導及採訪稿，這讓我感到無比榮幸。皈依後，我申請做僧團在大陸的文字法工。

記得隨佛長老說過：學習佛法不是為了建立自己、保護自己、利益自己，而是為了「改變自己」，改變自己的人生態度。通過這次禪修，我認識到以前的人生方向有問題，從現在開始，重新確立人生方向，遠離煩惱，從自身做起，利益大眾。長老講過：我們的能力不屬於自己！我決心用自己的寫作能力，讓佛陀的正法在華人世界，更好的弘揚！



全新的認識自己

大陸廈門 弘音

在今年 5 月，我第一次參加了中道禪修營，由於之前對十二因緣法不瞭解，所以禪修時學習效果有限。

在此建議法友參加禪修營之前，請記得把隨佛長老講述十二因緣的線上影片多聆聽、多學習；當我們聽長老現場開示時，才会有更進一步的了解及受用。

此次在南山寺參加禪修，讓我體驗到從未體會過的身心輕安、寂靜。我覺察到自己一直用固化的思維來認識事物，卻不一定是事實。對我來說，這是一個全新的認識——從思維的轉變到生活上的實踐，讓自己去證實自己的改變。

我是個很「忙碌」的人，有輕微的焦慮症，內心總是容易慌亂，一直向外找、向外求，一刻都安靜不下來。很多時候，我察覺不到自己到底在慌什麼，忘了停下來回頭瞭解、分析自己的問題。因此，事事追求完美的我，認為事情不滿足自己內心的期待時，就會生起嗔恚心。

長老說：「在眼前的看不到，沒有的又癡癡的

望。」如此造成自己的焦慮，對人失望，總覺得別人跟不上自己的腳步，而感到人生辛苦。自從了解因緣法的真相後，知道其實沒有「圓滿」的事，只有符合現前的妥善的事。因此，在因緣、緣生的世界中，我們應當善觀當前的因緣，善盡當前的因緣，一切只能經驗，無法保有，遠離常、我的妄見，捨棄不合於現前因緣的貪執，珍惜當下、努力當下，耕耘自他得利的因緣。快樂和幸福是一種心情，需要靠智慧去發現。我們不應該把自己不合實際的期待，建立在別人的痛苦上，應該要分享更多的慈悲和關心，帶給別人光明、平安與喜樂。

感恩 佛陀、感恩長老、感恩僧團，深感自己是多麼幸運能遇上正法。除了感恩，更要珍惜來之不易的正法，盡個人的能力去護持僧團，這是我們每個佛弟子所應該做的事。

最後，末學感謝南山寺的法工及護法們，淳樸熱情的廣西人民，十天的禪修，我與大家相處感到很溫暖，有你們大家真好！願正法的光明照耀整個神州大地！



加州將禁用塑膠袋 全美首個州

取材自 台灣中央廣播電台/記者 張子清 9/5/2014

加州州長布朗(Jerry Brown)在美西時間 4 日晚間說，他將會批准一項禁止使用一次性塑膠袋的法案。若是這項法案付諸實施後，加州將會是美國第一個禁止使用一次性塑膠袋的州。

加州州議會在上週五晚間、也就是美西時間的 8 月 29 日晚間，通過這項禁用一次性塑膠袋的法案，現在就等布朗簽名批准後，正式成為法律，而且布朗必須在 9 月底之前簽署才行。

民主黨籍的資深政治人物布朗，4 日晚間在跟共和黨籍的加州州長候選人、印度裔的卡什克里(Neel Kashkari)，舉行電視辯論時，就上述禁用一次性塑膠袋的法案，表示：「我可能會簽字批准。」

洛杉磯時報與其他加州媒體引述布朗的話報導：「事實上，我要告訴大家，為什麼我要簽字批准這項

法案：(加州)有大約 50 座城市都已實施了禁用塑膠袋法令，這樣會造成許多困擾。」

布朗接著說：「要有一個折衷方案...要把環境需求，經濟需要和雜貨店家的要求等，列入考量。」所以他表示會批准這項法案。

根據加州州議會通過的法案，雜貨店和藥妝店從 2015 年 7 月 1 日開始，全面禁用一次性塑膠袋；至於便利商店跟賣酒的店家，則是從 2016 年 7 月 1 日才開始全面禁用。

不過，這法案也同意讓店家可以用 10 美分的價格，將紙袋或是可重覆使用的袋子，賣給顧客。

此外，跟上述法案類似，獲得環保人士大力支持的禁令，目前已在加州大城市，例如洛杉磯和舊金山施行。





腦部記憶回春！豬腦補人腦不是夢

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 華人健康網 記者張世傑 9/12, 2014

臨床研究發現，豬腦中的小分子胺基酸，有助於受損腦神經修復。記憶不好，豬腦補人腦，再也不是笑話。國內臨床研究發現，利用豬腦中的小分子胺基酸，萃取出胜肽合成藥物，能引導神經再生，改善記憶退化現象。醫師指出，這項「腦部回春」臨床研究，目前已經進入跨國性人體實驗，且國內有 4 家大型醫院共同參與，希望能有效幫助失智症，或是中風患者記憶退化症狀。

中國醫藥大學附設醫院神經外科部醫師陳春忠於第 7 屆亞洲神經再生與神經重塑大會中提出上述研究成果，研究發現，頭部外傷患者使用神經 neurotrophic 藥物，能引導神經再生、重塑，有助於傷後認知功能的恢復，特別是在記憶退化方面有實質助益。

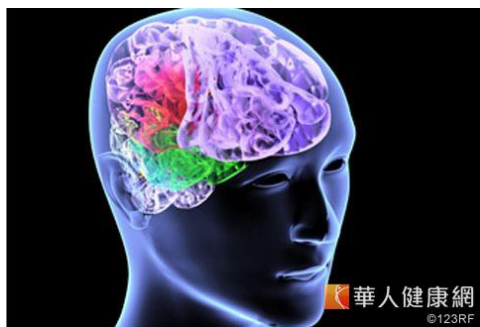
記憶退化 小分子胺基酸建奇功

陳春忠醫師強調，由於意外事故導致傷殘、失能仍是影響國人健康的重要議題，尤其頭部外傷患者就算治癒，經常留下記憶力減退、注意力不集中，情緒不穩、性格改變等後遺症，過去對於頭部外傷患者認知失能現象，並無有效治療方法。

這項研究顯示，及時給予傷患神經修復所需的胜肽和小分子胺基酸藥物，有助於受損腦神經修復，減少傷患日後認知失能的現象，協助傷患改善生活品質，重回工作崗位。

腦部回春 跨國研究台灣不缺席

陳春忠醫師透露，自從西元 2011 年起，醫療研究團隊即開始針對頭部外傷且 24 小時內就醫、伴隨顱內出血，但意識仍清醒的患者 32 人，持續使用神經 neurotrophic 藥物進行「智能缺損」研究，發現 neurotrophic 藥物對於記憶恢復有明顯效果；另外，



若家中有阿茲海默症與中風患者，neurotrophic 藥物對於頭部外傷患者的復原也有幫助。

這項「腦部回春」臨床研究，患者平均年齡 44 歲，男女比為 2：1，研究證實，提早用藥，記憶恢復效果最好。陳春忠醫師指出，neurotrophic 藥物是利用德國特有豬種，萃取出豬腦中的胜肽和小分子胺基酸合成藥物，利用靜脈注射皮膚進入「血腦屏障」，協助神經修護及神經重塑，主要是因豬腦神經傳導細胞與人類最為接近，對改善腦部認知功能缺損有明顯效果。

卵磷脂增記憶 蛋黃豆類含量豐

為擴大臨床研究成果，目前已經有韓國、新加坡、越南、菲律賓、泰國、香港、中國大陸及台灣等 8 個地區國家，進行中、重度個案蒐集與臨床人體實驗，在台灣則是有台北萬芳、中國醫藥大學附設醫院、台大新竹醫院、台大醫院等 4 家醫院，針對失智症與中風患者進行臨床研究。

目前臨床醫學已經證實卵磷脂能增強人腦記憶，主要是卵磷脂能增強腦部活力，延續腦細胞老化，並且有護肝、降血脂、預防腦中風等作用；食物中包括：蛋黃、豆製品等都含有豐富的卵磷脂，是幫助人體合成乙醯膽鹼主要原料，對腦中記憶力的神經傳導有幫助，民眾平日不妨適量食用，預防記憶退化。



人腦對人腦 可隔空溝通

精神活動在大腦，不是南傳阿毘達磨論說的心臟

取材自 自由時報/ 編譯 周虹汶 11/25, 2014

美國華盛頓大學的科學家證實了科幻小說的情節：毋需任何言語或肢體動作，人類確實可藉由大腦「憑空」直接溝通。這項研究成果日前已刊登於《公共科學圖書館—綜合》（PLOS One）線上期刊。

為證實以上假設，華大研究團隊設計一組電子裝置，機器的其中一頭是可記錄腦部訊號的電極，貼附到一名受試者身上；另一端則採取「穿顱磁刺激術」（transcranial magnetic stimulation, TMS），利用可對腦部特定區域發出短而強的磁性脈衝金屬線圈，刺激另一名受試者的腦神經線路。依據認知神經科學，腦神經傳導訊息係藉由電流改變而達成。

研究團隊利用上述裝置搭配電子遊戲，讓接受考驗的 6 名受試者兩兩一組，參與射擊電玩遊戲，同心協力朝海盜船發射加農砲及攔截對方火箭以保衛城市：頭上貼著腦電波儀（EEG）的訊息發送者，必須坐在機台前看著遊戲螢幕，並想著「射擊」，坐在 1 英里外「穿顱磁刺激定位導航系統」

（BrainSight）椅子上的訊息接收者，則戴著附有金屬線圈的帽子，線圈位置處於控制手部運動的腦部區域附近；戴上抗噪耳機可聆聽音樂或有聲書的接收者，則被關在黑暗房間中，若他順利接收到夥伴的「念力」，其手部將向上抽搐碰到觸控板，順利發射加農砲。研究團隊指出，從訊息發送者發出「射擊」意念，直至 1 英里外的接收者碰到觸控板，前後僅花近 627 毫秒（1 毫秒等於 1000 分之 1 秒）。

研究團隊表示，實驗證明現今科技足以發展基本的人腦對人腦資訊傳遞裝置，不僅人類溝通與合作模式可望取得革命性進展，也開啟了人腦功能研究的新途徑。

團隊成員之一史托克（Andrea Stocco）預言，人腦直接溝通可在未來 20 年內步入實際用途：腦傷患者重新學習的速度可快速增加，飛行員及外科醫師的高度專業人員，也可遠端遙控他人行動，甚至知識也可突破語言藩籬而獲得傳授。





禮讓救護車

30 多汽機車寧違規被拍照

本文取材自 自由時報／記者陳恩惠、盧姮倩 12/12, 2014

台北市市民大道靠近承德路段前天傍晚大塞車，一輛救護車塞在車陣中動彈不得，有三十多名汽、機車駕駛及騎士顧不得越線會被視為闖紅燈，紛紛按喇叭提醒前車往前讓出空間，瞬時路口固定式照相機閃個不停，救護車有如超級巨星順利通過「車毯」，有網友將當時行車紀錄器的畫面 PO 上網，並直呼：「這就是台灣人的驕傲，禮讓救護車全體動員！」

闖紅燈照相機閃不停

目擊網友說，當天下午五點五十分，他騎車行經市民大道，在快接近承德路口時，就聽到救護車的鳴笛不斷從身後傳來，因遇到塞車時段，一旁的汽車駕駛及機車騎士先設法向兩旁自發性的移動，還紛紛按喇叭互相提醒，整條市民大道近兩分鐘充斥著喇叭聲及救護車的鳴笛聲，由於愈前方的車輛愈難移動，前方汽機車擔心影響救人，乾脆壓過地面闖紅燈感應線，位於市民大道與承德路口的多功能照相機因此閃燈拍個不停。

網友讚台灣人的驕傲

目擊騎士形容，路口的測速器「咔嚓！咔嚓！」拍了快三分鐘，就像拍大明星般閃個不停，亮得大家都睜不開眼。網友「ShaoMing Wang」也在臉書 PO 出此段畫面，希望讓當時被拍的車主，做為申訴銷單的佐證。不少網友紛紛按讚，大呼「大家都很善良」、「令人敬佩！」

台北市消防局第一大隊中正中隊華山分隊昨天表示，當時京站百貨公司前有兩輛機車擦撞，一名四十歲女子手腳受傷，幸好熱心駕駛人與騎士讓出中間通道，救護車順利趕往，送醫後已無大礙。

警：會比對逐一銷單

對於這些禮讓救護車的熱血民眾，台北市交通警察大隊副大隊長葉金順表示，交大已經收到熱心網友所寄的這段行車紀錄器影片，將逐一比對、主動銷單，若有漏掉、疏忽的車輛，只要來申訴也會從寬認定。



月澄

同樣是面對草木蔥蘢、繁花絢麗的春天，宋朝女詞人李清照滿心都是亡夫後的悲痛，心中的陽光被憂傷的回憶擋住了，於是她寫下「只恐雙溪舴艋舟，載不動許多愁」的悽慘心境；而唐朝詩人孟郊滿腦都是登科後的喜悅，他寫下「春風得意馬蹄疾，一日看盡長安花」的陽光心境。

同樣是面對奇瑰的夕陽，一生運途多舛的李商隱以「夕陽無限好，只是近黃昏」，表達歲晚遲暮的蒼涼之感；但劉禹錫看到老朋友白居易寫來的《述老》詩，詩中充滿了消極悲觀的情緒，便和了一首《酬樂天詠老見示》，詩中云「莫道桑榆晚，為霞尚滿天」，意思是不要認為日到桑榆已是晚景了，它撒出的晚霞還可以照得滿天彤紅、燦爛無比呢！詩人用一個令人神往的深情比喻，托出了一種豁達樂觀、積極進取的人生態度。

同樣是描寫離情別緒，王維有「遙知兄弟登高處，遍插茱萸少一人」的遺憾；白居易有「共看明月應垂淚，一夜鄉心五處同」的悲情；而運途多舛、才如江海命如絲的一代才人王昌齡在《送柴侍卿》這一

首詩中卻如是寫：「流水通波接武岡，送君不覺有離傷；青山一道同雲雨，明月何曾是兩鄉？」慘淡的生活畫布上渲染的竟然是明亮的色彩，悲苦的生命琴弦上彈奏的竟然是愉悅的音符，這般明麗自然、音韻悠揚諧美的生活情調，您喜歡嗎？

有一位日本人家中失火了，他沒有悲切啼哭，反而說：「馬廄燒光了，現在我可以看見月亮了」，這樣開闊明朗的人生態度，您欣賞嗎？

美國總統亞伯拉罕·林肯，他的一生並不順遂，兩次經商，兩次失敗；八次競選，八次敗選。然而面對失敗，他沒有灰心喪氣，而是愈挫愈勇，逆水行舟，終於在他 54 歲時當選美國總統，完成了他的夢想。而這一切，都是源自於他堅強勇敢、不放棄、不服輸的精神，正是這種豁達、勇往直前的心境，決定了他的人生。

海倫·凱勒，這個身殘志堅的聾啞女作家，她的一生極盡艱難，黑暗給了她無情的折磨，她也曾絕望過，想放棄過，但是，在莎莉文老師的引導下，她站



起來了，堅強的活了下來，也從而譜就了一部不朽的篇章。在傳記裡，她如是自敘：「我一直哭著沒有鞋穿，直到我發現有一個人連腳也沒有。」正因為海倫·凱勒這種樂觀開朗的心境，才決定了她不平凡的人生。

畫家黃美廉女士自小就染患腦性麻痺，這個病症奪去了她肢體的平衡感，也奪走了她發聲講話的能力，從小她就活在諸多肢體不便及眾多異樣的眼光中，她的成長過程充滿了血淚。然而她沒有讓這些外在的痛苦擊敗她內在奮鬥的精神，她昂然面對，迎向一切的不可能。終於獲得了加州大學藝術博士學位，她用她的手當畫筆，以色彩告訴人「寰宇之力與美」，並且燦爛的「活出生命的色彩」。在一次演講會上，一位學生問她：「請問黃博士，妳從小就長成這個樣子，你怎麼看你自己？妳都沒有怨恨嗎？」正當大家為這個突兀的問題感到忐忑不安時，黃美廉博士卻嫣然一笑，用粉筆在黑板上寫下這些足以力透紙背、令人為之動容的一段話：「我怎麼看自己？一、我好可愛！二、我的腿很長很美！三、爸爸媽媽這麼愛我！四、上帝這麼愛我！五、我會畫畫！我會寫稿！六、我有隻可愛的貓！七、還有……我只看我所有的，不看我所沒有的。」這種永不被擊敗的傲然，正是鄭板橋所謂「咬定青山不放鬆，立根原在破巖中，千磨萬擊還堅勁，任爾東西南北風。」儼然是個頂天立地、昂然不屈的烈士，令人望之生「敬」；尤其「我只看我所有的，不看我所沒有的」的生活態度，不正是恬淡知足、充滿智慧與陽光的心境嗎？

劉禹錫有《秋詞》詩：「自古逢秋悲寂寥，我言秋日勝春朝。晴空一鶴排雲上，便引詩情到碧霄。」詩人深深懂得古來悲秋的實質乃是志士失志，對現實失望，對前途悲觀，因而在秋天只看到蕭條，感到寂寥，死氣沉沉。詩人同情他們的遭遇和處境，但不同意他們的悲觀失望的情感。他針對這種寂寥之感，偏

說秋天比那萬物萌生、欣欣向榮的春天要好，強調秋天並不死氣沉沉，而是很有生氣。他指引人們看那振翅高舉的鶴，在秋日晴空中，排雲直上，矯健凌厲，奮發有為，大展鴻圖。顯然，這隻鶴是獨特的、孤單的。但正是這隻鶴的頑強奮鬥，衝破了秋天的肅殺氛圍，為大自然別開生面，使志士們精神為之抖擻。這隻鶴是不屈志士的化身，奮鬥精神的體現。所以詩人說，“便引詩情到碧霄”。古人云「詩言志」，「詩情」即志氣。人果真有志氣，便有奮鬥精神，便不會感到寂寥。詩人一反過去文人悲秋的传统，唱出了昂揚的勵志高歌，這是多麼睿智多麼陽光的心境呀！

隨佛長老在上「大澈大悟」的課時，引導學員從滿鉢晶瑩剔透的米中尋找一顆紅豆，從中體悟：心目中的常樂我淨，就好比是那顆紅豆，這在現實中沒有。一直找著紅豆，就不見眼前的滿鉢米；一直想著「沒有紅豆」，對眼前的世界就會置若罔聞。滿鉢米比「沒有紅豆」更真實、更重要。不要抱著不切實際的想法過生活，要務實實際，活在當下。雖沒有紅豆，但有滿鉢的米，現實就在眼前。有當前的因緣，不是找自己「要」什麼，而是，當前「有」什麼；視當前的因緣，看現在能做什麼，非依自己的需求盼望。如是重新調整面對現實人生的態度，蓋現實不是苦難，愚痴、貪欲、瞋恚才是苦難。息止愚痴，度越貪欲、瞋恚，方能令苦永盡。這是多麼鏗鏘有力的引導呀！這是何等擲地有聲的獅子吼呀！

心晴的時候，雨也是晴；心雨的時候，晴也是雨。不同的心境，就會有不同的人生。讓我們學會放下對常樂我淨的妄想執著，勇敢的面對現實。當眼前只有一鉢米時，我們就珍視、善用這鉢米，不追尋想像中的紅豆；當眼前只有一杯水時，就盡情的汲飲那杯水，不要渴望著喝眼前不存在的果汁；當手上只有一粒沙，就盡力運用此一粒沙，別妄想著黃金。如是盡在當前，時時刻刻滿足於當前，生命將充滿著清歡、洋溢著美好！



各地共修時間

- * **週五課程：**(2014年12月12日開課)
原始佛教 菩提道次第 — 第五單元
臺灣地區(臺北、臺中、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：**
臺灣地區(臺北、臺中、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，透過臺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臺灣當地的弘法、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

中華原始佛教會財務組 公 告

中華原始佛教會的台灣銀行帳戶，帳號：142001006834。在2014年12月19日有筆無摺存入款：金額是400元，入款的摘要欄上寫著：「供養僧團」。

由於中道僧團的法師們是不受取、不使用金錢，也無有代為處理金錢的淨人。因此，中華原始佛教會財務組將此筆款項轉護持「法寶流通-印書」。特此公告於十方，以期日後十方善信欲護持時，請勿再寫「供養僧團」。中道僧團的僧人依僧律只接受現前飲食、衣服、臥具、湯藥等實物供養。

中華原始佛教會財務組 敬上



新書出版

淨土真義 隨佛禪師講述



- 一、1.念佛功德、攝心念佛之要訣
2.定心念佛與定心見佛
- 二、彌陀法門的原形與樞軸:佛說阿彌陀經
- 三、彌陀淨土之化現與實義:不死與苦滅之門
- 四、釋迦、彌陀共宣之正法:四聖諦、三十七道品
- 五、出離心念佛與慈悲念佛之次第與相應法
- 六、正念念佛、捨心念佛與實相念佛
- 七、解脫與慈悲相應,自覺與覺他俱行:淨度之道

本書在原始佛教會及各中道禪林結緣流通

洽詢電話：原始佛教會 02-2892 2505

助印：郵局 戶名：社團法人中華原始佛教會

帳號：50159965




淨土真義

隨佛禪師 傳授

依《佛說阿彌陀經》為彌陀淨土之本，根據漢譯《雜阿含》與南傳《相應部》的共說，開顯彌陀淨土之佛、眾、境、法、顯化、受用、修證理趣的真實與莊嚴，為念佛人顯現 釋迦與彌陀的共法。

2015.01/26 ~ 03/16
每週一晚上7:00 ~ 9:00

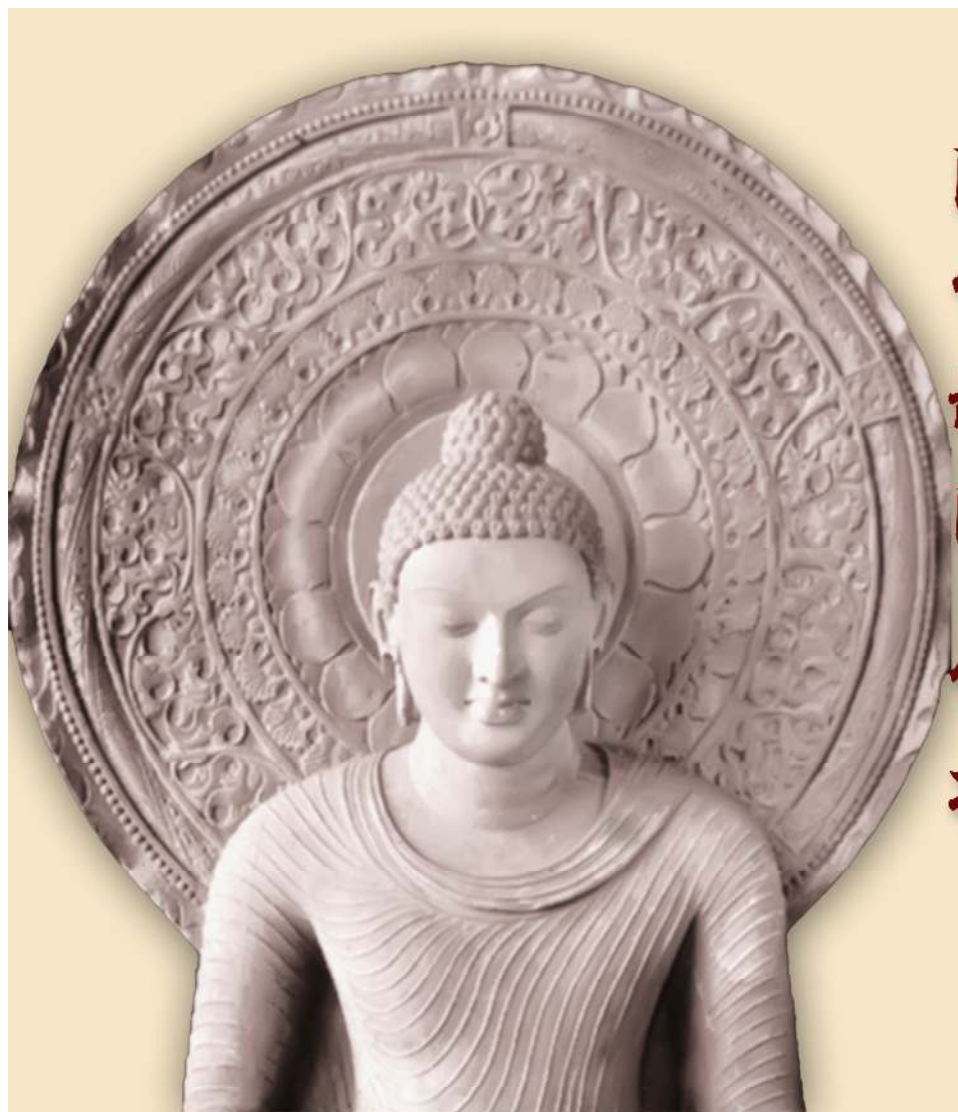
佛陀教育基金會
(100) 台北市中正區杭州南路一段55號3樓
Tel: (02)-2395-1198

報名方式：
網路報名：www.arahant.org
傳真報名：(02)2896-2303
電話報名：(02)2892-2505
報名截止日期：2015/01/25 (當天也開放報名)

活動全程免費



社團法人中華四聖諦佛教會 主辦



中道十日禪

隨佛禪師傳授

親驗佛陀正覺禪法
十二因緣觀之真實法
四念處禪法之法要

2015年03月20日～03月29日

地點：普度寺（湖北省鄂州市澤林鎮大山村）

洽詢電話：0711-2335123 客堂，15072307647

聯繫電子信箱：arahant_cn@163.com

報名方式：網站報名 www.arahant.org.cn

報名截止日期：2015年2月20日

備註：

- * 活動費用全免（歡迎隨喜贊助主辦單位）
- * 歡迎18～60歲對禪修有興趣者報名參加
- * 未被錄取者請勿擅自前往

湖北 普度寺 主办



2015 年 中道僧團弘法行程

中道僧團 主辦 原始佛教會暨中道禪林 協辦

2015 年 台灣每週共修活動 報名網址：<http://www.arahant.org> 傳真報名專線：(02)2896-2303 洽詢專線：(02)2892-2505

日期	時間	主題	內容	活動場所
2014 年 12 月 12 日開課	19:30-21:30	原始佛教 菩提道次第 (第五單元)	選自 隨佛長老編著 《相應菩提道次第》第七章： 正思惟、習近聖道、聖道與聖果	台北 中道禪院 台北市伊通街 58 號 2 樓 台中 中道禪林 台中市南屯區文心路一段 378 號 11 樓 之一 高雄 中道禪院 高雄市鼓山區美術館路 261 號 2 樓
每周日	9:00-14:00	周日共修	上午共修、中午供僧、 下午法義分享與交流	

2015 年初春 弘法活動 報名網址：<http://www.arahant.org> 洽詢專線：(02)2892-2505

日期	時間	主題	內容	活動場所
1 月 11 日、3 月 8 日、 4 月 12 日、5 月 10 日、 6 月 14 日	9:00-17:00	十二因緣觀之九種禪法	一、觀四念處集與滅，二、觀五陰集 法與滅法，三、觀六觸入處集與滅， 四、觀世間集與世間滅，五、觀有身 集與有身滅，六、觀食之集與滅， 七、觀老死集與老死滅， 八、觀三摩地動行成就之神足， 九、觀四聖諦（初轉）	龍山寺 板橋文化廣場： 新北市板橋區文化路二段 242 號 7F
1 月 26 日~3 月 16 日	19:00-21:00	淨土真義	依《佛說阿彌陀經》為彌陀淨土之 本，根據 漢譯《雜阿含》與南傳 《相應部》的共說，開顯彌陀淨土之 佛、眾、境、法、顯化、受用、修證 理趣的真實與莊嚴，為念佛人顯現 釋迦與彌陀的共法。	佛陀教育基金會： 台北市杭州南路一段 55 號 3 樓



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：saddhammadipa.tw@gmail.com

臺北市北投區登山路 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>

臺灣護持帳戶：

社團法人中華原始佛教會

1. 郵局劃撥：帳號 50159965

2. 臺灣銀行 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。

臺灣教區 (Taiwan)

E-mail:arahant.tws@gmail.com

臺北 內覺禪林

臺北市北投區登山路 139 之 3 號 電話：886-(02)2892-1038 傳真：886-(02)2896-2303

臺北 原始佛教中道禪院

臺北市伊通街 58 號 2 樓 電話：886-(02)2515-2505

臺中 中道禪林

臺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:718-321-3380 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, 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

馬來西亞北海中道七日禪



在北海佛教會舉辦七日禪覺營結束前一天，僧團為了讓短期出家的律覺沙彌體驗托鉢生活，並能與當地居民結緣。隨佛長老一大早，帶領僧團前往鄰近的阿波羅市集托鉢化食。

托鉢的用意除了化緣食物，更重要的是讓僧團走入人群，透過清淨的身行度化眾生、利澤世間。





廣西南山寺中道十日禪（冬季第一期）



廣西南山寺中道十日禪（冬季第二期）





十二因緣觀之九種禪法



隨佛禪師 主法

原始佛教 中道僧團聯合宣法

2015 1月11日, 3月08日, 4月12日, 5月10日, 6月14日
9:00AM~5:00PM

龍山寺板橋文化廣場

新北市板橋區文化路二段242號7樓

報名方式：

網站：www.arahant.org/blog/2014/12/17/tw_20150111/

傳真：02-2892-2505（請到網站或禪院索取報名表）

或親自到中道禪院報名

洽詢電話：中華原始佛教會 02-2892-2505 龍山寺 徐師兄 09-3935-3832

活動免費，當天免費提供素食午餐。

* 更多訊息 中華原始佛教會 www.arahant.org



財團法人臺北市艋舺龍山寺
中華原始佛教會

主辦
聯辦



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>