

一、前言
本文講述《巴利大藏經·增支部》中的《宗義經》。此處「宗義」一詞，是來自巴利文 *tīthāyatana*。此經談及外道的三種宗義，緬甸版是編在第三集第 62 經，而泰國版則是編在第三集第 61 經。以下依次引用漢譯經文並論述此經的要義。

二、外道的三種宗義

【經文】諸比丘！有三種宗義，為智者所審詰、追究、詢問，彼或另有解釋，然皆落於無所作為。云何為三耶？
(1) 諸比丘！有一類沙門、婆羅門如是說，如是見：「凡個人領受樂、苦或非苦非樂，此一切皆以前世之作業為因故。」
(2) 諸比丘！有一類沙門、婆羅門如是說，如是見：「凡個人領受樂、苦或非苦非樂，此一切皆以神之創造為因故。」
(3) 諸比丘！有一類沙門、婆羅門，如是說，如是見：「凡個人領受樂、苦或非苦非樂，此一切皆無因無緣。」

說明：此處舉出外道的三種宗義。第一種主張個人現在的苦樂感受，完全由前世個人的業所決定。第二種主張個人現在的苦樂感受完全由神(大自在天)之創造所決定。第三種主張個人現在的苦樂感受都是偶然隨機發生，沒有原因。這三種主張，經過智者仔細審詰、追究、詢問後，發現都會導致個人的行為落於無所作為，也就是說，個人今世的所作所為都成無有意義。

三、釋尊評論第一種宗義

【經文】諸比丘！此中凡沙門、婆羅門言：「凡個人領受樂、苦或非苦非樂，此一切皆以前世之作業為因故。」

(1) 若如是說、如是見，則我將至彼之處作如是說：「具壽！汝等實是作如是說、如是見否？凡個人領受樂、苦或非苦非樂，此一切皆無因無緣。」

(2) 若彼對我之間答為然者，則我對彼等作如是說：「若然，具壽！則殺生者，是神之創造為因故；…乃至邪見者，是此一切皆以神之創造為因故。」諸比丘！復次，將神之創造，執為堅實者，將於「此可作或不可作」無有意欲、無有精進。復次，彼未確知為可作或不可作，住於失念、無所護，而自稱為沙門實不如理。諸比丘！此是我折伏彼如是說、如是見之沙門、婆羅門之第二正當根據。

說明：第二種沙門、婆羅門的宗義，認為個人此世的苦樂或非苦非樂，都是由神之創造為因，也就是由神之創造所決定。當個人對苦受起瞋、對樂受起貪而出做殺生、偷盜、非梵行等行為，如果苦樂都是由神之創造所掌控，那麼此世的殺生、偷盜、非梵行、妄語、離間語、齷惡語、雜穢語、貪欲、瞋恚、邪見等行為，都將被神之創造所掌控而確定。

五、釋尊評論第三種宗義

【經文】諸比丘！此中凡沙門、婆羅門言：「凡個人領受樂、苦或非苦非樂，此一切皆以前世之作業為因故。」

(1) 若如是說、如是見，則我將至彼之處作如是說：「具壽！汝等實是作如是說、如是見否？凡個人領受樂、苦或非苦非樂，此一切皆無因無緣。」

(2) 若彼對我之間答為然者，則我將對彼等作如是說：「若果然，具壽！則殺生者，是前世之作業為因故；偷盜者，是前世之作業為因故；非梵行者，是前世之作業為因故；妄語者，是前世之作業為因故；離間語者，是前世之作業為因故；齷惡語者，是前世之作業為因故；貪欲者，是前世之作業為因故；瞋恚者，是前世之作業為因故；邪見者，是前世之作業為因故。」

說明：諸比丘！此復次，將前世之作業為因，執為堅實者，將於「此可作或不可作」無有意欲、無有精進。復次，彼未確知為可作或不可作，住於失念、無所護，而自稱為沙門實不如理。諸比丘！此是我折伏彼如是說、如是見之沙門、婆羅門之第一正當根據。

說明：第一種沙門、婆羅門的宗義，認為個人此世的苦樂或非苦非樂，都是由前世之作業為因，也就是由過去世的業所決定。當個人對苦受起瞋、對樂受起貪而出做殺生、偷盜、非梵行等行為，如果苦樂都是由前世之作業所掌控，那麼此世的殺生、偷盜、非梵行、妄語、離間語、齷惡語、雜穢語、貪欲、瞋恚、邪見等行為，都將被前世之作業所掌控而確定。總之，如果此世的感受以及行惡、行善完全由過去世的業所確定、所掌控，那麼此世的所作所為都成無有意義。這種觀點屬於定命論，導致無所作為。其實此世的苦樂、非苦非樂，以及殺生、偷盜等行為，是在無明下，由眾多內外的因緣所形成，不是無因無緣。

【經文】諸比丘！此復次，將前世之作業為因，執為堅實者，將於「此可作或不可作」無有意欲、無有精進。復次，我教領納受者：此是苦，此是苦之集，此是苦之滅，此是趣於滅苦之道。」

四、釋尊評論第二種宗義

【經文】諸比丘！此中凡沙門、婆羅門言：「凡個人領受樂、苦或非苦非樂，此一切皆以神之創造為因故。」

(1) 若如是說、如是見，則我將至彼之處作如是說：「具壽！汝等實是作如是說、如是見否？凡個人領受樂、苦或非苦非樂，此一切皆以神之創造為因故。」

《宗義經》的要義

／林崇安

六、釋尊提出自己的四法

(2) 若彼對我之間答為然者，則我對彼等作如是說：「若然，具壽！則殺生者，是神之創造為因故；…乃至邪見者，是此一切皆以神之創造為因故。」諸比丘！復次，將神之創造，執為堅實者，將於「此可作或不可作」無有意欲、無有精進。復次，彼未確知為可作或不可作，住於失念、無所護，而自稱為沙門實不如理。諸比丘！此是我折伏彼如是說、如是見之沙門、婆羅門之第二正當根據。

說明：第二種沙門、婆羅門的宗義，認為個人此世的苦樂或非苦非樂，都是由神之創造為因，也就是由神之創造所決定。當個人對苦受起瞋、對樂受起貪而出做殺生、偷盜、非梵行等行為，如果苦樂都是由神之創造所掌控，那麼此世的殺生、偷盜、非梵行、妄語、離間語、齷惡語、雜穢語、貪欲、瞋恚、邪見等行為，都將被神之創造所掌控而確定。

說明：此處釋尊以八苦來闡釋苦諦，此中的愁嘆苦憂惱苦，包含病苦在內。八苦可總攝為略攝一切五取蘊苦，也就是身和心之苦。

【經文 b】諸比丘！何為苦集聖諦？由無明之緣而有行，由行之緣而有識，由識之緣而有名色，由名色之緣而有六處，由六處之緣而有觸，由觸之緣而有受，由受之緣而有愛，由愛之緣而有取，由取之緣而有，由有之緣而有生，由生之緣而有老死、愁嘆苦憂惱。如此而有此純苦蘊之集。諸比丘！此說為苦集聖諦。

說明：此處釋尊以十二緣起的流轉，來闡釋集諦，重點在於無明和行的導致輪迴之苦，而一般常以三愛(欲愛、有愛、無有愛)來闡釋苦因。

【經文 c】諸比丘！何為苦滅聖諦？然則，由無明之無餘離貪滅，而有行之滅，由行之滅而有識之滅，由識之滅而有名色之滅，由名色之滅而有六處之滅，由六處之滅而有觸之滅，由觸之滅而有受之滅，由受之滅而有愛之滅，由愛之滅而有取之滅，由取之滅而有有之滅，由有之滅而有生之滅，由生之滅而有老死、愁嘆苦憂惱之滅，如是而有此純苦蘊之滅。諸比丘！此說為苦滅聖諦。

七、釋尊解釋自己的宗義

【經文 1】諸比丘！此即是六界：六界、六觸處、十八意近行、四聖諦，接著將依這四法來闡釋感受的生起、流轉和還滅如下。

【經文 2】諸比丘！此即是六觸處，故我所說之法…乃至不為智者所訶毀。

說明：此處釋尊先提出前後相關的四法：六界、六觸處、十八意近行、四聖諦，接著將依這四法來闡釋感受的生起、流轉和還滅如下。

【經文 3】諸比丘！此即是六界：六界、六觸處、十八意近行、四聖諦。

說明：此處釋尊以十二緣起的還滅，來闡釋滅諦。

說明：此處釋尊以十二緣起的還滅，來闡釋滅諦。

【經文 4】諸比丘！此即是六觸處，故我所說之法…乃至不為智者所訶毀。

說明：此處釋尊以十二緣起的還滅，來闡釋滅諦。

八、結語

在《宗義經》中，先論述關於苦樂或非苦非樂的成因，有三種外道的宗義：以前世之作業為因、神之創造為因以及無因無緣，認為完全沒有因果。如果完全無因無緣，只是偶然，則此世的殺生、偷盜、非梵行、妄語、離間語、齷惡語、雜穢語、貪欲、瞋恚、邪見，都無因無緣。

說明：以上三段經文分別解釋六界、六觸處、十八意近行等三法的意義。六界所代表的是個人的身和心。十八意近行是十八種受，《發智論》說：「有十人受，謂六喜意近行、六憂意近行、六捨意近行」這十八種受是由內六處和外六處的接觸而產生，這便是緣生。《大毗婆沙論》卷 139 說：「何因緣故名意近行？」此十八受，意為緣近，行於境界，名意近行」此處指出，感受的緣近是意。接著，釋尊詳細解說感受的緣生和四聖諦如下。

【經文 5】諸比丘！此即是四聖諦，故我所說之法…乃至不為智者所訶毀。

說明：此處釋尊總評外道的這三種宗義，都會導致個人後天的所作所為都無意義，都無所作為。可將這三種分別納入自生、他生和無因生的邊見中。然後，釋尊以六界、六觸處、十八意近行、四聖諦等四法闡述苦樂或非苦非樂是來自緣生。在十二緣起中，由無明和行導致輪迴之苦，經由修習八聖道滅除無明和行而超越苦樂，證得涅槃，這是釋尊的核心主張，不落入斷常兩邊而走在中道。至於「宗義」這一詞，可知早在世尊時期就已使用。

1. 依據 A.P. Buddhadatta 大上座的 Concise Pali-English Dictionary 的英文解說，*tīthāyatana* 是 the fundamental doctrine (of any religion) 意指 (任何宗教的基本教義)，所以本文譯為宗義。莊春江將 *tīthāyatana* 譯為宗派教義，蕭式球譯為宗教哲學，元亨寺本譯為外道之所依處。

2. 緬甸版第 62 經的經名是 *tīthāyatana-disuttanap*，莊春江譯為《宗派教義等經》。泰國版第 61 經的經名，Thanissaro 比丘譯為 *Tīthā Sutta* — Sectarians，蕭式球譯為《哲理經》。

3. 此處的經文主要參考元亨寺漢譯本，並用 Thanissaro 比丘的英譯本略作校正。

滅除和超越感受。

【經文 a】諸比丘！何為苦聖諦耶？生苦、老苦、死苦、愁嘆苦憂惱苦，與怨憎者相會苦，與所愛者別離苦，所求不得苦，略攝一切五取蘊苦。諸比丘！此說為苦聖諦。

說明：此處釋尊以八苦來闡釋苦諦，此中的愁嘆苦憂惱苦，包含病苦在內。八苦可總攝為略攝一切五取蘊苦，也就是身和心之苦。

【經文 b】諸比丘！何為苦集聖諦？由無明之緣而有行，由行之緣而有識，由識之緣而有名色，由名色之緣而有六處，由六處之緣而有觸，由觸之緣而有受，由受之緣而有愛，由愛之緣而有取，由取之緣而有，由有之緣而有生，由生之緣而有老死、愁嘆苦憂惱。如此而有此純苦蘊之集。諸比丘！此說為苦集聖諦。

說明：此處釋尊以十二緣起的流轉，來闡釋集諦，重點在於無明和行的導致輪迴之苦，而一般常以三愛(欲愛、有愛、無有愛)來闡釋苦因。

【經文 c】諸比丘！何為苦滅聖諦？然則，由無明之無餘離貪滅，而有行之滅，由行之滅而有識之滅，由識之滅而有名色之滅，由名色之滅而有六處之滅，由六處之滅而有觸之滅，由觸之滅而有受之滅，由受之滅而有愛之滅，由愛之滅而有取之滅，由取之滅而有有之滅，由有之滅而有生之滅，由生之滅而有老死、愁嘆苦憂惱之滅，如是而有此純苦蘊之滅。諸比丘！此說為苦滅聖諦。

說明：此處釋尊以十二緣起的還滅，來闡釋滅諦。

說明：此處釋尊以十二緣起的還滅，來闡釋滅諦。

九、結語

在《宗義經》中，先論述關於苦樂或非苦非樂的成因，有三種外道的宗義：

認為個人此世的苦樂或非苦非樂，都是由神之創造為因，也就是由神之創造所決定。當個人對苦受起瞋、對樂受起貪而出做殺生、偷盜、非梵行、妄語、離間語、齷惡語、雜穢語、貪欲、瞋恚、邪見，都無因無緣。

說明：以上三段經文分別解釋六界、六觸處、十八意近行等三法的意義。六界所代表的是個人的身和心。十八意近行是十八種受，《發智論》說：「有十人受，謂六喜意近行、六憂意近行、六捨意近行」這十八種受是由內六處和外六處的接觸而產生，這便是緣生。《大毗婆沙論》卷 139 說：「何因緣故名意近行？」此十八受，意為緣近，行於境界，名意近行」此處指出，感受的緣近是意。

接著，釋尊詳細解說感受的緣生和四聖諦如下。

【經文 5】諸比丘！此即是四聖諦，故我所說之法…乃至不為智者所訶毀。

說明：此處釋尊總評外道的這三種宗義，都會導致個人後天的所作所為都無意義，都無所作為。可將這三種分別納入自生、他生和無因生的邊見中。然後，釋尊以六界、六觸處、十八意近行、四聖諦等四法闡述苦樂或非苦非樂是來自緣生。在十二緣起中，由無明和行導致輪迴之苦，經由修習八聖道滅除無明和行而超越苦樂，證得涅槃，這是釋尊的核心主張，不落入斷常兩邊而走在中道。至於「宗義」這一詞，可知早在世尊時期就已使用。

再則，在還未組合桌子時，桌板充其量只是一塊板子。拆了桌子，原來的桌板並沒有少去什麼，卻已非桌板；組成桌子，也沒多出什麼，又再度成為桌板。所以桌板也是由其作用來界定，「桌板」之名所指稱的即是「桌板之用」；桌腳亦可作如是觀察。有桌子，桌板、桌腳才有桌板桌腳之用；有桌板、桌腳，桌子才有桌子之用。桌子之用無需依憑於自體，且由此用即可合理安立桌子的名言。

再則，在還未組合桌子時，桌板充其量只是一塊板子。拆了桌子，原來的桌板並沒有少去什麼，卻已非桌板；組成桌子，也沒多出什麼，又再度成為桌板。所以桌板也是由其作用來界定，「桌板」之名所指稱的即是「桌板之用」；桌腳亦可作如是觀察。有桌子，桌板、桌腳才有桌板桌腳之用；有桌板、桌腳，桌子才有桌子之用。桌子之用無需依憑於自體，且由此用即可合理安立桌子的名言。

若要尋覓名為桌子、自體存在之物，則無如是一物可得。既無可得，如何有此物之生滅、來去。實際上，世間人是依桌子之用而說桌子的生滅、去來。月稱菩薩《入中論》中以車為喻，作七相觀察，以抉擇補特伽羅無我：「如依諸支聚，假說名為車，如是依諸蘊，說世俗有情。」謹以大師為範，對桌子作類似觀察。且問：那麼你、我呢？可是自體有？若非自體有，你我生死、來去的名言，又是依何而立？

法會項目：超薦、贊普及設齋、米、花、供養三寶新安
日期：國曆 108 年 8 月 4 日至 6 日(週日至週二)上午 8 點 30 分至下午 5 點(圓滿日敲口至晚上 8 點半左右)

農曆一〇八年七月初四日至初六日(星期日至星期二)，仰仗三寶慈力救拔，透過禮佛拜懺，洗滌累劫累世的罪障，是冥陽兩利的殊勝法會。

於圓滿日，舉辦「餽口施食」。以大眾平日精進，以及專為報恩法會所持誦禮讚誦經之功德，普請回向。超願先世父母、歷代祖先、累劫冤親債主蓮品增上；現世父母福壽廣增延，個人諸事如意，閻闍萬德圓滿；世界和平，國家遠離天災人禍，國泰民安。

敬邀十方善信大德同頌法益。如欲植福者，歡迎提早報名，以便登錄功德迴向疏文。

主辦單位：新北市 五股五龍山 智光禪寺
報名地址：智光禪寺 新北市五股區民義路二段 21 號
電話：(02)2292-2069、2292-1021
傳真：(02)2293-8841

導 師：印順導師 助導人：如學導師
發行人：禪光法師 (郭麗蘭)
發行所：財團法人法光文教基金會<br

感謝師父，讓我有機會向大家報告最近一年來對學佛的心得。我這一生覺得最有價值的事，是學到佛陀所教導的成佛之道。佛陀教我們學佛的重點，要守戒、有德行才沒有障礙；修行沒有障礙時，才可以安心、好好修定力；有定力，才有心力來認識自己的起心動念，才有功夫發現我們的心不安定。我們的心有時候很亂、很煩，有時候很平靜、很安樂。我們一旦有能力覺察，看清楚當面對境界時，會生起煩惱，執著自己所學的、所想的。看清楚時，再進一步，就能體會清涼心與煩惱心都是內心的內容。

我在四年前曾經講過「走入禪宗牛禪的世界」、「聆聽呼吸的喜樂」、「大悲心會禪味」、從耳根「聞性」談「妙心」。這四篇的內容都是說明認識心性修行的方法。其中「大悲心會禪味」、從耳根「聞性」談「妙心」的講題，都與觀世音菩薩的修行有關係。同樣今天在慶祝觀世音菩薩聖誕的因緣，再次宣揚觀音菩薩的功德，所講的題目是「生活中修練觀音妙行」。

以下我介紹的內容注重在觀世音菩薩的三種妙行，就是在參加大悲心法會時，大家都唸過六字大明咒「唵嘛呢叭美吽」，大家都誦得很熟練的《般若波羅密多心經》和「普門品」。

六字真言（Mantra）：
唵嘛呢叭美吽（Om Mani Padme Hum）

唵嘛呢叭吽六字真言，或稱六字大明咒，或叫作六字大明陀羅尼（Dharani），是觀世音菩薩修持果的心法，觀世音菩薩願力與加持的精華。修行有很多方法，有人對大明咒不了解，以為大明咒是一般外道咒語，不是心法。其實持唸大明咒，持誦陀羅尼，可以不忘失、不散亂、不退失諸法義理，得到陀羅尼力時，就有能力明白諸法義理，持唸者能藉持咒，以消除一切障礙，獲得很多的利益。

在《佛說大乘莊嚴寶王經》中，記載一個故事，佛陀為了要學「唵嘛呢叭美吽」，去拜訪三位聖者：除蓋障菩薩、寶上如來、無量壽佛，求教此咒，三位聖者都不會，最後找到蓮華上菩薩，才學到此咒，這咒還是觀音菩薩教蓮華上菩薩的。這故事是說明佛陀都想要學，都這麼難求到此明咒，我們現在到處都能學到，就不覺得此大明咒的價値。經中說：「此六字大明陀羅尼，是觀自在菩薩摩訶微妙本心，若知是微妙本心，即知解脫。」微妙本心就是本妙覺心，如果我們認知是觀自在大菩薩的本妙覺心，我們就從解脫了。

根據編咒語書籍的林光明老師說，用羅馬拼音比較接近梵語，Om Mani Padme Hum，漢語讀作「唵、嘛、呢、叭得、美、吽」。一般流通唱誦「唵嘛呢唄美吽」是藏傳佛教的版本。

有位學生問十四世達賴喇嘛，聽很多人在唸「唵嘛呢唄美吽」是什麼意思。達賴喇嘛解說，佛法是教人要清楚自己內心的運作情形。不知道此咒的真正意思，只有一直唸，對去煩惱的力量比較少。「唵嘛呢唄美吽」的「唵」（Om）字是我們不清淨的身口意，也是諸佛清淨的身口意；想要由煩惱心轉化到清淨心的方法，就是要培養「嘛呢」（Mani）和「唄美」（Padme）。「嘛呢」（Mani）是珠寶，代表覺、慈悲、善，利他的因素。「唄美」（Padme）是蓮花，代表智慧。最後一字「吽」（Hum）是成就的意思。修練利他之心，慈悲、智慧才能成就清淨的身口意。「唵嘛呢唄美吽」就是祈願成就將我們不清淨的身口意轉

生活中修練觀音妙行

張湘娥（宗謙）

化為清淨的身口意。也有簡單解釋為寶蓮花的意思，是觀音名號。

「唵嘛呢唄美吽」意思是具足佛身、佛智的觀世音觀照！

我們心散亂，或者生氣時，轉唸「唵嘛呢叭美吽」立刻轉凡心，入聖道，譬如年老父母與子孫住一起，習慣不一樣，現代人非常忙碌，沒有時間整理房間，長輩就開始看這個不對、那個不好，心煩火氣大，全身不舒服。轉唸一句

「唵嘛呢叭美吽」就沒事了。其實在生活中即使睡不著躺在床上、上廁所、洗菜都可以唸，運動時要算數字六次時，就唸，「唵嘛呢叭美吽」六字，代替數字，可以一面運動健身，一面修心，一舉兩得。有人用觀察呼吸、或者是用直接觀察心的方法修行時，心還是靜不下來，試著先唸，「唵嘛呢叭美吽」，令心平靜時，再回到本來觀察心的方法。

《心經》觀自在，行深照見

《心經》是《般若經》的濃縮，它展開的意義，可見於《大般若經》的〈學觀品〉。佛向舍利子說觀自在菩薩深觀的修行。在《心經》文中，只是提起觀自在菩薩講自己的自修自在方法。《心經》所說的是「空」的理論。有人說，愈聽「空」的道理，愈想要進一步深入了解「空」，愈聽，愈不清楚，愈聽愈「空」。

一生歷經多災多難堅持修行，已圓寂的夢參老和尚說：觀就是思惟。我們觀什麼執著什麼，不能夠自在。我們的心，所有的「識」都是分別的，意識不是甚深的般若，直接從實相入手，起妙用。菩薩用他的智慧見，而我們能觀的智觀是空的，沒有實相，那所觀的境也是空的，能觀的智，和所觀的境都是空的。『照見五蘊皆空』度一切苦厄。因此照見的這個「見」是「見性」，「明心見性」的「見」，不是眼看，也不是思想上一般的見性。依著《心經》修行，那個「照」才是般若智慧，那個般若智慧就是空相，是無相。

夢參老和尚說得非常詳細，那麼我們能觀的心，所觀的五蘊，心如果不住、不執著自己的身體、不執著自己的感受、想法、思惟造作、認識，只有心直接看、再看、不住任何境，鍛鍊到功夫到，甚深般若才能現前。修行到無住任何境，我們要識心達本，才能觀自在。如太陽發出光明，體是「空」，妙用是「光明」。生活中如果我一看到出生不久的嬰兒，就會祝福嬰兒識心達本。因為我們人一旦出生來到這世間，不知道識心達本，就是不知道認識自己的心，通達自己的清淨本體。我們的心情受所看、所聽的事情影響，一生就在受苦。譬如最親近的一家人，夫妻、兄弟、父母子女，為錢、為權、為處理家事意見不同，就時常不停地計較、不停地爭長論短。家庭中如果有誰知道佛法的人，識心達本，就不會與大家計較爭論，也不會受大家情緒的影響。真修行人看，只是看、聽，只是聽，沒有是非、對錯、好壞，知道一切過程，都在緣生、緣滅中，沒有實體。正如禪宗所說，「百花叢林過，片葉不沾身。」就是不執取一事，就不會與人牽扯不清、糾纏

世音菩薩的化身，好像有的人在一個團體，在政府機關、公司、學校工作的人與領導者老板同樣的目標，在工作中集體合作創作的人，都是老板的化身。想要與觀音菩薩同願同行為眾生服務的人，是不分別地區、種族、國家去幫助，這樣的菩薩只有抱著慈悲心、同理心而已。我剛剛提過的這本我寫的書，書名叫「念旋影」，書中我寫了一些偈頌文句，來讚歎教過我法師的三十一位明師，在此我就以法光寺我的師父如學禪師的門下舉例，他們都是我心目中的觀音化身。

禮敬教導相應師 感恩明師善知識

卅一位親教授師 禪淨律密教法門

如學坐禪入佛心 禪光唱誦練定慧

照宏熱心教寺規 禪海悲心無分別

禪得和藹音柔和

說到觀音菩薩聞聲救苦。有些父母是聞聲痛苦。父母是家中的觀音化身，對兒女百般付出：扶養長大還要忍受年青人的頂嘴、不好的臉色、嬌慢的態度。有的孩子天生膽子小、防衛力強、主控力強、不順從人，就比較沒人緣。有的孩子聽話膽子大，有人叫他幫忙就去做，容易與人結善緣。父母真是兒女的觀音菩薩，有人緣、沒人緣都疼，只是有些父母工作太累，身體疲勞不舒服，孩子不聽話時，急起來就會大聲罵，如果是觀音化身的父母，就會反觀自己身心是否平衡，會先調理自己，不會急著教育小孩。作觀音父母是硬軟剛柔並用，「以身作則」是自己先要冷靜觀察，作有智慧行為的模範，不是用權威、凶臉來作模範。「以身作則」是「行」，實際去做，實際去練習。凡夫五蘊，才可轉化成觀音的五蘊，要「行」先要有「信」，有「願」。

「信」，是信觀音菩薩，信以後，要願意學。『願』是願意學習觀音菩薩的妙行，心甘情願地改變過去習氣。

然後「行」，就是實際「以身作則」去做、去練習。練習什麼？練習念念自己做觀音、念念自己感受觀音的感受、念念所想是觀音所想的、念念所作是觀音的思惟，念念所認識是觀音的認識。

「以身作則」做些什麼？多聆聽別人的心聲，說話或者回話時，要反聞聞心性才說出口，學習聽話後，反應不要太快，做事動作也不要太快，在生活中反聞聞見性、反聞聞覺性、反聞聞知性，教育下一代或幫助人，才能感動人、感化人。教育幫助人要有耐心、包容心、體諒心，就必須修身養性，培養能量和心量，方法每個人不一樣。我的方法是打坐、禮八十八佛或三十五佛、拉筋練八鍛錦、練六音氣訣、打太極拳等等。

如果不轉凡夫的身心五蘊，就容易養成「己過如山已不見，他過秋毫亦明察」，自己做不對事情即使一堆像山那麼高，自己卻看不見，只有看到別人犯一點小事，就看得一清二楚。自己事情不順就生氣，也都怨別人。中醫說熬夜的人肝火盛，四大不調血壓高，容易生氣。有人還是半信半疑。二年前科學家證明出來了。在2017年，有三位科學家得到諾貝爾的生理學或醫學獎，獎金共美金一百萬。三位科學家實驗結論有三個重點：熬夜造成大腦開始失去功能。熬夜生出腫瘤是因為調節節律的主要基因失效。熬夜會打破人體內精妙的時鐘，疾病就跟著而來。所以我們只要不熬夜就現賺美金一百萬了。

舉例來說，有位朋友的兒子四

三十多年前第一次參加大悲心會，不是站著唱讚就是坐著念經，沒經過訓練的我，對念經、唱讚不但跟不上，連內容也不清楚，一場法會下來腰酸背痛的真是受罪，心中有點失望，但念完經後禪光師父有半小時的說法，那是我最嚮往也

最受益的時刻，記得當年師父正在解說《般若波羅密多心經》時，我

對「色不異空，空不異色，色即是空，空即是色」非常有興趣。師父

花了一年多的時間講解《般若波羅密多心經》，但是我對「色不異空，空不異色，色即是空，空即是色」還是一知半解。

大乘佛教最重要的典籍《般若波羅密多心經》中的「色即是空、空即是色」是大乘佛教的重要義理，也是佛教的重要思想。簡單的說，色是指一切能見到或不能見到的物理事象，而這些現象是由因果產生，空是事物的本質，任何事物都是從無到有。要了解此現象必須先明白「緣起性空」的義理。

「緣起」：世間萬事萬物都不是憑空而有的，必須有各自需要的種種條件（因緣），眾緣和合而生起，亦由於種種因緣散失而導歸消滅。「性空」：世間一切事物皆仗因托緣而生，緣聚則生，緣滅則散，自然沒有實在不變的實性。

三十多年來參加了數百次的大悲心會，深深的體會出「緣起性空」及色不異空等在大悲心會上的示現。

譬如法會時眾眾共修，大殿充

滿信眾，三陣集眾鼓，法會開始，這是緣起呈現莊嚴、安祥的氛圍是色的顯現，培養恭敬心、慈悲心也是呈現不可見色的現象，師父升座講法，緣起呈現說法眾眾、傳播法義、有教無類等功效也是呈現不可見色的現象。法會結束，信眾離去，大殿清空是緣滅，是呈現空的現象。這些令大眾眾生起恭敬心、慈愛心都是在大悲心會中潛移默化、淨化人心的功德及不可見色的示現。

三十多年來參加了數百次的大悲心會，深深的體會出「緣起性空」及色不異空等在大悲心會上的示現。

譬如法會時眾眾共修，大殿充

滿信眾，三陣集眾鼓，法會開始，這是緣起呈現莊嚴、安祥的氛圍是色的顯現，培養恭敬心、慈悲心也是呈現不可見色的現象，師父升座講法，緣起呈現說法眾眾、傳播法義、有教無類等功效也是呈現不可見色的現象。法會結束，信眾離去，大殿清空是緣滅，是呈現空的現象。這些令大眾眾生起恭敬心、慈愛心都是在大悲心會中潛移默化、淨化人心的功德及不可見色的示現。

在法會的前一天，香積廚就聚

集了數十位發心菩薩幫忙備菜，我

與內人也曾發心幫忙備菜過一段時

間。不論洗菜、切菜、整理分類，各司其職，人多卻合作無間、一團

和氣、充滿溫馨的氣氛，這也是不

可見色在香積廚的顯現。接著法會

當天一大清早，發心菩薩大廚們即

到廚房開火，開始費心地燒出一

道道佳餚，供應淨食，信眾用齋長養

慈悲心，也是不可見色的顯現。午

齋後信眾各自回家，齋堂清空、佳

餚被清空也呈現空的現象，這些都

是大悲心會中展示出來的「空、有」

度脫一切苦厄，這也是大悲心會的功

能。感謝師父給我這機會，這些年來

在法會中很少受雜念、情緒的干擾，

這是大悲心會對我的加被。在我心

中，法光寺的大悲心會是我參加眾多

法會中最富教育性、最不迷信的法

會。大悲心會讓眾生有因緣接觸到佛

法。在禪光師父的帶領下，培養大眾

的覺心、恭敬心、慈悲心，令大眾眾

能覺知其內心的起心動念，了知所呈

現的一言一行，如實地運用在日常生活

中，促進家庭和諧，成就解脫的因

度脫一切苦厄，這也是大悲心會的功

能。感謝師父給我這機會，這些年來

在法會中很少受雜念、情緒的干擾，

這是大悲心會對我的加被。在我心

中，法光寺的大悲心會是我參加眾多

法會中最富教育性、最不迷信的法

會。大悲心會讓眾生有因緣接觸到佛

法。在禪光師父的帶領下，培養大眾

的覺心、恭敬心、慈悲心，令大眾眾

能覺知其內心的起心動念，了知所呈

現的一言一行，如實地運用在日常生活

中，促進家庭和諧，成就解脫的因

度脫一切苦厄，這也是大悲心會的功

能。感謝師父給我這機會，這些年來

在法會中很少受雜念、情緒的干擾，

這是大悲心會對我的加被。在我心

中，法光寺的大悲心會是我參加眾多

法會中最富教育性、最不迷信的法

會。大悲心會讓眾生有因緣接觸到佛

法。在禪光師父的帶領下，培養大眾

的覺心、恭敬心、慈悲心，令大眾眾

能覺知其內心的起心動念，了知所呈

現的一言一行，如實地運用在日常生活

中，促進家庭和諧，成就解脫的因

度脫一切苦厄，這也是大悲心會的功

能。感謝師父給我這機會，這些年來

在法會中很少受雜念、情緒的干擾，

這是大悲心會對我的加被。在我心

中，法光寺的大悲心會是我參加眾多