



## 【法相學會活動】（以下活動，除特別註明外，皆在法相會址舉行）

### 逢星期二

**《佛經選要》第四屆（第二輪）**

講者：眾講師

日期：2019年1月8日至8月13日（7:30PM-9:00PM）

### 逢星期三

**《唯識三十頌》\*\*連續講座\*\***

講者：張漢釗居士

日期：2019年(全年)（7:30PM-9:00PM）

### 逢星期五

**《攝大乘論及釋譯對讀》**

講者：趙國森博士

日期：2018年6月8日開始（7:30PM-9:00PM）

地點：（會外）香港佛教真言宗女居士林地下禮堂 香港銅鑼灣大坑道9號

### 星期六

**誦《瑜伽菩薩戒》（參加者須已受瑜伽菩薩戒）**

日期：每月最後一個星期六（6:45PM-8:30PM）

讀書會（平均每月一次） 主持：趙國森居士與陳國釗居士

### 星期日

**第54屆 佛學星期班（初班）**

講者：眾講者

日期：2019年4月14日（逢星期日2:30PM-4:00PM）

地點：（會外）三輪佛學社 九龍佐敦道18-24號鴻運大廈14字樓G-H室

**第14屆 佛學星期班（進修班）**

講者：眾講者

日期：2019年4月14日（逢星期日2:30PM-4:00PM）

地點：（本會）九龍彌敦道328-342號儉德大廈14字樓F-G室

**《現觀莊嚴論》**

講者：張漢釗居士

日期：2017年9月17日開始（5:00PM-6:30PM）

地點：（會外）香港佛教真言宗女居士林地下禮堂 香港銅鑼灣大坑道9號

**佛學研習小組（平均每月一次，10:00AM-12:00NN）**

主持：陳森田居士

下文主要是破斥外道執「極微」為實有。

有外道執地水火風極微實常，能生龐色，所生龐色不越因量，雖是無常，而體實有。

有外道（勝論）認為地、水、火、風四種極微是實有的，極微組合能構成各種粗顯事物，稱為「龐色」；而所生成的龐色，其數量、體量是不會超越構成它的極微總量。龐色是無常的，它壞散了後，極微還存在；故外道認為極微是常住的實體。

彼亦非理。所以者何？所執極微若有方分，如蟻行等，體應非實。

論主認為這主張並不合理，是何解呢？外道所說的極微，若是有「方分」，即如一隊螞蟻行列，這行列並非一實體。

方分指物體中面向不同方位的部分，如向上、向下的部分；若極微具有不同部分，則極微其體也是組合而成，就不符合實體的定義了（案：共許實體是整一的）。

若無方分，如心心所，應不共聚生龐果色。

若說極微沒有方分，那就如「心、心所」，應該不能聚合成為龐色的果。這裡的說法，可以因明論式來闡述如下：

宗：極微不共聚生龐果色

因：無方分故

同喻：如心、心所

既能生果，如彼所生，如何可說極微常住？

極微既能生龐果，這樣，極微與其所生的龐果一樣，龐果是不常住的，如何可說極微是常住呢？

又所生果不越因量，應如極微不名龐色，則此果色應非眼等色根所取，便違自執

外道又認為極微所生的龐果，其體量是不會超越構成此龐果的極微的總體量。但極微若有體量，應可再分成更小的單位，故極微應沒有體量，因此，就算眾多極微合成的果，其亦應沒有體量。所以這果應如極微，不能是龐顯色的。倘若如此，則這龐果就不是我們眼等色根能取的對境了，這便違反了外道自己的主張。

若謂果色量德合故，非龐似龐，色根能取。所執果色既同因量，應如極微無龐德合，或應極微亦龐德合，如龐果色，處無別故

若外道辯說，因為龐果與「德句」（勝論六句義中的德句義）中的「量」結合，就生出看似龐色但非實龐色的事物，所以我們的色根就能取此龐色果。但論主指出，外道執極微所生的龐果，其體量是與極微總量同等，由於一極微沒有體量，故眾多極微結合亦應沒有體量，這沒有體量的果便不應該能與龐的「德」結合了。倘若這無體量的果亦能與龐德結合，則極微亦應可與龐德結合，這是由於極微與龐果的體量相同，而所處的空間亦沒有不同。然

而，勝論並不認許極微能與德結合。

若謂果色遍在自因，因非一故，可名龐者，則此果色體應非一，如所在因，處各別故。既爾此果還不成龐，由此亦非色根所取。

若外道認為龐果是充滿著眾多極微（龐果的自因就是極微），並非單一個極微之原故，所以可稱為龐顯物。這樣，此龐果的體應不是單一，就如組成它的眾多極微，各極微是各自獨立，位於不同處之故（這與上文的「蟻行」同義）。既然這個果由眾多極微結合而成，極微是細色，非色根所取，眾多極微也不能結合成龐色，因此，這果亦不能是色根的對境。

若果多分，合故成龐，多因極微合應非細，足成根境，何用果為？既多分成，應非實有，則汝所執前後相違。

若外道轉計，認為果有多分，由眾多作為因的極微結合而成為龐色，故得以成為色根的對境。論主指出，倘是這樣，果色就沒有作用了。因為極微已可成為色根的對境。而且，既然說果有多分，按勝論的義理，具有多分的不應是實有的。由此可見勝論的義理有著自相矛盾之處。

又果與因俱有質礙，應不同處，如二極微。

倘若極微可成為色根的對境，那就應是龐色，因而有質礙。既然作為因的極微與其龐果均有質礙，那就不應處於同一空間，正如兩個具有質礙性的極微，不能同在一處。

若謂果因體相受入，如沙受水，藥入鎔銅。誰許沙、銅體受水、藥？或應離、變，非一、非常。

若外道說果與因的體可以互相攝入，就如沙攝受水、藥品入鎔銅，故能結合成為一體。論主反駁說，怎能說沙、銅的體攝受了水與藥呢？外道提出這兩個例子，是要說明極微是可以結合成一的。現先分析外道的「沙受水」例子。論主指出，沙並沒有接受水進入沙的體內，水只是存在於沙粒與沙粒之間的空隙，因此，沙與水是分離的，並非結合成為一體，故說「離」、「非一」。另一例子是「藥入鎔銅」。外道認為極微結合，如藥溶於銅之中，因而成為一體。論主認為，如果外道認許極微結合就如藥入鎔銅，由於銅受藥而改變，則外道亦應認許極微結合後亦會改變，以致極微非常住不變了，故說「變」、「非常」。然而，這是勝論不能接受的。

又龐色果體若是一，得一分時應得一切，彼此一故。彼應如此，不許違理，許便違事。故彼所執進退不成，但是隨情虛妄計度。

再者，若極微合成的龐色果是一個整體的話，看到一分時，即等同於看到全部。因為極微本身是無方分的；「無方分」者，得一分即同得全部，這是基於外道認為「極微」與「龐色果」都是整一的，不可再分。論主謂外道所執的極微之理，應該是如此的，不能違反其自身所提出的理論；但若按照外道這樣的主張，則又違反世間現象上所見的事物？所以外道進退不成，論主指出外道所提出的主張，只是凡夫計度臆測而已。

# 尋找一個心靈的家—陳達志老師專訪(三)

訪談者：陳芷涵

## 難忘的探訪經驗

探訪的經驗很多，但有幾件是比較深刻的。

第一個故事是另一位義工的經驗。有一位老人家，醫生已請家屬準備後事了，但是一直沒有走，她不肯走。後來向家屬瞭解後才知道，原來這個老人家在等她的兒子回來見最後一面，但是她的兒子已經離世一段日子了，家屬因為怕老人家承受不起而不忍心告訴她。後來義工瞭解後，請家屬把真相告訴老人家，最後家屬同意婉轉的告訴這位老人家事情的真相，老人家當天晚上就往生了。我們當義工就是希望做到這樣子的效果，但並不是每一次都這麼順利。

第二個故事是我們去做家訪時接觸的，我們每次去都是兩個人。這位主角是在「香港防癌會」安排帶病人出外到迪士尼樂園活動時認識的。他是坐輪椅的，我推著他並照顧他。這位病人患上鼻咽癌，當他第二次復發時要手術和電療。因為電療的關係，食道變狹窄，吃不了東西，所以在肚子上開了一個洞，每天要吃三瓶營養液。

他因為電療影響了聲帶，致發音不準。初期的探訪，是半聽半猜，比較熟了以後大概可以聽得懂七成，如果真的聽不懂，就請他用寫的。由於定期做探訪關懷，所以他全家人也都認識我們。他的母親很健談，所以跟我們很熟識。我們大約每兩個星期，也就是一個月去探訪兩次，前後探訪這位病人約有五年的時間。

這位病人的學歷不高，但是他對電腦很有興趣，所以學會自己組裝電腦，然後上網認識了很多的朋友。有一些網友知道他的身體狀況會送他禮物，所以他很開心。我們也鼓勵他，利用網絡幫助別人，但是他始終把自己隱蔽起來，因為做手術和電療的關係，所以整個人的樣子已經變了，又怕人家聽不懂他講什麼。在網絡上就不需講話，純粹用文字溝通。為了避免他跟社會脫節，所以我們常常會帶他到外面走走，看一些富文化氣息的東西。

他的母親把我們當成子侄一樣的看待，她設生日宴時，也邀請我們兩人去參加。沒想到他的母親比主角更早往生。他母親身體很多慢性病，有糖尿病、高血壓、紅斑狼瘡症等，每天吃很多的藥。所以我們去他家，除了探望主角外也要關懷她的母親。

在他母親往生不到一年的時間，這個病人因為電療影響到他的血管，常常流鼻血，有時候會噴血。因為醫生擔心血液流到氣管會窒息，所以就幫他在喉部的氣管開了一個洞，但是變成漏氣不能講話，所以他非常的不開心，當他再次覆診時，要求封了這一個洞。結果一個月後他的鼻又爆血管引至窒息而往生了。所以他並不是因為癌症而死亡，而是因為自尊心引至死亡。

做關懷時應以「陪伴、聆聽、同理心」來照顧病人，在靈性方面才可以幫助他們釋放負能量。釋放後，還要帶他們走一條正面光明的路，過去的已經過去了，不用再想了，把它丟掉了。最好的就是四道，加上最後寬恕的「恕道」。如果身體已經敗壞到不能再用了，要接受死亡將至的事實。勇敢面對自己所剩的日子，若能放下一切，就能沒有負擔、很安詳的走，這是最理想的境界。

## 善終關懷最難的事

在善終關懷裡面，最困難的一件事情就是時間的問題，因為病人的時間不多，但是你必須要先跟他們接觸，慢慢取得信任，讓他們願意把心扉打開說出心事，再想辦法協助他們，

這都需要時間。

如果在建立關係的過程中，病人不願意開口，會嘗試接觸家屬，從家屬的口中聽取一些訊息，然後慢慢的去開導病人。讓病人認識生命的意義，把不愉快的心結打開，當病人面對死亡會抱持著正確、樂觀的態度，那麼他就不再有所牽掛，得到善終。

如果這位病人是信佛的，可以引導他念佛求生極樂世界去或引導病人想光明的事情。如果可以做到這樣子，已經算是比較圓滿的。而在家屬方面也要做功夫，要讓家屬有心理準備，這一位病人即將要走了。家屬要配合病者，要尊重他的宗教選擇，因為有些家庭會因為宗教信仰的不同，搞得家裡失去和氣。所以家屬一定要尊重病者的宗教信仰，跟他期望去做。

如果病人是基督教徒或天主教徒，我們就請他向上帝禱告或誦玫瑰經，把你的身心交給主啊。我們是不會要求他們改變信仰。所以在做善終服務的時候，我們也是一邊做一邊學，很感謝所有我們照顧過的病人和家屬，使我們更正確認識生死的問題。

#### 以茶會老友記

我每個月會到南朗醫院做「茗茶」活動，泡中國茶。以前我們義工與病人關係很好，他們很踴躍地參加這個活動，一次有二十多人參加。有的本來可以走著來參加，到後來慢慢地要人扶、坐輪椅來，到最後整張病床都推來參加，那份參與的熱忱真令人感動。

為了泡茶，我會去找不同的茶，很多是他們沒喝過的。一般都喝普耳、壽眉、鐵觀音等，但我會泡六大類的茶，白茶、黃茶、綠茶、青茶、紅茶及黑茶，每一類又有不同的「名」茶。我會四處去搜尋、品嚐各種新茶，發現好的會買回來泡給大家喝。有些義工會做茶點與大家分享，而我們做到一位義工照顧陪伴一位病人，坐在病人旁邊，服侍他們，這就是做這活動的目的，因為義工下回探訪時，病人都很願意多聊心事。

我也在觀塘明愛長者中心泡茶給長者們喝，已有十多年了。在最後半個小時就與長者們分享佛法，除了長者以外，社工們也都聽得很歡喜，有的非佛教徒也都接受。

去年開始，在葵涌大窩口的「循道衛理亞斯理社會服務處」，是一個基督教團體，找我來舉辦茗茶的活動，後來才知是「觀塘明愛長者中心」的長者參加觀塘基督教服務的活動時，向他們推薦我的茗茶活動，說做得很好並受長者歡迎，所以他們找我，我也欣然答應了。至今與他們分享了半年多，這裡很多長者，每次都客滿，長者們都非常開心。但在這裡我就無法分享佛法了，因為是基督教的地方，也許將來可以分享「生活」佛法。

採訪至此，深深感受到陳老師的菩提心似茶。

茶以「無我」的特質，讓它在每個人手中展現出不同的姿態，但只有真正瞭解對方需求的慈悲主人，才能消融自我喜好，為客人泡出他真正需要的茶。當手上擁有一杯好茶，那表示它經過漫漫長路的過程中，每一個步驟都是充滿了善緣。懷抱著感恩的心喝下杯中茶，那滋味及心口的感受已凌駕茶的本身，用心喝茶，茶的真情交融於茶心禪味中。



陳達志老師

# 禪似把名字寫在水上

文：寺山一(陳芷涵)

回到家打開書，映入眼簾的書籤上寫著：

「放鬆身心，放下心念。」

—《聖嚴師父年譜》冊2・頁802

在匆忙的來回中，這不就是此次禪修的提醒？

2019年1月5日至12日參加法鼓山在總本山舉行的禪七，這是送給自己的一份禮物，內心充滿了感恩、禪悅、法喜。大約有兩年多沒空參加禪七了。此次的不經意中，飄下一片落葉，墜到手心，執起了又輕輕放下。想起主七法師開示的「數、隨、止」。「入、住、出」；是的，要入如來願，住菩提，出生死，不住涅槃。

這次非常榮幸能參加由 繼程法師 主七的禪修。眾所周知，繼程法師主七的禪修，報名是「秒殺」，很難報得上。能報上名是何其有幸！主七法師本身深具親和力，開示生動風趣幽默，深入淺出，擅於引導禪眾思考，並能理事兼備，非常實用也很生活化，穫益良多。從調身、調息、調睡眠到基礎禪修的方法，次第分明，鉅細靡遺；由數息、隨息到止觀、默照，淨土而念佛禪等；由八正道的正知見、正念等的落實帶給生命的正精進向上向善，到十二因緣的輪迴與還滅等等，皆由戒、定、慧三學中的「戒」做起，讓禪的智慧運用於生活中。讓我們在禪的體驗中學習，也在學習中轉化。深深感受到禪修對生命、生活的影響。以下簡列開示的部份內容：

- 能參加禪修，是福報；要珍惜、善用因緣。
- 當禪修過程有阻礙，回到起點，重新檢視。
- 基本功很重要。
- 不要用慣性、妄念修行；不重複過去的經驗。（當頭棒喝）
- 別當老皮參。別以為曾經打過多少次的禪七就想當然耳。（再一棒）
- 每次打七都當是第一次也是最後一次，更是唯一的一次。
- 數息隨身，念佛隨心。
- 現代人太忙了，所以禪修是來補眠的。（很實際）
- 面對修行的停滯，要反省用功的方法，是否都用慣性？要警覺。
- 不住心，緣起緣滅，未必有下一次，要把握當下。
- 每個過程都要用心及珍惜。
- 妄念是您平常意識的顯現及果報。

解七後，到行願館請購 繼程法師的著作，一口氣請了七本，打算回家後好好的品閱，時時提醒自己，莫懈怠。

花開花落總有時。每個活動都要很多的善因緣成就。此次總護法師是 演正法師，很安定、沉穩，言簡意賅，令禪眾攝心專注；悅眾法師們，早、晚課的領唱與禪眾梵唄聲和意悅；小參果興法師耐心的聆聽與指導及禪眾們精進用功，令整個禪堂在一片安定、祥和、平靜的氛圍中進行著。加上色香味俱全的菜餚，在寒冬裡喝入一口口溫熱又充滿家鄉味的湯，真是人間美味；內外護義工菩薩們無微不至的照顧，在在都令人感動及無比的幸福。雖有少數菩薩身體微恙咳嗽聲不斷，但仍讓我們藉境練心，安心無慮的用功修行，真是無限感恩。

禪似把名字寫在水上，一劃即散，無所住，泛起陣陣漣漪無常變化，似有似無，虛實如幻。在禪坐中沉澱身心，由昏沉掉舉到清明無昧；在慢步經行中感受腳底與木板微細的離合，體驗動作的生滅；在奔跑吶喊中精神得到釋放；在一次次的禮拜中，一次次的懺悔及淨化；陽光乍現的驚喜，總護法師貼心的安排護外禪，讓我們眺望遠山迤邐；在溪邊聽著潺潺的水聲，時而涓涓細流，時而氣勢磅礴；盈耳的鳥聲此起彼伏；端看那變幻莫測的雲，流動或停駐，有意無意的為天空留下幾許色彩，如妄念、行雲流水般來去……。這一切的用心與安排，都為了安頓禪眾的身心，成就一次生命可能的超越及轉化，這也是當年 聖嚴師父用心以「境教」來收攝眾生心的慈悲與智慧。萬物有情，無一不在說法。

禪法也是佛法，禪修能調攝身心，由定生慧。佛法是生活的智慧，是指導我們離苦得樂的方法，在於斷惡修善，滅妄證真。禪；就在生活與呼吸間。它；輾轉在眼簾前，縈回在兩耳間，錘旋於心坎裡，實踐於動靜間。解七前，主七法師問：「何時再來禪修？」是的，人生之歌，一期一會，緣來緣去，生滅變幻無常。誠如總護法師說：「聽到的，看到的，都過去了。」是的，應無所住。心的寧靜與滿足，是禪修體驗內化後的力量而非外求。想起三祖僧璨《信心銘》中：「智者無為，愚人自縛；放之自然，體無去住；言語道斷，非去來今。」感恩，祝福！



## 【新春團拜】



新春團拜（一）



三輪佛學社  
世界佛教友誼港澳區會  
佛教法相學會

聯合主辦  
(費用全免)

第54屆-佛學星期班(初班)

上課時間：逢星期日，下午2:30至4:00

上課地點：九龍佐敦道18-24號  
鴻運大廈14字樓G-H座

導 師：鄭明媚・岑寬華・陳達志・陳裕皇・  
趙錦鳳・吳潔珠・黃笑鳳

第14屆-佛學星期班(進修班 )

上課時間：逢星期日，下午2:30至4:00

上課地點：九龍彌敦道328-342號  
儉德大廈14字樓F-G室

導 師：岑寬華・張翠蘭・尤堅・陳達志・  
麥國豪・陳裕皇・劉敏華

每班收生名額約50名，額滿即止。

報名電話：2771 8161 或 電郵：[buddhismcourses@gmail.com](mailto:buddhismcourses@gmail.com)

課程簡介：[www.dhalbi.org](http://www.dhalbi.org)

開課日期：每班由2019年4月14日至11月24日共30堂

經考試後，獲頒發証書

## 【佛學研習班春日郊遊】

二月十日（正月初六）佛學研習班舉行春日郊遊。

Janet：感恩老師及同學們一起度過充滿活力的一天。

小娟：感恩老師的帶領和同學們的安排，今天身和心都有得著。

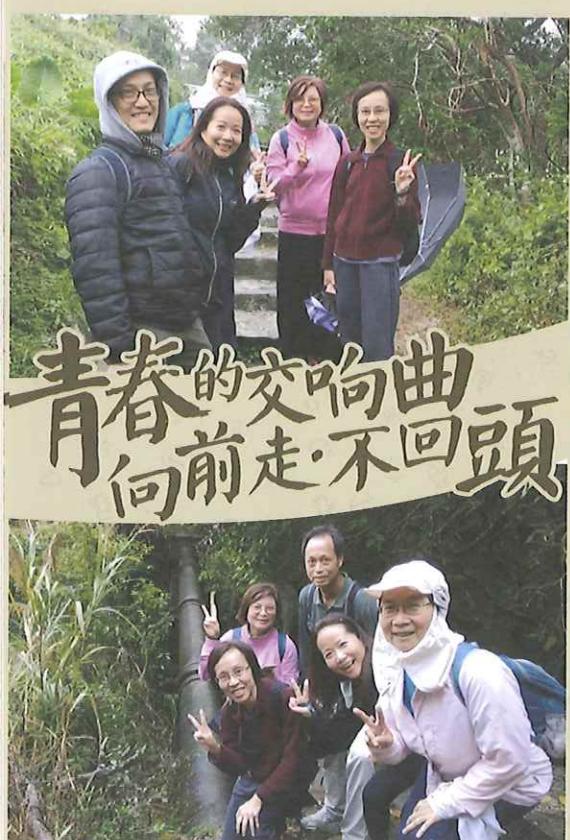
葺葺：感恩陳老師帶領我們今天親親大自然，由井欄樹下車，由澳頭村步行，途經小夏威夷徑，向鯉魚灣方向……往科技大學為終點。沿途風景美麗，空氣清新。雖然今天天氣較涼及下著微雨，無損我們6人行山的雅興，沿途還有講有笑，愉快地行了約1.5小時，並與其他同學於科大午茶及聽老師講課。

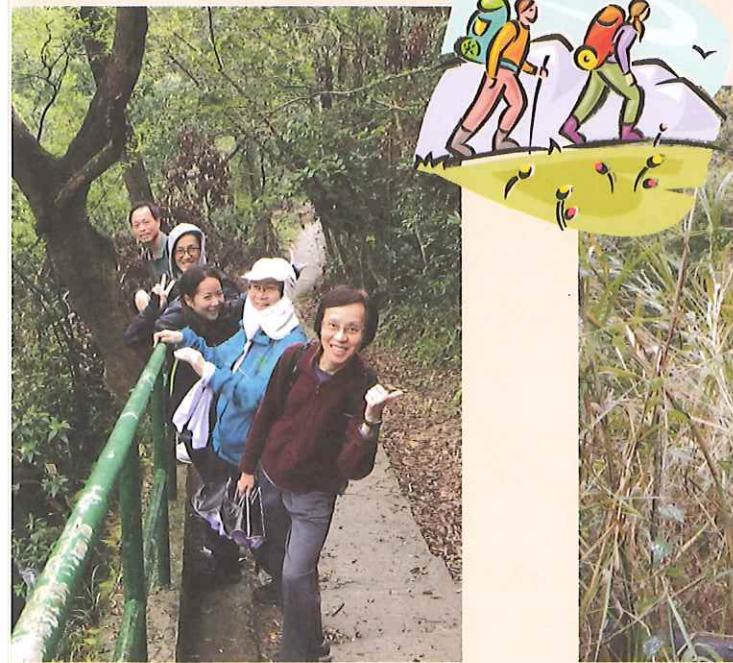
首鋼：感恩老師帶領，我們又識多條好路行山及學唯識！多謝各位同學互勉共修，行山及學佛路上開心及眼界。

Kitty：吸收了充滿負離子的空氣，也產生了令人心情愉悅的多巴胺。

Dora：好羨慕大家呀……希望下次可以參加。

森田：能夠跟同學們輕鬆愉快地行山和學習，著實是很好的經驗，有很大的得著。在人生和修習的路上能與人互相分享、彼此學習，是很大的福氣，必須珍惜，感恩！更要多謝Louisa當我們的攝影師，並整理照片，留著這珍貴的一刻。（雖然時間並非實在，亦不會停留，但一切事情都會成為我們心中的種子。）





## 【無門關】芭蕉拄杖

芭蕉和尚示眾云：爾有拄杖子，我與爾拄杖子，爾無拄杖子，我奪爾拄杖子。

無門曰：扶過斷橋水，伴歸無月村，若喚作拄杖，入地獄如箭。

頌 曰：諸方深與淺，都在掌握中，

撐天并拄地，隨處振宗風。

卷邊語：不在客觀有與無，只在自己知不知。

### 徵稿啟示

〈法相季刊〉歡迎法相學會友及各界人士投稿。來稿只限與法相學會或佛教相關著作，稿件必須為原創，未曾在任何書刊中發表，字數在三千以內。本刊經費有限，不設稿酬。投稿必須實名，並提供聯絡資料，如住址、電話或電郵地址。來稿請以電郵寫上姓名及聯絡資料，附稿件電子檔，電郵至：[admin@dhalbi.org](mailto:admin@dhalbi.org)季刊編輯組。

查詢請電：2771 8161

### 編採小組成員：

陳森田、黃笑鳳、鄭紫薇、黃首鋼、嚴詠芳、陳芷涵、羅偉輝

### 鳴謝

本會各項弘法活動的部分經費，獲《陳廷驛基金會》捐助，特此鳴謝。