Jonang
HKBD

ISSUE 02
SPRING 春

2012

佛學動力

MyBuddhistDynamics

LOOK GOOD, FEEL GOOD, ENJOY LIFE

佛法裝置／裝置佛教

結緣贈閱
FREE

專題

「佛法裝置」裝置佛教

圖／王偉雄、念爽
文／念爽



難以想像，走進一個藏畫唐卡展覽，在多幅精品唐卡旁，竟放有兩個裝置藝術作品。

更難以猜出，這兩個裝置竟出自一位喇嘛之手，他玩盡藝術，以此棒喝眾生，妙心說法。

最讓人「捉不到路」的，是這位喇嘛是覺囊派藏哇活佛阿旺．袞噶丹增嘉措寧波車，乃一名土生土長的香港人。

對這位傳奇人物來說，玩（藝術）只是一種手段，最要緊的是所說佛法真真實實，絕不兒戲。

未明心　何見性

「我用這張椅告訴你，這個就是你的心！」在「一花一世界：國寶級藏畫大師夏吾才郎廿一度母唐卡藝術世界巡迴展」場館一角，阿旺．袞噶丹增嘉措寧波車站在一張被八卦雜誌內頁包裹得密不透風的四腳椅前，斬釘截鐵地說。

披一身紅袈裟的寧波車，目光炯炯有神，說話鏗鏘有力，話聲一落，手指移離椅子直指你的同時，你就好像突然被利刀架着脖子，無路可退，只能被逼直視自心。

「我們的心經常被五毒（註：貪、嗔、癡、慢、疑）六塵（註：色、聲、香、味、觸、法），和媒體形形色色的資訊不停污染。這個心（這張椅）告訴你為何你會不斷輪迴！」不能明心，自不能見性。世間愈紛擾，人心愈難定，智慧豈能生？莫說離苦得樂。

只思考　非佛法

縱然如此，總有幸仍有一班覺醒之士逆流而上，尋佛法，求解脫。此勢近年更見熾熱，佛學成了大學的一門課，禪師大德來港弘法大會座無虛席，談佛說法的書籍鋪滿書店熱賣架，在在都是好現象啊。

但寧波車對此不無擔憂，他指着一綑綑吊在椅子上方疊得實實、紮得緊緊的厚重經文道出另一番見解：「現今的佛教現象，很多讀書人研讀佛法，修習佛法，本來是一件好事。但當佛法變成知識，就會出現我頭頂上方這『頭腦經文』的情況。即使你讀書有多好，但你只懂用自己的思考方式去解讀佛經，最終佛法根本不是佛陀要真實呈現的那種法理，而只是眾生透過其想像所生出的『佛法』。」

讓人想起，傳說當時釋迦牟尼佛於靈山會上，拈花示眾。只有摩訶迦葉尊者破顏微笑。微妙法門，便由此傳下，當中沒有片言隻字。

若然佛法不是讀出來的，甚至愈讀離它愈遠，那生於二千五百年後的我們，怎樣才能觸碰到真正的佛法？寧波車給大家行了個方便，在會場只需稍移玉步，答案即近在咫尺。

燃希望　帶改變

在「頭腦經文」裝置一旁，找到了「涅槃妙心」：四方燈箱上有一座時輪金剛壇城，壇城中央點着蠟燭，上方吊着56個高矮不一的紅色繡曲線圖案。寧波車說：

「這組裝置內的時輪金剛壇城是世界和平的象徵，56個繡曲線代表中國56個民族。讓我們聯結全世界各民族救護地球，緊記不要再將唯惡的心念和地球毀滅的訊息不斷惡化，我希望透過這個裝置，喚醒世人，要給自身和地球一個再生的希望。」

要給地球希望，自己得先相信世界有希望。但在現今這個是非顛倒、人心惶惑的世代，我們能做到嗎？被車撞倒只能眼睜睜望着行人冷冷走過而無人相救；好心扶助跌倒老人反被民事索償；世界上每數秒便有一人餓死的同時，香港每天卻有近四成固體垃圾源自廚餘……分清對錯已耗盡精力，再要正念生活，對世界懷有希望，談何容易！

淨與穢　看自心

人間淨土何在？大部份人也許只會說，佛世界的和諧平靜只會出現於佛經裏的西方極樂世界或香巴拉王國（藏傳佛教中的人間淨土）吧！

《維摩詰經》裏的一個故事，或許能給我們一點啟示：

一次，釋迦牟尼佛在傳法時講道：若諸位想感受外境清淨，就應當自淨其心。心淨，則外境清淨，修行至心淨之時，外境也隨之而清淨。當時，在旁的舍利弗便想：娑婆世界這麼不清淨，難道釋迦牟尼佛的心仍然沒有清淨嗎？

佛得知他的想法後，便反問他：一位盲人看不到日月，是日月之過，還是盲人之過？舍利弗答道：是盲人之過，而非日月之咎。盲人沒有眼睛，看不到日月，而不是日月不存在。佛又說道：娑婆世界的本體永遠是清淨的，但凡夫就像盲人一樣，始終無法看見。

此時，一位從其他佛剎來至娑婆世界聽法的菩薩說道：我現在所見到的這個佛土就是清淨的。舍利弗不以為然，就反駁道：此佛土是不清淨的！於是他們二人展開了激烈的辯論。

《達摩血脈論》：「問曰：若不見性，念佛誦經布施持戒精進，廣興福利，得成佛否？答曰：不得。又問：因何不得？答曰：有少法可得，是有為法，是因果、是受報、是輪迴法，不免生死，何時得成佛道。成佛須是見性。若不見性，因果等語，是外道法。」

《一粒沙看世界》

辛波絲卡

我們稱它為一粒沙，
但它既不自稱為粒，也不自稱為沙。
沒有名字，它照樣過得很好，不管是一般的，獨特的，
永久的，短暫的，謬誤的，或貼切的名字。

它不需要我們的瞥視和觸摸。
它並不覺得自己被注視和觸摸。
它掉落在窗台上這個事實
只是我們的，而不是它的經驗。
對它而言，這和落在其他地方並無兩樣，
不確定它已完成墜落
或者還在墜落中。

窗外是美麗的湖景，
但風景不會自我觀賞。
它存在這個世界，無色，無形，
無聲，無臭，又無痛。

湖底其實無底，湖岸其實無岸。
湖水既不覺自己濕，也不覺自己乾，
對浪花本身而言，既無單數也無複數。
它們聽不見自己飛濺於
無所謂小或大的石頭上的聲音。

這一切都在本無天空的天空下，
落日根本未落下，
不躲不藏地躲在一朵不由自主的雲後。
風吹縐雲朵，理由無他——
風在吹。

一秒鐘過去，第二秒鐘過去，第三秒。
但唯獨對我們它們才是三秒鐘。

時光飛逝如傳遞緊急訊息的信差。
然而那只不過是我們的明喻。
人物是捏造的，急促是虛擬的，
訊息與人無涉。

正當難解難分之際，佛陀以神通顯示了娑婆世界的本來面目，在場的所有人都親眼目睹娑婆世界就像西方極樂世界等諸佛剎土一樣，十分清淨莊嚴。佛陀告訴大眾：我的世界本身就是這樣，永遠都是這樣，只是你們沒有看見而已。

依此推論，我們所看到的外境，只是我們內心的反射。我們的心受世間境相所紛擾，無窮的情緒、污染和迷惑，我們目及的，便是同樣的世界。

實在行　勇承擔

說到底，回歸自己的心，改變自己的心念，才是改變末世的正道。寧波車再多下一註腳：「每個人都能夠改變世界，而每個人都可以成為佛法的捍衛者，每個人都可以為佛陀的教法貢獻一分力，方法只有一個：你要有絕對的承擔。」

當我們在狂呼「這個城市在步向死亡」時，跟港人同呼同吸的喇嘛阿旺．袞噶丹增嘉措對這城市仍充滿信心，並以身體力行去告訴大家如何對佛法勇敢承擔，給自己、給地球希望。

自2008年起，寧波車每年均在港主持「覺囊派密續之王時輪金剛運動」，呼籲大眾以保育地球的發心，念誦時輪金剛心咒十萬遍，到今年已是第五屆。

據記載，時輪金剛法由釋迦牟尼佛親自傳授給人間淨土香巴拉月賢國王，再由印度傳往西藏。《時輪續》說，時輪金剛法能對治末法時代的災難。

寧波車解說：「時輪金剛立體壇城出現，代表正法時代來臨，不但能對治末法衰相，還能將各種負面能量轉化及重新整合。踏入2012年這個再生年頭，時輪金剛法將普及世界每個角落；佛法不再屬於某些人，或限於某些神秘系統內。我深信時輪金剛法能使每位眾生都能以利他無我的菩提心，進入成佛之門，讓久被障蔽的佛性甦醒過來。」

寧波車最大的心願，是將時輪金剛教法植根香港，並在港興建時輪金剛立體壇城。他深信香港人有勇氣捍衛、承擔我們家園的未來：「香港人要建造一個具有香港核心價值的時輪金剛立體壇城，藉此許下締造美好社會的願望 —— 這種大愛與無畏精神，可以影響全世界，甚至遍及下一代的將來。我們將共同見證時輪金剛壇城為世界帶來的變化！」

編者的話

2012 二轉變

2012年將會是風雲變天的一年。地球的期限被瘋傳為2012年12月21日，末日論之說不絕於耳；美國大選將重新為全球政局佈下另一盤棋局；歐債危機的火頭隨時一觸即發，禍延至全球。甚至在香港，特首選舉會否讓民怨甚深的香港走出困局？

踏入好事多磨、眾聲喧鬧的2012年，我們卻希望從逆轉方向重新審視我們的世界，眼底下的香港：作為佛子，我們如何把佛陀二千多年前的動力與超凡視野，活現在21世紀萬象紛陳的世代？

佛陀說，你是自己的主宰。你可以作主，創造一個你希望看見的佛世界。從這裏出發，第二期的《佛學動力》，我們便嘗試以不同面向，重讀香港。經常被責難為拜金又浮誇的這個混雜城市，還有幾許人在深耕厚植，創造他們理想的國土？

今期所談的人與事，都不約而同為我們的詰問留下註腳。今期藝術專題，講述覺囊派活佛阿旺．袞噶丹增嘉措寧波車如何藉着其設計的裝置藝術，直指現今社會問題，時而戲謔、時而棒喝，足見他走入群眾，感香港人所感，與我們同呼吸。從他的訪問，我們真切感受到他對眾生、對世界關愛的溫度。

編採團隊同時深入鄉郊，跟八十後青年來一回「品味修行」。這邊廂有說他們「剛愎自用」，那邊廂一群年輕人以農耕告訴我們，自省是怎麼一回事。在香港當農夫普遍被視為「冇出息」，他們卻從城市退到田園，透過永續有機耕作反思人和自然的關係。年輕一代若真心希望對社會作出承擔、爭取公義，除了有向前衝的勇氣，還要懂得往後退的沉着與智慧，認清實相，感受生命。

談到「死亡無懼」，我們看見一群智障小朋友在「創意芭蕾培訓計劃」裏，透過舞動彰顯其身心靈的獨特性，讓靈性開花。參與項目策劃工作的龍世儀女士，從一位芭蕾舞伶、舞蹈教育工作者，到今天從事佛法工作，藝術一直是她人生道上的嚮導。而佛法的視野，進一步引領她打破芭蕾唯美的框架。她與寧波車共同創作「舞動人生八正道」工作坊，為年輕人帶來學佛新契機，同時豐富了她的藝術生命。

今期，我們在多個欄目添加了「活佛POV」，闡述阿旺．袞噶丹增嘉措寧波車的觀點視野，帶給讀者多一點思考與角度。我們期望這小欄目能導引讀者把四周人事與佛法相連。

要真正成為一個創造者，我們必須有勇氣拋下既有包袱；讓舊日的我死去，轉變的力量才有機會萌芽和成長。《華嚴經》云：「心不住於身，身亦不住心。而能作佛事，自在未曾有。若人欲了知，三世一切佛。應觀法界性，一切唯心造。」是俗世，是淨土，一切由心打造 —— 這些都不是空話。要為世界帶來改變，在現世創建淨土，從2012年，香港開始。

倏忽永恆

盛暑剛過，秋日未至的那些天，接連看了幾齣跟時間有關的愛情電影。電影本來就是以「雕刻時光」起家的，菲林片捕捉幾許光和影，加上繾綣的愛情，如真如假。

文/ 悲妙根華　　圖/ John Fung

離開戲院後，重見晴陽，方才所經歷的一切，灰飛煙滅，但腦海裏某一角落，從此卻多了一筆，那是《情約一天》的遺憾，是《情迷午夜巴黎》的悵然，是《那些年，我們一起追過的女孩》的失落。看過的電影，經意或不經意，都成了人生的一部份。

《情約一天》裏，男女主角相遇於某年的七月十五日，他們的故事連綿二十年，作者卻只挑每年的七月十五日來書寫。不因為那天是定情紀念日，事實是他們一開始就失之交臂，情人做不成，成了半生知己。有些年的七月十五日，他們甚至沒見面。日子一天天的過去，生活有喜有悲，有聚有散，兩情即使再久長，朝暮間，仍不免有平凡平淡的時刻。選每年的同一天來檢閱，像是一個刻度，不帶感情，不作判斷，記下那天的溫度，那天的起伏，快樂的、愁苦的、狂喜的、絕望的，到了七月十六日，都會成了過去。沒有一天是完全相同的，卻也沒有一天不同，在時間的急流裏，作者借七月十五日作座標，譜寫時間的韻律。

時間是線性的，我們由過去來到現在，一步一步走向未來。同一檔期的《情迷午夜巴黎》，導演卻妙想天開，安排男主角在午夜的巴黎，闖進了同一空間的另一個時間。二十世紀二十年代，巴黎風華正茂，各類文藝創作大放異彩，看在廿一世紀的流行編劇眼裏，除了羨慕，還是羨慕。編劇志不在發財，心願是出版傳世巨著，當他遇見心儀大文豪，想方設法討教，恨不得變成他們一份子。黑夜盡了，白天他又回到諸事不順的「現在」。那一夜，他跟活在二十年代的女主角跨進再久遠的時間，同樣對現世生活不滿的女主角，二話不說決定留在美好的「過去」，拒絕返回在她眼中殊不精彩的「現在」。對男主角來說，這直如當頭棒喝，如果說她身在福中不知福，渾然不覺自己已經生活在一個美好的年代，那他呢？

電影結束時，男主角在灑起細雨的夜巴黎，跟同樣喜愛老歌的女子漫步，就算那真是最美最好的年代，比不上此時此刻的通達自在。想不到老活地活了七十多歲了，以前慣了在電影裏喋喋不休的他，今回不意流露了「活在當下」的境界。

時間不是線性的，我們閉上眼，讓思憶飛，也不必時光機，瞬間就能回到從前。腦海裏，那些年的味道、聲音，栩栩如生，無盡的藍天，萬里無雲，陽光瀉滿一地，樹影婆娑，是盛夏，是青春……九把刀的《那些年》賣個滿堂紅，在網絡瘋傳的劇照海報，或朦朧，或清晰，還原了不同人對青春期的甜美回憶。比起之前兩齣電影，這青春片單純直接，說的不過就是沒有開花、遑論結果的初戀，片名「那些年」卻如魔術棒，一點即中，勾起無數人對逝水年華的懷緬。那些年，都回不去了，在那曾經由荷爾蒙支配的青蔥歲月，大家都懵懵懂懂，還沒有累積足夠的「過去」來回望，只能向前看，前面條條大路小路，甚麼都有可能發生。那是仍然可以大言不慚寫「我的志願」老好日子。只差一點點，沈佳宜就能升台大；只差一點點，柯騰就追到沈佳宜；只差一點點，在另一個平行時空裏 —— 世界原來可以如此。

《那些年》的魅力，不單因為電影拍得精緻悅目，而是它為觀眾提供了回到自己那些年的一個理由，後悔一下，沉溺一下，然後說，那些年，多麼美。

那些年有的是甚麼？想起在《阿飛正傳》中，旭仔要蘇麗珍跟他一同凝視手表一分鐘：「我們是一分鐘的朋友，這是事實，你不能改變。」

這句電影對白，像哲學書上的金句，從此刻鑄在我心裏 —— 時間是甚麼？那是把發生過的事盛好的載體，它本無愛無恨，不貪不癡，無所謂快慢，不分辨因果，如果我在《情約一天》看到遺憾，在《情迷午夜巴黎》落得悵然，看《那些年，我們一起追過的女孩》感到失落，那是因為我忘了記取Emma和Dexter實實在在經歷過的時光，沒有想到Gil已然享受過跟海明威對談的歡樂，不願承認我跟九把刀一樣，內心深處有那麼一角，保留了青春的記憶。

雕刻時光，由本心出發。娛，如是。

活佛 P.O.V.



當你放棄追逐的心，安住在當下，這便是永恆。

如何在愛與痛中感悟人生？畢竟生命都是一幕幕戲碼，時而做主角，時而又做配角。痛苦之根源，在於我們時刻要成為別人眼中的主角。眾生只懂得戀棧瞬間的記憶，為了繼續沉溺在生死大海中，會不停將「合成妄想添加劑」無間斷地複製下去來迷幻自己。明知是痛苦，還要在輪迴的漩渦中「幹」下去。一切緣由，全來自共業的牽引。能否「覺悟」在情色關係中，是深度金剛瑜伽的一種表現。

退是要向前！

文／念爽　　圖／Jenny Li、John Fung

望着眼前一大片足有二萬八千平方尺的農田（又稱生活館），實在難以想像是由一班八十後的社運份子朋友，捱了七個月的日曬雨淋刻苦經營得來的。

務農資歷雖短，但站在石崗謝屋村這塊田地上的Jenny，儼如一位老手。這一刻，她指着水靴下的幾壢菜心，談及避開狗蚤咬而手舞足蹈；下一刻則一本正經地解說稻米如何與糯米分隔種植，以減少害蟲；還不忘突然發難急奔稻田，以咆哮聲趕嚇來啄食稻米的麻雀。不難看出，她對這塊農田付出不少汗水與感情。

回想當初一群城市孩子選擇走入鄉郊，開墾一塊野草長得比人還要高的荒地耕種，Jenny娓娓道來因由：「參與社運多年，開始多了反思。社運除了對抗不公義之外，還有沒有更多可能性？我們希望回到原點，重新找回人與人之間的真實關係，而當時正值參與菜園村反搬遷運動，經常往田裏跑，便順理成章以耕種去嘗試尋找答案。」

重拾關係

能否找出答案或許言之尚早，但明顯地，他們在重塑鄰里關係方面略有所成。最初，附近農民看到一夥不懂農務的年輕人一股傻勁地往田裏鑽，不免生疑：這班小伙子能撐多久？結果，經過日復一日的勞動和溝通，大家都被他們的毅力和真誠打動。

光哥便是其中一位，他是菜園村居民，一有空便來幫忙打理農田。跟他閒談片刻，已聽他說了不下十次「真佩服他們！」，足證這群年輕人的感染力。採訪當日，Jenny和一班農友引領我們到田間，途中他們忙不迭跟居民打招呼，閒話家常，Jenny還笑言，落田幫忙的友人，均暱稱村中的眾多婆婆為囡囡呢！

田耕智慧

由前線退回原點，這一捨，所得的卻較Jenny想像中多：「讀書人多自以為是，喜歡掌控一切，但走到田裏，你不得不放下自己，要『認衰』，承認自己的不足，有很多東西都不懂。」走入阡陌，才發現處處學問。「農夫要依山擇田，才能保障水源清淨，特別是有機耕種，確保水源沒有被其他農藥或化學物質污染，尤其重要。」又好像夏天種瓜，冬天種菜，雨前落種，雨後追肥……要有收成，只能配合天氣行事，一點都不能急。這都是天地授予他們的功課，也是智慧。

低心下氣

放下，當然不易。如很多城市孩子一樣，Jenny從小怕透了所有昆蟲類生物。有一次，義務教他們永續有機耕作的袁易天師傅，要所有人統統蹲在田裏，撥開雜草，翻開泥土，了解泥中的生物如何幫助農作物成長。Jenny回想當時場面委實震撼，那小小幾寸土地，竟跑出了十多隻蟑螂，嚇得她花容失色，但驚慌過後，只能勇敢面對。現在，面對田間的細小眾生，她也能不失優雅地從容共處。

珍惜，也是Jenny從務農經驗裏撿來的寶物。很多視作沒用的東西，如附近豆腐廠棄置的豆渣和田中被除掉的雜草，在他們手中，一一化作滋養農作物的優質有機肥。至於田中間的活動棚架，鐵枝是從菜園村搬過來的，搭建架子的木材則由四周的荒地拾來。除了種子和菜苗要外購，田裏的基本建設沒花費多少。真正的循環再用，早在農耕裏實踐。

道本自然

重拾人與大自然的關係，Jenny對現今污染問題別有體會：「我們為何做成這麼多破壞？因為我們感覺不到自然與我們的關係，大家都在室內工作，外邊天氣如何根本與自己無關；但當生計跟自然息息相關，你便再不能自我下去。」

放下自我，對萬物謙卑，是耕作法規。謙卑，就是接受一切的不如己意。聽說，農夫撒到田中的種子和辛苦種來的農作物，有一小半會預留予各方鳥獸享用。原來，在田中，更易找到和諧共融。一場暴風雨把所有農作物掃個清光，儘管大呼小叫，也沒人理會，農夫只能選擇接受、包容。這何嘗不是一種切切實實的修行？

在人類肆意破壞地球的今天，或許，我們要重新和大自然對話；大自然讓我們學懂謙卑，而刻苦耐勞的農夫早已用行動把這啟示說得一清二楚，只是我們選擇視而不見罷了。農夫彎腰低頭，一步一腳印的往後退，在田裏插上一行行筆直的秧苗，不就是一種向天地神祇虛心臣服的行為藝術嗎？

手把青秧插滿田，
低頭便見水中天；
六根清淨方為道，
退步原來是向前。　　*——唐朝布袋和尚*

退的哲學，值得我們這些只管一路往前衝的城市人深思。

達摩祖師論集《破相論》：「求解脫者，以身為爐，以法為火，以智慧為巧匠，三聚淨戒、六波羅蜜以為模樣；鎔鍊身中真如佛性，遍入一切戒律模中，如教奉行，一無漏缺，自然成就真容之像。」

生活館如何走下去？

生活館現由三位「半農半X」的全職農夫主理，他們每星期至少花四天到田裏工作；另有十多位義工不定期到來幫忙。

Jenny和一班朋友寄望生活館未來能有穩定的產量和收入，並建立一條生產和銷售渠道，把有機蔬菜售予附近社區。此外，他們也想藉生活館教育年輕一代食物生產的知識，讓他們了解並實踐永續有機耕種。

「半農半X」生活

「半農半X」的概念源於日本，由塩見直紀大力推廣。參與者從小規模的農業活動中獲取食物，自給自足，同時透過自己熱愛的工作和理想，積極發揮所長，與社會保持聯繫。

活佛 P.O.V.

世親菩薩年十五，禮光度羅漢出家，常日食一餐，亦不臥床，六時禮佛。當時印度禪宗第二十祖闍夜多欲度之，乃對眾云：「我不求道，亦不顛倒；我不禮佛，亦不輕慢；我不長坐，亦不懈怠；我不一食，亦不雜食；我不知足，亦不貪欲。心無所希，名之曰道。」世親聞其說，遂發無漏智，而得闍夜多尊者傳法。付法偈曰：「言下合無生，同於法界性，若能如是解，通達事理竟。」

要明白「道」，是體察我們的「心」，而非「相」。若一個人自以為做了許多合乎「道」的事情，卻旨在表現自己，處處強調「我」，則這個人只是背「道」而馳，離「道」甚遠。

《花》／中孝介

如果你被雨水淋濕了
落泊得連借口都說不出來
如果你給狠狠的刺傷了
至少我願意握着雙手
變成在風中綻放的花

如果你的夢想破滅了
過着漫無目標的日子
如果你覺得誰也無法信任
至少我會用歌聲
為你吟唱飄往明天的歌曲

就好像花，就好像花
只須坦然自在的綻放，盡情地美麗！
我們，我們每一個人
使勁的踏在土地上
把屬於各自的花朵，栽在心中

如果這副身軀快要消失
但願能化為島上的清風
把善念傳送開去

就好像花，就好像花
這搖曳在風中的生命……
時間，由人與人、還有其他其他人一同編織的時間
我們把生命交予時間
祈願我們各自的果實，不會凋謝

就好像花，就好像花
只須坦然自在的綻放，盡情地美麗！
人們在這一刻，人們在這一刻
用勁的踏在土地上
把屬於各自的花朵，栽在心中

放心花

文／ 念墜
圖／ Monica Hong

快樂輕鬆的事，誰都願意說，願意聽，願意看；痛苦沉重的事，又有多少人願意去碰？

在香港這個「文明」的地方，當我們在街上遇到智障人士，大概不會別過臉去。然而，表面上若無其事，骨子裏敬而遠之，沒花多少心思去了解或關愛的，恐怕也很普遍。

否定即殺生

不殺生對於學佛者來說，不僅是茹素、放生蛇蟲鼠蟻等行為上的戒律。佛法對於一切生命予以同樣的肯定，人身更是格外難得，而歧視與否定，無論對於自身或他人，形同殺生。況且，即使四肢健全智力正常，若生命中感受不到關愛，無法接受自己或得到他人的接納，生而不活，與死了又有甚麼分別？

我曾在特殊學校工作，接觸過不少智障學童及其家長。部份輕度弱智的學生，在主流學校跟不上，轉介過來；他們清楚了解自己的缺陷，往往無法接受自己，自暴自棄，或以反叛行為發洩內心不滿。

還有好一些家長，內心總是覺得孩子沒有希望，彷彿判了對方死刑；又或者覺得自己虧欠了孩子，處處呵護備至，一生陷入罪疚與自責的深淵裏，這樣也跟判了自己死刑無異。

情感的碰觸

藝術，是人與人之間情感溝通的媒介。眾生皆有情，大抵沒有甚麼比情感的碰觸更能直指人心。正因如此，藝術也是傳揚佛法的良方；以藝傳法，佛法不再是一本本冰冷的經書，而是無限的智慧、暖意和動力。

在舞蹈的範疇，芭蕾舞被喻為唯美主義的貴族藝術，講究先天的身體素質，規範嚴謹，對一般人而言門檻已經很高，對於肢體協調能力較弱的智障人士，彷彿遙不可及。

芭蕾與佛法

曾任職香港芭蕾舞團教育及外展部總監，現為「佛學動力文化藝術基金會」（見編按）行政總裁龍世儀女士，卻把看似互不相干，甚或有點矛盾的兩者放在一起：「芭蕾的美，建基於舞者在台上傾力展現自我；佛法的美，卻源於無我或忘我，讓內在靈性的花，自然綻放。」

香港芭蕾舞團近年舉辦「綠色環保小戰士：創意芭蕾培訓計劃」，龍氏特地為智障學童提供更多的參與機會，嘗試以嶄新的視角打破芭蕾舞藝術的既有框限，將它平等開放予所有人。

打開、打開

活動舉行期間，龍氏真切的感受到舞蹈藝術解放了孩子的身體，也解放了家長和特殊學校老師的心靈：「大部份智障人士的活動意識偏低，參加計劃後，平日更積極的動動身體，開拓了另一種表達情感的方式。」

為了讓學員和所有觀眾明白，智障人士在技能方面或許力有不逮，但他們的演出應與其他專業表演予以同等重視，於是龍氏刻意安排結業匯演在香港文化中心大劇院舉行，佈景服飾等配套統統一流。

有了專業舞台，學員似乎更見落力，龍氏續道：「智障學生一般較易疲倦。最初，不少家長和老師均擔心孩子應付不來，公開演出當晚，孩子的表現卻出乎意料地好。老師和家長看在眼裏，對他們多了一份自在及信心，少了憂慮，也跟孩子留到演出最後，讓孩子上台一同謝幕。藝術敞開了他們的心，也許對於某些人來說，更是『重生』的第一步。」

真我的花朵

參加了計劃兩年的舞蹈導師Rebecca Wong表示，與智障孩子建立信任需時，關鍵在於放下成人要他們「完成標準動作」的期望。同時，Rebecca會因應智障同學身體的特質，引導他們演繹屬於自己的舞蹈。

她說：「一位患有自閉症的學生，經常不受控的晃動身體，打圈自轉。我特意讓她在舞作中扮演花朵的種子，在泥土裏轉動，鑽出幼苗來。」

佛法有八萬四千道法門，每個人均獨一無二，都能以自己的方式與佛法契合，彰顯自身潛藏的佛性。

這朵在台上鑽出頭來的花兒，也許跳得不大好看，卻以自己身體的律動和節奏，心無罣礙的綻放自己 —— 最真實的自己。



編按：「佛學動力文化藝術基金會」旗下的舞團「佛教4D舞動劇場」，糅合唐卡藝術、佛教裝置、舞者的身體律動，以及觀眾的參與，表達生命內在本具的清淨特質，帶領觀眾探求佛陀教法的真義。今年二、三月份舉辦「舞動人生八正道」工作坊，並正策劃公開演出。

活佛 P.O.V.

拉闊芭蕾舞的參與層面，挑戰智障者的先天條件與藝術要求的種種矛盾，這份無畏的勇氣可以延伸至日常生活的每一處。「不經一番寒徹骨，焉得梅花撲鼻香」。

作為佛法工作者，不應過份保護自己，應該切身地體察眾生的痛苦，長養同體大悲的慈悲心，讓自身的靈性開花，像德蘭修女那樣，放下身段，謙卑修行，為眾生的福祉竭盡己力；同時，應該剛柔並濟，細心敏感，而且勇於表達，以無私的愛感染眾生。

我們每天都應該勇敢接近死亡，愈是被社會遺棄的人，愈要去接近！否則，這就等同自己靈性上的死亡，無法與佛陀的教法產生真正的連繫。

文/ 悲妙根華

灌頂之王——喇嘛噶爾丹

大喇嘛噶爾丹，藏傳五大教派之一覺囊派曲格爾寺金剛上師，生於1921年，前世為修行人，因而出生時顯現出眾多瑞相。喇嘛噶爾丹自幼流露菩提心，五歲時已知輪迴之苦，對父親說：「世間輪迴真是苦海，請送我去寺院。」

喇嘛噶爾丹14歲時，得三位上師（脫俗者莫拉讓、尕拉尕紮（時輪金剛）的化身多吉．桑波及自在成就者旦巴．薩謝）賜予《時輪六支瑜伽》，並於修法時出現證悟禪境。其後以多吉．桑波為根本上師，共修各種本尊的生圓次第。到36歲，已當上覺囊派藏哇寺最年輕首座，並前赴青海果洛州等地傳法。

淨相中上師贈湯解饑渴

文革前後，喇嘛噶爾丹兩度被關進監獄，歷時達12年，其間受盡折磨。在苦困中，他不忘利益眾生，時常把家人送來的食物與他人分享。

試過捱餓多日，實在捱不下去，喇嘛噶爾丹便向多吉．桑波上師祈禱。在境中，多吉．桑波問他為何呼喚自己，他說：「我饑渴如惡魔般，不如死了。」於是多吉．桑波上師給他一滿碗酥油湯，他立即喝下，之後不再感到饑渴。

縱然身處困境，喇嘛噶爾丹一刻不忘戒律，他在獄中經常向同獄的人講經，感染眾人持守齋戒，融化了大家內心的仇恨。

身在獄中　卻顯睿智

在獄中渡化眾生的艱苦歲月，喇嘛噶爾丹還保持他一貫的睿智與幽默。當時監獄規定所有犯人一律要穿在家衣服，一身出家裝束的上師心生一計，把自己的褲子改成裙褲，又把上衣改成半在家半出家的模樣。別人問他為何把自己打扮成古怪模樣，他只笑着回答：「這樣更方便啊！」

喇嘛噶爾丹又喜戴一頂兩側有長條布的帽子，這頂帽子藏有他的修行秘密——只要把頭上的帽子輕輕一轉，兩側長條布便能掩埋雙眼，他立即可做「悶瓊」，即小黑暗（在藏密修行裏，大黑暗指的是把整間房間的門窗緊閉，人在裏邊修行。若條件不許可，也可用眼罩把眼睛蒙住，這就是小黑暗）。這樣，他修行既不易被發現，而覆至喉嚨的長布條，更可以把誦經之聲給蓋住，一舉兩得！

一瓶甘露灌頂數千弟子

出獄後，喇嘛噶爾丹按照兩位上師的預言，開始傳授《時輪金剛》為主的四續。宗教開放後，他是首位在四川壤塘藏區灌頂的上師，只用一瓶甘露水便灌滿了數千名弟子。

喇嘛噶爾丹一生以實修為主，在上壤塘的哈旺塘，看見幾間茅舍，便決定以此為禪修閉關之地，並取名曲傑爾寺。慕名而來的善眾經常尋寺不獲，因為單從簡陋的外觀，很難想像這就是大喇嘛的道場。後來善信才籌建了一座規模不大的經堂，成為今日的曲格爾寺了義續修院。

喇嘛噶爾丹於2003年圓寂前，在此教授了二十多個修六支瑜伽的禪修閉關班，畢業的僧侶徒弟，共兩千多人。來自各地的修生圓次第的徒弟和結法緣的有幾十萬人以上。

灌頂無數　成世界紀錄保持者

喇嘛噶爾丹曾說：「我想脫離世間八法，而且發願灌時輪金剛頂100次，可今生只能灌83次。只要是我處灌頂過的人，不會有過失罪業，這是三寶上師對我托夢的境語。」還講了許多上師對他的預言。

喇嘛噶爾丹開導弟子，着他們應厭惡世間八法，要多學脫俗者們的傳記，好好實修。他留給後世的教誨，強調「現在雖是末法時代，也是圓滿佛法時，若不實修，形同鸚鵡學舌。」如是他的每位弟子在聖眾中，戒律清淨，法理精通，如星中月。

達摩祖師論集《破相論》：「須知念佛之道。若心無實，口誦空名，三毒內臻，人我填臆，將無明心不見佛，徒爾費功。且如誦之與念，義理懸殊，在口曰誦，在心曰念。故知念從心起，名為覺行之門；誦在口中，即是音聲之相。執相求理，終無是處。」







「一人一瓦．十方一念」

覺囊派時輪金剛閉關聖地
曲傑爾寺大經堂平頂工程護持計劃

寺院介紹

位於四川上壤塘的曲傑爾寺為多麥地區最著名之覺囊派閉關禪院，由大喇嘛噶爾丹創建，是最純粹的時輪金剛閉關淨土。上師曾預言：將來這裏會有不少從漢地遠道而來的修行者。

籌建緣起

為祈請喇嘛噶爾丹早日乘願再來，並繼續完成上師弘法利生之菩提志業，由2009年起，曲傑爾寺開始修建一座大經堂，主體建築現已完成，惟因資金問題，經堂仍未平頂便被逼停工。







為此，「佛學動力文化藝術基金會」應曲傑爾寺之請，在香港緊急發起「一人一瓦。十方一念」——曲傑爾寺大經堂平頂護持計劃，徵求1000位護持寺院工程委員，每人捐助人民幣1,080元，即可獲贈時輪金剛擦擦乙尊。此外，亦歡迎信眾隨喜贊助建寺功德金，凝聚眾人之力量，聚沙成塔，共同圓滿上師之悲願。

懇請各位為曲傑爾寺的平頂工程，獻出一點心意和支持。

阿旺警策

願心 願力 願行

西班牙建築師安東尼．高第(Antoni Gaudi)在1883年開始興建聖家教堂(La Sagrada Familia)，工程至今仍未完成。我相信這是人類能夠給神的最大敬禮，高第常說：「我的客戶並不急。」他所說的客戶，就是「上帝」啊！高第的瘋狂成就了聖家教堂，見證了他對神的信德。

教堂設計的靈感主要來自大自然，置身其中，觀者感受到強烈的生命氣息，沒有絲毫虛假，我認為他是唯一能真正將人、自然與神的關係建立在平等互融世界的革命家，散發的精神和內涵，恰恰反照了人對神所作的種種妄想顛倒！

我不禁慨歎，亞洲各地近年忙於修塔起廟，奈何每個廟宇像是倒模一樣，缺乏創造性，這難道就是佛陀對娑婆眾生宣說的真理嗎？假如人們終日只忙於在別人前做秀，卻又妄想成為「眾人心目中的聖者」，他們服務眾生的慧命究竟是甚麼呢？

試想一個以當鐵匠為生的高第，不用登上祭壇，但卻花了一生43年的心血設計教堂，表現了仁者無懼的勇氣。縱使其人已逝，最終在歷史的長河中，在神的眼裏，高第是當之無愧的「聖者」。

What's on



佛學動力／My Buddhist Dynamics
(2012春 第二期)

出版
佛學動力文化藝術基金會
香港上環永樂街71-77號嘉匯商業中心703室
電話 2851 4108
傳真 2851 4166
電郵 enquiry@hkbdfoundation.org
www.hkbdfoundation.org

總部
執行創意總監 阿旺．袞噶丹增嘉措寧波車
亞太區行政總監 龍世儀
海外拓展總監 黃清蓮

編採部
主編 黃美儀
編撰 念爽、悲妙根華、念墜、念奴

美術部
設計 LOL
承印 訊捷印刷有限公司

© 2012佛學動力文化藝術基金會
版權所有。未經許可，請勿翻印。

歡迎索取 佛學動力

鳴謝以下機構免費派發
《佛學動力》

大學院校及教育團體
- 香港中文大學邵逸夫堂
- 香港中文大學文化及宗教研究系
- 香港浸會大學宗教及哲學系
- 香港科技大學藝術中心
- 香港大學專業進修學院
- 香港公開大學
- 動藝舞團
- 香港舞蹈總會
- 秦懿欣芭蕾舞學院
- 郭慧芸芭蕾舞學校

九龍區
- 港產皮革
  太子西洋菜南街234號四樓
- Zoo Records
  太子西洋菜南街234號三樓
- Fullcup cafe
  旺角登打士街36號
  恆威商業中心3-6樓
- 綠野仙蹤書店
  旺角西洋菜街60號2/F
- 序言書室
  旺角西洋菜南街68號7字樓
- 雄峰書店
  旺角西洋菜南街74-84號旺角城市中心11樓1105室
- 國風堂
  旺角西洋菜南街63號二樓
- 尚書房
  旺角西洋菜南街63號一樓

香港區
- 綠野仙蹤書店
  銅鑼灣駱克道520號2/F B
- 有機園
  銅鑼灣堅拿道西21號一樓

新界區
- 綠野仙蹤書店
  元朗谷亭街5號傑文樓2/F C