

目錄

對宗教的感動與疑惑	6
探看智慧與般若	11
恰到好處的慈悲	15
走出未來的希望	18

舞中的禪機

時間：二〇〇〇年三月三日

地點：臺北國父紀念館

主持人：陳月卿（華視企劃室經理）

對談人：聖嚴法師（法鼓山創辦人）

林懷民（雲門舞集創辦人）

陳月卿：在座兩位，一位是說法、傳法，弘揚佛法的智慧與慈悲，致力於淨化人心、淨化社會；一位是學舞、跳舞、編舞，不斷追求創新，致力提昇臺灣的舞蹈文化。林懷

民先生說自己的領域是「顛倒夢想」，而讚歎聖嚴法師是「慈悲智慧」，所以今天的對談題目也可以叫做「慈悲智慧與顛倒夢想」；首先請兩位談談對於彼此領域的看法？

聖嚴法師：就一般印象而言，跳舞是休閒娛樂，但林老師的舞蹈是結合了音樂、繪畫等藝術，尤其能夠融合東西方文化，繼往開來，是非常現代化的藝術表現方式，足見其深層的文化修養。同時他的作品也富有宗教的意涵，尤其是「流浪者之歌」，不但具有宗教的情操，更有高層的禪修意境，這是很難得的，也讓我感到很震撼。

林懷民：佛法強調「不著相」，而舞蹈表演所運用的全

部是色相。佛法講禪定，內心要安定、觀空，而舞蹈的創作往往是顛倒夢想。尤其表演瞬間即逝，也許，正好可以印證佛法所說的無常吧！

雖然我採用了宗教性的素材，但對宗教卻沒有研究。記得我在一九九四年第一次到印度菩提伽耶，我在菩提樹下打坐後，慢慢將眼睛張開，看到陽光從菩提樹的葉縫間穿透出來，灑在我的額頭上，讓我非常感動。所以當我離開菩提伽耶，雖然飛機誤了點，我的心境卻沒有絲毫著急、擔心和害怕，反而有一種安定的感覺。我不知道這是不是宗教的體驗，但是回來後，就順利編出了「流浪者之歌」。

對宗教的感動與疑惑

聖嚴法師：宗教的信仰有很多層次，一般人是迷信的宗教，層次較高的是體驗的宗教，另外還有理性的、知識的、認知的宗教。

所謂宗教的體驗，就是自己體驗、感受到的，例如一般人認為佛、菩薩或者神，是受我們尊敬的、崇拜的，這是我們認知的對象，是在我們心外，不在我們心內；但是如果從內心去體驗佛的功德、慈悲與智慧，便會覺得世界上處處都有佛，處處都有菩薩；而且只要內心是寧靜、安定的，就

是與佛在一起，所以禪宗說：「天天共佛起，夜夜抱佛眠」，這便是一種宗教的體驗，而且是比較高境界的宗教。

另外一種心境的覺受，則是和禪的境界相應。禪包含了兩項要素，一個是「定」，一個是「慧」。定就是心不動，所謂心止於一境，持續保持下去叫做定；慧是不為外在環境的誘惑、刺激、干擾，而能清清楚楚不受影響。

林懷民：在菩提伽耶另外一個讓我印象很深刻的是，我在莊嚴的寺廟中，感到身心的清涼，但是出了廟門，卻看到兩、三百位乞丐，甚至還有痲瘋病人就在那裡乞討。有一天我難過至極的跪在佛前，心中對著佛陀說：「您已經涅槃兩

千五百多年了，爲什麼您的國人還過著這麼悲苦的日子？」

一時的悲憤讓我忍不住大哭一場，但在那一剎那之間，我忽然體驗到佛陀的偉大。他之所以偉大，並不因爲他是神，而是不忍眾生的苦，而發了大願來度眾生。我想是那剎那的感動，使我成爲一個佛教徒。

事實上，不僅在印度，在我們環境中，常常碰到類似的問題，當你走在路上，會遇到乞丐對著你伸出手，雖然大多數時候，我們是可以幫助他們，可是如果同時有那麼多隻手向你伸出，希望求得援助時，除了看得很不忍心，反而不知道如何幫忙？

聖嚴法師：生、老、病、死、貧窮的問題自古皆然，釋迦牟尼佛對當時印度的社會環境是很清楚的，佛陀的做法是，如果托鉢所得到的比較多時，就分給他們，如果不夠，或沒有，當然也就沒有辦法給。

但是佛陀最主要的幫助，還是在施予佛法，因為世間的一切眾生，都在貧苦之中，有的是物質的貧窮，有的是精神上的貧窮，而精神的貧窮，往往比物質的貧窮更痛苦。

佛經中記載，有一個乞丐拿了一只破碗，討了一碗油來供佛點燈，釋迦牟尼佛知道後告訴弟子阿難尊者，其他人點燈的功德，都沒有這位乞丐來得大，因為這個乞丐雖然貧

窮，什麼都沒有，但是有一顆虔敬供佛的心，這便是非常大的功德。

探看智慧與般若

陳月卿：我曾經去過印度，也看到相同的情景，除了難過，也不知道能做什麼。聽了法師的開示，才知道原來佛法講的，除了慈悲之外，還要有智慧。

佛教常說「福慧雙修」，智慧，是可以透過修行而得的嗎？如果是，又該如何修？

另外，林老師從一九七二年創立了雲門，二十七、八年來，編了六十多場舞蹈，演出過一千一百多場，作品量不但非常豐富，而且題材非常有變化，不斷地推陳出新，開創出

不同的風格，很多人認為這是您的智慧結晶，請問林老師，您的智慧、靈感是從哪裡來的？

聖嚴法師：智慧可以從兩個角度來看，第一種層次是哲學上的，英文philosophy哲學這個字，原來就是追求智慧的意思；另外一種是佛學裡的名詞，叫做「般若」。這兩種是不太一樣的。

哲學上的智慧，或是一般人所說的智慧，可以從讀書、學習而來，例如舉一反三、聞一知百、一目十行，這些靈感、聰明，也可以算是智慧，是可以從磨練之中得來的；孔夫子也說有生而知之、學而知之、困而知之，所指的便是一

般所說的智慧。

至於佛法講的智慧，也就是般若，是一種放下所有的自我中心、追求、執著，不以自私自利來考慮；這不僅是一般所說的客觀，更是超越於客觀和主觀的，佛教稱之為「中觀」，或是「空觀」，也叫做空慧，這種與空相應的智慧便是般若。

這種般若智慧，不是一般人可以得到的，是佛的智慧；到現在為止，我也沒有，我只是借用佛的智慧來幫助自己，幫助他人。

林懷民：我並不認為自己有智慧，甚至也經常沒有靈

感，我的創作來源，都是取材自生活中的點點滴滴，一些生
活的體驗，在內心中醞釀、凝結之後，呼喚著要變成一種表
達，不是從外面找的。事實上，在整個編作的過程裡面，我
只是一個媒介而已，因此直到今天為止，我都仍然在尋找一
種舞蹈創作的智慧。

恰到好處的慈悲

陳月卿：佛法除了談智慧，也強調慈悲，從兩位身上，我們都可以感受到慈悲的力量。以林老師而言，曾經發起文化藝術下鄉的活動，在偏僻的鄉村表演雲門的舞蹈，讓普遍的社會大眾都能夠觀賞到，所帶來的震撼、影響是非常大的，而林老師的這項用心，正是慈悲的展現。

林懷民：這只是盡我的本分，出發點則是回饋感恩的心。記得我小時候，廟埕前的歌仔戲啟蒙了我對舞蹈的興趣與創作，基本上我認為我的創作和歌仔戲，在本質上是相同

的。身為表演藝術工作者，能夠分享給大眾的，就應盡力去做。

這樣做了之後，我們也因此與觀眾有更多的情感交流，這種交流對我們而言，是一股力量，讓我們可以繼續往前走。

聖嚴法師：這的確是慈悲心的展現！不但抱著感恩的心，而且認為所表演的舞蹈和歌仔戲的本質相同，所以提供出來的，正是大家所需要的；這種不為自己的表現而表現，真正能夠站在觀賞者的立場，所以可以很自然地被當地人接受。

慈悲心的展現，應該是站在對方的立場，以對方為出發點，視對方的需要而付出；在互動的過程中，讓大家都得到喜悅、平安以及希望，這就是慈悲。

陳月卿：林老師所開創的雲門舞集帶給社會的影響，真的非常深遠，我尤其喜歡雲門的戶外演出，因為我的女兒年紀小不能進國家劇院，我就帶她去看戶外演出，大家擠在那裡，非常專注的欣賞，現場非常地安靜，那種氣氛讓我覺得非常好，我相信臺灣會是一個有文化氣質的社會。

走出未來的希望

聖嚴法師：臺灣是一個很好的地方，只是現階段缺少精神、文化的生活。很多人一想到宗教，就誤解宗教是迷信的，就聯想到趕廟會、趕法會；當然，那也是宗教的一種層次，可是宗教還有更深的層次，屬於精神的開發，精神的體驗，精神的生活，這也是臺灣社會比較欠缺的。

一般而言，多數人都是比較膚淺的，只圖眼前快樂、平安就好；對於未來整個社會或世界的問題，關心的人就少一些了。真正具有深入思考與遠見的人，一定是有前瞻性與國

際觀，能從過去的經驗中，立足於當下的事實，帶領大家往前走。但是目前在我們的社會中，具這種遠見的人並不多。

林懷民：我們的文化問題，最根本的是在於缺乏「厚重」的文化。我們在媒體上看到的一些具影響力的人，以淺薄的語言文化和行爲文化，左右著社會的風氣。不過，我還是對臺灣的未來很有信心，因為這麼多年來，有這麼多對社會有貢獻的佛教、公益團體出現，有那麼多義工的奉獻，這將是臺灣很重要的文化資產。

聖嚴法師：對於未來我從不失望，而是充滿了希望。我自己或法鼓山，能爲社會大眾做的事並不多，但我們從小處

著手，以「百年樹人」的精神，一點一滴做起。

所謂的「人間淨土」，是從自己的內心清淨做起，自己不起煩惱，進一步影響其他人減少煩惱，如此一個影響一個，所發揮出來的力量便是無窮的。

《法鼓山智慧隨身書》共分十一系列
陸續企畫出版中

一、學佛入門：

- (1) 修行進程
- (2) 教義教理
- (3) 聖者故事

二、生活實用：

- (1) 日常修行
- (2) 佛化家庭
- (3) 臨終關懷

三、心靈成長

四、智慧對話

五、精進禪修

六、智慧語錄

七、無盡身教

八、心的對談

九、英文流通

十、法鼓法音

十一、影音系列

法鼓山簡介

「佛法這麼好，知道的人那麼少，誤解的人卻這麼多！」這是聖嚴法師數十年來苦學苦修、矢志弘揚正信佛法的悲願，而「法鼓山」的創建，正是為了承擔起續佛慧命、為眾生得離苦的使命。

1989年，聖嚴法師於當時的臺北縣金山鄉覓得一塊山林地，命名為「法鼓山」，以建設一個弘傳漢傳佛教、推動教育的「世界佛教教育園區」為願景，歷經十六年的建設，在2005年10月落成開山。

以「心靈環保」為核心主軸的法鼓山，是一個推動精神啟蒙運動的生活教育團體，提倡心靈、禮儀、生活、自然等「四種環保」，將佛法的精神與內涵轉化為具體可行的「心五四運動」，同時致力以「大學院、大普化、大關懷」三大教育，具體落實「提昇人的品質，建設人間淨土」的理念，並透過國際弘化與交流合作，以全人類為關懷對象，成就世界淨化、心靈建設的工程。

法鼓山更因應時代需求，以漢傳禪佛教為基本立場，融攝各系諸宗，開展出「中華禪法鼓宗」，以帶動現代觀念與思想，活用佛法於現代人間需要，祈能以佛法慈悲智慧的鼓聲，使人人都能夠得安樂，讓人間社會成為清淨、祥和的樂土。

財團法人聖嚴教育基金會簡介

財團法人聖嚴教育基金會（以下簡稱本會）於2006年1月18日，由教育部核准成立。本會以推廣聖嚴法師所倡「提昇人的品質，建設人間淨土」之思想理念來淨化人心、淨化社會的教育事業為宗旨。聖嚴法師的思想理念，著眼於人間淨土的闡揚實現，其一生均致力於將佛法融入現代人的生活，以佛法來提昇現代人的生活與品質。希望宗教界、學術界及有興趣、有願心的人士均能加入此方面的探討、研究及實踐。

本會依此宗旨，推動下列相關工作：

一、主要是對聖嚴法師之平面書刊、影音資訊等各種之著作文獻文物，蒐集、整理、研究、分層次、分類別、翻譯、編印、製作、發行、推廣、弘揚，贈送至全球各個社會層面，以期人類品質普遍提昇，處處可見人間淨土之實現。

二、次要則為獎助與聖嚴法師思想理念相契相同的佛教教育之推動、佛教學術之研究、佛教著作之出版，以及與淨化人心、淨化社會等相關之教育項目工作。



法鼓山智慧隨身書

智慧對話 4-5

舞中的禪機

推廣流通：財團法人聖嚴教育基金會

地 址：10056臺北市中正區仁愛路二段
48之6號2樓

網 址：www.shengyen.org.tw

電 話：(02) 2397-9300

傳 真：(02) 2393-5610

結緣書服務專線：(02) 2397-5156~7

ISBN：978-986-7033-57-4

著 者：聖嚴法師、林懷民

出版者：法鼓山文化中心

特此感謝：禹利分色製版 贊助製作

修訂版去刷：2013年6月

版權所有·請勿翻印

敬邀您來贊助「聖嚴教育基金會」各項弘化推廣工作

郵政劃撥帳號：19960123

戶名：財團法人聖嚴教育基金會