

艋舺 龍山寺 季刊

Bangka Lungshan Temple

2014年01月出刊第 **23** 期



擇吉與流年神煞

寺內活動報導

吹響龍山寺文創號角

籤詩故事

宋太祖黃袍加身

透視古建築

臺灣傳統建築的斷簷技法

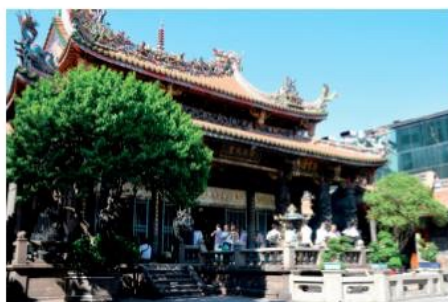
讀者園地

煙雨艋舺

編輯手札

見山是山、見水是水，相較於文字創作所需要的高度涵養與生命歷練，攝影技術顯然來得容易入門，然而見山不是山、見水不是水，眼中所見與影像絕對不同，每一次的拍攝都是一次再創作，本期讀者園地〈煙雨艋舺〉從今昔軌跡端詳老街古剎的容顏，是創作者所願、所欲見的回憶紀錄，似真非真，任憑人事更迭，見山只是山、見水只是水，山水依舊，那變換轉移的，是一顆耽溺於紅塵中的心。

新歲甫至，龍山寺的文創風也在一片賀歲聲中揚帆，不論是取材自建築體的馬年桌曆、活頁筆記本，抑或象徵光明清淨聖域的紙膠帶，希望藉由不同媒材的運用讓您看見龍山寺的美好，祈願新年順遂平安！（呂祥竹）



發行人／黃欽山
總編輯／黃書瑋
責任編輯／呂祥竹
發行所／財團法人台北市艋舺龍山寺
地址：臺北市萬華區廣州街 211 號
電話：02-2302-5162
傳真：02-2306-0749
網址：www.lungshan.org.tw
E-mail：editor@lungshan.org.tw

設計承印／博創印藝文化事業有限公司
地址：新北市中和區中山路三段 110 號 9 樓之 3
電話：02-8221-5966

ISSN：2304-425X
本刊圖文均有著作權，
未經本刊同意不得使用或取材。
中華郵政臺北雜字第 1276 號執照登記為雜誌交寄

中華民國 97 年 7 月創刊
103 年 01 月 20 出刊

封面故事：擇吉與流年（插畫／黃正文）

CONTENTS

目錄 CONTENTS

佛學專欄

02 百喻經解

改寫 / 呂祥竹 插畫 / 黃正文

詩聯文

04 左右前附壁柱柱聯

文 / 張錦雲 攝影 / 陳柏靜

籤詩故事

06 宋太祖黃袍加身

文 / 編輯部 插畫 / 黃正文

古寺探藝

08 龍山寺剪黏之美 (二)

文·攝影 / 康銘錫

寺內活動報導

10 停燒紙錢空氣好 香枝減量做環保

文·攝影 / 呂祥竹

11 藝文風潮 吹響龍山寺文創號角

文·攝影 / 呂祥竹

醍醐語

12 慢活 (上)

講述 / 鄭振煌 記錄 / 林雪紅

共品書香

15 與讀書會共舞

文 / 方隆彰

透視古建築

16 臺灣傳統建築的斷簷技法

文·插畫 / 徐逸鴻

佛本生故事集

22 動物報恩 (中)

編劇 / 呂祥竹 繪畫 / 黃正文

本期專題

26 擇吉與流年神煞

文·攝影 / 呂祥竹 插畫 / 黃正文

健康樂活

30 食在安全：優質的油和脂肪

文 / 周福寶 插畫 / 黃正文

社團教室

32 悠遊美妙的水墨世界

文·攝影 / 孟昭光

讀者園地

33 煙雨艋舺—— 老街、古剎的容顏

文·攝影 / 周中雄



百喻經解 (十三)

改寫 / 呂祥竹 插畫 / 黃正文



為熊所嚙喻

昔有父子與伴共行。其子入林為熊所嚙，爪壞身體，困急出林，還至伴邊。

父見其子身體傷壞，怪問之言：「汝今何故被此瘡害？」

子報父言：「有一種物，身毛就毳，來毀害我。」

父執弓箭往到林間，見一仙人，毛髮深長，便欲射之。傍人語言：「何故射之？此人無害，當治有過。」

世間愚人亦復如是，為彼雖著法服無道行者之所罵辱，而濫害良善有德之人，喻如彼父，熊傷其子，而枉加神仙。

離 城市不遠的山腳下住著一家獵戶，這一天，父親對兒子說：「兒子呀，時節進入春天，動物們也都從冬眠中甦醒，如今你已成年，今天就跟著我前往森林，我來指導你打獵的技巧。」

整束獵裝，帶上弓、箭，一行六、七人就這麼浩浩蕩蕩的前往近郊森林。這一路上遇到了野兔、豬獾、褐鹿，獵人在一旁忙不迭的下達指示，青年們又是架陷阱，又是設

網羅。不光是狩獵技巧，獵人也教導孩子們如何在荒野求生。

穿過田野，諾大的森林就在眼前，獵人告訴少年：「孩子，前面就是森林了，一路上我教你的求生技能在這裡都能派上用場。接下來的幾天我會在外頭守著，讓你進森林試煉。」

「是的，父親。」少年點了點頭，走進了森林。當少年來到溪邊準備洗滌獵具時，小溪另一側有隻凶猛的黑熊虎視眈眈朝著少年而來！正要逃跑時，黑熊已經撲了上來，雖然少年閃身躲避，仍被黑熊爪傷了肩頭。

顧不得血流汨汨的傷口，少年只能奮力逃脫，一路來到森林外圍，他大聲的呼救：「父親，父親……！」

「孩子，我在這裡。」遠方的獵人沒有瞧見少年負傷，兀自回應著：「你進森林還不到一天呢？」

「這是怎麼回事？你怎麼受傷的？」走近看見少年一身鮮紅，獵人緊張了起來，「快過來，我先替你止血！」

少年顫抖著身體說：「我在森林裡遇到一隻毛茸茸的野獸，是牠把我抓傷的！」

「真是可惡，我去牠抓回來！」聽到兒子是被野獸所傷，獵人頓時萬分氣惱，隨手抓起弓箭便往森林跑去。

循著路上的血跡，獵人始終沒有遇到什麼凶猛野獸，倒是看到一位毛髮修長的修道人，不由分說，獵人便舉起了弓箭準備射殺。尾隨在後面的少年一把拉住阻止道：「父親，等等！這不是傷害我的野獸，

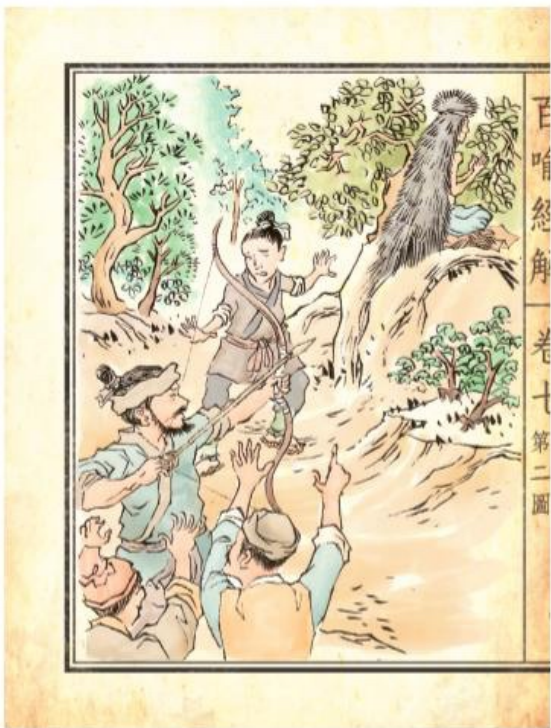
怎麼能隨便射殺他呢？」

「他的毛髮不也是毛茸茸的嗎？」

少年辯道：「雖然他的毛髮很長，但他是修行人，修行人向來與世無爭，我們不能冤枉了他。」

「既然找不到傷害我的野獸，我們就此作罷吧……。」遍尋不著傷害少年的猛獸，獵人只好帶著孩子離開獵場。

世間有些愚痴之人也是如此，受到一般人的批評後，非但不自省，反而恣意傷害善良無辜的人，執著於先入為主的觀念而不辨就裡，就像故事裡的獵人，因為黑熊傷害了少年，而以欲加之罪冤枉了修道者。



左右前附壁柱柱聯

文 / 張錦雲 攝影 / 陳柏靜



詩家創作駢聯，著重於鍊字，尤其是聯語的組合思考，其旨在：以不多的字數，增加意境表達，或在減少的文字上，能不減意義的敘述以提高文字的意象氛圍濃度，並從條理鋪陳中創造無形而有感的「氣」之壯勢。古詩人著重氣勢的張力，以營造詩的內涵深度；近之儒者則偏好壓縮時空，運用以退為進的聯鎖句法來擴大、延伸詩文玄妙的震撼力，增加意涵強度。如龍山寺正殿前附壁柱柱聯：

上聯：宸翰錫前朝 幾度滄桑
三世去來如夢境
下聯：洪規賴眾力 再興祇樹
十方香火會靈山

本聯文格式運用五言乙型反式、四言乙型反式（反式型指的是因首句之尾字收平聲。）此類句型不符上聯正格（尾音需收仄聲，故只能配合長聯上句，句後再接結句以仄聲收尾使用，不能單獨作上聯結句運用），得再加上七言乙型本式，組合成五、四、七之三段加總的長楹聯。本複合對句之相應，格律標準，詩聯平仄運用為仄起式，三句皆佳妙。

上聯起句以宸翰錫前朝一詞，薄言往愬之，真情的點出歲月洪流倒溯，回憶本寺立基年代，並訴說歷經3個時代戰亂，進而歷練3次改朝換代：從清乾隆年間、日治時期到今日的艋舺龍山寺，無論在戰劫中殘破，或復而在頹垣中重建，正如佛家所說，人生興退機緣猶如夢境。而夢為睡眠中之妄想，幻為以種種秘術使人眩惑，更現出種種不實之事者。以譬一切諸法之虛假非實。典出自《金剛經》：「一切有為法，如夢幻泡影」之語。

下聯之「祇樹」是佛經典故，於此借指「龍山寺」（詳解請參閱本刊第22期詩聯文專欄「左右廊柱柱聯

五」)。尾聯以十方香火的今世盛況，呼應三世去來的虛空。「十方」乃佛經所稱東、西、南、北、東南、西南、東北、西北、上、下，總曰十方。香火乃燒香燈火之簡稱，亦指為善信奉於寺廟之物。「靈山」一詞乃指靈鷲山，為釋迦牟尼報身之淨土。聯文結句尾詞中「靈山」與「夢境」都是抽象不可捉摸的意象詞，卻創造出若即若離的另一種佳妙境界。

上聯文賞析：溯源自清乾隆初年創建，臺灣最著名的萬華龍山寺，歷史極其悠久。然面對歷經多次戰火浩劫後的寶剎，遐想恭逢之往昔、而今、直至爾後，聖地將可能會應對的種種變化，不禁令人深嘆萬物之無常、人世之生成與幻滅，實恍如夢境啊！

下聯文賞析：但萬物人事之無常，在天道循環中卻極其正常。看吧！那在戰後重興的龍山寶寺，雖歷經摧殘，但現在不是依然寶篆煙裊、靈集十方於一地嗎？如此盛況都是依賴眾善信的共念與集力，才有今日之承於昔而更勝於昔的香火因緣！

本楹聯作者陳含光（1879-1957），江蘇省江都人，24歲時（光緒廿八年）中舉人，知清廷局勢不可為，遂飄然歸去，絕意仕進，並將一生心血盡付詩文書畫，有「四美」之譽、「一代文宗」之稱。來臺後促居斗室，仍吟詠詩文，染翰揮毫，不改其樂。書法家汪中將他與于右任、溥心畬、劉太希、臺靜農5人同列為「渡海五家」。本副對聯為陳含光於民國四十三年所撰書，時年76歲。陳含光書法繪畫極富時譽，並工六朝駢文，曾任清時史館編纂、揚州國學專修學校教授，著有《含光詩存》等詩文集。

（本文作者為龍山吟社社長、中華傳統詩學會常務理事暨本寺文化廣場詩學課程講師）



宋太祖黃袍加身

文 / 編輯部 插畫 / 黃正文

或四言、五言或七言，近似絕句古詩格式的籤詩除了在民眾內心迷惑猶疑時給予指引和寬慰的功能之外，透過傳統戲曲、民間文學、神話傳說、歷史人物等事典寄寓教化的詩文內容，使得籤詩所承載的文化意義超越了民間信仰的範疇，成為一種保存傳統文化的特殊形式。自本期開始〈籤詩故事〉專欄將帶領讀者認識艋舺龍山寺現行使用的籤詩，一窺籤詩蘊含的深刻意義和其饒有趣味的歷史典故。

【第一籤：宋太祖黃袍加身】

天開地闢結良緣，日吉時良萬事全。
若得此籤非小可，人行中正帝王宣。

觀音靈籤第一首引用的是一則大家耳熟能詳的歷史典故，也就是宋太祖趙匡胤「黃袍加身」的故事。史書中記載，趙匡胤在登上帝位以前是統領「後周」中央禁軍兵權的大將軍，官拜太尉。由於當朝的皇帝年紀幼小，凡事不能親為，朝廷風聞契丹來襲的情報，執政大臣未辨真假就令趙匡胤率領大軍前往抵禦。

一路行軍到了陳橋驛，軍中便不斷傳言：「如今皇帝少不更事，即便為國效力賣命，也不會有人知曉，不如先擁立趙將軍為帝，再出征北伐。」於是當晚軍心浮動，部隊不願再繼續往前，趙匡胤的兄弟和親信們眼見時機成熟，便將預先準備好的黃袍披在假裝剛睡醒的趙匡胤身上，並對他跪行帝王之禮。趙匡胤做出勉為其難的模樣說：「諸位貪圖自己的榮祿，強立我為天子，如果願意接受我的號令，那麼我責無旁貸；否則，我無法擔當如此重責大任。」在場眾人皆同聲宣誓效忠，於是趙匡胤就領著兵變的軍隊班師回朝。

由於守備皇城的將領過去都是趙匡胤的下屬，眼看兵變成功的軍隊回來，便將



城門全都打開。等大軍進了都城，大臣們才知道自己上了大當，可惜為時已晚，只好帶領文武百官向趙匡胤俯首稱臣。整個事件至此大勢底定，趙匡胤才宣布正式登基，並改國號為「宋」，定都開封，後世稱之為宋太祖。這便是歷史上著名的「陳橋兵變，黃袍加身」典故的由來。

雖然這段歷史述說的是宋太祖篡奪後周政權的故事，但是歷史上朝代更替本是常態，況且如果沒有這一段「黃袍加身」的史事，也就沒有後來宋代三百餘年文治輝煌的文明盛世。

籤詩開頭首句「天開地闢結良緣」說明改朝換代象徵一個嶄新的開始，所有事物都有新的發展契機，只要加以把握必能有所作為。此外，若是能夠安心靜候時機到來，等到外在客觀因素一應俱全，那麼凡事便能事半功倍，水到渠成。突發的事件或許看似偶然，其實是有許多前兆因素的，下句「日吉時良萬事全」更隱含了行事不可急躁進取，唯有耐心與毅力才是成功關鍵的寓意。人們常說一件事的成功往往需要天時、地利、人和的配合，而其中又以「人和」最為難得，故籤詩末句點出「人行中正帝王宣」意在勸勉世人處事有守有為、勤懇務實。整體來說，第一籤的詩句有「時運來至，謀事在人」的含意，勉人平時未雨綢繆早做準備，等到萬事齊備，只需順勢而行便能有所作為。



觀世音靈籤

第一首 上上	意聖	天開地闢結良緣 日吉時良萬事全 人行中正帝王宣	宋太祖黃袍加身 解	
	自求財 秋成冬吉			婚娶 成成
	冬吉			交合
	尋人 得良			家宅 興祈
法財人團 台北市艋舺龍山寺	見好	天開地闢之象凡事大吉也	急速非速言來時值觀音降事報與君知此籤	
	山訟 吉向			六行人 得
	利			男至
	移徙 吉			疾病 送
	昌方	醫		



龍山寺剪黏之美 (二)

文 · 攝影 / 康銘錫



不論是新翻修或原建物，今日龍山寺的剪黏是裝飾藝術中不可或缺的，這種顏色亮麗繁複、造形變化多端、熱鬧而光彩奪目的裝飾風格，正反映了地處亞熱帶的臺灣，社會繁榮富庶、信徒眾多、香火興旺所形成的獨特景觀。

剪黏材料的演變

臺灣早期的廟宇裝飾多以顏色單純而簡潔的泥塑（堆花）作品為主，極少使用交趾陶。交趾陶燒製時程長、造價高，且其質地易碎，承受不起經年累月風吹雨打的考驗，加上修復困難，因此日治時期自唐山而來的匠師們便使用碗片為材料，製作出簡便低廉又易於修補的剪黏作品，成為寺廟屋頂裝飾的主流。六〇年代時所使用的材料，已由碗片改為更便捷、易剪的彩色玻璃及壓克力片，但是玻璃剪黏較不耐溫差變化，容易斷裂，後漸有人專門燒製供給剪黏所用的彩色薄碗。八〇年代後則流行使用模型翻燒「滷燙」材料，翻燒



▲ 玻璃材料剪黏因無法承受長年日曬雨淋而剝落。



▲ 以彩色薄碗為材料製作的蟠龍剪黏。

後的成品再鑲嵌於泥塑作品上，工法與剪黏相似，製作時程大幅縮減，但已缺少人工手剪瓷片的靈動趣味。

由於剪黏保存不易，在龍山寺由林平、蘇陽水等名匠師所承製逾七十年以上的剪黏作品已不復見，但三川殿上仍留有其傳人陳天乞、張添發於六〇年代所製作的玻璃剪黏，有八仙、四大天王等帶騎人物，有活靈活現的祥獅瑞獸，洋洋大觀，難能可貴。

剪黏圖案題材及內容

剪黏題材大多取材自祈福納祥、趨吉

避凶的靈獸、人物故事為主，不過表現在廟宇和宗祠、宅第則稍有不同。廟宇多用忠孝節義，富含教化情節的人物故事，宗祠多以帶有福蔭子孫、世代綿延寓意的圖騰。舉凡能象徵納福呈祥的各類戲曲、故事、神話等場景人物，或是蟲魚花鳥、珍禽異獸等，都成了剪黏裝飾的貴賓。

從剪黏的圖案題材來看，不外乎以下幾種：

- 一、動物圖案：如龍、鳳、麒麟、龜等靈獸，具有趨吉避凶的意涵。一般常見的蝴蝶、蝙蝠象徵「福氣到來」；喜鵲表示「喜」，鹿寓意「祿」，魚有「餘、裕」等意。
- 二、植物圖案：如竹、桃、石榴、南瓜、佛手、蓮等。常用的壽桃代表「壽」，若主題為「吉祥如意」或「福祿壽喜」，則多採用諧音圖案。
- 三、人物圖案：內容多取自歷史人物或神仙傳說等寓勵志、教化的故事，依場域而定，題材又可細分為文場及武場兩種齣頭。

（本文作者為文史工作者、社區大學古建築課程講師）



▲ 動物圖案



▲ 植物圖案



▲ 人物圖案



停燒紙錢空氣好 香枝減量做環保

文·攝影 / 呂祥竹



▲為宣導宗教環保，特製限量「一瓣心香，永護地球」香火袋供民眾索取。

祭祀是中華文化的特色，不但具有社會教化功能，並藉以培養個人品德，維護宗法社會的穩定。臺灣揉合了地域性發展與族群性面向，呈現出濃厚的民間祭祀風貌，在祭祀方式上，人們認為焚燒後產生的煙灰是祭品的精華，會隨著灰燼飄散而上達天聽，為眾神所享用。

然而隨著環保意識普及與地球村觀念的擴展，高度開發後的環境保護議題儼然成為現代化進程中極為重要的一環，永續經營的發展理念更是一時顯學。祭祀行為中所衍生的環境問題也成為現代與傳統的拉距，如何兼顧傳統祭祀民俗及落實環境保護是各地宮廟將面臨的挑戰。

位居臺北市發源地的艋舺龍山寺遊客如織，每年數百萬的觀光客及香客為艋舺地區灌注活絡的生命力。龍山寺為一儒釋道相融的北臺灣宗教信仰重鎮，龐大的金紙焚燒量及香枝為環境帶來一定程度的影響，在政府單位、民間團體與本寺共同努力下，訂立推動環保、淨化空氣的漸進里

程，包括於民國八十九年封爐「停燒金紙」、九十年推行「香枝減量」、一〇一年拒收未經「檢驗合格香枝」等多項創舉，分階段推展現代化的祭祀風貌，除了全面停燒金紙，更積極宣導民眾以心香代替傳統香枝參拜。

本寺拋磚引玉推動環保，除了在停燒金紙的推廣上有卓越成效，更提倡以功代金、心香代替香枝，讓宗教信仰兼顧環保，不僅常保空氣清新，也為後代留下美好的未來。



▲民國八十九年實施「停燒金紙」後，於原址打造綠化花園，提供民眾休憩。



藝文風潮 吹響龍山寺文創號角

文·攝影 / 呂祥竹

文化創意產業 (Cultural and Creative Industry)，簡稱文創產業，世界各國對文化創意的定義略有差異，而臺灣文化創意產業的發展則溯自民國九十一年所進行的「發展文化創意產業計畫」，是一種源自創意或文化層面，經由智慧財產所形成的藝術運用。

隨著世界掀起的文化創意風潮，結合本寺特色及創意巧思，藉由不同媒材將龍山寺百年建築風貌融入文藝創作品中，推出包括以龍山寺石雕窗為主題，並搭配寺景的活頁筆記本；囊括龍山寺風貌的立體桌曆；龍山寺特色紙膠帶則是以有「當代草聖」之譽的于右任於本寺所題「光明淨域」草書為主題所製作，不僅象徵光明清淨聖域，更寓有祈福、希望的意涵。

立體桌曆

迎接甲午年，賀歲之作三角桌曆即以本寺獨有的銅鑄蟠龍柱為主題，內頁囊括龍山寺建築藝術代表作，如十一開間三川殿、八角形藻井、螺旋藻井、淨心瀑布、交趾陶、剪黏、泥塑等，典藏龍山寺建築

風華。

光明淨域紙膠帶

由日本和紙膠帶吹起的風潮讓原本只是提供工業用途的紙膠帶一躍成為各種手工藝作品的創作元素，其應用範圍極廣，可供住宅壁紙裝飾、點綴手作禮品、妝點家具小物，以及日常生活的MEMO筆記等，本寺特色紙膠帶是以收藏於本寺，由有「當代草聖」之譽的于右任於民國三十七年所題「光明淨域」草書為主題所製作，見證龍山寺香火傳奇。

活頁筆記本

龍山寺正殿左右走馬廊石堵牆上的八角窗是張木成、蔣銀牆兩位匠師的對場作品，四端刻有蝙蝠浮雕，具「賜福」之意，窗內螭虎團成中央圓圈，分別刻畫著「松鶴仙翁」與「麻姑獻瑞」，第一款活頁筆記本以雷射雕刻的「松鶴仙翁」為素材，蘊含智慧、長壽的祝福。



慢活(上)

講述 / 鄭振煌 記錄 / 林雪紅

「慢活」這個名詞來自國外，最早為慢活下定義的是於西元 2004 年出版，一本名為《*In praise of slowness*》的書。*In praise of* 是歌頌、讚美，*slowness* 是慢；*In praise of slowness* 即是歌頌慢。從英文版發行以來，至今已三十餘種文字譯本，「慢活」的概念受到全球人士的關注與省思。

人都有精神的層面、都有靈性的層面。自工業革命開始，講究大量的生產、講究速度、講究效率，為了追求速度，現代人執著用更少的時間作更多的事，因而我們的步調愈來愈快，都在與時間賽跑，人已不再是「人」，我們都罹患了「時間病」。

行經臺北車站，在地鐵、高鐵、捷運裡，形形色色的人群總是腳步倉促，每一個人都在趕、都在趕！到了香港，你會發現速度更快；到東京去的話，那就更不得了！每一個人都是不由自主的、不斷地加快腳步，自己都不能控制自己的速度，都被後面的人趕、趕、趕；趕時間、趕工作……

我們都像陀螺一樣，一整年、一整天、二十四小時不斷的旋轉，被時間搞得筋疲力竭。到最後，我們不禁在內心吶喊：「我要放下這種快速的生活步調。我是一個人，一個活生生的人，不是機器！我不要像陀螺一樣，漫無目的地、永無止境地轉！我不要當時鐘的奴隸！」

許多高科技人才因此放棄了高薪工作，離開臺北、西海岸，前往東部花蓮、臺東去過「慢活」。想望過著像美國文學作家梭羅在《湖濱散記》中所描述的生活——他在湖邊蓋了一間房子，享受大自

然的生活。

內心的吶喊

《慢活》標題上有一行字是這麼寫的：「Productivity is one thing, but what about pleasure?」——生產力是一件事，可是什麼是快樂呢？各種《慢活》翻譯版本中，有的用交通標誌「slow down」減速慢行的標誌當封面；日文版封面則採用「龜兔賽跑」的譬喻。「龜兔賽跑」這個寓言故事，最後是跑得慢的烏龜贏了。

現代科學文明講求快速、效率，為提高生產力，使得人們總是處在高壓力之下。高壓力讓他們感到痛苦、迷惘，甚至因此生病，生命極須找出口，因此「慢活運動」應運而生，同時受到全世界人士的注意：

所謂「慢活」，是不是反對速度呢？不是！慢活並不是反對速度、不是做事牛步化，而是追求生活的品質、追求靈性的提升。如果有任何科技文明可以改善生活，我們還是可以採取高速。例如，我們可以搭乘高鐵、搭捷運，也可以搭飛機。雖然它們的速度非常快，但是可以改善生活的品質。

重要的是本心千萬不可以慌亂。我們習慣於在一個時間點只專於做一件事情，

這就是慢活的要領之一，千萬不要同時做幾件事情，你可以把先後的次序訂下來。

男性有一個特徵，一個時候只做一件事情。而女性，往往同一個時間做很多的事情。這兩種的生活方式跟大腦的結構有關，因此，男性往往都能夠把一件事情做好了，再做下一件事情；他所能夠完成的工作就會比女性多。

慢活運動

「慢活」的口號提出來以後，在義大利就有了「慢城市」的出現。目前在義大利有3個慢城市，這3個慢城市是經過居民的同意——人類生活的步調，都要慢下來。

慢慢的吃飯、慢慢的喝咖啡、慢慢的管理、慢慢的領導、客人來了慢慢的接待。甚至在圖書館讀書，我們不難發現，快速的閱讀跟慢慢的讀，效果是不一樣的。如果要享受這本書，還是需要慢慢的讀、慢慢的品味。

有一則笑話說：「現代的年輕人談戀愛，是非常快速的。在網路上三分鐘，就可以談戀愛了。三分鐘，就可以找到性伴侶了。」結果，家庭變得很不幸。雖然他們是快速的戀愛、快速的性愛，但都得不到幸福，所以就有了這一種慢活口號出現。

1782年，威廉·考柏（William Cowper）寫過一首詩，也許可以為此下註解：「生命之潮不停迅速奔流，流過城市也許更加輕快，卻總是不及鄉間河道風景如此平和，一片清澈。」

正確速度

什麼叫做「慢活」？慢活不是讓我們的思想、行為或講話速度慢下來，並不是將每件事牛步化，而是該快則快、能慢則慢。一言以蔽之：慢活便是「平衡」，並且以音樂家所說的「tempo giusto（正確的速度）」來生活。

音樂有時候急如奔馬、湍如瀑流，有時候像涓涓細流，一點一滴慢慢的流淌下來。該快則快、該慢則慢，「tempo giusto」是義大利文，意思是正確的速度。掌握快或慢並沒有一成不變的規定，也沒有萬用的守則。視當下情況，該快則快、該慢則慢。每

一個人都有權利選擇自己的步調，以人性化、平和的方式來做事，生活將會變得更加美好。

比起數十年前，現代人的生活節奏實在太快了。小時候生活在鄉村，可以跟大自然打成一片。每天傍晚用餐完畢，大家就搬著板凳在庭院裡面納涼、喝茶、聊天，這是多麼愜意的生活啊！

緩慢城市

前段提及的「Citta Slow」緩慢城市，Citta是義大利文城市的意思。「la dolce vita」是享樂的人生。在緩慢城市裡，你有權利放鬆、思索有關生命的問題。你不再凡事求快，不會滿腦子被時間佔據，反而會好好地享受每一刻。再者，生命短暫，如果只是為名權利鎖而庸庸碌碌一輩子，實在沒有太多意義。

1999年有3個義大利城鎮共同宣示要成為這個高速狂亂時代的現代桃花源。所以要求居民「慢」生活。目前，義大利國內外已經有三十多個會員的城鎮。「Citta Slow」緩慢城市、「la dolce vita」享樂的人生，要求的就是健康快樂的生活。

綠色生活

而慢活也跟綠色的生活（Green Life）有關，「Citta Slow」的宣言總共有55條，其中包括減少噪音與交通流量、增加綠地與徒步區、獎勵環保科技、支援當地的農民以及販售當地農產品的商店、市場與餐廳等項目。

雖然過去我們的口號是：「提高生產力、提高經濟發展」。可是我們習於衝撞，腳步踉蹌，整個社會脫序，人心浮躁、火爆，少了沈穩的氣象，於是我們失落了很多東西！

總之，「慢活」就是綠色的生活、落實環保、愛護地球、尊重生命，也要求生活的品質——以正確的速度生活。慢活不是反對「快」，而是不讓自己受時間所控制，回到過去比較平和、健康的生活方式。慢，不代表散漫、不代表停滯，現代詩人鄭愁予有一首詩是這麼寫的：「遲遲的步履，緩慢又確實的到達。」

（本文作者為中華維髮學會理事長）

與讀書會共舞

文 / 方隆彰

「**讀**書會的互動過程讓紙上的字都醒了，起身和成員們的經驗共舞起來！」這是參加某個讀書會的過程中由心底湧現的字句與畫面。

的確，讀書會可以這麼美，可以如此詩情畫意啊！

讀書會的美來自於成員自然投入分享的匯流中，或在沉思、為求理解而激盪出的對話火花，有時是經由他人的見解、經驗中照見自身的晦暗，頓時與內心的我懺悔低語；有時則於意識交會中曙光乍現，多時疑惑、困頓瞬間化解，霎時喜悅的微暈浮上眉梢，希望的笛聲自心底直透眉間……

「美感」需要空間與時間，如同讀書會需要耐心聆聽，接納多元觀點和經驗，在讀會裡培養如此寬廣的心讓生命之美得以駐足，如同《一本真情——我在讀書會等你》一書所分享的10個素直價值中提到：積極傾聽，就是不管對任何人、任何事，都有謙虛傾聽的心。作者又引用前日本PHP研究所所長江口克彥先生的話：「不聽人的忠言，猶如自求心靈的貧乏」，現代人汲汲營營追逐物質與名利，忽略心靈的照顧，也因埋頭直衝，往往不清楚事物的始末，看不到生命的實相與全貌，10個素直價值中說到：「懂道理，就是能從寬宏的視野看事物，知其道理的心」，在讀書會裡彼此沒有利害關係，使人能夠自在地以開放心接收異於自己的聲音，也讓人有機會更周延地了解、深入地體會人生的

變幻與人性的真相。

人的一生有限，若一切都要親身經歷才能學習，那麼人能學到的東西就非常有限，還好人類自從有了文字後，就可以將經驗、體會記錄下來，整理成冊，他人或後人經由讀書即能了解、吸收眾多知識與智慧，如同此書提到：「讀書不但自己能吸取古今人的閱歷知識，共讀更能迸發出智慧的火花，讓人可以超越現實的困境，從危機中找到開創飛舞的新機。」

如果你喜歡閱讀，不妨試著參與讀書會，與讀書會共舞，感受讀書的另一種美！

（本文作者為讀書會專業講師，著有《讀書會結知己》《嚮往美感的讀書會》等書。）



一本真情 我在讀書會等你

作者：簡靜惠等 / 合著

出版社：遠流出版事業股份有限公司

出版日期：西元2013年11月

（書影由遠流出版事業股份有限公司提供）

臺灣傳統建築的斷簷技法

文·插畫 / 徐逸鴻

初訪艋舺龍山寺的遊人，大概無不被龍山寺開闊華麗的外觀所震撼，因而龍山寺在大正十三年（西元 1924 年）改建落成時，即得到「臺灣第一梵宇」的稱號。

走入龍山寺的山門牌樓，我們所見到的是位在廟埕前方的三川殿，以及三川殿左右兩側的龍門廳、虎門廳。中央三川殿寬度有五開間，這樣寬闊的格局形成碩大的屋頂結構，如果在此設計出一座連續而完整的屋頂，那麼整個外觀將會顯得相當沉重。因此，匠師在此採用了斷簷技法，也就是將屋頂的中央三間抬高，使得兩側較低，而龍虎門廳又更低一階，如此形成了中央層層而上、兩側拱衛之勢，不但豐富了龍山寺門面的天際線，也使得超大尺度的三川殿透露出輕巧的感覺，搭配上精彩的木作雕刻，細膩如魚網的網目斗拱，使我們幾乎要忽略了這座建築其實是一座龐然大物，這就是斷簷法的魔力所在。

一般而言，傳統建築的屋頂都是採用前後兩個屋面，如此有利於洩水，如果將屋頂中間抬高，使其有高低之分，即形成斷簷。這種情況下，左右兩側的主結構形成高低差，即外觀與結構皆上下錯開。

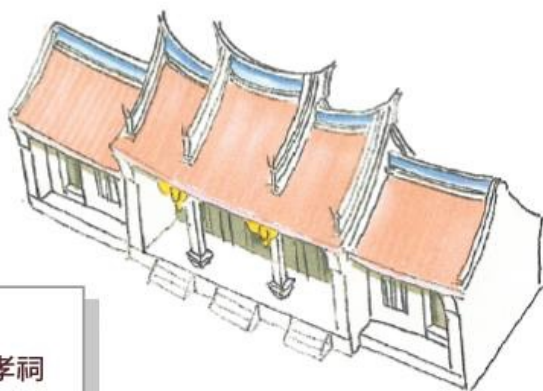
另外一種情況，則是兩座各自獨立的屋頂相連，一高一低，而形成外觀上的斷簷。

臺灣傳統建築採用斷簷手法的例子自清代就有很多，在彰化地區又特別流行。彰化威惠宮三川殿就是一座三開間格局的門廳，中央抬高，此稱為「正三川」，有別於一般中央不抬高的「假三川」，例如彰化節孝祠正面中央即為「假三川」，另外在左右兩側加上較低的屋頂，則成為「假五山」格局。

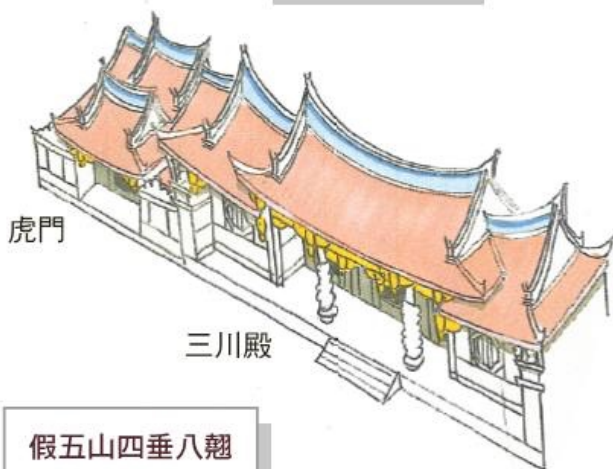
彰化孔廟櫺星門則為結構一體成形的「假五山」，中央三開間與左右較低的屋頂主結構上下錯開。

彰化元清觀三川殿亦為「假五山」，正面寬度五開間，中央三間抬高並且做成一個正四垂頂（即歇山頂），整體成為「假五山四垂」格局。

鹿港龍山寺戲臺則是將一座三開間的「正四垂八翹」頂（即歇山重簷頂）的下簷抬高，做出局部斷簷，此為臺灣建築史上極特殊的一個例子。



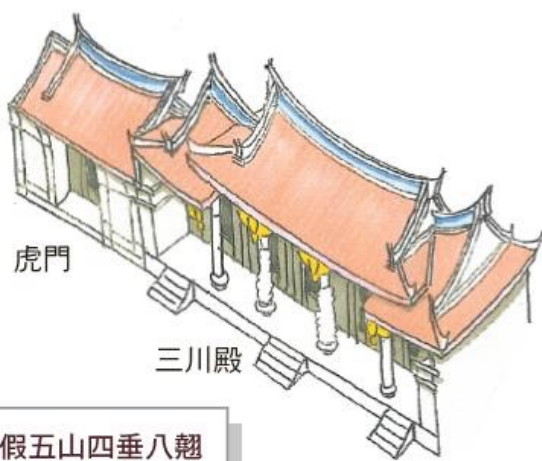
假五山
彰化節孝祠



虎門

三川殿

假五山四垂八翹
艋舺龍山寺



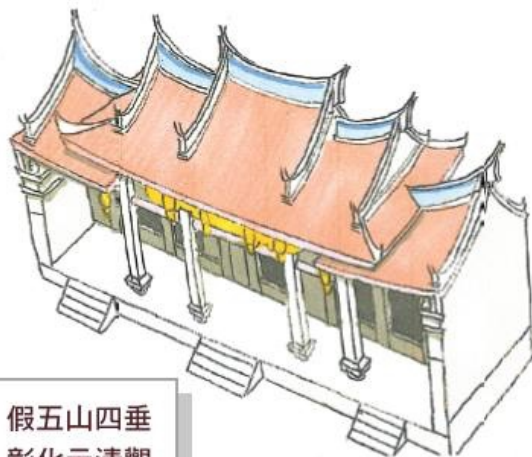
虎門

三川殿

假五山四垂八翹
台北孔廟儀門



正四垂八翹加上斷簷
鹿港龍山寺戲臺



假五山四垂
彰化元清觀

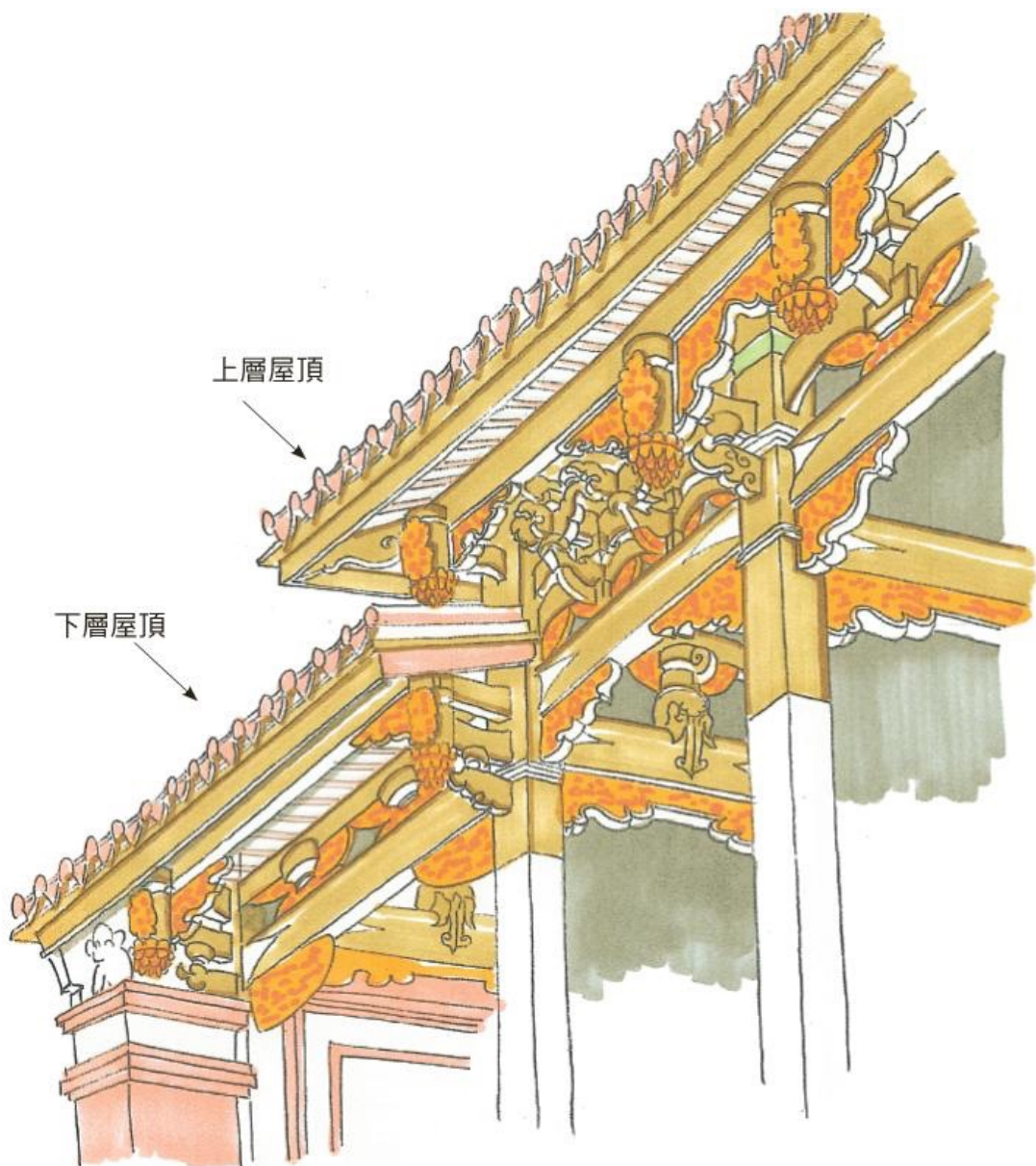
直至一九二〇年代，泉州匠師王益順來臺灣設計了艋舺龍山寺三川殿，將「假五山」的8個屋角都做出串角脊，成為「假五山四垂八翹」頂，此即為彰化元清觀三川殿的升級版。往兩側延伸而出的飛揚翼角使屋頂更形優雅。

王益順後來在臺北孔廟櫺星門亦採用與艋舺龍山寺三川殿相同的手法，兩者相比之下，艋舺龍山寺更增添了網目斗拱與吊筒，正面牆垛石雕大氣而精緻，可說是臺灣相同類型屋頂中，無與倫比的代表作。



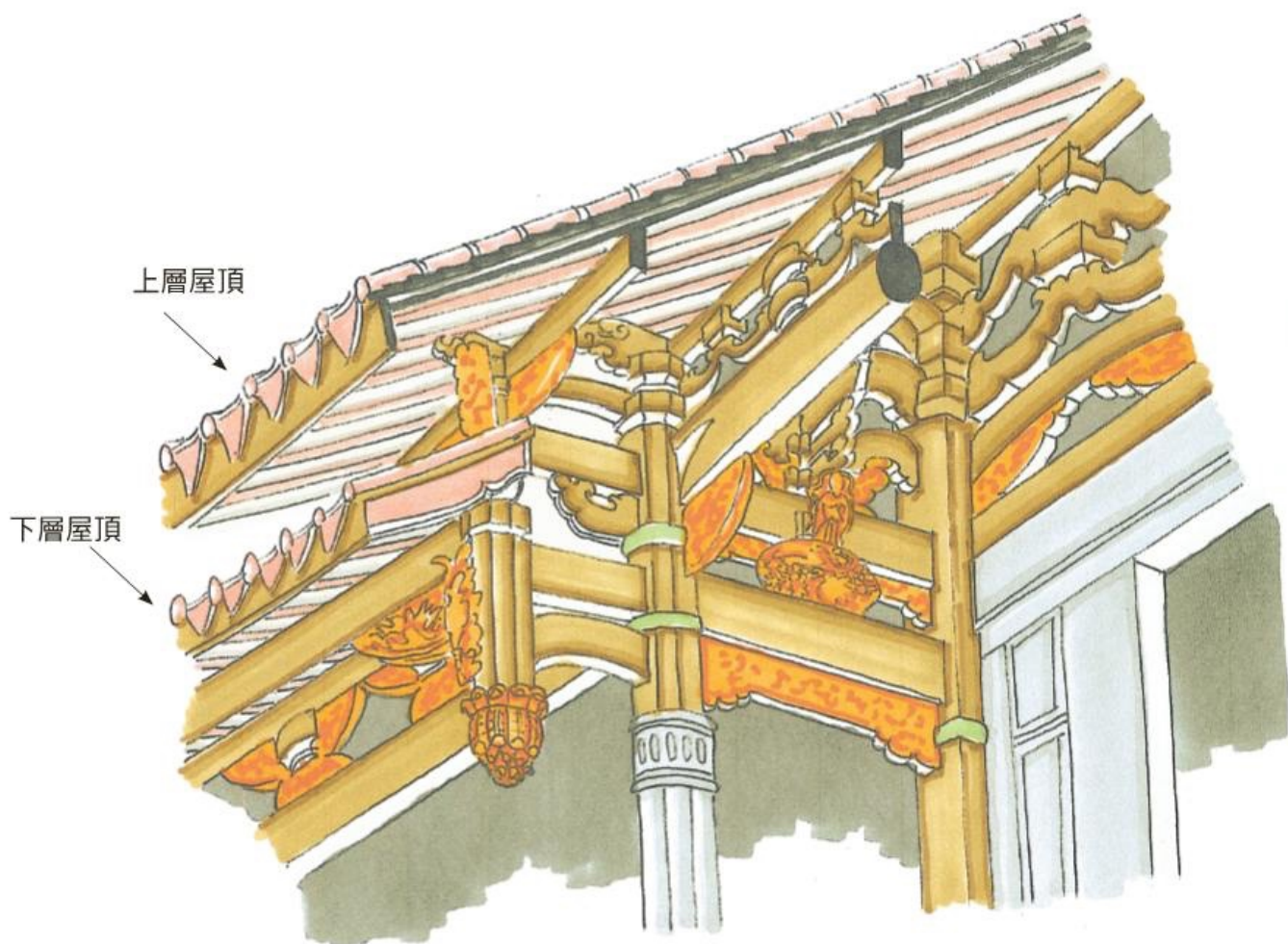
艋舺龍山寺三川殿

採用「斷簷」的木作技法，使屋頂產生高低層次，造型更加豐富、壯觀。



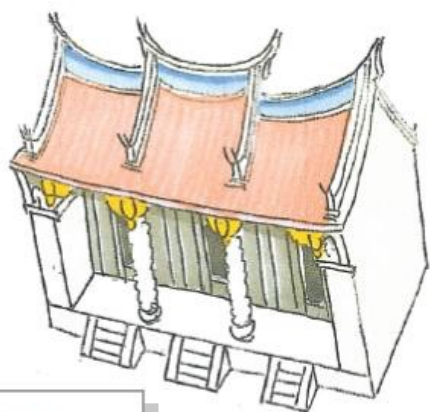
彰化元清觀三川殿的斷簷結構

建築正面樑下有許多斗拱組，與艋舺龍山寺三川殿雷同，主要是為了裝飾建築門面而做的設計。不過這裡所用斗拱組是中規中矩的計心斗拱，和艋舺龍山寺三川殿細膩的網目斗拱相比，顯得較為硬朗而具古風。

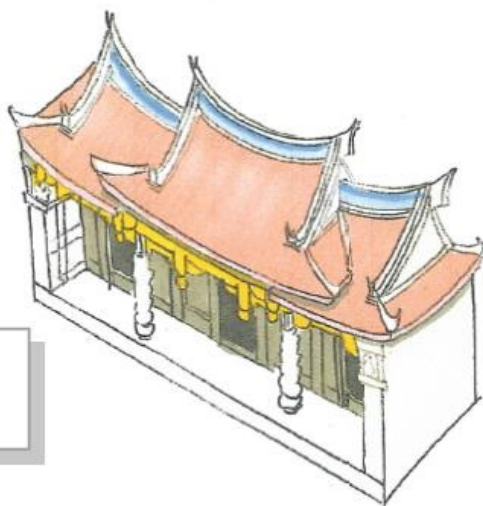


臺北孔廟儀門的斷簷結構

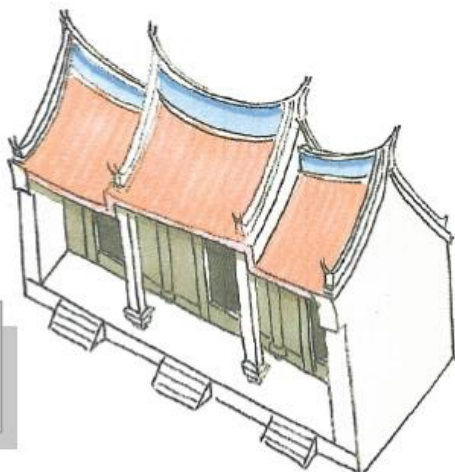
臺北孔廟建築開闊、大氣，風格簡樸而不崇尚裝飾，主要展現出大木結構的美感。這裡可以明顯看出，上下簷結構是由同一支步口柱來支撐。



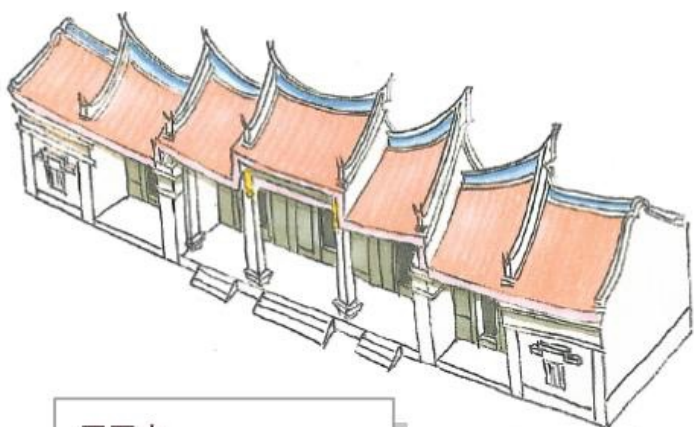
假三川
艋舺祖師廟



正三川四垂八翹
新竹城隍廟三川

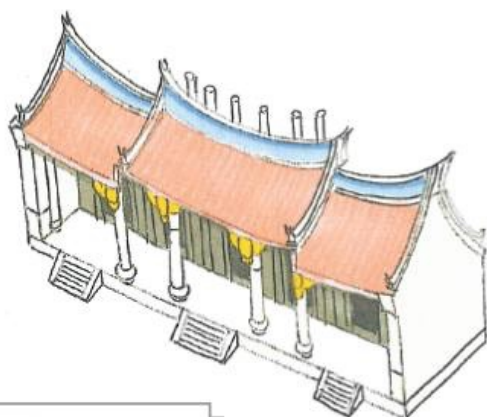


正三川
彰化威惠宮



正五山
彰化鄭成功廟

左右兩側另加一開間，
成為七開間面寬。



假五山
彰化孔廟櫺星門

動物報恩 (中)

編劇 / 呂祥竹
繪畫 / 黃正文



隨著洪水推波，修行人的船隻愈漂愈遠。



不久，
天色漸亮……



救起落難的蛇之後，在不遠處又發現了一隻載浮載沉的狐狸。



搭載著修行人與動物們的小船在大海中繼續漂著，這時……



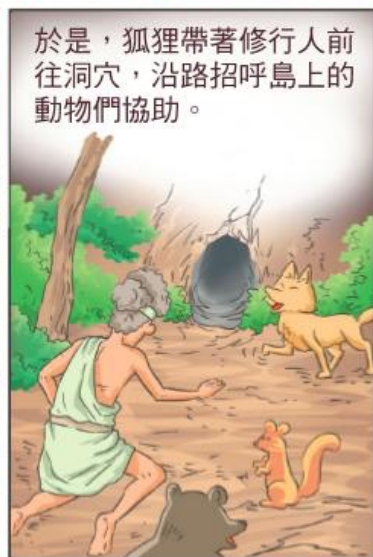


離開修行人後，狐狸找到了一個洞穴。



第二天一早，狐狸刨著土裡的小蟲正準備裹腹時……





未完待續……



擇吉與流年神煞

文·攝影 / 呂祥竹 插畫 / 黃正文

古者帝王之治天下，以律曆為先；儒者之通天人，至律曆而止。曆以數始，數自律生，故律曆既正，寒暑以節，歲功以成，民事以序，庶績以凝，萬事根本，由茲立焉。

《宋史·律曆志》

「日出而作，日入而息，鑿井而飲，耕田而食。」以農立國的華夏民族仰天時以行事，賴地域而為生，各種活動多配合時節而行，歷朝歷代均設有觀察天象、推算曆法的機構，如秦代太史令、唐代太史局、宋元司天監、明清欽天監等，各機構並設有專門職位，《國語·楚語》云：「顓頊受之，乃命南正重司天以屬神，命火正黎司地以屬民。」上古有重、黎，堯舜時

代有羲氏、和氏，夏朝有昆吾，殷商有巫咸；周代則有史佚、萇弘。

官方機構的人員編制囊括了天文、曆算及選擇（擇吉、擇日等堪輿之學）等專業領域，主要責任在於「敬授民時」，舉凡出行、赴任、祭祀、嫁娶、喪葬、動土、栽種、征伐、狩獵等，為官方及民間的生活指導原則。

敬天紀敬地方

《尚書·呂刑》謂：「乃命重黎，絕地天通，罔有降格。」觀天象、編曆法，都是官方所獨有，以保障帝王的絕對統治，針對相關研究文獻也以專類的方式保存，如《史記》曆書、天官書；《新唐書》律曆志；《新五代史》司天考等。

歷來凡改朝換代、易姓而王，多有「改正朔、易服色」等措舉，除了強調領受天命的威權，也作為極權統治的手段。作為行事準則的曆法，各朝代也都有嚴格的管理，《舊唐書》中載有唐文宗「敕諸道府，不得私置日曆版」的禁令。

唐宋以來雖屢頒律令嚴禁，限制了曆書的刊行，但民間需求龐大，各種私印曆書、通書不計其數，難以遏止，至明末清初才稍有緩解，許民間以官方曆書為本刻印。然而禁令雖除，但民間私印曆書不盡相同，或為一家之言，或為標新立異，雖原本於官方曆書，但「彼家云吉，此家云凶，彼家云小吉，此家云大凶」，象吉通書、鰲頭通書、永吉通書、永寧通書等通書百家爭鳴，然諸家之說有別，吉凶宜忌互異。

《欽定協紀辨方書》序云：「舊有選擇通書成於星官之手，因訛襲謬見之施行，往往舉矛刺盾，……爰命編輯成書，頒布天下，較舊本謬說少除，然俗所久沿則亦不能盡去，便民用也，命名曰《協紀辨方書》。」滿人代漢而興，對於天文曆算極為重視，如康熙「親釐象數」製新儀，乾

年神從歲干起者	歲干	甲	乙	丙	丁	戊	己	庚	辛	壬	癸
歲德	甲	乙	丙	丁	戊	己	庚	辛	壬	癸	甲
歲德合	己	庚	辛	壬	癸	甲	乙	丙	丁	戊	己
歲祿	寅	卯	辰	巳	午	未	申	酉	戌	亥	子
陽貴	未	申	酉	戌	亥	子	丑	寅	卯	辰	巳
陰貴	丑	子	亥	酉	未	申	未	午	巳	卯	辰
金神	申	酉	戌	亥	子	丑	寅	卯	辰	巳	午

▲《欽定協紀辨方書》年月日時神煞表。

隆御製「璣衡撫辰儀」測天候，清乾隆六年更匯集翰林院學者與欽天監人員考訂各家通書，辨正紊亂謬說，編撰官定曆書。

由莊親王允祿、天文學家梅穀成、內閣學士何國宗等人共同編纂的《協紀辨方書》計三十六卷，包含〈本原〉、〈義例〉、〈立成〉、〈宜忌〉、〈用事〉、〈公規〉、年月日〈表〉、〈利用〉、〈辨偽〉等。擇吉術約形成於漢代，但元代以前相關著作多已湮沒，現存各種選擇類書中，《協紀辨方書》的內容廣博、體例嚴謹，實用性高又兼及科學義理，是擇吉術集大成之作，收錄於《四庫全書》，並由乾隆親自作序。

該書「以事為綱，以神為目」的編撰

原則，先是論列河圖、洛書、七政二十八宿、納音、二十四山與五行、建除十二神、三合五行、三元等數術理論，再根據行事內容詳列年月日時神煞來斷吉凶、分宜忌，提供擇日選方的需求。

只是收錄於《四庫全書》中的《協紀辨方書》既為帝王所「欽定」，平民百姓實難窺其全貌，民間通行的通書、曆書動輒託辭以《協紀辨方書》為依歸，實則與官定曆書仍有相當大的差異。

別吉凶辨休咎

畏天、敬天，乃至祭天，漢民族對於天的概念可徵於《詩經》、《尚書》等經典，《詩經·大雅》云：「上天之載，無聲無臭」，《尚書》云：「天討有罪」，天是形而上的自然天，亦具備一定程度的人格天特質。到了孔子謂「不怨天，不尤人，下學而上達，知我者其天乎！」天的層次逐漸轉變為具有道德法則的天，西漢時期董仲舒主張天人感應，宋明理學更將天轉化為人類道德的根據。

對風雨雷電、乾旱水澇等自然現象，在人類尚無法做出明確的解釋時，將之歸於上天的安排與主宰，「上帝非常，九有以亡，上帝不順，降之有舛」，於是人們企圖瞭解上天的意志，何以求知？自然是從可見的天體運行中探求，於是敬神、求神，訴諸天人相應的術數於焉而生，除了帶有宗教色彩的祭祀、占卜，也以力求科學推演的占星、曆算等形式呈現。



▲ 龍山寺消災祭解活動，由師父帶領民眾誦讀文疏。

《禮記》云：「擇日而祭於禴，成婦之義也。」擇吉的發展相當早，在經典中早有著錄此一概念，這樣的傳統影響了人們生活的各項行事活動，如配合天體運行與時節，而有春耕、夏耘、秋收、冬藏等農業活動。

量寸旬涓吉日

春秋戰國時期列強並立，征戰、天災頻仍，面對不確定性的未來，人們訴諸天地紋理，藉候星氣、察機祥，企圖為時局詮釋。漢代的擇吉術有五行、堪輿、建除、叢辰、曆家、天人、太一、風角、奇門、七政、元氣、六日七分、逢占、日者、挺專、須臾、孤虛、六壬、禽星、祿命等二十餘家，其中不少是在春秋戰國時期就形成了。

廣義的擇吉包含透過易卦、堪輿、建除（依天文斷吉凶）、占星等方式提供人們吉凶資訊。狹義的擇吉則是以曆法為基礎，按分時（年、月、日、時）所值神煞來選擇令月吉日良辰吉時，又稱為「看日子」、「擇日」、「涓吉」或「識吉」。

擇吉術趨於成熟後，各家之說紛起，出現各種專門的擇吉書。《史記·日者列傳》褚先生論及「孝武帝時，聚會占家問之，某日可取婦乎？五行家曰可，堪輿家曰不可，建除家曰不吉，叢辰家曰大凶，曆家曰小凶，天人家曰小吉，太一家曰大吉，辨訟不決。」不過即便門戶不同，五行、堪輿、建除、奇門、七政等數家之說各自獨立，擇吉術終究是以天文曆算為依歸。擇吉術離不開天文曆法，是立足于天文曆法之上的。

分時宜忌神煞

擇吉術的系統龐雜，包含干支、五行、六曜、八卦、十二值、二十八宿、風水堪輿學等，並由神煞貫穿擇吉宜忌。趨吉避凶、祈福禳禍是人心之所向，神煞不僅數量眾多，且吉凶善惡各有分野，如時辰十二神煞、流年十二神煞等，各司其職，分屬不同的時間，依照週期大致劃分為年、月、日、時4個神煞系統。

年神煞以太歲為首，再細分兩類，一類為歲破、豹尾、歲刑、喪門、吊客、死符、病符、飛廉、白虎、大耗、伏兵大禍等，另一類有歲德、歲德合、博士、奏書等。

月神煞以月建為首，分為天德、月德、天赦、天願、月恩、玉宇、金堂、普護、福生、驛馬等一類，月煞、大煞、遊禍、九坎、天官符、地官符、飛大煞等一類。

日神煞有天恩、五合、相日、福德、四相、陽德、時陽、生氣、六儀、福生、

天喜、吉期等一類，四忌、四窮、河魁、五虛、五離、招搖、血忌、孤辰、大敗、行狼、了戾等一類。

時神煞有日祿、日破、日害、日刑、天乙貴人、喜神、天官貴人、福星貴人、五不遇時、截路空亡、日建、日合、明堂、青龍、朱雀、白虎、玉堂、天牢、司命、勾陳等。

以宮廟最常使用的生肖流年為例，祭解神煞最常用的是流年十二神煞，每12年為一輪，主要包含太歲、太陽、喪門、太陰、官符、死符、歲破、龍德、白虎、福德、天狗、病符。

盡人事聽天命

《漢書·藝文志》云：「序二十八宿，步五星日月，以紀吉凶之象。」透過觀察天象來查察人事變化，並藉由歷史經驗記錄以推算吉凶神煞，這就是「擇吉」。然而神煞並不是有形的實體，神煞系統與天體運行互為表裡，擇吉所依據的神煞就是遵循天體運行的規律歸納而來，這種擇時選方而行、依自然運行而制的擇吉系統歷經千年發展，必然融有傳說、迷信色彩，但「逢福獲喜，不在擇日避時；涉患麗禍，不在觸歲犯月」，眾生千差萬別，不論生命久暫、貧富得失，不會因為擇吉日、遇凶時而改易。命窮操行善，天不能續；命長操行惡，天不能奪，擇吉的宗旨仍在於警醒人們向善、行善，依循中庸之道，遵天體自然而行。

食在安全： 優質的油和脂肪

文 / 周福寶 插畫 / 黃正文

最近坊間談油色變，油中含有脂肪，但脂肪並不是我們的敵人，因為低脂或零脂的飲食反而會讓我們變得更肥胖、更不健康！

低脂或零脂的飲食把脂肪醜化為食物中的怪獸，請拋棄這種不健康的觀念，換個新的想法：其實油和脂肪是健康又好吃、美味的，想讓身體保持健康，就需要有適量脂肪的攝取。

優質的油和脂肪可以提高身體對養分的吸收效率，協助輸送維生素、加速新陳代謝，甚至具有減重功能！優質的油和脂肪能夠維持健全的免疫系統，製成賀爾蒙，對細胞壁有強化的作用，還能潤滑骨節，保護各臟腑，維持神經系統的健康，並活化腦細胞。相對的，如果缺少優質的油和脂肪，可能會變得不健康、不聰明。想要讓腦部以高效能的方式順暢運作，油和脂肪的品質和適量是非常關鍵的。

劣質脂肪，如飽和脂肪、反式脂肪，以及部分氧化脂肪是身體健康的大敵，如果不想讓動脈硬化，或在上臂、大腿等部位長出橘皮組織，一定要遠離劣質脂肪、炸油和偽油。

消費者在購買加工品時不妨詳閱產品成分表，不難發現其中含有部分氫化植物油。那麼植物油呢？植物油應該算是優質油品吧？這就錯了！當植物油處在高溫或高壓的環境中，經過複雜的加工程序後，將會轉化成部分氫化的形式，即我們所稱

的反式脂肪，是屬於有害健康的劣質油。

反式脂肪在製作過程中，原有結構會被扭曲變形為身體無法辨知的型態，內含分子結構便會引起發炎的症狀，進而破壞心血管系統，並阻滯肝臟、腎臟及腸道的運作。民國九十五年美國紐約市開始禁止餐廳飯店使用反式脂肪，目的就是希望人民也盡量避免作為烹調之用。此外，除了乳瑪琳和酥油（反式脂肪的別名），市場上所販售的烹調油和其他經過加工的植物油，如玉米油、芥花油和花生油等，這些油品都會干擾身體各系統的正常運作。

換個油吧！

以義大利人為例，吃蔬菜時搭配一點有機冷壓的初榨橄欖油，橄欖油和蔬菜的相互搭配，十分美味！而其他性質的油品，如亞麻仁籽油、大麻籽油、核桃油等，這些油都含有健康 omega-3 脂肪酸，具有增強記憶力，降低發炎等優點，其他優質的油品還有沙拉醬用油、馬卡達姆堅果油和酪梨油等。

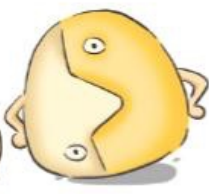
一般烹調用油建議以橄欖油為主，低溫烹調則選用芝麻油、葡萄籽油和椰子油。雖然椰子油屬於飽和脂肪，但適量的椰子油對健康有極大的益處，許多市面上所販

優質脂肪好處多多，右邊這些要留意唷！

我們都是健康的敵人……



飽和脂肪



反式脂肪



部分氧化脂肪

橄欖油適合涼拌。



烹調用油要留意溫度唷！



我們不耐高溫唷……



適當的用量讓食物更美味。

售的椰子油因為經過部分加工而氫化，這才有了惡名。其實原始天然的椰子油不但味道美，椰子油含有 50% 的月桂酸，和母乳的成分相同，可以增強免疫力！

產自泰國的幼椰子，果肉美味，富含優質脂肪和各種礦物質、維生素，而椰子水含有很多電解水，具有抗病毒、抗霉菌的作用，能增加新陳代謝。

由於加熱後的油脂含有氧自由基，建議烹調時使用耐中、高溫的油，如葡萄籽油或椰子油，甚至改用水清炒、清蒸，俟上菜前再加一點油，讓味道更美。至於亞麻仁籽油、大麻籽油不耐高溫，不建議作為一般烹調用油。

（本文作者為本寺文化廣場健康養生課程講師）



悠遊美妙的水墨世界

文·攝影 / 孟昭光

▲麗江所見

自民國九十五年應艋舺龍山寺之邀，於文化廣場開辦國畫課程，並將之命名為「美妙的水墨世界」，即與龍山寺文化廣場結下不解之緣，每週三傍晚從住家轉3趟車到板橋，有時還得攜帶畫稿、資料，辛苦，但我甘之如飴，總覺得自己有使命感。這許多年只因高速公路上有事故塞車而遲到了一次，從來都是提早到教室，攤開資料，思索一番，好決定上課時以何種畫法呈現，提升學員興趣。數年如一日，我已融入龍山寺文化廣場這大家庭了。

一天，有位別班學員問我：「因為不知道什麼是水墨畫，所以遲遲不敢報名……」讓我驚覺有進一步詮解的必要。其實水墨畫就是國畫之法，一般多用於寫意，因中國自古書畫重墨色、墨韻，近年來習畫者多師法古人，在傳統中打轉而少有超越，若以「水墨」為名，在意念上或許就可以跳脫藩籬、轉移框架，而有大膽創新、恣意揮灑，以開拓國畫的不同風貌。

昭光將西方油畫、水彩之用色、光影、空間概念融於中國傳統之筆趣、墨韻，以多種素材廣寫人間之美，並自創多種表現方法，如反拓、潑墨、蠟染等技法，帶領學員進入水墨世界。

近年社會教育、終身學習之風興起，工作之餘、退休之後，不少人藉社教學習彌補過往教育的不足，龍山寺文化廣場開設了宗教、藝術、文化、運動等多面向課程，滿足許多求知若渴的心。

每當新進成員戰戰兢兢的說：「老師，我沒天分、缺乏基礎，能學水墨畫嗎？」放心！繪畫是上天獨寵於人類的能力，多少發明、創造均源於繪畫，拿出勇氣、恆心及一顆感恩的心吧，在老師的帶領下，相信你很快就能悠遊於美妙的水墨世界。

（本文作者為本寺文化廣場水墨課程講師）



▲牡丹



▲荷花

煙雨艋舺

老街、古剎的容顏

文·攝影 / 周中雄

在煙雨綿綿的日子裡，站在龍山寺廟埕用壓艙石鋪排的廣場上，彷彿聽到昔日唐山子民橫渡黑水溝時的吶喊，吟著「三在六亡一回頭」的悲歌。百年來淡水河道淤積，艋舺褪色、貴陽街沒落了，古剎、老街、隘門、艋舺的容顏，只能循著記憶尋覓那被歲月遺忘的影子……

美人遲暮 風韻猶存

臺北的根在艋舺，要瞭解臺北、認識臺北，就從艋舺開始。

今日萬華的貴陽街是臺北市第一條街，舊稱蕃薯市，仍留著許多昔日艋舺的風采，靜靜訴說著陳年往事……

走進艋舺老社區，狹小的街道、陳舊的房舍、擁擠的人群及喧嘩的車水馬龍，陳述著艋舺繁華的過往。放慢腳步，仔細看、慢慢聽，掀起艋舺的神秘面紗，你會發現美人遲暮，風韻猶存。

擴建的大馬路、新建的高樓正逐漸改變當地的面貌，也衝擊了艋舺傳統百業。但龍山寺、祖師廟、糊紙店、剝皮寮……仍呈現艋舺的萬種風情。

香火不息 / 龍山寺

抱著懷古的心情在細雨斜織時分拜訪艋舺，重溫艋舺的歷史印記，別有一番風情。

位在廣州街的龍山寺是艋舺第一古剎，鼎盛的香火是艋舺的信仰中心。相傳建寺時曾聘請堪輿師張察元地理風水，認

為此地是「美人穴」，適合興建廟宇，但美人需配上一面鏡子才能相得益彰，便在寺前開挖了一座池塘，以便美人照鏡，又稱龍山寺池。龍山寺自建寺以來，歷經地震、颱風、械鬥、蟲害及二次大戰美軍轟炸而一再修復，今日三川殿面寬5門式11開間，氣派恢弘。

乘著微風細雨站在龍山寺西側護廊，倒有些沾衣欲濕的感覺。今天是初一，來寺廟參拜的信徒比平日多，拜殿及東西護廊擠滿了民眾，或持香、或合掌祭拜。正殿左側一隅有位白髮老者低頭念著經書，一雙佈滿皺紋的手捻過一顆顆佛珠，看不到她的臉，但可以知道老者內心的虔誠。擲筊祈求神示，是人神溝通的特色，少女低首垂眉的神韻，不知求的是良緣或事業上的難題。香爐起了火，白煙裊繞，揉合著綿綿細雨，龍山寺的天際一片雨霧濛濛。大殿主祀救苦救難的觀世音菩薩，祂大慈大悲：大慈，與一切眾生同樂；大悲，拔一切眾生之苦。橫樑上掛著清光緒皇帝頒的「慈輝遠蔭」匾額，印證聞聲救苦的菩薩普度眾生。



百年青草香 / 青草巷

走出龍山寺，外牆走道有盲人按摩，排著小板凳替往來客人馬一節，如今人少了，多了一些化緣的僧侶。左轉進入青草巷，短短的巷道堆滿各式藥草，滿目蒼翠，清香撲鼻。夏天煮青草茶，冬天燉藥湯進補，這可是艋舺最具傳統風味的街巷。

紙糊人生夢 / 糊紙店

雨後的艋舺街頭有幾許涼意，西園路的佛具店，一家家宛若佛光普照般亮麗燦爛。過了這一段路，彷彿走進另一個世界。僅存的幾家糊紙店是艋舺的另類產業，大厝、轎車，一應俱全，凡是生前無法滿足的夢，就在另一個世界補足吧！人生大夢用紙糊，遺憾的是逐漸凋零而瀕臨失傳的手藝。

械鬥防禦遺跡 / 隘門

早期艋舺因漳泉及頂下郊械鬥曾建有兩個隘門。「北隘門」在今西昌街與貴陽街交會處，已毀。「南隘門」在廣州街 223 巷口。隘門建於清嘉慶年間，是為防範盜匪入侵的關卡，當年艋舺市區範圍到南隘門為止，過了廣州街就是市郊的沼澤區。後來，南隘門樓上成了土地公廟，門口留有一副「威震隘門三百載，施恩艋舺千萬家」的對聯。可惜南隘門在民國一百年因道路拓寬而拆除，艋舺的隘門也只能從回憶中去尋找歷史的殘片……

清代街區 / 剝皮寮

走近剝皮寮歷史街區，迎面而來的是有如龍門客棧高掛的燈籠招牌「剝皮寮」，斗大的字隨風搖曳。層層紅磚拱圈構築而

成的亭仔腳、巴洛克風格牌樓立面、維多利亞時期紅白面磚組合的橫帶、國防面澀磚樑柱，彷彿可以感受到百年前艋舺庶民的生活景象。

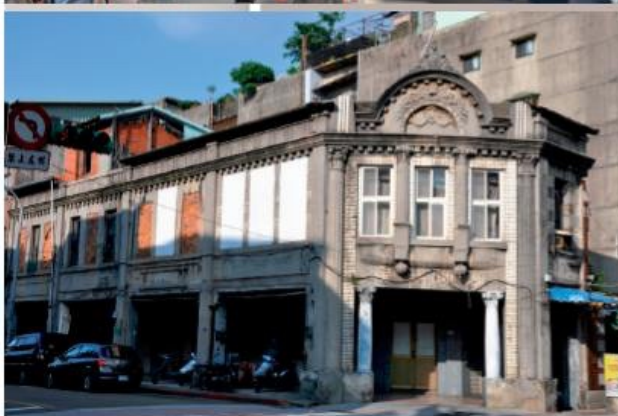
位在廣州街、昆明街、康定路間的剝皮寮街廓，因電影《艋舺》一片而火紅，不妨找個悠閒的午後，舒舒緩緩走上一趟，讓蜿蜒巷弄的屋瓦磚廊帶你重回百年前的情境，從殘留的紅磚、石砌牆、土角厝空間紋理品嚐老艋舺的風味，剝皮寮空間充滿了往日居民的生活記憶與庶民文化縮影，寧靜閒適的氣氛，最適合漫步品味。

臺北的母親 / 淡水河

淡水河孕育了臺北盆地，見證了新莊、艋舺、大稻埕與淡水的興衰，百年來河道淤積，已不復見帆船雲集的盛況。淡水河為臺北帶來灌溉農墾之利以富民生，更有舟船航行

之便，帶動商業貿易之繁榮，曾幾何時，在年華的流變裡，船消失了，沿岸建起冰冷的水泥牆，悠悠淡江嗚咽暗泣，唯天色波光間，淡水夕照晚霞漫天，依舊是美麗的。若淡水有知，走過繁榮黯然於今，是否覺得歲月蕭索？

（本文作者為文史工作者）



萬華、老街、龍山寺

舩 舩的老街舊巷、龍山寺的古剎廊柱、舩津的歲月軌跡，在每個人的心中有不同的存在意義。繽紛多彩的點滴往事，在這裡，我們期盼您與我們分享，無論是充滿感動的文字、生活佛學，抑或紀錄永恆瞬間的寫真，我們都想珍藏。

注意事項：

1. 所投稿件過去未曾發表於其它報章雜誌，且同意在本刊審查期間（兩週）不投其它刊物；接受刊登後，著作財產歸本刊所有。
2. 來稿恕不退件，請著者自留底稿；如需退件，請檢附回郵信封。
3. 請勿一稿多投，亦勿抄襲他人創作。本刊編輯部對來稿保留文稿刪修權。
4. 文稿以電子檔為佳，長稿以 3000 字為限，短稿 800 字為宜。照片以電子圖檔（解析度 300dpi 以上，影像尺寸至少為 13cmx9cm）為佳。
5. 來函請附真實姓名（可以筆名發表）、地址、電話等基本資料，俾便刊出後奉酬。逕寄：108 臺北市萬華區廣州街 211 號，舩舩龍山寺編輯部收。或 e-mail：editor@lungshan.org.tw



龍山寺近期活動及慶典預告

日期	名稱內容	地點
農曆十二月三十日 (國曆 01/30)	燃燈法會 開經、鳴鐘擊鼓賀新正	本寺
農曆正月初一日 (國曆 01/31)	新春團拜	
農曆正月初一日~正月初三日 (國曆 1/31 ~ 02/02)	千佛法會	
農曆正月初六日~正月廿三日 (國曆 02/05 ~ 02/22)	消災祭解法會	
農曆正月初九日 (國曆 02/08)	天公生 齋天法會	
農曆正月十五日 (國曆 02/14)	安奉值年太歲星君	
農曆正月十五日~二月十九日 (國曆 02/14 ~ 3/19)	元宵花燈展覽	
農曆二月十六日 (國曆 03/16)	觀音會	
農曆二月十九日 (國曆 03/19)	觀世音菩薩聖誕	

艋舺龍山寺板橋文化廣場 5 樓展覽館近期活動預告

日期	名稱內容	合辦單位
03/18(週二)~03/27(週四)	藝·青秧 國立臺灣藝術大學美術系在職專班 104 級學生聯展	國立臺灣藝術大學

艋舺龍山寺板橋文化廣場 7 樓大會堂近期活動預告

日期	名稱內容	合辦單位
02/22 ~ 02/23(週六、日) 09:00-17:00 (08:30 開放入場)	第八屆「成佛之道」研習營	紹印精舍
03/09(週日) 09:00-17:00 (08:30 開放入場)	講 題：原始佛教如來禪系列講座 止觀、智慧、禪定、解脫(上) 講 師：生明法師	明和講堂
03/16(週日) 09:00-17:00 (08:30 開放入場)	講 題：賈伯斯的佛教人生 賈伯斯 V.S. 禪：禪者的初心	中華佛教居士會

艋舺龍山寺板橋文化廣場 10 樓佛堂近期活動預告

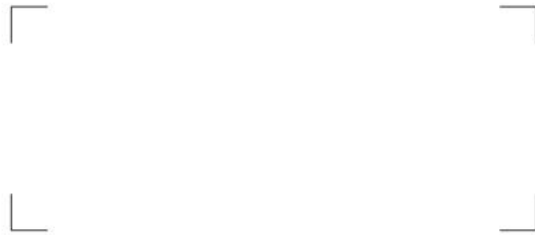
日期	名稱內容	合辦單位
03/09(週日) 09:00-20:00 (08:30 開放入場)	八關齋戒	龍山寺板橋文化廣場 自辦佛學活動 文化廣場電話：02-8252-0103

※ 更多活動內容請見龍山寺板橋文化廣場網站公告。



艋舺 龍山寺

Bangka Lungshan Temple



財團法人台北市艋舺龍山寺

地址：臺北市萬華區廣州街 211 號
電話：02-2302-5162 傳真：02-2306-0749
網址：www.lungshan.org.tw