

艋舺 龍山寺 季刊

Bangka Lungshan Temple

2015年07月出刊第 29 期

「天」空，無以為「際」

從天際線議題看古蹟保存

典藏龍山寺

臺灣日治時期的知識份子與他們的現代觀

透視古建築

臺灣寺廟三川殿的演變

寺內活動報導

響應臺北市政府香枝減量政策

文化廣場活動報導

第三屆艋舺龍山寺盃全國學生書法比賽

編輯手札

就要看不見了

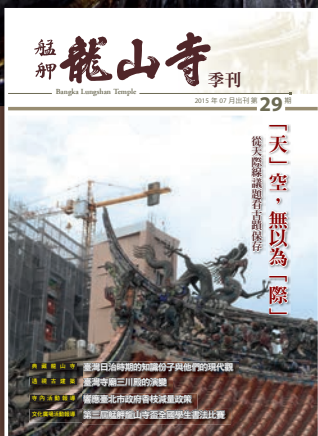
艋舺龍山寺響應臺北市政府香枝減量政策，經擲筊請
允觀音佛祖，決議撤除四座香爐，並將其登錄
為文物典藏品。聽研究人員轉述，四座香爐
在運送至板橋文化廣場四樓文物庫房的前
一晚，許多人都特地來摸一摸香爐，就要
看不見了，有不捨，也有感嘆。研究人
員打趣地說：「不然我幫它們在臉書上
建立一個粉絲專頁好了，會固定分享它們
在庫房的生活照喔！」這當然是玩笑，但
時代走得不算慢，科技日新月
異，觀念改了又變，對於舊時
或曾經擁有的情感呢？

「新」與「舊」始終都是相互矛盾衝擊又必須現實地融合
與妥協。

我願意相信，我們當然會記得，甚至反省、對照，時代裡
有前進是好，落後就趕緊追上。無論如何推陳出新，在這一刻
後就是過去，可以問問自己，多少需要保存或揚棄？

如果就要看不見了，究竟多少需要保存或揚棄呢？

（鄭接黃）



中華民國 97 年 7 月創刊
104 年 07 月 20 日出刊

發行人／黃欽山
總編輯／黃書瑋
副總編輯／鍾毓政
編輯顧問／戴秀芬
責任編輯／鄭接黃、王靖婷
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

封面故事：
艋舺龍山寺三川殿屋簷一角與斜後方興建中的建築。
（攝影／鄭接黃）

CONTENTS

目錄 CONTENTS

佛學專欄

- 02 百喻經解（十九）與兒期早行喻
改寫／編輯部 插畫／黃正文

龍山寺詩聯文

- 04 三川殿前稍間左右中附壁柱柱聯
文／張錦雲 攝影／陳柏靜

籤詩故事

- 06 廉將軍思用趙人
文／鄭接黃 插畫／黃正文

古寺探藝

- 08 艋舺龍山寺的壁面彩繪（二）
板壁與桌圍
文／康銘錫 攝影／鄭接黃

典藏龍山寺

- 10 一尊佛像 兩個文青 多重文化思維
臺灣日治時期的知識份子與他們的現代觀
文／楊育睿 攝影／鄭接黃

醍醐語

- 14 佛性
成佛的因緣（上）
講述／鄭振煌 記錄／林雪紅

透視古建築

- 16 臺灣寺廟三川殿的演變
文·插畫／徐逸鴻

本期專題

- 22 「天」空，無以為「際」
從天際線議題看古蹟保存
文／鄭接黃 攝影／王靖婷

健康樂活

- 30 口中有良藥 叩齒可健身
文／周福寶 插圖／林秀欣 攝影／鄭接黃

寺內活動報導

- 32 甘霖天降
佛曆二二五九年 艋舺龍山寺浴佛節
文·攝影／鄭接黃
- 33 積善易俗
艋舺龍山寺響應臺北市政府香枝減量政策
文·攝影／鄭接黃

文化廣場活動報導

- 34 宛如人生
廖瓊枝談歌仔戲唱腔身段之美
文·攝影／鄭接黃
- 35 追尋佛陀教法之真義
日本禪宗東隆真禪師與
臺灣原始佛教隨佛禪師 聯合示禪
文·攝影／鄭接黃
- 36 相濡以「墨」
第三屆艋舺龍山寺盃全國學生書法比賽
文·攝影／鄭接黃



百喻經解 (十九)

改寫／編輯部 插畫／黃正文



與兒期早行喻

昔有一人夜語兒言：「明當共汝至彼聚落，有所取索。」兒聞其語已，至明清旦，竟不問父，獨往詣彼。既之彼已，身體疲極，空無所獲，又不得食，饑渴欲死。尋復迴還，來見其父。父見子來，深責之言：「汝大愚癡，無有智慧，何不待我？空自往來，徒受其苦，為一切世人所嗤笑。」

凡夫之人亦復如是，設得出家，即剃鬚髮，服三法衣，不求明師諮受道法，失諸禪定道品功德，沙門妙果一切都失。如彼愚人虛作往返徒自疲勞，形似沙門，實無所得。

夜已深，一位父親特別在熄燈就寢前，對桌旁正在收拾幹活工具的兒子交代著：「兒子記得啊，明天我跟你一同去我們剛剛談論到的那個村落，有些東西我們必須要去拿取。」兒子沒有停下手邊的動作，也沒有追問相關細節，立即回應父親：「好的父親，您別擔心，我會記得的。」父親便放心進入房間休息。

隔天清晨，父親還在睡的時候，兒子已起床，以輕慢的步伐走到廳堂，不想吵醒任何一個人，一心只記得父親的叮嚀，到那個村落、到那個村落、到那個村落，口中唸唸有詞，隨即披件衣服、套上草鞋，就出門了。

他忘了等父親一同前往，也忘了詢問父親是要拿什麼東西？向誰拿取？沿途沒有停下腳步來休憩片刻，大量流的汗都浸濕了衣服，腿腳也走到極為痠麻。不遠處見到熟識的友人向他喊說：「嘿！你怎麼走得這麼快，要去哪呢？」他回：「我正趕著要去那個村落，父親交代的，要去拿個東西。」步伐依舊沒有停下，揮了揮手向朋友示意。「先走囉！回頭見。」耐著疲憊，直趕路。

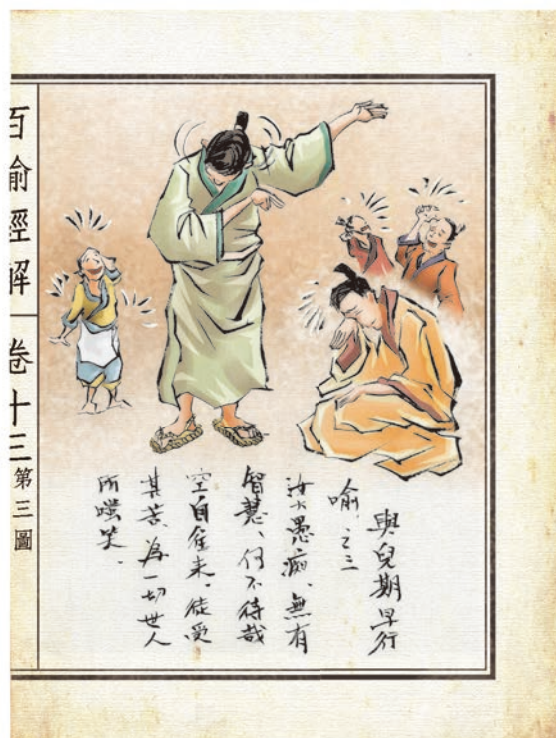
等到終於抵達，已過中午了，他呆站在那個村口，納悶著不知道該找誰，試著回想昨夜父親交代到底是要拿什麼東西，更是因為從早到現在沒有吃喝任何東西，導致全身疲軟，在困惑不得解的情況下，只好返回家中詢問父親。

在歸途裡右腳的草鞋磨到脫落了，腳

也因此磨到起水泡，又痛，走起路來又更為緩慢，回家的路像是更遙遠了。再度碰到友人，見他勞頓無力又一身狼狽，便問：「瞧你累成這樣，你去那個村落拿了什麼？」他低下頭，臉羞紅，沒有回答。

之後父親看見兒子回到家來，嚴厲地訓責他說：「你怎麼會這麼愚癡，一點智慧也沒有，為什麼不等我呢？你這樣既是白費力氣地往返，又受饑餓之苦，真的會被眾人所譏笑啊！」

凡夫俗子也是這樣，若是出家，隨即剃除鬚髮，穿上三類法衣，卻不尋求一位好的老師諮詢道法，失掉種種禪定道品的功德，身為沙門應有的妙果都失卻了。就像那位兒子一樣，平白地來回奔走，疲憊不堪，外形雖然看似沙門，實際上，一無所得。



三川殿前稍間左右中附壁柱柱聯

文／張錦雲
攝影／陳柏靜



古蹟寺廟的素質等級，往往在眾善信與香客們踏入山門仰望楹聯的剎那，便已心證而優劣立判。但有許多奧妙的楹聯對仗，在穿梭謁聖的佛士眼中看來，衡之以理則理不通暢；求諸於事，則事出無名；然其中之道，雖似空靈而真實，雖似飄渺，意象卻了然於心，此中之玄奧感受若非知音者，誠難以參透也！

其實楹聯創作正是博古通今而專精的漢文獨門學問，因聯文的作者必非文人莫屬，但文人卻不一定都兼具專研聯文所必備音律（平仄相對）創作之修為；此理論，可宏觀當今散居於世界各地的華人精神皈依之新興寺廟，其所出於當代文人之創作、磨刻的楹柱對聯，即可莞爾而領會。聯文境界，確實是詩家所追求的最高卓標典範！誠如出自清代名家之筆，三川殿前稍間附壁柱聯的冠首聯。

上聯：龍自天來 合八部鬼神 同參法座
下聯：山無塵障 統全臺士庶 共仰慈雲

辭源典故淺析

天：宗教中至善至美的地方，如宇宙，太空等。
八部：天眾、龍眾、夜叉（勇健鬼）、乾闥婆（香神）、阿修羅（名無酒神或非天）、迦樓羅（金翅鳥）、緊那羅（舊譯曰人非人，新譯曰歌神）、摩羅迦（大蟒神或大腹行地龍）。因為人類的眼睛無法看見這些八部眾，所以又稱其為冥眾八部。因八部眾之中乃以天龍為最殊勝，故又統稱其為天龍八部，或龍神八部。
法座：禪林演法之座，又稱須彌座。
慈雲：譬喻慈心之廣大，覆於一切，譬如雲也。

本聯格局：

分三段合組成十三字長聯，為：四言甲型反式 * 五言乙型反式 * 四言甲型本式。

聯對結構：

本聯文啟式以寺名「龍」、「山」為上、下聯之冠頂字；首聯起句便巧妙轉寺名，化將為異次元時空之動物概念，安排並集聚八部鬼神等，以中段虛詞為體；在第三段末句，更衍導讀者展開想像的翅膀，翔向作者所刻意安排之意象裡，也在相承實務中埋下伏筆。

對仗於次聯起式，則是將冠名轉以實詞相呼應，中段以實務為用，在此勾勒出全寶島雅俗善信們絡繹來參的熱鬧畫面，最後引入作者所精心締造無上的祥和與慈悲——佛門大愛境界，並於此畫下本聯對句點。

上聯賞析：

以天龍為首，帶領著來自無明之八部空間中為了悟智慧的眾生們，一起聚集於龍山寺禪林聖座前，聆聽觀音佛祖的弘法。

下聯賞析：

本寺鐘靈如山之崇高，一無任何世間俗障。正是來自全寶島，雅、俗各界善信，都適合同沐感承佛祖廣大無私慈悲恩澤之地。

楹聯作者簡介

黃詒果，福建晉江人，光緒間進士，亦是當代探花黃貽楫之胞弟，兄弟皆精通古漢文學詩詞，又善書法，本楹聯即為黃詒果以楷書寫成。

（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研究班講師。）



廉將軍思用趙人

文／鄭接黃 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。

【第七首：廉將軍思用趙人】



奔波役役重重險，帶水拖泥又渡山。
更慮他方求別用，千山萬水未能還。

晚唐詩人杜牧在五言古詩〈杜秋娘詩並序〉裡，以深切的筆觸，藉以描寫秋娘幾經波折的人生際遇，慨嘆幻滅無常。從十五歲膚白如脂，不施朱粉即貌美聰慧的少女，身為唐室宗親李錡之妾，倍受疼愛，卻在李錡起兵謀反失敗遭腰斬後失依，籍沒入宮。風姿綽約的她，顧盼之間又得唐憲宗專寵為嬪妃，榮耀風光一時。然而當唐穆宗繼位，秋娘雖失勢，但仍被任命為皇子李湊的傅姆（即撫育皇族子女的保姆）。當李湊被封為漳王，後遭誣陷，削去封號並且囚禁，連帶秋娘被驅逐出宮，放歸故鄉金陵。個人的命運擺弄在政治間的無情操作，像沉浮海上，時起時落，時而顛覆逆轉，全無自己主宰。當秋娘步步離去宮闕，緩慢地回了頭，看著來時的一段路，巨大又極其細微的失落籠罩，似夢又不像夢，人生捨不得，又回不去。

杜牧經過金陵，目睹在四朝（憲宗、穆宗、敬宗、文宗）三十年後的杜秋娘，只是一位衰顏淒楚的孤苦老嫗，故人認不得，鄰里皆非舊日情景。於是他旁徵博引地援用大量史實推演，在感傷及疑惑裡，以秋娘為主

體，寄寓自身，嘆出歷盡磨難之後，姑且能自我安慰的一個解釋：既然命運是這樣難以猜測，那人生的福禍變化也就無法推算了！

一如《史記·廉頗藺相如列傳第二十一》記載廉頗權重時，趙成孝王賜予尉文的封地並封為信平君，為代理相國。然而在趙悼襄王即位後，竟令樂乘（武襄君）代替廉頗，廉頗盛怒，攻打樂乘使其奔逃，廉頗因勢投奔魏國，卻始終不被信任重用。而後趙國數次被秦軍圍困，思欲再用廉頗，廉頗亦想再被趙國任用，趙王便派使者探望。在使者面前，廉頗一頓飯裡吃了一斗米、十斤肉，最後還披甲上馬，以示可用，無奈郭開買通使者，使者歸來稟報趙王說：「廉將軍雖然老了，但胃口好、飯量也大，可是與我坐在一起，一會兒就拉了三次屎。」因此趙王認為廉頗老了，就沒有將他召回。

後楚國聽聞廉頗在魏國，秘密派人接迎至楚為將，但仍沒有建立任何戰功。廉頗是說：「我希望指揮趙國的士兵啊！」

一樣捨不得，又回不去。廉頗最後亡於壽春（楚國城邑名），終不得還。

此籤透過兩則故事提示，進與退、攻與守、捨得與捨不得之間，是一去不復返之勢，走奔他方未必是好，退守雖難，然而慎思正直為好。



觀世音靈籤

第七首	聖意 自求婚姻 身財姻易 求秋求平	廉將軍思用趙人 解 退身可得進步難為只宜守田切莫高拔此籤 渡水拖泥之象凡事正直則吉
	福冬福平 尋田六家 人蚕畜宅	
	不不不 難利利利	
	訟山六行 詞坟甲人 不求阻 虧利福	
法財人團 台北市艋舺龍山寺	更奔 慮波 他役 方役 求重 別重 用險 千帶 山水 萬拖 水泥 未又 能渡 還山	



艋舺龍山寺的壁面彩繪 (二)

文／康銘錫 攝影／鄭接黃

臺灣的壁畫藝術顯示出悠久的歷史傳承，如何於壁牆上作畫和壁體石灰基層處理的技術已經非常熟練。在臺灣，於白色的石灰壁牆施彩仍以寺廟為主，小部份略見於豪宅巨室，但在板壁上施彩則因雕花配置而較多展現於廟宇建築藝術。

寺廟壁畫題材及內容包含忠孝節義、聖賢傳說、釋道說法、民間故事等，均蘊含教化的功能，這在早年教育未能普及的社會中，廟宇壁畫擔負著社會價值系統定位及闡揚道德規範的重責大任。



▲ 後殿護室板壁畫：呂洞賓及鐵拐李。



▲ 後殿護室板壁畫：張果老及漢鍾離。



▲ 後殿護室板壁畫：何仙姑及韓湘子。

板壁

板壁乃為室內的隔間分隔物，常施彩繪予以美化。板壁彩繪施作方法，亦與樑枋彩繪相同，只不過施作面積較大，圖畫面積較為完整。在工序上更著重對木基層的處理，常用「披麻捉灰」的地杖工法，來避免木材因熱脹冷縮而導致其上之塗裝龜裂。在構圖方面，畫師常在畫作外先畫出畫框，有的亦畫出中國畫裱軸的圖形，

用以突顯畫作的主題，彷彿堞仁與堞頭間的相互關係。

艋舺龍山寺後殿每座神龕後板壁均有彩繪瑞獸，如龍、鳳、麒麟等。兩護室板壁有繪八仙人物，畫師以水墨畫法表現，造形活潑，色彩亮麗、強烈，每組兩位仙人，旁均有童子相陪，可說是裝飾性、趣味性強的壁畫畫作。

艋舺龍山寺彩繪畫師

目前可知在五十年代重修時，曾集合全臺知名彩繪師共同獻藝，如臺北的張明德、莊武男、阿技司、苗栗的張劍光、邱有連、新竹的彭榮華、鹿港的郭佛賜及臺南的陳壽彝。艋舺龍山寺因香火旺，彩繪難以保存，近年有無數次重繪，多由蔡龍進負責。

蔡龍進，雲林人，民國三十六年生，筆名「三凡」，民國九十一年皈依海濤法師時，取法號「戒剛」。十三歲赴臺南向彩繪畫師潘麗水習畫，二十七歲出師，第一份工作便是至古坑為荷包厝作畫。民國六十七年上臺北，為板橋慈惠宮彩繪，定居板橋。蔡龍進擅長繪門神，其成就深受各地寺廟的重視與肯定，作品遍佈全省甚至海外，如板橋慈惠宮、迪化街城隍廟、木柵指南宮、北埔慈天宮、臺南北極殿、臺中市樂成宮、日本琦玉縣三清宮等皆可看到其作品。他前後在艋舺龍山寺的工作時間持續長達十二年，今日龍山寺所見的樑坊壁畫可說都是他的作品，他也重修前人的畫蹟，如潘麗水、陳壽彝的繪作。僅見丙午年（民國五十五年）繪，前殿張劍光、郭佛賜，右護龍陳壽彝少數作品而已。



▲後殿護室板壁畫：曹國舅及藍采和。

桌圍

桌圍，指神案木桌週圍，有以繡圖布緞圍繫，也有用雕刻裝飾。艋舺龍山寺裡多數神明前均有木作案桌，以供放置供品祭拜，桌前桌圍有些不施雕刻，而以彩繪代替。桌圍分上下兩段，上書艋舺龍山寺或某神明名，如文昌帝君、關聖帝君、註生娘娘、水仙尊王等。下堵則繪雲龍盤身，多一爪持玉璽，一爪握火珠，陪襯以八仙人物或八寶，四週點綴雲紋、浪花，女神前桌圍則繪飛鳳、牡丹與蝙蝠，皆達到美觀實用兼具的功效。

（本文作者為文史工作者、社區大學古建築課程講師。）



▲關聖帝君桌圍繪雲龍。



▲註生娘娘桌圍繪飛鳳、牡丹與蝙蝠。

一尊佛像 兩個文青 多重文化思維

臺灣日治時期的知識份子與他們的現代觀

文／楊育睿 攝影／鄭接黃

在博物館的經驗中，藏品多被保存在典藏庫或是展示廳。而所謂「現址典藏」，是指藏品仍在完整的文化脈絡中運作，由於與現址有不可切割的意義關係，為了讓藏品能在活絡的歷史空間中延續生命，以留置在原屬場域的方式進行保存。位於艋舺龍山寺大殿左側的《釋迦出山》像，是最早依龍山寺的文物典藏制度登錄為「現址典藏」的藏品。

黃土水與日本現代美術

即使佛像的製作與雕刻被視為臺灣民間重要的工藝類型，寺廟供奉佛像的態度仍舊是儀式性的。這種儀式性使得工藝價值附屬在精神象徵的圓滿，與觀者保持一定的距離，不為了取悅視覺上的觀賞。相較之下，《釋迦出山》像在龍山寺的大殿反而是以藝術品的態度被呈現的。訪客只要步上大殿，就可以看到這件在臺灣雕塑史上十分具有代表性的作品。創作者黃土水的雕刻，反映了日人入臺所施行的新式教育成果。臺灣的文化界掀起了全新的「美術運動」，藝術表現走向了與傳統漢文化工藝截然不同的樣貌。這股影響力的基本底蘊，源於日本自明治維新以來一連串的西化運動。

黃土水出身艋舺的木匠家庭，在就讀臺北國語學校（後改制為臺北師範）時期便已在



《釋迦出山》創作者黃土水（1895-1930）

出生於艋舺，先後曾就讀艋舺公學校及大稻埕公學校，臺北國語學校畢業後，受薦到東京美校，就讀雕刻科木雕部。大正九年（西元 1920 年）從該部畢業，同一年即以《番童》一作入選第二屆日本帝國美術展覽會，為臺人首次受到日本最高文化機構肯定。其作品多以西方寫實手法刻劃東方題材，被視為臺灣新美術運動的典範，影響深遠。

「木工」科表現傑出，畢業後隨即受薦至日本東京美校雕刻科木雕部就讀。經歷了明治維新的日本，在追求「現代化」的背景下觸及西方藝術的科學方法，並透過殖民活動深刻地影響臺灣的藝術家。這種新的文化思維將藝術視為科學的實踐，以寫實的方法呈現對真實空間的處理能力，這樣的態度與漢人文化傳統中重視筆墨的藝術樣貌有極大的差異。在漢文化中，筆墨象徵著知識分子的語彙，強調寫意而非寫形，在表現上注重筆法與墨韻的抽象意境，而將追求「形似」視為膚淺的模仿。新式的藝術教育則在科學態度上追求形象的客觀性，更加強調對於世界真實樣貌的關注與再現。

《釋迦出山》所呈現的即是這種受西方文化影響的寫實空間觀念，相較於重視線性結構與象徵表現的雕塑傳統，一種對寫實空間的探索開啟了臺灣雕塑史的新頁。在表現上，不同於傳統佛像那種去除人性的神聖化，黃土水在釋迦的題材中設想了真實的情境：一位思惟真諦、有血有肉的聖人，大徹大悟後走向世人，枯槁的

身軀穩定地承載永恆的慈悲與智慧。在紀念艋舺龍山寺改建完成的用意上，有別開新局的意義。

江燦騰指出黃土水的雕塑具有某種「本土化」的精神，且具有文化自覺的主體性，並本此自覺創作出「和臺灣社會心靈相應」的作品。即便黃土水在構思上參考了南宋樸楷《釋迦出山圖》中的古典寓意，它的再現仍建立在新式藝術教育的寫實技巧上，將神聖的靈光接引到現實世界與觀者對話。

現代化的矛盾與魏清德

黃土水那一個世代的知識份子，普遍都在歷史的轉捩點，經歷了從傳統漢文化轉向西化與現代化的時代。這些知識份子在面對傳統與現代的選擇時，並非從無疑慮與困惑。委託黃土水製作《釋迦出山》的艋舺仕紳魏清德，在大時代的衝突與矛盾中，仍舊秉持不應失去傳統的立場，思考臺灣社會面對現代化的正確態度。

魏清德出生於清光緒十二年（1886 年），經歷過從清領末期跨越到日本執政

時期的臺灣社會，他的家學源自父親魏篤生深厚的漢學素養，在當時已意識到日本殖民活動所帶來的西方科學對東方社會的影響。對於臺灣社會在接受西方文化上的態度，當時的臺灣文化圈曾有過不同觀點的討論。謝世英提及，在1920年以來的新舊文學論戰中，提倡新式文學的張我軍，批判魏清德是守舊與親日的。事實上，魏清德其思想富有傳統與現代兼具的文化特質，他所詮釋的現代性，是以與日本文化融合的西化思潮為出發，並與傳統文化及歐美文化進行對話的反身性理解。他認為無條件接受西方文明是不恰當的，應在科學、制度與實業方面追隨日本的西化態度，然而在文化方面，則應以自身的歷史過程與民族經驗為基礎，發展出屬於臺灣本身的現代化模式。

魏清德於明治卅九年（1906年）從臺北國語學校畢業，明治四十三年（1910年）便於日治時期臺灣最大的官方報社《臺灣日日新報》擔任記者，昭和二年（1927年）成為漢文部的主任，在漢詩界極為活躍，也時常發表文章評論藝術與文化。藝術的觀點上，魏清德對當時官辦美展所主導的繪畫風格略有微詞。他指出這些作品為了迎合審查的品味，以繁複的構圖及裝飾性色彩來呈現主題，這種過度的西化僅導致了與西方繪畫的相似性，而少了東方藝術特有的筆墨氣質。他雖認同西方藝術的寫實態度：「須由寫真入手，自形似而至於神似，由大眾美而至於高貴美。」而其中的繪畫精神，他認為應從漢文化的筆墨中

找答案，主張畫筆應從「書卷氣及書道中得來。」由此來看，魏清德的美術觀點，在現代化立場下將西方的寫實視為一種科學態度，然而在文化精神上，仍將筆墨視為象徵文化精神的符號。

藝術再現以及文化認同

黃土水的《釋迦出山》再度引導我們思考日治時期的臺灣文人所經歷的世界。當時間的洪流急於奔向下一個時代，我們該如何看待過去的自己？當我們重新觀察這些知識份子，並試圖理解他們在現代化過程中對於傳統的態度，便會發現即便新的文化模式激發了對舊文化反省，並不同於對傳統的揚棄。思考如何藉助新思維的啟發，展開有助於臺灣社會發展的進步模式，背後依舊涉及我們對於自身文化的認同與想像。

再一次地，步上御路旁的石階，站在龍山寺的大殿前，《釋迦出山》既是信仰的凝視，同時也是藝術的靈光。既是呈現出西方思維的理性，寫實、重視實際的身體結構，而其意涵，卻又是屬於東方的。日治初期，幼年的黃土水就讀公學校時，學校經常借用地方廟宇的空間充當教室，他所活過的時代，大半都浸淫在這種信仰熾誠所雕琢的工藝風景中，然而很快地，這些雕樑畫棟的民間技藝遇到了西方藝術的詰問。黃土水在作品中刻劃一個完整的時代觀點，富有地方的重量，同時也屬於那個不斷接受新事物的時代。

將這些文人輕易地歸類到傳統、維新、親日或守舊，並無法讓我們看見他們如何思考與回應，他們所面對的，甚至不只是「新」與「舊」的單純選擇。在大環境不斷往前時，如何能看到社會的需求，使內在文化價值在新的時代中產生積極的作用？這樣的理想看似屬於魏清德與黃土水的年代，事實上，也同樣地屬於我們的時代。我們對過去事物的思考挾帶著我們對於未來的想像，在學習新的文化事物時，模仿並不能滿足文化本身的進步，我們並不會成為另一個日本或是另一個西方世界，我們只能為成為另一個自己而努力。



龍山寺藏品檔案

編號：C02-00002

名稱：釋迦出山像

年代：1924~1927

尺寸：35*35*111(cm)

說明：此釋迦出山像為原件翻銅製品，原木雕作品為臺北仕紳魏清德為慶祝艋舺龍山寺改建落成，於大正十三年（1924年）發動募資委託黃土水雕製，並奉獻給龍山寺。此作的櫻花木雕原件於昭和二十年（1945年）受美軍轟炸時，同大殿一併燒毀。今另有其它翻銅製品收藏於臺北市立美術館、國立臺灣美術館與高雄市立美術館等處。

參考文獻

《臺灣佛教文化的新動向》。臺北市：東大。江燦騰，1993年。

《魏清德全集》。臺南市：臺灣文學館。黃美娥編，2013年。

《從追逐現代化到反思文化現代性：日治文人魏清德的文化認同與對臺灣美術的期許》。藝術學研究，8(5): 127-204。謝世英，2011年。

《臺灣美術史綱》。〈殖民體制與新美術運動〉。臺北市：藝術家。蕭瓊瑞，2009年。

佛性 成佛的因緣（上）

講述／鄭振煌 記錄／林雪紅

眾生皆有佛性。

佛性不是 Something（實體性），不是 Being（存有），是透過修行證而不證的。

一、前言

眾生是很無明顛倒的，很多佛教徒，學了一輩子的佛，還都不能真正的認識什麼是佛法，都是錯誤的知見。例如，佛法裡講「空」，但是大家都誤會了空；講「淨土」，大家也誤會了淨土。然而最大的誤會莫過於對「佛性」的認識，幾乎很少人真正理解到「佛性」的真義。佛性是漢傳大乘佛教及藏傳佛教最重要的概念，修行法門也都是以佛性為理論基礎。

中國人受到儒家及道家的影響，與佛性論最為相應，但是為什麼會誤解佛性呢？原因是佛法在東漢明帝時期，從印度東傳中國，由於印度佛教傳統的思想觀念與當時中國儒家、道家有很大的差異，再加上「秦人好簡」，不耐煩佛教典籍浩繁、涵義深微難解，為了讓佛法能為中國人所接受、存續下來，就不斷進行本土化的工程，於是發展出統攝在道家之下，圓融的中國佛教特色。而在這本土化的過程中，就把許多佛教的真實義給扭曲了，其中一個極大的扭曲就是「佛性論」。我們常聽到「一切眾生皆有佛性」，眾生本來都具有佛性，後來因為一念無明，遮蔽了佛性，所以才會煩惱無明，既而輪迴、痛苦。

二、內容

（一）佛性的含義

梵文 Buddha-dhātu 譯義是「佛界」或「佛性」，這是很重要、很尊貴的名詞。Buddha 指已經覺悟圓滿的人，自覺覺他，覺行圓滿。一方面自覺，透過戒定慧，禪修止觀，照見五蘊的無我，因而放下五蘊的執著，證得人我空；另一方面覺他，破法我執，證得法我空，時時清楚覺知，徹悟宇宙人生實相。了知人我空、法我空，空亦復空，空有不二，性相一如，繼而大慈大悲利益一切眾生，福慧具足，自覺、覺他行都圓滿了，就是佛。

大乘菩薩行六度（或十）波羅蜜：布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若。「度」，梵文波羅蜜（Pāramitā）是究竟、圓滿到彼岸的意思。般若波羅蜜，指用圓滿的般若智慧，行菩薩道，三輪體空，度盡一切眾生，一切不一不異，這是勝義菩提。

dhātu 翻譯成「界」，界既有「界限」、「範圍」、「相」的意思，又含有「因」、「性」的意思，隱含「性相不二、體用一如」、「一即一切，一切即一」的圓融思想。Buddha-dhātu 是佛性。佛性是成佛之因，眾生皆有佛性；圓滿的佛性、覺性，人人本自具足。成佛之後，自在無礙廣度眾生，莊嚴佛土，成就佛「法界」。

成佛的因緣

眾生要如何成佛呢？修行戒定慧，悲智融通，徹悟諸法實相，覺行圓滿就成佛了。

(二)佛性不是「存有」、不是實體

佛性是成佛之因，是可能成佛的性質，如果把佛性當成是有某個東西（Something），當成存有（Being），有實體在，那就嚴重違反了佛所說的「緣起」根本思想。有些人指責大乘佛法梵化、婆羅門教化，最主要原因就是誤解佛性，把佛性當作是 Somethingness（實體性）。

佛陀說法四十九年，一貫都是講「緣起」、「無我」、「空性」，揭示一切法畢竟空，一切法皆因緣和合而生，空無自性。空正見是佛法的核心，可是長久以來，大多數人還是誤解了空性。

(三)一切法無我

《大乘百法明門論》開宗明義就是——如世尊言：「一切法無我」。無我，非「常、一、主、宰」義，指沒有恆常不變、獨立存在、自己做主、支配宰制能力之實有者。一切法本性空寂，一切法分析到最後就是二無我：人無我、法無我。佛法一直在破除眾生的人我執、法我執，以證人我空、法我空。唯有證得人我空、法我空，才能夠放下妄想執著，真正解脫生死輪迴，遠離煩惱無明痛苦。而這種空是畢竟空、空復亦空，空有不二的。一切法本性空寂，無常、無我，故佛性也只是假名安立，緣起有，並非實有。

一切萬法都是在遷流變化 changing，生老病死的 changing，春、夏、秋、冬的 changing，白天、黑夜的 changing……沒有哪一件事物是可以永恆不變、自己可以做主的。一切法無我，萬事萬物一直在不斷變化中，如果我們無明，沒有智慧觀照到諸法實相，就會執著法為實有，因而愛取，造業、受苦輪迴不休。

臺灣寺廟三川殿的演變

文·插畫／徐逸鴻

三川殿是臺灣一般對廟宇前殿的稱呼。普通廟宇的正面寬度多為四柱三開間，有三個門可以進入，隱含「三穿」之意。三門之中，中門較寬，左右兩側門較窄，臺灣人習慣進廟走右邊（進廟方向來看）的龍門，出廟走左邊的虎門，至於中門則是給神明走的，一般人不適宜穿越。

三川殿在功能上兼有「門」與「廳」的功能，因此殿內必有一道隔牆。這道隔牆就是安裝大門的位置，又稱為秀面。作為廟宇對外展示的門面，秀面在大門外側的一面總是盡可能的精雕細琢，整間廟宇最精采的裝飾往往就在這裡，讓人未進廟前就已有深刻印象。

傳統的三川殿格局，從進深方向上來看，大致可分為用三柱與用四柱兩種。三柱又有前後對稱和前後不對稱兩種做法，而秀面通常是落在中央柱的位置。用四柱則格局較大，此時秀面跟著前金柱走，這就是三川殿基本的配置法。

這兩種格局的大木結構簡潔而清晰，除柱子外，還有棟架面、牌樓面兩部分。棟架面是主要結構，用料較粗壯厚實，並往往有著精細的雕刻，如瓜筒、束木、束隨等都可精雕；牌樓面在結構上是輔助地位，可大可小，以斗拱組相疊數層而成。

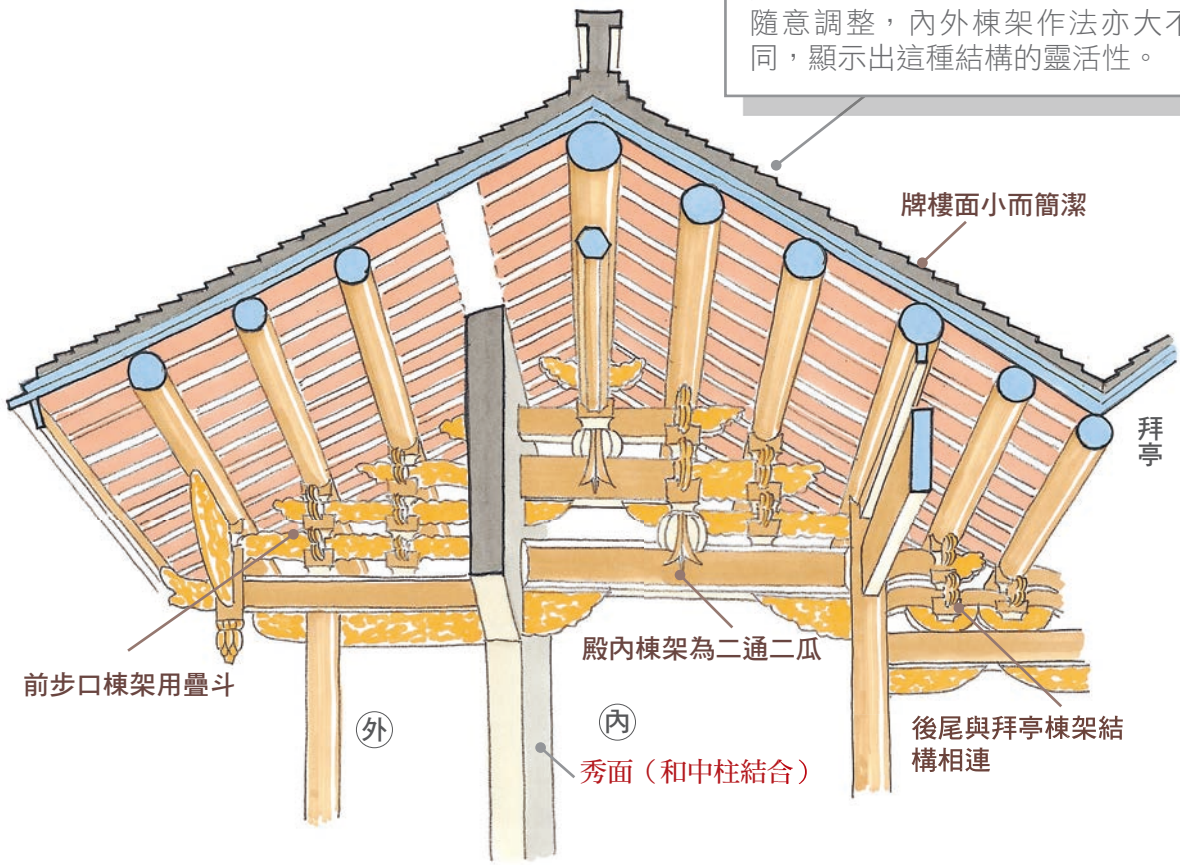
以上講的基本作法，為大多數臺灣傳統廟宇所採用。在這個基礎上，還發展出進一步的作法，陳應彬設計的北港朝天宮三川殿就是一個典型。採用的基本格局是用四柱，然而把棟架面中央抬高了，兩側較低，形成雙層屋頂，這就是假四垂格局。接著在牌樓面上增加了出跳的看架斗拱。這些拱都雕刻成螭虎紋樣，是陳應彬的招牌手法。如此便將基本型的三川殿妝點得十分複雜，現存日治時期陳應彬一派的廟宇許多都採用這種作法。

西元 1924 年落成的艋舺龍山寺三川殿則是另一種典型的代表。設計者為王益順，他慣用網目斗拱和各種形式的藻井來裝修室內。這些佈滿在殿內頂端各式各樣的斗拱，將棟架面和牌樓面遮住大半，形成了一種以斗拱組為主體的裝飾美學。日治時期以陳應彬和王益順這兩派風格迥異的匠幫為首，主導了日後臺灣廟宇建築的發展走向。

戰後初期設計建造的三峽清水祖師廟，無論在格局或細節上，都看得出以艋舺龍山寺為師。其三川殿內全部以網目斗拱和天花藻井裝修，棟架面和牌樓面已幾乎沒有區別，傳統大木結構的曲線美感也近乎消失了。這條轉型路線自艋舺龍山寺開始，到了三峽祖師廟而確立，並且大量使用在戰後出現的水泥廟宇上，成為現今臺灣廟宇主流風格。

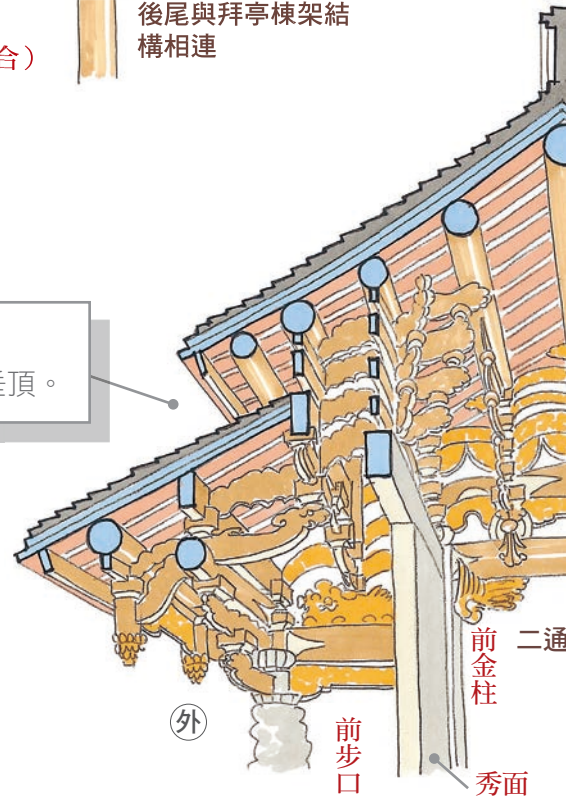
臺南三山國王廟三川殿（清）

用三柱，不對稱構形。中柱位可左右隨意調整，內外棟架作法亦大不相同，顯示出這種結構的靈活性。



北港朝天宮（1908-1912）

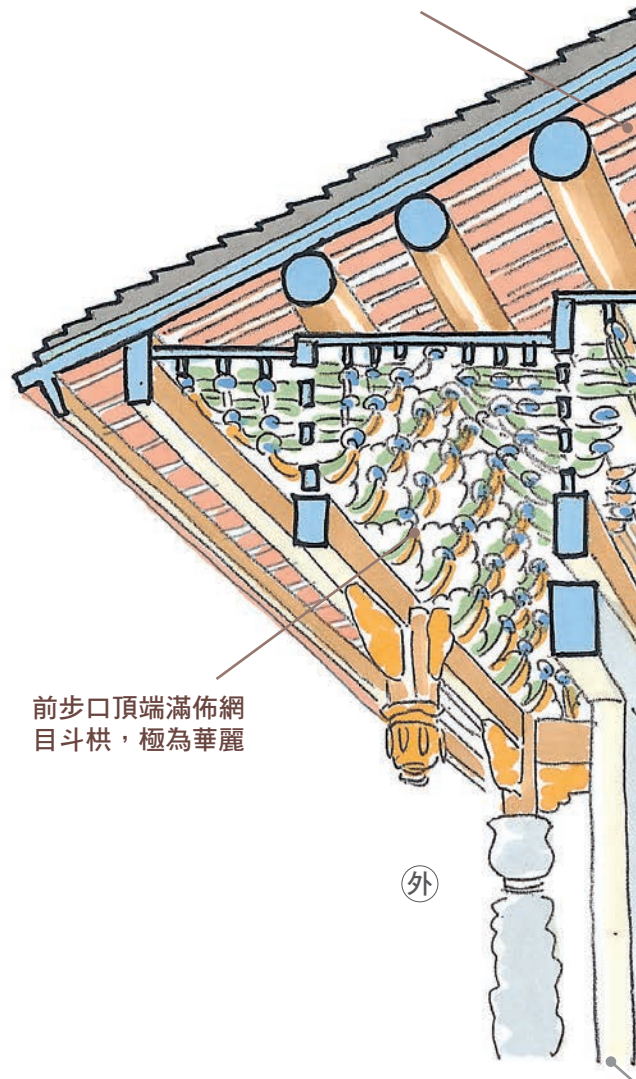
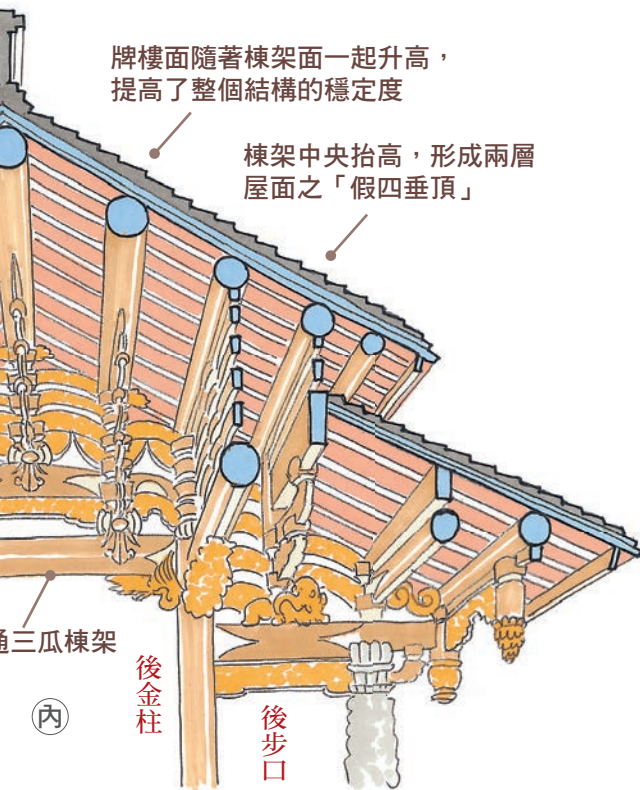
用四柱，左右對稱的假四垂頂。



此段加上看架，為實際所見的結構樣貌

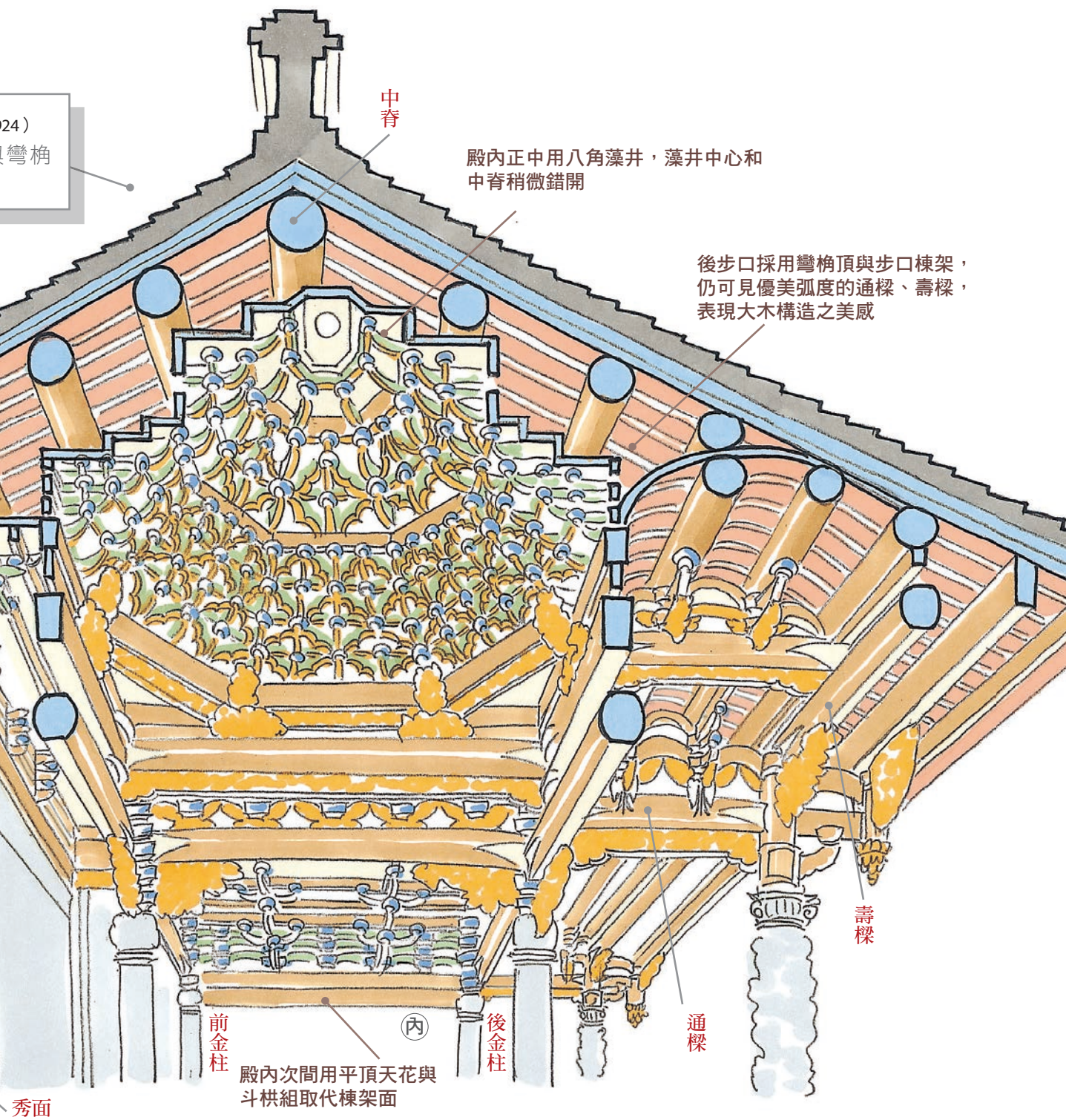
艋舺龍山寺三川殿 (1919-19)
藻井、天花、網目斗拱與
頂、棟架並用。

殿內外大半採用藻井、平頂天花和
網目斗拱，將屋樑遮掩住



此段將看架移除，顯示的是假四垂構造的基本型態

透視古建築



24)
彎栿

中脊

殿內正中用八角藻井，藻井中心和
中脊稍微錯開

後步口採用彎栿頂與步口棟架，
仍可見優美弧度的通樑、壽樑，
表現大木構造之美感

前金柱

內

後金柱

通樑

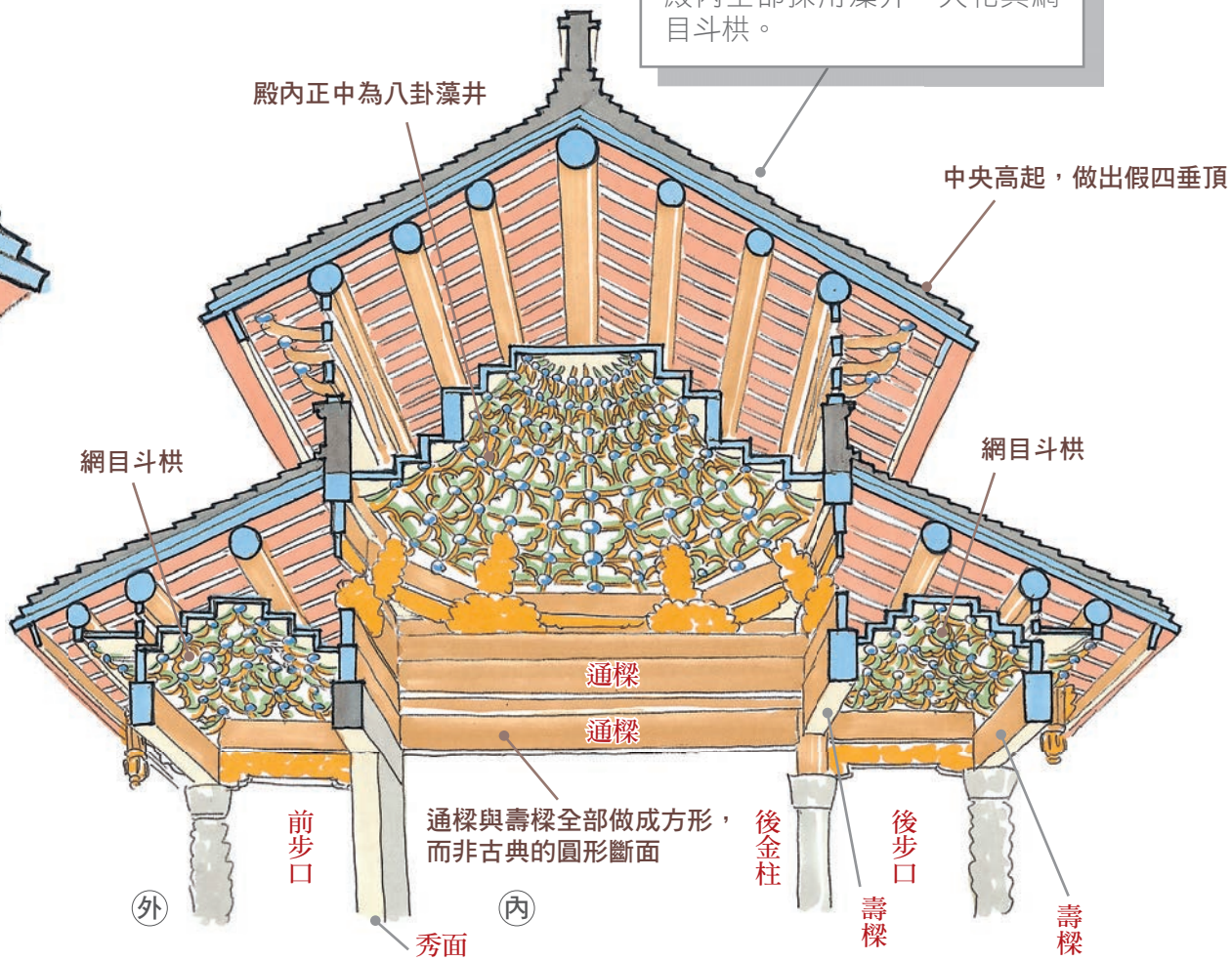
壽樑

殿內次間用平頂天花與
斗拱組取代棟架面

秀面

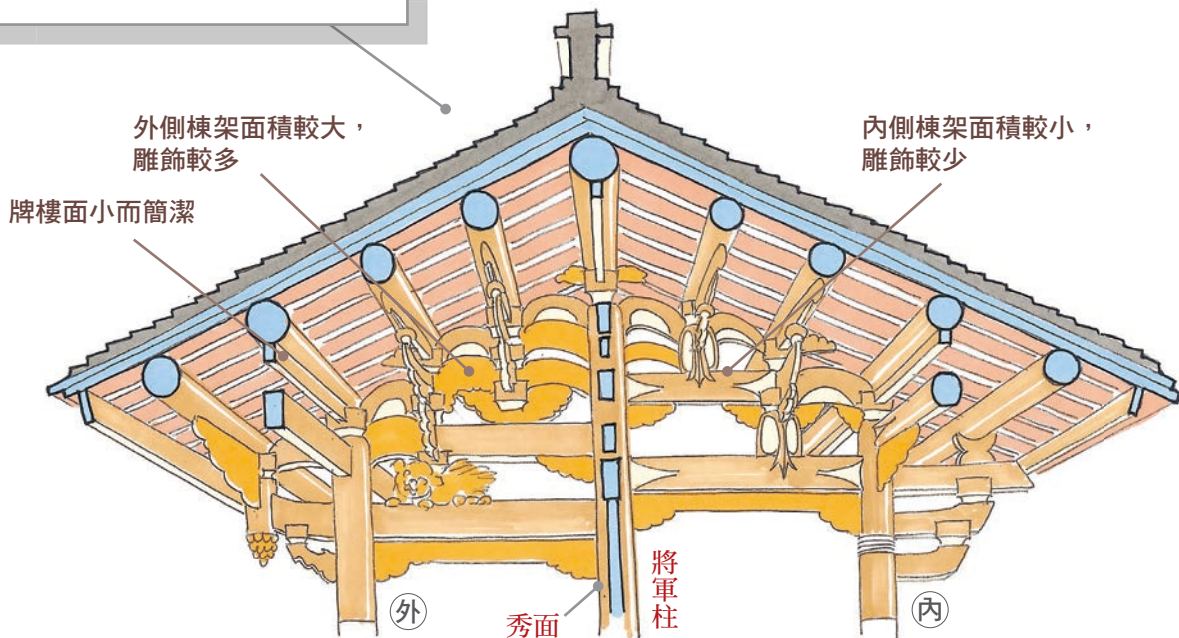
三峽祖師廟三川殿 (1947)

殿內全部採用藻井、天花與網目斗拱。



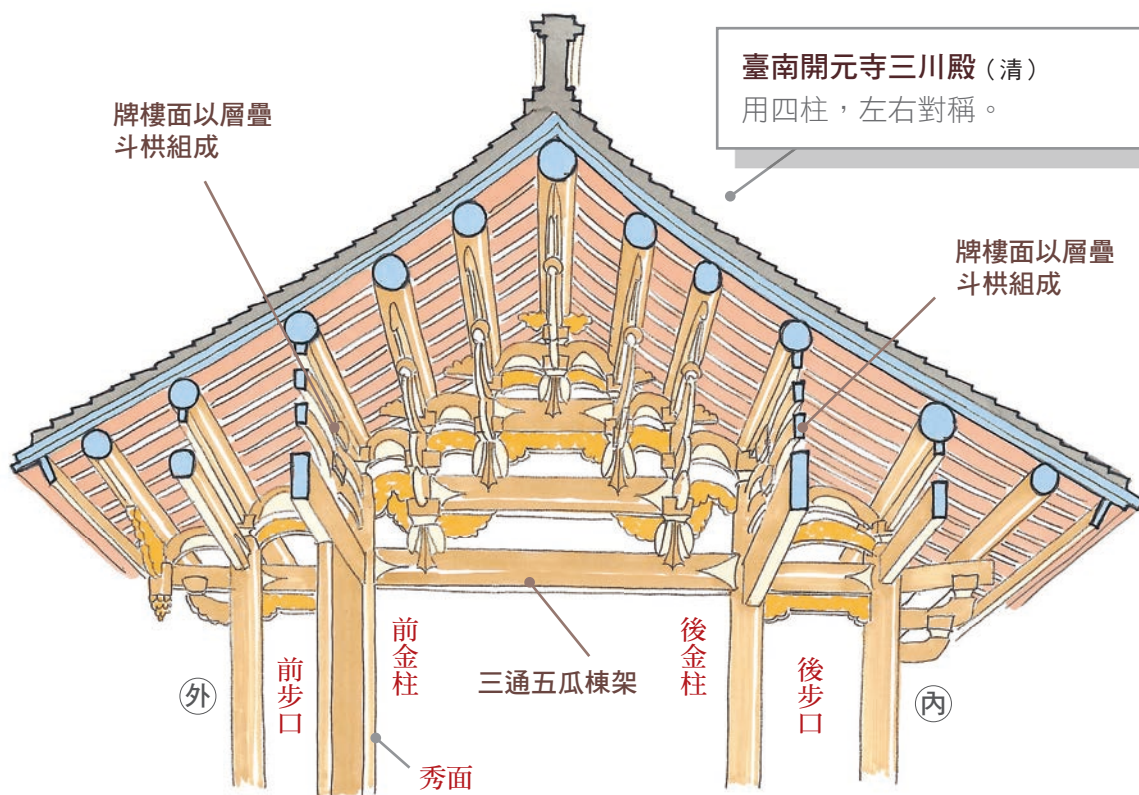
臺南孔廟大成門（清）

用三柱，對稱構形。但內外棟架作法稍有不同。



臺南開元寺三川殿（清）

用四柱，左右對稱。



「天」空，無以為「際」

從天際線議題看古蹟保存

天際線，係由城市裡的建築體與天空所組成局部或整體的結構景觀，彷彿天空被建築體的外廓線條切割，也像嵌合，遠近凸顯層次，是人為與自然的一種調和，視作現代文明城市的象徵。在微微仰頭的當下，除了叢林般一棟棟建築的拔高又密佈，一片的天空湛藍有雲，或者灰陰，才幻變出城市面貌。

文／鄭接黃 攝影／王靖婷





入口
ENTER



文甲山南山殿中存案
表寶蓋法雨濟時蘇了

猶得萬念別我心應
廣看靈燭 延壽



▲ 艋舺公園廣場與該案現況模擬，民國一〇四年二月版。

孤臣無力可回天

其實，天際線對於城市來說，是為繁榮發展的涵括，但城市的價值除了新興的開發外，也應保存某些原貌，也就是歷史層面，關乎時代感受，新舊並陳讓城市自是生命承繼的貫古通今，連結人與地方的共同經驗，這也是爭議文化資產的天際線之所以重要的地方。

臺北市萬華區龍山段一小段 266 地號等二十筆土地開發案，預定闢建十五層一般零售業集合住宅大樓，距艋舺龍山寺後殿僅約二十五公尺，建物的南向立面將形成新的天際線，站在艋舺公園廣場望過去，

影響原本地區風貌甚大。

對此，文史工作者高傳棋表示，民國七十四年公告艋舺龍山寺為國家保護之二級古蹟，其坐落基地劃設為都市計畫古蹟保存區，然而，古蹟的所在地區及毗鄰街廓卻未有地區整體發展構想，乃至於都市空間設計準則及相關法規，以致開發業者用「程序合法」及「開發權益」等理由拒絕協商方案，在無實質地權的條件下，只能採取軟性的勸導與建議。

該建案自民國 102 年 6 月 13 日至民國 103 年 8 月 7 日，歷經五次都市設計審議委



容積移轉沒有效

此議題在許多關注地方發展與文史研究人士奔相走告，投諸媒體論述，卻礙於《文化資產保存法》裡，所有條款主體設定皆在古蹟本身，對於古蹟周遭地區並無明確具體的保護制度，也因此，文化局並無實質的法令依據做為著力點，在該案的態度顯得消極，僅表達尊重決議，但希望透過容積移轉方案降低影響艋舺龍山寺的視覺景觀。

然而，長年參與萬華社區營造的劉建億規劃師提到，對於投入資金的業者來說，時間拖得越久，所負擔的成本及壓力越高，地主的開發權益延宕也導致整合變數越大。容積移轉之申請、管制等行政程序，或是變更設計方案等，皆需耗費時間也造成業者意願降低。另一方面，我們也必須審慎思考容積移轉的巨量容積，要如何消化？或是移轉到哪裡？是否又造成其他地區的都市景觀問題？建議主管單位必須研擬因應對策，並建立完備及良好的信任關係，才能讓政策美意發揮效果。

反思本案的情境，我們衷心期盼都市環境與文化資產的主管單位，未來能夠有更整合的整體規劃與審議機制，讓審議委員能有所本，也能減低可預見的古蹟及歷史建築周邊地區更新開發案的爭議。

員會審議，期間民國 103 年 4 月 10 日進行現地會勘，以及民國 103 年 12 月 29 日、民國 104 年 1 月 12 日兩次的研商會議，業者只願配合放寬建蔽率至 70%、樓高限縮至十二層並且立面依整體規劃設計，以求降低影響，成為艋舺龍山寺的背景景觀，並不以申請容積移轉以降低樓高至十樓以下為考量。

什麼是容積移轉？

容積指的是土地可建築之總樓地板面積，而容積移轉是允許原屬一宗土地可建築的容積，部份或全部移轉至另一宗可建築土地供建築使用，乃為都市更新的一種概念，整合地區土地利用。例如：A 地主依土地使用分區規定可建築一百坪，然而 A 地被列為古蹟禁建後，僅能建築四十坪，餘六十坪即能轉賣建商。建商在購買後，可用以增加其他地區的土地容積率，即增加建築總樓地板面積。

懸而未決怎麼辦

天際線在個案處理上，僅能參考都市計畫中的都市設計準則，並經都市設計審議委員會程序，而無通則可循。是因為都市設計必須考量到開發基地之於古蹟或歷史建築的特定方向，擇其視覺軸線，也須參酌古蹟或歷史建築的面積，環境不同，因地制宜，若冒然訂定通則，對開發者權益將造成極大衝擊，更是容易形成對立局面。

那麼開發將破壞艋舺龍山寺天際線的問題至今僵持沒有結果，有何解套方法？社區規劃師陳德君則認為「無解」，業者沒有違法，地主、在地居民、艋舺龍山寺各自立場也無集聚聲音，同時舉臺灣大學人文大樓興建爭議案為例，主張保留者和開發者，甚至空間使用者都應該被充份尊重，製造完整對話，怎麼在討論裡集結共識，打破「我聽你」或「你聽我」的二元對立，方能在進退維谷之際指引大家，開發要怎麼辦？古蹟文化景觀又要如何保存？

文化保存的挑戰

都說萬華區的居民是委屈了夠久，老舊殘跡處處顯見歷史裡曾經的一座商業中心，在九〇年代都市發展重心移往東區之後，承擔沒落破敗景象，背負三流（流氓、流鶯、流浪漢）地區的認定，即便有一段「軸線翻轉」的都市更新政策，以貫通康定路至萬大路（縱軸）、艋舺大道至中華路（橫軸），施行



臺灣大學人文大樓興建爭議案

臺灣大學為解決文學院空間不足的問題，規劃人文大樓建案，然而部分師生及校友認為該大樓若蓋成將破壞校門以及椰林大道的低矮天際線，造成景觀破碎化，爭議九年未果。於民國 104 年 4 月 30 日送交臺北市文化資產與都市設計審議委員會，現場聚集近百名正、反方師生到場聲援。

有高舉「我在臺大，我要人文大樓」的口號牌，並表達此案校方已經開過四十餘次的會議及公聽會，通過五次校務會議，在十次調整後，建案高度從原本九十公尺降到二十四公尺，高度顯然已經不是問題，若沒有這棟大樓，哲學系與人類學系被迫遷到水源校區，學生教學、老師研究皆深受影響，這才是問題。

但不少師生主張突出的建築體與周圍低矮校舍明顯不協調，建築體唐突也會導致壓迫感，透過發起「臺大校園，我在」的活動，呼籲師生對自身空間與人文關係的重視。



▲臺灣大學校門。

鐵路地下化、陸橋拆除作業，交通計畫則開通大眾捷運板南線西門站及龍山寺站，建立起萬華三大體系（北商業、中傳統、南住宅），甚至以「東西翻轉」為口號或目標，都未有實際助益改善環境，早已褪去流光熠熠的繁華，在地居民對於都更的期望可想而知。

以南萬華堀仔頭楊氏古厝為例，當開發衝突到文化古蹟保存，用居住機能的視角來看，綁緊的白布條上寫著：「房屋老舊損壞，全力支持都市更新」、「居住環境惡劣，堅決反對納為古蹟」，除了看到對文化保存的挑戰外，不正也是在地居民表露出自己心聲。

都市更新的迷思

「新」一定就是好？

當開發與文化保存拔河，同時扯動的是利益，也是期盼能夠與時俱進而不致於迷失方向，於是我們不禁要問：政府在都市計畫法之外，另頒布都市更新條例，推動都市更新，那麼都市更新的意義究竟為何？都市更新到底保障人民什麼權益？利益又是在誰的身上？能夠更新到什麼？是自己所居住的地方？還是整體環境？歲月留下的痕跡我們一再覆蓋，為什麼老舊了就一定沒有價值？是否這些問題的答案可以為我們鬆脫劍拔弩張的對立，同時引導向更好的可能？

只要「新」就能夠賺到錢？

陳德君提到，民間常聽「一坪換一坪」是當時政策為加速引導都更所提出的口號，然而在法規算式中，權利變換是以更新前後的「價值比例」做計算，而非「坪數」，是依據實施者（通常是建商）所委託估價師進行計算，估價結果各自不同。但對實施者而言，面對所有權人時，為回應政策口號且滿足想像，在前階段「事業計畫」計算時，便將自身建築成本與利潤轉嫁在向政府申請的容積獎勵中，以求取與所有權人協商時的最大籌碼。而政府審查容積獎勵的機制為合議制，都市計畫在審議中僅為參考，甚至都市計畫已過時。是以，會出現都更容積獎凌駕於都市計畫之上，造成未來地區環境的負擔。整體來說，一坪換一坪在執行面其實是奠基在「預

期容獎」與「無視對公共環境的影響」之虛幻基礎上，說是幻影也不為過。遑論都市更新究竟屬於政府公權力的規劃權？或者，政府介入了房地產市場的財務遊戲？

如果「西區東區化」，那原本的西區呢？

城市裡區域間自然有某種程度上的競爭關係，有些日新又變的興盛像站在浪頭上，有些老人般安靜地過了時間如退潮後的沙岸，如果不以「繁榮」做為唯一指標，而去直視本身具足的價值與特色，那麼所謂的「翻轉」，可能不再只是「再起」甚或東施效顰地操作皆未見其明。社區規劃師陳德君小姐提醒，如果你沒有辦法想像萬華裡失去目前這些景象，那我們就該重新去審視並思索都市更新之於萬華的意義。

「都市」更新？還是「建築」更新？

劉建億指出，既是「都市」更新，卻多只見點狀式的「建築」更新，而不見都市區域發展的願景內涵。放眼目前的更新個案，地主常處於被動；業者推案實施以合乎法令為低標、市場利潤為目標；主管的政府機關，在業務劃分的限制下、僅能以「審議」程序針對逐一個案檢視是否合法，耗費時間、人力與金錢的同時，試問：對於「更新」帶動都市再生的願景，關於人口、教育、產業、社會、文化各面向如何再發展，政府與社區是否有所準備？核心問題，值得我們深思。



主事者應有作為

當更新口號喊得震天價響，艋舺龍山寺天際線爭議透顯整體環境在面臨巨大又細緻的改動時，衝突不僅僅是新與舊，主事者能否見微知著地進行大架構的規劃，並確實執行公權力，減少阻礙都市更新發展的疑慮。文史工作者徐逸鴻表示，文化局及都市發展局應有橫向流通的資料建立，才能提高對舊城文化區域的敏感度，更能審慎地綜合評估，而不是像總統府後方蓋了高樓後，才意識到天際線的重要。

陳德君則認為製造空間對話可避免以影響力去壟斷發言權、操作走向，前提是一個願意對話並且能充份對話的空間塑造，才能引領議題推行共識。

特定專用區劃設

有鑑於經過抗爭後「大稻埕歷史風貌特定專用區」劃設，是臺北市第一處歷史

街區特定專用區，反觀艋舺做為臺北市內重要的歷史市街，街道巷弄乃至建築皆具足人文價值與集體記憶，文史工作者高傳棋、臺大城鄉所康旻杰老師等人與艋舺龍山寺希望提出訴求，要求臺北市府辦理艋舺龍山寺歷史街區細部計畫擬定。目標為新舊空間兼容並蓄、歷史街區動態保存，以人為主體，透過民眾參與過程研提實質空間再開發準則，藉此維持完整的都市紋理與既有社會功能關係，使地方歷史與文化持續在居民日常生活中實踐。另外，歷史街區本為時間變化的過程，應將計畫視為地方發展之契機，積極面對地方政治與社經議題，刻正進行地區歷史研究調查，以判定保存價值與界定計畫範圍，並因應地區整體風貌擬定都市設計原則，劃設不同層級之土地使用管制、景觀管制。

永存現狀或許在時代的演進下難以成全，然而一個城市進步的現代景觀，本就兼具新舊，既是舊有的傳承也嶄新地開創未來。



口中有良藥 叩齒可健身

文／周福寶 插圖／林秀欣 攝影／鄭接黃

我國古代養生之道，特別重視津液的價值。中醫學把唾液稱為「津液」，認為「津液乃氣血化生，口得此精華，脾胃得此而昌，水谷得此而化。」津液能滋潤皮膚、濡潤孔竅、滑利關節、充養氣血、補益腦髓、護養睛目、健脾助消化、補腎以延年，與人體的健康與養生有著密切的關係。所以古代養生家稱口中津液為「華池之水」、「瓊漿甘露」，中醫稱「金津玉液」。

舌之水組成活

漢字的「活」字就是「舌」旁加「氵」，表明唾液對身體的重要性。我國養生長壽十四秘訣、養生十六宜、健身十八法、九九還童功中，皆有「齒宜常叩」、「津液數咽」以及「叩齒、攪海、鼓漱、咽津」等明教。唐代醫學家孫思邈對「吞津練精養生法」做了總結概括，他在《千金要方》中指出：「人常朝朝食玉泉，琢齒使人丁壯有顏色，去三蟲而堅齒。玉泉者，口中唾也。朝旦未起，早漱津令滿口乃吞之，琢齒二七遍。如此者，乃名曰練精。」因此，晨起、飯後、睡前多做「叩齒」、「攪海」、「鼓腮漱口」數次後即可生津，待唾液滿口時徐徐咽下，咽時當汨汨有聲，並用意將津合氣直送至下丹田中，以引腎

水或湧泉水上潤咽喉、舌，養肺金、去心火、退胃熱、滋腎陰，以除消渴。

我國民間對唾液的作用早有認識，如用唾液擦皮膚可治蚊蟲叮咬、解毒止癢。舌舔脫髮處可促使毛髮再生，甚至可以防止皮膚衰老。飯前飯後生津咽下，可健脾助消化。睡前晨起生津咽下，可養生壯體、延年益壽。

唾液在消化中的作用眾所周知。一個人牙齒完好，吃飯細嚼慢咽，自然脾健旺、消化力強；吸收良好、營養充分；後天得養、正氣旺盛；免疫功能正常，抗病能力也強。反之牙齒缺損，吃飯狼吞虎咽，不能充分地咀嚼分泌唾液，增加了脾胃的負擔，久而久之，脾胃功能減弱，後天失養；正氣不足；免疫功能低下，邪氣則乘虛而入。

叩齒咽津咀嚼

中醫認為，唾液分為唾和涎兩個部分。唾生舌下，是腎陰所生；涎生於口，是脾胃所化。脾胃為後天之本，腎為先天之本。腎主骨，齒為骨之餘，齒與骨同出一源，皆由腎中精氣所充養。牙齒的生長與脫落，與腎中精氣的盛衰密切關係。所以經常叩齒不僅可以補腎固齒，防止牙齒鬆動、脫離與牙齦萎縮，還可以壯骨髓，防止骨質疏鬆、增生、變形等老化現象。

現代科學發現，唾液中含有澱粉酶、溶菌、鹼性離子和多種活性因子，不僅能幫助消化吸收、改善糖代謝、中和胃酸、保護胃黏膜、促進潰瘍癒合，還能殺菌、解毒、免疫、抗癌，促進細胞和組織再生。日本醫學家指出，唾液中的過氧化氫酶、過氧化物酶和維生素C等，抗癌能力很強，

能夠消除致癌物質的毒性。若每口飯能做到咀嚼三十次（約三十秒鐘），就可消除食物中的亞硝酸胺、黃麴霉素和苯芘等致癌物質，從而有效地減少癌症的發病率。日本科學家還發現，唾液中含有一種能使人保持年輕的激素——腮腺激素，這種激素能強化人體的肌肉、血管、結締組織、骨骼、牙齒的活力，尤其是增強血管彈性和結締組織的活力，保持皮膚的彈性，延緩老化，有助於保持機體的青春活動。美國科學家也發現唾液中的唾液生長因子能促進細胞生長分裂，使皮膚紅潤健美，對益壽延年大有好處。

可見叩齒咽津並經常咀嚼，既有助消化解毒防癌，還可補腎壯骨、堅持駐顏、養生防老、延年益壽。此為中國傳統延緩衰老術之一，若常久之，大有裨益。

「吞津練精」怎麼做？



STEP.1

步驟一：叩齒
即為「空口咬牙」，上下牙齒緩慢地輕輕叩擊，不可以過急過猛。



STEP.3

步驟三：鼓漱
口腔內用唾液鼓腮漱口。



STEP.2

步驟二：攪海
舌頭在口腔內舔磨內齒牙列，按摩口腔裡的粘膜和牙齦。



STEP.4

步驟四：咽津
將牙齒咬緊後，把唾液嚥下去。

甘霖天降

佛曆二二五九年 艋舺龍山寺浴佛節

文·攝影／鄭接黃

「我今灌沐諸如來，淨智莊嚴功德聚，
五濁眾生離塵垢，願證如來淨法身。」

民國 104 年 5 月 25 日（農曆四月初八）
晨早天陰微雨，虔誠信眾未及七點
即排隊等候，雙手合十，待法師誦經淨壇，
恭請太子佛身於大殿廣場花亭之中。

相傳佛陀降生於北印度迦毗羅衛國
（現今尼泊爾境內），時為國主淨飯王之
太子，命名悉達多。太子甫出生即行七步，
每一步的腳下皆綻生蓮朵，乃象徵超越六
道輪迴之苦，隨後環顧四方，一手指天，
一手指地，說：「天上天下，唯我為尊。
三界皆苦，吾當安之。」是時天撼地動，
四天王以十二種香湯淋沐，九龍亦吐水以
洗浴太子。為感念佛陀慈悲廣度受執迷愚
昧而苦的眾生，艋舺龍山寺於每年佛誕日
舉行浴佛節法會。搭棚下精心搭設的花亭，
三尊悉達多太子像安座其中，排隊信眾陸
續謹慎地舀上三瓢甘草香茹水，為太子佛
身灌沐，示現佛陀初誕的情景。

上午十一時，大殿內的祝壽暨浴佛典
禮，由艋舺龍山寺董事長黃欽山先生率領
董監事成員及全體同仁，誦禱祝文，敬獻
香花果茶，以及後來在一舀一淋沐的動作
之間，具體而微地象徵滌淨自我的塵垢憂
煩，煥發乾淨簡單的佛性，自在而清涼，
殊勝法喜。



▲ 澆沐太子佛身也象徵清淨自己。



▲ 董事長黃欽山先生恭讀祝文。



▲ 淋洗太子佛身的甘草香茹水香氣濃郁，有安穩心緒之效。

積善易俗

艋舺龍山寺響應 臺北市府香枝減量政策

文·攝影／鄭接黃

俗語雖說：「舊例無減，新例無設。」而改風易俗卻是為了讓社會朝向更好的方向進步。日前臺大醫院內科部及心血管中心醫師蘇大成發表研究，指出艋舺龍山寺周邊空氣的細懸浮微粒（PM2.5）濃度超高，易增加民眾罹患頸動脈硬化、高血壓等心血管疾病的機率。後經艋舺龍山寺董監事決議，並以擲筊請允觀音佛祖，宣布自民國 104 年 6 月 15 日起將寺內七座香爐縮減為三座，分別為觀音佛祖爐、天公爐、媽祖爐。

臺北市長柯文哲先生特於民國 104 年 6 月 15 日蒞臨艋舺龍山寺致贈「積善易俗」感謝狀，肯定寺方重視環境議題，共同維護臺北市的空氣品質。

未來寺方也將持續規劃，以香爐全部撤掉為目標，宣導合掌以心香祈願。另外



柯文哲市長（左前三）致贈「積善易俗」感謝狀於董事長黃欽山先生（右前二）。



副董事長黃書璋先生（左一）向柯文哲市長說明（左前二）寺方縮減香爐的施行方式。（楊育睿攝）



研究人員替香爐繫上文物典藏編號。

目前四座撤除的香爐將登錄為典藏品，以誌艋舺龍山寺二百七十六年來與時俱進，提倡環保意識的創舉。



宛如人生

廖瓊枝談歌仔戲唱腔身段之美

文·攝影／鄭接黃

戲走人生，而現實人生竟也如戲，是沒有劇本的一齣，或鹹酸苦澀，或甜香回甘，其中起伏有人說是命，但自己可以活得精彩也美麗。

民國 104 年 4 月 16 日快樂銀髮學苑邀請到臺灣第一苦旦廖瓊枝老師來談歌仔戲唱腔身段之美，從戲劇說唱，推演歌仔戲的進程，輔以示範唱腔及身段，同時還原時代背景，特別以女性視角色體察社會脈動，以戲劇投射情感，也透析自我的生命經驗，她分享，年幼雙親亡，由阿公阿嬤扶養，臺灣光復後阿公過世，十四歲時阿嬤也逝世，孤兒隻身流浪到劇團學戲。她說：「我是一個艱苦囡仔這一路爬起來的。」她感恩歌仔戲，在無所依靠的時候給了她一份指望。「我賺歌仔戲的錢，予我會使飼四個囡仔大漢。」受許常惠教授的啟發，六十六歲退休後生活反而忙碌，關懷本土文化，心繫傳承。「等到子兒攏脫離腳手，各自有家庭，我用我的時間回饋，為了臺灣歌

仔戲的文化我還有一點心。」廖瓊枝老師榮獲多項大獎，擔任指導老師帶領藝生，成立財團法人廖瓊枝歌仔戲文教基金會，她最後說：「我沒有財產，但哪裡需要我，我就去哪裡。」

苦旦之所以苦，身段之所以美，乃是了解人生實難，所以在反覆練習與琢磨之中謹慎細節，即便現實有些醜陋與不堪，戲臺上，仍是在舉手投足之間，款款生姿，美出一個自己，宛如人生。



快樂銀髮學苑

課程時間：每週四上午 9:45-11:45

課程內容：響應政府推動銀髮族長者終身學習政策，特開設「快樂銀髮學苑講座式系列課程」，包括生機飲食、醫學保健、用藥觀念、疾病預防、法律常識、心靈滋養、音樂欣賞、異國人文介紹等，內容豐富，鼓勵銀髮族走出家庭到社區繼續學習。

追尋佛陀教法之真義

日本禪宗東隆真禪師與臺灣原始佛教隨佛禪師 聯合示禪

文·攝影／鄭接黃



由 艋舺龍山寺主辦、中華原始佛教會協辦之「追尋佛陀教法之真義」講座於民國 104 年 5 月 13 日在艋舺龍山寺板橋文化廣場七樓大會堂舉行，特別邀請到日本東隆真禪師與臺灣隨佛禪師聯合示禪。隨佛禪師開宗明義即說到，許多人以為這是一場辯論法要，實則不然，佛法本身是給予人們利益的，不是給人比較輸贏高低，應該打破門戶之見，在善知識之間和氣一片。

講座中，東隆真禪師從佛教發展切入佛法的觀察與闡述，在沒有「異他」的根本追尋，才是原始，體會諸行無常、因緣

聚散有時，以略述日本曹洞宗創立者道元法師參學如禪法師的歷程，授得「跏趺坐是古佛之法，參禪是身心脫落，不是燒香禮拜，念佛，修懺，讀經，而是只管打坐，才能證得。」

之後隨佛禪師延續「禪」的意涵並補充說法，在「什麼是禪」的問題下，破除迷思與固執，不是宗教信仰、不是一般的思考方式、不是神秘經驗、不是什麼都不想就體驗得到，更不是一個完美的世界。禪，是平常的人生、正確的生活。從面對、觀察、明白現實之真實，開展「接納現實、真實」的認知與心境。



隨佛 禪師

中道僧團導師
中華原始佛教會導師



東 大山主 隆真 禪師

日本 大乘寺 山主（住持）
世界禪中心創辦人



相濡以墨

第三屆艋舺龍山寺盃全國學生書法比賽

文·攝影／鄭接黃

書法執筆的基本原則：指實而掌虛。即以指著力，掌空則易使運筆流暢。執筆書寫，也相當是一種人生哲學的提示，虛心，方能擁有彈性空間，輕重揮灑得宜自如。

本屆書法比賽全國共一千兩百九十七件作品參賽，經初審遴選出兩百位學生，分為國小中低年級組、國小高年級組、國中組、高中組，於民國 104 年 5 月 24 日在艋舺龍山寺板橋文化廣場進行決賽，現場學子皆凝神專注，揮筆勁運古今詩詞或龍山寺之楹對聯，並經邀請之林進忠、林隆達、施伯松、高明達、陳維德、張自強、張炳煌、黃智陽、蔡明讚、簡英智（順序依姓名總筆劃由少至多排列）十位專家學者討論，評選出優秀作品。同時，設立「傳書獎」肯定指導老師對書法教育之貢獻，於頒獎典禮共同表彰。

艋舺龍山寺除了秉持承繼傳統文化的理念，希冀學子們從書法藝術裡學習到東方亞洲文化的核心價值，更是期盼透過舉辦書法比賽，彼此能以謙遜內在，分享交流也一同成長。

相關得獎訊息詳見艋舺龍山寺板橋文化廣場網站：<http://www.lungshan.org.tw/lungshan/>。



▲評審以積分方式討論出最終得獎名單。



▲全國高中以下學子現場揮毫。



▲全體於頒獎典禮後合影。

龍山寺近期活動及慶典預告

日期	名稱內容	地點
農曆六月廿九日~七月三十日 (國曆 08/13 ~ 09/12)	中元盂蘭盆勝會	本寺
農曆七月廿四日~七月三十日 (國曆 09/06 ~ 09/12)	超薦法會	地藏王廟
農曆九月初一日~九月初九日 (國曆 10/13 ~ 10/21)	藥師法會	本寺
農曆九月十六日~九月十八日 (國曆 10/28 ~ 10/30)	觀音會	
農曆九月十九日 (國曆 10/31)	觀世音菩薩出家紀念日	

艋舺龍山寺板橋文化廣場

日期	名稱內容	地點
07/02 (週三) ~ 10/07 (週三)	104 年度社教研習班靜態成果展	5 樓展覽館
08/23 (週日) 13:00-17:30	104 年度艋舺龍山寺板橋文化廣場 社教研習班動態成果展	7 樓大會堂
08/10 (週一) ~ 08/16 (週日) (10 日 08:00 報到) (16 日 17:00 圓滿)	七日禪	10 樓佛堂
08/22 (週六) 09:00-17:00 (8:30 開放入場)	地藏經共修	10 樓佛堂

※ 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