

文／林佳谷 台北醫學大學公共衛生學系

# 一幅「圓滿自在」的畫面

拙作《圓滿自在》乙書完稿後（Dec. 2005），就是面對封面設計的挑戰，經過2個月的揣摩，在自助、人助、天助諸多因緣的俱足下，終於有一幅法喜充滿的畫面，作者的心境、書中的內容與一個形而上的境界，充分地呈現出來，自己看了滿意喜悅，眾多的旁觀者也能欣然接受，真是圓滿自在。

海邊的「兩石相依，海闊天空」是整個畫面的主要內容，兩顆鵝卵石面向著壯麗的海天美景，代表著小我與浩瀚大空的對話，此景與《縱遊天海》（2004）的封面，在藍天白雲中一顆飛行中的熱氣球，是異曲同工的姐妹作。

健康(Health)、快樂(Happiness)、希望(Hope)，「3Hs」的號角響起，是本書的開頭，針對全民健康的願景而申論；「觀雲的日子」是本書最後結尾，提到退休生活的自在逍遙。畫面相依的大小兩石，直覺地就是親密、保護、交心、託付、信賴等的感覺，也就是「希望」的象徵，擬藉著代表「希望」的兩顆鵝卵石，向大自然做無限的觀想，此與《佛說觀無量壽經》中觀日、觀水、觀地、觀樹等十六觀的意義相符。

封面色系頗能代表作者在成書時的心情。在人生過一甲子將屆退休之際，正代表秋收楓葉泛紅的時刻，也是含飴弄孫的溫馨時光。筆路藍縷以啓山林為勞工生命尊重的吶喊（拙作《尊重生命與增進生產》，協志叢書，1972）與綠生活（體內外環保）、百齡壯年、醫院無病房等「三→四→五」為全民健康的奮戰（拙作《醫院無病房》，合記，2001）的路子已走過，這兩本書的封面是淺綠與深綠；在足跡所履與空慧靈動下所作的《縱遊天海》（靈芝文摘社，2004年），是藍色封面色系，今天藍、綠顏色對我來說都太沉重，我想爐邊促膝談話的溫馨，與漫觀天外千變萬化的霞光雲彩，是我今日最想要的。太陽有浮沉昇降，旭日東昇對我來說太耀眼，夕陽西下則言之過早，今僅願



意以「海闊天空」的心境來面對。

畫面的素材來自許多的偶然：兩顆鵝卵石檢自台東三仙台海邊；日出雲海相片是何社長永慶在印尼峇里島的佳作，以上動作原本皆出自無心。如今經過整合，它默默地闡揚了：「觀雲、觀日、觀海，觀自在；健康、

快樂、希望，圓滿自在」的境地。何社長夫人王青瑋女士的書法，有目共睹，承她為書名題字，全書的精神更為之突顯，「圓融」與「謙受益 滿招損」的精神更在「圓」大「滿」小二字中表達出來。

說起書名英譯部分，「Care-free of Body and Mind」，更有它取經領悟的心路歷程。在數年前一次參訪美·德州·休士頓佛光山分院時，見到大雄寶殿入口前有星雲大師「身心圓滿自在」的題詞，以上的英文字就附在下邊。當時祇是高興“care-free”可以用在「林氏鼎的哲學」圓滿自在境地的英譯，這是文字般若的階段。一直到2005年日本九州熊本「御幸之里」健康安養照護中心參訪時，才真正悟出了「無情最是有情」，不是不關心，而是你、我、他都已好到不必去操心，從‘3Cs’ (to cure, to care, to console)到‘0 C’ (no C)的境地，是‘care-free’。此一字的原意是不理不睬，用時不可不慎，這就是「無」境界的頓悟，也可以再度說明老子「無為」或「醫院無病房」的意義。

西洋藝術史，20世紀初期有杜象(Macel Duchamp, 1887~1968，在法國出生之美國藝術家)，在1917年以一男性便器(urinal)安裝在一木板上，題名為：‘Fountain’ (泉)，寄送紐約參加美術展，掀起一陣「達達派」藝術浪潮 (Dadaism, 風行於1916~22，字源學〈meaningless babble, 如嬰兒之牙牙學語〉)。雖然這回兩石相依的創作，有達達派的類似，不過從以上過程的描述，絕非祇為標新立異的臨時起意。