

中台山

釋惟覺  題

〔本期主題〕

正面思考的力量

〔中台廣傳〕 中台禪寺一百年度夏安居供佛齋僧暨各精舍禪修班聯合結業頒證法會

〔正法眼藏〕 《六祖壇經》懺悔品（一）

〔佛典故事〕 醉翁受五戒得解脫

〔普台教育〕 普台國小、國中九十九學年度聯合畢業典禮



中台禪寺落成十周年慶祝法會暨 一百年度護法總會及各精舍護法會頒證大典 夏安居報恩藥師圓滿法會 盂蘭盆供佛齋僧法會 聯合通啓

「十年樹木建叢林，百年樹人立法幢」。中台禪寺自民國九十年落成啓用至今已屆十年。在導師 上惟下覺大和尚慈悲願引領下，四眾弟子協力同心，無論是「佛法學術化、佛法教育化、佛法藝術化、佛法科學化、佛法生活化」五化弘法均現豐碩成果。值此殊勝因緣，謹訂於八月十三日舉行「落成十周年慶祝法會」暨「一百年度護法總會及各精舍護法會頒證大典」。

為感念導師 上惟下覺大和尚法乳慧命再造之恩，四眾弟子於五月七日至八月十四日啓建「夏安居報恩藥師法會」，將於八月十四日圓滿回向。時維本寺僧眾結夏安居九旬功德圓滿，謹詹於八月十四（農曆七月十五）日啓建「盂蘭盆供佛齋僧法會」。際此法會期間，將恭誦《藥師經》、《盂蘭盆經》及供佛齋僧、大蒙山施食等法事，祈仗三寶慈力加被，薦拔累世父母業障消除、超生善道，現世父母增福延壽、吉祥平安，並以此嚴淨功德上報四恩、下濟三有，回向世界和平、國泰民安，法界有情悉發菩提心，共入性海。屆時殷望十方大衆闔府蒞臨，拈香參禮、聞法共修，深植淨因，廣結善緣，共證菩提。

【法會程序表】

八月十三日（六）

- 09:00~11:30 護法會頒證大典
- 10:00~15:30 園遊會
- 11:30~14:00 趣味競賽／藝文表演
- 11:30 十周年慶祝午宴
- 15:30 頒獎／大會武
- 18:30 十周年慶祝晚宴

八月十四日（日）

- 09:00 藥師報恩法會／盂蘭盆法會
- 12:00 供佛齋僧
- 13:30 三皈五戒
- 16:00 大蒙山施食法會
- 20:00 騎牛歸家



中台四箴行

對上以敬
對下以慈
對人以和
對事以真

釋惟覺
題書



中台禪寺開山方丈 上惟下覺大和尚德相

目錄



04

【中台廣傳】

中台禪寺一百年度夏安居供佛齋僧暨
各精舍禪修班聯合結業頒證法會

編輯部



11

【正法眼藏】

《六祖壇經》懺悔品（一）

編輯部整理



48

【普台教育】

普台國小、國中九十九學年度
聯合畢業典禮

編輯部

- | | | | |
|----|--------|----------------------|-----------|
| 07 | 【中台廣傳】 | 中台禪寺一百年度佛國巡禮接待人員培訓報導 | 編輯部 |
| 25 | 【本期主題】 | 正面思考的力量 | 編輯部 |
| 26 | 【本期主題】 | 萬善圓彰 | 上惟下覺大和尚開示 |
| 28 | 【本期主題】 | 好與壞 | 見鉢法師 |
| 30 | 【本期主題】 | 境界的善思惟 | 見真法師 |
| 33 | 【本期主題】 | 改寫人生劇本 | 見風法師 |
| 35 | 【本期主題】 | 善能分別諸法相 | 傳照 |
| 37 | 【本期主題】 | 挑戰慣性思考 | 傳藝 |
| 38 | 【本期主題】 | 走向人生的康莊大道 | 傳宴 |

- 39 【本期主題】 當我遇見佛陀 傳施
- 40 【本期主題】 非關外境 淨穢由心 傳歸
- 41 【生活啓示錄】 眼鏡 見箭法師
- 42 【佛典故事】 醉翁受五戒得解脫 編輯部
- 44 【佛學院園地】 覺心觀照 中台佛教學院
- 46 【健康素食】 夏日美饌 編輯部
- 52 【紅塵清泉】 普圓精舍十周年慶啓建報恩梁皇消災超薦大法會 普圓精舍提供
- 54 【精舍活動預告】 精舍課程及活動快訊 編輯部

編輯手札

《大般涅槃經義記》云：「眾僧如田能生福故，殖福之人如似田夫，供僧生福如種稻穀。」本寺一百年度夏安居供佛齋僧暨各精舍禪修班聯合結業頒證法會，於五月二十八日起至六月十二日，共分六個梯次舉行。各精舍禪修班學員及居士大德，把握成就護僧安居的殊勝因緣，回山參加供佛齋僧法會、禪修班結業頒證、福慧出坡、佛國巡禮、拜鐘、朝山等活動，期令福慧俱增，災厄消泯，早日圓成菩提。

人生不如意事十常八九，如何正面看待生命中的挑戰，把它當作最佳的學習機會，除了需要面對問題的勇氣，還要有正面思考的復原力。本期主題「正面思考的力量」將以深入淺出的方式，讓大眾了解佛法「四正勤」對於生命的意義，並親身體證：改變思路，人生就有出路！

普台國中部第三屆、國小部第六屆畢業典禮，於六月十八日舉行。創辦人^上惟^下覺大和尚勉勵學子「百尺竿頭再進步」，立大志、做大事、成大功、立大業，落實校訓「敬、慈、和、真」，成爲社會精英、國家棟樑、世界公民。普台多元智能、適性發展的環境，造就普台學子的通才器識，除能獨善其身，且能兼善天下，必能招徠世界的青睞，真正成爲未來的主人翁！



中台禪寺一百年度夏安居供佛齋僧暨 各精舍禪修班聯合結業頒證法會

文／編輯部

炎夏期間，出家僧眾為護生而結界安居，是佛陀千年來慈悲的訓誨。古來，佛弟子依制結夏，安禪修身，明悟心性，獲證道果者不計其數，是故，安居期間檀越供養助道，福不可量。

夏制安居 齋僧助道

本寺恪遵佛制，於每年農曆四月十五日至七月十五日結夏安居，千餘位僧眾九旬中收攝身心，於法界內清淨共修。安居期間，各精舍護法善信無不把握此一年一度的清淨因緣，成就護持僧寶結夏的殊勝功德。

一百年度夏安居供佛齋僧法會，自五月二十八日起至六月十二日，共分六個梯次舉行。每逢週末，皆有數十家精舍、數千位居士大德，來山參加此一盛會。法會

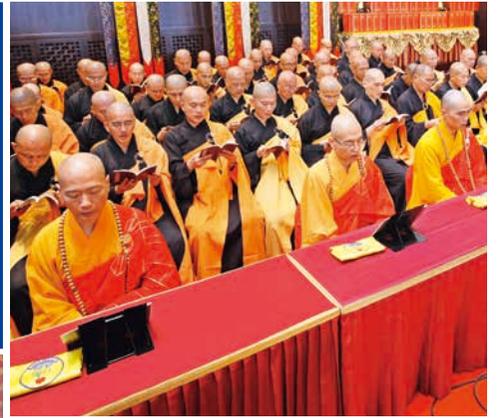
過程中安排種種活動：供佛齋僧法會、禪修班結業頒證、福慧出坡、佛國巡禮、拜鐘、朝山等，令與會大眾成就護僧安居之功德，植福增慧。

每一梯次的供佛齋僧法會，各精舍護法檀越雲集，諸多社會賢達亦蒞會參與。上午九時三十分，各精舍聯合供佛齋僧法會在五樓大禪堂及菩提講堂同時展開。清淨的梵音中，住持見燈和尚以香花燈果獻供十方諸佛，與會貴賓及各精舍學員亦一一上前，以最誠摯之心供養諸佛菩薩，為世界、國家及一切有情祈增平安與福慧。隨後恭誦《藥師琉璃光如來本願功德經》，祈仗藥師如來慈悲願力及大眾共修功德，回向法界一切有情，災障蠲除，隨心滿願。

法會中，住持和尚開示大眾：成就一



住持見燈和尚帶領與會大眾獻供十方諸佛，並恭誦《藥師經》，為世界、國家及一切有情祈增平安與福慧。



場殊勝莊嚴的法會，需要眾緣和合，仗著佛力、法力、自性功德力，以及每位參與者的努力與發心，依教奉行，才能感應道交，殊勝莊嚴的法會才得以成就。「佛說一切法，為治一切心，若無一切心，何用一切法」，如來應機設教，開立八萬四千法門，巧設種種方便，就是希望大眾最終皆能離苦得樂，契悟人人本具的清淨心，究竟圓滿如意，成就佛道。所以，修行要向上一路，就須在因地廣積福慧資糧，效法菩薩廣修六度萬行，修福德，修智慧；更進一步，以知恩、感恩、報恩之心，報答三寶、父母師長、國家、眾生四重深恩。所謂「一日之所需，百工斯為備」，國家、社會的安定與進步，皆靠大眾共同努力而來，得之不易，需要善自珍惜。近日的社會亂象，就是因為不肖的商人忘失了根本，忘失了世間的種種成就需依

靠共同的善緣，仗因托緣所生。大眾彼此息息相關、休戚與共，因此，眾緣和合，事業才能成就，成功、富貴才能隨之而得。

開示圓滿後，隨即舉行齋僧大典。《佛說布施經》云：「若以上妙飲食供養三寶，得五種利益：身相端嚴，氣力增盛，壽命延長，快樂安隱，成就辯才。」數千位護法居士洋溢著法喜，扶老攜幼，依序進入齋僧會場，以清淨、感恩之心頂禮十方佛法僧常住三寶。法師們結齋祝願後，大眾居士齊聲稱誦觀世音菩薩聖號，以虔敬之心供養眾僧。

落實願行 廣集福慧

晚間八時，於般若講堂舉行「一百年度各精舍聯合結業頒證法會」，住持和尚授予各精舍禪修班學員結業證書。典



1. 每一梯次供佛齋僧法會，數千位護法檀越以清淨、感恩之心頂禮十方佛法僧常住三寶。
2. 各精舍聯合結業頒證法會中，住持和尚開示正知見的重要性。
3. 大眾拾級而上，朝禮自性靈山。

禮中，住持和尚讚歎學員們的精進用功，也提示大眾：平時在禪修班聽經聞法，建立正知正見，對於自己的真生命、安身立命的根本，以及為人處世的進退之道，有了正確的觀念，就是智慧。大眾都有智慧心，契悟自己的真生命，就能在世間進退有據；在世間進退有據即可消災免難，增福延壽，吉祥平安，萬事如意。每個人都有佛性，但也都有煩惱，乃至過去習以為常的錯誤觀念、想法、行爲，使我們輪迴受苦。修行學佛，聽經聞法，能使我們洞悉世間萬事萬物的真正本質，使我們不會錯判、誤認，不再輪迴受苦。修行學佛、追求真理的價值，就在於此。所以，佛法值得我們追尋及深入。

晚間九時三十分，大眾齊聚實相台拜鐘，隨著叩鐘聲，默誦鐘聲偈及佛菩薩聖號。聽聞鐘聲的同時，虔心發願，以知恩、感恩、報恩之心，學習諸佛菩薩的悲心願行。週日清晨五時，大眾抖擻精神，至誠發願朝禮靈山。一天的起始，口誦聖號，身行禮懺，身口意三業沉浸在清淨的法界當中。

「施者受者，俱獲五常，色力命安，獲無礙辯」，安居期間，大眾以恭敬虔誠、歡喜之心回山參與供佛齋僧法會，四事供養，供佛及僧，廣積福德；同時聽經聞法，朝山禮拜，出坡作務，以身體力行儲備深厚的修行資糧；更進一步以廣大願心，在心性上持續精進不懈，勤修智慧，無諸煩惱，圓成福慧，實是自利利他菩薩行的具體實踐。





中台禪寺一百年度 佛國巡禮接待人員培訓報導

文／編輯部

本寺融合傳統與現代的建築特色，吸引來自全球各地人士前來參訪，每月參訪人數達數十萬。為增進參訪者對建築中佛法意涵的認識，自九十七年底開始，本寺巡禮解說員及接待人員，陸續進行三期的初階、進階及高階培訓。授課教師除本寺法師外，亦包含相關專業領域學者、專家，期使學員透過多面向的學習，培養導覽技巧及臨場反應能力，並充實解說的內涵，令來訪者皆能歡喜入佛門。

今年四月底起，舉辦「中台禪寺一百年度佛國巡禮接待人員夏季課程暨新進人員培訓課程」，內容包含中台創建緣起簡介、中台弘法理念、禪宗法脈、佛教史、佛教藝術，以及解說概要、解說研討、導覽實務、隨團實務、服務台與殿堂關照實

務、醫療與法律講座、國際接待禮儀等。豐富多元的課程，讓學員們得以為提升導覽內涵及接待品質作最充分的準備。

由於來自世界各地的參訪人數持續增加，因此，第三期增加了英文佛國巡禮解說員的培訓課程。英文解說員個個認真學習，並共同發願接引更多外國人士認識中台，將佛法推廣到全世界，共結歡喜緣與無上法緣。結訓茶會中，副住持見尊法師肯定與讚歎每一位學員的發心，並期勉大眾用心學習，共同成就「廣學多聞，增長智慧，成就辯才，教化一切，悉以大樂」的菩薩願行。

佛國巡禮菩薩團隊，凝聚著大眾護法護教的發心與願心，真誠投入，無私付出，期引領一切有情入佛法界，體悟清淨

自性，同登覺岸。

學員心得

普民精舍／傳思 在這兩年的培訓、實習、正式帶團期間裡，總是不停地檢視自己是否依舊初心不變；並且追問自己：「我是爲了什麼而來？」「如何化壓力爲動力？」當我將自己像剝洋蔥似地層層剖析時，最後發現的，竟是一份輕安自在。

普剛精舍／傳廓 在導師上惟下覺大和尚的禪法中，在中台佛國巡禮的發心中，我找到新生命、真生命，也找到努力的方向及目標，從此放下執著，直下承擔，不忘初心，也不忘受菩薩戒時所發的四弘誓願。

普民精舍／傳琴 參加佛國巡禮照客培訓是一種學習：從課程中學習、從法師身上學習、從照客菩薩的互動中學習、從來訪的遊客身上學習……。最重要的是，這是一個善的場所，學習的成果必然也是善的。

普真精舍／傳若 雖是在道場布施時間及體力，收穫最多的其實是自己。待人接物的細行、舉手投足的威儀、說話音聲的語調……都有學習、成長的空間。師兄們的善護念及互相的鼓勵，都是推動團隊前進的助力。希望竭盡自己所能發心奉獻，也希望有更多師兄投入佛國巡禮的陣容，與來自世界各地的菩薩結緣，將佛法弘揚於世界五大洲。

普成精舍／傳所 佛國巡禮照客培訓，開啓了我學佛的另一個里程。定期回山發心當照客或帶團解說，跟大眾廣結善緣、法緣，無形中加深對佛法的認識及對中台禪寺建築和佛像藝術的了解，也更深刻地感受到導師的悲心願力，以及推廣佛法五化的用心。

此時，體悟到：過去執著於大富大貴、功成名

就，卻不知世間財富有如過眼雲煙，萬貫家財不如功德法財。只有修行學佛，真實地面對自己，修正、改過，提升自己，讓生命因爲與佛法相遇而光明，才是一生都受用的財富，也是代代相傳的傳家寶！

普濟精舍／傳旭 「因爲相信，所以堅持；不斷努力，所以成功；因爲用心，所以開心；因爲付出，所以傑出。」在利他自利的菩薩行中，除了勇猛的初發心外，更重要的是長遠心。因此，對於發願、對於從利他中完成自利的道理，要深具信心，更要時時刻刻返照自心，省察自己那念心是否被來來往往的「境界」所轉，是否能夠作主，不爲所動！

普民精舍／傳照 每次都用真誠的心，爲絡繹不絕的參訪者解說，希望透過詮釋，在他們的心中種下一顆菩提種子，有朝一日開花結果，圓成佛果。

普天精舍／傳舉 透過種種薰修，祈願站在中台的殿堂，能將佛法提綱挈領地傳達給來訪者，使其法喜充滿，並進一步親近佛法。同時，心繫一切眾生，將導覽解說的發心，作難遭難遇想，以平等心、慈悲心、歡喜心接引每一位參訪者，完成中台廣傳的菩薩願行。

普民精舍／傳依 在導覽的過程中，體會到修行不是口號，而是要落實在生活中。「都攝六根，淨念相繼」，在解說時，關照他人也觀照自己，收攝自己的身、口、意，圓滿自利利他的菩薩行。

普廣精舍／傳賢 臉上掛著微笑，從心出發，身、口、意無瞋、無染、無垢，一直是我的目標。以真心、平等心、慈悲心、包容心、柔軟心，接引每一位參訪者，令他們都能感受到導師的慈悲與智慧、中台山的弘法理念及僧團的和合無諍。期許自己化壓力爲願力，一切「用心」做，從中鍛鍊自己的心，從粗到細。雖然天天都是考試，但在中台這



艘「般若」法船上，定能過得萬重關，找到生命的活水源頭，找到究竟的歸家之路！

普濟精舍／傳煦 擔任佛國巡禮義工的這三年，讓我真正穩固了人生的方向，也讓我對佛法有更深一層的體會與認識，更感受到導師為解眾生於倒懸而創造緣起的悲心願力。

普民精舍／傳讓 原本抱著服務付出、犧牲奉獻的心態來當「志工」，沒想到「付出」變成「豐收」！發心的當下，有無限的觀照空間，無論解說、隨團，都是學習、成長，都在淨心。

普思精舍／傳慈 從開始準備初階解說員的檢定考試到複講，佛法與解說的內容已熟記在心，在日常生活中常不經意地自然浮現。假使起心動念、言行舉止與佛法義理不相吻合，就能適時察覺，及時糾正自己的身、口、意，深刻體會到受益最大的是自己！

普民精舍／傳澤 從文字般若、觀照般若來起觀

- 1、3. 國際接待禮儀課程，學習送往迎來的基本禮儀。
2. 英文解說員殿堂複講，個個卯足全力，歡喜接受挑戰。
4. 接引所有參訪者入佛法界，是每一位巡禮人員的心願。

行，從初階解說員到進階解說員的準備過程中，自己的解說版本不斷修改，漸能掌握解說的精神，發現：解說的價值，不僅在傳遞珍貴的佛法意涵，解說當下所展現的，更是生命與生命之間的相互呼應。唯有自我的體會愈多，能讓人產生的共鳴才會愈多。

普泉精舍／傳授 這個充實而愉悅的歷程，讓我有嶄新的學習平台，豐富了我的生活，也讓我有很多的成長。經由上課、實習、複講、考試，最後成為解說員，一路走來，慶幸自己沒有因為辛苦而放

棄，沒有因為挫折而退縮。感恩法師們總是諄諄教示、引導，讓我們的發心在各種考驗中更為堅定。

「中台禪寺在眼前，寺中玄妙說不完」，在發心的過程中，因為不斷研讀資料，深入了解，更加敬佩導師的睿智及用心，為弘揚佛法、度化眾生，筆路藍縷，不辭辛勞，「但願眾生得離苦，不為自己求安樂」的悲心大願，令人動容！中台禪寺隨處拈來都是佛法，看到參訪的遊客，靜靜地體驗佛法的清淨及心中的寧靜，菩提種子已經在他們的心田落地生根。

普民精舍／傳慈 隨著法國米其林的三星旅遊推薦，山上歐美遊客日益增加，迫切需要英文的解說導覽，心繫導師廣傳佛法的願力，毫不思索地遞出報名表。周全的教學計畫與策略，課程節奏明快，教學技巧閑熟，活動設計生動，引導式學習重複演練……，在緊湊、充實的培訓課程中，收穫良多。

普親精舍／傳昶 參加佛國巡禮的接待行列能福慧雙修，更是自利利他的菩薩行，讓人生充滿了光明。自九十七年以來參與培訓課程，深深感受到「敬、慈、和、真」是接待參訪者的最高指導原則和終身學習的方向，從而在過程中一一印證導師的教誨，也體會到佛法經由建築、藝術、雕刻等媒介，真正達到教化人心的功用。

一路走來，歷經面試、考試、複講、實習，直至正式成為解說員，那份榮耀與責任感，讓我格外地珍惜與感動，肯定自己所選擇的康莊佛道，也更加深信佛法的難能可貴。

普豐精舍／傳蔚 感恩導師的悲心願力，創建「中台世界」，實現「中台拈花，眾生微笑」的願景，也使得淺嗜法味的眾生更發心護持，並接引千千萬萬人走入中台世界一窺堂奧。善的漣漪效應

漸漸擴大，自己也學習於處事中自我覺察、檢討，自然心中坦然，受益良多。

普光精舍／傳曼 在佛國巡禮照客的訓練下，心慢慢變細，應對進退及危機處理的能力也有所提升。參與培訓之後，才真正認識殿堂、佛像所代表的意涵；在講解過程中，就像在不斷提醒著我們，要言行一致地如法修行。

普民精舍／傳佩 一路走來，無論研習、實習或評量，內心交疊的是無盡的感懷……感恩法師們日夜不歇地規劃課程、指導複講，乃至傳道、解惑；感恩導師帶領四眾弟子們，筆路藍縷，胼手胝足，成就這個莊嚴的佛國世界，才能有一次比一次更照見自性的佛國巡禮。

身在中台這片佛國淨土，常會想起古聖先賢們所嚮往的「大同世界」，自己何其有幸，能在流浪、漂泊後歸返這方故里，能在今生得遇大善知識。由於導師的悲願與智慧，自己才得以聽聞心法，並親見佛國世界。一切的感恩，成為日後行菩薩道的指標，更誓願向成就佛道邁進！

普民精舍／傳相 感恩三寶，感恩導師創造如此因緣，讓我們能與世界接軌、廣結善緣、利他自利。祈願每一位來山的貴賓，都能在心田中種下一顆菩提種子，未來發芽長成大樹。

普豐精舍／傳田 感恩導師的悲心願力，建立中台禪寺，創造大眾修福修慧的因緣。感恩法師和老師們的教誨與護念，讓大眾對佛法更具信心，在發心的路上更穩健、踏實。感恩大眾發心護持，眾志成城，把握因緣累積福德資糧。祈願更多人有因緣造訪莊嚴的中台禪寺，進而啟發本具的清淨心。

《六祖壇經》懺悔品(一)

上惟下覺大和尚開示

編輯部整理

懺悔品包含了幾個主題：自性五分法身香、懺悔、發願、皈依三寶及無相頌。我們先解釋三皈依和三寶的道理之後，再講一體三身自性佛——自性佛寶、自性法寶、自性僧寶，最後歸於清淨法身佛、圓滿報身佛、千百億化身佛。

一般人從開始學佛就知道皈依的道理，雖然知道，並沒有深入去了解。如果能徹底了解三皈依的道理，就開悟了。佛法有八萬四千個法門，每一個法門都可以入道。

所謂「聞、思、修」三慧，明白皈依的意義之後，要去思惟。《楞嚴經》云：「此方真教體，清淨在音聞」，一切法都是用耳根聽聞。聽經聞法的時候，一定要萬緣放下，只有這念心。聞了以後要思，思，就是思念、思惟所聽到的道理，回憶、研究、分析，一遍、兩遍、三遍……。分析，是依據字義去分析，而不是把自己的見解加上去，假使加上自己的見解，可能就會產生錯誤。所以，要依據這個原則去思惟，才能得到真實的好處，才不違背法義、不違背經義。在思的時候，一剎那相應，



就能成道、證果，這就是修。所謂「思惟修」，思惟就是修。

如果根機差一點，先聞、思，等了解道理以後，再運用到日常生活上來修行，這就差了一點。聞是聞、思是思、修是修，所謂「口而誦、心而惟、身而行」，分成了三個段落；最高的境界，聞、思、修，是一體的。但是，假使我們沒有這種根性、沒有這個體悟，還是可以把道理融會貫通之後，再運用到日常生活上來修行。

第三種根性的人，不知道聞也不知道思，也不知道思的當下就是修，就是做筆記，等到以後再研究。所以，大家要了解聞、思、修的道理。聞的當下就要思惟，假使當下不能思、不能修，最低限度要把道理融會貫通之後，在日常生活中實踐；如果這些都沒有辦法，今生在這裡聽法，結個善緣、種個般若種子，也有無量的功德。所以，大眾要抽空複習、了解經上的道理，一樣可以達到經教的意義和目的，這就是溫故知新。

皈依的意義

皈依有兩種意義，一、「皈」是歸向，「依」是依靠。由於我們從過去到現在失去了方向、失去了依靠，活在世界上就像瞎子摸象，沒有眼睛，不知道方向，盲目地摸索。世間上的宗教很多，如果不知道正確的歸向，就會「病急亂投醫」，給自己帶來很多的麻煩、

煩惱。我們現在找到一個最正確的方向——皈依佛教。方向找到了，就找到依靠了。依靠什麼呢？依靠三寶——依靠佛、依靠法、依靠僧。因為自己沒有力量、沒有智慧，等於小孩子要依靠大人一樣。有了依靠，就不會走錯路，不會走遠路，而且愈走愈光明，愈來愈有福德、智慧；有了依靠，心靠到佛法上，就不會心驚膽跳。

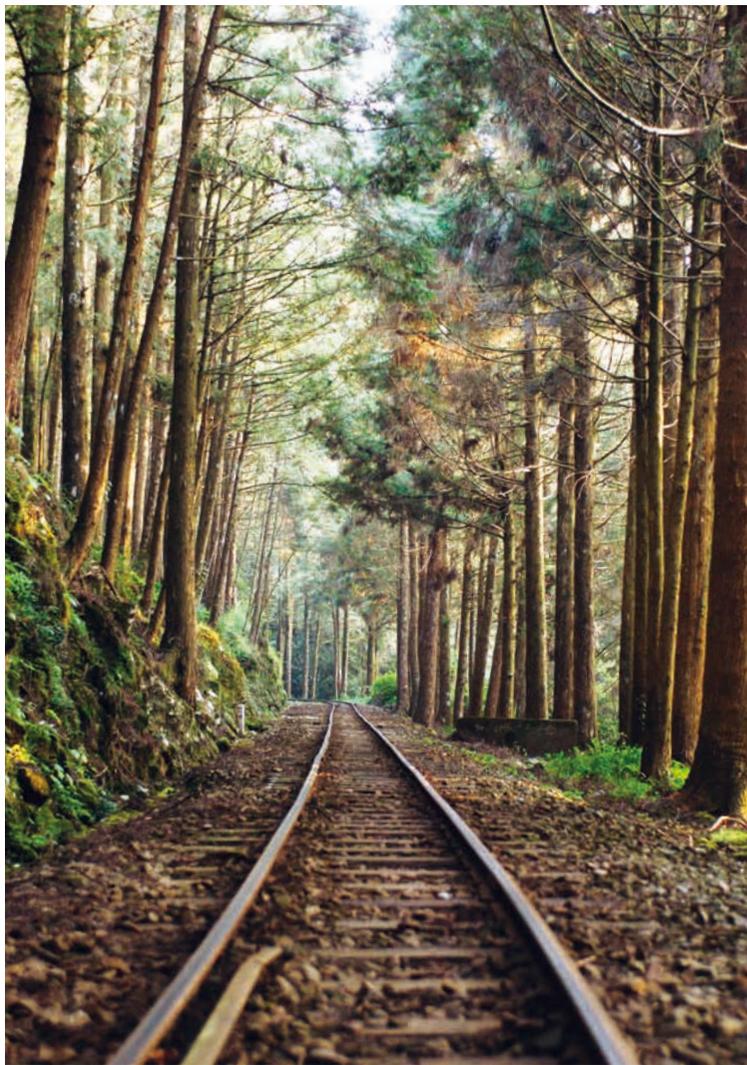
佛經裡有所謂的「三番羯磨」，說了三次，這個法才能成就，皈依也是如此，經中以三跳譬喻三皈依。眾生在三界當中被無常殺鬼所逼，無常一到，就不知道到哪裡去，或是地獄、畜生、餓鬼、人道、天道……由於不知道方向，沒有依靠，所以心驚膽跳，就像被獵人追逐的兔子一樣。獵人看到兔子就開槍，兔子聽到槍聲，拚命逃命，第一跳就脫離了槍口，保全了自己的性命。我們受第一個皈依，就保全了自己的法身慧命，不會墮入地獄道、畜生道、餓鬼道。兔子雖然保全了性命，還在驚慌當中，爲了要求一個心安，趕快看看哪個地方最安全，所以又再跳一下，這是第二跳。我們也是一樣，受第二皈依就脫離無常，心安定下來，有了歸向，依靠三寶，就不會驚慌恐怖。兔子雖然找到安全的地方，離開了驚慌恐怖，可是還想要找一個永遠平安、幸福的地方，所以最後再一跳，這是第三跳。

佛法是心法，心是最重要的。這裡所說的依靠，不是身體投靠在某人某

處，而是指這念心。這念心有了依靠，就得到安定。心安身也安，心定身也定。因此，三皈依有歸向、依靠兩種意義。三皈依是由事到理，理就是見到自性三寶，見到自性三寶就超凡入聖，圓成佛道，這是最安全的依靠所在。

二、迴轉義。由於過去都是往外走，甚至走錯路、走遠路，乃至走小路、走邪路。皈依，就是把過去走的路統統迴轉過來，迴轉到最光明、最安全的地方。路，指思路及言行。過去的知見錯了，把它迴轉成正確的知見；過去的言行錯誤了，把它迴轉過來，成為正確的言行。所以，皈依有迴轉之意。

受了三皈依，就是三寶的弟子；沒有受三皈依，就不是三寶的弟子，就沒有這個名分。雖然佛法講無我、無相，但是無我不離開有我，無相不離開有相，所以正名定分是很重要的。如同學生註了冊，正了名、定了分。既然取得學生的名，就有學生的分：第一、要盡責任，第二、得以在學校聽課，並享用種種設施，作種種研究；假使沒有這個名分，就沒有辦法得到這些功德果報。



攝影／傅景

受三皈依也是如此。皈依了以後，就是三寶的弟子。得到這個名分，四大天王就會派遣三十六位善神守護受三皈依的行者，就有這種功德；假使沒有這個名分，得不到善神的護持。所以，名分是很重要的事情。

皈依的種類

皈依的種類有三，第一是翻邪三



攝影／傳度

皈，第二是結緣三皈，第三是正信三皈。

一、翻邪三皈

翻邪三皈，即是迴轉義。世界上的邪教很多，如過去報紙曾刊登一則新聞，某個宗教說世界末日到了，想要升天就要供奉天上的主，要奉獻所有的財產，結果最後上當受騙；有些宗教則誘惑他人皈依，然後集體自殺。這些都是

邪教。過去我們的知見不正，不知道分辨，現在明白這些道理了，要迴轉過來，這就是翻邪三皈。

世間上的人，無論智慧多高，假使沒有見到人生的真理，一樣會走錯路。因為學問只是一種知識，心仍然安不下來，所以最後還是需要宗教。世間上的宗教很多，假使不了解，就會走遠路、走錯路。例如，有些人明明知道佛教是正法，但還是不敢皈依佛教，為什麼？因為以前走錯了路，皈依了其他宗教，發了誓願：「假使違背教理，脫離這個組織，就要遭天打雷劈。」由於受了惡願的約束，所以不敢脫離。事實上，信仰的神明是不是會來找麻煩？是不是真的

會遭天打雷劈？不會的。世間有因緣果報，善有善報、惡有惡報。皈依佛是正法，三十六位善神守護，愈走愈光明，怎麼會驚慌、恐怖呢？

四大天王是佛教裡的護法菩薩，在天上護持佛法，所以稱為寄位諸天菩薩。世間上的一切神明，無論是正、是邪，都是由四大天王管理。四大天王既然是護持受持三皈依的人，過去信仰

的神怎麼會來找麻煩？自然是不會的。神明，等於是佛教的外護。舉個譬喻來說，人間總統最大，總統有他的管轄區及國土；釋迦牟尼佛也有他的教化區，整個三千大千世界都是佛的教化區，所以把佛譬喻為總統。佛的下面有菩薩，如同五院院長。總統有了五院院長，才能推動政令、實踐政策。過去沒有受三皈，等於是依靠憲兵、警察；現在皈依了，成為總統的學生，在總統的門下來往、進出。我們想想，憲兵、警察是在總統管轄之內，所以當他們看到我們已經超越、提升，不但不害我們，而且還要來保護我們。這是以世間法來講，佛法不離世間法。

不論過去皈依邪神或正神，現在皈依了三寶，神明一定會來護持。為什麼？神明也希望每個人都信仰正法，也希望每個人修善斷惡。所以，過去信仰其他宗教，現在明白佛法是真實的道理，受了三皈，發了上求佛道、下化眾生的願，自己就是菩薩。因為受了三皈，發四弘誓願，這是菩薩的願行，自己在菩薩的誓願當中，就與菩薩的法界相應。過去所信仰的神明也是菩薩法界下的部屬，所以神明不但不責怪，而且因為我們的皈依，進一步還來作我們的護法菩薩，這就是翻邪三皈。明白這個道理以後，就了解，不但沒有障礙，而且還有功德。

再以讀書為例，以前在幼稚園有啟蒙老師，現在已經成為大學生，乃至拿

到博士學位，不因為拿了博士，有了指導教授，就忘記幼稚園的啟蒙老師；相反地，不但不忘記，而且飲水思源，特別尊重他。過去所信仰的神明就等於是啟蒙老師。修道，一個是修，一個是道。雖然路不一樣，道理還是相通的。

現在許多人病急亂投醫，不管是正、是邪，只要聽說某個神明很有感應，就去信、就去拜，一般人所說「見廟燒香，見像磕頭」，這樣就容易走錯路、走遠路。如果走了錯路、走了遠路，要趕快翻邪三皈，以佛、法、僧為師，自然就能把過去的邪知邪見、不正當的行為迴轉過來，這就是翻邪三皈。

二、結緣三皈

人最重要的是要結善緣，佛經上講「未成佛道，先結人緣」。雖然過去已經受了三皈，現在進一步再受三皈，就是增益三皈、結緣三皈。如同受了戒，覺得自己過去的戒行不清淨，現在重新再受一次，叫作增益戒。

有不少人過去雖然已經受了三皈，但是，不但皈依之後不知道用功，也不知道皈依有什麼好處，甚至連皈依師父的名字也不知道，這樣的人就可以結緣再拜一位師父。善財童子五十三參，拜了五十三位師父。因為有的師父專門研究梵唄、誦念；有人專門研究經教，稱為論師；有的學淨、有的學密、有的學禪……乃至修種種法門。每一位師父的成就不一樣，心願、功德也不一樣。我們既然發願要上求佛道、下化眾生，就



攝影／傅揚

必須要得到諸多善知識的指導，道業才能成就，所以要結緣三皈。

三、正信三皈

聽了佛法、看了佛經，覺得受三皈有很多好處，可以脫離無常，可以使我們得到安定，最後得到解脫，所以來正受三皈；覺得人有生老病死苦，要離開生老病死苦就要修行，上求佛道、下化眾生，既然要修行，就必須找一位很好的師父指導，所以要受三皈……基於種種因緣，知道受三皈的重要，所以正信受持三皈依。

佛經上有一則公案，某日，善住天子知道自己快死了。天上的人即將命終時，有五衰相現前，也就是身體有五種衰敗的現象出現：第一，天上的人一生下來就有一頂帽子，稱為天冠，冠上有花，這是一種果報。將死之時，天冠上的花也即將凋謝，稱為天冠花萎。第二，兩腋出汗。天上的人從不出汗，快死的時候一身都是汗。第三，天上的人所穿的衣服從來不髒，所以天衣無縫、天衣無垢，將死時，衣服變髒，失去光明。第四，全身出臭，身體發出惡臭。

第五，不樂本座，不想坐在寶座上，因為沒有這個福報了，不但腰酸背疼，而且還看見寶座旁邊有人在等候坐這個位置。

天上的人平時在天上享盡了天福，到最後還是要死。善住天子用天眼觀察，看到自己死後將投胎到舍衛城變成一條豬，而且一身都是癩痢，是一條癩子豬。善住天子心中非常恐懼，去找天王釋提桓因，問：「有沒有辦法可以改變呢？」釋提桓因說：「天上的人都是如此的，誰也逃不了無常，不過你的運氣很好，現在釋迦牟尼佛在天上為母親說法，你現在趕快去求佛，說不定還有希望。」

善住天子來到佛陀座前，世尊告訴他：「你現在果報現前，要消業、轉業，不是這麼簡單，第一、要受三皈，第二、要受戒，第三、要禪坐。」善住天子說：「世尊，只要不墮惡道，什麼條件我都答應。」但是，時不待人，善住天子剛剛念了皈依佛、皈依法、皈依僧，就往生了。

很多人認為現在很忙、事情很多，要等老了再來修行、再來出家。我們要了解，一切法都是緣起，時不予人，出世法的功德要精進、要把握，時間一過，要想修善可能都沒有機會了。如佛經記載，釋迦牟尼佛觀察到一位木匠壽命將盡，七天後就要往生了。於是，佛前去度化他，向他化緣，讓他有機會修福。木匠說：「世尊，我現在因緣還沒有成熟，您趕快回去吧！」世尊又去了

第二次、第三次，木匠還是不聽，他說：「世尊，我有好多事情還沒做，等我完成以後，一定供養世尊。我現在要蓋一棟房子給我的兒子、媳婦，夏天修一間涼房，冬天修一間暖房。然後，等我抱了孫子以後，這些心願圓滿了，我再來出家修行。」

所謂「佛度有緣人」、「藥醫不死病」，世尊聽他這麼講，就不再前往化緣。到了第七天，木匠把房子的樑安好了，從樑上跳下來，這一跳把放在樑上的斧頭震下來，剛好掉在木匠頭上，當下就往生了。消息傳來，世尊說了一個偈子：「有財當布施，為善當及時，錢財五家有，不施悔恨遲。」一切都要掌握時節因緣，受三皈依也是一樣。

善住天子才剛受三皈就往生了。由於善住天子看到三塗惡道很恐怖，所以皈依向道的心很真切，一句接著一句唸著：「皈依佛、皈依法、皈依僧……」往生了以後還在念。因為念三皈依的功德，往生以後脫離畜生道，投胎到一個宰相家中。出生的時候，口中還在念三皈依：「皈依佛、皈依法、皈依僧……」宰相夫人覺得很奇怪：「這孩子怎麼一生下來就會說話？」左右的侍女也覺得很奇怪，大家討論著：「這孩子生下來就會講話，一定是妖怪，趕快把他扔掉，否則將來恐怕會帶來厄運，帶來災難。」

宰相知道了，問：「你們怎麼在這裡吵吵鬧鬧？」侍女說：「夫人生了一

個妖怪，我們覺得很不安，正在這裡商量。」宰相問：「怎麼說是妖怪？」侍女說：「這孩子一生下來就會講話。」宰相決定先看看再說。宰相是佛弟子，一到產房，就聽到這個孩子在唸三皈依，說：「你們實在太糊塗了！這孩子一出生就知道唸三皈依，你們年紀這麼大了，還不知道什麼是三皈依呢！」

這個孩子七歲時，一天，遇到目連尊者。孩子向前跟目連尊者打招呼：「目連尊者，您還認識我嗎？」目連尊者回答：「不認識。」這小孩說：「目連尊者，您以前到天上去過，當時世尊在天上為母親說法，那時我看過您。我本來將墮畜生道，世尊幫我授了三皈依，救了我一命，我現在不但轉人身，還當了宰相的孩子，這份恩德我一定要報答。請您轉達世尊，我要供養佛及僧眾。」宰相知道以後，設齋供養佛及僧眾。釋迦牟尼佛為大眾開示四諦法門，這個孩子一聽聞四諦，當下得法眼淨。所以，正名定分很重要，受了三皈依就有這麼大的功德，何況進一步受戒、發願、聽經聞法！

三寶的種類

了解受三皈依的意義後，進一步要了解皈依的對象——三寶。如果真正了解三寶的意義，就開悟了；不但開悟，而且能成道。三寶有三層意義：一、化相三寶，二、住持三寶，三、一體三寶。

化相三寶，又稱為別體三寶、真實三寶。什麼叫作化相三寶？「化」，度化眾生總是有個相，佛依據過去的心願及其智慧、慈悲，感得莊嚴的果報，稱為化相三寶。三寶分為大乘、小乘三寶。小乘三寶稱為原始三寶，原始三寶以釋迦牟尼佛為佛寶，四諦為法寶，五比丘為僧寶，這是事相上的三寶；大乘三寶稱為一體三寶，自性之覺為佛寶；自性之正為法寶；自性之淨為僧寶，故又稱為自性三寶。在我們這個世間上住持佛法，使佛法能夠存在，就稱為住持三寶。

除了佛法有三寶，外道也有三寶。道教的三寶，所謂煉精化氣、煉氣還神、煉神還虛、煉虛還無，精、氣、神就是道教的三寶。道教的三寶，第一是「精」，是指生理上的事情，道教認為人要了生死，必須達到不漏精，不漏精就可以返老還童、長生不死，乃至白日飛昇、成仙成聖，這是狹義的解釋；但是，要達到不漏精，也是一種持戒。

佛經講有漏、無漏，是從心地上解釋，從煩惱上去觀察。漏，就是漏失功德法財，心當中保持正念就是無漏，心當中沒有正念就是有漏。譬如，看到一個女孩子長得很苗條，心動了，這就是漏。這念心起了妄想，一念不覺，自性生了分別，心當中起了煩惱，就失去了光明。佛法上講「漏」，是指煩惱，有貪心、瞋心、癡心、慢心、疑心，就是有漏，把貪、瞋、癡、慢、疑、邪見統

統化掉，就稱為無漏。

無論任何宗教，欲都是最嚴重的問題，所以佛經裡說「菩薩視淫欲如避火坑」，道教也明白這個道理，所以為了達到不漏，有一種方法，稱為「採藥煉丹、煉精化氣」，把精化掉，達到無漏。無論見到任何欲境，精都不動了，這也是一種定境。雖然是一種定，但沒有慧，只是在色身、在生理上修煉，最多是延長壽命，與道還有一段距離。煉精化氣，有了氣，精神就很充沛。

道教裡的呂洞賓，就是修這個法門——煉精化氣、煉氣還神、煉神還虛，最後得到禪定，有了神通，就可以「白日飛昇」，稱為天仙、地仙。

有一次，呂洞賓騰雲駕霧，看到黃龍祖師所住的山上放五彩祥光，覺得很奇怪，就到山上察看。發現山上有一座寺廟，裡面有一位老和尚正在講經、開示。呂洞賓知道這位老和尚一定很有道行，想要聽聽他講的是什麼法，就在牆外聽，原來老和尚講的是心法。

黃龍祖師知道牆外有人，就說：「牆外是什麼人在偷聽佛法？」呂洞



賓心想：「我是神仙，我來看看你的究竟，並不是偷聽你的佛法。」當下，無明火高三丈，就出來興師問罪。呂洞賓拔出寶劍，「飛劍斬黃龍」，黃龍祖師是悟道的高僧，用手一指，劍就掉下去了，呂洞賓想把劍收起來，怎麼也收不回來，這時才知道自己道不如人。

呂洞賓馬上提出問題想考一考黃龍祖師：「如何是一粒粟中藏世界，半升

鐺內煮山川？」黃龍祖師說：「半升鐺內煮山川即不問，如何是一粒粟中藏世界？」黃龍祖師一反問，呂洞賓就開悟了。仙人也是在修道，不過道有深、有淺。呂洞賓開悟之後，覺得過去走了遠路、走了錯路，當下講了四句話：「棄卻瓢囊擻碎琴，如今不戀汞中金；自從一見黃龍後，始覺從前錯用心。」

所以，煉精化氣、煉氣還神，是在身體上修，使身體健康、延年益壽、返老還童；若要悟道，還是要契悟佛法，這念心才真正具足佛寶、法寶、僧寶。過去的道教目的是修仙成道，達到真人、仙人的境界；現在流傳的道教，變成畫符、持咒、誦經、驅神弄鬼……流於形勢了。

老子說：「道可道，非常道；名可名，非常名。無，名天地之始；有，名萬物之母。」就是指我們這念心。又說：「五色令人目盲，五音令人耳聾」，眼睛看外在的色塵境界，看久了，眼睛會瞎掉；耳朵聽外在的聲塵境界，聽久了，耳根會中毒、會聾掉。這些道理和佛經裡所說的四諦、十二因緣相類似。

化相三寶

佛法所說的三寶，一個是外、一個是內。外在的三寶，是看得見的，如：過去釋迦牟尼佛為佛寶、四諦為法寶、五比丘為僧寶。現在釋迦牟尼佛已經入涅槃，看不到丈六金身，所以塑一尊像、刻一尊像，無論是用銅、石頭或

字畫，乃至金、銀、銅、鐵，無論任何一種相，都是現在看得到的佛寶。所以，對佛像要有恭敬心。法寶，則是指釋迦牟尼佛流傳下來的教法——經藏、律藏、論藏。僧寶，包括：菩薩僧、聲聞緣覺僧、清淨福田僧，只要受過三壇大戒，都屬於僧寶。這是指外在事相上的三寶。有一份恭敬心，就能得到外在事相上佛、法、僧三寶的慈光加被。所以，必須要有恭敬心，才能產生感通的作用，才能得到三寶的利益。

自性三寶

自性三寶，就是一體三寶。佛經告訴我們，人人都有佛性，每個人都能成菩薩、成佛。怎麼樣成佛、成菩薩？外面的三寶是一種助緣，藉由外在的三寶啟發自性三寶，才能見到自己本具的佛性。自性三寶是什麼呢？就是清淨法身佛。佛性、法性，是本具的。明白佛性、法性，就能夠契悟自性三寶。

真如是本具的，真如就是真空。這個世界，一個是物質、一個是精神。把物質分析到最後就是能、量，就是熱、光，如：核子彈爆炸，就是能量的作用。能，就是熱。高度的熱，能把物質化掉，而物質本身本具這個熱，只是我們不知道怎麼樣去開發它。真如所表現出來的就是能量，能量從什麼地方產生？就是真空。真空就是法性空。

佛性，即是覺性。開悟，就是明白佛性。每個人都有靈知靈覺、靈明妙覺，這屬於「知」，是一種絕對的



智慧。每個人都有見聞覺知，但為何不能成道、不能成佛？雖然每個人都有見聞覺知、都有佛性，但裡面夾雜貪、瞋、癡、慢、疑、邪見。能知、能覺、能吃、能喝，知道冷暖、知道是非善惡的這念心，裡面有無明、有煩惱、有染污。就像生鏽的鐵，當中雖然有鋼性存在，但如果不煉，就是鏽鐵、鐵滓，要把鐵滓、鐵鏽煉掉，才能得到鋼。人人都有佛性，如果不修，佛性裡面有無明、煩惱，佛性就變成眾生，變成地獄、畜生、餓鬼。起了邪見，佛就變成魔。

所以，佛法告訴我們要覺悟、要

始覺。覺悟什麼呢？覺悟有深淺，古人說：「大悟幾千次，小悟幾萬次」，覺悟人生是苦，這也是悟。真正對於人生的苦認識清楚，一定知道怎麼去了苦，所以必須要用功、修行。世間上的人也知道人生是苦，卻認為在苦中作樂是最快樂的，不明白貪瞋癡裡面還有佛性、還有清淨的智慧、具足無量的功德與神通，契悟真空，壽命就無窮無盡，反而充滿貪瞋癡、造殺盜淫，這就是顛倒、迷糊的眾生。

明白人人都有佛性，只是初初開始悟，煩惱仍然存在，並沒有轉過來，如同水中還有很多雜質、泥沙，並沒有完



全清淨。這念心水完全澄清了，就是真正的佛性現前，渾水當中具足清淨的水性，所以不要迷惑、小看自己。

佛經云：「不起凡夫染污心，即是無上菩提道。」明白這個道理，就是開始覺悟了。怎麼樣覺悟？心要時時刻刻作主，注意自己的念頭是善念或是惡念？從現在開始，只起善念，不起惡念。只起善念，不起惡念，由誰主控？

就是我們的覺性、佛性。一起了貪心，馬上覺察，反省自己：「現在在修行，為什麼還起貪心？」看看自己貪什麼？見到人家的東西就想佔有，這是貪財，馬上告訴自己：「布施都來不及，為什麼還貪財？」馬上就把貪財這念心轉過來。用什麼轉？總是有一個主體存在，這個主體是看不見的。自己能作主，覺性時時刻刻存在，這念心清清楚楚、了了分明，這就是智慧佛，就是我們的佛性。

悟，就是悟這個道理。悟了以後，要使我們這念心始終存在，這就是始覺之智，開始覺悟的智慧心，等於儒家王陽明所說的「良知良能」。這念

智慧心時時刻刻要存在，念念分明、處處作主；作不了主，馬上檢討、反省、慚愧，一定要使我們這念心作主。這樣自己就能存在，這念作主的心繼續不斷地存在，返照自心，自性佛寶就存在。不僅如此，存在的時間還要延長，三秒鐘、一分鐘、一刻鐘……都作得了主，這就是站得住、站得長，自性佛寶就能存在。

所以，這念心最重要。假使這念心沒有了，修行就沒有辦法成功。有了這念心，念頭跑掉，趕快拉回來；失去正念，趕快提起正念；起了煩惱，趕快調整。知道調身、調心，用種種自性法寶，返照自心。法是什麼？「諸法空義」，空性就是什麼事都照破，不論是聽到的、見到的、聞到的，都不能執著，只有這念智慧心，只有這個空性，時時刻刻返照，動靜閒忙不離這個，最後達到三惑漏盡。漏盡煩惱，必須要靠這念智慧心。

《無常經》云：「金剛智杵破邪山」，也是指這念智慧心。這念智慧心是絕對的，就像金剛這麼堅硬。密宗有鈴、杵等法器，杵代表智慧，鈴代表慈悲，是由相表性。智慧心時時刻刻都要存在、觀照，起了瞋心，馬上用慈悲心返照。假使這念智慧心作不了主，自己就沒有辦法掌控自己、了解自己，就沒有辦法轉識成智。

所以，時時刻刻、動靜閒忙，這念心都要存在。動則只起善念、不起惡念，時時刻刻使善念存在；靜坐的時候，善念提升，無念就是最高的善念。這樣繼續不斷地用功，最後照見五蘊皆空，就破除我執和法執。此時，還有能照這個心存在，到最後三惑漏盡，能照之心和所照的空性變成了一個，就是歸還原點。天台宗所立的境界不外乎三個，一是空、一是假、一是中，所以說「佛智照中、佛智照假、佛智照空」。

佛智，不是佛給我們的智慧；佛，就是覺悟；這念覺心時時刻刻存在，就是佛智，人人都有。這念心起了煩惱，馬上照一下，這就是佛智。

什麼是「佛智照假」？假，包括八萬四千法門。佛法不離世間法，世間法做好就是佛法，斷一切惡、修一切善、修六波羅蜜，成就世間上的功德，乃至成就慈悲、無我的精神，這就是「佛智照假」。照了假有之後，知道假有是緣起，當體即空，所以進一步要「佛智照空」。一空一切空、一假一切假，不著假有、不著空，清清楚楚、明明白白、如如不動、寂照一如，這就是「佛智照中」。佛智照中，就屬於自性三寶。照中，有程度的差別，要站得住、站得長，自性三寶就現前。因此，什麼叫作皈依？皈依這念心，不作他皈依，時時刻刻使這念心存在，就是自性皈依。明白了皈依三寶的意義，真正照三皈依去用功、學習，一樣可以成道。

以上簡單介紹皈依三寶，第一、皈依三寶的意義，第二、皈依的種類，第三、什麼是三寶。其他宗教講的三寶，我們也要知道，不要走錯路、走遠路。了解皈依三寶的意義之後，對三寶要有恭敬心。人都有慢心，有了慢心，總認為自己很優越，總認為自己在他人之上，就障礙了自己的學業、事業、道業。中台四箴行強調「對上以敬」，有了恭敬心，慢心自然而然就消失。

恭敬什麼？恭敬三寶。對佛像、法

器、衣鉢、錫杖，要恭敬。對塔、寺，也要恭敬。對經書，也要保持恭敬心，不要隨便亂扔，要保持清潔，看經前要洗手；平常經書不要和世間書籍擺放在一起，要另外獨立擺放，以示恭敬。假使缺乏恭敬心，就與法不相應。此外，還要恭敬僧。恭敬心的養成在平時，有了恭敬心就沒有我慢，當下就很平靜、很安詳、很自在。

要想見到自性三寶，就必須先對外相三寶有恭敬心。沒有恭敬心，修行學佛很難得到利益；對三寶有恭敬心，很快就能增長福德。有些人不了解，覺得奇怪：「我學了佛、信了佛，怎麼運氣還是這麼壞？身體還是不健康？」認為佛法沒有因果，而不知道自我檢討反省。甚至有些人修行學佛，不是來恭敬三寶，而是藉此因緣達到自己的目的，想求得一些好處，這樣不但得不到福，而且還增加罪過。所以，要時時刻刻檢討反省，時時刻刻存有恭敬心。

以禪宗來說，見到自性三寶就是開悟。一般人都想開悟、成道，開悟、成道是修行最高的目的，但必須腳踏實地，在日常生活上時時刻刻檢討反省。「對上以敬、對下以慈、對人以和、對事以真」，這四個原則都做到了，自性三寶自會現前，為什麼？自性三寶是本具的。有了自性佛寶這念心，才會清淨、寧靜，才作得了主，這念覺性才會存在。有了始覺，再用智慧心檢討反省，照破過去的煩惱，破了我執，乃至

破了法執，成就一些功德。心清淨、寧靜，就有感應。感應從什麼地方來的？是這念心所感的，不是從外面來的。心靈，就有感應；自性佛寶、自性法寶、自性僧寶現前，就有感應。

這念智慧心，就是自性佛寶。照假、照空、照中，就是自性法寶。究竟的自性法寶，即是中道實相。聲聞的自性法寶是空性，賢位菩薩的自性法寶是照假，一般眾生愚癡，始終流轉三界，墮入三塗。了解自性三寶的意義之後，行住坐臥、二六時中，自性佛寶、自性法寶都存在，最後能所一如，就見到自性僧寶，成道、成正覺。自性僧寶是什麼呢？寂照一如、定慧等持這念清淨心，就稱為自性僧寶。

三寶的意義，有深、有淺，有事、有理。最後統統要歸於這念心，才是真正的自性佛寶、自性法寶、自性僧寶，就是正念。正念，有方便正念、究竟正念。方便正念，就是佛智照假；究竟正念，即是佛智照中，這念心時時刻刻了了分明、寂照一如，安住中道實相，這就是見到自性佛、法、僧，見到一體三寶。這念智慧心是自己，這念空性也是自己，最後煩惱漏盡、能所一如，還是自己，所以稱為一體三寶，又稱為自性三寶。

本期主題

正面思考的力量

攝影／威明

眼界決定境界，思路決定出路。

人生重要的不是所站的位置，而是所朝的方向。

凡事都有正反兩面，發掘良善的一面，就能發現希望；

更改思考的「負面腳本」，就會發現人生劇本亦因此改寫！





萬善圓彰

上惟下覺大和尚開示

編輯部整理 攝影／傳漢

水能載舟，亦能覆舟。往正面想，起善念，心中就是光明，就是功德，這念心水就能載舟；往負面想，起惡念，就是黑暗，就會覆舟。

修行一個是動，一個是靜。古德云：「靜則一念不生，動則萬善圓彰。」靜坐時，一念不生；在動當中，要經常檢討反省，克己以嚴，待人以寬，事事都退後一步想，處處都往正面想，不起惡念，這樣就是福德。

修善斷惡 落實修行

神秀大師偈云：「時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」修行，要調身、調心。如何調適？就好像種樹一樣，一株樹苗種下去，假使不拔草、澆水、施肥，樹就長不大。

拔草、施肥，就是指持戒清淨、修善斷惡，這念心時時刻刻要檢討反省，使當下這念心不起貪、瞋、癡。有了煩惱，就像有了灰塵，馬上用懺悔、檢討、反省，把它擦掉。這是漸次修證的道理，依據這個道理用功，也能契悟菩提。

如果對於一念不生的境界有所契悟，打坐時就用一念不生的法門。如果做不到一念不生，還有瞌睡、妄想、無明、煩惱，心始終靜不下來、定不下來，就必須修加行，修「四正勤——已生善念令增長，未生善念令速生；已生惡念令滅除，



未生惡念令不生」等方便法門。例如：誦經、持咒、早晚課誦，使自己善念時時現前。

四正勤就是念法，看看我們這念心有沒有與佛法相應？已生善念令增長，時時刻刻都要起善念，從早到晚都要起善念。所謂「動則萬善圓彰」——心無善念不起，口無善言不說，身無善事不行。

明白之後，日常生活時時刻刻都是修行，不是離開日常生活另外去修行。我們的心好像水一樣，水能載舟，亦能覆舟。往正面想，起善念，心中就是光明，

就是功德，這念心水就能載舟；往負面想，起惡念，就是黑暗，就會覆舟。

假使不起善念，看到人家好，心生嫉妒，就招罪過了。為什麼要嫉妒？因為別人出風頭，討好父母、師長，深怕自己被冷落，說風涼話，這就是嫉妒；看到人家打坐，自己心中不是味道；看到人家成績很好，嫉妒人家，甚至毀謗人家……自己不但不起善念，而且還起惡念，心量狹窄，就招罪過了。佛法是最實在的，一個念頭將來產生一個報身，善念是一個好的報身、惡念是壞的報身，所以，不要把四

正勤看得太簡單，從開始學佛到最後，都是很管用的。

三業相應 自利利他

修行就在平時，只起善念，不起惡念。不但起善念，而且動之於身，要身體力行。嘴巴要去宣傳，去說好話。古人云：「莫道人之短，莫說己之長。」我們的口容易犯過失，因此，口無善言不說。什麼是善言？不利眾生的事或使人增長煩惱的事，絕對不說。經云：「守口攝意身莫犯，莫惱一切諸有情，無益之苦當遠離，如是行者得度世。」我們的起心動念、所作所為，不讓他人增加煩惱，這個就是修行，這個就是利益眾生。現在一般人不知道要講好話，不知道讚歎他人，偏偏喜歡說自己的好處，膨脹自己、炫耀自己，這就不是修行。

日常生活中，孝順父母、恭敬師長、兄友弟恭、夫妻之間忍讓包容……這些都能做到，就是修行，就是根本。假使做不到，即使請了一尊菩薩到家裡，怎麼求也不靈；假使做到這些根本，求什麼都有感應。這就是真正的佛法，要在日常生活中去用功，做一分得一分，做十分得十分。

佛法是人生的真理，今生聽聞佛法，是過去所種的善根，要珍惜這個善根，無論是做人、做事，本著慈悲心、恭敬心、平等心、無我心，對佛法、對自己、對社會有信心，發長遠心，持續不斷地努力，人生就很有意義。



好與壞

文／中台男眾佛教學院大學部一年級 見鉢法師

境界無法決定好與壞，只有自己能決定好與壞。
所有的結果，端看面對任何境界時，是用什麼樣的心態去面對。

俗諺云：「人生不如意之事，十常八九」，人生難免都會經歷低潮，只是，當走出低潮的條件取決於面對逆境的態度時，您會怎麼想？

是「為什麼我會走到這一步？」還是「我要怎麼從逆境中脫困而出？」乍看簡單的問題，正是決定失敗或成功的關鍵。

好與壞 當下一念

美國鋼鐵大王卡內基在年輕時，生活中屢屢遭遇挫折，萬念俱灰的他在

準備自殺之時，突然看到窗外斗大的字——「ICAN」，其實那是一張寫著「AMERICAN」的招牌，只是「AMER」剛好被窗框擋住了，所以只看到後面四個字母「ICAN」。

「I Can.」這句話的意義是「我可以」。卡內基突然想到：「一定還有什麼我沒想到的解決辦法。」從此，他總是不斷地告訴自己：「我可以！我可以！」也因為這樣激勵自我的方式，使全世界的人都看到了他。

綜觀從逆境中奮勇而上的成功者，都不乏一個特點——正向思考。正向思考，已經成為現代的熱門顯學，也是每個人都需要學習的共通課題。如何讓思考模式成為提升自我的利器，進而能夠堅持所要達到的目標，形成掙脫逆境的動力，這就是「正向思考」的力量。

與「正向思考」相反，「負面思考」常是讓人於失敗後一蹶不振的主因。

正向思考有助於人們努力向前，但負面思考則拖著人們陷入泥沼；正向思考不一定是全然樂觀的，但負面思考往往都是悲觀的；正向思考的人傾向於鼓舞他人，負面思考的人習慣於抱怨周遭的人事物；正向思考的人展望未來，負面思考的人沉醉過去；正向思考的人總是問：「如何才能比現在更好？」負面思考的人總是問：「為什麼會這樣？」；正向思考的人快樂，負面思考的人憂鬱……這些，都是正向思考與負面思考的差別。

為何同樣的境界，正向思考和負面思考帶給人們的影響有這麼大的不同呢？追根究柢，境界的好與壞，往往取決於當下的一念。

心轉境 如來境界

《楞嚴經》云：「一切眾生從無始來迷己為物，失於本心為物所轉，故於是中觀大觀小，若能轉物則同如來。」由於經常迷惑於外境，逐漸忘了作主的究竟是誰。學佛的目的，就在找到作主的人。

過去，妙峰福登禪師在行腳途中患了

一場大病，夜宿旅店，半夜口渴，到廚房裡摸黑找水，後來找到一盆水，喝起來又甜又解渴。第二天回想：昨晚喝的水又香又甜，喝下去一身輕鬆，病痛頓消，實在很好。又到廚房裡找，想再喝幾口，找到時發現竟然是一盆又髒又臭的洗腳水，正在噁心想吐的時候，忽然一下開悟了，說了一首偈子：「飲之甚甘，聞之甚臭，非關外境，淨穢由心。」

如何才能夠確保這念心帶領我們朝向正確的目標前進呢？佛法中給了我們一條道路——八正道——正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定，藉以帶動身口意的良善作用。經由八正道，了解佛法的因果定律，並實踐於追求光明的人生。遇到逆境時，反省檢討自己的過失，並知道如何改進；遇到順境之時，也能堅住正念，不隨順習氣，產生惡因緣。這堵堤防能夠保護善心滋長、節制惡念氾濫，是在面對任何境界時，一股強而有力的力量。

如果能在逆境中學習如何成長，這股力量就是逆增上緣；假使在順境中迷失於財色名利，便埋下了惡果的種子。因此，古云：「塞翁失馬，焉知非福。」自有其道理。向上提升或向下墮落，並非由於現前的處境，而是在於身在境界中能不能提起努力向上的自覺。

是的，境界無法決定好與壞，只有自己能決定好與壞。所有的結果，端看面對任何境界時，是用什麼樣的心態去面對。

超越，往往只在一念之間而已。🙏

境界的善思惟

文／中台男眾佛教學院研究所一年級 見寅法師

正面思考是一種善思惟，是轉念的方便法門，目的就是要扭轉卑慢凡情所生的負面情緒，遠離心中的熱惱。進一步，還要對治心中的無明煩惱，才能根本遠離受苦的因。

阿基米德說過，給我一個支點，就可以挑起一個地球。

其實，不管地球再大，對我們的心念而言，只是一個境界。當我們老是惦著挑不動它，徒增妄想時，槓桿那端的「地球」，就會變成我們的煩惱，像雪球一樣愈滾愈大。儘管科技的發展日新月異，乃至能移山填海，但心中的煩惱卻不易移動絲毫。

境界的重量幾許，能讓我們心情沉重

不已；有沒有一個支點，可以為我們挑起心中的苦惱？

境界的重量與支點

境界的好壞，能在我們的心裡形成多少的重量？好的境界，讓我們心情輕飄飄的；痛苦的境界，讓我們沉重萬分。但是，壓垮駱駝的最後一根稻草，究竟是重？還是輕？其實，非關輕重、大小，非關明暗、通塞，只因境由心生，隨著自心



的分別，而讓境界有了重量。

四祖道信大師云：「境緣無好醜，好醜起於心。心若不強名，妄情從何起？妄情既不起，真心任遍知。」原來，境界的重量來自於我們的妄執。原來，所有的美麗與幽暗，出自我們心中的標籤。所有的悲歡離合，都有我們的患得患失！《金剛經》早已明白指出：「凡所有相，皆是虛妄。」我們仍然為了一時的夢幻空花，而自苦惱不已。

面對境界的心念，帶著我們造業。善念成就善業，惡念牽引我們受苦。有功德天就有黑暗天，苦樂相隨，豈能盡如人意？我們不能逃避境界，卻能藉由光明面的正向思考，鼓舞勇氣，帶來希望。如此說來，「正面思考」不啻是幫我們挑起心中境界的支點。

從佛法來看，正面思考是一種思惟修，也是一種善法的薰習，以善的心念取代負面的心念，也就是所謂的「以楔出楔」。將心靠在善法上，就能不隨惡業牽引，而能「隨緣消舊業，更莫造新殃」；進一步，還要努力修福修慧，福報具足了，漸漸就能走出心中的黑暗無明，遠離負面情緒。相反地，假使只在境界上取捨，怨天尤人，看不到境界的因果真相，就是負面思考的迷失，徒自陷於境界的苦執當中，無法出離。

佛法的「四正勤」告訴我們：「已生善念令增長，未生善念令速生；已生惡念令滅除，未生惡念令不生。」正面思考是一種善思惟，是轉念的方便法門，目的就是要扭轉卑慢凡情所生的負面情緒，遠離心中的熱惱。進一步，還要對治心中的無明煩惱，才能根本遠離受苦的因。所以，佛法的「八正道」談「正思惟」，進一步還要「思惟修」，因為再高明的思考，必須落實在修行層面才有意義。

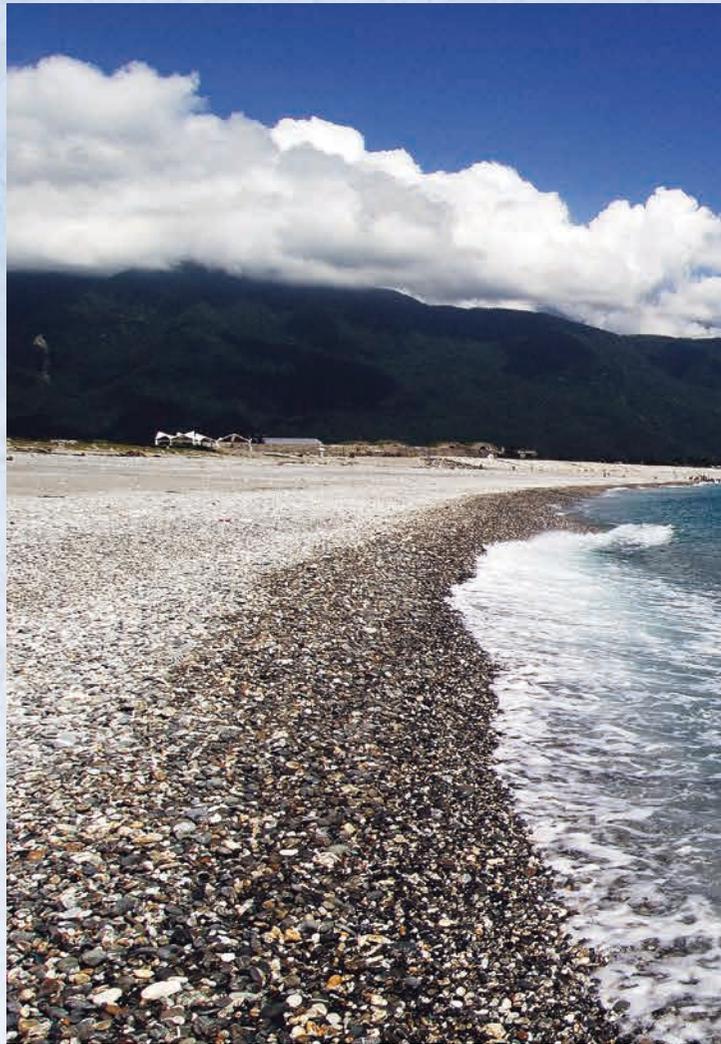
法門的方便與究竟

思惟修也有頓、漸的差異，應當應機施教、應病予藥。小乘行者主張斷煩惱，

大乘則是轉煩惱，無上乘悟到「煩惱即菩提」，若於初心不起妄分別，何須假止觀之方便？過去，僧肇大師無畏於姚興的威逼，而被拘禁問斬。大師臨刑前作了一首偈：「四大原無主，五陰本來空，將頭臨白刃，猶如斬春風。」最大的境界莫過生死，業力所逼，安能無懼？然而，恐慌、悲泣無濟於事，洞悉無常的智者，心無掛礙，安住正念，忍心不動，故能生死自在。又如，金碧峰禪師契悟空性，故能對閻魔發出豪語：「鐵鍊鎖得虛空住，方可拿我金碧峰。」思惟修成就了，將心中的無明煩惱照破，就能達世知幻，成就正知見，就有處世的智慧。

宋理學家王陽明云：「知善知惡是良知，為善去惡是格物。」能知善惡的這念心，明辨是非，遍知無礙，不住善惡，故曰良知，也就是人人本具的覺性。透過覺性的覺察、覺照，洞悉煩惱妄心的無常、無我，故能不昧於境界，真正產生安定身心的力量，處處作主，隨遇而安。經云：「念念照常理，心心息幻塵，遍觀諸法性，無假亦無真。」依性起修，離一切相，即一切法，就是良知良能之起用。

若未能契悟緣起性空之理，在事上也不礙漸入，故說「為善去惡是格物」。格物，就是革除心中的物欲。物欲乃因不正確的知見而起，透過對真相的認識，就能不執著於境界，藉由思惟而生的觀照力，將心結解開，勤於六根上懺除情欲，改變習氣，不再於同一境界上重蹈覆轍，如此持續不斷地「為善去惡」，最後心清淨



了，也能安住於至善真理。

有正見，才能有正思惟。因此，凡事要從因果、心性之理來理解，才能看到真相，也才能返照自己的妄心，息滅貪瞋癡，這就是思惟修的基礎。以能思的這念心，檢討反省，改變自己的無明、習氣，就是觀照法門；最終，思無思思，不執著於能思之心、所思之境，就是解脫法門。從世間善到出世間善，最後仍要以中道第一義為所有善法的依歸，才是真正融通思惟修的方便與究竟。



改寫人生劇本

文／見風法師 攝影／傅景

用一顆光明的心來面對外境，學習接受不同的事物，以「四正勤」來轉化面對事物的角度，強化正面思考的力量，將能改寫人生的劇本，掌握自己的生命！

「該如何面對？」在眼前一片山窮水盡的光景中，如何看見柳暗花明又一村的契機與希望呢？其實，重點不在於外境的好壞，而在於我們能不能正面思考，看到事物光明、積極的一面。

善思惟 正觀行

《說苑》云：「盛於彼者，必衰於此，長於左者，必短於右。」經過觀察，可以發現每件事情都有正反兩面，沒有絕對的好與壞。好與壞的標準是相待而生

的，因此，佛陀教導弟子，面對事物時要「未生惡念令不生」——知道事物的負面時，不去隨順；「未生善念令速生」——選擇用正面的角度來看待。西方哲學家曾說：「二人同時向窗外看，一人見到了滿天璀璨的星斗，另一人卻看到了滿地的泥濘。」星斗和污泥就如同事物的正反兩面，選擇看見滿天星斗，不代表否定污泥的存在；見到了滿地污泥，也清楚只要頭一往上抬，璀璨的星空也不會失去。

正面思考不是盲目、不切實際地空

想：「壞事會變好」，而是在洞悉萬物相對的本質後，用更開闊、宏觀的視野來面對一切境界，選擇平靜地接受每件事情的正反兩面，又懂得止息惡法、隨順良善的一面，而能趨吉避凶。

四正勤 善方便

不僅要能正向思考，更進一步要讓正面思考發揮實質的影響力，就必須借助方便。佛陀開示弟子：「已生惡念令滅除」——當心中有了負面的想法，不去隨順，而能學習發現事物積極、良善的一面，並且不斷朝著正向來努力——「已生善念令增長」。透過不隨順負面思惟，不斷增長正面思考的力量，無論在何處，我們都能培養出洞燭先機的本領，將或好或壞的經歷，在自己的手上改寫。《論語》云：「君子無入而不自得。」就是不斷加強正面思惟的影響力，無論身處任何環境，都能安適自在。

昔日憨山大師遭人誣告，被遣至雷陽充軍，在一般人看來是個冤枉的刑罰，但是憨山大師卻在軍中以「緇衣脫卻換戎裝，始信隨緣是道場，縱使炎天如烈火，難消冰雪冷心腸」一偈，表明心中的坦然自在。其後，也由於這份平常心，隨緣盡份，完成一項又一項功業：在疫疾中協助處理病亡者屍體、安撫暴民的情緒……一直到整頓寶林古寺，重振祖庭宗風。鄉里的居民念念不忘的，是這一位慈悲、智慧的長者。直至今日，我們見到的是一位不畏艱難、捨己為人的高僧。這一切，都是



大師以一顆光明、平正的心，在看似艱苦的環境中，步步落實著弘法利生的使命。

用一顆光明的心來面對外境，學習接受不同的事物，以「未生惡念令不生」、「未生善念令速生」的法則來轉化面對事物的角度；更以「已生惡念令滅除」、「已生善念令增長」的軌則強化正面思考的力量，將能看見生命的積極性，改寫人生的劇本，掌握自己的生命！



善能分別諸法相

文／普濟精舍護法會副會長 傳煦 攝影／傳新

如果每個人都能接觸佛法，體會到心性究竟之理，並且深信因果，社會上的這些黑暗深淵將不復見，取而代之的，是無窮無盡的活水源頭！

最近發生了一起震驚社會的新聞，一位年輕的媽媽，疑因無法承受其憂鬱及焦慮的情緒壓力，遂以毀滅一切的方式尋求了結：她先以摻有劇毒的食物餵食三個稚齡的孩子，再引火自焚。看完這則新聞，唏噓之餘，我不禁揣想這位母親的心情——是怎樣的黑暗深淵，讓她如此絕望無助，而必須用這般激烈的方式，來結束她所認知的不完美人生？現今社會上各階層所存在的黑暗深淵，不知凡幾，而因為憂鬱症自戕的案例時有所聞。佛法說人身難得，若在作決定的當下能有一絲的光亮照進心底的幽谷，也許這些寶貴的生命就不

至於消逝。

順逆皆因緣 心平世界平

回憶過往，我也曾是一個身陷黑暗深淵的人。身為有五個小孩家庭中的第二個女兒，讓我從小就認定：唯有優秀的表現，才能突顯自己的存在。對自我存在的危機感，讓我對許多事情都非常執著，無論在學業、工作、家庭，乃至人際關係上，稍有不順意或表現不佳，就會無以復加地自責。心情隨著順逆境而上下起伏，精神則時時刻刻維持在緊繃狀態。工作壓力大時，午夜夢迴，也會憂怒大叫驚醒過來。這樣的狀態，不僅周

遭的人看在眼裡，同修也十分擔憂，卻不知道該怎麼辦。

是佛法把光照進來，讓這個黑暗深淵出現生機。人生會覺得絕望無助、會覺得憂慮消極，是因為覺得自己只是個大環境下的小棋子，無法肯定自己的價值。佛法告訴我們，我們才是這念心的主人，「心生則法生」，「萬法唯心造」，「非關外物，淨穢由心」，要怎麼去面對外境，是好、是壞，也不過在這一念心而已。再進一步想，順逆皆因緣，這些境界也是因緣和合所生，也有成、住、壞、空，假使把時間和空間再拉長、拉大來看，今天所在意的事，不過是歷史長河中一粒小小的微塵，何足掛心？

了解這個道理，心就安住了。自己的人生，無他人可決定，無他人可代受，全憑自己作主。這念心當下遠離顛倒妄想，即無有恐怖。心安住了，吃也吃得下，睡也睡得著，走路也走得安穩，看事情也更透徹。

前些日子，念小學五年級的女兒向我抱怨班上的衛生股長老是找她麻煩，明明已經清潔好的區域，卻屢屢說她沒有清掃乾淨，女兒只好一掃再掃，一直到掃了第五遍，衛生股長才勉強給她打一個三角形，表示「該處尚未檢查」。女兒覺得委屈，哭著要我幫她主持公道，打電話給老師平反。我沒有答應她，僅為她解釋「欲知前世因，今生受者是；欲知未來果，今生作者是」的道理，並請她自己衡量是否應該告訴老師。

數日之後，女兒很高興地告訴我，她獲選為班上的模範生，表揚事由包括：

「任勞任怨，維護環境之清潔工作認真扎實。」由此可知「逆境來時順境因，人情疏處道情親；夢中何必爭人我，放下身心見乾坤」，彼此實無二無別。

佛法廣流佈 光明照世間

所以，只要時時觀照自己的起心動念，少了妄分別，多了善觀察，就更能體會順逆不二的真理。自此，心平世界平，人生的道路無不通暢。我將這段心路歷程分享給同修，告訴他這段過程，由此見證佛法不可思議的力量，他從原來的排拒，轉變為開始願意親近三寶。

如果每個人都能接觸佛法，體會到心性究竟之理，並且深信因果，社會上的這些黑暗深淵將不復見，取而代之的，是無窮無盡的活水源頭！這是多麼光明、多麼有希望！因此，更深自體會導師^上惟^下覺大和尚廣設道場、開設禪修班，讓普羅大眾皆能聽聞佛法，並創造各種因緣解救眾生於倒懸的悲心願力。在發心過程中，導師更進一步以其身教、言教提示我們，不但要創造因緣、運用因緣，還要進一步提升，不住因緣！跟隨著導師的腳步，除了學習人生的真諦，亦無時不在實踐、體現佛法的道理。在導師慈悲與智慧的帶領下，我更加肯定：這是一條絕對光明的道路、絕對正向的力量！

找到了路頭，此生若不努力，更待何時？



挑戰慣性思考

文／普安精舍護法會副會長 傳藝



「看到面前有陰影，別怕！那是因為背後有陽光。」在人生的旅途中，不如意事十之八九，但危機經常也是轉機，就看我們如何面對，是正面積極地面對它？或是負面消極地逃避它？

在聞「癌」色變的時代，老天也給了我一道難題，當我從醫生口中聽到：「你的腫瘤是惡性的。」當下猶如晴天霹靂：「為什麼是我呢？」

當時，還未接觸佛法，每天在驚慌恐怖、自怨自艾中度過。慶幸有一位學佛的同事引介我親近佛法，了解因緣果報的道理，心念漸漸轉變了，不再日日唉聲嘆氣，而是以感恩的態度來面對它。幸好，今

生就能消業、了業，感恩病苦，讓我接觸佛法，走向了生脫死的道路。

《金剛經》云：「凡所有相，皆是虛妄」、「應無所住而生其心」，這一些法語時時提醒著我們，要對外境不執著、不攀緣、不起心動念。因此，面對境界時，思惟佛法的道理，往往能產生正面積極、向上提升的力量。

在職場上，面對客戶的要求或刁難，不再憤憤不平，取而代之的是反求諸己，思惟是哪個環節自己疏失了，然後盡力圓滿它。「公事門中好修行」、「未成佛道，先結人緣」，自己的心念改變後，不僅問題減少，也增

加許多助緣。

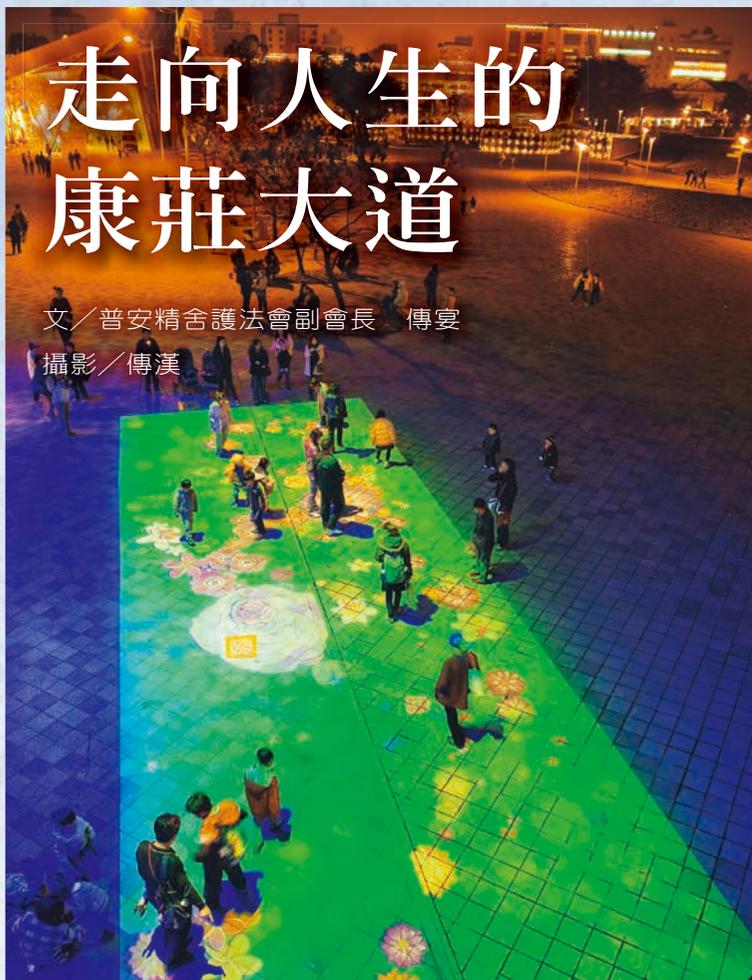
在人際關係上，法師常說：「心量有多大，福報就有多大。」盡自己所能去做，不斤斤計較，不要求回報，「不以善小而不為，不因惡小而為之」，落實「敬、慈、和、真」，心愈來愈踏實，人生的路也愈走愈光明。

學佛真好！幫助我走過人生的黑暗期。因為有它，我學會凡事正面思考，有了正面的能量，沒有什麼是解決不了的，因為「心生萬法」，只要有信心，任何挑戰都不怕，只要「堅住正念，隨順覺性」，就能作自己人生的主人翁。🙏

走向人生的康莊大道

文／普安精舍護法會副會長 傅宴

攝影／傅漢



人生不如意之事十常八九，要如何面對逆境呢？就是要轉念，往好的、善的方向去思惟。起太多的念頭，只會產生壓力，增加心裡的負擔。更何況，尚未發生的事，也不一定發生；萬一真的發生了，只要勇敢面對問題、處理問題，一切都能迎刃而解；假使真的無法解決，就要暫時放下，不要執著，等到有適當的因緣再處理。用正面的態度去看待逆境，必定處處充滿光明，人生必定是一條康莊大道。

接觸佛法之前，面對不如意的事時，總是怨天尤人，認為上蒼對我不公平，倒霉

的事總是被我遇到，每天只會唉聲嘆氣，卻不知一切皆有因果，今天的不如意，必定是過去種下的因，唯有抱著解冤釋結的態度，正面思考，才會有良善的結果。

在一次參加精舍素食烹飪班的因緣，我接觸了佛法。上了禪修班之後，我才了解「四聖諦——苦、集、滅、道」的道理，知道人生的種種苦，都是由於內心的貪、瞋、癡所招感；想要滅除這些苦，就要從因上去努力，勤修八正道，建立正確的知見、觀念，就能滅除無明煩惱，斷除苦果。

了解佛法的道理後，讓我在面對病苦的無常時，能正向思惟，坦然面對，甚至抱著一份感恩的心，以病苦為師，時時提醒自己要精進用功，發長遠心，參與出坡，在與他人的互動中，滅除自己的習氣，

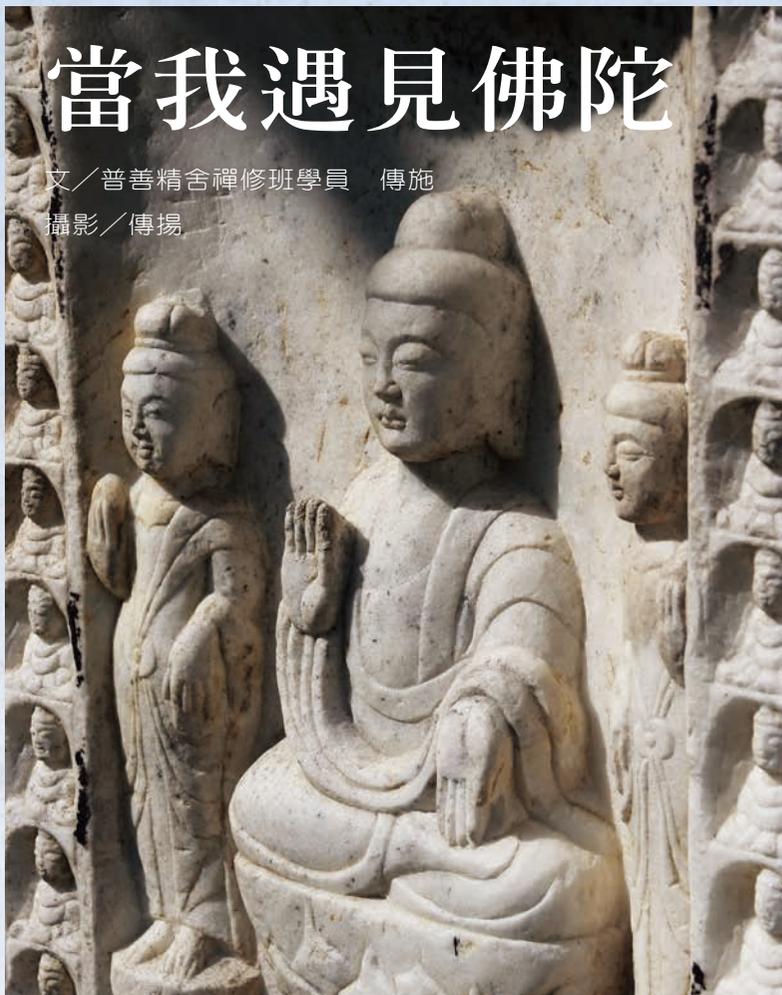
並藉由拜懺來懺悔業障。由於心念不一樣了，雖然病苦依然存在，內心卻是清涼的，更因為真誠的懺悔，讓我重報輕受，身體的狀況也漸有改善。

正向思惟，也讓我的人際關係變好了，由於處處為別人設想，與人相處的磨擦自然減少，無形中也結了許多善緣，讓我在不順遂時多了很多助緣。了解因緣果報的道理，能夠讓我們遇到任何境界時，都往正向思惟，甘心甘受，解冤釋結。如此一來，逆境也會變為順境，一切都能心想事成、萬事如意！

當我遇見佛陀

文／普善精舍禪修班學員 傳施

攝影／傳揚



覺察到自己變了，是從一件簡單的事開始。

某日，和老同事談起十多年前剛結識時的歲月，兩人拿起珍藏的照片回憶著。我不禁感嘆，當年的意氣風發早就隨著年齡的增長而蒸發了，同事端詳著現在的我，笑著說：「銳氣是沒有了，眼神也變柔軟了！」

人生悠悠過了四十載，這些年才有因緣接觸佛法，原來，改變就在不知不覺當中。只是，良善的改變，總要經歷一番掙

扎。當同修建議送孩子去普台就讀時，剛開始我很猶豫、很擔心。若不是在精舍禪修，聽聞佛法，我們應該很難作這個決定，也無法放下積習已久的執著。

我們開始慢慢以鼓勵孩子自我鍛鍊、成長，代替永遠在旁邊耳提面命；欣賞孩子的藝術創作及與外國學生的互動片段，而不再只是關心國英數的分數多少。現在的他開始學習樂器，而且頗具天分。回想孩子就讀國小時，放學後要課輔，要上全程英文班，沒有寒、暑假……難怪孩子對其他事總提不起勁。曾經覺得最好的安排，如今看來卻不盡然。

有一回參加學校的親師會，老師訴說孩子的狀況時總是和顏悅色，談論的都是如何協助、鼓勵孩子度過尷尬的青春

期。他說，每一個孩子都是一個花苞，不一樣的花卉，花期本就不同，只要殷勤灌溉並耐心等待，就能看見花朵綻放的美麗丰姿！現在，我已漸漸體會到這層意涵，讓我學習到正面思考的重要。

當我遇見佛陀，心境變得柔軟，處事更圓融，態度更豁達，少了煩惱、掛礙。許多自以為天大的問題，其實根本不是問題。此時，心中突然浮現宋朝文學家蘇軾的〈定風波〉：「回首向來蕭瑟處，歸去，也無風雨也無晴。」

非關外境 淨穢由心

文／普濟精舍護法會執行秘書 傅歸

每個人都有我執與習氣，因此會有「慣性的」思考模式，唯有跳脫了原有的思想模式，並且正向思考，才能提升自我，讓自己的修行向前邁進。生活中時時有考驗，順境也好、逆境也好，「如何在心上用功？」是每一位修行者都需要確實落實的。

「說到做不到，是名不到道」，雖然每次禪七時導師^上惟^下覺大和尚和住持見燈和尚引經據典橫說豎說、苦口婆心地說，讓大眾知道禪修的目的，無非是要「明心見性，見性成佛」，因此必須「堅住正念，隨順覺性」，然而真正落實在生活中，就需要功夫了！

過去，打禪七時，每次一吹冷氣就頭痛難忍，所以，「慣性的」思考模式就是：冷氣開得太強了，或是怪自己體弱多病，總是在怨天尤人當中渾然不覺地度過。因此，打完禪七之後，總是

有美中不足之感。去年的禪七，下定決心，學習祖師大德的精神，不再因外境而抱怨連連。

妙峰福登禪師悟道偈云：「飲之甚甘，聞之甚臭，非關外境，淨穢由心」，把過去的慣性思考「冷氣太強」，改為正向思考「冷氣何罪之有？」；「怪自己體弱多病」，改為「多穿一件衣服禦寒」，因為一切「非關外境，淨穢由心」，反觀自己的不足，改進自己的缺點，境界皆是心念招感。從此，更能專注聆聽開示，重慮緣真，心生法喜，根本無暇理會「冷氣病」，也克服了對冷氣的煩惱。此次禪七，體會到原來佛法的道理要真正地拿來落實，以正面思考來驗證，才會了解佛法所言真實不虛！

學佛邁入第十二個年頭，心愈來愈安定，路愈走愈光明。在教職生涯，將「中台四箴行——對上以敬、對下以慈、對人以和、對事以真」落實在教育當中，在班級的經營上得心應手，指導學生代表學校參加比賽經常獲獎，也幾乎年年獲得優良教師獎。中台的寶藏取之不盡、用之不竭，這些「寶」要拿來用，才是「真寶」；用的過程中，要以「正面思考」取代「慣性思考」，才能達到萬善圓彰，讓人生愈來愈光明！



眼鏡

文／見箭法師 圖／吟芳

因為近視太深，所以身邊總是備有兩副眼鏡，分別用來看近、看遠。我們的心裡也有一副眼鏡，卻沒有真正發揮它的功能。該拿來看別人優點時，卻拿來看自己；該看自己缺點時，卻看到別人，始終看不見自己。有一天，一位師兄弟說：「到哪裡都有境界，因為自己的煩惱還沒有斷，到哪裡都有問題，因為自己心中有分別、計較。遇到一切事情，都要回歸到自己身上，回歸到修行……。」這段話就像一記當頭棒喝，告訴自己：「該換一副眼鏡，不是近視，也不是遠視，更不是老花眼鏡，而是——內視鏡。」





醉翁受五戒得解脫

文／編輯部

圖／見薪法師



佛陀時代，距祇洹精舍七里之遠住著一位老者，他平日嗜酒如命，佛陀的弟子阿難尊者時常前往勸諫。「我無法忍受這樣的限制，所以才不去精舍。」老者不聽從阿難尊者的勸導，依然嗜酒如命。

一日，老者又喝得醉醺醺地走在回家路上，一不小心，踢到路邊的樹根，跌倒在地，疼痛無比。面對突如其來的痛楚，他突然心生悔意：「阿難尊者經常勸我要親近佛陀，我卻不肯聽從，以致現在全身痛不可言。」老者回家後，告訴家人欲前往佛所，大家相當驚訝，心想：「為何一直不肯前去晉見佛陀的老者，會突然改變心意？」

阿難尊者見到老者來到祇洹精舍的門口，趕緊稟告佛陀：「那位嗜酒如命的老者已經來到精舍了。」佛陀問：「是五百隻白象拖他來的嗎？」阿難尊者回答：「是他獨自前來。」佛陀告訴阿難尊者：「其實這五百隻白象已在老者身中。」老者在阿難尊者的帶領下頂禮佛足，並且向佛說道：「偉大的佛陀！久聞您在此說法，卻因愚癡而沒能早一點來拜見您，請您慈悲赦免我的罪業。」

佛陀聽完老者的請求，問道：「你說說看，如果累積了五百車的木柴，想要用火將它燒盡，應當用幾車的火才能燒盡呢？」老者很有信心地回答：「根本就不用多大的火，只要如豆一般的火苗，便可將其燒成灰燼！」佛陀又問老者：「你身上這件衣服穿多久了？」老者說：「已經有一年多了。」佛陀接著又問：「那麼，想要洗去這件衣服上的污垢，需要幾年的時間呢？」老者不加思索地答道：「佛陀，只要有純灰汁一斗，須臾之間便能洗淨。」

佛陀聽完後，開示老者：「你所累積的罪業就像那五百車的木柴，亦如同穿了一年多衣服上的塵垢，只要你受持五戒，即能得到清淨。」佛為其說法，老者心開意解，即得不退轉菩薩果位。

（編按：典故摘自《眾經撰雜譬喻·卷二》）



省思

眾生無始以來的罪業無量無邊，因不知常住真心而攀緣外境，造諸惡業，枉受生死。若能一念回光，捨妄歸真，無惡不斷，無善不修，嚴持戒律，即能回歸本源自性清淨。這一念淨心如同一豆之火苗，能燒諸惡業；亦如一斗之灰汁，能洗淨心中之垢染。



覺心觀照

在佛教學院中的每一天，學僧用法、用心、用觀行，努力在生活中實踐佛陀的教誨，走著佛陀曾走過的心路，記錄下對心念的觀照；覺心觀照——是一份修行人的作業。

攝影／傳景

叩鐘 | 中台男眾佛教學院研究所一年級 見謙法師

叩鐘，是僧團的樞樞，也是提醒學人晨昏定省之功。每次叩完鐘，都會有幾秒鐘望著遠方城鎮的萬家燈火，想著無量無邊的眾生。經典上說，地獄中的眾生聽聞寺院的鐘聲，即能得到短暫的清涼。

「聞鐘聲煩惱輕，智慧長菩提生，離地獄出火坑，願成佛度眾生。」藉著叩鐘偈誦，一字一句地唱，一聲一聲地叩，願能給予苦難眾生清涼，遠離煩惱。鐘聲若斷若續，若輕若重，如無常生滅，願聽聞者都能生起智慧，滅除無明癡闇。鐘聲洪重如雷，願聽聞者悉皆返聞自性，菩提心生，捨諸長迷，八難三途，四生九有，永沾佛恩。將此深心，回向十方世界，祇園遺音，普攝梵宇。

常行中道 | 中台女眾佛教學院研究所一年級 見怡法師

順境比逆境更危險。逆境時，因為知道是逆境，以脫離逆境為目標，所以知道努力，常生警覺心；反之，順境中一切皆合己意，認為沒有境界，一切美好，忘了看緊自己的身口意，反而是苦果的開始。



在自己能做好每件事時，更要提醒自己保持覺性。順逆、苦樂都足以讓心念波動，因緣一過，一樣幻滅，只有不動的那念心清楚不迷，才能在順逆、苦樂之間，安然自在。

逆增上緣 | [中台女眾佛教學院研究所一年級 見紀法師](#)

很多時候，煩惱的起因並不是事件或他人的過失，真正的原因其實是由於自己本來就有的負面念頭遇緣而發；所以，應該檢討的不是別人，而是自己。

原來，太習慣於起惡念，不斷放縱負面的念頭，才會在事情發生時，一味地向外指責別人。如果不是一次又一次的薰修與磨鍊，怎麼能明白自己還有那麼多的不圓滿？

雖然依舊煩惱垢重，但願意一次又一次地薰修善念，在抱怨、嫌責他人前先發現自己的惡念，反省自己而不惱害他人，一步步地斷除惑結，讓自己的善心圓滿。🙏

夏日美饌

文／編輯部



和風涼粉

【材料】

綠豆粉皮 …………… 4片左右

A：

小黃瓜絲 …………… 少許

紅蘿蔔絲 …………… 少許

B：

鹽 …………… 少許

芝麻醬 …………… 1大匙

白醋 …………… 2茶匙

醬油 …………… 1小匙

糖 …………… 1小匙

開水 …………… 1小匙

【步驟】

1. 綠豆粉皮泡過開水，切成條狀盛盤備用。
2. A以少許鹽醃15分鐘後，用冷開水洗淨，去除鹹味。
3. 將B拌勻，淋上綠豆粉皮，然後再鋪上A點綴即可。



荷芹蓮藕

【材料】

中芹..... 少許

枸杞..... 少許

A：

荷蘭豆..... 10片

蓮藕..... 3兩

白果..... 10顆

B：

鹽..... 少許

糖..... 少許

香菇粉..... 1/2茶匙

水..... 1小匙

太白粉..... 少許

油..... 少許

【步驟】

1. 蓮藕切片泡水，避免變黑。
2. 荷蘭豆剝好，中芹切段。
3. 枸杞泡水備用。
4. 取一鍋熱水，將A氽燙備用。
5. 取一熱鍋，將中芹爆香後，加入A及B拌炒，再用太白粉勾芡。
6. 起鍋前放入枸杞盛盤即可。





普台國小、國中九十九學年度 聯合畢業典禮

文／編輯部

普台秉持落實全人教育，培育國家棟樑的教育理念，至今經歷七個年頭。今年普台國中部第三屆、國小部第六屆畢業典禮，全體師生懷著欣喜的心情，歡送應屆畢業生邁向人生下一段學習旅程。

六月十八日上午十時，一百九十一位國中畢業生、一百六十四位國小畢業生在蔣校長及蔡校長帶領下，神采奕奕地步入普台高中綜合體育館，熱鬧又溫馨的畢業典禮正式登場。創辦人^上惟^下覺大和尚、畢業生家長及各界賢達蒞會觀禮，給予畢業生祝賀及鼓勵。

典禮中，普台高中蔣校長首先致詞，

叮嚀畢業生將普台優良的教育成果擴展出去，以校訓「敬、慈、和、真」作為一生待人處事之準則。持續普台多元學習的理念及態度，面對競爭激烈的未來。接著，普台國小蔡校長也以旅人在沙漠中以利己利人之心汲水的故事期勉學子，只要懷抱這樣的心，明天一定會更好。

兩位校長頒發畢業證書之後，創辦人期勉學子，畢業是未來的開始，要持續不斷地力爭上流。百尺竿頭再進步，要發大願，有了願心、恆心、信心，任何事皆能有所成就。





所謂「為學日益，為道日損」，學問是一個加號，天天都要增加；品德則是一個減號，要天天反省、檢討、改過，有了品德、學問的堅固實力，方能立於不敗之地。萬丈高樓從地起，未來想要做大事、成大業、立大功，必須要從現在做起，將品德、學問、體能等基礎打好。孔子曰：「不患無位，患所以立」，只要現在腳踏實地去耕耘，將來必定有所收穫。要把握學習機會，更要愛惜自己的身體、生命和時間，在自己的本份上時時精進努力，博學多聞，相信每一位同學都是學校的模範生，將來都是社會的精英、國家的棟樑。

接下來是榮耀的頒獎時刻，由創辦人親自頒授畢業生的最高榮譽——普台獎，表揚在校期間品學兼優、熱心服務、才藝及各項表現優異並堪為表率之畢業學子。普台多元適性的教學成果斐然，學子參與各項國內外競賽都有優異的表現，故有課業、國語文、外語、數理、健康與體育、藝術及人文、熱心服務、樂群、學恆等多種獎項，獎勵五育並重、多才多藝的畢業學子，更上一層樓。

畢業典禮是祝福、感恩與收穫的日子，國小五年級在校生代表以自編相聲致歡送詞，讚歎學長、學姊在國語文、外

語、體育、數理各方面的豐碩成果，期盼學習學長、學姐的優秀風範，努力向上，在各項表現中都

能締造佳績，更祝福所有畢業生任重道遠，懷抱遠大的理想向新的里程前進！

接著，是精彩絕倫的國小六年級與國中三年級畢業生代表致答謝詞，八位同學將

「普台之音校園新聞播報」帶到典禮會場，向所有師長及學弟妹表達他們的感恩之意，並娓娓道出在普台全方位的學習環境中之成長與進步，流暢的中、英、日、法、西語報導，以及自信的台風，印證了普台深耕外語教學的厚實成果，也掀起畢業典禮現場最高潮。在畢業生代表獻花感謝師恩的同時，全校師生將祝福化為歌聲，共同為充滿希望的未來高聲歡唱！



多元成果發表

六月四日下午，普台高中中庭至迴廊間陳列了琳琅滿目的國三畢業成果展作品，讓家長們進一步了解學子們豐盛的學習成果。

教學及行政經驗長達三十多年的蔣校長語重心長地指出，基本學力測驗至今仍使無數青少年活在精神貧乏、充滿壓力的學習生涯中。相較之下，普台的創校理念「多元學習，適性發展，因材施教，品格第一」，實現了讓學子快樂健康成長的教



育願景。在創辦人高瞻遠矚的指導下，普台國小、國中、高中三學一貫的體制，秉持十二年全人教育的目標，不僅走在十二年國教發展政策的前端，樹立了優質的教學典範，更為莘莘學子創造出多元升學的學習優勢，包括多國外語、國學、書法、生命教育、才藝社團及競賽活動等，發展普台的特色課程，以培養五育並重、具國際視野及全球移動力的新世代精英。

國三的毓萱同學當天上台現身說法：「轉學到普台前，我的生活就只有上學、補習、回家！來到普台之後，因為環境的影響，我開始學習獨立，學習去規劃時間、利用時間，主動積極的態度使成績進步了，自信心、求知的欲望也更高了，從沒想過自己可以做得這麼好！」毓萱同學不僅第二外語通過日文N3檢定，還參加了全國英語短劇比賽，從團隊合作經驗中更懂得自省，增長挫折容忍度，也相信未來三年在普台，必然有更充實的高中生活！

「每一段的選擇，都是一次價值觀的檢視：我們要給孩子什麼樣的未來？」外語中心張主任分享最近帶領學生參加SAT I 考試的感想，普台的學子主動幫同學把早餐分好、書包排放整齊，互相加油、提醒帶計算機和備用電池。「看到孩子在普台的成長，不再是以自我為中心！」張主任十分欣慰：「走向國際，沒有宏觀的視野和語言能力是不行的；心中對他人冷漠，更是不行。學習語文是爲了



溝通、促進和平，必須了解、尊重多元的文化，才能產生同理心。」

張主任表示，多學一種語言就比別人多一項優勢，也是全球化人才需求的趨勢；相較於一般國中生只複習基測的一、二千個英文單字，普台學子透過英文閱讀、外語檢定培訓，國中階段已累積了超過四千個單字的實力。從國三畢業展中，家長們也欣賞到學子精彩的日、法、西等第二外語的動畫配音，以及閱讀心得報告、繪本翻譯、創意賀卡等，展現繽紛的文化采風及語文教育的豐碩成果。

當晚，普台高中學子在藝術大廳舉行本學期的小論文發表會。連續兩學期，普台學子組隊參加教育部舉辦的全國高中小論文競賽，囊括了多項優選。在普台多元智能、適性發展的環境中，學子不再只為拚基測而局限成長的潛力，他們享受學習的樂趣，能夠學以致用、獨立思考、勇於表達而倍受肯定。世界即校園，普台的學習天地充滿希望、無限寬廣！

畢業系列活動

六月十八日至二十二日舉行國小畢業系列活動，內容活潑生動又深具意義，包含〈三字經〉國學經典背誦、代代相傳接力、九人制排球賽、水上運動會、普台高中健行及游泳檢測等活動。



榮譽榜

〈三字經〉是普台學子必背的經典，也是中國傳統最優質的啟蒙書籍之一，對於學習立身處世有很大的助益。經由背誦〈三字經〉闖關活動的評量方式，檢測孩子們平時的學習成效，並期盼學子將經文牢記心中，作為未來人生的指引。代代相傳接力、九人制排球賽、水上運動會、普台高中健行及游泳檢測等體育活動，藉由團隊比賽讓學子展現充沛的活力與朝氣外，更能增進團隊合作的精神。

經過國小、國中階段的淬鍊，三百五十五位畢業生和普台一起走過成長的歲月，在各項學習中落實了「敬、慈、和、真」的校訓，更秉持 創辦人對學習的指導「會、熟、巧、精」，一步步踏實地認真學習，終於有了今天的自信與成就！

普台的天空無限寬廣，是逐夢飛翔的最佳起點，相信學子在普台所建立的扎實基礎，必能在未來的學習過程中繼續拓展。從普台出發，未來飛得更高、更遠、更卓越！

■ 2011 SFLPT西語檢定，表現出色！

通過A1級／國二2人、國三8人、高一11人、高二24人
通過A2級／國二2人、國三2人、高一2人、高二4人

■ 100學年度南投縣國語文競賽，表現優異！

教師組作文 第二名／振男老師
國中組團體 第一名
國中組字音字形 第二名／國二 聖閔
國中組寫字 第三名／國二 聖絜
國中組作文 第一名／國二 啓勳
國中組朗讀 第二名／國二 柏陞
國中組演說 第二名／國一 芷源
高中組字音字形 第二名／高二 心豪
高中組寫字 第三名／高二 家禎
高中組演說 第二名／高一 苑庭

■ 2011年第二屆全國高中職學生英日語配音比賽，榮獲佳績！

非英語主修組

高二同學以「穿著Prada的惡魔」
榮獲團體組第二名
高一同學以「小太陽的願望」
榮獲團體組第四名

個人組 第三名／高二 正婷
第六名／高一 盈喜

非日語主修組

高一同學以「柯南」榮獲團體組第二名





普圓精舍十周年慶啓建

報恩梁皇消災超薦大法會

文／普圓精舍提供

位於台北市中山區的普圓精舍，自民國九十年創立以來，歷經十年時間，為感念導師 上惟下覺大和尚以無盡願力弘法利生之恩，特於四月十七日至二十三日，啓建梁皇寶懺法會，藉此因緣接引有緣大眾，播撒菩提道種，並令法界有情同霑法益。

二十三日法會圓滿日，恭請中台禪寺住持見燈和尚親臨主持獻供大典、開示法要、切糕祝願等活動。

在祥和莊嚴的「花奉獻」梵音聲中，住持和尚拈香獻供，祈願國泰民安、風調雨順，法界有情福慧莊嚴。接著，護法會張會長和與會大眾分享學佛對其事業、家

庭的助益和提升，同時表達護持三寶永不退轉的心願，並勉勵大眾居士繼續發心護持，令正法長久住世。

住持和尚於開示中對大眾諄諄教誨，殷切叮嚀，剴切指陳面對天災人禍頻仍的世界，希望人生圓滿如意必須具備的正確觀念和修行方法。住持和尚從世間談到出世間，從方便講到究竟，皆為破妄顯真，撥雲見日，與會大眾無不法喜充滿。

最後在齊唱生日快樂歌的歡慶氣氛中，住持和尚切糕祝願，大眾同心發願，生生世世依止大善知識修行學佛，發菩提心，行菩薩道，永不退轉，為期八天的報恩梁皇寶懺大法會至此圓滿落幕。

學員心得

統理／傳璋 為期八天的梁皇寶懺法會，在在考驗著毅力與細心程度，能否關照到法會中的每一個環節、能否關照到每一位發心學員的心念？更重要的是自己能否保持著菩薩的悲心願力來圓滿佛事、能否在任何境界中保持著如如不動的心？感恩法師的指導，並且給予我們學習與成長的機會，希望自己也能將菩提種子散播到世界每一個角落。

司儀／傳尊 精舍學員的無私奉獻，來自於對佛法的體悟和感恩，也是精進心和落實修行的體現。修行學佛除了需要靜中養成，還要動中磨鍊，最後事理圓融。從「福德、教理、禪定」三環一體中圓滿佛法的學分，才是全方位的學習。能親近中台道場，真的是福報！

司儀／傳暢 藉由法會的不同執事來訓練多重角度思考的能力，並了解不同執事的壓力與責任，啟發我們的同理心。此次法會體會到：唯有事先準備，才能臨危不亂。感恩法師總是願意給予初學者嘗試的機會，並耐心地指導。

環保組組長／傳謐 在回收、整理的過程當中，時時關照到自己的心是粗或細，即能讓自己在發心中啟發覺性！

金剛護法組組長／傳統 在法會當中，期許自己讓法會更加莊嚴，也讓大眾感到歡喜。學習到更多的細行與威儀，也學到了看待事物的不同角度與做事方法。

照客組副組長／傳綿 法會中，主要負責十事供養的結緣品，每天從下午就開始準備當晚的結緣物料，歷經一週。雖然過程辛苦，但能與大眾結緣，感到法喜且踏實。

心燈組／傳愍 學佛前的我，終日鬱鬱寡歡，卻不了解自己有何欠缺。聽聞佛法，有如枯木逢春。精舍，便是接引我學佛的因緣。精舍是一艘行駛了十年的法

船，法師們的悲心願力、大眾如泉湧般的發心，使得精舍在弘法的道路上未曾稍歇。這是我們無上的福報，也是導師 上惟下覺大和尚無盡的慈悲。普圓十周年，我們何其有幸，同霑法露。願普圓再走下一個十年……乃至千百個十年！

上圖／普圓精舍榮譽會長及會長與住持和尚歡喜合影。

下圖／欣逢十周年慶，恭請住持和尚切糕祝願。





月

精舍課程及活動快訊

【禪修班開課】

■美國普德精舍

8/14 太極班

■美國法寶寺

7/18~7/22、7/25~7/29

兒童讀經班

■泰國泰佛寺

7/4 日、夜間

初級中泰文禪修班

7/5 泰語基礎班

7/5 夜間中級中泰文禪修班

7/6 夜間高級中泰文禪修班

7/6 華語基礎班

7/7 夜間研經禪修班

7/7 華語初級班

7/7 華語中級班

7/7 泰語基礎班

7/8 日間研經禪修班

7/9 梵唄班

■普皇精舍

7/5 日、夜間初級禪修班

7/19 日間初級禪修班

7/20 夜間初級禪修班

■普印精舍

7/4 長青念佛禪修班

7/5 日間初級禪修班

7/6 夜間初級禪修班

7/9 親子禪修班

■普濟精舍

7/8 夜間初級禪修班

■普雨精舍

8/2 日、夜間初級禪修班

■普平精舍

8/3 日間研經班

8/3 夜間高級禪修班

8/4 日、夜間中級禪修班

8/4 兒童禪修班

8/5 夜間研經班

8/5 兒童禪修班

8/16 夜間初級禪修班

■普真精舍

7/14 夜間初級禪修班

■普民精舍

7/3、7/17 英文禪修班

7/10、7/24、8/7、8/21

菩提青少年禪修班

8/6、8/20 小太陽兒童禪修班

■普成精舍

7/2 暑期兒童禪修班

■普豐精舍

7/2 日間初級禪修班

■普彰精舍

8/30 夜間初級禪修班

8/31 日間初級禪修班

8/31 兒童讀經班

■普田精舍

7/27 夜間初級禪修班

7/29 日間初級禪修班

■普糧精舍

8/16 日、夜間研經A班

8/17 日、夜間中級禪修班

8/18 夜間研經B班

8/18 日、夜間高級禪修班

8/19 日、夜間初級禪修班

【法會活動】

■美國太谷精舍

7/31 半日禪

■美國佛門寺

7/31、8/14 佛前大供

8/28 結夏安居報恩

藥師圓滿法會

9/9~11/25 法會共修

■美國普德精舍

7/31 消災祈福法會

■美國佛寶寺

7/31、8/28 半日禪

■美國法寶寺

8/28 藥師圓滿法會暨

護法會頒證

9/3起 地藏經共修

9/11 中秋禪會暨護法會聯誼

■香港普廣精舍

7/17 藥師寶懺法會

■泰國泰佛寺

5/9~8/14 晚課恭誦藥師經

6/10~8/19 藥師寶懺共修

7/31 佛前大供

8/7 蓮池共修會

8/15~8/31 晚課恭誦金剛經

8/26~10/14 普門品禮懺共修

8/28 地藏孝親報恩消災祈福暨

超薦度亡大法會

■菲律賓海天禪寺

8/6 禪修班結業頒證典禮

7/31、8/29、9/12 佛前大供

■奧地利普法精舍

7/31、8/14、8/29、9/12

佛前大供

9/11 報恩藥師圓滿法會暨

護法會頒證聯誼大會

■基隆佛教蓮社

7/30~8/6

大願地藏報恩超薦法會

9/11 八十八佛洪名寶懺

■普皇精舍

5/8~8/12 恭誦藥師經

■普賢精舍

7/31 護法會一日禪

■普覺精舍

5/9~8/8 藥師經共修

8/21 半日禪修

■普觀精舍

8/15~8/29、9/5~9/26

八十八佛共修法會

8/28 半日禪

■普圓精舍

8/28 藥師消災祈福超薦法會

圓滿功德總回向暨

護法會頒證

■普濟精舍

5/8~8/12 恭誦藥師經

7/31 慈悲藥師寶懺

消災超薦法會

8/5 藥師普佛法會

8/29 佛前大供

■普泰精舍

8/7 大方廣佛華嚴經

消災祈福暨超薦法會

5/8~8/11 夏安居報恩藥師法會

7/31、8/29 觀音祈福法會暨

佛前大供

■普雨精舍

5/7~8/20 藥師寶懺精進共修

8/28 藥師寶懺圓滿法會

9/3~11/5 八十八佛洪名寶懺及

恭誦金剛經

■普善精舍

8/29 金剛經共修法會

■普平精舍

9/11 大佛頂首楞嚴法會(一)

■普親精舍

5/7~8/12 藥師經共修

8/5 恭誦在家菩薩戒

8/9、9/6 佛前大供

8/21 地藏法會

8/28 一日禪

■普慈精舍

6/1~8/27 恭誦藥師經

8/6、9/2 恭誦

父母恩重難報經暨

慶生法會

■興山寺

8/7 慈悲三昧水懺暨

小蒙山施食法會

■普雲精舍

5/7~8/21 報恩藥師法會

8/21 大乘法華消災超薦法會

8/26起每週五 恭誦法華經

■普真精舍

8/28 慈悲三昧水懺法會

■普民精舍

7/31、8/27 藥師寶懺法會

■普安精舍

5/9~8/8 藥師經共修

8/27 精舍十周年慶暨

一百年度護法會頒證

■普梵精舍

8/20 藥師經總回向

■普方精舍

5/8~8/14 藥師經共修

8/20~8/21 三昧水懺法會

■普彰精舍

8/28 藥師普佛消災超薦法會

■普林精舍

5/10~8/12 恭誦藥師經暨

拜願共修

8/20~8/21 大悲懺法會

■普佛精舍

7/31、8/29、9/12 佛前大供

■普惠精舍

7/31 佛前大供

■普南精舍

5/16~8/5 藥師經共修

8/7 藥師寶懺圓滿法會

■普高精舍

5/8~8/12 藥師經共修法會

■普信精舍

5/9~8/12 恭誦藥師經

8/8 藥師圓滿法會

8/28 半日禪

■普糧精舍

8/7 初級禪修班招生說明會

■普剛精舍

8/21 藥師圓滿法會

■普台精舍

8/2~8/27 恭誦藥師經

8/28 地藏超薦消災祈福大法會

■天池精舍

6/27~8/11 藥師經共修

7/30 地藏經暨千佛共修



普台高級中學

附設國中部

普台高中已於九十八年八月舉行落成大典，並於九十九年合併國中部，具體實現國小、國中、高中「三學一貫」長程教育目標。普台教育體系本着培育社會菁英、國家棟樑與世界未來的人才，落實優質的全人教育理念，使學子有良好的品格、多元的智能、寬廣的國際視野，以成為未來世界的一軍。

捐資興學·功德無量

普台高級中學

地址 / 54544 南投縣埔里鎮中台路 5 號

(049)2932-899

戶名 / 財團法人南投縣私立普台高級中學

郵政劃撥帳號 / 22676111

普台高中校園 (佔地 22 公頃)

98-04-43-04 郵政劃撥

收款帳號

22676111

通訊欄 (限與本次存款有關事項)

存款單

金額	拾	萬	零	元
千	零	百	零	分
十	零	元	角	分

財團法人南投縣私立普台高級中學

寄款人

姓名

□□□□-□□

通訊處

電話

經辦局收款戳

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

◎寄款人請注意背面說明

◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳號戶名

存款金額

電腦紀錄

經辦局收據戳



南投縣私立普台國民小學

Pu Tai Elementary School

「心」是教育的根本！為了讓國家未來的主人翁，能夠才德兼備，立足國際，普台國民小學，從「心」出發。青山綠水的自然環境，用心設計的教學設備，精心規畫的多元課程，以及全心付出的教師團隊，提供了最優質的全人教育。歡迎加入普台心世界！



相關訊息請參閱普台國民小學網站 <http://www.putai.ntot.edu.tw>
電話：(049) 2930-199轉1102
校址：南投縣埔里鎮一新里中台路3號

郵政劃撥存款收據

注意事項

- 一、本收據請詳加核對並妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向各連線郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖印章者無效。

請寄款人注意

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名通訊處各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
 - 二、每筆存款至少須在新台幣十五元以上，且限填至元位為止。
 - 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
 - 四、本存款單不得黏貼或附任何文件。
 - 五、本存款金額業經電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿摺疊。
 - 六、本存款單備供電腦影像處理，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
 - 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
 - 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣（市）以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。
- 交易代號：0501、0502現金存款 0503票據存款 2212劃撥票據託收

中台禪寺各精舍分院電話地址一覽表 1

中台禪寺	南投縣埔里鎮一新里中台路2號	TEL (049) 2930-215 FAX (049) 2930-397	普頓精舍	新北市樹林區武林街3~3號	TEL (02) 8675-1501 FAX (02) 8675-1502
萬里靈泉寺	新北市萬里區溪底里瑞泉路2~6號	TEL (02) 2492-1631 FAX (02) 2492-4977	普中精舍	桃園縣中壢市中央西路二段30號6樓	TEL (03) 494-6041 FAX (03) 494-6035
天祥寶塔禪寺	新北市萬里區雙興里二坪6~2號	TEL (02) 2492-9114 FAX (02) 2492-9132	普平精舍	桃園縣龍潭鄉公園路58巷30號	TEL (03) 470-5999 FAX (03) 470-5668
基隆佛教蓮社	基隆市信義區東信路180巷63號	TEL (02) 2466-2033 FAX (02) 2465-6106	普耕精舍	桃園縣桃園市經國路838號6樓	TEL (03) 358-2240 FAX (03) 358-2239
慈明寺	基隆市暖暖區過港路10巷353號	TEL (02) 2457-6783 FAX (02) 2457-4807	普親精舍	新竹市學府路445號	TEL (03) 575-0777 FAX (03) 575-0650
普光精舍	台北市信義區莊敬路325巷58號2樓	TEL (02) 2758-1056 FAX (02) 2758-1478	普宏精舍	新竹市光華東街31號2樓	TEL (03) 543-0977 FAX (03) 542-2421
普眼精舍	台北市萬華區中華路一段74號2樓	TEL (02) 2382-6622 FAX (02) 2371-0492	普慈精舍	新竹縣湖口鄉達生路15號3樓	TEL (03) 699-2608 FAX (03) 599-2975
普照精舍	台北市文山區興隆路一段53號1樓	TEL (02) 8663-7701 FAX (02) 2934-9541	興山寺	苗栗縣後龍鎮大山里5鄰73~2號	TEL (037) 433-979 FAX (037) 431-066
普賢精舍	台北市松山區民生東路五段165號2樓之3	TEL (02) 2760-8677 FAX (02) 2760-8879	普雲精舍	苗栗縣苗栗市為民街405號	TEL (037) 270-058 FAX (037) 273-260
普覺精舍	台北市南港區南港路三段270號5樓 (南港成美橋旁)	TEL (02) 2785-1243 FAX (02) 2651-1535	普真精舍	台中市西屯區河南路一段170號7樓	TEL (04) 2312-4898 FAX (04) 2312-1492
普泉精舍	台北市大同區承德路三段139號	TEL (02) 2592-2908 FAX (02) 2592-2693	普民精舍	台中市西屯區大容東一街11號	TEL (04) 2319-3219 FAX (04) 2319-2905
普觀精舍	台北市內湖區成功路三段174巷43號1樓	TEL (02) 2791-1951 FAX (02) 2791-9560	普安精舍	台中市西區南屯路一段216號	TEL (04) 2378-2175 FAX (04) 2375-4230
普圓精舍	台北市中山區民族西路2~3號	TEL (02) 2599-4966 FAX (02) 2599-4955	普梵精舍	台中市東區大公街2號	TEL (04) 2225-0190 FAX (04) 2225-0195
普得精舍	台北市大安區和平東路二段139號	TEL (02) 2325-6177 FAX (02) 2704-4062	普成精舍	台中市大里區中興路二段69之10號C棟4樓	TEL (04) 2486-0835 FAX (04) 2486-0837
普行精舍	台北市士林區天母北路42~1號	TEL (02) 2874-8732 FAX (02) 2874-5639	普豐精舍	台中市豐原區圓環東路675號	TEL (04) 2520-7908 FAX (04) 2520-7925
普榮精舍	台北市士林區德行東路233號	TEL (02) 2838-1881 FAX (02) 2831-3389	普恩精舍	南投縣草屯鎮中正路557之19~23號	TEL (049) 2563-618 FAX (049) 2566-553
普印精舍	台北市北投區大業路152號	TEL (02) 2891-9757 FAX (02) 2892-1476	普方精舍	南投縣南投市文昌街50號	TEL (049) 2200-250 FAX (049) 2244-192
普明精舍	新北市板橋區文化路一段299號5樓	TEL (02) 2258-7357 FAX (02) 2254-3605	普竺精舍	南投縣竹山鎮集山路三段207巷1號	TEL (049) 2630-150 FAX (049) 2630-149
普因精舍	新北市板橋區南雅南路二段11之29號	TEL (02) 2962-5519 FAX (02) 2958-7054	普天精舍	南投縣埔里鎮北環路123號	TEL (049) 2989-820 FAX (049) 2980-431
普濟精舍	新北市三重區永福街15號	TEL (02) 2286-8460 FAX (02) 2280-7360	奉天寺	南投縣埔里鎮光遠一街7號	TEL (049) 2996-638 FAX (049) 2904-545
普泰精舍	新北市泰山區明志路三段188號	TEL (02) 2908-1818 FAX (02) 2904-6058	地藏寶塔禪寺	南投縣埔里鎮溪南巷10號	TEL (049) 2990-080 FAX (049) 2990-079
普正精舍	新北市泰山區泰林路二段448號	TEL (02) 2900-1800 FAX (02) 2909-2727	普彰精舍	彰化縣彰化市忠誠路108號	TEL (04) 728-2772 FAX (04) 728-2840
普雨精舍	新北市中和區連城路168號7樓	TEL (02) 2248-8860 FAX (02) 2248-8857	普林精舍	彰化縣員林鎮和平東街一段158號	TEL (04) 836-1555 FAX (04) 836-1813
普皇精舍	新北市永和區成功路一段82號1樓	TEL (02) 2231-1169 FAX (02) 2231-6579	普田精舍	雲林縣斗六市中山路158號	TEL (05) 532-1616 FAX (05) 532-1010
普新精舍	新北市新莊區中港路310號4樓	TEL (02) 2993-8284 FAX (02) 2990-8454	普嘉精舍	嘉義市中興路208號	TEL (05) 231-0036 FAX (05) 231-5962
普善精舍	新北市新店區順安街2號2樓	TEL (02) 2911-2460 FAX (02) 2911-2531	普佛精舍	台南市東區崇學路186號3樓	TEL (06) 290-4295 FAX (06) 260-9841
印月禪寺	新北市新店區廣興里小坑一路12號	TEL (02) 2666-5129 FAX (02) 2666-5183	普思精舍	台南市中西區府前路二段237巷26號	TEL (06) 297-7666 FAX (06) 297-9570
普燈精舍	新北市新店區安德街115巷8號	TEL (02) 8666-5289 FAX (02) 8666-7865	普憲精舍	台南市新營區長榮路一段459號	TEL (06) 633-5905 FAX (06) 632-0021
普學禪寺	新北市淡水區學府路90號	TEL (02) 2621-5399 FAX (02) 2621-5615	普南精舍	台南市新化區中正路318號	TEL (06) 580-1146 FAX (06) 590-6562

【歡迎十方善信至各精舍報名參加各級禪修班及法會活動】

中台禪寺各精舍 分院電話地址一覽表2

普門精舍	台南市六甲區信義街97號	TEL (06) 698-9389 FAX (06) 698-6711
普高精舍	高雄市鹽埕區大勇路11號10樓	TEL (07) 533-5258 FAX (07) 533-5988
普化精舍	高雄市苓雅區建國一路109號3樓	TEL (07) 725-9422 FAX (07) 725-0384
普信精舍	高雄市三民區灣復街15號	TEL (07) 387-2162 FAX (07) 387-2379
普上精舍	高雄市小港區民益路60號	TEL (07) 801-9918 FAX (07) 801-9917
普權精舍	高雄市鼓山區中華一路197號	TEL (07) 550-5510 FAX (07) 550-5509
普剛精舍	高雄市岡山區竹園東街119號	TEL (07) 622-2533 FAX (07) 622-5535
志成佛寺	屏東縣萬巒鄉鹿寮村永康路31號	TEL (08) 781-1510 FAX (08) 781-0287
泰明寺	屏東縣佳冬鄉豐隆村大豐路745號	TEL (08) 866-8871 FAX (07) 866-6931
普宜精舍	宜蘭縣宜蘭市農權路三段148號	TEL (03) 933-4423 FAX (03) 933-4150
普蓮寺	花蓮縣花蓮市明智街150號	TEL (03) 835-0886 FAX (03) 832-4986
瑞光禪寺	花蓮縣瑞穗鄉溫泉路三段149號	TEL (03) 887-6642 FAX (03) 887-5442
普台精舍	台東縣台東市更生路1027號	TEL (089) 221-488 FAX (089) 221-499
天池精舍	台東縣池上鄉福原村新興路2號	TEL (089) 864-649 FAX (089) 864-740
美國太古精舍 Chung Tai Zen Center of Sunnyvale	750 E. Arques Ave., Sunnyvale, CA 94085, USA	TEL (1) 408-733-0750 FAX (1) 408-733-0751
美國佛門寺 Buddha Gate Monastery	3254 Gloria Terrace, Lafayette, CA 94549, USA	TEL (1) 925-934-2411 FAX (1) 925-934-2911
美國中洲禪寺 Middle Land Chan Monastery	1173 San Bernardino Ave., Pomona, CA 91767, USA	TEL (1) 909-625-0187 FAX (1) 909-625-0189
美國佛心寺 Buddha Mind Monastery	5916 S. Anderson Rd., OKC, OK 73150, USA	TEL (1) 405-869-0501 FAX (1) 405-869-0503
美國普德精舍 Chung Tai Zen Center of Houston	12129 Bellaire Blvd., Houston, TX 77072, USA	TEL (1) 281-568-1568 FAX (1) 281-568-1569
美國德州寶塔禪寺 Texas Pagoda Chan Monastery	100 Chung Tai Rd., PO Box 1247, Shepherd, TX 77371-1247, USA	TEL (1) 936-365-2451 FAX (1) 936-365-2452
美國佛寶寺 Buddha Jewel Monastery	7930 Rainier Ave. S., Seattle, WA 98118, USA	TEL (1) 206-721-9921 FAX (1) 206-721-9922
美國法寶寺 Dharma Jewel Monastery	2550 Henderson Mill Rd. NE, Atlanta, GA 30345, USA	TEL (1) 770-939-5008 FAX (1) 770-939-5006
澳洲寶林禪寺 Bao Lin Chan Monastery	94A High St., Glen Iris, Vic 3146, Australia	TEL (61) 3-9813-8922 FAX (61) 3-9813-8966
日本普東禪寺 Pu Dong Chan Monastery	日本國大阪府門真市新橋町22-2	TEL (81) 6-6902-2400 FAX (81) 6-6902-2404
菲律賓海天禪寺 Ocean Sky Chan Monastery	716 Jose Abad Santos St., Little Baguio, San Juan, Metro Manila, Philippines	TEL (632) 723-6132 FAX (632) 722-4400
香港普廣精舍 Pu Guang Meditation Center	香港北角堡壘街12-14號地下 G/F, No. 12-14 Fort St., North Point, HK	TEL (852) 2915-6011 FAX (852) 2915-6700
泰國泰佛寺 Great Buddha Monastery	61/84-86 Mooban Thaveemit, Rama 9 Rd., Bangkok 10320, Thailand	TEL (66) 2643-2386 FAX (66) 2643-2795
奧地利普法精舍 Chung Tai Zen Center of Linz	Hoerzingerstr. 62 ab, 4020 Linz, Austria	TEL (43) 732-944704 FAX (43) 732-947863

【歡迎十方善信至各精舍報名參加各級禪修班及法會活動】

天祥寶塔禪寺

一百年度啓建

盂蘭盆

消災祈福超薦大法會

本寺秉持佛法慈悲濟世之精神，發揚忠孝倫理、慎終追遠、知恩報恩之美德，謹訂於民國一百年八月十九日（週五）至二十一日（週日）三天，啓建「盂蘭盆消災祈福超薦大法會」，法會期間將恭誦《地藏經》，並舉行佛前大供、消災、超薦及大蒙山施食等法事。恭請中台禪寺住持見燈和尚慈悲主法、開示法要，普度群生。並以此嚴淨功德，普皆回向；祈願世界和平、家靖民祥，陽上群倫共增福慧，歷代先亡、一切幽魂超生淨土。法界一切有情同得解脫，共入性海。敬邀善信闔府蒞臨，恭聆法語，同霽法悅。

法會程序表

八月十九日（週五）	八月二十日（週六）	八月二十一日（週日）
08:30 開壇灑淨	08:30 恭誦《地藏經》	08:30 恭誦《地藏經》
恭誦《地藏經》	10:30 供燈大典	10:30 恭請主法和尚
10:30 供燈大典	佛前大供	開示法要
佛前大供	開示法要	恭誦《盂蘭盆經》
開示法要	12:30 午齋	盂蘭盆供
12:30 午齋	14:00 恭誦《地藏經》	12:30 午齋
14:00 恭誦《地藏經》	17:30 晚課	15:30 大蒙山施食法會
17:30 晚課	18:00 騎牛歸家	18:00 功德圓滿
18:00 騎牛歸家		



天祥寶塔禪寺

地址：新北市萬里區雙興里二坪6~2號

電話：(02) 2492-9114

備註：為成就大眾發心功德，法會期間，備有法會專車接送。

乘車地點：普得、普恩、普泰精舍樓下。

乘車時間：每日上午7:00準時發車。

欲搭乘者，請與天祥寶塔禪寺知客室聯絡登記。

甘露法語

Sweet Dew of the Dharma

修行學佛就是要向佛學習，學佛清淨的身、口、意。達到最高、最圓滿的標準，就能成就佛的慈悲、智慧、定力。

To practice Buddhism is to learn from the Buddha, to emulate his purity of body, speech, and mind. When we have achieved the highest and most perfect standard in our cultivation, we will attain the Buddha's compassion, wisdom, and samadhi power.

—— 惟下覺大和尚法語

Words of Wisdom from Grand Master Wei Chueh



細密的羽葉披覆纖細的枝條，隨風舞動欣欣向榮的生命丰采。

艷黃的花枝與紅褐色果實交疊樹梢，共譜一季的繁華。

以多彩的風貌妝點世界，

怡然吐露「眾生歡喜，諸佛歡喜」的深意。



【讀者知訊】

- 壹、索刊請洽中台禪寺各精舍分院。
- 貳、如發現書頁有裝訂錯誤或污損事情，請寄至中台禪寺文教中心更換新品。
- 參、若有重複收到本月刊，請洽中台禪寺各精舍分院，以節省資源，利益社會大眾。
- 肆、更新投遞住址時，請將下方郵標剪下，連同新住址資料寄至中台禪寺即可。



中台植物之

盾柱木

學名：*Peltophorum pterocarpum*

英文名稱：Yellow poinciana

別稱：黃豨木、雙翼豆、閉莢木

性狀：蘇木科，落葉大喬木

辨認特徵：

1. 樹高可達20公尺，樹幹直挺，分枝多；樹皮灰褐色，皮孔明顯。
2. 偶數二回羽狀複葉，羽片4~13對，小葉8~22對，長橢圓形，葉柄及細枝被褐色茸毛。

3. 黃色花，生於枝梢葉腋，呈圓錐花序。花瓣5片，倒卵形，略皺。雌蕊柱頭盾形，故稱「盾柱木」。

4. 赤褐色莢果，形如豌豆，內有扁平種子1~4枚，種子外緣有翅。

原產地：熱帶亞洲及美洲、澳大利亞

用途：庭園觀賞、行道樹、樹皮可提製染料

位置：中台禪寺

米徑：62.5cm

台北郵局許可證
台北字第1480號

郵資已付
內



雜誌類