



# 中台山

釋惟覺 題

社 長／釋見燈 · 發行人／李祖原  
編 輯／中台禪寺文教中心編輯部  
發行所／財團法人中台山佛教基金會  
地 址／54544 南投縣埔里鎮一新里中台路一號  
電 話／(049) 2930215 · 1993 年 1 月 10 日創刊  
中華郵政中台字第一六四九號 執照登記為雜誌交寄  
版權所有 · 請勿翻印 · ISSN 1810-0929  
免費贈閱 · 歡迎隨喜助印  
郵政劃撥／財團法人中台山佛教基金會  
帳 號／22122941

238

2019年 · 11月號

Chung Tai Shan Magazine <https://www.ctworld.org.tw>

## [ 本期主題 ] 放下得失心自在

[ 中台廣傳 ] 二〇一九年住持見燈大和尚義大利弘法報導

[ 中台廣傳 ] 二〇一九年住持見燈大和尚日本弘法報導

[ 正法眼藏 ] 〈信心銘〉(十)

[ 佛教藝術 ] 中台世界博物館代表團參與 2019 ICOM 京都大會報導

[ 普台教育 ] 2019 普台心靈交響宴

# 二〇一九年住持見燈大和尚 海外弘法報導

秉承開山祖師的悲願，見燈大和尚親赴義、日弘法。  
美國寶刹，法幢新建；東瀛弘化，十載有成。  
四眾同心，奉行中台廣傳的菩薩行履。  
祈願中台法筵廣續，佛光普照大千。



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



中台堂上開山祖師惟覺安公老和尚法相

# 目錄

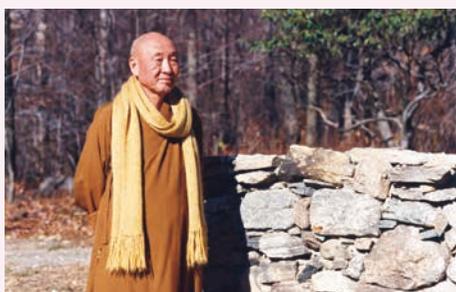


04

【中台廣傳】

二〇一九年住持見燈大和尚  
義大利弘法報導

編輯部



11

【正法眼藏】

〈信心銘〉(十)

惟覺安公老和尚開示



46

【普台教育】

2019 普台心靈交響宴

編輯部

08	【中台廣傳】	二〇一九年住持見燈大和尚日本弘法報導	編輯部
21	【本期主題】	放下得失心自在	編輯部
22	【本期主題】	得失從緣 心無增減	惟覺安公老和尚開示
24	【本期主題】	真性無得失 任運自騰騰	見恁法師
26	【本期主題】	慈悲喜捨心自在	見諦法師
28	【本期主題】	掀開得失的面具	見禱法師
30	【本期主題】	學習作主 正向思考	傳筵
32	【本期主題】	面對真實的自己	傳緣
33	【本期主題】	捨得 讓心清淨	傳知
34	【本期主題】	擺脫桎梏的智慧	傳禪
36	【本期主題】	得與失的距離	傳文
38	【本期主題】	心淨境轉	法天
39	【生活啓示錄】	百尺竿頭更進步	見融法師
40	【佛典故事】	乾夷王	編輯部

- |    |          |                                  |        |
|----|----------|----------------------------------|--------|
| 42 | 【佛教藝術】   | 中台世界博物館代表團參與<br>2019 ICOM 京都大會報導 | 編輯部    |
| 49 | 【健康素食】   | 法國麵包佐墨西哥醬                        | 普恩精舍提供 |
| 50 | 【紅塵清泉】   | 普榮精舍二十週年慶啓建<br>梁皇寶懺超薦祈福大法會       | 普榮精舍提供 |
| 52 | 【紅塵清泉】   | 普門精舍十週年慶暨<br>梁皇寶懺消災祈福超薦大法會       | 普門精舍提供 |
| 54 | 【紅塵清泉】   | 普開精舍啓建法華消災祈福超薦大法會暨<br>護法會頒證大典    | 普開精舍提供 |
| 56 | 【紅塵清泉】   | 普豐精舍一百零八年度梁皇寶懺消災超薦大法會            | 普豐精舍提供 |
| 58 | 【紅塵清泉】   | 普燈精舍華嚴經普賢行願品<br>消災祈福超薦法會暨護法會頒證大典 | 普燈精舍提供 |
| 60 | 【精舍活動預告】 | 精舍課程及活動快訊                        | 編輯部    |

## 編輯手札

「動土奠基大吉昌，禪燈高掛法無疆；一脈相承化天地，中台拈花永流芳。」

紹繼開山祖師惟覺安公老和尚的慈心悲願，住持見燈大和尚分別於二〇一九年十月六日，遠赴義大利主持華藏寺動土奠基大典；十月二十日，親赴日本主持普東禪寺成立十週年慶暨正授三皈五戒法會。不論寶刹啓建，抑或歡慶十年弘法有成，都不離佛子堅固的護法願心；見燈大和尚以中台法水，潤澤不同國度佛子心田；帶領大眾和合精進，一步一腳印，履踐中台廣傳的願景。

九月一日，中台世界博物館代表團前往日本，參與 2019 ICOM 京都大會。透過參與議題討論與交流，接軌世界，為未來推廣佛教藝術文化，開啓更宏觀的視野。十月二十六日，普台的週末，分外動人。長榮交響樂團第五度蒞臨普台校園，為普台學子帶來一場扣人心弦的視聽盛宴。音樂教育是普台學習生活中重要的一環，欣賞「2019 普台心靈交響宴」，不但為普台學子譜下成長的美好回憶，也豐厚了藝術內涵！

古人云：「心隨萬境轉，轉處實能幽，隨流認得性，無喜復無憂。」生活當中面對種種境界，當心有所分別取捨，就容易在患得患失當中，失去方寸。本期主題「放下得失心自在」，與您分享佛法的智慧，透過了解萬法真相，體解「得失從緣，心無增減」的豁達，在種種因緣中，安住覺性，處處作主，得到真正的解脫與自在！



二〇一九年住持見燈大和尚

## 義大利弘法報導

文／編輯部

紹繼開山祖師惟覺安公老和尚的慈心悲願，住持見燈大和尚持續帶領四眾弟子，於全球普設法筵，廣傳心法。二〇一九年十月六日，大和尚應華義寺及諸多護法居士虔誠祈請，不遠萬里，赴義大利，主持「華藏寺動土奠基大典」，慈悲開示法要，逾千位當地信眾熱情參與。義大利華藏寺的啓建，不僅為海外弘法藍圖，再添一座弘宗演教的心靈地標；也為中台位於歐洲的弘法志業，樹立新里程。

### 華藏動土 佛日增輝

自二〇一三年中台禪寺在義大利成

立第一座分院華義寺以來，宗風法雨沾溉歐陸，接引許多當地信眾親聞中台心法，更啓發諸多善信護法、弘法的願心。二〇一六年，一群曾在華義寺禪修聞法的居士，來到佛羅倫薩（Firenze）、普拉托（Prato）發展，因深刻體會學佛、禪修對人生的正面影響，亦有感於現代人對心靈淨化、安定自在的需求，於是至誠祈請中台禪寺在當地設立道場，期能與更多人分享佛法的真實利益。蒙大和尚慈悲應允，遂於佛羅倫薩甘比市（Campi Bisenzio），展開華藏寺的籌建工作。經三年的積極努力，終於二〇一九年十月六



1



2



3



4



5



6



8



7



9

日，於華藏寺預定地，舉行動土奠基大典。

法會當日陽光普照、晴空萬里，近一千三百位華、義嘉賓雲集，歡欣企盼。甘比市副市長 Giovanni Di Fede、佛羅倫薩副省督 Vittoria Messere、塞斯多費蘭迪諾市副市長 Damiano Sforzi 等當地政府首長、各級領導、各宗教界人士，亦蒞會共襄盛舉。

上午十時，大眾虔誠合掌，恭迎住持見燈大和尚入壇主法，引領各界賢達、護法代表佛前獻供。旋即展開莊嚴的灑淨儀式，與會嘉賓隨著清淨梵音，虔誦〈大悲咒〉、《心經》及七佛聖號，共祈華藏寺工程順利，早日落成。

動土奠基儀式中，首先恭請見燈大和

- 1 ~ 3. 華藏寺動土奠基大典，義大利護法善信虔誠恭請見燈大和尚慈悲主法、灑淨。
- 4.5. 動土奠基儀式，恭請大和尚動土說法，並與各界代表共同鏟下象徵性的第一鍬土。
- 6 ~ 9. 甘比市副市長 Giovanni Di Fede、華藏寺王發起人、賈發起人、華義寺李會長上台致詞祝賀，表達感恩與護法願心。

尚動土說法。隨後邀請甘比市副市長等各界代表，共同鏟下象徵性的第一鍬土。「一動開工大吉祥，二動道場放光芒，三動海會永安康。」大和尚祝願的同時，現場禮炮高響，歡聲雷動，共同祝賀華藏寺開工大吉，中台世界再擴法筵。

甘比市副市長 Giovanni Di Fede 於典禮中致詞祝賀，表示華藏寺的興建，象徵不同宗教、文化之間的相互尊重、對話



1. 見燈大和尚於大典中致詞，逾千位海外善信恭敬聆聽。
2. 3. 大和尚慈悲與普拉托護法善信共進圓滿餐會，甘比市市長 Emiliano Fossi 致詞，肯定華藏寺的建設。



與交流，甘比市政府十分歡迎，也樂觀其成。華藏寺發起人、華義寺護法會王副會長於致詞時，感恩大和尚在籌建過程中的指導、義大利專業團隊的協助，自己也從中學習到如何運用佛法，希望大家共同護持華藏寺的建設。華藏寺發起人、華義寺賈副會長表示，華藏寺從設計到營建，許多當地專業人士都參與其中，華人與義大利人密切合作，體現了兩個文化之間的交流與互融。華義寺護法會李會長則提到，華藏寺所在地，是世界重要的旅遊城市與貿易之窗，落成後必能接引世界各地的人來修行學佛。

## 中台廣傳 慈恩普覆

見燈大和尚於致詞中，回顧中台禪寺在義大利弘法及華藏寺成立的緣起，並表達對當地政府、宗教界人士與建築設計團隊的感謝，同時表示：在佛羅倫薩興建

華藏寺，是中台禪寺海外弘法的新紀元，也是佛法弘揚於世界的新里程碑，更是東西方文化融合的新契機。佛羅倫薩人文薈萃、地靈人傑，是西方文藝復興的發源地，也是世界藝術與建築的搖籃之一；而佛法發源於印度，生根於中國，佛教又承載著中華文化與東方文明的精髓與思想。在這個近代西方文藝復興的發源地，建設一座東方佛教道場，具有高度的東西方文化交流的意涵。

華藏寺占地面積一萬三千餘平方米，總建築面積六千平方米，整體是中國傳統徽式建築的三院落式建築群，前方有一座寶塔，周邊有中式庭園，室內規劃有禪堂、講堂、齋堂以及社區圖書室、藝文展示廳等多功能空間，除了具有禪修弘法的功能，未來也將開放提供社區民眾閱讀及藝文活動之用。

華藏寺新建工程，預計於二〇二一年



1 ~ 3.  
華義寺護法會聯誼，大和尚勉勵所有護法居士行菩薩道，並慈悲與大眾合影，為海外弘法留下歡喜見證。

完成。華藏寺建成之後，除了是弘揚佛法的載體，也是中華文化傳播的窗口，更可以透過佛教藝術與中華文化、東方文明等多元交流，促進東西方文化的交融和諧，成為各宗教、文化的交流平台，相信也將成為佛羅倫薩的新地標。

所謂「十方來，十方去，共成十方事；萬人施，萬人捨，同結萬人緣。」大眾共同發心，成就建寺的殊勝功德，讓華藏寺早日落成，使更多有緣的人前來聽經聞法，藉由禪修達到定心、淨心、明心，明心見性，見性成佛。

## 菩提靈種 義國華開

動土奠基大典於十一時三十分功德圓滿。會後，大和尚慈悲與普拉托地區的護法善信二百四十餘人，共進圓滿餐會。甘比市市長 Emiliano Fossi 亦蒞臨餐會現場，表示自己很榮幸受邀出席，相信華藏

寺這座佛教道場，可以為當地增加更多人文、文化方面的交流與提升。

晚間七時，華義寺護法會聯誼於羅馬舉行，近兩百位護法代表，以熱情的歡呼與掌聲，迎接大和尚的蒞臨。大和尚勉勵大眾：今天是華義寺護法會聯誼餐會，也是功德晚宴，許多護法居士，秉持著自利利他的菩薩發心，從一個月之前就開始籌備，護持華藏寺動土奠基大典順利成就。佛法告訴我們，自覺、覺他、覺滿，是如來的果報；要達到三覺圓滿，在因上一定要修自利利他的菩薩行。大家來聽經聞法，乃至付諸具體實踐，就是在成就佛道的正因上努力。大和尚也以菩薩向五明處學提示大眾，作為行菩薩道的方向與準則。

聆聽大和尚的甘露法語，大眾心中充滿法喜與感恩，更發起護法護教的廣大願心。祈願華藏寺早日落成，中台心法廣傳世界，落地生根。🙏



二〇一九年住持見燈大和尚

# 日本弘法報導

文／編輯部

「迢迢弘法路，常遊無疲厭。」住持見燈大和尚承續開山祖師惟覺安公老和尚弘法悲願，應普東禪寺護法居士殷切祈請，於二〇一九年十月二十日親赴日本大阪弘化，主持普東禪寺成立十週年慶暨正授三皈五戒法會。

## 中台法水 普潤東洋

上午九點三十分，三百餘位護法善信及各界賢達雲集普東禪寺，滿心歡喜，虔敬恭迎見燈大和尚慈悲入壇主法，引領中外嘉賓及護法代表佛前供燈，並為十週年慶切糕祝願。同時，恭請住持大和尚為護法幹部頒發功德表彰並合影留念，肯定大

眾的發心。台北駐大阪經濟文化辦事處李處長、僑務課蔡課長、松下生活解決方案公司伊東高級副社長亦蒞會祝賀，共同歡慶普東禪寺落成十週年。

會中，台北駐大阪經濟文化辦事處李處長致詞，肯定中台禪寺致力於弘揚佛法、淨化人心、安定社會的貢獻，藉此代表辦事處致上誠摯的敬意與謝意，並祝福法會圓滿成功、道場興隆、法輪常轉！普東禪寺護法會石會長於致詞中，感恩開山祖師及住持大和尚在日本大阪成立道場，讓大眾有機會聽經聞法、親近三寶，十年來，普東禪寺已成為大家的精神家園。

大和尚為大眾開示：人生在世，大家



1



2



3



4

都追求幸福，希望事事稱心如意，而佛法就是讓我們了解世間的真實相貌，掌握獲得幸福快樂的基本準則。《法華經》云：「諸佛世尊唯以一大事因緣故出現於世。」諸佛菩薩來到世間弘揚佛法只為了一個目的——欲令眾生開示悟入佛知見，什麼是佛知見？佛者，覺也；佛者，佛性。佛知見就是覺悟、覺性的知見，也就是對於真理的正知正見，透過開、示、悟、入不同階段的提示，針對不同的需求給與教導，讓我們對於佛知見、真理有正知正見，因而得以覺悟。而覺悟正是成就佛道的關鍵、是獲得幸福快樂的最基本門檻。所以釋迦牟尼佛來到世間弘揚佛法，就是要讓眾生能夠認識真理、離苦得樂、隨心滿願，而這也是普東禪寺成立的目的。

開山祖師惟覺安公老和尚提示我們，修行學佛要成就，要在因上廣積福慧資糧，端正知見，清淨身口意三業，時時刻

1. 住持見燈大和尚為普東禪寺十週年慶，切糕祝願。
2. 大和尚慈悲為護法幹部頒發功德表彰。
3. 台北駐大阪經濟文化辦事處李處長上台致詞。
4. 三百餘位來自日本各區的嘉賓，專注聆聽大和尚開示法要。

刻反省檢討，修自利利他的菩薩行，朝著契悟菩提涅槃、成就佛道來努力；也就是要以中道實相為反省檢討的根據，這就是真正的修行。要落實反省檢討，首先要知道什麼是中道實相，第二要明白什麼是妄想、執著，什麼是無明、不清淨的身口意三業，而這些最直接了當的方法，就是透過聽經聞法、禪修來學習，這也是中台道場堅持推廣各級禪修班的原因。

## 雙修福慧 更上層樓

今天藉十週年慶的因緣，一方面是讚歎大眾從過去到現在的發心，出錢出力、



1. 午宴中，禪修班學員以精彩表演，歡慶普東禪寺成立十週年。
2. 見燈大和尚慈悲為一百餘位日、中、越居士，傳授三皈五戒。
3. 普東禪寺護法善信與見燈大和尚歡喜合影。



護法護教，在道業上精進用功，能夠有所成就，這是自受用；第二是中台道場的規模成就，就是大家修行的成就，是他受用。但是好還要更好，要在現有的基礎更上一層樓，繼續福慧雙修，朝契悟本心本性努力。同時與大眾共勉，離苦得樂是普世的價值，所以修行學佛正是大眾所需要的。我們能夠獲得佛法的利益，除了善自珍惜以外，更要效法諸佛菩薩、祖師大德、開山祖師的願心與慈悲，跟大眾分享佛法，幫助大眾一起提升，就是落實真正的菩薩行。如此，不但可以成就自己的功德，還能使所處的社會、世界，得到淨化提升、安詳與安定，這就是在建構人間淨土、佛國淨土。大和尚圓融無礙的開示，令與會大眾法喜充滿，更生起護法、修行的堅固信心。

中午，兒童禪修班及禪修班學員一起準備融合中、日風味的菩提素齋及精彩節

目，供養與會大眾。節目在兒童禪修班學員悠揚的鋼琴聲中揭開序幕，接著日本語中級禪修班學員帶來日本傳統節慶舞蹈ソーラン節；壓軸的節目則由護法會會長的女公子及兒童禪修班學員以古箏雙奏《盛世國樂》，共同歡慶普東禪寺十週年。

下午二時，住持大和尚慈悲傳授三皈五戒。一百餘位日、中、越學員及學員親友，紛紛自日本各地前來參與，積極把握勝緣求戒，於佛前至心發願、皈依三寶、受持五戒。藉由皈依、受戒，於出世緣，種解脫因，為修行之路奠定更上層樓之基石，以清淨戒行，邁向自覺覺他的光明人生。

中台法水，普傳東洋。感恩見燈大和尚以中台心法，潤澤東洋佛子的心田，圓滿了佛子渴法求戒的心願。祈願四眾和合，如法精進，深化修行，落實弘法，遍栽菩提靈種，覺花處處綻放大千！

# 〈信心銘〉（十）

惟覺安公老和尚開示

編輯部整理

正法眼藏

〈信心銘〉  
（十）



「契心平等，所作俱息。狐疑盡淨，正信調直。一切不留，無可記憶。虛明自照，不勞心力。非思量處，識情難測。真如法界，無他無自。」

「契心平等，所作俱息。狐疑盡淨，正信調直。」「契心平等」。「契」就是契悟、契合。與哪一個心契合？與平等心、無爲心、不動心契合。古德講，念佛有一個自性佛，所謂「一念相應一念佛，念念相應念念佛」，相應就是契入，與我們當下這個平等心相應，契入了平等心，平等心就現前了。

### 見自本性 豁爾無疑

什麼是「平等」？《金剛經》云：「是法平等，無有高下。」這一念菩提自性、這一念覺性、這一念空性，每個人都有，男女老幼、蜻飛蠕動……一切眾生都有，契入了覺性，就超越了眾生境界，但也不離開眾生這念心。「在聖不增，在凡不減」，契入了這個境界，就契入平等法界。

在佛法來講，證悟有證悟的境界，例如證到阿羅漢果的聖者，會說四句偈：「我生已盡，梵行已立，所作已

辦，不受後有。」這是阿羅漢聖者所證的境界。這個地方講「契心平等，所作俱息」，又是更進一步了。

「所作俱息」。一個是能作，一個是所作；「俱息」就是統統停止。契入了平等法界、平等心印，這是一個絕對的境界，當中沒有能、沒有所，無論是善業、惡業，一切能所、一切相對的境



界，統統停止，統統歸於一如的境界。所謂「千年暗室，一燈即破」，契入了平等心，能所俱息，不動不搖、不去不來，一念長存，這個時候，身口意三業、所有一切作為，真正是達到寂然不動的境界了。

「狐疑盡淨」，「盡」，就是沒有疑惑，到達這個境界，心當中對佛法就沒有絲毫懷疑。六根本煩惱——貪、瞋、癡、慢、疑、邪見，當中就有「疑」。疑什麼？疑一切眾生都有佛性；乃至於現代人對佛法也有很多疑問：「我們經常在講佛、菩薩、羅漢，怎麼現在一個都看不見？到底有沒有？佛所說的教理是不是真的？……」對這些問題心生疑惑。

佛法講人人都有佛性，假使沒有契悟自己本具的佛性，對於一切眾生、人人都有佛性的道理，就還有懷疑；如果見到自己的佛性了，就知道確實人人都有佛性，對所有眾生的佛性統統都能肯定。所以佛法是真實的，明白自己有佛性，自然就能尊重一切眾生，為什麼？我有佛性，蜎飛蠕動、乃至一切眾生，也都有佛性，一定能夠成佛。契悟了人人都有佛性，這些「疑」就統統沒有了，所以說「狐疑盡淨」，心中沒有一點點懷疑，所有疑惑統統除得乾乾淨淨。這個時候才知道人的可貴、佛法的可貴，也知道過去的佛、菩薩，都是這樣修證的，佛講的這些道理，絲毫不假。

人人都有佛性，這不光只是一個道

理。什麼是佛性？能看、能聽、能覺、能知道痛癢的這個心，每個人都有，一切蠢動含靈也都有，這就是佛性、覺性。就算是一隻蟲子在被弄死時，牠也會感到痛苦，感覺痛的這個心，就是佛性。一切眾生都有佛性、都有覺性，只不過眾生在痛的時候，始終認為這個感受是實在的，不斷分別、執著痛癢覺知，這念心就散亂掉了，散布到眼、耳、鼻、舌、身、意上面，不能歸一。

現在想要契悟這念心，能知痛癢的這個心要返照，當下即是，動念乖真，始終保持這個「知」，這樣就是「正信調直」，就真正達到正信的境界了。所謂「正信」，信自己有佛性，所有一切眾生也都有佛性，煩惱當中就有菩提，見聞覺知當中，就是自己本具的佛性，這就是正信；了達一切諸法畢竟空寂，一切現象界都是虛妄不實的，如夢如幻、如泡如影，這就是正信。《六祖壇經》裡面講得更清楚：「誰知火宅內，元是法中王。」火是指我們自己心中的欲火、瞋火、無明火，三界當中、眾生心中都有這三種火，所以每個人都是在火宅當中過日子。雖然三界是火宅，但三界也都在我們這念心當中，這念心原是「法中王」，悟了這念心，火宅就成了七寶宮殿、乃至於淨土，相信這個道理，就是正信。

雖然有了正信，可是心當中還有妄想、昏沉，所以要「調」，調身、調心，最後把所有的妄想、無明，統統調得乾

乾淨淨了，才是真正契入平等法界，所以佛又稱為調御丈夫。假使只相信人人都有佛性，而不知道去調，始終還是眾生境界，那就糊塗了。

所謂「正信調直」，心也要直、口也要直、身也要直，直心就是道場，直心就是平等法界；要契入平等法界，就要「正信調直」。佛性是本具的，藉由「調」的功夫，調身、調心，使這念心不打妄想、不落昏沉，時時刻刻了了分明、清清楚楚。這念心調成功了，就稱為「調直定」，這個定不是修出來的，只要把我們的無明、昏沉調掉，菩提自性自然就會現前，這就是「正信調直」。

## 覺體圓明 了無一物

「一切不留，無可記憶。虛明自照，不勞心力。」「一切不留」，就是指我們這念心當中，什麼都要除得乾乾淨淨，不可以有絲毫保留。不但惡法不留，連善法也不留；不但世間法不留，連出世法也不留；不但魔不留，連佛也不留。就像我們的眼睛，不但不能讓灰塵掉進去，連最名貴的東西，即使是鑽戒、鑽石的渣滓，也不能讓它掉到眼睛裡去。「一切不留」，這念心是本具的，佛性也是本具的，一旦有了絲毫保留，就是寶鏡蒙塵，就不是最究竟的境界。

修行，不需到處找人為自己印可、印證，只要檢討反省，看看自己心當中還有沒有東西，就能明白修行功夫到哪裡？假使心當中有欲愛、有色愛、有瞋

恚、有怨憎、有彼此、有是非、有人我……有這些就是有留；有留，就是生死，就絕對要受輪迴。古德講：「有一些些，還有一些些。」留一點點，就還有一點點，「有此則有彼，無此則無彼；此生則彼生，此滅則彼滅。」所以「一切不留」，心當中不能有絲毫保留，什麼都要去得乾乾淨淨，最後連乾乾淨淨的這個境界也不執著，這念心不住兩邊，這就是一個絕對的境界。

修行，一個是悟道，一個是修道。所謂悟，就是悟到我們這念心是本具的。大眾聽法這念心是本具的，任何人都有的，悟就是悟到這個道理。所以悟，並沒有什麼稀奇；最後要達到「一切不留」，才是功夫。如果悟了以後，心當中還留了什麼東西，這一生還是不能了生死。所以悟道只是明白這念心，找到一條路；化除心當中的煩惱，達到「一切不留」，就屬於修道位，看自己心當中的東西去掉多少，就有層次上的差別，如果還有一絲絲、一些些的煩惱沒有漏盡，就屬於分證；最後統統去得乾乾淨淨了，就屬於證，就是究竟「一切不留」。

到達這個境界，就是「無可記憶」。眾生都要靠記憶，「記」，把一個東西記下來；「憶」就是回憶，想到過





去、想到現在……這念心達到一切不留的境界，竟像一面鏡子一樣，漢來漢現，胡來胡現；相來則現，相去則無，自然而然一切都是現成的，所以是「無可記憶」，什麼都不需要去回憶。但也不妨礙回憶，這念心一想、一照，就知道無量無邊世界的事情；不回憶，始終是寂然不動，自己受用，這就是常寂光淨土。

在修行的過程中，還是要記憶，這是一種方便。例如背誦經典，知道這部經很好，就把它背起來；聽經聞法，聽到這些佛法的道理很好，就把它記到八識田中，這些都是金剛種子，這就是記

憶。把好的種子種下去，把壞的種子排出來，最後八識田中統統都是金剛種子；更進一步，金剛種子也不執著，達到「無可記憶」，並不是落入無記，而是自己能夠作主，要記就記，不記就不記。

我們修行，就要有這種智慧。平時人我是非一大堆，千萬不要放到八識田中，一放進去，就變成垃圾，所以這些人我是非不要記憶，否則天天都在裝垃圾。好的法、清淨的法，就可以記憶，因為記憶這些善法、淨法，就是在薰習我們的真如，善法的種子互薰，就愈薰愈光明，這就屬於漸修法門。以漸修來

講，要修種種方便法門，來對治我們的煩惱、習氣。記憶就是一種方便，如同佛法講的重慮緣真，藉由不斷去想、去思惟佛法真實的道理，幫助我們斷煩惱、轉識成智，這就是一種方便，是修行的一個過程。所以好的、真實的法可以記憶，例如念佛、念法、念僧、念戒、念施、念死……這些法就可以記憶。最後，將八識田中一切種子統統漏盡，念佛、念法、念僧、念施的這念心也要放下。

所以我們要明白，什麼是漸修？什麼是頓悟？假使對這些道理不了解，漸

修和頓悟弄不清楚，就會心生懷疑：「奇怪，平時我們要誦經、背經，要記憶，要重慮緣真；但〈信心銘〉又講『無可記憶』，豈不是互相衝突？」其實一點衝突都沒有！記憶，只是一種方便，讓我們在法上薰修；記憶了以後不執著，又歸於不記憶，歸於這念心之體。〈信心銘〉這個地方講「無可記憶」，就是直接了當，頓悟自心，直了成佛。從這個地方下手，就找到一條菩提路、一條無生路，不是半路上的功夫，而是到家的功夫。

真正達到寂然無為的境界了，這個



時候就是「虛明自照，不勞心力」。「虛明」，這念心又是虛、又是明。「虛」，這念心就像虛空這樣廣大，沒有障礙；「明」，這念心要了了分明，等於儒家所說：「清明在躬。」「虛」就是真空，「明」就是妙有；「虛」就是涅槃、空性，「明」就是菩提。「虛明自照」，虛明這念心是本具的，不假絲毫造作，所以是「不勞心力」。我們這念心，具足真空，又具足妙有；具足空性，又具足佛性。佛性是本具的，真空也是本具的，不要另外去想一個「虛明自照」的境界，這個境界不是作意出來的、不是修出來的；

假使是修出來的，有成就必有壞，有得就必有失。

《圓覺經》裡面講，修行要除「作、止、任、滅」四病。「作」，就是作意，例如觀想一個境界出來就是「作」；「止」，就是把這念心止下來，止在這個境界上；「任」，就是繼續保養這個境界；「滅」，最後把觀想出來的境界滅掉。就小乘、就漸修來講，「作、止、任、滅」不是病，而是一種方便，是我們心的作用，運用這些方便，來清除自己心中的渣滓。就最高的境界來講，要想悟到這一念寂然不動的心之體，悟到這念心究竟的境界，「作、止、任、

滅」就是四種病態。因為這念心不假絲毫造作，「作」意出來也不是，有一個「止」的心也不是，有一個「任」的心也不是，有一個「滅」的心也不是。要除去這四種病態，才能契悟本心，所以〈信心銘〉講「不勞心力」。

眾生天天起貪瞋癡、造殺盜淫，斤斤計較，可以說是從早到晚費盡心力。初初開始修行，東求西找，四處找道場，四處去參方，分別這個法門、那個法門，分別這個是、那個非……這也是費盡心力；藉由大善知識的引導，經過一段時間，契悟到這念心是本具的。既然是本具，怎麼用功呢？所謂不用功就是大用功，不精進就是大精進，只要時時刻刻保持「虛明自照」、清楚明白的這念心存在就好了，站得住、站得長，就是「不勞心力」。

所謂佛佛道同，契悟了這念心，每個人所悟到的道理都是一樣的。如果聽到這些道理，覺得就像是在對自己講一樣，明白自己這念心確確實實是如此，達到百分之百的信心，這就是開悟的人，已經坐在如來家中了。假使對這個道理還有絲毫的懷疑，還有絲毫的不信任，就還沒有契悟本心。就像登山一樣，前面是最高的一座山，如果你也到達山峰，我也到達山峰，彼此所見的境界就是完全一樣的；如果還沒有到達最高的境界，每個人所看到的，當然就不一樣。



## 思議雙遣 會歸真如

「非思量處，識情難測。真如法界，無他無自。」這裡是重複前面所說的心境，恐怕前面講了，大家還不了解，沒有信心，所以重新再來說明、強調。

這念心「非思量處」。「思」，就是想出來的；「量」就是用尺來丈量，看看有多大？大眾當下聽法的這念心，清楚明白、寂然不動的這念心，非「思」，不是我們用第六意識可以想出來的境界；非「量」，不是比量可以量出來的境界。我們這念心無始無終，沒有大小、沒有遠近、沒有邊際，盡虛空、遍法界都在這念心當中，是沒辦法用尺來量的。

大乘佛經裡面講：如來佛的境界，就算是恆河沙的聲聞、緣覺，也沒辦法思量得出來。所謂「起心即錯，動念乖真」，一落思量，就是起心動念，哪裡是如來的境界？「非思量處」，如來的境界，不是思量能見、能得的；當下這念心，不起心、不動念，就是如來的境界！就是這麼簡單。

「識情難測」。「識」就是我們的意識、分別；「情」，就是一般所謂的情感、情愛。眾生都有情識、有思慮、有情感，所以稱之為「有情」；菩薩是覺悟的有情，稱之為「覺有情」。有情世間是屬於眾生的世間。「識情難測」，眾生心當中起了分別，用自己的識情、

意識去分別、想像，很難測量不思議的境界。古德說，初果不知二果事，二果不知三果事，三果聖人也不知道四果聖人的事情；初地菩薩不能知道二地菩薩的事情，二地菩薩也不知道三地菩薩的事情……從初果到四果，乃至菩薩十地、等覺，都是分證的果位，還沒有到達圓滿之前，不可能知道如來不可思、不可議這個究竟的境界；既然如此，凡夫又怎麼能夠知道聖人的境界？所以「識情難測」。

不要說是凡聖，就是在同一個住處，小孩子也不知道大人的事情。舉例來講，小孩子吃飯，就專門依著自己的喜好，分別這個好吃、那個不好吃，好吃就吃它一大肚子，歡歡喜喜；沒有得吃、吃得不好，馬上就哭哭啼啼，這是小孩子的心境。大人吃飯，就不是這樣了，知道一粒米、一碗飯、一盤菜，乃至於一瓢羹，都是許多人的心血，實在是來之不易，所以吃這一餐飯要惜福，不要糟蹋食物……大人吃飯，想到的是這些問題，和小孩子吃飯的心境，完全不一樣。依此類推，既然小孩子都不知道大人的事情，凡夫就更不可能知道聖人的事情了。

又譬如說，大眾坐在這個講堂當中，都在聽師父說法，但每個人所領悟的程度都不一樣，每個人的心境、感受也都不一樣。所以「識情難測」，要用眾生的意識、情識，去了解賢人、聖人的境界，乃至於如來不思議的境界，

實在是難之又難，因為這個境界，是不可以揣測、不可以想像，也沒辦法測量出來的。

一般人也會用不可思議來形容一件事情；佛法所說的不可思、不可議，是一個最高的境界。在佛法來講，聖人的境界，就是菩提、涅槃；涅槃又有四種——有餘涅槃、無餘涅槃、無住涅槃、性淨涅槃，這些都是不同的修證層次。而無思無慮的境界又不一樣了，契入無

思無慮這念心之體，就是頓悟自心、直了成佛。這裡的佛是指覺性，這個覺性人人都有，是本具的，時時刻刻都存在，沒有任何時候不存在，就看自己覺悟到什麼程度？

修行如果沒有依著覺性起修，最多就是思惟修，透過思惟，證到一個空的境界。〈信心銘〉講「真如法界，無他無自」，這就是實相境界，是一個平等、絕對待的境界。

「真如」，這個世界上所有一切現象，無論是世間法、出世間法、有為法、無為法，統統都是真如起用；假使沒有這個真如，整個世界就成了一片死寂。我們現在修行，就是要歸於真如、契入真如，不生不滅、不去不來，這才是最究竟的境界。

「真如法界」。我們每個人的心當中都具足十法界，現在我們要把十法界歸一，所謂歸一，就是歸到真如自性法界當中。契入這念心，真實不二、如如不動、不可思不可議的這個心境，就是一真法界。

這念心具足十法界，確確實實是如此，每個人要從自己心當中去體悟。佛法講：「剎那率爾心，墮境第一念。」這念心實在是非常微妙，十法界都是由這念心所產生出來，心當中起一個念頭，就是一個法界。看看自己的



起心動念是屬於哪一個法界？假使我們起了一個貪吃的念頭，就墮入餓鬼法界；不要認為這只是形容詞，我們心中起了一個貪吃的念頭，確實心理就會馬上影響生理，口水立刻就流出來，我們的形象就統統變了，立刻就現出餓鬼相。

現在明白這個道理，知道貪吃不好，念頭一起，馬上就覺照：「我現在是修行人，怎麼可以貪吃？」發了一個大慚愧心，一下就不貪吃了。慚愧心就是功德、善法，將來能感得人天的果報；到最後慚愧心也了不可得，安住在無思無慮這念心當中，這樣就能入到平等法界、真如法界。

所以開悟、修行的人，就是在這念心上來返照、來注意、來安住。以貪色來講，男女之間起了欲愛、色愛，這一念欲愛、色愛的心就屬於火。自己可以檢驗、檢驗，欲火一動，身上就會發燒、發熱，就不自在。心當中起了欲火，就迷失了清淨心，迷失了菩提自性，迷失了覺性。這時假使還不知道返照，這念心愈來愈衝動，欲火就愈來愈大；欲火一燒，把我們的智慧心燒掉，心就迷迷糊糊，失去了理智。所謂欲火燒身，如果不知道熄滅這把火，這個火就會燒到我們身上去，乃至於色膽包天，最後就喪身失命。假使這個欲火再繼續燒，就會墮入畜生道，成了鴛鴦、雞或龍；如果欲火再熾盛，就會墮入火坑地獄。現在忽然一下明白這些道理：「糟

糕！再這樣下去，就要墮入畜生道、地獄道，實在是很危險！」發了一個慚愧懺悔的心，知慚知愧，這念心馬上就知道返照，把欲愛、色愛的心反轉過來，這樣就離開了地獄道、畜生道，心就寧靜了。起初是藉由慚愧，使心安住在善法上；進一步還要安住在無思無慮這念心，這樣就入了平等法界、真如法界。

修行就要在這念心上來修。假使沒辦法一下契入真如法界，可以先透過思惟，思惟是一種方便、是一種修行的法門；最後修而無修、念而無念，歸於無思這念心之體。這念心寂然不動、清清楚楚、了了分明，這就是「真如法界」。

「真如法界，無他無自」，契入「真如法界」，當中沒有美醜、沒有善惡、沒有明暗、沒有內外、沒有中間，能所俱泯，所以「無他無自」，這就是一個絕對的境界。假使聽到能所俱泯，以為是什麼都沒有，那就錯誤了。能所俱泯，要歸於實相，歸於不可思、不可議這念心，清清楚楚，了了分明，寂然不動，一念萬年，萬年一念，這就是如來的境界。

所以佛真正是大慈大悲，明白了這些道理，我們這一生，一定能夠找到一條光明的道路，這就是心路歷程。契悟這念心，這一生就能入到真如平等法界，究竟解脫。（待續）



本期主題

# 放下得失心自在

攝影／傳點

「諸法因緣生，無有自在故，因緣生故苦，因緣滅亦然。」  
一切萬法，皆是因緣和合所成，  
隨緣變異，緣盡還滅。  
以般若慧觀，看清萬法真相，  
超越虛妄，安住實相，才能得到真正的自在。

# 得失從緣 心無增減

## 惟覺安公老和尚開示

編輯部整理

修行，就要在這念因心上用功。苦報現前，我們不憂愁、不煩惱；樂報現前，我們也不歡喜，這念心就是解脫，就能得自在……

佛法講，諸法緣起。我們這個世界上，所有一切都是因緣和合，無論是世間法、出世法，都是仗因託緣產生出來，善果現前是因緣和合，惡果現前也是因緣和合。既然是眾緣和合所生，就沒有自性；沒有自性就是「無我」，沒有一個自主、獨立的主體，不是實在的東西。

### 諸法無我 苦樂原空

古德有一首詩，也是講這個道理：「有因有緣事易成，有因無緣果不生，不信但看寒江柳，一經春風枝枝新。」春風就是外緣；一棵樹要能夠發芽、開花，必須假藉外面的緣，春天到了，氣候轉好，因緣相遇了，這棵樹就能生長得很好。我們的學業、事業、道業也是如此，必須要因緣和合，才能成就。

我們這一生當中，一切苦、樂，都是因緣和合所生。緣，有過去的因緣、有現在的因緣。假使過去種了善因、造了善業，今生感得的就是勝報；假使過去造作的是

惡因、惡緣、惡業，今生感得的就是惡報。善報現前就是受樂，惡報現前就要受苦。

如果我們這一生得了勝報，得了好的果報，例如學業成就、道業成就、事業成就……在世間來講，有了這些榮譽，得到光榮、稱讚，一定會感到很歡喜、很快樂。這個時候，如果不知道無我的道理，就會對樂境心生貪著；乃至歡喜過頭了，反而樂極生悲。假使明白無我的道理，知道「諸法緣起，緣起性空」，一切都是因緣和合，就絕對不會貪著樂境；進一步，還要懂得把這種勝報、好的果報，回饋、回向給大眾。

佛法告訴我們：「功德歸三寶，好事給他人，壞事自己檢討。」為什麼「功德歸三寶」？假使沒有三寶，我們也不知道修行；一切功德的成就，都是沾三寶的光明、沾大眾的慈悲，所以要把功德歸三寶。「好事給他人」，做了一件好事，並不是一個人的成就，假使沒有眾緣和合，事情也做不成功。所以成就了這些功德，不我

慢貢高，也不心生歡喜，知道這是自己過去種了善因，今生善業因緣成就了，眾緣和合，才感得這麼一個好的果報；雖然是得到了勝報，可是這個因緣也有緣盡的一天，因緣沒有了，果報也就沒有了，並沒有什麼值得歡喜的。

相反地，假使現在遇到的事情都不順利，總是失敗，也不要垂頭喪氣，不要認為佛菩薩不加被，也不要認為同參道友不來幫忙，這是我們過去所造的惡因、惡緣、惡業現前所感的果報；因緣散掉了，果報也沒有了。一切都是因緣和合，明白諸法從緣生、諸法從緣滅的道理，面對外在一切境界，就能夠看得破、放得下。

## 得失不動 隨緣自在

〈達磨二入四行觀〉云：「得失從緣，心無增減。」「得失從緣」，得到了也不高興，失去了也不煩惱；遇到好的事情也不歡喜，遇到壞的事情也不煩惱。得也是如此，失也是如此，隨順現前的因緣，「心無增減」。

假使遇到好的事情，得到他人的肯定，就歡喜得不得了，心就有所「增」；遇到不如意的事情，聽到別人在背後講幾句是非話、風涼話，就垂頭喪氣，好像什麼都沒有了、乃至活不下去，這就是「減」，如此不但事情做不好，甚至連道心、菩提心也會退失。

以前蘇東坡先生講「八風吹不動」，也是告訴我們「心無增減」。八風，就是八種境界之風——稱、譏、毀、譽、利、

衰、苦、樂。如果始終執著外境，看別人的臉色，這個心隨著外面的好壞境界生生滅滅，心有增減，就屬於眾生境界。現在要把外面的境界風看破、捨掉，外面的名利、取捨、得失，與我沒有關係，人家說我好，我也不高興；人家說我不好，我也不煩惱。這念心不隨外面的境界所轉，就是「心無增減」。心當中沒有增減，就沒有去來；這念心沒有去來，達到如如不動，就是如來，當下就是出世、就是解脫，就能得到真實的利益。知道一切都是因緣和合，都是假相，外面的境界風一來，自己心中還是正智如如，不隨外面的境界所轉，當下這念心就有定力、有智慧，就與菩提道、涅槃道相應，與平等不二這念心相契合，就能契入實實在在的心境。

我們的人生，不外乎一個勝報、一個衰報。衰報就是苦，勝報就是樂。在苦樂當中，能夠把這個心安住下來，就屬於聖位，否則就仍是凡夫。修行，就要在這念因心上用功。苦報現前，我們不憂愁、不煩惱；樂報現前，我們也不歡喜，這念心就是解脫，就能得自在。依著這個道理去修，生活中處處都是佛法。這就是真正的佛法。



# 真性無得失 任運自騰騰

文／普天精舍住持 見恁法師

生命中一切的成敗得失，都是自心的造作。  
實則萬法本閑，唯人自鬧，只要不受萬法束縛，  
便能於真空之中化現妙有。



從前有位能征善戰的將軍，非常喜歡收集骨董。有一天，當他正在把玩一只骨董青瓷杯時，突然不小心瓷杯滑落。將軍連忙屈身，及時將下墜的瓷杯接個正著，然而他卻驚出一身冷汗，全身癱軟地跌坐在椅子上。心想：「我平日在沙場上出生入死，即使面對百萬敵軍，也從不膽怯。爲什麼一只小小的瓷杯，就能讓我受到如此的驚嚇呢？」將軍當下有所體悟：「當我貪著某件事物時，內心就不再自由，因此受苦無窮。」於是，放手讓瓷杯摔落，看著散落一地的碎片，他也恢復了海闊天空、無所畏懼的豪壯氣概。

## 得失在人 取捨任己

世人往往將外在的事物當成實有，執著不捨，不斷營求。然而世間萬法皆是因緣假合，隨著因緣聚散而生滅不已，無一刻停息。如果在獲取自己所追求的事物時，興高采烈、躊躇滿志，那麼當外境轉變而不再擁有時，必定也將滿心惆悵，難以釋懷。有生必有滅、有成必有壞，這是一切有爲法的軌則，沒有人能真正「擁有」或是「獲得」任何事物；既然如此，又何必爲了表相上的得失而妄生苦樂呢？《佛說四十二章經》言：「人從愛欲生憂，從憂生怖。若離於愛，何憂何怖？」《大智度論》亦言：「諸欲求時苦，得之多怖畏，



失時懷熱惱，一切無樂時。」擺盪在得與失的兩端，就是自尋煩惱，任由欲望及無常宰制身心。

其實，世人對事物的看法，皆是主觀、相對的判斷，受到不同的時空背景、社會價值觀及個人身心狀況等種種條件的影響，並非恆常不變。例如：一份高薪、高職位，但工時長、高壓力的工作，究竟是好是壞？對渴望晉升的人來說，這是不容錯失的良機；然而，在重視家庭與休閒生活的人眼中，絕非最佳選擇。又

如：因疾病而失去生命，如果發生在健壯的年輕人身上，是令人惋惜的遭遇；但是對久病纏身的老人來說，卻可能是苦痛的解脫。當我們固執於相對法，就看不清事物的實相，即使是寬廣的人生大道，也會變得窒礙難行。

## 行到水窮處 坐看雲起時

初到海外精舍發心，尚未完全適應當地的生活、文化，就必須以英文說法。剛開始，深怕自己有限的語言能力，不足以解釋奧妙的佛法義理。因此備課、上課，都為自己帶來莫名的壓力和情緒上的起伏。在課堂上，如果因為一時說不出適

合的言語而停頓；或是在課後，學員宛轉告知遣詞用字上的失誤，自己也會心生懊惱。經過一番省思，終於體會到：「發願與海外居士分享佛法，不論表現如何，只要盡力而為，不負初心，皆是菩薩行。」於是將心安住下來，持續充實語文能力，並透過交流與回饋，了解學員的想法與需求，做為向上提升的參考。當得失心不再，反而能有自信並且流暢地授課；當心念不再糾結於事相上的成果時，思惟也變得清晰，能更適切地為學員介紹佛法。

生命中一切的成敗得失，都是自心的造作。實則萬法本閑，唯人自鬧，只要不受萬法束縛，便能於真空之中化現妙有。古人言：「寵辱不驚，閑看庭前花開花落；去留無意，漫隨天外雲卷雲舒。」菩薩行者，深信本性的圓滿具足、不生不滅，因而徹底放下對外境的營求，將自心從計較得失的牢籠中釋放出來。如此才能無私、無我，在因地上精進不懈，創造緣起、運用緣起，隨緣應物，以種種方便自利利他；最終不住緣起、作而無作，在無得無失的自在心境中，廣修六度萬行，通向究竟佛道。





# 慈悲喜捨心自在

文／見旆法師

了知佛法的真理，人生沒有得失，只有願行。  
當學習世尊一生的行誼，不忘初心，成佛有餘。

古德云：「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。」境界本無好壞之分，順逆、得失全因自己的分別、取捨，而落入相對當中。反之，只要都攝六根，讓念頭回到覺性上，不在境界上分別，心就安定，清淨心就能現前，這念安定的清淨心，才是真正的自己。認識了這念心，就能開啓超凡入聖之路，使自己放下得失，更能引領眾生解脫生死，出輪迴苦。

## 般若觀慧 自利利他

佛法講「諸法緣起性空」，一切事物皆假眾緣和合而成，一切得失皆不離心性

之理。《楞嚴經》云：「一切浮塵諸幻化相，當處出生，隨處滅盡。幻妄稱相，其性真為妙覺明體。」世間一切有為法，均是剎那變化，不離生住異滅四相。我們所擁有的一切，也是因緣聚合、暫時而住，當因緣改變，別離、壞散乃至失去，是很自然的事，因為我們從未真正擁有；唯有能了知擁有與失去的這念心，真常不變，從來不失。

菩薩因了達萬法緣起性空，故能度眾無礙，任運自在。〈觀世音菩薩普門品〉云：「真觀清淨觀，廣大智慧觀；悲觀及慈觀，常願常瞻仰。」觀音菩薩在因地修行時，以五觀修行力，照見五蘊皆空，修



道證果，更發起大悲願行，度一切苦厄。所謂「真以息妄，淨以治染，智以破惑，悲以拔苦，慈以與樂」，以真觀觀一切法無自性，心離妄見，般若觀智現前；既了達諸法本空，但見眾生起惑、造業、受苦，不得出離，故起無緣大慈、同體大悲心，以悲願救苦，以慈心與眾生安樂；了知三輪體空之理，創造緣起，運用緣起，不住緣起，心無所住，清淨無染，中道觀智現前，證獲圓通，「上與十方諸佛同一慈力，下與六道

眾生同一悲仰」，故能聞聲救苦，利樂有情。修行當學習菩薩的行持，成就慈悲喜捨、自利利他的菩薩行。

## 病苦爲師 悲願爲導

感恩在醫護中心領執事的因緣，讓自己學習成長很多。年長法師年邁不便，卻仍專注誦經持咒；生病的法師積極復健，精進用功，不畏病苦……老病死苦當前，還有什麼得失放不下？還有什麼煩惱不可以止息？還有什麼挫折不可以克服？還有什麼承擔不可以提起？世尊目睹眾生在老病死苦海中不得出離，起大悲心，放下世間榮華富貴、權勢名位，出家修行。歷

經六年苦行，最後於菩提樹下徹悟中道實相，成就佛道，說法四十九年。在弘法的歷程中，受到外道與提婆達多等諸多惡行加害與毀謗，卻是萬般慈忍，不爲所動，堅毅行道，引領眾生開示悟入佛知見，度眾生出苦輪。

人生總有許多得失成敗、順逆際遇，要如何面對與抉擇？何者是真正的得？何者又是真正的失？順境現前，名聞利養、利益交關時，是否能堅持修行？遇到逆境挫折，是否可以堅住正念，隨順覺性，勇往直前？世間古聖先賢「爲天地立心，爲生民立命，爲往聖繼絕學，爲萬世開太平」，留下了千古風範，德澤後世；諸佛菩薩，更是往返娑婆世界無量劫，教導眾生如何出離生死大海，慈悲浩瀚，無有窮盡。

了知佛法的真理，人生沒有得失，只有願行。當學習世尊一生的行誼，不忘初心，成佛有餘。眾生苦無盡，菩薩願無邊，念念相繼，無有間斷，身語意業，無有疲厭。虛空有盡，行願無窮，情與無情，同圓種智。🙏





# 掀開得失的面具

文／見壽法師 攝影／傳捨

外在的一切，皆由心識所現。  
所以，當不再賦予事物定義，並將焦點由外回歸自性，  
保持能觀的心清明常在，就能跳脫意識與情緒的框架。

常有人問：「如何看待得失？」事實上，得、失根本是不存在的幻象。原因在於：得與失必須立足在一個基準點上才能成立，那個基礎就是——「我」，但偏偏「我」是最虛妄不實的四大五蘊假合，既然無我，何來得失？然而，在尚未證悟無我之前，讓我們先一層層向內反觀——為什麼喜歡得到，而害怕失去？

一般人將擁有與快樂劃上等號，因為在獲得的同時，內心生起滿足感，覺得空缺得到填補。例如：希望升官加薪，認為職位的高低象徵著個人價值；寧可吃泡麵也要存錢買名牌包，以為名牌能幫助自己增加自信……。

更精準地說，外在的事物不過是引發內心感受的媒介，我們真正希望得到的，其實只是一種感受，例如：溫暖、愉悅、自在、充實感等等。因此，當人們說不願失去時，只是因為害怕痛苦。每個人真正追求的，並非外在的任一事物，單單只是「離苦得樂」而已。

## 萬法唯心 緣生無性

我們自小就深信快樂的源頭來自外在，殊不知外在的一切都是短暫而生滅，所謂「風流得意之事，一過輒生悲涼」，這種建立在外境的快樂，通常會伴隨兩個現象：



其一，感受會隨時變異，得到並不一定快樂。

例如：有人花掉大筆積蓄，買下夢寐以求的限量款亮黃跑車，但快樂只維持到家人告訴他：「我們剛剛都以爲這輛是計程車……」在家人的笑聲中，他的優越感徹底破滅。

又例如有人奮鬥十年終於升爲課長，開心不到一分鐘，發現新進的後輩也被升爲課長，和他平起平坐，快樂瞬間消失；另一位找了很久房子，終於如願搬到海邊別墅的女士，不到

三個月就失去新鮮感，沒多久就看中下一棟房子，相信只要入住就別無所求。

這都是因爲沒有認清能讓自己心安的並非外境，所以喜悅無法持久。爲了讓自己再一次體驗快樂，只好不斷地變換目標，落入永無止境的輪迴。

其二，不同人對於同樣的事物，產生的苦樂感受會有所差異。

例如：有些人睡覺時必須燈光全暗才能入眠，有些人反而在漆黑中失眠；有人喜愛芳香劑的味道，有人聞到就頭暈。

這印證了佛法所說的：「三界唯心，萬法唯識。」這些不同的習慣、想法、觀點，其實都只是誤認過去累積的業識種子

爲真正的自己。錯認有「我」的這意識心，就這樣不斷忙著抓取外在的事物，加以分別，賦予意義，無法保持單純的「知」，一旦境界稍有變化，感受就瞬間產生變異。

## 但得本 莫愁末

既然由外而來的快樂沒有品質保證，那如何獲得永恆的安樂？答案是：向內看。《華嚴經》云：「心如工畫師，畫種種五陰，一切世界中，無法而不造。」外在的一切，皆由心識所現。所以，當不再賦予事物定義，並將焦點由外回歸自性，保持能觀的心清明常在，就能跳脫意識與情緒的框架。持續在這個根本上用功，轉化就自然發生，最後得以達到內外一致的圓滿。如〈永嘉證道歌〉云：「但得本，莫愁末，如淨琉璃含寶月，既能解此如意珠，自利利他終不竭。」

每天給自己時間靜坐，找回迷失的覺性；每天撥一些時間反省檢討，作爲處世的資糧；將修行帶到生活中的每一刻，好好觀照自己的心。境界現前，不帶評論地以正念覺知它；當內心波濤四起，也請試著跳出海面，只是覺察它。日久功深，伴隨著付出的時間與努力，本自常存卻被覆蓋的法喜禪悅，將逐漸流露，這種快樂不假他人，永恆而不滅。人生至此，有限的生命就活出了無限的價值。🙏



# 學習作主 正向思考

文／普中精舍護法會副會長 傳筵 攝影／傳門

因為佛性本具、不生不滅，回到這個根本，就能給自己很大的信心來面對外在的事物，心也就會踏實下來了。



曾經因為職場不順利，讓自己陷入憂鬱的狀態，幸而當誦讀到《金剛經》「過去心不可得、現在心不可得、未來心不可得」時，醒悟到原來自己的憂心焦慮，是因為患得患失所致。在檢討為何會患得患失時，覺察到自己有種凡事往壞處想的習氣，也就是所謂的負向思考，而不自知。其實，事情往往不像自己想的那麼糟，大部分的情況都是白擔心一場。由此可知，要改變這種習氣，首先須從正向思考開始。

正向思考，就是轉念的功夫。首先要認識自己，不自我貶損，也不自我膨脹；

並且要練習看清現實，從中釐清轉機，而不是讓負面的情緒與想法主導，讓自己落入憂鬱的狀態。如開山祖師惟覺安公老和尚所開示：「這念心不想過去、不想現在、不想未來，如如不動，了了分明，處處作主。」專注在當下，分析各種解決方法，採取正確的作為，不讓負面情緒影響自己，也不會因過度樂觀，而空等著「奇蹟」發生。盡己所能處理事情之後，放下「想」的念頭，銷歸自性。

## 心不逐境 無喜無憂

當往更深層的面向，探討自己為何會



有憂鬱的狀況時，試著比較自己的心，在輕鬆快樂的時候，跟在憂慮煩惱的時候，到底有何差別？這才發現，原來快樂或憂惱，只是心隨著外在環境的變化，而產生的不同作用。快樂的時候，是因為有令人感覺快樂的事情發生；憂慮的時候，是有令人擔心的事發生。心隨著外在的六塵境界，時而喜，時而憂，無法自在、安住。幸而，透過佛法的薰修，讓自己了解能知道快樂或憂愁的這念心，是無二無

別的。如何讓自己的心回歸本來的清淨自性？達磨祖師在〈二入四行觀〉所提「得失從緣，心無增減」，就是讓心不隨外在環境變化起舞、學習作主的妙方。

外在的環境，是眾多條件聚合所構成的狀態，並無自性，總是隨著條件改變，而有所變化。更何況「苦樂齊受，皆從緣生」，一切都是過去宿因所感，「今方得之，緣盡還無」。從思惟教理開始，讓自己學習面對、學習承擔，進而能夠安住在三心了不可得的中道實相。

## 安住當下 即做即了

生活中面對林林總總的人事物變化時，心學習作主。如實面對，不懊悔過去發生的種種事情，也不擔心未來的變化，不讓自己陷入過去、現在、未來的泥淖當中，患得患失。而是該做的事就去做，在做之前想清楚、規劃詳盡；做的時候，專注地把眼前的事情做好，不要有多餘的念頭；做了以後，不管結果好或不好，統統放下，即做即了。經過這樣反覆的練習後，慢慢學會放下患得患失的念頭，心也因此感到安詳自在。

依循住持大和尚開示的「深信因果、緣起性空、佛性本具」道理，作為生活中處事的圭臬。當事情發生時，了達事事皆有前因後果，知道外在環境人事物的變化是無常、是沒有自性的；如實面對、勇敢承擔，該做就做，即做即了，不管結果如何，心無增減。因為佛性本具、不生不滅，回到這個根本，就能給自己很大的信心來面對外在的事物，心也就會踏實下來了。🙏



# 面對真實的自己

文／興山寺護法會副會長 傳緣

當眼、耳、鼻、舌、身、意六根接觸外在的六塵境界，真的很難不攀緣、不起心動念——當眼睛看到好的、美的東西，不由自主地就會多看一眼，不知不覺生起貪愛的念頭；反之，看到醜的、不合意時，念頭快速地導向無明。耳根亦然，聽到好聽的話語，心裡開心得不得了；聽到刺耳的言語，煩惱立即現前。鼻根聞到香味，想要多聞一下；聞到臭的，馬上起厭惡心。每天，心隨著六塵境界不停地波動，如果沒有佛法的薰修，根本不知道如何觀照自己的心念，只能隨業流轉，過著每天患「得」患「失」的生活。

過去，自己常在計較中，計較著要賺多少錢？存多少錢？大部分的時間，心思都放在工作上，真正陪伴家人的時間並不多。每天早出晚歸，人生就這樣過了快大半輩子，一直以爲這樣是愛家人、對家人好。後來才發現，這樣的想法根本是錯的，我只是盲目地沉浸在自己的世界裡，追求自己的欲望罷了。等到自己有時間，想要陪伴家人，他們已不需要了。時間不能倒轉，錯過當下，因緣就不具足，所以佛法講：要把握當下。

《金剛經》云：「凡所有相，皆是虛妄。」一切萬相皆是無常，所以真正讓

自己受苦的不是外在的境界，而是貪著事物、緊抓不放的習氣，讓自己一直在求不得苦當中輪迴。非常感恩佛法，也感恩精舍法師的慈悲，不斷創造修福修慧的因緣，讓自己因爲發心，心當中充滿光明，看見自己的不完美，因此懂得慈悲看待一切人事物；了解「因緣果報，緣起性空，佛性本具」的道理，因此不再抗拒外境，懂得面對、接受、承擔當下每個緣起，用柔軟心，學習慈悲、圓融一切。

既然清楚明白世間的一切，都是因緣和合的假相，還有什麼好計較、放不下？明白這個道理，也讓自己有更積極的人生——創造並把握當下因緣，緣聚時，要珍惜感恩；緣滅時，以平常心看待。不管外境如何變化，心不攀緣、不隨之而波動，沒有得失、取捨，保持一個「知」就好，這樣就能讓心從計較中解脫，得到真正的自在。

感恩開山祖師惟覺安公老和尚的大智慧、大悲願，在海內外各地設立精舍，讓大眾可以就近學習佛法，也讓自己找到安身立命之處。「但辦肯心，必不相賺」，只要自己願意，在精舍聽經聞法，以正知見發心，那麼時時刻刻都能廣結善緣、修福修慧，開啓人生的光明大道，對此，心中真的充滿了感恩。

# 捨得 讓心清淨

文／普中精舍日間研經一禪修班學員 傳知

從小就經常聽到：讀書，考試成績要好一點、要念好一點的學校；工作，錢要賺多一點，社會地位要高一點……凡事都在比較當中，不知不覺間也認為理所當然。

學佛了以後，知道要學習放下，但發現放下真的是一件不容易的事。以前總是想要「得」，覺得要得到自己想要的事物很不容易；現在開始練習「捨」，才知道捨更是困難。

剛開始，練習捨掉生活中不需要的東西，例如：以前愛買很多衣服、喜歡買很多名牌包包、喜歡出國去玩……現在開始學習捨離，慢慢地，發現東西愈少，煩惱也愈少；減少了得失、比較的心態，心清淨，人也自在。

正當為自己有所進步而歡喜時，卻發現習以為常的比較心、得失心，並未完全放下，而這讓自己吃足了苦頭。原來，自己學佛仍用「想要得」的心來看待事情，於是誦經、持咒、拜佛，想要拚數量多，以為這樣功德就愈多；所修的一切善法，也是因為想要得到諸佛菩薩的庇佑，所以愈多愈好。表面上看起來很精進、很發心，事實上卻是背道而馳，離清淨心愈來愈遠。在一次禪七中，聽到住持見燈大和尚

開示：「不起凡夫染污心，即是無上菩提道。」讓自己頓然醒悟——染污的心就是妄想、執著、分別的心，而自己想要「得」的心就是染污心，因為有得必有失，而害怕失去的心，只會讓自己更不自在。所以只有放下得失心，清淨心才能現前。

這一期禪修班，第一次擔任總學員長，有非常多事情需要學習，感覺自己只能看到事情的點，沒辦法看到事情的全面；需要關照的層面比過去多，自覺沒辦法把事情都安排妥當，心情有些緊張，連簡單的呼班也會出錯。覺察到想要把事情「做到完美」的這種心態，也是一種得失心，於是提醒自己，盡力把事情做好之後，不起第二念，回歸能知的這念心。漸漸地，心安定下來，事情也能圓滿完成。

這一次的經驗非常寶貴，讓自己體會到，不僅是世間法要練習放下，在修善的過程中，更要注意自己微細的心念。古德云：「一片白雲橫谷口，幾多歸鳥盡迷巢。」執著善法一樣會遮蔽自己的本心，因此「學會放下」是相當重要的功課。知道自己目前還有許多不足的地方，除了謙卑學習之外，發願在到達圓滿的彼岸之前，時時刻刻觀照自心，放下得失，用清淨心對待所有的人事物。

# 擺脫桎梏的智慧

文／普嘉精舍研經二禪修班學員 傳禪

唯有放下執著，才是真心的對待自己；  
只有在心地上用功，不在事相上執著，才能契入佛陀智慧的法音。

有一則寓言故事提到：某地有一種特別的捕捉猴子的方法，先把椰子挖一個洞，大小剛好夠猴子的手伸進去，無法握拳出來，然後放入香蕉。當猴子把手伸入椰子中想要取出香蕉時，手就被卡住伸不出來，除非把手中的水果放下。但大多數的猴子都不願放手，因此獵人就可輕而易舉地抓到猴子。

我們有時候就像故事中的猴子，遇到對自己有利，或是自己喜愛的事物，即心生嚮往，在不知不覺中便被執著束縛，朝思暮想、絞盡腦汁、付諸行動，愈得不到愈是不肯善罷干休，於是在其中產生了求不得苦，無形中便因造作惡業墮入了輪

迴，可見執著是痛苦的源頭。

## 名實未虧 唯人自鬧

人們之所以會有執著，只因認為「我」是真實的存在，因此而有「我所」——錢財為我所有，兒孫為我所有，房子為我所有……當一味執著於某一情境或人、事、物時，便容易忽略生命中其他美好的景物，生命的精彩被執著的心所遮蔽，造成管中窺天的狹隘視野和心量，日夜煎熬，苦不堪言。

然而值得慶幸的是：決定執著或放下的操控權，掌握在我們自己手裡。好比故事中的猴子，雖然有暫時的危險性，但只



要願意放下手中的香蕉，就可擺脫椰子的桎梏，不致淪為獵人的獵物；同樣地，如果我們能將在禪修班聽經聞法所學的道理，運用在生活中，化解、摒除一切主觀的觀念、情緒，從轉念中學會看清楚事物的真相，而不是從「我」的角度出發，即能滅除執著的暫時存在性，讓本具的佛性有空間鼓盪，並能無限的伸展和保任。

另外，莊子〈齊物論〉中有一則寓言故事：主人對他所養的猴子說：「我決定每天早

上餵你們吃三升栗子，下午餵四升栗子。」想不到猴子們都很不高興，主人於是改口說：「那這樣好了，我們就改成早上吃四升，下午吃三升。」猴子們聽了都很高興。莊子總結道：「名實未虧，而喜怒為用，亦因是也。」事實上，「朝三暮四」和「朝四暮三」，栗子這個食物的名和實都沒有改變，猴子們的情緒卻產生了喜怒的不同。外在的境界原無好壞，本質都是生滅，但我們不也妄自分別，因而喜怒哀樂交相迭起嗎？只要放下計較的心，最後將會發現，我們並沒有失去什麼，也沒有得到什麼，這時真正是清明在躬。

## 善作正行 心得解脫

因從事教職，對學生的課業和行為規矩，求好心切，無形中產生執著，常不自覺地陷入不斷的要求中，讓自己背道而馳，身心疲憊不堪而受苦。上禪修課時聽到法師說：「人生有太多包袱，我們可以選擇將它一一扛在肩上，也能選擇瀟灑地放下它們。」這句話好似當頭棒喝，讓自己將分別外境、執著境界的心收回。於是試著調整自己的腳步，放下得失心，漸漸地從中感受到，唯有放下心中的執著，才能擁有舒適愉悅與自在的心境。

「假藉四大以為身，心本無生因境有」，對境產生分別、好惡的心念，是根塵相對時一念不覺而生的妄心，修行學佛的目的就是要回歸清淨，期許自己在面對境界時，能知而不著，心不染境。「菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹塵埃」，唯有放下執著，才是真心地對待自己；只有在心地上用功，不在事相上執著，才能契入佛陀智慧的法音。🙏





# 得與失的距離

文／普嘉精舍研經一禪修班學員 傳文 攝影／傳新

如果能時時提起覺性，深信「緣起性空」之理，  
就能減少妄想執著；心不住在得失，  
就不會因得而樂、因失而苦。

最近幾個月，面臨工作上的大事——要負責編寫公司下年度的企劃案，由於事情來得突然，時間有限，壓力很大。因為必須先思考實施對象，針對對象擬定方向、估計時間、進度、經費、器材，並預想執行的所有細節和效果，既瑣碎又繁雜。為此，經常因靈光乍現而驚喜，又因瑣碎而困擾，在取捨之間搖擺、焦慮。就在因時間緊迫、擔憂進度落後，心裡覺得很苦時，腦中突然跳出了「修道行人，若受苦時，當自念言……經云：逢苦不憂。何以故？識達故。」菩提達磨大師〈二入四行觀〉中「報冤行」這段文字。

## 因果平等 得失無間

當下反問自己：為什麼這麼焦慮？為什麼會覺得苦？從前，即使面對不友善的同事、面對他人不知原因的無禮對待，都可以跟自己說：「逢苦不憂。何以故？識達故。」都能看得開；為什麼此刻自己竟然在這裡卡住？是執著，讓自己又為客塵妄想所覆，迷失覺性了嗎？焦慮，是因為得失心，因為想要做得很完整、很圓滿，感覺自己很棒。

在覺察到自己這段心情和錯誤後，得到一個結論：得與失、因與果之間關聯緊密。

提出規劃案，因為上級覺得可行，撥



下一筆經費讓我好好發揮，這是「得」。但是往深一層想：能得到賞識和機會，表示過去的善因緣現在成熟，緣盡還無，應該把握因緣，好好珍惜，好好做事就是，不特別開心歡喜，也不憂慮恐懼。但自己因為得到這個機會而開心、期待，貪求好的表現而忘失初心，結果患得患失，所以身體疲累、情緒波動大，因而生起煩惱。於是，做得不好，不好的果報就出現了，變成了「失」。如果當初不糾結於「妄想的夢想」，只是努力

於當下，結果一定不同。

夢想實現，這是果報；應當運用這個果報繼續創造善因。即便做得不好，也知道世間無常，本來計畫趕不上變化就是正常，生滅變異當中，只要記得初發心，成與不成都自有它的價值，這樣一來怎麼還會因「得」、「失」而感到痛苦、煩惱？

## 體冤進道 逢苦不憂

沒有學佛前，若有放不下的事，自己多半試圖以俗諺提供的智慧解決問題，比如：「得之，我幸；不得，我命」、「塞翁失馬，焉知非福」等等，雖然當下或可暫時放下得失，但並未解決根本問題。因

此當下一個境界現前，心仍然擺盪不安。

在這次的經驗中，體會到其實面對困境、煩惱的當下，情緒是第一個要處理的問題。情緒受個性影響，而個性就是習氣累積所成，若沒有提起覺性、釜底抽薪，看清自己的煩惱習氣，誠實面對，勇敢改過，即使這次想得開，下次遇到類似情境，還是會再輾轉輪迴受苦。修行學佛，聽經聞法，讓吾人知因識果，知道有果必有因，現狀或許是今世可見之因，或許是不可見的宿世因緣，一定有其來由，只要深信因果，一定能更容易放下糾結、放下得失、放下痛苦。

菩薩畏因，眾生畏果。初次閱讀〈二入四行觀〉的「報冤行」時，心就震撼莫名，這一次更讓自己體會到，如果能時時提起覺性，深信「緣起性空」之理，就能減少妄想執著；心不住在得失，就不會因得而樂、因失而苦。所以，提醒自己，要牢記常在因地努力，心不住相。那麼，得與失看起來雖有天壤之別，其實就如同因和果，是一體的兩面；得失之間，其實沒有距離。



# 心淨境轉

文／普中精舍研經一禪修班學員 法天

初遇禪修之時，那時只覺得這是條正確的路，但並不覺得是人生最重要的路，因此並未深入。然而，當自己在人生的路上跌跌撞撞，遇到難關，覺得快過不下去時，停下腳步往回看，才發現其實佛菩薩一直都在，只是我們不自知而已。

記得在一部影片中有一段話，自己特別喜歡：“Yesterday is history, tomorrow is a mystery, today is a gift. That is why it is called the present.”翻譯成中文大略是說：「昨日已是歷史，明日尚未能知，還能掌握的今日就是最好的禮物。」這段話在學佛之後，讓自己更能體會法師上課常說的：「前世因，今生果，我們應當在因地上精進用功。」佛法的道理仍然適用於數千年後的今天，那麼自己是否也能將佛法運用在生活中？

這兩年爲了準備國家考試，讓自己有穩定的工作，同時也爲了確認自己是否能適應公務機關的環境，所以選擇先在公務機關任職短期工作。去年底，錄取了位於精舍樓下的單位，那是個完全陌生的工作環境，一切的人事物都是嶄新的。懷著一顆雀躍的心到職，然而，當時僅有一位同事表達善意，其他人多半抱持著不友善的態度，這對自己來說是很大的挫折。事情

沒人願意教，更沒人給好臉色，因此午休時間都會到精舍，讓自己的心充電，即使只有十分鐘，心都能安定下來。

於是，告訴自己：「觀惡言，是功德，此即成吾善知識，不因訕謗起冤親，何表無生慈忍力？」沒關係，不友善的口吻，那是幫助自己成就忍辱功夫的助緣；沒人樂意教我，那是宿世未結善緣，不能怨懟，應當更謙卑才是。秉持這樣的信念，終於安然度過這半年的聘期。

很奇妙的，離職後，在其他場所遇見以前的同事，從他們口中得知，原來當初排山倒海而來的不友善，每個人都看在眼裡，也同感不平。不過，讓他們更訝異的是我竟然能泰然處之，並沒有因不平的對待而有情緒的起伏，或是四處抱怨；更好奇爲什麼禪修可以讓人心柔軟而不起怨念？自己也藉此機會，邀請他們一起到精舍上禪修班。我想這就是將佛法運用在生活中的效果，印證了佛法的真實不虛。

長期薰修佛法，讓自己的心能夠慈悲而柔軟，安定而平靜。禪修對自己而言，不僅是一條正確的路，更是人生最重要，且必然要走的道路。就像法師所說的，從每個人自身做起，進而兼善天下，相信一定會讓這個世界，變得更加美好且圓滿。





# 百尺竿頭更進步

文／中台男眾佛教學院研究所二年級 見舄法師

圖／傳茹

書法課時，有位法師向教授師請教：「為何感覺自己的書法愈寫愈退步？」教授師回答：「不是你的書法退步，而是你的眼力進步了！」

初初學習書法，辨字結構與書寫的技巧、能力都沒有，看不出問題所在。隨著多看、多寫，便能觀察到自己的盲點。此時，只要勤加練習，就能更上一層樓。

佛法告訴我們，眾生的心是粗中之粗，菩薩的心是粗中之細，佛的心是細中之細。聖人因為心細，能覺察、覺照自己的煩惱習氣，最終成就聖道；凡夫眾生若能時時反省、檢討、慚愧、改進，熟處轉生，生處轉熟，從不覺到覺，必能百尺竿頭更進步，最後超凡入聖。🙏





佛 · 典 · 故 · 事

# 乾夷王

文 / 編輯部 圖 / 傅旆



過去有一個乾夷國，國王名為「偏悅」，才德高顯，行仁布德，處事公正平和，人民都依從國王的仁德教化，因此牢獄裡沒有囚犯；老百姓若有匱乏，國王都會幫助他們解決困難。他的慈悲仁惠，如帝釋天王一般潤澤四方。

鄰國有位婆羅門，非常嫉妒國王，因此想了一個惡毒的方法要害他。他來到王宮門口，問侍衛：「我聽說國王救濟老百姓，就像天澤之普潤，有求必應，國王也會滿我的願嗎？」臣子將這件事告訴國王，於是國王便來到殿外見婆羅門。婆羅門說：「國王的仁德澤被四方，知道的人沒有不讚歎的，您是否能滿足我的願望呢？」國王欣然同意。

婆羅門對國王說：「陛下仁德好施，總是有求必應。現在我要舉行祭祀，已經萬物齊備，只缺人首，希望求得大王的頭顱，來實現我的願望。」國王說：「我的頭並不特別，不如給你珍貴的寶物。」婆羅門並不接受；國王又吩咐工匠，以金、銀、珍珠、琉璃、珊瑚等七寶，做了數百個和國王人頭相仿的七寶首，交給婆羅門，但婆羅門卻說：「我只要求您遵守諾言，將您的頭顱交給我。」

國王從不違背以布施利樂眾生的本願，因此毫不猶豫地走出宮外，將頭髮纏在樹上，對婆羅門說：「好，我將頭顱布施給你！」於是，婆羅門抽出腰刀，快步走向大樹。樹神見狀，對於婆羅門陰毒的舉動感到憤怒，就在婆羅門舉刀要砍向國王時，冷不防地猛力抽打他的臉頰，並用樹枝纏住他的身體，使得婆羅門暈頭轉向，連刀也掉落在地上。無論如何，都無法靠近大樹一步。國王平安無恙，臣民歡呼萬歲，悲喜交集；諸天也讚歎國王的仁德，可說是真正做到內施！四天王亦歡喜擁護，於是境內眾毒消歇，百姓無病，五穀豐熟，牢獄裂毀，君民無不歡喜踴躍。

佛告訴在座的沙門：「當時的乾夷國國王就是我，婆羅門就是調達。無始以來，我都是以慈悲行大布施，利益一切有情。」

（編按：典故摘自《六度集經·卷第一·布施度無極章（五）》）



## 省思

經云：「觀三千大千世界，乃至無有如芥子許，非是菩薩捨身命處，為眾生故，然後乃得成菩提道。」菩薩因恆思利他，念念心繫眾生，從劫至劫，於菩提道上度生無有疲厭，最終因圓果滿，成就無上佛果。佛弟子當學習菩薩利益眾生的願行，在利他的同時，開闊心量，破除執著；即使面臨困難，只要信心堅定、悲智雙運，必能化重重障礙為助道資糧，終至圓滿菩提。





# 中台世界博物館代表團

## ——參與 2019 ICOM 京都大會報導

文／編輯部

佛教數千年的歷史文化，深厚積澱出豐富、璀璨的藝術；透過虔敬造像，千古文物無言說法，不但見證佛法傳承的歷史，更增長對佛法的信心。中台世界博物館秉持創辦人惟覺安公老和尚藝術化世的悲願，自二〇一六年落成啓用以來，於文物典藏、展示與研究的努力，廣受肯定；更積極舉辦講座、研討等各項教育活動，推廣佛教藝術與文化。

二〇一九年九月一日至七日，中台世界博物館代表團在館長見謙法師帶領下，參與於日本京都舉辦的第 25 屆國際博物館協會年會（International Council of Museums，以下簡稱 ICOM）。針對此次與會的目的，館長提到：「參與此盛會的意義，在藉此平台擴大本館與各國博物館

之間的交流，推廣佛教文化，與世界接軌。除此之外，也特別安排實地參訪重要博物館，開拓未來進一步交流的可能性。」

### 論文發表 展現專業

ICOM 是聯合國教科文組織（UNESCO）所屬全球規模最大的非政府組織，也是一個由博物館學與博物館專業人士所組成之國際性專業組織，每三年在全世界不同的區域與城市舉辦年會。2019 ICOM 京都大會，九月二日上午於京都北山國際會議中心盛大開幕，共有來自全世界一百二十個國家及地區，逾四千五百位博物館專業人士與會。

隨後，即以大會主題——「博物館作為文化樞紐：傳統的未來」（Museums as



Cultural Hubs: The Future of Tradition) 為主幹，進行共同議題討論，下午並於三十六個博物館專業委員會展開論文發表，進行討論與交流；同時段亦舉行博覽會，提供各國博物館推廣與觀摩學習的機會。

此次京都大會中，中台世界博物館副館長暨木雕分館館長見排法師及導覽員黃博士撰寫的論文，入選在大會發表。九月四日下午，見排法師於「ICOM-CC」（藏品安全與維護委員會）發表〈博物館性，真實性和宗教性——以佛法角度看博物館文物修復與展陳〉（Museality, Authenticity and Religious Reality—A Buddhist View on the Conservation and Exhibition of Buddhist Objects）。論文提到，近來世界文化遺產研究，有廣泛和多樣化觀點的趨勢，但當涉及具有宗教意義的文

物時，策展人或修復師仍會面臨工作決策上的困惑。文中以館藏北周保定二年石造佛立像、清造大日如來坐像為實例，探討佛教造像中的歷代修補，於文物「完整性」與文物「真實性」之間，存在可能的「宗教性」（Religious Reality）意涵；透過博物館展陳，「博物館性」（Museality）能夠與佛法教義相連繫。其後，見排法師

1.2. 九月四日下午，見排法師於「ICOM-CC」（藏品安全與維護委員會），導覽員黃博士在「AVICOM」（博物館視聽多媒體委員會）發表論文。





- 1.2. 九月二日至五日，團員們分組參與各國國際專業委員會的議題討論，並參觀博覽會，記錄重點，作為日後運作參考。
- 3.4. 館長見識法師與兩位 ICOM 副主席——中國博物館協會安副理事長、義大利國家博物館主席 Alberto Gariandini 先生會面，邀請到訪中台世界博物館，為日後的國際交流建立良好的緣起。

呼籲，博物館人在追求文物「真實性」(Authenticity) 時，應該更加平衡著眼於藏品有形 (tangible) 及無形 (intangible) 的意義；若能以更開放的視野，站在尊重不同文化的角度，落實博物館文物修復與展陳等各項事務，佛教界的「完整性」和文物界的「真實性」，不但能夠不相違背，尚能為文化遺產和博物館實踐，帶來更進一步的發展。

同時段，導覽員黃博士在「AVICOM」(博物館視聽多媒體委員會) 發表〈動畫無國界：博物館突破語言障礙的新作法〉(Presenting the Main Concept of Museum in the Form of Animation Film: an Attempt to Reduce Language and Cultural Barrier for Visitors)。論文以中台世界博物館《善財童子》影片為例，分享以館藏文物為設計素材，藉沉浸式動畫，讓大眾突破語言與文化的藩籬，了解佛教求法及建立博物館之重要意涵。此次的論文發表，不但達到推廣的作用，也顯現中台世界博物館團隊的專業素養。

ICOM 年會期間，團員們除了參與九月二日至五日上午，大會共同議題討論之外，下午則分組參與 ICOFOM (博物館學)、MPR (公關行銷)、ICEA (國際交流合作)、AVICOM (多媒體運用)、CECA (教育活動) 等各國國際專業委員會的議題討論，將新的理念與觀點、實務經驗分享作成紀錄，以作為日後運作參考；透過與各國專業人員熱烈交流，並與兩位 ICOM 副主席——中國博物館協會安副理事長、義大利國家博物館主席 Alberto Gariandini 先生會面，除了介紹中台世界博物館外，並邀請各國專業人士到訪中台世界博物館，為日後的國際交流建立良好的緣起。

## 訪探重要博物館 深度交流

為了汲取日本博物館推廣佛教文化、設計教育活動之經驗，中台世界博物館代表團亦實地造訪京都、奈良兩地，收藏佛教文物的重要博物館。九月一日上午，參觀創立於一八九七年的京都國立博物館，其藏品中包括許多國寶與重要文化財，是日本最重要的博物館之一。下午參訪京都藤井有鄰館，有鄰館取名自《論語》中的「德不孤，必有鄰」，是一家以收藏中國古代文物為主的私人博物館，參訪時與前館長藤井善三郎先生會面與交流。



4

九月六日及八日，分別參觀龍谷大學博物館、奈良國立博物館。龍谷大學可溯源至創立

於一六三九年的西本願寺學寮，二〇一一年於西本願寺對面設立的龍谷博物館，是日本唯一的佛教綜合博物館。當日，前館長木田知生先生（目前擔任顧問）親自導覽館區。奈良國立博物館館藏約有二千多件文物，其餘皆是周邊古代寺院託管的珍貴文物，是該地區重要文化財的保存及展示機構。參觀當日，學藝部長內藤榮先生特別接待代表團，開放收藏珍貴佛教美術相關文獻及圖書的「佛教美術資料研究中

心」參觀，同時針對博物館管理及教育、活動、研究及營運進行交流。九月九日，代表團帶著滿滿的收穫賦歸。

文物，遞代千古，反映各個時代的政治、文化、生活背景。中台世界博物館立足在創辦人慈心悲願所匯聚的盛世善緣中，以深厚文化底蘊，與時俱進，接軌世界，深入了解當代世界博物館定義與功能之演變，兼容並蓄古今歷史文化；踏訪館舍，以為百尺竿頭更進步的養分。館長表示，中台世界博物館未來將以更恢宏的視野，以「弘法、保存歷史文化、教育、藝術」為方向，積極入世。期以文物靈光，照亮心眼，啟發人人本具的智慧；無盡法燈，光照大千，引領有情，同登覺岸。🏮



1



2



3



4

1. 九月五日安排會外參訪，造訪奈良文化財研究所。
- 2 ~ 4. 館長率領團員實地造訪京都國立博物館、龍谷大學博物館、奈良國立博物館等重要博物館，並進行交流。



特雷維噴泉 Trevi Fountain



普·台·教·育

# 2019 普台心靈交響宴

文／編輯部

金秋送爽，楓紅菊黃，在繽紛的景色中，迎來「2019 普台心靈交響宴」。一百〇八年十月二十六日，長榮交響樂團在睽違三年之後，第五度蒞校演出，特別邀請國內知名曼陀林演奏家、著名女高音及兒童劇團，共襄兩場藝術盛宴；同時，安排與普台學子同台演出，共譜美麗的交響樂章。

長榮交響樂團張團長表示：「普台以中台四箴行的精神，塑造出獨有的純真及至善的校風，成為台灣品格教育的搖籃與模範，這一份對教育的付出與堅持值得推崇。」同時，肯定學校每年舉辦敬師釋奠典禮，培養學子尊師重道的用心。最後，勉勵學子要懂得感恩與惜福，並珍惜在普台所養成的美德，未來能將這股良善的力

量，發揚至全世界。因此，特別將〈禮運大同篇〉譜成交響樂曲，傳遞對大同世界的嚮往。

## 乘著樂音的翅膀 跨越時空

上午十時，國小一至六年級學子與最高年級的高三學長姊，齊聚普台高中藝術大廳，歡迎駐團莊指揮率領七十一位樂壇才俊登場，以電影《環遊世界 80 天》主題曲揭開序幕，帶領普台學子乘著音樂的翅膀，遨遊世界。

從亞洲出發，欣賞耳熟能詳的《茉莉花》及日本、韓國著名的民謠。之後一路西行經過寒冷的國度俄羅斯及以色列，抵達歐洲的英國、法國。其中伴隨著音樂家陳老師演奏曼陀林，讓學子體驗中古歐洲



1



2

- 1.2. 長榮交響樂團與普台國小、高中弦樂團同台演出，共譜美麗的交響樂章。
3. 國二容翊同學與樂團合作演出琵琶協奏曲《草原小姊妹》，精湛的琴藝，令人讚賞。

的古老樂音。同時，在台北愛樂電台節目主持人高老師深入淺出的解說中，聽見豐富且多元的跨地域音樂盛宴。

下半場，節奏輕快的《庫斯克郵車》，迎接國小弦樂團與長榮交響樂弦樂聲部的音樂家，同台演出二首動人的樂曲——古代魯特琴改編成的管弦樂曲，及小約翰·史特勞斯的《雷鳴與閃電》。之後，在德國感受《柏林的空氣》，繼續前往非洲欣賞具有爵士風格的《小象走路》後，來到南半球的澳洲《叢林流浪》，此時「安徒生與莫札特的創意」劇團的成員，串場演出小象、猴子、綿羊等動物，詼諧的動作，令人莞爾。最後在《噢！蘇珊娜》的生動樂音中抵達終點——美洲。這場結合了聽覺及視覺的藝文盛宴，令人意猶未盡。近二小時的音樂會，最後在打擊樂老師化身鐵匠，以鐵鎚敲擊出清亮樂音，引領全場學子以掌聲和著樂曲的節奏中，歡喜落幕。

下午二時三十分，國一至高二學子入場聆賞。莊指揮帶領長榮交響樂團，以電影《星際大戰》的配樂《帝國進行曲》隆重登場，接著演奏《大白鯊》、《侏羅紀公園》、《辛德勒名單》、《不可能的任

務》、及深受學子喜愛的《哈利波特》等電影主題曲，搭配影片的播放，帶領大家

穿越時空，欣賞世界經典電影；在樂器演出之後，由知名女高音楊老師演唱多首電影中動人的歌曲，天籟美聲為這場音樂盛宴更添色彩。

下半場，高中弦樂團與長榮交響樂團合作演出宮崎駿動畫電影《神隱少女》中旋律優美的《千尋的華爾茲》；國二容翊同學演出琵琶協奏曲《草原小姊妹》，樂曲中揉合了琵琶滑指、輪指、揉、掃等技法，精湛的琴藝及細膩的詮釋，令人讚賞。節目在貝多芬第六號交響曲《田園》、西貝流士《芬蘭頌》及德沃札克《新世界》等經典交響曲的磅礴氣勢中，進入尾聲。在學子熱烈掌聲中，樂團回應了兩首安可曲，最後當《禮運大同篇》響起，視屏上播放著今年普台聯合敬師釋奠典禮的紀錄影片，在全體師生合唱中，彷彿看見「風乎舞雩，



3



- 1.2. 「安徒生與莫札特的創意」劇團成員，以絕佳的默契，串場演出。
3. 知名女高音楊老師，演唱多首電影中動人的歌曲。
4. 音樂家陳老師演奏曼陀林，讓學子體驗古老的樂音。



詠而歸」的美好世界。豐富的曲目、多元的呈現，在週末午後帶給普台學子一場跨越時空、扣人心弦的視聽饗宴！

## 心靈饗宴 濃厚藝術內涵

優雅的音樂有陶冶性情的正向作用，音樂教育也是塑造完整人格重要的一環。普台音樂中心提供學子中西樂器、樂理、聲樂等多元課程，並成立弦樂團、絲竹樂團、打擊樂團及合唱團等團隊，讓同學們在團練過程中，培養團隊合作及溝通協調的能力，並且定期舉辦發表會，培養學子穩健台風。

此次擔任琵琶獨奏的國二容翊同學分享：「上台前很緊張，但演出時只想著呈現最好的音樂，讓大家體會國樂之美。」弦樂團哲瑞同學表示，「很榮幸有這個機會與世界級的交響樂團一起演出，學習到老師運弓的技巧，將曲子拉得更好聽。」而優妮同學則說：「透過不同國家的音樂

及影片，了解到各地的風俗民情。」此次與長榮交響樂團的合作演出，豐厚了年輕學子的藝術內涵，也譜下成長的美好回憶！

108 學年十二年國教課綱裡的「核心素養」，強調學習與生活的結合，透過實踐力行而彰顯學習者的全人發展。而普台自創校以來，在三學一體的教育理念下，以品格教育為核心，發展多元適性的課程，早已深耕全人教育，培育學養俱佳、德慧兼備的全方位人才！🙏

## 榮譽榜

- ★普台國小參加 2019 第十四屆 VQC 全國英文單字大賽，榮獲總決賽團體組亞軍！
- ★普台高中
  - 高三致翰同學代表台灣參加俄羅斯科學展覽，榮獲三等獎的佳績！
  - 高二智昇同學、楷崴同學參加高中職地理資訊系統創作競賽，榮獲全國佳作，總排序為全國第四名！
  - 高一叢洋同學、詠喬同學參加國立台灣大學物理人才培訓計畫，獲得正取及備取！
- ★普台學子參加 2019 英國皇家音樂院術科鑑定成績優異！
  - 國高中
    - 小提琴 8 級通過 薇娟
    - 鋼琴 7 級優等 孟芳
    - 鋼琴 6 級通過 瑀函、仲宇、嘉展、柏凱
  - 國小
    - 小提琴 4 級特優 睿容、時明
    - 鋼琴 4 級特優、優等 育莘、沁宸
  - 共 49 位國小同學、19 位國中同學、10 位高中同學通過鑑定。
- ★普台高中參加 2019 年文藻盃西語競賽，榮獲佳績！
  - 演講比賽第一名：高一雅茹，第二名：高一詮賀
  - 初級朗讀比賽第一名：高二芊卉
  - 寫作比賽第一名：高二宥臻，第三名：高二承浩
  - 歌唱比賽第一名：高二欣怡，第二名：高二庭瑄

# 法國麵包佐墨西哥醬

普思精舍提供

健康素食



## 【材料】(三~四人份)

法國麵包	1條
素燥	1大匙
牛番茄	2顆
小番茄	3顆
杏鮑菇	1支
小黃瓜	1條
羅蔓	3片
起司	2片
薑末	少許

## 【調味料】

墨西哥辣椒粉	酌量
酸黃瓜醬、奶油	酌量

## 【步驟】

1. 杏鮑菇及牛番茄切成小丁，羅蔓撕成小片，起司片切成1/4大小，小番茄及小黃瓜切片備用。
2. 自製墨西哥醬：薑末爆香後倒入素燥、牛番茄丁、杏鮑菇丁及墨西哥辣椒粉，均勻拌炒至散發香氣，即可起鍋備用。
3. 法國麵包塗上少許奶油，進烤箱烤3分鐘後取出。
4. 依序鋪上起司片、羅蔓，淋上一小匙墨西哥醬，加入少許酸黃瓜醬，最後擺上小番茄片及小黃瓜片，即可食用。



普榮精舍二十週年慶啓建

# 梁皇寶懺超薦祈福大法會

文／普榮精舍提供

欣逢普榮精舍成立二十週年，特於一百零八年九月二十八日至十月六日，舉辦「二十週年慶啓建梁皇寶懺超薦祈福大法會」，法會首日，恭請中台禪寺住持見燈大和尚親臨主法、開示法要、切糕祝願，並頒發各項功德表彰。同時，為緬懷開山祖師惟覺安公老和尚創建道場之恩澤，特別舉辦「菩薩行處」展覽，法會期間展出四十餘幅學員與開山祖師合影之照片，見證從靈泉到中台，泉畔開山之珍貴歷史。

法會中，見燈大和尚開示大眾，道場的成立是大眾實踐自利利他菩薩行的成果，功不唐捐。學佛就是要成就佛道，學習如來上求佛道、下化眾生的弘願，達到自覺、覺他、覺滿。在因上廣積福慧資糧，時時安住在中道實相，堅住正念，隨順覺性，就能隨

心滿願，成就道業。

功德午宴，於音色渾厚的太鼓聲中揭開序幕，學員們以大提琴、吉他的優雅樂音及演唱，以《佛說四十二章經》經文創作編曲的「念無念念」，歡喜供養大眾。最後觀賞普榮精舍二十週年回顧影片，全體以感恩之心合唱「愛很大」，並發願依教奉行「守護道場，深化修行，落實弘法」，以薪傳開山祖師弘法利生的慈心悲願。

## 法會心得

護法會總幹事／傳良

成就一場大法會實在是不容易，要眾緣和合、各司其職。從籌備到執行再到撤場，一切歸零。如同法師開示：菩薩創造緣起，廣結善緣、法緣，運用緣起巧做佛事，最後不住緣起，三輪體空，故能成就如幻三摩提。

## 執行秘書／傳容

連續九天的法會，是從未有過的模式，加上恭請大和尚蒞臨，這對所有義工菩薩而言，是一場大考驗。大眾秉持著知恩、感恩、報恩的心，互相打氣，每天檢討、修正，對執事愈來愈純熟。經過法會的磨鍊，大家都提升了！

## 執行秘書／法印

這次負責功德午宴的表演節目，節目的選定、練習及先行製作的部分，早在數個月前就開始進行。過程中雖然有困難，但是為了解決困難，大家想到許多方法；在新方法中，眼界變寬、心量變大，同時也提起覺性，轉化煩惱，讓事情進行得更順暢、更有效率。

## 執行秘書／傳立

藉由法會的籌備，大眾不斷累積行菩薩道的資糧。無論是人員安排、會場座位及動線的規劃，各組的師兄，都能直下承擔，細心、認真地做好每一

項執事，落實了中台四箴行——「敬慈和真」。

## 執行秘書／傳聲

在發心過程中，覺察到自己定力、智慧、心量不足，然而慶幸能夠以覺性、願力提起念頭，發心自己的執事。法會結束，莊嚴的會場恢復原貌，這念心還要學習菩薩的不住緣起，繼續發心，把握下一個緣起！

## 活動組組長／傳荷

「佛法是可以活活潑潑的！」這是見燈大和尚在今年的月光禪會對大眾的開示，給了活動組很大的信心與鼓勵！回顧表演前的排練，師兄們一次次以「敬、慈、和、真」，在各個面向持續修正，為達到事理圓融而努力，讓人感動。

## 心燈組組長／傳審

法會期間，心燈組排除萬難，每天到精舍發心。由最初的緊張慌亂，到後來的整齊劃一，驗證了開山祖師所說的「會熟巧精」！身雖累但心不累，每天用歡喜的心，以笑容及有威儀的引導，迎接大眾進入壇場拜懺，讓法會更加順利圓滿。

## 書記組組長／傳葵

書記組的執事有著與時間賽跑的壓力！當碰到電腦運作不順暢，乃至資料確認、溝通等問題時，深深體悟到諸法無常，而「隨順覺性，安住實相」就是最好的修行法門。在一次次放下、轉念、提起中，其實受益最多的是自己！

## 梵唄組幹事／法悟

大和尚的開示妙語如珠，其中讓自己最感動的，卻是最平常的一句話：「發菩提心，永不退轉。」這句話讓自己熱淚盈眶，生活中無一處不是磨鍊，也無一處不是修行。



1. 住持見燈大和尚與護法居士合影。
2. 住持法師帶領大眾佛前獻供。
3. 功德午宴，學員們以精心演唱供養大眾。
4. 護法義工齊心合作布置會場，圓滿法會。



普門精舍十週年慶暨梁皇寶懺

# 消災祈福超薦大法會

文／普門精舍提供

欣逢普門精舍十週年慶，特於一百零八年九月二十八日啓建為期九天的「梁皇寶懺消災祈福超薦大法會」，上報四恩，下濟三有。四眾弟子以九個月為期，和合一心，於法會前圓滿誦持十萬部《金剛經》，以報答開山祖師惟覺安公老和尚之法乳深恩。

法會啓建日，恭請中台禪寺副住持男眾佛教學院院長見紹法師親臨主法、切糕祝願、開示法要，並慈悲頒發功德證書，表彰護法居士歷年來的發心護持。法會中，主法法師開示大眾，學佛的目的是離苦得樂，而要離苦得樂則需有正知見，了達因緣果報、眾生本具佛性的道理。精舍是成就大眾聽經聞法的助緣，要把學佛當成人生第一要務，親近精舍、護持精舍，福慧雙修。凡事因上努力，並好好照顧當前這念心，因緣成熟，

自然能成就道業。

法會中大眾虔誠禮懺，法喜充滿。感恩住持法師帶領大眾精進用功，圓滿為期九日的梁皇盛會。感恩開山祖師在台南六甲成立普門精舍，讓大眾有因緣親近三寶、聽聞佛法，進而改變命運。以此法會嚴淨功德，祈願中台心法廣傳，落地生根，情與無情，同圓種智。

## 法會心得

護法會會長／傳因

為報答開山祖師惟覺安公老和尚的法乳深恩，在住持法師的帶領下，四眾和合，圓滿誦持十萬部《金剛經》，願力真是不可思議！法會期間隨文入觀，虔誠懺悔自己不清淨的身、口、意三業，願以感恩、報恩之心，跟隨住持見燈大和尚的腳步精進用功，護法護教、永不退轉。

### 副會長／傳化

在大眾法師帶領下，護法居士全體總動員，同心協力圓滿此次殊勝的大法會，內心非常法喜。此次擔任梵唄組組長執事，法會期間每天發願——以清淨梵唄，供養諸佛菩薩，並祈願十方法界一切眾生，皆發無上菩提心，永不退轉。

### 副會長／傳用

感恩法師們的慈悲帶領，從籌備期到法會圓滿，獲益良多。體會到凡事只要有心，沒有做不到的事。於禮拜《梁皇寶懺》的當下，返照自心，提醒自己在生活中落實中台四箴行，時刻讓覺性現前，深化修行。

### 副會長／傳界

在法師的指導與梵唄組師兄們的經驗分享下，承擔起梵唄組的執事。體會到只要有願心，用心練習，自然會看到成果。法會當天梵唄組呈現和合音聲，因為我們有共同的願心——梵唄利人天，冥陽

兩利。

### 副會長／傳智

法會期間大眾和合無間，不疲厭地發心，堅守自己的執事，讓拜懺的居士充滿法喜。十年來，普門精舍不僅人數成長，所有幹部護法護教之心也更加堅定。感恩老和尚廣傳心法、感謝住持法師創造緣起，讓大眾能廣積福慧資糧。期許下一個十年，普門更加卓越，成為六甲區學佛者的第一選擇。

### 總幹事／傳圓

為期九天的殊勝法筵，大家都以辦喜事的心情，直下承擔，過程雖然辛苦，但都法喜充滿。在法師們的指導下，各組義工和合團結、不分你我，護持大眾禮懺。自己領悟到凡事都是眾緣和合，有願就有力，事情就能圓滿。

### 副總幹事／傳慧

內壇法務的運作，讓自己學習到要眼觀四面、耳聽八方，面面俱到地關照大眾，學習縮小自我、放下執著來圓滿法會。法會雖已結束，但觀照起心動念，是修行永遠的功課。

### 香積組副組長／傳永

法會中，大寮菩薩們以歡喜心，煮出色香味俱全的齋飯，「上供十方佛，中奉諸聖賢，下濟六道品，等施無差別」，供養諸佛菩薩、供養大眾。身體雖然疲憊，但內心法喜充滿。

### 司儀組幹事／傳義

此次擔任司儀執事，提醒自己用慈悲心呼班，發願與會大眾皆發菩提心。在《梁皇寶懺·卷十》圓滿之際，恭誦經文至「一切眾生皆有佛性」，萬分感動。這念心是我們最大的寶藏，當下這念心平靜、自在、沒有煩惱，是最大的快樂。🙏

1. 2. 主法法師慈悲開示法要，與會大眾專注聆聽。
3. 在住持法師帶領下，大眾虔誠禮懺，精進用功。
4. 護法菩薩們以清淨香齋，供養諸佛及與會大眾。



1



2



3



4



暨會大法薦超福祈災消華法建啓舍精開普

## 護法會頒證大典

文／普開精舍提供

普開精舍秉持如來慈悲濟世之精神，及開山祖師惟覺安公老和尚弘法利生之悲願，於一百零八年九月二十九日至十月六日，啓建「法華消災祈福超薦大法會」。法會首日，恭請中台禪寺研考副住持見穎法師親臨主法、開示法要，善信檀越逾五百人同赴法筵，藉此廣植善根，成就未來成佛的因緣。

法會中，主法法師為大眾開示，《法華經》中的七種譬喻，是佛陀慈悲運用巧妙智慧，引導不同根器的眾生悟入佛之知見。因緣法甚深，開山祖師為我們建立了最好的道場，給我們最肥沃的土壤，但是成佛的種子要自己灌溉，才能成長茁壯，開花結果。在具足成佛的信心後，還要廣傳佛法，分享所得，勸發更多人上禪修班，

行自利利他的菩薩行，以報開山祖師法乳深恩。最後，主法法師更期勉大眾，菩提道上一起成佛去！

八天的法會，大眾一心虔誦《妙法蓮華經》，期能明悟「一佛乘」之理，「開示悟入佛知見」。圓滿日下午，舉行護法會頒證大典，護法幹部們從住持法師手中，接下象徵菩薩行的功德聘書，會長帶領全體護法會幹部，於三寶前鄭重宣誓，在大眾護法護教的菩提願心與無限法喜中，法會功德圓滿。

### 法會心得

護法會會長／傳香

感恩精舍啓建法華大法會，自己全程參與，體悟到《法華經》的精髓，了解世尊講述成佛法門的用心及智慧的比喻，真是苦口婆心，不捨眾生啊！

佛陀無始劫來，以大慈悲心廣度無量眾生，為我們留下最好的典範。感恩開山祖師建立中台道場接引我們修行學佛，發願世生生精進護持，直至成佛。

#### 副會長／傳爾

涵蓋了九個禪修班學員的摩訶啦啦隊，從開始練習到演出，只有三個多星期。啦啦隊隊長，排除萬難，帶領大眾練習。感恩大眾法師的指導與協助，也讚歎成員們不計辛苦、日夜勤練。法會啟建日，摩訶啦啦隊以整齊的動作、熱情有勁的隊呼，拉開序幕；也為圓滿日的護法會頒證大典，畫下最完美的句點。

#### 總幹事／傳震

此次擔任總指揮，剛開始滿腔熱血，投入各項執事的分配，但非常不順利，讓自己有點灰心。後來依著住持法師的指導，發願護持佛法，在處理各項執事時就變得順利。體會到任何事情都必須「內因」及「外緣」具足，方能圓滿。

#### 副總幹事／傳堅

照客菩薩為了讓來賓方便找到鞋子，規劃放置海青及隨身物品的位置，討論如何讓用齋會場更莊嚴等等，一次次的腦力激盪、無數次的重來，這種照顧每位來賓的努力及用心，真令人感動。

#### 執行祕書／傳嚮

《法華經》中揭示的「開權顯實」，讓自己非常受用。誠如住持法師開示，「方」是方法，「便」是便利，義工的執事就是運用各種方法來便利大

眾，其究竟是要讓大眾皆能生起成佛的信心與知見，邁向成佛之路。何者為權？何者為實？當下了然於心，將之運用於生活上，一切都豁然開朗。

#### 執行祕書／傳育

法會過程中，讓自己體察到領執事的執著，也從「火宅喻」中，體會到世尊的慈悲。修行須時時保持覺性，才不會為習氣所蒙蔽。發願落實開山祖師的囑咐，深化修行，精進用功，生生世世跟隨大善知識修行，成就佛道。

#### 執行祕書／傳隨

當大眾在壇場內用功時，在壇場外感受到平和寧靜，那種安定讓人覺得遠離城市的喧囂，心中充滿法喜。殊勝的法會，經文中的義理，梵唄的音聲，如法的儀軌，都安撫著人們不安的情緒，佛法真的是一劑安定人心的良方。

#### 香積組副組長／法知

法會時，香積組最大的難題是估計用餐人數。食物採購過多或太少，都很難處理。感恩法師的指導，讓一切都很圓滿，也感恩師兄的提醒——不要忘了動靜都是修行。大眾的和合，讓這次法會圓滿落幕。

1. 主法法師慈悲與護法居士合影。
2. 大眾聚精凝神聆聽主法法師開示法要。
3. 住持法師帶領大眾一心虔誦《法華經》。
4. 護法居士和合一心，共同成就場地布置。





普豐精舍一百零八年度

# 梁皇寶懺消災超薦大法會

文／普豐精舍提供

秉持如來慈悲濟世、不捨眾生的大悲願心，普豐精舍於一百零八年九月二十九日至十月六日啓建「梁皇寶懺消災超薦大法會」，大眾共赴法筵，一心虔誠禮懺。

法會啓建日，恭請中台禪寺法務副住持見達法師親臨主法，開示法要。主法法師於開示中藉由問答方式，啓發大眾思考，並以「慧可大師斷臂求法」公案，提示大眾，所有萬法的本質都是剎那生滅，時時觀照生滅、無常，能觀的心就會愈安住。最後勉勵大眾，行自利利他菩薩道，接引豐原地區居民入佛法界，讓人人惶惶不安的心，皆能找到安定之處。

功德午宴中，護法會成員以精彩的武術表演、兒童班學員朗誦禪詩〈梨花偶成〉，禪修班學員以手語表演〈師父的手〉，表達

對開山祖師惟覺安公老和尚的無盡感恩，大眾在歡喜的氣氛中，共進午宴。

為期八天的梁皇法會，住持法師帶領大眾精進禮懺，收攝六根，淨化三業，回向法界眾生離苦得樂。祈願以佛法明燈，照耀本具自性明珠，同發菩提心，入解脫性海。

## 法會心得

護法會會長／傳昭

精舍連續三年舉行梁皇寶懺大法會，讓我們藉由虔敬禮懺，淨化三業。八天的法會，法師們帶領所有護法居士，盡心盡力，成就殊勝的法筵，真正落實自利利他的菩薩行，更為紛擾的社會注入一股清流，令人感動。

督導／傳芍

禮懺時，感覺自己體力不如以往，更能體會到無常的道理。藉由此次殊勝的法會，禮佛拜懺，發露懺悔，期能罪滅福慧生，進而安住身心，行菩薩

道，直至圓成無上佛菩提。

#### 副會長兼總幹事／傳耀

此次擔任總指揮，體會到要成就一場法會確實不易。每一次的因緣不同，所遇到的境界也不同，讓自己對「靜中養成，動中磨鍊」有更深的認識。三個月的法會籌備期，從布置到撤場，緣起緣滅，因緣剎那消逝，唯有把握當下才是究竟。

#### 副會長／傳凰

「解了冤，懺了罪」，大眾齊建法王城。感恩在菩提道上，遇見大善知識，啟發清淨自性；感恩開山祖師慧命再造之恩。梁皇法會雖已圓滿，但期許這念心香，能不夾雜、不間斷，繼續精進，盡未來際，永不退轉。

#### 副會長／傳質

感恩法師們慈悲帶領，讓大眾有這樣的因緣精進用功，廣積福慧資糧；感恩義工菩薩們發大願心，齊心合力利他自利，圓滿此次梁皇大法會。

#### 副會長／傳熠

若無前前便無後後，八天的法會兼具事與理。在法師們的指導下，大眾通力合作，圓滿法會；更

藉由虔敬禮懺，清淨三業，明知見，識因果，返本還源，深植無漏之因，趣歸未來覺果，履踐「但願眾生得離苦」的悲心願力。

#### 副會長／傳事

「有願就有力！」原本因工作關係，無法全程參與，但自己透過發願克服障礙，最後順利圓滿八天的法會。法會期間，虔誠禮懺，身心都得到淨化，願生生世世常隨佛學，發菩提心，永不退轉。

#### 副會長／傳竺

啟建日，主法法師開示，一般人不斷地在造惡業，而參加梁皇法會，八天都在善法中。因此，非常珍惜拜懺的機會，也非常法喜。感恩住持法師的成就，讓自己有機會修福報，結清淨法緣。

#### 執行祕書／傳際

在師父們帶領下隨文入觀，懺悔往昔所造惡業；也在出坡過程中，覺察到自己的不圓滿，體悟到佛法所說的「靜中養成、動中磨鍊」。為期八天的法會，轉眼功德圓滿，如何把《梁皇寶懺》的精神落實在日常中，是我們接下來重要的功課。

#### 執行祕書／傳思

《梁皇寶懺》是一部修持與生活結合的懺法，讓我們透過懺文，反省自己錯誤的言行，進而發願改過遷善；也像一面明鏡，照見十法界眾生百態，讓我們知因識果，斷惡修善，除滅一切怨懺。



1. 主法法師慈悲與護法居士合影。
2. 大眾專注聆聽主法法師開示法要。
3. 住持法師帶領大眾虔誠佛前獻供。
4. 護法居士和合一心，布置法會現場。



暨護法會法薦超祈福消災願品賢行普經嚴華舍精燈普

## 護法會頒證大典

文／普燈精舍提供

普燈精舍於一百零八年九月二十九日舉辦「華嚴經普賢行願品消災祈福超薦法會暨護法會頒證大典」，護法居士廣邀親友共同參與，近兩百名信眾齊聚一堂，以清淨的身口意虔誠共修，祈願國泰民安、災障蠲除，法界有情咸獲安樂。

大眾在住持法師的帶領下，虔誦《華嚴經·普賢行願品》，隨文入觀，學習普賢菩薩十大願王的精神，以願導行，無有疲厭；並舉行佛前大供、消災、超薦等佛事，冥陽兩利。隨後，舉行護法會頒證大典。在大眾的掌聲與歡呼聲中，護法幹部歡喜地從住持法師手中接下功德聘書，直下承擔護法護教的重任，更發起守護道場、履踐自利利他菩薩行的願心。

大典中，住持法師開示大眾，要團結

和合，譬如一燈燃百千燈，燈燈相傳，光光相照，讓佛法的光明照耀大千，方不辜負開山祖師惟覺安公老和尚為「普燈精舍」命名的期許。同時勉勵大眾，修行「做一分，得一分」，不要小看在道場裡的每一次發心，「水滴雖微，漸盈大器」，把握每一次的因緣，方是真正落實普賢菩薩十大行願。

殊勝的法筵中，大眾發起普賢行願，願入華嚴法界，以法相會；更深心期許，以師志為己志，弘法利生，以萬行因華，莊嚴無上佛果。法會在感恩與法喜中，圓滿落幕。

### 法會心得

護法會會長／傳年

殊勝的法會，感恩住持法師帶領大眾用功，透過誦經，效法善財童子參禮善知識——普賢菩薩，發大願，行大行，契入佛果！修行路上，感恩善知

識的提攜與照顧，更感恩三寶的光明，照亮自己的人生。今年加入五明菩薩學院培訓班，深深體會：修行正是以願導行，進而破除煩惱與障礙，堅定地朝圓滿佛果前進。

#### 總監／傳立

能夠在中台道場聽聞正法、禪修學佛是最有福報的。身為惟覺安公老和尚的弟子，要肩負起護法護教的責任，致力推廣禪修，深化修行。體會到自己日常的作為，就是招生的最好招牌；也體會到「普燈」的意義：心中有光明，自然能消災免難，是故其中最吉祥。

#### 副會長／傳元

惟覺安公老和尚平等度眾，時時心繫眾生的慈悲，正如《華嚴經》云：「諸佛如來以大悲心而為體故，因於眾生，而起大悲；因於大悲，生菩提心；因菩提心，成等正覺。」發願生生世世向佛菩薩學習，行菩薩道，永不退轉。

#### 副會長／傳娟

第一次在禪堂以圓桌用餐，感恩住持法師的慈悲指導，讓轉換場地的過程順利，沒有慌亂，這是平時禪修、靜坐的功德。祈願自己常存恭敬、感恩三寶的心，勤修戒定慧，息滅貪瞋癡，落實菩薩行。

#### 副會長／傳志

承擔法會總指揮，讓自己受益良多。這次建立了很多新的制度，這些都是未來精舍辦法會的典範，是很大的進步。同時體悟到，修行就是要朝著

會、熟、巧、精的目標，持續邁進。

#### 副會長／傳騏

感恩三寶的慈悲，讓我們有因緣成就這場法會。感恩惟覺安公老和尚創建中台世界，讓我們身心有安歇的地方。感恩住持法師的用心領導，讓大家帶著法喜與願心來發心。法會的過程，是修行最好的淬鍊，無論好壞，最後都要銷歸自性。

#### 總幹事／傳韶

深深體會到「萬法唯心造」。在規劃場地使用的過程中，覺察到自己負面的念頭，以及恐懼改變的習氣。於是，學習放下，依教奉行。經過師父的指導及大家的討論，找到可行方案。發現只要大眾和合一心，就能化不可能為可能，心量也因磨鍊而變大！

#### 副總幹事／傳司

此次擔任法務副執事，深深領悟：修行原來是隨順覺性的歷程。師兄們共同落實「敬、慈、和、真」，覺性時時現前，做事自然有組織、有效率，成就法會的當下，就是實踐成佛之道。



1. 住持法師帶領大眾虔誦《華嚴經·普賢行願品》。
2. 護法會頒證大典，住持法師慈悲為大眾開示法要。
3. 住持法師頒發護法會功德聘書，並與護法幹部合影。
4. 花藝組菩薩以巧思及精湛花藝，莊嚴會場。



# 12

# 月 精舍課程及活動快訊

## 【禪修班開課】

- 美國佛寶寺  
12/8 兒童禪修班
- 普光精舍  
11/28 日、夜間初級禪修班
- 普照精舍  
11/15 日、夜間高級禪修班
- 普覺精舍  
11/15 日、夜間初級禪修班  
11/16 菩提親子禪修班
- 普觀精舍  
11/15 日、夜間高級禪修班  
11/18 菩提長青班  
11/30 禪心青少年禪修班
- 普得精舍  
11/19 日間研經 (一) B 禪修班  
11/19 夜間研經 (一) A 禪修班  
11/20 日間高級禪修班  
11/20 夜間中級禪修班  
11/21 日間中級禪修班  
11/21 夜間初級禪修班  
11/22 日間研經 (一) A 禪修班  
11/22 夜間研經 (一) B 禪修班
- 萬里靈泉寺  
12/22 中級、研經禪修班  
12/28 初級、高級禪修班
- 普皇精舍  
11/30 兒童禪修班
- 普善精舍  
12/17 日、夜間初級禪修班  
12/21 兒童禪修班
- 普頓精舍  
11/15 日、夜間研經禪修班  
11/16 親子兒童禪修班
- 普中精舍  
11/15 日、夜間高級禪修班  
11/15 兒童讀經 B 班
- 普耕精舍  
11/18 長青念佛班  
11/19 日、夜間研經禪修班  
11/20 日、夜間高級禪修班  
11/22 日、夜間中級禪修班  
11/30 兒童禪修班
- 普宏精舍  
11/25 長青班
- 普真精舍  
12/19 日間初級禪修班  
12/20 夜間初級禪修班
- 普民精舍  
11/18 日、夜間研經一 (A) 禪修班  
11/19 日、夜間高級禪修班  
11/20 夜間國語長青禪修班  
11/21 日、夜間研經一 (B) 禪修班  
11/22 日、夜間初級禪修班  
11/23 日間台語禪修班

- 11/30、12/14、12/21、12/28  
小太陽親子禪修班  
12/8、12/22  
菩提青少年禪修班

- 普開精舍  
11/23 兒童親子禪修班  
12/23 日間長青班
- 普林精舍  
11/16 親子兒童禪修班
- 普田精舍  
11/15 日間高級禪修班  
11/15 夜間初級禪修班  
11/18 台語長青班  
11/19 夜間高級禪修班
- 普南精舍  
11/27 兒童禪修班
- 普門精舍  
11/16 兒童禪修班

## 【法會活動】

- 美國佛門寺  
12/1、12/8、12/15 一支香  
12/22 ~ 12/29  
慈悲三昧水懺  
歲末祈福大法會
- 美國佛心寺  
12/1、12/8、12/15  
三昧水懺共修  
12/29 新年金剛經祈福法會
- 美國普德精舍  
12/21 ~ 12/28 精進禪七
- 美國佛寶寺  
12/22 精進半日禪修  
12/29 元旦藥師法會
- 美國法寶寺  
11/30 ~ 12/29  
每週六、日一支香
- 澳洲寶林禪寺  
8/25 ~ 12/22  
每週日金剛經共修  
12/8 精進半日禪修  
12/8 恭誦在家菩薩戒  
12/10 佛前大供  
12/26 ~ 12/28  
精進三日禪修
- 日本普東禪寺  
12/7、12/14 金剛經暨  
禮千佛共修法會  
12/22 歲末圍爐活動
- 菲律賓海天禪寺  
12/10、12/26 佛前大供
- 香港普廣精舍  
12/1、12/8、12/15、12/29  
梁皇寶懺共修  
12/22 精進半日禪修
- 泰國泰佛寺  
12/20、12/27  
藥師普佛共修法會
- 義大利華義寺  
12/10、12/26 佛前大供  
12/31 禪修班學員年末圍爐

- 基隆佛教蓮社  
11/30 八十八佛洪名寶懺  
消災祈福法會  
12/22 ~ 12/28 精進佛七
- 普光精舍  
12/29 精進半日禪修
- 普眼精舍  
12/14 精進半日禪修
- 普照精舍  
12/8、12/22 精進半日禪修
- 普覺精舍  
12/8、12/15 精進一日禪修  
12/29 八十八佛洪名寶懺法會
- 普觀精舍  
9/7 ~ 10/9/4/18  
每週六金剛經共修法會  
12/7 恭誦在家菩薩戒
- 普圓精舍  
12/22 大悲懺法會暨  
全年光明燈總回向
- 普得精舍  
12/1 精進半日禪修  
12/22 三昧水懺消災祈福法會
- 普榮精舍  
12/7 精進一日禪修  
12/14、12/21  
妙法蓮華經共修  
12/28 普門品暨  
光明燈啟燈法會
- 普印精舍  
11/30、12/7、12/14  
八十八佛洪名寶懺共修  
12/15 精進半日禪修  
12/22 啟建法華經暨  
千佛洪名寶懺共修法會  
12/28 法華經暨  
千佛洪名寶懺共修  
12/29 歲末圍爐
- 萬里靈泉寺  
12/29 恭誦在家菩薩戒
- 普皇精舍  
11/30 起每週六金剛經共修  
12/29 大悲懺法會
- 普因精舍  
12/7 恭誦在家菩薩戒
- 普正精舍  
12/12 精進半日禪修  
12/28 華嚴經普賢行願品共修  
啟建法會
- 普雨精舍  
12/8 精進一日禪修  
12/22 啟建金剛寶懺法會
- 普新精舍  
11/30 大佛頂首楞嚴經  
圓滿法會  
12/1 恭誦在家菩薩戒
- 普善精舍  
10/5 ~ 10/9/2/8  
每週六金剛經共修  
11/26 佛前大供  
11/30 初級禪修班招生茶會  
12/2 恭誦在家菩薩戒  
12/29 精進半日禪修

- 普燈精舍  
12/22 大乘妙法蓮華經  
消災祈福超薦法會
- 普學禪寺  
12/29 精進半日禪修
- 普頓精舍  
12/1 一支香  
12/6 恭誦在家菩薩戒  
12/22 啟建金剛寶懺法會暨  
年度光明燈總回向
- 普中精舍  
12/15 精進半日禪修
- 普耕精舍  
11/30、12/7、12/14、  
12/21、12/28  
金剛經暨禮千佛共修  
12/22 精進半日禪修  
12/22 恭誦在家菩薩戒
- 普慈精舍  
12/15 精進半日禪修  
12/29 藥師寶懺法會暨  
歲末圍爐
- 普雲精舍  
12/9 恭誦在家菩薩戒  
12/15 精進半日禪修  
12/22 禪修班招生說明會  
12/29 普門品法會
- 普真精舍  
11/30 禪修班招生說明會  
12/22 慈悲三昧水懺法會
- 普民精舍  
12/1 恭誦在家菩薩戒  
12/29 精進一日禪修
- 普安精舍  
11/25、12/2、12/9、12/16、  
12/23、12/30 金剛經暨  
禮千佛共修法會  
12/22 精進半日禪修
- 普梵精舍  
12/7 金剛經共修暨  
孝親報恩法會  
12/21 ~ 12/22  
慈悲三昧水懺法會
- 普豐精舍  
11/26 佛前大供  
12/10、12/26  
佛供暨消災祈福法會  
12/10 ~ 12/13 精進禮懺週  
12/16 恭誦在家菩薩戒  
12/22 大悲懺報恩法會
- 普恩精舍  
11/16 ~ 10/9/2/8  
每週六楞嚴經法會  
12/1 中台一支香  
12/1 恭誦在家菩薩戒
- 普方精舍  
11/30 大悲懺祈福法會  
12/21 ~ 12/22 金剛寶懺法會
- 普天精舍  
12/15 精進半日禪修
- 普彰精舍  
11/26、12/26 孝親報恩暨  
佛前大供法會

- 11/30、12/7、12/14、  
12/21、12/28 金剛經暨  
禮千佛共修法會  
12/1、12/8、12/15  
精進半日禪修  
12/22 中台一支香
- 普林精舍  
11/26、12/10、12/26  
佛前大供暨  
消災祈福法會  
12/7 金剛寶懺暨  
孝親報恩法會  
12/15 中台一日精進禪修  
12/28 金剛經圓滿總回向法會
- 普嘉精舍  
12/15 精進半日禪修  
12/15 恭誦在家菩薩戒  
12/21、12/28、12/29  
地藏法會
- 普佛精舍  
11/30 ~ 12/22  
二十五週年慶暨  
報恩梁皇寶懺大法會
- 普思精舍  
12/21 ~ 12/29 梁皇寶懺法會
- 普惠精舍  
12/22 大悲懺法會
- 普南精舍  
11/30、12/7、12/14、12/21  
金剛經暨八十八佛共修  
12/29 精進半日禪修  
12/29 恭誦在家菩薩戒
- 普同精舍  
12/21 恭誦在家菩薩戒
- 普信精舍  
11/26、12/10、12/26  
佛前大供  
12/2、12/16 恭誦在家菩薩戒  
12/25 初級禪修班招生說明會
- 普上精舍  
12/15 精進半日禪修
- 普禮精舍  
12/7 ~ 12/14  
禮拜三千佛共修  
12/14 恭誦在家菩薩戒  
12/22 梁皇寶懺消災超薦法會
- 普剛精舍  
12/22 精進半日禪修
- 普宜精舍  
12/21 年度供燈總回向法會  
12/21 孝親報恩法會  
12/22 恭誦在家菩薩戒
- 普蓮寺  
9/21 ~ 12/28  
每週六金剛經共修  
12/22 大悲懺法會
- 普台精舍  
12/2 ~ 12/16 三昧水懺共修  
12/21 親善掃街活動  
12/22 精進半日禪修





## 郵政劃撥存款收據 注意事項

- 一、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。
- 二、本收據請妥為保管，以便日後查考。
- 三、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任一郵局辦理。
- 四、個人帳戶本人存款及團體帳戶本人同縣市存款免扣手續費，該交易將不提供劃撥存款影像(檔)。

## 請寄款人注意

- 一、本存款單金額之幣別為新臺幣，每筆存款至少須在十五元以上，倘金額塗改請更換存款單重新填寫；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
  - 二、本存款金額業經電腦影像處理，不得申請撤回。
  - 三、本存款單係供電腦影像處理，請詳填收款帳號、戶名、寄款人姓名、地址、電話及通訊欄事項，請以正楷工整書寫，勿摺疊、黏貼或附寄任何文件，本公司將提供劃撥存款影像(檔)予收款帳戶核帳。
  - 四、他人存款及團體帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣市以外行政區域之存款，按每筆存款金額自帳戶內扣收手續費；個人帳戶本人存款及團體帳戶本人同縣市存款免扣手續費，該交易將不提供劃撥存款影像(檔)。
  - 五、帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，寄款人應更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
  - 六、所託收之票據於運送途中，若發生票據被盜、遺失或滅失時，同意授權由郵局或付款行代理本人比照票據法第 19 條、票據掛失止付處理規範第 14 條規定之意旨，辦理掛失止付及聲請公示催告、除權判決等事宜，並願意於發票人帳戶內足付票面金額時，經取得票款後，其除權判決書由付款行作為沖銷帳款之憑證。
  - 七、「他人」存款且「現金」交易金額達 50 萬元(含)以上，寄款人須出示身分證件；如寄款人為「非個人戶」且「非本公司儲戶」，須另出示相關登記證照，並填具實質受益人聲明書；如委託代辦他人存款者，須另出具委託書及代辦人身分證件。
- 交易代號：0501、0502 現金存款 0503 票據存款 2212 劃撥票據託收  
本聯由儲匯處存查 210 X 110 mm (80 g/m<sup>2</sup>) 保管五年

# 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	普宏精舍	新竹市光華東街31號2樓	TEL (03) 543-0977 FAX (03) 542-2421
萬里靈泉寺	新北市萬里區溪底里瑞泉2之6號	TEL (02) 2492-1631 FAX (02) 2492-4977	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
天祥寶塔禪寺	新北市萬里區雙興里二坪6號之2	TEL (02) 2492-9114 FAX (02) 2492-9132	興山寺	苗栗縣後龍鎮大山里5鄰73之6號	TEL (037) 433-979 FAX (037) 431-066
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	普雲精舍	苗栗縣苗栗市為民街405號	TEL (037) 270-058 FAX (037) 273-260
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	普和精舍	苗栗縣苗栗市中山路608號	TEL (037) 375-975 FAX (037) 372-403
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	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	普安精舍	台中市西區南屯路一段216號	TEL (04) 2378-2175 FAX (04) 2375-4230
普覺精舍	台北市南港區南港路三段270號3樓	TEL (02) 2785-1243 FAX (02) 2651-1535	普梵精舍	台中市北屯區太原路三段335號	TEL (04) 2234-0025 FAX (04) 2234-3765
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	普開精舍	台中市大里區德芳南路478號	TEL (04) 2482-1321 FAX (04) 2482-1331
普觀精舍	台北市內湖區成功路二段174巷43號1樓	TEL (02) 2791-1951 FAX (02) 2791-9560	普豐精舍	台中市豐原區圓環東路675號	TEL (04) 2520-7908 FAX (04) 2520-7925
普圓精舍	台北市中山區民族西路2之3號	TEL (02) 2599-4966 FAX (02) 2599-4955	普思精舍	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	普方精舍	南投縣南投市文昌街50號	TEL (049) 2200-250 FAX (049) 2244-192
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
普印精舍	台北市北投區大業路152號	TEL (02) 2891-9757 FAX (02) 2892-1476	普天精舍	南投縣埔里鎮北環路123號	TEL (049) 2989-820 FAX (049) 2980-431
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	奉天寺	南投縣埔里鎮光遠一街7號	TEL (049) 2996-638 FAX (049) 2903-853
普濟精舍	新北市三重區永福街15號	TEL (02) 2286-8460 FAX (02) 2280-7360	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	彰化縣員林市和平東街一段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	嘉義市西區中興路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
普頓精舍	新北市樹林區武林街3-3號	TEL (02) 8675-1501 FAX (02) 8675-1502	普門精舍	台南市六甲區信義街97號	TEL (06) 698-9389 FAX (06) 698-6711
普中精舍	桃園市中壢區中央西路二段30號6樓	TEL (03) 494-6041 FAX (03) 494-6035	普高精舍	高雄市鹽埕區大勇路11號1樓	TEL (07) 533-5258 FAX (07) 533-5988
普平精舍	桃園市龍潭區公園路58巷30號	TEL (03) 470-5999 FAX (03) 470-5668	普同精舍	高雄市楠梓區德豐街225號	TEL (07) 364-5211 FAX (07) 364-0594
普耕精舍	桃園市桃園區經國路838號6樓	TEL (03) 358-2240 FAX (03) 358-2239	普慶精舍	高雄市鳳山區新生街2號	TEL (07) 745-9958 FAX (07) 745-8858
普親精舍	新竹市學府路445號	TEL (03) 575-0777 FAX (03) 575-0650	普信精舍	高雄市三民區灣復街15號	TEL (07) 387-2162 FAX (07) 387-2379

【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

普上精舍	高雄市小港區民益路60號	TEL (07) 801-9918 FAX (07) 801-9917
普檀精舍	高雄市鼓山區中華一路197號	TEL (07) 550-5510 FAX (07) 550-5509
普剛精舍	高雄市岡山區竹圍東街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
妙光禪寺	屏東縣潮州鎮八爺里曲振路11-2號	TEL (08) 789-9598 FAX (08) 789-5553
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 Chang 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	5800 S. Anderson Rd., OKC, OK 73150, USA	TEL (1) 405-869-0501 FAX (1) 405-869-0503
美國普德精舍 Chang 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	425 Blackberry Ln., Shepherd, TX 77371, USA	TEL (1) 936-365-2451 FAX (1) 936-365-2452
美國佛寶寺 Buddha Jewel Monastery	17418 8th Ave. NE, Shoreline, WA 98155, USA	TEL (1) 206-721-9921
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 22-2 Shinbashi-cho, Kadoma City, Osaka 571-0048, Japan	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 (63) 2-723-6132 FAX (63) 2-722-4400
香港普廣精舍 Pu Guang Meditation Center	香港灣仔謝斐道319-323號帝城大廈地下 G/F., Kingstown Mansion, 319-323 Jaffe Rd., Wanchai, Hong Kong	TEL (852) 2915-6011 FAX (852) 2915-6700
泰國泰佛寺 Great Buddha Monastery	91 Soi Praram 9 Hospital, Rama 9 Rd., Huai Khwang, Bangkok 10320, Thailand	TEL (66) 2641-4119 FAX (66) 2641-4105
義大利華義寺 Hua Yi Si (Monastero Hua Yi)	Via dell'Omo N. 142, 00155 Roma, Italia	TEL (39) 6-22428876 FAX (39) 6-22771028

## 中台禪寺一百零九年度

### 傳授八關齋戒法會

為弘揚世尊度生制戒教化之本願，應諸方善信檀越之祈請，謹訂於民國109年1月1日（星期三）至1月2日（星期四）二天，於本山傳授八關齋戒，恭請中台禪寺住持 上見下燈大和尚為得戒和尚，依波羅提木叉之殊勝功德，令大眾解脫煩惱，咸獲安樂，佛法得以久住世間。

#### 傳戒日期

中華民國109年1月1日至1月2日

#### 報名日期

即日起開始報名，額滿即止，截止日後恕不受理。

#### 報名地點

中台禪寺所屬各精舍

#### 傳戒地點

南投縣埔里鎮一新里中台路2號 中台禪寺

#### 報名辦法

- 報名手續：須詳細填寫報名表乙份，並檢附半年內照片乙張及身分證正反兩面影本乙份，資料不齊或傳真報名者概不受理。
- 受戒資格：正信佛教，身心健康，無不良嗜好，倘若因身體狀況無法受持不非時食戒者，不得報名受戒。
- 費用：免費
- 報到地點：俟通知後，再行報到。

#### 護戒人員

70歲以上、16歲以下及有身孕者，不宜參加；16歲至20歲之間者，須檢附「家長同意書」。

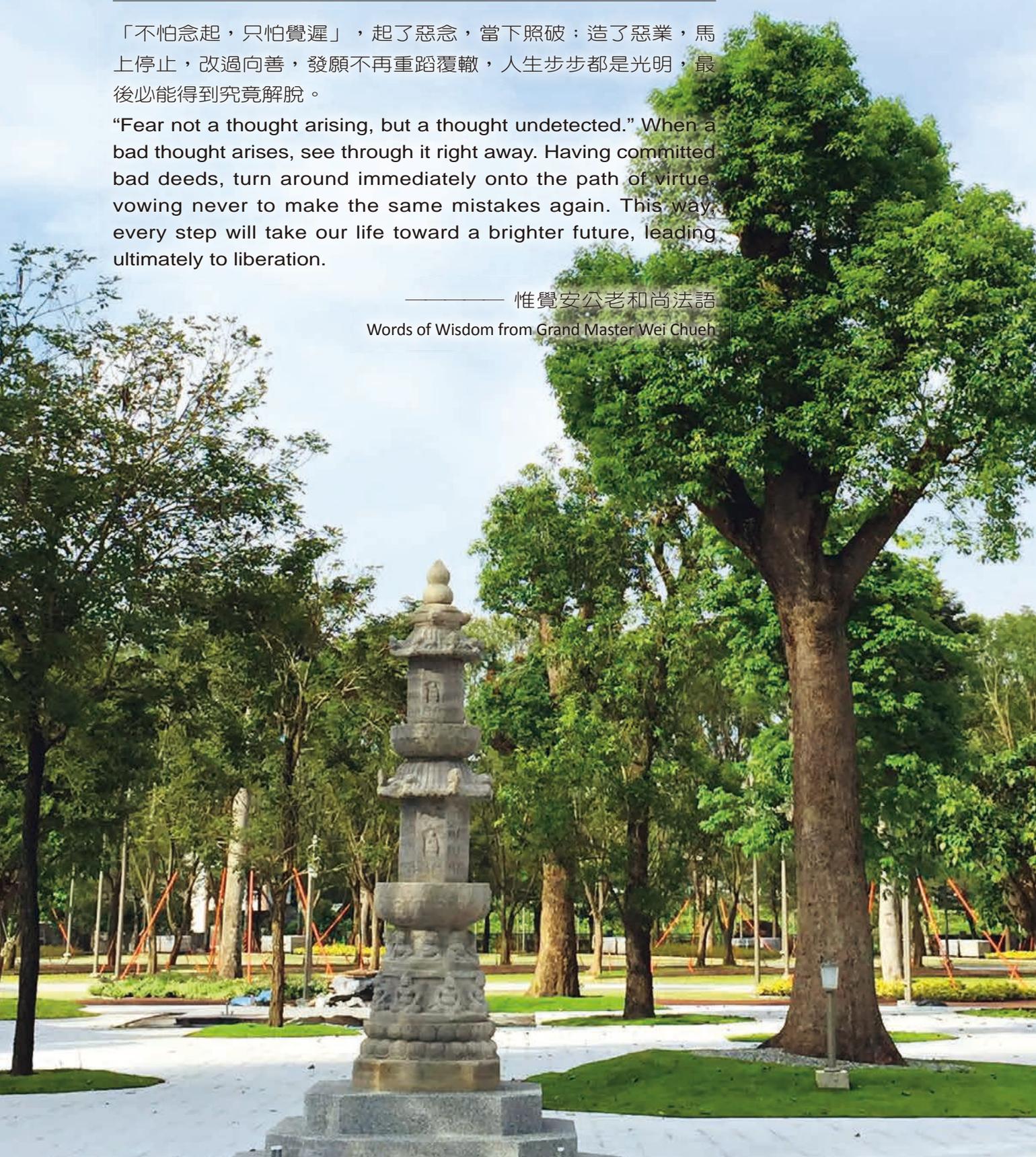
# 甘露法語

## Sweet Dew of the Dharma

「不怕念起，只怕覺遲」，起了惡念，當下照破；造了惡業，馬上停止，改過向善，發願不再重蹈覆轍，人生步步都是光明，最後必能得到究竟解脫。

“Fear not a thought arising, but a thought undetected.” When a bad thought arises, see through it right away. Having committed bad deeds, turn around immediately onto the path of virtue, vowing never to make the same mistakes again. This way, every step will take our life toward a brighter future, leading ultimately to liberation.

—— 惟覺安公老和尚法語  
Words of Wisdom from Grand Master Wei Chueh



滿樹，青黛金褐相間；  
繁花，似星閃耀繖枝極。  
澹然離言說，怡然自如如；  
恆以清淨心，供養一切眾。



## 【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

# 星蘋果

學名：*Chrysophyllum cainito* L.

英文名稱：Star-apple

別稱：金葉樹、牛奶果、金星果

性狀：山欖科，喬木

辨認特徵：

1. 植株高可達 30 公尺，老樹樹皮似鱗狀片，黝黑、斑白，樹冠呈不規則狀。
2. 葉散生，葉表光滑，深綠色；葉背初呈金黃色，後漸成金褐色帶有絹絲光澤；葉全緣，兩端銳尖，近革質。

3. 花冠淺黃綠色，花瓣 5，花瓣狀似星星，柄約 1.5 公分，數朵簇生於當年生葉腋，呈穗狀花序。

4. 漿果卵圓至圓形，徑約 5 公分，初為淡綠色，熟時變紫黑色，果肉白色，富含水分，內有種子 4～6 粒。

原產地：熱帶美洲，西印度群島

用途：庭園樹、果肉可食用或製冰淇淋

位置：中台禪寺庭園

米徑：106 公分