



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／545004 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

255

2021年 · 4月號

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

[本期主題] 正見 常生智慧

- [中台廣傳] 書香結緣 助學公益行
- [正法眼藏] 慈悲觀【五】——四無量心（三）
- [禪門探微] 北宗神秀禪師
- [佛教藝術] 博物覓真心——從一尊館藏東魏武定年造像說起
- [普台教育] 一百零九學年度普台國小開學典禮暨普台高中繁星成果
- [拈花筆記] 《禪七開示2》讀後心得

普台教育

優質全人教育的典範

12年一貫校本課程，為國家培育未來「贏」戰國際的人才！

- 品格教育—靜心、國學、書法課程、志工服務
- 五語教學—英、日、法、西、德語情境式學習、海外遊學營隊
- 跨領域素養—走讀課程、智高創意課程、田園課程、科學研究
- 住宿生活—培養獨立自主與互助合群精神

• 110 學年度第一學期招生訊息

普台國小

110 學年度小一新生招生中
歡迎填寫報名表



普台國小（小二～小六轉學生學習營）

日期：110.7.11（日）14:00~7.23（五）12:30

普台高中（國一～國三試讀營）

日期：110.7.25（日）15:00~8.1（日）12:00



國小外語課程



國小mBot創意機器人課程



走讀課程—金門



高中部科學營



2020 學生年度音樂會

歡迎蒞臨參訪

普台高中暨附設國中部

(049) 2932-899#11533 南投縣埔里鎮中台路 5 號



普台國小

(049) 2930-199#1330 南投縣埔里鎮中台路 3 號



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



06

【正法眼藏】

慈悲觀【五】
——四無量心（三）

惟覺安公老和尚開示



16

【本期主題】

正見 常生智慧

編輯部



52

【普台教育】

一百零九學年度普台國小開學典禮暨
普台高中繁星成果

編輯部

04	【中台廣傳】	書香結緣 助學公益行	編輯部
17	【本期主題】	正見為導 行菩提道	惟覺安公老和尚開示
20	【本期主題】	方向 / 速度	星慧法師
22	【本期主題】	在暗夜中點燃一盞心燈	見禱法師
24	【本期主題】	改邪歸正離苦輪	星清法師
25	【本期主題】	從迷信到正信	傳門
26	【本期主題】	正見 明照菩提路	傳容
28	【本期主題】	智慧觀照 圓滿人生	法實
30	【本期主題】	正念的鐘聲	傳寧
32	【本期主題】	因上努力 果上隨緣	法旭
33	【本期主題】	戒如明燈	傳湛

34	【禪門探微】	北宗神秀禪師	編輯部
37	【生活啓示錄】	生鏽的迴紋針	見樓法師
38	【佛典故事】	女人求願經	編輯部
41	【健康素食】	粉皮海苔捲	普嘉精舍提供
42	【佛教藝術】	博物覓真心——從一尊館藏東魏武定年造像說起	見排法師
46	【佛學院園地】	覺心觀照	中台佛教學院
48	【植物采風集】	能源植物明日之星——黃連木	傳琛
55	【拈花筆記】	《禪七開示2》讀後心得	編輯部
56	【拈花筆記】	如說修行真報恩	星敏法師
58	【拈花筆記】	找到修行路頭	星知法師
60	【拈花筆記】	迷途知返	傳嚴

編輯手札

中台禪寺四眾弟子追隨開山祖師惟覺安公老和尚「無緣大慈，同體大悲」之弘願，二十五年來持續致力賑災、救援、濟貧及教育贊助等各項關懷社會、回饋社會的公益活動，如長期捐助「愛的書庫」、國立暨南國際大學清寒獎助學金，造福學子、培育人才。希望透過關懷社會的公益行動拋磚引玉，以佛法慈悲光明，帶動人心向善，一同締造祥和安樂的社會。

普台展現十二年一貫優質的辦學成果！普台國小於二月二十四日舉行一百零九學年度第二學期開學典禮、「第四屆國學經典大會考」狀元及新生探花頒贈儀式，學習成果豐碩。大學繁星推薦，普台高中學子七度榮登南投狀元！並囊括台、清、交、政、成等國立頂尖學府，超過七成錄取率！依循創辦人惟覺安公老和尚「三學一體」的教育理念，普台為學子鍊鑄厚實學養、打造國際移動力，在世界舞台上，散發閃耀光芒！

古德云：「只貴汝知見，不貴汝行履。」佛法中，正見能作攝導，好比明燈光明照物，指引行者邁向正確的方向。本期主題「正見，常生智慧」，與您分享以正知正見起智慧觀照，依佛法落實修行，在正確的道路中，精進努力，直趨涅槃寶所。



書香結緣 助學公益行

文／編輯部

中台禪寺四眾弟子追隨開山祖師惟覺安公老和尚「無緣大慈，同體大悲」之弘願，持續投入各項慈善公益活動，其中包含長期捐助台灣閱讀文化基金會設置「愛的書庫」；捐贈國立暨南國際大學清寒獎助學金，幫助學子專心學習，期能為國家培育人才、為社會帶來溫暖與光明。

分享閱讀 書香滿人間

台灣閱讀文化基金會推動書籍閱讀，由政府教育單位與民間攜手合作，於全台灣中小設置「愛的書庫」，將閱讀資源完善分配到有需求的地區。全台灣現在已有三百三十幾座書庫，書籍由教授與中小學

老師推薦、審核，供各國中小借用，達到資源循環分享、有效運用，獲得學生熱烈的回響。

中台禪寺自一〇〇年以來持續捐款資助「愛的書庫」，迄至一一〇年累計捐資達三百六十萬元。閱讀是教育的基礎，能夠自主閱讀，學子就有激發學習動能、翻轉人生的機會。「愛的書庫」據點的設置，有效縮短書籍流動的時間與空間距離，提供學子更豐沛的閱讀資源。

一〇九年十二月二十四日上午，基金會張副執行長一行二人，來寺致贈感謝狀，對本寺長期支持促進資源分享、造福學子，表示感謝。常務副住持見尊法師表



1. 常務副住持見尊法師代表本寺致贈結緣品與台灣閱讀文化基金會張副執行長。
2. 本寺一〇九年度捐助「愛的書庫」款項，台灣閱讀文化基金會及各受惠縣市政府感謝狀。
3. 國立暨南國際大學致贈本寺「感謝中台禪寺——嘉惠學子深表謝忱」水晶模型。

示，「愛的書庫」凝聚社會各界的善心，推動閱讀，幫助學子啟發學習興趣、提升智慧、建立良善品德、開拓視野與心胸。中台禪寺長期支持「愛的書庫」，與眾多學子結緣——書香滿人間，有助於家庭和諧、社會安定，促進學校教育的成果。

慈悲喜捨 廣栽慈善苗

本寺自一〇三年開始，每年持續捐贈國立暨南國際大學清寒獎助學金二十萬元，迄今七年累計捐助一百四十萬元。一一〇年一月二十日下午，該校沈學務長一行二人，特地前來對本寺長期捐款資助該校清寒獎助學金，幫助許多學子減輕經濟負擔、得以專心學習，為國家培育人才、促進社會發展，代表校方表達感謝之意。

同時，沈學務長一行也送來一〇九學年度第一學期十位受惠學子的感謝信，表達他們對本寺由衷感謝的心聲。信中，同學寫道「將來會更專注於學業、更加努力，竭盡所能盡好本分，希望有能力幫助更多的人。」也有人提到「獎學金的鼓勵，讓自己在學習的路上順利前進、積極向上的態度更加堅定。感恩的心由此種下種子，待發芽成長能回饋母校、社會。」還有同學表示「會好好地努力、專心學習，

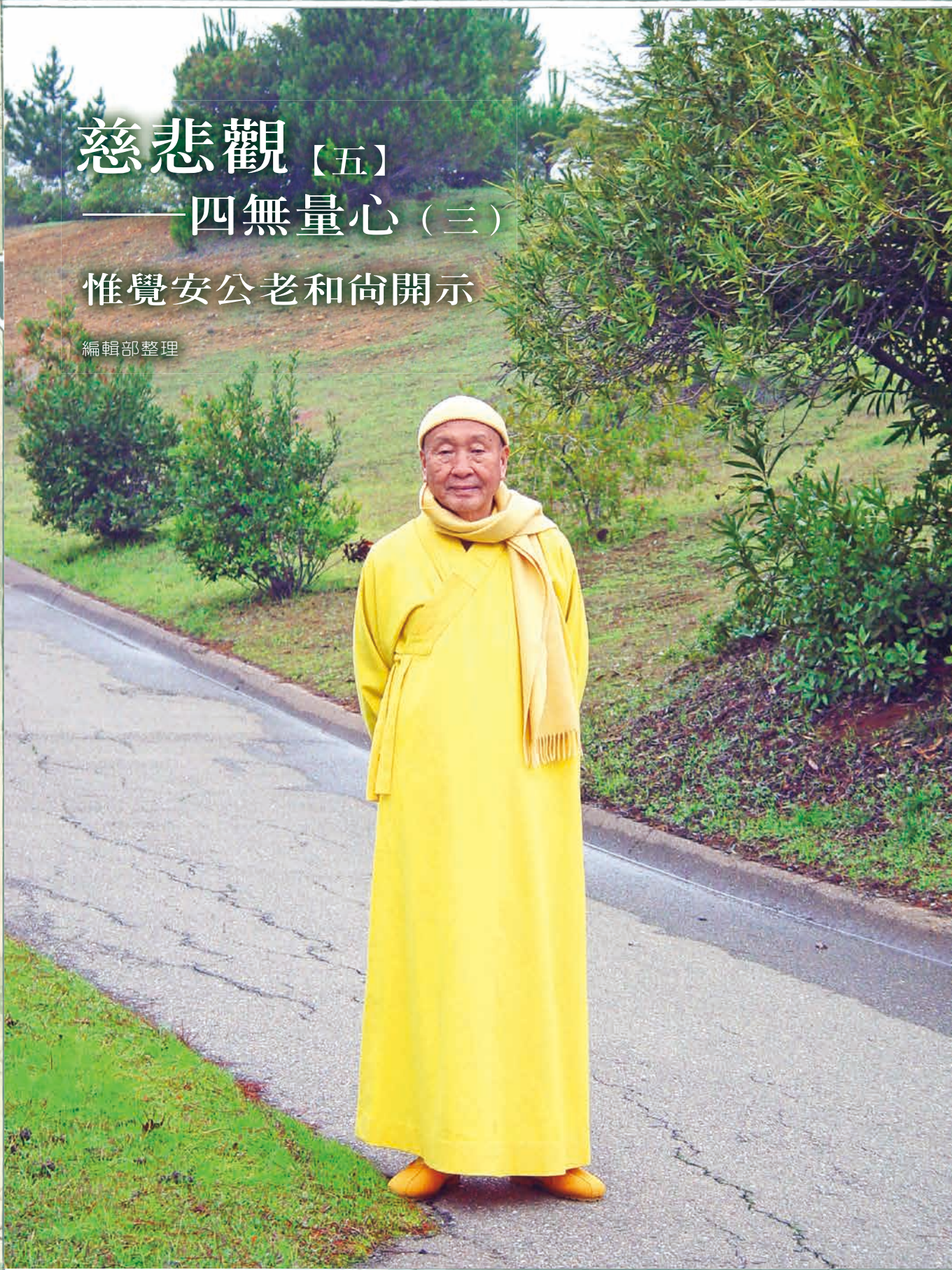
將來也要回饋社會，讓這份善意源源不絕。」……

除長期捐助「愛的書庫」、國立暨南國際大學清寒獎助學金，中台禪寺從過去到現在持續致力賑災、救援、濟貧及教育贊助等各項關懷、回饋社會的公益活動，如：九二一大地震、SARS 期間的災難救助，莫拉克颱風、南亞海嘯賑災，乃至捐贈救護車、山難搜救裝備、清寒獎助學金，以及圖書巡迴專車……，歷年來關懷社會的公益行，踐履菩薩慈悲喜捨的精神，希望能拋磚引玉，帶動更多善心人士共同關懷社會，以佛法慈悲光明，締造祥和安樂的世界。

慈悲觀【五】 ——四無量心（三）

惟覺安公老和尚開示

編輯部整理



我們對於四無量心這個觀行法門，已經有初步了解，現在進一步將四無量心的觀法說明清楚。

四無量心如果依概念來修，就是依著思惟的步驟，思惟什麼是親、冤、中間人？上親、中親、下親、上冤、中冤、下冤、乃至中間人，各包含哪些？以這樣的概念來思惟即可，不須特別設定一個對象來起觀。以「上親」為例，上親包含過去、現在生生世世的父母師長，師長又包含世間、出世間的師長……修觀時思惟，希望把自己的功德利益上親，對於這些上親，要如何修慈？修悲？……過程中不須把自己的父親、母親、或其他上親的形象想到面前，這就是用概念來思惟。

緣慮淨法 除執得脫

佛法當中一個是思惟、一個是不思惟；有思、有念是方便，無思、無念、心能作主，就是究竟。佛法講的思惟修，就是專注緣慮；「緣」就是把這念心安住在一個定點、一個境界上，「慮」就是思惟；這就是方便。譬如想一個茶杯，它是什麼形相？又如想一個香爐，它放在什麼地方？是什麼顏色？什麼形相？它的材質是瑪瑙、玉石、或是銅？……這樣來想念，就是思惟、緣慮。

隨著所修的法門不同，這念心安住、想念的境界就有所不同。《楞嚴經》裡講「二十五圓通」，都是把心安住在一個境界上，安住在地大、安住在水大、

安住在火大、安住在風大、安住在空大、安住在根大、安住在識大……就能修得相應的果報。這念心安住在境界上、安住在法上，就是緣慮、思惟。由於修這些法門都是想念一個境界出來，所以稱為「假想觀」。有想、有念，就是方便；透過這些方便，修定成就，進一步不執著方便，就能達到究竟。什麼是究竟？契悟心性、覺性才是究竟。心性、覺性是本具的、不生不滅，大眾聽法的這念心，真空、妙有，如如不動、清清楚楚，這些都不是想出來的，是本具的！依著本具的心性起修，就是依心起修、依性起修，就能頓悟自心、直了成佛，這是最究竟的法門。《六祖壇經》、《金剛經》、《圓覺經》等大乘經典，都是講這些道理。

我們修四無量心是方便，這個方便能夠啟發我們的大慈悲心，破除我們對親冤憎愛的執著。眾生心當中有冤親、情愛、取捨，就成了生死凡夫；如果能把對親冤的執著轉化成平等心，心中沒有掛礙，心量就廣大！要想達到這個境界，就要有方便。我們修七周緣慈、四無量心，都是在破除親冤情愛的執著；修觀時，所思惟的法都是清淨法，清淨，能使心念得到解脫，這就是一個方便，是這個道理。如果是「不假方便」，就要依心起修、依性起修；例如修中道實相觀，「觀」就是注意，但有能注意的這個心，還是一個方便；等到完全沒有妄想、昏沉了，能注意、能觀的這個心

也要放下，也沒有所觀的境界現前，達到一個絕對的境界，只有這一念絕對的智慧心，這就是究竟。

修行是自己的事情，大眾要了解。例如有些人沒有來聽講課，如果是爲了常住的事，這是不得已，同時也是修福報；但如果是因爲起煩惱、生悶氣而不來聽講課，這樣就是自己害了自己，對自己一點好處都沒有。師父只是給大眾一個平等的機會修行，這個因緣，自己要去珍惜、要去愛惜；否則對不起自己這一生來出家的心願。希望每個人都要專心聽法，在聽法的時候，要把一切雜

念、妄念、所有一切事情統統放下；假使做不到放下，始終牽腸掛肚，人坐在這裡，心已經跑到外面去了，這樣聽法有什麼用？所以在講堂裡面，就是要眼到、耳到、手到、心到，什麼都要到，只有專注的這念心，什麼事情都不要管，等之後再說。聽法的這個心，人在哪裡、心在哪裡，這個就是禪！大眾要了解，佛法講的就是心法；能做到契悟這念心，就能得解脫；做不到，就始終要流浪生死。



觀行入理 轉識成智

觀行的觀法很多，這次所講的慈悲觀包含七周緣慈、四無量心，這兩種觀法屬於思惟修，修法很簡單，相信大眾一聽很快就能了悟。修觀就是要轉我們八識田中的種子。四無量心有兩種修法，一種是依概念來修。另一種是專注所觀的境界，從一人至十人、百人、千人、乃至三千大千世界一切眾生，這樣來修觀；修觀時，可以先從想念一個親人開始來修；這個親人實在使自己牽腸掛肚，怎麼樣也無法放下，時時刻刻都在心中想念，乃至作夢都夢到他，這就是八識

種子起現行的作用。我們心中的妄想是種子現行而生，無論是親、是冤，這些想念都是八識田中的種子現行出來，如果我們不知道轉，就是生死的根本！即便是我們的親冤造了惡業、墮落到鬼道，由於感通而夢見對方，也是因為他與我們有緣，才會跟我們的心念發生感通；這個緣就是因心念而起，因為我們的頻道和他的頻道相應，所以才會夢到。

如果我們的頻道是正念、正定、慈悲喜捨，現在就是菩薩法界；我們這念心、這個心境，就與菩薩法界的心境相感應、而不是與冤親的心相感應，這就是「理」。

明白這些道理，在理上去安住，安住在平等法界、真如法界，安住在菩提心，清清楚楚、明明白白、如如不動，心與理相應，就屬於聖位，就稱為「入理聖人」。假使一下子沒有辦法安住在這裡，就要修一些方便。

佛性雖然本具，但是我們這念心從無始以來始終無法安住，乃至今生也是如此，在還沒出家前，也沒有去認識這些道理，心沒有安住在本具的覺性上，不了解什麼是平等法界、什麼是佛法；所了解的都是名利財色、功名利祿、是非人我、冤親、憎愛、取捨……這些種子充滿在我們的八識田中、根深蒂固！我們把這些當作是真實，人生就活在這些虛妄的假相上，因此稱為「眾生」。

現在明白了，原來這些都是種子現行、這些都是垃圾，若不把它轉過來，不但是未來生死的根本，現在就是生死的根本！現在雖然對這個道理了解、契悟了，但心中還是有是非、人我、名利、嫉妒、瞋恚、煩惱、憂愁……要怎麼辦呢？就必須修方便法門，把這些種子轉化，例如念佛、念法、念僧、念戒、念施、念死、念天……念就是想念；我們現在修七周緣慈、修四無量心，就是在念法，這念心專門緣慮在慈悲之理上、養成慈悲心。

慈悲心的養成，第一是不殺生：我們現在持不殺生戒，就是一個慈悲心。第二是要救生：不殺生是消極的、屬於自利；救生屬於積極的作為，見義勇為



去救生就是利他。第三是吃素：我們現在吃素，就是在養成慈悲心。一切眾生都有佛性，這個覺性、靈性每個人都有，乃至一切動物也有，基於佛性平等，所以我們不吃肉。這個觀念大家一定要知道。

不殺生、救生、吃素，這些都是養成大慈悲心的方法。如果不養成慈悲心，我們無始以來的瞋心就沒辦法轉過來，所以必須修慈心，這是很重要的觀念。進一步要了解，不殺生、救生、吃素，是在事上實踐慈悲心的作為，屬於粗的法門，粗的法門只能破除粗的煩惱；要破除更微細的煩惱，就要修觀行，透過思惟來轉化、破除。因此，我們不但要做到不殺生、救生、吃素，更進一步還要修觀行，把瞋心從心中根根底底轉化，這樣配合起來，一定能把我們無始以來的瞋恚心轉過來。

凡夫會造罪，就是從這念心而起，所謂「一念瞋心起，百萬障門開」，有了瞋心，就造作種種惡業。過去到現在這個迷惑的心產生出瞋心、殺生的心；因為有瞋心，所以就殺生、吃眾生肉……。這個瞋心是從我們心當中生起，所以這些惡業也是由心所造；現在要轉，就要從這念心來轉，運用第六識、第七識起觀行，從根本上來轉，把我們八識田中這些種子轉化，這就是一個方便。運用慈悲觀為方便，就能破除我們過去的執著、瞋恚；慈悲心成就了，我們的瞋心統統都轉過來、變成了慈悲

心，這就稱為「轉識成智」；所以轉識成智要靠觀行、定慧，要靠禪定、三昧。

方便不執 契於究竟

七周緣慈、四無量心，都是觀行法門，目的是在轉化瞋心、長養慈悲心。無論小乘、大乘，都修慈悲心。小乘修慈悲心，目的是自利、是為了增長福德，因為有了福德，就能很快證得涅槃的境界；大乘修慈悲心，除了增進自己的福德以外，最重要的目的是普度眾生，這樣既是自利、又能利他。

我們知道這些道理以後，這念心就要安住在理上。理有深淺，修慈悲觀，這念心安住在慈悲心上就是一種理；慈悲觀修成就了，最後連慈悲觀也不執著，安住在中道實相、菩提、涅槃、定慧不二的這念心上，這就是最高的理、就是真正的道。

慈悲觀是方便道，安住中道實相是真正究竟解脫的菩提道；慈悲觀屬於思惟，這是有為法；安住中道實相，無思無慮、無言無說、無念無想，就是無為法、寂滅法。無論有為、無為，都不離我們這一念心。有為是心的作用，無為是心的體性；作用不能離開體性，有為不能離開無為，而無為也不妨礙有為。假使認為這



念心完全是有爲、或完全是無爲，就是執著兩邊。明白這個道理，依體起用、攝用歸體，體用無二、定慧等持，契入無上菩提妙明真心，就是最高的境界。無論修任何一個法門，最後統統都要歸到中道實相、菩提妙明真心、一真法界，這才是究竟了義。

我們知道了究竟了義，也不能因此排斥、小看方便法門，因為方便是一個入門的方法，有了方便，很快就能契入究竟。《楞嚴經》云：「初心不能入，云何獲圓通？」初心，就是我們初初發心修行、想要證無上道的這一念心。想

要證到無上菩提，總是需要契入的管道；管道有很多，慈悲觀就是一個方便管道。我們先修七周緣慈，就入了這個管道；接著修四無量心，就進一步入了大乘的管道。雖然入了道，但有能、有所還是屬於方便，所以最後要歸於無能無所、不出不入，才是究竟。

修慈悲觀，目的是解脫心中的執著，過去認為親就是親、冤就是冤，這個觀念始終是根深蒂固，不能釋懷；現在用慈悲心把它化掉，化成無緣大慈、同體大悲、冤親平等，最後歸於無憎無愛。修四無量心，無論是用概念來思惟，或



是專注觀想一個對象，最後都是無二路，都要歸到菩提心——這念心清清楚楚、了了分明，沒有取捨、沒有憎愛、沒有是非、沒有言說，一念不生，站得住、站得長，這就是萬法歸宗。我們要知道這個理，思路、理路一定要清楚；知道這個理路，就不會走遠路、更不會走錯路；假使思路、理路不清楚，就不容易得到三昧、證到無上菩提妙明真心。

正信專一 明乎正理

修四無量心，一種是用概念來思

惟，只要起一個概念、想到自己的父母師長、冤親就好了，也不要再去分別。第二種是將自己的父母、兄弟，或平時最掛礙的親人想出來，心中覺得這個親人實在對自己很好、對自己有恩，就把這個親人觀想到面前來修四無量心。修觀時要有信心，信心要達到百分之百、沒有絲毫懷疑才可以；假使心中懷疑這樣思惟有沒有效果？信心就沒有了！大家要了解，修行就是靠信心，我們的信，不是邪信、迷信，而是正信，是智慧的信心、清淨的信心；一切法都是從信心、專注產生出來的。能夠專注，修



什麼法門都有感應，就能得到解脫、成就三昧；如果不專注，修什麼法門都沒有感應，這是實實在在的。

在觀想過程中，心要清楚明白、要專注，要知道這是假想觀；假使把親人觀想出來以後，過去情愛的種子又現前，自己心生掛礙，乃至哭哭啼啼、一把鼻涕、一把淚，這樣一來，心反而得不到寧靜、得不到平靜。就像有些人誦經、持咒、念佛、聽法……心中是慈悲、知恩、感恩、報恩心，過程中忽然傷心掉淚，這個心境稱為「善根發現」。這不是壞事情，這是因為過去修了這個觀行、

聽了這個法，或者做了這件功德，乃至於對梵唄、對經、對戒很深入，過去這個心境現前，與現在這念心相應，所以心生感動。例如今生在聽戒的時候，忽然過去聽戒、持戒的這個心現前了，現在這念心與過去這念心相應，於是就感動、歡喜得不得了，乃至於或笑、或哭，這就稱為「善根發現」。

善根發現，經過一次、兩次、最多不能超過三次，自己馬上要起覺照，提醒自己：「雖然善根發現是好事，卻使這個心得不到平靜、得不到寧靜！」馬上就把這個又歡喜、又悲傷的心境轉過來，安住在正念、正定；如

果轉不過來，就要誦《心經》。誦經也要用智慧的方法，能誦的這念心要清清楚楚，所誦的經要了了分明；能誦的心不可得，所誦的經也了不可得；能誦的這念心雖然了不可得，又能處處作主，所誦的經雖然了不可得，又是句句分明、字字分明；這念心又是真空、又是妙有。我們平時就要有這種觀念、有這種理，這就稱為「正理」，這就是正知正見、般若智慧、心性的道理。現在藉著講觀行的因緣，也把這些道理提示大眾。

依根解結 離於法愛

專注觀想一個親人來修，無論是想念自己的父母、兄弟姊妹、夫妻、或其他對象都可以；但是要把一個原則，要了解這是依根解結的法門，這個法門修成就了，產生感應，神通妙用就出來了。雖然有了感應神通，也不要執著，因為修觀的目的是在解冤釋結，所以最後要歸於正念、歸於無念。知道了這些道理，修觀過程中有了感應，不要恐懼、也不要故意排斥；它來給它來、它去給它去，始終是看到等於沒有看到、聽到等於沒有聽到，繼續用功、安住正念，這就是善境界、善思惟、善護念，這就是運用法在護念。思惟佛，就是佛在護念這一念心；例如思惟四無量心，諸佛菩薩也是這樣思惟、成就四無量心，因此能感通諸佛菩薩的心。思惟這個法、感通這個法，就是法在護念自己；最後我們法也不思惟，安住在正念、正定，



清清楚楚明明白白，就是自己護念自己，這就是如來的智慧。

修觀時，先從觀想一個人開始，觀想成就了，睜眼、閉眼都能看見這個人，全身都能看得清清楚楚、明明白白。再由一個觀想成兩個，兩個到四個，到百個、千個，乃至三千大千世界一切眾生都能看得清楚明白。我們過去認為自己的心量很小，就只有這麼一點點；現在運用這個道理把心量擴大，由「點」到「線」，由「線」到「面」，這個心就是「心包太虛，量周沙界」，如此就能破除執著。這念心有體、有用，修觀是心之用，觀行修成就了，又要把這個心收回來、回歸心之體，這個心沒有大小、取捨、冤親、憎愛，如如不動、了了常知，就歸於實相。

藉由四無量心來解冤釋結、依根解結，這是方便。過去都是情愛執著，六根對六塵，產生六識、十二入、十八界這個結；現在要解結，還是要依著六根、六塵、十二入、十八界來修，把這個慈悲心擴大到十八界，看到每個人都能得到自己的慈心功德，都能得到禪悅為食、法喜充滿；每個人都很歡喜、很快樂、很平靜，這個心就平等了，這就是慈心觀。這個觀行修好了，就能得到定、得到三昧；真正修成就了，就能降龍伏虎。為什麼能降龍伏虎？因為具足慈悲心、沒有瞋心，心量廣大、心念專注，就能產生出種種不可思議的感應，這種感應是由於這念心專注、破除瞋恚

所產生，所以也不要執著感應，有等於沒有，心中不要歡喜、也不要恐懼。明白這些道理，心愈來愈定、愈來愈靜，真正達到三昧現前，這念心始終湛然不動，就能真正了生死、證菩提、證涅槃，真正是「一得永得」，修觀的最終目的是在這裡，這才是究竟。

初初修觀，假使無法觀成，也不要急，就是慢慢憶念；這當中最重要，就是不要產生「法愛」；觀想成功、有了感應、神通，就心生歡喜，乃至心生執著，這就是法愛。觀行只是一個方便，真正修成就、三昧現前，就入定了，隨著定愈來愈深，就有大定力、大感應、大神通，但這些都不能執著，有等於沒有。

總結

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。」諸佛菩薩是以慈悲心為體，因慈悲心而生菩提心，因菩提心而成正覺，目的還是在成正覺。


我們修行，除了要有智慧，還要有慈悲，慈心廣大，才能使佛法久住。七周緣慈、四無量心，都是慈悲觀。這一堂課跟大眾提示四無量心的修法，一種





是概念的修法；一種是專注的修法，專注觀想，由一個人到兩個人……百人、千人，乃至於三千大千世界的人，由點到線到面這樣來修。

過去我們心中都是情愛，都是取捨、憎愛，現在透過修四無量心，把八識田中的種子統統解掉、轉過來了，就是依根解結；依根解結後，進一步，連解脫之相也要遠離，為什麼？因為菩提妙明真心是無言無說，什麼相都沒有，沒有出家相、在家相，沒有年輕相、老相，也沒有貧窮相、富貴相……所有一切相都不存在，這念心是無相！所以最後要

安住在平等、清淨、不動的這一念無為心，這就是正理、正道。明白這個道理，就知道前面修觀是方便，後面契入實相是究竟；把這個方便修成功了，我們的瞋心自然而然就沒有了；最後連慈悲心也不執著，安住在中道實相、菩提、涅槃上，安住在定慧不二這念心上，就是真正究竟解脫的菩提道。四無量心講到這裡為止！（全文完）

本期主題

正見 常生智慧

經云：「正見世間燈，如實不顛倒，
無量無數劫，積德故見佛。」

正見如智慧燈明，照破無明黑暗，依於正見，
心恆不顛倒，修學佛慧故，到諸法彼岸。



正見爲導 行菩提道

惟覺安公老和尚開示

編輯部整理

雖然這念心是本具，但裡面有很多煩惱、垃圾，要靠自己覺察、覺照，把心中的煩惱、垃圾化掉，化腐朽為神奇，才能轉識成智，這就是正知正見。

我們這一生修行，要建立正知正見，這是最重要的。社會上信仰宗教的人很多，也有不少人學佛、修行，可是成道的人卻不多，爲什麼？就是知見的問題。禪宗祖師說：「只貴汝知見，不貴汝行履。」行履就是行爲；假使知見錯了，所有的行爲就統統偏差了，不管再怎麼用功，最後還是到惡道、到黑暗的地方去受苦難，所以我們的知見一定要正。

從過去到現在，世間有很多似是而非的道理，如果自己不了解正法、沒有堅定的正念，就會受影響。我們學佛，最重要的就是知見，所以一定要聽經聞法、禪修。大眾護持道場、出錢出力，這是修福報；聽經聞法，是開智慧；修行一定要福慧雙修，才能成就菩提大道。

正信正見 覺悟爲本

我們在日常生活中有很多煩惱，這些煩惱會使我們的思想、知見偏差，甚至退失菩提心；有了正知正見，就能禁得起考

驗、磨鍊，不會退失菩提心。

什麼是正知正見？我們每個人都有這一念覺悟的心；這念心覺悟了，就是菩薩；沒有覺悟，就是在迷的眾生；如果起了邪見、毀謗正法，就成了魔，不但自己墮落，而且說出有毒的知見，也會使別人中毒。例如有些人說：「不要去學禪，禪宗打坐會走火入魔。」不但外道這麼講，就連佛教裡也有人這麼講，這樣的觀念就錯誤了。我們禪宗打坐絕對不會走火入魔！爲什麼？因爲我們打坐時不執取任何一個境界：看到好的境界來了，這個心不歡喜；看到壞的境界來了，心當中也不煩惱；「凡所有相，皆是虛妄」，只有這一念智慧心、菩提心、如如不動的心，這才是真正的自己；所以要淨化自己、提升自己、明白自己。

《六祖壇經》云：「佛法在世間，不離世間覺，離世覓菩提，恰如求兔角。」每一尊佛都是在人間成佛；要修菩薩道，也是在人間來修；無論大乘、小乘，都是

以人為根本。所以佛法是以人為根本，人是以心為根本，心是以覺悟為根本，這三者是相關聯的。世間一般人，各自有自己的生活、生存、生命，可是沒有覺悟，所以始終都在憂悲苦惱、生老病死當中；我們就是因為覺悟了，所以才來修行。所謂覺悟，就是覺悟人人都有佛性；對於佛性，我們要清楚知道，不能迷糊、含糊。契悟這個佛性、覺性，就是悟道了；悟了道不是就了了，進一步還要悟後起修、保養聖胎，也就是保養這念覺性；保養成功了，才有成道的機會、成道的希望。對於這些道理，我們都要清楚、不能含糊。

息妄顯真 心寶自現

佛經云：「佛法無人說，雖慧莫能了。」佛法如果沒有人講，自己雖然有智慧、乃至拿到好幾個博士，還是不能明白佛法的真義，所謂隔行如隔山，大家要了解。「譬如闇中寶，無燈不可見。」就像我們的寶貝藏在深山裡、藏在暗處，如果沒有燈，就看不見這個寶、也不知道去開採。我們的寶山在哪裡？就在我們心當中。所謂「佛在靈山莫遠求，靈山只在汝心頭，人人有個靈山塔，好向靈山塔下修。」每個人心中都有一座寶山，要靠修戒、修定、修慧，慚愧、懺悔，才能開發這座寶山，才有機會入寶山挖寶，進而得到真實的受用。

我們這念心具足無量的功德、無量的智慧、無量的福報；雖然如此，心當中如果有煩惱、妄想，就像一潭渾水一樣，

所以要藉由打坐來澄清當下這念心，把煩惱、妄想沉澱下來。其次，凡夫心當中也有很多波浪，這些波浪是由外面色、聲、香、味、觸、法六塵境界所引起的；所以我們聽經、打坐時要萬緣放下，不要想過去、不要想現在、不要想未來，只有當下這一念心，在這裡來用功，就能止息心中的波浪、見到自己的本來面目，這就是真理！

大眾要在這念心上來承擔！一般人不知道這個道理；乃至有些人即使信仰佛教，還是不敢承擔。假使不敢承擔，只是在外面摸索，始終都是走遠路。

這一念覺悟的心，每個人都有；我們知道檢討反省、改過向善的這念心，就是覺悟的心。《六祖壇經》云：「離道別覓道，終身不見道，波波度一生，到頭還自懊。」假使離開這一念覺悟的心、這個良知良能，只是到外面四處求神問卜、找師父，以為只要這位師父給我摩個頂，我就開悟了、就能得到神通，這是不可能的事情！如果可能的話，釋迦牟尼佛、十方諸佛有無量的三昧、無量的智慧、無量的神通，只要佛給大家摩個頂，世界上的人不就統統成佛、成道了？這樣一想，就了解事實並非如此；要成佛、成道，還是要靠我們自己修。

自修自行 自淨其心

自己修，就是要修正自己的身口意三業。我們心當中有貪瞋癡，要把貪瞋癡修掉；我們的口有四種過失——惡口、兩舌、

妄言、綺語，要把這些過失修掉；我們的身體容易做錯事情、乃至偷雞摸狗，所謂大事不犯、小事不斷，就要把這些不清淨的作為修掉。心清淨了，就是道；口清淨了，就是道；身清淨了，就是道，這就是正知正見。

所謂修道，「道」不是修出來的；如果是修出來的，有成就有壞。就像一棟房子，不論修造得再堅固，經過一段時間還是會壞掉；佛經裡講，世界有成、住、壞、空，這個世界到最後也會壞掉。諸位聽法的這念心是本具的，法爾如是，要直下承擔！雖然這念心是本具，但裡面有很多煩惱、垃圾，要靠自己覺察、覺照，把心中的煩惱、垃圾化掉，化腐朽為神奇，才能轉識成智，這就是正知正見。有了這個正知正見，無論走到什麼地方都是道場。

諸位聽法的這念心，要覺察、覺照，要有慈悲、智慧，這念心要清淨，如《金剛經》所說：「應無所住而生其心」；時時刻刻都不能離開當念。儒家也是這麼講，《中庸》云：「道也者，不可須臾離也；可離，非道也。」這一念覺悟的心、清淨的心、不動的心就是道，「不可須臾離也」，一刹那都不能離開這念心；大眾坐在這裡聽經聞法，假使忽然想到辦公室、或是家裡的事

情，這個心跑掉了，道就不在了。佛法包羅萬象，佛法和儒家所說的道，在根本上是相同的，只是有深淺之別。希望大眾要發菩提心！世間有很多邪知邪見，假使聽了這些邪知邪見、中了毒，與道就南轅北轍。

佛法就是告訴我們端正知見、淨化心靈，無論時間、空間如何變換、科學如何進步，都不能離開當下這一念清淨心、智慧心、慚愧心、檢討心。這念心要定、要淨、要明，要平等、廣大、慈悲，有了這樣的心，無論做什麼事情都能成就。佛法是人生的真理，值得每個人去學習、實踐。明白佛法的正知見，人生就有一條光明的大路。🙏



方向 / 速度

文 / 中台男眾佛教學院研究所一年級 星慧法師 攝影 / 傳捨

只要掌握正確的知見，依之而行，
修行就有希望，成功指日可待。
正知見，讓我們跳脫出煩惱的枷鎖，邁向光明。



現在人常說：「態度決定高度。」而態度就是你人生的趨向，廣義的說就是你的人生觀是正面思考較多，還是負面想法較多。在佛法上，就是你對事情的看法，是不是有正確的知見。若是負面想法較多，將會慢慢陷入黑暗的情緒中，使自己困住自己。所以唯有正面思考、有正確的人生觀，才能讓我們邁向光明、跳脫出煩惱的枷鎖。

依善知識 建立正見

有人曾說：「若你的方向錯了，速度快又有什麼用？」所以方向是事情成功最重要的因素，而速度快慢並不是主因。只

要掌握正確的方向，雖然速度緩慢，成功也是指日可待；反之，方向錯了，速度快只會加速失敗的到來。方向的選擇，也可以說是人生的趨向、人生的觀念，在佛法中就稱為「知見」，有沒有「正知見」，在世間法中決定你的成功或失敗，在修行中決定你是否能道業成就。

出家前，有一次開車去外地工作，當工作結束後，心想走高速公路，可節省時間、較快回到家。結果比預期抵達的時間晚了二小時，其原因就是在上交流道時，將北上匝道當成南下匝道，自己開了一段時間，在高速公路上看見北上的路標，才意識到方向錯誤，趕快在下一個交流道轉




入南下匝道，最後終於回到家了。由此次事件來看，「若是方向錯了，速度快又有什麼用？」形容得很貼切，想快點回家，方向錯了，差一點就回不了家。

所以修行最重要的就是要有正知見，以正見為前導，正道即能現前，是故正見列於八正道之首。而在建立正知見的過程中，則需有善知識的引導，才能使自己方向偏離時，能適時導正回來。

的慢心、貪心。因此當我們遇到好的事情時不用太高興，因為一方面是眾緣和合，一方面不可能永久不變，緣盡還無，何喜之有？試想，世間一切法無不是無常生滅，所以貪什麼！在這無常生滅中，有一個不生滅的才是安住之處，故我們要在因上努力、把握當下，不要在果上求。

三、人人皆有佛性

明白人人皆有佛性的道理，就不會去輕視他人。因為人人皆有佛性，必當成佛。因此就不會看輕自己與他人，只要將錯誤的知見反轉就有希望。

在修行中，難免有迷惘不知何去何從之時。此時，正確知見有如燈塔，能引導我們出離煩惱大海。而佛法的正確知見，也唯有賴善知識的傳授才能建立。只要掌握正確的知見，依之而行，修行就有希望，成功指日可待。正知見，讓我們跳脫出煩惱的枷鎖，邁向光明。

掌握正見 邁向光明

什麼是佛法正確的觀念知見？可從三方面簡略說明：

一、因緣果報

古人云：「欲知前世因，今生受者是；欲知後世果，今生作者是」，由此可知現在所受的種種好壞境界，皆是過去自己造作的。遇到不好的事情時，不用怨天尤人，要甘心甘受、隨緣了舊業，要把握當下、創造未來的善因才比較實際。

二、緣起性空

一件事的成就皆是眾緣和合，故古人云：「功德歸三寶，好事給他人，壞事自己檢討反省。」生起感恩之心，降伏自己





在暗夜中點燃一盞心燈

文／中台女眾佛教學院研究所二年級 見禱法師 攝影／傳優

縱使身處動盪不安的時代中，
仍可為自己創造一方地靜天寧之淨土，點亮心燈，照破黑暗，
邁向究竟解脫生死輪迴之菩提大道，離苦得樂。

人的一生，從呱呱落地的那一刻開始，到一口氣不來，歷經人生的生、老、病、死種種過程，在求學、工作、結婚生子……如公式般的人生流轉中，從此生到彼生，一生又一生在六道輪轉無有歇息，卻又愚昧無知地認為，人生本來如此。

為生命開啓智慧泉源

《楞嚴經》云：「以諸眾生，從無始來，循諸色聲，逐念流轉，曾不開悟，性淨妙常，不循所常，逐諸生滅，由是生生，雜染流轉。」從無始劫以來，六根攀緣六塵，於是六識念念分別染著，在這當中起人我是非、憎愛執著、憍慢嫉妒，從而障

礙自他；是自己拿著一塊又一塊的大石頭，擋住自己的去路，遮蔽自性光明，令自他受苦。

現今社會，隨著疫情的無限蔓延，全世界的人都籠罩在疾病死亡恐懼不安當中。經濟方面百業蕭條，一般人或因疫情影響實行減薪，一個月薪水扣掉房租、生活費、交通費，所剩無幾；或因公司行號歇業、放無薪假，面臨無收入維持生活的困境。另一方面，許多人處在電腦網路無有邊際泛濫、虛擬造假的世界中，迷失了人生方向與目標。現代人處在動盪不安的氛圍中，經濟困頓的壓力、唯恐疫情染身的危疑，乃至因疫情改變生活模式造成人



際關係、夫妻相處、親子互動與過去不同的磨合……種種的內憂外患，如何爲自己找到生命的出口，爲自己的生命開啓智慧泉源，趨吉避凶，是每個人都必須努力的功課。

因上創造淨土

經云：「唯有佛菩提，是真歸仗處。」佛法講三世因果，過去所造的因，感得現在的果報，現在所造的因，感得未來的果報，所以想要離苦得樂，唯有從因上努力——端正知見，知因識果，轉化貪瞋癡

煩惱，反省檢討身口意三業，如《論語》中曾子曰：「吾日三省吾身：爲人謀而不忠乎？與朋友交而不信乎？傳不習乎？」反省自己，以回復內心之清淨。進一步，要能了解緣起性空之理，了達外在的一切現象，皆是眾緣和合而有，是無常變化，本質是空性；知道諸法畢竟空寂及因緣果報的道理，就不會在動盪不安的環境中，迷惑困頓。更進而知道萬法唯心所現的道理，不陷在得失及有無兩邊，時時刻刻安住在本具的靈明覺性上，修一切善，不執一切善，始終銷歸自性。心不動，知所進退，不被外境所轉，就能做自己生命的主人。

古德云：「佛法無人說，雖慧不能了。」佛法浩瀚無邊，如果沒有善知識指引，猶如盲人摸象，所謂依文解義，三世佛冤，所以要親近善知識，要聽經聞法，改變錯誤的觀念，端正知見，由自身做起，秉持著中台四箴行——「對上以敬，對下以慈，對人以和，對事以真」來爲人處事，從這樣的因上來努力，縱使在大環境的共業中，仍能創造自己的一方淨土。

中峰明本禪師云：「死生老病起何因？形骸縈纏古到今，觸境未能起有念，逢緣不肯契無心。業從必竟空中積，苦向元非實處深，眨眼便沉千萬劫，豈應虛喪好光陰。」一念不生才是自己的真生命，在每一個當下，安住不動，清楚明白能作主，不虛喪好光陰。在心上努力，所有順逆之境，都成爲淬鍊自我的佳機。縱使身處動盪不安的時代中，仍可爲自己創造一方地靜天寧之淨土，點亮心燈，照破黑暗，邁向究竟解脫生死輪迴之菩提大道，離苦得樂。



改邪歸正離苦輪


文／中台男眾佛教學院研究所一年級 星清法師

在解答數學題目時，只要有一個細節錯誤，就會一直在錯誤的循環當中，沒辦法得到正確的答案。直到我們發現，原來以為是正確的，其實是錯誤的，只要將其修正，就能從錯誤的循環中跳脫出來，得到真正的答案。世間法如此，出世間的佛法更是如此，《六祖壇經》云：「正見名出世，邪見名世間。」邪見就是我們離不開三界的原因，邪見就是偏邪的錯誤知見，將邪見認為是正確的，認賊作父，因此在三界中輪轉受苦。所以跳脫輪迴的方法，就是要改正錯誤的知見，建立正知見。

「正見」就是正確的知見、觀念，佛法中所講的三世因果、緣起性空，以及佛性本具這些道理，就是正見。正見對於修行學佛的人來說，是最為重要的，因為一開頭若走錯方向，修正就需要花費很多時間。因此，正見就好像是車上的導航一樣，指引我們走在正確的道路上，不會迷失方向，最終方能到達目的地。古德云：「只貴汝知見，不貴汝行履。」由此可知，正見為行道之始，有了正見，方能產生信心，然後就會去思惟如何落實於生活中，透過思惟而有正確的行為，最後才能達到自己想要的目的。佛法八正道中，正見列第一，

是修行最重要的條件，有了正見，其餘七種正道才能如實達成。修行如果沒有正見，則會常於三毒中迷失，成道自然就是遙不可及的事情。

當初剛學梵唄時，常常被指正走音，但是自己卻不明白哪裡走音，為此自己甚為苦惱，根本原因就是自己不了解什麼是正確的音調。於是決定下一番工夫，去認識正確的音調。經由一段時間的薰習後，對於音準的掌握慢慢純熟，漸漸地遠離走音所帶來的苦惱。雖然偶爾還是會走音，但相信只要自己堅持在正確的方向努力，總有一天會完全克服走音的問題。

修行也是如此，唯有知見正確、穩固，方能使我們在修行的路上，不管遇到什麼樣的境界，都能夠一直走在正確的道路上，不會有所偏差。了解了何為正知見，接下來就要練習穩固我們的知見，最好的方式就是深入經藏。多研讀經教，並加以思考，然後將所體悟的落實在生活中，在實踐的過程中反省檢討，將自己不足之處加以補正、反覆地練習。如此一來，我們對於佛法的道理就會愈來愈有深刻的了解；當了解愈深，知見自然就會愈穩固，修行就愈容易成就。 

從迷信到正信

文／澳洲寶林禪寺研經禪修班學員 傳門

還沒學佛之前，聽說學佛要吃素；當年還是無肉不歡的自己，因此就「放棄」了學佛的意願。


時光荏苒，直到有緣接觸到剛落成的寶林禪寺，這才知道何為正法道場，也才了解到只有正法道場才会有僧眾教導佛法的正知正見。在禪寺開始薰修佛法，從因果道理中，真正了解所謂的庇佑，必須在正因上努力，內因外緣和合才能有好的果報。因此，才逐漸改變自己的思考模式，改正錯誤的知見。

師父教導，正知見有三個原則：因緣果報、緣起性空、人人皆有佛性。對自己而言，依著正知見落實佛法是長遠的訓練。知道因緣果報，緣起緣滅，要在日常生活中依之而行；若沒有落實，當遇到無常時，還是會起煩惱，真正知行合一才能真正得佛法利益。

猶記得墨爾本政府開始封城時，因工作需要，自己還是照常上班。有一天，自己徒步行走在街頭，經過一排排關閉的店家，心想有多少人已經開始失業？墨爾本三月天開始入秋，細雨飄灑，寒風刺骨，路上行人無幾。坐在路邊，埋頭看手機，等待送餐的騎士倒是增加了好幾個。轉個彎後，突然看見對面的 Centrelink（社會

福利機構）外面排了長龍，不分年齡、膚色，都在等待登記領取政府支援補助金。這是自己移居澳洲十幾年來第一次見到。天啊！他們需要在這冷風裡站多久啊？一股莫名的憂傷與焦慮立刻湧上心頭。當你需要養家餬口、還房貸，卻又失業的時候，這種窘境、這種苦受，經歷過的人就會明白。對很多人來說，失業比生病更可怕。

自己平常會越過馬路到郵局取信，這一天，自己不敢過馬路，懷著沉重的心情繞道而行。這一刻明白了！當下沒有對境起觀照，沒有用正知見來正思惟：一切法皆因緣而生，各人有各自的因緣，在同一事件中的遭遇各自不同。有的人會安然度過，有的人福德不具足，因而生存困難。身為一個正信的佛弟子應安住真心，依正知見行於正道，堅守自心防疫，誦經回向。與其看到別人排隊就擔心害怕自己也遭殃，不如在正因上努力，精進用功，回向法界一切眾生。知恩、感恩，珍惜現在擁有的一切善緣條件。

回顧這一期的人生，已過半百，半隻腳已進棺材，總不能死到臨頭才知道正精進。佛法難聞今已聞，端正知見，要即時落實修行！

正見 明照菩提路

文／普榮精舍大乘解行研經班學員 傅容

正見的建立，也是不斷從境界中磨鍊而來。
因此，要多把握親近善知識的因緣，建立正確知見，
養成覺察、覺照的工夫。



從小到大，經由學校教育，我們不斷吸取知識，但知識豐富不等同於有高度智慧及清楚明白的辨識能力。資訊化時代，網路上充斥各種訊息，常聽到有所謂的「假訊息」影響人心安定，然反觀我們看到手機裡傳遞的各種資訊，是否有足夠的智慧判斷：可再轉傳嗎？內容正確嗎？還是人云亦云、不斷轉傳各種訊息，卻在無意中製造更多的不安和混亂，影響社會安定。

經云：「正見難生」，「只貴汝知見，不貴汝行履」，在在提示我們能夠具足正見實難能可貴，有正確的觀念知見，人生就有正確的方向和準則，行事能處於

中道。佛法「八正道」中以「正見」為首，足見正見之重要性。

正心正見度疫情

面對二〇二〇年新冠肺炎疫情，擔心害怕乃人之常情，惟若只是讓自己陷入悲觀情緒中，對於防疫並無幫助。反之，明白因緣果報之理，思惟積極面對，從個人衛生習慣及正常生活作息做起，讓自我免疫力提高，就能降低感染風險。另外，配合政府防疫政策，如保持社交安全距離、戴口罩、勤洗手等等，保護自他。而精舍為維護學員健康安全，暫無禪修、法會等活動，但配合精舍規劃的定課持續用功，



如誦經、持咒、靜坐、閱讀《中台山月刊》、觀看《自在步紅塵》影片等等，讓自己的心安定，也將功德回向法界一切眾生；如此事理並進，人心安定、社會也就安定，大家即能有秩序地在各自的軌道上正常運行、堅忍向前，修行的腳步也不停歇，靜待疫情消弭。

正見的建立，最重要的是須有善知識引導，而惟覺安公老和尚就是我們的大善知識，透過精舍教育接引大眾入佛法大海。許多人認為經典教理不過是文

字，自修就能懂得，殊不知精舍的禪修課程，有教授法師深入淺出開示指導、清淨的法界、各種法會活動及同參道友互相砥礪，建構一個完整的修行環境，讓我們將所學佛法充分運用融入其中；有靜態的靜坐、上課，也有動態的法會、出坡等，靜中養成、動中磨鍊，讓我們將佛法內化並與生活結合，藉事練心，了達佛法的義理。

堅住正念 步步光明

正見的建立，也是不斷從境界中磨鍊而來。因此，要多把握親近善知識的因緣，建立正確知見，養成覺察、覺照的工夫。真理不會隨著時間、空間而改變，《禪

七開示 1》中，惟覺安公老和尚所開示的內容，與二十年後自己親身參與禪七中所聽到的內容幾乎沒有差異，可見真理恆久遠。大善知識的開示從來沒有隱藏或增減，從最初開始就告訴我們完整的義理，只因學人根器不同、體悟不同，透過禪七的磨鍊，修行工夫也能得到檢驗與提升。

生命過程中充滿挑戰，有順境但更多的是逆境，順逆皆不動心才是真正的領悟。想想看，是否每天埋首在工作中而不能自拔？有多久沒聞到清晨新鮮的空氣、乃至欣賞傍晚時分的夕陽？在逆境中換個角度思惟，也許是調整身心的大好機會，也會發現人生路上處處有鳥語花香。

此次因新冠肺炎疫情中斷了禪修課程，更體驗到修行不易，也不能停；而且更要堅住正念，莫讓自己懈怠放逸。疫情期間，繼續依著精舍定課一步一腳印用功，思惟佛法的義理，當疫情過去將會發現，曾經修的善法、思惟實踐的佛法，已提升並內化，扎實且豐富自己的佛法資糧，也讓人人生不虛度光陰、步步光明。🙏



智慧觀照 圓滿人生

文／澳洲寶林禪寺研經禪修班學員 法實 攝影／傳景

難與易就在一念間。以正知見修正自己錯誤的觀念與習氣，進一步修福德與智慧，精進落實修行，即無難事。

學佛之前，誤認人生的目標就是享受，吃喝玩樂。生活中遇到不如意事時，總是看不到自己的問題，認為都是他人帶來的煩惱。更不明白因緣果報，心裡總是懷疑：為何好人都沒好報？有些人壞事做盡了，怎麼沒受報，還享盡榮華富貴？老天為何那麼不公平？直到來到了寶林禪寺上禪修班，在正法道場跟隨大善知識學習，才逐漸明白自己以前的觀念都是錯誤的。

正見智慧 照明前路

佛法云：「只貴汝知見，不貴汝行履。」修行學佛，最重要的就是正知正見。

佛法中，「正見」為八正道之首。一個人有了正知正見，好比行路人有一雙明亮而銳利的眼睛，能將眼前的道路看得清清楚楚，不會迷失於路途中。明白因緣果報，過去所種的因，是現在的果報；未來富貴的果報，是現在所種的善因。所以，要在因上努力，用因果之理思惟世間、出世間一切人事物，正向思考。正見有如明燈，散發出光明，指引我們走出黑暗，邁向光明的人生。

在精舍，聽住持法師講經說法，用心思惟義理，去體會它的深意，並將所悟得的道理來修正自己。反省檢討的過程中，察覺自己習氣無量，決定一一修正，落實



在生活上，「知行合一」。首先，從身邊的人做起。例如，同修沒有宗教信仰，但他也不反對自己學佛，而自己的行爲，可以對他發揮些影響力，我們一起去散步時，自己會小心避免踩地上爬的小蟲；還有將家中的昆蟲，拿到戶外放生等等；這些舉動，他一一看到，也都跟上了。見到同修的轉變，自己更有信心，更要努力做好，將佛法落實在生活上，用法喜來影響同修，讓他一樣可以來修行學佛。

此外，從住持法師的教導與給的功課，注意自己的身、口、意，注意自己的起心動念。剛開始，話說出口了，立刻發覺：「噢！又犯了」，練習一段時間後，一天對著電視新聞起心動念，話剛要說出口，馬上停頓，及時煞車，不造更多口業。

正見無難 福慧雙修

前段日子，幫忙發心翻譯一些文章，自己先選認爲比較容易的做，那些覺得好難翻譯的，先擱在一旁。一天線上課程時，住持法師講了龐蘊居士的公案。龐蘊居士講：「難難難，十石油麻樹上攤。」龐婆接著說：「易易易，百草頭上祖師意。」

心裡有所警悟，於是拿出久擱一旁的檔案，嘗試翻譯一篇，出乎意料地，很順利做好了。難與易就在一念間。以正知見修正自己錯誤的觀念與習氣，進一步修福德與智慧，精進落實修行，即無難事。

佛法講因緣果報、佛性本具、緣起性空，這都是正知正見。明白這些道理，在生活上落實、精進努力，就能改變自己的人生，乃至掌握自己的真生命。修行，沒有正知見，背道而馳，終不可能成就道果。世間人沒有正確的思想、觀念，不僅無法以清明的智慧來待人處事，凡事不容易成就，可能還會誤入歧途，招致禍患。因此，世間法、出世間法要能成就，都要以正知正見爲前導。依正知正見起智慧觀照，精進不懈，人生就會愈來愈光明，愈來愈圓滿。

感恩三寶，感恩有佛法，感恩惟覺安公老和尚創建了正法道場，感恩住持法師諄諄教誨，感恩每位師父的慈悲教導，引導我們走在正法道上，邁向圓滿、光明的人生。🙏



正念的鐘聲

文／普民精舍護法會副會長 傅寧 攝影／法參

生命中更迭起伏是必然的風雨，但我無懼於考驗的風雨，
因為我知道，透過聞法所獲得的正知見，在我內心已響起正念的鐘聲，
更開啓了自性的智慧與光明的人生！



十二年前同修因身體不適，到醫院身體檢查，結果發現腦部長了一顆八公分的瘤，形狀不規則，並包覆著整個腦幹組織。經過許多醫生的詳細評估後，都一致認為開刀會有極高的風險，因此不建議開刀，只能轉送安寧，等待同修的生命漸漸逝去。但我不願放棄，於是開始尋求各種偏方，只要打聽到哪裡有治癌的高人或祕方，一定不遠千里帶同修登門求助。

心一旦缺乏正見的力量，就容易作不了主。當時，親友建議我求助於「超自然的力量」，雖已學佛多年，也知道這些是錯誤的方法，但是看著同修漸漸削弱的身體，心痛不已。因此，只要有一絲的希望

我都不願放棄，姑且一試，或許就能改變一切。於是，隨著親友到一家不知名的神壇，聽從指示，改風水、改名字、燒金紙消災解厄，一一都照辦了，也花費無數，但一年過去了，這些疾厄卻沒有離同修遠去，我的內心更加無助，苦不堪言，對於未來的無知更加恐懼。

因緣果報 正見洞然

一天，回山發心，中午休息時間，無意間讀到老和尚針對〈達磨二入四行觀〉所說的一段開示：今生苦惱的原因，是過去所造的惡業如今成熟了，惡業成熟了，當然要受果報；然而果報受後，業障自然



也就消除了。

當下洞然明白，一切的現象不會無緣無故降臨到自己身上，這個時候只有反問自己，無數劫中我們不知造了多少惡業，今天在這交叉點上，果報成熟，結果現前，當下唯有面對。

老和尚進一步開示，通達、明瞭了這個道理，自能生覺照之心，心不再隨境轉，沒有苦惱、沒有取捨，當下這個心就與理相應，得到解脫。老和尚說的理就是真心，我終於明白，當前的苦境，源自於不識真心，不知道自


性自覺，清淨本具，不需被肯定，不需被認證，也不需要託緣而存在。

過去因無明妄動而錯認假我，將幻我寄託在生滅的世界中，追求自己在這個世界的角色、作用、價值，從而建立自我的存在感，卻也於緣起緣滅中，患得患失，纏縛於世間而不能解脫。當心中有所求，執著愈深，苦就纏得愈緊；然而一旦事過境遷，一切苦樂的境界又在哪裡？若能了知一切的苦樂都只是浮光掠影，則真心如虛空不動，湛然常寂，在樂不增、在苦不減，一切苦樂相，縱如狂風暴雨，又如何能撼動虛空幾許？

正念鐘聲 開啓自性智慧

此時，叩鐘亭響起了陣陣的鐘聲，聲聲沉穩悠揚，敲醒了在苦海迷夢中的心。當下，心中熱流奔騰，淚流不止。感恩老和尚的甘露法水蕩滌遊子的心，這一帖救心藥方，讓我在坎坷泥濘的人生路上，走出困頓與低霾。

爾後，我更加精進用功，藉由佛法一一釐清我渾沌不清的觀念，讓這念心時時刻刻作主，念念分明，深刻體悟樂與苦的虛妄感受也是淬礪身心的修行過程。因此面對同修的病苦，我不再以恐懼面對，即使知道同修時日無多，我都更加珍惜相處的因緣，盡心照顧，並分享佛法觀念以及老和尚的開示，藉由佛法的正知見，陪他走過生命最後的旅程。

生命中更迭起伏是必然的風雨，但我無懼於考驗的風雨，因為我知道，透過聞法所獲得的正知見，在我內心已響起正念的鐘聲，更開啓了自性的智慧與光明的人生！



因上努力 果上隨緣

文／澳洲寶林禪寺研經禪修班學員 法旭

初來精舍時，師父安排我在照客組出坡，說是「要去結緣」。雖不敢違背，心中卻是暗想：我不需要結緣，寧可獨自掃架房，也不要做照客。自己生性喜歡安靜，職業是學者，習慣於獨來獨往，自覺不被打擾便是最大福分。

不情願地開始做照客，雖也主動和善地接待訪客、招呼學員，但畢竟不自在，只當是「報冤行」，勉強忍耐。當時，我覺得精舍中最輕鬆的時光莫過於三日禪，連續三天甚至連眼神交流都不需要，這是何等的幸福啊！


隨著在禪修班持續學習、在照客組持續出坡，加上持續修習七周緣慈，我漸漸感覺到所謂「我不需要結緣」的偏見看似無所求，實則是執著於所求的果。也就是說，在果上執著於善緣、執著於迴避惡緣，而從未考慮因即是果，因上努力才是正道。

明瞭因果，也就明瞭所謂結緣，不是被動地與人應付，而是主動地種下善因。修正了知見上的偏差，此後在照客組的時光不再覺得是在體驗苦受，隨著不斷主動地與人結緣，漸漸感受到境隨心轉，不求善緣，善緣愈結愈多；不怕惡緣，環境愈

來愈和合喜樂，自此明白師父當初安排我進照客組的良苦用心。

年初，調到另外一所大學，對外學術交往與合作大幅增加，我暗暗告訴自己：發揮照客精神的時候到了。由於時時提醒自己應以平等、布施、無所求的心廣種善因，因而遇到需要幫忙時盡力去幫忙，遇到利益競爭時盡力謙讓。而在幫助他人和保持謙讓的過程中，自己常常有勝報榮譽的意外收穫，並在很短的時間內，迅速在一個陌生的環境打開工作局面。

佛法云：「只貴汝知見，不貴汝行履。」這段經歷讓我明白正知正見的重要性。以往知見不對，只管自己努力做事，卻常常孤軍奮戰，事亦難有成就；如今因上依著正見努力，而能常常得遇貴人，所作所辦事半功倍，同事之間也和樂融融。

「正見」為八正道之首，誠非虛言。

戒如明燈

文／普榮精舍大乘解行研經班學員 傳湛

未接觸中台之前，曾在外面學佛，他們標榜不用吃素，即便是酒肉穿腸過，亦可快速成就，即身成佛。因為貪求可以如此輕鬆地學佛，又不受拘束，何樂而不為？於是懵懵懂懂地學了許多年。因為並無出家法師授與三皈五戒，亦無正確的佛法指導，在不明因果，又沒有持戒的情況下，雖然自己也算用功，卻一直無法突破，直到自己境況愈來愈差，才驚覺這條學佛的路走偏了。

因緣際會，一腳踏入靠近住家的普榮精舍。記得初入普榮精舍時，很哀怨地向師父訴說自己的困境，是否自己福報快沒了？師父當下告訴我：「沒福報，修福報就好了，不用擔心。來精舍聽經聞法、受三皈五戒、出坡作務都是修福報。」如此老生常談的一句話，在當時自己卻感到有如一個快被淹沒的人抓到一塊浮木般的震撼，雖時隔十多年，現在回想起來仍是記憶猶新。

進入普榮精舍後，爲了可以逆轉人生，於是報名初級禪修班，並回山求受三皈、五戒及在家菩薩戒。在師父一次次地叮嚀、說明戒法的意義及重要性後，才明白爲何過去修行是一條錯誤的道路，因爲

其所說的道理聽起來很冠冕堂皇，但實則毫無戒律可言，不像「五戒」有明明白白的戒法可以遵循，可以真的在因上用功，而不只是在果上求。戒律聽起來好像遙不可及，其實戒法是一種正確的人生觀，落實在生活中可以防非止惡，有了戒法做依歸，人生就不會迷失。惟覺安公老和尚曾說：「因果是生活的一種定律與法則，違背了這個定律與法則，處處都會不如意。」在生活上遵守戒法，以因果爲定律與法則，就能將事物看得清清楚楚，不會犯錯而不自知。釋迦牟尼佛於入涅槃前，教導弟子要「以戒爲師」，師父也常說受持「五戒」才能建立一個完整人格，來世才能得人身，這一切都說明戒律的重要。

很感恩惟覺安公老和尚廣設精舍，弟子才有機緣接觸正法，老和尚曾說：「沒有正知正見的人想成佛、成道，最後反而成了魔，想生天卻跑到地獄去了。」一語道破當時自己的境遇。很感恩中台禪寺教導弟子正確的知見，在黑暗中徬徨無助時，正確的戒法如一盞明燈，照亮迷失的心，重新找回光明人生。🙏

北宗神秀禪師

文／編輯部 圖／傳塔

身是菩提樹
心如明鏡臺
時時勤拂拭
勿使惹塵埃



唐代荊州玉泉寺神秀禪師，汴州尉氏（河南開封之南）人，俗姓李，諱神秀，五祖弘忍大師旁出之嗣。身長八尺，脰眉秀目，巍巍威德，少年時期即已遍覽經史，博學多聞。既而發出家之志，剃染受法，尋師訪道，後至蘄州雙峰東山寺，參謁五祖弘忍大師，以坐禪為務，乃歎伏曰：「此真吾師也。」於是在五祖座下，勤勞奉事執雜役，砍柴汲水，不辭苦行，以求道法。五祖深器重之，曾曰：「吾度化人頗多。了悟義理、圓融明白，無超過汝者。」又曰：「我與神秀論《楞伽經》，論說玄理通快，必多利益。」「東山之法，盡在秀矣。」令其為教授師，居於五祖門中第一位，故有神秀上座之名。

高宗上元二年（公元 675）十月，五祖示寂，師遷住江陵當陽山傳法，眾皆欽服其德風，師之聲名大揚。

兩京法主 三帝國師

自高宗乃至玄宗朝時，神秀禪師大揚漸教，則天武后聞其聲名，於大足元年（公元 701），召入東都洛陽，師當時已九十餘歲，趺坐肩輿（轎子）入殿。帝於皇宮內道場供養，朝夕問道，特加敬重。師隨帝駕往來於長安、洛陽二京教授佛法，為帝之師。則天武后敕命於當陽山建度門寺，以表旌其德。當時王公已下及京城士人百姓，聞風爭相前來謁見，望塵拜伏，日以萬數。

中宗即位，益加禮重，中書令張說執弟子之禮。師曾經開示大眾曰：「一切佛

法，自心本有。將心外求，捨父逃走。」又曰：「此心有心不？心是何心？」又曰：「身滅影不滅，橋流水不流。我之道法，總會歸體用兩字，亦曰重玄門、亦曰轉法輪、亦曰道果。」其法流興盛於長安、洛陽兩京一帶，歷經武后、中宗、睿宗三帝皆皈依，因此有「兩京法主，三帝國師」之稱。

則天武后問神秀禪師曰：「所傳之法，誰家宗旨？」答曰：「稟承蘄州東山法門。」問：「依何經典？」答曰：「依《文殊說般若經》一行三昧。」則天武后曰：「若論修道，更無過於東山法門者。」師請歸還荊州，中宗勅書不許。後又勅於尉氏先人之宅置報恩寺。

五祖一脈 南能北秀

神秀禪師與惠能大師同出於五祖座下。神秀禪師入宮後，曾上奏則天武后，請召惠能大師上京。惠能大師堅持推辭。神秀禪師又親自作書召請。惠能大師答以：「吾形貌不揚，北土之人見此身短貌陋，或許不尊重吾所說法。又先師授記吾與嶺南有緣，且不可違背其意旨。」惠能大師不越大庾嶺，恆居嶺南，禪門乃有「南能北秀」之稱。

過去，神秀禪師與惠能大師在五祖座下時，一日，五祖召集所有門人，要大眾用自心智慧寫一偈子來看，若有領悟佛法大意者，就傳與衣法、立為六祖。大眾都認為神秀禪師是教授師，祖位必是他得，因此都不作偈。神秀禪師聽到大眾如此

說，幾經思惟，於是在堂前廊壁間寫下他的偈子：「身是菩提樹，心如明鏡台，時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」此偈屬於漸次修證的法門，依此修行用功，也能契悟菩提。五祖看到偈子後，知道是神秀禪師所寫，雖未見性，但依之修行，亦可得勝果，因此教門人燒香禮敬、誦念受持。惠能大師聽到神秀禪師寫的偈子後，請人幫他書寫自作的偈子：「菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹塵埃。」惠能大師此偈屬頓悟，而神秀禪師在北方所倡為漸修法門，故有「南頓北漸」之稱。


唐宣宗親近佛法，曾詔弘辯禪師入宮請法，問道：「禪宗何以有南北之名？」對曰：「禪門本無南北……其所得法雖一，而開導發悟有頓漸之異，故曰南頓北漸。」惠能大師開示弟子曰：「法本一宗，人有南北；法即一種，見有遲疾。何名頓漸？法無頓漸，人有利鈍，故名頓漸。」

神秀禪師之徒眾，往往譏南宗祖師不識一字，有何所長。神秀禪師曰：「他得無師之智，深悟上乘，吾不如也。且吾師五祖，親傳衣法。豈徒然哉！吾恨不能遠去親近，虛受國恩。汝等諸人，毋滯於此，可往曹溪參決。」祖師的心量廣大、修為高潔，朗然可見。

示寂

唐中宗神龍二年（公元706）二月二十八日，師無疾宴坐，遺囑三字云：「屈、曲、直。（註一）」示寂於洛陽天宮寺。帝禮遇以天子儀仗葬於龍門山，葬

日，帝親送至午橋，王公與合城四眾士人百姓皆送至葬所。十月十六日於舊居後岡安神起塔。世壽一百餘歲。以師生於隋末，未曾提及自己生年，因此世人不知其確切歲數。師武德八年（公元625）受具於天宮寺，至神龍二年示寂於此寺，僧臘八十。敕賜號「大通禪師」，為禪門諡號最早者。法嗣有嵩山普寂、京兆義福等。師之門庭隆盛一時，世稱北宗禪之祖，然其法流僅數代即衰微。門人道璿最早至日本，故日本初期之修禪者大多屬其系統。

師撰有《觀心論》流傳於世，並提出「五方便門」，以作為修道階段之次第法門：一、總彰佛體，二、開智慧門，三、顯示不思議法，四、明諸法正性，五、自然無礙解脫道。神秀禪師圓寂後，弟子嵩山普寂、京兆義福，並為當時人所尊重。中宗特下制令普寂承襲神秀禪師統領其門下弟子，於都城弘傳教法，二十餘年，人皆崇仰。門弟子中書令張說為師撰作〈荊州玉泉寺大通禪師碑〉云：「傳聖道者不北面，有盛德者無臣禮，遂稱兩京法主、三帝國師。仰佛日之再中，慶優曇之一現。」神秀禪師在唐代極受尊崇，由此可見一斑。

註一：屈、曲、直。《楞伽師資記》：「蛇入筒而改曲。……《智度論》云：『蛇行性曲，入筒即直。』三昧制心。亦復如是」。蛇行本曲而改直，譬喻原出《大智度論·卷第二十三》：「一切禪定攝心，皆名為三摩提，秦言正心行處。是心從無始世界來，常曲不端；得是正心行處，心則端直。譬如蛇行常曲，入竹筒中則直。」




生·活·啓·示·錄



生鏽的迴紋針

文／中台女眾佛教學院研究所二年級 見棲法師
圖／傳擎

一根生鏽的迴紋針，一種不在乎的心念，把它夾在第一頁。一段時日之後，白紙染上了鏽，破壞了紙張的潔淨。自己反省，對小事的不在乎、無所謂、沒關係……如此的心念，就是造業的開端。一段時日的積累，由小至大，染污的習氣增長，變成受苦的果。

覺察、覺照、覺悟，就要從對小事的不在乎、無所謂的起心動念處去著手。



佛 · 典 · 故 · 事

女人求願經

文／編輯部 圖／傳擎





過去，菩薩身為婦人，她的丈夫生性凶愚妒忌，每次出去經商，都將妻子託付鄰居寡母照管，這位寡母是一位信佛、戒行清淨的人。當時佛陀到此國弘化，國王與臣民無不至佛所受持戒法。寡母聽完佛陀開示回來，為婦人轉述佛所說法，婦人聽完非常歡喜，讚歎：「這正是無上正真道、最正覺者。」從寡母處聽了佛法，婦人即遙向佛恭敬禮拜。

齋日那天，寡母邀婦人一同去聽佛開示，婦人歡喜地答應。一路走到了城外，突然想起自己丈夫的妒忌，心中惆悵不樂，於是退轉回家去了，她自卑地想：「我宿昔業障深重嗎？」寡母回來跟她說：「天龍鬼神、帝王臣民聽經，或有證得沙門四道者，或有受記為菩薩者。佛陀難得值遇，經法難得聞，你還是去聽佛開示吧？」婦人聽聞佛德，流淚悲述她丈夫的妒忌。寡母說：「可試著去一次。」婦人恭敬答應。

第二日，婦人隨寡母前往見佛，她五體投地恭敬禮拜佛陀，後退站立，靜心視佛種種相好、念佛清淨功德真正是天下至尊。佛陀慈愍垂問：「你來，有何心願？」婦人向佛禮拜後回答：「我聽聞佛為無上正真道、最正覺、道法御、天人師，德如恆沙，智若虛空，六通四達得一切智，所以前來請求佛，願佛哀憫我。」佛告曰：「佛為護一切眾生者，任隨你所願。」婦人頂禮佛足說：「人處於世間，未證如來果者，皆以貪著五欲故，成為親眷同居一家。一願，令我世世與至德之人為親眷共居，志趣相投，沒有嫉妒心行。二願，身口意三業清淨端正無比。三願，世世虔奉三寶，心垢日消，進道無倦，諸佛祐助，眾邪魔不能阻難，必獲一切智，濟拔眾生苦難。」佛讚歎：「善哉，善哉！令你滿足所願。」婦人心大歡喜，恭敬禮拜，返回家中。她的丈夫經商歸來，乘舟水行，本應於當天抵家。天帝見婦人高遠的德行、發了無上的大願；很歡喜讚歎，於是興風作雨，阻擋其夫的船行，令其隔日才回到家。

婦人命終之後，神識投生至有德之家，容貌莊嚴著稱於世，長大後，嫁德高望重之儒士為妻，賢德高潔皆為人所稱揚。當時，其夫為了救濟窮民入海採寶，婦於家嚴持禮法，國王后妃及大臣妻妾無不景仰效法，雲集登門稟受其德範。一天，婦人夜半醒來憶念世間無常：「榮華富貴猶如幻夢，有什麼是長存不失的？色身為壞舟，我神識乘載之，猶如獲月影而冀望得到天寶，勞心苦身有何真實利益於己？夢幻皆空，天神世榮同樣皆歸於空。明晨，應當去求佛為我師。」清晨起來，就看見庭院中矗立著石塔，中有佛像金光晃耀，塔壁雕琢經文，讚歎佛為眾聖之師、



三界獨步。婦人歡喜讚歎：「這正是如來、應儀、正真道、最正覺者！」於是五體投地恭敬繞塔三匝，散華燒香，燃燈懸繒，早晚肅虔稽首恭禮。王后國婦皆請承其清淨德風教化，改邪歸正，尊崇真道。

鄰居有一凶惡的人，經商時遇到此婦人之夫，告訴他：「你的妻子造妖，立了一座鬼廟，早晚焚香咒詛妖蟲，希望你喪命，真是不祥極了。」她的丈夫回到家中，婦人對他說：「我日前有一夜，覺悟世間無常，清晨即見到佛像來在中庭，於是盡心供奉，燒香燃燈，懸繒奉華，朝夕禮拜，稽首歸依，你應當也恭敬承事，必能與聖人之道相應。」她的丈夫聽了生大歡喜，一心肅虔恭敬奉事。國人無論男女老少都承其德風，如是經八萬四千餘歲。

佛告鷲鷲子：「當時的婦人，是我的前身；丈夫是彌勒；寡母是鷲鷲子；而鄰居凶惡之人，是調達。菩薩立志勇銳求智慧解脫之道，世世精進不懈如是。」

（編按：典故摘自《六度集經·卷第六·（七二）女人求願經》）



省思

「一切眾生皆具如來智慧德相，但以妄想執著而不證得。」無始劫來，眾生因為不知真理，隨著心中的執著、貪愛，起惑、造業，以致流轉生死。若能警悟生死無常，以佛為師，深信佛性本具，不貢高我慢、也不自卑凡鄙，以佛法為度世之舟，恭敬三寶、生大敬信，世世精進不懈退，必得諸佛護祐，超脫生死，成就道果。🙏



粉皮海苔捲

普嘉精舍提供

健康素食



【材料】(三~四人份)

粉皮、海苔	三張
紅蘿蔔	半根
蘆筍	一把
小黃瓜	一根
素鬆、沙拉	少許

【醃紅蘿蔔調味料】

白醋、冰糖	酌量
-------	----

【步驟】

1. 紅蘿蔔切條，與蘆筍分別汆燙備用。小黃瓜切條備用。
2. 用白醋加冰糖，以1:1/2比例調製成醃醬後，放入紅蘿蔔，醃六小時以上。
3. 將粉皮攤開，放上海苔，鋪上少許素鬆、紅蘿蔔、蘆筍、小黃瓜後，擠上少許沙拉，即可包覆捲起。
4. 最後，切段、擺盤，即可食用。



博物覓真心

——從一尊館藏東魏武定年造像說起

文／中台世界博物館副館長、木雕分館館長 見排法師

在中台世界博物館館藏中，有一尊東魏武定五年由孫顯祖發願造立的一佛二菩薩石彫造像；它曾經展出於中台山博物館的石彫展廳中。今天帶您再次回頭細看這尊造像，看看它所告訴我們的故事，有哪些？

南北朝造像的新視野

魏晉南北朝，是中國歷史冊頁當中，充滿曲折又豐富精彩的一頁。它以世界聞名三國時期的尾聲為起點，穿過司馬兩晉，收容南朝宋、齊、梁、陳，以及北朝的魏、東西魏、齊、周而成。它是漢唐考古研究的重點耕耘區之一，也是中國佛教藝術發展過程中，漢式風格逐漸從梵土形

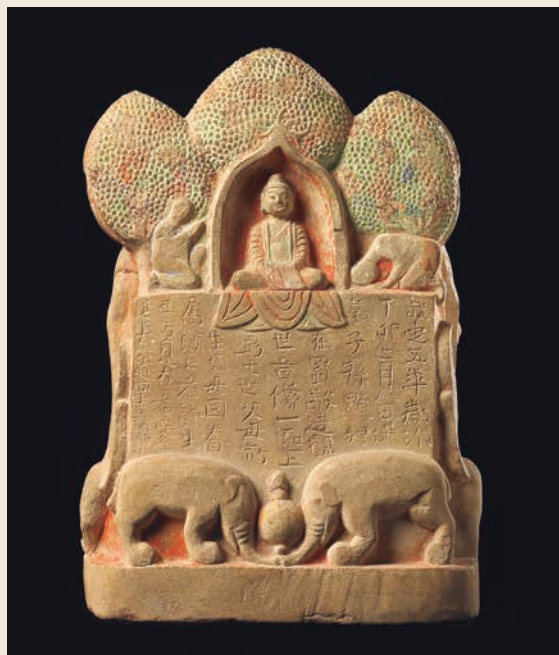
象間成熟脫出的時期，更是佛教信仰開始深入民間的一個重要階段。從這尊中台世界博物館館藏「東魏武定五年孫顯祖造觀音像」，正能為我們打開認識南北朝造像的新視野。

從正面看來，這是一尊以砂岩所雕造的一佛二菩薩造像。中間有一尊坐佛、兩側各站著一尊菩薩，菩薩足前各有一隻類似辟邪的祥獸；佛坐在兩朵蓮花上，蓮花則是從下方的一個圓腹大瓶中生長而出。在造像的背面，匠師將正面佛菩薩的三處背光，巧妙地轉化為三個樹木的形象，樹的前方有一小佛龕，龕內端坐著又一尊的佛像，佛龕旁各有一個人的形象，正對著中央的佛像，頂禮問訊。再向下看，一段

古樸而相對清晰的文字，道出了造像因緣：「武定五年歲次丁卯二月八日佛弟子孫顯祖在蜀敬造觀世音像一軀上為七世父母所生父母同眷屬願亡者託生西方見右（存）者受（壽）命延長六道四生共同此福」。題記的前下方，還有一對相向而立的大象，正用象鼻子托著一個寶瓶。整尊造像看起來厚拙而淳樸，佛像的身形比例，以及正面的菩薩形象，小腹微凸，略施瓔珞，讓人想起北周造像，卻又相對輕盈一些；而在蓮花底座的雙蓮花加上寶瓶的圖像，也是諸多北方當代典型造像中，所難以尋覓的佛座形式。這樣的一個造像，到底是在怎樣的時空背景下，被造立出來並留存到現在的呢？它的「與眾不同」又是源自何處呢？

八日造像的文化根源

「武定」是東魏孝靜帝元善見的第四個年號，前後共八年；而北魏遷都、推行漢化的孝文帝，就是孝靜帝的曾祖父。由鮮卑立朝的拓拔魏室，到了孝武帝元修時，既是當庭權臣，又是皇帝「丈人」的高歡，僭越霸府，以致孝武帝在即位的第三年，便帶著親信往西出逃關中。從史論中看，元善見「從容沉雅」，頗有孝文遺風，受高歡與群僚擁立，於十一歲登基，史稱孝靜帝，從此，「北魏」分為「東魏」、「西魏」。東魏的領疆，即是北魏疆域的東部區域，它向北深入東北地區的南端，北接契丹部族領地，南抵淮河上游、南朝所治理的司州（約今河北臨漳），西臨河洛、關中地區，並向東面海。



中台世界博物館館藏東魏武定五年孫顯祖造觀音像

在前段的造像題記中，匠師清楚地以刀鑿之痕告訴我們，這是一尊由佛弟子孫顯祖於武定五年（547），發心「在蜀敬造」，回向累世與現世父母等的造像。有趣的是，翻開歷代行政區劃，人們不難發現，蜀地從東漢滅亡後至南北朝時，期間的轄屬，前後經歷了西晉、成漢、東晉、前秦、南朝宋、南朝齊、南朝梁、西魏等朝代的統理，其中未曾受東魏所轄屬；並在造像風格來看，這尊紀年為東魏武定年間的石刻造像，相較於其他在東魏武定年的造像，如與東魏武定四年比丘惠朗造像、東魏武定五年張同柱造像之間，於題材上、石料選擇上，都有著明顯的不同，也就是說，就風格而言，它明顯與東魏之地的匠師手法不同。因此，造像主孫顯祖可能是一名出身東魏的佛法信士，因為遷徙或差使的因緣下，遠離故地，進入蜀地，在逢遇佳節時，心念親族，便在「二月八日」於當地布施供養了這尊一佛二菩薩像，而立像年份，仍以東魏當時的武定年

做刻記。

在佛教藝術的造立日期當中，最常見的，便是大家所熟悉的浴佛節「四月八日」。根據北京清華大學李靜杰教授針對定州系白石造像的造立日期分析，顯示在南北朝至唐代前期之間，人們多選擇在佛教相關節日造像，其中八日、十五日、二十三日等「六齋日」的造像數量，達目前所知定州系白石造像的五分之二；其中「八日」的造像數量，占總數的 20.16%（李靜杰，2018）。文中也點出，在同一時段的造像總量架構下，造像總數在十件以上的，只有二月八日、四月八日、七月十五日三個日期；而在爬梳自三國時期至隋唐之間的經籍典論紀錄，二月八日及四月八日常被當時的人們，視為佛陀誕生日或佛陀成道日，正如唐代道宣律師所撰之《續高僧傳》卷二十五中，記載著：「蜀土尤尚二月八日、四月八日，每至二時，四方大集，馳騁遊遨，諸僧忙遽，無一閑者。」此外，東晉法顯大師便曾記述，當時笈多王朝首都在每年的二月八日，都進行盛大的行像活動：「摩竭提國巴連弗邑……凡諸中國唯此國城邑為大……年年常以建卯月（二月）八日行像。」（同上，2018）這便能讓我們了解這尊一佛二菩薩造像的造像主孫顯祖，為何選在「二月八日」發心造像的文化根源。




左圖：東魏武定四年比丘惠朗造像
右圖：東魏武定五年張同柱造像
（引自社會科學文獻出版社《形象史學》，2020）

南北朝迭興觀音信仰

再細心看一下，您會發現另一個有趣的點：這尊造像的正面，雕有一佛二菩薩，在背面也雕有一尊坐佛，但是造像主孫顯

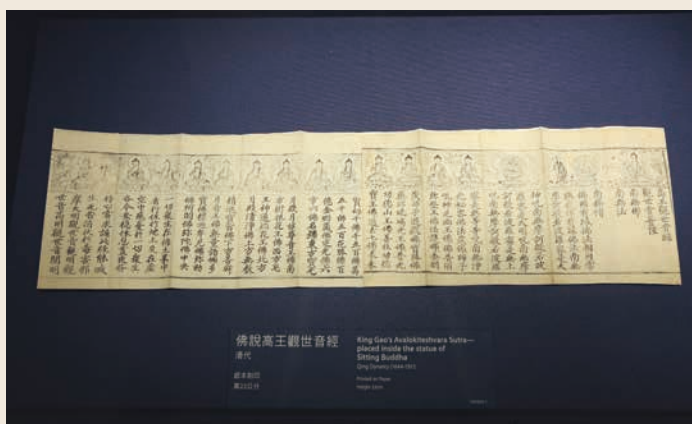
祖在題記當中，為何卻只獨稱「敬造觀世音像」？

其實，在佛教信仰傳入中土之後的百年之間，在各方興起了彌勒、觀音等信仰法門。其中的觀音信仰，從最初在西晉時期的「光世音」形象，隨著鳩摩羅什大師所譯諸經的普及，最終被取代為後世熟知的「觀世音」，並在大師重譯《妙法蓮華經·普門品》的問世與普及後，南北朝迭興觀音信仰（李利安，2003）。如南朝梁的法雲法師，於梁武帝施宅所建的光宅寺中，宣講《法華經》，並在著作《法華經義記》中，開示觀音菩薩可以「音、身、意、業」之名，顯其度脫眾生之行願。亦如《法苑珠林》所載，東魏高歡聞天平年間（東魏孝靜帝的第一個年號），「募士孫敬德」因誦念觀世音經千遍而免於冤刑後，「勅寫其經，廣布於世」。同時，隨著各地有愈來愈多佛弟子，發願在佛教節

慶等時節，布施造立佛菩薩形象，以為供養、「行像」或設壇之用，所以在南北朝時期，多有專門石彫匠師，應義邑團體或信士個人之請，雕造所需的佛菩薩形象；其中，也會有提早雕造完成，形象或題材相似的尊像，提供供養人請供。而這位東魏武定五年之時，來到蜀地的孫顯祖，是否就是在作客之地，請供了一尊一佛二菩薩像，但因自身的發願，仍在題記中，單獨刊刻了「敬造觀世音像」？（待續）

參考文章：

- 李利安，2003，〈古代印度觀音信仰的演變及其向中國的傳播〉，西北大學博士論文。
- 李靜杰，2018，〈定州系白石佛像造像日期分析〉：《華林國際佛學學刊》第一卷·第二期，59-78頁。
- 劉淑芬，1993，〈五至六世紀華北鄉村的佛教信仰〉：《中央研究院歷史語言研究所集刊》，第六十三本，第三分，497-544頁。



在木雕分館三樓明清展廳中，也有一部藏於一尊木雕佛坐像中的《佛說高王觀世音經》，顯見這部由高歡命人編寫的經典，影響深遠，到了明清乃至近現代，仍然有人敬造誦持。

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。

文／中台佛教學院

貴清儉 中台男眾佛教學院研究所一年級 星淨法師

高菴善悟禪師聽聞有受用侈靡者，歎息良久云：「比丘之法，所貴清儉，豈宜如此？徒與後生輩習輕肥者，增無厭之求，得不愧古人乎？」住在叢林當中，日常所用，一粒米、一滴水、一張紙無非十方檀越信施所供養。

古德恆不忘惜福，我們豈可輕忽節儉之道？如果造成資源浪費，都是在消損自己的福報，損失的是自己。比丘貴清儉，在日常生活中，力行節儉、少欲知足、惜福培福，清淨受用，方能在道場長久安住，用功辦道。

破我執 中台男眾佛教學院研究所一年級 星清法師

我執，就是對自我的一種設限；破除我執，就是突破對自己的限制。我們通常面對沒做過的事情，都會說：「這不可能！這做不到！」其實，這可能是對自我的一種限制，以及不想改變現狀的一種說法。

但是真的沒辦法做到嗎？事實上，只要肯努力去做，就能做得到，只是時間的長短罷了。自己初初背〈楞嚴咒〉時，也覺得很困難，這怎麼背得起來？但是在堅持努力下，最後也將〈楞嚴咒〉背起來了。由此可知，我們都被自己的我執所限制，若能破除我執，那麼我們的世界將會更寬廣、更自在。

除草 中台女眾佛教學院大學部三年級 星鎮法師

在功德園出坡時，無論種的是什麼菜，大部分且最重要的坡務就是「除雜草」。無論是牛皮菜、玉米、紅蘿蔔、地瓜葉等，種下菜苗，在等待長大的過程中，每天就是不厭其煩地除雜草。爲了不讓雜草吃掉小苗的養分，必須耐心地將雜草連根拔起。

修行沒有別的，就是要除去貪、瞋、癡、慢、疑，回復清淨，如同拔雜草，每一天、每一刻都要不厭其煩地檢討、反省、改正，而且要除根，否則境界風吹又生。唯有不斷努力地除去無明草，方能使菩提苗成長茁壯。

當仁不讓 中台女眾佛教學院大學部一年級 星願法師

一日，和一位學長一同到日用庫房，推開門看見衛生紙只剩下幾包，自己當下心想：「會有人來補充嗎？」學長卻是說：「我們一起來補衛生紙好不好？」兩人心念的差異顯而易見。學長真正落實了恆思利他，積極發心。常住是每一個人的，見到不圓滿的地方，應當仁不讓，由自己來圓滿。

從此之後，自己看到總務庫房外的抹布被風吹落地，會撿起來摺好；看到飲食間水槽有廚餘，就清理掉；看到圖書館樓上燈沒關，就關掉。學習無有多餘心念，愛護常住、愛護學院。





能源植物明日之星——

黃連木

文／普蓮寺護法會會長、前東華大學生態與環境教育研究所教授 張惠珠（傳琛）

黃連木是開心果的兄弟

黃連木是漆樹科 (Anacardiaceae) 的落葉小喬木至中喬木，原產中國中部、西部、南部地區，台灣和菲律賓也有分布。學名 *Pistacia chinensis* Bunge.，種小名 "chinensis" 就是形容它是原產於中國。漆樹科植物的樹皮多含有樹脂，我們熟悉的芒果、腰果和開心果，以及採生漆的漆樹，都是漆樹科的植物。而開心果 (*Pistacia vera* L.) 更是黃連木同屬的兄弟，開心果英文 Pistachio 與原產地中

亞地區對開心果的稱呼相似，也是屬名 *Pistacia* 的來源。

黃連木樹皮灰褐色，略呈縱向的不規則鱗片狀剝落。葉為奇數羽狀複葉，互生，小葉有 6～10 對，幾無柄，互生或近於對生，小葉片紙質，亮綠，披針形，長 4～8 公分，寬 6～10 公厘，全緣，先端漸尖，基部歪形。花單性，雌雄異株，雄花序複總狀，頂生或腋生，微毛，長 6～7 公分，花排列緊密，花無瓣，萼片 3～5 枚，雄蕊 3～4 枚，花藥長橢圓形，花絲極短；



1. 黃連木的樹皮灰褐色，呈鱗片狀剝落。
2. 葉為羽狀複葉，小葉互生或近於對生。
3. 雄花序複總狀花排列緊密，花藥顏色鮮紅至嫩綠。
4. 果實初為紅色是鳥類的美食。
5. 黃連木的種子好比不裂的迷你開心果，圖上方為開心果，下為黃連木。

雌花成圓錐花序，花序長 15 ~ 20 公分，排列疏鬆，花徑 2 公厘，柱頭 3 歧，桃紅色，呈瓣狀，萼片 3 ~ 4 枚；黃連木的花雖然沒有花瓣，但是無論雄蕊的花藥或雌蕊的柱頭，在盛開時都顏色鮮紅美麗！可惜花太小，少有人注意到它們，若不是要描述花的真實面貌，我也無緣欣賞到這些迷你紅花！核果為球形，徑約 0.5 公分，初為紅色後變紫藍色。在台灣的分布大約是平地至低海拔山區。

黃連木又名孔木、楷木

在山東曲阜至聖先師孔子的墓園上種了很多黃連木，因此黃連木又稱「孔木」。春天到了，長出嫩綠混著鮮紅的新葉真是好看，使春天的孔林顯得格外清新；黃連木也稱「楷木」，「楷」音「ㄎㄞˋ」，

墓園一隅有一亭，亭內供著一個枯樹頭，亭前石碑上寫著「子貢手植楷」。相傳孔子死後，子貢由外地奔喪回來，途中取楷木為哀杖，廬墓守喪六年，並將楷木植於墓旁，此後孔子墓園楷木蔚然成林，應是子貢手植楷木的子孫，和後人再陸續補植的。我們通常用「楷模」一詞形容堪為人榜樣、典範的人物，原來楷和模是兩種樹名，楷即是楷木，是孔子冢蓋上的樹，也就是黃連木；而模木是生長在周公墓上的樹，孔子和周公都是堪為後世榜樣的聖賢。只是「楷模」的楷唸作「ㄎㄞˋ」，而稱樹時唸作「ㄎㄞˋ」，在曲阜黃連木的雕刻藝品叫楷雕，楷雕以孔子像、手杖、如意為大宗。傳說最早的楷雕是子貢親手用楷木為他老師孔子和師母所刻的雕像。



1. 老樹的心材常腐爛掉形成一空洞，所以又叫做爛心木。
2. 黃連木木材橫切面。

爛心木是闊葉一級木

黃連木因為壽命可達幾百年，老樹的心材常腐爛掉形成一空洞，所以又叫做爛心木；雖然心爛了，但是沒爛的部分木材品質還是不錯的。邊材灰黃色，心材黃褐色，年輪明顯，木材質地細緻而堅韌，刨光即生出美麗紋路與色澤；因此過去常用來做裝飾用的家具，如鏡台、花盆、手杖等，相當珍貴，一般木材愛好者也美其名為「腦心木」，是台灣產闊葉木材的一級木，與烏心石、牛樟、台灣欒、台灣檫樹並稱為台灣闊葉五木（林業試驗所版本），也就是說闊葉材中的前五名。此外，104年依據森林法公告台灣12種具有高經濟價值或生態價值的貴重木之樹種，它們是：台灣扁柏、紅檜、台灣肖楠、台灣紅豆杉、巒大杉、台灣杉、烏心石、欒、牛樟、台灣檫樹、黃連木、毛柿等12種。黃連木又榜上有名，可見黃連木確實是很優良的樹種。走訪花蓮的木工坊和藝品店，好不容易找到一個圓盤和一個斜切的木片，終於可以一

睹木紋之美。

黃連木用途多多

除了是優良的家具及雕刻用材外，黃連木也是很受歡迎的觀賞樹種：它是落葉喬木，因此在溫帶地區是非常亮眼的紅葉樹種；此外，春天赭紅嫩綠的新葉和青翠柔美的羽狀複葉、紅通通的雄花序和由紅轉藍的小果實也頗具觀賞價值，因此常用



3



4

3. 黃連木的嫩葉由紅轉綠。
4. 紅通通的雄花序。

作行道樹、林園木、庭園樹以及盆栽，加上它對二氧化硫及煤煙的耐受性高，真是理想的綠美化樹種。黃連木也是食用植物：葉有香氣，嫩葉、嫩芽和雄花序都可入菜，是絕佳的調味料。三月天，我摘下一小搓嫩葉，拌上一小塊嫩豆腐，加一滴醬油，取名「楷豆腐」，真是人間美味！它的果實與種子雖然人類不吃，卻是許多鳥類的美食，它的種子好比迷你開心果，所以榨出來的油是可以食用的，當然也可以做肥皂或潤滑油。鮮葉和枝可提取芳香油，民間用來治療乾癬、風濕等毛病。還有，它1～5年生的幼木可做為開心果的砧木。因為黃連木抗性較強，可以改善開心果豐歉年的差異，增加經濟效益。近年來的研究更發現：黃連木的油可以很快地轉換成品質良好的生質柴油，是能源作物的明日

之星。

明日之星的能源作物

根據近年來的研究，黃連木的果肉、種子含油量達百分之40～50，而且黃連木油脂脂肪酸的碳鏈長度集中在C16～C18之間，由黃連木油脂生產的生質柴油的碳鏈長度集中在C17～C20之間，這與普通柴油主要成分的碳鏈長度C15～C19極為接近，因此，黃連木油脂非常適合用來生質柴油。

除了含油量高、油脂成分接近普通柴油，做為明日之星的能源植物，黃連木還有許多優勢。第一是它的天然分布廣泛：從中國的黃河流域至華南、西南到台灣和菲律賓都有分布，跨越了溫帶、亞熱帶及熱帶。第二是它有很好的抗壓性：既耐旱又耐寒（不耐嚴寒），又耐貧瘠，對土壤酸鹼度的耐受性也很高。至於有待解決的困境：一是它的幼年期太長，從種子萌芽到開花需12年。二是黃連木是雌雄異株，栽種時雌雄比例應如何？以及在幼年期時如何分辨雌雄？三是黃連木是中小型喬木，做為採果的能源作物，必須選育出矮化且多分枝的品種。四是因為黃連木植物體含有非常複雜的化學成分，不容易做組織培養，必須從野外採集好的種源，進一步栽種，再選育出優良雌株與雄株，並以無性繁殖的方式保存種質。

亟盼這個貴重木樹種長留野外，也希望有朝一日田間出現友善於環境的能源作物。





普·台·教·育

一百零九學年度普台國小開學典禮暨

普台高中繁星成果

文／編輯部

春暖花開，喜氣洋洋！普台國小於一百一十年二月二十四日舉行一百零九學年度第二學期開學典禮，並舉行「第四屆國學經典大會考」二百九十一位狀元及新生探花頒贈儀式，學子以豐碩的學習成果歡喜迎接新學期。典禮當天，同時傳來普台高中均翰同學於大學學測以75滿級分，榮登南投狀元，以及十八位學子達全國頂標63級分的佳績，兩校師生同表讚賀。高三學子並於三月十七日大學繁星推薦放榜表現大放異彩，囊括台大、清大、交大、政大、成大等國立頂尖學府，並有二位學子通過台大牙醫、馬偕醫學系第一階段，超過七成錄取率！上榜學生均為普台國中小直升學生，再度展現普台十二年一貫優質

的辦學成果！

國學經典 厚實學養

國小國學經典大會考，於一月十六日上午在各年段教室外的長廊舉行，會考分為兩個階段，第一階段分科經典會考，內容有《論語》、《孟子》、《中庸》、《禮記》、《詩經》、《孝經》、《茶根譚》及詩詞、散文等，依年段加深加廣。第二階段童蒙經典會考，依年段分別背誦《弟子規》、《三字經》。

教育團隊為了讓同學詳讀、內化經典涵義，於每週三學校朝會帶動全校學子朗誦童蒙經典；每堂課程進行前帶領學子讀誦國學篇章，並透過扎實的國學課程教學，將賢哲的雅言鴻文，一點一滴澆灌於學子的心田，寬闊心胸，豐富學識；校方





1



2



3



4



5



6



7



8

1. 普台董事長見紹法師為國小六年級狀元群頒發獎狀。
2. 國小五年級狀元群與王校長（第一排左九）、師長們歡喜合影。
3. 中高級學生考官專注聆聽考生背誦。
4. 普台高中繁星推薦錄取學生與林校長（第二排左七）、師長們歡喜合影。
5. 靜心課程幫助學子定心，提升學習成效。
- 6~8. 多元適性的課程活動，培養學子跨領域學習力，在國內外科學競賽皆獲佳績。

更將國學經典核心精神融入每二週所推動的生活教育，帶領學子養成良好的品格及厚實的學養；並藉由年度釋奠典禮、學習書法，涵養孩子尊師重道、謙和敦厚的心性。

國學會考已成為普台國小年度饗宴，學子們均全力準備；而在考前通過甄試、擔任會考的「學生考官」人數更是逐年增加，獲選拔為今年九十二位學生考官之一的宗威同學表示：「當我不僅考上夢寐以求的狀元、還當上考官的那一刻，我發現，我靠的是日以繼夜的努力！」今年的國學會考，共計有二百九十一位新科狀元、一百一十一位榜眼、七十一位探花，高達近八成的學子金榜題名，狀元人數更將近全校二分之一，成績再創新高！

開學典禮當天，在全校師長、同學見

證下，身披狀元帶、頭戴狀元帽、胸別狀元徽章之普台狀元，歡喜上台接受表揚，並向台下的師長、同學們深深一鞠躬，感恩師長辛勤之教導、同學之互勉與陪伴；國小王校長也請坐在台下，榮獲榜眼、探花的學子們原位起立，接受大眾掌聲鼓勵。典禮在董事長見紹法師期勉學子，要立志更努力學習、學業更進步的祝福後，全體師生齊唱校歌中圓滿結束。

三學一體 繁星閃耀

普台十二年一貫的全人教育，依循創辦人惟覺安公老和尚「三學一體——中學為體，佛法為根，世學為用」的教育理念，以國學為學習磐石，藉由佛法定心，以品格教育為核心，發展多元特色課程、適性






1.2.
英、日、法、西十二年一貫的外語教學，以多元學習活動蓄積學子與國際接軌能力。

活動，陶鑄五育並重的優質學子，打造國家社會未來的精英。

榮登南投學測狀元的均翰同學順利通過大學繁星推薦錄取台大電機系，相當感謝學校的栽培及教導。錄取清大資工系的柏凱同學，要貢獻所長，未來想投入 AI 領域，期許讓台灣的 AI 發展被世界看見。如願錄取交大資工系的孟華同學，規劃上大學後跨校跨系修課，再精進自己的能力，貢獻社會。

分別通過台大牙醫系、馬偕醫學系第一階段的陳穎和佳瑜同學，皆希望未來能服務偏鄉，回饋鄉梓。陳穎同學想回到南投這塊孕育他成長的土地，在行醫服務偏鄉之餘，也希望透過教育傳達正確的醫藥觀念。佳瑜同學分享，國中時受靜心課程的薰陶，讓她領悟到生命的可貴，埋下日後發願從醫的因緣，未來她希望加入小兒科的行列，造福小朋友。

錄取清大數學系的炫稼同學、政大國貿系的詩嘉同學、成大化工系的正光同學以及其他各大學的學生們，也紛紛感謝學校老師的陪伴及輔導，最終才能一圓心中的理想大學校系。

普台學子在專業熱忱的教育團隊引領下，循序漸進厚實學養，找到自己發光發熱的舞台，更以寬闊的胸襟，發願將所學為國家、世界貢獻己力；未來，學養、德才兼備的普台學子，在世界舞台上，必將脫穎而出，散發閃耀光芒！

榮譽榜

★普台高中 110 年大學繁星推薦成果斐然，國立頂尖學府皆上榜！

- 均翰 國立臺灣大學電機工程學系
- 陳穎 國立臺灣大學牙醫學系（通過第一階段）
- 佳瑜 馬偕醫學院醫學系（通過第一階段）
- 柏凱 國立清華大學資訊工程學系
- 炫稼 國立清華大學數學系甲組（數學組）
- 孟華 國立交通大學資訊工程學系
- 詩嘉 國立政治大學國際經營與貿易學系
- 正光 國立成功大學化學工程學系
- 雅棠 國立中央大學通訊工程學系
- 松佑 國立中正大學會計與資訊科技學系
- 昀伸 國立臺北大學企業管理學系
- 牧天 國立臺灣海洋大學輪機工程學系動力工程組
- 景和 國立東華大學物理學系物理組
- 捷文 國立聯合大學電子工程學系
- 耕穎 國立金門大學國際暨大陸事務學系
- 啓晟 臺北市立大學學習與媒材設計學系
- 熙秀 中國醫藥大學公共衛生學院大一不分系
- 鈺婷 中山醫學大學應用外國語言學系
- 藜威 高雄醫學大學香妝品學系
- 禹達 淡江大學西班牙語文學系
- 駿逸 中原大學工業與系統工程學系工程組
- 敏聿 輔仁大學財經法律學系
- 學恩 輔仁大學體育學系運動健康管理組
- 溶專 東吳大學企業管理學系
- 格妤 逢甲大學電子工程學系
- 藝綺 東海大學日本語言文化學系
- 建璋 銘傳大學國際企業學系外貿行銷管理組（臺北）
- 彥誼 世新大學新聞學系
- 筠蓁 亞洲大學生物資訊與醫學工程學系
- 逸豐 中國文化大學國際企業管理學系
- 芸萱 靜宜大學大眾傳播學系

★普台國小師生參加日本主辦全球「第 13 屆世界夢——文字大賽」榮獲學校團體獎、17 件個人獎！

★普台高中參與 2021 NSDA（美國全國演講及辯論協會）台灣區選拔賽勇奪佳績，6 月將代表台灣前往美國角逐世界辯論賽！

VLD（林肯·道格拉斯辯論）比賽
高中組冠軍：品均、亞軍：道瑜





拈花筆記

《禪七開示 2》讀後心得

中台禪寺開山祖師惟覺安公老和尚，以無盡悲心願力建設中台道場，更以禪七法門大振宗風。一九九七年，在道場各項軟硬體建設如火如荼進行之際，老和尚依舊持續主持精進禪七，接引僧俗二眾契悟禪心，明心見性。

《禪七開示 2》收錄了老和尚一九九七年秋季第一梯次僧眾精進禪七的開示。禪七當中，老和尚不捨一眾生，諄諄善誘，不斷啟發、灌溉、護念學人的菩提心苗，更不斷不斷地提醒學人修行要「事理一如」。眾多學人依循《禪七開示 2》的文字般若，在日用中實踐，深獲受用。透過讀後心得分享法喜，共勉頂戴師教，一心奉行，心道發明，落實真精進。

如說修行真報恩

文／中台女眾佛教學院大學部二年級 星敏法師

真正的報恩，即是要如說修行、精進用功。如同開山祖師所開示：「要認識自己，清楚知道自己是出家僧寶，有了這麼多的助緣，要安住用功！工夫用上了，才能報四重恩。」

開山祖師開示：「透過禪定的修習，身口意在轉變，就能真正變化氣質，脫胎換骨，轉凡成聖。」何其有幸，能值遇大善知識，開示如此究竟之菩提大道。讀完《禪七開示 2》，真正覺得法喜充滿。其中，開山祖師直指人心、一語道破修行的中心思想——如何才能成道？如何了生死？什麼才是真正的快樂？使星敏豁然開朗，信得增長。

如何才能成道？第一，不要打妄想。第二，不要落昏沉。第三，一念不生，要作主；如何了生死？第一，要沒有生滅心。第二，要破除執著。第三，要轉識成智，回復清淨。這就是明明白白的一條路。什麼才是真正的快樂？第一，修善最快樂。第二，得了定，所謂「禪悅為食，法喜充滿」，寂靜、涅槃才是最快樂。

信聖言量 如說修行

開山祖師諄諄教誨、苦口婆心的「聖言量」，自己豈可不信？然而，聽經聞法感動與法喜，若無真正落實成自己的修行與體會，如人說食，終不能飽。是故，具體的落實，即是如說修行，歸納有四：

一者，保持覺性始終存在：保持清楚、明白、作主的心現前，不落昏沉、不打妄想，練習不動意根。以早晚課誦為例，所謂「梵唄利人天」，梵唄能淨心、定心，專注唱誦的當下，三業清淨，沒有妄想、沒有昏沉，不正是在修止觀、修禪定？由此可知，早晚課誦，自利又利他，是故更應把握因緣、

精進用功。從中也體會到開山祖師所云：「同樣一件事情，如果發心正確、發心廣大，就有無量的福報。」如是思惟，穿衣吃飯、行住坐臥，只要始終保持覺性存在，即是最大的精進用功。

二者，觸物起照，練習作主：開山祖師云：「人生如夢，這不是形容詞，人生實在是一個夢境。」時時要觸物起照、練習作主。發願別因天氣變化、色身冷或熱、腹餓或飽，人與人的親疏遠近、因緣好壞等等，乃至一切外境的無常變化而起煩惱。《根本說一切有部毘奈耶》云：「正念觀知欲境空，無益之苦當遠離。」相是假，性是空。這些感受、想法、念頭都是暫時、眾緣和合而生的假有，豈可日日受騙、隨其輪轉，日復一日作相同的夢？因此，當時時以智慧照破——凡所有相，皆是虛妄。

三者，觀眾生苦，發菩提心：菩薩行者更應修慈、悲、喜、捨四無量心，因為一切眾生都與我有緣，息息相關；人與人是相互依存的，人不可能獨立存在世上。再者，一切眾生都是過去的親眷，都有佛性，皆當成佛；然而，眾生卻迷惑、造業，受種種痛苦，故菩薩行者當發廣大慈悲心、度化眾生。

四者，於因地上，廣積福慧：古德云：「沒有天生的彌勒，自然的釋迦。」開山祖師亦開示：「要想成道，要具足福德、智慧、慈悲、禪定，就要從因上去修；沒有因，一定沒有果報。」一切都不是僥倖而得，一切都要從因上努力，凡事只問耕耘，不問收穫。因此，菩薩行者當精進用功，如經云：「願代眾生，受無量苦；令諸眾生，畢竟大樂。」廣修福慧，乃至法門無量誓願學，這些努力與付出，皆是在代眾生苦、累積未來度眾資糧。

安住覺性 真實報恩

至心感恩開山祖師的法乳深恩。真正的報恩，即是要如說修行、精進用功。如同開山祖師所開示：「要認識自己，清楚知道自己是出家僧寶，有了這麼多的助緣，要安住用功！工夫用上了，才能報四重恩。」是故，星敏發願要安住覺性、精進用功；廣積福慧、厚植德本；同時要知恩、感恩，多惜福、多培福，如是開源節流，將一切功德、福報回向法界，回向無上菩提，如此方能報答師恩於萬一。🙏



找到修行路頭

文／中台女眾佛教學院大學部一年級 星知法師

感恩老和尚留下了無數珍貴的法寶，
示導弟子們正確的修行方向，猶如暗夜中的明燈，
照破眾生的無明與煩惱，幫助眾生獲得解脫。

學佛前，自己喜歡看弘法電視節目，以為照著節目上法師的開示去做就是修行，在實踐的過程中遇到諸多障礙，不知道該向誰請益，自己盲修瞎練，非但問題沒解決，反而衍生更多煩惱。直到走入精舍，有了法師的傳道、授業、解惑，透過落實的親證，體悟佛法道理，逐漸解開心中的疑團，進而深信佛法。所謂「善知識者，即是得道全分因緣」，修行的成就，必須有大善知識的引導，方能找對路頭，邁向成佛之道。

記得初到精舍，自己請了一本《中台山月刊》回家閱讀，那期的主題為「慈悲」，讀後深深慚愧，原來自己的慈悲心好薄弱，才會讓瞋心如此熾盛，找出問題，依著老和尚開示的「無緣大慈，同體大悲」來努力，有願就有力，經過不斷調整、修正脾氣，果然成功逆轉惡緣、成就善緣。

因上努力 事理一如

於禪修前恭讀《禪七開示 2》，內心特別有感觸，書中老和尚鉅細靡遺地開示「慈悲觀」，有事上修習方法，與理上的返照自性，反覆閱讀三次，這念心更加清楚明白了，應用於禪修中，一念專注，攝心修觀，感覺到身心很清涼，瞋心煩惱也逐漸轉薄。因為有靜中的養成，動中才有回光返照的能力，讓覺性跑在習氣之前，清楚明白作主，以善止惡，絕斷惡因。

修行學佛要從因上來努力，「信願行」就是三資糧，具足了才能斷煩惱、了生死。第一是「信」，《大智度論》云：「佛法大海，信為能入，智為能

度。」斷疑生信為入道之基，相信佛法為真實道理，信心達到百分百，不論念佛、持咒、打坐都會有感應，同時，相信因果，有了正信就能從事到理，進而達到事理一如，啟發智慧。接著是「願」，願要大，心量才會廣大，才能轉識成智、漏盡三惑煩惱。大願要建立在大慈悲心上面，因此要修四無量心，發大願廣度一切眾生、上求佛道圓成佛智。第三是「行」，行住坐臥中，於身口意三業落實即是行，修菩薩道，要行六度波羅蜜；證聲聞緣覺果，要在四諦、十二因緣上精進用功；想要頓悟自心，直了成佛，當下這念心即是，「狂心頓歇，歇即菩提」。

契悟菩提心 找回真生命

老和尚老婆心切地提示大眾，出家要認識自己，清楚知道自己是出家僧寶，有了諸多助緣就要珍惜，安住用功，日常中朝三方面積極來努力：第一、要修福德，修一切善，無善不修；斷一切惡，無惡不斷；度一切眾生，無眾生不度，就是廣修福報。第二、要修智慧，聽經聞法，重慮緣真，建立正知正見，路就不會走偏。第三、要修習禪定，藉由禪修靜坐，修習止觀法門，轉化煩惱與執著。一旦工夫用上了，成就道業，就是真報恩。

人人皆有佛性，只因妄想執著，障蔽了本具的菩提自性，倘若懂得於這念心上觀照，時時安住於心法上用功，不好高騖遠，老實修行，起了煩惱，以四正勤來提起覺性，即使只有一絲絲微細惡念，都要誠實揪出，不覆藏，透過反覆地檢討、反省、慚愧、改正，日久功深，必定能轉煩惱為菩提、回復清淨心。

感恩老和尚留下了無數珍貴的法寶，示導弟子們正確的修行方向，猶如暗夜中的明燈，照破眾生的無明與煩惱，幫助眾生獲得解脫。期許自己能依之而行，「勤修戒定慧，息滅貪瞋癡」，早日契悟菩提心，找回真生命。🙏



迷途知返

文／普田精舍研經禪修班學員 傳嚴

一〇五年一月從普田精舍初級禪修班結業，一轉眼已經過了五年，期間打過一次禪七，但一支好香都沒坐到，只覺得腿痛。解七回到精舍後，師父問我開悟了沒，我回答不出來，只記得幾句話：「能知的心，清楚明白，不打妄想，就是本具的清淨心、就是佛心、就是菩提心。」我就像鸚鵡學舌，會講卻不解其意。一〇九年年底拿到了《禪七開示 2》，恭讀惟覺安公老和尚的開示後，才明白自己已迷路好久，但所幸找到了路頭。


這幾年持續在精舍上禪修課，知道去除貪、瞋、癡、慢、疑可以減少煩惱；知道修布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若可以減少煩惱……也有在這些方面努力，但其實內心還是很多煩惱。有時候覺得歡喜，有時候又覺得痛苦，就這樣反反覆覆，沒有窮盡。東想西想，總覺得有很多事要做還沒做、想曾經對誰講了什麼話讓對方不開心，或想自己的未來怎麼辦等等，患得患失，心永遠靜不下來。明知道不應當打妄想，卻從未停止打妄想，人生好累。

一般人就是在眼耳鼻舌身意六根去追求，要看好看的、聽好聽的、聞好聞的、吃好吃的、要觸感好的、心裡要覺得快樂，

就是追求這些生生滅滅虛妄的感受，無窮無盡，心始終沒有依靠。

老和尚在書中開示「中道實相」，這是自己第一次對這個無上法門有點領悟。老和尚說：「這念心不想過去、不想現在、不想未來，超越時空，就是定；清清楚楚、了了分明就是慧；定慧不二這念心，就是中道實相、就是無上菩提心，就是這麼簡單。」就是從這裡找到路頭，讓本具的這念心現前，進一步努力落實師父教的各種法門，目的還是要保持這念心。能持守這念心，清楚、明白、作主，當下就是解脫、就是淨土、就是自在，不用另外去找。

老和尚也提示，若初初難以安住在中道實相上，可以觀息。所以若心又散亂了，會立即注意自己的呼氣和吸氣，持續練習真的可以減少妄想，妄想減少煩惱就會減少，之後再回到中道實相上，安住在這一念心上，就是真正的歸處。

弟子唯一一次親聞惟覺安公老和尚的開示是在一〇五年中台禪寺的臘八圍爐法會，老和尚在圓寂前，仍苦口婆心提醒大眾，要保持清楚明白、如如不動、處處作主這念心。弟子會謹記老和尚的教導，也會持續追隨老和尚的腳步，護法護教，自利利他，在菩提大道上努力前行。 

中台世界博物館

千古文物無言說法，啓迪人心，是佛法傳承的歷史見證，更是淨化心靈的妙方。中台禪寺致力於佛法藝術化的推動，積極籌建中台世界博物館，匯聚佛教造像與華夏碑拓等歷史文物，發揚佛教與中華文化，引領見聞者發起正信，入佛法界；實現淨化人心，安定社會的利生本懷。殷望十方善信捐金輸誠，成就以佛法藝術化世之願景。

捐資興館 · 功德無量

中台世界博物館
戶名 / 財團法人中台山佛教基金會
郵政劃撥帳號 / 22122941



98-04-43-04

收款帳號
郵政劃撥
金額
佰位
拾位
萬位
千位
百位
拾位
元

儲蓄存款單
億
萬
千
百
拾
萬
千
百
拾
元

通訊欄(限填本次款項用途)

收款戶名

寄款人

他人存款

本戶存款

姓名

地址

電話

主管：

經辦局收款章戳

◎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

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

經辦局收款章戳



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、本存款單備供電腦影像處理，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/m²) 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	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
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	普雲精舍	苗栗縣苗栗市為民街405號	TEL (037) 270-058 FAX (037) 273-260
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	普和精舍	苗栗縣苗栗市中山路608號	TEL (037) 375-975 FAX (037) 372-403
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	普安精舍	台中市西區南屯路一段216號	TEL (04) 2378-2175 FAX (04) 2375-4230
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	普開精舍	台中市大里區德芳南路478號	TEL (04) 2482-1321 FAX (04) 2482-1331
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	普豐精舍	台中市豐原區圓環東路675號	TEL (04) 2520-7908 FAX (04) 2520-7925
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	普方精舍	南投縣南投市文昌街50號	TEL (049) 2200-250 FAX (049) 2244-192
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
普榮精舍	台北市士林區德行東路233號	TEL (02) 2838-1881 FAX (02) 2831-3389	普天精舍	南投縣埔里鎮北環路123號	TEL (049) 2989-820 FAX (049) 2980-431
普印精舍	台北市北投區大業路152號	TEL (02) 2891-9757 FAX (02) 2892-1476	奉天寺	南投縣埔里鎮光遠一街7號	TEL (049) 2996-638 FAX (049) 2903-853
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	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
普濟精舍	新北市三重區永福街15號	TEL (02) 2286-8460 FAX (02) 2280-7360	普彰精舍	彰化縣彰化市忠誠路108號	TEL (04) 728-2772 FAX (04) 728-2840
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	普田精舍	雲林縣斗六市中山路158號	TEL (05) 532-1616 FAX (05) 532-1010
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	普嘉精舍	嘉義市西區中興路208號	TEL (05) 231-0036 FAX (05) 231-5962
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	普佛精舍	台南市東區崇學路186號3樓	TEL (06) 290-4295 FAX (06) 260-9841
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
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	普憲精舍	台南市新營區長榮路一段459號	TEL (06) 633-5905 FAX (06) 633-0021
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	普南精舍	台南市新化區中正路318號	TEL (06) 580-1146 FAX (06) 590-6562
普學禪寺	新北市淡水區學府路90號	TEL (02) 2621-5399 FAX (02) 2621-5615	普門精舍	台南市六甲區信義街97號	TEL (06) 698-9389 FAX (06) 698-6711
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	普同精舍	高雄市楠梓區德豐街225號	TEL (07) 364-5211 FAX (07) 364-0594
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	普慶精舍	高雄市鳳山區新生街2號	TEL (07) 745-9958 FAX (07) 745-8858
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	普信精舍	高雄市三民區灣復街15號	TEL (07) 387-2162 FAX (07) 387-2379
普親精舍	新竹市學府路445號	TEL (03) 575-0777 FAX (03) 575-0650	普上精舍	高雄市小港區民益路60號	TEL (07) 801-9918 FAX (07) 801-9917

【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
美國太谷精舍 <small>Chung Tai Zen Center of Sonoma</small>	750 E. Arques Ave., Sunnyvale, CA 94085, USA	TEL (1) 408-733-0750 FAX (1) 408-733-0751
美國佛門寺 <small>Buddha Gate Monastery</small>	3254 Gloria Terrace, Lafayette, CA 94549, USA	TEL (1) 925-934-2411 FAX (1) 925-934-2911
美國中洲禪寺 <small>Middle Land Chan Monastery</small>	1173 San Bernardino Ave., Pomona, CA 91767, USA	TEL (1) 909-625-0187 FAX (1) 909-625-0189
美國佛心寺 <small>Buddha Mind Monastery</small>	5800 S. Anderson Rd., OKC, OK 73150, USA	TEL (1) 405-869-0501 FAX (1) 405-869-0503
美國普德精舍 <small>Chung Tai Zen Center of Houston</small>	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 <small>Texas Pagoda Chan Monastery</small>	425 Blackberry Ln., Shepherd, TX 77371, USA	TEL (1) 936-365-2451 FAX (1) 936-365-2452
美國佛寶寺 <small>Buddha Jewel Monastery</small>	17418 8th Ave. NE, Shoreline, WA 98155, USA	TEL (1) 206-721-9921
美國法寶寺 <small>Dharma Jewel Monastery</small>	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 <small>Bao Lin Chan Monastery</small>	94A High St., Glen Iris, Vic 3146, Australia	TEL (61) 3-9813-8922 FAX (61) 3-9813-8966
日本普東禪寺 <small>Pu Dong Chan Monastery</small>	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 <small>Ocean Sky Chan Monastery</small>	716 Jose Abad Santos St., Little Baguio, San Juan, Metro Manila, Philippines	TEL (63) 2-8723-6132
香港普廣精舍 <small>Pu Guang Meditation Center</small>	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 <small>Great Buddha Monastery</small>	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 <small>Hua Yi Si (Monastero Hua Yi)</small>	Via dell'Omo N. 142, 00155 Roma, Italia	TEL (39) 6-22428876 FAX (39) 6-22771028

館藏觀音造像特展

大悲普現

Manifesting
Great Compassion
for Every Need

Guanyin Bodhisattva from
the Museum Collection

08/14

2021

2022

05/22

54544 南投縣埔里鎮中台路 8 號 / 中台世界博物館 301B 特展室
No.8, Chung Tai Rd., Puli, Nantou County 54544, Taiwan
Chung Tai World Museum Special Exhibition Room 301B
Tel: (049) 2932-999

【歡迎十方善信至各精舍報名參加各級禪修班及法會活動】



甘露法語

Sweet Dew of the Dharma

佛法告訴我們，心就是法界，心黑暗，整個法界都黑暗。善與惡都在這念心，只要念頭一轉、心燈一照，過去幾十年、幾百年、幾千年的黑暗立刻消失得無影無蹤。

The Buddha Dharma teaches us that our mind is the Dharma Realm; a dark mindset fills the entire Dharma Realm with darkness. There is both good and evil in our mind; however, within a single thought, the mind is enlightened, and the darkness of tens, hundreds and even thousands of years will be dispelled without a trace.

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



木質堅實菩薩願，廣種善根勤施手；
春夏迎來向陽枝，火紅綻開美不勝，串串花蕊脫塵埃。
福慧雙修、六度萬行、智慧光通，
只待葉落花滿樹，恰如眾生根機熟，個個圓成菩提果。



【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

紅火樹

學名：*Barnebydendron riedelii*
(Tul.) J.H. Kirkbr.

英文名稱：Fire of Pakistan,
Monkey-Flower Tree

別稱：巴基斯坦之火、猴花樹、火麒麟

性狀：蘇木科，落葉大喬木

辨認特徵：

1. 株高可達 12 ~ 35 公尺。
2. 一回羽狀複葉，小葉長橢圓形，柔軟下垂。

3. 花緋紅至粉紅色，花絲細長，4 個橢圓的花萼，花朵密生於枝幹，呈總狀花序；落葉後開花，全樹通紅。

4. 莢果，長橢圓形，長約 15 ~ 17 公分，有扁圓形種子 1 ~ 3 粒。

原產地：中南美洲

用途：庭園景觀樹、行道樹

位置：中台禪寺庭園

米徑：16.2 公分