



# 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

263

2021年 · 12月號

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

## [ 本期主題 ] 我今見聞得受持 願解如來真實義

- [ 正法眼藏 ] 圓覺經【八】——普眼菩薩章（三）
- [ 中台廣傳 ] 中台禪寺菩提心旅暨防疫講習報導
- [ 普台教育 ] 普台高中參加全國日語配音比賽奪冠
- [ 普台教育 ] 普台科學趣——樂科學 · 科學樂
- [ 佛教藝術 ] 炯然已見——中台世界博物館館藏至大元年〈水月觀音圖〉（二）
- [ 設計之美 ] 禪文化對日本庭園的影響





惟覺安公老和尚翰墨法音

# 修善積福

壬寅新禧釋見燈敬賀



當下即是





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】

中台禪寺菩提心旅暨防疫講習報導

編輯部



07

【正法眼藏】

圓覺經【八】  
——普眼菩薩章（三）

惟覺安公老和尚開示



18

【本期主題】

我今見聞得受持 願解如來真實義

編輯部

19	【本期主題】	依教奉行 得佛受用	惟覺安公老和尚開示
22	【本期主題】	謙恭受益	星清法師
23	【本期主題】	解脫自在的指南針	星真法師
24	【本期主題】	師資道合 說聽究竟	見闢法師
26	【本期主題】	一心頂戴喜受持	見穉法師
28	【本期主題】	恭敬聽法 潛移默化	傳鑫
30	【本期主題】	發精進心 永不退轉	傳香
32	【本期主題】	信受 方能真奉行	法成
34	【本期主題】	把握因緣 轉化危機	傳慈
35	【本期主題】	恭敬心起 法即湧現	傳參
36	【禪門探微】	鹽官齊安禪師	編輯部
40	【佛學院園地】	覺心觀照	中台佛教學院



- |    |        |                                   |        |
|----|--------|-----------------------------------|--------|
| 42 | 【佛教藝術】 | 炯然已見——<br>中台世界博物館館藏至大元年〈水月觀音圖〉(二) | 見排法師   |
| 46 | 【佛典故事】 | 犍陀王與牛的始末因緣                        | 編輯部    |
| 49 | 【健康素食】 | 醬燒烤麩                              | 普皇精舍提供 |
| 50 | 【設計之美】 | 禪文化對日本庭園的影響                       | 法山     |
| 54 | 【普台教育】 | 普台高中參加全國日語配音比賽奪冠                  | 編輯部    |
| 55 | 【普台教育】 | 普台科學趣——樂科學·科學樂                    | 編輯部    |
| 58 | 【拈花筆記】 | 《禪七開示2》讀後心得                       | 編輯部    |
| 59 | 【拈花筆記】 | 和合共修 菩提日長                         | 見統法師   |
| 60 | 【拈花筆記】 | 中台拈花永流芳                           | 傳貞     |

## 編輯手札

本寺為優化道場硬體設施，進一步提升安僧度眾的弘法功能，進行二期工程建設，呈現道場恢弘氣象。為增進大眾對新建園區的認識，並加強正確防疫觀念，特於一百一十年十一月十三日至十二月二十日期間，為各分院精舍法師及本山常住法師舉辦菩提心旅講習、園區巡禮，以及防疫講習課程。大眾透過此次活動，凝聚共識，和合一心，承續開山祖師惟覺安公老和尚行願，守護道場，利樂有情。

十一月中普台高中榮獲「2021年第12屆全國高中職學生日語配音比賽」全國高中職團體組冠軍、最佳人氣團體獎及個人獎前三名。並勇奪世界性大賽「2021-2022 VEX Tipping Point 機器人競賽」第一！呈現普台教育適性、多元的豐碩辦學成果。第二屆「普台科學日」於十一月十六日至十八日舉行，再次吸引全校師生 FUN 玩科學。透過參與國際賽事、啟發性的課程活動，學子悠遊普台，在學海中積累滿滿優勢能力！

「無上甚深微妙法，百千萬劫難遭遇」，佛法是人生的真理，是佛陀演示，過去諸祖展轉相傳而來，當生難遭遇想，恭敬聞法，必得聞法功德。本期主題「我今見聞得受持，願解如來真實義」與您分享如何以恭敬心，聽聞、受持佛法，依法而行，出離生死，邁向究竟解脫的光明大道。





中台禪寺

# 菩提心旅暨防疫講習報導

文／編輯部

本寺為優化道場硬體設施，提升弘法功能，近年來進行二期工程建設，範圍涵蓋主體周邊建築及園區，更進一步完善安僧度眾的機能，呈現恢弘氣象。自新冠肺炎疫情以來，為落實防疫、保障住眾安全，位於各地的分院法師已一年多未曾回山；為增進僧眾對新建園區的認識並加強防疫觀念，特於一百一十年十一月十三日至十二月五日期間，於本山分四梯次舉辦「各分院精舍住眾菩提心旅暨防疫講習」，本山常住法師亦於十二月十四日至二十日期間，參與「菩提心旅講習暨園區巡禮」。全體法師透過講習、巡禮園區，以了解道場的建設發展，凝聚廣傳佛法的菩薩願心；精舍法師並藉由防疫講習了解疫情進展及

防範方式，以帶領護法居士持續落實精舍防疫工作，提供大眾安全、安心、安穩的學佛環境。

## 完善設施 嚴淨園林

「菩提心旅」活動分為簡介及園區巡禮兩部分。首先，由監院見劍法師簡介二期工程新建園區（下文簡稱「二期園區」）的設計理念及特色。本寺數十年來推動佛法弘揚，皆依開山祖師惟覺安公老和尚之指導，建設道場、安僧度眾。隨著禪修人數日益增加，為因應弘法度眾的需求，遂啟動二期園區的建設。在著重「以人為本」的核心精神中，落實實用、安全、莊嚴的建設原則，令大眾在清淨境教中淨化身心；





1. 活動期間，全程遵守戴口罩、量體溫、消毒雙手、保持社交距離等防疫規範。
2. 菩提心旅簡介，說明二期園區的設計理念及特色。
3. 法師們於友善天橋上實地體驗各項安全、便利的設施。
4. 圓明殿巡禮，認識既莊嚴又可疏散大量人潮的殿堂設計。
5. 妙覺園區巡禮，欣賞優美的造景與禪意盎然的法語石刻。

在完善的硬體建設中，增益弘法利生的效能。

二期工程除了主體周邊建築群（圓明殿、女眾佛教學院，及普賢、華嚴、菩提、中智、中諦、明心、觀音等七棟寮區大樓），在園林設施中，充分運用平填、搭橋架道、停車場園林化、設置步道連結各處園區等方式，打造無障礙友善空間，保障人車安全，大幅提升各項生活機能。開山祖師曾言：「二期工程完成，中台禪寺

的百年基業就穩固了。」依循開山祖師的遺願，大眾持續精進，建設中台道場成為四眾修行的淨土。

簡介之後，大眾展開二期園區巡禮，走訪圓明殿、光明園區、同源橋區、友善天橋、妙覺園區及淨覺園區……親自體驗安全、便利的各項設施，並觀賞優美的造景和豐富多樣的石雕文物。對於二期園區用心而周全的設計、美觀且富含禪意的環境，皆法喜讚歎、滿滿歡喜！隨後，大眾





1. 常務副住持見尊法師期勉大眾共同成就菩薩願行，並於精舍中加強防範疫情。
2. 法師們專注聆聽「疫情現況及弘法防疫機制」講習課程，建立正確的防疫觀念。

並自行參觀各園區，圓滿巡禮行程。

## 落實防疫 安穩弘法


精舍法師除園區巡禮外，並於般若講堂參加防疫講習。常務副住持見尊法師提示：此次請精舍法師回山巡禮二期園區，關心、認識自己修行的環境，共同建設道場的百年大業。此外，防疫仍是現階段的重點工作；病毒雖小不可輕，新冠病毒已廣泛地影響人民健康及國家經濟，使人心惶恐不安，希望大眾一同成就防疫功德。

接著，副住持見璿法師說明「疫情現況及弘法防疫機制」，從國內外疫情發展、病毒特性、防疫重點、疫苗重要性等不同層面，進行詳盡的解說。提示大眾有效的防疫措施包含戴口罩、勤洗手、減少近距離聚會、活動限縮人數、環境接觸物消毒、人流多處少去、保持環境通風良好等要項。鑒於全球確診率、重症率及死亡率仍然居高不下，防疫工作刻不容緩；分院、精舍局部開放時，應注意義工疫苗接種情形並落實防疫措施，阻絕病毒流行，才能

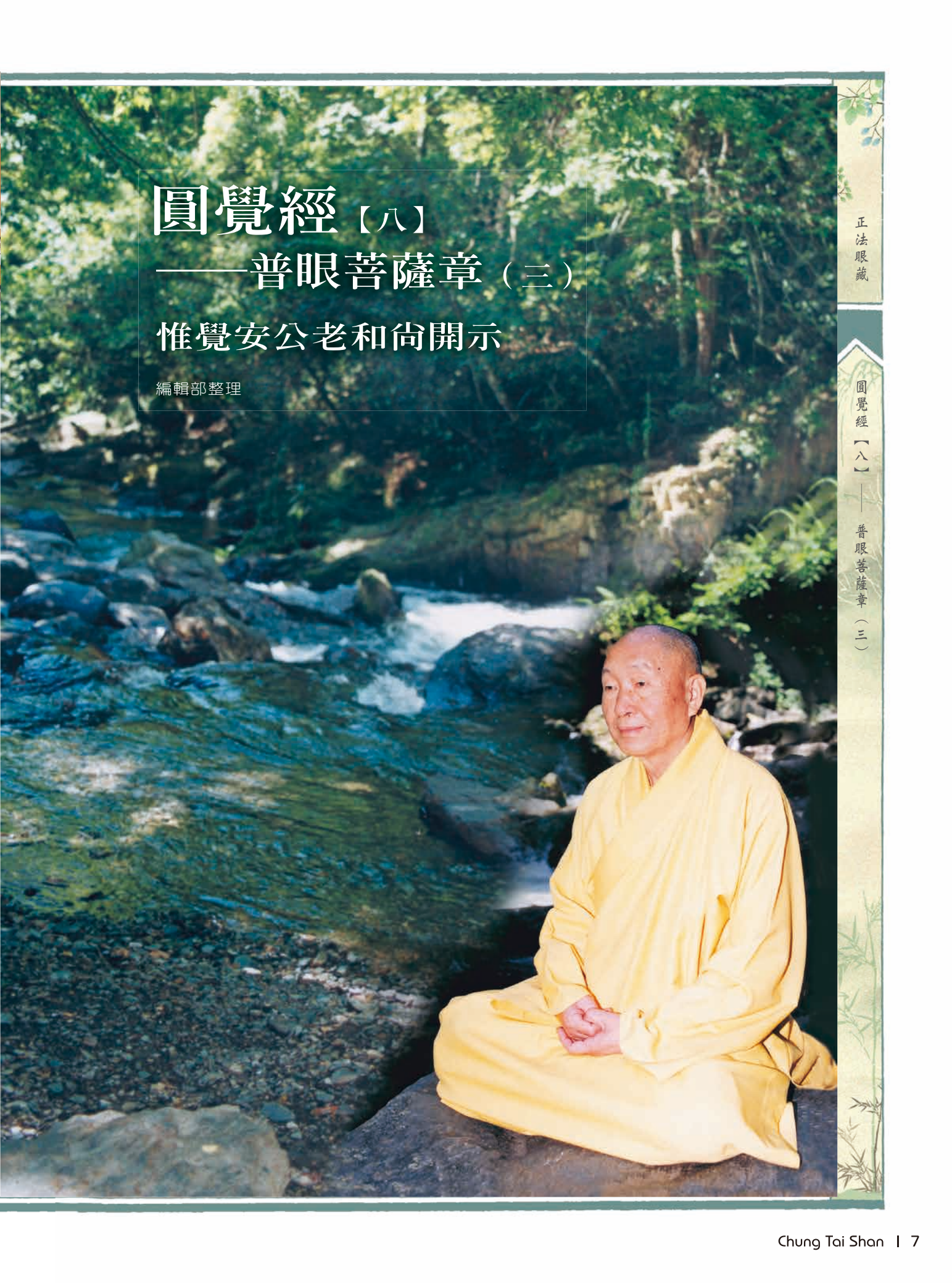
令疫情早日消弭。

最後，見尊法師期勉大眾：防疫安全人人有責，整個社會、國家乃至全世界，都是息息相關的生命共同體；病毒一直在變化，大眾絕對不可輕忽。在分院、精舍有條件逐步對外開放之際，應當密切注意疫情動態及常住的防疫規範，耐心地熟習並執行各項防疫工作，護念自己和他人，即是慈悲的菩薩行持。

活動期間，所有人員秉持一貫的嚴謹態度，確實遵守防疫規範，包含全程戴口罩、測量體溫、手部消毒、實名制固定座位、保持社交距離、人流及進出動線管控、環境清消等。

二期工程建設奠定本寺四眾弟子修行度眾的更上層樓基礎，也開創了未來更蓬勃興盛的弘法契機。自一百零九年新冠疫情爆發以來，本寺持續落實防疫工作，計舉辦一百二十七場防疫講習，本山及精舍法師、護法幹部、義工、學員等，逾一萬四千人參與，共同研習並具體執行防疫措施，從事相上防範疫病侵襲。同時，海內外精舍皆開設線上課程，以佛法淨化人心，達到理上的究竟防疫。大眾和合一心，承繼開山祖師「弘宗演教」的慈悲願行，利樂有情；祈願一切眾生明悟自性、身心安樂！





圓覺經【八】  
——普眼菩薩章（三）  
惟覺安公老和尚開示

編輯部整理

正法眼藏

圓覺經【八】

——普眼菩薩章（三）



「善男子！當知身心皆為幻垢，垢相永滅，十方清淨。善男子！譬如清淨摩尼寶珠，映於五色，隨方各現。諸愚癡者，見彼摩尼實有五色。善男子！圓覺淨性，現於身心，隨類各應，彼愚癡者，說淨圓覺，實有如是身心自相，亦復如是。由此不能遠於幻化，是故我說身心幻垢，對離幻垢，說名菩薩。垢盡對除，即無對垢及說名者。

善男子！此菩薩及末世眾生，證得諸幻滅影像故，爾時便得無方清淨，無邊虛空覺所顯發。覺圓明故，顯心清淨；心清淨故，見塵清淨。見清淨故，

眼根清淨；根清淨故，眼識清淨。識清淨故，聞塵清淨；聞清淨故，耳根清淨；根清淨故，耳識清淨。識清淨故，覺塵清淨。如是乃至鼻舌身意，亦復如是。善男子！根清淨故，色塵清淨；色清淨故，聲塵清淨；香味觸法，亦復如是。善男子！六塵清淨故，地大清淨；地清淨故，水大清淨；火大風大，亦復如是。善男子！四大清淨故，十二處、十八界、二十五有清淨。彼清淨故，十力、四無所畏、四無礙智、佛十八不共法、三十七助道品清淨，如是乃至八萬四千陀羅尼門，一切清淨。



善男子！一切實相性清淨故，一身清淨；一身清淨故，多身清淨；多身清淨故，如是乃至十方眾生圓覺清淨。善男子！一世界清淨故，多世界清淨；多世界清淨故，如是乃至盡於虛空，圓裹三世，一切平等，清淨不動。

善男子！虛空如是平等不動，當知覺性平等不動；四大不動故，當知覺性平等不動；如是乃至八萬四千陀羅尼門平等不動，當知覺性平等不動。善男子！覺性遍滿清淨不動圓無際故，當知六根遍滿法界；根遍滿故，當知六塵遍滿法界；塵遍滿故，當知四大遍滿法界，如

是乃至陀羅尼門遍滿法界。

善男子！由彼妙覺性遍滿故，根性、塵性無壞無雜，根塵無壞故，如是乃至陀羅尼門無壞無雜。如百千燈光照一室，其光遍滿無壞無雜。

善男子！覺成就故，當知菩薩不與法縛，不求法脫；不厭生死，不愛涅槃；不敬持戒，不憎毀禁；不重久習，不輕初學。何以故？一切覺故。譬如眼光曉了前境，其光圓滿得無憎愛。何以故？光體無二，無憎愛故。善男子！此菩薩及末世眾生，修習此心得成就者，於此無修亦無成就。圓覺普照，寂滅無二。於中百千萬億阿僧祇不可說恆河沙諸佛世界，猶

如空華亂起亂滅，不即不離，無縛無脫，始知眾生本來成佛，生死涅槃，猶如昨夢。善男子！如昨夢故，當知生死及與涅槃，無起無滅，無來無去。其所證者，無得無失，無取無捨；其能證者，無作無止，無任無滅。於此證中，無能無所，畢竟無證，亦無證者，一切法性平等不壞。

善男子！彼諸菩薩，如是修行，如是漸次，如是思惟，如是住持，如是方便，如是開悟，求如是法，亦不迷悶。」

爾時，世尊欲重宣此義，而說偈言：

普眼汝當知，一切諸眾生，  
身心皆如幻。身相屬四大，  
心性歸六塵。四大體各離，  
誰為和合者？如是漸修行，  
一切悉清淨，不動遍法界。  
無作止任滅，亦無能證者。  
一切佛世界，猶如虛空華，  
三世悉平等，畢竟無來去。  
初發心菩薩，及末世眾生，  
欲求入佛道，應如是修習。

## 身心如幻 遠離幻垢

「善男子！當知身心皆為幻垢」，我們患得患失的這個心，和地水火風假合的這個身，本來就是虛妄的，只是我們顛倒執著、把它執為實有。「垢相永滅，十方清淨」，這些執著破除了，我們所見到的就是清淨的世界，這個地方就是淨土。

「善男子！譬如清淨摩尼寶珠，映





於五色，隨方各現。諸愚癡者，見彼摩尼實有五色。善男子！圓覺淨性，現於身心，隨類各應，彼愚癡者，說淨圓覺，實有如是身心自相，亦復如是。」這裡舉了一個譬喻：我們這念心就像摩尼寶珠一樣，摩尼寶珠是透明、剔透的，「映於五色」，五色是指青、黃、赤、白、黑，這五種顏色照到摩尼寶珠上面，都能顯現出來。「隨方各現」，隨著東西南北中央五方，就現出這五種顏色。事實上摩尼寶珠裡沒有任何顏色、也沒有任何東西，因為它是真空、剔透，所以能映於五色；如果它不是真空、剔透，也沒有辦法映於五色。換而言之，雖然摩尼寶珠能夠隨方現出種種顏色，但寶珠本身並沒有青黃赤白黑，我們從摩尼寶珠上看到花花綠綠的景象，都是外面的塵境所映現出來、是虛妄不實的。「諸愚癡者，見彼摩尼實有五色」，而愚癡、沒有智慧的人，見到這個摩尼寶珠，卻誤認為摩尼寶珠裡有顏色，其實並非如此。

「善男子！圓覺淨性，現於身心，隨類各應，彼愚癡者，說淨圓覺，實有如是身心自相，亦復如是」，摩尼寶珠譬喻我們這念心；五色，譬喻五蘊身心。五道眾生各有身心，都是這念心隨業所現，也是虛妄的。愚癡的人卻執為實有。「由此不能遠於幻化，是故我說身心幻垢，對離幻垢，說名菩薩。垢盡對除，即無對垢及說名者。」所謂「身心幻垢」，我們的身心，六根、六塵、

六識，所有一切都是虛妄不實的；眾生執著身心為實有，「對離幻垢，說名菩薩」，「菩薩」就是菩提薩埵，翻成中文是覺悟的有情。假使能夠知道遠離幻垢、遠離這些幻化境界，覺悟了，就是菩薩。佛法講：「菩薩清涼月，常遊畢竟空，眾生心水淨，菩提影現中。」一般人執事廢理，執著菩薩為實有，以為這裡所指的是菩薩在虛空中一尊一尊地排列，其實並非如此；而是指悟到了自己這念心，安住正念、堅住正念，就是菩薩！這念心就像虛空一樣，虛空廣大沒有邊際，當中又有森羅萬象，而且這些森羅萬象還能在虛空中各自發揮，這就是真空妙有。相同地，菩薩沒有形相，無男相、無女相、無眾生相、無壽者相；雖然是無相，但這念心也不離一切相、不能離開色聲香味觸法，不即不離。了解了這個道理，就知道這念心確實真空中能生妙有、能生種種妙用。

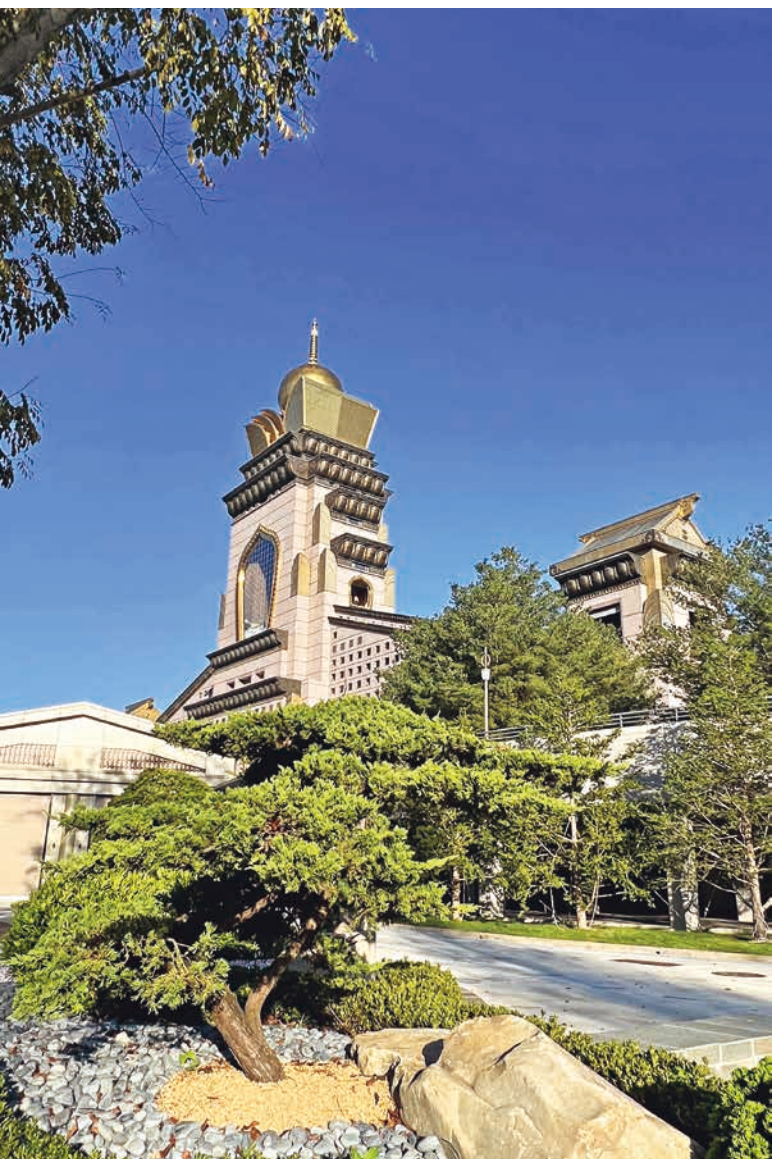
「對離幻垢，說名菩薩」，對於這些幻化境界，知道遠離，就是菩薩。什麼叫做遠離？不是用身體離開這個世界，而是指心不染著、心無所住，才是真正的遠離；假使心沒有遠離，就算跑到最高的山上、跑到沒有人煙的地方、乃至跑到月球上去，還是不能遠離。例如現在的科學已經能發射人造衛星到太空去，如果心沒有遠離，就算是到了月球，還是一樣會覺得受干擾。過去因為交通不發達，人口稀少，許多荒山都沒有煙，如果想要獨自跑到偏遠的地方

去當隱士，我們可以住在荒山，享受沒有人煙的生活。但現在到處都寸土寸金，不可能找到這樣的地方，就算真的找到了，如果心當中始終覺得很孤獨、寂寞，還是沒有用，還是沒辦法超凡入聖。因為心眼未開，這個心還是處在暗無天日的無明中，沒辦法得解脫，所以依然沒有遠離。如同深山裡有野人，他們雖然

生活在深山裡，但對人生的意義不了解，只知道吃、住，心中還是煩惱、無明，還是有生死，還是沒辦法遠離，所以稱為野人。

所謂遠離，就是要遠離塵垢、遠離煩惱，心當中有了煩惱，要把它化掉。化就是轉化，可以用慚愧的方法來化除煩惱，例如發一個慚愧心，告訴自己從

現在開始不起煩惱，這樣就遠離了。陶淵明詩云：「結廬在人境，而無車馬喧。問君何能爾？心遠地自偏。」修行最重要的是心要遠離。雖然身處在都市、車水馬龍當中，只要不去攀緣都市中種種塵勞的事情，心清淨、心安定、心平靜，堅住正念，馬上就能遠離。相同的道理，我們雖然身出家了，遠離了紅塵家，假使心中依然都是欲愛、色愛，心染污了，還是沒有遠離。明白了佛法的道理，就知道最重要的是我們這個心，心能遠離，就是智慧。所謂「百花叢裡過，片葉不沾身」，這就是遠離。菩薩和光同塵、和而不流，隨流而不合污，這念心隨緣不變，隨著大眾的因緣來生活作息，衣食住行與大眾都一樣、沒有什麼差別；可是這念心始終清清楚楚、了了分明、寂照一如。做到了，就是在淨土，就能超凡入聖。





## 心清淨故 一切清淨

「善男子！此菩薩及末世眾生，證得諸幻滅影像故，爾時便得無方清淨，無邊虛空覺所顯發。覺圓明故，顯心清淨」，這個地方所說的道理就是依心起修、依性起修。我們修習每一個法門，都要知道是依什麼起修？例如依空大起修、依根大起修……這個地方就是依心性起修，依圓覺淨性、也就是諸位聽法這念心起修。時時刻刻都要使這念覺性清淨。覺性在哪裡？古德云：「在眼曰見，在耳曰聞，在鼻辨香，在口談論，在手執捉，在足運奔，遍現俱該沙界，收攝在一微塵。」等於儒家所說：「放之則彌六合，卷之則退藏於密。」這個就是覺性。

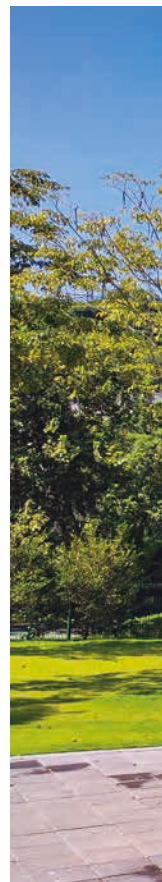
「心清淨故，見塵清淨。見清淨故，眼根清淨；根清淨故，眼識清淨。識清淨故，聞塵清淨；聞清淨故，耳根清淨；根清淨故，耳識清淨。識清淨故，覺塵清淨。如是乃至鼻舌身意，亦復如是。善男子！根清淨故，色塵清淨；色清淨故，聲塵清淨；香味觸法，亦復如是。」

依覺性起修，這一念心、這個覺性清淨了，六根、六塵、六識、十二入、十八界就清淨了。我們這念心清淨了，就是菩提心、覺心。師父在這裡說法，諸位聽法這念心清淨了，我們的六根就清淨；六根清淨，外面的六塵就清淨；六塵清淨，根塵相對而生的六識就清淨；六識清淨，十八界就清淨。內有六

根、外有六塵、當中生六識，根塵識加起來，就稱為十八界。十八界清淨了，整個世界、一切國土、佛土，所有境界統統都清淨，這就是淨土。我們這個心清淨了，外境就清淨，這就是佛法的根本。

「善男子！六塵清淨故，地大清淨；地清淨故，水大清淨；火大風大，亦復如是。善男子！四大清淨故，十二處、十八界、二十五有清淨。彼清淨故，十力、四無所畏、四無礙智、佛十八不共法、三十七助道品清淨，如是乃至八萬四千陀羅尼門，一切清淨。」

這裡提到「四大清淨故，十二處、十八界、二十五有清淨」，「二十五有」都屬於三界的範疇，把三界細分開來，就是二十五有。為了方便記憶，古德用四句話總括二十五有的內容：「四洲四惡趣，六欲並梵天，四禪四空處，無想五那含。」「四洲」是東勝身洲、西牛貨洲、南瞻部洲、北俱盧洲，是指人道；「四惡趣」是指地獄、餓鬼、畜生、修羅。「六欲」指欲界六天，「梵天」指初禪的大梵天。「四禪四空處」，證到四禪八定，就生到四禪天、四空處天。「無想」是四禪的無想天，「五那含」是五阿那含天，指四禪中無煩天、無熱天、善見天、善



現天、色究竟天，又稱為五淨居天，證到阿那含果，也就是證到三果、不還果，生到天上就住在淨居天。四洲為四有，四惡趣為四有，六欲天為六有，梵天為一有，四禪天為四有，四空處天為四有，無想天為一有，五那含天為一有，這些就是「二十五有」。所謂「有」，就是有情識、有業。我們修行要明白這些道理。世間法清淨了、乃至出世間一切清淨。

## 修無修修 離於二邊

「善男子！一切實相性清淨故，一

身清淨；一身清淨故，多身清淨；多身清淨故，如是乃至十方眾生圓覺清淨。善男子！一世界清淨故，多世界清淨；多世界清淨故，如是乃至盡於虛空，圓裹三世，一切平等，清淨不動。善男子！虛空如是平等不動，當知覺性平等不動；四大不動故，當知覺性平等不動；如是乃至八萬四千陀羅尼門平等不動，當知覺性平等不動。善男子！覺性遍滿清淨不動圓無際故，當知六根遍滿法界；根遍滿故，當知六塵遍滿法界；塵遍滿故，當知四大遍滿法界，如是乃至陀羅尼門遍滿法界。善男子！由彼妙覺性遍滿故，





根性、塵性無壞無雜，根塵無壞故，如是乃至陀羅尼門無壞無雜。如百千燈光照一室，其光遍滿無壞無雜。善男子！覺成就故，當知菩薩不與法縛，不求法脫；不厭生死，不愛涅槃；不敬持戒，不憎毀禁；不重久習，不輕初學。何以故？一切覺故。譬如眼光曉了前境，其光圓滿得無憎愛。何以故？光體無二，無憎愛故。善男子！此菩薩及末世眾生，修習此心得成就者，於此無修亦無成就。」

這個地方所說的道理，就是修無修修。覺性遍滿一切，無壞無雜。有成就有壞，無成即無壞，這一念心本來如是，法爾如是，所以「無修亦無成就」。

要想達到究竟的境界，這一念心就要遠離欣厭。「不厭生死，不愛涅槃」，一個是生死、一個是涅槃，一個是愛、一個是憎，都是兩邊；所有一切法門，都是基於愛憎二心而產生出來的方便法。這個地方告訴我們「不厭生死，不愛涅槃」，就是離開兩邊，這是最究竟的法門。以求生西方極樂世界為例，認為我們這個世界是苦、西方極樂淨土是樂，所以厭離這個世界，希望求生西方，一捨一取、一憎一愛，這就是方便。乃至於說修行要上求佛道、下化眾生；厭離生死、趣向涅槃……這些都是佛所說的方便。

要想契悟中道實相，就要不落兩邊，沒有愛、沒有憎，這才是究竟。「不敬持戒，不憎毀禁」，對於持戒的人，

我們也不讚歎；對於破戒的人，我們也不嫌棄。因為有了這些念頭，這個心就落入兩邊，就不是實相、不是這念心實實在在的相貌。這念心做到不落兩邊，就是實相，所以這個法門，就是頓悟自心、直了成佛的法門。

我們修行、說法，要看對方的根機。假使對普通人講這個道理，他不能了解，聽了心生誤解，可能就會產生一些副作用，心想：「佛經裡提倡持戒，而你卻說『不敬持戒』，這不是顛倒嗎？對於毀戒的罪惡之人，我們應該要把他擯除，要作羯磨、不共住，怎麼還說『不憎毀禁』？像這種人為何還要對他客氣？」大家要了解，這個地方所說的是心地法門，是指我們這念心離開憎愛兩邊，不取不捨，不敬不憎；因為這念心一旦落入了兩邊，就沒有辦法契悟中道實相。

「不重久習，不輕初學。」一般人看到年紀大的上座大德，就對他很尊重、請他到前面坐首座；看到剛剛出家的人，認為他什麼都不懂，就輕視他。我們從這個地方就明白，這種觀念是不對的！「不重久習，不輕初學」，就是心行平等，這念心不動不搖、不去不來。所謂「有佛處不得住，無佛處急走過」，聽到現在有某一尊佛出世，心中也不



歡喜；聽到有人批評佛教，說佛只是個精神象徵、並沒有佛的存在，心中也不恐懼。聽到佛經裡面講，修行學佛可以得六神通，也不高興；聽到有人說神通是虛妄、沒有六神通，也不起煩惱。這個心不欣不厭、不取不捨、不迎不送，這樣來用功，自然就能證到如來的十力、四無畏、十八不共法。

要達到無畏的境界，這念心就要安住不動，無論遇到什麼境界，這念心都不動，不驚慌、不恐怖。孟子也說「四十不動心」，佛法講不動，儒家也是如此，只是佛法的道理與儒家相比，有層次深

淺的差別。《圓覺經》這裡所講的是心地法門，告訴我們面對這些境界時，這念心應該如何安住，方能證到圓覺的境界。

「善男子！此菩薩及末世眾生，修習此心得成就者，於此無修亦無成就。」一切法，有成就有壞、沒有成就沒有壞，而這念心是本具的，所以沒有成、也沒有壞，也就沒有所謂的成就。

「圓覺普照，寂滅無二。於中百千萬億阿僧祇不可說恆河沙諸佛世界，猶如空華亂起亂滅，不即不離，無縛無脫，始知眾生本來成佛，生死涅槃，猶如昨





夢。」達到這個境界，才曉得一切眾生本來都可以成佛，只因迷惑、顛倒，所以成了不覺的眾生。「生死涅槃，猶如昨夢」，從漸次修證來看，生死就是生死、涅槃就是涅槃。一個是眾生的境界、一個是佛的境界；一個是因、一個是果。從究竟來看，因果是一體的，生佛是一體的，所以「不即不離，無縛無脫，始知眾生本來成佛，生死涅槃，猶如昨夢」。

「善男子！如昨夢故，當知生死及與涅槃，無起無滅，無來無去。其所證者，無得無失，無取無捨；其能證者，無作無止，無任無滅。」以漸修而言，在修行的過程中有「作」、「止」、「任」、「滅」；例如天台宗建立三止、三觀，都屬於作止任滅。「作」就是作意，例如這個心要覺察、覺照，提念、轉念、破念，這就是作。「止」，就是把這個心止在一個定點上。「任」就是保任、保持這個境界，任持自性，這念心要清清楚楚，站得住、站得長，人在哪裡，心在哪裡，這就是任。「滅」就是寂滅、滅除心境，例如修觀，無論觀日輪、觀月輪、觀佛像……這些都是假想出來的，都是修行的方便，修觀到最後，還要把這些所觀的境界滅掉。《圓覺經》所談的是究竟的道理，而不是方便，作、止、任、滅，在這裡來講，還是心當中的四種過，所以要「無作無止，無任無滅」，這樣來用功，這念心才能任運無礙。「於此證中，無能無

所」，無能證之智、無所證之相，能所一如。「畢竟無證，亦無證者，一切法性平等不壞」，有能證、所證，就屬於小乘，就屬於漸修、方便，不屬於圓覺。這個地方是指最高的圓覺境界來講，所以說畢竟無證、亦無證者。

「善男子！彼諸菩薩，如是修行，如是漸次，如是思惟，如是住持，如是方便，如是開悟，求如是法，亦不迷悶。」在一開始時，普眼菩薩向如來請問修行漸次，怎樣去思惟？怎樣去住持？怎樣是正方便？怎樣才能開悟？這裡如來就作了總結答覆。方便，有前方便、正方便；要有正方便，才有正思惟。前方便有很多，我們修福德、修智慧，參加種種法會，誦經持咒，聽經聞法……這些都屬於前方便。正方便，就要依據我們這一念心來起修，依心起修、依性起修，就屬於正方便的法門。


## 安住實相 契證圓覺

「爾時，世尊欲重宣此義，而說偈言」，很多佛經中，最後都會看到世尊「重宣此義，而說偈言」，一方面是做一個結論，恐怕大眾聽了很多道理，不知道如何歸納，在這些文字相中迷失了，所以佛最後又把道理重新再說一遍，提綱挈領，讓大眾知道重點在什麼地方。另一方面，因為會中有晚到的眾生，雖然最後趕上了，但前面的道理沒有聽到，所以佛很慈悲，最後又簡單扼要地再說一次。

「普眼汝當知，一切諸眾生，身心皆如幻。身相屬四大，心性歸六塵。四大體各離，誰為和合者？如是漸修行，一切悉清淨，不動遍法界。」一切眾生從過去到現在，因為妄想顛倒，一直認為自己的地大、水大、火大、風大，是自己的身相；妄認色、聲、香、味、觸、法六塵在心中留下的塵影，是自己心的相貌，產生顛倒、迷惑。不知道四大、六塵緣影都是因緣假合的虛妄境界，把它當作真實的、執萬法為實有，而產生我執、法執。現在把這個虛妄的境界，統統了解了，深信不疑，就能破除這些顛倒、妄想、執著。所以要想成就如來的圓覺法界，每個人都可以做到，就是不要迷惑、不要顛倒，了解一切都是虛妄不實的，六根、六塵、六識，都不離我們本具的覺性；只要保持這念覺性，念念分明、處處作主，這念心寂然不動，即周遍法界，就是這麼簡單。

「無作止任滅，亦無能證者。一切佛世界，猶如虛空華，三世悉平等，畢竟無來去。」作止任滅，都是修行的方便；有能證、有所證，就是有法可得，就屬於小乘。這個地方講「圓覺」，直接了當、不假方便，所以無作止任滅。我們這念心本來如是，法爾如是，要直下承擔，當中不能有絲毫造作，就是如此。「一切佛世界，猶如虛空華」，一般人都想要見到三世佛、見到一切淨土，究竟來看，這些都是虛妄不實的，就像空中的花一樣。「三世悉平等」，一般

人都執著有過去、有現在、有未來；而這念心如果達到究竟，就是三世悉平等，過去、現在、未來平等一如，沒有空間、沒有時間，統統歸於圓覺、歸於這一念心。「畢竟無來去」，沒有去、沒有來，到達這個境界，就是如來的心境，當下就是實相，內外一如，生佛平等；所謂平等法界，無人無我、無佛無眾生，就是實相境界。

「初發心菩薩，及末世眾生，欲求入佛道，應如是修習。」要想成無上正等正覺，就要了解這些道理、要有這種觀念，有了這些觀念之後，在動靜閒忙中安住實相，就能契入如來的境界。如《六祖壇經》云：「菩提自性，本來清淨，但用此心，直了成佛。」這就是無上乘，這當中沒有作止任滅，這就是頓悟自心、直了成佛！這一章很有意義，大眾要多去研究、多去思惟。〈普眼菩薩章〉講到這裡為止，大眾休息。（待續）





本期主題

# 我今見聞得受持 願解如來真實義

攝影／傳門

《華嚴經》云菩薩摩訶薩有十種求法，  
所謂「直心求法，無有詭誑故；精進求法，遠離懈怠故；  
一向求法，不惜身命故……」

菩薩為斷煩惱、饒益自他，深心受持佛法、落實信解，  
必能徹見心源，成就如來知見。

# 依教奉行 得佛受用

## 惟覺安公老和尚開示

編輯部整理

佛法是寶，我們聽聞佛法，按照佛經所言修戒、修定、修慧，進而「明心見性，見性成佛」，這是人生最大的財富。

人身難得，佛法難聞。佛法是寶，我們聽聞佛法，按照佛經所言修戒、修定、修慧，進而「明心見性，見性成佛」，這是人生最大的財富。所以我們要知恩、感恩，對佛法要有恭敬心。有一分恭敬心，就能消除一分業障；消除一分業障，就能增長一分福德和智慧。有十分恭敬心，就能消除十分業障；消除十分業障，就能增長十分福德和智慧。

古德為什麼容易成道、與道相應？就是由於對法有恭敬心，乃至為法忘軀，為了研究佛法、得到佛法，不惜犧牲自己的生命。像禪宗二祖慧可大師斷臂求法，就是以法為重、以身為輕，以這樣的恭敬心來求法，所以能夠與佛法相應。因此，我們修行首先要有虔誠恭敬心，要尊重法。

### 佛法難聞 應當敬受

《佛說四十二章經》云：「得睹佛經難。」過去要想見到佛經是一件很困難的

事，要有大福報、要有殊勝因緣，才看得到佛經。現代由於印刷術和交通的發達，弘法普遍，佛經流通也廣，所以看佛經非常方便。雖然如此，卻有許多人視而不見、聽而不聞，把佛經視為普通書籍，不知道佛法的珍貴；即使有機會聽聞佛法，既不相信、也不能深入，甚至認為佛法只是行善而已，把佛法當成一般的善法，這樣即使聽聞了佛法，還是等於沒有聽聞。由於現代社會佛經流通很廣泛，一般人反而不知道珍惜，所以說「得睹佛經難」，要真正契入佛法的心要，更是不容易。

過去古聖先賢、發心的菩薩，為了求取佛經，實在是經過千辛萬苦！在唐朝，玄奘大師到西天取經，路程中經過九死一生，花了將近二十年的時間，才把佛經從印度帶回中國。帶回來的佛經是梵文寫成的，要經過繁複的翻譯過程，才能在中土流傳。在古代，翻譯經典需要動用龐大的財力、人力，必須經過諸多潤飾，還要請



高僧大德擔任「證義」，證明翻譯無誤，這部佛經才可以流通。所以，每天誦經、看經，要心存感恩，作難遭遇想。

玄奘大師之後，又有一位義淨大師，千里迢迢地西行取經，經過二十五年的歲月，歷經千辛萬苦才回到中土，因此寫了一首詩感嘆佛經的難得：「晉宋齊梁唐代間，高僧求法離長安；去人成百歸無十，後者安知前者難。」「去人」，指到西天取經求法的人。「去人成百歸無十」，去了一百個人，回來的不到十個，許多人都命喪途中。「後者安知前者難」，後代讀經、看經的人，如何知道前人取經的困難呢？又云：「路遠碧天唯冷結，砂河遮日力疲殫，後賢如未諳斯旨，往往將經容易看。」古代取經的菩薩都是用生命去換取佛經，所以我們看到佛經，要珍惜、要恭敬。所謂「人身難得，佛法難聞」，要珍惜聽聞佛法的因緣，否則錯過了這一生，要再看佛經就不容易了。

## 佛昔求法 不惜身命

三藏經典是智慧的寶庫，這是佛陀經過三大阿僧祇劫的修證，把他的智慧、經驗說出來、開示大眾，非常稀有難得。不但整部經是寶，經中一章、一句、一偈也是寶，即使半句偈也是非常可貴。

釋迦牟尼佛過去曾在雪山修行，人稱雪山童子。雪山童子已經修成仙道了，但是他認為自己的福德智慧還不足，沒有辦法普度眾生，所以就發了大願，要成就

無上正等正覺。這個大願一發，就震動了忉利天的天宮。天主釋提桓因一看，原來是雪山童子發了想成佛的大願，就要來測驗、考驗他，於是就變成一個羅刹鬼，來到童子面前，唸了兩句佛法：「諸行無常，是生滅法。」這個世界上一切法都是無常，都是緣起性空，不但外境無常，我們這個心念念生滅，一個念頭接一個念頭也是無常。

雪山童子一聽「諸行無常，是生滅法」，知道這是人生的真理，馬上追問：「我剛剛聽到你說了兩句偈，似乎還沒有說完，請你把後兩句也說給我聽。」羅刹鬼說：「這個偈子是過去佛所說的，後兩句偈語，是告訴我們如何脫離無常，這才是真正的佛法。如果你想聽，就得答應我一件事，我是羅刹鬼，每天要吃活人的肉、喝活人的血才能過活，你把你的血和生命布施給我，我就把下面兩句話告訴你。」

雪山童子真正是發了菩提心，便說：「沒問題！只要你講出下面兩句偈語，我一定布施自己的生命，用血肉來供養你。」羅刹鬼就說出了後兩句：「生滅滅已，寂滅為樂。」所有外境的生滅，都是由我們這念心的生滅引生出來。這念心達到沒有生滅，我們的身體、乃至整個世界就沒有生滅；這念心寂滅現前，就證到涅槃。雪山童子一聽，當下就契悟了寂滅境界。於是，他咬破手指，用血把這四句話寫在石壁上。寫好之後，羅刹鬼說：「你要供養我，就要從樹上跳下來，讓我吃你的血，

像這樣為追求真理而犧牲、奉獻，才是真正的供養。」

雪山童子爬到樹上跳下來時，羅刹鬼立刻知道他是一位真正為法犧牲的菩薩，於是恢復帝釋身，在半空中接住雪山童子，告訴他：「其實我不是羅刹鬼，我是釋提桓因，特地來測驗你是否真正發菩薩心、修菩薩行。你真正是一個發了道心的菩薩，確確實實為法忘軀，所以我就把這四句佛法告訴你、傳給你。」我們想一想，佛陀過去生，為了求一句佛法的真理，而捨生命；假使我們有相同的發心，一樣可以成就道業。

## 依法修行 得真實益

三藏經典的言教是佛講的，我們要有信心、要深信。人身難得，正法難聞，我們今生能夠聽聞到正法，是由於過去種了很大的善根，實在是難遭難遇，要有這種想法，這樣就能激勵我們的道心、啓發智慧，進而達到不退。明白了佛法的道理，依照佛法的道理去實踐，有事有理、有因有果，這一生修行就可以契入、就可以了生死。🙏





# 謙恭受益

文／中台男眾佛教學院研究所二年級 星清法師


小時候在學校上課時，班長都會喊：「起立、敬禮、老師好」，目的是為了培養我們的恭敬心。因為對老師有恭敬心，才能虛心受教、進而從中受益。古德云：「滿招損，謙受益」，就是在告訴我們這樣的道理。

所謂「慢如高山，法水不住」，修行人想要獲得法益，就要懂得謙虛和恭敬的道理。依《法華經》的記載，佛每說完一品，就有許多人得法眼淨，乃至證到無生忍。現在我們佛法也聽了不少，為何沒得到相同的利益呢？這讓自己想到唐代義淨大師所作的〈取經詩〉：「晉宋齊梁唐代間，高僧求法離長安；去人成百歸無十，後者安知前者難。路遠碧天唯冷結，砂河遮日力疲殫，後賢如未諳斯旨，往往將經容易看。」古時候高僧西行取經歷盡艱辛，很多人有去無回。古人想要聽法、看經都很不容易，所以非常珍重經書、恭敬佛法，如此便能夠受用法益。

現在是網路、資訊發達的時代，不論是聽法或是經書的取得，都非常容易。照理來說，我們應該更容易獲得法益才是，但結果卻相反，這是為什麼呢？因為容易取得而將其看輕，缺乏虔誠恭敬的心念。如何檢視自己對法的恭敬程度？可以從日

常生活中的行為來注意，例如：經書的擺放是否端正，問訊、禮佛等種種行儀是否如法等。對法恭敬的程度，決定是否能領受法益；若對法不恭敬，也喪失得到法益的機會。

在出家前，有一次背經時，雖然經文很短，卻背不起來。於是就向精舍法師求教，當時法師教我去佛前懺悔。在懺悔的過程中，才慢慢明白，是因為自己一向覺得背經很容易，起了輕慢心，所以背不起來。於是當下發願要恆常恭敬於法。所謂「人有誠心，佛有感應」，當自己懺悔完後再去背經，很快就連續背完三章。從此讓自己對佛法不敢有絲毫的不恭敬。

開經偈云：「無上甚深微妙法，百千萬劫難遭遇，我今見聞得受持，願解如來真實義。」修行學佛必須要心存恭敬，才能了達佛法的真實義理。若起輕慢之心，就容易處處有障礙。所謂「有一分恭敬心，就消一分業障，有十分恭敬心，就消十分業障；消一分業障，就增加一分福德和智慧，消十分業障，就增加十分福德和智慧。」常行恭敬，是通往一切世間、出世間功德的關鑰，豈能不勤加奉行？


# 解脫自在的指南針

文／中台男眾佛教學院研究所二年級 星真法師

開始接觸佛法，是因為自己遭遇一生中最大的挫敗；當時，偶然發現住家附近有道場，於是決定報名禪修班，尋求人生迷惑的解答。走投無路的自己，要不是因為這段法緣，不知怎樣才能擺脫心中的無奈與失意。學佛不久後，雖然還只是個初級禪修班學員，但所薰修到的真理，如四聖諦、八正道、三皈五戒等，一一讓自己心開意解，受用無窮。《佛說無常經》云：「法雲法雨潤群生，能除熱惱蠲眾病。」憑藉正法的力量，便將負面情緒轉為坦然面對逆境的勇氣，使自己從挫敗中，重見人生無限的可能性。

佛經中稱我們所處的世界為「娑婆」，義譯為「堪忍」，表示此界眾生堪能忍受諸苦惱。換句話說，人人都想離苦得樂，但一般人不識得方向，也不了解方法，只得隨波逐流，因而塵勞不絕，在無奈大苦中，以小苦為樂，乃至輪迴六道，無法出離。聽經聞法的目的，不外乎認清正確的「方向」和「方法」，以佛法的知見為方針，而於自性中，覺悟一條究竟解脫的康莊大道。例如，一切佛法皆不離四諦，所謂「知苦斷集，慕滅修道」。於日常生活中實踐四諦法，漏盡見思二惑，即能契入菩提涅槃。

欲行千里，具備地圖和旅費後，若不發足超方，朝著目的地前進，就永遠只是空談。聽經聞法，貴在躬行實踐；修行學佛，貴在解行並重。百丈懷海禪師曰：「夫讀經看教，語言皆須宛轉歸就自己。但是一切言教，祇明如今鑒覺自性，但不被一切有無諸境轉。」可見，一切言教皆是啟發覺悟自心之方便，最終要「宛轉歸就自己」，由解起行，反觀自性、照破煩惱、淨化身口意三業。這樣才能真正踏上菩提涅槃之路，得到佛法的真實受用。否則所學到的教理，只不過是口頭禪而已。總而言之，掌握「方向」和「方法」，即能生「解」；將其「落實」和「實踐」，則是起「行」。若能解行並重，人生中所有一切煩惱，都得以滅除。

當時，精舍法師曾對自己說：「佛法裡，什麼答案都有。」確實，唯有佛法能徹底解答人生的迷惑，讓我們究竟離苦得樂。





# 師資道合 說聽究竟

文／中台禪寺女眾部副住持 見關法師

所謂「師資道合，說聽究竟」，師父應機施教，弟子資質契合，方能說聽圓滿，好比母雞協助即將破殼而出的小雞，彼此啣啄相接。

每當世尊開演微妙法前，常見請法弟子在眾中起立，至誠頂禮，長跪合掌，恭敬求法；世尊在應允前，則會要求大眾諦聽及善思。這些帶給我們現代學佛行者什麼樣的啟示呢？

## 身心恭敬 方能入道

所謂「師資道合，說聽究竟」，師父應機施教，弟子資質契合，方能說聽圓滿，好比母雞協助即將破殼而出的小雞，彼此啣啄相接。如同教學，必須由教師與學生共同參與完成，若老師講授精彩，學生不用心聽，則產生不了學習效果。《大智度論》詮釋「如是我聞」云：「聽者端視如

渴飲，一心入於語義中，踊躍聞法心悲喜，如是之人應為說。」正說明入道條件之一，即是我們求法者應以恭敬的身心，例如端身正坐、不手臂托腮、衣著端莊、內心專注無妄，作好虔恭學習的準備，具足清淨信心，才有可能入道。

《增壹阿含經》記載，有一次世尊說法，一位年長比丘舒展雙腳而酣眠，而在場一位八歲沙彌跏趺端坐思惟、攝心精進。佛藉此開示以懈怠身心聞法，不得善利，如老比丘過去墮龍身五百世，今生命終又將墮落為龍。聞法當威儀具足、心誠無妄，方能獲得法益，如這位精進沙彌，七日後將悟四諦理，證得禪定。





世尊過去生爲雪山童子，因求半偈而捨身命。歷代祖師或行者參學，往往跋山涉水，歷經千辛，只爲求得一悟。如二祖慧可求道於達磨祖師，在雪地佇立一夜，請求祖師爲眾生廣宣妙法。達磨祖師指出諸佛妙理，廣大精深，修行成佛無不經歷長遠難行難忍的磨鍊，豈是以小德小智、輕心慢心，就能了達甚深教法？二祖於是斷臂，以表求法的精誠之心，而得到達磨祖師認可；進而在請求初祖爲己安心時，契悟甚深禪機，禪

宗法脈因而傳繼。又如行者參學請法，三業清淨，至誠合掌佇聽，禪師上堂應機開示，忽然一言相契，頓悟自性，便獲接引。

## 向上一路 祖師平懷

聞法能入道，除了親從善知識處學習，聽法者要身心虔恭，還應留意什麼問題，掌握何種原則呢？《禮記·學記》分析學生有四種問題心態，可歸納爲兩種：一是貪多、求速成；二是自我侷限、不持續學習。《佛說四十二章經》也云：「博聞愛道，道必難會」，「守志奉道」才能與道相應。反觀自己初出家時，急著多聞而一路向上求解脫煩惱，卻平添煩惱，無

法真正領會開山祖師「向上一路」之旨。直到某次大眾恭迎老和尚步入齋堂，從師父步履中，感受到修種種善不著「是我在做」的平懷，才悔悟大丈夫應如此行持踏實。

古人求法不畏艱難，甚至不惜生命，而今科技發達，上網彈指即獲法寶，難以從中體會法寶勝過軀命，易誤判這些道理很普通，侷限在聽過就好的初淺認知層次。這種心態就像一只杯子裝滿了我慢水，裝不進法水，錯過聞法悟道機緣，豈不可惜！

我們如果希望親嘗微妙法水而得受用，應思惟佛法相傳至今的歷程，感念諸佛、歷代祖師及中台開山祖師的犧牲奉獻。身爲現代佛子，擁有方便資源，應善用於助道，不應長養慢心輕法。如上禪修課應具足恭敬聽法的威儀，無妄念、雜念或昏沉，或不自覺托腮，知道心跑掉了，當以善知識難遇、法寶難得，或「人在哪裡，心在哪裡」覺照一下，不繼續散亂，恢復清明，就能聞法入心。課後認真想一想佛法怎麼說，爲什麼這麼說，並依據因果、空性、本具佛性等教理，觀察心境與人事物，照破妄想執著，放下能想所想，安住覺性。日常活動及靜坐皆持續練習作主，終將契入實相，如《金剛經》所云：「得聞是經，信心清淨，即生實相。」如是師資道合，則能不絕於世。🙏





# 一心頂戴喜受持

文／美國佛門寺住持 見稽法師 攝影／傳捨

恭敬求法、一心聞法、受持行法，  
就如同在茫茫旅途有了衛星導航，時時得到指引，  
方向明確，便能夠信心堅定，歡喜踏實地直趨寶所，一生受用無盡。



常常讀到佛典故事中有佛弟子，不論出家、在家，因為虔敬聞佛說法，當下就「煩惱漏盡，得證聖果」或「得法眼淨，身心泰然」，總覺得欣慕嚮往。仔細去觀察體會，漸漸發現自己在學習佛法時，如果能具備以下三項：恭敬求法、一心聞法、受持行法，就如同在茫茫旅途有了衛星導航，時時得到指引，方向明確，便能夠信心堅定，歡喜踏實地直趨寶所，一生受用無盡。

## 恭敬求法 伏慢受化

學習佛法首要具足恭敬心。古德言：  
「慢如高山，法水不住」，將心中滿滿的

我執煩惱降伏下來，把慢心、疑心都空掉，方能納受教法。如果心中充斥著自以為是、先入為主的想法，即使聽到最殊勝的道理，也無法明白其中的真義。因此在課程或法會進行之前，先頂禮問訊合掌，並且誦念「開經偈」作難遭遇想，今生得聞佛法當善自珍惜。如此「敬生於心，恭為敬貌」才能與法相應。同時，要省察自己的因地心是否清淨？《瑜珈師地論》中提到菩薩求法「專為求善，非顯己德，為欲安立自他善根」，清淨的因地心即是菩提心，是為了體解大道、自覺覺他而求法學法，非只為充實個人學識。

過去在佛學院研究所就讀時，一度覺



得課程艱難，很想放棄。聽聞教授法師苦口婆心勸導：「學習大乘法門，最重要的是發大乘心，也就是大慈悲心。」突然醒悟學習佛法因心清淨的重要。當依開山祖師開示的三種「善」：真空善、假觀善、中道實相善，檢視自己聞法的因心是否符合「善」的標準，始終立足覺性。如此「因地心，果地覺」，即使遇到困難，也不會輕易就迷失退轉。

### 一心聞法 思惟內化

除了求法的心，聽經聞法時最重要的是保持專注。《佛說無常經》云：「佛法如甘露，除熱得清涼，一心應善聽，能滅諸煩惱。」佛法道理能使我們除去心中熱惱，關鍵在於「一心」，也就是聞法時專心致志，依教觀心，正念思惟，內化為自己的知見。對於沒聽過的名相、道理，先從文字般若去熟悉，把定義了解清楚。對於已經聽過的則不斷重慮緣真，起觀照般若，向內返照，反省自己的作為是否如佛所教。佛法甚深微妙，例如因緣果報、緣起性空等道理，即使聽了很多遍，每次認真聽，就會有新的體會、新的發現。

### 受持行法 落實深化

佛經中，常見佛為大眾說法完畢時，「一切大眾，聞佛所說，歡喜奉行。」顯示聽經聞法與落實修行的密切關係。王陽明先生說：「知是行之始，行是知之成。」真知道必須也要做得到，解行並重。所以佛弟子「頂戴奉行」，敬信憶持教理，於身口意落實，深化修行。

當我們有佛法為依靠，心中就有安定的力量，面對無常變化的外境時，能堅住正念，隨順覺性，時時記得在正確的因上努力，這種心境明朗的喜悅，唯有聞法修行方能體會。《法華經》中有一則譬喻：天降甘霖於大地，雨水滴落在山林曠野、丘陵谷川、花草樹木之上。雨水是平等落下，無有揀擇，只因萬物形類各異，所得水分便隨之而有差別。佛法如同平等雨露，隨眾生根器及領悟、奉行程度不同而各得潤澤，不論多少，皆得受益。在海外精舍發心，見證了佛法潤澤群生的殊勝，不分種族膚色、語言文化，凡有心者，有緣至道場求法、聞法、行法，皆得法益。

今生有幸得遇開山祖師，得聞正法，發願生生世世，一心頂戴，歡喜受持，以報答深恩。🙏





# 恭敬聽法 潛移默化

文／普觀精舍護法會顧問 傅鑫 攝影／法參

將課堂上一句句的開示，在生活中一步步地落實，深切了解不管外在環境如何變化，最終還是要回到心上用功，也讓自己修行上更踏實。

當前這個一切講求速成的時代，大部分的人對於人際關係或事務處理，很容易忙忙碌碌迷糊地過、輕輕忽忽草率地過、拉拉雜雜混亂地過，卻少有人能盡心盡力謹慎地過，原因就在於缺乏恭敬心。

## 恭敬持經 難遭難遇想

記得初初進入精舍上禪修班，第一堂課學的就是在誦經和禮佛時，如何恭敬地執持經本。當下，如來夙昔為求半偈而捨身命的典範、歷代高僧翻山越嶺、西行求法的種種艱險，彷彿歷歷在目。歷經重重困難取回的經典，是如此的難遭難遇……

疫情期間，我們仍然能在安定的環境

中聽經聞法，是弘法者的願心，與護法者的發心。線上課程教授法師認真授課，圖文並茂、引經據典，無非就是希望學人在疫情的難緣中，依然能得到佛法的滋潤。弘法、護法背後種種的辛苦付出，在在都讓自己感恩不已，恭敬之心油然而生。

「佛法無人說，雖慧莫能了」，佛法的知見，就是在課堂中一點一滴地建立起來。教授法師曾開示：「發心究竟二不別，如是二心先心難」，「成佛不難，發心才難」，這些話如醍醐灌頂，雖然佛道要三大阿僧祇劫才能成就，但不發心怎能成得了佛？讓從不敢發心的自己，願意發心。

所謂「為學日益，為道日損」，過去





不斷地追求學問知識、累積財富名利，現在卻反向而行，慢慢學習如何去除瞋恚、去除貪欲、去除驕慢……「修行的工夫，不在於佛學名相知道得多寡，而在於能放下得多快。」在中秋節國道塞車、時速十公里的煩躁中，提醒自己快快放下，課堂的叮嚀成了安定身心的警語。

### 心上用功 地闊碧潭清

「因地心，果地覺」，只有以不生不滅的因心，才能成就不

不生不滅的佛果，所以因地發心正確至為重要。珍惜上課的因緣，專注地聆聽，不打妄想、不落昏沉、沒有無記，保持這念心清清楚楚、明明白白。將課堂上一句句的開示，在生活中一步步地落實，深切了解不管外在環境如何變化，最終還是要回到心上用功，也讓自己在修行上更踏實。

白天診所業務繁忙，每當夜晚來臨，終於可以早早回家休息時，卻常有牙疼的病人，在最後一刻衝進診間……此時，疲累的色身與菩提心在拔河！問問自己是否能放下醫生高高在上的慢心，恭敬每一位進來求診的病患，對病人的苦痛感同身受？是否尊重每一個病人的感受，以病人

為優先考量？若對方是自己的家屬，又會怎麼做？耳邊響起老和尚常說的：「但願眾生得離苦，不為自己求安樂」，走進診間的長輩，就是我的父母；平輩，就是我的兄弟姊妹；晚輩，就是我的兒女；期許自己能視病如親。於是提起正念，恭敬謹慎地處理每一個治療的細節，為病患拔除痛苦。

在疫情嚴峻、人心惶惶的難緣下，周邊的人似乎都成了新冠病毒感染者的假想敵。人們把自己框限起來，不知所措，甚至失去了人與人之間的親近關懷。在眾人恐慌、沉浮於苦海之際，感恩中台這艘大法船，以線上的佛法課程，將我們接引上岸。有教理的薰修、有法師循循善誘的引導、師兄弟的相互砥礪，我們唯當一心恭敬聆聽，將佛法落實於日常生活中，他日定能「桶底脫時大地闊，命根斷處碧潭清」。







# 發精進心 永不退轉

文／普觀精舍護法會副會長 傳香 攝影／傳優

疫情期間，自己早晚做定課，佛前發願、誦經、靜坐，並藉由線上禪修課，聽經聞法，更重要的是把佛法用在日常生活中，依著佛法安定自心。

一念好奇心，驅使自己走向精舍，開始修行學佛。二〇〇一年中台禪寺落成，自己與二個年幼的小孩同時皈依開山祖師惟覺安公老和尚。因為大姊經常到山上或是精舍發心，當時自己心想：有需要這麼忙嗎？後來，普觀精舍舉行禮拜萬佛法會，爲了想去了解大姊到底在忙什麼，於是參加法會禮拜萬佛。也許是虔誠拜佛的功德力，自己接著就報名上初級禪修班。

## 已入寶山 豈空手回

記得教授法師第一堂課開宗明義開示道：「佛者，覺也，即覺悟真理的聖者。覺性，即是眾生本具的佛性，《華嚴經》

云：『無一眾生而不具有如來智慧，但以妄想顛倒執著而不證得。』覺性，即是師父說法、諸位聽法的這念心，能知是非善惡、能覺冷暖，這念能知、能覺的心就是。」當下初聽好像有點懂了，但是這跟過去認知的佛，有什麼關聯？妄想執著又是什麼？只覺得在精舍聽經聞法之時，可以暫時不用理會俗事，但出了禪堂還是一樣要照常上班、繼續料理家務、督促小孩的功課。不過有一個發現：去精舍上課是一件令自己期待的事。

新普觀從大直搬到內湖，同時自己的住家也從汐止搬到內湖，離新精舍更近了，二個小孩如願到普台念書，自己的工



作也很順心。因此聽從師父建議，參加人生第一次禪七。七天禪七過程中，常因腿痛忙著放腿、盤腿，念頭紛飛、停不下來。開山祖師惟覺安公老和尚開示：「妄想來讓它來，妄想去讓它去，不理它。」可是自己念頭來來去去，很難不理它。但有一點自己肯定做得到，就是回家練習盤腿，並且發願每年都要回山打禪七，心中知道已入寶山，豈能空手而回？

從去年新冠疫情發生以來，一個只能在顯

微鏡之下才能發現的「它」，卻造成全世界死傷慘重、人心惶惶；至今人類對它還是束手無策。開山祖師惟覺安公老和尚開示：「外面的境界千變萬化，然而『萬變不離其宗』，只要這念心能作主，就有能力把外面境界轉過來，逢凶化吉，遇難呈祥。」疫情期間，自己早晚做定課，佛前發願、誦經、靜坐，並藉由線上禪修課，聽經聞法，更重要的是把佛法用在日常生活中，依著佛法安定自心。

## 無住生心 安度疫情

《金剛經》云：「應無所住而生其心。」透過止觀法門，在每次六根接觸六

塵時，提醒自己要「藏六如龜」，六根往內收，不往外看，六根不住色聲香味觸法，保持這念心清楚明白、能作主。面對這波疫情，如何具足臨危不亂的智慧？所謂「物我同體」，「心境一如」，外面環境有病毒肆虐，源自內心貪瞋癡三毒，要隨時觸境起照，去除煩惱，回復清淨心。把心安定下來，用平靜心、清淨心面對周遭的一切，自能安度疫情。

「無上甚深微妙法，百千萬劫難遭遇，我今見聞得受持，願解如來真實義。」過去不了解為什麼要學佛，凡事都要「眼見為憑」，不知不覺虛度前半生。今生有幸聽聞佛法，知道佛性本具、人人皆可成佛之理。古德云：「人身難得今已得，佛法難聞今已聞，此身不向今生度，更向何生度此身。」發願常行菩薩道，為眾生而學習，為報佛恩、報師恩而繼續發精進心，永不退轉。







# 信受 方能真奉行

文／普觀精舍研經禪修班學員 法成 攝影／傳景

只有完全信受佛陀的教誨，降伏了內心的傲慢，恭敬之心才會生起，法才能入心。  
「我今見聞得受持」，信受，才能真正奉行。

一九八〇年代出生的我們，躬逢其盛地經歷了台灣錢淹腳目的時代，但也歷經了許多重大金融風暴、科技災難與天然災害事件。SARS 大流行那一年，自己剛好大學畢業，市場一片愁雲慘霧，本該歡欣鼓舞迎接新生活的大學畢業生，被迫面對的是一場供過於求的就業競爭。

十七年的職場生涯，每每竭盡所能、用盡全力，而每一段經歷都是完全不同的挑戰，唯一不變的是，在每一次職涯變遷中，自己都能在競爭中勝出。心中的傲氣與自滿，也就在這一次次順遂的累積中，不知不覺地築起一道慢心高牆。

## 佛陀遺教 降伏我慢

從小到大崇尚科學，在剛進入精舍時，依舊堅持對於聽到的每一句話，都要求自己不可以盲目地崇拜，要帶著研究精神去驗證。所以，看似認真聽講，卻無法真正理解與體悟；研究了經典中每一個字句的意思，卻沒有從中反觀自身的煩惱障礙；熟記師父所說的每一段偈子與解釋，卻沒有用心思惟箇中的涵義，只爲了在談判時，可以信手拈來、令人語塞。自己爲學佛設定了績效指標，用了不正確的方式學佛。

直到有一次禪修課，聽教授法師講授《佛遺教經》：「若我住世一劫，會亦當



滅；會而不離，終不可得。」忽然之間，自己被這短短的幾句話打動了：佛陀能住世一劫，卻比誰都清楚凡事沒有永恆，佛陀用最簡短的文字闡述了無常，並用最直接的方式示現給我們看；相較之下，我卻爲了那渺小且短暫的假相而自滿，著實可笑啊！

終於，了解了什麼叫做「諸法因緣生，諸法因緣滅」，原來過往經歷的每一個片刻，都是種種因緣的和合，從來都不是一個人的努力可以完成的。回想教授

法師的教誨，這次感受不同了，更對自己的驕傲感到慚愧。當晚，恭誦《金剛經》時，放慢了速度，一字一句清楚用心地讀誦，用最謙恭的心，重新認識這部自以爲已經理解的經典。

過往習慣在職場中爭勝的我，迷失在資源有限、欲望無窮的泥淖中不可自拔，卻忘記了成佛其實是沒有名額限制、不需要爭先恐後的。佛法不是祕密，佛經更不是祕笈，而是要讓我們了悟心性、究竟解脫的智慧，它看似廣大高遠，但其實佛法一直都在我們生活之中，只要透過實修實證，就能理解佛法的真切。

## 恭敬心生 法流入心

放下了科學人的傲慢，佛法的道理才開始融入生活，《金剛經》中空性的智慧，也讓自己對處事有了新的體悟。每當有人對自己不禮貌或惡言相向，就先檢討自己是否也常對人不友善。工作受阻礙時，就先懺悔自己是否也曾經阻礙別人的計畫，而結下不好的緣。於是刻薄的態度柔軟了，獲得了更多的善緣與貴人。執著成敗的心放寬了，非但沒有讓工作停擺，反而能更清明地做出正確決策。

「應可度者，若天上人間，皆悉已度；其未度者，皆亦已作得度因緣。」原來真的如佛陀所說，三千多年後，自己得度的因緣，就在這一刻……

感恩開山祖師惟覺安公老和尚弘法利生的慈心悲願，與諸位法師的無私發心。自己學佛既容易又方便，更要體認得聞正法是百千萬劫難遭難遇。曾經，自己把學佛當成一場辯證，把修行視作一項競賽，後來才懂得，只有完全信受佛陀的教誨，降伏了內心的傲慢，恭敬之心才會生起，法才能入心。「我今見聞得受持」，信受，才能真正奉行。🙏





# 把握因緣 轉化危機

文／普蓮寺研經禪修班學員 傳慈


一場全球疫情，除了重創經濟，更引發世界性的恐慌、不安與焦慮，改變全球的所有生活型態。

因為疫情，精舍所有禪修課及活動全面暫停。對於已經長期固定在精舍出坡、上禪修課、參加共修、法會等等活動的自己，除了要調整生活作息外，還要克服面對嚴峻疫情，心裡產生的不安與焦慮。由此深刻體會到世間無常、國土危脆、人命在呼吸間的道理。突然心中浮現開山祖師惟覺安公老和尚的法語「堅住正念」，便隨此法語思惟：佛法是人生的真理，是引導眾生離苦得樂、朝向自在解脫的真理，若善用佛法安定身心，定能平安度過此疫情難關。當下，心中所有的不安與焦慮，瞬間煙消雲散。

感恩山上安排線上禪修課程，讓學員得以用視訊方式聽經聞法。起初許多學員因為年紀大，加上對於手機的操作完全不懂，而不敢嘗試參加線上課程。當時學長團隊盡最大的努力，透過電話教學與不斷地反覆練習，讓學員們建立了信心。或許是因為大家想要聽法的心，戰勝原先不會操作軟體的恐懼障礙，最後都成功進入線上課程來上課。第一堂課，透過視訊畫面看到年長的菩薩們端身正坐，一心恭敬

專注聽教授法師說法的畫面，傳慈心中非常感動。所謂「佛法從恭敬中求」，心中有一分恭敬心，就能消除一分業障，增長一分福德智慧；有十分恭敬心，就能消除十分業障，增長十分福德智慧，從年長的菩薩們身上印證佛法的不可思議，自己心中頓時法喜充滿。

藉由此次疫情難緣，常常提醒自己，要懂得轉化自己的心念，藉境練心，不能被外境所轉；要正信因果，隨時檢討反省，從因上努力，把握當前可以線上聽法的因緣，積極學習，專注恭敬聽法，才能成就聞思修三慧，也才能化危機為轉機。

「唯有佛菩提，是真歸仗處」，佛法猶如一盞明燈，照破黑暗，令人不會迷失方向。傳慈發願要努力學習佛法來調整身心，時時安住在正念上，藉由每天誦經用功，功德回向，祈求世界疫情早日消弭。感恩能得遇老和尚、得聞佛法，感恩三寶及所有善知識，願廣行菩薩道、護法護教，發長遠心，永不退轉。

# 恭敬心起 法即湧現

文／普耕精舍夜間高級禪修班學員 傳參

第一次進入精舍，清淨的氛圍及照客謙和有禮的接待，讓自己印象深刻。再次進入精舍是參加法會，莊嚴肅穆的氣氛令自己收攝身心，頓時謹言慎行，配合司儀、心燈師兄的引導，全程參與法會。此次法會，除內心法喜充滿之外，並對與會師兄們頂禮僧寶的禮儀驚歎不已，雖然自己也跟著做，但心裡總覺得尷尬且不自在。


然而，薰修佛法之後，在至誠頂禮師父的當下，看到了自己的改變——放下我執。當我執放下後，恭敬心隨即現前，不僅對三寶恭敬，待人處事也更懂得謙虛與尊重。

所謂「勇猛心易發，長遠心難持。」新冠肺炎疫情期間，不能到精舍上課、發心，自己便退轉得嚴重，尤其在處理親子關係時，總是煩惱迭起。漸漸地，與孩子間的衝突愈來愈頻繁且劇烈，甚至與同修之間的互動都受到波及。家庭成員之間溝通失調、失去和諧，更遑論彼此尊重與關愛。

線上禪修課程地鐘響起，期許自己能恭敬聽法。雖然妄念依舊紛起，但自己努力將心念專注在教授法師的開示，而不隨妄念起舞。就在聽到師父說：「有此則有

彼，無此則無彼；此生則彼生，此滅則彼滅」時，突然茅塞頓開，驚覺原來是自己的妄執，妄想自己能掌握孩子的人生，導致了家庭失和。

「夫欲聽法，要須真心」，聽法時須放下心中紛亂的雜念，方能與法相應。所謂「有一分恭敬心，就能消除一分業障，增長一分福德智慧；有十分恭敬心，就能消除十分業障，增長十分福德智慧。」以謙虛、恭敬對治慢心，才能對佛法恭敬；對佛法恭敬後，才能了解佛法的真實義理，進而斷除煩惱，得到究竟解脫。

感恩有因緣薰修佛法，期許自己恭敬聽法，從而了解佛法的義理，並依著佛法改變自己，從心做起，使家庭更和諧、人生更圓滿。





# 鹽官齊安禪師

文／編輯部 圖／傳塔



杭州鹽官齊安禪師，唐末海門郡（浙江，一作海汀郡）人，為馬祖道一禪師法嗣。齊安禪師俗姓李，名齊安，母親懷孕時夢日預示吉祥，出生時有神光照室。數年後，有一位異僧登門來見齊安禪師，摩其頂說：「開演無上法，使佛日重光者，豈非汝乎？」師幼年依本郡雲琮禪師出家，年滿二十歲受具足戒，後隨從南嶽智嚴律師習學律儀。元和（806-820）末，師住持杭州鹽官鎮國海昌院，大揚馬祖禪風，故又稱「鹽官禪師」。

## 幼求出家 得法馬祖

齊安禪師實是唐宗室之後裔，因先人避難遷徙，故生於海門郡，極避世榮，而隱祕其氏族家世。齊安禪師幼年時亟請求出家，但被父母訶責阻止，師對雙親說：「祿利之養，止於親爾；冥報之利，不其遠耶？爵位之榮，止於家爾；濟拔之益，不其廣耶？」其父母親聽了感到欣悅而順從其意，於是齊安禪師依從本郡雲琮禪師出家。師雖勤勞謙默、和光同塵，但在大眾中如月光般殊異，亦如鶴立雞群，超絕群倫。齊安禪師二十歲受具足戒後，前往南嶽隨智嚴律師學習律法，外依律儀，內照實相，正悟真理。

後來，齊安禪師聽說馬祖道一禪師行化於南康龔公山，於是立刻振錫前往參謁。齊安禪師身形魁偉，相好莊嚴，眉毛紺垂，顱骨圓聳。馬祖道一禪師見其相不俗，非常歡喜，甚為器重，即密示正法，

讓其成為入室弟子，相與論道不倦。及至馬祖道一禪師示寂（788），齊安禪師盡力送終。事後，師乃遊於他方隨緣行化約三十年，弘傳般若心法，曾說：「胎卵濕化，無非佛種。行住坐臥，皆是道場。方便隨迎，各安性類。妙心法眼，其有限乎！」

## 出住鹽官 道化大行

元和末，齊安禪師已年逾七十，遊化於越地（浙江）蕭山法樂寺。因其寺古老，垣屋頹毀，師修葺整治、補壞扶傾，不克宴坐。當時，杭州海昌有法昕法師，屬僧眾中之翹楚，於海昌放生池邊廢地建造寺院，即海昌院。建成後，法昕法師謙抑而不自居，延請齊安禪師住持。當時，欽慕齊安禪師道法而來依從的學人，每日人數近百，道化之盛為各方所推崇信服。

齊安禪師不論寒暑，不出堂屋，不四顧、不側聽，多年來都是如此。每五日開堂說法，四座皆屏息專心聽講。齊安禪師直指人心、引經證心，除說法外無有其他言語，但凡有叩問，隨即應答。師自從在杭州鹽官海昌院行化，迄至歸寂，計有二十餘年。

曾經有一位法空禪師到來，問齊安禪師經中諸義，齊安禪師一一回答，又對他說：「禪師到來，貧道總未得作主人。」法空禪師說：「請和尚作主人。」齊安禪師說：「日已將晚，且歸本位安置，明日再來。」齊安禪師隔日一早，令沙彌去請



法空禪師，法空禪師應時前來。齊安禪師呵斥沙彌說：「這沙彌不了事，教去請法空禪師來，何故請來守堂人？」

有僧人來參謁齊安禪師，師問：「汝是阿誰？」僧人回答：「法忻。」師說：「我不識汝。」僧人問：「如何是本身盧舍那

佛？」師回答：「與我將取那個銅瓶來。」僧人取了銅瓶來，師又說：「卻送本處安置。」僧人便送回本處，然後再來問：「如何是本身盧舍那佛？」師回答說：「古佛也過去久矣。」

有講經僧人來參謁齊安禪師。齊安禪師問這位僧人：「座主精何事業？」僧人回答：「講《華嚴經》。」齊安禪師又問：「有幾種法界？」僧人回答：「廣說則重重無盡，略說有四種法界。」師豎起拂子，問：「這箇是第幾種法界？」座主遲疑著思量如何回答。齊安禪師說：「思而知，慮而解，是鬼家活計，日下孤燈，果然失照。」

一日，齊安禪師喚侍者說：「將犀牛扇子來。」侍者說：「破了。」師說：「扇子破了，還我犀牛來。」侍者無言回答。

禪門中多有代答者，萬松行秀禪師說：「萬松若作侍者，見道與我過犀牛扇子來，有甚羽蒲紙竹綾絹椶聲（意指各種扇子），信手拈來便與一柄。何者？縱有千般巧，終無兩樣風。」

有一天，齊安禪師對大眾說：「虛空爲鼓、須彌爲椎，什麼人打得？」眾中無人回答。有人向南泉普願禪師舉此公案。南泉普願禪師說：「王老師（南泉自稱）不打這破鼓。」

## 善護弟子 宣宗復佛

起初，唐宣宗爲光王時，爲武宗所忌，將他拘禁於後苑，準備殺害他。中官仇士



良詐稱光王墜馬而死，光王因此得以脫身遁逃；至香嚴智閑禪師座下，剃髮作沙彌。有一次，沙彌與香嚴智閑禪師同遊廬山，香嚴智閑禪師題瀑布詩云：「穿雲透石不辭勞，遠地方知出處高。」正停住思量下一句時，沙彌接續說：「溪澗豈能留得住？終歸大海作波濤。」香嚴智閑禪師始知沙彌非尋常人。後來，沙彌至鹽官海昌院見齊安禪師，自稱「有光」。


「有光」來之前，齊安禪師預知光王隱藏身分出家為僧，即將前來，便告誡執事僧人說：「當有異人至此。嚴禁雜言，避免橫生事端，恐累及佛法。」第二天，有行腳僧數人來參禮。齊安禪師暗中識得光王，遂令維那以高位安置，禮遇殊於他人。齊安禪師每次與其談話，愈發感覺其尊貴的氣質，有一次對他說：「貧道謬為海眾圍繞，患於齋供不足。就上座邊求一供養疏文。」光王於是執筆撰寫疏文。齊安禪師閱覽疏文後心中震驚，交給掌管供養的執事僧持去化緣，所獲供養豐厚，與平常大不相同。

齊安禪師有一天對光王說：「時節至矣，毋滯留蟠屈於泥塗之中。」乃以佛法囑咐光王。武宗在位期間廢佛，大毀佛寺，令僧尼還俗。會昌六年（846），武宗崩殂，百官迎光王即位，是為宣宗。宣宗即位後，大力復興佛法。據《舊唐書·宣宗本紀》記載：「宣宗大中元年（847）閏三月敕：『會昌季年併省寺宇，雖云異方之教，無損致理之源。中國之人，久行其

道。釐革過當，事體未弘。其靈山勝境，天下州府，應會昌五年（845）四月所廢寺宇，有宿舊名僧，復能修創，一任住持，所司不得禁止。』」鎮國海昌院於會昌五年被廢，宣宗大中四年（850）復置，敕杭州鹽官齊安禪師院，賜名齊豐寺。

## 泊然宴寂 瑞相紛呈

齊安禪師於會昌二年（842）壬戌十二月二十一日，泊然宴坐，隨即示滅，當時種種瑞相紛然呈現，世壽九十餘歲。宣宗即位後，遣使以師禮召鹽官齊安禪師歸宮供養，聞知齊安禪師已報終歸寂，愴然悼念許久，敕諡「悟空禪師」，並以御詩追悼。後來右散騎常侍盧簡求為建塔、撰寫碑銘，云：「德由天縱，為傳教之法雄；道實生知，蓋積習於聖位。聆其風者，皆曰不可思議……大師之言，一一真詮。不疑不怖，同歸善緣。」

《景德傳燈錄·卷第十》記載：「杭州鹽官齊安禪師法嗣有八人：襄州關南道常禪師、洪州雙嶺玄真禪師、杭州徑山鑒宗禪師、唐宣宗皇帝、白雲曇靖禪師、潞府淶水文舉禪師、新羅品日禪師、壽州建宗禪師。」



# 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

## 常行中道 中台男眾佛教學院研究所二年級 見考法師

凡事爭第一，要求十全十美，必定帶有堅固的我執，由我執而起貪、瞋、癡等煩惱，因此常與周遭的環境、人事物格格不入。佛法告訴我們要常行中道，凡事要懂得隨順因緣。因緣具足，可以做到盡善盡美；因緣不具足，結果不如預期，亦不生退悔心。一切法皆是因緣所生，如夢如幻、如泡如影。心常保持清楚明白，處處作主，才能常行中道。

## 自信不離自性 中台男眾佛教學院大學部一年級 星仰法師

有自信的人，能樂觀面對一切境界，並廣納他人的意見，承擔自己的不足。反觀自卑的人，處事悲觀，總認為一切不如他人，做事猶豫不決，活在失敗的陰影當中。若能明白自信不離自性，知道這念心「在聖不增，在凡不減」，安住在當下這一念心上，即是真正自信的人生。







## 懺悔改過 中台女眾佛教學院大學部二年級 星知法師

「眾生無過，聖人過多。」學佛前，始終不明白，自己這麼善良，為何還有種種煩惱？學佛後，恍然大悟，原來自己內心充滿惡念，連基本的五戒十善都做不到，卻渾然不自知。如今下定決心修善斷惡，每日檢討反省身口意三業，有了過失，找出對治的方法改正，改了一個又一個，如此不斷地慚愧、懺悔、改正，坦誠面對自己後，心愈來愈安定。原來這就是懺悔改過的功德。

## 放下我執 中台女眾佛教學院大學部二年級 星願法師

自己在與同學討論事情的過程中，覺察到心中生起些微的瞋心，立刻提醒自己要覺性、要作主，不觸惱他人，要氣和詞婉，以同理心聆聽，取代先入為主的成見。轉念後，專心聽同學的話語，便能真正聽見對方的難處，也才聽懂對方需要什麼協助。

放下我執、我見，調柔自己的心，才能真正利他。不怕念起，只怕覺遲，習氣現前不被它轉，覺性作主，就能和合而吉祥平安。🙏





# 炯然已見——

## 中台世界博物館館藏至大元年〈水月觀音圖〉（二）

文／中台世界博物館副館長、木雕分館館長 見排法師

這件中台世界博物館館藏落款至大元年的〈水月觀音圖〉，記有「金祐文」名款。金祐文是一位高麗晚期的宮廷畫師，他的畫作具有當代典型風格，而這幅水月觀音圖在繪畫上，又有著什麼故事？

### 高麗水月觀音構圖

在目前中台世界博物館本館「大悲普現——館藏觀音造像特展」中所展出的這幅水月觀音圖，由於保存狀況稍可，我們很幸運地仍能在這幅館藏畫作的左側偏中央的地方，看到兩行泥金落款：「至大[一]年戊[申]□月日□爲吾友／畫□水月觀音圖金祐文筆」。依此推知，此幅水月觀音圖雖然尺寸上屬於中小型畫幅，但它是由參與忠烈王寵妃淑昌院妃發願敬造、現存日本鏡神社之巨幅水月觀音圖繪製工作的內廷畫師金祐文，於高麗忠烈王崩卒、忠宣王晉基之年（1308）所作。

就這幅水月觀音圖的構圖而言，觀音菩薩坐在畫面右側的岩石上，側身向著畫面左側，而在菩薩右手側的石台上，放有一只插著楊柳枝的淨瓶；順著菩薩的視線向左下角看去，一尊善財童子正雙手合

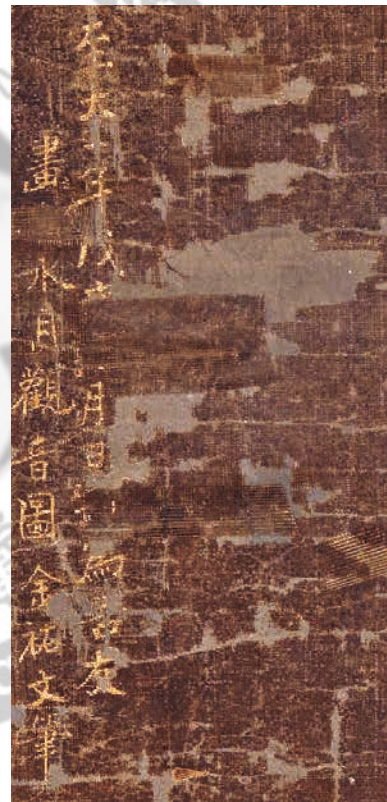
十，仰首面迎觀音菩薩，彷彿正在向菩薩請法。在整體構圖上，畫師藉由將水月觀音以側身描繪的方式，令整張畫布的空間感顯得相對開闊，菩薩與童子間的互動感相對活潑而鮮明，明顯保留了高麗佛畫在前期所崇尚的寫實感。同時，在菩薩身側、身下交疊夾覆的岩石面積也相對不少，與高麗晚期傳世至今之多幅水月觀音圖相似。這樣的構圖，在東方繪畫及高麗佛畫的研究者眼中，應該遠承了唐代敦煌壁畫中的水月觀音形象，並在受到宋元時期山水畫的影響下，筆法表現多與元代唐棣仿郭熙的風格相近（Kang，2016；石守謙，2017）。

此外，在當期高麗水月觀音圖中，圖面的構成元素，除了有表達普陀山景致的岩石，以及常見的觀音菩薩持物——淨瓶——之外，多以「雙竹與水晶念珠」爲組合，搭配在水月觀音身旁及指間；這樣的組合據信是因爲受到韓國古籍《三國遺事·洛山二大聖觀音正趣調信》篇中所載內容：「昔義湘法師始自唐來還，聞大悲真身住此海邊嶺內，故因名洛山，蓋西域寶陀洛伽山……乃白衣大士真身住處……」



引入嶠內參禮，空中出水晶念珠一貫給之，湘（義湘法師）領受而退……乃見真容，謂曰：『於座上山頂雙竹湧生，當其地作殿宜矣。』」之描述有關（茲玄，2017）。而在此幅館藏水月觀音圖中，雖然可能因為成畫因緣之「等級」有別，不見「雙竹與水晶念珠」組合，但在觀音像、岩石、淨瓶、善財童子、水中浮起蓮苞之

間的構圖關係上，皆與多幅現存高麗晚期水月觀音圖，有著高度的相似度。有趣的是，如此在高麗後期大受歡迎的側面構圖之水月觀音像，到了以儒教為宗法的朝鮮時期，卻因「性理學」所興起的嚴格主義（엄격주의），再次回到以正面端立的菩薩像為主的構圖形式（同上，2017，110頁）。



圖一：中台世界博物館館藏水月觀音圖。

圖二：在這幅水月觀音圖的左緣，您可以看到高麗畫師金祐文在距今 713 年前，寫下的二十三字泥金題記：這也是我們得以揭開這幅畫作與高麗晚期畫師與王室之間故事的起點之一。



## 高麗佛畫中的紋飾與施色法

此外，在您靜觀這幅高麗晚期水月觀音圖時，還可以多留意一下畫師用心呈現的紋飾與上色技法。繼承前朝佛畫中，在線條表現上多所要求的藝術脈絡之下，高麗佛畫在線條細膩度、走筆節奏感，以及具有空氣感的暈染、施色技法等部分，也是後世鑑賞的一大看點。在這幅館藏金祐文畫水月觀音圖中，雖然並未身著代表王室的鳳凰細紋天衣，但在觀音菩薩天衣上的龜甲紋、牡丹紋、菱形紋、唐草紋，都是畫師以金泥為彩、細筆勾勒而成。其中的圖像搭配與筆法表現，令畫作整體呈現出微細深幽而妍麗的風采，多少發散出當代畫師承襲宋室寫實畫風的遺韻。

值得注意的是，在高麗佛畫的施彩技法中，主要多以「背彩法（배채법）」完成，堪稱高麗佛畫的另一個重要特徵。「背彩法」又稱「伏彩法（복채법）」、「背彩技法」，是韓國傳統畫技中，用來表現、加強畫中尊像或人物生動寫實性的上色法，尤其多見於絹畫作品中。畫師在施彩過程中，按照畫面呈現感所需，會在畫絹的背面，先鋪上層層打底色（多為白色或膚色），然後在正面進行畫作的完成。這樣的上色技法，要求畫師對同一個著色區域進行多次鋪色與暈染，以形成不同層次的色彩堆疊效果，最終使得完成後的佛畫，呈現出如同親謁尊像般的生動及立體感；在大面積施色完畢後，才又再以人髮所製成的細筆，運用不同的彩料或金泥料，一點一滴勾描出菩薩的天衣紋飾、背

光線條，以及一雙深邃慈悲的眉眼（茲玄，2017，136頁；崔占福，2020）。由此可知，高麗畫師為了能夠完成眼前的這幅水月觀音圖，不僅需要高超的運筆技法，更需要掌握絹布對暈染與正反面疊色的特性。

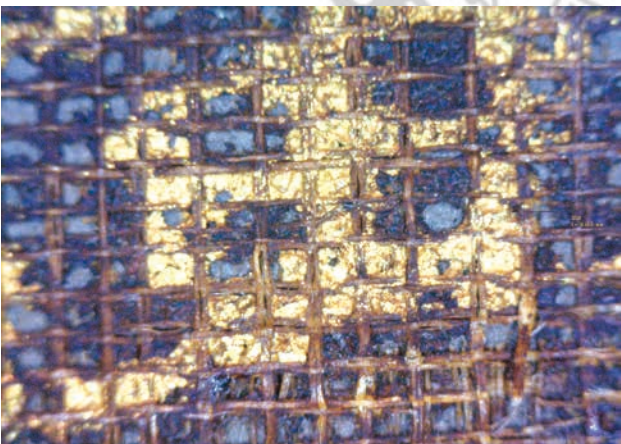


圖三：

在這幅水月觀音圖裡，菩薩天衣上布滿各式紋樣，如上圖中天衣一角，從左到右依序有龜甲紋、牡丹紋、菱形紋、唐草紋。這些精巧的紋飾，在反映出高麗時期畫師高超的細緻工筆手法。


## 小結

佛法告訴我們「因果相生」，若能明因識果，則能了達世間諸相之準，並依此準，溯源解結；觀賞佛教藝術亦是如此，若能撥明每一個造型風格或塗彩裝飾背後的動機，及其動機所根植的歷史文化背景，便能將每一尊造像、每一幀畫像、每一卷寫經、每一筆佛教藝術工藝看進心裡，永誌不忘。曾子也曾言：「君子以文



圖四、圖五：  
透過顯微照相技術，我們可以清楚看到畫師在七百餘年前的疊色細節，以及至今仍光耀斑斕的金泥料。

會友，以友輔仁」；穿過這些代表不同時空背景的藝術表現之間，我輩得以神會心領那些凝聚在匠師斧鑿下、畫師筆尖下的專注，從而與千百年前的敬佛護教之心相契合，增長信根。這些發明因果、以心印心的潛移默化之力，便是「佛法藝術化」的核心價值，也是中台世界博物館各堂展覽與活動的根本依歸。

一幅高麗時期內廷畫師金祐文的水月觀音圖，讓您我看到了高麗佛畫的瑰麗典雅，看到了背彩法的深邃空間感，也看到了高麗時期王室的祈福悲願。您還想看到更多細節及更深的體會嗎？歡迎來訪中台世界博物館「大悲普現——館藏觀音造像特展」，再見菩薩身影，再會菩薩行道中，俯仰皆是慈力與悲仰的真實見證。（全文完）

### 參考書目：

1. 石守謙，2017。「元文宗的宮廷藝術與北宋典範的再生」，《中國文化研究所學報》，No. 65, pp. 97-138。
2. 崔占福，2020。「전통회화에 배채기법 (背彩技法)으로 사용된 백색안료의 특성 (暫譯：「傳統繪畫中背彩技法所用白色顏料之特性）」，《韓國學中央研究院在線消息誌》，No. 2020.03。於2021年10月20日摘自：<http://www.aks.ac.kr/webzine/2003/sub08.jsp>。
3. 茲玄，2017。《佛畫的秘密 (불화의 비밀)》, 首爾：曹溪宗出版社。
4. Kang, S. Y., 2016. 'The Moon Reflected in the Water', in *The Eastern Buddhist*, NEW SERIES, Vol. 47, No. 1, pp. 29-56。



佛·典·故·事

# 犍陀王與牛的 始末因緣

文／編輯部 圖／傳綿







昔日，佛在舍衛國祇樹給孤獨園弘化，與一千二百五十位比丘一起。當時，有位國王名犍陀，奉事一位婆羅門。這位婆羅門住在山中，種植很多果樹。一天，有一個樵夫上山砍柴，毀壞了果樹，婆羅門看見了非常氣憤，便拉著樵夫來到國王面前，向國王控告：「此人行爲不當，毀壞我的果樹，國王應當治他的罪，殺了他。」國王因敬事婆羅門，不敢違背他的話，便下令殺了樵夫。

過後不久，有一隻牛吃了農人的稻子，農人用棍杖追打，打斷牛的一隻角。這隻牛血流滿面，疼痛難忍，直奔到國王面前說：「我實是行爲不當，但只不過是偷吃了一點稻子、被主人發現，他就打斷我一隻角。」隨後，農人也追到國王面前，這時通曉鳥獸語言的犍陀王對牛說：「我會爲你將此人治罪，殺了他。」牛卻回答國王：「即使殺了此人，也無法令我不痛，但是應當告誡他，以後切莫輕易傷害他人如傷我一般。」

犍陀王聽了有所感悟，心想：「我所奉事的婆羅門，只因樵夫毀壞了他的果樹，就要我殺人，他實在不如這隻牛。」於是國王便召請婆羅門來，問他：「我奉事婆羅門之道，能得到什麼福報？」婆羅門回答：「可以消災得福、富貴長壽。」犍陀王再問：「可以免於輪迴生死嗎？」婆羅門答言：「無法免於輪迴生死。」

犍陀王聽了，心想：「既然如此，我何必再奉事其道呢？」於是命令群臣嚴整車駕，前往祇樹給孤獨園，來到佛前五體投地，恭敬地向佛頂禮，稟白說：「世尊，我聽說佛法的道理至尊無上，教化巍巍盛行，度化天下無數的眾生；我願信受佛的教法，皈投佛教。」佛於是爲犍陀王傳授五戒、十善，並爲他宣說天地間一切人與萬物悉皆無常、沒有生而不死的道理。

犍陀王至誠頂禮佛，懇切地請問：「我今遵奉五戒、十善，能得到什麼福德？」佛告訴犍陀王：「布施、持戒，現世就可以獲福；修行忍辱、精進、禪定、智慧所獲功德無量，將來得生天上，也可作轉輪聖王，乃至證得無爲度世之道。」佛說完後，隨即爲犍陀王現莊嚴相好，威神光耀，犍陀王見而歡喜，心開意解，當下證得須陀洹果。

這時，阿難尊者嚴整衣服，向佛頂禮請示：「犍陀王與牛過去是何





因緣？爲什麼國王聽了牛說的話，就能覺悟而捨婆羅門道、改求佛道，並在見到佛、聽聞佛法後，即得證果？」


佛說道：「往昔，在拘那含牟尼佛住世時，犍陀王與牛原本是一對兄弟，兩人受持五戒爲優婆塞，並發願受持一日一夜的八關齋戒。犍陀王因爲持守齋法，精進不懈怠，壽終生天，天壽盡後下生人間爲國王；而牛因夜食、犯了齋法，未能圓滿持戒功德。後來因爲種種罪業受報，投生爲牛，歷經百世都還識得過去生的因緣，所以前來使犍陀王醒悟。七天後，這隻牛將壽終，投生於天上。」

佛告誡大眾：「四眾弟子！受持齋戒，不可違犯。」諸比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷、天、龍、鬼神，聽聞佛的開示後，皆大歡喜，向佛頂禮而離去。

（編按：典故摘自《犍陀國王經》）



## 省思

戒法的制定，源自如來慈悲護念眾生之本懷，爲令眾生遠離惡法，長養福德、禪定及智慧。八關齋戒，更是在家居士種出世勝因的方便法門。經云：「佛正齋法有八戒，使人得度世道，不復墮三惡處，所生常有福祐，亦從八戒本因緣致成佛。」發心受持齋戒有無量的功德，應當建立正確的知見與心態，發願上求佛道、下化眾生，修一切善、斷一切惡，以清淨的身口意三業嚴持齋戒，必能成就無上菩提！



# 醬燒烤麩

普皇精舍提供

健康素食



## 【材料】(三~四人份)

烤麩	十顆
香菇	五朵
紅蘿蔔	一根
白蘿蔔	半根

## 【調味料】

鹽、糖	酌量
醬油、香油	酌量

## 【步驟】

1. 事先將烤麩解凍，並一顆一顆剝開備用。
2. 香菇切成扇狀，紅、白蘿蔔滾刀切塊備用。
3. 水煮開後熄火，放入烤麩，浸泡約三分鐘起鍋。再將烤麩以冰水降溫後撈起、擠出水分，並以餐巾紙吸乾。
4. 鍋中加少許油，熱鍋後轉中小火，放入烤麩，煎至兩面金黃脆硬，即可起鍋備用。
5. 將香菇放入鍋中，以少許油爆香，加入切好的紅、白蘿蔔塊拌炒，接著倒入煎好的烤麩，並加水淹過食材，以適量醬油、糖、鹽調味，蓋上鍋蓋，以中小火燜煮至水分收乾後，再淋上少許香油即可起鍋。





# 禪文化對日本庭園的影響

文／普賢精舍研經禪修班學員、  
美國哈佛大學設計學院景觀建築學系碩士 安庾心（法山）

佛法從印度傳到中國，開花結果，成就了唐宋時期佛法的盛世，進而影響了周邊的國家，例如：韓國、日本和東南亞。禪宗將佛法落實於生活，從踐行過程達到成就道業的目標，淨化了社會，讓學習佛法的人群於生活中正精進，造就詩畫、園林藝術等領域生機蓬勃的發展。

## 禪文化影響的日本龍安寺石庭

禪宗的祖師義玄禪師（？－西元 867 年）創立了臨濟宗，而來自日本的榮西禪師（西元 1141 年－1215 年）曾兩度入宋學禪，將臨濟宗傳入日本，使禪文化成為日本文化的核心組成之一。禪文化的

影響，使得我們現在還能欣賞及體驗保存完整、工藝精緻的日本寺院建築及園林古蹟。其中，一個寬約 25 公尺、深約 10 公尺的庭園成了全世界的焦點，那就是以石庭枯山水聞名的龍安寺，直到今日國際觀光客到日本，都會前往參訪。百年道場中的枯山水庭園，莊嚴純粹，直入人心，讓人印象深刻，不但給與園林建築等藝術領域人士豐沛的靈感，同時也創造了因緣讓大眾親近禪文化。

龍安寺（西元 1450 年創建）建於中國園林「成熟期」（據《中國古典園林史》西元 960 年－1736 年），位於日本京都府京都市右京區，屬於臨濟宗妙心寺派的



寺院。龍安寺原為花園天皇（西元 1297 年－1348 年）的離宮萩原殿，天皇退位後改建成禪寺。龍安寺的整體規劃受到中國古典園林的影響，建築群落背山面水，坐北朝南。結構布局中，鏡容池應該為刻意打造的人工湖及湖中島。整體的規劃左右兩邊基本對稱，建築群落在主軸線兩邊。龍安寺的規劃因地制宜，結合了山坡，利用自然坡地排水；人工湖設置在最低的區域，有自然收水的排洪池功能，同時也是一個生態景觀池。鏡容池兩岸基本上以日本櫻花為主要樹種，湖岸走道一側種植比較高的小喬木，為一種遮擋手法，讓大家的目光更聚焦於湖中島與湖景。人行步道小徑皆以碎石為主要的材質，使雨水可以滲透到地下。這個看似簡潔但非常有智慧的做法，在中國園林當中比較少見。池



1. 莊嚴的龍安寺入口景觀，有著讓人進去探索的吸引力。
2. 人行步道小徑，皆以碎石為主要的材質。
3. 鏡容池有排洪池功能，同時也是生態景觀池。





1



2



3

邊路徑周圍也會看到一些排水系統，藉由石橋讓人行與排水功能共存，同時形成造景特色。在這些細節當中，可以看到禪宗務實幹練精神在生活中的落實。

寺院中栽植很多當地的植物品種，也利用當地的竹子做成圍籬，發揮了他們的創意及工藝。園林當中主要的樹種為日本櫻花和五葉松，有收有放的植栽層次引導人的視線，在一步一景的過程中可看到因四季變化產生的效果。寺院的景觀設計有著中國園林特色——小中見大、自然淡泊、怡靜含蓄。前往石庭的道路主軸，藉由坡地設計，以更為明顯的方式引領人們前往



1. 250 平方公尺的室內延伸庭園，是因禪文化而有的創新表現。
2. 日式拉門將室內與室外空間化為一體。
3. 前往石庭的道路主軸，藉由更為明顯的坡地設計，引領來訪者進入寺廟。

寺廟。往高處走，經過階梯進入寺廟入口，日式紙拉門將室內與室外空間化爲一體，同時灰空間（屋簷下）的運用，比中國建築更加強烈與直接。進入石庭，站在屋簷下外廊的灰空間觀賞枯山水庭園，感受到沒有室內室外的界線。因石庭是被圍牆所包圍著，與其說它是一個庭園，倒不如說它是沒有屋頂的室內延伸空間。

## 枯山水廣結千年道場的善因緣

雖然龍安寺的「使用說明書」上寫著觀賞石景的建議，包含「三山五嶽」、「海中島嶼」、「虎子渡水」等欣賞方法，但這庭園設計手法肯定是跟初期使用者（禪修者）有關係。250 平方公尺的室內延伸庭園，是因禪文化而有的創新表現，它的存在一定有禪修應用的意義。在眾多庭園設計手法中，爲什麼在這裡要選擇用放空的方式去創造石庭呢？而石庭外圍綠意盎然鳥語花香，爲什麼創造反差這麼大的枯山水空間？也許鳥語花香的環境會讓初期修道的人起心動念、產生干擾，但寺院中的僧人（禪修者）則不受影響。枯山水不只是一種純粹的藝術表現，而是禪宗講究務實、踏實、於生活中落實慈悲與智慧的體現，所以它可能是一個戶外禪修室。戶外禪修室的功能傳承了百丈禪師（西元 720 年－814 年）親自躬

耕、「一日不作，一日不食」的精神。在中國園林中，沒有以白砂作爲景觀鋪地、使用耙梳將白砂地面梳理成幾何圖形痕跡的案例。每天梳理戶外禪修室白砂並維持乾淨，如同使用農耙親自躬耕。石庭枯山水有著參話頭的意義，用「看」的方式讓人去參悟、直下承擔。

枯山水庭園對西方世界產生很大的震撼力，強化了人們對灰空間的理解，同時品嚐到禪文化的智慧。禪法不分國籍人種，法國符號學家羅蘭·巴特（Roland Barthes）在《符號帝國》（1970）裡的一張庭院照片旁寫下一段法文，其翻譯是：

「無花影，無足影：人在何處？在岩石搬運之間，在耙刷疏痕之間，在落筆書寫之間。」因創建者的願力，石庭枯山水讓禪宗國際化、與大眾結緣，發揮了百年道場、千年道場的善因緣。🙏



▼石庭白砂地面梳理成幾何圖形的痕跡，白砂每天維持乾淨，如同使用農耙親自躬耕。





普台高中參加

# 全國日語配音比賽奪冠

文／編輯部

普台高中一年級學生賴韋喬、林庭瑄、李天晴、張德展、劉人憲及柯昀汝等六人，參加「2021年第12屆全國高中職學生日語配音比賽」，在非主修日語組的比賽中為「花田少年史」片段配音，初試啼聲即以流利的日文及豐沛的聲情表現旗開得勝，榮獲全國高中職團體組冠軍、最佳人氣團體獎及個人獎項「優秀配音員獎」前三名，表現亮眼！

六位同學從今年四月起開始培訓，不到一個月就因疫情停課轉為線上培訓，訓練過程異常艱辛。最具挑戰的莫過於聲音表情與角色的契合度，為了能詮釋超齡角色的心境、百分之百貼近人物的語氣，老師細心引導、雕琢每個人的發聲、發音、咬字及情感表達，同學更是反覆回放影片，盯著角色人物自行揣摩。開學後利用課餘時間進行團體集訓、剪輯片段及自製音效道具。種種努力，最終獲得五位專業評審的青睞與現場觀眾的喜愛，拿下團體組冠軍及最佳人氣團體獎。

指導老師蘇珮禎及陳玉姿表示，同學對日文學習具有濃厚的興趣及學習動機，良好的學習態度和虛心接受指導是致勝關鍵。六位同學皆是普台國中小直升生，出



普台高一學生參加「2021年第12屆全國高中職學生日語配音比賽」，榮獲團體組冠軍、最佳人氣團體獎及個人獎前三名，表現亮眼！

色的表現皆歸功於從小奠基的語言基礎。外語中心副主任劉慧吟表示，外語教學是普台落實「教學成果、走向國際」的重點特色之一，除了英語，每位學生從國小起開展日、法、西語的興趣探索；國高中則側重外語實力扎根，從貼近生活的日常語言，到探索異國文化；從辦理各項語言檢定，到國際交流活動，藉由豐富多元的外語活動及競賽，落實外語應用能力，提升學生視野及國際觀。多年來，國、高中學生通過國家級檢定的人數突破千人，其中許多學生的檢定成績已達該語系大學畢業門檻，扎實的外語學習打造國際移動力，成為未來不可取代的優勢能力。



普台科學趣——

# 樂科學 · 科學樂

文／編輯部

普台科學教育寓教於樂，培養觀察、探索、實證的興趣，引導學子將所學運用在生活中，並透過豐富多元的學習課程、參與國際科學賽事，積累滿滿的科學能量！

## 機器人競賽 勇奪第一

普台高中學生鄭橋諺、鍾朋霖、楊睿澤及葉帛晨參加由台中美國學校主辦的「2021-2022 VEX Tipping Point 機器人競賽」，首發即在 24 隊眾強環伺的競爭中脫穎而出，榮獲第一名佳績！這項世界性的機器人競賽盛事，每年吸引超過 40 個國家 11,500 支精英賽隊激烈競爭。

新一季的賽季主題「Tipping Point」，其內容主要是操控機器人將套環放入套環座，得分高低以任務困難度而定。每場競賽須先進行 15 秒的自動賽，

再進行 105 秒的遙控賽。擁有 3 年比賽經驗的隊長橋諺，此次比賽負責程式設計和機構組裝，他表示接觸機器人後，發現數理學科的基礎非常重要，多場比賽下來，數學已是他的好朋友、好幫手，最大的收穫是從比賽中汲取經驗，跳脫舊思惟，找到新方法。

第一次擔任操作手的睿澤，比賽時難掩緊張，但隊友的信心和鼓勵給了他莫大的力量，一舉將對手最高分的套環座擊落，成為致勝關鍵。他表示一次次地操作練習，幫助他增強邏輯思考和解決問題的能力。隊伍中年紀最小的帛晨，本來對機器人非常陌生，但是 3 位學長的傾囊相授，讓他成長很多。

機器人競賽中還有一項得分關鍵，便是「工程筆記」，要做得讓評審一目了然，







1



2



3



4



5



6



7

1. 普台高中鍾朋霖、鄭橋諺、葉帛晨及楊睿澤（由左至右）參加「2021-2022 VEX Tipping Point 機器人競賽」奪冠！
2. 「奇異的蟲洞」傳達表面張力概念。
3. 「一滴即散」觀察沉澱物，推算出化合物。
4. 「舞動的氣球」展示「康達效應」。
5. 「槓糖」DIY，好吃又好玩。
6. 全校師生熱烈參與2021「科學開 FUN 日」。
7. 「乾冰好好玩」說明不同氣體有不同重量。

需要耗費大量的時間和心思。身負此項重責大任的朋霖，自信且開心地展示密密麻麻的「全手工」筆記內容，裡面詳細記錄了人員分工、建構流程、編程程序、訓練過程、技術創新及隊友賽後的檢討心得等等，宛如一本戰術攻略。朋霖表示想要在比賽中多得一分，每個細節都不能放過，看著手中的工程筆記非常有成就感！

機器人競賽講求高度的團隊合作，也考驗選手的各項能力，除基本的程式撰寫和機構組裝維修能力外，在比賽現場的靈敏應變、即時蒐集各隊情報及面對緊湊賽程的抗壓力也至關重要。普台高中提供豐

富多元的學習課程與舞台，讓學生發揮所長，也透過每週的靜心課程，培養學生沉穩的定力與專注力，厚植跨領域的能力與素養。

## 科學嘉年華 科學開 FUN 日

延續去年首屆「普台科學日」的高度迴響，第二屆「普台科學日」於2021年11月16日至18日重磅回歸！普台高中今年擴大規模邀集數學科及資訊科加入自然科策展行列，內容包含科展作品、教學成果、探究操作和生活應用等豐富多元的主題，由三科教師團隊分別指導高一和高二同學精心規劃27個趣味科學體驗關卡以及集點抽獎活動，寓教於樂的科學闖關，再次吸引全校師生玩得不亦樂乎！

活動首日下午的下課鐘聲一響，同學們皆以百米速度奔至闖關現場，各關大排長龍。獲得最佳人氣的「富蘭克林馬達」，利用靜電的運作讓塑膠杯產生旋轉運動。同樣受歡迎的「雲霄飛車」，利用彈珠和





1. 「荷槍磁彈」讓同學了解電磁原理。
2. 「STOP！你有在專心嗎」考驗同學的專注力。
3. 「雲霄飛車」解析動能和位能的關係。
4. 「撞球的碰撞原理」理解物理的碰撞原則。
5. 「分分合合」演示細胞分裂時染色體移動步驟。

簡易軌道，帶同學認識能量守恆定律，解析動能和位能的關係。「極糖」廣受好評，砂糖遇熱融化成糖漿，加入小蘇打粉後不斷攪拌，神奇的化學變化使得極糖焦香味四溢，讓同學迫不及待想一嚐好吃又好玩的DIY 極糖。

獲得「第61屆南投縣中小學科展」生活與應用科學科第一名，並受邀參加今年國立台灣科學博物館「曬科學」科學市集的「STOP！你有在專心嗎」成員陳昀青及徐秉駿同學開心地表示，感謝有機會能學習攤位策展，讓大家透過闖關遊戲溫故知新，培養許多能力，非常有成就感。運用 micro:bit AI 智慧小車將貨物搬到指定地點的「腦子動起來」，深受同學喜愛，此次闖關的 mbit 車即是關主之一王建葦同學一手包辦完成。

第一個完成 15 關的柯彥丞與 27 關全壘打的李天晴都喜歡「雲霄飛車」，天晴表示在活動中對尚未學習的知識有初步了解，相信對未來的學習會有所助益。完成 5 次 27 關的董彥緒說，參與各式各樣的關

卡，從中獲得很多科學小知識，他明年想成為關主，用遊戲方式讓原本對科學不熱愛的人，玩得開心又學到知識。

第二屆「普台科學日」近 700 人次完成 10 道關卡，也有不少學生 27 關大滿貫，闖關人次比去年成長近兩倍。普台透過遊戲式闖關活動，引導學子感受科學的神奇魅力，激發想像力及創造力，厚實科學素養。普台科學教育期許同學都能在科學中學習生活，在生活中學習科學，真正發揮科學實用及創新的力量！

## 榮 · 譽 · 榜

- ★ 普台高中、國中學子參加南投縣 110 年語文競賽決賽榮獲團體組第一名！
- ★ 普台高中黃奕翔同學參加高級中等學校英語演講比賽【中區】決賽，榮獲第一名！
- ★ 普台國小羅慧青同學參加「2021 IEYI 世界青少年創客發明展」世界大賽，榮獲科技繪圖類金牌，為國爭光！
- ★ 普台國小學子參加南投縣 110 年語文競賽決賽榮獲佳績！





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。

# 和合共修 菩提日長

文／奉天寺住持 見統法師

《禪七開示 2》序文中提到，開山祖師惟覺安公老和尚不斷不斷地提醒學人修行要「事理一如」：「知道道理，不光是口頭上能說會道，還要把道理運用到實際生活上，這就是事；事上完全做到了，理就會現前……這些都要靠我們自己去用功、去修行，工夫才能愈來愈深，這就是正信。悟到這念心、依著這念心來修行，就是真修實證。」這段文字銘刻於心。老和尚無盡的悲心慈願，不捨一眾生，諄諄善導，讓我們一入耳根，永為道種，在生活中落實修行。

明白修行有事有理，而日常之中又應如何提起精進心呢？防疫期間，每日例行的早晚課誦，乃至精舍的法會、禪修課都暫停了，原本習以為常的各項共修活動，竟變得如此難求！因此，書中〈早晚課誦的功德〉這篇開示，讓自己感觸良深，真得要及時把握、珍惜每個當下的因緣。

所謂「大眾薰修希勝進，十地頓超無難事」，早晚課誦，大眾共修，彼此之間若能和合協調，當下就是持戒，同時增長定、慧。大眾一心，人與人之間就能產生和合感通的作用。生活中與人相處共事，難免有些煩惱掛礙，透過課誦共同懺悔，彼此心結就得以化解；以唱誦讚歎三寶，

可以消業、轉業；若能發心真誠懇切，能讓三塗惡道眾生離苦得樂，啟發我們普度眾生的大慈悲心；最後普皆回向，能使心量廣大，契入菩薩、如來的境界。老和尚開示了早晚課誦的諸多功德利益，教導我們以真誠心、恭敬心、歡喜心來參加早晚課誦，乃至於一切共修活動。

今年夏安居本山及各精舍法師、學員，大眾各自持誦《藥師經》精進用功，在疫情中長養清淨的別業。願誦經持咒的當下化除一切苦惱，並虔心將誦經功德回向大眾消災免難、福慧增長，疫情早日消弭。為期三個月的精進，大眾的發心凝聚成良善的力量；心念端正、身口清淨，利益眾生的心願也愈發堅定，共同精進的種種功德自然彰顯。隨著道場創造的因緣，精進修行，累積福慧，便能創造平安祥和的清淨國土。

防疫期間，精舍線上課程帶領學員恭讀《中台山月刊》老和尚的開示，這也是在共同薰修正確的知見。若能作難遭難遇想，共同精進，匯聚大眾心力，是最有智慧的選擇，更是自利利他的菩薩法門。祈願你我都能把握因緣，在善心、願力的薰陶下，法界清淨光明，眾生和合平安。🙏



# 中台拈花永流芳

文／普平精舍護法會副會長 傳貞

二〇二〇年，在新冠肺炎疫情衝擊下，許多日常生活方式改變了。因應防疫政策，精舍禪修課程也暫停。不能到精舍上禪修課的期間，懈怠心漸起，這才體悟到以前能到精舍聽經聞法及發心出坡，是我們多大的福報啊！因此，非常感恩能收到《禪七開示2》開山祖師惟覺安公老和尚一九九七年僧眾精進禪七的開示錄。


二〇〇二年自己第一次打禪七，後來又參加數次禪七，老和尚就如同書中一樣，每日親臨禪堂種種譬喻、禪門公案，引經據典、生動詳盡地開示心地法門，循序漸進引導打禪七的學員們用功，期使人人都能契悟自性。《禪七開示2》中老和尚提示：「這個法是標月之指，目的是幫助我們找到這念心、契悟這念心……悟到這個不生不滅心，這才是真正的自己。」老和尚慈悲主持禪七近三十年無有疲厭，而自己也因一次次參與禪七的薰修，對本心本性更有體悟。

自己聽聞開示，常旋即忘卻、相當懊惱。現在幸而有《禪七開示2》可反覆細讀並思惟，真是莫大的福報。從恭讀中益加感佩：書中記載的不僅僅是老和尚的法語，更體現出老和尚度眾的大智慧、大悲心及大願力！真正是一位如實踐履菩薩行

願的大善知識！

去年，公司業務上配合多年的上游廠商，經營突然有狀況，導致下游端的我們也深受波及、蒙受損失。當時，心中覺得委屈，但想起老和尚常教導我們「堅住正念，隨順覺性」，雖然不容易做到，仍努力以平靜的心去面對困境，最終在因緣際會下自行成立製造工廠，一步步重新學習，正向面對挑戰。慶幸有佛法讓我們全家人團結一心，使公司在危機中走向常軌，從而也更肯定老和尚的教誨：「保持當下這念心，不想過去、不想現在、不想未來，清清楚楚、明明白白、處處作主，這才是我們安身立命的地方。」

老和尚提示：「『因地心與果地覺，無二無別』。果地覺，就是成道證果的那個覺心，和我們因地這個覺心，是一個，不是兩個。」二〇〇二年自己在禪堂聽法的那念心，與二〇二一年恭讀《禪七開示2》的這念心也是無二無別。

自己深刻體悟到《禪七開示2》是修行的圭臬，更是日常生活中要去落實的；發願繼續精進用功，不負這一生得遇大善知識惟覺安公老和尚的福報與因緣！也祈願疫情早日消弭，精舍重啓禪修課程，以佛法讓世界突破黑暗，迎向光明！

# 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  
2 2 1 2 2 9 4 1

郵 政 劃 撥 金 額  
金 額  
千 百 十 萬 千 百 拾 元  
億 仟 萬 佰 拾 萬 仟 百 拾 元

儲 蓄 存 款 單  
單 號

收 款 戶 名  
財 團 法 人 中 台 山 佛 教 基 金 會

通訊欄(限填本次款項用途)

寄 款 人  他人存款  本戶存款  
姓 名 地 址 電 話

經辦局收款章戳  
經 辦 局 收 款 章 戳

主 管 :

◎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非個人帳戶本戶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登帳後，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，並以正楷工整書寫，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、他人存款及非個人帳戶本戶在「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非個人帳戶本戶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，其餘權利決書由付款行作為沖銷帳款之憑證。
- 七、「他人」存款且交易金額達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	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) 632-0021
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



## 普台教育

### 優質全人教育的典範

十二年一貫的校本課程，為國家培育未來  
迎戰國際的人才！

- ▶ 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、數理科技課程、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

#### 一一〇學年度第二學期招生訊息

- ▶ 普台國小（一～六年級轉學生學習營）

111年 1/22<sup>六</sup> ~ 1/28<sup>五</sup>

- ▶ 普台高中（國一～高一試讀營）

111年 1/14<sup>五</sup> ~ 1/20<sup>四</sup>

普糧精舍	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 Chung Tai Zen Center of Sunnyvale	750 E. Arques Ave., Sunnyvale, CA 94085, USA	TEL (1) 408-733-0750 FAX (1) 408-733-0751
美國佛門寺 Buddha Gate Monastery	3254 Gloria Terrace, Lafayette, CA 94549, USA	TEL (1) 925-934-2411 FAX (1) 925-934-2911
美國中洲禪寺 Middle Land Chan Monastery	1173 San Bernardino Ave., Pomona, CA 91767, USA	TEL (1) 909-625-0187 FAX (1) 909-625-0189
美國佛心寺 Buddha Mind Monastery	5800 S. Anderson Rd., OKC, OK 73150, USA	TEL (1) 405-869-0501 FAX (1) 405-869-0503
美國普德精舍 Chung Tai Zen Center of Houston	12129 Bellaire Blvd., Houston, TX 77072, USA	TEL (1) 281-568-1568 FAX (1) 281-568-1569
美國德州寶塔禪寺 Texas Pagoda Chan Monastery	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) 2-8723-6132
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

普台國小 111 學年度

小一新生入學

即日起開始登記、報名



▼ 國小國學課，讀誦經典篇章



▼ 314 PI DAY 國際數學日



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



【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

隨喜讚歎，一方面可以去除自己的嫉妒心，另一方面則能成就大功德，受施者、能施者和助施者，都能分享很大的功德和福報。

Giving praise and rejoicing in others' merits not only eliminate envy but also generate great virtue and blessings, which are shared by the givers, receivers and supporters alike.

——— 惟覺安公老和尚法語

Words of Wisdom from Grand Master Wei Chueh





樹身聳立質緻密，壯志凌雲上九霄；  
平展枝椏、針葉交織，為護有情成碧蔭。  
亙古以來行慈願，不捨眾生願行堅，  
春暖歲寒恆不凋，菩提常青日日新。



## 【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

# 台灣油杉

學名：*Keteleeria davidiana* (Franchet)  
*Beissner* var. *formosana* Hayata

英文名稱：Taiwan Cow-tail Fir, David  
*Keteleeria*

別稱：油杉、牛尾松

性狀：松科，常綠喬木

辨認特徵：

1. 樹幹通直，樹皮灰至深褐色，有不規則縱裂，木材含油量高，故稱油杉。
2. 葉線形、扁平，革質，略向下反捲，先端鈍圓或微凹，幼葉先端尖。

3. 雌雄同株，雄毬花圓柱形，黃褐色，簇生於枝端；雌毬花單生於小枝先端。

4. 毬果單生，直立於短枝上，長橢圓形，幼時綠色，熟時栗色，種子有翅。

原產地：僅產於台北坪林及台東大武山區，為德氏油杉的台灣特有變種。

用途：園藝觀賞、建築材料

位置：中台禪寺鹿野園

米徑：17.8 公分