

90期

中台山

釋惟覺



題

<http://www.ctworld.org>

中台世界

社長／釋惟覺
發行人／李相原
編輯／中台禪寺文教中心編輯部
發行所／財團法人中台山佛教基金會
地址／54544南投縣埔里鎮一新里中台路一號
電話／(049) 2930215
郵政劃撥：財團法人中台山佛教基金會
帳號：22122941
中華民國八十二年元月十日創刊
中華郵政中台字第一六四九號
執照登記為雜誌交寄

中華民國九十五年二月十五日出版
ISSN 1810-0929

版權所有，請勿翻印
結緣贈送，歡迎隨喜助印

團圓慶喜迎新春 勤修福慧莊嚴行

■中台廣傳

中台禪寺九十五年度新春活動報導

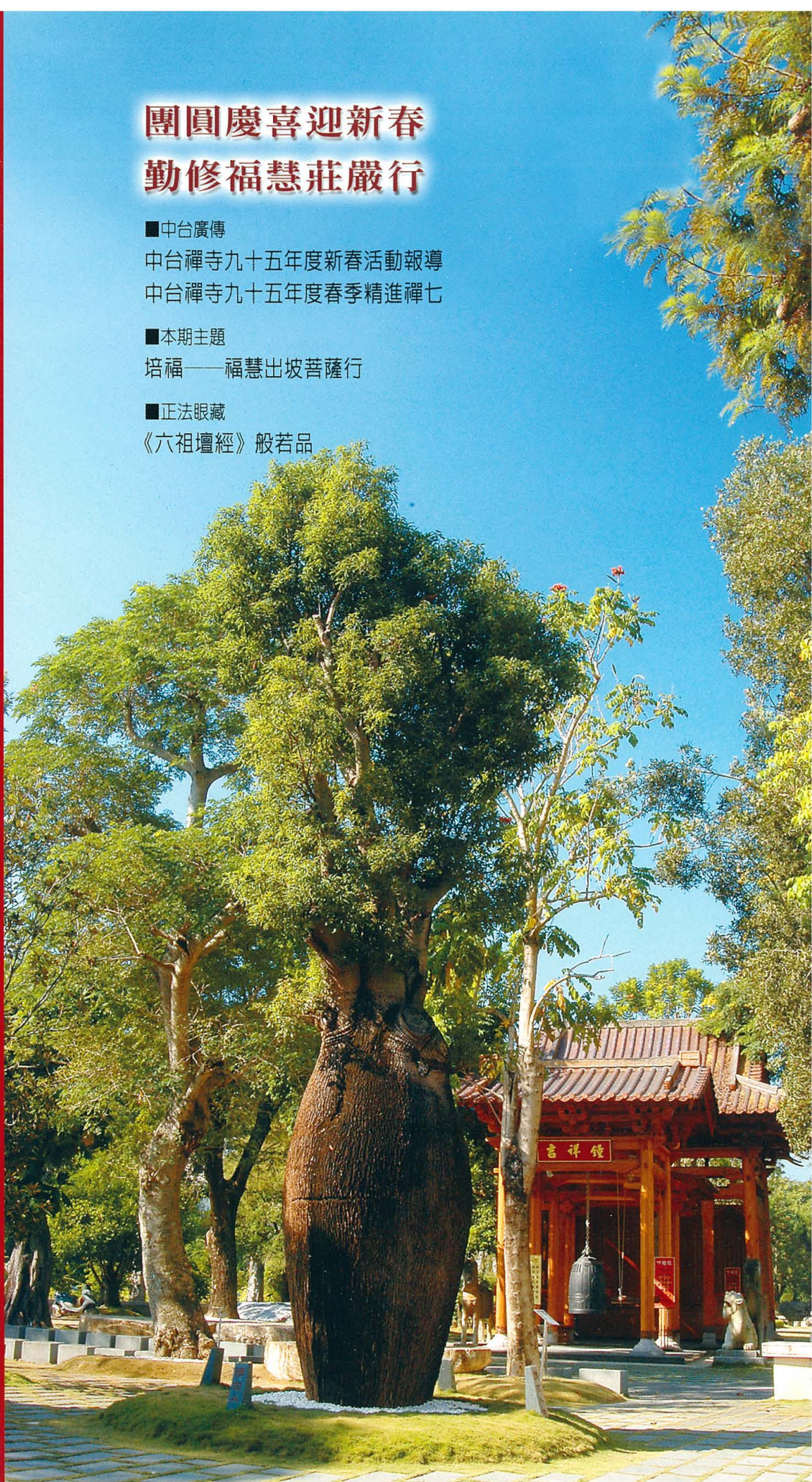
中台禪寺九十五年度春季精進禪七

■本期主題

培福——福慧出坡菩薩行

■正法眼藏

《六祖壇經》般若品



迎春納福

新春賀歲 廣植福慧
全新的人生
在丙戌年——莊嚴開展

燃
燈

引智慧之光



叩
鐘

開清淨菩提



供
花

獻莊嚴心香



祈
福

念十方太平



甘露法語

Sweet Dew of the Dharma

心清淨是最大的福報。聽聞佛法、發心
正確，每個念頭都是無量的功德。

A pure mind is the greatest blessing.
Listening to the Dharma, making the right
resolve, every thought is of infinite merit.

上惟下覺大和尚法語

目錄

封面攝影／傳度 位置／中台禪寺華林園



06

【中台廣傳】

中台禪寺九十五年度新春活動報導

編輯部



11

【中台廣傳】

中台禪寺九十五年度春季精進禪七

編輯部



15

【本期主題】

培福——福慧出坡菩薩行

編輯部

04	【中台廣傳】	臘八圍爐晚會暨各精舍聯合結業朝山法會	編輯部
09	【中台廣傳】	九十五年度新春團拜開示	上惟下覺大和尚開示
13	【中台廣傳】	安飲趙州茶 騎牛自歸家——解七茶會學員心得	編輯部
16	【本期主題】	修善培福	上惟下覺大和尚開示
18	【本期主題】	出坡作務 正好參求	見眼法師
20	【本期主題】	培植福德 成佛資糧	見歡法師
22	【本期主題】	檢視修福的心念	見涅法師
24	【本期主題】	從出坡中學習發心	見鈺法師
26	【本期主題】	耕耘心地真福田	見蹻法師
27	【本期主題】	永不休止的志業	林博正

28	【本期主題】	修行的功課	林秀英
29	【生活啓示錄】	學習	見驥法師
30	【正法眼藏】	《六祖壇經》般若品	上惟下覺大和尚開示
42	【佛學院園地】	中台男衆佛教學院外語成果展	編輯部
44	【紅塵清泉】	普台國民中小學九十四學年度童軍大地遊戲	編輯部
46	【紅塵清泉】	天祥寶塔禪寺九十五年度 新春梁皇寶懺暨合禮團拜法會	編輯部
49	【紅塵清泉】	普因精舍灑淨暨佛像陞座開光大典	編輯部
51	【紅塵清泉】	換個角度思惟	陳熾如
52	【紅塵清泉】	2005 Pilgrimage to Chung Tai Chan Monastery	Natalia Mislavsky
55	【法界塵影】	十二月弘法記要	編輯部
60	【精舍活動預告】	精舍課程及活動快訊	編輯部

編輯手札

新年新正新希望，本寺九十五年度新春活動在歲末除夕圍爐、新春禮祖團拜中揭開序幕，無論是返照自性的精進禪七，或是叩鐘、點燈、供花、佛國巡禮等各項祈福活動，讓社會大眾在親近三寶的因緣中，同沐佛光，共霑法喜。來自全省及海內外近一千四百名大學教授、中小學教師、大專青年及社會各階層人士，前來參加春季精進禪七。於行住坐臥當中，磨鍊回光返照的功夫。學員們經過七天的心靈洗禮，在認識自己、淨化自己、提升自己的過程裡，找到了安身立命之處，也為嶄新的一年，注入了豐沛的「心」動力。

本期主題「福慧出坡菩薩行」讓大眾了解培德植福的重要。在新年之初檢討過去、努力現在、展望未來，建立正確的人生觀和價值觀，藉由廣修福慧，廣結善緣，開啓全新的願景，創造人生絕佳的「景氣」！

中台禪寺九十四年度

臘八圍爐晚會暨 各精舍聯合結業朝山法會



農曆臘月初八為佛教教主釋迦牟尼佛成道之日。為紀念佛陀成道，慶讚佛恩，本寺於一月七日至八日舉辦臘八圍爐晚會暨各精舍聯合結業朝山法會，共計有四百餘位信眾回山參與。四眾弟子齊聚一堂，場面熱鬧溫馨，處處洋溢法喜之情。

臘八圍爐晚會

一月七日晚間六時，圍爐晚會在恭迎導師上惟下覺大和尚後歡喜開場。導師首先開示臘八圍爐的意義，說明臘月初八是佛陀成道日，佛弟子不僅要感念佛恩，更應期勉自己於道業上不斷精進用功。

圍爐晚會中，四眾弟子也以精彩的節目供養大眾。由中台男眾佛教學院學僧帶

文／編輯部

來的「中台天鼓」，展現和合一致的昂揚鼓聲；普民精舍「新春團圓咚吧啦」以熱鬧活潑的舞蹈結合武術表演，表達慶喜之意及護法護教永不退的願心；畢業於英國伯明罕音樂院研究所、現擔任普台合唱團指導的李語慈老師，以莊嚴妙音獻唱數首藝術歌曲。此外，普台國民中小學準備了多項節目，內容含括音樂、語文、體育……等，如：南胡演奏、鋼琴四手聯彈、英語朗讀，以及社團表演：兒童廣電社「迎春接喜慶臘八」以對口相聲與數來寶方式介紹臘八意義與普台特色；「臘八中國情」由扯鈴社的同學演出，展露靈活多樣的扯鈴技巧；英語社則演出本學期參加南投縣英語話劇比賽獲得第二名的「櫻桃樹的故事」，詮釋誠實與勇於改過的重要。普台學子落落大方的表現令現場嘉賓讚賞不已。

晚會結束前，導師慈悲為大眾圓滿開示。開示中提及，今晚參與活動的每一位都充滿了喜悅，內心清淨平定，這種喜悅

來自於心中的善法以及護法護教的功德感召，並讚歎普台的學生表現優異，在短短一年半之間即呈現卓越的學習成果，乃至參加各項比賽皆榮獲佳績，這都是大眾共同發心所成就。最後勉勵大眾，修行如同接力賽，必須發長遠心一步步腳踏實地，只要肯努力，必然有無窮盡的希望，這一生能親近三寶是莫大福報，人生有了正確的方向，便會愈走愈光明。

結業朝山法會

一月八日，為普得、普雲、普民、普開、普平、普慈、普雨、普彰八所精舍聯合結業朝山法會。清晨五時，在一聲聲莊嚴的「南無本師釋迦牟尼佛」聖號中，各級禪修班的學員從大雄寶殿出發，由天梯拾級而上，三步一拜朝禮中台靈山。「佛在靈山莫遠求，靈山只在汝心頭」——虔誠禮敬、懺除罪業的當下，亦是朝禮自性靈山。

上午八時於般若講堂舉行結業頒證典禮，恭請住持見燈和尚頒發禪修班結業證書。當頒證代表從住持和尚手中接過證書時，台下的學員皆精神抖擻地喊出各精舍的隊呼，互相讚歎鼓勵。住持和尚開示：「結業」表示大眾於過去發心聽經聞法、精進用功，現今善法功德成就，象徵著對過

去努力的肯定。曉達「因緣果報」、「緣起性空」、「人人本具佛性」，是人生成功的三大法則，期許大眾朝此方向努力，繼續向上提升，發長遠心斷惡修善，直至契入菩提涅槃，方為修行學佛的最終指歸。

頒證典禮結束後，學員們紛紛加入中台巡禮的行列，跟隨法師的導覽，聆聽解說。法會行程於中午十一時三十分圓滿，各精舍學員帶著法喜與感動踏上歸途。

三千多年前，佛陀夜睹明星成正覺，化導芸芸眾生得以明悟真理，親識本心。三千多年後的今日，中台四眾弟子在導師的帶領下，將繼續為弘揚佛法而努力，廣度有情，共證無上菩提！



1. 四眾弟子齊聚一堂，臘八圍爐共慶團圓。
2. 象徵慶喜與祝賀的「咚吧啦」舞蹈，為晚會增添熱鬧活潑的氣息。
3. 嫺熟的技巧與花樣變化，普台扯鈴社的表演令大眾讚不絕口。
4. 結業頒證典禮恭請住持和尚頒發結業證書，並與大眾合影。



中台禪寺九十五年度

新春活動報導

文／編輯部

新春期間，來自海內外的護法居士及十方善信相繼回山訪謁、拜年，本寺也舉辦一連串應景活動歡慶佳節。活動內容包括禪七、歲末除夕圍爐、新春禮祖團拜、殿堂巡禮、佛學院成果展，以及多項祈福活動，讓社會大眾在親近三寶的因緣中，同沐佛光，共霑法悅，為新年開啓光明的希望。

除舊佈新 迎向光明

一月二十八日（農曆十二月廿九日），本寺舉行歲末除夕圍爐法會，迎新春，慶團圓！晚間六時，導師 上惟下覺大和尚與四眾弟子齊聚一堂，共度除夕之夜。

大和尚於開示中提到，事上來說，除夕就是在歲末將環境打掃清潔，清淨道場、莊嚴道場；理上來說，就是藉此因緣



大年初一上午十時，恭請導師 上惟下覺大和尚主持新春合禮團拜法會。

檢討、反省、改進，把心中的煩惱、塵垢、垃圾除掉。所謂「苟日新，日日新，又日新」，以往的過失，藉由懺悔的方法除得乾乾淨淨，重新開始、重新出發，就能為未來帶來無窮盡的希望。

新年新正 祥瑞開春

初一清晨四時三十分，悠揚的鐘聲響起，本寺四眾弟子以精進的早課開啓了新的一年。早課結束後，大眾在住持見燈和尚的帶領下，至誠頂禮十方諸佛菩薩及歷代祖師，以恭敬和感恩的心迎接新春。

上午十時，導師親自主持新春合禮團拜法會，並為大眾開示法要。開示中提到，去年是乙酉雞年，今年是丙戌狗年，所謂「犬守夜，雞司晨」，犬有忠主之義，正提示我們要對事

以真，要忠於家庭、職守、國家，乃至忠於道業。經由檢討、反省，清淨六根，保持覺悟的心，就是真正的「新春」。

數日來的陰雨濕冷擋不住參訪者的熱情，新春期間，海內外各精舍護法居士陸續回山向導師及住持和尚拜年。大眾共賀新年，互道恭禧，虔敬感恩之情溢於言表。

晚間八時，舉行普門品共修，由副住持見悟法師主法。觀世音菩薩尋聲救苦的



1. 大和尚慈悲為大眾開示，透過檢討反省，保持清淨的心，就是除舊迎新的真義。
2. 來山信眾在叩鐘亭拈香祈福，許下新年新希望，祈願得以心想事成。
3. 新春期間開放殿堂供民眾參拜，大眾同登佛國淨土，期許佛光加被，吉祥平安。

濟世本願，以慈與樂，滿眾生願；以悲拔苦，救一切難，令稱名禮拜者所願滿足，吉祥如意。值此新春之際，稱誦禮拜《觀世音菩薩普門品》，更顯殊勝圓滿。

參禮靈山 新增福慧

初一、初二兩天，除了平日開放的大雄寶殿及四天王殿外，還開放了觀音殿、地藏殿、萬佛殿，供信眾參禮。來山的人潮絡繹不絕，在巡禮殿堂的過程中，透過法師的詳細解說，大眾濡沐在安詳喜悅中，體驗佛法的清淨妙義。

中台女眾佛教學院於新春期間特別開放參觀，各年級學僧以多樣化的主題呈現平日廣博學習的成果，令參訪者藉由繪本及圖卡了解《楞嚴經》、《大乘起信論》等課程要旨，其他還包括多項作業、獎狀及書法參賽特優作品的展出。簡報室中，播放學僧日常上課、出坡、行腳等活動照片，來訪者在認識學院生活的同時，亦對僧伽教育的成效深表肯定。

一進山門，即能聽到沉穩悠揚的鐘

聲，信眾在華林園和鹿野園的叩鐘亭拈香祈福、叩鐘發願，許下新年希望，祝禱諸事順遂、平安吉祥。園林周邊，懸掛著一盞盞信眾為自己、家人及有緣眾生點供的法界光明燈，象徵吉祥平安的大紅燈籠，妝點著喜氣洋洋的春節氣氛。和風輕拂垂掛在燈籠旁的吉祥鈴，清脆的鈴響與樹梢吐露的新芽也一同播送著初春的喜悅。

圓明殿內，來訪者至誠地一一供養觀世音菩薩三十二應化聖像，此外，還可在千手觀音菩薩前祈得吉祥籤、吉祥水，另有吉祥鈴可供大眾請供，祈願菩薩尋聲拔苦，隨心滿願。進入四天王殿，可隨喜獻花供佛，彌勒菩薩前一碟碟的花朵，裝載著供養者一顆顆恭敬虔誠的願心。禪悅苑、菩提苑、觀音殿及地藏殿等定點，眾人熱絡地點燃一盞盞明燈，期許福慧之光照亮人生未來的旅途！

暖暖春風中，迴盪於寺裡的鐘聲、鈴聲，彷彿訴說著人們無數的企盼，相信每一個真誠的心願終會開花結果。在歡慶年節的同時，祈願佛法慈悲、智慧的光明庇蔭眾生、普照大千，為苦海作舟航，為暗夜作明燈，令一切有情福慧俱足、事事吉祥，乃至徹見本源，照見自性！



中台女眾佛教學院於新春期間特別開放參觀，深具創意的成果展，展現了學僧優異的學習成果。

九十五年度新春團拜開示

上惟下覺大和尚

編輯部整理

攝影／傳揚



新年新正慶新春 日新又新時時新
修福修慧長精進 菩提花開果自成
說個自成皆方便 不成不壞天下平

諸位知識！今天又是一年的開始，所謂「一元復始，萬象更新」，昨天是除夕，我們除了把道場的環境打掃得乾乾淨淨，也要知道除去心中的煩惱、塵垢，要檢討反省，使內心光光明明。神秀大師說：「身是菩提樹，心如明鏡臺，時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」這就是檢討反省。心當中清淨、光明，一團和氣、一團慈悲，這就是新春。

狗年精神——老實修行

去年乙酉是雞年，今年是丙戌年，屬於狗年，古人說：「犬守夜，雞司晨。」雞能報曉，從前的人聽到雞一叫就馬上起來精進道業、精進事業。狗有忠主之義，狗不嫌家貧，主人的家裡再怎麼貧窮，即使餓死了牠也不走，在新聞報導中我們經

常可看到狗救人的事跡。什麼是忠主？主就是主人，對於一切事情都要實在、要老實。對出家眾而言，要忠於道場、忠於佛法，愛護道場、實踐佛法就是忠主的精神。身為家庭的成員，要忠於倫理道德；身為公司的員工，要愛護公司、遵守公司的規章，對上司交辦的事要含糊、不馬虎，此外，對於國家要盡忠，這些都是我們應該去發揮的狗年精神。身為佛弟子，要忠於自己的道業，不要欺騙自己，心中有了煩惱、有了無明，要檢討、反省、改進，這念心要日日新、又日新、時時新，這就是真正的落實佛法。

六祖大師說：「佛法在世間，不離世間覺，離世覓菩提，恰如求兔角。」佛法的真理通古、通今，通過去、通現在、通未來，不受時間、空間的限制。明白了這個道理，就經常與佛同在；不明白這個道理，天天拜佛、供養，佛也是離我們十萬八千里遠。

念念清淨 與佛同在

佛就是清淨的心、覺悟的心、平等的心、慈悲的心、真空的心、妙有的心、無爲的心、不染著的心、不動的心、常用常空的心，大家要在這個地方去體悟，時時覺察、覺悟。古人說：「夜夜抱佛眠，朝朝還共起。」我們每天都和佛一起睡覺、一同起床，大家悟到這個道理沒有？悟到這個道理，佛就與我們同在，不管在什麼地方，佛都跟我們在一起。

今天是新年新正慶新春，是一個新的開始。雖然說是新，也是舊，從過去到現在，這念心都存在，無始無終、法爾如是、本自具足。「新年新正慶新春，日新又新時時新」，我們這念心不藏污納垢，這個心就是新的，否則，就像是垃圾堆、就如一潭渾水。佛法有事有理，理明白了才能超凡入聖，如果不明白這個道理，即使天天念佛、拜佛，禮到頭破血流，還是不能見佛。明白了這個道理，不論行住坐臥或是穿衣吃飯，佛都在我們心中。

時時覺照 日新又新

新年是一個新的開始，過去的一年已經過去了，今年大家又增加了一歲，事實上並沒有多一歲，而是減少了一歲。假設我們有七十年的壽命，每過一年就減少一年、每過一天就少了一天，我們要有這種警覺心，人命無常，所以要廣集福慧資糧，要日新又新，把心打掃得乾乾淨淨。

古人有一首詩：「手把青秧插滿田，低頭便見水中天，六根清淨方爲道，退步

原來是向前。」一般人的心就像是一片野田，在野外沒人耕種的田地，裡面有荒草、有石頭瓦塊，所以稱爲野田。修行就是要將野田變成良田。「青秧」是知道慚愧、檢討的這一念心，這是菩提心、是覺悟的心，每一個人都有佛性，生起檢討反省的這一念心，就是手把青秧、把這菩提苗插在田裡，慢慢地耕耘，拔除田裡的雜草，除去田中的石頭瓦塊。插上青秧以後，還要施肥，檢討、反省、修善就是施肥。「低頭便見水中天」，一般人不懂得低頭，常常是眼睛往外看、耳朵往外聽，我們現在知道低頭，把六根都收回來，不往外面看，兩眼內視、兩耳內聽，「靜坐常思己過，閒談莫論人非」，用這種功夫來禪坐，就可以坐到一支好香，就可以見水中天，見到自己的本來面目。

「六根清淨方爲道」，道在哪裡？道不是在一句佛號上，不是在佛祖那裡，也不在師父這裡，而是在大眾自己覺察、覺悟的心；把眼、耳、鼻、舌、身、意這六門打掃清淨，道才會現前。「退步原來是向前」，多數的人都想往前衝，然而有前就有後，所謂「退一步海闊天空」，退就是忍讓，什麼事情都要和氣、忍讓，退步就是檢討反省、往內看。新春就要用這些道理來勉勵自己，發慚愧心，改往修來，重新調整腳步，建立修道的觀念，建立自己心當中正確的理念。希望每一位都有新的檢討、新的反省、新的開始、新的希望，最後祝福大眾：身體健康，道業增進，發菩提心，永不退轉！





中台禪寺九十五年度

春季精進禪七

文／編輯部

爲闡揚禪宗心法，建立大眾正確的禪修知見，本寺定期於每年春夏二時舉辦禪七。本年度春季精進禪七分爲二梯次：「學界精進禪七」自一月十九日至一月二十六日，「大眾精進禪七」自一月三十日至二月六日，共有一千三百餘位來自包括美國、德國、泰國、菲律賓、香港等海內外各地人士參加。

精進禪七 弘傳心法

「禪者，佛之心。」佛心，即是覺者之心。昔日靈山會上，世尊拈花示眾，迦葉尊者破顏微笑，無言無說中，揭示拈花與微笑之心，無二無別。這念心本自清淨、本自具足，只因妄想執著未能彰顯，遂致累劫輪轉，無有出期。古德云：「不識本心，學法無益。」修行就是要破除迷執，

明悟心性，若能契悟自心，一路到底，必能發掘源源不斷的生命活水。

起七茶會上，住持見燈和尚開示大眾，參加禪七一定要先明白目標，修行才會得力。佛說八萬四千法門，主要在令大眾認識生命，進而「明心見性，見性成佛」。禪七的重點在悟「心」，這念心非肉團心、非大腦，亦非意識心，只有不隨時間、空間而改變的妙明真心，才是生命的真實相貌。期許大眾在禪七之中，徹見本心本性，啓發生命的真正價值與根本。一旦知道喝茶的是誰，就要直下承擔，這才是真正的趙州茶，能開啓無窮盡的智慧寶藏。

修戒修定 智慧開顯

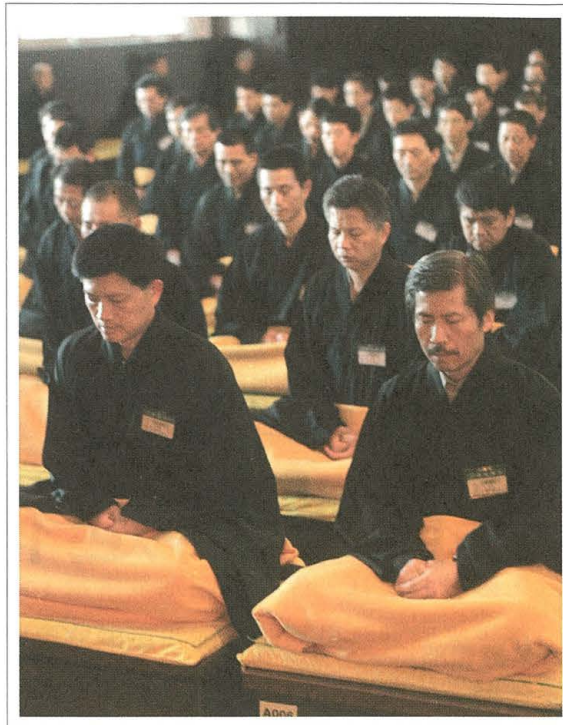
爲助學人明心見性，依戒、定、慧三無漏學落實修證，禪七首日，恭請住持和

尚慈悲正授八關齋戒，令大眾藉由持戒共修的力量，清淨身口意三業，淨心、定心、明心，啟發智慧。禪七期間，學員每日靜坐十支香，在每支香四十分鐘的靜坐中，透過覺察、覺照的功夫，調伏妄想、昏沉，並於行香、早晚課及過堂中調身、調心，在動靜之間體悟「人在哪裡，心在哪裡」。

禪七中，導師「惟下覺大和尚特別為大眾開示修道的意義，所謂「行亦禪，坐亦禪，語默動靜體安然」，禪就是定慧不二的這念心，這念心是絕對的、本具的，只因被煩惱執著所覆而未開顯。修行就是要悟到定慧不二的這念心，藉修習種種方便法門以達究竟之道，所以不但要在理上契悟，還要在事上用功，於行住坐臥中堅住正念，隨順覺性，最後修而無修，能所俱空，回歸本具的心性。六祖大師說：「離道別覓道，終身不見道，波波度一生，到頭還自懊。」道是本具的，不是修出來的，如果是修成的，有成則有壞、有生則有滅。諸法從心生，心淨就是道，如果離開這念心另外去找一個道，就是迷失本心，猶如在太陽下找影子，是找不到的。修行要在生處轉熟、熟處轉生，做一分得一分，做十分得十分，明白這個道理，才不會走錯路、走遠路，方能與道相應。

確立知見 發無上心

中台男眾佛教學院院長見達法師於開示中強調，修行學佛要有四心：信心、決心、發心、道心。所謂「信為道源功德



母，長養一切諸善根」，有信心，則事無不成；再者，要有出離煩惱的決心以及「無緣大慈，同體大悲」的發心；進一步要有自利利他、堅毅果決的道心。若能如此，在學佛道上必能有所覺悟。

禪心，宛如一座寶山，蘊藏無窮的智慧寶藏，懂得觀心返照者，修行便能找到路頭，人生必然愈走愈光明。經過七日精進禪修，學員各自皆有不同的體會與收穫，解七茶會上，紛紛上台分享心得，場面溫馨熱絡。解七茶會圓滿前，住持和尚勉勵大眾持續不斷地用功，時時覺照自心，念念清楚明白，真正在生活中落實佛法，如實修行。

結束了七日充實而寧靜的精進禪修，學員們滿懷感恩之心、清明之心，法喜而歸。

安飲趙州茶 騎牛白歸家

解七茶會學員心得

編輯部整理

國立台灣師範大學化學系教授／陳焜銘

深深覺得能夠學佛是人生最大的福報，尤其是親近中台禪寺，跟隨老和尚學習究竟的心地法門，更為殊勝。現代社會人心散亂，紛雜的外塵易使人迷失方向，每個人在生活中都要面臨許多境界，若無佛法的薰修與善知識的指引，往往會被虛假的境界所轉。因此佛法於二十一世紀的今日更有其存在的意義與珍貴性。希望大眾將禪七所薰修的知見運用於日常生活中，對生活必定會有很大的幫助。

國立台灣師範大學社會教育系教授／李明芬

導師開示大眾修行要有百分之百的信心，信滿必能生清淨心，相信大眾在聽開示中都有很多體會。以往聽完開示，都需要在內心重新思惟，但這次禪七卻在聽的當下就受用匪淺——因為聽的當下即不斷地在增長對法的信心，相信人人都有本具的佛性。以前聽這句話總覺得是名詞、形容詞，但這次體會卻很深。我們的身體只是一套不斷更換的戲服與面具，只有這念心才是最真實的。非常歡喜來到中台修行，能夠一關一關突破自己的障礙。現在世界上遭受恐怖逼迫的人非常多，我們何



其有幸能在這個覺性的大家族中修行。如果能將這七天所學放光，必能讓更多人受益，希望大眾一起來護持中台、普台。

彰化師範大學美術系助理教授／李靜芳

聽完主七和尚開示八駿馬圖的公案後，覺得趙孟頫所封的是心裡的那支筆，而不是有形的畫筆。藝術家必是意在於先，成竹在胸，如果心裡的那隻筆已經放下，外在的那隻筆也就起不了作用。生活中，其實不只有藝術家才畫圖，我們每個人的心裡都有一支筆，依自己的起心動念而作畫。若能放下心中的那支筆，就能達到師父所說的「止心不動」，菩提心、涅槃性就會現前。希望大眾將法語重慮緣真，護持正法，常隨佛學，必能遠離黑暗，迎向光明。

美國國務院外交官／周良芾

雖然去年九月才皈依三寶，學佛歷程非常短暫，卻深深體會修行一定要用「心」。經過這次禪七，才察覺到原來念頭紛飛不斷，根本無法掌握。所以一定要遵循老和尚所開示「人在哪裡，心在哪裡」的道理，時時覺察、覺照，保持清楚明白。這段時間，非常感恩善知識的開示，讓我們了解正確的知見與方向，使修行不會走錯路、走遠路。

美國佛門寺護法會副會長、微生物學博士
／Peggy Bryant

打七，有如參加禪七奧林匹克運動

會，眾人一起在禪堂精進用功。而腿痛就像面臨人生的逆境一樣，即使非常難受，還是要勇敢面對。自己並沒有預期要得到怎樣的結果，只是照著住持和尚所教導的通身放下，依空性的道理修行。所以當腿痛或打妄想時，會告訴自己不要執著，要放下。感謝各位，我會帶著信心、慈悲心回去，繼續用功。

德國籍居士／Birk Richter

爲了要了解佛法，我與同修到中台已經一年了。這段時間學到的不只是佛法，也學到許多人生的道理。很感恩所有法師與護七居士的護持，因為有他們的付出，我們才有修行的機會。禪七中，又更加地了解自己，雖然過程中身體仍會有些疼痛，但我已能將注意力放在心上。前陣子我們回到德國，發現很多地方的人對佛法感興趣，也有越來越多人開始學佛，希望大家共同努力，將佛法傳出去，讓更多人得到佛法的利益。

清華大學慧鐘佛學社社長／陳奕璉

每次打七，主七和尚都會跟大眾開示「狂心頓歇，歇即菩提」。但一進禪堂，狂心卻怎麼也歇不下來，所以禮佛時都會祈求佛菩薩保佑，期許坐到好香，業障消除。直到老和尚開示阿難求佛「惠我三昧」的公案後，才領悟到禮佛是禮自心佛。道在自心，非向外求，只有契悟當下這念心，才能提升自己。



培福

福慧出坡菩薩行

叢林道場中，大眾合力勞動作務稱為「出坡」。

藉由出坡，一則培福，一則增益道業。

禪宗祖師說：「搬柴運水無非是禪。」

只要肯發心培植福田、耕耘心田，

任何勞務都是體悟禪心的契機，

每每歡喜行持的當下都能增長福慧。



修善培福

上惟下覺大和尚開示

惜福、培福，修行路上才有足夠的福德資糧。具足了福德，不但能自利，更能利他，可以廣行布施，造福人群。

編輯部整理

人如果沒有福報，生活上就會經常遭遇困難與挫折；相反的，有福報的人做任何事都很順利。佛法常講「福慧莊嚴」，福報來自於善法的薰修。中國有句俗話：「大樹底下好遮蔭」，樹比喻福報，有福報的人才能夠庇蔭大眾。以家庭來說，如果一家之主沒有福報，家人就要為日用所需而苦惱。公司也是一樣，公司的負責人如果沒有福德，員工就很難有好的發展。一般人都希望「福、祿、壽」三星高照。福是福德、福報，祿是官位、薪俸，壽是壽命綿長。福、祿、壽都具足，這一生無論做什麼事都能有成就；否則，就是起伏坎坷。

節約惜福 修善開源

福報是由惜福、修福而來。擁有好的經濟、環境、智慧，這都是福報。人的一生可以享用多少福報都有定數，就看自己前世努力了多少。譬如，今生只能得到一

千萬的財產，這一千萬用完就沒有了。就算擁有幾百億的財產，也是前世修的福報，這一生如果不努力，也只有坐吃山空，幾百億還是有用完的一天。既然了解這個道理，我們就應該「節流」，並且積極地「開源」。開源就是修福，也就是修善法，廣修善法的人就像是擅於投資生產的人，在良性的循環下，財源不但不會斷絕，還可以存到行庫裡翻本，乃至於布施給大眾，生生世世受用無窮。

日常生活中要懂得惜福，節約就是惜福，要珍惜自己的福報，不要浪費。除了惜福，還要修福，修福就是開源，能開源又能節流，福報就會愈來愈大。現代人的物質生活比過去充裕，但不見得人人都知道惜福。一般人容易喜新厭舊，家裡的東西已經夠用了，還一再花錢去買新的東西，甚至把一些還能用的東西送到垃圾場去，這不但是浪費資源，也耗損了自己的福報。

佛典中有一則故事：釋迦牟尼佛的一位弟子接受了居士供養的新衣服，世尊問這位弟子：「有了這件新衣服，原來的舊衣服要怎麼處理？」弟子回答：「世尊！我會等舊衣服穿壞了，才換穿新衣服。」佛再問：「舊衣服如果壞了，你要怎麼處理？」弟子說：「世尊！我會把它剪成一塊一塊、拿來當抹布用。」佛又問：「如果這些抹布已經破損不堪，要怎麼處理？」弟子說：「世尊！這些抹布雖然不能再用，但是還可以埋在樹下做肥料啊！」藉由這個故事，我們可以反省一下自己有沒有知福、惜福。能惜福、培福，福報就愈來愈增長，福報大的人，不僅自己人生順遂光明，還可以布施福德資糧，造福社會、國家，讓大眾都分享這份福德與光明。

福慧雙修 廣結善緣

釋迦牟尼佛生生世世行菩薩道，修福、修慧，福慧圓滿，所以稱之為福足、慧足，福慧兩足尊。佛法告訴我們要「福慧雙修」，福慧圓滿才能成就如來佛的果德。所以除了修善法、廣積福德以外，還要修智慧。跟隨大善知識聽經聞法，依循正確的知見修行，時時回光返照，這是修智慧。「回光返照」就是檢討、反省、改正過失，使這念心像明鏡一樣，沒有一點塵垢。修行，一是動、一是靜。所謂：「靜則一念不生，動則萬善圓彰。」在靜中，一念不生，不想過去、不想現在、不想未來，當下這念心了了分明，就像止水、明鏡一樣；在動中，廣修一切善法而

不執著。

凡事有因才有果，善因要靠自己去努力開創，有好的因，將來一定能成就好的果報。除了因，還需要緣的配合，緣是外在的種種條件。心存慈悲、平等、恭敬，孝順父母，尊敬師長，以慈悲心關懷一切眾生，這都是結善緣。發心修善，廣結善緣，善因、善緣具足了，不論做什麼事情都會很順利、很圓滿。明白這些道理並且身體力行，一定能成就種種善法功德。



出坡作務 正好參求

「搬柴運水總是禪機，執爨負舂無非妙用。」——對於懂得在心上用功的人來說，日常的種種作務都是開悟的契機、成道的資糧。

文／中台女眾佛教學院研究所二年級 見眼法師

一位青年僧侶請教趙州禪師：「弟子剛入佛門，懇請禪師慈悲教導，引領契悟禪道。」

趙州禪師問：「吃過飯了沒有？」

青年僧侶回答：「用過了！」

「既然吃過飯，那去洗碗吧！」趙州禪師說。

過了一會兒，青年僧回來說：「碗已洗淨了。」

趙州禪師又道：「去掃一掃地吧！」

青年僧侶忍不住了，問道：「難道參禪學道，除了洗碗、掃地以外，就沒有別的了嗎？」

趙州禪師回答：「除了洗碗、掃地以外，還有什麼叫做禪法？」

從動靜閒忙中覺照自心

世人工作，是爲了維持基本的衣食溫飽，進一步實現自己的理想與願望。出世間的行者則視出坡作務爲成道的福慧資

糧，乃至從中識自本心，見性成佛。創立中國叢林農禪制度的百丈懷海禪師曾說：「我心如田園，諸種靡不納，青黃與白黑，隨其所種生。菩提譬嘉禾，種之即有秋，持戒爲疆理，忍辱勿忘助，布施以糞溉，精進以耘耔，智慧爲雨露，及時資潤澤。治心如治田，荒廢芽乃焦，若不違斯喻，是名知田園。」出坡，就是在耕耘自己的心田，是歷代祖師大德示導後世學人，將修行落實於生活中，藉以體現心性體、相、用三大的一門重要功課。

在中台道場，出坡作務是四眾弟子不可或缺的功課之一。不論法師或居士，都要學習從各式各樣的出坡作務當中體會「行亦禪，坐亦禪，語默動靜體安然」。在動、靜之間，正好考驗學人的修行：理上契悟多少，事上就能做到多少。舉例來說，在佛教學院，平日靜態的修持如研習經教、靜坐、早晚課誦等等；而出坡時，小至二小時的行堂坡務，大至法會中擔任

各種執事……皆屬動態的實習，在弘法利生的當下，舉凡應對進退、待人接物，無時無刻都在考驗個人的定力與智慧：事理能不能圓融？我執是不是還很重？我慢心是否已現前而不自知？常住的觀念能否落實？中台四箴行實踐多少？對於空、假、中三諦的道理，是不是能真正融合在生活中？

「道」在日用之間

古來祖師大德，多由日常作務中體悟人人本具的佛性，如雪峰禪師在德山座下擔任飯頭、道匡禪師在招慶座下當桶頭、紹遠禪師在石門座下做田頭、曉聰禪師在雲居座下任燈頭、義懷禪師在翠峰座下當水頭、香巖禪師刈草、雲巖禪師補鞋、臨濟禪師栽松、仰山禪師牧牛、洞山禪師鋤茶園、玄沙禪師砍柴、趙州禪師掃地、印

光大師擔任行堂執事……個個都在實踐百丈懷海禪師「搬柴運水總是禪機，執爨負春無非妙用」之道。

灑掃、耕作、炊煮等種種看似瑣碎粗鄙的坡事，對於懂得在心上用功的人來說，無一不是開悟的契機、成道的資糧。黃檗希運禪師說：「愚人除事不除心，智者除心不除事。」又說：「凡人多謂境礙心，謂事礙理，常欲逃境以安心，屏事以存理。不知乃是心礙境，理礙事。但令心空，境自空；但令理寂，事自寂。勿倒用心也！」導師也勉勵：「大家在一起磨，磨到眼耳鼻舌身意都沒有了，就成道了。」出坡作務當中，各種境界現前，無一不在提醒學人：「還有這個在！」透過念念覺照，斷惡修善，斷惑證真，方可了達「道」之所在。但自將手背翻成手掌，煩惱即是菩提。



培植福德 成佛資糧

了解福德的殊勝和意義，就應把握每一個當下的因緣，與大眾結善緣。一點一滴的發心，終究將匯聚成不可思議的福德海。

文／見歡法師



每個人心中都有自己的夢想：有人夢想環遊世界，有人希望兒孫滿堂，有人期許自己事業有成……然而，想要完成這些夢想，必須要有「資糧」，這些資糧也就是所謂的「福報」。

什麼是福報？簡而言之，就是「福德果報」，由於過去生修種種的善因，所以今生乃至於未來世，感得種種良善的果報。福報就好比銀行裡的存款，想想看：如果我們身上沒有什麼積蓄，別說是好的物質生活，恐怕連基本的日用所需都有困難。

同樣的，如果自己的福報不夠，那麼做任何事都缺少善緣相助：正需要他人幫忙的時候，卻找不到人來協助自己；正需要錢周轉時，卻沒有足夠的錢可以運用……於是往往事倍功半，一事無成。

由此可知，福報是幫助我們成就理想的助緣。就像海上航行的船隻，油料充沛、糧食不虞匱乏，再加上漲潮，就可以安全又快速地到達目的地。因此，佛陀勸勉大眾：「若諸有情修福因，所獲福果又極勝。」一切有情眾生如果能在因地上廣

修福德，所獲得的福報必定是殊勝不可思議。所以，想要擁有自己夢想的美麗人生，就必須要好好儲蓄「福德」之財。

修行者的成佛資糧

不但世間人需要福報來開創人生，對於力求解脫、得大自在的修行者而言，更需要廣積福德資糧。由於多生累劫以來，我們隨順著貪、瞋、痴等種種習氣，造作了種種惡業，也因此感得種種苦果、惡報，使得光明自性無法開顯。於是我們總是無明覆心——聽法不懂、觀教不通，甚至退失菩提心。這種障礙，需要不斷精進用功才得以突破，而「福報」便是助於突破障礙的功德法財。

記得初學佛時，即便只是到精舍禮佛，都會遭遇諸多障礙，最常見的莫過於色身的極度不適，更遑論聽經、聞法。但在法師的慈悲鼓勵下，藉由在精舍中發心出坡作務，也許只是打掃、只是擦拭佛像、整理經書……但一點點地累積，終於「滴水穿石」！突然發現，「到精舍」這件事變得容易多了，僵硬的雙腿能夠盤坐了，法師所開示的教理也慢慢聽懂了，最不可思議的是，可以圓滿參與一場法會，而不再被色身所障礙了！

如今出家修行，培福、修福更是必修學分。在導師的指引下，「福德、教理、禪定」三環一體的理念成了中台僧眾共同努力的依循。在所有的出坡作務以及與大眾的相處中，處處都是修福報的因緣。透過種種事上的磨鍊，藉以返照自心——觀

照自己平日的薰修是否如實地腳跟點地，觀照自己在菩薩行中還有哪些學分需要充實。看起來，我們像是付出了體力、心力、時間，但在這當中，真正是累積了成佛的資糧，不但與大眾結了善緣、修了福報，同時更修了智慧，這樣的「投資報酬率」絕非世間任何一種事業可以比擬！

廣修供養 成就無上功德

過去，有雙眼失明的比丘高聲請求「誰要來修福報？為我穿針、縫衣」時，只見世尊毫不猶豫地回答道：「我要修福報！」世尊不但協助這位比丘穿針、縫衣，乃至於為病比丘擦拭身體、清理排泄物。當弟子們驚訝不安地問：「世尊！您已具足無量的福德了，為什麼還要修福報？」時，佛陀回答：「有誰嫌福報多的呢？」

想想，福慧圓滿的佛陀仍然力修福報，更何況身為凡夫眾生的我們！所謂「欲知前世因，今生受者是；欲知未來果，今生作者是」，檢視自己今生所擁有的一切，若眼前事事順利，仍要廣修福德，為自己福上加福；若事事不順心，更要勤修福報，以改變自己的未來。

了解福德的殊勝和意義，就應把握每一個當下的因緣，與大眾結善緣。一點一滴的發心，終究將匯聚成不可思議的福德海。藉由這福德海的殊勝力量，能令眾生在世間法中得利、順心，更能幫助我們遠離苦報，突破生死堅牢，抵達寂靜的涅槃彼岸。



檢視修福的心念

修福報的過程中，最重要的是觀照自己修福的心念和動機。以「正、真、大、圓」的心念廣修福德，澆灌出來的菩提果就會真正又大又圓滿。

文／中台男眾佛教學院研究所一年級 見涅法師

出坡、修福報是修行重要的一環，也是初學佛開始的重要一步。懂得修福報，即是人生覺悟的開始。覺悟到人生是苦，希望「離苦得樂」，故而修福報；覺悟到過去造了種種惡業，此生福報已快用罄，故趕緊修福報；覺悟到在娑婆世界有諸多不如意事，希望得生淨土，故而修福報；或者感受到了禪悅法喜，希望獲得禪定的清淨而來修福報……每個人修福報的動機不同，但都由於不同覺悟的程度，而了解修福報的重要性。

廣行善法 福德增長

但是，福報從哪裡產生呢？有幅對聯寫道：「積善人家慶有餘，向陽門第先迎春。」西方諺云：「施比受更有福。」我們也常說：「善有善報，惡有惡報。」足見福報是從修善法而來。布施是善法中最為人熟悉的修福法門，在一般人的觀念中，修福報的意義即是布施。布施是仁

愛、慈悲的表現，也是解脫苦惱的第一步。一個微笑、一句安慰、一聲隨喜讚歎，乃至於奉獻自己的體力、時間為大眾服務，都是布施，皆具無量的功德。

除此之外，「持戒」也是增長福報的法門，因為持戒的基本精神是「諸惡莫作，眾善奉行」，戒法即是善法，持守善法自然獲福無量。經云：「五戒為人，十善生天。」能將五戒持守得清淨，可以得人身，可見持受戒法也是修福報的要件之一。廣義而言，三界中一切善法皆是福德之基，而佛說八萬四千法，無一不是為令眾生離苦得樂，進而圓成福德與智慧。換言之，菩薩的六度萬行皆是我們修福報的法門。

無所願求 真實發心

修福報的過程中，最重要的是觀照自己修福的心念和動機。〈勸發菩提心文〉中明白指出，發心有「邪、正、真、偽、

大、小、偏、圓」八種情形，以下就此八項作為修福中檢視、反省的依據。

一、邪：修行時，不明究自心，只知向外攀緣、在俗務中打轉，或求利養、或好名聞、或貪現世欲樂、或希望未來果報，如此發心，即是邪曲。

二、正：不求名聞利養，又不貪物欲享樂及未來果報，只為成就無上菩提智慧。如此才是純正、確實的發心。

三、真：念念上求佛道，心心下化眾生。聞知佛道長遠而不生退怯心；明白眾生難度而不生厭倦。這才是真發心。

四、偽：雖然行了善法，卻又造作惡業。外表清高，內心污濁。有罪業不懺悔，有過失不革除，心未能真正清淨無染。如此發心即是虛偽。

五、大：度盡了所有的眾生，我的誓願才圓滿；真正圓滿成就佛智，我的誓願才算完成。如此發心就是發大心。

六、小：觀三界如牢獄，視生死如冤家，只求自我解脫而不願度化他人，如此心態即名為小。

七、偏：若於心外見有眾生願度，見有佛道願成，執著功德，不能泯除分別的情識與知見。如此發心，名之為偏。

八、圓：若知自性是眾生，故願度脫；自性是佛道，故願成就。了知心外無有一法可得，而以虛空之心，發虛空之願，行虛空之行，證虛空之果，亦無虛空之相可得。如是發心，名之為圓。

當我們心中的這一畝田沒有「偏、邪、偽、小」，又能以「正、真、大、圓」



的心念廣修福德，澆灌出來的菩提果就會真正又大又圓滿，而將來收成的自然是又圓又正的功德果報。深入了解這些道理，把握每一個培福的機會，修自利利他菩薩行，必能福慧具足廣無邊！



從出坡中學習發心

在出坡作務中學習發心，發心學習。在用心當中培養細心、專心、慈悲心，更進一步達到無住心，從有為到無為，練習不斷地放下、放下、再放下……

文／中台女眾佛教學院研究所一年級 見鈺法師

「出坡」原稱普請，在中國古代的叢林道場行來已久。「普請」即是道場的住眾一起發心，完成常住事務。隨著時節因緣的變化，現今僧團的弘法腳步已走向了全方位的菩薩道。為令大眾得以從佛法中建立正確知見，導師「惟覺」大和尚以大悲願心在紅塵中點亮正法明燈，透過種種的法會活動，引領大眾航向光明。身在中台菩薩僧團的我們，同時有了更多出坡作務的機緣，能夠藉此成就自利利他的菩薩行。

遍學八萬四千法——用心

無論是環保組、庭園組、大寮、行堂、書記……每個單位的事務都是一門學問。在出坡作務中，每每能發現自己的不足，知道原來做每件事都有方法和技巧，若不能掌握原則，只有事倍功半。例如，在功德園摘菜、灑水、除草、施肥，每個環節都有必須注意的事項。就摘菜而言，因為每一種菜的屬性不同，摘法和重點也

不同。又如比較熟悉的洗碗、打掃等工作，看似平常，事實上連工具的使用都各有學問。想要省時、省力、有效率，就是要用心觀察、學習，不懂就問、不會就學。在不斷薰修的過程中，更明白佛陀之所以名為「正遍知」，能正遍了達一切法，其因地就是不錯過任何因緣，用心學習。

對事以真——細心

除了學習，更要觀照自己，對於一件事是否因掌握到要領或過於熟悉，而容易大意、輕忽？如在日復一日的打掃坡務中，因為固定、因為熟悉，精進學習的心不見了，「差不多」的惡習趁隙而起，心粗到連滿窗的塵埃都視而不見。修行的下手處就在此，把心一磨再磨，磨除不耐、煩躁和粗魯。從徹底完成一件事中去落實「對事以真」的精神，用認真的態度來面對事情、面對自己的修行。佛的心是細中之細，想要成就佛道，須由因上來努力。

定力的培養——專心

「行亦禪，坐亦禪，語默動靜體安然。」出坡作務即是在動中磨鍊，由於身體在動，這念心每每容易跟著波動。規律性的坡務，心容易向外攀緣，往往散心雜話；複雜性的工作，心容易因接觸的人事物多，而讓貪、瞋、痴、慢一一現形，傷害他人而不自知。唯有不斷內省，把心收回來，專注眼前之事，才能止住自己的散亂顛倒。「是誰在動？」一問一追，將所有善善惡惡的念頭，觀空照破。「人在哪裡，心在哪裡！」定力的養成就是由日常中一點一滴的累積。

廣結善緣——慈悲心

所謂：「未成佛道，先結人緣。」出坡期間，我們可能會遇到許多師兄弟、居士大德或來寺參禮的訪客。如何能結善緣、結法緣？沒有別的，就是慈悲心。不論處理任何事務，都應學習以熱忱「觀心」與「關心」，觀照己心的染淨、起伏，關懷大眾的需求。古德言：「海納百川，有容乃大。」在人群中，學習擴大心量，以慈悲心廣結善緣，不但能充實個人的修行資糧，也能助益他人走向菩提之路。

本分事——無住心

從出坡作務中，更體會到常住大眾護法護教的願行。而將生活與修行結合時，也更深切地感受到，原來常住事即是本分事。更進一步思惟，若無道場，我們將無所依止，也無法安心修行。懷著知恩、感恩、報恩的心，在道場中做任何一件事都

是那麼自然、自在。在每一次出坡的因緣中，學習提起與放下，這念心便能看得更清楚，亦更趨向平靜、無著、無住、無所掛礙。

出坡作務透禪心

禪宗祖師說：「挑柴運水，無非神通妙用。」在出坡作務中學習發心，發心學習。在用心當中培養細心、專心、慈悲心，更進一步達到無住心，從有為到無為，練習不斷地放下、放下、再放下，於箇中慢慢參究無上心法。如此，於修行路上就能愈走愈肯定、愈踏實。



耕耘心地真福田

默默耕耘之間，莫不是讀無字之書，而能讀無字之書，方可參最上禪機！在心田中掘地墾土，自是辛苦，但收穫的果實，亦必是豐美的。

文／中台男眾佛教學院大學部一年級 見誦法師

從前和一位居士出坡，搬四個木製大書架，得兩趟才能搬好。盛暑艷陽，只見他不急不徐地將墊被鋪在卡車後斗上，然後一起將櫃子搬上車。放好後，他便仔細地檢查櫃子的四個角是否會相互碰撞，然後使用特殊又專業的繩結將櫃子固定。令人感到意外的是，身形壯碩，看似莽漢的他，雙手竟是那樣靈活！

聊起學佛的經歷，他說對於佛法懂得並不多。但是，讓他最受用的就是「中台四箴行」，並且用「對事以真」來為剛才的行動下了註腳。他說：「像剛才這樣搬櫃子，法師只要看一下，其餘的就可以放心交給我，而不用從頭到尾看守著。這樣不就節省了法師的時間，讓法師可以去用功嗎？」這話真令人感動！這不正是護持三寶、愛護常住的具體實踐嗎？

細細思之，出坡作務豈只是修修福報而已？忙碌的過程中，無處不需要處事穩當的智慧、與人和合共事的智慧及不起煩惱的智慧。以是故，福慧本同源，此心能做，當下即是雙修雙得。福慧資糧，由是

乃能累積。禪定是無上的福德，福德亦為甚深之禪定。若非無量的福報，又怎堪受用無上清淨法悅？若非極致的專注，又怎能無私忘我地奉獻於大眾？

六祖大師說：「迷人修福不修道，只言修福便是道。」福慧一如人之雙足、車之雙輪，缺一不可。顯然，若無正確的知見，做再多的事情，也只像是賺了很多的錢卻不懂得管理財富，讓福報再增福報。能修福者，是真正有福之人；善培福者，方為真正惜福之人。因為心地即福田，若不培福，任心地荒蕪，廢泉不溉，是棄家珍如敝屣，豈不可惜！知福、惜福，當識自心源；修福、培福，則泉湧不絕。

默默耕耘之間，莫不是讀無字之書，而能讀無字之書，方可參最上禪機。在心田中掘地墾土，自是辛苦，但收穫的果實，亦必是豐美的。發心培福的同時即是修慧，且在日用中實踐，慢慢地將心磨細，用額間滴落的汗水，鑿穿心中的頑石吧！



永不休止的志業

磚塊與泥土融合、汗水與歡笑交織，四面八方而來的力量不斷湧入凝聚……是「誰」在出坡？回頭一看，竟然不見半個人影；向前一看，也不見巍峨莊嚴的寺廟。

文／普眼精舍禪修班學員 林博正（傳博）



「出坡了！」菩薩的獅子吼，像在水面上投入一塊石子，法界起了一場震動，漣漪一波一波地向外擴散，一顆顆迷惘的心在晨曦曙光中逐漸甦醒。

磚塊與泥土融合、汗水與歡笑交織，四面八方而來的力量不斷湧入凝聚。水泥預拌場沒日沒夜地隆隆作響，挖土機不停地把泥土一鏟一鏟向外送出，再向地底深處挖深些，這是中台禪寺千萬年的地基啊！懸臂式起重機手臂吊舉起一根根寶杵鋼骨，一層樓高一層樓地向天空伸展，重重插入蓮花臺地，這是廣度有情的金剛般若大願！

中台禪寺落成了，法師和居士仍繼續不斷地出坡。一場又一場的法會，一梯又一梯的禪七，只為開啓大眾難得可貴的善根，令皆得獲法雨潤澤，於因地中廣植福田，發菩提心。

嘩啦啦的洗滌聲中，一籃一籃功德園的新鮮蔬菜送進大寮，精心烹調出一盤盤天廚妙供；一組組負責環保的義工菩薩，拿著掃帚、抹布、刷子，在園林間、廊

下、架房、寮房，仔仔細細清理得一塵不染；一隊隊交通組菩薩，不畏日曬雨淋，挺立在通衢要道中，揮舞號誌、指揮交通……。

一梯梯小星辰歡欣雀躍來報到，一支支戒定真香裊繞在禪七的選佛場中，一場場諸佛菩薩與護法雲集的大法會，度脫了無數眾生的熱惱愁緒，一位位發願「上求佛道，下化眾生」的法師捨棄世間榮華，跟隨大和尚行菩薩道，荷擔如來家業。

是「誰」在出坡？

回頭一看，竟然不見半個人影；向前一看，也不見巍峨莊嚴的寺廟。

如是，「我」與「寺廟」，相對的境界銷融入絕對的真心。

身心與世界全是自性中幻現的泡影。返家的遊子，平靜而安穩。

創造緣起、運用緣起、不住緣起……

中台人仍在出坡，這是永不休止的志業。

直待眾生塵垢盡，我方清冷混常流。



修行的功課

「出坡」是我初初修行的一門功課。相信只要肯把握因緣發心，功德必能成就。

文／普雲精舍禪修班學員 林秀英（傳方）

無論世間事業或出世間道業要能圓滿成就，皆需具足福報。所以要把握各種因緣勤修善法，廣集福德資糧。

「出坡」是我初初修行的一門功課。那年剛到精舍，正好中台禪寺落成在即，真是千載難逢的大福田。當時出坡修福報的因緣很多，自己亦是發心勇猛，所有的坡務都發心參與，不但不覺得疲累，更是法喜充滿。而那時心裡只有一個想法，就是希望中台圓滿落成。這當中發現以前常感冒的我，身體似乎變得強健起來。只要肯把握因緣發心，功德必能成就。

記得第一次出坡，我被分配到環保組掃架房。一般人對架房的印象多半是污穢不淨，沒想到自己竟能放下這些執著、分別，一心恭敬地跟著法師打掃。在這次的出坡中，不但令人感動，也大開眼界，帶領坡務的這位法師雖然比自己年輕很多，然而行事明快有序，十足的大丈夫相，真是日後修行的學習典範！那天我們雖然沒什麼交談，從法師的語默動靜中卻獲益良

多。

這幾年來，深感自己業障深重，遇到的障礙很多，因此不間斷地藉由事上與理上的薰習、懺悔，希望能在出世修行的菩提道上一切無礙。去年過年期間，天祥寶塔禪寺啓建八天的梁皇寶懺法會，在這八天當中，自己除了發願拜完十卷《梁皇寶懺》，也把握空檔配合心燈組出坡。在這之前，有天發現走路時左腳踝非常疼痛，左腿也變得不靈活，經檢查得知腳跟長了一點小骨刺，當時心裡起了大煩惱，因為不能禮佛、不能盤腿，心裡急著要去天祥發心，治療卻不見效果。就在法會即將開始的前四天，發現左腳已慢慢變鬆，想必是自己要去發心的念頭很強，諸多的障礙才能排除。深刻體認：只有以願力落實修行，才能抵過業力！

感恩 老和尚創造各種緣起，讓我們得以藉此成就善法功德。願自己發長遠心、精進心，生生世世跟隨大善知識修行，發菩提心永不退轉。



學習

文／中台男衆佛教學院研究所一年級 見驥法師

圖／傳維

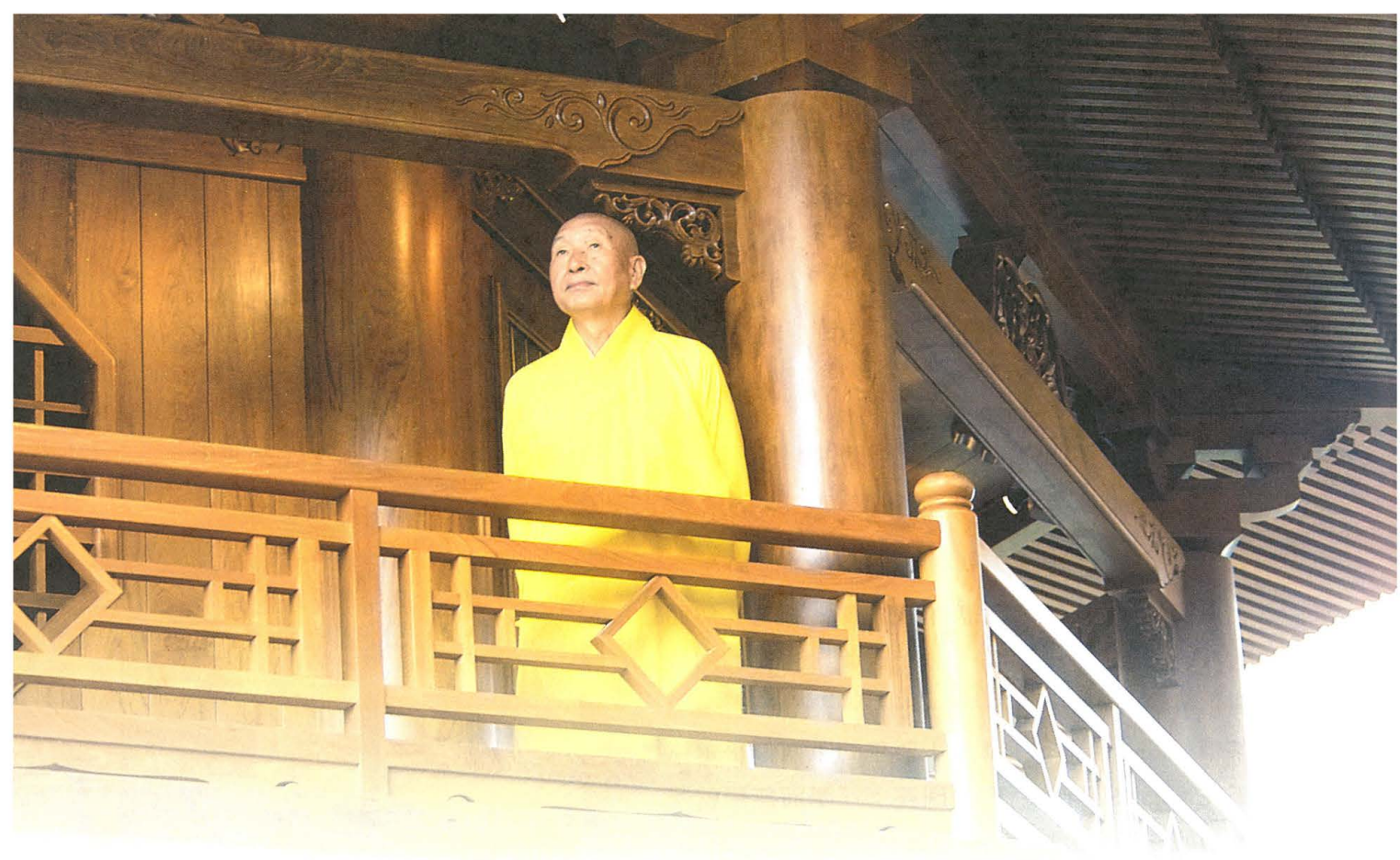
在佛學院，平時享受法席盛筵，深覺法喜。然而每逢大考，往往不是要背誦，就是動輒數百頁的內容需要消化，頗有一番煎熬。

某學僧問 導師：「師父！要學的東西似乎永遠都學不完，怎麼辦？」 導師回答：「學而無學就學完了，功德圓滿。」接著又說：「永遠的學習，這是基於慈悲心。學習就是專注、精進、福報。除了知道學習，還要知道無學的道理。」

正如 導師所言「還要知道無學的道理」。在考試的前熬中，除了要掌握種種文字般若，更要以聞慧、思慧、修慧，進一層思惟體會：還有一個「不在考試中煎熬者」的存在——這念本心本性。

學習是有爲的生滅法，目的是要契入不生不滅的無爲法。現在雖然在「資糧位」，願不斷開展慈悲願行，努力學習，以學而無學的心契入究竟無爲。





正法
眼藏 六祖壇經

《六祖壇經》般若品

上惟下覺大和尚開示

編輯部整理

次日韋使君請益，師陞座，告大眾曰：「總淨心念摩訶般若波羅蜜多！」復云：「善知識！菩提般若之智，世人本自有之，只緣心迷，不能自悟，須假大善知識示導見性。當知愚人、智人佛性本無差別，只緣迷悟不同，所以有愚、有智。吾今為說摩訶般

若波羅蜜法，使汝等各得智慧。志心諦聽，吾為汝說。善知識！世人終日口念般若，不識自性般若，猶如說食不飽。口但說空，萬劫不得見性，終無有益。善知識！摩訶般若波羅蜜是梵語，此言大智慧到彼岸。此須心行，不在口念。口念心不行，如幻如化，如

露如電；口念心行，則心口相應。本性是佛，離性無別佛。何名摩訶？摩訶是大。心量廣大，猶如虛空，無有邊畔，亦無方圓大小，亦非青黃赤白，亦無上下長短，亦無瞋無喜，無是無非，無善無惡，無有頭尾。諸佛刹土，盡同虛空。世人妙性本空，無有一法可得，自性真空亦復如是。」

大善知識 示導見性

次日韋使君請益，師陞座，告大眾曰：「總淨心念摩訶般若波羅蜜多！」復云：「善知識！菩提般若之智，世人本自有之，只緣心迷，不能自悟，須假大善知識示導見性。」

「韋使君請益」是六祖大師這次開示的緣起。韋使君是當時的韶州刺史韋璩，刺史是州級的行政主管，韋刺史是一位虔誠的佛教徒。韋使君請益，就是韋刺史向六祖大師請法、受教，希望聽了六祖大師的法語、開示，自己能夠心開意解。

師陞座，告大眾曰，六祖大師上堂登法座，告訴聽法的大眾：「總淨心念摩訶般若波羅蜜多！」「總淨心念」，「總」就是都、終究的意思。這念心要靜下來，不要打妄想、不要打瞌睡，心裡不要有任何是非得失，心當中不起無明煩惱，只有聽法的這念心存在，這就是淨心。不但要淨心，還要念，念就是繫念、觀照、返照，坐在這裡恭心敬聽，人在哪裡，心就在哪裡，這些都能做到，就是「總淨心念」。要想獲得佛法的利益，必須從「聞、思、修」用功，不但要聽聞佛法、思惟法義，還要

觀照自心，做到一念不生。

摩訶般若波羅蜜多，「摩訶」是大，「摩訶般若波羅蜜多」是大智慧到彼岸。彼岸，就是了達諸法空性、一切法都是空性。既然是空性，也就沒有此岸、彼岸。契悟空性的智慧就是大智慧，這個大，不是大小的大，不是從小當中見大，不是對待的大。這念本具的心性，是絕對的大，是沒有邊際的大。念摩訶般若波羅蜜多時，就是這樣返照思惟。

「菩提般若之智，世人本自有之，只緣心迷，不能自悟，須假大善知識示導見性。」「菩提」是指本具的覺性，「般若之智」是指觀照的智慧、斷煩惱的智慧、清淨的智慧。什麼是智慧？並不是讀了很多書、懂得很多道理、學會很多技能叫做智慧，這些只是知識。菩提般若之智是清淨的智慧，是內照自心，了知無一法可得，時時刻刻將這念心安住在正念、安住在覺性上，這念智慧心就是般若之智，這念智慧心就是人人本具的覺性。這念心不但不打妄想，而且還要回光返照。回光返照就是檢討、反省自己有沒有貪、瞋、痴、慢、疑、邪見，不但要檢討、反省，還要照見四大、五蘊皆空，要明白「凡所有相，皆是虛妄」，一切諸法畢竟空寂。依據經教上的道理起觀行，觀照「緣起性空」、「當體即空」、「五蘊皆空」這些道理，能觀之智照見諸法性空，這就是般若之智。

「菩提般若之智，世人本自有之」，菩提智慧每個人本來就有，但是為什麼自己始終還是個眾生？「只緣心迷」，因為心迷

惑了，因為心始終在攀緣外面的色、聲、香、味、觸、法，始終是貪著財、色、名、食、睡，乃至於執有、執空、執斷、執常，於是心愈來愈迷惑，煩惱愈來愈多、心裡愈來愈感到空虛，因為感覺空虛，就愈增煩惱，始終是在惡性循環。這些都緣自於迷失了心眼、迷失了菩提智慧、迷失了清淨心、迷失了覺性。因為迷失，所以「不能自悟」，自己沒辦法契悟本心、契悟覺性、契悟空性。「須假大善知識示導見性」，必須藉由大善知識的引導，啟發自己契悟這念心性。這裡所指的不但是善知識，而且還必須是大善知識。善知識告訴我們因緣果報的道理，告訴我們修戒、修定、修慧等「漸修」法門；大善知識告訴我們明心見性、直了成佛的「頓悟」法門，這就更是稀有難得的因緣。所以，必須要大善知識來啟發我們的佛性，用般若的大智慧來返照自心，才能見到自己的本心本性。

所謂「見性」，也是種譬喻，因為有能見、所見，就不是真正的見性，只是一種方便說法。見性，指的是契悟菩提心、涅槃性。菩提心是指這念心了了分明、處處作主，涅槃性是真空，明白這個道理就稱之為見性。「示導見性」，是藉由種種方法啟示、指導，使大眾返照自心，見到自己的菩提心、涅槃性，最後達到無能、無所，沒有能見、所見，只有當下這念心，契悟了當下這念心，就稱之為見性。沒有契悟，就必須用返照的方法，由事到理，譬如誦念、懺悔、持戒……等等，用六波

羅蜜的方法破除執著、煩惱，破除了執著，煩惱減輕了，就能契悟本心。

迷悟各異 佛性無別

「當知愚人、智人佛性本無差別，只緣迷悟不同，所以有愚、有智。」從表面上看來，有愚痴人和聰明人，前者拙笨，後者聰明，可是聰明人和愚痴人的佛性沒有差別，覺性也沒有差別，只是這念心被「財、色、名、食、睡」這五欲迷惑的程度不同而有差別。因為執著五欲、執著外在的物質，而生起貪、瞋、痴等種種煩惱，迷失了清淨心、迷失了菩提性，這念心就成了一潭渾水，成了愚痴的人。雖然成了渾水、雖然被五欲迷惑，可是覺性卻未曾減少一絲一毫。眾生的佛性是「在聖不增，在凡不減」，一旦契悟覺性、契悟空性，當下就入了平等不二法門，因為佛性是沒有差別的，所以說「只緣迷悟不同，所以有愚、有智」。契悟了這念智慧心，具足正知正見，所做所為必然都是功德；這念心迷了，起心動念、所做所為與正法相違背，就會招感惡報。所以同樣是這念心，一個在迷、一個覺悟，兩者的果報相去甚遠。

雖然佛性沒有差別，但是迷與悟有差別，有人先悟，有人後悟，先悟的人當然比後悟的人更早啟發智慧。但是不論先開悟或後開悟，只要契悟到這念心，就沒有差別。譬如一棟幾千年來都是黑洞洞的房子，一旦有燈光明照，不論先照或後照，結果都是一樣的光明，不會因為先照或後

照而亮度不同。

闡明般若 開顯智慧

「吾今爲說摩訶般若波羅蜜法，使汝等各得智慧。志心諦聽，吾爲汝說。」六祖大師說：我現在爲諸位解說「摩訶般若波羅蜜法」，使諸位各個都能開發自己本有的智

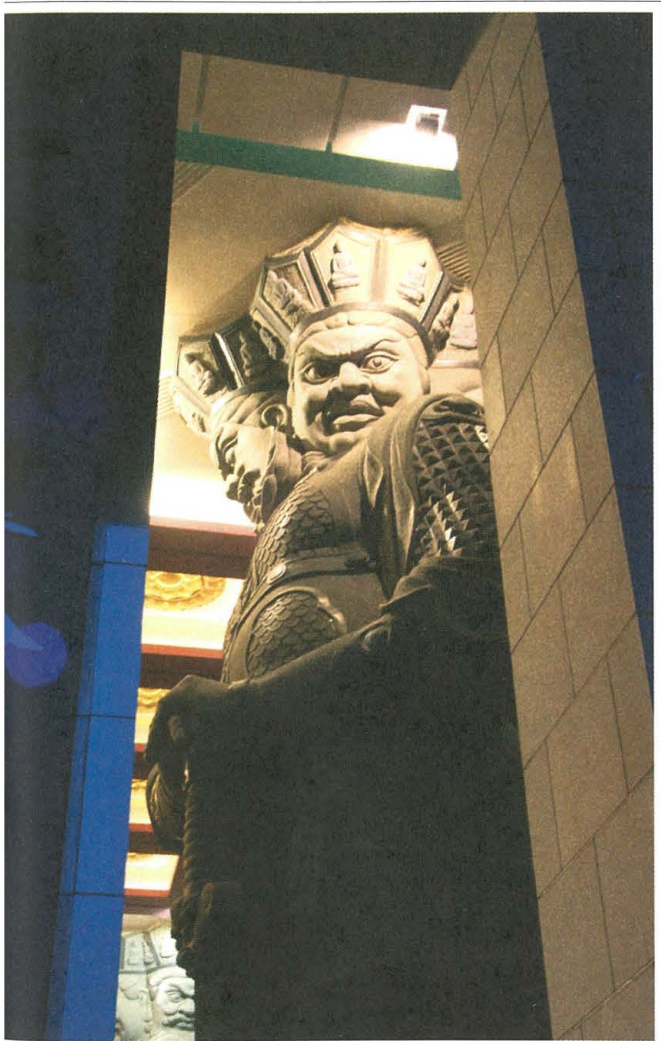
衆生的佛性「在聖不增，在凡不減」，只因迷、悟不同，而有愚、智之別。一旦契悟覺性，皆同入於平等不二法門。

攝影／傳揚

慧。諸位要「志心諦聽」，要專注地聽、詳細地聽。不但要諦聽教理，還要去思惟，要時時觀照自心、如法實踐，也就是透過聞慧、思慧、修慧，最後契悟實相，了知無一法可得。

所以，不要在外面求什麼，心當中也不需要得到什麼，一切都是本具的。雖然是本具，但由於這念心在迷惑、在執著當中，就必須用般若智慧返照，破除心中的煩惱、執著。不執著、不住相，就是智慧，智慧就是覺性。修行就是修掉煩惱、破掉執著，煩惱、執著沒有了，道是現成的，因爲道是本具的。

「志心諦聽，吾爲汝說。」「志心」就是不打妄想、不落昏沉，專注地聽法，人在哪裡，心就在哪裡。如果聽法的時候，既不忘心，也沒有諦聽，聽了也等於沒有聽一樣。幾年前，師父在講開示的時候，有人在講堂外忙著做其他的事情，旁人告訴他：「師父在裡面說法，你趕快去聽。」他說：「沒關係，我用錄音機錄下來了，以後我再慢慢聽。」這就不是志心諦聽。而且，當面說法和錄音機放出來的效果完全不一樣。就算錄了音，以後就一定去聽錄音帶嗎？可能那時事務繁忙，沒有充裕的時間，就會告訴自己下次再聽，下次還有下次，甚至連錄音帶也無影無蹤了，最後還是錯過因緣，所以聽法要在當下。「志心諦聽」，專注聆聽的這念心沒有第二念，要有信心，還要有道心，要深切感受到「人身難得，正法難聞」。正法確實是千載難逢、不容易聽到，所以一分一秒也不



能錯過，一字一句都要專注地諦聽，深怕漏聽一字一句，有這種心念就是諦聽。聽法的這念心就像打禪七一樣，要念念分明，人在哪裡，心就在哪裡，所聽到的佛法全部都流入耳根，再經過一番思惟，變成自己意念當中的種子，這個種子繼續不斷地反薰，就能轉識成智。

「摩訶般若」就是返照自心的智慧，這是大智慧，這種智慧能斷大煩惱、證大菩提。一般人平時是兩眼向外看、兩耳往外聽，現在想要見性就應回光返照、返照自心，時時刻刻安住這念心。無論是誦經、持咒、念佛、持戒，最重要的還是要返照自心，能返照自心的人所證的道理與智慧真正與實相相應，就能以大智慧從生死的此岸到達涅槃的彼岸。

攝影／傳漢

必然廣大。證什麼道理？證到諸法空相，證到心性本空。心性不僅如虛空一般沒有邊際，更超越了虛空，因為虛空也在這念心當中。證到菩提、涅槃，明白諸法實相，智慧就是無窮盡的。真正與實相相應了，就是摩訶般若波羅蜜多，就能以大智慧從生死的此岸到達涅槃的彼岸。

修行學佛重視的是知見正不正，不只是看外表、看表面，表面上看來很精進、很用功，從早到晚兢兢業業，這屬於事實上的精進。如果知見不正，執著福報，計較名利、是非，看到旁人不做事、說閒話，自己就氣得不得了，以這種心態修行，再怎麼精進也無法受益，因為只知道在「事」上精進，不知道從「理」上精進。知見正確的人，在用功的當下始終是



無念、無住，這是大精進，這才能契入聖道。理上精進就是「摩訶般若波羅蜜多」，這念心不去不來、不生不滅，這念心安住正念、安住正定，這念心修而無修，修了善法，不執著善法，這就是在理上真正契悟了。所以禪宗講的是最究竟的法門，如果真正契悟了這念心，就找到了這條菩提大道。知見正確的人就像是有一雙明亮的眼睛，菩提路看得清清楚楚，絕對不會迷路。

依教觀心 明識自性般若

「善知識！世人終日口念般若，不識自性般若，猶如說食不飽。口但說空，萬劫不得見性，終無有益。」

「善知識！」這是六祖大師提示聽法的大眾要注意：世間一般修行人只知道口念，不知道用心念，不知道要歸於無念。雖然終日口念「摩訶般若波羅蜜」，念個不停，念念卻都成了生滅，因為「不識自性般若」。我們要知道，聽經、聞法的目的是在藉教悟宗，藉由教理而契悟這念心。摩訶般若波羅蜜也是一種教法，如果只知道口念，不知道要依照經教來返照這念心，不知道契悟自己的摩訶般若波羅蜜，就成了生滅法。所以念了以後還要歸於無念，無念不是打瞌睡，而是這念心清清楚楚、了了分明，這個清楚、明白、如如不動的覺性就是「自性般若」，自性般若沒有生滅。不明白這個道理，雖然拚命念，念念之間昏昏沉沉，不知道能念的這念心在哪裡。口念般若，心中沒有般若，「猶如說

食不飽」，就好比口說食物有多好吃、多美味，終究不能填飽肚皮，因為說到做不到，就得不到佛法的利益。要能心行、要能做到，心才能安、才能定、才能超凡入聖。有很多人只是口念、計數，認為念愈多功德就愈大，要知道這些只是數字，如果不知道回光返照，不能放下煩惱、執著，就沒辦法真正得解脫。所以要透過摩訶般若波羅蜜，返照自性般若，直到實相般若現前，才能真正了生死、到彼岸。

「口但說空，萬劫不得見性，終無有益。」「劫」是計算時間的單位，因為時間很長，沒有辦法用年月日時來計算，所以用劫來表達。劫有減劫、增劫，每隔一百年減少一歲，減到人的平均壽命十歲就不再減了，這稱之為「減劫」。減代表退步，減劫的時候世界很混亂，人心被物質引誘，變得貪得無厭，稍微不如意就發脾氣、起瞋心，污染一天比一天嚴重，因此稱為減。減劫時，眾生的福報減少、壽命減少、智慧減少，就像生活在苦海當中。增劫，人的平均壽命每隔一百年增加一歲，增加到人壽八萬四千歲，就不再增加。這時的世界很清平，人心愈來愈慈悲、愈來愈平靜，福報也一天一天地增加，善法增長，整個世界風和日麗，這稱之為「增劫」。一增一減是一小劫，二十個小劫是一個中劫，四個中劫是一個大劫。

為什麼萬劫都不能見性？因為不知道由教歸心，因為光是口說而不知道去做。能說善道不是不好，重要的是還要去，要即說即做、能說也能做，這才是正確。

說，是自利、利他；做，也是自利、利他。說法是布施，布施能增長福報，這是自利。眾生因為聽到佛法而知道修行，能逢凶化吉、契悟本心，這是利他。所以，說和做都可以自利利他。如果只會說而不會做，不但容易起煩惱，而且離佛法愈來愈遙遠，所以不但要會說，還要會做。

如果只知道說「空」，心不能契悟空性，空就只是空，空與自己有什麼關係呢？知道一切法是空性，本心本性也是空性，還要契悟這念空性，才是見性。光是口說空，口說緣起、說性空、說我空、法空、空空，說一切法畢竟空，說來說去都在空上打轉，這就成了法執。雖然很努力在修行學佛，但是只會說空、只是執著空，經過一萬劫這麼長的時間，也沒有辦法見到自己的本性，徒然浪費時間，始終得不到佛法的利益。

譬如修福德，只是種福報的因，如果沒有見性，乃至於知見錯誤、增長邪見，福報享盡了，還是會墮入惡道，得不到解脫。所以不但要修福報、行善法，還要見性。見性是見到本性，見性就是見道、就是見佛、就是見法，所謂「性海無邊」，本心本性有無窮盡的智慧。修行就是要見到師父說法、諸位聽法的這念心，不迷就是見性，迷了就不是見性，見性才能成道。

身體力行 與法相應

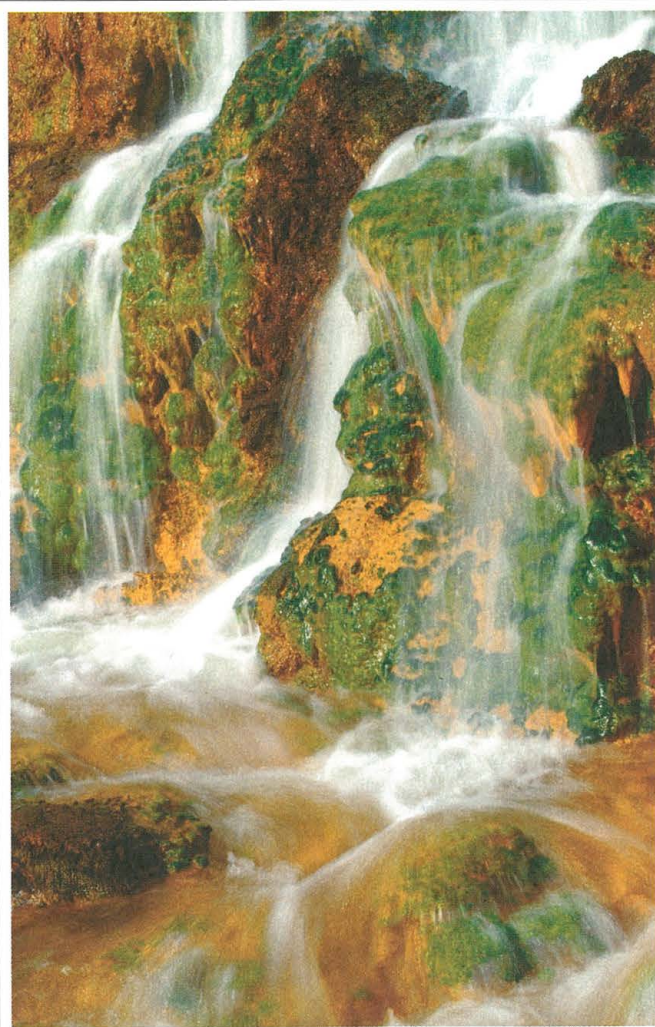
「善知識！摩訶般若波羅蜜是梵語，此言大智慧到彼岸，此須心行，不在口念。口念心不行，如幻如化，如露如電；口念心

行，則心口相應。本性是佛，離性無別佛。」

「摩訶般若波羅蜜」是梵語，起源於印度。中文譯經，有的是譯義不譯音，有的是譯音不譯義，「摩訶般若波羅蜜」是譯音。「摩訶」是「大」，「般若」是「智慧」，「波羅蜜」是「到彼岸」，整句的意義是「以大智慧到達彼岸」。

修行就是要見到本心本性，所謂「性海無邊」，本心本性有無窮盡的智慧。

攝影／傳漢



智慧與知識有什麼不同？知識是學來的，譬如諸位從小學一直讀到大學，在這段期間學到很多知識，或是在工作上學到很多技能，經過十年、二十年，累積了豐富的經驗、學理，正如古人所說的「學富五車」，天上、地下、過去、現在，無所不知、無所不曉，這些是知識。智慧就不同了，智慧是本具的覺照力，能夠依教觀心，觀照自己有沒有妄想、有沒有惡念？有妄想就馬上停止，有惡念要馬上改正，發慚愧心、懺悔心，告訴自己不要再起惡念。這個本具的智慧心、覺照力不但能起觀行，又能看到這些念頭是從什麼地方生出來的，進而照見自己這念心性本空、了無實際。再觀察，既然這念心性是本空，可是這個空當中又能起作用，空不妨礙有，空當中具足無量無邊的智慧。這念心就像虛空一樣廣大，大無邊際，大無內外，這是真正的大。這念心沒有岸，有岸就成了相對，就不是彼岸。因為這念心沒有大、小，沒有此、彼，沒有內、外，十方虛空都在這念心當中。說大，大而無外；說小，小而無內，這是絕對的心境。儒家也契悟到這個道理，儒家說：「放之則彌六合，卷之則退藏於密。」六合是東、西、南、北、上、下，把這念心放開來，是充滿天地、遍一切處；這念心收回來，誰也看不見、找不到。契悟這個道理就是大智慧到彼岸。

「此須心行，不在口念」，要想到達彼岸，必須要心口相應，只是口念，而不知道在心上用功，那是很難成就的。所謂：

「口念心不念，喊破喉嚨也徒然。」不但口要念，心也要念茲在茲。不但心要念，而且要身體力行，也就是要藉教理觀照自己這念心，使身口意三業與空、假、中三觀相應。與假觀善相應，能成就世間的功德；與真空善相應，能得解脫；與中道實相善相應，可以成佛種智。所以「坐而論道，不如起而行之」，講得頭頭是道，還必須說到做到，這才是真正的功夫。如果只是能說卻行不得，身口意相違背，即使說得天花亂墜卻做不到，自己也不會有絲毫的利益。

佛法的道理必須要自己實際去行、去觀照、去用功。如果只是口念，心不去實行，心口不相應，雖然本具般若智慧，但是自己的般若之智也是「如幻如化，如露如電」，就像早上的露水，太陽一照就消失於無形；就像電光石火一樣，一剎那就消失了。因為自己只是口念「摩訶般若波羅蜜」，心不去行，「摩訶般若波羅蜜」也就如幻、如化、如露、如電，自己始終得不到利益。修行要靠自己發心，腳踏實地用功才能得到真實的利益。所以一定要口念心行，身口意三業相應才是真實的，否則就只是空談。什麼是心口相應？口念「摩訶般若波羅蜜多」，心也靠在「摩訶般若波羅蜜多」上，念念清楚明白，念念不空過，契悟到空性，知空不住空，始終是了了分明，念而無念，無念也不妨礙有念。明白這個道理就是與道相應。

本性是佛 離性無別佛

六祖大師說：「本性是佛，離性無別佛。」本性是指這念心性，心才是佛，心才是法，契悟了這念心，進而定心、淨心，這念心就是佛、就是法。所謂「是心是佛」，心性本自具足，明白這個道理、契悟這個道理，心就是佛，不要另外再去找了。離開這念心性，不但沒有佛，什麼都沒有用了。人活在世界上，就是心意識在活動，所以要使這念心作主，不能迷糊。

《金剛經》講：「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來。」師父

世人妙性本空，無有一法可得，自性真空亦復如是。

攝影／傳漢

在這裡說法，諸位聽法的這念心，有沒有形相？能不能找得出來？是找不到的。這念心沒有形相，雖然沒有形相，卻能起作用，起了作用之後，又回到不作用的狀態。不起作用的時候就是真空，起了作用，就是妙有。能找到妙有嗎？找不到，了不可得，這又是真空。所以說「真空不礙妙有，妙有當中又具足真空」。這個心一念不生，不住空、也不住有，這念心性是不平等無二，就是佛性、就是正覺、就是正念，正念就是佛，正念就是解脫。這些都是實實在在的真理，要自己去契悟。

自性真空 無有一法可得

「何名摩訶？摩訶是大。心量廣大，猶



如虛空，無有邊畔，亦無方圓大小，亦非青黃赤白，亦無上下長短，亦無瞋無喜，無是無非，無善無惡，無有頭尾。諸佛刹土，盡同虛空。世人妙性本空，無有一法可得，自性真空亦復如是。」

這一段是顯「體」，顯心性之體，說明摩訶般若波羅蜜多，說明心的體性是什麼形相。「何名摩訶？」什麼是摩訶？這是六祖大師就凡夫所能理解的範圍再次解釋，恐怕講一次聽不懂，第二次再重申其義。

「摩訶是大」，這裡的大不是以小顯大，不是相對的大，不是大小的大。大小的大是因小才說大，這裡的大是絕對的大，是本具的大。「心量廣大，猶如虛空，無有邊畔」，虛空是廣大無邊的，不管是太空船、衛星，乃至於星際當中無數的世界，都是在虛空當中，離不開虛空。孫悟空一個筋斗翻十萬八千里，為什麼還是翻不出如來佛的手掌心？因為佛的心量廣大，猶如虛空，所以不管怎麼翻，還是出不去。這個空性不是外面的空，而是本心本空。「猶如虛空」是形容詞，是指本心像虛空一樣廣大，沒有涯畔、沒有邊際、沒有岸。此岸、彼岸也都是形容詞，譬如煩惱是此岸、涅槃是彼岸，心沒有煩惱就是到彼岸。

「無有方圓大小，亦非青黃赤白」，這念心不是方的，也不是圓的、大的、小的，因為心沒有形相，怎麼會有方、圓、大、小？如果有方、圓、大、小，就屬於有為法、世間法。世間上因為有方，所以

才有圓，如果世間沒有「方」這個名相，也就不會有「圓」這個名相，因為這是相對的概念。如果世上沒有一個「小」的東西，「大」這個形容詞也就不存在，因為方圓大小都是相對境界。但是這念心的心體不是相對境界，所以心沒有方圓大小、沒有顏色，既不是青色，也不是黃色、紅色、白色。這念心是空性，怎麼會有青、黃、赤、白？其實青、黃、赤、白也是虛妄，也是相對法。這些顏色屬於緣起法，緣起性空，還是虛妄不實。

「亦無上下長短，亦無瞋無喜，無是無非，無善無惡，無有頭尾」，這念心沒有上、下、長、短，也沒有瞋、沒有喜，沒有是、沒有非，沒有善、沒有惡，沒有開始、沒有結尾，因為這些都是相對法，有開始就有結束，沒有開始就沒有結束。這念心無始無終、沒有邊際，因為本心本性真正是不住兩邊，所以沒有善、沒有惡，沒有是、沒有非，是非、善惡都是生滅法。打坐的時候一念不生，清清楚楚、了了分明、寂照不動，看看當下有沒有善惡？有沒有是非？有沒有頭尾？其實什麼都沒有。因為這念心什麼都沒有，所以什麼都有。什麼都有是心的作用，這念心能生萬法，心體具足一切功德，心體不去不來。所以這個法門是頓超法門，《六祖壇經》處處都指歸本性、指歸覺性、指歸第一義諦，等到自己契悟了覺性，契悟了心體以後，自然而然就知道「用」，也就不會迷惑。

有形皆歸壞 不滅爲真空

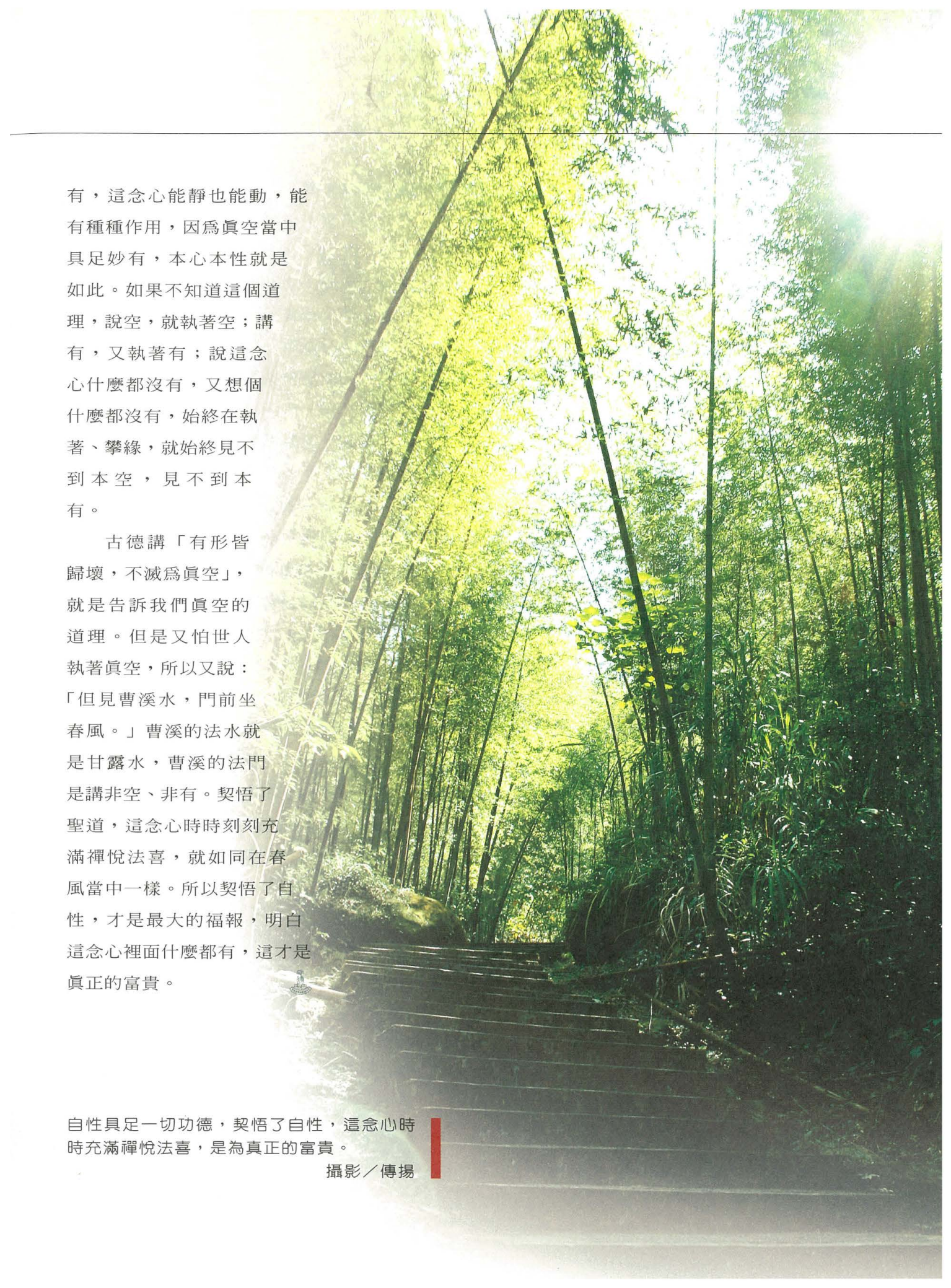
「諸佛刹土，盡同虛空」，刹土是果報土，淨土、穢土都是虛妄，都是幻化不實，都不離生、住、異、滅。一般人都希望生淨土，認爲這裡是穢土，所以要求生淨土、求生諸佛刹土。諸佛刹土也是盡同虛空，也是虛幻不實。爲什麼？因爲這是果報土。果報土最後還是空，還是會滅掉。阿彌陀佛不管壽命有多長，最後還是要入滅，淨土儘管無量壽，還是有滅盡的一天，只有菩提自性才是不滅。「菩提自性」，淨土宗稱之爲「常寂光淨土」，教下稱之爲「法身」，禪宗稱之爲「本來面目」，密宗稱之爲「大手印、大圓滿」。爲什麼稱之爲大手印、大圓滿？因爲這念心無量無邊地廣大，裡面什麼都有，一切圓滿，十方虛空都在這念心上。從這個角度來看，禪、淨、顯、密，完全都是一樣，沒有差別。

「世人妙性本空，無有一法可得，自性真空亦復如是。」世間人本具妙性，妙性是妙真如性、神妙莫測的這念心性，這念心性是非有、非空，即有、即空，廣大不可思議。這念心，你說沒有卻又是，你說有卻又是了不可得，這是不是很神妙、很奇妙？譬如鏡子，「相來則現，相去則無」，鏡前來什麼相，鏡子就現什麼相，從鏡子上看得清清楚楚，可是相過去了，方才所現的相是了不可得。這念心從白天到晚上經歷了很多事情，在念念分明的當下，每件事情都清清楚楚，但是事後，這念心當體即空，沒有一法可得，因爲妙性

本空。由於妙性本空，心量像虛空一樣廣大，所以又能生萬法、能容納一切，這是妙有。譬如山河大地、日月星辰都在虛空當中，森羅萬象也存在於虛空當中，虛空從來不怨嘆；萬象都在虛空當中生生滅滅，虛空也不覺得厭煩，也沒有喜怒哀樂，虛空永遠還是虛空，因爲虛空是空性的緣故。

修行要契悟到妙性，契入空性。妙性就是空性，妙性、空性不是求來的，這念心無有一法可得，心當中能捨得乾乾淨淨，空性就會現前，覺性就會現前，妙性就會現前。所以打禪七的時候都會告訴大眾要通身放下，什麼都要放下，菩提心才會現前。因爲過去是一層一層地染污上去，現在要回歸自性，必須一層一層地剝落下來，也就是要回光返照，體悟「凡所有相，皆是虛妄」。禪宗祖師說：「有一些些，還有一些些。」這念心不能有一點點執著，心中有所執著，將來就要受果報。自心放得下一切，心當中乾乾淨淨、一塵不染，自然而然全體現前——六根、六塵、十二入、十八界都在這念心當中，這就是自性真空，修行先要契悟這個道理。既然是自性真空，爲什麼還要修行、還要度眾生？因爲眾生的根性不夠成熟，沒辦法一下契悟到空性，反而會惡取空，反而排斥一切法，那是不正確的。所以要透過方便法，修一切善而不執著善，心不住在善法上，慢慢從這當中去契悟當體即空。

「自性真空亦復如是」，這念心性本來就是真空，真空不是頑空，空當中不礙萬



有，這念心能靜也能動，能有種種作用，因為真空當中具足妙有，本心本性就是如此。如果不知道這個道理，說空，就執著空；講有，又執著有；說這念心什麼都沒有，又想個什麼都沒有，始終在執著、攀緣，就始終見不到本空，見不到本有。

古德講「有形皆歸壞，不滅為真空」，就是告訴我們真空的道理。但是又怕世人執著真空，所以又說：「但見曹溪水，門前坐春風。」曹溪的法水就是甘露水，曹溪的法門是講非空、非有。契悟了聖道，這念心時時刻刻充滿禪悅法喜，就如同在春風當中一樣。所以契悟了自性，才是最大的福報，明白這念心裡面什麼都有，這才是真正的富貴。

自性具足一切功德，契悟了自性，這念心時時充滿禪悅法喜，是為真正的富貴。

攝影／傳揚

中台男眾佛教學院

外語成果展

文／編輯部

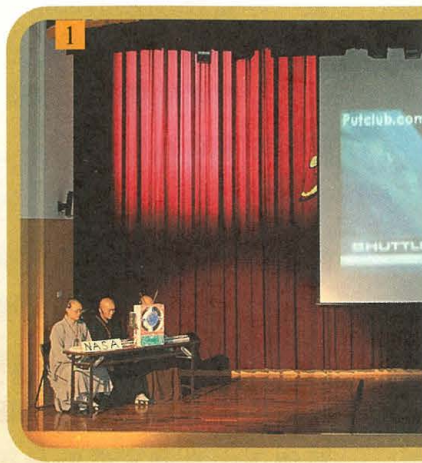
十二月二十三日上午八時，中台男眾佛教學院舉辦了一場別開生面的外語成果展，發表學僧一學期來學習英、日文的成果。僅僅四天的籌畫，從編劇、場務、攝影、燈光、道具、音效及製作簡報等，皆由學僧們一手包辦，精彩的活動不僅展現出學僧的外語實力，亦充分發揮了齊心協力的和合精神。

活動開始，華藏廳內一位背著經篋的法師緩緩步上舞台，無言的意境奏啓了成果展的序曲，亦傳達了此次活動的精神——往昔祖師大德不惜身命，取經求法、翻譯經典，令後世無數學人得以一窺佛法堂奧，證悟本心，而現今佛教學院的學僧在研教窮理之餘，積極學習外語，正是願將佛法弘揚於世界的菩薩行持。

此次成果展中，英、日語表演共計十三個節目，呈現出豐富多元的創意。日語方面，氣勢凜然的「武術課」表演，將生活會話融入其中。「禪門公案——達磨祖師傳」則以短劇呈現達磨祖師遠渡中國傳法之要旨，引出達磨祖師與梁武帝的對

答，乃至如何令斷臂求法的慧可大師直契古佛心印。迥異的語言和時空，傳遞出相同的震撼及感動。

英語表演內容涵蓋世出世間：莊嚴的《心經》經文和「三皈依」諷誦，佛典故事及詩詞朗讀，宛若身歷其境的「中台巡禮」，以及六齣別出心裁的短劇，演出日常生活中的食衣住行等主題，如：以英語購物、旅行、住宿、烹調，並介紹佛門中各項法器的使用及基本行儀。壓軸的“MBI News”報導三則新聞，扮演記者的學僧抵達虛擬的外太空及戰地採訪之後，特別播報了學僧於日前舉辦的行腳活動。逼真的影片剪接、流利且專業的報導口吻，在令人莞爾的同時，亦為現今科技發達卻戰火頻仍的現象提出



反思：唯有導歸心性，唯有佛法的慈悲與智慧，方能為人類帶來福祉，覓得真正的出路。

中午十一時許，活動進入尾聲。背著經篋的法師再度上台，代表全院學僧以一幅精心書寫的偈語「聲明精通弘心宗，中台之光照世界」供養院長見達法師，再次貫穿整場活動的意義與內涵。院長開示大眾：佛法全球化是必然的趨勢，娑婆世界的眾生耳根最利，故學習各國語言是弘法度眾的方便利器，大眾在飲水思源、感念祖師大德及導師的同時，更要發心開創未來。此次的成果展只是學習語言的一小步，但對於佛法的弘揚卻是充滿意義的一大步，點點滴滴功不唐捐。

「佛法無人說，雖慧莫能了。」外語成果展呈現的不僅是學習成果，更是學僧願將佛法弘傳世界的自我期許。大作夢中佛

事只為廣度如幻眾生，成果展的舞台佈景正默默訴說著雋永的禪機：斗大的「中台男眾佛教學院外語成果展」標題之後，緊接著一個「逗點」符號——外在的成果展緣生緣滅，終將告一段落，但弘法的願心卻無有窮盡，永遠沒有句點。



1. “MBI News” 模擬新聞播報，逼真的影片剪接與饒富創意的劇情引人入勝。
2. 以日文唱誦「中台四箴行」。
3. 不同的語言，同樣和合的梵音：英文版的《心經》與「三皈依」唱誦，令人攝受。





普台國民中小學九十四學年度

童軍大地遊戲

文／編輯部

一月十八日上午九時十五分，普台全體學生精神奕奕地在行政大樓廣場前集合，個個蓄勢待發，正為「童軍大地遊戲」做最完善的行前準備。在聆聽負責活動的老師講解闖關規則與競賽獎項後，蔡俊和副校長為小朋友說明此次活動的意義，勉勵大家發揮童軍「智、仁、勇」的精神，充分運用在課堂上所學到的知識與技能，互助合作，通過每一關的考驗。

在遊戲中溫故知新

此次活動以「德、智、體、群、美」五育為軸心，設計兼具知性與趣味的二十六個關卡，不僅讓小朋友溫習所學，汲取新知，也在寓教於樂中培養五育並重的優

良品德。活動中以小隊為單位進行闖關，在隊輔老師的帶領下，各隊成員必須共同研究出最有效率的行進路線，至少通過「德、智、體、群、美」各一關，完成基本考驗。

「砰！」劉文功校長鳴槍一聲後，各小隊迫不及待衝向各關接受挑戰！循著闖關路線圖，展開了一場豐富的學習之旅。德育項目中，實地演練垃圾分類以養成惜福觀念、表現正確的基本行儀；智育方面，以英、日、法、西四國外語作基本問候、背誦國學詩詞、在遊戲中進行數學演算、說出校園中的植物名稱、在圖書館搜尋指定書籍；體育部分，除了跳繩、踢毽子、擲球等運動外，還學習如何以正確的方式

德



智



體



處理傷口及應用三角巾包紮；群育活動強調團隊合作與默契的重要，如：傳話遊戲、「比手劃腳」猜出隊友的肢體語言、兩人同時互相拋接繩子……等；美育項目包含大會舞、童軍歌曲演唱、短劇表演，以及共同創作「百春圖」春聯，讓孩子盡情發揮創意，豐富美感經驗。值得一提的是，中午用餐及午休的秩序和禮儀亦包括在闖關的評比項目內，普台學子扎實地度過了小童軍的一天！

下午二時三十分闖關結束，各小隊回到藝術大廳，聆聽校長為今日的活動講評。劉校長肯定小朋友們在活動中的表現，也期許大家以闖關的精神繼續各項課程的學習。緊接著，是各小隊最期待的頒獎典禮，獎項計有：闖關次數最多的「五育均衡獎」、團隊表現優良的「團體合作獎」、以高效率闖關的「最佳策略獎」、秩序優良的「最佳禮儀獎」，以及通過考驗的「闖關成功獎」。當老師一一唸出得獎名單時，會場各角落也接連爆出欣喜的歡呼與熱烈掌聲。

豐富有趣的闖關活動，讓孩子在潛移默化中涵養五育兼備的品德。

在慶生中學習感恩

「能在普台參加童軍活動，是誰為我們付出？」老師問台下的小朋友。

「老一和一尙、老一師、爸一爸一媽一媽。」小朋友大聲地回答。

隨著老師的引導，藝術大廳內的燈光漸漸暗了下來，氣氛由歡樂轉為溫馨，一月份的慶生活動於焉展開。在師生齊唱生日快樂歌的同時，壽星一一上台，從校長手中接下由家長會致贈的禮物，留下了難忘的回憶。副校長也藉此機會講述一則關於母愛的感人故事，期許小朋友將感恩化為行動，適時表達對父母、師長的敬愛。「大地遊戲是一種尋寶遊戲，尋到了智、仁、勇之寶，慶生活動也讓我們尋到了感恩、愛與被愛的寶。」副校長的一席話，讓許多小朋友紅了眼眶，活動也在感性的氣氛中進入尾聲。

誠然，此次活動是一趟掘寶的過程，孩子在闖關中發掘了自信、互助、實踐與團隊榮譽，在慶生中發掘了知足與感恩。這些珍寶，將帶領他們在未來勇闖人生一道又一道關卡。



美

群



天祥寶塔禪寺九十五年度 新春梁皇寶懺暨合禮團拜法會

文／編輯部

自一月二十九日（農曆大年初一）開始，天祥寶塔禪寺舉辦為期八日的「新春梁皇寶懺暨合禮團拜法會」，在開春之際，祈願善信檀越以清淨法喜之心迎向新的一年。

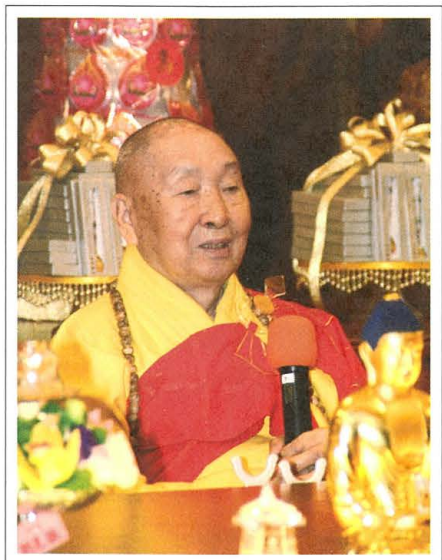
懺文舉處罪花飛

「梁皇寶懺」緣起於梁武帝為度已故皇

后郗氏脫離蟒蛇身，恭請誌公和尚召集天下高僧集錄佛號經文所成之十卷懺法。隨著莊嚴的梵唱與優美的懺文，行者懺悔身口意三業之罪，觀三惡道之苦發菩提心，並代一切眾生禮佛求懺，以清涼法水滌去心中的垢染，為人生的路途點亮無盡光明。

法會期間，除了每日固定二支香的禮





左圖／導師於梁皇法會圓滿日親自主持獻供大典，並慈悲開示法要。
下圖／十方善信虔誠禮誦「梁皇寶懺」，祈祝國泰民安。

懺外，亦有消災、超薦、供燈大典、佛前大供、叩吉祥鐘等佛事，令與會大眾廣植福田，冥陽兩利。

合禮團拜慶新春

二月五日為法會圓滿日，儘管一早天氣濕冷，陰雨綿綿，眾人的精進發心仍讓壇場內座無虛席，共有近三千位居士大德前來參加法會。上午八時三十分禮懺共修，圓滿十卷「梁皇寶懺」後，進行團拜，大眾以至誠恭敬之心頂禮十方諸佛菩薩，願佛光加被，國泰民安，世界和平。

十一時三十分舉行獻供大典，恭請中台禪寺導師上惟下覺大和尚慈悲主法。隨著大和尚的腳步抵達天祥寶塔，隱藏多日的陽光也同時露臉，意外的放晴讓大眾臉上充滿喜悅，而最歡喜的莫過於聆聽大和尚的甘露法語！



念念清明修福慧

「天祥寶塔慶新春，福慧莊嚴滿乾坤，三業精進莫放逸，念念清明時時新，說得有新即有舊，無新無舊蓋古今。」大和尚首先以此偈語勉勵大眾，並於開示中指出：大眾在新春期間把握殊勝因緣參加法會，薰修善法，是殊勝的功德福報。所謂：「一日之計在於晨，一年之計在於春，一生之計在於勤。」新春是新的開始，新的開始就要有新的作為，新的作為能帶來新的希望，新的希望造就新的果報。初一到初八的精進共修是善因，將來能感得福慧莊嚴的果報，現在增福延壽，未來還能圓滿菩提。因果的道理是最積極

的，做一分得一分，如果不精進、不用功，學業、事業、道業就會停滯不前。明白這個道理，人生就有了努力的方向。

今年是狗年，狗有忠主之義。「忠主之義」以出家而言，就是要忠於道業、忠於佛法；用於家庭，就是夫妻之間彼此忠誠，父慈子孝，兄友弟恭；用於公司行號，則是使公司有所發展，成就個人的事業；乃至要忠於國家，忠於事、忠於民。從「忠主之義」的精神出發，藉由參加新春法會，懺悔過去、修善斷惡，今年一定有好的開始。大眾以喜悅之心慶祝新春，更要將此喜悅帶回家庭，化除煩惱；帶到社會，安定人心；推展到國家，促進國家祥和富強。

「佛法在世間，不離世間覺」，一般人以為佛法在西天，事實上，只要心清淨了就不離西天，就是在淨土當中；相反的，心污穢了則是感地獄之苦，天堂與地獄不離當前這念心。所謂「一心不生，萬法無咎」，達到一念不生，方能真正得大解脫。

佛法是人生的真理，只有將佛法的慈悲、平等、清淨、包容的精神推廣到世界各個角落，人間淨土才得以成就。希望大眾秉持參加法會的喜悅與不畏風雨的精進，將佛法實踐在生活中，發長遠心、發清淨心、發菩提心、發無染著心，永不退轉！

皈依三寶心地明

下午三時，恭請 大和尚主持皈依大典，發心皈依三寶的信眾共計近六百位。大和尚於典禮中開示懺悔、皈依與發願的意義後，即為大眾傳授三皈。「皈依佛，兩足尊，圓成佛智永不退轉。皈依法，離欲尊，弘揚佛法永不退轉。皈依僧，眾中尊，普度眾生永不退轉。」宏亮的發願音聲傳遍整個壇場，成為三寶弟子的善信皆洋溢著法喜。誠如 大和尚所祝願，皈向三寶，依正法、正見以安身立命，人生必然愈走愈光明。

法會於三時三十分功德圓滿，大眾八日來虔心禮懺共修、聆聽開示，讓本具的心性逐漸清明、逐漸開顯。清淨的心是最難得的珍寶，更是最佳的新年賀禮。「梁皇迎新春，福慧俱駢臻，年年慶吉祥，佛光滿乾坤。」巍巍佛光與湛湛心光，將在三千大千世界映照不絕！



近六百位信眾發心皈依，成為三寶弟子。





普因精舍 灑淨暨佛像陞座開光大典

文／編輯部

位於板橋地區的普因精舍自民國八十五年成立以來，推廣禪修教育迄今已逾十年。由於學員日益增多，為因應弘法需求，大眾共同發心，歷經一年的籌畫，終於在九十三年十月成就了嶄新的普因精舍。新精舍座落於板橋南雅南路與貴興街交會處，不僅交通便利，更是工商、教育與文化薈萃之地。

一月七日，普因精舍舉行灑淨暨佛像陞座開光大典，恭請本寺住持見燈和尚主法。當日上午九時，法會在莊嚴的佛號迎

請聲中展開，精舍學員及蒞會的各界賢達一同虔誦《大悲神咒》嚴淨壇場，現場充滿祥和瑞氣。

開光點眼 啓發自性光明

主法和尚於法會中為大眾開示，所謂「開光」就是開啓自性光明，「點眼」就是點開自性的正法眼藏。人人都有本具的佛性，佛性具足種種功德妙用，猶如取之不盡、用之不竭的寶藏，故稱為「正法眼藏」，所有萬事萬法的根本皆依此而呈現。

因此「開光點眼」是藉事顯理，其意義與目的即是啟發我們自性的光明。

「心淨國土淨，心安社會安，心平世界平。」清淨心就是沒有煩惱的心，這念心清淨了，六根、六塵、六識乃至十二入、十八界都會清淨。清淨心、清淨的作為加上眾緣和合，方能感得良善的境界與結果。了解這些道理後，要繼續提升，修一切善而不執著一切善，明白善法的本質是空性、是眾緣和合所生，最後還要銷歸自性。自性就是本具的佛性、覺性，不管外界如何改變，能知的這念心始終不變。日常生活中，這念心要保持清楚明白，藉由種種法門調整偏差的觀念和行為，以正確的知見為導向，所作所為就會與正法相應。主法和尚並勉勵大眾，修行要有願心，能時時反省、檢討、改正，朝著目標努力，必然有所收穫。

左圖／開光儀式藉事顯理，啟發自性光明。

右圖／與會大眾至誠迎請中台禪寺住持見燈和尚入壇主法。



普施法雨 願植清淨善因

交通部次長游芳來居士於致詞中表示，每次參加法會都感到身心清涼，法喜充滿，多年來有幸親近導師「惟下覺大和尚，以及跟隨住持見燈和尚的帶領，聽經聞法，滌慮淨心，除了感恩之外，更要發起堅定的願心來護持佛法、護持中台，將佛法廣傳，讓國家社會更祥和安樂。財政部次長陳樹居士表示，佛法能為我們帶來平安，若心能平、能安，則隨處自在，諸事皆能吉祥圓滿，並以「感恩就是最高的智慧，平安就是最大的福報」與大眾共勉。

為廣結法緣，讓更多板橋地區的民眾親近佛法，普因精舍特於一月七日至十四日啟建梁皇寶懺法會，並於圓滿日舉行大蒙山施食，以此功德回向一切有情，祈願社會清淨祥和。精舍宛如鬧市中的一方淨土，令紅塵行者得以領受佛法甘露的潤澤。相信在佛法僧三寶的導航及居士大德的護持下，普因精舍將帶領更多人找到心靈的依歸。



換個角度思惟

當他人有困難時，願作千手千眼觀世音菩薩的使者，伸出援手，盡力協助；遇他人惡眼相向，則告誡自己要以智慧處理，甘心甘受，不起惡念。

文／普和精舍禪修班學員 陳熾如（傳造）
攝影／傳漢

過去，傳造的個性急躁，凡事講求效率，一切以自我為中心，認為自己高明，別人的意見通常僅供參考，如此個性，使得屬下只敢聽命行事。自己雖能如期完成老闆交代的任務，但在執行的過程中，到處得罪人而不自知。漸漸地，樹敵愈多，處理事情的障礙也隨之增加，往往在緊要關頭才發現只有自己孤軍奮鬥，弄得精力盡。回到家裡，常板著臉，似乎每個人都對不起自己。

與婆婆相處時，心總掛礙著被挑剔的不快之事，不是沒好口氣就是遠遠躲著，甚至還相信算命師說的「與婆婆無緣」。只要情緒緊繃或無聊時，就找幾位同事到KTV去嘶吼紓解一番，如此週而復始的日子，過得倒也習慣了。

一天，同修在夾報中發現禪修課程的訊息，徵詢是否一同前往聽課。心想：禪是現代人最摩登的名詞，身為現代人，一探究竟也不錯，於是欣然接受，一起報名參加禪修課程。

踏進精舍，彷彿從紛擾的市集走入另

一個清新的世界，心中既震撼又興奮，猶如回到自己心中夢想的家一般。在法師引導下，薰修佛法，慢慢體會因緣果報之理，知道返觀自照，不為境轉……

每當婆婆反覆叮嚀時，傳造會立即想到《父母恩重難報經》的內容，提醒自己要感恩婆婆的苦心，因為一切的指責無不希望傳造處世更圓滿。當同事與傳造意見不同時，就思惟因緣和合之理，試著平心靜氣地與人討論，同心協力完成工作。當他人有困難時，願作千手千眼觀世音菩薩的使者，伸出援手，盡力協助；遇他人惡眼相向，則告誡自己要以智慧處理，甘心甘受，不起惡念。

藉由聽經聞法，將佛法運用於日常生活，傳造的工作與家庭有了莫大轉變，這樣的改變和喜悅，無形中感染了周遭親友。如今，每次共修法會時，婆婆、姐姐、姐夫、同事、子女……都一同加入，其樂融融。期望有更多人能夠親近佛法，同霑法益，讓家庭和睦，社會祥和。



2005 Pilgrimage to Chung Tai Chan Monastery

文／太谷精舍禪修班學員 Natalia Mislavsky

It was our first visit to Taiwan. Growing up in Russia, we didn't know about a country called "Taiwan". Once in the 1980s, I noticed an electronics label "Made in Taiwan" and wondered about it. "It's just an island"—I was told. Islands fascinate me, because as a child I read a lot about treasures and travels in adventure stories of Jules Verne. Now as devoted disciples of Chung Tai Zen Center of Sunnyvale, we recognize different treasures. We were fortunate to join a group of disciples from Sunnyvale led by Jian Hu Shifu on the annual pilgrimage trip to Taiwan. On the plane from Bangkok to Taipei, I experienced quiet and joyful anticipation of a long-awaited reunion. It seemed that I was to be reunited with something I got separated from very long time ago, much longer than my life.

From the very first moment in Taipei, we received great attention and care. Each meeting or visit could be a subject of a separate story, and I have to be brief.

Day 1. The moment I stepped out of the bus in Puli, I felt the aroma in the air. I know that aroma very well from Russian Churches, where

they burn so-called ladan for purification. In Chung Tai, the aroma was everywhere, which told how sacred the place was. One immediately understands that in Chung Tai everything exceeds expectations. Every job is done with great dedication and love. As we toured the building, I wondered what kind of mind it took to create a building like this, and what kind of spirit was necessary to raise it.

That afternoon, we attended a ceremony that was presided by the Grandmaster and it was very joyful to be there.

Day 2. After waking up at 4:30, I attended a ceremony. I was supposed to do chanting from a booklet but I would get lost all the time. I could observe how mind was clinging to the text as I thought—"Wait. Stop it. I'll find that syllable." For me, it was a lesson in letting go—of course the service would not stop and neither would life.

That afternoon we took the Three Refuges with the Grandmaster. Despite the huge crowd, it was a very personal experience for me—as the rows were distributed for people to come in

front of him, I went exactly in the middle on the front row and he looked into my eyes. I felt very happy.

Later that night, we attended a 3-hour service for hungry ghosts. It felt solemn but I didn't feel 3 hours. My thoughts were about my elderly parents.

Day 3. At a local paper factory, we learned how the paper is made. The paper is made with sweat. Just like 5 contemplations about food in Buddhism, we need to contemplate where the paper comes from—a lot of hard work and we waste it so easily.

We also visited Pu Tai Elementary and Junior High School. It was obvious that great world leadership is soon to come up from the place like that. We hoped that one day we could contribute to setting up a program to allow some students from Russia to study here and bring the teaching to Russia.

Day 4. We left Chung Tai and set out for Taipei. On the bus, I had a lot of vexations. But instead of turning away from them, I could observe them and question them rationally.

In Taipei, we visited the Zen Center and one of the volunteers accompanied us to the National Museum. My strongest impression was from looking at wooden Buddha statues. Looking at the statues made me connect to those old times, I thought those perhaps were the times when more people used to get enlightened in front of these statues.

Day 5. That night we spent in a monastery where the Grandmaster was ordained. The monastery seemed to be situated above the clouds. It was a very compact and old structure. My sleep was very deep and peaceful there. In

the morning, we had a service and a meditation at the Chan Hall. We toured the monastery and observed the statue of the Master Empty Cloud. His image looked very familiar. I might have read about him in a book about Chan Buddhism in Russia at the end of the eighties.

Just a couple of hours later, we went to a beautiful small monastery in the forest. It was the first one that Grandmaster built himself. We walked around, listened to the sound of the creeks. The place felt very warm and cozy. The Buddha in the Zen Hall was reclining. For some reason the moment of Buddha's nirvana was very easy to feel here. That day I was inside a Chan hall for the first time and experienced a walking meditation.

Jian Hu Shifu led a walking meditation. I discovered that the mind didn't need to rush even though the pace was getting faster and faster—a very useful secret for the Silicon Valley. But most importantly, I could come to an absolute stop when the stop signal came in. I discovered the emptiness. It seemed almost too easy and it lasted for several minutes. And it was very joyful.

Day 6-9. The trip to Thailand provided an overview of a very old and very new Theravadin Buddhism. We visited some very special places, and received many blessings including little threads that came from the clothing offered to the Buddha and especially how fortunate we were to meet with the Deputy Sangha King, one of the spiritual leaders of Thailand and to receive his blessing as well.

Although the pilgrimage trip was over, my future, a new trip, suddenly became clear.

中台朝聖的因緣，第一次來到台灣。從小在俄國長大，不曾聽過「台灣」這個國家。1980那一年，看到一個電子產品上寫著「台灣製」，十分好奇。聽說「台灣是個島嶼」，孩童時代讀了許多尋寶故事，對島嶼充滿嚮往之情。如今，身為太谷精舍的學員，學會了辨別與世間不同的寶藏。此次參加由見護法師帶領的「年度朝聖團」，從曼谷飛往台北的機上，沉浸在一股即將歸家的寧靜與喜悅之中，宛如期待已久的重逢，一切恍如隔世。

從踏上台灣的那一刻起，我們受到了許多關心與照顧。每次的參訪行程，足以寫成一篇篇的旅遊札記，在此簡略記敘如下：

第一天初抵埔里，踏出車外的剎那，一陣清香撲鼻而來。熟悉的味道，正如同俄國教堂裏薰燒ladan淨化殿堂的香味。中台處處瀰漫著這股氣味，像在訴說著這塊淨地多麼的神聖。身歷其中，立即感受到中台的一切無一不令人驚喜，大大小小的成就，皆源自於大眾的發心與愛心。參訪殿堂時，不禁想著：是什麼樣的心念創造了這樣一座建築？又是什麼樣的信念使它屹立不墜？下午，參加了老和尚主持的法會，內心法喜充滿。

次日清晨參加早課，可是卻跟不上唱誦。「等一等，停一下我才跟得上！」——這樣的念頭才興起，赫然發現自己多麼執著——現實中的早課不會為自己停下來，真實的人生亦然。要學習放下。

下午，皈依了老和尚。儘管置身於一片擁擠的人群，卻獨有如此深刻的經驗——輪到我們向前排班時，剛好就站在前排正中央，一抬頭見到老和尚正看著自己，感到分外高興。晚上，參加大蒙山法會，莊嚴肅穆，全程專注想著年邁的雙親，倒不覺得有三小時這麼久。

第三天，參觀紙工廠了解造紙的過程。原來紙張得之不易，誠如佛法中要「食存五觀」

的道理，也當思惟紙從何來——來自於許多人的辛苦付出，然而我們卻不懂得惜福。我們又參觀了普台國民中小學。顯而易見，世界未來的領袖就是從像這樣的學校教育栽培而成。希望有一天，我們能夠成就俄國的學生來這裡學習，然後把普台的教育理念帶回到俄國。

第四天，離開中台前往台北。在車上起了些煩惱，但是卻沒有逃避，反而看著煩惱，冷靜地思惟分析。抵達台北，我們參觀了故宮博物院。印象最深刻的，是一尊尊的木雕佛像。看著這些佛像，如同走進古老年代，也許那時候比較多人在佛像前開悟吧！

這一天，我們在老和尚受具足戒的大覺寺裡度過了一晚。寺院像是一座矗立於雲端上的古剎。那晚睡得特別安詳。隔天在禪堂上早課、靜坐。之後四處參觀，見到虛雲老和尚的雕像時倍覺親切，大概是因為曾在俄國一本禪宗書上讀過虛雲老和尚的事蹟吧！

幾個小時後，我們進入了森林裡一座小而幽雅的寺院。這是老和尚親手建造的第一間寺院。漫步其中，聆聽潺潺的溪水聲流，令人心曠神怡。看著禪堂裡的臥佛，似乎自然而然地就能意會佛陀的涅槃寂靜。

那天也是第一次進到禪堂行香，由見護法師親自帶領。自己發現：即使步伐越來越快，心念卻可以不用跟著急躁——這對矜谷人很有幫助。當站板乍響的瞬間，自己能夠完全停住不動，當下並輕而易舉地感受到空的境界，而且持續了幾分鐘，這感覺十分愉悅。

最後四天是泰國之旅，讓我們對新、舊南傳佛教有整體的認識。參訪了幾處特別的地方，收到許多祝福，包括來自供養佛陀的哈達上面的小絲線。特別的是我們很有福報，和泰國第二精神領袖副僧王會面，並且獲得他的祝願。

朝聖之旅雖然結束了，我的未來——另一趟嶄新的旅程，卻霎時明亮鮮活了起來！



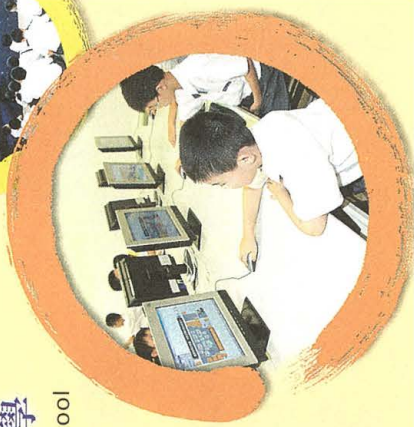


普台國民中小學國中部即將招生

在普台，孩子不僅能汲取豐富的知識，更能涵養心性與品德，符應全人發展的理想。95學年度即將招收國中一年級新生，歡迎關心學童教育的家長及早登記報名。相關訊息請參閱普台網站。



南投縣私立普台國民中小學
Pu Tai Elementary and Junior High School
校址：南投縣埔里鎮一新里中台路3號
電話：(049) 2930-199 傳真：(049) 2930-365
http://www.putai.njct.edu.tw



98-04-43-04 郵政劃撥存單

收款帳號	22497221	金額	仟萬	拾萬	仟	佰	拾	元
通訊欄 (限與本次存款有關事項)		金額新台幣 (小寫)						

收款戶名		寄款人	
姓名		姓名	
通訊處		□□□-□□□	
電話		經辦局收款戳	

財團法人南投縣私立普台國民中小學

◎寄款人請注意背面說明	
◎本收據由電腦印錄請勿填寫	
郵政劃撥儲金存款收據	
收款帳號戶名	
存款金額	
電腦紀錄	
經辦局收據戳	

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

歡迎優質教職人才加入普台教育團隊。
詳情請參閱普台網站校園快訊「徵才啟事」單元。



普台心教育 開啓新願景

普台校訓：對上以敬、對下以慈、對人以和、對事以真。

學校特色：

環境優／公園化的校園，融合藝術、人文、自然、科技的優質學習環境。
設備佳／具外語教育中心、音樂中心、星象館、體育館、溫水游泳池、資訊教室等設施。
課程棒／部頒課程、英日法西四國外語、禪修、國學、田園、才藝學習等。
師資強／合格師資，教學經驗豐富，重視啟發、富热忱。

三學一體的教育理念

中學為體——以儒家倫理思想為本體，啟發良知良能。

佛法為根——實行禪修教育，淨化孩童心靈，培養慈悲、智慧與定力。

世學為用——培育學生具備科技、語言、資訊、藝文等專才。

普台國民中小學以「三學一體」為理念，實踐全人教育藍圖，造就國家社會未來的棟樑。

郵政劃撥存款收據

注意事項

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

請寄款人注意

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

交易代號：0501、0502現金存款 0503票據存款 2212劃撥票據託收

中台禪寺各精舍分院電話地址一覽表1

中台禪寺	南投縣埔里鎮一新里中台路1號	TEL (049) 2930-215 FAX (049) 2930-397	普新精舍	台北縣新莊市中港路310號4樓	TEL (02) 2993-8284 FAX (02) 2990-8454
萬里靈泉寺	台北縣萬里鄉溪底村瑞泉路2-6號	TEL (02) 2492-1631 FAX (02) 2492-4977	普善精舍	台北縣新店市順安街2號2樓	TEL (02) 2911-2460 FAX (02) 2911-2531
基隆十方大覺禪寺	基隆市安樂區崇德路10巷67號	TEL (02) 2422-3630 FAX (02) 2424-8075	印月禪寺	台北縣新店市廣興里小坑路12號	TEL (02) 2666-5129 FAX (02) 2666-5183
天祥寶塔禪寺	台北縣萬里鄉雙興村二坪6-2號	TEL (02) 2492-9114 FAX (02) 2492-9132	普燈精舍	台北縣新店市安德街115巷8號	TEL (02) 8666-5289 FAX (02) 8666-7865
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	普學精舍	台北縣淡水鎮中山北路一段171號2~4樓	TEL (02) 2621-5399 FAX (02) 2621-5615
慈明寺	基隆市暖暖區過港路10巷353號	TEL (02) 2457-6783 FAX (02) 2457-4807	普頓精舍	台北縣樹林市武林街3-3號	TEL (02) 8675-1501 FAX (02) 8675-1502
普光精舍	台北市信義區吳興街449巷2弄16號5樓 (公車總站旁, 從467巷入)	TEL (02) 2758-1056 FAX (02) 2758-1478	普中精舍	桃園縣中壢市中央西路二段30號6樓	TEL (03) 494-6041 FAX (03) 494-6035
普皇精舍	台北市信義區基隆路二段149-28號	TEL (02) 2377-7930 FAX (02) 2739-0679	普平精舍	桃園縣平鎮市中豐路山頂段82號	TEL (03) 419-2848 FAX (03) 469-9844
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	普耕精舍	桃園縣桃園市經國路838號6樓	TEL (03) 358-2240 FAX (03) 358-2239
普照精舍	台北市文山區興隆路一段53號2樓	TEL (02) 8663-7701 FAX (02) 2934-9541	普觀精舍	新竹市學府路445號	TEL (03) 575-0777 FAX (03) 575-0650
普賢精舍	台北市民生東路五段165號2樓之3	TEL (02) 2760-8677 FAX (02) 2760-8879	普宏精舍	新竹市光華東街31號2樓	TEL (03) 543-0977 FAX (03) 542-2421
普雲精舍	台北市內湖區內湖路二段484號1樓	TEL (02) 2795-4939 FAX (02) 2791-8813	普慈精舍	新竹縣湖口鄉達生路15號3樓	TEL (03) 699-2608 FAX (03) 599-2975
普覺精舍	台北市南港區南港路三段270號5樓 (南港成美橋旁)	TEL (02) 2785-1243 FAX (02) 2651-1535	寶林寺	新竹縣關西鎮東山里四寮段4-1號	TEL (03) 517-1155 FAX (03) 517-0343
普惠精舍	台北市南港區忠孝東路六段370巷5號 (聯勤總部旁)	TEL (02) 2653-5746 FAX (02) 2653-5745	興山寺	苗栗縣後龍鎮大山里5鄰73-2號	TEL (037) 433-979 FAX (037) 431-066
普泉精舍	台北市大同區承德路三段139號	TEL (02) 2592-2908 FAX (02) 2592-2693	普和精舍	苗栗市中山路608號	TEL (037) 372-886 FAX (037) 353-618
普洲精舍	台北市大同區鄭州路29巷12號2~5樓	TEL (02) 2558-3021 FAX (02) 2558-3019	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
普觀精舍	台北市中山區北安路659號1樓	TEL (02) 2533-1951 FAX (02) 2533-7741	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
普圓精舍	台北市中山區民族西路2-3號	TEL (02) 2599-4966 FAX (02) 2599-4955	普安精舍	台中市西區南屯路一段216號	TEL (04) 2378-2175 FAX (04) 2375-4230
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	普梵精舍	台中市東區大公街2號	TEL (04) 2225-0190 FAX (04) 2225-0195
普行精舍	台北市士林區天母北路42-1號	TEL (02) 2874-8732 FAX (02) 2874-5639	普成精舍	台中縣大里市中興路二段69之10號C棟4F	TEL (04) 2486-0835 FAX (04) 2486-0837
普榮精舍	台北市士林區德信東路233號	TEL (02) 2838-1881 FAX (02) 2831-3389	普豐精舍	台中縣豐原市圓環東路675號	TEL (04) 2520-7908 FAX (04) 2520-7925
普印精舍	台北市北投區石牌路一段144號	TEL (02) 2823-3940 FAX (02) 2823-3950	普開精舍	南投縣草屯鎮碧山路155號	TEL (049) 2365-955 FAX (049) 2300-503
普明精舍	台北縣板橋市文化路一段299號5樓	TEL (02) 2258-7357 FAX (02) 2254-3605	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
普因精舍	台北縣板橋市南雅南路二段11之29號	TEL (02) 2962-5519 FAX (02) 2958-7054	普方精舍	南投縣南投市文昌街50號	TEL (049) 2200-250 FAX (049) 2244-192
普濟精舍	台北縣三重市永福街15號	TEL (02) 2286-8460 FAX (02) 2280-7360	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
普泰精舍	台北縣泰山鄉明志路三段188號	TEL (02) 2908-1818 FAX (02) 2904-6058	普天精舍	南投縣埔里鎮北環路123號	TEL (049) 2989-820 FAX (049) 2980-431
普正精舍	台北縣泰山鄉泰林路二段448號	TEL (02) 2900-1800 FAX (02) 2909-2727	奉天寺	南投縣埔里鎮光遠一街7號	TEL (049) 2996-638 FAX (049) 2904-545
普雨精舍	台北縣中和市連城路168號7樓	TEL (02) 2248-8860 FAX (02) 2248-8857	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

【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

普彰精舍	彰化市忠誠路108號	TEL (04) 728-2772 FAX (04) 728-2840
普田精舍	雲林縣斗六市中山路158號	TEL (05) 532-1616 FAX (05) 532-1010
普嘉精舍	嘉義市中興路208號	TEL (05) 231-0036 FAX (05) 231-5962
普佛精舍	台南市東區崇學路186號3~5樓	TEL (06) 290-4295 FAX (06) 260-9841
普思精舍	台南市府前路二段237巷26號	TEL (06) 297-7666 FAX (06) 297-9570
佛明寺	台南縣新營市中營里東山路161號	TEL (06) 633-5905 FAX (06) 632-0021
普南精舍	台南縣新化鎮民生路262號	TEL (06) 598-7146 FAX (06) 598-7149
普高精舍	高雄市鹽埕區大勇路11號10樓	TEL (07) 533-5258 FAX (07) 533-5988
普同精舍	高雄市苓雅區仁義街66號	TEL (07) 331-8888 FAX (07) 331-0044
普化精舍	高雄市苓雅區建國一路109號3樓	TEL (07) 725-9422 FAX (07) 725-0384
普信精舍	高雄市三民區灣復街15號	TEL (07) 387-2162 FAX (07) 387-2379
普上精舍	高雄市小港區民益路60號	TEL (07) 801-9918 FAX (07) 801-9917
普糧精舍	高雄市鼓山區中華一路125號	TEL (07) 550-5510 FAX (07) 550-5509
普剛精舍	高雄縣岡山鎮岡燕路93號	TEL (07) 622-2533 FAX (07) 622-5535
志成佛寺	屏東縣萬巒鄉鹿寮村永康路31號	TEL (08) 781-1510 FAX (08) 781-0287
泰明寺	屏東縣佳冬鄉豐隆村大豐路745號	TEL (08) 866-8871 FAX (08) 866-6931
普蓮精舍	花蓮縣吉安鄉中正路一段178號	TEL (03) 8539-489 FAX (03) 8539-452
瑞光禪寺	花蓮縣瑞穗鄉溫泉路三段149號	TEL (03) 8876-642 FAX (03) 8875-442
普台精舍	台東縣台東市開封街392號	TEL (089) 340-268 FAX (089) 341-082
美國太谷精舍	1031 North Fair Oaks Avenue, Sunnyvale, CA 94089 USA	TEL (1) 408-747-1099 FAX (1) 408-747-1098
美國佛門寺	3254 Gloria Terrace, Lafayette, CA 94549, USA	TEL (1) 925-934-2411 FAX (1) 925-934-2911
美國佛心寺	5916 S. Anderson Rd., OKC, OK 73150, USA	TEL (1) 405-869-0501 FAX (1) 405-869-0503
普願精舍	20836 Marcon Dr. Walnut, CA 91789, USA	TEL (1) 909-595-7313 FAX (1) 909-598-1128
普德精舍	12129 Bellaire Blvd., Houston, TX 77072, USA	TEL (1) 281-568-1568 FAX (1) 281-568-1569
海天禪寺	716 Jose Abad Santos St., Little Baguio, San Juan, Metro Manila, Philippines	TEL (632) 723-6132 FAX (632) 722-4400
普廣精舍	G/F, NO.7 Moreton Terrace, Causeway Bay, H.K. 香港銅鑼灣摩頓台七號地下	TEL (852) 2915-6011 FAX (852) 2915-6700
泰佛寺	61/84~86 Mooban Thaveemit, Rama 9 Rd., Bangkok 10320, Thailand	TEL (66) 264-32386 FAX (66) 264-32795

【歡迎十方善信至各精舍報名
參加各級禪修班及法會活動】

藝

言九鼎

話佛像

【典藏文物展】

A Sculpture Tells A Thousand Tales
The Story of Buddha Statues

展 期：95年2月1日起

展演地點：上雲藝術中心 文物館

(高雄市鹽埕區大勇路11號7樓)

首次館內展覽作品以

「自在容顏」與「宗廟重器」為主題

藉由古文物特色

表現出佛教藝術豐富歷史中的局部特徵

從不同的展品中去理解

佛教藝術的深邃內涵與宗教美感

專題講座

時間：每週六下午2:00

3/18 主 題：佛像美學的開始，犍陀羅的藝術風格

主講人：蔡瑞霖（義守大學專任教授）

4/08 主 題：自在莊嚴—佛像的32相80種好

主講人：吳文成（鹿野苑藝文之友會會長）

5/27 主 題：細說18羅漢的相貌

主講人：陳清香（文化大學歷史系教授）

6/17 主 題：攀登生命的另一座山峰

—魏晉南北朝造像碑

主講人：郭佑孟（圓光佛教研究中心副研究員）

系列活動

4/01 歡樂兒童節「快樂飛上天」

上雲藝術中心與大眾共同慶祝兒童節，

具創意有趣的闖關遊戲，與文物的歷史

讓小朋友在遊戲中接受文物的美感教育。

4/15 塑一尊心中佛 佛像捏塑研習營

指導老師：張錦郎（樹德科技大學 講師）

週六下午與張錦郎老師，共同用手捏塑自己內心

的一尊佛。

◎95年度開始，上雲文物館將有兒童版導覽服務，歡迎各國民小學、兒童美術團體預約導覽。

上雲藝術中心 Soaring Cloud Art Center

開放時間：週二至週五 13:00~20:00

週六、週日 11:00~20:00 週一休館

網址：http://www.sc-art.org.tw

e-mail：sc-art@umail.hinet.net

地址：高雄市鹽埕區大勇路11號7樓

電話：886-7-533-1755 傳真：886-7-533-1756



《六祖壇經無相頌之二》

陳昭貳——民國十六年生。曾參加國內外展覽多次，作品並為國父紀念館、藝術館、高美館收藏，曾獲國展首獎、中山文藝獎，曾任國展、省展評審，中國書法學會、篆刻學會理監事及顧問，著有「玉德頌印譜」、「更層樓印存」、日本書道學會「中國書法正傳」篆書部分。

六祖壇經無相頌之二
 欲得見真道行正即是道自若無道心闇行不見道
 若真脩道人不見世間過若見他人非自非卻是左
 他非我不非我非自有過但自卻非心打除煩惱破
 憎愛不關心長伸兩腳臥欲擬化他人自須有方便
 勿令彼有疑即是自性現佛灑在世間不離世間覺
 離世覓菩提恰如求兔角正見名出世耶見名世間
 耶正盡打卻菩提性宛然此頌是頓教亦名大沘船
 迷聞經累劫悟則殺那間

陳昭貳敬書



中台植物 之 櫟木

Impressions of Chung Tai



【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。



即使處在惡劣的環境中，高峻挺拔的櫟木，依然堅毅地佇立於天地間。其耐風的特性，恰似忍心不動的大修行人，在堪忍的世界裡，不為稱、識、毀、譽、利、衰、苦、樂八風動搖心志。



學名：*Zelkova serrata* (Thunb.) Makino
英文名稱：Taiwan zelkova；FSawleaf zelkova
別稱：雞油、台灣櫟、櫟榆、雞母樹、光葉櫟樹
性狀：榆科，落葉大喬木

辨認特徵：

1. 樹幹直立，樹皮灰褐色，幼木樹皮光滑，老木則具不規則的雲片狀剝落。
2. 葉互生，先端尖，長卵形，具鋸齒緣。質地為紙質，表面粗糙，落葉呈紅、黃色。
3. 花小，淡黃綠色，腋生，多與葉同時長出。開花期2~3月。
4. 核果呈歪球形，褐色。

原產：為台灣原生樹種，分布於日本、韓國、中國大陸。

用途：1. 行道樹、庭園樹。

2. 盆栽樹種。

3. 材質鮮紅堅硬，為家具、地板和電訊之良材。

米徑：77cm



台北郵局許可證
台北字第1480號

國內
郵資已付



雜誌類