

91期

中台山

釋惟覺



題

中台世界

<http://www.ctworld.org>

社長／釋惟覺
發行人／李祖原
編輯／中台禪寺文教中心編輯部
發行所／財團法人中台山佛教基金會
地址／54544南投縣埔里鎮一新里中台路一號
電話／(049) 2930215
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1649號
執照登記為雜誌交寄

中華民國九十五年三月十五日出刊

ISSN 1810-0929

版權所有・請勿翻印

結緣贈送・歡迎隨喜助印

僧俗耆耆性無別 直下承當見如來

■中台廣傳

中台禪寺九十五年度僧眾精進禪七

■本期主題

快快樂樂學佛去——兒童禪修班介紹

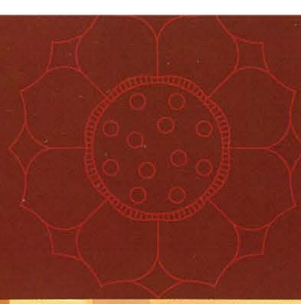
■正法眼藏

《六祖壇經》疑問品（一）

■專題思惟

生命的提升——佛學與生命科學之對話（一）





精進 禪七

七日禪修，
學人在靜坐、跑香、過堂……動靜之間，
攝心辦道、回光返照。
一念回光，照亮千年暗室；
時時返照，親見本來面目！



甘露法語

Sweet Dew of the Dharma

修行就是一個「忍」字，能忍就能吃苦，吃苦就了苦，就是消業障，便能成無上菩提。

The one key word in practicing the way is to lerance-to endure patiently and accept suffering. By accepting suffering, we eliminate suffering. This eradicates karmic hindrances, and prepares us for supreme enlightenment.

—— 上惟下覺大和尚法語

目錄

封面攝影／見土法師 位置／中台禪寺鹿野園



04

【中台廣傳】

中台禪寺九十五年度僧眾精進禪七

編輯部

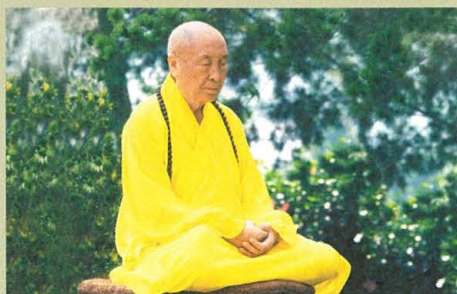


07

【本期主題】

快快樂樂學佛去——兒童禪修班介紹

編輯部



24

【正法眼藏】

《六祖壇經》疑問品（一）

上惟下覺大和尚開示

08	【本期主題】	海外遍開菩提花	美國太谷精舍
10	【本期主題】	小小吉星綻心光	普濟精舍
12	【本期主題】	小太陽熱力耀十方	曾雅鈴
14	【本期主題】	充滿歡樂的假期回憶	普高精舍
16	【本期主題】	星聲、心語、欣話	精舍禪修班小朋友
18	【本期主題】	最快樂的成長樂園	葉瑛美
19	【本期主題】	不可思議的心教育	陳昭如
20	【本期主題】	與子偕行菩提路	謝秀瑩
21	【本期主題】	大人，也是從小孩開始	何秀玲
22	【本期主題】	用心澆灌朵朵蓮花	Vicky Cheung

37	【生活啓示錄】	掃地	見賢法師
38	【佛典故事】	捨身救人的金毛獸	見辨法師
41	【禪林衲子心】	養氣與知言	見觀法師
42	【專題思惟】	生命的提升——佛學與生命科學之對話（一）	見見法師
47	【佛學院園地】	覺心觀照	中台佛教學院
48	【佛學院園地】	誰知盤中飧 粒粒皆辛苦	見雲法師
50	【佛學院園地】	修行的慢性病	見雲法師
51	【佛學院園地】	埋下一顆種子	見澄法師
52	【紅塵清泉】	普善精舍落成灑淨暨佛像陞座開光大典	編輯部
54	【普台教育】	普台學子參加南投縣兒童才藝競賽獲獎報導	編輯部
55	【法界塵影】	一月弘法記要	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

精進禪七弘正法，僧眾覺照究心地。本寺分別於二月九日至十六日及二月十七日至二十四日，舉行僧眾精進禪七。七日的禪修，是靈山會上殊勝法筵的重現。從靈山、曹溪到中台，三期傳續的是亙古通今的諸佛心印。學人在靜坐、跑香、過堂……動靜之間，掬飲曹溪法水，面見舊時主人。

在社會逐漸正視生命教育的同時，以「心」為根本的禪修教育，正是孩子在教科書外最需要補充的人生養分，也是為社會帶來希望和光明的重要力量。本山海內外各精舍的兒童禪修班充滿禪意與創意的課程，以活潑多元的方式引領孩子和家長們進入佛法的殿堂。本期主題「快快樂樂學佛去」，藉由孩子、家長及輔導老師的心得感言，帶領我們一同走入兒童禪修班，分享大眾成長的喜悅。

二十一世紀，生化科技已成為明星科技產業。本期專題思惟「生命的提升——佛學與生命科學之對話」一文，經由生命科學與佛學之間的對話，啟發對生命探究更圓滿的解釋。佛法涵蓋身心二層面的宏觀角度，為基因工程所面臨的瓶頸和問難，提供了新的思考模式，也為人類對於生命提升的冀望，給予深刻的建議。讓科學與宗教產生無言的互動與交流，為失衡發展的人類文明找尋真正的出路。

中台禪寺九十五年度

僧眾精進禪七

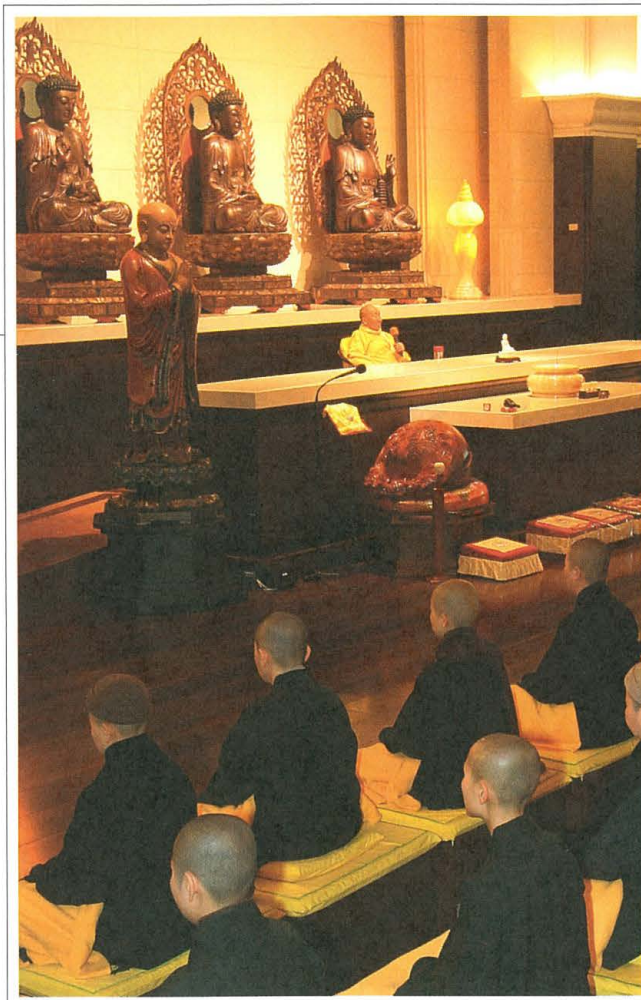
文／編輯部

二月九日至十六日及二月十七日至二十四日，本寺舉辦兩梯次的僧眾精進禪七。本山及海內外各分院僧眾平日在各自的工作崗位上弘揚佛法，廣度有緣，每逢一年一度的僧眾禪七，大眾放下萬緣，精進禪修，由方便歸於究竟，從有為歸於無為，期以七天的專修剋期取證，徹見本源。

禪七的行程，從報到、起七開始，便一律禁語。每一天從清晨四點半起板，包括早晚二時課誦，一共有十支香的靜坐時間。每支香四十分鐘的坐香之後，皆有十至十五分鐘的行香，監香法師的促促催香、震耳乍響的站板，讓學人在動靜之間，體契「行亦禪，坐亦禪，語默動靜體安然」的玄旨。

明心見性 見性成佛

導師 上惟下覺大和尚在禪七中慈悲為大眾拈唱宗乘，直示菩提正道。古德云：



導師 上惟下覺大和尚在禪七中慈悲為大眾拈唱宗乘，直示菩提正道，令學人究明自性，直契心源，親見本地風光。

「只貴汝知見，不貴汝行履」，修行必須端正知見，如果知見錯誤，只會勞而無功，離道愈來愈遠。大和尚舉六祖詮解三學之偈為大眾指示無上了義——「心地無非自性戒，心地無痴自性慧，心地無亂自性定，不增不減自金剛，身去身來本三昧」——菩提自性雖然本自具足，個個圓成，但為無始垢結蒙蔽，故需藉打坐沉澱自心，隨順覺性，堅住正念，才能達到菩提

涅槃。大和尚以「明心見性，見性成佛」為題旨，不假方便，直指人心，令學人究明自性，直契心源，親見本地風光！

第二梯次的禪七中，大和尚在開示中首先提到，世間人以爲自殺便能脫離苦海，殊不知是帶著一身的業障輪迴受報。《六祖壇經》云：「菩提自性，本來清淨，但用此心，直了成佛」，藉著回光返照的功夫，化除心中的煩惱垃圾，就能真正脫離苦海，了生脫死。修行的過程中有種種善惡境界，《金剛經》云：「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來」，大和尚以此警示大眾切勿執著妄境，「凡所有相，皆是虛妄」，自性之佛無形無相，不假外求，只需直下承擔，保持當下聽法的這念心，依永嘉大師四料簡「惺惺寂寂是，惺惺妄想非；寂寂惺惺是，寂寂無記非」用功，生處轉熟、熟處轉生，即是入道之門，便能轉識成智、轉染成淨。

此外，大和尚援引《大學》三綱領——「明明德、親民、止於至善」，徵釋佛法「自覺、覺他、覺行圓滿」之理，並以二十四孝丁蘭事母之例，以及梁武帝前世供佛感現世為帝的公案，揭示由事歸理的要義，藉以提示大眾在廣集福德資糧之外，須更上層樓，淨化心靈。不起三毒、檢討反省，就是供養自性之佛。最後，大和尚勸勉大眾要具足信心，通身放下，在心上用功，空其能所，萬法歸宗，就能明心見性，見性成佛！

當下即是 莫向他尋

兩個梯次的僧眾禪七，皆由住持見燈和尚主七。主七和尚在開示中提到，修行

的真正皈依處就是覺性。古人說：「大事未明，如喪考妣；大事已明，如喪考妣。」事上的「如喪考妣」，就是一步步地除去自己的無明、煩惱、習氣；理上的「如喪考妣」，則是要時時安住於父母未生前的本來面目。主七和尚以《圓覺經》清淨慧菩薩章隨順覺性的三種層次為大眾指示用功的法門，並以《楞嚴經》畢陵伽婆蹉尊者身根入道及德山宣鑒禪師開悟的公案，說明客塵的意義。修行人用功之先，必須了解能所，也就是客塵的道理，具此知見後，才能了知所有境界皆是虛妄不實，能知的這念心才是真正的主人。



開示中也說明了加功用行的重要性。修行人每天都要發四弘誓願，以願心作為修行的根基和動力。儒家以「為人謀而不忠乎？與朋友交而不信乎？傳不習乎？」來日省己身，修行人則要時時刻刻覺察、覺照，檢討、反省、改過。世間的學習是日有所增，修行學道則是日有所損，道是本具的，必須減少、祛除六種根本煩惱，才能顯見本心的全體大用。然而，事相上

事實上，一切都是自己的本份事，在自利中完成利他，也在利他中完成自利，大眾應善自努力、善自珍藏。

自利利他 圓修萬行

殊勝的精進禪七是眾緣和合而成就的，兩個梯次的禪七由全山僧眾分成兩批輪流打七、護七，成就彼此的道業。此外，還有各精舍的義工前來發心護持。



禪七期間，靜坐、行香、過堂……動靜之間，無一不是攝心辦道的因緣。

的用功，最後還是必須回歸於理，才能圓融自心具足體、相、用三大，以及空、假、中三諦的道理。

最後，主七和尚以香嚴智閑禪師開悟的因緣及偈語，說明因上努力的重要。修行重在知見和信心，知見正確、信心達到百分之百，這念心不迷就是悟。解七法會前，主七和尚慈悲勸勵大眾，中台是自利利他的菩薩道場，所謂「靜則一念不生，動則萬善圓彰」，進入禪堂，一切都要放下；出了禪堂，就要提起，修一切善法。

「用功」不僅限於禪堂，護七的法師及居士們在出坡作務之間，增長了福德，也在輕聲照料之際，不失覺照，圓滿福慧雙修、自利利他的菩薩行。

修行度眾是出家僧眾的本份事，而堅住正念更是修行人本

份中的本份。這念清楚明白的心，在七天的靜坐參究和規律如一的作息中逐漸沉澱、明澈。在修一切善、斷一切惡之後，能所俱空；度一切眾生之後，銷歸自性。修無修修，行無行行，事理無礙，三諦圓融。

精進禪七，是靈山會上殊勝法筵的重現，「古佛靈知見，星燈總一同」，從靈山、曹溪到中台，三期傳續的是亙古通今的諸佛心印。大善知識的剴切曉諭及大眾的親身體證，不僅確立知見，增長信心，更讓大眾得以掬飲曹溪法水，自知冷暖，駕御大白牛車，就路還家，尋得真正安身立命的所在！



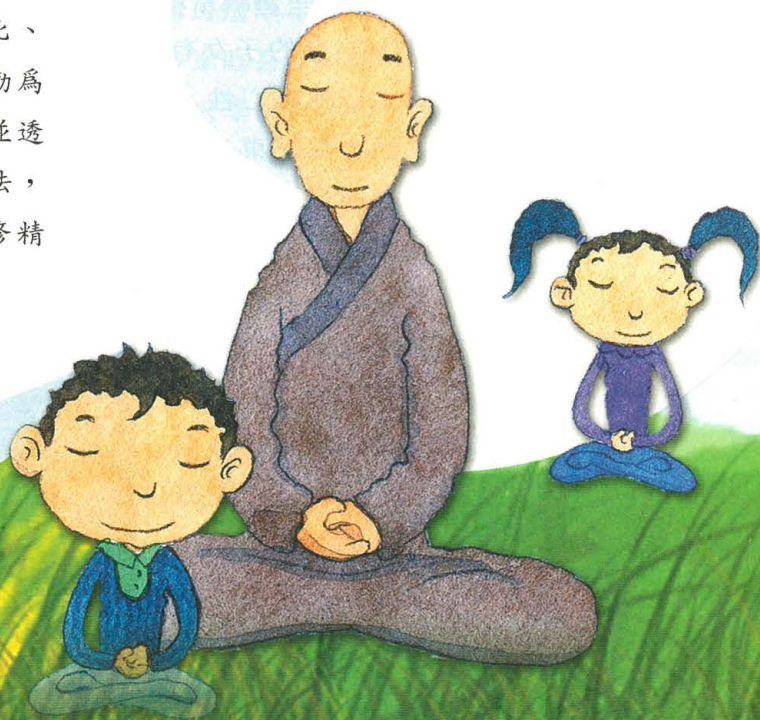


快樂學佛去

兒童禪修班介紹

為度一切有情，令眾生以有限的生命，開拓無量寬廣的學佛生涯，中台山海內外分院精舍長年開設兒童與親子禪修班，期以啟發性的課程，引領兒童及家長進入佛法的世界，開展慈悲、智慧，為社會注入祥和、光明的新機。

本期主題即是以美國舊金山及台灣北、中、南區共四家精舍的兒童與親子禪修活動為代表，介紹禪修班活潑多元的課程設計，並透過參與的小朋友、家長及輔導老師現身說法，讓我們一同認識在歡樂的禪修世界中薰修精進，是何等的清淨喜悅！





本期主題 精舍篇／海外
快樂學佛去

海外遍開菩提花

——美國太谷精舍親子禪修班介紹

文／美國太谷精舍提供

二〇〇四年三月，太谷精舍於美國加州南灣的矽谷地區成立，在住持見護法師及常住多位法師的帶領下，禪風普傳西方，為灣區的僑胞、學子、當地美國居民及各產業界人士，提供了禪修學佛的心靈依歸之處。

異鄉遊子 心靈歸處

矽谷不但是高科技重鎮，更是個多族裔、跨文化的城市，為讓當地出生的第二代華人和其他族裔的子女有機會親近佛法，學習靜坐以認識心性、提升精神生活，薰陶東方固有的倫理道德與傳統文化，建立積極健康的人生觀，二〇〇四年暑假，太谷精舍開辦親子禪修班，招收六至十四歲的青少年學員。

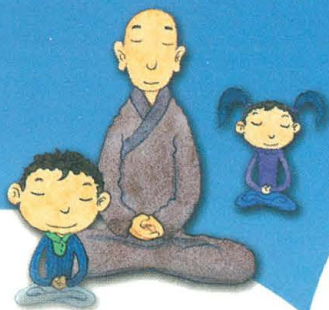
禪修班課程設計兼具東西文化，活潑而多元，充滿禪意與創意，加上法師親自指導禪坐及開示，課程一推

出即引起熱烈的回響。截至二〇〇五年底，親子禪修班已舉辦了五期，每期均有近五十位學員結業，學員的父母來自中國、美國、香港、越南、印度等地，所以親子禪修班彷彿是世界地球村的縮影。

課程實用 多元導向

親子禪修班以導師「惟下覺大和尚所指導的中台四箴行「對上以敬、對下以慈、對人以和、對事以真」為教學總綱，依循「中學為體、佛法為根、世學為用」的教育





理念，在
見工法師
的帶領下，
由資深學員和

大專青年約十位助教組成教學小組。小組成員在家庭與工作之餘，以耐心和歡喜心定期開會討論、腦力激盪，精心編排設計出豐富的課程，編寫佛法故事的英文劇本，翻譯各類教材，以及製作創意十足的輔助教具，希望讓每一位參與者快快樂樂來學佛，充充實實回家去！

親子禪修班的英文名稱為“A.W.E.S.O.M.E.”（即 Ancient Wisdom-Enhancing School of Mindfulness and Enlightenment 的縮寫），以十二週為一期，上課時間在每週六晚間七時至八時三十分，主要以英文授課，小班教學。課程內容包含《心經》唱誦、靜坐、行香、佛法開示、心得分享、主題討論、遊戲活動，以及課程結束前的回向、發願等。每週規畫不同的主題並配合相關節慶，使小朋友在聆聽住持見護法師的佛法開示後，再藉由遊戲活動的引導，薰習佛法的道理，進而行之於日常生活中。

文化體驗 宏觀視野

為了落實佛法教育化、藝術化及生活化的豐富意涵，精舍不定期舉辦各類活動課程，例如：從電影談佛法、邀請藝術家教授卡片製作、舉行書法欣賞講座及教授書法等，讓學員從中學習專注攝心。此外，去年八月還規畫了一場別開生面的聯

誼活動，安排學員與前來美國參學的筆友們相見，一起交換禮物、玩大地遊戲。十一月則參觀了聖荷西藝術館，在涵泳藝文素養中拓展心靈視野。而每期禪修班結業典禮的表演，可說是大家引頸企盼的壓軸好戲，學員以活潑的戲劇表演方式融合佛法悲智雙運的精神，展現學習成果並分享心得。

適時適地的機會教育，亦為親子禪修班的特色之一，期許孩子在付出關懷中啟發慈悲與同理心。例如去年在南亞海嘯災難及卡翠納風災發生之後，太谷精舍即刻發起愛心無國界運動，鼓勵學員及其家屬將一個月的零用金捐出，並製作慰問祈福卡，讓小朋友從實際的參與中深切了解，處於世界地球村的大眾是一生命共同體，應盡己之力幫助他人。

開啓心光 燈傳無盡

親子禪修班這兩年來受到大家的肯定和認同，許多家庭甚至是全家總動員，祖孫三代都一起來學佛、護持道場。是什麼打動了大家的心？「因為這裡不一樣，來到這裡就彷彿回到自己原來的家一般，感到無比歡喜自在！」一位家長如是說。「課程真是太有趣了！青少年學習靜坐以後，較懂得控制自己的情緒，並且能專心學習，我的功課也愈來愈進步了。」一位上了兩期的學員說道。

無盡心燈，無盡願！祈願每個人透過課程的薰修，都能點燃自性的心光，照亮自己、照亮別人，光照寰宇！





本期主題 精舍篇／北區

快樂學佛去

小小吉星綻心光

——台北普濟精舍兒童禪修班介紹

文／普濟精舍提供

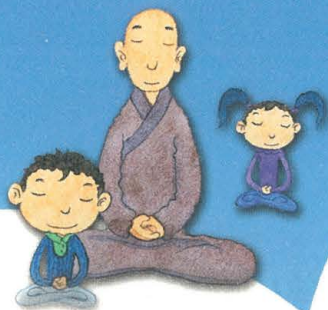
夜裡繁星璀璨，照耀三千大千世界芸芸眾生，我們深信——仰望星辰的那念心人人皆有，一如世尊所揭示佛性本具、凡聖平等的真理。普濟精舍的「吉心園兒童禪修班」就是期望每一位小吉星，像天上的星星般發光發熱，照亮自己也照亮別人，在修福修慧中開顯慈悲喜捨的菩薩精神。

豐富的課程

——吉心園裡藏妙寶

普濟精舍的法師與一群學有專精的教師針對小朋友的特性，設計以園訓「對上以敬、對下以慈、對人以和、對事以真」結合日常生活的題材為主要課程，以六波羅蜜——布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧的精神為依歸，規畫「小吉星六波羅蜜修行秘笈」內容，藉由讀經、禪





坐、吉
心劇場、
才藝團康、

出坡等多元活

動，讓小吉星學習在行、住、坐、臥中具足威儀，聽課時有定力、不散心雜話，能專注聽講、虛心受教並踴躍發言。透過才藝團康活動，學習與人和睦相處，遵守團體紀律；在出坡中學習分工合作，培養服務的精神與能力。

多元的活動

——讀經、演戲開智慧

讀經課程：分為共讀、分組讀兩種方式，領讀的教師以活潑的方式引導小吉星背誦。讀誦的經典還包含《金剛經》，即使年僅七歲的小吉星識字不多，也已認真專注地將《金剛經》背誦到第七分，令人稱奇。

吉心劇場：為讓小吉星了解典故的意義，一開始由三位小老師「有聲有色」地陳述三則故事，接著讓小吉星選擇一個故事來表演。小吉星自導自演，發揮創意，就地取材當道具，看他們全心投入地表演，連大鹽巴、小鹽巴也可以用人物來表現，真可得最佳創意獎！在演出過程中不僅發展自我的潛能，對於故事內容更有深刻的體會。

才藝團康活動：在恭請法師教授佛學課程之後，為讓小吉星消化所學，實地運用，因此藉由康輔活動如：套圈遊戲、分

組造塔比賽，以評量學習結果。小吉星在歡樂的學習氣氛中潛移默化，於自心中播下良善的種子。

出坡：「出坡」是小吉星的功課之一，列為六波羅蜜評量中布施的學分。普濟精舍固定於每週六晚間七點三十分舉行共修法會，在兒童禪修班結束時，法會的場地就要開始佈置，這時也正是小吉星與家長共修福報的良機。小吉星總是興高采烈地互助合作，有模有樣地立起經架，或將椰墊整整齊齊地排列，或將經書一一端正地擺放，在眾緣和合下，近一百個誦經的位置於是莊嚴呈現！

吉星高照現真心

值得一提的是，小吉星曾藉由慶祝生日而發起「感恩孝親法會」，廣邀親友同來參與法會，恭誦《父母恩重難報經》並聆聽法師開示。一場別具意義的生日法筵，不僅啟發小朋友的善根，也讓與會大眾進一步了解生日的意義以及知恩、感恩、報恩的重要。

在吉心園，小吉星經常滿載而歸，他們歡喜地表示：在這裡學到許多過去未曾了解的知識、增長了見聞，並且要將這些收穫分享給同學，邀請更多朋友一起加入。

小吉星的心願是希望帶給眾生吉祥平安，像菩薩一樣利益他人。普濟吉心園祈願成就每一位小吉星清淨的心願，讓每一個夜晚吉星高照，使人人都找到光明的回家之路。





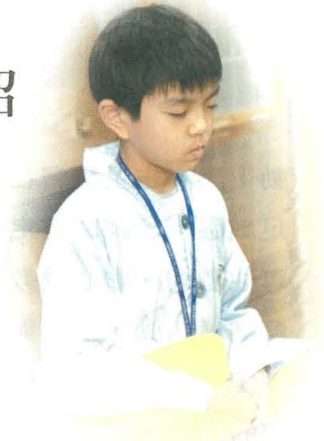
本期主題 精舍篇／中區

快樂樂學佛去

小太陽熱力耀十方

——台中普民精舍親子禪修班介紹

文／普民精舍小太陽親子禪修班隊輔老師 曾雅鈴（傳鐸）



小太陽 小太陽 把光明耀十方
小太陽 小太陽 看我展威揚……
少年和陽光 陽光和少年

It's me! That's right!

小太陽～

愉快的週六假期，一早，香積組的菩薩馬不停蹄，只爲了準備讓小朋友食指大動的美味點心，正所謂「法輪未轉，食輪先轉」，點心時間總是大家最期待的一刻。接近中午，還沒踏入精舍大門，耳際早已傳來充滿朝氣的「小太陽之歌」。是什麼活動，讓精舍充滿活潑的氣息？正是大小朋友最期待的「小太陽親子禪修班」。

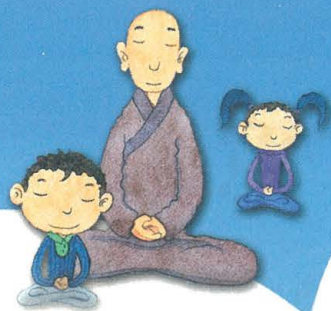
小太陽親子禪修班令我印象最深的，便是禪堂中坐滿密密麻麻的小朋友。第一次看到這樣的盛況，著實嚇了一跳！還在學走路的、學齡前的、小一到小六的小朋友，由父母陪同一起在禪堂內上課；甚至已升上國、高中的學生仍捨不得離開親子班，自願晉升爲小學員長；更有犧牲假期、放棄外出遊玩，前來擔任輔導老師的

大專院校學生。真的很難想像，兩週一次的小太陽親子禪修班，儼然成爲熱鬧的小型營隊。

寓教於樂——小太陽劇場

親子禪修班課程除了正規的誦經、打坐外，「小太陽劇場」更是不可或缺的重頭戲。透過劇場演出，一則以淺顯易懂的人生道理啓發小朋友，一則以輕鬆詼諧的方式讓親子融入劇情，從互動中教學相長。小太陽劇場的演出者，並非專業演員，而是平日利用空檔努力排練的發心居士，以及各大專院校的年輕學子。爲了給小朋友印象深刻又饒富教育意義的戲碼，從編寫劇本、排戲、燈光、音效、造型等，每位表演者都要先「放下自己」，才能更確切地詮釋劇中的角色。故事內容從日常生活的點點滴滴、古今中外偉人傳記，乃至佛典故事等等，每每令小朋友看得入迷，並滿心期待下一次的到來。

在劇場的暖身之後，普民精舍住持見樂法師即爲大家開示劇中故事所傳達的意



義與啓
發，並提
示如何在生
活中運用佛

法。在座的小朋友不但聽得津津有味，還會跟法師應答如流，完全不害怕開口表達自己的想法。最令人敬佩的，就是這些似乎艱深的道理，法師卻能以最容易理解的方式讓小朋友迅速吸收，而這些與日常生活息息相關的叮嚀，正是教科書外最需補充的文化涵養。

紓解身心——恆河的歌唱

接下來的課程，就是要紓解小朋友天生活潑好動的筋骨了。「恆河的歌唱」由音樂老師教唱歌曲，還有才藝創作、帶動遊戲以及小隊時間，短短三十分鐘，也是隊輔老師和小朋友間「搏感情」的好時機，而此刻往往使得禪堂中的聲音分貝衝到最高點！這樣的吵雜就是小朋友和隊輔老師彼此互動最自然的表達，優秀的大哥哥、大姐姐無疑成了小朋友最欽佩的對象。

曾經，法師問小朋友：「最喜歡上哪一堂課？」竟有人回答：「三皈依回向。」一問之下，才知道原來在回向之後便是小朋友最愛的點心時間。大寮的小太

陽媽媽用心準備豐盛可口的餐點，每一次不同花樣的點心，總教小朋友回味無窮。

在互動中成就菩薩行

從下午一點半報到，到四點半騎牛歸家，小朋友自然而然地薰習佛法，在和他人的互動中學習成長。由見樂法師指導的小太陽親子禪修班，不僅提供小朋友和家長一個快樂的學習園地，受益最多的還有小太陽親子總部的工作人員。大眾藉此因緣學習放下自我，在協調過程中相互砥礪、磨鍊，期許將每一次的活動辦得更圓滿，讓每一位參與者有所收穫。人與人之間的共事可說是一門不容易的功課，一群不同年齡、不同領域的男女老少，能夠在付出中學習跨越鴻溝、放下身段、放下自己，為小朋友種下菩提心苗、成就大眾的菩薩行，我想這就是小太陽親子禪修班最深的意義。





本期主題 精舍篇／南區

快快樂樂學佛去

充滿歡樂的假期回憶

——高雄普高精舍小星心親子體驗營

文／普高精舍提供



為讓小朋友以趣味歡樂的方式學習「對上以敬、對下以慈、對人以和、對事以真」的精神，普高精舍特於寒假期間擴大舉辦兒童禪修活動，與高雄市忠孝國小合辦「小星心親子生活體驗營」。此次活動於一月二十一日至二十四日熱鬧展開。吸引了高雄地區五百多名學童報名，以及四百多位家長一起參與，更有十多位專業教師的協助、近六十位南區大專院校學生所組成的隊輔老師群，以及法師和精舍近百位義工菩薩共同發心成就。

五育並重 陶冶身心

活動中，設計寓教於樂的「六藝闖關」遊戲。六藝指「禮、樂、射、御、書、數」，由隊輔老師負責設計及帶動，讓小朋友在六種不同的遊戲中體會古代儒士文人的六種技藝。「禮」教導小朋友四威儀「行如風、立如松、坐如鐘、臥如弓」及日常禮節；「樂」則藉由樂器的介紹及演

奏，教小朋友認識中西樂器及古人彈琴的意境；「射」在古代是射箭技術，隊輔老師特別設計投射比賽，以壞習氣做為投射破除的標靶，使小朋友了解品格修養的重要；「御」以短劇表演及猜謎的方式呈現，讓小朋友從中認識正確的乘車規矩；「書」以讀經、抄經訓練小朋友定心；「數」以數字遊戲增進小朋友機智反應及培養團隊和諧。

此外，「藝文修習」課程中，「生活達人」單元是藝術美學與生活的結合，由專業師資帶領小朋友認識畢卡索的生平及畫作，學習服裝概念及運用，並舉辦藝術巡禮。「心靈漫步」單元，以閱讀、說故事和自由創作的方式，引導小朋友拓展心靈的想像空間。「舞動韻律」單元則透過肢體的表演、舞蹈及瑜珈，讓小朋友在律動中體會身心和諧的喜悅。靜坐時間，小朋友感受靜心、專注。更有體驗飢餓啟發了慈悲心，恭誦《父母恩重難報經》生起了孝順心、感恩心、報恩心的動人時刻。



大人小孩 共同成長

忠孝國小總務主任陳美蓉與孩子一同參加體驗營後表示，在「慈悲飢餓123」的課程中，孩子看見非洲小朋友受到飢荒之苦以致骨瘦如柴，甚至瀕臨死亡，而自己一次中餐沒有吃，肚子就咕嚕咕嚕叫，非常不好受，慶幸媽媽今天叫自己吃早餐……當孩子這樣訴說時，她感受到了孩子悲憫之心的啓發與感謝之意的表達。

第一天送孩子到精舍時，聽到一位家長對孩子說：「要恭敬喲！要慈悲喲！來這裡就要學到這個。」讓她省思到孩子的成長必須以家庭教育與社會教育相輔相成，現代社會由於家庭組織功能日益薄弱，令家長常有無力之感，而孩子在精舍

的活動中學習到接受與遵守團體規範，養成慈悲與感恩之心的同時，家長也能從中學習，有所感受、有所成長。

福東國小老師陳志洋指出，過去總認為佛法高不可攀，佛學艱澀難懂。參與小星心親子營，才知道佛學其實就在日常生活中。小星心「瑜珈」課程老師蔡美華看見法師、老師和義工人人盡心地奉獻自己的專長，很感動，也學習到團體互動的力量不可思議。

在營隊中，法師、老師、隊輔師、義工菩薩雖然十分忙碌，但大家都帶著滿臉的笑容來迎接每位未來佛。希望每一位小星心都能將這份愛繼續傳下去，利益更多大小朋友！





本期主題 小朋友篇

快快樂樂學佛去

星聲、心語、欣話

文／精舍禪修班小朋友

美國太谷精舍 Joanne
(九歲) : I am thankful for my Mom, Dad and Zen Center monks and T.A.s because they

help me when I need help. I learned that Buddha is a very special friend. I will like to be Buddha's special friend. I also learned the six Paramitas. The things I like about the AWESOME class are the stories, movies, games and meditation time. I think the AWESOME class will be better if we have a longer meditation time. I really like this great AWESOME class!

瓊安：我要謝謝媽媽、爸爸、法師和老師，因為他們總是在我需要幫忙的時候來幫助我。我學習到佛陀是一個很特別的朋友，我想成為佛陀特別的朋友，我也學到了六波羅蜜。在班上我喜歡聽故事、看電影、遊戲和靜坐，如果靜坐時間能夠再長一點就更好了。我真的好喜歡上禪修班，太棒了！



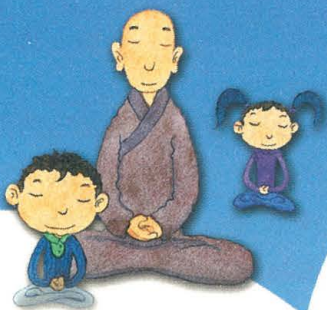
美國太谷精舍 Surriento (十一歲) :

I'm grateful for my parents, T.A.s, teachers, the Dharma, pets and my life. I've learned about the Buddha, the six Paramitas, heart sutra and about wisdom, knowledge, greed, anger and jealousy. I like the fun activities and contests in class.

史琳德：我要謝謝父母、法師、老師、佛法、寵物和我的人生。我學到了佛陀、六波羅蜜、心經和了解什麼是智慧、知識、貪心、生氣和嫉妒。在課堂上，我喜歡有趣好玩的遊戲活動。

台北普濟精舍 信宏 (十三歲) :

我覺得在精舍上課是一件非常快樂的事。因為有法師慈悲的指導和開示，也可以和小吉星一起玩。在法師和師兄的教導下讓我懂得



更多，我覺得好像變得更聰明了，也了解如何做個慈悲的人。來這邊聽經、靜坐，是一件很幸福的事。接近佛法有很多益處，可以了解佛陀的故事，有些故事讓人覺得感動、開心，在精舍學習的一些事是學校裡學不到的。精舍是莊嚴、清淨且充滿慈悲的地方，我很喜歡這裡！

桃園普平精舍 華萱（五歲）：師父教我要孝順爸爸媽媽，我都有聽話，回家幫忙做家事。我每個禮拜最期待星期四去普平精舍上兒童禪修班，我喜歡和我的好朋友一起讀經，一起聽師父說故事。

桃園普平精舍 俊舜（八歲）：我在兒童禪修班學到不可以傷害小動物，我看到小蟲都會去放生，而且還學會三皈依。

台中普民精舍 亮真（八歲）：自從小時候踏進小太陽親子禪修班後，感覺好像在挖寶。見樂法師很慈悲，為我們準備了各式各樣的寶藏，像：禮拜普賢十大願、誦心經、靜坐、弟子規、論語、小太陽劇場、恆河的歌唱，以及課後的點心等等。最近覺得我這顆小星愈來愈大了，愈來愈能發光發熱，所以懇請法師繼續帶領我們挖寶，也希望我能一直用真心照亮別人。

高雄普化精舍 旻萱（六歲）：讀經讓我很開心，打坐讓我有智慧！

高雄普化精舍 昱佑（十歲）：以前沒上讀經班時，常常對父母不恭敬，但自從上了讀經班後，從經書裡知道一些道理，知道要恭敬父母，愛護兄弟姊妹。以前我連上台都不敢，現在我可以獨自上台了，我覺得這都是讀經班的功勞。我喜歡靜坐，靜坐可以讓心靜下來，得到貼紙也是我喜歡的，因為貼紙拿最多的人還可以得到禮物。我希望在讀經班能步步高升，也希望大家更好、更棒。

台東普台精舍 虹雯（十歲）：每到了星期六是我最開心的日子，因為星期六可以上兒童禪修班，那裡不但可以學到如何和人們結緣，如何種善因，和感恩的心、惜福，還有禪坐要專注用心，不能打妄想。我覺得去那邊可以提升我自己，去那邊很快樂。我要邀請更多朋友一起去學習。





本期主題 家長篇

快樂學佛去

最快樂 的成長樂園

文／普民精舍學員 葉瑛美（傳慕）

懷老大柏澔時，得知：誦《普門品》可以得來靈性聰慧的小孩。於是，我日日誦經持咒，果真得來聰慧有加的柏澔。但是，好本質總要有好的引導，才不會浪費了資質，我和同修因此開始到處尋訪。柏澔兩歲半時，一連串的巧合讓我們從台北來到了台中普民精舍，並意外得知精舍有親子禪修班，而且是隔週上課，當下就決定報名。

轉眼，柏澔已滿五歲，隨著見樂法師的教導，柏澔背了許多經典，從「普賢十大願」、《心經》、《八大人覺經》到《四十二章經》，背誦的能力愈來愈強，而〈弟子規〉、《論語》、《大學》、《中庸》更是朗朗上口。更重要的是，法師傳授了精準的人生法則，提升了我們對佛法的堅定信念，藉由經典確切地指導生活中的許多細節，如：〈弟子規〉的「長者立，幼勿坐；長者坐，命乃

坐。」「勢服人，心不然；理服人，方無言。」又如佛法所言：「欲知前世因，今生受者是；欲知來世果，今生作者是。」不僅讓我們對教導孩子有了清楚明白的準則，甚至對自身也有莫大的幫助。經典不再只是學問，而是生活態度。

在普民上課的這段期間，我們家多了老二楠天。我和同修不再擔心楠天的教導問題，因為，我們有最好的善知識——見樂法師。面對柏澔與楠天之間的相處，只要提醒他們法師所教導的「兄道友，弟道恭；兄弟睦，孝在中。」所有的問題即迎刃而解，柏澔的我執會立刻放下，而小小的楠天雖然才滿週歲，卻也會用他自己的方式向哥哥道歉。

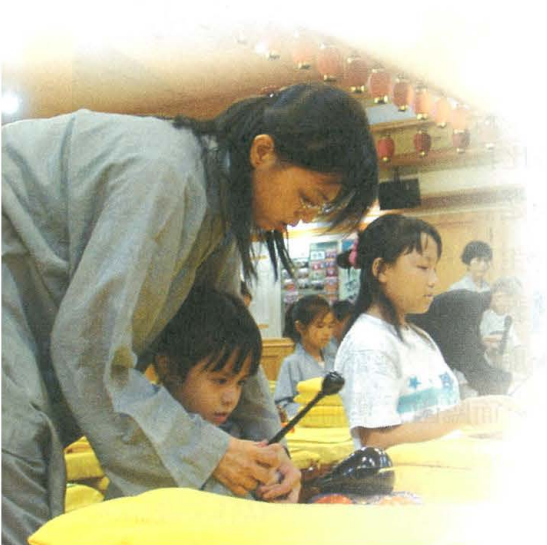
親近佛法，讓我們一家人找到人生的依歸。雖然台北到台中有一段距離，卻是我們家親近佛法最近的一段路。我知道，柏澔和楠天會在普民長大，而我和同修會在普民成長，這一段路永遠會是我們一家人最快樂的求道之路！





不可思議的心教育

文／普化精舍學員、
鳳山高中英文教師 陳昭如（傳照）



「爲佛弟子，常於晝夜，至心誦念八大人覺……」看著三歲多的傳方，乳音未脫地背誦著《佛說八大人覺經》，是我這個母親最喜悅的時刻。雖然自己是老師，過去卻總是敗給自己的女兒。所有的原則，都在傳方的嚎啕大哭中徹底瓦解。她的任性、霸道，終於在精舍讀經班的薰修中，一點一滴地拔除，而成了今天在台上背經

的小天使！

透過讀經班的課程，指導法師睿智地將佛法落實在每個小朋友的日常生活當中。如此不可思議的「心教育」，使班上小菩薩個個都有超齡且完美的表現，連四歲以下的小學員也能夠努力地閉上雙眼學習靜坐，絲毫不比成人禪修班的學員遜色。

曾經，爲了不讓孩子輸在起跑點上，我趕流行般地安排才讀大班的傳萱上陶藝、心算、小提琴等才藝課程，甚至請外國老師家教英文。但現在若再問我：什麼是孩子最佳的課後才藝班？答案只有一個：中台禪寺各精舍分院的兒童班！因爲，知識的累積遠不如此心性的陶冶。每個孩子踏進禪堂的那一刻，即開始了增福增慧的學習之旅。

法師慈悲地引領朗讀佛經及古文，義工老師用心地照護，值星官溫和而堅定地管教……每一位小菩薩都攝心專注，沈浸在法喜的讀經樂中，其樂無窮。如此清淨至善的法界，無處可覓。

讀經，開發孩子的智慧；禪坐，培養孩子的定力。孩子定得下來，各種知識的接收、學習、反應，自然而然迅速、確實。所以，讀經對孩子全方位學習的提升有著重要的影響，其他才藝可以暫停或慢點學，唯獨讀經班，值得每位父母爲孩子的將來盡心護持，永不中斷。一次次的課程，孩子都在累積自己的福慧資糧，爲未來的人生儲備能量。傳照內心深深地感恩老和尚慈悲度眾、廣設分院，使每一個孩子都歡喜邁向菩提大道！





本期主題 輔導老師篇

快快樂樂學佛去

與子 偕行菩提路

文／普化精舍學員 謝秀瑩（傳瑩）

八年前，一對兒女正值國小高年級的成長叛逆期，想送他們到兒童禪修班上課，卻因緣不具足，於徬徨中靈機一動：何不自己來上？也因此毅然加入兒童禪修班輔導老師的行列，開始了與小菩薩們一同成長的學佛歷程。

教案及活動設計是輔導老師的重要工作，老師群中不乏來自教育界的專才，令我從中受益良多。小星辰開辦後，上山護星的大專青年更帶回一股新鮮活力，使課程設計更趨活潑。年輕護星群的海闊天空、媽媽級老師的穩健務實，總在預演排練時激盪出一些創意火花，讓中青二代快樂地玩在一起。

抱著感恩的心態，虛心、耐心地參與，一段時日之後，才體悟到：輔導別人的孩子，通常看的是優點、用的方法是鼓勵與讚美，而以往自己對子女則是反向操作，動輒發脾氣，難怪衝突不斷！明白與子女衝突的根由後，當即發願改進，放下我執、放下對子女的高姿態。果然，「轉念」即是菩提！家人也成為我背經時的聽誦人，由他們逐字核對、負責提示。結果



子女背得比我還快、還熟。

我開始設法讓子女、同事也來參與我所負責的主題，成為幕後支援群，協助資料搜集、教具準備、教材提供等。表面上是護持小朋友，收穫最多的則是自己。九十二年女兒面臨國三基測時期，由於SARS因素使考期延後一個月。此期間精舍停課，每週六法師皆恭誦《普門品》，我請求法師讓我參加，並將功德回向給女兒，終於順利進入第一志願。

每當參加精舍或山上的活動，就會看到當年在兒童班上課的過動兒、叛逆小子的身影，他們在環保組、機動組出坡作務，行動俐落而且勤快。社會、國家、佛法的希望不就在此？看著小學員們的點滴成長，不禁讚歎：老和尚的法，真好！菩提道上與小菩薩同行，真好！





大人 也是從小孩開始

文／普濟精舍兒童禪修班小老師
何秀玲（傳嘉）

大人，也是從小孩開始的。

以前我也是兒童禪修班的學員，那時和朋友一起玩、一起打坐、一起參加活動，生活中有五分之一都跟精舍有關。到了年齡漸增，外界的活動多了，相對的回到精舍的時間也少了。然而，我會固定在星期六回精舍參加法會，擔任心燈；但從來沒想過我會有帶小朋友的一天。

前年，法師鼓勵我當小老師時，第一個反應是「拒絕」，而我也真的拒絕了。為什麼？雖然小孩子外貌很可愛，但他們是「天使的外貌，惡魔的心腸」，何況我才高二，有能力領導孩子往成熟的一面發展嗎？但法師說，人就是在不成熟中邁向成熟，不做做看，怎麼知道不行？最後我還是抱著疑問答應了。

記得參加小星辰回來後，真的想反

悔。因為在營隊中體會到自己的心是那麼不堪一擊，小朋友確實不好帶。可是已經答應了，不能反悔啊！心中的天平還搖晃不定的時候，轉瞬間兒童禪修班就開課了，只好去實踐當初的諾言。

普濟的小吉星讓我找到了一瞬的希望，但也只有一瞬。上課中愛說話的小朋友、打坐時愛亂動的小朋友、想找媽媽的小朋友、跟別人搶東西的小朋友……等等，各種型態的小朋友都出來了。真的是考驗小老師的應變能力，必須要在第一時間內立刻處理妥當，才不致於愈擴愈大。

時間久了，漸漸地適應，漸漸找回自己的童心，漸漸了解小朋友。回想起過去上兒童禪修班時，做的事情、說的話，都跟眼前的小吉星一樣。孩子在成長，小老師也跟著一起成長。即使隨著年齡增長，外緣不斷地增多，但我想，在兒童禪修班薰修的時光，一定會在小朋友心中長留。

不管未來走上什麼樣的路途，小時候所曾聽過的教導，一定會在某個因緣和合的時刻，浮現心中。因為，這就是我真實走過來的經驗，也是真實走過來的感受。





本期主題 輔導老師篇

快樂樂學佛去

用心澆灌朵朵蓮花

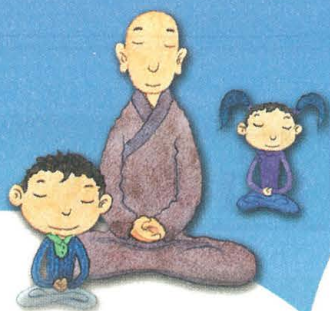
文／太谷精舍學員 Vicky Cheung (傳緣)

The lotus flower is a symbol of purity for it springs out of muddy water in the pond without carrying a trace of dirt. If we imagine the world as a gigantic pond, we can see its murky water saturated with violence, drug abuse and incessant temptations from the entertainment and marketing enterprises. This is the kind of societal environment our children are born into. How can we help them grow up with a pure mind like a lotus flower? The answer is the Buddhist way, which is to plant a Bodhi seed in each child while the soil of their mind is still fresh and soft to allow growth.

The AWESOME Youth Class at the Zen Center of Sunnyvale provides an environment and opportunity for children to experience moments of calmness through chanting and meditation; to realize his Buddha nature and to attain true wisdom through learning the Buddha's teachings. It is true that most of the young children who come to class have already got used to worldly stimulations. Their mind and bodies are restless and

it is hard for them to sit still and focus on lectures and discussions. This poses a challenge to the Dharma masters and the volunteers who have to come up with a curriculum which is both enlightening and interesting to the students. In this case, the middle way approach is to deliver Buddha's teachings with activities that are accommodating to the students' limited attention span. Innovative games, new form of discussion and art activities are designed to correspond to the Buddha's teachings. To rise up to the occasion, everyone involved in the program has to exercise utmost diligence, tolerance and mindfulness. This results in both the students and volunteers going through a learning process together.

It is amazing to see the potential in students whose mind is like a sponge that is able to absorb much information. This is why it is so important to teach them the right things as early in their lives as possible. Some students come only for a few classes; some students will finish and come



back
the next
semester,
but no matter
what the situa-

tion is, as long as they come for a class or two, the seeds have already been sown. When I see students sitting longer without moving during meditation, paying attention to the Dharma master's talk, enthusiastically engaging in discussion, or helping fellow students to complete an assignment, I know the Bodhi seeds in their minds are growing and lovely lotus flowers will blossom sooner or later. May all children grow up having a pure mind and being compassionate to all sentient beings.

蓮花乃清淨的象徵，其出污泥而不染，亭亭淨植，香遠益清。五光十色的紅塵宛如一個大染缸，充斥著暴力、毒品濫用和種種誘惑的垢染。孩子生長於這樣的社會環境下，應如何幫助他們在成長過程中像蓮花般潔身自愛，不同流合污？答案就是佛法，也就是要早日在他們稚嫩清純的心地埋下菩提種苗。

太谷精舍親子禪修班提供了一個適當的環境和機會，讓孩子透過誦經和靜坐，體驗如何澄心靜慮，自我返照，藉由佛法的薰習，認識自己的心性，以期開顯真實的智慧。大多數來這裡上課的年輕孩子們，早已熟習外在世界的聲色刺激，他們

的身心浮躁好動，難以沉靜下來並專心聽法師開示或作討論。當然這也給法師和輔導老師出了一道難題：如何為學生編排一個禪修教化與興趣兼容的課程。

為了調適現代孩子的根器和個性，延續學員專心上課的學習熱忱，因此設計了佛法開示和相關活動的配合課程，如：創意的遊戲活動、活潑有趣的討論以及與佛法意涵有關的藝術活動等等。為了有效達到這樣的目標，每個人在參與活動策畫時，無不以精進不懈的心、耐心和正念，齊心協力共同完成。而在這樣的互動學習過程中，學生和輔導老師彼此教學相長，一起體驗了成長。

從學生的身上，很欣喜地見到孩子的心如海綿般，有著能無止盡地汲取新知的潛質。這就是為什麼在他們生命的成長階段儘早教導正確知見是如此重要。雖然有些學生只來上過幾次課，有些學生則堅持到底完成一期的課，並且持續下一期的課程。無論是哪一種情況，都已在每個人的心田撒下了菩提種子。

每當我看到學生靜坐時能夠使身體保持不動地端坐良久，或聆聽法師開示時的專注神情，或熱切地投入討論，以及協助同學一起完成作業，在這些畫面匆匆閃過腦際的瞬間，我知道，菩提種子已然在他們心中悄悄發芽，終有一天必將開花結果。祈願所有的孩子都能身心清淨地成長，並且慈眼看待一切眾生。



《六祖壇經》 疑問品（一）

上惟下覺大和尚開示

編輯部整理



一日，韋刺史爲師設大會齋。齋訖，刺史請師陞座，同官僚士庶肅容再拜，問曰：「弟子聞和尚說法，實不可思議。今有少疑，願大慈悲，特爲解說。」師曰：「有疑即問，吾當爲說。」韋公曰：「和尚所說，可不是達磨大師宗旨乎？」師曰：「是。」公曰：「弟子聞達磨初化梁武帝，帝問云：『朕一生造寺度僧、布施設齋，有何功德？』達磨言：『實無功德。』弟子未達此理，願和尚爲說。」師曰：「實無功德，勿疑先聖之言。武帝心邪，不知正法，造寺度僧、布施設齋，名爲求福，不可將福便爲功德。功德在法身中，不在修福。」師又曰：「見性是功，平等是德。念念無滯，常見本性真實妙用，名爲功德。內心謙下是功，外行於禮是德。自性建立萬法是功，心體離念是德。不離自性是功，應用無染是德。若覓功德法身，但依此作，是真功德。」

刺史請法 六祖釋疑

一日，韋刺史爲師設大會齋。齋訖，刺史請師陞座，同官僚士庶肅容再拜，問曰：「弟子聞和尚說法，實不可思議。今有少疑，願大慈悲，特爲解說。」師曰：「有疑即問，吾當爲說。」韋公曰：「和尚所說，可不是達磨大師宗旨乎？」師曰：「是。」

這一段是韋刺史向六祖大師請法。刺史是漢唐時代的官名，是州級的行政首長，職位相當於現在的市長。韋刺史就是當時的韶州刺史韋璩，他是一位虔誠的佛弟子。

一日，韋刺史爲師設大會齋。有一天，韋刺史爲六祖大師設「大會齋」。「大會」是指大法會，「齋」是齋供、齋飯。在大法會當中設有齋飯供養，稱爲大會齋。齋訖，刺史請師陞座，齋供結束以後，韋刺史恭請六祖大師陞法座，在過去，講經都要陞法座。所以講經的人稱爲座主。同官僚士庶肅容再拜，六祖大師陞

座以後，韋刺史與當時參加法會的官員、同僚、部屬以及士、庶，「士」是士大夫，或是儒家的學者、讀書人，「庶」是普通一般百姓、居士。肅是指很恭敬，「肅容再拜」表示與會的每一個人都很安詳、恭敬地禮拜六祖大師，而且不只是禮拜一拜，還有二拜、三拜，所以稱爲再拜。禮拜以後，韋刺史就向六祖大師請法：「弟子聞和尚說法，實不可思議。今有少疑，願大慈悲，特爲解說。」這就是這次法會的緣起。

「弟子」，是韋刺史稱呼自己，以表示恭敬與謙卑，這就如同大眾對師父說話時，自稱「弟子某某」。這個地方是韋刺史表示自己是六祖大師座下的三寶弟子。弟子也是一種通稱，如果是受了戒，就稱爲戒弟子，得了法，稱爲法子。「聞和尚說法」，在佛教中，和尚、大和尚、老和尚，都是恭敬的稱謂。

如來境界 不可思議

「不可思議」，世間一般人看到不可能發生的事情竟然發生了，就說：「這件事情真是不可思議！」表示這件事不是一般人能做到的，是不尋常、不容易，甚至是根本想不到的。在佛法上，「不可思議」是對法的讚歎，最高的佛法就是不可思、不可議，也就是說這個境界沒辦法用思惟想像得出來，也不是用語言所能表達，也沒辦法議論得出來，所以是不可思、不可議。《大般涅槃經》云：「如來境界非諸聲聞、緣覺所知。」確確實實是如此。在這個地方是指六祖大師所說的法，再怎麼思惟、怎麼表達，都無法用語言、文字形容得出來，但是這個境界卻又是實實在在的。

在禪七期間經常提示大眾三個法門，數息（或是觀息）、參話頭、中道實相觀，這些都還是一種方便。什麼才是不可思、不可議？中道實相，見到自己的本心本性，這念心超越了時間、空間，當下這念心的境界就是不可思、不可議，這稱之為如來妙心、無住真心。《金剛經》講：「應無所住而生其心。」這就是不可思、不可議，在禪宗稱之為「本來面目」。悟到自己這念無住心、無為心，又能站得住、站得長，這念心就是不可思、不可議的境界，這就是菩提心。這念心只能契悟，沒有辦法想得出來。如果能想得出來就有「生」，有生必有滅。不可思、不可議的境界是不生、不滅的境界。什麼是不生、不

滅？師父說法、諸位聽法的這念心，不想過去、不想現在、不想未來，一個念頭都不起，這就是不生，因為本具的真心是不住任何境界、是不滅的，當下不生不滅的這念心就是不思議。悟了這念心，就如古人所說的「如人飲水，冷暖自知」，只有自己知道，別人沒有辦法能了解。

禪宗祖師參訪善知識，就是問這個不可思、不可議的境界。當下是問在答處、答在問處，稍微猶豫就不是了；因為猶豫就是可思，稍微一想就落入思惟的境界，就屬於第二念，就不是向上一路。所以達磨祖師、禪宗祖師所講的「向上一路」，就是不可思、不可議的境界。

「弟子聞和尚說法，實不可思議。今有少疑，願大慈悲，特為解說。」韋刺史聽了六祖大師所說的法，自己體悟到不可思、不可議的心法，但是仍然有一些疑問，如果不解除這些疑惑，自己就無法心安。「貪、瞋、痴、慢、疑、邪見」是眾生的六個根本煩惱，也是修行人的障礙，如果自己心中有疑問不能解決，就會疑心生暗鬼，乃至於產生邪見。所以韋刺史祈請六祖大師大慈大悲，特別為弟子解說，以解除心中的困惑。

師曰：「有疑即問，吾當為說。」韋公曰：「和尚所說，可不是達磨大師宗旨乎？」師曰：「是。」六祖大師說：「有什麼疑問就提出來，我當為你們解說。」於是韋刺史問：「和尚您所說的法，是不是達磨祖師所傳的宗旨呢？」六祖大師講：「是

啊，我所傳的法就是達磨祖師的宗旨。」

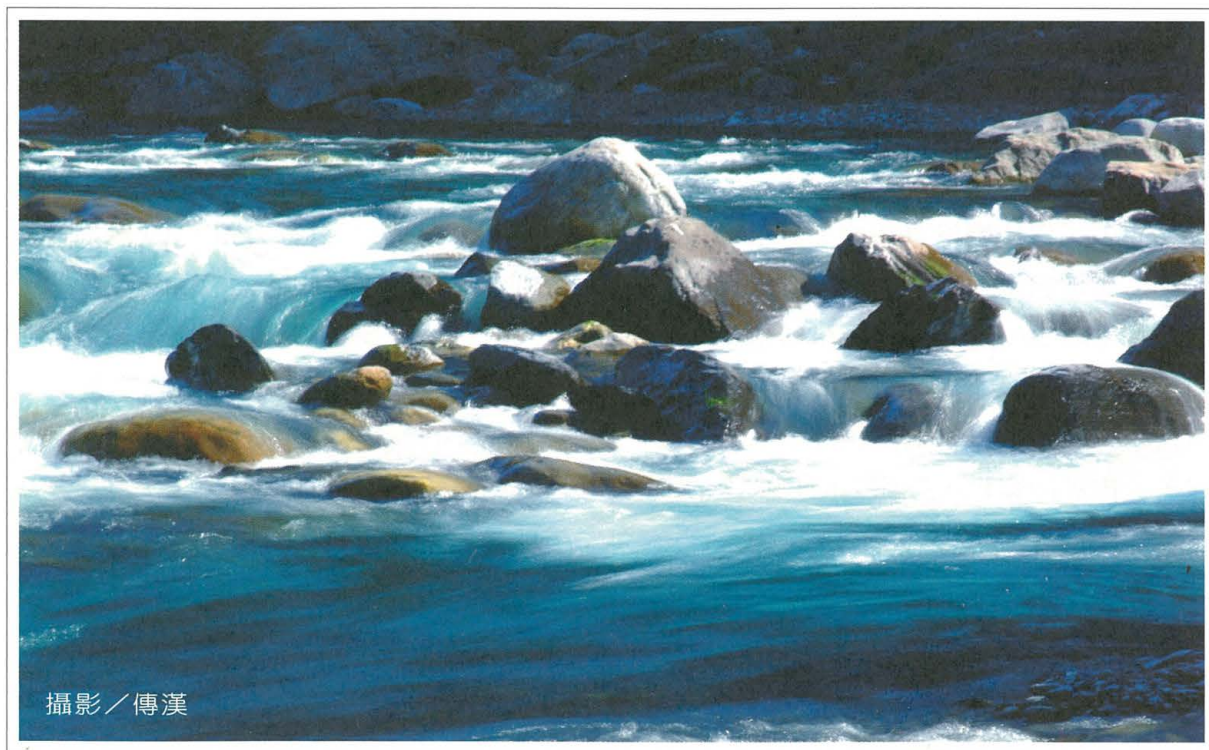
宗旨，宗就是指這念心，所謂萬法歸宗、歸於這念心，宗旨就是指心法、心要。佛法講「教外別傳」，就是指語言、文字以外所傳的心法，這個心法從釋迦牟尼佛傳給迦葉尊者，迦葉尊者傳給阿難尊者，祖祖相傳，一直傳到達磨祖師。達磨祖師原本是南天竺國香至王的第三太子，後來出家證果，是西天二十八祖，在梁武帝的時候來到中國，被立為中國禪宗的初祖。所以禪宗一脈相傳，燈燈相傳、光光相照，傳的就是這個不思議法門。既然是不可思、不可議，既然是不能說也不能想，怎麼傳呢？只能契悟，是以心印心，在言語問答之間，或是以手勢表示，或是

眼睛一眨、手一動、腳一蹬、拂塵一豎……用種種方法，不外乎是為了顯示心體，顯示這念心現在在哪裡，或是顯示這念心的作用。

不著福德 方無法執

公曰：「弟子聞達磨初化梁武帝，帝問云：『朕一生造寺度僧、布施設齋，有何功德？』達磨言：『實無功德。』弟子未達此理，願和尚為說。」

「公」是指韋刺史，韋刺史進一步提出了他的疑問。當時達磨祖師從印度經由水路來到中國，起初是到廣州，後來因為梁武帝聽說達磨祖師是得道的高僧，所以迎請達磨祖師至國都金陵。梁武帝見到達磨



攝影／傅漢

祖師，就問：「我這一生修建寺廟、度人出家、供養僧眾、講經說法，有什麼樣的功德呢？」達磨祖師回答：「實無功德。」

梁武帝在佛教被稱為佛心天子，他雖然當了皇帝，仍然是布衣蔬食，不但吃素，而且不穿華麗的衣服，甚且放下三宮六院，就像個苦行頭陀，可以說是一位道地的行者。所以韋刺史實在不了解，梁武帝有這麼多的作為，為什麼達磨祖師卻說「毫無功德」？明明白白梁武帝度了二萬多人皈依佛教，又結集經藏、註解經文、提倡吃素、廣修寺廟，甚至四度捨身同泰寺，一般人誰能做得到？為什麼達磨祖師說梁武帝所做的種種佛事是「實無功德」？

達磨祖師的回答，並不是排斥這些善法，而是因為達磨祖師弘揚的是心法，直指心體，布施、供養這些道理在佛經上已經講得很多了，不需要達磨祖師再重述，所以達磨祖師回答：「實無功德。」梁武帝再問：「為什麼沒有功德？」達磨祖師回答：「這些是人天小果，屬於人天的福德，將來所感的是人道和天道的果報，不屬於功德。」達磨祖師的回答一點都沒錯，因為修這些善法雖然是種下了出世的種子、出世的善根，等到人間、天上的福報享盡，最後一生再到人間來出家修行，成道證果，這需要很長的時間。所以，達磨祖師為了破除梁武帝的執著，使梁武帝明白「明心見性、見性成佛」的道理，不要執著有為法，因此說「實無功德」。

大眾要了解，佛法最重要的是不執著，並不是不去做。有些人看到這一段，認為出家、修行是為了求解脫、了生死，既然做這些都只是人天的福報，為什麼還要修善法，所以就不修福，甚至認為，既然梁武帝所做的一切都沒有功德，而且只是人天小果，自己既不追求人間的大富大貴，也不想將來生到天上享福，所以更是不修善法了。這些都是錯誤的觀念，不修善法還是一種執著。佛法是應機施教，達磨祖師為了度化梁武帝，所以才說實無功德，因為梁武帝已經修建很多寺廟、度了無數的人出家學佛，自己又很發心推動佛法，達磨祖師為了使梁武帝更上一層，不要產生法執，所以才說毫無功德。這就像丹霞祖師燒佛像一樣，因為丹霞祖師看到院主刻了許多佛像，修了很多善法，為了使他百尺竿頭再進步，為了破除他的法執，所以問他：「你刻佛像做什麼？」院主答：「我刻佛像供養。」「你供養的佛像有沒有舍利？」「沒有舍利。」「既然沒有舍利，把它燒掉好了。」然而大眾想一想，自己修了多少善法？是不是像這位院主和梁武帝，這一生都在積極修福、修善？

因為梁武帝修了種種善法，自己認為這就是最高的佛法，產生了法執，所以達磨祖師要破他的法執。《金剛經》講：「若菩薩通達無我法者，如來說名真是菩薩。」通達無我法，如果又執著一個無我，這也不對。譬如很多人研究般若，到

最後卻又執著一個「空」，這還是一層法執，還是不對。佛法有深、有淺，所以要「以無我、無人、無眾生、無壽者，修一切善法，即得阿耨多羅三藐三菩提」，這又更進一步了。

梁武帝心中起了疑問，繼續再問：「既然修建寺廟、講經說法、集結經藏、度僧、設齋、吃素都不是功德，只是人天小果，究竟什麼是真功德？」達磨祖師回答：「淨智妙圓，體自空寂，如是功德，不以世求。」「淨智妙圓，體自空寂」，這就是不可思、不可議的境界，這就是真功德，這種功德不是世間上求來的，是本具的。諸位想一想，能做功德的這念心、聽

經聞法的這念心是不是本具的呢？

這念心有「體」、有「用」，我們在思、在想，這就是心的作用，能思、能想的「這個」就是心體。所以，有的人開悟是悟到心的作用，有的人是悟到心之體。從作用上開悟，是能思能想的這念心經由善知識的引發，眼睛一眨，這就是心的作用，手一動、腳一動，這也是心的作用，這就是個入處，但這只是一個入處，是心的作用，當眼睛不眨、手不動時，這念心又在哪裡？這就更進一步了，當這念心不作用時，清楚、明白、作主的這念心就是心之體。

如果悟到心之用、心之體，卻又執著



這個「用」、執著這個「體」也不對，因為一產生執著，無為法就又成了有為法。所以很多祖師恐怕弟子會錯意，就緊接著再追問，乃至拳打腳踢，就是在告訴我們，悟到心的作用，心在作用時是不是能離開體？悟到心之體，這念心是不是還能產生作用？這都是悟，悟有深、有淺。《金剛經》講：「法尚應捨，何況非法？」過了河就不需要船，還沒有過河到達彼岸就還需要船。

達磨祖師說了這麼多，可是梁武帝還是不懂什麼是「淨智妙圓，體自空寂」、「不以世求」。因為在梁武帝的時代，頓悟法門還沒有傳到中國，所有的經論上所談的都屬於漸修法門，因此梁武帝當然是不了解。梁武帝再追問：「如何是聖諦第一義？」達磨祖師回答：「廓然無聖。」因為這念心是絕對的，是一法不立，聖也不立、凡也不立、佛也不立、魔也不立，因

為這念心本來就是佛、本來就是聖，如果再加個什麼，就不是了，所以是「廓然無聖」。說「凡」不對、說「聖」也不對，也就是禪宗所說的「佛來佛斬，魔來魔斬」。達磨祖師所說的都是心法，都是在這念心上回答。大多數人認為自己是薄地凡夫，哪有可能今生得以修證成佛？把自己看得很低，執著心外有聖境，甚至於稱他一聲菩薩，他都嚇得不得了，說：「師父！我連螞蟻都不如，您怎麼叫我菩薩？」這就違背了人人都有佛性、違背了佛性平等的佛法大意。但是也有人以為：「我就是佛！」因此產生貢高、我慢，這更是不對。

梁武帝聽了達磨祖師的這些回答，更是疑惑不解，接著再問：「對朕者誰？」站在我面前的是什麼人？既然你說我做的一切都沒有功德，你講的道理我又聽不懂，究竟你是羅漢嗎？還是菩薩？還是



佛？一般人可能會回答：「我是聖人，我是某某佛菩薩轉世再來。」大眾想想看，如果問「對朕者誰」，你怎麼答覆？達磨祖師回答：「我不認識。」這是一句很深的话，就是在當前的這念心上回答。假使達磨祖師答：「我是菩提達磨。」這就沒有開悟。爲什麼說「不識」？因爲如果說認識自己，就有能、有所，就不是如來的心法，就成了俗諦。禪宗祖師都是問在答處、答在問處，所以達磨祖師答：「不識。」只有絕對的這念心存在，這個絕對的心不落入識塵境界，超越了時間和空間，所以說不認識，也就是《楞嚴經》所說的「知見無知」，這個絕對的心是了了分明、處處作主，站得住、站得長，這就是不可思議的境界。

這是達磨祖師在中國歷史上流傳的第一個傳法公案，這個公案有很多啓示。但是也有很多人因爲執著這個公案，就不修善法了，甚至說：「這是達磨祖師講的，做善事毫無功德，所以我什麼善事都不做。」這種觀念就又落入兩邊，所以古人說：「依文解義，三世佛冤」，真正是如此。

韋刺史因爲不了解達磨祖師與梁武帝對話中所顯示的道理，所以「願和尚爲說」，希望六祖大師爲他解答這個疑惑。

辨正邪 識功德

師曰：「實無功德，勿疑先聖之言。武帝心邪，不知正法，造寺度僧、布施設齋，

名爲求福，不可將福便爲功德。功德在法身中，不在修福。」

六祖大師解說：「達磨祖師說得很正確，的確是沒有功德，不要再懷疑先聖之言。」「武帝心邪，不知正法」，梁武帝造寺、度僧、弘法、布施、持戒，怎麼會是心邪、不知正法呢？因爲梁武帝落到一邊，不明白正法，所以說是心邪。正與邪，要看是以什麼爲標準，正法，也有層次上的差別、有深淺的差別。譬如一個沒受過五戒的人和一個受了五戒的人，受過五戒的是正，沒受五戒的稱之爲心邪，因爲「五戒」是相對「五逆」而說，所以當然五逆是邪，五戒是正。如果再往上一層，五戒和十善相比，十善是正，五戒是邪；而十善和四諦相比，十善則是邪，四諦才是正。如果執著四諦，認爲四諦是最高的，也不正確，因爲存了得少爲足的心，不知道還有十二因緣的道理，所以執著四諦是邪。如果以爲悟到了十二緣起即是正，這又錯了，因爲還有六波羅蜜；但是執著六波羅蜜也不對，因爲六波羅蜜和頓悟自心、直了成佛相比，六波羅蜜是邪，頓悟自心才是正。了解這些道理，才知道佛所說的法是因時間、因對象而說，不能一概而論。真正明白這些道理，看佛經、聽佛法就能得到真正的好處，所謂一通百通。六祖大師說梁武帝心邪、不知正法，是沒有錯誤的。「造寺度僧、布施設齋，名爲求福」，布施、設齋、度僧、建寺廟，這些都是在求福報，福報有生、有

滅，福報享完就沒有了，所以說梁武帝不知道不生滅法、不知道正法。

六祖大師爲了使韋刺史更進一步明白這個道理，使他百尺竿頭再進步，繼續解說：「不可將福便爲功德」，不要認爲修福就是功德，這是將無爲法當作有爲法，將出世法當作世間法了。不少人有這種觀念，認爲自己業障深重，根本不可能成佛、開悟，還不如老老實實作人，多修一些福報。這就是不了解如果今生不從因上修、不從心上修，就始終沒辦法開悟、成佛，所以現在就要開始福慧雙修。要悟到能聽法的這念心，不但是悟到這念心，還要在這念心上用功，還要契悟本心本性。契悟有深淺的差別，這些屬於修證。

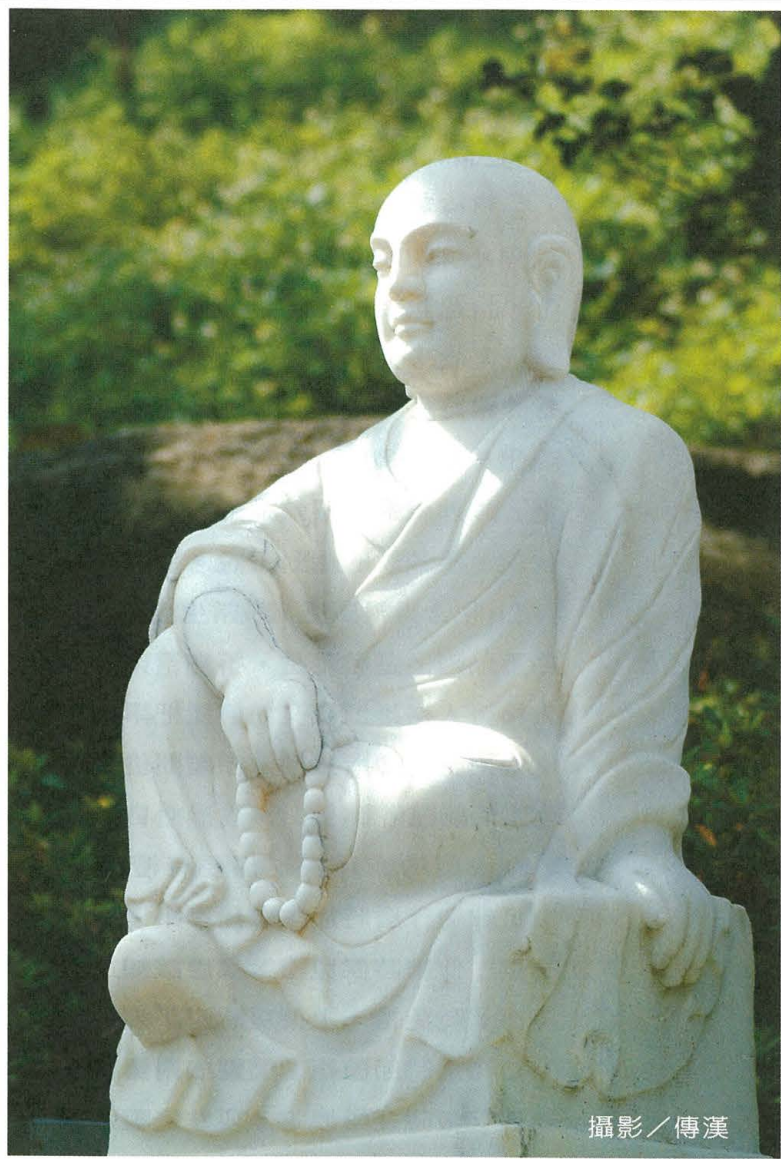
梁武帝雖然修了種種佛事，但不是如佛經上所說的「修無修修」，他不知道諸法緣起性空，不知道本心本性，這就是邪，因爲偏到一邊了。在《佛藏經》裡，釋迦牟尼佛告訴舍利弗如何修念佛法門，指出：「見無所有，名爲念佛」、「念無分別，即是念佛」，又開示：「見諸法實相，名爲見佛。」「何等名爲諸法實相？所謂諸法畢竟空無所有，以是畢竟空無所有法念佛，復次如是法中，乃至小念尚不可得，是名念佛……一切諸念皆寂滅相，隨順是法，此則名爲修習念佛。」一般眾生的心無論是起善念、惡念、雜念、無聊，都是妄念。好念頭是一個好夢，壞念頭是一個惡夢，好夢、惡夢都歸於無常。這念心要沒有取捨、沒有分別、沒有執著，無能無

所、無言無說，才是真正的「老實念佛」。爲什麼眾生起心動念，心就是邪？因爲不知道本心本性是無住、無爲，心有所住、有所執、有所取捨就偏到了一邊，和本心本性相違背就是邪。如果與菩提心相比，只有菩提心才是正，其他的都是邪，菩提心才是真功德。功德究竟在哪裡？「功德在法身中，不在修福」，真正的功德是在法身中，不是在修福，因爲福報有生滅，法身沒有生滅。法身就是菩提心與涅槃性，法身就是真空妙有、妙有真空，見到法身才是真功德。

見性是功 平等是德

師又曰：「見性是功，平等是德。」六祖大師爲令韋刺史更加了解福德與功德的道理，所以再進一步說明：「見性是功，平等是德。」見性的「見」表示契悟，是指契悟到自己的本心本性，契悟到自己的佛性。禪宗稱本心本性爲「本來面目」，如果認爲見性是見到什麼，就有能見、所見，就不對了。每個人都有心性，可是一般眾生迷失、顛倒，所以見不到自己的本心本性。修行要依心起修、依性起修，心性沒有生、沒有滅，是佛法中最高的境界。

平等是德，要心行平等。眾生的心不平等，各人有各人的分別、執著，就如同是戴著有色的眼鏡看待一切人事物。如果要達到平等，必須破除自己的執著，轉第七識爲平等性智。雖然現在還沒有破第七



不輕視，平等對待大眾，因為人人都有佛性，因為雖然這個人現在沒有智慧，但是當他豁然契悟本心就超越了自己，所謂「士別三日，刮目相看」，所以不要小看任何人。在中國佛教歷史上有位悟達國師，十四歲就能登台說法，當時李商隱作了一首詩讚歎說：「十四沙彌解講經，似師年歲只攜瓶，沙彌說法沙門聽，不在年高在性靈。」不要小看沙彌，雖然沙彌年紀小，也有佛性，一樣能證阿羅漢果，只要開悟了，說出來的佛法都是平等不二，所以平等是德。

念念無滯 常見本性妙用

念念無滯，常見本性真實妙用，名為功德。功德就是指自己的心性，明白了心性再來解釋功德，才能了解

識，最低限度要有平等的觀念，尊重每個人都有佛性，這也是平等心。如果認為某人不聰明、根機不好，就看不起他，某人很有學問、很有智慧，對他就特別尊敬，這是分別心、不平等心。古人說：「不重久學，莫輕後學。」對於修行已經很久的人不特別看重，對於初初開始修行的人也

當中的很多道理，所以六祖大師再進一步解說。念念無滯，「無滯」，是指這念心不要停留在任何境界上，就是《金剛經》所說的「應無所住而生其心」。無論誦經、持咒、念佛、念法，每一念都要無滯，都要無所住、都要不落入兩邊，不住空、不住有，不住非空、不住非有，不住內、不住

外，不住過去、不住現在、不住未來，這是頓悟法門。如果是漸修法門，就是念念有所滯，為什麼是有所滯？因為是方便法，修止、修觀、念佛、念法、念僧，將這念心靠在法上、靠在佛號上、靠在戒行上、靠在善法上，或是靠在空、有，這些都是方便，因為都是有所住。心住在某一點，就有掛礙，就是滯；「無滯」，是心無掛礙。既然要頓悟自心，就要將方便法門放下，達到心無掛礙的境界。

真正能做到念念無滯、平等不二，這念心就像一面鏡子一般，漢來漢現、胡來胡現，沒有障礙，這念心起了大用以後又要歸還原點，如同鳥飛過空中不留一點痕跡，心始終清明不動。《華嚴經》講：「猶如蓮華不著水，亦如日月不住空。」修了善法，不執著善法的功德，這就是無滯。如果做了善事以後，執著善法，就成了法執，又是一層障礙，這就是滯。雖然不執著，但是仍要不斷地修善。所以修善不執著善，就是無滯、就是般若。

六祖大師惟恐大眾產生執著，認為佛法就只是講空性、講不動，所以繼續說明心性的妙用，講本心本性的實相功德。這念心雖然不執著善法，但是要「常見本性」，這念心時時刻刻都要存在，時時刻刻了了分明，時時刻刻都能作主，自己的清淨心、無住心、無為心、平等心、不動心時時刻刻現前，不但如此，這念心還有「真實妙用」，妙用無邊，這才是實實在在，這就是這念心實相的功德。如果只是

如如不動，執著如如不動，而不知道妙用，無為法又成了有為法，這還是滯。

內心謙下是功 外行於禮是德

內心謙下是功，外行於禮是德。要有謙卑心，知道上、知道下，即使對方是下，自己也要謙卑，這就是功，如果認為自己是上，而心行我慢，這就不是功。外行於禮是德，「德」是德行，身口意所表現出來的一切都要有禮節，要知進、知退，該進就進，不該進則絕對不進，該說就說，不該說的絕對不說，這就是禮節。「禮」包含得很廣泛，日常生活的行住坐臥都不踰矩，這就是禮，不知禮則難以健全人格，人格不健全又如何能把事情做得適當與周全呢？所以佛法不離開俗諦，真諦也不能離開俗諦。

我們的種種表現都要有禮節、有規矩，知道什麼時節該做什麼事，什麼時候有禮、什麼時候免禮，都應該知道。譬如打禪七時免禮，上架房時也不須行禮，這就是知道時節因緣。又譬如用齋，一般人認為吃飯時要慢慢吃，要左邊嚼幾下、右邊嚼幾下才容易消化吸收，但是，你這碗飯還沒吃完，別人早就吃完了，就等你一個人，這就失禮，一切要隨眾。尤其和師長一同用齋時，自己要先吃完，不能讓師長吃完後還在等。參加集會、法會也是一樣，不應等師長上了車才檢視大眾到齊沒有，甚至還拖拖拉拉，這都是失禮。這些雖然是小事，可是很實用，更何況德行是

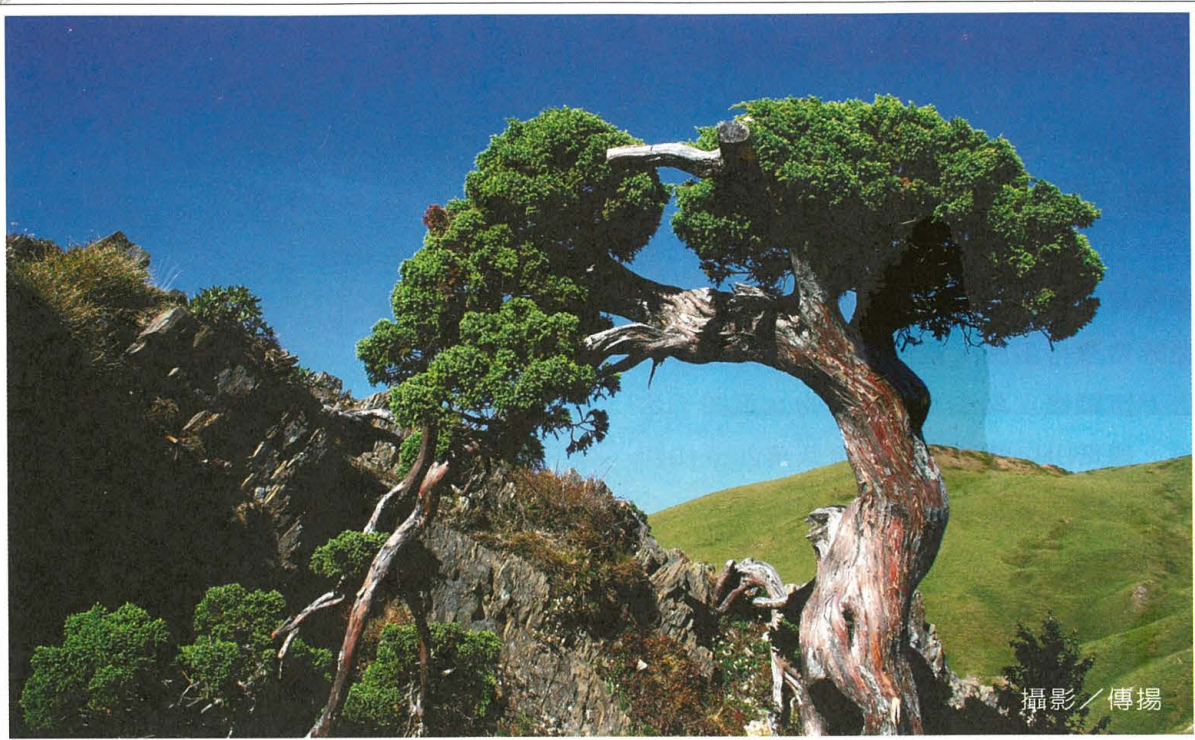


建立在微細處。依此類推，如何使這念心運用得恰到好處，這就是德，這是心之用。

自性建立萬法是功 心體離念是德

自性建立萬法是功，心體離念是德。自性雖然沒有生滅，自性雖然是不動，可是也不妨礙建立萬法。佛所說的八萬四千法門，都是由自性所建立，這八萬四千法門當中有俗諦、真諦、中道第一義諦。天台宗說「俗諦者，立一切法」，建立萬法就屬於俗諦的範疇。依照八萬四千法門去實踐，可以契悟自性，依照佛法用功，就能愈走愈光明。現在的科學、哲學、醫學、工技，是怎麼來的？是我們的自性所建立的，所以自性建立萬法是功。我們的道場有各個單位，這些單位也屬於萬法，修建中台禪寺，大家出錢出力，修建完成了，流芳千古，這也是我們自性起的作用，所以自性建立萬法是功。這念心有體、有用，一方面要知道如如不動，另一方面要知道建立萬法。「如來者，無所從來」，這是自性不動；「如來者，乘如實道而來」，這就是自性建立萬法。

心體離念是德，建立萬法是心的作用，建立了萬法之後，沒有能、沒有所，也就是說心念起作用以後還要歸於無念，無念也不執著。無念是無無念，無無念是無所不念，又歸到中道實相，這念心清清楚楚、了了分明、如如不動，這就是德，



攝影／傳揚

是本具之天然性德。

不離自性是功 應用無染是德

不離自性是功，應用無染是德。若覓功德法身，但依此作，是真功德。不論行住坐臥，這念心都存在，這就是不離自性。什麼是離自性？打瞌睡就離開了自性，想過去、想現在、想未來就離開了自性，講人我是非就離開了自性。所以，時時刻刻這念心都要清楚、明白，站得住、站得長。不離自性就是功，佛法不是空談理論，要在道理上去實踐。應用無染是德，這念心不但要如如不動，而且要運用到俗諦、真諦、中道第一義諦。無染，就是沒有執著、沒有掛礙，見到好的境界而起了

貪心，不論是貪財、貪色、貪名、貪吃、貪睡、貪利，都是染。譬如種花、種樹，這是心的作用，但是在這當中如果對花起了貪愛，這就是有所染。《華嚴經》上說：「不起凡夫染污心，必成寂靜菩提果。」這念心能運用自如，又能無染，這就是德。

總之，這念心有體、有用，如果只知道用，而不知道體，這念心就成了生滅心，就屬於眾生。如果執著這念心不動，無為法又成了有為法，這也是障礙，還是不能圓滿。六祖大師所說的這些道理，從過去到現在都很實用，乃至未來也適用，這就是真理。（下期待續）



掃地

文／中台男衆佛教學院研究所一年級 見督法師

圖／傳維

前一陣子，經常看到一位義工菩薩，拿著掃把和畚箕，推著一輛單輪推車，掃著東峰路旁的泥土。

一開始看到時，並不感到很特別，只發現他總是低著頭、彎著腰專注掃著地面的泥土，在這當中不論大車、小車經過，從不曾停住手中的掃把，或抬起頭張望過。

一天、二天、一個星期，甚至下雨天時穿著雨衣，他還是低著頭默默地掃著。明知今天掃了，隔天還是一樣會髒，或者上午掃過，下午又會變髒，乃至掃過後不到一小時又變髒了，他還是一樣老老實實、不厭其煩地掃著地面的泥土。

不禁對這位菩薩生起敬佩之心：修行不就該像他這樣，老老實實、一步一步地將自己的散漫心、我慢心、習氣、無明降伏，一遍又一遍不厭其煩地掃淨心地嗎？

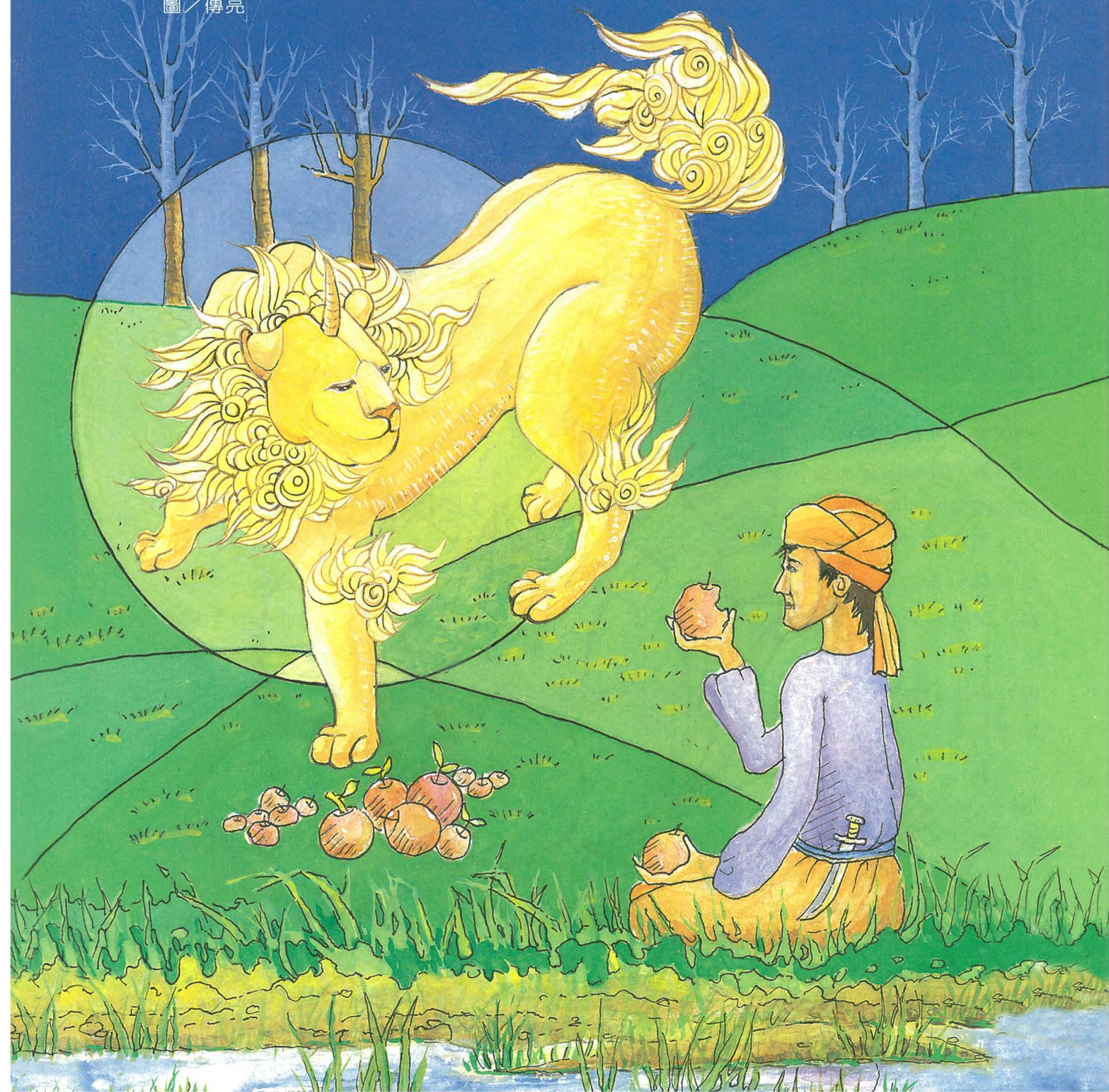


捨身救人的金毛獸

鋸陀告訴獵人：「仁者，你不用擔心害怕！累劫以來，我已死生無數次，從沒有一次能夠廣積福德，這次有機會拯救眾多的性命，我應該把握……」

文／中台女眾佛教學院大學部二年級 見辦法師

圖／傅亮





一天，佛陀罹患風寒，名醫耆婆用三十二種珍貴藥材合成藥酥，供養佛陀。此時，好忌的提婆達多心中非常羨慕，也要求耆婆供養他。耆婆為難地說：「尊者啊！這種藥酥雖是珍品，但只適合佛陀服用，因為如來的報身尊貴，和凡夫不同，一般人服多了反而會傷身。佛陀一天可吃三十二兩的藥，我看您一天吃四兩就足夠了！」提婆達多一聽，心中嫉妒不平，懷疑耆婆看不起他，還是堅持和佛陀的藥量相同。結果，提婆達多因為藥性太強致使身體不能負荷，自作自受地躺在床上哀號。

佛陀知道了，慈悲地走到他房舍中，為他摩頭以減輕痛苦。然而，惱羞成怒的提婆達多不僅不知感恩，還口出惡言，憤怒地責怪佛陀。阿難打抱不平地說：「世尊啊，提婆達多怎麼可以不知感恩！到底是什麼原因，讓他如此猜疑多忌？」佛陀不以為忤地說：「阿難啊！提婆達多不只現世中傷我，過去世他也是嫉妒如來、陷害如來！」於是佛陀娓娓道出過去的一段因緣。

梵摩達王夜夢神獸

久遠以前，波羅奈國有一位殘暴的國王，名叫梵摩達。一天夜晚，他做了個奇怪的夢，夢中出現一隻金光閃耀、莊嚴非常的金毛獸。國王醒了之後朝思暮想：「好美的金毛獸啊！全身都散發著絢麗的光芒，如果牠又美又軟的獸皮能鋪在我的寶座上，該有多好啊！」

於是，國王召集全國的獵人宣佈：「若有人找到這頭金毛獸，我會重重地賞賜，讓他的子孫七輩都享用不盡；但是如果找不到，我就殺光你們全部的人！」梵摩達王向來是凶殘無度，殺人如麻，因此所有的獵人聽了之後都愁眉不展。

回家後，獵人聚在一起商量：「夢中的神獸？世間上哪找得到這種神獸呢？而且森林中有這麼多毒蛇、惡獸……與其讓大家冒著危險尋找，不如推派一位最勇敢的人去找！如果找到了，國王的獎賞都留給他；如果不小心喪命，至少還有人幫忙照顧他的妻兒。」於是眾人找到一位勇敢的獵人，他看大家憂心忡忡，十分不忍，就抱著犧牲的決心答應下來。

獵人經過幾日的尋覓，不但沒有找到金毛獸，還不幸地被困在荒山野地中。烈日高照下，獵人口乾舌燥、舉步維艱，終於再也走不動了。他痛苦地癱在沙地上，用盡最後一點力量求救：「救命啊！誰能來救救我呢？」忽然，眼前出現一片金光——一頭金光晃耀的金毛獸站立在他眼前。



慈忍捨身 悲願深切

這隻名叫鋸陀的金毛獸，將尚留餘息的獵人掙到泉水邊，爲他洗浴，並撿來許多美味的野果讓他充飢。獵人吃完後，內心痛苦掙扎：「金毛獸如此溫馴慈悲，教我如何忍心殺害，將牠獻給國王。但如果不這麼做，那些獵人弟兄又會慘遭國王殺戮。該如何是好呢？」

鋸陀看到獵人憂慮的神情，便向他詢問原因，獵人於是將原委一五一十地告訴金毛獸。鋸陀聽了之後，告訴獵人：「仁者，你不用擔心害怕！累劫以來，我已死生無數次，從沒有一次能夠廣積福德，這次有機會拯救眾多的性命，我應該把握。你就取我的毛皮去吧！」獵人聽了非常感動，於是忍痛將鋸陀的毛皮剝下。

此時，鋸陀雖然身受剝皮的痛楚，但卻慈悲廣發利益眾生的弘願：

「願我所布施的毛皮，能讓廣大眾生離苦得樂！

願我能以此功德廣利有情，成就無上大覺佛道！

願我能普度一切眾生，令住涅槃不生不滅之樂！」

這時，三千大千國土都爲鋸陀的悲心所震動，諸天神知道鋸陀的菩薩願行，不禁驚歎感泣，紛紛灑花供養。鮮血淋漓裸露在豔日下的鋸陀，馬上引來八萬隻蠅蟻啖食身上的血肉。鋸陀不忍心傷害這些蟲蟻，於是忍住痛苦，動也不動一下，直到最終力竭而亡。而這些蟲蟻，也蒙鋸陀的願力，命終皆得生天。

說明了過去生的因緣後，世尊指出：「你們知道嗎？那隻剝皮捨身的鋸陀就是我，殘暴的梵摩達王即是提婆達多，至於那八萬隻生天的蠅蟻，就是在我成佛初轉法輪時得道的八萬人天。從過去到今日，雖然經過了這麼漫長的時間，提婆達多還是沒有悔改啊！」



省思

佛言：「盡此三千大千世界，無處不是菩薩捨身命處！」如來累劫無畏布施，廣修六波羅蜜，就連喪命時亦不忘發願利益眾生，終以此精進悲心，證得無上佛果。反觀提婆達多，雖然一心想學佛，但不在因上努力，只想速成佛果，無異緣木求魚！修行學佛，應時時在心上用功，時時發利益眾生之願，如此才能真正圓成佛道，廣濟有情。

（編按：典故摘自《賢愚經》）



養氣與知言

若能養氣，則有定；若能知言，則有慧；定慧一如，則福慧圓，自利利他終不竭。

文／見義法師 圖／傳卿

夫天地者，有浩然之氣也；夫人者，有浩然正氣。孟子曰：「我善養吾浩然之氣。」然其如何善養乎？則曰「義」也。胸懷中不可缺少「仁義」之道也。仁義之道，並非二、三日可得，必須如灌溉草木一般，耐心培養而日日增長。故以「義」為道者，如行者發長遠之心，如春日之草不見其長而日有所增，並且不把此事看成有形的身外之物來求取，方能日漸與道義相應。

是以，養氣即在養心，培養心中之正氣。而此正氣必賴乎仁義之道，若以孟子的論點而言，就是人之四端，是人人本具的惻隱、羞惡、辭讓、是非四種善心，即仁義禮智、敬慈和真之心，需要加以培養而啟發，此即養氣的根本。

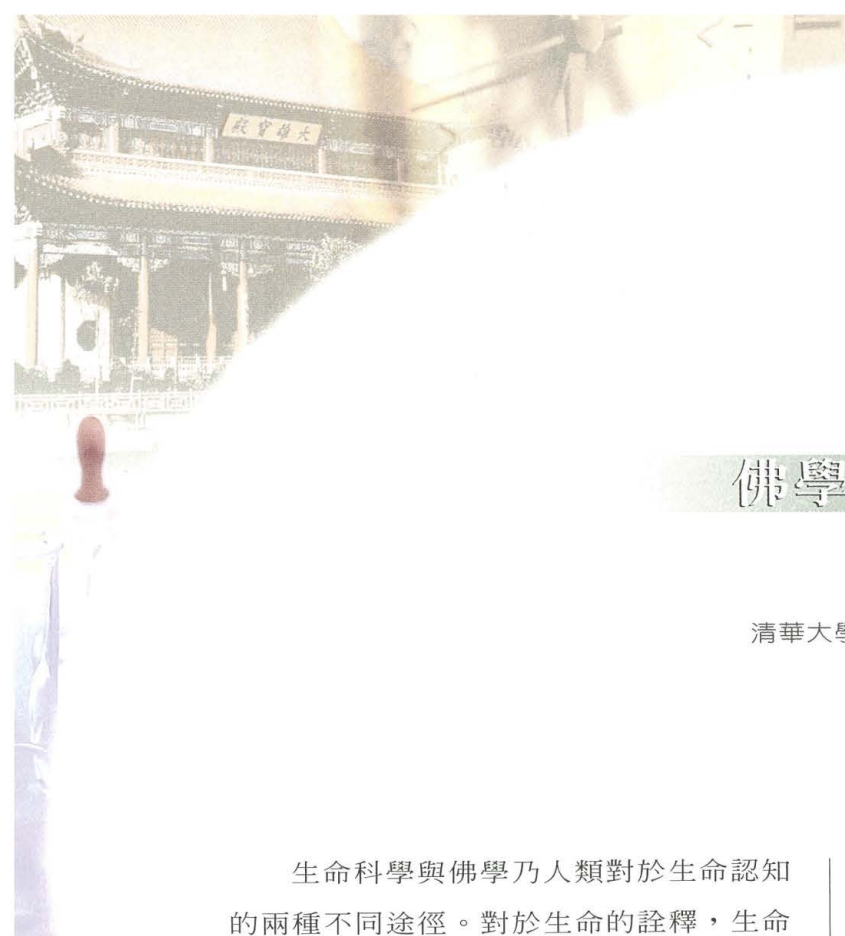
心中正氣凜然，則能知言，而不被矇蔽。若以孟子的論點闡述，就是聽見一個人放蕩過度的言詞時，立刻知道他所陷溺的執著點在哪裡；聽見偏邪不正的知見，可以當下分辨其所偏頗

的觀念在何處；又若聽見一個人支吾以對時，亦能夠了解他閃爍逃避的是什麼；聽見巧言令色的言論，而能明白其心中被何種欲望所牽絆。如此察納雅言，則能逐漸明白何謂「知言」。

因此，從養氣到知言，一是心之體，一是心之用。以修行者而言，養氣並非養外物之氣，而是心中的浩然正氣，並非養身而是養心。而守氣，就是要守住心中的正念，此即是道，是人人本具的心之體，所謂「喜怒哀樂之未發」，亦即一念不生。這是就自利而言，可以成就完整人格，乃至成聖成賢。心中一旦有了正念、正氣，則心之用可以做到清楚明白，處處作主，察納雅言，不被矇蔽，這就能知言，發揮利他之用。

因此，若能養氣，則有定；若能知言，則有慧；定慧一如，則福慧圓，自利利他終不竭。行者若能於此仔細用心，何患無胸中浩然之氣與明達一切雅言的智慧？





生命的提升

佛學與生命科學之對話 (一)

文／中台女眾佛教學院院長

清華大學工業工程博士、四川大學宗教學博士 見見法師

生命科學與佛學乃人類對於生命認知的兩種不同途徑。對於生命的詮釋，生命科學全然以物質層面來分析，生命被視為一種化學過程，其持續源自於複製與新陳代謝二功能的不斷運作；佛學未從化學分子層次來看待生命，而以涵蓋身心兩個方面的活動作用全面地闡釋生命。基於不同的認知模式，兩造所提出對於生命提升之途徑亦全然不同，於是，在這個課題上，前者致力於生命物質層面的改善，即身體功能的完善與持續；後者則立義於兼具身與心二層面的生命超脫。而過程中，生命科學的物質透視，試圖在物質基礎上發掘一切生命現象的解釋，事實上卻有種種困難，即使至今亦僅能詮釋生命的一部分。佛學並未試圖去一一解釋生命的物質現象與作用，而是以一種宏觀的角度歸納出生命運作的規律，在分析同時存有的精神活動之外，並揭示生命內層中精神與物質的關連。

儘管差異明顯存在於生命科學與佛學

之間，不同角度探究生命的方式並未見衝突，不同向度的生命剖析，反為生命提升之課題引動新的啟發。更何況生命科學由物質層面對生命的探究與技術發展，倚賴基因重組來改造乃至創造生命的途徑，儼然已引發廣大層面有關人權與倫理的討論與爭議。因此，本文將先剖析生命科學與佛學對於生命之詮釋與探討，再以二者之對話，從不同的觀點啟發新的解釋線索，不僅對其所面臨的問難提供新的思考模式，更期以能為人類對於生命提升的冀望，給予一深刻之建議。

一、概說——生命研究

生命科學對生命的研究

生命科學研究生命的現象、起源、本質、特徵、發展規律，以及各種生物之間和生物與環境之間的相互關係，其開始源自於生物學。隨著19世紀細胞學說的創立與遺傳規律的發現，20世紀基因論、遺傳學、分子生物學的發展，不僅促使生物學

的探索開始進入揭開生命之謎的大門，更使其由細胞水平進入到分子水平去探索生命的本質。70年代生物工程(或稱遺傳工程)科學技術興起，於是人類從認識、利用生物迅速發展到了進一步創建新生命型態的時代。人類基因組的研究從基因的結構、功能乃至其演化，提供了對生命不同面向的認識，此乃20世紀生物科學上最重要的里程碑，不僅帶動起現代生物醫學研究，更可能實現人類改造生命的夢想，以史無前例的方式劇烈地影響這個世紀的科學教育與生命觀。

佛學對生命的探究

佛學中對於生命的詮釋，不僅揭示生命之起源亦解析生命之內涵，其主要用意在於讓人類清楚了達生命的本質後，能捨棄對於生命無謂的執著，超越生命之限量，乃至創造更具意義的新生命。在解析生命的過程中，不以物質層面的觀察與實驗為出發點，而是以生命中涵蓋精神與物質兩大面向範圍的全面觀察為基礎，進而揭示生命的本體與改造的真義。

二、生命科學——

基因密碼所掌控的生命

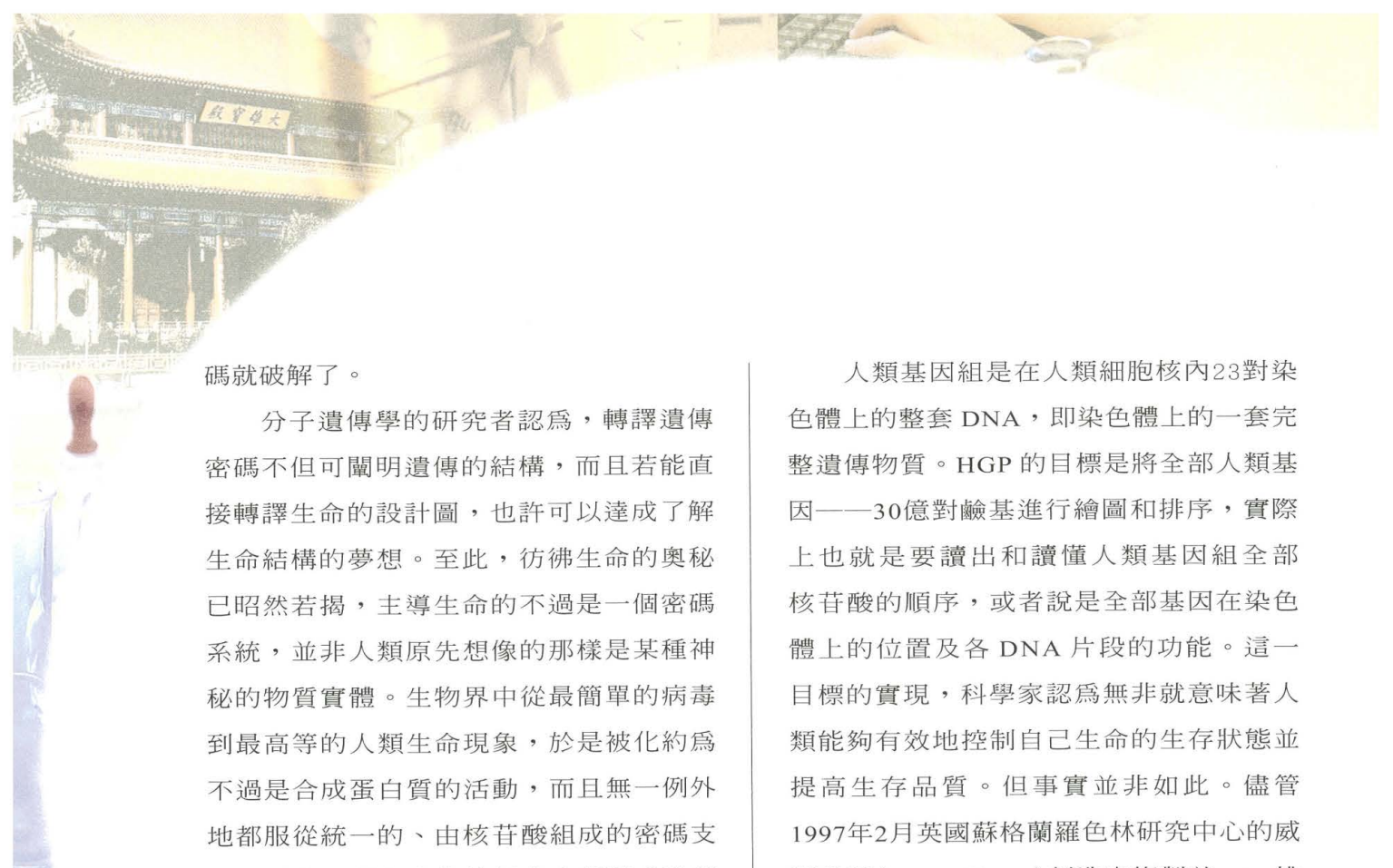
根據生命科學目前對於生命個體的解析，生命的基本單位是細胞，而個體發育則是由遺傳訊息所控制，不論是在分子層次上，還是在細胞、組織或是個體層次

上，其發育的基本模式都是由基因決定，基因被認為是遺傳物質的最小功能單位。多數生物的基因乃由去氧核糖核酸構成，並在染色體上作線狀排列。去氧核糖核酸簡稱為DNA，其實是一種由碳、磷、氮、氫及氧五種元素構成的大分子。

DNA所構成的基因內含有特定遺傳信息的核苷酸序列，指引細胞合成各種蛋白質，這些蛋白質進而組合出具不同結構與功能的各式細胞，執行各種不同的化學反應，由此結合不同形態與功能的細胞，便能造就出整個生物體的形態及功能。因此，以分子生物學的角度來看，生物的一切表型都是蛋白質活性的表現。由於不同生命體細胞記憶體載著不同的蛋白質，所以生命體能顯示出不同的性狀。於是，對於基因密碼的解讀，被視為了解與掌控生命機體之性狀與功能的關鍵，許多學者更認為DNA決定了人的每一方面，如哈佛大學社會生物學家威爾森(Edward O. Wilson)便是著名的基因決定論者。

所謂基因密碼(genetic code)就是DNA中的核苷酸排列順序和蛋白質分子中氨基酸(amino acid)間的關係。有人比喻基因就像一個控制著龐大自動化線路的電腦軟體，基因只是單純地公布它的指令，而這些由遺傳密碼串連而成的指令，指導著細胞將氨基酸分子拼裝成各式各樣的蛋白質分子。如果能夠知道核苷酸的排列順序為何，因而會生成何種蛋白質，基因的密





碼就破解了。

分子遺傳學的研究者認為，轉譯遺傳密碼不但可闡明遺傳的結構，而且若能直接轉譯生命的設計圖，也許可以達成了解生命結構的夢想。至此，彷彿生命的奧秘已昭然若揭，主導生命的不過是一個密碼系統，並非人類原先想像的那樣是某種神秘的物質實體。生物界中從最簡單的病毒到最高等的人類生命現象，於是被化約為不過是合成蛋白質的活動，而且無一例外地都服從統一的、由核苷酸組成的密碼支配。因此，所有生物皆循此密碼體系進行著生命接力棒的傳遞，亦由此密碼系統而進行演化。

奧地利物理學家薛定諤形容基因密碼集合法典和行政權力於一體，或者用另一個比喻：它們集建築師的設計和施工者的技藝於一身，密碼一詞的詞義顯然過於狹隘，染色體結構同時還具有推動卵細胞朝它們預設方式發育的功能。

為了解讀這個密碼系統，一探生命究竟，1986年3月在美國正式提出籌組人類基因組研究計畫(Human Genome Project，簡稱 HGP)，實施繪製人類基因的全圖、測定人類基因組的完整順序。爾後，其他許多國家也各自制定了自己的人類基因組研究計畫，同時各國之間彼此亦進行有效的合作。2000年6月人類基因圖譜草圖初步完成，2002年，歷時十載，耗資20億美元的人類基因組計畫終於完成。

人類基因組是在人類細胞核內23對染色體上的整套 DNA，即染色體上的一套完整遺傳物質。HGP 的目標是將全部人類基因——30億對鹼基進行繪圖和排序，實際上也就是要讀出和讀懂人類基因組全部核苷酸的順序，或者說是全部基因在染色體上的位置及各 DNA 片段的功能。這一目標的實現，科學家認為無非就意味著人類能夠有效地控制自己生命的生存狀態並提高生存品質。但事實並非如此。儘管1997年2月英國蘇格蘭羅色林研究中心的威瑪教授(Ian Wilmut)創造出複製羊——桃莉(Dolly)，標誌著生物科技的發達，使得以選擇性的偏好訂製生物個體成為可能，而問題卻也緊接著發生。即使如美國已通過眾議院法案，禁止複製人類的行為，但僅是基因採檢的動作，即能引起多重的人權相關問題。在未完成基因組解讀前，號稱能改造乃至創造出生命的基因工程科技，卻已引發全世界對於以基因改造來提升生命一途的諸多爭論。

所謂的基因工程技術(genetic engineering)，即重組 DNA 技術，又稱遺傳工程，乃指於生物體外重新組合去氧核糖核酸分子，並使它們在適當的細胞中增殖的遺傳操作。基因工程的最初原始動機便是透過 DNA 分子的重新組合改善原生物體某些有缺陷的功能或性狀，進而達到治療疾病的效果。然而，由治療動機滑移成為改進人類特徵的某種價值與倫理扭曲的實

際問題，不僅呈顯於基因隱私權、機會不均、基因專利等爭端，就連科學家自己對於以不可逆轉之方式改變人類基因庫亦甚感顧慮。

其次，基因工程對於生命的改善，將由疾病的治療與肢體缺陷的改造，而被曲解成人類對於外相特徵完美的追求，譬如從基因著手治療身體形態缺陷、改善容貌等身體特徵，屆時生命的價值將面臨膚淺化，財富成為決定可否改善生命的關鍵。作品涉及基因科技的藝術家曼格拉諾·歐維爾(Inigo Manglano-Ovalle)也臆測依據基因將產生新的種族分類：「例如以前分成黑人、白人或黃種人，捲髮或直髮。以後的分類可能將依皮膚以下的東西來分。」可以預見的是，基因工程若普及的結果，很可能人類社會將會產生種種機會不均、追求表相的亂象。

至於涉及倫理問題最嚴重的，則是基因交換與複製生物個體的技術。有了複製技術，親族血脈關係可能會顛倒混亂，而透過交叉植入異種生物體基因，以培植所需的器官或改變某種生理特徵的基因交換技術，其逆反自然以及忽視對生命個體基本尊重的操作方式不但將引起恐懼(例如有人在老鼠背上培養出人類的耳朵)，更會引起動物保護運動者的抗議。更何況，技術層面至今畢竟仍是理想多於現實，人類或其他生物體若因實驗過程中的某些步驟而造成先天缺陷，則應由誰負責，誰又有權

能真正應允如此一個攸關生命的重大決定？

基因工程帶給人們透析生命真相與改善生命的希望，然而這樣的提升路線，卻充滿了對人權與倫理的挑戰性，典型地說明和表現出科學既可為善亦可作惡的「雙刃劍」效應。如此一來，所引起的不僅是各層面的爭端，更激起了人類對於生命價值界定的反思與重省，亦即 *Scientific American* 雜誌前發行人派爾(Gerard Piel)所提出人類面臨的一項嚴峻挑戰——如何建構人類本身在大自然中存在的意義和目的。

三、佛學—— 佛性所呈顯的生命

對於生命的起源，佛學中並不鑽研物質層面的過程與細節，而以業感與唯識從宏觀的角度揭示其普遍規律。故謂一期生命之發端，遠因為業感，近因則為識心牽引與業合。對於生命的解釋，佛學中涵蓋了身心兩個層次，即《成唯識論述記》中所謂「命謂色心不斷」，生命乃身心活動持續不斷的一種現象。生命本質的問題，其實是佛學的最核心探究，也是其一切理論的基礎。生命之所以可能，其本質是佛性，一切眾生皆具佛性，平等且天然具足。不論生命以何種形式出現，不論何種生物個體，其本具佛性皆無有增損或差異，佛性乃一切生命的本體，所有一切生





命個體之能見、能聞、能覺、能知，皆是佛性起用。

而生命個體的形式表現與彼此間的差異，則來自於往昔未能了徹其自身的清淨性德，造作種種業行所感。由過去善惡因所感得的果報正體，即現世之身心性命，稱為正報。正報之端正、醜陋、病緣多少乃至長短壽等，依《佛為首迦長者說業報差別經》中說則各有其所因。如得端正相貌者，乃因行十事：不瞋、施衣、愛敬父母、尊重賢聖、布施莊嚴佛塔、掃灑堂宇、掃灑僧地、掃灑佛塔、見醜陋者不生輕賤反亦能起恭敬心、見端正者曉悟宿因，反之而行，則相貌醜陋。長命者，因行十事：自不殺生、勸他不殺、讚歎不殺、見他不殺心生歡喜、見彼殺者方便救免、見死怖者安慰其心、見恐怖者施與無畏、見諸患苦之人起慈愍心、見諸急難之人起大悲心、以諸飲食惠施眾生，反此十事作為則命短。生而多病者，亦因行十事：好喜打拍一切眾生、勸他令打、讚歎打法、見打歡喜、惱亂父母令心憂惱、惱亂賢聖、見怨病苦心大歡喜、見怨病癒心生不樂、於怨病所與非治藥、宿食不消而復更食，逆此十事則身常健而少病。

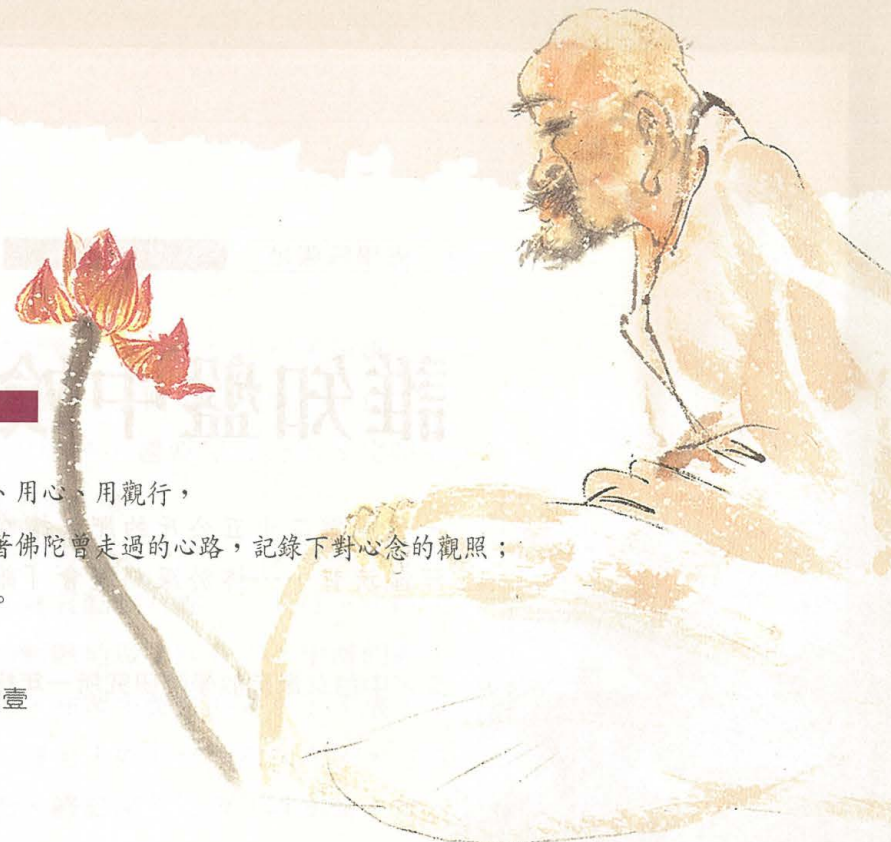
佛陀所揭示乃是一個業果的通則，實際的狀況將會因個體心行的不一，而有果相或深淺程度的差別，亦即有其個別性。而且，雖言現今種種依於過去業行，然所謂業報其因緣成熟現前之時機並無定論，



所謂「若此身造業即此身受，是名現報。此世造業，次來世受，是名生報。此世造業，過次世受，是名後報，以過次世故名為後。」因此，並非一切皆為前世已定，此世的行為亦能提供改善生命的機緣，也就是說，過去的業行僅是一個因、一個種子，日後的發展則端看機緣成熟與否，有如將種子栽入土後，若無陽光、空氣與水等外緣成就，種子仍無法長成大樹乃至開花結果。雖然所作業不亡，但卻必須「因」與諸「緣」會遇，方有果報自受一事。因此，佛學的業感說，既非決定論亦非宿命論，心有無限的可能，生命就有無限的可能，生命隨時都有重生的契機，而這個可能就來自於佛性。一如禪宗六祖惠能大師所說：「何期自性本自清淨！何期自性本不生滅！何期自性本自具足！何期自性本無動搖！何期自性能生萬法！」由此本具性德，每個生命無一不有得以提升的可能，亦無一不具進行改善生命的資糧。

生命的改善與提升關鍵便在於清淨性德的實踐，從修善捨惡中來實踐生命本質的清淨，「修德有功，性德方顯」，性德既顯，生命方能實質地被提升。其中，業報的改善僅是一個過程、一個途徑，終究的目的畢竟在於生命擺脫外在束縛後的內在性德之顯發，亦即，人人本具的清淨無染自性，方是生命的終極價值所在，亦才是生命提升的基礎與努力方向。（下期待續）





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 圖／廖信壹

收 心 | 中台男眾佛教學院大學部二年級 見燦法師

最近天氣多變，上午豔陽高照，午後則打雷下雨。往往早上晾曬的衣服到正午時分已經乾了，卻又因午後的陣雨而吸附濕氣。氣候變化難測，唯一能做的就是提早收回曬乾的衣服。

收心就同收衣服一樣，不能等！不是等到禪七、等到腿盤上……才收心。不該有等待的心態——無常伺機在旁，怎能等待？

清除習氣 | 中台女眾佛教學院大學部二年級 見濯法師

當手不小心沾到墨汁而未及時清理，墨汁很快就會在手上乾掉，需要花一番工夫搓洗才能勉強清除。我們的習氣就像墨汁一般，只要經短時間的薰染，馬上就定色，而且不易革除。雖然是不小心，但在這當中卻已種下無明的種子。清洗污垢的肥皂猶如善法，可用來化除惡習，而必須經過多次刷洗才能回復本來的潔淨。

兩燈互照 | 中台女眾佛教學院大學部二年級 見惠法師

每天都很歡喜能打掃清潔區域。掃地時，看著旭日東昇，整個人也變得煥然一新。與人相處也應如此，要常常銷歸自性，重新開始，才不致停留在過去錯誤的刻板印象上。

「兩燈互照，益見光明；兩手互洗，方得清淨。」給別人重新改過的機會，亦是擴展自己胸襟的包容度。沒有眾生，何來菩薩呢？懂得賞識別人的優點，在面對自己的不圓滿時才有轉圓的餘地。因為原諒別人就是原諒自己，懂得賞識別人，也才會懂得賞識自己。



誰知盤中飧 粒粒皆辛苦

一包淨重二十五公斤的肥料揸在背上，如此來回數次之後，汗流浹背……終於深刻體會「誰知盤中飧，粒粒皆辛苦」的含意。

文／中台女眾佛教學院研究所一年級 見雯法師

對於喜歡大自然的人來說，能在田園間踩著泥土，看著生機蓬勃的青草、色彩繽紛的花朵、枝葉茂密的樹木，看著藍天白雲緩緩飄過，享受和煦的陽光，確實令人嚮往。

何其有幸，能到功德園實習。清晨五點，天還未亮，頭頂著斗笠，肩披著毛巾，戴上袖套、棉紗手套，腳穿著雨鞋，帶著鏟子、剪刀、鋤頭、塑膠桶……還有一顆愉悅的心，一天的工作就此展開。這身裝備就是在功德園出坡的標準配備，如果遇上雨天，就還要加穿輕便雨衣。經過整天的日曬、偶爾的風吹雨打、蚊蟲的叮咬……外在環境無常的逼迫，加上身心的調適，的確是這三個多月實習必須學的課題。

從付出中學會感恩

以有機農法栽培蔬菜的功德園，完全不使用任何的化學藥劑，僅以簡易的方法促進土壤肥沃度、平衡酸鹼度，加上有機肥料如：做豆腐剩下的豆渣、做沙拉油剩下的豆餅、有機顆粒肥、米糠，利用耕耘機將肥料與土壤混合。如此簡單的敘述，背後可是要經過種種的過程——耕耘：用耕耘機，除草：以人工一棵一棵地拔，下肥：將一包包有機肥料扛到田裡，一塊二分地的田約需要三百五十包的肥料，平均整齊放好，用耙子攤平，灑上有機顆粒肥、灑上豆餅，再平



均鋪上一層米糠，用耕耘機攪拌所有的肥料。整好土地，接著拉線、作記號，利用小台耕耘機分出一畦一畦的田地。這時準備種的菜早已在育苗區培育成幼苗，就等著種到土裡長大成熟，還要每天澆水、定時除草、適時施肥，經過一段日子才能有豐碩的收穫。

第一次知道土地要經過這樣的整理才可種菜。三百五十包的肥料，園主見禹法師如果自己一個人扛，從清晨五點到八點，一天扛三小時，可能兩天才扛得完。當知道園主是這樣默默地做了許多年，學僧們都不約而同地主動幫忙。起初園主還不答應，在眾多聲音的要求下才讓大家幫忙。一包淨重二十五公斤的肥料揹在背上，如此來回數次之後，汗流浹背，四肢無力，全身都是肥料的灰粉，終於深刻體會「誰知盤中飧，粒粒皆辛苦」的含意。

非常讚歎園主奉獻自己、供養大眾的心，還有對事以真的做事態度，處處可看到園主具體落實 導師的教導，是學習的好榜樣。在學院研讀教理，受到常住大眾的護持，「一日之所需，百工斯為備」，想想自己的一點點付出，怎麼回報眾人護持的深恩？所以更應盡己之力實踐 導師的教導，除了感恩，還要發心報恩。

事上磨鍊 增益修行

什麼是雜草？什麼是蔬菜？怎麼澆水才不會傷到葉菜類蔬菜？如何採收葉菜類、根莖類、花果類等蔬菜？如何避免在大太陽底下中暑？如何使用各種工具？如何時時保持覺性才不致把菜當成雜草連根拔起、不會失手傷到眾生？如何在一整天的勞動之後還能保持不懈怠的心？如何在做事中接受各種意見而不堅持己見？如何在動中覺察、覺照，確實檢討反省並改過？

以上這些問題，有的已經學習到了，有些卻是值得一生磨鍊的課題。所謂「靜中十分，動中一分」，經過一個學期的實習，知道事相上的磨鍊的確重要。唯有種種境界現前，才能知道自己還有許多要改進的地方，才能促使我們向上學習，而更要學習正知正見以轉自己的煩惱，並幫助他人轉煩惱。就如《楞嚴經》所云：「理則頓悟，乘悟併銷，事非頓除，因次第盡。」



修行的慢性病

很多時候，
我們常會「隨口」說出一些話，
「隨意」做出一些動作，
「隨便」打一些妄想，
其實這些都是修行過程中常見的「慢性病」……

文／中台男眾佛教學院研究所一年級 見零法師

每個人一天都有二十四小時，但是仔細想想，我們真的有二十四小時清醒的時候嗎？除掉睡眠與休息的時間外，很多時候我們都是「漫不經心」或是「迷迷糊糊」地讓時間溜過，也讓正念在這當中被貪瞋痴所取代，更可怕的是，我們從不覺得這有什麼大不了！

也許身口意沒有犯重大的過失，但這卻像是一種慢性病，讓自己的道心與正念無法增長，一直在原地踏步，日復一日，年復一年，最後竟成了潯山祖師所喝斥的「年高臘長，空腹高心」，徒消十方信施，這都是平常不知不覺累積而造成的結果。所以，初入佛門的沙彌即須背誦「毗尼日用」，藉由偈子、咒語來提醒自己，從日常的行事當中返照自心，讓覺性時時刻刻現前。禪宗「參話頭」的法門也是相同的道理，而導師所開示的「中道實相觀」也是要我們時時堅住正念、清楚明白，讓自己的覺性「不打烊」，不讓外賊來家裡偷走東西。

因此，在生活上對於自己的一言一行，乃至一個心念都要仔細審視。很多時候，我們常會「隨口」說出一些話，「隨意」做出一些動作，「隨便」打一些妄想，其實這些都是修行過程中常見的「慢性病」，我們拖著它們已經很久了。過去不曉得這是病態，還誤以為這是自在、灑脫、有個性，現在才知道，原來被騙了那麼久。平時我們就應常常反省這種微細的心念，才能突破修行的平原期，跨越修行的學習曲線區。





埋下一顆種子

埋在心田裡的種子不會消失，
但要繼續不斷的灌溉，直到萌芽、成熟……

文／中台女眾佛教學院大學部一年級 見橙法師

攝影／傳景

爲什麼要埋下一顆種子？看到華林園中高聳如入雲端的櫟木、碩大紅橙的木棉、綻放艷紅色花朵的鳳凰木，乃至於有悠久歷史的紫檀等等，不都是從當初埋下種子的那一刻開始的嗎？如果沒有當時的那雙手埋下了種子，如何而來今日滿園清新、生機盎然且舒人心懷的景色呢？讓我們用「願力」的雙手，爲有情眾生埋下一顆顆菩提種子。

「種瓜得瓜，種豆得豆」是一般人熟知的因果法則，萬事萬物皆離不開因果的定律，一切有因有果。在佛陀的時代，有個人想隨佛出家，舍利弗尊者觀其八萬大劫內皆未曾種出世因，但世尊卻慈悲允可，只因他在八萬大劫外的一世稱了一聲「南無佛」，如此微薄的善因，在因緣會遇之時依然成就善果。如今已現出家僧相、身披法服的我們，不也是在過去久遠劫中一個不知名的時代，和佛法結下因緣、埋下了菩提種子，而在此生萌芽，發願走向出世修行的路？

由此明瞭，世尊應化人間四十九年，爲的也是令其末度者皆能作得度因緣。乃至於導師，即使年歲已高，仍不辭辛勞地在國內外設立精舍推展佛法、興辦學校教育、舉辦兒童及青年學子的禪修營……爲的不也是令一切有情與佛法結下善緣、種清淨的善因？於是我們在每一次的出坡中，在每一場法會及各項活動的過程中，不再覺得辛苦、疲憊，而是充滿法喜，並且能珍惜與把握種種的因緣，爲每一片心田埋下菩提心苗。

埋在心田裡的種子不會消失，但要繼續不斷的灌溉，直到萌芽、成熟。弘揚佛法是僧眾的責任，身爲出家眾的我們，應把「度眾」放在第一，期許自己能安住大乘心，善開方便之門接引眾生。



普善精舍落成灑淨 暨佛像陞座開光大典

文／編輯部

二月二十五日上午，一座摩尼珠造型的氣球拱門高高矗立在普善精舍大樓外，歡喜迎接一千七百多位前來參與「普善精舍落成灑淨暨佛像陞座開光大典」的嘉賓。在和煦陽光的照拂下，每一張臉龐都散發著溫暖、喜悅的笑意。

普傳正法 善導群生

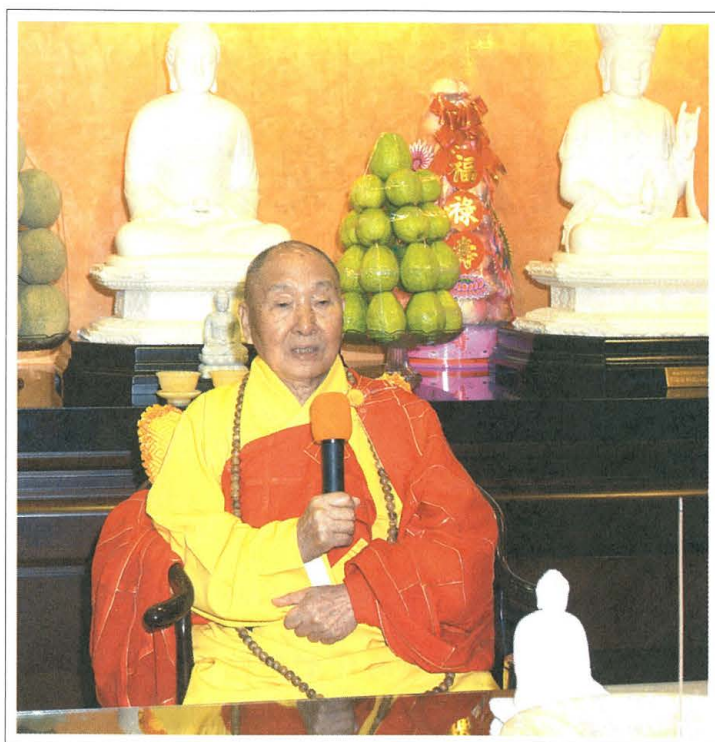
「普度眾生廣積福慧成淨土，善開方便頓悟自心見如來」。位於新店市商圈內的普善精舍，在導師 上惟下覺大和尚弘法度眾的

悲願引領下，十年來，住持法師帶領歷任會長及精舍學員致力推動佛法，淨化人心。自九十四年元月喬遷新址後，法務更加興隆，法緣益臻殊勝。此次落成法會，大眾群策群力籌備、規畫，北區各精舍的學員也來鼎力相助，在短短一週內成就這場莊嚴盛會。

上午九時，恭請本寺住持見燈和尚主持灑淨開光儀式。社會賢達及各精舍護法善信前來參與，壇場內座無虛席，氣氛寂定攝受。開光大典之後，大眾更引領企



恭請本寺住持見燈和尚主持佛像開光儀式。



法會中，導師以「立德、立言、立功」三不朽，開示大眾人生努力的方向。

盼，滿懷欣喜恭迎導師。上惟下覺大和尚開示甘露法語！

大和尚於開示中首先以「立德、立言、立功」三不朽，提示人生努力的方向。所謂立德，即是履行倫理道德；立言，不僅自己能做到，還要將佛法的真理廣為傳播，如同精舍以弘法為目的；立功，為社會大眾服務，腳踏實地而行。大眾出錢出力，廣集福慧以成就精舍，提供現代人禪修靜坐、沉澱心靈的淨土，這就是真正的建功立德。而今普善精舍落成十週年慶，同時也是慶祝大眾長遠以來的發心。從過去二十幾坪的空間，到現在寬廣莊嚴的新址，都是大眾過去的努力成就而來，實屬不易。「發心」、「發願」是修行中最重要的一環，《金剛經》云：「以無

我無人無眾生無壽者，修一切善法，即得阿耨多羅三藐三菩提。」做任何事都要本著正向、光明的角度出發。如佛經所說：「制心一處，無事不辦。」有了正確的方向之後，就要專注一心、積極努力。遇到困境時要能忍耐，一步一腳印，突破障礙，必定可以成功。

廣修菩薩行 願心無窮盡

大和尚指出，參加法會的過程中，身口意三業清淨即具足無量的福報，來到精舍薰修善法，去除煩惱，心境平和愉快，人生才真正有意義、有價值。佛法是人生的真理，歷萬古而常新，聽聞佛法就如

同見到了一線曙光。透過精舍的禪修教育以及對世間種種善法的推動，能讓社會更加祥和安定。「心淨國土淨」，唯有淨化心靈才能達到世界和平。在這個世界中，人與人之間相依相存、息息相關，淨化社會就是淨化自己，人人為我，我為人人。精舍是大眾的功德之家、菩提之家，希望大眾帶動親朋好友前來聽經聞法，廣修自利利他的菩薩行。

在法會功德圓滿之際，恭請大和尚切下象徵六波羅蜜的六層素糕，祝願普善精舍成就弘法功德，也祝福大眾福慧增長，吉祥平安。

自八十五年成立至今，普善精舍走過了十個年頭。從二層樓二十餘坪，到今日的軒敞莊嚴，正代表大眾居士護法護教的善心成就。普施法雨，善化眾生，過去如是、現在如是、未來亦復如是！



普台學子參加 南投縣兒童才藝競賽獲獎報導



文／編輯部

童為什麼是國家未來的主人翁」、「最值得回憶的一件事」及「如何成為品學兼優的模範生」，由小朋友自行擇一參賽。

普台學子參加「2006 南投縣伴我成長兒童才藝競賽」榮獲佳績！

此次才藝競賽於三月五日假草屯鎮僑光國小舉行，競賽內容包括國語演講、英語演講、樂器、寫生……等項目，普台學子在各項競賽中成績斐然！六年級的洪安在鋼琴比賽獲得高年級組第四名。五年級的文禮拿下繪畫比賽高年級組第二名。三年級的傳啓和六年級的翊承在國語演講項目中，雙雙榮獲低、高年級組第二名。英語演講部分，六年級的奕辰獲得高年級組第二名，三年級的思惟，更在低年級組中勇奪冠軍！獲頒前三名獎項的小朋友，將在四月八日代表南投縣進入全國總決賽，爭取更高的榮譽。

此次國語及英語的演講題目為：「兒

普台學子在演講時，不僅台風穩健，展現泱泱風範，最難能可貴的是在演講內容中，充分地融入日常生活中學到的「敬、慈、和、真」精神及感恩的道理。其中，傳啓小朋友更以創辦人「惟覺大和尚平日開示的四個學習階段目標：「會、熟、巧、精」說明學習應具備的態度和自我要求。從比賽中可發現，平日薰修的點點滴滴，已然深植在普台學子的心中。

從接獲比賽通知到正式參賽，短短幾天的準備，便能擁有如此卓越表現，足見普台學子在平時即認真學習，奠定了扎實穩固的基礎。孩子的心猶如生機無限的沃土，細心澆灌，必然有最豐美的收穫。此次比賽的獲獎，即是優良教學成果的具體展現！



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



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.nct.edu.tw

98-04-43-04 郵政劃撥儲金存款單

收款帳號：22497221

金額：金新台幣 (小寫)
元 拾 佰 仟 萬 拾 萬 仟 萬 元

通訊欄 (限與本次存款有關事項)

財團法人南投縣私立普台國民中小學

寄款人

收款戶名

姓名

通訊處

電話

經辦局收款戳

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

◎寄款人請注意背面說明
◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳號戶名

存款金額

電腦紀錄

經辦局收款戳

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、富熱忱。

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	普親精舍	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) 699-2975
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	台北市士林區德行東路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	普閱精舍	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
普檀精舍	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】

天祥寶塔禪寺啓建

清明

超薦暨消災祈福大法會

本寺秉持佛法慈悲濟世之精神，發揚忠孝倫理，淨化人心。謹訂於民國九十五年四月一日、二日兩天，於天祥寶塔禪寺啓建清明超薦暨消災祈福大法會，法會期間將恭誦地藏經，並舉行佛前大供、供僧、消災、超薦、普桌及大蒙山施食等法事。敬邀大眾闔府蒞臨，聞法共修，同霑法悅。

地址／
台北縣萬里鄉雙興村二坪6號之2
電話／
(02)2492-9114
傳真／
(02)2492-9132
交通／
當日上午08:00開始
於萬里時鐘處接送

法會程序表

四月一日 (週六)

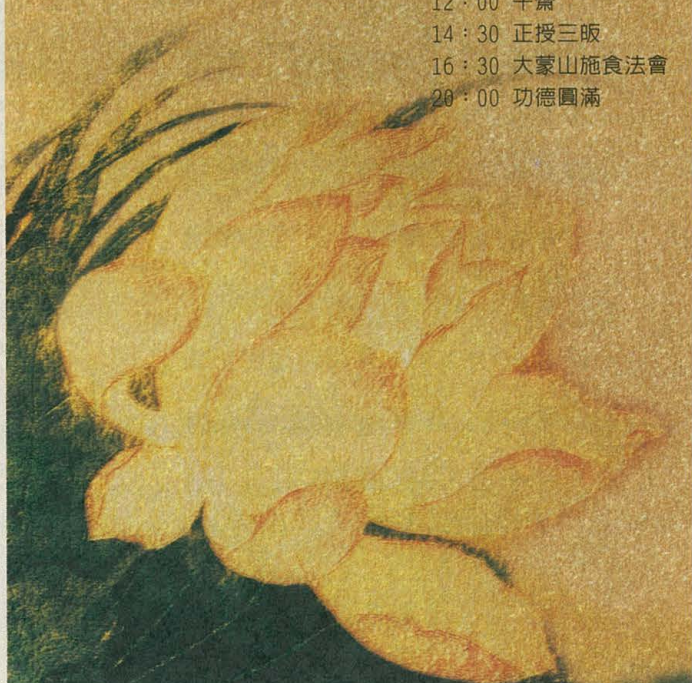
08:30 開壇灑淨
地藏經
10:30 供燈大典
佛前大供

12:00 午齋
14:00 地藏經
17:30 晚課
18:00 騎牛歸家

四月二日 (週日)

08:30 地藏經
10:30 供燈大典
10:50 佛前大供
恭請主法和尚
開示法要

12:00 午齋
14:30 正授三皈
16:30 大蒙山施食法會
20:00 功德圓滿





南投縣私立普台國民中小學

Pu Tai Elementary and Junior High School



九十五學年度國小部暨國中部招生

普台國民中小學秉持創辦人 上惟下覺大和尚所指導之「校政旨綱——長程教育、永續經營、教學成果、走向國際」為辦學理念，以「對上以敬、對下以慈、對人以和、對事以真」為校訓，開創全人教育新願景。自九十三年創校開學以來，教學成果深受各界肯定。即日起，招收九十五學年度國小一至六年級及國中一年級學生，歡迎及早登記報名。



招生說明會場次

- | | | | |
|-----|----------------------|-------------|-----------------|
| 台北區 | 4/14 (五) 晚上7:00~9:00 | 成淵高中音樂廳 | 台北市大同區承德路二段235號 |
| 台南區 | 4/16 (日) 下午2:00~4:00 | 勞工育樂中心大會議廳 | 台南市702南門路261號 |
| 高屏區 | 4/16 (日) 晚上7:00~9:00 | 高雄市立圖書館中興堂 | 高雄市前金區民生二路80號 |
| 桃竹苗 | 4/22 (六) 下午2:00~4:00 | 新竹市政府大禮堂 | 新竹市中正路120號 |
| 台中區 | 4/23 (日) 下午1:00~3:00 | 普台國民中小學藝術大廳 | 南投縣埔里鎮中台路3號 |

相關訊息請參閱普台國民中小學網站

洽詢電話：(049) 2930-199轉國中部123 國小部212

普台網址：<http://www.putai.ntct.edu.tw>

校址：南投縣埔里鎮中台路3號

中台植物之山刺番荔枝

Impressions of C



【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。



肥沃的土、甘美的水；埔里的天然資源，在顆顆飽滿鮮綠的果實和瓣瓣黃澄的果肉中，醞釀一季酸中帶甜的清香。

以悲願為壤、善慧為水，大善知識的正見導引，培植菩提心苗日漸發萌，在未嘗間歇的耕耘照護下，結成道果累累，圓滿芬芳。

學名：Annona montana Macf. ■

英文名稱：mountain sour sop

別稱：巴西番荔枝、日本釋迦、阿那那、羅李記果。

性狀：番荔枝科，常綠性喬木

辨認特徵：

1. 葉互生，長橢圓形或倒長卵形、先端突尖，全緣，葉面濃綠，油亮光滑。
2. 花期4-10月，單一腋生，花被厚肉質，花梗略向下彎垂，萼三片，表面黃綠色，花瓣6片，橙黃色。
3. 聚合果卵圓形或扁球形，表面密布刺狀突起。未熟果綠色，有黃色條紋，熟果外皮黃綠色，果肉漿質橙黃，內含黃褐色種子，熟果味道芬芳，可食用。

原產：西印度群島、熱帶美洲、台灣南部零星栽培。

用途：庭園觀賞、鮮食、砧木、行道樹。

米徑：51cm



台北郵局許可證
台北字第1480號

國內
郵資已付



雜誌類