

中台山

釋惟覺 題

「中台廣傳」

實踐成佛之道

中台禪寺印度·尼泊爾聖地參訪報導

「正法眼藏」《六祖壇經》機緣品·懷讓禪師

「佛典故事」佛為王說世間四種人喻

「佛教藝術」千佛造像碑

「普台教育」普台高中外語成果交流



中台禪寺

印度・尼泊爾聖地參訪

藉由聖地參訪行程，
大眾身體力行佛陀出生、成道、轉法輪、
入涅槃的行願軌跡，從而堅固信心，
一步一腳印實踐成佛之道，步步踏實。



中台四箴行

對上以敬
對下以慈
對人以和
對事以真

釋惟覺
題書



中台禪寺開山方丈 上惟下覺大和尚德相

目錄



04

【中台廣傳】

實踐成佛之道——
中台禪寺印度・尼泊爾聖地參訪報導

編輯部

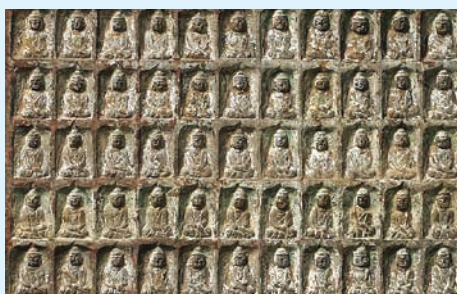


30

【正法眼藏】

《六祖壇經》機緣品・懷讓禪師

上惟下覺大和尚開示



43

【佛教藝術】

千佛造像碑

見迅法師



46

【普台教育】

普台高中外語成果交流

編輯部

- | | | | |
|----|----------|-----------------|--------|
| 40 | 【佛典故事】 | 佛爲王說世間四種人喻 | 編輯部 |
| 50 | 【紅塵清泉】 | 普糧精舍梁皇寶懺法會 | 普糧精舍提供 |
| 52 | 【紅塵清泉】 | 菲律賓海天禪寺十週年慶感恩法會 | 海天禪寺提供 |
| 54 | 【紅塵清泉】 | 普榮精舍蔬食饗宴健康講座 | 普榮精舍提供 |
| 56 | 【精舍活動預告】 | 精舍課程及活動快訊 | 編輯部 |

編輯手札

本寺僧眾在導師 上惟下覺大和尚的指導下，組織「實踐成佛之道——中台禪寺印度・尼泊爾聖地參訪團」，自本年度起分梯陸續前往印度，朝禮佛陀十大聖地——誕生處藍毘尼、出家處迦毘羅衛、初轉法輪之鹿野苑、成道處菩提伽耶、經常行化之王舍城及舍衛城、古印度佛教最高學府那爛陀大學、宣告入涅槃處毘舍離、升天爲母說法降還人間處僧伽施、入滅處拘尸那羅等地。在佛陀的故鄉，追隨覺者的跢音，體會佛陀化世的行願，也更加堅固信心，在自度度人的菩提大道上精進不退。

堅實的外語基礎，是站上世界舞台的關鍵能力之一。普台學子高中二十五位學子，於十月二十八日與國小學弟妹們分享「高飛吧！普台之星」外語成果表演，以及學習外語的心得與祕訣。其所學不僅依創辦人 上惟下覺大和尚所指導的「會熟巧精」而在各級外語檢定中表現突出，更走向世界，參與各項國際交流活動，讓青春歲月增添豐富色彩，迎向更遼闊的天空。



實踐成佛之道——

中台禪寺印度・尼泊爾 聖地參訪報導

文／編輯部

為親炙佛陀遺澤，步佛足跡，學佛行願，本寺僧眾在導師^{上惟下覺}大和尚的指導下，本著知恩、感恩、報恩之心，組織「實踐成佛之道——中台禪寺印度・尼泊爾聖地參訪團」，以至誠深心朝禮佛教創始發源——印度、尼泊爾佛教聖地。

九月分，工作團隊先行前往印度、尼泊爾，了解預定朝禮聖地之交通、食宿等相關事宜，為後續各團安排妥善的行程規畫。首發團先展開聖地參訪，之後本寺僧眾將分梯陸續前往朝禮佛陀自出生至涅槃的十大聖地，追隨佛陀的腳步，步步躬行實踐成佛之道。

迦毘羅衛



舍衛城



僧伽施



德里



中國

尼泊爾

不丹

印度

孟加拉

藍毘尼



拘尸那羅



毘舍離



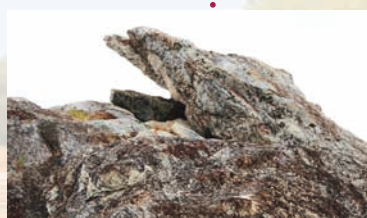
鹿野苑



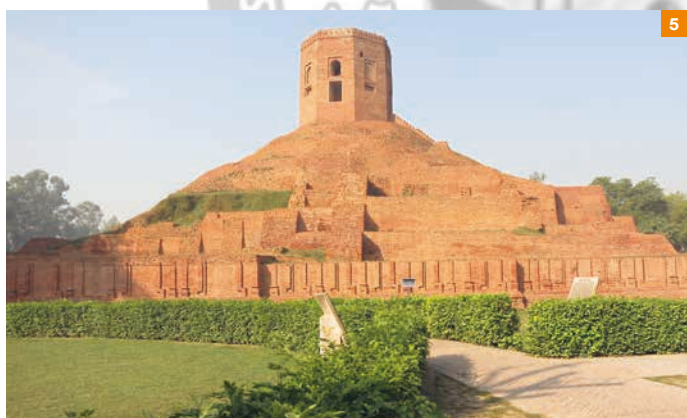
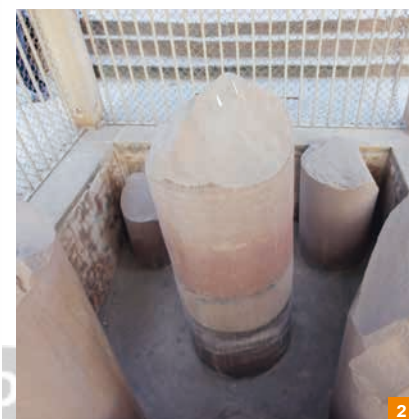
那爛陀



菩提伽耶



王舍城



1. 一行於達美克塔至誠念佛繞塔。
2. 阿育王樹立了四獅柱頭石柱，紀念與標誌佛陀初轉聖法之地，石柱底部仍在原址。
3. 摩犍陀俱提僧院遺跡據稱是佛陀與五比丘第一次夏安居處。
4. 阿育王造八萬四千塔供奉佛陀舍利，法王塔為其中之一。
5. 五比丘迎佛塔頂端的八角塔，為蒙兀兒王朝所建。
6. 清晨時分，瓦拉納西的恆河畔已開始舉行火葬。

鹿野苑——佛初轉法輪處

參訪團一行自桃園國際機場搭機前往印度。抵達新德里國際機場後，搭機前往北方邦（Uttar Pradesh）的瓦拉納西市（Varanasi），展開朝聖行程的首站——鹿野苑（Sarnath）遺址公園。

鹿野苑是古代印度十六國之迦尸國的林園，現位於瓦拉納西市北方約十公里處。釋迦牟尼佛成道後在此第一次說法，對憍陳如等五人開演四諦法門，稱為「初轉法輪」。為了紀念與標誌佛陀初轉聖法之地，西元前三世紀阿育王在此樹立了一根四獅柱頭石柱，高度原為十五公尺，如今已斷為五截，底部仍在原址。刻有四面獅像的柱頭，現被作為印度國徽的圖案，



保存在鹿野苑博物館中。一行參觀鹿野苑博物館時，見到此四獅柱頭，並瞻禮法王塔出土的笈多王朝（320-550）所造佛初轉法輪相。

鹿野苑遺址極廣，摩犍陀俱提僧院遺跡據稱是佛陀與

五比丘第一次夏安居處。座落於此的法王塔，是阿育王為紀念佛陀初轉法輪地而建立；佛陀入滅後，八國分得佛舍利，阿育王統一全印度，取其中七分建造八萬四千塔，此塔確為其中之一。園區中最醒目的達美克塔為覆鉢型佛塔，建於西元五世紀的笈多王朝，其上仍可見精細的浮雕圖案。

距離鹿野苑遺址公園西南方一公里處有五比丘迎佛塔，為五比丘迎佛處。相傳憍陳如於法王塔處聽聞佛陀開示，即證阿羅漢果，其餘四人於達美克塔處再聞四諦法門而證道果。五人證得阿羅漢果，成為佛陀第一批出家弟子，佛、法、僧三寶於此齊備於世。

清晨五時，參訪印度人心中的聖河——恆河。恆河，意為「由天堂而來」。對印度教徒而言，一生必須至少一次至瓦

拉納西的恆河畔沐浴、淨身，而往生後若能在恆河畔舉行火葬並將骨灰灑入河中，靈魂就可解脫並得以輪迴轉世。因此，每年都有數百萬計的印度教徒，聚集在瓦拉納西恆河畔沐浴、淨身，進行祝禱儀式。

佛陀弘法的足跡遍及恆河中游兩岸的國土。佛經中常用恆河沙譬喻廣大無邊之意，如《妙法蓮華經》：「佛有大威德，名聞滿十方。壽命無有量，以愍眾生故，正法倍壽命，像法復倍是。如恆河沙等無數諸眾生，於此佛法中，種佛道因緣。」在《楞嚴經》中，佛陀曾以看恆河的心，為波斯匿王開示生命不因死亡而斷滅，見聞覺知的這念心始終是「不生不滅、真實、永恆不變」，這才是真正的自己。

參訪團一行搭船跨越恆河至對岸，六時許，旭日東昇，光芒照耀大地。三千多年前佛陀成道後，至鄰近瓦拉納西的鹿野苑初轉法輪，以佛法的光明使有情眾生遠離癡闇。佛法的巨輪從鹿野苑開始轉動，橫跨恆河流域；代代相承的僧伽更將佛法廣傳到世界各地，化導群倫，開示悟入佛之知見，期令眾生皆能遠離眾苦，悟入清淨自性。





菩提伽耶——佛成道處

悉達多太子爲了追求離苦得樂的真理，放棄世間一切出家修行。六年苦行後，於畢鉢羅樹下之金剛座結跏趺坐，證悟四諦、十二因緣，最後夜睹明星成就無上正等正覺。菩提伽耶（Bodhi Gaya）即爲佛陀成道之地，位於古印度摩揭陀國尼連禪河邊。

參訪團一行抵達印度比哈爾邦（Bihar）伽耶市（Gaya），參訪菩提伽耶的摩訶菩提大塔。此塔乃阿育王爲紀念

釋迦牟尼佛成道所創建；於西元四世紀，再經笈多王朝國王與錫蘭（斯里蘭卡）國王重修和擴建；十二、十三世紀，回教徒入侵印度時被毀壞殆盡；十四世紀，緬甸國王在阿育王所建的塔寺遺址上重建，不久卻被洪水帶來的泥沙淹沒；直至十九世紀才挖掘發現此塔，在緬甸佛教徒及孟加拉政府的協助下修復完成。現塔高約五十二公尺，外觀九層，雄偉壯觀。

佛陀於畢鉢羅樹下的金剛座成等正覺，因此，畢鉢羅樹又稱爲菩提樹，即「覺樹」之意。阿育王令其女至斯里蘭卡弘法時，帶了菩提伽耶菩提樹之枝樞植於當地。佛陀時代的菩提樹已枯萎，今所見位於大塔西方的菩提樹，爲一八七〇年自斯



1. 摩訶菩提大塔高約五十二公尺，外觀九層，雄偉壯觀。
2. 大塔一樓殿堂供奉佛陀降魔像，相傳為彌勒菩薩親自塑造。
3. 參訪團於金剛座旁攝心靜坐。
4. 金剛座的方形石板，據說為阿育王所設置，用以標誌當年佛陀靜坐成道之處。
5. 佛陀成道後第三週，往來經行時雙足落地處便有蓮花湧現，後人以蓮花石雕標誌。
6. 大塔旁供奉的佛陀足印石。
7. 佛陀成道後第四週於此靜坐思惟甚深法義，身放五色光芒，此即佛教五色旗的由來。
8. 佛成道後第六週於目支鄰陀池靜坐，遇狂風暴雨，池中龍王以自身為佛擋風避雨。



里蘭卡移植而來。

菩提樹下金剛座的方形石板，據說為阿育王所設置，用以標誌當年佛陀禪坐之處。佛經記載，金剛座為金剛寶所成，佛成道時，大地種種震動，唯此金剛座方能承受。據載，賢劫千佛皆坐於此入金剛喻定，為諸佛證道所在，故稱「金剛道場」。

大塔一樓殿堂供奉佛陀降魔像，相傳為彌勒菩薩親自塑造的釋迦牟尼佛聖像。一行禮拜供養佛陀聖像，並繞摩訶菩提大塔三匝，於金剛座前唱誦《心經》後，攝心靜坐。

下午參觀菩提伽耶博物館，館內展出圍繞大塔的石欄楯真品，石欄上的波羅米文（Brahmi）證明此為異加王朝（185-75 BCE）所建造。之後，參訪摩訶菩提大塔旁的不丹寺與日本寺，並朝禮「七週聖地」。依巴利文經典記載，釋迦牟尼佛證得阿耨多羅三藐三菩提後，分別在七個地

點，各花七天禪坐和經行，經四十九日才動身前往鹿野苑度化五比丘。七個聖地位於大塔週邊，大眾一一參禮。

釋迦牟尼佛在菩提樹下，夜睹明星，廓然澄清，徹悟實相，歎言：「奇哉！奇哉！一切眾生皆具如來智慧德相，但以妄想執著而不證得。」揭糞一切眾生皆有佛性、一切眾生終將成佛之理。成道後步行三百公里至鹿野苑說法度憍陳如等五人，再至尼連禪河畔度化拜火迦葉三兄弟，三人帶領千位徒眾隨佛出家修行，不久，千餘位比丘皆漏盡煩惱，證阿羅漢果。





前正覺山・蘇迦塔村

隔日，一行抵達前正覺山。悉達多太子出家後，先在苦行林修苦行，日食一麻一麥，歷經六年仍無法成道，乃知苦行並非通往覺悟的正道，於是入尼連禪河沐浴，接受牧羊女蘇迦塔供養乳糜後，前往鉢羅笈菩提山。因此山為佛成正覺前所登，名為「前正覺山」。

依唐玄奘大師著《大唐西域記》記載：「如來勤求六歲，未成正覺，後捨苦行，示受乳糜，行自東北，遊目此山，有懷幽寂，欲證正覺。自東北岡登以至頂，地既震動，山又傾搖。山神惶懼，告菩薩曰：『此山者，非成正覺之福地也。若止於此，入金剛定，地當震陷，山亦傾覆。』菩薩下自西南，山半崖中，背巖面澗，有大石室，菩薩即之，跏趺坐焉，地又震動，山復傾搖。時淨居天空中唱曰：『此非如來成正覺處。自此西南十四五里，去苦行處不遠，有畢鉢羅樹，下有金剛座，去來諸



- 1-2. 前正覺山「留影窟」內供奉苦行釋迦佛像。
3. 蘇迦塔紀念塔標示蘇迦塔住處。
4. 蘇迦塔廟相傳為蘇迦塔供養佛陀乳糜處。

佛咸於此座而成正覺，願當就彼。』菩薩方起，室中龍曰：『斯室清勝，可以證聖，唯願慈悲，勿有遺棄。』菩薩既知非取證所，為遂龍意，留影而去。」此大石室，人稱「留影窟」、「龍洞」。

歷經四十分鐘路程，參訪團於「留影窟」內以花供養苦行釋迦牟尼佛像。

之後，參訪蘇迦塔村。一行參觀蘇迦塔紀念塔，接著前往緬甸人所建之蘇迦塔廟，相傳此為蘇迦塔供養佛陀乳糜處。原在蘇迦塔村有一阿育王石柱，為阿育王感念蘇迦塔供佛乳糜所建，在十九世紀摩訶菩提大塔重新修復時移至塔區。



王舍城—— 聲聞分別佛爲化度處

比哈爾邦首府巴特那市（Patna）東南方之拉查基爾，爲佛世時之王舍城（Rajgir），原意爲王之居所，爲古代印度大國摩揭陀國頻婆娑羅王、阿闍世王等在位時之都城。是佛陀在印度東方說法的重鎮，與西方的舍衛城並列東、西說法二大中心。

頻婆娑羅王大力護持佛陀，在王舍城建立了竹林精舍，並啓請佛及千餘位出家弟子於其處安居，竹林精舍乃成爲佛教史上最早供養僧團安居淨住的僧院。此外，佛陀早期的徒眾，如舍利弗尊者、目連尊者、迦葉尊者等，均於王舍城內皈依。此地也是佛陀晚年慈悲度化提婆達多及其伴黨，令其臨終悔悟之處。

城東北側有一小山名耆闍崛山，意譯爲靈鷲山，爲著名的佛陀說法之地，諸大乘經典多在此山中開示，如《妙法蓮華

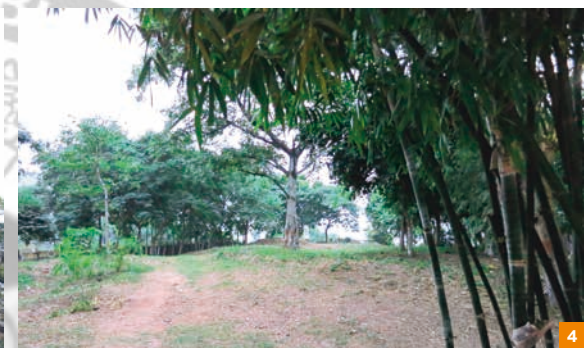
經》、《大品般若經》、《心經》等。頻婆娑羅王爲聽佛陀說法，特地派人興工修道編階，自山麓直至山頂。山頂有一佛陀昔日之說法台，今僅存紅磚牆基。一行抵達靈鷲山，途經阿難尊者、舍利弗尊者、迦葉尊者與目連尊者靜坐石窟，之後於說法台誦經及靜坐。

靈鷲山，即昔日靈山會上，世尊將「正法眼藏，涅槃妙心，實相無相，微妙法門」付囑迦葉尊者之處。如是燈燈相傳，續佛慧命。如今，「中台拈花，眾生微笑」，在導師的悲願帶領下，靈山法會，儼然未散，傳續佛佛道同的知見，以知見爲燈，引領眾生照破亙古塵封的無明，期使人人皆能明心見性，見性成佛。



- 1-2. 靈鷲山為著名的佛陀說法之地。一說以山頂形狀類於鷲鳥，另說因山頂棲有衆多鷲鳥，故稱之。現山頂有佛昔日之說法台。
3. 一行於說法台靜坐，返照自性靈山。





那爛陀大學—— 古印度佛教最高學府

那爛陀大學（Nalanda），又稱那爛陀寺，在古王舍城北約十一公里處。五世紀初，笈多王朝之帝日王為北印度曷羅社槃社比丘建立此寺，歷代屢加擴建，遂成為古印度規模宏大之佛教寺院及佛教最高學府。玄奘大師謂此地原為菴沒羅園，佛陀曾於此說法三月，也是舍利弗尊者的出生地。

五至十二世紀，那爛陀寺都是印度佛教重要的教學及研究中心之一。寺院面積廣達百公頃，據載曾有多達九百萬卷的藏書，在極盛時期，佛教僧眾、學者雲集，主客常達萬人。當時，不僅印度的著名僧

眾在此修行講學，亦有中國、朝鮮、日本等國僧眾不遠萬里負笈前來。玄奘大師和義淨大師都曾在此學習多年。

十二世紀末，該寺被入侵的回教徒毀壞，寺內的建築及藏書全數被破壞、焚毀，後來寺院被大水帶來的泥沙覆蓋。一八六一年發現了這片遺址，目前出土面積僅十五公頃。現已出土的建築遺址有十五處，分為僧院區和教學區，為五世紀到十世紀的建築物，多以紅磚建成，大部分只餘基垣和牆壁，但綿延百里、錯落起伏的教室、僧房、塔寺遺跡仍十分壯觀，且設有精密的排水系統。參訪團一行並參觀了玄奘大師的寮房與專屬佛堂。

遺址西南端三號建築中，有一座舍利弗尊者塔。由於舍利弗尊者出生及入滅都在此處，阿育王建造此紀念塔，又經後人



2

1. 那爛陀大學廣達百公頃，極盛時期，佛教僧眾、學者雲集，主客常達萬人。
2. 此地為舍利弗尊者出生及入滅處，故建有壯觀的舍利弗尊者塔。
3. 七葉窟為佛教史上首次經典結集處。
4. 頻婆娑羅王大力護持佛陀，在王舍城為佛建立了竹林精舍，今日園中竹林為近年所種植。
5. 頻婆娑羅王被幽禁的牢房遺址，可遠眺靈鷲山說法台。
6. 神醫耆婆奉獻的耆婆芒果園精舍，目前只剩建築物的基座。



5



6

為佛陀說法之處。佛滅後，迦葉尊者召集五百羅漢至王舍城結夏安居，並在此處結集經、律、論三藏，進行佛教史上第一次經典結集。參訪團一行前往七葉窟，途經畢波羅石室，相傳迦葉尊者曾於此窟生病，聞佛說七覺支法而癒。抵達七葉窟後，團員們於洞窟前誦《心經》，感念諸大羅漢結集經典之恩，使佛陀教法得以流傳至今，澤被後世。

不斷地進行增建，而有現今的壯觀規模。

在那爛陀遺址附近，還有那爛陀博物館及中印兩國合建的玄奘紀念堂。千餘年前，為了眾生的法身慧命，玄奘大師及無數祖師大德風塵僕僕跋涉千里遠至印度，途中歷經種種艱辛，只為將經典帶回東土，翻譯弘傳。緬懷祖師大德為法忘軀的精神，參訪此地，大眾亦自我期許深入經藏，智慧如海，求法不懈，弘法不倦。

七葉窟——首次經典結集處

王舍城內有許多初期佛教的遺跡，如：耆婆奉獻的耆婆芒果園精舍，目前只剩建築物的基座。傳說中頻婆娑羅王被幽禁的牢房遺址，座落在王舍城南門內，從此牢房遺跡可遠眺靈鷲山。

王舍城附近毘婆羅山側的七葉窟，原

居，並在此處結集經、律、論三藏，進行佛教史上第一次經典結集。參訪團一行前往七葉窟，途經畢波羅石室，相傳迦葉尊者曾於此窟生病，聞佛說七覺支法而癒。抵達七葉窟後，團員們於洞窟前誦《心經》，感念諸大羅漢結集經典之恩，使佛陀教法得以流傳至今，澤被後世。

隨後，參訪竹林精舍。佛世時，迦蘭陀長者施竹園，頻婆娑羅王於竹園上建精舍，供養僧伽、護持佛教，是以竹林精舍又名迦蘭陀竹園，為佛教僧團的第一座精舍，佛陀曾於此安居七次。今日的竹林精舍，中有一方形湖泊，為印度政府據《大唐西域記》所載「迦藍陀池」而重新開鑿，園中的竹林為近年所種植。



毘舍離——靈塔思念壽量處

位於今巴特那市北邊的毘舍離（Vaishali），曾是古代印度跋耆國首都，佛經中亦稱廣嚴城。其城繁榮，佛陀屢次至此遊化說法，開示《維摩詰所說經》、《藥師經》等經。著名的維摩詰居士就居住在此。此地也是佛陀允許女眾出家、比丘尼僧團成立之處。

世尊入滅前幾個月，從王舍城展開最後的行腳，渡過恆河來到毘舍離，在此處淨住多日，這裡也是佛陀最後一次正式集

合僧眾公開說法之處。佛陀於此城最後一次結夏安居，並宣告三個月後將入涅槃。佛滅後百年，阿難尊者的弟子於此地聚集七百賢聖，舉行第二次佛典結集。

在印度為數不少的阿育王石柱中，毘舍離仍完美無缺地保存了完整的獅柱，乃阿育王為了標示佛陀最後一次正式開示說法地而立。阿育王石柱附近有一座長方形水池，名為獼猴池，據推測當初是為了供僧團飲用、洗浴而挖掘，佛經中獼猴獻蜜的事蹟，即發生於此。

阿難舍利塔緊鄰著阿育王石柱，是一座紅磚砌造的覆鉢式佛塔，據說是阿育王所造。毘舍離人曾為迎請即將入滅的阿難尊者，而與摩揭陀國產生糾紛。阿難尊者



2

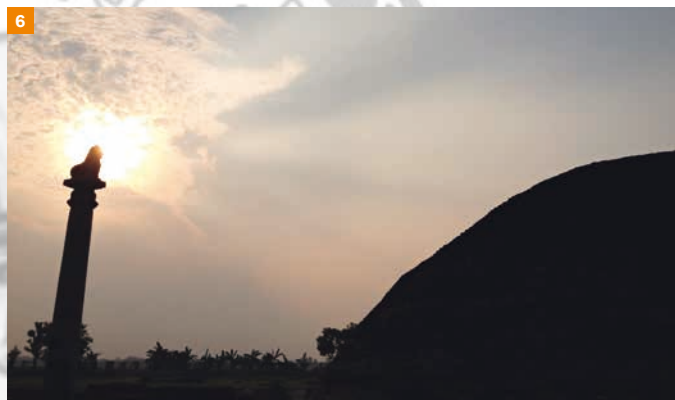


5

乃升於恆河上空入火光三昧，舍利飛落兩岸，遂止息兩國之爭鬥。兩國軍隊都悲傷嚎哭，各自帶著所分得的舍利，回國建塔供養。阿難舍利塔便是其中之一。

在獼猴池南方，有一片廣闊的僧院遺址，據考證是當時的離車王族為佛建造之大林重閣講堂，目前僅挖掘出一小部分，此即經典中的「毘舍離獼猴池（江）側重閣講堂」，是佛陀經常開示和淨住之處。重閣講堂旁有比丘尼僧院遺址。

佛陀舍利塔原為一座覆鉢式佛塔，是



6

1. 獼猴池畔，阿育王石柱完美無缺地矗立在阿難舍利塔旁。
2. 女眾法師於比丘尼僧院遺址合影。
3. 重閣講堂僧院遺址位於獼猴池南方。
4. 佛陀舍利塔旁的水井，為阿育王建造，內有波羅米文字。
5. 佛陀舍利塔為離車族於佛滅後安奉分得八分舍利之一所建，今僅有基座殘存。
6. 阿育王石柱柱頭獅身面向佛陀入滅的拘尸那羅。
7. 佛陀舍利塔不遠處有一水池，為古時離車族統治者舉行加冕典禮之地。



7



1

拘尸那羅—— 佛入涅槃處

距離巴特那市一百公里處有一座給薩里亞佛塔（Kesariya Stupa）。世尊於毘舍離宣布將入涅槃後，動身前往末羅國。離車族人依依不捨地送佛至跋耆國邊界，佛贈與鉢，離車族人便為此鉢起塔供養。原塔經之後的王朝數次擴建，現今規模宏偉。參訪團於此供花，彷彿也體會到離車族人的感傷。

末羅國的拘尸那羅（Kushinagar），現位於印度北方邦克什那加爾縣（Kushinagar）的凱西亞村（Kasia）。一行來到鐵匠純陀供養佛陀處。佛陀接受純陀的供養，食後嚴重下痢，隨後前往娑羅樹林欲入涅槃，最後度一百二十歲的須跋陀羅，為佛住世時最後一位弟子。



2

1. 給薩里亞佛塔前合影。
2. 大涅槃寺塔前方種植娑羅雙樹。
3. 純陀供養佛陀處。
4. 瑪塔庫佛殿為紀念佛入滅前最後一次說法所建。





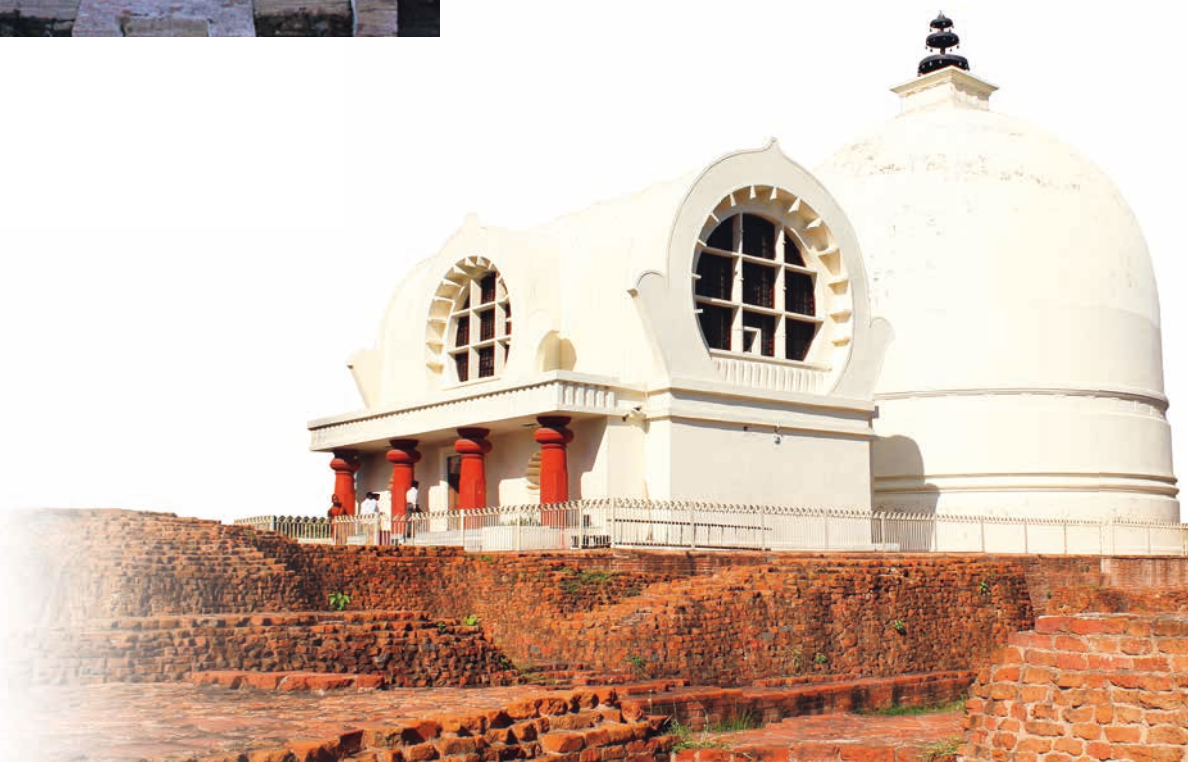
3



4

參訪團抵達佛陀大般涅槃遺址區，進入園區即見笈多王朝所建僧院遺址。大涅槃寺前有數十年前栽植的娑羅雙樹，寺中供奉著五世紀雕刻的佛陀涅槃像，長 6.1 公尺，大眾於此供花、繞佛及誦經。大涅槃寺後方之大涅槃塔，是一座重建的白色覆鉢式佛塔，標示著佛陀在此入滅之史蹟。《大唐西域記》記載，佛陀在此地入涅槃後，阿育王於此建塔紀念，爾後曾有過多次修復，現今所見為緬甸佛教徒重新修建。

接著前往佛荼毘處——安迦羅塔，繞塔三匝後參觀八分舍利紀念塔，此塔相傳為阿育王為紀念佛入滅後八國國王分佛舍利所建之八個小塔。最後前往瑪塔庫佛殿，佛入滅前於此說《大般涅槃經》，經中世尊最後教囑：「諸善男子！自修其心，慎莫放逸！」提醒佛弟子們當勤精進，以戒為師，依四念處嚴心而住。





1



4



5

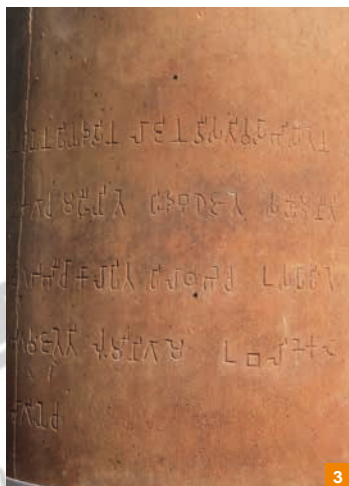


6

藍毘尼——佛誕生處

悉達多太子誕生處——藍毘尼（Lumbini），位於尼泊爾境內。藍毘尼乃善覺王（摩耶夫人之父）為其夫人藍毘尼建造的花園。迦毘羅衛國淨飯王夫人摩耶產期將臨，按當地習俗回娘家分娩，途經藍毘尼園時見一無憂樹，摩耶夫人舉右手攀取樹枝，悉達多太子即從夫人右脅出生，諸天、世間悉皆放大光明。

藍毘尼意為「花果等妙勝事具足」，園中繁花盛開，池水澄淨。一棟白色建築物為佛陀誕生紀念館，館內有一塊石板



陸續建造的。

阿育王石柱在佛陀誕生紀念館西側，是阿育王參拜藍毘尼時所立馬頭石柱，其上銘刻敕文，標示佛陀在此降生。該柱現高7.2公尺，波羅米文字仍清晰可見，但柱頭上的馬像已遺失。

阿育王石柱南側為著名的聖水池「帕斯卡尼

(Marker Stone)，相傳為佛陀誕生的準確地點。此外，尚有一塊著名浮雕，其上刻有摩耶夫人輕撫無憂樹枝，悉達多太子降生之景象，此浮雕現今已磨損，不易辨識。參訪團一行於此唱誦〈讚佛偈〉，並沿館內遺跡繞行三匝。

紀念館前方有小塔七座，佛陀降生人間時宣稱：「天上天下，唯我獨尊；三界皆苦，吾當安之。」並行走七步，步步生蓮，七座小塔即為紀念此事蹟而建。廣場草地上，羅列著一整片紅磚建造的僧院基石，應為西元前三世紀至西元七世紀間

(Puskarni)」，為傳說中摩耶夫人沐浴淨身的聖池。目前所見聖池為一九三一年重建，聖水池旁有一棵百年菩提樹。參訪團一行於菩提樹下靜坐，返照本源自性天真佛。



1. 佛陀誕生紀念館前方有小塔七座，標誌佛陀降生人間時行走七步，步步生蓮的事蹟。
- 2-3. 阿育王石柱上的波羅米文字仍清晰可見。
4. 園區入口設有五戒石碑。
5. 草地上，羅列著一整片紅磚建造的僧院基石。
6. 廣場入口栽植娑羅樹與無憂樹。
7. 紀念館旁為帕斯卡尼聖水池。





迦毘羅衛——佛出家處

迦毘羅衛城（Kapilavastu），為古代釋迦族的國都，也是釋迦牟尼佛的故鄉。佛陀成道前，在此出生、成長、學習、納妃生子，也在這裡感悟世間無常、眾生皆苦而發心出家。

傳說釋迦族是日族英雄喬達摩（又譯瞿曇）的後裔，因此以「喬達摩」為族姓，為刹帝利種姓。佛陀時代正值釋迦族強盛時期，該族分居十城，組成了一個民主的部落式共和國，佛陀的故鄉迦毘羅衛城為其中最大城，因此以迦毘羅衛為國名，國王即佛陀的父親——淨飯王。摩訶男執政時，迦毘羅衛國被憍薩羅國琉璃王消滅。

關於古迦毘羅衛城的地點，一說在今尼泊爾南部的提羅拉科特（Tilaurakot），另一說在今印度北方邦北部的畢波羅瓦（Piprawa），鄰近藍毘尼。參訪團先抵達尼泊爾境內的古迦毘羅衛城，參觀西門遺址後，前往東門遺址。相傳悉達多太子

1. 考古學家於印度畢波羅瓦佛塔中，挖掘出釋迦族所分得的佛陀舍利。
2. 尼泊爾的迦毘羅衛城西門遺址。
3. 大出離門——東門遺址。
4. 畢波羅瓦佛塔旁的僧院遺址。
5. 印度境內的迦毘羅衛城皇宮遺址。



舍利的滑石容器，容器上並有波羅米文標示：「這是釋迦族佛陀世尊的舍利容器」，在當時的考古界造成轟動。其後，於佛塔旁的僧院遺址中發現四十多枚赤陶製的印章和鉢蓋，其中一枚印章上刻有波羅米文：「大迦毘羅衛的比丘僧伽（所有）」。鉢蓋上也刻有迦毘羅衛的字樣。參訪團一行於佛陀舍利塔遺址誦經、繞塔，接著前往參觀迦毘羅衛城皇宮遺址。

即從此門乘白馬踰城，出家修行，故稱東門為「大出離門」。

之後返抵印度境內，參觀印度迦毘羅衛城遺址（畢波羅瓦）的塔寺遺跡，此處為釋迦族在佛陀入滅火化後，建塔供奉所分得的遺骨舍利之處。一九八八年，法國考古學家佩普（W. C. Peppe）於此處一座已崩毀的佛塔中挖掘出裝有

佛為尋求令眾生離苦得樂的真理而捨親出家，大眾親見迦毘羅衛城遺址，提醒自己不忘初心，祈願生生世世身披如來衣，廣行菩薩道。



5





1

1. 參訪團於祇樹給孤獨園中毘陀俱提精舍恭誦《金剛經》。
2. 拘賞波俱提精舍南方的阿難菩提樹。
3. 拘賞波俱提精舍又稱三號寺院（Temple 3），佛陀曾於此居住。
4. 大神蹟紀念塔為紀念佛於此生初利天為母說法所興建。
5. 祇園精舍北側建有給孤獨長者紀念塔。
6. 鴛掘摩羅紀念塔相傳為鴛掘摩羅尊者最後入滅處。
7. 祇園精舍內的 H 塔為佛常對四眾弟子說法處。



5



6

舍衛城——佛現大神通處

舍衛城（Sravasti），為古代印度恆河中游北岸憍薩羅國都城，佛陀在世時，波斯匿王統治此國，是佛教史上著名的祇園精舍所在地，佛陀在此常住、說法長達二十多年，並曾在此開示《金剛經》、《楞嚴經》、《無常經》、《佛說阿彌陀經》

等經典。佛曾於此城為降伏外道六師而現大神通，因而此地亦稱「佛現大神通處」。

古代的舍衛城，在今印度北方邦北部斯拉瓦斯提（Sravasti），首府勒克瑙（Lucknow）西方一百六十公里處。塞赫特馬赫特（Sahet-mahet）的雙子村遺址（Twin Ruins）被認定是佛世時的祇樹給孤獨園，裡面遺留許多佛塔、寺院及僧院，其中最著名的有毘陀俱提精舍及拘賞波俱提精舍，皆是佛陀曾居住之精舍。

祇園中央為毘陀俱提精舍，又稱二號寺院（Temple 2），是專指世尊所居住的房舍，一般又稱為「香室」，也稱為「佛殿」，是給孤獨長者為佛所建。一般認為這裡是佛陀至此最早說法淨居之所。參訪



團一行在此供花，並虔誦《金剛經》：「如是我聞，一時佛在舍衛國祇樹給孤獨園，與大比丘眾，千二百五十人俱，爾時世尊食時，著衣持鉢，入舍衛大城乞食，於其城中，次第乞已，還至本處，飯食訖，收衣鉢，洗足已，敷座而坐……」此時讀誦更能隨文入觀，領會法要。

H 塔為佛常對四眾弟子說法處，一行誦念《心經》後靜坐。接著前往拘賞波俱提精舍，此處又稱三號寺院（Temple 3），佛陀曾居住於此。前方有一條步道基址，據信是佛陀經行的地方。

拘賞波俱提精舍南方有一棵阿難菩提樹，乃舍衛城民為感念阿難尊者代為向佛陀啟請種植此樹所命名。當佛陀不在舍

衛城時，大眾便將這棵菩提樹視為佛陀親身，向其禮敬並供養。

祇園精舍北側的馬赫特遺址中，建有一座紀念給孤獨長者的塔。此塔不遠處，有一座鳶掘摩羅紀念塔，為鳶掘摩羅尊者遇佛得道及最後入滅處。另有大神蹟紀念塔，當地人稱為佛陀機場（Buddha Airport）紀念塔，因佛曾於此升忉利天為母說法。

三千年前，佛陀帶領一千二百五十位大阿羅漢弟子淨住在祇園精舍，化導眾生。今日中台千僧在導師的帶領下，奉行佛制六和敬，廣設方便，弘揚佛法。朝禮至此，更興令正法久住的悲心願力。





僧伽施—— 佛降還人間處

僧伽施（Sankisa），是位於中印度恆河流域的古國，為佛升忉利天為母說法三個月後，降還人間之處，又名曲女城、尚卡西亞（Sankasya），位於今之北方邦法魯迦巴德（Farrukhabad）桑吉沙村（Sankisa）。

佛升忉利天三月安居，天主釋提桓因與諸天眾頂禮圍繞，佛母摩耶夫人親來聞法，佛為天眾廣演妙法，摩耶夫人並三萬六千天眾得法眼淨，證須陀洹果。當時優填王思念如來，以牛頭栴檀作五尺高佛像，此為印度最早的如來雕像。

三個月之後，佛還降人間，自在天子作金、銀、水晶三道寶階，大梵天王、帝釋諸天隨侍兩側。當時蓮花色比丘尼欲最先禮佛，以神通力現轉輪王身，眾軍圍繞，於大眾前最初得禮。此時須菩提尊者，念佛法教，觀一切諸法悉皆空寂，入空無相解脫門，佛讚須菩提尊者乃真禮佛者。

玄奘大師參訪三寶階時，所見乃後代諸王「疊以磚石，飾以珍寶」重建的寶階，高約二十餘公尺，階上建有精舍，供奉有佛陀石像，帝釋天和大梵天王分立兩側，並有阿育王所建石柱。

參訪團一行抵達時，只見殘存的阿育王石柱柱頭與一小廟，廟內佛龕供奉釋迦牟尼佛像，旁有釋提桓因持寶蓋、大梵天王捧佛鉢隨侍。一行於此唱誦「朝聖功德殊勝行，無邊勝福皆回向，普願沉溺諸有情，速往無量光佛刹」回向文，將朝禮十大聖地的功德回向法界一切眾生，發菩提心，共成佛道。

1. 現今僧伽施已不復見三道寶階，唯存阿育王石柱柱頭與一小廟。
2. 參訪團於此將朝禮十大聖地的功德，回向法界一切眾生共成佛道。
3. 小廟佛龕供奉釋迦牟尼佛從忉利天降還人間像。
4. 阿育王所立石柱僅存象身柱頭。





1. 泰姬瑪哈陵正面門扉以黑色大理石鑲嵌可蘭經經文，為回教書法代表作之一。
2. 融合回教風格與印度藝術的泰姬瑪哈陵，被聯合國教科文組織列入世界遺產。
- 3-4. 阿格拉古堡因城牆和城門都用紅砂岩砌成，又稱為「紅堡」。



泰姬瑪哈陵・阿格拉古堡

印度歷史上，除了第一個統一帝國——孔雀王朝之外，蒙兀兒王朝（1526-1857）是僅有的第二次統一。參訪團一行前往蒙兀兒文化古都阿格拉（Agra）參觀蒙兀兒王朝鼎盛時期所興建的泰姬瑪哈陵（Taj Mahal）和阿格拉古堡（Agra Fort）。

泰姬瑪哈陵，是蒙兀兒王朝第五代皇帝沙賈汗王為了紀念已故皇后慕塔芝・瑪哈所建造之陵墓，耗時二十二年建成。這座白色大理石建築，融合簡潔明快的回教風格與富麗精巧的印度藝術，庭園展現典

型的波斯式花園風格，被譽為世界七大奇蹟之一。

阿格拉古堡是蒙兀兒王朝的首都，為第三代皇帝阿克巴大帝所建，一九八三年被列入世界遺產。整座阿格拉古堡呈不規則的八角型，具有宮殿和城堡的雙重功能。因城牆和城門都用紅砂岩砌成，因此又稱「紅堡」。四、五百年前的輝煌，如今人去樓空，證明「唯有佛菩提，是真歸仗處」乃千古不移的真理。





1. 新德里國家博物館是印度最大的綜合性歷史博物館。
2. 一樓佛教藝術廳中展出貴霜王朝、笈多王朝等時期出土的珍貴佛教文物。
3. 畢波羅瓦佛塔出土的佛陀舍利。

賞西元前二千五百年哈拉帕文化等印度河流域文明的文物，以及貴霜王朝（45-250）、笈多王朝等時期出土的珍貴佛像。

新德里國家博物館

朝聖行程的最後一站為印度新德里國家博物館（National Museum Institute, New Delhi）。該館被譽為「印度的驕傲」，是印度最大的綜合性歷史博物館。目前的收藏品約有二十萬件，年代跨越五千年，涵蓋印度及世界各國的文物。一樓佛教藝術廳中，參訪團一行瞻禮於印度北方邦畢波羅瓦出土的佛陀舍利。之後欣

「見佛舍利，如見佛身」，能夠如此近距離瞻仰佛陀舍利，實為殊勝福報。十餘天的見聞，匯聚成無比的法喜。「天上天下無如佛，十方世界亦無比，世間所有我盡見，一切無有如佛者。」大眾此刻均在內心至誠懇切地讚佛，感恩佛陀不捨一眾生的大慈大悲，即便入滅後仍留下舍利，讓末世有情增長道心並種下得度因緣。

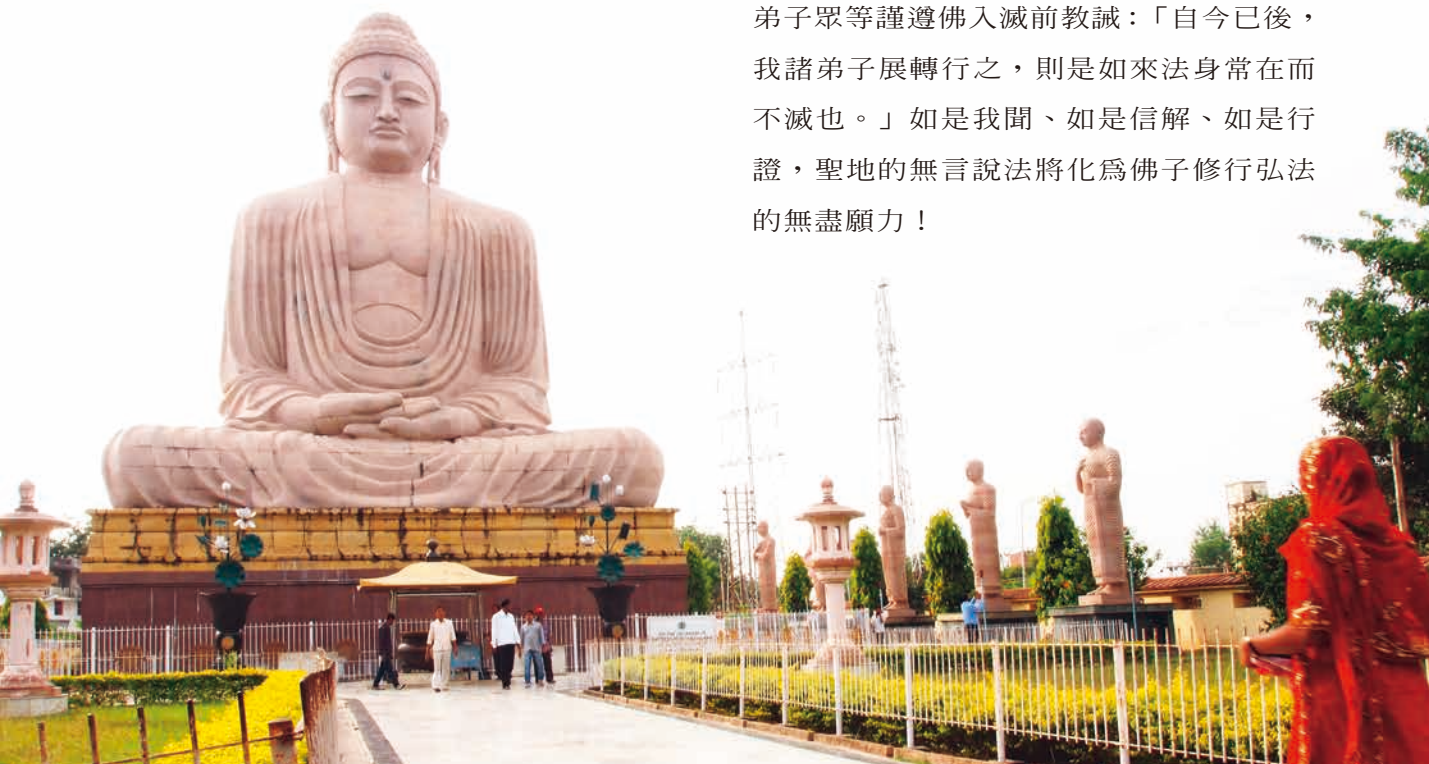
結語

佛教發源於印度，生根於中國，弘揚於世界，興盛於現代。三千多年前，釋迦牟尼佛以其一生化儀，示現八相成道。佛陀之教法，經僧眾及孔雀王朝阿育王、貴霜王朝迦膩色迦王等護法大力宣揚，漸及全印，進而擴展至其他區域，形成三大系統：向南傳至錫蘭（今斯里蘭卡）、緬甸、泰國等地，稱為「南傳佛教」，以巴利語結集佛典，側重自我徹悟；向北經中亞諸國傳至中國、韓國、日本等地，稱為「北傳佛教」，以梵語轉譯之漢語佛典為主，強調自度度人；西藏及其周圍地區所信奉的佛教，融合當地原始信仰，發展於西元七世紀左右，十三世紀後逐漸流傳於北印度、不丹、錫金、蒙古、尼泊爾、蘇俄布里亞特與亞伯利亞等地，稱為「藏傳佛教」，俗稱喇嘛教。

十三日的聖地參訪行程，大眾以「歡喜欲見、憶念不忘、生戀慕心」、「企念虔誠、生清淨信、常繫於心」，領略三千多年來，佛陀未嘗衰減的行願，並將之納受於心，信受奉行。

此次參禮各聖地並實際體驗當地人文風俗，深刻感受到佛陀身處種姓制度堅固的印度，提出「四姓平等」的主張，對於當時社會是多麼強大的震撼。面對印度眾多婆羅門、外道的毀謗、問難，佛陀從無畏懼，並善用方便弘揚正法，無有疲厭。佛陀在世間示現降生、出家、成道、轉法輪、入涅槃等八相，畢生精勤弘法度眾；然而，佛陀的菩薩行並非僅此一世，《梵網經》中記載，佛陀曾云：「吾今來此世界八千返。」此乃佛弟子發長遠心的最高典範。

大眾此行親至佛陀聖地，「念佛生時，功德如是；佛得道時，神力如是；轉法輪時，度人如是；臨滅度時，遺法如是。」弟子眾等謹遵佛入滅前教誡：「自今已後，我諸弟子展轉行之，則是如來法身常在而不滅也。」如是我聞、如是信解、如是行證，聖地的無言說法將化為佛子修行弘法的無盡願力！



印度・尼泊爾聖地參訪心得

普覺精舍住持／見探法師

過去常常聽到很多人說要來印度的「聖地朝聖」，對這四字始終的認知就是前往佛陀居住之處。直到親來此地，對「聖地朝聖」四字已能了然於心，一個讓人提起正念，進而發菩提心之地，即是「聖地」。導師^上惟^下覺大和尚曾說：「聖人也有過去，囚犯也有未來」，中華文化也講「內聖外王」，所以「聖」乃指心中沒有貪、瞋、癡三毒，並具足慈悲與智慧的層次，凡夫俗子雖未達此境界，但能對如來的教法依教奉行，往自利利他的成佛之路前進，就是真正的「朝聖」，如《四十二章經》所說：「佛子離吾數千里，憶念吾戒，必得道果；在吾左右，雖常見吾，不順吾戒，終不得道。」

「聖地」在哪裡？當下清淨無為的心即是，只要能時時檢討反省、慚愧懺悔，就是在「朝聖」！

普民精舍住持／見達法師

聖地最後一站，是居住時間占世尊弘法年歲近乎一半的祇樹給孤獨園。在家述說回家法，知道了祇園精舍為何離迦毘羅衛國並不遠。幾乎到了每一聖地，都安排得剛好，剛好沒有團體在著名聖蹟念經唱誦，祇園亦然。入園後，大眾法師就到鍵陀俱提精舍的龕室頂排班，齊誦《金剛經》。這是佛在此處說出的經典。多麼殊勝的交會！

園區廣闊，遺址眾多，最根本的是佛陀曾經在此居住過。雖然時間沒有交集，至少空間裡我們在一起；雖然歷史中不曾謀面，好在地理上還有所依循。是多麼輝煌的場景呀！最崇偉的覺悟者，最聖潔的弟子們，最有福報的護法信眾，最英明護持的君王，以及最富庶、最繁華的城市，曾經，都在這時空裡交集。所有一切的善因緣，和合具足，多麼令人傾羨！



願我生生世世都能供養佛陀常住弘法之所需，精舍、飲食、臥具、醫藥，一如須達多長者與祇陀太子。願我生生世世都能跟隨佛陀於常住弘法之處，聽法學習，修道證果。願我生生世世能處富饒之地，常居精舍、統理大眾，和合一處、弘法度眾。願一切眾生亦如是。

遙想過去，更能珍惜所有、把握當下。莫待人去樓空，再來徒嘆多愁。法輪常轉，只因法緣不滯一處。感嘆生不逢時之際，應努力創造未來的機運。前人遺址展新綠，後進懷古怎堪愚？讚歎、感慨之餘，不如努力奮進，為向前的菩提之路續點引導法燈，照亮傳承的清楚法脈。

中台禪寺女眾部副住持／見貌法師

《長阿含經》中，佛要阿難尊者轉達末羅族：「當知如來夜半於娑羅園雙樹間當般涅槃，汝等可往諮問所疑，面受教誡，宜及是時，無從後悔。」佛心心念念都是要利益眾生，拔眾生苦，如同導師經常教誡大眾，弘揚佛法要以利益眾生為前提，佛菩薩的精神是為利益眾生而捨生死於度外，「但願眾生得離苦，不為自己求安樂」。站在佛陀涅槃像旁，身為出家僧眾的自己有無菩薩的願力與承擔？還是如俗人般哀悼佛陀入滅、去聖日遙？末法，是人末而不是法末，佛陀留於世間的真理從來沒有改變，更不能滅失，體悟無常理，奉行無常理，流布無常理，令我等與眾生同登華藏玄門，共入毘盧性海，方不負佛恩、父母師長恩、眾生恩、國家恩。



《六祖壇經》機緣品 懷讓禪師

上惟下覺大和尚開示

編輯部整理

懷讓禪師，金州杜氏子也。初謁嵩山安國師，安發之曹溪參叩。讓至，禮拜。師曰：「甚處來？」曰：「嵩山。」師曰：「什麼物怎麼來？」曰：「說似一物即不中。」師曰：「還可修證否？」曰：「修證即不無，污染即不得。」師曰：「只此不污染，諸佛之所護念，汝既如是，吾亦如是。西天般若多羅識汝足下一馬駒，踏殺天下人，應在汝心，不須速說！」讓豁然契會，遂執侍左右一十五載，日臻玄奧。後往南嶽，大闡禪宗，敕謚大慧禪師。



《六祖壇經·機緣品》為敘述祖師大德們尋訪善知識指點明心見性的法要，到最後開悟的過程及因緣。做任何事情都需要時節因緣的配合，否則不容易成功。

每個人都想開悟，但假使只是等待，是無法開悟的，必須要從因上努力，有因一定有果。開悟之前要修一些加行，修一切善，斷一切惡。過去的祖師大德都是先修加行之後，再閱藏、聽經聞法、禪修，最後才去行腳參方，往往聽聞善知識一言半句就能開悟。參訪，必須本身具足參訪的資糧，也就是對於教理大致上都能通達，也具足信心，只剩下對於「道究竟在哪裡？」這一個問題尚不明瞭，始終存有疑情，為了破疑悟道，所以歷盡千辛萬苦去參訪善知識，本章的懷讓禪師就是如此。

從本以來 離言說相

「懷讓禪師，金州杜氏子也。初謁嵩山安國師，安發之曹溪參叩。」懷讓禪師是金州人，俗姓杜，生於唐儀鳳二年四月初八佛誕日。儀鳳，是唐高宗的年號，相當於西元六七七年，此時正值佛法鼎盛時期。懷讓禪師十五歲出家，非常精進用功。「初謁嵩山安國師」，中嶽嵩山，位於河南省登封縣北十里路，乃中國名山「三山五嶽」之一。惠安國師生於隋開皇二年(582)，出家後親近五祖弘忍大師，並且在弘忍大師門下契悟。懷讓禪師最初即是參訪嵩山惠安

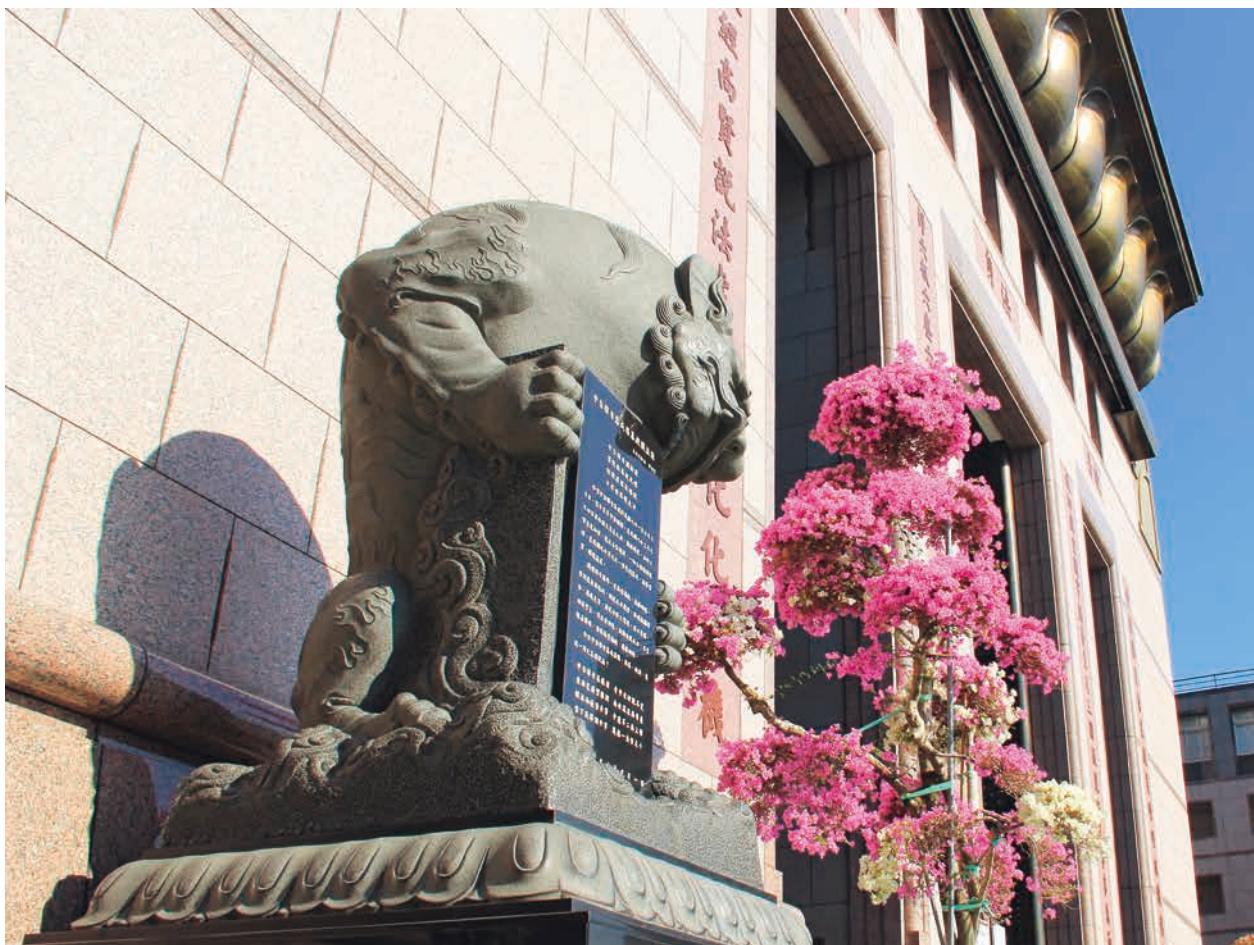
國師。

「安發之曹溪參叩」，惠安國師預知懷讓禪師將來定為佛門龍象，希望他更有深的悟境，所以指點他到曹溪六祖大師那裡，「參叩」無上乘法門。「參」，就是參訪；「叩」，就是禮拜。「參叩」，引申為將心眼、心門打開。

「讓至，禮拜。師曰：『甚處來？』」曰：『嵩山。』師曰：『什麼物恁麼來？』」六祖大師見到懷讓禪師就問：「甚處來？」意即詢問：「你從何處來？」如果是未開悟的人，一定會答：「我從某個地方來。」開悟的人就絕對不會這麼回答。六祖大師為了考驗來參究的人根機如何、是否開悟，所以一開始就問：「你從哪個地方來？」

「曰：嵩山。」懷讓禪師回答：「我從嵩山來。」雖然這是從事上回答，但「嵩山」可能表事，也可能表理。悟有深也有淺，有小悟、大悟、徹悟，這些都是悟。「師曰：什麼物恁麼來？」為了進一步測驗他是不是開悟了，於是再問：「什麼物？」意即「嵩山像什麼樣子？」「恁麼來？」意即「從嵩山的東、西、南、北哪個方向來？」

「曰：『說似一物即不中。』」師曰：『還可修證否？』」懷讓大師回答六祖大師：「您問嵩山像什麼樣子？能說出個形相，就不是嵩山真正的相貌。嵩山沒有形相，什麼都不像。」懷讓禪師的回答顯然不是指嵩山的形體，而是指他的心境，由此可知，他來這裡的目



的是爲了請六祖大師印證他的悟境。

六祖大師懷疑他所說的「說似一物即不中」，只是道聽途說，或者看了一些公案之後，把這句話當作口頭禪，所以馬上再追問：「還可修證否？」佛經中經常提到，心性沒有長、短，不在內、外，沒有男相、女相，非青、黃、赤、白，這就是「說似一物即不中」的道理。六祖大師懷疑他可能學會了這些口頭禪，拿出來說一說而已，並沒有真正契悟這念心。這念心性只要一落言說、名相、階級，就不是了，而只是一種形容

詞，古德說：「如人飲水，冷暖自知。」講出來就等於標月之指一樣，並沒有真正地看到月亮，只是看到指月亮的手指而已。

既然什麼都不中，那麼「還可修證否」？這念心是否能修證？要如何去修行、修道呢？以漸修的角度來講，修戒、修定、修慧，初果向、初果、二果向、二果……，斷見惑、思惑、塵沙惑、無明惑，這些都是漸修的修證次第。以頓悟法門來說，就不是如此了。本章所說的內容都屬於頓悟法門，不是漸修法



門。假使不了解頓悟與漸修之別，觀念和知見可能就會偏差、錯誤，沒有辦法圓融。

道不用修 但莫污染

懷讓禪師又答：「修證即不無，污染即不得。」心性是對的，悟就是要悟到師父說法、諸位聽法的這念心，是「誰」在聽法。「修證即不無」，心可以修證只是方便

說法，以究竟的角度來講，既沒有修也沒有證。如《四十二章經》所說：「修無修修，念無念念，言無言言。」修了以後，不執著能修與所修，最後達到絕對的、無修無證的最高境界，無修、無證，都是指這念心。

修行之初，爲了要修心，就必須起心動念，打坐、返照、誦經、持咒、檢討反省、慚愧懺悔……這些都是修，都是一種方便。證悟是證自己的本分，在自己的心上去證，而不是在心外去證。既然不是在心外去證，爲什麼還要講修

證？因爲眾生的心總想要有所得，所以方便說「有所修證」，眾生才會歡喜、才會修行；假使說無所得、無修無證，凡夫眾生會覺得：「既然什麼都得不到，還要修什麼？」所以，只要不執著修證，這念心也不妨礙修證。每天念佛、誦經、持咒……，就是修。修了以後，沒有能念之心，沒有所念之佛，最後又歸於無修的這念心，這就是「念無念念」。修，屬於有爲；無修，屬於無爲，不執著有爲即是無爲，不執著有修即是無修。所以佛法是靈活的，一定要了解漸修與頓悟這兩種道理，否則便容易批評別人是有爲、是著相。如果有爲是著相，那麼誰在成道？沒有開悟的人，就回答不出來。釋迦牟尼佛一降生便說：「天上天下，唯我獨尊」，可見並不是什麼都不存在。

「污染即不得」，心性是有辦法去染污的。從方便的角度來講，說有染污；但從究竟的觀點來看，自性本來清淨，如何染污呢？佛是從體、用，因、果，事、理，或因果同時、事理一如等角度來闡釋佛法，所以講出來的道理都不一樣。明白這些道理了，就不會排斥「污染即不得」的說法。從過去到現在，從現在到未來，這念心法爾如是，本自具足，染污不得。

既然染污不得，爲什麼還要修？所謂「煩惱即菩提」，頓悟就是悟到「煩惱心即是菩提心」。漸修法門要轉煩惱、斷煩惱，而「污染即不得」的意義，就

是「煩惱即菩提」，屬於頓悟法門。不起煩惱心，就是菩提心。假使這念心不起煩惱，又如何染污？以何染污？這些都要靠自己體悟。

「師曰：『只此不污染，諸佛之所護念，汝既如是，吾亦如是。』」六祖大師即為懷讓禪師印可，說道：「你悟到法爾如是、不染污這念心，心不起貪瞋癡，即是不染污，和我所悟到的道理是相同的。」換言之，懷讓大師悟到的「修證即不無，污染即不得」和六祖大師徹悟時所說的「何其自性本來清淨，何其自性本不生滅，何其自性本無動搖，何其自性本自具足，何其自性能生萬法」，二者有異曲同工之妙。

過去佛、現在佛、未來佛，十方諸佛皆講「只此不污染」的道理。《阿彌陀經》中提到，念佛即為諸佛之所護念。所謂「護念」，「護」就是保護，保護當下這念心，就稱為「護念」。念「阿彌陀佛」，心靠在「阿彌陀佛」的佛號上，即為阿彌陀佛所護念；念「釋迦牟尼佛」，即為釋迦牟尼佛所護念；念「觀音菩薩」、念「八十八佛」，即為觀音菩薩、八十八佛所護念……依此類推，諸佛無量無邊，念佛即為「諸佛之所護念」。因為念佛是將心靠在佛號上，不想過去、現在、未來，用這一句佛號使我們沒有妄想、顛倒、昏沉，心清清楚楚、明明白白、安住正念，這念心當下即是佛。這念心從現在開始，不起貪瞋癡，不造殺盜淫，就是不染污，

就是「諸佛之所護念」。

只有能念之心、所念之佛，沒有妄想、昏沉，心要清清楚楚，了了分明，時時刻刻安住在這念心上，你是這樣，我也是這樣的。從前是師度，現在是自度，善護念此心就是自度。道也好、佛也好、淨土也好，無量無邊的功德，都得靠自己善護念。能夠知道護念就是真正的見佛、見法、見僧，一切具足，功德圓滿，亦即密宗所說的大手印、大圓滿、大威德。反之，如果不知道護念，則佛在外面、法也在外面、心也在外面。因為過去、現在、未來都不離當下這念心，心能夠安住正念、安住實相，即「為諸佛所護念」，亦即禪宗祖師所說：「挑柴運水，都是神通妙用。」

悟後起修 動靜一如

「西天般若多羅識汝足下出一馬駒，踏殺天下人，應在汝心，不須速說！」「西天般若多羅」也就是傳法給達磨祖師的西天二十七祖般若多羅尊者。「識」就是懸記。「汝足下」，就是你的弟子。「一馬駒」，「駒」指神駒，意即千里馬，在此喻指「馬」祖道一禪師。「汝足下出一馬駒，踏殺天下人」，在很久以前般若多羅尊者就已經預言：「你將來會有一個弟子，人稱馬祖道一禪師，能夠縱橫天下，降伏魔外，如獅子吼。」尊者不明說，只用「一馬駒」來譬喻，這就是懸記。「應

告訴懷讓禪師，將有這麼一位弟子的祕密，懷讓禪師知道就好，萬萬不可提前告知大眾。很多事情只要天知、地知、你知、我知即可，其他人知道了，就不

好。

「讓豁然契會，遂執侍左右一十五載，日臻玄奧。」六祖大師講完之後，懷讓禪師剎那之間就豁然貫通、通達無

礙。原本心中還有疑團，聽到這些話之後，心中就沒有任何懷疑，沒有絲毫執著，一下子完全契悟本心了。

「遂執侍左右一十五載，日臻玄奧。」六祖大師悟了以後，在獵人隊當中保養十五年，證明悟道之後還必須保養這念心，要站得住、站得長。爲了知恩、感恩、報恩，懷讓禪師作爲六祖大師的侍者，修福德、結人緣、結法緣，什麼事情都做，前後總共十五年。

「日臻玄奧」，將心淬鍊得愈來愈明朗，使這念心儘快地成熟，由初一的月亮到達十五的月亮。「玄」，這念心看不見也聽不到，所以很玄，不僅玄，而且深入堂奧，點點滴滴微細的道理都能夠了解，裡面還有無窮盡的天地、世界。如果說：「這念心看不見、聽不見，也摸不著，心屬於空。」只說對了一部分，其實這念心既是真空又是妙有。例如，師父說法、諸位聽法這念心，



看不見、摸不著，既沒有顏色，非青、黃、赤、白、黑，也沒有男相、女相，說是個什麼東西都不對，實在很玄。雖然什麼都不是，可是又具足無量的智慧、功德，而且要用的時候，馬上就能用，用完了以後，又了不可得。就像人的一生中，從小到大所學的知識、技能、經驗都存在，並不因為年紀增長、時間久遠，而將過去所學的東西都忘記了，這就是真空、妙有。

執著靜而不能動，就不是玄奧。動得靜不得，是凡夫；靜得動不得，就是執著靜境。靜也是一種塵，一般人容易執著靜、執著空，這些都沒有達到玄奧的境界。這念心有體、有用，打坐的時候一念不生，這就是玄；用的時候萬善圓彰，用了以後又不執著用相，這就是奧。明白這些道理，就真正是深入堂奧，沒有法執存在，於法能得自在。

釋迦牟尼佛的弟子，常隨眾一千二百五十人，皆已證得阿羅漢果，還是經常跟隨在佛的身邊聽經聞法。表面上是知恩、感恩、報恩，是在化導眾生，其實主要目的還是在「日臻玄奧」，使當下這念心更淨、更明，動也動得、靜也靜得；動時不著動相，靜時不著靜相，最後動靜二相了不可得。這些道理，都必須去體悟，不僅僅要了悟這些道理，更要在日常生活中來運用這念心，每天減少一些習氣；習氣愈來愈少，心就愈來愈明朗、愈清淨、愈微細，能夠動靜自在，才能臻至玄奧。

天台宗創三止三觀，修空觀、假觀、中觀，少了其中任何一觀，心就沒有辦法證入玄奧的境界。觀假不著假有，觀空不住真空，觀中不著中相，所以不能說是無修。小乘修四念處觀，有總相念、別相念，別相念尚未深入堂奧，尚未達到真如的境界。如果既能別相念，又能總相念，修四念處觀就能達到爐火純青，就是深入玄奧了。

「後往南嶽，大闡禪宗，敕諡大慧禪師。」懷讓禪師在六祖大師座下十五年，功夫純熟，堪能承擔如來的家業了。「後往南嶽」，之後就在南嶽衡山大闡宗風，後人尊稱為「南嶽祖師」。懷讓禪師涅槃之後，唐玄宗賜與「大慧禪師」的諡號，讚揚他這一生的修行、功德。

依教奉行 諸佛護念

本章最重要的觀念，就是護念，為諸佛之所護念。無論是動、是靜，心都要時時刻刻安住正念。因為心作不了主，所以才需要念佛、誦經、持咒，作為依靠。持咒，為咒所護念；念佛，為佛所護念；誦經，即為經義所護念。明





白了方便與究竟的道理，就能有所契悟。念佛、念法、念僧是方便，因為起個念頭就是生，念頭過去就是滅，誦經、念佛等也是念頭在活動，有生就有滅，所以這些是方便法門。不執著誦經、念佛等種種法門，能所俱空，最後歸於究竟、無念，不起心動念，這就是究竟法門。中道實相就是佛，時時刻刻安住這念心，就為實相佛、法身佛所護念。如果自己沒有把握，就稱念佛的名號，將心靠在佛號上，即為諸佛所護念。假使沒有功夫，就必須找個依靠、找根柺杖；等到有功夫了，柺杖就要放下，這屬於漸修。

本章所說的，就是不要柺杖，悟到「說似一物即不中」、「修證即不無，污染即不得」，就是頓悟自心，直了成佛。禪宗注重開悟，悟什麼呢？就是悟這念心是現成的，是本具的。

過去，有一位末山老尼，他是開悟的人，可見心沒有男女相的差別，女眾也能夠開悟、大闡宗風。有一位真正修行的人，聽說末山老尼開悟了，前去參訪。這位尊者一到末山就問：「已經到了末山，怎麼見不到末山呢？」這就和德山禪師參龍潭祖師一樣，德山禪師到了龍潭便問：「怎麼龍也不現，潭也不



見？」這是禪機、禪語。

末山老尼聽到了便說：「你已經到了末山，怎麼還說見不到末山呢？」

「末山」即指這念心，心是本具的，你已經住在如來家中了，卻不知道這念心當下即是，動念乖真，還去東求西找，就如同騎牛找牛，當然見不到末山，見不到本心本性。尊者再問：「末山究竟在哪裡？」末山老尼回答：「末山無見頂，非男女相。」這位尊者心想：「能夠回答末山沒有頂，也沒有男相、女相，那麼你應該是大徹大悟的人了？」

於是再問：「你悟了如來妙心，不是男相，也不是女相，那麼應該和如來的境界一樣，有大智慧、大神通。既然如此，怎麼不顯個神通給我看看呢？」末山老尼於是回答：「我不是神、不是鬼，顯個什麼神通給你看？」這一答，這位尊者一剎那就開悟了，於是說：「我以前在臨濟那裡得了半瓢水，現在在末山這裡又得了半瓢水，現在這一瓢水已經具足了。」可見每個人開悟的因緣都不一樣，但是一定要用功，祖師法門是不會騙人的。



現在一般人喜歡研究公案。公案怎麼研究？必須是開悟的人才能真正了解。如果要研究也是可以，只是知道有這麼一事情。現在有很多人為祖師語錄寫註解，引經據典說出長篇道理，卻都沒有說中心要。未開悟的人，看了這些註解，根本就不知道註解是否正確。什麼叫作沒有說中心要？意即沒有說中這念心，不知道究竟是誰在聽法，仍舊是在文字上摸索、解釋。總以為自己不會錯解，其實已經錯了，還不知道。

本章是敘述懷讓大師參叩六祖大師的因緣，如果根機成熟的人，看到這一問一答，透過解釋以後，一定有所契悟；

就算根機沒有成熟，也可以種一顆金剛種子，一顆頓悟自心、直了成佛的種子。這顆種子種下去了，種子互薰，善法互薰，成就善法，就能夠愈走愈光明。所以要在八識田中，多種一些善法種子。善法種子種下去了，惡法的種子便能減少，最終一定可以得到好處。

悟後起修才是真修，還需要很長的一段時間。明白這些道理之後，在日常生活上時時刻刻觀照這念心，只起善念不起惡念，起了善念之後，歸於無念，就是經教中所說的兩個過程：「先以善攝惡，後以捨攝善。」儒家也講「擇善

固執」，第一步，先執著善法，以善法取代惡法。惡業下降，善法就上升；身口意三業都是善，善法的功夫成就了，最後善也不執著，就超越善惡兩邊。了解這些道理、觀念，就是正知正見，所以要聽經聞法。聽了以後不是左耳進、右耳出，聽聞了以後，想一遍、兩遍、三遍，將所聽的道理融會到意識當中，一遍、兩遍、三遍、十而百、百而千，專心一志地反覆思惟。

如果是根機好的人，在思惟的當下心就能得到清淨，就能夠契悟道果。聞就是思，思就是修，聞、思、修是一個，不是三個，因即是果，果不離因，因果同時，這就是更深一層的道理。如果不了解聞的當下即是思、即是修的道理，也可以將聞、思、修分開個別修習，聞是聞、思是思、修是修。用耳根來聞，聞了以後就思惟這些道理，思惟了以後，再將這些道理應用到日常生活上去實踐。修是在聞、思之後的事情，不是在當下修，這是中根、下根的根機。但是，將來因緣成熟，一樣能夠成道證果，只是前者早成道、後者晚成道的差別而已。

若能將本章的經義、公案記熟，就能夠增加信心，一旦因緣成熟，就能得到三昧、正念、正定。要根據道理才能達到正信，才能夠「依聞思修，入三摩地」，具足正念就會得到三昧、正定，希望人人都有這種信心。





佛爲王說世間四種人喻

文／編輯部 圖／傳旆



佛陀在舍衛國祇樹給孤獨園時，一日，波斯匿王前來請法。國王恭敬地向佛陀頂禮問訊後，於一旁坐下，並請示佛陀：「世尊！婆羅門種姓的人，是否累世都會生在婆羅門種姓家？刹帝利種姓的人，是否累世都會生於刹帝利種姓家？」佛陀回答：「國王啊！你絕對不可以有這樣的觀念。世間上有四種人：第一種是從人間光明居處步向更光明的天道；第二種是從人間光明居處墮落至地獄惡道；第三種是從人間晦暗居處提升，邁入光明的天道；第四種則是由人間晦暗居處繼續墮落至地獄惡道。

什麼是從人間晦暗居處繼續墮落至地獄惡道呢？譬如有人生在貧窮下賤或從事屠殺行業的家庭，或身有盲、聾、瘡、啞等殘疾，六根不具，從事被人使喚的工作，飽受種種痛苦，不得自在。這種人因為從事造惡的行業，加上經常對人口出惡言、心懷惡念，因此命終之後就會墮至地獄受苦，就像從這間廁所又到另一間廁所，這就是所謂由人間晦暗居處繼續墮落至地獄惡道。但是，假使這種人對此生的種種不如意，生起慚愧懺悔之心，積極廣修善法，時時刻刻心存善念，如此一來，命終之後將往生天上，享受天福，這就從人間晦暗居處提升，邁入光明的天道。

什麼又是從人間光明居處墮落到地獄惡道呢？如果有人出生在刹帝利種姓家，或者生在婆羅門種姓家，或生在有權有勢、富貴之家，擁有無量的奇珍異寶及眾多可供使喚的僕人，家族昌盛繁榮；同時，自己的相貌端正、身強體壯，這樣的人無疑是生活在人間光明居處。然而，如果這種人利用財富、權勢作威作福、結黨營私，經常口出惡言、心存惡念，想方設法算計別人，犯下種種罪行，那麼他命終之時將因所造惡業墮落地獄受苦。

什麼是從人間光明居處步向更光明的天道？如果前面所提的這種人，能珍惜目前所處的順境，善用他的財富、權勢，修一切善，無善不修；隨時隨地都能口出善言，對人心存善念，那麼他命終之時將因所修的功德而生到天上，享受天福。」

佛陀繼續開示：「生來貧窮下賤又不信三寶的人，如果心中始終存著貪、瞋、癡、慢、疑、嫉妒等惡念與邪見，見到持戒清淨、



博學多聞的僧眾不知恭敬尊重，反而加以羞辱謾罵，那麼死後必墮地獄，這就是由人間晦暗居處繼續墮落至地獄惡道。假使生來雖然貧窮下賤，卻願意自我慚愧反省，進而深信三寶、樂善好施，去除心中的貪、瞋、癡、慢、疑、嫉妒等惡念與邪見，並且恭敬僧眾，時時刻刻心存善念，廣修善法，隨喜讚歎他人的良言善舉，如此一來，命終之後將生於三十三天，享受天福，也就是從人間晦暗居處提升，邁入光明的天道。」

接著，佛陀更提醒國王：「一個人雖然生而富貴、有權有勢，但是心中卻常懷瞋恨、貪欲、嫉妒與種種邪見，不知恭敬僧眾，命終之後，會墮於地獄惡道受苦，也就是所謂從人間光明居處墮落到地獄惡道。可是，如果一個人雖然大富大貴、有權有勢，卻深信三寶，心中時時懷著慚愧、懺悔，隨時反省自己的言行舉止；見到持戒清淨的出家眾，一定恭敬頂禮問訊，同時廣修布施、供養，去除慳貪不捨，也隨喜讚歎他人的良言善行，如此之人，命終必生至三十三天中，享受天福，也就是所謂從人間光明居處步向更光明的天道。」與會大眾聽完佛陀這一番開示，心生歡喜，依教奉行。

（編按：典故摘自《別譯雜阿含經·卷四》）



省思



所謂「三點似星相，橫鉤似月斜，披毛從此出，成佛亦由它」，我們的這念心，具足一切功德。或許我們一時無法改變眼前的困境，但是透過在心地上用功，身無善行不行，口無善言不說，意無善念不起，必能轉危為安，化逆境為順境，令自己的人生從黑暗到光明，從光明邁向更光明。 



千佛造像碑

文／中台山博物館館長、前國立高雄師範大學美術系教授、
法國巴黎第一大學造形藝術博士 見迅法師

造像碑四面縱橫有序地鐫刻著一尊尊小佛像，通常約一千尊左右，跏趺禪定，整齊劃一，這種造像碑的形式，稱為「千佛碑」像。千佛圖像整體具有規律性、對稱性和連接性，千佛符號從每個小佛龕，橫豎皆成線性排列，經緯交織成千佛畫面，素樸純淨，簡潔明朗，展現一種穩定祥和的藝術氣象，如中台山博物館館藏東魏武定二年楊元惠造千佛碑像和唐千佛碑像。

楊元惠造千佛碑像

館藏楊元惠造千佛碑像為螭首扁體矩形碑，碑額三對螭龍蟠曲成拱頂，碑額陰陽二面居中處各開一主像龕，佛右手施無畏印、左手與願印；左右碑側亦各雕一主像龕，佛結跏趺坐；矩形碑體四周雕滿小佛龕；碑陽主龕左邊刻有「□□刺史□美同」、右邊刻「□佛比丘僧□」，碑陰主龕下方及四面小佛龕旁刻有眾多僧俗邑子等供養人名，所以此碑是邑義組織及家族集資造像的一種形式。

碑陽主龕下有造像題記，銘文記載：「息阿曹、息阿雅、息阿顯、息阿景、息道龍、罷妻王洛姬、千像主□父楊罷，夫志道淵□□□邊所，□□□妙則□尔，可登自□曠劫□□，彼□難



館藏楊元惠造千佛碑像（碑陽圖）
東魏武定二年（544）
石灰岩
H211cm×W76cm×D29cm



楊元惠造千佛碑像
（碑陽題記圖）



睹，是以□□，□□即生不動之國，□□□客，必獲菩提之果。大魏武定二年□月二日，邑主楊元惠等七七餘人，□心發願造石千像一區，□□成訖，上爲國家、下及一切邊地眾生，普同斯願。大明嘉靖十四年四月二十九日重修□□□□。」

銘文中「息」，是子息、兒女、子嗣之意。此碑在東魏武定二年建造，至明代嘉靖十四年重修。銘文中有二個重要的佛法名相，表達了供養人及其邑義團體眾等共同之信仰與悲願——「不動之國」，指阿閼佛的國土。阿閼佛，又稱「不動如來」，意爲「不瞋恚」，其國土妙喜世界莊嚴非常，極其殊勝，有高大的七寶菩提樹，大地平正柔軟，所有人都行善事，不聞三惡道之名；「邊地眾生」，指以疑惑心修諸功德之人，死後將受生於極樂淨土之邊地，五百歲中不見三寶，不得見佛，不聞佛法，亦不見菩薩、聲聞聖眾。因在極樂淨土之邊隅，故謂邊地，意指無法聽到佛法之處。

唐千佛碑像

館藏唐千佛碑像全形似紀念碑，扁體矩形，上有雕成仿木構建築的碑頂，不見造像銘文，唯碑額刻有「上位聖神文武皇帝皇后」之題記，其周邊刻有七龕一佛二菩薩像。從唐建中二年「大秦景教流行中國碑」碑文中發現「建中聖神文武皇帝」的記載，以之作爲對照推論，此碑「聖神文武」指的可能是唐德宗。

依據《新唐書·本紀第七》：「建中元年正月丁卯，改元。群臣上尊號曰聖神文武皇帝。……興元元年正月癸酉，大赦，改元。去『聖神文武』號。」關於唐德宗之「罪己詔」，《舊唐書·本紀第十二》記載：「公卿百僚用加虛美，以『聖神文武』之號，被蒙暗寡昧之躬，固辭不

館藏唐千佛碑像（碑陽圖）
唐（618-907）石灰岩
H212.4cm×W55.5cm×D22cm



獲，俯遂群議。昨因內省，良所瞿然。自今已後，中外書奏不得言『聖神文武』之號。」可見唐德宗於國家遭受災難時，會對自己的過失進行檢討反省。

另外，「聖神文武」成語出自《尚書·大禹謨》：「帝德廣運，乃聖乃神，乃武乃文。」《孔傳》：「聖，無所不通；神，妙無方；文，經天地；武，定禍亂。」故後人以「聖神文武」作為稱頌帝王或傑出人物之詞。

關於千佛概念

「千佛」一詞，據《賢劫經·卷六》千佛名號品第二十：「是賢劫中有斯千佛興現出世，度脫十方一切眾生，是千佛等各有名號皆如是像。」拘留孫佛是第一尊佛，釋迦牟尼佛是第四尊，樓至佛是最後一尊，此即「賢劫千佛」。

千佛，有具體的名號、確定的數量，如賢劫千佛；亦彰顯佛教化無量，以及大乘佛教主張眾生皆可成佛之意涵。

所謂「以名昭德」，如佛名經典的拜懺儀軌，透過宣唱佛名、頂禮膜拜，其間夾雜有懺悔文，佛教徒藉由佛名、懺儀、發露，以增福滅罪。《佛說佛名經·卷一》云：「若善男子善女人，受持讀誦諸佛名者，是人現世安隱遠離諸難，及消滅諸罪，未來當得阿耨多羅三藐三菩提。」

千佛造像碑，尊尊小佛像，延續千佛相繼的精神，從單一到無限的可能，既有變化又統一，平凡的極致，展現內在的力量與調和的精神。如念佛法門，念念相續，不夾雜、不間斷，得與諸佛菩薩的本願相應，造像碑透過千佛形式，無言傳遞寧靜的誦佛聲。



唐千佛碑像
(碑額題記圖)

唐千佛碑像
(碑額題記拓片圖)





普・台・教・育

普台高中 外語成果交流

文／編輯部

爲了鼓舞國小學弟妹們學習外語的熱情，普台高中二十五位學子，於十月二十八日回到昔日成長的舞台，分享「高飛吧！普台之星」外語成果表演，以及學習英、日、法、西四語的祕訣。

首先登場的是詼諧可愛的「櫻桃小丸子」日語動畫配音。當七位高二學長姊一一出場問候時，全場歡樂的氣氛節節升高，在「聲優」（配音的演員）淋漓盡致的詮釋下，學習當一位小紳士，體會語言傳遞的文化內涵。

這群學長姊在「全國高中生二〇一二英日語配音大賽」中拔得頭籌，個個也是通過日文檢定的實力派高手，其中鈴芳學姊於國三進入普台就讀，經過一年就通過N2級，相當於大學日文系畢業程度。她同時也參加了英語配音「荷頓歷險記」表演，入圍今年全國英語配音決賽。

會熟巧精 青出於藍

同樣在國三就通過日文N2級檢定的聖閔學長，和當天主持人雅筑學姊的現身說法，也帶給台下學子無比的信心。聖閔問學弟妹：「你們適性時間都在做什麼？」

這可是學得又快又好的關鍵之一！「學長五年級開始在適性時間參加日文檢定班，因為我很喜歡日文，希望趕快聽懂原音播出的卡通，所以願意將玩樂的時間用來學習。」

聖閔謙虛誠懇地說，上課認真聽講，利用課餘時間勤背單字、文型；爲了加強聽力，反覆聽CD，直到聽懂爲止，「不管任何資質都能夠受用」。他也以迪士尼創辦人華特名言：「要相信自己，沒有做不到的事，只有想不到的事！」有目標、肯努力，相信每一位都能「青出於藍」。

爲西語「史瑞克萬聖節特輯——小木偶抓狂篇」配音的陳婷和蘇晏同學，從國小三年級開始學習西班牙文，在語言嘉年華、食之饗宴、星光之夜戲劇比賽等洗禮下，學到許多西語國家的文化，浸淫在充滿陽光、熱情的民族風情裡。他們分享，老師的用心、同學的陪伴，以及創辦人^{上惟下}覺大和尚提示「會、熟、巧、精」的學習要領，是向上一路的資糧。

目前他們已通過西語A2級檢定，繼續向通過B1級的承宏與姿瑄學長姊看齊。本學期擔任西語文化社社長的蘇晏透露，



1. 透過可愛的動畫配音，高中學長姊與國小同學共度溫馨的週日夜晚。
- 2-5. 外語星光之夜總召冠融、主持人冠穎、法語女主角韋涵（圖二右起）聯手介紹「世界名人傳」之宮崎駿動畫世界、哥倫布物種大交換、當畢卡索遇上達利等精彩戲劇演出。



DELE B1 級學生版為主考機構特別為普台學子引進台灣，相當於大學西文系畢業、可申請相關研究所的門檻，學長姊締造了歷史新頁，「有為者亦若是」！

透過歌唱、朗誦，也是薰習語文的入門。普台高中每年舉辦班際英語合唱比賽、二外朗誦比賽，並且連續三年於全國法語歌唱比賽脫穎而出，今年冠軍成員還獲邀至加拿大駐台代表官邸共進午宴。因為法語能力傑出，陪同赴筵的聖絜學姊也上台分享這份榮光。

「國一開始接觸法語，學了一年就通過 A1 入門級，國二參加 A2 基礎級檢定班又順利過關；國三時選擇特色班，可以繼續精進二外，又通過了 B1 進階級，B1 進階級相當於大學法文系畢業標準。」聖

絜鼓勵大家把握因緣，法檢特別設計了青少年版本，考題非常生活化；聽、說、讀、寫各二十五分，「總計達五十分就算通過」……台下立刻響起一陣驚歎。

學姊進一步說：「有人很怕口試、要面對主考官，但是我超愛口說項目。因為在考 A2 時抽到一個題目：假設主考官是剛認識的朋友，請和他交換手機號碼。當時我並不知道法國的編碼模式，只好從零念到九，沒想到主考官也從九念到零給我聽，讓我體會到很友好的交流經驗。」



1. 主考官親自蒞校主持西語檢定，首度引進 B1 級學生版試題。
2. 社區二外課程體驗中，活潑的教學和情境教室令人驚豔。
3. 福慧同學（後排右九）於日本岩手縣三百多年的上村家作志工服務。
4. 翊甫同學（右五）代表台灣訪日交流，從東京、名古屋至福島九日行。



「勤勞、毅力、信心、用對方法」，是聖絜同學無往不利的學習要訣，相信也是「敬慈和真」校訓及教師團隊努力下，薰陶出優質、自主的學習態度，形成普台良善的學風和氣質。所以諸多學子不僅語文表現出色，承宏同學最近還榮獲高中數理及資訊學科能力競賽中區複賽生物科第三名，聖閎同學也在南投縣科展數學科得到佳作，陳婷同學更獲得南投縣優秀青年的表揚。

關懷世界 心的橋樑

語言是學習的橋樑，可以看得更遠、學得更廣、走得更遼闊。隨著英語與第二外語能力日益扎實，普台之翼展翅飛往日本、北京參與國際交流活動，更令學弟妹們欣羨不已；學以致用、感恩利他的精神，也令師長們感到驕傲和欣慰。

九月十五日至二十三日，高二福慧同學代表台灣參加「日台青少年強化連結計畫」環境教育訪問團，九天行程包括：三一一大地震災後重建講座、訪問受災地區、志工服務、高校交流、寄宿家庭及觀光文化體驗。他告訴學弟妹，自己能通過教育部甄選，還在活動中擔任翻譯及研討會主持人，結交許多日本友人，都得感謝學校的栽培。由於溝通無礙，他更能深入體會災民迅速重建的決心與毅力，進而將關心生態、保護地球、發揚人道關懷、助人為樂的種籽，帶回台灣發芽茁壯。

另一位 N2 級實力派代表翊甫同學，於十月二十七日至十一月四日參加日語學習訪問團。從東京、名古屋至福島九日行，一樣是全程免費且收穫盈囊。

返台後，福慧同學又以「難道吃素可以救地球？」為題，於第十四屆全國高中

職日語演講比賽獲得第五名。已吃素十六年的他強調素食非常健康，讓自己發育均衡、體能良好，積極開朗又有慈悲心。素食還能縮短食物里程、降低二氧化碳排放、防止地球暖化，非常值得推廣，讓更多人為愛護地球盡一份心力。

彥鈞同學則以「如果沒有自動販賣機的話」獲得「觀察獎」，他分享旅行時見到日本多采多姿的自動販賣機景象，科技便給之中卻少了一份親切互動，因此更珍惜傳統文化的溫馨。

普台代表第三年挑戰這項綜合演說與現場評審提問的高難度競賽，從二十三校五十六位參賽者中，再度雙雙獲獎，證明普台多元適性的長程教育，使學子們走向國際的步履更加穩健。

十一月十二日上午，社區教學資源均質化交流中，普台國三同學扮演小主人，陪伴埔里國中、大成國中及宏仁國中六十五位學生，巡禮優美的校園景觀，介紹外語情境教室及坐擁地球村的日、法、西語特色課程，備受讚賞。

無論是在普台大家庭的真誠分享，乃至用語言搭起與社會、世界友誼的橋樑，皆展現普台學子真正的成長——學會與自己的心對話，探索潛能，找到自己的亮點；勤學樂學，一點一滴儲蓄發光發熱的能量，終能屹立於生命的舞台，實現「普台之光照亮世界」的願景。



榮譽榜

★普台國小、國中、高中於南投縣一百零一學年度英語文競賽蟬連團體三冠王

■高中組

朗讀第一名：雨秦 作文第一名：克謙

演說第二名：之皓

■國中組

作文第一名：文凱 演說第二名：虔華

朗讀第三名：采婕

■國小組

朗讀第二名：芊懿 說故事第二名：洛賢

■教師組

演說第一名：國小盈甄老師 演說第三名：國中亮璋老師

作文第一名：國小娜萍老師 作文第三名：國中佳珍老師

★普台榮獲「2012年第八屆全國英文單字大賽」

高中、國中團體組亞軍

入圍全國決賽者：高中 23 人、國中 22 人

國小 18 人

高中組個人優勝：華靖、雨璇、麒偉

國中組個人優勝：晴嵐、祐慈

國小組個人優勝：晶婕、麗涵

★普台學子參加第六十屆南投縣運會成績優異

游泳

■國小男子個人組

50M 自由式第一名、100M 自由式第二名：秉宏

■國小女子個人組

100M 自由式、100M 仰式第一名：書涵

50M 蛙式第二名：奕旋

50M 自由式第二名：殊鐸 第三名：宜潔

50M 蝶式第三名：萱庭 50M 仰式第三名：品儀

■國小團體接力

男子 4*50M 自由式、4*50M 混合式第一名

女子 4*50M 自由式第一名、4*50M 混合式第二名

■高中男子組 100M 蛙式第二名：浩宇

射箭

國小女子組第一名：芝寧 國小男子組第二名：淇皓

網球

國小男子雙打第三名：智然、方明

團體第三名：柏璵、子淵、智然、映煌

國中女子雙打第三名：明心、景純

籃球

高中男子組第三名 國小男子組第四名

田徑

國小男子組 200M 第一名：承翰

國中女子組 1500M 第一名：心淳 800M 第二名：瑀書

100M 第二名：晏娟

國中男子組 1500M 第二名：凱暉

武術

高男組短器械第一名：彥臻



普糧精舍梁皇寶懺法會

文／普糧精舍提供

普糧精舍位居高雄市鼓山區，鄰近高雄市立美術館，自民國九十四年成立以來，在法師們的帶領及護法居士的護持下，法緣日益興盛。為感念三寶慈悲，並實踐自利利他的菩薩行，於十一月四日至十一日，舉辦一年一度的梁皇寶懺法會，並於圓滿日恭請中台禪寺常務副住持見尊法師蒞臨主法。

為成就殊勝莊嚴的法會，精舍法師及護法居士們於兩個月前即積極展開籌備工作。不論是壇場布置、法會規劃、餐點準備等，大眾均直下承擔、齊心協力，將佛法落實於日用之中。十一月四日起，住持

法師帶領精舍學員禮拜《梁皇寶懺》，隨文入觀，懺悔業障，除心垢染。

圓滿日當天，多家精舍住持法師及各界貴賓、護法居士二百多人共同與會。大眾在見尊法師的帶領下，於佛前虔誠拈香。隨後，見尊法師開示大眾，「人非聖賢，孰能無過」，至誠禮懺，能消除業障、打開心結。修行是一分耕耘，一分收穫。法會中大眾發清淨心、恭敬心，禮懺聞法，齊聚修善，能激發彼此修行的道心、願心，成就殊勝的功德，而得清涼法喜。見尊法師勉勵大眾，追隨導師^上惟^下覺大和尚弘法利生之慈心悲願，發長遠心，以利他完

成自利，圓滿人生。

午後，大眾虔誠禮拜《梁皇寶懺》卷十，並將禮懺功德回向國泰民安、世界和平，法界有情同入佛智，共證菩提。

法會心得

護法會會長／傳祥 法會從啓建到圓滿，精舍法師帶領大眾共同發心成就，自己也心存感恩，能追隨大善知識弘法利生之慈心悲願，願發長遠精進心，永不退轉。

副會長／傳青 進入精舍兩年多來第三度參與梁皇法會，每一次的殊勝法筵都有不同的心境與法喜。這次最令我驚喜的是，從不踏入精舍的同修在圓滿日當天參加了法會並聆聽開示。願同修與我共習佛法，護持中台，生生世世發菩提心，永不退轉！

副會長／傳彰 法師的指導、事前的規畫，加上組員合作無間，讓身為組長的我減輕不少壓力及負擔。忙碌中雖然色身疲累，但看到與會大眾八天的精進，讓投入義工的我們充滿法喜，並化為修行路上持續前進的動力！

總幹事／傳豐 一年一度梁

皇寶懺法會啓建，代表一個緣起的開始，也可以說是上禪修班聆聽教理後，對自己起心動念的驗收。機動組好比觀世音菩薩一樣，能解決各組的問題及需求，應更進一步了解各組的工作流程，提早完成各組的需要，達到「敬慈和真」的目標。

執行秘書／傳德 法會期間，保持覺性，時時觀照，察覺心念尚有不圓滿之處，日後會努力修正，學習更圓融地待人處世。

書記組組長／傳裕 從剛開始的惶恐到最後看到成果，這份感動只有自己才能體會。感恩三寶讓我找到了人生的方向，並成就為大眾服務的善緣。法會不僅冥陽兩利，更能夠深刻地感受到佛法的殊勝功德！



1. 圓滿日當天，功德主代表執香案恭迎中台禪寺常務副住持見尊法師入壇主法。
2. 「法輪未轉，食輪先轉」，香積組菩薩準備色香味俱全的齋飯供養大眾。
- 3-4. 住持法師領眾共修，並開示懺文意義。





菲律賓海天禪寺

十週年慶感恩法會

文／海天禪寺提供

因導師 上惟下覺大和尚的慈心願力及精舍法師的帶領，菲律賓馬尼拉分院海天禪寺走過十年歲月，特舉辦十週年慶感恩法會，導師亦特別為十週年慶親題「海闊藏珍寶，天空載日月」法語。

十週年慶系列活動自十一月十一日大悲懺法會揭開序幕，住持法師領眾禮懺，並舉行小蒙山施食超度亡靈。十一日至十八日禮懺期間，同時舉辦叩鐘發願、點燈祈福等活動。

法會圓滿日上午九時，舞龍舞獅及武術等表演活動帶動熱烈氣氛。當日近四百人共赴法筵，中華民國駐菲律賓代表

處大使王樂生、前菲律賓副總統 Teofisto Guingona III 和菲律賓緝毒署署長 Arturo G. Cacdac Jr. 將軍前來表達祝賀之意。

下午二時三十分，主法法師代導師傳授三皈五戒，計有一百三十餘位信眾發心受持三皈，五十九位學員受持五戒，十週年慶法會至此圓滿落幕。

法會心得

護法會會長／傳偉 精舍法師與護法義工眾志成城、眾緣和合，成就了此次圓滿的法會。感恩導師慈悲設立精舍，讓我們在茫茫大海中找到依靠，即使身於異邦菲國，也能聽聞正法，願盡未來際發

心護持，永不退轉。

副會長／傳行 十年來，從禪修與法會執事中不斷地學習、磨鍊，讓我改變許多想法和態度；尤其是在不如意時，能反觀自照，不怨天尤人。非常感恩法師們的諄諄教誨及耐心的引導，讓自己不斷地成長！

執行秘書／傳醒 感恩這十年來所有曾至精舍帶領我們的法師，由於他們無私的奉獻，在所有學員的心中種下了菩提種子；更感恩導師在此設立精舍，讓我們有機會聽聞佛法、學習佛法，改變自己的生命。

環保組組長／傳微 With the physical condition I was going through and the big event, I told myself: "You can do this, Consuelo and you are very good at it." And it did. Of course this will not be possible without the help of my Dharma Brothers who are always there to lend a helping hand. (雖有病痛纏身，但領了法會執事，就告訴自己：「你絕對可以，所有的事情都是你最拿手的。」感恩組員的合力協助，順利完成任務。)

禪修班學員／傳純 Taking refuge offers us a meaning and purpose of life. I learn and practice to direct myself to awakening and keeping a mindful attitude. Through the observance of the Five Precepts I learn to be humble and patient, I learn to

accept and let go. (受持三皈依，讓我學習要常保覺性與專注，使人生更有意義。持守五戒讓我學會謙虛與忍讓，學會接受與放下。)

禪修班學員／傳燦 The moment this body began to wear the black & brown robes, I felt that I'm a different person - a person who is righteous & honorable. That kind of good feeling made me realized that it is the turning point of my life. I am now entering a new journey from selfishness to righteousness. During that day, it became clear to me what is really the essence of this life's existence and that is to uphold & propagate the Dharma. (受持五戒，搭上縵衣的那一剎那，感覺自己蛻變為正直且誠實的人，跳脫自私，邁入人生新旅程，也感覺自己的心因佛法的洗滌而清淨。我了解到生命的真義就是要實踐佛法、弘揚佛法。) 



1. 中華民國駐菲律賓代表處大使王樂生致詞祝賀。
2. 一百三十餘位信眾發心受持三皈，五十九位學員受持五戒。
3. 法會期間，並舉辦叩鐘發願、點燈祈福等活動。





普榮精舍

蔬食饗宴健康講座

文／普榮精舍提供

台北市天母地區普榮精舍於九月二十三日舉辦健康講座和蔬食饗宴，新光醫院健康管理部李育瑜醫師以「健康的飲食習慣」為主題，提醒大眾飲食習慣對於身體健康的重要性，講座吸引了許多社區民眾前來聆聽。

現代人飲食西化，多攝取高糖、高鹽和高油脂的食物，導致高血壓、心血管疾病，甚至癌症日益增加。李醫師表示，一般人認為吃素容易營養不良，其實是錯誤的，黃豆是素食的主要蛋白質來源，它比肉類的動物性蛋白更適合人體吸收。李醫師建議多吃未精緻化的全穀類和蔬果，每天至少喝八大杯水來增進腸道的健康。此

外，也不能忽略心理的健康，李醫師鼓勵大眾至精舍禪修，一方面藉由禪修靜坐保持心情的平和；另一方面，長養慈悲心，使身心和諧，才能永保安康。

演講結束，緊接著令大眾期待的「蔬食饗宴」活動登場。精舍香積組菩薩精心準備了色香味俱全的素齋，前來聆聽演講的居士大德實際體驗，原來素食不僅健康，也能兼具美味。

「法輪未轉，食輪先轉」，本次活動獲得熱烈回響，社區大眾藉由聆聽演講、參與蔬食饗宴的因緣，來到清淨道場，開



啓了親近三寶的契機，令活動更加殊勝圓滿！

活動心得

副會長／傳際 只要有利人之心，處處都是菩薩行處。因為此次活動，學作菩薩的行者，放下身段，面對大眾，消除我慢心，遇到不和善的路人，也能安然處之，無我相、人相、衆生相、壽者相。修行正是透過不斷地實踐，長養一切善根，滅除煩惱習氣，成就佛道。

副會長／傳澤 蔬食饗宴讓未學佛、已學佛、未吃素、已吃素的有緣大眾皆法喜充滿，隨願飽滿。自四月份精舍推出社區浴佛活動，獲得社區民衆廣大回響，此次更主動籌辦活動，無非就是希望：安住大乘心，善開方便門。種下善因，必有結果之日！

副會長／傳如 每個人都關心自己的身體健康，但很容易忽視心靈的健康。感恩精舍法師舉辦此次活動，從「身體的健康」著手，引導大眾達到「心靈的健康」。

副會長／傳上 活動也許不是盡善盡美，但自己知道，唯有淨心才能清楚明白如何處事，期待下次的發心機會，讓自己更上層樓！

執行秘書／傳知 令人感動的是由於活動的因緣，許多社區民衆走進了精舍，種下了親近三寶的菩提善根，此次活動其實是巧妙地運用方便法門來廣度有情，自己也從中體會到真正的健康來自於身心的協調。修行，真的是一條最光明的路！

莊嚴組／傳丹 這場盛會，不僅是健康知識的傳遞，也讓參與的來賓們了解到原來佛法並不難，原來學禪可以很輕鬆，原來蔬食也能這麼美味，原來生活中的一切問題都可以在這裡找到答案。這場盛會，圓滿殊勝，從來賓們臉上滿足、歡喜的笑容，以及報名禪修班的踴躍得到了肯定。這場盛會，把精舍學員的心緊緊地繫在一起。這場盛會，不僅法喜充滿心中，也廣結善緣，開啓了有緣大眾的正向人生！



- 1-2. 新光醫院健康管理部李醫師分享飲食習慣與身體健康的關係。
- 3-4. 香積組準備豐富的齋點供養大眾，讓與會民衆親身體驗素食的健康與美味！



1

月

精舍課程及活動快訊

【禪修班開課】

■美國太谷精舍

- 2013/1/21 英文禪修班 Level I
- 2013/1/22 日間高級禪修班
- 2013/1/22 夜間研經班
- 2013/1/23 日間研經班
- 2013/1/23 英文禪修班 Level II
- 2013/1/24 日間初級禪修班
- 2013/1/24 Sutra Study Class
- 2013/1/25 夜間高級禪修班
- 2013/1/25 砂谷青年禪學會
- 2013/1/26 週末中級禪修班
- 2013/1/26 週末研經班
- 2013/1/26 英文禪修班 Level III
- 2013/1/26 A.W.E.S.O.M.E. 親子禪修班
- 2013/1/27 週日研經班

■美國佛門寺

- 2013/1/19 中文初級禪修班
- 2013/1/19 英文兒童 / 中文青少年禪修班
- 2013/1/19 研經班 B
- 2013/1/21 英文研經班 A
- 2013/1/22 英文中級禪修班
- 2013/1/22 英文初級禪修班
- 2013/1/23 英文初級禪修班
- 2013/1/23 英文研經班 B
- 2013/1/24 中文研經班 A
- 2013/1/24 英文中級禪修班
- 2013/1/25 中文中級禪修班

■美國佛心寺

- 2013/1/7 Mandarin Learning Level I & II
- 2013/1/8 Zen Meditation & Buddhism Class Level II
- 2013/1/9 Sutra Study Class
- 2013/1/11 Zen Meditation & Buddhism Class Level I
- 2013/1/12 1/26 Kid's Meditation Class
- 2013/1/26 Vegetarian Cooking Class

■美國佛寶寺

- 2013/1/8 Meditation Class Level 1
- 2013/1/9 Morning Meditation Class Level 2
- 2013/1/10 Sutra Study Class
- 2013/1/10 研經班 1
- 2013/1/11 Evening Meditation Class Level 2
- 2013/1/12 研經班 2
- 2013/1/12 中級禪修班

■美國法寶寺

- 2013/1/10 中文研經班 1
- 2013/1/10 英文初級禪修班
- 2013/1/11 英文中級禪修班
- 2013/1/12 中文中級禪修班
- 2013/1/12 中文初級禪修班
- 2013/1/13 英文研經班
- 2013/1/13 中文研經班 2
- 2013/1/13 兒童禪修班

■菲律賓海天禪寺

- 2013/1/12 英文中級禪修班
- 2013/1/12 英文初級禪修班
- 2013/1/13 英文高級禪修班
- 2013/1/13 英文研經班
- 2013/1/14 中文高級禪修班
- 2013/1/15 中文初級禪修班
- 2013/1/16 中文研經班
- 2013/1/17 中文中級禪修班
- 2013/1/18 梵唄班
- 2013/1/20 華語班
- 2013/1/26 兒童禪修班
- 2013/1/26 青少年禪修班

■泰國泰佛寺

- 2013/1/19 合艾初級中泰文禪修班
- 2013/1/6 清邁初級中泰文禪修班

- 2013/1/7 日、夜間初級中泰文禪修班
- 2013/1/8 日間泰語基礎 B 班
- 2013/1/8 夜間中級中泰文禪修班
- 2013/1/9 日間泰語初級 C 班
- 2013/1/9 夜間高級中泰文禪修班
- 2013/1/9 夜間華語初級 C 班
- 2013/1/10 夜間研經禪修班
- 2013/1/10 夜間華語中級 A 班
- 2013/1/11 夜間華語基礎 B 班
- 2013/1/12 夜間泰語基礎 A 班
- 2013/1/12 梵唄班

■普皇精舍

- 2012/12/25 夜間初級禪修班

■普得精舍

- 2013/1/2 夜間研經班 (二)
- 2013/1/3 日、夜間中級班
- 2013/1/4 日間初級班
- 2013/1/4 夜間高級班
- 2013/1/5 親子禪修班
- 2013/1/7 日間高級班
- 2013/1/7 夜間研經班 (一)
- 2013/1/7 日間研經班
- 2013/1/8 夜間初級班
- 2013/1/14 素食烹飪班 (限禪修班學員)

■普雨精舍

- 2013/1/2 夜間初級禪修班
- 2013/1/8 日間初級禪修班

■普新精舍

- 2013/1/2 夜間初級禪修班
- 2013/1/4 日間初級禪修班

■普中精舍

- 2013/1/15 日間禪修班
- 2013/1/17 夜間初級禪修班

■普耕精舍

- 2013/1/3 夜間初級禪修班

■普宏精舍

- 2013/1/9 日間初級禪修班
- 2013/1/10 夜間初級禪修班

■普民精舍

- 2012/12/15 12/29 小太陽親子禪修班
- 2012/12/23 英文禪修班

■普天精舍

- 2012/12/22 健康保健講座

■普林精舍

- 2013/1/14 夜間研經禪修班
- 2013/1/15 日、夜間研經禪修班
- 2013/1/16 台語念佛班
- 2013/1/16 日、夜間中級禪修班
- 2013/1/18 夜間研經禪修班
- 2013/1/24 日、夜間初級禪修班
- 2013/1/26 親子禪修班

■普佛精舍

- 2013/1/19 台語研經班 (二)
- 2013/1/19 親子禪修班
- 2013/1/21 梵唄班
- 2013/1/21 國語初級禪修班
- 2013/1/22 台語初級禪修班
- 2013/1/22 國語中級禪修班
- 2013/1/23 台語中級禪修班
- 2013/1/23 國語研經班 (二)
- 2013/1/24 台語高級禪修班
- 2013/1/24 國語研經班 (一)
- 2013/1/25 台語研經班 (一)
- 2013/1/25 國語高級禪修班
- 2013/1/27 梵唄班

■普宜精舍

- 2012/12/17 香燈實務
- 2012/12/24 梵唄班

■普運寺

- 2012/12/20 日、夜間初級禪修班
- 2012/12/25 夜間高級禪修班
- 2012/12/26 日間高級禪修班
- 2012/12/28 日、夜間中級禪修班

【法會活動】

■美國太谷精舍

- 2012/12/25 ~ 2013/1/1 冬季大眾精進禪七 / 三皈依
- 2013/1/8 ~ 1/19 梁皇寶懺共修
- 2013/1/20 梁皇寶懺圓滿法會

■美國佛門寺

- 2012/12/23 ~ 2013/1/1 報恩梁皇寶懺法會暨 2013 年新春祈福法會
- 2012/12/31 佛前大供
- 2013/1/20、1/27 半日禪

■美國中洲禪寺

- 2012/12/30 半日禪

■美國佛心寺

- 2012/12/29 ~ 12/30 二日禪

- 2013/1/6 梁皇寶懺法會

- 2013/1/20 半日禪

■美國普德精舍

- 2012/12/25 ~ 2013/1/1 冬季精進禪七

- 2013/1/6 半日禪

■美國佛寶寺

- 2012/12/29 ~ 12/30 二日禪

■美國法寶寺

- 2013/1/10 ~ 3/14 金剛經 / 八十八佛洪名寶懺共修

- 2013/1/13 半日禪 (限禪修班學員)

- 2013/1/27 金剛經法會

■日本普東禪寺

- 2013/1/1 新春祈福法會

■菲律賓海天禪寺

- 2013/1/12、1/26 佛前大供

- 2013/1/20 臘八護法會聯誼

■泰國泰佛寺

- 2013/1/26 新春臘八圍爐晚會

- 2013/2/9 除夕上頭香祈福法會

- 2013/1/1 ~ 5/16 恭誦金剛經

- 2012/11/9 ~ 2013/1/4 楞嚴經 / 八十八佛禮懺共修

- 2013/1/11 ~ 3/29 法華經 / 八十八佛禮懺共修

- 2013/1/12 佛前大供

- 2013/1/13 蓮池共修會

- 2013/1/20 精進一日禪修

■奧地利普法精舍

- 2013/1/12、1/26 佛前大供

- 2012/12/30 起每週日 普賢行願品共修

- 2013/1/27 大行普賢消災超薦法會

■基隆佛教蓮社

- 2013/1/5 ~ 1/12 精進佛七

- 2013/1/18 護法會歲末圍爐聯誼晚會

■普光精舍

- 2012/12/27、2013/1/11、1/25 佛前大供

- 2013/1/13 半日禪

■普皇精舍

- 2012/12/29 大悲懺共修法會

■普觀精舍

- 2013/1/13 三千佛圓滿法會暨歲末圍爐法會

- 2013/1/20 半日禪

■普得精舍

- 2013/1/5 金剛經共修

■普濟精舍

- 2013/1/13 啟建梁皇寶懺消災超薦祈福大法會

- 2013/1/19 臘八圍爐

- 2013/1/20、1/26 梁皇寶懺消災超薦祈福大法會

■普正精舍

- 2013/1/12 護法會聯誼歲末圍爐

■普新精舍

- 2012/12/26 禪修班招生說明會

■普中精舍

- 2013/1/13 慈悲三昧水懺法會

■普平精舍

- 2013/1/6 梁皇寶懺法會

- 2013/1/12 歲末圍爐感恩晚會

■普耕精舍

- 2012/12/27 初級禪修班招生說明會

■普親精舍

- 2013/1/6 地藏法會

- 2013/1/15 佛前大供

- 2013/1/20 ~ 2/22 精進禪修月

- 2013/1/21 誦在家菩薩戒

- 2013/1/26 101 年常年光明燈總回向

■普慈精舍

- 2012/12/27 普門品共修暨佛前大供

- 2013/1/21 ~ 1/23 滿慈子兒童禪修營

■普雲精舍

- 2012/12/27 佛前大供

- 2012/12/28 萬佛吉祥年功德圓滿法會

- 2013/1/25 各級禪修班結業式

- 2013/1/30 歲末圍爐暨各級禪修班成果展

■普民精舍

- 2013/1/6 ~ 1/12 啟建梁皇寶懺法會

- 2013/1/29 ~ 1/31 日夜間禪修班結業傳燈

■普安精舍

- 2012/9/3 ~ 2013/5/31 每週一 禮拜三千佛

- 暨恭誦楞嚴經共修

- 2013/1/26 新春叩吉祥鐘祈福法會

■普天精舍

- 2013/1/11 ~ 1/13 三昧水懺消災祈福超薦法會

■普彰精舍

- 2013/1/6 ~ 1/13 新建大樓灑淨大典暨

- 十週年慶啟建梁皇寶懺消災超薦大法會

- 2013/1/25 ~ 1/27 向日葵兒童禪修營

■普林精舍

- 2012/12/22 ~ 12/30

- 梁皇寶懺消災超薦大法會

- 2013/1/27 青少年半日禪

■普田精舍

- 2012/12/27 普門品暨佛前大供

■普佛精舍

- 2012/12/27、2013/1/12、1/26 佛前大供

- 2013/1/7 ~ 1/12 楞嚴經共修

- 2013/1/26 歲末圍爐

■普思精舍

- 2013/1/22 ~ 1/24 小普英兒童禪修營

■普惠精舍

- 2013/1/21 楞嚴經超薦大法會

■普南精舍

- 2013/1/5 歲末聯誼晚會

■普高精舍

- 2012/12/27 佛前大供

- 2012/12/28、2013/1/4、1/11、1/18、1/25

- 梁皇寶懺共修日

- 2013/1/6 恭誦在家菩薩戒

■普剛精舍

- 2012/12/27 觀音法會暨佛前大供

- 2013/1/13 三昧水懺法會總回向

- 2013/1/27 新春藝文活動暨禪修班結業成果表演

■普蓮寺

- 2013/1/6 普門品法會

■普台精舍

- 2012/12/14 ~ 12/28 普門品共修

- 2013/1/22 ~ 1/24 小釋迦兒童禪修營



普台高級中學

附設國中

捐資興學・功德無量

普台高級中學
地址 / 54544 南投縣埔里鎮中台路 5 號
電話 / (049)2932-899
戶名 / 財團法人南投縣私立普台高級中學
郵政劃撥帳號 / 22676111
<http://www.ptsh.ntct.edu.tw>

普台高中已於九十八年八月舉行落成大典，並於九十九年合併國中，具體實現國小、國中、高中「三學一貫」長程教育目標。普台教育體系本著培育社會精英、國家棟樑與世界未來的人才，落實優質的全人教育理念，使學子有良好的品格、多元的智能、寬廣的國際視野，以成為未來世界的一軍。

普台高中校園 (佔地 22 公頃)

98-04-43-04 郵政劃撥
收款帳號 22676111

金額 壹仟萬 拾萬 仟 佰 拾 元
金額 新台幣 (小寫)

通訊欄 (限與本次存款有關事項)

財團法人南投縣私立普台高級中學

寄款人
姓名 通訊處 電話
金額 〇〇〇〇-〇〇〇
經辦局收款戳

◎寄款人請注意背面說明
◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳號戶名 存款金額 電腦紀錄 經辦局收款戳

虛線內備供機器印錄用請勿填寫



南投縣私立普台國民小學

Pu Tai Elementary School

相關訊息請參閱普台國民小學網站
<http://www.putai.ntct.edu.tw>
電話：(049) 2930-199 轉 1102
校址：54544 南投縣埔里鎮中台路 3 號

青山綠水的自然環境，用心設計的教學設備，精心規劃的多元課程，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！

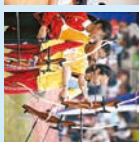
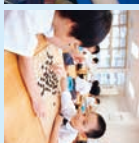
招生
說明會

大台北地區

1/6 (日) 下午 2:30 ~ 4:30

普皇精舍

新北市永和區成功路一段 82 號 1 樓



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 2 號	TEL (049) 2930-215 FAX (049) 2930-397	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
萬里靈泉寺	新北市萬里區溪底里瑞泉路 2~6 號	TEL (02) 2492-1631 FAX (02) 2492-4977	普平精舍	桃園縣龍潭鄉公園路 58 巷 30 號	TEL (03) 470-5999 FAX (03) 470-5668
天祥寶塔禪寺	新北市萬里區雙興里二坪 6~2 號	TEL (02) 2492-9114 FAX (02) 2492-9132	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
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	普親精舍	新竹市學府路 445 號	TEL (03) 575-0777 FAX (03) 575-0650
慈明寺	基隆市暖暖區過港路 10 巷 353 號	TEL (02) 2457-6783 FAX (02) 2457-4807	普宏精舍	新竹市光華東街 31 號 2 樓	TEL (03) 543-0977 FAX (03) 542-2421
普光精舍	台北市信義區莊敬路 325 巷 58 號 2 樓	TEL (02) 2758-1056 FAX (02) 2758-1478	普慈精舍	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	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
普照精舍	台北市文山區興隆路一段 53 號 1 樓	TEL (02) 8663-7701 FAX (02) 2934-9541	普雲精舍	苗栗縣苗栗市為民街 405 號	TEL (037) 270-058 FAX (037) 273-260
普賢精舍	台北市松山區民生東路五段 165 號 2 樓之 3	TEL (02) 2760-8677 FAX (02) 2760-8879	普真精舍	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	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	普安精舍	台中市西區南屯路一段 216 號	TEL (04) 2378-2175 FAX (04) 2375-4230
普觀精舍	台北市內湖區成功路三段 174 巷 43 號 1 樓	TEL (02) 2791-1951 FAX (02) 2791-9560	普梵精舍	台中市北屯區太原路三段 335 號	TEL (04) 2234-0025 FAX (04) 2234-3765
普圓精舍	台北市中山區民族西路 2~3 號	TEL (02) 2599-4966 FAX (02) 2599-4955	普成精舍	台中市大里區中興路二段 69 之 10 號 C 棟 4 樓	TEL (04) 2486-0835 FAX (04) 2486-0837
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	普豐精舍	台中市豐原區圓環東路 675 號	TEL (04) 2520-7908 FAX (04) 2520-7925
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
普榮精舍	台北市士林區德行東路 233 號	TEL (02) 2838-1881 FAX (02) 2831-3389	普方精舍	南投縣南投市文昌街 50 號	TEL (049) 2200-250 FAX (049) 2244-192
普印精舍	台北市北投區大業路 152 號	TEL (02) 2891-9757 FAX (02) 2892-1476	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
普明精舍	新北市板橋區文化路一段 299 號 5 樓	TEL (02) 2258-7357 FAX (02) 2254-3605	普天精舍	南投縣埔里鎮北環路 123 號	TEL (049) 2989-820 FAX (049) 2980-431
普因精舍	新北市板橋區南雅南路二段 11 之 29 號	TEL (02) 2962-5519 FAX (02) 2958-7054	奉天寺	南投縣埔里鎮光遠一街 7 號	TEL (049) 2996-638 FAX (049) 2903-853
普濟精舍	新北市三重區永福街 15 號	TEL (02) 2286-8460 FAX (02) 2280-7360	地藏寶塔禪寺	南投縣埔里鎮溪南巷 10 號	TEL (049) 2990-080 FAX (049) 2990-079
普正精舍	新北市泰山區泰林路二段 448 號	TEL (02) 2900-1800 FAX (02) 2909-2727	普彰精舍	彰化縣彰化市忠誠路 108 號	TEL (04) 728-2772 FAX (04) 728-2840
普雨精舍	新北市中和區連城路 168 號 7 樓	TEL (02) 2248-8860 FAX (02) 2248-8857	普林精舍	彰化縣員林鎮和平東街一段 158 號	TEL (04) 836-1555 FAX (04) 836-1813
普皇精舍	新北市永和區成功路一段 82 號 1 樓	TEL (02) 2231-1169 FAX (02) 2231-6579	普田精舍	雲林縣斗六市中山路 158 號	TEL (05) 532-1616 FAX (05) 532-1010
普新精舍	新北市新莊區中港路 310 號 4 樓	TEL (02) 2993-8284 FAX (02) 2990-8454	普嘉精舍	嘉義市中興路 208 號	TEL (05) 231-0036 FAX (05) 231-5962
普善精舍	新北市新店區順安街 2 號 2 樓	TEL (02) 2911-2460 FAX (02) 2911-2531	普佛精舍	台南市東區崇學路 186 號 3 樓	TEL (06) 290-4295 FAX (06) 260-9841
印月禪寺	新北市新店區廣興里小坑一路 12 號	TEL (02) 2666-5129 FAX (02) 2666-5183	普恩精舍	台南市中西區府前路二段 237 巷 26 號	TEL (06) 297-7666 FAX (06) 297-9570
普燈精舍	新北市新店區安德街 115 巷 8 號	TEL (02) 8666-5289 FAX (02) 8666-7865	普憲精舍	台南市新營區長榮路一段 459 號	TEL (06) 633-5905 FAX (06) 632-0021
普學禪寺	新北市淡水區學府路 90 號	TEL (02) 2621-5399 FAX (02) 2621-5615	普南精舍	台南市新化區中正路 318 號	TEL (06) 580-1146 FAX (06) 590-6562
普頓精舍	新北市樹林區武林街 3~3 號	TEL (02) 8675-1501 FAX (02) 8675-1502	普門精舍	台南市六甲區信義街 97 號	TEL (06) 698-9389 FAX (06) 698-6711

【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	高雄市楠梓區德豐街 225 號	TEL (07) 364-5211 FAX (07) 364-0594
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 197 號	TEL (07) 550-5510 FAX (07) 550-5509
普剛精舍	高雄市岡山區竹園東街 119 號	TEL (07) 622-2533 FAX (07) 622-5535
志成佛寺	屏東縣萬巒鄉鹿寮村永康路 31 號	TEL (08) 781-1510 FAX (08) 781-0287
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
普宜精舍	宜蘭縣宜蘭市農權路三段 148 號	TEL (03) 933-4423 FAX (03) 933-4150
普蓮寺	花蓮縣花蓮市明智街 150 號	TEL (03) 835-0886 FAX (03) 832-4986
瑞光禪寺	花蓮縣瑞穗鄉溫泉路三段 149 號	TEL (03) 887-6642 FAX (03) 887-5442
普台精舍	台東縣台東市更生路 1027 號	TEL (089) 221-488 FAX (089) 221-499
天池精舍	台東縣池上鄉福原村新興路 2 號	TEL (089) 864-649 FAX (089) 864-740
美國太谷精舍 Chung Tai Zen Center of Sunnyvale	750 E. Arques Ave., Sunnyvale, CA 94085, USA	TEL (1) 408-733-0750 FAX (1) 408-733-0751
美國佛門寺 Buddha Gate Monastery	3254 Gloria Terrace, Lafayette, CA 94549, USA	TEL (1) 925-934-2411 FAX (1) 925-934-2911
美國中洲禪寺 Middle Land Chan Monastery	1173 San Bernardino Ave., Pomona, CA 91767, USA	TEL (1) 909-625-0187 FAX (1) 909-625-0189
美國佛心寺 Buddha Mind Monastery	5916 S. Anderson Rd., OKC, OK 73150, USA	TEL (1) 405-869-0501 FAX (1) 405-869-0503
美國普德精舍 Chung Tai Zen Center of Houston	12129 Bellaire Blvd., Houston, TX 77072, USA	TEL (1) 281-568-1568 FAX (1) 281-568-1569
美國德州寶塔禪寺 Texas Pagoda Chan Monastery	100 Chung Tai Rd., PO Box 1247, Shepherd, TX 77371-1247, USA	TEL (1) 936-365-2451 FAX (1) 936-365-2452
美國佛寶寺 Buddha Jewel Monastery	7930 Rainier Ave. S., Seattle, WA 98118, USA	TEL (1) 206-721-9921 FAX (1) 206-721-9922
美國法寶寺 Dharma Jewel Monastery	2550 Henderson Mill Rd., NE, Atlanta, GA 30345, USA	TEL (1) 770-939-5008 FAX (1) 770-939-5006
澳洲寶林禪寺 Bao Lin Chan Monastery	94A High St., Glen Iris, Vic 3146, Australia	TEL (61) 3-9813-8922 FAX (61) 3-9813-8966
日本普東禪寺 Pu Dong Chan Monastery	日本國大阪府門真市新橋町 22-2	TEL (81) 6-6902-2400 FAX (81) 6-6902-2404
菲律賓海天禪寺 Ocean Sky Chan Monastery	716 Jose Abad Santos St., Little Baguio, San Juan, Metro Manila, Philippines	TEL (632) 723-6132 FAX (632) 722-4400
香港普廣精舍 Pu Kwang Meditation Center	香港北角堡壘街 12-14 號地下 G/F, No. 12-14 Fort St., North Point, HK	TEL (852) 2915-6011 FAX (852) 2915-6700
泰國泰佛寺 Great Buddha Monastery	61/84-86 Mooban Thaveemit, Rama 9 Rd., Bangkok 10320, Thailand	TEL (66) 2643-2386 FAX (66) 2643-2795
奧地利普法精舍 Chung Tai Zen Center of Linz	Hoerzingstr. 62 ab, 4020 Linz, Austria	TEL (43) 732-944704 FAX (43) 732-947863
義大利華義寺 Hua Yi Si (Tempio Chiese-Italiano)	Via dell' Omo N. 142, 00155 Roma, Italia	TEL (39) 06-22428876 FAX (39) 06-22771028

【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 新春金剛般若寶懺暨 合禮團拜大法會

本寺秉持佛法慈悲濟世之精神，謹訂於民國一百零二年二月十五日（農曆大年初六）至二月十七日（農曆大年初八）共三天，於天祥寶塔禪寺啟建新春金剛般若寶懺暨合禮團拜大法會。於法會圓滿日恭請中台禪寺住持見燈和尚主持新春獻供、開示法要，為大眾祝願祈福，普度群生，兩利冥陽。敬邀善信闔府蒞臨，恭聆法語，同霑法悅。

法會行程表

二月十五日（週五）

08:30 開壇灑淨暨恭誦《普門品》
10:30 供燈大典／佛前大供／開示法要／叩吉祥鐘
12:00 午齋
14:00 禮懺
16:30 晚課
18:00 藥石

二月十六日（週六）

08:30 禮懺
10:30 供燈大典／佛前大供／開示法要／叩吉祥鐘
12:00 午齋
14:00 禮懺
16:30 晚課
18:00 藥石

二月十七日（週日）

08:30 禮懺
10:30 恭請中台禪寺住持見燈和尚新春獻供／合禮團拜／開示法要
12:00 午齋
14:00 功德圓滿

天祥寶塔禪寺

地址：新北市萬里區雙興里二坪 6 號之 2

電話：(02) 2492-9114

備註：為成就大眾發心功德，法會期間，備有法會專車接送。

乘車地點：普得、普眼、普新精舍樓下。

欲搭乘者，請與天祥寶塔禪寺知客室聯絡登記。

大手牽小手 普台快樂走

102
親子營

品格第一 造就優質人才
國學薰修 深入固有文化
四國外語 開拓國際視野
多元學習 培養多元智慧
田園教學 豐富自然體驗

- 時間：102 年 1 月 26、27 日。（星期六、日兩天一夜）
- 參加對象：幼稚園大班、國小 1～2 年級學生。
- 報名截止日期：即日起至 102 年 1 月 18 日止。
- 報名方式：
 - ◆ 郵寄報名表至普台國民小學教務處。
 - ◆ 至中台禪寺所屬各精舍分院填寫報名表。



國學小狀元——體驗古聖先賢的智慧



智高創意高手——親子同歡樂趣多



只要我長大——生活自理能力



我的大自然朋友們——親子共享田園樂

活動簡章、報名表請至普台國民小學網站下載
www.putai.ntct.edu.tw

南投縣私立普台國民小學
電話：(049) 2930-199 # 1102
校址：南投縣埔里鎮中台路 3 號

紅彤彤的朱蕉，
錯落有致地分布在中台世界裡。
赤紅光亮的身影，
彷彿訴說著行者
不畏艱辛勤求道法的熱忱與堅持。



【讀者知訊】

- 壹、索刊請洽中台禪寺各精舍分院。
- 貳、如發現書頁有裝訂錯誤或污損事情，請寄至中台禪寺文教中心更換新品。
- 參、若有重複收到本月刊，請洽中台禪寺各精舍分院，以節省資源，利益社會大眾。
- 肆、更新投遞住址時，請將下方郵標剪下，連同新住址資料寄至中台禪寺即可。

「 「

中台植物

之

朱焦

學名： *Cordyline terminalis* (L.) Kunth.

英文名稱： Common Dracena、Tree of Ings、
Good-luck Plant

別稱： 朱竹、千年木、紅葉鐵樹、宋竹

性狀： 龍舌蘭科，多年生灌木

辨認特徵：

1. 莖幹直立細長，易成叢生狀。
2. 葉互生，長披針形，全緣，紙質；簇生於莖頂。
葉色有深綠、黃綠、淡紅及暗紫等各色相間，

依品種而有不同變化。

3. 圓錐花序，紫紅色，頂生。

4. 漿果球形，果熟時呈紅色。

原產地： 熱帶亞洲、大洋洲

用途： 庭園觀賞、盆栽、
插花素材、藥用

位置： 菩提公園

台北郵局許可證
台北字第1480號

國內
郵資已付



雜誌類