

中台山

釋惟覺 題

「本期主題」

兒童讀經教育

「正法眼藏」《六祖壇經》機緣品・臥輪禪師

「佛教藝術」佛教造像的三大概念

「植物采風集」蓮與睡蓮

「普台教育」普台國小文化探索之旅



中台禪寺 捐款賑濟四川雅安震災

在導師「上惟下覺」大和尚的帶領下，本寺秉持佛法「無緣大慈、同體大悲」的精神，弘揚佛法、普度群生，除了積極推廣禪修教育，淨化人心，帶動社會之安定與祥和，更致力於慈善、救濟及各項關懷、回饋社會之公益活動，實踐慈悲入世的菩薩行。

四月二十日上午八時，四川省雅安市蘆山縣發生七級強震，造成數百人死亡，逾萬人受傷，為紓解災區民眾的急難，本寺於四月二十二日即時捐助港幣貳佰伍拾伍萬元，以實際行動關懷災區，希望受災民眾早日脫離身心苦難。

期望透過本次捐款拋磚引玉，凝聚更多善願善行，令災區民眾得以安頓身心，燃起生命的曙光，早日重建家園。



捐贈榮譽証

中台禪寺：

捐贈雅安蘆山地震港幣貳佰伍拾伍萬元整收訖。謹對 貴寺 慷慨解囊，扶貧濟困，奉獻愛心，造福社會的義舉，深表謝意，特發此証，以志紀念。

四川省慈善總會

SICHUAN CHARITY FEDERATION

二〇一三年 五月 三日

中台四箴行

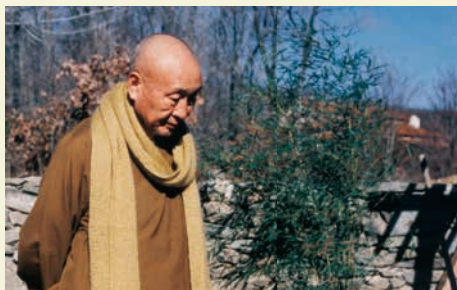
對上以敬
對下以慈
對人以和
對事以真

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

【正法眼藏】

《六祖壇經》機緣品
臥輪禪師

上惟下覺大和尚開示



15

【本期主題】

兒童讀經教育

編輯部



46

【普台教育】

普台國小文化探索之旅

編輯部

14	【生活啓示錄】	春芽	見寅法師
16	【本期主題】	品德教育	上惟下覺大和尚開示
19	【本期主題】	打開孩子光明心性的一扇門	傳參
21	【本期主題】	兒童上讀經班的好處	傳靜
23	【本期主題】	兒童佛門讀經樂	傳旌
24	【本期主題】	慈悲的種子	傳相
25	【本期主題】	潛移默化	傳恂
26	【本期主題】	讀經的成長與改變	傳來
27	【本期主題】	三寶照護的孩子	傳穎
28	【本期主題】	普台國小國學課程的推動與成效	王月秋

31	【佛教藝術】	佛教造像的三大概念	見迅法師
35	【佛學院園地】	覺心觀照	中台佛教學院
36	【佛典故事】	佛陀不急不緩彈琴喻	編輯部
38	【佛法小常識】	鼓	編輯部
41	【健康素食】	乾煎麵線	編輯部
42	【植物采風集】	蓮與睡蓮	張惠珠
50	【紅塵清泉】	天祥寶塔禪寺一百零二年度 清明梁皇寶懺超薦消災祈福大法會	編輯部
52	【紅塵清泉】	美國普德精舍十週年慶啓建梁皇寶懺大法會	普德精舍提供
54	【紅塵清泉】	普親精舍浴佛暨孝親報恩法會	傳松
56	【精舍活動預告】	精舍課程及活動快訊	編輯部

編輯手札

在虛擬世界與人生緊密結合的現代，重要的不是資訊能力，而是接收資訊之後的判斷與作主能力。在知識、技能為先的教學導向外，人文才是養成人格的核心教育，能培養明辨是非的智慧、正確抉擇的膽識，不受物欲誘惑，養成正確的價值觀。本期主題介紹各精舍與普台國小施行讀經教育的成效，讀經，不僅能提升孩童的背誦能力、專注能力，更能讓孩子擁有自律、同理、正義等品德的無形財富，一生受用。

普台擁有優質的人文學習資源，從國小三年級起，學子們學習書法，在一筆一捺之間，沉澱身心，增強定力。今年三、四月間，普台國小全校師生參訪鄰近的中台山博物館，在文物世界中，感受諸佛菩薩的慈悲容顏；透過名家碑拓介紹，體會古聖先賢的凜然氣節。從小薰修國學文化的優勢，陶冶普台學子良好的人文素養，生命的視野也更加開闊。

《六祖壇經》機緣品 卧輪禪師

上惟下覺大和尚開示

編輯部整理

有僧舉卧輪禪師偈云：「卧輪有伎倆，能斷百思想，對境心不起，菩提日日長。」師聞之，曰：「此偈未明心地。若依而行之，是加繫縛。」因示一偈曰：「惠能沒伎倆，不斷百思想，對境心數起，菩提作麼長。」

這一章與六祖大師初親近五祖座下，神秀大師作偈：「身是菩提樹，心如明鏡台，時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」六祖大師即作偈云：「菩提本無樹，明鏡亦非台，本來無一物，何處惹塵埃。」二者有異曲同工之妙，不過深淺程度不一樣。

臥輪禪師與六祖惠能大師的兩個偈子，就是兩種心境，對於「道」、對於菩提自性，有不同的看法。什麼叫作「道」？在佛法當中，有大乘、小乘，有頓悟、有漸修，對於道的解釋都不同，有深、有淺。修行學佛，最重要的就是知見，知見正了，就能得解脫，如六祖大師所云：「正見名出世，邪見名世間。」

正知見圓融事理

每個宗教都認為自己的教義是正見，究竟什麼是正見呢？佛法是以戒為根本；沒有戒，就沒有正見了。有些人認為持戒是一種約束，要吃就吃，要喝就喝，所以喝酒吃肉，認為這才是自在；在佛法來看，持戒可以得解脫，而不是約束。甚至說自己喝酒是為了度喝酒的人；如果不喝酒，誰來度喝酒的人？認為自己是正知見、是大慈悲。所以，現代社會許多人連事上的正見都不清楚，何況是理上的正見？我們研究這一章，也能生起正見。有了正知正見，就能契入菩提心。

什麼是正見？第一，以佛經為根據，以佛心為己心，以佛言為己言，以佛行

為己行，這就是正見；勤修戒、定、慧三無漏學，這就是正見。最低限度要誦經持咒、修善去惡、修六波羅蜜，無論開悟與否，都必須要有這種知見。佛法講諸法緣起、緣起性空，講三界唯心、萬法唯識，能夠相信這些道理，這也是正見。這些是前方便。真正的正見，就要開悟，悟到當下這念心，這個就是更進一步了，不但在事上了解，而且從事到理，都能契悟。這一章就是講正知正見，在理上講，完全是指這念心。如果對這個道理一知半解，執著這個理，看到人家在事上用功就覺得不究竟，也是不圓融。

例如，打坐的人看到別人不打坐，就認為別人不修禪定；不打坐的人看到人家打坐，就認為：「道不在坐臥，打坐是執著。」彼此互相毀謗。什麼原因？就是事理沒有通達、沒有圓融，只是學了一些口頭禪。假使真正契悟了道，道雖然沒有行住坐臥，可是也不離開行住坐臥。以打坐為例，要是不打妄想、不落昏沉，必須下一番功夫；假使不打坐，就不容易辦到。所以，打坐是一個助緣、是一個方便。等到明白這念心了，即使不打坐，這念心也不散亂、不顛倒；即使不打坐，這念心也是善念、無念，經常都在定當中。達到這個境界，道就是不關行住坐臥；雖然不關行住坐臥，可是也不離開行住坐臥。打坐一點也沒有妨礙，不但沒有妨礙，而且還更增勝，這樣就是圓融。假使不了解這些道理，

就執著一邊了。

無住心定慧等持

「有僧舉臥輪禪師偈」，六祖大師座下的出家眾很多，其中有一位僧人在誦念臥輪禪師的偈子：「臥輪有伎倆」，臥輪禪師有一種伎倆，就是有一種方法。什麼方法呢？斷煩惱的方法。這是小乘的境界。小乘不是不好，也是一種前方便。例如，小乘要入涅槃，把第六識滅掉，最後要滅第七識的一部分，就稱之為「入滅盡定」，這就是「有伎倆」。佛法是有層次的，有深、有淺，假使悟到一點道理，就否定了以前，這也不對；但是執著前方便，得少為足，不願長進，這也不對。

「能斷百思想」，有能觀、有所觀，能夠滅除第六意識。佛法裡也有一句話：「打得念頭死，方許法身活」，我們的思想是從第六識開始起來的，第六識像個賊人一樣，一動，就劫了功德法財，乾脆把第六識滅掉，念頭一起來，就把它打死，這就是「能斷百思想」。

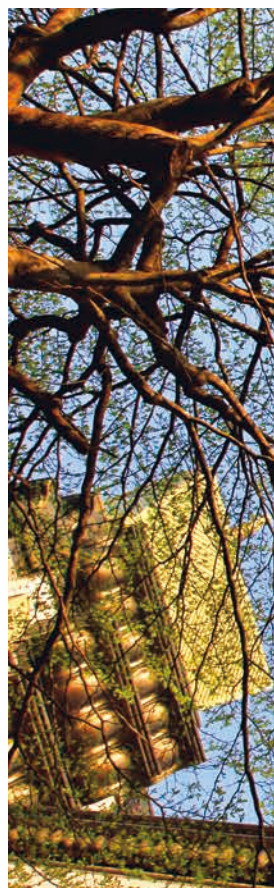
「臥輪有伎倆」，就是有一個方法能夠使第六意識不起心、不動念，不但如此，還能把第六識滅掉。滅掉以後，六識不起作用了，所以「對境心不起」，這是一個定境，當中缺乏慧。道教的呂洞賓也講六根清淨，對境不生心，認為這就是最高的境界了，這只是一種定境，並沒有悟到這念心。然而，

因定也可以得解脫，例如修四禪八定，得到禪定了以後，然後再觀苦、空、無常、無我，也可以證阿羅漢果，這就是因定而得到解脫。

人為什麼有煩惱？有生死？就是根、塵的問題，根塵和合了，當中就起識。起了識，就屬於眾生；假使不起識，就能夠得解脫。什麼是不起識？就是不起心、不動念，所以禪宗祖師說：「離心、意、識，參！」這個「參」，就是一個絕對的境界。

「對境心不起」，無論看到什麼，心都不動、心都不起了，到了這個境界，「菩提日日長」，定力愈深，認為這就是道，菩提自性時時刻刻都在增長、增進。其實，只是一種定境，並沒有定慧等持。

過去，有一位禪和子去閉關。三年閉關圓滿了以後，護關的老太太吩咐她的閨女：「明天師父出關了，你去問他一下，看看他的境界如何？這三年當中有沒有開悟？」等到法師出關了，這個女孩子立刻上前抱著，這個法師講了幾句話：「枯木倚寒巖，三冬無暖氣」，這就是「對境心不起」，只有定，而沒





有悟到這念心。「枯木倚寒巖」，這個女孩子靠在我身上，我這個心就像枯木一樣，一點生機都沒有，一個念頭都沒有，等於靠到寒巖上，冷冰冰的。

看到外面的境界，心都不動，就是「對境心不起」。這是一個定境，並沒有開悟。這個境界並不能說是不好，男女之間接觸，如柳下惠「坐懷不亂」，也是很高的一個境界。我們自己看一看，對境時如何？如果對境心起，有什麼方法降伏？如果對境心不起，這又是一個什麼心境？假使對境心不起，這念心又有定力，又有智慧，那就是菩提心。

對境心不起，只是意志的作用，無法面對現實；假使外面鬧哄哄的，一看到、一聽到，心就散掉了。有些人也有這樣的心態，不管做什麼事情，心都是散亂，爲了逃境安心，乾脆去閉關，這只是小乘境界。小乘境界也是不錯，有覺、有觀，一般眾生連小乘境界都做不到。

大乘佛法就是無住心，不但無住，還要生心，這樣就能得自在。無住是定，生心是慧。要看就看，看了以後與自己毫無關係。受到異性吸引，能夠分析，找出原因——例如這個女孩的聲音很動



聽……找到答案了，知道她的聲音把我的心勾跑了，就慢慢針對這個聲音來破除執著；以後再聽到什麼聲音，心都不動了。這就是要思惟，要有智慧。

這位禪和子閉了三年關，就是達到

這個境界，有定而沒有慧，不能得自在。老太太一聽，就說：「這個禪和子沒有開悟，三年養了個死漢子。」這個法師一聽，心裡面不好意思，確確實實是如此的，只是一個定境，於是繼續去行腳。過了三年，又走到老太太這裡。老太太看這位禪和子很有道心，於是又成就他閉關三年。到了出關那天，還是像上次一樣，請女兒把師父抱住，看看師父講什麼？這回禪和子說：「天知、地知，你知、我知，不給你婆婆知！」這就是一個「知」，不只是定，不是「枯木倚寒巖」了，時時刻刻「知」都存在，不是一個木頭，與六祖大師所說的境界吻合了，屬於

大乘境界。

六祖大師說：「惠能沒伎倆，不斷百思想，對境心數起，菩提作麼長。」卧輪禪師的境界是有能、有所，還在對治當中；六祖大師就達到無住生心的境

界了，定慧等持，能所一如，是實相的境界。

「惠能沒伎倆」，我現在沒有能所、沒有覺觀，契悟了本心，時時刻刻都在定慧當中，不需要「斷百思想」，煩惱即菩提。思想不是壞事，起心動念都能作主，要看就看，不看就不看。看的時候，知道是好的、知道是壞的，都不執著，這就是「對境心數起」。心能夠得自在，看了也作得了主；不看，我的心也作得了主。起心動念，我也是清淨的，起而無起；不起心動念時，這念心是絕對的境界。要動就動，不動就不動，收發自在，這念心始終運用自如，這就是如來的境界，也就是經上所說的「善能分別諸法相，於第一義而不動」，這是大乘境界。

所以，「惠能沒伎倆」，我不要學這一套，不要入滅盡定，不要把第六意識滅掉。不滅掉第六意識，這念心也會在定當中。打坐的時候，這念心也會在定當中；走路的時候，這念心也在定當中。什麼原因呢？契悟了這念心，行住坐臥都能得自在。這是大乘境界，都是指這念心的作用。

六祖大師對於戒定慧的解釋：「心地無非自性戒，心地無癡自性慧，心地無亂自性定，不增不減自金剛，身去身來本三昧。」什麼是戒？「心地無非」，心地無非就是戒，不一定要一條一條地持守，哪些可以做？哪些不能做？不需要拚命去研究這些道理；時時刻刻安住

自性，不生是非、不起煩惱、沒有顛倒，這就是戒。「心地無亂」就是定，不用再去修定，心當中不亂就好了。什麼叫作不亂呢？看到好的不生貪愛，看到壞的不起煩惱，時時刻刻清明在躬，人在哪裡，心就在哪裡，始終是不離當念。

「心地無癡」，心當中沒有愚癡、沒有執著的想法，一切法不離自心，一切法唯一心是，時時刻刻安住這念心，這個就是戒定慧。

「不增不減自金剛，身去身來本三昧」，這念心什麼也不要求，不覺得身為凡夫很可悲，也不覺得佛很可貴，因為薄地凡夫的心和如來的心比起來，不減少一絲一毫；成了佛，也不增加一絲一毫，始終是當下這念心，不增不減。所以，「內無所得，外無所求」，有求就是增。

什麼是三昧？一般來說，要入定，心不動了，才能達到三昧境界；大乘境界則是打坐時這念心是三昧，走路時還是三昧，並沒有妨礙。「身去身來」本來就是三昧，不一定打坐才是三昧。因為打坐的時候，這念心了了分明，如如不動，寂照一如，沒有貪、瞋、癡、慢、疑、邪見；走路的時候，還是這樣子，動也如是，靜也如是，動、靜始終是一如的境界。假使認為打坐的時候才是定，那麼，一下座，定就沒有了，這就落入動、靜兩邊了，這個功夫還不是究竟的。所以，動也是三昧、不動也是三昧。打坐也是，這念心了了分明；走路時，這



念心也是了了分明，也能夠處處作主，所以，身去身來還是三昧，打坐也是三昧，去來還是三昧，這就是大乘境界，是指我們這念心。

明白這個道理了，「菩提作麼長」，一切都是現成的。「長」，就是有生。有生，就有滅，這個道就有增減了，那就不是真正的正道、不是真正的無上道，而是佛善巧設的方便。佛經云：「不起凡夫染污心，即是無上菩提道。」凡夫心才是最重要的，不要認為自己是薄地凡夫而妄自菲薄，要堅信凡夫心就是佛心，這念心沒有取捨，時時刻刻能夠

作主，「不怕念起，只怕覺遲」，就是這樣子繼續不斷地保任下去，這就是無上道，一切都是現成的，這就是「不斷百思想」，這是最高的境界。這個定沒有出入，因為經常都在定慧當中，哪裡有出入？睡覺是如此，走路也是如此，打坐也是如此，所以稱之為一行三昧、真如三昧、無相三昧，是最高的實相境界，這是大乘境界。

所以，我們要了解，前者是滅，取滅盡定，入真空涅槃，稱為小乘；後者是不滅，不取滅盡定，是大乘境界，在三界當中來來往往，要來就來，要去就



去；不出三界，不入三界；不入四大，不離四大；不入五蘊，不離五蘊。凡夫心就是無上菩提心，一切都是現成的。這是兩種境界、兩個心境。明白了以後，也可以出，也可以不出，也可以出出入入，那就是「無所從來，亦無所去」。到達這個境界了，可以「乘如實之道而來，乘如實之道而去」，觀世音菩薩現三十二應身，就是如此的。要現三十二應身，先要契悟到如來的境界，這個就是本。「但得本，莫愁末」，了解了本，一切都能得自在。

剛才所講的禪和子，第一次閉關，坐了三年，這個心始終是冷冰冰的，護關的女孩子把他抱著，好像是枯木倚在寒巖上，這是個定境，而不是任運騰騰、煩惱即菩提的大乘境界。第二次又閉了三年關，出關時，老太太照樣叫女孩去測驗禪和子，這次所說的：「天知、地知，你知、我知，不給你婆婆知。」這就不是一個定境，而是一個「知」了。悟到菩提自性，這就是活用的，活活潑潑的。無論是研經也好，打坐也好，先要明白這些道理，修行就不會走錯路；講法就很實在，人家聽到就很受用。這些必須在平時下一番功夫。

佛經裡面譬喻，有羊車、鹿車、牛車、大白牛車。大白牛車就是最上乘，其他都是佛所說的方便。雖然是方便，也不能排斥它，因為我們的心煩惱太多，要用方便的法門對治，修四念處觀、誦經持咒、懺悔。假使真正契悟這念心，時時刻刻安住，就是最高的懺悔，無論什麼罪業，統統懺悔得乾乾淨淨，這就是「千年暗室，一燈即破」。

所謂「一法界顯，九法界隱」，這念心安住在一真法界，前面九法界統統被我們轉過來了。所以，禪宗開悟的祖師說，開悟以前和開悟以後，都是一個心，不過受用不一樣——過去沒有契悟到實相，是「人逐法」，這念心東求西找，跟著外面的境界跑掉了，有法執；現在是「法逐人」，這念心一念不生，處處作主，如如不動，外面的境界跟著我走。

善解方便心無住

經教雖然是佛所說的方便，還是要去深入，要以大慈悲心為眾生開些方便，才能圓融無礙，否則起了執著，容易執一非他。現在很多人研究了一點佛法，寫了很多著作，卻認為佛教是講空，是無神教，不是宗教。假使不識緣由，似是而非，就容易上當。

佛法的道理是多方面的，怎麼是無神教？釋迦牟尼佛經常到天上去說法，天上還有四大天王掌管三界的善神、惡神。有些人提倡佛教不是宗教，而是一

種教育，所以不用作早晚課、不用拜佛、不用上香、上供水了。佛教不僅是宗教，而且是宗教當中的宗教，什麼原因？拜佛、上供、早晚課誦……都有它的道理，不是在心外求法，而是起一個恭敬心，向佛菩薩學習，是藉相悟性、藉事悟理，目的是在這裡。

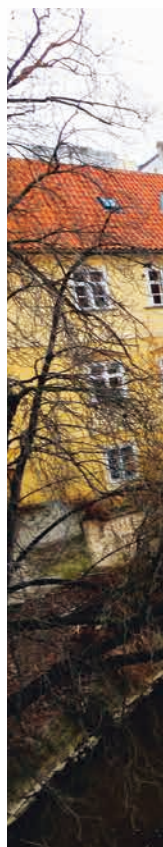
我們的心當中有很多煩惱、很多無明，必須藉由外在的這些法門來磨鍊自己。例如，早晚課誦就是精進。因為人容易懈怠，大家一起早上四點鐘起床，精進用功，養成一個很好的習慣。假使不了解這個道理，認為賴床一下沒關係，多睡一會兒，以後補誦幾遍就好，跟佛菩薩懺悔一下就好了……這不是糊塗嗎！已經起了解怠心，已經造了惡業了，養成壞習慣了，自己還不知道。所以，早課四點就起床，養成一個好的習慣，這就是提升自己、改變自己。

佛說上半夜、中半夜、後半夜無有間斷，這就是精進。人都有懈怠，藉由大眾日常的共修，養成一種好的習慣，生處轉熟，熟處轉生。過去有賴床的習慣，現在不要賴床，更要早點起來，雖然頭腦昏昏沉沉的，就是要對治它。不能因為頭腦昏昏沉沉的，就打馬虎眼，請個病假就好了，這就糊塗了！早晚課誦是很重要的，不僅如此，大眾誦念一致、拜佛一致，就是共修。共同誦念、共同禮拜、共同唱讚、共同發願，無形當中消除了很多隔閡。最後回向，馬上就能產生感應，這就是禪心、就是

專注。所以，早晚課誦當中有很多的道理。

明白了以後，就了解佛法每一個法門都有它的作用。修行還沒有達到最高的境界，必須要有這些方便法門。現在有很多學佛的人一看到人家在打坐，就學祖師用棍子把對方打起來，說打坐不是修行。這個見解是錯誤的，過去的祖師是隨著當時環境的需要，因為學人執著打坐，認為打坐就是佛法，並不了解打坐真正的意義。打坐是一種助緣，使這念心不散亂、不顛倒，達到一個絕對的境界。平常走路時，心容易散亂；睡覺時，容易昏沉。所以，只有打坐是最殊勝的助緣。明白這些道理了，就了解俗諦不能廢，事當中有理，理不礙事。

惠能大師的偈子，是最高的境界，沒有契悟到、沒有達到，也不妨礙。就算是契悟到了，這念心能不能站得住、站得長？必須藉境練心。藉由外面清淨的境界，讓我們能夠精進，使我們這念心能夠淨化。我們為常住做事，有福報，又有功德；如果為常住做事而不執著，心就得解脫，「修無修修」。進也能進，退也能退，動靜閒忙都是佛法。這樣一想，這一生在這麼好的地方修行，實在很幸福、很快樂，所以要愛護、珍惜自己的福報。這就



是很圓融的思想、很圓融的觀念，無論到什麼地方都可以修行。如果沒有建設這個道場，想要普度眾生就不容易。有了清淨的道場、清淨的僧眾，無形當中就產生一種感應、一種瑞相、一種力量，又能自利，又能利他。

佛法一個是漸修，一個是頓悟。漸修不礙頓悟，頓悟不礙漸修，如《佛說四十二章經》所云：「念無念念，行無行行，言無言言，修無修修。」「念無念念」，這裡雖然是講無念，也不妨礙有念；有念而不執著，就歸於無念。有念時能夠作主，當下即是無念，不需要等到有念以後才契入無念。「修無修

修」，假使執著修，就執事廢理；修了以後，不執著修，就是事理圓融。

雖然心即是佛，但自己檢討一下，真正契入實相，究竟能保持多長的時間？一坐下來，能夠保持三分鐘嗎？半個小時嗎？一個小時嗎？這個自己要知道，這就要有功夫。假使達不到這個境界，就要藉事來顯理，藉境界來磨鍊自己，這就是最實在的了。

臥輪禪師與六祖大師的兩個偈子，就是兩個心境。了解了以後，也是在提升自己，要更上一層樓，事當中有理，理當中有事，最後事理不二、頓漸一如！



生活啓示錄

春芽

文／見寅法師

圖／傳尹

春風一過，樹枝抽了芽。是新生，還是老去？

是老樹的魚尾紋，還是那樹長出的智齒？

是老樹的髮梢分了岔，還是那樹新生了肌臂？

不管如何，老樹發了芽，芽生了老樹。

幼苗青青讓人期待；老枝斑斑生命有力。

新枝雖然奔放，卻不若老幹踏實，深深扎根。

因新芽而長青，也因新芽而老去。

沒有新生，也沒有老去，只有同枯共榮，生生不息。

春芽也若心中的煩惱，我們只看到新枝，卻看不見龐然托起的老幹。

要多久的習氣灌溉，才有如此深厚的底蘊？要經歷多久的乾涸，煩惱枝幹才凋萎不起？

春芽也若心中的願心，脆嫩得可以，午夜一陣雷風雨，掉落滿地。只剩下枯枝，年年再奮起。

無常說，因緣新新不住，像投影片般快速換幕。

今日的芽，和昨日的樹，是兩個相，兩個影，兩個景，一齣戲裡兩個角。

因緣在報幕，所以我們連了戲。

其實就像廣播劇。因緣是聲優的主播，我們都沉醉在他的低沉呢喃裡。

你永遠也找不到，一棵老樹，帶著新綠，佇在那裡。



本期主題

兒童讀經教育

種樹培其根，種德培其心。童蒙欲養正，先讀聖賢書。

穿越時空，向古人取經，亙古的智慧，將向下扎根；

人生的路上，有聖賢同行。



品德教育

上惟下覺大和尚開示

編輯部整理

做人，第一個就是要有人格。人格的完整，建立在品德。
日常生活中的所有善法都要去學習、都要來發心、都要來成就。
有了過失，就要檢討、反省、改正。

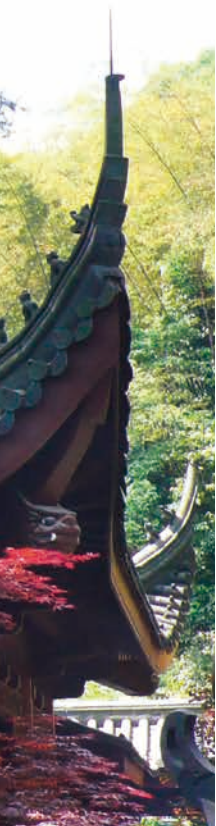
全世界除了天災以外，也在種種人禍當中，國家與國家之間有戰爭、恐怖主義的威脅，社會上有殺、盜、淫、綁票、勒索，人與人之間嫉妒、仇恨，這一切都是因為缺乏慈悲、缺乏道德，所以，必須從教育做起，從建立完整的人格做起。如何建立完整的人格？以儒家來說，就是五常——仁、義、禮、智、信；以佛法來說，就是受持五戒——不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒。

國學為體 品格為上

過去宋朝宰相趙普「半部論語治天

下」，儒家的思想是內聖外王，所謂「內聖」，就是要有德行，心當中要清淨，要檢討反省，如《大學》所言：「大學之道，在明明德，在親民，在止於至善。」這就是內聖。先從自己開始，然後推己及人，如同佛法所說的，自覺覺他，覺行圓滿。不僅自己好，還要使每個人都好；不但每個人都好，而且達到至善。

一個人假使有學問、有技能，但是沒有人格、沒有道德、沒有良心，只見其利不見其弊，就可能出賣家庭、出賣朋友、出賣師長、出賣社會、出賣國家，這樣一來，這些技能、知識不但沒有用，反而使



他人連累受害。所以，學校除了傳播知識、技能以外，要強調人格、道德。佛法重視因果，任何事情都是有因有果，違背了這個原則，就會失敗，不但自己失敗，所有的人都會受連累。所以普台教育除了學問、技能外，最重視品德，以中華文化的倫理道德、儒家思想為體，以佛法的慈悲、智慧、禪定為根，配合世學為用，是全方位的教育。

《尚書》云：「人心惟危，道心惟微，惟精惟一，允執厥中。」人的心是很危險、很險惡的，你動我的腦筋、我動你的腦筋，整個世界都是為了利益，不擇手段，爾虞我詐，乃至父母兄弟姐妹之間也互相猜忌、互相仇恨，這就是「人心惟危」。

「道心惟微」，要明白這念心，才是無窮盡的生命。但是「道細如毛，心粗如柱」，這念心很微細、很難見，不容易修。所以，「惟精惟一，允執厥中」，要把所有的貪、瞋、癡、慢、疑、邪見，化得乾乾淨淨的；「惟一」，要歸一，只有這一念心。「中」就是指不起心、不動念，也就是這念清淨心。

孔子說：「吾十有五而志于學，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳順，七十而從心所欲，不踰矩。」孔

子十五歲就知道學問的重要；三十歲就沒有疑惑，找到一條路了；到了七十歲，心才清淨，無論起什麼心、動什麼念，心都是清淨、光明、慈善，這就是孔子的心境，這就是道。

心念清淨 道德自養

佛經云：「願代眾生受無量苦，令諸眾生畢竟大樂」、「但願眾生得離苦，不為自己求安樂」，一個人如果沒有清淨心、沒有慈悲心，就和洪水、猛獸一樣，所以，品德是很重要的，要講究倫理道德，父母、兄弟、朋友、師長，這就是倫理關係。學生對師長要尊敬，老師對學生要慈愛；職員對上級要恭敬，主管對下級要關愛，這是互相的。人與人之間互相尊重，孟子說：「愛人者人恆愛之，敬人者人恆敬之。」互相尊重，互為因果。

修行在平時，教育也在平時，人格的養成也在平時。假使平時沒有養成人格，就做不出來，因為習氣很難改，好的不容易學，壞的很快就學會，儒家說：「近朱者赤，近墨者黑。」佛法告訴我們，生處轉熟，熟處轉生。過去沒有學過的，現在慢慢練習，把它練得很熟。舉例來說，以前沒有學過打坐，現在打坐腿又酸又痛，心煩意亂，因為過去沒有學過；現在慢慢練習，練到腿不酸不痛，心就定了、心就靜了，這是生處轉熟。

什麼是熟處轉生？過去喜歡罵人，現在注意身口意三業要清淨，不惡口、不兩舌、不妄言、不綺語。經過長時間的薰修、

磨鍊，就能養成習慣。過去懈怠墮落，現在要精進、要努力、要勤學，不是一天可以養成的，必須慢慢養成。所以，培植人才就是要靠教育。

品德也不是一天、兩天可以成就的，必須長期地薰陶、長期地檢討反省、長期地積功累德。古人說「立德、立功、立言」三不朽，「德」，就是德行、道德、倫理，日常生活所作所為都不能離開這一個根本。父慈子孝、兄友弟恭……這都是善法。除了這些善法以外，在學校要恭敬師長，要愛惜公物，對同學要客氣、要和合、要忍讓、要鼓勵，經常檢討自己的身口意三業有沒有過失？有了過失，知過、改過。平時就要建立這種思想，假使沒有這種思想，修善法、修德行就失去了方向。

俗話說：「行善如春日之草，不見其長，日有所增。」做善法好像春天的草一樣，「不見其長，日有所增」，天天都在長，等到你看見了，這個草已經很深了；我們的善法也是如此的，等到你的善法成就了，你的福報就現前了。這個福報、善果，必須在平時薰修。

相反地，「作惡如磨刀之石，不見其減，日有所損」，做壞事好像磨刀的石頭一樣，四四方方的石頭，經過一年、兩年，石頭慢慢減少了，磨到最後，剩下一個很小的條子。做壞事的人雖然現在沒有什麼感覺，沒有人予以處分，也沒有遭到天譴，但是，福德、人格就像磨刀石一樣，天天都在減少、天天都在減少……減少到一個限度，馬上就受報了。

所以，做人，第一個就是要有的人格。人格的完整，建立在品德。日常生活中的所有善法都要學習、都要發心、都要成就。有了過失，就要檢討、反省、改正。「蘧伯玉年五十而知四十九年非」，孔子的弟子蘧伯玉活到五十歲了，認為過去四十九年都是錯誤的，要檢討反省、要改正。有了這種精神，做什麼事都能有所成就。

儒家說，人皆可以為堯舜；佛法說，眾生皆可成佛；現在一般人說，每個人都是國家未來的主人翁。佛經裡面講：「沒有天生的釋迦、自然的彌勒」，佛也是一步一腳印行菩薩道而成就的。所謂「一枝草，一點露」，天下沒有白吃的午餐，世間沒有僥倖的成功，一切都要靠現在努力。了解這個道理，就找到正確的方向了，一步一腳印，這一生步步都是光明。



打開孩子光明心性的一扇門

文／普因精舍兒童讀經班小老師 傳參 攝影／傳漢

導師 ^上惟^下覺大和尚以「三學一體」的教育理念，以「中台四箴行」為根基，讓孩子獲得多方面的學習，培養孩子良好的品德、正確的行為，成為才德兼備的國家棟樑。

讀經教育，能啟發孩子的專注力、記憶力、自信心。通常孩子都有坐不住、注意力不集中、粗心等相關問題，如何轉化家長的憂心？古人云：「少成若天性，習慣如自然。」兒童純真的天性，善言易入、善行易正，待其長大則不易改變，故人之善心和優秀品性，必須在幼時養成。給予孩子們適當的關懷，讓家長共同參與並了解課程內容與理念，就是讓家長放心、提

升孩子品德的方法。

經書涵養心如鏡

如何啟發孩子的興趣？讀經之前先靜坐，讓孩童的心先靜下來。現在的孩子每天都有學不完的才藝、上不完的課程，一切都講求速成，因此，若不先把心安住，做什麼都是慌張、忙亂。現今的孩童普遍著重外在的科技教育，雖然物質水平提升

了，內在心性並沒有提升，因為現代社會少了「孝、悌、忠、信、禮、義、廉、恥」八德教育。古人云：「祖宗雖遠，祭祀不可不誠；子孫雖愚，經書不可不讀。」沒有接受過聖賢的智慧、禮儀洗禮，就不懂得如何做人處事。

近來，兒童讀經教育已在全世界慢慢地推廣開來。孩子們確實需要經典的滋潤，在精舍薰修的孩子，富有慈悲心、活潑大方、舉止有禮。我曾在學校擔任讀經媽媽，同時也在精舍帶領孩子讀經，發現單親家庭幾乎佔全班三分之一，有的渴望父愛、有的亟需母愛，孩子的心幾乎支離破碎。倘若沒有聖賢經典與佛法的薰陶，恐怕會造成社會更多的問題。一直堅持在兒童讀經班耕耘的原因，除了自己的孩子需要外，單親的因素也佔一大部分。還有，我很愛孩子們，雖然讀經班的孩子來來去去，我還是樂意發長遠心來幫助這些願意與聖賢結緣的幼苗。

福德薰陶語似蘭

精舍的兒童讀經班近期教授名人箴言及《論語》，將歷史上的八德故事穿插在課堂中講解，效果非常好。孩子很喜歡聽聖賢哲的故事，誠如朱子所言，我們讀聖賢書，展開典籍，就能察覺到自己的言行舉止、起心動念是否與聖賢的教誨相違，遇過即刻改正。唐太宗言：「夫以銅為鏡，可以正衣冠；以古為鏡，可以知興替；以人為鏡，可以明得失。朕常保此三鏡，以防己過。」因此，要當一個好的導讀老師，

必須時時刻刻檢討反省，以身作則；並經常思惟用什麼方法，可以減少孩子的挫折和排斥感？如何在潛移默化中更增加他們的興趣，以遵守規矩、培養禮儀及道德觀，成為彬彬有禮的小菩薩？

在中台禪寺各精舍學習讀經的孩子們福報匪淺！因為他們比一般孩子多擁有一位大慈父——導師

上惟下覺大和尚。導師

以「三學一體——中學為體、佛法為根、世學為用」作為普台的教育理念，以「中台四箴行——對上以敬、對下以慈、

對人以和、對事以

真」為根基，讓孩子獲得多方面的學習，培養孩子良好的品德、正確的行為，成為才德兼備的國家棟樑。

我想，打開孩子光明心性的一扇門，是一件歡喜且值得努力的事！





兒童上讀經班的好處

文／普化精舍禪修班學員 傳靜

讀經的孩子不僅不會變壞，舉止威儀更得體、更懂事；
來精舍上讀經班的孩子更是有福氣，
因為學得更多、表現得更好，這是有目共睹的事實！

俗云：「矯木趁幼，育人趁少」、「教婦初來，教兒嬰孩」，這兩句話都說明了兒童天真未泯之時最容易教導，效果也最好；否則，等到善良的本性受到外界環境影響而改變時，再要矯正，就為時已晚。那麼，這段時間教導什麼最好呢？可以引用聖賢智慧的語錄，教導兒童讀經，在日積月累的薰習之下，必定可以奠定一生為人處世美好的行誼。

聖賢為師 亮節為友

讀經，可以包括佛學，兼顧世學。導師^上惟^下覺大和尚高瞻遠矚，在全球各精舍開設的兒童讀經班已實施多年。普化精舍兒童讀經班以《金剛經》為主，世學則有《三字經》、《弟子規》，現則以《論語》為主。招收的對象從幼稚園到國小六年級學生，年齡約四歲到十二歲左右。這個階段的學習能力及記憶力最好。

根據醫學研究顯示，讓兒童讀經，一遍接著一遍，反覆吟詠讀誦時，腦波的狀態與靜坐時相同，容易使兒童躁動的心平靜下來，加上不間斷地長期薰修，注意力更容易集中，也有助於定力的培養，智慧也由此產生。另一方面也長養孩子的國學能力，奠定日後語文寫作的基礎。

就帶著學童們多讀，不必解釋語意，久而久之，一定能熟讀，永遠儲存在腦海裡，等到年紀漸長，自然而然能了解意義，甚至對境時可以脫口而出。舉一生活實例：我有一個朋友在國小教書，她的班級實施讀經——《弟子規》。有一天，隔壁班有學生在打群架，圍觀的學生很多。調查的結果每班都有幾個人圍觀，唯獨她這一班沒有。因為她的班上有學生提醒大家《弟子規》上所說的：「鬥鬧場，絕勿近」。可見，平時讀經，或許不覺得有什麼影響，但在潛移默化之中，於未來所面對的人生逆境或利益誘惑現前時，經典中的智慧法語適能浮現腦海，成為最大的扶持力量。

輕鬆閱讀 心靈深耕

讀經時，每一次的時間不宜太長，約五十分鐘左右為當，否則孩子會失去耐性。以普化精舍為例，課程的安排是先誦《心經》、「普賢十大願」、靜坐，接著，法師開示及讀經，最後

有手語或伸展的活動。如此一堂讀經課下來，有靜、有動，讓孩子的身心獲得調劑。靜坐時，也聆聽成語故事。而法師的開示中，又以檢討學童上週的生活細行為主，勉勵他們在日常生活中做好事、說好話、存善心，期許每人至少要日行兩善，並以貼豆豆鼓勵達成目標的孩子。其目的無非是希望孩子們養成好的價值觀，造就好的行為習慣。

因年齡層不同，讀經的部分，先是共讀，然後再由小老師各自帶開，分為三個小組，各自再帶讀，引導背誦，背得好的亦用貼豆豆來鼓勵。學期末了，豆豆累積得愈多，得到的獎勵也愈豐富。

過去有一句很流行的廣告詞——「學琴的孩子不會變壞」，我認為，讀經的孩子不僅不會變壞，舉止威儀更得體、更懂事；來精舍上讀經班的孩子更是有福氣，因為學得更多、表現得更好，這是我們有目共睹的事實！



兒童佛門讀經樂

文／普彰精舍兒童讀經班小老師 傳旌

往昔孟母三遷，歷盡千辛萬苦，只為尋一處優質的外在學習環境，以教養其子，終得成就中國亞聖——孟子。反觀今日社會，人人視功名利祿為優先，生活環境、知見觀念已然錯綜複雜，是非善惡的價值觀模糊，現代父母欲效法孟母尋得良居，讓孩子見賢思齊，誠屬不易。

感恩導師 上惟下覺大和尚的高瞻遠矚，廣設精舍，遍及全球，教導大眾以「敬慈和真」為待人處事的準則，明確樹立善之標的。尤其是精舍開設的兒童讀經課程，讓孩子從小端正知見，將佛法的慈悲、智慧、禪定，潛移默化在幼童的心田中。

每個孩子初次隨父母來到精舍讀經時，都是扭捏、哭鬧、任意跑動、浮躁、坐不住……。隨著精舍法師以慈悲的方式，循序漸進地引導、帶領孩子一遍又一遍地反覆閱讀、朗誦，並藉由講述活潑、有趣的佛典故事，以及禪修靜坐、讀經背經，於課程中適時指正孩子偏差的行為與觀念。孩子漸漸地改掉毛躁不安，展現出落落大方、安定自信的自律精神。現在，兒童讀經班的孩子們不僅樂意來精舍讀經，個個更是主動禮佛，歡喜親近三寶、恭敬三寶，前後變化判若兩人。

值得一提的是，孩子們彼此之間難免會有爭吵，兒童讀經班的小朋友們在爭執過後，會很快地自我觀照，發現自己因失去覺性而傷害到他人。小小年紀就能夠勇敢面對自己的錯誤，也能平靜、公正地思惟，化解心中的煩惱。因此，兒童讀經班的孩童比同齡的孩子更有定力，不易受到誘惑、動搖意志，猶如一顆顆無毒、有機的菩提幼苗。

在這個充滿污染的世界，真的很需要精舍這一塊清涼地，培育具足智慧、慈悲與定力的菩提心苗，以成就遍地蒼翠、茂盛的菩提樹。精舍的讀經教育中，孩子以聖人為師，在優美典雅的經句當中，效法聖賢的智慧與心量，並在精舍清淨、慈悲的環境中，潛移默化、端正心性與行為。相信這樣的孩子，未來必定是國家的棟樑；在家庭、學校、社會當中，處處皆能以身作則，樹立典範！

慈悲的種子

文／普彰精舍兒童讀經班家長 傅相

〈順治皇帝出家自嘆詩〉云：「天下叢林飯似山，鉢盂到處任君餐，黃金白玉非爲貴，唯有袈裟披最難……。」猶記這首禪詩是七、八年前帶著兩個孩子，初到精舍報名參加兒童讀經班，在課堂上讀誦的禪詩。那時孩子還是兩、三歲的階段，平日總是到處探索、好動，很少靜下來，然而，透過經典讀誦，孩子不但坐得住，更能專注、定心。身爲母親的我，也因爲陪伴讀經，心中特別安定與清涼。因此，孩子讀經的因緣，開啓了全家一起學佛之路。

陪伴孩子讀經的幾年過程中體會到堅持與毅力。每天撥出半小時的時間，陪著孩子一起讀誦，一個禮拜下來，還不識字的孩子，也能跟著背誦。上課驗收時，孩子上台背誦，無形中培養了自信心與勇氣。兒童讀經，不但可以訓練兒童的記憶力、增進專注力與學習力，更能在潛移默化中，開發全面的成長。因此，趁孩子心靈最清淨、記憶最好的時候，接觸最有價值的經典，在心中不斷地反芻、發酵，就會在他們的觀念與行爲上表現出來。

從小讀經、在精舍薰修的孩子，在學校不僅能兼顧功課，理解能力和表達能

力也比一般的孩子強，尤其是背書這門功課，對他們來說是輕而易舉的；學期末，往往能在老師的評語欄看到「自律能力強」、「有一顆柔軟的心」、「樂於助人」……。

從小，兩個孩子就有著一顆慈悲柔軟的心，只要有同學生病請假，會主動幫同學準備好缺漏的功課。有一次，班上一位大家都排擠的同學因發高燒而哭泣，孩子主動上前關心，並帶著同學到保健室找護士阿姨處理。另一次，班上一位同學到校後哭了好幾節課，孩子搭著同學的肩，輕輕地安慰並詢問原因，了解同學是因爲要跟阿嬤分開，所以很傷心，孩子對同學說：「如果阿嬤看你哭得那麼傷心，不只心疼，也會更難過，孝順的孩子要讓阿嬤安心！」同學擦乾眼淚，不再哭了。點點滴滴在孩子心中種下的「慈悲種子」，就像一棵不斷努力向天空延伸的小樹，只求濃蔭庇人；有了奔向藍天的目標，自然不會迷失。而這顆「慈悲的種子」，是從小在良善的環境中薰陶、在精舍法師的護念下，才得以慢慢滋養、茁壯！

潛移默化

文／普彰精舍禪修班學員 傳恂 攝影／傳揚

孩子初初參加精舍兒童讀經班時，才剛上幼稚園中班，一晃眼已過了四、五年。記得他剛開始上讀經班時，由於年紀還小，再加上對環境陌生，一開始必須由家長全程陪著上課。也由於還不識字，上課時必須由家長逐字逐句指著讀本陪同念誦，回到家再讓小孩子跟著一字一句反覆背誦。幾年下來，背誦過不少詩詞經典。

隨著孩子逐漸成長，他的世界也不斷向外擴展，所接觸的人事物也與日俱增。再加上科技的快速翻新，以及身處資訊爆炸的世代，孩子原本純真的心靈每天都猶

如沉浸在
大染缸中，
稍一不慎就容

易遭到染污而
影響價值觀。所幸，在孩子的啓
蒙階段就讓他參加精舍的
兒童讀經班。每個禮
拜一個半小

時的經典背誦及靜坐定心，讓孩子一點一滴地受到潛移默化。四、五年下來，不僅增長其文學素養，面對學校的背誦功課，也遊刃有餘而不以為苦。相較於同年齡的其他孩童，似乎保有著純真活潑，卻多了一分定力，也比較容易專心於日常課業。

現在的父母總是害怕自己的孩子輸在起跑點，因此不管孩子的接受度與負荷，不斷地強塞各項才藝課程給孩子，使得許多孩童每天背著沉重的書包，奔波於安親班與各類才藝班之間，臉上毫無笑容。我的孩子何其有幸，在啓蒙階段即在善因緣的引導下，參加了精舍的兒童讀經班，不僅接受古聖先賢德行的薰陶，同時也能接受佛法的薰修。雙管齊下的結果，我的孩子在面對同儕們所擁有的物質享受時，都能克制自己的物質欲望，而不會向父母吵鬧，能夠知足、惜福愛物，也因而更珍惜因考試成績優異或特定日子才能得到的獎品或禮物。

隨著孩子的成長，課業日益加重，但他仍繼續參加精舍兒童讀經班，在還沒有升學壓力的階段，扎下良好的國學基礎，進一步養成深厚的定力，面對未來快速變遷的世界而不致迷失。



讀經的成長與改變

文／普因精舍兒童讀經班家長 傳來

七年前，經由師兄的介紹，我與兒子進入了普因精舍，當時兒子才五歲。記得那一天是精舍護法會頒證典禮，頒證前由各組表演，非常熱鬧，一位慈悲的法師上前來關照我們，並介紹兒童讀經班與各級禪修班的內容。從此之後，我就帶著兒子參加讀經班。至今，兒子已經國小五年級了，在這當中，讀經班和禪修課程不曾停過。

兒子剛參加讀經班時，很好動也很皮，靜不下心來。當我上禪修班時，他在禪堂大大方方地躺著就睡，也常在法師上課時吵鬧，真是令人傷透腦筋。唯一安靜的時刻，就是在兒童讀經班聽法師講佛法公案、名人佳句及《論語》，法師的慈悲關懷，以及活潑生動的上課題材，讓兒子就算刮風下雨也一定積極去上課！此外，兒子也常在母親節、父親節及各種活動中上台表演，讓原本比較沒信心的個性，變得開朗、光明。由於希望把自己最好的一面表現出來，因此培養了認真、勤勞的學習態度。

初初接觸精舍參加環保日時，兒子常常不做事，只顧著玩，把要做的事情都拋到九霄雲外，任何人勸阻都沒有用，往往

都要法師出面才肯罷休；做事時也心不在焉，法師總是在鼓勵當中循循善誘，讓孩子們了解服務的精神，並在做事當中領受和合的喜悅。

記得有一次，我趕著回家煮飯，已放學的他看到我忙進忙出，便說：「媽媽，您不要急，欲速則不達。」

當時聽了，覺得既好笑又感動，這就是長期在兒童讀經班薰修的收穫。

回想起來，兒子的種種改變，讓周遭的親朋好友都覺得不可思議，現在他的心平靜許多，不但讀書不讓我擔心，也變得懂事，這就是佛法的偉大。感恩導師上惟下覺大和尚在都市中創立精舍，不僅引導我們找到人生正確的路，也讓小小菩薩們種下深厚的善根！



三寶照護的孩子

文／普化精舍研經班學員 傅穎



記得那是婚後的第十一個年頭，由於對外境所產生的執著，而對周遭的人事物產生了許多埋怨。那時候的生活就是照料兩個孩子，於是我將這股埋怨化為嚴厲督促孩子的力量。

一次，我拿著棍子打著孩子，他卻不哭也不求饒，只是靜靜地

睜大眼睛望著我。當下讓我醒悟到——這不是我要的生活，也不是我所希望的孩子模樣！就這樣，我們母子倆走入了精舍。

進入兒童讀經班以後，兒子很認真地背誦經文，乃至《論語》、《中庸》及詩詞。精舍舉辦中秋月光禪會時，他也上台努力地比畫著手語表演。原本靦腆的他，漸漸地敢在台上落落大方地展現自己。而讀經班小老師們對他的鼓勵，更讓他信心

大增。課堂上，教授法師對孩子闡述佛經與孝敬父母的道理，對孩子產生了潛移默化的作用。

就這樣，進入精舍後約莫一年，有一天去接兒子放學的時候，在一群孩子裡，我看到一隻揮舞的手和一張沾滿汗水的笑臉對著我喊：「媽媽！我在這裡！」心底的感動真是無法言喻！那個能哭、能笑的孩子，終於回來了！

自此以後，兒子變成監督與護持我修行的護法。他會勸告弟弟：「媽媽正在誦經，不可以吵鬧！」他也會檢查食物是否全素；當我亂開玩笑時，他會正色指正我；也會指著地上的死蟑螂說：「幫牠三皈依吧！」當我請他把菜葉上的蝸牛帶去放生時，他會一邊尖叫一邊完成任務……。

如今，弟弟也在讀經班上課，而現在已經國二的他，行為舉止合宜，少有一般時下青少年的叛逆行為。看著他們兄弟倆的成長，感覺很欣慰，就像一位師兄所說的：「有三寶照護的孩子，真是幸福！」

普台國小 國學課程的推動與成效

文／普台國民小學副校長 王月秋

品格是普台教育的核心，「國學」是普台的本位課程，
希望在日積月累的國學文化浸濡下，普台學子皆能養成優良的品格及豐富的學養，
真正成為能利益社會與學有專精的國家棟樑。



自九十三年創校開始，普台即將國學納入正式課程中。普台將國學課程作為本位課程之主要宗旨，在於涵養學生孝親尊師、敬長慈幼、推己及人、民胞物與之傳統美德，落實「敬慈和真」之校訓，用以培育健全人格的學子，成為優質的世界公民。實施方式主要分成讀經與主題教學二部分，由各年級老師在每年暑假編寫課程計畫時，擬定每週讀經進度及主題教學內容。

國學讀經推動與成效

普台有自編的國學讀經教本，各年級一冊，內容選錄自《論語》、《孟子》、《大學》、《中庸》四書，《弟子規》、《三字經》、《千字文》、《朱子治家格言》、《老子》、《莊子》，以及多種詩詞歌賦。

平日老師們會利用上課前三分鐘，將該週進度以帶讀或齊誦的方式讀誦三遍，讓學生漸漸讀熟並自然而然背起來。藉由課前讀經，不但可以帶動學生背誦經典，



同時也有定心的作用。

此外，爲了鼓勵學生背誦，並落實各年級背經進度，教務處於升旗時間，會進行國學抽背與表演活動。國學抽背每週一次，由教學組長現場抽出背誦的年級及學生，看到學生踴躍舉手期待被抽到的心情，並將古文朗朗背出的情景，就知道讀經已經成爲普台學子學習生活的一部分。

國學表演每兩週一次，由各年級輪流擔任，藉由戲劇、唱誦或朗誦方式，展現學習成果，各年級精彩及多元創意的展現，使國學表演成爲全校師生共同的期待。令人印象最深刻的，是在一次六年級的表演中，學生以短劇搭配朗誦的方式，將深奧的《詩經》篇章「魏風·碩鼠」以淺顯易懂的方式表現出來，讓在場的師生都能了解，原來經文內容是在勸告國君要實行仁政才能深獲民心。

中華傳統文化之著名啓蒙教材——《弟子規》、《三字經》、《朱子治家格言》等，是普台學子必讀的經典，在國小一、二年級階段就已完成這三部重要經典的背誦，六年級畢業前還需通過「三字經大會考」，這樣的作法，是希望學生能重慮緣真。今年，百分之九十八的畢業生都能將

《三字經》全文盡悉背出，可見推動讀經的成效。

依據研究，學童記憶力發展自零歲開始，六至十三歲爲一生記憶的高峰，是背誦學習的黃金時段。經由普台多年讀經教育的推動，老師們真正地感受到讀經對學童記憶力的幫助。尤其是一年級，經過一學期的訓練，孩子的背誦速度不僅愈來愈快，也能從廣泛讀誦詞句優美的作品中，理解漢字之美及中華文化的精髓。

國學主題教學

國學主題課程，各年級每週一至二節，學期初即納入課程統整計畫，依據各年級讀經教材搭配品格教育來擬定主題。一、二年級主要以故事、成語爲主，配合部分相關讀經內容進行講解，但原則上還是以背誦經文爲主，讓學生將經文背到一個程度後，自然了解其中大意。三至六年級則以讀經文本爲主軸，由經文的釋義延伸至典籍及古聖先賢的介紹，著重在學童倫理道德及心性的涵養。

由這幾年自身教導一、二年級國學課程的經驗，深深感受到，古聖先賢的智慧愈早在孩童心中生根愈好，因爲每個孩童就如同一塊璞玉，透過適當的雕琢，才能展現其光采。記得有一次在二年級的國學課堂中，教學的內容是《禮記·禮運篇》的「故人不獨親其親，不獨子其子」，當時舉了一個佛陀照顧老病比丘的公案來說明，學生不但聽得很專注，說到感動處，更有學童眼泛淚光。在背誦「正氣歌」的

篇章中，老師會介紹文天祥的生平與事蹟，從故事中讓學生理解、體會為何文天祥會寫下如此悲壯的「正氣歌」，進而學習古聖先賢的偉大情操。透過主題教學，讓良善的種子在不斷地薰習、浸濡下，在學童心中漸漸萌芽、生根、茁壯。

營造國學情境

普台學子平日除了讀經、國學課程的陶冶之外，學校在校園裡還特別設置了「二十四賢哲牆」及「國學情境區」，讓學生時時以聖賢為師。一年級的新生甫踏入普台校園，老師首先教授的就是二十四賢哲，學童認識了古代聖君堯、舜、禹、湯、文武及至聖先師孔子，並從周處、李白及王冕等賢哲的事蹟中，學習知錯能改及勤學的重要。

「國學情境區」設有「大成殿」、「明倫堂」及「禮樂器室」，「明倫堂」營造了國學的教學情境，並將典籍文物布置其中，供學生閱讀。「大成殿」是運用學校現有建築空間，參照具有三百多年歷史的台南孔廟所仿置。自九十九年五月開始籌建，經過九個月的考究、規劃而興建完成，並有東廡及西廡、大成門、禮門、義路及下馬碑。中間主殿大成殿及左右兩側東廡、西廡，供奉著孔子及其七十二弟子的雕像，藉此表達對古聖先賢的敬重仰慕之意；禮門、義路的設置，目的在教

導學童——君子行不由徑。

在「大成殿」中，老師們可以介紹孔子的生平、事蹟，認識孔廟設置之考據，並搭配《論語》的篇章教學，延伸出來的活動則是一百零一年起每年教師節所舉辦的釋奠典禮。藉由演禮準備的過程，讓師生了解其所深具的文化與教育意涵，並將尊師重道的觀念落實在生活學習中。誠如四年級的同學在作文簿上寫著參加釋奠典禮的體會：「我想謝謝孔子，謝謝他將做人做事的智慧傳給我們」、「在典禮中一直站著，讓我體會老師站著上課的辛苦，我要謝謝老師」、「聽到震撼人心的鼓聲、優美的樂聲及佾生整齊好看的舞，令我好感動」……透過活動的舉辦，長養國學的涵養。品格是普台教育的核心，「國學」是普台的本位課程，希望從國學篇章的朗誦、省思與體悟中，以及日積月累的國學文化浸濡下，普台學子皆能潛移默化，養成優良的品格及豐富的學養，真正成為學有專精、利益社會的國家棟樑。



佛教造像的三大概念

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

關於造像的起源，據《增壹阿含經·卷二十八》記載，佛陀到天上為母親說法，印度優填王因思念佛陀，即以牛頭栴檀作如來形像高五尺，是時波斯匿王聞優填王作如來形像供養，亦以紫磨金作如來像高五尺。由此造像開始，「牛頭栴檀」和「紫磨金」，即最早的「木刻」和「金佛」造像。

關於造像的功德，據《佛說大乘造像功德經·卷下》記載：「若有淨信之心，造佛形像，一切業障莫不除滅，所獲功德無量無邊，乃至當成阿耨多羅三藐三菩提，永拔眾生一切苦惱。」造像功德能得解脫，是自利；造像能廣泛利益眾生，瞻禮佛像，種植善根，是利他之行。造佛形像，能消除惡業，增長福德，是造像的世間功德；證得涅槃，解脫生死，成就菩提，是造像的出世間功德。

佛教造像可以從「體」、「相」、「用」三個角度來談——「體」是佛法的信仰力量，「相」是造像的藝術美感，「用」是宗教的教化作用。

以像設教的信仰力量——「體」

教法住世有三期變遷，即正法時期、像法時期、末法時期。法運期限，各經所載不同，古德多依用正法五百年、像法一千年、末法一萬年之說。按三法時說，佛教入中土屬像法時期，又供奉禮拜佛像，故以「像教」為佛教之表徵。佛教流傳離不開佛像，佛教造像類型繁多，弘揚佛法的方式，除了經典文字外，主要是藉由佛教造像。

玄奘大師從印度取回佛經和佛像上呈朝廷，於《寺沙門玄奘上表記·進經論等表》記載：「引玄津於神縣，像教東被，斯為盛矣。」即取經像回中國，以「像教」之名指稱「佛教」。《出三藏記集·卷一》序云：「漢世像教而妙典方流，法待緣顯信有徵矣。」故「像教」是中國古代對佛教的別稱，指像法之教化，包括佛像與經教，亦泛指佛法。



所謂「以像設教」，即以造像施行教化，運用造像化導眾生，把造像作為一種生動的圖像文獻。佛教造像是佛經內容的具象化，透過莊嚴法相撫慰人心，帶給社會祥和氣象，具有安定社會的力量。藉重造像的藝術形象，供奉瞻禮、敬拜懺悔，得到心靈的靜謐和生命的希望，就是以像設教的信仰力量。

覺者之相的藝術美感——「相」

「佛」是覺悟真理的聖者，為眾生開演由凡入聖的修行方向，其教化是千古不易的永恆信念。「佛者，覺也。」我們這念能知、能覺的心，即是覺性。佛教造像以「人」的形象，跨越年齡與性別的藩籬，依據經典儀軌的度量和恭敬虛懷的態度，塑造理想莊嚴的「覺者」之相。因此，佛教造像是佛法藝術化的一種精神表現，截然不同於一般的世間藝術創作，更與藝術家崇尚個人風格的藝術表現大異其趣。佛陀造像穿越時間與空間，留鑄在佛教藝術的精神內涵中，垂跡影像，遺暉人間。

《佛說觀佛三昧海經·卷一·序觀地品第二》記載：「諸佛如來出現於世，有二種法以自莊嚴。何等為二？一者先說十二部經，令諸眾生讀誦通利，如是種種名為法施；二者以妙色身，示閻浮提及十方界，令諸眾生見佛色身具足莊嚴，三十二相八十種隨形好，無缺減相，心生歡喜。觀如是相因何而得，皆由前世百千苦行，修諸波羅蜜及助道法而生此相。」《大乘百福莊嚴相經》對於佛的三十二相有詳細記載，是由於佛陀在因地上精進不懈，長劫修持淨戒而得，是行一切菩薩善行才有的圓滿果報。所謂「相由心生」，堅持諸佛淨戒，廣修一切善法，饒益有情，就是成就莊嚴法相之因。

佛教造像是宗教與藝術的交織，取之以像、表之以法，代表了佛教的法性與義理，透過形神兼備的「覺者之相」，感之以美、動之以情，藉由藝術美感的直觀體會，啟發歡喜心與恭敬心，可使信仰深化。所以佛教造像的審美與信仰，有著不可分割的關係。

以相表法的宗教情操——「用」

在印度早期佛教藝術的無像時代，為表達恭敬，佛相不可顯現，《增壹阿含經·卷二十一》有關於「云何佛國境界不可思議？……如來身者，不可造作」等相關記載。當時，佛陀形象並非直接用人像造型來表現，而以傘蓋、佛足印、菩提樹、金剛座、法輪、經行石、佛塔等象徵物暗示佛陀的存在，已經奠定了佛教藝術以相表法的基礎。

所謂「以相表法」，是用有形、可視、可觸及的藝術形式，把教義形象化的方法。以有形的造像表達無形的宗教情操、文化內涵和精神象徵，「無情說法有情聽」，作為表達佛法的基本形式和重要表現之一。

《新華嚴經論·卷三十四》云：「是故如來取像世間法則用表其法」，雕造佛像亦如佛教修持，內鑿本具佛性，外行悲智願力，造像藝術與宗教情操，水乳相融，難以分割。

佛法藝術化

《大乘本生心地觀經·卷八·觀心品第十》中，文殊師利菩薩問佛心地法門，為未成就之眾生，開示涅槃之道，佛言：「善男子！三界之中以心為主，能觀心者究竟解脫，不能觀者究竟沉淪。眾生之心猶如大地，五穀五果從大地生，如是心法，生世出世善惡五趣，有學無學、獨覺菩薩及於如來。以是因緣，三界唯心，心名為地。」心為萬法之本，能生一切諸法，故曰「心地」。

《華嚴經·卷十·華藏世界品》記載：「譬如眾續像，畫師之所作，如是一切刹，心畫師所成」，《華嚴經·卷十九》亦云：「心如工畫師，能畫諸世間」。從理上來說，每個人的心都是一個華藏世界。「華」就是蓮華，「藏」有含攝、出生、具德之義。「華藏」代表重重無盡的莊嚴佛土，代表人人本具的真如本性，以蓮華出淤泥而不染，藉以譬喻「法界真如」雖在世間而不為世間法所污，一切森羅萬象及諸佛莊嚴刹土，皆含藏於真如本性之中。

佛教造像是佛法藝術化的表現，亦即吾人真如本性所顯現的功德妙用。例如中台山博物館館藏北齊「石造三尊佛坐像」，以漢白玉採透雕與高浮雕技法呈現。背屏是一百零八片葉子組成之二菩提樹，樹幹上刻有火燄形寶珠，菩提葉每葉洞穿，象徵一百零八法門對治一百零八個煩惱後，自性菩提即現。葉間



館藏石造三尊佛坐像
(正面圖)

北齊(550-577)
漢白玉

H145 × W86.5 × D79.7cm



六層透雕，象徵六度萬行。

正面主尊佛結跏趺坐於須彌山上的蓮花台，右手施無畏印、左手與願印；兩側二翔龍口吐嘉蓮承托二菩薩，雙龍代表龍天護法。下方雕刻圍繞著須彌山的香水海，香水海有大蓮花，佛菩薩的蓮花座即從此海中生起。如《華嚴經·卷八·華藏世界品》記載：「此華藏莊嚴世界海，是毘盧遮那如來往昔於世界海微塵數劫修菩薩行時，一一劫中，親近世界海微塵數佛；一一佛所，淨修世界海微塵數大願之所嚴淨。」

正面一佛二菩薩，代表大乘佛菩提道；背面樹下二弟子，代表二乘解脫道。此件造像結構嚴謹、豐富，通體披金帶彩，雕工卓絕、精湛，不僅呈現北齊透雕藝術之美，更展現一體兩面的佛教思想，蘊含深廣義理，極為珍貴，堪稱本館鎮館之寶。

造像藝術現象其實就是社會現象，藝術是人、是社會的一面鏡子，每個時代的人都在表達該時代的思想、語言，那就是藝術的本質所在。不同時代有其審美標準，藝術反映當代文化，不同佛像的造型反映不同朝代的政治、文化與生活，是以不同時期造像即傳達出佛教思想在各個時期之演變。



館藏石造三尊佛坐像
(背面圖)

館藏石造三尊佛坐像
(側面圖)



覺心觀照

在佛教學院中的每一天，學僧用法、用心、用觀行，
努力在生活中實踐佛陀的教誨，走著佛陀曾走過的心路，記錄下對心念的觀照；
覺心觀照——是一份修行人的作業。

文／中台佛教學院

寶珠與瓦礫 中台女眾佛教學院研究所一年級 見呵法師

人生以何為貴？只有當下這念能作主的心才是最真最貴的。它能帶著我們修善造惡、輪迴六道，因此，我們真正擁有的只有這念作主的心，其他所見、所愛、所擁有的，都只是夢幻泡影，稍縱即逝。因此，心要能作主，否則寶珠即變瓦礫，生生世世就要以貴趨賤。希望藉由觀行除去自己的習氣，擦亮自己的寶珠，莫讓它變成瓦礫。

剎那生滅 中台女眾佛教學院研究所一年級 見鎬法師

盛飯時，一隻小蟲飛入碗中，從碗中將牠取出時，似乎已無生命跡象。一剎那間，生命便隕落、逝去。

經云：「人命不停，過於山水，今日雖存，明亦難保。」「明」不在某個未知的未來，而在每個剎那生滅的當下。外相似乎如常、靜止不動，其實沒有一法是恆久不變的，自己的身心也是如此。「無常」，教導自己「放下」的功課。從中警惕自己，見一分無常，便要放下一分煩惱，而多一分自在。



A large, stylized illustration of a Buddhist monk with a shaved head, wearing orange robes, sitting cross-legged and playing a stringed instrument, possibly a veena. The monk's eyes are closed in a meditative state. The background is a warm, textured orange-yellow.

佛陀不急不緩彈琴喻

文／編輯部

圖／傳網





佛在王舍城迦蘭陀竹園時，佛的弟子二十億耳尊者住在耆闍崛山，獨自一人精進用功。一日，二十億耳尊者靜坐思惟：「世尊的弟子精勤用功者，我可算是其中之一，但是到現在還沒有漏盡煩惱，成道證果，我還是返回俗家，去過世人追求五欲的生活算了。我是名門之子，家裡財寶豐足，至少可以廣行布施，累積一些福報。」

此時，佛陀知道了二十億耳心之所念，便派一位比丘請二十億耳來到精舍。二十億耳即刻前往，稽首頂禮佛足。

佛問二十億耳是否自認精勤用功卻遲遲未有消息，因而生起退心？發現世尊已知自己的想法，二十億耳慚愧地對世尊表示：「確實是這樣的，世尊。」佛對二十億耳說：「你在俗家時，是否善於彈琴呢？」二十億耳回答：「是的，世尊。」

佛又問：「你彈琴時，如果琴弦太緊，能彈出好聽的聲音嗎？」二十億耳回答：「世尊，琴弦太緊，不但聲音難聽，而且弦還會斷掉。」

佛再問：「如果弦太鬆，聲音好不好聽呢？」二十億耳回答：「世尊，弦如果太鬆，聲音不僅不好聽，甚至彈不出聲音。」

佛接著問：「所謂善調琴弦，是否不可太緊也不可太鬆，才能彈奏出微妙和雅的琴聲呢？」二十億耳再答：「是的，世尊。」

佛為二十億耳開示：「修行也是如此，如果把自己繃得太緊，過度精進，沒有辦法悟道，心中起煩惱、生無明，就會退失菩提心；反之，太懈怠、太放逸，就如同琴弦太鬆一般，也會退失菩提心。修行就如同彈琴一樣，要合於中道、不鬆不緊。不要太執著，也不可太放逸，要在心上用功，不可著於表相。」二十億耳聞佛所說，歡喜作禮而去。

回到耆闍崛山，二十億耳尊者如佛所教，常念世尊所開示的彈琴喻，獨自靜坐思惟，終至漏盡煩惱，心得解脫，證阿羅漢果。

（編按：典故摘自《雜阿含經》）

省思



所謂「平常心是道」，無論是學業、事業、家庭，乃至於修行，太緊或太鬆都不好，要保持中道，身心調適得當，不緩不急、不快不慢，時時刻刻都在定慧當中。若能如此，任何事情都會看得更清楚，為人生作出最好的決定。





鼓

文／編輯部

「暮鼓晨鐘，驚醒世間名利客；經聲佛號，喚回苦海夢迷人。」叢林梵刹的鐘鼓之聲沉穩而悠遠，朝暮迴盪，敲醒喧囂塵世中的迷夢與煩憂，帶來心靈的定靜與祥和，更警策世人覺悟自心。

鼓的歷史意義

中華文化自古重視禮樂，《樂經》被奉為「六經」之一。寺院僧人在上殿、用齋和舉行各種佛事時，須遵循禮儀，奏樂唱讚。宋代朱熹曾說：「觀於寺僧之齋供，

而歎三代禮樂，猶獨存於釋氏。」佛門中的音樂稱為梵唄——讚詠歌頌佛德的音聲，從一心至誠的唱頌到歡喜虔敬的伎樂供養，皆屬梵唄的範疇。鼓，則為伎樂供養中的敲打樂器之一。《妙法蓮華經》云：「若使人作樂，擊鼓吹角貝，簫笛琴箏篴，琵琶鐃銅鈸，如是眾妙音，盡持以供養，或以歡喜心，歌唄頌佛德，乃至一小音，皆已成佛道。」故知梵唄利人天，功德不思議。

印度時期，鼓多作為報時、警報之用。中國自古即有種種不同之鼓，有起源於中國人自己創造的，也有傳自西域者，多用於儀式、舞樂、軍陣中。唐代一行禪師，則將鐘鼓應用到其所創造的天文儀器上，用以報時。《舊唐書·天文志》記載一行禪師造水運渾天儀：「立二木人於地平之上，前置鐘鼓以候辰刻，每一刻自然擊鼓，每辰則自然撞鐘。」堪稱世界上有史以來最早的一座自動計時器。唐代以降，禪林普遍使用大鼓，用於僧堂規律、行事報時。傳至日本後，多為誦經唱題之用。

佛寺中鼓的用途

佛陀在世時，「鼓」本為誦戒、用齋、聽法三時，用以敲打集眾的鞦韆法器。《五分律》云：「諸比丘布薩，眾不時集。佛言：若打鞦韆，若打鼓吹貝，若食時擊者。」《楞嚴經》中說：「食辦擊鼓，眾集撞鐘。鐘鼓音聲，前後相續。」《僧祇律》中說：「帝釋有三鼓，若善法堂說法，打第三鼓。」

爾後，叢林之中更漸漸以擊鼓鳴鐘，號令早起夜寢之時，作為僧堂規律、行事報時的用途，更進而把「鼓」加入了讚誦的行列，以音聲作佛事，作為伎樂供養。由於鐘與鼓分別置於大殿前方左右兩側，於是自古以來便有「左鐘右鼓」之稱。

《敕修百丈清規·卷八》中，依用途而有「法鼓」、「茶鼓」、「齋鼓」、「更鼓」等區分。古代叢林的法堂東北角設「法鼓」，為住持上堂、小參、普說、入室時擊之。上堂時擊三下，小參時擊一下，普說時擊五下，入室時擊三下，皆當緩擊。法堂西北角設「茶鼓」，在請茶、進齋、普請、放參、沐浴、更點時擊之，堂內用茶湯、普請時長擊一下。「齋鼓」（又名雲鼓、問訊鼓、下鉢鼓）懸於庫司之前，於用齋時擊三下。「更鼓」由庫司主之，早晚平擊三下，其餘隨更次擊之。

關於「法鼓」，諸多經文皆有記載，譬喻佛說之法如鼓，可誡眾進善；猶如叩鼓可誡兵前進。如《妙法蓮華經·卷三》：「唯願天人尊，轉無上法輪，擊於大法鼓，而吹大法螺，普雨大法雨，度無量眾生。我等咸歸請，當演深遠音。」

近世佛寺所用的鼓，其狀多為矮桶式，大型鼓多半懸掛在鼓樓中，或置於大雄寶殿的簷角下，作為集眾或警示之用。中、小型的鼓則配以吊鐘，架放在鼓架上，有鐘有鼓者稱為「寶鐘鼓」，於早晚課誦及法會讚誦之用。此外，有柄，僅有鼓面無鼓桶，以手執持的「手鼓」，則於離位行進時執持。



寶鐘鼓

天鼓警策勤修行

《大方廣佛華嚴經·卷十五》記載：「忉利天中有天鼓，從天業報而生得，知諸天眾放逸時，空中自然出此音。一切五欲悉無常，如水聚沫性虛偽，諸有如夢如陽焰，亦如浮雲水中月。……三十三天聞此音，悉共來昇善法堂，帝釋為說微妙法，咸令順寂除貪愛。」故知「天鼓」是指置於忉利天善法堂之大鼓，此鼓由天之業報生得，不擊自鳴，聞其聲者皆起懼惡生善之心，故稱天鼓。

此外，因天鼓音聲能利益無量眾生，故用此比喻佛之說法。據《法華義疏·卷一》記載，賊來賊去之際，天鼓皆鳴，而諸天心勇，修羅懼怖；眾生煩惱之應來應

去，佛皆說法，而弟子心勇，諸魔懼怖。天鼓無心能為四事，如來雖說，亦復無心。

晨鐘暮鼓攝人心

禪林中所謂的「晨鐘暮鼓」，是指早晨先鳴鐘，次擊鼓；晚上則先擊鼓，後鳴鐘。早晚二時所擊的鼓，稱作「曉鼓」與「昏鼓」，作為報時之用。曉鼓，提醒大眾一天的開始，準備上早殿，精進用功；昏鼓，以告大眾準備養息，各自用功。

關於擊鼓的方法，在《敕修百丈清規》中有記載：「上堂時，三通。先輕敲鼓磬三下，然後重手徐徐擊之，使其緊慢相參，輕重相應，音聲和暢，起復連環，隱隱轟轟，若春雷之震蟄。」凡擊鼓皆有定數，唱念時，擊則隨其音調而有明確的規定。

晨昏時分，鼓樓間傳出陣陣的厚實鼓聲，由緩至急，復收於初響；於緩，有如車、馬、兵出；於急，有如風、雨、雷下。陣陣鼓點，就如此點在聽聞者的耳中，點在心上，也點出了佛法千年傳世的箇中大意——無常迅猛，當勤精進，摧破煩惱，歸於本心。

宋代文學家歐陽修詩云：「但見丹霞翠壁遠近映樓閣，晨鐘暮鼓杳靄羅幡幢。」深沉的鼓音，聲震梵宇，上供十方諸佛，莊嚴叢林道場。鼓聲奮出，風雨雷電，警醒無常，策勵修行。透過渾厚穩健的鼓聲，表達「震法雷，擊法鼓，布慈雲兮灑甘露」的願心，為弘揚佛法，廣行菩薩道，度化眾生無有疲厭。



乾煎麵線

文／編輯部

健康素食



【材料】

麵線	2束
茶油	酌量
胡椒鹽	酌量

【步驟】

1. 將麵線過水後撈起，加茶油、胡椒鹽攪拌均勻。
2. 平底鍋加熱，放入麵線，中火慢煎，煎至微黃後翻面即可。



蓮與睡蓮

文／普蓮寺護法會會長、

前東華大學生態與環境教育研究所教授 張惠珠

夏天，蓮池飄來陣陣花香，清香怡人！放眼望去，高高挺出水面的、稍稍舉出水面的、還有貼在水面上的，紅花、白花、黃花、藍花、橘花……好不熱鬧，它們是誰？誰在幽幽吐芬香？香味都一樣嗎？

蓮

蓮就是荷，蓮花就是荷花，英名 lotus，學名：*Nelumbo nucifera* Gaertn，是蓮科（*Nelumbonaceae*）植物，為多年生草本挺水植物，原產於亞洲。具匍匐、肥厚的地下莖（就是蓮藕），節與節間明顯，由節處發芽長出葉和花。

葉為單葉，盾狀、圓形，通常有長長的葉柄將葉片高舉出水面，但每年過冬後第一片露臉的葉常是浮水的。葉緣略波狀（所謂的荷葉邊），葉面有不透水的奈米結構，葉向中央處略凹陷，因此水打在葉

面上會暫留一些晶瑩的水珠。

花如同葉一般，挺出水面，一梗一花。葉柄和花梗皆因有通氣組織而上下貫通，彷彿中空，外表有刺。花有香氣，常為粉紅色或白色。萼片 2～5 片，花瓣由十數片至數十片所組成，瓣片闊卵圓形。雄蕊數十至數百個，具細長花絲，環繞在雌蕊旁；雌蕊由多數心皮組成，心皮各個離生，鑲嵌於一個漏斗型、膨大的花托（即蓮蓬）上。

成熟時，蓮蓬裡一顆顆帶殼的蓮子，就是蓮的果實，那堅硬的殼是它的果皮。去掉殼以後，可以吃的蓮子，才是蓮的種子。通常處理新鮮的蓮子時，還將膜（種皮）去掉，中間苦苦的綠色蓮心（胚軸）再去掉，只留下兩片肥厚的子葉。有些專供觀賞用的重瓣品種，是因為雄蕊花瓣化的緣故，也因此所結的蓮蓬多半發育不良，而其中的蓮子也常是空包彈。

自古以來，蓮花就深受中國人的喜愛，由文人詠蓮的詩文可見一斑。三國時曹植的〈芙蓉賦〉中說：「覽百卉之英茂，無斯華之獨靈。」宋朝周敦頤的〈愛蓮說〉更為許多人耳熟能詳：「予獨愛蓮之出淤泥而不染，濯清漣而不妖，中通外直，不蔓不枝，香遠益清，亭亭淨植，可遠觀而不可褻玩焉。」明朝〈群芳譜〉中說蓮：「亭亭物華，出於淤泥而不染，花中之君子也。」這樣的描述，雖未說明花的形態、特徵，卻對蓮的神韻描述得淋漓盡致。

蓮花在中國比喻為高潔清香、有靈性、出淤泥而不染的君子。在印度，蓮花也是神聖的象徵，表示身、口、意清淨。佛教源自於印度，因此常見諸佛、菩薩的聖像坐在蓮台上。直到今天，印度和越南一帶，無論是印度教徒或佛教徒，都會拿著蓮花至寺院供養。

除了花代表聖潔、高雅，可供欣賞外，蓮的全身都是寶，例如：荷葉可拿來包米做荷葉飯；蓮藕可以生吃、涼拌、煮湯、做甜點，甚至做成藕粉，讓人們在沒有鮮品的時候也可以嚐到蓮的滋味；蓮子可以生吃，也可以煮熟吃，或做成蓮蓉，變化成糕餅的內餡；取出蓮子的蓮蓬，還可以入藥；新鮮的蓮蓬則可以拿來作花材。此外，淋浴用的蓮蓬頭，不知是不是來自蓮蓬的發想？

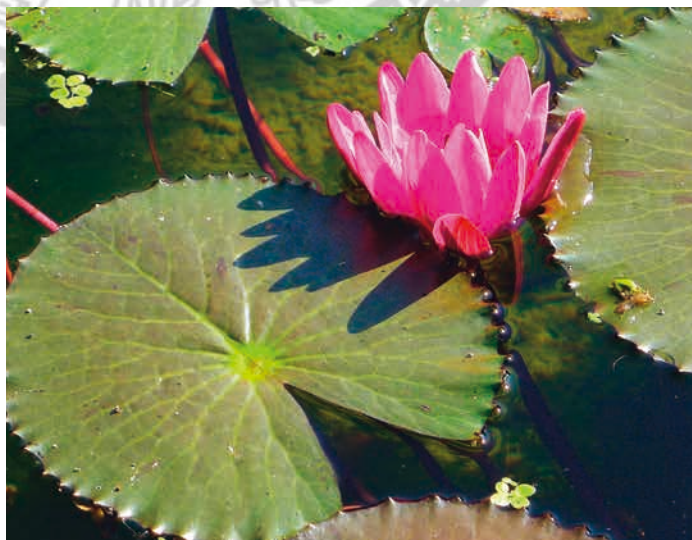
蓮花被人們栽培、利用，已是非常久遠的事了。雖原產於亞

洲，但台灣原本是否有野生分布，並不可考。蓮花，目前是印度和越南的國花，中國澳門特區的區花，山東省濟南市的市花，也是台灣花蓮縣的縣花。

蓮與睡蓮

在蓮花池畔，最常聽到遊客爭論荷花、蓮花與睡蓮三者是否相同？其實，荷花就是蓮花，與睡蓮不同，但是它們又有許多相似的地方。譬如，它們都是多年生的水生植物，根長在泥土裡，它們的花都是又大、又美、又香，它們開花時，每朵花都有開了又合、合了又開的情形。蓮花和許多品種的睡蓮，都是早上花朵綻放，下午花朵合起來睡覺；第二天早上再綻放，下午又睡覺……如是一朵花大約可以開3～4天，因此過去植物分類學家將二者都放在睡蓮科（Nymphaeaceae）。但隨著愈來愈多的研究，目前多傾向於將蓮屬

■ 睡蓮大部分為浮水葉，有矢狀缺口。



獨立為一科，即蓮科（*Nelumbonaceae*）；睡蓮則仍為睡蓮科。蓮與睡蓮的區別，列於下表：

	蓮（荷）	睡蓮
科	<i>Nelumbonaceae</i>	<i>Nymphaeaceae</i>
屬	<i>Nelumbo</i>	<i>Nymphaea</i>
葉	1. 葉片圓形，波狀緣，無矢狀缺口，明顯的盾狀。 2. 大部分的葉挺出水面。 3. 水打在葉面可見晶瑩水珠。	1. 葉片圓形，全緣或鋸齒緣，有矢狀缺口。 2. 大部分為浮水葉。 3. 水打在葉面不形成晶瑩水珠。
花	1. 高挺水面。 2. 雌蕊為明顯膨大的花托（蓮蓬）。	1. 花略出水面。 2. 雌蕊花托無蓮蓬狀構造。
果	花後蓮子、蓮蓬在空中發育成熟。	花後花梗沉入水裡，果實種子在水裡發育。
原產地	亞洲、北美（黃蓮花）	全球分布
種類	約 2 種	約 50 種
染色體基數	2X=16	2X=14

英文稱蓮花（荷花）為 *lotus*，稱睡蓮為 *water lily*。在中國與台灣，人們對蓮花與睡蓮常混淆不清，無獨有偶，在埃及，也是將 *lotus* 與 *water lily* 混為一談。當我到埃及旅遊時，得知 *lotus* 是上埃及的表徵，*Papyrus*（紙莎草）是下埃及的表徵，而今日的埃及則是以 *lotus* 為其國花。然而，遍觀埃及神廟的柱頭和金字塔裡，多

以紙莎草和睡蓮為文飾，壁畫和紙莎草畫卷也常看見藍睡蓮，甚至到埃及博物館看活生生的埃及國花，都是藍睡蓮，心中納悶埃及人為何把 *water lily* 稱作 *lotus*？及至在埃及官方旅遊網上看到一篇文章，內容乃為其國花正名，篇名即用〈The Egyptian 'Lotus' *Nymphaea caerulea*, the blue Water Lily〉，文章開宗明義說：「這個作為上埃及圖騰表徵的花，其實是 *Nymphaea caerulea*，正確地說，現在應該叫作『睡蓮』……」該作者也同時在埃及知名的《KMT 雜誌》上為文說明古埃及的「蓮」就是睡蓮。

睡蓮

如同蓮花出淤泥而不染，藍睡蓮的花也是從黑暗的水中伸出，迎向光明、燦爛的太陽，當花謝時再回到水中，過一些時日，新的生命又再從水中冒出，因此，在埃及人的心目中，它們是神聖的。目前，睡蓮是埃及的國花，也是小乘佛國斯里蘭卡的國花。

睡蓮屬（*Nymphaea*）廣泛分布於全球，除極地外，幾乎都可見其蹤影。種類約 40～60 種，栽培變種更多，花朵開放時間也各不相同。有晝開睡蓮：花朵開放時間在上午六時至八時，中午或下午閉合；有夜開睡蓮：開花時間在晚上八時至十時，第二天中午前閉合。

夜開睡蓮，最常見的是白花的齒葉睡蓮（*Nymphaea lotus* var. *dentata*）和紅花的紅花睡蓮（*Nymphaea rubra*），而藍花

的埃及睡蓮 (*Nymphaea caerulea*)、黃花的墨西哥睡蓮 (*Nymphaea maxicana*)，以及近年來俗稱為「香水睡蓮」的許多栽培種，大多為日開夜合的種類。

觀察睡蓮的花開、花合，雖有晝夜之分，但受天候影響，同一種開花時間也會早一點或晚一點。在中台禪寺的蓮花池，若要欣賞各種類睡蓮盛開，最好的時間是夏天上午九時以後、中午以前，這時夜間的種類尚未合起來，而晝開的種類已經完全張開。下午三時以後，要看到滿池盛開的花，就比較難了。

睡蓮是多年生水生草本植物，根莖生於泥中。葉片種類除了常見的浮水葉外，還有潛葉，就是生長季節由根莖不斷萌出的沉水葉片，通常呈箭頭形。當潛葉逐漸成熟，葉片浮出水面就成了浮葉，太擁擠時，有些浮葉也會稍稍舉出水面。

花季時，睡蓮的花梗由根莖葉腋伸出水面，一葉僅一花。花為兩性花，輻射對稱，子房上位至周位，萼片4~7片，卵形，花瓣7~40片，長橢圓形、披針形或倒卵形。雄蕊數十個至數百個，環繞心皮四周，外輪的花絲較寬，顏色、形狀都像花瓣；內輪者，呈絲狀。萼、瓣、雄蕊在花托上方及周圍呈螺旋狀排列。雌蕊由多數心皮組成，放射狀排列，呈合生狀，包埋於微凹陷的花托

中，唯上部柱頭分離，成熟時柱頭會分泌柱頭液吸引授粉昆蟲。

根據栽培者的長期觀察，一朵花的壽命只有四天，通常雌蕊比雄蕊先熟。第一天，花微張開，柱頭已熟，有柱頭液，此時雄蕊如柵欄般地開在柱頭旁。第二天、第三天，花朵全開，雄蕊成熟，花藥開裂，此時的雄蕊和心皮的附屬物將柱頭完全包住。採完花粉的昆蟲，沒有辦法接觸到同一朵花的雌蕊，此時若再造訪第一日開的花，則被柱頭液誘惑，被雄蕊柵欄強力引導至充滿柱頭液的甜蜜陷阱中，為睡蓮傳粉，但同時也可能犧牲了牠自己的生命。

除了觀賞，國人還創造了許多睡蓮的吃法，最常見的是將香水睡蓮的花乾燥後，用來泡「蓮花茶」，充滿了花的清香，是夏日非常清爽的飲料。

當年「釋尊拈花，迦葉微笑」，今日「中台拈花，眾生微笑」，此心蓮清淨微妙，難可言喻，幽遠香氣遍及十方，您看見了嗎？

■ 睡蓮雄蕊環繞花托上及周圍。





普台國小

文化探索之旅

文／編輯部

徜徉於山明水秀的大自然教室中，普台學子還擁有優質的人文學習資源——鄰近的中台山博物館今春推出館校合作活動，普台國小全校師生拔得頭籌。三、四月間，各班級在春光明媚中踏青而來，體驗千年的絲路之旅、書法藝術寶庫的洗禮。

三月五日，蔡校長率先帶領八十位教職員參訪研習，在館長見迅法師的導覽下，了解「化世瑰寶」佛像文物常設展及「石墨真寶」西安碑林博物館碑拓特展。館長曾任高雄師範大學美術系教授，累積了十八年的教學經驗，在生動的講解與互動中，讓老師們了解如何善用展場資源，豐富各科教學。

此外，館方還準備了闖關學習單、拓

印及素描教學資源箱、二部探索短片——了解珍貴碑拓如何來到中台禪寺，以及「漢字演變與書法之美」，讓師生們優遊其中、滿載而歸。蔡校長感謝館方的用心，也讚歎館長為台灣最年輕的師鐸獎得主，對於教育的熱忱，值得普台團隊學習。

文物淨人心 瑰寶永流芳

三月九日起，一到四年級同學跟著翔龍、生肖龍、五爪龍等八龍關主，踏上「尋龍闖關之旅」。在語文創作中，二年級孟芳同學畫了一隻拿著鑰匙的翔龍，打開了欣賞的大門，在聚光燈下，不同衣著形式的佛像，每一尊都是笑咪咪的慈祥容顏。她寫道：「一進到博物館，看到好大的彌勒佛，大家都稱讚說：『哇，好莊嚴的佛

喔！』」

在導覽大廳裡，地面上的世界地圖及觸碰式看板，清楚勾勒出佛法傳播的三大路線，北傳、南傳交會於山東青州……。在二樓展廳，學子看到著名的北齊青州佛像，袈裟薄衣貼體、大雁型嘴唇，手印柔軟似有彈性，呈現出多元而精湛的造像工藝。

同學們還發掘一個藏於佛眼的祕密——遠看閉著的雙眼，當你慢慢走近，剎那間彷彿睜開了、看著自己，「哇！」同學們不約而同發出驚歎。中台山博物館創辦人^上惟^下覺大和尚常說：「佛像百看不厭，愈看愈歡喜，無形中把心靈洗滌清淨了；很多人來看了之後，出去時都是笑咪咪的，很歡喜。」能夠一睹二千多年來，各時代、各地域的經典之作，真是幸福得不得了！

參觀過程中，學子也發現：「有些佛菩薩的頭、手、腳不見了，好可憐喔！」

還會關心：「是不是地震受損了？」童稚心思敏銳、充滿了同情心，由於懂得欣賞珍惜，守護文物的種籽也及早萌芽了。

石墨有真寶 漢字喜迎春

五、六年級的「漢字喜迎春」學習單，則以「石墨真寶」碑拓展為主，經由探索「春」字的意義及書體，設計了五關。唐太宗所著《集王聖教序》，通碑集「書聖」王羲之墨寶刻造，而留下「一字千金」美談。學子們眼尖，很快發現碑上刻有平日所誦《心經》，正是當時玄奘大師翻譯出來的。

當問到文物的內容上網查就有，為什麼還要很小心地保存？「讓我們可以見證歷史」，七歲學童即能一語中的，令人讚歎。五年級采綸印象最深刻的是《石台孝經》，「它的歷史悠久，保存到現代依然這麼完美、精緻！我覺得能夠來這裡參觀，真是機會難得，也讓我對歷史文化生起一份尊敬的心。」

從小有國學薰修的學子善根深厚，一路興致盎然地仔細聆賞、勤作筆記，展現敏學求知的精神。從《多寶塔碑》至《顏氏家廟碑》三通並列的顏真卿碑書，學子形容顏體變「肥厚」了。咀嚼著唐楷大師「人書俱老」的韻味，學子也觀察其一筆



館校合作活動中，解說員用心引導學子探索千年文物之美。



一劃都非常認真，從而知其個性耿直，最後忠貞殉國的節操，令人刻骨銘心。

博物館解說員與學子共勉，顏真卿七十多歲還能夠帶兵打仗，可見勤練書法的人，身體也會很好。他曾經陪同老書法家巡禮二個多小時，中間都沒有休息，老人家表示：「寫大字要懸腕，站著寫、要運氣，就像練武術一樣，幾十年下來，身體就會很好。」

草聖張旭的《肚痛帖》則展現藝術生活化的一面，從飛揚的筆韻間，彷彿感受到病苦的心境。所謂「用筆在心」，「從你的字，老師也可以看出你的心！」碑林處處都是應機施教的好題材。

又如漢字演變的動畫，用貼近孩子的語言，從敬字惜紙講起，「文字彷彿有了生命般，會成長、演變；搭配蓋印章、寫書法的活動，在一動一靜間，這個大寶庫儼然成為孩子的另一個教室。」五年二班老師分享。

二年級美玲老師也回饋，因為解說員的用心，以闖關學習單及許多故事，提高

了學生們的興趣。也發覺，只要站在孩子的高度，用他們聽得懂的語言，相信小小孩也會熱衷博物館的學習之旅，並且真正認識相關禮儀，不再是紙上談兵而已。

六年級芳玲老師則表示，之前上課講過象形、形聲，這次參訪的資料正好可運用於國語文藝術之美，配合書法課，統整教學如虎添翼！

習字並篆刻 養心及靜氣

普台從國小三年級起上書法課，才藝課也開設書法班。在參觀博物館之後，學子還有機會學習篆刻，實際體會碑拓的原理。指導老師傳授，治印的祕訣與寫書法一樣，須心平氣和，掌握好力道。從陰刻至陽刻，學子們十分投入，還興致勃勃地央求：「老師，我想學反寫，下次刻自己的名字好不好？」

著名雕塑家羅丹曾說：「藝術家的優良品質，無非是智慧、專心、真摯、意



1. 二年級同學圖文並茂呈現參學心得。
- 2-3. 中台山博物館館長見迅法師為教職員介紹館藏豐富的教學資源。
4. 在碑林情境區蓋圖章、練書法、寫祈福卡。
- 5-6. 透過書法及篆刻，涵養心性與國學底蘊。



志。」用於普台特色課程——書法亦然。今年學測南投地區榜首承宏及繁星金榜題名的建勳、郁立、佑鑫等同學，都是從小薰修書法，個個寫得一手好字。令書法老師印象深刻的是，即使在國三基測前，他們還於午休時間練字，視為放鬆、紓壓的最佳出口。「習字不僅可以靜心、定心，其技巧細膩有賴手眼協調，因此字寫得好的同學，其資質及各項學習表現都很出色。」

推甄上中山大學教育系的郁立同學表示，自小和承宏便是書法夥伴，覺得有些懈怠時，看到他總是很寧靜地在那兒練字，就會讓自己提起正念。「自己的個性原本好動，喜歡寫那種大刺刺的字，當老師要我改寫厚重嚴謹的歐陽詢時，內心非常掙扎。後來老師勸我把心敞開，每個書法家的字都要去練，有了底子再去發展自己的風格，才不會太狹隘！寫過歐體後發現，許多書法家的字自己都變得很會寫，

因為你內斂過，就知道怎麼放；如果你一直放，就不知道怎麼內斂。」

心調柔了、澄淨了，自然收放自如、進退有據。如館校合作活動中，解說員所說：「心靜下來，才聽得到佛菩薩要跟你說什麼！」亦能掌握到所有「石墨真寶」中的精髓。文物的光輝、傳承與分享的願力，交織成華藏世界的梵網，化作所有學子心中永恆的瑰寶。薰修愈久，這份智慧的心光將愈發閃亮！

榮譽榜

★普台高中一百零二年大學 甄選入學個人申請表現優異

郁升	國立交通大學管理科學系
祐宗	國立中央大學法國語文學系
昀樵	國立暨南國際大學國際文教與比較教育學系
人毅	台北市立教育大學心理與諮商學系
丞恩	國立台北教育大學語文與創作學系語文師資組
宥廷	國立台灣體育運動大學休閒運動學系
鼎皓	國立台北科技大學機電學士班、 淡江大學財務金融學系
岳峰	輔仁大學金融與國際企業學系
靖涵	輔仁大學西班牙語文學系
尚謙	淡江大學英文學系
楹楹	中原大學應用華語文學系
舜傑	中原大學物理學系物理組
靜音	東海大學社會學系
慧婷	東海大學食品科學系
怡禎	東海大學資訊管理學系
瑞元	東海大學化學系化學組
思廷	苑庭、柔瑩 逢甲大學國際企業管理 學士學位學程（英語專班）
宣宇	逢甲大學運輸科技與管理學系
育玄	靜宜大學資訊工程學系
庭瑋	中國文化大學大眾傳播學系
豐得	中國文化大學新聞學系
昱萱	中國文化大學日本語文學系

共有 71 位學生錄取公私立大學理想科系





天祥寶塔禪寺一百零二年度

清明梁皇寶懺 超薦消災祈福大法會

文／編輯部

清明節為中國傳統重要節日，亦是中華文化核心價值——以倫理道德為根本的孝道文化之具體展現。「清明」為曆法二十四節氣之一，《歲時百問》云：「萬物生長此時，皆清潔而明淨，故謂之清明。」此時草木青青，萬物欣欣向榮，人們亦於此時緬懷先人、祭祖掃墓，表達孝

思和感恩。

梁皇功德力 冥陽皆蒙潤

子曰：「天地之性，人為貴；人之行，莫大於孝。」時屆清明，天祥寶塔禪寺秉持佛法慈悲濟世之精神，發揚忠孝倫理、慎終追遠、知恩報恩之美德，於三月

三十一日至四月七日啓建「清明梁皇寶懺超薦消災祈福大法會」，以此嚴淨功德，回向世界和平，家靖民祥，陽上群倫共增福慧，歷代先亡超生淨土，一切有情同得解脫，共入性海。

「善惡二途，皎然可見。罪福果報，諦了無疑。唯應努力，勤行懺悔。」法會期間禮拜《梁皇寶懺》，與會大眾隨文入觀，斷疑生信，發菩提心。最後發願回向，一切眾生成等正覺。連日法會中，湧入數萬人潮，大眾虔心懺悔，以殊勝的共修功德力，回向無上菩提。

四月六日下午禮懺功圓，各界賢達、護法善信雲集壇場。中台禪寺護法總會李

總會長、外貿協會王董事長、最高法院檢察署朱主任檢察官、林監察委員等人代表執香案，恭迎主法法師入壇主持大蒙山施食法會。

契悟真自性 罪業如冰消

《大般涅槃經》云：「雖先作惡後能發露，悔已慚愧更不敢作。猶如濁水置之明珠，以珠威力水即為清，如烟雲除月則清明。」八天的清明法會，與會大眾透過誦經、懺悔、聽經聞法等種種法門，盡大孝心、知本懷恩、廣修福慧。今日的殊勝法筵將綿延無盡，直至大地眾生，照破無明，靈光獨耀，清明自性，豁然開顯。



大蒙山施食法會，恭請主法法師灑淨、施食、誦經，為幽冥眾生傳授三皈，普度群倫。





美國普德精舍十週年慶

啓建梁皇寶懺大法會

文／普德精舍提供

時值美國德州普德精舍成立十週年，在護法信眾殷勤祈請下，自四月二日至二十八日，啓建梁皇寶懺大法會。由於精舍首次舉辦梁皇寶懺法會，且休士頓地區少有類似法會，因此，每一次的共修，都有近百名信眾前來禮懺用功。

圓滿日當天，住持法師除了肯定大眾近一個月來的精進用功，也勉勵大眾在日常生活中要清淨身口意三業，才能獲得禮懺的真功德。所謂「心生則種種法生」，仇恨只會帶來仇恨，慈悲才能為世界帶來祥和。

法會期間，美國波士頓及德州休士頓

發生兩起重大爆炸案，大陸四川雅安也發生嚴重地震，精舍本著慈悲濟世之精神，特別為傷亡者設立消災及超薦牌位，祈願仰仗三寶慈光，早日離苦得樂，共入毗盧性海。

法會心得

護法會會長／傳恕 從懺文中了解，自己這一世與眾生所結的怨根和惡緣，真可謂膽顫心驚，遑論累世怨結！唯願諸佛菩薩大慈悲力加被，罪障消融，滅除怨懟。同時回向社會大眾、世界各種族，解冤釋結，畢竟不復惡心相向，讓所有暴力、戰爭與恐怖主義從地球上消失。

副會長／傳點 書寫牌位時，張張超薦的牌位代表

了每個人失去至親的悲痛，自己也如同佛法公案中無法接受喪子之痛的婦人。然而，透過懺文的洗滌，把心量擴大，從最初單純只回向亡父，擴大到過去的父母，再進而祈願十方法界一切衆生早日離苦得樂，共證菩提。

副會長／傳法 從懺文中，深深體悟修行之不易，在人生數十年中，不覺犯下無數惡行，藉此因緣誠心為自己、為累劫父母師長、兄弟姐妹、冤親債主及有緣衆生懺悔業障。梁皇法會不散，我們的修行不僅是今生，而是生生世世。

副會長／Lilian Viviana Mojica It is valuable to have the blessing to encounter the Buddha's teachings and understand that the actions of others can not cause our sufferings, we create the cause by our own actions and suffer the retributions ourselves; that's why we need to learn to be mindful of our bodily and verbal actions and contemplate our minds all the time until we can awake our minds and help others without limitations, following the example of the Buddhas and Bodhisattvas. (有福報值遇佛法，實在難能可貴，藉由佛法也可了知：他人無法使我們受苦，而是自作苦因、自受苦果。正因如此，我們必須隨時注意身口意，直到開悟，像佛菩薩一樣無有障礙地幫助他人。)

顧問／Mark Hausknecht Repentance is excellent and the only way to remove bad karma from our past and present lives. With sincerity we try to untangle our minds from greed, anger and ignorance. We thank the infinite Buddhas for their boundless compassion. We thank the Bodhisattvas for their compassionate interventions. We thank the Sangha for this great opportunity. (懺悔很殊勝，藉此，我們才能消除過去與今生的惡業。我們誠摯地發心從貪瞋癡的糾纏中解脫。

感謝無量諸佛菩薩慈悲入世，也感謝法師們創造此殊勝法會因緣。)

督導／傳慧 普德十年法筵開，梁皇寶懺已入壇；佛寶肩際玉毫光，法寶難量永敷揚；族裔融合求禮拜，障盡福至登覺岸。

諮詢委員／傳願 在誦讀經文中，深深體會到自己要修正的地方實在太多——分別心太重，需要和同事们建立更良好的關係，說話的語氣需柔軟，多稱讚別人，少評論他人短處。就從這裡開始做起吧！

書記組組長／傳穎 最大的體會就是學習放下——放下一點喜歡、一點討厭、一點「我想要」、一點我慢……然而，不預期的竟是愉悅的、清明、柔軟的心境。原來，放下煩惱，就可以是慈悲、可以是智慧！

適逢精舍十週年慶，首度舉辦梁皇寶懺法會，每次共修都有近百名信衆參加，虔誠獻供、精進禮懺。





普親精舍

浴佛暨孝親報恩法會

文／普親精舍護法會督導 傳松

爲慶讚佛陀三〇四〇年聖誕，新竹市普親精舍於四月二十一日啓建浴佛暨孝親報恩法會，並恭請中台禪寺住持見燈和尚親臨主法、開示法要，讓竹苗區信眾同霑法益，共沐佛恩。

法會當日參加信眾近四百人，與會大眾在住持和尚的帶領下，唱誦「浴佛偈」，並以香湯灌沐如來，人人臉上洋溢著法喜。隨後，大眾虔誠恭敬聆聽住持和尚開示法要。

住持和尚開示中提到，所謂「外潔塵垢，內淨自心」，只有人心淨化，社會才

會祥和、安定，世界各地災禍頻仍，皆因人心浮動、欲望蒙蔽所致。所謂「心安世界安，心平天下平」，大眾更應努力護法護教，以自利利他的精神，廣行菩薩道。進一步清淨自心，成就如來果德。

午齋時，精舍佛子園、讀經班小朋友帶來讀經及舞蹈表演，就讀普台高中的學子以英、日、法、西四國語言表演相聲。下午，精舍住持法師帶領大眾恭誦《佛說父母恩重難報經》，並將功德普皆回向，祈願法界有情及累世父母同證如來淨法身。

法會心得

護法會會長／傳白 除了自己知道佛法的好，更要發揮自利利他的精神，廣傳各地，希望大眾都能聽經聞法，提起這念清淨心，時時浴自性佛，以令社會祥和、國泰民安。

副會長／傳睿 法會前有因緣到其他精舍莊嚴道場，看到護法居士們的發心，當下感到慚愧懺悔而生起恭敬心，讓自己更能以「對事以真」的態度，直下承擔，努力圓滿此次法會執事。

副會長／傳輔 只要平日能透過禪修來安定身心，就能找到心中的源頭活水。即使外在情勢變動劇烈，亦能不隨境轉，安忍不動，當下就是淨土。

副會長／傳嶺 天下所有災禍，皆不離因緣果報，根源即是內心的貪瞋癡。因此，唯有透過聽經聞法，從因上努力，達到究竟解脫，才能真正消災免難。

諮詢委員／永良 浴佛的那一剎那，整個人彷彿重生了一般，心中浮現了《華嚴經》經文：「於一毛端極微中，出現三世莊嚴刹，十方塵刹諸毛端，我皆深入而嚴淨。」所有浴佛的人應該都能感受到這殊勝的感動。

諮詢委員／世源 台灣是親近正法、修行學佛的寶地，特別是因為導師的慈悲，在全台各地廣設精舍，普度眾生。相較之下，其他國家的修行者求法若渴，卻少有因緣親近精舍，身在台灣的我們，更應珍惜這殊勝的福報。

執行秘書／傳又 住持和尚開示法要，弟子倍感受用，日常生活中多一分覺察、覺照，必能少一分煩惱。

執行秘書／傳慈 法會中，反照自己求好心切，妄

想紛飛，作不了主。看著小學員們認真地依著口令快樂舞動，了悟當下承擔的這念心就是了。

機動組幹事／傳明 除了以香湯灌沐佛身，啟發清淨心外，自己也體悟到籌備法會及莊嚴道場是另一種「以假修真」的薰修因緣。

佛子國小老師／傳環 小學員的磨性成就我的耐性，我的耐性彰顯他們的佛性。一念慈悲，讓小學員種下此生及來世永不離三寶的因緣，讓我深深體會到「教學相長」、「法法平等」的道理。祈願大眾都能推開精舍的大門，展開人生的另一頁！

國立清華大學慧鐘佛學社社長／傳愨 每次聽完法師的開示，都感覺信心倍增，重新憶起學佛的初衷。

禪修班學員／傳幻 心散亂則易出錯，躁急則為人不圓融，感謝法師及師兄一路包容與提攜，啟發利益大眾的願心，讓我體悟到「放下自我，只願大眾心生歡喜」的無比清涼與美好！

大專禪修班學員／傳冠 在心燈組發心，體會到引導時要以定靜的心來帶領大眾。能夠學習佛法，是很歡喜的事！



1. 住持和尚親蒞會場，並提示大眾，因地清淨身口意三業，才能真正消災免難。
2. 大眾把握殊勝因緣，淨心浴佛。
3. 兒童讀經班小學員們展現經文背誦、詩詞吟唱等學習成果。



【禪修班開課】

■美國太谷精舍

5/18 A.W.E.S.O.M.E. 親子禪修班

■美國佛寶寺

5/19、6/2、6/16 兒童禪修班

■菲律賓海天禪寺

5/17 梵唄班

5/17 心燈實務班

5/19 英文高級禪修班

5/19 英文研經禪修班

5/20 中文高級禪修班

5/21 中文初級禪修班

5/22 中文研經禪修班

5/23 中文中級禪修班

5/25 英文中級禪修班

5/25 英文初級禪修班

6/1 兒童禪修班

6/1 青少年禪修班

6/2 華語班

■泰國泰佛寺

5/20 第 17 期

日間中泰文初級禪修班

5/20 第 27 期

夜間中泰文初級禪修班

5/21 第 9 期

日間中泰文中級禪修班

5/21 第 24 期

夜間中泰文中級禪修班

5/22 第 24 期

夜間中泰文高級禪修班

5/23 第 10 期

夜間中泰文研經禪修班

5/24、6/28 合艾第 1 期

中級中泰文禪修班

5/25、6/29 合艾第 3 期

初級中泰文禪修班

6/9 清邁第 2 期

初級中泰文禪修班

■普皇精舍

5/16 夜間初級禪修班

■普覺精舍

6/17 夜間初級禪修班

6/18 夜間中級禪修班

6/20 日間中級禪修班

6/21 夜間高級禪修班

■普燈精舍

5/27 夜間初級禪修班

5/28 日間研經班

5/28 夜間高級禪修班

5/29 夜間研經班

5/30 日間初級禪修班

5/30 夜間中級禪修班

6/1 夜間兒童禪修班

■普親精舍

6/24 夜間研經禪修班

6/25 日間中級禪修班

6/25 夜間高級禪修班

6/26 夜間中級禪修班

6/27 日間高級禪修班

6/27 夜間初級禪修班

6/28 日間研經禪修班

■普雲精舍

6/10 夜間中級禪修班

6/11 日間插花供佛班

6/11 夜間經典研究班

6/12 日、夜間高級禪修班

6/13 夜間初級禪修班

6/14 夜間工筆佛畫班

6/14 夜間禮懺共修班

6/15 日間書法定心班

6/15 夜間兒童讀經班

■普民精舍

5/19、6/2、6/16

菩提青少年禪修班

5/19 英文禪修班

5/25、6/1、6/15、6/29

小太陽親子禪修班

■普佛精舍

6/3、6/16 梵唄班

(限初級禪修班以上學員參加)

6/3 國語中級禪修班

6/4 台語中級禪修班

6/5 國語研經班(二)

6/6 台語高級禪修班

6/6 國語研經班(一)

6/7 台語研經班(一)

6/7 國語高級禪修班

6/8 台語研經班(二)

6/8 親子禪修班

■普南精舍

5/20 梵唄班

5/20 高級禪修 B 班

5/21 研經班

5/22 中級禪修班

5/22 兒童禪修班

5/23 日間高級禪修班

5/24 高級禪修 A 班

5/30 初級禪修班

■普同精舍

6/12 日、夜間初級禪修班

■普宜精舍

5/20、6/3、6/17 心燈實務

(限禪修班學員)

5/27、6/10、6/24 梵唄班

(限禪修班學員)

■普蓮寺

5/15 日、夜間高級禪修班

5/15 養生素食班

5/16 日間中級禪修班

5/17 夜間中級禪修班

■普台精舍

6/19 初級禪修班

【法會活動】

■美國太谷精舍

5/20 起 藥師經晚課共修

■美國佛門寺

5/26、6/9 一支香

6/2、6/30 半日禪

6/16 藥師寶懺法會

6/23 中英文講座

■美國中洲禪寺

5/26、6/30 半日禪

6/2、6/16、6/23 共修

6/9 啟建夏安居報恩藥師法會

■美國普德精舍

5/26、6/9、6/23、6/30

週日英文靜坐共修

6/2 半日禪

6/16 藥師祈福法會

■美國佛寶寺

5/26 一日禪

6/2 專題講座

6/9 消災超薦法會

6/22 普門品共修暨佛前大供

6/23 半日禪

■美國法寶寺

4/4 ~ 6/13 金剛經 /

八十八佛洪名寶懺共修

6/9 半日禪(限禪修班學員)

6/23 藥師法會

■菲律賓海天禪寺

5/20 起週一至週五

報恩藥師法會共修

6/8、6/22 佛前大供

6/16 英文藥師經法會

6/30 半日禪

■香港普廣精舍

6/16 藥師寶懺法會

■泰國泰佛寺

5/20 ~ 8/10 晚課恭誦藥師經

5/24 ~ 8/9

禮藥師寶懺 / 普佛共修

6/2 蓮池共修會

6/8 佛前大供

6/16 精進一日禪修

6/23 觀音消災祈福暨

彌陀超薦度亡大法會

■奧地利普法精舍

6/8、6/22 佛前大供

6/22 報恩藥師法會

■義大利華義寺

5/26 浴佛法會

6/2、6/9、6/16、6/23、6/30

藥師會上禮千佛共修日

6/8、6/22 恭誦藥師經暨佛前大供

6/19 禪修班學員半日禪

■基隆佛教蓮社

5/20 ~ 8/2 週一至週五

藥師經共修

6/9 慈悲藥師寶懺

■慈明寺

6/2 藥師寶懺法會

■普光精舍

4/26 ~ 5/26 金剛般若精進月

5/26 二十週年慶消災祈福大法會

5/29 起 藥師經共修

6/2 金剛經總回向法會

6/8 各級禪修班聯誼活動

6/11、6/21 佛前大供

■普眼精舍

6/1 ~ 6/8 二十週年

啟建梁皇寶懺大法會

■普覺精舍

5/25、6/15 半日禪修

5/26 禪修班招生說明會

■普觀精舍

5/27 起每週一 藥師經共修法會

6/26 初級禪修班招生說明會

■普濟精舍

5/19 ~ 8/16 夏安居報恩藥師法會

5/25、6/1、6/2、6/15、

6/22、6/29 藥師寶懺

5/26 半日禪

6/9 藥師普佛

■普正精舍

6/30 藥師普佛消災祈福法會

■普燈精舍

5/24 起每週五 藥師經共修

5/25、6/8、6/22 半日禪

■普學禪寺

5/21 ~ 8/24 恭誦藥師經

5/25、6/15 金剛經講座

6/16 半日禪

■普平精舍

6/9 梁皇寶懺法會

■普耕精舍

6/2 藥師普佛法會

■普親精舍

5/18 ~ 8/15 藥師經共修

5/27、6/24 誦在家菩薩戒

6/11 佛前大供

■普慈精舍

6/9 半日禪

■普雲精舍

5/24 ~ 8/23 慈悲藥師寶懺

消災超薦法會

6/8、6/22 佛前大供

6/16 藥師普佛消災超薦法會

■普和精舍

5/20 起每日 早課恭誦藥師經

5/24 起每週五 藥師經共修法會

6/8 佛前大供

■普民精舍

5/26、6/23 慈悲藥師寶懺法會

5/27、6/9、6/24

在家菩薩戒共修法會

■普梵精舍

6/2 萬佛名經暨消災法會

■普天精舍

5/24 起每日 恭誦藥師經

■普彰精舍

6/8 ~ 6/9

藥師寶懺暨考生祈福法會

■普田精舍

5/20 ~ 8/15 每日 恭誦藥師經

5/25 ~ 8/10 每週六

藥師經共修法會

6/8、6/22 觀音法會暨佛前大供

■普佛精舍

6/4、6/5 一支香

6/8、6/22 佛前大供

6/9 慈悲藥師寶懺法會

■普南精舍

5/20 ~ 8/16 藥師經共修

6/22 起 慈悲藥師寶懺共修

■普高精舍

5/25 護法會結夏聯誼

5/31、6/7、6/14、6/21、6/28

楞嚴共修日

6/2 恭誦在家菩薩戒

6/13 禪修班聯合結業典禮

6/21 佛前大供

■普同精舍

5/25、6/22 慈悲藥師寶懺法會

5/28、6/30

日夜各級禪修班結業典禮

■普化精舍

6/16 慈悲藥師寶懺法會

■普信精舍

5/27、6/3 梁皇寶懺

6/9 梁皇寶懺

消災祈福超薦法會圓滿日

■普禮精舍

5/26 浴佛孝親藥師法會

■普剛精舍

5/25 禮拜藥師寶懺

5/26 浴佛法會暨母親節報恩法會

■普蓮寺

5/25 ~ 8/24 藥師普佛共修

5/26、6/23 普蓮一支香

6/3 在家菩薩戒

6/9 藥師寶懺法會



普台高級中學

附設國中部

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部，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。

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](http://www.ptsh.ntct.edu.tw)

普台高中校園 (佔地 22 公頃)

98-04-43-04

收帳

22676111

通訊欄 (限與本次存款有關事項)

98-04-43-04

金額
新台幣
(小寫)

111

111

111

111

111

111

111

111

111

111

111

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

0000-0000

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



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

台北區

6/16

普照精舍

(日) 下午 2:30 ~ 4:30

台北市文山區興隆路一段 53 號



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	普耕精舍	桃園縣桃園市經國路838號6樓	TEL (03) 358-2240 FAX (03) 358-2239
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	普親精舍	新竹市學府路445號	TEL (03) 575-0777 FAX (03) 575-0650
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	普宏精舍	新竹市光華東街31號2樓	TEL (03) 543-0977 FAX (03) 542-2421
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	普慈精舍	新竹縣湖口鄉達生路15號3樓	TEL (03) 699-2608 FAX (03) 599-2975
慈明寺	基隆市暖暖區過港路10巷353號	TEL (02) 2457-6783 FAX (02) 2457-4807	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	普雲精舍	苗栗縣苗栗市為民街405號	TEL (037) 270-058 FAX (037) 273-260
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	普和精舍	苗栗縣苗栗市中山路608號	TEL (037) 375-975 FAX (037) 372-403
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	普安精舍	台中市西區南屯路一段216號	TEL (04) 2378-2175 FAX (04) 2375-4230
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
普觀精舍	台北市內湖區成功路二段174巷43號1樓	TEL (02) 2791-1951 FAX (02) 2791-9560	普成精舍	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	普豐精舍	台中市豐原區圓環東路675號	TEL (04) 2520-7908 FAX (04) 2520-7925
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
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
普平精舍	桃園縣龍潭鄉公園路58巷30號	TEL (03) 470-5999 FAX (03) 470-5668	普同精舍	高雄市楠梓區德豐街225號	TEL (07) 364-5211 FAX (07) 364-0594

【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 22-2 Shinbashi-cho, Kadoma City, Osaka 571-0048, Japan	TEL (81) 6-6902-2400 FAX (81) 6-6902-2404
菲律賓海天禪寺 Ocean Sky Chan Monastery	716 Jose Abad Santos St., Little Baguio, San Juan, Metro Manila, Philippines	TEL (63) 2-723-6132 FAX (63) 2-722-4400
香港普廣精舍 Pu Guang 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	Hoerzingenstr. 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) 6-22428876 FAX (39) 6-22771028

【歡迎十方善信至各精舍報名參加各級禪修班及法會活動】



中台禪寺暨所屬各精舍分院恪遵佛制，於五月二十四日（農曆四月十五日）至八月二十一日（農曆七月十五日）依律結夏安居。

僧寶是住持佛法、續佛慧命之根本，為一切世間布施供養的無上福田。僧眾於結夏期間精進辦道，功德殊勝難量，歡迎十方善信發心齋僧護夏，共植清淨福田。

欲發心齋僧、護夏之居士大德，可利用郵政劃撥方式隨喜發心。

戶名：財團法人中台山佛教基金會

帳號：22122941

或就近至本寺所屬各精舍分院洽詢。

THE 2013 STAR
LIGHT CAMP



中台禪寺

一百零二年度

星燈營

全國大專院校禪風體驗營

導師：上惟下覺大和尚

主辦單位：中台禪寺

中華民國大專青年禪學會

活動時間：7月7日(星期日)

～7月10日(星期三)

報名時間：即日起受理報名，6月20日截止。
費用全免。

報名資格：全國大專院校學生，身心健康、
無傳染病者。

報名辦法：向全國各大專院校佛學社或
中台禪寺所屬各精舍索取報名表

活動地點：中台禪寺
(南投縣埔里鎮中台路2號)

電話：(049)2930-215

網址：<http://www.ctworld.org>

E-mail：star@mail.ctcm.org.tw



筆直通天，無所依著，
是十方如來出離生死的同一直心。
中空有節，雖方而圓，
是諸佛菩薩真誠無妄的圓融謙和。
歲寒不凋，四時常青，
行者當晝夜六時勇猛精進，方成佛道。



【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

方竹

學名：*Chimonobambusa quadrangularis*
(Fenzi) Makino

英文名稱：Quadrangular bamboo

別稱：四方竹、方苦竹、角竹

性狀：禾本科竹類植物

辨認特徵：

1. 莖稈外表呈四方形，鈍直角，內部圓形。
2. 竹節的四周環生鈍刺，近地面的竹節具有氣根。

3. 葉片紙質呈披針形，葉耳微弱、卵狀。

原產地：中國大陸

用途：莖稈可製飾品，庭園觀賞

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