



中台山

釋惟覺 題

社 長／釋見燈・發行人／李祖原
編 輯／中台禪寺文教中心編輯部
發行所／財團法人中台山佛教基金會
地 址／54544 南投縣埔里鎮一新里中台路一號
電 話／(049) 2930215・1993 年 1 月 10 日創刊
中華郵政中台字第一六四九號 執照登記為雜誌交寄
版權所有・請勿翻印・ISSN 1810-0929
免費贈閱・歡迎隨喜助印
郵政劃撥／財團法人中台山佛教基金會
帳 號／22122941

226

2018年・11月號

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

[本期主題] 恭敬一切，人生更和諧

[中台廣傳] 二〇一八年住持見燈大和尚澳洲弘法報導

[中台廣傳] 中台禪寺住持見燈大和尚應邀參加第五屆世界佛教論壇

[正法眼藏] 《佛說四十二章經》【四十九】——第三十八章生即有滅（無常迅速）

[普台教育] 敬師釋奠 全人教育饗宴



中台禪寺一百零八年度傳授 八關齋戒暨三皈五戒法會

爲弘揚世尊度生制戒教化之本願，應諸方善信檀越之祈請，謹訂於民國107年12月31日（星期一）至108年1月1日（星期二）二天，於本山傳授八關齋戒暨三皈五戒，恭請中台禪寺住持 上見下燈大和尚爲得戒和尚，依波羅提木叉之殊勝功德，令大眾解脫煩惱，咸獲安樂，佛法得以久住世間。

傳戒日期

中華民國107年12月31日至108年1月1日

報名日期

即日起開始報名，額滿即止，截止日後恕不受理。

報名地點

中台禪寺所屬各精舍

傳戒地點

南投縣埔里鎮一新里中台路2號 中台禪寺

報名辦法

- 1.報名手續：須詳細填寫報名表乙份，並檢附半年內照片乙張及身分證正反面兩面影本乙份，資料不齊或傳真報名者概不受理。
- 2.受戒資格：正信佛教，身心健康，無不良嗜好，倘若因身體狀況無法受持不非時食戒者，不得報名受戒。
- 3.費用：免費
- 4.報到地點：俟通知後，再行報到。

護戒人員

70歲以上、16歲以下及有身孕者，不宜參加；16歲至20歲之間者，須檢附「家長同意書」。



中台四箴行

對上以敬
對下以慈
對人以和
對事以真

釋惟覺
題書



中台堂上開山祖師惟覺安公老和尚法相

目錄



04

【中台廣傳】

二〇一八年住持見燈大和尚
澳洲弘法報導

編輯部



07

【中台廣傳】

中台禪寺住持見燈大和尚
應邀參加第五屆世界佛教論壇

編輯部



09

【正法眼藏】

《佛說四十二章經》【四十九】
——第三十八章生即有滅（無常迅速）

惟覺安公老和尚開示

- | | | | |
|----|--------|------------|-----------|
| 21 | 【本期主題】 | 恭敬一切，人生更和諧 | 編輯部 |
| 22 | 【本期主題】 | 禮敬諸佛 | 惟覺安公老和尚開示 |
| 24 | 【本期主題】 | 四海之內皆兄弟 | 見素法師 |
| 26 | 【本期主題】 | 尊重恭敬 禮理相應 | 見擔法師 |
| 28 | 【本期主題】 | 君子好恭 小人學恭 | 見昀法師 |
| 30 | 【本期主題】 | 賓主盡歡 | 傳盛 |
| 32 | 【本期主題】 | 以人爲本 進退有據 | 傳舉 |
| 34 | 【本期主題】 | 敬人者人亦敬之 | 傳皇 |
| 36 | 【本期主題】 | 常把覺性掛心頭 | 傳貞 |
| 38 | 【本期主題】 | 恭敬謙和 善緣自來 | 傳朔 |
| 40 | 【本期主題】 | 尊重包容 如水乳合 | 法中 |
| 42 | 【本期主題】 | 我今禮彼盡無餘 | 傳朝 |

44	【佛典故事】	佛誓斷衆生貪欲因緣	編輯部
48	【佛學院園地】	覺心觀照	中台佛教學院
50	【菩提心旅】	淨土就在淨心中	傳卷
51	【菩提心旅】	護七之行 美不勝收	傳恩
52	【普台教育】	敬師釋奠 全人教育饗宴	編輯部
55	【健康素食】	香酥豆腐佐莎莎醬	普思精舍提供
56	【紅塵清泉】	普田精舍二十週年慶暨 梁皇寶懺消災祈福超薦大法會	普田精舍提供
58	【紅塵清泉】	一百零七年普和精舍五週年慶啓建 梁皇寶懺消災祈福超薦大法會	普和精舍提供
60	【精舍活動預告】	精舍課程及活動快訊	編輯部

編輯手札

「迢迢弘法路，常遊無疲厭。」住持見燈大和尚克紹箕裘，承繼開山祖師惟覺安公老和尚弘法悲願，應護法居士祈請於本年十月十四日，遠赴澳洲墨爾本弘化，主持寶林禪寺十週年慶暨三皈五戒法會。揭橥聽法的這念心，即是功德寶林之所在；覺悟則是離苦得樂、隨心滿願的關鍵。直指人心的中台心法，令南半球佛子豁然開朗，法喜無限！

十月二十八至三十日，住持見燈大和尚應邀參與於福建省莆田市舉行的第五屆世界佛教論壇，於首場大會中，以論壇主題「交流互鑒，中道圓融」進行發言，期以中道實相的圓融真理，結合大眾的智慧與經驗，對於佛法弘揚、淨化人心、增進眾生福祉，締造和諧共榮，發揮向上向善的正面力量。

人際間的衝突、失衡，多半源自於欠缺彼此尊重與良善互動。佛法云：「菩薩與物共事，外則同物行善，內則常自謙卑。」菩薩了知佛性本具，平等無二之理，恆以謙恭之心待人處世，進退合宜，在在處處，自能和樂融融，皆大歡喜。本期主題「恭敬一切，人生更和諧」，與您分享如何以「心、佛、眾生三無差別」的佛法知見，培養恭敬心，肯定自我，消弭對立，體現互敬互重的和諧人生！



二〇一八年住持見燈大和尚

澳洲弘法報導

文／編輯部

新傳開山祖師惟覺安公老和尚弘法度眾之慈願，二〇一八年十月十四日，中台禪寺住持見燈大和尚應寶林禪寺護法居士殷切祈請，二度遠赴澳洲墨爾本，主持寶林禪寺十週年慶暨三皈五戒大法會。

上午九時三十分，近七百位中外嘉賓踴躍歡喜，恭迎見燈大和尚慈悲入壇主法，引領護法代表及各界賢達佛前供燈，並為十週年慶切糕祝願。寶林禪寺護法會鄭會長代表全體居士致詞，感恩中台禪寺在南半球成立道場，感恩見燈大和尚慈悲普照。

見燈大和尚為大眾開示：這是一個殊勝難得的因緣，寶林禪寺落成十週年慶，大家來慶賀、關心、參與，將想法化成具體行動來參加法會，這些都是身口意三業良善的作為，良善的作為在佛法來講就是善因。佛法告訴我們起心動念就是因，起心動念的心就是真理之所在，就是我們的真生命，是生活、生命、生存的真实根本，這個世間、宇宙萬物存在發生的真實道理、真實的依據，就是每一個人都有的本具清淨心。

諸位現在能知、能聽的這個，就是我



1. 近七百位中外嘉賓恭迎見燈大和尚慈悲入壇主法。
2. 大眾踴躍歡喜恭請見燈大和尚為寶林禪寺十週年慶切糕祝願。
3. 寶林禪寺護法會鄭會長代表全體居士致詞。
4. 大眾專注聆聽見燈大和尚開示法要。



們生命、生活、生存的根本，是一切萬事、萬物、萬法存在的依據，這是「體大」；同時這個心又不是空洞、遙遠的，不是神祕的，這個心是活潑潑的，含藏種種功德妙用，能生萬法，具體的展現就是做人做事。所以我們生命、生活、生存的存在和實踐，是心的作用所產生，無所不包，在佛法來講稱為心生萬法，這就是心的「用大」，它的作用無窮盡；「大」就是無窮盡的意思、無所不包的意思。我們每一個人都有的這個心，具足用大，所有一切萬事、萬物、萬法都沒有離開我們當前這一念心，森羅萬象不離當念，這個就是「相大」。我們每一個人的真生命，都有這種

特性，稱為體相用三大。

自性寶林 無量珍寶

那什麼是「寶林」呢？種種珍貴寶物所聚集的地方，就稱為「寶林」，我們這個心能生萬法，就是種種的功德叢林、寶林之所在，所以老和尚取名「寶林禪寺」有這樣的意義。大眾聽經聞法，修行學佛來契悟本心本性，認識真正的自己，認識每個人都有的佛性，這就是每個人的功德、寶林之所在，悟到了這個心，認識了這個心，掌握了這個心，隨順了這個心，就有無量的功德、福報，所以每個人心中都有一座功德寶林。



- 1.2. 見燈大和尚慈悲為寶林禪寺近三百位中外學員，傳授三皈、五戒。
3. 寶林禪寺學員歡喜與見燈大和尚合影。



寶林禪寺是我們中台禪寺在南半球唯一的道場，所以不要等閒視之。在南半球要聽聞到心地法門、佛法的根本，不是一般的時節因緣能夠聽聞到，所以入了寶山、入了寶林不要空手而回。

怎麼樣才能夠不要空手而回？第一，要認識寶山，要知道什麼是寶，如果進了垃圾山，把垃圾當成寶，也得不到真正的好處。所以寶山有寶，接著，這個寶要怎麼樣才能夠取回，是下一個步驟。如果連是不是寶山，有沒有寶都弄不清楚，更不要說要滿載而歸。

所以藉這個因緣除了說明寶林禪寺成立的緣起，也是讚歎大眾的發心功德，由於大眾的護持發心、出錢出力，布施時間、布施錢財、布施體力、布施智慧來護持中台道場、護持寶林禪寺，所以這十年來道場能夠存在、發展、成就；自己的道業也

因為在道場中的努力，也能夠成就。道場的成就，又能夠接引更多人來聽經聞法、修行學佛，乃至於進一步來契悟本心本性，找到真理，找到自己的真生命。

大和尚直指人心的開示，令與會大眾法喜充滿，意猶未盡。下午二時，見燈大和尚慈悲傳授三皈五戒，近三百位中外學員於佛前至心發願，皈依三寶、受持五戒，以清淨戒行邁向自覺覺他的光明人生。晚間六時，見燈大和尚與護法居士共進十週年慶祝晚宴，禪修班學員以中西樂器、寶林十週年創作樂曲、武禪一如等精彩藝文表演供養大眾。

中台拈花，眾生微笑！感恩見燈大和尚以中台心法潤澤南半球佛子心田，堅定大眾護法護教的願行，祈願四眾弟子於利他自利的菩薩行中，接引無量有情親見自性寶林！

交流互鑒 中道圓融

Exchange for Mutual Learning

Middle Way for Perfect Harmony



中台禪寺住持見燈大和尚應邀參加

第五屆世界佛教論壇

文／編輯部

第五屆世界佛教論壇於十月二十八至三十日，在大陸福建省莆田市舉辦，來自五十多個國家、地區的佛教界代表及各界嘉賓千餘人參與。此次論壇以「交流互鑒，中道圓融」為主題，期以弘揚中道圓融的佛教文化精神，促進佛教與其他宗教，及現代科技等不同文明領域間的交流互鑒，體現對佛法發展及當今社會議題的關切。十月二十九日論壇開幕式後，住持見燈大和尚受邀於首場大會中，以「交流互鑒，中道圓融」為主題進行發言。

交流對話 求同存異

住持和尚表示：佛教是中印文化交流的歷史見證，大法東來，經歷幾千年的淬

煉、交融，時至今日，佛教早已融入中華文化的血脈中，化為宗教、哲學思想、藝術、文學、語言……成為新時代中華文明與世界對話的重要載體。

《禮記·樂記》云：「樂者為同，禮者為異。同則相親，異則相敬，樂勝則流，禮勝則離。」交流、對話，亦如禮樂之道。共同性，能增加彼此親切感，求取共同點，才有互信、互助的平台。保留相異處、接受相異性，則是一種相互尊重、寬容的品德。但若只是一味強調共同性，容易讓彼此之間放縱、無節制；只是一直強調相異性，又會讓相互關係變得疏遠、緊張。因此，在文明對話、交流互鑒中，如何「求同存異」，在考驗我們的中庸



1～3. 住持和尚應邀參加第五屆世界佛教論壇，並於首場大會中，以「交流互鑒，中道圓融」為主題發言。

之道。

弘法度眾，是覺悟的教育，也是一種心靈文化的交流，度眾生就是在度自己。

「安住大乘心，善開方便門。」是修行的根本大綱。《法華經》云：「十方佛土中，唯有一乘法，無二亦無三，除佛方便說。」

「大乘心」就是一乘法、就是實相、就是中道，是最究竟的佛法。佛說八萬四千法門皆是方便，「安住大乘心」要「求同」，深信人人本具佛性；因為眾生的根機不同、時節因緣不同，要想度眾生，就必須「善開方便門」「存異」，讓上根、中根及下根，都能隨機受教。不但要「求同存異」，還要更進一步體會在緣起法當中「不一亦不異」的中道實相，才不會落入兩邊。

落實解行 中道圓融

《華嚴經》中，如來以無障礙清淨智眼，普觀法界一切眾生而作是言：「奇哉！奇哉！此諸眾生云何具有如來智慧，愚癡迷惑，不知不見？我當教以聖道，令其永離妄想執著，自於身中得見如來廣大智慧與佛無異。」家師惟覺安公老和尚常言：

「佛法注重的是知行合一，要實踐，才能

真正契悟心性，進而得到佛法的受用。」中道，一個是思想，一個是實踐。遠離二邊故名中道。為眾生故，以假名說。中道為體，不可說其有無。用是有無，故可得假說。思想是指我們的意識形態，無論科技發展到什麼程度，始終都是有利、有弊，如果沒有中道思想的清淨心、慈悲心、平等心、大愛心，科技就有可能會毀滅人類。有了中道思想還不夠，更要化為實際的行動，把中道思想落實在日常生活上，落實在每個角落。誠如家師所言：「知到最高境界，就是能行；行到最高境界，就是真知。」要落實解行，唯有「安住大乘心」，才能明鑒萬里、洞察先機，進而才能在度眾的過程中不斷交流互鑒，「善開方便門」，中道圓融，證得如來無量智慧，利益安樂一切眾生。

「安住大乘心，善開方便門」，本屆世界佛教論壇以「交流互鑒，中道圓融」為主題，搭建平等對話、分享交流的平台，弘揚佛法的慈悲與智慧，對於人心淨化、兩岸共榮與世界和平的推動，均已產生極大的作用與深遠的影響！

《佛說四十二章經》【四十九】

——第三十八章生即有滅

（無常迅速）

惟覺安公老和尚開示

編輯部整理

正法眼藏

《佛說四十二章經》【四十九】——第三十八章生即有滅（無常迅速）



佛問沙門：「人命在幾間？」對曰：「數日間。」

佛言：「子未知道。」復問一沙門：「人命在幾間？」對曰：「飯食間。」

佛言：「子未知道。」復問一沙門：「人命在幾間？」對曰：「呼吸間。」

佛言：「善哉！子知道矣。」

本章「生即有滅」，又稱為「無常迅速」，說明世間的一切都是無常，無常殺鬼時時刻刻在我們的左右。一般人不了解，以為白無常、黑無常是兩個鬼，白無常是白面孔、黑無常是黑面孔，是要來抓我們的。事實上，白無常

指白天，白天是無常；黑無常指晚上，晚上也是無常。

白無常又指善法，善法是一場好夢，既然是夢所以也是無常；黑無常指惡法，眾生從早到晚都是為家庭兒女、夫妻情愛、名利財色……不斷地造作惡業，未來感得地獄、畜生、餓鬼的黑暗果報。雖然是黑暗，並不是永遠的黑暗，也像是一場夢、也是無常。像畜生、餓鬼、地獄道的眾生，各自都有各自的壽命、期限，終究還是無常，只是時間長短的問題。所以，善法是無常，惡法也是無常；白天是無常，晚上也是無常。



既然都是無常，最重要的就是如何脫離無常。

諸行無常生滅 了達本心寂滅

釋迦牟尼佛過去曾在雪山修道，稱為雪山童子。雪山童子一心追求佛道，發願要成就無上正等正覺，由於這個大願行，感動了天上的護法釋提桓因。釋提桓因想要成就他的道業，就變化成一個羅刹鬼來到童子面前，說了兩句話：

「諸行無常，是生滅法。」但說完這兩句，後兩句就不說了。

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

雪山童子真正是發了菩提心，便說：「沒問題！只要你講出下面兩句偈語，我一定布施自己的生命，用血肉來供養你。」羅刹鬼就說

出了後兩句：「諸行無常，是生滅法；生滅滅已，寂滅為樂。」雪山童子一聽，當下就契悟了寂滅境界。於是，他咬破手指，用血把這四句話寫在石壁上。寫好之後，羅刹鬼說：「你要供養我，就要從樹上跳下來，讓我吃你的血，像這樣為追求真理而犧牲、奉獻，才是真正的供養。」

雪山童子爬到樹上跳下來時，羅刹鬼立刻知曉他是一位真正為法犧牲的菩薩，於是恢復帝釋身，在半空中接住雪山童子，告訴他：「其實我不是羅刹鬼，我是釋提桓因，特地來測驗你是否真正發菩薩心、修菩薩行」。

佛陀過去生，為了求一句佛法的真理，願意犧牲自己的生命；我們現在能聽聞佛法，要作難遭難遇想，要存知恩、感恩、報恩的心。這個世界沒有一樣東西能夠永遠存在，一切都是無常，這就是「諸行無常」的道理。一切依報、正報都是無常。我們慢慢觀察，地球上所有一切生物，都有生、老、病、死。例如，河裡的魚蝦也有老、病、死，或是被人捕捉而食，或是在水中被大魚吞食，乃至空中、陸地上的一切動物、植物都是如此，每一分、每一秒都有無量眾生生死。即使到了西方極樂世界，還是無常，因為淨土還是有生、有滅，不過生滅之間的時間長一點罷了。所以，淨土的壽命雖然很長，還是有時間性；就算住在七寶宮殿，終究還是會壞，無論穢土、淨土都是無常。





人容易對世間產生貪愛，卻不知世間的一切事物都不免成、住、壞、空，沒有一個事物能夠恆常存在，即使擁有許多田地、房屋、黃金、美鈔……都一樣是無常。一般人擁有一部車子，就覺得很歡喜，忽然不小心發生車禍，車子撞壞了，車上的人受到重傷、乃至死亡；原本的高興歡喜，轉眼間因為失去又徒增悲傷。所以世間的一切都是靠不住的、都是無常，沒有什麼值得貪愛。

「諸行無常」也包含了心念的無常。眾生的心時時刻刻都在念念遷流，前念接著後念，就像黃河、長江的波浪

一樣，念起念滅。舉例來說，早上起床時，起床的念頭生起了；之後穿衣服時，起床的念頭就滅了，變成穿衣服的念頭生起；穿完衣服，穿襪子、鞋子，這時穿衣服的念頭滅了，換穿襪子、鞋子的念頭生起；接著漱口、洗臉，這時穿襪子、穿鞋子的念頭又滅了……從早到晚，這個心都是在生滅當中。所以，《仁王護國經》提到，當下這一念心有九十個剎那，一剎那有九百個生滅。從早到晚，我們的心都是念念不停，念頭來來去去，不斷地生滅，沒有一個念頭是真正的自己，這就是無常。



再舉例來說，現在感覺口渴了想喝茶。喝了第一口，感覺很愉快、很甘甜；繼續喝第二口，感覺就比第一口差；再喝第三口、第四口，愉快的感覺就沒有了。我們的心念就是這樣不斷地生、住、異、滅，假使沒有覺察，就隨著念念遷流而起伏不定，不得自在。所以，必須「觀心無常」——思惟外境無常、心念無常，時時觀世間無常、心也是無常，整個世界內內外外都是無常，都不斷地在生滅，所以說「諸行無常，是生滅法」。

「諸行無常」，外面的世界有成、住、壞、空，一切眾生有生、老、病、死，這念心更是生、住、異、滅，無常迅速，一切都在迅速遷變，什麼人都逃不了。無論我們的時間、環境、正報、依報，倘若自己沒辦法掌控，就會被無常殺鬼所掌握，一切就在無常當中流失、變滅。

了悟無常，就知道要精進，就不會退轉；否則，總是以爲今天過了還有明天、明天過了還有後天……不知道無常迅速、不知道要及時努力。真正體會到無常的道理，就了解無論是學業、事業、功德，乃至於道業，假使不把握時間努力成就，轉眼就是來生。

一般人以爲過了一天，就增加了一

天的壽命；過了一年，就多了一歲。其實，生命是過一分就少一分，不斷地在縮減當中。所謂「歲月不留人」，這就是無常迅速！今天聽聞了佛法，誰能保證明天還聽得到？今天彼此見了面，不知道下一秒還能不能見得到面？所以，分分秒秒、念念之間，都要綿綿密密，不夾雜、不間斷地用功。用什麼功？修善法、參禪悟道。時時要有這種警覺，我們的正念、功德、道業就會增進；否則，因循苟且始終是難以成就。

本章的目的，就是在提示我們無常迅速，一切不要等待，要加緊腳步，落實修行，時時刻刻清淨身、口、意三業，最終歸於自性。

怎麼樣才能脫離無常呢？寂滅，才能脫離無常。寂滅，就是涅槃。小乘證到真空涅槃，就脫離了無常。雖然小乘行者證到涅槃，脫離了無常，可是只證到偏空，並沒有證到菩提心，還是不究竟。什麼才是究竟？悟了師父說法、諸位聽法這念心，無常就變成有常了。常，就是菩提自性，具足涅槃四德——常、樂、我、淨——這就是常。沒有悟到這個道理，時時刻刻都在無常殺鬼的掌握中；悟了這念心，證到菩提心，自然就能脫離無常，這才是最究竟的境界。

不負沙門之義 寧爲僧侶軌範

「佛問沙門：人命在幾間？」「佛」，就是釋迦牟尼佛。佛，是果位上的聖者；人，是因位上的佛。三覺圓滿，成就無

上正等正覺，就是佛。

「沙門」有四種意思：勤行、功勞、息心、勤息。第一是勤行，就是要精勤行持，誦經、持咒、參禪、打坐、修善。第二是功勞，所謂「修德有功，性德方顯」，勤行有功，便能顯發自性功德。第三是息心，就是息滅妄想顛倒；第四是勤息，「勤修戒定慧，息滅貪瞋癡」。能做到這些，就是沙門；做不到，就是空有其名。

沙門有四種分別：一、「是釋子，非沙門」。二、「是沙門，非釋子」。三、「非沙門，非釋子」。四、「是沙門，是釋子」。

第一種，「是釋子，非沙門」：「釋子」是指釋迦族，只是釋子而不是沙門，或是指修太子行的人，只知道貪著福報、貪著眼前的享受，要吃得好、住得好，這個就是「是釋子，非沙門」。

第二種，「是沙門，非釋子」：是指外道的修道人，因為沒有正確的知見，所以只是沙門而非釋子。「沙門」是出家修行人的通稱，不一定都能行於佛道。什麼是行於佛道？能夠依佛陀的教法，修戒、修定、修慧，知道人人都有佛性，真正修學佛道，能夠成就獨覺、正覺、無上正等正覺。如果不知道佛法的道理，一味盲目地修行，自以為是，這就是「是沙門，非釋子」。

第三種，「非沙門，非釋子」：如果沒有修道，便談不上沙門，也談不上釋子，只是一般的眾生，不知道學佛，

也不知道修行，甚至於排斥宗教，這種人既不是沙門，也不是釋子，只是庸庸碌碌的眾生。

第四種，「是沙門，是釋子」：如果能受持佛陀所制的淨戒——比丘二百五十條戒、比丘尼三百四十八條戒，能夠修戒、修定、修慧，「修一切善，無善不修；斷一切惡，無惡不斷」，轉煩惱、證菩提涅槃，破見思惑、塵沙惑、無明惑，更進一步廣學多聞，知道人人都有佛性，具足悲智願行，這便是「是沙門，是釋子」。所以，我們要時常反省檢討，看看自己是「是釋子，非沙門」？抑或「是沙門，非釋子」？還是「是沙門，是釋子」？

《瑜伽師地論》也記載四種沙門：第一種，「勝道沙門」。「勝」就是殊勝，是指能夠了解第一義諦的沙門。勝道沙門，有行有解，行解並重，時時刻刻不離開本心，修善而不執著善，一切歸於自性，亦即《金剛經》所說：「若菩薩通達無我法者，如來說名真是菩薩」，「以無人無我無眾生無壽者，修一切善法，即得阿耨多羅三藐三菩提。」依據這個道理去用功、去修行，行解並重，就能與菩提心、涅槃性相應，這就是勝道沙門。

第二種，「說道沙門」。

根據經教依文解義，勸導眾生，調伏貪瞋癡等煩惱，宣說正法度眾的沙門，就稱為說道沙門。

第三種，「活道沙門」。為了調伏貪瞋癡等煩惱，勤修正行、善法，以道為生命的沙門，就稱為活道沙門。

第四種，「壞道沙門」。所謂壞道沙門，就是出了家卻不知道修戒、修定、修慧，不知道要用功修行，利用佛法來養活自己，為了討生活，把佛法拿來賣錢，不但藉著佛法混飯吃，還產生了許多邪見。甚至有些人出了家，卻還有家室，而且認為理所當然，就稱為壞道沙

門。這些就是《瑜伽師地論》所記載的四種沙門。

經藏中，關於沙門的解釋也有四種：第一種，「形服沙門」，穿了圓領方袍、袈裟、海青，從外表看來道貌岸然，像是沙門的樣子，但是沒有真修實證，就稱為形服沙門。第二種，「威儀欺誑沙門」，這種沙門只知道注重外相，在行住坐臥等外相上具足四威儀，而不知道心當中還有佛，不知道在心上用功、返照，只學了表面功夫。第三種，「貪求名聞沙門」，就是有沙門之名，而無沙門之實，沒有盡到出家眾的本分。出家



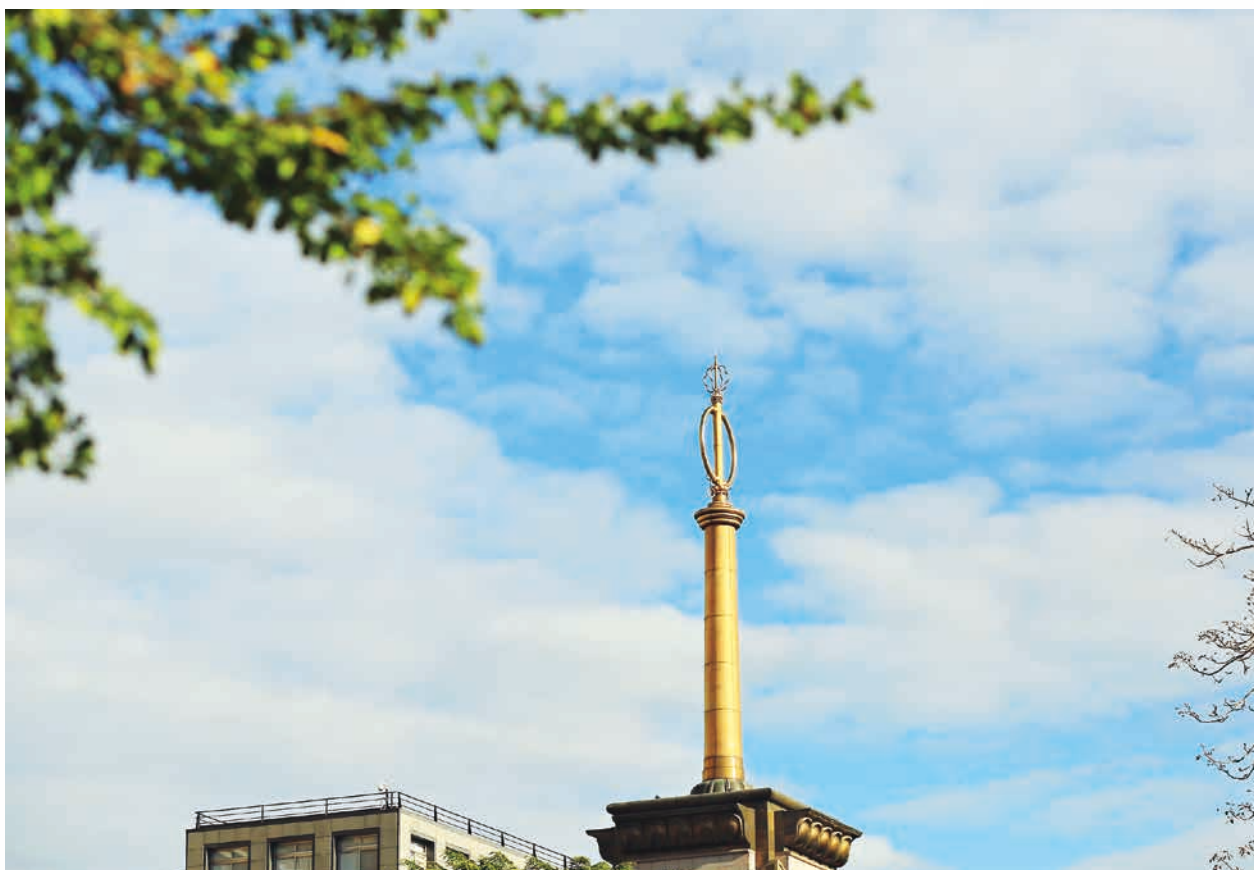
眾的本分是什麼？弘揚佛法、普度眾生、建設道場。有些人認為自己出了家，什麼都了了，但並不了解沙門應該做的事情，也不知道如何真正落實修戒、修定、修慧，反而貪求名聞利養，在名字上是個沙門，這只是個貪求名聞沙門，不能稱為真正的沙門。

第四種，「實行沙門」，不但具足出家眾的形服、威儀，而且進一步能實踐佛道，修戒、修定、修慧，乃至於自利利他，修菩薩行，這就是真正的沙門。我們既然出了家，成為沙門，第一要具足威儀；第二要衣著整齊，常念三

衣、瓦鉢、法器；第三要具足沙門的名稱。所謂「名稱」，不但是有名、有事，而且還要有實；第四，除了具足前面三種資格、形態以外，最重要的是要實踐，這樣才真正是實行沙門。

此外，《大智度論》也講四種沙門：第一是有慚有愧的「有羞僧」，有羞僧時時刻刻常存慚愧之心，持戒精進不破戒，覺得自己平時妄想很多，看到諸佛菩薩有大智慧、大定力、大慈悲能夠斷煩惱，自覺不如，發大慚愧心，這就是有慚有愧的僧人，稱為「有羞僧」。

第二是無慚無愧的僧人，稱為「無



羞僧」，身口意三業不清淨，又不知道慚愧，不知道向上學習，不知道「高山仰止，景行行止；雖不能至，然心嚮往之」，還大言不慚地說：「做不到沒關係。」飽食終日，無所用心，每天迷迷糊糊，只知道吃飯、睡覺，不修善斷惡，也不發大心、也不誦經持咒，每天昏昏暗暗地過日子，這就是無慚無愧的沙門。

第三「啞羊僧」也就是啞羊沙門，指修行是缺乏智慧，天性遲鈍，聽不懂教理，不知輕重，無法分別有罪無罪，所以也無法宣揚佛法，如同啞羊一般，這就是啞羊僧。

第四是「實僧」也就是真實沙門，有修有證，又能自利、又能利他，行解並重，如聲聞等聖者，這就是「實僧」。明白了這些道理，用這些道理來反觀修菩薩行，自利利他。假使自知智慧不足，更要不斷地努力去學習，要具足信心如法修行，作一個真實沙門，這一生一定能夠解脫生死。

命在呼吸之間 無常中契真常

「佛問沙門」，此處的「沙門」，是指佛的弟子。佛問：「人命在幾間？」大家想一想，生命究竟是在幾間？「幾間」，是在哪一個

時間？哪一個空間？這位沙門回答：「數日間。」人的生命就在數日之間。在這所剩不多的數天當中，我們還可以把握生命好好用功。例如，念佛要念到一心不亂，假使不能達到一心不亂，過了這幾天可能無常就會來臨，可能就會墮落，所以要趕快用功。佛聽到這樣的回答，卻說：「子未知道。」「子」，就是指你。佛認為你並不了解。

「復問一沙門：人命在幾間？」佛又再問另一個弟子，究竟人的生命是在幾間？在什麼地方？「對曰：飯食間。」這位沙門回答：「人的生命只有吃一頓飯這麼短的時間而已。」一頓飯的時間只有二十分鐘、三十分鐘，這一頓飯的時間很短，比前面所說的「數日間」還要短，如果我們掌控不了自己，不知道精進、用功，可能很快就會面臨無常。這位沙門的警覺心確實超過了第一位沙門，但佛仍說：「子未知道。」佛認為這位沙門還是不了解。

「復問一沙門」，佛再問另外一位沙門：「人命在幾間？」「對曰：呼吸間。佛言：善哉！子知道矣。」這時佛就說：「你真正是明白了，我們的生命、命根，就在呼吸之間。」

呼吸，就是指出入息——出息就是呼，入息就是吸。我們的生命不是幾十分鐘、也不是幾天，而是在這一呼一吸的剎那之間，這是很短暫的！所以，人的生命非常脆弱，一口氣不來就什麼都沒有了。假使當下這念心作不了主，說



不定一口氣出去就收不回來了。因此，佛言：「善哉！子知道矣。」佛說：「你答得很好，你已經悟到這個道理了。」

既然悟到這個道理，我們要如何修行？人的生命很短暫、很脆弱，一口氣不來就死掉了，所以在漸修法門中，有依風大起修的「數息觀」。出入息屬於風大，依著呼吸起修，掌握出入息就是數息觀。我們把這念心靠到出息或入息上來數息，數「一、二、三、四、五、六、七、八、九、十」最多數到十，就不要再往下數。數出息就不數入息，數入息就不數出息，不可以出入息同時並數；如果同時並數，氣息容易停留在體內，肚子就會發脹。數息的時候，要保持綿綿密密，不夾雜、不間斷，這念心清楚明白，沒有妄想，這就是定。

數息數得好，心中只有數字，什麼念頭都沒有了，達到心息相依，能數這念心和所數的氣息相依，變成一個，這時候不要再數了，就改成隨息——隨著出息出、隨著入息入，除了一出一入，其他什麼念頭都沒有，這是第二個境界。這時還是要綿綿密密，不夾雜、不間斷，只有出息、入息，心息變成一個。但這時還沒有得到定，

還是在出入息上。有出、有入，依然是朝夕難保，生命還是無常的。

所以，在心息相依後，能觀這念心把氣息往鼻尖上一放，就稱之為「止息」。這個時候沒有出入息，就完全得定了。此時出息、入息「若存若亡」，說沒有，好像又有一點點；說有一點點，又好像沒有出入息。其實，只是粗的出入息沒有，細的還存在，如果拿一根燈



草放在鼻孔尖尖，還是會看到燈草微微地動，就表示還有呼吸存在。依照這個方法慢慢地修習，我們的性命就不在呼吸間了，就能脫離無常！如果修四禪八定，就有初禪、二禪、三禪、四禪四種境界，還是有壽命長短之別，這是屬於色界定。到最後連出入息也不要了，進一步修空定。假使能夠修成四空定，再也不用依靠出入息，就屬於無色界，是三界中壽命最長的。

佛經中記載，初禪有火災、二禪有水災、三禪有風災。初禪是「離生喜樂地」，但是還有火災，因為心當中還有瞋心，瞋心感火，就從我們這個世界一直燒到初禪。明白這個道理了，就不會再起瞋心。繼續再修定，定現前了，就能到達二禪「定生喜樂地」。二禪還有水災，到了二禪，世間上五欲的境界雖然減少了，卻貪著禪定的快樂，所以招感水災。

為什麼貪心感水？例如，我們面前有一盤點心，看到這盤點心，想吃卻吃不到，口水就流出來了，所以貪心感水災。這個世界的水災，也是貪心所感。明白這個道理，繼續再用功，不貪著禪定的快樂，就能達到三禪「離喜妙樂地」。此時出入息還是存在，出入息感風災，所以三禪還有風災。到了四禪「捨念清淨地」，出入息都沒有了，天下就太平了！

以眾生境界來講，人命就在呼吸間，要脫離生死，就必須要修數息。所以在

禪七當中所修的法門，第一個是數息、第二個是隨息、第三個是止息——把氣息止到鼻尖上，氣息若存若亡。若存若亡的境界只是一種定，所以還要修觀。

修什麼觀呢？或修大乘法門、或修小乘法門，小乘就修「四念處觀」。檢討反省自己是貪心重？瞋心重？癡心重？如果是貪色，就修不淨觀，除去貪著欲愛、色愛的心。觀行修好了，還有能觀、所觀，最後要返本還源，把能觀這念心歸還原處，這樣心就清淨了。這念清淨心要安住在哪裡呢？假使修空觀，就安住在真空當中；悟到中道實相，就安住在中道實相，這樣就能脫離無常。

世間法性本空 唯佛性相常住

從前有兩座相鄰的寺廟在山上，甲寺廟和乙寺廟都有一個負責買菜、採購的和尚。他們每次去買菜，彼此一見面除了閒話家常，免不了也要論道。有一天，甲問乙：「你從哪裡來？要往哪裡去？」乙回答：「我從呼吸當中來。」

如果是一般人一定會回答：「我到菜市場去。」禪宗祖師大德常問：「你從什麼地方來？」假使不明白其中隱含的禪機，可能就會回答：「我從高雄來。」或「我從埔里來。」、「我從台北來。」這一問一答，就能知道有沒有悟道。假使有人問：「你從哪裡來？」你回答：「我從來處來！」又問：「你從哪裡去？」答：「我從去處去！」所謂「來處」，就是指念頭生起之處；所謂「去處」，就是

指這一個念頭滅去的地方。假使我們的心念沒有生、沒有滅，就見到自己的本心本性。

趙州禪師參南泉祖師時，還是個沙彌。南泉是悟道的祖師，他問趙州禪師：「你從哪裡來？」趙州禪師說：「我從瑞像院來。」南泉問：「你從瑞像院來，見到瑞像沒有？」要知道一切相都是虛妄的，開悟後才會知道什麼是真正的瑞像。瑞像，就是師父說法、諸位聽法這念心。

所以，如果回答：「我見到瑞像了。」這也不對！有能見、有所見，就不是了。趙州禪師當下就答：「我沒有見到瑞像，我只見到臥如來。」因為趙州禪師看到南泉祖師右脅而臥，正在睡午覺，所以說只見到臥如來。這就是表示，我能見你在睡覺的這念心，已經達到如如不動、了了常知，這念能見的心就是如來。

南泉祖師一聽，「這個沙彌不簡單，能夠知道這些道理，不能小看他！」馬上坐起身來，繼續問：「你是有主沙彌，還是無

主沙彌？」趙州禪師回答：「我是有主沙彌！」什麼是有主？就是師父說法、諸位聽法這念心，處處作主，見到自己的主人翁，這就有主沙彌。諸位答一答！「你是有主沙門，還是無主沙門呢？」

小乘不談這些道理，只談修止、修觀。以大乘來說，這念修止、修觀的心能夠作主，就稱為有主沙門，就能脫離無常。所以，前面甲、乙兩位採購的和尚，是屬於小乘境界。甲問：「你從哪裡來？往哪裡去？」另一位回答：「我從呼吸當中來。」這就是依風大來說。人的生命就是在呼吸之間，假使一口氣不來，就不知要流轉到哪裡去了。所以，小乘是依風大起修。

以大乘禪法來講，什麼都不依靠，依心起修、依性起修，有出入息也好、沒有出入息也好，都不要理它，只保持這一念覺性——師父說法、諸位聽法這念心時時刻刻存在，不論有沒有出入息，都不理它！無論動靜閒忙，這念心都要存在、都要作主。真正達到能作主的境界，出入息也與自己毫無相關，生死也就了了，這樣就能脫離無常。所以，沙門回答佛：「人命在呼吸間。」佛說：「善哉！子知道矣。」這個「道」，不是聲聞道、緣覺道，也不是邪道、小道，而是「中道」，也就是不可思不可議的這念心，是最高的道，也就是無上大道、無上菩提心，這就是最真實、最究竟的境界。（待續）





本期主題

恭敬一切，人生更和諧

古德云：「君子無不敬。」
以虔敬之心，敬上謙下，
深信含生佛性本具，
敬人人敬——四海之內無不兄弟！
法界同安樂，
人生自是一團和氣！

禮敬諸佛

惟覺安公老和尚開示

編輯部整理

「心、佛、眾生三無差別」，眾生皆有佛性，覺悟了，眾生心就是佛心，所以應當禮敬、尊重。

佛法告訴我們，眾生皆有佛性、皆當成佛，只是覺悟與不覺悟的差別而已。所以，我們要尊重每個人的生命，更要尊重每個人的人格。

如何尊重每個人的人格？就是對上、對長輩，要有恭敬心。現在社會上的人普遍缺乏恭敬心，而且或多或少都有疑心、慢心。恭敬心可以化掉疑心、慢心，由此慢慢地提升，還能使我們的心當中沒有妄想、沒有顛倒。假使每個人都有恭敬心，人與人之間相處，就沒有種種芥蒂。所以，有一分恭敬心，就消除一分業障；消除一分業障，就增加一分福德和智慧；有十分恭敬心，就能消除十分業障，增加十分福德和智慧。

處世以和 敬人愛物

對於我們的晚輩，無論是子弟、學生、部屬，乃至於對待動物都要有慈悲心。佛經云：「無緣大慈，同體大悲。」世界上始終爭戰不休，人與人之間互相仇恨、鬥

爭、排斥，就是因為缺乏慈悲心。想要達到世界和平，就要化掉瞋心。慈悲心養成了，就能化解瞋心，心當中就是一團和氣、一片光明。對別人慈悲，就是對自己慈悲，因為「愛人者，人恆愛之；敬人者，人恆敬之。」每個人都有慈悲心，社會就會一片祥和。

不但對人要慈悲，對動物也要慈悲。現在社會有保護動物的法令，就是由「仁民」而「愛物」，將慈悲心從人擴展到動物，從動物擴展到植物。為什麼要養成慈悲心呢？在山林裡看到毒蛇、猛獸，會令人害怕，就是因為這些眾生從過去到現在都缺乏慈悲心。社會上的飆車族、不良少年，你看他一眼，可能就會大禍臨頭，這也是因為缺乏慈悲心。假使有了慈悲心，我們的身心就能平靜，對於身心的健康都有幫助。

此外，對任何人都要和合、和氣。所謂「家和萬事興」，和氣才能致祥。每個國家都希望世界和平，所以都主張禁止武

器過度發展，但是表面上禁止，私底下製作，因為你怕我、我怕你，互相都留一手，所以，要想達到世界和平，是不容易的。只有化掉每個人的貪心、瞋心、癡心，養成和睦的習慣，人與人之間才能和合、家庭才能和樂、社會才會和諧、世界才能和平。

了性平等 入真實道

《法華經》中有一位常不輕菩薩，不輕視一切眾生，看到眾生便說：「汝等皆當成佛。」說完就禮拜下去。為什麼？因為「心、佛、眾生三無差別」，眾生皆有佛性，覺悟了，眾生心就是佛心，所以應當禮敬、尊重。

釋迦牟尼佛上半夜悟到四諦，證阿羅漢；中半夜悟到十二因緣，證緣覺果；到了下半夜，夜睹明星，大徹大悟，說了幾句話：「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。」這是什麼意思？就是悟到能看的這一念心，每個人都有。無論是看星星、看月亮，或是看茶杯、看桌子，能看的是誰？把能看的這念心收回來，這個覺性每個人都有。但大多數的人都不知道要收回來，也不敢直下承擔，所以這個心跟著境界起起伏伏，流浪生死。

《六祖壇經》云：「前念迷即凡夫，後念悟即佛；前念著境即煩惱，後念離境即菩提。」「佛者，覺也」，諸位聽法這個心，念念分明，要覺察、覺照、覺悟。心當中起了煩惱，馬上就知道，這就是覺

察；起了煩惱，把它照破、把它化掉，這就是覺照；最後達到覺悟，這就是我們心中的自性佛。

《金剛經》云：諸菩薩摩訶薩「應如是住，如是降伏其心。」這就是自性佛。所以，要從這裡開始來返照自心，要時時刻刻覺察、覺照、覺悟，目的就是保持這一念清淨心、保持正念。堅住正念，隨順覺性，自性佛才存在。

《楞嚴經》裡面講得更清楚：「知見立知，即無明本；知見無見，斯即涅槃。」每個人都有知，有能知、有所知。我們看到外面的境界有善有惡、有是有非、有美有醜、有正有邪、有成有敗……這是知。知道肚子餓了，也是知；感到疲倦了，也是知。什麼是「知見無見」？只有絕對的知，不要再起第二念，繼續不斷地保持這個覺性，念念分明，處處作主，這就是「頓悟自心，直了成佛」，這就是我們自己的本分。

什麼是「知見立知」？我們這一念有第一知、有第二知、有第三知……這個心就跑掉了，所謂「一念不覺生三細，境界為緣長六粗」，沒有安住正念，就生出三個細的煩惱；念念攀緣外境，又變成六個粗的煩惱，就變成眾生境界了。所以，時時刻刻要護念自己這念心，不起貪心、瞋心、癡心、慢心、疑心，念念分明、處處作主，時時刻刻不離當念，這就是自性佛住世，這就是真正的菩薩行。



四海之內皆兄弟

文／見素法師

以恭敬、平等之心，善護念一切有情，莊嚴無上佛菩提，
也成就和諧無諍的人間淨土，如此一來，
不僅四海之內皆兄弟，周遍十方盡是無量佛！



《論語》云：「君子敬而無失，與人恭而有禮，四海之內皆兄弟也。」時時心存恭敬，處處謙虛禮讓，言行舉止合於規範，人與人之間和合安穩，法界自然和樂融融。以虔誠恭敬之心待人處世，與眾生締結善緣，所到之處必能和合無礙，四海之內無不兄弟，自能成辦一切善法、功德。

恆敬慎 銷人我

曾經，一位行動不便的小販，向自己兜售簽字筆，看著他和藹的面容，心中生起一念不捨，隨即掏出錢包，當他將筆交給自己時，心中猶豫了一下，因為很少用到簽字筆，便想退還給他，此時卻聽見對

方開口說：「我是一個商人。」剎那間，發現自己忘失了恭敬與厚道，不自覺的傲慢心態，無意間傷害了對方，因此真心誠意向小販道歉後，收下簽字筆，也藉此深深警惕，日後面對任何人，都應心存敬慎。

《法華經》提到，昔日佛陀在因地修行時，有一世為菩薩比丘名「常不輕」，見到每一個人皆恭敬禮拜讚歎：「我不敢輕於汝等，汝等皆當作佛。」歷經多年，常被打罵，未曾改變初衷，依然恭敬禮拜每個人。自己深受感動與啟發，並以常不輕菩薩的行誼自我期許：在行菩薩道的過程中，即使面對挫折、受人輕蔑，仍應堅持謙卑，普行恭敬，內調剛強之心，外攝



有情眾生，以此願行堅住不退，必能圓滿菩提。

在常住發心，有一段時間因為坡務簡單而心生輕忽，不自覺地被卑慢心所障蔽，看不到他人的付出與承擔，亦見不到自己的孤立不群。直到自己專注在坡務上，一次又一次學習直下承當，不再因執事坡務，生起分別之心，因緣也開始轉變……

某日，在十四樓半圓頂上擦拭白色平台、清除鳥糞，一心只想讓來山巡禮的遊客，從萬佛殿遠眺玻璃帷幕外優

美的景色，以及俯視莊嚴的中台世界時，能有一片清淨寬廣的視野，當自己攝心、無有妄念地擦拭之際，剎那間，明白所做的一切，不只是打掃、清理鳥糞，更與所有踏進中台山的訪客結下清淨法緣。

心平等 佛無量

恍然明白自己所做的坡務是很有意思的，原來看似微不足道的坡務，因為攝心、用心，不僅成就守護道場的功德，也落實了菩薩行。當下非常感恩常住，也因為這份感恩之心，對於一切人事物更能心存恭敬，更清楚深刻了解開山祖師所指導：「在道場發心，不論做什麼，都有無量的功

德」。

正因為躬身參與常住點點滴滴的坡務，讓自己柔軟了身段、磨圓了稜角、放下了我慢，深切體會到常住及精舍法師們，守護道場背後的真誠發心，真正是「得之於人者太多，出之於己者太少」，除了慚愧，更由衷地對每一位師兄弟，生起恭敬與感恩之心！

唯有發自內心恭敬、感恩他人，「我」也才能逐漸放下，也明白開山祖師所開示：「有一分恭敬心，便能消一分業障，增長一分福德智慧。」藉由恭敬心消除障礙、增長福慧，彰顯了凡聖等一，人人本具、無有分別的清淨自性，也更肯定人人皆是未來佛。

開山祖師常提示四眾弟子：人人皆有本具的佛性，在聖不增在凡不減，佛性平等無有高下。當謹遵師教，不論在任何因緣中，深信自己與一切眾生皆有佛性，從個人的修善斷惡，乃至學習菩薩的六度萬行，皆是覺性光明的彰顯。期許自己時時以恭敬、平等之心，善護念一切有情，莊嚴無上佛菩提，也成就和諧無諍的人間淨土，如此一來，不僅四海之內皆兄弟，周遍十方盡是無量佛！



尊重恭敬 禮理相應

文／見擔法師

驕慢之心，必須藉由禮佛來降伏。
因此，每日清晨於早課中，發〈普賢十大願〉，
虔敬學習諸佛菩薩以願導行的精神……



《華嚴經·普賢行願品》云：「所有十方世界中，三世一切人師子，我以清淨身語意，一切遍禮盡無餘。」叢林道場將〈普賢十大願〉列入早課，「禮敬諸佛」更居〈普賢十大願〉之首，原因為何？古德云：「禮屬身業折慢幢，敬屬意業敬心田。」儘管一切眾生佛性本具，但仍有驕慢之心，必須藉由禮佛來降伏。因此，每日清晨於早課中，發〈普賢十大願〉，虔敬學習諸佛菩薩以願導行的精神，以身禮佛、口發願、清淨意根，展開光明的一天。

修己敬 安衆人

然而現實生活中，時時刻刻要保有恭

敬心並不容易。古人云：「親則生狎，近則不遜。」對於身旁親近、熟悉的人，若沒有細心觀照言行，很容易心生輕慢，忘失禮節，忽略了該有的分際與尊重，嫌隙與紛爭便相繼而起。美國小說家馬克吐溫也說過：“Familiarity breeds contempt（親近生狹侮）”，因此，如何培養恭敬心，尊重他人，實為人生的重要課題。

儒家首重禮的實踐，即是透過禮儀培養恭敬心。有一回，子路請示孔子如何成為君子，孔子教以恭敬的態度修養自己。子路追問：「這樣就夠了嗎？」孔子回答：「修養自己，進而讓大眾都得到安樂。」

從佛法的角度而言，即是化除心中的



我執、我慢，銷融自他的分別與對立，俗諦圓融，人與人的相處自然和樂融融。進一步，深信蜎飛蠕動皆有佛性，皆是未來佛，發自內心恭敬諸佛聖賢、父母師長，乃至於同儕、晚輩與一切有情，自然隨所住處常安樂。

在精舍，一對人人稱讚、學佛十多年的模範夫妻，與學員分享家人相處之道無他，就是落實中台四箴行——敬慈和真的精神，將禪修班所學的用出來，經常提醒自己是修行人，學著看對方的佛性，不看

習氣；如果自己的作為讓家人起煩惱時，先起慚愧心，並反省改進，化解心結。這樣的身教，使得一雙子女也陸續踏進精舍禪修、學佛，成就和合快樂的佛化家庭。

心誠敬 證真道

《雜寶藏經》中，佛陀開示了眼施、和顏悅色施、言辭施、身施、心施、床座施、房舍施等七種布施因緣。日常待人接物中，我們藉由廣修布施：施以善意的眼神、口說柔軟語，常稱讚、鼓勵他人，以及和顏悅色的待人處世態度，不僅進退合宜，圓融的俗諦也令人心生歡喜，更是落實禮敬諸佛之理。

所謂「誠於中，形於外」，對於三寶、父母師長承迎禮拜，藉由身體力行以示恭敬，是一種身施；做到事上身、口的恭敬，還要觀照是否以「善心和善，深生供養」之心落實心施；而床座施、房舍施，是為三寶、父母師長敷座、讓座、供養屋宅，乃至布施座位給老弱婦孺。更深層的布施，則是放下個人的想法，設身處地為他人著想，尊重、體解彼此的差異。

開山祖師惟覺安公老和尚曾指導弟子如何在精舍發心：「在精舍，看到每個人都去跟他們講講話，精舍就可以帶得好。」言簡意賅，卻蘊含著尊重、肯定每一位學員的發心，更是落實佛陀廣修布施的教誨。

經云：「若欲得覲見，無量諸世尊，應生恭敬心，深求正真道。」在日用中落實禮敬諸佛之理，除了培養恭敬心，更要進一步念念相續，無有間斷，做到無有能禮之人、所禮之對象，最後能所一如，契入人人本具的覺性，即是禮敬自性佛，亦是禮佛的最高境界——實相平等禮。如此，即是時時刻刻保持覺性存在，心清楚明白，不打妄想，體現「堅住正念，隨順覺性」的真義，正是學佛者安身立命的所在。



君子好恭 小人學恭

文／見昀法師 攝影／傳捨

欲積累功德法財，毋須勞苦向外追逐，轉念即是！
面對一切眾生，轉輕慢心為恭敬心，
視有緣相逢的同事、朋友、師兄弟，乃至路人，猶如面對至親……



無始劫來，眾生因分別執著，於人我對待中常起種種輕心、慢心、嫉妒心，造諸身口意之不善業，橫結惡緣，多起冤憎，自招禍患。古德云：「君子好恭，以成其名；小人學恭，以除其刑。」君子以其謙恭之德而有美名，凡夫如我等亦當勤勉學恭，以德潤身，增長福德，自能消災免難，化解人生中種種災難與刑責之苦。

篤恭謹 福潤身

昔日，佛陀住世時，有一位長者的幼兒，被占相師預言不久將命終往生。憂心的長者遍訪六師外道，為子尋求延壽之方，都無法遂願。最後長者攜子覲見佛陀，

佛陀慈悲指示他們到城門口，頂禮所有進出城門的人。長者帶著孩子依教奉行，此時，正好有一名鬼神，化身為婆羅門進入城門，見小兒向其恭敬頂禮，心生歡喜，便開口祝願：「祝你長壽！」此鬼神原本乃受差遣，入城內欲取長者幼子性命，但鬼神有一常規：不能出爾反爾、言而無信。因此，既已祝願小兒長壽，就不能失信，奪其性命，長者幼子便因其謙忍、恭敬的態度，遠離了性命攸關的劫難。

原來，欲求平安吉祥、消災延壽，毋須尋訪仙人、求取仙丹，只要履踐佛陀的方便示導——以人人自性本具之清淨心、平等心、恭敬心待人處事，從中廣結善緣、



增長福德，化解冤結。以恭敬尊重一切眾生的因地發心，成就「敬人者，人恆敬之」的善果，就能為自己開創光明良善的嶄新人生。

凡眾生 咸禮敬

但究竟要如何做到無有分別、不論親疏貴賤，平等地恭敬一切眾生？經云：「一切男子是我父，一切女人是我母，我生生無不從之受生，故六道眾生皆是我父母。」若能思惟一切眾生皆是我恩重如山的父母，過去父母生我前身，現在父母生我此

身，自能視一切眾生如長輩，敬重之情油然而生起。

佛陀一日在舍衛國，引領大眾前往南方，行進中見到路邊聚骨一堆，佛陀即向枯骨五體投地，恭敬禮拜。尊者阿難深表疑惑，佛陀說道：「此一堆枯骨，或是我前世祖先，多生父母，以是因緣，我今禮拜。」父母的恩德昊天罔極，為我等之敬田，佛陀以尊貴之身禮拜前世祖先、父母枯骨，教誡弟子們應當尊重恭敬一切前世今生的父母。

進一步思惟，一切眾生皆有佛性，有佛性者皆當成佛。若能觀一切眾生，無論男女、尊卑、智愚，或遲或疾，皆為未來

佛，自能恭敬一切眾生，如同恭敬一切過去、現在、未來三世諸佛。

過去威音王佛時，有一位常不輕比丘，逢人即恭敬頂禮，並讚歎：「我至誠恭敬您，不敢輕賤您，因為您未來必將成佛。」有人笑其愚癡，乃至對其惡口罵詈打擲，常不輕比丘不改初衷，精進行持恭敬法門，臨命終時，於虛空中，聽聞威音王佛演說《法華經》，而得六根清淨，並如聞轉教，為大眾演說。從前對常不輕比丘嘲笑罵詈打擲者，此時悉皆皈依。

六祖大師開示：「內心謙下是功，外行於禮是德……心常輕人，吾我不斷，即自無功；自性虛妄不實，即自無德。為吾我自大，常輕一切故。」故欲積累功德法財，毋須勞苦向外追逐，轉念即是！

面對一切眾生，轉輕慢心為恭敬心，視有緣相逢的同事、朋友、師兄弟，乃至路人，猶如面對至親的父母及至尊的諸佛菩薩，就能成就無邊善緣與甚深功德。因此，恭敬眾生能令有情心生歡喜，又能令法界和諧安樂，實為自利利他之菩薩行。僅此一念恭敬心，助道甚偉，欲求佛道者，云何不樂為？



賓主盡歡

文／普平精舍日間高級禪修班學員 傳盛 攝影／法參

佛法的正知見，轉變自己的念頭，做到尊重客人；
而《法華經》裡，常不輕菩薩所說：「我深敬汝等，不敢輕慢，所以者何？
汝等皆行菩薩道，當得作佛。」更是菩薩身體力行……

我是一間咖啡店的老闆，每天工作面對形形色色的客人，有些客人很好相處，少數客人的態度比較差。譬如在營業的尖峰時段，有的客人因為出餐較慢，等得不耐煩時而頻頻抱怨；或者客人反映所點的咖啡不合口味想要退換等等，遇到這些狀況，都要想方設法來安撫客人們的情緒，也讓我們體會到與客人要有良好溝通的重要性。

深敬汝 善緣啓

儘管知道「尊重」是良好溝通的基礎，卻也發現要好好地做到對客人的尊重，又是一番難事。畢竟每個人都有自己的脾

氣，客人有個性，我們也有脾氣，當彼此有些不愉悅，一時傲慢、瞋恚心生起，起了爭執，氣氛僵了，甚至也影響到其他客人用餐的心情……

慶幸的是，在禪修班學習佛法給了我很大的幫助，其中，普賢菩薩教我們修習十個廣行願，同時也啟發了我們很好的觀念。如第一大願的「禮敬諸佛」，知道一切眾生皆具有佛性，一切眾生皆當作佛的道理；既然了知眾生佛性本具，所以應該如同「禮敬諸佛」一般，秉持著恭敬心對待每一個人，這不正是落實尊重他人嗎？

透過佛法的正知見，轉變自己的念頭，做到尊重客人；而《法華經》裡，常



不輕菩薩所說：「我深敬汝等，不敢輕慢，所以者何？汝等皆行菩薩道，當得作佛。」更是菩薩身體力行教導我們該如何在生活中，實踐「禮敬諸佛」，尊重他人的具體行持。

明白了恭敬待人背後真正的意義，我們也想了一些方法實際應用在店裡，改善和客人的互動與溝通。很多咖啡店會設立自助茶水區，讓客人可自行倒水飲用；在我們的店裡，雖然也設有飲水機方便客人隨時取用，但為了表示我們對客人的尊重，

進一步要求自己，至少客人來店的第一杯茶水，必定要親自奉上，透過親切的接待——一聲「請用」，和歡喜的回應——「謝謝」，開啓了我們與客人之間良好的互動關係。

禮之用 和爲貴

此外，店裡會隨時備有已經沖煮好的咖啡，當客人來到櫃檯，先倒一小杯咖啡請客人飲用，除了表達對客人的重視，也藉著品嚐咖啡，開啓彼此的對談與交流，更清楚了解客人喜歡的咖啡口味，就能幫助他們選擇適合的咖啡；若正值營業的高峰時段，必須讓客人等待時，也因為手邊

有杯沖好的咖啡可以使用，不會因此心生煩惱。當主客之間彼此都能以禮相待，如此一來，大家相處融洽，店內的氣氛頓時一片和睦。

在開始與客人建立起溫馨和諧的互動氛圍時，往往會想到每每參與精舍的共修法會或活動，當中寧靜、歡喜的氣氛，讓人感到很安定祥和，而這樣的氛圍不也是最好的溝通嗎？因為人人心裡皆安定，每個人的清淨心、慈悲心與恭敬心自然而然地呈現出來了，此時，所有的表達與交流都將是良善而美好。

在咖啡店裡，客人們來來去去，身爲主人的我們始終在這裡，希望以禮相待、利益大眾，慎重看待每位客人，與他們結下善緣，讓大家帶著歡喜心走出咖啡店。

沒想到將修行學佛所了解的道理，經由聞思修，落實在與客人的互動中，這樣的想法和實踐，到頭來自己得到很大的利益，也感受到微妙的轉變——自己的脾氣一點點地改變，從執著、驕慢，轉變爲恭敬、利他的慈悲心和柔軟心。

佛法的妙用帶給自己的提升真是不可思議！祈願大家皆能因佛法的啓發，運用在生活上，進一步也有所體悟，信受奉行，皆大歡喜！



以人爲本 進退有據

文／普因精舍護法會副會長 傳舉 攝影／傳度

從恭敬心出發，藉由事相上的磨鍊，
學習更多做人做事的道理，在動靜之間提升自我，
充實自己，並於發心中廣結善緣，利樂有情。

在資訊科技日新月異的時代，網路的便利與多功能智慧型手機的普及，令現代人愈來愈依賴網際網路與3C產品。雖然網際網路與3C產品，讓人與人之間的通訊更爲方便、頻繁；但過度依賴科技的結果，人們漸漸迷失本心，甚至忽略了應對進退應有的「尊重」，無形中人際關係愈來愈疏離、冷漠，乃至於家庭、社會逐漸出現失序的亂象！

外謙恭 內敬重

《論語》中，子貢問孔子：「有一言而可以終身行之者乎？」孔子回答：「其恕乎！己所不欲，勿施於人。」所謂己所

不欲，勿施於人，就是尊重他人，設身處地爲他人著想。簡單來說，重視每個人存在的價值，做到對人外恭內敬、言詞有分寸、進退有禮儀，是人與人之間相處的基本原則，也是與萬物和平共存的態度，更是安定家庭、社會倫理的基石。

最近看到一篇小朋友的作文「我的願望」，令人頗爲感嘆。內容提到「父母親太沉迷他們的智能手機，以至於都忘了關心我，下了班回到家就低頭滑手機，根本沒時間關心我。手機一響，不管多忙碌都會去接聽，但我說話時，他們一點都不在意；講手機時，幾乎忘了我的存在。他們經常玩手機遊戲，卻不與我一起玩遊戲。



所以我的願望是成為一台智能手機！」

每個人都渴望獲得尊重，即便是學童也期盼得到父母、師長的重視，如果大家都能尊重、關心身旁每個人的感受，家庭、社會必然更為安定和諧！

然而，生活中要能經常保持尊重恭敬之心，實不容易。佛教重視「恭敬心」的修持，透過禪修的薰習，同時聆聽師父的開示，有助於我們提起覺性，在應對進退之間，時時保持恭敬心，尊重一切眾生，在日用中，實踐

「恭敬三寶」、「禮敬諸佛」的道理。

事練心 理一如

多年來，自己在精舍聽經聞法，也有機會發心擔任執事，從中落實所聽聞的佛法真理，秉持「中台四箴行」待人接物，學習放下我執，真誠待人，尊重他人的意見，以謙卑的態度、柔和的語氣與大眾溝通、協調。在領執事的過程中，要求自己多一分同理心，少一點分別心，並且力行四攝法，多讚歎、鼓勵，少批評、計較；當自己尊重他人感受的同時，恭敬心也隨之增長，漸漸地，也培養出「尊重」大眾的涵養。

開山祖師惟覺安公老和尚教導我們「有一分恭敬心，就能消除一分業障；有十分恭敬心，就能消除十分業障。消一分業障，就能增長一分福德和智慧；消十分業障，就能增長十分福德和智慧。」所以有了輕慢心，不知尊重他人，道業自然不容易有所成就。佛法告訴我們，一切眾生皆是未來佛，因此，應當以「禮敬諸佛」之心，尊重、恭敬一切眾生。

如果人人都能了解佛性沒有國家、種族、宗教、文化與教育高低之別，人人平等，便能尊重一切眾生，彼此相互尊重、和睦相處，自能消弭對立與衝突，讓世界、國家更為祥和安樂。

因此謹當秉持開山祖師的教誨，以恭敬心消除心中的驕慢習氣，尊重他人，外圓內方，克除一分煩惱、習氣，修行才能有一分的成長。

期許自己不論未來面對的是順境或是逆境，都要檢視自心，時時刻刻從恭敬心出發，藉由事相上的磨鍊，學習更多做人做事的道理，在動靜之間提升自我，充實自己，並於發心中廣結善緣，利樂有情，在生活中落實恭敬有情、尊重眾生，廣行自利利他的菩薩行！



敬人者人亦敬之

文／普因精舍研經二禪修班學員 傳皇 攝影／傳兆

一切眾生皆有佛性，一切眾生皆有恩於我，即便不是現在世，累劫多生以來，一定有相聚、相互護念的因緣，因此，不論遠近親疏、貧富貴賤，都應當禮敬尊重，以「禮敬諸佛」之心，恭敬尊重十方三世所有未來佛！

尊重是人跟人之間相處的首要準則。不論是在家庭中、工作上，乃至於相識或不相識者之間的互動，想要維持彼此信任、和諧的良好關係，都要秉持著「相互尊重」的原則來對待。

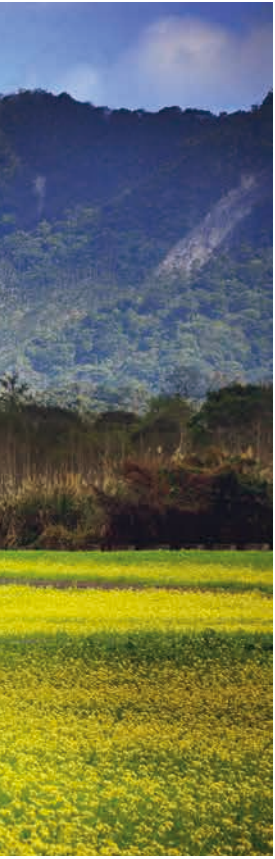
親不褻 近不狎

所謂「尊重」是一種敬重他人的心。生活中，以一顆恭敬、體諒的心來對待長上，以一顆慈悲柔軟的心來對待幼小，明察他人的需要，布施我們的慈悲與智慧以成就眾人的歡喜心。佛法更進一步告訴我們「眾生皆有佛性，皆當成佛」，所以無論我們面對的是男女老幼，或是任何國家

民族的人，都應該秉持著恭敬之心來對待，因為一切眾生都是未來佛！

面對同在一個屋簷下，朝夕相處的父母、子女等家人，我們往往忽略了應有的禮貌，面對父母很容易缺乏耐心，脫口而出直衝的話語，傷了長輩們的心；然而對待子女晚輩又常常以老大的心態、訓誡的口吻來說話，讓他們覺得不受尊重。如此一來，導致家庭氣氛經常處於緊張對立與烏煙瘴氣之中，溝通上也出現重重的隔閡與障礙，造成親人關係的疏離。

相反的，如果能從尊重體諒的角度出發，面對父母師長，基於尊重的心態，耐住性子，多聽聽老人家的意見；面對子女



晚輩，也是基於尊重的心念，放開心胸，聽聽他們的想法，了解、關心他們的需求，親人之間溝通無有障礙，如此家庭關係必定和睦圓滿。

在職場上亦是如此，不但對上司要有恭敬心，對下屬也一樣要有尊重之心。工作上，若能以謙卑、恭敬的態度向上司請益，並且虛心向同事請教，相信大家都會樂意伸出援手，乃至於傾囊相授。同樣的，當同事、下屬遇到任何問題時，也應以慈悲柔軟心來協助處理，

同事之間的相處必然和諧。

禮六方 敬有情

面對長官、師長等長輩，我們自然而然就能生起一分敬重之心；但對於晚輩，我們卻常憑著自己既有的經驗，或是仗著年長，多了一分驕慢而不自知。記得以前自己在訓練學生做成果展演出的時候，常會設定某些人做某些事，或是先入為主的印象，認定某些學生可能無法勝任某方面的表演，所以會請他們擔任幕後道具製作或配樂等工作。

雖然初初也徵求過學生們的意見，他們也能接受各自的角色，但在排演時，卻

屢屢發現自己仍有設想不周的地方，或者學生有天外飛來一筆的創意，此時便要放下自己的成見與我執，與學生們再次溝通討論，聽取他們的建議，大家通力合作，最後完成一場圓滿的成果演出。從中自己也體會到，即便對方是年紀輕、個頭不大、經驗又不如自己的青少年，也有他們的智慧與獨到的看法，只要以尊重的態度來溝通，調和彼此的想法，往往會有意想不到的精彩效果。

《佛說尸迦羅越六方禮經》提到，向東、南、西、北、地、天六方禮拜的意義，是為感恩父母生養、師長教誨、夫婦和合、親屬朋友相諫、奴僕忠誠服務、沙門道士教人去惡為善，開示正道，度化眾生等恩德。而《法華經》中的常不輕菩薩即使備受譏笑輕侮，也不改對所有人恭敬禮拜，只因為他深信眾生皆是未來佛。

誠如經典所說，一切眾生皆有佛性，一切眾生皆有恩於我，即便不是現在世，累劫多生以來，一定有相聚、相互護念的因緣，因此，不論遠近親疏、貧富貴賤，都應當禮敬尊重，以「禮敬諸佛」之心，恭敬尊重十方三世所有未來佛！



常把覺性掛心頭

文／普平精舍護法會副會長 傅貞 攝影／傅景

心念真是不可思議！這一切皆由一念清淨的恭敬心當中，開展出道業、家庭、事業、人際關係的圓滿和諧……

祖師大德云：「只貴汝知見，不貴汝行履」，修行學佛首要確立正知見，再由正知見深化至生活實踐。在中台道場修行是大福報，不僅有開山祖師惟覺安公老和尚指導的「福德、教理、禪定」三環一體的修行方向可依循，更將浩瀚的佛法，簡化為「中台四箴行」，讓我們在日用中落實；此外，更有精舍可就近禪修及薰修教理。

勤補拙 生處熟

禪修課程中，法師常提示：「佛法要身體力行，否則佛法與我們永遠只是兩條平行線。」但在落實的過程中，仍有失去

覺性的時候，欠缺觀照脫口而出的話，除了讓人起煩惱，自己更是懊惱。但總想起老和尚曾開示，任何學習都要朝著「會、熟、巧、精」的方向努力，勤能補拙，只要努力一定會進步。因此提醒自己：每次開口說話，一定要保持覺性，態度和緩，言語要柔軟……。

〈普賢十大願〉中的「禮敬諸佛」，即是從禮拜諸佛的當下，發願恭敬佛菩薩，也要恭敬所有人。恭敬心是對治我慢的良藥，自己也將朝著「禮敬諸佛」的願力，繼續學習成長，更自我期許：學佛愈久，愈要謙虛，莫起了慢心！

多年來，感恩精舍法師讓自己有機會



擔任初級禪修班的學長，與初踏入精舍的學員互動，並且依照師父的教導：以真誠的微笑、誠懇的態度，讓新學員在陌生的環境中，可以感受到中台「敬慈和真」的法界，並在他們的心中播下菩提種子，期待未來發芽茁壯。

因此每每看到學員因為聽聞佛法，逐漸成長且懂得精進用功，成為彼此的同行善知識，那份法喜讓我更有向上的動力。而在精舍領執事，或職場上與同事共事當中，也學習到去欣

賞每個人的優點，了解他們所處的立場，如果需要溝通時，在尊重對方並考量常住、公司、大眾權益的前提下，完成任務，只希望在每個因緣中，都與大眾結下歡喜的善緣。

心虔敬 淨土現

在家中，與家人的相處也是依循「中台四箴行」，因為自己很清楚，唯有佛法才能成為家人終身的依靠，更衷心希望全家都可以得到佛法的利益。因此每當兄弟姊妹意見相左時，就退讓一步以求和合無諍；也把孩子們當成朋友，教導他們正確的知見，以尊重代替權威，用溝通代替責

備。

更謹記著法師的教導：「讓家人多與三寶結緣。尤其是家中長輩，能讓他們親近佛法，才是最大的盡孝」，因此不管是禪修課程，或是回山參加法會，總是運用種種方便、柔軟勸說，讓孩子、父母，全家老老少少都能歡喜成行，同霑法益。

現在家中四代同堂的氛圍，總是充滿和樂與歡笑。孩子們從小耳濡目染佛法的正知見，也認同開山祖師的弘法悲願與教育理念，都決定未來要把小孫女送到普台中小學，接受完整的品格教育。

心念真是不可思議！這一切皆由一念清淨的恭敬心當中，開展出道業、家庭、事業、人際關係的圓滿和諧，更印證祖師大德所說：「淨土就在淨心中，不得向外別尋覓。」佛法是真實不虛，佛法是可證性的，只要努力實踐，終能成就自己的一方淨土！

我深深感恩並體會到，「敬慈和真」是開山祖師留給我們四扇珍貴的佛法如意門，懂得運用這樣的真理，落實在生活種種人事物當中，必能自在無礙，未來人生更因此充滿無限的光明！清淨心人人本具，期望更多人一起學習佛法，找到人生安身立命之處，一起建構美滿的家庭、祥和的社會，如此一來，人間淨土將無有邊際！



恭敬謙和 善緣自來

文／普南精舍夜間研經一禪修班學員 傳朔 攝影／傳相

以清楚明白的心待人處世，尊重他人便是尊重自己。
如此一來，不僅人生海闊天空，
又能廣結善緣、左右逢源，何樂而不為？

人與人之間的關係，很微妙也很複雜，有些人的人緣好，從家庭、職場到道場，人見人歡喜；有些人卻是人見人發愁，到處碰壁。可曾想過，一個人若把世間的頭銜拿掉，還剩下什麼能獲得大眾的敬重呢？希望別人對我們的敬重是發自內心的真誠，就要做到儒家所說的：「敬人者，人恆敬之。」而和諧良好的人際關係，就從尊重他人做起。

事如理 解行俱

尊重他人的第一步，就是要對人恭敬。記得初初踏入精舍，不管男女老幼，見到面都是雙手合十，互相說聲：「師兄！

阿彌陀佛！」從雙手合十的剎那，心中起的是恭敬、平等的心念，法界自然清淨祥和。儘管當時還沒報名參加禪修課，佛法已然藉由「尊重他人」，開演一切眾生佛性皆平等的境教。

初級禪修班開始上課時，「佛門行儀」便教導禮佛三拜，從合掌當胸到五體投地，將最尊貴的頭點地，此時內心是清明且謙和恭敬，也不知不覺折伏了心中的驕慢。而中級禪修班的〈普賢十大願王〉，教我們學佛從「禮敬諸佛」做起，明白眾生皆有佛性的道理，自然在事相上就能做到恭敬他人，因此禮佛不是形式，也不是迷信，而是落實解行並重的修行。



所謂「我慢高山，法水不入」，慢心深重不僅影響人際關係，也障蔽了清淨心，不易與佛法的真理相應。相反的，有了恭敬心，就能柔軟、謙虛待人，少了慢心，舉手投足間自然流露出對他人的尊重。

禪修班薰修一段日子之後，也在精舍發心活動組的執事。雖然發願要修菩薩行、行菩薩道，可是菩薩道實踐起來，並沒有想像中那麼容易，在各項法會、活動與不同的學員合作，遇到理念、做法不同的

師兄，如果沒有觀照自心，就容易產生磨擦、衝突，自己也曾經在雙方溝通與協調時，因為無法達成共識，而有了爭執，因此起了煩惱。

覺即佛 凡聖等

傳朔回過頭來反省並且反問自己：每個人都值得被尊重，而尊重對方的原因是由於他的身分地位高、年齡較長，還是資歷比較深呢？或許，我們都被職場的身分與世間的角色所障礙，不自覺地流露出過去的習氣。但是佛法告訴我們：每個人都具有靈知靈覺的心，佛與眾生的覺性平等不二，差別只在於心的染淨程度不同罷了。佛是已經漏盡煩惱的聖人，眾生心中的煩

惱尚未斷除，只要除去內心的染污，一樣能夠超凡入聖，因此每個人都值得我們尊重。

六祖大師說：「世人若修道，一切盡不妨，常自見己過，與道即相當……自若無道心，闇行不見道。若真修道人，不見世間過。」是非是從分別與執著所產生出來的，因此要經常回光返照自心，反省檢討，修正自我，若一味執著別人有過，起了煩惱，道業也難以成就。此外，人與人的互動沒有尊重、沒有傾聽，就不能了解對方；若能尊重他人，便能看見對方的需求，也能夠發現對方有許多值得我們學習的智慧和經驗。

佛法講因緣果報之理，善業、惡業最終都會回到自己身上，若真能懂得尊重他人，心量自然能打開，因為尊重別人就是尊重自己。所謂「三界唯心，萬法唯識」，一切法都是「唯心所現，唯識所變」，既然這一切都是心意識變現出來的，不就像是一場夢嗎？知道自己在作夢，就別把夢境當真，進一步叫醒作夢的人，以清楚明白的心待人處世，尊重他人便是尊重自己。如此一來，不僅人生海闊天空，又能廣結善緣、左右逢源，何樂而不為？



尊重包容 如水乳合

文／普南精舍夜間中級禪修班學員 法中 攝影／傳門

深深體會到「中台四箴行」一直沒有跳脫「尊重他人」的核心精神，無論對人、對事，都要本著恭敬尊重的心，這一點尤其令自己覺得真的很受用。

人際溝通著實是一門藝術，人與人之間如果能夠相互尊重，自然而然就能保有詳和的互動氣氛。

從小到大，自己從原生家庭、學生時代到出社會、結婚，一直與來自不同環境、背景的人接觸，隨著年齡增長，人與人相處的經驗及相互學習的機會增加，雖然情境與時空不斷地轉變，個人覺得只要保有真誠的心，以及時時刻刻尊重別人的態度，對方必然能感受到我們的善意，人際關係自能一片和氣。

人敬人 保和氣

記得在精舍上初級禪修班時，師父於

課堂上教導我們「中台四箴行——對上以敬，對下以慈，對人以和，對事以真」，讓我印象深刻。我一直反覆思考這幾句話的意義，並且嘗試想要藉由日常生活及工作中的情境來驗證它。

一段時間過後，自己深深體會到「中台四箴行」一直沒有跳脫「尊重他人」的核心精神，無論對人、對事，都要本著恭敬、尊重的心，這一點尤其令自己覺得真的很受用。在日常生活乃至於工作中，所碰到的人事物，其實就是一直不斷地面對與長輩、上司、子女、晚輩、平輩、同事的相處，以及面對各種事件的處理。

因此自己常常把「中台四箴行」拿出



來在心中咀嚼，藉以修正自己。譬如在家裡對孩子的管教，當自己正為孩子錯誤的行為在氣頭上，快要爆炸的時候，心裡早就沒有尊重及仁慈這些字眼；但在即將開罵的瞬間，如果想起法師所教的這四句話，竟然可以瞬間降溫，轉而以比較和緩的語氣以及言詞來取代，也緩和了劍拔弩張的親子關係。

四箴行 念念覺

我想「中台四箴行」就是幫助我們提起覺性，從快要失控的狀態回到比較客觀的立場，當下改用和緩的溝通方法，不但避免傷害彼此，也達到溝通與教育的目的，確實在生活中讓我們很受用。自己也從中體會到親子間其實更需要相互尊重，而不是上對下一味的責備、要求，進而了解到為人父母，也必須持續學習如何提升自我，以及良善有效的溝通方式。

如果溝通的過程與最後的結果，不是那麼如意，可以藉由寒山、拾得的一段對話，來幫助自己調伏內心。寒山問拾得：「世間謗我、欺我、辱我、笑我、輕我、賤我、惡我、騙我，如何處治乎？」拾得云：「只要忍他、讓他、由他、避他、耐

他、敬他、不要理他。再待幾年，你且看他。」自己一直將這段話放在辦公室電腦螢幕旁，因為每當看到這段話時，就提醒自己凡事要多忍辱，這念心不要被外境所牽動，更要做到尊重他人。

在職場上，每個人對每件事情都有不同的見解與看法，如果隨之起舞或糾結在這些境界，常會因內心的不平衡，做出無謂或不理性的決定。而人際關係不僅是跟別人的溝通，更是與自己的溝通，把心安住，發慈悲心，自然而然就能忍得下來，同時，保有冷靜的思考，平靜看待他人一時的無明。

包容與尊重是最美麗的溝通橋樑，凡事不要只站在自己的角度，要靜下心來，用平等心、同理心體解他人，自己需要時間來面對境界，別人也一樣。透過尊重與溝通，耐心地往正確的方向去協調、執行，更可藉由禪修班所學習的止觀法門，透過呼吸調伏自己的心，相信待人處世將會更加圓滿。期許自己與各位師兄一起持續精進學佛，把佛法與生活緊密結合，產生更大的正向力量，向上提升，時時刻刻以法為師，以人為鏡，不忘初心，努力向前。🙏



我今禮彼盡無餘

文／普因精舍研經二禪修班學員 傳朝 攝影／傳漢

從自己做起，以尊重別人的菩薩知見，待人處世，不虛偽應對。
在職場上，對主管及同事敬重客氣，彼此互相尊重。



過去以為佛法就只是誦經、拜佛，直到上了禪修班，才知道佛法浩瀚，更慶幸能親近正法道場，如今雖是研經班的一員，卻感覺到修行上要學習、努力的地方還很多……。

一天，在辦公室因為公務，莫名被長官嚴厲斥責，當時心裡非常沮喪；晚上到精舍上禪修課，跟著大眾禮誦〈普賢十大願〉「一者禮敬諸佛」時，突然，感到前所未有的懺悔。覺察到下午的煩惱，源自於自己的瞋惱和我執——自以為是的能力，不容被別人否定；也深切反省過去是否也曾咄咄逼人、不給人留餘地？頓時之間，「禮敬諸佛」如雷霆般震撼著內心。

寂寂佛 了了見

普賢菩薩揭示，若欲成就如來殊妙功德，應修十種廣行願，其中第一大願「禮敬諸佛」，是發自內心的尊重和敬意，頂禮十方三世無量無邊諸佛。《華嚴經》更進一步告訴我們，「一切眾生本來是佛」。所以禮敬諸佛，正是禮敬所有具有佛性的一切眾生，不可輕視任一眾生；除了應當尊重、禮敬，乃至於要幫助一切眾生早日成佛。

一般人禮拜〈普賢十大願〉，對於「禮敬諸佛」只知道要禮敬現在佛及已成就的佛；普賢菩薩則進一步教導我們不論是當前佛、他方佛或是過去佛，乃至於無量劫



後，將修行成就佛道的未來佛，都應當至誠禮敬。

此外，禮佛不僅僅是頂禮金、銅、木、石等雕刻而成的形象，更是恭敬頂禮諸佛菩薩，以及一切眾生不生不滅的清淨心、真如實性。

騰騰惡 蕩蕩融

當前社會有些人喜歡逞兇鬥狠，甚至在網路匿名惡意攻擊他人，這些行為源自於傲慢的習氣，以及分別、不平

等的心在作祟。因為不能接受、尊重與自己不一

樣意見的人，所以攻訐、傷害對方。

《普賢行願品》云：「以於眾生心平等故，則能成就圓滿大悲。」如果我們能以平等心對待大眾，則離大悲不遠矣！當我們了解因果與佛性本具的道理，即便遇到有人嘲諷、傷害，也不會生氣、煩惱，甚至對這些造惡眾生心生憐憫。

《法華經》中記載著世尊過去生有一世為常不輕菩薩，見到任何人皆如見到佛陀般恭敬頂禮，即使別人不同意，唾罵毆打，也不生怨懟，恭敬如常，最後終能成就聖果。

每個人都期待受人尊重，因此從自己做起，以尊重別人的菩薩知見，待人處世，

不虛偽應對。在職場上，對主管及同事敬重客氣，彼此互相尊重，工作氣氛和樂，不僅能影響其他同仁，帶動工作效率，進而提升個人修行。

多年來，在精舍不間斷地上禪修班，聆聽著住持法師的開示，及在回山出坡的過程中，漸漸體會出佛法如果不在日常生活裡運用，那麼佛法歸佛法，自己還是自己，始終無法改變。

佛是大醫王，佛法是治病的良藥，自己與眾生都是病人，有著貪瞋癡等種種毛病；如果自己不肯服藥，再高明的醫生也束手無策。相反的，若在生活中落實佛法，這一生就可以慢慢地改掉習氣，外在因緣也跟著心境轉變而慢慢不同，命運也隨之愈來愈好。

開山祖師惟覺安公老和尚教導我們以「中台四箴行」做為日常行持的圭臬，藉由敬、慈、和、真去除每個人心中的我慢、瞋恚、粗暴及虛偽。因此，要時時自我提醒：「中台四箴行」是改變自己命運的入處。

中台禪寺的心地法門，真的很棒。自己過去這十年來的薰修，雖然尚未大徹大悟，但一路走來，確實愈走愈安心、愈走愈清明。只要方向對了，成佛的路就不遠了！





佛 · 典 · 故 · 事

佛誓斷衆生貪欲因緣

文／編輯部

圖／傳樺



世間狂逸之甚，莫過於貪欲，因此應當勤斷貪欲煩惱。

《大莊嚴論經》中馬鳴菩薩提到，過去我曾經聽聞，世尊行菩薩道時，有一世在無佛時代，既無賢人，也沒有任何聖人出世。當時有一位國王名叫「光明」，乘坐著經調象師調伏的大象外出遊觀，在眾多隨從前後護衛的引導，及歌樂倡妓的舞樂環遶下，來到山中一處嶮難之處。此時，光明王所乘坐的大象，遠遠看見一頭母象，頓時欲心熾盛，大聲哮吼、狂放亂奔、如風吹雲，完全不顧任何險阻，一心只想火速奔赴母象所在之處，以致險象環生。

隨行在旁的調象師，立即使盡各種銳鉤、刀斧砍向大象，都無法令大象停止狂奔的腳步。光明王非常驚怖，命令侍從用盡利鉤、刀斧都不能禁止大象瘋狂奔走，正如惡弟子不順從師父一般。

大象急速地狂奔，光明王飽受驚恐，心生苦惱，以為必死無疑，隨即說了一偈：

「如見虛空動，迅速掙諸方，皆悉而來聚，普見如輪動，
大地皆迴轉。其象走遂疾，譬如山急行，諸山如隨之，
巖谷澗中河。諸樹傷身體，王怖極苦惱，發願求山神，
使我得安全。鉤斷傷身體，欲盛不覺苦，象走轉更疾，
喻如於暴風。棘刺鉤斷身，并被山石傷，頭髮皆蓬亂，
塵土極塗污，衣服復散解，瓔珞及環玢，破落悉墮地。」

此時，大王向身旁的調象師說道：「現在我的性命恐怕不保了。」

又說一偈：

「汝好勤方便，禁制令使住，我今如在秤，低昂墮死處。」

這時，調象師用盡全身力氣，以鉤拉、斧砍都無法制伏大象瘋狂亂奔。因為知道自己無法調伏狂象，只能不停地嘆息，露出慚愧羞恥的表情，淚水盈眶地將面孔避開，不敢和光明王相視，說道：「大王！現在我應該怎麼辦呢？」接著，說偈道：

「盡力誦象呪，古仙之所說，鉤斷勢力盡，都不可禁制。

如人欲死時，呪術及妙藥，越度必至死，良藥所不救。」

此時，騎乘在狂象背上的光明王問：「我們現在落得此等地步，應該如何是好？」調象師向光明王稟告：「大王！眼前沒有其他方法，唯有攀住樹木了！」光明王一聽，立即用手攀住附近的樹木，懸於樹上，大象立即往前狂奔，追逐母象而去。待大象離去之後，前後引導與隨從們才陸續抵達光明王所在處，光明王便慢慢地走回軍隊。

事後，調象師沿著大象的足跡追逐，經過多日，終於找到大象，把牠帶回軍中，來到光明王面前。光明王瞋怒地說道：「你先前說這頭象已經馴服可以騎乘，為何用此狂象來欺騙我？」調象師合掌稟白大王：「這頭象真的已經調伏、馴順。大王，您若不相信，我現在就可以證明這頭象確實被馴服的樣子，讓大王明白。」調象師一邊說一邊拿著燒燙的熱鐵丸，放在大象前面，命令大象將熱鐵丸吞下。

但是，光明王不想聽調象師的解釋，說道：「你說這頭象已經調順，那為什麼還會狂放亂奔？」調象師長跪合掌回答：「大象此種瘋狂亂奔，不是臣下所能調教。」光明王問：「究竟是什麼樣的過患，不是你所能調順的？」調象師向國王稟白：「象有貪欲的心病，不是我所能調治。大王！這種心病即使用鞭杖捶打，或是以利鉤、刀斧都沒辦法制伏，貪欲害心也是如此。」隨即說了偈子：「欲為心毒箭，不知從何生？因何得增廣？云何可得滅？」

光明王聽聞貪欲不可治療，又問：「這種貪欲病真的無法可治嗎？」調象師回答：「這種貪欲之病，眾生一旦染上，只能捨棄，無法可治。」言畢，即說一偈：

「當作諸方便，勤求斷欲法，不知其至趣，懷精勤退還。
棄捨五所欲，出家修苦行，為斷欲結故，應精勤修道。
或有恣五欲，言道足自斷，若干種作行，望得遠離欲。
如是等處處，望拔欲根本，欲林難可拔。人天阿脩羅，
夜叉鳩槃荼，一切有生類，微細心欲網，繫縛諸眾生，
迴轉有林中，無由能自拔。」

光明王聽聞貪欲無法斷除，心中更加疑惑，隨即以偈問道：「無有能斷滅，如此欲怨者，乃無有一人，能滅貪欲耶？人天中乃無，能滅此



欲乎？」

調象師回答：「我輾轉從他處聽聞，唯有佛世尊，是世間人天的導師，具有大慈愍心，視一切眾生悉皆如己子。世尊丈六金身，擁有莊嚴的三十二相好，具自然智，能知貪欲的生起及滅貪欲的因緣，以圓融無礙之心，悲愍一切眾生。」

善根深厚的光明王，聽聞諸佛大人有如此功德力，立即起身合掌，如尚未開敷的蓮華，在大眾前發大誓願：「我將以正法統治、保護國土，並竭力行一切財布施。以此功德，願我未來必定成佛，斷除眾生貪欲之患。」

因為什麼因緣而說此事？是因眾生不知貪欲之害，以及對治之法，因此說此修多羅經。

（編按：典故摘自《大莊嚴論經·卷第九·五三》）



省思

光明王悲憫眾生不明真理，鎮日汲汲營營追求財、色、名、食、睡五欲，心中的貪欲猶如烈火熾燃，燒盡清明的智慧、渾濁了心水，看不清真相，正如「狂象無鉤，猿猴得樹，騰躍蹕躑，難可禁制。」因此，當光明王得知唯有佛法，能斷眾生貪欲之患，立即發大誓願欲成佛以救拔眾生，最終圓成佛道。佛恩浩瀚！願力不思議！為佛弟子當勤精進，效仿諸佛菩薩精進願行，認清貪欲乃眾苦之源，降伏貪欲熱惱，邁向清淨、光明的解脫之道！





佛學院園地

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

法喜發心 中台男眾佛教學院研究所二年級 見闕法師

某次法會，擔任機動組組員，組長是超過六十歲的常住法師。出坡時，組長往往帶頭跑第一，法會期間從早忙到晚，也不曾停下來休息或喊過累，自己看了有些不忍，便請組長休息，組長卻回應：「不用為我擔心，我的身體還能發心，能為山上、大眾做事，我感到很歡喜！」

開山祖師惟覺安公老和尚曾開示：「修行沒別的，就是發大心！」透過發大心打開心量，不計人我，和合共處，自然法喜充滿！

生處轉熟 中台男眾佛教學院大學部二年級 星如法師

執法器的過程中，往往因念頭跑掉，或是不熟悉而漏掉板位。隨著每次的檢討，一次次地覺察、覺照，提起「下次不再犯相同錯誤」的念頭。自己從原本常敲錯，到刻意觀照就不會出錯，現在逐漸駕輕就熟，正如〈觀心銘〉所云：「熟處若生，生處自熟。」

修行也是如此，由於累劫以來的煩惱習氣，一碰到不如意境界，瞋心立刻生起，就此隨業流轉；反之，若能安忍於心，不為境轉，修行就提升了。期許自己在綿綿密密的觀照中，覺性都能時時現前。



最勝寂靜 中台女眾佛教學院研究所一年級 見牒法師

「離欲寂靜，是最為勝。」靜下心來觀照意根，發現雖然外境寂靜，心中卻是念念遷流，唯有意根不動，才能達到離欲寂靜。

當意根有所攀緣，牽動著粗細不等的欲求，連帶引起苦樂等受：好的境界，希求再經歷一次；壞的境界，等同再受一次苦惱；在起滅波動當中，自討苦吃。因此，無念無住、寂寞清眞之境，才是最安穩的地方。

攝心正住 中台女眾佛教學院大學部二年級 星普法師

晨掃結束，從主體回學院的路上，心中有股淡淡的喜悅，因為昨日練習不斷地收攝心念，一樣的睡眠時間，醒來後，精神卻特別的好。正當喜悅不斷地擴大時，發現心念又開始散亂了，從中體會到心的微妙。

發現當心清楚明白時，對以往貪愛之物，較不易起心動念；但不能因此得少為足，因為執著了就是煩惱，修行要長長久久、生生世世，期勉自己要持續地在心地上用功。🙏

淨土就在淨心中

文／普慶精舍研經二禪修班學員 傳卷

今年的學界禪七是傳卷第一次回山打七。禪七期間完全禁語，也禁用行動電話，讓自己的眼、耳、鼻、舌、身、意六根停止了攀緣、造作惡業，更藉此調身、調息、調心，雖然沒有大徹大悟，身心卻體悟前所未有的清涼自在，更深刻體會到原來淨土就在淨心中！

起七茶會中，一杯清茶入口，餘韻甘甜，主七和尚提點大眾：「喝茶的人是誰？」當時正與昏沉對抗的我，實在無法思惟，這才知道平日妄念紛飛的這念心，從未好好歇息過。因此，自我期許把握萬緣放下的七天，將心中塵垢清掃乾淨，並了解「喝茶的人是誰。」

禪七第二天正授八關齋戒，說戒法師開示八關齋戒的意義，所謂「關」，是關閉生死輪迴之苦，藉由受持八條清淨齋戒，學習佛的梵行，開啓解脫的成佛之道。自己恍然明白受持淨戒，就能夠由戒產生定，因定而發慧，對於契悟本心有著極大幫助。

隨著心慢慢平靜下來，屏氣凝神聽法的當下，佛法自然入心，知其然也知其所以然。但第三天起隨著腿痛日益加劇，心中始終盤旋著「維那法師為何不敲引磬？」直到主七和尚提醒禪七要坐到一支好香，開始專注用功，無形中，心又落入有所求

，此時妄念猶如萬馬奔騰，自己拚命數息，數得又喘又急，用不上功，終於起了煩惱。

感恩主七和尚適時開示，心的真實相貌是人人本具且不生不滅的清淨心，當下這念心清楚明白，沒有妄想、昏沉、無聊、無記，堅住正念，不起凡夫染污心，即是無上菩提道。狂心頓歇，歇即菩提！聽完大和尚開示後，當下心開意解，原來是自己用錯方法。

幸好慈悲的主七大和尚，每日苦口婆心不斷地提示學員，教導如何用數息觀對治妄想，進一步修中道實相觀，把握「堅住正念，隨順覺性」的原則，透過時時保持覺性，不起貪瞋癡來堅住正念。如此一來，無論做人、做事，都能面面俱到，就是真正的隨順覺性，也讓自己學會以心地法門用功。

隨著禪七功德圓滿，自己深深明白，平日應當把握每週至精舍坐一支香的機會，養成靜坐習慣；除了領執事，在出坡動中磨鍊，靜中養成也很重要。感恩此次護持我們精進用功的主七大和尚、監香法師、精舍住持法師、大眾法師們，以及所有護七菩薩，傳卷會繼續用功，福慧雙修，於自利利他中，落實菩薩行。



護七之行 美不勝收

文／普新精舍中級禪修班學員 傳恩

因為護七，與打七師兄一起回山，一踏進中台，好像進入世外桃源，遠離塵囂，跟外面的世界截然不同。

禪七期間，每天清晨四點半起床，四點五十分上線，開始打便當、拉水線、洗碗筷，接著過堂，為打七學員添加飯菜。師父指導，要用心把事做好，不能因為自己的疏忽，讓打七學員起心動念。過完堂，待學員離開齋堂後，收拾好齋堂，才回到休息區用早齋。

八點，當打七學員一進禪堂坐香，我們就到寮區清洗架房。師父指導，專注在每個動作上，即使是刷馬桶、刷地板、撿毛髮都是修行。也因為我們的用心，讓學員們在舒適的環境下，能夠無後顧之憂的用功修行。

十點半，再度進入齋堂打菜、過堂，一千多人一起用齋，卻非常安靜、清淨，井然有序，心中不禁讚歎打七學員的用功、攝心。而我們用完午齋，休息過後，再度至寮區架房清理垃圾、刷洗、整理，看著打掃後清淨的架房，我的心也變得好清爽！

下午四點，走進中台山美麗的園區，一陣風吹過，樹梢的葉子繽紛落下，好美的畫面！此時，師父帶領著我們掃落葉，環顧莊嚴的林園，抬頭看看天空千變萬化

的雲朵，雖然我不在這裡作畫，而是拿著一支掃帚清掃林園，卻讓中台園區更加美麗如畫。

用完藥石，清洗完寮區架房，完成所有任務時，已經是晚上九點了，好充實的一整天！在護七這八天中，過著只為大眾，不為自己的生活，每天與不同的義工菩薩合作，完成一項又一項的坡務，師兄弟齊心合作的感覺真好，真是好特別的八天。

雖然在第八天，自己的體力已經到達了極限，但為了不增加其他義工的負擔，也不讓師父們擔心，努力硬撐下來了，終於圓滿了八天的護七。這次護七，看到所有幕後的師父及義工，全心全意用心地護持禪七，也深深感受到開山祖師惟覺安公老和尚及住持和尚護念眾生的慈悲。

解七後，搭上遊覽車騎牛歸家，打七的師兄們在車上分享禪七心得，我一邊聽，心裡一邊讚歎，同時也感到非常驚訝，因為他們「坐」了八天，我也「做」了八天，經歷了完全不一樣的人事物，但心路歷程的變化，卻十分雷同。

這次的護七之行，讓我深深感受到中台之美！原來，中台之美，美在處處都用心，美在點點滴滴的小細節裡，美在中台是一個具足敬慈和真的人間淨土。





普 · 台 · 教 · 育

敬師釋奠 全人教育饗宴

文／編輯部

一百零七年九月二十九日，普台聯合敬師釋奠典禮於普台國小體育館隆重舉行，慶讚至聖先師孔子二五六八年誕辰，近二千五百位師生、家長共同參與，同時透過國小臉書（Facebook），放送結合品德、國學、才藝的全人教育饗宴，以及尊師重道、勤學樂學的優質校風。

尊師釋奠 虔恭有禮

「釋奠典禮開始！」在通贊的宣達聲中，晉鼓三嚴，陣陣鏞鐘雄渾應和，與會大眾無不屏氣凝神。手執麾、節，穿著綠袍的麾生、節生從四方分別引導紅袍樂生、黃袍佾生，依循應鼓「五步一頓」節

奏，威儀庠序步上丹墀兩側。

禮生引領糾儀者就位後，依序引導陪獻者：高中林校長、洪副校長、國小林副校長、國小前任劉校長、陳校長及二校家長會長，與正獻者：國小王校長，於丹墀東西單序列。此時，正式「啓扉」，全體向萬世師表孔子行三鞠躬禮。

在樂長的拍板與「樂奏咸和之曲」呼聲中，五十餘位樂生合奏中正雅樂，禮生端奉狀元餅、狀元糖進饌；正獻者、陪獻者於「樂奏寧和之曲」時，虔誠上香，丹墀上六十四位佾生「冠華秉翟，列舞八佾」，恭謹呈獻八佾舞，向至聖先師致上最敬禮；正獻者王校長於孔子像前至誠進



1



2

奉「初獻禮」。

隨後，高二松儒同學以沉穩古調，諷詠至聖先師德參天地，道貫古今，祈願光景常新之祝文；繼以莊重的「亞獻禮」、「終獻禮」；正獻者代表大眾飲福受飴竟；樂長再度拍板呼：「樂奏咸和之曲」，禮生虔敬撤饌、闔扉，樂生、佾生次第撤班。

典禮尾聲，全體同學向所有老師三鞠躬，齊心說：「謝謝老師！」感恩之聲盈滿校園；接著在四年級同學帶領下，琅琅背誦《論語》篇章與〈禮運大同篇〉，活潑生動的吟唱，與敬師樂學的學風令人感動。

普台董事長見紹法師於圓滿開示提到，古德云：「國將興，必貴師而重傳」，國家興盛從尊重老師開始，透過教育培養人民的專業能力與品格，成就國民的良好素質。近年普台的四語教學、自然科學都有非常好的成績，國小連續七年獲得南投縣科展冠軍，延伸到高中，今年有多位同

學參加台大、清大科學人才培育計畫獲得錄取。普台注重學生的學力，更重視品德養成，藉由釋奠典禮落實校訓四箴行，也表達對老師們的尊重。

1. 普台聯合敬師釋奠典禮中，正獻者國小小王校長與陪獻者至誠進奉花果。
2. 丹墀上六十四位佾生，左手執籥，右手執翟，恭謹呈獻八佾舞九十六式舞儀，向至聖先師致上最敬禮。

三學一體 知書達禮

年度敬師釋奠典禮是普台豐盛的全人學習饗宴，不僅融入祭孔大典禮儀、雅樂、佾舞及歌詩等禮樂教化，更結合了三學一體「中學為體、佛法為根、世學為用」的辦學特色，藉由禪修定心、品格涵養、國學文化與多元才藝，陶鑄敦品勵學的全方位學子。

靜心課程中，培養「人在哪裡，心在哪裡」的專注力，展現於佾生的動靜有節，如律如儀；樂生整齊合一的音律演奏；禮生進退合度的詳和莊嚴。而以校訓「敬慈和真」為主軸的品德教育，於住宿生活中養成合群團結、寬容尊重的胸襟。

子曰：「與善人居，如入芝蘭之室，久而不





1. 四年級同學帶領所有學子，背誦《論語》篇章及〈禮運大同篇〉。
2. 全體學生向丹墀上的普台教師們，行三鞠躬禮。
3. 釋奠典禮禮成，兩校校長發送智慧筆。
4. 教師節當天，王校長於鐸樓振鐸發願。

聞其香，即與之化矣。」校園中深具特色的二十四賢哲像，以及包含大成殿、明倫堂、禮樂器室的「國學情境區」，學子們從國小階段，就在堯、舜、禹、湯、孔子及其七十二弟子等賢哲的生平事蹟中薰陶、見賢思齊，與聖賢一起成長；而課後適性多元的學習，從音樂、體育到語文課程，陶冶活力健康的全方位優質學子。

除了堂上的佾生與禮、樂生，台下學子也同步薰修國學、居止威儀及品德定力，穿梭於典禮會場，引導來賓、家長的高年級同學，由住宿處顧問一一指導進退、引導禮儀；連甫入學不及一個月的小一新生，在長達一小時的典禮中都能專注攝心，大聲背誦《論語》、〈禮運大同篇〉，令人刮目相看。誠如開學典禮中，王校長對同學的勉勵：「成功就是簡單的事重複做！」

尊師重道、敬上慈下的校風，吹拂在校園每個角落。教師節，王校長帶領教師群振鐸發願，落實「敬慈和真」校訓精神；高三昭睿同學不僅親遞卡片，感謝老師們的付出，更發願「端正自己的品德，發揚校訓四箴行」；學子們自動自發為師長服

務；廊道間的感恩樹，更掛滿學子的無盡感恩……

智守同學：「謝謝老師的關懷，在我做錯事時和不會時教導我。」晏伶同學：「謝謝老師總是在我遇到挫折時指導我，老師

您就像一盞明燈，指引著我，讓我走到光明處，也讓我不再垂頭喪氣。」

《弟子規》：「能親仁，無限好。德日進，過日少。」普台教育團隊以「傳道、授業、解惑」的教學熱忱，如時雨春風潤澤學子心田，栽培多才多藝、敬師勤學與樂觀合群的未來主人翁，更期盼學子們將所學利益國家、社會，以普台心光，光耀世界。

榮譽榜

★普台高中多位同學錄取台灣大學物理科學人才培育計畫！

正取：錦樑、瑋彬 備取：品志、均翰、佳瑜

★高中多位同學錄取清華大學暨南大校區高中科學人才培育計畫！

清華大學

化學組 正取：均翰

生命科學組 正取：佳瑜

物理組 備取：承浩

清華大學南大校區

數學科 正取：孟華

備取：煥祁

★國、高中 52 位同學通過 2018 年 7 月第一回日本語能力試驗！

N1：昭銘、慕梅等 2 位。

N2：昭瑞、守正、瑞祥、澄瑩、錦樑、河晏、思賢等 7 位。

N3：又睿、藜蕙、正光、遠誌、昌諺、柏凱、松佑、勝寬、陳謙、嘉宸、悟德等 11 位。

N4：巧素、亞諄、宸華、詩嘉、彥諄、修維、嘉智、皓鈞等 8 位。

N5：博鈞、于豪、友鈞、韋喬、駿和、藝鐘、藝馨、凡郡、珊羽、庭瑄、人憲、宗勳、宸宣、湘耘、家毓、彤祿、庭宏、麟云、沁凌、宋衫、子詳、筠葉、偉軒、俊融等 24 位。

香酥豆腐佐莎莎醬

普思精舍提供

健康素食



【材料】(三~四人份)

牛番茄	1顆
紅甜椒、黃甜椒	1/4顆
小黃瓜	半條
九層塔	少許
板豆腐	1塊
脆酥粉漿	少許

【調味料】

橄欖油、糖	酌量
黑胡椒粒、鹽	少許
檸檬汁	1小匙
義大利香料	1/2小匙

【步驟】

1. 牛番茄加入鍋汆燙後，去皮切丁；紅甜椒、黃甜椒、小黃瓜切成丁狀；九層塔切末後，將以上食材置於碗中；再將所有調味料拌勻後，淋於上述食材上，均勻攪拌，即是莎莎醬。
2. 板豆腐切塊並裹上脆酥粉漿，熱油鍋至180度，將豆腐塊炸成金黃色，撈起，將油瀝乾。
3. 將炸豆腐置於盤中，淋上調好的莎莎醬，即可食用。



普田精舍二十週年慶暨梁皇寶懺

消災祈福超薦大法會

文／普田精舍提供

普田精舍欣逢成立二十週年，在護法居士的祈請下，於一百零七年九月二十九日至十月六日，啓建「普田精舍二十週年慶暨梁皇寶懺消災祈福超薦大法會」。啓建次日，恭請中台禪寺常務副住持見尊法師親臨主法、開示法要並切糕祝願，逾千位嘉賓蒞會，歡喜慶讚。

法會中，見尊法師開示大眾，民國八十七年，普田精舍成立時，恰恰是中台禪寺開山的時候，大眾跟隨老和尚開山，雖然是困難艱辛，但做到了，功德也就愈加殊勝。假使一切都享受現成，相信絕對沒有中台禪寺現在的氣勢規模。在精舍也是如此，普田精舍成立到今天二十週年，就是大家的發心、精進與堅持，不斷地排除種種困難跟障礙，帶動親友來聽經聞法，所以精舍才有

今天的盛況。最後，更以老和尚開山的菩薩願行，勉勵大眾學習菩薩發心，廣結佛緣、法緣、歡喜緣、善緣，當這念心清楚明白能夠作主，不打妄想，轉識成智，因緣和合時，一切功德自然水到渠成。

爲期八日殊勝的梁皇法筵，四眾虔誠禮懺。圓滿日，住持法師特別頒發精進全勤獎，期許大眾在知恩、感恩之餘，進一步發起菩薩願心報師恩，以師志爲己志，頂戴奉行開山祖師弘法度眾的願行，帶動禪修班招生，將中台心法廣傳雲林地區，普潤有情，建設清淨光明的人間樂土。

法會心得

護法會會長／傳範

感恩師父，感恩所有護法居士及參與此次法會的信眾，藉此二十週年啓建梁皇寶懺大法會的殊勝

因緣，淨化自心，業消福至。傳範將秉持感恩心及長遠心，護法護教，也發願把修行學佛的好處與大眾分享，帶動更多人到精舍聽經聞法，改造命運，創造美好人生。

督導／傳器

法會中，常務副住持開示：「普田精舍自八十七年成立，到今天剛好二十週年，看到你們還在這裡……」感恩副住持對大家的肯定，也想起開山祖師的教誨：「發心是幫自己的忙！」確實如此，大家忙得開心，法喜充滿。

總指揮／傳山

在師父們慈悲指導之下，法會從籌備、布場到恢復場地，皆以清淨心、和合心面對，一切境界自然迎刃而解，師兄弟們無私地分工合作，圓滿達成坡務。感恩開山祖師創建道場，雲林地區的民衆才能聽聞殊勝的心法。

副總幹事／傳西

初執法器，難免忐忑不安，轉念直下承當後，心念專注於當下，清淨的法喜現前，猶如靜中的一支好香，果真法法歸宗。

書記組組長／傳賢

書記組在不到一個月的時間，戰戰兢兢、專注於牌位的核對、書寫、張貼等坡務，每一環節都用心地完成。希望普田精舍在未來無數個二十年，繼續於大眾的心地，普植中台禪法。

照客組組長／傳飛

此次的千人法會，從中體會到法無定法，唯有

隨順因緣，方能臨危不亂，更體會到團結的重要性。這是普田精舍成立二十年來，人數最多的法會，在各組同心協力、不分彼此的合作下功德圓滿。

交通組組長／傳玄

師父事前規劃周延，使大眾賓至如歸，即是「中台四箴行」對事以真的最佳示現，大眾和合一心，圓滿此次殊勝大法會。

環保組組長／傳則

超過千人參加法會，架房使用頻率是平常法會的好幾倍，但一心只想讓大眾有乾淨的架房使用，盡力掃除塵垢，一天就結了千人的善緣，組員們個個都法喜充滿。

香積組組長／傳修

自法會籌備至圓滿，師父教導我們事忙心不忙，注意每個起心動念，學習勞己之力，護念大眾。讚歎所有義工菩薩們護法護教，祈願大眾發長遠心，護持中台永不退轉。

音響組副組長／傳任

在音響組發心，培養耐心，磨鍊自己更細心。調整音響，對自己而言，是沒有自己的聲音，因為有自己的聲音，就無法平靜地聽見別人的聲音。

司儀組／傳德

透過法會，在動中磨鍊，隨時提醒自己：以正念轉化煩惱，在菩提路上，繼續精進用功！

1. 2. 與會大眾專注聆聽常務副住持慈悲開示法要。
3. 住持法師帶領大眾精進禮懺共修。
4. 護法義工和合一心，圓滿法會坡務。





一百零七年普和精舍五週年慶啓建梁皇寶懺

消災祈福超薦大法會

文／普和精舍提供

苗栗普和精舍欣逢落成五週年，秉持佛法慈悲濟世精神，及緬懷開山祖師惟覺安公老和尚之法乳深恩，於一百零七年十月六日至十三日啓建「梁皇寶懺消災祈福超薦大法會」。啓建日，恭請中台禪寺副住持見濤法師蒞臨主法、切糕祝願及開示法要，四百位護法善信踴躍歡喜，共襄盛會。

啓建日上午，大眾於清淨的本師聖號中，虔誠恭迎主法法師慈悲入壇主法。法會中，主法法師開示大眾：學佛的目的在於離苦得樂，創造圓滿如意的人生，而改變命運的關鍵，就是要從因上努力，廣積福慧資糧，時時提起正念，覺察、覺照，清淨自己的身口意三業，進而契悟本心，才能感召光明如意的人生。最後，更期勉大眾以知恩、感恩、報恩之心，廣修菩薩行，邀請親友參

加禪修，聽聞正法，建立正知正見，淨化社會人心。

法會圓滿日，舉行護法會頒證並頒發梁皇法會全勤獎，住持法師殷殷期許大眾發菩提心，永不退轉。歷經四個多月籌備的殊勝法會，在住持法師與大眾法師的指導下，全體護法會總動員，秉持中台四箴行的精神，承擔執事、禮懺共修；以此嚴淨功德，回向法界有情，災障蠲除，世界和平，國泰民安，更發願積極推廣禪修，接引苗栗地區居民聽聞正法、護持道場、深化修行，共證菩提。

法會心得

護法會會長／傳治

此次法會在住持法師及大眾法師的帶領下，從籌備到圓滿，全體學員皆發大願心，全力以赴，法

會圓滿殊勝，見證佛法的不可思議。感恩法師們度眾的悲心，內心法喜充滿，也更堅定護持道場永不退轉的信念。

總幹事／傳熙

每場法會就像一堂成佛的訓練課程！法會期間，各組義工白天上班，晚上到精舍發心，彼此配合，順利圓滿法會，更祈願普和精舍法務興隆！

執行祕書／傳殊

為了成就此次法會，各組以最清淨、歡喜的心，展現自利利他菩薩行。自己白天在精舍整理供品，晚上與大眾一起禮佛、拜懺，心中無限法喜感恩，發願生生世世護持中台、護持佛法，以柔軟謙卑的心，與大眾結善緣、結法緣。

照客組組長／傳印

從法會籌備至圓滿，大眾都力求盡善盡美，從中體會到只有起心動念以利他為先，言行舉止做到中台四箴行，方能稱為圓滿殊勝。

美工布置組組長／傳德

美工布置組前後費時三個月，在發心過程當中，時間、體力、資源都是考驗，但最大的考驗莫過於自己的習氣。瞋心起時，愈急躁事情愈做不好，所以要時時保持覺性，以平常心對待，任何事均能迎刃而解。

機動組組長／傳焱

本次梁皇寶懺法會跟隨師父的指導，把心安住在當下，與師兄們一起努力護持。希望大眾皆發大

願心，讓中台之光照亮無邊眾生。

照客組副組長／傳佩

師父帶領義工菩薩們群策群力，共同圓滿法會，讓我感動萬分，也更加惜福，感恩能夠參與法會執事及拜懺，既能修福修慧又能懺悔業障，願盡一己棉薄之力，令與會大眾皆能法喜充滿。

音響攝影組幹事／傳筠

法會啓建日，音響主機出了狀況，但是在師兄們努力之下，以最快的時間修復，從中體會到在發心的當下，遇到逆境時，要靠自己努力，時時返照，調整心念，重新出發。

心燈組幹事／傳拓

法會籌備過程雖然很辛苦，但在各組執事分工合作下，所有發心菩薩們不斷地自我提升，共同成就殊勝圓滿的功德，人人法喜充滿；也深深體會到菩薩行就是在利他、自利中成就。

美工布置組幹事／法寶

每天下了班就直接到精舍，完成當天的美工進度，加上師父的指導、師兄們的發心，讓此次法會更加莊嚴。希望普和精舍法務興隆，大家持續行菩薩行，發菩提心，永不退轉！

1. 法會啓建日，主法法師慈悲開示法要。
2. 功德午宴，小菩薩以精彩表演供養大眾。
3. 住持法師帶領大眾精進禮懺。
4. 香積菩薩以清淨香齋助轉法輪。



12

月

精舍課程及活動快訊

【禪修班開課】

- 美國法寶寺
 - 12/2 兒童禪修班
- 澳洲寶林禪寺
 - 12/8 兒童禪修班
 - 12/9 青少年禪修班
- 日本普東禪寺
 - 12/9 兒童禪修班
- 香港普廣精舍
 - 11/15 日、夜間初級禪修班
 - 11/19 各級禪修班
 - 及兒童班陸續開課
- 普光精舍
 - 11/21 日、夜間初級禪修班
- 普照精舍
 - 11/15 日、夜間初級禪修班
 - 11/16 日、夜間研經二禪修班
- 普覺精舍
 - 11/17 菩提子親子禪修班
 - 11/19 台語長青班
- 普圓精舍
 - 12/17 研經二禪修班
 - 12/18 日間高級禪修班
 - 12/18 夜間中級禪修班
 - 12/19 日間中級禪修班
 - 12/19 夜間高級禪修班
 - 12/20 日、夜間初級禪修班
 - 12/21 日、夜間研經一禪修班
 - 12/24 台語念佛班
- 普印精舍
 - 12/25 日、夜間高級禪修班
 - 12/26 日、夜間中級禪修班
 - 12/27 日、夜間研經一禪修班
- 萬里靈泉寺
 - 12/23 初級、研經禪修班
 - 12/29 中級、高級禪修班
- 普德精舍
 - 11/19 夜間研經一禪修班
 - 11/20 日間研經一禪修班
 - 11/20 夜間高級禪修班
 - 11/21 日間高級禪修班
 - 11/21 夜間研經二禪修班
 - 11/22 日間中級禪修班
 - 11/22 夜間初級禪修班
 - 11/23 日間初級禪修班
 - 11/23 夜間中級禪修班
 - 11/24 親子禪修班
- 普真精舍
 - 11/15 日間初級禪修班
 - 11/15 夜間中級禪修班
 - 11/15 夜間兒童禪修C班
 - 11/16 日間中級禪修班
 - 11/16 夜間初級禪修班
 - 11/16 夜間兒童禪修D班
- 普民精舍
 - 12/2、12/16、12/30 菩提青少年禪修班
 - 12/8、12/29 小太陽親子禪修班
- 普恩精舍
 - 11/15 日、夜間中級禪修班
 - 11/16 日、夜間高級禪修班
 - 11/17 兒童禪修班
- 普禮精舍
 - 11/18 大專青年班

- 11/27 日、夜間研經一禪修班
- 11/29 日、夜間高級禪修班
- 11/30 日、夜間中級禪修班
- 12/1 兒童禪修班
- 12/16 大專青年班
- 12/26 日、夜間初級禪修班

【法會活動】

- 美國太谷精舍
 - 12/28 ~ 12/30 精進三日禪修
- 美國佛門寺
 - 12/23 ~ 108/1/1 三昧水懺暨新春祈福法會
- 美國佛心寺
 - 12/2、12/9、12/16 三昧水懺共修
 - 12/30 新年金剛經祈福法會
- 美國佛寶寺
 - 12/30 元旦新年法會
- 美國法寶寺
 - 12/1 ~ 12/16 每週六、日法寶一支香
 - 12/29 ~ 12/30 慈悲三昧水懺法會
- 澳洲寶林禪寺
 - 12/2 精進半日禪修
 - 12/2 恭誦在家菩薩戒
 - 12/29 ~ 12/31 精進三日禪修
- 日本普東禪寺
 - 12/1、12/8、12/15 金剛經共修法會
- 菲律賓海天禪寺
 - 12/7、12/21 佛前大供
- 香港普廣精舍
 - 12/2、12/9、12/16、12/30 三昧水懺共修
 - 12/23 精進半日禪修
- 泰國泰佛寺
 - 11/30 ~ 12/28 每週五藥師普佛共修法會
- 義大利華義寺
 - 12/7、12/21 佛前大供
 - 12/31 禪修班學員年未團爐
- 基隆佛教蓮社
 - 12/1 八十八佛洪名寶懺法會
- 普光精舍
 - 12/16 精進半日禪修
- 普照精舍
 - 12/9、12/23 精進半日禪修
- 普覺精舍
 - 11/25 觀世音菩薩普門品法會
 - 12/1 恭誦在家菩薩戒
 - 12/2、12/9、12/16 精進一日禪修
- 普得精舍
 - 11/25、12/23 精進半日禪修
- 普印精舍
 - 12/2 禪風體驗
 - 12/8、12/15、12/18、12/20 三昧水懺共修
 - 12/16 精進半日禪修
 - 12/23 三昧水懺共修圓滿法會
 - 12/29 八十八佛共修

- 萬里靈泉寺
 - 11/25、12/16 恭誦在家菩薩戒
- 普皇精舍
 - 12/23 大悲懺法會
- 普因精舍
 - 12/1、12/2 精進半日禪修
 - 12/1、12/22、12/29 八十八佛共修
- 普濟精舍
 - 12/1、12/8、12/15、12/22、12/29 大悲懺暨普門品共修
- 普正精舍
 - 11/25、12/2 精進半日禪修
 - 12/23 八十八佛洪名寶懺護法會聯誼歲末團爐
- 普雨精舍
 - 12/9、12/16 精進半日禪修
 - 12/23 金剛般若寶懺法會
- 普新精舍
 - 12/1 楞嚴經共修圓滿法會
 - 12/2 恭誦在家菩薩戒
- 普善精舍
 - 12/1 ~ 12/15 每週六慈悲藥師寶懺共修
 - 12/1 初級禪修班學員中台世界佛國巡禮
 - 12/3 恭誦在家菩薩戒
 - 12/7、12/21 佛前大供
 - 12/23 藥師普佛消災祈福超薦法會
- 普燈精舍
 - 11/25 ~ 108/2/23 每週六梁皇寶懺共修
 - 12/9 精進半日禪修
- 普學禪寺
 - 12/15、12/29 普門品 / 八十八佛共修
 - 12/23 精進半日禪修
- 普頓精舍
 - 12/2 一支香
 - 12/14 恭誦在家菩薩戒
- 普中精舍
 - 11/25、12/16 精進半日禪修
 - 11/26、12/10 恭誦在家菩薩戒
 - 12/1、12/8、12/15、12/22 八十八佛暨金剛經共修
 - 12/22、12/23 梁皇寶懺法會
- 普平精舍
 - 12/1、12/8、12/15、12/22、12/29 金剛經暨禮千佛共修
 - 12/7、12/21 佛前大供
 - 12/15 一支香
 - 12/23 恭誦在家菩薩戒 / 講戒
- 普耕精舍
 - 12/1 ~ 12/29 每週六金剛經暨禮千佛共修
 - 12/8、12/9、12/15、12/16 一支香
 - 12/23 金剛寶懺暨全年光明燈總回向法會
- 普親精舍
 - 12/7 恭誦在家菩薩戒
 - 12/23 大悲懺法會

- 普慈精舍
 - 11/25 精進一日禪修
 - 12/22 ~ 12/23 三昧水懺法會暨歲末團爐
- 普雲精舍
 - 11/30、12/7、12/14、12/21 大悲懺共修
 - 12/23 大悲懺法會
 - 12/28 金剛經共修
- 興山寺
 - 9/29 ~ 108/1/27 每週六慈悲三昧水懺共修
 - 12/1 各級禪修班聯合結業典禮
- 普民精舍
 - 11/25 金剛寶懺法會
 - 12/2 初級禪修班中台巡禮
 - 12/2 恭誦在家菩薩戒
 - 12/23 精進一日禪修
- 普安精舍
 - 12/1、12/8、12/15、12/29 金剛寶懺共修法會
 - 12/22 護法會歲末聯誼
 - 12/23 精進半日禪修
- 普梵精舍
 - 12/1 法華經暨孝親報恩共修法會
 - 12/2 精進半日禪修
 - 12/22 ~ 12/23 慈悲三昧水懺法會
- 普開精舍
 - 12/15 恭誦在家菩薩戒
- 普豐精舍
 - 12/2 精進半日禪修
 - 12/11 ~ 12/14 精進禮懺週
 - 12/15 金剛經共修法會
 - 12/17 恭誦在家菩薩戒
 - 12/21 佛前大供
 - 12/23 大悲懺報恩法會
- 普恩精舍
 - 10/13 ~ 108/3/16 每週六華嚴經共修法會
 - 12/2 中台一支香
- 普方精舍
 - 12/23 大悲懺法會
- 普彰精舍
 - 11/25、12/16 中台一支香
 - 12/1 楞嚴經共修法會
 - 12/7 孝親報恩暨佛前大供法會
 - 12/16 恭誦在家菩薩戒
- 普林精舍
 - 11/25、12/16 中台一日精進禪修
 - 12/1 金剛寶懺暨孝親報恩法會
 - 12/7、12/21 佛前大供暨消災祈福法會
 - 12/29 金剛經圓滿總回向法會
- 普嘉精舍
 - 9/15 ~ 108/1/19 每週六金剛寶懺共修
 - 11/25 精進半日禪修
 - 12/7、12/21 佛前大供

- 12/23 歲末聯誼點燈祈福活動
- 12/26 新班禪修體驗
- 普佛精舍
 - 12/10 ~ 12/23 金剛般若寶懺法會
- 普思精舍
 - 11/25、12/23 精進半日禪修
- 普南精舍
 - 11/25、12/23 恭誦在家菩薩戒
 - 12/1、12/8、12/15、12/22 大悲懺共修
 - 12/30 大悲懺法會
- 普門精舍
 - 12/22 各級禪修班歲末聯誼晚會
- 普高精舍
 - 11/25、12/2、12/16、12/23 一支香
 - 11/30、12/14、12/21、12/28 地藏經共修
 - 12/2 恭誦在家菩薩戒
- 普同精舍
 - 12/22 恭誦在家菩薩戒
- 普慶精舍
 - 11/25、12/2、12/9、12/16、12/30 一支香
 - 12/1 恭誦在家菩薩戒
 - 12/1、12/8、12/15 法華會上禮千佛法會
 - 12/23 法華會上禮千佛法會圓滿
 - 12/29 八十八佛共修
- 普信精舍
 - 11/25 精進半日禪修
 - 12/3、12/17 恭誦在家菩薩戒
 - 12/7、12/21 佛前大供
- 普上精舍
 - 11/25、12/9 精進半日禪修
 - 12/22 ~ 12/29 二十週年慶暨建梁皇寶懺大法會
- 普禮精舍
 - 10/20 ~ 12/22 每週六金剛經暨八十八佛共修
 - 12/1 恭誦在家菩薩戒
 - 12/3 ~ 12/14 每週一至週五梁皇寶懺共修
 - 12/19 初級禪修班招生茶會
- 普宜精舍
 - 9/1 ~ 12/29 每週六法華經精進共修
 - 11/25、12/23 恭誦在家菩薩戒
 - 12/1 孝親報恩法會
 - 12/3 八十八佛洪名寶懺法會
- 普蓮寺
 - 9/8 ~ 12/23 每週六金剛經共修
 - 12/23 大悲懺法會
- 普台精舍
 - 12/3 ~ 12/17 三昧水懺共修
 - 12/23 精進半日禪修

中台世界博物館

千古文物無言說法，啓迪人心，是佛法傳承的歷史見證，更是淨化心靈的妙方。中台禪寺致力於佛法藝術化的推動，積極籌建中台世界博物館，匯聚佛教造像與華夏碑拓等歷史文物，發揚佛教與中華文化，引領見聞者發起正信，入佛法界；實現淨化人心，安定社會的利生本懷。殷望十方善信捐金輸誠，成就以佛法藝術世之瞻景。

捐資興館・功德無量

中台世界博物館
戶名 / 財團法人中台山佛教基金會
郵政劃撥帳號 / 22122941

98-04-43-04 郵政劃撥					
收款帳號 2 2 1 2 2 9 4 1					
儲金 金額 新台幣(小寫)					
存款 仟萬 佰萬 拾萬 仟 佰 拾 元					
單					
收單號碼					
通訊欄 (限與本次存款有關事項)					
財團法人中台山佛教基金會					
寄款人					
姓名					
通 訊 處					
電話					
經辦局收款戳					
郵政劃撥儲金存款收據					
◎寄款人請注意背面說明 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫					
收款帳號戶名					
存款金額					
電腦紀錄					
經辦局收據戳					

虛線內備供機器印錄用請勿填寫



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	普宏精舍	新竹市光華東街 31 號 2 樓	TEL (03) 543-0977 FAX (03) 542-2421
萬里靈泉寺	新北市萬里區溪底里瑞泉 2 之 6 號	TEL (02) 2492-1631 FAX (02) 2492-4977	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
天祥寶塔禪寺	新北市萬里區雙興里二坪 6 號之 2	TEL (02) 2492-9114 FAX (02) 2492-9132	興山寺	苗栗縣後龍鎮大山里 5 鄰 73 之 6 號	TEL (037) 433-979 FAX (037) 431-066
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	普雲精舍	苗栗縣苗栗市為民街 405 號	TEL (037) 270-058 FAX (037) 273-260
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	普和精舍	苗栗縣苗栗市中山路 608 號	TEL (037) 375-975 FAX (037) 372-403
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	普安精舍	台中市西區南屯路一段 216 號	TEL (04) 2378-2175 FAX (04) 2375-4230
普覺精舍	台北市南港區南港路三段 270 號 5 樓	TEL (02) 2785-1243 FAX (02) 2651-1535	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	普開精舍	台中市大里區德芳南路 478 號	TEL (04) 2482-1321 FAX (04) 2482-1331
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	普豐精舍	台中市豐原區圓環東路 675 號	TEL (04) 2520-7908 FAX (04) 2520-7925
普圓精舍	台北市中山區民族西路 2 之 3 號	TEL (02) 2599-4966 FAX (02) 2599-4955	普思精舍	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	普方精舍	南投縣南投市文昌街 50 號	TEL (049) 2200-250 FAX (049) 2244-192
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
普印精舍	台北市北投區大業路 152 號	TEL (02) 2891-9757 FAX (02) 2892-1476	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	彰化縣員林市和平東街一段 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	嘉義市西區中興路 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	普思精舍	台南市中西區府前路二段 237 巷 26 號	TEL (06) 297-7666 FAX (06) 297-9570
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	桃園市中壢區中央西路二段 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 1 樓	TEL (07) 533-5258 FAX (07) 533-5988
普平精舍	桃園市龍潭區公園路 58 巷 30 號	TEL (03) 470-5999 FAX (03) 470-5668	普同精舍	高雄市楠梓區德豐街 225 號	TEL (07) 364-5211 FAX (07) 364-0594
普耕精舍	桃園市桃園區經國路 838 號 6 樓	TEL (03) 358-2240 FAX (03) 358-2239	普慶精舍	高雄市鳳山區新生街 2 號	TEL (07) 745-9958 FAX (07) 745-8858
普親精舍	新竹市學府路 445 號	TEL (03) 575-0777 FAX (03) 575-0650	普信精舍	高雄市三民區灣復街 15 號	TEL (07) 387-2162 FAX (07) 387-2379

【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

普上精舍	高雄市小港區民益路60號	TEL (07) 801-9918 FAX (07) 801-9917
普檀精舍	高雄市鼓山區中華一路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
妙光禪寺	屏東縣潮州鎮八爺里曲振路11-2號	TEL (08) 789-9598 FAX (08) 789-5553
普宜精舍	宜蘭縣宜蘭市農權路三段148號	TEL (03) 933-4423 FAX (03) 933-4150
普蓮寺	花蓮縣花蓮市明智街150號	TEL (03) 835-0886 FAX (03) 832-4986
瑞光禪寺	花蓮縣瑞穗鄉溫泉路三段149號	TEL (03) 887-6642 FAX (03) 887-5442
普台精舍	台東縣台東市更生路1027號	TEL (089) 221-488 FAX (089) 221-499
天池精舍	台東縣池上鄉福原村新興路2號	TEL (089) 864-649 FAX (089) 864-740
美國太谷精舍 Chung Tai Zen Center of Sunnyvale	750 E. Arques Ave., Sunnyvale, CA 94085, USA	TEL (1) 408-733-0750 FAX (1) 408-733-0751
美國佛門寺 Buddha Gate Monastery	3254 Gloria Terrace, Lafayette, CA 94549, USA	TEL (1) 925-934-2411 FAX (1) 925-934-2911
美國中洲禪寺 Middle Land Chan Monastery	1173 San Bernardino Ave., Pomona, CA 91767, USA	TEL (1) 909-625-0187 FAX (1) 909-625-0189
美國佛心寺 Buddha Mind Monastery	5800 S. Anderson Rd., OKC, OK 73150, USA	TEL (1) 405-869-0501 FAX (1) 405-869-0503
美國普德精舍 Chung Tu Zen Center of Houston	12129 Bellaire Blvd., Houston, TX 77072, USA	TEL (1) 281-568-1568 FAX (1) 281-568-1569
美國德州寶塔禪寺 Texas Pagoda Chan Monastery	425 Blackberry Ln., Shepherd, TX 77371, USA	TEL (1) 936-365-2451 FAX (1) 936-365-2452
美國佛寶寺 Buddha Jewel Monastery	17418 8th Ave. NE, Shoreline, WA 98155, USA	TEL (1) 206-721-9921
美國法寶寺 Dharma Jewel Monastery	2550 Henderson Mill Rd., NE, Atlanta, GA 30345, USA	TEL (1) 770-939-5008 FAX (1) 770-939-5006
澳洲寶林禪寺 Bao Lin Chan Monastery	94A High St., Glen Iris, Vic 3146, Australia	TEL (61) 3-9813-8922 FAX (61) 3-9813-8966
日本普東禪寺 Pu Dong Chan Monastery	日本國大阪府門真市新橋町 22-2 22-2 Shinbashi-cho, Kadoma City, Osaka 571-0048, Japan	TEL (81) 6-6902-2400 FAX (81) 6-6902-2404
菲律賓海天禪寺 Ocean Sky Chan Monastery	716 Jose Abad Santos St., Little Baguio, San Juan, Metro Manila, Philippines	TEL (63) 2-723-6132 FAX (63) 2-722-4400
香港普廣精舍 Pu Guang Meditation Center	香港灣仔謝斐道 319-323 號帝城大廈地下 G/F., Kingstown Mansion, 319-323 Jaffe Rd., Wanchai, Hong Kong	TEL (852) 2915-6011 FAX (852) 2915-6700
泰國泰佛寺 Great Buddha Monastery	91 Soi Praram 9 Hospital, Rama 9 Rd., Huai Khwang, Bangkok 10320, Thailand	TEL (66) 2641-4119 FAX (66) 2641-4105
義大利華義寺 Hua Yi Si (Monastery Hua Yi)	Via dell'Omo N. 142, 00155 Roma, Italia	TEL (39) 6-22428876 FAX (39) 6-22771028

歡迎報名加入

各精舍初級禪修班

在禪修課程中，聽經聞法、增長智慧，
依正知見為燈塔，航向心靈的故鄉；藉
由禪修，定心、淨心、明心，點亮自性
的明燈，照亮光明的未來。

近期開課

普宏精舍	11/7
普方精舍	11/7
普佛精舍	11/7
普正精舍	11/8
普平精舍	11/13
普竺精舍	11/13
普恩精舍	11/14
香港普廣精舍	11/15
普照精舍	11/15
普真精舍	11/15
普光精舍	11/21
普燈精舍	11/22
普圓精舍	12/20
普糧精舍	12/26



甘露法語

Sweet Dew of the Dharma

經云：「佛法在世間，不離世間覺」，佛法就在日常生活上，面對任何境界都要作主，時時刻刻覺察、覺照、覺悟。

The sutra says, "The Buddha Dharma is here in this world. Enlightenment is not attained apart from this world." Practicing Buddhism empowers us to deal with any circumstance through observation and mindfulness, leading to enlightenment.

—— 惟覺安公老和尚法語
Words of Wisdom from Grand Master Wei Chueh





荷塘碧葉綠，紅綻芳華香。
出水脫俗誰堪比，拳拳舒展自天真；
朵朵心蓮隨緣開，縷縷清風送芬芳。



【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

睡蓮

學名：*Nymphaea tetragona*

英文名稱：Water Lily

別稱：子午蓮、水芹花、瑞蓮、水洋花或小蓮花

性狀：睡蓮科，多年生水生草本植物

辨認特徵：

1. 地下莖成塊狀，花莖、葉梗由地下莖抽出。
2. 葉片圓形，全緣或鋸齒緣，葉有深裂縫；大部分為浮水葉，葉面水滴不會形成水珠。

3. 花略出水面，為兩性花，花瓣7～40片，長橢圓形；雌蕊花托無蓮蓬狀構造，花色繁多，有日開種和夜開種，素有「水中皇后」的雅稱。

4. 花謝後花梗沉入水裡，果實種子在水裡發育，圓形海綿質漿果，但成果率不高；成熟為黑色，在水中開裂。

原產地：亞洲、南美洲、非洲等熱帶、亞熱帶地區

用途：切花花材、園藝植栽、藥用
位置：蓮花池畔