

艮
卯

龍山寺

季刊 第45期

Bangka Lungshan Temple
2019年07月出刊

本期專題
平安的
符號

香火袋

佛學專欄

認識觀世音菩薩 (三) —— 耳根圓通

籤詩故事

孫策以璽借袁兵

廟宇巡禮

搭捷運去旅行 西門町站朝聖去



編輯手札

信仰的力量

記憶中的香火袋，總是離不開濃濃的親情，可能是出遠門時，媽媽特地到廟裡向神明求來的，也可能是考到駕照後，爸爸幫忙繫在車上的，那是父母的牽掛，因為不能時時刻刻陪伴在身邊，於是將這份深深的關懷之情，寄託在香火袋上，請神明保佑出門在外的孩子們平安順利。

過去，我們的祖先自唐山渡海來臺，不見得會帶神像過來，因為神像隨身攜帶不方便，於是便從故鄉祭祀的廟裡將香火帶來，在臺灣繼續祭拜，香火袋成了異鄉遊子祈祀神明的重要媒介。即便到了現代，臺灣人使用香火袋作為護身符還是相當普遍的，不少人身上都隨身攜帶著。小小的香火袋，為什麼會成為民眾的護身符，因為它繼承了早期移民的信仰文化，傳承了歷史，也見證了先民落葉生根的開拓發展。

早期臺灣的香火袋是以紅布材質製成，現今幾乎都是文創商品，神明信仰在創意的詮釋下，有了不同的設計風格，為香火袋注入新的風貌，與新世代的年輕人接軌，讓更多人看見它的價值。

事實上，現今在臺灣中南部，仍有不少廟宇維持手工製紅布香火袋，其中以北港朝天宮的阿嬤軍團最具特色，實際跑了一趟雲林，跟著阿嬤們一起手做香火袋，赫然發現，這看似簡單的小紅布袋子，過程其實還挺繁瑣的，而阿嬤們的堅持與熱情，不僅讓傳統文化得以延續，也讓信仰多了一份濃濃的人情味。

宗教信仰的力量有多重要，從小小的香火袋就能看出端倪，千萬別小看這股力量，當人生面臨危機時，這一股看不見的力量，常常是穩定人們內心的重要因素。

(鄭淑娟)



中華民國 97 年 07 月 創刊
100 年 01 月 改版
106 年 03 月 改版
108 年 07 月 20 日出刊

發行人／黃書瑋
總編輯／黃書瑋
副總編輯／徐慶齡
責任編輯／鄭淑娟、江懿文
發行所／財團法人台北市艋舺龍山寺
地址：臺北市萬華區廣州街 211 號
電話：02-2302-5162
傳真：02-2306-0749
網址：www.lungshan.org.tw
Email：editor@lungshan.org.tw

設計承印／博創印藝文化事業有限公司
地址：新北市中和區中山路三段 110 號 9 樓之 3
電話：02-8221-5966

ISSN：2304-425X
本刊圖文均有著作權，
未經本刊同意不得使用或取材。
中華郵政臺北雜字第 1276 號執照登記為雜誌交寄

封面故事：
平安的符號——香火袋。(設計／林秀欣)

艋舺龍山寺 季刊

Bangka Lungshan Temple

CONTENTS
目錄 CONTENTS

2019 年 07 月 出刊 第 45 期

- 佛學專欄
- 02 認識觀世音菩薩 (三)
——耳根圓通 文／黃書瑋
- 籤詩故事
- 06 孫策以璽借袁兵 文／連健亨
- 龍山寺詩聯文
- 08 後殿次間左右附壁柱柱聯 文／張錦雲
- 匾額故事
- 10 慧眼慈心 文／李漢鵬
- 宗教文化
- 12 安海尋根 五台朝聖 文／心慧
- 快樂銀髮學苑
- 16 睡得好，才健康！
——睡眠的保養之道 文／鄭淑娟
- 透視古建築
- 18 漫談台基和御路 文／徐逸鴻
- 漫畫百喻經
- 24 為熊所齒喻 文／編輯部

本期專題

28 平安的符號

香火袋

文／鄭淑娟

- 32 香火袋之美
——文化、創意、設計的結合 文／鄭淑娟
- 33 百年傳承的阿嬤牌手工香火袋
文／鄭淑娟

十二因緣觀

- 36 略說十二因緣之用 (下) 文／宏覺法師

佛法律

- 40 勿散布「假訊息」傷害社會大眾
文／李永然律師、釋明毓法師

廟宇巡禮

- 44 搭捷運去旅行 西門町站朝聖去
文／江懿文

寺內活動報導

- 48 撤燭台 為了安全 也為了環保
文／江懿文

認識觀世音菩薩 (三)

文／黃書瑋

耳根圓通

最近社會上為了選舉而沸沸揚揚，假新聞、黑函影射，無中生有的言論充斥在我們的生活環境中，尤其人們都喜歡聽一些八卦新聞，於是常常有是非顛倒、蜚短流長的言語出現，或許說者無心，但是聽者有意，相信了就會道聽塗說、加油添醋，又到處傳播，臺灣俗諺說：「寄物會少，寄話則會多」，意思是話從口裡出來前，我們都還可以控制，但是說出口之後，就如野馬脫韁似的，掌握不住了。

清朝的碩果山人《訓蒙增廣改本》：「話到口邊留半句，理從是處讓三分。留得人情千日在，人生何處不相逢」告訴我們平常說話應留些餘地，不恰當的言論就像將火苗帶進森林，星火燎原造成不可收拾的傷害，如此不當的行為則會讓人後悔終生，有時候還會讓自己受到傷害。

況且，醫學界發現在人體的器官中，耳朵比其他器官有更長的時間活在世上，也是人類身體機能最後消失的器官，耳朵聽到的聲音都會存留在我們的意識中，所以平時要聽好音，聞好聲，才能有健康的身體及健全的生活，不聽垃圾言語，保持耳根清淨是非常重要的。

耳根圓通 返聞自性

《楞嚴經》耳根圓通章為觀世音菩薩修行中的一種通過內在音、內在光修禪定的特別修行方法，一般初學者是很難修證的，也因為這個法門是觀世音菩薩所修證得到了圓通，所以又稱觀音法門，為無量法門中最殊勝的法門。

久遠劫前，在楞嚴會上，在廿四位修學者分別提出自身經由修行得到圓通的報告之後，觀世音菩薩也向佛陀及與會大眾說明了自己的修行方法，即經云：「世尊！憶念我昔無數恆河沙劫，於時有佛，出現於世，名觀世音。我於彼佛，發菩提心，彼佛教我，從聞思修，入三摩地。初於聞中，入流亡所。所入既寂，動靜二相了然不生。如是漸增，聞所聞盡；盡聞不住。覺所覺空，空覺極圓，空所空滅。生滅既滅，寂滅現前。忽然超越世出世間，十方圓明獲二殊勝，一者上合十方諸佛本妙覺心，與佛如來同一慈力。二者下合十方一切六道眾生，與諸眾生同一悲仰。」

觀世音菩薩自久遠劫來，在因地修行時，於觀世音如來前發了菩提心，古佛觀世音如來曾經教導他從聞法開始，思惟法



義，然後依法修證，若進一步從觀世音菩薩所修行的耳根圓通的角度來看，觀世音古佛教導的次第如下：

「聞」，是向內不隨耳識起分別，不攀緣外境聲塵，內心只觀能聞的自性；「思」是保持內心處於平靜的狀態，反聞自性，不著空有，持續且專注在修持中；「修」是不斷地維持專注修持這樣的方法，念念不離聞與思。

這樣不斷地「聞」、「思」、「修」，聞指的是聞佛的開示，體悟自己本有佛性，是以因地心，依悟而起思修，而得以證入。思、修是屬於緣因，緣了有功，正因方能

得顯而契入佛的知見。只要功夫純熟，就能明心見性，直入三摩地；於三摩地中，從根處解結，逐漸深入，即可證得「入流亡所」。

「入流」是向內調伏，而「亡所」的「所」就是所聽到的聲塵。入流亡所並不是聞性斷滅而是要以專切反聞，回光返照，唯有心光內注，所有動塵才能消滅，而聞性不滅。一般人聽到聲音，很自然地就會分辨它是什麼意義，如果將聲音先從分別相中跳脫出來，接著不管它的大小、遠近、高低等，只剩下有聲與無聲的差別，最後連聲音的有、無都放下，就是已達「亡所」的境界地。如是內伏耳識的分別相，反聞耳根的自性，內以耳根聞性為觀境，外脫聲塵的迷惑，動靜二相了然不生，就是已經「入流亡所」了。

動靜寂然 八風吹不動

常常都會聽到「八風吹不動」這句話，那麼指的是哪八風呢？記得多年前曾經在萬華區公所王前區長的辦公室中看到一幅書法：「是非長短耳邊風，切莫於中覓異同；欲得八風吹不動，須教心量等虛空。」這首詩偈出自《增集續傳燈錄》隆興黃龍無門慧開禪師的開示，當時對這詩偈印象深刻，原來所謂的八風，其實就是八種境界。

八風指的是「稱、譏、毀、譽、利、衰、苦、樂」，稱是稱讚；譏是譏諷；毀是詆毀；譽是褒揚；利是指得利、利益；衰是指衰敗、不順利；苦就是受到很苦的苦難；樂就是

快樂的事情。一般人沒有定力，就會在生活中隨著這八種境界輪轉，若因修行而有定力的人，就不會被這八種境界所轉動。

北宋大文豪蘇東坡居士常常和佛印禪師參禪談論機鋒，有一天，蘇東坡禪坐時突然靈光乍現，自以為已經達到禪修的最高境界，於是做了一首詩：「稽首天中天，毫光照大千，八風吹不動，端坐紫金蓮。」，「稽首天中天」指的是蘇東坡向至高無上的佛叩頭的意思；「毫光照大千」他覺得自己放起光來，這種光照天照地，照著三千大千世界；「八風吹不動」這個時候他認為自己已經禪修到八風吹不動的境界了；「端坐紫金蓮」蘇東坡端坐在紫金色的蓮花上，如如不動，心中了了常明，這種境界感覺非常微妙高超，於是寫下這首詩，著人送去給佛印禪師，想要印證自己已經開悟。

佛印禪師看了之後，什麼也沒有講，只在詩的下方寫了「放屁」兩個字，就讓侍從將詩帶回去，蘇東坡一看：「啊！我作這麼好的詩，你怎麼說我是放屁？簡直太過分了！」於是就從江南搖船過江北，到金山寺找佛印禪師理論。

蘇東坡一進門就氣沖沖的說：「你這個和尚，怎麼罵人呢？」佛印禪師說：「誰罵你了？」蘇東坡則答：「啊！這是我深具功夫的見地所寫出來的詩，為什麼你說我是放屁？」佛印禪師說：「你不是說你已經是八風吹不動了，怎麼被我寫了放屁

兩個字，就把你從江北打過江來，向我興師問罪呢？」蘇東坡一聽，恍然大悟，都是自己沒有功夫，若夠功夫，八風都不動了，怎麼會因為一句放屁就生氣起來了？於是蘇東坡趕緊叩頭頂禮，請禪師還要多多教誨，轉頭就走，回去好好用功。

那麼「八風吹不動」又是什麼境界？上述這八風都是由耳根進入我們的八識，要怎麼樣才不會受到八風的影響，就必須像虛空一樣「任爾東南西北風」對於塵世間的是是非非完全不會受到影響，也就是所入既寂，不是指境靜之寂，而是動、靜二塵到了俱寂之境，動、靜二種塵相已經了然不生了。

空所空滅並不是指所空的智境滅，而是能空的空也滅了，就像是以木鑽木，火出木燒則兩俱滅了，空性圓明成法解脫則得到俱空的境地。而生滅既滅，寂滅現前的意思是指滅結，生滅指的是諸結的動滅靜生，靜滅根生，根滅覺生，空滅滅生，六結皆生滅法，所以說滅結也必須解除，如果滅結不解除，而一直住在俱空之境，則仍然是圓通細障，就像圓瑛大師在「大佛頂首楞嚴經講話」中曾提到「百尺竿頭坐的人，雖然得法未為真，百尺竿頭重進步，十方剎土現全身。」說明了在《六祖壇經》中神秀大師偈子：「身似菩提樹，心如明鏡台，時時勤拂拭，勿使惹塵埃」是有修有證，而惠能大師的偈子：「菩提本無樹，明鏡亦非台，本來無一物，何處惹塵埃」，是無修無證，各有不同的重點，

都是對機施教。

古人說：「理雖頓悟，事須漸修，千萬不可偏執一邊，或泥於事相，或落於虛無」。神秀大師的見解，就像古人說的「百尺竿頭坐的人，雖然得法未為真」。而惠能大師的觀點，也正是「百尺竿頭重進步，十方剎土現全身」。在這種情況下，我們應該要謹記蓮池大師所開示的：「執事而迷理，不虛入品之功；執理而廢事，反受落空之禍。」才能落實動靜二相了然不生。

十方圓明 獲二殊勝

觀世音菩薩從聞、思、修的最後，解脫無礙，證圓通體，發自在用，十方圓明，得二殊勝，即「一者上合十方諸佛本妙覺心，與佛如來同一慈力。」即已證得心、佛、眾生三無差別，所以以自利之因行修證圓通，而上合十方諸佛所證本來妙覺真心，觀世音菩薩具與佛同其用之慈力，以三十二應度諸有情。「二者下合十方一切六道眾生，與諸眾生同一悲仰。」眾生與佛，其體雖同，但其用則不同，眾生身罹苦難，哀求拔苦，期盼與樂，而觀世音菩薩則施無畏力，用十四無畏來為眾生拔苦與樂。

從上述談「觀世音菩薩耳根圓通章」，可以知道觀世音菩薩在修行中以耳根之聞，得入佛之知見，返聞聞自性，耳根聞性也就是不生不滅之佛性。今天，我們信仰觀世音菩薩，禮拜觀世音菩薩，就是要學習觀世音菩薩的修行，學習發菩提心，

如果不發菩提心，則無法建立一切萬行。

依《大乘起信論》提到「菩提心就是一者直心，正念真如法故。二者深心，樂修一切諸善行故。三者大悲心，欲拔一切眾生苦故」，既然知道發菩提心的重要，那麼我們就要好好的依照「耳根圓通章」所敘述的修行方式，在生活中學習觀世音菩薩的慈悲與智慧，若是聽到什麼是非長短的言語，就如同耳邊風一樣，聽過就算了，不必放在心上，更不用再傳播出去，平常也不要為了一句話而捕風捉影，製造不必要的言論，做好六和敬中的「口和無諍」，如此就可以避免許多無謂的紛爭發生，才能享受平靜安樂的生活，願我們大家共勉之。



青蓮手（高鳳琴老師提供）

孫策以璽借袁兵

文／連健亨 插畫／黃正文



清理宮殿，將已遭董卓破壞的皇帝陵墓復原，並在太廟上搭建三間草屋，供奉漢朝歷代皇帝靈位。孫堅表現出效忠漢室的態度，並贏得百姓們的支持與愛戴，但他在撤離洛陽之前，將傳國玉璽收入囊中，以便未來東山再起，此舉已讓各地諸侯對他心生忌憚。

孫堅意外死後，天下更加紛亂，兒子孫策繼承衣鉢，並加入了當時雄踞一方的霸主袁術的陣營。袁術的剛愎自用，令孫策十分反感，兩人一直心存芥蒂，這讓孫策有了自立為王的決心，但身邊的兵馬不足，仍有無以為繼之慨。

之後，孫策聽了身邊的謀士之言，主動向袁術借士兵三千人和戰馬五百匹，並以父親孫堅留下的傳國玉璽作為抵押，讓欲取大位的袁術，見獵心喜，一看到傳國玉璽，就立刻允諾孫策的要求。因此，孫策得以進軍江東，掃蕩江東六郡，並在短短數年內，統一江東各部族勢力，毅然成為一方霸主。此為籤頭故事「孫策以璽借袁兵」的大致內容，實際上，這並非正史《三國志》所記載之事，而是見於具傳奇色彩的歷史小說《三國演義》。

孫策屈身在袁術麾下，欲求建立起自己的勢力，知道玉璽是袁術引頸而望的寶物，只要時機一對，就可以說服他。正如籤詩本文的第一句話「欲攀仙桂蟾宮去」，在唐代著作《酉陽雜俎》中說道，「仙桂」是月中的桂樹，高五百丈；「蟾宮」則是

月中之宮殿，兩者皆喻為科舉功名得中，後來引申出成語蟾宮折桂。第二句話「豈慮天門不放開」，說明已有充足準備的考生，或是技能卓越的求職者，根本無須擔心機會之門不開，亦如孫策無須擔心借不到兵。面對自己的前途，不管困難與否，時機若是不對，千萬不要急於一時，正如孫堅不篡奪皇位，藏匿玉璽以保留實力給未來的繼承者。當孫策謀劃起兵之時，身邊謀士即獻上借兵之策，如籤詩本文的最後兩句話「謀望一般音信好，高人自送嶺頭來」，時機若是來到，自然得高人相助，順勢而為，方能成功。

玉璽對應於皇權，在人心不古的局勢下，得玉璽者，必引禍上身。中國禪宗的傳統上，得「木棉袈裟」者，即代表法嗣正傳的繼承者，是師傳的憑證。時光荏苒，木棉袈裟從達摩祖師一直傳到五祖弘忍，當時有兩位出眾的弟子，神秀與惠能，神秀成為繼承者的呼聲最高，但弘忍更欣賞惠能，並將木棉袈裟傳給他，最後導致禪宗分裂為南北二宗。

之後，武則天為了調解南北二宗之爭，向惠能要回木棉袈裟，同時賞賜一件御製袈裟給他，惠能深知若以此御製袈裟為師傳的憑證，必然再引起軒然大波，索性廢止了這樣的制度，並且允許自己的弟子們各立門戶，獨自傳法。玉璽與木棉袈裟都貴為權力之杖，天下亂時，持有者可為眾矢之的，若看透這世間的功名利祿，不可能會執著於此器物，有此智慧者，能逢凶化吉，前途光明。



籤靈音世觀

第二十三首上平	意聖	謀欲	孫策以璽借袁兵
	自求婚交易 身財姻	望攀	
	祈隨	一仙	
	阻合	般桂	
法財人團	福意	音蟾	解
	尋田六家 人蚕畜宅	信宮	
	不不欠	好去	
	利利安	高豈	
台北市艋舺龍山寺	訟山六行 詞坟甲人	人慮	商賈利益行藏無危病安訟理儘可施為此籤 望仙板桂之象凡事必遇貴人
	舊祈有	天門	
	虧	自送	
	移失疾 徙物病	嶺不	
吉福危	大不	頭放	來開
	安		
移失疾 徙物病	大不		
吉見			

後殿次間 左右附壁柱柱聯

文／張錦雲 攝影／陳柏靜

傳統詩聯在文學賞析中，首先應當掌握其結構與形式，無論寫作或閱讀，都必須具備基本知識。

首先是了解聯文結構中的句法章法，然舉凡評詩的話頭，詩人也大都能理解其章法與詩序，唯獨詩韻的風格卻頗難清楚說明。前文指的詩韻，並非詩的聲韻，而是氣韻強弱的韻字，氣韻強弱的表現，可觀察出文聯作者基底累積的深淺。

上聯：南海真源 般若津船環晉水
下聯：龍山分鉢 大千慈惠普磺溪

本聯文格式以四言聯句甲型反式加上七言乙型本式，形成十一字長聯總和形式，並上下聯文工整相對仗。

上聯文賞析：

溯因於觀世音菩薩的慈悲及擎天敷地之靈威法力，故於數百年前從福建移臺開墾的黎庶善眾，隨身攜帶佛祖的香火，以慰離鄉渡海之艱辛苦悶；順利從福建晉江，穿越波濤洶湧的臺灣海峽黑水溝，安然到達了人人稱讚為「臺灣錢淹腳目」之傳說中的蓬萊寶島。在艋舺沿岸秉持著在原鄉晉江的刻苦經驗與智慧，戮力經營籌謀生活。從此在他鄉重新展建新家鄉繁衍子孫。

下聯文賞析：

當初溫陵原鄉的先民們，為取得更好生活而陸續遠離泉州家園，然面對如何越渡難以預測的洶濤險浪之海程時，為安慰自心面對未知危險的恐慌，便仰賴隨身攜帶那精神寄託的晉江龍山寺所賜予之香火。而既安然到達寶島艋舺地區，更堅信菩薩香火的靈威護佑，再合力集資分爐建寺，以期幟幟整個大臺北區更多善信們平安、身體健康及謀生立業的順利，並造福整個家園。

精辭淺釋

- 1. 南海：**又稱為南中國海、中國南海，是位於東南亞的陸緣海，被中國、臺灣島、菲律賓群島、馬來群島及中南半島所環繞，為西太平洋的一部分。中國漢朝、南北朝時稱其為漲海、沸海，清朝滅亡後逐漸改稱南海，並延續至今。
- 2. 般若：**佛教術語，意為智慧或洞識，為戒、定、慧三無漏學之一。乃唐朝玄奘法師翻譯佛經時，五種不以翻譯的原則下，所保留之原聲梵文名詞之一。
- 3. 津：**此指交通重要道路。
- 4. 晉：**福建泉州晉江區的簡稱。
- 5. 大千：**含義意為佛教用語。原來是指世界的千倍叫小千世界，小千世界的千倍叫中千世界，中千世界的千倍叫大千世界，後借指為廣大無邊的人世間。
- 6. 磺溪：**亦稱南磺溪、Southern Sulfur creek，位於臺灣之北部，屬於淡水河水系統，是為外雙溪的支流。流域分布於臺北市北投區、士林區，下游注入基隆河的支流外雙溪。此名詞在本聯文中泛指為整個大臺北地區。

楹聯作者與書者

本楹聯由林士快先生，扣題並聆刻於石柱。經查知為艋舺龍山寺當年後廂房國學班漢學文生外，然無其他文集記載。

若水詩註：

一聯楹叩鑄千秋 國學林生墨韻留 南海真源題晉域 龍山分火得神麻
愧尋名氏從無處 細嚼詩文也壯猷 逸審津津膺勝事 天聲合試覓宗頭

(本文作者為龍山吟社社長、中華傳統詩學會常務理事、龍山寺文化廣場詩學課程講師，字若水。)

龍山分鉢大千慈惠普磺溪

國學生林士快叩題並助石柱

南海真源般若津船環晉水



慧眼慈心

文／李漢鵬 攝影／李漢鵬、編輯部

艋舺龍山寺正殿（圓通寶殿）前檐（文殊菩薩前方處）懸掛了一方「慧眼慈心」老匾額，這是同治 11 年（1872）由時任艋舺營陸路中軍守備陳世恩所敬立。該匾額的存在可以佐證清代臺灣的武備制度，並彰顯龍山寺在艋舺地區民間信仰的重要地位。

當時的「艋舺營」是北臺灣至關緊要軍事單位，最高長官為正三品「參將」，麾下分設為正五品「陸路中軍守備（駐艋舺）」和「水師中軍守備」（駐滬尾），統轄陸路和水師各七百餘名官兵，現今桃園市部分地區、新北市、臺北市及基隆市皆為艋舺營的巡防範圍。

由於艋舺鄰近淡水河，為水陸要衝之地，艋舺營參將及艋舺營陸路中軍守備兩位重要武將皆駐紮於此，根據臺北市文獻委員會在龍山國中校門口旁所設置的「清艋舺陸路中軍守備署舊址」碑記載，守備署遺址在「福地藁街」，即現今康定路東、三水街北、

廣州街一帶（今日的剝皮寮老街），與艋舺龍山寺之間有緊密的地緣關係。



豎立在龍山國中校門口旁的「清艋舺陸路中軍守備署舊址」碑。

據《淡水廳志》及《臺灣通志》〈職官〉所載，陳世恩為福建泉州府德化縣人，以軍功出身，曾於同治 7 年間（1868）及同治 9 年（1870）迄同治 11 年（1872）六月間，兩度擔任艋舺陸路中軍守備，其在職時間與敬獻「慧眼慈心」匾額的時間相符。

本匾額的上款為「大清同治十一年歲次壬申荔月吉旦」，「荔月」即農曆六月的別稱，此時的陳世恩大人已任滿準備回內地敘官，在離任之前，特地到艋舺地區的信仰中心龍山寺獻匾謝恩，感謝觀世音菩薩多年庇佑，讓他能順利完成陸路中軍守備的防務。

下款為「欽賞藍翎加都司陞銜署艋舺營陸路中軍守備陳世恩敬立」，「藍翎」指的是清代文武官員插在官帽頂珠（頂戴）上的羽飾，因是利用藍色的鷓尾製作，故稱藍翎，通常是由皇帝賞賜給獲得軍功的低階武官（另有賞賜花翎）。這裡的「都司銜」應是陳世恩以軍功取得的「虛銜」，

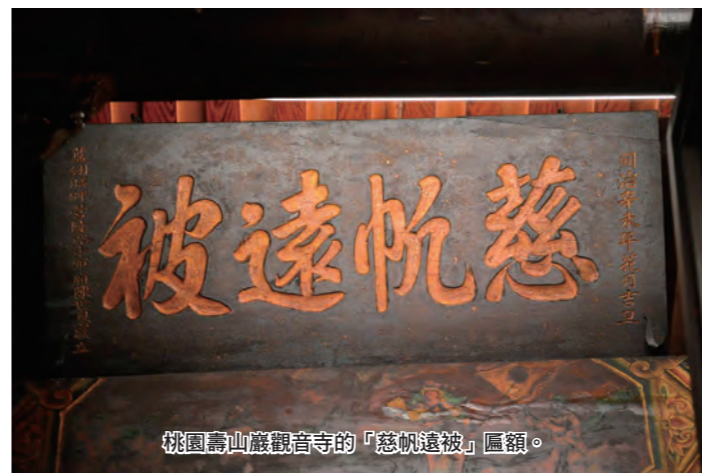
實際上本職仍是守備。

「慧眼慈心」一詞頌讚觀世音菩薩擁有慈悲心腸與一雙能夠洞察萬物，照見一切現象皆空的智慧之眼。除了龍山寺的「慧眼慈心」匾額之外，桃園壽山巖觀音寺亦有陳世恩以「艋舺營陸路中軍府」頭銜敬酬的「慈帆遠被」匾額，應是其巡閱艋舺營所轄營伍「龜崙嶺塘」（龜崙嶺為桃園龜山）時所留下來的的重要史證。

按照慣例，在臺灣的武職官員任期結束後，均可調回內地陞用，但陳世恩似乎不受長官青睞，他的頂頭上司福建陸路提督江長貴在給皇帝的奏摺中狠狠的參了他一筆，見同治 11 年（1872）《大清穆宗毅皇帝實錄》：八月初十日（壬戌），諭〔內閣〕：「江長貴奏『校閱臺、澎營伍，請將庸劣各弁分別懲處』一摺，福建署艋舺營陸路守備、留閩補用守備陳世恩居心貪詐，聲名平常；著即行革職。」由此看來，陳世恩大人的公家飯碗大概不保了，但是能從民變頻仍的臺灣島全身而退，也算不幸中的大幸，算是觀音佛祖有保底。

小知識

清代守土衛國的正規軍可分為八旗和綠營兩大支，八旗即滿州八旗、蒙古八旗、漢軍八旗；綠營主要是由漢人所組成，官階由高至低分為提督（從一品）、總兵（正二品）、副將（從二品）、參將（正三品）、游擊（從三品）、都司（正四品）、守備（正五品）、千總（正六品）、把總（正七品）。



桃園壽山巖觀音寺的「慈帆遠被」匾額。



安海尋根 五台朝聖

攝於福建晉江安海龍山寺前。
文／心慧 攝影／陳姿妙

溯自乾隆年間在臺北艋舺龍山寺現址的紫竹林中，因夜間發光而發現在竹枝上掛著有「安海龍山寺，觀音佛祖」字樣的香火袋，因為膜拜祈福的民眾皆有求必應，而引發鄉民派人自福建晉江安海龍山寺千手觀音迎請分靈至臺北艋舺龍山寺化度民眾保佑蒼生，迄今已 280 年了。

經過半年的策劃安排此行，朝聖成員結合龍山寺董監事們、信徒代表誦經生與相關員工等 32 位，加上汐止北峰寺的 6 位代表參與，此行共有 38 位人員參與祖庭尋根朝聖之旅。

6/10 臺北—廈門

一大清早即驅車前往桃園機場搭機赴廈門，展開大陸祖庭晉江安海龍山寺及五台山文殊菩薩道場的旅程。到了廈門，車分兩路，一車前往位在南安市美林村西門里黃氏宗族正在重修中的禮部思庵公後代承德郎公祖祠參拜，另一車則前往泉州開元寺參拜，體會黃氏家族桑蓮法界的建寺奇緣。

大約下午四點左右，兩車一起抵達晉



福建晉江安海龍山寺提供千手千眼觀音菩薩像。

江，到已有千年歷史的祖庭安海龍山寺參禮，寺裡供奉有千餘年歷史的千手千眼觀世音菩薩。向願住持、上鉉當家及振信副當家已經等候多時，合影後，由寺裡安排講解，讓大家知道原來這尊菩薩的製程是



山西太原晉祠環境幽雅舒適，風景優美秀麗。

由千年的樟樹分成三部分：樹梢為鼓，近根部做了正殿的兩扇門，而主幹部分則以巧妙的手法雕刻及運用卡榫接合而成千手千眼觀音菩薩像，整尊佛像沒有使用一支鐵釘，令我們嘖嘖稱奇且嘆為觀止。

據說在文革時期，當時的住持以修護中為由，用紅布遮蓋菩薩，才避免被紅衛兵破壞的劫數，得以完整保留下來；更令人興奮的是，近年來運用科技儀器掃描菩薩像的全身，赫然發現在頭頂的內部竟有佛舍利在其中，經過專家的鑑識，證實這是佛的舍利，讓我們在瞻仰禮拜的時候，更能感受到佛菩薩的威德力，接著在客堂中享用 12 道精緻美食的素筵之後，大家才依依不捨的在菩薩灑甘露灌頂下，結束了第一天參訪祖庭之旅。

6/11 山西太原晉祠

大夥兒帶著滿心的法喜搭機來到山西太原市，6988 平方公里，人口 450 萬人，

首先安排來到有「小江南」美譽的「晉祠」參觀；這是北魏時期為紀念周武王次子叔虞而建的，是一處風景優美，殿宇、亭台樓閣、橋樹輝映、山水環繞、古木參天、文物薈萃的大型國建古林園，祠內的聖母殿有宋代塑的侍女像、「永錫難老」的難老泉與西周柏樹、隋朝槐樹被譽為「晉祠三絕」，具有高度的歷史、科學與藝術文化價值，堪稱華夏文化中璀璨的明珠。

6/12 山西平遙古城

上午我們由太原來到平遙古城，這座城市曾經是清代晚期的金融中心，是中國目前保存「老傳統」最完整的古城格局。平遙古城牆是中國四大古城牆之一，仍然保持著雄偉壯觀的城樓、角樓及民居與市井店舖，令人有時光倒流返回明、清時代的感覺。在 1823 年創立的日升昌票號雖於 1995 年改為中國票號博物館，但是仍然維持清代票號的原始風貌。

下午觀賞「又見平遙」秀的演出，其特徵充份表現昔日鏢局的道義精神，在對民俗、史實展現了「傳承」、「送別」、「選妻」、「思鄉」，將觀眾融入表演中，有著回到過去現場、身歷其境的感覺，令人感動的是劇情也藉著故事中鬼魂思鄉之情，懷念故鄉一碗麵食的渴望，表達忠、孝、節、義的具體呈現，不僅有高度的可看性，更有文學上深蘊內涵的品味，充分體現創作者具有固有傳統道德文化的構思。

6/13 五台山殊像寺

經過三個多小時的車程，來到五台山的殊像寺，殊像寺是建於東晉初年間（西元 317—420 年），以供奉文殊師利菩薩像而得名。由安海龍山寺向願方丈特別委託協助我們的悟觀法師已等候多時了，帶領我們一行到客堂去，殊像寺當家果祥師父與我們寒暄後，即帶我們去大殿禮拜文殊師利菩薩，並回贈我們乙尊文殊師利菩薩銅像以及每人彩色菩薩銅片作為紀念。



山西平遙古城是中國四大古城之一。

黛螺頂昌善住持因有領導視察，不在寺內，就先到菩薩頂，這是創建於北魏，又名真容院，因明代有蒙藏教徒在五台山及大喇嘛住在菩薩嶺，於是成為黃廟之首。接著參訪塔院寺、萬佛閣及五台山規模最大、歷史最悠久的顯通寺。原定拜會黛螺頂的昌善住持因陪同上級領導在外未返，加上下午雷聲不斷，索道停止運轉，無法上山，成為此行唯一美中不足之處。



贈送禮物給五台山殊像寺果祥夫和尚。



山西大同雲崗石窟有許多佛像石刻。

6/14 懸空寺、雲崗石窟

上午花了三個小時的車程才抵達依山而建於峭壁上的懸空寺，見識到 1400 年前鬼斧神工以木結構，巧妙的運用力學原理，整座寺廟好似懸掛於半山腰，難怪詩仙李白書寫的壯觀還要加上一點，以示其殊勝。

接著來到位於大同市西郊的雲崗石窟，這是與莫高窟、龍門石窟及麥積山石窟齊名的中國四大石窟之一。大大小小的洞窟有 53 個，5 萬多尊的石雕造像，第二十窟的釋迦牟尼佛坐像，高 14 公尺，堪稱代表之作。

6/15 山西華嚴寺、北京居庸關

上午參觀保存完整，有千年歷史，遼金寺廟建築格局的華嚴寺，之後又繼續搭車，約三個半小時車程後，來到北京的北

邊，萬里長城中沿著陡峭的山脈而建，具有「天下第一雄關」的居庸關，為長城著名的關城，與山海關、嘉峪關合為長城著名三大關城。景緻怡人，拍照聲不絕於耳，最後才在導遊的催促中，依依不捨的回到車上，驅車前往北京機場，安然返回臺北。

結語

綜觀這一次的祖庭朝聖之旅，凝聚了董監事、誦經生、同事以及關係寺廟北峰寺的代表，六天的時間，除了瞭解祖庭的歷史背景、文化藝術之外，增進彼此之間的距離，也在五台山朝聖的過程當中，讓我們增加不少的佛教概念，這一趟六天的行程相處時間雖短，但是每個人心中充滿的法喜與收穫卻很可觀，也為此行留下了美好的句點。

睡得好，才健康！

——睡眠的保養之道

演講／蘇湘涵（西園醫院諮商心理師）
文／鄭淑娟 攝影／編輯部

身處於繁忙而競爭激烈的現代社會，似乎有越來越多人深受失眠之苦。睡不著，儼然是現代人的文明病。為此，龍山寺板橋文化廣場快樂銀髮學苑講座，特別邀請到西園醫院蘇湘涵諮商心理師，傳授有關睡眠的保養之道，協助大家改善並提升睡眠品質。

人的一生中有三分之一的時間在睡覺中度過，睡眠是人體的主要休息方式，它的首要功用是幫助身體組織進行修復，讓身體的生理器官得到適度的休息，因此，擁有良好的睡眠品質，才會有充足的體力及健康的身體。

淺談失眠

關於睡覺這件事，大家或許都有過這樣的經驗：明明覺得很疲倦，也到了睡覺時間，但躺在床上卻總是翻來覆去、輾轉難眠；凌晨三、四點突然醒來後，卻怎麼也睡不著了，這其實都是失眠的一些狀態。

失眠是一個非常主觀的定義，因為每一個人對於睡眠時間、睡眠品質跟睡眠狀態的需求與感受都不相同，何時入睡、何時起床、一天該睡多久？每個人不盡相同，有人需求較短，一天睡6個小時就夠了，有人則一定要睡滿8個小時。基本上，只要讓自己每天有規律的睡眠時間，並順著日夜的週期且確保良好的睡眠品質，如

此一來就是理想的睡眠時間。

常見的失眠類型有三種：一、難以入睡型：上床後輾轉反側無法入睡，超過30分鐘不能入睡者。二、睡眠中斷型：總是睡醒醒，一直處於淺眠或睡眠中斷的狀態，醒來超過2次後難以再入睡者。三、醒得過早型：天還沒有亮就醒來，而且醒來之後就無法再入睡。

失眠原因百百種

失眠的原因很多，有可能是個人天生的人格特質，如易焦慮與憂慮、完美主義者、體質較脆弱的睡眠系統，以及生理時鐘缺乏彈性等，上述只是指出容易引起失眠的因素，並不是說擁有這些特性的人就一定會失眠。也可能是生活中產生的壓力事件，這些事件多少會對個人產生一定影響而引發失眠的可能，例如生病開刀、太冷或太熱等。另外，可能是不當的生活習慣所引起，如白天睡太多、躺在床上玩手机或看小說，或是抱持著與睡眠相關的迷

思，如一定要睡滿8小時等。

晚上沒睡好，自然會影響到白天的精神狀態，容易疲倦、注意力不集中、反應遲緩、情緒暴躁、頭痛、肌肉緊繃等。長期下來，免疫力降低、罹患疾病的機率增加，而一旦睡眠變成壓力後，容易導致憂鬱症狀。睡眠是影響健康的一大因素。但是，想要讓自己睡的好，其實也不是一件困難的事情，以下提供一些方法給各位參考。

睡眠環境的管理

首先，當然是要有一張舒適、乾淨、柔軟度適中的床，適宜的室內溫度與溼度，減少噪音，維持房間的安靜。睡覺時關燈或使用黃色的小夜燈，開小夜燈是避免家中的年長者夜間起床如廁時碰撞或跌倒。臥室、床、枕頭減少改變，因為改變後需要時間去適應，會影響睡眠。

養成良好睡眠習慣

- 一、不分平假日定時作息，準時上床、起床。
- 二、每天規則的運動可以幫助睡眠，但不要在傍晚後做激烈的有氧運動，尤其是睡前2個小時，但輕鬆的散步是可以的。
- 三、不要在傍晚以後喝酒、咖啡、茶，即使少量的咖啡因也會導致睡眠障礙，而且這些飲品都有利尿作用，睡眠會因為起床上厕所而中斷。
- 四、睡前應減少抽菸或不要抽菸，菸裡的化學物質會影響大腦的作用，讓人過於亢奮，不利於睡眠。
- 五、不要在睡前大吃大喝。
- 六、睡前1至2小時不要使用3C產品，不要在床上讀書、看電視或聽收音機。



諮商心理師蘇湘涵小姐以輕鬆的方式分享睡眠的知識跟常識，告訴現場學員睡眠的重要性。

- 七、躺床20分鐘後仍沒睡著，起來做些單調無聊的事，等睡意濃烈時再上床睡覺。
- 八、午睡請不要超過30分鐘。睡10至20分鐘就足以恢復充分的精力與警覺性，醒來即可投入工作。午睡時間太長，剛起來的半小時會有輕微的頭痛、全身無力，這是「睡眠慣性」導致醒後感到疲倦、迷迷糊糊，而且容易因此打亂生理時鐘，影響晚上的睡眠。
- 九、睡不著時，不要整晚頻頻注意時間，保持平常心，一、兩天沒睡好，不用擔心，但長時間失眠就要及時就醫接受治療。

學習放鬆的技巧

失眠時，可以試著做腹式呼吸來放鬆緊繃的神經，等到身體放鬆了，自然就容易睡著。腹式呼吸就是深呼吸，又叫橫膈膜呼吸。當我們呼吸時，由鼻子慢慢吸氣，腹部會鼓起來，接著用嘴巴輕鬆的吐氣，可以感受到腹部慢慢地下降。這是一個簡單又實用的放鬆方式。另外，可以在網上搜尋「睡眠管理職人」所提供的各項方式，找到適合自己的放鬆方式，對於克服失眠，一定會有幫助。

漫談台基和御路

文、繪圖／徐逸鴻

艋舺龍山寺於 1919 年改建時，奠定了今日所見的回字形平面。中殿位於整座寺院中央，立於高大台基之上，前方還伸出一塊方形平台，稱為「月台」，月台可用於舉行祭祀活動，昔日曾在此放置天公爐。中殿台基正面及左右各有一座樓梯以供上下行走，月台前方中央則設有一座「御路」，臺灣石匠稱之為「蟒龍階」，御路並非階梯，而是呈斜坡狀，中央雕琢團龍，傳統上認為，御路是供神明行走的路，當神明要進出正殿時，須自殿前中央的御路上方通過，而非走左右兩側階梯。

御路的設置，可追溯到明代建造的北京紫禁城中，紫禁城為皇權所在地，在主要殿堂以及出入口的台基正中設置御路，據說皇帝出入時，是乘轎自御路上方通過，御路本身是一片斜坡，表面雕刻龍紋或龍鳳紋、雲紋等。龍紋自是皇帝專用圖騰，在民間只有神廟可以採用三爪或四爪的「蟒」，以顯示高貴，可見臺灣廟宇中的御路不但在形制上仿自紫禁城做法，連凌空飛過的使用方式也很類似。

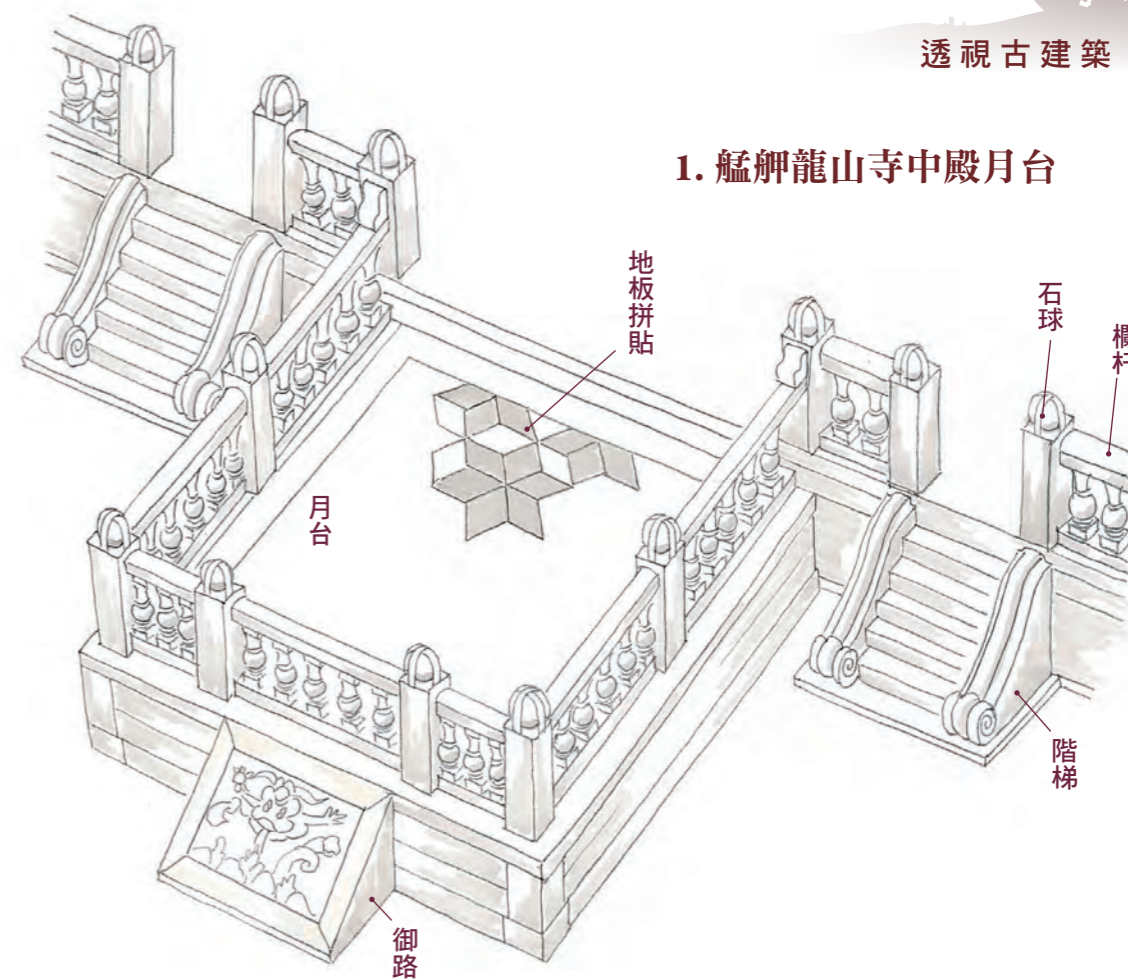
考察中國早期建築，在明代紫禁城以前，似乎並無御路的設置，早在周代就有一種「東西階」制度，也就是正中不設階梯，而在台基正面的左右兩側設置階梯，由於重要建築一般朝南開門，這左右階梯也就成了東階和西階。在古代的禮儀制度中，主人自東階而上，賓客自西階而上，各有依循，主人因立於東側，也因此請客吃飯被稱為「作東」，這種古代制度在唐代大明宮麟德殿前還可以見到，之後逐漸改為僅在中央設置一座階梯，或者中央與兩側共三座階梯的形制。

唐、宋、遼、金時期等早期建築，有立於高台之上者，如遼代的應縣木塔、金代大同上華嚴寺大殿，也有台基矮小者，如唐代佛光寺大殿、薊縣獨樂寺觀音閣等，而與臺灣關係較深的福建地區，如泉州文廟大成殿、泉州開元寺大殿與泉州天后宮等，台基都相當矮小，僅在五至六階左右。而臺灣較早期在清道光年間建造的鹿港龍山寺，其建築台基也不高，這些建築的共通點就是，都沒有設置御路，大致表現出一種古老形制的傳承關係。

臺灣廟宇在清代就有一些設置御路的例子，如彰化元清觀、臺南祀典武廟，這類街屋型廟宇因腹地較小，不作月台，直接在正殿前方中央設置御路。

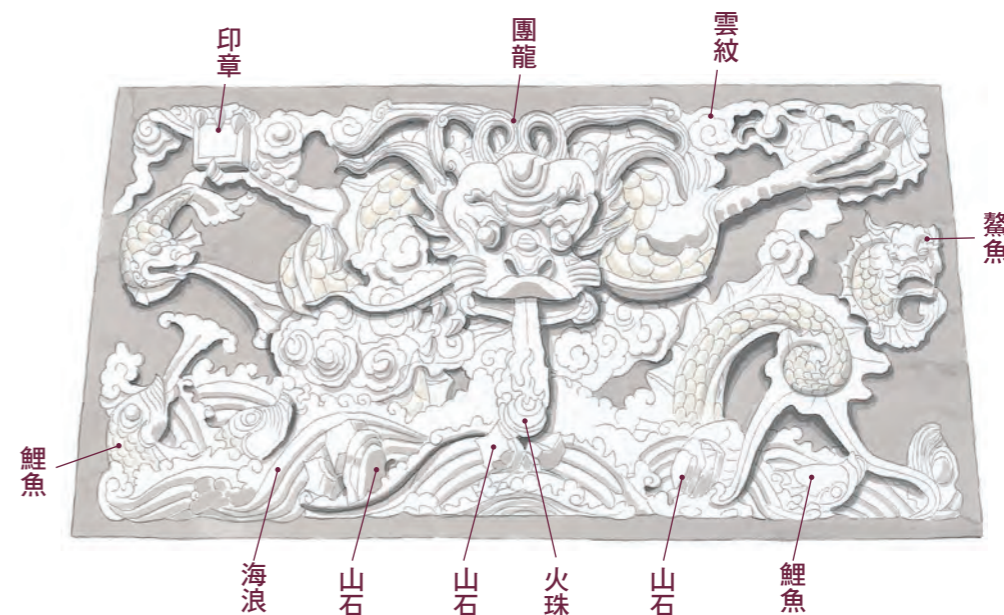
至於較高規格的月台搭配御路的設置，臺灣較早實例為彰化孔廟大成殿，是清雍正時期作品，日本時期的艋舺龍山寺和臺北孔廟大成殿也採用類似設計。艋舺龍山寺的月台欄杆、階梯、御路等石雕皆製作精美，地板拼花圖案也頗講究，堪稱代表作品。

1. 艋舺龍山寺中殿月台



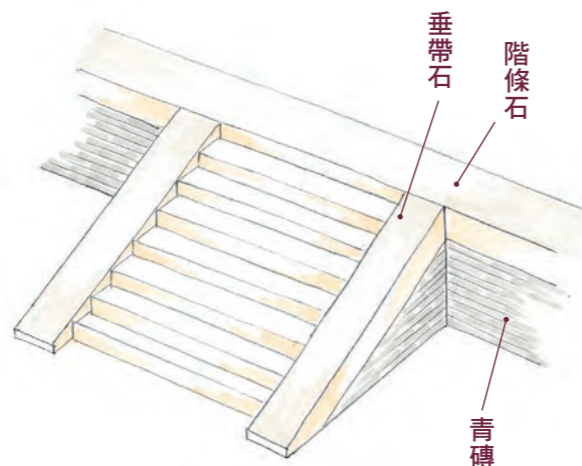
2. 艋舺龍山寺御路石

由團龍（象徵尊貴）、印章（象徵權力）、雲紋、火珠（象徵真理）、海浪、山石（象徵江山永固）、鰲魚、鯉魚（象徵魚躍龍門）所組成的御路石圖案。



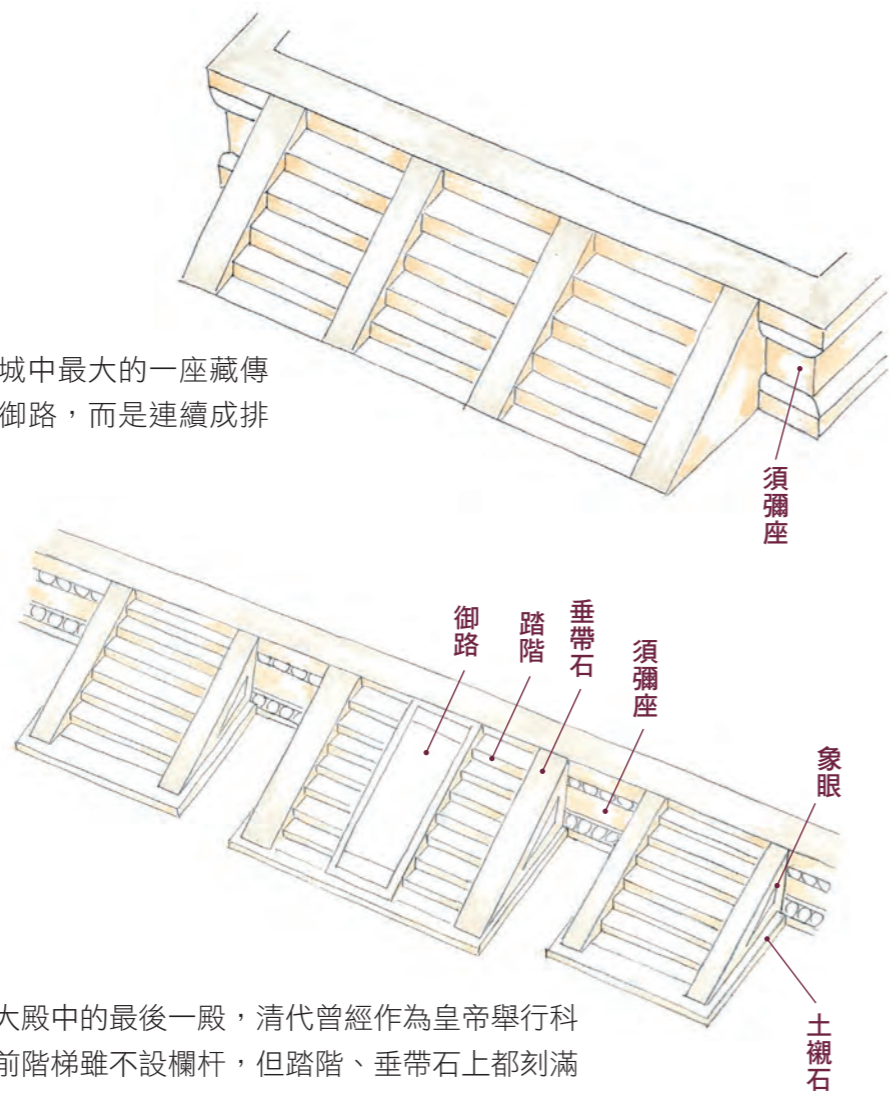
3. 文淵閣

文淵閣是皇帝的藏書閣，清代在此放置四庫全書。正面設階梯一座，屬於紫禁城中最簡單的階梯形式，不作欄杆，也不設御路，可見皇帝來此讀書也要自己拾級而上。



4. 雨花閣

雨花閣是紫禁城中最大的一座藏傳佛閣，其正面不設御路，而是連續成排的三座階梯。



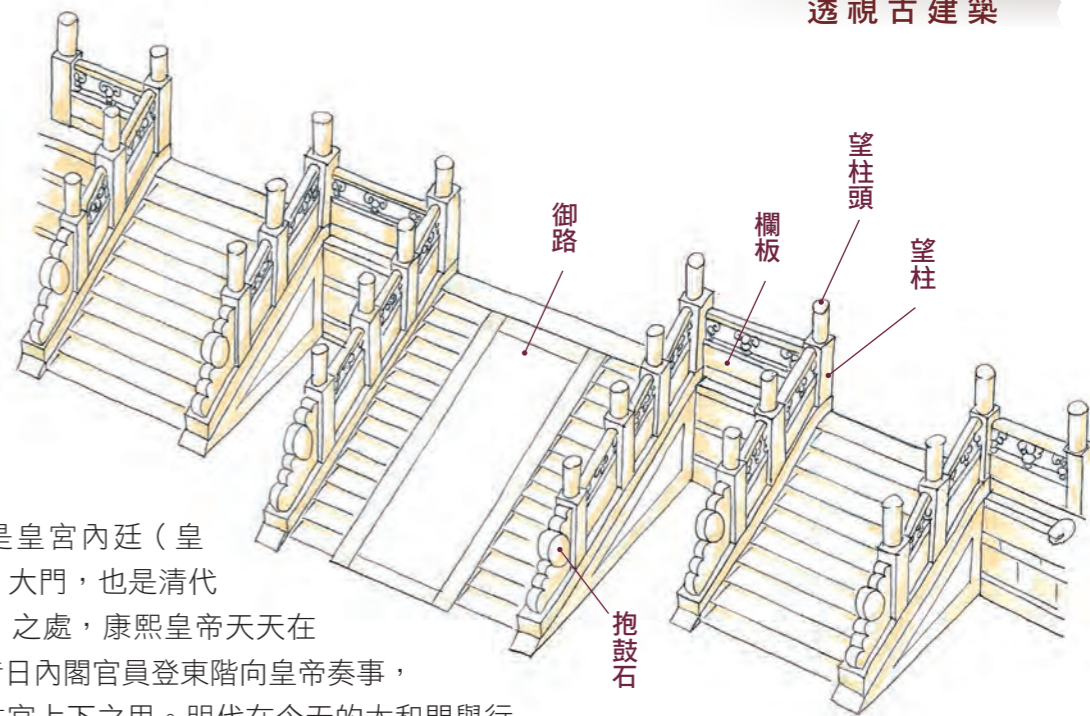
5. 保和殿

紫禁城前朝三大殿中的最後一殿，清代曾經作為皇帝舉行科舉殿試的場所。殿前階梯雖不設欄杆，但踏階、垂帶石上都刻滿了雲紋、龍紋、獅子、麒麟等各種裝飾圖案，非常考究。

6. 乾清門

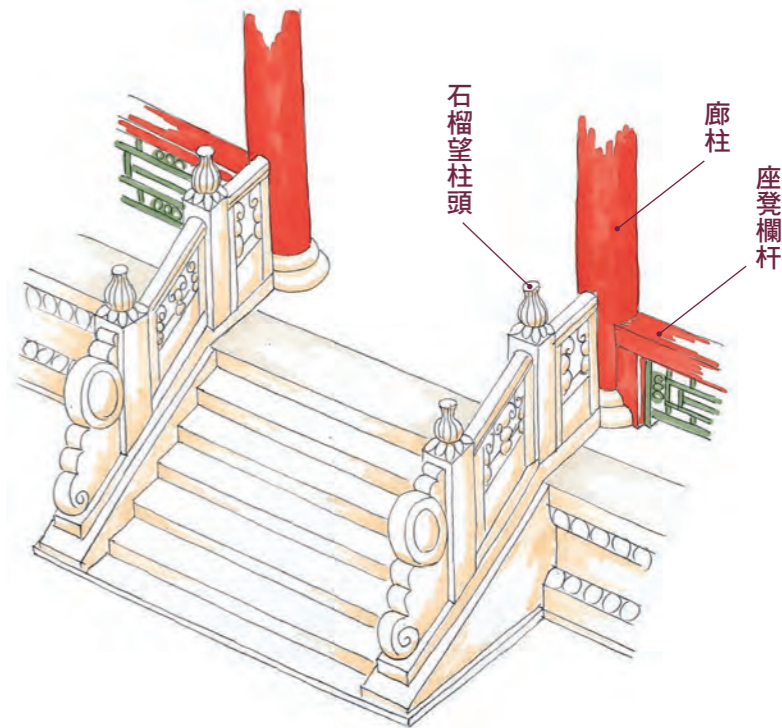
乾清門是皇宮內廷（皇帝的生活區）大門，也是清代「御門聽政」之處，康熙皇帝天天在此上早朝。昔日內閣官員登東階向皇帝奏事，西階則為記注官上下之用。明代在今天的太和門舉行御門聽政，當時東階供內閣官員使用，西階則為錦衣衛使用。

乾清門正面採用三座階梯，並設置漢白玉石雕琢的欄杆，中央樓梯之中設置龍紋浮雕，即為御路，這是紫禁城內最高級的階梯作法。



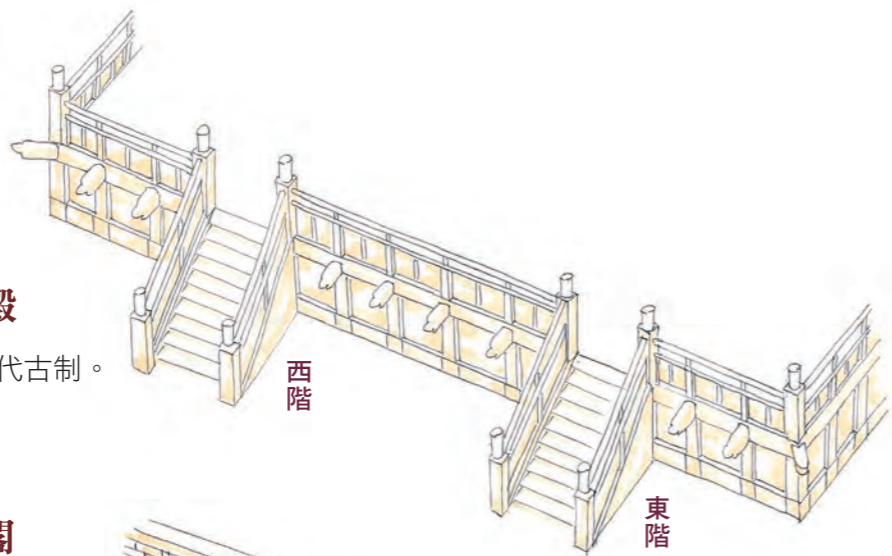
7. 倦勤齋

乾隆皇帝退位後建造的小品建築，建築精巧而富生活情趣，欄杆多用木製，唯在主入口處設置了高級的漢白玉石欄杆，形成木石欄杆共用的罕見形式。



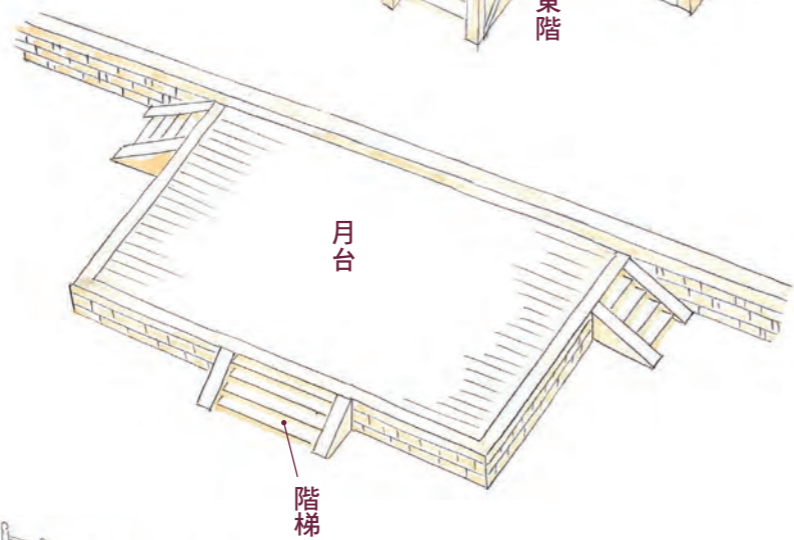
8. 唐代大明宮麟德殿

設東西兩階，承襲周代古制。



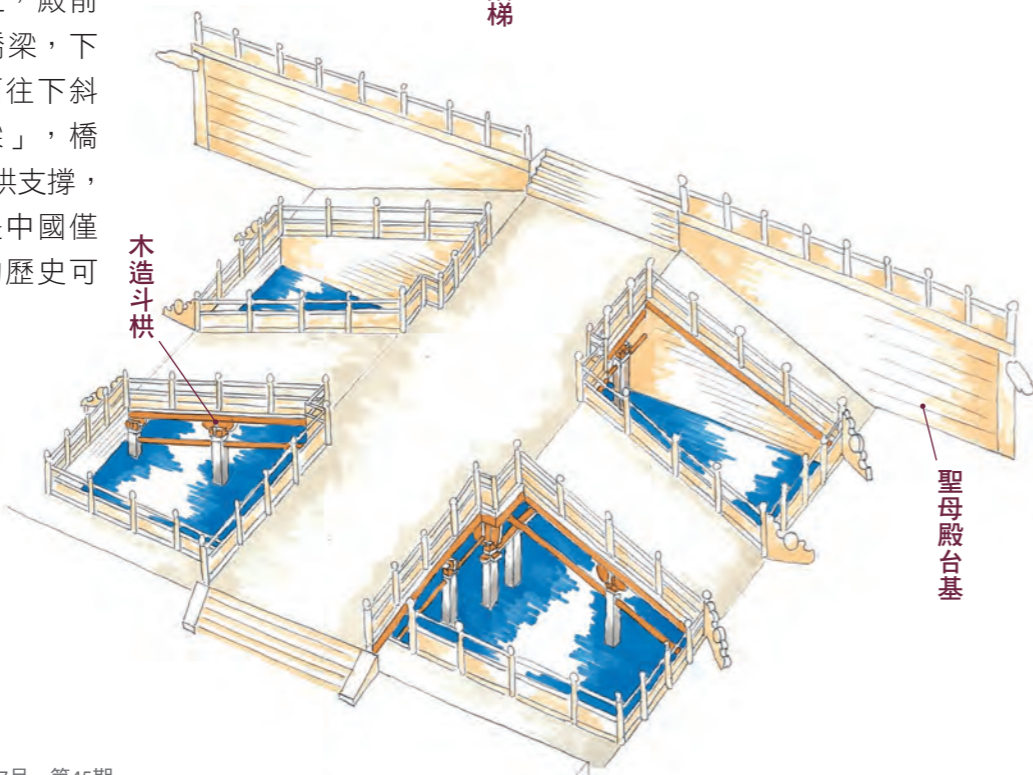
9. 薊縣獨樂寺觀音閣

遼代深具代表性的建築，閣前有月台，月台三面作階梯，這是古代相當常見的作法，泉州開元寺大雄寶殿和泉州文廟大成殿前也做這種月台。



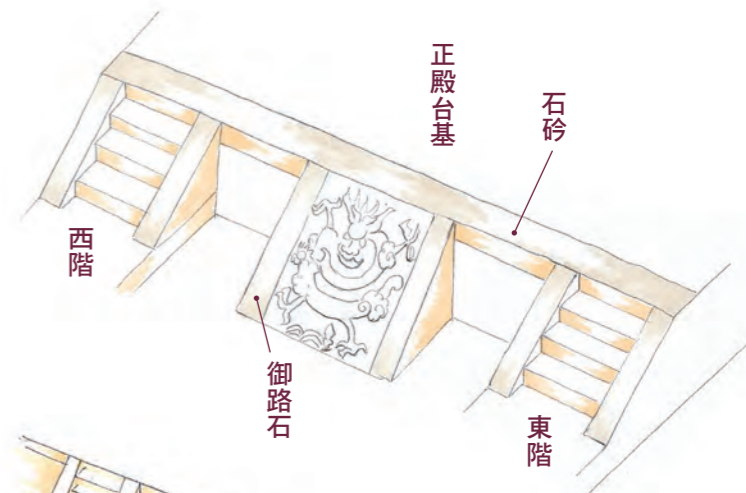
10. 晉祠聖母殿

建於北宋的大型殿堂，坐落於高聳台基上，殿前連接一座十字形橋梁，下為方池，左右橋面往下斜出，稱「魚沼飛梁」，橋底下由大型木造斗拱支撐，其造型之特殊，是中國僅見的，這座古橋的歷史可能比聖母殿還早。



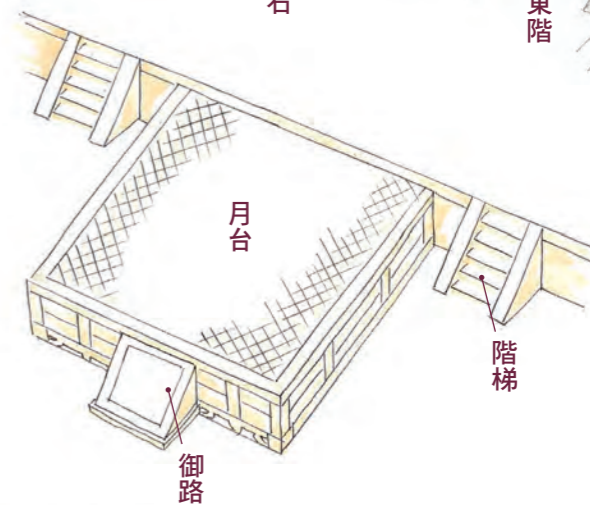
11. 臺南祀典武廟

正殿台基前方設置東西階與中央的御路石，東西階設在走廊內，是街屋型廟宇的典型作法。



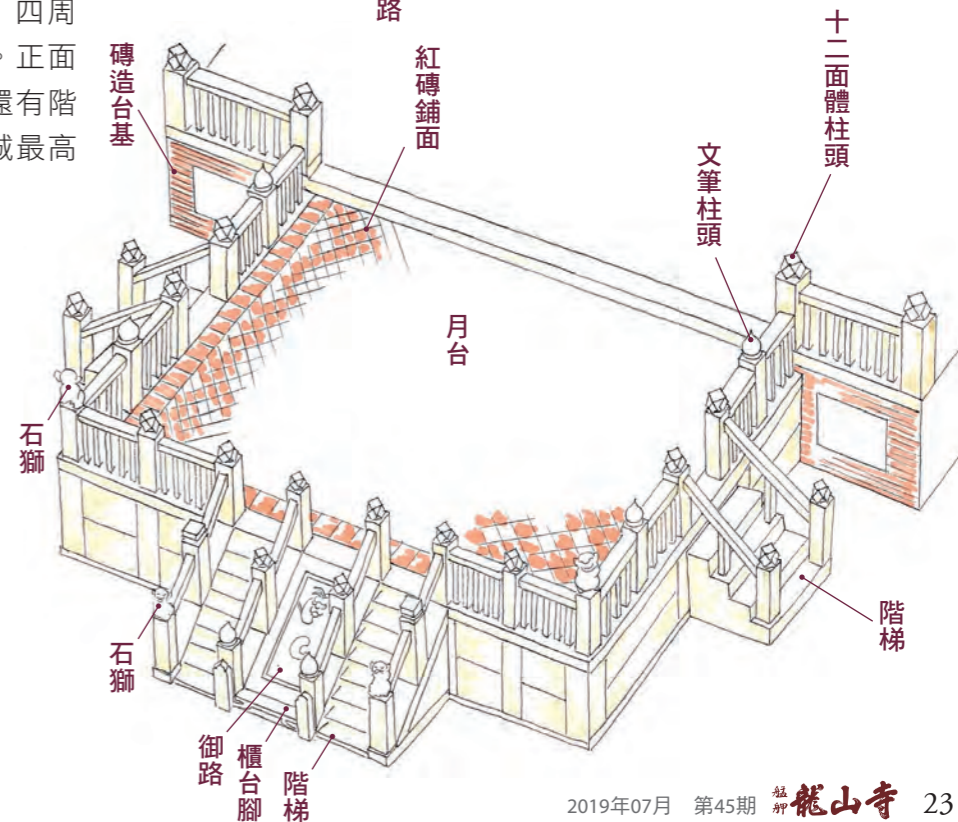
12. 臺北孔廟大成殿

將月台左右的階梯改設置在大殿台基兩側，月台前方設置御路。



13. 彰化孔廟大成殿

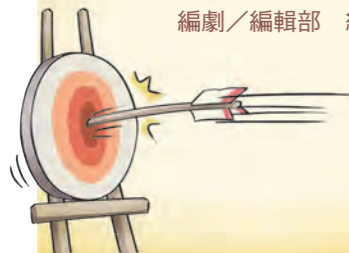
月台三面作階梯，四周作出欄杆、雕琢精美。正面中央設置御路，兩側還有階梯相連，成為與紫禁城最高級作法相似的規格。



漫畫百喻經

為熊所齒喻

編劇／編輯部 繪畫／黃正文



很久很久以前的某個村莊的某一天，一對父子與友人同行在外……



途中兒子不小心，與其他人走散了，獨自一個人走到一片森林裡……



這是哪裡啊！
(怕怕……)

走著走著忽然……



唉唷！

撞到什麼東西了啊？

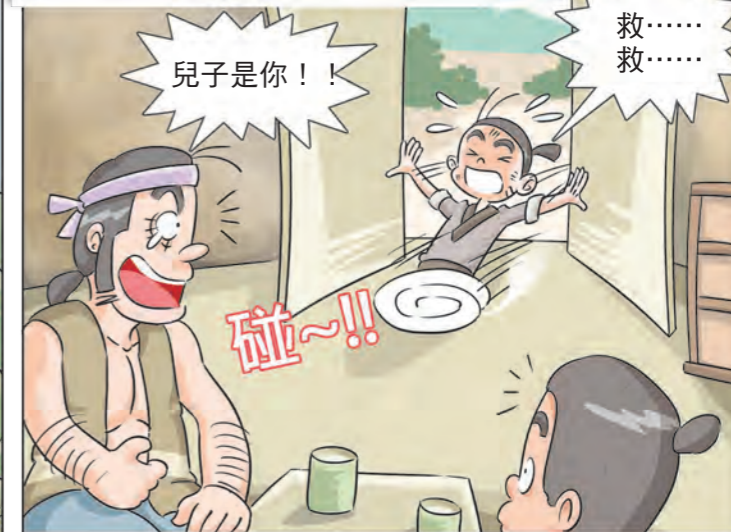


哇~~長毛怪！
救命…救命啊！



誰~來~救救我!!

受了傷的兒子拼命逃，終於跑出森林回到了家裡。



兒子是你!!

救……救……

碰~!!



你終於回來了，到底發生了什麼事？你怎麼傷成這樣子？

振作啊~
鴉紙~

搖…搖…

父親聽完後相當氣憤，立刻拿起牆上的弓箭，打算出門找長毛怪算帳。



兒子，為父幫你報仇，找牠算這筆帳！

把拔加油

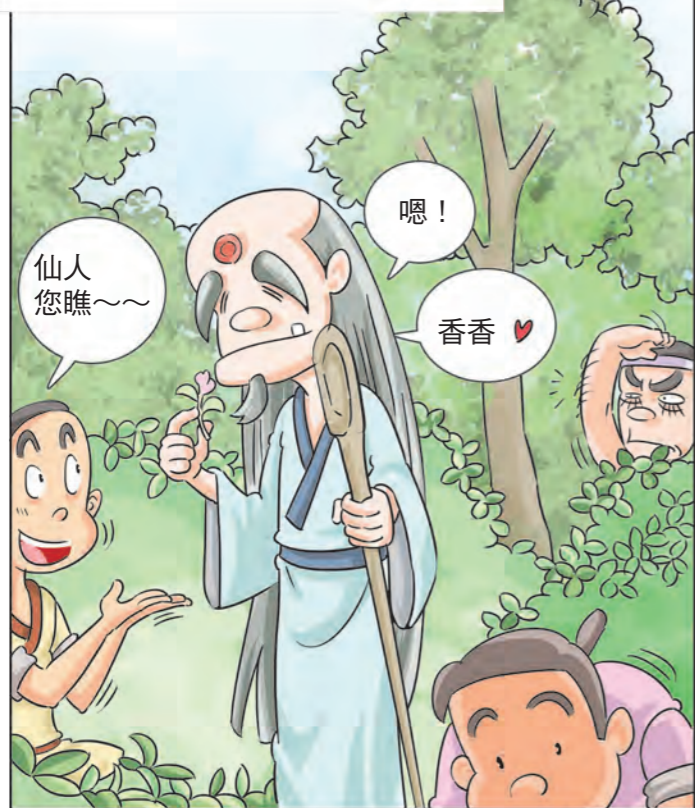


我不小心走進了森林，撞見一個長滿毛的怪物，他一見我就撲了過來了……

然後我就做了一個烙跑的動作……

驚魂未定…

進入森林後，眼前出現一個頭髮長及腰部的人……



不等仙人說明，父親立刻拔出箭，朝仙人射去……



原來這個父親沒問清楚來龍去脈，就找長毛的算帳，結果人熊不分，誤傷無辜的路人……



拜拜保平安，是許多臺灣人的習俗，也是重要的心靈寄託，由於不能常常出入廟堂，不少人習慣隨身攜帶從廟裡祈求來的香火袋，希望得到神明庇佑，消災解厄，帶來平安賜福。雖說現今科技及科學如此發達，但生活中仍存在著太多不可預知的災厄，為了求得心安，利用隨身攜帶的香火袋，向上天祈求平安順利，也算生活中的一種智慧和力量，是民眾面對生活困境所創造出一種文化習俗。

香火觀念的延伸

資深宗教民俗專家謝宗榮老師表示：「早期的香火袋裡，放的是廟宇主爐的香灰或手繪的符令，隨著時代的變遷，現今，香火袋裡的內容物也有所改變，大致分為以下三種類型，一是延續傳統放香灰，二是以印有神明圖像的紙卡或符令代替香灰，三則是香灰與符令兩者都放。」演變至今，大多還是以放符令為主，因此，配戴在身上的香火袋又被稱為平安符或護身符。

香火袋的觀念存在於我們的信仰文化中，牽涉到我們日常生活當中實際祭祀的行為表現。香火愈旺，代表神明愈靈驗，所以才會有許多人來參拜祭祀，造就香火可以持續鼎盛。因此，香火便可做為神明靈驗的象徵符號。

俗話說：「有燒香，有保庇。」香是我們跟神溝通的媒介，透過燒香，民眾向神明表示敬意與誠意，向神明傳達心中的祈願與訊息，以得到神明的幫助與保佑。香在中國民間信仰中，具有通神、避邪、淨穢、保健等作用。但是「香」本身沒有靈力，香火、香灰才具有靈力，香灰有靈

力乃是經過了一道火化的過程，香火是神明靈力的顯現，香灰與香爐也成為神聖的結晶與器物，而受信徒珍惜與膜拜。

謝宗榮老師說：「祭孔儀式裡有望燎的程序，燎是焚燒的意思，是指以誠敬的心，完成獻禮的程序。我們以燒香火化的方式將貢品呈給神明，香是供神的物品，香灰自然具有靈力，廟裡的分靈就是取香灰。」

早年，臺灣是蠻荒瘴癘之地，環境十分險惡，祖先自唐山渡海來臺時，大多隨身攜帶家鄉廟宇的香火袋，以求神明庇佑。我們隨身攜帶神明的香火袋，正是這個道理，就是要消災解厄保平安。

平安符是神明的信物

平安符為道教及民間宗教常用的符令，符令是一種驅邪除祟的宗教性圖文，在儀式中通常與咒語同時使用，並稱為符咒，用來溝通神鬼的重要媒介。符，不是道教符籙派特有的符文，早在西漢以前就出現了，如：符節、符信，以及符使符、銅使符、虎符等，當時的用途是作為君臣之間、人與人之間表示徵信的器物。

在臺灣，平安符是由神祇賜予信眾且附有神力的一種信物，當信眾遇到危險劫數時，神祇可以透過此符感應而運用平安符上的神力派遣身旁的神將保護信眾，並且達到嚇阻邪靈的作用。香火袋裡用的平安符較小，多為紙質，常被摺成六邊形（八卦形狀）放入香火袋中。

傳統上符令多由法師親手繪製，現今寺廟為了因應眾多民眾的需求，放在香火袋裡的平安符咒，清一色都是印刷符咒，

平安的
符號

香火袋

文／鄭淑娟 攝影／鄭淑娟、江懿文、編輯部

在交通不便、信息不通的古代，遠離故鄉的遊子，大多會隨身攜帶家鄉廟宇的香火袋，藉以一解思鄉之情。在臺灣，當我們要出國、旅遊、離開家鄉讀書、面臨人生重要關卡或遇到不順遂的事情時，總會到廟裡祈求一個香火袋，保佑出門在外健康平安，更保佑我們在人生旅途上一切順遂。小小的香火袋，蘊含著自己的期許，家人朋友的祝福與關懷，更是人們與故鄉與神明的一種牽絆，它帶給我們一種心靈與精神上的寄託與安慰。



香是人與神之間作為溝通的媒介。



香灰有靈力乃是經過了一道火化的過程。



平安符多被摺成八卦形放入香火袋內。

對此，謝宗榮老師表示：「雖說是印刷品但仍是具有其靈力在，只是靈力較低，因廟宇在製作前都會請神明加持，信徒若想增加靈力，在誠心向神明祈求後，將其拿到香爐上面，順時針繞行三圈，口中念請神加持符咒。當平安符過了某廟宇的主香爐後，便會附上該廟宇主神的神力。印有神明圖像的紙卡也是這個道理。」

香火袋裡的平安符令由符頭、主事神、符身（符腹）、符膽、符腳等組成。符頭是指符令所遵循的依歸，派別不同有不同畫法，如許多符上常見的「三勾」就是代表三清道祖（玉清、太清、上清）。主事神明則是符法力的主要來源。符身多為該宮廟神祇之號令，而有「敕令」之字樣，並書名此道符之功能。符能驅邪押煞必須要有符膽，符膽是指有神鎮座在這一張符令之內，一般常見的符膽是「罡」字。符腳指請兵將執行符令事由或鎮守到任務完成之意。

香火袋（平安符）的求法和禁忌

在臺灣，大多數的廟宇求取平安符的過程如下：

一、依據各廟宇神明的順序進行參拜，通

常廟宇都會張貼參拜流程，若沒有也可以詢問廟方工作人員。

二、每個神明皆參拜完後即可向廟方拿取平安符或購買香火袋。

三、面向主神殿前，雙手合掌向神明稟告姓名、年齡，住址、所求何事，誠心懇請神明庇佑平安後，拿著香火袋在主神前的香爐上方順時鐘繞三圈，就完成祈求儀式。

平安符是神明賜予信眾具有神力的一種信物，為了保持符令上的神力，所以相傳有一些禁忌必須遵守，例如勿近污穢之物、勿折損、不可鑽過胯下，不可踩、坐或任意把玩，若犯忌應回原廟過火或更換。因此，古人上廁所時會先將香火袋取下來，因為這個規矩，臺灣很多廟宇的建廟傳說，都是因為信徒去上廁所時，把香火袋掛在樹上，夜間發光，民眾祈求皆如願。因此，臺灣不少古老廟宇，都是由一只香火袋發展而來。

平安符是當事人跟原廟彼此間的一種連繫，是廟神給人象徵廟神的信物，當然是自己祈求最有效。對此，謝宗榮老師表示說：「請人代為求取香火袋依然有效，



目前廟宇的平安符多為印刷符咒。



過了期限或犯忌的香火袋要拿回原廟過火或更換。

但效力遠不如自己求取。如同誦經祈福一樣，當然是自己念最有效，所以自己親自祈求的香火袋平安符靈力最強。」

各家廟宇平安符的「有效期限」不盡相同，可向廟方詢問清楚，一般週期是一年。若有效期限到了，可帶平安符返回原廟宇重新祈求、過爐，或是再求一個新的平安符。

香火袋損壞了一定要照規矩妥善處理，不可隨意丟棄，建議最好原廟焚化，將平安符內的原符和壽金一同焚化。如果真的不方便也可以在家中附近的廟宇告知狀況再焚化，但記得一定要在廟裡先稟告，或可在歲末送神時，連同金紙一起燒化。

穩定內心的力量

謝宗榮老師表示：「平安符或香火袋能夠發揮功用，最主要還是人心的問題，當你相信你心中所信仰的神，就會得到那

份安定的力量，心安定了，所有問題和困境，自然迎刃而解，自然覺得靈力無窮。因此，主要還是信仰的力量，相信才具有力量。正所謂，心誠則靈，心若不誠則不靈。」

香火袋裡的每個細節都有它的文化與意義，不僅賜予人們心靈上的寄託與平靜，也提供了人們持續前進的希望與動力，蘊藏著許多學問與生活智慧，這就是宗教信仰的力量。千萬不要小看宗教信仰所帶來的力量，當人生面臨危機時，這一股看不見的力量，常常是穩定人們內心的重要支持。

參考文獻：

- 張珣，2006，〈香之為物：進香儀式中香火觀念的物質基礎〉，《臺灣人類學刊》，4(2)：37-73。
- 張珣，2011，〈無形文化資產：民間信仰的香火觀念與進香儀式〉，《文化資產保存學刊》第十六期，頁 37-46。
- 黃福祿，2018，道教符錄派符咒研究，玄奘大學宗教與文化學系碩士論文。



宗教民俗諮詢——謝宗榮老師

國立臺北藝術大學傳統藝術碩士，臺灣漢人傳統宗教民俗藝術研究者。著有《臺灣傳統宗教文化》、《臺灣傳統宗教藝術》、《臺灣的信仰文化與裝飾藝術》、《臺灣的王爺廟》、《臺灣的廟會文化與信仰變遷》、《臺灣的道教文化與祭典儀式》等書。

香火袋之美 文化、創意、設計的結合

宗教文化與創意結合，運用設計元素予以包裝，讓傳統的香火袋有了新風貌，從象徵神明的信物，一躍成為時髦的伴手禮。

文、攝影／鄭淑娟

現今，不論是臺灣的香火袋或日本御守，都設計的可愛精美，讓人看了愛不釋手。小小的一枚香火袋，能受到年輕族群的喜愛，重點在於創新與設計。現在的年輕人求新求變，一成不變的樣式，無法滿足他們的喜好，加上文創產業的蓬勃發展，許多寺廟開始順應時代潮流，設計出各式各樣的護身符，以滿足不同年齡層的需求。以宗教文化為基礎，透過設計巧思，在傳統中注入現代美學及流行元素，香火袋型式呈現多元化，帶給人們無限的驚喜！

時尚外觀裡的文化內涵

早期臺灣的香火袋，都是以紅布材質製成，但隨著工業發展，塑膠製品逐漸盛行與普及，之後便產生了塑膠材質的香火袋，這類塑膠材質的香火袋，以紅色和黃色為主。

往後，香火袋的設計開始走向精緻化發展，不只強調可愛美觀，更著重質感，甚至會在特別的日子推出限量款，成為珍貴的收藏品。對此，資深宗教民俗專家謝宗榮老師表示：「所謂的宗教文創，不能只有創意，還是要有文化的底蘊，因為外在的東西會隨時代改變，但內在的蘊涵永

遠都在，主要還是要瞭解宗教文化與信仰的意義，並將這種觀念傳承下去。」

龍山寺香火袋也走設計風

龍山寺熱賣的紀念品中，最受歡迎的就屬香火袋，因為龍山寺的建寺緣由就是起源於一個發光的香火袋，所以它是最具代表性的商品。龍山寺以前販售的香火袋是傳統的紅色，近年逐漸開發新樣式，包含背面印有平安、永保安康、開運招福等主題，共有數十種款式和花色。

這些經過設計的文創香火袋，不只帶在身上保平安，還可以當成飾品，信仰與創意相互碰撞、融合，激發出更多不一樣的火花，為香火袋注入新的風貌，讓更多人看見它的價值。



傳統紅布復古款



塑膠材質便利款



文創設計風格款



百年傳承的阿嬤牌手工香火袋

文、攝影／鄭淑娟

北港朝天宮香火鼎盛，每天都有大批信眾湧入，除了參拜祈福外，多數人都會祈求一個紅色香火袋回家保平安。據傳，朝天宮在日據時代就開始提供信眾香火袋，但確切時間不詳。現代廟宇的香火袋，大多都已改成塑膠製品或是文創福袋，委託廠商統一製作，朝天宮卻仍保留手工製香火袋，實屬難得，幕後功臣是一群阿嬤級的志工們。

北港朝天宮旁的仁和路上有棟行政大樓，從一樓的玻璃門窗望進去，可以看到一群阿嬤聚精會神地圍在長桌前工作，有的在翻折紅布袋、有的把香灰包放進紅布袋裡、有的負責蓋上（天上聖母北港香火、合家平安）印章、有的用裁縫車將香火袋縫合、有的負責穿上紅線，井然有序的模樣，儼然像間小型工廠。

這裡是專門生產朝天宮香火袋的「千

歲阿嬤香火工作坊」，成員是一群熱心的婆婆媽媽們，因為清一色都是上了年紀的長者，年齡加起來上千歲，所以成立了朝天宮千歲阿嬤香火工作坊，她們用布滿皺紋的溫暖雙手，義務手工製作北港朝天宮傳承百年的香火袋，把北港媽祖的平安傳遞給大家。

同心協力 分工合作

為應付龐大信徒的需求，志工阿嬤們幾

千歲阿嬤香火工作坊

地址：雲林縣北港鎮仁和路1號（北港朝天宮行政大樓）



乎是全年無休，這些阿嬤不用打卡，也不領薪水，每天上午八點左右自動到行政大樓報到，直到下午四點才離開，每個人各司其職的做著自己的工作，手邊總是堆著滿滿的半成品，就算臨時有事必須離開，也不會影響團隊的進度，彼此同心協力，分工合作，有系統地完成每個朝天宮香火袋。

因為她們的堅持與付出，才能持續手工香火袋的傳統，讓來自各地的遊客都能帶著媽祖的祝福平安一整年。現在，不少遊客會特地走到行政大樓的工作坊參觀，阿嬤們工作的景象已成為朝天宮的另一道風景。

手工製作費時費工費心思

志工阿嬤們自動自發的縫製香火袋服務信眾，令人感動，但純手工製作程序繁瑣，相當費時費工，絕不是輕鬆的事，從量布、裁布、車袋子、翻袋子、蓋上印章、放入香灰包，袋上還要有孔洞的設計，以方便穿線、掛符、綁線等多道手續才算完

成，不過，阿嬤們一點都不覺得累，而且樂在其中。雖說是日復一日的做著重複性工作，依舊還是不減耐心和細心，而且絕不馬虎，嚴守一定的品質。

阿嬤們大多是住在附近的居民，她們一邊做著香火袋，一邊與旁人談天說地，現場氛圍其樂融融，對她們而言，這不是一份工作，而是生活中的日常，快樂而自在。

有溫度的祝福

傳統的紅色香火袋給人一種純粹的美感，看似簡單卻意義深遠，而且親切感十足。因此，除了一般香客踴躍求取這復古風格的香火袋，也有遊客因為喜愛這種傳承百年的樸實模樣，特地帶回家收藏。

阿嬤志工用認真虔誠的心縫製出的紅布香火袋，手工的細節裡蘊含著珍貴的情感，傳遞的不只是信仰和文化，還帶著濃濃的人情味，是一種有溫度的祝福。手握香火袋，除了感念佛祖的庇佑，更要懷著一顆感恩的心，感念阿嬤們的無私奉獻。



1-2：將裁剪後的長條紅布對折，變成方形的小布塊。

3：將四方形小布塊的左右兩邊縫合成一個小袋子。

4：在袋子蓋上「天上聖母北港香火、合家平安」印章。

5-6：將袋子上方邊緣部分反折整齊塞入袋內，再放入包裹好的香灰包。

7：將袋子上端縫合，加上孔洞的設計，以方便穿過紅線。

8-9：將折成六角型的平安符穿線套在袋子上，就完成了一個阿嬤牌手工製香火袋。



略說十二因緣之用(下)

如何修十二因緣法？

文／釋宏覺法師 插畫／林秀欣

上期已說明十二因緣中十二支的名相，與十二因緣為三世二重因含攝於「惑、業、苦」三事中。這一期著重十二因緣法中的二門，即流轉門、還滅門，流轉門是說明輪迴生死之相狀，乃是由於一念的迷惑而成凡夫，是苦因苦果。還滅門是指示解脫生死的法門，乃是由覺悟而入聖道，是樂因樂果。於此二門知此生故彼生之因緣和合生諸法；而有生就有滅，因緣和合滅則諸法滅，此滅故彼滅，觀此因緣生滅進而了知萬法皆空，證得真諦之理。簡而言之，此生故彼生，此滅故彼滅。



十二因緣如何用在生活中而趣入解脫呢？舉例來說，在處理衝突事件的時候，經常會聽到「都是你害的」這一句話，就把事情推的一乾二淨，但實際上真是如此嗎？衝突事件的產生，絕對不是「都是你害的」單一因素所造成，而是眾多因緣和合之故而發生的。但許多人卻在事件發生的時候，不仔細探討其由來，而一味的責怪對方「都是你害的」，既然不是對方害

的，那衝突事件又是如何產生的呢？我們又該如何仔細探討其由來而得知事實的真相，而將此十二因緣用於日常生活之中，杜絕未來再有此等事的發生。

流轉門—— 說明輪迴生死之相狀

由於一念的無明法性生，而流轉於六道，造成眾生在生死中輪迴的因素，而生

死無盡，猶如水之流動不息、輪之旋轉不停一般，故稱流轉門，也稱流轉生死門，此無明乃凡夫六道中生死死環環相扣原因之一。一個無明妄念的生起，順生死流轉於六道洪流中，所謂「無明緣行，行緣識，識緣名色，名色緣六入，六入緣觸，觸緣受，受緣愛，愛緣取，取緣有，有緣生，生緣老死」，此生故彼生，由此順觀十二因緣之理路，乃因一念的無明之故，屬染緣起。凡夫由於迷惑不覺的習性已經根深蒂固，若非經常性的練習，實在是無法立竿見影，出離輪迴。

煩惱之因是無明

吾等因「無明」不覺之煩惱習性使然，眼等六根迷於日常色聲香味等六塵中，於六識中分別處處顛倒取著，因而做出一切不合理的善惡業「行」來；既有過去所造業因，自然要牽引六「識」的分別與第七識的執取「我愛、我見、我慢、我癡」四種煩惱相應。

明瞭「無我」的真理 方能斷滅煩惱

我愛的「愛」就是貪愛，指第七識耽著所執之我，無一時捨離。我見的「見」指推度，它以慧為體。然於中又有所區別，若以正慧為體，而作正確之推度叫正見。反之，以染慧為體，作錯誤之推度，叫邪見。這裡的我見，即是邪見，指第七識邪推度故，妄執第八識的見分為我。我慢的「慢」就是心不謙下，陵蔑他人，也就是指第七識仗恃所執的我，高高在上，旁若

無人。我癡的「癡」即是無明，就是指第七識不明白無我的真理，迷於自心所變之我相以為真實。

這四個深埋在第七識中的煩惱，若非深入禪定是不容易去除的，所以《唯識三十頌》說：「四煩惱常俱」，是我們每一個人內心都有的，在佛法的解析之下可知道衝突事件的產生又豈是「都是你害的」所搪塞，俗語說：「銅板沒有兩個不會響」。

第七識又稱染汙識，為什麼要加「染汙」二字？是因為第七識從無始劫來，與這四種煩惱相應，在生死流中，相續不斷地活動，恆常未曾間斷；它的行相極其沉隱，緣第八識見分時，又極細微深刻，執以為我而恆審第八識的境，見分為「我」、「我所」，而執著迷妄，從不暫捨，甚至造作種種惡業；反之，若不為這些根深蒂固的習性所侵害，則能斷滅煩惱惡業，但談何容易，若沒有依教而修，時時勤拂拭，又怎能駕馭這些煩惱乃至第八識的含藏種中的複雜問題。

改變慣性 逆向操作

以上說明了「無明」緣「行」、「行」緣「識」之後，「識」緣「名色」，現在要說明「名色」，它是精神與物質組成有情之要素，漸備「六入」，六根發動感覺知覺的能力後，自然與外境接「觸」，接觸之後，對順逆境而感苦樂等「受」，之後發生「愛」憎之心，而生貪愛，漸而開展欲望之心，於是廣為追求而妄「取」妄



動；妄取妄動的造作後，自然「有」生死之因，要受業力支配；既有現在業因，自然未來要往六道中受「生」；既有生命，自然由「老」至「死」，不免種種憂悲苦惱；如是輾轉，依因感果，果上復造因，因果不昧，輪迴無窮。既知輪迴生死洪流之因，便向還滅逆向操作，成就斷惑證真而解脫生死。

還滅門—— 解脫生死之法門

滅即滅除煩惱，還滅即還歸涅槃真性；若能依此而修，是謂可解脫生死之法門，故稱還滅門。三乘聖者亦如是修之，即所謂「無明滅則行滅，行滅則識滅，識滅則

名色滅，名色滅則六入滅，六入滅則觸滅，觸滅則受滅，受滅則愛滅，愛滅則取滅，取滅則有滅，有滅則生滅，生滅則老死滅。」此滅故彼滅之道理，是逆觀十二因緣，屬於淨緣起。

前述順觀十二因緣，是屬於染緣起，故順生於六道輪迴，要出輪迴苦必須逆向操作，逆觀十二因緣，故屬淨緣起。欲出生死流，必要洗滌染緣，淨覺幻妄，最後終成佛道。

探討生死的根源，由有「老死」之苦，此苦是由於投「生」之故；會來投生，是由於所造業「有」之故，乃至妄作善惡業「行」，因為有無始「無明」之故而輪迴；

若要出輪迴，必定停止重複「老死」的現象發生；若能停止「老死」現象發生，則當不去受「生」；而要不受生，則當不造身口意等「業」；要無業有，當不妄「取」；如是乃至無諸識「行」；無諸識行，則當破除「無明」煩惱。故知無明煩惱，是生死根本。出離輪迴則擒賊先擒王，這賊王又如雜草之根，春風吹生，所以斬草要先除根；一旦無明滅除，則行隨之而滅；而行一滅則識亦滅；乃至不去投生，則無老死憂悲苦惱。此即是還滅門的道理。

生死輪迴 緣自惑、業、苦

《心經》說過：「無無明亦無無明盡，乃至無老死亦無老死盡。」煩惱、業、苦在十二因緣裏就是無明，由一念的無明而落入三道：無明、愛、取是煩惱道；行、有就是業道；識、名色、六入、觸、受、生、老死叫苦道。在上一期文中說過：「煩惱業苦。以為根本。應知。攝十二分。唯有三事。更無餘法。」故知此十二因緣之根本就是惑、業、苦。簡言之：貪、瞋、癡等煩惱叫做惑，因惑而造作種種的善惡業，因業而招感無數的生死和痛苦。經云：「因惑造業，因業受苦。」如是輾轉生死不斷。在《緣生論》的偈頌也說：「離惱何有業？業壞亦無報；無報則離惱，此三各自滅」，說明了離開煩惱，就能脫離業力繫縛，哪裡還有業？當業力停止的時候，苦報也隨之銷聲匿跡，又何來有報，自然就遠離煩惱，惑、業、苦也就各自退散。

吾等無量劫中生死輪迴在六道中，一會兒人道受生，一會兒天道、阿修羅、畜生、餓鬼、地獄等六道受生，輪迴的苦，苦在不得自我主宰不受下三道，何謂下三道之苦呢？就是畜生道的血途苦，例如：動物界、飛禽走獸，弱肉強食、互相吞噉、飲血食肉，如是可怖可畏驚恐之苦；餓鬼道的刀途苦，餓鬼常在飢餓或刀劍棍杖逼迫之下受苦；地獄道的火途苦，地獄常有猛火油鍋、鑊湯爐炭燒煎之苦，這三途所受的苦非筆墨所形容，大家若想深入瞭解，讀誦《地藏經》即便得知。

今生有幸人道受生，但在人道中即使知道三惡道的受生之苦，面對逆境不順心的時候，卻不能記取這些可怖可畏的教訓，而有「誰怕誰」的念頭，甚至無法阻攔而勇於造業的奔向惡業，又造無邊之罪業，雖然有造善業，但這些善業能脫得輪迴嗎？想想，吾等今生都在人道受生，當這一生結束之後，會是哪一道受生呢？有云：「欲知未來果，今生作者是」。

換言之，要知未來世，但看今生做了哪些善惡業，若想脫得三界輪迴，不再受生輪迴苦，就該向今生修得解脫因，成就了生脫死，不再輪迴。有云：「生死事大，無常迅速」。所以當面對衝突事件的時候，勿以「都是你害的」一句話做為為了結，當以十二因緣觀衝突之因，順觀又逆觀而還滅之。

(本文作者為龍山寺文化廣場佛學講師)

勿 散布「假訊息」 傷害社會大眾

文／李永然律師、釋明毓法師 插畫／黃正文



近來在各大社群網站、手機通訊 APP 當中，常常可以看到很多似是而非的「假訊息」。假訊息的內容種類很多，常見的類型有：醫療偏方、食品安全、法律規定、政府政策、免費貼圖、災難事故等不一而足。這些假訊息在日常生活中，給社會大眾帶來錯誤的觀念與認知，輕者可能在生活中帶來一些不便利，重者可能產生財產或生命上的危害或損失。

誠實不妄語 謠言止於智者

在災難發生時，假訊息可能會造成社會人心惶惶，甚至延誤救災時程或浪費救援物資。而政府機關或公司相關部門，為了澄清網路上不實的假訊息，反而需要耗費更多的成本「闢謠」，才能有效地「導正」假訊息給社會大眾帶來的錯誤認知。因此，「假訊息」不僅足以誤導社會大眾的正確觀念，也造成社會上因此必須增加原本不必要的成本花費，對於社會大眾是「百害而無一利」。

世界各大宗教都教導世人，不要有任何虛假的言語。例如佛教當中，「不妄語」是「五戒」的第 4 條戒，同時也是「十善法」之一；基督教《聖經》利未記第 19 章 11 節，告誡世人「不可欺騙」；在中國儒家《論語》中，孔子也告訴我們「人而無信，不知其可也」的道理。由此可知，「誠實不虛」是人類社會的普世價值。佛教所說的「妄語」，

是指說謊、欺誑或說顛倒是非、虛妄不實的言語，屬於「口四過」^(註)的其中一種；不實的言語不僅會傷害自己，也會傷害他人乃至於社會，因此佛陀才會制定「不妄語戒」。

除了口說的「言語」以外，將這些不實、顛倒、虛妄的言語行諸於文字，就會形成我們常見的「假訊息」。因此「假訊息」也是屬於「妄語」的一種行為態樣，依據佛教「不妄語戒」的精神，我們不應該在網路上主動散布「假訊息」，也不要未經查證就任意將網路上的假訊息「轉貼」給親友，任憑「假訊息」繼續誤導他人，讓「謠言」得以「止於智者」。

理性看待網路言論 求證有保障

除了上述宗教的教義及戒律之外，散布「假訊息」可能也會負擔相關的法律責任。我國現行《社會秩序維護法》第 63 條第 1 項規定：散布謠言足以影響公共之安



李永然律師

永然聯合律師事務所所長
中華人權協會名譽理事長



釋明毓法師

社團法人中華品德教育推廣協會理事長

寧者，最高可處拘留 3 日或罰鍰新台幣 3 萬元；目前內政部也提出《社會秩序維護法》修正草案，增訂第 63 條之 1 規定，針對意圖影響公共秩序，散布明知為不實之事，足以使公眾產生畏懼或恐慌的情形，可處新台幣 3 萬至 30 萬元罰鍰。

此外，行政院也計畫在《災害防救法》、《糧食管理法》、《農產品市場交易法》、《傳染病防治法》、《食品安全衛生管理法》和《核子事故緊急應變法》當中，增訂防制「假訊息」的相關規定。

如果散布「假訊息」侵害他人的名譽或信用，可能構成《刑法》第 310 條第 2 項的「加重誹謗罪」或同法第 313 條的「妨害信用罪」；倘若以散布「假訊息」的方式，對他人詐取財物或獲得財產上的不法利益，也可能構成《刑法》第 339 條的「詐欺罪」而必須負擔刑事責任。

因此呼籲各位讀者，我們在生活中，如果從「網路社群」或「手機通訊 APP」接收到別人轉貼或來源不明的訊息，應該

要客觀思考該訊息的合理性，必要時甚至要求核證該訊息內容是否正確。如果證實是一則「假訊息」，務必要讓「謠言止於智者」，切莫再將「假訊息」轉貼、散布出去；不僅可以阻止「假訊息」繼續傷害社會大眾，也避免自己因為散布「假訊息」的行為，而負擔不必要的法律責任。

註：「口四過」是指：兩舌、惡口、妄言、綺語。

法學小百科

- 《社會秩序維護法》第 63 條：有左列各款行為之一者，處三日以下拘留或新臺幣三萬元以下罰鍰：五、散布謠言，足以影響公共之安寧者。
- 《刑法》第 310 條（誹謗罪）：意圖散布於眾，而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事者，為誹謗罪，處一年以下有期徒刑、拘役或五百元以下罰金。散布文字、圖畫犯前項之罪者，處二以下有期徒刑、拘役或一千元以下罰金。
- 《刑法》第 313 條（妨害信用罪）：散布流言或以詐術損害他人之信用者，處二年以下有期徒刑、拘役或科或併科一千元以下罰金。

二十一世紀資訊網路發達，人手一機，面對局勢千變萬化的資訊時代，所有訊息由手機接收，來自國際的網際網路，每天有五花八門的時事新聞，隨時出現意想不到的無常消息。因為人際關係的互聯網，有 Line、微信與臉書等社群軟體的串連，現代社會分享訊息快速，彼此相互緊密，進而影響生命的起心動念。在繁華似錦的環境中，能夠清淨無憂無慮的生活，並日日隨遇而安且自在，實在是談何容易？

全面推動媒體素養的社會教育

約略於 2000 年以後，興起「媒體素養」課程，依維基百科記載：媒體素養是指在各種環境中，以適合自己的目的和需求的方式取用、分析、評估及製造媒體資訊的能力，又稱媒介素養。「媒體素養教育」或「媒體教育」有別於培養媒體從業人員的媒體專業教育，教育對象主體是全體公民。教育目標為使全民具備自主思辨能力與產生資訊的能力，從而以批判角度去解讀各種媒體資訊、假新聞。

網路資訊及新聞，對社會、群組與個人的日常生活影響無遠弗屆。許多媒體為能以短時間抓住閱聽者的注意，都可能誇大其實報導。「假訊息」已成為臺灣最為關注的議題之一，在臺灣擁有 2100 萬用戶，也是訊息交流重要平台的 Line，今年推廣出「Line 謠言查證官方證號」，希望善盡企業社會公民責任，與政府、新聞媒體、民間組織及用戶攜手抵抗日益氾濫的假訊息與錯誤報導。

臺灣司法人權進步協會呼籲，假新聞是網路與自媒體發達後的自然產物。如果

每個人都能在轉發新聞或訊息前，多留心注意，對有懷疑的訊息或新聞，不加以轉發或是根本不回應，則假訊息或假新聞的傷害自然就能減少。所以學習明辨媒體的是與非，不要誤信新聞，免得變成受假消息操弄的閱聽人。

由於假消息層出不窮於網路資訊，因此，內政部強調，不實訊息流竄嚴重，影響國人社交及社會安寧，可能造成恐慌，有必要立法處罰。所以，立法院會三讀通過「災害防治法第 41 條條文修正案」，行政院及內政部均設立「即時新聞澄清專區」，中央災害應變中心網站，也有災害情報站「闢謠專區」，民眾可以多利用。

如何判斷資訊是否正確？訓練自己的「批判性思考」能力，資訊是被附加了意義的資料，唯有善用其心培養查證的精神，自然獲得更好的資訊及正確判斷能力。因為數位科技發達，現代資訊彈指點按，就可以輕易傳送成千上萬筆資訊至世界各地。如今網路化的普及與便利，獲得資訊容易，但是資訊的複雜與不正確性，會導致資訊的濫用與誤解。



得淨法眼以正智慧如實知見

每一個人都能成為資訊的提供者或傳播者，然而，必須持平思考它正確的程度，並有智慧明辨正確的資訊。我們聽聞正法，如理思惟，如理作意，法隨法行。

佛陀說法，講經 49 年，因為善知識們代代流傳弘揚佛法，佛有一位弟子名為謨尸羅，他告訴一位比丘說：沙衛陀同修啊！不靠禮拜、信（相信）、沒有貪喜（偏愛）、不耳食之言及傳說，不考慮表面的理由、

不耽於揣測的臆見，我確知、明見「生的止息」即是涅槃。

在佛典裡，證入真理的人，都用「得淨法眼」一詞，又如「他已見道、得道、知道、深入實相、盡祛疑惑，意志堅定，不復動搖。」我們必須以正智慧如實知見，而不是盲信閱聽資訊。當我們能以利他為出發點，智慧轉境，自心光明，讓心隨時隨地有規範，使生命品質提昇，必能獲得正確的資訊，傳遞真善美的正能量，服務他人，奉獻社會，讓社會和諧，人民安樂。



搭捷運去旅行 西門町站朝聖去

文、攝影／江懿文

臺北的交通四通八達，擁有方便的捷運系統和大眾運輸工具，透過慢遊的方式，在這個優美的城市裡，有許多充滿歷史軌跡的地方值得我們探訪，這期的搭捷運去旅行，將帶領讀者前往人聲鼎沸的西門町站，看看隱藏在熱鬧喧嘩的市區當中，靜靜佇立、帶著風華流轉的老建築們。



西門紅樓



從西門町站 6 號出口走出來，映入眼簾的正是造型特殊的西門紅樓，已有百年歷史的西門紅樓，當初是臺灣第一座公營市場，並由官方所興建，是座保存相當完善的三級古蹟，以八卦的造型做設計，有「八方雲集」之意涵，期許市場可以匯聚人氣。

現在的西門紅樓褪下了市場的外衣，與松山文創園區共同推出「東西好文創市集」，提供文創工作者一個可以實現理想的平台，在假日的時候常有市集攤販，讓遊客有更多逛街的好選擇，透過場域的再造性，將百年古蹟融入人們生活當中，創新與傳統的融合，替西門町帶來不同風貌。

臺北天后宮



隱身在大馬路旁的臺北天后宮，走路經過時會先注意到兩旁的石柱，在這個現代化的騎樓邊顯得相當特別，走進小小的

廟門後才發現裡頭別有洞天，金碧輝煌的正殿供奉著主神天上聖母，燭台上充滿了信眾虔誠供奉的蠟燭，火光閃爍間更增添了天后宮的莊嚴和壯麗。



臺北天后宮的主神——天上聖母。

建於乾隆 11 年（1746）的臺北天后宮，當時名為「新興宮」，卻因為第二次世界大戰末期，日本政府為了拓寬道路而強制拆除舊址，天上聖母的神像因而請至艋舺龍山寺的後殿供奉，直到 1948 年才遷移到目前的地址，現址原為弘法寺的舊址。

當時尚未供奉弘法大師，而後有信眾受到了弘法大師的託夢，於是在天后宮左側殿供奉弘法大師空海像，並在殿外的水池旁設置一尊弘法大師的石雕，形成一種臺日合併的獨特景觀，每年日本的高野山本寺都會派僧侶前來天后宮誦經參拜。



弘法大師的石雕靜靜佇立在水池旁。



西本願寺的地標，從左至右分別是鐘樓、御台所的地基及輪番所。

天后宮的建築保有舊時的精緻石雕，融合了弘法寺的遺物和現代建築，寺裡除了供奉天上聖母及弘法大師外，還有地藏王菩薩、觀世音菩薩、註生娘娘、關聖帝君、文昌帝君、福德正神、玉皇大帝、三官大帝及太陽、太陰神君等神祇。

臺北天后宮不只是一座宮廟，也積極推廣慈善公益活動、辦理社會救濟，或是補助國中、小的營養午餐等，在十幾年前甚至有圖書館供莘莘學子念書、查資料，對於社會上的貢獻不遺餘力。

駐足在臺北天后宮裡，可以感受到寺廟的神聖和莊嚴，看著信眾虔誠的參拜，宮裡靜謐的氣氛，很難想像出了大門口竟然就是車流量十分龐大的成都路，鬧中取靜的臺北天后宮，值得花些時間造訪。

西本願寺

位在中華路一段和長沙街二段交會口的西本願寺廣場，是日本京都西本願寺來臺灣建立的別院，日本時期時，日本的佛教團體隨著軍隊前來臺灣布教，於是各個宗派開始在臺成立布教所，西本願寺便是其中之一。

原本西本願寺共建有本堂、樹心會館、鐘樓及輪番所等大地標，當時不只是中華

理教總公所、臺灣清心堂公所，也是許多中國來臺軍眷和中南部人的聚居之地，在附近形成了日後的「中華新村」。

可惜的是，1975年發生了一場大火，導致本堂、庫裡、御廟所被燒毀，現在只能看到西本願寺從前的地基，並藉此來想像從前的盛大光景。

為了不讓充滿歷史軌跡的地方消失，2006年，西本願寺的鐘樓、樹心會館被升格為市定古蹟，並且在建築修復完成後，全面對外開放，提供遊客前來欣賞日式建築和氛圍之美。

目前還保留著的樹心會館，從前是為了因應時代需求，提供一個舉辦演講或是葬禮的集會場合。從外觀上看，樹心會館融合了新式建築的架構，整體建築呈現L型，屋頂構造採用了中國傳統「歇山頂」式，而窗戶則使用了西式的「上下式拉窗」，入口屋頂為日式圓弧型的「唐門」，柱身使用西式的柱體作為裝飾，融合日本和西洋風格，在當時獨具一格。

看完樹心會館後，也別忘了前往鐘樓看看，建於假山上的鐘樓，就這樣矗立在一旁，充滿濃厚日式風味，會讓人彷彿置身在日本的錯覺，到了櫻花盛開之時，更

是許多攝影愛好者取景的熱門點。

一旁的輪番所原本是寺廟負責人的宿舍，屋頂上覆蓋了日式的黑瓦，牆身則是採用雨淋版的設計，目前由「八拾捌茶」進駐經營，讓老建築重獲新生，在這種充滿濃厚日本氛圍的店裡喝茶，別有一番風味。

臺北文獻館

隱身在西本願寺裡的臺北文獻館，也是不能錯過的景點之一，臺北文獻館主要負責臺北市的文獻史料蒐集、編撰和典藏，經過多次搬遷，最後落腳於西本願寺的廣場。

除了蒐藏文物外，臺北文獻館也致力於將史料數位化，透過和學校配合，辦理創意族譜競賽，希望藉由教育，將歷史根本的重要性從小開始教起，也舉辦展覽供民眾參觀。

展覽以文獻館的館藏工藝、書畫等許多珍貴文物為主題，結合了臺北市的歷史和人物文化，規劃了「經典寶藏」、「昔日時光」、「北門物語」三個主題展區。位於本堂的「經典寶藏」展區呈現早期臺灣畫家筆下的花卉或是動物畫，生動又美麗的作品，映照出作者的理想世界，還展現了不同時代的繪畫特色及技法。「昔日時光」帶領民眾體驗往昔的工藝類和生活

類文物，從前的生活用品，甚至是日本時期「臺灣博覽會」的相關展品，都是展覽的經典之作。

而位於樹心會館C區的「北門物語」則將臺北市的過往風華和改變做了呈現，北門甕城上的「嚴疆鎖鑰」門額便展示於此，向民眾訴說著歷史風華在時間洪流中的轉變。

臺北法華寺

法華寺為日蓮宗寺派的布教所，早期來臺灣時，主要的布教對象為日軍、教師、官員為主。法華寺主祀觀世音菩薩，合祀宗祖日蓮、妙見菩薩、鬼子母神、經王大菩薩、清正公等。

走進法華寺給人一種時間凝結的感覺，日式風格的建築和寺廟的肅靜氣息，讓人放慢動作慢慢欣賞這裡的一切，沿著古老的石板參道走進寺中，抱著虔誠的心參拜外，也能發現不少精緻的木雕工藝，在在顯現法華寺之美，適合花些心思駐足於此。

在這個腳步匆忙的時代，不妨安排個半天或是一天的行程，放慢自己的步調，發現生活中容易被忽略的美好，創造更多回憶。



隱身在西本願寺裡的臺北文獻館。



寫有「嚴疆鎖鑰」的門額。



臺北法華寺有著顯眼的外觀。

撤燭台為了安全也為了環保

文／江懿文 圖／編輯部

龍山寺從 2000 年開始，為了配合節能減碳的政策，先從停燒金紙開始，再慢慢封爐，從原本的 7 座香爐，到目前只保留了觀音佛祖爐，信徒參拜只需拿一炷香，減低因燒香產生的煙害與空氣汙染，隨後於今年（2019）撤掉寺裡的兩座燭台，全面禁點明火蠟燭，替環境盡一份心力。

自古以來，燒蠟燭是一種儀式活動外，更是一種心靈上的寄託，透過點燃的形式，火光象徵著光明和祈求平安福氣的媒介，例如生日時，都會在生日蛋糕上點燃蠟燭許願後吹熄，希望願望實現。

在一般民眾的家庭中，也常有蠟燭的存在，常駐神明桌兩旁的光明燈，從前都使用蠟燭，也是光線的主要來源，希冀可以照亮家族的興旺和人生的光亮，隨著時代的變遷，以及安全的考量，漸漸地從蠟燭替換成燈泡，虔誠的心不變，而是在科技和信仰中找到折衷的辦法。

象徵平安祈福的燭台在龍山寺共有兩座，燭台上常可見到信眾誠心獻供的紅色蠟燭，點燃蠟燭象徵點亮前途或是祈福，是人們將願望傳達給神明的一種方式，由於信眾眾多，每座燭台都有專門的廟方人員顧守著，不定時收拾燭台、整理溢出的蠟油或是周邊地面清潔，保持安全無虞。

有感於巴黎聖母院火災事件所帶來的警惕，基於環保及安全考量，適逢 280 週年寺慶的龍山寺，決議在 5 月開始撤燭台，並不再提供蠟燭販售，目前還在研議要用其他方式作替代，未來不排除採用電子蠟燭的形式做延續，儀式順應著時代改變，不管採用任何方式，對於神明的敬意和心意不會因此而減少，更重要的是對於環境的保護和愛惜之心。



信眾虔誠的點燃蠟燭及工作人員清理燭台之光景。



己亥年中元盂蘭盆勝會

農曆七月是一年一度的中元盂蘭盆勝會，本寺於農曆六月末日在地藏王廟發表，七月一日在本寺三川殿前埕舉行豎燈篙儀式、七月十二日發表連放榜、七月十三日拜樹蘭花腳、七月十四日放水燈、七月十五日餵口施食，以及七月二十三、二十九日在地藏王廟舉辦超薦法會，七月二十九日謝燈篙。

艋舺龍山寺近期活動及慶典預告

日期	名稱內容	地點
農曆六月二十九日至七月二十九日 (國曆 07/31-08/29)	中元盂蘭盆勝會	本寺
農曆七月二十三日及七月二十九日 (國曆 08/23 及 08/29)	超薦法會	地藏王廟
農曆九月初一至九月初九 (國曆 09/29-10/07)	藥師法會	本寺
農曆九月十九日 (國曆 10/17)	觀世音菩薩出家紀念日	本寺

※ 更多活動內容請見艋舺龍山寺網站公告。

艋舺龍山寺板橋文化廣場活動預告

日期	名稱內容	地點
國曆 8/10 (週六) 09:00-18:00	地藏法會	十樓佛堂
國曆 9/4 (週三) 19:00-21:00	人生百百款，籤詩千千解	七樓大會堂
國曆 9/29 (週日) 13:00-17:30	108 年度第六屆艋舺龍山寺盃 全國學生書法比賽一決賽	五樓展覽館

※ 更多活動內容請見艋舺龍山寺板橋文化廣場網站公告。



艋舺 龍山寺

Bangka Lungshan Temple



財團法人臺北市艋舺龍山寺

地址：臺北市萬華區廣州街 211 號
電話：02-2302-5162 傳真：02-2306-0749
網址：www.lungshan.org.tw