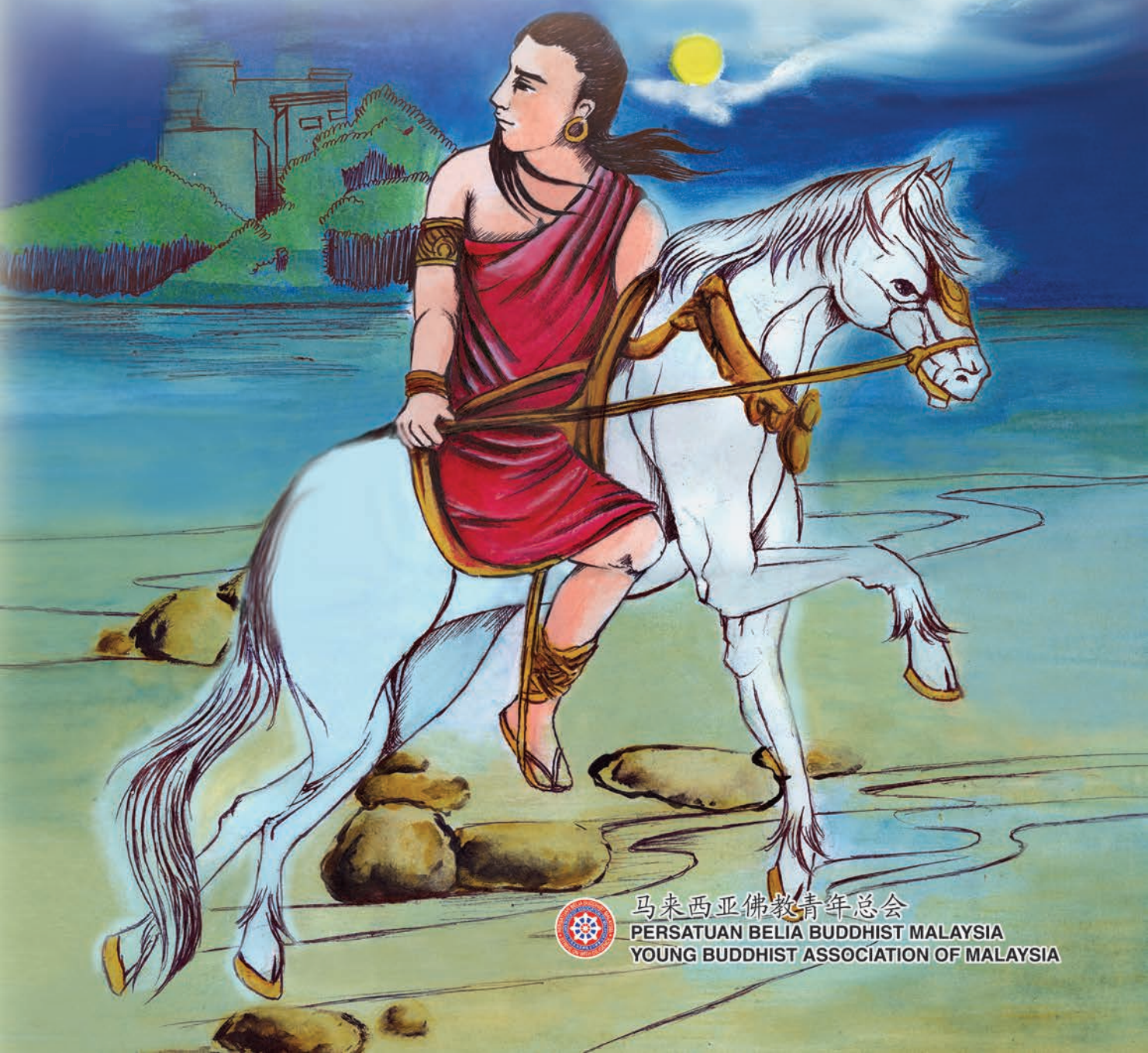


马来西亚新编儿童佛学班

佛学课本

四年级

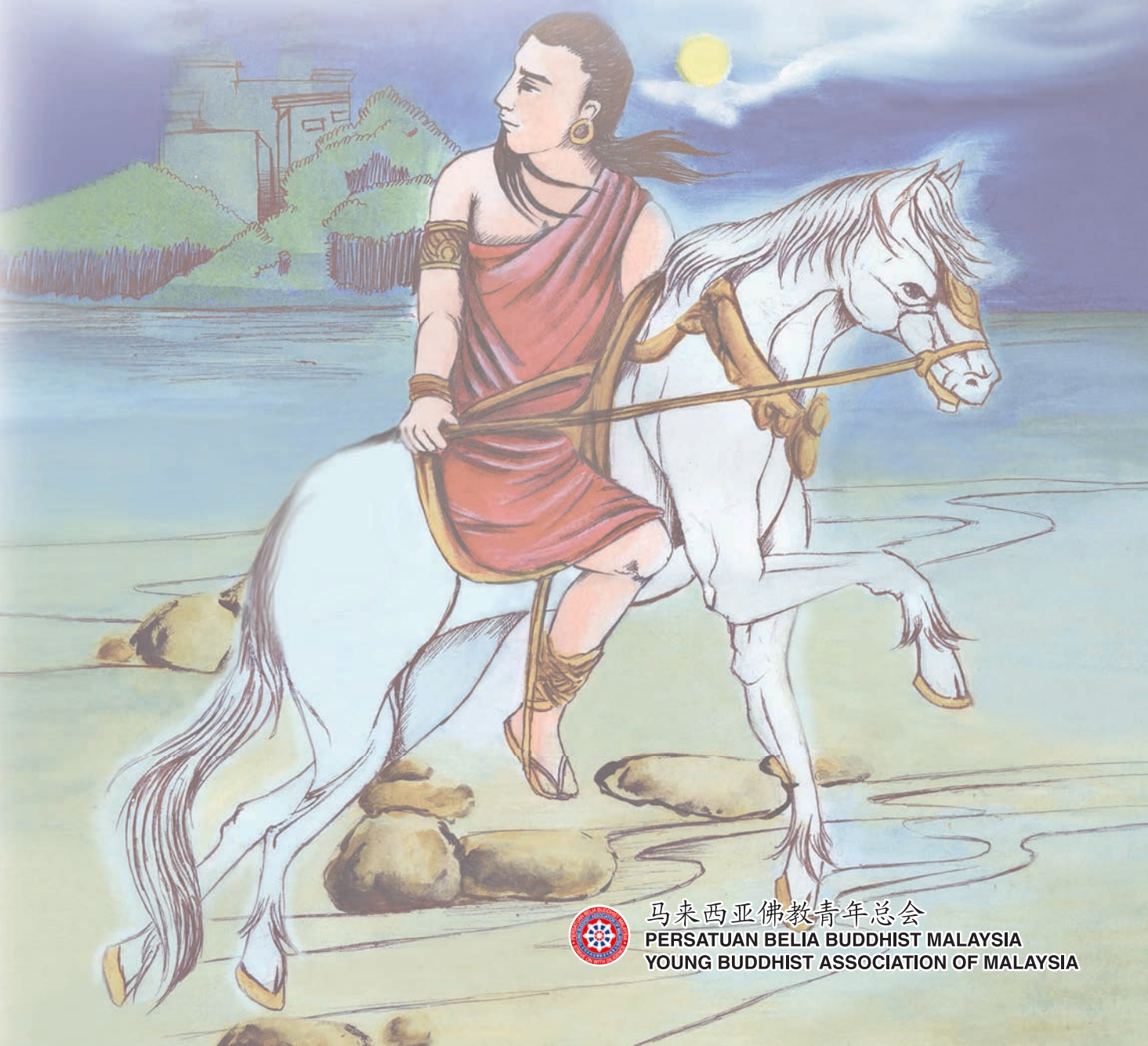


马来西亚佛教青年总会
PERSATUAN BELIA BUDDHIST MALAYSIA
YOUNG BUDDHIST ASSOCIATION OF MALAYSIA

马来西亚新编儿童佛学班

佛学课本

四年级



马来西亚佛教青年总会

PERSATUAN BELIA BUDDHIST MALAYSIA

YOUNG BUDDHIST ASSOCIATION OF MALAYSIA

《四年级佛学课本》编写委员会

顾问：释继程法师 释开舍法师

教育委员会主席：刘苾连

编审：姜联招 钟明辉 许友彬

编委：陈耀德 石云彩 黄碧云 王家祥 郑美樱

撰稿：继持法师 吴德福 郭莲花

2006年小学佛学课本编写工作坊学员：

陈玉娟 沈倩萍 洪桂云 庄美厢 张榕榕 梁慕卿 林月佑

陈丽可美 郭巧云 戴添豪 潘富玮 陈怡晶 许儿文 王芳建

罗旭斌 陈碧英 林崇信 林彩婷 黄喜杰 蔡佩佩 曾丽君

绘图：许罗威 黄泳铝

作曲：张蔚乾 周金亮 凌克夫 李翰章 天勇

《降魔成道》《大智文殊菩萨》《说出美丽的世界》制作群：

制作：Black Note Music Production (李英剑 程作彬)

编曲、录音及混音师：BOT

混音室：MO SOUND STUDIO

演唱：黄蓓蓓 戴伟恩 王琳寓 黄淑仪

特别鸣谢：

马来西亚滚石唱片，提供歌曲：《面壁》（专辑：五月里的缘）

节节音乐工作室，提供歌曲：《在荷花塘边》（专辑：童心菩提心）

大士艺术制作室，提供歌曲：《转法轮》（专辑：佛国的小脚丫）

D-Farers Production Music，提供歌曲：《谁也躲不过》（专辑：一盏灯）

歌曲：《含泪的感恩》（专辑：缘起的屋檐下）

Copyright © 2009 by YOUNG BUDDHIST ASSOCIATION OF MALAYSIA

版权所有 • 翻印必究

ISBN 978-983-3595-35-8

出版：马来西亚佛教青年总会

YOUNG BUDDHIST ASSOCIATION OF MALAYSIA

流通处：**YBAM HQ Secretariat**

No 9, Jalan SS 25/24, Taman Mayang,
47301, Petaling Jaya, Selangor, Malaysia.

Tel: (6)03-7804 9154, (6)03-7804 9157 Fax: (6)03-7804 9021

Email: ybam@streamyx.com <http://www.ybam.org.my>

YBAM Penang Admin. Centre

7, Changkat Minden, Lorong 6,
11700 Gelugor, Pulau Pinang, Malaysia.

Tel: (6)04-659 1598, (6)04-659 1601 Fax: (6)04-658 1392

E-mail: ybampg@streamyx.com

制作：**红蜻蜓出版有限公司** (475169-U)

Odonata Publishing Sdn Bhd

30, Jalan 1, Taman Len Sen, Cheras, 56000 Kuala Lumpur.

Tel: 03-9101 1179 Fax: 03-9101 7991

E-mail: odonata@streamyx.com

印刷：**Percetakan Advanco Sdn. Bhd.** (45169-K)

23, Jalan Segambut Selatan, 51200 Kuala Lumpur.

Tel: 03-6258 9211 Fax: 03-6257 0761

定价：RM15.00 (附送儿童佛曲CD)

宗旨

本课本的目的在于：

- ◎ 使儿童对三宝有正确的认识、理解和信仰。
- ◎ 使儿童建立正确的道德价值观与宗教观。
- ◎ 培养儿童的慈悲和智慧。
- ◎ 启发儿童爱教护教的精神。
- ◎ 启发儿童应用佛法于日常生活中。
- ◎ 使儿童建立健全的人格，以促进社会 and 国家的繁荣、和谐与进步。

前言

佛教教育是马佛青总会的六大服务领域之一。有鉴于马来西亚佛教教育缺乏一套由学前教育到大专的完整和有系统的佛学课程，马佛青总会在第五个六年计划（2004-2010）里明确地将编写从学前到大专的佛学课程纲要、佛学课本及教师指南列为主要的教育工作。自2004年以来，马佛青总会陆续出版了小学一至三年级的佛学课本和教师指南。今年出版的《小学四年级佛学课本》，见证了马佛青总会教育委员会与佛学课本编写委员会多年来的努力和不断向前迈进的步伐。

佛教教育在马来西亚是由佛教社群推动的非正规教育，因此马佛青总会以非营利模式来进行佛学课本的编写工作是艰辛的，但过程中的种种助缘更是令我们感动和感恩的。我们庆幸邀请到继持法师、吴德福、李励章、朱茂平和郭莲花居士等撰写课文与活动建议。感恩他们的用心和努力为学生提供现实、有趣、富有挑战性、图文并茂的学习素材，以及在活动建议中为学生提供制作、探索、研究和交流的时间和空间。这一次的课本也作出了新的尝试，在课本中抄录了《吉祥经》与《心经》的经文，以期学生在阅读课本之余得到佛教经典的熏陶。马佛青总会也庆幸邀请到姜联招、许友彬和钟明辉居士担任编审，以确保课本最终符合专业水准。为了更完美地展现课程的内容，活动建议中也穿插了多首优美动听的佛曲，我们要感谢张蔚乾、李翰章、程作彬居士等佛曲创作人。我们也不忘感激教育委员会主席刘苾连居士的协调，以及在编审、撰稿人、佛曲创作人之间穿针引线的编委会成员，他们包括担任顾问的继程法师和开舍法师、主席陈耀德、石云彩、黄碧云与王家祥居士。

马佛青总会将继续在2010年之前，完成小学五年级和六年级的佛学课本与教师指南的编写工作。我们由衷希望马佛青总会所编写的佛学课本能获得国内开办佛学班的佛教团体采用，使佛教教育得以普及。我们更希望大家在使用这套课本后，能不吝赐教，让我们能精益求精，不断提升。

马来西亚佛教青年总会
总会长
王书优博士

目录

第 一 课	太子成年	1
第 二 课	太子游四门	4
第 三 课	太子出家与修行	7
第 四 课	太子降魔、成佛	10
第 五 课	说法第一富楼那	14
第 六 课	达摩祖师	16
第 七 课	白居易	19
第 八 课	完美的表演	22
第 九 课	佛度央掘摩罗	24
第 十 课	佛像的来源	26
第 十 一 课	母难日	28
第 十 二 课	舍利塔	32
第 十 三 课	心净如莲花	35
第 十 四 课	法轮和卐字	38
第 十 五 课	弥勒菩萨	41
第 十 六 课	大智文殊菩萨	45
第 十 七 课	欺骗他人的苦行者	48
第 十 八 课	绮语的八哥	52
第 十 九 课	真诚的布施	56
第 二 十 课	谁也躲不过	59
第 二 十 一 课	蛇头与蛇尾	63
附 录 :	《吉祥经》	1-30
	《般若波罗蜜多心经》	31-64



第一课

太子成年

悉达多(Siddhārtha)太子童年时，受众人宠爱，过着舒适的生活。

悉达多太子一天天长大，净饭王(Suddhodana)就越来越担心阿私陀(Asita)的预言将会成真，那就是，太子会出家，不继承王位。于是，净饭王尽量让太子享受荣华富贵，希望他会喜欢宫廷的生活。

但是，豪华的宴会、狂欢的歌舞，反而增添了太子的烦恼。



《吉祥经》

如是我闻。





为了让太子一年四季都过舒适的生活，净饭王还特地建了“寒”“暑”“温”三时宫殿。

十七岁时，太子在父王的安排下，娶了美丽的耶输陀罗(Yasodhara)为王妃。婚后，王妃生下一个孩子。一般人初为人父都会很兴奋，但是太子却喊道：“罗睺罗(Rāhula)，罗睺罗！”因此，这孩子就被取名为“罗睺罗”，也就是枷锁的意思。

成年后的太子对世俗的享受不感兴趣，喜欢在幽静的地方沉思。

一时佛住舍卫国祇陀园给孤独精舍。



活动一 理解与思考

1. 太子的生活与普通人的有什么不同？
2. 豪华的宴会和狂欢的歌舞为什么反而增添太子的烦恼？
3. 为什么王妃生下孩子时，太子会喊“罗睺罗，罗睺罗”？
4. 你认为太子在沉思些什么？



活动二 解枷锁

1. 分组比赛，组员们互相帮忙，用粗细不同的绳子为自己的组员在双手绑上死结。
2. 每个组员都绑好后，等候老师的指示，然后各组员之间互相帮忙解开绳子，最快的一组得胜。



活动三 观赏影片片段

观赏《小活佛》《释迦牟尼佛传》或《佛陀传》等影片中有关释迦牟尼佛的生平事迹：

1. 太子享受荣华富贵的生活。
2. 太子成婚。
3. 太子沉思。



第二课

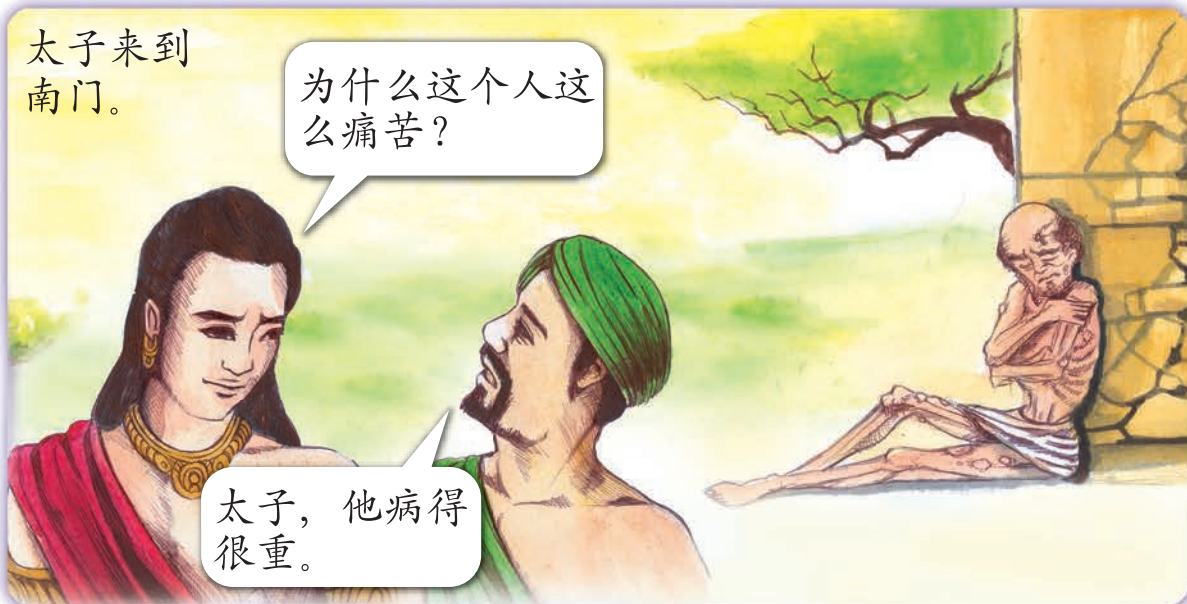
太子游四门

悉达多太子虽然生活在豪华的皇宫里，可是他并不快乐。于是，他决定出城去瞧瞧。

太子乘着马车和随从车匿(Chandaka)来到东门。



太子来到南门。



殊胜光明，遍照园中，

太子来到西门。

他们为什么这么哀伤？

他们的家人死了，
永远不再回来了。



太子来到北门。

他是谁？他看起来快乐安详。



带着疑惑，太子回到了皇宫。这次的旅程，激发了他寻求真理的决心。

来至佛所，恭敬礼拜，



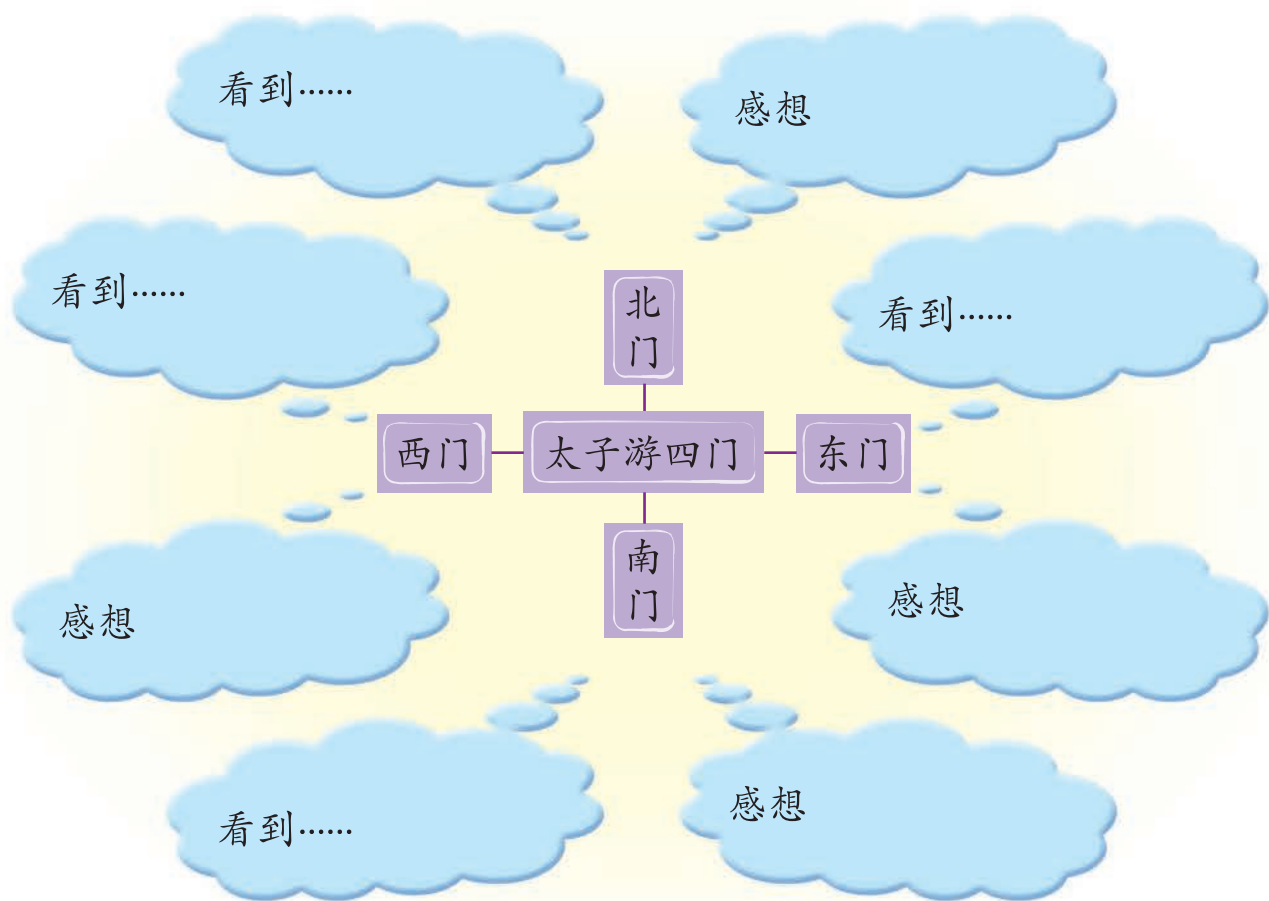
活动一 说一说

叙述你与老人和病人接触的经验。



活动二 写一写

根据课文，完成以下思路图。



活动三 演一演

根据太子游四门的经历，分别扮演太子、车匿、老人、病人、死人、悲伤哭泣的家属和修行人。

站立一旁，以偈白佛言：



第三课

太子出家与修行

为了寻求解脱的方法，太子决定出家。

净饭王听到太子出家的消息后，伤心欲绝，马上派遣一队兵士去找太子，劝请他回宫。太子出家意志坚决，拒绝了他们的请求。净饭王只好选了五个年轻的族人去伴随太子。



众天神与人，渴望得利益，



太子先后参访了多位名师，觉得他们的道理都不够圆满，便到苦行林自己苦修。他日食一粟一麦，身体日渐消瘦。苦修六年后，他依然没有找到解脱痛苦的方法。

于是，他到附近的尼连禅河(Nirañjanā)洗澡，接受牧羊女苏加妲(Sujata)供养的乳糜，恢复了体力。五个随从看了，以为太子失去修道的决心，感到非常失望，就离他而去。

其实，太子已经下定决心，从不偏苦不偏乐的修行方法中，继续寻找人生的真理。

思虑求幸福，请示最吉祥。



活动一 理解与思考

1. 为什么太子在皇宫找不到解脱的方法，一定要出家？
2. 为什么太子要放弃苦行？
3. 五个随从为什么要离太子而去？



活动二 比一比

比较太子的两种生活：

	宫廷的生活	修苦行的生活
衣服		
食物		
住宿		
身边的人		
生活方式		
心情		



活动三 体验与省思



体验

以腰带束腰，从“紧”“松”“适中”三种宽度来体会不苦不乐的感受。



省思

读书也和修行一样有苦有乐，我们应该以什么态度应对？

世尊如是答言：勿近愚痴人，应与智者交，



第四课

太子降魔、成佛

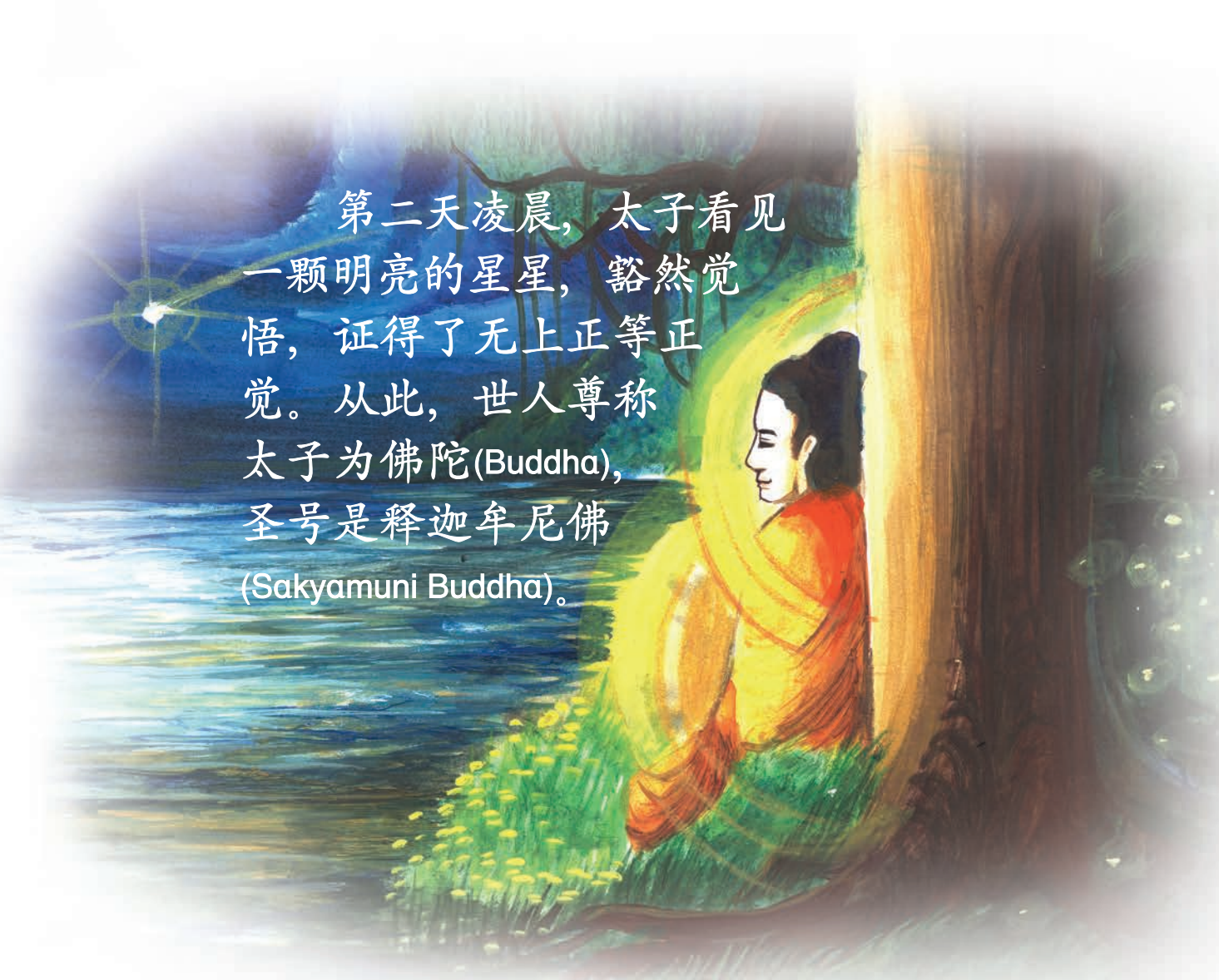
太子独自渡过尼连禅河，走到菩提迦耶 (Bodhigaya)。有个割草的童子，在一棵菩提树下为太子铺了一个草座。

太子在草座上立下坚定的誓言：“我不成正觉，誓不起此座！”

太子的誓言惊动了魔王波旬 (Pāpiyas)，他决定破坏太子的修行。



尊敬有德者，是为最吉祥。



第二天凌晨，太子看见一颗明亮的星星，豁然觉悟，证得了无上正等正觉。从此，世人尊称太子为佛陀(Buddha)，圣号是释迦牟尼佛(Sakyamuni Buddha)。



活动一 降魔

1. 围一个大圆圈，然后选出其中一人站在中央当妖魔。
2. 手牵手绕圈，当听见妖魔高喊妖魔来了时，就必须马上停止任何动作。
3. 这时妖魔会在圈中以各种方法调弄人，若有任何人因此而动摇或发笑就会被淘汰出局。
4. 过后，妖魔可随意选择其中一人为下回合的妖魔，而他可回到圈内继续游戏。

居住适宜处，往昔有德行，



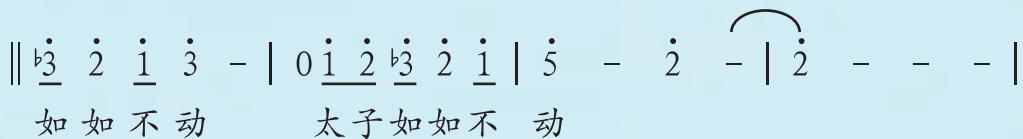
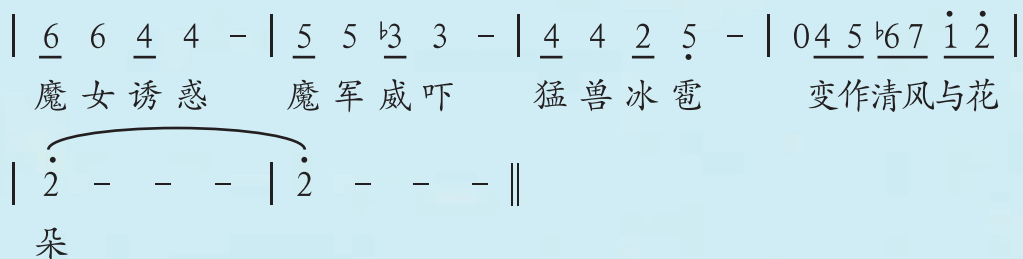
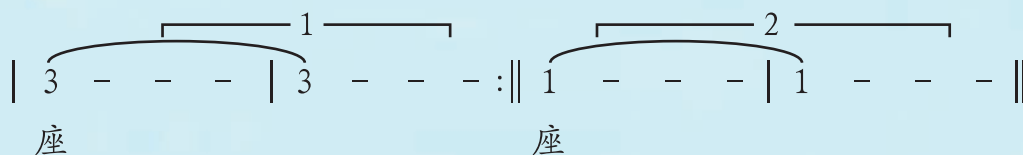
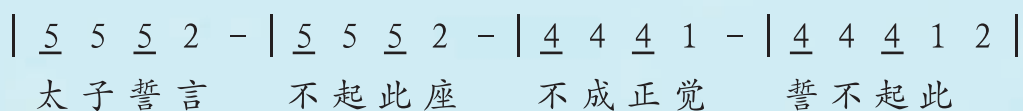
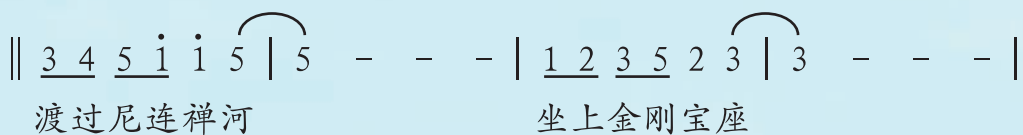
活动二 唱一唱

4/4

降魔成道

词：洪桂云 林甄珍

曲：张蔚乾



置身于正道，是为最吉祥。

$\dot{1}$ 7 $\flat 6$ 6 - | 0 $\underline{4}$ $\underline{5}$ $\flat 6$ $\dot{1}$ $\underline{6}$ | 5 - - - | $\underline{04}$ $\underline{5\flat 6}$ $\underline{7 \dot{1}}$ $\underline{\dot{2}\flat 3}$ |
 无 可 奈 何 魔 王 无 可 奈 何 只 好 悄 然 悄 然 离

$\dot{1}$ - - - | $\dot{1}$ - - - ||
 去

$\parallel : \underline{3} \underline{3} \underline{1} \underline{5} \underline{6} \underline{4} | \underline{7} \underline{1} \underline{2} \underline{4} \underline{4} \underline{3} | \underline{3} \underline{3} \underline{1} \underline{5} \underline{6} \underline{4} | \overset{1}{\underline{7 \dot{1} 2 5 2 1}} : \parallel$
 凌 晨 凉 风 习 习 天 地 一 片 祥 和 凌 晨 凉 风 习 习 天 地 一 片 祥 和

$\overset{2}{\underline{7 \dot{1} 2 5 2 1}} \parallel : 4 \underline{4 \cdot 5} 6 - | 5 \underline{5 \cdot 3} 1 - | \overset{1,3}{\underline{2 \ 2 \ 5 \ 4}}$
 天 地 一 片 祥 和 目 睹 明 星 太 子 觉 悟 证 得 正 等

$\overset{2,4}{\underline{4 - 3 -}} : \parallel \overset{2,4}{\underline{2 \ 2 \ 2 \ 5}} | \overset{2,4}{\underline{2 \ 1 \ 1 -}} \parallel$
 正 觉 南 无 释 迦 牟 尼 佛



活动三 想一想

1. 如果佛陀受不住诱惑而向魔王投降，会有什么后果？
2. 如果守城门的士兵受不住诱惑，打开城门让敌人进城，会有什么后果？
3. 青少年受不住诱惑而抽烟赌博，会有什么后果？
4. 考试期间，考生受不住诱惑而沉迷于电子游戏，会有什么后果？

多闻工艺精，严持诸禁戒，



第五课

说法第一富楼那

在佛陀的弟子中，富楼那(Pūrṇa)被公认为说法第一。

一天，富楼那要到输卢那国(Sunāparantaka)去传教。

“输卢那国在很偏僻的地方，路不好走，人民又粗暴野蛮，外人到那里会非常危险。你不怕吗？”

佛陀告诉他。

“为了让他们听到佛法，我不怕！”

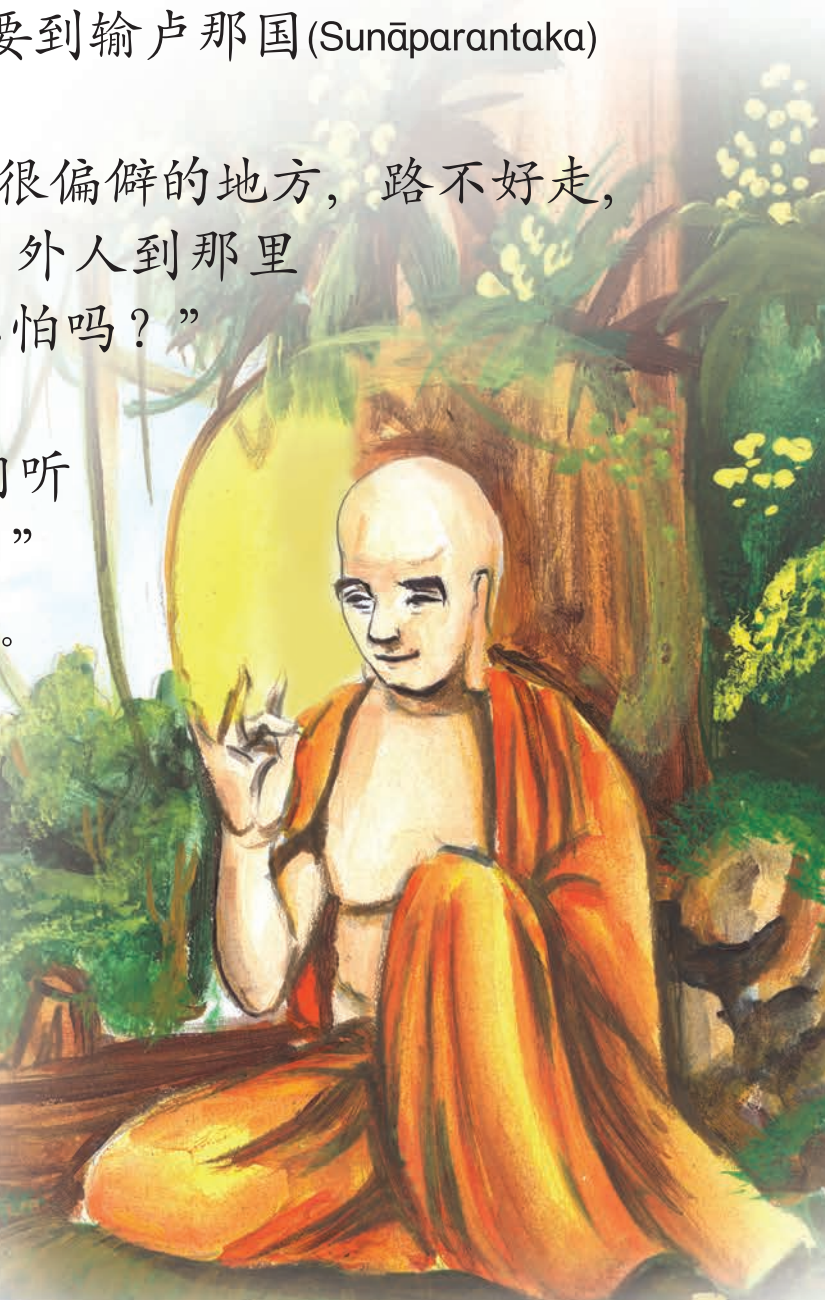
富楼那坚定地表明。

“如果他们不肯听，反而破口大骂，你怎么办？”

佛陀问。

“那还好，他们只是开口骂我，并没有打我！”

富楼那不假思索地回答。



言谈悦人心，是为最吉祥。

“如果他们动手打你呢？”

“只要没有把我打死，我会继续传播佛法！”

“如果他们狠心地把你打死呢？”

“我死了无所谓，只是遗憾他们没有得到佛法的好处。”

佛陀听了很放心，欢喜地说：“好，你就去输卢那国传教吧！”



活动一 演一演

根据以下的生活例子，演一演容忍和不容忍的各种可能结果。表演后，共同讨论哪个容忍和处理方式最为恰当。

1. 邻居的小狗跑到小明家门口大便。
2. 小敏到食堂买东西吃，半路遇到小强向她收保护费。



活动二 传法

道具：写上几则佛典小故事的卡片。

1. 分组围着圈子坐下，选出一位组员出来细阅卡片上的小故事。
2. 回到各自的组别后，在同学耳边轻声说出故事，然后这位同学再告诉下一个人，直到每一位组员都听到故事为止。
3. 最后一个人须站出来讲述有关故事，故事内容最完整的一组方为“传法成功”！

注：每组使用不同的故事较理想。



第六课

达摩祖师

公元520年，达摩(Bodhidharma)祖师听从师父的遗训，将禅法从印度传到中国。

当时，南朝的梁武帝得知达摩祖师的到来，便邀请他入宫开示。

武帝说：“我一生造寺布施，供养众多僧人，有什么功德？”

祖师答：“毫无功德！”

祖师的回答引起武帝的不悦。达摩祖师认为既是机缘不合，便离开皇宫，渡长江向北而行。



从业要无害，是为最吉祥。

到了洛阳，达摩祖师住在嵩山少林寺，面壁而坐，深入禅定，前后九年。

有一年冬天，有个叫慧可的出家人，上山向祖师求法。祖师为了考验慧可的决心，故意不理睬他。慧可并不因此而放弃，坚持长跪在雪地上……

祖师终于被他的诚意感动了，收他为徒。他后来成了禅宗的第二代传人。

从此，达摩祖师的禅法开始在中国流传。



活动一 聆听故事

聆听有关达摩祖师的故事：

1. 断臂求法
2. 为慧可安心
3. 只履西归



活动二 画一画

用毛笔仿画达摩祖师。



布施好品德，帮助众亲眷，



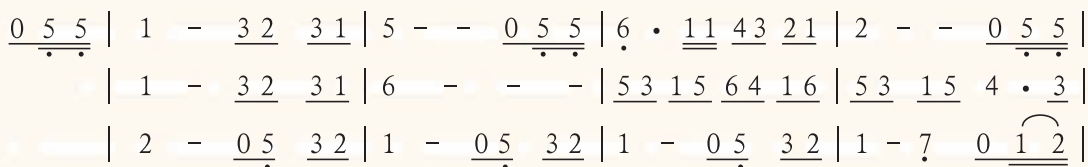
活动三 唱一唱

4/4

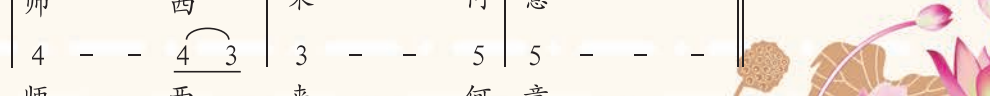
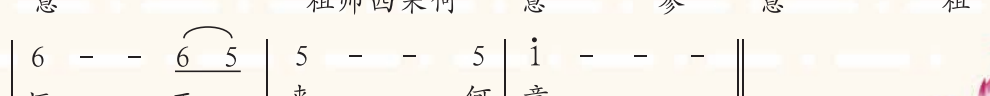
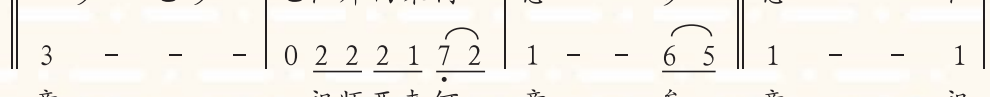
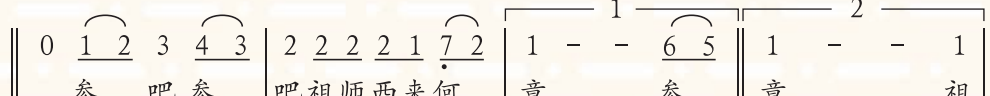
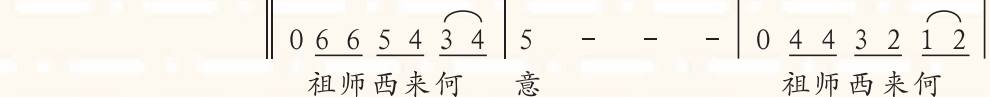
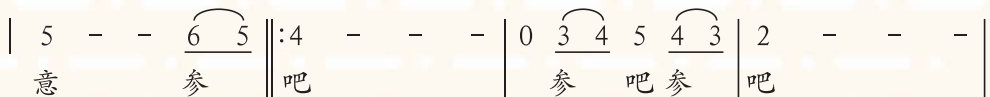
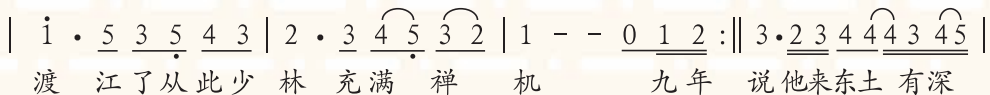
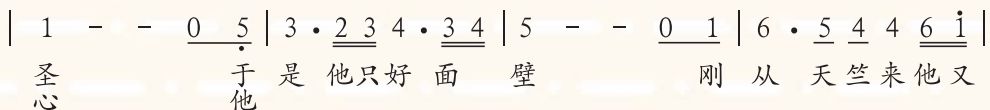
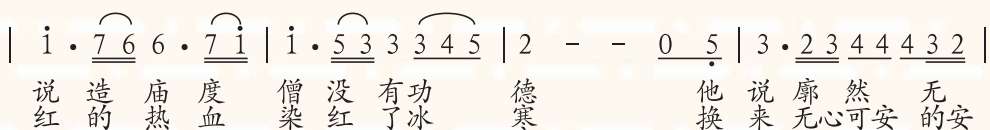
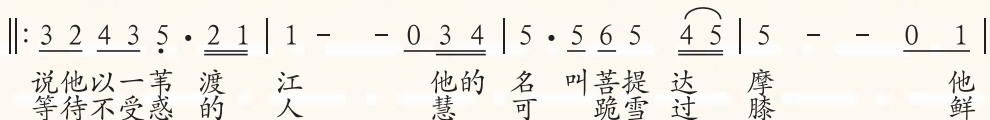
面壁

词：释继程

曲：周金亮



传



行为无瑕疵，是为最吉祥。



第七课

白居易

白居易是唐代著名的诗人。相传他十六岁的时候，看到被烧过的草原，还能长出青青的野草，感叹野草坚韧的生命力，便写下了流传千古的诗句：

离离原上草，一岁一枯荣。

野火烧不尽，春风吹又生。

白居易一生学佛，大力维护佛教。他到处参访禅师，游览佛寺。晚年退隐之后，他定居在洛阳香山寺，还捐钱修建香山寺，并自号“香山居士”。



邪行须禁止，克己不饮酒，

白居易在学佛的过程中，体悟到生老病死的痛苦，也对因果的道理有深入的了解。于是，他在《自觉》这首诗歌中，写下了他的宏愿：

回念发弘愿，愿此见^①在身；
但受过去报，不结将来因。

注释

① 见：(xiàn)，通“现”。



活动一 小小诗人

道具：写上白居易诗句的卡片。

1. 老师把卡片上的每一个字剪下来，然后混在一起交给组员。
2. 组员须重排诗句，最快完成的组别为胜。

注：不须事先让学生看过卡片上的诗句。



美德坚不移，是为最吉祥。



活动二 朗诵诗歌

以丰富的感情朗诵白居易的赞佛诗。



十方世界，天上天下，
我今尽知，无如佛者。
堂堂巍巍，天人之师，
无我礼足，赞叹皈依。



活动三 创作童诗

完成以下的童诗。

伟大的佛陀啊，
您就像阳光，
让我们的生命充满希望。

.....

.....



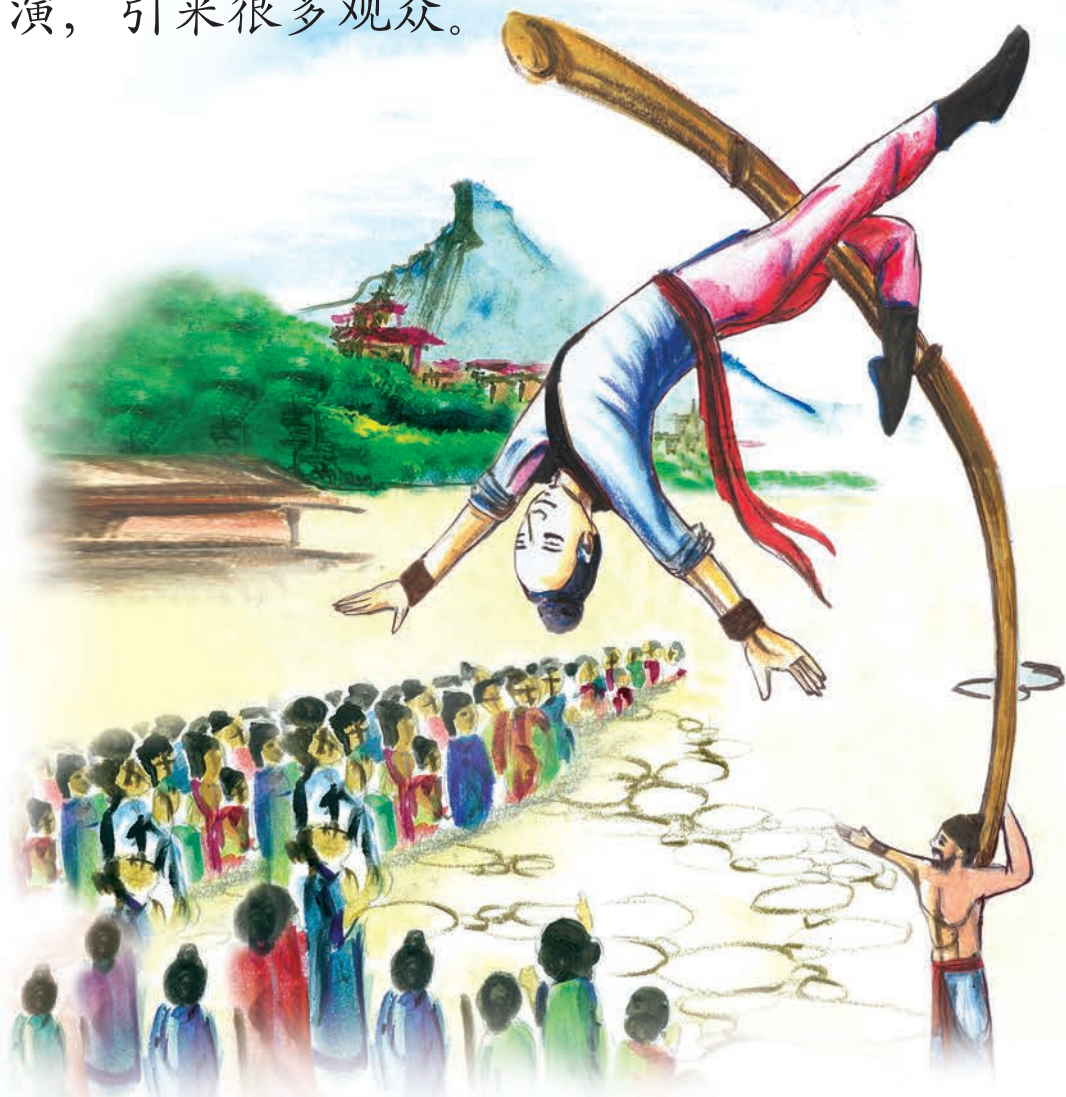
恭敬与谦让，知足并感恩，



第八课

完美的表演

一位杂技师父带着徒弟在街上做惊险的表演，引来很多观众。



演出前，师父说：“徒弟啊，在杆上翻滚时，要注意我的安全，我也会留心保护你。这样才不会发生意外啊！”

及时闻教法，是为最吉祥。

“师父，我会顾好我自己，请您也集中精神把高杆扶好。”小徒弟回答。

“你说得对，我们要照顾好自己，才能照顾到对方。”

师父和小徒弟都笑了，在喝彩声和掌声中，他们完成了一场完美的表演。



活动一 互助

1. 分成两排坐下，坐在前面的两人组成一对，两人将会被分别蒙上双眼和绑上双脚。
2. 被蒙眼的人须扶着双脚被绑的另一人，而双脚被绑的人则须协助指示被蒙眼的人一起走过预先设好的障碍。
3. 待上一对人走过障碍后，下一对人便可开始接下去走，成功走过障碍者方为完成任务。



活动二 分享

说出自己在生活上自利利他的例子。



第九课

佛度央掘摩罗

从前，有一个外道叫央掘摩罗(Angulimālya)，他受到邪师的误导，以为杀害一千个人，各取一支手指来串成指鬘，就可以解脱升天。

于是，他开始见人就杀。当他杀了九百九十九个人后，竟想杀自己的母亲来凑足一千个人。

这时，佛陀知道了，就赶去教化他。他见到佛陀迎面而来，改变了主意，拿起刀想杀佛陀。



适时论信仰，是为最吉祥。

佛陀转身就走，央掘摩罗怎样追也追不上，情急之下大声喊道：“停！停！不要走！”佛陀回答说：“我早就停了，只是你还没停下。”央掘摩罗当下觉悟，停止了杀人的恶念。

经过佛陀的开导，央掘摩罗终于明白过去的所作所为是恶法，伤害了他人，也不可能从中得到快乐与解脱。于是，他皈依了佛陀，向佛陀求忏悔，并改过自新，行善法利人，后来还证得阿罗汉果^①。

注释

- ① 阿罗汉果：声闻乘的最高果位，有三种意义：
1. 消灭了众多烦恼。
 2. 不再受轮回之苦。
 3. 应受人及天人的供养。



活动一 演一演

分配角色，表演课文内容。



活动二 说一说

1. 什么行为是善的？什么行为是恶的？
2. 为什么我们要止恶行善？

自制净生活，领悟八正道，



第十课

佛像的来源

佛陀出外弘法，许久没回来，大家十分想念他。

憍赏弥(Kausāmbī)的国王——优填王(Udayana)因为太想念佛陀而请人雕刻佛像。

优填王每天向佛像行礼，思念佛陀的教导，好像佛陀就在身边一样。

后世的人，为了提醒自己要好好向佛陀学习，便塑造了佛像，礼敬佛像，就好像礼敬佛陀。



实证涅槃法，是为最吉祥。



活动一 认一认

根据图片，说出南传、北传和藏传佛像的异同。



北传



南传



藏传



活动二 上网搜集资料

分组在家上网搜集佛像图片，回校分享成果。



活动三 仿画佛像

选取一张自己喜爱的佛像图片，加以仿画。

八风不动心，无忧无污染，



第十一课

母 难 日

母亲

您负荷着我的沉重
挺着腰，捧着肚
行不安，睡不宁
九个月的辛劳
您不曾埋怨
这一切
只为了我

母亲

迎接着我的诞生
不在乎血流如注
咬紧牙根
忍着剧痛
这一切
只为了我



宁静无烦恼，是为最吉祥。



母亲
聆听着我的哭声
憔悴的面容
掩饰不了心中的欢喜
鬼门关前
您走了一回
这一切
只为了我



活动一 体验

1. 在腰间绑上三公斤重的沙袋或米袋（可用其他物品代替），然后进行几项日常家务如洗碗、抹地等等。
2. 说出进行上述活动后的感受，并建议在妈妈怀孕时，应如何分担妈妈的家务。

依此行持者，无往而不胜，



活动二 实践

让妈妈填表后，完成表格内的事项，再让妈妈评分。

亲爱的妈妈，您为我受苦，您给予我无限的爱，我心中充满感恩。

我愿意听从您的吩咐，做五件让您高兴的事。

事件一：_____ 事件二：_____

评分：(非常满意/满意/须改善) 评分：(非常满意/满意/须改善)

事件三：_____ 事件四：_____

评分：(非常满意/满意/须改善) 评分：(非常满意/满意/须改善)

事件五：_____

评分：(非常满意/满意/须改善)

给妈妈的话：

行孝是一辈子的事，为了让孩子们能以实际行动来表示孝心，请您列出五件想让孩子完成的事，并给予评分。如果孩子做到了，记得赞美他们哦！

一切处得福，是为最吉祥。



活动三 唱一唱

含泪的感恩

词：释继程

曲：凌克夫

3 || : 3 6 . 3 | 2 1 2 | 1 6 - | 6 - 3 | 6 - 6 | 5 6 5 |

DS 那 似乎 是 偶然的 一天 你 从 温 暖 的 室
不 该 是 偶然的 一天 你 你 年 温 暖 都 会 记
或 许 会 有 那 样 的 一 天 你 你 年 终 于 体 会

| 3 - - | 3 - 2 3 | 4 - 4 | 5 5 5 | 3 3 2 | 1 - 1 1 |

内 终于 接 触 到 室 外 的 冷 你
住 终于 又 渡 室 过 的 生 日 你
到 世 间 最 珍 贵 的 母 难 日 是

| 2 2 . 2 | 3 2 - | 2 3 2 | 3 5 3 | 2 - - | 2 1 6 |

呱呱 的 啼 声 表 示 内 心 深 处 存 在
欢 喜 的 庆 祝 是 否 内 心 深 处 已 忘
无 可 取 代 的 这 是 内 心 深 处 充 满

| 5 3 2 | 2 1 6 | 1 - - | 10 03 : || 10 1 7 | 7 6 . 3 |

着 对 恩 的 感 激 这
了 对 恩 的 感 激
着 对 恩 的 感 激 可 曾 知 道 当
可 要 记 得 当

| 2 3 2 | 1 - - | 7 1 . 7 | 7 6 3 | 6 6 6 | 5 5 5 |

两 个 生 命 挣 扎 着 生 存 是 痛 苦 与 欢 乐 的
母 亲 痛 苦 挣 扎 的 时 候 是 生 存 与 死 亡 的

| 3 - 2 | 3 - 3 | 4 4 4 | 5 5 5 | 3 - 2 | 1 - 1 |

交 织 是 呻 吟 与 欢 笑 的 交 响 是
一 线 是 施 恩 与 受 惠 的 一 刻 是

| 2 2 2 | 3 - 4# | 5# - - | 5# - 0 ||

含 泪 的 满 足
含 泪 的 感 恩



第十二课

舍利塔

舍利塔最初是用来安放佛陀舍利(Sarira)的宝塔。

佛陀涅槃后，火化所遗留下来的舍利，由八个国王平分，各国建塔供养。过了大约两百年，信奉佛教的阿育王(Asoka)统一了全印度，造了八万四千座小舍利塔，重新安置佛陀舍利，分派到各地去供养。



行深般若波罗蜜多时·

舍利塔最初的形状像覆钵。供养者把佛陀的舍利，放在宝瓶中，再安置于塔内。不同国家有不同的建筑风格，因而出现各种各样的舍利塔。

舍利塔代表佛的存在，供佛弟子瞻仰礼拜。多数舍利塔都建得高大宏伟，使人们见了，对佛陀生起怀念与恭敬的心。

后来，佛弟子也建造舍利塔来安放历代高僧的舍利。



活动一 理解与思考

1. 什么是舍利？
2. 为什么会有各式各样的舍利塔？
3. 舍利塔对佛教徒有什么意义？
4. 如果你是国王，你会建一座怎样的舍利塔？



活动二 填一填

图中的舍利塔各属于哪一个国家的风格？

- a 中国式 b 泰国式 c 缅甸式 d 日本式
 e 西藏式 f 印度式 g 斯里兰卡式



活动三 制作集锦簿

通过访谈和观察，收集某座寺庙的舍利塔资料，分组制作集锦簿。



第十三课

心净如莲花

佛陀来到了舍卫城(Sravasti)，住在祇树给孤独园(Jetavana-Anāthapiṇḍasyāramā)。

有一天，佛陀向弟子们开示：“如果有人能修正自己的行为，把戒持好，又能修禅定与智慧，他将不会生起嗔恨^①、悭吝^②、嫉妒^③、欺诳^④、无惭无愧^⑤等，恶欲^⑥与恶见^⑦将会消除。”



注释

- ① 嗔恨：生气。
- ② 悭吝：吝啬，不舍得。
- ③ 嫉妒：对才能、名誉、地位或境遇等比自己好的人心怀怨恨。
- ④ 欺诳：欺骗。
- ⑤ 无惭无愧：不知羞耻。
- ⑥ 恶欲：不好的欲望。
- ⑦ 恶见：不好的见解。

佛陀说，这样的心，就好像莲花。莲花有青色、黄色、赤色、白色。它从污泥里长出来，露出水面却不被污染。

色不异空·空不异色·

佛陀清净的心也是这样，已经远离恶欲与恶见，他出生在世间，成长在世间，可是心却是不染着世间的。



活动一 唱一唱

2/4

在荷花塘边

词：释继哲

曲：张蔚乾

|| $\underline{1\ 2}$ $\underline{3\ 1}$ | $\underline{6}$ $\underline{1\ 1}$ | $\underline{\dot{7}\ \dot{7}}$ $\underline{1\ 2}$ | 3 - |
 在荷 花塘 里 莲 花 朵 朵 盛 开
 | $\underline{1\ 2}$ $\underline{3\ 1}$ | $\underline{6}$ $\underline{1\ 1}$ | $\underline{\dot{7}\ \dot{7}}$ $\underline{1\ 2}$ | 1 - |
 红莲 白 莲 朵 朵 洁 净 无 比
 | 1 0 || $\underline{1\ 2}$ $\underline{3\ 1}$ | 4 $\underline{4\ 3}$ | $\underline{2\ 2}$ $\underline{3\ 4}$ |
 在荷 花塘 边 我 忘 记 了 忧
 | 3 $\underline{3\ 2}$ | 1 $\underline{1\ 6}$ | 5 $\underline{3\ 3}$ | $\underline{4\ 3}$ $\underline{2\ 1}$ |
 伤 心 中 充 满 欢 喜 和 感
 | 2 - | $\underline{3\ 4}$ $\underline{5\ 1}$ | 6 $\underline{6\ 6}$ | $\underline{7\ 3}$ $\underline{3\ \dot{2}}$ |
 恩 在荷 花塘 边 我 想 起 了 自
 | $\dot{1}$ - | $\dot{1}$ 0 $\underline{3\ 2}$ || 1 $\underline{1\ 6}$ | 5 $\underline{3\ 3}$ |
 心 也 有 一 颗 清 净
 | $\underline{4\ 3}$ $\underline{2\ 1}$ | 1 - | 1 - ||
 的 佛 性



色即是空·空即是色·



活动二 观赏图片

从网上下载各种莲花的图片，与同学们共赏。



活动三 朗诵诗歌

古诗

晓出净慈寺送林子方
杨万里

毕竟西湖六月中，
风光不与四时同。
接天莲叶无穷碧，
映日荷花别样红。

新诗

莲花

佚名

一念心清静，
莲花处处开。
一花一净土，
一土一如来。

受想行识·亦复如是·



第十四课

法轮和卐字

法轮(dharma chakra)和卐(swastika)^①字都是佛教标志。



法轮源自印度古代的战车。佛教用它来象征佛陀所说的法，具有摧破、辗转与圆满的三种意义：

- (一) 佛法能摧破众生的烦恼；
- (二) 佛法应该辗转不停地弘扬，让更多人受益；
- (三) 佛法是圆满无缺的。

因此，弘扬佛法也称为“转法轮”，即是转动真理之法轮。

注释

① 卐(wàn)，读音于唐代由武则天订立。

卍字自古以来，即被认为是一种吉祥的符号。它含有万德吉祥的意思，显现在佛陀胸前、掌心、脚底等，是佛陀三十二相^②之一。

注释

- ② 佛陀三十二相，佛陀具足了三十二种从修行得来的殊胜容貌和微妙的形相。例如：手指纤长、手足柔软、眉间白毫、顶成肉髻……



活动一 做一做

利用各种材料如沙纸、碎石、花瓣、珠子等，制作漂亮并可以悬挂的卍字。



活动二 观赏图片

观赏幻灯片，区分不同区域的法轮。



是诸法空相·



活动三 唱一唱

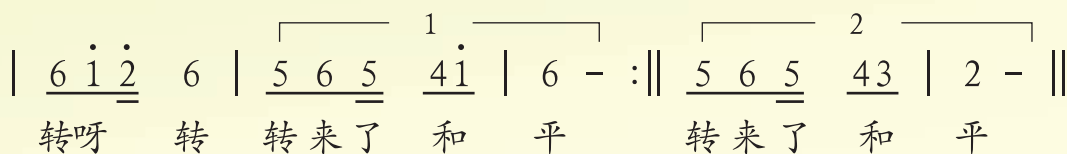
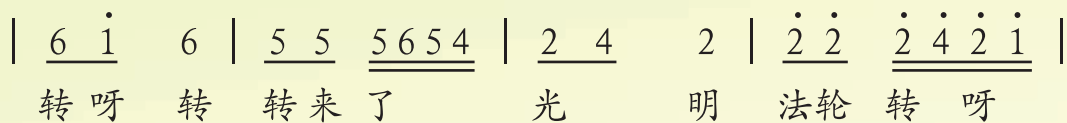
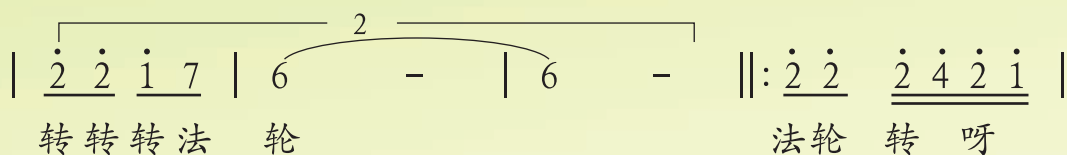
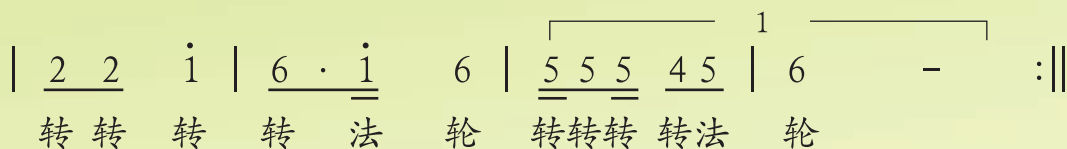
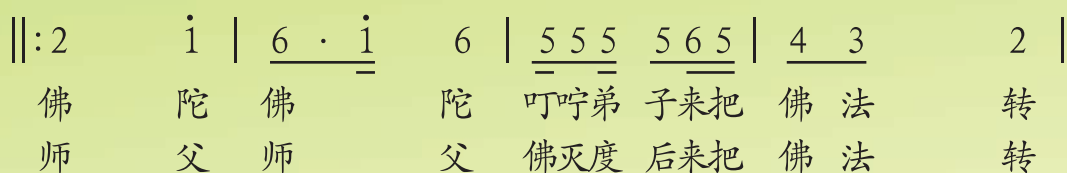


转法轮

2/4

词：释继哲

曲：张蔚乾





第十五课

弥勒菩萨

老师：同学们，寺庙前，那尊大腹便便，笑口常开的佛像，你们知道是谁吗？

小慈：是笑佛！

小喜：不是！是弥勒菩萨(Maitreya Bodhisattva)。



不垢不净·

小满：都不是，是布袋和尚！

老师：你们都没错。其实笑佛和布袋和尚都是弥勒菩萨的化身。根据佛经记载，释迦牟尼佛授记他将在约六十亿年后降生人间成佛。

小喜：老师，为什么他要背着大布袋呢？

老师：菩萨到处游化行乞，不论贫富，来者不拒，所乞得的东西都装在布袋内。

小满：他为什么要乞求这么多东西？

老师：他是在接引众生布施，度化有缘人呢！

小慈：老师，他还有一个大大的肚子呢！

老师：对了，弥勒菩萨“大肚能容，了却人间多少事；满腔欢喜，笑开天下古今愁。”我们要学习菩萨的精神，包容别人的缺点，谅解他人的苦境，欢欢喜喜过一生。



活动一 说一说

1. 小华没有被选为篮球校队代表，心里愤愤不平，回到课室后对同学大呼小叫，非常无礼。
如果你是他的好朋友，要怎样包容他并引导他改过自新？
2. 你的邻居正在办喜事，热闹喧哗，宾客的车子也造成交通阻塞，导致附近的居民出入不便。
你怎样看待这件事？



活动二 背诵诗歌

(一)

常背大布袋
满脸慈与爱
能容天下事
何处不自在

(二)

来也布袋，去也布袋
放下布袋，何其自在



是故空中无色·



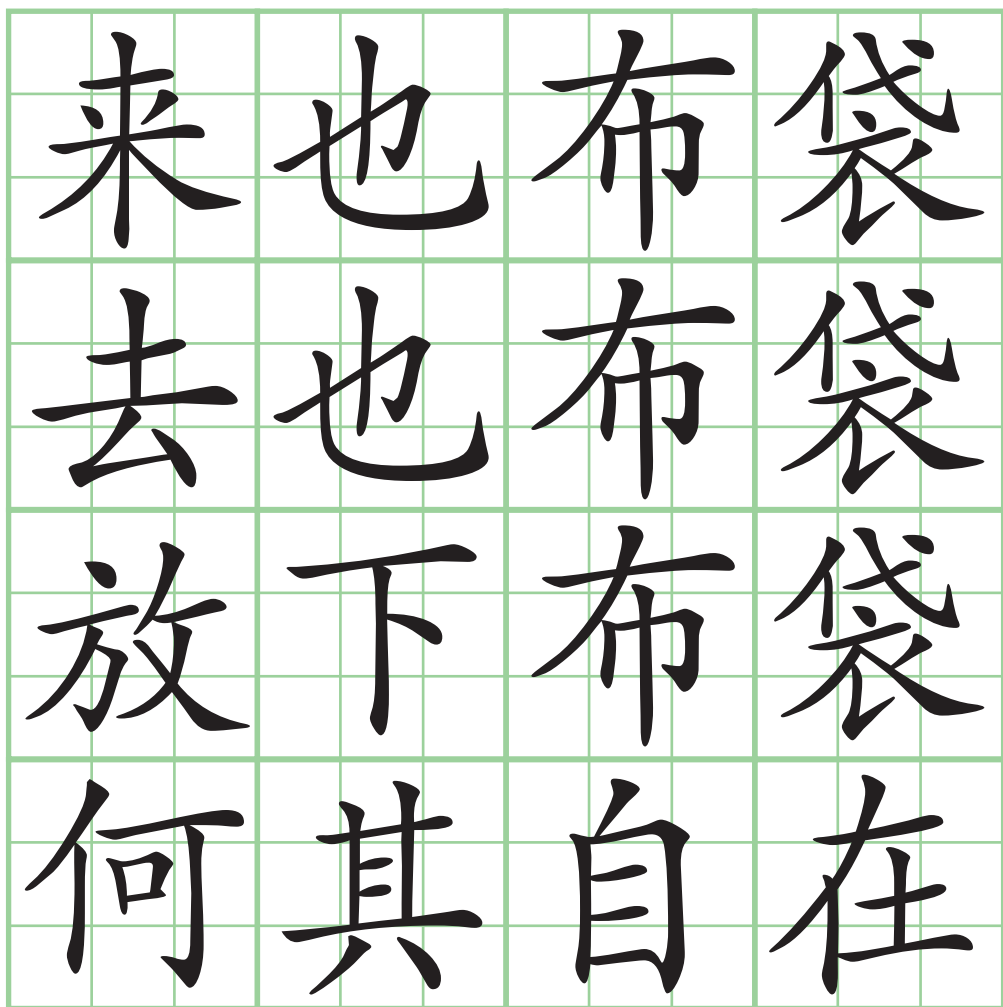
活动三 唱诵

以诚恳恭敬之心唱诵“南无当来下生弥勒尊佛……”数十遍。



活动四 仿写诗歌

用毛笔仿写诗歌。





第十六课

大智文殊菩萨

文殊菩萨是文殊师利菩萨(Manjusri Bodhisattva)的简称，有妙德、妙吉祥的意思。

文殊菩萨曾发愿要教导所有众生修行成佛，自己才成佛。

文殊菩萨为了适应众生的不同情况，示现了种种不同的形象，最常见的是，右手执宝剑、左手托经书、骑在狮背上的法相。

文殊菩萨手执金刚宝剑，表示要斩断一切众生的烦恼；手托经书，表示其智慧辩才第



一；所骑雄狮四蹄蹬地，昂首竖耳，呈吼叫状，表示以无畏的狮子吼震醒沉迷的众生。

我们应向文殊菩萨学习，精进修学佛法，增长智慧。



活动一 聆听故事

聆听五台山文殊菩萨显灵的故事。



活动二 观赏录像片段

观赏有关文殊菩萨圣地——五台山的录像片段。



活动三 唱一唱

4/4 大智文殊菩萨

词：释继持

曲：张蔚乾

|| 6 - - 3 | 5 - - 3 | 1 - 4 - | 3 - - - | 2 - - 6 |
文 殊 菩 萨 妙 吉 祥 大 智

| 1 - - 6 | 4 - 2 - | 3 - - - | 3 - - - ||
证 得 法 空 相

||: 1 1 1 7̣ | 1 7̣ 6̣ - | 1 1 1 7̣ | 1 7̣ 6̣ - |
||: 3 3 3 2 | 3 2 1 - | 3 3 3 2 | 3 2 1 - |
端 坐 青 狮 现 宝 相 兽 王 吼 声 法 界 响
右 手 宝 剑 勇 猛 相 斩 断 烦 恼 心 安 详

| 1 1 1 7̣ | 1 7̣ 6̣ - | 7̣ 7̣ 7̣ 6̣ | 7̣ 6̣ #5̣ - |
| 3 3 3 2 | 3 2 1 - | 2 2 2 1 | 2 1 7̣ - |
慈 悲 精 进 无 畏 相 说 法 度 生 心 灯 亮
左 手 经 书 智 慧 相 消 除 愚 痴 心 清 凉

1 | #5̣ - - - :|| 7̣ 4 3 - | 3 - - - ||
| 7̣ - - - :|| 2 6 #5̣ - | #5̣ - - - ||
心 灯 亮
心 清 凉



无眼界·乃至无意识界·



第十七课

欺骗他人的苦行者

阎浮车(Jambukhādaka)是舍卫城里一位富翁的儿子。由于过去的恶业，从小就有怪癖。他只睡地板不睡床，只吃粪便不吃饭。

长大后，他的父母把他送去苦行林。苦行者发现他的怪癖后，就把他赶走了。

他继续以苦行者的形象过活。

他向人们吹牛：“我不吃米饭，因为我只以空气为食；我不睡不坐，只以独脚站立，因为大地不能负荷我的重量。”

很多人都相信他，也有人成为了他的弟子。他就这样过了几十年。



无无明·亦无无明尽·

有一天，佛陀以神通观察世间，知道了这件事，决定帮助阎浮车脱离恶业。

佛陀去找他，他还是说谎。佛陀揭穿他的谎言，清楚地说出阎浮车多年来一直吃粪便，也不是没有睡觉。

阎浮车顿时感到非常后悔，就跪在佛陀面前忏悔。最后，他决定改邪归正，皈依佛陀，成为佛陀的弟子。



乃至无老死·亦无老死尽·



活动一 说一说

叙述你曾经被他人欺骗的事件，并说出当时的感受。



活动二 预测结局

根据连环图的发展，预测故事结局。





活动三 猜一猜

动动脑筋，猜一猜以下有关道德价值的字谜。



活动四 求忏悔

1. 分组排列整齐，然后端坐地上，随着老师播放柔和的佛号静坐10分钟。
2. 跟着老师的指示，把曾欺骗别人的经过写在小纸张上。
3. 轮流到佛前向佛顶礼忏悔，然后把纸张揉成一团放进佛前的小纸箱里。

注：老师须准备适当的器具以在学生面前销毁所有纸张，可以焚烧或泼墨等方法销毁。



第十八课

绮语的八哥

草原上进行着赛马运动会。白马脱颖而出，获得了冠军。他洋洋得意，自认为是草原的马王。

八哥爱花言巧语，飞到白马背上玩。

“白马，你速度奇快，普通的马哪是你的对手？可惜美中不足……”

“哪里不足？”白马好奇地问。



以无所得故·

“王者必须有王者风范。你双眼的黑眼圈，破坏了王者的气魄。你一定是睡眠不足，才有黑眼圈。你应该多休息，消除黑眼圈。还有，你太瘦，应该多吃草，以增加肌肉，才有王者之相。”八哥向白马建议。

白马听信八哥的话，便增加睡眠、多吃草。从此它醒了就吃，吃饱就睡。

过了一段日子，白马变得肥肥胖胖，八哥又用绮丽的话称赞说：“你现在才是马中之王！”

不久，赛马运动会又举行了。

白马摆出了王者的姿态，准备起跑。

群马开始奔驰。白马使劲地跑，却觉得力不从心。结果，黑马得了冠军，白马远远落在后头。

“黑马，你速度奇快，是真正的冠军马王，白马哪是你的对手？可惜美中不足……”

八哥飞到黑马的背上说。

“啪！”

黑马尾巴一扫，把八哥拍得晕头转向。

“别再玩弄绮丽的言语！白马就是被你的绮语所害的。”黑马说。



活动一 唱一唱



说出美丽世界



词：唱 鱼
曲：李翰章

| 0 0 0 . 3 | 5 3 5 6 | 6 - 0 . 3 | 5 3 5 4 | 4 0 0 . 3 | 5 3 5 4 |
有 一种声音 要 用心聆听 有 一种话语

| 4 0 0 . 2 | 3 2 1 | 3 6 . 5 | 5 5 4 | 3 3 3 7 7 1 5 4 |
得 用真心 去 言 语 不用 绮丽的堆 砌 没有

| 3 3 3 2 2 1 6 7 | 1 6 1 2 1 | 1 - - 1 7 |
迷惑的陷 阱真善 美的 言 语 世 界

| 6 3 . 2 | 2 0 7 6 | 5 2 . 3 | 3 0 1 7 | 6 1 . 7 | 7 0 7 6 |
真 美丽 因为 心 美丽 世界 真 善美 因为

| 3 6 . 5 | 5 0 1 7 | 6 3 . 2 | 2 0 7 6 | 5 2 . 3 | 3 0 0 6 7 |
心 善美 世界 真 美丽 因为 心 美丽 有善

| 1 6 7 1 | 1 6 1 | 2 6 6 7 | 1 - - - ||
心 讲真话 说出 美 丽 世 界

心无挂碍·无挂碍故·无有恐怖·



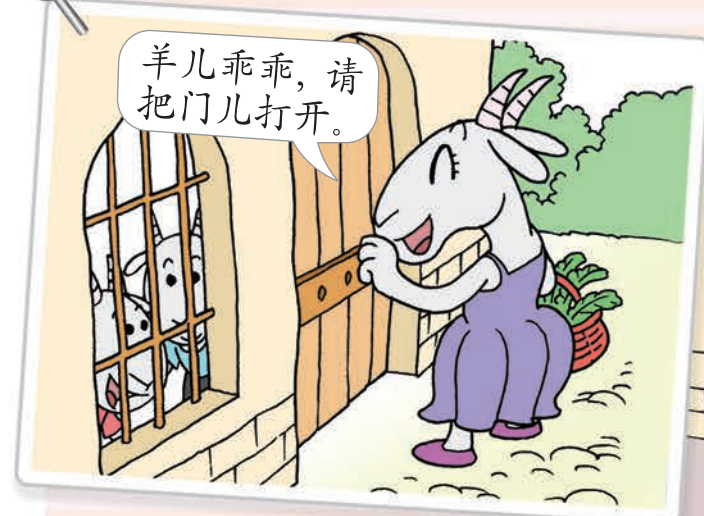
活动二 说一说

以下哪一种情况是绮语？哪一种是真诚的赞美？

例子1:



例子2:



讲出一句赞美的话，并说明在什么情况下，这句赞美的话才是真诚的。



第十九课

真诚的布施

在王舍城(Rājagṛha)里，有个八岁的小女孩，名叫妙慧。她聪明好学，常常向长者请教各种问题。

有一天，她去见佛陀，问道：“佛陀啊！人要怎样才能富裕呢？”



三世诸佛·依般若波罗蜜多故·

佛陀告诉她，多做财施就能富裕。看到有人生病了，给他医药；看到有人受寒了，给他衣服；看到有人饥渴了，给他饮食。

佛陀还告诉她，布施时态度要诚恳，不傲慢，不令对方难为情。而且，要以欢喜的心来布施，救济贫苦和受难的人。

布施不论是多还是少，都能得到回报。就好比一粒谷子落在泥土里，好像不见了，可是过了一段日子，它会生长起来，得到许多谷子。

最主要的是，布施是为了解救别人的困难，减轻他人的痛苦，不应只求回报。

妙慧童女听了，欢喜地合掌而去。



活动一 实践

到老人院、残障院或孤儿院布施。



活动二 数来宝



布施好，布施妙，
 布施好好，运自然到，
 小弟弟，小妹妹，
 大家庭，一起来，
 布施好，布施妙，
 布施善，行得福报。

布施时，要诚恳，
 不令对方起烦恼，
 大大哥哥，一起来，
 你开布心，我行佛道。



活动三 行布施

道具：纸箱与写上不同灾难的小卡片。

1. 围着大圆圈坐下，一面数来宝一面传纸箱（纸箱里放了写上灾难的小卡片），数来宝念完后便停止传纸箱。
2. 这时手持纸箱的人须抽出一张小卡片，走到圈中念出小卡片上所写的灾难，并告诉所有的同学他会如何帮助他们。
3. 说得越多分数越高，最高得分者将获得小礼物。

是大神咒·是大明咒·是无上咒·



第二十课

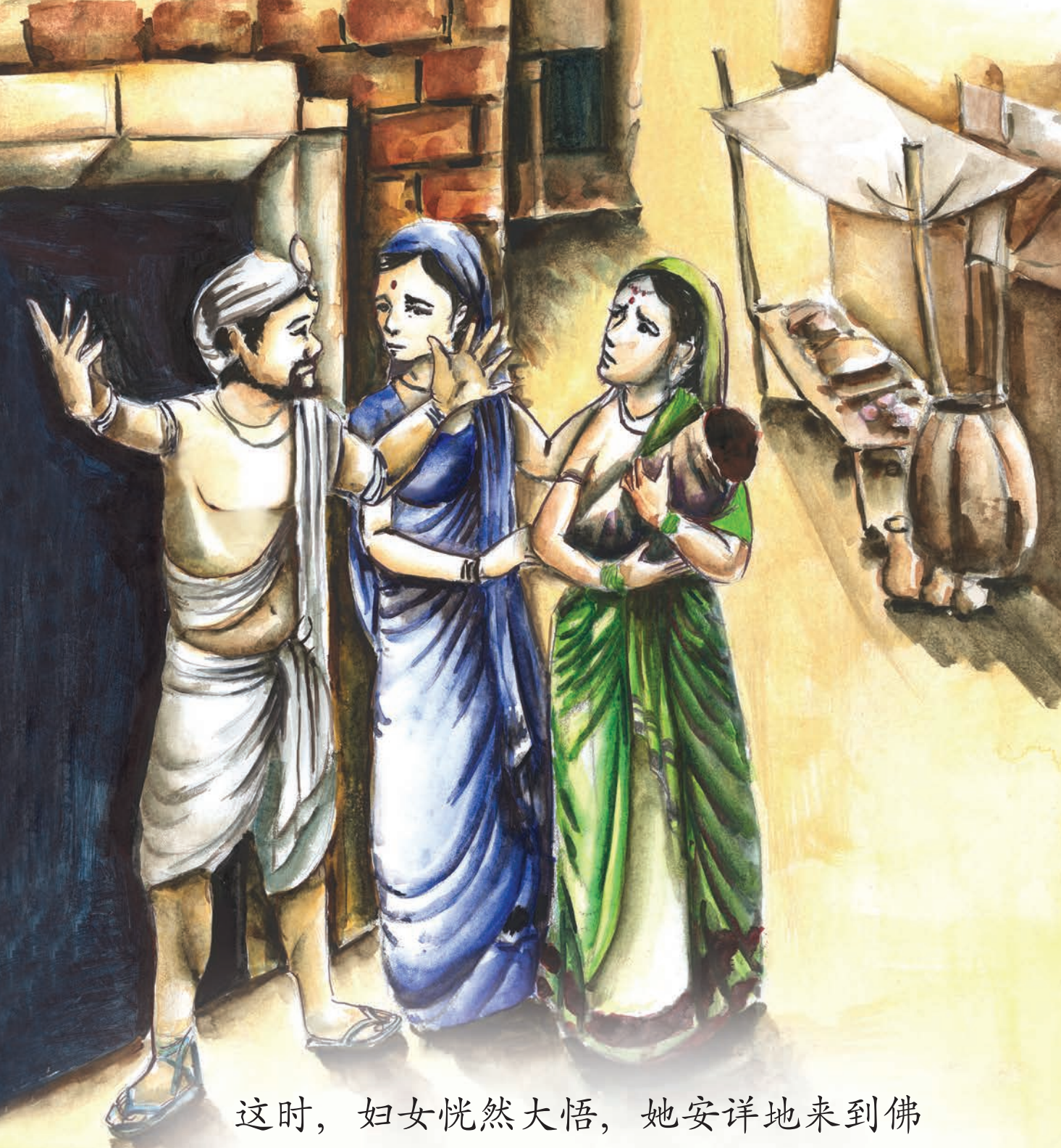
谁也躲不过

佛陀时代，有位妇女死了儿子，非常伤心。她抱着死去的孩子，一路上哭哭啼啼地要人们把孩子救活。可是，大家都没办法。

看见妇女这么伤心，大家都很同情。于是，有人向她建议：“佛陀就在我们村子里，去请他帮帮忙吧！佛陀是这世上最有智慧的人，也许他会有办法。”

妇女赶快抱了死去的孩子去请佛陀帮忙。佛陀看了看，要妇女到村里找一些芥子来，说要有这东西才能救活孩子。不过，给芥子的这家人，必须是家里从来没有死过人的。

由于爱子心切，妇女到村里挨家挨户地找芥子去。走遍了全村，有的人家里虽然有芥子，但再问下去，家家都曾经死过人。



这时，妇女恍然大悟，她安详地来到佛陀面前，恭敬地顶礼佛陀，说：“世尊，我明白了，有生必有死，谁也躲不过。我应该接受这事实，不再为儿子的死而难过。”

能除一切苦·真实不虚·



活动一 没有永不熄灭的蜡烛

道具：蜡烛、小卡片、打火机

1. 在小卡片中间割出1厘米的“+”形状，然后把蜡烛穿进“+”中。
2. 围成大圆圈坐在地上，静候老师的指示。
3. 当音乐开始时，把已点燃的蜡烛传给下一个人。
4. 当音乐停止时，游戏暂停。这时，手上的蜡烛已熄灭的学生必须终止游戏。
5. 重复步骤1至4，看看有没有剩下未熄灭的蜡烛。
6. 可能会有永不熄灭的蜡烛吗？大家讨论。



活动二 安慰的话语

1. 准备笔和纸，然后分组讨论如何以行动或话语安慰课文中那位伤心的妇女。
2. 大约半小时后，每组派出一个代表说出讨论的结果。



活动三 唱一唱

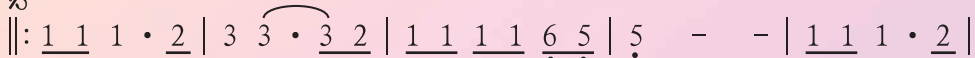
3/4

谁也躲不过

词: 善勇

曲: 天勇

※



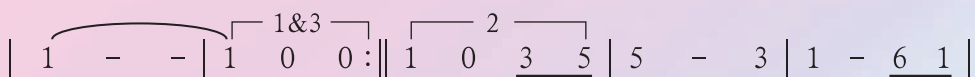
什么样的种子开什么样的花 什么样的
什么样的天空下活什么样的人 什么样的
什么样的执着尝什么样的苦果 什么样的



土地长什么样的米 什么样的信赖受
星星予什么样的光明 什么样的流水给
正道是什么样的善果 什么样的修行得



什么样的爱 什么样的守候生什么样的
什么样的感受 什么样的大海是什么样的姿
什么样的正果 什么样的因缘就结什么样的

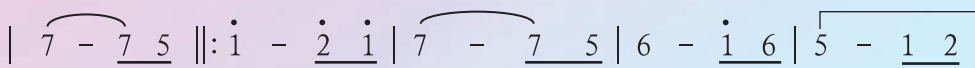


情 今生的种种皆是
态 果

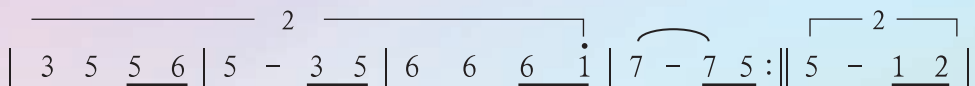
Fine



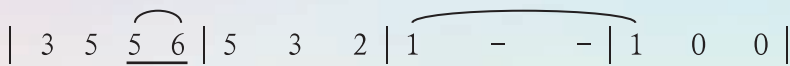
前世的因明天的命运全看今日的



行因果因果谁也躲不过你造



什么样的因就受什么样的果因过只要



一失足那总是错 D.C.



蛇头与蛇尾

有一天，蛇头与蛇尾吵起架来。

“你有什么了不起！为什么你永远走在前面？而我总是得跟在你的后面？”蛇尾很生气地问。

“这是因为我有眼睛，而你没有啊！”蛇头回答。

蛇尾不听蛇头的解释，坚持要走在前面。

“唉，你真是无理取闹！”蛇头无奈地摇摇头，闭上眼睛，任由蛇尾摆布。

蛇尾没有眼睛，看不到东西，连前面有个大火坑也不会回避，结果掉进火坑烧死了。

临死前，蛇尾后悔地说：“我真不该骄傲自大，没有眼睛，还要走在前面，真是害人害己呀！”





活动一 想一想

想想看，骄傲的行为会造成什么后果。

骄傲的行为	后果
班长说：“我不和成绩差的同学交朋友。”	
店员说：“你没有钱买，就不要随便动我的东西。”	
学生说：“我的数学已经很棒，不用再听课，也不需要做任何练习了。”	
的士司机：“驾车我最行了，开快车也难不倒我。”	
小贩：“我做的糕点是祖传三代的味道，这是最原始的味道，何必要改良？”	



活动二 预测结局

看图预测故事结局。



猜一猜，天鹅会有什么遭遇？



活动三 写一写

写出两个不同的情况，区分“骄傲”与“自信”的分别。

例子

骄傲：我数学很好，我认第二，没有人敢认第一。

自信：我数学很好，刚才的考试我有信心拿到满分。

骄傲：我非常强壮，

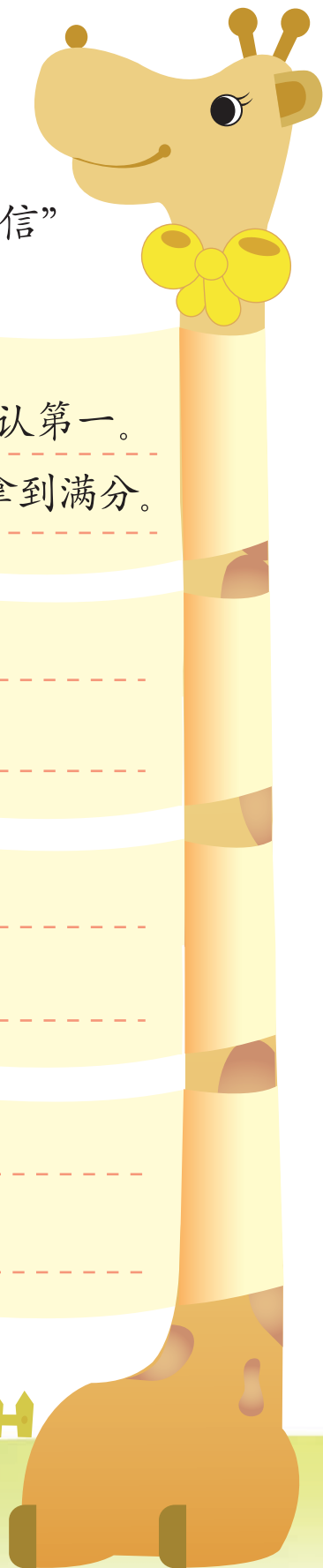
自信：我非常强壮，

骄傲：我特别聪明，

自信：我特别聪明，

骄傲：我口才好极了，

自信：我口才好极了，





马来西亚佛教青年总会

PERSATUAN BELIA BUDDHIST MALAYSIA
YOUNG BUDDHIST ASSOCIATION OF MALAYSIA

No 9 , Jalan SS 25/24, Taman Mayang, 47301, Petaling Jaya,
 Selangor, Malaysia.

Tel: (6)03-7804 9154, (6)03-7804 9157 Fax: (6)03-7804 9021

Email: ybam@streamyx.com <http://www.ybam.org.my>

978-983-3595-35-8

