

佛教臘八粥

的由來

佛教的創始者釋迦牟尼還是古印度迦毗羅衛國（今尼泊爾境內）淨飯王的兒子時，因見世間有生老病死等苦，於是捨棄王位，出家修道。他在樹下禪坐，並過了六年的苦行生活，甚至到後來衣衫襤褸，瘦骨嶙峋，有感於苦行雖然能夠達到禪定的境界，卻不能究竟解決生命之苦。終於 12

月初八這一天王子決定下座之後，在尼連河中洗了澡。這時有一牧羊女供養了一鉢用香穀、果實等煮成的粥糜獻給王子，王子喝了之後，很快恢復了體力，同時回到菩提樹下靜思禪修。當天夜晚時分，因親睹流星劃過天際而頓時開悟，成為釋迦牟尼佛。

佛陀悟道成佛日及中國臘月初八恰恰都有吃粥的共同點，於是中國佛教信徒就在每年臘月初八煮粥供佛（又稱為「佛粥」、「福慧粥」、「福壽粥」），與廣大的百姓們結緣，臘八粥由此流傳開來，成為中國民間的一種習俗。

如今，各地佛寺院在每年臘八這一天，作浴佛會或舉行誦經，並效仿牧女獻糜的傳說，製作粥糜供佛，並贈送給信徒及善男信女們，以後便在民間相沿成俗。

民眾都認為喝了寺院的臘八粥後可以得到佛祖的保佑，所以它又叫做「佛粥」，又有說吃了以後可以增福增壽，所以又稱為「福壽粥」。直到今天，我國仍然有很多寺院依然保存著臘八節煮粥分施寺院周邊居民的習俗，並藉此機會祝禱善男信女們吉祥平安，增福添壽。

