

# 序文

元太道堂  
主任委員 **朱陳火**

106 年度 / 「瘋·神·紀」5\_迎神趣

今年是第五年開辦「瘋·神·紀」，我們『元太道堂』過去四年在這活動中，介紹了道教神明、宮觀廟宇、衆神歷史源流等。並詳細的介紹了台北市文山區與松山區的各個宮廟，在地的文化與名勝景點加上好吃的美食等。自去年起我們加入了運動的路跑活動，因為人要健康就要動、多動才會長命長壽！道教不僅要人們去拜拜，也要引導人們活得健康、長壽。

今年主題「迎神趣」結合道教文化與健康養生。將「2017 神獸盃 2~ 神獸飛公益路跑」辦在台北市立動物園旁的『道南河濱公園』，開跑時間訂於 10 月 28 日下午四點三十分由迎神隊伍迎跑。在這秋高氣爽的時節，讓跑步、慢跑及散步的參加者們，可以有好心情跑完全程，也準備豐富的禮物給報名參賽者。另外，我們還募集到競賽組前三名獎品，以及路跑現場參賽者的抽獎獎品。

除上面的動態活動外，我們又增加了”中醫義診”與”有機農產品展銷”。中醫是今日全世界都在極力推廣的醫學，並被公認為對人體最好又有效的醫療。而食的健康與安全在中醫裡是非常講究的，我們也藉由此將有機的農作物一併介紹給大眾。由此次的活動讓人們”吃的安心、活的健康、遠離病痛、長命百歲”！

「宗教是依靠、信仰是力量」，上述乃是我們道家的本質與道教的宗旨，希望大家皆有健康與快樂的生活！若能加上道教的信仰，您可以請示與您有緣的聖尊，請祂給您指點迷津。相信您的人生一定不同凡響、大放光明！

# 區長的 期勉

文山區  
區長 **鄭裕峯**

感謝元太道堂朱主委的熱情邀請，連續五年擔任這個文山區道教文化活動的指導單位。所有對於地方上有意義、具有正面性的活動，區公所這邊都樂於從旁給予協助與支持。

「瘋·神·紀」是屬於文山區的道教盛事，我們剛好可以藉由這次的活動，讓各個參與的宮廟行銷自己，也讓民眾可以了解各宮廟的歷史文化，並同時宣導各宮廟的濟世服務精神。

只要是正向的活動，原則上區公所就是盡量協助幫忙把各宮廟行銷出去，讓大家了解知道我們是一個團結的團體。希望大家利用這次難得的機會盡量的發揮，期待大家都有滿滿的收穫，並預祝這次「瘋·神·紀」活動順利成功。

# 道教會 的期許

道教的現代發展方向

中華道教總會秘書長 **張肇珩**  
台北市道教會總幹事

道教，一個綿延於上古，承天履地的古老宗教，是什麼原因使得祂至今仍是中國人的主流信仰？而在眾多外來文明衝擊的近代史中仍不減其魅力呢？這是值得我們深思的問題。當然，雖然科學的高度發展，對於古文明一再的挑戰，道教卻始終屹立不搖，除了深刻的生活習慣外，充分的學理背景是支持一個宗教世代傳頌的不二法門。

道教有幾個歷史發展的高峰期，都建設在神學的基礎上，無論是春秋戰國、魏晉六朝、隋唐、宋明，都在思想蓬勃發展時，讓道教蘊含了更多內涵，也淬鍊出道教之於天、地、人相互之間的對應關係，以及獨步全球的能量轉移跨越三界的神仙思想，這是全人類共同的寶藏。我們都知道，近代的中國是不幸的，自清中葉以降，內外戰爭不斷，造成文化的撕裂、衝突、斷層是我們無法阻擋的，道教在幾經磨難之下，如今僅存的徒有信仰形式，已看不到那豐富的寶藏，及民族的內涵。

現代的道教應在民智全開的環境下脫胎換骨，把中心的信仰，深湛的思想再重建起來。此次台北元太道堂所主辦之「瘋·神·紀」活動，主題是讓民眾多接觸宮廟，從而透過宮廟認識道教，希望將道教塵封已久的文化，再展現於世人面前，並告訴世人信仰不僅僅是有事相求才拿香跟拜，而是進入這個宗教的思想領域，以宗教思想做為立身處世的原則，遵從教法的規範，重塑宗教的人格，才能成為真正的道教信徒。

台北元太道堂以傳道作為根本，以教理聯繫教眾，是現代道廟的典範，相信經過繼續的努力，人們會發現道教精緻與深刻的文化，經由一系列精心設計的活動下，讓人們再次了解到道教不是愚昧的信仰，不是只有鄉間的熱鬧形式，而是有著完整的宇宙觀、本體論及倫理學等神學系統所組成的成熟宗教。如今，全世界研究道德真經的人不亞於聖經，但道教的信仰卻一直在沒落中，這是傳教人才及場所缺乏所造成，台北元太道堂作出了正面的示範，讓我們共同為此人間瑰寶付出心力，讓道教不僅是中國的民族宗教，而能使全世界的人都能享受這人類智慧的果實，再創往日榮光。

# 慈愛 世界行

社團法人元太臺北市  
元太慈愛人文推廣協進會理事長 **廖耀鴻**

『社團法人臺北市元太慈愛人文推廣協進會』秉持『元太道堂 太乙真人一普救眾生，關愛社會，愛護萬物，教化人心—“慈愛世界行”』的宗旨，弘揚元太慈愛的精神，濟弱扶貧，推行各項公益活動，藉以提升人文素養及心靈成長，進而改善社會風氣，增進社會的祥和發展。

在慈愛人文及社區關懷方面

舉辦手工藝、繪畫、太極拳教學、象棋、胡琴入門系列，醫學講座、社區急救訓練、兒童夏令營、愛心路跑等等…。

在慈愛關懷及濟弱扶貧方面

舉辦愛心義賣及捐助、關懷獨居長者、園遊會、發放清寒優秀獎學金、承辦社福專案(身心障者社區融合服務)、國小學童課後陪讀服務、弱勢關懷等等。自民國 102 年度開始，已連續五年主辦推廣道教系列活動每年舉辦「瘋·神·紀」系列活動，受到社會大眾的熱烈回應。

在今年度的「瘋·神·紀」5 迎神趣 系列活動之一，「神獸盃—環保、淨化、健康、活力」公益路跑，即將在 106 年 10 月 28 日於木柵道南河濱公園鳴槍開跑，還有一系列「瘋·神·紀」的開幕表演，最受矚目的是瘋神紀主題曲『道路』的演唱，歡迎大朋友小朋友一起來跑出健康活力亦可做公益。不方便跑的也可以參加休閒組，輕鬆健走還可以摸彩喔！

別以為只有這樣，記得帶著這本「瘋神紀護照」從 2017.10.28~2017.12.30 期間，有道教迎神隊伍的文物介紹，有中醫義診、有機食農推廣巡迴市集，當然更少不了道教宮廟巡禮、蓋章集點換好禮抽大獎等，趕緊來喔！！

謝謝大家關心及支持社會公益的活動，讓台灣和諧發展，生活更美好！

# 祝福與 叮嚀

元太道堂主持 **高德雄**

歡迎您參加「瘋·神·紀」5 迎神趣 活動，所有活動經費得來不易，需感謝各方善信對本活動的支持，也希望大家珍惜愛的資源，邀請您親自參與體驗。

「瘋·神·紀」5 迎神趣 文化護照，以每一個人一本親身至各宮廟參觀，瞭解各宮廟文物及神明的源由，敬請誠心禮敬後再蓋章打卡。我們的誠心神明會有保佑，相信人人都是最懂禮貌守規矩的人。

別忘了!! 參觀宮廟蓋完章後，請於十二月三十日下午，親自至「瘋·神·紀」5 迎神趣 閉幕典禮現場領取活動紀念品及參加抽獎，以累積印章數領取，限親領一人一份。

神保佑 身平安

事事順 連年富

祝福大家

# 元太道堂簡介

元太道堂位於台北市文山區木柵，貓空與指南山腳下，緊鄰國立政治大學，附近文風鼎盛，交通便利，捷運動物園站轉車、步行數分鐘可達，是一個適合民衆參禮與進修的好地方。

元太道堂乃元始天尊所賜之名。道堂供奉主神為『太乙真人』，是「太乙救苦天尊」之化身，又號「東極青華大帝」，亦敬稱「青玄上帝」。天尊綜御萬類，其職司為天界考核群仙，人間尋聲救苦，及冥界救拔亡魂，懷普渡衆生之悲願，億億劫中度人無量，因此世稱「大慈仁者」，在道教神尊中，地位極為崇高。道堂匾額題名為「太乙真人」，乃七重天的天子，其聖像為天尊第二十六世之化身，為行醫濟世度人，天尊化身降臨與衆弟子結緣，弟子等有幸獲得師尊更多的啓示與指導。「真人」為天尊衆多化身中的一個名號，當年修道於四川省江油市乾元山金光洞。從民國 100 年到 106 年已共進行朝聖六次，人人皆有感動，撰寫了不少見聞及心得，也因而更加了解師尊在乾元山的歷史事蹟及祂不畏艱難苦修成仙的因緣。

民國 66 年高張月裡夫人之弟媳許女士因產幼女過程不順，得五府千歲之恩師 - 南嶽聖君指示，於 69 年誠心祈求南嶽聖君之師弟 - 太乙真人聖駕降臨「木柵凌振宮」行醫救助，太乙真人聖駕自此拂塵凡間，濟世救人。長女高秀蓮女士與女婿高德雄先生深深感懷天尊之慈恩仁澤，乃後一直虔誠侍奉至今，而南嶽聖君亦為本道堂信衆之師伯。

民國 75 年後，因太乙真人之信衆日益增加，造成「木柵凌振宮」人力及物力之負擔，之後五、六年間，太乙真人先後於中和區、松山區、大安區等地，信衆恭敬護持下行醫濟世，直至民國 81 年恭奉於秀明路二段現址。

元始天尊有感於衆弟子虔誠信奉，乃於民國 93 年賜名改頒「元太道堂」，衆弟子成立「元太道堂同修聯誼會」，並向台北市道教協會登記立案，經高德雄、徐永琦、楊志熙、朱陳火等人帶領下，配合政府法令，以誦經、禪靜及擲筊等方式解決民衆身心困難，並設立環保金爐。民國九十九年規劃整修道堂，始有現今之規模。同時榮獲玉皇上帝垂賜玉旨，獲元始天尊垂賜道堂之道徽、弟子道號、道服。天尊並以「普救衆生、關愛社會、愛護萬物、教化人心」十六字四大慈示，勉勵弟子積極投入公共慈善事業，利益社會大眾，不分宗教、國籍、種族，將「慈愛世界行」推向世界的每個角落。又指示成立「元太慈愛人文推廣協進會」社團法人組織，於民國 100 年 4 月 23 日依法立案，正式運作。其所履行之任務包括舉辦各項慈善活動、濟弱扶貧；協助急難救助服務；提倡人文精神建設；深植社區；發刊善書…等。



民國 101 年 4 月元太道堂第五屆幹部改選時，「元太道堂同修會聯誼會」改名為「元太道堂管理委員會」，由朱陳火先生擔任第一任主委，期望以正確之方向推廣道教，並發行「元太心道」月刊，基於三大宗旨：一、落實公益事業。二、傳播生活知識與技能。三、提供道教經典教理。月刊三大宗旨，最終是要成就充滿愛與關懷的社會。透過月刊長期的發行，希望未來能將此理想推廣到中國大陸及世界各地。

除月刊之外，民國 101 年禮聘呂宸榮道長開授「道教科儀」至今。從 102 年到 106 年道堂先後結合道教與地方文化，舉辦了五次盛大的「瘋神紀」活動，獲得廣大的迴響。並於 103 年舉行三清道祖聖像及中壇元帥聖像安座典禮，使道堂正殿更顯莊嚴。105 年 6 月於台南舉辦慈愛世界行寶船啓航吉祥祀典。此寶船以「太乙救苦天尊」聖名為「太乙號」徽號，由「諸葛武侯天尊」引航，旨在送福於十方，令有緣衆生利益均霑，同受聖蔭。此寶船祭中天上衆仙聖駕降臨，領納元太弟子恭虔與衆生分享福德之赤忱，規模宏大功德殊勝。106 年暑假，基於發展道教教育的目標，正式成立「元太道教學院」，首屆「道引班」招生開課，頗獲好評，本道堂進入新的里程。預計來年將可擴大辦理。

道堂正在持續發展當中，中醫學院教育及道教傳播事業，現有的寶殿不敷使用，目前正在尋覓更大的場地。我們希望將來宗教文化活動規模能夠擴大，使更多的人有緣得沐聖恩並學道進修。

## 一〇六年度文山區「瘋·神·紀」5

# 迎神趣

### 活動緣起

道教係我國固有之本土宗教，源遠流長，歷久彌新，與民俗相揉合，是大多數國人共同信仰之宗教。不但對我國社會產生過長久之安定作用，對我國之文學藝術，及科學和建築等科技，均有重要的發明、貢獻和影響；與我國之學術思想史、政治思想史及民族革命史，亦有密不可分之關係。

然而道教發展至今，因應時代變遷、人民遷移與適應地域氣候不同之變化，道教活動雖有千變萬化的表現樣貌，卻仍舊與庶民生活存在極密切的關係。

然而，「道教」真侷限如坊間所見、或視聽節目中所介紹般，僅具備部份功能性之宗教需求，甚或動輒被冠上迷信、低俗、陳舊、迂腐等稱號，這些誤解與偏執之印象其來有自，但絕非是「道教」的原貌，亦非我輩道教徒所樂見之結果。

元太道堂自102年度首次舉辦文山區「瘋·神·紀」—道教文化推廣活動後，獲得廣大活動參與者的迴響與支持，經過詳細的研究與策劃後，我們決定再次募資舉辦「瘋·神·紀」5迎神趣活動，來持續深入推廣與介紹固有之傳統道教文化。

本次「瘋·神·紀」除修正前四屆活動內容之缺失與不足外，仍將邀請各地方友宮一同參與。除開幕之神獸盃路跑活動、閉幕之點燈祈福祀典、以及民衆之兌換聯歡活動外；今年我們更增加五場中醫義診諮詢、視障按摩、有機食農遊藝教育推廣講座和小農市集園遊會。期望能依此型式擴大並定位為本區獨特之宗教文化活動，除介紹道教文化信仰基礎，提供民衆正確宗教認知與服務，並同時帶動地方觀光旅遊、休閒產業及特色名產之推廣。

基於前四屆活動之基礎，今年我們將專注於系統性的介紹道教之迎神儀式與相關展現等主題。為增進參與民衆之深度認識，除提供包含豐富道教常識內容之『文化護照』外，並將不定期邀請相關研究學者宗教民俗專題講座，增進大眾之知識交流互動與知識散播，並藉此對於宣揚傳統道教信仰提供正確的認知與了解。

### 瘋神紀 5

主辦單位基本資料 / 開幕紀念章  
序文 元太道堂 / 主委的邀請 01  
區長的期勉 01  
道教會的期許 01  
慈愛世界行 01  
祝福與叮嚀 01  
台北元太道堂 01

### 迎神趣

緣起 01  
目錄  
瘋神紀 5 01  
迎神趣系列活動介紹 01  
好山好水好文山 01  
神獸盃 2- 環保淨化養生活力公益路跑 01  
文山一寶 / 木柵綠竹筍 01

### 文山·逍遙·遊

祕境探索  
瘋神地圖 + 遊戲規則 + 蓋章處  
遊戲規則 / 兌換方式 01  
文山區休閒之旅 -3 景點 01  
道教宮廟文物巡禮 -21 宮廟 01  
文山二寶 / 木柵鐵觀音之美 01

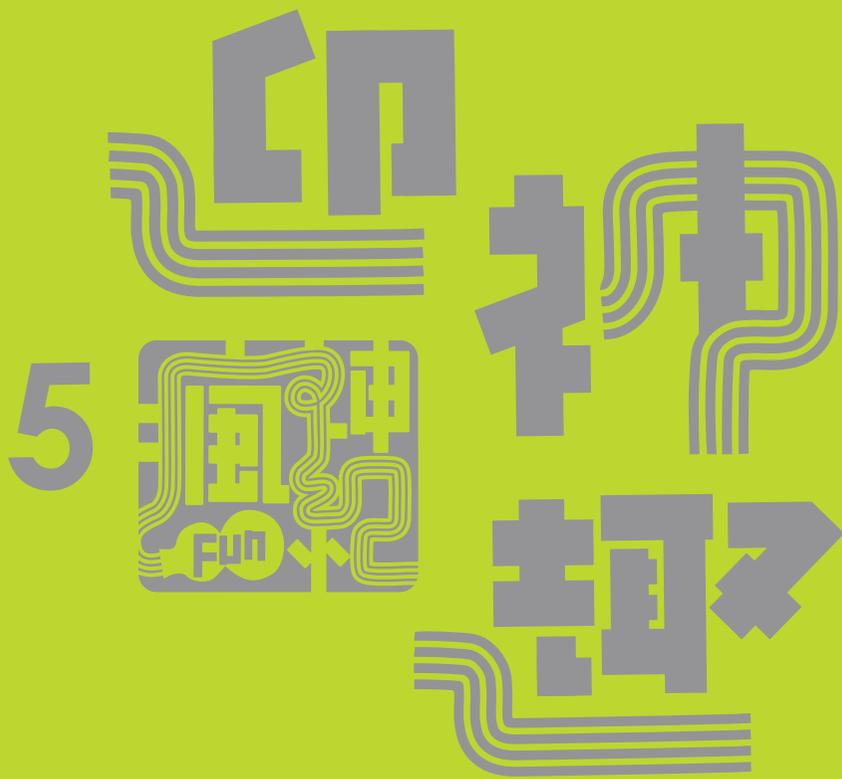
### 太乙·人間·道

文化走廊 01  
養生食療太乙道體驗之旅 01  
道教迎神禮儀文化之旅 - 迎神趣 01  
文山三寶 / 木柵麵線窟 01  
祈福·饗宴·讚 慈愛世界行 01  
築夢高飛—灌溉夢想·成就自我 01  
寶船啟航—萬幣吉愛·愛船寰宇—迎神搏杯乾坤禮 01

### 感恩

感恩有您·無量壽福 01  
參加者基本資料 01  
閉幕紀念章 01

# GREETING GOD'S GREETING



報馬仔 銅鑼響  
肅靜迴避 列兩旁

香煙裊 通天禱  
神明護佑 驅邪遶

神獸飛 太乙道  
養生健走 迎神趣

2017.10.28 | 六 | 15:30~21:30

「瘋·神·紀」5 迎神趣 開幕典禮 暨 「2017 神獸盃 2 神獸飛公益路跑」  
為「環保、淨化、健康、活力」而跑 Run for Love & Dreams !

2017.10.28~2017.12.30

文山逍遙遊 Carefree Journey—道教宮廟人文巡禮—蓋章集點吉寶禮

2017.11.11 / 2017.11.25 / 2017.12.09 / 2017.12.23  
/ 2017.12.30 | 六 | 09:00~15:30

養生食療太乙道—中醫義診、視障按摩、有機食農遊藝教育推廣講座、小農  
市集園遊會

2017.12.30 | 六 | 14:00~21:30

「瘋·神·紀」5 迎神趣 閉幕典禮 暨 恭祝 太乙真人萬壽寶誕—祈福點燈祀  
典 / 歲末聯歡愛心園遊會 / 酬神謝戲—明華園歌仔劇日團 | 天子翻江龍演出

2017.04.23~2017.12.30 (收件截止日)

築夢高飛 Build a dream be flying—灌溉夢想·成就自我—夢想企劃徵選

2017.04.23~2017.12.30 (萬幣年度結算日)

寶船启航 Holy Ship Setting Sail—萬幣吉愛~愛船寰宇；祈福點燈—撲滿吉  
愛

# 好山好水 好文山

**歷史沿革與地理環境：**總面積 3,150 公頃

文山區位於臺北市南郊、新店溪以東、蟾蜍山以南，東鄰深坑區，西以新店溪與永和區及中和區相望，北接中正區之公館與大安區等為界。三面環山且景美溪貫穿本區西流，下游與新店溪匯合，依山面溪，溝澗縱橫，除山坡地多平地不足二分之一，景美溪西岸之平原為本區精華地帶，都市計畫發展已近飽和，一四〇高地經政府規劃開闢為萬芳新社區。

由於此地區與新北市深坑區等地在道光年間，因山型如拳，定名為拳山堡；後因名稱不雅，日治時期取「文山秀氣」之意改稱為文山堡。當時從臺北市赴新店、坪林、烏來、深坑、宜蘭等地，為必經之要道，其地勢為一小型盆地，開拓之初湖澤遍地，到處是污泥、荊棘，乾隆年間，先民由景美沿溪入壑，至嘉慶道光之際漸成街肆，西邊設有萬盛、十五份兩莊，東邊沿河以木柵圍柵防拒原住民侵擾，暫成部落，故有木柵莊、霧里、薛莊、內湖莊之產生，沿用甚久，至同治年隸淡水廳，又稱木柵莊、內湖莊、硯尾街。光緒初年置台北府，仍屬淡水廳，日治時期則劃規臺北州文山郡、深坑莊景尾街，並隸屬深坑莊管轄，迨臺灣光復後隸屬臺北縣深坑鄉，民國三十九年三月一日政府為便於政令之推行與事實之需要，乃將深坑鄉劃分為景美、木柵、深坑三鄉鎮，五十七年七月一日改隸臺北市，分為木柵、景美兩區，七十九年三月十二日，臺北市行政區域調整，又將景美與木柵兩區合併為文山區。



## 景美地名由來：

景美原為平埔族秀朗社民所居，雍正七年（一七二九年）粵人及泉州安溪移民由大加蚋堡入墾文山地區。

由「硯尾」而來，為何現在的人把景美用台語讀成景「馬」而非「米」，其來有自：所謂「硯」是一種灌溉設施，以木樁和木板構成U型槽，架跨溪河之上，讓灌溉用水通過。在漢人開墾大加蚋堡時，墾地日廣，圳水不夠分配，先民郭錫 先生見新店青潭水量豐沛，乃開鑿圳道，並架設大木硯，經大坪林跨越石碇溪（今景美溪）而北流，此硯為條木製成的木槽，新店大坪林為硯頭，過石碇溪為「硯尾」，台語讀音「景馬」，即為景美地名之由來；民國三十九年三月一日由深坑鄉劃出，自立景尾鎮，屬台北縣，設鎮時景尾這個「景」字，大家同意後定名為「景美鎮」，五十七年臺北市政府改制院轄市，景美鎮又納入臺北市版圖，成為「景美區」，七十九年又與木柵區合併「文山區」迄今。

## 木柵地名由來：

木柵區在隸臺北市以前，屬臺北縣，為木柵鄉，光復後編印的臺北縣志說：「本





鄉地區，代有木莊，開闢之始，於地設柵防番，故名。」木柵初時乃先民墾拓時之根據地，以桶粗高長木椿圍柵群民，以禦山胞之侵襲，故取以為地名。其地在今開元街東端景美溪溪邊。木柵區乃是山區，東、南、東北隅山地，仍保持原有風貌，和自然景觀之存在，故此政府持闢為登山遊樂區域，使市民優閒時，有個好的旅遊去處。請看略圖平面圖，其形是否似一「道」字。

### 戀戀文山，杏花及第

文山區的區花是杏花，又稱為「及第花」，「女郎折得殷勤看，道是春風及第花」，指的便是杏花。在臺灣，民間建築和廟宇建築經常以杏花為作品。杏花代表幸運與幸福的意涵處處流露在臺灣人的生活中。這次文山區區花選拔係由「臺北市區花網路票選活動」中由民衆票選產生，並於2010年5月24日公布。

### 宗教：

本區居民敦厚淳樸，宗教氣氛濃厚，現有辦竣登記之寺廟計十八所，歷史最久者，首推指南宮，建於清光緒18年，該廟供奉民間相傳八仙之呂洞賓仙師，其他廟宇多建於山林僻靜風景幽美之處，平日香客頗眾，遊者不絕，對發展觀光事業頗有助益。已辦理財團法人登記之基督教堂十五所，另有神壇一一九所，本區常有宗教活動，青少年參與者眾，如何輔導宗教向文化服務和慈善救濟事業為努力方向，總之宗教有益於世道人心，市政文化建設宜善為輔導發揮其功能。

### 觀光休閒遊樂場所：

除臺北市立動物園，為全市性大型休閒遊樂場所外尚有：

▲觀光茶園：本區茶園遍佈在指南山區，闢為觀光區者，則位於指南宮南側

山中，經政府輔導，產銷一貫作業，沿途道旁花木扶疏，風景優美，茶展中心設立其間，觀景之餘一杯春露，更添勝景，實為旅遊佳境。

▲貓空遊樂區：位於指南里南端，北望指南宮、西眺樟山寺，周圍茶園青，景色宜人，南北山嶺聳立，林木蒼翠，山澗流水潺潺，是一般居民休閒遊樂的好去處，更是青年學子山訓野營之理想園地。

▲指南宮參拜：指南宮為釋道融通之地，宮殿建築宏偉，上有靈霄寶殿，左有大雄寶殿，香火鼎盛。

▲仙跡岩遊樂區：本區仙跡岩為勝蹟之一，景緻秀麗，遠近馳名，且其間仙跡岩廟，供奉有民間相傳八仙之一呂洞賓仙師，除每逢祭典或假期，均有遠地市民前來參拜遊玩外，附近居民每於晨昏登山散步，健身活動為著名之遊樂區。

▲樟山寺

▲政治大學商圈

▲景美集應廟 (三級古蹟，1867年建立)

▲優人神鼓劇場

▲芳川煤礦遺址

▲杏花林

▲表演36坊

▲屏風表演班

▲台北曲藝團

▲國光劇團

▲文山公民會館

▲臺北花木批發市場

### 特色老店：

金益香餅店

劉協昌製麵廠

三芳製油廠



環保 · 淨化  
健康 · 活力

**活動日期：**106年10月28日(六) 15:30~21:30

「2017 神獸盃 2 神獸飛公益路跑」為「瘋·神·紀」開幕活動！！本次主軸在於 Run for love and dreams 提倡「環保·淨化·健康·活力」。希望藉由路跑活動並配合服務區規劃，結合社團團體的宣導服務與經費募集。讓參與路跑競賽及趣味健走活動的人，體驗生命與健康的可貴，感受善行推廣與愛心奉獻的重要，同為社會福利盡一份心力。

#### 路跑時段：

特別嘉賓：亮哲、曾珮瑜

活動時間：16 時 30 分至 18 時 30 分

活動地點：台北市道南河濱公園（木柵動物園公有停車場旁）

參加資格：舉凡對跑步、健走有興趣之身心健康者，皆可報名參加。

#### 活動路線：

1.8.5K 路跑競賽組：道南河濱公園主會場（木柵動物園公有停車場旁）→沿道南河濱步道→經萬壽橋下→經道南橋下→經恆光橋下→於一壽橋下原路折返→前往主會場（終點）。

2.3.0K 趣味健走組：道南河濱公園主會場（木柵動物園公有停車場旁）→沿道南河濱步道→過萬壽橋至景美溪右岸河濱自行車道→於道南橋下原路折返→過萬壽橋→前往主會場（終點）。

#### 報名方式：

1. 本活動一律以「網路報名方式」，依序完成報名及繳款（報名登錄後需於3日內繳款始完成報名手續，未繳費者視同放棄報名）。本活動將另規定「取消報名」申請辦法及期限，逾期恕不再受理。
2. 本活動預定於2017年8月7日18:00 PM 開始受理線上報名，報名截止日期為2017年10月9日23:55PM。截止日期前若已達限額，亦不再受理報名。

#### 現場抽獎：

凡參加「瘋·神·紀」5「2017 神獸盃 2 神獸飛公益路跑」完賽者皆可參加抽獎，本人須於現場領獎，若於當天活動結束仍未到場領取獎品者視同放棄。該獎品由主辦單位處理之。

開幕紀念章

#### 典禮時段：

**活動主持：**王伯源、陳瑋薇

**活動時間：**18 時 00 分至 21 時 30 分

**活動地點：**台北市道南河濱公園烤肉野炊區（木柵動物園公有停車場旁）

**參加對象：**熱愛生命與關懷弱勢的朋友

#### 活動說明：

1. 「瘋·神·紀」5\_迎神趣開幕典禮~迎神祈福贈乾坤
2. 「2017 神獸盃 2\_神獸飛公益路跑」競賽~頒獎 & 抽獎儀式
3. 築夢高飛—灌溉夢想·成就自我~夢想企劃徵選
4. 寶船啟航—萬幣吉愛~愛船寶宇;祈福點燈~撲滿吉愛
5. 『道路』—瘋神紀主題曲表演~艾彼斯獨立樂團

**活動時間：**18 時 00 分至 21 時 30 分

**活動地點：**道南河濱公園（臺北市立動物園公有停車場旁）

精美禮物：凡於「瘋·神·紀」5 迎神趣開幕現場活動者，皆有機會領取經「太乙真人」&「太子爺」加持「祈福紀念卡」。

#### 活動流程：

活動時間	項目	活動說明
15:30~16:00	選手賽前準備	選手開放寄物
16:00~16:10	迎神祈福	元太道堂迎神祈福領跑儀式
16:10~16:25	開場 & 熱身	主辦單位、代言人介紹、賽前熱身操
16:30~18:30	鳴槍起跑	16:30—8.5K 組起跑 ( 限時 2 小時 ) 16:40—3.0K 組起跑 ( 限時 1 小時 )
18:00~20:00	開幕典禮	「瘋·神·紀」開幕典禮、來賓致詞
	頒獎 & 抽獎	8.5k 競賽組頒獎 & 現場抽獎活動
20:00~21:30	舞台活動	「瘋·神·紀」開幕表演
21:30~22:00	活動結束 & 場地整理	



# 木柵 綠竹筍

鮮·嫩·甜·美·賽水梨



美、木柵、新店一帶，只有少數筍農會把竹筍運到北市若干市場販賣。本區土壤氣候因符合綠竹筍生育條件，所以生產之綠竹筍甜美爽口，有水梨般口味，而外型為牛角狀，色澤鮮明筍殼光滑帶金黃色，實為綠竹筍之上等筍牛角筍。因此消費者挑選時，宜選擇矮胖底部肥大，彎曲度越大越好。一般消費者選擇綠竹筍時，以外觀做判斷時，以筍尖不出青，矮胖底部肥大，彎曲度愈大愈者為佳。好的綠竹筍是牛角狀，色澤光滑帶金黃色，外型略彎，底部矮胖肥大，這種筍被稱為「牛角筍」。

而農會為提昇筍農栽培管理及採筍技術，於民國 78 年開始辦理一年一度的綠竹筍生產技術比賽，民國 80 年起則加入辦理綠竹筍大餐品嚐會。經過多年來推廣以及社會大眾的支持，筍農生產技術提昇許多，綠竹筍大餐品嚐會也常常供不應求。而筍農生產技術的提昇，在今年度行政院農業委員會桃園區農業改良場辦理之「97 年北部地區優質安全綠竹筍評鑑」中，本區筍農周良銓先生榮獲冠軍，周文通先生及張金城先生亦榮獲亞軍，而周文通先生亦是第 2 度榮獲該評鑑唯一獎項－甜筍王。由此可見，雖然台北市位處直轄市，農業可耕面積亦小，但農友的生產技術卻不可輕忽。

綠竹筍適合高溫多濕的地區以及砂質壤土，木柵地區正適合綠竹筍生長的條件，因此生產的綠竹筍甜美清爽，為綠竹筍的上等「牛角筍」。木柵農會於七十八年開始，每年都舉行綠竹筍生產技術競賽，八十年起，增加品嚐綠竹筍大餐的活動，農會也會推出綠竹筍的食譜供民眾參考。

出處：

木柵區農會

## 鮮嫩甜美 賽水梨

木柵位於台北市南邊文山區，地理環境特殊，四面環山。本區綠竹筍大部分佈於老泉、博嘉、萬興各里之山坡地。栽種面積四百餘公頃，主要產期於國曆 5 至 10 月，而盛產期則在 6、7、8 月。本區綠竹筍目前栽培面積五百五十六公頃，單位面積每公頃產量約一萬二千公斤，年產量約六百六十七萬公斤，為目前本市最大之綠竹筍產地。所產綠竹筍供應本市南區及鄰近衛星城市之民生所需，由於本區綠竹筍品質優異，深獲消費大眾喜愛，生產綠竹筍往往供不應求，農會對於綠竹筍生產，除一般生產輔導、獎助外，自七十八年起每年均辦理 [ 生產技術比賽 ] 以提供彼此切磋學習之機會，此外，自八十年起，農會辦理之 [ 綠竹筍大餐品嚐會 ] 已是本埠端午佳節一大盛事，每次參加市民均達千人以上，據消費反映，市場上已友人指名要吃 [ 木柵綠竹筍 ]。

竹類屬禾木科，是多年生常綠植物，桿中有節，高可達 6 至 20 公尺，根是鞭根植物，植物學上稱根莖，地下莖生的嫩芽抽出地面日漸成長便成竹；幼嫩時稱之為筍。綠竹筍耐熱力強，適於高溫多溼地區及砂質壤土與壤質砂土之環境生長。而本區土壤及氣候均符合其生育條件，所生產之綠竹筍甜美清爽，有水梨般口味，而外型為牛角狀，色澤鮮明，筍殼光滑帶金黃色，又有「牛角筍」、「黃金筍」之美稱。四個里中萬興里原本有大片的綠竹筍園，因闢建木柵動物園，種植區消失，以致產量銳減，目前以老泉里最具規模，筍農大都四、五時起床，前往農園採筍同時趕在六、七時下山，把新鮮的綠竹筍帶到市場販售，目前大多數本區筍農都是自產自銷，主要市場集中在景



# 5 印神取

秘境探索  
文山·逍遙·遊

# 祕境探索

## 遊戲規則 & 兌換方式

### 蓋章集點換好禮：請參考瘋神護照及瘋神地圖

#### 1. FB 打卡：

先加入 FB「瘋神紀」粉絲團 (按讚) → 至各景點及宮廟參觀時使用 FB 打卡，並回傳本人與現場合拍之照片。

#### 2. 照相：

使用任何可以拍照之裝置，至各景點及宮廟參觀時，拍下本人與現場合拍之照片至主辦單位，另可上傳「瘋神紀」粉絲團。

#### 3. 蓋章：

至瘋神紀官網所提供之各景點及宮廟參觀，直接蓋章於護照摺頁之各位置。

#### 4. QR code：

使用有 QR code 掃描裝置，至各景點及宮廟參觀時，掃描現場 QR code 並連結至主辦單位官網，註冊官網會員。

#### ● 兌獎 / 抽獎日期：(限本人持身分證文件現場領取)

106 年 12 月 30 日 (六)「瘋·神·紀」5 迎神趣 ~ 閉幕典禮當日

#### ● 兌獎 / 抽獎地點：

台北元天道堂將於 106 年 12 月 30 日「瘋·神·紀」5 迎神趣 閉幕典禮當日於萬興國小操場，現場由律師見證公開抽獎，並將中獎名單公布於「瘋·神·紀」5 迎神趣 活動官網上。

#### ● 兌獎方式：

以上方式可擇一或混用。至各景點及宮廟參觀後，於 106 年 12 月 30 日閉幕當日即可依下列規則兌獎：

1. 集官網景點及宮廟紀念章可兌換不同特色好禮。
2. 集官網景點及宮廟紀念章二十枚即可兌換限量雷射雕刻「瘋·神·紀—紀念筊組」一組。(以上一份護照僅能兌換一次，且不可重複兌換，好禮數量有限，兌完為止)
3. 集滿所有官網景點及宮廟紀念章可領取主辦單位提供之全套好禮。(不含第 2 點之限量好禮 2 款)
4. 集滿「瘋·神·紀」5 迎神趣之開幕、閉幕紀念章 2 枚及 5 場「太乙人間道—文化走廊 ~ 養生食療太乙道」之特別版專用紀念章 5 枚，即可兌換「精美好禮」。

#### ● 抽獎方式：

「瘋·神·紀」5 迎神趣抽獎活動：『神秘大獎』、『名牌自行車』、『紀念 T 恤』等，欲參加抽獎須符合以下條件：

1. 集滿「瘋·神·紀」5 系列活動及官網景點及宮廟紀念章 15 枚以上。
2. 憑護照號碼即可參加抽獎活動，獎品價值若超過規定，則依稅法繳納稅金。
3. 於閉幕當日被抽中獎項者，若活動結束前本人仍未能至現場親領者，即視同放棄獲獎權利。

#### ● 護照上之特別說明：

1. 一本護照限領一份獎品，領取獎品時本人請攜帶附照片身分證件。(如：健保卡，孩童請攜帶戶口名簿)
2. 本活動為公益性質，獎品數量有限送完為止，主辦單位有權更動紀念品內容。
3. 特別聲明：本活動護照為免費文化公益宣傳，如發現有不法利用，請速與主辦單位聯絡。

◆「瘋·神·紀」5 迎神趣 活動之所有訊息公告皆以台北元天道堂瘋神紀官網所刊登之訊息為主。

## 二、指定宮廟好運籤：活動訊息請詳「瘋·神·紀」5 迎神趣 官網之第 2 波

### 活動公告

#### 遊戲規則：

1. 到各指定宮廟蓋章，即可領取限量『指定宮廟好運籤』1 支。
2. 集滿 10 支不同好運籤，即可兌換「瘋·神·紀—好運籤筒」1 個。

### 三、迎神「搏杯」贈乾坤

台北元天道堂將於 106 年 12 月 30 日「瘋·神·紀」5 迎神趣 閉幕典禮當日於萬興國小操場，現場由律師見證公開競筊，筊數最多者可獨得『福運大禮』。

#### 遊戲規則：

1. 憑閉幕典禮當日現場愛心捐款收據正本 (新台幣貳佰元以上)，即可參加『迎神搏杯贈乾坤』活動競筊機會一次。
2. 個人筊數最多者可獨得福運大禮。
3. 參加獎：『閃亮乾坤圈』一只或『福運巾』一條。



## 文山公民會館

文山公民會館原為長年閒置、外觀陳舊之木柵國小校長宿舍，其籌建自 88 年 5 月舉行工作協調會起，經多方討論商擬聚規劃整建共識，於民國 91 年動土，並於 10 月 19 日舉行落成啓用典禮。至此，興建於民國 16 年構工精細的日式建築有了新面貌，重新擔負發展本區地方人文史蹟、產業特色及凝聚社區居民意識的重大任務。

木柵國小創立於民國前 6 年，原屬景尾公學校分班，該宿舍於民國 81 年校長及夫人相繼辭世後即閒置未再使用。現經翻修整建後，成為充滿日式樸實與現代感交融的雅致建築，象徵傳承與新舊接軌之意涵。

文山公民會館位處文山區行政中心正對面，毗鄰木柵國小，東臨景美溪，內外空間上區分為服務台、演講廳、戶外廣場、戶外多元廣場等，可做為教學、公共藝術、大樹教室及多元展示空間。

會館新館為新建二層樓建築，除展示區史、區政發展史、歷史老照片及地方產業特色外，並不定期邀請藝術文化工作者、團體、社區等，於 1、2 樓辦理各項藝術創作展覽，提升文化生活品質，。

舊館則為日式建築整建，為開放展覽空間，亦提供民衆、團體租借使用，辦理各項討論會、讀書會等學術知性活動等。只要來一趟公民會館，可以了解文山的古往今來，更可體驗具有歷史價值的美麗優雅建築

館址：北市文山區木柵路三段 189 號

電話：02-22346686

交通：公車

文山行政中心站：237、251、282、298、660、666、679、915、933、棕 3、棕 5、1076、1503。

木柵市場站：236、251、282、530、676、679、1080、1501、1503、棕 3、棕 6、小 10、小 11。



## 臺北花木批發市場

「臺北花木批發市場」成立於民國 92 年 4 月，是臺北市政府透過公開甄選委託「有限責任台灣區觀賞植物運銷合作社」專業團隊經營，其本身並不是一個營利機構，而是政府為了協助全國花農的花卉銷售，特別設立一處花卉物流集中區，透過電腦資訊系統拍賣或訂貨作業，有效率且公平、公正、公開的將這些辛苦種植出的美麗花卉銷售到「批發商」、「承銷人」手中。

因為批發市場提供了全國花農花木商品的主要銷售管道，讓所有辛苦種植的美麗成果都能透過電腦拍賣資訊系統及預約訂貨作業迅速完美的送到各個花店中。此外，也配合政府農業政策持續推動各項景觀綠化、品味植栽及藝術賞花的推廣工作。

該市場除交通便捷外，寬敞明亮的空間規劃完善：一樓零批場提供花卉零批商務採購的功能，也是許多業餘栽培愛花朋友的採購天堂，另外還有提供庭園造景的設計服務。二樓是專業花卉電腦拍賣場、切花區與占地 200 坪的花藝園藝資材館；三樓主要是盆花展售室，僅限符合交易資格之專業承銷人入場選購或進行預約訂貨交易。這 也是台北市最大最豐富的台灣蘭花展示中心，在 2009 年底更新增了景觀苗木展示場，提供各式各樣容器苗木的展售訂貨服務。

「臺北花木批發市場」提供完備資訊設備與業務項目，切合花卉商務採購需求，並充份滿足一般民衆的居家生活園藝需求，開創台灣花卉交易新紀元。

地址：台北市文山區興隆路一段 15 號

電話：(02)86633565

交通：捷運新店線「萬隆站」3 號出口右轉步行約 3 分鐘抵達。公車資訊如下

52、74、109、236、251、252、253、284、290、530、505、606、642、643、644、648、650、660、650、671、676、0 南、1、綠 13、棕 6、棕 11、藍 28



## 木柵『鐵觀音、包種茶研發推廣中心』

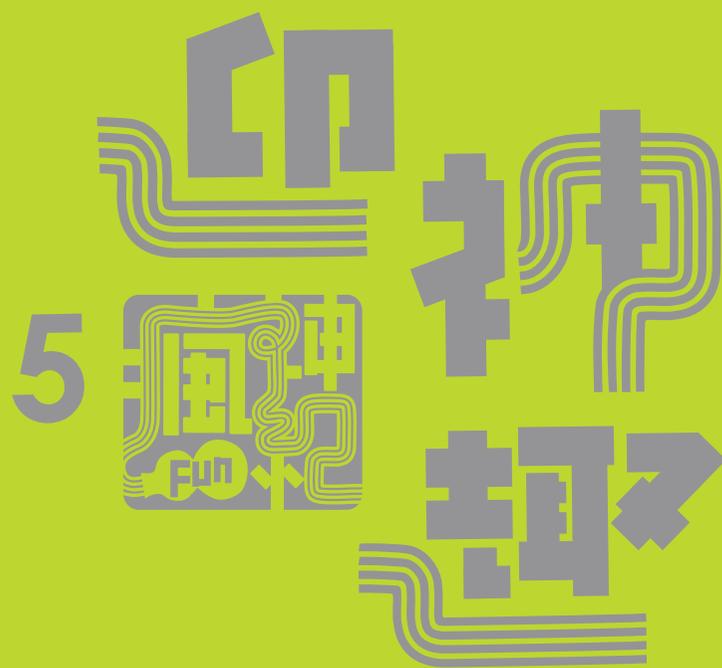
原「臺北市木柵茶展中心」係於 74 年興建完成，多年後經過封館修繕，正式更名為「臺北市鐵觀音、包種茶研發推廣中心」，並於 89 年 1 月 2 日重新開幕。

該中心位於貓空地區，主要功能係結合農業、生活、文化與休閒，提供市民一個知性的休閒活動場所，並引導民衆深入瞭解當地茶產業，提供與茶藝有關的文化性消費、遊憩活動，以增加臺北市民假日休閒活動的去處，並提高當地茶農的收益。

茶推廣中心設有茶葉展示室、茶藝活動中心、視聽教室。透過導覽解說的方式，讓遊客瞭解木柵鐵觀音茶的製造過程、品茗、沖泡及茶葉保存方法；並介紹臺灣特色茶分布，對於想認識茶葉的人來說，是個不可多得的好去處。

中心占地九百餘坪，對木柵茶業發展有重大功能。園區內種植包括桂花、茶花、櫻花、青楓等植物，戶外設施則包括示範茶園區、氣象觀測坪、人工降雨沖蝕槽及生態池等。

產業發展局目前委託財團法人「台北市 公農業產銷基金會」管理，民衆可參觀展示室，假日並聘請茶師作茶藝現場示範及品茗。戶外水土保持教室全天開放參觀、團體導覽；並規劃一條環狀步道，讓民衆輕鬆在茶園間享受登山情。



道教宮廟  
文物巡禮  
20 宮廟

1. 公館福德宮



5. 福興宮



9. 台北振王宮



13. 木柵忠順廟



2. 順天宮



6. 廣武宮



10. 景美代天宮



14. 木柵福德宮



3. 興福巖清水祖師



7. 文山興安宮



11. 景美集應廟



15. 木柵集應廟



4. 萬慶岩清水祖師



8. 仙跡岩



12. 凌振宮



16. 天和宮



17. 救千宮



21. 台北元太道堂



18. 指南宮



文山公民會館



19. 木柵清龍宮



臺北花木批發  
市場



20. 忠正嶺安祿宮



臺北市鐵觀音包種茶  
研發推廣中心





# 木柵鐵觀音之美

## 台灣十大名茶



### 鐵觀音茶的特色

鐵觀音茶屬輕萎凋的茶葉，發酵程度約 15-30 %，製程需特別反覆進行焙揉，以形成特別的喉韻。茶葉經初焙未足乾時，將茶葉用方形布巾包裹揉成球狀，並輕輕用手在布球上轉動揉捻；再將布球放入焙籠以文火慢慢烘焙，以使茶葉形狀彎曲緊結，經反覆焙揉，使茶葉中成份經焙火溫度逐漸轉化形成特殊之香與味，味濃而醇厚，微澀中帶甘味，有純和的弱果酸味，經多次沖泡仍能甘醇回韻。以鐵觀音茶種製作者為上品。依據茶業改良場為鐵觀音茶所訂的特色是：條索捲曲、壯結、重實，呈青蒂綠腹蜻蜓頭狀，色澤鮮潤，葉表帶白霜，湯色琥珀，濃艷清澈，滋味醇厚甘鮮，入口回甘喉韻強，香氣馥郁持久，葉底肥厚明亮，具網面光澤。

鐵觀音茶原產在福建安溪西坪鄉堯陽一帶，已有二百多年歷史。臺灣鐵觀音茶的起始，據傳是清光緒 21 年（1895 年），張氏先祖從安溪帶來茶苗來臺種植繁衍發展起來的。最早在新店大崎腳附近種植，之後遷移到木柵樟湖山，經營十餘年後，將茶園與製茶技術傳給張迺妙，返回福建安溪。張迺妙與張迺乾之後數次返回安溪，帶回鐵觀音茶苗回木柵繁衍，先後繼續發揚光大迄今。

### 鐵觀音茶茶名之由來

#### 鐵觀音茶的由來：

據傳說「鐵觀音茶」原產於大陸福建安溪縣，在清朝乾隆年間由一位茶農「魏蔭」所發現，因魏氏篤信佛教，認其茶樹是觀音所賜，而所製茶色深沉重似鐵，故名為「鐵觀音」。「木柵鐵觀音茶」是於日據時代，木柵茶業公司委請張迺妙、張迺乾二位茶師由安溪引進，植於現在木柵國小後山及指南山觀光茶園樟湖內。

#### 鐵觀音茶茶名之由來，相傳有二：

32 其一、清乾隆元年（1736 年），堯陽人士王士讓在其書房旁荒園旁，見有株茶樹異於其他茶種，掘而另植之，採製成茶；飲之香濃味甘，轉呈乾隆

皇帝飲用，獲垂詢佳賞。因茶葉烏潤結實，製成之茶葉色深似鐵、味厚甘醇，飲之心曠神怡如觀音普灑甘霖，又因茶種發現於南山觀音巖下，因名鐵觀音茶。

另一、清乾隆年間，有安溪松岩村民魏欽，篤信佛教每日清晨必用一杯清茶敬奉觀世音菩薩，菩薩感其心誠，托夢囑咐贈樹一株，乃依夢境至山上果尋獲奇異茶樹一株，於晨曦下特別亮麗，移植回去培育，所製茶葉香氣獨特，由於茶葉沉重如鐵，又認為是菩薩所賜，因名鐵觀音茶。

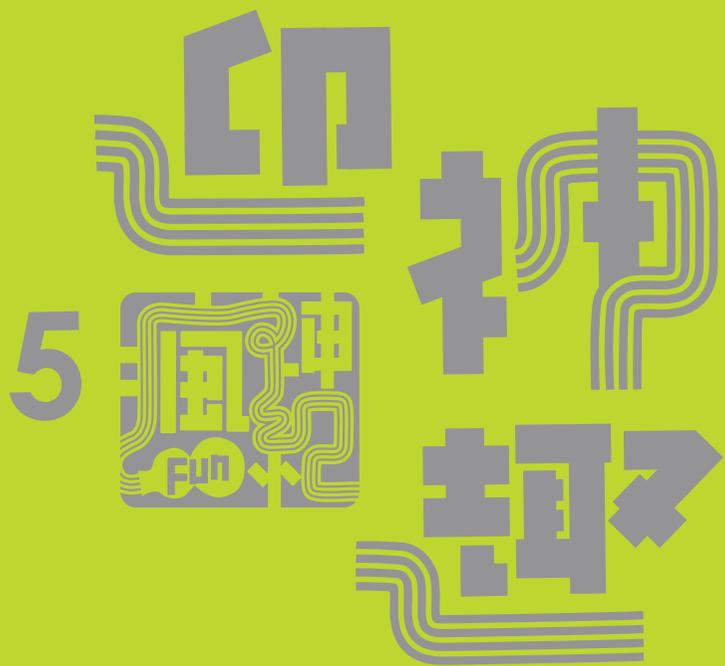
### 木柵茶區現況

木柵指南里是臺灣鐵觀音茶的發源地和主要的出產地，當地的住民大部份多有親屬關係的張氏人家，茶園分佈在指南里指南路沿線山區上，目前有三個茶業農事班從事鐵觀音茶的產製，尤其正欖鐵觀音茶就是標榜用鐵觀音茶茶菁製成的茶葉更是馳名國內外，山區的農家大多可提供遊客品茶休憩的服務。木柵觀光茶園於六十九年（1981 年）經臺北市政府輔導農會設置成立，是臺北市第一處成立的觀光農園，此種創新的農業經營型態，當時被美譽為指南里模式。

木柵地區為本市重要之農業地段，「木柵鐵觀音茶」為主要農特產品之一。產製之茶葉為目前台灣地區唯一正欖鐵觀音茶產區，亦為國內深具特色之農特產品，廣獲消費者之喜愛。

本區地處都市邊陲，農業生產成本較高早為不爭事實，而本區之茶葉生產更因地形、產量限制，多採手工方式採收、產製，茶農茶葉生產成本更是高漲。因此協助茶農促銷自產之茶葉，並增進生產者間切磋製茶技術之機會，提高產品知名度、建立地區品牌形象，以提昇產品價值感，增加農民收益，向來亦為本會農業之推廣重點工作。





太乙·人間·道  
文化走廊

## 養生食療太乙道體驗之旅

本道堂秉持 太乙真人慈悲救世精神，於今年度瘋神紀活動期間舉辦中醫義診諮詢、按摩養生以及食農市集服務等活動如下：

**體驗日期：**10.28~12.30，09:00~15:30 共五次 (請參考體驗活動日期表)

**活動說明：**中醫義診 / 視障按摩 / 有機食農遊藝教育推廣講座 / 有機、友善小農市集 / 愛心義賣 / 民俗傳藝 & 民間小吃攤位 / 撲滿吉愛

體驗活動日期表 (暫定 - 活動內容若有更動請詳「瘋·神·紀」官網)

### 2017.11.11 | 六 |

臺北市花木批發市場

羅曉華、呂鴻威

台北市文山區興隆路一段 15 號

02-8663-3565

### 2017.11.25 | 六 |

台北元太道堂

羅曉華、呂鴻威、廖慧媛

台北市文山區秀明路二段 112 巷 9 號

02-2234-5118

### 2017.12.09 | 六 |

木柵集應廟

羅曉華、呂鴻威

台北市文山區保儀路 76 號

02-2939-6572

### 2017.12.23 | 六 |

景美集應廟

羅曉華、呂鴻威

台北市文山區景美街 37 號

02-2934-8446

### 2017.12.30 | 六 |

「瘋·神·紀」5 迎神趣閉幕典禮會場

萬興國小

羅曉華、呂鴻威

台北市文山區秀明路二段 114 號

02-2234-5118

## 體驗活動行程表 (暫定 - 活動內容若有更動請詳瘋神紀官網)

中醫義診

09:30~11:30

免費

領有執照之中醫師現場看診，提供醫療諮詢

視障按摩

13:30~15:30

新台幣 200 元 / 20 分鐘

(體驗者付 100 元，其餘由主辦單位募款贊助)

視障按摩協會按摩師為體驗者服務，減輕病痛

### 有機食農講座

09:30~11:30

13:30~15:30

免費

社團法人台灣有機食農遊藝教育推廣協會講師演講食的健康

### 有機、友善小農市集

09:00~15:30

依產品價格

提供健康無毒商品

### 愛心義賣

09:00~15:30

依義賣價格

二手商品義賣—將當日所得捐助心路基金會

### 民間小吃攤位

09:00~15:30

依產品價格平價小吃體驗

### 民俗傳藝攤位

09:00~15:30

依義賣收據體驗民俗傳藝製作

### 撲滿吉愛

09:00~15:30

愛心募款 小小金幣吉滿愛，共襄盛舉助弱勢

將年度所得部分捐心路基金會



# 木柵麵線窟



木柵早年是麵線製售的主要產地，尤其在北台灣有重要的地位，現在居住在木柵地區的許多居民應無法想像過去的盛況，但是在曾看過曬麵線場景的當地人來說，木柵麵線工廠林立的盛況，沿街曬麵的場景，都令他們印象深刻，也懷念不已。當年木柵產製的手工麵線，幾乎佔據國內麵線的主要市場，也因此有「麵線窟」之稱，代表了當時木柵麵線的榮耀。隨著台北都會區的發展，以及城市職業型態的改變，加上都市化之後地價上漲、空氣狀況不復當年，木柵曬麵的場景也不復存在，且面臨傳承的壓力，人工難求，手工麵線廠僅存三家左右，已經呈現沒落的態勢。

現在雖然麵線業已經式微，但早期道南橋旁曬麵線的景象，仍是許多人早期的回憶。木柵麵線根據大部分的說法指出，應該來自福建，而蔡姓福州老師傅可能是木柵麵線的起源，當初蔡老師傅搬遷至木柵，並在此收徒傳承，因為需求頗大，因此木柵麵線開始成為台北重要的麵線產地，鼎盛時期約為五十年代，當時大約有一、二十家製麵線工廠，木柵也因此被稱為「麵線窟」。

文山區九十三年文山郡藝術節的活動中，也製作了麵線福豬，這頭福豬用餅和麵線製成，拌茶油分送大家，代表「食福」之意，也象徵木柵地區的麵線史。

製作麵線使用的是介於高筋與中筋之間的粉心麵粉，隨著時代的進步，麵粉的種類也更多樣，單是粉心麵粉也分好幾種不同的筋度，縱使利潤不高，還是希望能在口感上求進步，近年來也採用了比早年更具Q彈口感的麵粉種類。

## 捆、繞、拉 憑藉經驗與默契

麵粉加入水、鹽攪拌後，得先用手用力搓揉麵團，將麵團盤成手臂粗（約10公分左右）的粉條後再放進加了沙拉油的盤中鬆醒。下一步師傅得將粗粉條以來回搓麵、醒麵的過程，搓到變成約2公分寬左右，確定麵的延展性到達應有的標準之後，才能進行捆麵、繞麵的步驟。

繞麵時，會先將兩根鐵杆插在牆面設計好的洞裡，將2公分寬的粉條在鐵條

間來回盤繞，過程中粉條會越拉越細，此時便有如麵條般的雛形，接著垂掛在旁，等待再次發麵，讓麵條增加多一點延展度。

捆麵、繞麵是影響麵線咬勁的關鍵之一，師傅拿捏力道、速度不同，就會呈現不同的結果，有些師傅上杆俐落、速度快，相對地麵條延展的時間也較短，這樣的麵線口感會偏硬一點；有些師傅則是慢工出細活，動作比較慢也加長麵的延展時間，口感反倒Q軟，如何拿捏軟硬適中，都得靠師傅們經年累月的經驗來判斷。

麵團靜置之後，師傅們便得兩人一組，進行拉麵的工作，此時也正是考驗師傅之間默契好壞的時刻。拉麵的時候，兩位師傅必須同心協力，一位站固定位，另一個得運用腰部和整個手臂的力量讓麵線延伸，只見老師傅們宛如跳舞般，讓雪白的麵條隨著韻律上下舞動，麵身也在上下舞動中逐漸窈窕，麵條從粗變細，然後變得更細，好似不太費力地就把粗麵拉成了細線。師傅手中這每一杆麵線至少重達3公斤多，完成了拉麵的工作，就要進入最後一道製作的手續—曬麵。

現在的曬麵場不如以往寬敞，加上天候難測及兩旁高樓遮陽，要用傳統日曬的方法已非易事。那麼，也就順應環境學著變通，改用機器風乾的方式，幸好麵線的口感也絲毫未減。

資料來源：木柵人攝影集 (文山社大)



三羊福壽麵線 (元太道堂編輯組攝)

## 築夢高飛

灌溉夢想 成就自我 ~ 夢想企劃徵選

Build a dream be flying

### 萌芽篇：灌溉夢想種子

夢想，有時並不只限於個人價值的追尋，它也想是一顆種子，散播發芽在不同人的心中。台灣有許多年輕人，憑藉著熱情發揮自己的興趣，他們在過程中獲得豐盛的果實，可望將種子散播出去，將歡樂帶給更多人。

### 高飛篇：成就自我追尋

現代社會中，價值觀建立的方式越來越多元，年輕人有機會接觸到各式各樣不同的領域，得以擴展視野、培養興趣，然而現實的是大環境不會給予一條平穩的道路，年輕人必須憑藉自己的決心去開拓，披荊斬棘建立一條屬於自己的道路。

### 你的夢想『元太道堂』看見了

這樣一群致力於付出的年輕人，抱著夢想努力追尋，願意化作一道善意的

橋樑，連結大眾資源，挖掘更多有才青年創造多元的價值，讓我們給予可展現的舞台與機會，成為追夢青年的有力後盾。

**築夢徵選提案時間：**每年 4 月 23 日起 ~ 12 月 31 日止

**築夢入選公佈日期：**每年 4 月 23 日 (元太協進會周年日)

**夢想企劃徵選辦法：**

一、築夢資格：30 歲以下，以個人或團體企劃

二、築夢企劃書內容：

1. 築夢者基本資料：

姓名、出生日期、身分證字號、住址、聯絡電話、學經歷

2. 提出現況：

3. 夢想目標：

4. 企劃過程：

5. 年 限：以 2 年為限

6. 預 算：

三、築夢企劃書格式：以 A4 格式，字數、頁數不限，電子檔案為主

夢想企劃書選定及核定贊助金方式：

一、由主辦單位徵選小組邀請各領域之專家評定築夢徵選企劃，並討論該獲選夢想企劃之贊助金額。

二、每年贊助築夢者最多 3 名，依該年度募得款項可用金額分配給予之。

三、獲選之築夢者從計劃日起，主辦單位將不定時訪查，若發現築夢者有抄襲或任何不實、不法之情事，一律取消該獲選資格。

四、獲選者必須於領取贊助金前，參加元太道堂公益活動至少 6 小時，並取得證明。

40 夢想企劃贊助金給付方式：由築夢者完成計畫當年之瘋神紀開幕典禮頒發贊助金。

築夢高飛 - 夢想企劃徵選辦法，主辦單位有權更改其相關規定。

若有任何更動以主辦單位官網之公告為主。

## 寶船啓航

萬幣吉愛 ~ 愛船寰宇；祈福點燈 ~ 撲滿吉愛

Holy Ship Setting Sail

啓動慈愛世界行的寶船，裝載著每個人的愛與夢想，航向世界的每一個角落，將一切轉化成無價之寶，進而愛護它的無私及珍惜它的可貴。

### 撲滿吉愛計劃

人人心中都有一顆善的種子，讓善的種子萌芽成長、散播出去，使充滿希望的『吉愛撲滿』，將每個人無限的愛藉由小小銅板吉滿寶船傳播人間，相助的人擁有希望。

『吉愛撲滿』所得款項平均分配運用至：

1. 關懷社會幫助弱勢—扶助「心路基金會」年度計劃
2. 協助青年實現夢想—提供「築夢高飛計劃」基金
3. 推廣宗教文化

### 祈福點燈祀典

當愛載滿寶船航向愛與幸福的國度時，更要為有愛的人喝采與祈福，點一盞航向光明前程的祈福燈，讓所有有愛的人更加幸福。

當『吉愛撲滿』裝滿送回元太道堂時，不要忘了填寫充滿「無量壽福」的『太乙祈福卡』，擁有祈福卡的人，可為自己及親人點一盞祈福燈。

### 寶船啓航活動辦法

※ 撲滿吉愛

領交期間：每年 4 月 23 日 ~ 太乙真人聖誕日止

領交地點：元太道堂 / 閉開幕典禮活動現場

領交辦法：

1. 繳交『吉愛撲滿』時，撲滿下方 / 祈福卡 / 主辦單位的紀錄冊會貼上同組的專屬編號。
2. 『吉愛撲滿』之愛心重量達 340g 以上，便得以該吉愛撲滿至元太道堂換取『月月有心(新)禮』，並填寫『太乙祈福卡』的基本資料，再將同組的專屬編號貼於祈福卡上，立即獲得瘋神紀閉幕典禮『祈福點燈』及抽獎機會一次。
3. 月月有心(新)禮』，撲滿送回越多贈品領得越多，中獎機會越高，閉幕典禮當日主辦單位將以繳回之吉愛撲滿送至閉幕典禮現場，並製作抽獎券投入抽獎箱。

### ※ 祈福點燈

祀典日期：12.30(六)

祀典地點：元太道堂 / 閉開幕典禮現場

點燈辦法：於第一次送回撲滿時，主辦單位已將『太乙祈福卡』個人資料建檔，方便於祀典前為祈福者製作文疏，祈福祀典當天至現場，憑祈福卡領取祈福燈。

主辦單位有權更改活動內容及相關規定。一切活動資訊以主辦單位之官網公告為主。

(本活動相關個資均依「個人資料保護法」運用及保存)

## 「瘋·神·紀」5 迎神趣 閉幕典禮 暨 恭祝 太乙真人萬壽寶誕 ~ 祈福點燈祀典

歲末聯歡愛心園遊會 / 酬神謝戲 ~ 明華園歌仔劇日團 - 天子翻江龍演出

慈愛世界行 LOVE AROUND THE WORLD

活動日期：106 年 12 月 30 日 (六) 08:00~21:30

活動地點：台北元太道堂 / 臺北市立萬興國小操場

### ● 寶誕祀典時段：

活動時間：08 時 00 分至 19 時 00 分

活動說明：恭祝 太乙真人萬壽寶誕祈福禮斗祀典

### ● 閉幕典禮時段：

活動主持：王伯源、陳瑋薇

活動時間：14 時 00 分至 17 時 30 分

活動說明：

1. 閉幕典禮抽獎 & 表演節目
2. 文山逍遙遊—祕境探索 ~ 蓋章集點換好禮
3. 太乙人間道—文化走廊 ~ 養生食療太乙道
4. 祈福饗宴讚—慈愛世界行 ~ 迎神搏杯乾坤趣

### ● 祈福點燈時段：

活動時間：16 時 00 分至 17 時 00 分

活動說明：萬幣吉愛 · 愛船寰宇—寶船啟航 ~ 撲滿吉愛 / 祈福點燈祀典

凡吉回『吉愛撲滿』者，皆可於祈福點燈祀典儀式時，領取 1 盞祈福燈，並將貼有專屬編號的『太乙祈福卡』寫上祈福者的姓名及祈福的話，於儀式中點燃祈福燈並將祈福卡掛上祈福樹。

### ● 酬神謝戲時段：

活動時間：19 時 00 分至 21 時 30 分

活動說明：傳統戲曲表演—明華園日團歌仔戲 ~ 陳勝在團長帶領

活動對象：一般民衆 / 寶船啟航撲滿吉愛祈福者 / 歌仔戲觀眾

42 特別介紹：明華園日團歌仔戲 - 百仙齊賀、天子翻江龍

特別提醒：『寶船啟航 - 撲滿吉愛』之吉愛撲滿，請於 12/29(五) 前提早送回台北元太道堂，以便於祈福點燈祀典之流程

## 「瘋·神·紀」5 迎神趣 閉幕典禮流程表

時間	活動項目	活動地點
08:00-19:00	恭祝 太乙真人萬壽寶誕祈福禮斗祀典	台北元太道堂
12:30-13:00	活動預備	萬興國小操場元太服務區
13:00-14:00	有機、友善小農市集 / 愛心園遊會開始	萬興國小操場跑道 / 帳篷區
13:30-14:00	來賓報到 / 閉幕活動預備	台北元太道堂 / 萬興國小操場元太服務區
14:00-14:30	閉幕典禮儀式開始	萬興國小操場主舞台
14:30-16:00	表演節目 / 現場抽獎 / 園遊會結束	萬興國小操場主舞台
16:00-17:00	寶船啟航 -- 撲滿吉愛祈福點燈祀典	萬興國小操場主舞台 / 廣場
17:00-18:00	閉幕典禮儀式圓滿 / 現場抽獎	萬興國小操場主舞台
18:00-19:30	平安宴	台北元太道堂
19:00-19:30	傳統戲曲表演 - 扮仙	萬興國小操場歌仔戲舞台
19:30-19:40	主辦單位致詞	萬興國小操場歌仔戲舞台
19:40-22:00	傳統戲曲表演 - 天子翻江龍	萬興國小操場歌仔戲舞台

### 精美禮物：

凡參加「瘋·神·紀」5 迎神趣 閉幕典禮，皆有機會領取經「太乙真人」&「太子爺」加持『祈福紀念卡』。

### 現場抽獎：

「瘋·神·紀」5 迎神趣 參加者皆可參加抽獎，本人須於現場領獎，若於當天活動結束前仍未到場領取獎品者視同放棄。該獎品由主辦單位處理之。

# 感謝

以筆畫排序

指導單位：

臺北市文山區公所

臺北市道教會

贊助宮廟：

木柵集應廟

木柵忠順廟

松山奉天宮

凌振宮

景美集應廟

樹林參聖宮

顧問諮詢：

中華民國道教總會

松山奉天宮

政治大學宗教研究所 - 洪長成博士、劉家宏博士

臺北市道教會 - 呂宸榮道長

協力單位：

王伯源、亮哲、陳瑋薇（齊石傳播有限公司）

曾珮瑜（租與占 影像製作股份有限公司）

艾彼斯獨立樂團 - Vocalist : 東東 ( Alex Lee ) / Guitarist 修甫 ( Hsiu ) /

Drummer : 信毅 ( Eric Yang )

台北市中醫師公會

米白映像

社團法人臺灣有機食農遊藝教育推廣協會

財團法人心路社會福利基金會

財團法人老人福利推動聯盟

深坑北極會

雷比兔運動有限公司

承彩企業有限公司

樂活諮詢服務有限公司

臺北市文山區公所公民會館

臺北市文山區公所健康中心

臺北市文山區萬興里里辦公室

臺北市文山區萬興國民小學

臺北市茶研發推廣中心

臺北市立萬芳醫院

臺北市花木批發市場

臺北市政府警察局文山第一分局

臺北市政府警察局文山區指南派出所

共同參與：

天和宮

文山興安宮

公館福德宮

木柵集應廟

木柵福德宮

木柵清龍宮

木柵忠順廟

仙跡岩

台北振王宮

忠正嶺安祿宮

指南宮

凌振宮

救千宮

順天宮

景美集應廟

景美十五份廣武宮

景美代天宮

景美福興宮

萬慶巖清水祖師廟

興福巖清水祖師

贊助廠商：

乙天運輸興業有限公司

元太咖啡生技股份有限公司

元太顧問興業有限公司

元太蔡有味甜不辣

巨鴻股份有限公司

禾安貿易有限公司

禾泰洗衣店

加禾高爾夫有限公司

申豹國際實業有限公司

宏昌科技商行

艾彼斯獨立樂團

技高工業股份有限公司

金蘭食品股份有限公司

阿尼亞烘焙坊

統清股份有限公司

保障企業有限公司

東昇米糧食品有限公司

福和高爾夫器材有限公司

廣和兩岸法律事務所

憶樺實業股份有限公司

優是設計有限公司

睿騰精密工業有限公司

驥冠企業有限公司

所有熱情參與瘋神紀活動的長官、民衆、工作人員、志工會員弟子，感謝每一位參與瘋神紀活動的好朋友們，五年來有各位的支持與鼓勵，為每一件事的無私的奉獻、賣命的付出，感激之心、感動之情無法言語，代表元太道堂向最敬愛的朋友們深深一鞠躬。

**個人資料**（依個資法規定本活動保障所有參加者之權益）

參加者姓名

---

身分證字號

---

連絡電話

---

護照編號

---

