

平安無事 最快樂

止惡行善 心安平安 觀世自在 無事無礙



(許明益攝)

智慧觀照 普門示現
心安平安是調心的工夫，從收心、攝心到放心，保持內心的平靜與明淨，使我們不受外在環境變化而起情緒的波動，進而成為安定環境的中流砥柱。

身安心安 漸進成長
從佛法來講，心安就有平安，無事是最快樂的事。無事，並非無聊、懈怠、無所事事，而是心中沒有牽掛、處世無礙的自在心境。不過，要能有這種心境，是需要透過練習體驗的。因此，二〇一八年法鼓山提出「平安無事」為年度主題，並以「止惡行善，心安平安；觀世自在，無事無礙」作為實踐方針，邀請社會大眾共同來體驗平安無事的真義。

阿彌陀佛，果東向大家拜年，祝福平安快樂，萬事如意。
二〇一七年已經過去了，這一年，我們每個人所努力耕耘的成果，不會憑空消失，而將成為我們邁向新年堅實的基礎。已經擁有的基礎，要珍惜、感恩，卻不必執著或者惋惜。迎接新年最好的心態則是歸零。「零」是活在當下，重新開始，「零」也象徵清淨圓滿的智慧。因此我們講：「活在當下，佛在當下。」若能一念清淨，便在一念之間體驗到圓滿的智慧，便在一念之中置身於淨土。祝願二〇一八年，人人都能在平安快樂之中成長，在自安安人之中前進。

【二〇一八年方丈和尚新春祝福】



(李東陽攝)



動的家人、職場、環境或是社會大眾，也會愈來愈安樂。
佛法看待一切現象，不講主觀與客觀，而是彼此互為因緣的互動關係。恩師法鼓山創辦人聖嚴師父告訴我們，從個人的提昇到促進整體環境的安樂，一直到「無事於心、無心於事」的平安，有五個層次：第一是身體放鬆，第二是心量放寬，第三是煩惱放下，第四是把個人的責任範圍放大，第五是把目標與方向放遠。這五個步驟，看起來是不斷地放、放、放、放，其實是要放下自我中心的利害得失；放下之後，則要提起願心。隨手想到自己與所有的人是生命共同體，乃至於承擔一切眾生的平安快樂，這就是初發菩提心。提起起是慈悲，放得下是智慧。經常練習提起放下、放下再提起，心中不留情緒、情感執著的痕跡，只有契機契理的慈悲智慧，那才是真正的平安無事。

希望新的一年平安快樂，還是要從心開始，以身作則。若能盡責負責，大事小事，都是好事；若能修福修慧，大事小事，都是佛事；若能提放自如，大事小事，根本沒事。
祝福大家：心安最平安，無事最快樂，阿彌陀佛。

法鼓山建設基金勸募專戶
帳號：19078983
戶名：財團法人法鼓山佛教基金會

【林何臻／臺北報導】聖嚴師父國際弘化的腳步曾兩度踏入俄羅斯，指導武術學校無極門禪修禪修，在北國播下了漢傳禪法的種子。感念師父教授禪法之恩，俄國禪眾除了多年來持續共修、翻譯師父著作，更於元月九至二十三日，由七位禪眾與一位學禪的基督教教士組成尋根團，抱著懇切求法之心，來到法鼓山園區與北部各分院，體驗寺院生活，參與早晚課、朝山、法會、茶禪、出坡，以及禪二，並前往中華佛教文化館與農禪寺溯源、禮祖，領受漢傳禪佛教豐富的內涵和修行法門。

千里法緣 相續18年
莫斯科無極門禪修會來臺尋根

人文關懷與社會實踐暨世界公益學論壇

以心靈環保發揚公益慈善



▲近六十位兩岸及海外學者、社企實業家齊聚一堂，探究真正的社會價值，即是忘己利他的心。
(李東陽攝)

【張曜鐘／臺北報導】法鼓文理學院與政大社會科學學院於元月十三日，在政大綜合學院館聯合舉辦「二〇一八人文關懷與社會實踐暨世界公益學論壇」，邀集兩岸及海外學者、社企實業家近六十位，包括：臺灣大學、北京大學、新加坡國立大學、美國羅格斯大學、臺灣社會影響力研究院、香港社會公益發展研究中心等單位，進行論文發表、評論與經驗分享。與會人士從學術與實踐兩個面向，就「社會價值與社會影響力」、「公益慈善與第三部門」、「社會企業與社會創新」三項主題，進行九場聯合座談。

農禪寺到今日法鼓山華路藍縷的開創歷程。監院果東法師關懷時，團員們紛紛把握機會向法師請益。來自聖彼得堡的亞力克西（Alexey Seretov）請教：「平時工作很緊，晚上打坐無法集中精神怎麼辦？」法師鼓勵他：「禪在行住坐臥中，當意識到無法專心，已經是踏出第一步，只要讓心回到當下。」

莫斯科無極門禪修會來臺尋根

【張曜鐘／臺北報導】法鼓文理學院與政大社會科學學院於元月十三日，在政大綜合學院館聯合舉辦「二〇一八人文關懷與社會實踐暨世界公益學論壇」，邀集兩岸及海外學者、社企實業家近六十位，包括：臺灣大學、北京大學、新加坡國立大學、美國羅格斯大學、臺灣社會影響力研究院、香港社會公益發展研究中心等單位，進行論文發表、評論與經驗分享。與會人士從學術與實踐兩個面向，就「社會價值與社會影響力」、「公益慈善與第三部門」、「社會企業與社會創新」三項主題，進行九場聯合座談。

出心靈環保，並期勉學校成為「善長動的發源地」，而論壇所探究的社會價值，即如日本天台宗強調的「照千一隅，則知國寶」，所謂真正的「寶」，就是忘己利他的心。
常年參與、支持本論壇的臺大社工系教授馮燕，稱許政大和法鼓兩所大學，開創公益學的領域，將宗教理念與公益慈善、兩岸學者與實務界結合。她表示，融入世界公益實務界，論壇發展空間將愈加寬廣，期望公益的概念能藉由多方合作，深植人心。

積極參與社會關懷，包括冬令救濟、助念、長者慰訪等，足見漢傳禪佛教以利他為修行的核心精神，重視運用多元的善巧方便，接引眾生。
十三日，一行人至德寶學苑參加國際禪學會共修、體驗茶禪。與青年院法師和法青學士交流。八位禪眾輪流擔任茶主人，全神專注在動作上，用心品茗，珍惜「一期一會」的因緣。

莫斯科無極門禪修會來臺尋根

不離人的生活，未來更將與社會、經濟發展息息相關，學校正嘗試將佛法融入社會企業與創新、社區再造、生命教育、環境與發展等方面，做前瞻性的對話與論述。

一誠長老色身雖遠，法身常在，祈願長老老願再來，廣度有情；也盼長老老願得以往，將漢傳佛教的優點奉獻給整體佛教，為全球人類再創福祉。

大悲心起 願願相續
2018/2.24 法鼓傳燈法會
19:00-21:00
舉辦地點：法鼓山世界佛教教育園區及國內、外各分院
報名訊息：活動詳情請洽各舉辦地點或至全球資訊網www.ddm.org.tw查詢

【本刊訊】二〇一七年十二月二十一日，中國佛教協會名譽會長一誠長老於江西雲居山真如禪寺安祥圓寂，世壽九十一歲，十二月二十七日在真如禪寺舉行追思暨茶毘法會。方丈和尚果東法師代表法鼓山僧俗四眾，致上追思與緬懷。
同為漢傳佛教承先啟後的繼起者，一誠長老與聖嚴師父法緣深厚。二〇〇二年，長老護送佛指舍利來臺，到訪法鼓山園區，師父親自接待敘談；同年十月，師父率法鼓山僧俗四眾五百人，前往中國大陸禪宗古剎場源源巡禮，期間至寶峰禪寺參學，長老親自為眾勉勵；十二月，師父護送四門塔，往北京拜會中國佛教協會，長老特地自江西至北京迎接。二〇〇三年九月，長老接任



▲俄國禪眾體驗茶禪，輪流擔任茶主人，全神專注在動作上，珍惜「一期一會」的因緣。
(林何臻攝)

四眾佛子共勉語

信佛學法敬僧，三寶萬世明燈
提昇人的品質，建設人間淨土

知恩報恩為先，利人便是利己
盡心盡力第一，不爭你我多少

慈悲沒有敵人，智慧不起煩惱
忙忙時間最多，勤勞健康最好

為了廣種福田，那怕任怨任勞
布施的人有福，行善的人快樂

時時心有法喜，念念不離禪悅
處處觀音菩薩，聲聲阿彌陀佛

庚午年季春釋聖嚴撰

鼓手團圓 歡喜再奉獻

【南區榮譽董事頒聘】

（李東陽攝）

驗，在順境中是收穫，只要放下剛強難調的自我中心，就會人格穩定，心理平衡，並期許眾人要練習放下著心，學習無心的提放自如工夫，共同發菩提心，修菩薩道，建設人間淨土。

黃楚琪會長致詞表示，感恩榮董二十八年來一起推動佛法、建設、教育等弘法活動，除了分享佛法的好，並邀請大家親自來體驗法鼓山的禪法與佛法課程。頒贈儀式接著在眾人的祝福中展開，共有三十五位新任榮譽董事獲頒聘書，並且闔家與方丈和尚合影留念，更有二人特地帶著四歲的孩子與八十多歲的長者一同前來，三代同堂歡喜許願，同為法鼓山的鼓手。

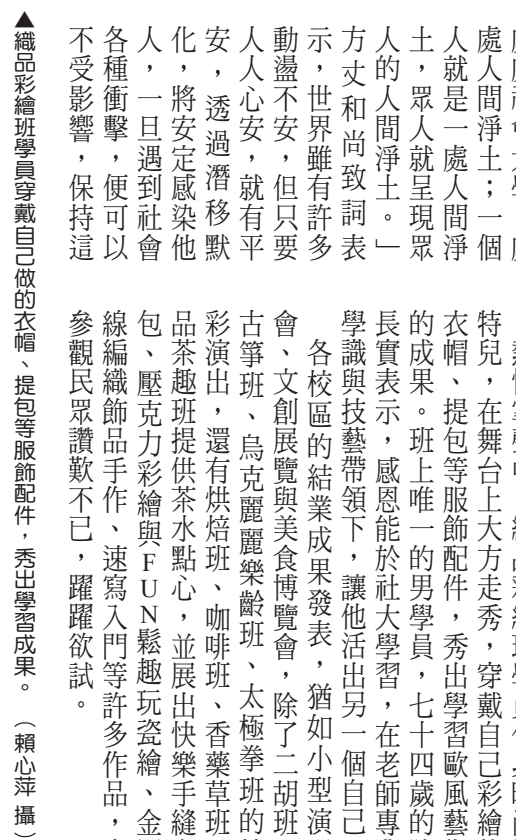
典禮中，臺南分院合唱團、法書及接待組義工，獻唱〈四眾佛子共勉語〉、〈我為你祝福〉等佛曲，並帶領大眾齊聲合唱，溫馨和諧的氣氛，展現出南區護法鼓手的凝聚力與向心力。

底。

丁與祝福

里溫擔仁裏

點亮心燈 終身學習樂趣多



「二處社

燈的意義



和敬

佳利

表。	
----	--

果，合唱佛曲

【法會日期】 3/31~4/7（日~六）
【法會內容】 3/31下午灑淨安位
4/7上午齋天 4/7下午瑜伽焰口法會
【報名日期】 2/1起
【報名洽詢】 （04）2255-0665 知客處

感動。(花蒲)

○

平安無事過好年

東初禪寺 91-26 Corona Ave. 718-592-6593 ddmusa.org



跨年共修 安定迎新年

◎編輯室

當全球各地以絢爛煙火、熱情演唱迎接新年之際，
法鼓山海內外各分院道場，邀請民眾以漢傳佛教的修行方式，
為心靈除舊布新，以清淨、安定、光明的心，
一起跨入2018年。

▲繼法師（中）
和曾志龍（右）展開跨年
祝福對話，左為主持人許裕全。（Matt 攝）



▲馬來西亞跨年活動中，兒童生命教育課程學
員為大眾演示法鼓八式動禪。（Matt 攝）



▲元旦早課後，法師以象徵平安的蘋果，祝福大
眾開啟一整年的吉祥光明。（臺南分院 提供）

新聞短波

香港法青傳承香積精神

2017年12月17日，香港道場舉辦法青聚會，
主題為「素學：最大感恩素」，邀請香積組資深
資深法青，與三十位法青分享準備齋菜的經驗和
心得。

香積悅眾們表示，他們根據季節挑選食材，
因應食者身體需求，設計出營養、寒熱均
衡的菜單，希望透過食物將關懷傳遞給信眾，
讓眾人安心修行。悅眾們還分享，準備齋菜也
是他們的修行方法，「懷著恭敬心，專注放鬆
地切菜、烹煮，把握好每個當下的過程。」強調
只有在專注中放鬆地用上方法，才能在有限
的時間中，達到出錯率最低的結果。

悅眾鼓勵法青們將禪法運用在生活中，以同
理心感受家人對自己的照顧，以感恩心真誠道
謝，一同將建設人間淨土的理念和行動，傳承
下去。（黃柏融）

生命對話 學習祝福轉好念

一一〇一七年最後一晚，法鼓山馬來西亞道場與馬來西亞佛教青
年總會、國際佛光會馬來西亞協會，首度於吉隆坡馬華大廈
合辦「LIFE現在就是未來」倒數活動，約六百位年輕朋友參與。跨
年倒數前，監院常義法師受邀上台祝禱，分享新年許願的要點「種
善因」，勉勵大眾時時以佛法的觀念來調心，不管遇到順境逆
境，都能保有內心的平靜與安定。

當晚活動內容包括：才藝表演、生命對話會、倒數演唱會。馬
來西亞道場兒童生命教育課程二十二位小學員，上台演示法鼓
八式動禪，並透過歌曲向大眾介紹動禪十六字心法。
生命對話會邀請繼法師、患有腦性麻痺的超級馬拉松選手
曾志龍，展開跨年祝福對話。「祝禱別人前，先學會祝福自
己。」法師鼓勵大眾每天早晨先給自己一個微笑，並展示二〇
一八新年祝福：「新舊相對非真實，不需執著；年月流逝是無
常，慎勿放逸。」期勉大眾不需執著過去好壞，將過去留下的
痕跡，轉化為善的、對大眾有益的力量，並好好地發揮出來。
「我的終點永遠跟第一名一樣。」曾志龍分享，只要不放棄
生命，就能創造更多價值。他感謝過去三十年，生命給他許多
考驗，希望新的一年，
大家都能以正面心態接
受挑戰，為社會帶來更
多正向能量。

誦經祈福 照亮智慧放光明

北投農禪寺舉辦跨年祈福法會，已邁入第五
年，不僅成為許多大臺北地區民眾跨年的
新方式，今年還有來自新加坡、上海、桃園等
海內外民眾特地相約參與。二〇一七年十二月
三十一日當晚，一千八百多人齊聚農禪寺，跟著
法師們恭敬合掌、禮佛拜佛，專心持誦《金剛
經》，並於唱誦《叩鐘偈》之後，開始靜誦《金剛
點時分》，大眾聲聲響亮，金剛經聲大放光明，
大眾在安定沉澱的氛圍中，以清淨心迎接二〇
一八年到來。



▲民眾於農禪寺大殿持誦《金剛經》，唱誦
《叩鐘偈》，以清淨心迎接二〇一八年到
來。（施純泰攝）

念佛禪二 念念平安好法喜

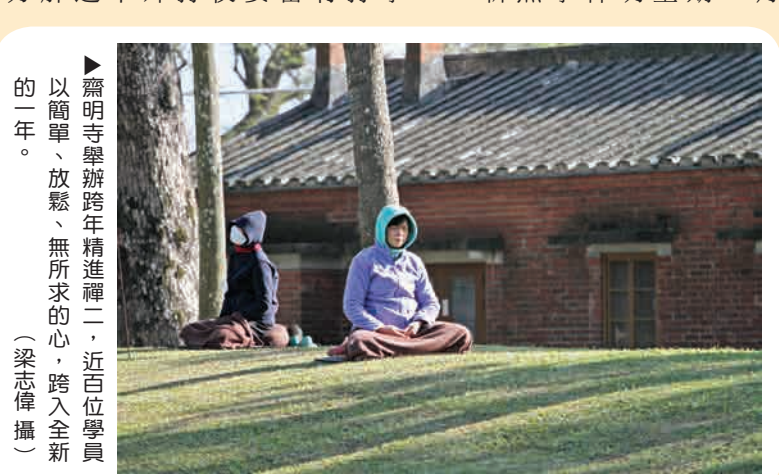
鼓勵信眾一起體驗佛教的環保跨年，高雄紫雲寺於
二〇一七年十二月三十日至元旦，舉辦跨年念佛
禪二。在傳燈院常願法師帶領下，上百位學員用禪修
的方法來念佛，以一句佛號來攝受身心，從去年念到
今年，一念跨越兩年，在念念都是佛號聲中，感受到
平安法喜。
跨年夜，法師與學員們一同在大殿點燈許願，看著
投影幕上法鼓山的明月，指引眾人修行方向；新年倒
數之際，影片中的煙火瞬間升空，浮現「二〇一八新年
快樂，平安無事，阿彌陀佛」。有學員分享，往年都
和朋友去參加跨年演唱會、看煙火、迎接新年第一道
曙光，今年選擇在紫雲寺，和同行善知識一起跨年，
內心非常平靜踏實。
臺中寶雲寺於歲末舉辦念佛禪二，三百多位中部各
地禪眾把握二〇一七年最後兩天精進的時光，跟隨監
院果理法師、常住法師
們展開念佛禪共修。大
眾放鬆身心，一心繫念
一句句念佛聲，深深過
去一年來內心累積的塵
垢，以清淨的身心邁
向「平安無事」的二〇
一八年。



▲上百位學員於紫雲寺參加跨年
念佛禪二，一念跨越兩年，在
佛號聲中感受平安法喜。
（紫雲寺提供）

精進禪二 簡單放鬆無所求

一一〇一七年十二月
二十九日至二
〇一八年元月一日期
間，臺南紫雲寺、臺
東信行寺、桃園齋明
寺先後舉辦了精進禪
二，共有二百多位學
員以簡單、放鬆、無
所求的心，跨入全新
的一年。



▲齋明寺舉辦跨年精進禪二，近百位學員
以簡單、放鬆、無所求的心，跨入全新
的一年。（梁志偉攝）

拜懺禮佛 法會共修淨身心

以懺悔、拜佛、感恩、迴向，為自己的心來一趟年終
大掃除，以精進、清淨的心迎向新年。美國紐約東
初禪寺於二〇一七年十二月二十四至三十一日，啟建為
期七天的地藏法會。每日誦二部《地藏經》，下午聆聽
聖嚴師父影音開示，晚上進行一場地藏懺儀，以佛法的
清涼水，化解自己的煩惱心，學習地藏菩薩的悲願，為
全球眾生祈福，同時祈願東初禪寺擴建工程順利。
馬來西亞道場往年於歲末最後一天，舉行慈悲三昧水
懺法會，因配合當
地佛教團體合辦的跨
年活動，提前於十二
月三十日舉行。香港
道場於十二月三十一
日至元月一日連續兩
天，在九龍會址舉辦
跨年慈悲三昧水懺
法會，約四百五十人參
與共修。
「我們能在一年的
最後一天，藉著拜
懺、誦念懺文淨化我
們的身口意，別具意
義。」副住持果品法
師關懷時，勉勵大眾
在新的一年裡，面對
任何事情，練習放
下罣礙，多行善助
人，便能活得自在。



▲東初禪寺於歲末啟建地藏法會，為全球
眾生祈福，祈願擴建工程順利。
（東初禪寺提供）

元旦早課 開啟美好迎心光

跨新年共修後，農禪寺、寶雲寺、臺南分院同於
元旦清晨，邀請民眾到寺院參加早課，迎接
二〇一八第一道光。第二天舉辦元旦大悲早課
的農禪寺，近三百位民眾帶著家人來到寺院，以清
淨莊嚴、自在安定的方式，邁入新的一年。早課過
後，當第一道晨光穿透樹影，民眾以清楚放鬆的身
心，在水月道場漫步經行，體驗當下的步步禪悅。
臺南分院於元旦清晨早課後，接著舉行佛一暨八
關戒齋，共一百五十多人參加。寶雲寺是第三年舉
辦元旦楞嚴早課，清早天未亮，六百多位信眾便攜
家帶眷到大殿，與法師們一起做早課，齊聲持誦
《楞嚴咒》，並於早課後，享用寺院準備的早粥。
連續三年到寶雲寺參加的劉安宜分享，元旦早課
課是為了提醒自己，未來一年要更加精進不懈。
「來參加元旦早課，是跟佛菩薩的約定。」同樣第
三次參加的曾譯嫻表示，希望未來每年都能在清淨
莊嚴的寺院中，開啟美好的一年。

▲寶雲寺第三年舉辦元旦早課，小菩薩跟著
家人到寺院做早課，持誦《楞嚴咒》。
（梁志偉攝）

佛教與東亞文化國際寒期研修班

多重視角探索

禪學與敦煌學



▲研究漢傳佛教或東亞文化的各國研究生，在國際一流教授的課堂學習與交流。（李東陽攝）

【釋化／金山報導】集合一百三十多位頂尖國內外學者、優秀佛學新生代的「二〇一八佛教與東亞文化國際寒期研修班暨國際研討會」，元月十三至二十一於法鼓文理學院展開。由加拿大英屬哥倫比亞大學（UBC）佛學論壇、文理學院及廣州中山大學人文學院佛學研究中心共同主辦，聖嚴教育基金會贊助，研修班內容分為研討會、研習課、青年論壇三階段進行。每晚並有不同專題演講，行程豐富緊湊。

第一階段的研討會，主題為「從曹溪到敦煌：多重資料和不同視角下的跨學科禪宗研究」，由文理學院佛學系主任果暉法師及倫敦大學亞非學院名譽教授巴瑞特（T.H. Barrett）帶來主題演講。果暉法師分享因校對大小《安般經》，肯定敦煌文獻對佛學研究的助益；巴瑞特則指出宋代印刷術發達，使禪宗典籍流通，成為往後中國圖書館的重要典藏。接下的研討會，包括多位學者發表最新研究，包括中華佛研所所長果鏡法師發表〈《淨土五會念佛略法事儀讚》在中日兩國弘傳之小考〉等。

第二階段課程，由UBC大學教授陳金華、哈佛大學教授羅柏松（James Robson）及牛津大學教授田海（Barand J. ter Haar）共同授課。陳金華深入分析史上每個帝國走向崩解的不可逆之點，在於帝國的集團利益凌駕於追求良善的普世價值之上，並指出無論政治、經濟，乃至學術、宗教領域，營建出具有包容性、互惠性、開放性、獨特性的場域極為重要，並思考漢傳佛教能為人類未來帶來什麼貢獻。

曾經親炙聖嚴師父學禪的羅柏松，則從佛教禪定系統切入，爬梳經論記載的禪病、定難、魔考等禪修障礙，說明持戒為禪修基礎，中國禪修傳統更用懺悔法門除障，進而反思全球化正念、禪修熱潮下，急求禪修速成的危險；田海則以其文化人類學背景，提醒回到文化情境的脈絡下，將有助於了解宗教現象與經典內容。

第三階段的青年論壇，四十多位青年學者展現豐沛的學術活力，分成文獻、義理、實踐、跨宗教、禪學研究、佛教藝術、道教與其他東亞宗教等七個面向發表論文。在限時十分鐘內，學員練習以精準語言呈現論文精華，隨即由資深學者評論回饋，並接受台下學員即席問答。最後，精選出十篇優秀論文，包括史丹佛大學博士生饒曉「笑的觀念和禪宗在北美的興盛」、阿姆斯特丹自由大學博士生歐思文（Duan Frans Overveen）「多元宗教歸屬下的宗教歸屬」等，並於十九日閉幕式頒發獎學金。

去年（二〇一七）暑假至美國 Google 和 Apple 兩家企業總部參訪，地點座落於舊金山灣區西岸的矽谷，創新的科技產品與服務，引領全球趨勢，甚至改變人們的生活型態，不過兩家公司卻有著極其不同的企業文化。

走進 Google 園區總部，穿著可愛鱷魚裝的守衛主動打招呼，臺灣來的工程師為我們解說企業使命、管理方式、員工文化與福利等。扁平式的組織，讓基層員工都能直接與公司 CEO 對話，創辦人每週一次與全體同仁午餐聚會，傾聽同仁的聲音；人才招募由整組團隊一起聘任，採「議會制」管理，淡化上下的主從關係；所寫的程式完全公開，讓人能站在既有基礎上開展創新；提供像家一樣的工作環境，讓生活和工作更快樂而有效率，讓人感受到「開放透明」的文化氣息。而 Apple 總部，銀色極簡的建築圍繞，整

僧大悟語 紅塵不迷亦不離

◎文：圖／釋常啟

齊安靜，大廳的景觀被修剪成俐落的圓形，乍看還以為是塑膠做的。園區警衛森嚴，禁止拍照與喧嘩，為我們導遊的菩薩，需要刷卡七次，才能到達她的辦公室；員工彼此之間不知道各自負責的工作，也禁止談論，呈現出一種「隱密內斂」的企業風格。

兩家企業文化，一個積極開放，一個隱匿密行，展示成功沒有固定模式，只要善於發揮自己的特點與生存方式，便能留存於世。然而，漢傳佛教僧團的修行特色，不是要踏遍紅塵，處處留痕，更非隱蔽山林，銷聲匿跡。聖嚴師父曾說：「修行是超越世俗的羽翼。」常寬法師更進一步舉例，出離心與菩提心，如同鴻雁的一雙羽翼，兩者兼具才能自在飛翔。此外，雁鳥還必須組成團隊，相互鼓勵提攜，也才能飛得安全長遠。唯有「紅塵不迷亦不離」的團體，才能不被社會淘汰，續佛慧命、紹隆佛種。



【法鼓書齋】

■《人生》雜誌 414 期 2 月號

平安湯 無事茶

2018 年，法鼓山以「平安無事」為世界祝福，回應現世共同的願望，本期專題為大家奉上聖嚴師父的「平安湯」，從小故事汲取安心、放下、包容、感恩等平安味，加上安頓身心的修行方法，讓人人都能在日常中活用。繼程法師分享無事七碗茶，講解禪宗的「無事」公案，從中領會禪的本意，進而體會「無事忙中老」，念念著眼眾生苦樂的悲智。

自小對生命充滿疑惑的常慧法師，回顧 17 年出家心旅，重新體會平安的要義。《美力台灣 3D》導演曲全立，用傻瓜精神拍台灣之美，領會知足就有幸福。視障者呂學勝因佛法的支持，接受失明的無常，化障礙為明燈。

「清心自在」單德興追憶文壇巨擘余光中老師，分享余老師對中英詩文、評論與翻譯的「譯」往情深。（每本 180 元，訂閱一年 1680 元，另有特惠專案，請見心靈網路書店 www.ddc.com.tw）

◎歡迎加入《人生》雜誌 facebook

◎洽詢電話：（02）2896-1600



法鼓文理學院圖書館週

從心開始愛閱讀

【本刊訊】法鼓文理學院圖書館週於去年（二〇一七）十二月二十日在麗英館展開，主題為「從心開始」。內容有電影欣賞、書展、好書大放送、中西參大、五分鐘書評及電子資源課程等。圖書館圖書組長鍾麗豐表示，圖資組圖書大都是是以紙本形式出題及應答，今年則結合科技通訊方式進行，參與者只需透過雲端分享和 F B 即可答題，使得參與人數增多，一週下來，共有四百人次參與各項活動。

備受期待的「五分鐘書評」活動，今年共有十四人參與，除文理學院師生、專職外，來自園區的專職、義工，也加入說書的行列。分享《壇經講記》的佛教學系學生余素仙回饋，之所以選擇此書，是因為在文理學院接觸禪修，而想深入禪源，讀後最相應「自性清淨」的概念，從中體認到每個人本質都是清淨如水，所以也有能力回到本來面目。比賽最後由分享《當呼吸化為空氣》的佛教學系學生鄭喬語，以及空翠《達賴喇嘛的貓》的園區義工林玉芬脫穎而出。

聖嚴師父指出，圖書館是研究學問最基礎的設施，也是了解現今世界各國研究發展情形的重要資訊中心。鍾麗豐希望大家都多利用圖書館，使圖書館成為學校的教學資源中心。

▲文理學院學生參加中西參大，充分運用圖資館整合介面檢索系統，藉此熟悉操作方式。（圖資館提供）

教育文化看板

法鼓文理學院 招募景觀維護義工

【出坡內容】除草、清理環境、相關維護工作
【參與方式】
(1) 固定認養一塊福田，平日自行安排出坡時間
(2) 參加每個月第二或第四個週日的「景觀出坡一日禪」
【近期景觀出坡一日禪】2/25、3/18（日）
【網路報名】<http://www.dila.edu.tw/node/13483/>
【洽詢電話】（02）2498-0707 分機 5004、5208

法鼓文理學院 佛學推廣課程

課程名稱	開課日	授課教師
導讀 佛世尊著《生活中的緣起》	2/25	楊郁文
入菩薩行——瑜伽法相及唯識論典	2/26	釋智懿
藏譯無垢友著《心經釋》導讀	2/27	蘇南望傑

◎更多課程內容請上 <http://dilatw.blogspot.tw>

【洽詢電話】（02）8978-2110 分機 8013

【E-mail】buddedu@dila.edu.tw

探索生命 培養正念

◎鄭喬語（佛教學系二年級）

此次報名「五分鐘書評」活動，為自己訂定了目標：首先是希望能在競賽的環境中鍛鍊禪修止觀的歷練對境，也就是在面對當下境界時，能做到隨緣盡分，不起心動念，行捨放下。再者，發揚書評精神：樂於分享好書，實踐校長提倡的「終身學習五戒」。感恩圖書館提供隨時隨地提昇自我，增長智慧、清修之處。

我分享的《當呼吸化為空氣》，作者保羅·卡拉尼提成為為史丹福醫學院外科教授時，因背痛而確診肺癌第四期。在面臨死亡的當下，他以哲學角度探尋生命奧秘，細膩研究環境於死亡的身心變化：「我掙扎、面對自己生死的時候，也設法重建舊日生命，或者說在尋找新生命。」

透過本書，讓我深入理解探究生命的過程，書中所描述的反省振盪，不斷地引發自身生命的共鳴，真切深入地發覺著未死前的生命——如保羅以貝克特的詩所說：「我繼續不了。我會繼續。」

謝清俊教授 獲科技貢獻獎

中央研究院資訊科學研究所研究員、法鼓文理學院名譽教授謝清俊（圖左），是臺灣人文資訊學的開拓及奠基者，也是國家文物典藏數位化的重要推手。二〇一七年十二月十七日榮獲「行政院傑出科技貢獻獎」，表彰謝教授結合科技與人文的重要成就。

謝清俊曾任擔任中華佛學研究所所長教授，長期推動與指導佛典資訊化工作，並擔任中華電子佛典協會顧問，提供技術協助。謝教授擅長開發跨領域的資訊系統，研究項目涵蓋：中文資訊交換碼的設計與應用、二十五史全文資料庫的研究開發等，規畫推動數位博物館專案計畫，數位典藏國家型科技計畫等，將豐富文化資產和見解，彙整為有系統的知識，幫助人類文明走向嶄新境界。（文／編輯室、圖／法鼓文理學院提供）



楊蓓學群長 獲終身成就獎

法鼓文理學院教師獲獎

法鼓文理學院人文社會學群學群長楊蓓（圖左），二〇一七年十二月二日獲頒第十四屆臺灣心理治療與心理衛生聯合年會終身成就獎。楊老師致力將心理學結合禪修方法，轉化為大眾身心安頓之道，透過著作、演講、影片，從生活中一點一滴推動心理衛生的普及化。在教學與研究外，楊老師亦著力於實務工作者的培訓，近年來實地投入法鼓山救災工作，尤其是災區工作者的心理支持與災後居民的心靈重建。



法鼓山紐約東初禪寺第八屆

菩薩戒

傳戒日期 2018年5月17日（四）- 2018年5月20日（日）
傳戒地點 象岡道場 報名 上網 ddmusa.org 下載報名表

二〇一八法鼓山僧伽大學招生
漢傳佛教宗教師的搖籃



法鼓山僧伽大學 招生說明會 / 2018年3月11日 星期日（報到時間上午 8:30）
聯絡方式 / 電話 (02) 24987171 轉 2351 法鼓山僧伽大學教務處註冊組





▲法鼓文理學院與普化中心首次合作，為大專院校與大專化教育搭建起溝通的橋樑。(施純泰攝)

法鼓文理學院是聖嚴師父所說的「不一樣的學府」嗎？如何從教育中體現心靈環保的價值，成為「普化動能」的發源地？人文社會學界首度與普化中心合作，於元月六、七日假農禪寺舉辦二梯次「終身學習菩薩行」活動，由學群長楊蓓蓓帶領四位學程主任辜琮瑜、張志堯、陳定銘、張長義聯合授課，為三百多位聖嚴書院的在學與結業生，分享如何將智識學習融合生命經驗，形塑個人學思歷程，成為終身學習的人間菩薩行者。

課程開始前，楊蓓蓓致詞表示，為了增進與法鼓山體系的互動、了解，特別與普化中心合作，希望各學程主任辜琮瑜、張志堯、陳定銘、張長義與學員們，能共同分享「終身學習菩薩行」活動，以人文的心靈環保，與其他學科會通，讓更多人接受。「普化中心副都監吳毅法師說明，本次活動即是嘗試以師資與知識上的交流分享，串聯起大專院校和大專化教育。」

接著，四位學程主任分別分享各學程研習綱要與目標：「生命學程主任辜琮瑜，帶領學員們，從生命學程主任辜琮瑜、張志堯、陳定銘、張長義與學員們，能共同分享「終身學習菩薩行」活動，以人文的心靈環保，與其他學科會通，讓更多人接受。」



▲楊蓓蓓老師帶領四位學程主任聯合授課，讓學員了解如何將終身學習，轉化為菩薩行的生活實踐。(施純泰攝)

學院連結普化教育

融會大普化、大關懷與大專院校教育，法鼓文理學院與普化中心合辦「終身學習菩薩行」課程，鼓勵人人成為終身學習的菩薩行者。

◎釋常真

終身學習菩薩行

課外心一章

活在當下 享有當下

◎黃淑貞（新莊長青班）

自接任長青班主持人以來，每次都在歡樂中與講師互動，然而此期的長青班，第一堂課就讓自己充滿對生命的敬畏與感動。因為這次邀請了身障人士郭華屏，約略了解他的背景後，心裡猶豫著該如何與這位年輕的生命鬥士對話，於是和淑玲班長一起先行拜訪。

樣，讓我無法想像這位年輕人究竟是用何種信念來支撐他的生命。課程當天，我問郭華屏：「做金融客服工作，讓你最感觸最深刻的是什麼？」他笑著說：「常常有人打電話來，哭訴自己損失很多錢，覺得活不下去，如果他們看到一個全身癱瘓，只能用口含著筆，點著電腦螢幕的人，正在安慰鼓勵他們珍惜生命，不知會不會覺得更應該愛惜身邊的一切？」

聖嚴師父說「受苦受難的是大菩薩」，看著華屏和郭媽眼中散發的光芒，我突然明白「活在當下」的真義，就算匍匐前進，也別忘了抬起頭來觀看擦身而過的樹木草花。生命的奧妙處，就在於雖然無法知道挑戰會如何降臨，但我們卻能夠決定用何種姿態迎接，並綻放出明亮而動人的光彩。

解決煩惱 不向外求

◎王丹怡（馬來西亞快樂學佛人班）

去年（二〇一七）擔任「快樂學佛人」關懷員，即使活動結束快一週，感觸仍非常深。和學員的互動中，認識什麼是放下自己與奉獻，也從法師和學員的分享中，自我成長。

明白佛法正是學習智慧和慈悲的法寶，也才領會師父常說「佛法那麼好，知道的人那麼少」的慨嘆。佛學班是夢寐以求的課程，為了珍惜聽聞佛法的因緣，每年回臺時，一定會去臺中寶雲寺補課，除了增加佛學知識，也從中檢視自己的身心：平常做對的，就繼續保持並增長；不對的則改過，避免再犯，並時時懺悔懺悔。

人品提昇 心靈防毒

◎黃士本（溫哥華佛學班）

「年紀愈大，要愈有智慧和慈悲。」十多年前，有幸拜讀聖嚴師父的《正信的佛教》等書後，才認識佛教，

受到這樣的感召，自己也抱著感恩和學習的態度，參加了農耕隊。作務中，體悟到菜園中的雜草，就像我們的無明煩惱，如任由雜草叢生，蔬菜就無法收成；正如佛法教導我們認識無明煩惱，並提供方法來幫助我們對治，才能讓智慧和慈悲心，得以日日增長。

讀書 讀人 讀心

◎連怡惠

【讀書會帶領人培訓心得】

讀書會培訓的課程很活潑，有法師及學長的分享，方隆彰老師也示範提問與帶領的方式，關懷備至的教學風格，讓學員如沐春風，收穫良多。組員中有打過禪四十九的資深師兄，也有遠從屏東來的國小老師，也有擔任過關懷員的義工老師，大家藉由閱讀文章相互交流，就像方老師所說：「讀書會不是在讀書，而是在「讀人」。每個人都給了我前進的能量。

學習成長看板

法鼓長青班

【開班日期、地點】1/25 紫雲班 2/22 中正萬華班 2/23 土城班 2/26 海山班 2/27 新莊班、齊明別苑班 3/1 雲來班、基隆班、文山班、內湖班、臺東班、香港班 3/6 安和乙班、松山班 3/7 農禪班、中山班、中永和班 3/8 蘭陽班、潮州班 3/9 安和甲班、新店班
【報名對象】60 歲以上社會大眾
【網路報名】開班前兩個月起，額滿截止
【上課期間】每梯上課八次（隔週上課）
【報名方式】請洽各分寺院、辦事處或上網
<http://dbs.ddm.org.tw>
【洽詢電話】(02) 2893-9966 分機 6659



▲讀書會成員輪流表達，交換意見，彼此激盪出更多有建設性和創意的想法。(信眾教育院提供)

東初禪寺

初心一日禪 (英文)

2/24 星期六

由 常齋法師 帶領

請洽知客處 718-592-6593 或上網 ddmusa.org 報名



寶鏡無境

主講 果醒法師 / 法鼓山禪堂主

石頭希遷《參同契》、洞山良价《寶鏡三昧歌》新註

Live直播 臺灣 19:00 - 21:00 / 北美東岸 06:00 - 08:00 / 北美西岸 03:00 - 05:00

現場上課 地點 農禪寺 法堂二 / 預約 02-2893-9966 #6663 (週一至週五 09:00 - 17:30)

課程預告 四月課程 / 超越「法」的執著——《維摩詰經·弟子品》禪解 / 胡健財老師

3月/7.14.21.28



句點不只是句點

◎莊瓊淳

猶記得最後一次總彩排，帶領我們練習的師姊於耳畔提醒：「不用緊張。」那時半疑惑地想：「有什麼好緊張的？不過走走路而已。」的確，走路簡單，但我的心，卻不那麼簡單。

從來沒參加過送聖，沒想過是什麼場面，當一進入會場，就被全場的念佛聲給震懾住了，只知道自己被迅速帶入全神貫注的狀態，趕緊拾起出發前常炬法師的提醒：「抱著一顆虔誠、感恩而放鬆的心。」

起初，隊伍向中央走道簇擁而上，讓我有點不知所措；然而，在佛號聲中，卻顯得非常溫暖。行進的過程確實緊張，害怕一不小心就會破壞如此殊勝的法會，也不敢望向直播螢幕，擔心分神，所以只專注腳下的步伐，並試著融進佛號聲裡，如此才能讓止不住感動想哭的莫名情緒，逐漸轉移。最終，專注與放鬆使原先繃緊的心，漸漸釋放，反而有「清涼的水沁入蓮花池」之感。

起初決定參與送聖，只是單純地想：無緣參與全程，能參加一部分也好。實際體驗後才發覺，句點不只是句點，法會的每個部分都是無法切割的，送聖讓我串起前一晚瑜伽焰口法會，心中召請



◎程馨慧

洗淨剛強凡夫心

「瓶中甘露如來置，要去塵勞不淨身……」過往業障而已，但這次在五大士瑜伽焰口法會中，竟然顫抖泛淚。

無明愛染的紅塵流轉之中，我們行走世間，日日夜夜為內在的貪欲、瞋恨、愚癡所催逼苦迫。苦心求得的難免離散，用力追逐的終究失落，日復一日的渴望、追逐、失望，然後再拚命地索求更多，來填補心中的空洞，到頭來卻如精衛填海般，於事無補。看著疲憊的身心在老、病、死、苦當中耗轉，深陷各種「我想要」之中，求無期，四顧茫然之際，才驚覺所謂「餓鬼道」，不在此刻嗎？

要去掉反覆覆疊的塵勞不淨，何其不易，但當我們以餓鬼的醜惡形態、飢渴苦惱為境，以唱誦觀想為方便，或許便能自經文儀軌中，多了些反觀自身、正視內在恐懼的勇氣。也因此，法會中看似為眾生而懇切祈禱，但聲聲呼喚的，或許是內在蘊藏的、願意為他者苦難而奉獻的大悲願心，藉以洗滌、慰藉彼此疲乏的身心吧！

但願這份溫潤清涼的法水，能洗淨這顆剛強難伏、無明愚癡的凡夫心，還我本來面目。



時時發心 處處淨土

「我在哪裡，淨土就在哪裡」，圓滿了第十一屆大悲心水陸法會，每位與會者心中，有著滿滿的收穫、感恩和感動，本期分享法青們參與送聖、普請，以及義工的奉獻心得。

提起眾生的幸福

◎曾演晴

第二次參加水陸法會送聖，心情比較平靜安定，尤其走在隊伍中，發現自己持誦一聲聲佛號，為的不是別人的肯定，而是真心感恩諸佛菩薩的慈悲，以及祈願一切眾生皆能學佛修行，得到佛法利益。

法會圓滿後的普請，看見來自不同地區的法青，不分你我，共同完成一件事，深深感動不已。法師和義工們



(李東陽攝)

上上下下忙碌著，沒時間休息，卻法喜充滿，更關心我們是否太累，是否溫飽。我覺得很慚愧，平時總是受到許多人幫助，走上別人搭建好的舞台，還自以為福報很好，忽略了許多默默無私奉獻的菩薩們，實在慚愧。

接觸法鼓山近三年，從原先不知道佛法，慢慢到可以收攝自己散亂的心，不向外攀緣，這是改變自己生命很重要的的一件事。尤其當我知道，從小被說是「濫好人、淚腺發達」的個性，是因為自己捨、不忍看見他人受苦，希望能做一點什麼來幫助他人，此時也才肯定自己所做的事情是對的。經歷家人離別、看見生與死的過程，知道生命無常，更加珍惜得來不易的身體與生命。期許自己把握還能呼吸的時候，勤加拜懺反省、修學佛法、自利利人，學習放下自我中心的執著，提起眾生的幸福。

全心投入再學習

◎葉素娟

這次水陸法會，第一次承擔居士寮樓主這的執事，對於在職場上二十多年，做事只求「快、狠、準」的我来说，深深覺得要事事圓滿，必須不斷練習觀照自己的心，除了時時回到初發心，更要有強大的願力。

法會中，常提醒自己不分別心、瞋心。外在的我，看似事事有條有理，內在其實志志不安。過程中，也有起退心的時候，但看到法師耐心教導，義工菩薩們不計較、不比較，盡心盡力全心投入、無私付出，與其說是我帶領出坡，實際上大家才是我學習的榜樣。看著眾人出坡的身影，不僅感動，也感受到當下身在淨土中。

法會後回到家，大哭了一場，不是委屈，而是為自己的愚癡、執著而懺悔。想起《六祖壇經·懺悔品》中的「自性五分法身香」：一戒香、二定香、三慧香、四解脫香、五解脫知見香，「此香各自內熏，莫向外覓。」要持守戒律、修習禪定、體悟智慧、祈求解脫、證悟解脫知見，真的不容易。

法會已圓滿，感恩佛菩薩、法師、義工菩薩們，以及所有的善知識，增上緣，讓我能有學習、修正的機會，願自己持續學習佛法、護持佛法、弘揚佛法、廣度眾生。



(施純泰攝)

以和為貴 以誠相待

◎果東法師

在創辦人聖嚴師父捨報後，法鼓山方丈所須承擔的法務愈來愈廣，所要照顧的僧俗四眾愈來愈多。而我個人雖能力、資質有限，仍秉持師父教導的「行事六要領」，互勉建立團隊的和諧關係。

我與所有僧團法師都是師兄弟，我不會要求，唯有懇求和合共事，互信互助、互敬互諒。所謂以和為貴，並非虛偽，也不是敷衍了事，而是以誠相待。面對各界，方丈不從事無謂的應酬，但有與社會各界互動所需的交流，共同參與淨化人心、淨化社會活動的義務。

無論他人如何看我，我仍是與誠相待。我常分享：「心靈環保的最高原則是慈悲與智慧，基本態度是謙卑與尊重，下手工夫是誠心與敬。」慈悲是關懷、體諒、包容，智慧是放下自我中心，不起煩惱。有此心理建設，遇到順逆境界，就會馬上去觀照：我現在的起心動念是什麼？是否起了貪、瞋、癡、慢、疑等煩惱心？由於經常反省檢討，更懂得謙卑自處，尊重他人。

因此，每個相遇的因緣我都珍惜，時時是我鍛鍊、體驗、學習、成長的著力點，處處是我結法緣、善緣的菩提道場，人人都是勉我常行菩薩道的善知識學侶。這份法喜是不斷增長、昇華的。（摘錄自《福慧好當家》）

磨鍊自我 面對時代挑戰

◎鄭漳潼（香港）

感恩有這次機會，回總本山參加法青義工成長工作坊。到了臺北，我們先去農禪寺參訪，農禪寺是法鼓山的發源地，東初師公和聖嚴師父因戰亂來臺，在最艱苦不安的時期，仍致力弘法，讓人們得到平安。如今的農禪寺，是歷經一代又一代僧俗四眾的努力所成就出來。

這一天，我很慚愧，因為看見了「自我」。從小就是高材生的我，一直認定自己很重要，彷彿身邊的人都應該為我做各種事。香港生活很緊張，來到農禪寺和總本山可以放鬆身心，心胸也變開闊了，心裡的不安也平靜下來。

這次營隊和以往不同，主要是對法青擔任義工，進行各種面向的討論。課程內容很符合我們的需要。香港和臺灣的情況相似，年輕人的出路不多，發展的機會也很少。雖然社會有豐富的資源，可是我們的心裡空蕩蕩的，常常覺得很痛苦，卻又說不出苦什麼。

聽了校長、法師和老師的講課，讓我有深刻反省。我經常從自己的角度看事情，連當義工也不例外。以前做義工，是抱著來道場玩的心態，這次上課中，才明白當義工不只是修行，還是很寶貴的磨鍊機會。在職場上，如果遇到逆行菩薩，受包容的空間很小；在法鼓山，遇到逆行菩薩，我們反而獲得很多真誠的回饋，從中學到一些好習慣，把自己準備好，去創造機緣，面對時代的挑戰。

我們這一代的法青，沒有因緣看見師父本人，但佛法本就是依法不依人，況且我們很有福報，平常都能在莊嚴的環境裡，聽到師父的影片開示，這次還很難得，與臺灣法青們一同分享、修學。

三天的營期，就像常寬法師所說：「思念總是在分手後。」回到平常生活，更加想念營隊的點滴。感恩眾人護持，讓我有機會和其他法青們共修，在迷茫的生活中，嘗試用佛法的智慧來處理事情。

大悲心起 願願相續

法鼓傳燈日 禪二

東初禪寺

2/3 - 2/4
2018
9am - 5 pm
請上網報名
ddmusa.org

東初禪寺

2/4
因法鼓傳燈日禪二
週日講經取消



平安無事

超越一切真平安

如何成為真正平安無事、自在無礙的大智慧者、大解脫者？上一期，聖嚴師父開示生命平安的五個層次，本期接續分享結合自然、宇宙，以及超越一切的三個平安層次。

◎聖嚴師父

生命和自然合一

第三個步驟，是人類要把自然的環境，當作自己的身體來看，也就是把自己的身體擴大。其實我們的身體一定是生活、生存在這個大的自然之中，但我們往往忘了自然的環境就是我們的大身體，所以許多人只重視照顧自己身體的健康，卻忘了照顧自然環境的健康，反而不斷破壞，那等於是在糟蹋自己身體的健康。

所以我們要加强這種認識，也就是我們個人的生命和自然的生命是結合一起，如果沒有這種體驗，我們對自然便會予取予求，恣意破壞。如果我們沒有好好照顧、愛惜、改善自然環境，自然環境不但會反撲，而且會貽禍萬代子孫，甚至造成後代無法生存在這個世界。

生命和宇宙合一

第四，是每個人要去擴展生命的經驗和心胸，要把我們自己跟宇宙生命結合為一，不論有沒有學問、知識，甚至宗教信仰，都還是其次的。我常說，我們這個地球，就像大宇宙中的一個胎兒，而地球上的每一個人，則是胎兒中的胎兒，整個的宇宙，是我們一個無限大的身體，因此我們的生命是跟無限大的宇宙結合為一的，這是在宗教、哲學上都有說法。

不過就算我們沒有宗教信仰，也沒有哲學常識，只要相信我們的生命是跟無限的時間、無限的空間息息相關，我們就會非常平安了。之所以覺得不平安，是因為覺得自己的立足點太小、環境太小，所以覺得不平安，如果心胸廣大而至無限無盡的世界、無窮的空間，就不會有不平安的感覺。

在第四個層次，我們的生命與宇宙合一，乃至無限的時間、空間，但還是有一「有限」和一「無限」相對的存在。但是中國禪宗所說的大解脫，是超越於有限與無限的。

最究竟的平安

因此最後一個步驟就是要超越內在與外在、統一與對立，這樣的人，才真正是大智者、大解脫者，也就是禪宗所講的平安無事，《六祖壇經》所說：「嗔愛不關心，長伸兩腳臥。」就是沒有什麼事；雖然世間的任何事都是有的，但不起瞋、不起愛，該怎麼處理就怎麼處理，心中沒有罣礙，這才是最徹底、究竟的平安。

（待續）
（摘自《聖嚴法師與人文對話》原篇名〈平安的追尋〉）



默照禪四十九心得

◎朱祐璽

走在回家的路上

「你們來到這兒了，千萬別什麼。」不管初階禪七、高階禪七，乃至這次的默照禪四十九，禪期第一天，聖嚴師父還是這樣的開場白。人生不就是在為了追求夢想、達成目標？花了四十九天，不就是希望得到什麼？

「默照沒有對象、沒有目標，不是世俗法的有目標、有研究對象。」這是第二週小參法師的解說，一直到圓滿當天早上，法師還是重複這句話，我卻仍丈二金剛，摸不著頭緒。我卻仍小時候，頑皮地在農禪寺偷看打七的禪眾，一個一個坐著，心裡告訴自己：「打七的是呆子。」

子。」「長大一點，看見人家騎自行車環島，心裡嘀咕：「騎自行車旅行是傻子。」看見人家揹著大背包去爬山，心裡又咕噥：「背這麼重的背包去爬山，一定是瘋子。」

離開了大學穩定的研究工作，自己竟然當起「傻子」加「瘋子」，展開近七年的海外旅行，每天晚上最確定的事，就是不確定睡哪裡。中間回臺灣幾次，竟然是當「呆子」，而默照禪四十九則成了這些年來，在同一個地方睡得最久的。離開是「為實現夢想」而出發，卻踏上了尋找回家的路，常常不知道路在哪兒，但我知道找到法鼓山，就在回家的路上。



除夕有約 法華鐘樓見

氣候的劇烈變化，讓寒冬中的法華鐘樓，圍繞在一片猶如初秋的楓紅之中，挺拔的老樹與滿地的落葉，訴說大自然的遞嬗無常，令尋幽訪勝的遊客，都能感受、傾聽無情說法。

法華鐘是刻有「經中之王」《法華經》全部經文的青銅梵鐘，蘊含最高的佛法義理與精神。除夕夜，將撞響一〇八聲壯闊悠遠的法華鐘聲，記得闔家前來參加撞鐘勝會，讓鐘聲鳴發內在心的力量，迎向「平安無事」的新年。（文／編輯室、圖／張繼高）

【東初禪寺都市默照禪七心得】

一席方墊 空間無限

◎鄭淮芝

東初禪寺正進行擴建工程，於附近租用的臨時道場空間窄小，但兩年來，所有課程、法會、禪修等例行活動，在法師及信眾同心協力下，都保持正常運作。二〇一七年十一月十八至二十五日，還首次舉辦了都市默照禪七。

以前，聖嚴師父每年夏、冬兩次在象山道場帶領的默照禪七，是我從不缺席的充電課程。這次在東初禪寺，有機會溫習平日修行的法門，真是特別歡喜。不同於象山道場，東初臨時道場位於紐約市一條商業街上，門外是巴士站，早上九點大家搭著地鐵、巴士前來，中午用自備的環保餐具，坐在蒲團上用齋，五點下課後各自回家。

相同的是，只要一坐上蒲團就無差別了，尤其是聆聽聖嚴師父的影音開示，熟悉的聲音，剎那間以為師父就坐在面前。師父開示每天播放兩次，是我最近最珍貴的時段，再次聽師父指導修行方法，溫故知新且受益無窮。

每炷香上坐時，由於已先做好前行基礎功課，因此很容易將身心放鬆，迅速進入安定的狀況，有「一席方墊，空間無限」的感覺。時間也過得特別快，很多好像才開始，引磬就響了。當然也常有妄念不期而至的時候，當覺察到它時，卻已悠然而去，於是就再提起方法。

師父開示提到，很多人一參加禪修便寄望開悟，其實開悟是有層次的。開悟雖然不容易，



但也不是希奇的事，重要的是在每次的修行過程中，能夠由定生慧。修行如果想得力，必須深植善根、廣結善緣，用「四它」處理好人際關係，用默照方法消融自己的煩惱，並且不造成他人煩惱。而修行人一定要發菩提心，為了自利利他必須努力精進，唯有自己愈好，才能幫助他人愈多。

這次的都市默照禪七每天朝九晚五、舟車往返，附近環境又較嘈雜，但大家不僅情緒上沒有受到影響，反倒是應了師父所說的「十字街頭好參禪」。感恩各種善緣具足，才能在禪修中獲益，祝願東初禪寺擴建工程早日圓滿啟用，接引更多人來學佛修禪。

（東初禪寺提供）

溫哥華默照禪七心得

◎唐毓英

爬一座修行玻璃山

這次參加查可（Zarko Andjievic）老師在溫哥華道場帶領的默照禪七，老師用水來譬喻禪修經常遇到的障礙「五蓋」——貪欲、瞋恚、睡眠、掉悔、疑。貪欲就像有顏色的水，看不見水的本質；瞋恚就像燒開的水，映照出的影像是扭曲的；睡眠像是澆灌在田裡的水，看不見水的存在；掉悔是憂慮太多，像海面的波浪起伏不定；疑則是像沼澤裡的水，混濁不清。無論遇到哪一種，老師鼓勵大家要對方法有信心，即使腿痛也要堅持，上坐前更要發願精進用功。

第五天，查可老師帶領禪眾修行，提醒身心放鬆，覺知當下跨出的每一步都是新的，沒有一樣東西重複，因為無常隨時在變化，過往的

經驗，通通放下。經行至一半時，自己突然停下，剎那間，感覺時間停止，只有窗外的車聲和禪堂內的腳步聲。隨後，老師的香板往地上一擡「Stop」那一刻，身體放軟坐在地上。晚課時嘴張不開，唱誦從內心裡面出來，與大眾聲音融為一體，那種靜默的感覺，很美妙。

第六天懺悔和拜佛時，每每淚流滿面。修行路上，心也許多了些慈悲和柔軟，但境界來時，有時還是無法控制，特別是對親近的人。知見上理解「無常」是正常，「無我」後才會顯露出真正的慈悲與智慧，但為何煩惱障礙現前，身心還是起伏不自在？這是我想在禪修裡找尋的答案。知見唯有透過自己親自體證，才能了解如來的真實義。

禪修不是向外去追求什麼，而是向內觀照自心、層層放下，本來面目才會如實呈現。有一位資深的師父在心得分享時鼓勵大家，禪修是一條漫長的路，如同聖嚴師父所說的「爬玻璃山」，雖然每一步都會艱難地滑下來，但只要堅持，總有一天會到達山頂。

總本山召募義工

歡迎您一起來植福修慧，成就人間淨土！

【園區義工召募】

- ◆召募「除夕暨新春活動」義工
·活動日期：2/15～20（除夕～大年初五）
- ◆召募「第23屆在家菩薩戒」義工
·第一梯：3/8～11；第二梯：3/15～18
- ◆新義工召募說明會
·活動時間：4/1（日）（2/1起開始報名）
·活動內容：透過闖關活動認識各組勤務，開放福田認養

【聖嚴書院福田班課程】

- 上課日期：4/29～2019/1/27
（每月一次，共10次。1/29起開始報名）

【景觀維護·環保清潔】

- ◆環保清潔日（環境維護）：3/4（日）
- ◆景觀維護日（花草修剪）：2/4、3/25（日）
- ◎以上報名詳情請洽【法鼓山園區義工室】
·電話：（02）2498-7171 分機 2660～2662
·上網報名：http://fagushan.dnm.org.tw
點選「義工資訊／召募項目」

東初禪寺

週日講經 11:00am~12:30pm

2/11

離苦或得樂？業報的再思維

Harry Miller主講

東初禪寺

週日講經 11:00am~12:30pm

2/25

高僧傳記_虛雲老和尚

常修法師主講

聖嚴教育基金會「第三屆近現代漢傳佛教論壇」

◎釋演化

宗教重返

漢傳佛教教育的現代性

由聖嚴教育基金會主辦的「第三屆近現代漢傳佛教論壇」，於二〇一七年十二月二十二、二十三、二十四日，假台大集思會議中心舉行。除延續第二屆引發熱烈迴響的漢傳佛教教育主題，更將視野放寬至日、中、韓、泰等，從共同面臨的課題中，探索可能的開展與契機。

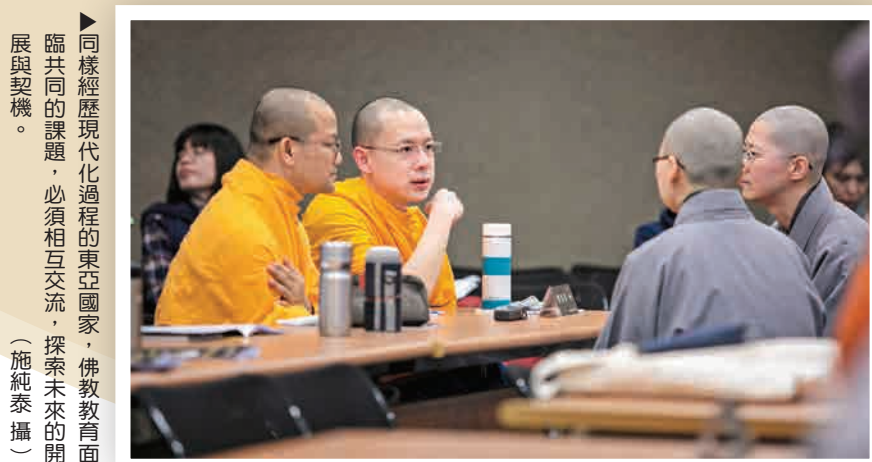
二十二日上午的圓桌論壇，由兩岸三地四校的代表：香港中文大學人間佛教研究中心主任陳劍鏗、佛光大學佛學院院長萬金川、中國人民大學佛教與宗教學理研究所副所長劉建宏、法鼓文理學院佛學系系主任吳坤法師進行交流對話，並由政大哲學系教授林鎮國主持。林鎮國首先提出三十年來備受關注的「宗教重返」(Resurgence of Religion)現象，禪修、靈修活動蔚為風潮的同時，宗教也成為問題中心，衝突、恐攻事件頻傳，顯見在全球化中，宗教不只是個人修行問題，宗教教育更是其中關鍵。

在深入各國佛教教育之後，佛光大學人文學院院長蕭麗華以「禪宗公案的人文主義精神」為題，反思禪宗公案呈現的精神，引發熱烈討論。中央研究院中國文哲研究所研究員廖肇亨指出，禪宗師徒語錄如「啐啄同時」、「不重久習，不輕末學」隱含的教育哲學，極具啟發性與創造。

性；聖嚴教育基金會執行長楊蔭也表示，禪宗的批判與創造兩項特質相輔相成，對傳統加以檢視，並經由跨領域的合作創新，才能與時俱進。然而，官方也提醒佛教中的「默會」(Tacit Knowledge)傳統，是要為師者不斷減法，尊重內在的創造性，因此應思考以啟發性的方式進行教育，在契機之外，義學研究則是不變的根本，本立而道生。

最後的綜合討論中，中華佛研所所長果鏡法師表示：「每個國家的佛教教育都有其各自隱憂，也有共同的問題，但可貴的是能夠如此無私地分享討論。」法國多學科佛教研究中心主任汲結則提出三個信心：對法鼓山的學術定位有信心、對臺灣的宗教環境有信心，並對漢傳佛教有信心。然而，學者們也一致認為漢傳佛教應與時俱進、不斷創新，因此佛教教育的規畫，須有著眼世界整體需求的未來視野。

承續太虛大師及東初老人、聖嚴師父以「今天不辦教育，佛教就沒有明天」的悲心，致力推廣佛教教育，除以恢宏的高度和氣度，致請國內外一流學者打造中華佛研所，培養學術人才外，二〇一〇年創辦僧伽大學時，更期許培養出「洞悉新時代的要求，足以代表漢傳佛教的精神與內涵，並在國際宗教界和學術界占有一席地位的僧才」。至今回望，這樣的遠見和理念仍是擲地有聲。



▲同樣經歷現代化過程的東亞國家，佛教教育面臨共同的課題，必須相互交流、探索未來的開展與契機。(施純泰攝)

在現今全球「宗教重返」的現象中，佛教面對不同的社會需求與期待，必須提出適應現代的因應方式，佛教人才培育的方向和方式為其中關鍵。聖嚴教育基金會邀集學者專家，探討各國佛教教育現狀，並提出建言，為漢傳佛教教育提供借鏡與省思。

日本 三一 震後宗教需求與期待

日本駒澤大學佛學系副教授山口弘江分析，日本可說是實踐佛教教育最興盛的國家之一，有學者指出「佛教教育是日本教育的主體」，至今從幼稚園到大學，有許多是由佛教宗教法人營運。由於「信教的自由」及「國家及其機構，不得從事宗教教育及其他所有的宗教性活動」，加上多數日本人沒有特定信仰，因此，基於經營需求，這些佛教教育機構並不以弘法、培養佛教徒為目的。

山口弘江分享禪修課程受日本大學生歡迎的現象。其中，以僧侶培養為主的佛教學院，人數僅約八百人。近年來，禪修課程廣受非佛教學院學生歡迎，校方為此還增加開課。



從事公共服務的宗教人員，開始被正視及討論。與這個現象相關的是，山口弘江教授提到任教的駒澤大學，原本以培養僧侶為主，在現代化潮流中，已成為有七個學院、二十餘個系所，一般生人數超過一萬六千人的大型教育機構。

韓國 佛教與佛教教育需與時俱進

▲朴永煥指出，韓國的佛教教育亟需走入年輕族群。而中央僧伽大學開設的「文化財保存專業課程」，如「文化財保存科學」、「佛教無形文化」、「佛教工藝」等，成為該校最具特色的學科，這是因為韓國主要的文物，幾乎都是佛教教育所有或與其相關，這些科目將在韓國佛教文化保存和繼承上，發揮相當大的作用。

然而，韓國三百三十三所大學中，佛教創辦的大學僅九所，顯示對於教育的重視程度不夠。此外，二〇〇五年至二〇一五年十年間，韓國佛教人口從一千萬降至七百萬；對大學生所做的佛教形象調查，反映出大學生普遍認為佛教是反科學、反未來、保守落後的。因此，如何讓佛教及佛教教育與時俱進，走入年輕族群，成為當前韓國佛教重要課題。



東國大學教授朴永煥談到，韓國佛教最大宗派曹溪宗的僧伽基本教育機構，主要有三個講院、禪院、前兩者為教育部承認的正規教育課程。

朴教授說明東國大學為因應時代需求，除了繁榮的佛學與佛教相關科目，另開設「冥想音樂的理解」、「冥想與兒童青少年發展」、「現代瑜伽」等課程，並為學生的未來出路提供五套主修科目，包括「學問繼承」、「布教活動」、「宗教行政」、「冥想指導」，另設立「社會福利學系」；而中央僧伽大學開設的「文化財保存專業課程」，如「文化財保存科學」、「佛教無形文化」、「佛教工藝」等，成為該校最具特色的學科，這是因為韓國主要的文物，幾乎都是佛教教育所有或與其相關，這些科目將在韓國佛教文化保存和繼承上，發揮相當大的作用。

中國 宗教急速復興的隱憂

中國人民大學佛教與宗教學理研究所副所長劉建宏指出，以深入的政、學、教交流經驗及視野，觀察了文革以後大陸佛教教育的發展，特別是大陸佛教整體發展對於佛學院教育的制約，以及頗具大體特色的政、教、學協同作業。

整體而言，急遽的社會轉型，提高了社會各階層的宗教需求，然而文革後佛教仍處於恢復階段，僧眾人數相對不足，使得佛教界對於僧才的要求為速成、大量，以解佛教復興之急，因此，僧人素質參差不齊；應用型、速成型的導向，也使得教育觀念難以貫徹。

針對以上問題，官方政府提出了許多具體的政策建議，如統一規畫、一綱多本、引進教材、統編教材、師資培訓等；但殷切期盼的，還是佛法最重要的根本——僧團自身由內而外的壯實：僧格穩固、聞思圓滿、正見確立。



劉建宏指出，大陸佛教教育的發展，提出具體建議。

泰國 僧侶的社會參與及女性議題

上海復旦大學教授劉宇光指出，大部分上座部佛教國家都是佛教社會，公共領域所有環節都與佛教相關，當社會發生重大轉折，不論社會或僧團，都期待佛教扮演重要角色，這是與漢傳佛教之處。另一個相異處，泰國的傳統社會中，僧團教育即等同國民教育，出家是去受教育，還俗則表示學習告一段落、回歸社會，而被普遍接受。

以摩訶朱拉隆功僧伽大學為例，學生除了以佛學及佛教研究為共同基礎外，另有自己的主修科目，如社會學、人類學、政治問題。



劉宇光探討泰國佛教教育，如何培養僧侶的公民意識。

一九七〇年代初，摩訶朱拉隆功僧伽大學爆發兩萬人的大型學僧運動，導火線是學僧下鄉服務時發現國家農業政策偏差，導致農民生活困境，因此在主張僧團教育改革、僧團權利結構改革之餘，要求制定更為公平的國家農業政策，以維護農民權益，這樣的主張獲得政府及僧團總部所接受。劉宇光分析，泰國僧侶有百分之七十以上為農民子弟，因此泰國農團問題，與其切身相關。然而，劉宇光也疾呼關注泰國僧團嚴拒大眾出家的態度，在農村自足經濟被現代經濟衝垮的現代化處境下，這意味著斷絕農村年輕女性受教育的機會，使得她們無從改變命運，並加劇了泰國的社會問題。

官方觀察大陸佛教教育的發展，提出具體建議。



劉宇光探討泰國佛教教育，如何培養僧侶的公民意識。

公案式的教育省思

◎釋智如

「教育是一種介入，是一套植木馬的過程；方法開場，這句話，氣魄萬千卻率直促狹，順著這樣的邏輯，或許可以說，佛陀是最和平的顛覆者：論證是沒有答案的最佳解答……這麼說，只是想呼應這次論壇中不斷提到的佛教教育的諸多矛盾。

矛盾，才能意識到思想的局限，才會期待打破僵局，聽到不同的聲音，然後歷經一連串的推翻、思惟、建立、再推翻、又思惟、重建的過程。尤其現場聚集了多位專家學者，聆聽到多面向且厚實的實務經驗及研究，更讓人感受到深刻、殷切的愛護與願景。

其中，屢屢被提及、並試圖平衡的，是佛法的超越性及人間化。超越性是佛法之所以能帶領人們超越自身局限的最佳工具，而人間化試著將佛法教理融入生活與生命的血液中，益彰顯。

如何讓它發揮最強作用？不同面向的討論在論壇中來回穿梭：強調入世化俗的出家，如何保持正見及價格不被模糊；當傳統的佛學研究無法對當前社會問題，進行深入且細膩的描述、解釋時，如何補足；面對人們所渴望的心靈慰藉及安定，如何回應……在反覆地探討中，看似不斷地挖掘現代佛教教育的矛盾及難題，同時也刺激我們的反思。論壇最後，焦點也回到了「漢傳佛教的主體性」。印度佛教進入中國後所形成的漢傳佛教，歷經了種種演進及適應過程，但依舊保存佛教最根本的精神。

聖嚴師父說：「它在任何一點上，都可以四通八達，絕對不會在講這個部分時，與其他部分產生矛盾、衝突，這就是漢傳佛教的智慧。」愈珍貴的價值，愈會在深刻討論中，益彰顯。

東亞各國佛教教育現況

◎文／釋演化、釋演真 · 圖／李東陽、施純泰

臺灣 佛教研修學院的轉型與契機

法鼓文理學院副教授鄧偉仁從西方佛教學研究的學術史脈絡，以及佛學院的發展，並就學術與宗教實踐兩個面向，思考臺灣「佛教研修學院」的轉型契機。

以「歷史文獻學」為主要的研究範式，影響日本及臺灣的佛教學術風格，但其中潛在的問題包括：以印度為中心，忽視其他地區的佛教傳統；忽視佛教元素的研究，如銘文、考古、藝術、儀式、社會實踐等；將豐富多元的宗教化約為經典；佛教文獻學獨樹一格的學術與專業，與其他學科對話困難。

鄧偉仁指出，以培養宗教師為目標，理想而完整的佛教教育，應兼具佛學與修行兩個層面，包含：一、教理：佛教宗教師的根本基礎；二、跨宗教、跨宗派的認識：了解佛教殊勝處，並能與其他宗教對話、合作；三、宗教實踐專業：自利利他的修行與生命關懷；四、佛教的社會介入：宗教團體作為公民社會的一分子，不自外於社會，而能以佛法智慧，提出改善社會制度之對策，並在重大社會議題上，提出智慧闡述。

如此規畫將使佛學院不僅是大學的一個佛教學系，更能兼具佛教學術專業，體現宗教社會責任，甚至與國際佛教接軌合作，貢獻國際社會。



鄧偉仁就學術與宗教實踐，思考臺灣佛教教育的方向。

如此規畫將使佛學院不僅是大學的一個佛教學系，更能兼具佛教學術專業，體現宗教社會責任，甚至與國際佛教接軌合作，貢獻國際社會。