

大悲咒 LINE 起來 百日修持總迴向

雲端持咒念佛億萬遍 串起全球大悲心 祝願疫情平息世界安樂

【何筱淇／臺北報導】七月二十五日，暑氣漸消的下午四點，近一千二百位民眾從臺北花博公園四個報到處啟程，戴上耳機，聆聽「安心城市」Web App 的引導，在自然景觀中享受呼吸，放鬆身心，感受內在與環境的連結。

這是由衛生福利部國民健康署與法鼓山佛教基金會、人文社會基金會合辦的「安心城市——靜心、沉浸、慢行」活動，邀請大眾在二十五、二十六日兩天，走進綠意盎然的公園，透過科技與音樂、戲劇、舞蹈的沉浸式體驗，與自然環境深層互動，結合心靈環保及健走運動，走一趟身心覺察之旅，來場「疫後健康新生活運動」。

四條路線有小朋友帶著爸媽一起玩「一、二、三，木頭人」的童心之旅，穿越綠色隧道傾聽森林聲音的放鬆之旅，感受城市禮物

的暖心之旅。走過護國禪寺前方公園，有人伸手去感受樹葉，或彎腰撿拾花朵，甚至脫了鞋子躺在草地上享受呼吸。初次體驗的藝人班傑表示，城市人步調愈快，更應練習靜下心，「每一個人都有影響他人的能力，保持內心的穩定可以幫助社會。」

接著，所有參與者一起匯入舞蝶館前廣場流動的人群。陽光下，眾人一起慢行、舞動身體，隔空擁抱身邊伙伴或合十互道感恩，送上最溫暖的微笑，讓因疫情而疏離的人們，重新找回安心與信任。

舞蝶館內，透過舞蹈戲劇引導眾人共同省思，疫情為人類生命帶來的影響，學習減少對立與批判，轉化痛苦與恐懼，找回愛與包容。隨後大眾跟隨方丈和尚果暉法師為全球疫情祝禱：「祈願逝者安詳，生者無憂，同理心分擔他人的痛苦，慈悲心開創嶄新的未來，傳達給全世界。」

來，世界和平人安樂。」

方丈和尚接著開示，臺灣在衛福部專家、醫護人員及社會大眾的合作下，疫情至今並不嚴重，我們要感恩珍惜善因緣。如同聖嚴師父所說的「一心安就有平安」，我們可以學習以心靈環保保護自己，進一步關懷需要幫助的民眾與地區，只要保持正常作息與樂觀心情，就是最強的免疫力。

國健署副署長賈淑麗則分享：「世界愈快，心則慢。疫情之中，我們學習到安定是健康最好的寶藏。」她強調，對政府的信任與人民的素養，是臺灣擁有最強的疫苗。衛福部心理與口腔健康司司長張述中也指出：「只有內心的平靜，才能讓世界更和平、更充滿愛。」活動最後，在法鼓山唱誦《日出》的歌聲中，將這場安心城市之旅所帶來的安定力量，傳達給全世界。

靜心慢行 法國健署推動安心城市



▲大眾專注一心，在悅眾法師帶領下，隨著儀文禮敬、發願、懺悔、持咒、迴向，全場莊嚴攝心。（李東陽攝）

總迴向，由方丈和尚果暉法師主法，帶領僧團法師及八十位信眾代表，將凝聚眾人悲心祝禱的特咒功德，迴向世間與眾生。法會全程同步直播，共有三千多人參與線上共修。

法會中，大眾一心專注，在悅眾法師帶領下，隨著儀文禮敬、發願、懺悔、持咒、迴向，全場莊嚴攝心。「祈願觀音菩薩護念法界眾生，於觀受苦難中悉得智慧、慈悲；復以慈悲、智慧，解脫一切苦難。」法會圓滿前，方丈和尚帶領共修信眾，將修行功德迴向正遭逢疫病、戰爭、天災人禍而受苦受難的地區與民眾。

方丈和尚接著為大眾開示修持觀音法門的要領，在於學習慈悲心，從同情心、同理心開始，逐漸邁向無所求的奉獻，一向觀音祈願不能保護個人的身心，最重要的功用是開發自己的慈悲，透過修行學習自助助人。

方丈和尚也表示，疫情是全人類的共業，全球確診及死亡人數持續攀升，雖然臺灣尚未有明顯衝擊，但我們應代替所有眾生懺悔、發願，人人做好事、種福田，淨化身心，淨化社會，了解疫情不過是無常中的正常現象，便能自在安樂。

當日上午，方丈和尚也特地關懷與會信眾，其中，為祈禱

全球疫情平息，已念佛超過千萬聲的張清全，是護法總會松山分會念佛組義工，學佛二十八年來，不論行住坐臥，隨時繫念佛號，每天誦讀一部《地藏經》，自疫情發生以來，念佛更加專一、精進。他說：「一個人的奉獻只是小小的功德，面對嚴峻的疫情，還是需要團結祈禱，才會力量大。」

在疾管局疫情諮詢專線服務的黃秋蓮，經常接到許多居家隔離民眾的電話詢問，有些人擔心自己的健康，有些人則是擔心海外的家人，於是她發願持誦一百萬遍觀世音菩薩聖號，為每一位來電的民眾祈福消災。

護法總會彰化分會則建立線上群組，以念誦一百萬遍《大悲咒》，做為團體修持的目標。召黃黃柏雄表示，響應持咒的一百四十多人當中，有國小學童，也有八十多歲的老居人，體現願心不分年齡，每個人都能是關懷溫暖的觀音化身。

學佛沒有終點，重要的是持之以恆地修行，方丈和尚勉勵大眾，持續於「大悲咒」LINE 起來，共修精進，平台後續也將提供更多元的學習服務，祈願菩薩願力加持，護佑眾生遠離一切苦難。

2020 關懷生命獎得主揭曉 法鼓山

【何筱淇／臺北報導】法鼓山二〇二〇年「關懷生命獎」得獎名單七月一日出爐！個人獎項的「慈悲獎」，由榮獲國際技能競賽家具木工雙金牌，卻立志投身偏鄉教育的王嘉納老師獲得；「智慧獎」得主是推動冒險治療，翻轉中輟人生的謝智謀博士；團體「大願獎」頒予陪伴高關懷兒少的財團法人孩子的書屋文教基金會。頒獎典禮將於九月二十日下午，在臺北市中油國光廳大禮堂舉行。

由法鼓山人文社會基金會主辦的「關懷生命獎」徵選活動，已邁入第八屆，今年首次採主動徵詢，推薦理念與獎項宗旨契合的團體及個人，共計十件獲選入圍決賽。於七月一日假德貴苑進行決賽會議。當日上午十時，由方丈和尚果暉法師，及召集人國泰慈善基金會董事長錢復、前臺灣大學校長陳維昭、前新聞局長黃輝珍、前行政院農委會主任委員陳武雄、臺灣傳統基金會董事長黃石城，以及富邦文教基金會執行長陳萬鈞等九位評審委員與會決審。對於所有入圍決賽的團體與個人，評審們肯定入圍者卓越的貢獻，讚歎難以抉擇。

「從每位入選者的生命故事中，都可以看見心靈環保的生活實踐。一首參加決賽會議的方丈和尚表示，期盼藉由頒獎活動，提供社會正向思維，為世代樹立良好的典範，用生命啟發生命，讓善的力量形成更大的漣漪效應。」

「社會大眾可透過服務貢獻的善行，發覺多苦的人間，還是有許多的溫暖與光明。」前農委會主委陳武雄表示，無論是孩子的書屋，或王嘉納老師、謝智謀博士，都是引導弱勢孩子走出黑暗角落，讓已有機會發光的無名英雄，錢復董事長則建議本屆的遺失之憾，推薦給其他辦理公益獎項的民間單位，讓默默付出的個人及團體，被更多人看見與支持，發揮更大的影響力。

懷生命獎」得獎名單七月一日出爐！個人獎項的「慈悲獎」，由榮獲國際技能競賽家具木工雙金牌，卻立志投身偏鄉教育的王嘉納老師獲得；「智慧獎」得主是推動冒險治療，翻轉中輟人生的謝智謀博士；團體「大願獎」頒予陪伴高關懷兒少的財團法人孩子的書屋文教基金會。頒獎典禮將於九月二十日下午，在臺北市中油國光廳大禮堂舉行。

由法鼓山人文社會基金會主辦的「關懷生命獎」徵選活動，已邁入第八屆，今年首次採主動徵詢，推薦理念與獎項宗旨契合的團體及個人，共計十件獲選入圍決賽。於七月一日假德貴苑進行決賽會議。當日上午十時，由方丈和尚果暉法師，及召集人國泰慈善基金會董事長錢復、前臺灣大學校長陳維昭、前新聞局長黃輝珍、前行政院農委會主任委員陳武雄、臺灣傳統基金會董事長黃石城，以及富邦文教基金會執行長陳萬鈞等九位評審委員與會決審。對於所有入圍決賽的團體與個人，評審們肯定入圍者卓越的貢獻，讚歎難以抉擇。

「從每位入選者的生命故事中，都可以看見心靈環保的生活實踐。一首參加決賽會議的方丈和尚表示，期盼藉由頒獎活動，提供社會正向思維，為世代樹立良好的典範，用生命啟發生命，讓善的力量形成更大的漣漪效應。」

「社會大眾可透過服務貢獻的善行，發覺多苦的人間，還是有許多的溫暖與光明。」前農委會主委陳武雄表示，無論是孩子的書屋，或王嘉納老師、謝智謀博士，都是引導弱勢孩子走出黑暗角落，讓已有機會發光的無名英雄，錢復董事長則建議本屆的遺失之憾，推薦給其他辦理公益獎項的民間單位，讓默默付出的個人及團體，被更多人看見與支持，發揮更大的影響力。

法鼓雜誌

紐約東禪寺 Chan Meditation Center
90-56 Corona Ave., Elmhurst, NY 11373
Tel: 718-592-6593 www.ddmusa.org
非經本同意，不得轉載本刊圖文。

Non-profit Org.
U.S. Postage Paid
Flushing, N.Y.
Permit No. 1120

法鼓雜誌APP
歡迎下載

聖瑤長老示寂 法鼓山緬懷致意

【本刊訊】聖嚴師父舊時好友、美國洛杉磯萬緣寺及泓星寺創辦人聖瑤長老，七月十日在泓星寺禪堂安詳捨報，世壽九十二歲，僧臘六十八歲。洛杉磯道場監院安祥法師於七月二十二日代表方丈和尚果暉法師及法鼓山教團前往致意，表達誠摯敬悼。

聖瑤長老與師父的法緣，可溯及一九六〇年，師父從軍中退役，因訪十普寺而與聖瑤長老結識。十年後，師父赴日本留學前，前去慧日講堂辦理出國庶務，與當家師聖瑤長老再有數面之緣。聖瑤長老赴美弘法近四十年，創立萬緣寺及泓星寺，一生致力弘揚淨土法門，推廣佛法至西方社會，師父曾推崇聖瑤長老慈悲心深厚，德行令人敬重。

【新聞簡訊】

法鼓山捐助印度人道救援組織

新冠疫情造成世界各國經濟活動陷入停擺，在印度拉達克從事人道救援的摩訶國際禪修中心（MIMC）也陷入營運困境。6月初，MIMC 創辦人僧伽先那比丘（Bhikkhu Sanghasena）致函方丈和尚果暉法師，說明因印度全國封鎖，致使當地慈善組織，包含 MIMC 營運受到衝擊，連帶影響提供當地人民糧食、醫療、心靈救護等任務，方丈和尚即刻指示公關室協助捐助善款援助。

MIMC 辦公室也於 6 月 27 日致函感謝法鼓山及方丈和尚：「感恩法鼓山在這艱難的時刻，慈悲地提供捐款，讓 MIMC 的人道救援工作可以更積極運作，以緩解新冠肺炎造成全球及印度人民的不安與痛苦。願我們用慈悲的力量來祈禱，祈願全球及印度受苦受難的人們都能身心平安。」（編輯室）



▲參與民眾體驗安心城市之旅，回到終站舞蝶館中，由方丈和尚帶領大眾一起祈願祝禱。（王育發攝）

叩鐘啟光明 僧團結夏功德迴向

【洪鐘初叩，寶燭高吟，上祝三寶，普遍昌隆，下祈人類平安，世界和平……】六月三十日，清晨漸次明亮的曙光中，攝受安定的「叩鐘偈」，迴盪在法鼓文理學院開闢的海印三昧草原平台間。

經過一個月精進修行，僧團結夏安居圓滿，一百八十位僧眾在方丈和尚果暉法師的帶領下，以一句一拜，齊聲唱誦出對眾生最深切的祝福，做為結夏安居精進用功的總迴向。

總監香常寬法師指出：「出家眾的生活，每天醒來的第一件事，就是祝福眾生；每天睡前的最後一件事，也是迴向眾生，這是出家人的本分。然而，遇到像新冠肺炎疫情這種全球性的災難，更是要集合僧團大眾的修行功德及懇切願力，為眾生祝福，做眾生的靠山，祈願早日消災免難，眾生回歸和平安樂的生活。」

（文／編輯室・圖／李東陽）



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
忙人時間最多，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

庚午年春季釋聖嚴撰

護法鼓手 提昇疫後關懷力

北區勸募悅眾成長營 鼓手互勉在人心最需要時 分享佛法慈悲智慧



【何筱淇／臺北報導】溝通來自傾聽，創新來自分享。二〇二〇年護法總會勸募悅眾成長營，七月十八日起至十月二十四日共計八場，於北中南地區相繼展開。首場於十八日上午在雲來別苑舉行，都監護法總會副都監常遠法師、監院常應法師、副總會長李子北、歡喜迎接一百二十位來自北投、石碇、中山、松山、基隆分會的勸募悅眾，齊聚一堂相互學習，在疫情趨緩之際，彼此注入滿滿的弘法能量，互勉在人心最需要時，分享佛法智慧。

當日，主持人首先引導每個人拿起座位上的三張幸福小卡，寫下最真摯的祝福，送給在场的其他人，為成長營暖場。聖嚴師父在開示影片中，說明勸募須建立正確的心態：「我們是藉由勸募而推廣法鼓山的理念，讓大家用佛法來自利利人。所以募款、募人、募心之中，以募心最為重要。」眾人專注觀看，動作筆記。整日的課程活動，還包括文山分會召集彭玉霞分享團隊運作經驗、護法總會主任楊順娥的勸募聯誼活動創意規畫教學等。各分會也藉由交流討論，提出勸募時常見的問題，各地區集思廣益、交換意見，提供多元的應對方案，現場氣氛凝聚，充滿團隊向心力。

「透過成長營的交流，可以

▲常遠法師期勉鼓手全心行菩薩道，「勸」人來學佛，「募」人來修行。
(李佳純攝)

為各地分會打開視野。」加入勸募行列十三年的中山分會葉錫煌表示，聆聽其他人的經驗分享，能放下各自的慣性，看見更多可能。已有三十年勸募資歷的基隆分會陳美緣坦言，勸募不免會遇到瓶頸，「透過分享與討論，聚合眾人的智慧和能力，不僅能度過困境，更重要的是獲得支持的力量，讓勸募走得更好更遠。」

成長營結束前，常遠法師為勸募年資三十一年以上或年滿七十五歲的二十三位悅眾頒發福袋及方巾結緣品，再一次為活動帶來驚喜。其中，勸募年資逾三十年且年滿七十五歲者，包括石碇分會陳光輝、許志津及中山分會張登代，法師感謝表示：「有老菩薩發心做示範，年輕的勸募會員才會更有信心。」法師也勉勵大眾繼續全心行菩薩道，傳遞佛法的慈悲與智慧，「勸」人來學佛，「募」人來修行，幫助眾生離苦得樂。

慈基會關懷活動

學子創作分享卡 用創意表感恩

【楊雅穎／臺北報導】法鼓山慈善基金會第三十七期百年樹人獎助學金分享卡創作聯誼活動，七月十二日至八月二十二日陸續於全臺舉辦十六場，預計有五百一十九位學子參加。首場七月十二日在嘉義勞工育樂中心舉行，三十八位嘉義地區學子與十多位義工齊聚一堂，創作暖心的卡片，向認真人表達感恩。

「師姑、師兄，感謝您幫助我們獎學金。我要認真念書……祝長命百歲」，嘉義竹林國小四年級的林瑋鈞，寫下對認真人的感謝，他在卡片上畫了一棵綠色大樹，周圍寫上



「法鼓山讀」，樹上還結了一顆小蘋果，翻開卡片，打開色紙摺成的綠色小窗戶，才看得到感謝詞，可愛又有創意。

他的姊姊和雙胞胎弟弟也同桌畫卡片，家住朴子的三姊姊，全家靠媽媽一人賣便當兼當保姆維持家計，姊姊林宜臻說，雖然每晚忙到九點多才能做功課，但媽媽比她更辛苦。希望自己能趕快長大，當個甜點師賺錢養家。

現場學子來自

▲受助學子創作分享卡，用創意與巧思表達感恩。
(李佳純攝)

不同家庭，各有故事。長年投入受助學生家庭關懷的慰訪員黃秀貞發現，嘉義沿海居民的生活比起山線居民來得艱辛，「靠海維生變數很多，加上偏鄉吸毒問題嚴重，一旦家長染毒，孩子就非常辛苦。」她指出，持續的陪伴力量對孩子影響非常大，「孩子要的不多，就是愛而已。」

高中起即獲頒獎助學金的廖欣怡，目前就讀嘉義大學財務金融學系，暑假後將升大四，她已計畫投考銀行或郵局，盼有穩定收入幫助家計，她感恩法鼓山在最困難時的陪伴，中溫「不要讓自已太累喔！」讓她心中溫暖好幾天。

暑期前來實習的僧大學僧演可法師，感受到小朋友在活動中都能把心打開，面對困苦仍能積極上進；演可法師看到孩子們比想像中開朗，相信是義工長期溫暖陪伴，對孩子帶來正面的幫助。

慰訪義工交流 安己安人做關懷

【高雄訊】不受新冠疫情影響，法鼓山慈善基金會的慰訪關懷從未停歇。為使各地慰訪及災害關懷義工攜手並進、交流經驗，慈基會於七、八月間陸續在全臺舉辦義工聯誼會。首場七月十八日於紫雲寺登場，來自雲南、高屏、臺東地區一百多位義工參與，祕書長常順法師也到場關懷。

上午慈基會專職以「疫情下的災害關懷」為主題，分享法鼓山上半年配合政府防疫措施，迅速因應政策，將活動、會議數位化，捐贈國內外防疫物資，鼓勵民眾以「安心、安身、安家、安業」四安理念來回歸日常生活。在地區災害關懷上，也強調先讓自己心安，才能使人安心。

除了災害關懷，慈基會近年來積極推動社區長者關懷，未來也將持續以心靈環保為原則，美好的晚年為願景，投入在地陪

伴、關懷及照顧，讓老有所依、老有所終，以佛法安頓自己與他人，落實終身學習、奉獻回饋的善循環。

如何讓未曾接觸法鼓山的長者感受到關懷與照顧，進而參與活動？資深慰訪義工分享個案關懷經驗提到：「以同理心站在對方的立場去服務，才能感動對方。」從分享中，義工陳志明表示自己學到「以現在的我，來明過去的因素，修行要解行並重。」一屏東慰訪組長戴秀珊分享，除了對外關懷，也要關懷慰訪義工，互相照顧，一起把福田種到全世界。

活動圓滿前，常順法師勉勵義工們，關懷從自身做起，以修行角度來關懷自己。任何關懷及服務，都與個人修行相關。珍惜共學的善緣，回到家後，也能知道如何安頓好自己，做一個有智慧又歡喜的義工。

▲常順法師勉勵義工，關懷從自身做起，做一個有智慧又歡喜的義工。
(慈基會提供)



線上悟寶兒童營 親子共學樂



【何筱淇／臺北報導】響應全民防疫新生活，法鼓山青年學院與護法總會今年首度共同舉辦「暑期線上悟寶兒童營」，陪孩子開心放暑假！第一梯次課程，於七月十一、十二日下午在德豐學苑展開，現場工作團隊包括青年院法師、法青、分會義工共五十人，透過直播連線，與來自中城、文山、新店地區，共四十個家庭、八十多位的親子互動。以「四安」為主題的課程，連續進行三天，每日一小時，透過數位科技體驗，引發親子熱烈回響。

開幕裡，主持人開場即以活潑機智的問題，帶動螢幕前的父母與孩子、阿嬤與孫子熱絡搶答，線上對話聲此起彼落，螢幕內外洋溢歡喜

的氣氛。課程內容，除了包括觀劇「安心安家」舞台劇、「DIY 防疫產品」教學，溫馨的戲劇表演，帶領親子認識細菌與病毒、動手製作乾洗手液，以及學習用觀音菩薩修持法門來安定身心，也有帶領大人小孩進行肢體互動的「節奏遊戲」，發揮創意設計「拓印環保杯袋」，促進親子關係。

「沒想到網路也能這麼有溫度。」家長呂美德說，兒子參加兒童營已邁入第三年，今年是線上課程，第一次有機會和兒子一同參與。過程中，兒子才覺頻頻轉身和她討論，兩人歡喜地攜手完成遊戲挑戰及作品，共度週末好時光。

「今年與往年最大的差別，在於家長可以跟孩子一起參加。」青年院演法法師表示，透過親子互動的

設計，讓平時工作忙碌的家長，有機會和孩子相處，許多家長參與後，對數位體驗都給予正向回饋，表示有趣又具教育意義，而防疫不鬆懈的期間，在家中學習更感到安全又放鬆。城中分會召集委員以上是新學員，因網路不受空間限制，學習模式的轉換，為分會帶來了新的活水。

暑期線上悟寶兒童營，自七月十一日至八月二日，連續四個週末於全臺北、中、南、東地區接力展開，疫情促成的線上活動，為家庭增添不少安心與溫暖，讓老中幼三輩同堂共學，也比平時多了三倍的歡樂。



▲跟著線上教學，親子一起DIY製作乾洗手液。
(李東陽攝)

中元法會網路直播共修

法會名稱	時間內容	舉辦寺院及網站
中元報恩地藏法會	8/7 ~ 8/9 誦《地藏經》、拜地藏懺 8/9 下午瑜珈焰口法會	中華佛教文化館 https://web.ddm.org.tw
梁皇寶懺法會	8/23 ~ 8/28 禮拜《梁皇寶懺》 8/29 上午齋天法會，下午瑜珈焰口法會	農禪寺 https://ncm.ddm.org.tw
中元報恩三時繫念法會	8/30 ~ 9/5 誦《地藏經》 9/6 三時繫念法會	紫雲寺 https://zyt.ddm.org.tw

【說明】
(1) 配合安心防疫，法會現場不開放，敬請參與線上直播共修。
(2) 登記超薦、消災牌位，請上雲端祈福網站。
(3) 法會設有獻供、贊普、打齋等功德項目，歡迎洽詢各舉辦分寺院。

蘭陽分院 接待義工培訓

學做眾生的來迎觀音

【宜蘭訊】「終於等到了！」國內疫情趨緩，蘭陽分院義工們期盼已久的培訓課程正式開跑。七月四日上午，六十五位義工一早報到，歡喜參加接待組義工培訓，由義工團接待組組長陳麗瑾擔任講師，四位團員示範接待的禮儀與勤務要點。

「接待菩薩即是在接引眾生、修福修慧。」監院常法師分享擔任聖嚴師父隨行紀錄時，總能見到師父適切地照顧他人需要，讓他學到隨時隨地的重要。法師勉勵義工與人互動時，練習時時覺照，就是朝向無我的前行修練。

培訓內容包括：面對訪客的儀態、語言與服裝儀容要點，以及在在地點和情境的禮儀演練，如握手、合掌、問訊、動線引導乃至用齋威儀等。一接待組是訪客進入寺院接觸的第一個對象，代表寺院的形象。陳麗瑾分享，值勤時以來迎觀音為榜樣，以接待未來佛的恭敬心，歡喜迎接來到寺院的大眾，就能讓人有回到家的安心感。

陳麗瑾表示，接待服務隨時保持積極主動，處處留心、隨時應變，便能從中體驗「奉獻即是修行」，進而珍惜每個當下因緣，用平常心來面對不平靜的事，增進人與人之間的和諧。

東初禪寺

中元三時繫念法會

8/30 (日) 3:30~9PM EST.

雲端祈福 三時繫念 youtube

東初禪寺

家家禪堂 戶戶蓮社

3,10,17,24,31	週一	7:30~8:30PM EST.	念佛共修
4,11,18,25	週二	7:30~9PM EST.	英文禪坐共修
1,8,15,22,29	週六	9~10:30AM EST.	中文佛學課程【禪素食】(東海法師主講)
1,8,15,22,29	週六	8~9:30PM EST.	中文佛學講座【禪宗祖師公案語錄】(東海法師主講)
2,9,16,23,30	週日	9:30~10:30AM EST.	中文講座【《大乘起信論》概說】(常澤法師主講)
2,9,16,23,30	週日	11AM~12PM EST.	英文講座【禪101】(Gilbert Gutierrez主講)
2	週日	2~4PM EST.	全球祈福安心平疫法會-觀音法會
16	週日	2~4PM EST.	全球祈福安心平疫法會-地藏法會
30	週日	3:30~9PM EST.	全球祈福安心平疫法會-中元三時繫念線上法會

課程查詢 三時繫念

法鼓山僧大108學年度畢業典禮

奉獻報恩 無限

7 月份法鼓講堂

方丈和尚勉勵畢業僧從身口意成長自己
秉持道心 發菩提心 全心奉獻



【江胤芝／金山報導】「畢業之後，也有機會遠至海外服務，但如同《西遊記》裡的孫悟空，不曾遠離如來的掌心，而是超越自己的煩惱心，得到智慧心、慈悲心、清淨心。」七月四日，法鼓山僧伽大學舉辦畢業典禮，在《菩薩行》的莊嚴歌聲中，方丈和尚勉勵畢業僧，男眾副院長常寬法師、女眾學務長常格法師為畢業僧搭菩薩衣、頒授證書，在校學弟則透過話劇和影片，祝福七位學僧圓滿學業。

方丈和尚勉勵畢業僧，進入僧團領受後，要從身口意三處來成長自己。身，是隨眾作息；口，是持戒、是樂無諍、以愛語來表達；意，是秉持道心、發菩提心，全心奉獻自己。如果我們對社會沒有貢獻，人們將不知道佛法的好！

在生活中學習老實修行，畢業僧演說法師表示，過去身口意易受外境影響，如今能以佛法化解人際、合作上的問題，「由於清楚內外因緣，不僅能看見自己的習氣，也看見他人的因緣，較能平靜接納眼前一切。」面對大眾容易怯場的演新法師，透過佛法協助自己安心，「某次實習是分享《法鼓全集》，覺察到自己的緊張，於是請信眾稍待一會，引導自己全身放鬆後，就能自在分享了。」

來自越南的淨嚴法師，克服了文化、語言不同的學習環境，順利圓滿學業，並將聖嚴師父的《禪門第一課》翻譯成越語，希望帶回家鄉分享。感謝師長和同學一路相伴、平等相待，每當遇到煩惱、挫折，也透過拜佛、打坐穩定身心。有感謝師父辦佛教育的願心，今年甫考上佛光大學的法師，期盼持續增上，為越南佛教的現代化盡一分心力，讓當地青年看見不一樣的佛教。

代表畢業僧致詞的演一法師，感恩所有俗家父母難捨捨捨：「每位學僧身上，都帶有父母良善奉獻的精神，就像我俗家老菩薩，但願子女得離苦，無形中，也轉化為我，但願眾生得離苦」的出家動力。未來願能奉獻社會，報父母恩。俗家姊姊江慧玲感動地表示：「從外在的威儀，到內心的素質，我看見演一法師的轉變，也感謝他陪伴家人一起成長。」

▲法鼓山僧大畢業僧在師長、在校學弟及俗家父母親友的祝願下，將展開奉獻社會、報父母恩的修行歷程。
(李東陽攝)

悲智與安忍 學高僧典範

「楊雅穎／臺北報導」佛教的本質並非宗教，而是至善完美的教育。弘化發展專家召集人果慨法師，七月於「法鼓講堂」講授「遇見高僧，遇見自己」，引領大眾從歷代高僧行誼及教理教史，了解高僧的悲願與襟懷，盼大眾見賢思齊。六位高僧包括：使佛法人間化的佛陀、藉譯經使漢地佛法正信化的鳩摩羅什、將佛教本土化的智者大師、使佛法普及化的惠能大師、推動佛法現代化的太虛大師，以及力倡佛法實踐化的聖嚴師父。

七月八日及十五日，果慨法師分別講授佛陀與鳩摩羅什的行誼。法師指出，佛陀最偉大的地方在於走入人間。當時印度求道風氣很盛，人們對現世之苦，普遍懷有強烈出離心，佛陀證道後，卻要弟子走入人間宣說佛法，為人們的幸福和利益開示清淨之道。

佛陀更突破當時階級禁錮，收受弟子不論貴賤男女，例如持戒第一的優波離尊者，是當時的奴隸；首陀羅，證得阿羅漢果的央掘摩羅，是犯下殺戒的大惡人；佛陀更打破禁忌，接受姨母大愛道為第一位女性出家人。

並建立比丘尼僧團，在當時的印度無疑是一場革命性創舉。法師強調，佛陀深入人間傳法最深處的願心，即是教育世間眾生，以「佛法」離苦得樂。有「萬世譯經師」之稱的鳩摩羅什，果慨法師循其一一生鋪陳羅什如何在絕境中一次又一次生起信心與道心。羅什一生最困頓時期在其四十四至五十九歲年間，當時正值最動盪的五胡十六國時期，羅什四十歲被呂光俘來中國，且被強姦妻妾，至四十四歲被呂光釋放。法師指出，此時鳩摩羅什儘管對佛法「一竊其深解」也無從宣化，在囚禁中，靠著忍辱工夫度過十七年光陰。

五十九歲時，鳩摩羅什被姚興迎進長安，自此全心投入佛典漢譯志業，同時講學廣宣大乘佛法。至此，佛教「一空」的思想核心才得以用漢語被理解。法師表示，這是東晉佛法興盛的主因，其翻譯的經典，養成的僧才弟子，果慨法師以「苦難無數」形容，但其大悲願心與安忍的工夫，卻是後世佛弟子修行的最好典範。

青年學院合作 展現樂齡服務學習成果

【何筱淇／新莊報導】法鼓山青年學院與輔仁大學合作，二〇一九年共同發起「樂齡服務學習」計畫，參與的英文系、會計系、應用美術系四十四位學生，分組至長照機構了解長者需求。歷經一年研發，設計出五款實用的樂齡友善產品，並邀請該校內舉行成果發表會。擔任指導的會計系李啟華老師表示，看見學生為共同的善念，奉獻各自的專業專長，每個人的力量也因此合作，發揮更大的影響力。

發表的產品包括：「尚係哇厝邊」，「希望海角」兩款桌遊，以及改良式助行器、不卡關穿脫衣、防震餐盤等三款生活輔具。學生分享陪伴長者過程中，觀察到四肢活動不便、缺乏社交活動是最



▲參與「樂齡服務學習計畫」的輔大學生，分享為長者研發樂齡友善產品的學習過程。
(李佳純攝)

【法鼓書齋】

■《人生》雜誌 444 期 8 月號

地藏菩薩逆境界學

地藏菩薩的大願猶如大地含藏萬物，容受一切眾生，不僅令眾生安住，更以願來幫助眾生增長善法。地藏菩薩護念受難的眾生，就像苦難中的導師，化現百萬億分身，引導我們在生命陷入低谷時啟發內在力量，度過苦厄。這樣的深心悲願感動許多祖師大德，如滿益大師、弘一大師、夢參老和尚，都與地藏菩薩有殊勝的法緣，不僅以地藏法門自修，更發願以地藏菩薩為典範，度化眾生。

逆境界是人生必然的功課，在生命最困頓時，東初禪寺監院常華法師、醫師王復蘇、作家徐正雄、臨終照護義工張寶方與佛畫家劉建志，遇見了地藏菩薩，地藏菩薩就像導師，指引他們走過人生幽谷，菩薩的願與行，帶給他們什麼啟發？

「疫外人生」紐約醫師彭溫巧分享抗疫手記，在第一線上看見生命的無常，也讓她在疫情失控時，抱著還願的心照顧受苦的人。「相逢多是撞頭人」，多麼痛的領悟！「清心自在」介紹《禪宗毒海》中的那些老公公詩：瞎翁、病翁、跛翁、懶翁、則翁……這些老公公雖然身體不完整，卻帶來不一樣的人生視野。早期的佛教屬於非偶像崇拜的宗教，佛陀在世時沒有流傳任何圖像，那麼佛教藝術是如何形成的？新專欄「佛教藝術維基解密」追本溯源，首期探討「佛足石」信仰，追尋佛教弘傳的足跡。（每本 180 元，訂閱一年 1680 元，另有特惠專案，請見心靈網路書店 <http://www.ddc.com.tw>）

◎歡迎加入《人生》雜誌 facebook

◎洽詢電話：(02) 2896-1600



▲《迎向現實人間》新書分享會由果慨法師（右二）主持，林其賢（右二）、賴清順（左二）、吳德棋（左二）共同與談。
(趙炳義攝)

對談師父菩薩戒精神

【陳政娟／臺中報導】處於鉅變的當代，傳統戒律如何幫助人們迎向現實人間？七月十二日上午於臺中寶雲寺，法鼓文化為五月出版的新書《迎向現實人間——聖嚴法師的倫理思想與實踐》舉辦分享會，由編輯總監果慨法師擔任主持人，邀請作者林其賢、臺北金融研究發展基金會董事賴清順、客家文化發展中心主任吳德棋，與一百四十位聽眾分享師父的菩薩戒精神。

嚴師父掌握的是戒律的核心和精神，而非法條。林其賢表示，持戒從「對自己的要求」而來，師父以「十無盡戒」作為法鼓山菩薩戒的核心，求受菩薩戒者，各隨自己承擔的能力，對自己的要求，可做到幾分，就戒幾分，「師父將傳統的戒律彈性化，顯現理性、民主、多元、平等的現代精神，引領現代人往上提昇。」

已受過菩薩戒的賴清順、吳德棋，分享在公務領域持戒的心得。曾任行政院副秘書長、中華郵政董事長的賴清順表示，自己在生活、工作上實踐的菩薩戒，便是多說好話，不口出惡言，力行五戒十善，「這也讓我我在職場中無往不利。」

「戒律就像指南針，讓人安心往前走。」吳德棋談到踏入社會前，給自己「將心比心、謹守分寸、莫忘初心」三句話，之後承擔職務都依規而行，「就像遵守交通，綠燈前行，紅燈就停。不依自己利害，而是往善的、好的方向走。」

疫情中，持戒可以帶來什麼幫助？林其賢表示，面對疫情不能只抱著無常感，更當抱持長遠心，為事情做長期規畫，就像受菩薩戒是生生世世的事，「菩薩以悲心為主，人和人之間要保持體貼、關懷、照顧別人。」實踐菩薩戒便可發揮對所有人的幫助。

東初禪寺

【中文佛學課程】

Saturday(每週六)

【公案語錄】

禪宗祖師 8~9:30PM EST.

果醒法師主講

禪素食 9:30~11AM EST.

果廣法師主講

課程主題：

8/1 淨妙飲食 8/8 味、香、色

8/15 調和和 8/22 一鍋調過三餐 8/29 心之食

Live 直播

法鼓講堂

www.dharma-school.com

憨山德清示人的修行法門

主講/常慶法師

9.2.9.16.23.30

Live 直播

臺灣 19:00 - 21:00

北美東岸 07:00 - 09:00

北美西岸 04:00 - 06:00

請留意：未開放現場上課，大家可安住家中，開啟您的電腦、手機或平板即可上課！

法鼓講堂 授權

法鼓山各分會

法鼓山世界分會
Tel: (02)249
靈雲寺/法鼓
Tel: (02)289
法鼓山世界分會
Tel: (02)897
法鼓山人文分會
Tel: (02)897
法鼓文理學院
Tel: (02)249
聖嚴教育基金會
Tel: (02)239

■北部

農禪寺

Tel: (02)289

雲來別苑/法鼓

Tel: (02)289

中華佛教文化

Tel: (02)289

安和分院

Tel: (02)277

天南寺

Tel: (02)867

廣明寺

Tel: (03)380

寶明別苑

Tel: (03)315

基隆精舍/基

Tel: (02)242

中山精舍/中

Tel: (02)259

新竹精舍/新

Tel: (03)525

松山分會

Tel: 0921-65

士林分會

Tel: (02)288

內湖分會

Tel: (02)279

社子分會

Tel: (02)281

石牌分會

Tel: 0937-81

大同分會

Tel: (02)259

北投分會

Tel: (02)289

淡水分會

Tel: (02)262

城中分會

Tel: (02)897

大安信義南

Tel: (02)277

文山分會

Tel: (02)223

三石分會

Tel: 0978-20

萬金分會

Tel: (02)240

雙和分會

Tel: (02)223

重陽分會

Tel: (02)298

新店分會

Tel: (02)221

海山分會

Tel: (02)226

板橋分會

Tel: (02)895

林口分會

Tel: (02)260

(02)260

新莊分會

Tel: (02)299

桃園分會

Tel: (03)302

中壢分會

Tel: (03)281

天母共修處

Tel: (02)283

0939-72

劍潭共修處

Tel: (02)288

0928-06

同德共修處

Tel: (02)287

深坑共修處

Tel: (02)266

屈尺共修處

Tel: (02)266

樹林共修處

Tel: (02)268

三鶯共修處

Tel: (02)867

蘆洲共修處

Tel: (02)228

泰山共修處

Tel: (02)853

Tel: (02)853

■中部

臺中寶雲寺

Tel: (04)225

臺中寶雲別苑

Tel: (04)246

南投德華寺

Tel: (04)924

三義DIY心靈

Tel: (04)222

苗栗分會

Tel: (03)366

豐原分會

Tel: (04)252

海線分會

Tel: (04)262

彰化分會

Tel: (04)711

員林分會

Tel: (04)837

南投分會

Tel: (04)923

苑裡共修處

Tel: (03)774

竹山共修處

Tel: (04)926

東勢共修處

Tel: (04)258

(04)257

■南部

臺南分會/臺

Tel: (06)220

臺南雲集寺

Tel: (06)721

高雄紫雲寺

Tel: (07)732

高雄三民精

Tel: (07)225

嘉義分會

Tel: (05)276

屏東分會

Tel: (08)738

潮州分會

Tel: (08)789

虎尾共修處

Tel: (05)636

朴子共修處

Tel: (05)370

白河共修處

Tel: (06)683

■東部

臺東信行寺

Tel: (08)922

(08)922

蘭陽分會/雅

Tel: (03)961

宜蘭分會

Tel: (03)933

花蓮分會

Tel: (03)834

