

# 結夏安居 菩提道上注入源頭活水

僧團首度於總本山及紫雲寺同步精進 深入所學與傳承 堅定弘法利生願力



▲結夏安居期間，僧眾於總本山禪堂精進共修，在實修中扎穩自利利人的根基。（李東陽 攝）



▲方丈和尚和阿雷瓦洛總統（後排右五）一行人於祈願池畔靜坐，放鬆身心，體驗呼吸，享受禪的寧靜自在。（李東陽 攝）

## 瓜地馬拉總統參訪法鼓山

方丈和尚引領來訪貴賓體驗禪悅境教 共願以慈悲心為大眾謀福利

雷瓦洛（Bernardo Arvelo）伉儷，六月七日傍晚由外交部官員陪同，前往法鼓山世界佛教教育園區參訪，方丈和尚果暉法師、法鼓山園區副都監果高法師帶領近一百一十位僧眾參與。第一週「放鬆禪」，由傳燈院監院常展法師擔任總護，透過打坐、戶外經行及瑜伽運動引導僧眾放鬆身心，並主軸，共分三個梯次，每梯次平均約一百一十位僧眾參與。第一週的開示，作為進入精進禪期的準備。

六月六日起為「精進禪十四」，在一年一度的結夏安居，自六月一日起展開，今年首度於總本山禪堂及高雄紫雲寺同步進行。方丈和尚果暉法師於封堂首日晚間前往總本山禪堂關懷，並以「緣起法」開示生死流轉與還滅的觀念及修行方法，勉勵大眾把握因緣，沉澱身心，精進用功。

總本山的安居以「精進禪修」為

由繼程法師擔任主七和尚，舊金山

道場常興法師為總護。繼程法師

首日開示即指出：「修行是不斷

地『練習方法』，不是『重複方

法』。」他提醒大眾，結夏安居雖

為年度例行，但每一支香的因緣皆

不相同，應時保持專注覺照，避

免從慣性落入惰性，學習在看似恆

常的作息中體會無常。

禪期中，繼程法師一再強調基礎

工夫的重要，細膩講解數息、默

照、話頭等方法的操作要領及常見

的迷思，幫助大眾建立正確知見。

進入第二週後，法師更進一步從中

國佛教的源流、發展及特質來看聖

嚴禪父禪法教學的核心，「師父的

《法鼓全集》，您們讀了多少呢？」

法師也叮嚀，身為專業修行者與禪

法教學者，應留心自己的所學與傳

承，從實修中建立信心，扎穩根

基，才能將中華禪法鼓宗的教法，

如實而全面地傳承給下一代。

第三梯次的「話頭禪五」，由僧

伽大學女眾副院長果光法師擔任總

護，以師父二〇〇六年最後一次在

美國象岡道場主持的話頭禪十開示

為主。師父依據大慧宗杲語錄講

解話頭的觀念和方法，並以自身經

歷勉勵僧眾抱持信心，並聆聽

師父一九九八年結夏安居期間的開

示。師父當年以建設僧團與弘揚理

念為主軸，從僧倫談起，闡明僧團

的精神與制度內涵，進而說明「人

願心，確立修行的生命方向，發大悲

願心，推廣禪法，利益眾生。

同時間，高雄紫雲寺約有五十位

僧眾參與安居，以拜佛、拜懺、誦

經、閱藏等行門精進用功，並聆聽

法師所期勉，結夏不只是暫時的

深化對師父教法與法鼓山理念的理

解。歷時一個月的精進修行，在禮

鼓山的道統。每場開示後，僧眾

分組討論交流，透過分享與省思，

最後以系統性的佛學架構，總結法

鼓山的道統。每場開示後，僧眾

</



▲賑災團至東枝果文中學，慰問因緬北戰亂逃難來此的上百位學生。

**第五、六梯賑災團發送物資和關懷金 捐助屋舍及學校重建 持續送暖災區**

◎王根芹（臺灣師大學生）

## 願愛與溫暖傳遞下去

自三月四日開始，法鼓山慈善基金會每週二都會來到師大林口校區，為清寒的學生們發送午餐及物資，直到六月三日。這段持續三個月的行動，不僅改變了同學們的生活，更傳遞了一份真誠的關懷。感謝緬甸僑生會蕭峰會長的引薦，讓我們能夠在法鼓山結緣，參與三個月的義工服務。作為一名受助學生，同時也是服務者，讓我體會到了同角色的溫暖與感動。

雨潮濕，師兄姊們都準時前來發送午餐及關懷。王碧華師姊特地從臺北到林口協助，林口義工團隊美玉師姊、紀師兄、淑麗師姊、靜芬師姊和素鑾師妹，彼此分工幫忙，帶動我們，因為有你們，才讓每一次活動順利圓滿。希望未來，我們都能懷抱同樣的善念，讓愛與溫暖一直傳遞下去。

我需要。捕捉到自然、真實的瞬間，不只留下畫面，我希望讓更多人看到。

人基會「立心正量體驗營」

◎林蘭因（立心慈善基金會執行長）

## 法鼓山上 開啟心的旅行



▲立心慈善基金會學員於法鼓山上體驗禪修，體驗與自己獨處，發現心的力量。（卓俐君攝）

六月二十至二十二日，立心慈善基金會在法鼓文理學院展開一場融合覺察、境教與關懷實踐的幸福旅程。在洪金桐董事長帶領下，共有三十位同仁參與，於自然與靜謐交融的環境中，開啟一段回歸自心的深刻探索。

探索。在洪金桐董事長帶領下，共有三十位同仁參與，於自然與靜謐交融的環境中，開啟一段回歸自心的深刻探索。在洪金桐董事長帶領下，共有三十位同仁參與，於自然與靜謐交融的環境中，開啟一段回歸自心的深刻探索。

探索。

# 東初禪寺首辦雙語默照禪十四

果廣法師帶領北美禪眾從止觀進入默照 勉勵常練習方法 時時刻刻清楚覺照當下



**【美國紐約訊】**創立四十六年的紐約東初禪寺，承續創辦人聖嚴師父在西方弘揚漢傳禪法的願心，六月一至十四日，借用新州同淨蘭法師等多位法師，與來自北美東、西岸近五十位資深禪眾和義工，共同圓滿這次精進禪修，其中二十位副住持果廣法師主七，東初禪寺監院常華法師、普賢講堂副寺常齋法師等多位法師。

若首度以雙語舉辦默照禪十四，由果廣法師帶領北美禪眾運用《阿含經》中「繫念在前」的方法修學止觀，此次進入默照禪法的修行。



▲果廣法師帶領戶外經行，叮嚀禪眾時時收攝身心，自然能清楚覺察當下。（東初禪寺 提供）

（東初禪寺 提供）

法鼓文理學院 113 學年度畢業典禮

師長期勉勵畢業生成為「心靈環保」的發光體 開啟人生下一階段學習

# 帶著願力與智慧邁入社會奉獻



▲法鼓文理學院畢業生在方丈和尚和師長們祝福中，願以「大願心、大願力」為社會奉獻。（李東陽攝）



▲寬法師彙整近十七年來，法鼓山參與二〇〇八年四川大地震災的紀錄，體會聖嚴師父所說「在災難中看見生命的光」。（法鼓山僧大 提供）

【本刊訊】法鼓山僧伽大學第十七屆畢業製作發表會，五月二十四日晚間於法鼓文理學院舉行，共有三位學僧分享成果。副院長常寬法師致詞時，引述發表會的海報意象「接棒」，表示畢業呈現有如奧運，象徵教學間的接棒傳承。擔任指導老師的果鏡法師、常悅法師及翠琮瑜老師，都到場給予學僧肯定和勉勵。

首先發表的寬慈法師以「畫說法鼓山」為題，分享依據《法鼓山志》，透過山景拍攝，再以電腦繪出山群與建築。過程中，作品歷經多次重畫、修改，反思「苦」對自身生命的啟發，當時帶領師，肯定他整理龐大資料的能力，如同當年許多看似不可能的事，都因佛法及願力一一完成。

淨土之背景初探，淨土的心禪法，與禪宗的關聯。他分享自己三寶觀念為例，分析師父開示和《法鼓全集》中的調教，靠拜懺的力量，尤其四年級時黑田園體驗教育，同學在黑

月七日上午，在《三寶歌》悠揚的旋律中，法鼓文理學院一十一學年度畢業典禮揭開序幕，六十二位畢業生在方丈和尚果暉法師、校長陳定銘、人文社會學群學群長詹場等師長、各界貴賓、校友會、親友的祝福中，一一為畢業生搭菩薩衣、撥穗、頒發證書和結緣禮，典禮歡喜溫馨，充滿感恩與祝福。

「畢業就是開學，開啟人生下一個階段的學習，而奉獻就是最好的學習。」方丈和尚致詞時，勉勵眾人以「心靈環保」為核心價值，實踐「悲智和敬」的校訓，以及創辦人聖嚴師父「立足中華，放眼世界」、「實用為先，利他為重」的期許，成為奉獻服務的人才。

「今年是『社會企業與心靈環保』碩士學位學程第一屆畢業！」陳定銘校長首先向該學程畢業生表達祝賀，期勉眾人善用所學，持續挑戰。

「文理學院和一般學校最不一樣的是，培養學習與修行的態度。」生命教育碩士學程傑出校友林峰正，現任臺北市仁愛醫院復健科主任，他分享將所學運用於日常的自我覺察及工作場域，學會當自己身心真正的主人，為病人及家庭帶來更加完整的服務。他鼓勵學弟妹珍惜在校的福報，時時培福、種福。

「感謝法鼓山，感謝法鼓文理學院。」畢業班致詞與播放回顧影片時，社會企業與心靈環保碩士學程畢業生全體起立，向師長與大眾表達感恩，代表致詞的羅翊華，感謝老師們的指導與啟發，願以「大願心、大願力」為社會奉獻。

【楊仁惠／新北報導】「人天長夜，宇宙黯闇，誰敢以光明……」六

月七日中午，在《三寶歌》悠揚的旋

律中，法鼓文理學院一十一學年度畢

業典禮揭開序幕，六十二位畢業生

在方丈和尚果暉法師、校長陳定銘、

人文社會學群學群長詹場等師長、

各界貴賓、校友會、親友的祝福中，

一一為畢業生搭菩薩衣、撥穗、頒

發證書和結緣禮，典禮歡喜溫馨，充

滿感恩與祝福。

「畢業就是開學，開啟人生下一個

階段的學習，而奉獻就是最好的學

習。」方丈和尚致詞時，勉勵眾人以

「心靈環保」為核心價值，實踐「悲

智和敬」的校訓，以及創辦人聖嚴師

父「立足中華，放眼世界」、「實用為

先，利他為重」的期許，成為奉獻服

務的人才。

「今年是『社會企業與心靈環保』

碩士學位學程第一屆畢業！」陳定銘

校長首先向該學程畢業生表達祝賀，

期勉眾人善用所學，持續挑戰。

「文理學院和一般學校最不一樣

的是，培養學習與修行的態度。」生

命教育碩士學程傑出校友林峰正，現

任臺北市仁愛醫院復健科主任，他分

享將所學運用於日常的自我覺察及

工作場域，學會當自己身心真正的

主人，為病人及家庭帶來更加完整的

服務。他鼓勵學弟妹珍惜在校的福報，

時時培福、種福。

「感謝法鼓山，感謝法鼓文理學

院。」畢業班致詞與播放回顧影片時，

社會企業與心靈環保碩士學程畢業生

全體起立，向師長與大眾表達感恩與祝福。

【楊仁惠／新北報導】「人天長夜，宇宙黯闇，誰敢以光明……」六

月七日中午，在《三寶歌》悠揚的旋

律中，法鼓文理學院一十一學年度畢

業典禮揭開序幕，六十二位畢業生

在方丈和尚果暉法師、校長陳定銘、

人文社會學群學群長詹場等師長、

各界貴賓、校友會、親友的祝福中，

一一為畢業生搭菩薩衣、撥穗、頒

發證書和結緣禮，典禮歡喜溫馨，充

滿感恩與祝福。

「畢業就是開學，開啟人生下一個

階段的學習，而奉獻就是最好的學

習。」方丈和尚致詞時，勉勵眾人以

「心靈環保」為核心價值，實踐「悲

智和敬」的校訓，以及創辦人聖嚴師

父「立足中華，放眼世界」、「實用為

先，利他為重」的期許，成為奉獻服

務的人才。

「今年是『社會企業與心靈環保』

碩士學位學程第一屆畢業！」陳定銘

校長首先向該學程畢業生表達祝賀，

期勉眾人善用所學，持續挑戰。

「文理學院和一般學校最不一樣

的是，培養學習與修行的態度。」生

命教育碩士學程傑出校友林峰正，現

任臺北市仁愛醫院復健科主任，他分

享將所學運用於日常的自我覺察及

工作場域，學會當自己身心真正的

主人，為病人及家庭帶來更加完整的

服務。他鼓勵學弟妹珍惜在校的福報，

時時培福、種福。

「感謝法鼓山，感謝法鼓文理學

院。」畢業班致詞與播放回顧影片時，

社會企業與心靈環保碩士學程畢業生

全體起立，向師長與大眾表達感恩與祝福。

【楊仁惠／新北報導】「人天長夜，宇宙黯闇，誰敢以光明……」六

月七日中午，在《三寶歌》悠揚的旋

律中，法鼓文理學院一十一學年度畢

業典禮揭開序幕，六十二位畢業生

在方丈和尚果暉法師、校長陳定銘、

人文社會學群學群長詹場等師長、

各界貴賓、校友會、親友的祝福中，

一一為畢業生搭菩薩衣、撥穗、頒

發證書和結緣禮，典禮歡喜溫馨，充

滿感恩與祝福。

「畢業就是開學，開啟人生下一個

階段的學習，而奉獻就是最好的學

習。」方丈和尚致詞時，勉勵眾人以

「心靈環保」為核心價值，實踐「悲

智和敬」的校訓，以及創辦人聖嚴師

父「立足中華，放眼世界」、「實用為

先，利他為重」的期許，成為奉獻服

務的人才。

「今年是『社會企業與心靈環保』

碩士學位學程第一屆畢業！」陳定銘

校長首先向該學程畢業生表達祝賀，

期勉眾人善用所學，持續挑戰。

「文理學院和一般學校最不一樣

的是，培養學習與修行的態度。」生

命教育碩士學程傑出校友林峰正，現

任臺北市仁愛醫院復健科主任，他分

享將所學運用於日常的自我覺察及

工作場域，學會當自己身心真正的

主人，為病人及家庭帶來更加完整的

服務。他鼓勵學弟妹珍惜在校的福報，

時時培福、種福。

「感謝法鼓山，感謝法鼓文理學

院。」畢業班致詞與播放回顧影片時，

社會企業與心靈環保碩士學程畢業生

全體起立，向師長與大眾表達感恩與祝福。

【楊仁惠／新北報導】「人天長夜，宇宙黯闇，誰敢以光明……」六

月七日中午，在《三寶歌》悠揚的旋

律中，法鼓文理學院一十一學年度畢

業典禮揭開序幕，六十二位畢業生

在方丈和尚果暉法師、校長陳定銘、

人文社會學群學群長詹場等師長、

各界貴賓、校友會、親友的祝福中，

一一為畢業生搭菩薩衣、撥穗、頒

發證書和結緣禮，典禮歡喜溫馨，充

滿感恩與祝福。

「畢業就是開學，開啟人生下一個

階段的學習，而奉獻就是最好的學

習。」方丈和尚致詞時，勉勵眾人以

「心靈環保」為核心價值，實踐「悲

智和敬」的校訓，以及創辦人聖嚴師

父「立足中華，放眼世界」、「實用為

先，利他為重」的期許，成為奉獻服

務的人才。

「今年是『社會企業與心靈環保』

碩士學位學程第一屆畢業！」陳定銘

校長首先向該學程畢業生表達祝賀，

期勉眾人善用所學，持續挑戰。

「文理學院和一般學校最不一樣

的是，培養學習與修行的態度。」生

命教育碩士學程傑出校友林峰正，現

任臺北市仁愛醫院復健科主任，他分

&lt;p



繼程法師講座

◎編輯室

# 人生70禪遊戲

(林秀慧攝)  
繼程法師，主講「人生七〇禪遊戲」。這也是法師繼十年前首度造訪後，再次於寶雲寺落成啟用十週年之際蒞臨，因緣殊勝。寺院管理副都監果理法師、護法會副會長陳治明、中區法院會會長卓伯源與副會長張芳民等，與近六百位信眾齊聚一堂，一起走入法師的禪心世界。

一日又一日 都是新開始

二十日晚間，繼程法師於安和分院主講「人生七〇禪遊戲」。剛從出版新書《問禪》、《打坐》的他，從自己寫的第一本書談起，回顧少年時熱愛中國文學，因緣際會接觸佛教，繼而出家修行。二十五歲時跟隨聖嚴師父打坐，體驗禪法的殊勝，發願分享禪法。從此開啟在東西方教禪的旅程。

隨著年歲漸長，身體偶有病痛，但法師坦然接受、隨順因緣，仍歡喜投入各項弘化活動。法師勉大眾說：「既然有因緣學佛，就要盡形壽地學習；行菩薩道，更要盡未來際地修學，乘願再來。這樣人生就不只七十年，而是可以更長遠地學佛囉。」

講座引言人楊培老師總結時表示，繼程法師從學禪到教禪的生命歷程，不僅自己歡喜，也讓眾生受惠，啟發我們思考：我們的人生，是否也能如此充實而精彩？

二十二日，繼程法師接續前往寶雲寺，主講「人生七〇才開始」。這也是法師繼十年前首度造訪後，再次於寶雲寺落成啟用十週年之際蒞臨，因緣殊勝。寺院管理副都監果理法師、護法會副會長陳治明、中區法院會會長卓伯源與副會長張芳民等，與近六百位信眾齊聚一堂，一起走入法師的禪心世界。

人生七十才開始，邁入古稀之年的繼程法師，如何在修行的生命中，活出無事掛心頭的人生好時節？且聽法師在臺北安和分院、臺中寶雲寺的自在分享。

# 日日新開始



▲繼程法師以「人生七〇禪遊戲」為題，分享無事掛心頭的怡然自在。（李佳純 摄）

六月二十一、二十二日，法鼓文理學院人文社會學群、漢傳禪研究中心分別與臺北安和分院、臺中寶雲寺合辦講座，邀請聖嚴師父的法子繼程法師分享他七十歲的人生體悟與禪修智慧。

繼程法師指出，過去人類壽命不長，七十歲被視為稀有，現代醫療發達，高齡已成常態，「人生七〇才開始」既是祝福，也是提醒。他說：「因為有終點，才有開始；有開始，又會朝向終點。」從開始的角度來看，是多活一天；從終點的角度看，是少活一天，這是自然的現象。對佛教而言，面對無常的變動，更重要的是以此為因緣，解脫生死，減少煩惱與習氣。

法師進一步指出，每一個當下都是新的開始。他以佛陀從出生到成佛的歷程為例，每個階段的結束，都是另一階段的開端。回顧自己的修行，也是如此：從小在佛堂點香、參加佛教社團、閱讀佛書，到發心出家、打禪七、接受傳法，每一段都有起點與終點，也在過程中不斷轉化與成長。

法師鼓勵大眾用功修行，一方面向內收攝身心，一方面轉化內在，並學會照顧他人，學佛的體會就能更深層，成長更快。每個轉折點都是一次提昇，把握每個開始，才能讓生命不斷進步，「佛法談的是盡未來際，沒有開始，沒有終結，時時始，時時終。」

聽眾眾鼠達分享，法師的演講淡然如水，娓娓道來的生命故事，讓人省思禪應該也是如此，細水長流，淺淺淡淡地與生命合而為一。

蔡寬謙表示，法師的生命歷程，也像一部活歷史，法師所經歷過的事，我們多從文字史料中得知，透過法師的敘述，栩栩如生，格外珍貴。

經常參加禪修活動的賴彥文則對於法師談到指導禪修的過程印象深刻，提醒自己應回到基本，好好踏實地用功。

法鼓文理學院與中華佛研所之邀，來臺講座的美國布朗大學宗教研究系副教授蒲傑聖（Jason Protass），五月二十七日晚間於心靈保學習中心，分享「佛教與環境實踐」，以深具啟發的觀點，風趣幽默的演講風格，為聽眾帶來豐富的知識與心靈饗宴。

熱愛水上活動的蒲傑聖老師，深感生態與環保議題刻不容緩，「佛教對生態問題能幫忙嗎？身為佛教學者，我能做到什麼呢？」

蒲老師整理自己曾訪問過的佛教聖地，重新研究文獻，與大眾分享四川眉山樂山大佛水利工程、利智利他的精神、泉州萬安橋超越時空的生態倫理與智慧、福州小金山與自然融為一體的美學，從佛教的慈悲觀、時空觀、制度與人文活動中，探索佛教與生態、自然環境的互動與實踐。

蒲老師引述碑文指出，樂山大佛不但具有水利工程的功能，更有宗教的精神在其中，僧人發大願祈

應 法鼓文理學院與中華佛研所之邀，來臺講座的美國布朗大學宗教研究系副教授蒲傑聖（Jason Protass），五月二十七日晚間於心靈保學習中心，分享「佛教與環境實踐」，以深具啟發的觀點，風趣幽默的演講風格，為聽眾帶來豐富的知識與心靈饗宴。

熱愛水上活動的蒲傑聖老師，深感生態與環保議題刻不容緩，「佛教對生態問題能幫忙嗎？身為佛教學者，我能做到什麼呢？」

蒲老師整理自己曾訪問過的佛教聖地，重新研究文獻，與大眾分享四川眉山樂山大佛水利工程、利智利他的精神、泉州萬安橋超越時空的生態倫理與智慧、福州小金山與自然融為一體的美學，從佛教的慈悲觀、時空觀、制度與人文活動中，探索佛教與生態、自然環境的互動與實踐。

蒲老師引述碑文指出，樂山大佛不但具有水利工程的功能，更有宗教的精神在其中，僧人發大願祈

心靈環保學習中心講座

## 探訪佛教的環境實踐

◎楊仁惠

六月是畢業季，不讓年輕學子專美於前，溫哥華道場第一屆法鼓長青班，五月二十七日舉辦結業式，九十多位學員滿心歡喜，盛裝出席，領取結業獎、全勤獎，謝師恩、拍團體照，迎接人生新里程。

當天特別策畫了為八十歲以上學員慶生的活動。三層大蛋糕、三角帽和吹笛，現場瞬間充滿童趣歡笑。壽星廖蕙滴，也回溯道場籌備長青班的始末，包含了授課老師多次試教、關懷員課前試作，讓學員們看到整個團隊幕後的努力，也邀請所有授課老師回來，獻上全體學員簽名的手工作品。

謝師卡和感恩禮。

對。

代表學員致詞的李綠萌，因長青班第一次踏入法鼓山，才發現自己一生最重要的人，都與觀音菩薩有密切關係，上課後驚喜發現：「原來佛經如此接地氣！」學佛從學做，觀音開始，她感恩道場成為海外遊子心靈的寄託處。

關懷員代表羅麗麗說，看到學員們從陌生到主動協助他人，讓她感受到「學習不是一個人的事，而是整個班級一起創造的溫度與動力」；學員們堅持上課、重複練習，讓

她明白「真正的修行不在於年齡，而在於心力」。

溫哥華靈魂人物林美惠班長，分享一路走來的深刻體會：

「聖嚴師父的『四眾佛子共勉語』不是用來念的，是可以

傳達佛法『空』的意涵。」

整場講座看似回顧歷史，卻

以時間尺度的分析，透視漢

文化中，體會到聖嚴師父堅持以心

靈環保的理念建設法鼓山，雖

然很花時間，卻能真正可長可

久，為社會發揮作用。

▲蒲傑聖老師回顧佛教聖地建造歷史，探索佛教的環境實踐，以深具啟發的觀點，呼應當代思潮。（李東陽 摄）



溫哥華首屆長青班結業囉！

## 菩薩道上，相約走下去

◎張芝瑋

菩薩道上，相約走下去。  
菩薩道上，一起繼續走下去。

法鼓山倡導「心五四」運動，其中「四緣」，逐漸踏上修行之路，從「不知不覺」到「後知後覺」。修行過程中，法師們給我極大的幫助，不但講授佛法，更貼近生活。法鼓山的道場充滿正信，散發出積極正面的能量。

法鼓山倡導「心五四」運動，其中「四緣」，逐漸踏上修行之路，從「不知不覺」到「後知後覺」。修行過程中，法師們給我極大的幫助，不但講授佛法，更貼近生活。法鼓山的道場充滿正信，散發出積極正面的能量。

人生的修行旅程，是由無數細微而真實的體驗，堆砌而成，相信每個人都能透過法的智慧，了解原生家庭所帶來的影響，這一切都是我們善心善行感化他人，終會凝聚更多力量。

人生的修行旅程，是由無數細微而真實的體驗，堆砌而成，相信每個人都能透過法的智慧，了解原生家庭所帶來的



▲僧團法師們至雪梨帶領英文初級禪訓班，於戶外經行、托水鉢後合影。（雪梨分會 提供）

五月十四至二十七日，我們隨著果傳法師、演坦法師一同前往澳洲雪梨，能在異地分享漢傳禪法，是一件難能可貴的事。這背後有許多前人的努力，自己能成為因緣中的一分子，很榮幸也很感恩。活動過程中，深刻感受當地菩薩們的用心。進行關懷員培訓、念佛禪時，感受到一股齊心的力量，眾人以全生命來參加一場分享、投入一句佛號，珍惜的心意，讓共修有了更多感動與回響。來自不同背景的菩薩，因佛法而相聚，團體雖小，卻承載了許多人的願心。有位菩薩分享，彷彿重溫三十多年前跟聖嚴師父學習禪法的時光，在雪梨，特別容易感受到這顆初心——一顆承繼師父大悲願力的心，是向內探尋，也是向外接引。在禪修關懷員培訓的結業儀式上，法師贈送每位關懷員一盆多肉植物，象徵以堅韌的心適應不同環境，即使身處貧瘠，仍能茁壯生長。這份小小的祝福，也呼應著每位菩薩的發心——在艱困中，以智慧與慈悲走出一條菩薩道。

而自己，也慢慢了解師父隻身到西方拓荒的心情，那是一種使命，肩負著如來家業，使佛法在不同國度開枝散葉。這趟行程的其中一天是參訪雪梨大學，正逢畢業典禮，我們走到師父曾演講的禮堂，大門

前跟聖嚴師父學習禪法時，感受到這顆初心——一顆承繼師父大悲願力的心，是向內探尋，也是向外接引。在禪修關懷員培訓的結業儀式上，法師贈送每位關懷員一盆多肉植物，象徵以堅韌的心適應不同環境，即使身處貧瘠，仍能茁壯生長。這份小小的祝福，也呼應著每位菩薩的發心——在艱困中，以智慧與慈悲走出一條菩薩道。

澳洲是個移民搖籃，多少各地移民懷著同樣「美好的夢」來到這裡，開始新的生活。來到雪梨前四、五天，自己似乎沉浸在這片夢中，然而夢是會醒的。如果當初有一份衝動，今天的自己會是如何？雖未停留在這個心念上，卻也明顯感覺自己的心正在創造一場「美好的夢」。

澳洲是個移民搖籃，多少各地移民懷著同樣「美好的夢」來到這裡，開始新的生活。來到雪梨前四、五天，自己似乎沉浸在這片夢中，然而夢是會醒的。如果當初有一份衝動，今天的自己會是如何？雖未停留在這個心念上，卻也明顯感覺自己的心正在創造一場「美好的夢」。

五月十四至二十七日，我們隨著果傳法師、演坦法師一同前往澳洲雪梨，能在異地分享漢傳禪法，是一件難能可貴的事。這背後有許多前人的努力，自己能成為因緣中的一分子，很榮幸也很感恩。活動過程中，深刻感受當地菩薩們的用心。進行關懷員培訓、念佛禪時，感受到一股齊心的力量，眾人以全生命來參加一場分享、投入一句佛號，珍惜的心意，讓共修有了更多感動與回響。來自不同背景的菩薩，因佛法而相聚，團體雖小，卻承載了許多人的願心。有位菩薩分享，彷彿重溫三十多年

## 願為眾生帶來平安

◎釋演千

南半球的五月，正值陽光溫和、天氣涼爽的秋季，僧團法師們飛往澳洲，於雪梨分會帶領多場禪修和培訓活動，參與這趟弘法行的僧大禪學系六年級學僧，本期分享此行的所感所思。

# 在雪梨感受師父拓北荒的悲願

編按  
南半球的五月，正值陽光溫和、天氣涼爽的秋季，僧團法師們飛往澳洲，於雪梨分會帶領多場禪修和培訓活動，參與這趟弘法行的僧大禪學系六年級學僧，本期分享此行的所感所思。



聖嚴師父到西方弘揚漢傳禪法，使佛法在不同國度開枝散葉。圖為二〇〇四年四月，師父首度至澳洲雪梨。（本刊資料）

## 夢土中找人間淨土

◎釋演宥

未開，仍能透過門縫與窗戶看到當中的場景。據說當年有七百多人出席聽講，平日在分會舉辦活動，邀請到三十人已屬不易，這麼多人到場，背後有多少因緣在成就與護持？今天的我們，踏在往昔的因緣之上，隨著前人的行跡，走出漢傳佛教更廣闊的道路。走在雪梨的街道上，從古老的皇室建築物、原始的文化遺址、新穎的現代設計中，感受到一種開放、亦古亦新的氣息。這是一片多元文化相互融合、接納、流動與包容的土地，漢傳佛教的核心精神也是如此。但願這裡的繁華，能接住失落的心靈；願這裡的包容，能喚醒眾生的慈悲；願這些難得的因緣，能讓佛法在澳洲寫下更多的篇章，為眾生帶來更多的平安。

## 選工作依循正業與正命

◎果暉法師



· 問：每年畢業季，都會迎來一群社會新鮮人，他們可能正在探索自己未來的職業，方丈和尚對此有何建議呢？

· 答：佛法的「八正道」中有「正業」與「正命」兩項，與此問題密切相關。正業有更廣泛的意義，也就是正當的身體、語言及心理行為。以佛法的正業來工作，則會讓自己時時健康、平安。

· 答：佛陀的「八正道」中有一項「正業」與「正命」兩項，與此問題密切相關。正業有更廣泛的意義，也就是正當的身體、語言及心理行為。以佛法的正業來工作，則會讓自己時時健康、平安。

· 問：每年畢業季，都會迎來一群社會新鮮人，他們可能正在探索自己未來的職業，方丈和尚對此有何建議呢？

· 答：佛陀的「八正道」中有一項「正業」與「正命」兩項，與此問題密切相關。正業有更廣泛的意義，也就是正當的身體、語言及心理行為。以佛法的正業來工作，則會讓自己時時健康、平安。

## 直到遇見了聖嚴師父

我的學佛之路

◎Michelle Hu (舊金山)

南安部落的祝福  
◎黃興育

## 受災土地上，开出慈悲花

四月五日午後，正當法鼓山慈善基金會團隊忙於緬甸賑災的關懷任務，一則訊息悄悄跳進手機螢幕。傳訊者來自花蓮南安部落，內容寫道：「我們南安的農友，大家湊了一萬元，想為緬甸居民出一份心力，能否註明是南安部落的捐款？」看到這段訊息，不禁放下手中的工作，默默地重讀了一遍又一遍。

兩天後，四十一位農友再次響應緬甸賑災，湊出兩萬多元，金額不大，卻是南安部落農友在烈日下、汗水中累積的祝福。花蓮卓溪鄉南安部落的泥土地，我們也曾聞過那片土地的味道。

二〇一四年康芮颱風後，我們曾與花蓮精舍的法師、義工團隊，深入慰訪受創的部落，並且與布農族農友共同搶救友善農田。當時土石流傾瀉，道路中斷，農地難以耕作，迄今部落居民還在重建，家園與經濟仍在復原，災損的債務尚在償還中。

在這樣的情況下，這群農友竟願意伸出手，為遠在千里之外的緬甸居民，送上一份實質援

助，默默湊出一筆筆得來不易的善款。這不是來自富足的餘額，而是來自烈日下滿身泥土的辛勞；這是耕作有機農田、縮衣節食，省出來的心意。

南安部落農友可能是基督教徒、天主教徒，但慈悲心與法鼓山一樣。善念無需語言，慈善關懷不分宗教、種族、國家。願這份來自臺灣花蓮卓溪鄉的善心，跨越海洋，傳達至緬甸人民的手中。願一雙雙曾經受災的療癒之手，在受災的土地上，種下人與土地和諧共處的種子。願我們都能學會在石縫中長出慈悲的花，在逆境中體驗無常的智慧。

感謝您們，花蓮卓溪鄉南安部落布農族人，告訴了我們：受過苦的人，更懂得如何愛人。

從小到大，一直以為自己是從佛教徒，直到遇見了聖嚴師父。小時候，家中的神龕上，除了供奉三尊神明，神像後還掛著觀世音菩薩聖像，法相莊嚴，色彩繽紛，這是我對「佛教第一印象」。記憶中，每逢農曆初一、十五的拜拜，母親總會準備比平常多的菜餚，拜拜前，將《普門品》卡帶放進錄音機，當播放完畢，便可以進入最後一道儀式。

中學時期，開始背誦《心經》、《普門品》、《大悲咒》，成為升學壓力下的一個出口。高中三年，每天上學的公車上，總是默默地拿出從寺廟請回的小冊子，默念裡面的佛經、咒語。至此，都自以為是一個佛教徒，直到遇見了師父。弘講《心經》，一連三天廣開法筵，接引了許多人，我也在師父座下皈依三寶，開始啟佛之路，卻與從小的信仰，產生巨大矛盾。如果之前所做的不算佛教徒，那麼，什麼是佛教的根本教義？佛

教崇拜鬼神、偶像嗎？……心中充滿各式各樣的疑惑。當時，《正信的佛教》成為我當時的佛學指引，在裡面一一找到答案。師父一生致力倡導正信的佛教，教導我們身為一個佛教徒的正確見，用淺顯易懂的文字，幫助我們了解佛法的教理和教義。然而，自己並不知道看似已懂的道理，其涵義至深甚廣，豈是剛學佛的我可以體悟一二。

之後，隨著學習不同教法，《正信的佛教》被束之高閣，直到這次參加讀書會，才把塵封已久的書找出來。祖師大德一再提醒，學佛需「聞、思、修」並行，反觀自己學佛過程中，大部分聽經聞法多，思惟實踐少。這次透過這促進我重新學習四聖諦、八正道、十二因緣……雖是第一次參加讀書會，卻得以重新檢視自己的不足，從被動聽法，轉為主動學習，這真是當初報名時，意想不到的收穫！感恩所有法師、義工菩薩促成矽谷中心的成立，感恩師姊們帶領讀書會，願我們都能在生活中實踐佛法，在實踐我們

SPECIAL DHARMA TALK 7/6 SUNDAY 11am-12:30pm Zoom + in-person at Chan Meditation Center

The Application of Silent Illumination in Daily Life  
by Žarko Andričević

東初禪寺

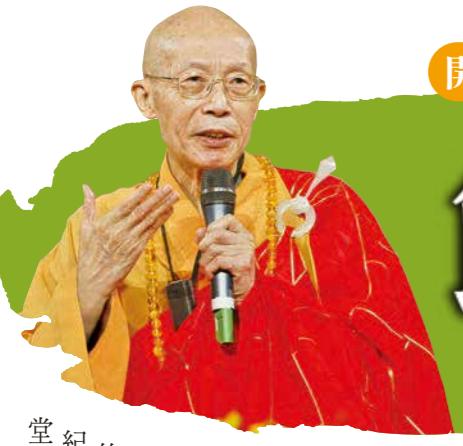
7/6 & 7/20

一週日雙語佛學講座—  
SUNDAY BILINGUAL DHARMA TALK

微觀般若十喻：  
幻境與真實

A Microscopic View of the Ten Parables of Prajñā: Illusion and Reality  
by Ven. Yan She 演捨法師 主講

東初禪寺



開山 20 有大願力 感恩篇 ◎聖嚴師父

# 飲水思源報恩辦教育

只要每天有新的生命出生，這個人心中的山還是需要開。因此我們這座山是無盡藏，是一個寶山。

堂（館）的真正意義。  
（選自《法鼓山的方向·創建》）

一項理念的推動，一個願景的實現，必須有賴眾多因緣的促成。法鼓山所提倡的「人間淨土」，必須是結合人間社會每一個人共同努力來實現的。十多年来多方護持之下，前仆後繼，共同開創法鼓山，希望能促成「世界一家」的佛教教育園區早日完成，為全人類帶來光明的願景。

感念恩人接引眾生享法益

旨

早年開山期間，聖嚴師父巡山時，法鼓山上的兩條溪流尚只是小山澗，溪身不寬，水量也不多。

我們把開山紀念堂（館）放在大殿的最下一層，也就是根本基礎的一層，目的是為了感恩及飲水思源；主要以兩個方向來表達和呈現：

一、我的法源：從釋迦牟尼佛，然後後代的祖師，到我的親教師，也就是我的傳法的法師，都是我的恩人；由於他們的關係，我才能夠有佛法可應用，覺得佛法是那麼地好，對我這麼有用；我不知道怎麼感恩、報恩，只有把佛法分享給別人，為了要把佛法分享給別人，就要通過種種的方式，來使得更多的人，接觸到佛法，所以我想為開辦佛教教育，是最好的辦法。從教育、文化，以及對社會的關懷，各種角度去切磋和接引有緣的眾生，都能夠接受到佛法的好處，以此來感恩、報恩。

二、這樣一來，我另外一個方向的恩人不斷地又出現了，也就是知道法鼓山要建設佛教教育園區，來培養人才、關懷社會，所以陸陸續續地就有許多的菩薩們響應捐款，以及參與我們的各項活動。有錢的出錢，有力的出力，把他們的各項資源，提供給法鼓山。這樣一來法鼓山在硬體方面建設起來；而軟體的建設，教育的事業也逐漸辦起來了，因此這些護持法鼓山的人，都是我們的恩人。

我希望不僅是這些贊助、支援者感恩而已，雖然這些菩薩們有一些已經得到佛法的利益，有一些只是贊同我們的理念而來支持，我並沒有直接給他們什麼好處。我不知道如何感恩他們，因此以開山紀念堂（館）來感恩大家。

推動法鼓山理念皆是開山

盛夏的法鼓山園區，整片山林翁鬱鬱，從「觀音道場」三門左側，沿曹源溪畔的朝山步道而行，涼涼溪水聲，帶著清涼穿林而來，暑氣熱惱，頓然全消。

終年水流不斷的曹源溪，與三門右側的法印溪，宛如雙臂環抱著法鼓山。兩條溪所流經之處，是一般大眾喜歡漫步賞水、親近自然的區域，也是朝山或戶外經行時，觀水聽溪的修行場域。這兩條溪，有現今流水潺潺、處處巨石水瀑的景觀，是最初怎麼也想像不到的樣貌。

早年開山之初，聖嚴師父巡山，兩條溪都只是小山澗，水量少、溪身窄，當時師父便想：「這兩條溪太淺，太小了，怎麼樣可以寬闊深廣一些？」或許師父所想，菩薩和龍天護法感應到了。二〇〇〇年，象神颶風帶來了豐沛雨量，當時，人在美國弘法的師父，接到臺北的緊急越洋電話：「山上的兩條小溪，已變成滔滔大水了！」師父回國後，上山一看，沒想到眼前「從天而降」巨石，將原先的小溪，撞寬又刷深了好幾倍，不禁說道：「這真是不可思議的事！」

（文／陳政娟・圖／李東陽）

