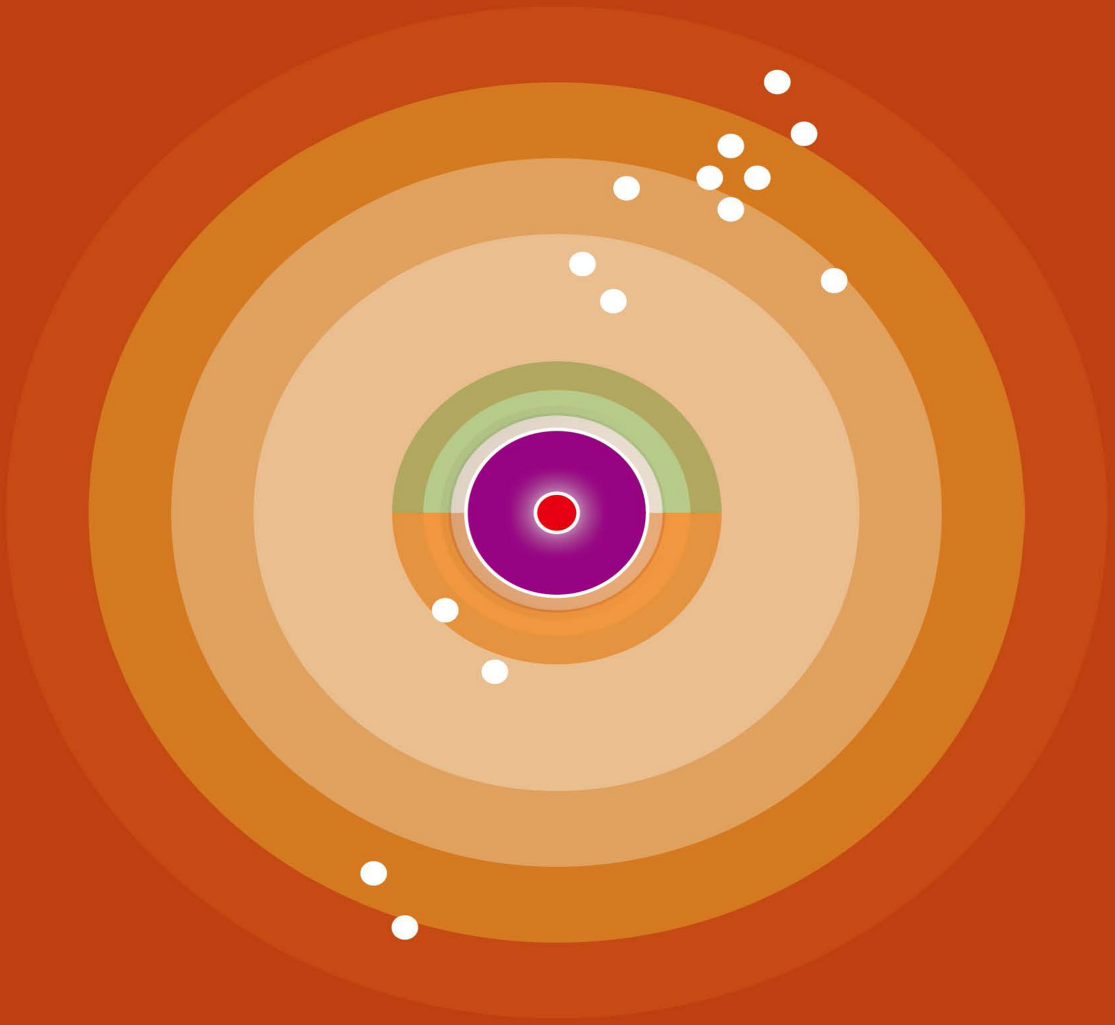


青松萌芽

香光
尼眾佛學院
院刊

28
民國 85 年 9 月創刊
民國 111 年 9 月出刊
ISSN 1560-8336

【年刊】

院長的話

跟著心光走

院長　釋悟因

「堅持初衷，勇敢發光」，這是本學期開學典禮的主題。我們要充滿對生命的好奇，從自己身心糾結中，不斷地轉化成為疑情，尋求解結，就能揭開謎底。

要認真看待自己在佛學院的修行生活，佛學院是一個修學階段。修行生活不是只有上課讀經，考試、討論、籌辦活動等，這些都是為了練習，包括準備齋食、環境整潔、打掃等，要養成自理的習慣。打從剛出家是這樣，直到戒臘長還是這樣，都要能自理。事實上，出家人終年都由自己自主。在群眾當中，一定有你可以學習的，也會有你個人的見地。少欲，在養成不浪費自己的時間，少攀緣。

要告訴自己：「我出家了，要代佛宣揚法音。」代佛宣揚即菩薩道，行菩薩道要修五明。放開自己的心胸、眼光和知見，從人的三特勝──堅忍、憶念、梵行三個領域裡，找到自己的專長、優點，盡量發揮。好好栽培自己，讓自己有能力為世間做些什麼，用這些來回饋父母和社會諸多的栽培。

我們都沒忘記要化導眾生，你在佛法的體悟、體驗，要用什麼方法來表達，這些都還有得學。佛法的領域可以說深不見底，學是有次第的，開始從聞思修下功夫，「親近善知識，聽聞正法，內正思惟，法次法向」──這是基礎，能辨別「法」與「非法」分出主客、輕重緩急，也在四大五蘊中，若覺若觀不依地水火風四大，乃至不依覺觀而修禪，這是修行緣起、假有、中道的菩薩修行。

菩薩既在世間弘化，以眾生需求看到自己的責任，故「六度」是練習悲智的方法，「內明」不能不知，但其他四明是「即俗而真」，不可不涉獵。「菩薩但以大悲生，不從餘善生。」菩薩道的相應心，是應該從自他和樂中淨化自己，利樂自他，核心是活在自在心光中。借重文字、語言、行為的表達，自己是明確的。

生命就是這樣，心光在哪裡？就在你我的生命裡。不管在領眾、在辦學、在傳戒或在建寺等志業中，把握每個機會，盡情地栽培自己。初衷──在你我身心中的那份因緣，凝聚成世間的信念、願力。我一路就是這樣行來的，儘管是跌跌撞撞，依然盡心盡力，不忘初衷，跟著心光前進！

目次

院長的話
跟著心光走　院長 釋悟因……1

編輯手札
「燒腦」的文字修煉　編輯組……4

師長開示
人人都是觀世音
從《楞嚴經》談「觀音法門」的修學　院長 釋悟因……6

堅定與真誠的力量　副院長 釋見可……14

〔特別專輯〕
一場跨國界、跨世代的空中佛學研究對話與傳承
第 32 屆全國佛學論文聯合發表會記實　編輯組 輯錄……18
一年一會的緣起……20
會議宗旨及主視覺……21
發表會四大特色……23
增設「開場論壇」——佛學研究與修行……23
論壇主題一：臺灣地區佛學研究發展概況——以全國佛學論文聯合發表會為例……24
自衍法師 / 香光尼眾佛學院圖書館館長
論壇主題二：臺灣「實修」佛學之推行……26
越建東教授 / 中山大學哲學研究所教授
論壇主題三：臺灣佛學研究的未來展望……28
萬金川教授 / 佛光大學佛學研究中心主任
香光尼眾佛學院圖書館整理歷屆論文目錄和分類索引……32
表揚優良論文……33
首次線上直播……34
幕後的籌備和運作……38

〔戒律研究室〕
《摩訶僧祇律・威儀法》拾趣
佛陀對僧眾的生活常規指導　釋寬揚 整理……46

樹之歌

學習與生活

守候　釋宗一……64

我正在創造　釋惟慈……65

突來的考驗　釋法貝……68

半百新生兒　釋見愨……72

所緣　釋見澂……74

吃飯的是誰？　釋見崧……75

轉化自己的心　釋見航……76

心念的旅程　釋自諗……77

覺察自心　釋宏和……78

以歡喜心共成三寶事　釋道源……79

抓賊記　釋本鑒……80

我在眾中　釋見崧……81

輕喚我心的梵唄　釋廣融……82

我與梵唄有緣　釋戒端……83

面對自己 分享法益　王行者……84

啟發菩提心的願　嚴行者……85

111 年度菁松獎得獎作品……87

學院新聞

精選記實

弘護實習──參加明宗長老尼追思讚頌會……96

教界學界盛事──第 32 屆全國佛學論文聯合發表會……98

專題講座──疫情後的世界──人本的觀點……99

專題講座──音頻培訓課程：Podcast 播客新手攻略……100

線上弘法── 線上僧院體驗一日課程……102

校外參訪──參觀故宮南院「《法華經》及其美術」特展……103

學院記事……106

編輯手札

「燒腦」的文字修煉！

編輯組

佛學院放暑假了！

有的同學回常住培福；有的同學往其他學校繼續研修；留院的學生則在香光寺培福，學習寺院的行事運作。

院長曾說：「出家人是沒有暑假的。」

聽上去好像很嚴格，出家人都不能休息嗎？不是的。

放暑假了，心情多少輕鬆些，但是修道的生活還是繼續著。佛學院的暑假，是「形式上」的暑假，少了課業方面的學習，但是，每位同學仍在執事上繼續用功。

於是，院刊三人小組，就在院刊編輯室，揭開今年的暑假生活。

初初擔任院刊編輯，只是一介新生，起初毫無頭緒，不知從何下筆，十分「燒腦」。過程中，還不斷地來回增刪、修改文稿，十足考驗耐性！國瑩老師勉勵我們：「編輯文字，是一件沒有盡頭的工作，沒有最好，只有更好！」當定稿的那一刻，終於可以放下心中那一塊大石頭了！這一路的編輯修煉歷程可說是由「茫」到「明」。

凡事不要怕困難，唯有提起勇氣面對才是良方，於是內心對自己下一張「文字閱讀與編輯」的戰帖，鼓勵自己：接受挑戰，才能突破心中認為難如登天的關卡！

本期「師長的話」收錄院長和副院長的指導與叮嚀。

〈從《楞嚴經》談「觀音法門」的修學〉是「院長開示課」講《楞嚴經》，教導觀世音菩薩如何修證耳根圓通。人人都想當觀世音，然而，觀世音菩薩是怎樣修行的呢？「初於聞中，入流亡所」，我們學習觀世音菩薩由耳根聽聞聲音入手，並且學習觀世音菩薩利他的精神。

〈堅定與真誠的力量〉這是副院長在開學典禮講的故事。他分享幾則自己在生命轉折處受到院長「敲醒」的體悟，以此勉勵同學「回歸初心，自在發光」。無論遇到任何挫折，要回到當下，安穩自己的身心並堅持初衷。在日常中，擦桌子也好；掃廁所也好；寫作業也好，憑著那一份投入，都能自在發光。

本期的精華專題是〈第 32 屆全國佛學論文聯合發表會記實〉。學院在睽違 11 年後，再度承擔發表會的主辦重任。因為疫情的關係，改以線上方式舉行，這也是發表會首次藉網路科技無遠弗屆之便，讓海內外的朋友只要上網就能參與盛會。內容除了將本屆發表會的四大特色作精選記錄，還側寫本院師生們如何同心協力籌備運作的過程。

本期還有新單元——戒律研究室整理出〈《摩訶僧祇律．威儀法》拾趣〉。二千五百多年前，佛陀在世時怎樣指導僧眾的生活常規呢？本文摘取律藏中六則「威儀事件」，看看佛陀對諸比丘如何諄諄教誨。

〈樹之歌〉篇章中，學生的作品仍是豐富多采，收錄這一年來學生參與禪修、弘護實習、梵唄學習、修道路上的心路歷程和自我對話。此外，還收錄學僧參與弘法節目「來點香光」的文稿，以及帶領居士共修的開示內容。

編輯院刊是一種文字修煉，過程中的甘苦點滴，是修行道上不可磨滅的成長資糧。

28 期《青松萌芽》除了是小組成員共成共享的心血，也感恩一路上有師長們、國瑩老師、幼華老師給予編輯上的指導與鼓勵。

暑假結束前，獻上這本學僧們「學習與生活」的文字記錄，與您分享我們在佛學院的學習「僧活」及蛻變！

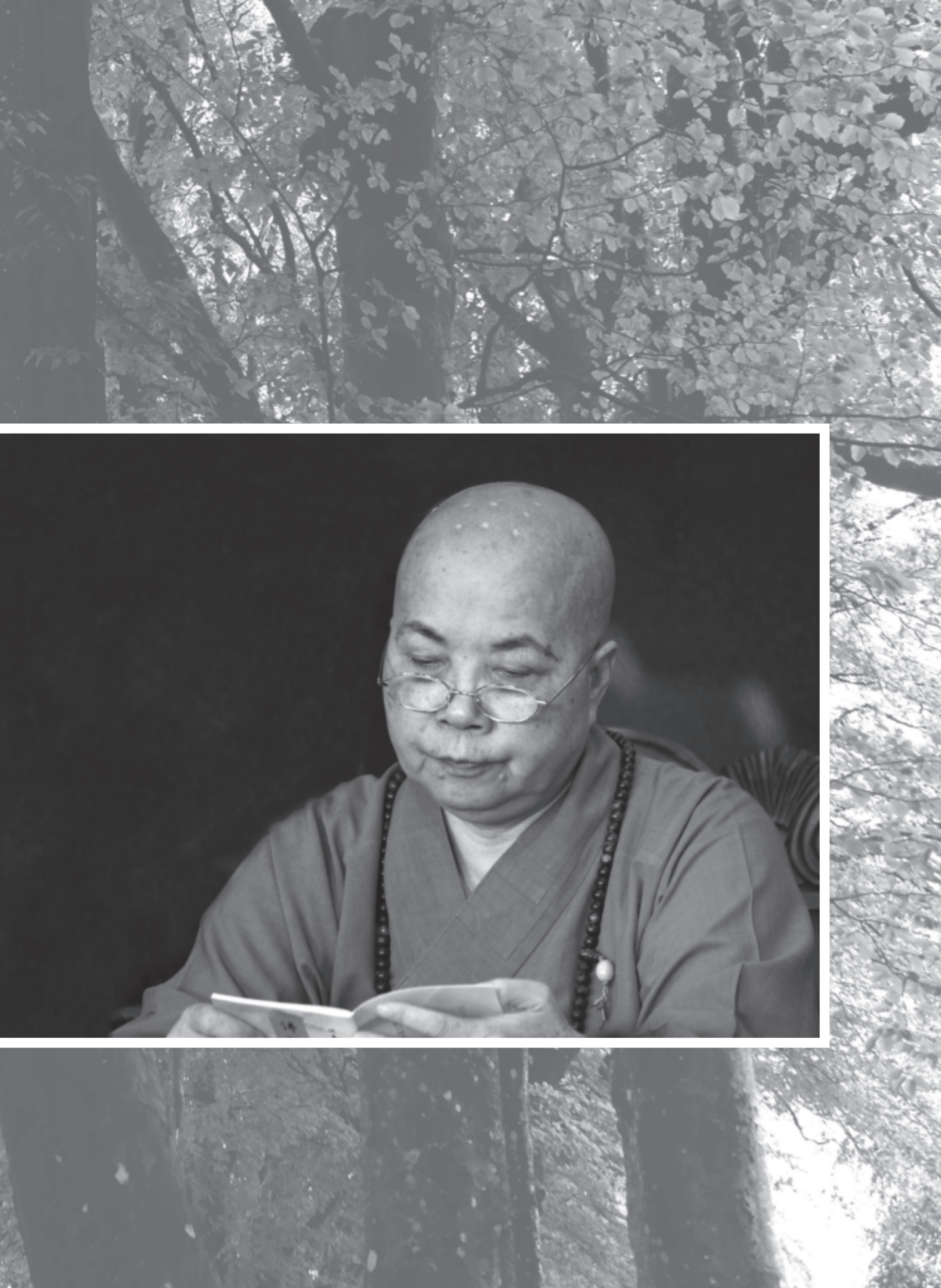
師長開示

人人都是觀世音

從《楞嚴經》談「觀音法門」的修學

觀世音菩薩是男是女？
是出家或在家？
是抱男嬰還是女嬰？
人間有什麼苦難，觀世音就會應聲救苦。
觀世音為什麼有這麼多的威力和能耐？
可以告訴我們如何修煉嗎？

院長
釋悟因



觀世音菩薩是誰

在漢系和藏系的百姓生活中，觀世音菩薩具有千手千眼，能千處祈求千處示現。在悲憫眾生、安撫眾生中，觀世音菩薩擁有不可思議的感應，甚至只要稱念觀世音名號——南無觀世音菩薩、觀音菩薩或白衣大士，隨即感應道交。在苦難災厄中，在臨危臨終時，都能得到觀世音的撫慰、安頓和解救。

常有人問：觀世音菩薩是男是女？是出家或在家？是穿白衣戴什麼帽？是抱男嬰還是女嬰？世間的苦難可說是無奇不有，如何勝數！應該說，人間有什麼苦難，觀世音就會應聲救苦。

觀世音為什麼有這麼多的威力和能耐？可以告訴我們如何修煉嗎？

佛陀在《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》(簡稱《楞嚴經》) 中指出，觀世音菩薩為我們說祂修行的法門是耳根圓通，由耳根聽聞音聲入手，即是佛陀為我們的解答。

「觀世音」，是一位菩薩的名號，也因為祂的修行法門而得此名號，並且指導我們依循此法門而修。世間的音聲，我們可以如是觀，可以轉念內照——向內觀。怎麼來觀？要這樣看！

修行觀音法門的基礎

要知生滅法

許多修行者推崇觀音耳根圓通法門，既是法門，初學者仍需有所緣，即是從根塵聲色與內心交融為開始。根塵聲色本身是五蘊和合的緣起法、生滅法，緣起法有生有滅，有滅有生，是相依、相緣、相成，是無常法。即若初學常要借助觀無常、苦受或念佛、持咒、禮拜、苦勞等事修為所緣，繫念此心如牛繫木樁、馬入馬廄。修法需要心不隨外在的根塵聲色奔馳，它既是生滅，又非生滅。

修行，有兩個方向：一是從教入禪，另一是從禪入教。現在講《楞嚴經》，即是從經典教義引導教觀修行，也就是從外在環境條件說到「緣」之攝取，換句話說，佛法是教育工作，佛法名相在啟教、標觀，猶如「標月指」。觀音耳根法門標示耳根，以耳根為緣（入手處），如文殊菩薩所說：「此方真教體，清淨在音聞。」耳根是六

根之一，能攝受音聲，不只在外顯的耳朵和耳膜，整套聽覺系統還得配合耳根的感覺（心所），它不只是機械式、外在形式的分析，追究下去，發現身與心是一體的，卻又違反經驗的不能自主、不聽統一，例如老衰或耳背者，它的現行不如意！

個人是如此，一個團體更是複雜。世間的真相就是無常、成住壞空、生住異滅、遷流不住。人，有生老病死，如何注入新的因緣條件，而可以成功翻轉，那翻轉的關鍵因緣又在哪裡？

因緣生、因緣滅，但生與滅之間不是斷滅，是既生滅又相續。在看到滅時，我們內心應觀「如實知」；如果僅觀到內心是失落的，也是「如實知」，不只是在原地打轉，一切都是「如實知」，這是向內觀的觀法。「自己心為師，不依他為師，自己為師者，斷除一切縛。」這偈頌說明自己的心是自己的老師，自己的老師做什麼？修行在解脫自我的纏縛、自我的捆縛。綁在哪裡？它是什麼？自己為什麼要綑綁自己呢？解脫用功就在「解黏去縛」，只「黏」與「縛」，就夠讓人不舒服了。

正念活在當下

修行在正念提撕，也就是對身邊事物的生滅要能練習覺知，而且不隨境轉。所謂

「正念」，不只是正確的念頭，而是「正觀」，能夠馬上回到當下——此時、此地、此事。

例如 2021 年日本辦奧運，有一天，一場女性的田徑賽預賽，有位女選手比賽途中被另一位絆倒在地。她當機立斷馬上起來繼續往前跑，她從最後一名成為第一個抵達終點的選手。在全世界人們的眼前，她展現了優良的示範，她沒有讓自己陷在困境中，沒有罵或打絆倒她的人，更沒有躺在地板上不起來，她回到當下身口意——小說常形容的：「說時遲，那時快，一剎那、一瞬間，何只萬重山！」

五蘊也是無自主性，心也不是固定不變，但在瞬息萬變中，修觀者覺知到綑綁自己的是自己的心。因此，透視動結，然後靜結，這是從外而內的「入流亡所」而破除色蘊，但仍要再接再厲更上層樓。所以，深觀行者所依的已經不是所緣之助緣，而是從空相，從「空」相應證入，不依地水火風、根塵聲色，乃至不依覺觀而修觀。它依無所住的勝義空觀，以「空」為第一義，如《心經》所說：「觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空。」這是解脫自我綑綁的超越，當然就心無罣礙。他仍是修緣起法，而緣起之「空」與緣起之「無常」，在證悟的境界上，開啟他的上契諸佛「本妙覺心，與佛如來，同一慈力」；下契眾生「與諸眾生，同一悲仰」，整個智慧、願力、涵容、視野、宇宙之深廣度，在初機與深行間，何只百萬里計！真是不可思、不可議呀！

事實上，心是空性的，我們可以有自己的選擇。聽到別人的語言聲色，不管是動或靜，不要掉入那些語言聲色情境當中，這份正念會引領我們做出當下心的行為。平時我們的心習慣到處攀緣內面、外面的塵境，思緒常常滿天紛飛。修行在減少自我干擾，練習收攝，即迴心轉念，讓念力活在當下。例如看守城門的衛兵只專心一職，專注於城門口的進出，自然而然地動結、靜結都能了然於心——了然在心，不在外境，才能進入所要修的法門中。古德云：「莫謂發心便是道，發心猶隔一重山。」要十方世界現全身，需六結慧解，方是真正大圓鏡智任運現全身。故能應十法界聖賢之需，而普現各種百界千如為他說法，是名「千手千眼感應道交觀世音菩薩」。

誰在觀世音

觀世音菩薩的世界

觀世音菩薩三十二應身，應以何身救度即現何身。這三十二應身裡面有一個重要的概念，叫作「界」。

界是一個空間、範圍。如果有人問：「你現在在哪裡？」「我在北緯幾度、東經幾度的地方。」由現在所處的地方擴及到的空間範圍，這是我們的世界。

再說，境界有分高低，自然產生與它相應的聚落、環境和文化。觀世音菩薩三十二應身，就是有三十二個「界」，祂是以廣大心、平等心打破界限，去關懷多界的眾生。

我們的生活界面是屬於欲界，欲界眾生的生活型態，以欲界天來說，四天王天是最靠近人間庇佑眾生的。

再以人界來說，習氣也構成界限的界，有時會覺得：怎麼這個人的生活文化與你我格格不入？因為習慣、文化和氣質不同呀！

《地藏經》云：人生輪轉在三千大千世界。地球毀掉以後，可能轉生他界、他方；他方又壞掉，可能另外一個星球又出現。此時，我們所處的「界」就重新界定，建立一個新的世界觀。

所以，放開自己的心胸、眼光和知見，把這天地宇宙納進來。看看自己站著的地方，這個地方就是我的壇城，也是我的世界。《金剛經》云：「佛說世界，即非世界，是名世界。」

覺知自己的狀態

剛開始起修，身心難免比較躁動，對於自己的狀態要有覺知。

我剛出家時，跟父母親的情感還是連在一起，雖然聽聞佛法很高興，但是還是很想家。那一年，生日那天心情很壞，師父明宗上人就叫我去誦〈普門品〉。可是我心想：如果這個時候媽媽在旁邊，她就會為我煮幾個紅蛋，但是我還會故意說：「我才不吃蛋呢！」這叫驕縱。就在那時，我覺知到：這是外面的聲音？還是內面的聲音？我正在誦著〈普門品〉，〈普門品〉中怎麼會冒出這些語言？

修行路很漫長，這些都只是過程，如實知，如實覺知，不需批判。覺知是改變的開始，有了覺知，修行才能開始。

修行要回到自己身心

修行要在哪裡修？就從色、受、想、行、識這五蘊說起，從自己的身心上去開發。成佛的修行，絕對是回到當下的身心！

有人把注意力都放在外在的世界，追逐攀緣，卻無法安頓好自己的心，這是自我情緒的干擾。人人都有過去心、現在心和未來心。可是三心究竟在哪裡？我們的心一直在這樣的生滅中，一分一秒都沒有停下來。但是，回過頭來看，我們有沒有辦法讓自己安靜一下？透過練習，讓心安頓，令心的品質提升，逐漸達到一種平衡──無量光於是綻放！

觀世音菩薩關心一切的眾生，我們學習觀音法門，所有的修學也都是為眾生。修學無止盡，一切修學應從「內心先轉」學起，「轉心」是修行呀！

一切向內觀

我們凡夫的心不可能不動，它是生住異滅，滅以後又生；生了以後又滅。透過法門的修行去調伏內心，可以對某一境界有所堅持，例如攝心在「白遍」；或者攝心在一片光；或者觀照鼻端下呼吸的進出，讓心安住。所以《楞嚴經》多處提到「三摩地」，三摩地有三義：第一個是「一」、統一、一致；第二個是安住；另外一個作用就是不雜亂、不紊亂、身心平衡。

外在世界不斷在動盪，全球的波動未曾暫替，生老病死也從來沒有停過，世間的遷流、貪瞋癡還有很多，不只物質的東西在變動，那精神的念念也被牽引。相互牽引、相互消長中，我們若不向內觀、不放下平日習性的動盪，我們將安住在何處？唯一可信賴的只有「放下」，佛菩薩教導的理則是──從向內觀「入流亡所」開始。

觀音聞薰聞修金剛三昧

在說修行方法之前，觀世音菩薩憶念修法的啟源，向佛陀稟白：無數恆河沙劫前，曾受到一位古觀世音佛教導，「從聞、思、修，入三摩地。」

聞思修是一切修學的開始，也是啟蒙的功夫。聞在聽聞，但是在我們修學中不是只有耳聽，還有見聞覺知的啟發，啟發在「思」，古人謂：「學而不思則罔，思而不學則殆。」而聞思要歸於何處？志在於修行。行，而攝入三摩地（即三昧）。此處的聞思修是修法之正確途徑，是慧學才能引發三摩地的脫黏，歸元的正道應不只在學識名位爭逐的六根門前戲論。三摩地是內心凝聚、集中、統一，這是將心、意識都深沉統一的境地，不需藉特定的對象來達到統一，是一而非二，這是純覺悟一心的精神境地。初修者需要借一所緣來助道，就如同初學書法，借專家典範臨摹，但是一日入了行，精通書法，自有自體形樣；若更上一層，則應有心神超脫之作。這是以書法為例，畢竟書法、修心二者是有一段差異。很多禪宗高僧之書法，可貴在透徹心的悟境，是心的平衡境地。修習三摩地進入統一，其宗趣貴在解結。

接著，觀世音菩薩說出的修行方法。經文如下：

初於聞中，入流亡所；
所入既寂，動靜二相，了然不生；
如是漸增，聞所聞盡；
盡聞不住，覺所覺空；
空覺極圓，空所空滅；
生滅既滅，寂滅現前。

這段經文解釋「解六結」、「越三空」、「出五蘊」和「離五濁」的修法步驟。

在觀世音菩薩之前的二十四位無學諸大菩薩及阿羅漢沒有詳細講解證得圓通的步驟，只有觀世音菩薩才有說到修法的過程。這在本經「二十五圓通」特別標舉觀世音菩薩的大慈、大悲、大行、大願的修法，此修法在「解縛脫黏」及「與佛平等不二」的澄淨過程中，能等視眾生，能海納十法界情與無情。

這應是標舉出唯一的大道──如《法華經》所謂的：「唯此一事實，餘二則非真。」

這是修菩薩行的成佛之道！

堅定與真誠的力量

所謂「沒有了我，就出現了佛」
無論我們遇到任何挫折，要想方設法回到當下，安穩自己的身心。
先不用設限，那份很單純、真誠的心，
就可以讓我們慢慢地，甚至不是勇敢地發光，而是自在地發光。

副院長
釋見可

期許

今天是 111 學年度上學期開學典禮，主題是「堅持初衷，勇敢發光」，這也點出我們這學期大家努力的方向。

甚麼是「初衷」？就是「最初的心願」。你最初要來就讀佛學院的心願是甚麼？或是你決定剃除秀髮，那一份出家的初衷是甚麼？例如，你現在為什麼要領這一份執事，也有一份初衷。對不對？所以，其實初衷不是一成不變的，是在每個不同的時空因緣，會出現我們不同的心願。

堅持初衷 勇敢發光

看到「堅持初衷，勇敢發光」這個主題時，我腦中馬上浮現的人物是院長。我想先與大家分享幾則受教於院長的故事：

首先是一場蠻重要的師徒對話，這份對談發生在民國 79 年，我任教於雲林褒忠國中的最後一天，也是我「出家之旅」的第一天。當我排除萬難來到香光寺，將出家發願文呈交給院長時，院長很嚴肅地詢問：「出家容易，修道難！如果僧團所有的法師，包括我，都還俗了，你還要出家嗎？」我篤定地回答：「是的！」其實當我呈送發願文給院長的時候，內心以為院長會很開心地勉勵我：「發心出家真好！」不料，院長竟然問我：「如果我還俗了，你還要出家嗎？」我看到：自己那習於尋求認同和讚賞的心當場被打趴！馬上體會到：院長在正式宣讀──出家這條路是你自己的抉擇，不是任何人投票支持可以決定的；抉擇之後，就是堅持自己的選擇，真誠修行！

在民國 81 年，我們要受大戒前，向院長請法。印象中師長的教導都是：「到了戒場，不要攀緣，要收攝六根，多做功課！」結果，院長說：「你們要張開眼睛，打開耳朵，去看清楚現在教界有什麼問題。你們在戒場所看到的教界問題，就是未來你們成為比丘尼之後，所要承擔的問題。」

接著，到民國 86 年，佛學院畢業半年後，院長突然調動我的執事：「印儀學苑要開光了，你去當監院。」當時，我因為對於寺院的運作不熟且年資很淺，而害怕推辭。這時，院長慈眼看著我說：「你以為監院是做事的人嗎？監院的角色是充分授權，並支持與你共事的人，然後把大家『圈作夥』，依著同一個目標努力。」依著同一個目

標，那個目標就是傳遞我們懂得與體驗的佛法，幫助芸芸眾生解除苦迫。

再來，民國 93 年我申請出國進修，臨行前有些不捨地向院長辭行。也是出乎意料的誡言，院長說：「你在國外如果亂來，沒有人看得到，也沒有人管得著。但是如果要飛，要看清楚方向，看到你出家所為何來！」那時候，我領受到的教導是「慎獨」——走出寺院才是真正持戒和不忘初衷的開始。

接著，在民國 101 年，我進修告一段落，計畫回到佛學院領執。院長語重心長地說：「傳承佛法的使命，談何容易？至今可以守住香光寺成為持續辦學的壇城，哪有那麼簡單？辦學遇到任何困難，都要咬緊牙根，即使牙齒被打斷了，也要和血一起吞下去！」

向院長請法，常常有被「敲醒」的感覺。院長很擅長「掀底牌」，絕不容許你在自

憐和自戀中閃躲；也絕不會給你期待中的答案，而是切中你現況的身心與處境，把你從耽溺的情緒或受限的眼光中，拉到一個更貼近現實、更寬廣、更開闊的視野。我想：這是源於院長那一份「不忍眾生苦 ，不忍聖教衰」的初衷。那一股堅定的力量，那一股真誠的正氣──比丘尼要挺然獨立去體證佛法、傳承佛法，為眾生解除痛苦；然後，團結合作去服務社會，接軌世界。

回歸初心 自在發光

此外，院長常常告訴學院的行政師長：「每個同學身上都有太陽。我們的責任是怎麼樣讓學僧可以發光發亮！」大家的身上都有太陽，換句話說，就是相信人人都有無限的潛能。但是，在受教於院長的過程中，我發現院長除了教導慈心，她有個更重要的信念是──別無他人，每個人得要「自己」喚醒這份「相信我可以」的信心。

所謂的「發光」，並不是膨脹自我所生的信心，而是在每一個當下「回歸初心」，可以安然、真誠地活在當下的「真實」當中。初心跟初衷有點不一樣，初心是一個「初學者的心」，初學者的心是什麼？就是隨時準備好要接受，對一切可以保持開放、敞開的心，叫做初心。修行者的初心就是這麼單純，所以我們又稱它為「赤子之心」。

「活在當下，回歸初心」，才有辦法讓我們不斷地堅持初衷。這份初心什麼時候會被我們蒙蔽？那就是，我們有太多的好惡分別、太多的自我想法。譬如：這是我們的好朋友，那是你們班的同學……有分黨分派的敵友對立；或是以自我為中心出發所做的一切事。這種種都會構成我們無知的心，這樣就會讓我們回歸不了最純真的心、最初的清淨心。

祝福

所謂「沒有了我，就出現了佛」，無論我們遇到任何挫折，要想方設法回到當下，安穩自己的身心。先不用設限，那份很單純、真誠的心，就可以讓我們慢慢地，甚至不是勇敢地發光，而是自在地發光。

幾天前的始業式，我曾經跟大家說過：「在擦桌子也好；在掃廁所也好；在寫作業也好，你那一份投入，都在自在發光。」所以在這裡，我深深地祝福各位都能夠自在地發光！阿彌陀佛！

特別專輯

推動佛教學術交流
開拓佛學研究視野

第32屆
全國佛學論文聯合發表會記實

一場跨國界、跨世代的空中佛學研究對話與傳承

編輯組輯錄

什麼樣的因緣，一個發表會能連續舉辦三十二年？
什麼樣的願力，大家各自一方卻能彼此合作耕耘這片園地？
在疫情急遽升溫的情形下，
由香光尼眾佛學院主辦「第 32 屆全國佛學論文聯合發表會」，
於 2021 年 9 月 25 日首次改以線上形式舉行。

本專輯將帶領大家探溯 32 年前發表會的創辦緣起，
分享佛教教界與學界的合作與傳承，
本屆線上發表會的四大特色
及幕後的籌備和運作。

一年一會的緣起

「全國佛學論文聯合發表會」（以下簡稱「發表會」）自 1990 年起，每年舉辦一場，今年邁入第三十二屆。這一平臺孕育了不少佛學研究人才。

發表會的創始，需回溯到 32 年前。

法光佛教文化研究所首任所長恆清法師，邀約法鼓山聖嚴法師共同發起，邀請當時臺灣佛教界的佛學院校、研究所、教育單位參加，香光尼眾佛學院也在受邀之列。大家開會討論希望讓年輕的學子有個研究、發表及相互交流的園地，發表會因此成立。從當年的會議記錄，可看到創會有兩大目的：一、佛教界各機構有個合作平臺。二、年輕學子有切磋及共事合作的機會。

於是從 1990 年開始，「全國佛學論文聯合發表會」就一直持續到今年（2021 年）。至今，仍是全國唯一跨院校的佛學研究交流平臺。走過 32 年的歲月，年年由不同單位輪辦的發表會，隨著時間的推移，主辦單位雖有進進退退或人事更迭，但是各屆主協辦單位仍然守護著創辦的初衷，讓發表會年年續辦，未曾中斷。

2010 年香光尼眾佛學院主辦發表會，於香光寺大雄寶殿前合影

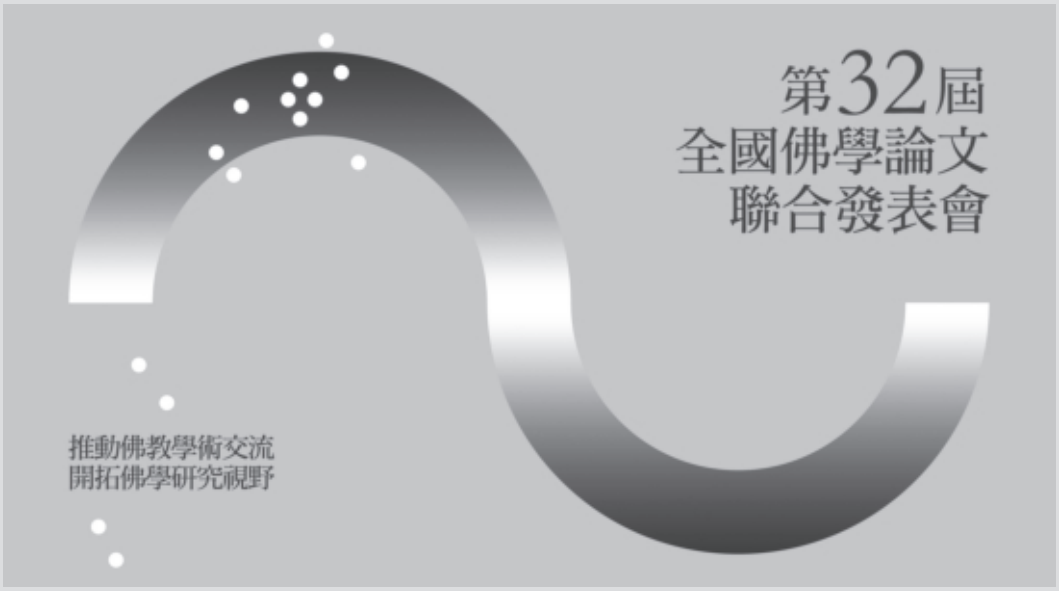
會議宗旨及主視覺

今年香光尼眾佛學院承接主辦重任，本院仍然秉持會議宗旨——「推動佛教學術交流，開拓佛學研究視野」，希望透過此平臺增進院校的合作與往來，在佛學研究的領域開展新視野，並為培養佛教研究人才再創新氣象。

本屆會議的主視覺意象是傳達「合作」與「傳承」的精神（見下圖），兩個銜接的半圓，構成綿延傳承的意象。左邊藏著一個隱形的臺灣地圖，14 顆白色圓點代表「全國佛學論文聯合發表會」的 14 所主協辦單位。發表會 32 年來延續至今，正是有賴於 14 所院校攜手合作，為推動佛學研究無私付出。

縣市	單位名稱
新北	● 法鼓文理學院佛教學系 ● 華梵大學東方人文思想研究所
台北	● 華嚴專宗研究所 ● 中華慧炬佛學會 ● 臺灣大學佛學研究中心 ● 政治大學宗教研究所
桃園	● 圓光佛學研究所
宜蘭	● 佛光大學佛教學院
新竹	● 福嚴佛學院 ● 玄奘大學宗教與文化學系
嘉義	● 南華大學宗教學研究所 ● 香光尼眾佛學院
高雄	● 淨覺僧伽大學 ● 佛光山叢林學院

14 所主協辦單位（由北至南）



本屆會議的主視覺意象圖

院長以慶生揭幕

2021 年 9 月 25 日開幕式，院長帶領大家慶祝論文發表會 32 歲生日。

院長感謝 32 年來諸位法師、學者、作者，大家認真的投入。並說到：「這當中感受到信仰的可貴，也令人感動！」

實修佛學的推動，時至今日，我們的責任要比任何時代更加急切。尤其這兩年新冠疫情蔓延，席捲全球。雖然，大家都有「防疫等同戰爭」的共識，但是，因為疫苗的有限分配，使得世界貧與富兩極化，貧者愈貧，困窘流離。我們更要將這些挑戰視為轉機，推廣佛學的「實修」來安頓人們的惶惶不安，因為**佛法是以「安頓人心」為根本義。**

在臺灣社會，以正念禪修、專注力禪修、腦神經醫學，或者心智教學、人文關懷等等作為推廣的主軸，儘管我們這方面的論文不多，但是這一股力量大家都在奮鬥，努力的執行著。而臺灣佛學研究的未來，有待各位持續在這一塊園地裡耕耘。

那一份的光和希望，是大家共同的期待！院長肯定所有參與者都從志於「十年種樹，百年樹人」！宗承著這一份的努力，期待人文和教育的關懷不斷的持續、綿延下去。

院長於開幕式致詞

發表會四大特色

距離上次 2010 年本院第一次擔任主辦方，睽違 11 年之久，如今再度承擔重任。

2021 年主辦首次線上發表會，呈現四大特色：一、增設「佛學研究與修行」開場論壇；二、香光尼眾佛學院圖書館整理歷屆論文目錄和分類索引；三、表揚優良論文；四、首次線上直播發表。現在帶領大家一一回顧本屆的特色。

特色 I 增設「開場論壇」──探討佛學研究與修行

佛學研究與實修的對話

本屆發表會加設「開場論壇」。這項創新是源於 2020 年在佛光大學的主協辦單位會議中，萬金川教授提到：拉拔新秀的方法就是要建立典範。透過前輩學者的分享以樹立典範，讓後輩能仿效。

此外，佛教界向來有一種迷思，以為「佛學研究」與「學佛修行」，兩者似乎是互不相干，甚至是矛盾的。因此，院長悟因長老尼指導將本次論壇的主題訂為「佛學研究與修行」。會中，邀請三位前輩學者對談分享：「結合佛學研究與實修的視野，如何開拓？」

從過去、現在、未來三個向度探討

三位與談人分別從過去、現在及未來探討上述議題。

首先，香光尼眾佛學院圖書館館長自衍法師分享「臺灣地區佛學研究發展概況──以全國佛學論文聯合發表為例」，以歷史的角度，回顧 32 年來發表會的成果及探討臺灣地區佛學研究發展的概況。

接著，中山大學哲學研究所越建東教授分享「臺灣『實修』佛學之推行」，探討現今臺灣實修佛學的推行和跨領域的實踐。

最後，佛光大學佛教研究中心主任萬金川教授分享「臺灣佛學研究的未來展望」，探討臺灣佛教學術發展在未來的可能性。

其後，三位與談人就論壇主旨展開對談。

論壇主題 一

臺灣地區佛學研究發展概況──以全國佛學論文聯合發表會為例

與談人
自衍法師
香光尼眾佛學院圖書館館長

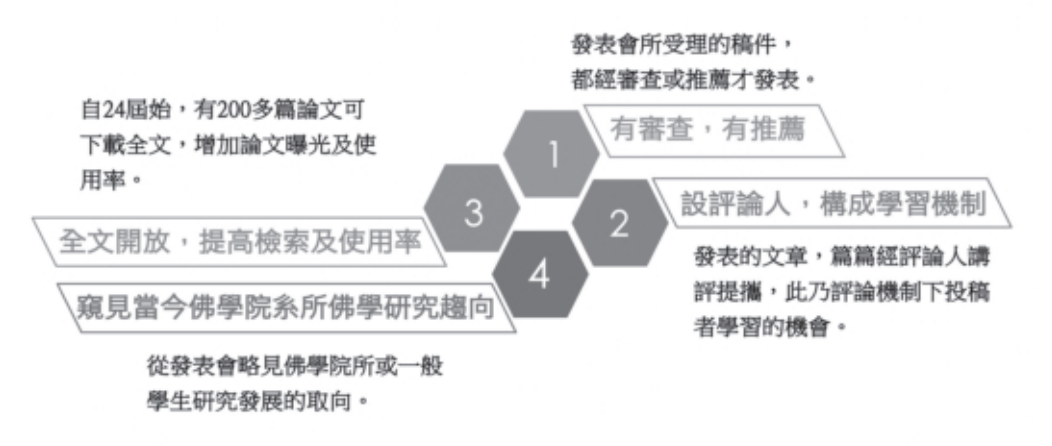
自衍法師從佛教圖書館文獻管理的角度，敘述發表會多年來於文獻方面的發展概況，當中特別列出 32 年來的一些重要指標。

一、全國佛學論文聯合發表會平臺存在之意義與價值

彙整歷屆發表會的論文，分析後可歸結出此平臺存在的意義與價值有四：（一）佛學研究傳承與延續；（二）佛學研究新人展現平臺；（三）佛教學術文獻量增長之指標；（四）佛教團體與學術界持續合作之成果。

二、論文發表會存在之特色

發表會存在的特色，可分為四點：（一）有審查，有推薦；（二）設評論人，構成學習機制；（三）全文開放，提高檢索及使用率；（四）窺見當今佛學研究之趨向。



三、第 1 ～ 32 屆論文發表綜述

以爬山比喻研究者撰寫論文，可知此學習的過程甚為孤獨，但是爬上山頂的喜悅卻是難以言喻的。32 屆以來共發表了 745 篇論文，從圖書館典藏的論文集，足見歷屆共同努力的成果。尤其在最近 11 年，共佔了歷屆文獻 36.9% 的發表量，是將近兩倍的成長。透過比較歷年來佛學院所與大專院校的論文發表篇數，可窺見佛教系所自教育部開放以後，學生人數的增長趨勢。（註：歷屆發表內容的分析見 p.32）

四、未來研究主題之建議

對於未來佛學研究主題，提出的建議有四項：（一）研究題目的擬定能更切題；（二）更關懷佛教與社會發展的對話；（三）跨領域的結合；（四）扎根佛教根本思想之研究。

五、對論文發表會的期許與勉勵

最後，自衍法師期許：未來的論文發表會能創造更優質的發表平臺，作為大家持續學習和貢獻的典範。此外，如同本年的創舉，展望以後每年的發表會亦能遴選優秀論

文三篇，給予特別獎助。最後，希望能將歷屆發表篇目建立專屬資料庫之檢索系統，以利研究的傳承。

作為勉勵，法師引用創辦人恆清法師所言：「學術工作是在做修行義理的釐清與整理，讓修行有所依據，不至於在浩瀚的經藏中迷失。」以及院長悟因法師的話：「修行解脫，重要的是有正知見，正知見就是要以文獻為基礎。」

論壇主題 二

臺灣「實修」佛學之推行

與談人

越建東教授

中山大學哲學研究所教授

越建東教授從三個面向來定義實修佛學：（一）實際禪修的佛學研究；（二）實務弘修的佛學研究；（三）實用跨修的佛學研究。

從以上三個面向，可看出「實修」與佛學研究有很大的關係。例如佛學界與心理學界作跨領域的研究，針對如憂鬱症、壓力等社會議題時，佛學研究者有豐富的修行體驗，才能提供有效的佛教內容供跨領域研究之應用。若自己沒有慈悲喜捨的修行經驗，怎麼去教別人散發慈悲心呢？

對實際禪修的佛學研究之三項關懷

這次分享主要是針對上述第一項，即實際禪修作論述。舉例說明，在 *Buddhist Theology：Critical Reflections by Contemporary Buddhist Scholars* 一書中，美國學者探討：西方學者在研究時多刻意與佛教傳統保持距離，單就學術興趣如語言、歷史、社會學作研究。反觀，西方的神學家，許多人本身即是虔誠的基督徒，為了奉

獻而作研究。同理，佛教是否也可以發展佛教神學（Buddhist Theology）？越教授就這個問題，提出他的三個關懷：

第一個關懷：實修佛學著作

歷史上，祖師的著作受到印度或漢地的知識分子爭相研究，算是引領風潮且重要的學術著作。在印度有《清淨道論》、《俱舍論》；漢地有《摩訶止觀》、《修習止觀坐禪法要》；西藏有《解脫莊嚴寶論》等，這些皆是祖師流傳下來的偉大禪修著作。為什麼西方學術研究的風氣東傳且風行後，學術界卻很少見到這類偉大著作的出現？希望透過實修佛學，在未來可以繼續產出偉大的佛學著作。

第二個關懷：實修佛學的目的

越教授笑稱：在學術界是靠佛陀吃飯的，因為研究佛教大藏經，也就是佛陀所說的教法，才有薪水，所以很感謝佛陀。不過，自古以來研究佛教的人都知道：佛法的目標是自利利他，離苦得樂。如《念處經》說：「為眾生之清淨，為度憂悲，為滅苦惱，為成正理，為證涅槃的一乘道。」因此，做佛教學術研究，是否也可以往「令自他離苦得樂」的目標邁進？是否可以向「現法利樂、後世利樂及究竟利樂」等諸多利益的目標邁進？

第三個關懷：實修佛學帶來智慧及學術的重大創新

自古以來，研究佛教的祖師自己體悟了智慧，因此開發出無數偉大的思想，而留下偉大的著作，如《摩訶止觀》、《清淨道論》等。現代的學術可以往這個目標邁進嗎？這是非常肯定的。

實修佛學帶來智慧，而智慧可以開發偉大的思想，因而帶來學術的重大創新。佛教任運、感通的智慧，與世俗的聰明才智十分不同。如《肇論》說：「般若無知，對緣而照。萬機頓赴而不撓其神。」這是有真正的智慧，卻不被當代的思想所困，對緣任運而發揮智慧的力量。

如何開發出任運而生的智慧？以賴鵬舉醫師撰寫〈「禪定」為基礎的「第三種思惟方式」—論臺灣現階段「腦力」瓶頸的突破〉（收於《佛教醫學》，2004）一文為例，臺灣的產業和學術常常運用記憶力與思考理解能力，依然停留在模仿的框架，只套用

西方的理論。可是，佛教的空觀是摒除掉種種的預立名相，透過止觀的修行得到空觀的體悟之後，開發出來的特殊智慧。以這智慧來檢視當代學人或世人舊有的理念時，就其不足之處會一目了然，並產生新的心得。如當代的太虛大師，有三次的開悟經驗後，作出佛教方面的改革。再如聖嚴法師於靈源老和尚處開悟後閉關 6 年，日後開創法鼓山，對學術和社會皆作出大用。

純學術佛學僅是做文獻和語言的爬梳、概念的詮釋與解釋。可是，加入實修之後，不僅是從文獻和思想的角度，更有從義理的角度，再精進實踐止觀，然後回來作義理的論述。實修佛學之所以投放時間於義理和實踐的部分，是希望從當中得到某種的證悟。縱然無法達成大悟，只要有一點點的證悟經驗，就可以從領悟的體驗進入實修佛學的大用。因此，推行實修佛學，必須培育講求解行並重的高等人才。

論壇主題 三

臺灣佛學研究的未來展望

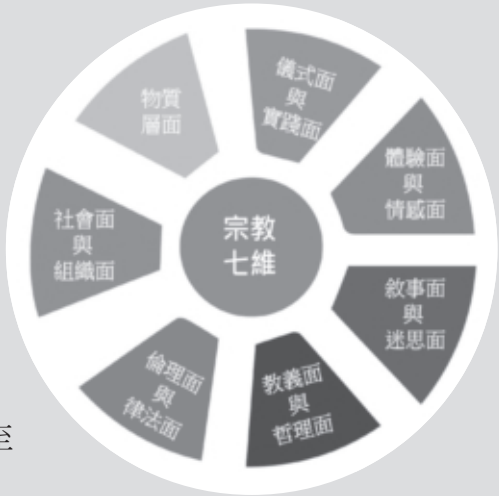
與談人

萬金川教授

佛光大學佛學研究中心主任

萬金川教授帶領大家以宗教七維的框架，探討佛教研究的趨勢。

宗教七維與佛教研究



宗教七維（The Seven Dimensions of Religion）由英國籍而在美國教學的 Ninian Smart 首先提出，以宗教七維的框架探討宗教現象，對於當代比較宗教研究的貢獻非常大。

以「盲人摸象」作譬喻，人往往受限於個人經驗，並把自己個人的經驗普遍化。教授舉例，第一次在自助餐看到喇嘛吃雞腿時非常震撼，這是把漢傳佛教的經驗一般化，甚至

絕對化的例子。當代資訊充斥，看到千姿百態的佛教現象，例如東亞佛教包括韓國佛教、日本佛教、中國佛教、臺灣佛教等各有差異。這讓我們思索：什麼是佛教的本質？不論是古代或現代，南亞或東亞，為什麼可將它們稱之為佛教？如何判準哪些是佛教現象？這些問題可以用宗教七維透過七個面向，來探索或歸納宗教的不同面貌。

儀式面與實踐面

布薩、法會、早晚課誦，乃至於浴佛這些儀式，在不同地區如何表現？在時間軸上如何變化？這些儀式與實踐究竟和教理哲學面有什麼關係？例如浴佛的意義在哪裡？這一方面有待僧侶本身提供第一手資料，讓學者有更多材料可根據他們的學術專長來進行研究。

體驗面與情感面

宗教有其體驗面和情感面。許多宗教拒絕崇拜偶像，但是幾乎所有的宗教都不排斥音樂，然而，臺灣目前相對地缺乏這方面的研究。例如，「悟」的經驗，或法喜充滿的體驗或情感，可否透過心理學、社會學、人類學，乃至腦部醫學等，更清楚地剖析跟展示？這些情感在其他宗教裡面又如何表達？

體驗與情感是宗教最動人的一面，相對來講，也是我們最缺乏了解的一面。例如，小沙彌看到小白兔被石頭壓著而湧現悲心，再者，經歷瀕死經驗，幾乎每個宗教都有類似的情況，可是，相對於這方面的研究非常少。這需要透過跨領域作出研究。

敘事面與迷思面

宗教敘事的特徵在什麼地方？它和一般我們所說的純粹文學的敘事有何不同？《冥報記》、《濟公傳》、《高僧傳》等，這些宗教敘事既是文學探究的對象，更是宗教或佛教探究的對象。《高僧傳》中的高僧，和一般我們在史書上看到的人物有何差別？

西方人對於聖經文學的研究早已開始，例如透過敘事學研究聖經的敘事。佛教文學的研究是否可以從中有所啟發？

教義面與哲理面

臺灣佛教的研究，不論佛學系出身或文學系出身，幾乎集中在這一面。相對而言，

其他領域則比較少人涉足。

倫理面與律法面

個人的宗教生活、社會生活乃至經濟生活，這些生活之間，是不是有某種關聯性？佛教的倫理和戒律，談到無害、布施等，如何於其間發揮影響？

社會面與組織面

為什麼有些組織曇花一現，某些組織歷久不衰？宗教的力量正是透過組織而呈顯出巨大的力量。然而，幾乎只有從事社會學或人類學研究，才會比較關心佛教的社會面與組織面，事實上，它也是研究佛教的人要關懷的。

物質層面

佛教不可能在真空裡成長，需要有宗教存在的物質基礎。佛教的物質文化研究，例如大藏經、寺院佛像，當前非常受國際間的關注。柯嘉豪教授所著《佛教與中國物質文化》，指出佛教帶給中國新的物質文化，並改變了中國過去對物質的看法。這在今天可以透過圖像索取，是容易收集資料來進行研究的，然而，關心的人相對來講並不多。

以上是萬教授從宗教七維的面向，提供作為佛教未來研究方向的參考。

動態論壇

如何結合佛學研究與修行

本場論壇中，與談人見解精闢，分享如何融合佛學研究與實修，讓與會觀眾印象深刻且頗受啟發。最後，香光尼眾佛學院副院長見可法師主持「動態論壇」，邀請三位與談人再探討：如何將佛學研究與修行相結合？

對談的題目是「身為佛學研究的青年學子，怎麼樣可以真正的做到結合佛學研究與修行？」，三位與談人給予青年學子建議、指導與提攜。

萬金川教授：我們常說「解行並重」，如何使它不要淪為只是口號？中國傳統講：讀書會變化氣質，例如，我學習梵文，可以為了一個句子、一個文法查一個晚上，這

完全磨掉自己毛躁的個性。

佛教談薰習，我們不要把修行看得非常狹隘。修行（bhāvanā）是「培養」的意思，需要給予一定的因緣條件，比如上課需要教室的情境。以前，講生老病死，我是帶學生去殯儀館、醫院看什麼叫做臨終關懷，這是情境。身為一位教師，應該不吝嗇把自己修行的經驗與同學們分享，並帶領同學。

雖然有別於純粹的出家眾或虔信的佛教徒，但是我們仍然有自己的修行。讀書，特別是佛經，不是為了發表論文而已。如果讀書不受用，會成為生命的負擔。《荀子》說：「古之學者為己，今之學者為人。」讀書自己不受用，就好像從事會計為老闆做三筆帳：一本給稅局；一本給董事會；一本放在抽屜裡，自己的人生卻是一筆爛賬。倘若讀書只為別人做學問，雖然自己的學識非常高深，但是自己的生命卻不會豐潤。

越建東教授：萬老師的話常常令人非常感動！作為學者要有對世界深厚的情懷和關懷，從學生時代就聽老師如此的教誨到現在，非常感謝萬老師！

有些人類學的研究者，例如研究迷幻藥，就跑到某個部落作為一員去體驗，然後再回到世俗去研究這個經驗。但是，我談實修佛學並非如此，我說的是，有真正對佛教實修的關懷而持續去實修，自己還是佛教徒。像英美學者菩提比丘、髻智比丘，他們寫出不得了的著作，還保持著出家的修行。

實修佛學是有了體驗之後，用佛法來看世間。這有別於以世間的哲學、文學等去研究世界，兩者的差別很大。實修佛學希望能培養出有智慧的學者，可以寫下像《摩訶止觀》這樣的著作，未來還能作為被研究的對象。但是，我們現在的佛學研究，一直是產出只能作參考用的論文或書本，兩者的高度不太一樣。

自衍法師：我在佛教圖書館領執 35 年的時間，當中發現：我做的每一件事就是我修行的所緣境。我常期許自己：每一次碰到所緣境，不管人或事，先保持當下的覺知，然後迴光返照，看到自己在執取什麼？日久之後，慢慢會發現事相上的轉化。例如寫文章，當發現自己僵持於某些義理或理則，從中可以看到自己怎樣去除我執和法執。

佛學研究也可以是修行。我們可以將佛學名相變成自己實踐的法則，如同不是只看菜單就會煮飯，而是真的要去煮。我覺得，整個佛學研究，乃至做執事，都是所緣境。重要的是，這些所緣境怎麼構成我轉化煩惱的修行體驗？如果我清楚這個理則，就不會排斥我所做的每一件事。

特色 2

香光尼眾佛學院圖書館整理歷屆論文目錄和分類索引

2010 年香光尼眾佛學院承辦「第二十一屆全國佛學論文聯合發表會」時，本院圖書館有感於會議論文在研究上的重要性，將「全國佛學論文聯合發表會」論文資料蒐齊，並做分類目錄與作者索引的編製。2021 年再藉著主辦的因緣，又再完成第 1 屆至第 32 屆發表會的論文目錄、分類索引和建置線上資料庫（查詢網址 http://www.gaya.org.tw/library/bessaymeeting/index.asp），讓與會者從中窺探臺灣佛學研究的趨勢。

32 年來，發表會共發表 745 篇論文。歷屆來文獻量最高之四類：經典研究（200 篇）、佛教人物及其思想（109 篇）、佛教各宗（88 篇）及佛教思想（80 篇）四類。佛教經典研究以華嚴經最多，佛教人物則以隋唐人物的傳記及思想為最多，其中又以研究智者大師為最。佛教各宗，以天臺宗的研究為最多，其次為禪宗，然後是華嚴宗。佛教思想研究，則以思想總論最多，其次是中國佛教思想。近 10 年來，在文獻的成長，如佛教應用、佛教事業、佛教文獻學、佛教語文、敦煌學。佛教應用研究，像醫學、禪坐與腦科學及護生主題是增多的部分。而戒律研究，還有僧制史、佛教史，近年則較少研究。可看到個人研究或時代的趨勢。

期望藉著前人的研究成果，為後學開啟研究的路向，俾能薪火相傳，生生不息。

本院圖書館館藏：第 1~31 屆「全國佛學論文聯合發表會」會後論文集

特色 3 表揚優良論文

表揚優良論文，用意是藉由表揚的因緣，與大家分享寫作的要領，讓我們學習怎麼去賞析論文，以提升撰寫論文的學養。

一篇優良的論文需要具備什麼條件呢？發表會的閉幕式中，特設「優良論文評審」環節。評審委員從本屆發表會的論文精選出優良論文共四篇，評審的項度包括：（一）論文主題和問題意識；（二）研究方法和文獻運用；（三）寫作手法和推論過程。

評審項度	評審重點
論文主題 和 問題意識	1) 恰當、清楚、小題大作。 2) 能回應當代議題，拓展研究面向。 3) 針對學界已多有討論的內容，是否能突破選題上的種種挑戰？
研究方法 和 文獻運用	1) 語言文獻學的基礎是否扎實？例如：駕馭梵、藏、中、英、日等文本的能力。 1) 文獻蒐羅是否完整？ 2) 文本比對是否嚴謹？ 3) 文獻是否證據明確、具說服力？
寫作手法 和 推論過程	1) 文字流暢，精練有力。 2) 推論細密有據，層次分明。 3) 論述深刻，能給出有價值的學術觀點。

21 篇論文中，經過仔細評選，評審委員選出優良論文共四篇：

◎ 梵本《中論》「歸敬偈」之解讀與相關研究之評析／釋果傳

◎ 從《梵網經菩薩戒本疏》論法藏對聲聞戒的觀點及其背景／釋知文

◎ 支謙譯《佛說維摩詰經》中「破格」用法及其標點／林家妃

◎ Protecting the Country and Preventing Calamities：The Pure Land Practice of the Amitābha Buddhist Society in the Physical and Virtual Realm ／ Stefan Kukowka

（護國息災：華藏淨宗學會在現實與虛擬空間中的淨土修行）／顧頡鋒

頒獎給優良論文，不但讓與會者得以分享專家學者的評審角度，而且對獲獎者更具鼓勵價值及意義！

特色 4 首次線上直播

昔日實體的發表會，與會人數最多大約上百人。本屆首次採取線上會議的形式舉辦，共有來自國內 11 所大專院校和佛學院所的學生參加，總共發表 21 篇論文。時程上，論文分 A、B 兩廳同時進行發表，透過 ZOOM 會議室舉行，並於 YouTube 網路上直播。A、B 廳場次各約 40 ～ 100 人參與。YouTube 線上直播，A 廳觀看數 2,577 人次，B 廳觀看數 1,064 人次。當日不僅有來自臺灣，亦有來自美國、香港、馬來西亞、新加坡、緬甸的觀眾，共襄盛舉。

由於網絡科技的便利，打破了空間及地域的限制，尤其在疫情起起伏伏、國際來往受限的時局下，佛學論文發表會能夠跨越國界更是深具意義！

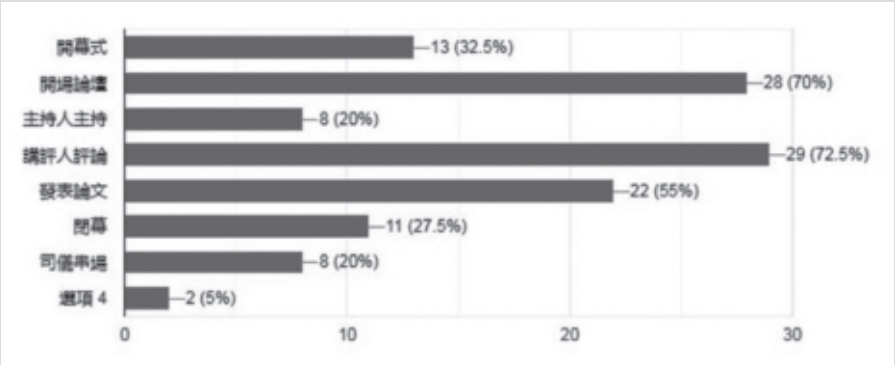
第 32 屆全國佛學論文聯合發表會 發表論文一覽表

發表人	論文題目	講評人
釋果傳	梵本《中論》「歸敬偈」之解讀與相關研究之評析	萬金川教授 (佛光大學)
林家妃	支謙譯《佛說維摩詰經》中「破格」用法及其標點	黃國清教授 (南華大學)
釋知文	從《梵網經菩薩戒本疏》論法藏對聲聞戒的觀點及其背景	見鑑法師 (香光尼眾佛學院)
釋香率	《華嚴經・入法界品》末會「寄位 修行」之探討——以觀自在菩薩為例	李治華教授 (華梵大學)
徐　瑜	《善財童子五十三參圖讚》圖像詮釋初探	陳清香教授 (法鼓文理學院)
釋有樂	宋代禪學發展研究——以《文殊指南圖讚》為中心	簡凱廷教授 (台灣大學)
葉慧敏	鳩摩羅什禪經中的「念佛三昧」觀	鄧偉仁教授 (法鼓文理學院)
顧頡鋒	護國息災：華藏淨宗學會在現實與虛擬空間中的淨土修行	鄭維儀教授 (佛光大學)
釋圓天	運用 ADDIE 教學設計模式發展「慈心海福聚」主題之課程	林菁教授 (嘉義大學)
釋真吉	以數位分析進行清代《金剛經》科判之 脈絡探索——以俞樾科判特色為討論	陳一標教授 (佛光大學)
釋寬揚	初期佛典的四念住譬喻教學	溫宗堃教授 (法鼓文理學院)
梁金滿	《大般涅槃經・聖行品》的四念處禪法與《大念處經》之比較	越建東教授 (中山大學)
釋如藝	《楞伽經》四種禪法之探析——以「觀察義禪」為主	蔡伯郎教授 (法鼓文理學院)
釋見則	死亡恐懼的解構之旅——「死隨念」禪觀實踐的敘說研究	黃鳳英教授 (台北教育大學)
黃玉真	從《觀音玄義》談天台性惡思想發展之軌轍	郭朝順教授 (佛光大學)
聶　豪	龔自珍《己亥雜詩》中的天台宗思想	尤惠貞教授 (南華大學)
釋知倫	從自律學習理論建構星雲大師自我教育模式	何青蓉教授 (高雄師範大學)
釋寶智	《阿含經》中的善、惡知識觀	長慈法師 (福嚴佛學院)
釋知義	中國佛教的來世思想—— 以十王經之圖文為例	祖道法師 (香光尼眾佛學院)
釋聽磊	《現觀莊嚴論》「順決擇分」中 有關「煖」與「頂」之探討——以獅子賢《明義釋》為主	蘇南望傑教授 (佛光大學)
張精明	《顯密圓通成佛心要集》之顯密融通觀點與實踐進路	謝世維教授 (政治大學)

線上與會者迴響

會後，邀請與會者填寫回饋問卷，共蒐集到 40 份問卷及 100 則的意見回饋。大家有很多學習和啟發的迴響，茲分類摘要如下：

Q：此次論文發表會，讓您印象最深刻的是？



傳承與合作

◎ 從開場論壇、論文發表再到講評人評論，展現出學術界的傳承，且回扣到發表會創會緣起和初衷，很感動也很感恩！

◎ 主辦單位相當用心規劃與談人和講評委員，讓每場發表都具可探討與反思的發展空間。見證幕前、幕後的高度團隊合作。

◎ 感恩講評老師鼓勵與提攜後進的心思；處處可見前輩提攜後進的悲心。

◎ 主視覺的海報設計有質感及深具「合作與傳承」的意義。

講評人評論

◎ 感謝請到該領域最權威的講評老師，個人非常受益並拓展了研究的寬度和深度。

◎ 聽專家學者的講評受益良多，可作為自己撰寫論文的啟發與修正。

◎ 講評老師用心，準備充分，講評精闢，很有收穫和啟發。

◎ 講評人萬老師幽默風趣中顯示高度專業。

◎ 透過發表者及講評者的介紹與解析後，能夠激發出不同的見解，發人省思。

開場論壇

◎ 開場論壇三位學者，從不同角度指出過去的研究成果與未來發展方向很受用。
◎ 見證：佛學研究融合生活實修之精闢見解，在學術界已如此絢麗綻放。
◎ 圖書館館長談歷屆論文的回顧與未來的發展趨向，很具參考價值。
◎ 總結過去研究概況及未來可研究的實際數據很好。

論文發表

◎ 論文內容多具高水平與學術價值，讓個人於佛學修習受益匪淺。
◎ 題目多元，內容充實。
◎ 每位發表者均用心，透過研究讓大家更理解佛學與佛法實踐的重要性。
◎ 三場論文發表皆看到年輕學者的創意。

開幕、閉幕

◎ 院長開幕致詞令人感動，談到發表會創辦緣起是傳承。
◎ 閉幕式有溫度，雖是線上形式，但亦達到與實體會議相同的效果。
◎ 頒獎表揚優良論文，具鼓勵價值及意義。

其他

◎ 優質的發表者及講評者、主持人、司儀的串場等，流暢度一流。
◎ 從主持人提問當中，得到研究的方向。
◎ 主題有意義；司儀聲音沈穩、好聽且有內涵。

建議

◎ 希望能留較多的時間，進行觀眾與發表者的互動、提問。
◎ 師長評論時間，希望可以延長。
◎ 希望開放會議視訊，供大眾回看。

幕後的籌備和運作

籌備的轉折

第 32 屆全國佛學論文聯合發表會，原先是朝著實體發表會的形式進行討論與規劃。然而，面對新冠肺炎疫情的變化莫測，身為主辦單位須配合政府的防疫政策，亦須顧及與會者的健康安全，做適當的臨機應變。

2021 年 5 月中旬，因為新冠肺炎變異株 Omicron 疫情升溫，疫情指揮中心因應社區傳播風險升高，提升疫情警戒至二級。隨著本土確診案例不斷增加，疫情指揮中心再於 5 月下旬宣布國內疫情進入社區流行階段，而將疫情警戒提升至三級的管制措施。

值此，發表會的籌備進度仍須不斷推前，然而疫情變化之快速難以預料，故此，本院決定將發表會改為線上形式舉辦。線上發表模式是首次，對於不曾舉辦過線上發表會的佛學院而言，這是一個契機；更是一種挑戰。

專職分工，集體籌劃

本次發表會的規畫，特別邀請畢業校友如一法師和見滋法師投入，加上四位行政法師共六位，成立籌備組、文宣組、總務視訊組及議事組。

籌備會議

師生共識會議

超前部署的籌備

「超前部署」足以形容總務視訊組的籌備！

舉凡發表會的場地空間、住宿、齋堂、齋食、設備、培福居士，乃至廁所動線、食衣住行等等的規劃，一切都是為了讓與會者有舒適的環境與空間。因此，學院早早就進行空間的整修工程。

然而，疫情升溫，發表會的形式從原先的實體改為線上，總務籌備的工作有了 180 度的大翻轉。硬體的籌備從原先的建築空間，頓時轉為電腦硬體。無論是增添線上直播的設備、視訊軟體、網路頻寬、影片轉場PPT以及主視覺設計……都需要重新摸索、學習、設想及籌劃。本次頗受好評的主視覺設計，當初更是設計多達 20 多款，幾經討論溝通才拍板定案，在在都是籌備的細節。

會前為確保每一位線上的主持人、講評人及發表人，在發表當天能有清晰的影音，總務視訊組特地製作操作手冊，並和與會者一一預約，進行線上測試。同時，也準備多臺電腦先進行組內的直播測試。測試時，邀請畢業學長參與並提供意見。

發表會當日，總務視訊組更得上緊發條，靈機應變。例如當日 B 廳的直播網址無法連結，必須如消防員般的火速處理技術問題，讓發表會的 YouTube 直播得以順利進行。

A 廳直播室

B 廳直播室

眾緣成就

顧問資源的指導

發表會籌劃之初，籌備組因經驗不足處處卡關，感謝佛光大學陳一標教授自始至終不厭其煩地全力相挺，陪著我們步步闖關。記得陳教授曾說：「辦好發表會的關鍵，在於請對講評老師。」果然，從會後的迴響見證這一個精確且務實的觀點。

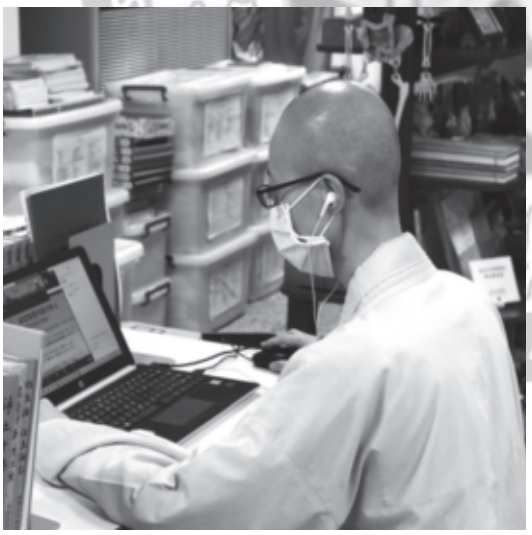
另外，在決定轉型線上發表時，籌備組因陌生而摸不著頭緒，幸得法鼓山聖嚴教育基金會副主任楊展楣居士傾囊相授，提供線上發表的實務經驗。還有，中山大學越建東教授向來對全國佛學論文聯合發表會的關懷和熱忱，也是有問必答，全力相挺。

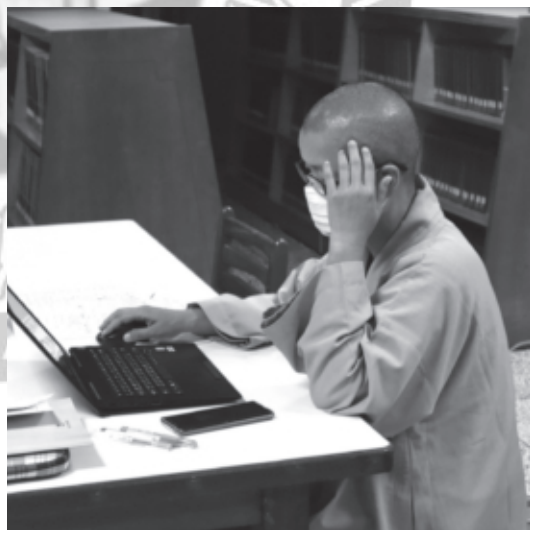
顧問們無私給予籌辦指導與協助，以及眾多因緣成就讓本院籌辦首次線上論文發表會獲得肯定，在此向顧問及眾多成就的因緣致上最高謝意。

關鍵細節

善用 Google 協作

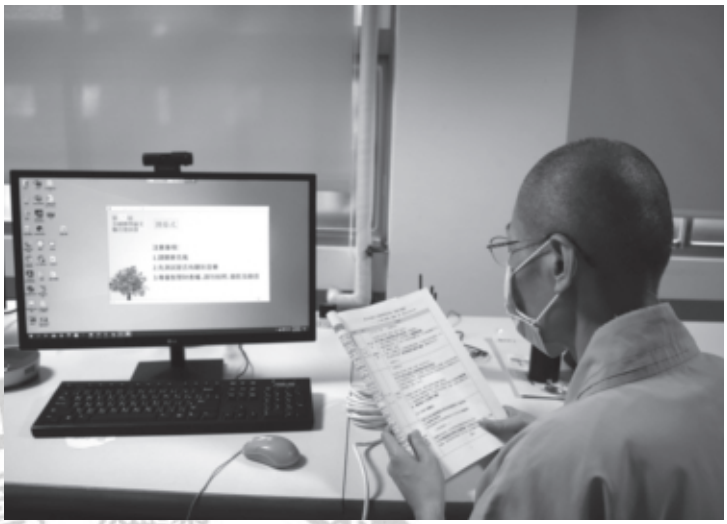
籌備組善用 Google 協作平臺，成立發表會的專案電子信箱，籌備小組每一位成員





直播室外，緊盯 YouTube 直播品質的法師們

Let's Go ！出任務了，B 廳直播室電腦組裝中



練稿中的司儀──教務長見融法師

即為協作者。籌備組以此信箱聯繫或收發電子信件，讓與會大眾找到對應的窗口。此外，亦建立共用的雲端硬碟，存放文件及共享資料，便於籌備組組員進行協作。

以 Google 線上表單進行問卷調查，會後邀請線上參與的大眾提供意見與回饋。與會者的回饋意見和統計分析資料，可供籌辦評估成果和改進參考。

事前操作說明、視訊測試

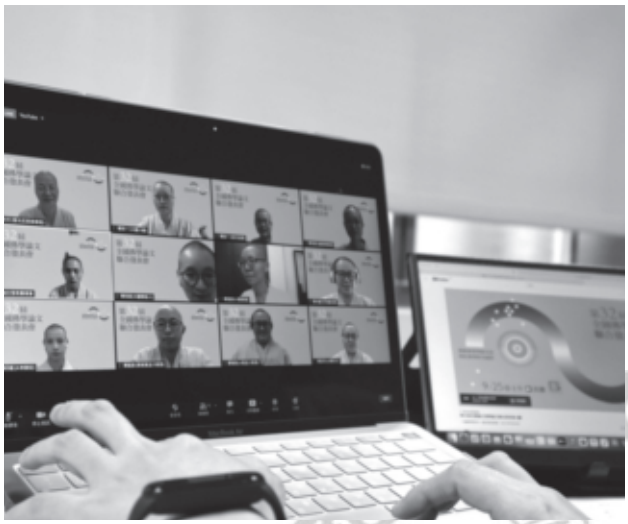
總務視訊組為了讓主持人、講評人及發表人熟悉 ZOOM 視訊軟體操作，以線上平臺預約方式，邀請參與者上網填寫預約測試的時間，再由總務視訊組一對一預約服務，在會前進行操作及測試。

成立發表人和講評人 LINE 群組

議事組邀請發表人和講評人分別成立 LINE 群組，發表會的相關訊息可以即時在群組中布達傳遞，且增加聯絡的方便性。

流程排練：學僧彩排，排除流程與操作問題

藉由這次發表會的因緣，佛學院事先舉辦「網路弘法知多少？」專題講座，提供知



小編法師飛速的鍵盤手

彩排，學僧正在模擬角色扮演

能教育，學僧們對於線上直播的視訊軟體及直播介面、電腦設備、網路、場地布線等等建立概念。

發表會的前二天，為了發表會當日的硬體設備操控、視訊畫面布局……能順利進行，全體師生一起進行線上彩排，還特別加上情境模擬。

師生開始扮演起發表人、主持人和講評人的角色，模擬起各場次的流程。各廳負責時控、小編、總務、緊急聯絡等的同學們各就各位，共同攜手全力以赴，完成二天後線上直播發表會的預演。

網路技術的應用以及如何直播，對於師生們而言，是一個全新的學習！

專業直播

在籌備之初，先是要由學院的師生進行直播操作，但是考量兩廳同時直播，以及考量學僧對於直播操作的熟悉度，因此最終聘請專業直播公司協助，進行線上直播。

精實議程，把關線上發表的品質和時間流程

在議程構思上，因為共有 21 篇的論文發表，為避免發表的時間過長，因此籌備組決定以一天分 A、B 兩廳的方式同時進行，以便控制會議時間。線上的與會者，則可

選擇較有興趣的場次觀看直播。

本次發表的論文，是經過學校推薦或評選委員慎選而出。在線上發表，為了避免電腦設備和網路連線的問題，而影響會議流程，因此參考聖基會的作法，由發表人會前提供預錄影片。議事組則於會前全面確認各影片的品質，包括聲音、畫面的清晰度和時間的掌控。

講評人的講評內容，對於發表者是非常寶貴的指導。籌備組用心規劃，多方探尋，邀請到在該發表主題領域的學者專家擔任講評人。從回饋意見中，可見獲益的不只是發表人，線上的與會觀眾也深獲啟發。

歷時近一年的籌備規劃，分工合作所展現的成果，獲得與會者的肯定並共創切磋學習的因緣，籌備組無不感到欣慰。

溫馨的閉幕

線上印信交接儀式

交接，可說是弘傳佛法使命與任務的延續。閉幕式中，副院長見可法師代表本院將發表會印信移交給第 33 屆主辦單位──政治大學宗教研究所，由所長蔡源林教授代表承接。在音樂伴奏下，移交代表和承接代表在網路的螢幕上完成了神聖的交接儀式。

這是非常隆重的一刻，相信每一個人都是懷著感恩與祝福的心情。我們也祝願：發表會永續舉辦，長久深耕。

香光尼眾佛學院移交代表──見可法師

政治大學宗教研究所承接代表──蔡源林教授

海內外參與者於網路平臺熱烈地送上祝福語，這是集眾人祈願而圓滿的畫面

法的祝福

線上發表會在閉幕式的末尾，不以一句「謝謝大家參加」劃下句點，而是另有創新。籌備組在腦力激盪後的發想是——大家一起送出「法的祝福」。

借助線上參與者的力量，透過 Mentimeter 網路平臺，於 30 秒內上傳，即時送上祝福。祝福的內容可以是為發表會、佛教的傳承延續，或是為世界的疫情，或者是任何的祝福語。當出現重複時，該句祝福語的字體就會持續變大，於是在溫馨且動態如浪的祝福潮中，本屆發表會畫下圓滿的句點。

戒律研究室

《摩訶僧祇律．威儀法》拾趣

佛陀對僧眾的生活常規指導

釋寬揚 整理

「律藏」似乎艱深難懂，
「威儀」彷彿枷鎖重重。
不過，若真翻開律典細讀，
會發現它展現僧團生活化的一面，
所載佛世的種種事蹟，
讀來饒富趣味，
雖然已過兩千五百年仍可為今人借鏡。

本文摘錄《摩訶僧祇律．威儀法》的緣起數則，
且看佛陀如何對比丘們諄諄教誨，
在尋常日用的教學中，
使僧眾的行儀更如法，
使僧團的生活更和諧有序。

序幕——佛陀也當育導長

佛陀在世的時候，每五天會巡視一次比丘們的房間。他走到廚房，卻看到器具到處放置，凌亂不堪。有大神通的佛陀明知而故問比丘：「怎麼亂成這個樣子呢？從今日起，器具不可以到處亂放！」並循循善誘地教導比丘：器具該怎麼洗、怎樣放整齊、怎樣避免蟲蛀……。

這記載於《摩訶僧祇律．威儀法》。讀過律典才知道，原來佛陀很忙！他充當著今天佛學院育導長和僧務長的角色，叮嚀比丘行住坐臥的威儀、生活上的規矩細節、往來應對的行儀，以及如何履行僧團中的義務。

禮儀，永不過時

兩千五百多年後的今日，佛學院學僧透過學習《沙彌律儀．威儀門》，薰習出家人的威儀，如何從俗入僧，讓行為舉止更像出家人？然而，文本輾轉流傳而來，如今要在生活中行踐課文的規條，面對現代生活自由開放的風氣，有時候或會感覺格格不入。

一百年前，近代美國禮儀文化的始祖艾蜜莉．波斯特（Emily Post）認為：穿衣吃飯的規範、應對談吐的禮貌等，屬於禮儀的外在表現，是隨著時代而改變的；不過，蘊涵在禮儀當中，有著永不過時的「禮儀的三個原則」——為人著想、尊重別人和待人以誠[1]。例如，近年來「網絡禮儀」（Netiquette）開始受到重視，也是隨著網絡科技的發達才出現，但是它的內涵仍不離人際交往時的尊重和禮貌。

中國古代也同樣重視「禮」的內涵，如孔子說：「克己復禮為仁。」「禮」的核心價值包含「仁」，即儒家美德的究竟實踐。

威儀的定義

談及威儀，一般為世人熟知的是「四威儀」[2]，如古來傳誦的「行如風；坐如鐘；

---

1. Emily Post Etiquette，http://emilypost.com。
2. 四威儀中的「威儀」，巴利文作 *Iriyā（-patha）*，即動作、姿勢、儀態，參考 "The Pali Text Society's Pali-English Dictionary"。

立如松；臥如弓」。於舉手投足之間保持正念、正知，合乎軌範，外顯的威儀便能攝受他人。日常生活中，我們有時會讚歎某人：「他很有威儀！」如佛世時，馬勝比丘走路托鉢，舉止莊嚴，流露出從容和穩重的氣質[3]，使舍利弗仰慕不已，發心跟隨佛陀出家。

然而，律典中「威儀法」涵蓋的範圍其實更廣。各部律典中，與「威儀犍度」相關的部份，包括：《銅鍱律》的〈儀法犍度〉（*Vatta-khandhaka*）、《四分律》的〈法犍度〉、《五分律》的〈威儀法〉、《十誦律》的〈雜誦〉下的「儀法」、《摩訶僧祇律》的〈威儀法〉及《根本說一切有部毘奈耶雜事》[4]。威儀，或作儀法、行法[5]，包括僧人生活中的各種行為軌範。

《瑜伽師地論》解釋「軌則」，列出三個範疇：（1）「威儀路」，即行、住、坐、臥。（2）「所作事」，如在古印度的生活中，包括衣服、大小便、用楊枝潔齒、入聚落乞食、洗鉢置鉢、洗足、敷設臥具等。（3）「善品加行處所」，如受持讀誦正法、尊師侍師、以慈悲心照顧病人、對同行修習者盡力修和敬事等[6]。

如何才能在這些事項上具足威儀而軌則圓滿？《瑜伽師地論》指出：於行住坐臥和日常生活的行為，應作的去作，不應作的不作，符合世間的規矩及戒律的軌範，不為世間人所譏毀，亦不為賢善的同修者所呵責，如此可謂成就威儀了[7]。

---

3. 《四分律》卷 33：「爾時尊者阿濕卑，給侍如來，時到，著衣持鉢，入城乞食。顏色和悅，諸根寂定。衣服齊整，行步庠序，不左右顧視，不失威儀。」阿濕卑（巴利文作 Assaji），或作阿說示，意譯馬勝，是佛陀最初度化的五比丘之一。

4. 參考印順導師著《原始佛教聖典之集成》第五章。本文分類整理《摩訶僧祇律・威儀法》的各段落要義，參見文末的表格。

5. 據印順導師著《原始佛教聖典之集成》，「威儀」有兩種對應巴利詞語：(1）*Vatta*，或譯儀法；(2）*Ācāra*，或譯正行、軌則。又參考“The Pali Text Society's Pali-English Dictionary”，前者指習慣性的所作事，即義務、服務、習俗；後者指行為方式、做法，特別指正確的行為、良好的禮儀。

6. 《瑜伽師地論》卷 22。

7. 《瑜伽師地論》卷 22：「云何名為軌則圓滿？……成就軌則，隨順世間，不越世間，隨順毘奈耶，不越毘奈耶……如其所應，於所應作，於如所作，即於此中如是而作。由是作故，不為世間之所譏毀，不為賢良諸正善士、諸同法者、諸持律者、諸學律者之所呵責，如是名為於所作事成就軌則。」

8. 《雜阿含經》卷 47。

威儀的重要

戒、定、慧是佛教的修行次第。威儀的圓滿，便是入道的階梯。如《雜阿含經》[8]中，佛陀如此教導：「**當恭敬住，常當繫心，常當畏慎**，隨他自在諸修梵行上、中、下座。所以者何？若有比丘不恭敬住，不繫心，不畏慎，不隨他自在諸修梵行上、中、下座，而欲令威儀足者，無有是處！不備威儀，欲令學法滿者，無有是處！學法不滿，欲令戒身、定身、慧身、解脫身、解脫知見身具足者，無有是處！解脫知見不滿足，欲令得無餘涅槃者，無有是處！」

透過恭敬而住、繫心不散、敬畏謹慎的心態，使威儀舉止能隨順於僧團的其他梵行者，便能安樂地住於僧團中。如是具足威儀、圓滿戒行，方能安心修道，踏上通往涅槃的修行路。

隨犯隨制：佛陀的機會教育

佛陀制戒是隨犯隨制，往往是因為有過失出現才結戒，威儀法也不例外。例如因應手機的使用，佛學院才制定使用手機的規矩。流傳至今的威儀細則，也是因應在某時、某處的僧團狀況，漸漸集結或增刪而成的。

在《摩訶僧祇律．威儀法》中，收錄許多制定威儀法的事件。有一次，六群比丘邊洗腳邊戲水，路過的居士不禁側目，如法的比丘因此報告佛陀。於是，佛陀把舍利弗如法如儀地洗腳，更因此度化了婆羅門的故事告訴眾比丘，可謂機會教育的典範。律中載有許多威儀相關的事件，包括：行住坐臥、禪堂共修、打招呼、維護房舍、沐浴等。發生事件後，佛陀往往親自指導比丘如法的行儀，讀來親切有趣，也可以藉此窺見威儀法的制意。時代雖然改變了，當中蘊含的意趣卻沒有過時。

到底，佛世時發生過什麼事情？佛陀如何教導眾比丘？以下，將從律典摘取事件數則，以白話文表達事件的緣起和佛陀的教導，並歸納當中蘊含的威儀法要義。

---

8. 《雜阿含經》卷 47。

威儀事件簿 1 行、住、坐、臥

立住、經行

事件緣起

佛陀住在王舍城迦蘭陀竹園。比丘在帝釋石室山邊坐禪。那時，有比丘在坐禪比丘面前立住；又有比丘著木屐在面前經行。坐禪比丘心不得定。

佛陀教導

◎ 不可在坐禪比丘前，也不可在眾僧、和尚、阿闍梨或長老比丘前立住或經行。
◎ 除非生病，不可穿革屣、叉腰或覆頭[9]等立住。
◎ 經行時，應在和尚、阿闍梨的後面。
◎ 不可在婬女前、博奕人前、賣酒家前、屠夫前、獄囚前、殺人者前立住或經行。也不可在深邃處立住或經行，應在不深、不淺處經行。

坐

事件緣起

◎ 佛陀住在舍衛城。那時，六群比丘在禪房中，坐得像駱駝一樣[10]。

佛陀教導

◎ 不可像駱駝般坐，應結跏趺坐。若坐久疲倦極了，應交替舒展一腳，不可同時舒展兩腳。
◎ 在和尚、阿闍梨或上座前，若他們坐著或站立，比丘不可以坐。
◎ 不可在婬女乃至深邃處坐，應在不深、不淺處坐。

---

9. 即不恭敬的衣著或儀態。
10. 兩膝立起而坐。

臥

事件緣起

◎ 佛陀住在舍衛城。那時，六群比丘各種臥法：覆臥、仰臥、左脇臥。

佛陀教導

◎ 不可像餓鬼（覆）、阿修羅（仰）或貪欲人（左脇）般臥。應像獅子王般，兩足相疊右脇而臥。除非夜晚作惡夢不自覺轉身，或老病、右脇有癰瘡。

◎ 不可以腳向和尚、阿闍梨、長老比丘。

◎ 不可以初夜[9]便說太累了要躺下。應該正思惟且禪修，到中夜才臥。不可睡至日出；到了後夜，便應起來正身而坐並禪修。

要義

在行、住、坐、臥之間，都應該保持正念，顧及旁人和禮儀，以免招致譏嫌。時常心繫於道，精進不放逸。

威儀事件簿 2 入禪堂

行禪杖

事件緣起

佛陀住在舍衛城。那時，比丘們在禪堂中坐禪打瞌睡。比丘報告佛陀，佛陀說：「從今以後應行禪杖。」六群比丘行禪杖時，捅比丘的脇肋，比丘受驚嚇叫道：「殺我嗎？長老！」比丘再報告佛陀。

佛陀教導

◎ 禪杖應用長八肘的竹或篳，兩端包裹好。

---

9. 印度把一晝夜劃分為六時，夜作三分，每分約等同四小時。因此，初夜約等同晚上 6 點至 10 點；中夜約等同晚上 10 點至凌晨 2 點；後夜約等同凌晨 2 點至 6 點。

◎ 下座應行禪杖。行禪杖時不可覆頭、覆右肩或著革屣，應偏袒右肩。

◎ 若有睡著的人，不可倉卒喚起，不可擊打脇肋。應在旁邊以杖在他的面前搖三下。若仍不醒來，若在左邊應觸碰右膝，若在右邊應觸碰左膝。醒了便應起來取杖而行。

◎ 若睡著的人很多，不可像趕牛般一次就全把他們叫醒，應分批兩人、三人起來。

◎ 若和尚或阿闍梨睡了，亦應行禪杖令他起來，這是由於對法的恭敬。

◎ 行杖的人不可隨順瞋心或偏愛而求他人的過失，應「收攝六根，一心思惟」。若有睡著的便給與杖。

◎ 受取杖的人不可心懷嫌恨，應思惟：「他現在令我去除覆蓋善法的煩惱，利益我不少。」作這樣的心念後，便應起來行杖，若有睡著應給與杖。

要義

在禪堂裡應該用功禪修，行禪杖是警策用功的方法。行禪杖時，應該抱著恭敬法的心態，具足威儀，不偏袒，不畏懼，使同修者得到利益。

禪堂行儀

事件緣起

佛陀住在舍衛城。那時，六群比丘在禪堂有各種行為：在禪堂門前脫鞋後，以底相拍，像拿著魚乾般進入。在禪堂內站立，抖動坐具發出聲響。在禪堂裡故意大聲咳嗽。用草根、線或碎末散著鼻中，連續打噴嚏。張大嘴巴打呵欠，舒臂伸懶腰使骨節作聲。搔癢處，格格作聲。吃了許多豆和牛奶後，在禪堂的四角坐下，輪流放氣，大聲小聲，說：「長老！你聽這聲音調和好聽嗎？」又以手把氣塞到別人的鼻前問：「長老！香嗎？」擾亂坐禪的比丘。

佛陀教導

◎ 不可在禪堂前拍鞋子。若地面有覆蓋，應脫鞋拿進去，不可像拿乾魚般，應以底相

搭，覆蓋在衣下而入內，放在坐具右邊的下方。若地面無覆蓋，應徐徐穿鞋入內，脫鞋後就坐。

◎不可在禪堂中抖動坐具，應疊好鋪著而坐。

◎咳嗽時不可放肆故意大聲，應掩口徐徐出聲。若大聲咳嗽不止，應起立出外，咳嗽後才入來。若仍咳嗽不止，應告訴執事人後離開。

◎打噴嚏、打呵欠時也不可放肆大聲，應忍著以手掩口鼻。若忍不了，應以手遮著口鼻，不可擾亂旁邊的人。打噴嚏時不可使涕唾弄污身邊的人，也不可以說話。

◎不可大動作搔癢，格格作聲。不可用指甲及木條抓癢。若非常癢，應以手按摩，或以指頭刮。

◎不可故意吃易產氣的食物來調戲。在禪堂中，若急著放下風，應自制。若不能忍，應向下坐。放氣時，不可故意大聲，擾亂旁邊的人。若用齋時要放下風也應向下坐，或出外在下風處，勿令臭熏。

要義

在禪堂裡應該注意細行，護念彼此用功，「寧動千江水，莫擾道人心」。

威儀事件簿 3 和尚法、弟子法

事件緣起

佛陀住在舍衛城。那時，優波難陀度人出家受具足戒後，不教誡弟子，弟子像野牛、野羊一樣沒有威儀，不知道如何承事和尚、阿闍梨、長老比丘，又不知道如何入村落、著衣和持鉢。佛陀便教導優波難陀：和尚應教導弟子，包括誦律、經典、義理、威儀，何時授經、共誦、坐禪，下至教弟子莫放逸。

其後，優波難陀的弟子常常不到和尚處。優波難陀不高興，說：「佛陀只管制我，不管制弟子。弟子來了我應當教，不來的話我要教誰啊？」比丘把這事報告佛陀。

佛陀教導

從今以後，弟子應這樣承事和尚：

◎弟子應早起，頭面禮足，詢問和尚睡眠安樂嗎？受教、問事後應離開。

◎ 清理夜壺、痰盂，打掃房間。

◎ 洗手後，奉上水、齒木（牙刷）。接著，持鉢奉上粥食。食後，洗鉢歸位。

◎ 若入聚落，遞上入聚落的衣服。行時，隨師後行。

◎ 若要乞食，先稟白和尚。和尚應囑咐：「如法莫放逸。」若弟子先回來，應替和尚敷設坐床，備好清水等候和尚。待和尚回來，遞上院中穿的衣服，收好入聚落的衣服。

◎ 其他如沐浴、燃爐火、侍奉和尚禮塔、洗腳、睡眠等事，應當一一侍奉。

◎ 從和尚處受經問義後，弟子應於一處修習。與他人共誦經或共同分得房舍時，若和尚觀察到同伴是持律不嚴的人，應囑咐：「不要與這人往來。」若是持律精嚴的，應同意往來。

要義

和尚對弟子應像對兒女一樣，弟子對和尚應像對父母一樣。和尚教授佛法，弟子以恭敬心和謙虛心學習，才能得到法的利益。

威儀事件簿 4 客比丘、舊比丘

事件緣起

佛陀住在舍衛城。那時，六群比丘關上了寺院的門，一起坐著聊天，客比丘來了打門、呼叫，卻無人回應，於是跳牆而入。舊住比丘問：「長老從哪兒進來的呀？」客比丘回答：「跳牆進來的。」舊比丘問：「你們為什麼跳牆進來？」客比丘問：「你們怎麼關上門而不應門？」於是吵起來了。比丘前往報告佛陀。

佛陀教導

◎ 客比丘出門時，旅途中要互相扶持。若有生病者，要代他擔衣鉢，不要遠遠走在前面。若道路露天濕滑，年少者應走在前面。若恐有賊人、虎狼，年老者應走在中央。但若要令賊人起慈心，年老者應走在前面。

◎ 舊比丘不得閉上門只顧聊天。客比丘不得跳牆進入，應拿門鉤開入。

◎ 客比丘進入精舍，不得高聲大語進入。看到舊比丘，不要說：「咄！咄！你還在這兒呀。你怎麼到死都沒離開過這兒呀！」舊比丘也不要說：「咄！咄！像囚犯脫了枷鎖，四、五年都沒看過人！」

◎ 舊比丘喚客比丘進入，應問：「您戒臘多大？」客比丘回答後，舊比丘應該說：「若這樣，可分得這床褥。」

◎ 客比丘不應要求：「你戒臘多大？我應分得這間房。」不應問：「明天誰作早飯、午飯？有好吃的嗎？」

◎ 客比丘應問淨房在哪兒，不要臨時才問。也應問寺院有什麼制限，例如，不可去哪家托鉢？

◎ 客比丘若有急事要離開，舊比丘應提供糧食，照顧有沒有同行伴。

要義

旅途出外時，應該互相扶持。在寺院作客，應該保持禮貌並入境隨俗。接待外來客人時，應該以禮相待，照應對方需要。

威儀事件簿 5 治理房舍

客比丘

事件緣起

佛陀住在舍衛城。那時，佛陀為了五種利益，每五天一次巡視比丘們的房舍。哪五種利益呢？一、我的弟子中有沒有貪著世俗事務？二、有沒有樂著世俗言談？三、有沒有貪著睡眠？四、為了探望生病的比丘。五、有信心的年少比丘看到佛陀威儀庠序，會生歡喜心。

佛陀走到比丘們的房間，看到臥床、坐床處處凌亂不齊，佛陀知而故問：「誰的床沒有整理？」

比丘回答：「世尊！是舊住比丘安置的，我是客人。」

佛陀教導

從今以後，客比丘應這樣做：

◎ 不可看到臥床、坐床被蟲咬仍放置不管。凌亂的應收置一處，歪倒的應置正、放好使不被蟲咬。

◎ 客比丘來到，不可立即帶著行李便走進房間，應該先放置一處，尋找舊住比丘。分得房間了，若地面不平整的應整平，若有老鼠洞應堵好，若有蜘蛛網應掃好，若床褥破舊應織好，臥具應抖動使其乾淨，打掃地板，擦拭置物架。客比丘縱使半夜來住，也應該這樣整理好才離開。

舊比丘

事件緣起

佛陀住在舍衛城，又看到房舍凌亂，如上再問。比丘回答：「世尊！是客比丘敷置的，不是我舊住比丘。」

佛陀教導

從今以後，舊住比丘應這樣做：

◎ 不可使床褥處處亂放，使被蟲噉。散落各處的床褥應收置一處，置正、放好使不被蟲咬。

◎ 舊住比丘不可自己住在好的房間，把壞舊、骯髒的臥具留待客比丘使用。自己應修治好，禮待客比丘。

一切比丘

事件緣起

佛陀住在舍衛城，再次看到房舍凌亂，如上再問。比丘回答：「世尊！是舊比丘敷置的，我剛剛才來住。」

佛陀教導

從今以後，一切比丘應這樣做：

◎ 所有比丘不可任由床褥到處放置，被日曬雨淋蟲噉。應收置一處，放置於不被蟲噉或日曬雨淋的地方。若房舍漏壞應修補，臥具破舊的應浣染補治，損壞的應織好令堅緻。

◎ 打板集眾整治床褥時，不應慢慢地走過來，應快速前往集合，不可推說：「我是阿練若比丘、我是乞食的、我是大德、我是上座，不能治理。」在這兒受用房舍的比丘，自然應當幫忙整治，應一起集合共同修補治理，分工合作，有備繩線的、縫補的、上色的等等。

要義

「愛護常住物，如護眼中珠。」每位共住者都應該愛惜寺院的一切物品，無論是舊住或作客，受用房舍臥具而看到有損壞時，都應該幫忙治理修補。

威儀事件簿 6 沐浴

事件緣起

佛陀住在舍衛城。那時，佛陀開許在溫室沐浴。六群比丘聽到沐浴的打板聲，便先行入浴室。燃起柴炭後，關上門在裡面泡熱水澡。外面的比丘想進入，六群比丘卻不肯開門，說：「長老！等一下，先讓火燒起來。」他們用了很多柴炭，待要用完了，才開門叫喚：「各位長老可以進來了。」比丘們進去後，六群比丘又從外面把門關起來。比丘們悶熱過度喚開門，六群比丘卻說：「長老！等一下，讓汗流出來能治疥癬病。」六群比丘在外面快用完水了，把盛水器具覆蓋地上，然後開門說：「長老們可以出來了。」比丘出來後，悶熱想要用水，六群比丘卻說：「長老！用一點點就好，如佛陀說過，應該要節約用水。」比丘們把這事報告佛陀。

佛陀教導

◎ 要沐浴時，先把浴室打掃乾淨，準備好柴炭和盛水的器具，先安置好柴炭然後打板。

不可以太早燒火令柴炭快用完才打板。

◎ 打板時，應知道是讓所有僧眾沐浴？還是徒眾、個別房舍的僧眾？隨所安排而去。

◎ 若所有僧眾沐浴，應該按次第地去，各自以腰帶繫在衣服作識別，放在衣架上。

◎ 進入浴室時，不可以搖晃著雙臂進入，應遮擋前面進入。一人進去，一人出來。若有後來進入的，先進去的人應給予位置。不可以跨越器物及在長老比丘上跨過。應慢慢進入。

◎ 若和尚、阿闍梨在裡面，不應在外面等待問：「什麼時候出來？」應該進入而幫忙擦洗。若想請別人幫自己擦洗，應稟白和尚、阿闍梨。

◎ 若火太盛，年少者應靠近火。若火太弱，長老應靠近火。

◎ 應慢慢用水，不可以污濺身邊的人。

◎ 應節約用水，籌量水尚剩多少而酌量使用。

◎ 不可以露地裸浴。

◎ 出浴室後，取衣整齊穿好。

◎ 洗浴後若想離開，應告知看理的園民或自行收拾器物。若後來的比丘表示會收拾，便可以離開。後來的比丘應收拾好而把火滅掉。

要義

在日常行事如沐浴，保持衛生乾淨、儀容有禮。舉止安詳，保持禮讓。時時為他人著想，既不打擾別人，也要幫忙和照顧別人的需要。

結語：和悅無諍好修行

以上可見，威儀法包含了日常生活的各種行儀軌範：1. 從個人行為的層面來看，威儀是在舉手投足間具備正念，在行住坐臥中收攝六根。2. 從生活的層面來看，是保持衛生乾淨，愛護一切有情、無情物和身處的環境。3. 從人際關係的層面來看，包括：心存禮敬，互相尊重；護念彼此，為別人著想；也要按照身份和時機，做恰如其分的事。4. 從僧團倫理來看，體現了心存慈悲和謙讓，恭敬師長，長幼有序，服務他人，尊重和投入僧團共修及活動。

威儀表達在個人身、語業的謹慎用心，使行為舉止符合僧團的規範，以及社會對出

家人的觀感期待。此外，在團體生活中，有了大眾共同認定的規範準則，趨向「身和同住；口和無諍；意和同悅」的理想和合生活。如是，身處和諧的僧團，才能安住好修道。

持守好威儀，就從當下此刻的身、語、意三業開始！

後記：一百年後回顧，原來六群比丘的威儀也不錯

律典常常提及六群比丘引生事端，他們似乎是僧團的壞份子[12]。不過，其實後世流傳這麼一則軼事：

在佛陀入滅一百年後，有一位曾見過佛陀的一百二十歲的老比丘尼。她在房舍接待當世的大導師——阿羅漢優波毱多。老比丘尼把盛滿油的鉢放在靠近門的下方，打算測試一下這位阿羅漢的威儀。當優波毱多推門而入，卻不慎濺出了一點油。老比丘尼說：「佛世時，雖然六群比丘常常生事，但是他們的威儀卻比尊者您更好——他們進入房間時，一滴油也不會濺出來啊！」優波毱多聽了以後，大為慚愧。

時移世易，一些威儀法的條文或許不一定適用於此時、此地的生活。那麼，今天我們去聖時遙，持守威儀的原則是什麼呢？《大智度論》透過優波毱多的故事，指出了重點是「一心敬慎」。

在日常生活中，於身、口、意三業，保持敬畏、謹慎的心，攝心不亂，便是諸功德的初門，入解脫的門徑。

Library of Buddhi

12. 經律中有關六群比丘的記載眾多，褒貶不一，例如鄔陀夷雖然好色多欲，但善於說法，證果後更度眾無數。關於六群比丘的正面評價，可參考聖嚴法師著《聖者的故事》〈附錄二：六群比丘〉。

附表：《摩訶僧祇律．威儀法》各段落分類及要義

說明：本表格對《摩訶僧祇律．威儀法》（卷 34 ～ 35）的內容作出分類，整理各段落的要義。數字是原文的段落順序。標題是參照印順導師《原始佛教聖典之集成》而加上。

段落	要義
禮儀	
1 上座布薩	上座應守時出席布薩；熟悉程序；安排布薩
2 第二上座布薩	同上，若上座不能時代替
3 一切僧布薩	同上，若上座及第二上座不能時代替
31, 32 客比丘法、舊比丘法	以禮相待；互相照顧；注意在外的威儀舉止
43, 44 禮足、相問訊	知時作禮；以禮相待；適當言談
45 相喚	言語有禮以示尊重；不直呼和尚阿闍黎名
46 入剎利眾	有禮；尊重；適當言談
47 入婆羅門眾	同上
48 入居士眾	同上
49 入外道眾	同上
50 入賢聖眾	同上
食事	
4 上座食	上座應熟悉應供事及處理應對；平等受施；食畢呪願
5, 6 第二上座食、一切僧食	準時出席；關心鄰座；若上座不能，能者應呪願
25 鉢龕	護鉢如護眼；恭敬師長；衛生
26 粥法	知足易養；恭敬；有次第
41, 42 阿練若比丘、聚落比丘	以禮相待；互相體貼
和尚、弟子法	
7 和上教共行弟子	按弟子能力而教導誦律、教法、教義及威儀等
8 共行弟子事和上	恭敬和尚；接受教導；侍奉生活事宜
9 阿闍黎教依止弟子	如 6，為阿闍黎制
10 依止弟子事阿闍黎	如 7，對象為阿闍黎
房舍、臥具	
11 床敷	愛護床敷；修補房舍
12 春末月治房	春末月不應留待安居比丘修治房舍；分房應公平如法
13 夏安居治房	安居中應修治房舍床褥
14 安居竟治房	安居後應善後、修治房舍床褥
15 客比丘治房	客比丘應修治、打掃所住房舍、床褥
16 舊住比丘治房	舊比丘應修治好床褥接待客比丘
17 一切盡治房	一切比丘應修治房舍床褥
21 衣席	縫衣時作席
22 簾隔障	作障隔
23 房舍	應治理房舍；保持清潔
24 涕唾	潔淨衛生；保持環境清潔
61 燃燈法	護念他人；舉止從容有序；恭敬禮貌

衛生	
18 廁屋大便	不應處處大便；不應臨急上；注意禮貌，不妨礙人，護念別人需要；潔淨衛生；細行
19 小便法	同上
20 齒木法	應量用（長短）；不用花果樹作齒木；注意禮貌儀容；潔淨衛生
33 洗腳法	守攝諸根；舉止謹慎、有威儀；慎獨；護念他人
34 拭腳法	潔淨
35, 36 淨水、飲水	潔淨衛生；用水得宜
37, 38 溫室、浴法	護念他人；節量用水；秩序；尊敬師長
行住坐臥	
27 立住法	護念別人；恭敬；正念正知
28 經行法	同上
29 坐法	收攝威儀；恭敬；正念正知
30 臥法	同上；精進不放逸
用具	
39 淨廚	潔淨整齊；愛護用具；禮讓
40 衣法	潔淨整齊；愛護衣物
著衣	
51 著內衣法	端正著衣
52 著中衣法	同上
53 著入聚落衣法	端正著衣；小心護衣
54 白衣家護衣	同上
乞食	
55, 56 前沙門、後沙門	乞食時前後應互相照顧；護念師長及老者；能者呪願
57, 58 倩人迎食、與人迎食	迎食（請人幫忙取食）應彼此相待
59 乞食法	收攝身心；知足少欲；與居士應對得宜
60 食時相待	乞食時後者應隨前者行，保持照應
入禪堂	
62 行禪杖法	舉止柔和不魯莽；不偏私；互相提攜
63 擲丸法	同上；恭敬法
64 持革屣	不擾亂別人；舉止柔和從容
65 尼師壇	同上
66 謦咳法	同上
67 嗽法	同上
68 欠呿頻申法	同止
69 把搔	同上
70 放下風	同上；不調戲

樹之歌
學習與生活

守候

釋宗一

這個季節的香光山，陣陣冷風吹起，卻吹不走這一股溫暖的守候──「大黑」！

大黑是香光山寺的寺犬，從第一年到香光山參加封山禪修開始，我每年都會去和牠打招呼，和牠說一聲：「我又回來了！又是精進用功的好時光！」牠總是興奮地看著我，開心的搖著尾巴，好像在歡迎我。也許，初來到香光山的居士會畏懼大黑，畢竟看到一隻又大又黑的狗，總是會擔心被牠攻擊。但是，大黑其實是一隻非常顧家的寺犬，有一種憨厚單純的靈性。

禪修的第一年，我當香燈，每天四點半起床，天還未亮，慢慢地走到大殿，準備為眾生打開走向佛菩薩的這一扇門。一打開門，就看到大黑大大的身影依偎在外佛桌旁，安穩地睡著，彷彿在告訴大家：「這一片山林由我保護，我也是佛陀的侍者！」不管起板或是安板，都能看到牠的身影和我們同在。

為了讓這片山林成為選佛場，讓四眾弟子可以安心地繼續修學佛法，舊有的三合院大殿，得重新建造。今年再回到香光山時，舊有的大殿已拆成了一片碎瓦，為了安全也圍起圍牆，因此，大黑也有了一間小房子，施工時，避免牠進去工地玩耍。

好幾次傍晚，經行到工地前，突然看到一團身影趴在工地前，走近一看，這不是大黑嗎？怎麼趴在那邊？叫牠時，一動也不動，像是賴在那裡不走。即使三合院大殿已經拆得面目全非，可是牠依然知道──這就是大殿，這就是我守護的地方！我默默地看著大黑，冷空氣雖然刺骨，風一陣一陣地吹起，但內心卻有一股暖流擴散出來。

就如此次院長開示，說到唐朝龐蘊居士看著他眼前的雪景時說：「好雪片片，不落別處。」這一片雪，究竟會落在何處？你能知道嗎？只有當下才知道！

有一種感動是語言文字無法形容的，只有當下才能體會！

我正在創造

釋惟慈

各位法師、各位居士：大家阿彌陀佛！

我是惟慈，是香光尼眾佛學院三年級的學僧，來自緬甸仰光羅漢寺。很感恩學院給我們參加安慧學苑舉辦的「念佛共修會」，也很榮幸能夠在此與大家分享法義。

今天要與大家分享的題目是「我正在創造」。若有不足的地方，請大家多多包涵與指導。

面對困境

怪事年年有今年特別多，疫情浪潮還未結束又有一波政變，緬甸在今年二月份開始暴動直到目前。起初我每天關心緬甸的每一則新聞，看見那些被子彈射中的人們，心痛不已，但又束手無策，能怎麼辦？

其實，看了新聞心裡更加難受；不看，心還是不安。那段時間，我的心，可說是七上八下、坐立難安。因為是自己的國家，自己的常住也在暴動的區域當中，我的心懸在半空中，書也讀不進；作業也寫不好；睡也睡不安；飯也吃不香，一捧起碗就眼淚汪汪。

身為出家人的我，不會誦經迴向祝福嗎？當然有！

不但自己誦經、拜佛作迴向，在佛學院的所有緬甸同學及其他同學法師都一起誦經，為緬甸祈求國泰民安。我們能做的、該做的都做了，心，還是不安。唉！有時候真的不知道該怎麼辦？每天念誦早晚課誦時，感觸最深的是「國界安寧兵革銷，風調雨順民安樂。」多麼希望自己的國家能夠安寧，全世界的人民都能安居樂業。

各位居士也曾經有過掛心一事，心就會七上八下的經驗嗎？

有的請舉手！（感謝大家！）

釋迦族被滅的故事

有一天上瑜伽師地論時，授課法師提到釋迦族被滅亡的故事。

佛陀接到琉璃王要攻打釋迦族的消息，就刻意經行到琉璃王會經過的路旁，選擇在一棵枯木下打坐。

當軍隊進入王舍城時，琉璃王看見佛陀坐在枯木下，於是上前虔誠地頂禮佛陀說：「佛陀，前面有一棵枝葉茂盛的大樹可以為您遮蔭，您為何要選擇這棵枯木呢？」佛陀回答:「家族的庇蔭更勝過樹蔭。」琉璃王聽出佛陀的言外之意，因此，就撤兵回去。

經過一段時間，琉璃王再次攻打釋迦族。佛陀得知消息後，依舊坐在枯木下等候，琉璃王只好再次撤兵。

再過不久，琉璃王又來了，這是第三次出兵，但是佛陀不再阻攔了。因為佛陀知道：業力是無法抵擋因果的，這是釋迦族必須遭受的劫難，只好祝福他們雙方解怨後都能夠脫離苦海。

目犍連尊者接到琉璃王已出兵攻打釋迦族的消息，立刻去找佛陀，說：
「佛陀呀！琉璃王來攻打釋迦族了，弟子要不要去解救他們呀？」
佛陀安定的回答說：「目犍連呀！業力是抵不過因果的！」
目犍連聽了點點頭，頂禮佛陀後，還是不放心的利用神通去到戰場，看看能不能幫上一點點忙。

目犍連到了戰場，目睹現況實在不忍心，便用神通將四、五千人收入缽中，安置於虛空之中，避免被殺害。

戰爭結束後，目犍連興高采烈的去跟佛陀說：「弟子解救了四、五千人！」「你去看看吧！」佛陀嘆了一口氣說。
目犍連迫不及待地從虛空中取下缽來，一看，只見缽內全是血淋淋的屍體。目犍連泣不成聲，向前稟告佛陀：「那些人全都死了！」

這時，佛陀安慰目犍連：「你的心意他們領了，你不用太傷心。人們終究逃不過業力的掌心呀！」

我轉念了

聽了這個故事後，我的心就轉了。心想：至高無上而且神通又廣大無邊的佛陀，也沒有無災無難、平安的度一生，他還是遭遇家族被滅的事蹟，也常常遭受提婆達多的

陷害，更何況遠遠不如佛陀的我這個凡夫僧！我又沒有神通，又沒有能力！當下，我完完全全接受緬甸的變動，唉！這是緬甸人民的共業！

因此，我要重新看待疫情和政變這兩件事，面對它，接受它，希望有人能趕快解決它！惟慈會多做功課迴向，祝福全世界的人們早日安居樂業！

我正在創造

我體會到：「事」，有可以控制的事和無法控制的事。請問大家，以下三件事中哪一件事我們可以控制？老天的事；別人的事；自己的事。（答：自己的事。）

各位居士，凡是遇到任何的大小事，先讓自己的心安住下來回到所緣，接受業力。保護好自己的心，護心就能安住當下。

悟師父曾經說過：「當下的起心動念、一切造作，都是在塑造下一刻的我。」我之前心不安，創造出不安的自己，影響自己修學，也影響他人。就如同剛剛所講的，書也讀不進；作業也寫不好；睡也睡不安；飯也吃不香。相反的，心安了，就會創造下一刻心安的自己，安心的修學佛法，好好的充實自己，以便將來影響更多人。

「每一刻都在創造下一刻的我。」所以要顧好每一個當下的念頭。

我把 悟師父的這一句話送給大家，請大家一起念：「當下的起心動念、一切造作，都是在塑造下一刻的我。」（大眾同聲念）

現在，我們就用安住的心一起來共修，將心專注在當下佛號中，創造出下一刻安心的自己——也就是莊嚴自在的未來佛！

編者按：此文是 110 年 12 月 20 日，在香光尼僧團嘉義安慧學苑「念佛共修法會」對居士的開示文。

突來的考驗

釋法貝

「來點香光」的朋友：你好！我是法貝法師，來自馬來西亞。
今年 1 月，畢業於香光尼眾佛學院。
今天想跟大家分享我父親的故事──「突來的考驗」。

4 年前，我的爸爸突然中風，造成半身不遂。
爸爸平時幾乎是一點小毛病都沒有的人，非常非常健康。
可想而知，中風對爸爸是多大的打擊呀！

一開始，爸爸右邊的身體完全沒有知覺，必須靠身邊的人照顧起居和飲食。
爸爸無法接受自己必須整天躺在床上，哪兒都無法去，
做什麼事，都得靠身邊的人幫忙，例如吃飯、洗澡、上廁所等，
這些都是平時輕而易舉就可做到的事，現在，卻必須由他人協助才可完成。
爸爸原本彩色的人生變成了灰白，
這是多麼可怕的日子啊！
漸漸地，爸爸的脾氣變得越來越暴躁，
雖然他也不想這樣，但是卻控制不了自己，
他看什麼都不順眼，經常對身邊的人破口大罵。

平時，我們會說：「事情發生了，就面對吧！」
但是，「說，比做容易。」對嗎？
爸爸的心情，並不是我們可以理解的，
我們無法感同身受，無法對爸爸表示同理心。
爸爸心裡的苦，只有他知道；
家人的苦，也是我無法想像的。
後來，爸爸知道恢復身體的健康得要靠自己，所以很勤快地做復建，
因為他不希望像他的一位中風的朋友一樣，永遠躺在病床上。

雖然爸爸的動作還不是很俐落，
但是中風半年後，爸爸卻可以開車了，這是值得安慰的！
有一次，我打電話跟爸爸聊天，關心他，就聊起爸爸年輕時的事情。
這是我第一次跟爸爸聊天，真的是第一次。
回想起自己出家前，跟爸爸從來沒有聊天過，
在家裡，只是偶爾簡單的講幾句話而已。
爸爸中風後，才有因緣跟爸爸好好的聊天，
真不知該如何形容自己當時的心情！
我們一聊就聊了 2 小時。

也因為這樣，我才有機會知道，原來爸爸小時候的生活很辛苦。
爸爸說，自己大概 17、18 歲時就離家去打工。
在外頭租了一間房間，但是，那只是一間小小的廚房，
只是把廚房當睡房而已。
爸爸當時的工作是木工學徒，工資很少，
扣除了租金，所剩不多，所以其實是吃不飽的。

爸爸下班後，晚上就去路邊攤吃水粿條（很像台灣的粄條）。
爸爸問我：「你知道為何我只吃水粿條嗎？」
「因為沒錢買水，所以必須吃加水的粿條。」爸爸輕輕一笑。
我聽到這兒，感到非常心酸。
爸爸回到租來的房間，再吃買回來的半條麵包，
但是，這半條麵包只能吃一半。
第二天的早餐，也就是前一天晚上所剩下的那些麵包，
而且只能喝未煮的自來水。
爸爸又問我：「你知道為何我只買半條麵包，不買整條麵包嗎？」
我回答：「不知道。」
爸爸說：「因為半條麵包比較便宜啊！」
我聽了後，眼淚已經快流下來。
但是，不想讓爸爸也跟著難過，所以就故作輕鬆。

對一個年輕力壯的小伙子來說，白天已經辛苦幹活了一整天，
有時又沒吃午餐，晚餐只能吃水粿條及一點點麵包，
這根本無法裹腹！
我聽到這兒，除了心酸，也開始反省：
自己的生活衣食無憂，還在與人計較小事情，分別你我，
唉，自己感到非常慚愧！
爸爸這樣的生活，過了好幾個月。
因為一直吃不飽，影響了第二天的工作狀況，
所以決定晚上回媽媽家——也就是我阿嬤家吃晚餐。
但是，從租來的房子往返阿嬤家有一段距離，
除了必須乘坐公車，也要走一段蠻長的路程。
回去阿嬤家吃飯，也是匆匆趕趕的，
因為公車的班次很少，若錯過公車，就必須走 2 小時的路才能回到租屋處。
如果遇到下雨就慘了，只能被雨淋成落湯雞！

雖然，爸爸也分享他小時候調皮的事情。
但是，我內心已經開心不起來。
我從來沒聽過爸爸談他小時候及年輕的故事，
現在，我感覺自己跟爸爸的距離，越來越靠近。
我發願：如果有時間，我一定要再跟爸爸聊天，多聽他老人家談以前的事。

我已經出家 8 年了，也就是離開家鄉馬來西亞已經 8 年了，
在台灣待了 8 年的期間，也沒有真正關心過家人，說來真是慚愧！
但是值得欣慰的是，至少家人已經不排斥吃素，
家人能夠接受素食，我感到很歡喜，至少對他們的健康是有幫助的。

前一陣子，我去做牙周病的治療。
有一次，為了要做深層的清洗及避免疼痛，所以，牙醫師幫我注射麻醉藥，
我左邊的臉頰就沒了知覺。
治療結束後，回到學院，剛好是用午齋的時間，

可是左邊的臉頰什麼感覺都沒有，只覺得腫腫的，
吃喝什麼，都會從左邊的嘴角流出來。
當下我忽然想起爸爸。
自己只是嘴巴暫時沒有知覺，就覺得不適應，
那麼爸爸剛中風時，他的內心是何等的焦慮、沮喪……。
爸爸被負面的情緒纏繞時，我卻沒有在身邊陪伴他，唉！

《佛說八大人覺經》有一句話：「世間無常，國土危脆；
四大苦空，五陰無我；生滅變異，虛偽無主。」
世間所有的東西都是無常的，沒有永恆不變的，
包括親情、友情、愛情、事業以及我們的身體。
我們年輕時，身強體壯；
年老或生病時，身體走向敗壞的那一刻，
我們無法、也不可能讓時間停下來，讓身體永遠不要衰老。

爸爸中風期間，身邊有很多貴人給我們鼓勵及協助。
我相信救苦救難的「觀世音菩薩」有聽到我們的呼喚，
並一直在身邊給予「護念」的力量，幫助我們度過難關，我非常的感恩。
如果沒有觀世音菩薩的保佑及貴人的協助，
我怎麼可能有機會還安安心心的待在台灣修學佛法呢？
現在，爸爸及家人也開始稱念觀世音菩薩的聖號，在心靈上有一個寄託。

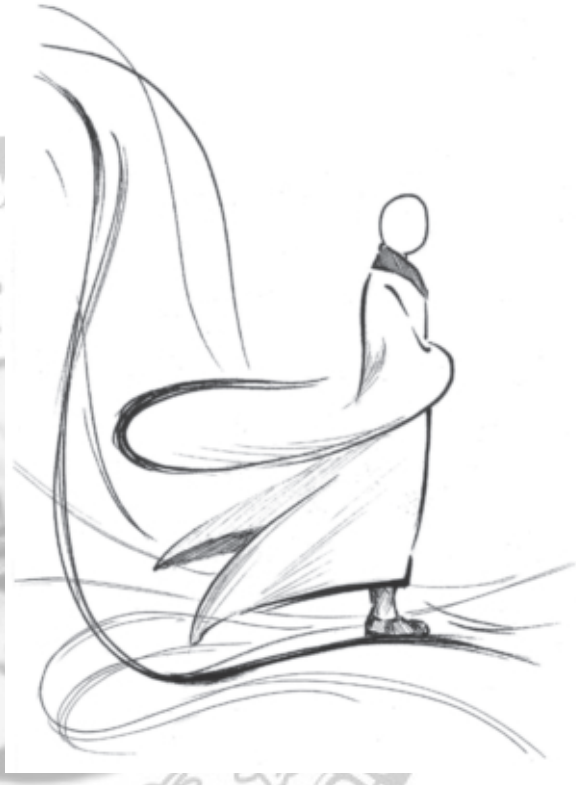
我們無法阻擋人生的風雨，幸好，風雨只是一時，終究會過去。
我在爸爸的身上看到他強韌的生命力，以及過去累積的堅強的意志力，
風雨擋不住他堅毅前行的腳步，
因此，他的生命出現了雨過天青的美麗彩虹。

感謝您的聆聽，祝福每位聽眾朋友：
在遇到「突來的考驗」之後，都能有雨過天青的彩虹出現！

編者按：此文在 111 年 8 月 6 日父親節前夕，於香光尼僧團的線上頻道「來點香光」發表。祝福每一位曾經的少年：父親節快樂！

半百新生兒

釋見慤



大家好，今天我要說一個故事，一個「半百新生兒」的故事。

怎麼說是「半百新生兒」呢？因為，見慤年近半百才出家，半百等於 50 歲。

以僧人來說起步甚晚，許多同齡的師兄都已經出家三十年了，早已是弘化十方、度眾無數的大丈夫、宗教師。自己到了這把年紀，卻還在沙彌尼階段，在佛門中猶如「新生兒」一般。

初出家要學的實在太多了，必須學習僧人的威儀、入眾、學院的五門功課等，一切都要從基礎學起。相較於佛學院十幾、二十幾歲的年輕法師，年紀的差距實在太懸殊。各位覺得以快 50 歲的年紀，學這些會不會很辛苦呢？相對地，也因為過去在社會上多年的工作經驗，以及歷經生命中的生離死別、悲歡離合，讓見慤看待自己生命有著很大的扭轉，也更清楚人生方向，於是，在半百之年堅定選擇出家之路。

出家後的日子有比較輕鬆嗎？答案是：「沒有！」出了世俗的家，卻入了更大的一個家。離開了舒適圈，最大的難題就是要承認以及面對自己的習氣。就說從行者期乃至到現在，見慤都因為常被慣有的習氣帶著走而碰了很多釘子。

比如當行者時，因為不喜歡書法老師要我們在空中比劃學寫字的方式，加上自己有

學過書法，主觀地不喜歡老師的教學，便抗拒再上這位老師的課。此事我當然被師長訓斥啦，師長說我有「慢心」！當時超不服氣的：「明明就是老師教法很奇怪，為何說是我的問題；我只是說不喜歡老師的字，為何就說我有慢心。真是氣死我了！」學院大小事都逃不過院長的法眼，這件事當然也不例外，還好沒被院長找去「談話」。後來，被師長開導好多次，幾經沉澱，轉個心念：「老師的字有其特色，用欣賞的角度學習她的寫法，說不定也能融入我自己的筆法中。」此後上書法課，不再執著自己原先的想法，慢慢地也發自內心敬重這位老師教學認真。

在佛學院大家共住共學，上課、出坡都在一起，因此也常「冒出火花」，畢竟大家來自不同的背景，觀念、想法、生活習慣等都不盡相同。自己的脾氣又特硬，遇到不喜歡的人便敬而遠之。但是能離多遠？這麼密切交集的環境，想躲都沒地方躲！有時，對方的一個動作、一句話，就可以把自己激怒；或是對某人的言行不滿意，覺得沒威儀，提醒對方之後還看到一樣的情形，每每自生煩惱，不願意再提醒第二次，而且會給對方貼標籤。後來知道：如果執持善法，自己卻不快樂、生煩惱，就要去檢視自己是如何執持這善法的。善法本身沒有問題，問題在於自己如何執持。在一次又一次的事件中，看到自己的執取，於是，學習善觀因緣，慢慢從煩惱中轉出來，自己的身心才有些鬆綁。

我想成為怎樣的出家人？既辭親割愛，由俗轉僧，在僧人的「僧命」裡，沒有所謂的「周休二日」，也沒有資格說「老」。生命的意義和價值，可以由我們自己創造，高雄分院紫竹林精舍的牆上掛著這麼一句話：「用全部的生命走向醒覺的道路。」我用此話勉勵自己，我想要認真探求佛法，祈願用佛法來利益自己和眾生，步步踏實，朝向離苦邁進。

見慤以「半百新生兒」的體驗來鼓勵大家，對「修行」這件事來說，只要願意認真地看待我們難得的人身，願意在有限的生命中於佛法上精進和體證，年齡絕不是問題，不管是在家或是出家，都可以透過修行而重生，看見生命另一番的風采。

見慤祝福大家！

所緣

釋見澂

期待二十天的封山禪修，原計畫是前十日精進禪修、培養定力，後十日全力衝刺論文，卻因自己的外傷病緣，變成了另一種修行的生活體驗。

前幾日開始禪坐時，雖不致忘失禪修業處，但是惶惶不安的心也沒消退，使不上力用功的感覺，令自己更加焦急──可以禪修的日子在倒數了。小參後看著自己氣餒、委屈、不平的心情，究竟執著什麼？想要抓住什麼？突然自己有根線就鬆開了，與其做個不斷自我譴責的「好」孩子，不如就安心做能力所能及的事吧！倘若因此被認為是「壞」孩子，問心無愧之餘，那也沒什麼不好！

對於自己認定的「好壞」「對錯」鬆綁時，當下，倉皇的心也定下來了。原來，我的所緣不在禪修業處，而在他人的觀感、期待和評價，以及自以為是的道德標準。嗯！這一直是自己很深的束縛。只不過，雖已暫伏惶恐不安的心，各種能夠安置的措施也妥當了，但是禪修中依然在和不時冒出、打岔的念頭拔河，這時候，又要找什麼當理由呢？

第二期開始寫報告了，發現了自己書寫的動力加倍，想方設法地，努力著多擠出些時間可以多寫幾個字，才驚覺──所緣在畢業報告上的動力竟然如此強烈。有些感慨地，如果我禪修時的動力也這麼強就好了。可是仔細思惟：真是如此嗎？如果畢業報告沒有期限的緊迫，估計也難以激起如此強烈的動力吧！

因緣，讓自己這段時間不得不加把勁用功，於是有了相應積極的態度；反觀禪修時，自己身心因緣的種種不具足，也是自身資糧缺乏所致啊！

只能告訴自己：至少要努力把所緣維繫在善法上，這才算是在修行吧！

吃飯的是誰？

釋見崧

封山禪修時，有一天早上的香次，腦中突然迸出一句話——吃飯的是誰？於是我放下妄念，順著「吃飯的是誰？」這句話開始參。

我開始觀食物從嘴巴進入，經過食道、胃及腸子，最後排泄出去。食物到底是我的嘴巴在吃？還是胃在吃？還是腸子在吃？到底是誰在吃？疑情一個接一個的冒出來。我，這身體是四大因緣一和合，因為本來沒有「我」這個人。地水火風，四大不能獨立存在，是假因緣和合才成的。「我這身體」是依「四大」而有，當我死亡時，隨著因緣滅則散了。

觀想吃進的食物——花椰菜，經過消化，再排泄出來，也不是它原來的樣貌。這就和身體的變化是相同的道理。花椰菜，一開始是種子，經由播種而發芽生長，長出菜葉，熟成時是花椰菜，經過人類的食道消化，花椰菜不再是綠色的樣貌。

我們時常把身體看得太認真，幫它找飯吃；餵零食；又幫它找衣服穿。忙了這麼一遭，為了什麼？花椰菜，經過澆水施肥，生成長熟，最後只是成了人類口中的食物。這讓我深刻的明白：世間一切事物都是「緣聚則成，緣散則滅」。有時，自己非常在乎的人、事、物，不論自己是開心或生氣，最終也是因緣聚散一場。

想到此，突然有一種「那還有什麼好計較的呢？」

於是，回到當下，繼續用功。

轉化自己的心

釋見航

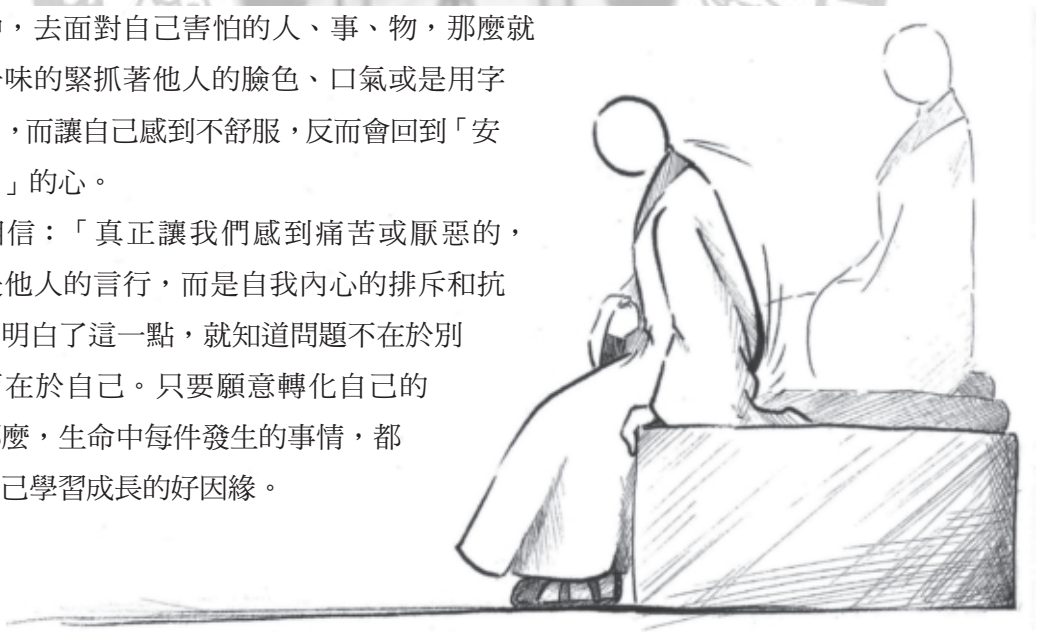
這次的封山禪修，我比以往進步。

以前打坐，只要一感到腿痛，我就一定會換腿，甚至開始煩躁起來。可是這次禪修打坐，我嘗試要求自己每一支香比上一支進步一些些，因此，後來可以坐到一整支香都不用換腿。過程中我覺得體會最多的是堅持和耐住疼痛！

小參的時候，禪修老師寰法師鼓勵我：「不要害怕疼痛，要帶著探索的心去觀察這個疼痛。一開始或許很不舒服，但是慢慢地，就可以與這個疼痛和平共處，而不是與它對立。」寰法師的話讓我有了信心，後來我也試著去觀察這個疼痛——真的有這麼痛嗎？還是自己把這個疼痛放大了？當我帶著一種輕鬆的心情去面對這個疼痛時，我發現：其實是我自己過去對疼痛有所恐懼，因此才會排斥疼痛。現在，當自己勇敢去接受這個疼痛時，它雖然還是會帶給我不舒服的感受，但是由於心不再緊抓著痛，所以反而沒這麼痛了！

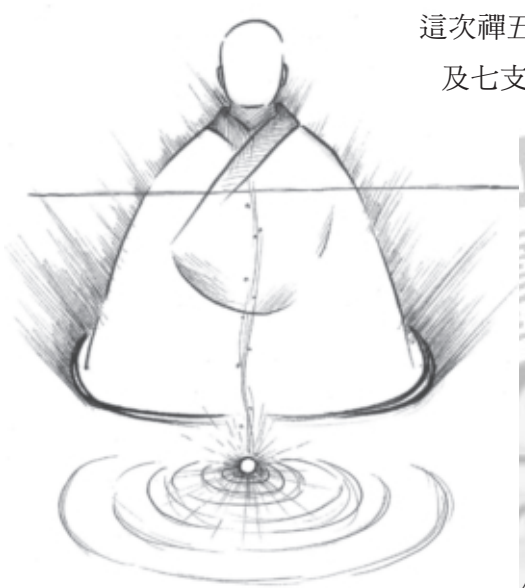
這個體會讓我明白：心的力量無限大！如果將這樣的心情運用在日常生活中，去面對自己害怕的人、事、物，那麼就不會一味的緊抓著他人的臉色、口氣或是用字遣詞等，而讓自己感到不舒服，反而會回到「安頓自己」的心。

我相信：「真正讓我們感到痛苦或厭惡的，並不是他人的言行，而是自我內心的排斥和抗拒。」明白了這一點，就知道問題不在於別人，而在於自己。只要願意轉化自己的心，那麼，生命中每件發生的事情，都是讓自己學習成長的好因緣。



心念的旅程

釋自諗



這次禪五，寰法師和杰法師教導「安般念」觀呼吸的方法及七支坐法，經行時將心專注在呼吸或是專注在腳步的提起、推移和落下。開示講解則是從初禪到四禪修行檢核的方式。

我依著禪修老師的教導來練習。禪修開始幾天，剛上座時雖然心非常昏沈掉舉，但是隨著注意力放在呼吸，感覺息的出入、息的長短、全身息之後，心慢慢的、慢慢的專注了起來，也漸漸明白禪修老師說的「將妄想、聲響放在背景」的意思了。

第四天下午的香次，雖然知道自己在打妄想，但還是不斷的陷入過去受到的委屈情緒裡；一方面也很努力、很努力的強迫自己回到觀察呼吸上。經過一段掙扎，終於將情緒勉強壓下來回到呼吸上面了，就這樣繼續勉強的坐著。但是，在禪五的最後一天、最後一支香時，整個嗔恚心大爆發，身體僵硬緊繃，呼吸也愈來愈短促，心中充滿了憤怒的情緒。自己知道這樣下去很不妙，心想：現在如果無法停下心中的情緒，就借由身體的放鬆來調整呼吸急促的問題吧！於是，先是用「身體掃瞄」來放鬆，但是發現效用一下下就不行了；再用「暫停呼吸」的方法停止過度換氣引發的焦躁，還是沒效用；最後，讓心靠著「稱念聖號」才逐漸的安靜下來！

後來向寰法師小參時，才看到自己沒有求助的習慣。雖然知道了自己的問題，但目前也無法馬上改變自己的習性，只能慢慢地讓自己的心一點一點的放開、放軟。

我想：只要依照禪修老師的指導，好好去練習，給自己一些時間，應該可以順利的通過這段緊繃的考驗。

覺察自心

釋宏和

今年的密集禪修，也許是自己這四年以來坐得最安穩、內心最平靜的一次。為什麼？

因為在密集禪修的前一段時日，自己在關房內隔離，在沒有與人互動的情況下，與自己獨處了將近十天。所以，從關房出來後，就能很快適應止語與靜坐的日子，更能專注於自己的每一個念頭、每一個動作、每一次的呼吸。

第一支香坐下去時，感覺整個人是輕鬆、愉快的，沒有往日的煩躁不安與向外攀緣的心，反而是多了一絲絲的內斂與內觀，並且清楚地覺知自己當下每一次的呼吸、每一個專注、每一秒內心的變化，以正念、正知來覺知。

今年，我感悟到：觀呼吸就彷彿是一個人走在喧嘩的大街上，身旁無論有多少人來來往往，都與自己無關，自己當下只需一心專注的走上自己的目的地。若在觀呼吸的過程中，有妄念跑出來干擾自己，千萬不要去理會它，只須將它視為背景，當做一閃而過的雲煙罷了。自己只要將注意力放到所緣（觀呼吸、數息）上就好，若跟著妄念跑，到頭來所緣不見了，而自己追逐的妄念也是一場空。總歸一句，回到所緣，回到呼吸，不被妄念干擾。

今年坐禪，不會像以往，一再的看離下座還有幾分鐘。相反的，今年反而覺得禪修的時間過得非常之快，一轉眼已近尾聲。

時間會使人成長，時間會讓人進步，在這匆匆的時光中，自己能夠有收穫、有成長，真是一件值得高興的事，至少自己過得有價值、有意義！

以歡喜心共成三寶事

釋道源

一年一度的弘護又到了，看到自己被排到知客組，有點兒不開心。第一、陌生，第二、對於這個執事，感覺自己派不上用場。這次怎麼排在這組呢？但是，還是乖乖試著挑戰看看。

今年情況特殊，法會比往年縮短了好多天，前後只有三天的弘護實習，才剛進入情況就結束了。在短短的時間內，要吸收的事情很多，平日自己的腦子不是很好使，一時要吸收這麼多東西，真的沒辦法。這幾天的實習，還算蠻順利的。雖不是做到百分之百，但過程中真正實踐了「以歡喜心共成三寶事」，不僅是實踐也是領悟，那種法喜讓人心底非常的踏實。

第一天 5 月 7 日，一早起來，告訴自己：即將進入法會，要調整心情面對身邊的人。修行人總是帶著「給人方便；給人歡喜；給人快樂」的心情來與人互動，於是我給自己訂目標：不僅以歡喜的心來承擔三寶事，也學習給人帶來歡喜。

第二天也是法會當天，七點半和來寺培福的居士集合開會。我們這一組的工作是敦親睦鄰，以供品和鄰居結緣。生平第一次推著載滿禮物的推車在馬路上行走，走向家家戶戶和他們結一份善緣。走進每一家，大多是老弱年少。滿頭白髮的阿嬤，正為家人的一天打理著，煮飯、洗衣、照顧家中的孫子，滿臉的皺紋卻有慈祥的面孔，使我非常的敬佩。來自緬甸的我，也用上了幾句簡單的臺語和他們打招呼，愉悅的畫面、快樂的笑容，真讓人難忘。

「這是多大的福報啊，在這疫情嚴峻的狀況下，還能回到佛陀的家來培福。」這是組長見典法師在開會時的前言。一句話，深深讓我省思：「真的是有福報才能在這安穩的環境下學習服務。」於是我懷抱著一顆歡喜的心全力以赴，和夥伴們一起共成三寶事。我不再遇到陌生人就排斥，不再遇到困難就退縮。我漸漸學會改變，勇於去挑戰遇見不一樣的自己。

很感謝一切因緣的成就，在法會期沒有任何的身病、苦惱而讓自己退失所發的願望，終於達成「以歡喜心承擔三寶事」的目標。

抓賊記

釋本鑒

疫情急速地燃燒、蔓延，但是法師們弘法的腳步也沒有落下，在疫情嚴峻之下，香光寺依舊為國為民祈福，舉辦「慶祝佛誕暨護夏祈安法會」。

時間總是那麼快，兩天半的弘護實習轉眼即逝，待回神過來，法會已到了尾聲。我們香燈組結束善後的工作，直到晚上 7：30 才到齋堂用藥石。談話中說到義賣，我跟組長說：「今天，我本來想要去買一盆蘭花，可是沒時間。」組長說：「不用買，明天到浴佛花園給你挑幾盆。」我想：「真好，可以組成一大盆放在院務處了。」期待明天的到來！

第二天，除了蘭花，我還挑選了幾株好看的花，準備組成盆栽點綴一下院務處。於是，我把挑好的花放在牆邊的角落，滿心歡喜地去做事了。可是，等我回來，發現我最愛的那兩株花不見了——誰拿走了我的花？不捨的情緒瀰漫了整個心房，心情低落極了！我不斷的呼喊：「我的花，我的花！」這時，教務長融法師笑著拍拍我的肩膀說：「好了，好了，我出去買一盆給你！」組長安慰我說：「我去幫你要回來。不然，我的花給你，我想它的時候再去看就好。」我想：怎麼可能向別人要，只好自己忍下來了。話雖如此，但我還是不捨那兩株我最愛的花。

慢慢地，我開始想：這花本來就不屬於我，只是有因緣剛好讓我先拿到它而已，其實任何人都可以擁有它呀。這麼一想，鬱悶、低落的心情瞬間雲開霧散。過了一會兒，漸漸地心中也浮現一面明鏡，映照出強烈的貪念和執著的身影。看到了，我看到了，看到那竊取我理智、使我心生貪瞋的「賊」！經過一番分析、回顧，才驚覺：我差點失去寶貴的資產——平靜的心。

貪念和慾望潛伏在暗處伺機而動，稍有不慎，它們便溜進內心來洗劫一番。此類的事件不知發生過多少次，失去理智的我沉浸在不滿的瞋恨中，只是沒有看見貪瞋這賊人而已。今天，幸好讓我及時捉住賊人！

這次的弘護實習讓我學到一課，也保住自己最寶貴的平靜的心，在生命的記事本中記下了重要的一筆。

我在眾中

釋見崧

又到了一年一度的浴佛法會實習，今年與往年不同，只有兩天半的弘護實習。分組的名單公告了，今年我要到大殿組當佛陀的侍者，以及擔任浴佛法會的午供貫串。對於法事程序不熟悉的我，也希望能藉由這次實習多多學習法會期間香燈的執作。

但是，到香光寺報到半天後，隔天就是法會日，可說是沒有暖身就得上場了，心裡不免有些緊張。內心先給自己三個鼓勵：一、「做中學」，從邊做邊學中去學習與發掘自己不足的地方。二、「錯中學」，不要害怕自己做錯，錯誤中的學習，才會更了解什麼是正確的。三、「做中覺」，在做執事過程中，覺察自己當下的心念。

擔任法會午供貫串是一大壓力，因前一晚才確認貫串稿的內容以及接受臺語正音的矯正特訓，準備得並不充分。上場時，原以為自己會緊張，但是，值此疫情嚴峻之際，仍有這麼多的信眾來參與法會，甚至有高齡九十多歲的居士參加，看著虔誠的信眾，我的內心生起「我與大眾攜手同行廣修供養」的正念。或許是因為這樣的心念，讓我以一份虔敬安穩的心，跟著主法法師帶領居士一起午供。覺察到自己的心和大眾在一起，一股安定的力量湧現，也安穩了自他。

法會中小蒙山的法事儀軌「散珍寶」，是普濟施食幽魂，讓諸鬼道眾生得以聞法受食。當時自己專注著散珍寶，卻未留意到主法法師的施食咒語已加持完畢。此時，組長趕緊過來拿走我手上的珍寶，大把的散落地上。組長告訴我：「去體會鬼道眾生吃不到手上珍寶的心情，因此要在咒語加持結束前散完珍寶。」經過這一次的「錯中學」，讓我這個法會新生深印腦海。

疫情期間，大殿組的弘護實習，讓我有機會和信眾及培福居士們以法相會，大家都是眾緣中的一個緣，我亦在眾中。法會上聚集了大眾共修的力量，給予彼此心靈上的寄託和慰藉，一起向正道前行。

輕喚我心的梵唄

釋廣融

記得小時候，佛寺有法會時，我的母親會帶我去禮佛，主要是可以吃素齋。那時候，就有薰習一些梵唄，時間不長。

三十歲的我，是人生最低潮的時候，我的義父告訴我去寺院拜《三昧水懺》。他帶我去了一次之後，我每個月就都會去禮拜《三昧水懺》。我聽到法師在唱誦時，心生起歡喜，不自覺的哭泣，可能當時的我悲苦非常多。我很喜歡聽法師唱誦梵唄，只要有各種法會，我就很虔誠的去參與並且融入在其中。

平時，我會在房間放梵唄來聽，除了自己喜歡聽以外，也想讓一些無形的眾生聽了梵唄後，能夠充滿法喜而短暫的忘掉一些苦痛。我喜歡聽各式各樣的梵唄，總覺得聲音可以牽動人的心，如果能夠更了解所唱偈頌的含義，又有好的聲音加上宗教情感的投入，唱出來的梵唄聲音更能夠扣人心弦。

出家後，我最有感受的是幽冥戒儀軌中的唱誦，因為我經歷過人生的低潮，所以體會到地獄眾生非常苦，他們也希望跟我一樣能夠有一股力量幫助他們。我希望藉由梵唄的聲音來傳導經文，使得他們能夠早一點離苦得樂。

我很希望自己能夠唱出好聽的梵唄，讓眾生因為聽到我的聲音，他們也能暫時離開苦痛而得到安樂。

Digital Library of Buddhist Studies

我與梵唄有緣

釋戒端

一開始學佛，我對梵唄就有一點點興趣，因為我有接觸過國樂，有一點底子。

再說到「唱」，我更有感覺了，因為我有一個愛唱歌的母親，所以我也超愛唱歌的。

進了佛學院，才發現梵唄並不像我所想的那樣，因為世俗的歌唱與梵唄的質感差太多了。

一般的俗情歌曲不是放蕩不羈，不然就是情感的愛恨情仇，對比之下，梵唄真的是一件非常殊勝的事。因為要培養出僧眾的宗教情操，以及「上求佛道，下化眾生」的菩提心，所以梵唄的韻調讓人感覺格外莊重，是僧人從俗轉僧的關鍵之一。

我自己在跟著梵唱的時候，心的狀態也會因為莊嚴肅穆的氛圍，而變得非常寧靜與祥和，也會感受到一種安定的力量。

梵唄課的授課法師告誡我們：「不可因為唱久了就失去初心，變成為了唱而開口，聽上去是懶洋洋的。」我唱梵唄，會投入其中去隨文作觀，我喜歡梵唄帶給我的安全感，不想失去梵唄的真正價值。

所以，我跟佛菩薩發願：「我要每天都用自己的聲音來供養佛菩薩！」這是我與梵唄的情感連結，也是心中默默與梵唄的約定。

面對自己 分享法益

王行者

靜雯來到學院學習的動機，是因為生起對佛法的好樂。

自己一直想要更深入的認識佛法，能夠踏踏實實的穩固佛法的基礎，然後付諸行動，以行動上的實踐帶動心理上的體會，才能更深入佛法文字背後的義涵。

以前，靜雯還在學時，常聽到「無常」這個詞，同學們把無常掛在嘴邊說，甚至把它當成玩笑在戲論。靜雯心想：遇到不順就說無常，遇到痛苦就說無常；但是遇到驚喜、遇到樂趣時，是否也說無常？說著無常，是否真的知道無常的含義呢？它的內涵有多少是我不了解的？

那時靜雯開始對「無常」兩個字產生好奇。來到學院，我就學習在生活中時刻去察覺「甚麼是無常」。

靜雯對聲音很敏感，來到學院，處在不只一個人的空間，必定會有各種聲響。剛開始，只把注意力放在聲音及心裡的不耐煩。說得好聽是在覺察無常，事實上，還是往外攀緣、批判，看不到自己的情緒、表情、動作和念頭。

到後來，慢慢練習回到自己身上觀察──喔！我又在抓聲音了，我又不耐煩了，我在排斥了！直到有一次和師長談話，才痛切的發現：自己離自己已經非常遙遠。這次談話像是被敲醒一般，流下淚水，放下自我執念──靜雯終於面對自己。

聲音是無常的，煩惱、情緒、感受都是無常的。最重要的是，要回到自己身上，看到自己身口意的造作狀態，才能真正看到問題其實在自己身上，而不是在問題中越陷越深，像鴕鳥一樣把頭栽進土裡。

佛法不是文字遊戲，而是去發現；去體驗；去明白背後那一副最真實的面貌。靜雯希望這一份親身體驗，能夠分享給更多人，尤其是希望新一代族群能夠親近佛法、認識佛法，感受到佛法的生活化。讓年輕人在遇到苦惱時，有那麼一束光指引他們走向正面的道路，能夠運用佛法看到自己；清楚自己；認識自己；接受自己，以正念的資糧來富足心靈。

啟發菩提心的願

嚴行者

小時候，父親和母親曾經一同在安慧學苑佛學研讀班學習佛法，也時常將佛陀的善法在我們家庭生活中分享，也許菩提的種子就是在此時種下的吧！

11 歲那年，母親突然腦溢血昏迷就離世了。母親的早逝讓我的生命有了一點缺憾，不過我還是保持母親樂於助人的熱心，但是，對於生命的目標及人生的方向，似乎找不到前進的路。

大三那一年，我參加了「香光 102 智慧青年營」，獲得一點前進的動力與方向，也牽起我與佛法的緣。我開始主動去參加香光寺的社團活動，讓我建立起自信與自我肯定，也開始想了解佛法在說什麼。

大學畢業後，面對不同工作的酸苦、喜樂與自我人生價值的省思，我還是沒能真正用心將佛法運用在生活中。上了佛學研讀班以後，由於種種的所緣與自身對生命體驗的苦和各種煩惱，我開始認真思考，想要去面對這些問題。於是，真正的靜下心來探討佛陀的智慧是什麼？佛陀的法是什麼？佛陀怎麼樣過生活？

曾經我以為世間的享樂、財富、升遷、名利，會使我感到無盡的快樂，但是，自己在嘗試獲得過後，當快樂離去的背後卻總是感到空虛，我到底在追求什麼？自己的人生價值與目標是什麼呢？我也不知道。

每次與善知識、與善法接觸，總是讓我的心不再漂泊不定，透過培福與共修，也培養了我的福慧資糧，於是，我在想：自己是否也能成為別人的善知識？

曾經，有位法師對我說：「為了修行而出家，不但不會限制你的所學，甚至會放大你的潛能。」我渴望以自身的能力去幫助別人，我也期望自己能成為一個有影響力的人，法師的話讓我思考著：我該如何達到我期望的目標？

所以，現在的我選擇了修行之路，從行者開始學佛修道。透過佛法的薰習，去了知生死苦樂的根本，除了自己離苦之外，也希望能將我所學的佛法，分享給渴望「離苦得樂」的人。

〈竹石〉

咬定青山不放鬆，立根原在破岩中。
千磨萬擊還堅勁，任爾東西南北風。

清 鄭燮

年度菁松獎得獎作品

今年菁松獎徵文
得到大家的大力支持，
經過慎重的評選，我們選出了優秀作品：
得獎名單如下

第二類

第一名　釋自永
第二名　從　缺
第三名　釋見慤
佳　作　釋見航

謝謝您的守護

釋自永

依吉老菩薩：

雖知道您壽終正寢，知道您一心回歸蓮邦，但是行經您空洞的臥室時，心中仍禁不住湧出對您滿滿的追思與懷念！

民國 76 年我第一次造訪香光寺，一入山門首先映入眼簾的是一大片菜園和您穿梭於菜園的身影。爾後，一直到未任行者前，只要上山都會與您同寮。那以木地板為床的斗室有時會睡上三至四人，但它總散發著一股靜靜的、安穩的道味。晚課後，您總是貼著一盞微黃的檯燈，一字字指著經文，認真虔誠地誦經，或是好認真、好專注地抄寫經文。最令人開心的是與您一起在菜園出坡，舉凡翻土、施肥、種菜、拔草、抓蟲、灑水、收成、洗菜，您總是適時調整我們出坡的姿勢和著力點，從中我體會到什麼叫做「灑開身心」。再者，只要一有機會，您總會讚歎修行的可貴和出家的殊勝。回歸田園的樸實和淡然自在的生命態度，堅固且守護了初學者的道心。

民國 79 年我擔任行者，看到您總是準時參加早晚課誦。當年早晚課在觀音殿進行，遶佛會出殿走到中庭。年過七十的您，走在我們的前方，總是腳力不落人後。等到行者一落髮圓頂，就一個一個往您前方排班，您總是充滿隨喜和慈靄的笑容，像是看著自己的孩子長大成人般喜悅。身處出家眾的隊伍中，您總是如此安然和淡然走在隊伍的最後一位。

101 年 6 月我回到佛學院任執。七月暑假隨即展開佛學院院務處和行政人員宿舍的整修計畫，蔚法師貼心提醒：「依吉菩薩房間就位在院務處和補納苑之間，

她已年近百歲，可能抵擋不住修繕工程所帶來的動盪和高分貝的聲音喔！」於是，我往勸您：「老菩薩！擱再兩禮拜，您房間的左手邊和頂面要大整理，住在這裡會很吵很吵，咱們遷到圖書館邊的法師寮住，好嗎？」您瞪大眼睛，慈靄地提點我說話的用詞:「做工人很辛苦，不要說人家『吵』，說他們做工作會『很大聲』就好。」接著，您堅定的回答更出人意料:「大師父給我住這間，

依吉老菩薩

就是因為我坐在這裡，就能看得到對面的弘化堂，若有陌生人走踏，我就能逗看。」哦！我這才恍然大悟：原來只要您醒著，總是面對弘化堂坐著，並睜大眼睛望著前方念佛，是因為一心堅守著看護三寶的崗位啊！隨後，在佛學院修繕期間，除了電鑽聲不斷時您會讓看護推送，移坐到對面弘化堂外，九十六歲的您，竟一個半月安住在夾於兩處工地之間的斗室中，無怨無礙！

您對表達用詞之敏銳細膩，還有另一個例子。有一次閒聊，您還記得我出家前就讀師範大學（當年學費和生活費全由公家支付，未滿五年服務年限就需償還

公費），我教完一年書就出家了，卻脫口說：「我第一年的薪水和家教費全部加起來正好『賠』四年的公費。」您馬上細聲糾正我：「不要說『賠』，要說『還』。政府出公費栽培你做老師，沒有教完五年，本來就要『還』的。」慈心與正念散發出來的正語是如此響亮，深深地敲醒我遲鈍未覺的心。

105 年 3 月，您住院進入彌留狀態，隔天我們去探望您時，您意識非常清楚說了四至五遍：「大家都很照顧我！」當家人趕到時，我們問您：「想向子女說什麼？」您非常堅定地跟孩子說：「你們也要修行，要念佛！」這是您永遠的感恩與堅固的道心！

老菩薩！感謝您無言的示現和一切的守護！

祝福您：往生淨土，乘願再來，護持三寶！

釋自永　合十 105.04.08

後記：依吉老菩薩自民國 71 年至 105 年依止香光寺常住，最初是受邀來寺指導僧眾種菜。院長曾歸結老菩薩的一生——「以寺為家，安住無礙」，是終身護法的優婆夷菩薩。今年清明節行經老菩薩生前的寮房，自永不禁憶起這位「身未出家心出家」的人間楷範，希望學院的學弟們能認識這位「願力堅固」的老菩薩。因此，將老菩薩的故事投稿分享。　111.04

美好，來自於恰恰好

釋見慤

「人生沒有最好，不錯就好！」看完作者王溢嘉這篇文，心有所感，很認同作者那份豁達的人生態度。

人生到底有沒有「最好的」？我們去水果攤買水果，都會在裡面東挑西選，在相同的價格之下，總是希望挑到最好的水果帶回家。職場上我們會跟同儕比較，哪個工作錢多、事少、離家近；哪個朋友工作的公司超大方，年終總是比其他同行要多很多，尾牙總有大獎給員工抽，還年年辦員工的國外旅遊。相較自己待的公司，真是超級小器，沒有提供別家公司的那些好福利。於是工作換了又換，還是不滿意。還有，那個某某人嫁了最好的丈夫，被丈夫寵愛著，有什麼要求丈夫都會滿足她，她真是過著最幸福快樂的日子。於是回頭嫌棄自己身旁的另一半，爭吵於是上演……。 我們經常都在這種比較的心理中度日子，不滿足於自己所擁有的。

就如此文所說，我們的大腦可以迅速地找到不錯的選擇或答案。例如，一位有經驗的快遞送貨員，送貨前會先規劃路線，一條他跑起來會是比較順暢、比較可以避開路上塞車的時間和路段的路線，這是務實的做法。若是追求一條「最好的路線」，即使耗盡精力分析所有可能的路線走法，也得不到答案，最後連送貨這件事都無法執行了，工作自然也不保。我們若要出門去幾個地方，也是會先稍微想一下怎麼走比較順，但不可能出發前先計算出各種不同的走法及其相應所花的時間。

英文文法有所謂的「比較級」和「最高級」，但人生真的有「最高級」嗎？如

何知道那是「最好的」？例如：最好的水果、最好的工作、最好的另一半、最好的產品……這個「最好」，就像這篇文中說的，它必須是一一分析所有同類的東西，才能下這樣的結論。但是，即使得諾貝爾獎的科學家，也不可能做完全部的分析才下決定，何況是我們一般平凡人？

其實，佛陀早就告訴我們答案了，世間一切都是因緣合和所成，多因多緣，並非我們能掌控，那當然不可能有所謂的「最好」啊！

隨著年紀的長大，明白一個道理—東西合用就好；工作安穩就好；錢夠用就好；鞋子合腳最重要。我們不用花費心思追求最好的，因為沒有人知道什麼才是「最好的」。出家後的生活更是如此，就幾套僧服替換，不需費心思在挑衣服或是追求流行、質感上；飲食跟大眾一樣，吃得飽能滋養這身體就好，不用再追求口感和美味；睡木板床，不再講究床的舒適、柔軟。一切物品，夠用就好，盡量減少長物。生活越簡單，越能不被外在的色、聲、香、味、觸給束縛。

珍惜我們現有的，不管是人、事、物，當我們滿足並珍惜現有的，少欲知足，生命自然能活出寬度和廣度。那麼，身心都能自在了。

你也可以當導演

釋見航

說到導演，你會想到什麼？「李安？開麥拉？好酷？」

我想：它沒有一定的標準答案，因為每個人對導演的聯想都不同！然而，對於我來說，我覺得寫一篇文章就如同導一部戲一樣，為什麼我會這麼說呢？在我上完了這學期的寫作課後，授課法師教導我們很多寫作的要點，其中幾個體會特別深，這些要點都和導演有所關聯。現在，就讓我一一為大家介紹這兩者的關聯性吧！

一、瞬間抓住眾人的目光

寫作有一個好的開頭，就像是好的演員一樣，讓人在一開場的時候，就為之驚艷。倘若文章的第一段，讓人看不出到底在寫什麼，這樣，讀者就很難再看下去。此外，如果主題和小標題下得好，或者運用「譬喻」的方式，就會引發讀者的興趣，進而想要繼續往下讀。

二、跳脫傳統思想的框架

組織架構要清楚分明，它就像是好的劇本一樣，讓人看了之後，對於每個章節的重點可以一目了然。如果只是想到什麼就寫什麼，只知道「起、承、轉、合」的寫作模式，卻沒寫出各段的重點，這樣的文章就沒有什麼亮點。然而，法師的寫作課有別於傳統的寫作風格，她教導我們運用《精準寫作》這本書的觀點來寫文章。這些觀點，不僅讓我釐清自己的思想脈絡，也讓我傳達出精簡有力的重點。

三、令人玩味的生動句子

好的文章除了搭配流暢通順的句子外，更重要的是，寫出讓讀者產生共鳴的句

子。它就像是劇本中的情節一樣，當情節生動、感人時，就會打動人心，自己的親身經歷，往往會是很好的寫作題材。此外，要讓句子撞擊到讀者的心中，就是利用「換位思考」的方式，想像自己就是讀者，會喜歡看什麼樣的文章，然後以這樣的角度來寫文章，就會寫出讓人看了有畫面的生動句子。

四、讓人印象深刻的結尾

最後，文章的結尾如果能讓讀者印象深刻，它就像是導演導出美好的完結篇一樣，為整部戲畫下完美的句點。因此，文章不只要有好的開頭，最重要的是，在最後要有一個好的結語，這樣整篇文章就會讓讀者留下深刻的記憶。

這學期的寫作課，讓我看到了自己的進步，也從課堂中學習到了：「寫作不僅僅只是寫作，更是自我檢核的一個過程。」從一開始的時間管理、列出文章架構、重點摘要出每段的大意，到最後完成作品。在這自我檢核的歷程中，不但要經過不斷的修改、腦力激盪，更要查看整篇文章的邏輯、架構有沒有清楚。這也好比導演一次次 NG 再重來，過程中需要磨練耐心。所以當自己在寫此文時，也將課堂所學運用在其中，期望能寫出一篇好文章。

我想，寫一篇好文章，就像導一部好戲，只要有心，人人都是最佳導演。只要願意挑戰自我，人人都可以打破過去思想的牢籠，從寫作中獲得更多嶄新的視野。

112 年度菁松獎徵文

菩提道上的點點滴滴，都是生命中珍貴的因緣。
唯有在時時刻刻中覺知，才能捕捉到——
生命傾注下的雕痕。
竭誠歡迎您，踴躍地與我們分享您珍貴的修學記錄。

對　　象：香光尼眾佛學院在校生及校友。		
內　　容：第一類　教制、教理、教史的探究或建議等。字數：三千至一萬字。		
第二類　生活偶拾、讀書雜感、求學心得回顧、與學院的因緣等，題目自訂。		
字數：八百至一千二百字。		
獎　　項：第一類	第二類	
第一名：6000 元	第一名：2500 元	
第二名：4000 元	第二名：1500 元	
第三名：2500 元	第三名：1000 元	
佳　作：1500 元	佳　作： 500 元	
收件日期：即日起至 112 年 6 月 30 日止。		
注意事項：1. 請勿一稿數投。入選與否，均不退稿。		
2. 入選之稿件版權屬本刊所有，得優先刊載於本刊及學院網站。		
3. 本刊對來稿有刪修權。		
4. 稿件請用電腦打字，列印於 A4 白紙與電子檔一併交寄。		
5. 來稿請附出家法名、發表時之筆名、通訊地址、電話、e-mail。		
來稿請寄：60444 嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州 49-1 號 香光尼眾佛學院青松萌芽編輯組收		
或 e-mail 至 bluepinesprout22@gmail.com		

弘護實習

參加明宗長老尼追思讚頌會

院長悟因長老尼率領全體師生和僧團法師參加明宗長老尼追思讚頌會

中華佛教比丘尼協進會創辦人明宗長老尼，於 110 年 11 月 10 日圓寂，享壽八十四歲，僧臘七十秋，戒臘六十六。11 月 30 日在新竹靈隱寺舉行圓寂追思讚頌會。

身為長老尼的薙染弟子，香光尼眾佛學院院長悟因法師先是於 11 月 24 日率領全體師生和香光尼僧團法師前往靈隱寺為明宗長老尼進行一場普佛，11 月 30 日再度率領大眾至靈隱寺參與追思讚頌會，並且恭讀祭文，追思長老尼的嘉言懿行與恩德。

明宗長老尼一生無畏無懼為佛教而努力不懈：參與戒場傳戒；處理彰化善德堂、新竹靈隱寺複雜的寺產問題；同時參與制訂《宗教法》與《監督寺廟條例》等法規以健全教規；於民國 85 年創辦「中華佛教比丘尼協進會」，結合各地的佛教比丘尼會員，

起龕發引，佛學院學僧及香光尼僧團法師舉國旗

起龕發引，香光尼僧團法師舉教旗

持續關心佛教界權益，對佛教界奉獻良多。

追思影片中長老尼有句話：「儘管世間成住壞空，不變的是我的願。」長老尼典型在夙昔，生命之光照世間，其行誼堪為我輩後學的典範。這是長老尼的示教，是一次移地教學的學習。

追思會尾聲，恭送靈柩前往火葬場，是由香光尼眾佛學院師生和僧團法師舉國旗、教旗和會旗，院長悟因法師走在遺像後方，引領靈柩前行。會場外夾道兩側排滿來為明宗長老尼送行的法師和護法居士。起龕發引時，天空突然下起陣陣綿密雨絲，但是沒有人離開或是撐傘，大家依然合掌，一心念佛為長老尼送行。此情此景，令人震撼與感動！長長的送行隊伍，配合佛號緩步前行，場面莊嚴肅穆！

院長在追思會中表示：明宗長老尼一生行道，護法護教，為正法久住而無所畏懼，而今示現寂滅，安詳捨報，祈願恩師慈悲宏願，為佛教興隆，乘願再來。

教界學界盛事

第 32 屆全國佛學論文聯合發表會

第 32 屆全國佛學論文聯合發表會由香光尼眾佛學院主辦，於 110 年 9 月 25 日首度採用線上會議形式舉辦。此次共有來自國內 11 所大專院校和佛學院所的學生參加，總共發表 21 篇論文，分 A、B 兩廳 ZOOM 會議室同時舉行，並於 YouTube 網路上直播。

本次發表的論文範圍非常廣泛多元：教義方面涵蓋初期佛教、大乘佛教及漢傳佛教，使用文獻資料包含經、律、論；佛教應用學方面的論文則有教學設計、網路民族誌、數位分析科判與虛擬空間的弘法等。

此外，發表會增設「佛學研究與修行」開場論壇，會中邀請三位與談人：佛光大學佛教研究中心主任萬金川教授、中山大學哲學研究所越建東教授與香光尼眾佛學院圖書館館長自衍法師，共同展開佛學研究與修行的對談。其中，香光尼眾佛學院圖書館藉著主辦的因緣，完成第 1 至第 32 屆發表的論文目錄和分類索引。

當日中午舉辦主、協辦單位線上會議，邀請所有主協辦單位參與，對於未來會務的推動建立共識。本屆的閉幕式中，增加「表揚優良論文」單元，期望藉此增進大家對優良論文的賞析，並提升論文的撰寫學養。

上排由左到右：悟因長老尼、自衍法師、見可法師。
下排由左到右：越建東教授、萬金川教授

最後，運用線上祝福平臺，邀約與會來賓傳送祝福語，共同完成第 32 屆全國佛學論文聯合發表會的線上「法的祝福」卡片。

專題講座

疫情後的世界——人本的觀點

高承恕教授演講「疫情後的世界——人本的觀點」

在後疫情時代，宗教師面對社會如何關懷和自處？香光尼眾佛學院於110年12月30日舉辦「疫情後的世界——人本的觀點」專題講座，邀請到逢甲大學董事長高承恕教授，從社會學和歷史的角度，講授看待世界的格局與疫情的演變。

高教授指出，從疫情中學到的一個功課——「人類是很渺小的」。他提及宗教一定會存在，因為人類最大的弱點是：遇到困難時才知道自己是卑微、恐懼的，此時就需要宗教的慰藉；但是平安時則是自大、貪婪的。我們從歷史的長度與深度看世局，就能夠得知此規律。

西方近千年的歷史，先是始自十二世紀的貿易與商業革命，至十四世紀黑死病的傳染，許多城市死了大半的人口，卻苦無對策，只能轉向宗教的祈求。十五到十八世紀經歷大航海時代、知識啟蒙和科學革命，人類的文明和科技突飛猛進，造就了工業革命和法國大革命，先進國家掌握了核心，即資本、技術、知識和市場，轉向國外擴張與殖民，索取邊陲的原物料和勞動力，自大與自滿的心態促成貪婪和虛妄，以致引發第一次世界大戰。伴隨戰爭出現的是人類大規模且快速的流動，最後爆發二十世紀的西班牙大流感。

當今的新冠疫情，也是在這規律下演變而來的。人類太相信自己的能力，科技、網路、醫學的發達，造就驕傲自大的政府，致使疫情失控。在恐懼與貪婪的循環下，諸多虛妄怪象叢生，實體經濟消退，股票和虛擬貨幣交易卻創造高峰，更拉大了貧富差距。

高教授提到：我們應懂得謙卑，應以和平、節制、尊重、包容的心態來面對一切，才能避免戰爭，享有和平。教授並且以「知其不可而為之，近乎勇」與我們共勉，教育和宗教是社會的清流，期許永續以帶動社會教化，將善的想法和力量傳出去而影響人群、增加互動，改善人群的疏離感。

專題講座

音頻培訓：Podcast 播客新手攻略

為了培養大家網路弘法的知能，111 年 5 月 26 日至 28 日連續三天，香光尼眾佛學院特別舉辦音頻培訓課程，邀請任職中國廣播公司高雄臺的郭子琳老師為我們導航。郭子琳老師除了擔任新聞主播，同時主持 Podcast 的頻道，也做廣播的廣告配音和製作。

三天的密集培訓課程的內容相當豐富！包括 Podcast 演變的歷程、臺灣和大陸有哪些 Podcast 平臺、錄音要領、節目企劃製作、如何採訪、聲音表情訓練、著作權的相關概念以及錄製廣播劇等等。

為什麼選擇只有聲音沒有畫面的 Podcast 作為上課主題？對 Podcast 創作者來說，沒有門檻，只要申請帳號，就可以發布節目內容，讓全世界都聽得到；對聽眾來說，可隨選隨聽或重複選聽。

聲音表情訓練課很有趣，同樣一句話，每個人講出來的感覺都不同。老師從一個荔枝的廣告練習，讓我們發現聲音真的是有表情的！要做好一支廣告可真不容易，語調若稍微跑掉，感覺就不對了。

此次培訓的重頭戲，是讓學生實作並錄製廣播劇。老師先教我們到 Firstory 開設個人頻道後，就進行實際錄製。或是個人或是幾人一組，說故事、採訪、錄製廣播劇等，一天兩集，每人兩天產出

老師以「Podcast 是什麼？」作為開場

小組說唱俱佳的錄製廣播劇

四集作品，上傳到 Firstory。分享大家的作品時，發現許多人很有天分，啼鶯初試就表現不凡。

這是一場與時俱進的弘法宗教師的訓練，充實數位媒體知能，開拓一條以網路弘法的管道。這也是疫情時代，我們可以突破困境的一種方式，相信我們未來都可在這方面一展長才。

在三天的培訓課程，學生們的實作內容，是每人在自己的 Firstory 頻道分別錄製五集的節目。將上課所學，在課後立即實作並上傳到 Podcast 平臺，內容有：介紹分享佛學內容；運用 5W1H 採訪要領的訪談節目和具有聲音表情的廣播劇。以下擇一學生實作案例，與大家分享：

Podcast 頻道：「香光練功坊」
節目主持人：依霈
香光練功坊：人人有功練，跟著佛陀來練功
依霈想利用節目與尋求幸福之道的您
分享依霈在佛學院的生活與修學。
短短 5—10 分鐘，將帶您認識佛教小知識，
也會不定期分享有趣的活動訊息喔！
跟著佛陀來練功，離苦得樂不遠矣！

第一集：【佛學小知識】何謂善知識？
第二集：【練功訪談】E 世代•疫世代尋師訪道最 in 方式（feat. 見覃法師）
第三集：【練功訪談】從各種宗教中找到心之所向（feat. 見則法師）
第四集：【廣播劇】仁者，您心動了嗎？ (feat. 見崧法師、廣融法師、王行者）
第五集：【廣播劇】洗缽去（feat. 廣融法師、王行者）

線上弘法

線上僧院體驗一日課程

面對疫情，我們的弘法腳步依舊不停歇！原本為期三天實際體驗僧院生活的活動，由於疫情嚴峻，改成一天的線上課程，於 111 年 4 月 16 日舉辦，主題是「Light up ！光在心自在」。另外，這活動原本由全校師生一起籌辦，也改成師長主辦，同學參加課程。

課程主軸從影片「How long is now ？」開啟行者求道之旅，片中院長悟因長老尼的出家因緣以及修道歷程，提攜不少學員的道心。接著，教務長見融法師以「寧靜致遠：一炷心香的時間」帶領大家靜心要領和抄經攝心。下午副院長見可法師講授〈修心八頌〉，透過觀賞一行禪師的傳記影片，用他安然且超然迎接苦難的故事對照頌文，並點化「光在心自在」的義涵。最後，梵唄老師見享法師教導大家如何做定課後，由般若四 4 位學僧帶領學員實演一場《心經》定課，以培養定力、安頓身心。課程圓滿前，學員們也踴躍分享今日的收穫、啟發與滿滿的感動。

有句話說：真正的佛法，是下座之後的實踐。且看今後我們的努力，並祈願我們在菩提道上繼續互勉、精進，勇往直前，不退初心。

僧院體驗線上課程，大家開心合影留念

校外參訪

參觀故宮南院「《法華經》及其美術」特展

111 年 6 月 16 日，香光尼眾佛學院院長悟因長老尼率領全體師生一行二十餘人，前往故宮南院參訪「《法華經》及其美術」特展與「佛像常設展」，策展人鍾子寅老師和資深導覽志工孫慶蕙老師特別撥冗為我們導覽。

這次《法華經》特展，藉由各朝各代經本、造像、畫幅、書法等展件，讓我們從藝術層面了解這部千百年來激勵人心、激發眾生成佛潛力的大乘經典。

特展以國寶展件〈北魏．釋迦牟尼佛〉造像，加上罕見的宋元珍本、各種觀音變相，以及數位投影莫高窟第六十一窟等美學，呈現這部流傳千餘年的佛典在美術上的成就。

此外，我們也參觀「佛像常設展」。亞洲各地的佛教造像在當地養分的滋潤下，發展出許多「同源異流」的地方特色，造就出千變萬化的佛、菩薩、天王、護法等形象。本次展出的四尊明朝太子像，是左手指天、右手指地，不同於我們一般看到的是右手指天、左手指地。這透顯中國文化是以「左青龍、右白虎」表達左邊為大的概念，可見佛教在中土已具時變之應。

製作於清朝康熙年間的《內府泥金寫本藏文龍藏經》，由皇家下詔製作，歷時兩年完成，是一部氣勢非凡的藏傳佛教法典。

佛學院師生與鍾子寅老師 (右前一) 及孫慶蕙老師 (右前二) 合影

這是一次知性的參訪旅程，雖然只有半天光景，卻讓我們對佛經、美術與文化的交融有更立體的認識。如院長出發前的勉勵：「不管是看著佛像或是經典，能夠感動到你的，就能化為前進的力量。」祈願我們在參觀後受到感動，能更精進修學！

香光尼眾佛學院招生

培育宗教師的園地

三大教育特色

（一）學院教育與寺院生活融合。

（二）出世修道與入世服務並濟。

（三）傳統精神與現代教學兼顧。

五門課程教學

（一）解門──探尋佛陀的智慧

課程分為：法義類、律儀德養類、教史制度類、人文社會學類。

（二）行門──挖掘生命的寶藏

課程分為：漢傳梵唄、儀軌的學習與止觀的修習。

（三）生活門──陶養健全的僧格

培養自律、自覺的生活習慣，以及關懷群己的生命態度。

（四）執事門──鍛鍊領眾的人才

從承擔僧事中，藉事練心，建立領執知見，培植領眾能力。

（五）弘護門──落實弘法的悲願

實際與僧團寺院、社會信眾互動，學以致用。

學制：修學年限四年

在學待遇

（一）學雜費全免，供膳宿、臥具、教科書，表現優良者，提供獎助學金。

（二）交保證金貳萬元，畢業後退還。

報考須知

（一）報考資格：18 至 45 歲，高中（職）畢業以上之沙彌尼、比丘尼。

（二）報名時間：即日起，簡章、報名表備索（上網下載或來電索取）。

（三）繳交證件：報名表、自傳、最高學歷畢業證書影本、公立醫院健康檢查證明書、國民身分證影本、最近兩吋半身照片三張。

（四）甄試時間：另行通知。

學分認證

香光尼眾佛學院 103 年申請成為非正規教育課程認證之終身學習機構。

凡於本院修學通過認證之課程，修課期滿，成績及格者，發給教育部認可之學分證明。

歡迎有志探學佛陀智慧，挖掘生命寶藏的尼僧及女青年，前來就讀。

香光尼眾佛學院網站

香光尼眾佛學院行者學園招生

提供您一個開發生命潛能的機會

宗旨

秉承佛陀化導世間的悲懷，接引有志出家的女青年，長養出離心、菩提心，參與弘法利生的志業，續佛慧命。

課程特色

（一）出家本願的辨識——引發個人認識、澄清自己的初發心，並記錄每日生活的省思。

（二）出世知見的建立——引導個人正確認識出家的意義目的，了解僧團存在的使命。

（三）生活修持的輔導——協助個人了解行持的重要、執作的意義及生活的行止儀則。

學制：修學年限一年

在學待遇

（一）學雜費全免，供膳宿、臥具、教科書。

（二）交保證金伍仟元，結業後退還。

報考須知

（一）報考資格：18 至 35 歲，高中（職）畢業以上，未婚、身心健全，欲發心出家之女眾。

（二）報名時間：即日起，簡章、報名表備索（上網下載或來電索取）。

（三）繳交證件：報名表、自傳（一千字以上）、最高學歷畢業證書影本、公立醫院健康檢查證明書（最近三個月內，體檢項目請見本院網頁）、國民身分證影本、最近兩吋半身照片三張。

（四）甄試時間：另行通知。

香光尼眾佛學院網站

報考通訊

住址：60444 嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州 49 之 1 號

電話：（05）2540359　傳真：（05）2543213

網址：http:// hkbi.gaya.org.tw　E–mail：hkbi@gaya.org.tw

交通：嘉義火車站旁，搭乘往內埔、番路、塘下寮之公車，於舊社站下車。

車程約三十分鐘。（詳細公車時刻表，請見本院網頁。）

學院記事

民國 110 年

7 月 5 日　◎召開「第 32 屆全國佛學論文聯合發表會」第三次籌備會，討論發表會由實體改為線上發表相關事宜。

15 日　◎暑假研讀《四分律藏》〈二十犍度〉的「安居」、「自恣」、「說戒」、「受戒」及「迦絺那衣」犍度，並舉行四次大堂分享及討論。院長每堂都親臨現場指導並點化戒法和制戒的精神。

22 日　◎院長悟因長老尼撰寫追悼文，追思本院講座教授—中央研究院歷史語言研究所林富士教授，並參加線上追思會。

26 日　◎解夏前向依止和尚宗興長老請示前去請法日期。長老指示：「由於新冠疫情，安全起見，不必舟車勞頓。」故今年解夏不前往南普陀寺請法。

31 日　◎「第 32 屆全國佛學論文聯合發表會」複審論文收件截止，共計 21 篇論文。即日起，審閱老師進行論文審閱。

8 月 11 日　◎「《楞嚴經》導讀 5」、「法事梵唄 2」、「佛法概論」、「基礎梵唄 2」、「沙彌律儀：戒律篇」等 5 科，通過教育部非正規教育第 59 期課程認證。

19 日　◎本院圖書館館長自衍法師受邀，以線上方式為桃園龍潭高中師生線上演講「活出心的專注力」。

23 日　◎原 8 月 22 日（農曆 7 月 15 日）為解夏自恣日。因逢香光寺梁皇懺法會日，故解夏自恣日順延至今日舉行。

9 月 4 日　◎全體學生集體行門用功 2 天，禮誦一部《梁皇寶懺》。

7 日　◎ 110 學年度下學期註冊，計有學僧和行者共 16 人。

8 日　◎舉行 110 學年度下學期開學典禮，主題：「開學了，真好！」

9 日　◎辦理自諗師入學考。通過審查，錄取，進入預修班就讀。

11 日　◎舉行聯合班會，主題：「第 32 屆全國佛學論文聯合發表會」共識會。

◎因應「第 32 屆全國佛學論文聯合發表會」提供知能教育，舉行「網路弘法知多少？」專題講座，主講：見覃法師、自諗師。

12 日　◎院刊第 27 期《青松萌芽》出刊，發行 1650 本。

20 日　◎院長出家紀念日。本院全體師生於午齋時祝賀院長出家 64 週年暨祝壽，並於晚課普佛一堂。

25 日　◎舉辦「第 32 屆全國佛學論文聯合發表會」，進行 21 篇論文發表。透過 ZOOM 視訊軟體，加以 YouTube 直播，分 A、B 二廳進行。

◎見則法師、寬揚法師兩位代表學院參加「第 32 屆全國佛學論文聯合發表會」發表論文；見鏤法師和祖道法師兩位代表學院擔任講評人。

10 月 3 日 ◎舉行執事教育，主題：「執事知多少？」，主講：見則法師。

26 日　◎院長悟因長老尼以線上方式參加馬來西亞佛教發展基金會主辦：「雲端法談出世入世」講座，與談主題：「崛起的大愛道」。

11 月 1 日 ◎全校師生前往香光山寺，參加香光尼僧團第二十七屆封山禪修及 2 天法義交流，指導法師為香光尼僧團方丈暨本院院長悟因長老尼。此間法義交流，研討佛陀在《雜阿含經》所教授的有關蘊、處、緣起的觀法。封山禪修師培內容為《瑜伽師地論》〈聲聞地〉，由見愷法師帶領，主要為禪法的探討。

13 日　◎ 11 月 13 日至 12 月 10 日期間，學院進行外牆粉刷工程。

15 日　◎本院圖書館舉辦「正念與圖書館發展研討會」，將「正念」的概念運用到圖書館管理，如讀者服務、技術服務、經營管理等。期盼藉由正念的運用裨益圖書館的營運，締造友善的工作與閱讀環境。

22 日　◎本院圖書館館長自衍法師，受邀至桃園中壢平鎮高中，為多校的校長演講「專注力的教與學發展」。

24 日　◎封山禪修圓滿日回程，院長帶領僧俗二眾 70 餘人，前往新竹靈隱寺，悼念院長剃度恩師明宗長老尼。僧俗一一至靈前致敬，並作普佛一堂。

26 日　◎本院圖書館榮獲「第一屆教育部圖書館事業貢獻獎」標竿圖書館獎，由館長自衍法師代表至國家圖書館領獎。

29 日　◎院長悟因長老尼率領香光尼僧團法師及佛學院全體師生至新竹靈隱寺，參加「明宗上人圓寂追思讚頌會」，恭送明宗長老尼。院長細數師徒 60 多年的法緣及感念恩師為佛教界所有的付出，希望上人乘願再來，廣度有情。

29 日　◎本院圖書館館長自衍法師受邀至桃園永平商工，為全校教職員演講「專注力的教與學」。

12 月 1 日 ◎本院圖書館館長自衍法師受邀至「2021 年人間佛教發展線上研討會」發表，講題：「後疫情時代的弘法新趨勢：以香光尼僧團為例」。

5 日　◎舉行執事教育，主題：「實修念佛一靠近佛心」，主講：香光寺監院見臻法師。全體學僧參與由香光寺舉辦的「精進佛一共修」。

20 日　◎因應疫情的變動，教務長見融法師向內政部、移民署、前內政部官員陳永福先生等諮詢：1、延簽、轉換居留、弘法簽證的作法。2、疫情期間，外籍生申請來台進行研修宗教教義簽證的做法。

24 日　◎辦理王靜雯就讀「行者學園」入學考，通過審查，錄取並入學。

29 日　◎舉行「疫情後的世界──人本的觀點」專題講座，邀請逢甲大學高承恕教授主講。

◎本院圖書館館長自衍法師受邀至桃園武漢國中為 300 多位學生講授「自我栽培專注力」。

31 日　◎研戒，般若四法貝師報告「尼薩耆波逸提 2──離五衣宿戒」。

民國 111 年

1 月 1 日　◎舉行 110 學年度「畢業專題報告分享會」，為期 2 天。共有 6 位畢業生發表專題，如下：琮慧師〈妙法精舍述記─跨越國界的願力〉；印航師〈從《菩薩戒本經》看菩薩六度行〉；印修師〈探求生命離苦的方向〉；見澂師〈世俗中的諦性探討─以月稱《入中論》為主〉；寬揚師〈初期佛典運用譬喻的念住教學初探〉；法貝師〈《大般涅槃經》之慈心初探〉。分享會同步使用視訊，不克出席現場的指導老師同時間參與。

4 日　◎如一法師來院交接發表會資料及《會後論文集》。8 日《會後論文集》完成印刷送各主協辦單位；電子版登於全國佛學論文聯合發表會官網。

5 日　◎舉行 110 下學期期末教學會議。

6 日　◎舉行 110 學年度下學期期末考。

10 日　◎本院圖書館與國家圖書館簽署《佛教圖書館館刊》授權合作協議書。授權無時間期限，需由其中一方提出才會中止授權。

11 日　◎舉行 110 學年度下學期期末各門檢討會暨學僧請執。主題：「反求諸己善相應，同願同行善互增」。關心議題：從關心國內外大事，改為關心學院招生的議題，請全校師生共同面對及討論。「欣賞與感謝」單元之內容除說出感恩之外，副院長還帶領師生點燈祈願，並參與錄製香光 BBC，全體師生向大眾賀年。

13 日　◎學僧執事新舊任交接，15 日正式上任。

16 日　◎舉行 110 學年度下學期畢結業典禮，主題：「一期一會，以法再會」。應屆畢業學僧有琮慧師、印航師、印修師、見澂師、寬揚師、法貝師等 6 人，行者學園陳瓔秦行者結業。緬籍畢業生印航師與印修師，未參加畢結業典禮，因疫情必須配合有限的飛緬班機，提前離院。

18 日　◎新任育導長見沄法師報到上任，前育導長見默法師調執至印儀學苑。

◎應屆畢業生辦理離校手續。其中法貝師、寬揚師申請留院，學院為其續辦延期居留簽證及居留證。

◎本院圖書館館長自衍法師受聘臺灣大學佛學數位圖書館擔任諮詢委員，今出席諮詢委員會議，聽取佛教數位資源發展成果及使用者趨勢報告。

20 日　◎本院圖書館因獲教育部「標竿圖書館獎」因緣，接受國立公共資訊圖書館《書香遠傳》採訪，主題：「標竿圖書館獎得獎單位系列報導」，刊載於第 160 期「封面故事」單元。

25 日　◎舉行新生入學考。1、嚴佩慈，報考行者學園，通過審查，錄取並入學。2、廣融師，報考佛學院，通過審查，錄取就讀般若一。

2 月 1 日　◎成立戒律研究室，今年成員有見可法師和寬揚法師，先進行戒律相關資料蒐集。

◎第 61 期非正規教育課程認證，三科通過教育部非正規教育認證：「印度佛教史」、「《楞嚴經》導讀 6」、「《瑜伽師地論》聲聞地、菩薩地」。

11 日　◎本院圖書館特舉辦智慧財產權相關議題講座，全院教師全程參與，認識智慧財產權的重要性及增長相關知能。邀請經濟部智慧財產局著作權組專員高嘉鴻講師演講，主題：「你一定要知道的智慧財產權資訊」。

12 日　◎本院圖書館承辦「111 年正念幸福力與教育線上工作坊」，為期 2 天。完訓後的教師，可再接受「八週正念種子師資培訓」、三日「正念教學養成師資培訓」等階段性學習，希望教師們能將正念運用在教學現場，產生正向的循環。

16 日　◎舉行 111 學年度上學期期初教學會議，會中院長提出因應學生人數減少應慎重檢視學院作息及開課科目。

22 日　◎高雄市隆峰寺住持心道法師來院供僧，院長悟因長老尼、副院長見可法師接待。

◎舉行 111 學年度上學期迎新活動，為期 2 天。

24 日　◎ 111 學年度上學期註冊，共 13 人完成註冊。本次選課方式由書面選課改為上網選課。

25 日　◎ 111 學年度上學期開學典禮。主題：「堅持初衷，勇敢發光」。香光 BBC 全程拍攝錄影，剪輯後於 YouTube 平台發表。

27 日　◎舉行開學後集體行門用功。修持念佛法門，副院長見可法師開示，育導長見沄法師、教務長見融法師、慧青中心見覃法師帶領學僧共修。

3 月 2 日　◎本院圖書館館長自衍法師受邀至桃園中壢新民國小演講「正念專注力的教與學」。

5 日　◎志工陳艷華居士自今日起每週四上午至教務處培福。

12 日　◎學僧宏和師、宗一師、本鑒師、惟慈師及見慤師參加香光寺精進佛二，執法器帶領居士念佛共修。

19 日　◎僧團護法吳宗祐居士，邀請院長至高雄文化中心至德堂，觀賞排灣族版歌劇《魔笛》演出。院長因行程不克前往，由副院長見可法師和紫竹林精舍監院自晟法師代表出席。

23 日　◎育導長帶領宏和師、宗一師、惟慈師、本鑒師和道源師至安慧學苑參加行門共修，帶領居士念佛共修及開示。

24 日　◎召開 111 年「僧院體驗營暨傳授沙彌尼戒」第一次籌備會，主題：「光在心自在」，說明營隊主題及人事等。與會者：見沄法師、見覃法師、見則法師和全體學生。

25 日　◎本院圖書館邀請達文西個資暨高科技法律事務所所長葉奇鑫律師，主講：「影音製作該注意的二三事一從法律的觀點出發」，全院教師參加。

27 日　◎舉行執事教育課程，主題：「執事知識家」，主講：僧務長見則法師。課程內容：以「物盡其用」為核心，介紹設備器材及清潔用品的使用。

4 月 5 日　◎時逢清明節，恭請院長與佛學院學僧共進午齋，各班亦準備清明相關小節目與大眾分享。院長開示：由吃潤餅談及現今全球經濟戰，並提點能講多國語言在社會是強項，藉此才能將佛法散布到各地。

7 日　◎教務長見融法師與施義雄先生討論學生成績單表格，以資料庫的概念設計。

8 日　◎早齋時，副院長宣布：因疫情升溫，故僧院體驗營由實體改為線上舉辦，傳授沙彌尼戒則依原計劃實體進行。

9 日　◎舉行第一次聯合班會。各處室進行一般行政事務提醒外，育導處布達僧院體驗營及傳授沙彌尼戒活動相關訊息

13 日　◎佛學院網頁完成弘法影音區建置，陸續刊載同學講於香光 BBC 的影音作品。

16 日　◎因疫情升溫，僧院體驗營三天實體活動改為一天的線上課程，主題：「光在心自在」，與會者計有 12 位學員及佛學院 7 位法師。

17 日　◎舉行授沙彌尼戒典禮，戒子為自諗師，院長悟因長老尼為得戒和尚尼，自觀法師為教授阿闍黎。與會親友及全校師生計 38 人觀禮同賀。

18 日　◎本院圖書館邀請蔡淑惠（朱顏）老師分享「佛陀出家女弟子的故事」，本院師生 11 人參加分享會。

21 日　◎早齋時副院長開示：疫情嚴峻，嘉義已有確診案例，提醒大家做好防護工作，內心則是安然、正向的面對。

25 日　◎性成師復學，報到並辦理註冊手續，正式進入般若一就讀。

28 日　◎竹崎分局王國樺警員來電並來寺訪視，了解防疫情況及外籍學生出入境情況。

30 日　◎副院長見可法師帶領般若四宏和師、宗一師、惟慈師、本鑒師等四人，至安慧學苑觀摩學習安慧學苑佛學研讀班畢結業典禮。

5 月 1 日　◎見澂法師代表學院報名參加「第 33 屆全國佛學論文聯合發表會」。發表論文主題：〈月稱《入中論》中的「世俗」淺探〉。

3 日　◎育導長見沄法師、教務長見融法師、僧務長見則法師和學僧本鑒師，至南普陀寺禮請宗興長老作為結夏依止阿闍黎。

6 日　◎全體學生參與為期 3 天的浴佛法會弘護實習，投入香光寺法會各組運作。行政法師全體支援香光寺浴佛法會。

10 日　◎舉辦 111 學年度密集禪修，為期 5 天。由見寰法師、見杰法師帶領禪修，主題：「觀呼吸—寂靜 N 次方 x 能量無限大」。參與學僧：外護 4 人，內護 1 人，學員共計 19 人。

15 日　◎本院圖書館館長自衍法師榮登淡江大學第 41 屆「文學週——未來世代．新興風潮」典範人物榜。

16 日　◎院長悟因長老尼帶領全體師生，依香光寺僧伽藍前三月夏安居，宗興長老為依止阿闍黎。參與前安居人數計 85 人，中安居 2 人。結夏前日，育導長見沄法師錄製香光 BBC，宣告香光尼僧團開始結夏。

17 日　◎教務長見融法師召集全體學生，舉行音頻培訓課程行前會。

21 日　◎執事教育課程，主題：「忍者的考驗」，由僧務長見則法師帶領學生觀看德蕾莎修女傳記電影，從修行角度看待執事的考驗。

26 日　◎舉辦為期 3 天的音頻培訓課程，由中廣高雄臺主持人郭子琳老師主講。課程內容：開設個人頻道、認識 Podcast、企劃與製作、聲音表情、廣播劇、節目採訪等。

31 日　◎為增長線上教育相關知能，邀請香光尼僧團見鐻法師為本院行政法師分享北京大學附近高校舉辦線上講座盛況，並討論學校透過舉辦講座提高能見度和創造好學風氣等。

6 月 1 日　◎研戒，般若四寬揚師報告「尼薩耆波逸提 4 —從非親里居士乞衣戒」及「尼薩耆波逸提 5 —過分取衣戒」。

16 日　◎院長悟因長老尼帶領全院師生，前往國立故宮博物院南部院區參觀「《法華經》及其美術」特展和「佛像常設展」。策展人鍾孑寅老師及資深導覽志工孫慶蕙老師特地撥冗導覽介紹。

19 日　◎舉行 111 年度上學期期末教學會議。

20 日　◎舉行 111 學年度上學期期末考，為期 2 天。

23 日　◎舉行 111 學年度上學期期末生活檢討暨結業典禮。主題：「時時內省，謙卑待人，以光引光」。今年首次將期末生活檢討、結業典禮二項活動合併舉行。

26 日　◎辦理林若芙就讀「行者學園」入學考，通過審查，錄取。

邀請您
共同關心佛教僧青年的成長

《青松萌芽》是一份佛教僧青年就讀佛學院成果展現的雜誌，於民國八十五年九月創刊發行，竭誠邀請您發心助印。

香光尼眾佛學院 敬啟

助印芳名

以下助印芳名
自民國 110 年 7 月 1 日至
111 年 6 月 30 日止

伍仟元整
潭進財　譚秀慧

參仟貳佰伍拾元整
蔡淑慧

貳仟元整
釋持念

壹仟玖佰元整
無名氏

壹仟貳佰元整
謝淑然

壹仟零捌拾肆元整
釋性成

壹仟元整
釋惟慈　徐清華　鄭懿興
孫楹棟　陳秀花　陳麗慧

陸佰參拾參元整
釋見澂

伍佰元整
釋宗一　釋照忻　李妤婕
李妤涵

肆佰元整
三寶弟子　張秀梅

貳佰捌拾肆元整
釋宏和

貳佰伍拾元整
古金麟

貳佰參拾陸元整
釋本鑒

貳佰壹拾伍元整
釋寬揚

貳佰零伍元整
釋法貝

貳佰元整
方品富　詹益嘉

壹佰貳拾元整
釋印修

壹佰零伍元整
釋印航

壹佰元整
鄭琇云　羅筠璇

歡迎線上捐款，
護持「僧伽教育」
助印刊物「青松萌芽」

青松萌芽
香光尼眾佛學院院刊第二十八期
中華民國八十五年九月創刊
中華民國一一一年九月出刊

ISSN 1560-8336

發行人：釋悟因
總編輯：釋見可
主編：釋見可
執行編輯：釋見崧、釋惟慈、釋見慤
編輯指導：蔡幼華、陳國瑩
美術設計：雅堂設計工作室
插畫：釋寬揚、王靜雯

發行所：財團法人伽耶山基金會
發行地址：10056 台北市濟南路二段 36 號
編輯部：香光尼眾佛學院
聯絡地址：60444 嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州 49-1 號
電話：（05）254-0359　傳真：（05）254-3213
電子信箱：bluepinesprout22@gmail.com
本刊網址：http://hkbi.gaya.org.tw

◎ 本刊屬贈閱刊物，歡迎來函編輯部索取。
◎ 讀者若重複收件或需變更地址，請來函編輯部，以便修改。
◎ 轉載本刊文圖、照片，請先徵求同意。
◎ 郵政劃撥：19131030　戶名：財團法人伽耶山基金會