

Pharma Drum Monthly
知福幸福雜誌

PERIODICALS
雜誌類
國內
郵資已付
台北郵局特准掛號
台北字第1890號
TAIPEI TAIWAN
R.O.C.
POSTAGE PAID
LICENCE NO. 1890

非經本刊同意不得轉載本報圖文。
本刊編印費用為十方信施，閱後請轉贈親友，功德無量。

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

2011 知福幸福
媽媽好幸福 感恩活動

您的疼惜
化為無盡的感恩
謝謝您 媽媽

敬邀您和母親、家人一起來，
浴佛、淨心、報親恩！

活動日期：2011年5月8日(星期日)母親節
開幕式/10:00~11:00
全日活動/09:00~16:00
【浴佛區至18:00】
活動地點：國父紀念館 中山公園廣場

主辦單位：法鼓山佛教基金會
協辦單位：行政院農委會、經濟部水利署、經濟部能源局、工業技術研究院、國父紀念館
贊助單位：台灣電力股份有限公司

知福，是最大的幸福。—聖嚴法師

一行禪師訪法鼓山

與方丈和尚共同為「墨觀·禪悅」書法聯展揭幕 題「聖德端嚴」緬懷聖嚴師父 期勉雙方持續交流互動

【許翠谷／綜合報導】睽違十六年，國際知名的一行禪師 (Thich Nhat Hanh) 帶領梅村三十三位弟子，於四月七日晚間二度訪台。高齡八十五歲的一行禪師與聖嚴師父法緣道情深厚，此行首站即來到法鼓山園區。隔天四月八日，一行禪師與方丈和尚果東法師共同為「墨觀·禪悅」一行禪師與聖嚴師父書法聯展揭幕，並為法鼓山僧俗四眾勉勵、祝福。

這場書法聯展的舉辦，緣起於聖嚴師父與一行禪師間相知相惜的故舊道誼。一九九五年，一行禪師首度訪台，與師父在農禪寺進行一禪與環保一對談，雖然兩人使用的語言、詞彙不同，卻傳達出相通的法理念；一九九七年，禪師更為師父的英文新書《完全證悟》圓覺經講記作序，並特地前往紐約東初禪寺出席新書發表會，向西方人士推薦此書。如今師父色身雖不在，兩人透過書法聯展再度對話，筆墨間傳遞的不仅是弘法道情，還有兩人一生在東西方弘化度眾的精神。

四月八日上午，一行禪師到法鼓山園區，為這場書法聯展揭幕。方丈和尚帶領僧俗四眾在大殿前接駕，並將師父所寫的墨寶《弘傳正法》與《四眾佛子共勉語》致贈給一行禪師，禪師則回贈英文版《心經》墨寶給法鼓山。方丈和尚表示，一行禪師與師父的許多觀念、思想和作法很相近，皆重視教育，而且淨化人心、弘法利生的精神，一樣平易、活潑而深入人心。雙方為書法聯展揭幕後，一行禪師並在現場揮毫，寫下「聖德端嚴」來表達對師父的懷念。



▲睽違十六年，再度訪台的一行禪師（右），四月八日與方丈和尚共同為「墨觀·禪悅」書法聯展揭幕，並為法鼓山僧俗四眾勉勵與祝福。（李東陽攝）



▲一行禪師在書法聯展現場中，題寫「聖德端嚴」表達對聖嚴師父的懷念。左二為策展人葉榮嘉。（江思賢攝）

達對師父的懷念。這次隨一行禪師來台的梅村法師們，也在法鼓山僧團法師陪同下，前往禪堂溪邊打坐、法華公園行禪，體驗法鼓山園區的境教氛圍。一行禪師勉勵雙方僧團未來可以加強交流，讓佛法大樹能夠持續欣欣向榮。

法鼓山護法總會副會長、同時擔任書法聯展總策畫的葉榮嘉表示，這次的聯展，從事前接洽聯繫、策展規畫，到雙方僧團的互動、他在僧團法師身上看見師父的身影，特別是僧眾傳承國際交流、弘化的願力，並化為實際行動，讓人深刻體會師父投入僧眾教育的心與成果，也看見法鼓山邁入一個成熟踏實、穩健發展的新里程。

（更多內容請見八版）

藍昆尼大塔苑開光 惠敏法師代表出席

【釋常惺／尼泊爾報導】四月四日，在佛陀誕生地與建成的尼泊爾藍昆尼 (Lumbini) 大塔苑舉行開光典禮，由聖嚴和尚惠敏法師以及當值法師代表法鼓山出席。二位法師以漢傳佛教的唱誦儀式，與來自世界各地的南傳、藏傳佛教代表輪流誦經祝禱，隨後惠敏法師代表與漢藏佛教師談，分享「心靈環保」的要義。

藍昆尼位於印度及尼泊爾邊境，由於阿育王石柱被勘定的歷史證據，藍昆尼 (Lumbini, Nepal) 於一九九七年被列為聯合國世界文化遺產。二〇〇五年，聯合國在遺址旁東岸規畫出藍昆尼園區，分配成四十二區，並以人工運河區分南、北傳建築區，供世界各國佛教徒興建塔苑。位於十九區的大塔苑，由尼泊爾籍的第四世宗南嘉楚仁波切指導興建，大塔苑建築主要的設計團隊、開光典禮籌備團隊及重要資金捐助，均來自台灣。

當天的開光典禮由宗南嘉楚仁波切主持，隨後三系佛教代表分別灑淨及祝禱，彰顯佛教教風兩千六百年後世界佛教的風貌。下午的漢藏對談，由惠敏法師、宗南嘉楚仁波切、佛光山德里中心監院慧開法師與談，對談內容包括佛教的根本教理、如何向內斷除煩惱、向外展現慈悲等。

對談結束後，與會人士前往藍昆尼園遺址區參訪。四世紀東晉



▲首座和尚惠敏法師（右二）與藏傳、南傳佛教代表，一起出席尼泊爾藍昆尼大塔苑開光典禮。右五為指導興建大塔苑的宗南嘉楚仁波切。（釋常惺攝）

法鼓山捐建 六龜 永久屋動土

【張錦德／高雄報導】渾厚、悠揚、高亢的布農族「八部合音」，繚繞在兩橫山區，也為八八災區桃源樂樂段永久屋動土典禮帶來祝福。四月二日上午，由法鼓山捐建的桃源區永久屋正式動土；下午，六龜區龍興段也舉行永久屋動土儀式，為高雄、桃源區動土、六龜區新發村及新開部落等三地受災民眾，重建希望家園。

當天上午，在樂樂基地上，三位部落耆老合力將一顆畫有部落圖騰的石頭擲出，隨後行政院重建會家園重建處處長邱啟芳、高雄市長陳菊、動和村遷居重建處理事長江清水、與慈基會秘書長果器法師、建築師徐伯瑞等人共同執鎚覆土，象徵著部落的根就理在這裡，住後居民將在此安居樂業。

當天上午，在樂樂基地上，三位部落耆老合力將一顆畫有部落圖騰的石頭擲出，隨後行政院重建會家園重建處處長邱啟芳、高雄市長陳菊、動和村遷居重建處理事長江清水、與慈基會秘書長果器法師、建築師徐伯瑞等人共同執鎚覆土，象徵著部落的根就理在這裡，住後居民將在此安居樂業。

部落實地重建處處長潘星貝與當地民眾，一同參與令人歡欣的動土時刻。

陳菊市長分別在兩場典禮中，表示應尊重多元文化及宗教信仰，並感謝法鼓山一直以來默默認養災區，與受災民眾共同找出希望；羅世雄則感謝法鼓山長期的陪伴，無論在心靈與物質上，都給予居民堅定向前的力量。方丈和尚則以「放下心中的石頭，就是平安的基石」為民眾祈福，並期勉大眾以慈悲關懷他人，利他即是利己，以感恩心、奉獻心共同努力。

興建後的樂樂段永久屋，將嘉惠二十戶動和村居民，而龍興段永久屋則有新發村與新開部落共十七戶居民受惠。其中，大量採用傳統布農族木屋元素的樂樂段永久屋，規畫有社區活動中心、風雨球場、生態示範中心等設施，在建業師徐伯瑞的展示下，原鄉孩童在小小的模型上看到了未來的美麗家園。



▲六龜區龍興段永久屋基地動土典禮中，方丈和尚果東法師（右二）、行政院重建會主任秘書羅世雄（左一）、高雄市長陳菊（左二）、副市長劉世芳（右一）一起執鎚覆土，展開希望家園的重建工程。（李東陽攝）

【新聞簡訊】

匈牙利公共電視拍攝法鼓山

4月10日，兩位來自匈牙利公共電視台的導演及攝影師，在國際發展處監院果見法師、新聞局人員陪同下，前往法鼓山園區拍攝，將台灣漢傳佛教道場的特色與建築之美帶回匈牙利。

兩位導演及攝影師除了在祈願觀音殿、大殿及周邊取景外，由於當天適逢假日，許多信眾攜家帶眷來到山上，信眾參拜禮佛、請心靈靈方籤的過程，也成為拍攝取景的重點。在果見法師的示範解說下，導演也向觀音菩薩求了一張心靈靈方籤，祝福遠在匈牙利的親人。（編輯室）

1200位民眾農禪寺皈依三寶

4月17日上午，近一千兩百位民眾齊聚農禪寺，由方丈和尚果東法師親授三皈五戒，成為正信三寶弟子。典禮上，方丈和尚勉勵新皈依弟子時時精進修行，用歡喜心做奉獻，用有限的生命，廣結無限的善緣。

除了法會活動，為了讓新皈依弟子進一步了解法鼓山各項修行活動，現場還規畫了各會團的服務攤位，如禪坐會、念佛會、義工團等，透過各會團介紹與引導，鼓勵新皈依弟子加入修行與服務的行列，提升自己、成長自己，走上離苦得樂的解脫之道。（編輯室）



▲法務部長曾勇夫（左）、人基會秘書長李仲（右）共同擊鼓，啟動「生命教育·心六倫」系列活動。（人基會提供）

法務部 合作推動心六倫

【本刊訊】由法務部邀請法鼓山人文社會基金會合作推動的「生命教育·心六倫」活動，三月二十三日出於桃園女子監獄揭開序幕。法務部部長曾勇夫親自出席並致贈感謝狀給法鼓山，同時與人基會秘書長李仲一同擊鼓，啟動整個系列活動。

曾勇夫部長致詞時，感謝人基會長久以來對社會及生命的關懷，這次在各地矯正機關、地方檢察署署理處帶入矯治教育，提升社會向上的能量。當天的首場心六倫宣講，由李仲一秘書長主講，現場還邀請著名聲樂家張杏月演唱心六倫之歌（把心打開），純淨優美的歌聲，唱出內含心六倫的歌詞，現場聽眾也一起共鳴合唱。

除了宣講活動，人基會還將將至各地矯正機關、地方法院檢察署，舉辦感恩音樂會、「心劇團」戲劇演出，以及「幸福工作坊」教誨師訓練課程，另外也將製作「心六倫之歌」CD、「心幸福電台」廣播節目等，以多元方式來推廣心六倫。

法鼓佛教學院4週年

精進有活力

聘請竺家寧為榮譽教授 舉辦學習成果展、回顧活動 全校師生前瞻未來 期許攜手實現師父願心

【本刊訊】在溫馨、歡喜又充滿法味的校慶活動中，法鼓佛教學院於四月八日歡度四歲生日。除了舉辦桌球比賽、社團成果展，以及創校以來的慶生傳統——淨山活動、校慶典禮上，並邀請政治大學中文系教授竺家寧以一談佛經語言研究的意義與價值為題，發表演講。由於竺家寧在佛經語言研究上，貢獻卓著，校長惠敏法師並頒發聘書，聘請竺家寧為榮譽教授，期望未來能進行佛典數位化計畫，能有竺家寧的指導與協助。

專題演講中，竺家寧以長年研究心得，說明佛經語言研究的重要性。竺教授表示，古代譯經者為了傳播佛法，都是運用當時的大眾口語進行翻譯，因此，佛經其實是相當平易近人的。然而，由於時空環境變遷，在古代是白話文，到了現代，卻是難以理解的文言文。研究佛經語言，就是要將這些語言現象弄清楚，幫助讀者克服讀經時的語言障礙，作為探索經典的重要憑藉。

校慶當天，還有來自中國大陸社科院的學者楊曾文、德國漢堡大學教授無著法師，以及法鼓山社會大學校長曾濟群、姊妹校東山高中與南亞技術學院的師長、法鼓山教師聯誼會首任會長楊美雲等。

餘學習成果，以展覽、舞蹈、歌曲方式呈現，就讀碩士班的劉宜綺同學，表演課餘學習的敦煌舞；康吉良同學則獻唱自己創作的歌曲。此外，包括書法社、國畫社、行願社、藥書社、澄心社等社團，也以靜態展覽、影片播放等方式來呈現，邀請更多同學「把社團當成實踐夢想的實驗室！」

方丈和尚果東法師嘉許學生們在課業之餘，每年都積極參與校慶活動，展現活潑、富朝氣的精進精神，並以「一有勁、耐勁」，鼓勵學生在繁瑣的學習生活中，保持心的寧靜、體現耐心、清淨、精進、悲智和敬的精神。全校師生回顧創校四年的成長，感念創辦人聖嚴師父筭路藍縷的辦學歷程，期望繼續師父的願心，共同攜手努力，讓法鼓山這塊培育佛教人才的世界佛教教育園區，與世界接軌。

100年校慶慶祝大會



在四週年校慶典禮上，校長惠敏法師（右）將佛學院榮譽教授聘書，頒發給竺家寧教授（左）。（佛學院提供）

國際佛學會議 6/20~25法鼓山登場



【本刊訊】由法鼓佛教學院、中華佛學研究所主辦的「IABS 國際佛學會第十六屆大會」(XVIth Congress of the International Association of Buddhist Studies) 六月二十日至二十五日將於法鼓山園區舉行。根據佛學院統計，目前提報的專題研討場次達一〇三場，提報的論文數有五百五十多篇，參加人數預計超過六百人，堪稱歷屆之冠。

「IABS 國際佛學會」是世界各地佛學研究者切磋交流的重要平台，會議全程以英文發表，素有「佛學奧林匹克」之稱。佛學院校長惠敏法師表示，爭取主辦大型國際佛學會，是聖嚴師父非常重視的事，佛學院在二〇〇八年前往美國艾默里大學 (Emory University) 參加第十五屆大會時，成功爭取到本屆主辦權。

惠敏法師表示，經過二年多籌備，今年六月，將有三十個國家的佛教學者齊聚園區，其中來自歐美的學者逾二百五十人，占四成多；亞洲地區則近二百一十人，約三成四，法鼓山各學術單位包括：佛學院、佛研所、僧伽大學教職員與僧團法師，也踴躍提報了十餘篇論文，加上未註明國家的一百五十多位學者共襄盛舉，雲集海會展開佛學研討，正體現了法鼓山為「世界佛教教育園區」的願景。

本屆「IABS 國際佛學會」議程，將分成九個場次進行研討。大會也特別安排一場美國著名藏學家史密斯 (Gene Smith) 的專題研討，表達對這位已故藏傳佛教研究泰斗的緬懷。

會議期間，佛學院也邀請「拈花微笑聲劇團」演出改編自佛教故事「鹿王」的英語版手語劇《悠悠鹿鳴》，並邀請佛畫家李季鋒於園區舉辦「描繪音畫展」與現場示範，還有禪修與茶禪體驗、法鼓山園區巡禮，為難得齊聚一堂的佛教學者規畫具有佛教特色的心靈饗宴。

季淳教授主講通識到博雅之路

【黃啟豪、黃詩婷／台北報導】三月二十九日上午，法鼓大學邀請政治大學國家發展研究所、政大書院客座教授季淳，於法鼓大學書苑演講「通識到博雅之路：從打敗哈佛的威廉斯文到法鼓大學的經驗，以及對未來法鼓大學書苑制度的期許」。

季淳從大學的「通識教育」(General Education) 與「博雅教育」(Liberal Arts Education) 談起，尤其對美國行之有年的「博雅教育」做了重點分析與介紹，強調其核心價值在於培養獨立判斷、選擇重要的人文價值、選擇重要的信念，以及樂於實踐之精神。季淳指出，在西方文化下孕育出來的博雅教育，造就了許多文化根基深厚、對整個文化、社會，乃至世界影響深遠的領導者。這樣的精神之所以能建立，主要在於教授

們的投入與奉獻，同時與學生共同創造學習氛圍，就如春風化雨般，讓學生在學習過程中自然感受到「一如清風拂面，無形無蹤，但受者自當心領神會」的境域。

季淳表示，在法鼓實施博雅教育不易立竿見影，但只要認同其核心價值與信念，仍然要去做。談到法鼓大學的書苑制度與理想，季教授認為法鼓大學要實施博雅教育有其得天獨厚的條件，因為法鼓大學四個學院本身就是博雅課程，還有法鼓山園區獨有的「境域」。

最重要的是教職員的投入與奉獻，將法鼓大學視為一份志業，這份願心願力不是其他學校能展現的，因此，季淳期待在不久的將來，在法鼓大學教職員共同努力下，能夠在第一座禪悅書苑的境域中，共同創造並達成博雅教育的核心目標。

卓越營南區學員 分享人生路

二月十九日，二〇一一冬季青年卓越營圓滿後兩個月，南部地區學員們於高雄紫雲寺再次歡喜相見，交流這段期間內心沉澱的心得。

二、三十位學員互相先幫彼此畫下畫像，並寫下一個對方的特質，讓學員了解自己給他人的第一印象。接著進行全程靜默的「人生路」遊戲，學員經過一個未知的「路徑」抵達對面，過程中，有的走錯了路，下次再試別的路；有的則一再走同樣的錯誤路。也有每個人都嘗試，但一樣是錯誤。原來學員只想到前進，沒注意到不一定只有向前行，也可以往後退再向前。超越先前想法的束縛，學員紛紛順利抵達對面，成功過關。

分享「人生路」的心得時，有人分享在過程中感到緊張、焦慮；有人本以為自己很有耐心，卻發現並非如此。學員從中學習到，向目標邁進時，面對不確定性，安定自己的心是很重要的；遇到困境，不妨考慮以退為進，適當捨棄一些東西，才能讓自己在往前走。（文／洪瓏軒、圖／紫雲寺提供）



回到遇見生命的源頭

再次，回到這個與生命相遇的源頭。搖鈴聲響起，揭開二日僧活營的序幕。洗去昨夜塵垢，在法師帶領下，透過八式動禪，享受肌肉拉緊後放鬆、「身體在哪裡，心便在哪裡」的

感覺。接著的早課，也是一場「心」的訓練，每每勉勵自己，將經文的一字一句，放入生命中。過去的，已無法改變，不用憂悔；未來的，不可知，不用擔心；我們唯一能做的，就是過好每一個當下。

這一天，果竣法師分享自己的出家因緣。法師談到孩童時，發現父母總是過著重複的生活，就是為生活忙碌，促使他思考「生命為何而活？」長大後，參加第一次禪修，腳部的疼痛，幾乎使他放棄修行，但聖嚴師父一句：「腳痛就讓你不能修行，那你還能做什麼？」讓他不敢懈怠。然而，父親反對他出家，師父又鼓勵他：「不要懷疑自己的善根。」告訴他「心要堅定，但行動要緩，同時，她勸他持誦《準提神咒》二十萬遍。

果竣法師的講述，改變自己的命運。後來，母親到農禪寺告知他，願意成就他出家修行；父親看到他出現在電視訪談中，也成全他的願心。法師分享自己轉變命運的方法，第一是皈依三寶，第二是吃素，還有持誦《準提神咒》。「出家前的阻礙一定會有的。」法師建議有出離心的同



僧活營中，持誦經文也是「場心」的訓練。學員勉勵自己將經文的一字一句放入生命中，過好每一個當下。（僧大提供）

【法鼓書齋】

《人生》雜誌333期5月號
字裡禪機——一行禪師與聖嚴法師「禪的對話」

國際知名的一行禪師，四月份再度來台展開弘法之旅，並在法鼓山園區，與聖嚴師父的書法作品，共同舉辦「墨觀·禪悅」書法聯展。兩位大師同為當代知名禪師、臨濟法脈傳人，並在西方弘揚漢傳禪法，致力佛法的現代化、普及化。兩人的生命交互輝映，雖然哲人已遠，卻以墨寶展開一場跨時空的心靈交流。

本期專題介紹兩位大師的法緣道情，並邀請書法家杜忠誥、策展人之一阮曼華、佛教學者游祥洲以及佈展人曾逢景，分享他們從兩位大師書法中，看到筆墨背後蘊藏的禪機法趣。此外，「特別報導」也記錄一行禪師的「寶島諦聽之旅」。

在印度垂死之家，張寶方體驗到《地藏經》的人間示現，「人生行旅」分享這場震撼的生命教育。「禪味廚房」幸福上菜，隨著《點心共和國》作者郭莉蕓進入點心天地，用味蕾暢遊世界。（每本150元，訂閱一年1440元，另有特惠專案，請見心靈網路書店）

◎洽詢電話：(02) 2896-1600

◎法鼓文化心靈網路書店：www.ddc.com.tw



學，多拜懺、多持咒，並把自己的行止當作是出家人。

隔日清早，跟隨法師們一起行禪至山門，然後轉至法華鐘樓，繞行法華鐘，心中默念一觀世音菩薩一聖號，為日本受苦受難的菩薩們祈福。當抵達終點——開山觀音公園，此時此刻，微涼空氣中，送來一陣梵唄，在第二齋堂，維那法師正領眾唱誦《二時臨齋儀》，清亮的音聲，穿過一

草一木，讓站在開山觀音像前的我們，心更加平靜柔軟了。

隨著法師齊念〈發願文〉：「南無大悲觀世音……我願化為一艘船，擺渡眾生到彼岸；我願化為一大道，指引眾生至歸家……」一行淚水，輕輕畫過臉龐，我們虔誠凝聚這份善的力量，相信法界一切眾生，一定感受得到。

2011 法鼓山夏季青年卓越營

DHARMA DRUM MOUNTAIN SUMMER CAMP FOR YOUTHS STARTS

7.8 Fri. - 7.12 Tue.

勇氣出發

GO FORTH

活動時間——2011年7月8日(五)~7月12日(二)
活動地點——國立暨南國際大學(南投縣埔里鎮大學路一號)
參加對象——18~35歲大專以上之海內外青年
活動費用——全免，交通自理。(台北、台中、台南、高雄火車站接送或自行前往)
報名方式——網路報名 www.ddyp.pixnet.net; 洽詢電話 02-2191-1020#3010

合辦單位 法鼓山文教基金會、法鼓山佛教基金會 | 執行單位 法鼓山世界青年會 | 協辦單位 國立暨南國際大學、法鼓山僧伽大學



把握百年難得因緣，近三百五十位學員齊聚靈鷲寺新禪堂，活潑地展開福田班的第一堂課——相見歡，學員們相互按摩，迅速拉近了彼此的距離。(郭金典攝)

【心靈茶會說明會紀實】

◎蔡淑蕙

家家都是共學道場

心靈茶會的魅力有多大？三月二十七日第二代「心靈茶會說明會」現場，近一百位菩薩從各地前往雲來寺參加，可見一斑。

說明會一開始，普化中心副都監果毅法師娓娓道來心靈茶會的緣起：第一代教案歷經多位法師、菩薩的努力，從發願、策畫，再到帶領人培訓、教案製作等，諸多善因緣的相合，讓第一代心靈茶會以輕鬆活潑、多元關懷的分享，接引許許多多人體多元習生活佛法的智慧。

而第二代心靈茶會主軸，以茶會友、以法相聚、以心會心，透過心劇團成員自然生動的演出，將「心靈成長」、「幸福家庭」、「人際關係」、「社會關懷」四大主題融入情境短劇中，提供眾人討論思考的素材，展現第二代茶會的新風貌。

資深帶領人邱政玲與七位臨時成員，現場示範近九十分鐘的茶會流程。在暖場的「喝茶趣」中，帶領人引導參與成員，淺嘗清楚、放鬆的生活禪法；藉由觀看「無盡的追逐」短劇，成員對劇中情境，紛紛提出自己的想法、觀點、做法，與眾人做分享和交流。

此外，茶會還安排「大法鼓」單元，聖嚴師父在影片中提點眾人少欲知足，知足常樂；「法師的叮嚀」則



資深帶領人與七位臨時成員，現場示範近九十分鐘的茶會流程，在輕鬆活潑的討論中，分享自己的想法與觀點。(信眾教育院提供)

【讀書會的故事】 ◎信眾教育院

天松心靈環保讀書會 廠房內的人間淨土

這是一間很不一樣的讀書會！每到星期一，別人趕著下班，這裡員工們的心靈聚會才要開始。這個意義非凡的聚會，不是為了拚業績、趕報告、搶進度，而是老實帶著員工們進行一場自我探索及超越的旅程。

每週一晚上，遍佈模具、模板及製模機器的沙止天松公司廠房，不見員工工作的身影，走進三樓不算寬敞的空間，映入眼簾是安詳的一方淨土。一幅《心經》、一尊木觀音，穿透心靈防線，帶來陣陣暖意。成員彼此熱情的招呼、親切的互動，讓人分不清他們究竟是同事還是家人。溫馨的餐飲後，老闆兼讀書會帶領人張宗皓開始播放用心製作的投影報告，將成員帶入當日預備討論的文章《工作與休閒》。

「什麼是工作？」「什麼是休閒？」「工作與休閒有什麼不同呢？」帶領人先拋出與文章相關的主題，讓成員先針對主題的定義一一釐清，隨後，順著聖嚴師父文中的開示，再與平常的觀念對比，找到讓自己視野更寬闊的見解。例如：一般人總是拚命地工作，然後又努力規畫假日的休閒活動，以至於假期結束，疲憊的身心沒有得到適當休息，反而更累。

在書中，師父建議：「想要獲得愉快的生活，必須要能夠懂得知足，這樣就能知足常樂。」

「每天要有適度的空間，讓頭腦



每週一下班後，天松公司員工們的心靈聚會才正開始。溫馨餐飲後，老闆與員工一起進行自我探索及超越的旅程。(信眾教育院提供)

春耕福田

有幸福！

什麼是心靈環保，如何向親友介紹法鼓山的理念？「心五四」和當義工有什麼關係？我真的認識法鼓山嗎？三月初，桃園靈鷲寺的新禪堂，高雄紫雲寺的大殿裡，三百多位聖嚴書院福田班學員熱烈地討論著自己所認識的法鼓山，同時也期許透過福田班的學習，能深耕理念、應用佛法，做個名實相副的萬行菩薩！

「福田班不僅是普化教育的搖籃！」普化中心副都監果毅法師表示，福田班的十次課程，是以「一解」、「一行」為主軸，搭配資深義工的心得分享，三個部分組成，透過四十多個單元，引導學員認識並實踐法鼓山的理念，奠定學佛的基礎，讓自己在奉獻服務的過程中，增長智慧福德。

解門方面，包括法鼓山的理念、義工心態、基礎佛法，以及中華禪法鼓宗。內容涵蓋心靈環保、三大大教育、四種環保、心五四及心六倫等，提供學員一個綜觀的視角，完整且系統化地理解法鼓山的理念及各項弘化工作。而因果緣、八正道、十善等基礎佛法的認識，則幫助學員建立正知見。行門方面，除了學佛行儀、

實務體驗，更側重禪法觀念的學習及應用，讓義工工作更得心應手，還有佛曲教唱，讓學員在輕鬆活潑的氛圍中快樂學習。每堂課並邀請一位資深義工分享學佛歷程或擔任義工的心得，與學員彼此勉勵學習，互為善知識。

有些信眾會想：自己親近法鼓山很久，當義工也有一段時間了，為什麼還要上福田班？果毅法師分享他的觀察表示，許多學員上完「體驗法鼓山」的單元後才發現，自己雖然在園區當義工，但經常待在同一個單位，從未實際體驗過法鼓山的多元之美，法師笑說，「換個角度重新學習，一切大不同。」

只要用心體會，即便是佛曲教唱也有新發現。例如教授法師從佛典與「一序分」、「正宗分」、「流通分」詮釋《法鼓頌》，並結合師父撰寫《法鼓頌》的因緣與態度，讓入歌詞義涵，從傳唱中認識師父及其教法，回響相當熱烈。福田班從去年三月開課以來，每一班平均有三百人以上課，學員從青少年到八十多歲的資深悅眾，展現萬行菩薩的蓬勃生機，接下來五月在香港、六月在舊金山、洛杉磯、溫哥華也將陸續開課，果毅法師期許，不論是資深悅眾或新進義工，都能透過福田班重新學習、改變觀念，「隨時抱持一顆歡喜、開放的心來學習，讓自己歸零，由生轉熟，由熟轉生，相信一定有所成長！」

換個角度學習 永遠都有新發現

【福田班課程表】

次	主題	解門	行門	實務體驗
1	相約法鼓山	• 福田班的緣起及意義 • 認識法鼓山創辦人 • 概述法鼓山	• 學佛行儀：寺院禮儀 • 佛曲教唱：法鼓頌	• 我所認識的法鼓山與聖嚴師父
2	福慧人生導航儀	• 學佛學法：心靈環保 • 學佛學法：心五四 • 義工心態：萬行菩薩	• 禪修指引：禪修入門、禪坐會 • 佛曲教唱：四眾弟子共勉語	• 如何於生活中運用心靈環保、四眾弟子共勉語
3	心靈法寶無盡藏	• 學佛學法：四種環保 • 學佛學法：心五四 • 義工心態：威儀形象	• 學佛行儀：在寺院用餐、吃飯禪 • 佛曲教唱：我為你祝福	• 發掘四種環保與心五四的實踐方法
4	萬行菩薩在人間	• 法鼓山的共濟 • 學佛學法：心六倫 • 萬行菩薩的精神：菩薩行	• 禪修指引：立姿八式動禪、出坡禪、走路禪	• 如何在義工工作中修行
5	甘露遍灑大關懷	• 法鼓山的教育事業：三大教育 • 大關懷教育 • 大事關懷的觀念和作法	• 學佛行儀：法會共修與念佛	• 分享大關懷資源
6	體驗法鼓山	• 法鼓山的建設理念 • 法鼓山巡禮：禪悅境教	• 佛曲教唱：法鼓山	• 我心中的法鼓山
7	心的教育大普化	• 大普化教育 • 學佛學法：《法鼓全集》簡介 • 學佛學法：因果緣 • 義工心態：義工使命	• 法鼓山學習資源 • 廣福福田做義工	• 善用法鼓山修行與學習資源
8	百年樹人大學院	• 大學院教育 • 學佛學法：《法鼓全集》簡介 • 學佛學法：因果緣 • 義工心態：義工使命	• 禪修指引：坐姿八式動禪	• 朋友眼中的法鼓山
9	中華禪法鼓宗	• 法鼓山的四種堅持 • 學佛學法：十善 • 中華禪法鼓宗	• 勸募與善用	• 分享我的學佛之路
10	分享法鼓山	• 結業式	• 會團簡介	



一堂分享時刻，紫雲班學員踴躍取機，大會、分享心中體會。(紫雲寺提供)

【福田班課程表】

次	主題	解門	行門	實務體驗
1	相約法鼓山	• 福田班的緣起及意義 • 認識法鼓山創辦人 • 概述法鼓山	• 學佛行儀：寺院禮儀 • 佛曲教唱：法鼓頌	• 我所認識的法鼓山與聖嚴師父
2	福慧人生導航儀	• 學佛學法：心靈環保 • 學佛學法：心五四 • 義工心態：萬行菩薩	• 禪修指引：禪修入門、禪坐會 • 佛曲教唱：四眾弟子共勉語	• 如何於生活中運用心靈環保、四眾弟子共勉語
3	心靈法寶無盡藏	• 學佛學法：四種環保 • 學佛學法：心五四 • 義工心態：威儀形象	• 學佛行儀：在寺院用餐、吃飯禪 • 佛曲教唱：我為你祝福	• 發掘四種環保與心五四的實踐方法
4	萬行菩薩在人間	• 法鼓山的共濟 • 學佛學法：心六倫 • 萬行菩薩的精神：菩薩行	• 禪修指引：立姿八式動禪、出坡禪、走路禪	• 如何在義工工作中修行
5	甘露遍灑大關懷	• 法鼓山的教育事業：三大教育 • 大關懷教育 • 大事關懷的觀念和作法	• 學佛行儀：法會共修與念佛	• 分享大關懷資源
6	體驗法鼓山	• 法鼓山的建設理念 • 法鼓山巡禮：禪悅境教	• 佛曲教唱：法鼓山	• 我心中的法鼓山
7	心的教育大普化	• 大普化教育 • 學佛學法：《法鼓全集》簡介 • 學佛學法：因果緣 • 義工心態：義工使命	• 法鼓山學習資源 • 廣福福田做義工	• 善用法鼓山修行與學習資源
8	百年樹人大學院	• 大學院教育 • 學佛學法：《法鼓全集》簡介 • 學佛學法：因果緣 • 義工心態：義工使命	• 禪修指引：坐姿八式動禪	• 朋友眼中的法鼓山
9	中華禪法鼓宗	• 法鼓山的四種堅持 • 學佛學法：十善 • 中華禪法鼓宗	• 勸募與善用	• 分享我的學佛之路
10	分享法鼓山	• 結業式	• 會團簡介	

去年三月開班的聖嚴書院福田班，在台灣引起熱烈回響，今年五月起更將到香港、美國、加拿大開課。作為法鼓山萬行菩薩的搖籃，福田班課程有哪些獨到之處呢？本期帶您一窺究竟！

◎許翠合

「心靈環保學習網」◎陳玫瑋 師父講授《金剛經》

「住」是執著，是在乎，我很在乎，這個叫做「住」。我心裡面有這一種掛礙，這叫做「住」。心裡面牽牽掛掛的，這叫做「住」。心不牽不掛，叫做「不住」……聖嚴師父一九九二年在農禪寺講授《金剛經》，平易、生活化的講經內容，已經在「心靈環保學習網」原聲重現！除了珍貴的影音畫面，還有條列清楚的導讀講綱，是想要修福修慧的菩薩們，絕對不可錯過的經典課程。

已上線的「聖嚴師父《金剛經》講要義、思辨形式、無相無離、結論等五講，「心靈環保學習網」將師父的

經典課程重現

每講課程，製作了各講目錄、內容講綱，隨著講課進度播放；此外，師父的錄影畫面更配上清晰的字幕，不僅方便閱讀，更是上課時的得力輔助。《金剛經》是漢傳佛教經典中，廣為人知且影響深遠的一部，師父在「《金剛經》講要」中，用生動易解的現代語言，引領我們逐步深入經文智慧。接下來的「聖嚴師父經典講要系列」，還有《法華經》、《心經》、《維摩經》等課程，歡迎隨時上「心靈環保學習網」，在師父的經典課程中汲取智慧能量。

◎法鼓山心靈環保學習網：
<http://www.dharmaschool.com>



已上線的「《金剛經》講要」經典課程，除了有聖嚴師父珍貴的錄影重現，還有精心製作的導讀簡介，讓學習更得力。(信眾教育院提供)

【學習成長看板】

「悠遊職場與人生智慧」安頓身心系列講座

【地點】台北安和分院
【時間】週五19:00~21:00
【場次】5月6日「突破習慣限制，領悟有情人生」(郭騰尹主講)、5月27日「活用佛法，提昇管理與職場優勢」(戴萬成主講)、6月10日「修行在紅塵——以中華郵政公司為例」(許仁壽主講)、6月24日「領導面面觀——澄淨清明的領導思維」(果廣法師主講)
【報名】請上安和分院網站<http://anhe.dam.org.tw>，或洽(02) 2778-5007分機157知客處

法鼓講堂 線上直播 Live 課程

www.dharmaschool.com

慈悲三昧水懺

的修持意涵

講師/果傳法師

5月 4 11 18 25 日 每周三 共四次

台灣地區：晚上7:00~9:00
北美西岸：早上4:00~6:00
北美東岸：早上7:00~9:00

月份	主題	講師
六月	八識規矩頌	朱秀容老師
七月	地藏經	常超法師
八月	六祖壇經	果光法師

農禪寺 2011

學佛 FUN 輕鬆

開課日期

週四班 5/26

週六班 5/21

上課時間|上午 9點、12點

上課地點|農禪寺

報名方式

1. 即日起開始報名，歡迎網路報名
網址 <http://ncm.ddm.org.tw/>

2. 或網路下載報名表之後以
E-mail: ncmact@ddmf.org.tw
傳真 02-2895 8969
或親至農禪寺報名。



一九九五年，聖嚴師父與一行禪師首次見面。師父說，一行禪師就像老朋友，「他的來訪是我這一輩子最高興的事之一。」(本刊資料)



聖嚴師父與一行禪師於一九九五年在農禪寺展開「禪與環保」對話。不同的語言，卻傳達出相通的法法理念。(本刊資料)

筆墨弘禪 續道情

聖嚴師父與一行禪師只相見幾次，彼此的法緣道情，卻在有限的短暫交會中，展露無遺。四月八日，一行禪師來到師父創辦的法鼓山園區，從法鼓山僧俗弟子身上，真切感受到聖嚴法師的精神，願願相續地傳承者。
◎陳玫瑰

一行禪師在法鼓山法聯會開幕，題寫「聖德端嚴」四個字，樸實的字跡，表達對師父的感念。(江忠賢攝)



「一行禪師就像老朋友一樣，他的來訪是我這一輩子最高興的事之一。」一九九五年三月二十二日，聖嚴師父與四眾弟子在農禪寺，歡喜迎接一行禪師到訪。雖是第一次見面，師父與一行禪師之間，彷彿有著一份熟悉的故舊道誼。二〇一一年四月七日，一行禪師帶著弟子們再度來訪，前往迎接的，是師父的僧眾弟子。初次來到師父創辦的法鼓山園區，面對全然不同的人、事、景物，一行禪師向身旁的方丈和尚果東法師說：「我感覺聖嚴法師還在。看到聖嚴法師的法印在弟子身上傳承，我很感動。」

聖嚴師父與一行禪師只相見幾次，彼此的法緣道情，卻在有限的短暫交會中，展露無遺。一九九五年，在農禪寺展開的「禪與環保」對話上，師父談到自己根據佛法提出的「心靈環保」，就是人們的心不受污染，這才是保護環境的根本辦法；而淨化心靈之道，則是從禪的觀念與修行入手。一行禪師提

到自己弘法的核心，為來自佛法的八正道之「正念」，著重如何讓我們的心識不受染污，就是要時時覺察自己，他人與環境。師父倡導「建設人間淨土」，一行禪師則說：「Pure land is here and now.」(淨土就在當下)。念念清淨，人間、當下即是淨土，不同的語言，卻傳達出相通的法法理念，難怪師父說一行禪師是「老朋友」。「能成為他的朋友，我很榮幸。」一九九七年，師父新書《完全證悟》(Complete Enlightenment)在美國出版，一行禪師在書中的序文這麼寫著。新書發表會當天，一行禪師親自前往東初禪寺，向西方人士推薦師父的書。兩人相知相惜之情，盡在其中。

卻因著一顆為弘傳正法的道心，而共同為佛法慧命的傳續而努力。「佛法像一棵大樹，需要大家的灌溉。」十六年前，一行禪師在「禪與環保」對話中的這段話，彷彿也是對十六年後雙方弟子的一份期勉。這次法法聯展，從事前的策展聯繫、來訪行程協調，到活動當天的交流，法鼓山僧團與梅村僧團相互合作，一起圓滿殊勝的弘法活動。

觀墨觀心 領略禪的對話

聖嚴師父與一行禪師都不是書法家，揮毫書寫的因緣也各有不同，兩人的書法作品卻在法鼓山相遇，宛如進行另一場「禪與環保」的跨時空對話。「有別於個展凸顯個人特質及書藝特色，這次「墨觀·禪悅」書法聯展則讓入遊走筆墨線條之際，也能體會兩位禪師生命交會的軌跡。」這次書法聯展策展人之一、香港理工大學設計學院資深講師阮曼華說，聖嚴師父的字，寬綽質樸；一行禪師的墨跡，飛揚婉轉，但都有一個共通點——「真」，一點一捺都是真性情的流露，讓人感受到他們專注當下，把全部生命注入線條的力量。

走進展場，兩位禪師的墨寶，一個漢字、一個英文，彷彿東西方的弘法對話。在師父書寫的《日日春》相鄰柱面，轉眼即見一行禪師的墨寶《Be beautiful, be yourself》(美麗地做你自己)。



師父墨寶《日日春》相鄰柱面，轉眼即見一行禪師墨寶《Be beautiful, be yourself》(美麗地做你自己)，筆墨之間，對話著禪法意涵，令觀者心有會。



展場以一行禪師書法中「圓」的意象來設計，觀者先經過一道圓形洞門進入展場，最後再通過圓形洞門離開，回到原本所處的世界。(張錦德攝)

跟隨一行禪師來訪的梅村法師們，沉浸在法鼓山園區的清淨環境中，感受到聖嚴師父建設法鼓山的用心。(江忠賢攝)



解說法鼓山園區的建設模型，如今人間淨土的景象，就在眼前。書法聯展上，一行禪師揮毫寫下《聖德端嚴》四個字，那是對老朋友的懷念與感佩，還有從師父的僧俗弟子身上，真切感受到的法鼓家風，以及願願相續的法鼓山理念。

2011法鼓山 兒童心靈環保體驗營

培養孩子學習感恩父母、感謝大地、愛護生命、知福惜福，讓孩子從小學會「知足」，愛惜地球資源，從簡樸的生活做起；學習珍惜環境，進而到為他人設想。讓孩子在快樂、輕鬆的氣氛中成長學習，這是今年夏天送孩子最寶貴的禮物！

2011年法鼓山兒童心靈環保體驗營，今年暑假各地全面開辦，歡迎報名，名額有限，請把握機會！

區域	舉辦單位	梯次	活動日期	報名對象	相關說明	區域	舉辦單位	梯次	活動日期	報名對象	相關說明
法鼓山世界佛教教育園區		1	7.01(五)~7.04(一)	國小三~五年級	【報名日期】5.21起，額滿為止 【洽詢電話】02-2498-7171 分機 3310-3311 【報名網址】http://www.ddm.org.tw	中部	台中分院	1	7.28(四)~7.29(五)	國小二~三年級 國小三~四年級	【報名日期】6.4起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】04-2255-0665 【活動地點】寶雲別苑
		2	7.06(三)~7.10(日)	國小三~四年級	【報名日期】6.1起，親自報名，額滿為止 【備註說明】每天往返 *無住宿 【洽詢電話】02-2893-3161 分機 571-572 【報名網址】http://ncm.ddm.org.tw			2	7.30(六)~7.31(日)	國小三~四年級 國小四~五年級	【報名日期】5.1起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】049-242-3025
		3	7.13(三)~7.17(日)	國小四~五年級				【報名日期】6.10起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】06-220-6329 分機 9			
		4	7.20(三)~7.24(日)	國小五~六年級					1	7.04(一)~7.05(二)	國小一~三年級
北投農禪寺		1	7.04(一)~7.07(四)	國小三~五年級	【報名日期】5.15起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】02-2591-1008	南部	台南分院 (安平精舍)	1	7.23(六)~7.24(日)	國小二~三年級起 國小五~六年級	【報名日期】6.11起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】07-732-1380
		1	7.08(五)~7.10(日)	國小三~五年級				【報名日期】6.30(四)~7.01(五) 【洽詢電話】07-675-3656			
		1	7.07(四)~7.09(六)	國小二~三年級 國小五~六年級					【報名日期】6.1起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】0953-657-886 劉玉鐘 菩薩 【活動地點】天南寺		
		1	7.23(六)~7.24(日)	國小一~六年級				1		7.02(六)~7.05(二)	國小四~六年級
安和分院		1	7.08(五)~7.10(日)	國小三~五年級	【報名日期】6.1起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】03-380-1426 【報名網址】http://jms.ddm.org.tw	甲仙安心服務站	1	7.02(六)~7.05(二)	國小四~六年級	【報名日期】6.1起，額滿為止 【活動對象】林邊、佳冬國小生 【洽詢電話】08-8750085	
		1	7.07(四)~7.09(六)	國小二~三年級 國小五~六年級			【報名日期】5.1起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】02-2994-6176 *無住宿 【報名日期】即日起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】0953-657-886 劉玉鐘 菩薩 【活動地點】天南寺				
中山精舍		1	7.07(四)~7.09(六)	國小二~三年級 國小五~六年級	【報名日期】6.1起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】03-380-1426 【報名網址】http://jms.ddm.org.tw	林邊安心服務站		1	7.05(二)~7.09(六)	國小一~六年級	【報名日期】6.1起，額滿為止 【活動對象】林邊、佳冬國小生 【洽詢電話】08-8750085
		1	7.23(六)~7.24(日)	國小一~六年級			【報名日期】6.15起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】02-2408-2593-4 【報名網址】http://www.ddcep.org.tw				
新莊辦事處		1	7.23(六)~7.24(日)	國小一~六年級	【報名日期】6.1起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】03-380-1426 【報名網址】http://jms.ddm.org.tw	台東信行寺		1	7.18(一)~7.20(三)	小隊輔導員(大專院校學生)	【報名日期】5.21起，額滿為止 【洽詢電話】089-225-199
		1	8.06(六)~8.07(日)	國小三~六年級			1	7.21(四)~7.24(日)	國小三~六年級		
海山辦事處		1	8.06(六)~8.07(日)	國小三~六年級	【報名日期】6.1起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】03-380-1426 【報名網址】http://jms.ddm.org.tw						
		1	7.23(六)~7.24(日)	國小一~三年級							
齊明寺		1	7.23(六)~7.24(日)	國小一~三年級	【報名日期】6.15起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】02-2408-2593-4 【報名網址】http://www.ddcep.org.tw						
		2	7.29(五)~7.31(日)	國小四~六年級							
金山法鼓山社會大學		1	7.25(一)~7.26(二)	國小三~六年級	【報名日期】6.1起，額滿為止 *無住宿 【洽詢電話】02-2408-2593-4 【報名網址】http://www.ddcep.org.tw						
		1	7.25(一)~7.26(二)	國小三~六年級							