

法鼓
Dharma Drum Monthly
雜誌

法鼓山
來法鼓山觀音道場
參北

來法鼓山觀音道場 參北臺灣第一聖地

■為什麼人人需要「心靈環保」？

因為心靈是指揮身體的，我們的行為是和心連在一起的，每一個人心念的改變，就能改變一個人、一個家庭，甚至一個社會，所以，心念的改變才是最重要的。

摘錄自《是非要溫柔》

【黃佳卿／臺北報導】法鼓山人基會二〇二二年首場心靈講座，一月十二日晚間七點在德貴學苑舉行，邀請聲樂家張杏月以「禪悅與音樂」為題，分享佛化的音樂感的歌聲。

人生，引導如何用眼耳鼻舌身意聽歌、唱歌，由念而唱，與現場近百位聽眾合唱《平安之歌》、《心平安》、《心六倫之歌》，在歌聲中體會聖嚴師父的慈悲與智慧。

「聲音的感染力，需要打開感官去攝受，音樂才能成為心靈之間的交流。」張杏月說，感官放開的第一個學習，是學習說出真實的感受，她從自家花園拍下花朵微距特寫，請聽眾隨心發想；第二個學習是跟隨節奏強烈的鼓聲律動身體；

身為「心六倫」行動大使，張月表示，新的一年有許多聳人聽的「末日」說法，聖嚴師父留的歌詞，用詞平易卻發人深省，這個時代帶來正向的力量，在合時，她也邀請聽眾一起許下心願，讓菩薩聽見歌聲裡對平安的祈求。

由人基會主辦的一系列心靈座，廣邀各領域講師，每個月最一週的週四晚間，在德貴學苑接開講，歡迎大眾前往聆聽，為心注入廣大吉祥的力量。

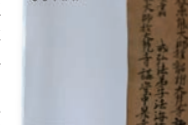
【梁金滿／綜合報導】由法鼓山人文社會基金會補助出版的《六祖壇經文集》(Readings of the Platform Sutra)，今年一月在美問世。該書由普林斯頓大學教授太史文(Stephen F. Teisen)和愛荷華大學教授舒特(Morten Schlüter)共同編輯，是第一本向西方大眾介紹《六祖壇經》歷史背景、思想觀點的英文著作。

《六祖壇經文集》是哥倫比亞大學出版社繼《法華經文集》之後出版的「佛教文獻系列」叢書第二卷。全書歷時四年多的策畫、邀稿與編輯，共收錄七篇論文，研究主題包括：《壇經》在中國佛教史上的起源與發展，《壇經》中主要的人物與早期中國禪宗的發展，探討禪宗修行的主要論點如頓悟、傳法等，六祖惠能受具足戒等問題，以及禪宗的思想點如何影響中國哲學。作者包括舒特、葛瑞格(Peter N. Gregory)、任博克(Brook Ziporyn)、韋聞(Wendi L. Adamek)等，都是著名的佛教學者。

該叢書是聖嚴師父為了將佛教典介紹給國際社會，帶動西方學界深入研究漢傳佛教典籍，所發起出版計畫。不僅增進了歐美人士對漢傳佛教的認識，也為有志研究傳佛教的後繼者，打開一條坦途。

討禪宗修行的主要論點如頓悟、點化等，六祖惠能受具足戒等問題，以及禪宗的思想點如何影響中國哲學。作者包括舒特·葛瑞格（Peter N. Gregory）、任博克（Brook Ziporyn）、韋聞（Wendell L. Adamek）等，都是相當著名的佛教學者。

該叢書是聖嚴師父為了將佛教典介紹給國際社會，帶動西方學界深入研究漢傳佛教典籍，所發起出版計畫。不僅增進了歐美人士對漢傳佛教的認識，也為有志研究傳佛教的後繼者，打開一條坦途。



▲馬英九總統（中）、副總統當選人吳敦義（右）參加「除夕聞鐘聲祈福法會」，與方丈和尚（左）一起繞鐘，祈願臺灣社會今年比去年更平安。（王育發 攝）

【邱惠敏／臺北報導】二月四日法鼓文化在臺北國際書展世貿展館黃沙龍區，舉行「尋師身影——聖嚴法師的生命之歌」分享會，邀請〈尋師身影〉一書作者張光斗與〈遠行聖嚴法師音樂故事〉專輯等分享製作歷程。現場湧進上百位讀者聆聽分享，一同走進聖嚴師父的生命故事。知名〈點燈〉節目製作人張光斗表示，二〇一〇年底在民視播出的《他的身影》影集，是他對聖嚴師父的承諾，要將師父海外行腳點滴做成紀錄，讓更多人體會師父弘法的慈悲與大願，並同步在《人生》雜誌書寫走過師父弘法是跡的心情，集成〈尋師身影〉一書；而在《遠行》專輯中，則生平第一次嘗試作詞。張光斗說：「沒想到一個承諾，同時完成三件作品，是自己始料未及的。」

演唱〈您的遠行〉一曲的歌手楊培安分享，原本自己很忌諱談生死話題，也從未見過聖嚴師父，但卻被歌詞中師父的「無事心中老，空裡有哭笑，本來沒有了，生死皆可拋」一四句偈感動，對生死有了另一番認識。戴維雄、竺娜感恩有機會參與這張專輯，從中感受到聖嚴師父對世人的責成。法鼓文化編輯總監賈世法則讚歎影音作品以音聲接引大眾，是更直接與深刻的方式，這也是聖嚴師父生前一再強調的「佛法要平易近人」，才能讓人人都能感受佛法的美好。

分享會後，嘉賓們前往法鼓文化展位參觀。由於今年是聖嚴師父推動「心靈環保」二十年，法鼓文化以「禪的生活美學：心靈環保」為主題參展，也呼應本屆臺北國際書展的「綠色閱讀」主題。

活動內容：八式動禪・立禪・經行・禪心浴佛

活動時間/地點：2012年5月13日（星期日）

- 臺北市政府前廣場 (09：00-12：00)
- 國父紀念館前廣場 (09：00-15：00)

活動詳情：請洽法鼓山禪修中心 <http://chan.ddm.org.tw>

庚午年季春釋聖嚴撰

心靈環保 師父最珍貴的禮物

◎果東法師（方丈和尚）

今天我們大家齊聚於此，是為了共同感念法鼓山創辦人聖嚴師父。聖嚴師父活著至今已滿三十年。師父住世時曾說：他的一生只做一件事，那就是如何使佛法的好讓大家都知道。師父一生，盡形壽盡心，直到生命的盡頭，仍在思考如何接引人接觸佛法，以慈悲和善來關懷社會、服務人類，而奉獻最後一份心力。

感恩各界護持法鼓山

法鼓山自一九八九年創建以來，漸漸凝聚而有現在的規模，聖嚴師父一向把這份功德，視為諸位賢達資助及社會大眾共同成就的成果。農曆年前，法鼓山僧俗四眾曾就如何推動社會人心的向善向善，更多一分奉獻，向各界善知識講教。過程中，深刻感受到大家對於法鼓山理念的認同，更有許多人把師父的法語視為人生的座右銘，自我惕勵，讓人非常感動。

心靈環保已成普世價值

師父說過：「我總覺得這個世界上，只要有佛法的慈悲和智慧就夠了。」意思是說，只要佛法對人有幫助，根本不必強調這是來自佛教的教義，只要大家能夠因此獲得平安、健康、快樂、幸福，也就夠了。因為即使信仰不同、文化不同，或者國情不同，然而人心對於和平安定、快樂富足的希望，卻是共通一致的。

因此，法鼓山推動的「心靈環保」，是一種超越國界、宗教與族群的普世價值。比如「面對它、接受它、處理它、放下它」是心靈環保，智慧不起煩惱，也是心靈環保。這些都是聖嚴師父提出的智慧法語，勉勵我們凡事正面解讀、逆向思考，就能夠少一些煩惱糾葛，而多一些平安快樂，這就是心靈環保。

用心靈環保自利利他

一九九二年，聖嚴師父率先在臺灣提倡「心靈環保」，也將「心靈環保」帶向國際社會。今年，二〇一二年，是聖嚴師父倡導「心靈環保」屆滿二十年，法鼓山將今年定為「心靈環保年」，我們將推行「心靈環保」一系列感恩活動，也誠摯邀請大家用「心靈環保」來關心自己、成長自己，也用來關心他人、幫助他人，讓我們的家庭、生活、校園、職場、族群與自然環境，因為有了心靈環保，人更愛人，世界更美麗。

心靈環保是聖嚴師父送給世人最珍貴的禮物，懇請大家把這份禮物繼續傳遞下去，感恩大家，祝福大家。真心自在，廣大吉祥！

（二〇一二年二月五日講於法鼓山圓通大廳）



▲方丈和尚致詞時表示，聖嚴師父提出的智慧法語，勉勵我們凡事正面解讀、逆向思考，就能夠少一些煩惱糾葛，多一些平安快樂，這就是心靈環保。（李東陽攝）

傳心燈 接力 世界更美麗



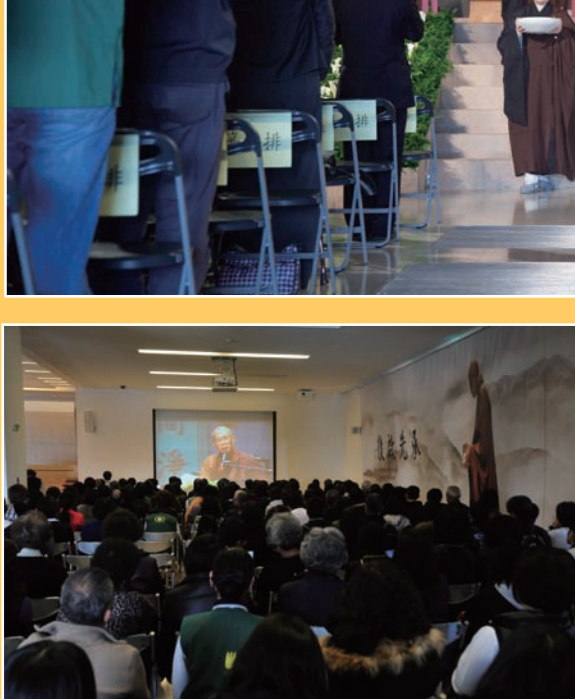
▲「心靈環保·接力」儀式在法鼓山圓通大廳舉行，在傳燈法會主現場參與接力的信眾上台接受信物時，投影牆上隨即出現眾人以平板電腦簽署「心靈環保全民宣言」的簽名。（許朝益攝）



【宣揚】右圖：總統馬英九（右三）、副總統吳敦義（右二）、前副總統呂秀蓮（左一）、副總統候選人吳敦義（右一）、前總統馬英九（右二）、方丈和尚果東法師（左三），與全體大眾共同宣讀「心靈環保全民宣言」。（李東陽攝）左圖：在傳燈法會主現場上，眾人雙手合十，逐字宣讀「心靈環保全民宣言」。（許朝益攝）



【揮毫】書法家杜忠誥在大廳現場揮毫，寫下「心靈環保」與《心經》經文，以翰墨藝術展現莊嚴氣象。（李東陽攝）



【奉行】透過影片，大眾再次聆聽聖嚴師父開示「心靈環保」的緣起、內涵與精神，承先啟後推廣心靈環保報恩。（張錦德攝）



【接燈】傳燈法會主現場由副住持果品法師主持，從引燈法師手中接火點燃主燈。（許朝益攝）



【簽署】上圖：心靈環保是超越宗教的理念，天主教前樞機主教華國寶也簽署「心靈環保全民宣言」。（李東陽攝）左圖：民眾在平板電腦上簽下自己的名字，響應「心靈環保·接力」。（許朝益攝）

2. 心靈環保儲蓄存摺

實踐心靈環保，就是在累積、儲蓄我們幸福、平安、健康、快樂的寶藏。

「心靈環保儲蓄存摺」，可以做為自我積極行善、觀照省察的紀錄，法鼓山期冀大眾「少提多存」，每天儲存自己做到的善能，也利己之餘，也隨時分享給周遭的人。

【義工身影】正要人做，我來吧！



為了讓參與「心靈環保·接力」的各界人士在課程中享用午餐，善緣組義工總動員裝填了一萬多個便當。（百丈院提供）



生命覺察期間，正好遇上「心靈環保·接力」啟動儀式，活動結束後，學員參與「普請」，到各殿堂出坡協助善後。（許朝益攝）



在「心靈環保·接力」啟動儀式中，善緣組義工總動員裝填了一萬多個便當。（許朝益攝）

「i 接力，好容易」

聖嚴師父曾說：「小小的好，可以成就大大的好。」法鼓山「心靈環保·接力」運動，強調每個「我」實踐接力的力量，因為人人都是傳播幸福、散播平安的力量。

1. 分享「二〇八自在語」

打開「心靈環保·接力」的信物，有「聖嚴法師·二〇八自在語」，在各目的崗位上，用佛法成長自己，也關懷別人，實踐心靈環保。實際上已經接受到師父的禮物了。方丈和尚表示，這次的活動經過大半年的籌備，幾十次的會議討論，期間的天候多半是濕冷且多雨，雖然人無法掌握天氣，但是若能掌握自己「內心的氣象」，善待身邊的人，關懷周遭生活環境，就是萬行菩薩的寫照。

下午的傳燈法會與「i 接力」儀式進行的時候，仍有義工持續繼續服務，攝影組的許淑華專注取景，拍完照片後又列入合唱唱誦《佛法偈》，她說，自己透過頭學聖嚴師父說的「四步」，學會如何禮佛，感化自己之後，下一步希望能接引家人一起親近自己。九歲的賴瑞敏，是全場年紀最小的義工，她自我推薦幫忙操作平板電腦的簽署工作，就讀幼稚園時，賴瑞敏就和家人到法鼓山鋪草坪，小小年紀就能穩重地說出：「累了，休息一下再繼續做。」她開心地表示，「累」一次當義工，都讓她學會很多事，一起擔任義工，就是心靈環保的一種實踐。

3. 線上簽署「心靈環保全民宣言」

還沒簽署「心靈環保全民宣言」？趕快連結「心靈環保·接力」主題網站（http://relayed.org.tw），完成線上簽署後，您的大名就會出現在網站的宣言牆上。網站上也可以下載「聖嚴法師·二〇八自在語」與「心靈環保儲蓄存摺」喔。

「萬行菩薩·i 接力」

【黃佳卿／金山報導】「今天忙得快樂嗎？累得歡喜嗎？」圓滿成就二月五日上午的「心靈環保·接力」啟動儀式後，下午兩點，四百多位各界義工放下萬緣暫別，歡喜接受佛法心燈，承接心靈環保·接力信物。

方丈和尚感恩讚歎所有的義工是「萬行菩薩」，在各目的崗位上，用佛法成長自己，也關懷別人，實踐心靈環保。實際上已經接受到師父的禮物了。方丈和尚表示，這次的活動經過大半年的籌備，幾十次的會議討論，期間的天候多半是濕冷且多雨，雖然人無法掌握天氣，但是若能掌握自己「內心的氣象」，善待身邊的人，關懷周遭生活環境，就是萬行菩薩的寫照。

下午的傳燈法會與「i 接力」儀式進行的時候，仍有義工持續繼續服務，攝影組的許淑華專注取景，拍完照片後又列入合唱唱誦《佛法偈》，她說，自己透過頭學聖嚴師父說的「四步」，學會如何禮佛，感化自己之後，下一步希望能接引家人一起親近自己。九歲的賴瑞敏，是全場年紀最小的義工，她自我推薦幫忙操作平板電腦的簽署工作，就讀幼稚園時，賴瑞敏就和家人到法鼓山鋪草坪，小小年紀就能穩重地說出：「累了，休息一下再繼續做。」她開心地表示，「累」一次當義工，都讓她學會很多事，一起擔任義工，就是心靈環保的一種實踐。

心靈環保20週年系列報導



6 聯合國演說 普受國際認同

二〇〇〇年是「心靈環保」向國際推廣的重要一年，這一年八月，聖嚴師父以漢傳佛教代表身分，出席於紐約聯合國大會舉行的「千年世界宗教暨精神領袖和平高峰會」（UN Millennium World Peace Summit of Religious and Spiritual Leaders），與會者包括佛教、天主教、基督教、道教等宗教領袖與代表。師父在開幕致詞中，懇切闡揚人間淨土及心靈環保理念，得到與會人士的共鳴。

師父以「解決人類貧窮及環境的問題，必須先從檢討人類的觀念做起，必須先從淨化心靈層面，提昇精神層面做起」，向大眾介紹心靈環保，為法鼓山及「心靈環保」理念在國際間打開知名度。

師父的演講不但受到世界各宗教領袖的肯定，爾後也有不少世界性組織邀請師父出席各種國際會議，例如二〇〇二年於紐約舉行的「世界經濟論壇」，同年於曼谷的「世界宗教暨精神領袖和平高峰會」，二〇〇六於杭州召開的「第一屆「世界佛教論壇」等。

透過師父在國際間的推動，讓法鼓山所倡導的心靈環保運動，成為超越種族、宗教、國界，屬於全人類的心靈提昇運動，也是促進人類和平的全球性運動。（張錦德攝）

推廣大事記(二)

5 心靈環保體驗營 理念向下扎根

每年寒暑假，法鼓山都在海內外各地為兒童、中學生名「心靈環保體驗營」，從環境教育到課程規畫、訓練等，都結合了四種環保理念，透過體驗、實踐、禪法、體悟什麼淨化人心、保護環境的「心靈環保」。

多年來，心靈環保體驗營依照各地文化與自然環境條件，設計多元活動，展現不同營地特色，如法鼓山園區環境課程、百年古剎明安寺古剎巡禮、臺東信行寺結合自然生態教育……，活潑的課程設計結合禪法體驗，在學員心中播下菩提種子，接引無數學童與家庭親近佛法。

在九二一震災、敬啟風災、四川大地震、八八風災之後，心靈環保體驗營更在災區推廣心靈重建功能，透過營隊為災區學童、家長、教師規畫禪修、生命教育等課程，幫助受災民眾走出悲傷與恐懼，也帶領學童了解自己成長的地方，對受災的家園產生認同與珍惜，將創傷壓力轉化為積極向上的價值觀。

（黃佳卿）



4 心五四運動 佛法輕鬆活用

一九九五年，聖嚴師父提出「安心、安身、安家、安業」，以「四安」做為弘法主軸，同一時期，也提出「四它」的態度，積極面對生活中的一切。

一九九八年，法鼓山在臺北國父紀念館舉辦三場「為你祝福」演講，並推動「四要」（需要、想要、能要、該要）、「四福」（感恩、感謝、感化、感動）、「四福」（知福、惜福、培福、種福）的社會運動。這些活動為「心靈環保」帶來具體的實踐方法。一九九九年，聖嚴師父正式提出「心五四運動」內容，整合了四安、四它、四要、四福、四種五種方法，配合法鼓山的大普化、大關懷、大服務、大教育而成為全面的佛法教育。

從「心五四運動」，聖嚴師父從佛法大海中萃取的心要，淡化了玄深、神奇、流俗的色彩，使佛法可以運用在日常生活。這年，臺灣發生九二一大地震，法鼓山四眾弟子不但展開各種救災工作，也同步推廣心五四運動，為社會匯入一股轉化提昇的力量，包括「四它」、「四要」等早已成為人們琅琅上口的法語。

（張錦德）

龍年，真大吉祥！新春期間，法鼓山海內外各分院、道場歡喜迎接民眾前來拜懺懺心、禪修靜心、點燈祈福，還有各種新春特展、趣味活動，藉由親近善法，點亮一整年的光明。

法鼓山園區 為心靈挹注能量

迎接二〇一二「心靈環保年」，法鼓山園區新春期間，有不少民眾不畏寒流上山拜見方丈和尚、參加法會、點燈祈福，第一大樓副殿的「當三隻龍遇見心靈環保」體驗活動現場，許多參訪民眾觀看聖嚴師父對心靈環保的開示影片，並從遊戲中學學習觀照自己心靈健康的三隻毒龍：貪心（要龍）、瞋怒（噴火龍）、愚癡（好滾龍）。此外，茶禪、洗心盆、放鬆打坐區、法師說故事、砂畫、植物染、春聯拓印等活動也很受歡迎，讓民眾度過一個心靈充實的吉祥年。

禪堂今年舉行新春禪三，接引禪眾把握年假精進用功；開山紀念館的「淨土在人間——心靈環保二十週年特展」，每天有超過五千人參訪，其中「環保心語」書籤備受參訪民眾喜愛，索取熱烈；大眾更不忘寫下新年祈願，在祈願樹上掛滿祝福。

全臺道場 祈福法會大吉祥

到農曆寺，圓滿好意願！農曆寺大年初一起一連三天舉行慈悲三昧水懺，信眾們以三昧水懺除過往煩惱惡念，重新整理自己的心田，為一整年的修行計畫打下基礎。民眾攜家帶眷走春，「吉祥小棧」的幸福茶坊、春聯DIY攤位，還有書法家吳大仁現場揮毫，大受歡迎，「真大舞台」則廣邀大眾展現才藝，其樂融融。

安和分院舉辦新春藥師法會暨長者祝福活動，許多信眾帶著老菩薩一起來共修，僧團女眾部副都監果訪法師勉勵大眾新的一年將心放空，攝受美好的事物，吉祥、幸福自然隨之而來。三峽天南寺則以祈福法會、書法展、親子茶禪、托鉢體驗等，迎接參訪民眾。

海外迎春 拜懺普佛同精進

美國紐約東初禪寺除夕夜由住持果醒法師帶領禮拜大悲懺，大年初一則安排新春普佛、新春講座；加拿大溫哥華道場初一、初二舉辦新春普佛及藥師法會，兩百多位東西方人士齊聚道場，以禮敬諸佛、懺悔業障、供養三寶、聆聽方丈和尚新春祝福來賀歲迎春。

北美各護法分會、馬來西亞道場、泰國護法會等，也分別舉辦拜懺、觀音法會、新春普佛。

四川什邡安心站的新春活動已成當地重要的走春行程，今年有四十幾位學生志願者加入義工服務，大年初一即有二千多位民眾來到安心站，民眾請領結緣書、體驗托鉢水鉢，並寫下祈願卡，祝願新年真自在，廣大吉祥。

新春期間，民眾不畏寒流上山法鼓山園區走春，在大殿向方丈和尚拜年並接受祝福。

（梁庚煒攝）



吉祥年，龍幸福

二〇一二新春期間，法鼓山海內外分院道場以各種兼具「法味」與「年味」的活動、法會，迎接信眾走春納福；活動中加入「心靈環保」理念，為心靈注入法喜能量，祈願新的一年人人平安健康，世界真大吉祥。

◎編輯室



在暖陽照拂下，臺中分院信眾手持爐爐，以香花恭敬禮拜大悲懺。（臺中分院 提供）



安和分院舉辦藥師法會暨長者祝福，老菩薩歡喜從僧團都監果訪法師手中接受結緣禮。（安和分院 提供）



四川什邡安心站已成當地民眾走春的重要據點，來訪信眾所寫的新願卡及托鉢心得，成了安心站的裝置藝術。（慈基會 提供）



信行寺新春舉辦師父墨寶展，讓東部信眾也能感受聖嚴師父的「字裡禪機」。（信行寺 提供）



方丈和尚新春期間前往農禪寺關懷大眾，現場揮毫寫下「禪」字與大眾結緣。（農禪寺 提供）

各地活動視窗

- ◎北投文化館／藥師法會3月4日、4月2日／觀音法會3月11日、4月9日
- ◎北投農禪寺／大悲懺法會3月2日、4月13日／地藏法會3月25日／清明報恩佛七3月31日～4月8日
- ◎臺北安和分院／地藏法會3月4日、4月1、15日／大悲懺法會3月16日／藥師法會3月18日／菩薩戒誦戒會暨念佛共修3月27日
- ◎三峽天南寺／念佛禪共修3月5日／《金剛經》共修3月17日
- ◎桃園壽明寺／菩薩戒誦戒會3月8日／大悲懺法會3月18日、4月8日／地藏法會3月25日／清明報恩佛二暨八關戒齋3月31日～4月1日
- ◎臺中分院／法鼓山園區參學3月17日／地藏法會3月18日／大悲懺法會暨菩薩戒誦戒會3月25日／梁皇寶懺法會3月31日～4月7日
- ◎南投德華寺／佛一暨八關戒齋3月4日／大悲懺法會3月15日／地藏法會3月18日／藥師法會4月15日／環保清潔日3月11日、4月1日
- ◎臺南分院／菩薩戒誦戒會暨念佛共修3月1日、4月5日／大悲懺法會3月17日／清明報恩地藏法會3月25～31日／慈悲三昧水懺4月1日／佛一4月15日
- ◎臺南雲集寺／大悲懺法會3月3日、4月7日／清明報恩地藏法會3月17～23日／慈悲三昧水懺3月24日
- ◎高雄紫雲寺／清明報恩地藏三十三3月3日～4月1日（《地藏經》共修3月3～31日、地藏法會4月1日）／淨土懺法會3月4日／觀音法會3月11日／菩薩戒誦戒會3月16日／大悲懺法會3月23日
- ◎臺東信行寺／地藏法會3月3日、4月7日／大悲懺法會3月17日／菩薩戒誦戒會3月28日／清明地藏法會3月29日～4月1日／景觀維護日3月4日、4月1日／環保清潔日3月18日、4月15日
- ◎臺北中山精舍／菩薩戒誦戒會暨念佛共修3月1日、4月5日／地藏法會3月31日／《地藏經》共修3月31日～4月7日
- ◎臺南安平精舍／地藏法會3月10日、4月14日
- ◎高雄三民精舍／大悲懺法會3月10日、4月14日／菩薩戒誦戒會3月17日
- ◎屏東辦事處／觀音法會3月4日／大悲懺法會3月17日
- ◎潮州辦事處／大悲懺法會3月11日／朝山3月17～18日／地藏法會3月25日／浴佛法會4月15日
- ◎溫哥華道場／大悲懺法會3月25日、4月14日／地藏法會4月6日／「修行在梵境」講座3月18日／彌陀願海讀書會3月18、25日

■例行共修活動請洽各共修地點，電話請見各版中間通訊欄。

常 慧法師為馬來西亞禪學班學員講解未來三年的課程規畫與上課方式。

（馬來西亞道場 提供）



馬來西亞禪學班開課囉

【本刊訊】聖嚴書院禪學班海外第一班開課了！二月九日晚間，馬來西亞道場禪學班正式開學，四十多位學員分成六組，在授課法師也是道場監院的常慧法師帶領下，未來三年將共同在慧業、福業、行門上精進。

「佛法的修行，以福德業、禪定業、智慧業為三綱領。定慧並重，仍是小乘行；福慧並行是菩薩道；福、定、慧並重，是大菩薩行。」課堂上，常慧法師引用聖嚴師父的話，為學員講解禪學班的課程規畫，除了課堂聽講，累積「慧業」資糧，還有「一福業」（義工服務）、「一行門」（參加禪七）的學習；期勉學員修學要注重解行並重，福慧雙修。常慧法師並說明禪學班的上課方式，除了法師授課，每堂課都將以十五分鐘的禪坐開始，並有小組討論與大眾分享。

小組討論時間，各組熱烈分享參加禪學班的原因以及對禪學班的期許，學員們彼此討論如何互相提攜，共同圓滿禪學班三年的慧業、福業、行門學習。

八八災區安心站 除夕送幸福年菜

【本刊訊】正當大家歡喜過年時，八八風災災區地區卻有許多長者、孩童，無法與家人「團圓圓圓」，今年除夕，慈基會林邊、甲仙、六龜安心站，特別號召義工，提供到宅送年菜服務，針對獨居老人、隔代、單親等弱勢家庭，在二月二十二日除夕當天把幸福年菜送到家，讓他們也能夠感受到過年的氣氛與社會溫暖的祝福。

「別人在過年團圓，我只有一個人在八八風災重建區，痛失唯一親人的林老伯，面對年節團圓歡樂氣氛，難掩落寞；此外，由於就業不易，許多單親家庭的家長，為了在過年期間加班賺錢，顧不得孩子「團圓」的期待，請孩子自己買超商便當充當「年夜饭」，慈基會聆聽弱勢家庭的需求，慈基會



獨居的老伯收到法鼓山送來的愛心年菜時，露出開心的笑容，歡喜感恩社會各界的幫忙。（慈基會 提供）

2012【完全幸福人生】人文講談

聽見，不一樣的幸福…

他們，努力攀向生命的高峰，路上，與聖嚴師父巧妙交會，因而活出更光彩、鮮活的人生。

時間	講題	主講者	地點
3/3	人生大願——師父美好的禮物	果賢法師（法鼓山文化中心副都監）	臺南分院
3/10	點燈——大人物與小人物都放光	張光斗（《點燈》節目製作人）	屏東辦事處
3/11	他的身影 我的追憶	張光斗	潮州辦事處
3/24	大河一滴水——綠建築的精緻之美	邱明民（大河文化基金會董事長）	屏東辦事處
4/7	聖嚴法師人間思想取向	林其賢（國立屏東商業技術學院副教授）	臺南分院
4/13	放下提起都幸福	傅佩芳（聖嚴教育基金會董事）	潮州辦事處
4/14	明亮生命 明白生活	傅佩芳	屏東辦事處
4/28	佛教心理學——認識自己，成就世界	林其賢	屏東辦事處
4/29	聖嚴法師的旅遊書寫	王美秀（英國里茲大學東亞學系博士）	臺中分院



梁皇寶懺



法鼓山
台中分院(寶雲寺)

- 法會日期 2012年3月31日至4月7日(週六~週六)
- 法會地點 逢甲大學體育館(請由西安街進場)
- 報名請洽 法鼓山台中分院(寶雲寺)或全台各分院、辦事處、共修處
- 電話 04-2255-0665
- 傳真 04-2255-0763
- 網址 <http://taichung.ddm.org.tw/>

法鼓山 2012 農曆 好心愿

清明報恩 佛七

念佛與十大願王

用懇切心、歡喜心，來修行七天的念佛法門，念佛七天是又一次新生命的開始。

開示/果竣法師

舉行日期：2012/ 4/1~4/8 報名日期：2012/ 3/1起

歡迎上網報名：<http://ncm.ddm.org.tw>或農禪寺知客處2893-3161分機801~804

【黃佳卿／金山報導】「法鼓佛教學院的學生有個特色，就是都會微笑，身心健康。」二月十一日法鼓佛教學院舉行招生說明會，分別進行學士、碩士與博士班入學說明，共有八十多位有志報考者參加。校長惠敏法師讚歎眾人接觸佛學的善根因緣，期勉眾人如有機會進入學校，能以「知足常樂、助人快樂、寂滅最樂」，做為人生的基本態度，實踐佛法，為社會帶來正向力量。

說明會由惠敏法師、行政副校長果暉法師、副校長蔡伯郎、學士班系主任果暉法師、以及多位教師和一年級學生，進行入學方面說明。由於今年首度招收博士班，惠敏法師特別提到，與歐美、日本相比，目前臺灣的佛學研究還在起步階段，法師鼓勵報考博士班的同學，未來能為全世界提供最好的研究成果，也希望新一代研究者接棒傳承。

佛教學院舉行招生說明會

首屆博士班預計錄取名額三名，有十三人到場了解報考資訊，多是國內外具佛學、法律、宗教、經濟、中文語文等專業知識的人才。畢業於高雄師範大學國文系的黃玉真希望報考博士班，研究聖嚴師父的思想，這是在師父示教時所發的願。

參加碩士班說明會的張立欣表示，法鼓山長期以來推動的理念，對現代人很有幫助，希望自己能藉由研究與方法的學習，來回饋社會。來自桃園智海連社的性湛法師，以佛教學院學士班為第一志願，希望能在度眾的道路上持續學習。即將高中畢業的王宇廷，從小親近齋門，由母親陪同參加說明會，他表示，如能順利入學，大學期間一定會努力用功，學習奉獻自己。

佛教學院自三月起開放網路報名，四月份舉行筆試與面試，詳細考試資訊請上網查詢。網址：<http://www.dhbc.edu.tw>



進行解說。(黃佳卿攝)

找回單純的自己

二月二日至十日，來自臺灣與世界各國青年，共同於法鼓山上體驗出家生活，在生命自覺的課程中，尋找生命的方向，找回最單純、喜悅的自己。

◎法鼓山僧大



百九十八位來自臺灣與美國、德國、澳洲、新加坡、馬來西亞、香港、澳門等地的青年參與「第九屆生命自覺營」，在法鼓山上體驗出家生活。(法鼓山僧大提供)

由法鼓山僧伽大學主辦的「第九屆生命自覺營」，二月二日於法鼓山園區展開，一百九十八位學員齊聚禪堂，創下歷屆參與人數最多的紀錄。

第一天「雲來集」活動後，為學員進行落髮，露出一張清秀的臉龐；換上灰色中褂後，學員深刻體會到，沒有五顏六色的衣裳，更能襯托本來純真的面貌。



初入門，學員學習合掌、問訊、禮佛、長跪、穿搭海青和緹衣。搭衣後，二十多歲的孩子變得成熟穩重，原本浮動的心，也漸漸安定下來。

正式授戒前，法鼓佛教學院院長惠敏法師，以及果通法師、常元法師分別為學員說戒。惠敏法師說明，「戒」具有行為、習慣、性格等意義，而非一般觀念中的束縛；好習慣稱善戒，壞習慣稱惡戒，受戒者藉由跪拜、合掌等儀式，表達建立好習慣的信願心。果通法師講解因果與業的關係，指出日常生活的一舉一動都會累計，遵守戒律可以避免不必要的煩惱和痛苦。正授當天，方丈和尚果東法師擔任得戒和尚、副住持果暉法師為授戒阿闍梨，學員們威儀整齊，乞求納受清淨戒體。唱誦《搭衣偈》時，許多學員忍不住感動落淚。方丈和尚期勉眾人把握九天的學習，珍惜難得的出家因緣。

自覺營期間，適逢聖嚴師父圓寂三週年暨心靈環保二十週年活動，學員們也透過視訊全程參與，同步傳燈、接受信物、簽署「心靈環保全民宣言」，並許下心願：願將心靈環保的理念，傳遞給更多人。

高僧行誼學習寬廣高遠心

「高僧行誼」由僧伽大學兩位副院長果光法師、常寬法師分享高僧故事。兩位副院長心目中的高僧，都有聖嚴師父。常寬法師提到曾隨師父出席一場國際會議，正當一位發言者講得十分激動之際，師父忽然要他送礦泉水給與會者，並將隨身攜帶的「八仙果」遞給那位發言者，大家頓時會心一笑，原本緊張的氣氛也緩和下來。常寬法師發現，師父不管在何處，總會關心、利益別人。

今年參與、護持自覺營的兩百多盞心燈已被點亮，未來將持續發光發熱，為社會帶來希望與光明。

感 恩之夜的傳燈活動，學員們學習聖嚴師父感恩奉獻的精神，發願要以佛法利益自己、利益別人。(法鼓山僧大提供)

「心燈工作坊」中，學員由肢體的律動體會人我之間互動的關係，感覺自身與大眾一同心跳搏動、呼吸同步。(青年院提供)

二〇一二冬季青年卓越營心得

數日時光沉澱再出發

意謂渺不起眼的物件或現象，在紛擾不可測的混沌中，可能會扮演具有影響的角色。如同活動中，所有人跟隨某人做相同動作，再由四人模仿一人、百人模仿一人，這種擴散的反響，可以撼動人心甚至改變世界。

「名人演講」邀請文創業創意總監陳永基分享，從窮困的出身到不凡的獲獎紀錄、克服色盲的缺陷而在設計界成為翹楚、學歷不高但無法障礙他經營成功的人生，所有源源不絕的創意與設計，都是看似缺憾的過去所累積出的果實。陳永基無私分享他的人生，令我印象最深的是他贈予一句「Time is money」。重新思考這句話，也許這是陳永基的深刻心得，一切都有改變的機會，唯有時間不等人。

工作坊的「動」與名人演講的「靜」，一動一靜引人調劑身心、省思人生課題。禪堂之內，從活動的過程檢視自我；禪堂之外，由花草的變化感受生命。看這偌大的山林，從竹子的一路綿延至此，鐘山、鼓山之間的緩坡山麓，法鼓山寺宇殿堂從地湧出，金山市鎮遙遙在彼，此端恍如佛國淨土，晴光雨霧，皆為禪境。

卓越營僅數日，這剎那的時光，沉澱、成長、重新出發。在山上的學習不只是感受山林的靜美，藉由禪的練習，也能體會每一段人生過程的美好，生命因而能感受呼吸，在紛擾的塵世隨時提起方法、沉澱心靈。

▲「名人演講」邀請陳永基分享如何克服窮困的出身、身體的缺憾，努力經營自己獨特的生命歷程。(青年院提供)

【法鼓書齋】

■《人生》雜誌343期3月號

彌勒菩薩的五大淨土願景

在印度，彌勒與文殊、觀音、普賢並列四大菩薩，是大小乘佛教都尊崇的菩薩。彌勒菩薩以「不修（深）禪定、不斷（盡）煩惱」的凡夫特質，繼佛陀在人間成佛，做為娑婆有情的榜樣，而彌勒的淨土思想，更是著重於人間淨土的實現；只要努力建設人間淨土，人人都是佛陀的接班人。彌勒菩薩在歷史上真有其人嗎？傳大士、布袋和尚是彌勒菩薩的化身？為何古今許多高僧大德皆以往生兜率內院為臨終大願？本專題從聖嚴師父談淨土以及彌勒菩薩的大慈大懷、修行法門、弘傳、造像、大師與彌勒故事等面向，帶您一窺究竟。



2012年是心靈環保推動二十年，本期「特別報導」有「心靈環保」接力「紀實報導」。「清心自在」分享十四歲音樂神童牛牛的話頭禪初次體驗。「電影與人生」介紹《末日情緣》，帶領讀者走進一趟失去感官的自我認識之旅。（每本150元，訂閱一年1440元，另有特惠專案，請見心靈網路書店）

◎歡迎加入《人生》雜誌facebook [fachad](https://www.facebook.com/fachad)。
◎洽詢電話：(02) 2896-1600
◎法鼓文化心靈網路書店：www.ddc.com.tw

【教育文化看板】

法鼓佛教學院研修中心講座

■拯救瀕危的植物王國

【主講人】李家維教授

【時間】3月14日（三）14：30～16：30

■佛教與女性

【主講人】蘇美文教授

【時間】3月21日（三）14：30～16：30

【講座地點】法鼓山園區第三大樓階梯教室

法鼓佛教學院·春季班推廣課程

課程名稱	教師	開課	地點
日文閱讀	鍾文秀	3/19（一）	德貴學苑
梵文閱讀		3/22（四）	714教室

【課程詳情】請上網查詢<http://ddbctw.blogspot.com>

【線上報名】http://140.134.134.243/ddb_pes/

【洽詢電話】(02) 2773-1264

心靈環保的人生美學

《人生》雜誌教您用智慧來莊嚴自己的心！
帶來人際的和諧、生活的喜悅圓滿，
實現人間最美的心靈環保。

人生美學 訂閱專案 即日起至3/31止

訂閱《人生》一年，特惠價1440元 (原價1680元)
■《豐收禮讚》+ 安樂圖書一重慶法鼓書畫展

訂閱《人生》二年，特惠價2880元 (原價3360元)
■《豐收禮讚》+ 安樂圖書一重慶法鼓書畫展

訂購專線：02-2896-1600 或 02-2896-1601
地址：法鼓山園區第三大樓階梯教室

法鼓佛教學院

臺高金山101 華嚴法鼓萬里行

學士班

修業年限：4年(含實習) 學分：128分

碩士班

修業年限：2年(含實習) 學分：64分

博士班

修業年限：3年(含實習) 學分：96分

報名日期：3/14-3/21
報名地點：法鼓山園區第三大樓階梯教室

電話：02-2498-0707 (學士班) / 02-2498-0708 (碩士班) / 02-2498-0709 (博士班)
E-mail: bsc@dhbc.edu.tw (學士班) / sa@dhbc.edu.tw (碩士班)

地址：20842新北市金山區西勢路2-6號