



農禪寺梁皇寶懺 傳薪創新

四眾弟子共同成就 承續農禪精神
近千人首度參加 親近法鼓宗風



【本刊訊】二〇一二年度啟用的農禪寺新建工程水月道場，八月十日啟建落成以來第一場梁皇寶懺法會。已持續舉辦十七年的農禪寺梁皇寶懺法會，不僅是法鼓山四眾弟子每年精進共修的勝會，也是大臺北地區民眾體驗漢傳佛教修行的重要活動。而今年的法會，於承續往年傳統的同時，也有不同轉變和成長，展現出農禪家風傳承、創新的一面。

「大家發心來修行，彼此感恩歡喜行；誠敬禮拜精進行，懺悔發願清淨行；無論身體行不行，只管身心拜起行；保持放鬆信願行，堅持六度菩薩行。」法會第一天，方丈和尚果東法師一席勉勵，也是現場近六千位共修信眾、近五百位護持義工的最好寫照。

為期七天的法會，信眾分布在巨蛋區、大殿、法堂、禪堂等五處佛堂，透過與法會主場視訊連線，同步禮拜；會場外，同樣有無數信眾手捧經本，於地下室、一樓廊道，跟隨拜懺；而從大門口到大茶寮、交通、引禮、場布、茶水、香積等各組義工，頓身心、為眾生淨化人間。

▲農禪寺梁皇寶懺法會第二天，方丈和尚果東法師到場關懷，勉勵大眾保持初發心、恆常心來共修，並能「堅持六度菩薩行」。（許朝益攝）

無不熱忱歡喜地投入每項服務大眾的菩薩行。

隨處可見的修行壇場，延續著農禪寺鐵皮屋時期的法會場景；首次參與的信眾和義工，則為法會注入了新氣象。農禪寺監院果毅法師表示，相較於往年每天參加法會的人數，今年每天平均增加了一、兩成，新面孔中有老菩薩、小菩薩，還有為數眾多的年輕人。

在各組的義工中，有許多多年護持的資深義工，擔負起各項繁重的外護工作，也有許多人，因為參加法會深受感動，開始發願擔任外護義工；而聖嚴書院福田班學員，則是今年義工團隊的生力軍，在盡心盡力廣種福田的同時，更將課堂所學帶到法會，落實解、行並重的學習，也賦予了萬行菩薩更為深刻的修行意義。

「『根』是很重要的修行根基，是指『信、進、念、定、慧』，這五項是生起一切善法的根本。」今年法會開示說法的法會，由佛院傳授根本的修行方法入手。法會第二天起，監院果毅法師連五天講說「三十七道品」中的「五根」和「五力」。與會信眾除了透過儀軌唱誦學習佛法、體驗佛法，不忘回歸學佛修行的基礎：建立佛法正知見，運用正確方法用功。

接續著農禪家風的精神，水月道場落成後的首場梁皇寶懺法會，體現了創辦人聖嚴師父的期許，接引社會大眾親近法鼓山，進一步開始學佛修行，為自己安頓身心、為眾生淨化人間。

▲於農禪寺大殿拜懺的信眾，透過視訊與第一佛堂（巨蛋區）現場連線。（許朝益攝）

▲法會期間下起大雨，義工們齊力清除地面積水，全心護持大眾共修。（江思賢攝）

徑山禪寺來訪 觀摩法鼓山三大教育

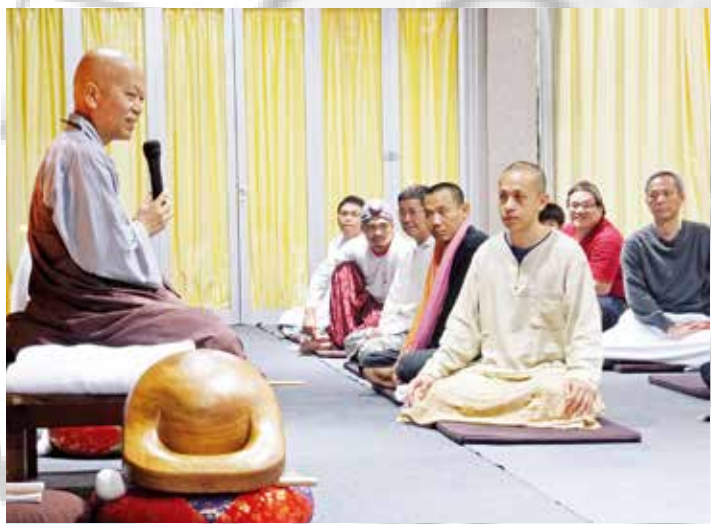
【黃佳卿／金山報導】八月六日，徑山禪寺監院戒興法師帶領十四位僧眾及居士，前來法鼓山園區參學，與僧團、法鼓佛教學院進行座談交流。多年前，戒興法師隨杭州佛教會來訪法鼓山，對聖嚴師父提倡的四種環保及教育理念留下深刻印象；此行重與僧團交流互動，借鏡法鼓山三大教育與經驗，期望為徑山重興祖庭工作帶來啟發。

參訪當天，一行人在拜會方丈和尚果東法師後，依序朝禮各殿，並在禪堂體驗禪修一柱香，對於放鬆身心的禪修指導表示讚歎，認為很適合忙碌的現代人。

下午與僧團法師就禪法、弘化、文化的出版等面向展開座談。

戒興法師表示，徑山禪寺是江南五山十刹之首，開山至今逾一二七〇年，宋明大慧宗杲禪師曾在此大力提倡看話禪，如今在理念與建設上需要以新面貌回應時代需求，因此以法鼓山為學習對象，尤其在復興祖師禪法方面，特別參考聖嚴師父著作，從中學思適應當代社會的禪法。

徑山禪寺近年積極推動大慧宗杲禪法，今年適逢大慧禪師圓寂八五〇年，十月二十三日將在徑山舉辦學術研討會及紀念活動，特別邀請法鼓佛教學院師生參與，和各國學者共同研究大慧禪法的內涵。



▲果元法師（左）於印尼三寶瓏主持默照禪十，帶領馬來西亞、新加坡、越南、印尼等地學員，一同體驗中華禪法鼓宗的禪風。（法鼓山禪修中心提供）

果元法師印尼弘法 主持默照禪十初階禪七

【釋常興／印尼報導】應聖嚴師父元法師之邀，由學員即席翻印尼籍弟子阿諾斯·森多索（Agus Santoso）再次邀請，禪修中心副總監果元法師第五次印尼弘法，於七月二十四日至八月十二日展開，分別在三寶瓏（Semarang）、茂物（Bogor）二地，帶領默照禪十及初階禪七，香港分會常務法師、僧大學僧常與法師也隨同協助。

去年（二〇一二年）話頭禪十結束後，阿諾斯便接著用心策畫，今年於靠近日惹三寶瓏山的度假中心舉辦默照禪十。七月二十六日至八月四日，二十五位來自馬來西亞、新加坡、越南、印尼的學員，一同體驗中華禪法鼓宗的禪風。果元法師全程以英語主持，由學員即席翻印尼籍弟子阿諾斯·森多索（Agus Santoso）再次邀請，禪修中心副總監果元法師第五次印尼弘法，於七月二十四日至八月十二日展開，分別在三寶瓏（Semarang）、茂物（Bogor）二地，帶領默照禪十及初階禪七，香港分會常務法師、僧大學僧常與法師也隨同協助。

去年（二〇一二年）話頭禪十結束後，阿諾斯便接著用心策畫，今年於靠近日惹三寶瓏山的度假中心舉辦默照禪十。七月二十六日至八月四日，二十五位來自馬來西亞、新加坡、越南、印尼的學員，一同體驗中華禪法鼓宗的禪風。果元法師全程以英語主持，由學員即席翻印尼籍弟子阿諾斯·森多索（Agus Santoso）再次邀請，禪修中心副總監果元法師第五次印尼弘法，於七月二十四日至八月十二日展開，分別在三寶瓏（Semarang）、茂物（Bogor）二地，帶領默照禪十及初階禪七，香港分會常務法師、僧大學僧常與法師也隨同協助。

第五屆 聖嚴思想國際學術研討會 徵稿

【主題】聖嚴思想與當代漢傳佛教的傳承與實踐

【會議日期】2014年6月29日至30日

【會議地點】臺灣大學集思國際會議廳

【徵文截止日期】2014年2月10日

【投稿方式】請將論文大綱及個人簡歷，以電子郵件提交。大綱內容A4紙三頁以內，須包含研究主題、研究目的、研究方法與預期成果。

【論文全文截止日期】2014年5月30日

【主辦單位】聖嚴教育基金會

【網址】http://www.shengyen.org.tw

【E-mail】yungshin@shengyen.org.tw

【電話】(02) 2397-9900 分機 14、15

各國青年參訪 認識本來面目

「佛教的核心精神是什麼？」、「法鼓山帶著寧靜喜悅的氣氛，好特別！」七月三十一日下午，二十八位來自海地、布吉納法索、馬達加斯加、法國等八國青年代表，透過外交部與中國生產力中心的安排，參訪法鼓山園區，體驗禪悅法喜，也在法鼓山與佛法初次相遇。

當天，學員觀看簡介影片《大哉斯鼓》後，引發認識佛教的興趣，不斷提問與回饋，在依序參訪各殿及開山紀念館當中，隨著問訊、禮佛、聆聽導覽解說、體驗觀察，心中的疑惑也一一解答。

「我獲得前所未有的鼓勵，從這一刻開始，不再氣餒沮喪。」布吉納法索青年迪文德（Delwende Kida），原本十分記掛母親病況，他向祈願觀音祈願後，開心地捧著心靈護方籤，心中長久的擔憂終於放下。來自海地的索菲妮（Sophie Paire），領受了「開山」的意義後，歡喜表示這一趟參訪經驗，足以成為心中永遠珍藏的寶藏。（圖·文／黃佳卿）

二千公尺高山響起平安鐘聲

國內著名生態旅遊區臺中武陵農場，設置首座祈福平安鐘，七月二十九日的啟用儀式，邀請方丈和尚果東法師蒞臨主持，方丈和尚期許武陵清淨的平安鐘聲，不僅祝福福園區來訪遊客，也願這份平安、健康、快樂的祝福，傳遞世界各個角落。

方丈和尚表示，人人身心安頓，便是敲響自性鐘聲，「生活的意義與生命的價值，在於從心出發，藉由心理平衡、人格的穩定及健全，使我們面對人生各種順逆因緣，心懷感恩、報恩，進而扮演好人生各種角色。」

此次高山之行，方丈和尚也於退輔會南山榮民紀念碑前，領眾誦念《心經》及佛號，迴向早年參與修建橫貫公路而殉職的榮民。（圖·文／隨行小組提供）

法鼓山 素法鼓山觀音道場 臺北臺灣第一聖地

Pharma Drum Monthly 雜誌

得自在

PERIODICALS 雜誌紙類

國內郵資已付

TAIPEI TAIWAN R.O.C. POSTAGE PAID LICENCE NO. 1890

◆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

2013 祈福皈依大典

方丈和尚果東法師 正授三皈依戒

日期 9月29日（日）
下午2:00~5:00

地點 法鼓山園區

報名資格 年滿6足歲（2007年以前出生），未曾於法鼓山體系皈依之社會大眾。

報名日期 即日起至9月19日止（皈依當天可現場報名）

報名方式 請洽法鼓山各分院寺、辦事處、共修處等地區窗口報名，或上法鼓山皈依專區網頁 <http://www.ddm.org.tw/refuge/index.asp> 報名。

洽詢電話 (02) 2893-9966 轉 活動處

剃度學僧家屬拜見方丈和尚
喜見子女生命成長蛻變

A woman wearing a green vest, white cap, and face mask is kneeling and painting a wall in a classroom. Two other people in similar green vests are standing in the background. The room has wooden desks and chairs.

義工齊力粉刷
佛教學院煥然一新

藏語「十萬尊彌勒佛居住之處」，開創於十六國西秦時代，歷經北魏、北周、隋、唐、宋、西夏、元、明、清各代開鑿和修建，目前大小石雕、石胎泥塑、泥塑造像近八百尊，壁畫千餘平方米，涵蓋了漢傳、藏傳佛像的不同形制。

結束甘肅、四川的考察行程後，惠敏法師於三十一日轉赴北京中國藏學研究中心，討論未來可能的合作計畫，包括翻譯藏文《大藏經》正珠爾、丹珠爾相關事宜。由於該中心正規藏數位典藏工作，惠敏法師也分享佛教學院的豐富經驗。

佛教學院師生甘川考察藏傳佛教文化

◎吳慎、林永在

[illegible]

趁暑假，法鼓佛教學院展開校園維護粉刷，職員與師生利用課餘及下班時間，挽起衣袖為校舍「淨壁」，基隆高中學生、藝術家、歸國華僑、地區信眾等，也紛紛加入粉刷行列。每天出坡人數，有時二、三人，有時近百人。眾人依循法師的提醒，不趕也不急，動作到哪，心就哪裡，每個人專注地清潔、刮平牆面，為裂縫補土，接著正式粉刷。

第一次親近法鼓山的黎淑貞，帶著女兒、妹妹加入出坡，與親人分享即使經濟不寬裕，雙手也可做大布施。來自彰化的表兄弟劉家凱、卓立維、卓宇軒，用供養心仔細粉刷，不僅學習到油漆技術，也學會觀察自己的心，隨著牆面愈來愈新，心也跟著煥然一新了。

（文／黃佳卿·圖／林敬原）

【四川生命教育心靈環保體驗營】

發現  幸福！

每年暑假，法鼓山慈善基金會在四川為中學、大學學生舉辦的「生命教育心靈環保體驗營」，今年已邁入第五年囉。這個深受當地學生喜愛、師長肯定的營隊，今年有哪些「心」感動呢？趕快邀您來分享。

綿陽中學高中營學員在「生命教育」心靈環保體驗營裡，體驗到幸福和感動，發願以後要（法鼓山慈善會提供）

盡燈中，學員分享捧著手中的燈，就像照顧自己的心，一不小心，就會因環境影響而熄滅。（法鼓山慈慧堂提供）

式進入了心靈環保之旅。

法師們除了藉由不同主題影片，帶領學員認識「心五四」、「心六論」，思考「心的方向」，小隊輔員並運用「心五四」設計了大地遊戲，「四它」

同心協力，「雙球聯盟」等闖關活動中，學員們的歡笑聲此起彼落，也從中體會到團結、互助、合作的重要。

除了豐富的課程、寓教於樂的遊戲、吃飯也是一門主題。在法師、義工循循善誘下，學員們用心感受「一口一口地咀嚼，從中細細品嘗食物的味道，感恩種種食物者的辛勞」，並體驗專注做一件事的力量。

綿陽中學高中營 從內心平衡做起

第二梯次的高中營隊，七月二十二日至二十五日於綿陽中學展開。影片欣賞、心得分享、小組討論、團隊闖關，一百三十六位學員透過各項活動，實際體會心靈環保在生活中的實踐。

「地球環境的破壞，起於我們內心和環境的不平衡，內心不平衡導致環境和社會的不平衡，所以應該從內心的平衡做起。」心靈環保課程裡，學員分享對自我的覺察，法師也鼓勵學員，寧可物質貧窮，也不要心靈貧窮。結合「心五四」的闖關活動，學員們



讓世界更美麗

四川賑災五週年紀實

呼吸，在當下。
感悟，也在當下。
心安平安，即是生命的對話與境教。

夢的創傷是無法消滅的，只能轉化。盡其所能地心的力量萌芽，再次茁壯，長出隨順因緣的韌性。學會面對無常的變率。——楊裕

讓世界更美麗
四川賑災五週年紀實

◎作者：鄧沛雯
◎攝影：李東璽

◎定價：299元（彩色年曆，附DVD）

3/30前至法鼓體系書店購買本書，即享**8折優惠**！

聯絡電話50013371 服務專線02-28961600 <http://www.ddo.com.tw>

訂購金額未滿650元，酌收80元運費，限國內運送

「兒童生活教育」寫畫創作 9/30截止徵件

【內容主題】與生活教育有關的作文、繪畫作品，題目自訂
（觀賞完「自在神童3D動畫」任一則動畫的心得
感想，或日常生活與他人互動的實例）

【參加對象】全國各公私立小學、幼兒園學生

【活動簡章】請至聖基會網站下載<http://www.shengyen.org.tw>

【收件日期】即日起9月30日（請盡量由學校或團體統一送件）

【收件地址】10056臺北市中正區仁愛路二段48-6號2F 財團法人
聖嚴教育基金會收（寄件封袋請註明「102年兒童
生活教育寫畫創作活動」）

【洽詢電話】（02）2397-9300分機13、14

法鼓佛教學院推廣中心秋季班招生

課程名稱	教師	開課	地點
學佛法要——佛使尊者《一問一智慧》導讀	楊郁文	10/13	慧日講堂
《般若經》——性空與假名	劉嘉誠	10/15	愛群教室
日文文法	鍾文秀	10/14	
佛學日文	許洋主	10/18	
生命故事與創意轉化	辜琮瑜	10/14	
藏文2	曾德明		
《寶積經》選讀2	藍吉富	10/15	法鼓德貴學苑
正念減壓	溫宗堃		
敦煌能量養生舞3	黃靜蘭		
印度宗教文化	陳世賢	10/16	
佛學德文初階	曾德明		
梵文初階閱讀2	鍾文秀	10/17	
進入天臺的殿堂1——教觀學習入門	釋如碩		

【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) 8978-2110分機8011

法鼓佛教學院召募義工

歡迎認同法鼓山理念、發心護持的萬行菩薩，
共同打造「法鼓大學的遠景」！

【服務內容】音響、空調、水電等設備巡檢及簡易維修。接聽電話、諮詢服務、文書、庶務、校區環境維護。
E-DM編製、網頁撰核、網頁維護。

【報名方式】請上法鼓佛教學院網站<http://www.ddbc.edu.tw>
報名，或E-mail：laybs@ddbc.edu.tw

【洽詢電話】（02）2498-0707分機2373總務組

見證生命的蛻變

隋唐第一流人才在佛門，二十一世紀時代菁英也是

——法鼓山創辦人 聖嚴師父

剃度典禮

2013/9/4 09:00~11:30

法鼓山世界佛教教育園區第一大樓 六樓大殿

禮讚時代菁英加入佛門，新一代龍象誕生，
敬邀您共同見證這場生命蛻變的世紀大典

讓世界更美麗

四川賑災五週年紀實

呼吸，在當下。
感悟，也在當下。
心安平安，即是生命的對話與境教。

生命的創傷是無法消滅的，只能轉化。盡其所能地讓心的力量萌芽，再次茁壯，長出隨順因緣的韌性，也學會面對無常的謙卑。——楊蔭

◎作者：鄧沛雯
◎攝影：李東陽

◎定價：299元（彩色年冊，附DVD）

9/30前至法鼓體系書店購買本書，即享**8折優惠**！

郵增帳號50013371 服務專線02-28961600 <http://www.ddc.com.tw> 訂購金額未滿650元，酌收80元運費，限國內運送

「我聽不懂法師在說什麼，也不知道怎麼寫作，我想我還是不會上課了！」「為什麼關懷員總是讀不到我的心情呢？」……週日下午，雲來寺大殿傳出陣陣笑聲與掌聲，只見講師方隆彰和關懷員們正即席演出行動劇，在一連串的互動問答中，逐步探索關懷員的角色、關懷的內涵及核心要素。



來自不同地區和班別的資深關懷員，與大家分享實務經驗，也讓新手關懷員吃下定心丸。

（李東陽攝）

今年秋天，包括總本山、農禪寺、安和分院、基隆精舍、齋明寺等，共有二十個新班即將在各地展開，為了讓關懷員安心迎接任務，普化中心特別規劃一整天的培訓課程，並邀請團體動力講師方隆彰與大眾分享「如何在小組內啟發團體動力」，讓關懷服務的品質，全面升級。

「什麼是關懷？你真的聽懂對方了嗎？你關懷的究竟是人，還是事？」透過逗趣且充滿戲劇張力的引導，方老師不著痕跡地將關懷技巧融入一問一答之中，同時也讓大家直接體驗「傾聽」的重要，並從中發現自己的盲點，包括偏聽、誤聽、急於分享經驗等等，讓人印象深刻。

「原來我們已經變成『作業員』而非『關懷員』了！」課後不少關懷員也回應，每每忙著簽到簽退、收作

關懷的心 全面升級！

九月開學季，法鼓山普化教育也準備起跑囉！八月十八日，三百九十四位來自快樂學佛人、長青班，以及聖嚴書院福田、佛學、禪學等各班關懷員，齊聚北投雲來寺展開培訓。究竟關懷員需要哪些功夫？他們如何回應各種挑戰？一起到課堂上瞧一瞧！

◎許翠谷

業，不知不覺中反而忽略學員的感受和需要。新手關懷員孫同祥說，實地演練與觀察，在提醒他，唯有專注、耐心、如實、悅納地聽，才能及時且適當地回應對方的需要，「畢竟佛法不是知識的追求，而是生命的體驗和教育。」

活動還安排資深關懷員張育嘉、胡翠鳳、陳怡君與大眾分享實務經驗。「我自己就是從快樂學佛人、福田班一路走過來的。」佛學班關懷員張如君感念過去的成長與轉變，期許自己能以初發心的態度來學習，並用長遠心來護持學員、分享佛法。

看著課堂上近四百位關懷員，普化中心副都監吳毅法師有感而發表示，過去一週在農禪寺法堂呈獻佛法會，看到大家精進修持，善後幫忙搬桌椅、刷廁所，今天搖身一變成為關懷員，雖然時空不同，但身分只有一個，就是法鼓山的義工。」法師勉勵大眾，關懷員如同佛陀的侍者，透過與他人互動、分享佛法，也是訓練自我



方隆彰老師（左）和關懷員透過一連串互動問答，逐步探索傾聽的關鍵要素。（李東陽攝）

【學習成長看板】

法鼓長青班 熱烈招生中

2013年下半年各地陸續開班，邀請60歲以上長者，一起來快樂學習，享受人生的黃金時代，生命的豐收季節！

【各班開課日期】農禪班9/4、臺東班9/5
安和班9/13、中山班9/15、新莊班10/1
洛杉磯班10/9、紫雲班10/10

【上課期間】每梯上課8次（隔週上課）

【報名資格】60歲以上社會大眾

【報名方式】請洽開班各分院、辦事處，或上<http://dbs.ddm.org.tw>報名

【費用】免費（歡迎隨喜贊助）

【洽詢電話】（02）2893-9966分機6664

網路電視臺9月主題影片

【影片主題】校園有愛——用心陪孩子成長
【內容簡介】又到了9月開學季，學生們也收心回到校園，展開新的學習階段。除了關注課業，孩子們的成長路上，最需要家長和師長的陪伴、愛與關懷。

本月主題包含：如何面對叛逆青少年、如何培養學生說好話的習慣、做孩子的好榜樣等內容，邀您一起來陪孩子快樂長大。

◎法鼓山網路電視臺
<http://ddmtv.ddm.org.tw>



八式動禪講師培訓心得 ◎張演璋

清楚放鬆 身心都平衡

萬人禪修前，在地區練習八式動禪，發現自己做的第五式「用手屈膝」時，動作一直不對勁，好像少了兩拍，無論怎麼練，還是不解其中原因，這激發了我報名參加「法鼓八式動禪立姿講師培訓」。

培訓時，心裡非常緊張，感覺在場師兄姊都是「高手」，而自己只是單純喜歡八式動禪，只想學會動禪的正確姿勢，特別是第五式。

歷經二天培訓，在淚水和汗水交織中，透過法師、輔導學長和同組師兄姊的教導，一次次演練，學會的不只是動作，更重要的是動禪心法：「身在哪裡，心在哪裡，清楚放鬆，全身放鬆。」練習心法的過程中，讓我清楚自己的動作，感受到活在當下。當聽到「一把多餘的力量放掉」，頓時肌肉、筋骨都鬆弛下來，並能用最小的力量完成動作，讓我清楚

體驗身心放鬆的感覺，進而感受到安定自在。

由於自己患有「換氣過度症候群」，發作時間、地點無法預知，十年來一直為此病所困擾。治療期間，曾嘗試禪坐，但心無法安定，於是向法師請益，法師鼓勵我以動禪調和身心。今年初門診，醫師見我病況好轉，建議我繼續用動禪方法來放鬆身心、調整呼吸，讓身心平衡。

這次培訓的放鬆體驗，讓我發願將禪法帶給精神緊張、焦慮不安的病友，希望用自身的經驗，分享如何用八式動禪，讓無法安定的身心，先「清楚」自己的身體哪裡在動，心就知道是哪裡在動；再練習清楚動作的連續變化，將散亂心轉為專注心。能祈願和我有同樣痛苦的人，能早日脫離無明的緊張與恐慌，進一步體驗禪法的妙用，以及身心自在。

臺中聖嚴書院佛學班，結業囉！

◎溫淑玲

三年共學 願做萬行菩薩

感恩佛菩薩加持，七月十四日，蘇力颱風襲臺隔天，臺中地區颯陽高照，聖嚴書院佛學班聯合結業典禮，如期於寶雲別苑舉行，臺中分院監院果理法師、林其賢老師，都到場祝福讀班、初階甲班、乙班學員順利結業。

「以茶喻禪，以茶解禪」，典禮前，安排學員們同席喝茶，幽幽古箏聲裡，一杯茶、一片茶香，喝出茶心禪味。

學佛即生活、生活即學佛，面對突來的狀況如何處理？典禮一開始，初階甲班率先帶來了話劇表演，演出的學員立即運用「四它」來處理，展現出禪修定力，也吸引他人一起親近法鼓山。

「與蚊共處」的故事，由乙班學員呈現三年來的體驗「三步一曲，第一步是未長養慈悲心前的「掌飛魄散」，第二步是有了戒定功夫後「不理牠」，第三步即是慈悲共生的「供養牠」，持續止惡修善、度一切眾生，往菩薩道前進。典禮最後，甲班全體同學以《我為你祝福》的曲調，合唱「八識規矩頌」，現場餘音和掌聲繞梁，不絕於耳。

今年共有一〇七位學員圓滿三年學習，其中九位風雨無阻、全



勤出席，自我超越的力量及精神，令人讚歎。全體學員並由結業生代表葉裕櫻帶領，在佛前齊心發願：願做個快樂學佛人，奉獻自己，學做萬行菩薩。

臺中地區學員順利從聖嚴書院佛學班結業，發願做個快樂學佛人，學做萬行菩薩。（臺中分院提供）

新州佛學班 學佛真快樂 ◎李瑞華

新州分會佛學初階班第一學期課程，於七月十三日順利圓滿，五十多位學員各自帶著素食菜餚，參加別出心裁的「poluck」（一人一菜）結業式。歡喜氣氛中，大家分享佳音、交流心得，與家人朋友一起度過法喜充滿的週末。

這次開課的佛學班，成人班由常誦法師授課，青少年班則由陳湘蕙菩薩帶領。佛學班上，每個人學佛因緣各有不同。歷經文革洗禮的學員姜國忠，原本不易相信任何人與信仰，經過科學辯證，選擇相信佛法。他慶幸能來上課，接觸法鼓山並皈依三寶，今後將以學佛為人生目標。

黃美瑛學習能力強，丈夫事業順遂，有兒有女，身體健康，看似完美的人生，卻獨缺快樂。上了佛學班後，每天觀想聖嚴師父的開示影片，積極練習禪坐，生活有了佛法引導，讓她感受到了快樂。十四歲的女兒在媽媽影響下，還到象岡道場當義工呢。

班長侯達俊分享，接下班長一職時，原先擔心自己能力不足，卻反而獲得許多學習和成長，卻反而獲得許多學習和成長。



新州佛學初階班一上課圓滿了，常誦法師頒發用功、全動、作業精進等獎狀為鼓勵。（新州分會提供）

精進 菩薩

林呂德文：修行，要修才行！ ◎張演璋

「能」遇見你們這些菩薩、師父的弟子，對我來說，真是美好的晚年。」現年九十二歲的林呂德文菩薩，談起晚年的生活，盡是感恩與滿足。

音菩薩，哪能夠不快樂呢？」日前老菩薩不慎跌倒，行動稍加不便，仍坦然面對一切，「我喜歡師父說的話：我心裡沒病，心安就有平安。」一間清淨簡潔的臥室，一位身心自在、平安快樂的老菩薩，林呂德文清淨持齋，每天自己煮食，獨立、堅強而自在。她說，有師父的智慧慈悲引導，讓她的修行路走得穩實，心裡很快樂，「非常感恩學佛路上，能有這麼殊勝的善緣。」



九十二歲的林呂德文老菩薩（前排坐者），分享因有聖嚴師父的智慧和慈悲引導，讓她的修行路走得很踏實、很快樂。（溫哥華道場提供）

聖嚴書院

福田班

2013年9-10月新班 (每班10次課程)

9/7 安和班 02-2778-5007	9/15 總本山班 02-2498-7171	9/15 齋明班 03-380-1426	10/13 農禪班 02-2893-3161
-------------------------	---------------------------	-------------------------	---------------------------

線上報名請至普化中心子站

快樂學佛

你的學佛第一課，輕鬆入門！

線上報名請至普化中心子站

找到心的無限力量！

2013年9-10月新班 (每班3次課程)

招生中

9/15 基隆班	02-2426-1677
10/5 農禪班	02-2893-3161
10/6 中永和班	02-2231-2654
10/13 雲集班	06-721-1295
10/13 馬來西亞班	60-3-7960-0841



快樂成長在這裡

以生活教育、心靈成長為主軸，廣受家長歡迎的法鼓山兒童營隊，自1993年開始舉辦，至今年已經20年囉！營隊涵蓋人文、藝術、禪修、環保體驗等豐富內容，小朋友從遊戲中，學習以「四種環保」、「心五四」、「心六倫」來滋養生命，邀您一同分享孩子成長心靈的快樂暑假。

◎文／編輯室
圖／法鼓山各地分院 提供



法鼓山上，由法鼓山金山社會大學主辦的兒童營活動中，小朋友們在法師引導下，專注地練習著「觀身受法」。每一位小菩薩，都成了「法鼓小禪士」。

齋明寺「進階版托水鉢」，融入悉達多太子成佛前，在定中超越魔境干擾的典故。元智大學學生戴上面具，扮演可愛的魔兵魔將，一路干擾小朋友前進，是專注定力的大考驗。



蒔枝籽、龍眼籽經過泡水、催芽，也可以美化、綠化居家環境！雲集寺「自在神童DIY」，小朋友動手將預先催芽的小苗，種入小玻璃瓶。小小盆栽也是「生活環保」的小幫手。



運用〈一〇八自在語〉，隨時做好「心靈環保」。安和分院兒童營裡，小朋友分成小組，一起動腦完成「自在語接龍」，下課後還踴躍索取〈一〇八自在語〉，興奮表示要帶回家與爸媽分享。



大地是地球眾生的家園，臺中寶雲別苑擁有豐富的生態環境，正是學習「自然環保」的好地方。小朋友仔細觀察「都會桃花源」裡的植物，小小心靈更懂得尊重自然、珍惜自然。

第一次體驗在寺院用午齋，小朋友跟隨紫雲寺法師帶領，恭敬持誦每句經文，抱著感恩惜福的心，將飯菜吃得一乾二淨，「禮儀環保」精神也自然地融入其中。



清楚放鬆、全身放鬆……，在臺東的晨曦中，信行寺的戶外草坪上，小朋友們一起伸展雙臂，跟著法師引導，專注練習法鼓八式動禪，一整天的精神都飽滿囉！



一杯暖暖的茶，代表一顆無限感恩的心。溫哥華地區小朋友透過茶禪活動，懷抱感恩心奉茶給父母親，家長感動地品嚐著孩子們奉上的茶，也合掌祝福孩子們快樂長大。



小鼓手，好風範！在「親子放鬆禪」與「親子按摩」時刻，小朋友與父母溫馨互動，小小的手，動作雖輕，卻讓來到雲集寺的家長們，享受到孩子的感恩心意，親子臉上都是幸福笑容。

感恩有您 親子互動好溫馨



緬甸小朋友的幸福記憶

心劇團「轉動幸福」到緬甸囉！7月16日至27日，心劇團參與實踐大學主辦的「2013緬甸偏鄉暑期志工服務」，前往緬甸撣邦省東枝市，帶著當地小朋友感受充滿奇幻的演出，為童年留下了美好幸福的記憶。

在緬甸東枝市區佛教孤兒院前的廣場，心劇團團員們正為了幾天後的演出排練著。不知何時，周圍聚滿了院裡的孩子們，一個個張著好奇的眼睛，每個排練片段，都讓孩子們覺得新奇有趣，有孩子甚至依樣畫葫蘆，學著演員的動作，天真的笑容透著期待。



天主教孤兒院的孩子們跟著團員，在院內穿梭，將現實場景，化為小偶人環遊世界的想像地。（李東陽 攝）

這是這趟旅程中，印象深刻的畫面之一。每次表演開始前，孩子總帶著懷疑和不確定的眼神，好奇觀察這群說著不同語言的演員。但那些懷疑、不確定，隨著心劇團演出，與孩子們互動的笑容中，消失無蹤。

在天主教孤兒院表演結束要離開時，院長和所有孩子們一直站在門外，對著團員們揮手道別，遲遲捨不得離去。那天，劇團進行了整天的表演，因為孤兒院場地的限制，「幸福奶奶」帶著孤兒院的孩子在院內穿梭，將現實的場景，化為小偶人環遊世界的想像地。希望在小偶人環遊世界的想像地，製造一些不同記憶，以後他們回想起這些地方，就會有不一樣的記憶和感動。團員這麼說。藝術或許就是在有限的條件下，創造無限的想像力量。

「感謝學校和老師，讓心劇團有機會來這邊學習。」每次表演後，團長蔡曼寬都會不斷說著這句話。並不是因為我們來自較富裕的國家，有義務對他人施以善心；做義工，其實是一種謙卑的學習。我們跨出既有生活舒適、便利的環境，有機會學習生活條件地奉獻和體驗生命，便是做義工的真正意義。義工的力量有限，但在每一次交會時，都盡心盡力分享安定和正向的能量，希望孩子心中良善、正向的種子，發芽茁壯。



心劇團在緬甸東枝市興華中學演出，孩子們圍著演員，一起拉起大裙擺，彷彿一朵幸福盛開的繽紛花朵。（李東陽 攝）

微笑有幸福

幸福在哪裡？抱著感恩的心，將幸福儲蓄在所有人的心中！
2013中秋，品嚐幸福味，體驗幸福禪
記住呦 笑了才有幸福~

經典美味

粒粒米香 2013年新口味！
嚴選食料/工法
使用純淨、優質米、嚴選優質茶葉精製
120天自然發酵、古法曬乾、自然香氣
非一般速成茶葉及茶葉精可比

法鼓嚴選 安全優質
所有食料均經嚴格品質檢驗
嚴選食料，確保安心食用

【有幸福·微笑禮盒】特價：790元
●8片平安米香/2013新口味
●1盒養生茶葉 ●1盒嚴選茶葉/2013新口味

【幸福味·微笑禮盒】特價：390元
●8片平安米香/2013新口味
●1盒養生茶葉 ●1盒《幸福味》

【幸福味·微笑禮盒】特價：499元
●8片平安米香/2013新口味
●1盒養生茶葉 ●1盒《幸福味》

請至法鼓山各地分院辦事處及行經點、或心學堂電話：http://www.falgun.com.tw 服務專線：02-26961600或02-26961601法鼓文化 訂購金額未滿600元，酌收80元運費（限台灣本島/郵費） 大宗訂購洽詢：(02) 2893-4646分機6544-5、6535-6 法鼓文化