

法鼓山 來法鼓山 觀音道場 參北臺灣第一聖地

Pharma Drum Monthly

雜誌

和樂無諍

非經本刊同意不得轉載本報內容。本刊編輯費用由法鼓山基金會負擔。如欲刊登廣告，請洽本刊編輯部。

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

法鼓山紐約東初禪寺35週年

感恩社會各界護持 擴建工程十一月動工 繼起聖嚴師父西方弘化悲願



▲感恩社會各界護持東初禪寺，十月五日舉辦「滿一個願」感恩餐會，住持果東法師（前排左八）與作家王鼎鈞（前排左五）等人，與「35」週年數字燈相合影。（東初禪寺提供）

【胡麗桂／紐約報導】法鼓山創辦人聖嚴師父生平首建道場——紐約東初禪寺，今年滿三十五歲了！令人欣喜的是，法鼓山長年在北美弘化，今年屢見突破。繼七月以「美國法鼓山佛教協會」（DDMBA）加入聯合國 NGO 組織，眾所矚目的東初禪寺擴建工程，也將於十一月正式動工。

為了感恩社會各界一路支援與協助東初禪寺，懇請大眾持續護持道場擴建，十月五日於法鼓山紐約皇后大道東初禪寺舉行「滿一個願」感恩餐會，共有來自北美各地善信、超過四百人共襄盛舉，文學耆老王鼎鈞、漢傳佛教學者于君方、鋼琴家張勝量（牛牛）等人，皆到場響應。現場大眾透過聖嚴師父開示影片，更加認識東初禪寺的定位；而由僧俗三十七人組成的傳心燈隊伍，以接力方式完成「35」數字燈框，讓人見到護法傳承，代代繼起。回顧東初禪寺三十五年的歷程，每一步都充滿艱辛。一九七九年，師父以信眾護法支持，勉勵於皇后區林邊租下一層公寓二樓，成立「禪中心」；同年十月，遷址可樂大道一棟二樓公寓，中文正式命名「東初禪寺」；一九八七年十月，再遷址對街現址。每次遷徙，也伴隨空間成長，然而環境始終不甚理想，「萬里紅塵」，師父曾如此形容。

儘管如此，各國禪眾仍慕名而來，間接促發日後師父前往歐美主持禪修因緣，包括英國、比利時、捷克、俄羅斯、德國、墨西哥、瑞士等地，禪的種子皆緣起東初。另一方面，法鼓山理念及三大教育推動，常是師父先於

【本刊訊】方丈和尚果東法師、法鼓文理學院院長惠敏法師十月十、十一日分別出席佛慈蓮花基金會舉辦的第十屆「佛法與臨終關懷研討會」，與各界代表共同探討「邁向高齡化社會佛教臨終關懷的使命與願景」。

今年佛慈蓮花基金會成立二十週年，與法鼓山的善緣、法緣，從創辦入聖嚴師父延續至今，雙方都相當珍惜。方丈和尚於十月十日研討會開幕致詞中，肯定研討會探討高齡化、少子化、長者失智等現代議題，由於高齡常伴隨著失望和絕望，旅美作家王鼎鈞曾向他說，許多長者雖不抱怨，卻也沒有發願；實際上除了慈悲、智慧的功德力，捨報時會伴隨著心識而走，其餘都是生不帶來、死不帶去，因此

方丈和尚惠敏法師出席臨終關懷研討會



▲傳心燈成員之一、漢傳佛教學者于君方捧持燭燈，與眾人接力完成「35」數字燈框，讓人見到護法傳承，代代繼起。（東初禪寺提供）

活躍當中還要有悲願，珍惜生命中每一口氣，就有無限的希望。方丈和尚也對該基金會董事長陳榮基、董事張寶方以及從事臨終關懷的義工，表達由衷的讚歎與感動，並以「正向八望」與近四百位與會大眾共勉。方丈和尚分享投入臨終關懷，正是在成就我們學習慈悲、智慧，學會珍惜有情、無情都是如來的示現，在無常、無我、空的緣起法中，展現以慈悲關懷人、以智慧處理事。

十一日上午，惠敏法師應邀以「文理學院之博雅教育與臨終關懷」為題，進行特別演講，分享明年即將開辦「生命教育碩士課程」的法鼓文理學院，在博雅教育、生命教育與臨終關懷課程的相關規畫。



▲方丈和尚於「佛法與臨終關懷研討會」致詞時，分享投入臨終關懷正是成就慈悲和智慧的學習。（隨行小組提供）

香港都會新淨土 港島會址啟用



▲方丈和尚主持港島會址開光，勉勵大眾學習觀音，扮演好利益眾生的角色。（隨行小組提供）

【朱惠勝／香港報導】適逢法鼓山香港成立分會二十週年，再添弘化新據點！除了原本位於九龍的會址，港島會址十月十一日正式啟用，為港島區信眾提供共修成長的心靈淨土。

當天的灑淨開光典禮，由方丈和尚果東法師親臨主持，出席的貴賓及護法信眾，心中無比歡喜。由於正值觀音出家日前夕，方丈和尚勉勵大眾學習觀音菩薩，扮演好各種度化眾生的角色。法鼓山在九龍、港島均有會址，無非是希望能在多元變化、緊張壓力的精神生活中，透過佛法、心法、禪法，幫助大家獲得正確的觀念，擁有健康的人生。

許多信眾接觸法鼓山一、二十年，當天聚首一堂，分外喜悅。眾人回顧香港道場的成長歷程：從沒有常住法師到現在有五位；從寥寥可數的共修人數，到現在不斷增加的信眾；從狹窄的空間，到開闊的場地，如今更從九龍延伸到港島，一如方丈和尚「開光儀」所言：「法鼓法音，弘法利生。港島道場，應機延伸。」法鼓山一直致力弘揚正信佛法，港島會址在觀音出家日前夕啟用，彷彿觀音菩薩應機度眾，利益眾生。

典禮中，方丈和尚並為新任法鼓山榮譽董事頒贈聘書，下午並主持皈依及勸募會員授證典禮。新的三寶弟子和勸募會員踴躍加入法鼓山，讓人感受法鼓山在香港穩固扎根發展。

香港是一個繁華的國際都會，人們生活富足，但承受多重壓力，身心不安。一直以來，香港道場透過舉辦各種禪修、法會和課程活動，幫助民眾平衡身心、安定身心。港島會址啟用後，十月二十六日即開辦「快樂學佛人」課程，十一月、十二月也將舉辦「歡喜銘」講座、初級禪訓班等，歡迎香港民眾報名參加。地址：上環皇后大道西323號安達中心2樓

◎香港道場網址：www.ddm.org.hk



▲果東法師（左二）、柯有倫（右一）、沈心愛（左一）分享心中寶藏。右二為主持人葉樹蘭。（廖順攝）

發揮青春生命 開啟心中寶藏

【陳政娟、陳逸慧／臺中報導】青春年華，正是開啟心中寶藏、實現夢想的時刻。十月十九日臺中「法華智慧講座」第三場，邀請新生代藝人柯有倫、十大傑出青年沈心愛，與信眾教育院暨農禪寺監院果毅法師，一同與中部地區年輕朋友分享「心中寶藏」。

「小時候就認為，自己以後會當演員。」柯有倫表示，從小受到演員父親柯受良的影響，讓他覺得演藝圈的人「非常厲害」。長大後當了歌手，發行第一張專輯就有好成績；再出專輯時，索性照自己想辦法做好音樂，結果卻做了一張「師公（聖嚴師父）聽不懂的專輯」。第二張專輯未上市前，他聽了師父的教誨，深受挫折。面對人生逆境時，他母親宋麗華的教導：「凡事以慈悲心看待，你會覺得什麼事情都簡單多了。」母親的身教言教，是他心靈上的寶藏，每每啟發再向前的動力。

三、四歲隨父母跑夜市擺攤的沈心愛分享，六歲時母親送她一個「寶藏盒」，裡面寶藏是「一疊白紙」，母親希望她每天寫下一件感謝別人的三件事，以及你感謝別人的三件事。十一歲時，看到鄰居阿伯為種的水果賣不掉而煩惱，她想助人，身旁大人卻回應「等你長大再教」。「我可以等，但阿伯的水果不能等。」她架設網站幫阿伯解決了問題。沈心愛說，自己沒有具體夢想，但從幫助人的過程中，看到自己已有著為別人圓夢的力量。母親的寶藏盒讓她體會到「真正的寶藏不是金錢可以衡量的，而是你可以為別人做什麼。」

《法鼓全集》是聖嚴師父留給世人的寶藏，果毅法師正是編輯和推廣這套寶藏的主力。出家前曾從事文字工作的法師，由於職場需求，讓他覺得「所寫的內容，都不是自己想寫的事。」直到學佛後，佛法與文字專長結合，終於找到最快樂的事。「佛法教我們活出生命的意義」，因此遇上困難時，法師都抱持「不會就學」，「當成修行」的態度。當成就事情的條件不具備，法師則從佛法的因緣、因果觀，問自己「是否準備好」、「是否為自己設限」，還有「是否具足『願心』」。其實外在因緣是否具足，我們無法確切知道，但每個人的願心，可以創造因緣。

探索社會企業與創新

法鼓文理學院、北京清華大學
合辦「人文關懷與社會實踐」系列研討會

2014法鼓人文關懷與社會實踐系列學術研討會
社會企業與創新



集兩岸學者專家參與討論的「社會企業與創新」研討會，十月三日於國家圖書館舉行，探討當前熱門的社會企業與公益創新議題。（李東陽攝）



十月四日下午展開「宗教與慈善事業工作坊」，邀請宗教與慈善團體，交流從事公益工作的內容與心得。（吳嘉峰攝）

【黃佳卿／臺北報導】「義」與「利」是企業經營的兩難嗎？社福團體如何跳脫依賴募款的困境？許多人已開始從「社會企業」尋找答案。由法鼓文理學院、北京清華大學主辦的「社會企業與創新」研討會，十月三、四日分別在國家圖書館、法鼓山園區舉行，邀請兩岸近二百位學者、專家、政府部門、第三部門人士參與，探討全球新興議題「社會企業」的發展與創新趨勢。

方丈和尚果法師開幕致詞時，表達法鼓山長期透過跨領域資源整合的方式，回應社會議題，落實社會整體關懷，自一九九九年，就由聖嚴師父提出以「人文關懷」、「社會實踐」為主題，展開一系列學術研討會，提出種種前瞻理念。方丈和尚表示，「明年法鼓文理學院「社會企業與創新」碩士學位課程招生，先舉辦研討會，等於再次提醒重回法鼓山辦學的初發心。」

研討會共發表十二篇論文，二場主題演講、一場綜合座談、二場工作坊，從「社會企業」、「社會創新」、「跨域治理」三方向切入。研討會

會主任委員曾濟群教授認為，專家學者的寶貴意見，未來足可做為「社會企業與創新」碩士學位課程發展方向。

企業與社會在對立面嗎？「臺灣管理教育之父」許士軍教授在主題演講中，提出「由投資者支持社會企業，由創新化企業與社會責任間的衝突」，解決二者間的矛盾，期盼法鼓文理學院做教育先驅，培養社會人才，開創新機。

行政院今年啟動「社會企業元年」，對此，政治大學江明修教授回應，「社會企業是一股改變世界的力量，聖嚴師父規畫法鼓大學時，便指示一定要成立公益社會學系，經過二十年努力，終有所成。」北京大學袁瑞軍教授則表示，社會企業在中國的發展腳步，雖晚於臺灣與香港，從大量湧現的服務需求來看，可知應著力於培育符合需求的組織與人才，預見未來將有更多創新與發展空間。

四日下午展開「宗教與慈善事業工作坊」，由慈濟基金會發言人何人基、法鼓山慈雲寺住持果法師、法鼓山人基會主任張麗君、至善基金會執行長洪智傑等，交換宗教團體慈善工作的內容與心得。文學院校長惠敏法師以中華電子佛典協會為例，拋出「宗教團體是否適合經營社會企業？如何轉型？在華人社會如何面對挑戰？」等問題，留予大眾繼續思索。

中華佛研所
啟動
研究新計畫

漢傳佛教青年學者論壇 徵集研究小組

【本刊訊】接續聖嚴師父提昇漢傳佛教研究的願心，中華佛學研究所啟動「漢傳佛教青年學者論壇」三年計畫，廣邀國內外年輕研究者，以三至四位發表人為一組，自訂研究主題，組隊報名。藉由徵集活動，一方面希望建立長久往來的學術社群，帶動漢傳佛教研究的趨勢，引領國內學子與國際學術潮流接軌。第一階段小組報名至十二月三十一日截止，跨國小組將優先錄取。

這場為期三年的論壇計畫，由中華

佛研所整合漢傳佛教的研究力量，提供有志於相關領域研究的青年學者，交換學習心得，建立跨世代對話的平台，因此，論壇以「漢傳佛教研究的新文獻、新視野、新方法」為主題，推動新形態的青年學者論壇。

論壇研討主題包括：漢傳佛教經典流傳過程中的翻譯問題；漢傳佛教的教派、教理與教義；漢傳佛教藝術的時代性詮釋；漢傳佛教的空間研究（寺院佛剎）；漢傳佛教的跨文化交流；漢傳佛教與當代社會等八個面

「漢傳佛教青年學者論壇」
相關資訊查詢：

【網址】<http://www.chibs.edu.tw>
【電話】(02) 2498-7171轉2363

【法鼓書齋】

■《人生》雜誌375期11月號

法會共修，原來如此！

法會是許多人接觸佛教的開端，但一進入法會，往往立刻就開始進行儀程，對於流程、空間、規矩與儀式的精神等，往往一知半解；對於法會中常聽到的東、西單、齋天、宣疏，乃至前行功課等用語，也常有聽不懂？本期專題透過法會歷史溯源、儀程時間與壇場空間介紹、Q&A解惑，幫您理解「法會共修，原來如此」！法會中有悅眾法師、義工、信眾，才能成就一場莊嚴法會，專題邀請常寬法師、常應法師分享擔任主法、維那法師的修行體驗，以及從法會入門的陳明珠，分享學佛歷程。

「人生座談會」摘錄2014法鼓山國際關懷生命論壇精華，成大教授趙可式、金馬獎導演蔡明亮、法鼓文理學院校長惠敏法師分享觀照生命現觀無常，走上利他道路的轉折。「法相萬千」報導「七寶瑞光展」，一覽中國南方佛教藝術千年大觀。「電影與人生」介紹韓片《嘆息嘆息我的人生》，看「最小父母與最老小孩」的奇異組合，如何扭轉「不通不通」的卡關人生。（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

◎洽詢電話：(02) 2896-1600

◎法鼓文化心靈網路書店：www.ddc.com.tw

教育文化新聞集錦

惠敏法師 出席《少年吉美》座談

【邱惠敏／臺北報導】二〇一四年國際華人紀錄片《少年吉美》，九月二十六日在臺北舉行全球首映，法鼓文理學院院長惠敏法師受邀出席座談及座談。隔日，導演劉翠蘭在哈佛大學學長鄧偉仁老師的邀請下，前往文理學院演講，與師生交流。

紀錄片導演劉翠蘭今年畢業於哈佛大學南亞系，於二〇〇七年在安多藏區研究藏族佛教音樂期間遇見了十七歲的少年吉美，開始記錄吉美在寺院的活動，以及與其他僧人的互動，呈現人生真實的喜悅、挑戰和徬徨，藉此探討「人生的選擇」。紀錄片結尾，吉美面臨下山受戒或還俗的抉擇，也留給觀眾討論的空間。

惠敏法師觀後表示，看到片中寺院僧人，在物質條件不充足下，仍然很快樂，讓人思考到底什麼才是快樂？人可以用很少的資源，過著不同形態的生活，可見人生有太多的可能性。

劉翠蘭也請教惠敏法師，如果回到像吉美一樣的年紀，還會選擇出家嗎？惠敏法師笑說，他出家時年紀比吉美大，出家的因緣也不同，但「出家」是自己人生很有價值的選擇，是自己真正想走的路，也是值得走的路！



法鼓文理學院新網站<http://www.dila.edu.tw>

法鼓文理學院 新校刊、新網站

【本刊訊】《法鼓文理學院校刊》第一期於十月出版了。由全校師生參與編製，發行於校內及各大學院校，不僅是師生表達與發表的園地，更搭起學校與學術界交流橋樑。校刊採季刊發行，共有四版，每期以不同主題記錄發展點滴，包括重要記事、訊息看板、校長Tea Time專欄、學術出版品介紹、數位專案成果、研討會及演講回顧、國際學人蒞校交流記、學生暑期海外遊學心得等；第四版為英文版，擷取前三版報導精華，做為國際人士了解學校的媒介。

新網站也在十月完成建置，整合佛教教學系原有網站內容，以及人文社會學群、圖書資訊館、終身教育、資訊服務入口等訊息資源，便於各項發展與服務，兼具瀏覽、檢索、搜尋、社群、行政操作等功能，提供一般人士、校友、學生、教職員使用。

普林斯頓「敦煌學」研討會側記

文理學院學生海外研習心得

◎釋長歡（碩士班研究生）

這一個暑假，在美國新澤西州同淨蘭若掛單參學，並參加九月六日至八日，於普林斯頓大學舉行的「敦煌學」國際學術研討會，主題是「展望未來二十年的敦煌寫本學」，光看會議主題，就很有吸引力。

本會議分九組議題進行，發表的論文共有二十九篇。本校圖書館前任館長馬德偉（Marcus Bingenheimer）也在會中發表了〈高品質的敦煌文獻數位化版本的樣貌——探索敦煌文本數位化最佳的呈現方式〉一文。

這次研討會是在美國境內第一次召開「敦煌學研討會」，具有「里程碑」性質。於我而言，此行主要收穫是了解敦煌研究現況及展望、觀察會場上學者關注及討論的重點。過去只在書本上見過的學者大名，此行不是只當聽眾，我還隨身

帶了二〇一四年版的CBEA光碟，原本交給普大博士候選人顧立德（Douglas Gildow）與學者們結緣，經由轉達，研討會第二天下午，主辦人太史文（Stephen F. Teiser）教授宣布中場休息前，為了分送CBEA光碟片，要我上臺作簡短介紹，於是也趁機「打廣告」：DDBC（法鼓佛教學院）已改名為DILA（法鼓文理學院）。

發言後，將所帶近二十片光碟放在講桌上，等我走回座位轉頭一看，已經一掃而空了，真可謂「秒殺」。這些國際學者是這張光碟的最大需求者、使用者，還有幾位向隅的學者前來留資料和名片，希望會後能寄給他們。於是商請同淨蘭若住持果慶法師，隔天順道再帶數十片來會場結緣。為此，承辦人會後還來函致謝。

搭乘接駁車者報名，從103.11.03（一）至104.01.14（三）止。
活動當天中午12:00，在台北火車站東三門口前，備有接駁車直達本校，需搭乘接駁車者，請提前報名。
電話：02-2498-0707
分機：碩博士班—#2372
學士班—#2242
傳真：02-2408-2492
E-mail：碩博士班—aa@ddbc.edu.tw
學士班—bdu@ddbc.edu.tw
請一律上網報名，報名後請準時參加，本校不另行通知；若因故不克參加者，請儘早通知本校。
<http://www.dila.edu.tw/>→點選「招生資訊」→「考生輔導說明會」



佛教學系、碩博士班
考生輔導說明會
民國一〇四年一月二十四日（六）



圓滿人生最後功課

法鼓山致力推廣大事關懷課程，關懷院監院常健法師九月份首度到北美地區開課，分享做莊嚴佛事的觀念，祈望能「生死兩相安」，圓滿人生最後的功課。◎編輯室

在人生最後階段，如何以安定的心面對死亡？身旁親人如何陪伴引導，協助臨終者走向另一段生命？九月二十日至十月一日，關懷院監院常健法師巡迴美國舊金山、西雅圖、紐約東初禪寺、新澤西州、加拿大溫哥華等五處道場及分會，講授「生死兩相安——大事關懷課程」，帶領大眾探索並學習人生最重要、也是最後的功課。

「一般人總是忌諱談死亡。」常健法師表示，由於文化背景的關係，東方人面對死亡這件事，心中往往充滿恐懼和不安。「大事關懷課程」在臺灣已推廣多年，這次首度在北美地區開課，希望能提供法鼓山具體的觀念和作法，讓全球各地每個人都能幫助親友和自己，心安平安安面對人生將到來的時刻。

九月二十日至二十一日，常健法師首先於舊金山分會展開第一場課程。法師在介紹法鼓山大事關懷的服務項目時，特別說明「助念」是佛事中很重要的一環，也是法鼓山最重要的關懷工作之一，「藉由至誠的念佛，幫助臨終的人保持正念，生起正信、正知、正見，發願往生西方極樂世界，迎向光明未來。」

「人生的結束不是喜事，也不是喪事，乃是一件莊嚴的佛事。」法師引用聖嚴師父法語，同時用影片解說佛事和民間習俗的不同。法鼓山推動心靈環保，倡導簡化、節約、惜福、培福，並以信（信心）、願（發願）、行（勤念佛）的精神進行莊嚴佛事。另一部影片《圓滿生命的無限延伸》，則是真實記錄了一位癌末病人，如何在臨終前能夠面對自己的病情，並對生命有正確的認知，而能一心念佛、萬緣放下，為自己累積往生資糧，以及在他往生前後，家屬及蓮友為他進行助

念和佛事的過程。影片人物親身說法，讓學員更加清楚法鼓山的理念及具體作法。課程中，常健法師也以繪本《一片葉子落下來》，藉由葉子經歷的春夏秋冬，探討生命的無常，以及《豬奶奶說再見》，引導大眾思考如何為往生做準備，與摯愛的家人、朋友創造共同美好的回憶。

除了入門的「大事關懷課程」，在舊金山、西雅圖、溫哥華三地，常健法師還進一步講授「大事關懷培訓」，分享法鼓山以心靈環保的理念，推動佛法真義應有的威儀及儀軌，演練六字、四字佛號的唱誦法，實地引導學員一邊唱誦、一邊練習打法器。法師實地經驗豐富，教學內容切合學員最關心的問題。眾人期待法師未來能再到北美，繼續深入這門生死課程。



法鼓山大事關懷課程，九月份首度到北美地區巡迴開課。圖為常健法師首先於舊金山分會展開第一場課程。（舊金山分會提供）



溫哥華學員一邊跟著法師唱誦、一邊練習打法器，專注投入大事關懷的學習。（溫哥華道場提供）

大事關懷課程心得

◎李翠麗（溫哥華）

解開生死迷思和恐懼

九月底的溫哥華，寒氣已在清晨中撲面而來，不一會兒，奶油黃的陽光又穿透雲層，灑得人一身舒暢，然而，這一天的心情卻是忐忑的。探討生死大事，一直是不敢也不想去碰觸的，卻又期待經由常健法師講的「大事關懷課程」，釐清自己對死亡的恐懼與迷思。

當法師以一片葉子的故事拉開序幕後，課堂上已有學員開始拭淚，等到播放影片《豬奶奶說再見》時，自己的眼淚也忍不住流了下來。身為一個佛教徒何等幸運，已知死後有安身立命的淨土，可在極樂世界精進佛法，何懼之有？但在臺灣長大的我，卻對死人、葬禮有巨大恐懼。六歲時外公往生，記憶中披麻帶孝、呼天搶地的哭嚎，還有巨大的棺木，對當年一個小女孩來說，已超乎了心理負荷。一直到現在，只要看到喪家，一定繞路而行。

了解助念、佛法奠祭後，明白往生者並沒有想像中恐怖，而且喪禮可以辦得簡單而莊嚴。心中的疑惑終於解開，原來喪禮不必做那麼多事，可以單純到只是向往生者致上最後的追思與悼念，送一尊未來佛上路，不僅莊嚴往生者、撫慰家屬，更圓滿了一場佛事。

「塵歸塵，土歸土」，正是植存的理念。不管東西、貧窮富貴、男女老少，最後的莫皮囊就是一袋灰燼。造墓立碑所為何事？告訴走過的陌生人你的姓名、何時生、何時死，然後，為下一代造成牽絆與不便，何必呢？當晚餐桌上，告知家人希望自已骨灰埋入生命環保園區，放下執著罣礙，回饋滋養大地。

踏出菩薩行第一步

◎張常廉（中永和班學員）

「法鼓山」對我來說不陌生，卻也不熟悉。早在二十多年前，在北街頭看到一群人穿著印有「提昇人的品質，建設人間淨土」的衣服，可惜相遇時未識佛，就這樣與它擦身而過，僅對那三句話留下了深刻印象。

十多年後，在生命探索營中，選擇以佛教信仰為依歸。那時對佛法還一無所知，也不曾親近法鼓山，但對聖嚴師父的言教十分景仰，只覺得師父的言教身教所展現出的平實、簡單、安詳、自在，給人安定的力量，所以二〇〇三年參加農禪寺舉辦的皈依大典，那也是自己唯一一次見到師父、聽師父開示。

自從皈依後，參加「快樂學佛人」後，就沒再回法鼓山參加課程或活動，只是在家修學，不時透過網路聽聞法師開示，以及從數位課程中，滿足對法鼓山的渴求。這次因緣際會參加了中永和福田班，法師的開示、義工菩薩的熱忱關懷，讓我這隻離群多年的羊兒，終於有「回家」的渴望與感動。課堂上，看到法鼓山建設歷程的影片後，深深地慚愧、懺悔不已，法鼓山從艱困的草創之初走到現在，我都沒有奉獻一份力量，真是愧為三寶弟子。

師父常說，佛法這麼好，知道的人那麼少，誤解的人這麼多。師父也說，菩薩行即是眾生成佛的正因。記得阿媽斯壯在登陸月球那一刻，講了一句話：「我的一小步，人類的一大步。」從家裡來到福田班，只是自己的一小步；從自利利他的發心走出來，卻是一大步。整打多年之後，選擇踏出第一步，走入法鼓山，願和大家一起跟隨著師父的足印，行向菩薩道。

福班 有你真好！

鬆筋禪身心都放鬆

◎莊意芬

般若禪坐會本部舉辦的「地區助理監香成長營」，九月二十六日晚間，學員帶著從容的心情，開始二天的放鬆之旅。成長營主題是「鬆筋禪」，動作來了解身體，體驗身體以簡單的動作來了解身體，體驗身體。

一些負載。一引導大家思考：禪修要拋掉的是什麼？「禪修不在追求標準動作、標準答案，禪者心無所求。禪是覺性的開發，清楚放鬆身體、放下心理。」

初秋的天氣，高溫中伴著早晚涼意，課程在歡喜中圓滿結束。回程中，學員個個展現出身心安定的歡喜，再次印證禪修是提昇人品的最好方式。



學員練習以簡單的動作來覺知身體，清楚肌肉、關節和韌帶的關係，深入體驗一點一點慢慢放鬆的「鬆筋禪」。（傳燈院提供）

找回真正的快樂

◎丁慧方

「快樂學佛人」林口班課程結束，十月四日，我們親自到法鼓山園區體驗。相較之前遊客般的心情，這次透過導覽，對每個參訪的地方更深入了解，內心也有更多感動，其中最令我感動的，是介紹聖嚴師父一生故事的開山紀念館。

「我的生命，是一段實踐佛法的歷程。」館內牆上，有師父寫的一句話。師父自幼出家，在顛沛流離、動蕩不安的年代裡，投身軍旅，退役後繼續出家路。師父一路苦行，閉關六年、日本求學，再到美國弘法，如果不是對佛法有堅定的信念及毅力，怎

能承受如此歷程？師父之所以令人敬佩，不僅是他精讀佛法，更將佛法應用在人間；不僅出家人可以得解脫，每個人、家庭、社會，乃至於國家，甚至全世界，都能藉由佛法獲得祥和安樂。師父從教育做起，創辦佛學院，培養佛教弘法人才，對社會也有關懷教育，全面提昇人的品質，建設人間淨土。

沒有一快樂學佛人，自己只是個平凡的職業婦女，每天為工作、家庭兩頭燒，最大的享受是喝杯咖啡，或與家人吃頓大餐，以為那就是快樂了。直到上課時，法師分享真正的快樂，是建構在精神和內心的平安與寧靜，這種快樂，才是真正的快樂。當時內心顫動，這樣的快樂，不正是年輕時想追求的嗎？已被工作、家庭磨掉初衷的我，很慶幸在法鼓山找回真正的快樂。

沒有一快樂學佛人，自己只是個平凡的職業婦女，每天為工作、家庭兩頭燒，最大的享受是喝杯咖啡，或與家人吃頓大餐，以為那就是快樂了。直到上課時，法師分享真正的快樂，是建構在精神和內心的平安與寧靜，這種快樂，才是真正的快樂。當時內心顫動，這樣的快樂，不正是年輕時想追求的嗎？已被工作、家庭磨掉初衷的我，很慶幸在法鼓山找回真正的快樂。



林口班「快樂學佛人」繞行法華鐘，祈願在學佛路上持續精進，做自利利人的三寶弟子。（林口辦事處提供）

【學習成長看板】

網路電視臺11月主題影片

【影片主題】生命的價值
——生命價值的探索與發揮
【內容簡介】生命的意義是什麼？這個問題，相信是許多人從小就產生的疑惑。生命的本質，一如萬物變動不居，如何在無常生命中，找到生命意義？本期主題影片由聖嚴師父引導我們一起思索，從而把握此生，活出生命的真正價值。

◎法鼓山網路電視臺
<http://ddmtv.ddm.org.tw>

2015 招生中

快樂學佛人

從1心探索 啟發無限的可能

你的學佛第一課，輕鬆入門！

1/10 農禪班 02-2893-3161
1/11 新竹班 03-525-8246

※每班3次課程，每次9:00-16:30
※報名方式：請上網搜尋「快樂學佛人」
※洽詢電話：02-2893-9966 #6659

法鼓講堂

www.dharmaschool.com

11月 12、19、26日

聖嚴法師 不一樣的旅行觀

王美秀老師 主講

參考書籍《法鼓全集》遊記系列
直播時間 星期三19:00-21:00（北美東岸6:00-8:00、北美西岸3:00-5:00）
現場上課 農禪寺法堂 / 預約專線 02-2893-9966 #6663（週一至週五9:00-17:30）

東初禪寺成立35週年

立足起點 開展弘化里程

◎胡麗桂

1979年，聖嚴師父以信心、願心創建生平首座道場——東初禪寺，為西方社會帶來佛法，早期領受師父教導的東西方弟子，珍藏了哪些東初經典？繼6月臺北首場「東初禪寺口述歷史座談」後，10月7日及11日，東初禪寺接續進行華語及英語二場，本期邀您一同分享。



東初禪寺口述歷史座談與談人。左一起比爾·萊特（Bill Wright）、保羅·甘迺迪、南西·哈利、米勒（Harry Miller）。左一為主持人紐約大學漢教授。（胡麗桂攝）

十月十一日舉行的英語座談，由紐約大學漢教授主持。西方眾口中的禪中心，則是改變生命座標的一方道場。這場座談採

禪修入門 自心即道場

「就像回家，師父與我們完全沒有距離，還常常替我們開門呢。」姚世莊一語道出「家」的溫馨。師父善於關懷、發掘信眾潛質，因材施教，也為菩薩們津貼道。師父說我懂佛法不多，但都很正確。一孫喜雲坦言，正面激勵法於她確實管用，承擔護法會執事使她受益匪淺，衷心感恩。在異鄉尋得心靈皈依處的老悅眾，凡事盡心盡力，參與開拓、勸募、護法、接引，個個身兼數職，成為東初禪寺得力助手。出家前曾任紐約護法會首屆召集人的果乘法師感嘆說道：「老菩薩猶在，又有新人繼起，而僧團法師忠實秉持師父的理念教導。」如此「三寶」護持三寶，讓東初未來充滿希望。

師父開門 開發生命潛能

十月七日舉行的華語座談，出席者皆為「五五讀書會」成員，一九九七年參與創會的華人悅眾，平均年齡五十五歲，故此得名。包括開拓紐約護法會的吳淑芳、孫喜雲、東初禪寺首任義工團團長陳麗貞、為眾人調和鼎沸的尤惠美，及長期協助師父騰稿、錄稿的姚世莊及李青苑等近二十人，圍著方桌敘談，晚近加入的華人新移民，也於座中見學薰習。

老悅眾分享的東初禪寺，一桌一椅、一景一物，甚至某個轉角，都是師父勸發菩提心的道場。「從不覺得這裡殘破、狹小，反而很殊勝。」李青苑分享，東初禪寺內部從未裝修，然而牆壁、地板始終潔淨，即使樓梯嘎嘎作響，也是動人場景。

「師父從不標榜自我，而以法器自期，承續佛的悲願與教導，也把悲願傳給下一代弟子。」曾是師父的英語老師，如今是禪修師的南西建議，禪中心的未來繫於四眾弟子身上，除了空間擴增，尚須發展合適的弘法特質，才能契機接引不同時代的眾生。

因東初因緣而發心出家的東初禪寺監院常華法師、果乘法師，及象岡道場監院常聞法師，也分享弘法初發心。常華法師表示，擴建後的東初禪寺將提供多元活動與課程，使不同語言、文化背景的求法者，皆能因佛法而得身心平安，回歸心靈的家，讓漢傳佛法的芬芳，橫互潤澤斯土斯民。



華老悅眾分享東初禪寺一景一物，都是師父勸發菩提心的道場。（胡麗桂攝）

《東初禪寺的故事》出版了！

在東初禪寺動土擴建前，由聖嚴師父住世時隨行紀錄胡麗桂選編的《東初禪寺的故事》，也於九月份出版。選錄師父歷年闡述東初禪寺的相關文稿，記錄師父抱持初發願心，從零開始，於北美一步一步弘化西方的歷程。一九七九年師父到美國弘法之初尚無棲身之處，寫信勉勵跟隨的弟子們：「你們要努力修行，努力求進步，你們的師父一生窮困，但從未潦倒；一生不向現實環境低頭，但為求法與弘化願向一切眾生行乞。」二〇〇一年在象岡道場開示時，師父仍是強調相同的初發心：「我之所以走到現在，就是一個信念：我要把我所知道的佛法觀念和方法，奉獻給人。」字字句句讀來，令人感佩動容。本書的出版，用以供養師父弘化的起點，也祝願法鼓山邁向國際弘化的新里程。（編輯室）



九月份出版的《東初禪寺的故事》，讓人看見師父從零開始，於北美一步一步弘化西方的歷程。

共修在雲端 精進無國界

一年一度的大悲心水陸法會，即將於十二月啟建。邁入第八年的水陸法會，無論是雲端牌位、網路分處共修，還是方便實用的法會APP，都展現了與時俱進的新面貌，本期邀您一同加入這場新時代的共修勝會。

◎許翠谷



雲端牌位的推廣，加上網路分處共修，展現水陸法會與時俱進的共修新面貌。（吳華攝）

近日常來，全球各地紛擾不斷，無論是國內此波正面臨的食安問題、駭人聽聞的伊波拉病毒、中東地區戰火連天……外在環境動盪不安，導致人心惶惶，身為佛教徒，我們可以怎麼做？將於十二月六日啟建的大悲心水陸法會，廣邀大眾參與共修、安定人心之外，今年持續運用數位科技貫串水陸法會各個階段，讓修行融入生活。例如，法會開始前推廣「雲端祈福」，結合牌位與慈悲觀的練習，回歸修行本質。或許有人會存疑，寫牌位、念佛就能讓世界更美好嗎？其實，「雲端祈福」就像帝釋天的因陀羅網，網上每個結都綴有一顆寶珠，無盡的寶珠裝飾其上，著彼此。同樣地，只要有一個人以善為出發點改變自己，進而影響家人、工作



法會APP讓人隨時都可透過智慧手機，獲得法會共修資訊。

伙伴乃至於周遭的人，整體社會環境必然會跟著改變。趁著水陸季特展，來自桃園的劉清治第一次填寫雲端牌位，他分享，自己從未想過牌位可以數位化方式呈現，尤其慈悲觀的引導，讓他願意為打擊、傷害自己的人祝福，「這是前所未有的體驗，提供了一個抒發與轉化的機會。」法會期間則提供「線上共修」和「網路分處共修」，讓無法親自前往法鼓山園區的民眾，可以在家精進用功，或就近至法鼓山分寺支道場共修。今年全臺分處共修共有二十三個據點，包括農禪寺、安和分院、天南寺都加入了共修行列；海外的部分，則新增香港馬禮遜會址、馬來西亞等九個地點。「網路分處共修」不僅將水陸壇場跨時空延伸，也串起全球各地的善念與祈禱。

回應數位時代的需求，弘化發展專案小組今年特別開發三款法會APP：三款法會APP，目前可在安卓作業系統（Android）的智慧型手機、平板電腦使用，有繁、簡體版本。每款APP內容包括聖嚴師父的文字及音聲開示、法會儀軌介紹、前行功課，還有《人生》雜誌歷年來的相關專題，做為延伸閱讀，讓人可以完整地認識一場法會的結構與意義。其中，法會片段的影音，莊嚴的殿堂與梵唄，彷彿身歷其境。法會APP如同一個實用的隨身包，讓法會可以隨身帶著走，精進用功不設限。

萬行壇，歡喜起跑！

對許多信眾而言，十二月六日是大悲心水陸法會，是啟建的開始，但對義工來說，「萬行壇」早在七月份就啟動囉。

率先登場的是住宿組，從丈量床位、確認床數、準備寢具到床位擺設，樣樣不馬虎。其中，光是寢具的準備工作便橫跨三個月，包括曬棉被、充氣、充氣枕除塵、消毒、充氣，錫箔墊的清潔與修補、組裝床架等，在在讓人感動，原來一張簡單的床位，歷經了數百雙手才能成就。

此外，負責造辦大眾飲食的香積組，已完設備盤點、開菜單，即將進入採買食材、餐具清洗的階段；殿堂內，網路助理監督、音響組、引禮組、攝影義工也展開密集培訓；穿著綠背心的環保組則穿梭於山打掃……萬行菩薩用柔軟、歡喜、祝福的心念，攜手歡迎您一起來體驗萬行壇的殊勝。（文／許翠谷、圖／百丈院提供）

2014水陸法會網路分處共修

■ 臺灣地區

分區	共修地點	壇別
北部	農禪寺	法華壇、瑜伽焰口壇、幽冥戒、送聖
	安和分院	地藏壇、瑜伽焰口壇
	文山共修處	法華壇
	天南寺	大壇、瑜伽焰口壇
	新店辦事處	法華壇
中部	齋明別苑	大壇、送聖
	新竹辦事處	地藏壇
	苗栗辦事處	地藏壇
	臺中分院	法華壇、瑜伽焰口壇、幽冥戒、送聖
	豐原辦事處	法華壇
南部	彰化辦事處	法華壇、送聖
	員林辦事處	法華壇、瑜伽焰口壇、幽冥戒、送聖
	南投辦事處	法華壇
	竹山辦事處	法華壇
	虎尾共修處	法華壇、地藏壇
東部	嘉義辦事處	法華壇
	朴子共修處	法華壇
	台南分院	法華壇、地藏壇
	雲集寺	法華壇
	紫雲寺	地藏壇、祈願壇、藥師壇、幽冥戒、送聖
東部	羅東辦事處	地藏壇、瑜伽焰口壇、送聖
	花蓮辦事處	地藏壇

■ 全球各地

共修地點	壇別
美國紐約東初禪寺	大壇
美國洛杉磯道場	
美國新澤西州分會	
美國舊金山分會	
加拿大溫哥華道場	瑜伽焰口壇
香港道場／九龍會址	
香港道場／港島會址	大壇
馬來西亞道場	
新加坡護法會	地藏壇

法鼓山 大悲心水陸法會

[開啟自性大悲，祈願眾生離苦]

法會日期：12/6 (六) ~ 12/13 (六)
 法會地點：法鼓山世界佛教教育園區
 報名日期：10/11 (六) 起
 報名作業：電話：02-2498-7171 轉 3310、3311、3314
 E-mail: ddmevent@ddmf.org.tw
 相關訊息：請上水陸法會網站http://shuilu.ddmf.org.tw

功德項目：
 十供養
 佛前獻供
 甘露法食
 打齋供眾

●水陸季 10/18 (六) ~ 11/21 (六) ●佛國巡禮 11/22 (六) ~ 12/5 (六)

活出 絕妙人生

法華智慧系列講座

千年前，佛陀絕妙說法；千年後，名家現身說法。跨越千年的相遇，激盪智慧火花，共同描寫出貼近你我生活的現代法華。七場精彩講座，十五個感動分享，領略名家的生命經歷，您也可以揮灑出絕妙自在的人生。

四 回收煩惱 再生智慧 103.11.16 (日)
 惠敏法師·蔣 勳·羅秀芬

五 願不願美好人生 103.12.21 (日)
 常寬法師·趙可式·潘文中

時間：下午2點~4點（場於1點45分開講，屆時請諸君準時出席）
 講座地點：臺中市 府前4F集會堂（臺中市政府對面東側大樓）
 票價資訊：04-22550665（場次座位有限，請先來電報名與取票，當日憑票入場）
 網路索票網址：http://lightup.ddmf.org.tw/