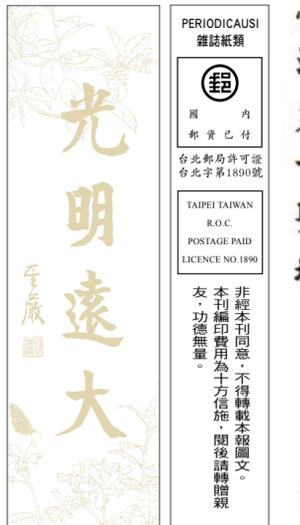


# 法鼓雜誌



PERIODICALS  
雜誌類  
國內  
郵資已付

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

非經本刊同意不得轉載本報圖文。  
本刊編印費用由方信施，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

## 中臺灣寶雲寺弘化展新頁

三月十八日下午的新福皈依大典，共有二〇三五人受三皈五戒，發願成為快樂學佛人。(李東陽攝)



### 接續舉辦祈福皈依大典、梁皇寶懺法會 祈願「寶雲光明，成熟眾生」

【許翠合／臺中報導】寶雲寺弘化展新頁，三月二十八日上午，法鼓山寶雲寺舉行重建啟用典禮，方丈和尚果東法師、僧團法師、臺中市市長林佳龍、寶雲寺籌建團長及信眾代表，共同圓滿佛像揭曉、開光儀式。當天下午，寶雲寺隨即舉行祈福皈依大典，隔天啟建「清明報恩祈福梁皇寶懺法會」，一系列的善化教育活動，為法鼓山在中臺灣的弘化工作開展新頁。



▲寶雲寺大殿佛像由各界代表共同揭曉，為法鼓山中部教育中心揭開弘化新頁。揭曉代表左起：法鼓學校財團法人董事廖龍星、群團事業機構董事長呂崇民、寶雲寺籌建委員會副主任委員林嘉琪、臺中市市長林佳龍、方丈和尚果東法師、建築師陳邁、麗明營造董事長吳春山、寶雲寺建築師黃明威。(鄧博仁攝)

「寶雲」為名的期許。一市市長林佳龍歡喜表示，寶雲寺重建啟用，他是最大的受益者，因為從市長辦公室望出來便可看見這座心靈地標；身處政治經濟中心，林佳龍對於「如寶雲一般自在無礙」、「無住生心」的意涵感觸特別深刻，祝福寶雲寺持續推廣佛法教育，由市中心向外擴散，成為中部地區心靈提昇的活水。

二十八日下午的新福皈依大典，方丈和尚親自為一〇三五位民眾授三皈五戒，儘管烈日當空，大眾頭戴斗笠，隨監香法師引導，體驗專注、放鬆的感覺，淺嘗法味。方丈和尚勉勵眾人運用佛法的觀念與方法，成為清淨、精進、具有慈悲、智慧的三寶弟子。

### 溫哥華道場首辦佛教教學學術論壇

【溫哥華訊】溫哥華道場於四月十二日首度舉辦佛教教學學術論壇，邀請韋蘭笛教授 (Wendy L. Adamk, Ph.D.)、楊石龍教授 (Brian Nichols, Ph.D.) 以及融道法師 (Venerable Rongdao, Ph.D.) 與一百八十五位中西方人士共同探討「當代佛教發展的契機和挑戰」，全程以英語進行，同步中文翻譯，與會聽眾坐滿大殿、齋堂與圖書館。

### 方丈和尚果東法師親授三皈五戒

四月十九、二十日舉行祈福皈依大典，由方丈和尚果東法師親授三皈五戒，兩場共有二千多位新皈依弟子，開啟修學佛法的新生命。

### 臺南分院、農禪寺 千餘弟子皈依三寶

四月十九日，臺南分院於國立臺南二中舉行的祈福皈依大典，有三百五十位民眾皈依三寶，共有七百位親友蒞臨現場觀禮、祝福，場面隆重莊嚴。典禮於上午九時正式展開，方丈和尚首先祝願新皈依弟子「生日起樂」，並開示皈依的意義。方丈和尚鼓勵大眾，皈依三寶之後要學習佛陀的智慧與慈悲，運用佛法，將無明煩惱轉化為慈悲智慧，以正面解讀與正向思考的智慧，將生活中遭遇的紛擾、挫折等負面情緒，轉化為提升人我的正向能量。

### 常悟法師 英屬哥大分享漢傳佛教

【溫哥華訊】繼二〇一四年五月受邀參加英屬哥倫比亞大學 (University of British Columbia) 舉辦的「佛教與當代社會」論壇後，今年四月七日，溫哥華道場常悟法師再度受邀於該校亞洲研究學院常悟法師講座中，以英語為五十多位大學生演講「漢傳佛教的發展與演變」。

### 溫哥華道場首辦佛教教學學術論壇

學者的真心告白，一位是一度出家的佛教學人，一位是信仰天主教的社會學家，探視他們在實踐內心的激盪和處理方式。引導聽眾思考，自己對佛教教義了解多少，是否如實面對。

### 方丈和尚果東法師親授三皈五戒

四月十九、二十日舉行祈福皈依大典，由方丈和尚果東法師親授三皈五戒，兩場共有二千多位新皈依弟子，開啟修學佛法的新生命。

### 臺南分院、農禪寺 千餘弟子皈依三寶

四月十九日，臺南分院於國立臺南二中舉行的祈福皈依大典，有三百五十位民眾皈依三寶，共有七百位親友蒞臨現場觀禮、祝福，場面隆重莊嚴。典禮於上午九時正式展開，方丈和尚首先祝願新皈依弟子「生日起樂」，並開示皈依的意義。方丈和尚鼓勵大眾，皈依三寶之後要學習佛陀的智慧與慈悲，運用佛法，將無明煩惱轉化為慈悲智慧，以正面解讀與正向思考的智慧，將生活中遭遇的紛擾、挫折等負面情緒，轉化為提升人我的正向能量。

### 常悟法師 英屬哥大分享漢傳佛教

【溫哥華訊】繼二〇一四年五月受邀參加英屬哥倫比亞大學 (University of British Columbia) 舉辦的「佛教與當代社會」論壇後，今年四月七日，溫哥華道場常悟法師再度受邀於該校亞洲研究學院常悟法師講座中，以英語為五十多位大學生演講「漢傳佛教的發展與演變」。

### 方丈和尚果東法師親授三皈五戒

四月十九、二十日舉行祈福皈依大典，由方丈和尚果東法師親授三皈五戒，兩場共有二千多位新皈依弟子，開啟修學佛法的新生命。

### 臺南分院、農禪寺 千餘弟子皈依三寶

四月十九日，臺南分院於國立臺南二中舉行的祈福皈依大典，有三百五十位民眾皈依三寶，共有七百位親友蒞臨現場觀禮、祝福，場面隆重莊嚴。典禮於上午九時正式展開，方丈和尚首先祝願新皈依弟子「生日起樂」，並開示皈依的意義。方丈和尚鼓勵大眾，皈依三寶之後要學習佛陀的智慧與慈悲，運用佛法，將無明煩惱轉化為慈悲智慧，以正面解讀與正向思考的智慧，將生活中遭遇的紛擾、挫折等負面情緒，轉化為提升人我的正向能量。

### 方丈和尚果東法師親授三皈五戒

四月十九、二十日舉行祈福皈依大典，由方丈和尚果東法師親授三皈五戒，兩場共有二千多位新皈依弟子，開啟修學佛法的新生命。

### 臺南分院、農禪寺 千餘弟子皈依三寶

四月十九日，臺南分院於國立臺南二中舉行的祈福皈依大典，有三百五十位民眾皈依三寶，共有七百位親友蒞臨現場觀禮、祝福，場面隆重莊嚴。典禮於上午九時正式展開，方丈和尚首先祝願新皈依弟子「生日起樂」，並開示皈依的意義。方丈和尚鼓勵大眾，皈依三寶之後要學習佛陀的智慧與慈悲，運用佛法，將無明煩惱轉化為慈悲智慧，以正面解讀與正向思考的智慧，將生活中遭遇的紛擾、挫折等負面情緒，轉化為提升人我的正向能量。

### 常悟法師 英屬哥大分享漢傳佛教

【溫哥華訊】繼二〇一四年五月受邀參加英屬哥倫比亞大學 (University of British Columbia) 舉辦的「佛教與當代社會」論壇後，今年四月七日，溫哥華道場常悟法師再度受邀於該校亞洲研究學院常悟法師講座中，以英語為五十多位大學生演講「漢傳佛教的發展與演變」。

四眾佛子共勉語 信佛學法敬僧，三寶萬世明燈 知恩報恩為先，利人便是利己 慈悲沒有敵人，智慧不起煩惱 為廣種福田，那怕任怨任勞 時時心有法喜，念念不離禪悅 盡心盡力第一，不爭你我多少 忙人時間最多，勤勞健康最好 處處觀音菩薩，聲聲阿彌陀佛 庚午年春季釋尊嚴撰



# 馬來西亞舉辦Fun鬆一日禪

## 都會中身心皆放鬆 270人初嘗清楚、放鬆的滋味

【沈寶蓮/馬來西亞報導】三月二十日，馬來西亞亞庇佛光山舉辦「Fun鬆一日禪」活動，約有二百七十人參加。活動由馬來西亞佛光山青年總會主辦，由佛光山亞庇講堂法師帶領，在佛光山亞庇講堂舉行。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【沈寶蓮/馬來西亞報導】三月二十日，馬來西亞亞庇佛光山舉辦「Fun鬆一日禪」活動，約有二百七十人參加。活動由馬來西亞佛光山青年總會主辦，由佛光山亞庇講堂法師帶領，在佛光山亞庇講堂舉行。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【沈寶蓮/馬來西亞報導】三月二十日，馬來西亞亞庇佛光山舉辦「Fun鬆一日禪」活動，約有二百七十人參加。活動由馬來西亞佛光山青年總會主辦，由佛光山亞庇講堂法師帶領，在佛光山亞庇講堂舉行。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【沈寶蓮/馬來西亞報導】三月二十日，馬來西亞亞庇佛光山舉辦「Fun鬆一日禪」活動，約有二百七十人參加。活動由馬來西亞佛光山青年總會主辦，由佛光山亞庇講堂法師帶領，在佛光山亞庇講堂舉行。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【沈寶蓮/馬來西亞報導】三月二十日，馬來西亞亞庇佛光山舉辦「Fun鬆一日禪」活動，約有二百七十人參加。活動由馬來西亞佛光山青年總會主辦，由佛光山亞庇講堂法師帶領，在佛光山亞庇講堂舉行。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【沈寶蓮/馬來西亞報導】三月二十日，馬來西亞亞庇佛光山舉辦「Fun鬆一日禪」活動，約有二百七十人參加。活動由馬來西亞佛光山青年總會主辦，由佛光山亞庇講堂法師帶領，在佛光山亞庇講堂舉行。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

**讀經·浴心**

洗手、淨口，以最虔誠恭敬的心，展讀佛經經典，歡喜奉行，而心得解脫！

2015 浴佛節【讀經·浴心】4/29-5/31

手工限額上市 蓮花柚木經架

佛誕年度特選

【佛誕】8【佛誕】8【佛誕】8【佛誕】8【佛誕】8

請洽法鼓山全山行網 法鼓山法鼓山法鼓山

法鼓山體系暨各地分院聯絡網

法鼓山世界佛學教育園區  
Tel: (02)2498-7171  
法鼓山世界青年會  
Tel: (02)2891-9966  
法鼓山世界青年會  
Tel: (02)2891-9966  
法鼓山世界青年會  
Tel: (02)2891-9966

# 法鼓山慈基會 捐建 馬來西亞道場 東馬首間組合屋移交

## 常漢法師等前往關懷 鼓勵民眾抱持希望重建家園

【馬來西亞訊】馬來西亞東海岸於二月廿四日，因連日暴雨引發山崩，造成嚴重水災，災情慘重。由法鼓山慈基會捐建的東馬首間組合屋，日前在東馬州府亞庇市正式移交。法鼓山慈基會代表團成員包括常漢法師、常雲法師、常樂法師等。他們在移交儀式上，向災民致以慰問，並鼓勵大家抱持希望，重建家園。組合屋的移交，將為災民提供一個安全、舒適的居所。

# 香港悅眾禪二 清楚放鬆再成長

【本刊訊】一百多位來自香港的悅眾，於四月二十七日回到法鼓山舉辦的「悅眾禪二」活動。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【本刊訊】一百多位來自香港的悅眾，於四月二十七日回到法鼓山舉辦的「悅眾禪二」活動。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【本刊訊】一百多位來自香港的悅眾，於四月二十七日回到法鼓山舉辦的「悅眾禪二」活動。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【本刊訊】一百多位來自香港的悅眾，於四月二十七日回到法鼓山舉辦的「悅眾禪二」活動。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【本刊訊】一百多位來自香港的悅眾，於四月二十七日回到法鼓山舉辦的「悅眾禪二」活動。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

**法鼓山慈基會 捐建 馬來西亞道場 東馬首間組合屋移交**

常漢法師等前往關懷 鼓勵民眾抱持希望重建家園

法鼓山慈基會 捐建 馬來西亞道場 東馬首間組合屋移交

常漢法師等前往關懷 鼓勵民眾抱持希望重建家園

# 省思生命 關懷自我

【沈寶蓮/馬來西亞報導】三月二十日，馬來西亞亞庇佛光山舉辦「Fun鬆一日禪」活動，約有二百七十人參加。活動由馬來西亞佛光山青年總會主辦，由佛光山亞庇講堂法師帶領，在佛光山亞庇講堂舉行。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【沈寶蓮/馬來西亞報導】三月二十日，馬來西亞亞庇佛光山舉辦「Fun鬆一日禪」活動，約有二百七十人參加。活動由馬來西亞佛光山青年總會主辦，由佛光山亞庇講堂法師帶領，在佛光山亞庇講堂舉行。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【沈寶蓮/馬來西亞報導】三月二十日，馬來西亞亞庇佛光山舉辦「Fun鬆一日禪」活動，約有二百七十人參加。活動由馬來西亞佛光山青年總會主辦，由佛光山亞庇講堂法師帶領，在佛光山亞庇講堂舉行。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【沈寶蓮/馬來西亞報導】三月二十日，馬來西亞亞庇佛光山舉辦「Fun鬆一日禪」活動，約有二百七十人參加。活動由馬來西亞佛光山青年總會主辦，由佛光山亞庇講堂法師帶領，在佛光山亞庇講堂舉行。活動內容包括禪修、茶會、音樂表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個放鬆身心的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

# 慎終追遠報親恩

【本刊訊】報恩孝親的清明期間，法鼓山全球各分會舉辦了報恩法會。法會內容包括誦經、念佛、供養等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個報恩的機會，感到非常難得。法會在莊嚴的氣氛中圓滿結束。

【本刊訊】報恩孝親的清明期間，法鼓山全球各分會舉辦了報恩法會。法會內容包括誦經、念佛、供養等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個報恩的機會，感到非常難得。法會在莊嚴的氣氛中圓滿結束。

【本刊訊】報恩孝親的清明期間，法鼓山全球各分會舉辦了報恩法會。法會內容包括誦經、念佛、供養等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個報恩的機會，感到非常難得。法會在莊嚴的氣氛中圓滿結束。

【本刊訊】報恩孝親的清明期間，法鼓山全球各分會舉辦了報恩法會。法會內容包括誦經、念佛、供養等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個報恩的機會，感到非常難得。法會在莊嚴的氣氛中圓滿結束。

# 果醒法師分享念念修正心工夫

【本刊訊】果醒法師在「心靈講座」中，分享了念念修正心的工夫。法師指出，念念修正心是禪修的重要功課。通過念念修正心，可以達到心無所住、應無所住的境界。法師的分享，得到了聽眾的熱烈響應。

【本刊訊】果醒法師在「心靈講座」中，分享了念念修正心的工夫。法師指出，念念修正心是禪修的重要功課。通過念念修正心，可以達到心無所住、應無所住的境界。法師的分享，得到了聽眾的熱烈響應。

【本刊訊】果醒法師在「心靈講座」中，分享了念念修正心的工夫。法師指出，念念修正心是禪修的重要功課。通過念念修正心，可以達到心無所住、應無所住的境界。法師的分享，得到了聽眾的熱烈響應。

【本刊訊】果醒法師在「心靈講座」中，分享了念念修正心的工夫。法師指出，念念修正心是禪修的重要功課。通過念念修正心，可以達到心無所住、應無所住的境界。法師的分享，得到了聽眾的熱烈響應。

【本刊訊】果醒法師在「心靈講座」中，分享了念念修正心的工夫。法師指出，念念修正心是禪修的重要功課。通過念念修正心，可以達到心無所住、應無所住的境界。法師的分享，得到了聽眾的熱烈響應。

**法鼓山人基會 關懷生命專線**

專線熱線 (02) 2311-8585

服務時間 週一至週五上午9點-下午5點

傾聽、分享、支持、覺醒

# 以六感體驗禪與藝

【本刊訊】「2015心劇團成果展」於四月二十七日在法鼓山舉行。活動內容包括戲劇表演、音樂表演、舞蹈表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個體驗禪與藝的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【本刊訊】「2015心劇團成果展」於四月二十七日在法鼓山舉行。活動內容包括戲劇表演、音樂表演、舞蹈表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個體驗禪與藝的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【本刊訊】「2015心劇團成果展」於四月二十七日在法鼓山舉行。活動內容包括戲劇表演、音樂表演、舞蹈表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個體驗禪與藝的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【本刊訊】「2015心劇團成果展」於四月二十七日在法鼓山舉行。活動內容包括戲劇表演、音樂表演、舞蹈表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個體驗禪與藝的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

【本刊訊】「2015心劇團成果展」於四月二十七日在法鼓山舉行。活動內容包括戲劇表演、音樂表演、舞蹈表演等。參加者表示，在忙碌的都市生活中，能有這樣一個體驗禪與藝的機會，感到非常難得。活動在歡樂的氣氛中圓滿結束。

**浴佛活動**

以法浴心，以心浴佛

區域	舉辦單位	活動時間	區域	舉辦單位	活動時間
南部	法鼓山世界佛學教育園區	5/10 (日) 09:00-12:00	東部	德華寺	5/10 (日) 09:00-12:00
	中華佛教文化館	5/24 (日) 09:00-12:30		雲南分會	5/24 (日) 09:00-12:30
	農禪寺	5/17 (日) 09:00-12:30		雲雲寺	5/17 (日) 09:00-12:30
北部	安和分會	5/24 (日) 09:00-12:00	海外	三民精舍	5/23 (六) 09:00-12:00
	天南寺	5/16 (六) 08:00-15:30		信行寺	5/24 (日) 08:30-12:00
	普明寺	5/24 (日) 09:30-12:00		東初禪寺	5/17 (日) 10:00-15:30
中部	普明寺	5/24 (日) 09:30-12:00	海外	溫哥華道場	5/23 (六) 09:00-12:00
	普明別苑	5/19 (二) 09:30-12:00		法鼓山世界佛學教育園區	5/24 (日) 10:00-15:20
	寶雲寺	5/16 (六) 09:30-17:30		馬六甲道場	5/3 (日) 09:30-11:30
中部	寶雲寺	5/16 (六) 09:30-12:00	海外	香港道場	5/24 (日) 09:30-15:30
	寶雲別苑	5/16 (六) 09:30-12:00			

# 新校區賀校慶 法鼓文理學院揭牌

## 揚生館揭幕啟用 博雅教育啟航

【黃佳卿／金山報導】四月八日佛誕日，法鼓文理學院歡慶首屆校慶，在張燈結綵的喜慶氣氛中，舉行「法鼓文理學院」揭牌暨揚生館揭幕啟用典禮。前副總統蕭萬長、法鼓學校財團法人董事會會長、歷屆法鼓大學籌備處主任、校舍建築設計團隊代表、與方丈和尚果東法師、校長惠敏法師，在五百多位觀禮者祝福下，於新校區綜合大樓前，共同揭開「悲、智、和、敬」的校訓布幔，期勉法鼓文理學院推展的「博雅教育」勇健啟航。

典禮上，校長惠敏法師首先宣布「法鼓文理學院」一校名揭牌，期許學校以心靈環保為核心價值，為社會培育更多淨化人心的發覺體。方丈和尚



副總統蕭萬長（中）、今會長老（左五）、建築團隊與護法代表，以及歷任法鼓大學籌備處主任，與方丈和尚（右五）、校長惠敏法師（右一）共同揭開牌匾儀式，喜迎新校區與學成就的歷史時刻。（李東陽攝）

致詞時，感恩大眾在推動法鼓大學的過程，承擔因緣的轉化與變遷，期許眾緣和合，繼續以成就法鼓大學的精神，共願促成聖嚴師父的興學悲願。

歷屆法鼓大學籌備處主任也分享二十年來的創校歷程。曾任二任籌備處主任的曾濟群教授，以「開天闢地」形容艱辛備嘗的建校經歷。劉安之教授則以鼓舞的語氣，表示興學因緣已成熟，接下來要迎刃而上，將法鼓山理念推廣到世界各地。



「揚生」發揚生命教育之揚生館，由方丈和尚與捐贈人許光揚揭幕啟用，將提供學生生活、運動、養成終身學習、身心健康之生活動。養成終身學習、身心健康之生活動。（李東陽攝）

前副總統蕭萬長，以細懷聖嚴師父的心情致詞表示，面臨少子化衝擊，政府嚴格檢視高等教育籌設，然而無論社會環境如何改變，師父以一所大學所應有的目標，為辦學理念，則是一成不變的發願。由企業家許光揚、盧秀珍伉儷捐贈，未來將提供師生活動、運動的「揚生館」，也於校慶當天揭幕，在眾人傳授校慶贈禮「和樂球」的熱鬧氣氛中歡喜啟用，展現新校區啟用的活力。圓滿揭開典禮後，法鼓山合唱團、聲樂家、新逸交響樂團、唇音樂家李貞吉等，於國際會議廳奏出悠揚樂音，齊聲祝賀文理學院穩健成長。

一系列校慶活動，自四月一日至十日在校內分別舉辦各社團成果展、李志夫教授書法展、春季五分鐘書評、趣味運動競賽、綜合語言競賽，帶動全校師生觀摩學習的交流氣氛。在臺大醫院金山分院二樓展出的神韻國畫師生聯展，則展至六月底，延伸校園禪修與藝術教育的學習成果。

## 來自真心的我們

文學院行願社再獲績優獎

◎陳鏡之（行願社副社長）

二月二十八、二十九兩天，行願社代表法鼓文理學院偕同學生會、澄心社、魄鼓社、書畫社等共計十位學生代表，與全體師生一起到林口國立體育大學參加全國大專院校社團觀摩活動。從參加評鑑的二百八十二個社團中（其中評鑑及教育師長共有八十九個），得到評審以及教育師長之肯定，今年再度榮獲績優獎！

行願社的創社宗旨與教育部推廣服務學習的理念相呼應，特色為建立並經營一個能夠「自利利他的實踐平台」，透過「服務」的實際行動，除了將所學實際運用外，在與人互動的同時產生良好的正面循環，在成就需要幫助的人們同時，也幫助自己成長。

「來自真心的你」為行願社此行展出的海報標題。代表人與人間關懷，以及心心相印、行願相繼，發揚聖嚴師父慈悲利他的傳承與精神。

聖嚴師父曾說：「已經有人做，大家搶著做，那我不做；但如果是我不做就沒有人要做的，需要有人做的事，我就去做。」行願社及其他社團這次觀摩並吸收各校社團豐富的經驗，將繼續朝師父開示的方向努力，不但要讓大眾看到法鼓山，更要讓大眾看到師父創辦教育的精神。



行願社等學生代表參加全國大專院校社團觀摩，今年再度榮獲績優獎。（法鼓文理學院提供）

## 聖嚴師父文物數位典藏成果發表暨座談 師父法身舍利 雲端說法

【黃佳卿／臺北報導】聖嚴師父身影遠行，留下的手稿、筆記與書信，經由數位典藏整合的形式，保存其法身智慧，留給後人繼續研究與學習的線索。自二〇一三年啟動的「聖嚴師父文物史料數位典藏暨理念推廣」專案，四月七日晚間於法鼓德貴學苑無事講堂，發表第二次專案成果，並邀請學者專家、科技界代表，對數位典藏的運用與開展。

由中華佛學研究所、法鼓山僧團、法鼓文理學院共同推動的聖嚴師父數位典藏專案，自推動以來，已盤點近萬件文物史料，超過八千件實體完成換料無酸保存。專案小組成員謝承恩說明，第二年的工作重點在於整理數量龐雜的信函，凡是牽涉到的人名與時間，都要逐件查證與對照，尚有無可計數的物件，持續進行盤點、分類、保存。

數位典藏部分，亦同步進行掃描全文檔，並完成網站的初步建置，未來將開放大眾檢索使用，瀏覽師父不同時期的弘法行腳與禪修指導內容，對讀手稿中的筆跡痕跡，還可連結GIS地理資訊系統，跨時空連結師父中略孤獨萬里行的學思歷程。

接在成果發表之後，應邀出席

的佛教學者林其賢、越建東，以及臺灣符氏推廣協會主席葉健欣、臺大獅子吼佛學專社發起人、現職科技執行長邱大剛等人，也為專案提出建議，討論未來可行方向。

為師父整理年譜的林其賢，建議廣泛徵集師父寫給各界人士的信，有助於了解一代宗教師的看法；葉健欣從技術面切入，提出以師父為人際網絡的起點，重現二、三十年前佛教界往來互動的景況；越建東則期望藉由專案計畫活化史料，比照國際間對出土文本的研究，讓後代研究者站在巨人的肩膀上，將此一計畫可謂聖嚴師父法身舍利的呈現。

法鼓山僧團、文化中心副都監果賢法師回應學者所提出的建議，表示此專案正是讓師父的思想為當代所用，讓未及接觸師父的後人，也能在生命中領受佛法法益。



期參與聖嚴師父年譜及學思研究的林其賢教授（右起）、中山大學副教授越建東、臺灣符氏推廣協會主席葉健欣、現職科技執行長邱大剛，對專案提出鼓勵與建言。（李東陽攝）

## 社大講師共識營 做知識的園地 心靈的綠洲

【謝宛真／金山報導】法鼓山社會大學三月二十九日在法鼓山園區舉辦「走入法鼓山——二〇一五法鼓山社會大學授課講師共識營」，透過參與與課程分享，帶領三十三位講師與家屬認識法鼓山，了解社會大學辦學方向與目的，使課堂不只是學習知識的地方，更是成長心靈的綠洲。

共識營一開始，由參學員帶領參訪法鼓山，從臨溪、祈禱步道漫步至會場，聆聽三門、觀音道場的由來，以及法鼓山七棵榕樹，將圖書資訊館往後遷移開山與自然環保故事。

法鼓山社大校長曾濟群向講師分享他所認識的聖嚴師父：第一是重視教育，特別是心靈教育。第二、佛法生活化是師父終生的目標，因此不論著作或講話都平易近人，很少帶有深奧的佛教名相。第三、師父經常提出觀念和實踐方法。曾濟群也指出，法鼓山核心理念是一心「靈環保」，並引用師父「法不離人心」來註解。

下午的課程，由副任社大師法師分享為什麼要辦社會大學？法師表示，聖嚴師父重視教育，尤其是心靈教育，因此在學校與家庭之外，規畫社會大學這座無牆的學校，從教育的理念來推展法鼓山，同時也希望回饋在地民眾。

一般社區大學重視生活重心靈的學習，較少注重心靈的提昇與精神的關懷，因此，法鼓山社會大學特別重視生活教育與實踐的課程，也要傳遞身心放鬆、廣結善緣的修行觀，讓學員在有限的生命中找到生命的根本意義。



會大學首度開辦樂齡課程，接引年長者走出家門，體驗大自然。圖為北投校區的「舒適散步去」課程。（黃佳卿攝）

## 樂齡生活好舒適

【本刊訊】樂齡生活何處去？法鼓山社會大學自一〇四年春季班起，首度以五十五歲以上長者為對象，於金山、北投、新莊各區同時開辦「樂齡課程」。三月三十一日起陸續開課，讓社區長者輕鬆快樂地學習，啟動樂齡人生。

樂齡課程由社大校長曾濟群統籌，規畫一系列豐富知性、有益身心的內容，增開符合長者學習需求的烏克麗麗、扇子舞、經絡按摩、養生料理、3C生活、園藝盆栽等樂齡班。長輩們展現旺盛學習力，幾堂課後，已能數拍子彈奏合弦，在和緩的肢體運動中伸展筋骨，認

識正確飲食觀與穴位按摩，更認識到新朋友，生活增添許多樂趣。北投校區樂齡班首開「舒適散步去」，由社區旅遊達人帶隊，長者們輕裝走到戶外，認識植物與生態，欣賞大自然景色，定點寫生、拍照、品茗。九十一歲的吳阿公，是奇岩社區新鄰居，感謝課程讓他認識居住環境，有機會與人互動。

臺大醫院金山分院響應金山校區樂齡課程，四月十五日至七月月底每週三下午，在院內玉虛講堂舉辦免費社區健康講座，由院長黃瑞仁與各科醫師授課，教導民眾正確的中高齡族群就醫與照護觀念。

## 【法鼓書齋】

■《人生》雜誌381期5月號  
大家來學〈楞嚴咒〉

〈楞嚴咒〉被稱為「咒中之王」，是漢傳佛教徒常持咒語中最長的神咒，更是寺院的五堂功課之一。本期專題從〈楞嚴咒〉的緣起與咒文五會的解析，來認識此咒；〈楞嚴咒〉Q&A邀請美國東初禪寺住持果醒法師為我們解惑，幫助建立正確學咒的觀念；方法篇介紹學習〈楞嚴咒〉的訣竅與常見的背誦記憶法。佛教學者陳士漢、在美執業的針灸師楊愛爾、已屆樂齡的洪王婉珠，也分享持誦〈楞嚴咒〉的因緣與體驗，能讓人道心堅固，去除修行障礙，對佛法生大信心。

「人生座談會」摘錄法華智慧系列第七場講座「璀璨生命的湧出」精華，果光法師、舞蹈家許芳宜、白雲藝術創作者王俠軍，分享踏實築夢，將自己當成作品經營，讓生命晶瑩剔透的智慧與力量。「說法」與「說話」，一字之差，結果可能大不同，「人生選擇題」常寬法師分享從佛陀制戒的歷史中，看見語默靜動之間檢視自心的重要。「電影與人生」介紹《超時空攔截》，看似穿越時空的科幻片，卻深藏追問「我是誰」的生命議題。（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

## 【教育文化看板】

### 法鼓文理學院·推廣教育中心 夏季班課程

課程名稱	教師	開課日
學佛法要 佛使尊者 《一問一智慧》導讀	楊郁文	6/21(日)
簡易巴利經典選讀與文法解析 《成實論》談善惡業與果報	張雲凱	6/22(一)
中觀學概論 《維摩詰經》要義	劉嘉誠	6/23(二)
敦煌能量養生舞 飛天散花2	藍吉富	6/23(二)
基礎藏文 進階藏文	黃靜蘭(靖嵐)	6/24(三)
妙高峰上般若行 公案100導讀	曾德明	6/24(三)
日文閱讀 梵文初階	鍾文秀	6/25(四)
國際議題與生活挑戰 《華嚴經》的生命美學：如來篇	鍾文秀	6/25(四)
24小時學會藏密英文詞彙 正念幸福課 啟動幸福方程式	曹郁美	6/26(五)
	楊書婷	6/26(五)
	溫宗堃	6/26(五)

※更多課程，請上網查詢http://dilaw.blogspot.com  
【上課地點】臺北市延平南路77號（法鼓德貴學苑）  
【線上報名】http://140.131.255.111/ddb\_pes/  
【E-mail】buddedu@dila.edu.tw  
【洽詢電話】(02) 8978-2110分機8011、8013

好讀。雜阿含經 第一冊／遠離憂悲苦惱 卷一至卷十

闡述佛法核心教義，揭示從人天善道的修持，到究竟解脫之道，是佛陀教法中最接近真實，也最完整結集的重要經典。  
《好讀 雜阿含經》走出千年文字迷宮，真正與佛相會！

◎劉宋 求那跋陀羅尊者 翻譯  
◎台大獅子吼佛學專社 編註  
◎定價：750元

好讀。亮點  
★台大獅子吼社一劃時代、開創性的讀經會成果  
★義理精準、文字簡明的最佳工具書

好讀上市 78折  
優惠期間：2015/7/1起

郵撥帳號50013371 服務專線02-28961600 http://www.ddc.com.tw 訂購金額未滿800元，酌收80元運費，限國內運送

2015 法鼓山僧伽大學招生  
漢傳佛教宗教師的搖籃

覺醒 世界因你而改變  
幸福 來自內心的平靜

報名日期 2015年4月1日~5月15日  
考試日期 筆試：5月30日，星期六  
面試：5月31日，星期日  
聯絡方式 電話：(02) 2498-7171 轉2351  
[法鼓山僧伽大學教務處註冊組]  
電子郵件：scb@ddm.org.tw  
網址：http://www.ddsu.org/

法鼓山僧伽大學  
Dharma Drum Sangha University



# 打開大腦

# 探索心靈環保

## Stop ▶ Relax ▶ Enjoy

腦科學如何詮解「心靈環保」？又如何藉禪修落實？

四月份兩場「心靈環保SRE」演講，引導民眾體驗清楚、放鬆、享受，讓心靈環保不再抽象，而是輕鬆、新鮮又可行。



惠敏法師徵引腦科學研究，說明禪修的影響主要在腦部，能使慣性減速、好習慣加速。

「改變」的幫助。「禪修的影響主要在腦部」，打坐、正念、慈悲觀有助於培養專注力、覺察力，並產生正面情緒、增長智慧，「能使慣性減速、好習慣加速。」回應民眾關心的環境議題，法師舉英國一戶三口之家，一年製造一桶垃圾的例子妙答：「需要的不多，想要的太多，資源回收的根源在內心。」因為欲望從念頭起，腦科學主張「凡走過必留下痕跡」，起煩惱時，第一個傷害、汙染的是自己。法師呼籲眾人把內心的廢物（妄念）轉成善念，因為「腦、眾生、社會，都是息息相關的。」

人行為的改變，並非藉著獨創公式（心靈×眾生×平方），解釋人類與其他眾生不同之處，在於大腦經過三十八億年演化，發展出突出的語言能力，觀念在腦中產生後，分享給其他人，效力會以平方倍放大，這在網絡時代更是明顯。法鼓山所推廣的「心靈環保SRE」，就是改變的具體做法。法師分享自己平日的觀念與習慣，像是慢下來、遵守身心健康五戒（微笑、刷牙、運動、吃對、睡好）、把每天當成最後一天、番茄時間管理法（工作二十五分鐘、休息五分鐘）、終生學習等，提供放鬆身心、享受每一時、日，乃至這期人生的訣竅。法師也徵引腦科學研究，說明禪修對於「改變」的幫助。「禪修的影響主要在腦部」，打坐、正念、慈悲觀有助於培養專注力、覺察力，並產生正面情緒、增長智慧，「能使慣性減速、好習慣加速。」



「陳慧蓉／臺北報導」這個時代為什麼需要「心靈環保」？為了讓民眾更了解五月十日「心靈環保Stop ▶ Relax ▶ Enjoy」活動的理念，法鼓山於四月九、三十日，邀請法鼓文理學院院長惠敏法師與禪堂主果元法師，在國父紀念館演講廳舉辦「腦科學與心靈環保」、「禪與心靈環保」兩場專題演講，共有四百多位民眾前往聆聽。二十一世紀有更多的知識與資源，但人類也面臨更多挑戰。四月九日下午，惠敏法師帶領聽眾思考當前世界最嚴重的問題，民眾踴躍提出「3C產品氾濫」、「氣候變遷」、「心靈受損」、「過度浪費」、「戰亂」等現象。法師表示，人類正站在十字路口，不過隨著腦科學研究進展，發現腦與身心、眾生，乃至社會、環境息息相關，因此也有更多可能找到解決方案。法師認為，心靈環保的觀念，透過眾生量的累積，可以產生強大的心力。心靈環保源自於《維摩詰經》中「心淨則國土淨」，法師指出，最重要是眾生（包括自己跟別人）行為的改變，並非藉著獨創公式（心靈×眾生×平方），解釋人類與其他眾生不同之處，在於大腦經過三十八億年演化，發展出突出的語言能力，觀念在腦中產生後，分享給其他人，效力會以平方倍放大，這在網絡時代更是明顯。法鼓山所推廣的「心靈環保SRE」，就是改變的具體做法。法師分享自己平日的觀念與習慣，像是慢下來、遵守身心健康五戒（微笑、刷牙、運動、吃對、睡好）、把每天當成最後一天、番茄時間管理法（工作二十五分鐘、休息五分鐘）、終生學習等，提供放鬆身心、享受每一時、日，乃至這期人生的訣竅。法師也徵引腦科學研究，說明禪修對於「改變」的幫助。「禪修的影響主要在腦部」，打坐、正念、慈悲觀有助於培養專注力、覺察力，並產生正面情緒、增長智慧，「能使慣性減速、好習慣加速。」

## 實踐經典中的包容力

四月份起，連續七週的週日下午，安和分院邀請弘化發展專案召集人果元法師，以「法華經與改變的力量」為題，從《法華經》的經義為大眾介紹佛教的修行觀。為了提高大眾之間的互動，果元法師在此講座中開闢雲端討論專區，聽講者可透過智慧型手機掃描QR Code，進入專區分享問題，參與討論，讓這場講座不僅與時俱進，更瀰漫濃濃的法味馨香。四月五日首次上課，正逢清明連續假期，仍有近九百位的聽眾到場聆聽，是安和分院講座首場人數最多的一次。果元法師除了從天台宗判教的觀點，說明《法華經》是一部「正直捨方便，但說無上道」的圓頓經典之外，更說明《法華經》的主旨，在於「眾生皆可成佛」的道理，因此《法華經》可說是佛陀送給世人一份指引成佛的禮物。《法華經》向有「經中之王」之稱，果元法師說明，這是因為《法華經》處處彰顯「包容」之義，這樣的態度亦是我們待人處事、廣結善緣的妙方。果元法師引述聖嚴師父的開示，包容可分為三個層次，第一是隨喜功德，能夠欣賞、讚歎、尊敬他人，就是包容。第二個層次是隨緣消業，好比包容以明槍暗箭等方式來對付你的敵人。第三個層次是結業生緣，對於恩將仇報的人，仍要包容對方，雖然並不容易做到，卻要難行能行。果元法師勉勵大眾，行為改變了，生命的層次才能跟著改變，而實踐經典的教法，才是修學佛法的关键，希望大眾於日常生活中學習包容，必然能體悟《法華經》的真諦。五月三、十七、二十四日仍有三場講座，歡迎大眾前往安和分院聆聽。



安和分院法華講座的大眾，坐滿了大殿和教室。分組討論時，果元法師也到每一小組關懷。

## 走入偏鄉 體會陪伴的真諦

高維紫雲寺舉辦的系列活動，三月十四日「笑與淚」為題，分享投入偏鄉教育十年來的笑與淚。講座同時邀請六位青年代表，與現場近一百三十位聽眾交流，探索「服務」的真諦與生命的方向。抱持助人的願力，走過花蓮秀林、屏東高樹、高雄小林村等地方，從事輔導教育的黃憲宇，從未把陪伴孩子當作「職業」，而是認為自己的生命受其滋養，匯聚出力量。他也分享了八八風災後，在高雄小林村投入心靈陪伴長達四年的故事，從慢慢與小林村的孩子建立信任關係，帶著孩子走出創傷經驗，進而關懷他人，黃憲宇體會到，雖然心靈陪伴看似「什麼也不做」，卻不是「無」，而是充滿了彈性和可能性的「空」。放掉過多的想像和目標，空出整個身心，全然走到孩子生命裡，去理解他、聽他說話。黃憲宇認為這才是真正的陪伴。



紫雲寺舉辦的青年開講，邀請投入偏鄉教育十年的黃憲宇分享心路歷程。

**【學習成長看板】**

**「快樂學佛人」新班開課**

【各地開班】5/2 寶雲寺、5/16 農禪寺  
 【報名對象】想了解佛教的社會大眾，不論是否皈依三寶都歡迎  
 【線上報名】http://dbs.ddm.org.tw  
 【洽詢電話】(02) 2893-9966分機6664

**網路電視臺5月主題影片**

【影片主題】開運與改運  
 【內容簡介】關於現代人對鬼神及命運的疑問，聖嚴師父提醒我們，想要轉好運，最好的方法不是求神問卜，而是存好心、說好話、做好事，廣結善緣，自然能處處遇貴人，處處交好運。  
 ◎法鼓山網路電視臺  
 http://ddmtv.ddm.org.tw

油膩的鍋碗瓢盆，經常讓人望之卻步，「洗碗」可說是許多人的罩門，不過法鼓山園區卻有一群人，在刷碗與洗、垢與淨之間，將罩門轉化為歡喜解脫門，他們是香積組「下行堂」的義工。下行堂的工作是清洗餐具，除了各類深淺托盤、湯鍋、大菜盆、菜夾等公器，還包括大眾所使用的碗筷、便當盒。每當大家還在齋堂用餐，下行堂的工作便已悄悄啟動；無論公器或私碗，清洗的過程都必須經過「過油、刷洗、沖刷、活水沖淨」等四道步驟，大型公器沖淨後，隨即擦乾、歸位，私器則是一排排上架快乾。下行堂的工作很單純，但量體卻相當大，平均一餐要洗四、五百個碗，尤其遇到大型活動或法會，當成千上萬個便當一起湧入時，更需要專注、安定的力量，因此一趕而不急、忙而不亂，是下行堂的基本功。「不過，下行堂最大的考驗在「和合」。」長駐園區、負責三餐下行堂的余佩芝分享，清洗過程是一關接著一關，既不能太快也不能太慢，太快洗不乾淨，太慢則會「塞車」。余佩芝說，自己剛開始為了求快求好，老是想「糾正」別人的做法，經過幾次磨合才了解，清洗餐具不是在訓練個人的意志力，或進行一場耐力比賽，必須放下自我的主觀意識，隨時觀察他人，才能成就。目前園區下行堂的工作，主要由臺北、桃園、宜蘭等地區的信眾輪流承擔，除了清洗公器、私器，其他時間就主動協助擦桌、洗菜、切菜，以及廚房的清潔工作，儘管工作排程「滿檔」，義工卻個個滿載笑容而歸。「在大寮出坡，最大的收穫就是看見自己的不足。」多年來，每週固定從桃園北上支援公器清洗的許梅菊笑說，平常在家作主慣了，經常一意孤行而不自覺，直到和法師、義工們一起出坡，在分工互動中，才看見自己的個性、行事作風，原來還有許多可以改進的空間。下行堂長期以來都需由年輕有力的義工加入，許梅菊除了帶著兩個兒子上山幫忙，也經常鼓勵朋友：「一走出門，上山當義工。培福向外觀照，幫助自己成長！」想成長長自我嗎？下行堂正是最佳選擇！



當下最好~ 一次只做一件事

現場聽眾提問：「如何面對來自社會或家庭的壓力，選擇理想的生命道路？」來自鹽埔農家、曾為屏東學測榜首的朱建鑫，以自身經驗分享心路歷程。黃憲宇認為這才是真正的陪伴。

**農禪寺**

**精進禪二** 5/29 - 5/31 需住宿

時間 9:00-17:00  
 對象 初級禪訓練班結業，並參加過一次禪一以上兩次精進禪二以下者優先錄取  
 報名 4/15起，請上網報名 http://ncm.ddm.org.tw  
 費用 歡迎隨喜贊助  
 洽詢 02-2893-3161 #574

▶ 體驗呼吸 認識全新的自己  
 ▶ 放鬆身心 一念出離煩惱心

**法鼓講堂**

**修行法門的精華錄**

果微法師 主講

《四十二章經講記》選讀

5/6.13.20.27 週三

現場上課 地點：農禪寺 法堂一  
 預約：02-2893-9966 #6663 (週一至週五 9:00-17:30)  
 Live 直播 台灣 19:00-21:00 / 北美東岸 7:00-9:00 / 北美西岸 4:00-6:00

**總本山義工室訊息**

用心成長，讓心發光！

一起加入修福修慧的萬行菩薩行列。

- 【義工招募】**
- 招募法鼓山園區義工
  - 住山義工：連續二週以上，可隨享作息，共植學佛資糧，灌滿菩提心。
  - 園區義工：每月有兩天以上，開展助人與自我成長的喜悅。
  - 初級義工：在生命覺醒的每一天，透過義工服務，讓心發光發亮。
  - 招募義工室「行政義工」
  - 行政文書：(1) 協助電腦文書作業 (2) 細心、有電腦輸入基礎，每週可上山一天或以上，能持續一年
  - 行政關懷：(1) 協助義工報到和關懷、勤務協調、電話諮詢服務 (2) 熟悉法鼓山理念，二年以上的義工經驗，願學習操作電腦 (3) 每週可上山一天或以上，能持續一年 (4) 歡迎資深資深回山上服務
  - 招募園區「交通組義工」
  - 需求條件：(1) 想以佛法融入行儀，站在第一線接引信眾進入佛門者 (2) 年齡、性別、專長不拘，願在總本山奉獻心力
  - 面試地點：園區義工室
  - 招募園區「音響組義工」
  - 需求條件：(1) 有電子音響、機房建置、視訊整合、光纖、門禁、對講機相關行業經驗，有設備維修設計除錯處理專長。(2) 有電視或廣播、舞台活動經驗，能和外包廠商(音響、視訊)合作，有設備維修設計除錯處理操作專長。
  - 報名方式：(1) E-mail: somy@ddmf.org.tw (2) 電話：(02) 2498-7171轉2434

- 【景觀維護·環境清潔】**
- 環境清潔日(園區環境維護) 5月17日(日)請攜帶水壺及替換衣物
  - 景觀維護日(花草修剪) 5月17、31(日)請攜帶雨衣、水壺、工作手套、帽子及替換衣物
  - 報名詳情請洽：電話：(02) 2498-7171轉2660~2663 E-mail: ddma@ddmf.org.tw 線上報名：http://fagushan.ddmf.org.tw 點選「義工資訊/招募項目」

如何開發內心的光明，方法也很多，除了慚愧、懺悔之外，還可以用感恩的心來看這個世界。

◎聖嚴師父

# 慚愧除暗 感恩放光

但僅具慚愧心還是不夠的，需要更進一步，要懂得懺悔。懺悔上到一業，有兩種業事有名詞，那就是「白罪過」和「黑罪過」，白的是善業，是功德，黑的是惡業，是罪過。白罪過，是光明，黑罪過，是黑暗。懺悔，就是要把黑的漂白，讓白罪過更白，變成光明，照亮自己，也照亮他人。心中如果有見不得人的事，而對自己，承認自己的不是，心中的負擔、壓力會因而減輕，身體會比較健康，心理會比較輕鬆，這就是懺悔的功德。

懺悔，輕者自責己心，決定悔改；重則向佛菩薩懺悔，由佛菩薩證明自己已負起這個責任，從此以後要將功贖罪。通常我們對一個已經過錯並要改正的人，多半會將功贖罪的機會，不致於讓他毫無路可走，更何況已由佛菩薩證明悔改；故在業障現現時，在佛前懺悔是有其有效用的。懺悔的作用相當大，能使人的人格境界，具有自覺的壓力，也能影響他人學習。懺悔錯誤之後的人，在心理上的壓力自然減少，同時來自社會的壓力也會減輕，所受到的讚揚也會減輕，對於家庭的幸福、事業的發展、社會的和諧，亦有無限的裨益。因此，我們應當常常保有懺悔之心。

佛法的修行法門有八萬四千種，也可以說有無量無數，那是因為人有無量無數的煩惱和問題，佛法因應於如何開發內心的光明，方法也很多，除了懺愧、懺悔之外，還可以用感恩的心來看這個世界。

一般人很少會想到別人給了自己恩惠，卻常常掛在自己付出了多少代價和力量。其實仔細想想，每個人付出的實在是在太少，獲得的則是很多。例如這篇文章的完成，從時間上看，有逾一千五百年以上之遙，因為我的法源從師父、師祖……可以直推至釋迦牟尼佛為止，而每一位祖師都是跟隨許多善知識學習而養成的。從空間上說，這篇文章的出版、印刷、發行，所結合的人力、物力，他們所付出的智慧、心力也是很多。所以任何一事，其相關的因緣是相當的廣泛，因此我們隨時隨地都在接受無數人的恩惠。即使是一粒小小的米，都代表著許多人的貢獻。因此，朱子家訓有言：「一粥一飯當思來處不易，半絲半縵恆念物力維艱。」這便是一種感恩思源、感恩報恩的觀念。只有感恩報恩，就必須先長自己，健全自己，也就是要使自己發出智慧光及慈悲光，讓現在的人及未來的人，都能見光、沾光、並且放光。

(摘自《平安的人間》，一九九三年三月二十日講於高雄市三信高職)



**二歲小菩薩 拜懺好有用**

自臺中紫雲山的小菩薩張沛涵，三月二十九日至四月四日期間，跟隨在山上種茶的父母，全程參與寶雲寺的梁皇寶懺法會。今年二歲二個月的她，一手把著玩具熊，在媽媽引導下，認真捧著經本，一字一句跟著誦讀。「懷孕前，我時常持誦《地藏經》；懷孕期間，則天天誦讀《普門品》和《地藏經》。」

媽媽黃育安說，小沛涵還在她肚子裡的時候，無論是在晨禪中，這門大學習班，還是在寶雲寺，全家人一起禮拜《梁皇寶懺》，已經有三四年了。孩子的安定和乖巧，讓他們感受到佛力的力量。爸爸張文典歡喜地說：「我們一家三口，明年一定會再全程參加。」(文/陳玟琪、圖/寶雲寺提供)

**空花水月一水鉢**

香港與臺灣，沒來過，我卻過了三個多月，我最近兩次到臺灣，三月十四日與佛友們的戶外禪，法與我們分享的方法是「不與別人對話，不與自己對話，不與別人對話，不與自己對話。」

禪修六個小時的戶外禪，我感受最深刻的是一「托水鉢」。在香港的戶外禪地地多，沒有試過托水鉢，然而香港地小，只能在室內一個一個的小圓托水鉢，慢慢地繞著圈子，如果地上有水的話，外圍義工要趕快接捧，免得弄到外圍。

在戶外自然環境中托水鉢的那一刻，我自然環境中托水鉢的那個環境，在一個和大自然融为一体的城市生活，在一個和大自然的空間環境，時刻提醒我們我們一空觀。水中月，因緣聚散我們一空觀。中花，水月，因緣聚散我們一空觀。中花，水月，因緣聚散我們一空觀。中花，水月，因緣聚散我們一空觀。

◎陳國雄

**法鼓山輕鬆學禪**

在動靜之間 找到禪的家 跟自己、跟身邊的人 享受幸福的感覺

● 德貴班 臺北北區平南路77號 德貴學苑 授課法師：常顯法師 授課地點：德貴學苑二樓大廳 時間：每週五晚上19:00-21:30 電話：02-86762518#2105 或現場報名

● 課程內容 三十七道品、經行、動靜、禪坐、瑜伽禪、龍船禪、生活禪法運用、法師開示等 課程適合35歲以下

**放鬆身心，解開心鎖**

過往總是太過在意旁人的眼光，二月五至十一日的青年禪五，讓我在短短的六天之中，解開了心鎖的枷鎖。

法師指導的禪修法門是受用，「不要想，不理會，回到方法」的提醒，讓心鎖解開了。心鎖解開了，心鎖解開了，心鎖解開了。

◎林演祈

**2015/5/22-24 輔導學長 成長營**

活動名稱：輔導學長成長營 活動日期：2015/5/22-24 18:00-17:00 活動地點：三義DIY心靈環保教育中心 參加對象：初級輔導班輔導學長、中級輔導班輔導學長及學員，且服務滿二次者。 主辦單位：法鼓山佛學院 洽詢電話：(02)8676-2518#2110 報名方式：網路報名 http://chan.ddm.org.tw

- 法鼓山全球護法會**
- 【北美】紐約佛學院 電話：718-592-6593 E-mail: chancenter@gmail.com
- 紐約州聖安地拿 電話：845-744-1114 E-mail: ddn@dhammadunet.org
- 加州洛杉磯護法會/洛杉磯分會 召集人：王小麗 電話：626-350-4388 E-mail: ddnbala@gmail.com
- 【美國護法會】紐約分會 召集人：方德明 電話：718-592-6593 E-mail: chancenter@gmail.com
- 新澤西州分會 召集人：郭嘉慶 電話：732-489-1898 E-mail: enawa@ddm-nj.org
- 廣州南師附屬總處 召集人：郭明強 電話：732-972-3406 E-mail: cointelice@aol.com
- 廣州哈特維爾總處 召集人：王秀珍 電話：860-802-3588 E-mail: ling\_yun@yahoo.com
- 佛蒙特州佛蒙特總處 召集人：李麗雲 電話：802-482-1413 E-mail: juichulee@yahoo.com
- 麻州新罕布爾總處 召集人：郭嘉慶 電話：603-884-1131 E-mail: ddnboston@gmail.com
- 賓州賓夕法尼亞總處 召集人：余博輝 電話：484-624-5486 E-mail: ddnbapa@gmail.com
- 首都華盛頓總處 召集人：郭嘉慶 電話：202-454-5486 E-mail: chan@ddmddc.org
- 北卡州北卡羅萊納總處 召集人：李麗雲 電話：919-477-9030 E-mail: mingelee58@gmail.com
- 喬治亞州亞特蘭大總處 召集人：陳佩儀 電話：404-802-5322 E-mail: Shen@delanet.net
- 佛州佛羅里達分會 召集人：Francis Barry 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭嘉慶 電話：352-336-5301 E-mail: LianFlorida@hotmail.com
- 佛州佛羅里達分會 召集人：李麗雲 電話：850-222-0203 E-mail: talahasee.chan@gmail.com
- 佛州奧蘭多總處 召集人：張智聰 電話：407-471-6250 E-mail: chinho2004@yahoo.com
- 佛州邁阿密總處 召集人：李麗雲 電話：954-472-9683
- 佛州甘密斯總處 召集人：郭

# 寶雲寺 中臺灣的心靈地標

甫於三月底重建落成的臺中寶雲寺，是一座高模型現代都會寺院。作為法鼓山中臺灣教育中心，寶雲寺具有哪些精神特色？本期帶您深入了解。

◎陳汝娟

臺中新市政中心所在的都會區，二、三十層的高樓鱗次，一座十二層樓高的建物居處其間，格外顯得內斂素樸。四年多前，這座位於市政路上的灰色建築，於臺中分院的鐵皮原址展開重建，由創辦人聖嚴師父命名「寶雲寺」，不僅是中部信眾期盼已久的共修新家，如今更成為法鼓山在中臺灣的教育中心、大臺中地區的一處心靈地標。

寶雲寺建築有如柱塔塔樓，外觀上以傳統寺院「大屋簷」的意象，大門以上的八層樓，拉長為逐層漸退的緩斜面，斜簷採用玻璃帷幕片片搭接，仿同屋瓦。而由正門踏入寺院後，整體內部空間寬敞明亮，寶雲寺建築師黃明威表示，室內採無柱空間的設計，使各層樓表現出本來無一物「空」的特色，使得寶雲寺成了多功用的彈性建築，能提供法會、禪修、課程、會議等各種活動靈活運用，充分具有一禪一淨的精神。

寶雲寺監院果理法師表示，聖嚴師父期許每個人來到法鼓山學佛修行後，都能成為自度度人的菩薩，因此，寶雲寺主軸層樓的規畫，不只蘊涵「求觀音、學觀音、做觀音」次第修行的精神，同時還

融入佛陀接引眾生、成就眾生的四種法門「四悉檀」。

從正門進入寶雲寺接待大廳，入眼即見來迎觀音，頂禮釋迦牟尼佛像，無論是虔敬祈求諸佛的善念，還是莊嚴心地、照見本來面目的簡單領會，皆是一各各為人悉檀「法門」。

寶雲寺八樓至十樓為教室、法堂等多功能教育空間，佛法教育過程，正是化解眾生種種問題的一對治悉檀。來到最高層十二樓禪觀音殿，象徵進入菩薩地，發願做觀音，成為普濟眾生的光明雲，是為「第一義悉檀」。從寶雲寺正門直到十二樓，層層漸進，代表眾生由生轉熟、由人成佛的次第過程。

「寶」是最珍貴的，「雲」則是最自在的。果理法師表示，寶雲寺是一處教育寶所，以「提昇人的品質，建設人間淨土」的理念，落實法鼓山三大教育，使得虛空中的朵朵浮雲，緣熟而成清涼寶雲，遍灑十方，化育人間成為淨土。

## 寶雲寺樓層簡介

- 寶雲寺樓高十二層、地下三層，各層樓功能簡述如下：
- 12樓** 祈願觀音殿  
前後採透光玻璃，明亮的殿堂，有如觀音菩薩大放光明、遍灑甘露，護念十方眾生。
  - 11樓** 大會議廳  
設有150個階梯式座位，可供國際交流、學術研討等會議活動使用。
  - 8樓~10樓** 教室、多功能廳、法堂  
為推廣各項教育課程的多功能空間，是修福修慧的學習課堂。
  - 6樓~7樓** 法鼓山故事館、寶雲故事館  
採挑高設計，為飽藏法鼓山弘化故事的展覽空間。
  - 5樓** 合署辦公室
  - 3樓~4樓** 大殿、副殿  
挑高八米的大殿，仿舊臺中分院大殿格局，為全寺的精神中心。
  - 2樓** 接待大廳  
北側臨市政路，為正門入口，內有知客處、行願館、點燈祈福區、輕食區。
  - 1樓** 五觀堂  
齋堂、大寮所在，平時也提供上課使用，為多功能的活動空間。
  - B1~B3樓** 地下停車場  
出入口位於南側政和路，可停放汽、機車。



祈願觀音殿採透光玻璃，十分明亮，有如觀音菩薩大放光明，普潤眾生。(李仁豪攝)



六、七樓的法鼓山故事館、寶雲故事館，是飽藏法鼓山弘化故事的展覽空間。(李東陽、鄧博仁攝)



位於市政路上的寶雲寺，是法鼓山在中臺灣的教育中心。(許朝益攝)



由寶雲寺正門進入接待大廳，入眼即見來迎觀音，歡喜接引參訪民眾。(鄧博仁攝)

### 寶雲寺參訪資訊

重建落成後的寶雲寺，由於建築內部設備尚須細部調整，並須同步進行舊臺中分院搬遷，將於六月一日起對外開放。歡迎社會各界預約參訪。

【地址】臺中市西屯區市政路37號  
【電話】(04) 2255-0665

挑高八米的大殿，仿舊臺中分院大殿格局，為全寺的精神中心。(李仁豪攝)

**2015 兒童心靈環保體驗營**

相關訊息 請洽各分院網站

法鼓山暑期兒童營來囉！

四種環保讓小朋友過一個充實又好玩的暑假

心靈環保，身輕心輕鬆，輕鬆快樂自在的學習

生活環保，知福惜福，學習感恩擁有

自然環保，愛護自然環境，以身作則

禮儀環保，有禮貌好人緣

課程活潑有趣，讓孩子在輕鬆中學習，歡迎報名，名額有限，敬請把握！

www.ddm.org.tw

區域	舉辦單位	梯次	活動日期	報名對象	相關說明【詳細活動內容，請以網站公告為準。】
北區	法鼓山世界佛教教育園區	培訓	6/6 (六) 禮賢學院 4F 09:00 - 16:30 7/12 (日) - 7/13 (一) 總本山 09:00 - 13:00	歡迎 18 - 35 歲，對兒童營隊活動有興趣或具社團輔導經驗之在學學生、社會青年、教師等報名。	【報名日期】即日起，額滿為止。【備註】 【報名條件】須參加培訓的相關活動。 【洽詢電話】(02)2498-7171 分機 3313、3310 【報名網址】www.ddm.org.tw
		第 1 梯	7/14 (六) - 7/18 (一)	升小五、升小六學童	【報名日期】4/25 (六) 早上 9 點起開放，額滿為止。【備註】 【報名條件】須背誦心經及四聖諦背誦。 【洽詢電話】(02)2498-7171 分機 3313、3310 【報名網址】www.ddm.org.tw
	農禪寺	培訓	7/19 (日) 09:00 - 17:30	• 小隊輔 18 - 35 在學青年或教師。 • 內外護 14 歲以上學生或教師及一般大眾。	【報名日期】5/21 起，額滿為止。 報名後，經審核通過者，以 E-mail 通知參加培訓課程。 【洽詢電話】(02) 2893-3161 分機 571-573 【報名網址】ncm.ddm.org.tw
		僅 1 梯	7/21 (二) - 7/24 (五) 09:00 - 16:30	升小三、升小四學童	【報名日期】5/21 起，額滿為止。 【報名網址】ncm.ddm.org.tw 或 請洽詢知客處。
中區	安和分院	僅 1 梯	7/10 (日) - 7/12 (二)	升小三 - 升小五學童	【報名日期】5/15 起，額滿為止。 【相關網址】anhc.ddm.org.tw 【洽詢電話】(02)2778-5007 分機 156-159
		第 1 梯	7/6 (六) - 7/8 (一)	升小二 - 升小四學童	【報名日期】5/18 起額滿為止。 【報名條件】6 月底須完成心經背誦。 【戶外參訪】每梯隊第 2 天參訪法鼓山(金山)。【洽詢電話】(02)2591-1008
	金山法鼓山社會大學	第 2 梯	7/13 (一) - 7/15 (三)	升小五、升小六學童	【報名日期】5/15 起，額滿為止。 【活動地點】新莊辦事處。【洽詢電話】(02)2994-6176
		僅 1 梯	7/4 (六) - 7/5 (日)	升小三 - 升小五學童	【報名日期】5/15 起，額滿為止。 【報名日期】6/10 起，額滿為止。 【相關網址】www.ddec.org.tw 【洽詢電話】(02)2408-2593-4
南區	宜蘭辦事處(安樂幼兒園)	僅 1 梯	7/25 (六) - 7/26 (日)	國小學童	【報名日期】6/1 起，額滿為止。 【戶外參訪】第 2 天參訪法鼓山(金山)。【洽詢電話】(03)332-125
		培訓	7/8 (六) - 7/9 (日)	歡迎 18 - 35 歲，對兒童營隊活動有興趣或具社團輔導經驗之在學學生、社會青年、教師等報名。	【報名日期】即日起，額滿為止。 報名後，經審核通過者，以 E-mail 通知參加培訓課程。 【洽詢電話】(03)380-1426 分機 203 - 205 【報名網址】jms.ddm.org.tw
	桃園 齋明寺	僅 1 梯	7/10 (日) - 7/12 (二)	升小四 - 升小六學童	【報名日期】5/1 起，額滿為止。 【洽詢電話】(03)380-1426 分機 203 - 205 【報名網址】jms.ddm.org.tw
		培訓	7/3 (日) 09:00 - 17:00	歡迎 18 - 35 歲，對兒童營隊活動有興趣或具社團輔導經驗之在學學生、社會青年、教師等報名。	【報名日期】5/1 起，額滿為止。 報名後，經審核通過者，以 E-mail 通知參加培訓課程。 【洽詢電話】(03)315-1581 分機 101-103 【報名網址】jmbu.ddm.org.tw
東區	臺中寶雲寺	僅 1 梯	7/4 (六) - 7/5 (日) 09:00 - 17:00	升小三 - 升小五學童	【報名日期】5/1 起，額滿為止。 【洽詢電話】(03)315-1581 分機 101-103 【報名網址】jmbu.ddm.org.tw
		培訓	7/8 (六) - 7/12 (日)	歡迎 18 歲以上大專青年報名。	【報名日期】即日起，額滿為止。 報名後，經審核通過者，以 E-mail 通知參加培訓課程。 【洽詢電話】(04)2255-0665 【報名網址】taichung.ddm.org.tw
	臺南分院	第 1 梯	7/13 (一) - 7/14 (二)	升小五 - 升小六學童	【報名日期】5/15 起額滿為止。 【洽詢電話】(04)2255-0665 【報名網址】taichung.ddm.org.tw
		僅 1 梯	7/15 (三) - 7/16 (四)	升小三 - 升小四學童	【報名日期】6/1 起，額滿為止。 【洽詢電話】(06)220-6329 • 雲集寺 (06)721-1295
高維 雲集寺	培訓	7/11 (六) - 7/12 (日)	歡迎高中應屆畢業生或各大專院校在校學生，18 - 30 歲之青年報名。	【報名日期】即日起，額滿為止。 報名後，經審核通過者，以 E-mail 通知參加培訓課程。 【洽詢電話】(07)732-1380 分機 11 - 14 【報名網址】zyt.ddm.org.tw	
	僅 1 梯	7/17 (日) - 7/19 (二)	升小三 - 升小五學童	【報名日期】5/1 起，額滿為止。 【洽詢電話】(07)732-1380 分機 11 - 14 【報名網址】zyt.ddm.org.tw	
臺東信行寺	培訓	7/4 (六) - 7/7 (一)	歡迎高中應屆畢業生或各大專院校在校學生，18 - 30 歲之青年報名。	【報名日期】5/4 起，額滿為止。【備註】 報名後，經審核通過者，以 E-mail 通知參加培訓課程。 【洽詢電話】(089)225-199 【報名網址】taitung.ddm.org.tw	
	僅 1 梯	7/7 (一) - 7/11 (五)	升小四 - 升國一學童	【報名日期】5/7 起，額滿為止。【備註】 【洽詢電話】(089)225-199 【報名網址】taitung.ddm.org.tw	