

法鼓文理學院巡禮

走進心靈環保校園

【黃佳卿／金山報導】法鼓文理學院第一期校園工程已邁入完工階段，自四月八日校慶日起，已有國內外團體陸續參訪，在參學室導覽義工帶領下，走入建築工藝與自然環境融合一體的校園。四月二十六日北上參訪的豐原辦事處資深悅眾方珍珍分享，巡禮校園的一柱一瓦，看到師長的願心終於落實，就像回顧自己多年來參與「大願與學」的一步一腳印，心中有無限感恩與感動。

文理學院校園設計，依聖嚴師父期許的「本來面目」精神，一九九八年起，由建築師姚仁喜設計，延續法鼓山園區建築特色，保持山林地形原貌，不移山填壑，使用石、木、磚等簡樸建材，呈現沉穩樸實的自然風格。為降低施工時的環境污染，並因應金山多雨潮濕氣候，外牆一概選用清水模、鈦鋅板、抿石子等綠建材，讓整體建築雖是新建，卻有歲月古感，像是從大地長出的有機體。

量體最大的綜合大樓，具備教學、行政、會議、研究等多功能用途。建築順應山坡地勢而建，內置一千五百九十道階梯，將三座高低不同空間，連成一體，寓意多元涵容的學習氛圍。每間教室皆大面開窗，引進充足光源，一窗一景，遠眺可見四周環抱的山林景色；地勢較低樓層，則使用多處天井採光，減少陰暗感，更帶入戶外景色。

由聖嚴師父命名的禮悅書苑，以七棟建築結合合院落式空間，提供學生住宿、學業交流、座談討論；書苑內的圖書館藏豐富，有七萬冊人文社會學群藏書。禮悅書苑毗鄰法印溪，中庭景觀以水為設計元素，意味淨化身心的觀照與鍛鍊，讓學生透過法鼓山禪文化的熏陶，涵養如水一般清澈明亮的心境。

穿越空橋，可從禮悅書苑銜接進入「揚生館」，命名寓意一發揚生命教育，是培養健康身心、運動、運動區域，亦規畫作為校園禪修場地。室內雙面開窗的大窗，配合挑高樓層的天窗，引入自然風。方整的建築牆面上，有幾處推出的陽臺，提供聽溪、觀瀑的放鬆空間。

隨紫雲寺參訪團前來的義工郭苗宜分享，文理學院校園與園區建築連貫一氣，同樣具有禪悅境教，令人欣見世間又多了一處弘揚佛法、培養佛教人才的園地。

【黃佳卿／金山報導】法鼓文理學院第一期校園工程已邁入完工階段，自四月八日校慶日起，已有國內外團體陸續參訪，在參學室導覽義工帶領下，走入建築工藝與自然環境融合一體的校園。四月二十六日北上參訪的豐原辦事處資深悅眾方珍珍分享，巡禮校園的一柱一瓦，看到師長的願心終於落實，就像回顧自己多年來參與「大願與學」的一步一腳印，心中有無限感恩與感動。

文理學院校園設計，依聖嚴師父期許的「本來面目」精神，一九九八年起，由建築師姚仁喜設計，延續法鼓山園區建築特色，保持山林地形原貌，不移山填壑，使用石、木、磚等簡樸建材，呈現沉穩樸實的自然風格。為降低施工時的環境污染，並因應金山多雨潮濕氣候，外牆一概選用清水模、鈦鋅板、抿石子等綠建材，讓整體建築雖是新建，卻有歲月古感，像是從大地長出的有機體。

量體最大的綜合大樓，具備教學、行政、會議、研究等多功能用途。建築順應山坡地勢而建，內置一千五百九十道階梯，將三座高低不同空間，連成一體，寓意多元涵容的學習氛圍。每間教室皆大面開窗，引進充足光源，一窗一景，遠眺可見四周環抱的山林景色；地勢較低樓層，則使用多處天井採光，減少陰暗感，更帶入戶外景色。

由聖嚴師父命名的禮悅書苑，以七棟建築結合合院落式空間，提供學生住宿、學業交流、座談討論；書苑內的圖書館藏豐富，有七萬冊人文社會學群藏書。禮悅書苑毗鄰法印溪，中庭景觀以水為設計元素，意味淨化身心的觀照與鍛鍊，讓學生透過法鼓山禪文化的熏陶，涵養如水一般清澈明亮的心境。

穿越空橋，可從禮悅書苑銜接進入「揚生館」，命名寓意一發揚生命教育，是培養健康身心、運動、運動區域，亦規畫作為校園禪修場地。室內雙面開窗的大窗，配合挑高樓層的天窗，引入自然風。方整的建築牆面上，有幾處推出的陽臺，提供聽溪、觀瀑的放鬆空間。

隨紫雲寺參訪團前來的義工郭苗宜分享，文理學院校園與園區建築連貫一氣，同樣具有禪悅境教，令人欣見世間又多了一處弘揚佛法、培養佛教人才的園地。

【黃佳卿／金山報導】法鼓文理學院第一期校園工程已邁入完工階段，自四月八日校慶日起，已有國內外團體陸續參訪，在參學室導覽義工帶領下，走入建築工藝與自然環境融合一體的校園。四月二十六日北上參訪的豐原辦事處資深悅眾方珍珍分享，巡禮校園的一柱一瓦，看到師長的願心終於落實，就像回顧自己多年來參與「大願與學」的一步一腳印，心中有無限感恩與感動。

文理學院校園設計，依聖嚴師父期許的「本來面目」精神，一九九八年起，由建築師姚仁喜設計，延續法鼓山園區建築特色，保持山林地形原貌，不移山填壑，使用石、木、磚等簡樸建材，呈現沉穩樸實的自然風格。為降低施工時的環境污染，並因應金山多雨潮濕氣候，外牆一概選用清水模、鈦鋅板、抿石子等綠建材，讓整體建築雖是新建，卻有歲月古感，像是從大地長出的有機體。

量體最大的綜合大樓，具備教學、行政、會議、研究等多功能用途。建築順應山坡地勢而建，內置一千五百九十道階梯，將三座高低不同空間，連成一體，寓意多元涵容的學習氛圍。每間教室皆大面開窗，引進充足光源，一窗一景，遠眺可見四周環抱的山林景色；地勢較低樓層，則使用多處天井採光，減少陰暗感，更帶入戶外景色。

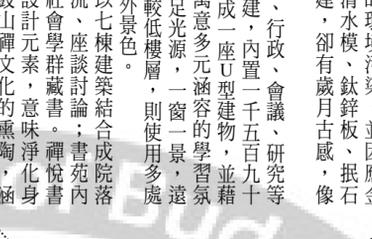
由聖嚴師父命名的禮悅書苑，以七棟建築結合合院落式空間，提供學生住宿、學業交流、座談討論；書苑內的圖書館藏豐富，有七萬冊人文社會學群藏書。禮悅書苑毗鄰法印溪，中庭景觀以水為設計元素，意味淨化身心的觀照與鍛鍊，讓學生透過法鼓山禪文化的熏陶，涵養如水一般清澈明亮的心境。

穿越空橋，可從禮悅書苑銜接進入「揚生館」，命名寓意一發揚生命教育，是培養健康身心、運動、運動區域，亦規畫作為校園禪修場地。室內雙面開窗的大窗，配合挑高樓層的天窗，引入自然風。方整的建築牆面上，有幾處推出的陽臺，提供聽溪、觀瀑的放鬆空間。

隨紫雲寺參訪團前來的義工郭苗宜分享，文理學院校園與園區建築連貫一氣，同樣具有禪悅境教，令人欣見世間又多了一處弘揚佛法、培養佛教人才的園地。



禮悅書苑是七棟建築結合之院落式空間，為聖嚴師父親自命名。除住宿空間以外，書苑內有許多共同的空間，讓不同學習領域學生可以自然交流和共享知識。（黃佳卿攝）



揚生館是揚起生命活力、安頓身心的重要場域，將提供禪修、瑜伽、健身、球類活動、學生社團等空間設施。（李東陽攝）



綜合大樓兼具教學、研究、生活與行政功能，是法鼓文理學院的核心。（王育發攝）



法鼓佛學院所在的園區第三大樓，繼續提供文理學院佛教學系博、碩、學士班的研修空間。（李東陽攝）

文理學院慈悲心像計畫

首開線上慈悲禪修課程

【本刊訊】法鼓文理學院執行科技部「慈悲心像：禪修在宗教教育場域的運用研究」計畫，經過二年多耕耘，第三年以「正念慈悲心像課程」(Mindfulness-Based Benevolence Cultivation Course, MBBC) 落實研究計畫，由助理教授溫宗堃授課，開設為期八週的實體與線上課程。五月二十日起，實體課程在法鼓德貴學苑開課；六月五日，線上課程 (eMBBC) 在學聯網 (ShareCourse) 數位學習平臺開課，運用新一代數位學習MOOCs (Massive Open Online Courses) 模式，創設佛修課程在線上互動學習之先例。

「正念慈悲心像課程」是因應「慈悲心像」計畫而研發的實驗性創新課程，內容以正念減壓療法 (MBSR) 為基礎，著重在「寬恕」與「感恩」的學習。

學習。學員除了八週的禪法學習與一日禪，還須在課程前、後參與二次的腦部磁振造影 (MRI) 檢測，填寫問卷評量等。

二十日晚上的首堂實體課程，學員帶著瑜伽墊走進教室，跟著授課老師的引導，體驗吃葡萄乾、身體掃描、腹式呼吸，每完成一次體驗，都為自己祝福。學員也必須在生活密集練習，以正念用餐、刷牙、沐浴、洗碗、交談等，並不忘在每次練習過後，祝福自己、感恩身邊的人。課程中也會安排正念伸展、靜坐、慈悲練習、覺察呼吸與情緒等，透過反覆練習，強化慈悲禪修的學習效益。

在數位學習平臺建構慈悲禪修課程，屬於研究計畫的成果之一，而研習學員的評估與回饋，則有助於慈悲禪修教育的方法更具彈性。

【法鼓書齋】

《人生》雜誌382期6月號

用〈淨行品〉過每一天

菩薩的思惟迴路是怎麼運作的呢？正如《華嚴經·淨行品》所云：面對生活中各種境、緣，能時時刻刻「善用其心」，念念不捨眾生，因此所見所聞盡是美麗境界。

《淨行品》由智首菩薩提出如何成佛的一百一十問，而文殊菩薩舉出一百四十一種生活中的修行，可說是一部菩薩道的修行手冊，歷代各宗祖師大德亦十分推崇《淨行品》。本期專題，馬來西亞繼程法師為「淨行」解題，引導我們學習「舉手投足皆文殊心，見聞覺起皆普賢行」。專研華嚴的陳琪瑛說明，熏習《淨行品》並學菩薩發大願，能跳脫小我的思維模式，活出大心菩薩的品格。

一次駕帆船環行航海世界一周的壯遊，一趟單車翻越喜馬拉雅山的旅行，梁琴霞、李寶蓮在「人生Café」分享從山海之間所汲取的生命養分。「人生選擇題」常寬法師以現代版的「如是我聞」，開始驗證「聽說」與「傳說」。「電影與人生」介紹《忠犬追殺令》、《深夜食堂》，透過「寵物」與「食物」的題材，呈現愛與責任、關懷與尊重的人生真諦。（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 夏季班佛學推廣課程

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	張雲凱	6/22(一)
《成實論》談善惡業與果報	陳世賢	6/23(二)
中觀學概論	劉嘉誠	
《維摩詰經》要義	藍吉富	6/24(三)
敦煌能量養生舞 飛天散花2	黃靜蘭(靖嵐)	
基礎藏文	曾德明	6/25(四)
進階藏文	釋如碩	
妙高峰上般若行 公案100導讀	鍾文秀	6/26(五)
日文閱讀	吳正中	
梵文初階	曹郁美	6/26(五)
國際議題與生活挑戰	楊書婷	
《華嚴經》的生命美學：如來篇	溫宗堃	
24小時學會藏密英文詞彙		
正念幸福課 啟動幸福方程式		

※更多課程，請上網查詢http://dilaw.blogspot.com
【上課地點】臺北法鼓德貴學苑
【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

法鼓山社大試辦 童軍團成立

小狼，集合！

【黃佳卿／金山報導】Pack Pack Pack！幼童軍「小狼」集合！法鼓山社大試辦「法鼓童軍團」成立活動，於四月二十五日在法鼓山園區舉行。來自北海岸四區的二十六位幼童軍，在團長張瑞松的口令帶動下，合唱童軍歌曲，用和諧的歌聲，宣布童軍運動啟程。二十多位家長也加入服務員行列，親子一起成長。

成立活動邀請社大校長曾濟群、三學研究員男副團長張瑞松、團長張瑞松等，為幼童軍小隊代表，別上法鼓童軍團的領巾與布徽。社大校長曾濟群致詞時表示，童軍活動所倡導的觀念，與法鼓山心靈環保的核心價值理念一致，目的都在淨化人心、淨化社會，尤能培養青少年成為品格高尚、常識豐富、身心健康，並且樂於服務社會的人才。

代表團團長張瑞松表示，法鼓童軍團成立，是法鼓山得以此項活動，為社會播撒美善的種子，期待參與活動的家長與小朋友從中得益，進而影響校園與生活周遭的人。

就讀金山國小六年級的彭冠瑜，希望在童軍活動中學習團隊合作精神，培養更多生活技能，媽媽鄭曉雯也加入服務員行列，參與孩子的學習過程。來自淡水的李彥勳，夫妻倆帶著一對就讀國小二年級的幼兒與女兒參加，期望孩子從小就在奉獻服務的團隊活動中成長，成為懂得付出與回饋的人。



成立活動圓滿，每人擺出展現童軍友善精神的「貝登堡姿勢」，微笑並將雙臂左右上下疊抱胸前，拍下全團首張大合照。（吳嘉肇攝）

僧大講經交流 分享經典與體驗

「如何在短時間內，以淺顯易懂的方式，讓沒接觸過佛教的人，知道佛法？」護法總會監院常務法師，以參加第一屆講經交流法會的經驗，為第七屆僧大講經交流揭開序幕，也勉勵學僧多方嘗試。

四月十八日舉行的講經交流，共有十二位學僧參加。其中佛教學系一年級的演暢菩薩用台語講「心六論」令人印象深刻，他以手的形狀來說明「心五四」與「心六論」：五個手指是「心五四」，意義是服務，指間是「心六論」，意義是奉獻。

當兩隻手鼓掌的時候，就是法鼓山聲音的展現。

擔任評審的法師，普遍肯定參與學僧的用心與努力，但也提醒學僧，在呈現時要努力平衡觀念和自己親身的體驗，不要太偏於任何一方。僧大副院長常寬法師勉勵大家，要學習轉化自己的語言，讓分享的內容去掉「我執」，就容易打動人。（文／編輯室、圖／法鼓山僧伽大學提供）

【法青山水禪】 禪心淨灘 觀照自然

【本刊訊】桃園縣觀音鄉的海岸線，以豐富的藻礁生態與巨大的風車風景聞名。四月二十六日，法鼓山青年會與法鼓文理學院「淨心觀山」金山環保一社團，來到桃園觀音新藻礁生態保育區淨灘，為「法青山水禪」展開不一樣的活動內涵。

在桃園縣觀音鄉保生社區發展協會總幹事廖經賢的解說與帶領下，大眾一邊認識當地藻礁與潮間帶的生態環境，一邊淨灘，並將撿到的垃圾記錄在「ICC國際淨灘海洋行動紀錄表」，回報至臺灣淨灘海洋行動聯盟 (TOCCA)，讓淨灘的成果納入研究的數據。學員劉芷晏表示，在淨灘過程中感受到海洋生態與自己生活息息相關，也擴大大自己對不同種類生物的同理心，希望各種生物都能在乾淨、安全的环境中自在地生活。

活動中也邀請法鼓文理學院會計系主任張振華分享社團創立的緣起，二〇一二年社團成員見到飛抵金山棲息的候鳥「黑頸鸛」誤食橡皮筋死亡，為了實踐心靈環保，而發起每月的淨灘活動。張振華也分享自從持續淨灘的活動後，許多生物如招潮蟹等慢慢出現，乾淨的沙灘展現截然不同的新風貌。

2015 心·生活 高中營 尋找心方向

7/29(三)~8/3(一) 法鼓山台東信行寺

合作遊戲、電影欣賞、名人有約、戶外活動、禪修體驗

15-19 歲海內外高中生，參加營隊免費 (僅代收交通費) 7月5日報名截止囉！ 報名請上 ddp.dmm.org.tw

佛教與中國文化

佛教雖說是一種宗教，但沒有一般宗教的迷信，反而特別重視人心智慧的啟發。既可視為一種學術思想，也是一種高尚的精神文化，因此它於宇宙人生真理的探求，更遠超過宗教信仰。

作者：東初老和尚 定價：220元

新書上市 78折 2015/7/31止

東初老和尚【佛陀本懷】精選閱讀組合
《禪學真義》+《菩薩真義》+《佛法真義》+《佛教文化之重新》+《佛教與中國文化》 合購優惠價799元 (原價1110元，2015/12/31止)

法鼓文化 郵政特准掛號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

聖基會經典講座

學地藏菩薩的無盡願



果舟法師以多年修學地藏法門的信願與涵養，講解「地藏菩薩之大願法門」。(吳嘉峯攝)

◎完整課程內容請至聖基會網站：
<http://www.shengyen.org.tw>

「有障礙、煩惱時誦《地藏經》，心便會安定下來。」果舟法師分享自己多年來誦《地藏經》與《滅定業真言》的心得，感動大眾主動發願重家也要做功德。法師提醒，誦經重質不重量，可按照個人時間每日誦一部分，不要貪多、趕進度，而要一字字清楚地口誦耳聽，才能與經文義理相應。

眾生度盡，方證菩提；地獄不空，誓不成佛。地藏菩薩示現了救度眾生的堅強意志。長年修持地藏法門的果舟法師，分享地藏菩薩聖德及大願法門。

◎陳慧蓉

地藏菩薩幽冥教主的形象鮮明，因此，一般人常與死亡相連結，事實上，地藏菩薩受釋迦牟尼佛所託，在彌勒佛降生前照顧所有眾生，所以修持地藏法門不只可度亡，對生者更有大利益。五月二日至三十日連續五個週六，聖嚴教育基金會經典講座邀請明寺監院果舟法師，主講「地藏菩薩之大願法門」，法師以多年修學地藏法門的信願與涵養，帶來五堂豐富精彩的課程，使聽眾對於地藏菩薩有更深入的認識與信心。

「地藏菩薩是無盡孝道的實踐者。」果舟法師表示，地藏菩薩從救濟在地獄受苦的母親為大願的起點，進而擴大到救拔一切眾生；眾生多生多劫互為眷屬，因此地藏菩薩所實踐的是無盡的孝道，這樣廣大的心量是我們所應學習的。而地藏菩薩的誓願與華人慎終追遠的文化相契合，不僅農曆七月有盂蘭盆、地藏、瑜伽焰口等相關的法會，還有應化道場九華山，更受到滿益大師、弘一大師等高僧的推崇。

第一堂課，法師特別分享珍貴的《地藏菩薩九華垂迹圖讀》，此系列作品為清末民初篤信地藏菩薩的居士盧世侯刺血繪製，於弘一大師六十歲時供養法師，弘一大師一見大為感動，鼓勵其繼續創作地藏菩薩的聖德故事，並親自為每一張圖寫下偈子。搭配此系列圖組，果舟法師敘述地藏菩薩化身新羅王子金覺喬，來到九華山苦修，感化無數弟子與山神的故事，使聽眾對地藏菩薩的德行與九華山留下深刻的印象。

現代生活緊湊，如何照顧身心？法鼓山所舉辦的第二場心靈環保SRE演講，四月三十日下午於國父紀念館演講廳舉行，禪堂堂主果元法師以「禪與心靈環保」為題，層層剝開現代人的煩惱，並現場帶領坐姿八式動禪，使大眾實際體驗禪修的妙用。

果元法師首先分享自己青年時期經歷越戰，深感不安、苦悶、沒有希望。直在東初禪寺跟隨聖嚴師父打禪七、閱讀《禪》雜誌建立正知見，才翻轉了人生的價值觀。法師思考，「苦」與「樂」不在於物質的「貧」與「富」，而是心靈的匱乏或充足，我們常向外追求，卻忽略照顧身心狀況是否平衡、和諧、放鬆，而對於「我」的錯誤認知，更是煩惱的核心。

法師說明，從時間來看，身心從小到大大身變化；從空間來說，當身體的某個部分脫離身體，就不再是「我」了，因此沒有一個固定不變的「我」。認「假我」為「我」，肇因於「貪、瞋、癡、慢、疑、邪見」，法師鼓勵聽眾在生活中體會，減少這些錯誤見解，並透過禪修提高對身心的覺察。

悟吧！法青勇氣出發

「一次只走一步」、「邊走心中邊默念佛號」，跌倒了，腳抽筋了，回到當下再出發！法鼓山世界青年會於四月十七日至十九日，於天南寺舉辦「悟吧！二日營」活動，四十多位來自全臺各地的學員，在青山環繞的天南寺體驗禪修活動，並挑戰大屯山連峰健走。為了讓學員做好準備，特別邀請登山達人糖果蒸，分享登山健走所需具備的知識與技巧。

泥濘的登山步道、難以計數的火成岩石階、大屯西峰攀繩爬坡路段，都考驗著學員們的腳力以及呼吸。學員們將前一天所學的走路禪、糖果蒸提醒的登山步法，全部用上，全體完成四點五公里的群峰健走之旅。學員紛紛表示，同組隊員間互相鼓勵、扶持，沒有人放棄的凝聚力，這份感動永難忘懷。(文/編輯室·圖/法青會提供)

「右手舉高，放鬆，將手掌放到左臉，脖子向右伸展……」在果元法師和緩又平靜的語調引導下，全場聽眾一起做坐姿八式動禪，演講廳頓時如禪堂般寧靜祥和。法師提醒伸展有四個原則：一、緊而不痛；二、不與自己比較；三、不與他人比較；四、不任意動。法師強調，心放鬆跟身放鬆一樣重要。日常生活中，多練習「身在禪裡，心在禪裡；清楚放鬆，全身放鬆」的十六字箴言，並從待人接物、起心動念著手修正自己，就能更加自在豁達。

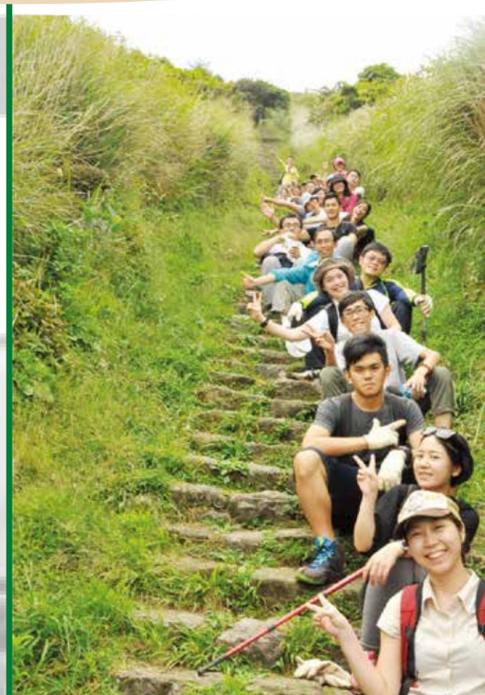
果元法師勉勵聽眾將透過禪修將自私自利的身心，淨化為無求無染、精進化世的生命，做更多有意義的事情。

SRE 講座

動禪中 體驗心靈環保

◎陳慧蓉

「右手舉高，放鬆，將手掌放到左臉，脖子向右伸展……」在果元法師和緩又平靜的語調引導下，全場聽眾一起做坐姿八式動禪，演講廳頓時如禪堂般寧靜祥和。法師提醒伸展有四個原則：一、緊而不痛；二、不與自己比較；三、不與他人比較；四、不任意動。法師強調，心放鬆跟身放鬆一樣重要。日常生活中，多練習「身在禪裡，心在禪裡；清楚放鬆，全身放鬆」的十六字箴言，並從待人接物、起心動念著手修正自己，就能更加自在豁達。



萬行菩薩——景觀組

攝心專注 拔草植樹皆修行

◎許翠谷

枝葉婆娑、流水潺潺，慢步法鼓山園徑，是法鼓山接引社會大眾體驗禪法的門徑，而園區的一草一木、一沙一石，都是景觀組義工慧心巧手的展現，不管風吹日曬雨淋，他們總是默默埋首天地之間，清楚專注於雙手的工作，感受四季更迭，並將這份感動傳遞給來山的每一位訪客。除蒔花弄草看似輕鬆浪漫，其實不然。除了拔草、修剪樹籬笆，景觀組還負責維護植被、清洗祈願籬笆池，加上園區腹地廣大，往往這盞草才剛拔完，那一頭又長出來了，工作似乎永遠做不完……對她，開山前便投入景觀維護的杜王喆坦

然一笑：「偶爾也會心煩啊，但轉念一想，除草不也是在除心中的雜草嗎？」不管過去和未來，只當當下用心，出坡便是檢視身、口、意三業的最好時光。資深義工廖光澤說，自己也曾為了「草到底要割幾分？」而困擾不已，後來在法師的引導下，一次次練習放下自己的主觀看法，接受當下的因緣，順其自然，心也跟著開朗明瞭了起來。

「身體會累，心不要累了！」現任景觀組總召集人張玉盆有感而發，景觀組的勞動量很大，但只要懂得用方法，身體在哪裡，心在哪裡，享受專注、安定的感覺，儘管忙得一身汗，心裡卻是清涼的；從修剪花木、處理堆肥的過程中，親近大自然，了解水土保持的重要性，更加體會聖嚴師父提出四種環保的用心。

十年來，園區從荒煙蔓草到今日花木扶疏、欣欣向榮，看到訪者從境教中淺嘗禪悅法喜，是景觀組持續投入的動力，而他們不畏風雨、安定怡然的身影也打動不少訪者的心。

「我是抱著遊客的心態上山的，當時看到義工頂著大太陽拔草，很納悶為什麼他們願意奉獻假日時間來當義工？」二年多前因為清洗祈願籬笆池而加入景觀組，陳銘和一家從觀光客變義工，定期參與每個月的大出坡，不僅親子間的互動增加，孩子也懂得自動自發服務身邊的人，感受到全家人的轉變與成長，陳銘和歡喜地說：「原來出坡不為什麼，只因為自己感受到佛法的好，很自然就發願要來服務大眾了。原來人生可以這麼不一樣！」

【學習成長看板】

快樂學佛人新班

【各地開班】7/4安和分院 7/4齊明寺 7/5臺南分院 7/12樹林班
【報名對象】想了解佛教的社會大眾，不論是否皈依都歡迎
【線上報名】網址<http://dbs.ddm.org.tw>
【洽詢電話】(02) 2893-9966分機6664

福田班新班

【各地開班】8/2臺中寶雲別苑 8/9天南寺 9/5安和分院 9/19齊明別苑 9/20總本山
【報名對象】凡想了解法鼓山理念，對於加入義工行列有興趣者，須完成十次課程
【線上報名】網址<http://dbs.ddm.org.tw>
【洽詢電話】(02) 2893-9966分機6664

2015聖基會經典講座

【講題】藥師法門 (果祥法師主講)
【時間】7月4、11、18、25 (六)，上午10:00~12:00
【地點】聖嚴教育基金會 (臺北市仁愛路二段48-6號2樓)
【報名對象】一般社會大眾
【網路報名】即日起，額滿截止。 <http://www.shengyen.org.tw>
【洽詢電話】(02) 2397-9300 分機13、14

網路電視臺6月主題影片

【影片主題】情緒與煩惱
【內容簡介】人是有情眾生，難免有情緒，而情緒的根源來自於貪、瞋、癡、慢、疑。聖嚴師父教我們如何運用佛法，轉化情緒，找到正確面對和處理的觀念與方法。
◎法鼓山網路電視臺 <http://ddmtv.ddm.org.tw>

五個福田班 五月歡喜結業

◎楊珮雨

五月是個圓滿的月份，聖嚴書院福田班從北到南，一共有中永和班、安和班、天南班、臺南班、臺中分院的福田班，於五月三日結業，共有一百三十八位學員、關懷員及內外護菩薩，共同參與這場別出心裁的心靈饗宴。

結業當天，學員們熱烈分享「上福田班的收穫以及對義工最大的幫助」，揭開活動序幕，接著學員藉由搶答、複習了福田班十次的課程。隨後進行「福田班歌王」、「福田小學堂」等活動，學員們在益智又歡樂的氣氛中，將十堂課累積出的默契發揮得淋漓盡致。

接著則邀請學員代表分享，全體代表王宛菁表示，聖嚴師父點亮眾人的心燈，而我們是實踐並發揚菩薩道精神的承接者，應善用機會種福田，用六度四攝成長自己、自利利他。關懷員代表蔡秋菊分享，自己剛上完福田班時，也是收穫滿滿又感動萬分，但能遇到許多考驗，不容易做自己的功課，這就是一種「福田班」的開始。「臺南分院監院果謙法師鼓勵大眾，隨時隨地提起初發心，讓廣傳佛法教義與傳承下去。擔任義工之外，也要多參加禪坐與念佛共修，修福也修慧。」

把注意力放在刀片與草的接觸面，除草也是一門修行。

(李東陽攝)

然一笑：「偶爾也會心煩啊，但轉念一想，除草不也是在除心中的雜草嗎？」不管過去和未來，只當當下用心，出坡便是檢視身、口、意三業的最好時光。資深義工廖光澤說，自己也曾為了「草到底要割幾分？」而困擾不已，後來在法師的引導下，一次次練習放下自己的主觀看法，接受當下的因緣，順其自然，心也跟著開朗明瞭了起來。

「身體會累，心不要累了！」現任景觀組總召集人張玉盆有感而發，景觀組的勞動量很大，但只要懂得用方法，身體在哪裡，心在哪裡，享受專注、安定的感覺，儘管忙得一身汗，心裡卻是清涼的；從修剪花木、處理堆肥的過程中，親近大自然，了解水土保持的重要性，更加體會聖嚴師父提出四種環保的用心。

十年來，園區從荒煙蔓草到今日花木扶疏、欣欣向榮，看到訪者從境教中淺嘗禪悅法喜，是景觀組持續投入的動力，而他們不畏風雨、安定怡然的身影也打動不少訪者的心。

「我是抱著遊客的心態上山的，當時看到義工頂著大太陽拔草，很納悶為什麼他們願意奉獻假日時間來當義工？」二年多前因為清洗祈願籬笆池而加入景觀組，陳銘和一家從觀光客變義工，定期參與每個月的大出坡，不僅親子間的互動增加，孩子也懂得自動自發服務身邊的人，感受到全家人的轉變與成長，陳銘和歡喜地說：「原來出坡不為什麼，只因為自己感受到佛法的好，很自然就發願要來服務大眾了。原來人生可以這麼不一樣！」

聖嚴書院

2015秋 佛學班

招收對象：一般學佛大眾
上課方式：為期三年，分上、下學期
一期十六週，每週上課一次
報名日期：即日起至7/31止，額滿提前截止
報名方式：
1. 網路：法鼓山信眾教育院 <http://dbs.ddm.org.tw/>
2. 現場：請至各地知客處
(因各地名額有限，建議採用網路方式，以確保報名成功)

信眾教育院

經典系列 APP

聖嚴法師

此系列APP收錄了法師歷年講經的影音開示與文字，將深奧經典，轉化為人人能夠理解、運用的觀念和方法，如今看來尤顯彌足珍貴。

全上線

心經 維摩經 地藏經
金剛經 無量壽經 六祖壇經
法華經 普賢菩薩行願經

總本山義工室訊息

相約總本山 相邀做義工！

一起加入修福修慧的萬行善行行列。

【義工招募】

■ 招募輕食區義工

● 需求條件：

(1) 奉獻的心情、服務的精神、提昇的意願

(2) 年齡、性別不拘

■ 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、勸務協調、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) 歡迎資深悅眾回山服務

■ 招募園區「交通組義工」

● 需求條件：

(1) 願以佛法融入行儀，願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

【景觀維護-環境清潔】

■ 環保清潔日(園區環境維護)

6月14日(日)請攜帶水杯及替換衣物

■ 景觀維護日(花草修剪)

6月14、28(日)請攜帶雨衣、水杯、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: admvol@ddm.org.tw

線上報名：http://fagushan.ddm.org.tw點選「義工資訊/招募項目」

修行活動看板

【日期】7月10~12日

【地點】三義DIY心靈環保教育中心

【報名對象】初級禪訓練班結業

【線上報名】即日起，額滿為止

網址：http://fagushan.ddm.org.tw

【洽詢電話】(02) 8676-2518分機2105

2015暑期教師心靈環保自我成長營

【日期】7月4~7日

【地點】天南寺

【報名對象】全國各級學校教職員工暨退休教師

【線上報名】5/4起，額滿為止

網址：http://fagushan.ddm.org.tw

【洽詢電話】(02) 2893-9966分機6132

暑期教師禪七

【日期】7月11~18日

【地點】法鼓山世界佛教教育園區

【報名對象】全國各級學校教職員工暨退休教師，曾參加過教師心靈環保自我成長營，或相關禪修活動

【線上報名】5/11起，額滿為止

網址：http://fagushan.ddm.org.tw

【洽詢電話】(02) 2893-9966分機6132

自心光明 希望遠大

自我的成長之後要有自我的消融；自我消融就是將自我中心、自私的執著心，從淡化而變為不存在，消融之後，這個清淨心才能出現。◎聖嚴師父

人人本具清淨心

今天我我要與諸位的主心，在宗教、哲學上、心理學上各有不同的解釋方式，心理學上一定說「明心見性」這一句話，「明心」究竟是什麼呢？它指的是本來存在而人們沒有覺察到的，本來存在而人們沒有覺察到的，本來存在而人們沒有覺察到的...

自我成長之後要有自我的消融，自我消融就是將自我中心、自私的執著心，從淡化而變為不存在，消融之後，這個清淨心才能出現。有我是真心，無我是悲願...

義工半日禪 修福也修慧

你是在走老路嗎？由農禪寺5月17日首度舉辦「義工半日禪」，平日習慣來出場的義工，成了繞池繞行的那群眾生...

禪修方法，在入式動禪、禪坐、聽經聖嚴師開示、繞行、吃飯禪之間，找回修行的動感與柔軟的初發心。經過的半日禪，讓大眾親身親歷禪修與功用的機會...



雲集寺禪三心得

四月二十四至二十六日，放下工作進入禪修，許多人已經開始打坐，我不急著去坐，而是先從拜佛開始，感恩自己，能拜出全體善工的護持，也感恩大眾，法師及全體善工的護持...

不一樣的畢業旅行

高中即將畢業，我決定參加雲集寺舉辦的禪修之旅，送給自己一個不一樣的畢業旅行。去年參加「快樂學佛人」時所發的願，也圓滿地完成了...

慚愧懺悔，功德皆迴向

四月二十四至二十六日，放下工作進入禪修，許多人已經開始打坐，我不急著去坐，而是先從拜佛開始，感恩自己，能拜出全體善工的護持...

- 法鼓山全球護法會
【北美】
紐約佛光山
Tel: 718-592-6593
E-mail: chanceter@gmail.com
紐約州佛光山
Tel: 845-744-1114
E-mail: ddm@ny.fogushan.org
加州洛杉磯佛光山
Tel: 626-350-4388
E-mail: ddm@la.fogushan.org
【美國護法會】
紐約分會
召集人：方德明
Tel: 718-592-6593
E-mail: chanceter@gmail.com
新澤西州分會
召集人：郭慧敏
Tel: 908-486-8888
E-mail: enews@ddm-nj.org
【澳洲護法會】
雪梨分會
召集人：郭慧敏
Tel: 203-972-3406
E-mail: contelice@aol.com
堪培拉分會
召集人：王秀玲
Tel: 613-805-3588
E-mail: ling_yun@yahoo.com
【佛蒙特州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 802-882-1413
E-mail: juichue@yahoo.com
【麻州佛光山】
召集人：陳淑雲
Tel: 617-877-9030
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【賓州佛光山】
召集人：余博賢
Tel: 610-477-0273
E-mail: ddm@pa.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：張寶蓮
Tel: 407-477-1620
E-mail: chinho2004@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 954-432-9883
E-mail: ddm@fl.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 352-336-5301
E-mail: LianFlorida@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：郭慧敏
Tel: 847-255-5483
E-mail: ddm@bcia.org@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 517-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 801-947-9019
E-mail: ling_fan@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 702-896-4108
E-mail: yh2527@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 206-832-1839
E-mail: mhong77@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 416-895-0931
E-mail: ddm@bas@yahoo.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@fagushan.ca
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 607-675-9800
Tel: 607-675-9800
Fax: 607-624-2835
E-mail: ddm@ma.fogushan.org
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 662-713-7815-16
Fax: 662-713-7818
E-mail: ddm@k2005@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 617-332-0003
E-mail: kong2006@gmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 636-825-3889
E-mail: acen@aol.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddm@patty@hotmail.com
【佛羅里達州佛光山】
召集人：李長安
Tel: 682-552-0519
E-mail: ggg@man.com
【佛



浴佛 撞鐘 生活禪

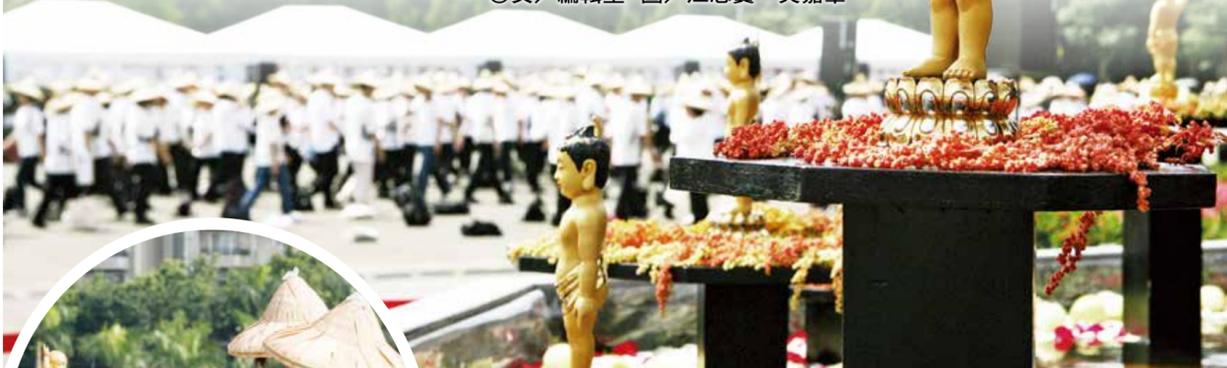
今年法鼓山的母親節活動，特別溫馨有趣，在遊客如織的國父紀念館，邀請信眾經行、做法鼓八式動禪之外，還有寓教於樂、動靜皆宜的豐富活動，接引社會大眾體驗清楚、放鬆，享受幸福的禪滋味。

◎文／編輯室 圖／江思賢、吳嘉峯



● 停十秒運動

「停一下Stop，就會清楚；停一下，才能放鬆Relax；停一下，更能享受這種幸福Enjoy！」為了讓大眾體驗「停一下」的感覺，特別設計了簡單的動作，配上活潑的音樂，大家跳起快樂的舞蹈；當法華鐘聲響起，雙手合十，停十秒，在動靜之間，體驗清楚放鬆的幸福。



● 浴佛禪

有別於木勺香湯，浴佛禪邀請大眾先托水鉢，練習「身在哪裡，心在哪裡」，將身心安定下來，清楚地走著每一步。再以清淨的身心，將鉢內的水灌沐佛身，感恩佛陀來到人間，也將這份感恩心，迴向自己的母親與一切眾生。



● 鈔經祝福

為母親親手鈔寫一部經，這份禮物最入心。在國父紀念館廊道的鈔經祝福區，鼓勵大眾鈔寫《延命十句觀音經》，放入平安御守中，加上「光明遠大」祈福卡，就是一份最誠心的母親節禮物。許多親子檔一起鈔經，融入現場寧靜、安定的氛圍中。

● 鐘生幸福

「聞鐘聲，煩惱輕，智慧長，菩提增。」將手放在鐘槌上，體驗呼吸；撞鐘後，停十秒，傾聽悠揚的鐘聲，體驗鐘聲帶來安定自心的感受。



● 生活禪體驗

由僧大學僧、法青同學與義工一起擔任生活禪關主，現場洋溢著輕鬆、自在、好好玩的氣氛。許多來國父紀念館散步的家庭，在青年義工的邀請下，全家人一起參與，從動作中體驗禪法的放鬆與專注，在遊戲中笑開懷。



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，身輕鬆心輕鬆，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) 09:00-16:30 7/12 (日) 7:13-7:13 總本山 08:00-13:00	歡迎 18-35 歲，對兒童營隊活動有興趣或其社團經驗之在學學生、社會青年、教師等報名。 【洽詢電話】(02)2498-7171 分機 3313、3310	【報名日期】即日起，額滿為止。【備註】須參與培訓的相關活動 【洽詢電話】(02)2498-7171 分機 3313、3310
		第 1 梯	7/14 (一) 7:18-7:18	升小五、升小六	【報名日期】4/25 (六) 早上 9 點起開放，額滿為止。【備註】須背誦心經及四聖偈子共勉語 【洽詢電話】(02)2498-7171 分機 3313、3310
	農禪寺	培訓	7/19 (日) 09:00-17:30	小隊輔 18-35 在學青年或教師 【洽詢電話】(02)2893-3161 分機 571-573	【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。
		僅 1 梯	7/21 (一) 09:00-16:30	升小三、升小四	【報名日期】5/21 起，額滿為止。【洽詢電話】ncm.ddm.org.tw 或請洽詢知客處
	安和分院	僅 1 梯	7/10 (一) 7:12-7:12	升小三、升小五	【報名日期】5/15 起，額滿為止。【洽詢電話】anhe.ddm.org.tw
		培訓	6/26 (日)	小隊輔 18-45 在學青年或教師 【洽詢電話】(02)2778-5007 分機 156-159	【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。
	中山精舍	第 1 梯	7/6 (一) 7:18-7:18	升小二、升小四	【報名日期】5/18 起，額滿為止。【備註】6 月底前須完成心經背誦
		第 2 梯	7/13 (一) 7:15-7:15	升小五、升小六	【洽詢電話】(02)2591-1008
	新莊辦事處	僅 1 梯	7/4 (六) 7:15-7:15	升小三、升小五	【報名日期】5/15 起，額滿為止。【洽詢電話】(02)2994-6176
		金山法鼓山社會大學	僅 1 梯	8/8 (六) 8:19-8:19	升小三、升小六
宜蘭辦事處	僅 1 梯	7/25 (六) 7:26-7:26	國小三年級-五年級	【報名日期】6/1 起，額滿為止。【洽詢電話】(03)380-1426 分機 203-205	
	桃園壽明寺	培訓	7/8 (一) 7:19-7:19	歡迎 18-38 歲，對兒童營隊活動有興趣或其社團經驗之在學學生、社會青年、教師等報名。 【洽詢電話】(03)380-1426 分機 203-205	【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。
僅 1 梯		7/10 (一) 7:12-7:12	升小四、升小六	【報名日期】5/1 起，額滿為止。【洽詢電話】(03)380-1426 分機 203-205	
桃園壽明別苑	培訓	7/3 (日) 09:00-17:30	歡迎 18-38 歲，對兒童營隊活動有興趣或其社團經驗之在學學生、社會青年、教師等報名。 【洽詢電話】(03)315-1581 分機 101-103	【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。	
	僅 1 梯	7/4 (六) 09:00-17:30	升小三、升小五	【報名日期】5/1 起，額滿為止。【洽詢電話】(03)315-1581 分機 101-103	
中區	臺中寶雲寺	培訓	7/8 (一) 7:12-7:12	歡迎 18 歲以上大專青年報名 【洽詢電話】(04)2255-0665	【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。
		第 1 梯	7/13 (一) 7:14-7:14	升小五、升小六	【報名日期】5/15 起網路報名，額滿為止。
	臺南分院	僅 1 梯	7/11 (六) 7:12-7:12	升小三、升小四	【洽詢電話】(04)2255-0665
南區	高雄紫雲寺	僅 1 梯	7/18 (六) 7:19-7:19	國小學童及家長《親子營隊》 【洽詢電話】(06)721-1295	【報名日期】6/1 起，額滿為止。
		培訓	7/11 (六) 7:12-7:12	歡迎高中應屆畢業生或各大專院校在學學生，18-35 歲之青年報名。 【洽詢電話】(07)732-1380 分機 11-14	【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。
東區	臺東信行寺	僅 1 梯	7/17 (一) 7:19-7:19	升小三、升小五 【洽詢電話】(07)732-1380 分機 11-14	【報名日期】5/1 起，額滿為止。
		培訓	7/4 (六) 7:17-7:17	歡迎高中應屆畢業生或各大專院校在學學生，18-30 歲之青年報名。 【洽詢電話】(089)225-199	【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。
僅 1 梯	7/7 (一) 7:11-7:11	升小四、升國一	【洽詢電話】(089)225-199	【報名日期】5/7 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。	