

開山10週年 行腳走師道



▲老、中、青三代僧眾彼此護念扶持，穿越古道，走過重重阻礙。（釋常真攝）

從法鼓山回文化館溯源尋根 老、中、青三代僧眾接力踏實向前

【陳政娟／臺北報導】十年前，二〇〇五年十月二十一日法鼓山世界佛教教育園區落成開山；十年後，六十二位僧團法師與五十四位內外護法，循著創辦人聖嚴師父的來時路，溯源而上，從金山法鼓山園區出發，翻山越嶺，穿越古道，行腳三十公里，歷經十三個小時，回到祖庭北投中華佛教文化館，禮祖發願，繼起傳承法鼓山理念的願心和願力。

「我們尋根的目的，是為了飲水思源。」清晨四點半，所有僧眾齊聚祈禱觀音殿，聆聽聖嚴師父的錄音開示，回憶當年文化館艱辛的創建過程，更加提起承先啟後、繼承師志的願心。持誦《大悲咒》，發願後，隨即走入尚未破曉的天色中，以行腳方式，朝目的地前進。

陰雨中，僧眾頂著漸漸透亮的天光，行經田園小徑，逐步走進森林，八煙古道和魚路古道，原本平坦易行的柏油路，變成由石板、碎石、泥沙鋪成的古道，蜿蜒崎嶇的過程，讓人體會前人開山闢路的艱辛。由於八月蘇迪勒颱風襲臺，途中有斷木阻擋去路；渡河時，溪中石塊也因大水冲刷流失，老、中、青三代僧眾彼此護念扶持，走過重重阻礙，抱著堅持到底的願力，傍晚六時，終於走回文化館。

「法鼓山園區已經建設好，但法鼓山不等於法鼓山落成後的開山影片。師父提到硬體建築會損壞，但法鼓山最重要的理念，「只要有人實踐，有人宣揚法鼓山的理念，那法鼓山就是存在的。」法鼓山的理念，方向不能改變，但推廣作法需與時俱進，推陳出新，師父勉勵眾人，時時刻刻把法鼓山理念當成自己的生命來實踐。

文化館監院果嚴法師特別以往年圍爐時，圍桌吃火鍋的方式，讓大眾回味當年與師父一同禮祖辭歲的溫馨法喜。戒長的果顯法師分享：「一祖師大德就是這樣一路走來，我們每個人都有一條路，要靠自己走走。」感念祖師的代代堅持；「佛道長遠，一朝難辦。」常達法師



▲迎接法鼓山園區落成開山十週年，僧眾參加「承先啟後——行腳走師道」，從法鼓山徒步行腳三十公里，回到發源地北投中華佛教文化館。（李東陽攝）

【沈麗文／溫哥華報導】溫哥華道場和英屬哥倫比亞大學（UBC）東亞系教授，十月四、五日共同以「紙本、刻本、數位網路空間：探討多媒體、跨領域的佛學全球網絡前景」為主題，舉辦學術研討會。四日在溫哥華道場開幕並舉辦兩場主題演講，十月五日於UBC大學進行三場研究發表會。

這次的法緣可溯及一九九四年，聖嚴師父初訪溫哥華，受邀至UBC大學校長府邸，並致贈一套《法鼓全集》。

四日，英國倫敦大學亞非學院宗教系教授巴瑞特（T. H. Barrett）與日本東京大學教授下田正弘（Masahito Shimoda）在溫哥華道場發表主題演講，共有一〇八位聽眾與會，包括來自歐、亞、北美的二十三位學者。

巴瑞特以「木刻本：印刷和手抄本的言外之

溫哥華道場 UBC 大學

合辦佛學研討會

音」為題，指出以宮廷或寺廟之力編纂的藏經，難免經過選擇；二十世紀初以來當做數位文本基礎的版本，也未收錄早期文獻之外的史料，有遺珠之憾。目前西方對東亞木刻的認識，只在收藏文物，而非史料。巴瑞特希望喚起學界重視這些未收錄在典籍中的木刻版史料。

下田正弘主講「建立電子人文、多元化佛學研究資料庫的重要性」，他學證表示，全球視野，這是人文學科的新篇章，「現代人文學」（Modern Humanities）的時代已經來臨。

佛學龐大的知識體系，若沒有新科技媒介和新人文形式（電子人文）很難適當整合。下田正弘提出以東方豐富的人文，結合西方電子資料庫治學方法，建構一個國際性佛學研究平臺，將佛法更有效、如實地傳給下一代。

全球信眾大會 分享法鼓山



▲義工們將手中寫滿祝福語的小盆栽，轉贈給不同的人，透過層層善緣的分享，讓祝福加倍，無限流轉。（林何臻攝）

護法義工齊聚培訓 發願做「行動的法鼓山」

【林何臻／臺北報導】「我們一起發願，成為『行動的法鼓山』！」迎接各地信眾於十月三十一日、十一月一日回到法鼓山園區參與全球信眾大會，護法總會於十月十八日舉辦第二場護法義工培訓，由弘化發展部召集集人果嚴法師透過視訊連線，帶領雲來寺、寶雲寺、臺南分院和紫雲寺的護法義工，學習以觀音法門來利益他人，做觀音菩薩的化身。

在「觀音法門」課程裡，果嚴法師藉《大悲心陀羅尼經》「千手千眼觀世音菩薩廣大圓滿無礙大悲心陀羅尼咒」後，觀音菩薩發願「如我當來之世能利樂一切眾生者，令我即時身生千手千眼具足」的因緣，鼓勵義工虔心修行觀音法門，「念觀音、求觀音」之餘，更要「學觀音、做觀音」，找到「手眼」的著力點，並將自身的成長與法喜分享出去。

最受歡迎的「植栽轉贈」單元中，學員們將第一次培訓後帶回種植的香草盆栽擺在桌上，看見種子在不同因緣下，變化出多種新貌；大眾接著在祝福卡上寫下祈願，掛在盆栽上，一轉贈給其他學員。短短五分鐘內，每個人都親手送出多個盆栽與祝福，如同時觀世音菩薩廣施無畏，讓善願在布施和隨喜中不斷流轉。

文山区的陳秀珠分享，原本僅抱著多認識別人的念頭，將盆栽送出去，沒想到竟能傳到二十多人手上。原來布施不代表失去，

法鼓山 禪法鼓山觀音道場 臺北臺灣第一聖地

Pharma Drum Monthly

法鼓雜誌

PERIODICALS 雜誌紙類

國內 郵資已付

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

非經本刊同意，不得轉載本報圖文。本刊編印費用為方便施，閱後請轉贈親友，功德無量。

光明遠大

法鼓雜誌APP 歡迎下載

法鼓山建設基金劃撥專戶 帳號：19078983 戶名：財團法人法鼓山佛教基金會



▲東京大學下田正弘教授提出建立電子人文，建構多元化、國際性佛學研究平臺的重要性。（溫哥華道場提供）

（溫哥華道場提供）

馬來西亞 新加坡跨國攜手 普照寺首辦禪七

【梁演林／馬來西亞報導】馬來西亞道場與新加坡護法會，九月二十日至二十七日在柔佛州居鑾普照寺，首次合辦一場跨國初階禪七。這次初階禪七為普照寺七月初七後首度舉辦的禪修活動，共有九十一位學員，在這宏偉壯觀的新道場耕耘心田，其中三十四人來自新加坡，還有一位學員遠從香港而來。

禪七由僧團常務法師擔任總護，常法師、果嚴法師、擔任男、女眾小參法師，常禮法師任監香。禪眾在坐禪、立禪、臥禪、八式動禪、早晚課、經行、拜佛、瑜伽運動、聆聽開示、出坡等動靜活動之中，用法清楚觀照、放鬆身心，體驗、再體驗；不管好壞順逆，如實體驗。

當禪眾因打坐而腿痛、痠、麻、癢，因外在環境不順己心，因觀念跟方法使不上力而煩躁不安時，聖嚴師父的影音開示總能適時地點撥禪眾的苦惱，猶如清涼的甘露法水，令聞者身心清涼，法喜充滿。

「一時一事，一事一時。」總護常法師時時叮嚀，令禪眾印象深刻，法師不時地巡香，調整學員的坐姿，並引導學員禪修的觀念跟方法，包括提醒入靜的運動、七支坐法、止靜、出靜的按摩方法，把身體交給蒲團，把心交給方法，時時放鬆身心。禪眾在這次禪七期間，或從身體的覺受到看到自己的緊張，或從經行中照見自己的習性，或從出坡中發現自己內心的不平，或從聖嚴師父的開示中，懂得調整自己的觀念，點點滴滴學習幫助安定身心的方法。



▲馬來西亞道場、新加坡護法會首度攜手在普照寺舉辦初階禪七，禪眾在動靜之中體驗安定身心的方法。（王致祥攝）

法鼓文理學院、寶雲寺 入圍臺灣建築獎

繼齊明寺、農禪寺建築陸續獲獎之後，法鼓文理學院與寶雲寺，也於十月八日雙重入圍二〇一五年臺灣建築獎，評審從二〇一五年作品中選出九件入圍作品，將於十月三十日至十一月一日實地踏勘後，決選出首獎。

法鼓文理學院由建築師姚仁喜設計，以聖嚴師父期許的「本來面目」精神為依歸，延續法鼓山園區建築特色，綜合大樓順應山坡地勢而建，以一千五百九十道階梯，串連起三座高低不同空間。每間教室皆大面開窗引進光源，一窗一景，可遠眺山林景色。大廳橋連接兩處教學區，設計極簡卻頗富詩意。禪悅書苑由七棟建築結合合院式空間，中庭景觀以水為設計元素；學生運動及校園禪修場地的「揚生館」，室內以雙面對開的大窗，配合天窗引入自然風。建築牆面上有幾處推出的陽臺，可供聽溪、觀瀑、放鬆。文理學院選入二〇一五 WAF 世界建築節獎（World Architecture Festival Award）決選。

寶雲寺由建築師黃明威設計，將傳統寺院的意象，以現代手法創新呈現，室內各樓層採無柱空間設計，融入佛法「空」的意涵，同時保持簡單、靈活運用的特色，體現禪宗精神；此外，融合戶外光線、都會景觀的動靜變化，在靜默中引人沉澱心靈，是都會民眾安定身心的一方清涼地。（文／編輯室、圖／王傳宏、寶雲寺提供）



▲寶雲寺

▲法鼓文理學院



書香中有「歡喜地」

九月開學後，法鼓文理學院也「有了歡喜地」，名為「歡喜地」，為師生打造一處休憩、交流、聯誼，或心靈沉澱的放鬆空間，在簡約素樸的清水模建築中，添上一抹溫暖的顏色。

「歡喜地」是綜合大樓一樓的中庭，位於「大願·校史館」門廳，二十四小時全天候開放，可隨時自在入座，喝一杯自助式咖啡，觀賞校園全景。

菩薩道初地為歡喜地，以布施度為主要修行功課，校內「歡喜地」沒有課堂上的師生隔閡，是一處以平等心布施飲食與智慧，凝聚情感、彼此自在對話，醞釀出歡喜的滋味。

（文／黃佳卿、圖／葉政榮）

人社研修 體驗營

感受博雅學風

體系信眾心靈環保校園上課去 一類人文社會學群概貌



「黃佳卿／金山報導」「能在聖嚴師父悲願所成的學校上課，真好！」十月二至四日，七十多位來自福田班、佛學班、禪學班的學員，參加法鼓文理學院人文社會學群的一人人社修體驗營，於新校區綜合大樓大講堂共學四堂課，一窺人文社會學群課程概貌。

首日的營隊活動，從體驗禪悅書苑開始。幽靜清淨的住宿環境，伴著戶外的蟲鳴與溪聲，學員在明淨舒適的空間中，彷彿回到學生時代，歡喜地互訪寢室，促膝聊天。友誼的互動與交流，從成為書苑的一份子開始。

「昨晚睡得好不好？」次日早晨，營主果鏡法師親切問候，為接下來的課程，帶起輕鬆活潑的氣氛。果鏡法師勉勵學員，體系內信眾不只是護持創辦人聖嚴師父教育理念的守護者，透過接觸與了解人文社會學群課程，更能體會師父教澤的內涵。校長惠敏法師首先為學員上了一堂校內新生必修的「心靈環保講座」，期許學員由心淨而行淨，凝聚眾生清淨的力量，成就國土淨，由此介紹人文社會學群課程，實是由心靈、生命、社區、社會到環境的全面關懷。

第一堂課，特聘教授張長義分享投入環境治理的多年觀察，概說環境與發展學程是以環境倫理為首要關注議題；第二堂課由陳定銘主任、吳正中助理教授介紹社會企業與創新學程，指出該學程以「六心六倫」為社會企業理念，介紹各學說對社會企業的定義與全球社會企業趨勢，並分享臺灣發展中的社會企業與個案等。四日登場的社區再造學程體驗課程，章美英主任發揮創意，透過實驗檢測工具，以一堂活潑有趣的一心靈健康科學體驗營，實際看見每位學員身心安定、放鬆的程度與狀態，引來滿堂歡笑聲。第四堂課，則由章瑞瑜主任以工作坊的形式，廣泛探討生命教育的內涵。

經過三天兩夜的體驗與觀察，曾在身心科任職、醫護的佛學班學員謝秀培表示，透過營隊課程，讓她了解社區工作的發展脈動，有助思考如何落實佛法於社區的心理衛生工作。禪學班學員杜善萍認為，法鼓文理學院有如法鼓山的新生兒，呼應時代需求的課程，結合佛法觀念與世學，透過老師認真教學的態度，如實將聖嚴師父的理念承襲延續，確實是一所體現「心靈環保」的學校。

比 照新生必修課，人社研修體驗營學員的第二堂課由校長惠敏法師進行「心靈環保講座」。（李東陽攝）



社大首辦農耕市集

在地農園共襄盛舉 交流心靈環保農法



「林雅櫻／金山報導」為了推廣友善環境的自然農耕，讓民眾「食」在心安，法鼓文理學院大學十月四日於金山社大舉辦「自然農耕友善農耕市集」，由金山社大心靈環保農法實務班、種子盆栽班學員帶來親耕作物，並邀請北海岸金山、三芝、石門、萬里地區，近二十個以無農藥、友善農耕的地區農園，帶來當季蔬菜、紅心地瓜、稻米、糙米、有機茶、手作麵包等多種農產品，合力推廣愛護大地的農耕方式。

市集一開張，就受到當地居民熱烈響應，在品嘗美味餐飲、欣賞樂活電影院與趣味DIY等豐富活動中，把安心健康的觀念帶回家。法鼓山副住持果祥法師、法鼓山社大校長曾祥祥、金山區區長李偉人、金山國小校長楊順宇也親臨現場，共同肯定「食農教育」的重要，進而重新建立人與食物、人與土地的關係。

今年甫從法鼓山聖嚴書院佛學班結業的農友李治展，過去經營有機連鎖店、擔任園藝治療師，他體會農法是一種修行的生活方式，經常鼓勵並協助其他農友減少使用農藥，以友善農耕的方式，來自金山高厝港的農友張認路，是第一次帶著作物與民眾面對面交流，為了發展生態農業，不識字的地突突破障礙考上生態導覽證照，同時學習使用社群軟體推廣網路，讓人感受到她守護自然生態的堅定毅力。

法鼓山社大表示，六月份舉辦的心靈環保農法講座好評如潮，因此決定舉辦北海岸友善農耕市集，除了建立農友理念分享、技術交流以及與大眾溝通的平台，未來希望繼續推動自然環保的理念，一起愛護土地與自然。

發願做悅眾 利人利己好幸福

「林孟兒／三峽報導」法鼓山社會大學每個學年都有許多熱心服務的學員，發心擔任班級自治幹部，協助班務不遺餘力，他們奉獻服務的精神，如同法鼓山的悅眾菩薩。為了關懷擔任幹部的學員，社大於十月十八日舉辦「悅眾成長營」，當天一早，近二百位學員與義工分別從社大金山、新北、三校區出發，到南港歡喜喜慶。

十七位社大幼童軍獻唱軍歌，歌聲帶著起勁活動的活力與朝氣。接著社大校長曾祥祥在專題講座中，介紹創辦人聖嚴師父「心靈環保」理念，並說明因應社會環境需求，社大未來的課程發展方向，將朝向方丈和尚果東法師所期許的「一處社會大學，一處人間淨土」；處處社會大學，處處人間淨土而努力。

僧團都監果光法師也應邀演講，主題為「心靈環保與經濟學」，法師首先以一段短片，引導學員思考如何為地球面臨的困境尋求出路，法師提出，現代經濟學應走向尊重照顧地球的經濟，而聖嚴師父所提出的「心靈環保」，包含佛教修持與法鼓山理念的兩個層面，如能在生活中實踐佛法的慈悲與智慧，心靈環保的經濟生活可以是以地球經濟的出路。

午餐時，天南寺監院常哲法師帶領吃飯禪，以「動口不動手，動手不動口」、「一食一覺，一細細嚼，慢慢嚥」等要領，引導學員吃出禪味來。飯後，全體學員前往後山步道進行，在一步步中體驗當下的自在，感受大自然的美好。禪堂中的禪修指引，由常哲法師親自帶領放鬆練習，指導如何在靜坐中觀照呼吸，使身心安定又專注。活動尾聲，學員分組交流在社大上課的心得。金山校區周勝標表示，很歡喜能在退休後參加社大課程，進而在法鼓山當義工，不僅增長知識，生活也更充實有意義；新莊校區吳美娟則說，參加社大課程讓她覺得正向開朗，為工作職場與家庭生活帶來正面能量；北投校區「舒活散步趣」課程班長趙淑貞，則對義工服務深有體會，鼓勵大家一起加入義工的行列。



社 大幼童軍獻唱軍歌，帶動營隊的活力與朝氣，社大悅眾成長營歡喜展開一天的學習。（李東陽攝）

果賢法師輔大分享宗教文化出版經驗

【本刊訊】應輔仁大學宗教系「宗教產業與出版」課程之邀，文化中心副都監果賢法師，於十月十二、十九日以「法鼓山文化出版概況」、「從事宗教文化出版的準備」為題，與該系近三十位同學介紹佛教文化出版的架構與功能，並分享投入佛教文化領域的意義與成長。

規畫課程的盛翠卿老師希望透過系統化的介紹，讓學生對宗教文化出版事業有初步理解與認識，以啟發未來的職涯規畫。果賢法師介紹法鼓山文化中心長年以來建立的出版、營運推廣、史料典藏的組織架構，從叢書、雜誌、影視、文宣編製、文創商品等出版單位，到行銷、實體通路、網路書店等多元通路推廣，到文史資料、文物管理、典藏、展覽，即是一個宗教團體為弘傳法義、接引大眾、保存史料，必須具備的功能單位。

果賢法師提到，每個職位都必須具備專業，一是技術上的專業，一是對宗教思想的專業。例如雜誌部門，需要採訪、撰稿、編輯等專業，更需要對佛教、佛法，以及學佛修行有所深入，方能正確傳達所要弘揚的教義與理念。

從事文化工作近三十年，果賢法師感恩有此因緣，讓自己的生命不斷成長，尤其學佛後，加入《人生》雜誌，更是一份結合信仰、興趣、工作的職業，不僅成長自己，也對社會有所幫助，法師鼓勵同學多關注宗教文化領域，日後加入文化出版業，為弘傳法義影響人們思想、精神、心靈的宗教文化奉獻心力。

聆聽法師的分享後，有學生回饋，對於佛教文化出版有了新的認識，也了解「原來有這麼多工作職位可以思考」。

【法鼓書齋】

■《人生》雜誌387期11月號

觀音法門——

《楞嚴經》耳根圓通

法鼓山祈願觀音殿有一方「入流亡所」匾額，講的是觀世音菩薩因地修行的耳根圓通法門，此一觀音法門，亦是耳根最聰明的婆婆世界眾生「學觀音，做觀音」的入手處。本期專題介紹修習耳根圓通法門的七個層次，並由深入《楞嚴經》多年的東初禪寺住持果醒法師解答關於耳根圓通之疑惑。修證篇有明末憨山大師與傳燈大師聽溪間松獲圓通的故事。練習篇匯整聖嚴師父教導在生活中訓練耳根的三種方法，練習當個收音板，接受一切聲音，自在溝通少煩惱。楞嚴學者胡健財與法鼓山僧團都監果光法師，也分享研修心得與在人際溝通上運用收音板工夫的體驗。

圓夢除了感動，更要付諸行動，「焦點話題」看「天空的院子」創辦人何培鈞，用行動改寫小鎮故事。「修行在LA」分享連結修行線路，更新人腦作業系統非夢事。繼程法師新專欄「禪門鍊心」，提醒大眾珍惜每一次用功的因緣，不要當「老皮參」。（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



法鼓山僧伽大學
Dharma Drum Sangha University

第十三屆 生命自覺 2016/1/23~2/2

地點：法鼓山世界佛教教育園區
對象：男16~37歲，女16~35歲，高中、職以上，願意體驗和學習「寺院修行生活」者。
報名時間：2015/10/15 開放網路報名，額滿為止。報名審核過後，將以電子郵件通知。
聯絡方式：E-mail: awakening.ddm@gmail.com
Facebook: https://www.facebook.com/awakeninglife
電話：02-2498-7171 分機2351（接聽時間：週一至週五09:00~17:00）
0910-159-557（接聽時間：週一至週五17:00~19:30，週日09:00~17:00）

法鼓文理學院

105 學年度
碩士班甄試入學



招生

博學多聞，雅健生活；四海學子，齊聚法鼓

學系	佛教學系	人文社會學群
學程	碩士班	1. 生命教育碩士學位學程、2. 社區再造碩士學位學程、3. 社會企業與創新碩士學位學程、4. 環境與發展碩士學位學程
報考資格	經教育部認可之國內、外大學或獨立學院畢業已取得碩士學位者或符合教育部訂定「入學大學同等學力認定標準」者。	
名額	9名(佛教組7名、資訊組2名)	每學程各10名。
各階段日期	網路報名：104.10.30 ~ 104.11.17 郵寄資料：104.10.30 ~ 104.11.17 面試日期：104.12.09	網路報名：104.10.15 ~ 104.11.15 郵寄資料：104.10.15 ~ 104.11.30 面試日期：104.12.12 生命教育碩士學位學程、社區再造碩士學位學程、二、104.12.13 社會企業與創新碩士學位學程、環境與發展碩士學位學程
聯絡方式	jing@dila.edu.tw 電話：(02)2498-0707#2372	hss@dila.edu.tw 簡章下載：www.dila.edu.tw/Admission

（合成示意圖）

【第二屆全國社工禪修營】

重拾初心

隨時待命、位居關懷個案第一線的六十七名社工人員，
十月八日至十一日暫時放下工作，參加第二屆「全國社工禪修營」。
如何從「快」入「慢」，由「緊」到「鬆」？邀您分享社工學員的充電之旅。

◎王碧華

無諱晴天下，颯風下雨，我經常騎著摩
托車，穿梭大街小巷去家庭訪視，
關懷生病的長者，提供所需要的服務。
日子雖然充實有意義，但每天消耗的體
力與心力，長期累積下來，令身心相當
疲累。期待禪修營的到來，可以與社工
夥伴一起共修，心中除了歡喜，也希望
藉此自我充電。

十月八日下午，從山下一步一腳印，
一路拖著行李上山，面帶笑容進入天南
寺。常乘法師與義工菩薩親切問候與關
懷，讓人感受到溫馨自己視他們的身教
值得學習，也提醒自我關懷訪視時，帶
著真誠、溫暖的慈悲心，受服務者可以
減輕病痛之苦。

即使已打過多次禪一、禪二，這次禪
修營的課程，幫助我再次調整打坐姿
勢、釐清觀念。運用常乘法師教導用
一感覺一放鬆，從頭皮開始到全身，去
觀察身體的緊與鬆；進一步體驗呼吸，
吸進與呼出之間，溫熱與清涼的覺受；
身心漸漸放鬆後，才能從中自我覺察。
在草地上赤腳慢步經行，把速度放

慢，細細體會從局部到全身：體驗自己腳底下踩著泥土與小草的感覺，再擴大到小腿、大腿、腰部，最後是全身的感覺。此時覺得自己和大地很親近、相融在一起，那樣的感動，安撫我每天看到許多生老病死的苦楚與無助。

拜佛時，緩緩拜下，身心很快安頓下來。以恭敬虔誠的心，懺悔禮拜，反省自己對服務對象所說的話、所提供的幫助，究竟是否有助益？期許自己學習觀世音菩薩的「智慧與慈悲，進而實踐聖嚴師父法語」以智慧處理事，以慈悲對待人，消除傲慢、有所求的心，練習無分別、不取捨的平等心。

課堂間，楊蓓老師問：「做社工二十年以上的人，請舉手。」在場僅有二、三位，很榮幸我是其中之一。回顧過去，遇過無數困境和挑戰，也從服務對象身上，逐步自我成長。學佛禪修是終身學習，乃至生生世世的功課，帶著無常觀和充飽電的能量下山，自己也更加有勇氣，踏實走在助人路上，迎向第二個二十年。

守護線上共

修壇場

讓陳惠秋不慌張地照順序檢查線路，立刻透過通訊軟體回報，貼出一狀況處理中，請大眾稍候一「字卡」，照顧線上等待障礙排除的苦薩們。

網動悅眾洪瑛岑也分享，法會流程臨時調整，或是硬體設備出狀況，都要靠安定寧靜的身心，隨機應變，讓播出的畫面、聲音和訊息，穩定莊嚴。能夠如此，就能帶動網路共修的安定力。

擔任網路助理監香，電腦能力要很強嗎？「只要會上網就行了。」義工曾芳婷表示，「只要有一年邀請同修來當網路助理監香，同修只會用「一指神功」打字，回來後也有成就感地告訴她：「嗯，沒想到我這樣也行耶！」

網路組中少數有資訊背景的義工廖淑淑謙虛地表示，自己和大家一樣，只是更熟

悅眾最大的動力，是聖嚴師父開示：「不要把當義工當成是長工，來到法鼓山做義工，都是為了修學佛法、護持佛法、弘揚佛法而來。」這麼不一樣的成長，希望大家大



路助理監香以專注安定的身心，將壇場攝受的氛圍，順利傳輸上網，透過網路無遠弗屆的特性，讓更多人一起共修。（江賢攝 攝）

文山辦事處「早安，佛陀！」

【日期】11/5、11/19、12/17、12/31（週四），共四次

【時間】上午9：00～11：00

【主題內容】八式動禪、《心經》與《阿彌陀經》朗讀、心靈茶會

【活動地點】文山辦事處（臺北市和興路52巷9-3號1樓）

【洽詢電話】（02）2236-4380、2933-0932

跟我媽說『媽，我要抱你。』沒想到她張開雙臂，露出一個很開心的微笑。」親子之間終於擁抱，也讓蔡明亮更珍惜就在身邊的一切。

「我妹告訴我，你不要再拍黑的東西了，我回答她，我拍的是黑暗的角落。」於是，蔡明亮常常把鏡頭放在易被忽略的人間場景。「人喜歡從電影中找感動。可是你感動完，回去還是跟太吵。」因此，他大量運用長鏡頭，讓觀眾慢下來。「我們終於看到生命，看到大自然。如果你認真看一隻蟲，之後就捨不得一掌打下去。」體驗萬物之美，菩提心便能如是滋養。

近幾年蔡明亮特別關注玄奘大師。「玄奘很吸引我，他往一個

蔡明亮導演演出電影美學，提醒我們慢下來，體驗萬物之美。
（孫寶莉攝）

A photograph of Director Ming Liang Cai, a man with a shaved head and a goatee, wearing a dark blue short-sleeved shirt over a white t-shirt. He is seated in a traditional Chinese wooden chair, holding a black microphone to his mouth and speaking. The background features a wooden staircase and a wall with traditional Chinese decorative elements. To his left, a small table holds a silver thermos and a small black object.

題字，無不體現對眾生的尊重、對大自然應有的謙卑。

二是內在安定氛圍的啟發，有別

行經山徽石 感恩護法路

◎張燕玲（齋明班學員）

九月二十日一早，天空還未被陽光劃破，大家就集合在齋明寺前準備出發，迎接這趟心靈之旅。遊覽車才駛入山徽石的小路，遠遠就看到來迎觀音在入口接引我們，心中不禁低呼：「啊，我回家了！」

早上課程一開始，法師就送我們福田班學員才有的紀念品「體驗法鼓山一導覽DM」裡面有手繪的「法鼓山十境圖」，寫著「我們人人心中華山，處處皆可種福田」，另一面是聖

起成就這方人間淨土。

下午陳洽由菩薩講解「一法鼓山的建築理念」，與大自然融合的設計、尊重原生物種的施工，乃至完工後的植栽，都充滿佛法精神。其中分享法鼓山初創時期，師父和許多菩薩同心協力，展現的堅強願力，「光是山腳下的那一小段路，就花了十五年才將產權問題解決。」

回程經過山徵石的路上，特意靜下心來，用滿懷感恩的心情，體驗這條由師父和眾多護法菩薩合力完成的路。曾多次來到法鼓山：推著坐輪椅的老父親，全家一起上山參加除夕撞鐘、參加水陸法會、普同回響長官遊禮

法鼓山參學，應是前生之所累積的福德因緣，願珍惜共修學習的每一刻，願大家心安平安、福慧圓滿。

來了，心就安定了

◎柳政輝（雲集班學員）

九月十九日清晨，帶著喜
上法鼓山體驗。安軍之
即前往法鼓山僧伽大學階梯教
得進入僧大上課，心中感到
勝。

課程由演授法師、陳洽由菩
法鼓山的建設精神、聖嚴師
念。看似對建築領域不熟悉的
卻有著獨特見解和堅定信念
、環保、節能減碳與功能性
寺院新風格。

建築是為了提昇人的品質，實
法鼓山參訪，才體會到境教包
層面：一是外在建築與環境的
包含建築工法、建材的選擇與

福班
有你真好！



的心，隨
上，難
比殊
講解
的理
父，顧
創造
心，上
兩個
育，配、

於觀光區，
沒有人聲鼎
沸的喧嘩，踩
著不疾不徐的腳
步，不用解說，
山上氣氛就會告訴
你什麼是當下。最簡
單的體驗就是：既然來
了，就沒有什麼放不下，心就安定下來了。

沒到過法鼓山，不知建築群所隱藏
的意涵；沒參加福田班，不知師父用
心之深、智慧之高、眼光之遠。「十

（靈明寺提供）

法鼓講堂
www.dharmadrum.org

線上直播
Live Streaming

次第禪觀

以安般法門為主

11.18.25

果暉法師主講 2016 1/6.13.20

法鼓講堂直播 搜尋

國際參與 分享佛法接軌世界

墨西哥海神堂、波蘭德露潔莊園、印尼棉蘭禪堂、克羅埃西亞「法集」佛學會、英國「西方人禪修會」……蒲團上一張張西方臉孔專注安定。接續聖嚴師父弘化腳步，每年僧團法師、師父法子皆應邀至各地帶領禪修，隨著禪眾對佛法的受用與渴求，於跨文化間普傳漢傳禪法的芬芳。國際間探討氣候變遷、全球永續、跨宗教對話、青年和平事務等論壇或會議中，亦不乏法鼓山教團僧俗代表的參與，分享不一樣的內外和平觀點，為漢傳佛教致力世界和平發聲。經過多年努力，美國法鼓山佛教協會（DDMB）於二〇一四年七月取得聯合國經濟及社會理事會「特別諮詢地位」，持續參與國際間重要事務與計畫。



生命園區 突破傳統回歸自然

「死亡是一場莊嚴的佛事」，為了提醒大眾的生死觀，法鼓山致力推行現代環保精神的生命教育。二〇〇七年落成的環保生命園區，提倡無需祭祀供品，跨越宗教信仰限制，簡約、不需費用的植存環保葬，強調骨灰回歸大自然懷抱，後代緬懷先人，真誠心最重要。尤其二〇〇九年聖嚴師父圓寂，遺言交代植存於生命園區，親身示範，讓植存觀念更深入人心，引起各界熱烈迴響與仿效，至今，全國從南到北已相繼設有三十多個環保自然葬設施，登記植存人數逐年增加，顯示社會大眾已漸漸扭轉傳統繁複的殯葬祭祀觀，接受現代清新的環保生死觀。

水陸法會 落實環保雲端共修

什麼樣的法會才是回歸佛陀本懷？如何讓更多民眾參與共修？走過「趕經懺」艱辛歷程的聖嚴師父深信，「理想的佛事，絕不是買賣，應該是修持方法的實踐指導與請求指導」。啟建至今九年的「大悲心水陸法會」，捨棄傳統燒化、借用民間科儀形式，結合人文、環保、科技與藝術，呈現回歸佛法精神的儀軌與修持，雲端數位更充分融入環保理念。突破時空限制的法會網路直播，曾有高達四十多萬民眾一同共修，落實「家家是道場，世界成淨土」。種種作法亦引起社會矚目，紛紛響應減少點香燒化的環保思維，開發網路共修機制，帶動活潑創新的氣象。



大願興學 心靈環保人才搖籃

大學一間間地成立，又一間間地沉寂，現代社會到底需要什麼樣的大學？聖嚴師父期許法鼓山大學教育，「是一個發亮的光源體，是一處善良動能的發源地，可為我們的社會培育出更多淨化人心的發覺種子」。獲得各界普遍認同與支持。二〇〇七年成立國內第一所由教育部核可通過的單一宗教研習學院「法鼓佛教學院」，並積極舉辦國際學術交流來深耕佛學內涵，例如二〇一一年承辦 IABS 國際佛學會議，受到國際肯定。二〇一四年，法鼓佛教學院與法鼓人文社會學院合併為「法鼓文理學院」，以博雅教育為特色，於今年正式招生、開學，實踐法鼓山為社會培養心靈環保人才的願心。

法鼓山園區落成 10 週年特別報導

擊法鼓 做對世界有用的事

「建築物要有意義、發揮作用，就要用它來做對社會與世界有用的事。」這是聖嚴師父在2005年10月21日法鼓山世界佛教教育園區落成開山時，對四眾弟子的期許。從落成揭幔那一刻到今天，匆匆十年。四眾弟子秉持聖嚴師父的理念，以心靈環保為核心，從園區走向全世界。本期讓我們一起來回顧這十年間，法鼓山呼應社會需求所做的努力。

◎文／編輯室·圖／本刊資料



一禪修推廣 分眾修行應機接引

現代人為了消解緊張焦慮，轉向修練冥想瑜珈已成新趨勢。漢傳禪法則是法鼓山帶給社會的一帖安心處方。對於各種學科團體、組織機構禪修帶領的申請，規畫出各類專為分眾社群開辦的禪修營，層次清楚、完整的修行地圖，幫助民眾以佛法安心安人。二〇〇九年法鼓山園區首辦「禪修月」，從聽溪、觀水、看月乃至無情說法，讓參訪者一嘗禪味；從二〇一一年起，更將禪堂搬到臺北街頭，透過「萬人禪修」，一心靈環保 SRE 等活動，邀請民眾從法鼓八式動禪、各類創意遊戲中，體驗禪法的活潑與妙用，引起廣大迴響。從傳統中走出新意，適時契入社會需求。

全面關懷 救援急難安頓身心

承續九二一地震災後的安寧服務，做為對整體社會關懷的著力點，在臺灣偏鄉、印尼、斯里蘭卡鄉間，乃至四川山區，都是法鼓山「安心、安身、安家、安業」四安工程的實踐場域，以安心服務站、心靈環保體驗營、社區關懷與家庭慰訪等施設，長期陪伴與心靈關懷，為需要幫助的民眾安定身心，重建希望。長期服務專案圓滿後，當地民眾仍殷殷盼法鼓山繼續留下。對於新住民、偏鄉學童、莘莘學子等不同族群，也藉由社會大學、人基會開辦課程、戲劇巡迴、獎助學金或校園贈書等方式，分享知識、技能、佛法與正向價值觀，提供所需的資源，開啟生命的價值。

普化教育 在教育中完成關懷

佛就是吃素、拜拜、求平安？輪迴真的存在嗎？……面對社會對佛教的種種疑惑，法鼓山透過系統性的佛法教育課程，如快樂學佛人、聖嚴書院福田班、佛學班、禪學班等，幫助大眾建立佛法知見，涵養解行並重的心性。信眾報名踴躍，各地紛紛提出開班申請，班級從道場走入社區。此外，也規畫分齡教育課程與活動，如兒童心靈環保體驗營、青年卓越營、法鼓長青班，全面照顧各年齡層的需要。法鼓長青班回饋尤其熱烈，反映出高齡化社會時代，更需要佛法的引導與滋潤，這也呼應聖嚴師父期許，「以教育達成關懷的目的，以關懷完成教育的任務」。

道場建設 契合當地蓬勃發展



佛法難聞，尤其是聽聞正知正見的佛法開示，更難。因應世界各地信眾對佛法的渴望，企盼親近聖嚴師父，落成開山之需求大增，至今已在海內外陸續增建，國內包括雲來寺、德寶學苑、天南寺、齋明別苑、雲集寺；海外則有溫哥華道場、馬來西亞道場、香港道場、洛杉磯道場，還有社區型的精舍、辦事處、海外護法分會，以回應信眾的殷切期望。考量地方特色與人文特質，各國道場結合地方資源，紛紛開展出多元創意的佛法課程、禪修、法會共修、講座，以多樣化的弘法形式，接引不同根機的民眾。

數位弘化 跨越時空聞法修行

每週三，法鼓講堂課程線上直播，除了授課現場，亞洲各地、美、加、歐陸各國的聽眾，都透過網路，跨越時空限制，共享一堂佛法課。這，只是數位弘化的一小塊拼圖。從聖嚴師父的著作《法鼓全集》、《大法鼓》節目、網路電視臺的講座、影片、動畫等，還有在 YouTube 與土豆網的三千集課程影片，都是因應科技發展而推陳出新，便利不同世代學佛的門徑。加上行動裝置的普及，二〇一四年起開始製作各種 APP，如智慧隨身書、法會、師父講經、禪修系列等，下載使用者遍及八十國。在數位時代，以更多元的面貌，將佛法親切地分享給現代人。



文化創新 景觀說法禪悅境教



如何讓一般大眾走進寺院不只是觀光，而能直接體驗現代漢傳佛教的禪觀法味？法鼓山園區親切多樣化的參學導覽課程，因此應運而生，申請團體絡繹不絕。同樣以佛教建築創新而眾所周知的農禪寺、齋明寺、寶雲寺，也規畫了各具特色的參訪行程，同樣成為民眾參訪的重點寺院。此外，最為人津津樂道的年度盛事——除夕撞鐘，將佛教祈願祈福的良善風俗推廣開來，每逢此時各界人士雲集，破曉鐘聲與意識形態，一起在祥和與激動的撞鐘氛圍中，沉澱身心迎接新年。以上種種以創新佛教建築、保存人文歷史、推廣生活禪修的規畫與活動，創造出漢傳佛教的現代新氣象。