

Stop ▶ Relax ▶ Enjoy

數千民眾雨中浴佛、體驗動禪 用禪心享受放鬆自在

下來，緩和、沉澱，繼而轉化心念為正念、淨念，以健康的心態面對現實、處理問題，這也是對母親、對佛陀最好的報國行動。

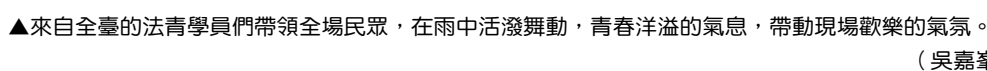
傾盆大雨彷彿也為現場民眾進行一場盛大的浴佛儀式，「我們每個人都是未來佛」，法鼓文理學院院長惠敏法師幽默表示，這場雨讓浴佛的場域，從小小的鉢盂擴大到整個國父紀念館，這種由小處擴大到一切的精神，正好讓我們學習把孝敬母親的心，擴大到一切眾生的身上。

「在雨中大式動作、跳舞，真是前所未有的經驗！」一百多位來自全臺各地的法青學員，接著以〈純真覺醒〉帶領現場歡喜舞蹈，站在舞台上看著大眾不受雷雨影響，讓年輕學子深刻接受，「大雨無法預料，但是可以調整心態去接受它，享受它，原來這就是『心靈環保 SRE』！」

此外，鈔經祈福區今年特別設立心靈環保局，讓民眾將感恩與祝福寫入御守和明信片，傳遞給遠方的母親與親友，現場參與相當踴躍。

「心靈環保 SRE」推廣邁入第二年，接引民眾一起放慢腳步，放鬆身心，練習與自己獨處，也為身邊的人祈福，讓人在生活中體驗，無論烈日當空或是狂風暴雨，只要提起禪修心法，生活處處都是心靈園。

（更多內容請見 8 版）



節當天，美國新澤西州分會舉行新會所落成啟用典禮，同時進行飯衣典禮、浴佛慶典及園遊會。典禮由方丈和尚果東法師主持，副住持、護法總會副總會長黃楚琪、北美護法會會長王九令，以及來自北美各地、臺灣等四百多位貴賓及信眾，共同以喜悅感恩的心參與勝會。

揭開典禮由聖嚴師父開示影片《從零開始》落成程序，影片敘述師父在八〇年代，如何在韋路藍縷中，於紐約展開弘傳漢傳禪法的歷程。新州分會召集人郭嘉樹藉由回顧影片，分享一九九三年新州護法會成立，二十多年來，信眾跟隨師父的大悲願行，同修佛法、同心護法、同願弘法，如今終於有了心靈的家。

在大眾殷切期盼中，方丈和尚與貴賓共同為大殿佛堂揭佛幔，也揭開新州分會的新里程。「釋迦拈花傳心燈，達摩東傳祖師意，聖嚴西傳法鼓宗，人天眼目新州開。」果醒法師為佛堂開光說法，方丈和尚則開示說明具有和佛一樣的慈悲智慧光，儀式中持巾、持鏡、執筆，正寓含「拭除無名煩惱塵垢，展現本來面目；照破無明，心如明鏡；萬德莊嚴，光明遠大」的勉勵和期許。

黃楚琪副總會長祝福新州分會，接引更多人修學佛法；王九令會長感恩有聖嚴師父的願力、僧團法師的輔導和信眾的護持，

才有今天的殊勝因緣。隨後，東初合唱團獻唱佛曲，以歌聲傳達師父的期勉，以及法鼓山的精神理念。

下午的飯衣典禮由果醒法師主持，法師說明最究竟的飯衣，是飯依自性三寶，也就是覺性、正法、清淨，期許大眾成為三寶弟子後，學佛路上認真修行。與會大眾並到戶外浴佛，感恩佛陀為生命導師，園遊會現場並進行法鼓樂表演、兒童手工遊戲等，在輕鬆喜悅的氣氛中，圓滿新會所的落成活動。

和尚親往關懷
壽堂浴佛法會

方丈和尚果東法師
北美關懷行中，
五月十五日前往位於
波士頓的普賢講堂關
懷祝福。該講堂法務
已由法鼓山承接，當
天所舉辦的浴佛法會，
由紐約東初禪寺住持
果醒法師主持。會後，
方丈和尚特別期勉當

比較，導致晚上無法睡覺。方丈和尚進一步說明，法鼓山多年來倡導心靈環保、心六倫，希望每個人都能盡責守分，遵守倫理，多為別人奉獻服務，社會自然和諧幸福。

到了提問時間，有學生問什麼是「真正的自由」？方丈和尚表示「自由」必須先對自己的人生、個人價值有所了解，並能尊重他人，不論為自私，才能擁有真正的自由。

PERIODICAUSI
雜誌紙類

內附
郵資已付

台北郵局掛可證
台北字第1890號

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

非經本刊同意，不得轉載本報圖文。
本刊編印費用為十方信施，閱後請轉親友，功德無量。

光明遠大

平社廠

◆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

法鼓雜誌APP
歡迎下載

2016年法鼓山 僧團結夏安居公告

法鼓山謹訂於 2016 年 6 月 1 日至 28 日舉辦僧團結夏安居，安居期間，法鼓山世界佛教教育園區取消所有參訪導覽，並設結界範圍，包括：

第一大樓四樓、五樓、六樓大殿；第二大樓五樓第二齋堂、七樓；戶外開山觀音公園。

造成大眾不便之處，祈請見諒。

**2016法鼓山關懷生命獎
6/30徵選截止**

法鼓山「2016 國際關懷生命獎」，徵選活動將於 6 月 30 日截止，歡迎社會各界踴躍推薦，鼓勵國內外從事關懷生命、自殺防治的團體以及個人報名參加。

徵選獎項
個人：智慧獎、慈悲獎
團體：大願獎

頒獎時間 9月24日

頒獎地點 臺北中油大樓國光廳

上網查詢 法鼓山人基會
<http://ddmhsf.org>

洽詢電話 (02) 23812345
分機 5016

方丈和尚應邀弘講

大葉大學
暢談為自己人生負責

【本刊訊】四月二十一日，方丈和尚果東法師應彰化縣大葉大學之邀，與該校榮譽講座教授卓伯源對談「對自己的人生負責」，與學生分享人生智慧。

「大家都有智慧手機，但這樣就有智慧嗎？」方丈和尚一問，引起學生反思，現代人物質生活愈來愈好，精神生活卻沒有提昇，甚至因為計較、比較，導致晚上無法睡覺。方丈和尚進一步說明，法鼓多年來倡導心靈環保，六輪論，希望每個人都能盡責守分，遵守倫理，多為別人奉獻服務，社會自然和諧幸福。

「真正的自由」？方丈和尚表示「自由」必須先對自己的人生、個人價值有所了解，並能尊重他人，不論為自私，才能擁有真正的自由。

竹縣消防局
分享防滅自身煩惱火

【本刊訊】應新竹縣消防局邀請，方丈和尚果東法師於四月二十八日、

五月六日，為消防人員訓練課程演講，分享如何為自身煩惱「滅火」。

「有效的防災工作，可減輕災變帶來的生命財產損失；內心的苦難，同

樣也需要預防。」首場演講「抱願不抱怨」，方丈和尚談及消防人員承擔防災、救災二大任務，在面對各種境界時，如果能夠清楚現象，不以自我

中心為執著，而將過程當成體驗、鍛鍊、學習與成長，持續抱持救人、助人的初衷，便能化解抱怨不平的心。

安」，方丈和尚從助人離苦得樂的精神，讚歎消防人員如菩薩示現；同時強調因果、因緣觀的正確知見，能使我們努力不懈，青進浴塗；並明午這

我們努力不懈，米道害這，並其語這
群使受災民眾安心、全國人民放心的人
間菩薩，凡事正面解讀、逆向思考，
持續奉獻、利他、行大願。

習安定力量

留安力量

佛新
壯嚴
、奉獻自



定人心的
寺皈依，
社會帶來

有成員分
族，因為
悲願，遠
勝力量，
願時時念
佛，持戒
修行。

（紫雲寺 提供）

四眾佛子共勉語

信佛學法敬僧・三寶萬世明燈
提昇人的品質・建設人間淨土

知恩報恩為先·利人便是利己
盡心盡力第一·不爭你我多少

慈悲沒有敵人，智慧不起煩惱
忙人時間最多，勤勞健康最好

為了廣種福田・那怕任怨任勞
布施的人有福・行善的人快樂

時時心有法喜 · 念念不離禪悅
處處觀音菩薩 · 聲聲阿彌陀佛

庚午年季春釋聖嚴撰



全球慶佛誕 浴佛 淨心 報恩行



▲法鼓山園區 明山浴佛。

▲觀雲寺的浴佛活動，許多人圍聚一起浴佛。

▲中華文化館浴佛。

▲香港道場於鏡湖文藝館舉辦浴佛活動，大眾前來體驗「淨心浴佛」。

▲農禪寺於佛誕日舉行浴佛法會。

▲法鼓山園區 明山浴佛。

▲觀雲寺的浴佛活動，許多人圍聚一起浴佛。

▲中華文化館浴佛。

▲香港道場於鏡湖文藝館舉辦浴佛活動，大眾前來體驗「淨心浴佛」。

▲農禪寺於佛誕日舉行浴佛法會。

果元法師溫哥華班揚書店弘講



果元法師溫哥華班揚書店弘講

果元法師溫哥華班揚書店弘講

溫哥華班揚書店弘講



溫哥華班揚書店弘講

溫哥華班揚書店弘講

溫哥華班揚書店弘講

溫哥華班揚書店弘講

法鼓山世界佛教教育園區
Tel: (02)2498-7171
雲來寺/法鼓山基金會
Tel: (02)2893-9966
法鼓山世界青年會
Tel: (02)8978-2081
法鼓山人文社會基金會
Tel: (02)2498-0707
慈惠教育基金會
Tel: (02)2397-8300

法鼓山體系暨各地分院聯絡網

法鼓山體系暨各地分院聯絡網

法鼓山體系暨各地分院聯絡網

法鼓山體系暨各地分院聯絡網

心五四教案 共創校園心環境



心五四教案 共創校園心環境

心五四教案 共創校園心環境

歸零無限 心劇團禪與藝對話



歸零無限 心劇團禪與藝對話

歸零無限 心劇團禪與藝對話

大事關懷 慈悲心為先



大事關懷 慈悲心為先

大事關懷 慈悲心為先

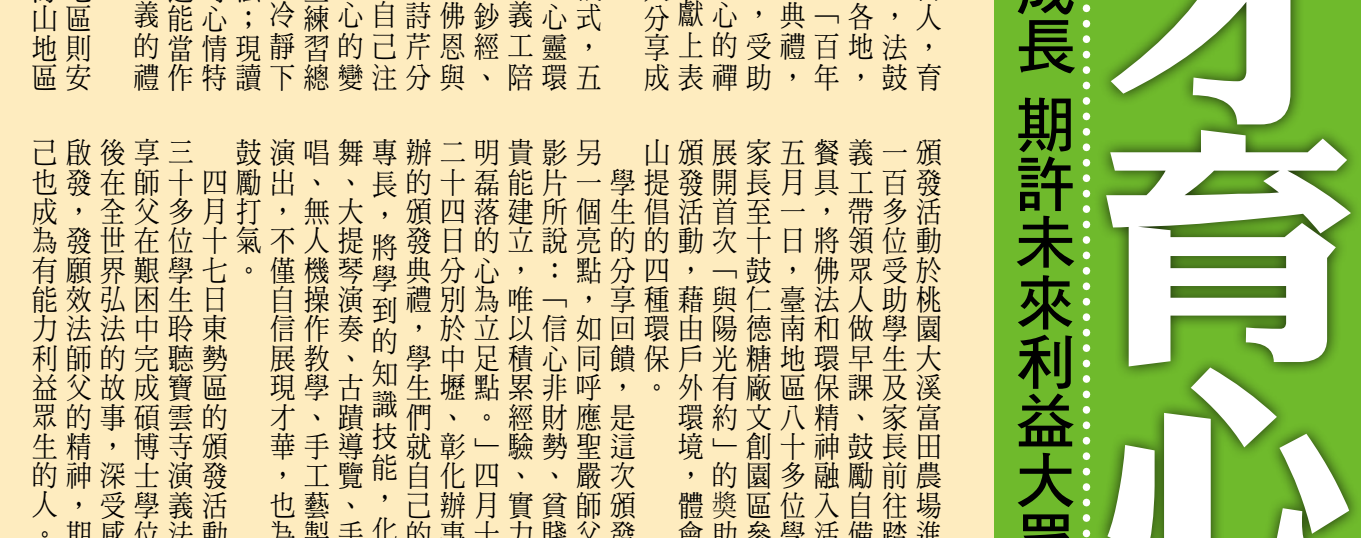
百年樹人 育才育心



百年樹人 育才育心

百年樹人 育才育心

紫雲寺培訓「吃飯趣」義工



紫雲寺培訓「吃飯趣」義工

紫雲寺培訓「吃飯趣」義工

中興電工齋明寺體驗一日禪



中興電工齋明寺體驗一日禪

中興電工齋明寺體驗一日禪

中興電工齋明寺體驗一日禪

中興電工齋明寺體驗一日禪

省思社會價值 共創影響力

法鼓文理學院、人基會合辦社會企業論壇 學術和實務交流熱烈

【黃佳卿／臺北報導】社會企業在全球蔚為風潮，帶動創造社會價值的省思，四月三十日，法鼓文理學院、法鼓山人文社會基金會合辦「社會價值與社會企業影響力論壇」，於張榮發基金會國際會議中心舉行，近三百位與會人士共思社會企業核心價值、影響現況與趨勢，學術與實務多面向交流，互動格外熱烈。

開幕式上，方丈和尚果東法師致詞表示，法鼓山提倡「心五四」與「心六倫」運動，融貫四攝、六度的核心要旨，對於社會價值有重要提醒；而二十一世紀新興的社會企業，自發承擔為世人解決問題的使命，與菩薩道有相應之處。

法鼓文理學院校長惠敏法師發表專題演講「心靈環保與社會價值」，以博學雅健的生活型態與銀光經濟為例，提出法鼓山「心靈環保」理念、佛教「慈悲喜捨」四無量心、慈悲禪修與腦神經科學研究等，都可以內化與擴充「社會價值」的意義，對於尚在啟蒙階段的臺灣社會，更能創造自利利人的行動實踐。

當天論壇進行四場論文發表、二場實務對話，就「社會價值」、「社會影響力」兩大主軸，探討社會定義、個案研究、管理倫理、籌資途徑、影響力評估等主題。靜宜大學吳成豐教授以里仁公司與諾樂樂牛織品手工坊（Nolan）為研究個案，探討兩家社會同具佛教背景，在法鼓未周延、起步晚等情形下，開創華人社會發展的有利模式，並提出法鼓文化致力心靈教育，「由心出發」解決社會問題，亦具備社會特質。

弘毅影響力投資平台主任徐啟智，介紹韓國從國家層級來推動社會發展，有效解決經濟危機後，伴隨而來的大量失業人口問題，對即將面臨逾一千萬人失業的中國大陸而言，值得借鑑。

實務對話由光原、臺灣好夥伴、臺灣尤努斯基金會等社企參與人、心六倫宣講團團長林知美介紹人基會「心監海策略」，將佛法觀念導入企業管理，提升企業對社會責任的自覺，創造共享價值。以「慈悲的資本主義者」自許的光原社會企業，由董事長王鵬超分享以有機耕種、公平交易的方式，支持部落農業，提高原鄉青年返鄉就業的意願，完成傳承部落文化的願景。臺灣公益CEO協會秘書長林淑娥分享推動「待用午餐」活動，透過在地綠色消費的力量建立食安觀念，並且實現對弱勢與邊緣家庭的關懷，深得與會者共鳴。



▲政治大學江明修（左起）、中央大學沈建文、臺灣師範大學鄭勝分等學者，分享社會企業學術與實務經驗，論壇中交流面向多元，互動熱烈。（吳嘉豪攝）

【法鼓書齋】

■《人生》雜誌 394 期 6 月號

佛法致富

財富是幸福的基礎，還是罪惡的淵藪？佛法所指的財富到底是什麼？本專題透過聖嚴師父談佛教財富觀，學習不囿於財富的心態；從經典故事，了解佛陀所講真正的財富；理財 Q&A 則為大家解答理財疑慮；《心靈環保經濟學》作者果光法師，建議大家應用心五四過生活，智慧消費，並透過許仁壽、薛兆亨、陳媛秀的分享，看見財富的無常，進而做到理財不負債，不僅賺世間財，也能賺法財，以佛法致富。



本期「電影與人生」評析泰國導演阿比查邦的《華麗之墓》，述說沉睡不醒的士兵與看護之間，一段似夢似真的心靈交流。「農禪悟語」果祥法師分享清邁特色民俗土屋，感受環保又有創意的建築新潮流。「東亞佛寺之旅」則介紹日本尾道千光寺，除了美麗的玉之岩與火伏觀音傳說之外，千光寺「共樂園」更被評為賞櫻名所百選之一，成為全日本知名的戀人聖地。

■《人生》電子雜誌上市了！

因應數位時代，《人生》電子雜誌已在電子書店上架，買不到的過期、熱銷、絕版的雜誌，也將陸續上架，手機、電腦、閱讀器一次下載，永久閱讀，環保又實惠喔！

◎ udn 讀書吧

<http://reading.udn.com/v2/magCate.do?mcate=154>

◎ HyRead ebook 電子書店

<http://ebook.hyread.com.tw/magazine.jsp?jid=372>

【教育文化看板】

法鼓文理學院推廣教育中心 暑期班課程

課程名稱	教師	開課日期
中國禪宗思想	釋如碩	7/5 (二)
基礎藏文	曾德明	7/5 (二)
佛法英文開口說《密勒日巴道歌》選讀	楊書婷	7/6 (三)
佛法視角的牙醫學	劉啟霖	7/7 (四)
靜觀，遇見幸福	張振興	7/7 (四)
正念減壓：八週找回內在的智慧與力量	溫宗堃	7/21 (四)

※ 更多課程，請上網查詢 <http://www.dila.edu.tw>

【上課地點】法鼓德寶苑（臺北市延平南路 77 號）

【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

僧大講經交流 法海涵泳

【本刊訊】四月十六日下午，法鼓山僧伽大學全體師生齊聚法鼓文理學院大教室，展開一年一度的講經交流。五位講者當中，四位以佛教經典為主題，一位介紹創辦入聖嚴師父。男眾部副院長常順法師期勉學僧，透過自己的獨立思考與表達，分享法義及學習成果，呈現漢傳佛教兼重並重、平等互重的特色。

講述《佛說五蘊皆空經》的演一法師，運用科學實驗、影片觀賞，直接讓聽眾體驗無常、無我。演論法師因參加佛七起了疑惑，藉由講述《六祖壇經·疑問品》的淨土法疑團，提出三個問題來釐清內心疑問，並願自己走過除疑的過程，讓佛法能夠自受用、他受用。

演說法師以「修證樂帖終極版《佛遺教經》」為題，活潑生動地介紹佛陀圓寂前心繫眾生，勸勉弟子一心勤求戒律、嚴守戒律的遺教，提醒大眾走入戒律的精神，而非拘泥和現況因緣不符的戒條。真光法師就《普門品》來分享「念觀音、求觀音、學觀音、做觀音」的修行法門，不僅是從小遇到逆境時的最佳陪伴，每當情緒起伏時，稱誦「觀音菩薩」就能讓心安定下來，將觀音法門融入人生。



▲講經交流圓滿，學僧捧著獎項，歡喜地與師長合影。（法鼓山僧大提供）

跨越時空 悠遊佛教史

【釋演化／金山報導】四月二十九日至五月一日，法鼓文理學院文化研習中心開辦「佛教史研習體驗營」，上百位法師與信眾於印、中、藏、日等四大佛教史中悠遊共學。校長惠敏法師以《三國演義》及《三國志》為喻，提醒學員歷史接近後者，不如前者精彩有趣，更需大家用廣闊的心胸去學習；同時勉勵學員不只體驗課程，更要藉著「學慢」、「學簡單」，踏實地體驗生活。

講授第一堂「印度佛教史」的莊國彬老師，幽默地引導學員思考，如何從佛傳得到「法」的啟示，並從部派佛教、大乘佛教、密教的演進，體驗佛教與文化不可分割，以及佛教度化眾生的本質：從無常、苦、空、無我的此岸，到常樂我淨的彼岸，未曾改變。

「中國佛教史」、「西藏佛教史」與「日本佛教史」由佛教教學系凱華、蘇南望傑、藍吉富三位老師分別授課。老師們學養豐富，教學活潑生動，學員在法喜洋溢中，一窺佛教於異時空、異文化下開展出的不同面貌。

於行願館擔任義工的學員朱淑賢表示，很歡喜有機會深入認識佛教，期待未來有更多學習體驗的機會；法鼓游依那、張曉青道出許多學員的心聲：「除了對佛教更有興趣，也想在文理學院的清淨校園中，體驗學習的感受。」

這是繼「人社研習體驗營」後，文化研習中心第二次舉辦體驗營，主任果鏡法師表示，除了原先規畫的課程，未來將繼續開辦相關的佛教史研習課，提供大眾更多學習的因緣，更歡迎意猶未盡的學員們來報考文理學院。



2016 年禪文化研習中心活動

時間	活動	對象
6 月	心靈成長研習體驗營	曾擔任法鼓山體系悅眾
8 月	兩岸教師研習體驗營	兩岸四地大專院校教師、研究人員及博士研究生
10 月	人社研習體驗營	聖嚴書院福田班以上結業者
12 月	佛教史研習體驗營	聖嚴書院佛學班、禪學班結業者

【上網報名】請上法鼓文理學院網站 <http://www.dila.edu.tw/>

【洽詢電話】(02) 2498-0707 分機 2472

▲上百位學員不只體驗課程，同時藉著「學慢」、「學簡單」，踏實地體驗生活。（法鼓文理學院提供）

【法鼓山社大集錦】

友善農耕市集 力行自然環保

【謝宛真／金山報導】法鼓山社會大學從去年（二〇一五年）開始舉辦「自然環保友善農耕市集」，四月二十四日於金美國小學舉辦第二次市集，邀請北海四區農友分享優質農產品，並首度舉行農友茶會，互相交流分享，副持果祥法師介紹「心靈環保農法」的精神理念，期許更多人加入友善農耕，永續經營土地。

茶會上，農友分享投入友善農耕的心路歷程，提到生病是因為耗損身體，不健康的食品也是一種耗損，希望以自己的行動影響周遭人，不要為了增加產量或貪求方便，犧牲土壤與環境。也有農友藉由親身體驗，訴說現今慣行農法的危害，不超標的農藥逐步累積，毒性隨之聚沙成塔，昆蟲、小動物的消失便是重大警訊。

講師共識營 建構學習型社區

【江典育／金山報導】「法鼓山社會大學講師共識營」四月十七日於法鼓文理學院舉行，共有金山、新莊、北投三地校區近百位講師及義工參加。校長曾濟群說明社會大學以「推動一個無牆的學校、推動大普化與大關懷教育、推動公益觀念」，來建構相互關懷和扶助的社會。

眾人參訪文理學院後，由參學室常統法師帶領練習「觀身受法」，放鬆身心，了解禪修的觀念和基礎知識，讓親身體驗禪修的講師們，更能落實法鼓山社大推動課前靜坐五分鐘，讓趕來上課的學員，身心能夠放鬆安定，達到更佳的學習效益。



▲法鼓山社會大學三校區的講師和義工，透過參訪法鼓文理學院校園，對法鼓山理念更加了解。（李東陽攝）

鼓山社大講師的責任和使命感，眾人表示樂為法鼓山的社會教育盡心奉獻，一同推動普化教育，建構學習型社區。

心靈環保 光明遠大

第四屆法鼓山信眾論壇

2016. 6/29 ~ 6/30
萬華台大會議中心（台北市萬華區福州街 88 號）

研討內容

1. 國際海外外傳佈道：共同探討與實踐
2. 《聖嚴法師年譜》之出版
3. 漢傳佛法之國際傳播
4. 心靈環保之國際發展

報名方式

線上報名：<http://www.dila.org.tw/2016platform/>
電話報名：(02) 2893-9666 分機 24627

主辦單位：法鼓山信眾論壇籌備委員會

歷史想像與現代性語境下

漢傳佛教與聖嚴思想

2016. 7/1 ~ 7/3
萬華台大會議中心（台北市萬華區福州街 88 號）

研討內容

- 一、研討議題
 1. 現代社會語境下的漢傳佛教：聖嚴思想、宗教、制度與社會
 2. 臺灣佛教現代主義之建構與反思
 3. 當代臺灣佛教與中國之現代化與全球化的挑戰
 4. 聖嚴法師對「漢傳佛教」中之傳統與創新
 5. 漢傳佛教的歷史與當代實踐
- 二、專題論壇
 1. 當代佛教：學術與實踐、傳統與創新

報名方式

線上報名：<http://www.shengyen.org.tw/>
（國際與海外地區郵寄）
電話報名：(02) 2397-9300

主辦單位：法鼓山中學佛學研究所、法鼓文理學院、法鼓山信眾論壇、臺灣大學佛學系、慈光大學佛學系、法鼓大學佛學系、法鼓大學學務處、法鼓大學學務處（合成示意图）

帶著佛法到澳洲

僧團法師從北半球的春天，飛到了南半球的秋天，為澳洲墨爾本與雪梨的信眾，帶來佛典講座、禪修與念佛共修，讓向來忙碌奔波的人們，得享放鬆法喜的禪悅。

四月二十九日，開始連續四堂課的法器練習。雪梨分會的念佛共修，一直都是聽著CD唱誦，總覺得少了一份和佛菩薩的連結，也比較無法凝聚心力，趁著有法師指導，開始努力練習法器。我們這群長青組，幾乎從不曾碰過法器，一開始都沒有信心，覺得很困難。在法

師的鼓勵之下，漸漸有了信心，四天的課程結束後，我們成立了法器小組，而且已經可以在念佛共修中打法器，不再依賴CD了。

在連續三天弘講《華嚴經·淨行品》、《佛說阿彌陀經》之後，五月八日於帕拉馬塔（Parramatta）公園舉辦結合母親節和浴佛節的活動，法師帶領我們唱《三寶歌》，優美又有深意的詞曲，讓大家都感動不已。我們和法師一同為普天下的母親祝福，也為這次的雪梨弘法活動，畫上圓滿的句點。



▲在果啟法師的指導下，大眾把握機會認真學習，期望能在念佛共修時，可以自己執掌法器。（雪梨分會提供）

雪梨分會 ●林萍

無常中更見道心

正當雪梨分會的菩薩們，熱切地安排果啟法師的弘法行程時，四月三日卻因為鄰居火災，波及到分會，結果道場全毀，書籍、坐墊、設備付之一炬！眼看法師四月底就要來了，怎麼辦呢？

突如其來的無常，打亂了原本的計畫，但這時大家的道心和凝聚力顯現了無比的力量，召集人莫露瑜及悅眾們，分別去尋找合適的地點，調整活動，重新製作坐墊等，努力讓活動順利地舉辦，不負法師遠道而來的來意。

首先登場的活動，是四月三十日的禪一，臨時覓得的芒特科拉（Mt. Cole）社區活動中心，九點鐘才開門，義工們早早等在門口，一開門就進去布置場地，身忙心不忙，九點十五分還在吸地板、布置佛像及坐墊，九點半禪修就準時開始。

四月二十九日，開始連續四堂課的法器練習。雪梨分會的念佛共修，一直都是聽著CD唱誦，總覺得少了一份和佛菩薩的連結，也比較無法凝聚心力，趁著有法師指導，開始努力練習法器。我們這群長青組，幾乎從不曾碰過法器，一開始都沒有信心，覺得很困難。在法

師的鼓勵之下，漸漸有了信心，四天的課程結束後，我們成立了法器小組，而且已經可以在念佛共修中打法器，不再依賴CD了。

在連續三天弘講《華嚴經·淨行品》、《佛說阿彌陀經》之後，五月八日於帕拉馬塔（Parramatta）公園舉辦結合母親節和浴佛節的活動，法師帶領我們唱《三寶歌》，優美又有深意的詞曲，讓大家都感動不已。我們和法師一同為普天下的母親祝福，也為這次的雪梨弘法活動，畫上圓滿的句點。

墨爾本分會 ●許麗蓮、Ellen Lam

金色陽光下的法喜

四月的墨爾本秋高氣爽，對法鼓山墨爾本分會的信眾來說，可說是一個相當令人期待的時刻。因為僧團果啟法師與常先法師前來弘法，講解《華嚴經·淨行品》、《佛說阿彌陀經》，還帶領禪坐指導、念佛共修及英文禪五等活動，非常殊勝難得。

法師們一抵達，隨即展開共修指導，十七日上午禪坐、下午念佛，果啟法師並在開示時講解《華嚴經·淨行品》。其中，念佛共修是墨爾本分會第一次正式舉辦。接下來三天，法師開示《佛說阿彌陀經》，生動有趣的解說中，以日常生活的小故事為例，將經文與生活連結起來，大眾深受法益。

二十二至二十七，則舉行英文禪五，除了在室內禪坐，果啟法師也帶領大眾到戶外修行。在藍天、紅葉、柔風，以及金色閃耀的陽光下，大眾各自隨意坐臥，享受這份寧靜。有禪眾分享，多年來的生活只有奔波、緊張，幾乎不曾真正感受過這樣的悠閒，禪修期間身心完全地放鬆後，才能體會到大自然的美好，與油然而生的喜悅。

感恩法師們帶來了佛法、禪修，還有謙和質樸的法鼓家風，真心希望墨爾本分會，能吸引更多前來共結法緣，同證法喜。

從上岸到彼岸

◎釋果賢（文化中心副都監）

《聖嚴法師年譜》分享會，四月十七日來到了高雄。市立圖書館，以「從高雄上岸的心啟發」為題，帶領讀者看見師父與高屏地區深厚的因緣。當師父於戰亂的年代，脫下僧服，換上軍裝，歷經三天航程，在高雄上岸，這一刻，師父一定始料未及，將在臺灣開展一甲子的僧命。

二十四歲，隨著部隊移防再抵高雄，這段期間師父讀了許多文史哲的書籍，並練習寫作。這段日子可說是師父磨鍊一支健筆的時期，二十七歲時，更出版了生平第一本著作《評〈般若與基督教〉》（較），即由高雄的書局出版。隨後又在高雄佛教書局遇到靈源老和尚，而獲傳授法脈。二度出家後，當要尋覓一處閉關之地時，最後落腳之處，還是在高雄美濃。

隨着師父出國、赴日留學，到美國教書，歷經十多年，當師父奉東初老人之命，回到臺灣承接農禪寺後，師父即於一九八三年（五十四歲），在高雄首次舉行大型公開演講，當時地點，也是在高雄市立圖書館。多位長老如月基、真華等法師蒞臨會場，星雲法師亦特別從彰化趕回，為師父做推介。

一九八九年，法鼓山創建時，隨即也在高雄成立護法會，此後，聖嚴師父每



▲從高雄登岸後，聖嚴師父一生與高雄結下了深厚的法緣。圖為一九八三年師父首次於高雄舉行大型公開演講。（本刊資料）

香積禪修一日營

◎釋演啟、釋演捨

送一份禪修的禮物

禪修是法鼓山重要的法寶，而且在一洗、切、揀、煮一動個不停的香積，更是需要禪修。想到香積組義工總是護持禪七的三餐，不少人都當了多年的義工，卻不曾進到禪堂體驗禪修，實在太可惜了。抱持著以禪修回饋義工長年護持的想法，決定今年要舉辦香積禪修二日營。

四月二十五、二十六兩天，住山義工、主廚團隊、上下行堂、各地區等一百多位香積義工，參與的學員平均年齡都在六十歲以上，甚至有高齡九十歲的義工參加。這次的二日營全場禁語，雖然偶爾學員的心跑出外去玩，開始講話了，也能配合法師的引導，很快地讓自己靜下來，專注當下，在動靜穿插的課程之間，用心體驗與自己相處的每一刻，即使只是一小步、一口飯。

第一天，百丈院監院常貴法師前來開示，希望學員們

用放鬆愉快的心情來體驗兩天的活動；三學研修院院長副都監常遠法師也在第二天前來關懷，笑問大家：「一百多位香積義工都在這裡，那這幾天的飯菜是誰煮的？」一輕鬆幽默的開示，逗得學員們笑聲連連。法師還分享海印三昧的方法，希望學員們時時觀想自己的心，像大海一樣涵容一切，就不會執著、比較、起煩惱了。



▲透過戶外禪、香積義工一步步感受法鼓山所推動的弘化工作，更加深護持的信心。（法鼓山香積室提供）

出家的影響力

◎釋常啟

在家居士同樣能修學與護持佛法，出家與否，是人生的道路與價值觀的選擇，但若論及影響力，卻無法直接攤平了做對比。例如比爾蓋茲夫婦創了一個全世界最大資產的慈善基金會，主要宗旨是對抗貧窮與疾病，包含對非洲落後貧窮國家的救濟、癌症、愛滋病的防治與研發新藥等，對整個社會與世界做出了極大的貢獻，影響力甚巨。比較起來，好像僧團實質的作為與貢獻是微不足道的。

然而，佛法如何能穿越兩千六百年，而且從印度到中國，到世界各個角落，包含臺灣、西藏、東南亞、韓國、日本、歐洲、美洲甚至非洲等地，開花、散葉、結果？佛法之所以能貫穿時間、空間，持續利益著過去、現在、甚至未來的人類，就是透過一代又一代的出家僧團，普遍而平等地利益當代的有緣眾生，而且還將持續利益未來無限廣大的有緣人。

或許我們沒辦法比爾蓋茲夫婦的基金會那樣，在物質與病痛的救濟上，給予立即的幫助，但僧團是在人類的根源處著眼，救濟心靈上的貧窮，淨化無始以來的無明愛憎，其所產生的影響力，無可言喻。

身體覺察

走出城市的喧鬧和忙碌，遠離已讀未回的郵件，離開眼花撩亂、不重要的生活選項吧！選擇向內探尋，向內覺察的：生命自在。

2016 Summer
青年卓越禪修營

8月17-24

活動地點：法鼓文理學院

全臺法青卓越相會

五月七日華燈初上，農禪寺大殿念佛共修正當展開，地下室的大教室，卻傳來搖滾版的觀音菩薩聖號，一百五十位來自全臺各地的法青學員共聚一堂，用歌聲和舞動的活力，將莊嚴的念佛夜點綴得非比尋常。

為了迎接五月八日在國父紀念館登場的「心靈環保SRE」活動，青年院特別邀集各地學員，為彼此加油打氣之外，各個分會也分享在地推廣課程及營隊的現況，或者載歌載舞、或者知性嚴謹，展現了各地法青的創意及特色。

「真的大開眼界！」來自臺中的王靖說，以往只在地區當義工，參加法青讀書會後，認識了一群志同道合的朋友，今晚又看到這麼多年輕人在佛法中發現自我、為社會服務，讓人感動。大學生陳尚潔則對農禪法青的「生活覺察研究室」非常感興趣，希望未來也能在地區開辦，接引更多青年認識佛法、活用佛法。

（文／許翠谷、圖／吳嘉豪）

學習成長看板

人基會 2016快樂婚享班

- 【講師】常繼法師 張光斗
蕭碧燕 楊蓓 林惠蘭
- 【上課日期】7/9（六）、7/23（六）
- 【上課地點】安和分院
- 【報名對象】參加過法鼓山佛化婚禮的夫妻、一般夫妻、準新人、年滿二十歲有興趣者。
- 【洽詢電話】(02) 2381-2345分機5015
(02) 2893-9966分機6425
- 【上網報名】快速掃描右方QR Code
人基會網站：<http://ddmhsif.org>





◎文／編輯室 圖／李東陽、吳嘉峯、江思賢、王育發、林雅櫻

禪心浴佛沐甘露

午後一陣沁涼的大雨，讓今年「心靈環保Stop→Relax→Enjoy」令人難忘。無論是豐富的禪修心樂園體驗、在雨中做八式動禪、托鉢浴佛，皆讓與會大眾體驗到禪修的清楚放鬆，感念佛恩之外，更為五月溫馨的母親節獻上祝福。



慢活心舞動

來自全臺的法青，以一曲〈純真覺醒〉，帶領全場民眾活潑舞動，青春洋溢的氣息，讓活力在大雨中綻放。曲中鐘聲響起，大眾一起雙手合十，「停十秒」，體驗動、靜中清楚放鬆，享受當下的幸福。

感恩浴佛禪

結合母親節的佛誕日，感恩心更加豐盈。在浴佛前，先調整身心、托起鉢盂，用這分專注、放鬆行禪，再以鉢盂浴佛，並為母親祈福。這鉢盂浴佛香湯以禪心莊嚴，供養佛、感恩母親的心，別具意義。



鈔經・心靈郵局

為幫助大眾傳達對家鄉母親的思念，今年的鈔經祈福區特別增設心靈郵局，服務大眾將鈔經御守、寫上祝福的明信片，寄給遠方的母親與親友。來自北投的黃淑恩，十分有耐心地完成二十份鈔經御守，除了獻給母親，也寄給遠在大陸的親友。

禪修心樂園

上午十一點起，國父紀念館周邊，不時傳來陣陣輕快的歡笑聲。融合禪修心法所設計的體驗遊戲，吸引了許多人闖家參與，在輕鬆和樂的氣氛中歡度佳節。無論是哪一種遊戲、闖關成功與否，能夠在過程中清楚覺察自己的起心動念，就是禪修的最佳體驗。

雨中行禪・動禪

一場午後雷陣雨讓浴佛的場域擴大，更沐浴了參加「心靈環保SRE」活動的每一尊未來佛。禪眾們穿上雨衣、戴起斗笠，在禪堂堂主果元法師的引導下，不受忽大忽小的雷聲、落雨影響，以「身在哪裡，心在哪裡；清楚放鬆，全身放鬆」的安定，感受禪法的自在。

鐘生幸福滿人間

「祈願增福增慧，世界和平人安樂；祈願消災除障，人人免難有幸福。」以一分安定與歡喜心撞鐘，誠心地為己、為人、為世界祈願和平，當一聲聲悠揚的鐘聲響起，祝福的心念彷彿穿透了障礙，無遠弗屆地傳遞開來。



2016兒童心靈環保體驗營

法鼓山暑期兒童營來囉！

讓小朋友體驗四種環保，過一個充實又好玩的暑假。

課程活潑有趣，歡迎報名，名額有限，敬請把握！

區域	舉辦單位	梯次	活動日期	報名對象	相關說明
北部	法鼓山世界佛教教育園區	培訓	6/9(四)~6/10(五) 7/10(日)~7/11(一)	小隊輔：18~35歲對兒童營隊活動有興趣或具社團康輔經驗之在學學生、社會青年、教師等報名。 內外護：16歲以上學生、社會青年、教師等報名。	【報名日期】即日起，額滿為止 【報名條件】報名後，經審核通過者，通知參加培訓課程。小隊輔須全程參與培訓的相關活動 【諮詢電話】(02)2498-7171 #3313、3310 【報名網址】www.ddm.org.tw
		1	7/12(二)~7/16(六)	國小四升五~五升六年級	【報名日期】4/23 早上9:00起，額滿為止 【報名條件】須實地心經及四聖諦共勉語，通過審核者將會寄發錄取通知 【諮詢電話】(02)2498-7171 #3313、3310 【報名網址】www.ddm.org.tw
	農禪寺	培訓	7/16(六)~7/17(日) 09:00~17:30	小隊輔：18~35歲在學青年或教師 內外護：14歲以上學生或教師及一般大眾	【報名日期】5/1起，額滿為止 ◎報名後，須經審核通過者，E-mail通知參加培訓課程 ◎培訓完成，需由農禪寺本場次營隊內外護義工 【報名諮詢】(02) 2893-3161 #572-573 【報名網址】necm.ddm.org.tw
		1	7/18(一)~7/21(四) 09:00~16:30	國小二升三~三升四年級	【報名日期】5/18起，額滿為止。當天往返不住宿 【報名網址】necm.ddm.org.tw
	安和分院	1	7/8(五)~7/10(日)	國小升三~升六年級	【報名日期】5/15起，額滿為止 【諮詢電話】(02)2778-5007 #156-159 【相關網址】http://anhe.ddm.org.tw
	中山精舍	培訓	7/1(五)	小隊輔：18~45歲或教師及一般大眾 內外護：14歲以上學生或教師及一般大眾	【報名日期】即日起，額滿為止 ◎報名後，須經審核通過者，通知參加培訓課程
		1	7/11(一)~7/13(三)	升國小二、三、四年級	【報名日期】5/2起，額滿為止 【報名條件】營隊前須實地心經 【諮詢電話】(02)2591-1008 【戶外參訪】每梯隊第2天戶外參訪(代收車資)
	齋明寺	培訓	7/27(三)~7/28(四)	歡迎18~38歲對兒童營隊活動有興趣或具社團康輔經驗之在學學生、社會青年、教師等報名	【報名日期】5/1起，報名後將進行審核，通過審核者，寄發通知參加培訓課程 ◎培訓完畢，需全額擔任兒童營小隊輔或義工 【諮詢電話】(03)380-1426 #203-205 【報名網址】http://jms.ddm.org.tw
		1	7/29(五)~7/31(日)	升國小四、五、六年級	【報名日期】5/1起，額滿為止 【諮詢電話】(03)380-1426 #203-205 【報名網址】http://jms.ddm.org.tw
	齋明別苑	培訓	7/16(六)~7/17(日) + 7/22(五)	歡迎18~25歲對兒童營隊活動有興趣之青年	【報名日期】5/1起，額滿為止。通過審核者，寄發通知參加培訓課程 ◎需全額擔任小隊輔或義工(二天) 【諮詢電話】(03)315-1581 #101-103 【報名網址】http://jmbu.ddm.org.tw/
		1	7/23(六)~7/24(日)	暑假結束升國小三、四年級者	【報名日期】5/1起，額滿為止，首次報名者優先錄取 【諮詢電話】(03)315-1581 #101-103 【報名網址】http://jmbu.ddm.org.tw
中部	慈基會(雲來寺)	培訓	7/3(日)	歡迎法青、本會受獎助之高中、大學同學及義工，對兒童營隊活動有興趣或具社團康輔經驗者報名	【報名日期】即日起，額滿為止 【報名條件】培訓完成需擔任小隊輔或義工(三天) 【諮詢電話】(02)2893-9966 #6334
		1	7/4(一)~7/6(三)	升國小三、四、五、六年級	【報名日期】5/1起，額滿為止 【報名條件】本會關懷家庭之學童 【諮詢電話】(02)2893-9966 #6334
	新莊辦事處	1	8/20(六)~8/21(日)	升國小三年級~五年級者	【報名日期】5/15起，額滿為止 【諮詢電話】(02)2994-6176 【活動地點】新莊辦事處
	宜蘭辦事處(安康幼兒園)	1	7/30(六)~7/31(日)	國小學童(以三~五年級優先錄取)	【報名日期】5/15起，額滿為止 【諮詢電話】(03)9332-125
	金山法鼓山社會大學	1	7/16(六)~7/17(日)	國小升二年級~六年級者	【報名日期】6/1起，額滿為止 【諮詢電話】(02)2408-2593-4 【相關網址】www.ddcep.org.tw
	臺中寶雲寺	培訓	7/8(五)~7/10(日)	歡迎18~30歲大專青年報名	【報名日期】即日起，額滿為止 ◎報名後，須經審核通過者，以E-mail通知參加培訓課程 【報名網址】taichung.ddm.org.tw
		1	7/11(一)~7/12(二)	升國小五年級、六年級者	【報名日期】5/2起網路報名，額滿為止 【諮詢電話】(04) 2255-0665 【報名網址】taichung.ddm.org.tw
	臺南分院	1	7/13(三)~7/14(四)	升國小三年級、四年級者	【報名日期】5/1起，額滿為止 【諮詢電話】(06)220-6329 【報名網址】http://tainan.ddm.org.tw
		1	7/8(五)~7/10(日)	升國小二年級~六年級	【報名日期】5/1起，額滿為止 【諮詢電話】(06)721-1295 【報名網址】http://yunji.ddm.org.tw
	臺南雲集寺	1	7/8(五)~7/10(日)	升國小二年級~六年級	【報名日期】5/1起，額滿為止 【諮詢電話】(06)721-1295 【報名網址】http://yunji.ddm.org.tw
南部	高雄紫雲寺	培訓	7/6(三)~7/7(四)	歡迎高中應屆畢業生或各大專院校在校學生，18~35歲之青年報名	【報名日期】即日起開始報名，報名後經審核通過者，寄發通知參加培訓課程 ◎培訓後需擔任營隊小隊輔或義工 【諮詢電話】(07)732-1380 #11-14 【報名網址】http://zyt.ddm.org.tw
		1	7/8(五)~7/10(日)	升國小三、四、五年級	【報名日期】5/1起，額滿為止 【諮詢電話】(07)732-1380 #11-14 【報名網址】http://zyt.ddm.org.tw
	臺東信行寺	培訓	7/31(日)~8/3(三) 16:30~12:00	歡迎高中應屆畢業生及各大專院校在校學生年齡在18~35歲以下青年報名	【報名日期】5/31起，額滿為止 ◎報名後，須經審核通過者，以E-mail通知參加培訓課程 【諮詢電話】(089)225-199 【報名網址】taitung.ddm.org.tw
		1	8/3(三)~8/6(六) 12:30~13:00	國小升四年級~升國一	【報名日期】6/3起，額滿為止 【諮詢電話】(089)225-199 【報名網址】taitung.ddm.org.tw

標示 代表需住宿；相關訊息若有變動，以網路公告為準 www.ddm.org.tw

