

好願在人間 有希望

許個好願 讓它實現 積極行願 造福人間

【二〇一九年方丈和尚新春祝福】

阿彌陀佛！果暉向大家祝福，恭賀新年好，如意吉祥！

新年前後，大家都會口說吉祥話，互道恭喜，這樣的祝福有用嗎？非常有用，因為誠心祝福，本質來講就是一種願。我祝福你，你祝福我，從一份祝福，連結眾人的祝福，就會變成我們大家共同的願力。這便是法鼓山每年提出祝福主題，邀請社會大眾共同發願的期許所在。

心甘情願，主動承擔

為什麼要發願？發願，雖是佛教常用名詞，它的內涵與許願相近。大家不妨回想自己許願時的心路歷程。在許願當下，我們的心往往趨於寧靜安定，而從內心深處生起一份承諾：「我願意這樣做！」也就是心甘情願，主動承擔。只要以願力與決心來深入開發自己的內心世界，就能發揮我們潛在而無限的慈悲與智慧能力。

非常榮幸與大家分享：二〇一九年法鼓山年度主題「好願在人間」，這是由聖嚴師父親自題寫，留給社會大眾的勉勵。現在我們再加上兩句詮釋：「許個好願，讓它實現；積極行願，造福人間。」希望能夠再次傳遞師父的關懷，更邀請社會大眾透過許願、行願，來轉自己的好運，也轉家庭、社會及全世界的好運。

如何許好願？願，可大可小，不妨掌握「大處著眼，小處著手」兩個原則。所謂大處著眼，有兩個大方向：一個是願自己成長，另一個是願利他；這兩個方向，只要其中一個成長，另外一個面向也會隨之提昇。

小處著手，則是日常生活的實踐。以個人來講，最基本的就是善盡本分，把己做好。在什麼職位，該做什麼事，盡責負責，全力以赴。與人相處，若能多一分尊重，就會多一分包容；多一分關懷，就能多一分力量。當盡負責任，關懷他人，就能轉自己的好運，進而影響整體大環境一起轉好運。

利人利己，同轉大好运

發願以後，重在實踐。若是能夠經常提醒自己：「我願意這麼做！」那麼，即使遇到挫折困境，依然鍥而不捨堅定前行，這便是願力的可貴。以佛教徒來講，從紛亂的煩惱到減輕煩惱，到解脫煩惱，均須憑藉願力來完成。因此，「願」是佛教非常重要的法門，亦為菩薩道最重要的內涵，以利他為第一，把個人的我放在其次，即是菩薩願；愈是幫助他人，就愈能夠放下自己，而得到真正的快樂。

生命的意義，是在珍惜中，做自利利他的善行。我們與家人、與社會大眾的因緣是無法切割的，透過願力，可使我們與他人的關係更緊密結合，互相影響，互相分享。勸請大家都能許好願、行好願，共同轉動整體社會的大好運！祝福大家，阿彌陀佛！

法鼓山 索法鼓山觀音道場 臺北臺灣第一聖地

Pharma Drum Monthly

好願在人間 雜誌

PERIODICAUSI 雜誌紙類

國內 郵資已付

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

法鼓山建設基金勸募專戶 帳號：19078983 戶名：財團法人法鼓山佛教基金會

法鼓雜誌APP 歡迎下載

Android iOS

108 學年春季 環境與發展學程 社會企業與創新學程 社區再造學程 生命教育學程 人文社會學群（國立收費）

學系學程招生 博士、碩士、學士班 佛教學系（免學費）

報名日期 2019/2/4~4/15 考試日期 2019/3/27~5/10

詳情請洽：02-2498-0707 佛教學系博士、碩士班分機：5416 佛教學系學士班分機：5417 人文社會學群碩士學程分機：5202, 5313 簡章下載 www.dila.edu.tw/Admission



「釋演真／金山報導」由聖嚴教育基金會、中華佛學研究所主辦的「第四屆近現代漢傳佛教論壇」，一月七至十五日於法鼓文理學院展開。本屆首度與「二〇一九佛教與東亞文化寒期研討班」結合，串連成為一週的佛學研討盛會。

參與學者包括：政治大學哲學系名譽教授暨聖嚴傳佛學研究中心主任林鎮國、法國多學科佛學研究中心主任汲汲教授、廣州中山大學比較宗教研究所教授龔鵬、中國人民大學宗教學系副教授宣方、加拿大英屬哥倫比亞大學亞洲研究學系教授陳金華、及法鼓文理學院副教授楊傳、鄭傳仁等三十餘位，分別發表演講、論文、與談或回應；來自十七國一百二十位研修班青年學者，和論壇參與者共約二百人共襄盛舉。

本屆論壇主題為「近現代漢傳佛教與禪修之挑戰與發展」，除了「圓桌論壇」、「論文發表」，首次增加「專題演講」及「主題研討」，展現了「禪」在學術多元研究及視野中的豐富樣貌。



▲與會學者在第四屆近現代漢傳佛教論壇，提出多元的關注主題與研究視角。（王育發攝）

探尋漢傳禪宗近現代發展契機

第四屆近現代漢傳佛教論壇暨佛教與東亞文化寒期研討班

學人們分別從歷史或社會視角切入，陳金華從大唐帝國的佛教遺產找出當今禪宗的發展契機，汲汲教授則以一九八〇年代佛教復興與「禪」的內涵轉變，包羅勇猛以量化分析細繹禪修中心國際化修持樣態，劉雅詩則從中國女性跨國禪修角度，觀察禪的復興與國際化。人物研究方面，聖嚴師父的念佛禪及禪修指導、淨慧法師的生活禪、來果禪師在高旻寺重建坐香傳統、韓國性微禪師影響現代韓國佛教，都是禪宗現代化的極佳呈現。德國海德堡大學東亞藝術史研究所教授胡素馨（Susanne Bräuer）從當代藝術「無水墨」的水墨呈現中看見「禪」，官方更單刀直入傳統宗門工夫的可驗證性……關注主題及研究視角多元。

九日晚間開始的研討班課程，以「技術、災難與宗教：東亞的視野」、「二十世紀佛教考古學」、「大乘佛教思想史反思」三大系列演講為主，穿插四場關於佛教修行、哲學、資難，依然鍥而不捨堅定前行，這便是願力的可貴。以佛教徒來講，從紛亂的煩惱到減輕煩惱，到解脫煩惱，均須憑藉願力來完成。因此，「願」是佛教非常重要的法門，亦為菩薩道最重要的內涵，以利他為第一，把個人的我放在其次，即是菩薩願；愈是幫助他人，就愈能夠放下自己，而得到真正的快樂。

生命的意義，是在珍惜中，做自利利他的善行。我們與家人、與社會大眾的因緣是無法切割的，透過願力，可使我們與他人的關係更緊密結合，互相影響，互相分享。勸請大家都能許好願、行好願，共同轉動整體社會的大好運！祝福大家，阿彌陀佛！

僧團禮祖 感念師恩



「辭歲，是為了繼往開來、承先啟後，懷念、感恩自己的祖源。報恩的方法，是發願繼承祖先的遺志，弘揚佛法、廣度眾生。利益眾生就是報恩三寶的恩、報答祖先的恩。」一月二十一日，在溫馨喜樂的圍爐，以及莊嚴攝受的晚課後，法鼓山僧眾一果度齊聚於開山紀念館祖堂，由方丈和尚聖嚴師父帶領全寺四眾弟子辭歲禮祖，並聆聽聖嚴師父音開示勉勵，每位僧眾還可領到師父的一段法語，猶如師父對個人的修持叮嚀。

方丈和尚除了分享就職近五個月來的心得，並展望僧團未來，讓法鼓山這個由聖嚴師父繼承太虛大師與東初老人所創建的現代化僧團，延續清淨、精進、和樂的道風，廣集優秀青年，培養成具有大悲願心的宗教弘化，四眾弟子通力合作、適當應用科技弘法，平衡內修與外弘，並遵循佛陀所制律法，以及六和敬精神來安僧。

（文／釋演化、圖／李東陽）

「翁家玉／金山報導」一月九日午後，繼程法師應法鼓文理學院人文社會學群學部之邀，與三學研修院副都監果光法師以「學、問、禪」為題，於法鼓山園區國際會議廳進行對談，與現場二百七十多位、觀看網路直播的二百五十多人，一同分享生命中的學習歷程。

果光法師首先分別就學、問、禪三個字向繼程法師提問，以自身的求學過程，引導大眾思考學習對自己的真正意義。繼程法師提到跟著聖嚴師父打禪七的經驗，是生命的轉捩點，完成四個梯次禪七的轉程中，讓自己對佛法從「認識」的轉而成為「體驗」，對佛法及禪修的信心因此變得非常堅定。

果光法師接著請教在學習中的提問，和禪修相當重視的「疑」，兩者有何不同的取向？繼程法師分析：第一種「疑」是一種煩惱，重者是懷疑佛法與真理；第二種為學問的疑問、發問的「疑」。禪宗的「疑情」為第三種，是對生命的疑，一種探索生命為何來的心理動力，話頭的參透必須仰賴此種疑情，方可能成就。

何謂學問禪？繼程法師表示，「定慧一體，默照同時」是禪修的基本原則，運用在日常學習，就是專注做學問，同時保持清楚，不受任何外境干擾。

【釋演化／臺北報導】一月十二日，繼程法師應法鼓文理學院生命教育學程之邀，於法鼓德寶學苑演講「禪者悲心」，直指一般人將生活與禪修截然二分的盲點，闡述從清淨到生活，時時提起佛法正見，回到方法，便能在定慧一體的作用下，讓悲心自然開發流露。

許多禪修者最大的問題，是在禪期中拚命用功，回到日常生活卻不再繼續。於是，在禪堂中感受到清淨，回到生活中便不清淨了。繼程法師分享，禪修讓人看見內在自我，坐上蒲團，便會發現身心各種潛在的問題，包括疲痛、疲累、昏沉、無法放鬆、妄念等，禪修即是藉由內外而內、由身至心，一層一層對身心的發現與處理。

法師特別指出，這些問題，其實都是日常生活中所累積而來，尤其是妄念，「一日生活中的一切，在禪修中會顯現為妄念。打坐時對妄念的應對，就等同於在生活中對外境的應對，因此，在禪修中若能用法把妄念處理好，回到生活中，就能把日常處理好。」

「心處於安定、一心不亂，同時保持清明，不被妄念干擾擾亂，這是定境；現觀因緣生、因緣滅的運作，見到緣起性空的法性，這是慧。」透過禪修，有苦、予樂的慈悲將自然流露；同時，能以智慧觀因緣，進一步照見五蘊皆空，也能與周圍的人有更好的互動。

法師殷切勉勵現場六百多位聽眾都能深入禪修，成為禪者：「如果能多一些禪者，發揮自己慈悲與智慧的心，對世間就會有更大的幫助！」

繼程法師 對談學問禪

果光法師

「翁家玉／金山報導」一月九日午後，繼程法師應法鼓文理學院人文社會學群學部之邀，與三學研修院副都監果光法師以「學、問、禪」為題，於法鼓山園區國際會議廳進行對談，與現場二百七十多位、觀看網路直播的二百五十多人，一同分享生命中的學習歷程。

果光法師首先分別就學、問、禪三個字向繼程法師提問，以自身的求學過程，引導大眾思考學習對自己的真正意義。繼程法師提到跟著聖嚴師父打禪七的經驗，是生命的轉捩點，完成四個梯次禪七的轉程中，讓自己對佛法從「認識」的轉而成為「體驗」，對佛法及禪修的信心因此變得非常堅定。

果光法師接著請教在學習中的提問，和禪修相當重視的「疑」，兩者有何不同的取向？繼程法師分析：第一種「疑」是一種煩惱，重者是懷疑佛法與真理；第二種為學問的疑問、發問的「疑」。禪宗的「疑情」為第三種，是對生命的疑，一種探索生命為何來的心理動力，話頭的參透必須仰賴此種疑情，方可能成就。

何謂學問禪？繼程法師表示，「定慧一體，默照同時」是禪修的基本原則，運用在日常學習，就是專注做學問，同時保持清楚，不受任何外境干擾。

【釋演化／臺北報導】一月十二日，繼程法師應法鼓文理學院生命教育學程之邀，於法鼓德寶學苑演講「禪者悲心」，直指一般人將生活與禪修截然二分的盲點，闡述從清淨到生活，時時提起佛法正見，回到方法，便能在定慧一體的作用下，讓悲心自然開發流露。

許多禪修者最大的問題，是在禪期中拚命用功，回到日常生活卻不再繼續。於是，在禪堂中感受到清淨，回到生活中便不清淨了。繼程法師分享，禪修讓人看見內在自我，坐上蒲團，便會發現身心各種潛在的問題，包括疲痛、疲累、昏沉、無法放鬆、妄念等，禪修即是藉由內外而內、由身至心，一層一層對身心的發現與處理。

法師特別指出，這些問題，其實都是日常生活中所累積而來，尤其是妄念，「一日生活中的一切，在禪修中會顯現為妄念。打坐時對妄念的應對，就等同於在生活中對外境的應對，因此，在禪修中若能用法把妄念處理好，回到生活中，就能把日常處理好。」

「心處於安定、一心不亂，同時保持清明，不被妄念干擾擾亂，這是定境；現觀因緣生、因緣滅的運作，見到緣起性空的法性，這是慧。」透過禪修，有苦、予樂的慈悲將自然流露；同時，能以智慧觀因緣，進一步照見五蘊皆空，也能與周圍的人有更好的互動。

法師殷切勉勵現場六百多位聽眾都能深入禪修，成為禪者：「如果能多一些禪者，發揮自己慈悲與智慧的心，對世間就會有更大的幫助！」

邁向2019好願在人間 歲末感恩分享會



天南寺



紫雲寺



信行寺



雲集寺



寶雲寺



花蓮辦事處



雪梨分會

總本山



農禪寺



齋明寺



蘭陽分院

感恩大團圓 邁向護法新年

◎文/林貞均

圖/全球各分院、護法會、辦事處提供

「信」佛幸福洋溢，學法精進努力，修行不遺餘力，雲嘉南祝大家許好願，行好願，好願在人間。一月十三日舉行的「邁向2019歲末感恩分享會」，九千多位海內外護法鼓手分別回到總本山，以及農禪寺、天南寺、齋明寺、寶雲寺、雲集寺、紫雲寺、信行寺、蘭陽分院、花蓮辦事處、澳洲雪梨分會、新加坡護法會等十二處分支道場團聚，透過視訊連線，以充滿活力的隊呼互相問候、祝福，歡喜共慶團圓的好時光。

「今年法鼓山重要的一年。」方丈和尚果暉法師於主壇法鼓山園區大廳開示時提到，今年是創辦法鼓山園區大廳十週年，法鼓山創立三十週年、美國東初禪寺創建四十週年、《人生》雜誌七十週年，法鼓山規畫「系列緬懷師恩的活動」，以年度主題「好願在人間」來實現對師長的感恩，以願導行，以行踐願。並進一步說明如何透過發願、祈願、許願、行願、還願等五個階段來實踐，期勉大眾「以大悲心為立足點，以大願為總方向」，發心利他，以佛法的智慧幫助眾生；提昇自我，以知恩的心感恩，願願相續。

「感恩僧團法師，讓我們聽聞、學習佛法；感恩悅眾、義工，勇於承擔推動護法工作。」張昌邦總會長代表護法會向四眾弟子致上感謝，並共勉以「利益眾生」為終生使命。法鼓山園區大廳裡，在主法常遠法師帶領下，大眾齊誦《心經》與觀音菩薩聖號，祝福世界；於齋明寺關懷的副住持果祥法師分享自己的願：把自己奉獻給佛教與推廣自然農法，期許大眾都能發好願；藉由「鴻雁同行」影片，天南寺監院常順法師指出，所有活動皆由四眾弟子同心願一起成就，猶如鴻雁精神，在菩薩道上共同承擔護法、弘法的重要大任；三千多位鼓手齊聲的農禪寺、監院果毅法師關懷表示，歡迎大眾隨時回「娘家」，感受法鼓大家庭的溫暖與祝福。

當三十八位護法超過二十年的資深勸募會員，依序進入寶雲寺大殿，在眾人讚歎的掌聲中接續上台，由法師們頒贈紀念照。一個笑容，一句好話，都是廣結善緣的大布施。卓秋菊以法語，分享自己在法鼓山學佛成長的動力，從成立讀書會到加入助念團，邊學邊做，自利利人。天南寺邀請歷經無懼警風的文山區鼓手朱秀容，分享如何佛法面對病痛，更發願未來能為中風患者盡一分心力，令人感佩。

各地精心規畫佛曲帶動唱、戲劇、樂器演奏等節目，讓老中青世代交流同樂。花蓮辦事處首度由法青搭起中肯一起主持，妙語如珠讓全場歡笑不斷；雲集寺由一群小朋友上台持誦《心經》；可愛虔誠模樣令人讚歎；紫雲寺由高雄法青純淨樂團帶領小朋友、媽媽、阿嬤組成的親子打擊樂團，以簡單純粹的音聲供養大眾；臺東法青與義工在信行寺獻出一光影戲一首演，以聖嚴師父籌辦佛學教育、推廣法鼓山理念的悲願為內容，演出感動人心，別具新意。



與演出，展現童真。

（李佳純攝）

聖基會 兒童生活教育寫畫創作頒獎 童心童畫 關懷世界

「林貞均／臺北報導」透過繪畫、寫作和書法，讓孩子們學習守護大自然、珍惜資源、生態保育等生活教育，表達對社會的關心。由聖嚴教育基金會主辦的兒童生活教育寫畫創作活動，評選結果於二〇一八年十一月起陸續公布，並於十二月八、十五、十六、二十九與三十日，分別在農禪寺、寶雲寺、信行寺、紫雲寺、齋明苑舉辦頒獎典禮，約有一千一百多位學生和家長參與。

在各地舉辦的頒獎典禮，皆融入各種寓教於樂的活動：農禪寺、齋明苑安排「旅行童話」劇團串場演出，以趣味短劇、遊戲和舞蹈，帶著小朋友學習勇敢，成為助人力量；寶雲寺邀請森森高中、信行寺邀請寶雲國小特教班、紫雲寺則由「1+1+1親子打擊樂班」與「純淨樂團」合作，以舞蹈、演奏、帶動唱等，為現場帶來歡樂氣氛。

擔任本屆評審的北投國小校長翁世盟，讚許本屆投稿作品除了件數成長，創意、完整度和豐富性都有所提昇，看出孩子藉由敏銳觀察，詮釋想法。從自己的生命經驗出發，以筆墨詮釋想法。

「因為農民的辛苦，才有桌上這頓飯。」六年級的賴冠廷，畫出農民腳上雖然都是泥巴，但還是很用心地耕作，不吝插秧、收成、採茶都辛苦，應用心體會，表達感謝；三年級的王元心也深有同感，甚至落實在日常生活中的行為，為感恩心「專心吃飯」，就是做了一件好事；五年級的趙南星，書法寫作選擇法語「要有當別人墊腳石的心量，要有成就他人的胸襟。」希望自己也有一「沒關係」的心量，並且學習別人的好處。

慈善基金會 用上禪法 讓慰訪加分 舒活二日營

「林佳音／臺北報導」懂得善待自己，更有智慧與能量善待他人。二〇一八年十二月二十一至二十三，慈善基金會首度與傳燈院合作，為六十六位長期在第一線擔任關懷、慰訪、救災、訪視等工作的義工，舉辦「慈善基金會舒活二日營」。由傳燈院監院常義法師帶領，講師包括慈善會副秘書長常隨法師、傳燈院常正法師，以及臺中市社會局社工師謝洋洋，期許透過禪修與課程，讓學員沉澱身心，補充能量，從心出發。課程從放鬆身心開始，藉由經行、動禪、打坐、禪觀，提昇覺照，安定身心。「無論環境怎麼壞、怎麼髒、怎麼亂，自己的心都不受影響，心裡清淨，



▲學員透過禪修與課程，學習放鬆、安定身心。（傳燈院提供）

法鼓山人基會 2019 好願在人間心靈講座

【時間】晚上7:00~9:00 【地點】法鼓德寶學院「無盡講堂」
【報名】https://ddmhsf.org 【洽詢】(02) 2381-2345分機5012

跨入2019 清淨身心迎光明

▼紫雲寺首辦跨年念佛三，總護常乘法師分享如何運用禪修的方法念佛。(林映伶 攝)



▲溫哥華道場舉行跨年禪五，禪眾清楚、放鬆，全然與自己在一起。(溫哥華道場 提供)



▲方丈和尚果禪法師於農禪寺跨年祈福法會上，鼓勵二千多位民眾以利他來利己，共同建設人間淨土。(李東陽 攝)

【本刊訊】二〇一八年歲末，當全球各地沉浸在跨年的興奮中，法鼓山海內外各分院及道場的信眾，以禪修、念佛、法會等共修方式來沉澱身心，用清淨、精進的心跨入二〇一九年。方丈和尚果禪法師於農禪寺跨年祈福法會上，以年度主題「好願在人間」鼓勵二千多位民眾，透過「發願、祈願、許願、行願、還願」五步驟來提昇自己，奉獻自己，以利他來利己，共同建設人間淨土。

各地的跨年共修，由紐約東初禪寺率先展開，於去年（二〇一八）十二月二十六日至元月一日耶誕新年假期舉行念佛禪七，東、西方信眾約二百多人參與，或安步念佛，或快步繞佛，安坐念佛，首次參加的西方眾保羅（Jean Paul）分享，念佛禪讓他體驗到色身的存在是藉假修真。

溫哥華道場自十二月二十八日起進行跨年禪五，禪眾練習專注、覺照、清楚、放鬆，全然地與自己在一起。高雄紫雲寺於十二月二十九日起，首次舉辦跨年念佛禪三，由禪堂監院常乘法師擔任總護，一百二十位臺灣及香港信眾一用念佛的方法禪修，用禪修的方法念佛，培養心的自主能力，讓自心不隨妄念紛飛，禪修中心副都監果醒法師也在場勉勵眾人「隨時用方法」。

二〇一八年最後兩天，近一百位禪眾及義工相聚臺東信行寺，在總護常乘法師帶領下，投入精進禪二。高齡八十五歲的黃重錦，兩天隨眾坐蒲團、拜佛、出坡，眾人看到老菩薩如此精進，莫不全心用力。

除了禪修，各地還有念佛、法會及經典共修。十二月二十九至三十日，臺中寶雲寺、香港道場分別舉行佛二、慈悲三昧水懺法會，三百多位中部地區信眾隨著寺院管理女眾副都監果理法師，於莊嚴攝心的大殿中共修；香港信眾則打開懺本用功，希望法水洗滌三障煩惱，副住持果品法師鼓勵眾人熟讀懺文，「隨時觀照，隨時懺悔，經常反省，每天把心清理一下」。

十二月三十一日，馬來西亞道場舉辦了跨年大悲懺法會，監院常道法師帶領近二百七十位信眾拜懺、發願、點燈。而年終及元旦一連兩天，臺北安和分院則有五百位信眾齊聚誦誦《法華經》、聆聽聖嚴師父影音開示，同心發好願，祈願人人平安、社會和諧。

邁入新年第一天，農禪寺、寶雲寺、臺南分院都舉行了元旦早課。近三百五十位民眾到農禪寺誦誦《心經》、持《大悲咒》；寶雲寺有近七百位民眾圍家做楞嚴早課；臺南分院進行「大悲心起學觀音」早課後，並舉辦佛一暨八關戒齋，由僧團果明法師帶領近一百六十位信眾虔誠共修，眾人跪於佛前發願受持，將受戒功德迴向一切眾生，離苦得樂，共成佛道。

►中部信眾闖家到寶雲寺做元旦早課，迎接新年的第一道光。(黃仁達 攝)



各地短波

新州分會首辦佛一暨八關戒齋

二〇一八年十二月二十二日，新州分會首次舉行佛一暨八關戒齋，約五十位信眾在東初禪寺監院常華法師帶領下，透過一日一夜的精進修持，體驗出家人的生活，遵行八戒，斷欲離過。

午齋後，眾人以《大勢至菩薩念佛圓通章》中的心法：「子若憶母，如母憶時，母子歷生，不相違遠。若眾生心，憶佛念佛，現前當來，必定見佛，去不遠；不假方便，自得心開。」將身心意全部投入念佛之中，無論是動、是靜、是語、是默，隨著持名念佛的喜、煩惱遠離。法師勉勵大眾除了受持一日的八關戒齋，體驗少欲知足的在家生活，今後也能常提起出離心，不為欲望所惑。(翁意洵)

新加坡護法會啟建水懺法會

新加坡護法會於二〇一八年十二月二十二日，啟建慈悲三昧水懺法會，共有一百多位信眾參與。大眾在法法師及悅眾法師帶領下，融入莊嚴的梵唄聲中，於佛前發露懺悔，懇請諸菩薩為自己洗心革面作重鑒，並發願不再造作種種業因，更迴向法界一切眾生，同得解脫。

為了舉辦這場法會，數個月前即展開籌備，包括：前往泰國護法會觀摩、僧眾服務院監院演法法師前來培訓法器悅眾、殿堂、香積等各組義工，也積極做好各項前置工作。一位初次拜《水懺》的信眾分享，《水懺》如同一面觀照自己的明鏡，隨著懺文看見自己無始以來的種種過失、煩惱習

活動看板

各地兒童半日營

小隊輔招募

【報名方式】線上報名

兒童日

小隊輔招募

【日期】3/30

【對象】18~35歲青年

【報名方式】線上報名

臨終關懷 以佛法安心

蘭陽分院「平安無事」講座

【宜蘭訊】如何能夠活得自在、走得平安？蘭陽分院二〇一八年最後一場「平安無事」系列講座，十二月十五日由具多年臨終關懷經驗的僧團常持法師主講，引導聽眾以佛法來探討究竟的生命觀，幫助臨終者平安走過身心變化的歷程，提煉生命的意義與價值。

「將關懷的對象視為菩薩示現，當下的自己也得到了關懷。」常持法師從多年的經驗中，道出對臨終關懷的深刻體悟。法師談到，從佛教的觀點來說，人在解脫生死輪迴前，須經歷每一期生命不斷地循環，生命流轉有如一道道的選擇題，想要怎麼活，先要選擇怎麼活，一及早用正確的態度面對生死，用佛法啟發內在的覺性，先善生，才能善終。

「從三世因果論來看，我們對生命要有永續經營觀，死亡只是生命的分段終點。」法師表示，佛教的生命觀涉及「五蘊、緣起、輪迴、業報」四大觀點，生命的流轉是一生有、本有、死有、中有「等四有」的次第循環。

「錯誤的因果觀、無常觀，會讓臨終者飽受折磨。」法師表示，臨終關懷的目標是消除和減少對方的痛苦，關懷者也會在勸導過程中，產生出離生死的勇猛心。「關懷臨終者，要先讚歎對方這一期生命的價值，再分享西方極樂世界的殊勝與功德，讓臨終者對往生的世界產生希望，進而引導以念佛方式到達彼岸。」

常持法師叮嚀關懷者，時時保持輕鬆自在的態度，溫暖善解、無條件地尊重臨終者，鼓勵對方表達對死亡的想法及情緒，不要企圖用自己的信仰去「拯救」對方，更不要陷入當下的情緒中，或背著自己的情緒，去關懷對方。

「生命的意義不以長度衡量，是深度與廣度讓生命璀璨。」法師表示，死亡讓生命得以休息再出發，因為有實：能展現未來的光明美好，生命因而得以超越，活出非凡的意義。

農禪寺

寺院跟你想的不一樣

青年FUN心輕旅行

報名/ 1/15 起，請上網報名
https://bcm.dcm.org.tw/

對象/ 20-40歲青年
● 未曾參加過法鼓山活動者優先

日期/ 3/22-24 (週三至週五)
【時間】19:00~18:00
【地點】(02)-2893-3161分機557

佛教寺院千年來所傳的智慧，原來是為今日的你我準備的：
認識生命本質，探索人生的意義，清靜而踏實的過生活。

夏天來臨之前，
相約水月道場，出發吧！

需住宿，自備睡袋

法華鐘響 法鼓迎新

除夕撞鐘・跨年祈願

鐘生幸福
聞鐘，心清明；撞鐘，傳心願。
在溫厚的法華鐘聲裡，用最真誠
安定的心，聞鐘、祈願、傳送幸福。

2/4 21:00 2/5 00:40

法鼓山世界佛教教育園區
活動諮詢：02-24987171分機3313



▲論壇與會學者的多元視野，更增研討的精彩與豐厚。(李佳純 攝)

一 探漢傳禪宗的現代定位

現代漢傳佛教論壇以「近現代漢傳禪宗與禪修之挑戰與發展」為主題，於一月七、八日各展開一場圓桌論壇，首場由汲謁教授以「近現代漢傳佛教研究：意義、主題與方法」為題，指出「現代」或「近現代」不是時序概念，而是一種服從於「變遷的律令」的時間制度，真正關心佛教命運的人，不能不研究近現代佛教。並舉出五種前瞻性的方法：制度研究、群像研究、空間研究、文本共同體研究及非佛教文獻的利用，做為未來研究漢傳佛教的參考。

◎編輯室

契理契機 佛法弘傳的 智慧取捨



▲國語論壇第二場，繼程法師提出教授禪修的過程仍須順應因緣，盡己盡分。(李佳純 攝)

佛教與東亞文化暑期研習班

探究佛教多元面貌 青年跨界啟動

「釋演化、陳魯盈／臺北報導」一百二十位青年學者除體驗近現代漢傳佛教論壇帶來的學術激盪，接續參與研習課程、專題演講、青年論壇、參訪等佛教踏查行程。研習課程由東京大學教授下田正弘、德國海德堡大學東亞藝術史研究所教授胡素馨、UBC大學教授陳金華共同授課。下田正弘從經典的集結過程反觀大乘經典的弘法，並以《大般涅槃經》四個版本的異同與增修為例，指出許多學者認為巴利經典較接近佛陀的原始教義，因其未增加或校訂太多，但實際上，大乘經典體現了對教義的討論與開展，更接近佛陀當時的教學方式與理念。

胡素馨以抗日戰爭為中國藝術與考古的轉折點，一方面是大量人口遷往中國西南、西北等內陸，文物與文化重心也隨之轉移；另一方面，戰爭引發知識分子對中華文化消亡的焦慮，同時發現甘肅、西康等所謂邊陲地區，由於少經破壞，反而保留更多漢族早期文化藝術。敦煌石窟便是這樣的時代背景下，成為新的中國佛教文化研究重鎮，吸引藝術家如張大千等進入，而引發破壞與保存的爭議。陳金華從歷史災難與宗教的連結，思考在科技發展失控的現代，宗教力量如何成為人類方舟。

此外，專題演講邀請中山大學副教授建東、廣州中山大學教授龔鵬、東海大學助理教授嚴瑋泓、政治大學副教授耿明、法鼓文理學院助理教授王昱鈞，分享從禪修到禪技的佛教修行觀變遷、印順長老佛教經史研究對佛教的影響、前哲學啟蒙和左派思想對佛教的影響、佛教的意識哲學，以及數位科技如何裨益漢文佛典音譯的辨識。

連續五日的學術盛宴，為青年學者提供寬廣的視野，進一步深入佛法義理，反思古往今來眾生身心如何從中得到安頓，進而創造出燦爛動人的佛教藝術，現今佛教又能提供什麼樣的智慧，面對人類不可知的未來。



▲研習班還包括宗教體驗、寺院參訪等，青年學者走入現代佛教的場域親身感受、交流分享。(王育發 攝)

佛教新視野 與當代對話

「主題研討」與「論文發表」呈現出多元豐富的研究，學者們就念佛與參禪之爭、傳統與現代禪修演變、三大佛教傳承之間的關係，以及修行法門與政治經濟、醫學心理等種種面向，進行多元討論。

一月九日的主題研討中，中華佛研所所長果鏡法師、美國佛羅里達州立大學副教授俞永峯分別探討聖嚴師父禪法思想，果鏡法師發表「念佛與參禪不二之挑戰與發展」以

主持林鎮國教授回應，「現代性」很難掌握，非常抽象，它是個「問題」多過於是個「答案」，所以更需要運用多元、多學科的方法論切入。

第二場由馬來西亞佛學院院長繼程法師、傳燈院監院常義法師、三學研修院女眾副都監果光法師、中央財經大學教授包勝勇，接續深入探討「現代禪修教育的挑戰」，微觀中國、臺灣、馬來西亞等地漢傳佛教禪師的養成教育與學修環境等，對現代禪宗傳承進行剖析。繼程法師指出在教禪修的過程中，應隨順因緣，盡己盡分，才是最實際的弘法之道，並提醒「自己先感受到禪修的好，才能和別人分享」。

專題演講中，陳金華教授提出古代史與現代史連結的意義，以「從『黃土禪』到『藍海禪』：禪宗現代化與國際化的歷史溯源與現代背景」為題，指出漢傳佛教本身固有的商業精神和國際性格，並從大唐帝國與佛教如何相互影響而興衰，致使佛教漸漸走向孤立、與土地及傳統農耕結合的地域性佛教，為當今的漢傳佛教提供借鏡及省思。

胡素馨講述「新禪宗風格在當代藝術：水墨藝術的表現性」，分享東亞藝術家借用禪的語言，以「非墨」材質創造新水墨表達空間，讓全球觀眾都能看懂、進而對話，因此站上國際舞台，開展佛教藝術的新面貌。

聖嚴法師的念佛禪七為主」，提出「參究念佛」為師父念佛法門思想脈絡完整化、體系化的主幹；俞永峯梳理師父禪法思想形成的因緣，分析師父如何詮釋、重建前人教法、回應現代社會，並逐漸建構出具有現代性的漢傳佛教。

包勝勇則以二〇〇二年起十五年間，緬甸恰密修中心逾二千人參加國際禪修者的資料做量性研究，勾勒出中國大陸修行者赴緬禪修的情況和趨勢，並提出傳統禪修在現代所面對的問題與挑戰。

官方透過傳統宗門話語、禪者覺悟經驗及當代禪師對禪的論述分析，省思傳統宗門意識之間、現代禪師與傳統典籍之間的關係，引發熱烈討論。

汲謁分析一九八〇年代經濟改革開放以來，禪在中國大陸的話語與實踐的演變，提出禪象徵徵對世俗性活動的參與，但又不被看成宗教，而視為哲學、文化與生活方式，顯示「禪」成為聯繫不同話語和領域的關鍵詞，對其所呈顯各種現象的探討，成為建構當代中國佛教史的新取徑。

一月八日，來自加、日、韓、港、中等九位學者發表論文。卡加利大學副教授草間笛，針對現代醫學身心治療與靜坐運動，反思研究方法；聖地牙哥大學教授慧空法師，提取「禪」關於死亡議題的思想及實踐，作為臨終關懷的基礎；香港教育大學講師劉雅詩提出跨國禪修的普及，讓女性在當代禪宗復興及國際化、扮演重要角色；北京外國語大學副教授趙越，探討現代中國禪的媒介化、娛樂化、商品化、大眾化的背後原因；南京大學博士生黃偉隆則分析，在多元社會境遇與禪修話語重建下，虛雲老和尚、聖嚴師父和一禪師關於見性觀念的殊異；日本立正大學客座研究員邱亦非指出，近代東亞思想與西方哲學相遇之際，鈴木大拙與西田幾多郎對於「宗教」與「禪」，有異於傳統佛教教義的創造性哲學闡釋。

【法鼓書齋】

■《人生》雜誌 426 期 2 月號

聖嚴法師 願的足跡

乞食千家，杖竹萬里。聖嚴師父一生不斷地出發、遠行，與不同地區、領域、宗教的人們分享佛法。師父圓寂十週年之際，作家王鼎鈞教授回憶，因為往佛教裡找尋「上帝隱瞞的東西」，而與師父在東初禪寺結下的法緣、文緣。沒有師父的日子，弟子楊蓓修書一封，娓娓道來對師父圓寂前囑託事項的努力，走在師父的深遠悲願上，也是一種幸福。陳維武分享為師父翻譯過程中，領受師父的「加持」與學習。

師父一生以願開路，交織成一幅寰遊行腳地圖。政大中文系退休教授丁敏從中感受禪者的初心，是傳承自觀音的悲願，為了幫助眾生離苦得樂，師父風雪行腳，宛若觀音走過人間。世代之間如何閱讀師父各個生命階段？繼程法師、佛教學者鄧偉仁、紀錄片導演張釗維、高中生涯高晏，分從禪者風範、佛教教育實踐、探問生命本源、用生命堅持學習的取徑，照見師父一生實踐佛法的行願足跡。

面對當前多元紛雜的社會議題、人類面臨的種種災難，佛教教師與佛教學者各有何見解？「當代關懷」由致力於佛教僧團扎根西方的美國舍衛精舍住持圖丹卻准法師，提出殷切且明確的指引：「佛學人物」陳金華教授則視為宗教變革契機，倡議以佛學營建人類方舟。「123，木頭人」雖是遊戲，卻和真實人生有幾分相似，「人生戲中戲」指出其中「向死而生」的道理，等著你琢磨！

(每本 180 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



教育文化看板

DILA 社會企業與心靈環保碩士學分班招生

【開設課程】

社會企業行銷策略(楊坤修)、佛教與企業倫理(鄧偉仁)、心靈環保經濟學(果光法師)、社會企業與創新(陳定銘)

【報名日期】

即日起至 2/15，請上網報名

分享偕大的新訊息
歡迎您的加入！

生活圈：法鼓山僧伽大學
LINE@ID：@uke7212x



第九屆數位典藏與數位人文國際研討會

迎接人工智慧的數位人文新時代



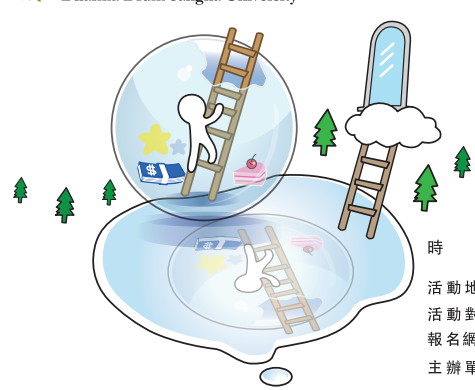
▲DADH 為臺灣數位人文學界中，最重要的年度研究成果發表的國際會議之一，國際上許多資訊與人文領域研究者皆前來與會，熱烈交流。(法鼓文理學院 提供)

【本刊訊】應臺灣數位人文學會理事長項潔教授之邀，法鼓文理學院繼臺灣大學、政治大學之後，於二〇一八年十二月十八至二十一，舉辦第九屆「數位典藏與數位人文國際研討會」(International Conference of Digital Archives and Digital Humanities, DADH)，以「迎向人工智慧數位人文的時代」(Facing the Era of AI+DH) 為主題，廣邀國內外相關專家學者與會，透過對話與交流，探討人工智慧技術於數位人文的應用與突破等議題。

十九日的開幕式中，校長惠敏法師代表致詞歡迎，並分享法鼓文理學院發展多年佛典數位典藏經驗，期許與會大眾能有豐富的多元討論成果。本屆會議內容豐富，除有九十篇論文與海報發表外，並邀請中研院資訊所前所長許開康、前歐洲數位人文協會主席麥多夫、克思多夫·麥思得(Jan Christoph Meiser)教授，以及中央研究院院士黃一農展開三場精彩的主題演講。

會議主要籌辦人圖書資訊館館長洪振洲教授表示，本屆 DADH 首次安排會前工作坊，共有六個國內外知名數位人文工具開發團隊分別進行，包含法鼓文理學院近年來開發的 C.B.E.T.A 數位研究平台功能介紹，以及佛典數位化專案：「中古佛教寫本資料庫數位編碼」、「漢籍語意鏈結的探討與應用研究」以佛典數位資源為例：C.B.E.T.A 數位研究平台、「《新修華嚴經疏鈔》數位資料庫」、「《瑜伽師地論》資料庫」、「一名古語」等，也進行階段性成果發表，讓與會者了解法鼓文理學院在佛典數位化方向上的努力與成果。

法鼓山僧伽大學
Dharma Drum Sangha University



自覺工作坊

心是老師，環境是鏡子
透過鏡子，照見自己
成為鏡子，看見他人

時間：2019/2/23-5/11 (各區舉辦日期詳報名表)

活動地點：台北/桃園/台中/台南/高雄/澳門/香港/新加坡

活動對象：參加過生命自覺營，或經法師推薦，想更深入探索自己之40歲以下青年

報名網址：<https://goo.gl/NDJHnM> (郵遞截止，將於報名截止後，以電子郵件發送通知)

主辦單位：法鼓山僧伽大學 協辦單位：法鼓山世界青年會



佛教藝術的起源與開展

主講人 顏娟英老師
中央研究院歷史語言研究所研究員

2019/3/9, 16, 23, 30
星期六 14:00 ~ 16:00

聖嚴教育基金會 臺北市仁愛路二段 48-5 號 2 樓 報名連結



5 心靈成長

▲發願弘揚漢傳禪法的李世娟（右二），曾擔任聖嚴師父隨行英文翻譯，在美國東初禪寺隨師父學禪。



（胡麗桂攝）

們，我的內心充滿歡喜，像一個剛入學的小學生，和一百多位同學菩薩完全沉浸其中，受到一次次的感動和洗禮。心，是打開的、明亮的、寧靜的，真的是太美好了！

（甲班）

媽媽生氣就不和人講話，於是看到別人可不講話，就認定是在生氣，因而不產生誤解，現在會提醒自己不一定要加判斷，主觀的認定往往是仇恨的來源，不可不慎。

有一次在作業中提到，本來擔心聖嚴師父捨報後，法鼓山不知是否有變化？看到現在參與各項活動的人有增無減，而且三年學習期滿，看到諸位法師、老師在日常執事之外，還在備課、授課及批閱作業上拚命付出，常忙到深夜，讓我十分感動，發願要比較往更用力護持。法師卻告訴我，將所學的佛法用在日常生活中，就是報師恩與護持。感恩法師又為我上了一課！



報名

21世紀

法鼓山水陸法會的 修持與時代意義

時間 14:00 - 16:00 日

地點 安和分院
臺北市大安區安和路一段 29 號 10 樓
(捷運忠孝敦化站 5 號出口)

洽詢 02-2778-5007-9 轉 156-159

報名

請上「安和分院網站」或「安和分院APP」

日期	場別	講師
2月	17	總 說 / 果微法師
	24	瑜伽 發口壇 / 果醒法師
3月	3	楞嚴壇 / 果鏡法師
	10	大 壇 / 果旭法師
	17	萬行壇 / 果冉法師
	31	淨土壇 / 果燦法師

學禪弘法

於美國隨聖嚴師父學禪的李世娟（Rebecca Li），曾多次擔任師父出席國際會議的隨行翻譯。原本對佛法存疑的她，如今是發願弘揚漢傳禪法的菩薩行者，過程中，種種因緣如何轉變？且聽她娓娓分享。

永續師徒緣

◎釋演化

（釋演化攝）

如同鏡子照見

為學佛多年，親近法鼓山十多年的「老學生」，第一次邁出步伐參加有系統的學習，於我而言，並非容易的事。半推半就中，本以為是來上一堂導人向善的佛法基礎課，但是卻出乎意料，課程從「福田」二字說起，講述福田的真正意義，不只是做好事，而是要用智慧去做好事，福、慧必須齊頭並進，缺一不可。

隨後，聖嚴師父的學思歷程、學以致用的過程，以及法鼓山從

走不下去。課程中，回顧師父一生，如同他的自述，就是在風雪中行腳。師父面臨的種種磨難困苦，常人難以想像，他仍不間斷地在風雪中走下去，並在六十多歲推動法鼓山的建設。這個人紀應是要安養晚年，可是師父為了佛教的未來，不顧疲累，「盡形壽，獻生命」，直到最後一絲火苗燃盡。

這鼓舞了我，也讓我慚愧，覺得自己遇到的困難微不足道。什麼是困難？不過就是自己把一點

班)

課程如同一面鏡子，清晰照見了自己；課程是智慧的寶庫，讓我提起正念、正思惟。真心感



(Jean Li 攝)

日期	場別	講師
7	禪壇 / 常寂法師	
14	祈禱壇 / 常慧法師	
21	地藏壇 / 果傳法師	
28	華嚴壇 / 果賢法師	
5	總壇 / 常智法師	
19	藥師壇 / 果高法師	
26	法華壇 / 果理法師	

[illegible]

僧大悟語

化作春泥更護花

◎文／釋常啟·圖／李蕭銀

一〇一九年僧大招生主題「化作春泥更護花」，出自清代著名思想家文學家龔自珍的詩偈。出身書香世家的他，從小涉獵經史子集，才學滿腹並沒有讓他仕途平步青雲，反而屢遭打壓終不得志。不願同流合汙的他，辭別了宦海浮沉，雖無法襄理國事，卻非無情不想利民，這身熱情仍有可用之處，就像飄零的落花，化成春泥滋養樹根，凋萎腐化的落花豈是無情呢？

原句「落紅不是無情物，化作春泥更護花」，春天的花美在燦爛，然而極盛繁華時，通常人不會有所反省，一落一則是對繁華的再思考，花離開了繁盛的樹梢，稀疏飄下，有種沉澱的意境，以及超然出世的素質。五欲的美好難捨能捨，曾經的華麗啟幕謝幕，因此碰觸了生命本質的問題，繁華總會落盡，出離何待凋敝，人活著為了什麼？

花會憔悴凋零，這其中有感傷的部分，但詩人巧妙地接上一「紅」字，瀟灑落下的花，不是秋天枯黃的形象，而是生機飽滿的花色正紅，給人一種爛漫的幸福感，在最茁壯絢爛的當下，莊嚴地

把自己奉獻出來。落紅亦是奉獻給，落下的紅花奉獻給塵土，在消融自我的過程中，找到了生命的價值和意義，正是出離心與菩提心的展現。

再延伸想像著隨花的種子，更願意擇地生根抽芽，代代相繼。龔自珍離開了宦途，返鄉擔任私塾老師，用心教養下一代，起著培育接班人的作用。使惠能大師的禪法成為禪宗主流的，是其一脈相承、一花開五葉的優秀弟子及再傳弟子。「花雖離因地，從地種花生，若無人下種，花地盡無生。」聖嚴師父一生致力於辦教育，建僧的悲願，創辦漢傳佛教宗教師搖籃——法鼓山僧伽大學，也在此處用心，因為人心是道心的種子，種子在，法脈就有了淵遠流長的未來，佛法雖經歷興衰，但不絕如縷，這個信念應該是主要關鍵吧！



身口心

知客培訓分享

一〇一四年來舊金山道場當知客義工，當時對「知客」毫無概念，只因師姊一句「我們也都是學中做、做中學」就來了。當時道場只是分會，每次值班只有我和兩位師兄姊。隨著道場發展，信眾愈來愈多，活動也愈來愈多，面對信眾詢問時，常感到自己什麼都不懂，知客當得可心虛啊！

很幸運地，常玄法師來講授「知客培訓課程」，學到了好多觀念。法師告訴我們「知客」就是「know your customer」，法師譯得妙，英文竟然比中文好懂。法師說，知客是信眾來道場第一個接觸的人，責任重大。

「新面孔進來，知客一定要微笑、起身，詢問有何需要幫忙的地方，去了解他、關懷他，讓對方心裡感覺到溫暖。」法師又說，知客的表現便是法鼓山道風的呈現，知客的身儀、口儀、心儀，對來訪者是最好的法布施。

儀都是法布施

◎蘇果慧

了解到知客的任務之後，法師更傳授了實際的標準操作流程（SOP）：

一、想看就導覽：信眾想參觀道場就為他們導覽，但別請人家一定要禮佛。

二、想學就教：對方想學禮佛再教導，練習拜完後，一定要讚美對方做得很好。在願意接受的原則下，鼓勵對方日後出門前，先禮佛三拜，可得心安。

三、活動介紹：熟悉道場活動才能為他人介紹，所以知客一定要參加幾次念佛、禪坐共修，以及大悲懺、清明或中元等法會。

四、食輪要轉：一定要請人留下來用齋，並且引導入位，把握因緣推廣素食。

此外，法師還針對知客組的一些細節提出改善方式，以簡化流程，減輕知客負擔。二小時的課程在歡笑聲中度過，接著還有進階班，真令人期待！

學習成長看板

法鼓長青班

【開班日期、地點】

2/12 新莊班 2/18 板橋班 2/19 齋明別苑班 2/20 農禪、雙和班
2/21 雲來、中山、新竹、蘭陽、文山、內湖、中正萬華、潮州、香港班
2/22 海山、新店班 2/26 松山班 2/27 三鶯班
2/28 臺東班 3/5 安和乙班 3/7 安和丙班 3/8 安和甲班

【報名對象】60 歲以上社會大眾

【報名方式】請洽各分寺院、辦事處或上網，額滿截止

【洽詢電話】(02) 2893-9966 分機 6659



法鼓講堂

【主題】《妙法蓮華經》——譬喻說 【講師】常諦法師

【時間】3/6、13、20、27（週三晚上 7：00～9：00）

【預約專線】(02) 22893-9966 分機 6663



3/9 ㊦ 農禪班

3/9 ㊦ 寶雲班

3/31 ㊦ 基隆班

聖嚴書院

福田班



3/7 ㊦ 農禪班

3/16 ㊦ 中永和班

3/17 ㊦ 新竹班

※ 每班 10 次課程

上半班

2019招生



師徒禪話

雪夜裡， 法音片片飄起

◎文／姚果莊 · 圖／曹一竹

早年，經常往返臺灣、美國的聖嚴師父，身邊有許多一路追隨弘法、護法的僧俗弟子。

長年在東初禪寺為師父錄稿的姚果莊，憶起生命深處，與師父互動的點點滴滴。本期起，與您分享這一段段動人的「師徒禪話」。

大雪紛飛的錄稿天

有一天，從早開始錄稿，漸漸清淨而飄逸。午餐後愈下愈大，心裡開始有點著急，這樣的雪一直下，到時怎麼回家呢？師父絲毫沒有停的意思。

藥石後，皚皚白雪照得像白晝一般，心裡開始七上八下。十點多，當師父說「再來一段」時，我不好意思地打斷：「師父，雪不停地下，我想回家了。」師父這才看了下手錶：「啊！已經這麼晚了，請果莊送你回家吧。」

打開寺院的門，厚厚的雪一腳踏下去，已經快到家門口了。我勉強上了車，平常從家裡走到寺院，只需要五分鐘的路程，沒想到車子才開不久，就陷入雪堆動彈不得。我乾脆下車，連走帶摔地回到家，至於果莊後來怎麼把車弄回寺院？我也不清楚。

回想起這一段錄稿的過程，師父工作起來，就是這麼不眠不休，毅力驚人，任何環境都影響不了師父。

再來一段

錄稿時，師父最常講的一句口頭禪，就是「再來一段」。

由於寫書需要的時間相當長，除了偶有訪客、去洗手間、午晚餐，以及下午一個小時之外，經常從上午九時開始工作，一直到晚上十、十一時。身體較弱的師父，著實是讓侍者和弟子們擔心不已。

有一次，果莊法師對我說：「師父這樣寫書太辛苦了，休息的時間太少，乾脆你每半個小時就說要上洗手間，讓師父可以休息幾分鐘。」

很慚愧，我一次都做不到。每次告一段落，正想要開口時，接著就聽到「再來一段」，師父的思路已經連貫到下一段了，怎麼忍心打斷呢？

大悲心水陸法會心得

隨緣努力 與空相應

◎果暉法師



去年（二〇一八）九月，我於方丈接任典禮中講到：「過一天算一天。」意思是做一日和尚撞一日鐘，以我現在擔任的職務，謹慎因果是必須的，更要把握因緣，集合眾人之力，以期開創未來。

我們每天的生活，都是透過眼耳鼻舌身五種感官與外境接觸，有時在腦海中留下深刻印象，有時從內心升起種種感受，這是每個人很直接、也很真實的生活經驗，就好像照相一樣。只是有些人不懂，或是不願去正視現象，是暫時存在的事實，而被外相與自心中的殘影給騙了，由於執著，導致大大小小的各類煩惱叢生。

因此，修學佛法，應當認識兩個重要觀念：一個是因緣分明，一個是因緣性空。因果與因緣是互通的，卻不能偏執一端。如果只講因果而不講因緣，往往會在相上執著，落入人天善法。如同《永嘉大師證道歌》所云：「仰箭射虛空，努力盡，箭還墮。」等到福報享盡，仍將流轉於六道途中。如果只講因緣而不講因果，則會流於頑空。

這就是法住法位，基本上，種什麼因就有什麼果，卻也不是絕對的，這個無法絕對把握的因素就在因緣。而因緣一定是眾多因素匯集所生，只要其中一個因素改變，結果便不同。因此我告訴自己，要隨緣努力，更要與空相應，空的意義，是要空掉對自我的心執著，那就不會自尋煩惱，而能夠把握因緣，全力以赴。

大悲心 在舉手投足間

◎高雅君（上海）

第一次參加水陸法會，選擇到地藏壇共修，是由於生活中遇上了生死疑惑，感受到生命無常，想為身邊去世的病友與車禍離世的朋友迴向，願他們往生善處，同時也希望年輕卻身患骨癌的自己能多培植福消罪障。

每當與諸多善知識一起誦誦佛號和地藏菩薩聖號時，內心十分安定，時而充滿感動，甚至不覺流下了淚水，這大概就是共修的力量吧。法會期間，藉由拜懺、發願，不僅清楚地與自心交流，更堅定修習佛法的決心。

感觸頗深的是壇場布置，恭敬莊嚴，其中多是由齋堂或其他空間改裝而來。法鼓山的空間運用，正好詮釋了《金剛經》所說「應無所住而生其心」，沒有人事物是永遠安住在一個固定位置上。八天七夜的水陸法會，整個過程充滿了力量，其中有件事讓我印象深刻。在洗手台上，有隻四肢很長的蚊子受困在水裡，義工先輕輕地用手推碰，確認是否存活，蚊子動了動，義工便捧起牠往戶外走去，小心翼翼地放入草地中，小小舉動，讓我更明白大悲心起的意義。

進入大壇，總能看見「祥雲西來」墨寶下聖嚴師父的法座，每每有無比感觸，更多的是化感動為動力，尤其送聖最後，師父照片與人間是永遠有希望的，也有我的祝福與期許。法語出現在投影幕上，以及與法師們同框的畫面。「盡形壽，獻生命」，師父一生就是一場實踐佛法的歷程，雖未見過師父，卻一點兒也不陌生，反倒感覺今生與師父有約。我告訴自己不論在大陸，還是來臺灣，都要將佛法的好分享給身邊的人，願正法久住。

傲慢 徹底粉碎

◎李諦（舊金山）

七、八年前接觸法鼓山，先後參加舊金山道場舉辦的禪修營、福田班及學佛五講，當時的法師講說《梁皇寶懺》，傲慢地認為自己沒犯十惡不赦的罪行，沒有什麼可懺悔，也因此與這部《懺王》失之交臂。

二〇一八年十一月，兩位尚未皈依的朋友去萬佛城拜梁皇寶懺，其中一位還是天主教徒，一連禮拜三天，愈拜愈起勁，認識他們二十幾年，對此感到非常好奇。於是，在沒有安排假期的情況下，急忙於最後一週上網報名參加道場的水陸法會網路共修。

先上網看了果莊法師主講的《梁皇寶懺》總說，由於要上班，第一天在家恭誦第一、二卷，第二天到道場共修，第三天和第四天上午上班，下午趕至道場繼續共修，第五、六天放下所有雜事，到道場圓滿十卷懺文。大汗淋漓的我，愈拜愈歡喜，終於首次將「懺王」一拜了一遍，也把我的傲慢踩個粉碎。

懺悔其實是我人生最欠缺的功課。懺悔，是一帖治療傲慢的有效良藥，不是在人前做表面工夫，而是內心深刻自省，找出自己不為人知的陰暗世界，也就是今後成長的空間。我練習每天反觀自己的起心動念、言行舉止，覺察到要懺悔的實在太多太多。一直以為自己是好人，沒有造成大錯，可是靜靜地反觀自照，發現每天身口意都犯下無數過失卻不自知，積少成多，造成無數惡業。

今生有幸禮拜《梁皇寶懺》，這部殊勝的「懺王」，感到非常欣慰。感恩法鼓山所有法師，以及義工們成就水陸法會，願明年的慈悲道場上，與大家再相會！

禮千佛 體會度眾願力

◎謝仁方

一一〇一八年的水陸法會，與家人合力護持一席壇位，圓滿大壇佛事。六天恭誦一部《慈悲道場懺法》，禮拜上千尊諸佛菩薩聖號，多數不曾聽聞過，大部分是正向光明或破除黑暗的名號，如：闍維勝佛、得大安隱佛、堅勇精進菩薩……有些讓人猜不透的佛號，如：身差別佛、不高佛、難施佛……從這些佛名中，體會出《梁皇寶懺》如同一艘大船，承載了廣度六道眾生的大願力。

我在獄政工作上長期面對高壓管理，與長官因誤會而埋下深怨，趁這次拜懺的機會清楚思考，鼓起勇氣面對，並在法會第三天上空檔，用手機寫了長篇

訊息，希望把難解的話說開，隔天竟收到主管正向的回應，這都是《慈悲道場懺法》帶給我的力量。

在「功德壇」點燈時，禮敬壇上諸佛二百拜，雖然沒有遇見自己事先登錄的雲端祈福牌位，但看到有人為「一切被黑道迫害、利用、死傷者」、「寵物袋鼠多多」……等祈福，著實令人動容。

連續四天傍晚，參與了兩場三大士瑜珈焰口法會，兩場由居居方丈果東法師主講的《瑜伽焰口經》說法。妙語如珠，善於文字聯想的退居方丈，可說是一位「推銷員」——「推」廣佛法、「消」除眾生煩惱，其中最相應的莫過於面對壓力時，要改變承受它的心態，「煤炭若不經高壓環境的試煉，又怎能夠變成鑽石？」這句話觸動了我的心，讓人脫離渴望安逸的心態，學習不要怕，只要好好承擔，便能成為清淨透明的鑽石。

2019生命關懷工作坊

佛教生死觀 常導法師
練習說再見 朱為民醫師
生命工作坊 張寶芳老師

——《2019生命關懷工作坊》——

日期：2019.3.22-3.24 | 對象：18~35歲青年 | 費用：全免 歡迎隨喜贊助 | 地點：法鼓山世界佛教教育園區 | 洽詢：(02)89782081#3010

教師心靈環保一日營

暫別過去與未來的纏繞，享受一日營，
不同於慣性的心靈環保步調……

參加對象：各級學校現職教師暨退休教師
報名日期：即日起，額滿為止
報名方式：一律採網路報名
洽詢專線：(02)2893-9966分機6130教師聯誼會

2019 3/16 4/27 5/25



法鼓山的方向·理念(2)

分享一句佛法 改變一生

人在生命過程中，可能只要有一、兩句非常受用的話，就會改變一生，
所以當我們知道一、兩句對自己有幫助的佛法時，將它轉告別人，這就是法鼓山的鼓手。

◎聖嚴師父

如果我們希望得到別人的認同，自己的本身就要往多方面去設想、努力。目前我們的人力有限，所能做的事也只有在一定的範圍。我們不希望虛張聲勢，或只是做一些表面看似不錯，而實際上沒有對社會產生淨化功能的活動。因此，踏實穩健地為現有的信徒、會員、社會大眾，舉辦一些能夠從佛法獲得實際利益的活動，則是我們當前的工作重點。

做世間的點燈人

至於該如何去做？主要以分層次、分區域、分階段的三個方向來進行。如果要求聖嚴師父，親自關懷每一個人，這是不可能做到的，但是透過現代化的媒體設備和組織系統，就容易許多。除了可從我的著作、錄音帶、錄影帶、小冊子等，接受我所傳播的佛法關懷之外，我們曾舉辦過「法鼓傳薪」、「研習營」、「成長營」、「園遊會」、「清潔日」等活動，以這種方式，使熱心護法大德們，了解到法鼓山的理念、精神、方針、方法，然後再經由他們，將這些好處，輾轉傳遞給更多其他願意接受佛法的人群。

佛法是世間的明燈，如果僅有一盞燈，便無法照亮世間所有的人，若能將一盞燈藏在世間人心中的燈點亮，則可照亮世間一切的人。所以僅靠我一個人的一盞燈，力量是非常有限的，使得每個有緣的人都點亮每一盞明燈之時，所能發揮的力量，便成為無限了。目前我們法鼓山正在推動，就是要把一盞一盞儲滿了功德油的心燈點亮，讓大家發射出智慧和慈悲的光明，來照破世間的黑暗，提供人間的溫暖。

當佛法的轉播站

人在生命過程中，可能只要有一、兩句非常受用的話，就會改變一生的命運，而這一、兩句話，也許就是非常簡單平實的普通話。原始的佛法也是如此地簡易平實，人人一聽就懂，一懂就會用，一用就得益。但在經過長時間的流傳，加上了歷史的時代背景以及各地區的文化背景，便形成了大、小乘各家不同的思想理論，反而將佛法變成學問化了，漸漸地變成了被囤積到圖書館裡的研究資料。然而真正的佛法並不是那麼困難，而是聽到以後就能夠受用的。我把它們經過消化，以智慧及慈悲做總綱，然後融入於八句共識及二十句共勉語中，同時用法鼓山的山徽，涵攝一切大、小乘的佛法。具體的作法是通過心靈環保及禮儀環保的宣導與推動，來淨化人心、淨化社會，協助大家達成安心、安心、安家、安業的目的。

因此，當我們知道一、兩句對自己有幫助的佛法時，將它轉告別人，這就是法鼓山的鼓手，在弘揚佛法，普度眾生。將我們已知道的，而且確定它是對人有用的佛法，再告訴另一個人，就是在敲法鼓的鼓手。我曾做比喻：法鼓山的理念，像是一座電視、電台的發射站；全體的人員以及凡已認同接受了法鼓山理念的人士，都是一個個的轉播站；我們能夠以這樣的方式來推動佛法，當然應該相信，人心的淨化，社會的淨化，就靠我們來共同努力。

（摘自《法鼓山的方向：理念》原篇名《如何推動法鼓山的理念？》）

把握因緣不虛度

◎陳常念

四十九的第一梯，聖嚴師父在影音開示《坐禪儀》時，特別囑咐禪眾將以下兩段話背起來，建立正確的正信基本觀念：「不思善惡，念起即覺，覺之即失，久久忘緣。」

「放捨諸相，休息萬事，身心一如，動靜無間。」

我對於「久久忘緣」一直無法理解，小參時向果嚴法師請教，法師回答，默照的「所緣境」不是放在呼吸、身體覺受上，也不是放在環境聲音裡，而是這些現象都很清楚，但不被某一種拉走，練習久了，自然而然會忘掉「所緣境」。我又問：「既然心不放於呼吸、覺受、聲音上，那著力點要放在哪裡？」法師回答得很妙：「心就像小孩子，會到處亂跑、四處亂摸，看到小孩子亂跑，就把他帶回來。」

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

得

禪

修

心

【聖嚴師父圓寂 10 週年】系列報導

循法鼓山的方向 耕耘人間淨土

三十年前，聖嚴師父帶領四眾弟子創建法鼓山，過程中，屢屢為大眾說明法鼓山的理念、精神等方向。時值師父圓寂十週年，歷年有關法鼓山方向的開示，重新整編出版，引領代代法鼓弟子們，依法鼓山理念的領導，建設人間淨土。

◎邱惠敏

聖嚴師父曾說：「我自己的法鼓山已經建好了，你們大家的法鼓山，還要不要繼續建呢？」雖然師父於二〇〇九年捨報，卻留給我們如何繼續法鼓山的珍貴禮物——《法鼓山的方向》，這不但是一生智慧與悲願所在，更是四眾弟子修學佛法的道路，依循護持法鼓山，齊心建設人間淨土的共願。

《法鼓山的方向》原是出版於一九九五年的結緣小冊，是當時師父帶領法鼓山教團重點性、原則性的指示方向，師父在〈自序〉中說：「這冊小書，為我們說明了法鼓山的由來及其行事的原則方向。」但此書從未發行單行本，讓許多信眾、讀者有向隅之憾。因此，《法鼓全集》新編小組於整編《法鼓山的方向》時，召集人果毅法師便提出，應將創辦人對體系成員所有的開示、致詞等新收文稿整編出版，「這些新收文稿都是經師父校正過的，當時卻未收編成書，今日完整收錄，發行單行本，也讓《法鼓全集》更臻全面。」

從一九八九年法鼓山的創立，到二〇〇九年師父捨報為止，二十年之間，師父對法鼓山四眾弟子殷殷叮囑的智慧法語，猶如無盡的智慧寶藏。重新整編的《法鼓山的方向》全部文稿，由果毅法師訂定出六大主題：理念、創建、弘化、關懷、護法鼓手、萬行菩薩，套書定名為《法鼓山的方向》，期望讓無緣親炙師父的人，能透過文字認識法鼓山歷史與團體，實踐人間淨土的願景，更能成為四眾弟子修學佛法、護持佛法、弘揚佛法的依歸。

師父曾說：「只要一天有人出生，就有人心中的山要開，因此這個山是無盡藏，是一個開不完的山。」《法鼓山的方向》套書，除了有助於個人閱讀成長，可做為讀書會教材，也適合用於教育訓練課程的教案。

或許，這些文章開示的當時，您就在現場聆聽，如今再次恭讀，師父關懷叮囑如昔，即使是三十年前的勉勵、啟迪，仍歷久彌新。在師父圓寂十週年的此刻出版，是表達對師父的緬懷，也提醒四眾弟子，對師父最大的感恩，就是實踐法鼓山的理念。

當年，聆聽師父開示

◎陳宜志

聖嚴師父一九九五年講於「萬行菩薩隊規畫與協調人才研習會」的那一場開示，是我印象最深刻也最受用的，後來收錄在《法鼓山的方向》中，篇名是《法鼓山的義工精神》。其中，師父的兩句話：「盡心、盡力、盡可能學習；不勉強、不挑剔、不可能失望。」我時常謹記在心。就像師父常常說的：「一會的就做，不會的就學。」

記得二〇一〇年福田班開辦時，信眾教育院請我擔任課程主持人，由於課程才開始試辦，一切從零開始，我也不知道該怎麼辦，但我就是學習這兩句話的精神，承擔下來，從中邊做邊學，後來不但學習到法師們如何規畫課程、也學習到與專職如何搭配、完成任務，因此過程與結果都非常愉快。此外，在這兩句話中，師父也先替我們打了預防針，做大眾事免不了被批評，只要把批評當成修行和成長的助緣，就不會失望灰心，這對於我們心態上的調整非常有助益。

師父除了勉勵弟子外，也善於調

實踐人間淨土的指南

▲1995年舊版

① 理念：收錄重要的法鼓山核心思想，包括《四眾弟子共勉語》、《法鼓山的共運動》、法鼓山的使命、心五四運動、法鼓山的四大堅持。

② 創建：介紹法鼓山的創建緣起與歷程，以及教育與參學與導法鼓山。

③ 弘化：收錄師父至各地弘化的演講和開示，以及各主題年的祝福與期許，成為法鼓山安定社會的一股力量。

④ 關懷：收錄師父的生活佛法開示，包括佛法家庭、樂齡長青、臨終關懷、社會關懷，讓人們能以佛法安心、安身、安家、安業，心安就有平安。

⑤ 護法鼓手：收錄每年的各地關懷行、成長活動，對護法會勸募系統開示，以及對僧團的期許。

⑥ 萬行菩薩：收錄對各會團義工、專職人員的開示，包含應有的心態、身儀、口儀等，指導大家如何成就六度萬行。

報師恩 把恩傳出去

◎陳玟娟

「佛法這麼好，知道的人這麼少，誤解的人這麼多。」這是創辦人聖嚴師父在世時常說的一句話，也是師父致力弘揚佛法的使命及悲願之所繫，法鼓山四眾弟子乃至普世大眾，也因師父這個分享佛法的願心，得以知道佛法的好，從而用佛法來成長自己、利益他人。

二〇〇九年，聖嚴師父捨報，對師恩的感念，一直存在每位法鼓弟子的心中，如何報師恩？「虛空有盡，我願無窮」，接續實踐師父弘傳佛法、分享佛法的「我願」，正是報恩最好的方法。今年時值師父圓寂十週年，同時也是法鼓山創立三十年、東初禪寺創建四十年、《人生》雜誌七十週年，各項緬懷師恩、實踐師願的行動，以「如是願 Thus I Do」為主題，二月起陸續展開。

在文化出版方面，師父歷年開示法鼓山方向的内容，重新整編為《法鼓山的方向》六冊；從東初師公、師父傳承至今的《人生》雜誌邁入第七個十年，二月將出版「聖嚴法師願的足跡」專題、五月則是發行七十週年專刊；師父的

法身舍利新編《法鼓全集》，年底也將出版。在展覽方面，師父圓寂十週年特展「告別向後——法鼓山三十週年特展」法鼓三十無盡緣起——師父墨迹展「書寫法鼓山」，二月五日起於法鼓山園區展出；「在農禪寺遇見聖嚴法師」特展，則於農禪寺展出師父早年的日常生活照片，四場特展從不同的面向，引領大眾走入師父實踐佛法的生命歷程。

學術教育是師父培育佛教人才的願心所在，有關「心靈環保」的三場研討會，連結了佛教對整體環境的關懷；與淨土真宗合辦研討會、青年圓桌會議，持續國際交流與年輕人才的培育。師父創立中華禪法鼓宗，弘揚漢傳佛法是不變的堅持，各項禪修活動不僅經常舉行，還將首辦為期三個月的一禪九十，並針對悅眾舉辦二梯次的禪七、一場共識營。

週年活動部分，二月十六日舉行法鼓傳燈法會，海內外四眾弟子將齊聚總本山感念師恩、傳續心燈；二〇一七年開始籌拍的聖嚴師父紀錄片《本來面目》，將於七月二日首映；師父完成擴建並啟用。種種緬懷師恩的活動，再再提醒大眾：報師恩、行師願，把恩傳出去！

2019 聖嚴師父圓寂十週年 系列活動

【文化出版】

- 2月 《法鼓山的方向》全套6冊出版
- 2月 《人生》出版「聖嚴法師願的足跡」專題
- 5月 《人生》雜誌發行70週年專刊
- 12月 新編《法鼓全集》出版

【特展】2/5

- 告別向前——聖嚴法師圓寂十週年特展
- 法鼓30 無盡緣起——法鼓山創立三十週年特展
- 書寫法鼓山——聖嚴法師圓寂十週年墨迹展
- 「在農禪寺遇見聖嚴法師」特展

【學術教育】

- 5/24 ~ 26 國際淨土真宗學會 IASBS 合辦學術研討會
- 6/28 ~ 30 心靈環保國際學術研討會
- 9/20 ~ 21 漢傳佛教青年圓桌會議
- 10/26 ~ 27 對應氣候變遷——心靈環保農業創生研討會

【精進禪修】

- 3/2 ~ 5/25 禪九十
- 6/1 ~ 8 第一梯悅眾禪七
- 6/8 ~ 15 第二梯悅眾禪七
- 6/21 ~ 23 悅眾共識營

【週年活動】

- 2/16 聖嚴法師圓寂十週年法鼓傳燈法會
- 7/2 聖嚴法師紀錄片《本來面目》首映
- 東初禪寺40年擴建啟用



▲「在農禪寺遇見聖嚴法師」特展



▶「法鼓30 無盡緣起」特展

如是願 Thus I Do
法鼓山創辦人聖嚴法師圓寂十週年

大悲心起 願願相續
2019.2.16 法鼓傳燈法會
13:30 ~ 17:30

永傳無盡燈
紹佛大悲行
宗奉嚴師教

如何成佛法
菩提心為
何謂菩提

法鼓山