

法鼓山
Pharma Drum Monthly
法鼓山觀音道場
參北臺灣第一聖地
雜誌

培福有福
PERIODICALS
雜誌紙類
國內
郵資已付
非經本刊同意，不得轉載本報圖文。
本刊編印費用為：方施施，閱後請歸還。
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

法鼓雜誌APP
歡迎下載
Android iOS

聖瑤長老示寂 法鼓山緬懷致意
【本刊訊】聖嚴師父舊時好友、美國洛杉磯萬緣寺及泓星寺創辦人聖瑤長老，七月十日在泓星寺禪堂安詳捨報，世壽九十二歲，僧臘六十八秋。洛杉磯道場監院常悅法師於七月二十二日代表方丈和尚果暉法師及法鼓山教團前往致意，表達誠摯敬悼。
聖瑤長老與師父的法緣，可溯及一九六〇年，師父從軍中退役，因訪十善寺而與聖瑤長老結識。十年後，師父赴日本留學前，前去慧日講堂辦理出國庶務，與當年家師聖瑤長老再有數面之緣。聖瑤長老赴美弘法近四十年，創立萬緣寺及泓星寺，一生致力弘揚淨土法門，推廣佛法至西方社會，師父曾推崇聖瑤長老慈悲心深厚，德行令人敬重。

法鼓山捐助印度人道救援組織
新冠疫情造成世界各國經濟活動陷入停擺，在印度達克從事人道救援的摩訶國際禪修中心（MIMC）也陷入營運困境。6月初，MIMC 創辦人僧伽那比丘（Bhikkhu Sanghasena）致函方丈和尚果暉法師，說明因印度全國封鎖，致使當地慈善組織，包含 MIMC 營運受到衝擊，連帶影響提供當地人民糧食、醫療、心靈救護等任務，方丈和尚即刻指示公關室協助捐助善款援助。
MIMC 辦公室也於 6 月 27 日致函感謝法鼓山及方丈和尚：「感恩法鼓山在這艱難的時刻，慈悲地提供捐款，讓 MIMC 的人道救援工作可以更積極運作，以緩解新冠肺炎造成全球及印度人民的不安與痛苦。願我們用慈悲的力量來祈禱，祈願全球及印度受苦受難的人們都能身心平安。」

大悲咒 LINE 起來 百日修持總迴向

雲端持咒念佛億萬遍 串起全球大悲心 祝願疫情平息世界安樂

【何筱淇／臺北報導】七月二十五日，暑氣漸消的下午四點，近一千二百位民眾從臺北花博公園四個報到處啟程，戴上耳機，聆聽「安心城市」Web App 的引導，在自然景觀中享受呼吸，放鬆身心，感受內在與環境的連結。
這是由衛生福利部國民健康署與法鼓山佛教基金會、人文社會基金會合辦的「安心城市」靜心、沉浸、慢行」活動，邀請大眾在二十五、二十六日兩天，走進綠意盎然的公園，透過科技與音樂、戲劇、舞蹈的沉浸式體驗，與自然環境深層互動，結合心靈環保及健走運動，走一趟身心覺察之旅，來場「疫後健康新生活運動」。
四條路線有小朋友帶著媽媽一起玩「一二、三、木頭人」的童心之旅，穿越綠色隧道傾聽森林聲音的放鬆之旅，感受城市禮物的



▲大眾專注一心，在悅眾法師帶領下，隨著儀文禮敬、發願、懺悔、持咒、迴向，全場莊嚴攝心。（李東陽攝）

的暖心之旅。走過護國禪寺前方公園，有人伸手去感受樹葉，或彎腰撿拾花朵，甚至脫了鞋子躺在草地上享受呼吸。初次體驗的藝人班傑表示，城市人步調愈快，更應練習靜心，每一個人都有影響他人的能力，保持內心的穩定可以幫助社會。
接著，所有參與者一起匯入舞蝶館前廣場流動的人群。陽光下，眾人一起慢行、舞蹈、隔空擁抱、擁抱或合十互道感恩，身上最溫暖的微笑，讓因疫情而疏離的人們，重新找回安心與信任。
舞蝶館內，透過舞蹈戲劇引導眾人共同省思，疫情為人類生命帶來的影響，學習減少對立與批判，轉化痛苦與恐懼，找回愛與包容。隨後大眾跟隨方丈和尚果暉法師為全球疫情祈禱：「祈願逝者安詳，生者無憂，同理心分擔他人的痛苦，慈悲心開創嶄新的未

靜心慢行 法國健署 推動安心城市
全球疫情平息，已念佛超過千萬聲的張清全，是護法總會松山分會念佛組義工，學佛二十八年來，不論行住坐臥，隨時繫念佛號，每天誦讀《地藏經》，自疫情發生以來，念佛更專一、精進。他說：「一個人的奉獻只是小小的功德，面對嚴峻的疫情，還是需要團結祈禱，才會力量大。」
在疾管局疫情諮詢專線服務的黃秋蓮，經常接到許多居家隔離民眾的電話詢問，有些人是擔心自己的健康，有些人則是擔心海外的家人，於是她發願持誦一百萬遍觀世音菩薩聖號，為每一位來電的民眾祈福。
護法總會彰化分會則建立線上群組，以念誦一百萬遍《大悲咒》，做為團體修持的目標。召集黃柏雄表示，響應目標的一百四十多人當中，有國小學童，也有八十多歲的老居士，體現願心不分年齡，每個人都能是關懷溫暖的觀音化身。
學佛沒有終點，重要的是持之以恆地修行，方丈和尚勉勵大眾，持續於「大悲咒 LINE 起來」共修精進，平台後續也將提供更多元的學習服務，祈願菩薩願力加倍，護佑眾生遠離一切苦難。

來，世界和平人安樂。」
方丈和尚接著開示，臺灣在衛福部專家、醫護人員及社會大眾的合作下，疫情至今並不嚴重，我們要感恩珍惜善因緣。如同聖嚴師父所說的「心安就有平安」，我們可以學習以心靈環保保護自己，進一步關懷需要幫助的民眾與地區，只要保持正常作息與樂觀心情，就是最強的免疫力。
國健署副署長賈淑麗則分享：「世界愈快，心則慢。疫情之中，我們學習到安定是健康最好的資糧。她強調，對政府的信任與國民的素養，是臺灣擁有最強的疫苗。衛福部心理與口腔健康司司長張立中亦指出：「只有內心的平靜，才能讓世界更和平、更充實。」活動最後，在法青獻唱《日出》的歌聲中，將這場安心城市之旅所帶來的安定力量，傳達給全世界。



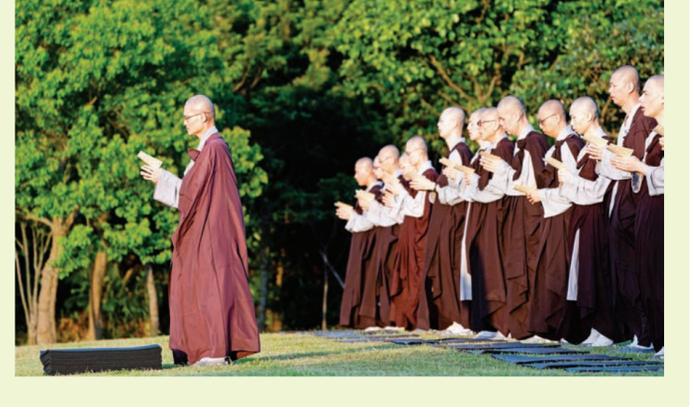
▲參與民眾體驗安心城市之旅，回到終點舞蝶館中，由方丈和尚帶領大眾一起祈禱祝禱。（王育發攝）

2020 法鼓山 關懷生命獎得主揭曉

【何筱淇／臺北報導】法鼓山二〇二〇年「關懷生命獎」得獎名單七月一日出爐！個人獎項一絲悲願，由榮獲國際技能競賽家具木工雙金牌，卻立志投身偏鄉教育的王嘉納老師獲得；「智慧獎」得主是推動冒險治療，翻轉中輟人生的謝智謀博士；團體「大願獎」頒予陪伴高關懷兒少的財團法人孩子的書屋文教基金會。頒獎典禮將於九月二十日下午，在臺北市中油國光廳大禮堂舉行。
由法鼓山人文社會基金會主辦的「關懷生命獎」徵選活動，已邁入第八屆，今年首次採主動徵詢，推薦理念與獎項宗旨契合的團體及個人，共計十件獲選入圍決賽，於七月一日假德貴學苑進行決賽會議。當日上午十時，由方丈和尚果暉法師，及召集人國泰慈善基金會董事長錢復、前臺灣大學校長陳維昭、前新聞局長黃輝珍、前行政院農委會主任委員陳武雄、臺灣傳統基金會董事長黃石城，以及富邦文教基金會執行長陳麗玲等九位評審委員與評審員決定入圍者卓越的貢獻，讚歎難以抉擇。
「從每位入圍者的生命故事中，都可以看見心靈環保的生活實踐。」首次參加決賽會議的方丈和尚表示，期盼藉由頒獎活動，提供社會正向思維，為世代樹立良好的典範，用生命啟發生命，讓善的力量形成更大的連鎖效應。
「社會大眾可透過服務貢獻的連續性，發覺多苦的人間，還是有許多溫暖與光明。」前農委會主委陳武雄表示，無論是孩子的書屋，或王嘉納老師、謝智謀博士，都是引導弱勢孩子走出黑暗角落，讓自己有機會發光的無名英雄。其他辦理公益獎項的民間單位，讓默默付出的個人及團體，被更多人看見與支持，發揮更大的影響力。

叩鐘啟光明 僧團結夏功德迴向

【洪鐘叩，寶錫高吟，上祝三寶，普遍昌隆，下祈人類平安，世界和平……】六月三十日，清晨漸次明亮的曙光中，攝受安定的「叩鐘偈」，迴盪在法鼓文理學院開闊的海印三昧草原平台間。
經過一個月精進修行，僧團結夏安居圓滿，一百八十位僧眾在方丈和尚果暉法師的帶領下，以一句一拜，齊聲唱誦出對眾生最深切的祝福，做為結夏安居精進用功的總迴向。
總監香常寬法師指出：「出家眾的生活，每天醒來的第一件事，就是祝福眾生；每天睡前的最後一件事，也是迴向眾生，這是出家人的本分。然而，遇到像新冠肺炎疫情這種全球性的災難，更是要集合僧團大眾的修行功德及懇切願力，為眾生祈福，做眾生的靠山，祈願早日消災免難，眾生回歸和平安樂的生活。」



護法鼓手 提昇疫後關懷力

北區勸募悅眾成長營 鼓手互勉在人心最需要時 分享佛法慈悲智慧



▲常遠法師期勉悅眾鼓手全行菩薩道，「動」人來學佛，「勇」人來修行。(李佳純攝)

【何筱淇／臺北報導】溝通來自傾聽，創新來自分享。二〇二〇年護法總會勸募悅眾成長營，七月十八日起至十月二十四日共計八場，於北中南地區相繼展開。首場於十八日上午在雲來別苑舉行，都監暨護法總會副都監常遠法師、監院常應法師、副總會長李子春、歡喜迎接一百二十位來自北投、石碇、中壢、松山、基隆分會的勸募悅眾，齊聚一堂相互學習，在疫情趨緩之際，彼此注入滿滿的弘法能量，互勉在人心最需要時，分享佛法悲智。

當日，主持人首先引導每個入拿起座位上的三張幸福小卡，寫下最真摯的祝福，送給在場的其他人，為成長營暖場開場。聖嚴師父在開示影片中，說明勸募悅眾活動的意義，「我們是藉由勸募而推廣法鼓山的理念，讓大眾用佛法來自利利人。所以募款、募人、募心之中，以募心最為重要。」眾人專注觀看，動作筆記。整日的課程活動，還包括文山分會召集彭玉霞分享團隊運作經驗、護法總會主任楊順娥的勸募聯誼活動創規畫教學等。各分會也藉由交流討論，提出勸募時常見的問題，各地區集思廣益、交換意見，提供多元的應對方案，現場氣氛凝聚，充滿團隊向心力。

「透過成長營的交流，可以

為各地分會打開視野。」加入勸募行列三年的中山分會葉錫煌表示，聆聽其他人的經驗分享，能放下各自的慣性，看見更多可能。有三十年勸募資歷的基隆分會陳美瑛坦言，勸募不免會遇到瓶頸，「透過分享與討論，聚合眾人的智慧和能力，不僅能度過困境，更重要的是獲得支持的力量，讓勸募走得更好更遠。」

成長營結束前，常遠法師為勸募年資三十年以上或年滿七十五歲的二十三位悅眾頒發福袋及方巾結緣品，再一次為活動帶來驚喜。其中，勸募年資逾三十年且年滿七十五歲者，包括石碇分會陳光輝、許志津及中山分會張登代，法師感佩表示：「有老菩薩發心做示範，年輕的勸募會員才會更有信心。」法師也勉勵大眾繼續全心行菩薩道，傳遞佛法的慈悲與智慧，「勸」人來學佛，「募」人來修行，幫助眾生離苦得樂。



▲常遠法師期勉悅眾鼓手全行菩薩道，「動」人來學佛，「勇」人來修行。(李佳純攝)

線上悟寶兒童營 親子共學樂

【何筱淇／臺北報導】響應全民防疫新生活，法鼓山青年院與護法總會今年首度共同舉辦「暑期線上悟寶兒童營」，陪孩子開心放暑假！第一梯次課程，於七月十一、十二日下午在德青年學院開，現場工作團隊包括青年院法師、法會、分會義工共五十人，透過直播連線，與來自中壢、文山、新店地區，共四十個家庭、八十多位的親子互動。以「四安」為主題的課程，連續進行三天，每日一小時，透過數位科技體驗，引發親子熱烈回響。

營幕裡，主持人開場即以活潑機智的問題，帶動螢幕前的父母與孩子、阿嬤與孫子熱絡搶答，線上對話聲此起彼落，螢幕內外洋溢歡喜挑戰及作品，共度週末好時光。

「今年與往年最大的差別，在於家長可以跟孩子一起參加。」青年院演講法師表示，透過親子互動的氣氛，課程內容，還包括觀賞「安心安」舞台劇、「DIY」抗疫產品「教學」溫馨的戲劇表演，帶領親子認識細菌與病毒、動手製作乾洗手液，以及學習用觀音菩薩修行法門來安定自心，也有帶領大人小孩進行肢體互動的「節奏遊戲」，發揮創意設計「拓印環保杯袋」，促進親子關係。

「沒想到網路也能這麼有溫度。」家長呂美德說，兒子參加兒童營已邁入第三年，今年是線上課程，第一次有機會和兒子一同參與。過程中，兒子方魁頻頻轉身和她討論，兩人歡喜地攜手完成遊戲挑戰及作品，共度週末好時光。

「今年與往年最大的差別，在於家長可以跟孩子一起參加。」青年院演講法師表示，透過親子互動的

設計，讓平時工作忙碌的家長，有機會和孩子相處，許多家長參與後，對數位體驗都給予正向回饋，表示有趣又具教育意義，而防疫不鬆懈的期間，在家中學習更感到安全又放鬆。城中分會召集卓慶麗說，今天參加的十七個家庭，一半以上是新學員，因網路不受空間限制，學習模式的轉換，為分會帶來了新的活水。

暑期線上悟寶兒童營，自七月十一日至八月二日，連續四個週末於臺北、中、南、東地區接力展開，疫情促成的線上活動，為家庭增添不少安心與溫暖，讓老幼三代同堂共學，也比平時多了三倍的歡樂。



▲跟著線上教學，親子一起DIY製作乾洗手液。(李東陽攝)

慰訪義工交流 安己安人做關懷

【高雄訊】不受新疫情影響，法鼓山慈善基金會的慰訪關懷從未停歇。為使各地慰訪及災害關懷義工攜手並進、交流經驗，慈善會於七、八月間陸續在全臺舉辦義工聯誼會。首場七月十八日於紫雲寺登場，來自雲南、高屏、臺東地區一百多位義工參與，祕書長常順法師也到場關懷。

上午慈善會專職以「疫情下的災害關懷」為主題，分享法鼓山上半年配合政府防疫措施，迅速因應政策，將活動、會議數位化，捐贈國內外防疫物資，鼓勵民眾以「安心、安身、安家、安業、安理」四安理念來回歸日常生活。在地區災害關懷上，也強調先讓自己心安，才能使他人安心。

除了災害關懷，慈善會近年來積極推動社區長者關懷，未來也將持續以心靈環保為原則，美好的晚年為願景，投入在地陪

伴、關懷及照顧，讓老有所依、老有所終，以佛法安頓自己與他人，落實終身學習、奉獻回饋的善循環。

如何讓未接觸過法鼓山的長者感受到關懷與照顧，進而參與活動？資深慰訪義工分享個案經驗提到：「以同理心站在對方的立場去服務，才能感動對方。」

從分享中，義工陳志明表示已學到「以現在的我，來明過去的我」，修行要解行並重。「屏東慰訪組長戴秀珊分享，除了對外關懷，也要關懷慰訪義工，互相照顧，一起把福田種到全世界。」

活動圓滿前，常順法師勉勵義工們，關懷從自身做起，以修行角度來關懷自己。任何關懷及服務，都與個人修行相關。珍惜共學的善緣，回到家後，也能知道如何安頓好自己，做一個有智慧又歡喜的義工。

▲常順法師勉勵義工，關懷從自身做起，做一個有智慧又歡喜的義工。(慈善會提供)

學子創作分享卡 用創意表感恩

【楊雅穎／臺北報導】法鼓山慈善基金會第三十七期百年樹人獎助學金分享卡創作聯誼活動，七月十二日至八月二十二日陸續於全臺舉辦十六場，預計有五百一十九位學子參加。首場七月十二日在嘉義勞工育樂中心舉行，三十八位嘉義地區學子與十多位義工齊聚一堂，創作溫暖的卡片，向認養人表達感恩。

「師姑、師兄，感謝您幫助我們獎學金。我要認真念書……祝長命百歲」，嘉義竹林國小四年級的林筠鈞，寫下對認養人的感謝，他在卡片上畫了一棵綠色大樹，周圍寫上

「法鼓山讚」，樹上還結了一顆小蘋果，翻開卡片，打開色紙摺成的綠色小窗戶，才看到感謝詞，可愛又有創意。

他的姊姊和雙胞胎弟弟也同桌畫卡片，家住朴子的三姊弟，全家靠媽媽一人賣便當當家，媽媽維持家計，姊姊林宜臻說，雖然每晚忙到九點多，才能做功課，但媽媽比她更辛苦，希望自己能趕快長大，當個甜甜師賺錢養家。

現場學子來自▲受助學子創作分享卡，用創意與巧思表達感恩。(李佳純攝)

不同家庭，各有故事。長年投入受助學生家庭關懷的慰訪員黃秀貞發現，嘉義沿海居民的生活比山線居民來得艱辛，「靠海維生變數很多，加上偏鄉吸毒問題嚴重，一旦家長染毒，孩子就非常辛苦。」她指出，持續的陪伴力量對孩子影響非常大，「孩子要的，就是愛而已。」

高中起即獲頒獎助學金的廖欣怡，目前就讀嘉義大學財務金融學系，暑假後將升大四，她已規畫投考銀行或郵局，盼有穩定收入幫助家計，她感恩法鼓山在最困難時的陪伴，一句「不要讓自已太累喔！」讓她心中溫暖好幾天。

暑期前來實習的僧大學僧演可法師，感受到小朋友在活動中都能把心打開，面對困苦仍積極向上；演可法師看到孩子們比想像中開朗，相信是義工長期溫暖陪伴，對孩子帶來正面的幫助。

學做眾生的來迎觀音

蘭陽分院 接待義工培訓

【宜蘭訊】「終於等到了！」國內疫情趨緩，蘭陽分院義工們期盼已久的培訓課程正式開跑。七月四日上午，六十五位義工一早就報到，歡喜參加接待組義工培訓，由義工團接待組組長陳麗瑾擔任講師，四位團員示範接待的威儀與勤務要點。

「接待菩薩即是在接引眾生、修福修慧。」監院常法師分享擔任聖嚴師父隨行紀錄時，總能見到師父適切地照顧他人需要，讓他學到隨時隨地的重要。法師勉勵義工與人互動時，練習時時覺照，就是朝向無我的前行修練。

培訓內容包括：面對訪客的儀態、語言與服裝儀容要點，以及在在不同地點和情境的禮儀演練，如握手、合掌、問訊、動線引導乃至用齋威儀等。「接待組是訪客進入寺院接觸的第一個對象，代表寺院的形象。」陳麗瑾分享，值勤時以迎觀音為榜樣，以接待未來佛的恭敬心，歡喜迎接來到寺院的大眾，就能讓人有回到家的安心感。

陳麗瑾表示，接待服務時保持積極主動，處處留心、隨時應變，便能從中體驗「奉獻即是修行」，進而珍惜每個當下因緣，用平常心來面對不平常的事，增進人與人之間的和諧。

中元法會網路直播共修

法會名稱	時間內容	舉辦寺院及網站
中元報恩地藏法會	8/7 ~ 8/9 誦《地藏經》、拜地藏懺 8/9 下午瑜伽焰口法會	中華佛教文化館 https://web.ddm.org.tw
梁皇寶懺法會	8/23 ~ 8/28 禮拜《梁皇寶懺》 8/29 上午齋天法會，下午 瑜伽焰口法會	農禪寺 https://ncm.ddm.org.tw
中元報恩三時繫念法會	8/30 ~ 9/5 誦《地藏經》 9/6 三時繫念法會	紫雲寺 https://zyt.ddm.org.tw

- 【說明】
- (1) 配合安心防疫，法會現場不開放，敬請參與線上直播共修。
 - (2) 登記超薦、消災牌位，請上雲端祈福網站。
 - (3) 法會設有獻供、贊普、打齋等功德項目，歡迎洽詢各舉辦分寺院。

2020 法鼓山關懷生命獎 頒獎典禮暨論壇

逆光 遇見自己

9/20(日) 13:30-16:35 中油大樓國光會議廳

敬邀全程參與，一起關懷生命，看見逆光中的希望

報名請掃描QRcode
活動網址: www.ddhsif.org.tw
洽詢專線: 02-23812345 # 5016曾先生

主辦/ 法鼓山人文社會基金會
指導/ 臺北市政府教育局
協辦/ 國立臺灣藝術教育館

悟寶兒童營 2020

小隊輔招募中

喜愛兒童，有願意學習佛法16-35歲朋友

QRcode

法鼓山僧大108學年度畢業典禮

奉獻報恩 僧命無限

方丈和尚勉勵畢業僧從身口意成長自己 秉持道心 發菩提心 全心奉獻



【江胤芝／金山報導】一畢業之後，也有機會遠至海外服務，但如同《西遊記》裡的孫悟空，不曾遠離如來的掌心，而是超越自己的煩惱心，得到智慧心、慈悲心、清淨心。七月四日，法鼓山僧伽大學舉辦畢業典禮，在莊嚴歌聲中，方丈和尚勉勵畢業僧，進入僧團領受法，要從身口意三業來成長自己。身業，是隨眾作息；口業，是和樂無諍，以愛語來表達；意業，是秉持道心，發菩提心，全心奉獻人們。如果我們對社會沒有貢獻，人們將不知道佛法的好！

在生活中學習老實修行，畢業僧演說法師表示，過去身口意受外境影響，如今能以佛法化解人際、合作上的問題。由於清楚內外因緣，不僅能看見自己的習氣，也看見他人的因緣，較能平靜接納眼前一切。面對大眾容易怯場的演說，透過法師協助自己安心，覺察到「某次實習是分享《法鼓全集》，覺察到自己的緊張，於是請信眾期待一下，引導自己全身放鬆後，就能自在分享了。」

來自越南的淨觀法師，克服語言、文化、語言不同的學習環境，順利圓滿學業，並將聖嚴師父的《禪門第一課》翻譯成越語，希望帶回家鄉分享。一感謝師長和同學一路相伴、平等相待，每當遇到煩惱、挫折，也透過拜佛、打坐穩定身心。一有感謝師父辦教育的願心，今年甫考上佛光大學的法師，期盼持續增上，為越南佛教的現代化盡一分心力，讓當地青年看見不一樣的佛教。

代表畢業僧致詞的演一法師，感恩所有俗家父母難捨捨捨：「每位學僧身上，都帶有父母良善奉獻的精神，就像我俗家老菩薩，但願子女得離苦，無形中，也轉化為我，但願眾生得離苦」的出家動力。未來願能奉獻社會，報父母恩。一俗家姊姊江慧玲感動地表示：「從外在的威儀，到內心的素質，我見真一法師的轉變，也感謝他陪伴家人一起成長。」

悲智與安忍 學高僧典範

【楊雅穎／臺北報導】佛教的本質並非宗教，而是至善完美的教育。弘化發展專家召集人吳慨法師，七月於「法鼓講堂」講授「遇見高僧，遇見自己」，引領大眾從歷代高僧行誼及教理教史，了解高僧的悲願與德懷，盼大眾見賢思齊。六位高僧包括：使佛法人間化的佛陀、精譯經使漢地佛法正信化的鳩摩羅什、將佛法現代化的太虛大師、以及力倡佛法實踐化的聖嚴師父。

七月八日及十五日，果嚴法師分別講授佛陀與鳩摩羅什的行誼。佛陀最偉大的地方在於走入人間。當時印度求道風氣很盛，人們對現世之苦，普遍懷有強烈出離心，佛陀證道後，卻要弟子走入人間宣說佛法，為人們的幸福和利益開示清淨之道。

佛陀更突破當時階級禁錮，收受弟子不論貴賤男女，例如持戒第一的優波離尊者，是犯下殺戒的大惡人；羅、證得阿羅漢果的央掘摩羅，是犯下殺戒的大惡人；佛陀更打破禁忌，接受姨母大愛道為第一位女性出家人。

並建立比丘尼僧團，在當時的印度無疑是一場革命性創舉。法師強調，佛陀深入人間傳法最深刻的願心，即是教育世間眾生，以「佛法」離苦得樂。有一「萬世譯經師」之稱的鳩摩羅什，果嚴法師循其一生鋪陳羅什如何在絕境中一次又一次起信心與道心。羅什一生最困難時期在四十一歲被呂光俘來中原，且被強迫娶龜茲王女，至四十四歲被呂光釋放時指出，此時鳩摩羅什儘管對佛法「一徹其深解」也無從宣化，在囚禁中，靠著忍辱工度過十七年光陰。

五十九歲時，鳩摩羅什被姚興迎進長安，自此全心投入佛典漢譯志業，同時講學被姚興尊為國師。自此，佛教一空一的思想核心才得以用漢語被理解。法師表示，這是東晉佛法興盛的主因，其翻譯的經典，養成的僧才弟子，為漢地佛教廣傳奠下重要根基。回顧鳩摩羅什一忍的工夫，卻是後世佛弟子修行的最好典範。

青年學院合作 展現樂齡服務學習成果

【何筱淇／新莊報導】法鼓山青年學院與輔仁大學合作，二〇一九年共同發起「樂齡服務學習」計畫，參與的英文系、會計系、應用美術系四十四位學生，分組至長照機構了解長者需求。歷經一年研發，設計出五款實用的樂齡友善產品，並邀請護法總會新莊分會的樂齡長者試用，六月二十四日於校內舉行成果發表會。擔任指導的會計系李啟華老師表示，看見學生為共同的善念，奉獻各自的專業專長，每個人的力量也因為合作，發揮更大的影響力。

發表的產品包括：「尚係哇厝邊」，一希望海角一兩款桌遊，以及改良式助行器、不卡關穿脫衣、防震餐盤等三款生活輔具。學生分享陪伴長者過程中，觀察到四肢活動不便、缺乏社交活動是最



參與「樂齡服務學習計畫」的輔大學生，分享與長者研發樂齡友善產品的學習過程。

英文系學生賴怡安觀察到有些長者行走時，會突然站住不動，深入了解才發現原來是助行器太重，影響使用意願。但走累了沒有東西倚靠，只好站在原地休息。於是小組成員將助行器改良成移動輕巧且具備桌椅功能，獲得「最佳貼心設計獎」。

她分享自己最大的收穫，是學會用更多角度去理解周圍的人事物。會計系學生黃東祥也透過課程，練習同理心與觀察力，「我發現自己有能力關心周圍的人，測試產品時看見長輩的笑容，內心很有成就感。」

樂齡試用代表楊麗香、鄭素珍回饋，無論是桌遊或生活輔具，都能感受到學生的用心，為長者帶來助益的願心。青年學院表示，將繼續透過各式校園活動，啟發青年學子對生命的探討與省思，認識及實踐「心靈環保」理念。

對談師父菩薩戒精神

【陳玫瑰／臺中報導】處於變遷的當代，傳統戒律如何幫助人們迎向現實人間？七月十二日上午於臺中寶雲寺，法鼓文化為五月出版的新書《迎向現實人間——聖嚴法師的倫理思想與實踐》舉辦分享會，由編輯總監賢法法師擔任主持人，邀請講者林其賢、臺北金融研究發展基金會董事賴清祺、客家文化發展中心主任吳德祺，與一百四十位聽眾分享師父的菩薩戒精神。

現代社會的因緣條件不同，如果多數人達不到持戒的標準，戒律能否引人向上？「聖嚴師父掌握的是戒律的核心和精神，而非法條。」林其賢表示，持戒從自己的要求而來，師父以「十無盡戒」作為法鼓山菩薩戒的核心，求受菩薩戒者，各隨自己承擔的能力，對自己的要求，可做到幾分，就做幾分。「師父將傳統的戒律彈性化，顯現理性、民主、多元、平等的現代精神，引領現代人往上提昇。」

已受過菩薩戒的賴清祺，與德祺，分享了在公務領域持戒的心得。曾任行政院副秘書長、中華郵政董事長的賴清祺表示，自己在生活、工作上實踐的菩薩戒，便是多說好話，不口出惡言，力行五戒十善，「這也讓我我在職場中無往不利。」

「戒律就像指南針，讓人安心往前走。」吳德祺談到踏入社會前，給自己「將心比心、謹守分寸、莫忘初心」三句話，之後承擔職務都依規則走，「就像遵守交通，綠燈前行，紅燈就停。不依自己利害，而是往善的、好的方向走。」

疫情中，持戒可以帶來什麼幫助？林其賢表示，面對疫情不能只抱著無常感，更當抱持長遠心，為事情做長期規畫，就像受菩薩戒是生生世世的事，一菩薩戒以悲心為主，人和人之間要要保持體貼、關懷、照顧別人。一實踐菩薩戒便可發揮對所有人的幫助。



《迎向現實人間》新書分享會由果嚴法師（右一）主持，林其賢（右二）、賴清祺（左一）、吳德祺（左二）共同與談。（趙炳攝）

法鼓書畫

《人生》雜誌 444 期 8 月號
地藏菩薩逆境界學

地藏菩薩的大願猶如大地含藏萬物，容受一切眾生，不僅令眾生安住，更以願來幫助眾生增長善法。地藏菩薩護念受難的眾生，就像苦難中的導師，化現百萬億分身，引導我們在生命陷入低谷時啟發內在力量，度過苦厄。這樣的深心悲願感動許多祖師大德，如滿益大師、弘一大師、夢參老和尚，都與地藏菩薩有殊勝的法緣，不僅以地藏法門自修，更發願以地藏菩薩為典範，度化眾生。

逆境界是人生必然的功課，在生命最困頓時，東初禪寺監院常華法師、醫師王復蘇、作家徐正雄、臨終照護義工張寶方與佛畫家劉建志，遇見了地藏菩薩，地藏菩薩就像導師，指引他們走過人生幽谷，菩薩的願與行，帶給他們什麼啟發？

「疫外人生」紐約醫師彭溫巧分享抗疫手記，在第一線上看見生命的無常，也讓她在疫情失控時，抱著還願的心照顧受苦的人。「相逢多是撞頭人」，多麼痛的領悟！「清心自在」介紹《禪宗雜毒海》中的那些老公公詩：瞎翁、病翁、跛翁、懶翁、別翁……這些老公公雖然身體不完整，卻帶來不一樣的人生視野。早期的佛教屬於非偶像崇拜的宗教，佛陀在世時沒有流傳任何圖像，那麼佛教藝術是如何形成的？新專欄「佛教藝術維基解密」追本溯源，首期探討「佛足石」信仰，追尋佛教弘傳的足跡。（每本 180 元，訂閱一年 1680 元，另有特惠專案，請見心靈網路書店 <http://www.ddc.com.tw>）

◎歡迎加入《人生》雜誌 facebook
◎洽詢電話：(02) 2896-1600



心靈環保讀書會 讀懂一句 受用一生

2020 讀書會帶領人

10/31-11/1 基礎培訓課程

時間 上午9:00~下午5:00 報名日期 8/31起至額滿為止
地點 禪淨寺 報名方式 請上信眾教育院網站報名 <http://dbs.ddm.org.tw>
招生對象 有志推動並預計將成立心靈環保讀書會者
洽詢電話 02-2893-9966 分機6659

凡報名完成者均須繳交「讀書會推動計畫表」經審核通過者，將E-mail寄發〈錄取通知函〉

※兩天課程須全程參加

法鼓講堂 法鼓山 www.dhammaschool.com

憨山德清示人的修行法門

主講/常慶法師

9. 2. 9. 16. 23. 30

Live 直播

臺灣 19:00-21:00
北美東岸 07:00-09:00
北美西岸 04:00-06:00

請留意：未開放現場上課，大家可安住家中，開啟您的電腦、手機或平板即可上課！

- 法鼓山各地分會
- 法鼓山世界分會 Tel: (02)249 3688
 - 雲來寺法鼓分會 Tel: (02)289 3688
 - 法鼓山世界分會 Tel: (02)897 3688
 - 法鼓山人文分會 Tel: (02)897 3688
 - 法鼓文理學院 Tel: (02)249 3688
 - 聖嚴教育基金會 Tel: (02)239 3688
- 北部
- 農禪寺 Tel: (02)289 3688
 - 雲來別苑 Tel: (02)289 3688
 - 中華佛學文化社 Tel: (02)289 3688
 - 安和分院 Tel: (02)277 3688
 - 天南寺 Tel: (02)867 3688
 - 寶明寺 Tel: (03)380 3688
 - 寶明別苑 Tel: (03)315 3688
 - 基隆精舍 Tel: (02)242 3688
 - 中山精舍 Tel: (02)259 3688
 - 新竹精舍 Tel: (03)252 3688
 - 松山分會 Tel: 0921-65 3688
 - 士林分會 Tel: (02)288 3688
 - 內湖分會 Tel: (02)279 3688
 - 社子分會 Tel: (02)281 3688
 - 石牌分會 Tel: 0937-81 3688
 - 大同分會 Tel: (02)259 3688
 - 北投分會 Tel: (02)289 3688
 - 淡水分會 Tel: (02)262 3688
 - 城中分會 Tel: (02)897 3688
 - 大安區分會 Tel: (02)277 3688
 - 文山分會 Tel: (02)223 3688
 - 三石分會 Tel: 0978-20 3688
 - 萬金分會 Tel: (02)240 3688
 - 雙和分會 Tel: (02)223 3688
 - 重陽分會 Tel: (02)298 3688
 - 新店分會 Tel: (02)221 3688
 - 海山分會 Tel: (02)226 3688
 - 板橋分會 Tel: (02)895 3688
 - 林口分會 Tel: (02)260 3688
 - 新莊分會 Tel: (02)299 3688
 - 桃園分會 Tel: (03)302 3688
 - 中壢分會 Tel: (03)281 3688
 - 天母共修處 Tel: (02)283 3688
 - 劍潭共修處 Tel: 0939-72 3688
 - 同德共修處 Tel: (02)288 3688
 - 同德共修處 Tel: 0928-06 3688
 - 同德共修處 Tel: (02)287 3688
 - 深坑共修處 Tel: (02)266 3688
 - 樹林共修處 Tel: (02)266 3688
 - 三鶯共修處 Tel: (02)268 3688
 - 蘆洲共修處 Tel: (02)228 3688
 - 泰山共修處 Tel: (02)853 3688
- 中部
- 臺中寶雲寺 Tel: (04)225 3688
 - 臺中寶雲別苑 Tel: (04)246 3688
 - 南投德華寺 Tel: (049)24 3688
 - 三義DIY心靈苗圃分會 Tel: (04)222 3688
 - 苗圃分會 Tel: (037)36 3688
 - 豐原分會 Tel: (04)252 3688
 - 海線分會 Tel: (04)262 3688
 - 彰化分會 Tel: (04)711 3688
 - 員林分會 Tel: (04)837 3688
 - 南投分會 Tel: (049)23 3688
 - 苑裡共修處 Tel: (037)74 3688
 - 竹山共修處 Tel: (049)26 3688
 - 東勢共修處 Tel: (04)258 3688
 - 東勢共修處 Tel: (04)257 3688
- 南部
- 臺南分會 Tel: (06)220 3688
 - 臺南雲集寺 Tel: (06)721 3688
 - 高雄雲集寺 Tel: (07)732 3688
 - 高雄南/北區 Tel: (07)225 3688
 - 高雄三民精舍 Tel: (07)276 3688
 - 嘉義分會 Tel: (08)738 3688
 - 屏東分會 Tel: (08)789 3688
 - 潮州分會 Tel: (08)738 3688
 - 潮州分會 Tel: (08)789 3688
 - 虎尾共修處 Tel: (05)636 3688
 - 朴子共修處 Tel: (05)370 3688
 - 白河共修處 Tel: (06)683 3688
- 東部
- 臺東信行寺 Tel: (089)22 3688
 - 宜蘭分會 Tel: (03)961 3688
 - 宜蘭分會 Tel: (03)933 3688
 - 花蓮分會 Tel: (03)834 3688

漸凍身 解凍人生

◎釋正能

陳木生菩薩的生死自在

「感恩有緣成為一家人！」他莊嚴而篤定地說：「生老病死是必然過程，今天跟各位道別，我的目標是極樂淨土，希望未來與大家在西方相見。」



惜福有幸福

◎聖嚴師父

用人的智慧與福報

福報從哪裡來？是靠無私的智慧累積而來。把許多個性不同的人，聚集在一起愉快地工作，這需要人緣和智慧的運用。人緣就是一種福報，再加上智慧的運用，就是另外一種財富。

常言道：「做事容易做人難。」可是，識人才能用人，有人才能成事，成事才有福報。如果沒有人來相助，必不能成就大事。同樣一件事，如果僅靠一個人單槍匹馬，孤軍奮鬥，雖然也可以做出一點成績來，然而，在整個過程中，辛苦萬分，不言可喻，成就卻極為有限。

漸凍地隨著病況變化，木生菩薩無法上班，也不方便再擔任義工，即使如此，他仍心繫法鼓山，每當農禪寺舉辦法會，他便騎著專屬的機車前來，三年前一（二〇一六）梁皇寶懺法會期間，他手拄拐杖，坐在會場外的板凳上，一見到信眾在找入口，便熱心地以杖引導。看到地上有垃圾，他用拐杖撿起，雖然每個小動作都不靈活，卻讓人動容不已。他的心與行，一直都在建設人間的淨土。



在家人祝福下，陳木生菩薩植於金山環保生命園區，修學佛法的一生圓滿畫上句點。（陳冠輝提供）

五月十九日一早，接到一通電話，即隨同果仁法師前往臺北市立聯合醫院忠孝院區，關懷安寧病房裡的陳木生菩薩。儘管戴上呼吸罩，木生菩薩緩緩合掌，意識清楚地告訴我們，自己特別感恩聖嚴師父的關懷，「這一生，最感恩遇到師父，讓我從灰暗的人生，變得很踏實、很有意義！」

如願隨師腳步 發願再回人間
二〇一九年《病人自主權利法》施行後，木生菩薩深入了解，知道自己的病適用此法令，今年二月即向家人提出簽署請求。幾次之後，女兒看著堅強、獨立、勇敢、對往生去處充滿信心的父親，簽了同意書。五月，他即因肺部問題送醫急救。

靜默追思，倒入骨灰，獻花、覆土……七月七日，木生菩薩回歸大地，為自己實踐師父教法的一生，畫上圓滿句點，如願隨師腳步往生淨土，並發願再回人間學佛護法。

不知珍惜

◎姚果莊

在美國，信眾想親近聖嚴師父是很容易的，平常只要在午餐時刻，就能與師父同桌用餐，餐後還會向大眾開示，信眾們都以為常。哪知道他們一回到臺灣，想見師父是那麼困難，有人跟師父抱怨，師父笑說：「在這裡你們天天都可以見到我，所以不在乎了，在臺灣我那麼忙，每天有開不完的會、做不完的事，還有那麼多人要見我，你們不知珍惜，還常常不把我說的話聽進去。」

真的要好好懺悔，明師就在面前，大善知識對我們的諄諄教誨，不能立竿見影地用在日常生活上，對不起師父，更對不起自己。



（曹一竹繪）

前副總統陳建仁先生的幸福密碼

「生命真正的價值，不在金錢，而是在於愛有多少……」七月十七日，打開教育廣播電台《幸福密碼》節目，一句句溫暖感性的話語傳入耳中，原來是前副總統陳建仁先生正娓娓道來卸職後，回歸學術界後，回首推動政務、學術研究、宗教信仰、家庭教育的生命歷程。

身為公衛專家，陳前副總統細數政府因應疫情當前的關鍵時刻，結合智慧科技、跨部會協調、邊境管轄、國際疫情調查及採用居家隔離、居家檢疫等策略，在極度緊張的情勢下，由於少數人犧牲自由，換取了臺灣二千三百多萬人的健康。他讚歎：「臺灣人民的高素質與高配合是關鍵力量，每一個人都是默默無名的英雄。」

◎編輯室

結夏安居心得 開啟自心寶山

結夏之前，因體系活動暫停，已經有一段時間，上午固定在農禪寺禪堂和僧眾一起打坐、拜佛共修，所以進入安居後，身心很快就能調和進入狀況。這讓自已感受到平日點滴用功的重要，進到禪堂才能加行精進。

頭禪七，播放的是師父二〇〇七年最後一次在禪堂為大眾開示的影片，看著師父晚年因洗滌而浮腫的面容，氣若如絲，但仍以全生命的力量，盡己所知，殷切地教導弟子，那份願力與慈悲，即便透過錄影，仍能穿越時空震懾、感動自己。

◎釋淨路

消災祈福 平安健康

現今地球越來越多人為與自然的災害，用佛法來解釋，這是人心集體不清淨所致。《藥師經》是很適合在當今這個娑婆濁世修習的寶典，既可實踐佛法、淨化身心與世界，也可發願迴生淨土。

推薦給祈願消災延壽、身心健康，及對藥師佛法有興趣的讀者。

藥師佛50問

新書上市 78折

法鼓文化編輯部 編著
導讀：黃國清
定價：160元

請洽法鼓山全臺行銷館 法鼓文化心靈網路書店 www.ddc.com.tw 郵政帳號50013371 服務專線02-28961600 訂購金額未滿800元，酌收85元運費，限國內運送

現代經典 最古典的智慧 最現代的用法

觀音、地藏、普賢菩薩的重要經典 聖嚴法師最精闢實用、入理入心的解說！

收錄聖嚴法師講：〈普門品〉
《地藏經》、《占察善惡業報經》、《地藏十輪經》
《普賢十大願》、《普賢行願讚》

新書上市 78折

菩薩行願：觀音、地藏、普賢菩薩法門講記 聖嚴法師——著
定價260元

請洽法鼓山全臺行銷館 法鼓文化心靈網路書店 www.ddc.com.tw 郵政帳號50013371 服務專線02-28961600 訂購金額未滿800元，酌收85元運費，限國內運送