

法鼓文理學院卸新任校長交接

方丈和尚感念惠敏法師化育學子三十年 期許陳定銘校長持續推動心靈環保博雅教育



在方丈和尚與惠敏法師(中)監交下,新任校長陳定銘(左)從惠敏法師(右)手中接過印信,承擔辦學重任。(李東陽攝)

【釋常護／波蘭報導】繼二〇一九年禪二一後,波蘭禪坐會的帕威爾(Pawel Kociszewski)於今年二月再次邀請繼程法師前往帶領禪期,在他的積極規畫下,於七月二十三日(即八月二十日)在華沙大學藝術學院(ASP Duzew)舉辦禪二十八,儘管有新冠疫情和烏俄戰爭的牽動,最終有四十位禪眾參加,學員來自波蘭、馬來西亞、芬蘭、瑞士、克羅埃西亞、法、英、美、港、臺。其中年輕人占了六成,且有二十七位男眾學員,首次超過女眾人數。

相隔三年未見,禪眾分外惜緣。繼程法師第一晚封堂開示不離疫情,勉勵禪眾在因緣具足中把握人身難得,珍惜因緣將工夫用好。禪期中,依序講解般若空義、禪修心態與方法,以及禪法層次。面對外在環境的無常變化,法師期勉保持正向積極的態度,在修行中以放鬆、安忍來調和身心的種種情況。法師提到,有人雖然可以修到深定,卻沒有啟發智慧,原因不外乎缺乏佛法正知見——空;想在無常

【釋演曉／金山報導】七月三十一日傍晚,法鼓文理學院卸新任校長交接儀式於校園一海印三昧一草坪上舉行。第三任校長陳定銘在法鼓學校董事長暨方丈和尚果暉法師監交下,接過印信及校長聘書,承擔辦學重任;方丈和尚致贈「領導群倫、勸業永存」感謝狀予卸任校長惠敏法師。中華佛學研究所榮譽所長李志夫、法鼓山社會大學校長曾濟群及僧團法師、學校師生、校友、信眾等五百餘人到場觀禮,祝福文理學院邁向嶄新的辦學階段。

方丈和尚以「微笑校長」一形容惠敏法師身兼住持、校長等多重身分,在繁忙的法務、教務中,依然保持不疾不徐、有條不紊的自來。自一九九二年從日本學成回臺後,即投入杏壇耕耘,是教界、學界跨領域的優秀人才。方丈和尚感念惠敏法師奉獻法鼓山大學院教育三十年來,作育英才無數。一未來惠敏法師會繼續擔任僧團首座和尚,依然有見面、請教的機會,歡迎新任校長在文理學院既有的基礎與成就下,繼續培育社會需

繼程法師主持波蘭禪二一八

中抓取恆常的存在,或者是落入虛無主義而消極逃避。當聽到一諸法因緣生,諸法因緣滅,若僅從表層意義來理解,是落入心意識的造作想像,而無法在生命中體現,故停留在「知難行易」的階段。可是如能繼續修行,由聞思而證證一空不是什麼都沒有,也體驗到無情的器界沒有一個絕對存在,一切都是因緣和合,而體證到因緣法的真實,就能漸次進入「知易行難」的層次。

法師以《善生經》的六方禮為例,說明因果的相對關係,從父母的角度而言,父母是因,子女是果,所以教養、培育是家庭運作的重要因素;若從子女的角度來看,成為父母是因子女的出現,則子女是因,父母是果。當子女不使父母操心,報答養育之恩,也是促使眾生發展的善因,其他的五種社會關係亦是如此。

黃志芳：翻轉舊思維 打造企業韌性

【陳亭君／臺北報導】疫情、供不應求、能源、氣候危機和通貨膨脹夾擊,臺灣企業如何應對趨勢變化?法鼓山人文社會基金會「心藍海策略」企業社會責任系列課程,八月二十六日下午在法鼓德貴學苑無盡講堂主講「全球大趨勢——臺灣企業新挑戰」。

黃志芳首先回顧過去三十年是企業經營的黃金年代,低通膨、低利率,國際秩序相對穩定,供應鍊全球布局效率至上,卻也在資源分配失衡下,埋下貧富差距和環境污染等隱憂。而全球局勢逆轉,通膨和能源短缺,一被喚醒便很難像是一隻怪獸,一被喚醒便很難

千人線上體驗漢傳禪法

【釋常護／波蘭報導】繼二〇一九年禪二一後,波蘭禪坐會的帕威爾(Pawel Kociszewski)於今年二月再次邀請繼程法師前往帶領禪期,在他的積極規畫下,於七月二十三日(即八月二十日)在華沙大學藝術學院(ASP Duzew)舉辦禪二十八,儘管有新冠疫情和烏俄戰爭的牽動,最終有四十位禪眾參加,學員來自波蘭、馬來西亞、芬蘭、瑞士、克羅埃西亞、法、英、美、港、臺。其中年輕人占了六成,且有二十七位男眾學員,首次超過女眾人數。

【釋常護／波蘭報導】繼二〇一九年禪二一後,波蘭禪坐會的帕威爾(Pawel Kociszewski)於今年二月再次邀請繼程法師前往帶領禪期,在他的積極規畫下,於七月二十三日(即八月二十日)在華沙大學藝術學院(ASP Duzew)舉辦禪二十八,儘管有新冠疫情和烏俄戰爭的牽動,最終有四十位禪眾參加,學員來自波蘭、馬來西亞、芬蘭、瑞士、克羅埃西亞、法、英、美、港、臺。其中年輕人占了六成,且有二十七位男眾學員,首次超過女眾人數。

《法鼓全集》致贈泰國佛教大學

【泰國訊】泰國護法會輔導法師常空法師、僧團常理法師與三位護法信眾,八月八日代表法鼓山,前往泰國朱拉隆功大學國際佛教學院(International Buddhist Studies College)及法勝大學(DCU),致贈聖嚴法師著作《法鼓全集》二〇二〇紀念版。兩校的贈書計畫由新冠肺炎疫情(COVID-19)爆發而延宕多時,直至近兩個月泰國防疫政策逐漸鬆綁,終於在泰國農業大學哲

【泰國訊】泰國護法會輔導法師常空法師、僧團常理法師與三位護法信眾,八月八日代表法鼓山,前往泰國朱拉隆功大學國際佛教學院(International Buddhist Studies College)及法勝大學(DCU),致贈聖嚴法師著作《法鼓全集》二〇二〇紀念版。兩校的贈書計畫由新冠肺炎疫情(COVID-19)爆發而延宕多時,直至近兩個月泰國防疫政策逐漸鬆綁,終於在泰國農業大學哲

慈基會

六個社區課輔據點 聯合發表動畫創作 常順法師勉勵親子多元學習 成長自我

推動數位世代共學

【彰化訊】八月十九日，上百位偏鄉學童與家長在法鼓山慈善基金會的邀請下，於國立彰化生活美學館游藝堂舉辦「弱勢兒童數位學習動畫營隊成果發表會」。慈基會秘書長常順法師、雲雲管理副都監果理法師、寶雲寺演法法師、慈基會會長柯碧雲、彰化縣副縣長林田富及嘉義縣社會局等八十多位嘉賓與義工，共同欣賞六個社區課後照顧服務據點，近一百六十位學童的動畫作品，題材有竹炭花生、西勢陀螺特技等在地生活，也有越南水上市場的思鄉情懷。

發表會上，小朋友化身助教，帶領體驗動畫製作。這是慈基會與社區團體攜手融合社區特色打造的數位世代共學計畫。成果發表均使用慈基會提供的平板設備、教材與師資，除了讓各縣市的社區課輔據點交流經驗，以及新加入的七個據點學習觀摩外，亦陪伴學童、社區長者及新住民走出平時的生活圈，外出參訪。

世代共學展示的作品格外亮眼，彰化縣社頭鄉清底社區發展協會以超人來介紹綠意蓬勃的社區；嘉義縣大埔鄉和平社區發展協會改編老歌，埔社區團幫幫童童做「竹炭花生」配音，趣味介紹大埔伴手禮；福池關懷協會以繪本動畫，帶出孩子在越南水上市場賣水果、烹飪聚餐的溫馨故事，引領認識新住民文化；台灣愛延續協會則串聯魔術、運動、競技等題材，展現活潑與創意。

「這個計畫開啟了一扇窗，啟

蒙學童去探索未來。一個偏鄉社區發展協會總幹事劉景現分享，偏鄉學童許多來自經濟弱勢家庭，家長對數位學習的認識較缺乏。感謝法鼓山提供硬體設備與暑期課後在遊戲中提昇閱讀素養、識字能力，增進自信心與人際關係，更拉近親子的距離。

副縣長林田富代表縣長王惠美感佩法鼓山今年捐贈電子體溫計及酒精等物資，並採購縣內喜樂小兒麻痺關懷協會附設愛加倍工場及其他社福機構的產品，共同組成「安心家庭實物箱」，捐贈給縣內四個弱勢家庭社區課後照顧服務據點的兒少及弱勢戶，在疫期間間傳遞社會大眾的善心。

柯碧雲會長表示：「我們長期關注偏鄉學生的教育和生活，希望透過數位學習，能有助於縮短城鄉的差距。」

感恩十方善心守護，期盼透過暑期動畫營隊，幫助學子們熟悉軟體應用，發揮數位創作的才能；同時因應社區特色，在族群融合和隔代教育的互動學習上，都能達到善的循環。



小朋友化身助教，帶領與會者體驗動畫製作。(慈基會提供)



慈基會舉辦數位學習動畫營隊成果發表會，展現偏鄉兒少世代共學的活潑與創意。(慈基會提供)

關懷街友 散播慈心

◎釋常順 (法鼓山慈基會秘書長)

八月二十四日傍晚，法鼓山慈善基金會與沙止天主堂仁愛傳教女會，有因緣在一起。臺北車站南一門前關懷街友，對於臺北車站廣場街友活動的現況，自己雖不陌生，卻是第一次與他們互動，感恩有機會能一一為他們生起慈悲心。

仁愛傳教女會為了每週三次的物資發放，至少會用兩天來準備，現場大約三份水果與食物，都是五位修女親自準備，修女們跨越國界以實際行動，為底層民眾提供所需。在開始發放之前，修女們會先走一遍隊伍的街友，我也因此走了一遍隊伍，問候每一位排隊者。發完便當與物資後，修女們也再走近與留下來的時間與街友互動，我也利用這一個小時裡，看到修女盡可能與每一位街友互動，眼神與言語都流露出「一種平等與慈愛」。

圓山分會 生命故事分享會



資深悅眾廖美櫻(左)、曾國山(右)分享運用「四它」，度過生命難關的故事。(林祥輝攝)

「魏子茵／臺北報導」修行遭逢痛苦很起起退退，如何才可能「一身苦不苦」？八月十三日上午，護法總會圓山分會邀請資深悅眾廖美櫻、曾國山伉儷，與九十一位聽眾分享運用「四它」克服接踵而至的困苦。以佛法在人生的艱苦中見其光輝。

「這一生做得最對的事情就是學佛。」廖美櫻回顧自己從繁華城市嫁到鄉村小鎮的相處歷程，及兩人從一九八三年起追隨聖嚴師父，開啟有佛法相伴的人生。當地歷經同修曾國山完全失聰又罹患癌症，「常到師父的壽、獻生命。」依著師父的教誨，拜佛、懺悔，讓她提起勇氣。

度過困境。將佛法融攝於生命的真誠分享，使聽眾在笑聲中頻頻拭淚。

形容自己「在醫院彷彿打了七七四十九天的禱七」，曾國山轉以歡喜心來面對身體劇痛，以「四它」是解決困境最好的智慧。心轉時，困境好像就不存在了。「失聰的他保持每日朗誦《法鼓全集》來保持發覺，暢暢：「六根少一根，就只好修行，好好念佛。」全家人也認真學佛，和樂同心。

「生命是來還願、受報。」謹記師父教導，夫妻倆走過低谷，至今持續奉獻，每學期在僧伽大學教授法會編布課程，恭敬莊嚴。

護法總會 地區悅眾成長營心得

做正能量發電機 ◎謝瓊櫻 (新店分會)

有機會與眾多精進的菩薩共演一堂，聆聽常應法師、老本的課程，讓我獲益良多。戴老師講授「法鼓優質高修護法團隊」，以佛法結合高修護法團隊，以佛法結合高修護法團隊，以佛法結合高修護法團隊...

實踐四它 活出佛法生命力

「黃演和／臺北報導」透過影片，分享「心靈環保」的好！今年是聖嚴師父提出「心靈環保」三十週年，護法總會特別邀請專業導演萬榮興，指導七個分會製作「心靈環保」主題影片，經過三個月線上培訓，七月二十三日於新店分會舉辦交流服務處監院常應法師勉勵各分會藉由課程指引新人，培養人才，成就更多分享「心靈環保」、廣結善緣的影片。

當天分享的影片由萬導演講評，文山分會以「四感、珍珠般的美」獲得最佳影片獎，城分會獲得最佳影片獎，城分會獲得最佳影片獎，城分會獲得最佳影片獎...

拍製影片分享心靈環保

【培訓心得】連結點線 擴展成面 ◎木易品

這是前行培訓，是將來學習的資糧，勸勉大家繼續向前，往下一個階段不斷增上。

這一刻，想起《法華經·化城喻品》裡那位慈悲的引路人，為了不讓尋寶者半途而廢，幻化一座城讓大眾稍事休息，調整體力繼續前進，這不就是目的合一系列培訓，分階段上課的目的。引導學員漸次成長，循序前進，從小小的點連結成線，將來可以擴展成面。

感恩默默奉獻的菩薩們，成就我們向萬導學習的因緣。祝福所有有大善知識，以及發心護持的菩薩們，學法無礙，身心自在。

護法總會北部七分會 連結點線 擴展成面

「黃演和／臺北報導」透過影片，分享「心靈環保」的好！今年是聖嚴師父提出「心靈環保」三十週年，護法總會特別邀請專業導演萬榮興，指導七個分會製作「心靈環保」主題影片，經過三個月線上培訓，七月二十三日於新店分會舉辦交流服務處監院常應法師勉勵各分會藉由課程指引新人，培養人才，成就更多分享「心靈環保」、廣結善緣的影片。

當天分享的影片由萬導演講評，文山分會以「四感、珍珠般的美」獲得最佳影片獎，城分會獲得最佳影片獎，城分會獲得最佳影片獎...

禪修 教理二日營

11/11-13 須住宿

禪修必須解行並重，如鳥之雙翼，車之兩輪，缺一不可。

藉由兩天的教理課程與禪修體驗，如理思惟，依聞起修。

時間：第一天18:30-第三天17:00
對象：具法鼓山體系禪七兩次以上經驗者
內容：上課、禪坐、動禪、經行等
地點：農禪寺(台北市北投區大業路65巷89號)
報名：9/11起，請上網報名
洽詢電話：nmcchan@ddmf.org.tw

注意事項：報名前請詳讀下列注意事項：
1. 活動會視疫情狀況延期或取消。
2. 參加者須配合事項：
(1) 入寺前須量體溫，體溫高於37.5度者不得進入。
(2) 請自行攜帶口罩，需要時請配戴。
(3) 請自行攜帶環保餐具(碗、筷)。
(4) 其他相關規定。

慈悲三昧水懺

掬一杯三昧水 灌溉世間饑饉

緬聽悟達禪師的警語 攝受迦迦迦者的慈悲度化

10/22 9:00-17:00

報名：9/9起，上網填報名表
9/17起，請持「報名資料編號」至農禪寺、總本山、雲來寺及安和分院的報名窗口，臨櫃完成報名手續。

洽詢：(02)2893-3161分機801-804
備註：設有各項功德護持，及消災、超薦牌位 歡迎打響供養大眾。

2022 聖嚴書院佛學班開學

從心開機

學佛全方位

八月底開始，聖嚴書院各地佛學班陸續開學囉！新學期，「心」開始，各地學員和關懷員有哪些自我期許？本期來到實體課堂，分享疫後展開的「心」學習。

◎陳亭君

聖嚴書院佛學班二〇二二年新學期開學了！八月底、九月初，隨著防疫政策鬆綁，體系各單位陸續開放活動，十二個佛學班新班陸續在全臺各分道道場、護法分會，以及新成立的心靈環保學習中心開班，吸引民眾踴躍報名。建立基礎佛法正知見，成為解行並重的菩薩行者。

八月二十三日下午，首班開學的農禪甲班一百四十多位新學員齊聚在法堂二教室。普化中心副都監果毅法師到場關懷：「疫情期間能回到道場學習並不容易，參加實體課程會有一樣的身心感受，透過每週一點一滴熏習佛法，使心持續回到正向善法。」

法師勉勵學員：「學佛會讓身心和觀念產生滴水穿石般的轉變，期許大家發願克服萬難，堅持聽聞正法，與正法常在，就會有新的轉變。」



▲果毅法師期許學員堅持聽聞正法，就會有新的轉變。(王育發攝)

學員劉美綉從花蓮來到農禪甲班上課，儘管搭乘火車轉捷運和步行，需要花費數小時通勤，仍不減求法熱忱，她說：「一希望學員堅持聽聞正法，就會有新的轉變。」

學員洪曉君在小組相見歡時表示：「之前參加過快樂學佛人課程，深受聖嚴師父的悲願和弘法歷程感動，因此發願持續學習。」資深義工陳奕伶分享，自己雖離在體系許多單位當義工，卻不曾有次第地接觸佛學，這次終於下定決心報名，希望與同組學員一起循序漸進展開對佛學與學佛的認識與理解。

九月初還有安和分院、中山精舍、新店分會、齋明別苑、寶雲寺、臺南分院、信行寺的新班陸續開學，將接引廣大的新生一同在學佛路上精進成長，開啟從心提昇的學佛生命。

▲新設立的心靈環保學習中心班，學員有附近居民、上班族、年輕的新面孔，展現出學佛的歡喜。(李東陽攝)

▲法鼓講堂·特別講座 推己及人的平等慈悲——雲端祈福全改版

【日期】10/10 (一) 19:00 ~ 21:00
【地點】農禪寺法堂二
【洽詢】(02) 2893-9966 分機 6663
(週一至五 9:00 ~ 17:30)

◎講座同步 Live 直播，歡迎至現場聆聽

心靈環保讀書會帶領人培訓 基礎課程

【日期】10/29 ~ 30 (週六、日) 9:00 ~ 16:30 (兩天須全程參加)
【地點】北投雲來寺
【報名】8/29起，請上網報名 <http://dbs.ddm.org.tw>，額滿為止
報名者須繳交「讀書會推動規畫表」，經審核後 E-mail 寄發「審核結果」
【洽詢】(02) 2893-9966 分機 6659

【十一月課程】主題：深入《心經》認識自己、超越生命 講師：常法師

【現場上課】地點：農禪寺法堂二 預約：02-2893-9966 #6663

【課程預告】

【QR Code】



臺北都會心據點 心靈環保學習中心開課了

法鼓山在臺北市中心成立一個新的教育弘化據點了！位於臺北市古亭區的「心靈環保學習中心」，鄰近臺灣大學和師範大學的文教圈及商業圈，交通便利，距離捷運古亭站走路只要二分，八月底開始試營運。

該中心由普化中心統籌，副都監果毅法師表示：「法鼓山在古亭區長期以來沒有據點，當地人口稠密，商業辦公、政府機關、學校很多，對心靈成長課程有很大的需求，法鼓山心靈環保課程和理念，正好可以呼應這個期待。」未來將會辦理相關活動，接引周邊學生、上班族、居民，即便沒有宗教信仰，只要認同心靈成長就可以來參加。

未來預計將開辦一系列多元化的心靈成長課程，禪修、佛法生活應用等課程，也有跨領域的人文講座、工作坊等活動。

心靈環保學習中心
地址：臺北市大安區羅斯福路二段95號2樓
電話：(02) 23692322
網址：<https://csd.ddm.org.tw>

八月佛學班為試營運首開課程，九月十五日開始正式開課，二十九日的每週四晚上，舉辦深度學習心靈環保理念實踐的一聖嚴法師心靈環保學：意義與開發。講座：對佛教有興趣的民眾，也歡迎報名十月十二日至十一月每週三連續五堂的一快樂學佛人。走進這個座落人文薈萃、都市中心的生活新據點。

在後疫情的生活新常态中，為社會、地球和人類永續的共同性利益深層學習，給自己和環境的人事物關懷和希望，找到內心的自在與安定。

(文/陳亭君 圖/李東陽)

飄洋過海隨佛出家

來自異國的外籍法師，到臺灣出家修行？八月十日晚上，青年院舉辦「一輩渡江：法師的奇幻漂流」講座，由印尼籍的殊諦法師和俄羅斯籍的演善法師與現場四十六人、線上一百四十三人次，分享離鄉背井來臺求法的願心與歷程。

依三寶，後因父親生病而發願出家，國中時期參加一場八關

戒齋，結識來自臺南的湛因法師，感受到出家人的慈悲、智慧而拜法師為師，因體會「佛教不只有宗教儀式，也是生活的方法」，發願出家。

殊諦法師以「帶給別人快樂」為學佛出家的目標。他說：「我們無法改變環境，但可以改變心境，把『為我』的心，轉道來為他人。」轉道來臺也

曾過到簽證、飲食和文化差異等困難，但法師不忘初心，歡喜分享：「出家真的很快樂。」

來自俄羅斯的演善法師，出家前是大學數學系副教授，從小接受的教育偏向理工制式，內心一直想尋求使身心健康的法門，曾在無極門學習武術，後來透過禪修和理學因果觀，開始不將發生的事物視為

對一連串功課，只能鼓勵自己加倍再加倍。

對一連串功課，只能鼓勵自己加倍再加倍。

對一連串功課，只能鼓勵自己加倍再加倍。

對一連串功課，只能鼓勵自己加倍再加倍。

對一連串功課，只能鼓勵自己加倍再加倍。

對一連串功課，只能鼓勵自己加倍再加倍。

對一連串功課，只能鼓勵自己加倍再加倍。

精彩又坎坷的一年

上佛學班這一年來，對我來說是在人生精彩且豐富的一年。

且豐富的一年。

從部派佛教談大乘起源

八月份的法鼓講堂，由法鼓文理學院佛教學系副教授莊國彬主講「從部派到大乘」。莊國彬從印度佛教發展宏觀談世親與《俱舍論》對大乘佛教的起源與影響。

莊國彬從印度佛教發展宏觀談世親與《俱舍論》對大乘佛教的起源與影響。

中國禪宗思想史

第一期 9/20、10/4、10/18、11/1、11/15、12/6、12/20 (隔週二)

時間：19:00~21:00

地點：農禪寺

對象：同時具備 聖嚴書院福田班及禪學班畢業

報名：請上信眾教育院 www.ddm.org.tw 報名

洽詢：02-2893-9966 #6658 (恕無受理電話報名)

備註：全部課程預計共5期

本課程由中華禪宗學院發起，幫助我們以更宏觀的角度，幫助方法傳承、法脈傳承。

期許學員能將禪修與生活相連，走出知來、承上啟下，走出佛法發展的新氣象！

課程得視疫情狀況而有調整，請注意相關公告

法鼓講堂 菩薩道的著力點 《華嚴經淨行品》 主講：常法師 10/12.19.26 19:00 ~ 21:00

象岡道場親子營有感

回家所見

◎文／蒙星宇·圖／Yin Ting

如夢亦如幻，美不勝收，妙不可言。如露亦如電，溫潤入心，驚豔短暫。

人人是我

放在鞋架上擺齊；進門時，把球鞋放在鞋架上擺齊，而且看見別人的鞋沒擺好，還會幫忙擺齊。我什麼也沒說，什麼也沒做。這些都是小安在法鼓山經歷的小小「奇蹟」。

善緣寫不盡謝不夠

這次親子營，我們和很多友善的人結緣：紐約的素食廚師 Liana Eidan 夫婦開啟我烹調素食的行動、新澤西 Caruna Hwang 每天為小安梳辮子、前輩 Liao 推介各種修行資源、馬里蘭女企業家 Amy Gao 一路伴行、耶魯大學靜悅師姊處幫我補位、紐約藝術畫廊策展人 Yan Yang 鼓勵小安持續對畫畫的愛、鄰居林燕帶著婆婆、女兒、鄰居的媽、我和小安一行六人提前四天來做義工、鄰居王蕾為了運送我們的行李，把自家行李託付他人……

記不全、寫不盡、謝不盡。如果醒法師所說：「一切都是佛性的化現。」在法鼓山的親子營，沒有他，沒有你，都是我，都是佛性。回家所見，人人是佛。



打造人間淨土

我想，「人間淨土」不是用嘴巴喊出來的，而是用行動建設出來的。看到家門前的淨土，愈來愈成形，我繼續努力去做。有一天，我變成真正的人間淨土。當別人看到我們在做，也會受影響，在我們的社區裡，已有人開始著手改善環境了。蟬也來唱歌，唱上一整天，很多不知名的小鳥也來合唱。蝴蝶最多，開心地飛來飛去，風也來了，樹葉跟著婆婆起舞。歡迎大家來我們家玩，炎炎夏日，這兒有舒服的涼風，不必吹冷氣囉。



(陳亭君 繪)

花園變菇園了！

◎王果智

窗外的廣場，有一位先生在除草，一陣陣草香隨風吹來，壓過除草機「隆隆、隆隆」的聲響，也壓過不覺得那麼吵。以前除草的草都會清理掉，但好幾天了，一直沒人來清理。「沒人做的事，我來吧！」我和看護蜜一起去打掃。掃了不久，下起大雨，心想：才做一下子就停工，太可惜了！於是我們繼續在大雨中工作，雖然淋濕了，但是很開心，我們像老頑童一樣，在雨中玩得不亦樂乎。廣場上有一片桂花和兩棵棕櫚樹，棕櫚樹的葉子長得太茂盛，樹下的桂花因為缺少雨露，全枯萎了，棕櫚樹下也因此雜草叢生。先將草清除後，我去附近剪剪花來插枝，前後剪了三次，可能是技術不佳，只存活了兩棵。小小的扶桑還開不出花朵，不知哪一天，突然冒出一朵雪白的大蘑菇，本來只有一朵，不久又長出兩朵，最多有十幾朵，原本的花園變菇園了！左鄰右舍紛紛來欣賞這些像大碗公一樣的蘑菇，大家都覺得好開心。廣場上鋪有紅色的磁磚，每塊之間的縫隙都長了雜草，我坐在磁磚上，一根一根地拔除，沒有雜草的廣場，整個亮麗了起來，要清掃上面的落葉比較容易，清潔人員掃起來也比較輕鬆愉快。

窗外的廣場，有一位先生在除草，一陣陣草香隨風吹來，壓過除草機「隆隆、隆隆」的聲響，也壓過不覺得那麼吵。以前除草的草都會清理掉，但好幾天了，一直沒人來清理。「沒人做的事，我來吧！」我和看護蜜一起去打掃。掃了不久，下起大雨，心想：才做一下子就停工，太可惜了！於是我們繼續在大雨中工作，雖然淋濕了，但是很開心，我們像老頑童一樣，在雨中玩得不亦樂乎。廣場上有一片桂花和兩棵棕櫚樹，棕櫚樹的葉子長得太茂盛，樹下的桂花因為缺少雨露，全枯萎了，棕櫚樹下也因此雜草叢生。先將草清除後，我去附近剪剪花來插枝，前後剪了三次，可能是技術不佳，只存活了兩棵。小小的扶桑還開不出花朵，不知哪一天，突然冒出一朵雪白的大蘑菇，本來只有一朵，不久又長出兩朵，最多有十幾朵，原本的花園變菇園了！左鄰右舍紛紛來欣賞這些像大碗公一樣的蘑菇，大家都覺得好開心。廣場上鋪有紅色的磁磚，每塊之間的縫隙都長了雜草，我坐在磁磚上，一根一根地拔除，沒有雜草的廣場，整個亮麗了起來，要清掃上面的落葉比較容易，清潔人員掃起來也比較輕鬆愉快。

疫起探索佛法

◎黎堂雄

上半場人生露曙光

世間萬物恆常變化，諸法皆是因緣所生。近來世界充滿紛亂，疫情一波接一波爆發，人民生活無可避免被打亂，加上有些國家戰火連天，物價供應受到影響，以致物價飛漲、民不聊生……我們如何平安自在地回應「苦」、「空」、「無常」的境界？感恩溫哥華道場的法師們，在疫情下，慈悲體恤大家長時間待在家中，特別為北美三地開辦了為期一年的「佛法探索」線上課程，由常惠法師主講，約一百五十位溫哥華、多倫多、西雅圖、歐洲等地的同學，一同參與這門深入淺出、鑑古知今的課程。

法師一路帶領我們穿越時空，從印度哲學、佛教興起、歷經釋尊教化與入滅、部派佛教、聖典結集等過程，還有四悉檀、唯識、如來藏、大乘經典等，內容包羅萬有，並將《心經》、《金剛經》、《中論》、《大智度論》等經論，言簡意賅地進行重點整理。法師一路帶領我們穿越時空，從印度哲學、佛教興起、歷經釋尊教化與入滅、部派佛教、聖典結集等過程，還有四悉檀、唯識、如來藏、大乘經典等，內容包羅萬有，並將《心經》、《金剛經》、《中論》、《大智度論》等經論，言簡意賅地進行重點整理。法師一路帶領我們穿越時空，從印度哲學、佛教興起、歷經釋尊教化與入滅、部派佛教、聖典結集等過程，還有四悉檀、唯識、如來藏、大乘經典等，內容包羅萬有，並將《心經》、《金剛經》、《中論》、《大智度論》等經論，言簡意賅地進行重點整理。

後四十人生必修課

◎邱于真

我是為你好的背後

「後四十的人生必修課」第四次工作坊的主題是「我是為你好」，我們依指示在紙上造句，一個是：聽到這句「我是為你好」會想到誰？另一個是：聽到「我是為你好」，感覺是什麼？授課師果法師帶大家瀏覽多數人的句子，幾乎各種人際關係都出現：親子、情人、手足、朋友、職場……接著，法師帶出一「情緒勒索」的概念，情緒勒索不是單方面的行為，而是一段關係的互動模式。當被勒索者自我價值感被貶低，引發罪惡感、剝奪安全感時，就容易構成情緒勒索。小組及大堂分享時，大家不約而同從另一個角度來看情緒勒索，以常見的親子關係來說，如果沒有彼此的關心和愛，就不會有情緒勒索，有句話說：「愛的反面不是恨，而是冷漠。」冷漠沒有溫度、毫無關係，是不相往來的。情緒勒索都是負面的嗎？有時也沒那麼絕對。我們可以反思：是否總是從自己的角度出發？是不是只以自己的方式愛對方，卻沒有考慮對方的需要？或是要求對方配合時，是不是也渴望對方的愛與關心？能否用其他方式表達愛的需求呢？《梁皇寶懺》有云：「六親一切眷屬，皆是我等三世怨根，一切怨對皆從親起。若無有親，亦無有怨；若能離親，即是離怨。」人生路上，彼此能相遇、互動，都是有理不清的因緣，卻也因為相親，而產生怨怒；如果沒有親眷關係，就無從產生怨仇情緒。「正面解讀，逆向思考」是工作坊對我最大的提醒，面對人際關係的互動，改變自己的心態，正面解讀對方的行為，欣賞對方，練習以平等心與平常心看待。這不是容易的事，但值得時時自我提醒，讓自己成長。

如何接引下一代學佛

◎果暉法師

法鼓山「三化」之一的「年輕化」，即是重視年輕菩薩的接引。有不少護法信眾家中的小菩薩，從小在佛化家庭中長大，願意跟著上一代學佛，但到了青少年時期，通常會轉向同儕認同，側重朋友交往或追求個人的興趣，而不再往繼續親近道場。如何接引這些年輕的菩薩們繼續修行佛法呢？能夠兼顧科常生活的涉獵，將信仰融入日常生活除了信仰之外，也不離科學的理性層面。所謂「道無術不行」，論典中常提到，菩薩道重視五明的修學。內明指佛學、佛法；但為了分享佛法，要有工巧明、醫方明、聲明和因明等的接引方便法門。工巧明，即現代科學、技術。由於疫情蔓延的這兩、三年，由於網路科技普及，大家透過線上方式，仍然可以參加各種課程及共修活動。醫方明，將醫學與佛法結合。人人重視自己的身心健康，分享佛法時，如能結合簡易的醫學常識，有益拉近與佛法的距離。聲明，包含語言、文字和音樂、藝術等。透過美學、藝術是很好的接引方便。因明，相當於一般哲學領域所說的理則學、邏輯學，簡而言之，即是平等心、尊重下一代的想法，便容易跟自己的小孩子做朋友。以佛法的內明為根本，學習、善用科普及五明法門，以平等心尊重下一代的想法，這樣更容易接引自己的小孩子繼續學佛修行。



9/17-18 社青 禪修營 FIND RELAX AND MIND 22-40歲 不過夜 法鼓山雲來別苑

2022 法鼓山關懷生命獎 頒獎典禮暨論壇

9/18 13:30 - 16:40 中油大樓國光會議廳 台北市信義區松仁路三號1樓

解密的自己元宇宙

歡迎踴躍參加，請速上網報名 報名請掃描QRcode

指導單位： 主辦單位： 協辦單位：

奇蹟在女兒身上顯現 我的女兒小安，到達第一天就像回到了家。小安是獨生女，兩代人的掌上明珠，平時生活備受「保護」的約束，其實過得亂七八糟。在象岡，她像一隻破繭而出、無拘無束的小蝴蝶，騰空飛翔，卻過得整齊齊齊。平時，小安在家不敢獨自睡覺，總說「我害怕」。第一晚，她居然自己一個人睡著了。夜裡，我或在圖書館工作，或在辦公室隨師姊們聽法，她竟勇敢地摸黑走到辦公室，對值夜班的演法法師說：「我要找媽媽，這是我媽媽的電話，請您幫我找媽媽。」平時，小安在家吃飯，聽不進別人的話，第二天，我注意到她打齋時只打一點點，吃完再去打，一共打了三次。最後，她向我展示很乾淨的碗。我說：「好棒！你看到了嗎？法師和湯都喝下去，一丁點兒都不浪費。」她一下子明白了。平時，小安一到家就亂扔鞋子，在象岡，她很快學會出門時，把拖鞋

一生一日 法鼓山「三化」之一的「年輕化」，即是重視年輕菩薩的接引。有不少護法信眾家中的小菩薩，從小在佛化家庭中長大，願意跟著上一代學佛，但到了青少年時期，通常會轉向同儕認同，側重朋友交往或追求個人的興趣，而不再往繼續親近道場。如何接引這些年輕的菩薩們繼續修行佛法呢？能夠兼顧科常生活的涉獵，將信仰融入日常生活除了信仰之外，也不離科學的理性層面。所謂「道無術不行」，論典中常提到，菩薩道重視五明的修學。內明指佛學、佛法；但為了分享佛法，要有工巧明、醫方明、聲明和因明等的接引方便法門。工巧明，即現代科學、技術。由於疫情蔓延的這兩、三年，由於網路科技普及，大家透過線上方式，仍然可以參加各種課程及共修活動。醫方明，將醫學與佛法結合。人人重視自己的身心健康，分享佛法時，如能結合簡易的醫學常識，有益拉近與佛法的距離。聲明，包含語言、文字和音樂、藝術等。透過美學、藝術是很好的接引方便。因明，相當於一般哲學領域所說的理則學、邏輯學，簡而言之，即是平等心、尊重下一代的想法，便容易跟自己的小孩子做朋友。以佛法的內明為根本，學習、善用科普及五明法門，以平等心尊重下一代的想法，這樣更容易接引自己的小孩子繼續學佛修行。

易的醫學常識，有益拉近與佛法的距離。聲明，包含語言、文字和音樂、藝術等。透過美學、藝術是很好的接引方便。因明，相當於一般哲學領域所說的理則學、邏輯學，簡而言之，即是平等心、尊重下一代的想法，便容易跟自己的小孩子做朋友。以佛法的內明為根本，學習、善用科普及五明法門，以平等心尊重下一代的想法，這樣更容易接引自己的小孩子繼續學佛修行。

易的醫學常識，有益拉近與佛法的距離。聲明，包含語言、文字和音樂、藝術等。透過美學、藝術是很好的接引方便。因明，相當於一般哲學領域所說的理則學、邏輯學，簡而言之，即是平等心、尊重下一代的想法，便容易跟自己的小孩子做朋友。以佛法的內明為根本，學習、善用科普及五明法門，以平等心尊重下一代的想法，這樣更容易接引自己的小孩子繼續學佛修行。

易的醫學常識，有益拉近與佛法的距離。聲明，包含語言、文字和音樂、藝術等。透過美學、藝術是很好的接引方便。因明，相當於一般哲學領域所說的理則學、邏輯學，簡而言之，即是平等心、尊重下一代的想法，便容易跟自己的小孩子做朋友。以佛法的內明為根本，學習、善用科普及五明法門，以平等心尊重下一代的想法，這樣更容易接引自己的小孩子繼續學佛修行。

易的醫學常識，有益拉近與佛法的距離。聲明，包含語言、文字和音樂、藝術等。透過美學、藝術是很好的接引方便。因明，相當於一般哲學領域所說的理則學、邏輯學，簡而言之，即是平等心、尊重下一代的想法，便容易跟自己的小孩子做朋友。以佛法的內明為根本，學習、善用科普及五明法門，以平等心尊重下一代的想法，這樣更容易接引自己的小孩子繼續學佛修行。

易的醫學常識，有益拉近與佛法的距離。聲明，包含語言、文字和音樂、藝術等。透過美學、藝術是很好的接引方便。因明，相當於一般哲學領域所說的理則學、邏輯學，簡而言之，即是平等心、尊重下一代的想法，便容易跟自己的小孩子做朋友。以佛法的內明為根本，學習、善用科普及五明法門，以平等心尊重下一代的想法，這樣更容易接引自己的小孩子繼續學佛修行。

智慧多一些 壓力少一些

我遇到困難的問題，經常是這樣處理的，就是四句話——面對它、接受它、處理它、放下它。◎聖嚴師父



什麼叫作「智慧」？「當機立斷」就是智慧。當機立斷前你要先有準備，沒有專業的知識做後盾，如何當機立斷？所以一定要先有充分的準備，這點非常重要！

其次，要冷靜。患得患失的心愈少愈好，還要把自己的感情放在最平衡的一個狀態，否則做出的判斷可能是不正確的。同時，不要把自己的利害得失或者是名聞利養放在問題之前，應該以自己的專業知識、學問和技術夠不夠做為判斷的依據。考慮清楚之後，就去做吧！

遇到困難以「四它」化解

因此所謂智慧，其實指的就是自己的心裡不要有自我意識、自我中心，利害得失比較少一些，所做的判斷也就比較正確一些；還有就是知己知彼，知己，自己對自己的能力要清楚；知彼，就是這一樁事情我對它了解多少，相互衡量之後，智慧就會產生。有了智慧再面對問題，壓力大概就少一些。

我遇到困難的問題，經常是這樣處理的，就是四句話——面對它、接受它、處理它、放下它。面對它，就是遇到困難壓力，逃避是沒有用的，只有面對它；面對它之後要了了解它，了解它實際上就是接受它；不接受它，也逃避不了，那個問題始終在那裡，並沒有解決，所以接受它；然後運用我們的智慧、知識、學問或者是能力來處理它；處理以後，心中不要再有罣礙，就放下它。

事情既然已經處理完，就不要再去想到底處理的是對是錯？不要再有這個念頭，就是放下。再者，不管如何盡力，問題還是解決不了時，那就先不去管它，讓時間因緣轉化了，這種事情可能會被淡忘或是問題點會逐漸消失，問題也就處理掉了。

處理問題也需等待因緣

可能有人會誤解「放下」的意思。我們現在講的「放下」，是指眼前沒有辦法處理，只有以時間來爭取空間，等待因緣成熟再來處理。等因緣成熟，就如同孔明要借東風，東風沒有來，準備得再好都沒有用；東風一來，什麼問題都沒有了。所以「放下」不是丟了不管，而是等待適當時機！

中國人有一句俗話說「塞翁失馬，焉知非福」，事情的好與壞，不能只看當時，當時的狀況可能是一個很大的壓力，甚至是很壞的情況；但是如果你能夠面對，能夠接受而且處理它，情況不見得會那麼糟。所以當問題出現時，不要先認定那一定對我不好，或是很可怕！就是勇敢面對它，接受它，然後想辦法處理它。

以禪修的平常心來面對問題，你的心裡就不會那麼恐懼害怕，還有沒有壓力呢？當然就沒有了，或許也因此有了好的轉機。佛教的精神是以平常心的態度，來面對事情的正負兩面。以平常心對待，很多事情都能夠平穩地過去，不要過度興奮也不要太恐懼，問題就能解決。

（摘自《不一樣的安心法》）

瓦解自我的高牆

孔子曾經說：「三十而立。」記得二十多歲時，給自己訂下目標是：三十歲以前，無論經濟、職業及生活，都要更加獨立。

三十歲時，目標確實達到了，卻也給自己設下了許多無形的框架與執念。獨自在這些我執框架內撞得頭破血流，甚至傷害了周遭的人而不自知。

回想數年前的自己，就如一隻隨時要發怒的刺蝟，幸好如聖嚴師父所說：「當你需要時，善知識自然會找到你。」因此我參加了「遇見自己」第十四期課程。

課程一開始，演一法師教大家重新認識「自我」的價值觀。開始重新認識自我，加上曉華老師指導的藝術探索，發現自己總是在對外境索求，包含期望肯定、期望自由、尋求歸屬感、害怕失敗、挫折等，原來這些這些追求與逃避的複雜情緒，不斷交織成自我矛盾的網，當自己愈想掙脫時，便被纏得更緊。後續課程中更加理解及肯定自我，從中逐漸發現自我

做心地禪堂的監香 ◎郭天一

非常感恩傳燈院舉辦這次非的線上禪一，讓我們初學者不因疫情而中斷修行，能繼續藉由禪修活動安定自己的身心，提昇對種種妄念及執著的覺察能力，進而能漸漸改變不好的習氣，減少由此產生的各種煩惱，對身心的平衡及健康，有非常好的助益。

參加這次活動，讓我有一些不同以往的體驗。首先是主辦單位要學員全程開啟視訊鏡頭，這讓我們更能收攝身心，減少與實體共修的差異。以往大概到了下午較能專注用功，這次在上午第二炷香前，就已完全進入狀況。這讓自我更明白什麼是「做自己的監香」，以及如何在平日生活中時時做自己「心地禪堂」的監香。

法師透過鏡頭個別觀察每位學員的坐姿及用功狀態，並給予適當的指導，讓我們下炷香能調整得更好。下午的課程還增加了簡易的瑜伽運動，改善午齋後容易昏沉的現象。

課程中播放聖嚴師父指導「少欲知足」的開示影片，對自己平日生活與禪修態度，充滿，人人身心自在。

優點，增加了自信，進而感恩無論是困境、痛苦或是圓滿，成了這些價值觀及種種懂得「一五蘊皆空」，便可知世事無常，沒有不變的信念或真理，因此自我築起的城牆與逐漸融化的反照。回頭來看，起初那些困住自我的網，在這六週經歷不斷的反思及向內心的觀照，已經逐漸化為成長的助緣。

這一連串的改变與成長，讓我漸漸體會法師課堂上所注於腳下的每一步、每個動念、不再如漂泊於茫茫大海中居無定所的船隻，不再向外攀緣比較，內心也逐漸感到踏實。當懂得一切唯心造，唯有持續向內心覺察，不斷遇見「新」的自己，在禪修的路上繼續消融自我，找到內外和諧，實踐更多的慈悲與智慧。

感恩演一法師、曉華老師的指導，及內外護學長們的護持，讓大環境有這麼好的學習互動環境，感恩。

有相當大的啟發。師父說：「少欲是減少私欲，不要爭權（錢）奪利。」以及「需要的不多，想要的太多；該要的，要的要的，不要的，不要的，不要的，最好不要。」又說：「知足不是消極的滿足現狀，而是多也足，少也足；有現狀，無多也足；這樣的心態建立後，自然什麼都足。」

師父同時鼓勵我們要「慚愧悔悔」，做了不好的事要懺悔，做了好事也要問自己是否盡心盡力？師父的每一句話，都深深敲在心上；師父的殷殷教誨，也烙印在心中，化為自己安身處世的深厚資糧。

課程最後，有學員問出大家的心聲：「哪裡可以下載或聆聽課堂中師父開示的影片？」法師笑著回答：「當然是在禪修活動中啊！你們常常報名參加禪一以上的禪修，就可以看到師父的禪修開示影片囉！」讓人不禁讚歎法師的循循善誘與慈悲善巧。

那麼，我們就多多參與禪修活動，期待下次的禪修，且讓我們深深祈願：期期法喜充滿，人人身心自在。

轉身，回到內心的家

「好開心，又能回到道場禪修了！」八月二十、二十一日週末假期，近百位學員來到農禪寺參加都市禪二，享受遠離塵囂的時光。跟著示範的義工做八式動禪、瑜伽運動放鬆身體，鬆弛平日緊繃的神經。在蒲團上好坐一炷香靜心；不怕念頭起，看見即放下。

在疫情多變、世界動盪之時，如何能找回靜默不動的心？這場不過夜的都市禪二，是疫情高峰後，農禪寺八月份恢復活動後第一場精進禪修活動。踰過四個多月，能再回到農禪寺共修，大家都備感珍惜。除了禪堂打坐，還能聆聽聖嚴師父對禪修、人生的開示，為心靈充電。

備受學員期待的戶外經行，伴隨著初秋涼風，走過水月池、禪修公園，停下來遠眺山林，讓腦袋放空，體驗「身在哪裡，心在哪裡；清楚放鬆，全身放鬆」。

「好久沒回農禪寺了。」許多學員紛紛回饋，雖然可以參與線上共修，但容易感到腿痛，雖痛但很歡喜。「學員覺得能實體共修很幸福，不僅有法師在旁提攜、引導，還有五十多位義工護持，讓大家安心禪修，萬行菩薩的精神令人感動。」

（文／編輯室、圖／程明珠）

重新連線 重新收心

七月底上完初級禪修密集班，隨即加入法青會群組參加週五共修。看到群組裡線上禪二的訊息，立刻就報名了。

八月十三日禪二第一天，起了大早將環境打掃好，然而禪修一開始便受到很多干擾。由於在客廳，會聽到家人的動作聲響，加上網路發生問題，必須重新登入會議室。雖然如此，但因此急躁不安，只想著慢慢、好好地解決問題，重新連上網路，重新把心收回來。

禪坐前，法師提醒我們自己的苦提道場禮拜並發願，此時生起對生活自己的恭敬感恩心，從而感恩家人讓自己在家庭安心禪修。

聖嚴師父開示提到因緣法，生命就在「一呼一吸間，呼吸之間有許多雜念、妄想。一念起一念滅，前念是後念的因，後念是前念的緣。這段因緣讓我很有感動，也很有感觸，生命這麼簡單，但世間卻那麼複雜。有那麼多貪婪欲求。想起第一天最後一炷香打坐，聽家人聊到晚上要訂餐廳，念頭就

飄到「吃」去了，這才發現自己對飲食的欲望很強烈。願大家都能回歸簡單，捨棄過多欲求。

第二天睡過頭，盡快梳洗好登入，心有點躁動，但經過一天的練習，已能較快把心收攝回來。家人的聲音依舊干擾，但情緒已較不會波動。在家禪修其實是很滿大的考驗，下次再參加線上禪修，會選擇在房間裡較不易受干擾。

對比在初級禪訓班打坐，現在已愈來愈不容易睡著，但還是會昏沉。如果身體太累想睡，建議直接入睡，或是用拜佛來調整狀態，不需要只用一種方式去勉強自己。這次也感受到每炷香的打坐體驗都是不同的，無論狀況如何，都不用比較。

禪二打坐的時間較長，感覺身體僵硬許多，未來日常禪坐時，我會搭配八式動禪與經行，慢慢找出自己能適應的方法。持續力是重要的，但不要有壓力，如同法師所說「寧可短，不可斷」。感謝法師們的引導及所有工作人員的協助，感恩。



漢傳佛教專題史
于君方教授40年教學願力之作

2020年英文版出版，即獲諸多學者讚許並採用為教科書。

經論介紹、佛菩薩信仰、節日儀式、宗派（天台、華嚴、禪宗、淨土）、性別研究、現代漢傳佛教等主題，並提供問題討論和延伸閱讀，輔助對章節主題的自我學習。

于君方 著
哥倫比亞大學宗教系榮休教授，現為中央研究院院士
方怡馨 譯 定價700元

新書上市 78折

請洽法鼓山全臺行銷館 法鼓文化心靈網路書店 www.ddc.com.tw 郵撥帳號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

Serene Mind, Carefree Clouds

心靜 雲閒

齋戒寺古蹟風華與極簡內斂的現代禪堂
一切任運自然，歲月靜好！

2023 法鼓山桌曆

現在訂購，優惠每份200元
11月底訂購，再享優惠：5送1，買10送2
大宗訂購，另有折扣，請洽 02-2893-4646 # 6545、6535-6
定價：250元
攝影：李東陽
訂購滿200份以上，可代印公司行號及祝福語（費用另計）

請洽法鼓山全臺行銷館 法鼓文化心靈網路書店 www.ddc.com.tw 郵撥帳號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

- 法鼓山全球**
- 【北美】紐約東初禪寺/紐約
召集人：彭運巧
Tel: 718-592-6593
E-mail: chancenter@ddc.org
 - 紐約州阿馬道場
Tel: 845-744-8114
E-mail: ddr@dharma.com
 - 加州洛杉磯道場
召集人：王小薇
Tel: 626-350-4388
E-mail: ddbala@ddc.org
 - 加州舊金山道場
召集人：鄭江濤
Tel: 510-246-8264
E-mail: info@ddm.org
 - 廣州普賢講堂/波
召集人：周景華
Tel: 761-863-1936
E-mail: ddm.boston@ddc.org
 - 【美國法會】
新澤西州分會
召集人：梁達人
Tel: 732-249-1898
E-mail: enews@ddc.org
 - 德州南部聯絡處
召集人：李瑞雲
Tel: 203-912-0734
E-mail: contak@ddc.org
 - 德州哈特福德聯絡處
召集人：王玲瑤
Tel: 860-805-3588
E-mail: cmcharford@ddc.org
 - 佛蒙特州佛蒙特聯絡處
召集人：李瑞雲
Tel: 802-658-3413
E-mail: juichulee@ddc.org
 - 佛蒙特州佛蒙特聯絡處
召集人：張傑雄
Tel: 240-424-5486
E-mail: chan@ddm.org
 - 佛蒙特州佛蒙特聯絡處
召集人：陳佩雲
Tel: 678-809-5392
E-mail: Schen@tele.com
 - 德州達拉斯聯絡處
聯絡人：陳祈民
Tel: 682-552-0515
E-mail: ddm.dallas@ddc.org
 - 佛州塔城分會
召集人：Frances
Tel: 850-888-2611
E-mail: tallahassee@ddc.org
 - 佛州奧蘭多聯絡處
召集人：潘安琪
Tel: 321-917-6923
E-mail: achang1111@ddc.org
 - 佛州邁阿密聯絡處
聯絡人：李美賢
Tel: 954-432-8668
E-mail: liamei@ddc.org
 - 佛州佛羅里達聯絡處
聯絡人：陳麗華
Tel: 352-336-5301
E-mail: LianFlorida@ddc.org
 - 北卡州卡里聯絡處
聯絡人：李民安
Tel: 919-677-9030
E-mail: minganlee@ddc.org
 - 伊利諾州芝加哥分會
召集人：羅修梅
Tel: 847-295-5546
E-mail: ddm.bachic@ddc.org
 - 密西根州密西根聯絡處
召集人：李麗華
Tel: 517-332-0003
E-mail: kong2006@ddc.org
 - 密西根州聖路易聯絡處
召集人：李台銘
Tel: 636-825-3888
E-mail: acren@ddc.org
 - 德州休士頓聯絡處
聯絡人：邵一平
Tel: 682-552-0519
E-mail: g9g@man.com
 - 科羅拉多州丹佛聯絡處
聯絡人：朱元東
Tel: 732-754-8984
E-mail: tomchu100@ddc.org
 - 猶他州鹽湖城聯絡處
聯絡人：范弘青
Tel: 801-947-9015
E-mail: Inge_Fan@ddc.org
 - 內華達州拉斯維加斯聯絡處
聯絡人：林玉華
Tel: 702-896-4108
E-mail: yhl2527@ddc.org
 - 華盛頓州西雅圖分會
召集人：林海海
Tel: 425-957-4597
E-mail: garlyin00@ddc.org
 - 加西省會聯絡處
召集人：蔡維華
Tel: 916-681-2416
E-mail: ddbasaca@ddc.org
 - 南加州橙縣聯絡處
召集人：徐浩峰
Tel: 949-216-0399
E-mail: ddbca@ddc.org
 - 【加拿大】
溫哥華道場
Tel: 604-277-1357
E-mail: info@ddm.org
 - 安省多倫多分會
召集人：王怡文
Tel: 416-855-0531
E-mail: ddbca.toronto@ddc.org
 - 【香港法會】
香港道場
召集人：劉佳略
Tel: 852-2865-3111
E-mail: info@ddm.org
 - 【馬來西亞法會】
馬來西亞道場
召集人：陳善沛
E-mail: admin@ddc.org
 - 【新加坡法會】
召集人：顏瑞華
Tel: 65-6735-5900
E-mail: ddrumsingapore@ddc.org
 - 【泰國法會】
召集人：蘇林妙芬
Tel: 66-2-013565
E-mail: ddbkk200@ddc.org
 - 【澳洲法會】
雪梨分會
聯絡人：林萍
Tel: 61-2-8056-1717
Fax: 61-2-9283-3111
E-mail: info@ddm.org
 - 墨爾本分會
召集人：蕭浩華
Tel: 61-4-7069-0909
E-mail: contact@ddc.org
 - 【歐洲】
盧森堡聯絡處
聯絡人：林麗娟
Tel: 352-400-080
E-mail: ddbm@cha.com
 - 英國倫敦聯絡處
聯絡人：Orca Liew
Tel: 44-20-8459-8459
E-mail: liew853@ddc.org
 - 美國里茲聯絡處
聯絡人：王昭雲
Tel: 44-7787-502



開山紀念館「萬法心光——靈源老和尚紀念特展」介紹老和尚的生平、佛畫與傳承。(李東陽攝)

萬法心光 遇見靈源老和尚

◎文/梁金滿·圖/本刊資料

今天的法鼓山與我的師父東初老人有關；至於我修行的法門，則與東初老人和靈源老人有關，這就是我的傳承，也是我念念不忘的師承。——聖嚴師父

靈源老和尚與聖嚴師父的緣分始於一九五八年。當時二十八歲的師父尚在軍旅之中，一次休假日到高雄佛教會訪友，恰好被安排與靈源老和尚同宿一張大通舖。那時廟身軍旅的聖嚴師父累積了滿腹問題，見到老和尚，一個問題接一個問題，請老和尚開示。正當師父一股勁地提問時，老和尚突然用力一拍床板，喝問道：「放下！睡去！」這「喝」讓師父頓覺雲霧消開，遍體清涼，透頂輕鬆，好像問

什麼問題，都是多餘的了。兩年後，師父二度出家，求受比丘戒時，靈源老和尚正是七位尊證阿闍梨之一。師父曾說：「他僅給了我『放下』兩字的開示，便使我非常受用。」這份受教之恩，一直留在師父心中。故於一九七八年，已得博士學位在美國弘法的師父回到臺灣，前往基隆十方大覺寺探望靈源老和尚，當他知道師父在美國傳法，主持禪七，便說：「該給你一個名字才好。」於是穿起海軍披上祖衣，在虛雲老和尚塑像之前，帶師父

靈源老和尚與聖嚴師父

頂禮，賜法名「知剛性柔」及譜卷《星燈集》，繫屬虛雲老和尚下第三代，臨濟義玄下第五十七代傳人。

師父說，自己在修行的法門上得益於靈源老和尚，曾自述於高雄美濃開關期間，每天禪修打坐四至五小時，當發覺有複雜的妄念及疑問或遇有念頭起滅時，便用靈源老和尚所教的「放下」；當專注於一個問題時，就一直問下去：「是什麼？」這使師父發現，「是什麼」與話頭禪相似，「放下」與默照禪相近，正好與中國臨濟宗及曹洞宗的禪法相通。

今年是師公靈源老和尚（一九〇二—一九八八年）一百二十年冥誕，法鼓山開山紀念館繼「走進東初老人的傳承與家風」展覽之後，現正展出「萬法心光——靈源老和尚紀念特展」。透過靈源老和尚的佛畫、著作，認識老和尚的修行法門與歷程，以及法脈傳承諸《星燈集》的紀錄，了解中華禪法鼓宗的傳承與開展，感念聖嚴師父念念不忘的師承。

策展人果與法師分享，靈源老和尚是虛雲老和尚親自剃度的徒弟，擅長丹青藝術，畫過許多佛菩薩、羅漢聖像，因此從欣賞佛菩薩像作為觀展起點，最能領會老和尚的修行歷程。展覽中的「西方三聖」，表徵靈源老和尚初出家後，遇慈舟老法師教導專修「彌陀淨土」；中期親近應慈老法師學《華嚴經》，靈源老和尚自新為華嚴學者，觀修「法界淨土」，繪有「華嚴三聖」；後歸於虛雲老和尚，禪淨雙熏，即心即佛，參禪悟「唯心淨土」。靈動的燈燄無盡也。

果與法師說，靈源老和尚紀念特展是一個「頓悟型」的展覽。看完特展，了解師父開創中華禪法鼓宗的法源頭之後，再往後續觀靈源館內的一世界佛教「展區，就更能夠明白祖師大德星燈相傳，明知空花明月，仍要大作佛事，開啟眾生無盡心光的悲願所在了。

法脈傳承譜《星燈集》是靈源老和尚將師父與虛雲老和尚臨濟法脈接上的明證，也有師父傳法子繼程法師等法子的記載。



法脈傳承譜《星燈集》是靈源老和尚將師父與虛雲老和尚臨濟法脈接上的明證，也有師父傳法子繼程法師等法子的記載。



一九七八年十二月五日，聖嚴師父拜訪靈源老和尚（左），並得其真傳。

各地方元報恩法會從七月下旬啟建，中華佛教文化館以《地藏經》、禮地藏懺共修，為親友與先祖消災超薦。八月一日，臺南分院舉辦一週的地藏法會共修，以三時繫念法會圓滿，退居方丈果東法師親臨臺南分院，為題開示：「向地藏菩薩學習提起與放下，發大菩提心悲智度眾，自我超越體證菩薩行，以發揮生命的殊勝意義。」

農禪寺自七月三十一日起啟建線上「梁皇寶懺法會」，於八月六日舉辦齋天暨瑜珈焰口施食法會圓滿。法會期間，每天由僧伽大學學務長常格法師講解懺悔的意義，提醒拜懺的目的：「依正見觀照已過，發正志，起正行（止惡修善，修懺）鏝而不捨。」方丈和尚果東法師於六日下午親臨會場，向大眾開示瑜珈焰口法會就是為有緣、無緣眾生施食，鼓勵大眾學習「為他人說」的精神，積極分享佛法，讓更多人受用。

各地中元法會圖輯



農禪寺瑜珈焰口法會為饑鬼道眾生，過往怨親眷屬等眾生施食。

美 國紐約東初禪寺於八月十五日至二十日，在象岡道場舉辦三期繫念法會，採取實體與網路共修並行。法會期間，播放聖嚴師父影音開示，講解念佛方法，提醒大眾用「一心」念阿彌陀佛，以全部的身口意三業和阿彌陀佛相應，時時處處念念不離佛號。

農禪寺舉行中元報恩地藏法會，將功德迴向眾生。一百多位民眾以法相會，主法常輝法師引警世名言：「千百年來碗裡羹，冤深似海難離苦，欲知世上刀兵劫，但聽屠門夜半聲。」開示戰爭與茹素的關係，勸勉大眾心懷慈悲多護生。

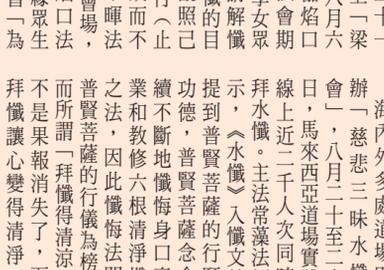
無論實體或線上，利用報恩月精進修行，將禮懺、持誦《地藏經》念佛的功德幫助受苦中的父母，發大菩提心廣結眾生緣，利益自己、利益眾生。

海內外多處道場則舉辦「慈悲三昧水懺法會」，八月二十至二十一日，馬來西亞道場實體與線上近二千人次同時禮拜水懺。主法常輝法師開示，《水懺》法儀文前，提到普賢菩薩的行願與功德，普賢菩薩念念相續不斷地懺悔身口意三業和教修六根清淨懺悔之法，因此懺悔法門以普賢菩薩的行儀為榜樣。所謂「拜懺得清涼」，不是果報消失了，而是拜懺讓心變得清淨了，所以雖然面對果報，卻不起煩惱。

主法果東法師開示強調，心、佛、眾生三無差別，都是心的功能顯現，鼓勵大眾練習以「一心念佛來收攝身心。監督常華法師鼓勵信眾隨時隨地攝心，繫念在佛號上，在彼此護念、互相激盪中將佛號念注在佛的共名聖號上。

熟，心與佛非一非二，不假外求，把煩惱化解了，自然就見到佛。臺南分院、信行寺、紫雲寺、東初禪寺皆以「三時繫念法會」圓滿中元報恩精進共修。「三時繫念」是淨土法門之一時，「三時」指早晨、日中、日沒之時，「繫念」是指誦念《阿彌陀經》經文，身口意均繫念往生彌陀淨土，目的在超薦亡靈，往生西方極樂世界。退居方丈也以「三時繫念，淨土照見」和一融禪淨，自性彌陀「惕勉信眾念佛報親恩。

圖/各分寺院道場提供



馬來西亞道場主法常輝法師開示，懺悔法門是以普賢菩薩的行儀為榜樣。

