



三重蘆洲書法班結業

## 自在揮毫體現禪味

【釋演真／臺北報導】由護法總會、青年院與各地辦事處合辦的暑期「兒童心靈環保體驗營」，繼去年在新店、松山辦事處試辦，獲得熱烈回響後，今年除了原有的兩個辦事處，還增加了基隆精舍，以及中永和、中正萬華、文山、新莊、海山、淡水等七個辦事處，於七月七至二十九日，歡喜接力展開。

兒童營的招收對象，為國小升二年級至四年級的小朋友，共計四梯，七月的每個週末，週六在各地辦事處舉行，週日則前往法鼓山園區及法鼓文理學院體驗。營隊入輔除外，由青年院法師及法青全力投入，更積極地營管，讓辦事處儼然成為老中青三代同樂的家庭聚會。

兒童營的內容安排，包括「自我認喜擔綱，並號召地區資深悅眾，大家一起回來「顧孫」，因為這次兒童營，讓辦事處儼然成為老中青三代同樂的家庭聚會。

陪伴在旁的外護義工，則由義工團歡喜擔綱，並號召地區資深悅眾，大家一起回來「顧孫」，因為這次兒童營，讓辦事處儼然成為老中青三代同樂的家庭聚會。

茶禪時間，這麼好動的年紀居然都坐得住，而且鴉雀無聲」、「即使小公；「兒童梵唱」的佛曲帶動唱。

書法班的開設，是辦事處開啟引大眾的多元善巧之門，課程設計上，更見護法總會、辦事處與指導老師張嘉平的用心。每堂課開始，先由悅眾帶領靜坐、引導放鬆，接著聆聽聖嚴師父的《大法鼓》影音開示，老師並延續當次的開示主題，將佛法融入於書法及生活之中。

書法及禪修的核心，都是藉由潛心凝神地運筆揣摩、反覆練習，讓佛法深入心中。一書法是一種鍛心的方便，但我們的核心價值，還是在於投入佛法的體驗。」召委梁順旭指出。

「當下」，張嘉平老師說，只有實際下筆的每個當下，以及所串起來的過程，才是最重要的。老師接著表示，要將師父的心。在書法班」，中正萬華辦事處的「自

也開辦「禪悅書法班」，期待

佛法與生活、藝術的結合，讓心靈環保潛移默化地灌漑人。



▲參與「香草入校園」的臺南東陽國小學生，在照顧植物過程中，生命也一起成長。（法鼓山人基會提供）

## 新聞集錦

## 法鼓山社大「三門淡墨」啟展

【本刊訊】法鼓山社會大學首度規畫「三門淡墨」速寫入門班聯合成果展，7月4日於臺大醫院金山分院舉行啟展茶會，副住持果暉法師、金山分院院長譚慶鼎、社大校長曾濟群都到場祝福。果暉法師致詞時，感謝金山分院照顧鄉親與法鼓山僧眾身體健康，同時鼓勵民眾參加法鼓山大課程，透過各種學習來增進心靈健康。

本次展出金山、新莊、北投校區近60位學員的75幅作品，包含金山師生所繪的法鼓山園區三門與法鼓鐘樓，以及新莊、北投師生所繪的天南寺牌樓和北投農禪寺入慈悲門，加上學員在課程中畫下的各種作品，展現學員從速寫入門，進而接觸法鼓山的學習過程。

金山校區速寫班老師李賜民表示，學員們十分重視這次展覽，從文宣設計、作品準備、展場布置等全部自己來。班長林素雯表示，看到民眾觀展時讚歎作品，就是最大的鼓勵，退休後能這樣學習，讓她感到內心充滿喜悅。歡迎大眾前往參觀「三門淡墨」，並報名社大課程。詳情請上網http://www.ddcep.org.tw

## 新店青年工作坊 掌握「心」未來

【本刊訊】新店辦事處「做自己人生的GPS」青年工作坊已進行到第三場，從6月24日討論科技與幸福，到7月15日針對職涯發展進行探索。

何謂幸福？科技帶來的是幸福還是孤獨？下一個十年我在哪裡？在「3C滑世代幸福手札」中，第二場講師戴曉雯提醒，表面上我們被3C產品綁架，但其實奴役我們的是欲望。陳若玲老師帶領的第三場「職涯方向與關鍵決策」，則引導學員思考在未來的22000天中，如何覺察自己的不足，學習設定目標、運用資源找回生命價值。

「許多資訊在網絡上都可以找到，但只靠自己，盲點還是很多。」「各組討論打破自我思維方向，重新認識自己。」學員們用心討論、聽講、做筆記；課後反應熱烈，希望加開系列課程，需求相當地熱切。

這次的青年工作坊，班級核心悅眾皆由新店法青承擔。每組安排資深悅眾及法青共同擔任關懷員；課後老中青悅眾齊聚分享、檢討，讓這次活動的學習向度，從課程中的深度啟發，延伸到課程外的活絡互動，以及世代傳承。

【釋演真／臺北報導】由護法總會、青年院與各地辦事處合辦的暑期「兒童心靈環保體驗營」，繼去年在新店、松山辦事處試辦，獲得熱烈回響後，今年除了原有的兩個辦事處，還增加了基隆精舍，以及中永和、中正萬華、文山、新莊、海山、淡水等七個辦事處，於七月七至二十九日，歡喜接力展開。

兒童營的招收對象，為國小升二年級至四年級的小朋友，共計四梯，七月的每個週末，週六在各地辦事處舉行，週日則前往法鼓山園區及法鼓文理學院體驗。營隊入輔除外，由青年院法師及法青全力投入，更積極地營管，讓辦事處儼然成為老中青三代同樂的家庭聚會。

茶禪時間，這麼好動的年紀居然都坐得住，而且鴉雀無聲」、「即使小公；「兒童梵唱」的佛曲帶動唱。

書法班的開設，是辦事處開啟引大眾的多元善巧之門，課程設計上，更見護法總會、辦事處與指導老師張嘉平的用心。每堂課開始，先由悅眾帶領靜坐、引導放鬆，接著聆聽聖嚴師父的《大法鼓》影音開示，老師並延續當次的開示主題，將佛法融入於書法及生活之中。

書法及禪修的核心，都是藉由潛心凝神地運筆揣摩、反覆練習，讓佛法深入心中。一書法是一種鍛心的方便，但我們的核心價值，還是在於投入佛法的體驗。」召委梁順旭指出。

「當下」，張嘉平老師說，只有實際下筆的每個當下，以及所串起來的過程，才是最重要的。老師接著表示，要將師父的心。在書法班」，中正萬華辦事處的「自

也開辦「禪悅書法班」，期待

朋友間有時意見分歧，但還是默默地配合大家」、「吃東西非常惜福，雖然吃了很多碗，但都吃得很乾淨！」

小隊輔導們對小朋友良好的表現，讚歎不已。

這次兒童營還貼心地即時上傳照片及報導至臉書、家長的通訊群組，讓

父母安心。許多家長因為孩子參加兒童營，看見孩子的轉變及團隊的用心，對住家附近的法鼓山道場，有了進一步的認識，有家長由衷感恩：

「讓我的孩子有機會接觸佛法。」

護法總會服務處監院常應法師表示，與青年院合作在各地辦事處合辦

兒童營，除了讓法深入每個小

朋友心中，更希望透過小朋友

回家分享喜悅，將佛法融入家庭中。此外，各辦事處因為舉辦兒童營，注入更多活水，不但讓

各地青年人才得以凝聚、發揮、成長，也讓資深悅眾回來，共享法喜。

文理學院校園內、松山及雙和區小菩薩合力闡揚。（潘森典攝）

▼小菩薩以專注歡喜的心，學習每一道泡茶步驟。（許淑英攝）

## 小學生體驗自然生命

人基會推廣校園香草課程

【吳佩玉／臺南報導】陪伴植物生長，落實

生命教育，法鼓山社會基會在南部地區舉辦第一梯「香草入校園」活動，六月十四日於臺南市學甲區東陽國小圓滿。一學期八次的香草課程，將心靈環保、心六倫的種子帶入校園，傳達了愛與回饋、成長與分享，更鼓勵學生樂於學習、懂得感恩，師長們都肯定香草課程的教育功能。

最後一次課程以回顧影片呈現七堂課的主題意涵，從認識香草開始，學習如何照顧植物；透過「好朋友

週記」記錄植物的生長，觀察何時為香草換盆，還有

觀察校園環境，認識各種植物

恩，師長們都肯定香草課程的教育功能。

# 新竹精舍 弘化開懷展活力

七月開辦經典與生死系列講座 果醒法師主講首場《楞嚴經》生死禪觀

【新竹訊】新竹精舍自五月五日啟用以來，接連舉辦了《聖嚴法師年譜》座談會、初級禪訓班，以及各項共修活動，弘化蓬勃開展，吸引眾多科技人、學生、民眾親近佛法，其中六月三十日至七月一日的初級禪訓密集班，九十分學員中，高學歷族群學禪的比例超過六成。七月十四日起，再開辦「經典與生死」系列講座，由禪修中心副都監果醒法師主講第一場，近

二百五十位聽眾與會，現場座無虛席。首場「《楞嚴經》的生死禪觀」，果醒法師先分享自己的禪修體驗歷程，從十幾年前「不要用記憶修理自己」、「好的不喜歡壞的不討厭」，到近幾年「心中的媽媽不是媽媽」，是已經中了第一支箭，法師說明「不要用記憶修理自己」是已經中了第一支箭，法師說明「好的不喜歡壞的不討厭」，是體驗好壞只是個人心中的分別，並沒有「一個實相的好惡」；「心中的媽媽不是媽媽」則是破除經常「認物為己」的迷思，其實並沒有永遠不變的人。我。

法師提到《楞嚴經》中「真心」與「妄心」的概念，說明我們累劫為客塵所迷，找不到真心，面對生命種種現象，往往除境不見心、轉境不轉心，而生起種種煩惱。透過禪修，看見心的問題，用禪法轉心，還要進一步轉概念，學習去除能所的對立、淡化對我、我所的執著，並提高禪修的工夫，清楚問題是自己造作，破除這層煩惱，便能自在面對生命與生死。

「經典與生死」系列講座從現代人關注的生命議題切入，藉由經典來認識佛法智慧，了解佛教的宇宙觀、人生觀，從而建立正確的生活態度，當面對生命困頓，便能幫助自己少煩少惱、離苦得樂。接下來八、九月，僧團法師繼續從《心經》、《地藏經》、《阿彌陀經》來談生死超越、生命學習與終極關懷，歡迎民眾前往聽講。線上報名及課程資訊請查詢：<http://hc.ddm.org.tw>

## 香港道場 講楞嚴空義

【郭俐岑／新州報導】六月九日，禪修中心副都監果醒法師至新州分會，以《華嚴心鉉》導讀為主題，為滿堂聽眾進行整天的課程。

「華嚴世界的不可思、不可思、不可思、不可思」，法師表示，我們從小間可以想像。「果醒法師提到華嚴世界無與倫比，可惜一般人只能取極小部分為我，未能看見更寬廣的世界。法師表示，我們從小認定為「我」的這個身體，只是工具，這個工具的目的是要度眾生。但眾生無明、顛倒，錯把妄

【香港訊】「空」中有沒有我？為了解開空與我的疑團，六月十六至十七日，禪修中心副都監果醒法師至香港道場，以講座及禪修工作坊，分享鑽研《楞嚴經》三十多年的心得，近三百人出席聽講。

「坐著聽講的不是我，能夠覺知我在聽講的佛性，才能解清淨的佛性，才能跳脫輪迴。話鋒一轉，法師問大眾：「如果我著身體為我，為了活命及追求舒適，反而成了身體的工具，不斷造業，苦墮輪迴；其實唯有還復清淨的佛性，才能跳脫輪迴。」果醒法師表示，凡夫執著身體為我，為了活命及追求舒適，現在忽然死去，還有沒有我？」

自導自演，遠離實相時，就微笑喊停，別讓劇本愈扯愈遠，假以時日，定能轉識成智。

法師指出，生滅的是色身不是我，雖然佛性無形無相，卻非空無物，能見聞覺知一切，無處不在，無時不在，且不生不滅。在「有能所是識：無能所是佛性」。「法師以一句結語勉勵大眾，當我們的認知心不再採取生滅相而起，現象消失，識也就消失，當肉體消逝，神識離開身體，業力會促使神識繼續輪迴，上演另一場千秋大夢。

【新州分會 導讀《華嚴心詮》】



▶果醒法師分享《楞嚴經》的生死禪觀。  
(郭金典攝)

寶雲寺《如來寶藏》導讀

## 發掘師父思想新視野



▲寶雲寺舉行《如來寶藏》導讀，推廣聖嚴師父的思想。  
(陳雅琳攝)

【陳玫瑰／臺中報導】研究聖嚴師父如來藏思想三十年、法鼓文理學院已故教授杜正民，第二本遺作《如來寶藏：聖嚴法師的如來藏思想研究》於六月出版，七月三日於寶雲寺舉辦新書導讀，由法鼓文化編輯總監果賢法師主持，編者常慧法師主講，共二百多位聽眾到場，聆聽杜老師珍貴的研究成果。

【新州分會 導讀《華嚴心詮》】

【陳玫瑰／臺中報導】研究聖嚴師父如來藏思想和我們息息相關，我們就是活在這個慈悲、包容的思想之下。「果賢法師引言表示，「眾生皆有佛性」、「人法一如」這幾句常聽聞的話，當中蘊涵的如來藏思想，是師父所有教法的基本態度，也是實踐的基礎。「法鼓山以『菩薩』來稱呼每個人，正是體現如來藏的思想。」

【馬來西亞】和心在一起 真幸福

【馬來西亞訊】馬來西亞吉打佛學院主辦、馬來西亞佛教青年總會吉打州聯委會贊助、法鼓山馬來西亞道場與社會的朋友「團隊協辦的『和心在一起』巡迴演唱會」，六月一日至二日於吉打佛學院吉中佛教會進行最後兩場演出，共三百六十多人與會聆聽。

活動結合講座與歌曲分享，由監院常漢法師擔任主講人。法師引導大眾感受自己活著的生命，是由許多因緣所成就。法師說明，我們若能感受在世間的變動中，何其有幸可享有目前所擁有的，自然而然感恩心；若能感受自己的生命，是由過去所有的順境、逆境所成就，就能從中感受我的精神。『當我們體會到自己與眾緣緊密連結，不分你我。沒有對立，就能安住於每個當下，享有內在的平靜與喜悅。』

感恩也要報恩，而報恩就是奉獻自己。法師舉例表示，奉獻過程也許不是一帆風順，但可學習盡心盡力第一，在承擔中成長自我，「眾生都是我們的觀音菩薩，就看是否懂得在奉獻中了解自己，並實踐佛法。」

除了法師分享，「生命中的朋友」團隊也透過感人的故事小短片、現場彈唱創作歌曲，進一步詮釋佛法，讓大眾更深刻領會幸福快樂就在當下，只要回歸自己的內心，和心在一起。

▶「生命中的朋友」團隊彈唱歌曲，讓聽眾領會幸福快樂就在當下。  
(馬來西亞道場提供)

## 黃博煌 截後人生更精彩



▲黃博煌分享自己的「截」後人生，黑幼龍（右）與在場聽眾深受感動和啟發。  
(吳秀貞攝)

【江欣怡／桃園報導】若四肢要截肢，你願意活下來嗎？齊明別苑「心光講堂」於七月八日邀請生命鬥士黃博煌，分享他的「截後人生」，與會二百六十多位民眾深受感動。

面對截肢的人生選擇題，一般人多難以展現求生意志，在八仙塵爆意外中，黃博煌儘管全身有九成燒燙傷，但想到家人在等他回家，決定與百分之五的存活率拚搏。他分享支撑自己接受一切向前走的力量，是受傷後打電話，父親一句：「爸爸會來救你，你一定要等到我過來！」讓他努力向外走，尋求救援，途中耗盡一切力量，終被送到醫院，「我知道若放棄自己，前面的努力就白費了！」

活下來要面對的難題，不只是身體缺憾及辛苦復健，更多的是回到社會後這各種歧視眼光，不過鼓勵的聲音也未曾缺少。黃博煌說，展開「截」後人生這三年來，他發現自己是個有障礙的人，但人生卻可以過得沒有阻礙，因為真正障礙不是環境，而是來自自心。三年來，黃博煌以不放棄人生的生活架構，於全臺各地現身說法，鼓勵處於挫折中的人們，藉此反觀自己的生命，同

時也感受聖嚴師父所說：「救苦救難的是菩薩，受苦受難的是大菩薩。」卡內基訓練中心創辦人黑幼龍也到場分享：「改變心態就是改變生命，覺得自己生命沒價值的人，若有机會聽到博煌的故事，就會發現發生於自己身上的挫折不算什麼。」不少民眾紅著眼眶聆聽分享，並主動表達心中的感動。護理師王品芳說：「人還有口呼吸，就有一個希望，謝

謝你用生命和大家結善緣。」聽眾陳秀華也說：「看到你爬上合歡山，不禁想起自己曾有參加『三鐵』的梦想，所以我不僅要重拾夢想，更要和朋友分享你我的故事。」副寺常雲法師懷表示：「黃博煌菩薩的歷程，讓我們更珍惜寶貴的自身，不論是否把心打開，這也是法鼓山持續推動『心靈環保』的目標。」

### 第25屆「家中寶」佛化聯合祝壽

| 日期        | 地點     | 洽詢電話                     |
|-----------|--------|--------------------------|
| 10/7 (日)  | 高雄紫雲寺  | (07) 732-1380 分機11       |
|           | 法鼓山園區  | (02) 2426-1677           |
|           | 蘭陽精舍   | (03) 961-0296            |
| 10/10 (三) | 臺北安和分院 | (02) 2778-5007 分機156~159 |
|           | 臺南雲集寺  | (06) 721-1295 分機103      |
| 10/13 (六) | 臺北中山精舍 | (02) 2591-1008           |
|           | 臺中寶雲寺  | (04) 2255-0665 分機9       |
| 10/14 (日) | 北投農禪寺  | (02) 2893-3161 分機561、562 |
| 10/14 (日) | 臺東信行寺  | (089) 225-199            |

### 法鼓山二零一八親子營 2018 Family Camp Adult·Teens·Kids

Sponsored by  
Dharma Drum Mountain Buddhist Association  
more info @ [www.chancenter.org](http://www.chancenter.org)

Date: Aug 1-5

Age: Kids: 7-11  
Teens: 12-16  
Adult

Venue: Dharma Drum Retreat Center,  
Pine Bush, NY

# 跨界交流—匯成佛法大海

惠敏法師出席德國「佛教與當代社會的對話」

惠敏法師出席德國「佛教與當代社會的對話」



▲惠敏法師（右一）至德國漢堡大學出席「佛教與當代社會的對話」會議，與學者進行跨宗教及宗派的對話。（法鼓文理學院 提供）

修行 轉化

## 繼程法師解心經

【釋常慧／臺北報導】「所謂修行就是修正、修理、修補我們的行為，在修補的過程中，就轉化了自我。」

繼程法師首先指出，佛陀面對不同根器的弟子，會教導深淺不同的修行觀念與方法，讓弟子們藉以用功與得力。法師並以四悉檀的分別方式剖析《心經》，說明修

行次第。

法師認為，從「觀自在菩薩」至「度一切苦厄」是「第一義悉檀」；是從「人無我」到「法無我」的體證；然而，有些人無法掌握「五蘊皆空」的道理，故進而說明了緣處界、四聖諦、十二因緣等，以對治根身世界的執著，是為「對治悉檀」；為了讓人沒有罣礙，而說「得阿耨多羅三藐三菩提」，這是「為人悉檀」；若仍沒有信心、無法了解，就以「揭諦揭諦」等心咒，讓人能安心地圓滿功德，即是「世間悉檀」。

法師分享自己第一次聽聞佛法的因果故事，便開始信佛學佛。漸漸從讀經、教導青年學子的法課程，參加佛學會考等，發現自己的行為與生活日益簡樸，佛法也從外在流入内心。爾後聽到竺摩和尚一句話：「現在出家的年輕人很少，出了家又願意研究佛法的就更少了。」一定決心隨和尚出家。法師認為，這是自己一生最重要

的年齡，他露出誠懇的笑容：「照見五蘊皆空，真正地「度一切苦厄」了。」



▶繼程法師以自己學佛禪修為例，說明自我轉化的歷程。（施純泰攝）

### 【法鼓書齋】

■《人生》雜誌 420 期 8 月號

#### 聖嚴法師教幸福告別

告別，無時不在生活中上演，小白剎那生滅的念頭、出門的一聲再見，大至情愛已逝、退出職場、身心受創乃至死別……一次又一次的告別，何嘗不是轉化的契機？

本期收錄聖嚴法師關於告別創傷、愛情、成就與至親等開示，幫助我們看見無常的積極面；八仙塵燃傷友黃博煌、作家洪荒、前農委會主委彭作奎與義工駱碧麗，也分享自身告別苦痛遺憾，幸福前進的生命歷程。

對「世界佛教村」座談會意猶未盡？「焦點話題」為您紀實報導，精彩對談不錯過。「韓國佛寺之美」帶您參訪第一佛寶寺——通度寺，見識有如佛陀親自授戒的金剛戒壇之殊勝。（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



QR code

## 生命美學營 看見心中一盞燈

生命的歷程，因為學佛修行，引發了心理的轉化。

繼程法師指出，佛陀面對不同根器的弟子，會教導深淺不同的修行觀念與方法，讓弟子們藉以用功與得力。法師並以四悉檀的分別方式剖析《心經》，說明修

行次第。

法師認為，從「觀自在菩薩」至「度一切苦厄」是「第一義悉檀」；是從「人無我」到「法無我」的體證；然而，有些人無法掌握「五蘊皆空」的道理，故進而說明了緣處界、四聖諦、十二因緣等，以對治根身世界的執著，是為「對治悉檀」；為了讓人沒有罣礙，而說「得阿耨多羅三藐三菩提」，這是「為人悉檀」；若仍沒有信心、無法了解，就以「揭諦揭諦」等心咒，讓人能安心地圓滿功德，即是「世間悉檀」。

法師分享自己第一次聽聞佛法的因果故事，便開始信佛學佛。漸漸從讀經、教導青年學子的法課程，參加佛學會考等，發現自己的行為與生活日益簡樸，佛法也從外在流入内心。爾後聽到竺摩和尚一句話：「現在出家的年輕人很少，出了家又願意研究佛法的就更少了。」一定決心隨和尚出家。法師認為，這是自己一生最重要

## 踏上報恩僧涯



【張曜鐘／金山報導】

七

日

上午，在僧團法師、俗家親友等四百多學生的觀禮祝福下，法鼓山僧伽大學十四位畢業生於法鼓山園區國際會議廳，由方丈和尚果東法師頒授證書，副院長果肇法師、常順法師搭菩薩衣、傳無量乘共法」、「三乘共法」、「大乘共法」的層次，既有提昇生活品質的人天乘，有解脫生死的聲聞乘，更有捨己為人的菩薩乘，因此不論人世或出世，都能互相交流，匯成佛法大海。

（王傳宏攝）

### 僧大悟語

◎文、圖／釋常啟

## 隨喜瓶 心隨喜



體共住中，每個人都帶著宿宿的因緣，若以習氣互動，便如硬石相撞，不免擦出火花，甚至損傷破碎；但若同樣的硬石放入溪流中成為滾石，浸潤在溪水也可成為圓滑的鵝卵石。溪水如水，即是佛教僧團中以佛法為

的行者，亦能漸漸消融自我，讓

團體在和光同塵中相互增長。

聖嚴師父曾說：「我到任何地

方或見任任何人，我所想的是：對

方需要什麼？因此這個學期僧伽大

學男眾部推行「隨喜瓶」活動，

將隨喜功德的精神轉化成實際的

生活心行，每位學僧各有一口玻

璃瓶，當生活中發現別人有利他

行為、值得學習之處，甚至自己

受到幫助時，都可寫下讚歎或感

恩的話，投入對方的隨喜瓶內。

期望透過隨喜瓶的實踐，養成凡

事往向看，別人做了好事，樂

見其成，進而隨喜效法，也願意

奉獻自己來成就他人。

（王傳宏攝）

依歸的生活模式，不僅滋潤共住

的行者，亦能漸漸消融自我，讓

機內的碗筷，還會順手打掃茶水

間，我將之寫入他的隨喜瓶內，

動整理茶水間，順手保持乾淨。

漸漸地，形成了一種群體習慣，

每個人都願意花一點時間來維護

環境。

好事雖小，只帶來小小的改

變，但隨著時間更迭，這些小改

變將會積沙成塔。如果站在山谷

大喊「你好！」四面八方都會

傳來回音，對著你喊「你好……」

耐心平穩、為善不欲人知的人格

特質；當我看到時，自己也感到

喜、輕安、樂、定、如實知見

（慧）」的修行次第，培育終身

學習「博學多聞」五戒，以及養

成身心健康「雅健生活」五戒，

與來自東亞的漢傳、南傳、藏傳等不同傳承

的二十位學者分享交流。

在二十一日下午舉辦的第四場

座談「世學應用的推動力——正

念、心理治療、教育、心靈關懷

與醫療應用」中，惠敏法師以

「因應斷裂」為例，培育戒定

慧：以法鼓文理學院之「心靈

環保講座」為例，說明

的四大全球力量，包括新興市場

以及貿易、科技驟變、人口老化、

清淨的力量不斷增長。

法師強調，學佛過程中，要不斷熏習，改變外在的行為，

也轉化內在的狀態，這就是從

體會到「佛法不是外在的，而是從內心流露出來」。在學佛的每個階段

的，而是從內心流露出來」。

法師主持的三期禪七，接

著有一千日閉關用功，

出家後，法師開始接觸南傳

的禪法，再到臺灣參加聖嚴

法師主持的三期禪七，接

著有一千日閉關用功，



# 落實所學

# 成就人間淨土

「永遠廣度眾生，永遠弘揚佛法，永遠為成就我們這個娑婆世界，成就人間淨土而努力。」聖嚴師父於《維摩經六講》的這段話，是師長們對今年佛學班的結業學員們，最深刻的勉勵和期許。

◎林何臻

七月七日於農禪寺大殿參加聯合結業典禮，圓滿三年學業，普化中心副都監果毅法師、信眾教育院監院常用法師，以及溫天河、戴良義等十多位講師，都到場為學員們頒發證書、勉勵與祝福。

## 慈悲的種子 跨國扎根茁壯

高雄法青國際交流分享

◎曾意卿

雨綿綿，熱情也綿綿！六月十七日，高雄法青、珍古德協會的非洲國際生共二十四位年輕人，一同在紫雲寺交流。帶著期待又緊張的心，許多法青一早就到寺院幫忙場布，兩位主持人忙著對稿，待會兒得用英文交談，一位主持人必須即時翻譯。當天主題是「慈悲的力量」，如同聖嚴師父和珍古德博士二〇〇八年在臺北的對談。兩位大師都經歷過戰亂，也都歷經艱辛才獲得博士學位；在理念上，都強調教育的重

要，致力推動世界和平、環保、慈

善。

慈悲的種子

跨國扎根茁壯

間、每一個人，都讓人感到安定溫暖，希望有機會再來參訪。

接著大家用一張紙、一枝筆創作

禪繪畫，體驗「身在這裡，心在哪裡」。除了用英語溝通，法青們還運用肢體語言、翻譯軟體、線條和顏色來交流，共同完成作品。

「從愛出發」的畫作，讓法青蕭玉

盈印象深刻，「以豐富的色彩包容萬物，線條的流動充滿溫暖，令人感受愛讓人心變柔軟，看事情的角度也更寬廣。」蕭伊婷則觀察到，國際生們努力了了解紫雲寺的歷史，

並非只是認識法鼓山和聖嚴師父，以

及認識法鼓山和聖嚴師父，以

## 以佛教文化淨化人心

《人生》雜誌為創立七十週年暖壽，六月二十七日假臺北的集思臺大會議中心，舉行「世界佛教村座談會」（Global Buddhist Village Symposium）。筆者忝為《人生》雜誌與法鼓文化的作者與譯者，應邀主持下午的「佛教文化的全方位發展」座談會，參與座談的五位講者，都是長年投身於弘揚佛教文化最前線的有心人，分別為聖嚴師父首位法子繼程法師，現任美國智慧出版社（Wisdom Publications）執行長丹尼爾·艾特肯（Daniel T. Aitken）、美國佛教雜誌《三輪：佛教評論》（Tricycle: The Buddhist Review）讀者開發總監山姆·茂（Sam Mow）、香港中文大學人間佛教研究中心主任陳劍鍾，以及身為東道主的法鼓文化編輯總監果賢法師。

主辦單位事先根據座談會主題準備了些問題，提供主持人和五位與談人，由筆者以中文或英文提出，請他們分享

多年的寶貴經驗，現場並備有中英文同

步口譯，即時將談話內容傳達給會眾。

筆者平素即留意網路上一些國外佛教

文化界的動態，出國時也會到連鎖書店

與獨立書店翻閱宗教書籍與雜誌，其中

以《三輪》與美國智慧出版社的書籍最

引人注目。此次有緣與五位與談人共聚

一堂，從不同角度探討當今佛教的文化

特色、所面臨的挑戰，以及未來的趨勢

與發展，聆聽他們的見解，受益匪淺。

對這些來自東西方第一線的佛教文化工

作者所表現出的弘法利生的願心，善巧

方便的手法，堅毅持久的恆心，廣結文

緣的目標，以佛法淨化人心與世界的理

想，尤感敬佩。

筆者原本便在美國智慧出版社的寄閱

名單上，座談會後不久便上網加入《三

輪》的寄閱名單，天天接到最近的出版

與活動資訊，得以了解網時代的佛教

出版現況與多元的弘化方式，更是始料

未及的收穫，也對現今佛教文化的全方

位發展，有了更深的體會。

遇有回答不夠清晰之處，主持人當場詢

問，由講者進一步澄清，彼此互動熱

烈，毫無冷場。幾番問答下來欲罷不

能，以致稍微超過預定的一半分鐘。

筆者平素即留意網路上一些國外佛教

文化界的動態，出國時也會到連鎖書店

與獨立書店翻閱宗教書籍與雜誌，其中

以《三輪》與美國智慧出版社的書籍最

引人注目。此次有緣與五位與談人共聚

一堂，從不同角度探討當今佛教的文化

特色、所面臨的挑戰，以及未來的趨勢

與發展，聆聽他們的見解，受益匪淺。

對這些來自東西方第一線的佛教文化工

作者所表現出的弘法利生的願心，善巧

方便的手法，堅毅持久的恆心，廣結文

緣的目標，以佛法淨化人心與世界的理

想，尤感敬佩。

筆者原本便在美國智慧出版社的寄閱

名單上，座談會後不久便上網加入《三

輪》的寄閱名單，天天接到最近的出版

與活動資訊，得以了解網時代的佛教

出版現況與多元的弘化方式，更是始料

未及的收穫，也對現今佛教文化的全方

位發展，有了更深的體會。

遇有回答不夠清晰之處，主持人當場詢

問，由講者進一步澄清，彼此互動熱

烈，毫無冷場。幾番問答下來欲罷不

能，以致稍微超過預定的一半分鐘。

筆者平素即留意網路上一些國外佛教

文化界的動態，出國時也會到連鎖書店

與獨立書店翻閱宗教書籍與雜誌，其中

以《三輪》與美國智慧出版社的書籍最

引人注目。此次有緣與五位與談人共聚

一堂，從不同角度探討當今佛教的文化

特色、所面臨的挑戰，以及未來的趨勢

與發展，聆聽他們的見解，受益匪淺。

對這些來自東西方第一線的佛教文化工

作者所表現出的弘法利生的願心，善巧

方便的手法，堅毅持久的恆心，廣結文

緣的目標，以佛法淨化人心與世界的理

想，尤感敬佩。

筆者原本便在美國智慧出版社的寄閱

名單上，座談會後不久便上網加入《三

輪》的寄閱名單，天天接到最近的出版

與活動資訊，得以了解網時代的佛教

出版現況與多元的弘化方式，更是始料

未及的收穫，也對現今佛教文化的全方

位發展，有了更深的體會。

遇有回答不夠清晰之處，主持人當場詢

問，由講者進一步澄清，彼此互動熱

烈，毫無冷場。幾番問答下來欲罷不

能，以致稍微超過預定的一半分鐘。

筆者平素即留意網路上一些國外佛教

文化界的動態，出國時也會到連鎖書店

與獨立書店翻閱宗教書籍與雜誌，其中

以《三輪》與美國智慧出版社的書籍最

引人注目。此次有緣與五位與談人共聚

一堂，從不同角度探討當今佛教的文化

特色、所面臨的挑戰，以及未來的趨勢

與發展，聆聽他們的見解，受益匪淺。

對這些來自東西方第一線的佛教文化工

作者所表現出的弘法利生的願心，善巧

方便的手法，堅毅持久的恆心，廣結文

緣的目標，以佛法淨化人心與世界的理

想，尤感敬佩。

筆者原本便在美國智慧出版社的寄閱

名單上，座談會後不久便上網加入《三

輪》的寄閱名單，天天接到最近的出版

與活動資訊，得以了解網時代的佛教

出版現況與多元的弘化方式，更是始料

未及的收穫，也對現今佛教文化的全方

位發展，有了更深的體會。

遇有回答不夠清晰之處，主持人當場詢

問，由講者進一步澄清，彼此互動熱

烈，毫無冷場。幾番問答下來欲罷不

能，以致稍微超過預定的一半分鐘。

筆者平素即留意網路上一些國外佛教

文化界的動態，出國時也會到連鎖書店

與獨立書店翻閱宗教書籍與雜誌，其中

以《三輪》與美國智慧出版社的書籍最

引人注目。此次有緣與五位與談人共聚

一堂，從不同角度探討當今佛教的文化

特色、所面臨的挑戰，以及未來的趨勢

與發展，聆聽他們的見解，受益匪淺。

對這些來自東西方第一線的佛教文化工

作者所表現出的弘法利生的願心，善巧

方便的手法，堅毅持久的恆心，廣結文

緣的目標，以佛法淨化人心與世界的理

想，尤感敬佩。

筆者原本便在美國智慧出版社的寄閱

名單上，座談會後不久便上網加入《三

輪》的寄閱名單，天天接到最近的出版

與活動資訊，得以了解網時代的佛教

出版現況與多元的弘化方式，更是始料

未及的收穫，也對現今佛教文化的全方

位發展，有了更深的體會。

遇有回答不夠清晰之處，主持人當場詢

問，由講者進一步澄清，彼此互動熱

烈，毫無冷場。幾番問答下來欲罷不

能，以致稍微超過預定的一半分鐘。

筆者平素即留意網路上一些國外佛教

文化界的動態，出國時也會到連鎖書店

與獨立書店翻閱宗教書籍與雜誌，其中

以《三輪》與美國智慧出版社的書籍最

引人注目。此次有緣與五位與談人共聚

一堂，從不同角度探討當今佛教的文化

特色、所面臨的挑戰，以及未來的趨勢

與發展，聆聽他們的見解，受益匪淺。

對這些來自東西方第一線的佛教文化工

作者所表現出的弘法利生的願心，善巧

方便的手法，堅毅持久的恆心，廣結文

緣的目標，以佛法淨化人心與世界的理

想，尤感敬佩。

筆者原本便在美國智慧出版社的寄閱

名單上，座談會後不久便上網加入《三

輪》的寄閱名單，天天接到最近的出版

與活動資訊，得以了解網時代的佛教

出版現況與多元的弘化方式，更是始料

未及的收穫，也對現今佛教文化的全方

位發展，有了更深的體會。

遇有回答不夠清晰之處，主持人當場詢

問，由講者進一步澄清，彼此互動熱

烈，毫無冷場。幾番問答下來欲罷不

能，以致稍微超過預定的一半分鐘。

筆者平素即留意網路上一些國外佛教

文化界的動態，出國時也會到連鎖書店

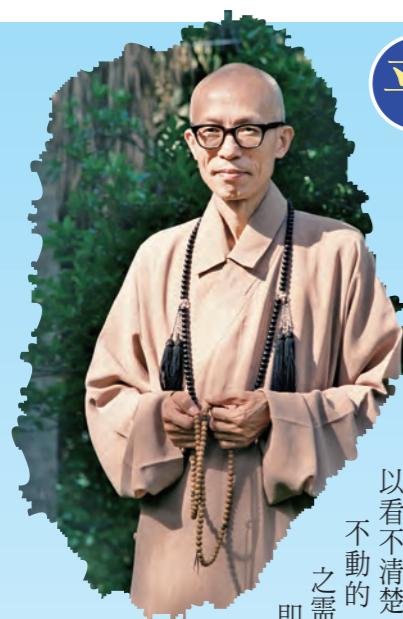
與獨立書店翻閱宗教書籍與雜誌，其中

以《三輪》與美國智慧出版社的書籍最

引人注目。此次有緣與五位與談人共聚

一堂，從不同角度探討當今佛教的文化

特色、所面臨的挑戰，以及未來的趨勢



平安無事 8

佛以無緣大慈救眾，故不住三際而有心的活動，此心不是主觀或客觀的我，而是隨物應化的悲智。

# 隨物應化大悲智

◎聖嚴師父

當我們用心用到心與事合而為事外無心，這種情況才是真正修行得力的開始。通常，人們都是處在事情和心分離的狀態下，所以有煩惱，以致無法了解自己，無法真正的了解他人。如果心和事合而為一，我們對於自己是清楚的，對環境也是非常清楚的。

## 事入心中 心事合一

通常用海作比喻，海面無浪是不可能的，除非海變成琉璃、水晶，才不被風吹成浪。心亦如此，若未穩定堅固，必會受到境風的所擾亂。凡夫的心就像海面的水，外境就像風，只要風一動，水就起波浪，一起波浪，它就糊塗混亂了。

動你的心，使事進入你心中，目的是心與事合而為一，乃至心與事雙。

諸位可知道？成佛之後的人，是心與事合一？抑是心與事雙？從佛的觀點而言，是無我無事，故不住三際而有心的活動，是無眾生的，當然也是無心無事的。心不住於過去、現在和未來，便是無心；無我相、無人相等，便是無事。但是佛以無緣大慈救眾，故不住三際而有心的活動，而是隨物應化的悲智，如明鏡本身無事物無影，但能胡來胡現、佛的悲智之中就現出什麼而給你什麼，且能一時頓現十方三世的一切事物。

## 佛心不動 悲智雙運

這可以拿照相機的鏡頭作比喻：照相機拍照，鏡頭不能動，比「啪」一聲，照出來的相片才清楚；如一面照一面動，鏡頭一定會清晰。再拿我們人的眼睛跟照相機的鏡頭作比較，請問：在同一個時間之內，在眼睛視線所及的範圍內，你能清清楚楚地把每一個事物的所有形像，都攝入印象中嗎？不可能。

在座諸位有好幾十個人，我一眼可以看清楚每個人的表情嗎？沒辦法啊！我一眼只能看到一部分人的表情。可是照相機的鏡頭，能在一剎那之間，將鏡頭所及範圍內的一切攝入無遺。兩者為什麼有這樣的不同的？這是因為我們的眼睛在視物的時候，加上我們的心，我們的心在動，所以上我們的心，我們的心在動，所以看不清楚。而佛心是如如不动的，故能因應眾生之需要而給予救濟，即所謂的「無緣大慈，同體大悲」。（完）

精進禪二心得

## 最後一次呼吸

◎福島守（日本）



### 學者體驗法鼓山

「漢傳佛教與聖嚴思想國際學術研討會」甫落幕，6月30日，聖嚴教育基金會邀請于君方教授等近三十位學者，前往法鼓山園區參加三天的禪修體驗。平時埋首研究的學者們，得以進一步體驗漢傳禪法，以及聖嚴師父的理念。

課程由傳燈院院長常襄法師帶領，以初級禪訓班為基礎，加入動禪、茶禪交流、園區導覽、環山體驗海天一色等，在動靜相間的禪修中，學者們循序

漸進放鬆身心、體驗身心。此外，眾人也參與早晚課、叩鐘擊鼓等佛教儀式，在寧靜祥和的氛圍中，體會佛法悲智。

茶禪時間，除了交流各自的研究領域，眾人還熱衷於分享禪修心得及提問，從八式動禪的緣起、打坐的種種身心反應，到禪修在生活中的應用等等。多位學者不約而同提到，對於叩鐘擊鼓的莊嚴殊勝，感到非常攝受。

來自法國的艾倫·瓦格納（Alan Wagner）表示：「這樣的禪修體驗及深度認識園區，讓我們更深刻了解聖嚴法師思想與實踐的結合。」心理分析師呂旭亞分享，以往曾接觸不同傳承的禪修方法，從這次合理而嚴謹的課程安排，以及總護法師溫暖且循序的帶領，才感受到「放鬆」的受用，領略師父禪法細緻的次第。

（文／釋演化、圖／Jean Li）

## 以一個話頭 安心

◎伊凡·卡帕林（Ivan Kapalin）

四月底至五月初，法鼓山禪堂主果

禪七執行小組成員之一，第一次要關照這麼多層面的事，諸如打七地點、禪眾個別需求等。雖然禪七前後，內心充滿了大小小的念頭，需要完成的事情，奇妙的是，感受不到自己在當義工，反而像是全程參與的禪眾，甚至很高興有機會做這些工作。

果醒法師及協助帶領的演建法師、演

廣法師，配合我們的習慣，調整了禪七的作息，善巧幫助禪眾更有精神地聽禪上。記得上次回臺灣的尋根之行中，已對果醒法師的親和力印象深刻，這次再

## 與心念 沉靜獨處

◎伊凡·庫茲涅索夫（Ivan Kuznetsov）

對我來說，這是我第一次與禪法極具意義的相遇。對禪法感興趣的我，先前已閱讀聖嚴師父著作《禪的智慧》，還體驗了半天的禪修，也曾在某些聚會中聽聞到禪法內容，卻不解其義。因此，這次非常高興能在這麼好的氛圍、這麼好的法師帶領下，對漢傳禪法的修行傳統，有進一步的認識。

其實，我是帶著一顆沉重的心去參加禪七的，我以為自己會遇到很多困難，它們通常會將我捲入沮喪的思緒中，也因此，禪七前曾為此感到憂心。

但禪期開始第一天，這個狀況逐漸轉變，我的心漸漸沉靜下來。我很欣賞法師們的行儀，很想向他們學習。

看到自己的修行狀況，內心更加明

白：即使把心念固定在一件事情上，念

頭還是令人難以置信地快速變動，而且

很亂。雖然將心拉回專注的狀態，但

只能維持很短的時間。或許是在想自己

不願意想的事，至於想的是什麼，並不

清楚。

一直有個問題：如何在短時間內，讓

身心安定下來？我的身體通常很緊張，動作急躁不安。禪七中，清楚地發現正

禪七圓滿了，只留下個人的修行經驗，以及和其他成員所結下的善因緣。這真是一段不可思議的生命歷程。禪七過後，果醒法師接著又帶領了兩場禪一，為了大小小的念頭，需要完成的事情，奇妙的是，感受不到自己在當義工，反而像是全程參與的禪眾，甚至很高興有機會做這些工作。

果醒法師及協助帶領的演建法師、演

廣法師，配合我們的習慣，調整了禪七的作息，善巧幫助禪眾更有精神地聽禪上。記得上次回臺灣的尋根之行中，已對果醒法師的親和力印象深刻，這次再

俄羅斯禪七心得

度看到法師如何親切地與禪眾互動，進一步深入法義。

禪七期間，學到主要的禪修方法是話頭和默照，都是我未曾用過的，法師的指導既清楚又簡明。練習之後，體會到這些方法並不如想像中的困難，而且真的很有效，尤其是話頭，問自己一個適

當的問題，心就漸漸靜下來。

禪七圓滿了，只留下個人的修行經驗，以及和其他成員所結下的善因緣。這真是一段不可思議的生命歷程。禪七過後，果醒法師接著又帶領了兩場禪一，為了大小小的念頭，需要完成的事情，奇妙的是，感受不到自己在當義工，反而像是全程參與的禪眾，甚至很高興有機會做這些工作。

果醒法師及協助帶領的演建法師、演

廣法師，配合我們的習慣，調整了禪七的作息，善巧幫助禪眾更有精神地聽禪上。記得上次回臺灣的尋根之行中，已對果醒法師的親和力印象深刻，這次再

### 總本山召募義工

歡迎您一起來植福修慧，成就人間淨土！

#### 【清洗祈願觀音池】

・時間：9/15 ~ 9/16、9/22 ~ 9/23（六～日）  
・報名：請上網報名，或電洽（02）2498-7171 分機 2456、2442

#### 【景觀維護・環保清潔】

◆環保清潔日（環境維護）：8/19、9/16（日）  
◆景觀維護日（花草修剪）：8/26、9/23（日）  
◎以上資訊詳情請洽【法鼓山園區義工室】

・電話：（02）2498-7171 分機 2660 ~ 2663

・E-mail：ddmvol@ddmf.org.tw

・線上報名：<http://fagushan.ddm.org.tw>

點選「義工資訊／召募項目」

#### 教聯會活動資訊

##### 教師心靈環保一日營

【日期】9/29（六）  
【對象】各級學校現任教職員暨退休教師  
【報名】即日起，額滿為止



##### 教師心靈環保教學研習營

【日期】10/13（六）  
【地點】法鼓德貴學苑  
【對象】各級學校教師及退休教師（國小現任教師優先）  
【報名】8/14起，額滿為止  
◎以上活動皆採網路報名  
洽詢電話：（02）2893-9966 分機 6130



東初禪寺

週日講經 11am-12:30pm

8/12

阿彌陀佛四十八大願  
常灌法師 主講

東初禪寺

週日講經 11am-12:30pm

8/26

用功辦道的先決條件  
常齋法師 主講

