◆導師：聖嚴師父 ◆發行人：果東法師 ◆社長：張昌邦 ◆發行所：財團法人法鼓山文教基金會 ◆地址：112 臺北市北投區公館路 186 號
◆網址：www.ddm.org.tw ◆E-mail：mag@ddmf.org.tw ◆變更地址、索取、取消雜誌請電：(02)2893-9966 轉 6358、6349
313

巴黎 COP21 特別報導

從心出發 找回平衡

DDMBA 出席巴黎峰會 分享心靈環保

▲在巴黎進行的會議上，常濟法師（右二）提到地球是生命之源，我們應為自然環境與人性需求找回平衡。（DDMBA 提供）

【釋果禪、釋常濟／巴黎報導】「從心靈環保出發，找回自然與經濟發展的平衡點。」常濟法師於巴黎氣候峰會中向世界如此呼籲。

聯合國氣候變化綱要公約（UNFCCC）第二十一次締約國大會（COP21），二〇一五年十一月三十日至十二月十一日在法國巴黎舉辦。於二〇一四年七月正式取得聯合國經濟社會理事會（ECOSOC）特別諮詢地位（Special Consultative Status）的美國法鼓山佛教協會（DDMBA），由常濟法師率團參加，成員有果禪法師、常藻法師和西方法子查可．安德列塞維克（Žarko Andričević）。

聯合國祕書長潘基文先生在十二月七日高層會議開場致詞時，直稱這場會議是「諦造命運的契機」，並表示此新協議必須讓私營企業有共同的認知，全球經濟往低碳排放的轉型，已是不可避免、互蒙其利且勢在必行。「當前的企圖必須成為我們共同努力的基礎，而不是最高限度。」他對會員國代表團說：「在會議廳之外，全球正有一股日益高漲的潮流在支持一項強而有力、普世協議的出現，我們所有人都有責任，認真留心聆聽那些聲音。」

歷時一週緊湊不眠不休的會外小組會議、交涉談判和磋商，一百九十五個國家於十二月十二日終於通過一項劃時代歷史性的協議，來共同對抗氣候變化、展開行動並投入心力，邁向低碳、具復原力與永續的未來，獲得全員一致歡呼。「巴黎氣候協議」定下的目標，是以工業時代前為基準，全球升溫幅度不能超過攝氏二度，並努力進一步把氣溫升幅維持在攝氏一點五度以下。

美國法鼓山佛教協會與婆羅摩庫瑪立（Brahma Kumaris）、全球女性和平促進會（GPIW）和亞洲綠人聯盟（Green Asia Network），在十二月五日合辦一場名為「倫理與人性覺知在氣候變遷解決方案所扮演的角色」（The role of ethics and human awareness in climate change solutions）的聯合國周邊會議，常濟法師和查可皆為與談人之一。常濟法師呼籲，我們應找回自然環境與人性的用來自私地開採、浪費和貪婪的資源。

果禪法師於十二月六日與跨宗教領袖們，共同藉由豐富多元的宗教祈禱來展現智慧和同理心，全心奉獻人類。常藻法師於十二月八日在公民社會氣候世代會場區（Climate Generation），一場以「氣候變遷的內在面向：心靈層面」為題的青年座談中發表：「我們真正可以留給後代的是，這個地球以及生活在地球上的人們。」他提醒與會聽眾心存感謝，是知足、滿足和感恩的關鍵所在。

▲巴黎會議期間，果禪法師、常藻法師以漢傳佛教的梵唱，與全球不同宗教領袖及代表，共同為世界祈福。（DDMBA 提供）

氣候變遷會議推手辭世

感念國際友人莫里斯．史壯

▲聖嚴師父的國際友人莫里斯．史壯（左一），出席二〇〇九年在丹麥哥本哈根全球氣候高峰會時，與法鼓山代表常濟法師（右一）交換意見。（DDMBA 提供）

【本刊訊】本屆聯合國巴黎氣候會議（COP21）開幕前二天，二〇一五年十一月二十七日，聖嚴師父重要國際友人之一、聯合國氣候變遷會議重要推手莫里斯．史壯（Maurice Strong），於加拿大渥太華去世，享壽八十六歲。方丈和尚果東法師代表法鼓山致函其夫人漢娜．史壯（Mrs. Hanna Strong），表達由衷的哀悼與懷念。

二〇〇〇年，聯合國紐約總部舉行「千禧年世界宗教暨精神領袖和平高峰會」（The Millennium World Peace Summit of Religious and Spiritual Leaders），聖嚴師父受邀出席並發表主題演說，會中與史壯先生相遇，因共同關心全人類的生存環境問題，二人因而熟識。

史壯先生曾任聯合國副祕書長、聯合國環境規畫署（UNEP）首任執行主任，一九九二年，更成立「聯合國氣候變化綱要公約」（UNFCCC），於巴西里約召開地球高峰會，促使富裕的已開發國家，開始關注自身製造的氣候問題，進一步協助受害的開發中國家。

方丈和尚北京演講

抱持願心 開創光明人生

▲方丈和尚果東法師以聖嚴師父「光明遠大」墨寶，與長江商學院結緣，副院長梅建平（右）代表接受。（隨行小組 提供）

【本刊訊】應長江商學院邀請，方丈和尚果東法師二〇一五年十一月下旬前往北京，為該學院北京校區學員舉行兩場講座。分別於二十日在東方君悅酒店，為在學班講「抱願不抱怨」，二十一日於東方廣場，為已畢業學員演講「原諒好緣亮」；透過生活化詮釋，分享佛法重視身心世界與環境同體的價值觀。

首場講座中，方丈和尚從數位時代的特性指出，多元、迅速、即時的傳播背後，卻也同時顯現「忙、盲、茫」的無所適從感。「想要開心生活，更應省察自己的言行。」直指從網路世界到現實生活，抱願而不抱怨，是現代人的基本修養。

第二場「原諒好緣亮」，則以人生順逆因緣為序，共勉珍惜因緣，把握當下。方丈和尚表示，生命旅程中遭遇重大衝擊，或緣於歷史因素造成長期世仇，要談原諒雖不容易，仍應盡力化解仇恨，怨家宜解不宜結。

化解心結，「原諒」是關鍵，方丈和尚闡述其中三層次：一是心不隨境轉，面對事情而能冷靜處理；處理後，學習放下過程中產生的心理負荷，是善待自己。二從因緣觀看待事件，給予體諒、包容。第三層次是寬恕，即使對方不認錯、不道歉，仍無條件地接受。

兩場演講會後，均開放學員提問。方丈和尚一一解答，並最後總結：「佛法的殊勝在於因果因緣，佛法的教導不離慈悲智慧；只要願意照著去做，不僅不犯錯。犯錯即改，慚愧懺悔，就是修行。人人可當自己的教誨師。」

大悲心水陸法會 佛國淨土處處現

▲方丈和尚果東法師率領僧團法師，感恩成就水陸法會的法師、信眾及義工，共同體現佛國淨土的莊嚴殊勝。（李東陽 攝）

【黃佳卿／金山報導】「此刻的我們，沐浴在法喜之中，然而有許多的人，還不知道佛法的好，而人間淨土的建設，也有待我們繼續努力。」二〇一五年十二月五日，大悲心水陸法會送聖法會上，全球數萬名信眾透過網路視訊，齊聲誦持阿彌陀佛聖號，串連精進共修心，共同發下盡形壽修學佛法、廣度眾生的大願。

送聖法儀奉送圓滿，方丈和尚感懷世界上還有許多眾生正遭受苦難與恐怖威脅，以「凡事感恩，就是心靈環保；從心地改變生命的質地」為題，期勉眾人時刻保持正念，從順境中學習謙卑與感恩，遇逆境則體驗學習成長。

自十一月二十八日啟建水陸法會以來，每天皆有三、四千人於法鼓山園區各壇場共修。此外，連年擴大舉辦的分處共修，將壇場清淨莊嚴的氛圍，從法鼓山園區延伸至海內外，共有三十二處共修據點，方便信眾就近參加；加上十壇法會線上直播，每天同步精進共修者超過八萬人次。

遍布水陸法會壇場各角落，在奉獻中修行的萬行壇，共有四千多位來自世界各地的發心義工，在法會期間擔任引禮、香燈、接待、網路監香、香積、環保等，確保共修大眾的飲食起居無慮，修行環境安全無虞。

首次舉辦分處共修的美國西雅圖分會，當地許多信眾都是第一次接觸水陸法會，透過六天五夜的大壇法會網路共修，有人分享就像是打了一場禪七般安定，祈願能夠聚集善願，為世界祝福。

連續九年都在祈願壇全程共修的鄭永鍾分享，參加水陸法會，就像參與一堂利人利己的心靈環保課程，學校開學了，所有人都要回到學校，互相提攜用功學習，爾後再帶著安定的身心，回到生活上與人相處應對，善的循環因此藉著水陸法會擴大影響力。

凡是佛陀說法的地方，就是一所學校，而一場融合教育與修行精神的現代法會，更是修學佛法的必修課。方丈和尚果東法師引用推動分處共修的精神意涵：「你在哪裡，大悲心水陸法會就在哪裡。」勉勵大眾：八天七夜的無遮大齋勝會終至圓滿，然而這不是終點，而是新的修行起點，只要把連日來精進用功的正念，在往後的日常生活中持續下去，就能將這個世界導向充滿光明與希望的人間淨土。

（更多水陸法會內容，請見八版）

法華鐘啟用十年 老子製作所來臺會勘

於二〇〇六年底啟用的法華鐘樓，即將邁入第十年，僧團特別於二〇一五年十二月一日，邀請當年負責鑄造的日本老子製作所，派人前來勘察法華鐘，提供建議。

上午十點，百丈院監院常貴法師與當年負責法華鐘專案的果懋法師、施建昌、黃楚琪，以及相關執事、維護廠商等人，齊聚園區合署辦公室，與老子製作所專務董事元井秀治一同了解這九年來的維護情形，並進行細部討論之後，一行人隨即前往法華鐘樓場勘。到了現場，法華鐘四周已經搭設鷹架，大眾依序攀爬至法華鐘頂，仔細勘察各項組裝零件。

中午餐敘時，元井秀治表示，十年後再度來到法鼓山園區，看見法華鐘被如此小心翼翼地保養，維護得如同當年一樣美麗，實在令人感動。

（文／編輯室．圖／李東陽）

四眾佛子共勉語

信佛學法敬僧．三寶萬世明燈　知恩報恩為先．利人便是利己　慈悲沒有敵人．智慧不起煩惱　為了廣種福田．那怕任怨任勞　時時心有法喜．念念不離禪悅
提昇人的品質．建設人間淨土　盡心盡力第一．不爭你我多少　忙人時間最多．勤勞健康最好　布施的人有福．行善的人快樂　處處觀音菩薩．聲聲阿彌陀佛

庚午年季春釋聖嚴撰

法鼓雜誌 Dharma Drum Monthly
來法鼓山觀音道場 參北臺灣第一聖地
光明遠大 聖嚴
PERIODICAUSI 雜誌紙類
國內郵資已付
台北郵局許可證 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，閱後請轉贈親友，功德無量。
◆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 Android iOS

2016 招生
法鼓文理學院
105學年春季
佛教學系（免學費）：博、碩、學士班
學系學程招生
人文社會學群（國立收費）
生命教育、社區再造、社會企業與創新、環境與發展等四個碩士學位學程
報名日期 2016/1/15~4/18
考試日期 2016/3/12~5/13
詳情請洽：02-2498-0707
佛教學系博士．碩士班分機：2372
佛教學系學士班分機：2242
人文社會學群碩士學程分機：5202, 5313
簡章下載 www.dila.edu.tw/Admission

歲末關懷一甲子 傳送溫馨

【林何臻／臺北報導】歲末冬寒，又到了溫馨送暖的時刻！自一九五六年東初老和尚首度於北投中華佛教文化館舉辦冬令救濟，「法鼓山歲末關懷」已邁入第六十個年頭。慈基會於二○一五年十二月十二、十三和十九日，分別在農禪寺、文化館和法鼓山園區舉行關懷活動，各分院也將於農曆新年前陸續舉辦，總計關懷三千二百三十五個家庭。農禪寺和法鼓山園區，還規畫了傳燈祈福法會，象徵智慧光明與平等普施，代代相續。

農禪寺傳燈前，果仁法師詳細解說供燈意涵，除了祈求有形與無形財富具足，也希望獲得來世福報，去除五毒惡業，斷除輪迴之苦；在法鼓山園區，關懷院監院常綽法師於傳燈後開示，歲末關懷要傳達的精神，即是彼此關懷、傳遞溫暖。在遇到重大的難題時，可以念誦觀世音菩薩聖號，化解人生困境；而在慰訪戶數最多的文化館，副住持果祥法師則勉勵大眾，學習觀世音菩薩，讓慈悲與智慧無限流轉。

祈福儀式與物資發放結束後，依照各分院不同規畫，部分場次還有園遊會，其中農禪寺場在水月池邊展開，各區義工除了自行製作食品，添購衣物、生活器皿等發放品，也設有遊戲與DIY體驗專區，讓受關懷戶度過溫馨時光。平等普施帶來的快樂，猶如撥雲見日的晴空，不論是義工或慰訪戶，臉上都充滿溫馨之情。

許多家庭有感於法鼓山一直以來的關懷，從一開始將義工拒於門外，到現在主動傳承悲心，成就這場歲末關懷。例如：在農禪寺園遊會協助場布的張蔡佩鈴，由衷感謝法鼓山陪伴，她每天都到農禪寺大寮擔任義工、參加晚課，還謙虛地認為自己「做再多也不夠」；文山區慰訪戶張劉素美也常到法鼓山當義工，這次特別獻上好廚藝，幫忙製作美味的油飯，讓眾人品嘗。

這些來自義工與慰訪戶的發心奉獻，如同方丈和尚於農禪寺開示時所說，每個人在生命中遇到的順、逆因緣都不同，因此所能擁有的資源也不同，無論多寡，依然可以培養利他又利己的菩薩精神，不論是布施金錢或心力，當下用行動去關懷有情與無情生命，即是法鼓山心靈環保理念的具體實踐。

▲方丈和尚果東法師感恩各界協助，讓歲末關懷的美善流轉一甲子，希望除了物資幫助，更帶給民眾佛法安心安身的力量，以正向思考面對困境。（吳瑞恩 攝）

▼許多美髮師奉獻專業，在歲末關懷園遊會中，為大眾義剪，神清氣爽準備迎接新年。（張田沛 攝）

▲農禪寺點燈祈福儀式，讓歲末關懷更加溫暖，注入光明與希望。（吳瑞恩 攝）

【承續東初老人悲願】◎編輯室

星星善願，寒冬送暖不停歇

一九五六年起，師公東初老人每逢歲末都會舉辦冬令救濟，協助貧困家庭度過難關，極為節儉的東初老人，幫助窮困家庭時，卻至為慷慨。為籌措物資，他的日記曾經記錄著：「深覺佛教以慈悲為本，未能表顯於行動，故決意發動，邀集佛教四眾弟子打佛七，順便募集冬賑米……」

這份悲願心，聖嚴師父不但承接起來，從單純發放物資的冬令救濟，擴大到平時的慰訪關懷，協助緊急危難的家庭，用佛法安身安家，讓尚在就學的孩子可以安心受教育。

一甲子前，東初老人種下慈悲的種子，在聖嚴師父與四眾弟子澆灌耕耘下發芽茁壯，從北投實踐關懷到全臺，乃至海外。隨著社會多元的需求，發展出長期陪伴、課輔、營隊、戶外教學等種種活動，讓關懷的內容和方式更加豐富。祈願從心靈環保出發，以四種環保為方法，讓善願與善行繼續不斷。

▲東初老人在文化館發起冬令救濟，以每包八斤的白米，協助許多家庭度過難關。（本刊資料）

▲承續東初老人善願，六十年來文化館歲末關懷從不停歇。（本刊資料）

果醒法師 香港城市大學演講《楞嚴經》

法鼓山副住持果醒法師應香港城市大學之邀，二○一五年十二月十一日於該校演講「楞嚴經——漢傳禪法的理論依據」，由中文及歷史學系主任李孝悌教授主持。

果醒法師帶領大眾進入《楞嚴經》的世界，從一般人相信眼見、聽見為真切入，指出生活上絕大部分的「相信」，全都是自我的經驗世界，而不是實存的世界，但人們卻執取自我的經驗為客觀的存有。法師耐心解釋，聽眾逐漸掌握概念，由迷轉悟。

當天出席相當踴躍，一百個座位的講廳，擠進了一百四十多位聽眾，校方及時打開大門，並增加座椅，讓廳外等候區的人，經由電視轉播聆聽。講座圓滿後，大眾仍熱情發問，雖然超時，但法師說法不倦，一一回答。大眾求法的熱誠，令人感動。（文／劉佳略・圖／香港道場 提供）

馬來西亞道場兒童生命教育營

學習傾聽大自然

【梁康蔚／馬來西亞報導】「老師，下一次兒童營什麼時候上課？」參加過二○一五年六月馬來西亞道場舉辦的兒童生命教育營的小朋友，每回到馬來西亞道場，小臉蛋上都寫滿了期待，頻頻詢問義工。同年十一月二十一、二十二日，兒童生命教育營第二階段的活動，在殷殷期待下開辦！三十位小朋友穿上法師特別從臺灣請回的兒童心靈環保制服，顯得更有精神、更有團隊的凝聚力。

兩天的生命教育活動，從巴生人民公園展開，透過闖關遊戲，小朋友認識森林中各種動、植物，練習打開感官，傾聽、感受大自然各種聲音，並發揮創意，將觀察到的自然之美，畫進森林護照中。午齋後，透過觀賞影片以及尋寶遊戲，巧妙地融入生活環保、垃圾循環再利用的觀念，讓小朋友以創意手作的方式，將看似用不到的物品，化身成手工藝品，留待活動最後的驚喜。

二十二日一大早，小朋友已迫不及待來報到，早在六月份營隊結束時，請小朋友親手種植「環保小盆栽」，今天則是分享日，小朋友觀察到有種子不發芽、幼苗被小動物弄翻或被吃掉，也有長得很茂盛等狀況，踴躍地分享生命成長的經驗。

以家庭倫理觀念所設計的活動，是兒童生命教育營的重頭戲。下午，馬來西亞道場的觀音殿化身成「感恩廚房」，小朋友學習動手做鬆餅，同一時間，家長也陸續來到禪堂，一同參與活動。當禪堂的燈光一亮，小朋友們列隊將親手做的鬆餅端到家長身邊，而家長也拿出預先準備的水果，一起妝點「愛心點心」盤。在禪意午茶中，義工老師引導小朋友，將昨天手作的禮物，獻給父母親，溫馨的親情溢滿禪堂，期望在家長和兒童心中，都能種下心六倫的種子，建立佛化家庭。

▲在巴生人民公園，小朋友認真地觀察、傾聽、感受大自然的各種聲音。（李選全 攝）

▲義工老師帶領小朋友分組活動，現場氣氛熱絡。（李選全 攝）

紫雲寺青年開講

新手書店不忘發心初衷

【李明怡、黃憲宇／高雄報導】二○一五年開辦的紫雲寺法鼓青年開講，邀請各領域青年講者分享，現場與學生代表對談，期許開展視野，找到生命「心」方向，九場的講座，已累計千餘位聽眾前來聆聽。

十二月十二日舉辦二○一五年度最後一場，邀請臺中新手書店店長鄭宇庭，以「我和一間書店在路上」為題，分享其坎坷、孤獨而又任性的生命歷程，深深鼓舞在場七十二位青年聽眾。

鄭宇庭形容自己是個「無法被塞進」升學制度的人，幸而在國中時迷上閱讀，開始從書裡的世界找到出路。這些閱讀的養分，在日後開始發揮作用，他不但念到碩士，還在大學裡教課。對於這段歷程，鄭宇庭感性地說：「認真說來，不是我找到文學，而是文學找到我。」

二○一三年初，因緣際會下，鄭宇庭參與了臺中范特喜文創計畫，開了一間名為「新手」的書店。他努力營造一個開放而充滿可能的空間，讓所有人都能自在走進店裡，找到屬於他們的一本書。經過三年努力，新手書店不但獲得文化部的獨立書店獎助計畫，更被作家劉克襄喻為「點亮草悟道的小書店」。

青年代表之一湯若瑜，也在高雄創立「等閑書店」，對經營書店的艱辛感同身受，他問到：「獨立書店要持續辦活動很不容易，該如何堅持下去？」鄭宇庭分享，「獨立書店其實並不孤獨，應該稱為『自由書店』更貼切。」他鼓勵青年創業者，在顧及現實下，也要隨時提起初衷。

二○一六年第一場法鼓青年開講將於二月十三日舉辦，邀請知名導演蔡明亮蒞臨。此演講並為紫雲寺「高雄冬令青年營」課程之一，歡迎青年朋友踴躍報名，一同找回生命的真實初心。

・洽詢電話：（07）7321380

▲法鼓青年開講邀請鄭宇庭分享創設獨立書店的心路歷程。（李傳三 攝）

法鼓山體系暨各地分院聯絡網

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)8978-1996
法鼓文理學院 Tel: (02)2498-0707
聖嚴教育基金會 Tel: (02)2397-9300

■北部
農禪寺 Tel: (02)2893-3161
中華佛教文化館 Tel: (02)2891-2550
安和分院 Tel: (02)2778-5007
天南寺 Tel: (02)8676-2556
齋明寺 Tel: (03)380-1426
齋明別苑 Tel: (03)315-1581
基隆精舍/基隆辦事處 Tel: (02)2426-1677 0921-105-733
中山精舍/中山辦事處 Tel: (02)2591-1008
松山辦事處 Tel: 0933-896-399 0916-527-940
士林辦事處 Tel: (02)2881-7898
內湖辦事處 Tel: (02)2793-8809
天母共修處 Tel: (02)2893-9966轉9
社子辦事處 Tel: (02)2816-9619
石牌辦事處 Tel: (02)2832-3746
劍潭共修處 Tel: (02)2885-1792 0928-083-192
大同辦事處 Tel: (02)2599-2571
北投辦事處 Tel: (02)2892-7138
同德共修處 Tel: (02)2872-2627
淡水辦事處 Tel: (02)2629-2458
中正.萬華辦事處 Tel: (02)2305-2283
大安.信義.南港辦事處 Tel: (02)2778-5007～9轉180 (02)2736-7589 0973-072-736
文山辦事處 Tel: (02)2236-4380
三芝.石門辦事處 Tel: (02)2636-7752
金山.萬里辦事處 Tel: (02)2408-1844
中永和辦事處 Tel: (02)2231-2654
三重.蘆洲辦事處 Tel: (02)2986-0168
新店辦事處 Tel: (02)8911-3242
深坑共修處 Tel: (02)2662-5854
屈尺共修處 Tel: (02)2666-7983
樹林共修處 Tel: (02)2681-0286
土城共修處 Tel: (02)2265-6960
海山辦事處 Tel: (02)8951-3341
林口辦事處 Tel: (02)2603-0390 0935-577-785
蘆洲共修處 Tel: (02)2282-6934
新莊辦事處 Tel: (02)2994-6176
泰山共修處 Tel: (02)8531-1262
桃園辦事處 Tel: (03)302-4761
中壢辦事處 Tel: (03)2813-127
新竹辦事處 Tel: (03)5258-246
竹科禪修園 Tel: (03)562-7542 (03)578-9459
觀音共修處 Tel: (03)483-0989

■中部
臺中寶雲寺 Tel: (04)2255-0665
臺中寶雲別苑 Tel: (04)2465-6899
三義DIY心靈環保教育中心 Tel: (04)2223-1055
苗栗辦事處 Tel: (037)362-881
豐原辦事處 Tel: (04)2524-5569
海線辦事處 Tel: (04)2662-5072
苑裡共修處 Tel: (037)866-548(白天) (037)861-507(夜間)
彰化辦事處 Tel: (04)711-6052
員林辦事處 Tel: (04)837-2601
南投德華寺 Tel: (049)242-3025
南投辦事處 Tel: (049)239-2363 (049)239-2365
竹山共修處 Tel: (049)264-5456
東勢共修處 Tel: (04)2588-1337 (04)2577-2923

■南部
臺南分院 Tel: (06)220-6329
臺南雲集寺 Tel: (06)721-1295
高雄紫雲寺 Tel: (07)732-1380
臺南安平精舍 Tel: (06)298-9050
高雄三民精舍 Tel: (07)225-6692
嘉義辦事處 Tel: (05)276-0071
虎尾共修處 Tel: (05)636-4382
朴子共修處 Tel: (05)370-8758
白河共修處 Tel: (06)683-2919
高雄北區辦事處 Tel: (07)225-6692
高雄南區辦事處 Tel: (07)732-1380
屏東辦事處 Tel: (08)738-0001
潮洲辦事處 Tel: (08)789-8596

■東部
臺東信行寺 Tel: (089)225-199
瑞穗共修處 Tel: (038)871-897
宜蘭辦事處 Tel: (039)332-125
羅東辦事處 Tel: (039)571-160
花蓮辦事處 Tel: (038)342-758

第四屆聖基會兒童寫畫創作頒獎

純真之眼 寫畫生活之美

【本刊訊】第四屆「聖嚴教育基金會兒童生活教育寫畫創作活動」，入選作品出爐囉！本屆海內外各類創作回響熱烈，繪畫、作文、書法三組共有二千三百多件作品參加，海外組除了上屆首度參與的溫哥華道場，更有馬來西亞道場、舊金山分會、雪梨分會、四川安心服務站參與。

為方便各地獲獎小朋友就近領獎，本屆頒獎典禮首度分成北、中、南、東區四場。二○一五年十二月十三日，首場頒獎典禮於臺東信行寺展開，聖基會董事許仁壽、主任呂理勝特別親臨會場頒獎，感恩大眾踴躍參與。許仁壽表示，活動的目的是希望讓孩子從小接受良好觀念的薰陶，藉由《心靈環保兒童生活教育動畫3》的觀看、反思、再創作，有助於將良好的觀念深化，更能在生活中落實。

信行寺監院果增法師帶領義工們，迎接獲獎的小朋友及師長。當天大殿近兩百個座位座無虛席，每一位小朋友的作品及姓名，都即時呈現在前方兩側的螢幕上，獎狀上印有獲獎小朋友的作品，同時也製成個人化郵票作為紀念。典禮並請來知本國小表演阿美族歌舞，還有桃源國小的布農族合唱，美麗的音聲讓大眾深受感動。果增法師也於開示時表示，淨化人心，要從小種子培養起，希望今天獲獎的小朋友，都能長成為人遮蔭的大樹。

中部地區的頒獎典禮，十二月十九日於寶雲寺舉行，就讀南投永樂國小的廖卉喬、廖庭瑩、廖信棠一家三個小朋友均獲獎，十分難得。寶雲寺監院果理法師特別感謝聖基會，能到中部地區舉辦這麼有意義的活動。十二月二十六日、二十七日則分別於高雄紫雲寺、法鼓德貴學苑舉辦南區、北區頒獎，鼓勵所有的家長與小朋友，將內心這份美善與人分享。

▲聖基會董事許仁壽至臺東信行寺頒獎，與得獎小朋友合影。（信行寺 提供）

▶中部地區獲獎小朋友合影，手中展示的是自己畫作的紀念郵票。（寶雲寺 提供）

▲植樹愛地球（新北市集美國小陳立沛）

▶照顧阿公（臺南市崇明國小林可惟）

▼運動・快樂（四川秀水一小謝天衣）

護法傳薪 張昌邦接任總會長

正副會團長、轄召、召委授證 悅眾鼓手共願共行做觀音

▲練習放下自我中心，從「利人利己，關心別人」出發，新任悅眾發願「救苦救難學觀音，平等普施學觀音」。（王育發 攝）

【林何臻／臺北報導】護法因緣，代代相續！護法總會授證典禮於二○一五年十二月十九日在農禪寺舉辦。以正副總會長為首，正副會團長、轄召、召委和新任委員等共三百四十四位悅眾，在方丈和尚果東法師帶領下，齊聲誦讀聖嚴師父親筆撰寫的〈菩薩行〉，誓願傳承護法薪火，接引更多新血耕耘福田。

今年有不少悅眾是第一次接下召委或會團長等職務，護法總會副都監常續法師以自身領執經驗鼓勵悅眾，新職位代表的不只是重責大任，更能讓人從中學習觀照自身、消弭習氣，成為修行上的助力；新任總會長張昌邦也在致詞時，感恩過去前總會長陳嘉男與所有悅眾的無私付出，在此良好的基礎上，就算內心惶恐，也要鼓起勇氣承擔，把挑戰視為幫助成長、植福培福的機會。

「內心惶恐，是每個人都有『輝煌的面孔』！」接續總會長張昌邦的話，方丈和尚正面解讀，不時吐出如珠妙語。「護法就是學習佛法、弘揚佛法，透過法鼓山體系，接引更多人來培福。」並籲請悅眾們銘記聖嚴師父二○○五年五月一日於召委成長營的開示，發心成為萬年不爛的「老樹根」，居於幕後致力推動會務，廣納、培育年輕人才。此外，方丈和尚也提醒，接引的過程要契機契理、恰到好處，悅眾應多觀察社會所需，以同理心關懷他人，分享溝通協調的經驗，藉此廣結善緣，因為「募人募心最重要，當有需要時，大眾自然就會發心承擔奉獻。」

鑑於人才培育的重要性，接任合唱團團長的許美智，期許透過組織領導團隊培養人才，自己則扮演凝聚共識的安定力量，盼能讓「四眾佛子共勉語」在各地傳唱；曾擔任副召的新店辦事處召委呂麗華，希望透過分享和傾聽活動，深入關懷悅眾的家庭和生活，從而凝聚向心力；員林辦事處新任召委謝明昌則表示，將督促自己扮演好統籌角色，繼續協助幹部奉獻所長，一同成長。護法悅眾們各各勇於承擔、奉獻，就能將感動化為行動，讓法鼓山得以持續茁壯，推動如來家業。

【新任總會長張昌邦】◎編輯室

集眾人願力 成就利益眾生事

「感恩聖嚴師父，建設法鼓山從無到有，留給我們清楚的理念與方向；感恩陳嘉男總會長與所有參與菩薩，過去二十多年的努力，為護法體系扎下穩固基礎，讓接棒的鼓手，能穩健地繼續往前走。」甫接下護法總會大任的張昌邦，內心第一刻湧起的，是對師父、前總會長陳嘉男、所有鼓手的由衷感恩。

十多年前加入法行會，張昌邦平日公務繁忙，因聖嚴師父一句「忙人時間最多」，讓他珍惜把握每個護法因緣，先後擔任法行會會長、護法總會副總會長，深深感受集合眾人願心願力，能夠「聚沙成塔、滴水穿石」，成就許多利益眾生的事。

「做為佛教徒，希望自己從佛法中得到的利益，也能分享他人。」張昌邦說，勸募是法鼓山接引社會大眾的重要方式，不管認識或不認識，勸募鼓手都抱持「勸人來學佛，募人來培福」的初發心，共同推廣法鼓山的理念。

有感於年輕一代接觸佛法有限，張昌邦期待各地勸募鼓手、護法菩薩，將接引年輕人當成一項重要目標，除了鼓勵子女，也鼓勵年輕人帶年輕人，一起來參與法鼓山各項活動，領略佛法的好處。不論是接引大眾、分享佛法、護持法鼓山，未來護法總會要做的事還很多，「有待眾人齊心，一步一步落實。」

花蓮辦事處20週年 感恩再向前

【陳曉婷／花蓮報導】在護法信眾支持下，花蓮辦事處二十歲了！二○一五年十一月二十一日，辦事處舉辦二十週年回顧感恩活動，資深悅眾齊聚一堂：當年發願成立共修處的林蓉敏、胡易，協助找到共修場地的詹伯仁、第一位禪坐共修監香趙文通、第一位念佛共修監香鄧美美，以及第一任輔導法師果舫法師也「回家」團聚。

為了呈現二十年走過的吉光片羽，鄧美美重讀二十年來的值班日誌，並邀集第一代菩薩前來整理照片，回憶走過的路、做過的事，同時將照片翻拍，貼製成一棵「法身的生命樹」。此外，楊明動、劉秀梅等悅眾用心規畫茶席，透過茶禪的安定氛圍，與信眾一起重溫聖嚴師父的教法。

活動當天，歡喜回家的信眾互道祝福、感恩，並用筆寫下彼此優點、心中想讚美的話，互相支持鼓勵。播放二十年活動紀錄後，眾人紛紛打開美好記憶：林小鳳分享十六年前參加活動，看到葛金雲師姊帶著兩個女兒在廁所夾垃圾，內心很感動；楊明動分享曾有三年時間，與金蟬師姊在美崙山帶領法鼓八式動禪，向早起的登山朋友介紹動禪的美好；「雖然不是常見面，但大家都回來了，表示對法鼓山的認同。」胡易表達心中的感動和欣慰。

果舫法師叮嚀眾人除了培福，還要老實修行：「生命是苦，但自己要先解脫，就像救人溺水，自己先要有技術，不然兩、三下就被度走了。」法師鼓勵眾人念佛，並帶領眾人發願，繼續同行菩薩道，開創下一個二十年。

▶花蓮辦事處二十週年回顧感恩活動中，果舫法師帶領信眾發願，繼續同行菩薩道。（花蓮辦事處 提供）

【生死皆自在】

真性流露 任它自然來去

◎釋常綽（關懷院監院）

法會中莊嚴的氣氛，清淨唱誦的音聲，常常會有人因感動而流淚。有一次，因為擔任法會主法的因緣，有位菩薩問我：「在法會中流淚，該如何處理？」

原來這位菩薩在母親癌末住院時，很珍惜照顧母親的時光，彼此間情感深刻而溫馨。母親往生時，家人十分悲痛不捨，只有她冷靜地處理大、小事務，直到告別式結束，都沒有流過淚，她甚至懷疑自己怎麼會這麼無情？

按照計畫，她到農禪寺參加梁皇寶懺為母親超薦，在法會進行中，不知怎地突然痛哭起來，照顧母親的點點滴滴，清晰地浮現，彷彿又回到最後那段時光。「為什麼會這樣呢？」這位菩薩有點不好意思，一方面不知道該如何面對和處理自己的情緒，另一方面，也對在法會中身心發生的變化覺得疑惑。

失去親人的悲傷，表面上即使隨著時間過去而淡化，仍可能在生活中不經意時，再次觸動，因為親人是生命中的一部分，所以在法會中觸動情緒而思親，是很正常的情感流露，無須罣礙。相反地，要求自己要「好起來」，不再因思親而悲傷，反而是一種壓抑。

其實，我們本身的種種情緒、妄念，在法會莊嚴攝受的氛圍中，比較能夠沉澱下來，相對清淨的心，較容易和佛菩薩的慈悲、智慧相應。流淚是一種真性的流露，不須在意，也不用特別去處理，讓它自然而然地來去就好。

人文社會主題圖書館

麗英館開館 禪悅書苑飄書香

隨著法鼓文理學院人文社會學群開學，新圖書館麗英館於二〇一五年十月二十八日啟用，實體冊藏以「人文社會」主題為主，並有數萬本休閒類電子書於館內網域提供下載，日後將持續擴增應用科學、社會科學館藏與學術期刊，充實研究資源。

麗英館設於禪悅書苑，是一座單層平面式圖書館，空間設計多處採光，讓人雖在室內，卻不因此感覺身處密閉空間。閱覽區設置多組沙發桌椅，全天候播放輕柔音樂，別具輕鬆休閒的書店風格，提供學生閱讀、討論、休憩的另一處選擇。相隔一道半露天走廊，進入藏書區，已有近七萬冊中、西文圖書進駐，書庫的走道也設置各式桌椅，隨時可以舒適地坐下來閱讀，如同學生的另一個「私人書房」。

圖書館開放時間，在非假日的週一到週五，八點十五分到下午四點五十分，除了提供全校教職生、法鼓山專職、專職義工借閱書籍，也歡迎大眾參訪校園時，於麗英館暫歇腳步，在自然窗景陪伴下輕鬆交談，享受閱讀的樂趣。（文／黃佳卿・圖／李東陽）

法鼓山社會大學 出版筆記書

陪伴社會大眾走過十三年歲月的法鼓山社會大學，於 2015 年年底出版「終身學習・豐富人生——法鼓山社會大學」筆記書，內頁除了記錄社大成立的緣起與開展，還有歷年學員的作品及精美筆記頁，精彩又實用。法鼓山社大提供二百本筆記書與大眾結緣，歡迎索取。

【洽詢電話】（02）2408-2593 法鼓山社大金山校區

【法鼓書齋】

■《人生》雜誌 389 期 1 月號

共讀《雜阿含經》

讀著《阿含經》，彷彿回到大眾向佛陀請法的現場。《阿含經》是記錄佛陀一生弘化的傳記故事，也是佛法的源頭，東初老人、聖嚴師父在閉關時都曾閱讀此經，師父更以《阿含經》為準則，寫下《正信的佛教》等學佛三書，並強調漢傳佛教要回歸佛陀本懷，行菩薩道。

《阿含經》猶如一部人生的百科全書，提供我們各種實用的答案。楊郁文老師傾囊相授「阿含學的六個學習階梯」；《佛法概論》、《雜阿含經會編》、《阿含要略》也是不可不讀的重要指南。

一次參訪南北石窟寺的機緣，啟動了胡軍軍創作「涅槃系列」，「常觀手記」等分享藝術家與佛陀跨越時空的對話。做功德與修福德有何不同？「佛法關鍵字」許洋主從梵文字源解析，讓人明白布施的真正意涵。（每本 150 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
◎法鼓文化心靈網路書店：www.ddc.com.tw

法鼓文理學院 推廣教育中心春季班課程

課程名稱	教師	開課日期
佛使尊者《一問一智慧》導讀	楊郁文	2/21（日）
佛教生死學	施凱華	2/22（一）
藏文愛悅讀	蕭智隆	
中國佛教宗派思想源流	劉嘉誠	2/23（二）
《大智度論》選讀	藍吉富	
《瑜伽師地論》的禪修止觀	釋智懿	2/25（四）
音聲供佛，DJ 養成	林江標	
基礎藏文	曾德明	
日文閱讀	鐘文秀	
《華嚴經》的生命美學童子篇	曹郁美	2/26（五）
藏本《菩提道次第廣論》止觀導讀	廖本聖	
正念減壓	溫宗堃	
《普賢上師言教》	楊書婷	

※ 更多課程，請上網查詢 http://dilatw.blogspot.tw
【上課地點】法鼓德貴學苑
【線上報名】http://140.131.255.111/ddb_pes/
【洽詢電話】（02）8978-2110 分機 8011

桃李傳芬芳 法鼓學校成立校友會

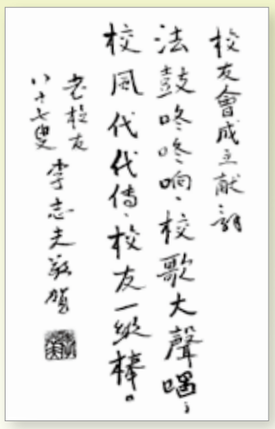
中華佛學研究所
法鼓佛教學院
歷屆校友歡聚 重溫同窗情誼

【黃佳卿／金山報導】校友返校，當年回憶說不完！二〇一五年十二月十九日下午，五十多位校友，相約回到新建後的法鼓文理學院校園，在歡喜熱鬧的氣氛中，於綜合大樓大講堂中，一致鼓掌通過校友會成立，並投票選舉第一屆會長、理事、監事，正式向內政部報請核准。

校友會經過多年醞釀，在多位校友有心推動下，已完成多項法定程序，定名為「中華民國法鼓學校校友會」，在社會上具有社團法人資格與義務。籌備會期間已獲得一百多位校友響應加入，凡是中華佛研所、法鼓佛教研修學院、法鼓佛教學院、法鼓文理學院等所設院所、系、班，包含畢、結業、肄業、休學、交換生、學分班，或教職員、名譽博士、客座教授、訪問學人等，都是法鼓學校校友，入會人數持續增加。

成立大會雖在週末假日舉行，不少校友首度踏入三十公頃的新校區，抱著感恩與期待的心情，從各地前來赴會。校長惠敏法師、總務長曾漢珍、佛教學系副教授見弘法師，也以會員身分到場關懷，歡迎校友們經常回母校，體會校園境教，照顧花草環境，再造共同的校園記憶。

發起人之一的康吉良與賴玉梅表示，校友會成立後，將凝聚眾人力量，對內回饋母校，協助學校辦理研討會等學術活動、認養校園景觀維護，對外則以校友會名義服務社會。甫成立的校友會，已規畫出未來的常態活動，每年將提供在校生傑出論文獎學金，鼓勵繼續攻讀博士的校友，回校發表論文，並於會員大會中，邀請擔任大學教職的校友進行學術演講，鼓勵校友繼續進修，傳承自中華佛研所時期，嚴謹的研修風氣。



高齡八十七歲的中華佛研所榮譽所長李志夫，以「老校友」身分，祝福法鼓學校校友會成立。（法鼓學校校友會 提供）

中華佛研所、法鼓佛教學院歷屆校友齊聚一堂，感念當年師長栽培的恩澤，交流昔日同窗情誼。（張繼高 攝）

聖嚴法師年譜 即將出版

續紛盛放 終是化入眾中

◎郭惠芯

原來覺得很難完成的事，一步一步走著，也就完成了。

《聖嚴法師年譜》全書四大冊，以樸拙灰、奮發綠、豐富紅、綿長黃的四重面目要和大家見面了。首冊記述至一九八八年師父五十九歲，第二冊至一九九九年七十歲，第三、第四冊則用兩大冊記述最後十年，可以完整看出聖嚴師父化世弘開的蓄積與顯發。

編著者林其賢教授三十年前因一念好奇欣慕，而開始蒐集「四奇法師」（見年譜「自序」）的成長歷程，嚴謹索求追訪第一手資料，以客觀手眼運用編年記事，呈現譜主行過世代的立體樣貌。二〇〇〇年《聖嚴法師七十年譜》出版後，聖嚴師父已成一代高僧，有隨行祕書與優秀的文化人才庫，然長年奔波東西方道途，身體常處耗弱，二〇〇四年預立遺囑指名林其賢續寫年譜，並加上「賢伉儷」三個字，當時我不知此事會影響這十幾年的生活如許之深。師父幾回招手問：「你會幫忙嗎？」我說：「是。」說是，便是了。

只是練習做著不說苦道累的分內工作，讓外子可以在校務教學忙碌中，還能抽身聖嚴書院各地講課，與龐雜史料的耙梳，換得與聞當代大德的人生經歷，與反覆浸泡各類法說之洋；復能與以文字為修行工具的編輯群成為親而不膩的手足，這報償既高又速。特別是年來於書稿往復中，看著這些人心細如髮、耐煩安穩地討論、比對、檢定出疏漏，如禪修者對治煩惱，蝸居屏東的我，終也不敢太放逸。

聖嚴師父從不管編著者如何寫他，偶爾來電關心只問「辛苦嗎？」某次南下美濃朝元寺，再度招手：「年譜，就寫到八十歲。」我天真回說：「要寫到一百歲。」師父笑了。最後他的預言算數：就是八十。

與聞《聖嚴法師年譜》歷時二十餘年繁複的成書過程，是最特殊的幸運與深刻的考驗。一路緩行的一群人，因敬重譜主用生命演繹佛法的一生，甘心學做幕後小工，感謝這千載難逢的文字因緣，教我懂得隨時在落地處奮力開花，或，安靜地扎根。

而您，在哪個時期遇見這位運用佛法轉化自己，同時廣化他人的高明老師呢？您若曾受他召喚，同行於學做菩薩的人間旅途，當能在書中的哪個片段，尋到自己的蹤跡。若在綿長黃之後見著他的輝光，您當在《聖嚴法師年譜》中尋思您們的共鳴處。

容我大聲再謝一回，那沉默中滋養繽紛的、數說不盡的廣大對象。

出版預告
聖嚴法師年譜
編著：林其賢　出版：法鼓文化
出版日期：2016 年 2 月
【新書座談會】
日期：2016 年 2 月 20 日
地點：安和分院
◎敬請密切注意
法鼓文化心靈網路書店
訊息

在《聖嚴法師年譜》編輯會議中，編著林其賢（左起）、文化中心副都監果賢法師、郭惠芯、師父隨行祕書胡麗桂，歡喜地展示樣書。（本刊資料）

法鼓文理學院 杜正民教授 出席北京大學研討會

【本刊訊】應北京大學佛學教育研究中心之邀，法鼓文理學院杜正民教授前往北京，出席二〇一五年十一月二十日於北大英傑交流中心舉辦的「第二屆佛教媒體編輯研討會」。

杜正民以「臺灣佛典文獻數字建置的回顧與展望」做專題演講，就中華佛學研究所、法鼓佛教學院時期，以及目前法鼓文理學院所進行的佛學數位專案內容，與中國大陸各地佛教媒體專業人士，分享臺灣近二十年來佛學數位化的過程與成果。

難得一趟北京行，杜正民除了出席研討會，並以聖嚴師父的思想為主，應邀進行二場學術講座。十一月十九日，於北大佛學教育研究中心的「佛教文獻、歷史與哲學工作坊」中，講述「如來藏的思想義理與當代實踐」，杜正民從如來藏的研究回顧談起，進一步說明師父對當代如來藏批判的回應，以及師父的學思歷程與教理基礎，如來藏教法與實踐。

十一月二十日，杜正民以「《靈峰全書》與《法鼓全集》的對話」為題，向中國佛學院師生介紹師父留日時期的碩、博士論文《大乘止觀法門之研究》、《明末佛教研究》。結合《滿益大師全書》和《法鼓全集》的編纂和電子化過程，杜正民闡述學術研究的目的，無論是註釋還是弘法，從滿益大師到師父，都是為了落實佛教利益眾生的理念。

最後杜正民分享了法鼓山推廣的「心靈環保」理念及三大教育，說明佛法在當代實踐的可能性。

◎郭惠芯

禪與悟。大夢誰先覺？

聖嚴法師介紹實用、易懂，且層次分明的禪修理論與方法，
讓我們在日常妙用中，悟得如實身心、解脫自在。

工作的時候，心經常是在一種非常穩定、平靜、
了無情緒波動的狀態。
這樣子的人，才可能獲得真正的開悟。

聖嚴法師禪修指引
——全新改版上市——

◎聖嚴法師 / 著
◎定價320元

2/29前至法鼓體系書店購買
享78折優惠！

郵撥帳號50013371　服務專線02-28961600　www.ddc.com.tw　訂購金額未滿800元，酌收80元運費，限國內運送

曾中正／繪

105 學年度法鼓文理學院
考生輔導說明會

報名網址：http://www.dila.edu.tw/
→點選【招生訊息】→【考生輔導會報名入口】。
舉行時間：民國 105 年 1 月 23 日（六）
舉行地點：本校綜合大樓 GC001（大講堂）
報名方式：請一律上網報名，報名後請準時參加，本校不另行通知；若因故不克參加者，請儘早通知本校。

	佛教學系	學位學程
聯絡電話	（02）2498-0707 碩博士班分機 2372 學士班分機 2242	(02)2498-0707 生命教育分機 5313 社企、社造、環境 分機 5204
信箱	碩博班 jing@dila.edu.tw 學士班 cheng@dila.edu.tw	hss@dila.edu.tw

（合成示意圖）

開始，學做觀音

【全球信眾大會回響】

「在眾生中，學做觀音；學觀眾生，是我觀音。」
法鼓山全球信眾大會圓滿後，大家從「心」出發，
不分男女老少，學觀音、擊法鼓，一起建設人間淨土。

掌聲之後 繼續努力

◎黃憲宇

這次全球信眾大會，有近三百位法青成員參與，我們的任務是演出〈純真覺醒〉這首歌，我擔任旗手，掌旗帶領大家跑進場。

當方丈和尚致詞時，我們站在小巨蛋成佛之道的正後方，準備就緒。我因眼鏡壞掉，這二天看到的世界模模糊糊，不過這樣甚好，更能把專注力放在身上。進場前，我先端正身心，靜默持誦〈大悲咒〉，向菩薩祈求：「我們誠誠懇懇，準備這場演出。祈願菩薩慈悲加護，讓演出圓滿，也守護我們未來的生命，記得奉獻自身、續佛慧命。」

鼓聲乍落，我們奔跑進場，在上萬名菩薩的掌聲中，我跑得全身發麻，大概是被那股擁護的力量所撼動吧。到底表演得好不好，我們不敢確定，能有上萬人看我們表演、給我們掌聲，其實不是我們的功勞，那是聖嚴師父、法師和菩薩們的功勞，法鼓山四眾弟子經營了數十年，才有這麼多人齊聚在此，我們只是其中的一個因緣。

表演完後，隨著法師和護法悅眾走下臺，在長長的斜坡道上，兩旁的菩薩不斷給我們拍手，此時心中感到無限慚愧，我們何德何能，來接受這樣的讚歎？這些老菩薩對我們的照顧，絕對超過我們所能回饋的。久久不散的掌聲，提醒了我：務必珍惜，努力再努力、奮鬥再奮鬥，做下一個擊鼓的人。盼望我們都能不辜負，師父交到我們手上的智慧與美好。

有願有力 感動不退

◎陳琪潔

謝謝法師、專職和法青夥伴們，還有默默在背後撐起所有細節的無數義工。每一次活動圓滿後，不管過程中多忙、結束後多累，心中想的都是下次什麼時候要再回來，從來沒有例外。

每次活動結束後，當下的感動都會迴盪在心中好一段時間，聖嚴師父曾經開示，慈悲不是同情、不是感情，慈悲是源自於智慧的、無所對立的態度，如果靠感情，慈悲是無法持續下去的，「有願就有力。」師父如是說。因此，就算現在的感動逐漸退去，我也應時常提起在傳燈晚會中，那從法師手中接下、放入心中，明亮又溫暖的願。

籌畫這次活動的法青悅眾，擁有深厚廣大的願與力，無所保留的身影，我覺得非常美麗，同時也讓我深刻地感到慚愧。在舒適圈中安逸度日的我，加上年紀漸長，自己在處事上總是有所保留，雖帶著分享與護念他人的心，卻也計較著怎麼付出才不會影響自己，沒有覺察自我的成長慢下了腳步。

很感恩青年院不斷地推出適合年輕人的活動與課程，讓我在學佛路上無法得力之際，有個能夠安頓心靈、拉自己一把的歸所。聖嚴師父說過：「要相信自己需要修行，也要相信自己可以修行。」我將帶著同願的菩薩們，相互提攜，繼續堅定地走在這條究竟解脫的路上。

遇見觀音 心想事成

◎王果智

二〇一五年七月初收到《護法》季刊，看到「全球信眾大會十一月一日登場」，回想十六年前，到林口體育館參加第一次「全球會員代表感恩大會」，今年已七十七歲的我，如果下次再隔十六年舉辦，那時已九十三歲，還能參加嗎？所以即使現在身體違和，也一定要參加這次大會。

信眾大會當天，女兒送我上法鼓山，一路行車順暢，過了山徽石開始塞車，才擔心怎上得了山，不久就有師兄來帶路；到了三門下車，準備步行到小巨蛋，才走幾步，又有師兄開車來接送；進入小巨蛋，找到最後一排空位坐下，法師告知是法青的座位，另外幫我找座位，真感恩法師和師兄們。

在大會中，看到護法總會陳嘉男總會長坐著輪椅上臺，好像看到了聖嚴師父的身影。陳總會長說：「我的身體雖然不好，行動雖然不便，但我一定要親自來感謝師兄師姊熱忱的護法。」他護持法鼓山已二十年，雖然身體欠佳，仍盡形壽、獻生命，太感人了。

結束時，每人都獲贈一本《入慈悲門——學觀音・做觀音》。心想，如果再有二本，就可以送給三個學生。站在後面的師姊告訴我：「有二位不識字的阿嬤，不需要這本書，就送給您吧！」

在法鼓山上，遇到這麼多觀音菩薩，我也要向觀音學習，奉獻我們自己，成就社會大眾。如果人人學做觀音，建設人間淨土，一定心想事成。

（江思賢 攝）

常 藻法師說明菩薩戒就像是人生導航儀，陪伴人們走向正確道路。（馬來西亞道場 提供）

馬來西亞道場講座 ◎編輯室

菩薩戒為人生導航

很多人對戒律的第一印象，不外乎是抗拒、害怕，覺得是層層束縛，不知道唯有受戒、持戒，才可能得到真正的自由。

有鑑於一般大眾對戒律的誤解，繼二年前首次舉辦菩薩戒講座，馬來西亞道場於二〇一五年十一月十二日晚上，第二度舉辦「菩薩戒——成佛必備的資糧」講座，約一百二十位信眾前來聆聽。

「如果要送世界一份禮物，你會送什麼？」監院常藻法師以這個問題開場，並說明在充滿刺激和誘惑的現代社會，稍有不慎便會迷失；人心迷亂，終會造成社會不安定。要送給世界「快樂、平安、健康、富足、和平」的禮物，我們必須先做好自己。

「菩薩戒，就像是人生的導航儀（GPS），陪伴人們走向正確的道路。」常藻法師表示，「戒」不是約束和控制的教條，而是如何做好一個人的保護層，讓我們不必走冤枉路，也不會迷失在人生道路上。

聆聽法師解說後，大家終於了解菩薩戒的殊勝，在於不只自己發起無上菩提心，更推己及人，讓眾生受益並共同發菩提心。受持菩薩戒，不只讓自己身心健康安定，也能促使社會和諧安樂。

法師還引用聖嚴師父開示：「有戒可犯是菩薩，無戒可犯是外道。」鼓勵大家踏出成佛的第一步。為了「提昇人的品質、建設人間淨土」，師父整理出符合現代社會需求的菩薩戒，鼓勵更多人發菩薩誓願、修行菩薩道，種下成佛的正因。菩薩戒的殊勝在於「一受永受」，若能生生世世守護此心，則能步步踏實走向成佛之路。

短短兩個小時的講座，讓大家受益匪淺，不再害怕受持菩薩戒。一位聽眾表示：「本來以為法師會說明各種教條，出乎意料的，法師沒有談及，反而細心地為我們講解為什麼需要菩薩戒，以及發菩提心的重要性，即是自利利人，也能為自己消除生活中的煩惱。」

感恩佛陀的慈悲，透過戒律指引，讓二千多年後的佛弟子，依然可以從佛法和戒律中感受佛陀對眾生的愛護，安穩地走上成佛之道。

法鼓講堂元月直播

學習成長看版

【主題】次第禪觀——以安般法門為主 【講師】果暉法師
【課程時間】1月6、13、20日（每週三），晚上7：00～9：00
【上課方式】
（1）法鼓山心靈環保學習網
http://www.dharmaschool.com/ddm_max/liveclass/liveclassroom.php
（2）農禪寺現場上課，報名電話（02）2893-9966分機6663

《金剛經》共修

地點	開課日	上課時間	洽詢電話
紫雲寺	1月8日	每週五晚上07：00～09：00	（07）732-1380
三民精舍	1月5日	每週二上午09：00～11：00	（07）225-6692

【內容】讀《金剛經》、聆聽聖嚴師父影音開示、繞佛

經典共修《普賢菩薩行願讚》

地點	開課日	上課時間	洽詢電話
天南寺	1月4日	隔週一晚上07：30～09：30	（02）8676-2556
農禪寺	1月7日	每週四上午09：00～11：00	（02）2893-3161

【內容】讀《普賢菩薩行願讚》、聆聽聖嚴師父影音開示、繞佛

佛學班課後有感

回歸內心的圓

◎Cynthia Su（美國・舊金山）

一直以來，總覺得在佛法修行上障礙重重，無論參加法會、講座、佛學課程，最後都是雜念齊飛、問號一堆，很少能體悟其中的道理，因此總是羨慕法喜充滿的師兄姊們，也每每懷疑，佛法真的是我能夠多半到最後都是雜念齊飛、問號一堆，很少能「悟」的嗎？

先前學習時，最慚愧的就是法師提到各種「名相」，師兄姊對答如流，而我卻一直不斷在心裡反問：記這些名詞重要嗎？不了解怎麼強記？這麼深奧，是不是只有我聽不明白？

常諦法師講授的佛學課，改變了我對學佛的信心；法師拋出很多問題，也給了很多思考的提示。在「畫出現在的自己」時，我畫了一個圓，圓圈周圍纏繞著粗細不同的線條。圓圈代表本來應該自在圓滿的「我」，卻被眾多念頭纏住了，念頭來自於周遭已發生或還沒發生，但令我煩惱的事，當煩惱多的時候，就會離圓圈愈來愈遠，回歸原來的圓，好難！這就是當下的自己。

現在若再畫一次，會變成什麼樣子呢？糾結的線條還在，但是變少了，圓圈的線條更明朗了，因為學到可以運用二個觀念：「你所看到的、聽到的一切，見到的一切人，全都來自你的心中。」以及「要對所想的、所關注的一切負責任。心外無物，一切都是自己內心的投射。」

謝謝法師這麼好的禮物，裡面是五蘊皆空的實相啊！因為沒有「心外」的事，所以當然必須對自己「感知到的和我認為的」負責。「天下本無事，庸人自擾之」、「解鈴還須繫鈴人」，只有透過自我不斷提醒、不斷練習，才有機會回歸原始的圓。

「真心是無相的，所以真心不可得。不可得，所以沒有能所。」「空性就是指變化性，所以正報和依報都有空性。」「無欲，才能徹悟成佛……」突然間，這些從前模模糊糊的內容，上了常諦法師的課後，似乎一下子理解好多。我發願學佛法要精進再精進，要修更要行。路很長，但堅持走下去。

法鼓雜誌 313期2016.01

守護法鼓山工程 一世人

將此深心奉塵剎

◎陳洽由（法鼓山前總工程師）

一九八九年，才剛取得法鼓山園區土地，蕭世斌隨即上山，擔負起重要的工程任務。這位皮膚黝黑、頭戴工程帽、經常巡山踏勘，以確保山上每寸土地安全的法鼓山守護者，卻在二〇一五年，法鼓文理學院落成、大願橋如期完工後，離開世間。一生一世，用生命建設人間淨土的護法鼓手，其奉獻忘我的精神，將永留你我心中。

法鼓山園區工程建設期間，聖嚴師父每次巡山一定由在此時期每一位工程師跟隨。師父也總在此時關懷每一位工程師的奉獻。（釋世斌（右）陪同／攝影／盧澤漢 攝）

法鼓山建設工程處蕭世斌資深協理，自二〇一五年十二月八日往生了。消息傳來，心中無比震驚，因為才與他約好要去看他，他卻頭也不回，痛快瀟灑地走了。

幾天前蕭師兄還吩咐同修淑儀菩薩，記得將他電腦搬到醫院，那是他的百寶箱，有對妹妹、終身未婚、長年相依、相扶持。晚年她們走進了信仰，親近佛法，常常面露歡喜。近期則因生活一大變動，改現憂容，很煩惱，愈想愈苦。

「我不想留在這裡，可是回家後能怎麼辦，我也不知道。」老菩薩其中一人因健康因素，生活起居需旁人照顧，決定共同遷入安養中心。只是新環境與過去習以為適的居家生活型態大不同，加上安養機構尚無法照顧茹素者的需求，為此感到無奈、無助。從現實面來看，老年生活若有家人子女同住，即能獲得起照顧的功能。然而現代社會老人獨立的比例實已漸增，如果老人無法活用理，亦無視友可支援，此時向社會體系尋求支持，是不得不的選擇。

常見的老人照顧資源，一種是申請居家式照顧人員。這種情況下，年長者一定要試著調適心態，接納家中新成員的到來，不要將照顧人員視為「外人」。想有人住安養中心，歡喜迎接自己的新家，是不容易的生活調適過程。佛法講心行無常，念念都是新的，每個當下都是一個新環境，仍需心理調適的過程。

我也看到有些老菩薩，基於自主意願入住安養中心，但過度以子女為中心，事事以子女的意向到中心，不過，即使是心之所想的晚年生活，不過，即使是心之所念念清淨，也可能是妄念。雜念、妄想不斷，念念都是新的，卻不等於念念清淨，也可能是妄念。因此，建議經常練習觀照起心動念，言行舉止；面對順逆二境，保持身心放鬆，或是念佛，持咒，心緒便可逐漸平靜。

所謂身心安住，必然是與慈悲智慧相應。發現自己因環境因素起了不愉快的情緒，要能返照內心，少一點分別、抱怨，接受「順逆相對，好壞一體」，是智慧；以體諒、感恩心，從變動的人、事、物因緣環境練心，是慈悲。心若安住，身則安居。

對對方是來照顧、協助，而成就我們維持習常的生活模式，難道不值得感恩嗎？

我也看到有些老菩薩，基於自主意願入住安養中心，歡喜迎接自己的新家，是不容易的生活調適過程。佛法講心行無常，念念都是新的，卻不等於念念清淨，也可能是妄念。雜念、妄想不斷，念念都是新的，卻不等於念念清淨，也可能是妄念。因此，建議經常練習觀照起心動念，言行舉止；面對順逆二境，保持身心放鬆，或是念佛，持咒，心緒便可逐漸平靜。

所謂身心安住，必然是與慈悲智慧相應。發現自己因環境因素起了不愉快的情緒，要能返照內心，少一點分別、抱怨，接受「順逆相對，好壞一體」，是智慧；以體諒、感恩心，從變動的人、事、物因緣環境練心，是慈悲。心若安住，身則安居。

方丈和尚會客室

心安住，身安居

◎果東法師

禪宗古道場巡禮

一碗素麵 溫暖我心

◎李果衍

「請」問這裡第一任的開山方丈是誰？」此時，略帶江北口音揮灑得淋漓盡致。

定山寺的方丈智海法師是揚州高旻寺德林老法師的法子，與法源寺的傳戒大典，有七、八百位戒子參加，其中十五位來自法鼓山，今天居然有三位來到這裡受戒，當時的知客法師就是智海法師。

有著這番前緣，如今碰面感到分外親切，法師也在佛所的大講堂裡特別為大眾開示，他說，「要認識中國文化，禪宗是不可忽略的一環，因為它融合了整個中國文化的精神。」

參訪結束，暮色已至，原本預定驅車趕往位於四小時車程之外的九華山，禁不住法師再三邀約，我們決定明天一早再出發。

這裡幅員遼闊，但人力十分精簡，只有四位出家法師和幾名義工，可是是他們的慈悲和熱情卻絲毫未減！由於狹窄的齋堂只有三十幾個位子，法師特別允許我們在戶外的庭院裡用齋。

站在漆黑的夜色中，手捧一碗熱騰騰的麵，義工菩薩來回不斷地端來一碗又一碗，此時，心裡除了感恩之外，我的眼眶已經不自覺地濕潤起來。

感念祖師菩提達摩單路藍縷，身至此地，說法建寺；這方土地曾有他的足印，這樣的月色，他一定望過，如今千年已過，禪宗的法旅代代相傳，祖師的法依舊存行。

全山的模樣、步道、領是精簡細緻完成。日後，當我們行走在山間時，更讓人緬念漕世斌追趟講路的苦隨心行。（李果隱 攝）

持戒就是守護道心

◎葉燕燕（馬來西亞）

【體驗六和敬】

在禪七圓滿的時候，果徹法師勉勵我們為這一次的禪七寫下心得，讓自己沉澱和重新回顧其中的體驗，深化所學。

在整個禪七中，我深刻地體會到「六和敬」的重要性。每個人都必須遵守規矩，團體才不至於失序，自己的行為才會順利，心裡的更是蠢蠢欲動，如何說，報名時已說明不洗衣服，可是衣服帶不夠，真的非常想洗，而且好多人都洗了，還掛在「只能晾毛巾」的地方。

一個修行者應該知道什麼應該做，什麼不應該做，這就是「持戒」，雖然洗衣服只有一件小事，然而背後的意義卻是重大的，如果我就此不守規矩，就等於屈服於自己的欲望，傷害了道心。

「孤立」起來，但是我們的團體還是和這個環境緊緊地連在一起，依舊要出坡、要和別人共用一切資源，所以我想，孤立是將「心」孤立守好，不要讓它受外面的干擾，所以我想，孤立在團體裡，所以要為別人著想。因此，在禁語的情況下，該怎麼和別人溝通？那就是要用心的肢體語言，出坡的時候更是要互相幫助和成就，才能順利完成。

非常感恩聖嚴師父，傳承了這麼好的禪法，參加這樣的活動，能體驗到的實在太多太多了，我已經不在意有沒有掛單，只能說這輩子能修習佛法，真的太好了。

一，具整體性。而各項工程無論質與量，細膩，即使開山十年仍不見馬路挖掘、步道整齊，溪流潺潺，水族依舊豐盛，這些危脆工程，能如此經久耐用，其缺陷建設更是關鍵，因此造就今日許多人覺得法鼓山簡樸、美觀、幽靜、踏實的感覺，好像它們早已存在很久一般。

深入一草一木 細心照顧家園

蕭師兄將法鼓山當成自己的家園，節儉持家，常思一瓢飲、一絲縷均得大眾，不可浪費。法鼓山的工程幾乎沒有餘料，以全山的步道、廣場而言，數萬方石材，他精準計算與採購，控制成本，節省了許多經費。這片土地的感情都有蕭師兄的影子，他深入一草一木，並能指出每一塊土地的正確位置。他細心地照顧這個家園，隨時回答問題，給出最好的答案。

蕭師兄總是勇猛向前，保持行動，他身身立命於佛法和工作上，好像今生就為這件事而來，他追隨師父，為佛法，為眾生鞠躬盡瘁，想到世間因他而更美麗，這樣的人生已了無遺憾了。

誠懇負責 打造法鼓山的寶樓

法鼓山建設千頭萬緒，過程千辛萬苦，每個參與其中的菩薩，能在各自的崗位上做好分內的工作，就很圓滿了，但是蕭師兄卻自動擔負了最重要的角色，從設計到施工，他努力學習，以近乎全方位的技能，無比積極、誠懇負責，負責盡職就是他的勇敢，謙虛、愛護、種種，負責盡職就是他的人格特質。

他與人為善，見著有人學佛，便很高興，有人行為失當，他也勇於規勸。由於堅決的信心與實踐，早已內化成厚實的價值觀，因此他展現出面對生命的態度，理性、準確、客觀、負責盡職就是他的精神。

參加結束，暮色已至，原本預定驅車趕往位於四小時車程之外的九華山，禁不住法師再三邀約，我們決定明天一早再出發。

這裡幅員遼闊，但人力十分精簡，只有四位出家法師和幾名義工，可是是他們的慈悲和熱情卻絲毫未減！由於狹窄的齋堂只有三十幾個位子，法師特別允許我們在戶外的庭院裡用齋。

站在漆黑的夜色中，手捧一碗熱騰騰的麵，義工菩薩來回不斷地端來一碗又一碗，此時，心裡除了感恩之外，我的眼眶已經不自覺地濕潤起來。

感念祖師菩提達摩單路藍縷，身至此地，說法建寺；這方土地曾有他的足印，這樣的月色，他一定望過，如今千年已過，禪宗的法旅代代相傳，祖師的法依舊存行。

全山的模樣、步道、領是精簡細緻完成。日後，當我們行走在山間時，更讓人緬念漕世斌追趟講路的苦隨心行。（李果隱 攝）

313期2016.01 法鼓雜誌

遍照光明 前程遠大 1

◎聖嚴師父

編按：過去一年，大環境的變化，牽動人心種種浮動與不安。聖嚴師父曾說，沉悶的時代，也是展望未來前景的最好時機，迎接2016年，讓我們持續念念清淨、步步踏實地修行，用自安安人的行動，促使社會遍照光明，開展出遠大的希望。

珍惜光陰 奔向明日時程

時間過得真快，記得我還在當小沙彌的時候，看到年紀七十五、六十歲的人，心裡總會想：「這老人家好可憐，他們再過沒有多久就要去了，可是怎麼還過得快樂無比呢？因此，建議經常練習觀照起心動念，言行舉止；面對順逆二境，保持身心放鬆，或是念佛，持咒，心緒便可逐漸平靜。

所謂身心安住，必然是與慈悲智慧相應。發現自己因環境因素起了不愉快的情緒，要能返照內心，少一點分別、抱怨，接受「順逆相對，好壞一體」，是智慧；以體諒、感恩心，從變動的人、事、物因緣環境練心，是慈悲。心若安住，身則安居。

秋意在象岡

秋是象岡一年中色彩最繁盛的時節，不長，大約只有十天，十天之中溫度反覆地變化，從中午的熱日到傍晚的狂風，及清晨的霜寒。

有的樹在一夕之間就全變了色，有的在一日之間掉光了葉，極少數的樹不動依舊地厚綠如春，如同大地的調色盤，各盡頑紡。

聖嚴師父說此地的秋，有黃、鵝黃、金黃、紅、淺紅、深紅、暗紅，是構成象岡之秋最美的顏色。

禪堂旁的湖塘，有許多合抱的大楓樹，陽光穿透金黃的葉子，微風讓金葉緩緩飄落，輕輕地在倒映藍天的水鏡上，畫出一圈圈漣漪，當下的景致與心相映，是如此的美好。

邊境的大草坪，忽有強風之際，是大自然的遊戲，滿天飛舞的金葉與綠草上翻滾的葉清，是相機抓不住的美。

《觀無量壽經》中「一一葉葉，作異寶色。琉璃色中，出金色光」，而象岡之秋，正好讓人精景觀心，藉假而修真，知幻且不執。

（圖・文／釋常護）

用精進的心來耕福田

新年新願 修身修心修福慧

總本山義工室訊息

【義工召募】

■2016迎新春，歡喜來培福

・時間：2月7日（除夕）～2月12日（初五）
上法鼓山過不一樣的春節

・報名日期：即日起

■召募輕食區義工

・需求條件：
（1）奉獻的心情、服務的精神、提昇人品的意願
（2）年齡、性別不拘

■召募園區「交通組義工」

・需求條件：
（1）想以佛法融入行儀，站在第一線接引信眾進入佛門者
（2）年齡、性別、專長不拘，願在總本山奉獻心力

・面試地點：園區義工室

■召募法鼓山園區義工

・佳山義工：連續二週以上，可隨眾作息，共植學佛資糧，灌溉菩提心

・固定義工：每月可輪值二天以上，開展助人與自我成長的喜悅

・初發心義工：在生命甦醒的每一天，透過義工服務，讓心發光發亮

■召募園區「音響組義工」

・需求條件：
（1）有電子、音響、機房建置、光纖、門禁、視訊整合、對講機等，有設備維修設計除錯處理專長。
（2）有電視或廣播、舞台活動經驗，具設備維修設計除錯處理專長。

◎報名方式：

・E-mail：sony@ddmf.org.tw

・電話：（02）2498-7171轉2434

【景觀維護・環保清潔】

■環保清潔日（園區環境維護）
1月3日（日）請攜帶環保餐具、水杯及替換衣物

■景觀維護日（花草修剪）
1月3、24日（日）請攜帶雨衣、環保餐具、水杯、工作手套、帽子及替換衣物

◎報名詳情請洽：

・電話：（02）2498-7171轉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」

三義精進禪二心得

提昇耐苦的心力

◎福島守（日本）

我於十一月（二〇一五年）在三義DIY心靈環保教育中心參加精進禪二，因為之前已有經驗，對修行期間的規矩，早就做好了心理準備，以便能專注在禪修之中。

一連三天的禪修，印象最深的是「雖然很久打坐時不盡如人意，卻未曾料到我受更密集的禪修調練的。若事先讓我知道會是這麼的流程和密度，我恐怕沒有自信能順利完成。但是這次自己的表現，確實進步了不少呢。

這就是修行。

由此我也想到，當我們起煩惱，無論是災難，或是人際關係的糾葛時，清楚自己對這個「苦」，能接受到什麼程度，也是非常重要的。同時，以及慈悲心等，對於解決問題也有很大的幫助。

得苦，痛是身體上的，苦是精神、心理上的。因此雖然腿痛，仍可提起心力，繼續打坐。小組分享時，有一位年輕菩薩分享讓我很受感發，他認為腿痛沒關係，自己能接受多少痛的感覺，自力提昇能夠接受痛的程度就好，而就接受多少一次次努

初階禪七

主辦單位・法鼓山禪堂
報名對象・初級禪訓班結業者，參加二次精進禪二，每回禪程三小時以上，惟心無罣礙行者，其他各名額特開保留權
報名方式・http://chan.ddm.org.tw
洽詢電話・(02)2893-9966分機6128
活動地址・信行寺/臺東縣臺東市更生北路132巷36號或34號
天南寺/新北市石門區富貴角路三段138巷169號
三義DIY心靈環保教育中心/苗栗縣三義鄉八角坪1號
費　用・歡迎隨喜贊助

照見當下，樂活人生

■三義國際心靈環保教育中心　舉行日期：
■信行寺　舉行日期：
■天南寺　舉行日期：

遇見 自己

・愛群班
活動日期：
01/09、01/30、02/20
03/05、03/19、04/16
05/14、05/28
時間：14:00~17:00
對象：40 歲以下之社會大眾

・德貴班
活動日期：
01/10、01/24、02/21
02/28、03/13、04/24
05/15、05/29
時間：09:00~16:30
對象：16~35 歲青年
報名：http://prajna.ddm.org.tw
洽詢電話：02-86762518 #2110

天南寺精進禪二心得

與禪相會 看見自己

◎施佳斌

禁語是第一次體驗，因為之前的初級禪訓班互相分享與交流，這次卻要求我們連自己都不能與自己對話，這對禪修來說是好事，修行的目的就是淨心，也是審視自己的內心，自己理他人的想法呢？

梵唄也是一種修行，儘管並不能念準經文每個字的音，但是集體誦經時，那一種和諧、虔誠、安詳的氛圍，卻讓我久久難忘。

初級禪訓班之後，不知天高地厚，想直接打一次禪七的我，這才明白，禪七與禪二的差別，不僅僅是時間的長短，而是質的不同。若沒有平常自行的積累和修練，是不能接受更密集的禪修調練的。若事先讓我知道會是這麼的流程和密度，我恐怕沒有自信能順利完成。但是這次自己的表現，確實進步了不少呢。

修行活動看板

◆寒假教師禪七
【日期】1月21~28日 【地點】三峽天南寺
【報名對象】全國各級學校現任教職員暨退休教師，具禪訓班結業基礎。
【線上報名】即日起，額滿為止。網址：http://ft.ddm.org.tw
【洽詢電話】（02）2893-9966分機6132教師聯誼會

◆中級1禪訓班
【日期】1月23~24日 【地點】北投雲來寺
【報名對象】初級禪訓班結業，參加過三次以上禪一，或一次精進禪二者。
【線上報名】即日起，額滿為止。網址：http://chan.ddm.org.tw
【洽詢電話】（02）8676-2518分機2110

法鼓山全球護法會

【北美】
紐約東初禪寺
Tel: 718-592-6593
E-mail: chancenter@gmail.com

紐約州象岡道場
Tel: 845-744-8114
E-mail: ddmc@dharmadrumretreat.org

加州洛杉磯道場／洛杉磯分會
召集人：王小苗
Tel: 626-350-4388
E-mail: ddmbala@gmail.com

【美國護法會】
紐約分會
召集人：方毓明
Tel: 718-592-6593
E-mail: chancenter@gmail.com

新澤西州分會
召集人：郭基聰
Tel: 732-249-1898
E-mail: enews@ddmba-nj.org

康州南部聯絡處
召集人：彭明英
Tel: 203-972-3406
E-mail: contekalice@aol.com

康州哈特福聯絡處
召集人：王沛宏
Tel: 860-805-3588
E-mail: ling_yunw@yahoo.com

佛羅特州伯靈頓聯絡處
召集人：李珮茵
Tel: 802-658-3413
E-mail: juichulee@yahoo.com

麻州波斯頓聯絡處
召集人：周景華
Tel: 978-394-1391
E-mail: ddm.boston@gmail.com

賓州州大大學城聯絡處
召集人：余坤彰
Tel: 814-867-9253
E-mail: ddmbapa@gmail.com

首都華盛頓聯絡處
召集人：張偉誼
Tel: 240-424-5486
E-mail: chan@ddmbadc.org

北卡州卡里聯絡點
聯絡人：李民安
Tel: 919-677-9030
E-mail: mingan1ee58@gmail.com

臺治亞州傑特蘭大聯絡處
聯絡人：陳佩雯
Tel: 678-809-5392
E-mail: Scher@elegantht.net

德州塔拉哈西分會
召集人：Frances Berry
Tel: 850-222-8203
E-mail: tallahassee.chan@gmail.com

德州奧羅多聯絡處
召集人：張智惠
Tel: 407-671-6250
E-mail: chihho2004@yahoo.com

德州溫阿密聯絡點
聯絡人：李美賢
Tel: 954-432-8683

德州甘市聯絡點
聯絡人：陳麗蓁
Tel: 352-336-5301
E-mail: LianFlorida@hotmail.com

伊利諾州芝加哥分會
召集人：鄭修慧
Tel: 847-255-5483
E-mail: ddmbachicago@gmail.com

密西根州蘭辛聯絡處
召集人：王惠華
Tel: 517-332-0003
E-mail: lkong2006@gmail.com

密蘇里州聖路易聯絡處
召集人：李台妃
Tel: 636-825-3889
E-mail: acren@aol.com

德州達拉斯聯絡處
召集人：陳忻民
Tel: 817-274-2288
E-mail: ddmba_patty@hotmail.com

德州休士頓聯絡點
聯絡人：楚一平
Tel: 682-552-0519
E-mail: g9g9@msn.com

科羅拉多州丹佛聯絡點
聯絡人：朱元東
Tel: 732-754-4984
E-mail: tomchu100@gmail.com

猶他州屬鹽湖城聯絡點
聯絡人：張弘勇
Tel: 801-947-9019
E-mail: Inge_Fan@hotmail.com

內華達州拉斯維加斯聯絡點
聯絡人：林玉華
Tel: 702-896-4108
E-mail: phi2527@yahoo.com

華盛頓州西雅圖分會
召集人：王衍菊
Tel: 425-957-4597
E-mail: ddmbaseattle@gmail.com

加州舊金山分會
召集人：施志敏
Tel: 510-246-8264
E-mail: ddmbasf@yahoo.com

加州省會聯絡處
召集人：蔡維馨
Tel: 916-508-2416
E-mail: ddmbasacra@yahoo.com

【加拿大護法會】
溫哥華道場／溫哥華分會
召集人：林美惠
Tel: 604-657-9253
E-mail: info@ddmba.ca

安省多倫多分會
召集人：王怡文
Tel: 416-855-0531
E-mail: ddmba.toronto@gmail.com

【香港護法會】
香港道場
召集人：黃仲健
Tel: 852-2865-5110
E-mail: info@ddmhk.org.hk

【馬來西亞護法會】
馬來西亞道場
召集人：黃良明
Tel: 60-3-7960-0841
E-mail: ddmmalaysia@gmail.com

【新加坡護法會】
召集人：顏瑞華
Tel: 65-6735-5900
Fax: 65-6224-2655
E-mail: ddmsingapore@gmail.com

【泰國護法會】
召集人：蔡林妙芬
Tel: 662-713-7815~16
Fax: 662-713-7638
E-mail: ddmbkk2005@gmail.com

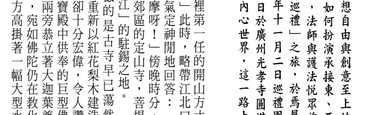
【澳洲護法會】
雪梨分會
聯絡人：莫靈瑞
Tel: 61-4-1318-5603
Fax: 61-2-9283-3168

墨爾本分會
召集人：釋立賢
Tel: (03)8822 3187
E-mail: info@ddmmelbourne.org.au

【歐洲】
盧森堡聯絡處
聯絡人：林麗娟
Tel: 352-400-080
Fax: 352-290-311

英國倫敦聯絡處
聯絡人：Orca Liew
Tel: 44-20-8459-8716
E-mail: liew853@btinternet.com

英國里茲聯絡點
聯絡人：王昭雯
Tel: 44-7787-502-686



在家菩薩戒

傳戒日期
・第一梯次 105年3月3日（四）- 105年3月6日（日）
・第二梯次 105年3月10日（四）- 105年3月13日（日）

傳戒地點：法鼓山世界佛教教育園區

報名資格：法鼓山體系之會員、版依弟子及佛教徒

報名日期：105年1月1日起・額滿為止

報名地點：法鼓山世界佛教教育園區、全球各分院或辦事處

報名組別：報名須繳交個人穿著海青照片二吋2張
・不需衣服：背面白色，胸前證前區及冷氣開方，非西行列印
・報名者請本人至各受理窗口報名

服務電話：(02) 2498-7171 分機 3367、3369

若要在思想自由與創意至上的西方社會中，弘揚漢傳禪法，法鼓山北美護法會該如何扮演承先啓後、平衡點之時，法師與護法信眾之間，如何扮演承接東、西方的橋樑？思索如何守護傳統與創新的方向與步驟，法師與護法信眾共營願力根源源，一場「大陸佛教聖蹟禪修之旅」，於焉展開。

二〇一五年十一月二日巡禮團出發，以聖嚴師父幼時出家的廣教寺為起點，十五日於廣州光孝寺圓滿行程。踏著漢傳佛教發展的印跡，走過山川的模樣、步道，領是精簡細緻完成。日後，當我們行走在山間時，更讓人緬念漕世斌追趟講路的苦隨心行。（李果隱 攝）

念念自在。念念吉祥。

法鼓山念佛機　不論時地　不揀根基　只要念佛　使得利益

新品上市

原版收錄 法鼓山僧團清淨唱誦

時時處處 法音清淨

阿彌陀佛聖號　觀世音菩薩聖號
地藏王菩薩聖號　藥師琉璃光如來聖號

・顏色：清淨款/深紅、心安平安款/淺灰
・尺寸：約8.5×6×2.4cm
・電源(需另購)：3號1.5V電池2顆或DC 5V變壓器

◎定價：180元

法鼓文化 3/31前至法鼓體系書店購買，即享買5送1優惠！

郵撥帳號50013371 服務專線02-28961600 www.ddc.com.tw 訂購金額未滿800元，郵收80元運費，限國內運送

【總本山上共修】

再遠 都要相約回山精進

◎邱惠敏

「修行班機起飛，目的地臺灣！」飛機上，一大群乘客完成供養，靜靜地享用素食餐；從中部、南部出發的遊覽車，在高速公路上奔馳，目的地也是臺北法鼓山園區，無論來自哪裡，他們只為了趕赴一年一度的大悲心水陸法會。

每年的水陸法會，許多人早早就列入重點行程，信眾們不辭老遠，從世界各地、臺灣各處回來參與共修。海外信眾回臺參加水陸法會，人數以香港信眾居冠，動輒超過百人。香港團可說有備而來，到了桃園國際機場後，由小組長點算人數、照顧組員，一路念佛到園區。法會期間，園區處處可聽到廣東腔的中文，其中，香港道場資深義工，六十五歲的余珠菩薩，已連續九年不缺席，她的精進讓後輩梁潔嫦深深感動，自願陪她回臺參加共修。

「這是我第一次全程參加水陸法會，收穫滿滿！」雖然高雄紫雲寺也有法華壇的網路共修，但專職蘇岳綸感恩其他專職菩薩的成就，讓以念佛為定課的她，可以回山一心一意地在淨土壇精進，能與數百人一起高聲念佛，她感受到那份難以言喻的共修力量，「正因為高雄那麼遠，反而讓我心無旁騖精進。」她回高雄後，還勸其他專職有機會，一定要全程參加。

水陸法會邁入第九年，來自臺南的副召委戴慧如九年全勤，「這是我給自己定下的功課！」不管是隨喜或全程，每個人都十分珍惜能夠回到聖嚴師父所創建的法鼓山園區，投入這一年一會的共修因緣。

▲藥師壇內，東、西方信眾齊心精進。（王育發 攝）

▲總壇進行灑淨、安位。（王傳宏 攝）

▶小朋友手持蓮花，一同參與送聖。（江思賢 攝）

▶於功德堂內，供一盞燈，為自己、為家人、為世界祈福。（吳嘉峯 攝）

▼至戶外繞佛，動靜皆是修行。（傅傳宏 攝）

2015 大悲心水陸法會

▲送聖隊伍。（王傳宏 攝）

修福修慧 共創淨土

建設人間淨土，從心地的提昇開始。
二〇一五年大悲心水陸法會，無論參與各壇佛事、透過網路共修，還是投入義工行列，各地信眾共同凝聚悲心善念，在修福修慧的每一刻，也為自己、為世界打造安心和喜的人間淨土。

【萬行壇共修】

處處是壇場 萬行好修行

◎許翠谷

「莊嚴法會，就是莊嚴自己的心地；成就眾生的同時，也是在成就自己。」萬行壇一向是法鼓山大悲心水陸法會最具特色的一壇。

仔細端詳萬行壇內的每位共修者，他們穿的不是海青，而是象徵柔和、忍辱的綠背心，他們彎下腰撿切菜、洗餐具、刷廁所、布置壇場、引導動線、守護鏡頭與轉播機，讓各壇佛事得以順利進行；他們獻供的不只是香、花、燈，更有熱騰騰的便當茶水、清淨安定的共修環境，一個微笑、一聲阿彌陀佛，還有一顆感恩、祝福的心。

「盡心盡力第一，不爭你我多少」，繁瑣又緊湊的工作中，聖嚴師父的叮嚀是調心轉念的法寶。除了奉獻時間與體力，義工們也把握因緣用功：音響組、網路組隨著音聲影像誦經拜懺、醫護組照顧大眾健康也守護自己的心念……八天七夜的法會，走在園區的每一個角落，隨處可見清淨、精進、歡喜的身影，原來人間淨土即在眼前。

▲醫護組照顧大眾健康，也守護自己的心念。（傅傳宏 攝）

▲香燈組合力懸幡。（李東陽 攝）

▲插花組以恭敬心整理每束花。（王育發 攝）

▶大寮義工跟隨灑淨誦念。（傅傳宏 攝）

【分處網路共修】

同步精進 慈悲更有力

◎楊仁惠

二〇一五年大悲心水陸法會「分處網路共修」回響熱烈，在國內分院、辦事處與海外道場，透過網路視訊，以及現場監香法師的帶領下，跨越時間與空間的限制，和總本山一同共修，莊嚴攝受的氛圍與專注修行的心念，讓大悲心水陸法會平等普施的慈悲力量，更加擴大。

今年新加入網路共修行列的西雅圖分會，東初禪寺監院常華法師在二〇一五年十月就先行舉辦說明會，並從場布、供菜、贊普、香燈、儀軌及用功方法等，一一指導並擔任監香，在有限的義工人力與場地下，圓滿了這場殊勝的佛事。許多菩薩都是第一次參加法鼓山水陸法會，從一開始的陌生到圓滿後的法喜，體會到漢傳佛教的殊勝。許多義工身兼多組工作，學著精事鍊心，彷彿加香參與萬行壇。

而正在改建的東初禪寺，雖然臨時道場空間有限，參與共修的人卻很踴躍，這對香積組來說，尤其是個大挑戰，多位主廚菩薩都是在自己家裡把食材煮好了再帶過來，供養的心意讓人感動。洛杉磯道場法會圓滿後的贊普物資，有別於之前捐贈給食物銀行（Food Bank），而是親送至成人流浪者庇護中心、加州陽光成人日間保健中心等需要的機構。

臺灣的農禪寺、安和分院、齋明別苑、寶雲寺、三民精舍等位於都會區的分院，參與網路共修的人非常熱烈，例如農禪寺有二百八十席，而安和分院則設有二百五十個壇位，還有隨喜的菩薩們前來同沾法益。

「有網路共修實在太好了，讓上班族以及帶著孩子等無法到法鼓山園區的人，也能一起參加水陸法會。」齋明別苑的信眾如此表示，更有人分享，一個人用網路參加共修，不如來到分院，大眾互相提攜的力量，會讓修行更得力。

▶西雅圖分會第一次參與水陸法會網路共修。（西雅圖分會 提供）

▲舊金山分會水陸法會共修灑淨。（舊金山分會 提供）

▲洛杉磯道場致贈贊普物資。（洛杉磯道場 提供）