

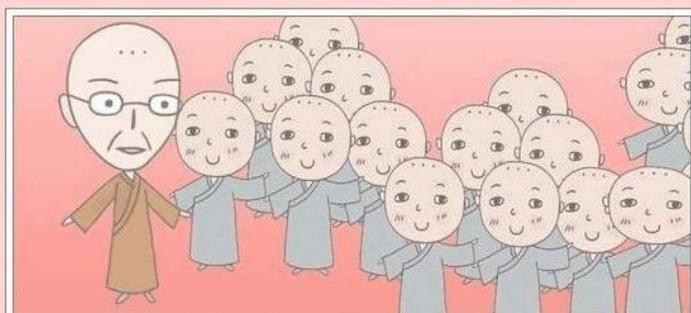


2014 法鼓山僧伽大學歡迎您的加入

- 招生說明會 2014 年 3 月 23 日【星期日】
- 招生報名日期 2014 年 4 月 1 日～5 月 31 日【皆為網路報名】

祝福您 新的一年

人和 事和 萬事和



和樂無諍

法鼓山僧伽大學
Dharma Drum Sangha University

歡迎加入粉絲團 >>>>



法鼓山僧伽大學

本期主題



Theme
安心的基本態度

心靈閱讀書



Spiritual Book Review
安身禪

僧大新鮮人



DDSU Freshmen's Corner
為什麼選擇法鼓山

安心的基本態度

■ 聖巖 師父

從禪的立場來談心理治療，也就是安心的方法與過程。人們心理不安定的原因，其實從出生開始就已經存在了，如果長大後還沒有意識到自己有問題，那才是真正的大問題。在這個世界上，心理完全沒有病的人是沒有的，既然大家會來聽這場演講，就表示你自己或他人有需要幫忙的地方，從這點來看，你已經是一個正常、健康的人。基本上當你發現自己有問題、有病，而不隱藏自己的問題和病，這種態度就是一種健康的行為。

平常生活中，禪如何教人安心呢？禪的態度是：知道事實，面對事實，處理事實，然後就把它放下。無論遭遇何種狀況，都不會認為它是一件不得了的事，如果已經知道可能會發生什麼不如意的事，能讓它不發生是最好的；如果它一定要發生，擔心又有什麼用？擔心、憂慮不僅幫不了忙，可能還會令情況變得更嚴重，唯有面對它才是最好的辦法。經常有一些患了癌症的病人來看我，因為醫生已經宣布他們的生命快結束了，他們好像是來向我求救，又好像是來向我告別。

我給他們的建議是：一，不要怕死；二，不要等死。需要治療就要接受治療，能做什麼就做什麼，能吃什麼就吃什麼，過正常的生活；不勉強自己，也不要對自己的生命完全失望，這種態度就是禪的態度。生活很重要，生命很可貴，不要被別人嚇壞，也不要自己嚇自己。偏偏很多人情況明明沒那麼糟，或是事情已經發生了，不能面對接受，還要擔心憂慮，結果反而是被嚇死的，或憂愁而死的。所以，用禪來安定心的方法，就是應該怎麼做就怎麼做。

禪宗有這麼一則故事，有一次，趙州在寺裡見到一個僧人，就問他：「你在這裡住了很久吧？」那僧人答：「是的。」趙州說：「那你喝茶去。」然後他又見到另外一位僧人，問他：「你在這裡住了很久嗎？」那僧人答：「不，我是新來的。」趙州說：「那你喝茶去。」寺裡的院主看到這情形很不明白，就問趙州：「怎麼和尚對於舊住眾、新來眾，都叫他們喝茶去？」趙州就跟他說：「你也喝茶去。」

這就是非常有名的「趙州茶」公案。這個故事中究竟發生了什麼事？很多人都在猜這到底是什麼意思？其實很簡單，因為那時候剛好是喝茶時間，趙州禪師遇見任何人都請他去喝茶。也就是說，生活就是生活，什麼時候該做什麼事就做什麼事。體驗生活，享受生活，認真的生活，是很重要的。

本文摘自--《動靜皆自在》



走應走的路，做應做的事

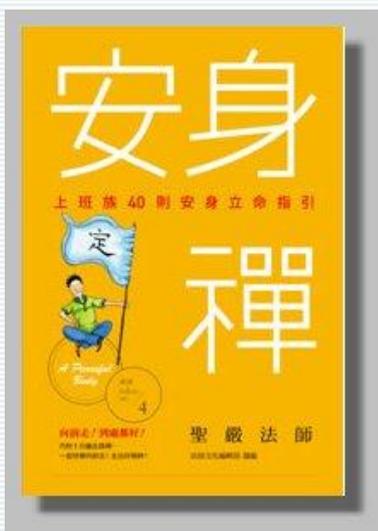


安身禪

上班族 40 則安身立命指引

Chan for A Peaceful Body: 40
techniques for a peaceful
body for office workers

作者：聖嚴法師；法鼓文化編輯
部選編



真正的成功，應該是每天走應走的路，做應做的事。

很多人的成功，不是靠一己之力就能成就的，社會、時代、家庭等各個因素都須配合。所以，如果努力的方向和時代相應，就會成功；否則，再怎麼努力，名義上並不一定被稱為成功。

但是，只要他沒有做不好的事，也未浪費生命，至少他在毅力上是成功的，其努力的過程也是成功的。

◆因緣成熟自然成就

在我過往的人生中，從來沒有為自己訂下什麼目標，像我創辦的法鼓山中華佛學研究所及農禪寺等佛教事業，一切都是因緣到了，便自然成就。

因為我懂事得晚，到十五、六歲才開始了解世事，但並沒有想到要功成名就，只知道佛經很多人看不懂，念經的也只是跟著念。直到進佛學院，老師教的我仍是不懂，當時只有一個心願，要自己懂佛經，也要讓別人懂。

為了訓練文字能力，還曾背著師父偷看《水滸傳》、《紅樓夢》、《西廂記》等古典名著，甚至因此挨揍，但慢慢地，連佛經也看懂了，終於知道當時的人在表達些什麼。

此後，我也開始著手寫佛學方面的作品，盡量把古人語言轉化成現代人的語言。其間著作已出版數本，均未受到重視，直到一九七五年得到博士學位才獲得肯定。

想想看，如果社會風氣仍停留在二十年前，或者身在大陸，我也不會有今天的成果；不過，如果我沒有努力，那麼社會、時代再怎麼配合，也仍是枉然。

◆以努力與否做為成功的標準

再換個角度看，正因為沒有一定目標，我便能做的做，做不到的，表示我能力不足，或因緣不夠，只有再努力，也不會有遺憾。而此生唯一的遺憾，也許就是未能好好奉養父母。雖然這是時代、環境使然，但我只有用父母所賜的身體，盡量奉獻、努力，以報答父母之恩。

所以，以努力與否做為成功的標準，才能為社會帶來祥和，雖然競賽是對的，但鬥爭只會帶來災難和痛苦，並不值得鼓勵。

--選自《聖嚴法師心靈環保》

履行初發心

四個寒暑，踏實而歡喜，

也愈走愈看到生命的美麗風景……



□ 常遂

來**僧大**前，曾參加過與《雪洞》一書的作者——丹津·葩默的一次聚會。當時的自己，深深地被她所流露出修行人的安定與寧靜的氣息所吸引，便忍不住地問：「是不是愈年輕出家愈好？」

她微笑著說：「是啊！因為年輕，就像還未定型的黏土，可塑性很高。」這句話，我默默地放在心上，一直到二十五歲那年的夏天，看了一部紀錄片，是一位大男孩的單車環島紀錄。當時影片上的標語：「有些事現在不做，一輩子都不會做了……」，像一記警鐘，敲醒了那深藏在心裡的願，於是，我抓住青春的尾巴，快快履行那高中時萌發的初發心。

為什麼選擇法鼓山僧伽大學？只因我相信聖嚴師父！更堅信參與法鼓山菩薩道場自利利他的弘化，是給自己和他人生命的一個轉機，一個實踐建設人間淨土的大好機會！

走到今日，四個寒暑，踏實而歡喜，也愈走愈看到生命的美麗風景，時時法乳常哺，處處法水長流。下一個路口，您在那裡嗎？



本文摘自--《法鼓文苑第四期 P.30》

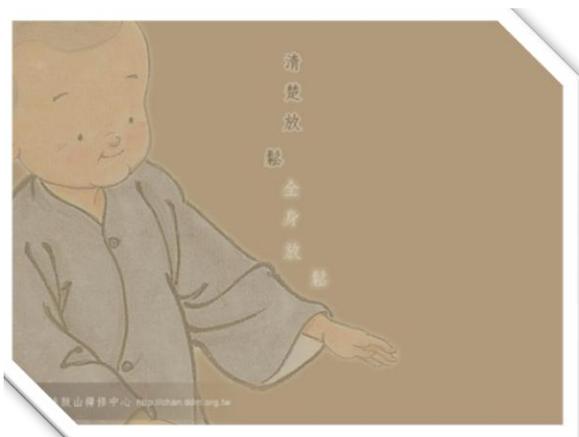
Why DDSU?

■524



[為什麼選擇 法鼓山?]

■演香



The founder of Dharma Drum Mountain (DDM), Master Sheng Yen (Shifu) mentioned in a booklet that one of the purposes of establishing Dharma Drum Sangha University (DDSU) is to provide a platform for those who have not found their purpose in life, to find it. Based on this, I have chosen to study at DDSU because I would like to give myself a chance in this life to seek for the purpose of my life.

是啊！那麼多道場為什麼選擇來法鼓山修學佛法？
因為聖嚴師父！就這麼簡單。
佛經不是說「依法不依人」嗎？
是的，我依的就是師父弘揚佛法。
因為從師父的一生當中，我看到了他的慈悲與智慧，以及許許多多的德行，都是佛法的體現。所以，對師父，我沒有懷疑，只有仰信。
法鼓山是師父創辦的，如今師父雖然已經不在，他的精神和身教仍然透過法鼓山的理念流傳下來。
所以啊，雖然我不曾親見過師父，但是我因為師父而來法鼓山的。



大寮實習插曲



□繪圖/常轉

快11:00，逼近出便當菜的時間，便當菜的位置在蒸飯箱裡，於是協助主廚的淑ㄣㄣ菩薩前去取菜，正不曉得為了何事水深火熱的演輪行者，忽然聽見淑ㄣㄣ菩薩的呼救。



1



2



3



4



5



6



7

回到現場……



8



9

激輪行者看著蒸籠的斷腳，產生了疑情，而提出了疑問……



10

此時，有個聲音打破了激輪行者的疑情……

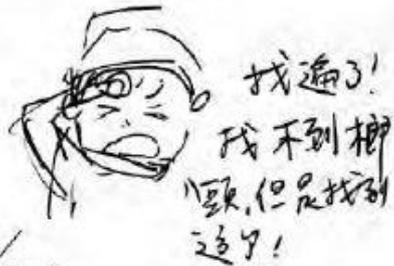


11

接著去找機頭的張口，菩薩回來了……



12



13



柏打煮片的柏打棒(?) ←不知 真實的名稱

主廚再次……無奈的接過了柏打棒…… 然後真的當成機頭來修理機器了!(強人)



14

結論：主廚，不是很會煮菜的人（也要是 啦），而是對任何情況都勿容不迫處理的人！ （而協助主廚就是激發主廚潛力的人……）



當苦來了,感受到苦的感受,可以如何面對呢?



心甘情願就開心

人世間有很多人都能夠忍苦耐勞,即使在非常艱苦的生活狀態下,還是過得很快樂。孔子的學生顏回住在窮困的陋巷裡,過著一簞食、一瓢飲的生活,人不堪其憂,他卻還是不改其樂。他快樂的原因,是因為他覺得人生再窮,也不過如此而已,再也沒有比他現在更窮的日子了。

所以顏回是個賢者,賢者能忍受一般人不願受的苦,而且在受苦的過程中,不以為苦,因為這是他自己心甘情願過這樣子的生活。事實上,我們所生活的這個世界,沒有一個地方是不苦的,也沒有一個地方是真正苦的,人會覺得世間苦的原因,其實是因為不夠深入苦,只要深入了苦以後,就不會再認為那是苦了,反而能夠轉苦為樂。--本文摘自《快樂自己決定》

◀ 2014/2 ▶

日	一	二	三	四	五	六
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	1

■ Events

活動訊息 >>

2/8-16 生命自覺營

2/15 招生說明會線上報名

詳細訊息請見官方網站

■ 下期預告 >>

Theme



快 樂
就 是 好 運

Spiritual Book Review



心靈環保
經濟學

DDSU Freshmen's Corner



極 樂 國
完全移民說明會

Dharma Talk by Master Shengyen



聖 嚴 法 師
開 示