



電子報

FEBRUARY 2025 VOL. 2



本期重點

僧大教室

合果芋換盆，有大願力

修行自知錄

一塊布的故事，
一堂課的傳承

僧大報報

法會，從聆聽到感受

法鼓山誌

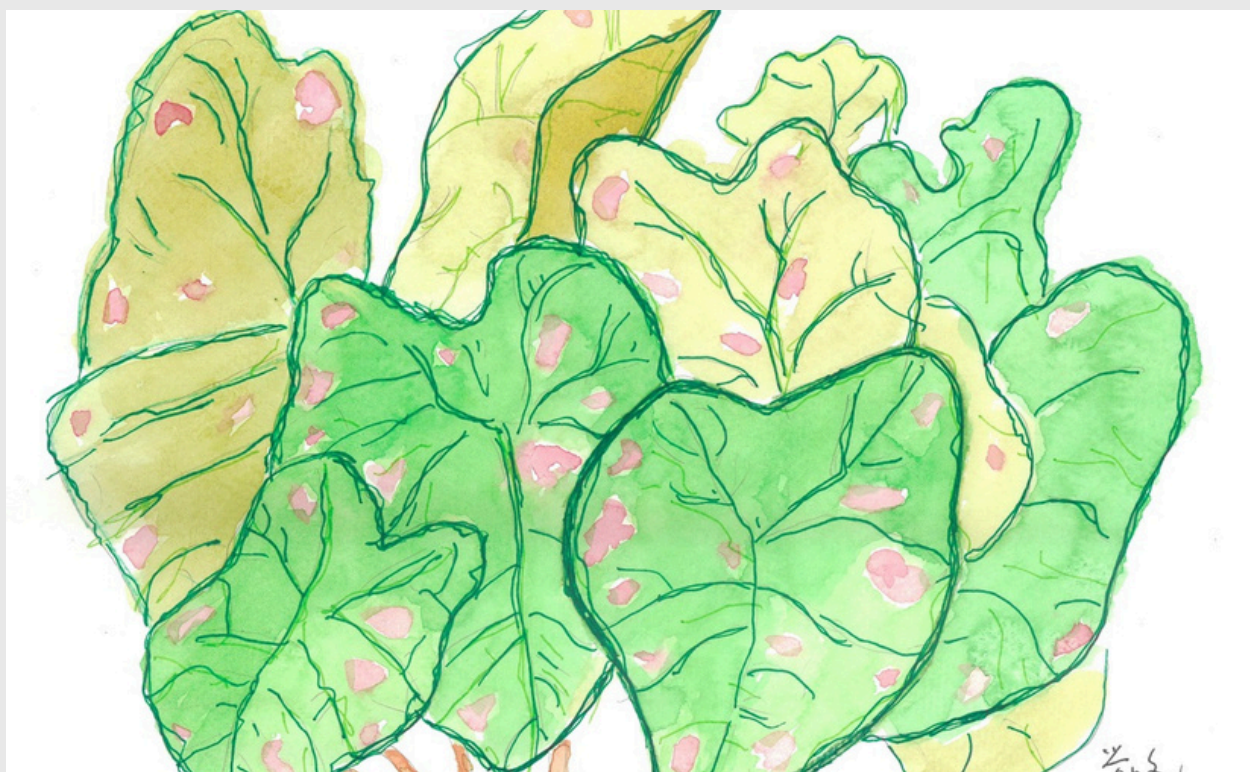
台北樹蛙

除夕夜好懺悔

文／聖嚴法師

寺院中出家人過年是以懺悔做為結帳，這也就是我們要拜年懺的原因。其實，年懺應該在年前拜，是懺悔一年來所造作的惡業多於善業，解脫業少於生死業。能在年前檢討自己的身心狀況、煩惱輕重，究竟和出家人的身分、心態有多少不相應之處，這是極難得的福報，不要輕易放棄。

——《法鼓晨音》



合果芋換盆，有大願力

文・圖／常啓法師

過去一段時間，將綠精靈合果芋放在陽光充足的辦公室窗台，不知為何枝葉徒長了好大一段，因為太重了，便往四邊垂倒下來，爆炸的姿態看起來怪怪的，索性將之修剪，並水養了許多分株，等到根系長出來了，再換盆土養。

換盆對當時的我來說是個大工程，所以想說除了讓植物的根系能有超大空間生長外，也帶著懶人心態，避免以後再換盆的麻煩，所以就直接換上大盆，不過根系量與大盆的比例不對，導致根無法密集生長，又無法吸收那麼多水，因此只要水一多就容易爛根。

果然，長了好一段時間，小盆的合果芋都茂密起來，大盆的還無動於衷，於是再將大盆換成小盆，才又發了新芽。循序漸

進換盆，能慢慢讓植物的根系擴展，才能發展健全。

就像設定太大的目標，很容易打擊到看不到成果的自己，那種看不到進步的感覺，會讓人找不到著力點，好像永遠都在仰望星空般的遙遠，容易自我懷疑而裹足不前。

以始為終，方向確立後，就著力在眼前這一步吧！就像發願一樣。

今年法鼓山的年度主題是「有大願力」，每個人新年都有新願望，發個好願，然後照著自己的願心去做，願雖有大有小、有近有遠，但只要是關懷人、服務人、有利於人的願，從廣義來說，都是大願；另一方面，只要不眼高手低，願意點點滴滴去實踐，做久了，也會見到聚沙成塔的成效。「初發心可貴，長遠心難得」，兩者俱足，加上實踐，也就是有大願力了。那些小盆的合果芋又爆滿了，今年準備再來分株，果然是「不積跬步，無以致千里；不積小流，無以成江海。」



一塊布的故事，一堂課的傳承

文／寬樸菩薩 攝影／僧大小記者

殿堂如何因一塊布而莊嚴？修行如何在針與釘間展現？2024年12月15 & 28日，僧大一年級的學僧迎來了年度重要課程之一——「殿堂編布」實作學習。法鼓山榮譽董事廖美櫻菩薩與其同修曾國山菩薩，攜手編布團隊，將17年的編布技藝與護法心血，化為生動的傳承之課。

自聖嚴師父囑託美櫻菩薩與團隊承擔編布工作以來，她始終懷抱初心，以慈悲與堅韌將這門技藝薪火相傳，讓「樸實莊嚴」的道風代代延續。17年的不退轉，她用初心編織匠心，從青春年華走到白髮蒼蒼，而法鼓山的莊嚴之美，始終未曾褪色。

美櫻菩薩以一張張珍貴的歷史照片，帶領我們回溯法鼓山莊

嚴美學的發展軌跡，生動展現菩薩們如何在艱苦因緣中，織出承載信仰的「法鼓風格」。今年更為特別的是，美櫻菩薩將這些珍貴的技藝瑰寶製作成教學影片，並在課堂中錄製全程，為未來的傳承精心保存了寶貴的資源與智慧。

實作課程中，菩薩們耐心地傳授編布的基礎技巧，從丈量、摺疊到固定，每個步驟都講解得細緻入微、層次分明。「與布培養感情，它才會聽你的話。」這句平實卻充滿智慧的叮嚀，道出了這門技藝的精髓——用心、專注，方能展現莊嚴之美。編布不僅是一門技藝，更是一場專注與耐心的修行。從正反交疊到對齊拉高，每個動作都需謹慎拿捏，既要追求齊整有序，又要保留靈動的韻味。看似簡單的布料，在我們的用心投入下，逐漸化為莊嚴而和諧的壇場。



在菩薩們的親切指導與默契合作中，每一張供桌、每一條桌布都承載著修行的意義。這堂課讓我們深刻體會到，修行並非僅在禪坐與誦經中，而是融入生活的每一個細節中，從一釘一針中彰顯禪修的智慧與美感。

一針一線，縫織的是法脈的延續；一布一釘，承載的是修行的初心。透過殿堂編布課程，我們在實作中深刻體會莊嚴國土的真義，也由衷感恩菩薩們以護法精神化為春風細雨，默默滋潤著未來的弘化之路。



法會，從聆聽到感受

文・攝影／ 僧大小記者

週三下午，在僧大的階梯教室，講台上擺放著插滿電線的混音機、幾支麥克風，以及兩件法器。這次講座特邀協助水陸法會音響調整的專家——聲研公司的負責人，丁泊淳菩薩，透過他對音聲的熱忱與專研，帶領同學們認識「法會中的聲音」。

除了了解音響設備的作用，講者更強調，營造莊嚴氛圍的關鍵並非只靠聲音技術，而是悅眾之間的默契與大眾協調的完美配合。同學們全神貫注，細細體驗這場視與聽的雙重感受。

講座的次要部分圍繞音響操作實務進行，講師特別展示了混音機調整的技巧與監聽喇叭的重要性，並通過實例解釋聲音的高頻、低頻如何影響整體效果。同時，他還介紹了麥克風的收

音位置調整，以及如何用專業術語進行準確溝通。這些實用的內容讓現場的同學獲益匪淺，更深入理解音控與現場配合的重要性。



最後，講師強調，無論設備調得多完美，最終的效果仍然取決於每位參與者的用心與配合。法會的莊嚴氛圍來自悅眾與大眾的互動，唯有彼此「以心聆聽」，才能將個體融入整體，讓聲音與情感完美融合，為整場法會注入感召力。



台北樹蛙 *Zhangixalus taipeianus*



台灣蛙類中，第一種由台灣學者發現並命名的種類，在台灣蛙類分類學史上有其重要意義。發表的模式標本採集於台北縣樹林鎮，所以稱之為台北樹蛙。

身體背部呈翠綠色，腹部則呈黃色，具有隨環境而變更身體顏色的能力。體型屬於中等，體長雄性約3.5—4.5 cm，雌性約4.5—5.5 cm，比雄性稍長。

屬肉食性，以吃蟲蟻維生，一般聚集於水池及溝渠等靜水區域，儘管族群數量穩定，但仍受棲息地喪失威脅。



小編的話

本期《僧芽》的法鼓山明星又是青蛙。為什麼特別強調呢？因為怕青蛙的讀者總說：「怎麼又是青蛙？很恐怖耶！」別怕，其實仔細看看牠們，還挺呆萌的。夏天沒有牠們，就不像夏天了。不過，這麼冷的日子，當法師們聽到蛙鳴時，以為是氣候變遷造成青蛙生理錯亂，其實不是，這個季節是台北樹蛙的繁殖期，所以夜晚很熱鬧。蛇菩薩都在冬眠了，牠們可以盡情玩耍囉。



地 址 20842 新北市金山區法鼓路555號 電子信箱 seb@ddmf.org.tw

發行單位 法鼓山僧伽大學教務處 電話 886-2-2498-7171 分機 2351



官網



FB



IG



法鼓山僧伽大學
Dharma Drum Sangha University

招生說明會 _ 03月23日(星期日) / 報名日期 _ 03月15日 至 05月10日 /
考試日期 _ 筆試 05月30日 面試05月31日 / 聯絡方式 _ 02-2498-7171 #2351

