



僧芽5

第五期

2013/03/29

●發行單位：法鼓山僧伽大學教務處 ●網頁：<http://sanghau.ddm.org.tw> ●電話：(02) 2498-7171#2355

2013

法鼓山僧伽大學招生

開始
招生了!



哈利波特就讀的霍格華茲，能夠幫你打敗敵人
聖嚴法師創辦的僧伽大學，能夠教你沒有敵人

【本期主題】

何謂平安？ 平安從那裡來？



平安的問題可以從個人和他人、內在和外在的關係來看，事實上，個人與內在的自我，以及與外在的他人及大環境都是息息相關的。至於要把平安落實在那個層面，或從那個層面著手做起，以及如何來做，則是我們必須思考並找出答案的大事。

真正的平安應該從個人的內心開始做起，再向外影響他人，乃至於整個宇宙，最終則是超越個人的小我以及宇宙的大我，而成為一個真正平安無事、自在無礙的大智慧者、大解脫者。



至於如何達成這個目標，可以分成五個步驟來進行，首先是每個人要和自己的內在溝通無礙。其次，要和他人達成和諧，包括家庭，乃至社會的關係都要和諧。第三則是個人和自然要融洽，因為個人的存在，不能離開自然的環境。第四，個人和宇宙要統一，宇宙的環境除了地球，更包括從古以來一直到未來的無限時間，乃至以地球為中心，而到無限的十方世界去。

第五則是要超越個人內在與外在的對立和統一。

這五個層次，是生命平安、成熟的過程，也是完成安身立命必須經過的過程。從第一步來談，即個人和自己要有暢通的關係。所謂的成熟人格，一定要有自知之明，才能在平安的心態下，清楚知道自己的優缺點、長短處，然後努力改進缺點，同時增長優點的強度、深度和廣度，並練習紓解自我內在的矛盾與衝突，而使自我內心保持平衡與安定。

惟有能自知才算真的有自信心，才會對自己當前的生命，乃至對生命的未來，充滿光明的遠景和信心，而真正做到自我的負責。這也就是對自我的溝通和自我的協調，這個層次，許多人稱之為修心。

第二個層次，則是藉由個人的平安，而影響你的家族，以及你的社會群體平安；一個內心平安的人，能受他人的信賴倚重，能夠自己內心平安的人，就能夠完成和眾共濟的使命，否則個人人格不穩定，就算成了群體的領導人物，群體也會因你個人的影響而波濤洶湧，大家不得平安。許多人認為是社會不好，而沒有想到，是自己把社會製造成不安的。

第三個步驟，是人類要把自然的環境，當作自己的身體來看，也就是把自己的身體擴大。其實我們的身體一定是生活、生存在這個大的自然之中，但我們往往忘了自然的環境就是我們的大身體，所以許多人只重視照顧自己身體的健康，卻忘了照顧自然環境的健康，反而不斷破壞，那等於是在糟蹋自己身體的健康。

所以我們要加強這種認識，也就是我們個人的生命和自然的生命是結合一起，如果沒有這種體驗，我們對自然便會予取予求，恣意破壞。如果我們沒有好好照顧、愛惜、改善自然環境，自然環境不但會反撲，而且會貽禍萬代子孫，甚至造成後代無法生存在這個世界。



第四，是每個人要去擴展生命的經驗和心胸，要把我們自己跟宇宙生命結合為一，不論有沒有學問、知識，甚至宗教信仰，都還是其次的。我常說，我們這個地球，就像大宇宙中的一個胎兒，而地球上的每一個人，則是胎兒中的胎兒，整個的宇宙，是我們一個無限大的身體，因此我們的生命是跟無限大的宇宙結合為一的，這是在宗教、哲學上都有的說法。

不過就算我們沒有宗教信仰，也沒有哲學常識，只要相信我們的生命是跟無限的時間、無限的空間息息相關，我們就會非常平安了。之所以覺得不平安，是因為覺得自己的立足點太小、環境太小，所以覺得不平安，如果心胸廣大而至無限無盡的世界、無窮的空間，就不會有不平安的感覺。

在第四個層次，我們的生命與宇宙合一，乃至無限的時間、空間，但還是有「有限」和「無限」相對的存在。但是中國禪宗所說的大解脫，是超越於有限與無限的。

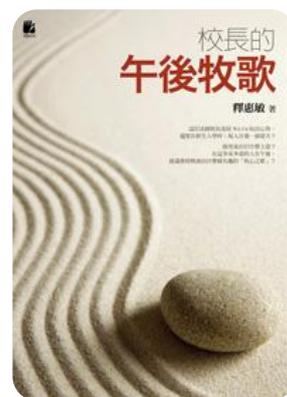
因此最後一個步驟就是要超越內在與外在、統一與對立，這樣的人，才真正是大智者，大解脫者，也就是禪宗所講的平安無事，《六祖壇經》所說：「瞋愛不關心，長伸兩腳臥」，就是沒有什麼事；雖然世間的任何事都是有的，但不起瞋、不起愛，該怎麼處理就怎麼處理，心中沒有罣礙，這才是最徹底、究竟的平安。無限無盡的開闊空間。

-本文摘自智慧隨身書《平安的追尋》



【心靈·悅讀·書】

這位法師校長竟玩 Wii Fit 玩出心得，
還想在新生入學時，每人分發一頭惡犬？
他究竟在打什麼主意？
在這多采多姿的人生午後，
他還會即興演出什麼樣有趣的「牧心之歌」？



從 Wii 電玩，談到身心的平衡與覺察；從好萊塢會做菜的老鼠，談到人人皆可成佛；從寫 Blog，談到精神財產的繼承；從如廁文化談到「無為」；從修行談到 ISO 認證？！只有對社會最新動態觀察入微的惠敏法師，能對如此包羅萬象的題材侃侃而談！

法師在人生近黃昏的「午後」階段，當起了校長，本書是他擔任校長至今，與世事互動的記錄與心得。他的觀點創新靈活、文筆幽默，擅長整合、融通佛法義理與世俗學問，書中各種絕妙的譬喻與類比，若能反覆玩味，定能讓你智慧更長、視野更寬，說不定還能笑著開悟！

- 摘自法鼓文化出版《校長的午後牧歌〈般若方程式系列〉》



【2013 招生說明會·活動報導】

沒有名次、只論道心，法鼓山僧伽大學於 17 日上午 9 點，在該校階梯教室舉辦 2013 年招生說明會，共有近 40 名考生及親友參與。從往年對於在校生活的疑慮，轉換為如何才能讓子女順利就讀、圓滿出家的心願，考生家長們心態上的變化，正說明法鼓山在僧伽教育方面所受到的肯定。

「人生有很多的選擇和抉擇」，僧伽大學男眾副院長常寬法師於開場致詞時強調，抉擇往往比選擇還要困難，當年創辦人聖嚴法師抉擇到日本留學，引導日後更多人勇於表達出家學佛的意念；而這份抉擇的勇氣，正是沿襲自釋迦牟尼佛捨棄尊貴的名位，抉擇走向真正快樂的道路，而當釋迦牟尼佛成道之後，他的家人也追隨出家，因此出家是一個過程，能夠讓自己快樂，也能為大眾帶來快樂。



考生家長蔡文基表示，全家人都在法鼓山受菩薩戒，也支持女兒完成報考僧伽大學的願望。為確定出家的願心，並非是一時衝動，他的女兒多年來參與法鼓山四川賑災等等服務社會的工作，在不斷學習奉獻的過程中，更加堅定要選在法鼓山圓滿出家的志向。曾參與聖嚴法師帶領佛七的蔡文基還說，出家修行是條自利利他的道路，全家人都期望將佛法應用在生活中，而法鼓山僧團的嚴謹，讓他們對於學校的教育很有信心。

為了明年報考法鼓山僧伽大學提前準備，目前就讀高二的林秉榮說，由於深受聖嚴法師為社會、為佛教的未來，以悲願創建法鼓山而感動，家人們都願意成就他奉獻小我、利益他人的志願，在法鼓山出家對他的而言是件偉大的事，他也正積極培育自己的外語能力，希望能為漢傳佛教的弘傳貢獻心力。從臺中豐原陪他遠道而來的母親廖敏惠表示，出家的道場很重要，現在她唯一擔心的是考不上法鼓山的僧伽大學。

祝福人人都能為生命做出最好的選擇，朝向快樂、平安、健康、幸福的心靈環保指標前進。女眾副院長果光法師在說明會圓滿前，也向考生們表達出家最大的挑戰在於自己，因為除了要面臨多元複雜的社會環境，還要面對自己的內心，逐漸從覺察自我、調整自我、消融自我及成長自我中，淬鍊出崇高的人格。就讀法鼓山僧伽大學的優點，就是大家都能有共同的想法，從改變中影響更多人往提昇的方向成長。

-摘自法鼓山全球資訊網-法鼓新聞-張曜鐘(文、圖)

【2013 招生說明會·應考心得分享】

2012 僧大招生說明會

師父說：

- ✓ 能到法鼓山出家，是最有智慧，也是最有福報。
- ✓ 我們曾在無量諸佛座下共結善緣，並將仍在無量諸佛會上同修無上菩提，同在正法門中互為眷屬。
- ✓ 虛空有盡，我願無窮。我今生做不完的事，願在未來無量生中繼續推動，我個人無法完成的事，勸請大家來共同推動。



2012 僧大招生說明會

師父對考試的看法

- ✓ 用平常心應試。
- ✓ 如果患得患失，就不能把所知所能表現出來。
- ✓ 以放輕鬆的方式來面對它。



2012 僧大招生說明會

佛學概論

考古題 + 應考書籍

- ✓ 《佛教入門》/聖嚴法師著，法鼓文化出版
- ✓ 《學佛群疑》/聖嚴法師著，法鼓文化出版
- ✓ 《正信的佛教》/聖嚴法師著，法鼓文化出版



2012 僧大招生說明會

禪學概論

參考書目

- ✓ 《禪的體驗·禪的開示》
/聖嚴法師著，法鼓文化出版
- ✓ 《禪門第一課》
/聖嚴法師著，法鼓文化出版



2012 僧大招生說明會

禪學概論

《禪的體驗·禪的開示》

- 第一篇 禪的體驗
- 第二篇 調琴
- 第三篇 禪
- 第四篇 禪七開示錄

《禪門第一課》

- 第一章 小時候的疑惑
- 第二章 佛與禪
- 第三章 苦
- 第四章 修行
- 第五章 禪修的方法與階段
- 第六章 開悟
- 第七章 慈悲



2012 僧大招生說明會

國文

參考書目

- ✓ 四書 — 《論語》、《孟子》、
《大學》、《中庸》
- ✓ 《智慧一〇〇》/聖嚴法師著，法鼓文化出版
- ✓ 《法鼓晨音》/聖嚴法師著，法鼓文化出版



考古題

為什麼要先知道考古題？

- ✓ 網址：<http://sanghau.ddm.org.tw/admission/Exam2.aspx>
- ✓ 方向
- ✓ 比重：內容不同但重點方向類似



讀書方法

- ✓ 從3/18~6/15(考試當天) 尚剩90天~
- ✓ 了解考試內容和出題方向
- ✓ 設計自己的讀書計畫
- ✓ 例如：法鼓晨音



初發心

尋找你的初發心。

用這顆心來準備

- ✓ 考試
- ✓ 自傳
- ✓ 面試



最後我們發現最重要的是那一顆初發心。

英文

- ✓ 考什麼？
 - 範圍
 - 題型
- ✓ 怎麼準備？
 - 考古題



英文

禪學系：演宗菩薩

參考書目：

- ✓ DDM Cultural Center, ed. & trans. /Master Sheng Yen. Taipei: Dharma Drum Mountain, 2010.



英文

- ✓ 更重要的是？

放鬆心情



-摘自：2012 僧大招生說明會簡報

【僧大點滴-活動篇】

將岸邊垃圾一片片拾起，如同將心中煩惱一件件放下。在僧袍外套著工作服的法鼓山僧伽大學 30 多位學僧、師長及熱心的民眾，於 20 日下午 2 點頂著烈陽，前往近兩公里長的金山磺溪口海灘，以實際的淨灘行動，展現對於大地孕育眾生的感念。

帶領淨灘行動的常鐸法師表示「沙灘淨則心淨；心淨則國土淨」，眼前灘岸上滿布垃圾，如同內心沉積已久的煩惱垢穢，當沙灘上的垃圾慢慢減少時，也會將內心的煩惱執著漸漸淡化。淨灘做為呼應法鼓山「心靈環保」理念的一種方式，也是法鼓山回饋鄉里的一項實際行動，歡迎社會大眾都能共襄盛舉。

不單法師們投入淨灘，自去年 3 月 26 日傳出稀有候鳥黑頸鸕鷀吞食橡皮筋而犧牲的消息後，法鼓山校區的學校師生、教職員們，即陸續在網路上規劃並響應「淨心淨土，金山環保」的淨灘活動，號召同學與網友在每月 26 日前一個周六，幫助嚴重遭受垃圾污染的海灘做淨化，許多熱心的居民和遊客感動於他們從未間斷的毅力，也從旁觀者變成為快樂的淨灘義工。



響應僧伽大學淨灘行動的賴心萍就說，剛接觸淨灘時難免遭遇挫折，除了海邊氣候多變，常會有人笑說「無效啦！現在撿了明天又髒了。」但看到還有遠從屏東、宜蘭趕來支援的網友們，個個不求回饋，彎腰從最難清理的汙泥、消波塊開始，揮灑汗水將海岸恢復原貌，她總會想起聖嚴法師說過的「正需要人做而沒人做的事，就由我學習著做吧」，鼓勵自己不要放棄！

在「淨心淨土，金山環保」淨灘行動即將屆滿一周年，以及響應 4/22「世界地球日」的生態關懷，法鼓山校區師生和職工們也將參與 3/23 萬里加投下寮海灘 4/27 桃園觀音海岸等地點舉辦的淨灘活動，歡迎民眾共同攜手做環保，讓環境再現本來面目，也給心靈一方淨土！

-摘自法鼓山全球資訊網-法鼓新聞-張曜鐘(文、圖)

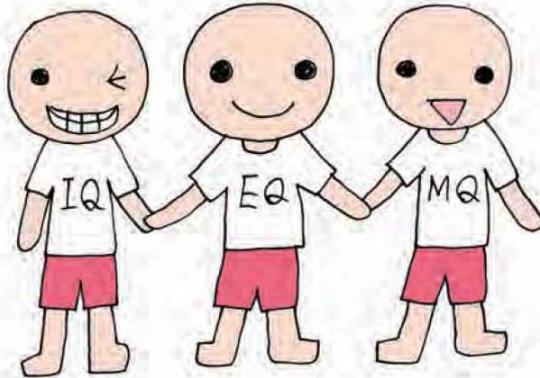
108 自在語



自在  時光



三 Q



幸福人生要有「三Q」：「IQ」學習能力、「EQ」情緒管理能力，以及「MQ」道德的品質，後者即幫助人、利益人、關懷人。



咦！我怎麼
會在這裡？

