

第十七屆生命自覺營  
AWAKENING CAMP 2020

出家生活·體驗營

Dharma Drum Mountain the 17th Awakening Camp

人身難得今已得，佛法難聞今已聞，此身不向今生度，更向何生度此身

· 時間 | Date

2020/02/02 日 ~ 02/09 日

· 地點 | Location

法鼓山世界佛教教育園區  
Dharma Drum Mountain World Center for  
Buddhist Education

生命自覺

僧伽

2019.10.01 No.16

釋迦牟尼佛說：「人身難得，佛法難聞，中國難生，善友難遇。」  
人體這樣的形狀，是很好的修道工具，一旦失去了這個身體，是否有機會能夠再得到？

2019/10/15 開放報名

- 男16-37歲，女16-35歲，高中/職以上，願意體驗和學習出家生活者。
- 網址：[ddmplus.ddm.org.tw/awakening.aspx](http://ddmplus.ddm.org.tw/awakening.aspx)

FOREWORD 人身難得，把握修行/聖嚴法師

HEARING 相信自己/ 聖嚴法師教默照禪

REFLECTION 天下難事，必做於易；天下大事，必做於細 /釋常啟

PRACTICE 2019 新生講習報導 /演新法師

EVENTS 活動訊息

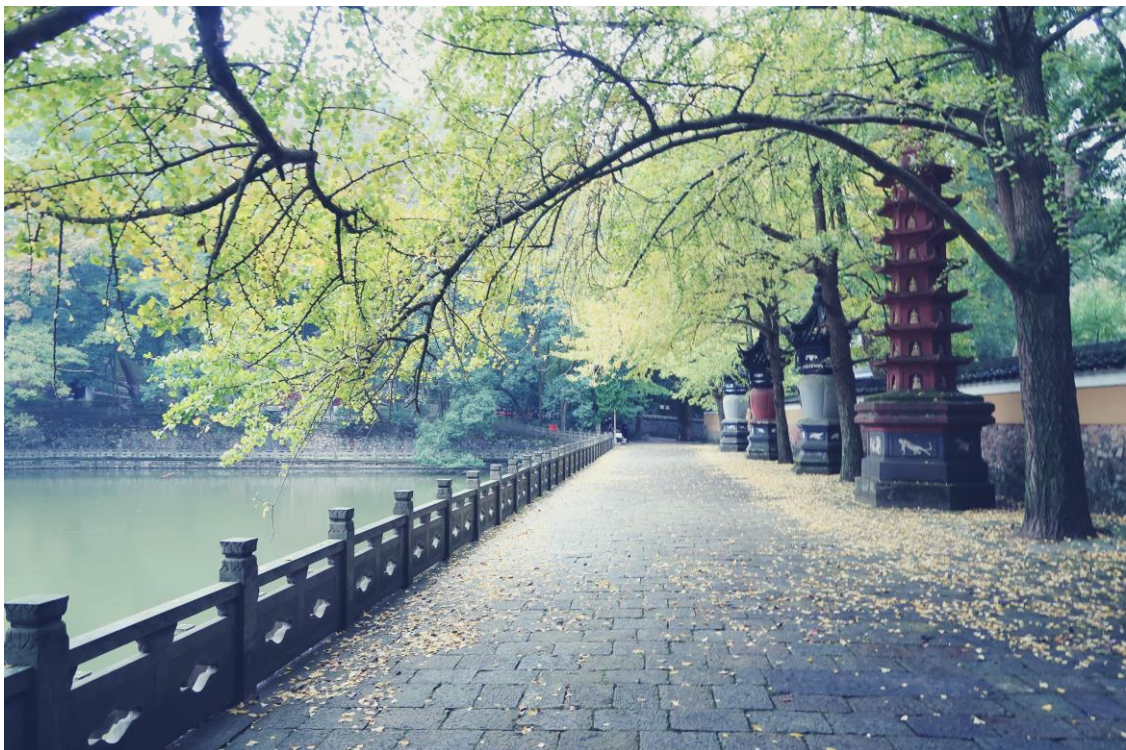
## 人身難得，把握修行

聖嚴法師《聖嚴法師教話頭禪》

請你們不要認為沒有關係，心想：「反正善根要慢慢的培養，連釋迦牟尼佛都要經過三大阿僧祇劫才能成佛，所以我還是慢慢來好了。這一生已經覺得很累了，不修也沒關係，下一生再修吧！」或是以為「這一生好像修不好，那就留著下一生再修。」釋迦牟尼佛說：「人身難得，佛法難聞，中國難生，善友難遇。」人體這樣的形狀，是很好的修道工具，一旦失去了這個身體，是否有機會能夠再得到？

如果我們的煩惱很重、業障很重，這個人身是保不住的，死了以後會到哪裡去？不知道。

佛經形容人身難得，就好像是大海裡的一隻瞎眼烏龜，海面上漂浮著一塊木頭，木頭上有一個孔，這隻盲龜五百年才會浮出海面一次，而牠的頭剛好能從那塊木頭的孔裡伸出來，機率是這麼的低。不要以為現在不修行沒有關係，我們下一次再修；這一次禪十打得不好沒有關係，下一次再來。你可能會來，也可能來不成了。你說：「沒有問題，我的時間是自己控制的。」或許你可以控制時間，但是，你的命卻不由得你控制。所以，還是趁著能夠把握的時間，好好地努力修行。





## 相信自己

「自信」是非常重要的，修行禪法的人，必須先要相信自己有佛性，佛在心中住，只緣迷妄，所以未見，因信起修，就是為了轉迷成悟、親見自心中的佛。

一切眾生都有成佛的可能，我們是人，當然要相信，而且唯有以人的身心，最適合修行，一旦建立起自信心，認知我們有修證的條件，便該著手修行。

不過有許多人是缺少自信心的，特別是缺少能夠明心見性的信心，所以需要有人接引、有人鼓勵、有人協助，那就是善知識的重要性，讓信心不足的人，知道他們能夠生而為人，就是有了善根的。

要使我們對自己有信心，除了聽聞善知識說法，得知自己的確需要修學佛法，也知道自已真有善根，所以聽到了佛法，便是有了信心。進而更應該如法修行，在練習修行方法的過程中，使信心更加增長、善根更加深厚。

如何相信自己真有善根？佛說人身難得，我今已得人身；佛說佛法難聞，我今已聞佛法——這不就證明我有善根，並與三世諸佛，都曾有過因緣嗎？



聖嚴法師教默照禪  
Master Sheng Yen Teaches Silent Illumination

作者：聖嚴法師

出版社：法鼓文化

出版日期：2004年01月01日

語言：繁體中文

法鼓文化心靈網路書店：

<http://www.ddc.com.tw/>

以我來說，我自信是有善根的，否則我不會出家做和尚，不會終身以學法、護法、弘法為專職；諸位也應該相信自己是有善根的人，否則怎麼會正在閱讀這本講佛法修行的書呢？將自信心建立起來之後，就會珍惜這個善根因緣，雖在用功修行的過程中，一定會遇到挫折與困難，但應該勉勵自己說：「這些都是成就道業的大好因緣，經得起無數的歷練，善根就越來越深厚、越來越壯大，終究完成無上菩提的圓滿佛果。」

多打一次禪七，多得一次利益；多用一天工夫，多得一天的好處，同時也多增一分自信心。很多人誤以為只有開悟見性才算有用，事實上，凡是修行，便會有益，雖尚未實證佛性，卻已親證信心了。





## 天下難事，必做於易；天下大事，必做於細

文:常啟法師

每年開學前，僧大固定會先舉辦新生講習，讓剛入學的行者先了解環境與適應作息，並從新學習吃飯、走路、折衣、出坡…，一時各種威儀細行，都要處處覺察留意，好在學長們的親切帶領，讓行者得以用另一個角度觀察自己與所處的環境，做好銜接後，便要全身心的投入僧活了。

講習最後的共同回饋，學長分享著今年暑假實習時，辦活動的地點隔壁欲建摩天大樓，然而不見往上堆砌的工程，反而不斷的往下挖深，深穩的地基才能建構卓絕偉岸的高樓；而越高的大樓本身的共振效應與風阻氣候等變因也越大。學長鼓勵新生，發菩薩心要利益一切眾生，如同蓋一棟高樓，不先往下扎根，可禁不起未來風雨的考驗呢！

現代來出家的人都受過良好的教育，有知識會思辨、有理想，總想做出一番轟轟烈烈的大事業，然而，遠大目標的實現，其過程必然由一個個細節構成；而偉大的事業，也都由一件件本本分分的小事組成。如果一門心思只放在遠大的理想上，終其一生，恐怕將一事無成。

老子曰：「天下難事，必做於易；天下大事，必做於細。」世界上最複雜的事物，必須從最容易的地方著手；做大事，要從細小處做起。新生分享印象最深的是聽到常寬法師以前當侍者時，為師父準備換洗衣物前，會先摺成方塊。新生感到不可思議，馬上就要換洗了，在細節處卻還是照顧周到，可見出家的八萬細行。

宗教師有遠大的願景，但其著立點卻是在當下的本分事。更況乎，連本分事都做不好，誰敢讓你去做大事？喫茶、洗鉢，都是最普通、最本分的日常事務。然而趙州禪師信手拈來，學僧便因此大徹大悟了。這並非甚麼大道理，大道至簡，禪並非甚麼高深的東西，就是生活的本然，不離生活本分，把本分事做到極致，就能體會到禪的妙用。

共同回饋中，我們彼此互勉激勵，不約而同，大家共同的感受是，在家人用血液傳承下一代，而出家人則用道業傳承。





## 2019 新生講習報導

文：演新法師

### 報到落髮

2019/8/18 早上九時在男寮中庭，新僧陸續報到，並有關心陪同的親友在會客室與法師們會談。

在落髮儀式中，主持人常啟法師說，落髮對出家人來說，頭頂涼爽、生活很輕鬆打理，可節省不少時間。進一步來看，剃髮是斷三千煩惱絲，它是一種壞相，古德都用這樣方式展現自己堅定不移的決心，若自己萌生退心，可以摸摸自己的頭，找一下自己的初發心。

僧伽大學學務長常澹法師更提到，僧大的法師基本上都會照顧他們，請俗家的親友不必擔心，常澹法師指著副院長在中庭所做的鳥巢擺設，僧大的環境就像鳥巢的窩，佛門龍象的起點就是裡頭的蛋、鳳凰在小時候就像小蛇、小狗和小雞一般，報到的新僧猶如才剛孵化出來，而法師們就像鳥爸爸、鳥媽媽一樣會保護他們。這邊一應俱全，請家人不用太罣礙。



## 與方丈和尚有約

在《認識僧大》課程，請僧大院長方丈和尚與大家勉勵，首先感謝一年級學僧加入我們僧大的行列，藉演文法師以前開捷運的工作來比喻，開捷運是載人的身體，現在進僧大是開「僧大的列車」，來載人的心。提醒學僧能來正信的道場出家極不容易，須隨眾作息，木頭跟著木排走，當下該做甚麼就做甚麼。



## 各類課程

為讓一年級同學能適應山上的生活，僧大活動規劃組演道法師排了一連串課程。

生活作息介紹、威儀訓練(怎麼穿海青)、說戒、內務整理、禪修指引、介紹院訊校訓、學務章則...等，內容豐富、包羅萬象，由執事法師或學長法師來引導介紹，目的在建立學僧出家生活的基本觀念及正知見，並輔以學區大出坡、戶外禪等體驗活動與各年級法師互動交流。

「十年樹木，百年樹人」－法鼓山的理念在「提升人的品質，建設人間淨土」從沒停下腳步，願剛加入的新僧能領會聖嚴師父創辦法鼓山的用意，提升自己也成長他人，能讓佛法代代相承，燈燈不斷。





## 第十七屆生命自覺營 AWAKENING CAMP 2020

### 出家生活 · 體驗營

Dharma Drum Mountain the 17th Awakening Camp

人身難得今已得，佛法難聞今已聞，此身不向今生度，更向何生度此身

· 時間 | Date

2020/02/02 日 ~ 02/09 日

· 地點 | Location

法鼓山世界佛教教育園區  
Dharma Drum Mountain World Center for  
Buddhist Education

# 生命自覺

· 對象

男16-37歲，女16-35歲，高中/職以上，願意體驗和學習出家生活者。

· 報名方式

網路報名，網址：[ddmplus.ddm.org.tw/awakening.aspx](http://ddmplus.ddm.org.tw/awakening.aspx)  
2019/10/15開放報名，額滿為止。報名審核過後，將以電子郵件通知。

· 承辦單位

法鼓山僧伽大學

· 聯絡方式

e-mail: [awakening-ddm@gmail.com](mailto:awakening-ddm@gmail.com)  
自覺營facebook: [www.facebook.com/awakeninglife](https://www.facebook.com/awakeninglife)  
自覺營網站: [www.ddsu.org/?page\\_id=92](http://www.ddsu.org/?page_id=92)  
電話:  
02-2498-7171分機2351 接聽時間: 週一至週五09:00-17:00  
0910-159-557 接聽時間: 週一至週五17:00-19:30, 週六至週日09:00-17:00

· 地址

新北市20842金山區法鼓路555號

· Application Requirements

MALE from 16 to 37 years old, FEMALE from 16 to 35 years old.  
With high school education and a keen interest in experiencing the Buddhist Monastic lifestyle.  
Since the event is conducted in Chinese, a basic knowledge of spoken Chinese would be advisable.  
English translation will be provided if needed.

· Registration

2019/10/15 open registration.  
Application form & On-line application are available at [ddmplus.ddm.org.tw/awakening.aspx](http://ddmplus.ddm.org.tw/awakening.aspx)  
Limited vacancies, early registration is encouraged.

· Contact us

e-mail: [awakening-ddm@gmail.com](mailto:awakening-ddm@gmail.com)  
facebook: [www.facebook.com/awakeninglife](https://www.facebook.com/awakeninglife)  
website: [www.ddsu.org/?page\\_id=92](http://www.ddsu.org/?page_id=92)  
tel: +886-2-24987171 ext.2351  
available time: weekdays 09:00-17:00  
mobile phone: +886-910159557  
available time: weekdays 17:00-19:30, weekends 09:00-17:00

· Fee

Transportation fee only. Attendance fee sponsored by the public, donations are most welcomed.



報名網站



僧大Facebook



自覺營Facebook



發行單位：僧伽大學教務處  
電話：886-2-2498-7171

相關網站：

法鼓山僧伽大學 line@



僧伽大學官網



[www.ddsu.org](http://www.ddsu.org)

僧伽大學 FB



[zh-tw.facebook.com/ddsanghau/](https://zh-tw.facebook.com/ddsanghau/)

生命自覺營 FB

[www.facebook.com/awakeninglife](https://www.facebook.com/awakeninglife)

法鼓山世界佛教教育園區網站

[fagushan.ddm.org.tw](http://fagushan.ddm.org.tw)

法鼓山全球資訊網

[www.ddm.org.tw](http://www.ddm.org.tw)