



僧學

Theme

選擇自己喜歡的生活

Spiritual Book Review

靈源夢話

Retreat

在地參學/至道

Life at DDSU

盡形壽,報眾生恩

沉重嗎? /釋演柔

僧大悟語

持戒好自由/釋常啟

March 29, 2018 No.6

《 佛在心中·口中·行為中 》

聖嚴法師

「佛在心中、佛在口中、佛在我們的行為中」，也就是佛在我們的起心動念、舉手投足、一言一行的生活中。許多人學禪，目的為了要明心見性、開悟成佛。而佛在那裡呢？佛在每一個人的自性中，佛在每一個人的自心中，所謂：「佛在心中坐，不要蹉跎過」，既然知道佛存在於我們的心中，便不能浪費時間、生命、光陰，不要糊里糊塗、渾渾噩噩地過一輩子，那樣太可惜了，因此，每一個今天，我們都要好好用功。

有一些人只知道希求明心見性、開悟成佛，卻不知道如何來修行？認為一旦明心見性、開悟成佛之後，便可萬事具足，得大自在、有大福慧了，所以老是期待著、夢想著：早一點開悟成佛吧！還有一些人，知道想求得開悟，但在開悟前，應該做些什麼呢？以為大概是拚命地打坐吧！只要坐出名堂來，就能夠明心見性、開悟成佛了！這話是沒有錯，釋迦牟尼佛在成佛之前，也花了蠻長的一段時間，在苦行林、在雪山、在菩提樹下打坐，那時因為佛法還沒有現前，沒有人為他說出佛法的道理，所以釋尊要花那麼長的時間去摸索，因為沒人告訴他：「人人心中有佛」；也沒有人告訴他：「無常就是無我，人生有苦，是因為不知道諸行無常，諸法無我，不能警覺到無常、無我，所以貪生怕死，瞋恨嫉妒，因此無法明心見性。」但是今天我們已經知道了佛法，釋尊花了那麼長時間的代價，開啟了苦、空、無常、無我的真理，已知道一切眾生都有佛性，我們就不必再花那麼多的時間。因為現成的佛法，已經告訴我們，我們只要相信佛所說的話，照著來用在生活裡就好。所以禪宗非常重視在平常日用生活之中，體驗佛法和實踐佛法。

當我們皈依三寶，當我們學著用佛法，我們就已經開始走上圓滿的菩提大道了。此時已經知道修行佛道的方法和觀念，只差自己實踐的工夫不夠，那我們更要如法修行，依教奉行，就是要受持佛法，繼續努力。所以在禪宗的修行者們，就沒有像釋尊未成道之前那樣，要經過六年不斷地打坐的工夫，才能明心見性。禪宗認為只要你遵照著佛法去做，隨時放下自我的執著，當下就能明心見性。

「佛在自心中」，這是佛祖告訴我們的。因為我們的自心就是佛心，只是因為有煩惱，所以佛性不現前，佛心被煩惱心所遮蓋，所以只見煩惱不見菩提。但是我們已經皈依了三寶，已經知道了佛法，心中常念三寶，即與佛心相應。

其次，是「佛在口中」，就是佛的語言，即是智慧的語言、慈悲的語言、柔軟的語言、安慰的語言、鼓勵的語言、讚歎的語言、教化、教育的語言、感動的語言。而我們究竟用的是什麼語言呢？如果是學佛法，雖然內心中還沒除煩惱、證菩提，可是我們已經知道經典裡告訴我們，佛的語言，就是佛與人家講話所用的方式，現在我們已經知道了，是不是可以照著去做呢？為什麼不能照著去做呢？很多人是有很多的推託，會說因為自己的煩惱多、業障重，因為自己的心還沒有明，智慧之眼尚未開，所以沒有辦法像釋尊以及大菩薩們那樣，用智慧的語言、慈悲的語言、柔軟的語言、安慰的語言、鼓勵的語言、讚歎的語言、教化、教育的語言，感動的語言、感恩的語言。實際上，這都是自己在替自己開釋、脫罪；我們是應該可以做得到的，但自己就是不想做，也沒有意願做，所以隨口而出的，多是粗惡語、挑撥語、妄語、綺語，很少是佛的語言，這是違背了「佛在口中」的原則。

「佛在我們的行為中」，佛在心中、佛在口中，同時佛也在我們的生活行為中。不論是不是已經開悟了，或已經明心見性了，我們學習佛的行為是應該的，所以學佛應該是學佛的心理行為、語言行為、身體的行為，經常學習佛的這三種行為，才是真正的學佛。否則只是學佛打坐，那是學坐，不是學佛，都跟佛法不相應。若要身體的行為合乎佛法的原則，就是要將佛法在我們平常日用生活中表現出來，我們的生活行為，要以四攝六度為準則，全心全力，做到自利利他、利益眾生為目的，這才是學佛行、學菩薩行。如果我們的生活行為不檢點，身口意三業沒有一定的標準，不僅對自己造成的後果不堪設想，對他人也造成許多不方便的困擾和煩惱，並已遠離學佛的生活了。我們的身體每天從早到晚，究竟是輕舉妄動呢？還是每一個動作都在自利、利他呢？或者是僅僅自利而不利他呢？事實上，如能做到真正的自利，一定也直接或間接地在利他。有一些行動，當下是為了自利，但是影響所及的後續發展，都能使環境中跟我們共同生活的人，乃至於在我們之後生活在這樣環境裡的人，也得到利益。

在禪宗叢林裡，每天打坐的時間是不多的，工作的時間相當的多。打坐及聽開示的時間只有早晚，每天起早待晚，也就是早上起得早，晚上睡得晚，中夜時分只睡四到六小時。「日出而作，日落而息」，過著農耕的生活，是禪宗自中唐時代百丈大師以後的生活方式。當時禪宗的寺院是在山間，每天是到山上耕作，所以叫作「出坡」；每一個人都應該出坡，上從一寺之主的方丈和尚，下及所有的常住大眾乃至沙彌、行者，全體出動，都得工作，沒有例外，故稱為「普請」。白天在工作之中，也就是在過著自利利他的修行生活，因為工作是為了僧團道糧的自給自足，同時培養互相支援、彼此合作，大家付出，共同分享的和合精神，以維持道場，住持三寶，正法住世，佛日增輝，所以需要勞務的工作，來作為禪修的生活。

我們看到直至今日，日本及韓國的禪宗寺院生活方式，平日中的工作時間也是蠻多的，在禪堂裡打坐的時間是不多。但於一年之中，會打幾個禪七，稱為「禪期」，又稱為「接心」和「攝心」，用來精進打坐，剋期取證。

這樣的時段，在中國大陸，則有兩個：一是在冰凍三尺厚的隆冬，田裡的泥土也凍得像石頭，這時不能耕作，所以關門打坐，稱為「冬安居」，又稱為「結冬」。二是在炎熱的夏天，火傘高張，太陽強烈，可下田上山工作的時間非常短，要做也只有早上及傍晚做一點點，加上夏季多雷雨陣雨，土中也多蟲蟻出沒，耕作很不方便，禪眾們就有仿佛世古規「結夏安居」的禪修方式。在印度有「雨安居」，因自四月十六日至七月十五日之間，為印度的雨季，天天下大雨，依方俗出家人不能到外面遊化。而今天我們的生活環境，已從農業社會進入工商業社會，不論冬夏，照樣可以在暖氣房及冷氣房內工作，並且可以夜以繼日的工作。

現代禪寺的環境條件、現代禪修者的生活方式，都跟以前不一樣了。為了順應現代社會的生活型態，為了接引成就大部分的在家居士，是利用週末的休假日來禪寺修行，所以我們有了週日的禪坐會。至於我們的「禪七」，不論在臺灣、在美國，都是配合學校有寒暑假的假期，以及國定假日與週末相接的連休長週末，工商業從業人員雖然沒有寒暑假，但他們有自己的年度休假制度，所以鼓勵他們將假期用來參加禪七。

農禪寺的法師們是什麼時候禪修呢？我們是配合大家的假期進入禪七。我們也舉辦出家眾的菩薩營。平常只有早上、晚上的禪坐。白天我們都在上課、辦公、開會，在為道場、為信眾、為國家社會奉獻而做自利利他、弘法護法的工作。我們也沒有一天到晚都在打坐；出家眾就是在這樣的生活環境下，把禪法的準則用在日常生活之中。

我們用佛在心中、佛在口中、佛在行為中的生活態度，進行禪修。譬如我們的出家眾也在揀切菜、洗碗筷、搬碗盤、擺桌椅、掃庭院、開車、擦車、洗車、操作電腦、打計算機、寫文章、上課、出版書刊等工作之時，體驗身心一致，體驗三業清淨，體驗佛的悲智願行。所以雖然跟社會上的一般工作幾乎一樣，可是我們的存心，不是為了名利物欲的追求，而是為了學佛修法，奉獻我們的時間，來做這些工作。我們用這樣的修行方式，以成就眾生、成就道場，也就是在成就我們自己的菩提道業。

成就眾生、成就道場、成就菩提道業，將這三點加起來，就是佛在我們「平常日用中」，這是禪宗常用的一句成語。因為佛在平常生活中，雖然你還沒有見性明心，還沒有開悟成佛，但已經聽到了佛法，就該應用佛法，並且將佛法作為我們身口意三業行為的依準。這就是「佛在心中、佛在口中、佛在行為中」了。如果身口意的行為，跟佛法不相應時，必須起大慚愧，至誠懺悔。

禪宗的禪與佛的意義，應該是相同的。禪既是讓我們明心見性、開悟成佛的觀念及方法，也正是修行的目標，因此禪心等於佛心；「佛在口中、佛在心中、佛在平常行為中」，就是禪在我們的平常日用中。古代禪宗祖師們所指的「達摩西來意」，就是平常生活裡的佛心、佛言、佛行；一舉一動、起心動念都是表露著佛的悲智，便是真正的修行。

請問諸位：當你與人家吵架的時候，佛在那裡？你在生悶氣時，佛在那裡？你在與人交談時，佛在那裡？你在工作時，佛在那裡？你在休息睡覺時，佛在那裡？那時的佛，是被你蒙在鼓裡了呢？還是清楚地跟你生活在一起？請諸位不斷地品味：禪在那裡？佛在那裡？

(一九九五年三月五日於農禪寺禪坐會開示)



佛說一切法，為度一切心，若無一切心，何用一切法？所以佛法即是心法。心外無法，法外無心，心包太虛，量周沙界。所有日月星辰，山河大地，皆由自心所造，眾生同業所感。心生則種種法生，心滅則種種法滅。心淨則娑婆即是極樂，心濁則天堂化為地獄。此心可以為聖、為凡、為仙、為佛。故《華嚴經》云：「應觀法界性，一切唯心造。」所以佛說「心外無法」，若說心外有法有造物主者，即是外道，以神為主。佛教徒可以讀一切外道經典，精通外道之法，可以度一切外道；但外教徒不敢讀佛經，怕被佛法轉動了他的心志。信上帝不能自成上帝，信佛可以決定成佛，《華嚴經》中說：「十信滿心，便成正覺。」《楞嚴》云：「憶佛念佛現前當來必定見佛。」佛教的修持，是最容易最簡單的，只要念一句「阿彌陀佛」，就可以成佛。若不願念佛，將此身心完全放下，無明煩惱不生，亦可以當下悟道，所謂「放下屠刀立地成佛」，方法是最容易的，就是眾生業重，有放不下來之苦。

念佛之行甚易，念佛之理甚深，所謂行易知難。我今略而言之：這一句佛號，貫通儒釋道三教之理。念佛時一心不亂革除物欲，了了分明，則合乎儒教格物致知正心修心。念佛時將一切煩惱妄想消除，都結歸於一聲佛號，即是道教的「萬法歸一」。得其一萬事畢，一句彌陀是出輪迴之徑路，一句彌陀是照黑暗之明燈，一句彌陀是成佛之祕訣。問：悟道時，又是如何境界呢？

答：佛云：放之則彌六合，「慧」。卷之則退藏於密，「定」。悟了道的人，開大智慧，能卷能放。未悟的人，卷也卷

不起來，不能入定。放也放不開來，無大智慧，不能治國平天下。又悟則照見五蘊皆空，度一切苦厄。迷則照見五蘊皆有，受一切苦厄。悟則色不異空，空不異色。迷則空色隔礙，不能相即。悟則無眼耳鼻舌身意，無色聲香味觸法。迷則有眼耳鼻舌身意，有色聲香味觸法。如是乃至悟了的人心無罣礙無有恐怖，遠離顛倒夢想。未悟的人一切都有，苦惱萬分，故吾人要想解脫非念佛不可。

又世間上所有之法，大分為二：一是色法，一是心法，色法是有形相的唯物論，心法是無形相的唯心論。在佛教中「無色」，則唯物論不能存在。無受想行識，則唯心論不能存在。在物質方面，粗如山河大地，細如原子、電子、質子、核子，小的非顯微鏡不能見。但粗物質無有力量，而細物質力量極大。如原子彈可以毀壞百數十里的地面。核子彈可以毀壞全世界。物質方面，細勝於粗，心理方面亦然。粗心大意，不能理解科學、哲學、物理、化學，一切要細心研究，才有發明。但科學所用的是妄想心，佛教所用的心，是要離開煩惱妄想的真如心。方法是用念佛的一句妄想來推翻一切妄想，到後來一切妄想都沒有了，唯有一念彌陀心在，到此境界即是萬法歸一。乃至一都不可得，忽然觸境爆炸，如原子彈之發作，大徹大悟，大開圓解，徹見本來面目自性彌陀，放之則彌六合，一生之大事畢矣。如是則憶佛念佛，現前當來決定見佛。念佛之功用如此，往生西方極樂世界親近彌陀是決定靠得住的。只在吾人肯下苦工夫，真實去念：南無阿彌陀佛。



靈源夢話

作者：靈源老和尚

出版社：法鼓文化

出版日期-

2014年04月01日

靈源夢話

靈源老和尚
法鼓文化出版
ISBN 9789571000000

紅塵不迷亦不離

二〇一八法鼓山僧伽大學招生 漢傳佛教宗教師的搖籃

招生報名日期 / 4月1日至5月15日

考試日期 /

筆試 5月30日 星期三

面試 5月31日 星期四

聯絡方式 / 電話 02-2498-7171

轉 2351 (法鼓山僧伽大學教務處註冊組)



在地參學

出家沒有道理好講的，
你必須磨掉我執，磨掉一身的刺。

■至道

山上最近來了二位湖北武漢蓮溪寺的法師參學，年紀不大，但看起來都挺穩重的，德燕法師更是八十年代後的年輕人。

一個在五臺山的普壽寺出家，一個在雲門寺下院出家，有機會在課堂上跟他們交流，聽他們講著，在大叢林出家，是怎麼被訓練的。

大叢林的生活很多要求，很精彩。聽他們講老和尚怎麼棒喝、拳打、腳踢、砸人，打人不看方位的；聽他們講出坡，挑水、挑糞、砍柴、把磚頭從東邊扛到西邊，再扛到南邊又扛回東邊；一人耕作一塊荒地，拔東邊的雜草種在西邊；講沙彌尼要磕多少頭才能受大戒，為了求受大戒，大家拚命培福，即便飯煮得很難吃，也搶著去煮……。

如果老和尚跟你講鳥是樹上長出來的，你也不能說鳥是鳥生的，只能：「對，是樹上長出來的。」想來出家的，會不斷挨罵，罵不走



的，就可以留下來——罵不走的徒弟才是好徒弟。出家沒有道理好講的，你必須磨掉我執，磨掉一身的刺。

明明被誤會了，自己沒有這個意思，但別人說你這樣就是不對，只能：「對，是我的錯。」想要解釋就表示你的我執還很重。

只要做錯事，就到佛堂去點那麼長的一根香，一插，跪到燒完為止——可能一小時，也可能三小時。即便要做早晚課了，香只要還沒燒完，人家做早晚課，你就一樣在前面跪著。

明白了嗎，那二位看起來文文弱弱的女眾法師，就這麼走過來的。管它今天外境怎麼了、管你是不是受了委屈、管別人犯了哪些習氣毛病……，只管此刻進到你心裡的东西——你所緣的法塵，能不能助你修行一分。



好心·好世界

2018年 兒童營隊輔/義工培訓 開始囉！



培訓營

4/7~8

5/5~6

共識營

7/7~9

聖嚴師父說——生命因奉獻而美好！

來為小菩薩及自己的心，種下一顆美麗的菩提種子吧！

「兒童營隊輔/義工」
培訓營

4/7(六)~8(日)·
5/5(六)~6(日)
至少參加一場

【拯救未來/全面啟動】
遊戲試玩

4/22(日)·5/26(六)
八里米倉國小
上午9:00~下午16:30
至少參加一場

營隊伙伴共識營

7/7(日)~9(一)
僅此一場/務必參加

7/10~14 兒童營(第1梯)
7/17~21 兒童營(第2梯)

- 【報名對象】
1. 隊輔：18~45歲，對兒童教育有興趣之大專青年或社會青年。
 2. 關懷員：有耐心，發心陪伴、照顧小菩薩者。
 3. 課程及庶務義工：18歲以上發心護持兒童營者。

【培訓地點】法鼓山世界佛教教育園區

【洽詢電話】2498-7171 分機 3317 弘化院活動室

【報名方式】線上報名(即日起·額滿為止)



「盡形壽，報眾生恩」 沉重嗎？

享受著當今的文明、從出生長到現在這麼大，到來出家，當中有成千上萬個因緣的護持，少了一個，都無法成為現在的這個我。我，一直承受著眾生之恩。

■ 釋演柔



2015年新春實習終了，於開學前學校安排參觀了「大英博物館百品特展」。

2月26日看展、2月27日傳燈法會，加上對我而言一件特別的觸動——便是眼下臺中寶雲寺要落成了。很多情緒在心裡逐一發酵。3月1日的晚課，我哭成個淚人兒，下殿後在圖書館還哭，安板後在女寮佛堂也還哭，隔天早上的早齋，看著兩個碗裡裝著的飯菜，我還是哭。

一直承受眾生恩

過去，我知道食物得來不易，得要有人耕種、有人採收、有人交易流通、有人運送、有人將它帶到法鼓山、有義工菩薩的洗滌、揀切、烹調。我能在這裡用餐，偌大的建築、齋堂的空間、餐具、桌椅……等等，所有看得到的一切，無一不是眾多因緣齊聚始成。

看完了象徵人類二百萬年來文明演進的百品特展，現在，我知道了以前不曾想過的：人類文明，從利用石塊的不規則凸面作為打鑿的工具，到懂得將邊緣磨利、磨尖。這石塊到石斧，中間的進步，費時八十萬年。（僅約現今兒童七歲的智商，卻要發展八十萬年）

從不知名的野草，到野菜，到我碗裡的青菜，不知道吃死了多少人（像芋頭沒有煮過是有毒的），才累積了相對的知識，曉得哪些種類可以被種植。又不知經歷了多少年，才有了品種改良和大量培植的技術和方法。什麼動物可以被畜養、什麼肉可以吃……，諸如此類，不及備載。（像老虎不可以被養在院子裡，可也是還得有人付出了代價才換來明白）接著，有火的發明、有容器的發明、有約定俗成的語言文字的發明，這些知識才可以被保留下來。

文明的美，美在願意成就後人更好。它不是有錢就能買得到的，也不是光是想就能達到，它是一段實踐的歷程，它更像是願力的具體展現。

享受著當今的文明、從出生長到現在這麼大，到來出家，當中有成千上萬個因緣的護持，少了一個，都無法成為現在的這個我。我，一直承受著眾生之恩。

報恩之重如高山

坐在電腦螢幕前，讀著臺中寶雲寺落成活動的網頁，思及過去臺中分院的護法義工團隊們，一張一張熟悉的臉孔浮現在我眼前，有些人長大了、有些人老了、

有些人已經不在了。而太多重要的事，我到現在才明白——

二十六歲才進分院，我來晚了，以至於現在寶雲寺要落成了，我還來不及畢業。以至於過去的我自以為是，又懵懂無知，卻以理所當然之姿，出現在當時與我的生命重疊、這群以修行在實踐菩薩精神者的生命中。而我，不知道自己到底做了多少？是否值得承受，對於這樣的幸福——對於和大家共事時，正好是菩薩們最珍貴、最可愛的歲月？或許它未必是生命週期的黃金年華，但那是探尋生命意義最豐富、最豐收、也最關鍵的一段，我的付出與珍惜，怕是遠不及大家。

聖嚴師父說：「所謂恩重如山——受恩之重如高山，報恩時的感受，亦是重如高山！」正是我當下的心情寫照。雖然「此生所為何來？」的清楚感，突然明亮而清晰，但沈重感也排山倒海而來。

再次提起初心

往下的幾天，我仍然處在這泥沼裡，對自己「我執」的情緒反應，一直隱約覺知是一種失控的慣性輪迴，但暫時也理不清。只能一面順著晚知卻又深沉的懊悔，經歷著繼之而起、又從未如此清晰的感恩，對我的重新洗禮及帶給我的澎湃；一面感到龐雜的情緒和太多的感傷，對我的理智所帶來的衝擊。

衝擊，來自於表面上一切動容的正當，暗潮中我還是看到了「我太愛我自己」。有一個「我」，在看過去的「我」，而產生了當下的「我的感受」。

心重所以言重，從我愛我的過去，以及我在乎我的存在，到我但願能做什麼，無一不是圍繞著一個「我」。

回到方法，我應該——知道我的過去，清楚自己的知道，但心裡「不執著」在這時間或空間中的「我的感受」。

所謂「我的感受」，是以「我」的主觀而看到、理解到、感知到的繼起感受；所謂「不執著」，也就是不覺得在這無限之中「有我」或「無我」。

感受源於「有我」，當「有我」產生了之後，便已不能照見「緣起」、也離開了「當下」！

對我來說，諸相的現前，引發一連串心念的造作，因緣雖是假合，但感恩的受用是真。不會因為緣起性空的本質而一切都空掉了，反倒是障蔽散去一分，更見一分月光朗朗。

固然眾生恩是永遠報不盡的了，但方向感愈發明確了，般重心也漸成底蘊！再一次提起，我看見這顆初心，它一路上所經歷的美好——

但願無負自己，於每一時刻，珍惜敬重一切眾生。「盡形壽，報眾生恩」。

持戒好自由

■圖文 釋常啟

今年僧大高年級學僧參與了春季的「禪堂監香培訓」。課程有理解與疏通的觀念講述，還有掌握技巧與方法的實務演練，不過最重要的，還是說明事項背後的精神與原則，若能把握其根本，則在面對外境的種種變化時，便可應機彈性發揮，不至於照本宣科了。

「禪」是應機隨緣而灑脫自在的，然而在禪堂參禪的行者，其舉止動靜、行住坐臥，包含內心動念都要遵守規矩，一絲不苟。監香法師為照顧大眾，維護修行的環境，當有行者未遵守時，便要執行規矩。若打禪七的目的是為了邁向自由，那制定規約似乎背道而馳？一般人看待僧人，亦有這般矛盾。出家人以戒為師，戒是解脫之根本，但條條戒律規範，看起來卻是種種局限與束縛。

自由與束縛是否為相對的兩端？自由到底為何？我詢問了來培訓的某甲法師，他一默如雷，或許是想表達無語便無語，能作主者，便得自由；某乙法師則說：「隨心所欲不踰矩！」

《華嚴經·入法界品》善財童子參訪自在主童子時，童子正與一萬名眷屬在湍急洪流中的沙洲上盡情遊戲，然而自在主童子的修行法門，卻是持守戒律波羅蜜。遊戲三昧與持戒，看似反差的兩個法門，若能細細體察，

便會了解，戒律是讓人能知、能行——什麼事情應做，什麼事情不能做，如同知道在危險的沙洲上，哪些地方有洪流暗溝，不能越界戲水，就更能放鬆自在地投入遊戲。持戒，看似束縛與規範，卻是自由的翅膀。

江河因有河道兩岸，使河水得以流向自由無邊的大海，生與死、迷與悟、自由與局限，往往只是一體之兩面，非得大死一回，才能絕後再甦。下次來打禪七，當監香法師拿著香板執行規矩時，請善解善解！

(gold gate brighe)



選擇自己喜歡的生活

我遇過一位退休的工程師，他退休後每天的工作量遠超過在職時代。因為他的經驗和熱心，使得好多的朋友都喜歡找他幫忙，既是幫忙，當然是義務的，但是他樂此不疲，以此為他的休閒活動。我問他：「你覺得勞累辛苦嗎？」

他說：「這是我的（樂趣或消遣），雖也勞累，但不辛苦。差別在於沒有渴求報酬的欲望和工作壓力，所以是休閒活動，而不是辛勞工作。」又如田園詩人陶淵明在（歸田園居）中所描寫的。早出晚歸的農耕情景，那是悠然自在的隱居生活。正因為這種生活方式是他喜歡的，也是他自己選擇的，雖然是非常辛苦地日出而作，載月方歸，但因為無欲無累，所以通身自在。

——摘自《利人利己做義工》

■ Events

近期活動訊息 >>

3/10~5 月自覺工作坊

4/1 起僧伽大學招生考試◆線上報名表填寫

2018 年兒童營隊輔、義工培訓

詳細訊息請見>>

法鼓山世界青年會

法鼓山僧伽大學官方網站

法鼓山世界佛教教育園區網站

圖片來源 出現順序排列

林文山 釋常鐸 林文山

插畫 釋常啟(現任僧伽大學教務長)

發行單位：法鼓山僧伽大學教務處

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

電話：886-2-2498-7171