有機茭白筍達人｜長旺農場｜李木旺

守護茭白筍田的國寶級白魚
幫友善耕作的農友按個讚

埔里有一群農友，堅持友善的農法，終於讓白魚漸漸復育！
在純淨水源才能存活的白魚，是茭白筍最佳的安心代言「人」

里仁

福智之聲 239

福智之聲 The Voice of Bliss & Wisdom 04／2020 239

典藏師恩 滔滔15載

本期專題

特別報導

真如老師 南加開示

宗喀巴大師圓寂六百週年的圓根燈會，
老師親臨南加，
帶領長久學習《菩提道次第廣論》的五百居士，
深入探索經論密意。

【專題特輯】

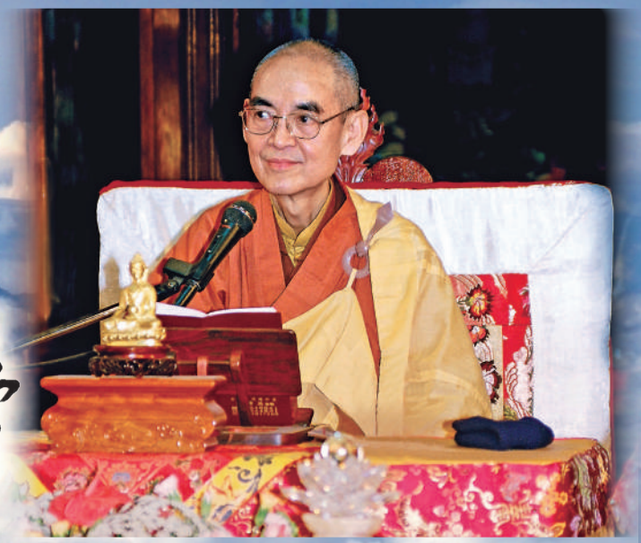
法師憶師恩
在今在昔，三生有約

9 771563 481001

239期封面+封底.indd 1 2020/5/4 上午 11:49:49

智·慧·語·花

日常老和尚



生在天地當中，只有人能夠觀察到這個道理而去「則」，就是仿效它，一種法則。取這個天地之所以為天地運行的常道、常規，作為我們行持的準則。所以叫「天之經、地之義」，是「民之行」。

「民之行」是因為天地的經，然後取它作為法則，成立我們根本的行持，所以現在他下面說「則」，效法天的明，然後我們由於地的利，拿這樣的東西來教化、來處理天下。

編者的話
From the Editor

一同想著您

偌大空間、萬人齊聚，舞台正中的莊嚴壇城，明示著舉辦的是一場法會，但似乎未見廣宣法要的主法者？

主持人以影片、讚頌串起流程，也串起所有參與者的心思。因爲那映入眼簾的一部部影片，是在座者年年依教奉行、歷事練心，伴著血淚、和著法喜，共同努力的學習成果！隨著影音、樂聲的流瀉，大家心連心地一起哭著、笑著，心中只有一個聲音：「您看到了嗎？我們還在這，依著您的教言，作您所喜。祈願您歡喜，祈請您速來！」

這是專屬福智團體的法會——憶師恩法會——每年在日常老和尚示寂的日子，全球弟子匯聚、憶念師父恩德，至今已十五個年頭，從開始的不捨淚盈，到現在收穫歡笑，終從風雨走到天晴！

十五年來從未間斷的憶師恩法會，背後策發者即是安立自己「有一個永恆不變的角色——我是師父的弟子」的眞如老師。老師懷著浩浩的利他深情，希望大家用非常虔誠的心憶念善知識，得以消滅不可思議的罪業、累積不可思議的資糧，增長道業，乃至所有的道都將如量生起。除此，也讓這群人深刻看到師父在彼此的生命中做了多少改變……一場場憶師恩法會，相繫師弟於無形於不輟！

其實，在所有與會者心中，日常老和尚正是這場法會的主法者——那不死的法身遍一切處，在眼前法會中點滴的法喜與領悟，在無限生命中生死的相伴與饒益！

師長對弟子的殷殷憶念，也銘刻在眞如老師的心懷。宗喀巴大師圓寂六百週年的殊勝時刻，老師於感恩節前夕飛往南北加，宣說佛功德、憶念宗大師、演示背經辯論、嚴嚴密密囑咐……老師帶來什麼豐盛法禮？請看特別報導。 ——慧嚴

Contents

2020 年4月 第 239 期

01 編者的話｜
一同想著您

04 法語甘露｜
學佛次第12講
珠璣集｜
思惟老苦應勵力修

10 法師說故事｜
大莊嚴論經（六）猛回頭

22 請問法師｜
教理篇：心中戀戀不捨，算布施嗎？
其他篇：緣分不具足，回向收不到？

26 靈山一會｜
燃燈・譯著・盼你來
——宗喀巴大師圓寂600週年紀念
圓根燈會——匯聚萬眾心光
起信津梁——直透大師生命

36 本期專題｜
憶師恩法會 滔滔15載
特別的日子給特別的您
歲月無盡 吾思無盡
臺灣篇：久時絕不散
現場一 / 美哉僧團——馬勝比丘行 威儀進場
現場二 / 真如老師 LIVE ——相隔萬里 眾心匯聚
現場三 / 影像紀實——師長功德 在每個微細角落
現場四 / 讚頌舞雩——用歌聲守護對師長的信心
現場五 / 外環道展區——全員依教奉行成果展示
紐約篇：驚喜、殊勝、圓滿
在今在昔，三生有約
——福智僧團法師憶日常老和尚

84 特別報導｜
久旱南加降甘霖 迎來老師親說法
——感恩節前夕開示、圓根燈會傳燈
感恩節幸福時刻 老師翩臨南北加
跟著老師發願傳燈
數思佛德 虔皈三寶——真如老師南加開示記要

98 國際弘化｜
越鄉花開
寫在報導之前
越昇，起飛！——開班說明會話真情
教室，傳遞家的溫暖——斗六元老班秀成果
注定，遇見你——全臺越昇班湖山大會師
附錄：北加，道地越廣班——越文廣論 越語講解

122 幸福看板｜
給過渡者，可以蹁躚的舞台
—— VegFarm 主廚 Eric 的零口感隔閡
給食蔬者，一把美麗的梯子
——香港社會企業家楊大偉的蔬食理念
〔採訪線上〕
人生平均分，遠勝三甲！
無巧不成書？只因緣合！
心靈天籟 從心出發
——《和平飲食》作者威爾塔托博士音樂演講會

140 福智大事記｜
〔幕後特輯〕
晝夜六時恆吉祥
福田悲田廣無邊
「經典」畫面重現
穿越時空的守護
〔事業體前十大〕
淨智 / 國際 / 譯經出版 / 文教 / 慈心 / 里仁 / 藝文 / 敬老

福智之聲

The Voice of Bliss & Wisdom・福智之聲 幸福人生！

發行人｜釋如證
發行所在地｜台北市南京東路四段137號12樓
編輯部｜台北市南京東路四段75號9樓之2
網 址｜ http://voicefriend.blisswisdom.org

中華郵政北台字第2211號執照登記為雜誌交寄

版權所有，轉載、複製需經本刊書面同意
歡迎投稿：bwvoice@blisswisdom.org

封面「典藏師心」 書法家 侯澔

學佛次第十二講 16

學佛心態

第四講 學佛應具何等心態

日常老和尚開示

現在在這個過程當中，正因爲如此，所以我們前面正談學佛需要的這個心理的狀態當中，有個概念，一開頭有個概念是非常重要的。就是說，我們走這一條路，跟不走這一條路，有什麼差別？也就是說，學佛跟不學佛，差別何在？這個差別很多很多，各式各樣，但是這個裡邊最主要的一點，這一點是最重要的——特別的好處，通常我們把這個叫作「殊勝的利益」，這個是非常特別的好處。

也許有人說：「你動不動談好處」，好像我們傳統的中國人往往講，要沒有什麼目的而做好事，這個才是眞正最高。這種話，都是一個道理啦，就是相當於上一次講的那個「無分別智」。無分別智就是說，你達到了這樣的境界以後，他自己本身那個心裡邊我們說亂的那個、動的那個拿掉了，這個才是。而並不是說：「哎呀，你現在不要去分別啦，那個學佛的人講無分別智，你去分別它幹什麼？」那我腦筋一片糊塗，這個叫無分別？如果這樣的話，那這個佛還值得學嗎？所以我們有太多這種地方要把它拿掉。

所以同樣地在學佛的過程當中，我們第一件事情重要的，先要想：「做這個有什麼特別的好處？」我們不要用我們世間認定的這種標準，如果以世間認定的標準，即便你提出來非常美麗的口號，學的是我，不是學佛。佛很清楚告訴我們，這樣做有什麼殊勝的利益，那樣做你不但得不到，而且有大的害處。因爲你看清楚了這個殊勝的利益以後，它有一個力量，推動你去做。

諸位！現在我們這樣忙碌地生活，要想騰出時間來是不大容易，何況騰出來學佛。我們周圍一定有很多人以很奇怪的眼光去看你：「你現在忙些什麼啊？」如果說你去遊山玩水等等，他會羨慕你。你告訴他：「學佛。」「啊！你學這個啊？」欸！我相信很可能會遇見這種情況，如果你們試試看。這很有意思。所以前面《新世紀飲食》當中舉

一個例子：現在的父母，如果他子女吸毒，他即使不大歡喜，有的時候還可以忍受；可是現在吃素對他有絕對好處，他反而無法忍受。假定我們對這件事情，並沒有一個正確的認識，並沒有這種意志，這種難關就無法克服。人家都在笑你，何況你自己還要這樣地轉變過來。

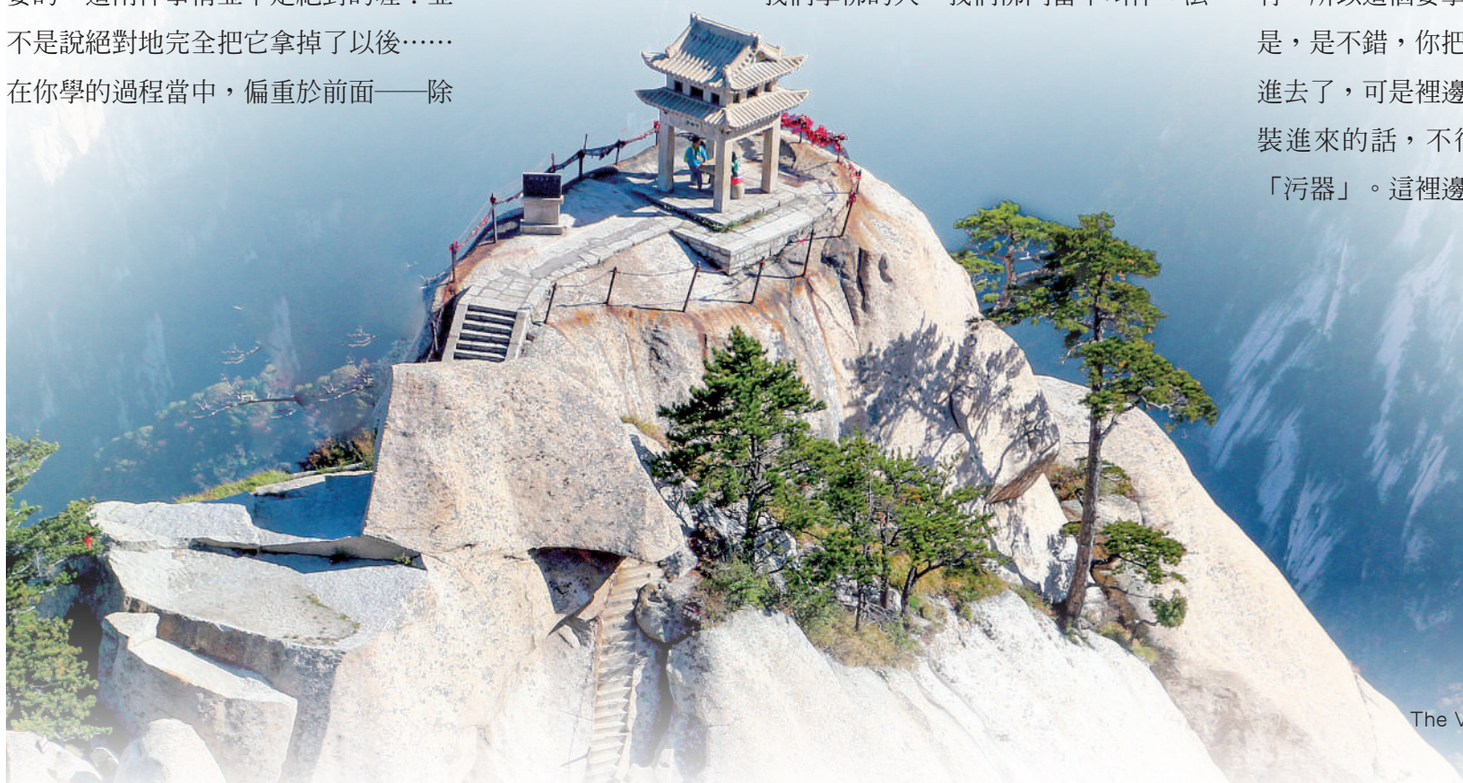
我今天講這個，並不是說講完了我明天就做決定喔！如果這樣決定，這佛法太容易了。所以第一步，我們不妨多去找一些參考，認眞去觀察，然後就是像前面，這個都是非常重要，等到你對這個，透過了我們對現在獲得的學佛的那一方面的正確的資料，再透過了我們自己的思辨了以後，你覺得對，沒錯，這個才是眞正有殊勝的利益的。那個時候，他自然有一股力量。除了這個力量，還有其他的後面的，後面會談起。那麼然後呢，你會下決心走。既然花了這麼大的努力，去走這個路，而前面又了解這有這樣殊勝的好處，那個時候你要想避開「學我」，跟眞正走上「學佛」的這種心態，就遠來得容易。這都是互相關聯的，並不是單單坐在這裡講講道理而已。

所以我們了解了這樣，然後正式開始去學的時候，又分兩方面來說。那麼前面就是說，在我們要去學這樣東西的話，有一些困難，或者我們說障礙，要把它拿掉。就像修房子一樣，並不是說馬上把磚頭、木頭、水泥搬進來，要先把那個場地清清乾淨，對吧？所以學任何東西，把這個困難、障礙拿掉，這個障礙拿掉了以後，然後再把這個基礎漸漸地建立上去，乃至於最後完成。

所以關於學佛的心態當中，我們分兩部分：第一個，就是淨除障礙部分；然後這個拿掉了以後，再正面的我們需要的。這兩件事情並不是絕對的喔！並不是說絕對地完全把它拿掉了以後……在你學的過程當中，偏重於前面——除掉那個障礙，以這個爲主，實際上後面的東西都用得上。那麼後面呢，就是說漸漸開始已建立那個，從基礎提升，當你發現有過失的時候，隨時隨地再把它淨除。那麼要拿掉的障礙，我們稱它爲「斷三過」；這個最主要的，從斷除過失方面去看，有三樣東西。下面呢，另外叫「具六想」，要正面的、要具足的這六個狀態。這個三過、六想下面再來說一下。

那麼，他有這樣簡單的說明。他那個說明當中，三過叫作覆器、污器、漏器。這個器就是個器具，它是個比喻。現在我們學佛的人，我們佛門當中叫作「法器」，或者我們不妨世間來說，喔！這是個人才，天分很高，對吧？或者是一個渾金璞玉，好好地加以栽培，將來他是一個大材，這樣。所以現在這個器具本身，前面要做的，把錯誤拿掉。

那麼這個比喻當中，相當於說，現在我們這裡要容這個法的法器。譬如說，有這樣的一個容器，準備裝甘露。這個器具必須要的條件，這個口，盛，準備盛，向上的。所謂「覆器」——那個器倒過來就是覆器。天降甘露，假定你盛甘露的這個東西倒過來的話，他儘管降多少甘露，對你是一點受用都沒有。所以這個要拿掉。第二個呢，是，是，是不錯，你把器向上了，甘露也下進去了，可是裡邊有髒的東西，結果你裝進來的話，不行。所以第二個呢，「污器」。這裡邊的東西先要把它洗洗



乾淨，這樣，那麼他裝進來的東西，又能裝，又不會被染污。下面還要第三樣東西，不要漏掉，不要破掉。你覺得裝好了，等一下來要眞的應用看看，不見了，發現有個洞，所以他下面說「漏器」。這是個比喻。

那麼，他眞實要說的是說些什麼呢？也就是說，在我們眞正聽法的時候，要全神貫注，注意去聽。這個跟我們前面有關，如果說我們今天眞正有心來的話，那當然曉得要學這東西，絕對必須要聽聞，所以自然而然容易專注屬耳，這個都有關係的喔！反過來說，你如果是學的心態馬馬虎虎，被人家拉得來，心裡面……，就算你要裝得個樣子，你心裡面胡思亂想，那也沒用。所以第一個叫專注屬耳。心是看不見的，但是它的功效，就像那個有形的容器一樣，所以第一個，要專心去聽。

聽完了以後，聽見了這個道理以後，那麼內心當中，我們常常聽見了這個道理以後，現在就是前面說學我、學佛兩個，有一個差別了喔！就是如果是我們學佛的話，我們就想「我要學」，前面說，我要學，那最好的方法是聽聞。所以他今天告訴我的方法，我就會全心全意，然後了解了文義，照著它實踐。這個器具不但向上，而且裡邊非常純正的。或者我們說，這個就是內心的動機，你以什麼內心的動機去聽的。如果今天跑得去：「欸！倒看看，這個傢伙到底說些什麼東西，然後如果有不對的時候，我就找他麻煩。」如果像這一類心情的話，就是那個器具雖然聽進來了，可是裡邊有髒垢，就是這樣。

所以以佛法來說，眞正的內心沒有髒垢的，只有兩類。第一類，我要求解脫。我要曉得生死輪迴當中，這是非常痛苦的事情，而眞正能解決的，只有佛法當中，所以我至誠懇切地跑得來學這個，今天告訴我，我爲了這個目標。這是一種。這一種是對的，但是並不完全，並不圓滿。

還有一個，不僅僅是我要解決，我要學佛一樣，要幫助我所有一切周圍的人，就這樣。因爲所有周圍的人，都是我最重要的父母、親人等等，如果了解了無限的生命的話，這個關係是這麼密切，這樣，而且要達到究竟圓滿狀態，這一種純正的心理，那才對。也就是說，這樣的動機才對，除了這個以外的話，那麼這個有問題的。這是第二個。

思惟老苦應勵力修

老苦第一個「盛色衰退」，平常站起來，站得很挺，老了以後站不起來了。腰像弓，坐了一下，腰痠背痛那沒辦法。現在很多人未老先衰眞可憐，要趕快好好努力！然後呢「頭白如艾」，看看頭髮都白了。「面額如砧板」，砧板什麼樣子？平常我們皮膚非常細嫩，而砧板的樣子，刀痕切得都是，到我們老了，這個面就是這樣——「皺紋充滿」，「容貌令非可愛」。第二個「氣力衰退」，坐下來的時候「如斷袋索」；「起如拔樹」，要站起來是千難萬難。腳實在是沒有氣力，講話的時候遲鈍，行步的時候遲緩。第三個「諸根衰退」，這個是特別講身根，氣力沒有了，「眼」是「不能明見」；「重忘念等」，念力衰退等。就是這樣，近視了、遠視了，遠也看不見，近也看不見，唉，眞是就這樣。很多事情回頭就忘記掉了，要記也記不住，老的時候就是這個樣，你還能修嗎？第四個「受用境界衰退」，外邊的境界呢？例如飲食等，以前一直覺得很好，對不起，老了難消化，沒辦法堪忍，唉呀！你很想，偏偏不行。第五個「壽量衰退苦」，「謂壽多滅盡，速趣於死」。這五樣東西不斷地、好好地去思惟啊！

《大莊嚴論經》白話改編（六）

猛回頭

■造論／馬鳴菩薩
■譯作／釋性崇　■插畫／林靖淵

腥污青袍、披頭散髮，右手提起發鏽銅秤，左肩扛負新鮮羊屍，屠夫一如往常，遊走市集，兜售羊肉，爲當天的生計奔忙庸碌。

大搖大擺的腳步跨入老舊城門，撞進一片刺耳的人聲喧囂，他扯開喉嚨，「來喔！諸位鄉親父老，來買羊肉喔！」

無論男女老幼，只要瞧見這名屠夫，無不爭相退避；連街頭巷尾好鬥逞狠成性的浪丐野狗，也會被他這身架式嚇得倒抽三分涼氣！偶然幾個久候多時的廚師、饕客，怯生生地上前估了價、取了貨，便又像驚弓之鳥般匆匆遠遁逃去。

同時在市場北面，卻有一襲清澈無瑕的身影，清瞿臉龐彷彿久違的和煦春風，爲沿途的每個角落，添上了光明希望！比丘與屠夫，霎時在偌大的市場南北端營造出了強烈對比，無形的宿業之繩，隨著他們的一舉步、一投足，硬是將彼此越拉越近……

終於，相逢了。

擦肩而過的當下，比丘不禁氣息微屏，步伐稍稍加速——屠夫身上的汗酸、腥味和銅臭畢竟太過刺鼻。再走了兩步，卻突然感到不太對勁——「嗯？等等，這個人好像……」

比丘連忙掉頭，朝屠夫的背影喊了聲：「施主！」屠夫卻不理不睬，兀自離開，不知是無意還是故意。「施主！施主！請留步！」屠夫先是一愣，回眸瞥去，見背後居然跟了位出家人。

比丘意識到：「他八成忘記我是誰。」仍壯起膽子，跟屠夫說：「施主——」

「幹嘛？」屠夫不耐地咆哮，額上青筋暴露。

「這位施主，麻煩您好好掂一下斤兩吧。」

「啥？你說什麼？」

「麻煩您好好掂一下斤兩吧。」

屠夫不敢置信地扯扯自己的耳朵，「我有沒有聽錯？一個葷酒不沾的和尚，怎麼會跑來叫我要掂掂斤兩？難道他想買肉不成？！」見面前的比丘凝視著自己，屠夫心想：「如果他其實並不是來買肉的，那他這句話究竟是什麼意思？」這下子，反倒是屠夫陷入難得的沉思，那一刻，時間、空間，彷彿都凍結了……

「如今的我，為什麼會出現在這裡？」

——之所以在市場裡出現，是爲了要販售羊肉；之所以要販售羊肉，是由於自己成了一個屠夫；之所以成爲屠夫，是爲了要養家活口；之所以要養家活口，是由於結識了自己的妻子；之所以會認識這個女人，是因爲她以前曾來聽我說法

——且慢！「說法」？！

原來，他曾經是位僧人，安住林深處，精勤聞思修，即使他尚未悟道證果，博學廣識之名卻早已家喻戶曉。多少三寶弟子爲了親聆他的涓涓法音，寧可跋山涉水，不辭勞苦地爭相往赴他的座前——包括一個年輕的寡婦。

「鏗鏘！」突如其來的金屬撞擊聲，立刻岔斷了屠夫急速運轉中的思緒，

他回過神來，發現自己右手握著的銅秤已經摔落地面。四周塵囂依舊，而面前那位寂靜慈悲的比丘耐心未減，仍然目不轉睛地凝望著自己。此時屠夫恍然大悟：「原來，他……正是當年跟我住在同一片森林裡，互助修行的道友！如今他風塵僕僕地抵達這座市場，是爲了要救拔惡貫滿盈的我嗎？」屠夫先前那剛強的雙腿竟像被棍棒痛擊般，瞬間一軟，膝蓋著地，並淚濕衣襟，不能自抑。

「法師，我知錯了！我知錯了！」屠夫向比丘痛切地懺悔道：「佛經上寫：『親近於欲者，無惡而不造』，現在我以慚愧之繩，懸起智慧之秤，眞眞實實地測量出了欲望的恐怖與過患哪！不僅導致來世堪慮，目前的生活就已經艱辛萬分，根本不是人過的日子啊！我非常後悔自己沒有及時體悟四諦、剋期取證，才害自己墮落到這步田地！」

比丘覺察到屠夫的成串淚珠，除了洗去他臉上的污穢，更淨化了他心裡的邪念，這才鬆一口氣：「現在，你對三寶及別解脫戒眞的產生淨信了嗎？」

屠夫聞言，連忙把肩頭的羊肉、地面的銅秤，奮力扔開，在比丘跟前鄭重地發誓：「是的！法師，從我胸中已重新燃起淨信的燈火，照亮了我腳下的道路。佛陀曾說：『前爲放逸者，後止更不作，如月離雲翳，明照於世間』，我應該立即斷除惡業，再次堅定地皈依三寶、持守戒律，直到迅速成辦自己的解脫果位！」

「善哉！善哉！」比丘不禁爲屠夫的決斷連連讚歎：「看來你昔日精勤地學法功不唐捐啊！雖然你由於一時疏忽誤入歧途，但比起那些從未聽聞過佛法、深懷邪見的人們來說，其實你解脫的機會依然高得太多！要是你願意再出家，必定會像迦梨、僧鉗及質多羅等佛陀的諸大弟子那樣，即使曾連續七次還俗，最後仍能諸漏永盡、超離輪迴！」

於是，放下屠刀的修行者，追隨比丘，踏上歸路，返回蘭若。夕陽西下，浸紅了他們樸素的身影，也令他們心中的慕道之情，變得越加熾烈洋溢……

幾個月後，這名曾當過屠夫的比丘，刻苦懺罪、晝夜實修，終究如願以償，而成功證得了阿羅漢果。

〈教理篇〉

心中戀戀不捨，算布施嗎？

問

1. 供養與布施的差別？

2. 買自己或家人喜歡的供養物，供養後自己或給家人就予以受用，這樣可稱之為供養嗎？在面對自己實際受用供養物的境界上，如何淨化自己供養的意樂呢？該如何作意思惟？

答 布施，是指施捨的心念，屬於思心所。在妙音笑大師所著《現觀辨析》中提到：「施捨的思心所，爲布施的定義。」而布施波羅蜜多，則是在此之上，還要加上四個條件：

1. 隨己所能地削弱慳吝和各種貪欲。

2. 證得空性。

3. 圓滿他人的希願。

4. 以布施拉近距離後，於三乘中擇一成熟其種姓。

所以，眞正的布施，是心念上的活動，打從心底施捨出去，不再存心據爲己有，而不僅是外在物品的交付。

供養，是指奉獻供物，令對方感到欣喜。而供物，除了有形的外在資財，也包含自己心中的功德、對正法的體悟等無形的財富。就形式上，供養可分爲二種，一種是供養出去後，從此便不再歸屬己有，例如到寺院裡虔誠地供花、供香等；二是原來就預計自己要享用，但是在受用前先行供養，如每日用餐及飲水前供養佛菩薩等。無論哪一種供養，都是要眞心奉獻所要供養的事物，令受供者感到欣喜。供養與布施許多方面都相通，但範圍仍有所不同。

因此，在做判斷時，可以檢視自心，是否在供養的時刻，當下是眞心奉獻出所供的內容，抑或只是做個形式，其實心裡並非眞正想要供養出去，就可分辨是否眞的供養。同樣的，布施時是否在心中眞的捨下所布施的內容，不再存心據爲己有；還是東西雖然給人，心中依舊戀棧難捨，便可知道是否做到布施。假若未能發起眞實供養或布施的心念，應該經常思惟串習布施或供養的種種巨大勝利、積貯財物的諸多過失，自然漸漸就能培養出眞摯的供養及布施之心，累積不可思議的雄厚資糧。

解答法師：釋性忠

引自福智僧團全球資訊網
http://bwsangha.org/qanda/dharma/404-06043

〈其他篇〉

緣分不具足，回向收不到？

問

日前看見法師解答，說回向必須有三種緣，對方才能收到功德，可是如果我想回向的對象沒有辦法具備三種中的任何一種，例如之前敘利亞陳屍在海邊的小難民，我該怎麼做呢？

答

在博多瓦大師的《喻法集》中提到「嘗聞覺窩曾說：『人死後於其名字尚未在人世消逝之間，造善回向仍有利益。』這並不是說任誰直接爲其造善回向就能有利益。」接下來提到三種業緣：1. 族姓緣 2. 受用緣 3. 法緣，不具此三緣任何一者，爲對方造善沒有助益，但卻會成爲自己的善業。

回向不具三緣怎麼辦？一般利益可以分作「現在馬上就可以受用」和「日後多時才能受用」二種。此段《喻法集》所說的應是前者。就長遠的生命續流來看，沒有不曾做過親族的有情。如果我爲已逝的祖先做功德回向，能利益到不知道名字的祖先，代表這位祖先和我的業緣強到我的功德他可以馬上受用，所以不等於完全沒有長遠的利益。沒有和自己完全沒業緣的眾生，只是業緣的深淺，導致是否能即時地利益到對方。

在佛法中有許多和眾生結緣的善巧方便，例如：蒙山施食等，使我們可以和許多眾生結緣，而且即時地利益到對方。所以問題在於我們是否努力珍惜和眾生造下善緣的良機，這是我能否即時令他脫離險境，獲得安樂的重要條件！

解答法師：釋性柏

引自福智僧團全球資訊網
http://bwsangha.org/qanda/misc/462-06074

燃燈·譯著：盼你來

宗喀巴大師圓寂600週年紀念

2019年，距離宗喀巴大師圓寂正好間隔六百年，全球格魯弟子皆為此舉辦大規模紀念，進行與宗大師相關的修法、閉關、辯經和研討會。

福智團體擴大舉辦每年例行的圓根燈會，從臺灣祖庭鳳山寺到加拿大 PEI 傳燈寺，點亮盞盞酥油燈，祈請大師早日降臨漢地、建立教法；並出版《起信津梁——宗喀巴大師傳記合刊》，幫助衆人真實地生起對大師的信心。

福智僧團圓根燈會一隅——
湖山分院水月觀音前。
（藝文多媒體提供）

圓根燈會／匯聚萬眾心光

文／曉路
圖／福智僧團、王心利

祈請宗喀巴大師來漢地建立教法，並不是吹糠見米、立竿見影的事情，自 1995 年起，福智團體年年舉辦圓根燈會，對宗大師做最殷重、猛利、恆常的祈請。2019 年適逢宗大師誕辰暨圓寂六百年，福智的圓根燈會，更從臺灣到加拿大百花齊放……

2019年十一月十六日起至十二月七日止，福智團體舉辦了多場的圓根燈會，先從新竹鳳山寺開始，再到加拿大傳燈寺、妙音佛學院，緊接著雲林湖山分院、福智教育園區，終於屏東恆春一心寺。相較於首屆舉辦時的一寺一日兩千人，現今已是根深葉茂、百花齊放。下文謹以鳳山寺、湖山分院、傳燈寺爲代表，傳遞圓根燈會之內涵。

祖庭辯論

佛教祖庭，指佛教宗派祖師常住、弘法或歸葬的寺院。福智最早的圓根燈會辦在祖庭鳳山寺，小小的寺院，有著大大的弘願，希望把宗大師教法留在世間。

直到日常老和尚圓寂前一年，即便身體示現病相，老和尚都會親自主持圓根燈會，他說：「我們學佛之後，要皈依佛、大師，佛是覺悟者，爲世間眞正帶來光明，很不幸我們沒趕上佛世，想到這裡內心無比的慚愧又難過，幸好多少有一點善根，終於在這末法時代，宗大師又把佛陀圓滿的教法點亮，帶來光明，我們的未來充滿希望，這也就是我們今天紀念他最主要的意義。」

2019 年，一如往年，弟子們齊聚帳棚下聽聞宗大師功德、在大殿前廣修供養，捧著一盞亮晃晃的酥油燈，在黑夜中課誦〈文殊讚〉、〈功德之本頌〉、〈廣論祈願文〉等祖師多生捨頭目腦髓

▲傳燈寺於圓根燈會期間進行立宗答辯法會。

修證得來的頌文。

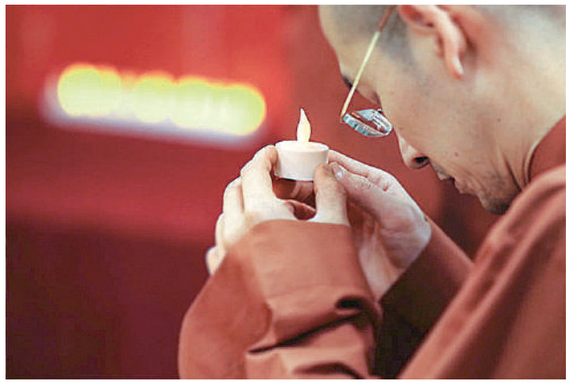
但今年有一特別之處，課誦前加了一場法師與居士的中文辯論，討論「你看過人嗎？還是只看過人的形狀和顏色？」將攝類學與生活結合，現場歡笑聲不斷。殿前檐廊亦設置了兩座大供養塔——一座標誌著「日常師父冥誕九十年；華藏樓二〇一八年啓建」；一座標誌著「宗大師圓寂六百週年；甘丹寺於一四〇九年啓建」。

辯論供養，因爲佛法是智慧之學，聞思與辯論能幫助大眾走向眞理，扭轉生命；設供養塔，方便每個人廣修供養，累積福報——福德與智慧比翼齊飛。

萬燈燎山

福智僧團．湖山分院位於雲林半山腰上，道場莊嚴。圓根燈會期間，大法師和小沙彌走在一塊兒，欣欣然有喜色。有人推推車，有人抬紙箱，卸下晶瑩剔透的燈杯，沿著操場跑道線，排出櫛比鱗次、優美壯觀的燈海。

一個玻璃杯，一粒酥油燈，一束引線，一瓶燃燈油，僧眾們互助合作，此一點，彼一燃，伸手不見五指的輪迴黑夜，頓時燎成璀璨光明的心之日輪。



排成蓮花、寶劍圖案的燈，象徵世俗諦與勝義諦的圓滿；排成鐵弓形狀的燈，比喻宛如鐵弓般難以拉開——但拉開後特別強勁有力的《辨了不了義善說藏論》，意寓遍學大師教法，射破無明黑闇，圓滿自利利他。

日常老和尚說過：「太陽照不到之處，我們可以點燈照明。燈，可以照破世間黑暗，同樣心燈也可以照破內心黑暗。我們的心靈，需要心燈。期望圓根燈會中，大家來照亮心中那盞燈，而且要把這盞心燈帶回去，繼續增長。」

紅楓起壇

除了海島臺灣，遠在太平洋彼端的紅楓陸國——加拿大，也有一群人舉辦圓根燈會，其中，有五百多位具備最殊勝的所依身——出家人。

他們設置七座法壇（總壇、藥師壇、度母壇、文殊壇、觀音壇、金剛薩埵壇、六臂怙主壇），修持大乘各類修法儀軌共十三部，超過六千七百座；恭誦《辨了不了義善說藏論》、闡釋推理八事的《釋量論》、開顯成佛次第的《現觀莊嚴論》、解釋般若顯義的《入中論》、講述法相分類的《俱舍論》等八種智慧大論典，超過兩百六十部；持誦咒語超過百萬遍。以如法而悠揚的課誦之姿，實踐宗喀巴大師在《廣論》中強調的依止法學處——「報恩供養者，謂依教奉行」。

十一月二十一日這天，加拿大傳燈寺舉辦了剃度法會，二十五名行者捨俗出家，發誓效學宗大師當生最不共的事業，勇駕莊嚴戒筏，普度苦海含識。

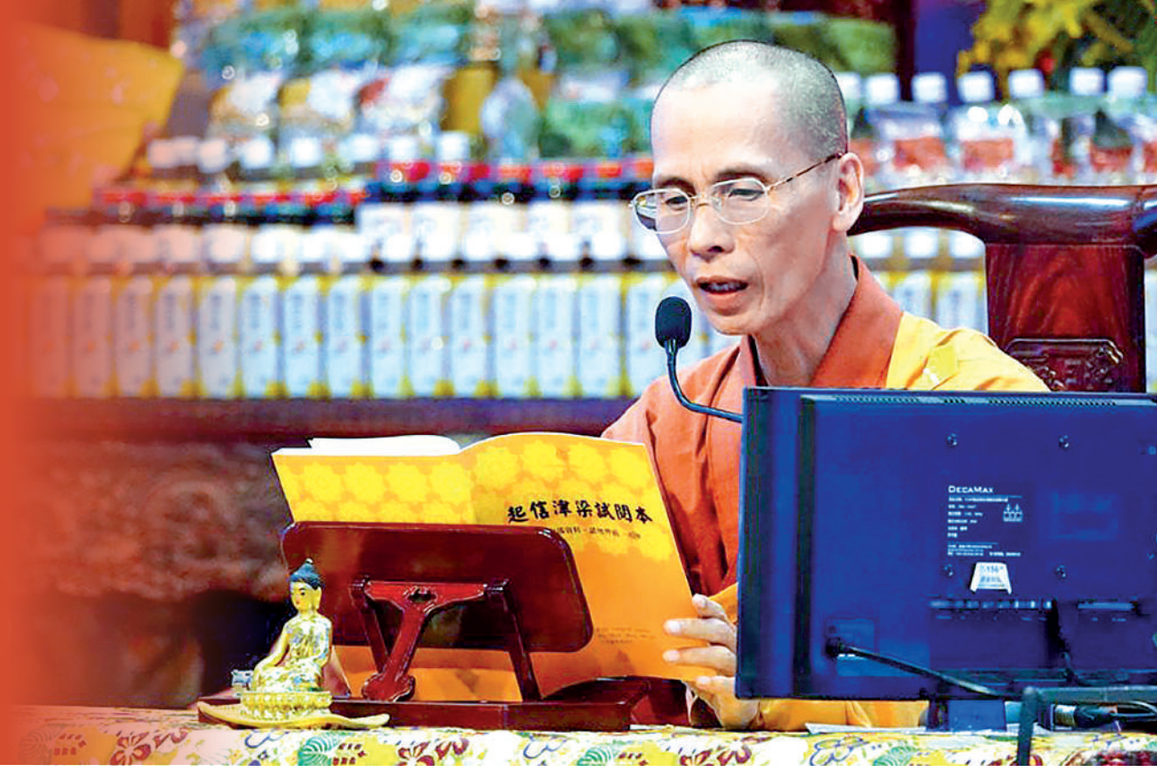
這麼多盛況空前的紀念活動，都不改初心，祈願宗大師與他兩位最重要的弟子——賈曹傑大師、克主傑大師都能速速降臨，「善慧教法如明燈，常破三界眾生闇」！

起信津梁／直透大師生命

文／阿東　圖／梁榮為

「我們的師父，一提到宗喀巴大師，有的時候就痛哭流涕，講話都講不出來，就會跑回他的房間去哭。等一會兒師父又出來，眼睛還是紅的……為什麼對於宗喀巴大師的深恩，師父每次都感動成那樣子？」

——真如老師



翻開《菩提道次第廣論》，可見一幀繪製的「父子三尊」照片。

法照正上方的尊者頭戴尖頂黃帽，額頭寬廣、眉毛伏貼、鼻梁高挺、耳垂修長，很是慈悲聰慧。他，是《菩提道次第廣論》的作者——無與倫比的宗喀巴大師。

宗大師誕生於西元1357年，圓寂於1419年，都在藏曆十月二十五日，在一個艱困的時代裡，復興、保存、綿延、繁榮了，對於全人類來說都非常難能可貴的佛法。值此大師圓寂六百週年的殊勝時刻，福智團體翻譯出版《起信津梁——宗喀巴大師傳記合刊》，作爲不共的紀念獻禮。

師父叮囑 多讀祖師傳

市面上的傳記很多，有史學家綜合西漢司馬遷以下各家考訂所得，寫成《孔子傳》；有文學家引用幾百篇題跋、書信、奏議等，寫出《蘇東坡傳》；有獲獎記者閱讀七千多頁的筆記，加上許多專研作品，寫成《達文西傳》……

《起信津梁——宗喀巴大師傳記合刊》皆非上述因緣誕生，而是六百年前，宗喀巴大師的三位學生，親眼所見、親耳所聞、親筆所錄，再由大慈恩・月光國際譯經院性景法師、如法法師及如密法師等共同譯註。

日常老和尚說：「他（樸窮瓦）說：『我看見那個前輩——那些祖師、菩薩的傳記的時候，啊，心裡好羨慕、好仰望啊！』我也是有這個經驗。所以我也鼓勵諸位啊，剛開始多看那個前人的傳記，多看因果典型的故事，你自然而然啓發向上的好樂之心，不必在理論上面了解得很多。

例如《廣論》皈敬頌「敦囑勵聽」裡提到「欲令暇身不唐捐」，若只讀理論，可能輕易認爲理所當然或覺得自己已經做到，但在讀過宗大師傳之後，才知道什麼叫做眞正的欲求心。因爲在傳記中，處處可看到宗大師對尋求菩提心教授及空性內涵的熾烈渴望，那可是連命都可以不要，當下出發，無懼困難，沒有懈怠推延的強烈欲求心！

主譯性景法師表示，我們可能會自輕喟嘆：大師級才有如此功力……，但法師期勉：「看到這本書會得加持——心裡會生起『對，我也要這樣！』如果我們從現在就這樣子去思惟，做不到，沒關係啊！我發願，就是要這個欲求心；我就是要有這個想要學習的心，有一天一定做得到！心裡會覺得『對，我也要這樣！』如果我們從現在就這樣子去思惟，做不到，沒關係啊！我發願，就是要這個欲求心；我就是要有這個想要學習的心，有一天一定做得到！」

「出離心、菩提心、空正見，這三個主要道的內容，在宗大師一生中都有體

現出來，所以對我們學《廣論》的學員來說，能夠得到宗大師的傳記，作爲我們很重要的修行指導，這對我們來說是很大的加持，這也是我們爲什麼要學傳記很重要的意義。」

親傳弟子 第一手資料

《起信津梁——宗喀巴大師傳記合刊》既名「合刊」，表示是由不同卷、冊的書籍裝訂成一冊。事實上，這本合刊共由「五冊」不同的書籍組成，這五冊書籍又分別來自「三位」不同的作者。

克主傑大師 《起信津梁》、《密傳寶穗》、《清淨雪山頌》

三位作者中，尤以克主傑大師最特殊，既被人們稱爲宗大師的「心子」，又與宗大師的另一位弟子賈曹傑大師，並稱「宗大師父子三尊」。

父與子，何等親密。早在初次見面時，宗大師就對他展現出超乎尋常的禮遇、爲他打破自己某些弘法上的原則。這樣的人寫出來的宗大師傳，在歷史上一直擁有牢不可破的權威地位。從古到今流通的幾十本，甚至幾百本宗大師傳，大多延伸自克主傑大師的作品。

其一，克主傑大師把宗大師出生到示現涅槃之間，當代人所熟知的「共通事蹟」，寫成《起信津梁》，「起信」代表生起信心；「津梁」是渡口的意思，期許後世學者藉由此書，從宗大師浩瀚如大海的功德中，汲取出信心的寶藏。

其二，克主傑大師把當代人也不知道的宗大師「祕密事蹟」，寫成《宗喀巴大師密傳大海略說一滴．寶穗》，內容豐富、繁多、圓滿，有如結滿珍寶的穗，簡稱《密傳寶穗》。

其三，克主傑大師把文殊海大師從文殊菩薩口中問到的，宗大師之所以投生到這個娑婆世界的因緣記錄下來，以偈頌體寫成《清淨雪山頌》。

克主傑大師地位超勝，另兩位傳記作者——文殊海大師、妙音法王也非等閒之輩。

文殊海大師 《傳記附篇》

文殊海大師是宗大師的同鄉、比宗大師年長一歲，在克主傑大師依止宗大師十多年前，就已經成爲宗大師忠心耿耿的弟子；在宗大師眾多的弟子中，就屬他與文殊菩薩的法緣最近，因此才有機會依靠他，從文殊菩薩口中問出宗大師過去生在王頂如來世界的往昔事蹟；並且由他寫出《至尊宗喀巴大師廣傳之附篇．總攝善說》——簡稱《傳記附篇》，作爲《起信津梁》的補充。

妙音法王 《密傳祈請文》

妙音法王是哲蚌寺的創建者，長於背誦，能於一場法會後，一字不漏地背出宗大師的開示。他寫出當今祈願法會中必備的常規課誦《至尊上師宗喀巴大師密傳祈請文》——簡稱《密傳祈請文》。

以上三位弟子寫的五本傳記（起信津梁、密傳寶穗、清淨雪山頌、傳記附篇、密傳祈請文），構成了宗大師圓寂六百週年紀念書《起信津梁——宗喀巴大師傳記合刊》。這本合刊好比一架亮閃閃的聚光燈，照在宗大師身上，讓讀者穿越時空，親炙宗大師比山高的功德、似水長的恩德。

追隨師心 恆常隨佛學

這些傳記，十多年前，福智祖庭鳳山寺裡就有；待到今日，福智學僧的藏文程度提升、佛學教理深入了，加上師長承許，才有機緣正式翻譯這些書，獻給所有想要深入了解宗大師生平的眾生。

性景法師說：「爲什麼我小時候就會去看《起信津梁》？因爲我常常聽到師父講宗大師。師父講到父子三尊（宗大師、克主傑大師、賈曹傑大師）的時候，那個神情太開心了；在法會的時候，唱《祈請大師頌》、《上師頌》，你就會看到師父當場痛哭流涕。那時候給我很深的感受，就是師父對宗大師的感情。」

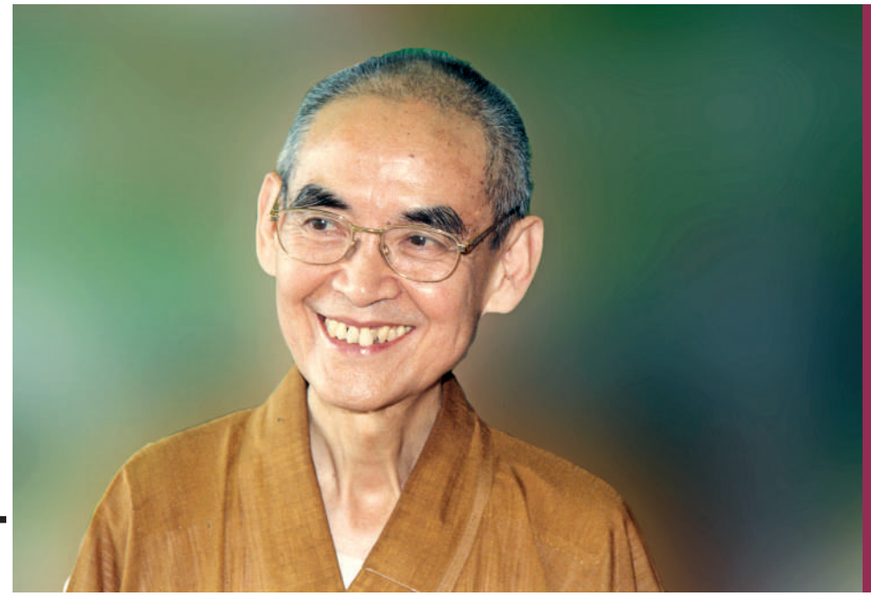
除了師父對宗大師的情感，翻譯過程中，善知識經常提醒性景法師要讓自己的心去感覺克主傑大師背後的情感，透過這些傳記，更加深刻地學習依止法，「克主傑大師的發願是生生世世都要追隨善知識、生生世世修持圓滿教授。能夠追隨善知識就是常隨佛學，常隨佛學，佛一定會把我們帶到無上菩提。」

性景法師說：「在宗大師圓寂六百年的這個時機，如果我們能夠好好憶念宗大師的功德，看到宗大師在我們的生命當中，像月亮一樣永遠地指引我們；然後在我們無限生命中，永遠地追隨宗大師，這個是師父常常告訴我們的。」

興藏師心

憶師恩法會
滔滔15載

2019年，日常老和尚九十歲紀念！
福智團體全球僧俗
共同憶念師恩的法會正好邁入第十五年。
這是一個值得典藏的紀念時分！



皈依法會、水陸法會、水懺法會、梁皇法會……各大佛教團體經常舉辦各種法會，欲度人出苦海。福智團體亦同，然其中「憶師恩法會」別具一格。憶念師長的恩德，能是法會嗎？修的是什麼法，聚的是什麼會？

特別的日子 給 特別的您

文／大寶　圖／藝文多媒體

連續十五年了，每逢十或十一月，福智團體就會舉辦「憶師恩法會」。那幾天，像是除夕夜圍爐一般，分散海外各國的學員會在此時返臺，或在當地跨海連線，僧俗二眾齊聚一堂，數萬人共同憶念日常老和尚的深恩！

修信念恩是成佛根本

日常老和尚用生命宣講《廣論》，數不清的人們在他堅毅的聲音裡得到佛法照臨，獲得救護。2004年十月十五日，下午一點十五分，老和尚圓寂了。其恩德，弟子們要如何捧在心間，永不忘懷？《廣論》有云：「特申修信以爲根本」、「隨念深恩應起敬重」，簡稱——修信念恩。宗喀巴大師說，對師長修信念恩，是圓成菩提道最重要的基礎。

好比宗喀巴大師示寂後，他的心子克主傑尊者非常想念宗大師、殷重祈請宗大師，宗大師便示現，乘六牙白象到克主傑尊者面前說：「你能憶念上師的恩德，能淨除往昔所造惡業，復能積聚廣大的福德資糧，這是非常好的事情。」

至心憶念、殷重祈請上師，即使上師肉身不在，仍有淨罪集資的功德。因此，即便老和尚示寂，修信念恩的功課也不能擱下。雖然平日隨時都可以憶念上師，然而如《廣論》引善知識所云：「若善說者爲善聽者宣講演說，如法會中所變心力，暗中獨思難得生起。」法會期間變心力大！日常老和尚的恩德會變得更立體、清晰、有重量，而且直驅內心、猛力生起。

最值得全力以赴的時刻

在眞如老師指導下，福智團體於日常老和尚圓寂次年——2005年第一次舉行「憶師恩法會」。每年，主法的住持和尚都會宣講憶師恩法會殊勝之處，譬如2010年，如證和尚說：「生命中最值得全力以赴的事，就是憶念上師的恩德，也就是說，一年裡面，最值得讓你全力以赴的，就是這個時候！」

又2012年，如證和尚說：「平常要能夠一整天從早到晚思念上師，可能不容易；但是今天的法會能夠從早到晚思念上師……修習圓滿道的功德，不如一剎那能夠觀想上師功德的十分之一。希

望大家好好珍惜今天殊勝的因緣，種下圓滿成佛的因種。」

是誰使這一切變得這麼美

和尚說，憶師恩，是一場念恩、總結、供養的法會。

參加法會，也是爲自己一年來的學習和收穫作總結，一如飲水思源，眞如老師說：「要定期做總結，因爲如果不做總結的話，你不知道這段時間跟老師學了什麼？我學到的部分是誰教的？老師！所以當你看到滿眼的美麗風光——善行豐收的這些景色時，你一定會想到：『是誰使這一切變得這麼美？』所以，那個時候對師長恩德的憶念，它不是文字，它是在自己的身心上可以找到落腳點，它很眞實。」

至於親近上師有多少功德利益，深入研究《廣論》的蘭仁巴大師，在其著作《菩提道次第心傳錄》上記載甚多，有供養功德、侍奉功德、虔誠尊敬功德、思念功德、禮敬功德、當佛看待功德，還有當思創造幸福快樂之恩、當思培養教育之恩、當思傳授妙法之恩、當思調伏心性之恩、當思無可相比之恩等，總之「一切幸福利樂，功德都來自上師，這不僅有經典依據，也是合於道理的，因此，我們有理由認定上師的恩情是無以倫比的。」

歷代祖師對憶念師恩功德亦多有開示，茲分享選輯於次頁（憶念師恩功德 · 祖師語錄）。

一起見證這個特別的日子

一年一度的憶師恩法會，透過影片傳遞從僧團到學員的學習總結，內容是菁華中的菁華。參加法會當天，若能做好前行，一整天都全神貫注地聽聞，會對師長生起強而有力的信心，對未來生命產生巨大的饒益。

眞如老師在「全廣」第一百七十八講提到：「聽法之前策勵自己的發心，把自己的狀態——主要是狀態——調整到一個非常虔誠、專注、對這個法很珍惜的這樣一個狀態。 」如果，能把一場法會的菁華都擷取，當作下一年度修行的前行，那麼「這筆時間的投資還是非常划算的！」

2019 年，適逢日常老和尚九十誕辰，《福智之聲》本期專題，帶大家走進法會現場，聽法師回憶當年，一起見證這個特別的日子。

憶念師恩功德•祖師語錄

選自《菩提道次第心傳錄（一）親近上師法》（蘭仁巴著、多識譯）

- 《宣誓教典》說：「相好莊嚴身，觀想十萬劫，不如一剎那，思念師殊勝。」
- 郭倉哇大師說：「誦咒千萬遍，不如祈禱上師一遍靈。」
- 阿底峽尊者說：「一切幸福快樂來自上師的加持，理應知恩相報。」如果沒有上師指引善道，就不會得到幸福快樂，因此要常思上師賜福樂的恩情。
- 《明燈續》說:「修施捨、修忍、持戒、修精進、修定、修智慧八萬四千年的功德，比不上觀想相好莊嚴佛身一剎那的功德；觀想八萬四千年相好莊嚴佛身的功德，不如思念上師一剎那的功德。為什麼呢？因為思念上師可即身成佛。」
- 《阿底續》說：「放棄睡眠與喧囂，歷劫觀修圓滿道，不比心頭一剎那，觀想上師十之一。」
- 大成就師藏巴嘉熱說:「只要意念不離師，不會念經也可以，不會坐禪也可以。」
- 《真雯達娃傳》說：「得知對師一念頭，功勝供奉一切佛，壓倒其他諸善行，堅信不疑心隨喜。」
- 大成就師冒覺巴說：「觀音白就讓他白，度母綠就讓她綠，喜金剛黑就讓他黑，反正我在任何時候都心中沒有離開過師父的形象，因此，離成佛大概不會遠。」
- 宗喀巴大師教導度增巴說：「要使上述善行功德，未生出生，已生增長、鞏固，對合格的善知識視為真佛，赤誠信歸，對三寶性相準確無誤地體認，堅信至關重要，修任何一種善行都要向這兩方面，情真意切地進行祈禱，發願。」又說：「對世間如意寶進行祈求，能幫助解決今世的利祿需求，對上師誠心祈求，可獲得世間和超世間的一切成就，因此，祈請發願是非常重要的。」

歲月無盡 吾思無盡

全球憶師恩 臺灣篇

久時絕不散

文／編輯室整理　　圖／藝文多媒體

憶師恩法會相較其他法會，不僅宗旨別具一格，進行內容也與眾不同，隆重、又細緻。它是一場盛宴，也是心靈饗宴，即便上午、下午，各都必須連續坐上三個小時，但結束之後，身體雖疲憊，心靈卻收穫滿滿，期待下次的到來、甚至要帶家人一起來。

由於十五年來不斷精益求精，憶師恩法會辦得愈來愈活潑、接眾，近幾年光是臺灣地區每年就有六、七萬人次參加，可說是福智總動員的頭等大事。憶念日常老和尚恩德是法會終極精神，傳遞精神的方便則有多門——看影片、晤訪談、聽讚頌、觀舞蹈、品展覽……理性兼具感性，讓福智人歡喜參加，師恩於內心眞實生起。

◀北區會場。　　▲南區展場。

參加對象，除了僧團、學員，也開放學員帶親屬一起來，與老和尚結緣。法會地點主要在臺北、高雄，海外則有紐約、PEI 等地。

久時憶師恩，我們沒有散！

日常老和尚示寂十多年來，接班的眞如老師在大大小小的場合中，數數宣說老和尚對僧俗二眾無盡的恩德，更殷重叮嚀：「記住！師父說：我們這群人不能散，絕對不能散！一定要堅持下去！」

2019 年逢日常老和尚九十歲紀念，法會主題爲「久時憶師恩．我們沒有散」，正是僧俗二眾對恩師約定的承諾。

本文帶您概覽第十五年臺灣憶師恩法會現場，編輯室整理出五大部分：僧團出場、眞如老師 LIVE 連線、影片、讚頌、會場外環道展區，於以下各篇一一細說。最後再到美國東岸一窺紐約憶師恩法會內容。

美哉僧團

現場一 ——馬勝比丘行 威儀進場

憶師恩法會一開場，就是大眾屏氣凝神、不想錯過的時刻。主持人請全場一萬多人先起立合掌，接著宏亮高聲道：「恭迎僧團進場！」此時〈南無本師釋迦牟尼佛〉、〈密集嘛〉或〈梵文四皈依〉讚頌音樂響起，壯觀的僧團由會場兩側列隊緩緩步入，畫面之威儀，眞是說不出的肅穆感人。除了師長，俗眾們最大的楷模、典範就是僧團了！平時雖然也能在八關齋戒、淨智營、放生法會、皈依法會、心靈提升營等各種場合見到法師，但都是一、兩

位，憶師恩法會有這麼多威儀凜然的僧人匯聚一處，眞是太稀有了！

就像眞如老師說的：「要成就一個歷史上沒有成就的一種因緣，使很多出家人，都能夠安住在寂靜的阿蘭若處，開始他們眞正的使命——聞、思、修，讓傑仁波切的教法在漢地光顯，讓那些有緣者能夠在今生的因緣中飽嘗正法的甘露，這不是一件容易的事情。」

佛世時，當大智舍利弗尊者還是大外道頭的時候，因爲看見馬勝比丘走路的威儀而深受感動，成爲他入佛因緣。

參加憶師恩法會，見到的是一個大僧團，場面更是震撼了，俗眾有人拚命爭取到法師身邊護戒的機會；有人極力把腰彎到最低以顯恭敬；有人淚眼婆娑，巴不得自己就是那莊嚴僧團的其中一位！

正如宗行班某位學員所說：「僧團進場，是憶師恩法會中我的第一個悸動——每每躬身望著整齊列隊行進、儀態莊嚴的比丘，在肅穆氛圍中恭敬合掌的當下，都激動落淚，誓願童貞出家。眞如老師嚴謹持戒，重視比丘威儀，護守僧團學習，也讓在家居士無形中生起了無限渴仰的心。感恩師父，感恩老師，您對弟子們的饒益，鋪陳於無始無盡的每個當下，直至成佛！」

法會才開始，心已皈敬於日常老和尚讚歎的——參天的樹木！美哉！僧團！

真如老師 LIVE

現場二 ——相隔萬里 眾心匯聚

憶師恩法會上，眞如老師連線帶領大家憶念師恩。老師總是以身作則，再再引領大眾深刻體會老和尚的悲智、說法的深恩。

老師錄影 念念師恩

2019 年，眞如老師錄了一段自己的故事送給大家。她小時候就愛笑，有時候笑聲大得母親在廚房都聽得見。年紀小小，父母就教會她唱各類戲曲，所以常被鄰居抱去，爲他們表演。也很喜歡將歡樂帶給鄰居，像是爲視力模糊的孟奶奶穿針線、說故事給因病只能躺在床上的瘦子哥哥聽。她母親說，她爲大家帶來太多的快樂。直到有一天，父母問她，爲什麼變得不快樂？因爲發現所愛的人最終都會死亡，她變得連看見落花都會喃喃自語、感到傷痛。爲此，她翻遍文學、哲學的書，卻得不到眞正的答案。

終於有一天，聽到一個名字——「阿難」，便不由自主地淚流如注……這是她此生第一次遇到佛經——《楞嚴經》，而相信一定有人可以爲她解開生死的疑惑。她開始想要一位老師爲她解開生死之結，否則她不知該如何生存。懷著迫切的痛苦，她終於勇敢地離開父母、家鄉，踏上尋覓善知識之旅。那時候一邊尋找善知識，一邊學習各種法門，從一切可能中探索著「生從何來、死向何方」。

某天，一位朋友送她一本《廣論》，第一次看到《廣論》的她捧讀後愛不釋手，尤其是被善知識、念死和菩提心的部分深深地觸動。她想，這樣的一本論如果有一位老師教的話該有多好！到處尋問，幾經輾轉，「居然！有一位臺灣的大德有講」，她喜出望外地馬上想要得到那套講解音檔。四處尋覓，終於一位法師幫她找到了，「當時是用一個紙箱裝著，有人幫忙扛到住處」，她迫不及待地打開就聽，一聽，正是日常老和尚的聲音，「師父的聲音一入耳根，傾刻間淚流滿面，彷彿一道永恆之光，照臨到我探索的黑暗，我得救了！」老師回憶時的表情依然充滿恩典加被的喜悅。

聽完眞如老師的故事，眞切體會到日常老和尚講說《廣論》的救護力有多麼強大！也明白老師爲何一心嚮往《廣論》，最後求得《四家合註》的傳承。所以老師勸勉學員好好學《廣論》，並認眞聽她很用心爲學員準備的「全廣」，「生生世世學下去，直到三主要道在內心中眞實生起。好好祈請師父，歡喜的帶領我們更快速的了解師父要告訴我們的密意。」

往昔，來自和尚轉述

故事影帶播放結束，眞如老師端莊慈悲的容顏出現在大會螢幕上，與大家現場連線，從長青班到妙慧幼兒園，從僧團到義工單位，一一溫情互動。許多單位趁此難得機會，熱情舉起事前做的感恩海報，要讓老師看見，如果有人單獨被老師點到，那就更開心了。

2008年憶師恩法會，如淨和尚就坐在跟這天一模一樣的林口體育館裡，以上座法師的身分跟大家說，僧團這些年來的穩定、成長，最大的力量來自於接班人眞如老師，這一切都是師父對我們的恩德。

原來老師的出現，也是師父對我們的恩德！

時任住持的如證和尚解釋道，師父示寂後，他發現帶領團體不容易，還好有眞如老師接班，依據經論告訴他該怎麼做，僧俗二眾才能有今天的成長。

2010年，主法和尚轉述眞如老師想對與會大眾說的話：「此時此刻，我們雖然相隔萬里，但心卻匯聚一處。這神聖偉大的法會，再度讓我們在同一時間想一個人、唱同一首讚頌、流一樣的淚。那顆光輝慈悲的心，依然照耀我們、依然陪伴我們，就如同我們這樣憶念著他。十方諸佛，如母憶子，憐念眾生。請記得：認眞學廣論、歡喜學廣論、堅持學廣論，這是師父最歡喜的事，我們是廣論大家庭。我想念你們！」

現在，終於看見老師

2012年，終於，思念大家的老師捎來一段音檔！當老師的聲音——字字懇切的問候、關懷與叮嚀——迴盪在曠闊的館場時，現下一片寧靜，彷彿《略論釋》裡所言「猶如野獸乍聞聲」；而專注恭聆法音的弟子們，難掩驚與喜，卻也激動得熱淚盈眶。那年，老師仍殷殷強調學習《廣論》對福智團體的重要。

2015年，首度播放眞如老師長篇影像檔。透過畫面，看到老師珍愛執持地分享著幾則日常老和尚的日記，譬如拆信封、撕饅頭紙、一碗甜飯。老師說：「我看到師父，處理團體大大小小的事，都會在佛菩薩面前殷重發心。師父七十多歲了，是一代高僧，利樂有情有很多攝心的方便，在他的心續裡應該是極爲純熟的事，爲什麼卻示現出像小學生一樣，每一件事都那麼那麼殷重發心？我們可以好好想一想。」又說：「所以，我們一定要在根本道場蓋一座師父紀念館……看一看師父所開創出的僧俗廣大事業，乃至他對全人類、對所有生命大悲的柔情！」但老師最在意的是弟子們的學修，「面對師父最深刻的懷念，就是要把他的教誨放在心上，千萬不要忘記。注意師父那句話——當下提起正念，不要拖延。用法的明鏡反照自心，斷惡修善，實際上就是在我們心中爲師父建立的紀念館。」

2016年，老師用讚頌〈六字大明咒〉傳遞給眾人對佛菩薩虔誠的信仰。透過聲音，也饒益了視障廣論同學，表示藉著這樣的旋律，讓大家放慢腳步，思考什麼才是最重要的。「憶師恩法會，不只是回憶日常師父的活動，也是藉由互相的學習及老師的帶領，讓我們找到人生的方向，讓我們這群迷途的人，重回溫暖的家。」心光班劉明達感動地說。

祈求老師來臺主法

2017年之後，不只文字、聲音、影像，與會大眾已經可以和眞如老師連線直播了！

即便是從未見過日常老和尚的新學員，都在眞如老師的提策下，年復一年生起對日常老和尚的景仰、感到身爲日常老和尚弟子的榮耀！期待將來有一天，能在憶師恩法會現場見到眞如老師本人。

影像紀實

現場三 ——師長功德 在每個微細角落

影片，是每一年憶師恩法會的重頭戲。每一段影片，都是人生故事。主角從比丘、比丘尼，到居士，生命皆因遇見日常老和尚、遇見《廣論》，眞實改變。

透過鏡頭，進入他們的生活場域，聽比丘、比丘尼回顧與日常老和尚相遇的歷程，老和尚如何引導他們，以及相處過程中的成長與歡欣；聽居士敘說在團體學習的現況，老和尚怎麼活在他們內心，生活中如何突破困境親近佛法，以及如法行持帶給生命何等超越和喜悅。

一場法會，看完幾段樸實的影像紀實，會讓人明瞭，爲什麼老和尚圓寂後一年又一年過去了，依然有這麼多人，仍保有對老和尚強盛的信心，並日復一日不間斷努力做他歡喜的事。

2019 年影片一樣有來自僧團、尼僧團重量級的憶師之旅；居士則聚焦於高齡長輩，以及來自慈心的兩位法人事業推展計畫負責人。

尼僧團／師父用生命教我們

尼僧團獻給老和尚《那一年，遇見您》，回憶南海寺建教過程。「跟隨師父三十年以上的尼師，如何勇悍出家。師父辛辛苦苦尋找道場，如何陪伴（尼僧團）成長、茁壯，對未來的期望、囑託。」融士法師簡介。

透過尼師的回顧，看見日常老和尚對自己要求之嚴謹。「我們聽法輕鬆，不知道師父在背後付了多少心力。說法前不斷備課祈求，說法時爲自己錄音，說法後再聽哪裡沒有完整，之後爲我們補充。」老和尚的精進與悲心，不知道救護了後來多少人。然而當老和尚說法後體力不支，尼師想照顧卻因戒律不能靠近，「師父上座講法，但見結束時師父整個人乏力地靠在椅背上喘息，看了很不忍心，只能準備熱毛巾、開水。師父是用他的生命在教我們。」南海寺尼師在影片裡說著說著流下眼淚，也讓觀眾紅了眼眶。

老和尚曾說，對尼僧團「寄予絕大的希望」。尼僧團不負師心，2019 年舉行漢地第一次「中文攝類學大考」，就連七十八歲的尼師也一起參加辯論、背書、筆試。「師父用如此慈悲心等待、引導我們，我們如何回報？就是把求來的教法好好珍惜在心上。」尼師在影片裡說。

僧團／這不是生死的陪伴嗎

僧團影片由如法法師對老和尚的回憶貫串前後，如證法師、禪僧法師、如吉法師、緣寶法師的回憶分別穿插其間。影片中看見老和尚將弟子放在心上、溫暖慈愛的悲心，以及將法充分體現於行住坐臥的行持等。

如證法師自述年輕時對修行有錯誤認識，認爲身體會冷乃惡業感得，不願多穿衣服，老和尚便親自到庫房爲他拿冬褂：「修行不是像你想的那樣，天氣冷了，穿上衣服，穿暖了才好修行啊！」如證法師往後一直記得這件事，他說：「師父，他是用身教來實踐關注他人、

代人著想。」

禪僧法師回憶剛出家時被分配到場地監修組歷練，要熟悉事務、做規劃、帶義工法上提升，法師非常想突破，於是至大殿向師父佛菩薩祈求加持，希望「賜予智慧和勇氣，及學會如何從事項中提升意樂，自利利他。」並向義工分享老和尚常提策的：「來鳳山寺，不是要把事情做好，最重要的是，在這個過程中學到法，造業最主要的是意樂。」

隔天法會正行時，老和尚看到禪僧法師，笑得燦爛並讚歎。禪僧法師說：「上師悉知悉見，我們有一丁點的進步，在具有捨自愛他菩提心的上師眼中，是喜上眉梢的。」

如吉法師年少因爲母親的期望出家，老和尚見到法師總是笑容燦爛鼓勵他說：「最近你媽媽進步很大，你們母子倆都有很大的進步，好極了！」

每次法會，老和尚見到法師母親，也會笑著對她說：「你的寶貝兒子，眞精采！」如吉法師說：「師父，感恩您賜予我如此偉大的父母親，堅強勇悍地護持我出家。師父，感恩您創建僧團，把我從滾滾紅塵之中找回來，讓我能決志出家，踏上這條無悔之路，以報父母恩、眾生恩。」

緣寶法師想爲老和尚做一件黃背心，徵得同意後，做了一、兩天因不滿意，就擱著了。兩天後老和尚請侍者如起法師帶話：「爲人謀而不忠乎？」給予一記直指現行的當頭棒喝。當下緣寶法師請如起法師代他向老和尚啓白：他已做好，但做得不是很好。幾分鐘後如起法師又帶回老和尚的話：「第一次做，就想成功的人是笨蛋。」

老和尚圓寂法會那天，緣寶法師得知老和尚直到示寂，頭上戴的那頂小白帽從未換過，「那不就是我幫師父做的那頂？您爲什麼不願意讓他們換個新的呢？是不是您覺得，再怎麼新的一頂帽子，也比不上弟子的一點點小心意？師父您對弟子的心意是這麼地深，這不是生死的陪伴嗎？」緣寶法師感動地說。

如法法師的回憶，更見到師師相承——日常老和尚以及眞如老師對鳳山寺比丘們的培育。（法師完整回憶，刊錄於本專題最後單元：「在今在昔，三生有約」。）

影片裡，法師們回顧時的容顏語氣，老和尚的顧盼身影，那些心與心的交流溫熱，令人動容。

高齡學員／剎那剎那都增上

如果老和尚仍在世，2019 年已高齡九十！這是長長久久、代表智慧的歲數。長者是寶，《廣論》研討班也有好多高齡寶貝。爲紀念老和尚九十誕辰，故事主角特別聚焦於長輩。

垂暮之年，白髮紅顏，他們步履蹣跚，甚至得拄著柺杖走路。但長日將盡，時光就像珍寶，他們格外珍惜，全心投注於親近佛法，努力克服身體衰頹；有些長輩連國字都看不太懂，也願意忍受文字障礙的苦痛，上《廣論》課、聽「全廣」，甚至拿起《攝類學》，想盡辦法理解，跟上進度。還有長輩把老和尚視爲佛菩薩和家人，出門、回家，都會對著老和尚的法照說：「師父，我出門了；師父，我回來了。」每一位長輩皆依著自己的緣起，或做義工、或誦經、或背經。如同某位長輩說的：「多一天，是一天。」從當下直至此生終點，要牢牢抓緊這條拋往來生的繩索，將來生繫於菩提樹下。

如果不是透過這些影片，我們不知道有一群人，晚年在成佛路上如此兢兢業業，寧願匍匐也要前進。

同場加映／現身鎂光燈下

本次法會現場有一個不同以往的特別安排，當居士憶師影片播放一結束，原本漆黑一片的舞臺，倏地亮起燈光，影片主角此刻已現身臺上，令觀眾驚喜不已，掌聲如雷。

有長輩必須坐輪椅，大會還特別用升降設備讓奶奶們直接升至臺上，享受 VIP 服務。長輩上臺難免緊張，主持人機智應對幽默互動，讓長輩心情放鬆，觀眾笑聲不斷。

在主持人引導下，每一位長者都拿起麥克風，對老和尚說感恩、做祈求，願生生世世跟隨。法人居士的部分，大會也安排座談方式，邀請相關人士與會相談。

隨著法會結束，影片中那些完整的故事或許漸漸模糊，但許多瞬間——也許是一笑燦爛揚起，也許是佝僂背影燈下勤學，皆如旅途中遇見美好光景，讓人印記於心。

他們的體悟、所得，哪怕只是短短一句，都像暮鼓晨鐘，具有警醒、積極的力量。他們用法隨法行來憶師，是法會最美的供養。

讚頌舞雪

現場四 ——用歌聲守護對師長的信心

唱讚頌，是憶師恩法會如銀鈴般的串連。每一年，主辦單位會從諸多眞如老師譜寫的讚頌中挑選合適的曲目，邀請合唱團演唱及專業伴奏，穿插於整天的法會之中。

「好音樂」自古就被認爲對人心能起善良作用，常被君王用於正式場合。眞如老師所作的讚頌，詞、曲優美，滿是對佛菩薩、師長的衷心仰望。在憶念師恩的重要日子，透過音樂禮讚佛陀、師長，眞善美情思同時迴盪在千萬顆心中，也令大眾在聚精會神的三個小時裡，得到轉換頻率的舒緩。

合唱團如同往年，邀請來夢蓮花讚頌合唱團、福智教育園區兒童合唱團，此次更多了高齡長輩的獻唱，北區是祥音合唱團，南區則爲長青讚頌班。

美聲合唱，加上鋼琴家現場伴奏，或國際著名指揮家王子承老師帶領的夢蓮花交響樂團配樂。旋律悠揚，低迴時柔情千種，高昂時豪情萬丈。每當大眾跟著同聲齊唱，內心對佛菩薩及師長的禮敬深情，由歌聲流淌而出，盈滿會場。

讚頌第一首曲目——〈佛面猶如淨滿月〉，歌詞出自《金光明最勝王經》，首先禮讚佛陀；其後則有憶念日常老和尚的〈曾記否〉、讚歎僧團及法人事業的〈橡木子〉等。

每年讚頌除了曲目有別，演出也會作變化，今年不同以往，加上舞蹈團演繹。

千歲不老之唱

祥音合唱團，由一群八、九十歲的阿公阿嬤組成，因爲幾十位長輩年齡加起來超過六千歲，合唱團於是被大家取了個尊敬又有趣的暱稱——「千歲」。2017年於憶師恩法會獻唱之後，時隔兩年2019再度登臺，換了語言演唱英文讚頌——〈You are by my side〉，讓聽眾耳根大開。

合唱團裡很多阿公阿嬤根本沒學過英文，卻願意爲了憶師恩十分鐘的獻唱長時學習。英文音標不會，就藉助於國語注音或日語五十音。發音學會之後，再一句一句練，到最後一整首，卯足了勁兒，孜孜不倦練習兩年。

南區的長青讚頌班則準備臺語版〈善友〉，以鄉土情調獻唱他們的美音聲。有些阿公阿嬤住在屏東，光是交通就花掉不少時間，可是爲了練唱，一樣不辭路途遙遠，風塵僕僕也歡喜。

千手翩來之舞

最令人耳目一新的，大概要屬〈千手觀音〉舞蹈表演了。十七名男舞者，一位演繹觀音菩薩，十六位演繹觀音的千手，配樂雄渾沉穆，大螢幕同時放映著奔向太空愈深遠愈浩瀚的畫面，如佛菩薩威力廣大無窮，讓場內充滿震撼的靈氣。表演結束後緊接著眞如老師的虔唱，歌聲清新，洗滌人心。

眞如老師透過詞之意境、曲之旋律，牽引聽者細細感受佛菩薩、日常老和尚恩德，如同如淨和尚所言：「眞如老師一直在守護我們心中那份對師父的信心。」

法會中唱讚頌，可以傳遞對師長的感恩，守護對師長的信心，同時欣賞交響樂團專業伴奏、合唱團好聲音、舞蹈表演，在藝術氣息中獲得滿滿憶師功德！

外環道展區

現場五 ——全員依教奉行成果展示

憶師恩法會地點，北區假林口國立體育大學綜合體育館，南區假高雄漢神大巨蛋，兩地會場皆有外環道。法會期間外環道設置有許多展區，主要展示日常老和尚生前文物、學員憶師卡片或手工藝、法人各單位事業文宣，供大眾於休息時間觀賞、參與。大眾在憶師恩的同時，對團體組織及走向也可以得到一個概括的認識。北、南兩區布置有地區風格差異，以下分別介紹。

北區

外環道一共八個展區，「緬懷恩師紀念展區」展示日常老和尚生前的寮房與文物，其他皆爲法人相關事業主題特展，有福智文化、福智文創、月光共學、淨源茶、藝文、傳心，以及文教。其中福智文化有重要著作出版，福智文創爲新成立的公司。

從生活小物瞻仰一代高僧

憶念日常老和尚時，心中是否曾好奇他示寂前過著什麼樣的生活？他的寢室、書房如何擺設？是否字如其人？學員只要一進到會場外環道，即可探得究竟，如入桃花源。

大會將老和尚在祖庭鳳山寺的臥房仿製於會場。小床上，靜靜躺著一張使用了數十年的草蓆，草蓆邊緣畫著箭頭，是老和尚用以標記頭尾的；襪子也分左、右腳，一切次第不紊。

書桌上，立著一張照片，不是歷史上的偉大人物或風景，而是老和尚的母親！一代高僧，不管修行已到何等高處，仍心繫父母，情懷令人感動。桌上還立著兩個牌子，分別寫上：「有事」、「有緊要事」，方便侍者在不打斷老和尚專注用功的狀態下，達到告知的任務。牌子雖簡單，卻見老和尚代人著想之善巧。衣櫃中，藏著一個小佛龕，是老和尚勤修皈依時所用文物。

其他聖物，如經書、學習筆記、衣物及生活用品等，皆以照片搭配文字說明的大海報呈現。想聽老和尚的聲音，也可以抽智慧法語書籤，掃描上面的QRcode就可以立即聆聽一小段開示。

透過瞻仰日常老和尚曾用過的一書一物，認識一代高僧樸實修行的德風和身居斗室卻心懷大千的利眾心，並感恩這樣一位善知識來到你我之間，照見弟子們生命的希望與成長。

福智文化重磅出版

來到「福智文化展區」，首先映入眼簾的，是一幅裱褙精美的莊嚴唐卡，繪著以宗大師爲首的壇城。書架上陳列一本出版前搶先曝光的經典——《起信津梁——宗喀巴大師傳記合刊》。時值宗大師圓寂六百年，藉著本書，福智僧團要帶著大眾追本溯源，領略宗大師無與倫比的功德，並進一步認識福智譯經事業。

接著，來到一間迷你畫廊，十二幅生動優美的細膩油畫，帶觀者重返《我們共同的世界：守護小海豹》一書現場，在某年嚴冬的愛德華王子島，傳燈寺法師和當地人不顧酷寒風雪，守護海豹母子脫離狼群的感人故事。故事中的如偉法師本人正好來到展區，與油畫中的自己留下合影，不知學員巧遇了嗎？

逛展覽，當然要打卡，以《希望．新生２【心之勇士】》一書爲主題設計的拍照打卡區特別強強滾，一波又一波學員高舉著書中的法語牌拍照留念。拍完照還有明信片可以寫上想對眞如老師說的悄悄話，據說直送眞如老師手中。而且有寫有小禮——心之勇士小徽章別針，眞是太好康了。

福智文創帶動發願

新成立的「福智文創公司」首次參展，以「般若傳承千載悠悠，菩提心子廣發正願」爲主題，牆上展示一幅大悲誓願傳承圖長卷，以佛陀釋迦世尊爲首，接續有文殊菩薩、彌勒菩薩、阿底峽尊者、宗喀巴大師，到日常老和尚及眞如老師，以示正法傳承有緒。

現場鼓勵大家寫下發願文並簽名，不只學員熱情參與，法師也殷重發願，如淨和尚寫下福智圓滿，如得法師祈願正法久住，一位又一位法師許下願教久住恆光耀的恢弘誓願，帶動學員依師、發願並身體力行。視障者、不識字的長青班老奶奶也都可以口述發願，由義工寫下願文。僧俗共兩千七百多人參與。

既然公司取名「文創」，就一定會有吸睛的小東西，這次展出的有哪些呢？比如提袋、T 恤和月光筆記本……等。福智文創的設立，是祈願透過小小的文創商品，將教法傳遞至大眾的心靈，令見者歡喜樂受，親近正法。

法人事業傳法多元

三天法會的午休時間雖短，學員們仍抓緊時間參與，每個展場都熱鬧非凡，有人在「月光共學展區」發下弘願要完成十萬大禮拜並喜獲眞如老師加持的拜佛手套，有人在「淨源茶展區」從一口茶香中品嘗出生機盎然的慈心芬芳，有人在「藝文展區」見識了讚頌及藝文事業利眾的善巧多元與無遠弗屆，有人在「傳心展區」認識了僧團功德，發心共創僧團學修道場，祈願拉章早日矗立。有人在「文教展區」透過師父年表，緬懷一位高僧弘法利生的悲智願行。繽紛多樣的展區，殊勝多元的法人事業，呈現師長功德的萬千面貌。

學員片片訴情衷

福智學員也想對恩師日常老和尚傾訴感謝、以善行供養，主辦單位在會前先提供空白的善行卡到各地給學員書寫，憶師恩法會這天，學員的善行卡就掛在外環道上特別安排的一座厚實木架上。一張卡片就是一顆心，每顆心都在感念和回饋日常老和尚的恩德。

邀請觀衆來參與

展場別出心裁，安排各種互動式藝術表演，讓觀眾走入參與，身歷其境感受生活中實踐佛法的樣貌。比如「傳統藝曲表演」，請來專業二胡師傅現場拉琴，帶著觀眾以臺語唱出《廣論皈敬頌》。又如「人物專訪臺」，簡單的電視臺布景，製造趣味性，利用中午休息時間，邀請法師、學員接受專訪，現場互動零距離。

學員手手傳心意

學員同心協力一起製作精美的手工藝，一直是南區展覽很大的特色。地區教室各選定一個師長的教誡教授作爲主題，群策群力發想、製作，每一個學員都注入憶師恩的心力。設計亦各有特色，例如：

「撕畫」，以撕紙藝術，拼貼出宗喀巴大師的聖像。不連續的纖維、顏色，卻被任運自如，聖像慈柔莊嚴，令觀者如見佛面心生讚歎，可想見藝術家手之巧，過程中一指尖一指尖地都是對宗大師的殊勝想。

「拉章」，類似薑餅屋概念，以傳燈寺作爲模型，手作餅乾貼出肅穆的建築屋頂、牆面，紙黏土捏出姿態盎然的僧人們。道場莊嚴、僧團之美活靈活現，讓人有飽嘗妙法甘露之歡喜。

也有以紙黏土捏出成千上萬個小花小草動物人物，搭配童畫故事與結合佛法的意涵，有料有看頭。

南區

高雄會場的外環道展區，除法人重要事業體的靜態展之外，高雄學苑及各區教室亦配合各種憶念師長功德的內涵，分別就不同主題設計陳列，提供與會者休息之餘欣賞，寓教於藝。

跳脫慣性再思惟

夾娃娃、線上遊戲，在人們刻板印象裡常常是負面的，但地區教室跳脫慣性思惟，將遊戲透過藝術、科學的創意展示方式，融入暇身難得等佛法精神，引導觀者對於師長教誡教授的再次思惟之外，也帶給觀者對於遊戲好壞之間深一層的反思。

還有導覽和直播

集聚這麼多人的心力，成就出繽紛多樣的展覽，但法會結束當天就必須撤離，加上與會者眾多，休息時間短暫難以充分欣賞、參與互動。主辦單位爲了珍惜這些創作者的用心及成果，特別在法會前兩天開放數個場次，安排義工專人導覽，供學員安靜參觀，了解意趣。針對沒辦法提前來參觀的遠方朋友，則提供中午休息時間的現場直播，在場內就能透過大螢幕觀看展覽重點，足見主辦單位的用心。

在憶師恩這個重要的日子，學員、法人事業，皆利用外環道展覽，呈現修學佛法的心得、過程、成果。《本生論》云：「報恩供養者，謂依教奉行。」當弟子如理捨惡取善，踏上步步離苦、步步得樂之路，將令善知識無比欣慰。

全球憶師恩 紐約篇

驚喜 殊勝 圓滿

文／毛燕

這是一篇來自紐約的特稿，作者分享美國東岸於紐約舉行的憶師恩法會內容。因為法會前夕有真如老師的親臨加持，大家的心力特別高昂……

2019年是日常師父九十歲誕辰，也是宗喀巴大師圓寂六百週年。師父1972年來到紐約，並值遇宗大師教法及《菩提道次第廣論》，三十年前創立福智團體。值此殊勝因緣，今年紐約的憶師恩法會終於盼來師徒團聚的日子，紐約的《廣論》同學和廣大有情眾生非常有福報，法會前夕十一月七日，真如老師親臨紐約，並帶領法師們來到紐約教室，關懷和加持大家。

兩天的憶師恩法會，法師們帶領紐約同學全力投入，從形式到內容都格外豐富、新穎——超薦祈福、誦《大般若經》、感恩音樂餐會、憶師恩影片觀摩、讚頌表演等等，同學們感受到師父、老師和三寶的恩德、功德，和合、歡喜的氣氛瀰漫在每一個角落，流淌在大家的心中。

法會前夕：
真如老師親臨紐約，開示轉心教授

十一月七日晚，從紐約及各地趕來、近兩百位同學靜靜地在教室等候，無比驚喜、恭敬地迎請老師和法師們的到來。老師一見到大家，就問：「有沒有堅持學《廣論》？」、「心力強還是弱？」老師殷重地告訴大家，佛法是非常實在的離苦得樂之道，無論多忙都需要抽出時間聽法，壓力越大越要聞法，當聽到師父的音檔，就像坐在一棵大樹下，內心就會出現寧靜祥和的境界，豁然開朗，如釋重負。老師還說，她在飛機上都在校稿，希望通過講「全廣」把力量灌給你們，把理路帶給大家。老師並開示，透過心對境的安立，可以有不同的方向，當把所有問題都推向外境，我們就廢了，一旦發現苦樂在我的心上，就有希望和力量。如理取捨，就能夠走出一條路來。

老師除了以自己的實際例子傳授大家轉心教誡，啓發大家內心的力量，還請如法法師、如吉法師、性華法師、如群法師、性由法師一一爲大家分享學習的心得。法師們的修行體會和對師父、老師的修信念恩，帶給同學們莫大的啓迪。如群法師說：每次來紐約，想到是師父來過的地方，都有朝聖的感覺。性華法師說，學五大論後，對師父、老師的開示更理解，苦樂在於自己內心的安立，要改變內心的安立，必須學習經論，心無自性，朝著希望光明方向走，成功屬於永不放棄的人。老師最後勉勵大家，當感覺堅持不下去，不是自己不行，而是需要集資淨障，佛陀的功德是眞實的，他一定了解我的內心，一心依仰，必無不救。

法會第一天：
超薦普佛、誦經、感恩音樂餐會

受到老師的加持和關懷，十一月九、十日兩天的憶師恩法會大家心力特別高昂，法會非常圓滿吉祥。法師們親自帶領同學、義工打掃佛堂、布置會場、擺

設供品。當天，會場格外莊嚴，鮮花綻放，蓮花燈晶瑩剔透，各種殊妙的供品與同學們對師長、三寶的皈依心、淨信心交相輝映。

法會第一天，性由法師爲大家開示師父的功德及對我們的恩德與饒益——師父用一生的生命找尋般若教法，傳持般若法脈；師父從紐約開始弘傳格魯巴教法；師父每天堅持誦《大般若經》，把廣論傳承帶給我們，成就漢地佛法聞思講修的高峰。隨後，法師殷重地帶領大家舉行佛前大供、超薦祈福儀軌。下午時分，法師還帶領大家一口氣誦完《大般若波羅蜜多經》第三九八卷〈常啼菩薩品〉。最後，重播老師七日晚在紐約教室的開示，大家再次領受善知識的加持和關懷。

九日晚上，精心籌備的感恩音樂餐會在法拉盛 Daedong Manor 舉行，會場座無虛席，性植法師、性依法師親臨祝福。豐盛素宴之後，著名音樂家王子承教授帶領紐約專業的音樂家：女高音王珮穎、中提琴家林維洋、爵士鋼琴家洪崢一等，深情演繹《相思樹》、《白蓮花》、《幸福時刻》等十多首讚頌曲目，贏得熱烈回響，兩百多位現場觀眾領略到佛菩薩的優美意境和對心靈的潤澤。

法會第二天：
老師親唱沁人心、影片滿懷記憶

十日的法會，讓大家飽餐妙法甘露。首先播放老師2019年憶師恩法會開示：師父在我的生命中留下了怎樣的痕跡？老師娓娓道來，講述從小喜歡讓身邊的人離苦得樂的故事，以及青少年時期面對生死的痛苦思考，遇到佛法、遇到《廣論》、遇到師父的過程，如今，老師經歷種種艱辛坎坷帶領僧俗二眾建立教法，繼續爲大家宣講「全廣」，老師的生命故事，飽含著對師父、三寶的修信念恩，也讓我們體會到師父爲我們找到接班上師，是對我們最大的恩德。

現場，紐約福智讚頌班同學們演唱了讚頌《凝眸》，感恩師父對我們生生世世的恩德。

接著，從紐約出家的性植法師分享他的生命故事，法師回憶 2007 年來紐約哥倫比亞大學留學時得到同學們關懷的往事，法師說，紐約對他有特殊的恩德，如果不到紐約不可能出家，如今他回到紐約，是對紐約的報恩。接下來播放的《紐約同學憶師恩》影片，是由紐約同學拍攝、編輯，並即時由性論法師剪輯完成的。影片再現了師父與紐約的特殊因緣，當年在紐約接待師父、跟隨師父學習的簡清風、鄧美媚、蔣美美、劉偉進、叢淑妮、簡月雲等同學，深情回憶師父對自己生命的饒益。

福青和讀經班讚頌《相思湖畔》、《橡木子》，充滿了蓬勃的朝氣和活力。

憶師恩影片《久齡憶師恩》、《向日》，講述著主角們的生命，因爲值遇師父、學習《廣論》，而不凡、而翻轉，彰顯了修行人的勇悍精神和師法友團體的偉大力量。

僧團憶師恩影片將大家的情緒推向高潮。師父的願力，老師的功德，每一位法師值遇師父、老師，由凡庸的生命轉爲不凡的境界，神話般的奇蹟讓人身臨其境，如得法師、如證法師、如法法師、如吉法師講述他們與師父、老師相遇的故事，如人間最美、最動人的樂章，無不令人心靈震撼、催人淚下……

法會播放老師親自演唱讚頌《千手觀音》，「眞實語中宣密語，無爲心內起悲心」，老師的天籟之音在耳畔繚繞；今年憶師恩法會的主題曲《正念威武》、《踏浪而歌》，佛菩薩的加持如雷貫耳、振奮人心；最後，老師恭誦師父的日記，帶給大家溫暖和感動，猶如溫泉在心中汩汩流淌，就像師父從未遠離的陪伴和關懷！

從休士頓專程趕來參加法會的一位同學分享說：「憶師恩法會讓我從不同的角度、時空，不同的人的眼睛裡看到師父的功德，對師長的修信念恩是弟子學修的最大動力，我覺得自己被灌滿了能量，又可以全速前進了。」

興藏師心

在今在昔　三生有約

福智僧團法師　憶日常老和尚

文／釋如法　圖／福智僧團提供

本文透由一位在鳳山寺長大、從無憂少年卓成三藏比丘的法師視角，窺見師長為建立教法，澆灌茁育僧才的智慧與恩德。

▲1996 年，日常老和尚向居士招手。

天下第一等人

二十多年前，我還是個不到十歲的孩子。六歲時奶奶去世之後，爸爸媽媽開始接觸佛法。對我而言，只知道去寺院的時間變多之外，一切的生活並沒有太多改變，直到有一天，家裡多了一個——口音不熟悉的老和尚講經——錄音帶聲，天天播放著。

當時，家裡被倒債，原本全職照顧我和妹妹的母親，開始天天早上推著車到火車站前賣早餐。家裡因此多了一項家務活：把一捆捆紮著乾冬粉的橡皮筋剪開。每天母親坐在廚房裡剪橡皮筋的時候，便是聽老和尚講經的時候。我陪著母親幹活時，就會聽著這聽不太懂的錄音帶，我問母親這是誰的帶子，母親只簡單地跟我說，這是師父講的帶子。

一年多後，我在鳳山寺的打掃法會上，第一次見到了他。我們全家去參加打掃法會，一整天下來，大人幹著粗重的活，而我則跟其他小孩半玩半工作地在泥巴裡開心地度過一天。還記得那天，師父在結示的時候，爸媽都坐在大殿裡聽開示，而小孩子們還在外頭玩到不想回家。

不想回家。

這是我這個小孩子，第一次生出這種念頭。真的不想回家。

我還記得法會流程海報上寫的那兩個字：賦歸。當到了賦歸的時間，我們一家人坐上車準備離開，這時候，師父出現了，他站在大殿廣場上，笑得那麼燦爛地，正對著我們這些準備出發的人招手。母親見狀，興奮地幾乎用尖叫的聲音叫著我：師父在向我們招手！快點跟師父招手！

我們把車窗打開，用著最大的力氣招手，我那莫名其妙的念頭又出現了：我不想走了。

一年多後，有那麼一天，我真的踏進寺院，就再也沒有走了。

▲1995 年，幼年的如法法師剛剛進入鳳山寺。

預科營，那麼關鍵性的營隊，一個讓我走向出家之路的營隊，但如今我卻幾乎忘光營隊裡講過什麼，只記得營隊裡有什麼有趣的事。一群小孩聯合起來欺負壯碩的學長，夜夜在打地鋪的東教室裡打枕頭仗打到筋疲力竭；小組的我們人小手快，在採地瓜葉的比賽中取得冠軍；生平第一次吃大鍋菜，把沒削皮的馬鈴薯當作是水梨，要了一大堆卻吃不下……

如果說，除此之外還記得什麼的話，那就是當時幾乎天天聽師父的開示，從來沒有一次整段聽得懂的，筆記本上就可憐地記著零零散散的話。可是，每一次凝視著師父時，總會見到他的一種高超、篤定，甚至是豪邁的神情，從這些神情中，再加上我聽得懂的支離破碎的幾句話，我隱隱約約地現起一個詞，叫做「偉大」。

第一梯預科營回家之後，我依舊花著整天的時間，打著剛得到的大考滿分禮物，一臺 gameboy，掌上電子遊戲機。一切都是那麼正常，那麼俗氣。但，有一天晚上，我的父親卻意外地發現我在暑假作業裡寫下這麼一段人生規劃：十五歲，當個小沙彌；二十歲，當個比丘；三十歲（忘了）……六十歲，當一個老和尚。父親知道有些變化要發生了，而我媽還期待著我參加第二梯預科營之後，回到家裡會變成一個更乖的小孩。

預科營後，我決定留下來，父母親出乎我的意料，完全沒有阻攔。我正式進到寺院之後，所有學習的內容都跟學校所學的不一樣。預科班要天天做天天學的就是背經、讀古文、寫字、出坡。

師父時常到預科班開示，他常常說：「現在外面的人，把最精彩的內容都丟在一邊，佛法和這些中華古老的儒家文化，才是培養第一等人的內涵！你們進到寺院來，學的就是這些。現在你們不懂沒關係，以後，你們就知道所學的這些內容，你們才是天下第一等人。」

天天背經，讀著古書，每當稍感乏味的時候，師父的話，就在耳邊響起。沉浸在這些古代聖賢的言教之中，久而久之，自己也有一種卓越的感覺。即便，可能這個世界上沒有其他人知道。

▲ 1995 年，日常老和尚和預科班在鳳山寺。

那抹包容的微笑 二

早年，我們剛進寺院，師父總是擔心我們年紀太小，聽不懂佛法的內涵，聽久了，會對佛法失去好樂心。那時，師父天天講授第二輪《廣論》，可是師父說，我們年紀太小的、還沒出家的預科班先別去聽。所以，一到上午師父開示時，大的沙彌就去聽法了，我們這些小沙彌就留在教室裡頭繼續背書。

隨著時間流逝，我們也剃度了，也慢

慢長大了，不再是剛進寺院的小沙彌，而是帶著一批又一批學弟進來寺院、照顧他們的師兄。寺院裡的人越來越多，事務也顯得越來越繁忙。我們入寺時寺院才三十多人，幾年之後，寺院已經有近百人了。早齋完，我們常看到師父侍者提著簡單的行囊，跟著師父從東寮房走出來，在大殿廣場前向佛菩薩深深問訊，望著那至心虔誠的身影，我們在旁只能肅穆地屏息無語。每次送師父，師父總是說，你們不用送了，回去好好用功。師父在寺院開示的時間慢慢變少了，我們送師父出門的機會越來越多。

有一段時間，師父在寺院裡開講《備覽》，那時我終於不是小沙彌了，有機會可以聽師父講經論。雖然，已經不是小沙彌，但是師父對我們依舊呵護至極。每天，師父講完《備覽》下課後，我和一兩位最小的沙彌就會繞道衝回東寮房的大門口，幫師父開門。門其實永遠都不缺人開，但這份差我得搶到手才行。我們一兩位沙彌，早早地將門開好，側立等候，微笑不語，師父一來，便會問我們說：「聽得懂嗎？」我們總高興地回答：「聽得懂！」師父的笑容好像不是在高興我們眞的聽得懂，好像在高興著其他什麼事。但不管怎麼，我是一定會回答聽得懂的，免得到時候，法師又不讓我們去聽開示了。

有一天，師父開許大家寫下聽法的問題，我當時學了一點攝類學，便不知天高地厚地寫了一篇有關法體行相的問題。問題交上去後，到隔天上課前，我整顆心都忐忑得不行。到正上課時，心跳得更是厲害。師父會解答我的問題嗎？會怎麼解答？還是師父會直接教訓我？

到了師父解答問題時，師父的語氣卻充滿了慈愛。師父先說：「我們有個人，很細緻地討論法體行相的關係，寫了一篇問題，而寫這篇問題的人是我們預科班的沙彌……」師父說的時候，還是那般地微笑，就像聽到我們回答「聽得懂」時的那般微笑。我不完全懂那背後的笑意，只是隱隱地覺得，那抹微笑，不一定跟這個問題有關係；只是知道，那抹微笑，令人看了很包容，很鼓舞、很溫馨。

▲ 1996 年，鳳山寺東寮房。

永遠亮著的窗 三

那段美好的聽法時光，很快就過了。寺院裡漸漸地多了一個新話題：「大師兄」。

師父開始以前未曾有過的長時間出遠門。更特別的是，越來越多法師無所預期地從我們身旁消失。有些法師從「大師兄」那回來之後，寺院裡便停下課程，聽著法師分享著在大師兄那的學習。我們的學習中，開始有了讚頌，最

開始的時候，師父還親自在大教室教我們唱「生生由勝宗喀巴」的回向偈，有一次，師父在法座上跟大眾一起聽著讚頌，竟痛哭到趴在法桌上久久不能自已。

正值十七、八歲的我，適逢寺院有著這樣的變化，當時的感受相當複雜。心中最有信心的師父，時時不在身旁，能直接聽到他的教言的機會越來越少；就連身旁熟悉的法師也一個個遠行求法。大家都知道有一位大師兄，功德難以思量，可是，何日能與相見？未來的依止之路將如何？一切都是未知數。

「上師上師常相思，風吹楊柳舞柔姿」，這是當時寺院裡最常唱的一首讚頌的詞，雖然是大師兄用以寫下他尋找師長的心境，我卻感覺，那寫的也就是我的心境。

正當開始因爲師父的法語而對佛法生起強烈的信心，正當開始學習五大論，這時，另一股迷茫才正開始襲來。如果佛法的成就，根本在依止到具量的上師，那麼心中尋求佛法成就的我，如何親近我心中最深信的上師？

繁重的學習，充滿了每一天。晚課後，維那總會一敲大磬，高聲唱言「戒行持犯」。那意味著出家人進入了一天省思功過的時刻，眾僧序列走出大殿左右側門，天色至此早已昏黑，人人各有自己一晌寧靜的時刻深刻地思考。走到大殿廣場，仰望天，是星辰和明月，在滿天的星星中，你不知道哪一尊佛，現在正在哪一方世界，哪一顆星球上出現於世，正轉法輪？他，明明白白地知道你此時此刻的心，而你即便已將目光準準地投向他所在的星球，自己卻也不知道。往前看，一片發紅的塵囂俗世，就在不遠處，一不小心，來生又將滾入滾滾紅塵。往後看，大雄寶殿中的釋尊像，悲愍疼憐的眼神伴過我們朝朝暮暮，他永遠好像有話要說，卻又未曾聽過他說什麼？而大殿側旁的東寮房裡，師父就住在那，有一扇永遠亮著的窗，那就是師父的小佛堂。晚課後，我時常站在廣場裡，望著師父小佛堂的窗，問道：

「師父，我想跟著您，成爲像您那樣的聖人，您知道嗎？」

▲1996 年，在鳳山寺大合照。

只要你們不退

四

2002 年，我們住在鳳山寺的最後一年，我終於有機會將我的心聲親自啓白師父。當年的甲班，已剩下幾個人，年紀較長的同學，不是當兵了就是回到常住班了。我非常殷重地向侍者說明，希望我們幾位僅存的甲班，能在過年的時候供養師父，並且啓白我們的心願。

我們非常幸運地在師父的辦公室見到了師父。事實上，這是這一生，我們許多同學唯一一次的機會，在師父的辦公室向師父啓白。供上供養金後，我便向師父啓白了內心深處的希願，希望師父能夠親自帶著我們，教導我們，這一生

出家，才眞的感到有希望。

師父聽完，似乎有些感慨。師父簡單地說了他這一生求法的歷程之後，非常語重心長地說：

「你們這一批沙彌，進了寺院之後，我本想親自帶著你們。」

「可是這幾年太忙碌，沒有辦法抽出時間來，我心裡也很遺憾。」

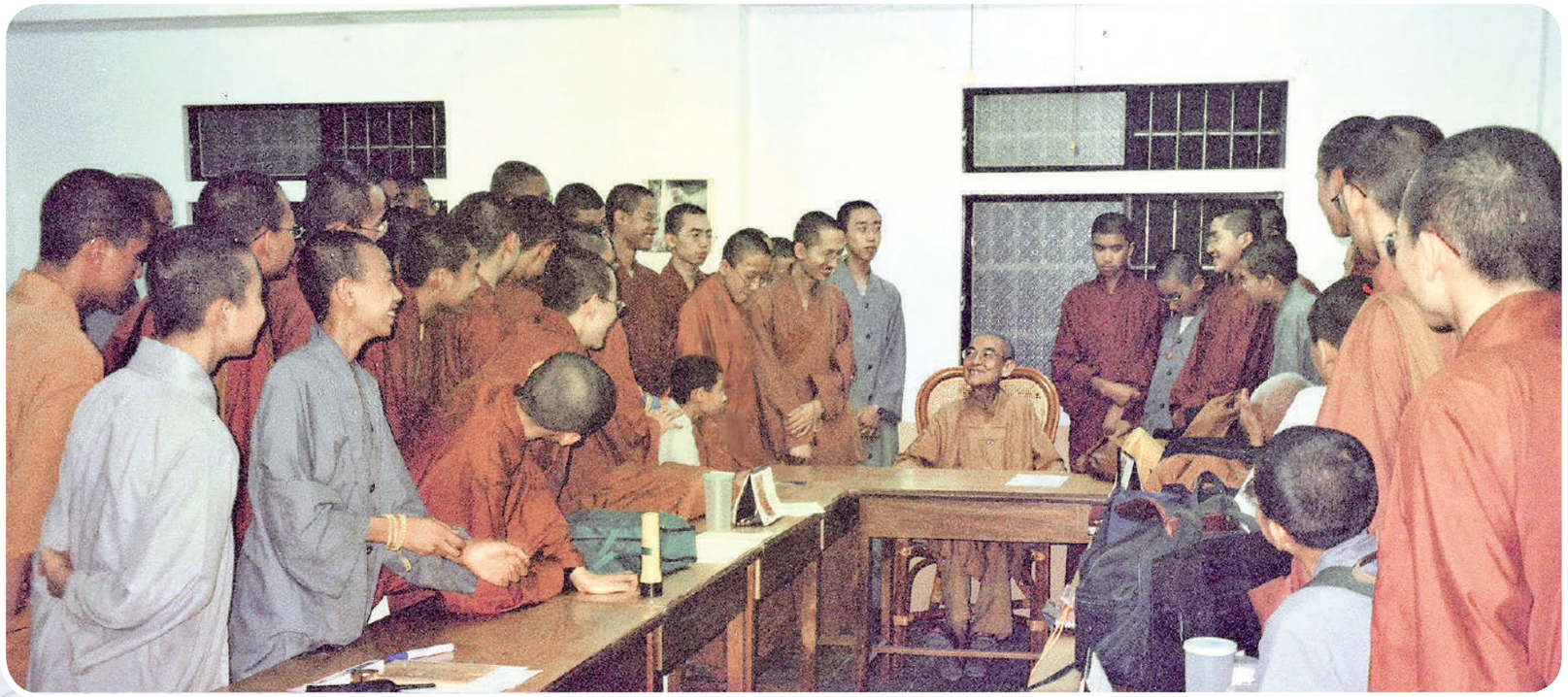
「很多人都說，現在是末法了，便以爲現在沒有圓滿的教法，沒有可修的正法，沒有圓滿的善知識，自己便放棄學修圓滿的教法。」

「可是，我不這麼認爲。」

「正法，不是看時代、年代的，正法存在人的心中，我這一生，親眼見到心中有證量的人，這樣的人眞眞實實存在於現在，怎麼能夠說現在是末法時代？」

「我親自碰到這樣的人，眞眞實實地碰到，你們中間所有的人，我向你們保證，只要你們不退，我會親自把你們每一個人，送到這樣的大善知識面前。」

十多分鐘的談話結束了，我知道，師父明白我的心，他已經以泰山之重的誓言，給了我一個永恆的許諾。這個承諾，一定會兌現在未來的某一天。



◀2001年，日常老和尚在雲林大悲精舍。

依舊堅毅 眼神

五

2003年，我們從鳳山寺移居到大悲精舍，那裡有一間師父的寮房，但是師父很少住在那。當時園區剛成立不久，師父大部分的時間都在園區。我們除了偶爾與大眾一起聽到師父的開示之外，很少見到師父了。

那一兩年，聽說師父的法體欠安，身體越來越瘦，而且說話也越來越喘。這麼多年來，師父的身體一直不算太好，所有師父的弟子都知道，每一堂課，師父一起始講法的聲音總是非常小，但是越講越歡喜，無論師父身體多麼不適，講法到最後，聲音總是非常地有力。但是一回到寮房時，卻馬上就體力不支而躺下了。雖然師父的體力不好，但是大家都知道，一談到法，師父就會好起來。

但是這一次，太久了。久到快難以算出到底多久沒有見到師父、聽到師父如往常那般講法了。

有一天，法師帶著我們到園區，那一次，我們有機會見到師父。當時師父在寮房裡休息著，我們人不少，但是師父沒有力氣走到外面的客廳來。師父只能在房間裡，由侍者扶起身來，我們所有人就擠在門口，人人踮著腳，看一眼師

▶2004年，日常老和尚法照上橫聯，去去就來。

永遠都在意加持

六

父，聽一席師父的話。

太久沒有見到師父，也太久沒有聽到師父的聽音了。即便只看到了一眼，即便只聽到了幾個字，那一瞬間，也就夠震驚的了。師父太瘦了，每一個字都是喘著說出來的。

師父幾乎是用盡力氣坐起來，跟我們打了招呼，雖然師父也講了一些話，我的注意力卻完全無法集中，一句也記不得。在師父虛弱的外表下，唯一記住的是他的眼神，依舊是那麼堅毅，一點點畏懼也沒有。短暫的見面結束之後，我們相互之間異常的沉默，似乎心裡都有話沒有說出來。

幾個月後，聽說師父準備去內地了。離開的時候，師父坐著輪椅，向大家招手。我們先前見過師父的人，不禁心想，師父現在的身體究竟如何了？是怎麼撐著這樣的身體上飛機的？師父也很久沒這樣遠行了，此行的目的又是爲何？想著想著，心中直覺這個問題還是別再想下去了。

師父出門幾天後，所有上座和學長也都出門了。我們所有僧眾也都集體上了鳳山寺，一路上，僧眾全都在誦念〈密集嘛〉祈求。接著僧眾們開始演練迎請的儀式，我也勤練吹嗩吶。這場迎請法會，即將有眾多的僧俗四眾參與，但是我們還不能確定我們所迎向的是什麼。

那一天到了，僧眾率先集合起來了，這時上座學長們也已經回到寺院。或許有人心中有數，或許有人全不知情，或許有人就是不願往那裡想，但是那一刻還是會到來。當上座全部坐上講座，宣布師父示寂的那一刻，我的頭皮整個發麻了。我終於驚醒了，之前用了各種自我安慰的理由來解釋這一切不尋常的事，令自己心安，讓自己不再多想。至此，什麼理由都騙不了自己了。上座們宣布完，我跑到棲鳳塔暴哭了一通，我不想暗自無聲的飲泣，這一刻的到來，誰都不能阻擋我的悲嚎。

一會，我就要戴上黃帽，披上緞衣，我知道，迎請儀式正式開始時，我定得忍著鼻酸，甚至是嘩嘩的淚水，完成這段迎請。無論多麼難受，在這個重要而無法重來的時刻，我得做好我的事，不能有任何的差錯。

車終於到來，當師父的法照與舍利從

您沒忘掉 七 您的許諾

綠度母示意圖，編者攝於首都博物館。

車上迎請下來那一刻，我的淚還是隨著嗔吶聲的響起而盈眶。我的心裡在問：「師父！您答應過我的事，如今誰來完成？我已見不到您了，大師兄也不知道在哪？您答應過我的事，誰來辦？」

寺院裡還有一位淚流不止的人，那是我的另一位老師，如月格西。

從他知道師父示寂的那一刻開始，連著好幾天，我未曾見過他眼淚乾掉的時候。從早到晚，從醒來到睡前，送餐時他流著淚，請他爲大眾開示時，他依舊流著淚。那幾天，他總是不停地說一句話：「啊！師父示寂了！」正在學習中文的月格西，一心一意就希望聽懂師父的開示，在他心中，師父就是噶當派修心的祖師再來。他請師父爲他取法號，成爲師父的弟子，如今這場越洋學法的夢，也正式破滅了。

師父示寂後，格西在一次開示中說：「上師的意加持，永遠都會存在，但上師示寂了，身加持不再存在了。」當我看著格西對大眾這麼說，我做爲翻譯而複述著格西的話時，心裡隱隱想著：從今以後，就該這麼永恆地傷心下去嗎？

那些日子，只剩師父法照上的那句橫聯最能安慰到我：「去去就來」。

一個多月過去了，如得法師找了我和另外四位沙彌，告訴我們要出遠門了，這一去，也不知何時回來。讓我們準備多一點保暖衣物。說這次去，是要去個高原。

「青康藏？」這是我們最想聽到的答案。但不是。「蒙古？」也很好，但也不是。法師不再多說了，我們幾個只好偷偷地去找地圖，看看哪裡還有高原。

臨行前一天，淨遠法師找我們幾個做前行，說：「你們都知道大師兄吧！」「知道！」我們點點頭。「你們都知道他就是師父的接班人吧！」我們心想：「這個，沒說也猜得到。」還是點頭。「你們都知道他是女居士吧！」

「這……這……這哪會知道啊！」我們沒敢支聲，但是心裡的聲音卻比天還大，不過，該點頭還是得點頭。我突然想起「葉公好龍」的事，前些年來，我曾天天偷偷地繞著度母塔祈求道：「如果您眞的存在，何不化現在我眼前？」如今眞要靈驗了，卻驚成這樣。

帶著這個霹靂般的消息，坐上了這一輩子第一次飛行的航班，原先的雀躍變成了奇異的感受。一路上，我一直想，人生中該要發生的那件大事，在之前幾近絕望之後，如今卻好像就要發生了。

安單後的第二天，我就見到大師兄了。而從那天起，他就是我人生中第二位根本上師。整個過程中，我全身發抖著。不是因爲冷，不是因爲害怕，也不是因爲緊張，那麼發抖，似乎是迎向不可思議的宿命時，心中的興奮。一場開示中，我急著發言，用著顫抖的聲音，把我多年來積在心中的問題一個個問向老師，聽受著他一句句的解答。從此我篤定了，我就是要跟著他。

未來的半年中，老師用盡全力爲我們宣講《廣論》，並以「廣論穿線」命名這次的開示，言到興起處，四、五個小時也意猶未盡。聽著老師在《廣論》開示中，如何闡述著師父一切所言所行的意趣，心中的結開解了，心中的花綻放了。那每一句話，都像珍珠寶石般珍貴。求法期間的每一天，我們都用大量的時間，將這些開示一筆一筆寫下，直到關節疼痛不已，方肯罷休。半年後，我因兵役而回臺時，行囊中收著一大疊手抄稿，回到寺院時，看著師父的尊勝塔，我跪在塔前向師父說：「師父，您沒有忘掉對我的許諾！我見到他了！您想把我託付給他的那個人！」

興藏師心

◀2020年初，冬季的傳燈寺全景。

一切都沒關係

八

十五年過去了，今天，師父，我想到您，還是一陣鼻酸，還是淚流滿面，在夜半，一邊哭一邊把這一切寫完。

弟子眞的很想跟您說：師父，十五年來，老師眞的很辛苦，但是我們眞的撐住了。我也跟著他跟到今天了。那些不足爲人道的一切經歷，除了我們，只有您會知道。

您早也料到了風風雨雨，您早也就說那一切都沒關係。您早說了只要我們不退，您會把我們送到他身邊，即便我不是您親自帶到他身旁的，我也知道是您的願力帶我過去的。

十五年來，有人不在了，有人變心了，有人越來越疏遠了，可是有一大群人還在，我更是聽著您的話，活著死了，弟子都在。

您不負我，弟子能負誰？

您知不知道，老師已經帶著我們把五大論學完了？您知不知道現在已經有十多個班在學五大論了？您知不知道老師已經把譯經院建立起來了？您知不知道在冰天雪地裡，我們蓋了傳燈寺，蓋了妙音佛學院？您知不知道明年（2020年）根本道場的華藏樓就蓋完了？我知道您早就都已經預料到了，但是我還是好想此時此刻就在您身旁，聽您說一句：我都看到了。

早該團圓了，不是嗎？您當年答應了，去去就來。

久旱南加降甘霖 迎來 老師親說法

——感恩節前夕開示、圓根燈會傳燈

攝影／釋性就

▲南加開示前，學員為爭取靠近老師的機會，一早就擠滿了中心。

生活中，如何看見佛陀的功德？學習佛法，如何擺對重點？在感恩節前夕的開示中，真如老師說關鍵。為什麼要背誦經典、閱讀《起信津梁》、看法師為正理交鋒辯論？圓根燈會時，真如老師條分縷析，並親自傳燈，帶學員一同憶念宗喀巴大師恩德、趣入《廣論》，發願追求一切智智，永不退心。

感恩節 幸福時刻

老師翩臨南北加

文／陳卓君

2019年十一月，白天的南加州，依舊溫煦如初夏。下旬的某一天，「真如老師要來南加了！」消息口耳相傳，直到二十四日如法法師分享「師長僧團功德」後，宣布老師將於感恩節（二十八日）前夕為大家開示，所有人熱切之心飆到最高點！

一十六日氣溫驟降，久受乾旱所苦的南加，似乎聽聞到善知識翩臨的消息，降下甘霖般的雨水，洗滌塵埃；二十七日下午，天空出現一道絢麗彩虹，迎接老師到來！風雨濕冷的夜晚，空氣格外清新，安頓著一顆顆熾熱的心！

非常感恩老師這次排開原訂行程，提早兩個月來關懷南北加，因適逢美國感恩節，又十二月一日將舉辦圓根燈會，老師表示願意等待我們過完感恩節假期，爲大家主持圓根燈會，並與大家合照留念。誠如一位法師說的，「老師這次爲南加破天荒加碼，一場接一場，眞是非常隨喜大家！」加州的弟子實在太幸福、太有福報了！

南加好幾位學員原本計畫感恩節要出城或回臺灣，爲此紛紛改變計畫；也有許多學員當天要上班，爲了避開下班時的交通壅塞，許多人請假幾小時提早離開公司……下午五點，中心（洛杉磯福智基金會）已經擠滿人潮，大家非常有秩序與歡喜地等候，期待與渴望的興奮寫在每個人臉上，這一刻終於來到！

◀期盼已久的相聚，祝願連綿的幸福。

老師見到大家後第一句話，便說:「很抱歉，太多年都沒來成，去年是差點來成，今天終於成了！所以我非常開心能來這裡見大家，因爲一直掛在心上，覺得好像欠你們債一樣。眞的、眞的，我一直在心裡記掛著說，今年千萬不管怎樣因緣，一定不要錯過了。」許多同學已經熱淚盈眶，滿心的激動與感動。南加讚頌團的黃兆穗一直望著老師，眼睛都捨不得眨一下，內心裡是難以形容的喜樂！

柴米油鹽中跟佛連上線

老師含笑凝視著大家，臺下同學也投以熱切激動專注的目光注視著老師；「大家有進步嗎？有認眞上廣論嗎？」老師問；「相信自己是佛的獨一愛子嗎？……至少會認爲自己是佛其中的一個孩子嗎？」老師關愛的眼神注視著大家，又拋出第三個問題：「最令自己嚮往的佛功德是什麼？」老師用問答方式讓同學思考，有人回答「語功德」，有人回答「悲功德」。

老師說，要憶念佛陀功德，因爲佛陀是眞正有能力引導我們如何走的人，藉由聽聞佛法進而改變我們的思想、語言、行爲以及命運。老師提醒我們，在柴米油鹽的日常生活中有跟佛功德連上線嗎？在感受南加溫暖陽光或下雨時，可曾想到這些都是佛陀加持賜予我們的？還有吃飯前供養三寶，這也能和佛連上線……原來，在生活中，我們可以如此地跟諸佛菩薩在一起；老師的話語瞬間轉變了弟子們的心續！

學習廣論十三年、兩年前到廣福當義工的呂穗蓉感恩地說：「每當在境上困頓時，總能夠拿老師的教誡來度過難關。《希望新生》、《心之勇士》都是給我力量的泉源。每日的『全廣』，與同學共學都有提策修心的點。晚上再手抄一次共學的重點，串習一日的聞思。現在聞思的時間多了，衝動少了，非常感恩老師的說法恩。」

來生苦才是極大恐懼處

老師問大家：「害怕死亡嗎？」老師說，許多人面臨現實最大的痛苦是「愛別離」。

北加的王華國聽到老師這席話，已經熱淚盈眶，因爲摯愛的哥哥往生一年多，至今無法走出內心的傷痛。南加前支苑長雷聲，今年六月痛失三弟，至今仍驚痛不已！即使學佛多年、也投入法人事業的石惟眞，想到這一生生命結束時會如何，還是覺得害怕沒有把握。

老師要大家想一想，「自己是害怕死亡，還是害怕墮三惡趣？」這一句話，驚醒所有同學！

是！我們害怕死亡，我們爲痛失至親而憂戚，但是「死後往哪裡去？」卻鮮少有深刻思惟。

老師點醒，我們擺錯了重點！死後不是全都沒有了，在無限生命中，我們的心識會不斷地繼續下去，後世乃至盡未來際，它將會去哪，才是我們應該專注的重點。老師指出，「若不思考來生，來生的苦才是極大恐懼之處。因爲我們不知道自己無始以來造了多少惡業，不曉得何時感果。」

老師有一個非常美妙的比喻，這一生如有百歲，在無限生命中，也只是如流星快速劃過般的短暫；而後世是盡未來際無限的長，這兩者如何能比？若是這一生死後下墮惡趣，餓鬼有五百年到一萬五千年的壽量，有誰受得了？這樣淺顯易懂的比對，一語驚醒夢中人！

◀北加學員親手製作祈請手冊供養老師。

住在聖地牙哥的陳昭文表示，老師的這段話有當頭棒喝的警醒，他說，學習《廣論》五年，也參加了淨智營課程，他對無限生命的了解，是人死後心識會持續流轉，只要好好做人，學習佛法，無論如何流轉，終能成佛；但他忽略了人身暇滿難求，這一生若不努力希求增上，如何保證下一生有繼續學習佛法的機會？所以學習佛法，皈依三寶，珍惜暇滿，努力增上，我們的無限生命是很有希望的。

在多倫多的肖琳，特別喜歡聽老師講法，她說，老師的開示總是讓她覺得生命很有希望，老師的剖析讓她覺得不再懼怕死亡。肖琳說，「老師講話的詞句非常優美，又如此深刻地契合內心，我很想把老師的每一句話、每一個字都烙印在自己的心中，讓自己的心就成爲老師的話！」

嚴嚴密密將護弟子善根

老師帶出了皈依二因：怖畏三惡趣苦、深信三寶堪能救護。老師說，「我們得找個方法讓惡業不要先感果。然而這個方法只有佛陀知道，只有他能救我！」

住在阿肯色州的楊小萍，二十六日下班後直奔機場，飛行八小時來到南加，只爲能在老師座下聆聽教法。她說，「老師的開示讓我清楚知道，專心依仰，必無不救！學《廣論》的人不怕死，因爲跟著師長，對佛陀修信、念恩，改變生命的按鈕就在我的手中，我可以把惡趣門關掉，把善趣門大開，解脫的按鈕就在自己手掌中！」

北加的林盟聰很開心老師覺得可以對我們講這個沉重的題目，「因爲這也是我很在意的事情。希望在死亡到來那一天，我不是不知所措，而是準備好的狀態，很歡喜地迎接下一生的到來。」

老師關心我們是否有聽「全廣」？有專心聽嗎？老師解釋說，正聽聞時，我們沒有在造惡業，也不會去罵人，整個身心都與善及慈悲相應。老師提示說，佛陀的很多功德並非一蹴即成，背後一定有諸多原因！我們應不斷聽聞思惟，改變行爲，才有辦法眞正修行。能體會到佛陀功德及他對我們的饒益是不容易的，這還是要靠我們多聽聞，因此上課很重要。

「廣論課別缺席，每天勤聽全廣要專心！聽聞可喚起我們宿世善根。」老師叮嚀著。

一個小時飛快過去，老師拿起手上一疊講稿，「我有很認眞準備內容，還有很多還沒有講，知道大家要與家人團聚，我願意等待，等過完節，再爲大家說法。」善知識的悲心，清晰可見。

老師送給現場每位同學一顆水晶加持物，微笑地說：「就算沒有水晶球，我也可以知道你們在做些什麼事……」其實，這是老師對我們念茲在茲的一種掛念。

臨行前，老師囑咐了兩次：「過節，不可殺生，不要放逸！」老師愛護同學之心，嚴嚴密密，深怕大家一不小心就造下墮惡趣的因！

謝謝老師給了我們一個美好難忘的感恩節！

▲我們一起向宗大師發願生生世世追隨師父學弘清淨圓滿教法。

跟著老師發願傳燈

南加圓根燈會 學員法喜滿溢

文／陳卓君 攝影／釋性就

2019年適逢宗喀巴大師圓寂六百年，十二月一日南加隆重舉辦圓根燈會，眞如老師親臨主持，如淨和尚、如俊法師及多位法師同行，與四百多位學員齊聚一堂，一起憶念宗大師無與倫比的巍巍功德。

老師開示：宗喀巴大師的教法是以聞思修爲主，背誦經典可以幫助我們更容易深入法海經藏，是僧團法師每天自修時很重要的課程。許多人感謝老師十多年前就推動背書，讓背誦聖人經典在世界各地蔚爲風氣。每次看見法師背誦《菩提道次第廣論》、《辨了不了義善說藏論》等經論，總是很激勵著我們立誓效學，這是此生一定要養成的習慣。

接著，如密法師和性華法師對「教正法和證正法的次第」做了中文辯論，辯

論的內容雖不一定了解，但是大家非常享受法師揣著念珠，擊掌踏步，正理交鋒的思辨問答。後來老師提到爲什麼要學攝類學，提到宗大師說不要滿足於最初的定解，要繼續第二輪、第三輪……的探索，老師再再提醒我們現在所做的一切都是爲了追求一切智智。現場所有同學都強烈感受到老師那份照顧弟子的慈心和悲心——願將所有的時間用來教導我們，就怕我們不學，擔心我們受苦的慈母之心，令許多同學眼眶泛紅，感動不已！

接著老師導讀克主傑大師造的《起信津梁》，引導大眾深入了解宗喀巴大師的悲、智功德。

對於大師而言，對現世名聞以及任何輪迴盛事，都不曾生起欲求的貪愛。在接受最上妙的供養時，立刻就會現起諸行無常的想法，救護一切有情的悲心，以及想要承事一切佛菩薩的信心。而我們的日常師父，也在這一點上示現得非常地皎潔。

而當年大師在其最初以聞思爲主的階段，也顯現了不可思議的精進力，並且今生所作一切聞思修，都完全不摻雜垢染意樂，不自主地被一心一意追求遍智的目標所牽引，絲毫不曾爲了戰勝他人、得到講說無礙的辯才而努力。

老師再再以大師的行誼提策我們，學習教典時，不要滿足於最初得到的定解，最初確定的東西，要再用細緻的理路去琢磨，把像頭髮絲的千分之一的疑惑都挑出來，然後詳細地理解清楚。

由於大師的恩德，我們現在才能夠趣入《廣論》，學到正確的聞思修次第，單就這一點，是所有人都難以報答的！老師希望大家千萬不要離開廣論班，讓廣論班成爲最快樂的一個地方，彼此有著像親友般的凝聚力，身在其中會不知不覺地學習教理、不知不覺地向內調伏，我們這一群人認眞地學習、修持，特別在這樣的時代裡有非常大的福報！

最後，老師帶領大家供燈，在莊嚴肅穆的儀式裡，大眾抬頭仰望著老師，老師仰望著世尊，專注虔誠的眼眸，凝聚出熠熠心光，佛陀的般若智慧，藉著師長的言教，傳遞給無量有情。大眾跟著老師一句一句發願回向——「生生世世追隨師父學弘宗大師教法，直至成佛，永不退心！」

圓根燈會結束的午後，老師再次回到現場與南加同學合照，讓幸福滿分！

▲領糖果前先告訴老師你要學廣論嗎。

學員心得分享

好多口訣，埋在全廣裡

聽到老師說「毗缽舍那」裡面破除很多我們心對境的錯誤安立，突然覺得雀躍不已，希望早些能夠聽到宗大師的理路來破除自己內心的錯誤。謝謝老師來，住進了我的心，牢牢地，加持著我。今天聽「全廣」的時候，覺得老師就是特別爲我說的，讓我知道我已經跟著善知識走了那麼久了，才能有些條件，聽到圓滿教法，有一點具辨善惡的能力。不會斷煩惱沒關係，就是要繼續聽，繼續學，一定會累積善根，磨練寶劍。不然有的時候眞的有點洩氣。老師來帶給我們好多希望，老師把好多口訣埋在「全廣」裡面照顧我們。無比感謝老師！

（李枏，南加宗行班學員）

我沒有脫隊，一直都在這裡

1996 年十月，我第一次參加皈依法會，那時也是在南加，師父主持。時至今日，想跟師父、老師說：我沒有脫隊，一直都在這裡。印象最深刻的一句話：

▶法師們對「教正法和證正法的次第」做中文辯論。

◀在師父用過的書櫃前，與南加讀廣論四十年的談王雲美居士合影。

生生世世追隨師父學弘宗大師圓滿教法，直至成佛，永不退心。

感恩老師爲我們開啓了閱讀跟領受《起信津梁》的加持。從老師的導讀，我們也更了解師父深邃的功德。希求老師繼續帶領我們學習宗大師的傳記。沒有老師引領我們學習，我們怎能領悟其中的任何一點內涵？

（鄭淮潔，南加宗行班學員）

饒益心，不因時空變淡

老師在師父示寂後這麼多年，帶領著僧團繼續勇悍地走，弟子們才有一個僧團可以跟著學習。對於世界各地的弟子，老師想要利益我們的心，不曾因爲距離和時間而變淡。每一次看到我們的時候，都在問我們有沒有好好地修習善業，透過各種說法讓我們對於佛陀教法生起信心。這是老師對於弟子們，像是宗大師、師父對於我們一樣的饒益。

（林盟聰，北加善行班學員）

我們，何其有幸

感謝老師宣說大師的功德，當下內心即生起對大師更崇高的景仰，如果能得到如大師心中皎潔的出離心，遠離世間貪著，不斷增長皈依，更精進於自他利的菩提心，那將是多麼的殊勝！我們是如何的幸運，能與老師、僧團相聚共同憶念大師，在同一個時間，一起供燈發願，生生世世追隨師父學弘宗大師清淨圓滿教法！

（王喜文，北加備覽班學員）

孩子與我，重啓背書、拜懺

感恩老師在法會中請法師們背《廣論》，我跟大兒子說，一位今年才十五歲的沙彌將整本《廣論》快背完了！他們每天花兩小時背書，大兒子聽了後，就重新開始背《孝經》。小兒子最近爲了每天能有善行供養眞如老師，也開始再重新背《弟子規》。

特別喜歡您講《起信津梁》的部分，好讚！在講說宗大師功德的同時也說師父的功德，他們建立教法，利樂有情的無染利他心是一樣的！

您以宗大師一心勤求至言密意的功德，不滿足於最初的定解，會再再深細去了解探究，提醒大家學習經論不要滿足第一輪的探索。還有您提到宗大師勤苦淨罪集資：拜懺，供曼達，恆不間斷的修持等等，提醒大家一定要拜懺，不要間斷。所以這幾天弟子又重新開始拜三十五佛懺。

（李玉芳，南加備覽班學員）

▲老師親臨主持南加圓根燈會。

數思佛德 虔皈三寶

真如老師南加開示記要

文／福智僧團學僧　攝影／釋性就

2019年十一月二十七日，眞如老師親臨洛杉磯福智基金會，在這場久違的會面中，善知識必然精心鋪設了盛大的法筵，作爲師弟相逢的最佳贈禮。

沒有太多的寒暄及閒話家常，老師選擇直趣主題，毫無保留地表露滿腹「肺腑之言」，帶領這群長久學習《菩提道次第廣論》的五百居士，深入探索經論的密意。

「我們每天來中心看著佛陀，你覺得是佛像嗎？還是有眞的佛陀安住在這裡？」老師問道。

談到「皈依三寶」，有人可能直接聯想到——拜個師父、領個皈依證，或者到佛前上個香，但身爲一個佛弟子，佛陀的出現代表著最深的救拔和最強的力量，我們必須一再地去醒覺它。

老師直白地說：「三寶功德要刻意緣念。」而如何生起緣它的心？聽聞。聽聞將會喚醒我們內心宿世的善根，去緣念那些似乎與現在的生活無關，而卻非常重要的事。

那件事，叫作「苦」。不僅僅是眼前能夠體會到的苦，我們的目光更須穿越死亡之苦，望向來世。死苦何其令人怖畏，然而死亡並不是澈底消失，也不是最終盡頭，而是面對來生的關口，未來會擁有什麼樣的身體，取決於今世的修爲。當我們望向來世時，會頓時發現善趣和惡趣就在一線之間。

不願意來世在三惡趣中煎熬，想要來世再得到人身，所以會非常愼重於自己身語意所種下的每個因。好比做生意者勤於計算利潤，我們也該精打細算來生的果報。善於盤算之人，必定首先迴避生命最大的痛苦——墮落惡趣。

這是今晚眞如老師特別提醒的一點：怖畏惡趣。

老師進一步提示：面對如此深重的痛苦，接下來應該思考的問題是「有誰願意幫我們迴避惡趣？」唯一的答案，只有佛陀，因爲他能救，也願意救，而且不需要我們做什麼，只要誠心皈依就好。

宗喀巴大師在《廣論》皈依三寶中，清晰地指出皈依三寶的原因：「總爲二事，由惡趣等自生怖畏，深信三寶，有從彼中救護堪能。」

所以，老師叮嚀著每一位佛弟子，每當看到佛陀、想到佛陀的時候，要認眞地思考：他對我們生命最深的饒益就是遮滅惡趣，進而遮除整個輪迴的痛苦，乃至登地、十地，最終成佛。然後，虔誠地皈依佛陀。一旦內心掌握了這些內涵，翻轉生命的按鈕也同時在你手裡。

眞如老師常說：「修行，關鍵在於改變我們的思想。」改變思想，則從聽聞開始。老師輕輕地闡述看似沉重的主題，詮說著《菩提道次第廣論》中悠遠的諦理，期待它能夠變成我們的心續，變成我們的思想，變成我們的語言，乃至變成現在和未來的一種生活方式。

皈依三寶的修行，就在時時刻刻、心心念念中，關閉惡趣之門，開啓善趣之路。

越鄉花開

文／曉路

法不孤起，必仗緣生，師父是為了很多很多人，大家的善緣聚集在一起，善的資糧聚集到這一分的時候，運用我們善的資糧來度化我們。

——真如老師

截至2020年二月爲止，根據勞動部報告，在臺灣從事勞動工作的七十一萬九千多位外籍人士中，有近二十二萬二千人來自越南，僅次於印尼。幾乎每一百個臺灣勞動人口中，就有一點八五位來自越南。

這群在異鄉打拚的異客，因著語言文字、生活習俗的隔閡，孤寂心靈亟需慰藉。

從中文趣入

福智正好可盡一分力，透過研討班紮實的基礎和經驗，以佛法照顧有緣接觸到的道地越南人與在地臺商、越裔美國人，以及在臺越籍移工、越籍配偶、越籍學生。其中人數最大量的，是在臺灣的越南人，尤其是越南移工。

福智研討班要如何將佛法傳播給在臺灣的越南人呢？如得法師說：「先給他需要的，才能把法給他。中文是他們直接的苦樂問題。」因此，福智研討班開設中文班，教中文，間接澆灌以心靈、佛法內涵。「在教中文的過程中，也教很多心靈的內涵，相信對他們的工作、生命成長，都是有幫助的。他們未來回到自己的國度，就是那裡的種子。」也因爲希望學員越來越提升，如得法師將班級名稱取名爲「越昇」。

遍地開花

「他們即便現在不學佛、不學《廣論》，在教材裡學習到因果概念、觀功念恩、代人著想，對他們成爲好人也是很重要的，這也是師長的用意。這就是一種接引福友的、很方便的內容。」「這一輩子他跟師長結個緣，就有機會。把時間拉長來看，視野放廣一點，心胸放大一點，凡走過，都是功不唐捐。」依著真如老師開闊的胸襟，如得法師帶著大家跨出慈悲而積極的步伐。

李永晃幕僚長表示，所有三界六道的有情都應該是我們要關顧的，而把宗大師教法推展到全球也是師父、老師的心願。一直以來，我們秉承師長的悲願，努力地在世界各地耕耘了許多國家。

現在別具業緣的是，這群東南亞朋友來到了臺灣或工作或讀書，「我們正可以幫忙他們在生活上、語言上，乃至觀功念恩等一些團體核心理念的學習；不論將來他們選擇回國或留下，都可以把這些所學再去幫助別人。」幕僚長以「傳遞」的概念說明越昇班成立的用心。

寫在報導之前

進入全臺越昇班報導之前，先為讀者獻上一道開胃菜，品嚐已開花結果的學修芬芳——三位越南移工在福智斗六及臺北越昇班學習中文的心得，藉此概覽越昇班。

三篇皆學員語錄，一是在臺南開班說明會上以舊生角色鼓勵新生，一是回越南前在法師關懷時有感而發，一是課堂作文書寫我的老師，言語間洋溢著人生因為來到這裡而躍升的感動。

分享人：
黎氏月
2019.3.31 進斗六越昇班

首先，我向今天參加開幕式的老師和學生問好。我的名字叫黎氏月，是從雲林斗六越昇班來的。到目前爲止，我在中文課上學習了七月以上。很多人仍然問我感覺如何，並叫我評論這課程的感受。

在我上學之前，在公司的時間很無聊，因爲每天都一樣重複著去上班，完成工作，上床睡覺，滑滑手機，週末約朋友吃飯，閒逛……那時我是一個非常直率的人，總是首先考慮我的感受，沒替別人著想。

但是參加越昇班中文課後，情況完全改變了，我花更多的時間學習，上班時間仍然複習生詞。下班後，複習書本課程及寫作業。一天過了一天努力給我感覺生活有意義多了。我的個性也變得更精緻、平靜，我變成會聆聽別人並知道如何將心比心。

還記得開學那天，我很驚訝，因爲當我到達時，有很多熱心的黃色背心護持人員，學校的環境非常乾淨、通風，有電腦、電視和空調。我眞的沒想到免費教室有這麼好的學習環境。

最特別的是老師們非常友善，在學習的過程中，我感到老師不斷改進學習的方式讓學員能夠適應，幫助我們更快、更有效率地吸收知識，生動課程使我們很有興趣，想要學習。除了學習中文以外，我們也學會了當人的道德。

學與習一同進行， 除了專心念書，在課外活動我也絕不會缺席。我可以到從來沒去過的地方，還可以拍好多漂亮風景放到臉書上喔。最重要的是，每次活動之後，我們都可以吸取有意義的教導。

每位學習中文有自己的目標，對我來說，我想回越南後能找到一份更好的工作和更高的薪水，所以我每天都在努力邁入已訂出的目標。

你們也一樣，我不知道您的學習目標是什麼，但肯定這課程會在將來對您有很大幫助，你們在這裡學習不需要帶特別的東西來，只需要您帶您的心，開開心心努力學習，保證會達到自己想要的終點。

祝大家一起成功。

分享人：

阮氏香

2017.11.5 進斗六越昇班

各位老師您們好，同學們好。我在臺灣工作已經六年了，在越昇班學習也是兩年多了。時間一直走，它不會停住，人生總是不能一直站在一個地方，我也是一樣正在倒數時間離臺灣回越南。有時候我想，如果我手掌有「神通」的能力我會延長時間跟著各位老師和同學學習，是因爲我所學還不夠，還想要各位老師指導，想您們保護的。

兩年中在越昇班學習，我感到這裡是我的第二個家庭。從開班那天到現在每次來學習我都非常開心，有老師們教導，有同學一起學習，一起做善行，一起去玩。上課時候除了學到中文之外，另外重要的是老師們會教導我做人的方式，怎麼做好人，如何做讓我的生活、我的命運能改變更好的，並且「了解怎麼是無限生命」對我來說這是個很重點的。（謝謝各位老師！）

在越昇班學習我經常收到福智僧團的法師的關心，關心我們在臺灣的工作，生活有沒有困難，關心我們學習過程，關心我們未來的工作。（謝謝您福智僧團！）

雖然要快回越南，但時間跟著老師們，跟著越昇班同學，我永遠不會忘記，我會記得老師們教導，把您們的所教變成大力量幫助我的行業、我的生活。

希望以後還有機會在越南遇到老師們和同學。謝謝您各位老師，謝謝同學們。祝各位老師天天快樂，祝同學們學習進步。

分享人：

裴玉深

2019.9.22 進臺北越昇班

看完這段影片（註）我就哭了，這段影片打動我的心，給我知道沒有爸媽，家人的愛、關心，但還有老師。

老師是我們一輩子的貴人，我自己也有一輩子貴人就是老師，在我國中一年級的時候，我以爲沒有辦法再繼續讀書——媽媽一個人要養我們姐弟兩個是沒有辦法。我媽幫人家做衣服，拿工錢買米都不夠，怎麼有錢給我們讀書，媽媽說我要休學在家幫做衣服給弟弟讀，我哭很多，可是沒辦法。

我開始沒去上課，第一天，二天，三天老師沒看到我，老師問同學，到我家找我媽，一看到老師我躲起來，老師跟媽說很久，老師叫我過來，拿課本給我。老師教我功課，老師幫我們跟學校講，我們學費變少，老師常買文具給我，媽媽改變給我去讀，我跟媽媽說讓我讀半天，半天去幫忙賣東西。

有了老師，在黑暗的時候是我們的光明；孤獨的時候是我們的朋友；在迷惘的時候，引領我們了知抉擇取捨。美花老師我愛您，我永遠不會忘妳。每一個人成功在背後都有一位貴人，都有故事，我的故事寫不完。我很感謝每一位貴人，我媽，我的老師。

註：2019 年十一月十七日，臺北越昇班教室，同學們剛看完一部改編自泰國眞人實事的廣告影片，紛紛在小組裡發表心得。片中男孩因爲罹患自閉症，做出各種旁人無法理解的行爲；男孩的老師爲此認眞研究自閉症、陪伴男孩走出嶄新人生。

越昇，起飛！

——開班說明會話真情

文／可夢　　圖／越昇班提供

福智在臺灣照顧越南人，陸續於全臺開設「越昇班」，透過教中文傳遞佛法內涵。非專業中文教學出身的福智，要如何接引越南人？帶您一睹臺北開班說明會……

2019年九月二十二日，福智臺北越昇班正式開班，在臺越南人又多一個學習中文的地方。

臺北學苑附近偌大的教室裡，一百多個座位坐得滿滿，熱鬧烘烘，混雜著國語、越語聲音。前方幾十位是報名參加的越南年輕人，後方幾十位則是遠從雲林來的志工，他們也是越南人，已經在斗六越昇班學習，今天特別穿上印著大大四個字「傳遞關愛」的志工服，要用家鄉口音來幫忙傳遞福智精神。

簡單開場之後，主持人迅速切入參與者最關心的問題，在臺灣提供中文學習的管道很多，越南人爲何要選擇非專業出身的越昇班？雲林斗六越昇班總班長呂振榮，面對有緣來參與的越南朋友，簡潔有力地拋出福智精神——「我們都是一家人！」

上課像回家歡聚

越南移工平均年齡低，像此次與會者很多才十八、九歲，當臺灣大部分青年仍在求學時，他們已「獨在異鄉爲異客」。年紀輕輕便隻身千里之外爲家人工作賺錢，其孤寂思鄉之情，多少雇主能切身體會？

呂振榮如慈父般問著與會者：「誰關心你的工作？誰關心你的生活？誰關心你過得快不快樂？你被欺負了，會不會有人跳出來？」福智越昇班的與眾不同，在於不僅教中文，還要讓學員感受「家的溫暖」。

不僅僅學到中文

相見歡活動後，臺北越昇班班長莫少閒簡要說明班級經營理念、學習目標，請資深的斗六班學員上臺分享學習心得，讓新朋友對自己的選擇更有信心。

斗六學員黎文協分享，有次朋友思覺失調症（舊稱精神分裂，今已正名）發作，突然脫掉上衣奔上街頭，他擔心朋友發生危險，一直陪伴在身邊，並帶朋友就醫，直到狀況穩定才離開。從開始到結束，他願意花二十四小時陪伴協助，文協說是因爲在越昇班接觸了佛法，了解利他的好處，加上中文能力提升，幫助時明顯有實質效果。

學員學習的成果，是最強而有力的宣導。如同前文〈寫在報導之前〉，斗六學員黎氏月在臺南開班說明會上分享學習後的改變、阮氏香離臺前對法師和班幹部的依依不捨與感恩，字裡行間透露出，來福智越昇班後中文明顯進步外，這「第二個家」讓他們對生命有更深刻的體悟。

讓愛蔓延至越南

就在說明會進入尾聲之際，此次協助現場口譯的斗六班班長丁秋荷收到一通即時訊息，並轉述給與會者，說著說著，臺下一位越南女孩抖著身體啜泣起來，不斷用紙巾擦拭眼淚。原來那通即時訊息的內容，正是與她同在斗六越昇班學習的好朋友團氏河的進展——日前發現頭部一顆直徑八公分的腫瘤，經主治醫師評估，因腦瘤過大，須進行傳統開腦手術，傷口較大、復原期長。因此，醫療費團氏河負擔不起。經過短暫思考，呂振榮決定爲她募款籌措醫療費，請她放心進行手術。

越昇班除了教中文、提供身心支持之外，呂振榮對越南學員也有期許：「我們的師父、老師把愛傳遞給我們，我們傳遞給你們，你們再傳遞出去，回到越

南傳遞給越南人。」一個異鄉的「家」，打動了一群人的「心」，我們才看得到這些越南同學願意熱情投入全臺開班說明會，主動拉起未曾相識的手，一起向前探尋無限的可能。

有需要就有越昇

最後，在性愍法師的開示與鼓勵中，一場臺北開班相見歡結束了。但結束是另一階段的開始——越昇班起飛了！2017 年雲林首開，2018 臺中開班，2019 臺北、臺南，緊接著桃園、高雄等地……全臺各地陸續開班中。各班皆有僧團法師予以關懷支持——如臺北有如英法師、臺南有性傳法師，福智關心天下人願景如添堅翼。

看見異鄉遊子善良的眼淚、笑容和成長，國際發展股徐香蘭衷心期盼，未來哪裡有需要，哪裡就有越昇班。

後記：行到情眞處

開班不到一季，臺北班就跑出亮眼的成績，於全臺越昇班大會師時，朗誦〈老師的眞義〉、讚頌〈我的回憶〉，驚豔全場。

班長莫少閒表示，她清楚學員現在的處境，也明白將來應該把他們帶到哪裡，讚頌〈我的回憶〉，不只呼應異邦客的思鄉心情，且引用福智青年讚頌團（GCM）的演唱，更讓他們看到年紀相仿者的典範。

讀誦眞如老師的第一本法語書《希望新生》之〈老師的眞義〉，源自內涵與班級成員關係契合，也希望藉此讓同學親近善知識——踏上成佛之道前的第一個次第。

臺北越昇班班長莫少閒表示，出社會後第一次當學生是在廣論班，第二次當學生是在越昇班，學習之一包括學越文，因爲想更快速融入同學的生活。她說，跟這些天眞純潔、平均二十五歲的年輕人在一起，她學到怎麼「關懷」。

寒流來襲、疫情警報，班幹部於春節假期殷殷電話關懷，「某某某，你那邊好嗎？最近寒流來了，還有肺炎，你住的地方夠不夠暖啊？」

「老師，我沒有怎樣，我很好很好很好！」被溫暖的學員用滿溢的極喜回答，少閒班長說那股熱流彷若從電話那端噴發過來。

學員的勤懇好學也感動著她。許多人是擠出一週唯一的假期來上課，其中學員陳秋紅不論在課堂上或回家後，都不斷地練習寫字，在醫院擔任看護工作的她，上班時沒有工作桌，只能以膝蓋當作桌子練習。

莫少閒說，很高興在這裡認識他們，跟他們在一起讓我體會到當學生是最幸福的事——謝謝越南的同學，讓我們反覆練習布施、愛語、利行和同事。

PS. 腦瘤手術後續

團氏河，1993 年生，大學畢業後來臺工作。2019 年九月發現直徑八公分的腦瘤，進入臺中中國醫藥學院接受治療。

總班長呂振榮向師兄姐發起募款後，越昇班同學也自行發起募款活動；與團氏河同公司的范氏恆亦向同事募款。

第一次開完刀，班上幾個越南同學自發向老闆請假，到醫院照顧她。十月，團氏河媽媽從越南來到臺灣照顧女兒，也需要一些生活費，越昇班自募得款項中每月撥一萬元協助。

因腫瘤過大，團氏河共開刀三次。進入復元初期，團氏河身體左半邊不能動，也會忘記事情，醫院輔以針灸復健，十一月她已能走路，也記得呂班長。

教室，傳遞家的溫暖

——斗六元老班秀成果

文／大寶、辛蒂　　圖／呂志弘

福智「第一個」越昇班，在雲林斗六。兩年多來，有人已能寫出文情並茂的中文，有人因好樂佛法曾興起出家念頭，如今更全班自動自發為全臺新開班說明會作護持。

異鄉多孤苦，然而他們都說，越昇班像第二個家，甚至視班級老師為父母，亦敬亦孝。一個教中文的地方，為何能成為遊子心靈的歸依？

▼斗六越昇班班幹部（由左至右）吳春桂、阮善如、呂振榮、丁秋荷、何美融，和樂融融。

目前是國立雲林科技大學兼任講師的越南籍博士生陳春幸，爲了幫助越南同胞來到異鄉能過得好，多年來一直很用心付出教越南人中文。兩年多前，她提出開班合作需求，如得法師經由性愍法師輾轉告知後樂觀其成，一則肯定陳春幸的眞摯發心，一則透過中文提升心靈也是福智國際化很好的方便之門。於是，福智第一個越昇班在雲林斗六開班了！

國界消失了

「第一次來臺灣的舉手。」離火車站不遠，斗六市區上的雲林支苑二樓傳出宏亮的聲音。臺上的義工講師正在教一班幾十名的越南同學中文聽說讀寫。同學年齡不大，大多在雲林、彰化一帶擔任工廠作業員，也有一部分是外籍配偶或交換學生。

「第二次來臺灣的舉手。」義工講師又問。

舉手的人越來越少。外籍移工在臺灣居留的時間有限，合約一到就得返鄉。有些人會一而再，再而三來臺，希望自己的青春和汗水不只換得金錢酬勞，更能學到臺灣人的管理制度、做事方法，譬如阮氏香。

「第三次來臺灣的舉手。」講師最後問。

剩下劉秋香，一個長睫毛、齊瀏海，皮膚白嫩乾淨，講話溫言軟語的小姑娘。曾經跟阮氏香一樣，因爲聽不懂中文在職場上碰壁。

講師問了這麼多遍不是要做身家調查，而是要他們加強對「次」這個中文字的印象。課本上的例句是「這是我第一『次』來法國，想要看的地方很多。」法國太遠，所以講師問他們第幾「次」來臺灣。

學到「恐怕」這個詞的時候，講師問：「學生都怕老師嗎？」有同學說怕，有同學說不怕。講師再問：「你們會怕

誰？」氏英答：「怕沒有打電話關心爸爸媽媽、沒有寄錢給他們。」另一位答：「怕鬼。」

學到例句「今天要做的事不少，他覺得很煩。」講師點名其中一位同學文照：「什麼時候你覺得很煩？」文照答：「跟女朋友講話的時候。」全班笑成一團。

一個教室，不同民族，文化相異，卻沒有一絲隔閡感。

最好的不見得最適合

歡樂的師生互動得來不易。斗六「越昇班」開班之初，曾任國中數學老師的「吳春桂」與自家開英文補習班的「廖燕玲」合作教中文。加上總班長「呂振榮」，三個人一起到處收集國小課本、購買輔助教材、自製注音符號卡，然而上課氛圍始終低迷、同學表情始終麻木。

好一陣子之後才打聽到同學心聲：「你們都沒有教我們拼音！」

一臉嚴父模樣，講起班上寶貝學員卻會講到眼眶濕潤的呂振榮心想：「奇怪？怎麼說沒有教你們拼音？講師都很認真啊！」這才恍然大悟，原來同學要的是羅馬拼音！因此體會到：最好的不一定最適合。雖然學會注音符號才能發出正確的音，但學員平日工作繁忙，使用他們自幼習慣的羅馬拼音，才是鋪對了可以讓人走上去的第一道階梯。

「來越昇班以前，我自己買書讀，也會上網查那個字怎麼寫、什麼意思，但是沒有人教覺得很困難。現在有老師一筆一畫教、告訴我們有什麼相反詞、幫我們改作業，我們進步很快。」劉秋香說，以前常常被老闆罵，現在再也沒有被罵；以前會買錯東西，現在不再買錯；了解臺灣文化之後，臺灣就像自己的國度。

看我七十二變

中文教學穩定了，幹部們並未就此滿足，還要把經典佛語幻化成各式各樣的校外教學，結合淨智、文教、慈心、里仁內涵，讓同學的心靈得到慰藉、依託和成長。

蒞臨雲林古坑麻吉有機農場、欣欣蛋糕麵包專門店，體驗慈心不殺、有機無添加的魅力；參訪佛光山佛陀紀念館、中台禪寺等，讓同學不知不覺跟佛法靠近；出席祈願法會、朝禮法會、憶師恩法會，認識師長及團體功德。

同學努力用功讀書、認眞參與活動，幹部由衷感動，豎起大拇指讚歎這些善根雄厚的年輕人。總班長呂振榮說：「祈願法會他們去排桌椅、鋪義工住宿的地墊（見下圖），動作很快。上午提前完成，下午又換去操場那邊搬桌椅。他們埋頭一直做一直做，快我們兩倍。」

如今幾位資深同學手上都不約而同地戴著法師送的佛珠，其中一位機靈風趣、樂於助人的同學阮文俊，有陣子還剃成光頭。有同學到善法行業欣欣蛋糕麵包店實習了一陣子；有同學請臺灣老公不再對農田施打農藥，收成後請同學一起來採收，連續兩年供養僧團。

「老師不要動！」

朝禮法會經過拜年站的時候，同學主動邀請班幹部接受奉茶。越南出生長大、現任班長的阮善如說：「越南習俗跟臺灣一樣注重孝悌，他們把班幹部當

成爸爸媽媽。」

異國遊子，心靈特別需要被理解，而班幹部不僅主動理解，甚至消融了國界。「這邊的老師們都會幫我們解決工作上和生活上遇到的問題。有人沒來上課，有人生病，老師們都很關心，來這邊就是感受到被關懷。」阮氏香說。

「有同學上大夜班，老師會買補的東西給他們吃、買清涼油給他們抹不『愛睏』；老師懂我們需要什麼，不會分國內國外，對我們像家人一樣，讓我非常非常感動。」從小到大只能看著有錢人家孩子過生日的劉秋香，就是在臺灣越昇班吃到這輩子第一次生日蛋糕！

2018 年十一月的某個禮拜天，吳春桂照例來幫大家上中文課，同學突然拉住她說：「老師，來，您們來站前面、您們都來站前面。」

吳春桂問：「怎麼了？」

同學們一臉神秘兮兮，只是一個勁兒地繼續勸說。等到班長及講師都站到前面了，才有一個同學出來代表說：「我們不知道臺灣是哪一天教師節，所以用我們越南教師節——十一月二十日，要送老師禮物。」

2019 年三月三十一日，雲林支苑增開一個「越昇二班」。晉升爲「越昇一班」的元老班同學受邀前來幫忙，穿上福智黃背心點名、打掃、擦桌椅，同學們笑得特別開心。

等到場地復原的時候，吳春桂想要幫忙收桌巾，一班同學來阻止，說：「老師您不要動，您站那裡，我們來做就好。」好像長大的孩子，開始爲父母親著想；又像乖巧的學生，奉行「有事弟子服其勞」。

是歸人不是過客

如今，越昇二班步上軌道。因爲有前輩打基礎，二班班長丁秋荷一上任就把班級經營的相當活絡。她告訴同學：「我們一定要讓你們發出自己的聲音。我們不是硬邦邦地規定你什麼什麼。所以請盡量把你的想法、你的需要告訴我們。」

丁秋荷有機會就向同學說明觀功念恩的重要：「你老是看到你老闆、主管不好，回到宿舍就會覺得這個人腳又占到我這邊，我就踢你一下。心裡一直這樣，絕對不會快樂。」

之後有同學拿著《論語》問高中國文老師退休的二班講師何美融：「老師，您可不可以教我這個？」有同學在課堂上打電話跟媽媽說我愛您，越南媽媽在電話那頭哭得唏哩嘩啦，在座其他同學也感動得哭成一片。

學生問丁秋荷，爲什麼老師這麼好？給學費不要、送禮物不要、請吃飯也不要。丁秋荷說，你們開心，我們就好了。

班幹部無私的付出無形中爲學員樹立良好典範，阮文俊希望將來回越南開班，幫助親友增進中文能力，找到好工作。原來是受惠者的劉秋香，體會到自己也能給予，願意忍受值完大夜班的疲倦和舟車勞頓的辛苦，來班上幫助程度比較淺的同學，她說：「以前我從來沒有這樣想，現在幫助別人感覺心很快樂，很有意義。」

所有美好，始自 2017 年五月。所有幹部都記得：「學習沒有分國籍，只要你肯學，我們就願意陪伴你。」

總班長呂振榮提起開班緣起，紅了眼眶。當時他在某所小學看見這群認眞學中文的越南朋友，一股柔軟的使命感打從心底油然而生。他心想：「我是宗大師的弟子，一定要把道次第帶到越南、把師父的法傳入他們心中。」這種照顧不是一輩子的，而是從中文班和幸福佛法開始，讓他們永遠留在福智，成爲歸人，而不是過客。

注定，遇見你

——全臺越昇班湖山大會師

文／新乾　　圖／邱嘉祥

在福智僧團如淨和尚的關懷提示下，北中南各地越昇班在福智湖山分院團聚了！第一次，他們見到其他區的越昇班同學；第一次，他們親手供花給法師；第一次，他們見到了義工老師的老師——日常老和尚，一位永遠改變他們生命的高僧。

2019年倒數第三天，兩百多位二、三十歲左右，來自臺北、臺中、雲林、臺南的越昇班學員，與一百多位班幹部及護持義工齊聚雲林斗六，舉辦第一屆「湖山大會師暨學員結業式」。這場大會師是名副其實的「大」，包含副住持如得法師在內的六位法師全程參與，還有大約十位的比丘法師輪番上陣爲同學解籤。

大雄寶殿外下著雨，雨水在柏油路上積了不淺的水坑。一腳踩下去，會讓鞋襪溼透的那種水坑。主持人丁秋荷身穿一襲藕紫配赭紅的「奧黛」（Ao Dai）——越南國服，向大家宣布：「下雨的時間，可以跟大家在一起，這麼溫暖的時刻！現在我們的節目就可以開始了！」

水牛與笛聲

沒有客套的問候，沒有冗長的致詞，一身紅與黃，連頭髮都染成金黃色，把越南國旗印在奧黛上的學員陶氏麗說：「感謝各位無私地幫助我們，越昇中文班就像我第二個家庭，讓我學會如何關心、怎麼包容他人。我代表臺中越昇中文班，向福智團體各位法師表示感謝，謝謝您們給我們機會發揮自己的能力。」

在釋迦牟尼佛、尊勝塔、般若經櫃的莊嚴壇城前，這群學員歡喜獻上精心準備的表演。

一位同學坐在假水牛背上，撐著鮮綠色的荷葉進場，引起一陣轟動。然後是出神入化的笛子獨奏，還有大約二十人的活潑合唱。

古有飛天、仙女、金剛力士、蓮花童子在佛陀講經前奏樂舞蹈，史稱敦煌舞。今無敦煌舞或反彈琵琶，卻有斗笠舞、水牛戲、笛子聲，作爲眞心赤誠的供養。

明年結婚否？

上午伎樂供養、慶生活動結束，下午接著客製化跑站。有些同學在大殿左後方寫感恩卡給遠方的親友，寫到淚流滿面；有些同學在大殿正後方學做手工琉璃串珠手環，開心地立刻戴在手上；有些同學在壇城前獨照，讓義工幫忙用小型相片印表機列印出來。雖然只是一張小小的、樸素的、紙相框的相片，同學們仍舊把攤位圍得水泄不通，拿著印出來的照片再合照一次。

有些同學到大雄寶殿對面的覺燈樓，對著日常老和尚法照頂禮三拜、持誦一百零八遍六字大明咒、抽法語書籤，然後根據書籤向法師請益人生大事。

有同學問法師:「明年可以娶妻嗎？」有同學跟法師祈求：「希望家庭圓滿、工作順利，有錢可以幫助家人。」有同學說：「我愛我的女朋友，但是她離過婚，爸媽可能不能接受我娶她，怎麼辦？」

法師們沒有塡鴨式地直接給同學答案，而是透過一來一往的問答，引導學員思惟、觀察、抉擇。

法師說：「你知道這個籤的時候有什麼想法？」「你結婚的目的是什麼？」「覺得結婚會讓你生活穩定的原因在哪裡，想一下。」「人生我們都想求好，但師父不是想求好，是求在過程中學到東西。生命是無限的，如果每一生都平平順順，你就學不到東西。你到底是想要學東西，還是不想學東西？」「聽完之後你會不會有壓力？」……

與法師互動過後，同學眼睛閃耀著光芒。是感動、是喜悅、是生命有了方向。

「謝謝法師，我很開心，您講的話我會記住的。」

老師的老師

這一天，同學都拿到了結業證書，甚至是華語文能力測驗的檢定證書，但對他們來說，印象最深刻的，是感受到師長的慈悲和智慧。他們一邊用中文合唱著流行歌曲《剛好遇見你》，一邊走到法師們面前，跪下，獻上一朵象徵思念、感恩、祝福的康乃馨。幾百名學生不分彼此爲師長、義工、貴賓獻花，這緣分不僅如歌詞寫的剛好，或許更如臺北班班長莫少閒所說的，注定遇見你。

直到致詞前一刻都在振筆疾書，幫同學簽名、應同學要求合照的如得法師（上圖）說：「有同學問：『你們對我們這麼好是爲了什麼？』我們這群人，包含法師，還有義工老師們，我們都因爲一個人的關愛，啓發了我們的心，我們希望把這份關愛傳給更多人。那一位就是福智教團的創辦人，上日下常老和尚，以及後來接他班的眞如老師。由於我們受他的恩德的緣故，所以願意發心，把這份關愛傳遞下去。」

學員看到了義工老師的老師，義工老師看到一群善良、感恩、付出的孩子。

遊覽車陸續開走，湖山分院又恢復了寧靜。他們帶著與佛陀、老和尚相遇的善緣，回到各自的崗位。相信未來他們回到家鄉，十、二十、三十年過後，都可以成爲幫人遮風避雨的參天大木，和福智團體一起在不同國度繼續傳遞師長的關愛。

附錄 北加，道地越廣班

——越文廣論 越語講解

文 · 圖 / 連希標

曾經是越南海上難民，住過難民營，逃亡至美國後二十多年工作無休。嘗盡人生苦難，直至遇見《廣論》、日常老和尚，生命扭轉了。要將佛法恩澤帶給更多越南人，在北加成立「越廣班」……

1975年北越統一越南全境，霎時風雲變色，百萬南越人民展開大逃亡（註）。大批越南華僑也開始逃難，正值青年的我，也不例外。飽嘗逃亡生死、命懸一線的驚恐，我更迫切尋覓生命的離苦之道，在翹首企盼中，終於找到明燈，更希冀越南人也能踏上這條幸福之路。

無數個艱辛的寒冬

當年父親是越南的生意人，平日樂善好施，隨著越戰的結束，一夕之間財產全部被沒收，舉家逃難鄉村，之後再乘船打算偷渡到馬來西亞，不料，成爲海上難民。惡海翻騰中，巨濤吞噬了船隻，親人因沉船而身亡。本以爲自己也無法倖免，幸運的我竟然存活下來。原預計三天的海上行程，因船隻機械故障，延至八天才抵達目的地，期間沒有任何食物，下雨時就用塑膠袋接雨水喝。獲救後，在馬來西亞的難民營住了一年，每天都吃一樣的沙丁魚罐頭，排隊兩小時才能取到水，生活窘迫。

遭逢人生丕變種種艱苦，因此更加珍惜人身。有機會來到美國舊金山，歷經許多不同工作，任勞任怨地承擔。就在認識太太之後，兩人以餐飲創業，繼之經營雜貨店，二十多年來全年無休。忙碌的生活，無暇關顧兒子的生活教育，他漸漸成了叛逆少年，我苦惱不已。嘗盡人生的苦難，我心心念念尋找離苦的方法。

一炬明燈照破長夜

就在人生的谷底，出現了生機。有位「新東陽」的業務楊東麟來到店裡，言談間，我很自然地向他訴苦，每每經過他的勸說，心情有了轉變，更希求他可以留下來多說一些。我不禁好奇地問：「你爲什麼懂得這麼多？怎麼會有這樣的認識與看法？」他回答：「因爲學習了《廣論》。」聞所未聞的《廣論》，開啓我學佛、扭轉生命之路。

一年多後，日日夜夜的渴望有了結果。2001 年一月一日馬立平班長與他的太太沙昌芸，利用家裡客廳開設研討班，這是舊金山地區的第一個廣論班。雖然雜貨店工作忙碌，但每逢上課那一天，我必定盡早打烊，滿心歡喜地趕往研討班，享受學法的幸福時光。

皇天不負苦心人

學習《廣論》讓我嘗到法喜，當時還沒出版師父開示的手抄稿，即使反覆聽錄音帶七、八遍也不厭倦，約莫兩年，助人念頭油然而生：「教法這麼殊勝，我要好好學，希望以後可以幫助一些越南人。」因爲許多越南人對佛法有信心，但僅是念佛或拜拜而已。一心懸念著這件事，十多年後終於露出曙光。

2015 年，在溫哥華見到眞如老師與淨遠法師（目前爲新加坡吉祥寶聚寺住持）。淨遠法師詢問我學習狀況，我回報：「學得非常歡喜，希望以後可以用越語講《廣論》給越南人。」法師鼓勵：「這想法非常好，應該朝這方向努力。」2017 年回臺請法，再遇淨遠法師，他關切地問：「北加的越南廣論班開始了嗎？」「快開班了。」法師豎起大拇指。

2017 年底透過性信法師，輾轉找到北加魏其政大力襄助，費盡辛勞覓得越文版《廣論》，我欣喜若狂！不斷祈求的願望，終於往前邁出一大步。

音聲滿載攝受力

2018 年一月二十日，北加舊金山「越廣班」正式開班，開班時僅七人，一年後學員陸續增至二十人左右。

教學以多元的教材輔助，比如欣賞心靈短片、誦讀《希望新生》、念〈密集嘛〉、唱讚頌、以越文誦《心經》等；有時也會播放憶師恩法會影片，增加學員對師長的信心。

每次上課，會順路接一位七十歲已經退休的越南華僑，並刻意在車上播放師父的開示錄音帶，他好奇地問：「這是我們師父的聲音嗎？」「是啊！」有一回，我沒放，他注意到了，「今天怎麼沒放帶子？我想聽師父的聲音。」「你聽得懂嗎？」他說：「雖然聽不懂，但非常喜歡師父的聲音。」

研討班學員也回饋了許多心得，如在修行路上看到希望、可以用正確的心態去承事師長等。也有學員雖然聽不懂《梁皇寶懺》，卻可以從頭聽到尾，每天拜懺、念佛。

回報不放棄我的人

學習《廣論》後，生命有了契機，父子關係也改善了。常省思內心，於臨終時是否有把握？惡業是否淨除了？善業是否足夠？非常感恩師長給我向善、向上的機會。我凡事向師長啓白，尤其遇到困難時，幾乎都會夢見師父來安慰。原來，師父一直攝受我，不曾放棄我。

回首生命成長之路，顚簸崎嶇，高峰深谷的起落間，深刻體會唯有透過佛法可以得到心靈的提升，究竟的離苦得樂。因此，自己還有一個心願，希望在北加另一個城市帶越廣班，即使車程約需一小時，但那邊的越南人更多。

希望一切作師所喜。

註 1975 年，北越統一越南全境，約十二萬城市高階人士逃向美國，是為第一波大規模移民。1978 年後，約二十八萬農民及商人百姓逃向美國，是為第二波大規模移民。1992 年越南移民達到高峰。這些移民在海上經歷艱苦磨難、九死一生，百分之四十定居於加州，以「船民」自稱。根據 2012 年統計，居住在美國的越裔美國人（包含純越南人及混血）高達一百八十萬人。

▼北加越廣班班長連希標（左四），和班員們歡喜地捧著越文《廣論》課本。

給過渡者可以蹁躚的舞台

—— VegFarm 主廚 Eric 的零口感隔閡

文 / 羅拉　　圖 / 呂志弘

右為 Eric，
左為 Carrie。

曾是棒球選手，老家經營餐廳，長期被灌輸肉蛋奶才是營養與力氣的來源，直到兩年前，無意間瀏覽了「動物解放」臉書……他翻轉了飲食觀，卻沒有革命血淚！

福智文教基金會於 2019 年舉辦的第五屆卓越青年生命探索營（簡稱卓青營）別開生面，午間餐桌出現了 Beyond Meat（未來肉）及當時還未在臺登場的 OmniPork（新豬肉）。如此超吸睛蔬食漢堡餐盒，來自 VegFarm（無國界蔬食餐廳）年輕型男主廚 Eric 吳榮峰與合作的美麗夥伴 Carrie 李沛潔的手筆。

二千個漢堡

在得知卓青營是個完全免費的營隊時，爲了讓學員飽足與滿足地愛上蔬食的 Eric 和 Carrie，主動向 Beyond Meat 亞洲區代理商、也是力倡蔬食的 Green Monday 社會企業負責人楊大偉，提議贊助大部分食材，幸運的是，楊大偉答應了！

手藝高超的他們不擔心烹調，卻被龐大的製作數量難倒，一千份餐盒，每份兩種口味，總數就是二千個，光對切麵包就花費了五小時，調理「未來肉排」得耗上一整天，大量食材還需找夠大的冰櫃保鮮。爲讓學員享用到最佳風味，他們抉擇新鮮現做，爭分奪秒與時間賽跑，廚房不夠大，就徵用 Eric 彰化老家的餐廳廚房，每天幾乎無暇休息，最後連 Eric 總鋪師級的父母都撩下去幫忙，歷時五天終於大功告成，火速帶著組裝好的兩千份漢堡驅車北上，直送桃園開南大學營隊現場！

不忍動物苦

拚盡全力、動員家人、徵用場地，卻沒有賺頭……Eric 和 Carrie 對推動蔬食是怎樣的一番情懷？

Carrie 原本即是蔬食主義者，而高挑帥氣的 Eric 曾是棒球選手，老家經營餐廳，長期被灌輸肉蛋奶才是營養與力氣的來源。直到兩年前，無意間瀏覽了「動物解放 Animal liberation」臉書，從此翻轉了飲食觀。

該網頁一支屠宰場影片猶如醍醐灌頂。片中的豬，拚命衝撞強抓牠同伴的人類，看到豬也會難過痛苦，當頭棒喝地敲醒了 Eric：「我以前吃肉時，從未想過口中的食物和活生生的動物之間有何關聯。人類有一種特質就是同理心，如果我或我家人被傷害，我也會很痛苦，對於那些被宰殺動物的痛苦，我就能感同身受。」而網頁另一段話，「吃素並非因爲信仰；不是因爲討厭肉類、乳製品和雞蛋的味道；不是爲了減肥；只是不忍動物受苦。」全然契合他的感受，於是決定不再吃肉。

Eric 剛開始實行奶蛋素，但在得知畜牧業經濟活動是造成地球極端氣候、糧食危機的重大原因之一後，毅然拒絕奶蛋，轉爲五辛素。從葷食到五辛素僅一個月的他，認爲人們應重新審視很多錯誤的概念，例如：動物無感，動物本該爲人類食用。

VegFarm 無國界蔬食
地址：408 台中市南屯區
大墩路 469 號

樂當陪伴者

開始吃素，其實身邊親人是不接受的，且改變舊有的飲食習慣並不容易，但 Eric 沒啥血淚史，因爲他結識了一群志同道合、又有方法的朋友，讓堅持蔬食變得容易且持久。

因此，三十歲不到的大男孩，Eric 就有一番成熟善解的想法：「一般人習慣吃肉，很難馬上改變飲食習慣，用仿眞肉的食材及風味吸引他們嘗試，就有機會了解蔬食也能兼具美味和健康。習慣可以慢慢改，如果不去嘗試，就永遠沒機會翻轉飲食習慣，只要願意嘗試，哪怕只是月蔬食或週蔬食都是好的開始。」

Eric 曾於 2018 年參加慈心主辦的「CEVA 國際蔬活系列活動」，聽講師談到：「蔬食推廣如果只依靠一、兩位國際知名講師宣傳，力量實在有限；但若能透過分享，使每一位認同者再跟身邊親友傳遞，力量則非常強大。」於是當他收到卓青營邀約時，便毅然決然投入，希望透過千人營隊傳遞給周圍親友的力量，讓友善蔬食的理念如漣漪般迅速擴散出去。

Eric 和 Carrie 努力開發中英對照的蔬食菜單（eriekitchen）於 IG 分享，讓喜好蔬食者有更多的選項，他們也經營蔬食餐廳，樂做大眾「堅持蔬食」的陪伴者。

蔬食兼淨塑

高中畢業就從大餐廳的基礎學徒幹起，歷經六年，Eric 打下了扎實的料理手藝，即便轉做蔬食，也能完美呈現出食材風味，大大增加客人的接受度。

他經營的 VegFarm 無國界蔬食餐廳，一如其名，菜色沒有界限，日式味噌、韓式泡菜、義式酸豆、法式油封番茄、印尼天貝……統統可以入菜，成就了

▲特殊口感飲料，暢飲無限（上圖）；商品裸賣，竭力淨塑（下圖）。

酪梨莎莎帕尼尼、韓式泡菜野菇義大利麵、風靡歐美蔬食界的新寵兒「佛陀碗」、鮮嫩多汁的 BBQ 未來堡。還有以植物奶取代鮮奶的泰式奶茶，繽紛多元的混搭風、令人驚豔的好味道顛覆了素食的刻板印象，讓人感覺蔬食也能很時尚。

VegFarm 也推廣淨塑。堅持現點現做，而不使用塑膠袋裝預煮麵，因此上菜會慢一點，Eric 希望客人體諒。Eric 說：「我過去在餐飲業，每天大量使用一次性塑膠袋，這些千年不化的材質對環境和生態傷害很大。現在開始推淨塑，餐廳提供的外帶容器都是紙盒和紙蓋。」店內素泡菜等產品也採裸賣，鼓勵顧客自備餐盒購買或外帶食物。

BaganHood
蔬食餐館
地址：110 台北市
信義區忠孝東
路四段553巷
46 弄 11 號

繼VegFarm 無國界蔬食餐廳之後，Eric與夥伴在臺北松菸附近的小巷中悄悄開張了姊妹餐廳BaganHood。有別於VegFarm的明亮溫馨，BaganHood燈光柔和、帶點藍調氛圍，慵懶閒適感讓上班族在一整日的忙碌後可好好放鬆、大啖美食。

Eric 說明 Bagan 一字是結合 bacon（培根）和 vegan（素食），意謂這裡的美食有著葷食的色香味，卻是道道地地的純素食材，這就是 Eric 想帶給大眾的葷素無差別感，希望走進 VegFarm 和 BaganHood 的所有朋友，就在味蕾遊走間漸漸邁向創意蔬食的美好國度。

Beyond Meat 未來肉

由比爾蓋茲、李奧納多等名人投資的美國超越肉品公司研發。以豌豆爲原料，純植物性蛋白質製作，不含大豆、麩質，且無反式脂肪及零膽固醇。以美味爲前提的「無肉之肉」，模擬眞肉口感，以甜菜根做肉汁，爲葷食者摒除食用肉類的負擔，又能降低過敏原，友善動物及環境。

OmniPork 新豬肉

由香港社會企業Green Monday 創辦人楊大偉的研發團隊（Right Treat）推出。同樣是百分百素食肉，以豌豆爲原料基底，加入非基改大豆和米。主要是爲彌補華人料理習慣，故適用各種煎煮炒炸的中華菜式；口感媲美眞豬絞肉，卻比眞肉包含更多膳食纖維、鈣及鐵質，葷食者完全可以無痛轉換。

給食蔬者一把美麗的梯子

——香港社會企業家楊大偉的蔬食理念

文／阿東　　圖／邱嘉祥

「暮鼓晨鐘，驚醒世間名利客；經聲佛號，喚回苦海夢迷人。」二十四歲時，他被寺院門口一副對聯醒覺；四十多歲的現在，他用「你特別在乎的那件事」醒覺衆生……

楊大偉，香港社會企業「Green Monday」創辦人之一。《福智之聲》與之結緣於 2019 年九月 OmniPork 新豬肉首度在台發表的當天早上；源於好奇他大力贊助——福智團體於 2019 年七月舉辦非營利的第五屆卓越青年生命探索營，其中千人份、耗資不菲的仿眞肉漢堡餐盒——背後用心的源頭，以及他推動蔬食的理念。

不一味提要求

與談之時，只見楊大偉隨意坐下，卻隱隱散發著一股自信，眉目間沈穩如山，他甫開口便說，「一切佛學（請見下一篇）的基礎，完全來自於我爸爸。」這麼一個感念父恩的大企業家，不要求股東和員工信佛茹素，自己卻是十足十的素食主義者，爲著慈悲、健康、環保、心靈提升。說起吃素因緣，也不能不提起他的父親：香港慈輝佛教基金會創辦人——楊洪。

「我爸爸從來沒有講過一句『你們要跟我吃素』，一次都沒有！當年我吃肉，沒想過他的心情，後來才明白他是用身教。」等我吃素了，他才說：「孩子，我等這一天很久了！」

2000 年農曆十二月，楊大偉自發性地打算開始吃素，並告知父親。不料，父親語重心長地叮囑：「如果你要正式吃素，那從此不要回頭。」於是楊大偉等了十五天，在 2001 年大年初一、新的一年、新的開始，正式吃素沒再回頭。

他從父親身上看到身教的力量，也看到不率爾而行的精進力道。

楊大偉

好吃就是享受

「我吃素十八年，經歷過無數次別人大魚大肉，我只能吃沙拉的窘境。我覺得自己很可憐、對方也覺得我很可憐。其實，吃素不應該是這樣，應該變成我的餐點很豐富，換你（葷食者）來吃我（素食者）的！」

興許是受到父親影響，楊大偉性格中有很強烈的體貼和包容，特別重視代人著想——觀察人的行爲怎麼來，然後三百六十度分析一個人的消費模式、飲食習慣。

「不能只講地球暖化多嚴重、北極熊多可憐……所以要吃素，應該還要提供解決方案。民以食爲天，在香港有個詞叫『搵食』，原意爲找東西吃，後來引申爲謀生、賺錢的意思，可見大家辛

苦賺錢根本是爲了找吃。吃火鍋也好、吃自助餐也好，總之用吃來發洩生活中積累的怨氣，或者得到彌補。百分之九十五的人選擇食物的考量很簡單——好吃！如果我們素食的味道、營養跟葷食一樣好，甚至更好，那問題都解決了。最後如果再征服價格，對方根本沒辦法拒絕——素食可以單純是一種享受！」

留出灰色地帶

他自己以不殺生的慈悲心腸去吃素，但對待別人呢？並不嚴苛，採用方便法門、降低門檻，並樂觀地認爲每個人都可以從一週一素開始「醒覺」的生活。

「所有人都要吃東西，所以整個地球的人都可以是我們的夥伴。Mindful eating, Mindful living，從素食開始，你的一小步根本就是一大步！」人心所趨就是潮流，他要改造社會風氣，讓素食很時尚，比潮流還潮！

「Green Monday 中的 Monday 只是一個象徵，其實隨便哪一天吃素都可以，只是吃素的人先讓步，不要一下子要求別人每天都吃素，你讓了，他也讓，這就是因果關係。」

楊大偉的理念很明確：「世界不只有零跟一百，零到一百中間明顯有無數層次的灰色。我雖然很想幫地球，但每個人起步點不同。用運動來比喻，你不能叫一個從來不運動的人去跑馬拉松，這樣他會受傷，甚至死亡。一場零到四十二公里的馬拉松，他可以從三、五、十、十五公里開始跑。也許跑到十公里就不得了了，沒有一定要跑完四十二公里才叫完美。如果你跑了三、四公里，流汗之後更精神，你會自發性地跑到八公里。運動是這樣，吃素是這樣，提升心理素質也是，把那個灰色地帶留出來，讓人去發展智慧慈悲。」

以空性做企業

身爲佛教徒，楊大偉勉勵自己用「出世心，入世行」做企業。他認爲萬事萬物的本質都是空性，包括商業。所以商業並不邪惡，邪惡的是人要「賺盡」的貪心。他說他做 Green Monday 絕對要賺錢，才能降低成本，讓更多人吃素，但要避免被貪瞋癡影響，因爲如果連自己也被荼毒了，談何救人？

以前工作只分牟利、非牟利，要牟利又要做善事只能把自己賺到的錢拿出來

捐，但現在有一種新型態企業，叫社會企業，生意本身就是幫助別人。

「暮鼓晨鐘，驚醒世間名利客；經聲佛號，喚回苦海夢迷人。」楊大偉熟稔背出普陀山普濟寺大雄寶殿的對聯。對他來說，推廣素食就是推廣佛法。

其實，不論是因爲宗教、慈悲，或慮己之健康、利眾之環保，從葷食過渡到蔬食，往往非一蹴可幾，需要可跨越的階梯，避免因煎熬而放棄。這階梯，是次第，是應機——多美的一把梯子，化解一步登天大跨距的艱辛，謝謝過來人懂得起步者的困難與渴盼！

社會企業

經營的主要目的，非爲獲利最大化，而是透由企業經營模式，來解決當地的民生或環境問題，以達到關懷人群、友善環境，且經濟、環境、社會永續經營的新商業模式。盈餘會再撥出部分比例，投入社會目標中，不仰賴政府經費補助或民間捐贈。

人生平均分，遠勝三甲！

文／寧瑄

楊大偉大學時代談戀愛，在意兒子前程的母親正色叮嚀「好好讀書」，但父親要他別理會……因為「平均分」才是父親對他的期待！

楊大偉個性純真自然，講到興起處，往往手舞足蹈，甚至大笑出聲，他不吝於分享自己的失敗與糗事，對得失不縈於懷，只以通達的幽默，笑對世間。這樣樂觀豁達的性格養成，父親的教育理念應是關鍵。

兒子，你不要排前三名

年少時的楊大偉，成績雖非頂尖，也一直是名列前茅的佼佼者。十四、五歲的初中時期，一日父親楊洪突然對他說道：「兒子，你不要排前三名，如果在一班四十人裡面，你在七、八、九左右就很好了，如果在同年級二百人中，你排二十、三十左右就很好了。」

如今也成為父親的楊大偉，深知父母對子女的期望是成績越高越好，但當年父親竟願意給他不同的選擇，給了他很大的啓發。回想當時的對話，父親接著說：「如果你要排第一，你某方面要拿那麼多，在其他方面就一定會有犧牲，人是要講『平均分』的。」

「平均分」是什麼？楊大偉覺得就是「成績」，而世間所指大抵是金錢。如果人生目標只有這一樣，其他方面一定會被忽略，包括健康、家庭、人際關係……因此父親鼓勵他去參與讀書以外的活動，例如編輯校報，甚至交女朋友。

在對的時候，做對的事

十八歲，大學時的楊大偉，開始談戀愛，並將女友帶回家介紹給父母。母親總是在意兒子的前程能似錦，她神色嚴肅，強烈叮嚀：「你要好好讀書呀！不要只記得談戀愛！」一旁的父親卻悄悄支持：「你去談，不要理你母親，你生命中的這個時間，如果有機會認識對象，此時的感情是最純真的。」因為隨著成長與歷練，隨著工作了十年、八年，心中考量的因素越來越多，很多事情也就越難回到最初的起點。

楊大偉謹記父親的吩咐，努力去嘗試，且在每個時機都認真地感受、面對當下。十八歲談的感情，一路談到了婚姻，女朋友成為他最佳伴侶，共組美滿家庭。之後的每個人生時刻，無論好壞他也始終正面相迎。

楊大偉回憶父親為人極其包容，重視身教但從不強迫，只有在偶爾想加強推動力度時，才會說點什麼，以致每當開口時，正是最適當的時機。平均分概念深植楊大偉心間——讓心力平均分配，不去執著最高成就的完美，記得關顧多方面向，在適當時間做適當的事。

編按：採訪 Green Monday 創辦人楊大偉的過程中，編輯群發現，父親楊洪貫串了他心續間的一切——回答每個提問的發語詞，幾乎都從父親的身影與教言開始。念恩的他覺得，父親埋藏在他成長過程中的慈悲與智慧，正是他人生轉捩的抉擇依憑。編輯群也感受到不說法道理的因果內涵與關愛教育是這麼令人動容，故另闢〈採訪線上〉撰文分享。

無巧不成書？只因緣合！

文／曉路

「憑什麼有些人恰逢天時地利人和，我就偏偏遇不到？」十八年前創業失利，Green Monday 創辦人楊大偉忿忿為自己鳴不平，父親楊洪沒有接著說下去，只送給兒子三本書……

Green Monday 創辦人楊大偉，畢業於美國名校哥倫比亞大學，當他爸爸體提醒他：「你最大的缺點就是驕傲！」他還理直氣壯地回答：「我成績這麼好，有點驕傲有問題嗎？」

下功夫種幸運因

二十三歲那年，楊大偉在美國開了間科技軟體公司，熱火朝天之際碰上金融風暴，巨型企業紛紛倒閉，何況他一個新創公司？但他心高氣傲，到底意難平。輾轉反側，誰才能給他心服口服的解釋？唯有同樣身爲大企業家，同時潛心學佛多年的爸爸——楊洪。

楊洪說:「成功需要多少因素？天時、地利、人和！不僅是你聰不聰明、努不努力。」「憑什麼有些人恰逢天時地利人和，我就偏偏遇不到呢？」楊大偉依然不平，父親沒有接著說下去，只送給他三本書：明朝官員「袁了凡」寫給兒子的家書《了凡四訓》、《金剛經》的解釋、《五福臨門》。

楊大偉還沒看完，心結就渙然冰釋——佛法講「因果」，原來，「天時、地利、人和」是個果，因呢？源自過去造下了善。於是，他告訴自己：「不要嫉妒那些人，我要下功夫種幸運的因。」

於是有了今日遍及三十多個國家的綠色社會企業 Green Monday。

天外飛來科研團

當然，企業是一群人構成的，楊大偉再怎麼聰明，還是需要專業團隊的幫忙。人才該上哪找呢？

「David，有時間嗎？」來自溫哥華的電話，一開口就要送他一群從 1995 年開始研發植物蛋白的科研團隊。不爲什麼，只因對方屆齡退休，打算把公司賣給美國食品企業，但手下一群方才四、五十歲的壯年科研家表示，沒有興趣搬到美國東岸。

「你有沒有興趣做自己的食品公司？我想幫他們找好老闆。」對方說。

楊大偉乍聽猶聞平地一聲雷，驚訝不已。心想：這些科研家可是當年幫對方打江山的人，要找工作也絕對沒問題，爲什麼他們的老闆要找我這個香港年輕人當他們的新老闆？

但這個天方夜譚眞的上演了！不久後這群科研家搭上飛機，耗費十二小時來到香港，親眼見識 Green Monday 是個什麼樣的企業。且兩方見面，一拍即合。楊大偉想做的是連老太太都會調理的平民東方食物——素食豬絞肉；而這群科研家居然有好幾位是亞裔加拿大人！

新豬肉對上豬瘟

Green Monday 於 2016、17 年左右開始投資研發素食豬絞肉（後來命名爲 OmniPork 新豬肉），好巧不巧，2018 年四月發表半年後，中國驚爆豬瘟……

2018 年八月，中國傳出第一起豬瘟案例。隔年，蒙古、越南等許多國家都成爲疫區，豬肉價格上漲。許多餐廳及家庭買不起，甚至買不到豬肉，轉爲嘗試 OmniPork，一時間新豬肉炙手可熱。

楊大偉絕對不希望豬朋友面臨此等浩劫，但他明白，工業化的畜牧業早已超過環境負載量，這樣的悲劇遲早會發生。那爲什麼就這麼巧合，發生在新豬肉發表半年後呢？和不請自來、天外飛來一筆的加拿大科研團一樣，只能說是天時、地利、人和。

十八年前父親給的答案，十八年後得到印證。不用說法道理，多少個無巧不成書的故事，讓楊大偉深信成功和幸運，都是從防非止惡、積極造善而來。也讓楊大偉心底眞眞實實地更加謙卑和感恩，他說：「我辦公室牆上沒掛什麼『財源廣進』、『生意興隆』的字畫，只有兩個字『緣合』——因緣和合。」

「但知行好事，莫要問前程」，父親的教誡，他一生奉行！

心靈天籟 從心出發

《和平飲食》作者威爾塔托博士 音樂演講會

文 / 小星　　圖 / 呂艷芳、邱嘉祥

> 茹素能淨化心靈、讓世界充滿愛與和平？純素飲食四十年的塔托博士，以他這幾十年來從未踏進醫院的健康，以及來自大自然靈感的優美旋律，證明給人們。

純素推廣先驅及《和平飲食》一書作者威爾．塔托博士（Dr. Will Tuttle）偕同夫人，2019 年末於東南亞展開巡迴演講，臺灣是最後一站。爲期十天的環臺大地行腳，壓軸行程是十二月二十五日晚上於臺北誠品演藝廳的音樂演講會，由慈心有機農業發展基金會主辦。

天人合一 湧現旋律

塔托博士現場鋼琴演奏，結合講說，分享如何透由純素飲食提升身心靈健康，達到家庭、社會，乃至世界和平的境界。因著對自然環境珍惜、對動物同理關愛、與萬物和諧共處，博士自心間傳遞而出、充滿慈悲和溫暖的能量，傾注指間。徜徉在悠揚琴音中，聽眾心靈也隨之律動。

事實上，飲食的選擇，與生活、靈性息息相關，純素主義——不傷害任何生命的飲食方式，喚醒人心眞善美本質，將自己與自然環境、萬物有情深度聯結。當人與萬物一體，大自然也會反饋於自身，博士說，他現場演奏的鋼琴曲目，便是聆聽大自然時瞬間流瀉腦際的靈感，如此優雅、寧靜。

何時開始 都不嫌晚

在全球推行純素主義超過二十年的塔托博士並非天生茹素，他成長於美國東部波士頓的白人家庭。三餐食用肉蛋奶，是當地再正常不過的飲食習慣。直到 1975 年，在大學畢業後的某次旅行，偶遇一個特別的團體，他觀察到那群人全素飲食，身體一樣健康，從此翻轉了既有的飲食觀和生活模式。

茹素四十年的塔托博士分享，他母親七十五歲才開始吃素，今年九十一歲的她是安養院裡唯一不須使用藥物的健康老人；晚年才吃素的岳母也是健康活到九十八歲，因此，博士勉勵大家想成爲素食者永不嫌遲。

不食肉蛋奶 持五戒

曾在南韓短期出家三年、實際體驗僧人禪修生活的塔托博士，從佛教慈心不傷害生命的角度，指出現代化畜牧業對待動物的方式違背了五戒的精神。五戒恪守不殺、不盜、不淫、不妄、不酒，然而人類爲了得到肉蛋奶，經濟動物被大量宰殺，被強制親子分離，被強迫人

工授精，被施打各種抗生素、荷爾蒙及藥物，帶給牠們身心巨大痛苦和折磨。

肉蛋奶背後的血腥眞相，能否帶給我們意識上的覺醒？塔托博士強調當我們內心對生態環境及所有生命都充滿祝福、善意、關愛，才能更達到身心合一的健康，此跨越物種藩籬的慈悲理念與佛家的思想不謀而合。

播下種子 等待花開

現場有觀眾提問，推廣純素飲食若遭遇反對意見時，該如何面對和堅持呢？博士建議，以慈悲心爲出發點的純素生活須從以身作則開始，刻意勸說或魯莽挑戰他人原有飲食習慣反而容易失敗。由於純素主義的本質帶有療癒性、慈悲心以及關愛，當我們自然流露出對大地萬物的感恩，對所有生命湧現慈心，自然能輕巧地感染旁人。

塔托博士更說，我們眼前能做的只是爲他人播下藏有眞相、慈悲、尊重的種子，等待未來對方的慈心、悲心、智慧增長，澆灌這顆種子，假以時日將開出美麗的花朵。當因緣成熟之際，對方可能突然領悟:「我乾脆開始吃素好了！」於是，你曾埋下的種子結果了。

和平與愛 形之身口

純素主義並不是終點，而是邁向內在和平的必經之路，如博士所分享的東方古老經典所指——要達到靈性上的覺醒，力行非暴力的生活，我們必須從日常生活中培養慈悲心、同理心與愛心。這包含了你我每日的所思、所言、所行，也包括所吃進去的每一口食物！

博士最後強調：「純素主義的精神——愛與尊重，不只對人，也是對其他物種應有的態度，這將會成爲無法抵擋的趨勢。先從自身做起，如同一個小光點，像點亮蠟燭般，一個點一個，逐漸這亮光就會如漣漪般擴散出去。」

充滿聖潔感恩的耶誕節之夜，溫暖的樂音與慈悲理念洗滌著人心，願和平與愛從我們的每一口蔬食開始。

晝夜六時恆吉祥

——歡喜集資、孝親報恩的農曆七月

文／編輯室整理　　圖／呂志弘

神、鬼、祖先，漫遊於過去、現在，乃至未來？這種神秘而傳奇的想法，引領著許多人或因敬畏或因報恩，開演各種儀式以祈平安。像是柬埔寨亡人節，人民會有十五天假期，是全亞洲最長的節日；新加坡華人地區的中元節，還有一項特別表演活動以娛樂鬼魂，當地福建人稱為「七月歌台」；墨西哥亡靈節，大遊行熱鬧非凡，「花花公主」卡翠娜骷髏頭已是該國的重要形象；古歐洲有為亡者布施糖果的習慣，由生者接受後答應「為亡者祈禱」做為回報，進而發展出萬聖節孩童們沿家索取糖果的習俗……

在臺灣則是農曆七月十五盛情款待亡靈的中元普渡——擺設豐盛祭品的長長供桌，在公司騎樓住家門前一路鋪陳；寫著「陰光普照」或「慶讚中元」的圓形紙燈，在簷下盞盞相連、亮閃於暗夜，盼為孤魂野鬼照引路途，找到飽餐之處。除了實物，還有紙紮物品——食物、靈厝、居家用品等基本需求，及奢侈品與新科技產品，例如名牌複製品、安裝專屬「天堂」應用程式的智慧型手機等。

這是一顆多麼慈悲的心啊！生者是如此地想確保在陰間的親友、祖先仍能享有舒適的物質生活。然而，怎樣做才能讓逝者納受我們的美意呢？

其實，農曆七月十五這天，也是佛教重要節日：一、僧自恣日。僧侶結夏安居三個月的圓滿日，僧行自恣法，請僧眾舉出各自所犯過失，於大眾中發露懺悔而得清淨，自生喜悅，稱為自恣。二、佛歡喜日。對其安居圓滿之精進修行，及許多佛弟子於結夏用功後在這一天證悟，十方諸佛歡喜。三、盂蘭盆節。佛陀十大弟子之一目犍連尊者無力救拔墮入餓鬼道的母親，向佛求援後，佛說《盂蘭盆經》，行盂蘭盆會。

根據佛陀開示，這日修善植福功德無量，於是年年此時，佛弟子們恪遵佛制舉辦法會，供佛齋僧，以殊勝功德回向現世父母消災延壽，累世祖先得以脫離惡趣、往生淨土。這般報效親恩，可謂眞實令冥間眾生脫苦得樂的慈悲法宴。

如此的七月，又稱孝親月和吉祥月。福智僧團於該月分別舉辦了「中元普渡暨護國息災超薦祈福大法會」及「盂蘭盆孝親報恩暨供佛齋僧大法會」。原來，農曆七月並非恐怖陰森的鬼月，而是洋溢溫馨與光明，人天諸佛皆大歡喜的月份呢！願我們都能用一顆由智慧攝持的慈悲心，眞正讓冥陽兩利！

盂蘭盆：

「盂蘭」為倒懸之義，表示餓鬼的痛苦如人倒懸著一般；「盆」則為救護的器皿。「盂蘭盆」有「救倒懸」、「解痛苦」的意義，意即用盆之類的器皿盛食供佛奉僧，以救倒懸之苦。

福田悲田廣無邊

——盂蘭盆孝親報恩暨供佛齋僧大法會

■編輯室整理

供佛齋僧，果報無邊。《廣論》：「隨念大恩恆勤供養，嚼噉之先亦當供養……」「隨作何事，有何所須，皆當供養啓白三寶……」文明一切時處皆可／須行之，此與盂蘭盆節何干？又，法會變心力大，當如何用功能獲大利？且聽如淨和尚說緣起，如林法師談用心。

2019 年九月一日，雲林縣立體育館內，福智僧團首次正式舉辦「盂蘭盆孝親報恩暨供佛齋僧大法會」，約六百位比丘、比丘尼及淨人出席，近四千名學員共襄盛舉。

為滿眾生願 法師大匯集

不論壇場佈置或儀軌進行，對學員而言，皆可謂別開生面，言行間掩不住的好奇、法喜、感動，甚至興奮。供佛齋僧，此時與平日有何差別？福聲編輯群請問大會導師如淨和尚舉辦緣起。

和尚表示，供佛齋僧結合盂蘭盆節的典故源自佛世。《盂蘭盆經》記載：目犍連尊者為救度母親脫離餓鬼之苦，求助釋尊。佛陀教示：「你母罪重，非你一人福力所能救濟，當於七月十五僧自恣日，為作盂蘭盆會，供養三寶，藉茲善因，方能救援。」佛陀並慈悲垂示，末世眾生若以妙味飲食供養三寶，不但現世父母福樂享年，乃至能蒙無量功德，得救七世父母。

此能追思父母及歷代宗親，令現世者增福延壽，往生者超生淨土的殊勝法會，在漢地佛教寺院甚為普遍。福智比丘僧團在許多學員祈請下，曾於 2018 年在湖山分院試辦了小型的供僧法會。2019 年學員們更殷重勸請擴大舉辦，為滿居士們熾烈的供僧善願，遂成就了此次的盛會。

和尚勉勵大眾，依據《盂蘭盆經》記載，證聖果且神通第一的目犍連尊者，尚無力救脫其母，卻憑藉供養僧眾的廣大功德，拔濟母親及諸多鬼道有情。目連救母的公案，揭示了供僧功德不可思議。而在《佛說諸德福田經》中，也詮釋了許多僧眾皆因過去生供僧因緣，於九十一劫天上人間享福不盡，最後得生人中的富貴之家，並值遇佛陀出家修行證果。這些公案處處可見供佛齋僧功德廣大，特別是在解夏日的七月十五日，以勝妙飲食供僧，更是令諸佛歡喜，得福無量。

供僧福德 婢女轉生公主

「若善說者為善聽者宣講演說，如法會中所變心力，暗中獨思難得生起。」在如此得福無量的大法會，當如何用功才能納受？規劃大型法會習於跳脫框架、靈動應機的如林法師回答福聲編輯群的提問時，先說了一個由婢女轉生公主的故事（〈法苑珠林 ・ 卷八十一〉常拳公主的公案）：

印度孔雀王朝第三代君主阿育王以正

法治理世間，又在各地廣造八萬四千塔供養佛舍利，並經常禮請僧眾至宮中接受供養。當時，宮裡有一婢女，貧窮卑賤，見到阿育王經常舉辦齋僧大會，自悔無福：「國王過去生因供養佛一掬土的緣故，今世大富大貴；不僅如此，今生又不斷供僧修福，將來果報一定更為轉勝。我因過去生的罪業，所以今世貧窮卑賤，又因貧窮無力修福，將來一定更為貧困，哪裡會有解脫的一天？」一想到此，便難過地大哭。

法會結束後，婢女在掃地時撿到一枚銅錢，便把握殊勝因緣，歡喜供養僧眾。不久之後，婢女因病命終，投生至阿育王夫人腹中，生為面容形象端正殊妙之女，世間少有。公主日漸長大，但她的右手總緊握著拳頭。公主五歲時，夫人告訴阿育王這個異相，阿育王聽後便將公主抱到膝上，撫視她的右手。未料，原本擎拳的右手竟自動張開，掌中有一金錢，並且隨取隨有、無窮無盡，須臾間金錢就充滿了屋內。

阿育王覺得驚奇，即前去請示耶奢羅漢上座，問道：「我女兒過去生以何因緣，而能感得如此殊勝果報？」上座答：「這女孩過去是宮中婢女，雖然貧窮卑賤，仍希望能供僧修福。一天，她在掃地時拾獲一枚銅錢，便將此錢供養僧眾，因為虔心供僧的功德，命終後投生於王室，為國王女，手中恆握一枚金錢，取之無盡。」

觀想供養 最切虔誠的心

如林法師表示，相較於平時供養多單純誦念儀軌，供佛齋僧時的「梵唄」易讓居士生起感受，正如日常老和尚希望眞如老師透過讚頌傳遞法義的用心。儀軌背後的「樂」，滲透了當時創作梵唄的祖師大德的修證功德，經由這樣的傳遞，唱誦者內心會不由自主地對上師三寶生起一種感動。這往往無法用文字說明可得，須以自己的身、語、意三門如法透由儀軌攝受，讓心直接趣入。

法師更以自身為例，除了專心緣念，還可以在每個環節進行觀想供養，譬如觀想自己也盛滿稀寶走在請師之列；師長往壇場路程，可觀想變現無窮殊勝妙寶鋪地、寶石香花遍撒供養，最切要有一顆虔誠的心——很多公案中提到，只要虔誠，佛就會降臨，故此時切記對人負面作意，不然就算聖者來了，我們都不曉得。

法師最後勉勵大家，承擔師長建教利生志業，必會遭遇困難，如果一開頭發心廣大，則遇難不選擇退縮，反而更擴大發心，去超越這些困難，我們便會獲得更多的援助！因為佛菩薩、龍天護法、善神等，祂們最在意的仍是希望能眞實地利益世間，祂們要透過一個載體，那載體當然就是具備想要跟師長、佛菩薩有同樣寬廣發心的人，如此很多的嘉澤與順緣就會跟隨而來。

目犍連尊者：

釋迦牟尼佛座下十大弟子之一，號稱「神通第一」。因過去生曾供養一辟支佛，見其神通生大歡喜，便發願未來求得神通，因此證得羅漢果位時，即得六種神通力：天眼通、天耳通、他心通、宿命通、漏盡通、神足通。

證得果位之初，因觀察到母親墮入地獄，卻無法以神通力救拔母親出三惡趣，遂求助佛陀，因此有盂蘭盆會。

「經典」畫面重現

——供佛齋僧大法會實況報導

金光晃耀的釋迦牟尼佛端坐前方，六百位僧伽、淨人羅列兩旁，周身傳來誦念大乘經典的聲響。此刻不是身在娑婆，而是安住佛國……

2019 年九月一日早上七點半，碧空如洗、風輕日暖，三、四千名福智學員從臺灣各地海會雲林縣立體育館前，參與「福智僧團．供佛齋僧大法會」。福智比丘、比丘尼、淨人出席者，高達六百位。虔誠心香裊裊升空，雲蒸霞蔚，猶如〈爐香讚〉云：「爐香乍爇，法界蒙薰，諸佛海會悉遙聞，隨處結祥雲……」

■

當甫獲金鐘獎的主持人邵大倫沉穩道出：「鐘鼓齊鳴，寶蓋恭迎！」維那緊接徐緩唱出：「迎～請～和～尚～」同一時間，〈梵文四皈依〉悠揚樂音響起，一列金剛護法（男眾居士），穿過一樓僧眾座位區，魚貫而入。

迎請隊伍幢幡五彩絢爛、十一頂傘蓋金黃奪目，與大紅地毯交相輝映，呈現出令人動容的莊嚴。所有人一致雙手合十、面朝僧眾，關注這一項前所未有的盛會。

大會會長林石根，領著十多位儀表壯偉、意氣昂揚的「金剛護法寶蓋侍者」，代表此次法會所有參與者，至場外親迎本次的大會導師——如淨和尚。

原來剛剛那十一頂金黃傘蓋，是專為如淨和尚及十位登壇法師準備的，一頂傘蓋搭配一位法師，橙橙袈裟映藍天，隊伍威武！偌大體育館內，連綿的人聲合唱：「南無古汝唄～南無布達雅～南

無達嘛雅～南無桑噶雅～」耳裡聽的是梵音，眼裡瞧的是聖像和僧寶，一時間恍若騰雲駕霧，遠離了這劫濁、見濁、煩惱濁、眾生濁、命濁的娑婆世界。

金光晃耀的釋迦牟尼佛高高在上，手結定印，安座壇城中央；豪氣干雲的韋馱、伽藍菩薩，衣帶飄飄、修髯如戟，護衛兩旁；再往左右兩側看，各有一座小壇城。東側是全身寶藍色，左手持缽，右手持訶梨勒果的藥師如來，前方站著唐三彩風格的淡綠色觀音；西側是慈眉善目、氣定神閒的西方三聖，其中一聖阿彌陀佛前，站著被兩株千莖金色蓮花拱抱，熠熠生輝的地藏王菩薩。

就在如此這般神聖光輝的氛圍中，大眾薰修，陸續誦念了《盂蘭盆經》、《金剛經》及《阿彌陀經》，回向現世父母健康長壽、往昔父母脫離惡道。

■

此外，還有各種供養，令人歡喜踴躍、歎未曾有！

譬如「天女獻供」，三、四十位師姐雲髻峨峨，脩眉聯娟，走三步、停一拍，再走一步、停一拍，走到佛前獻上駿馬寶、白象寶、蓮花、雙魚等吉祥寶貝之物。譬如恭請「賓頭盧尊者」應供，看賓頭盧尊者百齡眉壽、童顏鶴髮、親切和藹的模樣，誰都想上前去為尊者端一盅熱湯、奉一份茶食。又譬如福智法人全職人員獻供，一人捧一袋里仁清淨用品組合包，親自走到一位比丘或比丘尼面前，舒手送給他們修道所需的資具。

最最火熱的該屬「自由供僧」的時段！如淨和尚原想低調再低調、悄悄再悄悄，未料許多學員雖不能至，卻心嚮往之，早已換好多枚銅板，託人帶到會場供僧。當主持人邵大倫輕聲宣布：「現在就是我們大自由供僧的時間～」原先寂靜的會場突然轟動起來，人人從四面八方的看臺區湧入，期盼手裡這一把叮叮咚咚的銅板，可以親供僧前，一時間萬頭攢動，擠得僧眾座位區水洩不通。

尤其是最靠近壇城的如淨和尚及十位登壇法師區，簡直摩肩接踵、人如潮湧。邵大倫不禁再拿起麥克風，叮嚀大家：「大家互相讓一讓，如果供僧完了就趕快離開，因為前面有點太擠了……雖然歡喜，但是也不要擠到受傷啦！」

有人一邊行進，一邊發願，每供養一位法師就念一聲：「早日成佛、早日成佛」。有人每供養一位法師就問訊一次，供養完一排僧眾，也彎了四十二次

腰、累積了四十二份大福報。有人難得近距離接觸法師，緊張得直發抖，一隻手還差點碰倒了缽。

而排排坐的法師們，更是從清早就嚴正以待。只爲了此刻，特地由南北僧團趕來，忍受著悶熱的天氣，莊嚴端坐，虔敬受供。爲的，並不是面前的供養金，而是希求成佛資糧的眾生願！法師們神態各異，有些隨著供養者的問訊，不斷回禮；有些謹守戒律，目不斜視，心不散亂；有些則是滿臉笑容，歡喜祝願;有些則合掌緣念，將資糧增長廣大，培眾生福。

桌上，原本只有一枚、兩枚十元的缽，漸漸盈滿，滿成尖尖的銅板小山，令人看了幸福感滿滿！帶著這種幸福感，進入法會尾聲——蒙山施食。法師們結手印、誦眞言、彈灑甘露水，觀想觀世音菩薩、地藏王菩薩放光加持鬼道眾生，令開咽喉，或改其醜陋身爲勝妙身，乃至達到淨土等。

如淨和尚說：「願以此功德，普及於一切，施食與佛子，皆共成佛道……像《金剛經》裡面說：『無住色、受、想、行、識』。布施有功德，但這功德也是一切因緣和合而有的、業所感得的，所以布施的人、布施的對象、布施的東西，本身都是無自性的……不管造什麼善業，都要以三輪體空來封印，回向到無上菩提。這樣所造善業像一滴水流入大海，絕對不會被損毀和破壞。」把這場供佛齋僧大會，昇華到一種空靈高遠的境界。

賓頭盧尊者：

全名賓度羅．頗羅墮闍，是釋迦牟尼佛座下得道弟子，十六大阿羅漢之一，被尊爲「坐鹿羅漢」，號稱「福田第一」。因隨意顯現神通，故釋迦牟尼佛命他常住世間，於末法時代爲眾生應供培福，直至彌勒佛降世，方可入涅槃。

穿越時空的守護

——中元普渡暨護國息災超薦祈福大法會

因為生命無限，所以不只這一世的父母要孝順恭敬，過去生的父母也要超薦回向。普渡法會上，信眾置身莊嚴壇城，虔誦佛經，誠心祈願所有看得見、看不見的人、非人等都可以過得更好……

福智僧團大約自十七年前起，每年春秋二季會在新竹鳳山寺或雲林大悲精舍舉辦三天兩夜的超薦法會。2016 年應信眾（臺中市各里辦公處）之請，秋季超薦法會另增一場，從福智內部走向社區鄉里。

2019 年八月十八日與臺中市五十五個里辦公室聯合舉辦的「中元普渡暨護國息災超薦祈福大法會」，在該市健行國小莊嚴登場。此次是投入物資人力最多的一屆，四千六百份供品，一盒盒、一桌桌、一排排，整齊陳設在操場中央、特別搭建的數列紅白雙色大帳棚內的普渡桌上。會後即將普渡供品捐贈至鄰里關懷戶、社福機構及社會局，讓所有共襄盛舉者既耕福田也耘悲田。

銀色幸福列車 入世關懷

上午，超薦法會開始前，「銀色幸福列車」優先進駐校園，以敬老爲主軸的一站站活動設計滿載瑰寶，展現福智僧團入世關懷的一面。

雖然天空陰雲密布，灰暗似薄暮，雨淅淅下，影響民眾出遊興致，但各攤位仍熱情招呼、賣力演出。頭戴亮面金蔥派對帽的四位長者，高舉雙手、齊心協力帶動路過民眾學習手搖音鐘，具體示範攤位海報上宣導的「啓動不同世代的交融」。扮成白雪公主、綠樹精靈的長者，笑容可掬、活力十足地站在攤位前，邀請路過民眾留步聆聽眞如老師敬老理念：「讓我們的父母親心境健康愉快，在這種心境中慢慢地去適應老在靠近我們……」

福智僧團展的解籤、喝沉香茶、加持物請領，門庭若市；中華承淨文教協會的二胡欣賞、做除障包是另類社區道場；藥師佛壇城的十供養，絡繹不絕……民眾吃著喝著、玩著逛著、學習著，順著動線自然而然走進「健行樓」，參加下午一點十分開始的超薦法會。而此時，大雨止息，天空放晴。

超薦祈福法會 冥陽二利

「楊枝淨水，遍灑三千。性空八德利人天，福壽廣增延。滅罪消愆，火燄化紅蓮。」偌大禮堂裡，眾口一心的宏亮音聲迴盪。雖非身處梵刹古寺，卻因眾人齊心協力，顯得十分莊嚴肅穆。

臺中市長盧秀燕、民政局長吳世瑋、社會局長李允傑等政府官員，及主要發起人育德里長黃志銘等各里長於佛前獻供後，如華法師開始主法灑淨儀軌。福智僧團二十多位法師雙手合十，成一列縱隊威儀地往操場正中央的普渡桌走去，灑下甘露水。

◀臺中市長盧秀燕，親臨法會獻上祝福，接受致謝。

繼之誦《藥師琉璃光如來本願經》，觀想與自己有恩有緣的眾生——現世父母、七生父母、歷代祖先、冤親債主等，一同發下藥師佛行菩薩道時的十二大願。接著進行超薦、蒙山施食儀軌，不論是慈悲溫暖的〈大悲咒〉、輕快喜悅的〈皈依文〉、感天動地的〈開咽喉眞言〉……都在唱誦者心間播撒了悲智力的種子。

法會核心《盂蘭盆經》：「若比丘比丘尼、國王太子、大臣宰相、三公百官、萬民庶人，行慈孝者，皆應先爲所生現在父母、過去七世父母，於七月十五日，佛歡喜日，僧自恣日，以百味飯食，安盂蘭盆中，施十方自恣僧，願使現在父母，壽命百年無病、無一切苦惱之患，乃至七世父母離惡鬼苦，生人天中，福樂無極。」令誦者知典故、知功德，生歡喜、生信心。

如華法師說：「有『非人』很正常，他們只是以你看不到的形式存在，不要把他們當成異類。找你幫忙的需要功德，找你報仇的有捨不掉的怨念和執念，二者都需要你解決他的痛苦、成辦他的離苦得樂。」

除了爲處在苦難的眾生普渡超薦，還要爲臺中、爲臺灣、爲世界祈福消災。如華法師說：「臺灣再好，如果地球不好，臺灣很難好。我們要推己及人，祈願世界的刀兵、疾疫都能消除。」

法會莊嚴肅穆，勵力把普渡——不分時空、普同救護的仁孝精神，以及佛教的超薦儀軌，完整贈予人、鬼二道眾生。

淨智

1 心靈提升營

年初場主題「依師、建教、立僧」，兩天分由如得、如願法師主持；如法法師主講「僧伽教育與譯經事業」；眞如老師並親臨福智教育園區，以對治煩惱的空性法語爲贈禮，總計超過四萬人參加學習。

2 教室長二日營

各地教室是淨智體系的第一線執行單位，教室長更是推動教法的主力人員。師長爲關懷教室長的成長，及瞭解未來發展之支援與配合，特舉辦二日營隊，交流經驗，討論淨智工作多項課題。

3 南北憶師恩法會

憶師恩法會第十五年，適逢日常老和尚九十歲紀念，以「久時憶師恩」爲題，逾五萬弟子齊聚憶念師父恩德。藉如理承事善知識，映蔽承事十方三世一切諸佛的功德，讓生命飛躍式進步。

4 青廣全廣雲端大課

自 2018 年十月起，爲貼近年輕人生活的緣起，拉近年輕人與法的距離，開設雲端大課，以培養團體年輕世代，建立橋接年輕人直接跟師長學習的學法平台。

5 學制活動十八場

淨智營	5 場	參加人數：	6,035 人
八　戒	8 場	參加人數：	4,724 人
佛　七	5 場	參加人數：	約 6,300 人

6 皈依圓根燈會與護生展

每年圓根燈會提醒弟子們要珍惜值遇宗大師教法的緣分；今年皈依法會後並安排五十分鐘護生展，讓學員了解師父悲心所及的對象不僅只是學員，其護生範圍更擴及六道有情眾生。

7 供僧道糧與供佛齋僧法會

七月募集供僧道糧，護持僧眾安心辦道，並爲自身及親友植福。九月於雲林體育館舉辦供佛齋僧法會，匯聚近六百位僧眾及逾五千八百位大眾，虔誠祈願教法廣弘、冥陽兩利、世界祥和安樂。

8 推動護生參訪教育

臺南關廟護生教育示範園區推動參訪教育，分享人與動物及環境互助的生命故事；開發活動如剪紙、種樹、編織麻繩袋、植物拓染等，方便不同族群，融入行動護生並增添樂趣。

9 護生總結

魚苗放流	55 場	約 389 萬尾	約 36,000 人
特生中心野放	10 場	42 隻	485 人
臺南關廟乳羊放養	13 場	26 頭	1,247 人
流浪狗收容合作	6 場	新進狗 85 隻	132 人
海洋大學程教授 海龜野放復育計畫	3 場	7 隻	220 人

1

6

9

國際

1 韓國 / 般若龍禪寺放生

三月三十日，性智、性暇法師關懷韓國教室，親自帶領韓國弟子一行三十八人，至般若龍禪寺放生。並由法師主持放生法會，使大家在利益眾生路上的心力更加凝聚，莊嚴自他生命。

2 溫哥華 / 快樂職場成長營

第一屆溫哥華快樂職場成長營於九月七至八日在 UBC 大學舉辦。近八十位學員報名參加，八十幾位義工投入，每組籌備工作都有溫哥華的青年幹部及義工參與，老少合作，互相學習，和合增上。

3 柬埔寨 / 關懷蒙多基里孤兒院

九月底如華法師帶領柬埔寨教室同學，關懷蒙多基里孤兒院：勉勵院童、分享里仁有機產品、致贈慰問金、宣導有機農業及減塑；蒙企業贊助名牌球鞋六十雙，未來將持續關懷。

4 新加坡 / 觀音菩薩聖誕法會

新加坡吉祥寶聚寺於十月十三日配合觀音菩薩聖誕（出家日）法會，集合近八百位信眾，一起誦持兩百萬聲六字大明咒。全程採豐富音韻誦念，三小時完成殊勝誦念。

5 北加 / 憶師恩法會

美國北加於十月二十六日舉辦憶師恩法會，性速及性際法師遠從 PEI 赴會開示。此次計有二百八十五位同學及親友參加，會中首次加入越語即席翻譯，利益舊金山越南學員。

6 汶萊 / Vision First 視覺第一

結合世界視覺日、世界視障者日的緣起，汶萊教室於十月二十七日第一次與汶萊全國視障人士協會合辦聯誼活動，主題「Vision First 視覺第一」，以視覺健康醒覺爲訴求。

7 澳洲 / 精進用功佛三營

如華、如昱、性達三位法師主持精進用功佛三營，十月二十六日起在澳洲福特希爾斯會議中心酒店舉行。以受持八關齋戒，拜三十五佛懺，誦金光明經，攝心四皈依的繞佛、禪坐爲主要內容。

8 香港 / 普明苑剃度法會

香港普明苑十月二十七日舉辦剃度法會，恭請慧達法師爲和尚尼，顯豪法師爲阿闍黎。四位行者發大誓願：生生世世依止善士，以清淨梵行爲基，精勤修學圓滿教法，荷擔如來家業，擎舉智慧明燈，引導眾生出輪迴苦海，早日圓成菩提！

9 澳門 / 第一期淨智營

港澳同學合作，十一月十五至十七日，成辦澳門第一次大型法會——淨智營第一期。近二百位學員齊集於澳門無量壽功德林，由如俊法師引導，深入學習師父理路。

10 多倫多 / 正念訓練課程

多倫多密市教室以「快樂學廣論，行善造公益」爲目標，發展醫院重病病人護持志業，尼僧團法師對病人及六間醫院醫護人員進行正念訓練課程。

2

5

6

譯經出版

1 眞如老師法語陪你成爲心之勇士

眞如老師繼 2018 年《希望新生：四季法語》後，於四月出版《希望新生 2：心之勇士》，以更貼近內心、更委婉動人的款款訴說，帶給所有需要遠離憂鬱、滋生勇氣與力量的人們，最溫馨的陪伴、最直接有效的生命解答。《希望新生》系列迄今已發行超過十萬冊。

2 「全廣」開示輯錄成書

眞如老師深契日常老和尚開示之內義，深知老和尚對所有人的悲心與期許，於 2018 年四月起，依循老和尚前說，重新宣講《廣論》，即「福智全球廣論第二輪」開示。此系列開示輯錄成冊，名爲《廣海明月：道次第廣論講記淺析》。第一卷〈要旨總說〉於一月出版，第二卷〈皈敬頌〉亦已於八月出版。

3 因類學權威著作漢譯出版

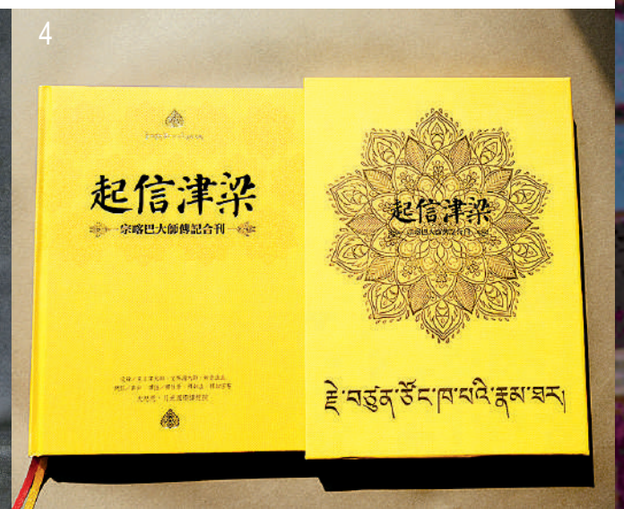
十二月出版《妙音笑因類學》，爲大慈恩．月光國際譯經院「五大論譯叢．前行系列」的第二部漢譯經典。收錄兩本因類學重要教科書，《妙音笑因類學》爲第一世妙音笑．語王精進大師所造，乃哲蚌寺果芒僧院、拉卜楞寺等寺院所使用教材；《賽倉因類學自宗》爲賽倉．語王吉祥大師的著作。

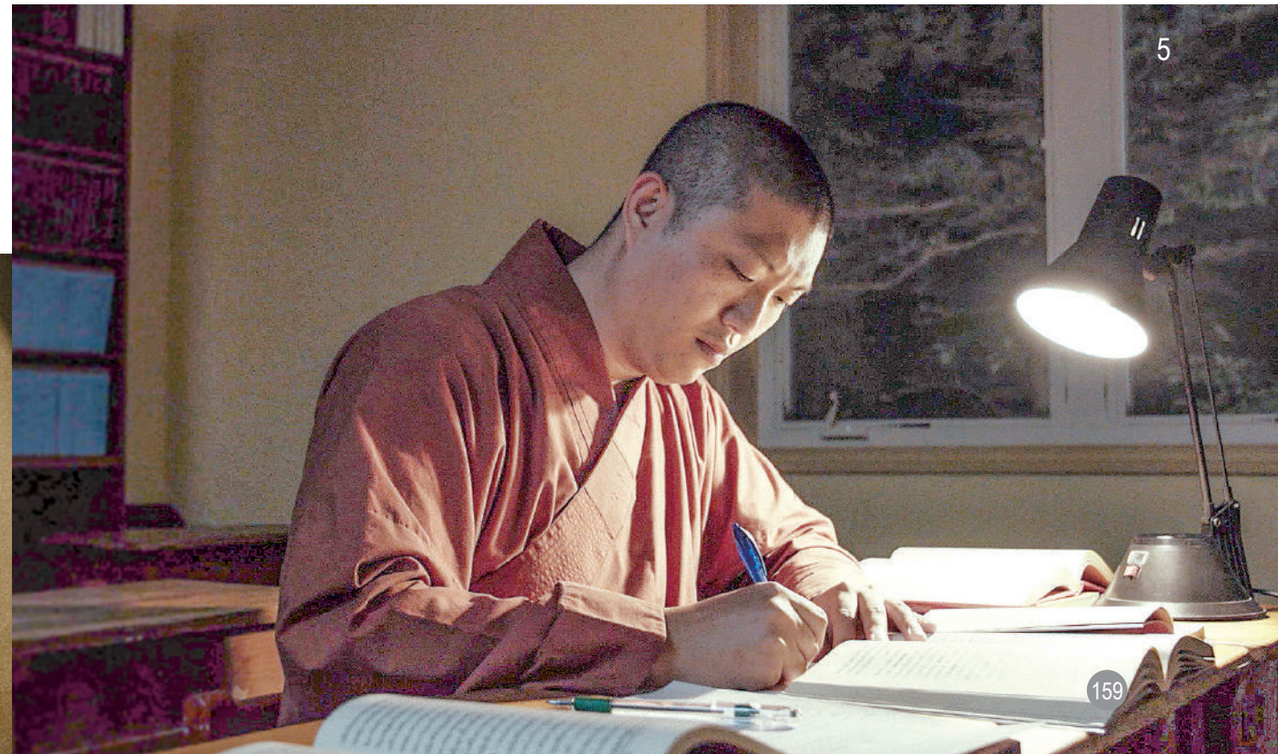
4 宗喀巴大師傳記殊勝問世

十二月底，時值宗喀巴大師圓寂六百年之殊勝時節，出版宗喀巴大師傳記——《起信津梁——宗喀巴大師傳記合刊》，是大慈恩．月光國際譯經院「史傳譯叢」第一部漢譯經典。全書收錄宗喀巴大師最權威且完整之五部根本傳記，由大師三位親傳弟子——克主傑大師、文殊海大師及妙音法王所著。

5 廣開譯場傳持經典

總結 2019 年度，大慈恩．月光國際譯經院共開設十二個五大論譯叢譯場，三個《四家合註》譯場，修心譯叢、史傳譯叢各一個譯場，總計十七個譯場同步進行、出版七部經論。放眼當來，期能以更恭敬虔謹之心，深入經藏、傳譯教典，爲佛法的住世與弘揚，略盡綿薄，回報上師三寶無限深恩。





文教

1 荒蕪時代的心靈論壇

第七屆「心靈教育與環境永續論壇」於十一月三十日至十二月一日舉行，共邀請二十位各領域專家學者演講分享，上千人參與盛會，爲當今世界的衝擊，探索發人深省的解決之道。

2 青少年課程活潑化

「青少年無限快樂營」顚覆以往靜態課程形式，從闖關、練習營舞、電影欣賞、小劇場、荒野尋飽、營火晚會等，讓兩百多位青少年學習到：快樂是如何出生？生命又可以多麼崇高和美好。

3 儒家經典生活化

首度與臺灣師範大學、臺中教育大學、高雄師大附中聯合舉辦「經典生活X五感體驗」活動；十二月七日首次於東吳大學舉辦「心 24 孝金心獎」，期許透過孝行選拔，鼓勵大眾見賢思齊。

4 企業推廣與關懷

以幸福企業爲理念，持續辦理海內外企業主管生命成長營，超過二百位海外企業主管參加。活動部分，臺中場淨灘當日共清出一千七百零五公斤海洋廢棄垃圾；CEO 土豆協會於新北市金山種下三百棵樹。

5 醫事營與海內外義診

首度於臺南區舉辦醫事營；海內外義診遍及高雄梅山、越南、緬甸、南印度等地；未來期望培養中文翻譯法師協助製作藏文衛教手冊。

6 大專青年關懷與推動

首度於南華大學舉辦大專營，爲福智團體和佛光山合作的重要活動。臺中福青結合中興大學校慶，舉辦「幸福之舟」感恩園遊會。十二月由福青讚頌推出「美麗花季」公益演唱會。

7 淨塑教育樂推廣

榮獲教育部「2019 年海洋教育推手獎——團體獎」。源自 2018 年起，與慈心有機農業發展基金會聯合啓動「點亮臺灣，點亮海洋」校園減塑百萬集點計畫（環保署指導）。

8 學術研討會採工作坊形式

「日常老和尚思想與實踐學術研討會」於舉辦四屆後，2019 年首度嘗試以工作坊形式展開討論，四十位講者參與，交流十項研究主題。本次新提出「佛教經典詮釋學」議題。

9 感恩活動席捲全臺

首辦「觀功念恩——感恩卡大賞」，得獎作品印製成二十萬張卡片開放索取。五月五日與高雄市家庭教育中心合作「雄愛家庭」慶祝母親節暨 515 國際家庭日與慈孝家庭楷模表揚活動。

10 心靈教育一日營

「2019 心靈教育一日營」，海內外共六十五個連線點參與學習。透過歷史照片回顧師父開創文教事業的步履，進一步認識教育本質是爲讓人得到幸福，教育者應培養孩子創造幸福的能力。

慈心

1 國家永續發展民間團體獎

行政院國家永續發展委員會「國家永續發展獎選拔表揚計畫」，十一月二十五日頒發包括教育、企業、政府機關，以及民間團體四類得獎獎項，慈心基金會獲選爲民間團體獎三名得獎單位之一。

2 承辦南投「有機茶主題館」

南投世界茶業博覽會進入第十年，首次設立「有機茶主題館」。慈心基金會承辦，匯集全臺一百款有機茶，凝聚茶界專家、職人、農友之力，傳遞有機茶對環境生態的守護，逾七萬五千人次參訪。

3 至日、韓參與國際研討會

九月份分別派員參與日本「第八屆里山倡議國際夥伴聯盟大會」及韓國「韓國臺灣本土種保全及活性化利用國際研討會」，分享花蓮南安里山倡議啓發的努力與部落傳統保種作物的成果。

4 2019 國際志工年會發表

第七度獲外交部甄選推薦，赴美參與國際志工年會，發表「氣候變遷的環境韌性 — 以夥伴關係共築台灣海岸林」，向全球非政府組織菁英分享慈心守護國土、以海岸造林啓動環境修復的實踐力。

5 兩岸媒體影音報導海岸種樹

五月十七日臺灣蘋果日報以全版報導慈心多年來在海岸種樹的歷程。中國新聞社於八月一日專題報導慈心海岸種樹故事。二家媒體均製作影片於網路提供點閱。

6 擴大推動校園減塑

爲扎根減塑教育，啓動「點亮臺灣，點亮海洋」校園減塑百萬集點計畫。2019 年集結全台九十八所小學及幼兒園，超過一萬七千二百位師生參與，預計減少超過百萬個一次性塑膠用品。

7 制訂化妝品潔淨標準

慈悅國際股份公司是臺灣首家引進國際「潔淨標章 Clean Labe1」的評鑑公司，今年再制訂潔淨化妝品標準，三月二十六日已有第一家公司通過審核。

8 「紫斑蝶回家的路」宣示記者會

交通部觀光局三月十一日於高雄茂林生態公園舉辦「營造紫斑蝶回家的路 –2019 年植樹節宣示記者會」，希望所轄風景區可營造適合紫斑蝶停留的環境，基金會獲頒感謝狀。

9 與紐、日進行有機同等性驗證說明

紐西蘭及日本分別於一月及四月來臺與政府進行有機同等性實地訪查，慈心有機驗證公司協助農糧署爲紐、日官員說明如何執行臺灣有機驗證工作。

10 研擬「有機農業促進法」相關草案

2018 年七月起承接行政院農委會農糧署研擬「有機農業促進法相關子法及公告草案」工作，並舉辦多場說明會，推動多年的「有機農業促進法」終於在 2019 年五月二十日公告實施。

里仁

1 水滴會員推廣大成功

爲擴大利他的善循環，里仁在 2019 年二月推出「水滴會員計畫」，成功邀請超過二十萬消費者加入，並透過專屬水滴會員 APP 提供會員最新情報、促銷資訊及專屬好康活動。

2 信賴品牌再次第一名

里仁蟬聯《康健雜誌》讀者票選「2019 信賴品牌——有機通路第一名」。康健讀者認爲「堅持提供值得信賴的品質」是信任一個品牌的主要原因。

3 於 IFOAM 有機青年論壇分享理念

李妙玲總經理受邀出席 IFOAM 國際有機運動聯盟有機青年論壇。以「先有通路、再開農路」爲題，分享以契作守護部落農友，委託廠商引介食品加工廠資源等，串起從土地到餐桌的產業鏈。

4 財政部2019年標竿企業參訪

財政部於七至八月參訪標竿企業里仁公司，財政部政務次長莊翠雲，肯定里仁陪伴有機農友，以契作支持生態保育。財政部特別致贈水晶獎座，里仁總經理李妙玲也回贈島嶼動物有機茶禮盒。

5 沖繩政府與日本環團來臺取經

推動減塑行動多年的里仁，獲國際肯定。一月二十六日沖繩政府與日本環保團體參訪里仁，肯定里仁「源頭減塑」的態度與努力成果，並以此作爲推動產業鏈減塑的學習典範。

6 麻油鮮蔬粥榮獲農委會「銀膳獎」

里仁委託廠商開發的麻油鮮蔬粥、綜合蛋白飲、健補芝養素入圍農委會「銀髮友善食品獎」。其中，選用友善栽種白米製成的麻油鮮蔬粥更榮獲「銀膳獎」肯定！

7 參與「亞太循環經濟論壇」及宣言

十月參加亞太循環經濟論壇；「有機蔬果全利用」及「生物可分解袋回收再利用」行動獲收錄於「循環經濟實踐案例」專刊；李妙玲總經理與各界領袖在論壇中進行「臺灣循環經濟大聯盟宣示」。

8 出席亞洲首屆社會價值國際研討會

十二月參加亞洲首屆社會價值國際研討會，共有超過三十個國家、八十位倡導社會價值的意見領袖與會。李妙玲總經理分享里仁多年實踐利他理念，串起上中下游「利他的共享價值鏈」。

9 上萬消費者共襄盛舉愛心捐贈

2019 年舉辦四次愛心捐贈活動，帶動上萬消費者，捐出有機米、粽子、銀髮食品等逾六萬件物資，給 1919 食物銀行、台灣全民食物銀行、弘道老人福利基金會，服務弱勢及需要照顧的人。

10 淨塑行動獲經濟部 Buying Power 二獎

里仁支持淨塑行動，2019 年採購仁舟蜂蠟保鮮布、貝殼包等淨塑系列商品金額超過二百萬元，獲經濟部中小企業處舉辦的「Buying Power 社會創新產品及服務採購獎勵機制」二獎。

藝文

1 舞出踏浪而歌

一、三月，分別於台北國家音樂廳、新竹文化局演藝廳舉辦「踏浪而歌」讚頌音樂會，首次加入舞蹈元素，特邀前雲門舞集郭少麒老師及上默劇團孫麗翠老師，與音樂家范姜毅、陳冠宇老師，分別合作演繹〈困〉及〈驚滔駭浪〉兩首由眞如老師作曲的現代樂派鋼琴獨奏讚頌，從視覺與聽覺牽動觀眾心思，緊扣樂曲創作理念。鄧吉龍、傅孟倩、孔孝誠三位獨唱家也與夢蓮花讚頌合唱團及交響樂團，共同詮釋讚頌曲目，佐以管風琴的樂音，增添莊嚴神聖感。

2 花之夢南臺綻放

台灣首屈一指小提琴大師蘇顯達的「花之夢」巡迴演出三月三十日來到最南端的屏東。小提琴搭配翁重華的鋼琴合奏，成熟技巧中融入情感，奏出心與樂音的交會之聲。除了讚頌曲目外，也演出高超技巧的小提琴名曲，並特別邀請夢蓮花讚頌合唱團演唱，帶給南臺灣觀眾精彩的音樂饗宴。

3 新生代禪風音樂會

十一月二十八日於台北中山堂舉行「聆聽新生代」讚頌音樂會，由陳雲紅老師指揮，夢蓮花讚頌合唱團、無憂花合唱團搭配絲竹樂團演出，以純合唱方式呈現。另邀請知名演員杜滿生擔任導聆，好似說書般將讚頌曲目用口白串連起來。服裝上特別與鄭惠中布衣合作，由內到外展現禪風意境，期許人、聲、服三者達和諧狀態。

4 月光音樂會巧傳心意

應福智月稱光明寺之邀，於苗栗通霄綜合活動中心演出「月光音樂會」，由知名歌手邵大倫主持，邀請多位歌手演唱，現場演唱「月光下」、「相思湖畔」、「凝眸」等多首讚頌曲及流行歌曲，透由多元風格的曲目安排，將佛菩薩的心意巧妙地傳遞給當地的鄉親們。

5 「心24孝金心獎」暨「經典會考」頒獎典禮

夢蓮花讚頌合唱團十二月七日應福智文教基金會之邀，於東吳大學傳賢堂所舉辦的「心24孝」頒獎典禮中，演唱兩首讚頌「鮮花谷」及「凝眸」，隨著音聲引領與會大眾感受佛菩薩的智慧與慈悲，生起念恩及報恩的心，並更加珍惜身旁的親人。

1

4

3

敬老

1 銀髮社會福利諮詢服務

因應銀髮族的需求，辦理銀髮社會福利諮詢服務，包括長照服務、失智症諮詢及初篩、醫療諮詢 / 轉介需求、居服員、關懷據點等諮詢服務。

2 敬老教育系列講座

與關懷班、醫事聯誼會、向日葵協會合作，辦理失智症及憂鬱症預立遺囑等系列講座，共二十四場教育講座，總計一萬二千四百零六人次參加。

3 增設社區關懷據點

結合政府資源辦理社區關懷據點，2019 年新增三個據點，全臺共成立十四個社區關懷據點，有效結合內外資源，開辦老人相關社會福利課程，包括共餐、關懷訪視、健康促進以及照顧服務。

4 「新北動健康，福智護身力」

與新北市政府合作推動「新北動健康，福智護身力」，至今已在新北市松年大學推出三梯次課程，期望長者透過簡易體操擺動和心靈引導，增進身體健康與內心的和諧快樂。

5 銀色列車駛入中元普渡大法會

參與臺中市逾五十個里辦公處聯合舉辦的「中元普渡暨護國息災超薦祈福大法會」，以敬老爲主題，舉辦「銀色幸福列車園遊會」闖關集點活動，宣導敬老護老理念。

6 敬老關懷互助網

推動福智教育園區附近廣論社區的共住、共老計畫，包括永光慈心苑、中洲慈心苑、靜心苑、菩提新村及同心苑、蓮珠園，另含自購住家約有五百多戶。

7 大醫講堂課程

集結中醫師團隊，於三區推出大醫講堂課程，傳遞整體中醫養生概念，讓大眾養成身心平衡、自然規律的生活模式，以達治病於未病。

8 「雄愛家庭」母親節感恩活動

2019 年五月五日與高雄市政府合辦母親節「高雄市雄愛家庭」感恩活動。約二千人扶老攜幼參與，有全家闖關、孝親洗腳、感恩音樂會、園遊會等活動。

9 祖孫代間共學

與嘉義市東區衛生所、蘭潭國小等單位合作，於今年三至六月間舉辦了四場「祖孫代間共學」課程。祖父母輩的人生歷練豐富，能傳承給晚輩豐富的生活智慧；小朋友的天真與活力，也能讓長輩們感受到滿滿的幸福。

暫停的地球，
失序的生活。

有一種聲音，
為你帶回久違的寧靜，
給你溫暖堅定的力量。

《悲智雙翼》真如讚頌作品集　專輯
已在STAR MUSIC 讚頌APP數位上架

下載安裝APP請掃描右方QR Code

GET IT ON Google Play　Download on the App Store

GREATIME 時大音樂 (02)7713-4333

讀者回函

緣來就是您 ~~

從拿到《福智之聲》的那一刻起，我們就結下美好的緣份囉！
編輯群祈願您福至心靈。也願更能契合您的心意：

1. 閱讀後，印象最深，或是最喜歡的單元是？（可複選）

☐法雨甘露　☐法師說故事　☐請問法師　☐靈山一會
☐本期專題　☐特別報導　☐國際弘化　☐幸福看板
☐福智大事記

2. 若事務繁忙，無法閱讀全本，您會先忽略哪一單元？（可複選）

☐法雨甘露　☐法師說故事　☐請問法師　☐靈山一會
☐本期專題　☐特別報導　☐國際弘化　☐幸福看板
☐福智大事記

3. 還希望看到哪些內容呢？

4. 想跟我們說的任何意見與悄悄話：（誠心希望聽見您的聲音）

本頁填寫後，請傳真至：**02-2545-9467**，或掃描傳送至E-mail：**bwvoice@blisswisdom.org**

【個資蒐集聲明：個人資料僅做為寄送出版物及調查分析使用。】

徵稿

bwvoice@blisswisdom.org

線上填寫：

訂下幸福約定 ~~

閱讀後充滿能量了嗎？輕鬆填寫以下資訊，
《福智之聲》就會在每期出刊後，郵寄到府唷！
動動手指，讓編輯群收到您的支持！

我要訂閱：

收件人：　　連絡電話：

寄送地址（含郵遞區號）：

E-mail：

11行銷廣告.indd 170-171　2020/5/4 上午 11:58:59

一滴水投入大海　等於大海的全部

歡迎助印

與我們一起 依師、建教、立僧

線上捐款

https://www.blisswisdom.org/donate
(線上捐款網址)

我的基本資料

姓名：

性別：

生日(西元)：

聯絡電話：

聯絡地址：

E-mail ：

【個資蒐集聲明：個人資料僅做為寄送出版物及調查分析使用。】

信用卡捐款授權書

財團法人台北市福智佛教基金會捐款

(申請人了解本會蒐集個資告知聲明)

持卡人姓名：

收據開立名稱：☐持卡人

☐另指定名稱：

信用卡別：☐VISA　☐MASTER

☐JCB　☐聯合信用卡

信用卡號：

有效期限：西元　　年　　月

授權金額：　　元

持卡人簽名 (需與信用卡簽名一致)

聯絡地址 (寄發收據用)：

聯絡電話：

填寫日期：西元　　年　　月　　日

資料請傳真至(02)2546-7286，傳真後請來電確認，謝謝您。

本會服務電話(02)2547-1887。

◎寄款人請注意背面說明
◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳號 98-04-43-04

郵政劃撥儲金存款單

收款帳號	億	仟萬	佰萬	拾萬	萬	仟	佰	拾	元
1	9	6	3	6	7	7	1		

金額 新台幣(小寫)

收款戶名：財團法人台北市福智佛教基金會

寄款人 ☐他人存款 ☐本戶存款

主管：

姓名

地址 ☐☐☐-☐☐

電話

通訊欄(限與本次存款有關事項)

1. 是否需要開立收據？
☐要
☐不要
【若需要，務請填寫地址欄】

2. 收據開立名稱：
☐寄款人
☐另指定名稱：

(申請人了解本會蒐集個資告知聲明)

收款戶名

存款金額

電腦紀錄

經辦局收款戴

經辦局收款戴

虛線內備供機器印錄用 請勿填寫

福智之聲

流通處

台北學苑｜台北市南京東路四段137號2樓
TEL：(02)7751-6788 FAX：(02)2545-6533
2F., No.137, Sec. 4, Nanjing E. Rd., Songshan Dist., Taipei City 105, Taiwan (R.O.C.)

台中學苑｜台中市西屯區台灣大道二段659號3樓
TEL：(04)3706-9300 FAX：(04)2319-7605
3F., No.669, Sec. 2, Taiwan Blvd., Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan (R.O.C.)

高雄學苑｜高雄市大順二路417號3樓
TEL：(07)380-5895 FAX：(07)385-4956
3F., No.417, Dashun 2nd Rd., Sanmin Dist., Kaohsiung City 807, Taiwan (R.O.C.)

嘉義分苑｜嘉義市金山路106號
TEL：(05)283-3940 FAX：(05)283-3943
No.106, Jinshan Rd., West Dist., Chiayi City 600, Taiwan (R.O.C.)

台南分苑｜台南市南區文南路67號2樓
TEL：(06)264-6831 FAX：(06)265-0691
2F., No.67, Wennan Rd., South Dist., Tainan City 702, Taiwan (R.O.C.)

桃園分苑｜桃園市和平路128號
TEL：(03)339-3738　FAX：(03)3390-881
No.128, Heping Rd., Taoyuan Dist., Taoyuan City 330, Taiwan (R.O.C.)

新竹分苑｜新竹市經國路二段147號
TEL：(03)532-5566　FAX：(05)5339-882
2F., No.147, Sec. 2, Jingguo Rd., North Dist., Hsinchu City 300, Taiwan (R.O.C.)

海外流通處

◎**新加坡支苑**｜
30 Lorong 27 Geylang #03-01 Citiraya Centre Singapore 388164
TEL：65-6547-1580
電子信箱：bws13571025@gmail.com

◎**香港支苑**｜
香港九龍荔枝角長義街 10 號昌隆工業大廈 12 字樓 A1 室
Flat A1, 12/F Cheong Lung Ind. Bldg., 10 Cheung Yee St., Lai Chi Kok, Kln., Hong Kong
TEL：852-2601-0881
電子信箱：bwflhk@yahoo.com.hk

◎**美國—南加支苑**｜
3209 Producer Way, Pomona, CA 91768 USA
TEL：1-909-595-6545
電子信箱：gelssociety@yahoo.com

◎**美國—北加教室**｜
1338 Ridder Park Drive, San Jose, CA 95131
TEL：1-408-770-9636
電子信箱：bwm_nc@yahoo.com

◎**美國—紐約教室**｜
25—10 Ulmer St. Flushing, NY11354 USA
TEL：1-718-353-6111
電子信箱：bwnyus@yahoo.com

◎**加拿大—溫哥華教室**｜
12360 Greenland Drive, Richmond BC, Canada V6V2A8
TEL：1-604-352-0635
電子信箱：canvanmaple@gmail.com

◎**加拿大—多倫多教室**｜
150 North Rivermede Rd. Vaughan, ON L4K 5B1
TEL：1-647-800-8189
電子信箱：mfbs.to@gmail.com

◎**澳洲—墨爾本研討班**｜
19/42 New Street，Ringwood , VIC 3134, Australia
TEL：+61-4-18884348 +61-3-88223341
電子信箱：blisswisdom.aus@gmail.com

◎**日本研討班**｜
〒 133-0052
東京都江戸川区東小岩 6-6-7 第一文化荘102号室
TEL：03-5875-4820
電子信箱：fuzhi.japan@gmail.com

◎**韓國研討班**｜
84, Myeongnyun-ro 21-gil, Jung-gu, Daegu, Korea
TEL：010-6425-5828
電子信箱：lamrimkr88@gmail.com

11行銷廣告.indd 172-173　　2020/5/4 上午 11:59:00