

福智之聲



法雨甘露

孝經講記(二十八)

福智新聞

聆聽上師教言 一年圓滿開始

——2013年福智法人新春團拜

祈求 佛菩薩永恆的陪伴

——2013年朝禮法會

本期專題

讚頌、戲劇 最虔誠美麗的供養



〈智慧法語〉

利他心

在這世界上，有一種人，
最不會嚐到苦悶和孤獨的感覺，
就是已經開始學習關心他人的人。



師父法語	3
編者的話	4
法雨甘露	
孝經講記 (二十八)	6
珠璣集	
本期專題	
讚頌、戲劇 最虔誠美麗的供養	16
國家音樂會 撥動大悲韻	18
新加坡飄送如來美音聲	22
長壽王戲劇熱情撼台中	26
師父開示	
日常師父開示	
編輯室整理	
編輯室整理	
新加坡採訪組	
台中採訪組	

中華民國八十年十一月三十日 創刊
 中華民國一〇二年三月十五日 出版

◆佛曆二五五七年

◆發行人：釋如證

◆編輯部：台北市南京東路四段137號12樓

◆贈送處：◎台北學苑：台北市南京東路四段137號10樓

TEL: (02) 2545-2546 FAX: (02) 2545-6533

◎台中學苑：台中市台灣大道2段659號3樓

TEL: (04) 2326-1600 FAX: (04) 2319-7605

◎高雄學苑：高雄市大順二路417號3樓

TEL: (07) 380-5895 FAX: (07) 385-4956

◎嘉義分苑：嘉義市金山路106號

TEL: (05) 283-3940 FAX: (05) 283-3943

◆海外通訊：◎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：香港九龍太子大埔道48-52號1樓

TEL: 852-2601-0881 電子信箱：bwflhk@yahoo.com.hk

◎馬來西亞支苑：11A-2,Jalan SS23/15,Taman Sea,47400 Petaling Jaya,Selangor,Malaysia

TEL: 6037-8031885 電子信箱：boremalaysia@gmail.com

◎美國-南加支苑：3209 Producer Way, Pomona, CA 91768 USA

TEL: 1-909-595-6545 電子信箱：gellsociety@yahoo.com

◎美國-北加教室：1170Kern Ave,Sunnyvale,CA 94085 USA

TEL: 1-408-245-2228 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：2216 Vauxhall Place, Richmond, V6V 1Z9 BC, Canada

TEL: 1-604-279-1772 電子信箱：mfbs.bc@gmail.com

◎加拿大-多倫多教室：250 Ferrier Street, Unit D, Markham, Ontario, Canada, L3R 2Z5

TEL: 416-900-1506 電子信箱：mfbs.to@gmail.com

◆郵政劃撥：第19636771號帳戶 財團法人台北市福智佛教基金會

◆http://voicefriend.blisswisdom.org

◆中華郵政北台字第4090號執照登記為雜誌交寄

杏壇飄香

成為有責任感的現代青年

——2013年青少年因果教育營

編輯室整理

32

福智青少年 業果大樂行

台北學苑文教課

38

慈心大地

慈心花朵佳色開

——有機農業研習營

園區採訪組

50

學習心得

觀功念恩迎新年

台北 妙蘭

60

好一頓年夜飯

台北 慧橋

62

《眾善奉行》

樂中有苦的原因

台北 莊志偉

65

快樂周末

台北 羅欣怡

66

我的如母長嫂

台北 慧莉

67

教唱讚頌 渾然忘我

台中 余采燕

68

公財如命

嘉義 謹觀

69

向上跨一步

高雄 詠貞

70

園區快遞

國小環境共業課程體會深廣

園區採訪組

72

為孝親班長者奉茶

園區採訪組

74

麻園農場啟動保護列車

園區採訪組

77

教育園區活動記事

園區採訪組

78

福智新聞

祈求 佛菩薩永恆的陪伴

——2013年朝禮法會

台北、台中採訪組

80

聆聽上師教言 一年圓滿開始

——2013年福智法人新春團拜

編輯室整理

92

上師說法感動萬方

——2013年新加坡提升營

新加坡採訪組

103

師父誕辰 魚苗放流

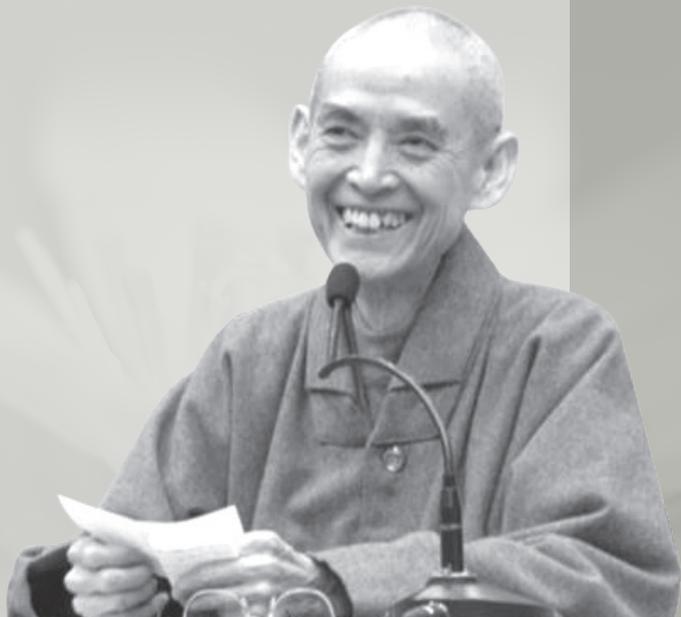
編輯室整理

114

台大張靜文 榮獲全國優秀青年代表

編輯室整理

117



師父法語

環境非常重要，不管是小的，或是老的老同學，大家都知道：如果我們在學校裡，這個學校的環境很壞，你跟、跟、跟，也就跟壞了；這個學校的環境很好，雖然你壞，你也壞不到哪裡去。大家都這麼說，我們也莫名其妙跟著人家，就這麼說了。所以環境對我們來說絕端的重要。

二月十八日，福智全兼職人員新春團拜，大家收到一個「大紅包」——上師的開示！這一講上師針對廣論學員最應該做的幾點，作了詳細闡述：一、堅持上廣論研習班。二、認真聽法，勇於造善。三、認真供佛、拜佛。四、認真回向。如證和尚希望這一講，成為今年大家學習最主要的教授！和尚也代大家求每一年新春開工，都能有上師為我們抉擇的開示，做為一年殊勝的緣起。盧克宙總幹事也說，今年的新春團拜是非常圓滿的開始！

此講，上師先指出三個期望：一是營隊會繼續每年都進行，希望十年、二十年後，你依然在參加營隊。二是祈願諸位身體能夠健康，長命百歲的學佛。三是祈願諸位對三寶的信心，能夠十年、二十年的維繫下去、增長下去，乃至生生世世。

為何有這三個祈願？因為值遇宗大師教法是一件非常非常不容易的事情，用師父的話來說，這不是一世的善根，不是短時間能夠積聚和宗大師教法相應的一個善根。上師希望我們好好珍惜自己的善根，而且一定要把這些善根增長廣大。

大眾聽了上師的開示，都能感受上師滿滿的關懷與期許。本刊特別彙整和尚的析釋，讓大家更能體解上師法語深意，詳文請見「福智新聞」——聆聽上師教言，一年圓滿開始。

今年朝禮法會分別在鳳山寺、園區舉行，四天五場將近五萬人參加，大家向師父、佛菩薩拜年，並互道恭喜，自他隨喜在新年伊始能夠熏習佛法，為邁向菩提道種下很好的善因緣。如證和尚送大家一個大禮物——祈求教授！和尚說，他每次祈求，都會得到應驗，所以常介紹別人這個方法，都滿有效。他也祝福大家在新的一年永遠不孤獨，生命永遠有一個強壯有力的依靠陪伴著，也

就是佛菩薩的加持力！

鑑於很多同學關心根本道場月稱光明寺的建設進程，和尚在法會中透過投影片說明。和尚指出，大家共同成辦寺院的過程，就是對教法最大的弘揚，哪怕只供養一塊錢，如果內心發一個極廣大、長遠的願，未來無量劫都將得到無量的利益，佛法也會因這群人生生世世所累積的福報而建立起來。月稱光明寺未來必定是法門龍象輩出，將成為眾生歸仰之處，為達到這個目標，有錢出錢，有力出力，大家一同造善業！朝禮法會盛況，福智新聞有完整報導。

新年頭、舊年尾，在新加坡舉辦僧俗二眾、四個梯次的營隊學習，計有二千八百位福智幹部參與殊妙無比的心靈饗宴。因為上師把大家的心凝聚在一起，和合增上形成 大的學習動力，所有參與者以最大恭敬希求之心專心聽法、學法，進一步體會師長、佛菩薩的教導，再再讓自他生命提升。此次學習，大家的心得非常感人，本刊特別選摘幾則——請見福智新聞「上師說法感動萬方」。

一、二月讚頌、戲劇都有重大演出，尤其在國家音樂廳的兩場，一票難求！交響樂團成員百分之九十是國家級頂尖專業演奏者，專業的演出，氣勢磅礴；加上有多首新編曲目，並有英文版讚頌，處處呈現上師的語功德，獨唱、合唱、國樂、交響樂，再再深深打動聽者之心。一月下旬在新加坡的讚頌演出，當地人非常捧場，安可聲不絕於耳，藍氏公會的會長說，觀賞過無數音樂會，此次真是無與倫比，尤其交響樂團、合唱團可說具有國際水準，若有機會一定要再觀賞。本刊特別將這幾場演出，彙集成「本期專題」——讚頌、戲劇，最虔誠美麗供養。

兩個月來，福智團體舉辦諸多弘法利生之事，本期還有很多精彩報導，邀您細細品味。



孝經講記（二十八）

◆ 日常師父開示

所以現在這個地方就是說：「父子之道天性也，君臣之義也。父母生之，續莫大焉。君親臨之，厚莫重焉。」他現在這種情況之下，這個人的行，怎麼來的呢？「父母生之」，怎麼向前面把它生生相續地繼續下去，注意喔！這個「生」有兩個意義，續、相續，就是說不但我們的身體是父母生，而且使得這個身體之所以為人的這個基本的內在，也是靠父母，從小，孝開始。

談到這裡呢，拿佛法來解釋，就很容易清楚了；弄清楚了，回過頭來，再看儒家那就一目了然

然。對了！你們最近不是在念那個《緣起讚》，對吧？「緣起」是什麼意思啊？世間的所有的一切現象、萬事萬物，不是天生如此的，而都是緣起。其實這個緣起的現象，拿儒家來說，這個叫「天命」，喏！「天」，本來就是如此的，換句話說，它本性就是如此的。那這地方為什麼要講這呢？實際上世間存在的一切事情，都不外乎兩樣東西，一個心對境，這個心對境所產生的整個的交涉，就是這樣。譬如說我們現在每個人講我啊、我們的生活，離不開這兩樣東西的，或者說一個是物質



方面的，一個精神方面的，不管你用眼睛看、耳朵聽、嘴巴吃，所感受到的，是不是離不開這個啊？「嗯，很好看。」這個感覺是你內心上頭的，可是你一定眼睛有一樣東西被你看見；你聽，也是如此，碰到一樣東西，「嗯，這個滿好」、「這個不好」，是不是同樣地內心當中的一種感受，感受到外面的東西？其實，所有東西都是如此。

那現在這個法——孝，也是這樣，父母給我們的身體，父母這個關係，然後我們內在的心靈上面，怎麼樣想把這個東西慢慢地繼續下來。所以世間上面來說：「不孝有三，無後為大。」就好像生了兒子嘛，那孝道盡了，但不完整喔！如果這樣的話，那個畜生牠也有啊！因為牠也生兒子啊！牠畜生有沒有孝道？沒有的。他那個孝的真正的內涵，因為這個行為一定要靠什麼？靠身體，所以靠身體，任何一個法，一定成立在世間，這樣。所以「人能弘道，非道弘人。」這個人跟法相

應，那就對，這兩樣東西都是從父母相續下來的，所以我們說「不孝有三，無後為大」的話，不但要有個兒子，還要把那個孝的精神留下來，相續下去，這個才是。這點清楚不清楚？所以說「父母生之，續莫大焉。」這個相續下來就是這個。

然後呢，「君親臨之，厚莫重焉。」那怎麼把這個，父母生下來這個孝，能夠把它擴大呢？君親臨……（編者按：此處音檔有遺漏。）人豈不是像畜生一樣！你也對，我也對，都沒有一定的法則可循，而有這個法則的可循的話，就形成一個完整的社會的組織，真正地這個時候也不是以父為主的，是以天子為主的，所以把那個精神真正擴大的話，那就是什麼？天下。所以「君親臨之，厚莫重焉。」他一定有他的一個次第，所以從根本，而擴大到天下，到究竟則圓滿。

好，這個地方就是聖人告訴我們，孝怎麼從根本開始，達到究竟圓滿，聖治。而現在反過來



法雨甘露

說，「故不愛其親而愛他人者，謂之悖德」，他一定有什麼？由根本開始，漸次擴大，所以前面說「本立而道生」，《大學》上面說：「其所厚者薄，而其所薄者厚，未之有也。」你該厚的應該厚，該薄的，依他次第應該慢慢地擴大，所以這個地方告訴我們，不愛其親而愛他人的，對自己的父母不愛而愛他人，你同樣地不是講愛嗎？那我只要愛就可以了，愛別人，自己的父母不愛，所以他好像是德，可是悖德，就是違反的，根本違反的。

「不敬其親而敬他人者，謂之悖禮。」內心當中是這樣，換句話說，愛、敬實際上是一樣，不過他偏重一方面的，外面來說，「不敬其親而敬他人者，謂之悖禮。」德、禮，這個都有它的親疏之分，換句話說，從它的根本慢慢地推開來，這是很重要的。

現在我們一般的世間往往顛倒，自己的父母

不要，外面的朋友很好，如果是這個人跟我有關係的話，就對他非常好，那都是悖德、都是悖禮，所以他下面說：「以順則逆，民無則焉。」它一定有它的次第的，哪一個順的、哪一個是逆的。這個「則」是法則，如果現在你反過來了，「以順則逆」這個話，有人解釋，很多古代的大德說，這個裡邊有字漏掉了，有這可能，因為以前背那個書，的確的經過多少……，被秦始皇一把秦火燒掉了，但是我們勉強還是可以說得通。順，應該是順；逆，應該是逆，現在你的作法作反了，「則」就是法則，作反了，「民無則焉」，假定說你帶頭的人作反掉了以後，那老百姓就無所取法——這個「則」就是法則——老百姓不曉得怎麼辦是好啊！跟著你走，那就亂掉了，如果這樣，天下就亂了。

所以「不在於善，而皆在於凶德，雖得之，君子不貴也。」如果你弄反了以後，那糟了！所以他



那個善，儒家告訴我們的善，跟佛法告訴我們的善是一樣的，不是今天你這個行為好就算。今天你這個行為——從你內心開始，不是表面上面的——今天你這個行為為對將來影響深遠的，是好的，眼前就是不一定好，這對的。換句話說，你內心的動機好，你這個行為為對將來深遠的影響好，這個是善。否則的話，你的動機不好，你行為上面好像好，眼前好，將來不好，不行。

譬如我們現在來說，賄賂，好像我給你一點好的，照理說，給你好的，我的不私自，給了你，可是我的目標幹什麼啊？為了我，就這樣。假定說我做了一件錯事，等一下怕別人知道，那我好吃東西給你，然後你不要給別人講啊！我這個行為到底是善是惡啊？惡的行為，就是這樣，我這是隨便舉一個例子。如果說他這個行為不能真正產生善淨的話，那這種行為好像看起來是對，但是「凶德」，壞的，這種事情，「雖得之，君子不貴

也。」真正的君子，不貴這件事情，不可以。

「君子則不然」，那君子怎麼辦呢？他反過來，不從這個地方著眼。「言思可道，行思可樂，德義可尊，作事可法，容止可觀，進退可度」，就這樣。他開口講的任何話，「言思可道」。喔！不管講什麼，他講出來的話，會考慮到，應該注意到，這句話講出來，人人都可以跟著你，可以作為法則的。「言思可道」，就是你講了以後，老百姓可以跟著你這樣講的。為什麼可以跟著你？因為你是如法的，所以他講出來的道理，就是完全如法的；他自己也透過了這去實踐、如法地行持，才講；然後人家也可以跟著他去做，也可以跟著他去講。

「行思可樂」，他的行為呢？可樂。這「樂」，不是我們現在的大家開玩笑，很好玩，逗一個樂。就是你這個行為，畢竟將來最後的結果，一定是得到善樂的。譬如說我們講「離苦得



樂」，就是這樣，它不是從眼前看的，我們的行為，真正要有這樣的效果。所以儒家一開頭就告訴我們：「學而時習之，不亦說乎」、「人不知而不愠，不亦君子乎」，都是從這內心當中開始，他有他真正的所謂安身立命之處；然後呢，外面的影響力量，那不管他舉心動念，不管他開口、行為，「德義可尊」。他一切的行為，那就真的叫人家可以尊重、可以尊敬、可以景仰，所做的事情，可以作為人家的效法，作為一個法度。

「容止可觀」，一舉一動，不管是動也好、不動也好，坐在那裡，坐有坐的樣子，站有站的樣子，走路、說話、開口……都叫人家感覺上：「啊！是有他的很可觀的地方。」「進退可度」，實際上最後這個原則，就是不管是進也好，不管是退也好，不管在任何情況之下，他都是可以作為一切人世間老百姓的法度、法則，以這樣的方

式，「以臨其民」，前面我們不是講〈孝治〉嗎？

那就是這樣。現在這個孝變成聖治了，上面的人以這種方式「臨」，跟他那些所帶動的人、周圍的人，這個就是我們將來真正要學習的。

所以這種道理我們平常都放在心裡面，慢慢地多去學，不斷地薰習，自然心目當中就有這種目標產生了。所以一開頭的時候，諸位漸漸漸漸養成：「我到這裡來，我要做什麼？」「將來我要學一個聖賢、佛菩薩」，這樣不斷地告訴自己，這個時候你自然就不會自輕哪！《論語》上面，大家還記得「君子不重則不威」，怎麼重法呢？不是說我吃得胖胖的，體很重，也不是說，我自己有什麼力量，或者我有很高的名位，不是。我自己「仁以為己任」，大家記得吧？仁，啊！我是要做這個。佛更了不起——我要救天下蒼生，要把究竟圓滿的教法，留下來！捨我其誰！除了我，還有誰呢？不是說，你不行、你不行。換句話說，每個人要親自去擔當這件事情，這樣的心情



去做。這個絕對不是我跟你爭喔！我來，你不行。物質上頭的東西的確的，只有這個東西，我有了，你就沒有；你有了，我就沒有，儒家講的、佛法講的「仁」，是「我欲仁，斯仁至矣！」我要，你也要，都沒關係，都是我們每個人內心的東西，所以我們每個人大家都是這種心情，如果能夠這樣去，將來自然我們的心會自重。

「是以其民畏而愛之，則而象之」，雖然畏、害怕他，但是愛，平常我們畏了就不歡喜他；歡喜了，就不畏。現在呢，由畏而愛，愛而畏，這個就真正了不起的地方，為什麼他由畏而又愛呢？因為他真正那個法則，他的心目當中要最好的東西教導給我們；既然是為我們好，當然我們愛他、歡喜他，可是教我們這套東西的話，要讓我們了解，把我們這個惡的東西拿掉，淨化我們自己，所以自己內心當中怕怕的。

或者我們舉個比喻吧！去看醫生，我們病

得要死，曉得這個非常嚴重，然後醫生給我們開刀，給我們很苦的藥，我們曉得這個會救我們，是不是心裡會愛啊？但是覺得，喔唷！這個怕怕的。所以聖人真正地引導我們的方式，就自然產生的「畏而愛之」，而且「則而象之」，於是在這種狀態當中，人民會取法，作為法則，照著他去仿效他，「象之」，仿效他。

「故能成其德教，而行其政令。」前面對了，下面就對，他的教化——德教，如果說為政的話，他的命令自然通行天下。

「詩云：『淑人君子，其儀不忒。』」好，這個比較容易懂，「淑人」那是真正的善人、好人、君子；「儀」就是規則；「忒」就是錯亂，他一定有他的完整的內涵，有他的次第，絲毫無錯，就這樣。

那麼，今天就講那個〈聖治章〉，好。



法雨甘露

珠璣集



福智之聲 第二〇八期

12

◆ 摘自日常師父開示

廣論錄音帶第六十四卷

編輯室整理

受持正法 重罪輕報

由於你受持正法，認真去做，本來你造的這個惡業是定受的，最糟糕的，下一世一定要感的；現在變成現法受，受了



一點，好了，下一次就沒有了。有的人說，你本來要去惡趣，但是現在就是覺得頭痛，假定說還要覺得頭痛的話，那怎麼說是從根本拔除了呢？這是說，你這個惡業的果本來要到那落迦的，那落迦是何等的可怕，現在你完全不要去了，豈不是根本拔除了！但是，畢竟你是造了，既然造了，跟不造不一樣，所以你還會覺得小小的頭痛等等，這個道理就是這樣。你有什麼樣的業，就產生什麼樣的功效。你愈是觀察得深入，那麼你認識得愈正確，將來產生的效果是愈圓滿。

因位淨修 遮止異熟

既然經過了懺悔能夠把所有的惡業都清淨的話，經上面又說先業所有的異熟要除去，為什麼還要除去呢？能夠除去的話它不是不能完全淨化了嗎？當這個業已經感果的時候，就沒辦法淨除了，在因位的時候，你淨修的話還可以遮止。這個道理用一個現實來比喻，比如草不要讓它長，那麼當草的種子還沒有的結種的時候，先把它拔掉不結種。結了種以後，把種子拿出來敲爛，敲爛了以後，儘管泡在水裡、曬曬太陽它絕對不結。



是的，種子還在，但是它不會感果。萬一草的種子沒有事先破壞，到了春天已經發了芽長出來了，你要叫它再長芽，有沒有這個可能？當然沒有這個可能。所以經上面的道理，完全相順不違背，絕對沒有過失。

圓滿教法殊勝之處，是一點漏洞都沒有的，我們現在所以修行的時候出種種問題，為什麼呢？不能說你不懂，你懂得了這一點，不懂的地方是一大堆，結果呢，一大堆不懂的地方，漏洞不曉得多少，你還覺得做對了，結果做的時候，因為有漏洞在，所以紕漏百出。現在這個地方它把綱要告訴你，而且每一個有問題的地方都告訴你清清楚楚，所以只要把握住去做的話，百無一失。

最初無罪清淨 異於懺後清淨

懺悔的力量還是有的，有多少懺悔的力量就抵消掉多少業。那麼為什麼這個地方抵消不掉呢？因為他所殺那個對象是個大乘的菩薩。所以如果說你傷的對象是人，這樣，如果你傷的對象是法也是一樣，所以注意喔！這個謗大乘經典的罪過



的難懺悔也是一樣。因為這個大乘的法相是什麼？跟法界相應的，發了心的大菩薩跟法界相應的，你怎麼懺悔，你就是沒有辦法跟這個東西相應。所以處處地方經上面說三千大千世界所有的衆生證了果了，對不起，你不如那個對大乘經典乃至於隨喜的功德等等，《法華經》上面〈隨喜功德品〉有這件事情。但是反過來，假定你真正的能夠發大乘的大菩提心的話，那妙了，因為你的心也跟法界相應，那個時候你這個悔過的力量之大，大得不得了。

雖然可以懺乾淨，但是這個懺乾淨，跟一開始沒有犯，兩樣東西有絕大的差別。〈菩薩地〉上面告訴我們，你犯了根本罪以後完全壞掉了，壞掉了以後你雖然懺悔乾淨重受，還是可以得到清淨，對於得到清淨那一點來說是一樣的，但是要證得功德那一點來說，那就不一樣了，這一生你決定不能獲得初地。以我們現在來說，因為我們末法了，我們好像總是沒有希望，實際上正法的時候，是有這個可能。實際上一直到現在都尙且有這個圓滿的教法有這個可能，所以他那個根本的戒是絕對、絕對的重要，絕對不能破壞，原因就在此。

戲劇 麗的供養



二〇一三年新春
開工第一天的晚上，
福智讚頌團成員即有
重大任務——要站上
國家音樂廳，為今年
唯一的讚頌音樂會公
演！從今年一月十九
日的台中中山堂「長
壽王」戲劇演出、一
月二十四日新加坡讚
頌音樂會，到二月
十八日此次公演，短
短一個月期間有三個
重大演出，加上演



讚頌、 最美誠虔

出前的密集排練，可以想見福智讚頌課職義工經歷了一段馬不停蹄的日子；然而，在他們臉上顯現的只有無限的歡喜，因為能夠實踐師父、上師想把最美好的音聲、最美妙的表演廣布人間的願望，再累也值得！





國家音樂會 撥動大悲韻

◆編輯室整理

眾所期待、一票難求的「美化人生心靈饗宴——福智讚頌音樂會」於二月十八、十九日在國家音樂廳演出。集訓前如英法師特別為合唱團錄了一個小時的開示，集訓時總幹事親自為合唱團上廣論；賴學長及北苑李主任也前來關懷，對於師長們的關愛，團員們都覺得深受感動，對這次音樂會有更深的使命感。

為了不辜負大家的期望，合唱團員新春年假未結束，就從北中南聚集到台北進行訓練，集訓結束緊接著就是正式演出，一連唱四、五天，大家都克服身體的疲累，以虔誠皈依的心來傳遞上師的心音。



為了讓演出更豐富，公演兩天前臨時增加動作及二種隊形變化，七十個人要動作整齊非常不容易，團員分成小組挨命練習，到上台時，動作已由僵硬不協調進步到自然了，應變速度愈來愈快。而經過一月份參加新加坡讚頌提升營，得到上師和法師們的法雨甘露的滋潤，在唱頌時越來越能融入詞曲裡，體會上師創作讚頌的心情，發自內心憶念師長、歌詠讚嘆佛菩薩，唱出的樂音讓人感動、讚嘆。

樂團成員 頂級陣容

跟以往不同，今年交響樂團陣容堅強，成員百分之九十是國家級頂尖的專業演奏者，他們專業的演出讓交響樂更臻完美、更加氣勢磅礴，打動聽眾的心。這些專業人士非常用心，事先就要求提供樂譜讓他們預先練習直到熟練，彩排練習時從不遲到、早退，一到練習場地就開始調音、準備，端正心情，顯現專業素質，例如小喇叭手，針對要演出的每首讚頌樂譜，事先黏製整齊，並就樂曲音域的不同，挑選不同的小喇叭，



還會協助改進銅管樂的演奏，甚至提供音質較好的樂器，讓團員攜至新加坡演出，簡直是把讚頌樂團當成自己的樂團，讓人感動。

交響樂團指揮王子承老師在十八日當天突然失聲，但他不受影響，仍將身心與讚頌融為一體，所幸第二天在佛菩薩及師長加持下，他奇蹟似地康復了，看著他在台上令人激賞的演出，沒有人知道他前一刻還生著病呢！

新編曲目 應機教化

今年讚頌交響樂有很多新編的曲目，例如，「南無本師釋迦牟尼佛」、「八字大明咒與大乘皈依發心合編」、「拉緊我的手」、「般若法會頌」等等。另外，這次有英文版讚頌，在國內是第一次演唱，很多人聽了都很訝異；其實早在去年於加拿大舉辦的讚頌音樂會，為了讓當地聽眾更能契入讚頌內涵，找了一群人將讚頌翻譯成英文並由法師審核後演唱。

音樂會上，讚頌的呈現處處展現上師的語功德，無論獨唱、齊唱、合唱，國樂或交響樂，無



論以何種面貌呈現都不會讓人覺得突兀，彷彿理應如此，再適合不過了。而眾生隨其機緣，都有相應的讚頌來攝受。

例如，絲竹樂團古箏樂師謝味倩教授對「蘭若飄香」有莫名熟悉感，彷彿她原本就會唱；揚琴老師演出後要了廣論報名表，準備來上課了。擔任定音鼓演奏的樂師對「般若法會頌」特別感動，演奏過程含著眼淚，心中一直浮現：「此曲只應天上有，人間哪得幾回聞」及「仙樂飄飄處處聞」。有位擔任放映投影字幕的工作人員也分享，他工作席旁邊有位老先生似乎被家人逼來的，起初擺出不耐煩的樣子，但當絲竹樂團一開始演出後，老先生眼神一亮，開始坐正仔細聆聽，中場休息時，他跟家人說：「我都沒有打瞌睡！」到下半場，老先生已經熱血沸騰，用力鼓掌喊安可。

音樂會結束，賴學長來到會場門口時，一位

從美國回來的同修一家六口前來跟學長分享說，過年前他父親往生了，在父親生命最後時期，讚頌給了他父親非常大的安慰和寧靜，所以全家人特地以感恩的心來聽音樂會；大姊還特地穿了爸爸的衣服來音樂廳，因為心裡是很希望帶著爸爸一起來的。

北區善行班董亞欣師姐表示，音樂會一開始就令人眼睛為之一亮，絲竹樂團與華麗精緻的宮廷服裝，顯得如此美妙莊嚴。音樂會的現場就像置身在天宮，一切是如此祥和與美好。而合唱團的團員們，以最殷重、虔誠的心，唱出對佛菩薩的禮讚，有些讚頌甚至加上隊形以及曼妙的肢體動作，傳遞出他們內心的歡喜，使人感受到學佛是多麼令人嚮往的一件事。壓軸的管弦樂以及合唱團，在指揮的帶領下，大家同心同願，呈現出讚頌不可思議的加持力，令人內心非常激昂，發起猛力誓願，希望自己能夠自利利他，跟隨善知識學習直至成佛。很隨喜所有演出的人員以及參與這場盛會的人，我們非常幸運能在音樂廳裡一起修一座法，能夠互相隨喜、對師長修信念恩、修供養，為自他累積廣大的福。

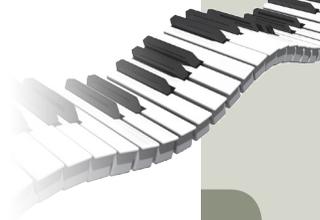
新加坡飄送 如來美音聲

◆新加坡採訪組

二〇一三年一月二十四、二十五日，來自台灣一二七位表演者在新加坡The Republic Cultural Centre (TRCC)舉辦二場讚頌音樂會。

繼二〇〇八年福智讚頌合唱團、交響樂團在新加坡維多利亞音樂廳舉辦兩場音樂會；闊別四年後，表演團再度抵星公演，這次加入琴韻絲竹樂團，還邀請傅孟倩女高音，以及留學德國、目前任教於台北藝術大學的男高音鄧吉龍教授，為音樂會增色不少！

二場近三千人次的觀眾，就在柔美、激昂、高亢的讚頌音中，得到上師的加持，深深受用佛法甘露。此外，為了讓外界多了解福智團體，特別邀請當地宗鄉會館及其他





佛教團體，希望大家能藉著這次的音樂會多認識新加坡福智協會。

第一次來新加坡演出的琴韻絲竹樂團，團員身著唐朝宮廷服飾，彷彿帶著觀眾走進時光隧道，呈現讚頌表演的另一種面貌。絲竹樂團沒有指揮，團員們默契十足，揉捻、吹敲之間，幻化成無數的樂音，在耳畔流淌，首首讚頌詞襯著大自然景物的投影片，引領觀眾們去揣摩讚頌的意趣，走入上師的心，學習上師的法。

中場休息時間，一位來自上海、七十多歲、音樂本科系畢業的福友郁舜英老師，對於這樣別開生面的讚頌音樂會讚不絕口，她說：「聽了特別感動，整個會場給人很和諧的感覺；男高音的獨唱，台風好，每個字都落在音節上，專業水平高，他每唱一句我就讚美一次；合唱團女指揮的表現很出色，一上台讓人感覺到她的莊重，沒有絲毫的傲氣，手勢非常優美，控制著全場的情緒；合唱團的音色很美，讚頌詞句更美，希望下次還有機會來參加你們的讚頌音樂會。」

曾邱公會的曾修維先生表示，能以平易近人的讚詞，不同於一般佛教說理式，而是優美的、把法理輕鬆的注入人心，此舉空前罕見！音樂水準很高，清新的感受嘆為天籟，希望多與福智合作，結合優良傳統與現代意義，可通

過中西樂的配合，帶入人生的大道理，給予人心啓發。這是一個高超、有水準的音樂會，表演者的用心大家有目共睹。

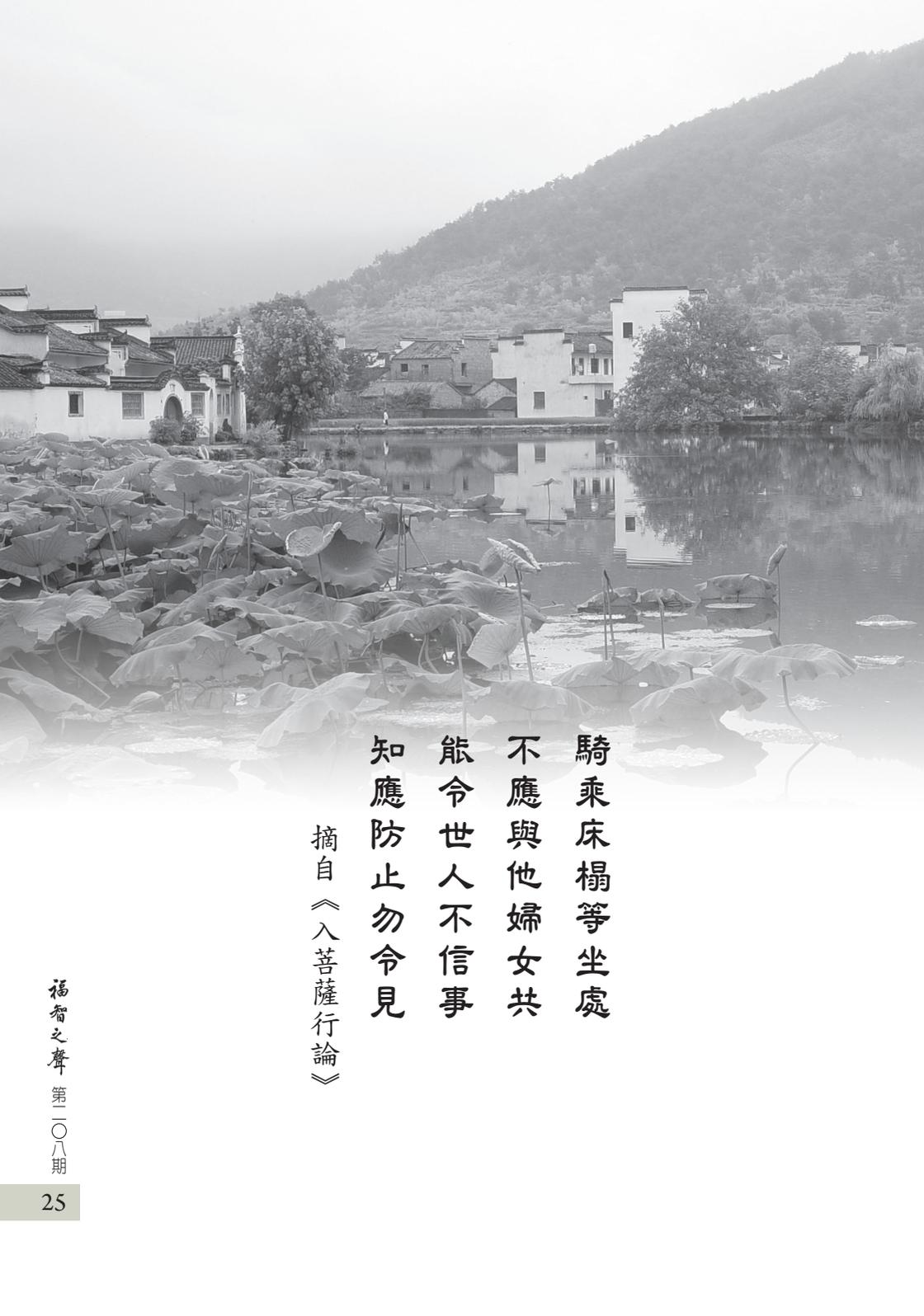
藍氏公會會長藍秉樞先生說，觀賞過無數音樂會，此次真是無與倫比，尤其下半場交響樂團及合唱團的表演可說具有國際水準，若有機會一定要再觀賞。

音樂會的壓軸曲目是「盼你來」，合唱團與交響樂團配合無間，將這首如史詩般波瀾壯闊的讚頌，詮釋得淋漓盡致，尤其最後勇士歸來的部份，更是高亢激昂，聲勢一波高過一波；觀眾就

像在塵土飛揚的曠野上，望眼欲穿地看著遠方的駿馬飛奔而來，師長就在不遠處，就在你我的心間……

當最後一個音符戛然而止，安可聲緊隨而起，熱情的觀眾用力地拍著雙掌，有的還站了起來，希望樂團與合唱團再帶來更多優美的讚頌！觀眾對讚頌的渴求是永遠不會飽足的，再多的安可聲，終有結束的時候，然而大家都期待讚頌的樂音永遠不停、合唱團的歌聲永遠不斷、而師長的法音永遠在人間流淌……大家都祈願不用再等四年，才聽到宛如天籟的如來美音聲！



A black and white photograph of a traditional Chinese village. In the foreground, there is a large pond filled with lotus leaves and some blooming flowers. In the middle ground, there are several traditional Chinese buildings with white walls and dark roofs, situated along a body of water. In the background, there are misty mountains. The overall atmosphere is serene and peaceful.

騎乘床榻等坐處
不應與他婦女共
能令世人不信事
知應防止勿令見

摘自《入菩薩行論》



「長壽王」戲劇 熱情撼台中

◆台中採訪組

在眾人殷殷期盼下，福智戲劇坊於一月十九日、二十日首次在台中中山堂登台，演出精心製作的年度大戲「長壽王」。距離去年六月「長壽王」首次在基隆文化中心演藝廳登場，半年多來，中南區同修一直詢問何時可以南下公演，現在終於等到了，盛況可想而知。

十九日下午場次除了中區青少年班師生約四百多人外，福智教育園區的師生共計一十五輛遊覽車也由雲林古坑北上。位於台中市區學士路的中山堂，停車腹地小，如何容納來自四面八方



的車輛與園區的遊覽車？幸賴服務於鄰近新民居工的同修與學校接洽，提供校門口外偌大的停車空間，解決了遊覽車的停車問題。

這次公演場地中山堂，由於燈光、舞台等軟硬體設備頗適合戲劇演出，尤其燈光部份，更能呈現設計者想要營造的氣氛。另外，一開始五穀慶豐收的場景，編劇為了凸顯百姓歡樂的景象，特別增加群眾人數；供養佛菩薩的供品，也在台中師姐多方奔走下，較首演時更顯豐盛。

舞台劇中有一段精采舞蹈，在中區徵選時，十多位有舞蹈經驗的同修一起學習，但最後只有二位上台。大家對於認真練習卻落選，紛紛表示練習的過程就是一種供養，就算不能上台，還是很歡喜的！

《長壽王》公演，在中南部同修的心裡投下一顆震撼彈——很多人對於劇中人物詮釋角色的恰如其份，劇情安排的起伏跌宕，以及整齣劇所要帶給觀眾的省思，都留下了深刻的印象。以下是台中青少年班及園區學生觀劇心得。

《台中青少年班》

◆小六謝采彤：長壽王在位時，就像孔子說的，「為政以德，譬如北辰，居其所，而眾星共之。」因此，百姓們都很敬重長壽王。長壽王為了不讓百姓受苦，拱手將王位讓給別人，並且不惜犧牲自己的性命；這種慈悲的精神令我敬佩。面對一個人做錯事去指正他，如果我是想幫助他、希望他改過，那麼這是好的動機；倘若只是想責罵、挑毛病，那動機就不好。

◆國一王盧心：世界上是有因果輪迴的，有因就有果，今日種了怎樣的因，來日就會得什麼樣的果。從來沒有惡人這種人，只有因為愚笨、愚痴去做惡事的人。每個人都有一位自己的老師，值得你去學習的人。我們要懷有慈悲心，每個人都是平等的，不能說他是我的敵人，我就要殺了他。

◆國三鄭晨逸：老實說一開始沒有很想來看，以為會很無聊！當然事實並非如此……長壽王真的很有慈悲心，竟然為了不讓任何人受傷獻出王位甚至犧牲自己的生命，這不是一般人可以輕易做到的！長壽王的兒子也很努力的遵守爸爸的遺願，不但沒有殺死父親的仇人貪狼王，甚至還改變了他殘酷的習性，真的很了不起！

◆國二張哲榛：長壽王，聽起來好像這位國王很長壽；沒想到他為了要不傷害任何一個珍貴的生命，甘願犧牲自己的生命。

在還沒觀賞這部戲之前，我還以為他是一位暴君；但是在看完之後，真的是很讚歎：有人為了利益眾生，連財富、王位甚至是生命都不要，這種心量不正是「佛陀」嗎？

我最難忘的一句話就是長壽王說的：「凡事不要以暴制暴。」遇到衝突，只要冷靜下來好好想一想，絕對比吵架、打架還要好，而且也不會造口業和怨念，對我來說真的是受益良

多！下次我還要去看看「福智戲劇坊」的表演！

◆高一陳聆韶：我覺得好像洗了一個好舒服的澡，整個人都神清氣爽，心都開闊起來了！並且就像長壽王一樣，有了包容別人的心，真的好開心，想著，就算朋友態度再不好，我都能釋懷……好像我的心裡有一片一望無際的草原，而我正輕輕鬆鬆地躺在那片草原上，全然的快樂。

佛陀相信人性本善嗎？就像孟子一樣，人們會做壞事只是因為無知，我相信嗎？是的，我相信，很感動的地方是在長生王子要拔劍殺掉貪狼王的時候，那份心裡的掙扎，我想這份掙扎，其實每個人心裡都曾經有過，就像是我一直猶豫要怎樣面對朋友，寬容了，就是放了他，也放了自己，但又有些不甘願就是掙扎吧！

看著、看著好幾次落下淚來，覺得長壽王真的很了不起，就好像菩薩在世一樣……剛開始的時候也很不懂怎麼能這麼容易就把自己的江山和人民拱手讓人？到後來才慢慢了解，那

是很深很深的愛才有辦法做到，真的希望，有一天大家能像長壽王一樣，心裡真正的解脫……

《園區學生》

◆六孝陳昱晴：這場戲給我感觸很多，因為我們就像長生，師父創辦園區告訴我們因果法的內涵，每天訓練我們全方位的學習，想培養我們成為第一等人；但有的時候就會排斥，不想要，覺得為什麼要學這些，不耐煩；但是我們不懂師父的心，因為他懂得真正離苦得樂的方法。所以我們剛來的時候，都會在心裡「腹誹」，愚痴的我們總是事後才反省、才懂得，我們為了報師父的恩，一定要在園區好好的學習，以後利益更多的眾生。

◆六孝洪麗惠：我覺得長壽王很慈悲，他連仇敵貪狼王都想度化，反觀如果是我，這是不可能的事情，所以我們沒有佛的偉大，一定



不但沒有造惡業，還種下好的因。

要好好跟隨善知識，不要只顧著自己的意見，都不想別人的苦樂。有時候加在自己生活上的困難，都有可能是佛菩薩給的考驗，千萬不要錯過這些機會。所以我要非常感恩師父、上師，每當我們祈求的時候，他們都會幫助我們、加持我們，讓我們能快快乐樂地走上去！我們絕對、絕對不能捨棄我們心中的師父、上師！

◆六忠蔡曠渝：我覺得長壽王這種寬大、

慈悲、不計仇的心，真是我學習的好對象，師父、上師、法王也是，悲心很大，想的都是利他，完全沒有私心，時時刻刻想的都是要如何利益眾生，而我們因為對「我」太執著，對「我」太敏感，一講到布施供養，就會開始想沒錢的是我……然後會怎麼樣……可是師父都把錢拿去做非常有意義的事，我卻這麼一毛不拔。要是我做錯事，都能像劇中的貪狼王這麼有善根，還能夠了解因果，那就太好了，但是我們常會犯嫉妒的毛病，見不得別人一點好，正確的心態應該是隨喜，真心的去讚嘆，這樣

◆高一忠張瑋修：慈悲是最吉祥的。這句話被長壽王和長生王子詮釋得淋漓盡致，多少爭鬥，多少怨恨都一一被這個宗給擊破。只要一個團體中有著和合的概念，並用心行持的話，基本上這個團體是不容易被拆散的，何況身處在園區的我們，如果好好的堅持這個概念，我們的進步一定非常迅速，希望自己可以一直朝著這一個方向，一直邁進，永不退縮。

從這部戲中看到很多自己可以學習的地方，其中觀功念恩最為重要，在戲中，長生王子和貪狼王的改變，化干戈為玉帛，上師說過：「觀功念恩是把利劍，可以斬斷很多非理作意，也是促進和合的關鍵。」希望自己能把這個概念學好，利己利他，為師父、上師打造一個大家庭。

◆高一忠李羿佑：觀賞完「長壽王」舞台

劇之後，內心覺得很慚愧，有好多的缺點，都和貪狼王一樣，也遠遠不及長壽王及長生王子

的悲心，與持戒的等流，和為了布施而犧牲生命的精神，都令我非常的仰望。反觀自己，最近碰到很多的障礙都是出自於自己的瞋心，以及沒辦法對不順眼的人觀功念恩，導致於每次一起做事或分組討論時，多半時間拿來爭吵，或在私底下暗自和別人討論如何一起「教訓」他，但這種種的問題都出自在我沒有去看他的功德，或者幫助他，反而還想加害他，這些行為都非常的像貪狼王，好在有好環境和好同學下，阻止了我對他人種壞的因；也和貪狼王一樣，有智者的教導，開始改過，觀功念恩，走在對的路上，這就是透由長壽王帶給我的改變！

◆高一愛吳宜臻：長壽王要被火活活燒死時，語重心長地教誡長生王子不要為他報仇，才能讓他無憂而死！這讓我想到長壽王好像師父，可能每一次我在觀過時，師父的心一定是像利劍在刺一樣的痛。當長生王子好不容易有個機會可以殺死貪狼王時，長壽王死前的叮嚀在他耳旁迴盪著，長生王子後來不殺貪狼王

時他得到了真實的快樂。就像我下決心不再怨恨別人時，要改變自己時，師父一定是很歡喜的。上師有一句教誡：透過別人，看見自己的極限。當我很苦的時候，這句話就會在我心中反覆的誦著，煩惱的大火也就一點點的熄滅。

◆高一愛沈宜亭：長壽王為他人捐軀，感覺師父也是這樣為我們的。現在要聽聞廣論好像很容易，但在數十年前卻是師父用命換來的，種種的好，都是善知識給的，然而我們所感受到的卻不一定是最好的，我相信未來的好比眼前的安樂更重要，就像長壽王一樣，眼前好像拋棄國家與子民，但事實上是給子子民另一種好處，帶給大家的不是物質上的東西，而是深處內在的快樂，是內心中靈的成長，這個快樂超過一切，師父也是一樣用法來滋潤我們，帶給我們快樂。

成爲有責任感的

現代青年

——2013年青少年因果教育營

◆編輯室整理

二〇一三年二月一日，第一屆「青少年因果教育冬令營」在園區展開，來自北中南、澎湖、上海、深圳、韓國、香港等地，九百多名青少年班學生齊聚在宗仰大樓，一起禮敬三寶，唱著「有一條路就在你身邊」，聞思研討業果道理，聆聽師父開示，思惟上師教誡，體驗了園區的因果故事，以及生活中處處因果的道理。

師父一心想培養三種人才：成佛作祖、安邦定國、安定社會，而上師說：「因果概念是可以直接通向志向，你必須先能爲自己負責，然後能爲家人負責，然後能爲天下、爲





眾生負責任。」因此園區養成教育，以及所有青少年班次的核心教育理念，都在因果教育，也就促成了今年寒假期間，「青少年因果教育營」的成辦。

「青少年因果教育冬令營」在如願法師的指導下，以三年為完整規劃，次第學習：為自己負責、為他人負責、讓自己的生命達到最高。今年第一期的主題「為自己負責」，又依學生的實際生活狀況而分行為、健康、學業三個面向。

如願法師在「掌握生命的舵手」專題講座中提醒學員：「很多人就是很想要快樂但是一直達不到，為什麼？因為不曉得業果的道理。」為了讓學員快樂而有效的學習，國小、國中、高中分組學習，各組老師皆卯足全力，以聽師父開示、研討、演戲、看影片……讓學生在活潑有趣的課程中，點滴浸潤因果道理。





為自己的學習負責

「為自己的學習負責」課程後，北區國小組林昀臻開心的說，原本感冒非常嚴重，爸媽不要她來，但她忍著病痛，忍著爸媽的不捨，依然要來跟著老師及同學學習。她努力成為第一等人，讓大家看到一個更好的昀臻。

南區高中組黃丞瑀提到，以前一直認為自己沒有做什麼殺人放火的壞事，卻發生倒楣的禍事。現在才知道起心動念已經是惡的，而且不自覺中惡業增長廣大。此後遇到不如意的事，會思考可能是自己做過什麼不好的事，而不會一味怪罪別人找麻煩，也會提醒自己，時要安住在好念頭上。

中區高中組陳秉鉉表示，師父說過，老師教育人的心理，醫生醫療大家的身體。他希望日後當保障人們健康的醫生，讓大家都健康的。



身體，可以跟著師父學習，因此不管考醫生的路有多困難他都不會放棄，他要學習師父常敗將軍的精神，因為那是通往成功的路。

為自己的健康負責

在「為自己的健康負責」的部分，參與破題戲劇「少年不識愁滋味」演出的北區國中生黎駿朋，覺得戲劇演活了學生的學習與生活，他體會到，如果自己有劇中人的不良狀態，就要承受劇中的可怕後果，那是自己沒辦法承受的，因此會提醒自己不要吃那些危及健康的食品，或者打電腦整晚不睡覺。

中區高中組黃金茹在「青春與活力」課程中，知道十二歲女孩因為長年吃雞排，導致腎臟壞死，得終生洗腎，心裡非常震驚，因為自己也很愛吃雞排。她很高興能知道吃下這些不好的食物，就種下了讓自己不健康的惡因，累



積、茁壯到後來就會結果，那是她要避免的。她很謝謝師父創辦慈心農場，讓大家可以吃到有機的健康食物。

高中組甚至透過辯論[◎]的勝利與禍患，更清楚商人的廣告就是魚餌，就像如願法師說：「魚餌就是呢很好吃，但是吃了會要你的命，那為什麼會去吃呢？因為愚癡，不曉得它的真相，不會看到未來。」

為自己的行為負責

而在「為自己的行為負責」課程中，染著一頭紅髮的竹區高中生徐承斌起初一直戴著帽子，第二天之後決定真實面對自己的錯誤。他很勇敢的站出來說自己的學習心得：「我染紅髮就是錯誤的示範，得為自己的行為負責；而且我身為籃球隊員，經常為了贏球不擇手段。這三天謝謝老師們教了我業果道理，我日後要



為自己的行為負責，希望能在無限生命中做最好的自己。」

北區國小組周佳蓁提到，上園區體驗課時，被蚊子叮到，很想把牠打死，可是想到因果道理時，心裡就不敢了，因為師父說：「善業就感樂果，惡業就感苦果。」

經過兩天課程洗禮，北區高中組的陳泰允第三天清早四點，和兩位組上同學一起繞佛一個小時、拜佛一個小時，他說：「我跟佛菩薩祈願，希望每一次拜佛，都可以消除一天的惡業。」

「無盡燈之夜」由性賢法師和性獲法師主持，性賢法師鼓勵青少年班學員繼續學習因果教育、孝順父母、觀功念恩，也講了幾則僧團預科班學習、實踐因果道理的真實故事，讓學員對「如是因感如是果」的道理有更清晰的了解，也期許學生能改變生命、點亮心燈，透過自己點亮的心燈，繼續點亮更多人的心燈。



福智青少年 業果大樂行

◆台北學苑文教課

青少年班成立於一九一一年，是團體第一個創立的文教班次，成立的緣起是師父爲了關照一群努力投入承擔師長志業的義工，使其在投入法人事業時，子女也能得到佛法的滋潤及最好的關照，和父母學習的方向一致。北區也從一個班幾十個人混齡學習，發展至今從台北到新竹，有幾十班，有上千個孩子在學習。這群親師生在師父、上師廣大悲願的攝持下，在教與學的歷程中，生命都得到提升。

現今社會在物質導向的洪流中，大多數人的生活陷在「盲、忙、茫」的業力中打轉並快速下滑，心靈愈趨空虛，生命一片無助迷茫，學齡階段的孩子在大環境影響下，缺乏正確價值觀跟高遠目標，且過動、暴力、躁鬱、自閉、憂鬱……等行爲偏差的比例越來越高，生命不知何去何從，但這群青年學子卻是我們未來社會的主要領導人及中堅份子，攸關每個人現世及無限生命的安樂及教法能否成辦，所以青少年教育益顯重要。



因此，一群護持人員就有了殊勝因緣，把師父關照的這份心傳遞給我們的子弟，讓我們的下一代，從小一到高三，透過背書、因果故事、讚頌、生活實踐、成長札記、生命典範、廣論……等課程，希望培養他們成爲「知書達禮、健康快樂」的青少年，能樂於學習且懂得行善助人。進而具有「業果見」，爲自己的行爲負責任，乃至爲天下蒼生負責，立定志向，培養師父、上師所希望成就的三種人才——成佛作祖、安邦定國、安定社會。

這些與師父有緣的青年佛子們，在師父幫我們孕育的環境中薰習，很多孩子的善根快速被啓發，生命方向有了大轉彎，更在上師業果教育的引領下，小小年紀就開始懂得從生活中的每一個境界學習取捨善惡、反省改進，有的從唯我獨尊變爲友愛同學；有的從生氣鬼變成微笑天使；更有的從喜歡打人的火爆小子，變成會爲父母、師父著想。

在整個急速下滑的大環境中，感恩師父、上師、法師、學長、主任們的指導陪伴，讓我們這群護持人員及家長矢志不移堅守在這個崗位上，練習在孩子的身上發掘出師父在他生命中埋下的珍貴寶藏，現在就邀請您一起來品味這群青春學子所迸發出來的耀眼光采……



獨生子的改變

台北學苑青少年班 黎駿朋

我是一個獨生子，所以養成「別人都要聽我的」習慣。

國小二年級時，有一次畫圖的分組作業，我照樣發號施令，要別人照著我的意思畫。有一個同學，他畫出的人，和建築物一樣高，現實中怎麼可能有這種事？比例根本不對嘛！於是，我就將他畫的圖給撕了，也叫其他人要照比例畫！但時間不夠，已經要評分了，老師看一下我們這組的作品……分數給的不高，因為我們海報裡的人物太少了！最大的原因，就是我的固執，結果弄得大家都不愉快！

其實，那時我也知道我有錯，但面子掛不住，也不願意道歉。可想而知，當時我的朋友一定不多。升上中年級，情況比較好些，因為持續在青少年班學習，學到「悌」，也就是友

愛兄弟姐妹，我沒有兄弟姐妹，所以感受到自己應該友愛同學、禮讓同學，但從小就被大我很多歲的大表哥大表姐禮讓，所以總覺得別人讓我是理所當然。但是青少年班的老師告訴我很多有關於「悌」的因果故事，我試著慢慢去體會。

到了五年級時，又要分組製作海報，這一回，我沒有一定要當組長，但很榮幸，大家選我當組長，這次我沒有要大家都聽我的，反而處處聽取他人意見。就在這樣愉快的氣氛下，大家分工合作，順利完成海報，而且我們這組也得到老師的青睞，不僅得到高分，還被張貼出來。

六年級快要畢業時，和同學玩時，有一位同學說：「班上就有些獨子嘛，比較不會讓別



人呀……」然後瞄我一眼，我心裡有些不好意思，半開玩笑的踩他一脚，這也才發現其實同學們都有讓我，我還有很大的進步空間！

因為在青少年班受到師父、老師的教導，我才有這麼大的改變，在這裡學習，真是一件很幸福的事。

生氣鬼變成愛笑天使

基隆支苑青少年班 施諭樵

從小，父母就很疼我，所以我要什麼就要什麼，說真的我好像沒有得不到的東西。只要父母不買給我，我就擺臭臉，不跟他們說話，他們就會趕快買給我，深怕我會一直生氣下去……

上了國中之後，這種情況更加嚴重。只要父母多問我兩句、念我個兩句，我就會不開心，然後就會把嘴噘得高高的，接著甩頭就走，完全不顧慮到父母的感受。雖然媽媽會責罵我，但是她越罵我，我就更不開心，臉色也

越來越壞，眼睛還會惡狠狠地瞪著她。

可是爸爸很包容我，在我們家，小孩做錯事，父母不會一起生氣，都是一個在責備，一個在安撫，爸爸在那段時間裡一直是站在包容的角度。但是，我不知悔改，常常與父母起衝突，所以弟弟在背後都罵我「愛生氣鬼」。我也不以為意，反正你說你的，我做我的，這也導致那段時間，每天都生氣、每天都和父母鬥。

或許有人會以為我的人緣不好，其實我

的人際關係非常好，朋友也很多，老師也很喜歡我，因為我在學校是個很隨和的人，也很愛笑，從來不會擺臭臉，更別說是和別人起衝突了。總之，在學校的我，和在家裡的我，完全是不一樣的人。所以媽媽常說，如果你對待家人，能像對待朋友那樣就好。

其實，那個時候，我已經上青少年班了，或許因緣還未到吧，總覺得上青少年班對我沒什麼幫助，甚至抗拒去青少年班。希望我能跟隨師父的腳步走的媽媽，她當時真的非常傷心，因為我一直壓抑自己不想去青少年班的心，突然有一天爆發開來，跟媽媽吵到了半夜，我跟她說——我受夠了！

後來媽媽不再強迫我去，但有時候有比較重大活動時，媽媽竟然用「懇求」的眼光拜託我去……其實那時候，媽媽爲了我的事感到很難過，所以每天不停向師父祈求，誦經、做義工的時候也會回向給我，希望我能早日接受

師父的教法。而媽媽也放下身段，好好地和我談。剛好在那時候青少年班在宣導報父母的恩德，青少年班的老師也帶著我們做一連串感謝父母的活動，例如：洗腳、寫感恩卡片等等。我想，或許是師父藉著青少年班，想要來告訴我，父母是多麼的偉大！也讓我驚覺到，隨著時間一天天過去，父母也漸漸變老，讓我更加驚覺父母對我的好、對我的重要。

所以，在媽媽沒放棄我、師父沒放棄我、老師如此關懷著我之下，漸漸地，我又跟隨了師父的腳步。或許是因為媽媽的祈求，也或者是自己的資糧具足，漸漸地，看到自己的過失是多麼的嚴重。從而也體會到師父的悲心——不放棄任何一個人！

現在，每當供香時會向師父祈求：能讓我的脾氣變好一點、能讓我多多關懷別人。一天，在和媽媽聊天時，突然聊到我的脾氣，媽媽說我簡直是變成了另一個人。我現在根本記

不起上次嘔起嘴、甩頭就走是什麼時候的事了，現在和家人相處得很融洽，很感恩師父、上師的加持，感謝青少年班老師、同行善友的關懷。也感謝一路包容我的爸爸、一直想給我

終於不再打人

新莊教室青少年班 黃志緯

從前的我，是一位容易暴躁、生氣，並且做事無法持之以恆的小孩，從小學一年級開始，我就常常和同學打架，常把同學打哭，因此聯絡簿上常常寫滿了紅字，回到家中也常被父母唸。

到了三年級，媽媽幫我辦轉學，三、四年級時，我的學習狀況良好，成績不錯，朋友也很多，非常感謝三、四年級的導師陳菁芳老師，如果沒遇到陳老師，那我大概整整六年都要一直惹是生非。老師是廣論學員，會帶我們

最殊勝佛法的媽媽，雖然不敢說我現在完全不會生氣，但我已經戒除那令人厭惡的臭臉，變成愛笑的天使了！

讀經，和同學吵架，老師也會要我們反省。此後我就比較少會和同學起衝突，到後來，慢慢感受到「沒打人」和「一直打人」的差別——沒打人時，輕鬆自在快樂；打人時，我會感到憤怒而且害怕。但是我打人的習慣並沒完全治癒。

五年級時，因為重新分班，老師、同學都不一樣，就又有衝突的情形發生，不好的情形持續到五年級下學期，我終於爆發了……那天，有一群同學一直叫我的綽號，挑釁我，



當時我非常生氣，便出手把一個同學打受傷。事情發生後，我被叫到學務處，被那個同學的爸爸罵得很慘，然後我就一直哭，爸爸、媽媽爲了這件事，去跟同學的爸爸道歉，我也跟同學、還有他的爸爸道歉。

經過這次事件後，我發現我打的人越多，朋友就越少；相反地，我打的人越少，朋友越多。打了人後，我心中總是會害怕、擔憂，而且也擔憂接下來會發生的事，被處罰、被譴責，最後就後悔自己又動手了。原來，這就是「造惡業，得苦果」的道理啊！

我開始思考，有什麼東西能讓我冷靜。我找到了，就是看書，看書能讓我鎮定，也比較不會生氣；只是，有時真的很生氣，還是會

有想打人的衝動，那時我就趕快想：「生氣太恐怖了，會讓我喪失理智，進而做下讓我後悔的事，師父啊！請幫助我改掉動手打人的壞習慣，及會生氣的念頭，因為我實在不想要那種擔心害怕的感覺，也不想再讓父母爲了我的事情而難過傷心。」

以前當我生氣時，幾乎沒有什麼思考就出手了，現在的我，已經比較可以忍住（雖然有時還是會忍不住）。我想要改過向善，雖然我知道班上有些對我印象不好的人，就算知道我改善、改進，也不一定馬上會和我做朋友，但我想把這個黑業除掉，不讓它增長廣大，這樣苦果就不會來，樂果一定會到！



看著被欺負的他

新莊教室青少年班 鄭品恩

班上有一位同學常被欺負，而欺負他的人表面是在跟他玩，但實際上都害他常常受傷，班上的男生都覺得他很好欺負，幾乎每個人都欺負過他。

這件事情，我告訴過班導，班導也處理過，但是沒有用。欺負他的人反而越玩越兇，班上的女生也都曾經阻止，但是都沒有用，連我阻止也沒用（我跟男生很熟），直到最後，我根本就不想管了，每次看到他被欺負只覺得好可憐。

直到有一天，班上有個女生經過他旁邊，要去脫他的褲子，結果沒脫成，好死不死常常欺負他的那個人，看到他沒脫成，直接衝到他的旁邊大力把他的褲子拉下來。

那時候我剛好在旁邊，目睹一切，但是並

沒有阻止，反而笑了一下，當時他整件內褲都露出來了，無助地大哭。

老師知道了以後氣到不行，直接把他們三個送學務處，雖然沒有處罰我，可是聽到他要轉班時，我超後悔的。當時我沒有勇氣、也不知道要如何阻止，只是呆站一旁看著，雖然我沒有動手，但是我笑了，這個笑對他是一個非常大的傷害，我很害怕當時所造的惡業，會感覺什麼樣的惡果！

還好最後他沒有轉班，而我現在也盡量跟班上的女生一起努力幫助他，不要因為阻止沒有用，就放棄他，犯下跟之前相同的錯誤。祈求師父給我智慧及勇氣，陪著他走過這一段路程，彌補我當時那一個「無知的笑」。

火鍋店裡的內心交戰

桃園支苑青少年班 陳泰允

一個寒冷的冬天，我走在一條熟悉的街道上，餓著肚子尋找一家能填飽肚子的素食店，正當天色漸漸昏暗，突然看見一家素食火鍋店出現在眼前。

那家店提供許多食物，可依照自己的食量來取用。我點了一個蔬菜鍋，然後就去拿火鍋料，因為肚子實在很餓，所以一次就拿了很多料放進火鍋裡煮。吃著吃著……發現火鍋裡

的料快要吃完了，摸摸肚子，已有八分飽，但是眼睛看到食物又很想多吃一些，所以又起身往食物區走去。當我經過別人剛吃飽離開的桌面，卻發現食物沒吃完，頓時自我檢點內心——想要再多拿食物的目的是什麼？是爲了想到填飽肚子、還是貪便宜？於是趕緊掉頭走回座位，把剩餘的食物吃完。吃完心裡很開心，沒有負擔的走回家。





還好沒去切西瓜

新竹支苑青少年班 游舒涵

上體育課時，王老師要全班跑操場兩圈。第一圈大家一起跑，跑完第一圈後，第二圈就自由跑。

跑第二圈時，因為是自由跑，所以我和兩位同學一起跑。其實，我最不喜歡跑步了，每次都用走的。跑到一半時，那兩個同學看到有些同學在「切西瓜」，她們找我一起加入。「切西瓜」的意思是，將操場比喻成西瓜，人從操場中間穿過草地到達終點，就像切西瓜一樣，就是走捷徑！

我說：「我不要，我的體育成績不是優！你們要切西瓜，你們自己切，我不要切。」於是我就繼續跑。後來，她們看到我在跑，也跟

我一起繼續跑下去，沒有去「切西瓜」。

好不容易跑完第二圈抵達終點，王老師說：「集合！剛才只有『切西瓜』的同學請出列，再罰跑操場一圈。」當時我心裡想，真的是種什麼因，得什麼果。如果我不想跑步，聽那兩位同學所說的話，去「切西瓜」，我就要被處罰，還要多跑操場一圈，就像做惡行受苦果一樣。還好沒有聽她們的話。她們因為被我影響，沒有去「切西瓜」，所以也沒有被處罰。

找藉口的後果



新竹支苑青少年班 郭子謙

班上有位同學，每次別人提醒他，他都不理，還罵別人：「你管我啊！」只有老師管他時他不敢罵，因為會被老師處罰。同學都不喜歡他。我覺得當他不想學習的時候，什麼藉口都找得出來。我跟媽媽抱怨這個討厭的同學，沒想到媽媽笑著對我說：「咦？怎麼跟你寫功課時很像啊？」我想了一想，真的是這樣。

我不喜歡寫功課時，也常常找藉口：「我還在想，我想不出來。」「老師出這個很難，我不會。」「這個這麼簡單，為什麼還要寫？」「我很累，沒力氣寫。」「這樣寫也看得懂，為什麼還要改？」我常用這些藉口來拖延寫功課的時間，害自己弄到很晚不能睡，

被爸爸媽媽唸、讓他們又急又擔心。沒寫完的作業第二天還是要補寫，又會被老師罰不能下課；如果在學校沒補完，回家又要補；就算補完了，那天的功課也沒辦法寫完，造成永遠不停的惡性循環！

這讓我學到不要只注重眼前的快樂，眼光要能看得遠，該做的事就要先認真做好，才會讓我的學習更有效率，也有更多的快樂時間。





倒楣與懺悔

新竹支苑青少年班 彭思耘

星期二晚上，陪媽媽去上廣論研討班的路途中，我告訴媽媽說：「我頭好痛哦！今天很倒楣，在車上被孜孜姐姐撞倒頭。」媽媽問，

爲什麼撞倒頭很倒楣？我說：「就是很倒楣，才會撞倒啊！」媽媽告訴我，應該要懺悔的是，以前造惡業，現在感果了。我很不服氣頂嘴說：「妳是要去上廣論課？還是要跟我在車裡上聊天課？」媽媽說：「對！就是要在車裡跟你上業果法則的課。」講了好久好久，最後我已經很不耐煩，回答說：「懂了！」

下車之後，才走到里仁門口就跌了一跤，心裡又想著真倒楣！快要爬起來時，又跌下去，爬不起來。心裡又想：「怎麼這麼衰啊！」第二次要爬起來時，又跌了第三次。這

次，我現起了媽媽說要懺悔的心，就跟佛菩薩懺悔「我錯了！」結果就順利爬起來了。

進了里仁，有位師姐看到我，就請我吃洋芋球。哇，原來懺悔之後，福報就來了！心有惡念，苦果就來了！接著上樓梯時，遇到另一位師姐，她又送我一個草仔粿吃，好感恩哦！

媽媽上課，我寫功課。寫完功課後，媽媽建議我到樓下里仁去當義工賺資糧，我下去里仁幫忙把菜牌放到最旁邊，結束後，師姐又請我吃六個洋芋球加三顆糖果。下課在二樓遇到邱老師跟她打招呼抱抱，邱老師將她手上的甜甜圈又送給了我。今天的收穫好多好多，福報也滿滿。



慈心花朵佳色開

有機農業研習營

◆ 園區採訪組

透由慈心基金會舉辦的「有機農業研習營」，六年來，很多年輕人找到生命的方向。

二〇一三年一月二十五日至二十八日，來自全省各大專





院校的三十位年輕學子，為追尋師長腳步，相聚於古坑慈心農場，每天早上聽聞共學師父慈心理念之後，展開豐富的課程——現代農業面面觀、有機農業總說、慈心輔導產業案例、有機農場生物多樣性、農務體驗等，這些課程學員們受益良多，尤其對師父推動有機農業，有了正確的認識。在農務體驗的課程中，學員參與生命中未曾有過的製作堆肥、穿著青蛙裝撈水芙蓉等，讓人難以忘懷。



大地蔥龍 人心也光復

台大園藝暨景觀學系 李沂倫

每想到「有機農業研習營」的那段時間還是很歡喜。因為不論是在福高乃至現在的大學生活，能找到志同道合，又能夠一起學習的機會少之又少；尤其這一次與一群不同背景，卻同時相應師父慈心理念的人一起學習，更是歡喜無比！

雖然營隊期間身處神祕田園之中，但也不乏課程的學習。課程帶著我們思考農業走向，了解師父的理念與認識慈心基金會。類似的課程雖然上多了，但這一次感覺特別強烈。曾經有同學問我，什麼是慈心有機農業？我回答：「慈心不殺，產銷消的互助合作。」現在回想起來，這個答案一點力道也沒有。師父開宗明義就說：「我們做這個是為成辦無上菩提、光復大地、光復人

心，讓我們有往上學法的條件。」

慈心基金會依著師父說的去，許多計畫就這樣推行下去，像是西寶部落的例子，雖然一開始居民不相信基金會，但是在眾人努力下，現在都快變成西寶有機村了，而且還交出一張看不到的成績單，一種互助合作的關係就此展開，不僅利益到了居民的生命，連推廣者、送貨的、消費者，乃至是任何一個聽過這個故事的人，都能被利益到。這就像山泉一樣，從源頭流下來，使沿岸綠意蔥龍。綠意蔥龍的不只是大地，也是人心，提升了彼此的心靈。我覺得師父的目標在那裡，成效就在那裡，世界因此變得更有希望。

推廣有機農業是一件很費力的事，慈心基金會為此默默且積極的付出，這就像師父說的：「別人不做的，我們來做。」我覺得這樣才偉大，因為是真的為了一個目標，長久且不畏艱難



的付出，而這個過程是心靈提升。這也是我們團體最不共的地方，我們是一群跟著師長，努力提



升的人，有著較高的目標，因此可以成辦很多事情，很多別人說不可能的事也被我們成辦了！像阿石伯的公案，我們不執著於有機農業有無成功，而是關心阿石伯。我覺得這就是師父的功德，這也引導我思惟——這條路是辛苦的，我能夠撐下來嗎？看到這些成果，這都是教法建立的種子，我覺得是值得的。

上大學後，我對有機農業還是有很多問題！一開始認為反正這是師父說的，所以JUST DO IT，但後來想一想，實際上我們的目標是建立無上菩提，師父的眼光不只是有機農業，而是三千大千世界的眾生。

每每想到師父的功德，就會覺得很宏大，因此覺得能為此有一點付出，都是很大的榮幸。下一次，如果有人再問我慈心有機農業是什麼，我想我會回答：「就是一群人，為了心靈提升的目的，而做的有機農業，所以它的影響是超越有機

的。」

最終答案就在「心」

◆成大環境工程系 曾偉倫

「一旦消費了，你也成為了支持師父志業中的一環！」這是在有機營中令學子喜歡的一句話，身為學生的我，能做的是歡喜的走進里仁商店，歡喜的吃著健康食品，慢慢品味食品背後辛苦和感人的故事。

四天下來，每堂課程有其次第性，有其邏輯性，食品生產（有機故事）、產品運輸（供應鏈整合）、消費者選購（支持的力量），由淺入深帶我們思索慈心有機背後的意義，體悟到慣行農法對土地帶來的禍害、農夫轉作與利益間的掙扎故事、從生產到消費重要的供應鏈整合橋樑、到消費者支持的重要。令學子開心的是師父於

一九九五年，在嘉義朴子農場灑淨法會中的開示，告訴我們慈心有機真正的意義是提倡「四生」——生產、生態、生活、生命，在慈心當中要關懷的不僅僅是生態面而已，還關注到農民生命部分。

我是熱愛自然，關心環境的大學生，往往想著，關心環境到頭來受益的是人類本身，抑或說環境的保護依著於人，因此人心才是最重要的





樞紐，其實兩者相輔相成，互相依賴，這和師父開示的觀點不謀而合，自己也找到屬於關心環境的最終答案，不用苦惱自己做的，對於環境是否真的有所改善，而是歡喜自己有心去改善環境，the final answer all lies in "heart"!

往後要盡自己能力多多支持慈心有機農業，作師父歡喜的事情。

追尋心中的夢想

◆中興大學農藝系 劉韋伶

就讀本科系的我，對於台灣農業的發展其實有著自己的想法，我常常想：「學校灌輸我們的理念和方法難道就只是唯一的嗎？發展農業一定就要機械化，使用化肥以及藥劑嗎？人類為了生存必須剝削自然從事農耕，生產溫飽的食物，但在這過程，我們卻又小氣的不讓其他生命共



享……」我心裡一直很疑惑，但這樣的不解，始終無法在學校教育中找到定位，我帶著這樣的疑惑參加了慈心有機農業營，希望在尋尋覓覓的過程中，能找到自己想要的答案。

很開心的，我心中一大半的疑惑被解開了——慈心尊重生命、愛護自然的農法才是我一直所要追尋的。在這兒，我看見了如何應用所學卻又能達成夢想，保護生態的目標，原來台灣農業還



是有一群人默默地用愛心付出，而不是只有以營利出發，我想慈心這個大家庭是我未來想付出的地方。

四天三夜的學習中，印象深刻的是農務體驗，很難想像，我們連堆肥都能開心的邊玩邊做，又做陷阱又畫愛心；撈水芙蓉也是個難得的經驗，過程中我們沒有抱怨、沒有喊累、也不像在工作，而是真真實實的體驗生活。記憶猶新的是，一隻水鳥在我眼前低空掠過水面，飛向遠方，不時還有生物跳出又跳進水面的聲音，我無緣見到牠的真面目，留下來的就只有陣陣漣漪，倒映在夕陽西下的金黃色水面……充滿生機的環繞和生命，彼此尊重才是我最夢寐以求的地方。

謝謝這四天所有的義工，為我們默默的付出和無限關心，我不只找到農業上某些答案，還結交了很多好朋友，在古坑的這一小段日子，是我活得最健康、最開心、也最有學習力的營隊。未

來，我也要參加心光班的志工，把感動回饋給更多的人。

謝謝好慈心

◆海外學子 邱文欣

自小生長在水泥叢林中，整天逛街愛打扮，愛和朋友喝下午茶，穿梭於一個又一個商場，兩手提著滿滿的戰利品，認為這才是生活，也是這一生的追求的幸福。我絕對想不到有一天，會穿著樸素的衣服，和同行善友一起脫下鞋襪、光著腳，踩在蓮花池中打撈水芙蓉。這是我平生第一次和泥土的親密接觸。

我始終覺得，能夠參加有機營，是師父、佛菩薩在聽到我心中的祈求後，給我的最好安排。我的生命在一〇二一年的大專營後有了徹底的轉變，對於心靈的快樂，對於師父，對於人與自然



的關係，開始產生了好奇心，並開始走上追尋師長腳步方向的這條菩提道路。

如果不是二〇一二年參加台灣請法團時，在宗仰大樓走廊上「偶然看見」那張介紹「有機農業研習營」的海報，常年在海外的我，是不會有機會接觸並了解這個規模極小的營隊。四天的課程，讓我們不僅瞭解到有機的內涵，慈心的各項專案故事，開展有機背後的心酸和收穫，更讓我



們體會到了師長的用心——慈心有機，要發展的，究竟是慈心還是有機？

我被分到了這輩子絕對不會主動舉手參與的體驗——翻堆肥和下水田。當我站在堆肥山前，眼中看到的是漫天飛舞的小蟲，鼻子聞到的是似有若無的奇異味道。其實這些和傳統的堆肥相比，已經是非常乾淨的了，但是人的恐懼總是能夠將芝麻綠豆大的小事無限放大。我拿著鏟子無奈的望著，心裡還在猶豫是否真的要踩上去，這時身邊的同行們早已三步併作兩步的登上了山頂，拿起鏟子開始奮力工作起來。

當我勉強爬上山後，我用兩隻瘦弱的胳膊一邊鏟著堆肥，一邊思惟：「為什麼他們沒有恐懼，而我卻有？明明是同一座堆肥山，在大家的眼中為什麼卻如此不同？」看著同行們臉上認真的表情，我忽然發覺，他們將堆肥看作是一次學習體驗的機會，但我心中緣的卻始終是自己的排



斥感。心一轉，手中的鏟子不再如千斤重而是輕盈起來；堆肥也不再散發著不喜的味道，而是充滿大自然的原始味道。原先令我恐懼的堆肥山，突然也變得可親。這不證明了師父所說的——心的力量是無限的嗎？

至今我還是無法解釋，為何從小就害怕赤腳踩在草地或者土地上，經過一連串的掙扎後，最後決定我要做師父歡喜的事，不再緣自身的好惡時，突然勇氣倍增，褪去鞋襪，在朋友的牽引下戰戰兢兢的走下水田。雙腳第一次踩在濕濕軟軟的泥地中，恐懼之餘我感到一陣親切。原來人和土地的關係是這麼的緊密！看似不起眼、骯髒的泥土，卻孕育出無數的生命！我的腳趾頭深深的

踩在泥土裡，感受泥土輕盈的滑過我的肌膚，一瞬間，我已被大自然溫柔的環抱。

營隊結束後，我發現整個人經過大自然的洗禮，和法的灌溉而煥然一新。回到家，我開始感恩媽媽在里仁採買的有機菜，一家人能夠一起吃進健康，一起共造善業是多麼的殊勝可貴。雖然我未來不會走農夫這條路，但我想依循師父的開示，盡好我的本分，做一名忠實的消費者 and 用心的推廣者，將有機介紹給身邊的親朋好友，邀請大家一起來加入慈心行列，更發願有朝一日，能讓慈心春風吹入全球，讓慈心的花朵遍地綻放！



慈心大地



觀功念恩迎新年



◆ 台北 妙蘭

每年過年，我們全家分聚各地的二十餘人，包括七個手足、十六個孩子，都會聚集台中后里大哥家頂樓的六二廳，聚餐、發紅包、聊天、吃零食、唱卡拉OK……

二〇〇八年學廣論之後，我的生命獲得極大的提升與成長，心也就一天天遠離世俗這般消耗福報的過年形式，腦海經常想著要如何讓家人也一起學廣論，共同享受師長的攝受與加持。

五年來，我們四個姊妹相繼學習廣論，下一代也有多人進入廣論班學習。我們決定在今年過年、全家人歡聚的時刻，做自己學習廣論的善行總結，讓家人看到我們生命的改變，生起學習廣論的好樂心。

二十餘位家族成員，一如往昔歡聚六二廳，不一樣的是，幾個讀廣論的孩子體會念恩、報恩的重要，決定於今年大團圓的日

子回報長輩的恩情，特別設計了歡樂迷宮遊戲，讓頭髮發白的長輩們重溫童年迷宮遊戲，於穿越迷宮後獲得晚輩的祝福——寫著「吉、祥、如、意、福、祿、壽、喜……」的紅包，紅包裡有孩子們給長輩的壓歲錢。

排行老三的我，得到寫著「吉」字的第一個紅包。拿著紅包的我感謝晚輩的孝心，感性的跟大家分享廣論的學習：如何帶



著我走出婚姻的困境，以及癌症的痛楚；如何引領我跨越生命的幽谷，讓緊鎖的眉頭，換妝成飛揚的神采……我看到好幾個人紅了眼眶。

而後，妹妹玲玲、慧芬、津津也分別說出他們學習廣論的受用：原本經常抱怨、與人衝突的慧芬，透過觀功念恩，改變了過去的諸多不順，如今已開始出現順境；總是少一根筋，常讓人臉掛三條線的津津，侃侃而談心靈的提升，讓人驚訝她的成長；人緣最好的玲玲，更在分享中，提出許多從廣論中學到的道理：「斷器三過、業果道理」等。

孩子們也分享他們透過學習廣論，開始知道要念恩，而創

造了今年很多「第一次」——第一次規劃過年活動；第一次說出他們對長輩的感恩；第一次分享學習廣論後的成長……一連串的震撼，讓尚未學習的親人，紛紛感受到廣論的不可思議。

大家都完成善行總結後，我告訴家人：「我的好朋友想幫助她的師長，在印度北境拉達克所蓋的寺院種樹、建水塔，所以我打算將你們孝敬我的紅包捐出去，讓我在今年的一開始，就做出布施的善行；而這份善行裡，有你們的功德。期望我們家族所有的人，一整年都平安順利。」家人們不論老少，聽完我的發願，也紛紛掏出他們的壓歲錢，歡喜加入供養的行列。

一向敬重我的么妹，當場決定報名最近一期的廣論班，期待能在三月間開始學廣論；大哥聽完姊妹們的分享後，也說要報名學廣論！

眼見自己關心的家人，一個個進入師父、上師的懷抱，生命開始轉彎而日益光明，我的心中充滿了感恩！爲了幫家人積聚學習廣論的廣大資糧，我的下一個計畫是：每個月帶家人就近到根本道場種樹、拔草，希望全家人都學廣論的心願可以早日成辦。



好一頓年夜飯

◆ 台北 慧橋

今年過年，我深深為自己和家人喝采！

我的家庭很注重「吃」，每個人都是老饕，還是料理高手。記得我的弟媳婦剛嫁進我家時，說我們家平日的餐飲就跟別人的年節差不多！尤其是我，更是家中「吃」的極致，愛吃、能吃、敢吃。

學佛後受師父的引導，轉為茹素。吃素一、二十年，又在法人承擔推廣蔬食業務，可想而知，「素食」在我的生命中佔了極大的比重。

多年來一直努力把這個概念移植家人心中，卻困難重重，毫無改善的跡象，看著父母、兄弟及晚輩們大魚大肉吃得那麼高興，每年過年就變成我內心暗暗的痛，擔心這些業將來要如何

了？我常常想：如果我連自己的家人都不能影響，怎麼去勸別人蔬食呢？

雖然母親說，年夜飯妳一定要回來，我會幫妳準備素食，妳吃妳的素，我們吃我們的葷。但是幾年下來，看著他們盡情的吃著所謂的山珍海味，我一個人靜靜的吃著自己的素菜，彷彿在兩個世界中，不但不能改善他們少肉食的習慣，反而讓他們覺得



「吃蔬食好像很可憐」錯誤的印象，這樣對他們其實不太好。前兩年爸媽同意我去南海寺拜三千年，所以就沒有回家吃年夜飯了。

今年母親叫我一定要回家，我也覺得要珍惜和家人相處的機會，應該繼續努力去改善他們的觀念。想起師父教我們凡事必然有次第，我一定是善巧出了問題。

師長的加持，我突然想到一招苦肉計——我跟媽媽說，其實我吃得很简单，不需要太麻煩她，而且多放一些素菜會佔了她冰箱的空間，而且沒有人跟我分享，就我一個人吃素食也沒意思，所以我吃泡麵就好了。

母親當然不答應！於是同意今年少二道葷食，讓我多煮幾道素食。除夕當天，年夜飯是重頭戲，爲了準備豐盛的年夜飯，通常午餐都隨便吃。我突然靈機一動：一開始推蔬食，不應該於年夜菜時和大魚大肉搶一席之地，於是決定把我的素菜「傑作」在中午那一餐展現。

我輕輕鬆鬆做了天香回味鍋、黑胡椒排、猴菇排、麻辣雙拼……其實大部分都是些現成的食材，但是他們在沒太多食物的情況下，吃我料理的素食時邊吃邊誇：「哦，這個好吃，湯也不錯……」到了晚上吃年夜飯時，他們對我做的幾道素食，也會捧場地夾幾口，連稱：不錯！

不錯！

到了初三，小弟和弟媳婦回來吃飯，由於連續吃了幾天的大魚大肉，竟把我準備自己食用的五色山藥和猴頭菇炒高麗菜兩道蔬食幾乎吃光光，其他的魚肉都沒動。小弟說：「第一次感覺蔬食這麼好吃！」還對媽媽提議說：「以後我們過年一定要有一天吃素，而且是全天！」媽媽說初一早我們本來就吃素，就挑初一吧！我想：既然那頓本來就吃素，而且大多數人都在睡覺沒吃早餐，所以就跟媽媽建議初三比較合適。這個議案經過全家人一致通過。

我又想到，如果等到明年初三再吃素菜，這一整年他們串習



葷食太久，對於素食恐又失去興趣，所以決定今年我要下廚做幾次蔬食大餐，引起他們的想望，吊吊他們的胃口，有好印象後就會有所期待，不能等到明年初三再做。

這次過年，帶給我很大的信心是，不是他們不能改變，是我的方法不對。我也從中得到一些體會：

——凡事都要有次第，不應該在刀口上跟他們針鋒相對，應按部就班，先讓他們留下好印象。

——我們要傳遞好東西給別人，必須要在他最需要的時候給他最好的，他才容易意識到這東西好。

——要放掉自己的執取，以前我排斥那些有農藥、化肥、添加物的東西，且不自覺就會擺出一副很清高的樣子。這次我決定不管自己，只要他們喜歡，就算有一點添加物也無妨，結果發現，這種作法對家人的影響是立竿見影。



衆善奉行



《反省慚愧》

樂中有苦的原因

◆ 台北 莊志偉

我是農管全職，最近有農友木瓜豐收，每一顆木瓜都很大顆，我們單位決定要護持他。由於木瓜很大顆，一個人大概就買一顆，所以還剩很多，我跟張素敏師姐兩個人就推著木瓜到處去找同修買。

在福智法人各事業單位所在的辦公大樓一層樓、一層樓的推銷，有的同修很發心，搶著護



持；有的同修業務繁忙，無暇理睬；至於我自己，明知道有機木瓜是好東西，但是這麼一大顆，除非是有家庭的，否則明知他是單身同修，還要大力促銷，心裡也是卡卡的。我在按電梯的時候問素敏師姐：「爲什麼我明明做的是善業，卻會感覺有苦呢？」

素敏師姐告訴我：「今天全廣進度：『諸苦安樂種種差別，亦從二業種種差別，無少紊亂，各別而起。』師父告訴我們，現在我們造的都是雜染之業，善中有不善，不善中有善，所以我們覺得這個人間叫苦中作樂，這樂中是有苦啊！」

哦，原來我今天能感得在法人事業的樂果，是因為我以前造

了善因；可是爲什麼我在樂果裡還會有苦受呢？就是因爲我以前造的都是雜染之業的因！就好比現在，我賣木瓜，是護持慈心事業、護持農友，這絕對是一件善事，可是我在承擔的當下卻難免不堪耐、有遲疑、甚至犯嘀咕——這就是造善業時夾雜雜染之業呀！

想到這裡，我告訴自己要當下截其流！造善業時用歡喜心、隨喜心，觀功念恩、代人著想……那麼，未來感果時，我就是樂中唯樂了！

《修信念恩》

快樂周末

◆台北 羅欣怡

我是法人全職人員，星期六也要上班這件事，一開始讓我很難適應，但是，時間久了也就習慣了。上週五晚上，同事約我去夜市買東西，這也是進法人後第一次逛夜市，內心是好奇又興奮，兩旁商店林立，各種食物的氣味環繞，麻油雞和碳烤海鮮的香味不斷飄散而來，過往逛夜市的感覺又回來了。開心的吃了杏包菇和臭豆腐，不知不覺時間也晚了，想到明天還要上班，便趕緊踏上歸途，梳洗後已近凌晨一



點，便匆匆就寢。

隔日一早因睡眠不足便賴床，有股想請假的衝動，但想到自己的「神聖」身份，只好提起心力爬出暖窩，匆匆穿衣出門，及時趕上全廣前行。在讚頌南無本師釋迦牟尼佛的音聲中，發現腦中及嘴中似乎還餘留著昨夜臭豆腐的氣味，才發現內心充斥著前一晚放逸的續流，只想在人稱小週末的「週五夜」玩得盡興，週六最好能好好休息不用上班！

如果不是因為週六來上班，並參加全廣共學，我根本沒辦法發現自己的續流中有著深深的輪迴偏向性——有空就是想放逸，而不是精進緣正法，也看不到因無明造惡而輪迴生死的恐

怖。果真如師長所說，當下的每一念不是造善就是造惡，再不然就是癡相，也看到極愛生死的我如果沒有進法人，甚至即便進法人，心心念念還是隨順無始以來強猛的無明續流。

透過前一夜的歡樂散亂，以及次日一早上班、學廣論、進而發現放逸續流的可怕，兩相對比之下，才了解原來師長是用「週六來上班」這方式保護著我，讓自己不隨順習氣放逸、浪費暇滿人身！回想逛夜市當下，眼看許多過往喜歡的葷食，竟然一點都不留戀，或許那香氣還無法抗拒，但因為有師長教導，才有那麼一點機會不再因口腹之欲造殺生之惡，驚覺在這濁世中有種被

師長救拔的幸福，而這一切規定都是讓自己不下墮的保護，從過去對工作的感受是「Thanks God It's Friday（感謝上帝，終於到了星期五）」轉變成「星期六快樂上班日」，這看似限制的體制，卻有著「退步原來是向前」的內涵，感謝師長為弟子眾做了這麼智慧的抉擇！

《觀功念恩》

我的如母長嫂

◆台北 慧莉

我的家庭是一個傳統的大



家庭。嫂嫂嫁入我家，身兼諸多家事，將我從小看到大，從不要求我做家事。帶孩子、煮飯，一手扛起！我曾問她若我不嫁人，她做何感想？她說：「多一位菩薩眷屬共住，很好啊！」去年六、七月時，半夜二點多，我心絞痛難以承受，本想自己去急診，不料被她發現，她堅持騎機車載我去急診。初步處置後，已

深夜三點多，我請她回去，因五點半她要全廣班共學！沒想到共學結束，她馬上熬好粥帶到醫院來，就如慈母般將粥吹到適溫後，一口一口的餵我吃下！我心想：「天啊！她根本沒睡嘛！」

去年十月，我的血壓、血氧掉至七十多，以及全身水腫，肺

部積水！嫂嫂在百忙之中到醫院默默地陪著我！她不多言，有事請託從不推辭，譬如買東西、寄包裹、載我去搭車、幫我備早餐……我不是她的好幫手，她卻多了一個孩子要照顧！

去年皈依法會時，她更是全程陪伴，雖然皈依時間並不長，我卻已跪到雙腿發抖。供燈時，捧著燈杯的手一直抖，感覺虛脫冒冷汗！幸好有她在旁照料，讓我可以完整受完皈依。回想這些年來學廣論學得七零八落，但始終有師長、同行善友，尤其是如母的長嫂不棄捨及護持，心中充滿感恩！

《隨喜功德》 教唱讚頌渾然忘我

◆台中 余亦木燕

兒子在青少年讚頌班學習，有一天，獨自一個人在佛堂外面練讚頌，當天佛堂裏正巧有位師姐在誦經，她也是讚頌團團員，聽到讚頌聲，忍不住注意聽，發現兒子某些地方唱走音，於是走到小朋友身邊，兩人一同練唱一下午。

兩、三個月後，我和兒子在公車站等車，巧遇師姐，簡單寒暄之後，師姐問兒子記不記得上次一起練唱的讚頌曲，兒子點點頭



頭，師姐隨即舉起雙手打拍子，帶著小朋友專注地唱讚頌，人車喧囂置若罔聞。

短暫幾分鐘的等車時間，他們將走音的部分再次修正；很快的，車子來了，師姐歡喜的向我們揮手上了車。身為母親的我，看到有一個素昧平生的人，兩度如此自然、熱心地教導指正自己的小孩，內心的感動無法言喻。

像巧妙的安排，隔天又遇見師姐，主動向她致謝，並好奇的請教她，什麼動力讓她如此關注小朋友的學習？她說她很相應讚頌，一想起師父唱「生生由勝宗喀巴，為作大乘知識力……」時的神情就感動不已。她說，如果把師父、上師留給我們這麼珍貴

的禮物唱錯了，會覺得捨不得。上回陪伴小朋友練唱後，心中惦掛著他唱得如何，所以再次見到他，當然緊緊把握住機會，希望能唱得更好。

師姐的一番言語讓我很震撼，如果不是聽她說，我不會知道第一次佛堂外的教唱後，她竟然還懸念在心；所以第二次公車站牌相逢，她會展現出如此忘情、投入的心續。從師姐身上，我看到憶念師長恩德、珍惜暇滿、和合增上、護持正法，諸多法類真實易見的在我面前示現，心中隨喜讚歎，無比感恩。

《一念之間》

公財如命

◆嘉義 謹觀

除夕那天，拖著沈甸甸的行李箱北上圍爐。大年初一即前往鳳山寺參加朝禮法會全程義工。大年初三法會結束，義工們忙著復原。復原得差不多了，我正等著搭乘義工遊覽車返家，這時手機響起：「師姐，我們家師兄的袋子、水杯還有衣服，放在寺前廣場展覽區裡忘記拿了，可以幫我們帶回嘉義嗎？」趕緊去尋找，果然空蕩蕩的帳篷裡只剩個袋子，還有兩件冬季外套。一拿



起來還滿重的，想到自己從南部帶上來的行李箱已經又大又重，還要拿這袋衣服，真麻煩！

「這夫妻兩個，只記得把展覽的資料打點好載回去，外套這麼大件還會忘，糊塗！」正在心裡嘀咕，有位認識的義工剛好走過，「妳的行李真多，這袋衣服怎麼不放進行李箱呢？」「啊，這是一位師兄忘記拿了，他只記得把公家資料載回去，自己的東西忘光啦！」我有點抱怨地說。「哇！公財如命，私財如土，太隨喜他了！」

咦？我怎麼沒想到？他們夫妻倆常常護持義工，很多資料都是他們整理、攜帶，每次都打點得整齊、完備；結束後也會清

點、打包，讓大家都很放心。他們把公家的東西整理好，自己的東西反而忘記；對比我自己，常常急著把自己的東西整理好，公家的東西反而其次。想到這裡，轉而隨喜他們，對於要幫他們帶外套這件事反而覺得甘之如飴了。

感謝有這位義工的提醒，同樣一件事，看在他眼裡是隨喜，對我來講卻是負擔；幸好我轉得快，否則一路抱怨著回去，豈不虧大了！

《突破習性》

向上跨一步

◆高雄 詠貞

自從加入廣論研討班十多年來，年年都會參加佛七，因為相信那是師長爲了幫助我們所舉辦的活動。不久前聽一位很資深的師姐說她只參加過兩次，只因為怕寫回饋單所以不敢去。這令我感到不可思議，自己從來都將回饋單視爲可有可無，雖然每次參加佛七都覺得受益良多，但始終認爲有體會也不一定要讓主七的法師知道啊！何況又沒硬性規定，所以每年仍把握這充電良



機，不太在意回饋單有沒有寫。

靜坐思惟時，對於自己在佛七的行相，逐漸清晰，看到自己每當下課休息時間，除了供燈和香以外，大都選擇最輕鬆的事——回寢室休息，即便一點都不覺得累，也要躺一下。看到有人認真在寫回饋單，但自己就是懶得思惟、動筆，有時內心會生起些微不安，想要回饋法師的用心和報告自己的心得，卻經不起同修的一句：「我也沒寫！」內心頓時生起那種有伴的感覺「太好了！不是只有我沒寫。」提筆寫回饋單的力量不堪一擊。

看到自己的惡形影明現於法鏡後，開始憂心，這麼多年了都依自己的習性參加佛七，沒有一

點突破，是否太對不起師長、對不起自己了？那一炷香結束，我很自然地隨著先前的習性，想回寢室休息，但是思考了幾秒鐘，問自己：「我真的有那麼累嗎？不睡會怎樣？」

當我拖著沈重的步伐走向九樓佛堂，眼前的景象令我眼睛一亮，佛堂裡供香、拜佛者比比皆是，且寬敞的大殿，莊嚴的佛像，令我的身心頓時舒暢起來。我很歡喜的供香拜佛，最後一拜起身時，見宗大師父子三尊正對著我微笑，似乎在對我說：「這就對了！」令我開心不已，正如上師所言：「當你取對了、捨對了的時

候，一種歡喜心就會生起。」

功的經驗，信心更增長，休息時間除了上九樓禮拜佛菩薩，也認真寫回饋單，體會師父說在可上可下時，要選擇向上跨一步，這一句話的真諦。

國小環境共業課程 體會深廣 ◆ 園區採訪組

園區創建過程諸多感人故事，為讓置身其中的學生從小就能體會，進而生起感恩惜福之心，涵養善敬之心，國小各年級生命教育「共業環境」課程，分別於一〇〇學年下學期及一〇一學年上學期實施，由參與園區建設的義工（以下均以硬體老師稱呼），為學生現身說法。包括：飲食善的共業網、有機棉制服、運動服愛的故事、十方資材雲集園區、善心打造的校舍、金色城堡宗仰大樓、美麗的園區——景觀、見證麻園農場的有機生命力、產銷消三環合作的大功臣——產銷、環保節能綠色園區——中水、滯洪池、太陽能。





遞快區園

講師多由年輕硬體老師擔綱，資深「老人」更義不容辭的擔任顧問群支援他們。年輕的蔡宜均老師負責景觀課程，從一片甘蔗園到現在綠樹成蔭，透由她向資深前輩一一請益，並找出歷史照片，做成圖文並茂的資料。蔡月碧老師為了教學，花了六小時，將教材影片看了四遍，還將旁白抄下來。她說因為自己要先了解、受用，有感動才能傳遞給小朋友。

學校老師為了協助硬體老師了解學生的身心特質，開了幾次共識會議，提供講故事、觀察、體驗等適合小學兒童的方便善巧，幫助學生學習。這個共業教學計劃讓軟、硬體老師更密切的合作，目的就是讓學生體會園區的每一草一木一物，都有師長不可思議的功德。

學生們上課專注聽聞，體驗時認真依著老師指導進行，回饋非常熱烈。

* 一年級小朋友對廚房巡禮很有感覺，有人說：「我想到廚房老師很辛苦，每天都在「水深火熱」的地方工作，很容易受傷，連颱風天也幫我們煮三餐，謝謝老師！」

* 二年級學生上了資材課程，看到卡車載資材來時，會上前問蔡老師：「有甚麼東西我可以搬？」正在搬資材的大哥哥們會讓弟弟們搬點輕的東西，大大小小合作的畫面令老師很感動。他們不再只是受用，也懂得要付出。

* 五年級同學下田體驗。同學的心得寫著：「今天我們去插秧，一開始不敢下去田裡，但想到了農夫每天辛苦工作，還要接受農作物損失的打擊，我就下去了。」

下去踩到石頭，平衡不好還差點跌倒。許多辛苦農夫們都經歷過了，我們還有什麼理由可說噁心嗎？今天我體會到農夫好辛苦，而這些師父的好弟子們還願意堅持下去，謝謝他們！過程中，看到有機田裡有動物，很高興，在外面哪能看到這些？」

為孝親班長者奉茶

◆ 園區採訪組

陳學長在古坑慈心農場三合院，剪綵、正式啓用後，說：「今天坐在這裡，會想到小時候，如今這輩子很快就過了，留給我們的是什麼呢？幸運的是，我們遇到偉大的老師——常師父，就像黑夜裡的閃電，照亮我們。來到這裡看到不同的內涵——祥和、安全、清淨，我們照師父的方法去做，就可看到光明的一條路。園區像一個大家族，跟上善知識，後世就有人來拉著我們，我們要發願：有一天會和佛菩薩一樣。」





前行，老師幫同學安立的學習目標是：「讓長輩們對師長更有信心；學習侍奉及與長者互動；促進班上和合；看到老師不同的一面。」同學們懷著作師所喜，集聚資糧的意樂參與活動。活動結束，同學都有許多不同的體會：

黃允辰：最感動的是拜年、奉茶，真的看到老師們不同的一面，之前老覺得老師很嘮叨，今天看到老師們跪著奉茶，慢慢地講述對父母的感恩，真摯的表情舒唱著他們之間的爱，平常難以表達的話，透由這次巧妙的安排，用肢體、表情取代了一切，淚一顆一顆晶

陽光漸漸露出笑臉，一掃陰霾的天氣，二〇一三年一月十二日，新年頭，舊年尾，園區孝親班長者及家屬一百二十多人相聚於古樸的三合院，聆聽師父九一年朝禮法會開示，子女及園區同學為長者奉茶、拜年，長者們殷重叮嚀學生「要努力讀書；要乖聽話……」子女們也在父母面前說出平日說不出口的感恩戴德的「心內話」，同學們更是努力侍奉長輩，現場一片感動，看到同學的表現，老師感動的說：「我知道，青蘋果已經逐漸變紅了。」



遞快區園

瑩剔透滑過臉龐，滴入每個人心中，這天上人間最美的珍珠。

陳宣勻：奉茶時我撫摸阿公的手，阿公的那雙大手長滿了厚繭，歲月的痕跡顯現在他蒼白的頭髮上，頓時熱淚盈眶，阿公雖然一把年紀了，對於師長的信心是有增無減，他們那顆心是如此偉大，我不禁鼻酸的流下淚來，師長的功德是那麼美，是那麼近。

吳婉筠：我以感恩的心跪下來為一位阿嬤奉茶，我對阿嬤說：「謝謝您辛苦為我們準備三餐，使我們有健康的身體可以學習。」阿嬤說：「都是師父在照顧我們，我們很幸福可以在園區學習，一定要好好把握。」阿嬤不斷鼓勵我要跟著師父、上師學習，我覺得很溫暖，眼淚不知不覺流下來。

麻園農場啟動保種列車

◆園區採訪組

賴學長在一〇二二年十月十二日「農民保種運動」研習會中，特別提到：保種運動與師父提出的三界六道有情護生計畫是一致的，而且上師在一〇二一年就已告訴我們要重視「保種」計畫。保種是一件急迫且具意義的事情，也是慈心基金會未來一個重要的計劃，邀請園區的農友帶頭先做，期待先民保種精神不要斷送在我們這一代，讓後代子孫也能享有好的品種。

因此，麻園農場服務中心擬定農場保種計畫，透過農友大會與農友取得共識，選在11月11號地試種，服務中心和耕作班及八位農友共同參與，十一月二十六日作畦之後，隨即啟動保種列車，撒播山萵蒿、芫荽、四季豆、白蘿蔔、玉米等固定種的種子，另外在育苗中心也種了小白菜、青江菜、芥藍菜和芹菜，依照一般種植方式施肥、除草、灌溉，大家悉心照顧，邊做邊學，等待開花結果才能取得種子，所以這是一條漫長的路，踏出第一步就有希望。

服務中心期許，將來培育出來的種子，可先在農場試種，並結合生產排程；也會收集農友現有自留種子，來年再種，讓種子「在地化」，這樣才能永續經營。育苗中心文秀師姐說：「農場兩年來所種的豇豆都是自留種，不僅能適應此地的氣候，品質也受到肯定，我們會繼續努力，讓更多種子保留下來。」耕作班玉華師姐說：「家裡種的白菜就是阿嬤傳下來的種子，可見自留種是可以做的。在這裡依著上師的指示，作師所喜，能參與這份共業感覺很高興。」

教育園區活動記事

十二月二十九至三十日

秋系列學員園區體驗共計四一〇人參加

* 園區舉辦雲林箔子寮漁港海放法會，園區及雲嘉同修約四百人參加，為一萬六千尾黑鯛魚苗皈依並祝福

一月二日

園區擴區整地、排水及污水處理廠等工程持續進行

一月五至八日

文教幹訓營共計一四一〇人

一月十二日

為團體長治久安計，總幹事等為中區、雲嘉及園區舉辦法人財務改革總體說明

* 農業推廣中心「慈心三合院」落成啓用典禮，孝親班長者及眷屬觀禮後舉行歲末聯誼，由國中學生為長者奉茶

一月十一至十三日

二〇一一秋系列學員園區體驗共計八五〇人

一月十三日
心靈饗宴——蔬食的殊勝，由葉采靈及程禮怡師姐講說「校園蔬食熱潮」及「國際護生研討會現況」

一月十九日

箔子寮第二次海放黑鯛，約計一萬二千尾，近三百人參加

* 福智小學六年級、國中、高中師生至台中中山堂觀賞戲劇



遞快區園

「長壽王」

一月二十一日

小六忠孝學生由老師指導繪製「園區清明上河圖」供養上師，緣路法師隨喜關懷師生

一月二十二至二十五日

福智高二學生參加教師營服務隊（教師營一月二十三至二十七
日）

一月二十三日

園區軟硬體歲末善行總結及聯誼

一月二十五至二十八日

有機農業研習營於古坑慈心農場舉辦，共計三十二位大專生參加
新加坡提升營，園區老師分別於二十八、二十九日出發，預計

一月二十八日

二月四、五日返國

*高中為高二家長舉辦升學說明會

二月一至三日

青少年業果冬令營——因果教育體驗營，有九六〇位學生參加，
護持義工五百多位

二月十三至十四日

園區朝禮法會中南部同修將近三萬人參加禮師禮三寶法會

二月十七日

小中高學生參觀園區展

二月十八日

小中高舉行聯合開學典禮

*園區職志工於宗仰九樓參加新春視訊團拜

*硬體同修參觀園區展



祈求

佛菩薩永恆的陪伴

——2013年朝禮法會

◆台北、台中採訪組

農曆新年，你在哪裡度過？二〇一三年一月十一日至十四日（大年初一至初五）在鳳山寺、園區一共舉辦了四天五場的朝禮法會，將近五萬人聚集一起，向師父、佛菩薩拜年。每一個來到會場的人笑容滿面，精神抖





撒，互道恭喜，自他隨喜在新年之始
能夠熏習佛法，為邁向菩提道種下一
個善因緣！

今年展覽站仍以「三界六道有情護生計畫」為主軸，依此呈現共業實踐的成果分享，包括「綠保救水雉」、「西寶現生機」、「蔬食救地球」、「喝茶護水庫」，以及慈心護生思想展、善法行業展。園區朝禮法會另外規劃「金色城堡園區展」，呈現師生及硬體同修的成長與學習，吸引很多人駐足、隨喜。





祈求教授 新年禮物

法會一開始，如證和尚首先問候大家新年好！很高興大家在過年的時候，選擇到寺院走一走，禮拜佛菩薩，這是非常吉祥的事情，哪怕只是一個合掌、小低頭，都能夠累積無量的福報。和尚說，大家在過年時總是習慣逢人便說吉祥話，譬如招財進寶、財源滾滾，至於祝福的話能否成真，是無法預測的。其實每個人最擔心的就是未來，但是佛法告訴我們，你善待別人，別人自然會善待你；你多布施，自然會感得富有。這些道理是佛陀澈見整個宇宙間的真相後告訴我們的。

二十年前，師父告訴我們要做文教事業，要種有機，師父說：「你們做了，對你們絕對有好處。」很多人做了，家庭改變了。現在有更多的人開始重視教育，重視生態、環保，乃至於有

機健康，這些都是師父早在二十年前就開始布局的。和尚問師父為什麼會這樣，師父說：「因為我的『後台老闆』很硬。」所以師父說：「要好好學廣論。」

和尚接著說，在新的一年要送大家一個禮物——祈求教授。遇到什麼困難，要做什麼事情，記得先祈求。和尚說他一輩子走過來，得到很多人幫忙，而且每次祈求，都會得到應驗。所以，他也常介紹別人這個方法，都滿有效。

透過投影片，和尚逐則帶領大家學習「祈求」教授……

· 「千處祈求千處應，苦海常作渡人舟。」
如果兩個人吵架，都認為自己做的事對眾生有利，這兩個人都可以祈求，可能會出現圓滿的答案，這是上師教我們的絕招。

· 「專心依仰，必無不救。」
· 「不退失念佛，苦受莫能奪。」有一個學員的父親開刀，進開刀房前，他跟父親說：「你



認真的求觀世音菩薩，觀世音菩薩會加持你。」他父親原本沒有學佛，但真的很認真祈求。十二個小時以後出來，他父親說有看到觀世音菩薩在天花板上，穿白衣服，手上拿一個瓶子（甘露瓶）；而且身上開刀的傷口都不會痛。現代人常常講Diss，像維他命C+，你多一個Diss——祈求，這個宇宙之間無比的力量，對你的生命絕對有好處。

· 「內心上面真實歸依的話，這個的的確確是最安全、最殊勝、最起勝的力量，不得了的力量！不得了的力量！」

· 「有時候想不開，不要慌，祈求！就會有辦法。」有些人心情不好的時候唱度母讚，一遍、兩遍，到第三遍，心情變很好了。很多廣論學員都說，就是很認真的唱讚頌、很認真的祈求，心情就變好了。

· 「祈求的時候，就會在一個很廣闊的生命程度，很寬廣緣起的狀態，去看待眼前發生的一





個小小的事情。」因為你祈求，你的心就不會緣在那一點上，佛法說這就是執著，所有的痛苦都是源於執著在一個點上。祈求時，原來執著點的力量會變弱，就不會再那麼生氣。所以是以一個寬廣的緣起狀態，去看待眼前發生的一件小小的事情。

· 「一定要在那種紛繁複雜的壓力，有空息感時，學會祈求！在祈求的過程中，把這個問題，在內心把它變淡、變輕、變遠！」

· 「不要覺得跟佛菩薩很遙遠，也不要覺得是佛像而已，其實你認真去凝望的時候，那裡面有佛菩薩無量的加持力。」

· 「觀世音菩薩就是所有佛陀慈悲的代表，他聽到呼救的聲音，他慈悲的力量就會來到。他會化現各種樣子，為我們的心做救護。」

· 「當我們感到孤獨，感到徬徨、空虛，感到煩躁，任何不良感覺現起的時候，我們都可以祈求觀世音菩薩。」

· 「他可以把慈悲的力量傳遞給我們，安慰我們的心。」

· 「我們的生命並不孤獨，因為有觀世音菩薩的願力、有他不朽的關心陪伴、有他始終如一的關注！」

· 「他在我們生命裡，絕對不是一個傳說，是真實的一個力量。」

· 「憑藉著我們對佛菩薩的一份信心，你能穿越在修行路上的任何障礙。」

· 「在自己沒力前行，被朋友拋棄、被朋友出賣的時候，甚至於沒有朋友，就孤獨一個人的時候，其實觀世音菩薩是我們生命的出路。」

和尙祝福大家在新的一年永遠不孤獨，生命永遠有一個強壯有力的依靠陪伴著，也就是佛菩薩的加持力。

根本道場 希望所寄



鑑於很多學員關心根本道場月稱光明寺的進程，和尚也透過投影片說明。團體從二〇〇八年開始購買根本道場的土地，二〇一二年一月取得第一期土地開發許可，預計二〇一三年五月取得水土保持施工許可證，所以今年六月，正式的工程會開始大幅度動工。預計明年年底興建第一棟建築物，二〇一六年二月完工。

爲什麼要建造月稱光明寺？和尚提出四個願景，一、希望佛陀、宗大師的教法能夠源遠流長；二、希望一切有情能夠得到利益；三、希望人人種下成佛的因；四、希望對教法有最大的弘揚與利益。

講到對教法最大的弘揚，和尚說，大家共同成辦寺院的過程，就是對教法最大的弘揚。哪怕供養寺廟一塊錢，如果用這一塊錢去發極大、長遠的願，未來無量劫都將得到無量的利益，佛法也會因爲這群人生生世世所累積的福報而建立起來。哪怕是發自內心隨喜這個善業，都可種下未





來成佛的因。

和尚也講述《賢愚因緣經》《象護品》，有人用泥土修補佛像大象座騎的破洞，而生生世世都生在榮華富貴之家，最後並證得羅漢果；還有《雜寶藏經》第四卷，有一位即將命終的比丘，因為填補寺院牆壁破洞而續命延壽；以及《經律異相》，有人供養寺院搗衣石，往生後投生天人，享受無量福報。在在說明供養寺院、三寶大福田門，功德不可思議。

和尚最後期勉大眾，月稱光明寺未來必定是法門龍象輩出，將成為眾生歸依仰望之處，為達到這個目標，有錢出錢，有力出力，大家一同造善業！

展覽站 創意結合善業力

有別於往年，今年創新將試吃站分散在展覽站旁，與各展覽站的特色食材做結合。所以，

出現了「喝茶護水庫」——紅茶小發糕；「西寶現生機」——西寶燒、高麗菜板條和紅豆抹茶湯圓；「綠保救水雉」——菱角粿、菱角四喜甜湯；「蔬食救地球」——養生綠茶蔬菜手捲、芝香壽司、冬季時蔬和菱角香菇稀飯。各展覽站藉由戲劇演出、主題海報或有獎徵答等理念宣導方式，使來賓在享受美食的同時，更能認識每一個專案計畫的善業力，進而領會師長功德。

鳳山寺今年的善法行業展多了新加坡、香港、南加和北加四家悅意店同來參展，地下室觀音殿裡，將整齊排列的樑柱用大紅看板包覆，記述著產業創立的過程與成長、遭遇的逆境、與善法相應的受用、祈願結合善法的應用等。南加悅意有一群「跪夫人」，為了實踐師父的慈心理念，展開了有機蔬菜水果配銷、小菜及麵食等產品製造，初始成立悅意心田素食餐廳及超市時，都是在同一位同修家的車庫裡進行各種活動，由於條件非常艱苦，學員們都是跪在地上揉麵，因而



得此封號。

園區善法行業

展「企業幸福站」

的主題——企業用

善心改變世界，

共有十四個企業參

與，有屬於文教事

業的文理補習班、

安親班、幼兒園、

書坊等；屬於慈心

事業的食品業、

有機農業聯盟、

農會、生態高爾夫球場等，還有醫療業的婦產科

診所。這一群人願意秉持著誠信、互助、和樂、

環保等理念，在符順十善社會的基礎下，開創事

業，積極造善。

拜年站是朝禮法會必設的，在一塊小小

的天地裡，洋溢著中國古代的新春氣息，有著充



滿喜氣的春聯和花束，長輩坐在兩張舒適的座椅

上，接受晚輩的拜年。除了以奉茶、叩首禮、供

養紅包來表達對長輩的恭敬和感恩外，也在此時

講出自己的真情告白；長輩也回饋對晚輩的看法

和期許。紅著眼眶的感恩、哽咽的懺悔，在拜年

站，上演的是一個個家庭故事的縮影，也深深感



受到師長的功德。

園區展 師生成長總結

今年園區展規劃團隊緊密結合師生和硬體同修的共業力，總結園區教育的理念及成果，呈現師父創辦園區的殊勝和價值。展場設於宗仰樓四樓及九樓佛堂的東西兩側，包含三個主題：

· **活水源頭展**——用心規劃一系列的海報，帶領大家修信念恩、追本溯源，憶念師父以悲心、睿智和不畏艱難的毅力，創辦了世界上獨一無二的教育園區，為我們此生和來生準備了最好的學習環境，十年來，饒益了無數的學子、同修和福友，提升了生命和心靈。

· **養成教育展**——由老師帶著班級幹部共同承擔，有經驗的傳遞，也有青春活力的注入。以生命教育、生活教育、基礎能力教育、領域教育站呈現四大教育主軸，加上成長札記、背書寫

字、美術教育、德智教學法、耕讀教育等專題特展，將全校親師生多年來不斷突破、努力的成長總結，供養上師、三寶。

· **終身教育展**——介紹二〇一二年法會、營





隊概況，並展出參加法會、營隊者的心得受用；還有營建規劃、慈心有機農耕及農友互助合作的共業成果。另有「五代同堂在園區」特展，呈現從小到大到老的關懷，以園區五代同堂呈現大家庭的和樂。依陳學長指導以業果法則的推動，將儒家的內涵在園區呈現，整體的行持皆以孝、悌、慈為用，朝同禮運大同的世界邁進！

今年園區護生展的主角是來自中興大學動物

醫院的兩隻蘇卡達象龜，大隻的叫大蘇，小隻的叫小蘇。福智和動物醫院今年才開始合作，由福智提供醫院所需資具，醫院則於動物復



元後，準備放回原來的棲息地時，通知福智人員為牠們做放生儀軌。

被主人棄養的大、小蘇，被發現時，小蘇已罹患支氣管炎，經過興大動物醫院細心調理，才逐漸恢復元氣。但醫護人員發現大、小蘇的食量驚人，連棲息的草地都被吃個精光，食物來源成了問題。福智得知後便主動提供有機蔬菜做為大、小蘇的食物，由此結下良緣，並在今年的朝禮法會邀請大、小蘇前來共襄盛舉。

為了讓兩位貴賓在離開棲息地後，依然能生活得舒適自在，義工們特別準備了夜間照明，以維持一定溫度，並四處蒐集落葉以做為大、小蘇晚上棲身之所。

萬「粽」同心 得來不易

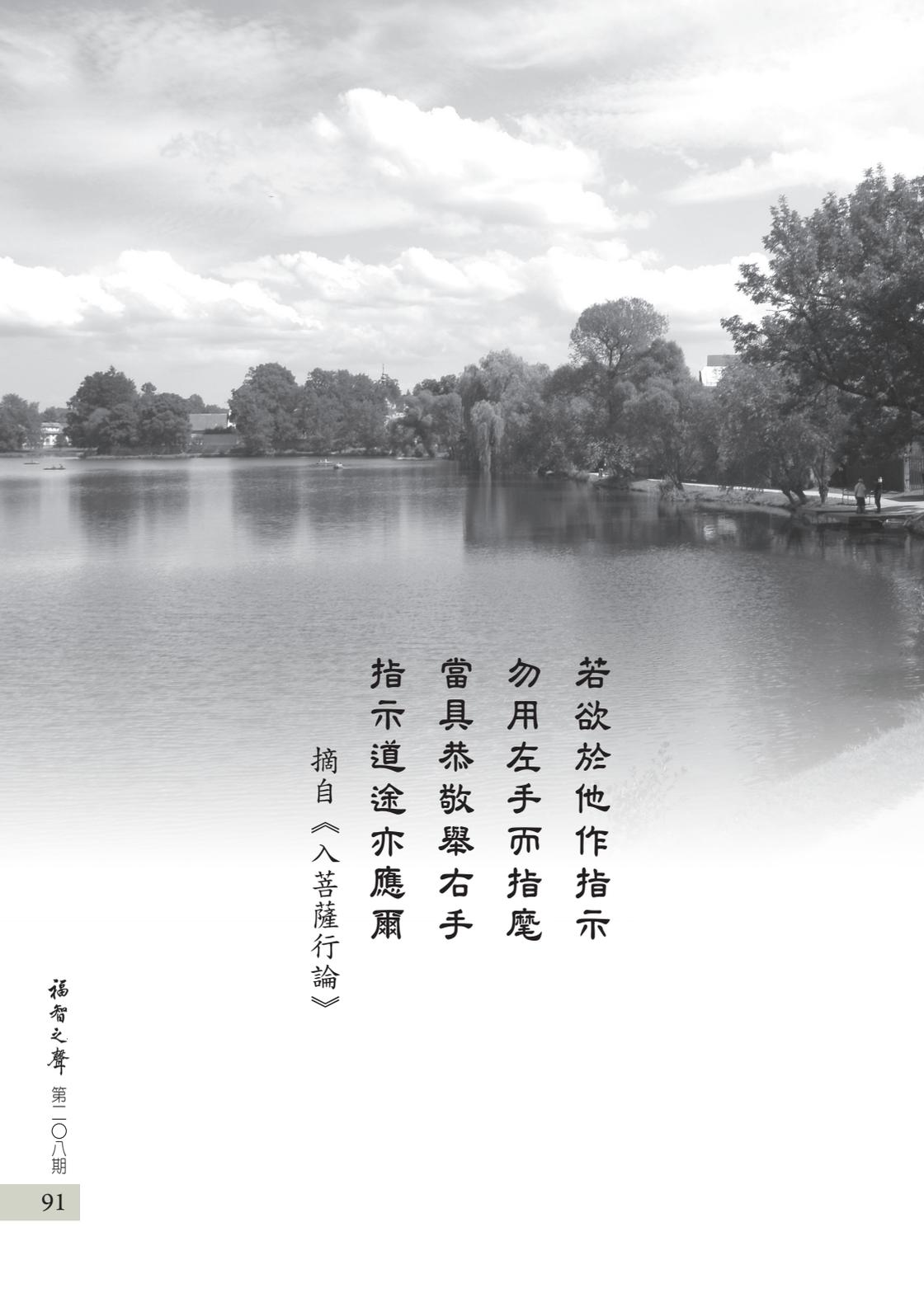
今年朝禮法會加持物除了吉祥三寶等，人手一顆的粽子其來有自，值得一提。和往年糯米粽



大大不同，今年採用台南14號糙米製作的粽子，除了又香又Q外，還不油膩、不沾手。吃在口裡，感恩在心裡，因為成辦一顆糙米粽，背後心血不知多少！糙米沒有黏性，如何讓有機糙米軟爛適中、又具有糯米的黏稠感？冰粽子的冷凍庫哪裡找？法會前如何運送這些粽子？法會當天蒸煮的種種問題？後續仍有許多的困難要解決！

北區新店教室在經過無數次的失敗後，終於做出飄香粽，將包粽流程製成文字檔，提供給其他教室參考。東湖教室包粽當日特別情商長青班學員助陣，三十位老人家歡歡喜喜造共業，半天時間就包完一千三百個粽子。南區負責統籌的莊月嬌師姊表示，前後試了十七次，終於開發出糙米粽，她很感恩試「粽」過程中，同修沒有抱怨，全力幫忙，她自己也吃了十天失敗的糙米粽。所以當大家吃到這一顆粽子時，它背後是一群師父的好弟子，群心群力完成的哦！





若欲於他作指示
勿用左手而指麾
當具恭敬舉右手
指示道途亦應爾

摘自《入菩薩行論》



聆聽上師教言

一年圓滿開始

——2013年福智法人新春團拜

二月十八日，大年初九，是福智全兼職人員新春團拜的日子！在一年的開始，透過新春團拜得到師長的加持、策勉，讓新的一年走得更如法、更提升，是大家非常期待的「大紅包」！今年有來自上師的期勉，誠如如證和尚所說，希望每一年新春開工，

都能有上師為我們抉擇的開示，做為一年殊勝的緣起。盧克宙總幹事也說，今年的新春團拜是非常圓滿的開始！

團拜一開始，遠在國外的如證和尚透過全球視訊為大眾開示。和尚首先感謝大家過去幾年盡心盡力為師父、上師所創辦的法人事業付出；大



家在不同崗位上，共同為師父的心願而付出，師父和上師的很多心願才能成辦。

和尚提及今年有一個很殊勝的緣起——上師同意播放新加坡提升營其中一講開示，這一講上師針對廣論學員最應該做的幾點，作了詳細闡述。和尚希望這一講，成為今年大家學習最主要的教授。

大眾聆聽上師近一個半小時的開示後，都能感受上師滿滿的關懷與期許，加上和尚析釋、收攝，讓大家更能體解上師法語深意。以下是和尚開示摘要……





上師一開始有三個期望：一是營隊會繼續每年都進行，希望十年、二十年後，你依然在參加營隊。二是祈願諸位身體能夠健康，長命百歲的學佛。三是祈願諸位對三寶的信心，能夠十年、二十年的維繫下去、增長下去，乃至生生世世。

爲何有這三個祈願？因爲值遇宗大師教法是一件非常不容易的事情，但是不知道爲什麼，我們就值遇了，而且很相應。用師父的話來說，這不是一世的善根，不是短時間能夠積聚和宗大師教法相應的一個善根。上師希望我們好好珍惜自己的善根，而且一定要把這些善根增長廣大。

如何珍惜呢？總的來說，上師提出四個希望我們做的事：一、堅持上廣論研討班。二、認真聽法，勇於造善。三、認真供佛、拜佛。四、認真回向。

堅持上廣論研討班

第一點，上師說：「盯住你的廣論班，不要脫班。」爲什麼？原因有五個：

一、同學之間能相互制約、相互比較。上師說，沒有一個環境策勵著自己，這個環境大家相互比較著，比如說聽聞，我們會看哪個同學聽的點是怎樣的斷除煩惱習氣、斷惡修善，一張嘴都是看到別人的恩德，看到別人的好處；我只要一開口就是說別人過失，這沒有辦法呀，我也覺得不太好，但就是這樣。所以上師覺得修學還是要在一個相對能夠管束、有制約性的環境，若沒有環境制約自己，很容易就偷懶不想上課。

二、參加廣論研討班會是生命中一個非常溫暖的記憶。上師說，比如我們會聽到很多生命故事，尤其是轉業的故事，非常的震撼！一年一年你看到這個修行人不停的改變，有一天變到你覺得都想要給他磕頭了。你發現十年十五年



的堅持下來，他的生命徹底的蛻變了，佛陀的智慧深植於他的內心，他變成一個非常非常虔誠的佛陀弟子，非常的真摯、又慈悲、又有智慧，無形中他成爲一些人心中的依靠。

三、你也會發現自己在改變。在這過程當中，因爲你的改變，就能傳遞給別人一種智慧、一種力量。上師說，佛法是靠什麼傳遞的？信仰的心傳遞信仰的心！就是當你心中有信仰的時候，跟別人互動，別人能感受到那種信仰的力量！

四、上廣論研討班，就等於是見到師父。有一些人是在師父示寂以後才進研討班；有些人雖然以前看過師父，也很想再見到師父。如何才能見到師父？上師說，堅持學廣論，就一定能夠見到他。上師提到他的一位上師曾告訴他：「你不要難過，師父說他會回來，就一定會回來，這不是輕鬆應允的一句話，他說的他一定會做到。」所以當我們心中有那種期待的時候，上師說，你

就把廣論打開，把手抄稿打開，把磁帶打開，聽，師父在跟你說什麼？

五、廣論研討班會是我們生命一種深刻的陪伴。上師說，你們不是有那樣的一個經驗，就是當你在生活中遇到什麼事情，不知道該怎麼辦，一聽帶，噢，好像知道怎麼辦了，然後一看手抄稿，啊，這一段正是說我的心事。所以佛陀的教法，師父的教誨，是對我們生命一種很深刻的陪伴。

上師總結第一點「堅持上廣論研討班」時，有一段很重要的話，我曾經這樣想，廣論班是這個地上的奇蹟！天上的奇蹟不知道是什麼，地上的奇蹟就是師父建立的廣論班；你們就是廣論班裡的奇蹟，因爲有你們才有廣論班。所以，我也和大家一樣，珍惜著你們每一個——哪怕大的小的廣論班，廣論班裡的每一個同學。

這是上師對每位廣論班同學的描述，「你們是地上的奇蹟」，希望大家好好記得這句話，因



爲上師的話就是聖言證量，一定要常常去思惟。有些人對於上廣論班不懂得珍惜，代表你對佛法不了解，這是很可惜的。

認真聽法 勇於行善

第二點，認真聽法，勇於行善。如何認真聽法呢？上師提到兩個方法，第一個是重複再重複。重複的聽法，對廣論的內義就能慢慢了解，也能慢慢靠近師父的心。上師舉自己爲例，遇見師父之前，他就很認真聽廣論；遇見師父之後，發現師父講的很多內容都聽過，他就跟師父說這個在哪裡有講過。去跟師父請教談論一些問題的時候，都覺得很愉快，對師父一點都不陌生。上師說，希望將來跟大家見面，一起研討廣論的時候，不要一問你，什麼都不知道，所以你要很熟練！

第二個方法是發心。上師說，發心要成爲

你的習慣，有人管你就發，沒有人管你不發，還不是你的習慣。就是要非常習慣性的就有一個殷重的發心，是爲成佛而聽廣論，爲救度芸芸的眾生而聽廣論的。其實你每天在佛前這樣非常殷重的祈求，非常殷重的祈求，我們所聽的文義和我們的發心相應的話，它就是大乘的善根吧！大家都知道，你發心去哪裡，最後你就會去哪裡，所以這個發心像一個指向一樣，是非常非常重要的。

發心必須練到什麼程度呢？不是嘴裡念著「諸佛正法賢聖三寶尊，從今直至菩提永皈依……」，就這樣念過。必須要能夠動心，轉動你的心！上師問，我們平常會想要發心嗎？二六時中會想要發心嗎？過年過節時會想要發心嗎？親友聚會的時候會想要成佛嗎？很多時候我們把生命這麼重要的一件事情忘了，它沒有變成生命中的一種習慣。上師要大家在自己的研討班裡練習發心，學了幾年以後，希望大家談到成佛就會



動容。

從認真聽法，上師接著說到勇於行善的部份。上師說，我們常常會忽略生命最重要的宗旨，就是成佛！成佛是什麼？就是究竟的離苦，究竟的得樂。把生命的痛苦全部透過修為斷掉；把那些我們仰慕的佛菩薩的美德，透過修行全部成辦！一旦設立清楚這個目標，就會把生命的格局開拓到非常宏大，就不會為芝麻綠豆大的事死死的卡在一個地方。

執著在芝麻綠豆的小事上，會發生什麼事呢？會無法原諒別人的過失，希望別人道歉、希望別人認錯。上師希望我們能跳脫這種現行。上師說，如何把一段你想起來就覺得心碎，或者你覺得非常痛苦的一件事情，真的把它淡化掉了，不再浮上你的心頭，也不再對別人提起，需要智慧，需要佛法來開解我們的內心深深的苦楚。

上師在需要智慧這一部份舉出很多方法，我簡單整理如下：

· 用業果原則考慮事情。上師說，你認為我生命的某一一些困境都是某某那件事情沒做好引起來的，但是大家都知道用業果的原則去考慮的話，他那件事沒做好跟你有沒有關係？

· 離苦得樂最重要就是要有正知見。上師說，在特別委屈、特別受傷害的這件事上，你不能停止報復別人、傷害別人，想要從報復、傷害，還有想要得到他償還我的現行中，自己把自己解脫出來，老去跟別人要債也痛苦啊！

· 要常常去拜三十五佛懺。上師說，這個事情放不下，我想起來就想找他算帳，你怎麼辦呢？拜三十五佛懺！與其你跟別人再吵一次，為什麼不去拜佛呢？

· 不要串習惡業。為什麼？因為你串習了就會增長廣大、會墮落。串習得越久、越堅固，只會越痛苦而已。

· 聰明的人不要選擇痛苦的活法，要選擇快樂的活法。



· 不是只從對方身上尋找原因。

· 你追著一件事情十年、二十年都放不下，這樣活著太累了。

· 依靠三寶，用佛所許的方便，讓自己心裡能夠透脫開來。

· 從自己改起，你不改，我改。上師舉例，比如我想要得到對方的關心，是不是要先去關心別人？兩個人吵架，是不是我先道歉？上師問，先道歉是軟弱的，還是堅強的？上師說，先道歉的代表先想開了。先去安慰別人的，是去除他人的憂惱，是慈悲的行為，修行人應該選擇這樣的行為。

· 學習快樂的方法。上師說，是什麼原因使我過得這麼痛楚？是不是我沒有遇到好的人、我沒遇到好的事情，還是不會快樂的方法？如果是不會快樂的方法，那麼我可以「學」如何快樂，我可以「練」，練我這個心，讓它學會朝著快樂的思路去，這樣的話，努力一段時間，我就

慢慢的可以感受到快樂那種光明照耀的感覺。

· 在師父、文殊菩薩前祈求。
· 認真聽廣論，用廣論改變生命中非常痛楚的部份。

· 把舌頭在嘴裏繞七圈，七圈不行就繞二十一圈。上師希望我們控制自己的瞋心，因為我身語意所造的惡業，全部都會回饋到自身。

後面上師有一個期許，當我們感受到別人抱怨、責備、看不起，這一些業力的時候，我們還是要以好的造業方向對境造業。上師說，對境造業是我們要決斷的，不管這個境是什麼人，我對他要造一個利益他人的業。如果你養成這種習慣，那你一定會成爲一個幸福的人。

勇於行善這一段，講的就是希望我們能夠把心碎的、非常痛苦的、沒有辦法原諒的這件事情扭轉過來，成爲利他的心、利他的業，並產生決斷。這一段大致有兩個重要的理路：第一個，我們沒辦法原諒別人的原因，是因爲他傷害我傷害



得很深；而且我已經陷溺在這個痛苦當中，沒力氣原諒。

上師希望我們轉變這種思路，實際上他傷害你不是自主性的，上師說，我們忘了他是一個在生死中流轉的一個不能自在的、可憐的、跟我一樣的凡夫，所以才會傷害別人啊！……一旦你想像，他因為沒有智慧，因為沒有修為，所以做了錯誤的事情；這個事情可能過後也覺得後悔，他也想彌補，但是已經沒辦法了，所以這一點值不值得可憐呢？

所以，第二個理路，上師說，我們一直沒有辦法原諒別人，這種行為是錯的，錯在哪裡？——愚痴！上師說，成年累月地繞著一件傷心的事，請問：你有沒有理想了？你是不是生命從生到死就盤在這件事上，什麼都不想要了，你有出息嗎？所以上師希望我們能夠勇敢，咬著牙去原諒別人，去做一件超越自我生命的事情。

如何做到？要去聽法、拜佛、做善事，依

靠三寶的力量去轉移，停止自虐。上師說，佛法告訴我們，要讓我們的心，從一種不原諒的，一種曠恨的，一種憂傷的狀態，把它調整到理解式的、感恩式的，傾向於增長智慧和慈悲的這樣的一個心路。到了這樣的心路方向，我們慢慢的就會感覺到自心的力量。注意！自己的力量，你就沒有那麼害怕別人傷害你了。

認真供佛、拜佛

第三點，認真供佛、拜佛。上師問我們，有堅持供燈、供水、供花嗎？在佛前合掌認真嗎？上師說，供花時不要擺著自己看著樂，獻給佛陀要有一個供養的心，就好像佛陀坐在那裡看著一樣。上師也承許，將要為我們講述三十五佛懺，有點像一本經的講法，會長期的講下去。



認真回向

第四點，認真回向。上師提及，以下三種回向是最殊勝的無上回向：一、回向無上菩提；二、回向生生世世值遇宗大師教法，值遇師父的攝受；三、回向令正法久住。有人說，回向現世安樂也能夠得到好處，上師舉喻，一個碎金子跟一屋子金子，你選擇哪一個？回向無上菩提，就好比一屋子的金子！

上師最後期勉大家，千萬別忘了自己，有上師、三寶，千萬別忘了你是有善根的人。你值遇了宗大師教法，有僧團那麼多法師都在陪伴著我們的旅程，所以請不要習慣於孤獨。……當你孤單的時候，想一想，我關心著你們，我也理解著你們，我會陪伴諸位的無上菩提之旅！

《學長的期勉》

盧克宙總幹事：努力造業 與師相應

今年的新春團拜是非常圓滿的開始，有上師對我們開示，還有如證和尙幫我們提示如何依著上師教誡，做為我們這一年行持的準則；但願大家都能照著這個教誡努力去做，讓我們一起勉勵。



師父會說，眾生業力要達到某一個程度，佛菩薩的力量才會進來。眾生的努力雖未達百分之



百，剩下不足的部分，佛菩薩會捨頭目腦髓去圓滿它。當年師父講一六〇卷廣論錄音帶，以及成立福智法人時都生大病，甚至住院治療。前年年底，上師音檔公開播放，上師即示現病相，直到去年年底才逐漸好轉，再再可見師長不惜生命救護眾生的用心。

聽聞上師音檔所代表的意義，不僅僅只是聽到師長的開示，而是生命可以有更大的突破、改善，這是師長幫我們承擔尚未具足的資糧。所以，能聽聞上師開示，要懷著感恩心及珍貴心，並努力去實踐。

賴錫源學長：對境用法 作師所喜

我覺得我們非常幸福，在菩提道上一直有宗大師、佛菩薩和善知識願意陪伴我們，並用很多善巧方便，從廣論中建立知見及讓大家在法人中實踐。未來這一年希望大家能夠繼續努力，在各



自己的工作崗位，共同創增上和合的共業團隊。

跟同行互動中，有時可能覺得對方很討厭，這些都是幫助我們實

際對境時能把所學的法用上，斷除煩惱、增

長功德，這應該是師父和上師最期望我們做的。

有時我到各地區的事業體，表面上看到大家都學習佛法學得很高興，私底下卻感覺大家都很辛苦。上面的主管說：「學長，很難管這群人。」

下面的職員說：「我們裡面怎樣怎樣。」以前跟師父請示這樣的問題，師父都只有一個答案：「把這群人好好提升就可以解決一切。」希望透



過大家的努力，期許法人事業成爲一個和合增上的團隊，這也是師父和上師的期望。

陳耀輝學長：勇於溝通 和合增上

上師說，廣論研討班是地上的奇蹟。我們做爲弟子的，絕對不能讓師父創辦出來的這個奇蹟消失，一消失我們的命根就斷了。上師曾對園



區老師特別開

示：「園

區老師如

果能夠認

真聞思廣

論，不要

擔心，德

育學校一定會

出現。」同樣的

道理，法人事業的同修，如果都能夠非常認真聞思，法人事業也一定可以非常璀璨的出現在這個世間。

不管是學校也好，法人也好，大家都有這樣的心願，但是，我們每個人都帶著自己很多的習性、很多的見解，難免各自堅持自己的看法，怎麼辦呢？上師告訴我們，要勇於溝通，要堅持溝通。怎麼樣才能「通」呢？認真學廣論就會通！每個人把自己的觀念轉成師長的觀念，轉成師父的教誡，就會發現我們有一條橋樑可以互通。

所以上師說，一個共業最重要的就是和合。

而今天我們最重要的是如何創建這樣一個和合增上團隊的共業，我們一定要非常努力依止師長的教誡，在這裡彼此互相溝通；而我們所欠缺、不足的部分，一定是透過廣論研討班的修學而提升，這才是師長真正的意趣，也是我們參加法人事業真正的意義所在。



上師說法感動萬方

——2013年新加坡提升營

◆新加坡採訪組

二〇一二年尾聲，新加坡支苑迎來了上師及僧團，伴隨著師長而來的是一波接著一波的提升營隊。二〇一三年一至二月，連續

舉辦了讚頌營以及教育營，計有二八〇〇人位福智全職、文教園區老師、讚頌團員、新加坡及各地班幹部共同參與殊妙無比的心靈饗宴。

護持團隊找到幾間靠近會場、專供背包

客下榻的旅館，按照學員不同梯次的抵境日期，先後包下幾間旅館，方便學員在正行時間外，可以在不受外界干擾的情況下進行活動。

餐飲上的安排也是用心之處。由於各地在機票作業上無法立即確定，營隊人數的統計與確定工作也受到影響，以致向外包餐館訂餐的人數一變再變。還有，畢竟南洋食物偏辣，米飯較硬，如何讓大家歡喜受用，在餐食上的安排更是不可



大意，以便促成大家學法的順緣。

營隊課程在上師加持下，參與者受益良多。大家遠道而來，期盼親見上師並在其座下聽法的心更是熱切。淨遠法師在營隊第一天不忘提策大家的意樂：「上師一心要饒益我們，上師來不來，這份饒益我們的心是沒有差別的。但是我們做弟子的，要有和上師相應的行持，作師所喜，才能感得上師法體安康、長久住世，我們也才能得到源源不絕的法乳。」

讚頌營及教育營的學習內涵，「總」的方向，不外四大主軸——親近善士、關愛教育、上師的營隊教誡以及讚頌的學習。淨遠法師帶領大家用心學習上師引導「聽聞師父開示廣論「親近善士」，再再堅固廣論所示道次第的根本在於親近善知





識軌理，而親近善知識的根本在對師長修信念恩，而修信的高度，諸大乘經都說應當視師如佛。如果沒有根本，就沒有枝幹與花果。如果對善知識有疑惑，那就要靠信心來突破，否則這一生遇到任何一個善知識都生不起信心。

「別」的方面，課程側重點因營隊的性質而異，一是讚頌的學習，一是德育教育。





讚頌營強調讚頌的內涵，學習更多上師在讚頌方面的教授、聽聞更多上師親自演繹的美妙讚頌，還有如吉法師帶領大家學習讚頌的內涵，引導唱讚頌前應有的前行準備：「在心中明現所緣境——上師、三寶及護法，懷著崇高、神聖的心情去唱讚頌！」

由於這一次營隊的對象中有一部份是讚頌學員，因此他們對讚頌的相應度特別高，有時唱到一些新的讚頌時，法師會請學員發表意見。像這次特別來參加前四天營隊的鄧吉龍教授，就提到自己剛開始學讚頌時，想憑藉著在德國的學習經驗來演繹讚頌，往往發現那是行不通的，因為上師的讚頌是對佛菩薩的虔誠禮讚，那是心續中流淌出來一氣呵成的，不是他一句一句分開來練習技巧就可以詮釋的。

營隊期間，淨遠法師還播放了上師在2008年親臨新加坡講法的讚頌開示及唱讚頌的錄影帶，讓現場同學欣喜若狂！因為聽到上師那清亮、空

靈的嗓音，同學內心得到洗滌，頓時清涼無比。來自馬來西亞的陳傳光師兄說：「很感動，看到上師的容顏就好像看到了觀音菩薩的化身，來到這裡度化我這一個獨一愛子。」來自八打靈再度的鄭喻之師兄則說：「恭聽上師美妙動人的音聲，像天上的仙樂，感受到上師溫暖的光芒。」

另外，舉辦音樂會的那兩天，淨遠法師特地加入了淨智的核心課程，強調並鞏固依止法中對師長的修信念恩與視師如佛的理念，更特別開放名額給新加坡增上班系列的同學來學習。

營隊中，大家最難忘的一天就是1月20日，因為在大家引頸期盼下，終於在莊嚴的大殿迎來了日夜期盼的上師，領受到上師對六萬廣論家庭的關懷。當天淨遠法師特別開放名額，讓星、馬增上班或學齡在五年以上的學員來參加法會。恭迎上師的那一刻，大家屏息以待，不時四處觀望，看看上師會從哪個地方進來，誰都渴望在最短的時間見到上師。因為是在莊嚴肅穆的無相殿，不



適合喧嘩鼓掌，大家那顆翻騰的心，在聽法的過程中慢慢地沉澱……

上師說法文思縝密、親和力強，不管是關懷大家如何經營家庭關係方面，或是開示廣論「隨念恩者」中《十法經》的那段文字，都讓大家真切地看到上師、師父對我們的深恩，那種法上的受用十分深刻！馬來西亞黃麗蓮師姐說：「在這充滿險惡的世間，我並不孤獨。在心中也篤定知道師父、上師永遠都在救拔我、引導我，打從心裡念著師父、上師的深恩。能得到善知識的引導，是多麼難能可貴啊！」

教育營 知我者莫若師

教育營不共之處，則是爲了替園區的老師們打氣，在淨遠法師與如願法師的引導下，透過上師的教育開示，肯定老師們在德育教育上的成功——已培養許多師父所要達致的三種人才：成

聖成賢、安邦定國、安定社會。營隊中最精彩之處，就是邀請曾經受到園區老師啟發、而後進入僧團學習的法師們現身說法，分享他們在園區的學習歷程，並向老師們懺悔過去在園區當學生時做錯的事及無限感念師恩之情。同學都被現場感人的氣氛所感染，有的不停低頭拭淚，有的爲老師們辛苦付出報以熱烈的掌聲！

這兩場由淨遠法師引導的分享會，出席的法師共有六位，他們回憶在園區生活的點滴，不論自己當時是好學生還是壞學生，不管是哪些老師給予的正面啟發，或是自己做了哪些「行差偏差」的壞事，他們都看到老師依止師父、傳遞信仰的光輝一面。如今自己能進入僧團學習，園區的教育與老師的引導是功不可沒的！淨遠法師揣摩上師安排這一堂課的目的，就是讓園區老師看到光輝、燦爛的希望就在眼前，成果是如此豐碩，又是如此真實，希望園區老師看到自己價值，堅持下去！



二月二日上午十一點，上師再度踏上大殿，所有的同學終於親見上師容顏！大家爲了莊嚴會場，抑制著內心的激動，只能用目光緊緊跟隨著上師的身影，豎起耳朵，恭聽上師的字字珠璣。上師一開始就說：「你們辛苦了！還要請辭嗎？」點中了許多人內心中久久解不開的問號，有些同學心有戚戚焉，流下了「知我者莫若師」的感恩淚水。上師以自身承接師父法脈的經驗，說出：「我的人生是由師父規劃的。」表達了弟子依師的重要，要大家回歸到當初決斷跟著師父學習的那顆心。在七十分鐘的開示中，上師善巧地引導大家：要讓一個團體不散，最好的方式是什麼？就是一定要合！透由溝通說出彼此心中的話，不要只說不聽；當沒心力時就用學習廣論來「輸氧」，所以園區老師的廣論班一定要成立。

上師一再強調多對他人觀功念恩，他會竭盡所能地幫助大家，要大家撐在那裡，他和法師會用法來回報大家。上師還說，接下來會開很多的



課程來利益大家，這些課程目前都在規劃中。最後，上師代表師父謝謝大家，上師一連說了好幾次「謝謝大家」，並和大家約定：「你們在哪，我就去哪，這是約定喔！」

營隊的成辦要靠上下一心，因為上師把大家的心凝聚在一起，和合增上形成強大的學習的動力，所有參與者以最大恭敬希求之心專心聽法、學法，進一步體會師長佛菩薩的教導，再再讓自己的生命提升。因有師父上師的加持，淨遠等多位法師全面關顧，指導護持團隊精心規劃課程、用心引導大家，每一位義工堅守崗位，維持營隊順利開展。每一個熱切學法的正行學員，義工無法累積學法的資糧！這一切一切的美好，都要感恩諸佛菩薩的美意！

學員心得

◆新加坡袁師兄：參加提升營增加了我對師父和上師的信心。以前會覺得上師為什麼不早點來到弟子的身邊？如今反觀佛菩薩找上師都是經歷千辛萬苦，所以我們也該這麼做。上師在講親近善士的「攝彼等義」時，用一種很嚴厲的語氣來訓誡我們，自己覺得很榮幸能聽到這樣的教誡，這需要很大的資糧才聽得到這麼直接的教誡！還有，我發現自己對師長的功德沒有努力去串習，以致沒有認定聞法是命根，今後我要朝著觀察師父、上師的功德去念恩，多寫修信念恩日記，希望以後可以透過法師呈給上師看，進而能得到上師的加持。



◆北區蔡師姐：感恩上師的正理寶劍，摧壞弟子牢不可破的顛倒——「太難了！我做不到。」「是啊！很好，但是我沒份。」反而出生這樣的力量——「啊，是這樣啊！我要這樣做！」這是唯一的一條路，是真正的、正確的路。弟子也在聞法當中現起這樣的感受，師父說金字塔的頂端就由上師來建立，以前是想：「喔，那個頂端是僧團有！居士我沒份。」可是，今天的想法是依止法、修信為根本，有了根本就有一切，不是看身份的。我願意做，我如法做，就有份！

◆北區莊師姐：在關愛教育中，您就說過：「每個人是一本書，不認真讀就讀不懂」「要懷著謙卑的心才能讀懂一個人。」那時覺得好簡單，我已經這麼做了。在法人承擔過程中，愈來愈覺得有些人、有些事不可理喻，如果不能說服我，我的做法就是棄捨它。

您告訴我們，調伏自心是每一個人一定要學的。包括您就是這麼做，因為不學，就是縱容自己的我愛執坐大，未來的修行就不過是空談而已！這一點真是警醒弟子，原來這些「司空見慣」的話語，是大德們用生命實踐出來的，怪不得您一直問：「是答案，還是作法？」

感恩上師數數以法語甘露潤澤群生！感恩您跟師父一樣，帶著我們見證佛法真實可行！

◆北區蔡師姐：想到自己的怯弱，撐得很苦時，也是很想當逃兵，因為有退路，不想往上衝！然上師說法感動萬方：「人到絕境，若無破釜沈舟之心，不把後路斬斷，勝利是不會來到的。」每個字都變成那麼堅實有力地警醒我的無知和邪見，策動我一定要和上師學習，一定要依教奉行的決心。希望能常常聆聽到上師法義，每一次的關懷，感覺是凝聚了全世界的溫煦和幸福，內心澎湃不已，上師太了解我們了。



◆園區王師姐：上師您說，沒當接班人以前，師父像棵大菩提樹，自己像隻快樂的小鳥繞在樹周圍；承擔後要負責那麼多人的學習，體會到原來對師父理解得太少。看到您這麼真心地一直道謝，弟子根本沒做什麼，根本做不夠好，而您卻把「謝謝」掛嘴邊不停說，讓弟子很慚愧。



你所有用心就是守護師父的心願，我們做一點點成辦師父心願的事，您就感謝得有如大恩……頂禮您的孝子心，弟子發願效學您，不再孩子氣的貪玩不認真學習，一定認真去上廣論班，上課前一定要先認真聽過，努力應時聽聞，認真努力依靠廣論聞、思、修，並發願承擔，成辦師父、上師的心願。您們操心著，成辦弟子法身慧命的福智家業，弟子應該長大，替您們分憂解勞，照顧您的弟子，祈求您安排弟子的生命，成辦您的心願！

◆南區林師兄：法師說，我們對於要改變自己，是很怯懦的。弟子去看自己的相狀，覺得真是這樣——在自己煩惱面前，不敢向前而瑟瑟發抖，害怕放掉「我的」習慣、經驗、臉面；當做不到時，不能信受師長所教，覺得沒效，可是走投無路時，還是會拿起師長教導，抱著姑且一試的心態，最後終能過關，而後增長信心。所以感





恩上師、法師讓弟子看清這根本原因，在自己沒有信心，而要解決改善，還是得靠「信心」。

上師說，認真學習後會看到自己很多反彈。真的，本來看到時都會掉下去，覺得自己很差，可是聽了上師開示，才知道這是煩惱粗重，身在輪迴現場凡夫的我的本來面目，所以這是一個正常修學的過程。看到了要更向上希求師長教導，因為師父、上師本來就是要來救我的，所以不要怕在祂面前顯露真面目，祂一定會幫我的。要像上師一樣，提起勇悍心及正理劍，無懼的斬斷煩惱。

◆南區黃師姐：透過上師信仰傳遞，從中感受到上師就是以身教來教導我們，無時不謙卑地感恩、恭敬別人、施以愛語；不斷鼓勵大家一定要堅持。眼前的困境是暫時的，「咬咬牙、提正念、祈求師父，忍下去，就過了。」

反省自己，天天忙碌於事相中，其實很多也

是護持法人事業之工作，但做累了，心力沈，未見其殊勝，未即時「修歡喜心」，以致太過憂心忡忡，無法前行。師長示現每個行為皆是在教導我啊！為何總是當成故事聽聽就過了，未能效學而修改自心。

尤其每每上師皆是叮嚀，要找棵菩提心樹，才有乘涼之處，讓心清涼，降低熱惱，依靠廣論、宗大師教法、師父教言，才是根本。而每每都認為這是該做的，也要努力做到。但被塵世淹沒時，就忘了！而上師對他的上師叮嚀，皆會認真去思惟密意，認真修再認真修，才能得到師長的加持啊！此刻才深刻體悟上師要告訴我什麼。在廣論的學習中一定有所欠缺，要再努力之處，雖現在仍在摸索，但我會認真修，再認真修，將其答案「變成作法」，早日讓廣論的學習是恒常無間；利他之心如師長——奴僕型的領導；守護好每位師長的弟子；恭敬、尊重、理解眾生；把廣論學到心裡去，好好學廣論！



師父誕辰

魚苗放流

◆編輯室整理

農曆正月十五日元宵節對福智同修而言別具意義，因為這天是師父的生日。每年該日，團體都會舉行放生法會，讓弟子藉此機會憶念師恩，增長慈悲心，並且淨罪集資。

今年更擴大舉辦，二月二十四日上午於全區同時進行十三場放生法會，總共放了二百八十萬尾魚苗，集合大家的心業力，祈請正法久住，師父早日乘願再來，上師法體安康，長久住世，常轉法輪。

二月二十四日上午九點，在台船基隆廠房的海邊，福智佛教基金會與農委會漁業署合作的魚苗放流法會正式展開。首先由性嘉法師主持廣大



供養，法師開示時間的第一句話是：「今天是什麼日子？」弟子齊聲回答：「師父生日！」法師欣慰大家不是說元宵節，由此看見師長對弟子的深恩，以致弟子心心念念的都是師長。

法師進而點出「聖人不出，萬古如長夜」的內涵，並概略總攝師父恩德：雙手捧著廣論到我們面前；應機以研討班形式幫助我們學習；為我們找到上師，哺以法乳，續存慧命。法師也策發弟子感受師父讓我們放生的殊勝意義：聽聞一聲佛號、看見一尊佛像、變改一個心念，生命都將翻轉，這些魚兒將因我們的誦念、祝福……生命也都將翻轉。

法師接著引《金光明經》〈流水長者子品〉的故事，要弟子思惟：「多生多劫來，師父是怎麼把我救起來的？」——先讓我們遠離險境，解除我們的怖畏；再給我們水、食物，得以溫飽；最後為我們說法，依法生生增上。繼而思惟：「這一生若未遇到師父、大師教法、師父為我們





說法，我的生命跟魚兒吃喝拉撒睡的生活有何差別？」所以，值遇師父、師恩，何等幸福！

接著在法師和賴學長的帶領下，為六十萬尾黑鯛魚苗舉行放生儀軌，祝福牠們與三寶結緣，來生得師長攝受，回來和我們一起學習清淨圓滿的教法。約一千人在六字大明咒不斷的唱誦聲中，依序排成兩個大圓圈，輪流將一桶一桶的魚苗經由魚梯順流而下，流進浩瀚的大海。大家虔誠合十，口誦咒語，緩步行進，來回循環了五、六趟才放流完畢，全場氣氛莊嚴而歡喜。

最後結行由法師主持，賴學長也特別表示，爾後團體的放生模式將朝合法、救傷等積極護生方式來做，而這一切都是師父引導的三界六道有情護生計畫的實踐。我們若未學法，生命與魚無異，永遠在生死輪迴中。所以要「究竟放生」——牠們是我們過去的父母、未來的同學；我們要好好學，和所有的眾生一起放。

另外，園區也於早上八點，由陳學長帶領校

長、師生和硬體工作人員共一千多人，在宗仰樓前大草坪為二十萬尾魚苗做皈依儀軌。學長說，在師父生日這一天舉辦放生活動，特別感念師父的恩德，師父為我們建立園區，對我們的饒益無量無邊。儀軌結束後，有兩百多人隨魚苗車至麥寮海邊進行海放，其中有兩班高二男生，這也是第一次讓學生參與海放，學生都感到很興奮、很殊勝。





台大張瀨文

◆編輯室整理

榮獲全國優秀青年代表

台大福智青年社前任社長，國企系三年級張瀨文，獲頒「台大優秀青年」第一名，於三月二十九日青年節，以「全國優秀青年代表」身分，至總統府接受馬總統頒發獎表揚。

為了要報師父的恩，並在校園中宣揚師長功德，福大課每年都會推薦台大福智社社長，代表參與台大優秀青年選拔，並曾連續三次獲獎。這次提報張瀨文參選，並不用一般推薦函的方式陳列豐功偉業，而是以宣揚師父功德的角度，以三項優秀特質推薦：效學偉人，追求高遠生命目標；善於學習，恭敬師長，重視團隊合作；堅持想幫助每一個人遠離痛苦，得到快樂的心。

張瀨文在升大學暑假參加大專營，開始思索生命方向，之後在大專班及台大福智社繼續學習。曾擔任台大福智社社長、副社長及公關組長，和一群人共同成辦許多活動，例如健康蔬食展、感恩禮讚、母親節卡片傳恩情、教師節卡片傳恩情等；並在大專營、教師營擔任營隊義工，努力將所學付諸實踐。除了在社團學習和承擔，同時至知名外商公司實習，甚至遠赴柬埔寨和蒙古參與國際服務，從中深刻觀察世間真相。在課業上也認真盡本分，曾得書卷獎。

師父所教育出來的福智青年，是很特別的一群，在台大校內的長官都非常欣賞他們，常常看



▲張瀨文與台大校長李嗣滲及同學合影。

到他們就感覺疲累不見了。台大學務長告知，評選委員們一致肯定福智青年，在學校對師長及同學非常正面的影響力！張瀨文覺得這是很多法師、社團老師、校內教職員和歷屆學長姊在校園耕耘許久的成果，才能讓眾生只要聽到「福智」，就有種品質保證的感覺。她很感謝有這個機會，可以代替師父、上師，以及整個團體來領獎。

張瀨文說：「自己沒有這麼大的能耐卻得了這個獎，就更希望做一點什麼去符合這些得獎的條件。好像就是自己有了一個無形的使命，應該多為眾生做什麼，多為師長做什麼，多注意自己修行的狀態。希望自己透過各種機會，能夠把師父、上師珍貴的法，送到同學面前。」

福大課則表示：「並不是福智青年在學校做了多少事，而是所有福智青年都有一些共同的優秀特質，就是對師父的信心，想效學偉人聖賢，在無限生命中追隨師父的腳步學習。這個優秀青年的獎，其實是師父的，是大家的！真的覺得師父所教育出來的福智青年，是很有希望的，一定能夠改變世界！」

5小行動

讓茂密的森林守護地球

行動1
種翠綠樹



行動2
穿有機棉



行動3
用環保袋



行動4
讀減碳書



行動5
許善心願





The Voice of Bliss & Wisdom

免費結緣 · 歡迎取閱