

佛光山台北道場 周訊

第72期 2013.09.25~10.01 地址：台北市松隆路327號11~14樓 電話：02-2762-0112

緣起

佛光山弘法事業的推廣，端賴信眾護持方能竟其功。本道場感謝護法委員多年來的護持，為讓委員瞭解佛光山台北道場人間佛教事業的現況，特發行「佛光山台北道場周訊」，內容有台北道場及弘法事業單位一周的動向，以饗大眾。



大師法語



人在和人相處中，最不安的就是畏懼和恐慌，所以觀世音菩薩不但救苦救難，而且布施給人「無畏」。此中的意義，就如有力量的人和有辦法的人，對於一些弱小無助者，給予保護說：「不要怕」；有我支持你！此種布施的精神至為重要。

因為觀世音菩薩尋聲救苦，給予眾生布施「無畏」，所以在觀世音菩薩的諸多名號當中，又名「施無畏者」。相反的，世間上有的人不但不能給人無畏，反而給人畏懼。自己的語言、行為，總是能給人恐嚇就給人恐嚇，能夠給人畏懼的就給人畏懼！這不但不是「施無

應世無畏

畏」，反而增加社會上到處充滿了障礙、打擊，甚至戰雲密布，機關重重，令人深感危機四伏，危險難安。

語云「知人知面不知心」！人與人之間，因為不知道此人對我是有利還是有害，所以交朋友不得不提防將來的變化；招考員工，也不得不調查身世，以防備將來不利於團體。

在家庭中，長者也經常開示後輩，都是教他要「害人之心不可有，防人之心不可無。」家庭裏的父母、兄弟姐妹，雖然親如骨肉，有時也要有一些防備，怕你對家庭眷屬造成不利；在一個機關團體裏，也總是制定一些方案，以防離心份子有害於公事。甚至大如國家，也組織各種機構，實行各種防護措施，所謂保密防諜、防貪、防盜、防洩密、防破壞等，所以有調查局、安全局，乃至警備總部，重

重的關防之多，就是因為對惡人、惡事，以及惡因、惡緣有所畏懼和防患於未然啊！

吾人立身處世，應有為眾生施予保護的慈悲智勇。我們要發願作眾生的保護傘，不受雨淋；要作眾生的手電筒，消除暗夜恐慌；要作眾生的舟航，讓大眾能離開苦海；要作眾生的家園，讓他免於餐風露宿，這就如觀世音菩薩的施無畏。

在這個世間上，雖然到處有聖賢善良之人，但是不可諱言的，許多貪瞋愚癡的地獄、餓鬼、畜生也和吾人同居一處，因此吾人處世，也應該學習膽量、智慧。所謂「忍者無懼」、「仁者無敵」；尤其重要的是「平常不做虧心事，夜半敲門心不驚」，以及「站在船頭穩，不怕浪來顛」，只要自己日常遵守綱常紀律，待人處事慈悲正直，自當能夠磊落做人，自然能夠「應世無畏」也！

台北道場

梁皇寶懺：一場洗滌身心的法宴



自古文人多悲秋。「秋天」總有一絲百卉俱腓、眾芳搖落的蕭瑟氣息；文人將此自然現象與心境做一隱喻式的結合，帶出中國古典詩詞對於秋之悲嘆！而「悲秋文學」濫觴於《楚詞》：「悲哉秋之為氣也！蕭瑟兮草木搖落而變衰，憊栗兮若在遠行，登山臨水兮送將歸。」「嫋嫋兮秋風，洞庭波兮木葉下。」…等，文人藉此抒情言志、寄詞寓情，為中國文學另闢殊途。

佛教對於季節並無特別的感觸，因為佛教認為：時間的流逝不過是宇宙物理的自然變化，如春夏秋冬四季的交替，過去、現在、未來三世的流轉，晝夜六時的交替，只是一種時間的輪迴。古來祖師大德藉境悟得本來面目，自然萬物不過是無情說法，會得當下旨趣，直見祖師西來意。如無門慧開禪師之詩：「春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪；若無閒事掛心頭，便是人間好時節。」悟者徹見生命風光，四季的更迭無非是自然流轉的現象、事物本質的具體展現。

佛門雖無悲喜之風，但有精進修

持之功。台北道場每年於秋季啟建《梁皇寶懺》，除藉拜懺功德滅罪生福外，更希以此提升信眾精進修持之風。《梁皇寶懺》又名《慈悲道場懺法》，由梁寶誌公禪師及諸大法師集撰，最初慈悲道場四字，是指因夢感得而言。懺文中已舉：「立此『慈悲道場』四字，乃因夢感，彌勒世尊，既慈隆即世，悲臻後劫，依事題名，弗敢移易…」。

據卷首所附〈慈悲道場懺法傳〉序文，知此懺法相傳創始於梁武帝，故稱《梁皇寶懺》、《梁皇懺》。

元末，覺岸的《釋氏稽古略》

卷二說：「梁武帝之原配郗夫人，妒忌側室，生性殘酷，發口有如毒蛇；三十歲時忽夭亡。其生前心懷瞋毒，致死後墮落蟒中，靈性不昧，知其業因；至帝登基次年，現形宮中，訴其苦狀，及所作諸惡業，求帝救拔脫離此苦，帝閱覽佛經，為製慈悲道場懺法十卷，請僧懺禮，郗氏乘此功德，乃得生忉利天。」此為《梁皇寶懺》之緣起。

懺中明指：許多怨懟「皆由親近，以三毒根，自相觸惱，以觸惱故，多起恨心。」唯藉禮懺方能解冤釋結。透過懺文反省自身所造作的身口意三業，進而發願改過遷善，是一種轉化心靈、洗滌身心的方式。此懺猶如明鏡，照見真實人生的苦迫，唯有認清楚生命不安的本質，才能遠離黑暗，走向光明。禮懺時需隨文入觀，將懺儀轉化成具體實踐的修持生活；唯有如此；方能舊業懺除，新業不增。

依懺文「皈依、斷疑、懺悔、發菩提心、發願、迴向」方法滌除罪垢，讓生命的旅程，展現不一樣的內在風光；並體驗「秋氣堪悲未必然，輕寒正是可人天。綠池落盡紅蕖卻，落葉猶開最小錢。」曠達不羈的自在。



國際佛光會

北區協會啦啦隊培訓暨觀摩



「來我佛光、加油！來我佛光、加油！佛光，加油！喔~耶！」國際佛光會中華總會北區協會9月28日舉辦「2013北區協會啦啦隊培訓暨觀摩賽」，來自佛光山北區別分院18個啦啦隊伍近2千5百人，齊聚佛光大學懷恩館，舞蹈展現「永遠十八歲」的青春活力，加油口號震撼佛大小巨蛋，趣味競賽老少合作無間，充分發揮佛光人的創意、學習與進步。

「佛光啦啦隊創造了奇蹟，成員大多是有活力的阿公、阿嬤，非常賣力投入表演，是救台灣籃球運動的重要元素。」國際佛光會中華總會北區協會會長李德全表示，因為2007年有了佛光女子籃球隊，之後才成立佛光啦啦隊，佛光人放下身心，全力投入啦啦隊運動，既歡喜又高興，創造台灣籃球運動史上的奇蹟。

大會神秘嘉賓國際佛光會中華總會署理會長慈容法師，百忙抽空來到現場為大家打氣，並擔任觀摩賽評審。「參禪打坐不是只有在禪堂，啦啦隊可以說是動中禪，從加油表演中，表達自己專心一致。」慈容法師讚嘆佛光人什麼都會，不但自己成長、歡喜快樂，還帶給大家光明活力，她鼓勵「佛光啦啦隊應該遠征世界各地」。

啦啦隊創意進場，由青年親善大使帶領進入佛大小巨蛋。每支隊伍無不費盡心思，不但比造型，也比道具與精神口號。有隊伍將三好善童打扮成小小籃球員，大眾直呼「卡哇伊」！也有隊伍打扮成廚師、後宮甄嬛及阿美族原住民「Cosplay大PK」；五花八門道具包括五彩雨傘、彩球、彩帶、啦啦棒等紛紛出籠；蘭陽歡喜隊以會動的火車頭道具領軍，全隊有如觀光列車開進會場，驚奇有趣。

觀摩賽各隊活力四射，啦啦隊員彷彿回到18歲，使出渾身解數，展現密集苦練的成果。板橋區好自在隊結合優柔肢體動作，令大家耳目一新；北市南第三區圓滿隊以5種民族傳統服飾造型，傳達五族共和、世界和平概念；基隆區極樂千千隊兩隻紅黃可愛獅子，在鼓聲

鏗鏘有力咚咚節奏聲中，與龍首一起助陣，啦啦隊伍有如參加節日慶典；北市北一區歡喜隊，以金銀彩球拼出「BLIA」字樣，技壓全場。

「創意與創新是這次觀摩賽主軸，最精彩的表演要先展現出來，不要放在最後。」悅風舞集藝術總監游淳惠講評指出，很多隊伍把最精采部分放在表演最後面，可惜評審都打好分數才看到。她鼓勵大家應該更大膽用色、配色，讓服裝造型更突出，使用富有在地特色的道具，例如漁港就可以使用魚造型道具，啦啦隊員應大聲把加油的精神口號喊出來，才能充分展現出佛光啦啦隊的健康、活潑與熱情。

「佛光啦啦隊正在寫歷史！」也是擔任評審的佛光山教育院長永光法師告訴大家，星雲大師在今年徒眾講習會上，點出主題「育、創新、進步」的重要。她認為經過了啦啦隊培訓與觀摩賽，相信佛光人比以前更歡喜、更健康、更有活力。永光法師看到「佛光啦啦隊不但有學習，也有傳承，更重要的是佛光人之間，也有互相提升與進步。」

此次北市北三區榮獲第三名、北市北一區獲得第六名。



古韻今彈——2013年三好兒童讀經比賽



9月29日出現許多著古裝、朗誦古詩文的小朋友，從全各地齊聚佛光山，與大家分享經文之美的新意，參與三好兒童讀經比賽，將平面文字以立體的創新方式呈現。

國際佛光會中華總會署理會長慈容法師說，讀經比賽今年是第二次

舉辦，參賽人增加許多，小朋友們背誦古詩經文，能將古人智慧當成座右銘，又用音聲與肢體動作加深印象，不只為觀眾帶來愉快感受，對參與者的做人處事，亦將有很大幫助。

三好兒童讀經比賽依年齡分為幼兒組、國小1-3年級、國小4-6年級三組進行比賽，共73組、343位小朋友參加。而服裝上，各組更是費盡心思，幼兒組的李雯琳，穿著波斯公主服裝，表演李叔同的〈送別〉，吸住全場目光；台北大慈童

軍團身著超人服，朗誦《佛光菜根譚》及《朱子治家格言》，深具古今相映的趣味，團體組的表演方式更為多樣。

普門中學校長蔡清波，因小朋友的用心及題材豐富而深受感動，比賽中，他看到小朋友的無懼與自信、團體間合作無間的相互信任、指導老師的高度用心，讓他陶醉在經典之美當中，完全融入經典文化的底蘊內涵。

慈悲基金會

趙翠慧的「慈悲人生」



「如果能很恭敬的對待周遭的人，每件事情都會尊貴起來。」國際佛光會檀講師趙翠慧與佛光山慈悲基金會北區義工們分享她的人生哲學。9月28日下午在佛光山台北道場，佛光山慈悲基金會舉辦「北區義工在職訓練」，邀請周大觀文教基金會總執行長、也是國際佛光會檀講師趙翠慧主講「慈悲人生」，有50多位義工出席聆聽。

閱讀廣博，學識豐富的趙翠慧在全世界做過千餘場公益演講，宣揚「圓滿生命」、「關愛他人」、「正視死亡」的生命哲理，這次以

超越生死議題的觀點，分享21世紀一些奇妙科學實驗的結果，帶領大家打開心識，打開想像空間；她談及「念力的秘密」與「生命的答案，水知道」兩本書中的精華；心念的力量可以改變水的分子結構，使水結晶呈現不同的面貌，而人體有百分之七十由水構成，因此，心懷善念，常懷感恩心，身體所有的水結晶都是美好的、健康的。

妙語如珠、風趣幽默，趙翠慧現身說法，她引述星雲大師的話「不要去等貴人，要做自己的貴人。」所以不必等別人給您幸福，給自己

幸福，最重要的是，要把幸福給出去，這就是慈悲的基礎。她強調，學習以「敬畏、謙卑、感恩」的態度來面對人生，深信心中充滿愛，世界更美好。

最後，趙翠慧並帶領與會者做30秒左右的觀想：想像自己身處於充滿藍光的環境中，以感恩心恭請心中相應的佛菩薩道來，祈請祂帶來偉大的力量加持普天下眾生。以美好的訊息，迎接生命中的每一天。

活動預告

▶ 台北道場

● 秋季梁皇法會

● 時間：10月2日~10月6日

10月2日晚間7：00灑淨

10月6日下午2：00秋季梁皇
三時繫念

● 華嚴法會

● 時間：10月6日上午9：30

● 八關齋戒

● 時間：10月12日上午7：30

以上活動地點於11樓舉行