

# 佛光山台北道場 周訊

第85期 2013.12.25~12.31 地址：110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



飛機經過了不斷的研究發展，已增加了飛高、載重和遠途航行的能力；汽車的研發，也有一千二百西西、二千四百西西、三千六百西西等不同氣缸馬力的車種。千里馬日行千里，因為牠有能量；大象承載數千公斤，也因為牠的能量。人能承載多少能量呢？

說到人能承載的能量，也是很偉大的。例如：家庭的生活負擔，父母養老的日用所需，兒女讀書的教育經費，以及醫藥、旅行、交際等種種的負擔。乃至心上的煩惱、憂愁、苦悶，甚至世間上的國事、人權、思想等等，壓得人們抬不起頭來。而人還要自恃有力，總像老牛破車一樣一再的承載著世間各種的壓力，並且不斷地努力向前奔馳。

## 增加能力

可以說，一個人承載著人生的榮辱、好壞、有無、得失，實在是非常的艱難辛苦。因此，吾人不得不訓練自己的能力，把人生的酸甜苦辣、榮辱毀譽，一起承擔起來。

如何才能增加能力？吾人讀書就是為了增加能力，訓練也是為了增加能力，乃至修行、磨練，都是為了增加能力。別人能幫助我們的，只是一點力量，因緣也能助成我們一些力量；我們要把力量隨身隨身儲備。當我們遇到某一種境界時，要靠自己來發掘力量，要隨時能夠應付，否則求天、求地、求人，有時候外力下能幫助自己，你就是怨天尤人，又如之奈何？

佛經說，力量來自於五種：一是信心，二是精進，三是正念，四是定力，五是智慧。

「信心」就是力量！再高的山頂，你有信心爬上去，中途的流汗、氣喘，都不會打敗你，因為有信心，就有力量。

「精進」、勤勞，不藉口拖延，不懶怠，一心振臂而起，產生的精進力量，就猶如無比的電力，能為

自己承擔重荷。

「正念」就是正當的思想、正當的思惟、正當的見解。所謂「邪不克正」，混亂、散漫、複雜，都不敵一個正念。

「定力」就是對自我的肯定。有了定力，儘管金錢美色當前，你能如如不動，就像一潭靜止的湖水，清澈見底。你有了定力，還會看不清人間的是非得失嗎？

「智慧」對人生尤其重要。有的人做了一生的勞力，所得有限；有的人「智者一言」，無價財富。所以要開發自己的智慧，讓智慧來處理我們的感情，讓智慧來引導我們的思想，讓智慧來指導我們的工作。

一場戰爭，要比誰的戰力大，誰就能贏得戰爭；情侶的三角愛情，要看誰的魅力大，誰就能贏得愛情；商場上，誰的資本財力雄厚，誰就能贏得商機；人際間的較量，也是要看誰的心裏能源多、誰的智慧高，誰就是人生的勝利者。

信心、精進、正念、定力、智慧，就是我們的能力！

## 台北道場

## 人間大學台北分校小隊輔培訓聯誼會



每年暑假，台北道場都會舉辦三好兒童冬、夏令營活動，其中不少的青少年加入小隊輔團隊，帶領營隊活動。

在進入2014年前，台北道場舉辦小隊輔回娘家活動，齊聚近60位小隊輔共襄盛舉。相隔半年未見的小隊輔們，見到彼此熟悉的身影，開心的互相擁抱話家常。另外，也有不少高中、大專生聽到此次活動，前來參與；希望藉此因緣，未來能加入服務團隊。第一次參與的學員在餐會上表示：「很開心參與這個活動，學到許多新知，下次若有類似活動，一定會來參加。」

除相見歡之外，道場也為學員們安排一天的心靈課程，邀請到洪明郁講師分享人生經驗；講師透過自己的生命歷程，將其轉化為課程中的小遊戲，讓學員們探索自我。戴上眼罩，矇起黑布，耳邊輕柔的音

樂聲，在黑暗中伴著明郁老師的引導，脫離世俗的紛擾，尋找自我，且認識自己。

身為熙格造型沙龍的創辦人，一身時髦造型，讓人實在很難聯想他年少輕狂、誤入歧途的日子。課程中，明郁老師分享自己於國中時期成為幫派份子，隨著道上弟兄打打殺殺，直到被人拿槍抵著面臨生死關頭時，回頭一望，自己所謂的「弟兄」早已鳥獸散，直到出現一個瘦弱的身影，緊緊的抱住他，替他擋子彈，那人正是他從以前就瞧不起的母親！到那一刻他才明白，原來母親一直守候著他，自己又是多麼的不孝…隨之心念一轉，便發願離開此一非之地，重新做人。

洪明郁：「我相信命運是被人創造的…」透過活動小遊戲，老師讓大家了解：在人生當中不只是持續的加速前進，偶爾應該要慢下腳

步，看看身邊的風景，把握當下並多陪陪家人。尤其人的生活與命運是操之在手的，所以老師鼓勵大家認真創造自己的命運。

下午監院滿方法師以「尋覓與佛相遇」課程為學員接心表示：人往往活在比計較與計較當中，對於現狀不滿。若要活得自在幸福，就要「不要與人排擠爭競，因為人比人氣死人；也不要太計較，因為過於計較的人，永不得安寧。」人生在世，不要比較、計較外在之物；若真要比，就要比「道德、付出、肚量、智慧、心量 與做人」因為唯有內在精神的豐足，才能真正擁有幸福！

「幸福在那裡？」滿方法師與學員分享：幸福是「有爹娘很幸福、喝杯茶很幸福、知足很幸福」幸福其實很簡單，把握當下、享有一定要擁有，若能知足則是幸福之人！

許多學員表示：這次課程收穫豐富，希望能再次舉辦類似課程，除可認識不同的人外，更可增加專業知識技能。



公益信託星雲大師教育基金

## 三好校園實踐學校期中報告



公益信託星雲大師教育基金推動三好校園歷時3年，全國各地高中職、國中、小學響應熱烈。12月27日於佛光山人間大學台北分校舉辦「2013年三好校園實踐學校期中報告座談」，來自北中南等地計65所學校近百人與談。

實踐三好校園今年新申請與續申請的高中職組有13校、國中組18校、國小組共34校，各組由代表人校長、老師分享推動三好校園的項目和事蹟，學生、家長和老師對三好活動的反應與轉變，說明如何透過三好校園的實踐大變身；如「做好事」有順手捐發票，3Q達人選拔，愛護環境淨灘等活動。「說好話」以閱讀人間福報啟發善良本質，作文朗讀，和學生製作編劇、自導演出的行動劇，以達到反思的成效；「存好心」在社區掃街和關懷老人的義演等志工服務上也有積極的表現，透過多元教學把三好品德融入課程，在動態與靜態上皆能呈現學生敦品勵行的行誼。

瑠公中學校長林明貴直言，「三好」讓學習無限寬廣，重視生活教育要不斷重複提醒「做好事、說好話、存好心」。「執行三好校園第三年，以服務尖兵散播愛，三好行動的內化改變，讓人驚喜！」布袋

中學邵冰瑩校長說，學生明確知道要行「三好」，強調此趟她要親自來感受這份熱情，才能以三好校園精神，點燃學生與老師的熱情。青年發展署長羅清水委員提出，強化活動性質與雲端的執行，強調活動的持續性很重要，落實團隊服務學習，須認清與志工性質不同，利用文字的分享融入「三好」，讓學生有反思練習的過程。

透過綜合座談，大葉大學副校長陳明印委員指出，有些學校很有創意，將三好當成育類學科，把品德德目轉換成三好德目，在知識的建構上固定討論、分享和製作三好手冊結合三好金幣，以符合小學生的興趣作誘因，都是值得參考的創意。陳憶芬委員提出成功結合外物資源的優點表示，有學校因為三好活動，感動市政府而採用三好Logo的實例。國中組劉美慧委員表示，學校辦活動很辛苦，希望藉由活動的回饋修正做反思，課程與活動做豐富性連結，往深耕方向進行。高中組委員妙旭法師表示，三好活動不是特別舉辦三好運動，而是落實在日常生活中，強調學校動力的重要。

教育部國教司長楊昌裕表示，三好資源來自星雲大師教育基金，希

望學校善用款項，鼓勵各校彼此觀摩、珍惜機會，讓孩子在創意的主題上發揮，不管是話劇上的思考，或是善用媒體做觀念倡導，只要對社會有貢獻的宣導創意都值得鼓勵，他指出，三年來發展出很多三好項目，每年的主軸與創意都讓人驚喜，例如三好存摺和孝道有關等手冊，都可提供給其他學校分享流傳。

公益信託星雲大師教育基金執行長覺元法師表示，「我們的一小步，是未來孩子的一大步，三好校園不是口號，是付諸行動做出來的軟實力。」他感謝校方實踐三好校園的辛勞，相信即使沒有公益基金挹注，三好校園仍然會持續辦下去。因為很多學校因推動三好，招收學生率而增加，在社區的名聲也變得更好，覺元法師除感謝各校的響應，並勉勵大家全力以赴，期許將來有更好的成果。



## 國際佛光會中華總會



國際佛光會中華總會創會會長星雲大師，12月28日在佛光山如來殿「2013年會員代表大會」，與全各地佛光人歡喜接心，讓與會者在心開意解中熏習善法，學習如何將佛法運用於生活。

大師介紹「三寶頌」時表示，民國初年，佛教中有一首弘一大師作曲、大虛大師作詞的「三寶歌」，內容包括佛、法、僧，非常豐富，但整首唱完需6分鐘，花費時間較長。20多年前佛光會成立，要設立制度且不能擔誤太多開會時間，便想另做一首，直到有一回在前往新

## 國際佛光會中華總會召開2013年會員代表大會

營高中開示途中，請慈惠法師記下「南無佛陀耶！南摩達摩耶！南無僧伽耶！」等歌詞，即成今日的「三寶頌」。

提到人與神的不同，大師說明「佛陀是人，不是神！」人有道德，分為聖人與賢人，神則有權威、賞罰、要人拜，神可以尊敬與往來，但不是信仰。佛有慈悲、平等與菩提心，與真理相應，了生死、斷煩惱，隨著時代演變，由神權、君權、父權、民權到生權，信仰佛、法、僧不是一時的，而是永久的。

「佛陀紀念館好比聯合國，各洲人都可以前來。」大師說佛光山舉辦神明聯誼會，各地的神明來朝山、拜佛祖，正信佛教徒要瞭解佛教，例如：好鴿子放出去，還會帶

回別家的鴿子一般，期許人人要將佛理傳給神明，要度人也要度神。

一生致力文教工作的大師，認為「教育是人類進步的條件」，並以創辦佛光、西來與南華等大學為例，說明佛光山提倡儲財於信徒，並分享「我就是佛光山，佛光山就是我，我與佛光山患難與共」的體證，勉勵佛光人能大能小、能多能少、無所不能。強調佛光人不要留財給子孫，要留德給子孫；取之於社會、用之於社會，可捐做「公益基金」。

「苦是一種教育、力量與營養，可以強化自己。」大師為讓大家認識佛教，將在台北、台中、台南與佛光山講授「佛法新解」，2月2日首場於台北道場開講，歡迎大家踴躍前來同霑法益。

## 北市北區督導會長接心聯誼會



國際佛光會中華總會北市北區督導會長接心聯誼會，12月24日於中華總會8樓國際會議廳舉行，在區副會長胡素華及張明芬、徐月華區委營造下場面莊嚴溫馨，中華總會妙眾法師、台北道場住持覺元法師及覺斌法師蒞臨會場，給與36位會長（含新任）、22位督導長副督導長們極大的肯定、無比的讚揚。

首先，主席素華區副會長致詞：所有的用心安排無非是對會長、督導，兢兢業業地護持佛法、推動會務努力一點謝意。覺斌法師說：2013年的歲末大家共聚一堂，有機

會謝謝大家，賣力完成許多不可能的任務，也期許2014年繼續共同承擔未來的挑戰。

妙眾法師則以嘉義圓福寺督導林宏弦浪子回頭故事，激發大家行孝、行善不能等待，發心、發願更要把握機會，執行每個任務只問自己，是否有「最認真的心」？「不經一番寒徹骨，焉得梅花撲鼻香」，會長的甘苦，忙碌充實、歡喜感恩、成長精進，從不懂不會到全然接受全面學習，從慌亂惶恐到再接再厲勇往直前，從孤單無力到信心堅定，從直來直往不知結緣到謙卑柔軟廣結善緣，他們的動力、改變來自哪裡？來自大師精神毅力，來自於感動；無數的第一次、日日新生，充份扮演每種角色、展現韌性潛力，從會長們口中娓娓道來，感受到是心靈昇華、擴大，生活豐富精彩，人生境界寬廣深。

住持覺元法師以歡喜地菩薩嘆會長、督導，成就菩薩性格：多歡喜、多信、多清淨、多慶悅、多調柔、多踴躍、多堪受、多不壞他意、不好惱亂眾生、不好瞋恨。最後，住持並恭讀大師〈廣結善緣祈願文〉，帶領眾人點燈祈願，活動在期待下次再續中劃下圓滿句點。

## 活動預告

## ▶ 台北道場

- 華嚴法會
- 時間：2014年1月5日上午9：30
- 佛陀成道紀念日法會
- 時間：2014年1月8日上午10：00
- 光明燈圓燈法會暨恭迎五方佛大典
- 時間：2014年1月15日上午10：00
- 人間福報談口法會
- 時間：2014年1月15日下午2：00