

佛光山台北道場 周訊

第97期 2014.04.02~04.08 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



認真做一件好事，認真做一個好人，要從今天做起！

昨天，昨天已經過去，不會再來；明天，明天還未到來，不必等待。今日事，今日畢；把握今天的人，就是懂得把握生命訣竅的人！

有一些人，對於做好事，他說我過去已經做了許多的善事，意謂著可以不必繼續做好事。你過去吃飯，是否也要說，我過去的飯食已經吃得很多了，難道就不要再吃飯了嗎？也有人說，明天，我還不知道有沒有明天？做什麼好事，明天再說吧！明日復明日，明日在那裏呢？

從今天做起！就是叫我們不要因循，不要拖拉；因為今天最可

把握今天

貴，無論做什麼事情，都要從今天做起。今天，我要把飯吃飽；今天有時間，我要把覺睡好；今天的事情，我要今天就把它完成；今天有機會，我就要好好的把握今天的時機因緣。

今天非常美麗！你看，今天早晨的空氣清新，今天早晨枝頭的鳥兒啼叫，今天和風吹拂，今天心情愉快。今天的成就，比什麼時候都來得多，比什麼時候都來得好！

革命家，誓師從今日起，要克敵致勝；實業家，從今日起，要開廠營業，決勝於同行。今天落成，今天開幕，今天決議，今天開始；什麼事情都要從今天做起，才有成功的希望。

兒童，今天上學了；青年，今天結婚了；升學，今天考取了；就業，今天錄用了。今天是一個開始，今天給人的歡喜，今天帶給我們無限的希望。

生日，今天要慶祝今日的生日，不會慶祝昨天的生日；勝利，要慶

祝今日的勝利，不會慶祝明日的勝利。所以，在昨天、今天、明天之間，今天最為重要；把握了今日，就是把握了生命。

人，固然要製造明日的希望，但更重要的是，要製造今日的開始、今日的動員、今日的起步，要製造今天一日之內希望與歡喜。

今天，我想了許多的辦法；今天，我製造了許多的歡喜；今天，我說了許多的好話；今天，我做了許多的好事。甚至，我今天所做的，勝過昨日，勝過生生世世。今天，我把家裏的房舍打掃整潔；今天，我把園圃的花草修剪美化。今天，我探望了父母長輩；今天，我關懷了妻子兒女。今天，我為國家社會動員了多少力量；今天，我為未來鋪設了多少因緣。從今天製造的歡喜、希望，可以享受無窮無盡，為什麼我們不要凡事都「從今天做起」呢？

台北道場

慈悲三昧水懺 清明法會慎終追遠



清明節掃墓祭祖慎終追遠，許多佛教徒以拜懺方式追思先靈，4月4日佛光山台北道場舉辦第一場「清明慈悲三昧水懺法會」，超過1500信眾攜家帶眷前往禮拜；連續三天至4月6日「三時繫念總迴向」超過5000人虔誠禮拜求懺悔，主法依序由依培法師、依照法師、台北道場住持覺元法師、佛光山副住持慧倫法師領眾誦持。

清明節為何在要禮拜《慈悲三昧水懺》？有何種「功德與利益」？住持覺元法師開示，將水懺分為六大導讀的核心，即：水懺的「功德與利益、懺主、懺題、大綱、懺由、法義。」首先解說禮拜水懺的功德與利益：(一)可以消除累世冤業、解冤釋結，(二)病痛消除，(三)增長福慧，(四)懺除三障(本懺的主要核心)，(五)亡靈超升，(六)消災解厄。提及起源，懺主是唐朝的悟達國師，與過去冤親債主的業力糾纏，因遇迦諾迦尊者，教他以三昧水洗滌人面瘡而消除累世冤業的懺法。

如何消除病痛？覺元法師表示，有些久臥在床的病人，因禮拜水懺而痊癒，住持例舉一個醫學院學生，因罹患腺癌，自暴自棄，拒絕治療而住進加護病房，其母於道場擔任義工，因面露憂色，法師察覺有異，經洞悉內情後，便提點她禮拜《慈悲三昧水懺》。家人虔誠恭拜後，藉此法益，不僅令學生願意正視病況，接受治療，並且以佛法

為依怙，漸漸病業消除，如今已將醫學院學業完成，更以健康的身心擔任醫生，自己開診所，重新面對新的人生。覺元法師表示，行者有時帶三分病，才能體會生命無常，以謙卑的心對待事事物物，時時攝心守意，增長福慧。

本懺的核心思想是「懺除三障」，因其能障礙聖道及加行善根，即：1. 煩惱障：本性熾然具足貪、瞋、癡煩惱，致難生厭離，難教誨，難開悟，難得免離；2. 業障：乃由身口意所造作之不善業；3. 異熟障(報障)：以煩惱、業為因，所招感之三惡趣果報。住持表示，慾望減少悟性增高，煩惱也就隨而愈少了。

如何懺除煩惱障、業障、報障？住持說明懺法的概要，藉禮懺及皈依三寶、發露懺悔、知「苦無可代受、業無可隱」、策勵求懺，請佛悲愍，乃為水懺的懺法。覺元法師表示：水懺的功德力殊勝，許多年輕的下一代來禮懺，說明信仰傳承是孝道的延續；禮懺不僅是子孫表達對歷代祖先的孝思，更是讓生亡得度的因緣。

4月6日「三時繫念總迴向」由佛光山副住持慧倫法師主法開示表示，「人間佛教」是生活佛法化、提升心靈的佛法。何謂「世界何緣稱極樂，只因眾苦不能侵，道人若要尋歸路，但向塵中了自心。」如何了自心？就是認識自心如何運作。所謂「生而無生，法性湛然，

無生而生，業果儼然。」說明人的本性是純淨無染的，大眾卻認妄為真，不知一切都是緣起。提醒我們的心不必向外尋覓，一切都是唯心所造，回到自己的本心即能明心見性。

修行要有平常心之道，不為瑣事煩惱。慧倫法師表示：人有三種心「肉團心、緣慮心、靈知心」，起心動念之間能觀照到，每天做定課今心由外往內觀。提及禪修打坐是一種目的，另一種理由是收散亂心。「三摩地」指禪定境界是「等持」，修行者將心念集中專一，能修到內心的安靜，平時要做到防護心的紛亂，心靈的佛法化要有定慧功夫。

學佛是逆向而行，往上提升，如何發菩提心？慧倫法師巧妙引喻種菜的例子，說明栽種小白菜二周即可採收，種長年菜則要等待四個月才會成熟。強調修行不求快速，需要時間的磨練與等待，才有滋味甜美的果實。就像當義工做事不是做給法師看，而是默默耕耘與人結緣，發菩提心不是為自己的修行，而是為成就大眾成佛。



國際佛光會中華總會

親善使者知賓種子培訓



佛光會中華總會北區、桃竹苗區協會為提升知賓的素質，並從服務中學習自我成長，3月30日於佛光山金光明寺舉辦知賓種子培訓，有來自雙北、基隆、宜蘭、花蓮、桃竹苗等區各道場知賓150餘名參加培訓。

會中禮請北海道場住持永平法師為大眾說明「知賓服務精神與態度」，說明知賓猶如國家的外交官，是各道場、分別院的代表；外

表要端莊、談吐要合宜、處事要靈巧；要像早上清新的空氣讓人覺得芬芳潔淨，要像清晨的陽光讓人感到熱情溫柔。更期勉大家不能只在意外表，更要隨時充實自我內在的涵養才能培養出常住觀，展露佛光山精神及耐煩的個性。

知賓大隊長朱唐妹強調，穿上知賓服就代表佛光山，要特別注重威儀及團體精神，行住坐臥都應該注意美姿美儀，以提升佛光會專業形

象。示範演練邀請法國希思黎化粧品台灣美容總監暨世界皇后選美彩妝造型總監邵馨慧指導。從知賓服裝儀容、舉止威儀、端茶引導，親自示範帶領學員練習，讓大家受益匪淺。

知賓吳淑貞表示，在道場擔任知賓，從中學習自我成長，健全身心，可以自利利他。朱玉倩說：擔任知賓將所學習的禮儀與知識，回家教導兒女，讓他們成為受歡迎的人，用在職場上讓客戶更歡喜。所以知賓服務是佛法的展現，禮儀也是道德與文化的表現。

金光明寺住持妙蓮法師開示，精品店內的精美瓷器是瓷土經由捏塑、煅燒而成。知賓也如精美瓷器一樣透過培訓成為道場的菁英，身為佛光知賓應引以為榮，並自我期許能對佛光會、佛光山的參訪大眾、各方貴賓，提供最佳服務，成為親善使者。

人間大學總部

向殘酷的仁慈說再見——談生命末期的照顧倫理



人間大學總部「佛法與安寧療護」課程3月30日邀請陽明大學附設醫院內科加護病房主任陳秀丹，及台大金山醫院護理主任翁瑞萱為學員講述「向殘酷的仁慈說再見——談生命末期的照顧倫理」、「臨終

症狀處理概說、心理需求與照顧」等議題。

由於醫療科技的發展，自然死亡變得不是一件容易的事。已到了盡頭的生命，是否還有必要不顧一切的搶救？陳秀丹以豐富的經驗與多

年的觀察，講述安寧緩和醫療的臨床實際情況，並強調末期照護應當回歸醫療的本質——尊重末期病患的生命與存在意義，同時中止無效醫療，接受生命有其極限，讓生命末期患者保有善終才是醫療人員及家屬給予病人最大的祝福。

翁瑞萱以接觸的個案為例，說明生命末期器官衰竭的種種徵兆與症狀，照護者如何幫助病人減緩疼痛、做好「生命回顧」，讓病人能無怨悔的與親人及這個世界告別。

人間大學致力於生命的關懷，透過系列課程的引導，可開啟自我成長及改變的契機。

生耕致富

預約報名・免費入場

2014 專題講座/論壇

※可申請公教人員研習時數

讓親、師、生三贏

十二年國民基本教育將於8月正式上路，從家長到教師、學子卻依然是充滿惶惑，有家長忿怒孩子淪為十二年國教的實驗品，有教師面對教學改革不知如何因應，4月登場的佛光山台北道場2014生耕致富教育講座，因此將舉行兩場圓桌論壇、兩場講座，期望徹底解開師長對十二年國教的心結，讓孩子真能從新制中獲得學習的樂趣和成就。

協助規畫教育講座談並擔任講師的全國家長聯盟理事林文虎老師說，無論是家長的教養，或是老師的教學，都應有更巧妙、更簡單的方法，以找回愛孩子的初衷，並贏得好成績，而這也就是教育講座「使命必達」的目標。

兩場講座的講題分別是「創造孩子的學習奇蹟」和「教與學的絕妙法門」。緊接著周六的專題演講，周日都有一場同題目的圓桌論壇登場，讓參與者可以透過互動討論，深入探究其中精義。

「創造孩子的學習奇蹟」論壇是以家長為對象，將以四項議題做分享，包括1. 看到學習的真面貌；2. 看清楚學習的主人；3. 當個說真話的好朋友；4. 堅持「做到底」的決心。

「教與學的絕妙法門」論壇則是以教師為對象，四項議題分別是：1. 解開教材的真面貌；2. 看清楚學習的主角；3. 當個有遠大目標的老師；4. 堅持「做到底」的決心。

有心啟發孩子的學習興趣，和提高成就感，家長和老師可別錯失這系列演講和論壇。報名請洽：佛光山人間大學台北分校 02-2769-8933。



教育講座 4月19日(六)下午2:00~4:00 創造孩子學習的奇蹟

4月26日(六)下午2:00~4:00 教與學的絕妙法門

圓桌論壇 4月20日(日)上午10:00~下午5:00 創造學習的奇蹟(對象：家長)

4月27日(日)上午10:00~下午5:00 教與學的絕妙法門(對象：教師)

生耕致富

搜尋



www.fgs.org.tw/tpevihara

洽詢專線 | (02) 2769-8933 ext 19、20

傳真電話 | (02) 2756-0988、(02) 2748-7388

講演地點 | 台北市松隆路327號6樓(松山火車站旁) E-MAIL | fgutaipei@gmail.com