2024 年 10 月刊
434 期

萬行
All Ways

咖啡文化之旅



社論

網路時代下的社會規範重構

特別報導

2024 內政部表揚宗教團體
傳遞慈悲喜捨 博愛仁善之光

國際領袖基金會代表團
蒞臨臺北華嚴蓮社交流參訪
有志一同 爲世間謀福利

盂蘭盆梁皇寶懺
皈依三寶求懺悔 截斷疑根入玄門
見賢思齊盡孝道 相應衆生佛歡喜

佛七

大眾齊心共願，共入華藏世界海。



2024年12月30日 ～ 2025年1月5日

上午5:00 ～ 晚上7:00

從念佛、拜佛、繞佛、打坐中慢慢沉澱雜染的心，逐漸平息紛飛的妄念投入華嚴海會佛菩薩的慈悲中如法修行，普皆迴向，發菩提心全心皈命與佛相應。

@huayen

台北市中正區濟南路二段 44 號　　02-23518333



萬行
All Ways

萬行雜誌 434 期
改版 302 期

目錄

社論 / 02

網路時代下的社會規範重構

特別報導 / 04

2024 內政部表揚宗教團體
傳遞慈悲喜捨 博愛仁善之光

國際領袖基金會代表團
蒞臨臺北華嚴蓮社交流參訪
有志一同 為世間謀福利

盂蘭盆梁皇寶懺
皈依三寶求懺悔 截斷疑根入玄門
見賢思齊盡孝道 相應眾生佛歡喜

法輪常轉 / 20

導遊華藏世界（十一）

《華嚴經 · 賢首品》講錄（20）

線上善知識 / 28

壓力對於人體的影響

佛教古德與智慧 / 31

〈古德護法蒙拾〉（四）

咖啡文化之旅 / 33

咖啡。用冷水煮

華嚴金獅吼 / 35

2023 華嚴金獅獎散文類

華嚴蓮社歷史影像 / 39

1992 年成公大陸尋根之旅

菩提園地 / 40

《佛教的制度與儀軌》閱讀心得

華嚴學講義 ── 讀後心得

人間道場 / 47

華嚴蓮社新聞

2024 年 9 月大事記

社論

網路時代下的社會規範重構

本社

隨著網路的普及化，全球正處於無邊界的一體化，網路不僅改變了個人與社會，更值得關注的是人與人之間的關係。個人向不特定數量的人發送和接收資訊已是普遍常態，個人層面與世界的聯繫已成為網路時代的新現實。家庭、社區的溝通方式，以及日常人際關係中正在發生各種無形的變化。

網路時代也是資訊爆炸的時代，隨之而來的是各種詐騙、假資訊紛至沓來，人類現在所面臨的危險是，隨時能夠向世界揮灑自己的正義並獲得影響力，而不讓任何人知道是誰或是資訊來源。許多網路族群優先考慮自己的喜好，而不是群體共構的規則，從而單方面將個人意圖和情感發佈到網路上，傳播給不特定的人群。這種隨意隨興的「自由」表達，是沒有紀律的自由。

這種沒有社會共識的自由，使得人們更容易表達自己的意圖，而不考慮他人或彼此溝通。可以說，網路空間充滿了這種前衛的自我。試想之，透過

網路進行資訊傳遞和交流的發展，創造了一種新的社會形態，我們稱之為「網路社會」。其特徵是匿名性、即時性、同步性，所傳遞的訊息超越時空，瞬間傳遍全球。這一現實恰恰說明了現代文明發展的數位技術的優越性。然而，網路社會的問題在於，人們無法控制自己已發出的資訊。訊息一旦傳播出去，就很難以看得見的方式或在權力的掌控範圍內進行控制。進而造成資訊造假化、破碎化等負面影響。

人類從漫漫的歷史長河中，根據日常經驗的積累，創造了各種生活規範、社會規範、國家規範，建立了維護社會穩定與他人和平共處的制度。然而，網路的發展帶來了現有社會規範或國家體制無法掌握的社會問題。為了因應我們長期發展的社會制度和人類紀律無法應對的情況，我們現在似乎被迫重建我們的社會規範。

各國政府為了快速、適當地應對這些網路衍生的各種問題，將不得不接受以國家名義等更高層級組織使用的法規，而這些法規在過去被認為是負面的，如網路警察的設置、網路詐騙的監控等等。當然，政府相關部門也要考慮採取措施來解決由此產生的困難和問題。

網路時代的來臨，實現了古人「天涯若比鄰」的理想，但是，也因為網路的關係，人與人的關係正走向疏離。網路時代讓人類所有的活動無所遁形，各種意識形態的交織，也讓網路成為人間溫暖的平台，與此同時也成就詐騙集團暢行無阻的舞台。網路時代的來臨，徹底改變了人類社會的面貌，長久以來人類所建構的倫理道德，正不斷地受到挑戰，一種基於網路的新社會規範正在重構中。



▲臺北華嚴蓮社再度榮獲「宗教公益獎」殊榮，由副董事長天演法師代表領獎，內政部主任祕書黃駿逸頒發。（內政部提供）

2024內政部表揚宗教團體

傳遞慈悲喜捨 博愛仁善之光

編輯部

9月6日上午10點，內政部「113年宗教團體表揚大會」假南投縣埔里鎮立藝文中心舉行，由內政部主任祕書黃駿逸主持。臺北華嚴蓮社再度榮獲「宗教公益獎」殊榮，由副董事長天演法師代表領獎。

內政部於6日舉辦「113年宗教團體表揚大會」，恭賀164家宗教團體獲頒內政部「宗教公益獎」，及13家獲頒行政院「宗教公益深耕獎」。主任秘書黃駿逸特別感謝宗教團體長期以來，在我們這塊土地上不計回報、盡心耕耘的付出，積極發揮人心教化與安定社會秩序的功能，為社會帶來正能量和善的光，對於宗教團體無私的奉獻，誠摯表達肯定之意。

主任秘書黃駿逸表示，內政部每年均舉辦隆重的宗教團體表揚大會，至今已邁入第48年。今年獲獎宗教團體中有31家是以捐款資助興辦公益慈善事業而獲得表揚，捐資總額達新臺幣22億餘元，其中以「財團法人天主教聖母聖心修女會」、「財團法人台北保安宮」、「財團法人台北行天宮」、「財團法人台北市松山慈祐宮」、「財團法人台北市艋舺龍山寺」及「松山慈惠堂」等6家捐資金額更達新臺幣1億元以上。

主任秘書黃駿逸指出，宗教團體是政府最堅強的後盾，政府一直很關注並鼎力協助宗教界所面臨的問題，112年成立宗教及禮制司，期望為宗教團體提供更好的服務，確保團體的權益受到保障，例如為解決宗教團體不動產借名登記之問題。總統於今（113）年8月7日公布施行「宗教團體以自然人名義登記不動產處理暫行條例」修正條文，將申請時間延長至115年6月9日，呼籲宗教團體一定要把握時間趕快提出申請。此外，防災救災一直是政府關注的重點業務，亦邀請宗教界參加「防災士」培訓及認證制度，成為自主防救災的種子，發揮善的力量，自助助人，自救救人。最後，詐騙讓全民深惡痛絕，呼籲宗教團體一起加入打擊詐騙的行列，透過公私協力，一同守護民眾財產安全，讓臺灣成為全世界最安全與幸福的國家。

最後，主任秘書黃駿逸代表內政部劉世芳部長，感謝熱情的南投縣政府協助辦理本次活動，亦再次肯定與感謝宗教團體的付出與貢獻，宗教是在地深耕公益慈善及社會服務的推動者，無論在環境保護、生態保育、公共安全、性別平權、偏鄉教育、老人長期照護、新住民關懷、毒品防治、弱勢生活扶助、社區關懷據點等領域，都處處見到宗教團體無私的身影，努力散播溫暖傳遞愛，令人敬佩。



▲主任秘書黃駿逸致詞。



▲臺北市華嚴蓮社再度榮獲「績優宗教團體」之獎項，由住持天聞法師代表領獎。

臺北市政府民政局於9月13日上午10點20分，假臺北市市政大樓1樓中庭舉辦「112年度臺北市績優宗教團體、民俗委員會及委員暨113年度孝行模範聯合表揚大會」，由林奕華副市長頒發獎項，感謝這些平日熱心奉獻、默默行善的宗教、團體及個人。臺北市華嚴蓮社再度榮獲「績優宗教團體」之獎項，由住持天聞法師代表領獎。

林奕華副市長表示，臺灣最美的風景是人，不僅擁有最美的微笑，更有無數的善心人士默默為社會付出，尤其在臺北這座城市，他們以行動展現出社會中美好價值，成為不同世代的典範，讓社會充滿希望與正向能量。臺北市各宗教團體無分大小，均秉持宗教關懷濟世的精神，對社會公益、弱勢救助、兒少及長者照護、文化涵養多方投入，貢獻良多。期盼臺北市的宗教團體，繼續發揮宗教慈悲喜捨的精神，將良善種子播灑出去，讓社會更美好。本次共有45家宗教團體獲獎，捐資金額超過11億元。

在民俗方面，有11個各區民俗委員會及83位委員獲獎，各區民俗委員會致力推展本府政策並力行優良民俗，推廣社區鄰里響應臺北市政府香枝減量、中元普度紙錢集中焚燒，辦理公益慈善頒活動頒發清寒獎助學金、寒冬送暖關懷獨居長者、贈清寒戶物質等，博施濟眾不遺餘力，為保存與發揚民俗文化作出卓越貢獻。同時，表揚大會中有4位孝行模範，林奕華副市長說：「孝順的價值無論在哪一個世代都非常重要，其中一位獲獎者是在學學生，

象徵著孝順觀念沒有世代差異，亦讓孝道在現代社會中依然閃耀著光芒。」

最後，林奕華副市長再次代表臺北市政府與蔣萬安市長，向所有獲獎者致上最深感謝。因為有大家的付出，臺北市才能充滿著幸福感和安全感，期盼大家攜手努力，共同為臺北未來打拚。

臺北市政府民政局陳永德局長表示為向這些團體及個人表達感謝，並致上最高的敬意，臺北市政府特別舉辦表揚大會，希望透過本次公開表揚，讓獲獎人把心中的力量繼續發揚光大，讓整個社會都感覺到溫暖。

臺北華嚴蓮社多年來致力推動弘法、教育、文化、公益慈善四大志業，秉持著取之於社會，用之於社會的人文精神，本著佛教慈悲喜捨的菩薩本懷，積極投入慈善公益，及社會教化事業，為社會安定與關懷弱勢貢獻一份心力。屢次獲得內政部、臺北市政府肯定，今年再次獲頒「宗教公益獎」、「績優宗教團體」之殊榮。

在社會教化方面：（一）舉辦哲學思想講座，請專業法師及教授講座26場。（二）舉辦生命實踐教育課程：有初級、進階研修、才藝等28項，495場。（三）舉辦大專學生徵文比賽73位獲獎。（四）補助87位優良清寒學子學費。



▲林奕華副市長致詞。



▲華嚴蓮社兒童夏令營活動。

（五）舉辦華嚴專宗國際學術研討會，有25位學者撰寫哲學思想發表論文。（六）舉辦青年華嚴學者論壇，提升學術研究品質，有10位發表者分享研究成果。（七）推廣人文活動，舉辦「華嚴海會玉雕佛像藝術特展」。（八）舉辦「華嚴蓮社兒童夏令營」計有32位小朋友參加。（九）舉辦宗教慶典活動，贈送民眾壽桃、壽麵。（十）法會民生物資，捐贈弱勢團體，並由里長協助分送弱勢家戶。（十一）推行環保，不焚香、燒金紙，提倡心香素果敬佛。（十二）推動健康、環保概念，推行自行帶餐具，並免費提供素食。

推動文化建設方面：（一）古籍文獻數位化專案，完成150萬字，供各界參研。（二）請書法家揮毫書寫春聯，供民眾免費索取。（三）啟迪人心，倡導善良風氣，贈閱萬行月刊。（四）成一圖書館供大眾寬頻上網，推廣書香風氣，受益逾萬人。（五）華嚴蓮社、華嚴專宗學院網站供大眾參與人文數位課程，線上論文查詢。（六）與僑愛佛教講堂合辦華嚴金獅獎：以書法、繪畫、攝影、散文等，獲獎作品40位。（七）舉辦「敦親睦鄰平安粥」結緣，受惠民眾逾1600人次。（八）結合華嚴文化聘請音樂家創作編曲，交響樂團演奏，洗滌心靈。（九）與「光點吉樹有限公司」成立「華嚴多媒體文創團隊」，創作〈華嚴經七處九會〉動畫——傳統《華嚴經》多媒文創演繹，帶動文化科技良性發展，影響5200人次。



▲舉辦「敦親睦鄰平安粥」結緣。

在公益慈善方面：（一）捐贈中正區幸市里巡守隊38人。（二）冬令救助臺北市100位；宜蘭縣40戶、中華村30位；及捐助中正區87位遊民生活補助金。（三）捐贈慈濟醫院醫療救助金。（四）捐贈臺北市政府教育局認助清寒學生基金會。（五）捐贈村里辦公室及社會局急難112個案。

華嚴蓮社年年獲得「內政部宗教公益獎」、「臺北市績優宗教團體」之獎項，受到政府單位之嘉勉，肯定蓮社深耕社會教化、公益慈善等服務。蓮社本著佛教慈悲喜捨之精神，為民眾提供各項生活面之幫助，給予大眾親近佛法之善好因緣，帶給民眾更多的正能量，為大眾創造更多的幸福因緣。



▼宜蘭中華村冬令慰問品頒贈。



▲臺北華嚴蓮社暨國際領袖基金會代表團交流餐會結束後，全體貴賓合影。

國際領袖基金會代表團 蒞臨臺北華嚴蓮社交流參訪

有志一同 爲世間謀福利

文 / 劉政明

2024年9月23日上午11點30分，美國國際華嚴研究中心主任陳潤吾教授偕同由董繼玲會長帶領的國際領袖基金會代表團一同參訪臺北華嚴蓮社，與臺北華嚴蓮社董事長賢度法師、副董事長天演法師、常務董事天蓮法師、住持天聞法師、副住持天悅法師、監院香率法師，及美國華嚴蓮社副董事長天承法師，以及賢度董事長專任助理、美國華嚴蓮社董事、華嚴慈善基金會常務董事、宜蘭海印道場住持天起法師等人陪同，進行雙方會晤交流。陳潤吾教授同時也是國際領袖基金會的成員，既是東道主亦是客人，為大家介紹代表團成員。代表團成員們個個都是一方才俊，當中亦有人在年幼時與家人一同親近南亭老和尚，與蓮社結下善緣。

交流餐會在董事長賢度法師致歡迎詞後正式開始：「歡迎各位貴賓蒞臨

蓮社，難得大家齊聚一堂，請不要拘束，希望賓主盡歡，亦邀請來賓不吝分享專業。希望大家能先認識華嚴蓮社，再尋求我們的共通之處，可以大家互相合作，帶動國家社會變得更好。」交流餐會上首先播放影片《華嚴蓮社七十週年——萬行因華・莊嚴佛果之路》，為來賓介紹華嚴蓮社的歷史演進。從智光、南亭、成一老和尚以來，一甲子的歲月貢獻在教育、弘法、文化、公益四大志業而奠定雄厚的基礎，以及在賢度法師接棒帶領下與現代化的社會和科技接軌，秉持菩薩的利他精神弘化佛法，造福十方。賢度法師著眼於疫情後人們生活型態的轉變，為了令佛法無形地在日常生活中沁入人心，親自率領華嚴多媒體文創團隊以創意的方式再現華嚴經典中圓融無礙的佛法。

蓮社藉著這個珍貴的交流機會，安排與會貴賓在享用餐點的同時，一同欣賞華嚴多媒體文創的成果。首先是《華嚴樂壇》的四首經典歌曲：〈眾生的母親——慈悲觀世音〉、〈文殊菩薩讚〉、〈世間偉大的守護者——地藏菩薩〉、〈菩薩行者的典範——普賢菩薩〉。以上歌曲皆是由賢度法師譜曲、填詞，再禮請專業人士編曲、管弦樂團演奏和聲樂家演唱，歌曲的內涵與意境皆是賢度法師浸淫華嚴經數十年來對佛法的體悟。樂曲播放結束後，賢度法師和現場的嘉賓們分享了這四首曲目所要傳達的精神，也就是四尊大菩薩分別代表的悲、智、願、行。佛教經常提起觀音菩薩的大悲與文殊菩薩的大智，如果光只有慈悲，可能流於濫慈悲，因此慈悲要有原則；而有智慧就能施做佛事，讓眾生知曉善惡因果。地藏法門講究的是因果，自己面對作業受報。賢度法師再以當代的網路使用為譬喻，說明業報因果——我們的生命就像以宇宙為格局的大數據，而我們所作所為就像網


▲陳潤吾教授為大家介紹代表團成員。



▲蓮社為貴賓準備了中西式美食。

路活動，當我們點閱到能量很強的，例如所謂的惡業先報最重的，那便隨著我們的點擊而發作出來。所以，我們以為是命中注定，但實際上是我們自己點出來的。賢度法師自言：「我在做AI這一塊，我是把自己生命的大數據與科技的大數據，去混合在一起，這是我的創作與一般的AI文創設定的範圍不一樣的地方。希望能以佛教的文化帶領科技，避免科技流於殺意與暴力的情況。」賢度法師期許蓮社也能扮演起領頭羊的角色，以良善的文化帶動科技的走向。

接著是欣賞由賢度法師一手包辦詞、曲、主唱的動畫歌曲〈華嚴海印道場七處九會禮讚〉。這是賢度法師與「光點吉樹」公司合作成立的「華嚴多媒體文創團隊」，利用數位科技將依林法師根據《華嚴經》「七處九會」繪製的工筆畫再製作成虛擬圖像，並且在後製階段加入賢度法師的歌聲，以及AI技術生成的配樂、藝術以及動畫，讓《華嚴經》「七處九會」躍出紙面而成為色彩繽紛、富有動感與音聲的影音享受。到了用餐的尾聲，蓮社和與會



▲貴賓觀賞影片

嘉賓們分享賢度法師對於華嚴蓮社未來發展之展望，播放《華嚴蓮社未來願景——宜蘭分社「海印道場」介紹》，簡要地說明了宜蘭海印道場的籌建理念與宗旨。

餐敘結束後，國際領袖基金會總會董繼玲會長發表感言：「感謝華嚴蓮社董事長賢度法師，感謝陳潤吾居士、侯秀玉居士促成今日的交流餐會。欣賞完蓮社的七十週年影片、華嚴多媒體文創成果後，我了解到蓮社在弘揚佛法的部分，做得非常精緻而且到位，尤其是在教育文化方面，能夠深深打入我們的心。我自己有時會覺得從事自己的工作像苦行僧一樣，今天在這裡得到很多啟



▲國際領袖基金會總會董繼玲會長發表感言。

發，讓我覺得可以繼續走下去，因為這麼多有緣人在一起能做出更好的事情。我們做公益事業一個重要的一環，就是如何讓小我和許多小我聚在一起做出大我。我們在美國也有提到AI，但那是個科技，如果內容不對的話，所有成果不但不能造福人類，反而毀壞人類。」

最後，雙方互贈禮物。蓮社贈與國際領袖基金會《華嚴蓮社創建七十週年特刊》，而董繼玲會長贈與蓮社紀念品，及其有關著作《打開機會之門：從留學生融入美國主流的成功歷程》。雙方合影留念，交流有關當今文化科技的應用發展、培育未來國際青年領袖等議題，並且相互勉勵未來有更多交流。

常言道：「德不孤，必有鄰。」世間廣大、眾生無盡，常會令人感嘆從事利他事業真是道阻且長。然而，世間總有志同道合的夥伴，而彼此相互激勵更能讓利他事業穩健地運作下去。成一老和尚教導我們「因果定法則，因緣成萬事。」人們如果都懂得因果的道理，那就不會去做壞事，社會就會平和；一個人要做什麼事情，都需要其他人的幫忙，所以佛教與人結緣共事，而且功成不必在己，幫助他人成功也是成功。蓮社長期以來在四大志業的耕耘，並且積極走向國際化，其成果可謂是有目共睹，而未來也會繼續貫徹弘法利生的事業。歡迎有志一同的朋友們來蓮社交流理想，共同為社會謀求更平和、良善的發展。



▲華嚴蓮社董事長賢度法師贈予《華嚴蓮社創建七十週年特刊》，國際領袖基金會董繼玲會長代表接受。



▲僑愛佛教講堂啟建盂蘭盆法會。

盂蘭盆梁皇寶懺

皈依三寶求懺悔 截斷疑根入玄門
見賢思齊盡孝道 相應衆生佛歡喜

文／天學　圖／陳美蓁

僑愛佛教講堂年度大法會，於國曆8月24日至9月1日。本次盂蘭盆啟建供佛、齋僧、孝親、息災報恩祈福等多項功德利益。法會前加行功課，早課、晚課《華嚴經》八十卷一部，早課《楞嚴經》十卷一部，《法華經》二部。晚課14點開始諷誦《地藏菩薩本願經》共二十一部，24日上午10點舉辦「大悲救苦自解脫超薦祈福法會」，恭請藏傳祖古慈誠塔親仁波切主法及5位悅眾法師以上皆做為法會前之引路資糧。25日至30日禮拜《梁皇寶懺》，31日舉行年度盂蘭盆供佛齋僧及諷誦《佛說盂蘭盆經》7部，9月1日法會圓滿日早上〈禮佛大懺悔文〉及延生普佛、送聖等，下午14點敬備各種齋食供品，做焰口普施佛事一堂。



▲盂蘭盆供佛齋僧法會。

天臺智者大師在《法華三昧懺儀》提到，修持任何法門都需要做前行功課，若不先嚴淨身心，做好參加法會的準備工作，就匆忙進入道場，身心則不易安定，行持不易如法，修行也不易有所成就。因此，在參加法會前，透過前行課程之功力，使身、口、意三業清淨，以此清淨福業虔誠恭敬供養三寶，累積修行所需之資糧及福報，莊嚴修行道場。同時經由反省生起慚愧心，進而更知懺悔過錯，且發願精進用功，使身心清淨無障礙煩惱，此亦是成就參與法會修行的目地。

《梁皇寶懺》共十卷，乃根據大乘經典內之經文，於經典中在節錄出佛菩薩的聖號名稱編輯而成。漢傳佛教經典裡，此是最大的一部懺法儀軌，從信仰三寶到發願，誦讀者以信門進入，由業障懺悔到最後的發願密護根門，經文中除演說守護六根，其內容還提供諸多因果故事，我們應以正確的心態去讀誦及修持。首日住持天照法師帶領滿堂信眾，隨著經文禮拜、懺悔、發願，將誦經、拜佛禮讚功德回施有情，藉由經文內斂譬喻與生活故事，教導大眾如何實修之重要性。

整體懺文的修行目標真義：即是讓人應祛除憤怒、憂慮、悲觀、沮喪、


▲點燈由寺主天蓮法師主持。

自私自利，貪、瞋、癡三毒，對老與死的恐懼，內心充滿著光明與正能量，樂於與人廣結善緣，讓無知無明，透過禮懺修行進而得到淨化。所謂禮懺，是對自己內心行懺悔法，不再犯過失而言。在生活中，無心或有意的得罪了他人，若是能勇敢當面行懺悔，便能即可得到諒解。對於我們由無始以來所造的罪愆，若能在諸佛菩薩面前真誠懺悔，改過自新，亦可與怨親、冤魂等解怨釋結，在三寶加持力下，進而為他們超度，永離一切苦厄。因此，信眾透過此禮懺法會虔誠懺悔之後，所得功德是不可思議的。不但能使業障消除，還能使愚癡得智慧，除瞋恨得慈悲。所以有情眾生，凡因緣具足者，皆應感念道場不辭勞苦舉辦此禮懺法會的慈悲願心，光臨道場，透過集體的力量共同成就此利生功德。

拜懺頭一天住持天照法師說：我們修行應養成一種懂得「觀想」的方法。盡量讓自己習慣知道如何的去觀想，禮佛前應生起一種慚愧心，思想自己曾經做過多少的不善業，從今日起，永不造作誓斷一切惡，誓修一切善、無一善不修，誓度一切眾生，將此善法從其頂門流入八識藏海永為佛種性，無一眾生而不度化。慚愧心能除斷惡念的相續心，幫助我們滅罪。觀罪性本空，罪從心起將心懺，心若滅時罪亦亡。



▲幽冥戒皈依

每拜一尊佛時心中應默念佛的名號，觀想虛空中佛陀坐寶蓮花座，放大光明，此光現照耀我們的全身，令我們罪業消除，身心安樂。集體修行，就是當我們共同一致的專注於唱誦、跪拜時，我們的心是不懈怠、不散亂的。心能安定、專注，我們的力量就能凝聚在一起，修行的效果則更好更大。

8月31日，講堂隆重舉辦盂蘭盆供佛齋僧法會。第一支香，前來應供法師及與會大眾齊誦《佛說盂蘭盆經》7遍、報父母恩咒49遍，以此功德迴施過去、現在父母師長及供佛與僧。蓮社副董事長天演法師，住持天聞法師及蓮社僧眾、與外來僧眾等一同出席。第二支香10點20分，開始點燈由寺主天蓮法師主持，她帶動全場僧俗二眾同時點燈與發願，僧眾來至四方八方，現觸於大殿能和諧的同聚同時點燃此燈，「此刻」是多麼的難能可貴。盂蘭盆大供圓滿後，受邀齋僧之52位僧眾，設宴應供於華嚴三聖殿。

當天下午14點，住持天照法師傳授幽冥戒，常住僧眾擔任悅眾。為51位



▲圓滿日下午，證豪和尚主法。

亡靈授予幽冥戒皈依。幽冥戒亦是為亡靈授菩薩戒，令眾生守戒，遠離一切身、口、意之惡業，獲得清淨，增長善心與善法。幽冥戒是本著菩薩度眾生的慈悲心，帶領被召釋出冥界眾生皈依三寶、求懺悔，更重要是發菩提心、受大乘戒。在生者覺悟要行孝道時，父母已歿了。無法再服侍盡孝以報養育之恩。幽冥戒的方便是可協助晚輩續行孝道的一種方法儀式。願為往生靈魂繼續做茲功德，迴向授幽冥戒之功德，將孝道延續。

9月1日圓滿日，當日早上9點進行到晚上19點。早上〈禮佛大懺悔文〉及延生普佛，10點50分午供。下午14點，瑜伽燄口超薦佛事開始，常住禮請證豪和尚主法，及五位悅眾法師，在諸佛菩薩加持下，使怨親能夠解怨釋結，現在者增福延壽消災解厄，過去者得生淨土。圓滿結束前，主法和尚為講堂灑淨，還為每位信眾灑甘露，用一顆真正的「平常心」來看人間萬象；人生的一切，僅是經歷、無能佔有，坦然面對過去、珍惜現在、欣然接受未來，藉由禮懺修行來淨化自己的身、口、意三業，讓生命更加提昇！佛音能起歡悅心，普令眾生得法喜，內心淨化、心境愉悅，法會圓滿。

遨遊華藏世界（十一）

華嚴經品會大意淺釋

講於七十一年秋季華嚴法會



主講 / 成一長老

整理 / 明芬

續 433 期

第五會：本會內容是說十迴向法門。前已說過，十住是下賢位、十行是中賢位，今十迴向則進入上賢位。過了此位，便晉升於聖位之階。這三十個位次當中，十住位是得到佛的智慧，安住於佛法，可說，初住於佛家；十行位乃以十種菩薩行，來建立菩薩因行，趨向佛果。這兩門偏重於自利行。到了十迴向位，就要兼修利他行，亦即修迴向法。有關迴向的定義，介紹於下：

在《菩薩大乘藏經》說：「以少善根，引無量果。」叫做迴向。此於修行當中，屬一非常環節。舉凡誦完經、拜完佛，都要迴向。但有人知道迴向，也有人不知道迴向。不知道者在修行過程中，獲益就較差。觀此二句經文意義，修少善根，即知以很少功德——或者燒一香、獻一朵花、禮一拜佛，都是種善根。這樣點點滴滴的修行功德，迴向無上菩提，凡我所作所為，皆作將來成佛資糧，以引發無量果報，此即迴向。引發之法，是以所作事行功德，迴向給一切眾生。雖然拜佛，乃我個人之事，但我不自私，希望一切眾生同蒙此益。此即以少善根，引無量果。一切眾生即無量，無上菩提更屬無量。所以懂得迴向，對修行而言，可加速進步，並能加速成功。

《華嚴經》說十迴向法門這品經文的會主，是金剛幢菩薩。地點為兜率天宮。共三品經：一、〈昇兜天宮品〉，二、〈兜率天宮偈讚品〉，三、〈十迴向品〉。會主說法前，入了智光三昧定。菩薩名金剛幢，表地位已升進。「幢」表高顯義。由十住、十行，到此十迴向，階位又高了一層，好像遠遠地就能看到幢幡。又如寶塔，亦屬高顯。「智光」，智慧有根本智與後得智。根本智證真理，後得智明事法。此兩種智慧合起來明照法界心，是智慧光明的三昧。因此我說：「金剛幢菩薩說此十迴向法門」，是從根本、後得兩種智慧光明三昧中所宣流，內容之高超可見一般。迴向的對象有三：

一、迴向眾生：如上所說，看經、誦經、禮佛、拜懺、供佛，把這些功德都不自私的迴向給眾生，這是大悲心的驅使，乃發普度眾生、普利眾生之願，希望一切眾生都能得此功德，從而得到解脫。此是第一種大悲心的表示——迴向眾生。

二、迴向佛果菩提：這屬大智慧的心理。希望修行能得佛果，所有修行功德不為他求，只望成佛，這就是用大智慧的心理來修迴向。若修行希望將來轉世當國王，或希望生富貴人家，以享受生活快樂，或希望成為一個了不起天王，去享天福，這都不對，沒能離苦得樂。因他未離三界，未離生死。故具足大智慧，方懂得迴向佛果，迴向菩提。

三、迴向實際：此乃迴向真理，屬理迴向。唯有得到佛法真理，才能成佛，故迴向實際理體，是非常重要的。能修的人、所修的法，都不住相，比如三輪體空而作布施，即屬理迴向的做法。這種功德才是實際的功德，才合乎真理的要求。心與真理合而為一，才是最高的迴向。

迴者，轉也；向者，趨向。轉自萬行，趣向三處，故名迴向。由此三種，可開之為十：

一、迴自向他……

二、迴少向多……

三、迴自因行向他因行……

此上三「迴向眾生」

四、迴因向果……

五、迴劣向勝……

六、迴修向證……

此上三「迴向菩提」

七、迴事向理……

八、迴差別行向圓融行……

此上二「迴向實際」

九、迴世間向出世間……

十、迴順理事行向理所成事行……

此上二義「通果及實際」

此中的事與理、差別與圓融、劣與勝等，都是值得注意的。修行、做功德，屬事相，是因種，也是粗劣的；而一步步漸次而修是差別法、世間法。希望成佛，則是理。證真理，證清淨法身，這是屬圓融的、殊勝的、出世的果。

以上為簡明迴向之義。

第六會：只有一品經文，所說為十地法門。上面三十個賢位修滿以後，登上初地，晉入聖階。此會為金剛藏菩薩於他化自在天宮，入了菩薩大智慧光明三昧之後而說出。十地分別為：

一、歡喜地：此地為證得聖位之始。斷異生性障，修布施行檀波羅蜜，起十大願，十度等行，無不皆修，具證二空，能益自他。生大喜故，是名歡喜，亦名極喜。

二、離垢地：此位治上十善戒，以法身妙理為戒體，成就性戒，遠離微細毀犯煩惱垢。此地中，斷所知障中俱生一分、及誤犯三業愚法，證最勝真如，具無邊德，得最勝菩提之果，蓋法身性戒，能自體無垢，故名離垢地。

三、發光地：此地成就勝定大法總持法門，修色、無色界八種禪定，善達色、無色界，世間禪體。斷聞、思、修，諸法暗鈍障，明達三界，智慧明淨，通過勝流法界，證勝流真如，得難動三昧果及出三界智慧。光明現前，故名發光地。

四、焰慧地：前三地寄位世間，此地則出世間，乃初入證智，安住最勝菩提分行。修三十七助道觀門，觀身受心法，自性無依，證得無攝受真如，得無漏定及無漏教，精進不退，離微細煩惱現行障。慧加明淨，故名焰慧地。

五、難勝地：此地斷下乘般涅槃障，入真俗無差別道，令真諦智與世間智相應。證得類無差別真如，成就諸諦增上慧行，及五明處教化行。以其禪體治三界中寂亂障，契菩提根本無造作禪理，不出三界，不在三界，無有欣求淨慧等障。任理恒禪，寂用自在，以禪波羅蜜發起善根，慈、悲、喜、捨，通達世法，為世技之妙能。下地不如，故名難勝地。

六、現前地：此地觀察無染淨法界，說緣起流轉止息相應慧。由緣起智，令般若波羅蜜多現前，因名現前地。此地修無相觀，證無染淨真如，以十度逆順觀察十二有支，成就慧波羅蜜門。三空自在，智慧現前，如貧女宅中寶藏，不作自明。又如窮子衣裡明珠，無功而自現，因曰現前地。（待續）

華嚴經・賢首品

講錄一20



編著 / 賢度法師

續 433 期

㉖「又放光明名香嚴」，這道香嚴之光，此光覺悟一切眾生，令聽聞者心生喜悅，決定成就佛功德。「人天妙香以塗地，供養一切最勝王，亦以造塔及佛像，是故得成此光明。」佛是最勝王，以人間天上的妙香供養佛，或是造塔或造佛像，以此之故成就香嚴之光明。

㉗「又放光名雜莊嚴」，此道為雜莊嚴之光，就是有很多莊嚴之具；有無數的寶幢、寶幡、寶蓋，又焚香與散華，同時演奏微妙音樂，又有伎樂與舞蹈，種種莊嚴供養佛。

㉘「又放光明名嚴潔」，此道嚴潔之光，能令地面平坦猶如掌心，沒有崎嶇不平之處，同時莊嚴佛塔。

㉙「又放光明名大雲」，這道大雲之光，能生起香雲遍灑香水雨，以香水雨灑掃寶塔及庭院，這個大雲的光明，讓香雲灑下香水雨，以此香水灑掃寶塔、庭院以及清淨道場。

以下三道光明是布施給眾生的，是對於裸形者作布施，或是飢餓的人能夠得到美妙的食物，同時給貧乏的人得到寶藏。

㉚「又放光明名嚴具」，此道光明是莊嚴之具，能令裸形者得到衣服，以嚴身之妙物而為布施，讓他們有衣物莊嚴他們的身相。

㉛「又放光明名上味」，此道光明名上味，能讓飢餓的人獲得美味飲食，以飽足其身，以種種上味珍饌而為布施，種種美味的飲食供養飢餓的眾生。誠如《藥師經》云：「若諸有情，饑渴所惱，為求食故造諸惡業，得聞我名，專念受持，我當先以上妙飲食，寶足其身，後以法味，畢竟安樂而建立之。」

㉜「又放光明名大財」，這道大財之光，能令貧乏者獲得寶藏，以無盡之物布施三寶。令貧乏之人獲得寶藏，雖然讓他們飽足其身，在飽足之後有能力供養三寶，累積福田，基於如此善根因緣，成就大財光明。

以下六首偈頌，有眼、耳、鼻、舌、身、意之六種光明，透過光明顯耀清淨六根。

又放光名眼清淨，能令盲者見眾色，以燈施佛及佛塔，是故得成此光明。

又放光名耳清淨，能令聾者悉善聽，鼓樂娛佛及佛塔，是故得成此光明。

又放光名鼻清淨，昔未聞香皆得聞，以香施佛及佛塔，是故得成此光明。

又放光名舌清淨，能以美音稱讚佛，永除麁惡不善語，是故得成此光明。

又放光名身清淨，諸根缺者令具足，以身禮佛及佛塔，是故得成此光明。

又放光名意清淨，令失心者得正念，修行三昧悉自在，是故得成此光明。

㉝「又放光名眼清淨」，此道是清淨眼光明，能夠讓盲人見到不同顏色的光，如何得到清淨眼？前世以燈供養佛，以及佛塔，今世得到清淨眼根之果報，清淨眼根之光明。

㉞「又放光名耳清淨」，此道是清淨耳光明，能令聾者悉善聽，聾人都能清清楚楚的聽到一切音聲，鼓樂娛佛及佛塔，是故得成此光明，演奏各種音樂供養佛，所以得到耳根清淨的光明。

㉟「又放光名鼻清淨」，此道是清淨鼻光明，往昔未聞之香皆得聞，前世以妙香供佛及佛塔，今世得到清淨鼻光明的功德。

㊱「又放光名舌清淨」，此道是清淨舌光明，能以美音稱讚佛，永除粗惡不善語。前世讚佛功德，對眾生說柔軟語、潤澤語、悅人心語，沒有不善之語業。

㊲「又放光名身清淨」，此道是清淨身光明，若眾生六根不具足者，令得具足。身體有殘缺的人，受到清淨身光明照耀都能具足。以身禮佛，或禮拜佛塔，以此功德，得成清淨身光明。

㊳「又放光名意清淨」，此道是清淨意光明，令失心者得正念，修行三昧悉自在，失心的人就是神智不清的人，能夠令他神智自主修行自在。

以上六首偈頌，是說明眼、耳、鼻、舌、身、意之六根清淨，是內淨六根。

以下八首偈頌，有色、聲、香、味、觸、法等六種光明。是說明色、聲、香、味、觸、法等六塵清淨，是外清六境。在顛倒之時，因為六根對六塵發生作用；但在覺悟之時，六根對六塵不再起作用了。所謂「覺悟是佛，迷惑是眾生。」若不被六塵所轉，而能轉六塵，就是六根清淨，就得到六根互用的境界。這種境界妙不可言，需要下一番苦工夫，方能成就。

又放光名色清淨，令見難思諸佛色，以眾妙色莊嚴塔，是故得成此光明。

又放光名聲清淨，令知聲性本空寂，觀聲緣起如谷響，是故得成此光明。

又放光名香清淨，令諸臭穢悉香潔，香水洗塔菩提樹，是故得成此光明。

又放光名味清淨，能除一切味中毒，恆供佛僧及父母，是故得成此光明。

又放光名觸清淨，能令惡觸皆柔軟，戈鋌劍戟從空雨，皆令變作妙華鬘。

以昔曾於道路中，塗香散華布衣服，迎送如來令蹈上，是故今獲光如是。

又放光名法清淨，能令一切諸毛孔，悉演妙法不思議，眾生聽者咸欣悟。

因緣所生無有生，諸佛法身非是身，法性常住如虛空，以說其義光如是。

㊴「又放光名色清淨」，此道是清淨色光明，若一個人以眾妙色莊嚴佛塔，成就色清淨光。被色清淨光照耀的人，能夠見到不可思議諸佛的色身。

㊵「又放光名聲清淨」，此道是清淨聲光明，令眾生知道聲音本自空寂，又能觀察聲音緣起性空，如聲音在空谷中迴響一般，本是虛幻，這聲清淨光明能夠讓眾生瞭解聲性空寂，但要得到聲清淨光明，要先觀察聲音本身是緣起性空。

㊶「又放光名香清淨」，此道是清淨香光明，「令諸臭穢悉香潔，香水洗塔菩提樹，是故得成此光明。」這道香清淨光明，能夠去除所有臭穢不乾淨的味道，同時以香水洗滌寶塔，或是灌溉菩提樹，就能得成就清淨香光明。

㊷「又放光名味清淨」，此道是清淨味光明，「能除一切味中毒，恆供佛僧及父母，是故得成此光明。」清淨味光明能除一切味中之毒素。如藥草毒、食物毒或是化學物品之毒素；使其變成甘露味，不但香甜無毒，食之亦可開智慧。若不斷地以上味飲食供養佛及僧，以及父母親，能成就清淨味光明。「能除一切味中毒」，就是說食物的味道，由於眾生喜愛重口味，在食物中加入很多調味料，不知不覺中食物帶毒素的成分，這毒素吃進去之後，會傷害身體，譬如肝臟功能不具全的人，就會自體中毒。這種慢性中毒，有一天就會產生癌細胞等等病症，這清淨味光明能除去味中之毒。（待續）

線上善知識

壓力對於人體的影響

楊茹軫 中醫師
茂澤、松澤中醫診所中醫師



今天來聊聊壓力，覺得生活中壓力很大的舉個手，我也舉手，你們以為我沒有壓力嗎？我今天來這裡會感覺到壓力啊！哈哈哈，為什麼？因為我兒子的老師上學期不斷打電話給我，跟我講我兒子的狀況，哎呀呀！現在我聽到老師我都很想立正站好。

現今社會老師真的難為了，下了班都還要處理學生的問題，跟家長溝通。我請問老師們，回家有釋放壓力的舉一下手，用甚麼方式來釋放？為什麼我會這麼問，因為壓力如果沒有釋放，最後便會導致身體健康出現問題，在講情緒壓力之前，我們先來講一下中醫各種情緒對臟腑身體的影響，情緒，在中醫來說，有個特有的稱謂叫「情志」，是人們對客觀外界事物和現象的一種內心體驗，從內經、類經中都有記載，情是指情緒，志是指意志，也是可以說是思想的意思，人類大腦反應的情緒有很多種類，所以情志就是心神對外界刺激的應答反應，也是五臟的功能活動之一，情志被歸類成「七情五志」，七情是「喜怒憂思悲恐驚」，五志是「怒喜思悲恐」，五志是將七情簡化為五種，將悲憂歸為一類，驚恐為一類。這些就是反映人的精神情志活動（在大腦的額葉、邊緣系統）。

其屬於正常的精神活動，一般不會致病，但是當時間久了，例如一直處於生氣狀態，身體還是會出狀況的，所以當情志活動過於劇烈或持久，超過人體生理和心理所能承受的限度時，便會成為致病因素，除了會影響免疫系統，對其它生理的反應也有影響（心血管、肺、消化、肝、腎），中醫的治療以五臟為中心，精氣血津液為物質基礎，情志致病的機轉為內臟氣血，尤其是五臟氣機的失調。

這些情緒壓力分成急性及慢性兩類。

急性壓力是應付立即的生命危險，一般所謂對抗或逃命反應。急性壓力多屬外因性如風寒暑濕燥火（五淫）、噪音、擁擠、隔離、飢餓、感染的經歷。一旦危機解決了，壓力荷爾蒙就降到正常值，就是去除病因，放鬆反應。

慢性壓力是現代文明病，生活上免不了的長期壓力反應，包括內因如七情情緒表現、學業及工作壓力、長期人際關係的問題、寂寞、經濟壓力及想像受到威脅、記憶起危險的經歷。情緒壓力失調會直接損害臟腑，故稱「內傷七情」。

情緒壓力對於人體的影響，在中醫的角度上以「肝氣鬱結」為主要的表現，有時也會合併腸胃道與睡眠的症狀，在女性亦會影響月經與乳房卵巢的表現，若「肝氣鬱結」出現時，會有胸悶、情緒不穩定、睡眠品質差、頭痛、頭暈、記憶變差、胃口差、胃痛、排便功能異常、疲倦、口乾苦、排卵或月經週期異常、經前症候群等表現，若情況嚴重時，甚至會出現需要服安眠藥或抗憂鬱症藥物，常會反覆多年，讓自己與家人的生活都會受到許多的影響。

受到七情壓力時，大腦神經細胞就會產生混亂的信號，於是神經細胞釋放出來的傳導介質就會失衡。而神經傳導物質失衡會帶給大腦和免疫系不良影響。這是以西方醫學的角度來說，在中醫的角度上，當人受到情志刺激，以「肝氣鬱結」為主要的表現，（全身氣血通暢，必須靠肝氣來調節），難以放鬆的人，心理容易出現緊張狀況和情緒改變反射到神經系統，會造成激素分泌的紊亂，即通常所說的內分泌失調。有時也會合併腸胃道與睡眠的症狀，在女性亦會影響月經與乳房卵巢的表現，若「肝氣鬱結」出現時，會有胸悶、情緒不穩定、睡眠品質差、頭痛、頭暈、記憶變差、胃口差、胃痛、排便功能異常、疲倦、口乾苦、排卵或月經週期異常、經前症候群等表現，若情況嚴重時，甚至會出現需要服安眠藥或抗憂鬱症藥物，常會反覆多年，讓自己與家人的生活都會受到許多的影響。會引發異常表現病癥，例如失眠、癲症、癇症、健忘、嗜睡等。

治療上是以「舒肝理氣」、「寧心安神」、「調養臟腑氣血」為主，常用的中藥有加味逍遙散、甘麥大棗湯、天王補心丹、柴胡加龍骨牡蠣湯、柴胡舒肝散等，需要中醫師針對不同體質的病患而辨證論治，同時注意有無其它影響的臟腑，分辨是屬於心陰虛、心血虛、肝陰血虛、肝氣鬱滯等不同病因，而開立一個最完整的處方治療，不可自行隨意服藥。

相對來說身體不舒服，也會引發情緒疾病。例如腸躁症可能會引發抑鬱、焦慮等症狀，進而又加重病情。 （待續）

佛教古德思想與智慧



〈古德護法蒙拾〉(四)

徐銘謙

【原文】問曰：「夫至實不華，至辭不飾。言約而至者麗，事寡而達者明。故珠玉少而貴，瓦礫多而賤。聖人制七經之本，不過三萬言，眾事備焉。今佛經卷以萬計，言以億數，非一人力所能堪也。僕以為煩而不要矣。」

牟子曰：「江海所以異於行潦者，以其深廣也；五岳所以別於丘陵者，以其高大也。若高不絕山阜，跛羊凌其巔；深不絕涓流，孺子浴其淵。麒麟不處苑囿之中；吞舟之魚不遊數仞之溪。剖三寸之蚌，求明月之珠；探枳棘之巢，求鳳凰之雛，必難獲也。何者？小不能容大也。佛經前說億載之事，却道萬世之要。太素未起，太始未生，乾坤肇興，其微不可握，其纖不可入。佛悉彌綸其廣大之外，剖折其窈妙之內，靡不紀之。故其經卷以萬計，言以億數，多多益具，眾眾益富，何不要之有？雖非一人所堪，譬若臨河飲水，飽而自足，焉知其餘哉！」

【今解】有人問：「最實在的事物不必華麗，至善的言辭不須藻飾。言談簡約又能充分表達的就是一篇漂亮的文章；行事不煩冗就能達成目標的才是明白人。所以珠寶美玉稀少而珍貴，磚瓦砂礫則因多見而價格低廉。聖人裁制《易》、《書》、《詩》、《禮》、《春秋》、《論語》、《孝經》等七經之根本要旨，不過三萬字，而眾多事理都已臻完備。今日佛經的數量總有上萬卷，字數也過億了，不是僅憑一人之力所能讀遍的。我認為這樣是煩雜瑣碎又不得要領呀！」

牟子回答：「江海之所以不同於溝渠中的流水，就在於江海的深沉廣闊；

東岳泰山、南岳衡山、西岳華山、北岳恒山、中岳嵩山等五岳之所以有別於丘陵，正是因為五岳高聳宏大。如果高度比不過小土山，那麼連跛腳的羊也能登上它的頂巔；倘若深度比不過涓涓細流，那麼連小孩子都能在它最深的地方沐浴。又好比麒麟這種神獸不會生活在花園中；能夠吞下船隻的大魚也不可能在小溪裡遨游。剖開三寸大小的蚌殼想尋得如明月般的珍珠；或是在枳木與棘木這等矮樹上的巢穴想探求鳳凰的雛鳥，這必定是難有所獲的。」

按：此處「高不絕山阜」、「深不絕涓流」的「不絕」，並不是常指的「不斷絕」。這裡的「絕」解為「超過」、「超出」，如莊子〈逍遙遊〉載「絕雲氣」，即「超出雲氣之上」的意思。又，漢代一仞八尺，而一尺約等於現在的23公分左右。所以原文的「數仞之溪」直譯為「小溪」。

牟子接著說：「為何這麼說呢？因為狹小的地方容不下龐大的事物。佛經裡頭說的都是數億年前以來的事情，內容卻道出了千秋萬世中最要緊的道理。在宇宙渾沌、萬物尚未生起的時代，天地陰陽才初始勃興，其中的纖微奧妙還難以把握、契入，但佛統攝貫通的範圍超出了廣大天地之外，又能剖析其最精微幽深的內在，記載道理沒有任何遺漏。」

按：「太素」指的是世界萌生之初、最原始的物質；「太始」則是天地萬物剛要成形的時代。佛典中以「劫」為單位來描述極長的時間，如「阿僧祇劫」指「極長、難以計算的時間」，經文中常見「過去無量阿僧祇劫」就是說「過去極為久遠、不可數的年代以前」。

牟子接著說：「所以佛教經卷數以萬計，文字更在數億之上。記的愈多，內容就愈完備豐富，這哪裡是您所謂的不得要領呢？雖然不是以一人之力就能讀完所有佛經，但這就像是到河邊飲水一樣，一旦喝飽了，自己就知道滿足；讀誦佛經也是如此，一旦體悟、具足佛理，哪裡還需要審知其餘未讀的經卷呢！」

按：親近佛典當然是好的，牟子此處的意思是說，不論讀誦多少佛經，只要契悟了佛理，自然不會對尚未讀到的經卷產生執念。若還有執念，則不能說是覺悟了。

咖啡文化之旅

陸郁霖（88coffee&tattoo飲品吧台手）





咖啡。用冷水煮

近代浸泡式冷萃咖啡，又稱「冰釀咖啡」，是在1964年康乃爾大學化工系畢業生陶德．辛普森（Todd Simpson）偶然間喝到古代秘魯的濃縮咖啡之後，靈機一動便做出了冰釀咖啡「Toddy」。陶德．辛普森自己是咖啡愛好者，但妻子胃腸不好，所以他努力想沖出不傷腸胃的咖啡，才發明了最早的冰釀咖啡。

第一次品嘗到冰釀咖啡，也是完全顛覆了我本身對於沖煮咖啡的想像，那種多層次的展現，加上醇度在口中無限的延展，使我一度以爲，此種飲品裡面偷偷摻了一些酒，了解背後原理才知道原來是粹煮方式的緣故，使得咖啡得到了一定程度的發酵，所以使其具備了些許的酒香。

冰釀咖啡顧名思義乃是冷藏熟成之後飲用的咖啡，因此也被稱爲是「咖啡中的醇酒」，即使在相同條件下所萃取的冰滴咖啡，因爲熟成期的不同，味道也有很大的差別。同樣條件下所萃取的冰滴咖啡各自放置一天、一週、二週、一個月熟成，經過盲測發現，

不同熟成時間的味道、香氣不同，連個人偏愛的熟成期也不同。常理來說冰釀咖啡熟成的過程裡，咖啡成份的分子變大，會比剛萃取出來時更順口。隨著時間推進咖啡成分穩定下來，味道也逐漸發展出來，但過了二個禮拜後就會開始走味，風味平淡無奇，超過一個月開始酸壞。風味曲線其實顯而易見，一般認爲，熟成一週的冰釀咖啡味道最好，冰釀咖啡的保存期限通常訂爲一個月，爲了保鮮，一定要裝在密封容器裡冷藏保存，每次瓶蓋開關會讓空氣中的黴菌進入咖啡液，開封後也要盡快喝完。

很多人認爲冰滴咖啡的咖啡因含量低，因爲水溫越低，咖啡因越不容易溶解（咖啡因溶解的最低溫度爲攝氏80度以上）。但是冷水所萃取出來的低量咖啡因，在長時間的萃取下累積起來也不容小覷，因此也有人認爲冰釀咖啡的咖啡因含量是更高的，許多實驗結果也證明了這項說法。冰釀咖啡會因爲各家咖啡館所使用的咖啡豆、水滴落間隔、總萃取時間的不同，咖啡因含量也大不相同，因此對咖啡因敏感的人，與其喝冰釀咖啡，還是喝低咖啡因咖啡較佳。

然而咖啡因對我來說就是香氣與醇度的代名詞，所以身爲濃縮咖啡專科的我，也想要在接下來和大家分享一下義式濃縮的美妙世界。



▲咖啡因對我來說就是香氣與醇度的代名詞。



2023 華嚴金獅獎散文類

參獎 沈哲漢 居士

從華嚴教理中尋求生活的真諦

萬物生長在寂靜的智慧裡，如我此時，坐於海邊，目睹日初升，海浪輕輕拍打著沙灘，音符如佛的語彙，潤物細無聲。我是善財童子，身在五十三參的旅程中，我的目的地是人間與菩提之間，我所追尋的是無畏的華嚴教理。

日夜之間，我參訪善知識，師從四位尊者——海雲比丘、善住比丘、海幢比丘和勝熱婆羅門。他們每一位都是我道路上的明燈，照亮我前行的道路。今天，我來到海邊，師從海雲比丘，期待他將教我如何以華嚴的精神，面對生活的起伏。

我見到的海雲比丘，面容平靜，眼中滿是智慧之光，他沒有說很多，僅僅是安靜地坐在那裡，讓我在他的默默示範中領悟華嚴的真諦。我看到他的脫俗之態，體驗他的清澈之心，感受他的智慧之光。他不是用言語，而是以行動向我表達他的理解，他以沉默的方式向我闡釋了華嚴的精神。

我坐在他的身旁，心中滿是疑惑，我問他如何理解華嚴，如何在人生的磨難中保持平靜，如何面對人生的困境不失智慧。他沉默了許久，然後他指向前方的大海，示意我去觀察、去體驗。

我看向前方的大海，海浪一波接一波，猶如生活中的磨難一波接一波。但我看到海浪之後，還是寧靜的大海，如同華嚴教理，在生活的歷練之後，還有智慧的平靜。我感受到了大海的寧靜，這就是華嚴的精神。

我繼續向海雲比丘請教，我問他如何以華嚴的精神面對生活中的困境。他微微笑了，然後他用手指點向自己的心，示意我去感受，去體驗。我閉上眼睛，靜靜地感受自己的內心。在海雲比丘的教誨下，我體驗到了華嚴的精神，我瞭解到華嚴的真諦。我學習到，我們要像大海一樣，無論生活中遇到什麼磨難，都要保持內心的寧靜、保持智慧的平靜。我們要像海雲比丘一樣，無論在何種情況下，都要保持慈悲與智慧，這就是華嚴的精神。

我感謝海雲比丘的教誨，他讓我明白，真正的華嚴不僅僅是在寺廟中的讚嘆，更是在生活中的實踐。他讓我明白，我們不能只是在口頭上說華嚴，更要在行動中實踐華嚴，這就是真正的華嚴。

繼續我在海雲比丘身旁的修行。他告訴我，華嚴的教理就像那深邃廣大的大海，它的涵義深遠，需要我們去深入體驗，去深入實踐。他告訴我，每一個人都有潛在的華嚴，我們需要透過修行去啟發這個華嚴，去實現這個華嚴。

在他的引導下，我開始學習練習。我閉上眼睛，靜靜地感受自己的呼

吸，感受自己的內心。我感受到我的心猶如大海，平靜而深邃，我感受到我的呼吸猶如海浪，一波接一波，我感受到我自己就是華嚴。

這種體驗讓我感到驚訝，也讓我感到激動。我感到我自己與佛無異，我自己與華嚴無異，我自己與大海無異。這種體驗讓我感到自己的生命充滿了意義，讓我感到自己的生命充滿了智慧。

在這種體驗中，我開始理解華嚴的教理，開始理解華嚴的精神。我理解到，華嚴不僅僅是一種教理，更是一種生活的方式，是一種對生活的態度，是一種對自己的認識，是一種對世界的理解。我理解到，華嚴就是我自己，就是我自己的內心，就是我自己的生活。

在海雲比丘的引導下，我開始修行，開始實踐，開始體驗。我感到自己的生活變得充滿了意義，變得充滿了智慧，變得充滿了佛的光澤。

我感謝海雲比丘，他讓我體驗到了華嚴的真諦，他讓我體驗到了佛的光澤，他讓我體驗到了生活的意義。我知道，這只是我五十三參的旅程中的一小部分，但是，這一部分已經讓我獲得了無比的收穫。

我將繼續我的旅程、我的修行，以及我的學習。我將以華嚴的精神，以佛的智慧，以海雲比丘的教誨，去面對生活的挑戰，去實踐生活的智慧。

無論我走到哪裡，無論我遇到什麼，我都將以華嚴的精神，以佛的智慧，以海雲比丘的教誨，去面對、去接受、去體驗。因為我知道，這就是華嚴，這就是佛，這就是我自己。

評審之一：

同樣是改寫善財童子參學的故事，作者筆觸透顯真率，直如善財童子的學習日記，讀來倍感親切。全文聚焦在海雲比丘的仁誨，描繪了華嚴大海的平靜與廣闊。作者個人的體驗也藉由善財童子的旅程繼續收穫，證解了「華嚴就是我自己」。雖然篇幅短小，然而文字優美，即便或有字句周複，仍瑕不掩瑜。

評審之二：

學習海雲比丘對自己的認識及理解，體驗生活中的經驗及意義，文中以華嚴精神及義理時時修正內心。

得獎心得：

心中深感榮幸與欣喜能得到評審的認可和獎賞。通過善財童子的視角，我試圖探索生活的真義和內心的平靜。感謝評審的肯定及鼓勵，這將激勵我繼續在寫作的道路上探索與前進。



華嚴蓮社歷史影像

2000年成公大陸尋根之旅

編輯部

2000年，成公和尚率領華嚴專宗學院同學及蓮社信眾赴大陸進行「尋根之旅」，圖為成公和尚拜會江蘇焦山定慧寺與寺方人員會談。

華嚴蓮社開山祖師智光長老，1923年受焦山定慧寺記別，並任定慧寺監院；1933年，智老繼任定慧寺住持後，於寺內成立「學戒堂」，此「學戒堂」即是「焦山佛學院」的前身。



菩提園地

賢度法師華嚴著作集心得

《佛教的制度與儀軌》閱讀心得

李佳玲

《佛教的制度與儀軌》一書的深入剖析提供了對禪宗寺院內部運作、制度和儀式的寶貴洞察，進一步加深了我們對這一佛教流派的深刻理解。禪宗在中國佛教發展史上擁有獨特而重要的地位，它以強調直接體驗、內省和覺醒的修行方法而著稱，吸引了眾多佛教徒的崇敬和信仰。然而，禪宗僧團的穩定運作和佛法的傳承不僅僅依賴於深奧的教義，還需要一套精確的組織制度和嚴謹的儀軌來支撐這一壯大的體系。禪宗的特點之一是其強調內在體驗的價值，這在禪宗的禪修實踐中得以體現。禪宗的修行者追求直接的覺醒體驗，超越文字和理論的局限，這種特點為佛教帶來了獨特的價值觀。然而，這種自由的精神實踐需要有組織的支援，這就是清規、侍者和儀式的重要性所在。清規作為禪宗僧團的組織規程，不僅確保了僧侶們的日常生活井然有序，更強調了謙遜、純淨和自律的價值觀，有助於他們遠離世俗的誘惑。侍者的角色不僅僅是執行者，他們同時也是學習者和傳承者，負責執行各種職責，從維護清潔到支援儀式，並時刻準備學習和傳承禪宗的智慧。儀式則

為禪宗的修行提供了一個結構化的框架，有助於僧侶們進入冥想狀態，引導他們記住自己的修行目標。這些組織和儀式的存在不僅確保了禪宗的穩定運作，還強調了個體和團體的平衡。禪宗僧團內部的凝聚力得以加強，同時確保佛法的傳承代代相傳。這種獨特的結合，使禪宗得以在探索內在世界的自由靈修中保持穩健，同時保持了道德和倫理的純淨。這種平衡和組織體系，使清規、侍者和儀式成為禪宗修行的不可或缺的一部分，同時維護了禪宗的深刻傳統，為信徒提供了堅實的靈性基礎。通過這一套制度和儀軌，禪宗僧團能夠不斷地照亮修行之路，保護佛法的真正本質，並延續其深邃的智慧。

首先，讓我們再次深入探討清規在禪宗中的不可或缺地位。清規不僅僅是禪宗僧團的組織規程，更是僧侶們日常生活和修行的精神指南。這種嚴格的規範確保僧侶們的日常生活井然有序，強調謙遜、純淨和自律，同時有助於他們遠離世俗的誘惑。清規的建立和遵守，體現了禪宗僧團對紀律的高度重視。它不僅僅是一套規則，更是禪宗僧侶生活的道德和倫理基礎。清規的存在和遵守有助於保持僧侶們的內在清淨，讓他們能夠更好地投入禪修和靈性實踐。同時，清規也有助於建立一個和諧、互相尊重的共同體，這對於共同追求覺醒和智慧的僧團來說至關重要。禪宗的修行強調直接體驗，但這種體驗需要建立在穩固的紀律之上，以確保不會走入偏差或沉迷於主觀體驗中。因此，清規不僅僅是組織的基石，更是禪宗實踐的保證。它提供了一個平衡的框架，讓禪宗僧侶能夠自由地探索內在世界，同時保持道德和倫理的純淨。清規的嚴格遵守有助於保護佛法的純正傳承，確保禪宗的核心價值觀得以維持和傳承給後代。這使得清規成為禪宗修行不可或缺的一部分，既維護了禪宗的精神傳統，又為僧團提供了穩定的基礎，讓他們能夠持續地照亮修行之路。

在禪宗僧團中，侍者是一個不可或缺的角色。他們的職責範圍廣泛，包括燒香侍者、書狀侍者、請客侍者、湯藥侍者和衣鉢侍者等，每種侍者都有特定的職務。燒香侍者負責祭拜和儀式中的香燒，書狀侍者處理書信和文書，請客侍者負責接待來賓，湯藥侍者則提供住持所需的飲食和藥物，衣鉢侍者則管理僧團的衣物和鉢具。侍者的角色不僅限於執行工作，還包括參與佛法學習和傳統的教導。他們被認為是佛法知識和僧團紀律的傳承者，因此受到特別的重視。在清規中，侍者被要求具備八種德行，這些德行包括堅固的信仰、質直的心、健康的身體、勤奮的精神、專注的念頭、謙遜的態度、深厚的定力和智慧的成就。這些德行使侍者能夠勝任他們的職責，同時也有助於他們的個人修行。叢林內的侍者分為內侍和外侍，這取決於他們在寺院中的職務。內侍主要負責處理內部事務，如文書工作和資源管理，而外侍則負責接待來訪的賓客。這種區分有助於確保內外事務都能得到妥善處理，同時也提供了不同層次的服務和支援。侍者的存在維護了寺院的紀律和秩序，同時也為僧團提供了一個有序的環境，有助於他們集中精力修行和教導佛法。

最後，儀式和儀軌代表了禪宗寺院心靈實踐的巔峰體現。這些儀式包括祝釐、報恩、報本、尊祖、住持等，以及法器的使用，如鐘、板、木魚等。儀式不僅僅是宗教的外在表達方式，更是一種深層的精神實踐，有助於僧侶們進入冥想狀態，加深他們的修行。這些儀式背後蘊含著深刻的象徵意義，引導僧侶們時刻記住自己修行的目標，即覺悟和悟道。每次祝釐、報恩、報本或其他儀式的舉行，都是一次靈魂的洗禮，提醒著禪宗僧侶他們為什麼走上這條道路，以及他們在這個旅程中所追求的東西。這種共同的實踐不僅

加深了僧團內部的凝聚力，也讓所有成員能夠以相同的目標前進，這個目標就是在覺悟的道路上不斷精進，實現內在的覺醒和智慧的升華。儀式和儀軌因此成為禪宗修行的一部分，燃燒著信仰之火，指引著僧侶們走向心靈的深處，實現靈魂的升華。

總結來說，《佛教的制度與儀軌》一書為我們提供了深入瞭解禪宗內部運作的寶貴洞察，同時也呈現出了禪宗的核心價值觀。禪宗並不僅僅是一種哲學思想或教義體系，更是一種生活方式。為了支撐這種生活方式，禪宗需要嚴謹的組織制度和精確的儀式。清規、侍者和儀式，這三大元素構成了禪宗僧團的堅實支柱。它們共同確保了禪宗的穩定運作、智慧傳承和靈性實踐。通過深入理解這些要素，我們更能深刻地體會到禪宗不僅僅是一種個人靈修方法，更是一個團體共同努力實現內在覺醒和智慧的聖地。這種結構和儀式的存在，為禪宗提供了持久的穩定性，同時也強調了團體合作和靈性探求的重要性。



賢度法師華嚴著作集心得

華嚴學講義 — 讀後心得

陳泓慈

由於此前並無研究佛經佛法的經驗，所以在細細閱讀了賢度法師的各部講經作品後，仍只有自己短淺的想像和感悟，並沒辦法實在而深入的領會其中精妙的道理，僅能憑自身過往的經驗及身為法律系學生過往所學的累積來撰寫心得，盡力雕琢但仍可能詞不達意，雖然如此，藉此機會卻也了解了許多佛家經典及名詞解釋，對我而言是相當寶貴的經驗。

而在眾多經講中，最令我印象深刻的是華嚴學講義一書中，華嚴哲學思想的部分中對於因果、緣分及本性的探討。在理解「性起」之概念時，我聯想到法律系的學習經驗中很多相似的概念。在162頁中說到「一切法隨順其真實本性而顯現」，而性又本來就存於眾生心，無論善、惡都是眾生本來就有的本性，善性或惡性的緣起是無恆常自性的。在法律的概念上，我們也相當在意本性，用了很大的篇幅和時間在推敲真意與本心，除了實際的作為外，真正影響判決的仍是犯人的本性與可教化性。

再來，華嚴宗有另一概念「緣起」，一切有為法皆因緣生起，一切現象都是由於無數因緣條件的交織而存在，沒有獨立存在的個體，萬事萬物都具有相互關聯性。一開始對於性起、緣起的概念有些模糊，但文本中的概念很能幫助我理解，第170頁中提到「緣起是待他緣而生起，性起乃不待他緣」，若本性不具有那樣的德性，即使有很好的機會緣分也不得生起。不過「緣」的生滅和存在，就感覺上是非常宏大且深刻的概念。生生不滅、永無止境，

沒有開始也不會結束就好像「圓」的概念，每個因果關係都是環環相扣而相互影響的，幾乎無法拆分討論。在過往的法律經驗中，我也很常有相應的感覺，經常在看許多的刑民事案件判決中，一個人的原生家庭、求學經驗和情感背景，活了大半輩子所遇到的人事物的累積，造就了他的人生與所作所為。我們總是很難找到一個瞬間是這個人走「上坡」或「下坡」，很難找到一個人真正開始崩毀的原因，一切像雪片一樣層層累積，這些或許都是種種因緣，有了因在往後不論善惡都會收穫果報，也因此在每一刻的待人接物都要注意，影響他人的同時也將對自己造成改變。

我認為他人的本性在更多經驗和緣分的累積後，是更難清楚看到的，甚至是我們經常忽略的。在檢驗一件事或一個主體時，經常會以當下肉眼所能見的樣子來定義，將人或事物扁平化，只看到萬般因緣在其身上的累積，並對其做出評價非難，往往卻忘了需向下探求其本性，或至少嘗試理解各種緣起對不同本性將有不同的結果。在以往的生命經驗中，很常會聽到諸如「某某在經歷某些事情後都能撐到現在，那為什麼你不行呢？」種種無邏輯的比較和批判，往往都是忽略了個體在性格上的差異性，並以自己淺薄的視野去推測、刻劃他人，無端造成他人的迷惘也讓自己更活在狹窄、自身所想像出來的世界中，對自身的修行也是不好的。

在高中階段，我花了一年的時間參與公益活動，和陌生的獄友通信，在信件往來的過程中，我才恍然，原來我們所謂的壞人、罪人也都有自己的性格、家庭或人生，每當聯想到「偷竊犯」、「詐欺犯」甚至「殺人犯」這類人，會連結到的模樣應該都差不多，總之將其定性在行為時所窮凶惡極的樣子，然而，會犯下行為的原因才是最重要、最需要研究的，若無法明瞭「累積」對生命的影響，自己也將在人生階段的時刻陷入迷惘和執著，很多的鑽牛角尖和無謂的自責痛苦都源自於此，「一切無常、眾人都得在這樣無常的痛苦中學習並向前」是我在性起、緣起的概念中看到的道理，在連鎖的因

果關係中，明瞭瞬息萬變，並接受自身在當下選擇的侷限性，能夠很大程度的解決現今社會滿溢的焦慮與不安，我認為是相當重要的道理，就算回首過往，生命仍在往前。

最後，一真無障礙法界萬有或說是一心萬有又再度的說明了心、性或一念的重要性，事事無礙法界和理事無礙法界都讓人更有信心也更被包容，我認為這樣相互成就、互不衝突矛盾的理念是非常好也相當鼓舞人心的，在真理或眼前可見的萬事萬物中的貫通後，從中應該能獲得更多的啟發與實踐，而且，在這樣看來，萬有共好也就不須再有妄念、算計或利益衝突，如鏡花水月般匆匆而過的物質也將不再造成精神或心性的壓力，能很有效的減低自我折磨和執念所產生的痛苦，如此的經典理論，是讓我很受激勵與感動的。

在自己探索經典和各類名詞意義的過程中，我理解到的華嚴經思想非常強調整體性和綜合性，因為拋棄了二元對立，能更溫柔開闊的接受許多面向的好與壞，也正是強調一切事物的相互關聯和共存，似乎能令人忘懷得失，而重新尋找、認定那些真正真實和重要的事情。在資訊爆炸的現代，大家的專注力變得更短更發散，所能使人迷惑、不安的評價越來越多，無論是粉絲專頁的追蹤人次或貼文的曝光度，甚至就連一張照片的好看與否都能讓人斤斤計較、心煩意亂，所有人都想經營一個理想的樣子，但卻總是一味的否定自己的缺點，想辦法藏起所有負面的樣子而非努力去改善或解決，就連自己都懷疑，又該如何往前呢？「相信自己」也是華嚴經思想中很常提到的，《華嚴經》第十七品〈初發心功德品〉中談到「初發心即成等正覺」，鼓舞人們勇敢踏出第一步，定好初心才能邁步向前，無論通往任何目標都是如此，搖擺不定或半途而廢都是源自於對自身能力的不信任，是相當可惜的。閱讀完這些經典講義後，總覺得有茅塞頓開之感，此次能有緣分遇到此活動、有機會接觸華嚴的理論，對我而言是相當幸運的事情！

「流浪者之歌——人文紀實攝影分享會」藝文講座

臺北華嚴蓮社



▲臺北華嚴蓮社藝文講座結束後，全體合影。

8月31日下午1點30分，臺北華嚴蓮社舉辦「流浪者之歌——人文紀實攝影分享會」藝文講座，由湛寂法師主講，分享一場交織了朝聖、流浪、人文關懷與紀實攝影的靜心之旅。

在活動的開始，湛寂法師首先介紹自己進入佛門的理由。當時他有妻兒，有穩定的收入，是人人稱羨的幸福家庭，但他仍然覺得內心空虛，無法得到真正的快樂，在多年後他領悟到缺失的那部份是要和眾生產生連結，因此進入佛門，同時開始了他帶著黑白相機去非洲、尼泊爾、印度的朝聖之旅。

湛寂法師，2004年在法鼓山農禪寺由聖嚴老和尚親授三皈五戒，開始學佛，2019年到非洲的馬達加斯加ACC院區志願服務，2020年在高雄市六龜的緣印禪林依止海平和尚剃度出家，法號「湛寂」。2022年4月在南投埔里圓通

寺受三壇大戒，果清律師為得戒和尚。同年6月，至印度、尼泊爾朝聖參學了一年，2023年7月起，開始分享他的攝影展及流浪故事，曾在美國、宜蘭、基隆等地辦過攝影展。

湛寂法師在印度拉達克時，待了四個月，每天的飲食就是餅、咖哩、印度奶茶，全都是高糖、高乳製品的飲食。當時湛寂法師因為高山症，剛好有藏醫來此地，在診斷後，對方要求他對於飲食方面要有所管理，要低糖、少奶類、少吃咖哩。但對於當時他十分為難，因為他所吃的齋飯與禪修中心的僧人一致，每日都會有這些食物，後來他就麻煩廚師多煮一道稀飯，之後才慢慢好轉。同時也提到了拉達克的天氣有七個月都在零下氣溫，常常有結冰的問題、水十分難取得，是很珍貴的資源。

接著提到他在尼泊爾gosti村居住時所看到的景象，印度和尼泊爾的種姓制度造成了貧富差距。雖然國家的法律早就已經廢除種姓制度，但在鄉下地方，仍有很多區域保留這樣的傳統，只要透過姓氏，即可以知道他們是什麼樣的階級，不論是在學校、工作、甚至婚姻上都影響深遠，低種姓的在各種環境都有可能受到霸凌、歧視和排擠。此外，還有非常嚴重的重男輕女概念。

在尼泊爾所規定的十年國民義務教育部分，這村落只有百分之三十的小孩能讀完十年級，百分之十五的小孩能讀完十二年級。公立高中學費每年要二千尼幣，私立高中學費為六千尼幣，大學學費一年二十四萬尼幣，而村民在溪邊採砂石一個月最多一萬五千尼幣，根本無力提供孩子上大學的學費。

在當地，法師籌措了英文相關書籍、聘請合適的老師，希望能協助當地的孩子能繼續接受教育，以培養人才，希望能幫助當地脫離現在貧困的情況。

接著提到他離開gosti村的朝聖之旅。所謂朝聖在佛教經典特別提到四個地方，一是迦毘羅衛國藍毘尼園的佛出生處，二是摩竭提國菩提伽耶的

佛成道處，三是波羅奈國鹿野苑的佛轉法輪處，四是鳩尸那國娑羅林中的佛涅槃處。

《大般涅槃經》卷中曾提到朝聖利益：「若比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷，於我滅後，能故發心，往我四處，所獲功德不可稱計，所生之處，常在人天，受樂果報，無有窮盡。」

湛寂法師在印度的菩提伽耶住了兩個多月，之後利用各種交通工具，比如走路、機車、公車、火車等，來到朝聖地。從佛說法的地方靈鷲山、尼連河、毘舍離、拘尸那羅等地，印度的藍毘尼、加德滿都、恆河。在湛寂法師用影片、照片和述說的每一個旅途上的故事後，大家都深深的被打動，更能體會自己在臺灣能健康平安的生活是如此之不易。在熱烈的問答之後，住持天聞法師表示勾起他三十多年前去朝聖的地方，他印象最深的是火葬場，先是百味雜陳，看到當地民眾對於宗教和死亡非常虔誠的態度，同時非常感謝湛寂法師這次前來演講，以及感謝大家前來華嚴蓮社，歡迎之後有空前來蓮社禮佛。

在大家的熱烈掌聲後，全體合影，本次活動就於下午4點左右圓滿結束。



▼湛寂法師分享自己在異國的旅行經驗。

臺北華嚴蓮社動畫會議

臺北華嚴蓮社



▲臺北華嚴蓮社召開動畫會議。

9月12日上午10點，臺北華嚴蓮社召開動畫會議，光點吉樹劉育樹導演至雲集廳，說明目前《華嚴經》的十九類神眾佛菩薩人物形象設定，同時董事長賢度法師也在場指導。

當日會議出席的有：董事長賢度法師、美國華嚴蓮社副董事長天承法師、海印道場住持天起法師，以及光點吉樹劉育樹導演。

首先劉育樹導演使用簡報播放團隊目前所製作出的十九類神眾設定，董事長賢度法師提醒，這些神眾應該要更有滄桑感、歷練、智慧，具有成熟的韻味，現在動畫團隊所作的神眾，過於年輕，沒有社會歷練感。比如女性主夜神的設定，應該要有母親形態的感覺、一種慈悲、溫潤，更有讓人親近的形象。

神類有自然神和創造神、輪迴神，但不論那一種神皆是成熟、睿智，了解人間百態，經過歷練後的形象。他認為劉育樹導演非常值得讚揚的一點就是願意接受不同資訊，消化內容能夠再度重新創作。董事長賢度法師鼓勵劉育樹導演在創作時，也能同時提升自己，之後動畫轉到電影時，才能讓內容更豐富，同時也更有說服力。

劉育樹導演表解釋團隊比較年輕，可能還沒抓到十九類神眾的神韻，之後會再回去做調整，同時他非常喜歡接受不同的挑戰，願意嘗試做出與之前不同的內容。在雙方互相熱烈交流意見之後，本次會議於10點半左右前圓滿結束。

顯密大同專題講座

若有清淨出離心 世出世法樂無窮

僑愛佛教講堂



▲澤仁扎西堪布（中）的專題講座結束後，全體合影。

僑愛佛教講堂華嚴推廣中心於113年9月7日上午9點30分到11點30分，舉辦「顯密大同」專題講座。開始堪布先以藏文念誦一些吉祥咒語，與文殊菩薩咒作為開始，澤仁扎西堪布顯密學修：他依堪欽貝瑪曲英洽達尊者為根本上師；再從堪布西日獲得「龍欽巴大師」的七寶藏之傳承；受《丹珠爾》口傳；自堪欽貢噶旺秋，領受《入菩薩行論》等教法口傳。2000年，授予堪布頭銜。本次以永嘉大師《證道歌》為主軸。

堪布很歡喜的說；顯密大同是個很大題目，澤仁扎西堪布他將此《證道歌》用漢語翻譯成藏文，以藏傳佛教角度解讀漢傳禪宗永嘉大師《證道歌》，翻譯的當下他覺得顯密相同的地方實在是太多了。此《證道歌》並非禪宗（門）專用，它是送給用功修道人的最佳禮物。2018年，我翻譯《六祖法寶壇經》從一開始至第三品時本人更覺得顯密大同。堪布以各種方式弘傳佛法，也不遺餘力。

永嘉大師開悟後，他沒有自私的獨享法喜之利益，將此修行真諦寫成《證道歌》以啟示後輩，令後人亦該知如何修行，認識何謂真正的正法。此師依曹溪六祖大師命脈在廣東南華寺，以心印心、耳提面命、口授心會，傳承下此衣缽心法，他不遠千里親近六祖惠能一個晚上，以求印證自己的見地。「證」是證得有所證明，證明「道」是可以證、可以修、可以行的，亦是一種印證證據之意。印證一個修道人開悟的說明。

說到印證；自己是不能給自己做印證的，必須找有「道」高僧、大善知識、過來人等來印證，如此才可以作證明或印證。修道者不能自稱開悟、證果；若自稱說我已開悟證果了。此乃「未證言證，未得言得」，沒有證果，自說證果；未得真正智慧，說我已得到了。依佛教戒律裏說；此是犯大妄語戒！要墮拔舌地獄。就因如此；佛教自己不能為自己立我是祖師，必須要由明眼善知識和祖師來給某某印證，才可入祖師位。

所謂內聖才能外王，內心有聰明睿智，得聖人智慧，外在方能教化眾生。說到「道」若將道字解析：上邊二點一陰一陽，「一」又包含陰陽，一乃〇字變化所出，後加上自己的「自」，意為修道在自己。若和上面兩點一橫合在一起則為「首」字，首即是人的第一件大事。首者頭也，行道者，著重在能否「了生脫死」？此才是大事。了生脫死在自己，而不是向外馳求尋找，此要自己修行才有所得；首字旁加上「走」字邊，合起來即是「道」字。道乃修行成就出的果實，所謂修行則是要去實踐，此為道字大概的意義。

道在外即「有形」之道，在內即「無形」之道；有形的道乃生死之道，無形之道則是了生脫死之道。永嘉的《證道歌》，是屬了生死的道，此即是每個要修習者自性中所該有的道。漢傳禪宗法門是以離言說、心緣、文字，為何永嘉大師寫出這首《證道歌》來？豈非多餘？他明知禪宗離言說、心緣、文字，掃一切法，離一切相，一法不立，但仍要用言語歌詞來表露它，此是方便接引不懂的人，令由歌頌中引出興趣，也是用心良苦。故不需要說

的，他說了；不需寫的，他寫出《證道歌》，其用意目的是鼓勵大家要發出離心、菩提心、空正見。

再說「言語道斷」，主要是佛教有一些第一義諦的義理，尤其是關於證悟的境界，此是「如人飲水，冷暖自知」，必須透過本人的親證，方能體悟其中之奧密，非語言所能形容。禪宗的「不立文字」，不是說不要文字，它是希望吾人不要執著於文字。因為語言文字只是「標月指」，它是指引我們見到月亮的前方便，但手指畢竟不是月亮，因此佛陀及古德們才苦口婆心的叮嚀，深怕吾人「因指忘月」。此《證道歌》念誦起來有種令人開悟之感覺，口順易念無論大人、孩子皆能朗朗上口。若能天天唱它、念它，不知不覺就能背出來。眾生因根性的不同，有人喜歡讀經，有人歡喜拜懺；有人喜歡參禪打坐。然而佛所說的八萬四千法門，並無那個法門是好或那一個法門謂之不好。所以佛所說的無上甚深微妙法，契機為妙。

堪布只是講述幾句《證道歌》說明自我感想：如「決定說。表真乘。有人不肯任情徵。直截根源佛所印。摘葉尋枝我不能。」簡單扼要的說；我斬釘截鐵地說，要旨在最上一佛乘彰顯中道義。然而有些焦芽敗種、根器不逮之人無法信受，以私心卜度聖智，對明心見性之法門妄加評謗，任意攻訐。原本如此的真理，窮溯到萬法的根源，便能洞燭法界之實相，如來者心態如其本來之謂，此亦是佛所印可的。若是著相言法，無異到枝葉末梢上下用功夫，捨本逐末盡是迂道。此是你們的事，我是不會這麼做的。

堪布最後說修行若離開「出離心、菩提心、空正見」，一切修法與外道沒有什麼差別的。佛法中儘管有很多甚深之法門，若抽離出離心、菩提心、和空正見，決定是與「道」相違背。相反；世界上的一切事情，若我們用出離心、菩提心跟中觀的空性見摻進去處理的話，這世間法亦如佛法。無論修習那個宗派是離不開出離心、菩提心、空正見，此三項東西是一體的，因為從出離心才能生出菩提心，從菩提心再去修中觀知見，得正見。此是修行的關聯性，不能越級，缺一不可。



08.24—09.01

24日上午10點，僑愛佛教講堂舉辦「大悲救苦自解脫超薦祈福法會」，恭請中華佛教漢藏顯密佛學會指導上師，藏傳祖古慈誠塔親仁波切主法及5位悅衆法師。下午2點30分，薈供法會開始。

自25日至30日，僑愛佛教講堂啟建「盂蘭盆梁皇報恩大法會暨供佛齋僧」，共八永日。由住持天照法師主法，率領常住僧衆及信衆禮拜《梁皇寶懺》一部。

於31日舉辦盂蘭盆供佛齋僧法會，邀請52位僧衆參加，設宴於華嚴三聖殿。下午2點，住持天照法師傳授幽冥戒皈依，常住僧衆擔任悅衆，爲51位亡靈授予幽冥戒皈依。

9月1日法會圓滿日。上午延生普佛、送聖等。下午2點，禮請證豪和尚主法及五位悅衆法師，施放《瑜伽焰口》超薦佛事一堂。

08.30

下午1點，僑愛佛教講堂榮獲113年度績優公益宗教團體獎，桃園市政府民政局舉辦宗教團體負責人短片拍攝，假市政府16樓1602會議室舉行。由寺主負責人天蓮法師應邀參加短片拍攝。

08.31

下午1點30分，臺北華嚴蓮社舉辦「流浪者之歌 ── 人文紀實攝影分享會」，由湛寂法師主講，分享一場交織了朝聖、流浪、人文關懷與紀實攝影的靜心之旅。

09.01

上午，僑愛佛教講堂福田功德會總幹事天仁法師，至仁善里捐贈物資一批。

09.06

上午10點，內政部「113年宗教團體表揚大會」假南投縣埔里鎮立藝文中心舉行，由內政部主任祕書黃駿逸主持。臺北華嚴蓮社再度榮獲「宗教公益獎」殊榮，由副董事長天演法師代表領獎。

09.06

上午10點，內政部「113年宗教團體表揚大會」假南投縣埔里鎮立藝文中心舉行，由內政部主任祕書黃駿逸主持。僑愛佛教講堂再次榮獲「宗教公益獎」殊榮，由住持天照法師代表領獎。

09.07

上午9點30分，僑愛佛教講堂華嚴推廣中心113年第二學期，恭請國際藏傳佛教研究會主席、慧輪佛學講修會住持澤仁扎西堪布，做顯密大同專題演講。

09.11

僑愛佛教講堂監院天引法師及福田功德會總幹事天仁法師，前往大溪嘉惠啟智教養院關懷院友，並捐贈物資一批。

09.12

上午10點，臺北華嚴蓮社召開動畫會議，由光點吉樹劉育樹導演至雲集廳，向董事長賢度法師說明目前《華嚴經》的十九類神衆佛菩薩人物形象設定。

09.13

上午10點20分，臺北市政府民政局假臺北市市政大樓1樓中庭舉辦「112年度臺北市績優宗教團體、民俗委員會及委員暨113年度孝行模範聯合表揚大會」，由林奕華副市長頒發獎項。臺北市華嚴蓮社再度榮獲「績優宗教團體」之獎項，由住持天聞法師代表領獎。

09.16

適逢中秋佳節前夕，宜蘭海印道場在例行共修之後，由海印道場住持天起法師帶領大眾向佛菩薩拜節，再向祖師暨先導師成公和尚拜節，續向董事長賢度法師拜節。最後，大眾一起相互拜節。

09.17

適逢中秋佳節，臺北華嚴蓮社住持天聞法師在早課結束後，帶領全體常住法師，於最吉祥殿向佛菩薩拜節，再到祖堂向祖師拜節。續向董事長賢度法師、副董事長天演法師、住持天聞法師，以及美國華嚴蓮社副董事長天承法師拜節；最後，大眾一起相互拜節。上午10點30分，進行午供。雖然董事長賢度法師身體微恙，沒有出席，但禮數沒有少，由副董事長天演法師帶領大眾向董事長拜節。

09.23

上午11點30分，美國國際華嚴研究中心主任陳潤吾教授偕同由董繼玲會長帶領的國際領袖基金會代表團一同參訪臺北華嚴蓮社。

09.25

下午4點30分，臺北華嚴蓮社董事長賢度法師、宜蘭海印道場住持天起法師前往美國弘法，蓮社常住法師及職員集體歡送。

創辦人　成一
發行人　天演
總編輯　闞正宗
編　審　天聞
主　編　天悅
文字編輯　呂虹
美術編輯　Wanda

74 年 1 月 10 日創刊 · 85 年 1 月 10 日改版
行政院新聞局登記證局版台誌第 4299 號
中華郵政北台字第 1165 號執照登記為雜誌交寄
社　址：台北市濟南路二段 44 號
電　話：(02)2351-8333 分機 117
電　話：(02)2391-8924
傳　真：(02)2321-8958
郵政劃撥：0012588-1
戶　名：財團法人台北市華嚴蓮社
http：www.huayen.org.tw
E-mail：allways@huayen.org.tw
印　刷：耿欣印刷有限公司
Tel：(02)2225-4005
雜誌如有破損缺頁，敬請寄回本社更換。
地址變更或重複收閱，請於每月十五日前，來信註明電腦編號、姓名、地址、電話，逾期請至原處拿取。
•歡迎索取、助印。



Institute of Huayen Buddhist Studies Admission Prospectus



Mission

The primary purpose of the Institute of Huayen Buddhist Studies (IHBS) is to cultivate Dharma teachers who are exclusively devoted to the study, practice and propagation of Huayen teachings. Students at IHBS are trained to study profound Buddhist doctrines with modern academic spirit and deal with diverse contemporary issues with skillful means of practice.

Curriculum

The courses include the seminar on the *Avataṃsaka Sūtra*, the Huayen studies, and individual studies in Huayen thought. The curriculum also contains general courses in other major Buddhist schools in Chinese Buddhism, as well as elective courses in literature, history, and philosophy. It emphasizes not only the theory and application of the scriptures and doctrines, but also the development of students' ability in critical thinking. It aims to help students deeply delve into the Huayen Buddhism from a broad perspective and become Huayen scholars and practitioners well-trained in both understanding and practice. International students are offered 2 year Chinese language courses.



Eligibility

1. Full-time students of the undergraduate program: orthodox Buddhists with a high school diploma.
2. Full-time students of the graduate program: females only, with a bachelor's degree (or a university equivalent qualification), or female graduates of the senior Buddhist seminary. Entry is open to international students and Buddhist nuns from mainland China if they meet the above requirements.
3. Part-time / Audit students: undergraduates, graduate students, or the general public.



Support and resources

Students pay no tuition fee and are provided with free accommodation and food.
Full time students are eligible to apply for a monthly research fee.

Required documents and materials

1. One copy of the application form and three 2-inch passport photos.
2. A photocopy of the applicant's highest-level diploma.
3. A personal statement, including the applicant's purpose and plan for the study and practice of the Huayen Buddhism.

Application

Please download the application form from our website:
https://www.huayencollege.org/index.php/grad/enroll, fill in the form, ensure that the applicant's name, address and phone number are provided, and email the form as a WORD file and a PDF file at huayencollege@huayen.org.tw.



Contact

Campus address: No. 44, Sec. 2, Jinan Rd., Zhongzheng Dist., Taipei City, Taiwan
(Near Zhongxiao Xinsheng MRT Station, Exits 2 and 5)
Tel: 886-2-2341-4760 Fax: 886-2-3393-8523 E-mail: huayencollege@huayen.org.tw
Web: http://www.huayencollege.org









THỂ LỆ CHIÊU SINH
HỌC VIỆN CHUYÊN TÔNG HOA NGHIÊM

TÔNG CHỈ GIẢNG DẠY:

Tông chỉ của việc thành lập học viện là đào tạo ra những nhân tài giáo dục, hoằng pháp chuyên nghiên cứu, tu tập và hoằng truyền tư tưởng Hoa Nghiêm. Dùng tinh thần học thuật hiện đại để nghiên cứu triết lý cao thâm của Phật giáo và lấy sự tu dưỡng chuyên sâu đón tiếp thế kỷ 21.

Kế hoạch và nét đặc sắc về chương trình giảng dạy::

Nghiên cứu chuyên đề Kinh Hoa Nghiêm, Hoa Nghiêm học, tư tưởng Hoa Nghiêm v.v…, đồng thời bổ trợ khoa mục chung của Tám Tông Phái cùng với học tập các môn học tự chọn như Văn học, Sử học, Triết học v.v…Bao gồm đào tạo về tất cả lý luận và ứng dụng kinh điển, giáo lý cùng khả năng tư duy phân tích Triết học. Từ góc độ vĩ mô, thâm nhập nghiên cứu Hoa Nghiêm, hướng dẫn chỉ dạy học viên trở thành học giả và hành giả Hoa Nghiêm thành tựu về hành lẫn giải. Đối với học viên nước ngoài, cung cấp chương trình học tập hai năm về nền tảng tiếng Trung.



ĐỐI TƯỢNG BÁO DANH NHẬP HỌC:

1. Đối Với Hệ Đại Học: Tốt nghiệp phổ thông trung học trở lên và là tín đồ Phật giáo.
2. Đối Với Hệ Nghiên Cứu Sở: Tốt nghiệp đại học (kể cả trình độ tương đương) hoặc sinh viên tốt nghiệp khoa cao đẳng Phật học, nhận sinh viên nước ngoài và tăng sĩ Trung Quốc đại lục, giới hạn là nữ giới.



Đãi ngộ học tập

Học phí, chi phí ăn ở hoàn toàn miễn phí (học viên chính quy có thể xin phí nghiên cứu hằng tháng)

CÁC CHỨNG TỪ GIAO NỘP:

1. Một đơn xin nhập học và ba ảnh 3*4.
2. Một bản sao văn bằng.
3. Một bản sơ yếu lý lịch (bao gồm cả động cơ và lý tưởng học tập Hoa Nghiêm).



CÁCH THỨC BÁO DANH

Kể từ ngày hôm nay, học viên có thể đến báo danh tại Hoa Nghiêm Liên Xã hoặc tải mẫu đăng ký báo danh trực tuyến, vui lòng ghi rõ họ tên, địa chỉ, số điện thoại và gửi hồ sơ ở định dạng tệp PDF vào hộp thư điện tử được ghi dưới đây.

THÔNG TIN LIÊN HỆ:

Địa chỉ: 台北市中正區濟南路二段44號（近捷運忠孝新生站2、5號出口）
Tel: 02-2341-4760 Phòng Giáo Vụ ／ Fax: 02-3393-8523
E-mail: huayencollege@huayen.org.tw ／ Trang web: http://www.huayencollege.org







華嚴專宗學院
113學年度第一學期線上佛學課程

週一

華嚴經導讀
師資：天聞法師
時間：9:00-10:50
9/16 開課

入法界品專題
師資：陳琪瑛老師
時間：15:00-16:50
9/16 開課

週二

華嚴英文
師資：方怡蓉老師
時間：14:00-15:50
9/10 開課

週三

華嚴文獻學專題
師資：高明道老師
時間：19:00-20:50
9/11 開課

華嚴跨領域專題
師資：天曉法師
時間：14:00-15:50
9/12 開課

週四

華嚴與唯識
師資：陳一標老師
時間：19:00-20:50
9/19 開課

週五

成佛之道
師資：照欣法師
時間：9:00-10:50
9/13 開課

週六

華嚴五祖思想專題
師資：陳英善老師
時間：14:00-16:50
9/28 開課

【郵政劃撥】
戶名：華嚴蓮社
帳號：0012588-1
～～歡迎隨喜贊助～～

【報名方式】一律採取線上報名，請掃描右方QRcode報名。
【視訊軟體】Zoom
【注意事項】每週上課前會將登入代碼E-mail給學員以便聽課。
※缺課三週以上者，即不再寄送課程相關資料※
【聯絡資訊】華嚴專宗學院教務處　電話：(02)2341-4760
E-mail：huayencollege@huayen.org.tw
官網：https://www.huayencollege.org

華嚴專宗學院推廣部113年度第2期(9/9~12/20)



瑜珈進階班

9/11起週三晚上7:00-8:30

林明勳 老師

本課程將學習如何在瑜伽體式、調息及冥想練習當中，透過正念的力量，學察及接納每個當下身體及心理狀況，並結合脈輪能量的瑜伽練習，活絡淨化、調節平衡體內能量的流動，由外而內，由內而外提升體內能量的流動，達到身心平衡與健康。



敦煌舞

9/10起週二下午2:30~4:00

李碧霞 老師

敦煌舞禪源自於敦煌莫高窟飛天與佛菩薩畫，在動靜之間呈現S形的優美舞姿，配合深層的呼吸,，與肢體律動，心如菩薩舞出心靈的禪定，適合各年齡層婦女學習。

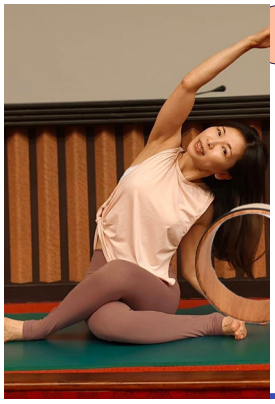


太極拳

9/10起週二晚上7:00-9:00

范嘉昇老師及助教

弘揚佛法、融入生活、延年益壽、增進福慧。教授太極拳舒筋健身法、太極格步、太極運步法及太極學64式上半套架式演練。



活力瑜珈輪

9/13起週五晚上7:00-8:30

林明勳 老師

本課程是藉由瑜伽輪輔具，加強身體各部位伸展、強化核心訓練，同時具有按摩的效果；練習的過程，並能提升自我覺察與專注力，促進身心的健康與平衡。



書法

9/11起週三下午2:00-4:00

鄭江銘 老師

以楷書為基礎,進入書法各體的實習書寫,並按學員的程度狀況,做適當的調整進度。除隨堂批改作業 外,並調解楷、隸、行、草、篆各體用筆技法及架構、章法解析，並做示範教學。



行星頌缽與脈輪療癒

9/9起週一下午7:00-9:00

榮紹宇 老師

「人，是宇宙中的精粹」，現代人大都忙碌，常無法真正的放鬆，藉由此課程，會學習運用藉由行星頌缽的頻率與宇宙共振，達到身心深層放鬆的狀態，重整身心的平衡。課程融入多元的療癒知識與技巧，徹底轉化身心，達到整體健康與平衡 ，是想學習自我療癒放鬆的你不容錯過的課程。

注意事項

※每門課程酌收場地清潔費2000元。

※進入蓮社請勿攜帶葷食,穿著請勿袒胸露背、勿穿拖鞋。

※教室使用時間為上課前後半小時,敬請配合,謝謝!

*網址:
https://www.huayencollege.org/index.php/ext/enroll
* E-mail: extensionschool@huayen.org.tw

*電話:推廣部 (02)2321-3319/教務處(02)2341-4760
(來電請於上班時間:週一~週五09:00~18:00)
* 地址:臺北市中正區濟南路二段44號 (近捷運忠孝新生站5號出口)

贊助捐款 郵政劃撥
戶名: 華嚴蓮社 帳號:0012588-1

歡迎掃碼報名

華嚴 2024國際青年學者論壇議程表

2024年12月07日（星期六）					
08:00-08:50	華嚴蓮社大專學生佛學慈孝獎學金報到　/　華嚴蓮社一樓大廳				
09:00-10:20	2024國際青年華嚴學者論壇暨華嚴蓮社大專學生佛學慈孝獎學金頒獎典禮開幕式 （地點：華嚴蓮社二樓最吉祥殿） 主持人：華嚴專宗學院院長　賢度法師				
	華嚴蓮社大專學生佛學慈孝獎學金頒獎典禮				
場次	時間	主持人	發表人	論文題目（地點：YouTube直播）	講評人
一	10:40 ｜ 12:00	曾稚棉教授	Anna Wu	Reflections in the Jeweled Net of Indra	朴真暎教授 (Prof. Jin Y. Park)
			鍾立權	「但有假言說」與安頓自心 ——從《華嚴經·菩薩問明品》談後現代敘事治療的推展	黃素菲教授
12:00-13:00	休　息				
二	13:00 ｜ 14:50	陳英善教授	段雨函	從如來藏緣起到法界緣起 ——法藏對「法界」內在張力的超越	郭朝順教授
			吳鳴	澄觀「不思議法界」的成立及其展開 ——以「華嚴宗趣論」為中心	陳英善教授
			秦森	華嚴宗「有教無觀」嗎 ——以《釋門正統》和《佛祖統紀》為中心	曾堯民教授
14:50-15:00	休　息				
三	15:00 ｜ 16:50	廖肇亨教授	王思遙	雪浪洪恩華嚴祖師的身份構建 ——基於錢謙益寫作意圖的探析	徐聖心教授
			黃婉君	從書寫《華嚴經》看弘一法師之藝術實踐與宗教行持	陳琪瑛教授
			王鈺堤	近十年方東美與牟宗三華嚴思想研究回顧	高柏園教授
16:50-17:00	休　息				
17:00～	2024國際青年華嚴學者論壇　閉幕與優良論文表揚				

研討會日期：2024年12月07日（六）　**研討會地點：YouTube直播**

主辦單位：華嚴專宗學院國際華嚴研究中心　聯絡電話：02-2356-0758

協辦單位：台北市佛教會、國際青年華嚴學者學會　傳真電話：02-2356-0758 或 02-2321-8958

◎歡迎上華嚴專宗學院網站 http://www.huayencollege.org/frameset.html，下載議程資訊及報名。

第十三屆 華嚴專宗國際學術研討會 徵稿啟事

會議宗旨：華嚴專宗學院為表彰創辦人成一老和尚對華嚴弘傳之貢獻，每年舉辦學術研討會，廣邀專家學者發表論文，藉此提升華嚴學術研究水平，推廣華嚴教學，俾令現代學人瞭解華嚴的生活智慧，培養更多華嚴學者與行者。

主辦單位：華嚴專宗學院國際華嚴研究中心

協辦單位：台北市佛教會

會議時間：二〇二五年四月二十五日(五)至四月二十七日(日)，共三天。

申請資格：國內外深入研究華嚴學之專家、學者。
（碩、博士班研究生請參加每年的「國際青年華嚴學者論壇」。）

議題方向：與「華嚴學」相關之主題。

徵稿辦法：

- 投稿方式：請提交「投稿者資料表」（官網下載表單）。若有完整文稿者，亦歡迎提供，以利審查。意者請於二〇二四年十月三十一日前，將WORD檔及PDF檔傳送至主辦單位之電子信箱。
- 論文截稿期限：經審查通過公告通知後，請於二〇二五年二月十五日前繳交論文全文WORD檔及PDF檔。

會議日期：**2025/4/25~27**

主辦單位：華嚴專宗學院國際華嚴研究中心

會議地點：臺北市濟南路二段44號4樓講堂
（或以視訊等方式舉行）

電話：02-2356-0758、02-2351-8333
傳真：02-2321-8958、02-2356-0758
信箱：huayenseminar@huayen.org.tw
網址：www.huayencollege.org

詳細議題內容及徵稿辦法，請上華嚴專宗學院官網下載：www.huayencollege.org

主辦單位提供國外學者全額補助「經濟艙」來回機票、食宿招待，及所有發表人論文發表費，歡迎各界踴躍參與。

大專青年慈孝獎學金

植福修緣　播智慧種
一分耕耘　多分功德

幫助紓解就學壓力
獎勵青年研究佛學

期待您的大力資助

贊助捐款

請洽本社事務處

電　　話

02-2351-8333

郵政劃撥

00125881　戶名: 財團法人台北市華嚴蓮社

時　　間

本社於113年12月07日(六)舉行頒獎典禮，屆時歡迎蒞臨觀禮

地　　址

台北市濟南路二段44號(近捷運忠孝新生站2號、5號出口)







一一三年度僑愛華嚴推廣中心

生命教育實踐課程

第二學期9至12月招生（佛學課程）



《品味華嚴》

10/28 開課

每週一 9:00-10:50

講師：自莊法師

本課程以深入淺出的方式，講述《華嚴經・入法界品》，藉由善財童子遍訪善知識的過程，學習如何發菩提心，行菩薩道。



《華嚴經 賢首品》

9/9 開課

每週一 14:00-15:50

講師：會極法師

菩薩道的修行始於發菩提心，終於佛果的圓滿，於其中間，通貫始終的支柱就是信心的認可和決定。從信位開始具備了解行的修持，自然會成就一切勝妙的功德。

而賢首品則廣說此信位中所成的普賢廣大德用，自在莊嚴利益眾生，令修學者深切好樂普賢行德。



《善財童子53參》

9/5 開課

每週四 14:30-16:20

講師：陳琪瑛 老師

講述善財童子參訪五十三位善知識的求道故事。

＊《華嚴經 賢首品》、《善財童子53參》爲視訊課程，佛學課程費用一切隨喜



僑愛佛教講堂

僑愛華嚴推廣中心

每週一至週五 08:00-17:00

電話：(03)380-1956轉16

地址：桃園市大溪區介壽路238號

113年度 僑愛華嚴推廣中心

生命教育實踐課程

第二學期 7-12月招生(才藝課程)



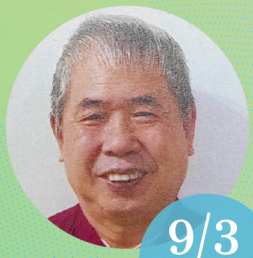
7/2 開課

【水墨書法】

講師：蘇美玲 老師

每 週 二 / 9:30-11:20

1樓教室 / 半年3000元



9/3 開課

【篆刻藝術-初級入門】

講師：朱仁智(若濤) 老師

隔 週 二 / 13:30-15:20

1樓教室 / 每期2000元

上課日期：9/3、9/24、10/8
10/22、11/5、11/19
12/3、12/24



9/5 開課

【太極拳】

講師：范嘉昇 老師

每 週 四 / 9:00-10:50

大齋堂 / 每期2000元



8/2 開課

【心回春瑜珈】

講師：余憶婷 老師

每 週 五 / 13:30-15:10

3樓教室 / 每期2000元

僑愛華嚴推廣中心 | 每週一至週五 8:00-17:00

電話：(03)380-1956轉16 | 傳真：(03)380-1601

地址：桃園市大溪區介壽路238號

華嚴知識通



「華嚴知識通」臉書粉絲專頁簡介

由台北華嚴蓮社、華嚴專宗學院、國際華嚴研究中心主導，介紹華嚴經、華嚴宗、華嚴修行法門相關知識與研究，接受提問並由專家學者做適切的回答，是您入門華嚴的好幫手。

歡迎掃描 QR Code 或於臉書搜尋「華嚴知識通」

追蹤、分享、按讚

我是誰？我是一個菩薩。
你記得你是一個菩薩嗎？
菩薩是最不孤獨，
最擁有柔軟心的一群人間行者。



> 我用了一甲子的時間才眞正了解「我是誰」，我是一個菩薩行者。專研專修專弘華嚴的菩薩行者！我在華嚴鑽研多年，透過一次次生命實驗，改變了我的命運，修掉了我的稜角，消融了積鬱的煩惱和習性。整個過程就像是寫好的劇本，每個角色、每個場景都安排巧妙，眞應了「人生如戲」這句話。 ———— **賢度法師**

賢度法師｜一九六〇年生，師承上成下一長老，畢業於華嚴專宗學院佛學研究所，印度德里大學哲學博士。專研華嚴經論，專修普賢行，恆持準提法，以華嚴行者爲終身職志。

現任華嚴專宗學院院長、台北市華嚴蓮社董事長、美國華嚴蓮社董事長、智光商工職業學校董事長。致力推行弘法、教育、文化、慈善工作，尤重教育，培養專研、專修、專弘華嚴人才。編著華嚴叢書，以系統化及易懂的文字敍述，讓普羅大衆得見大經義涵。興資推動四項志業成果豐碩，連年獲台北市政府、內政部、行政院頒績優宗教團體獎，並榮獲世界佛教傑出比丘尼貢獻表揚獎。

著有：《華嚴學講義》……等二十部著作。

鄭栗兒｜作家及資深文學編輯人，著有：《基隆的氣味》、《閣樓小壁虎》三書、《尋找星星小鎭》等暢銷著作，現經營阿芭光之花園。

此書所得將贊助華嚴蓮社宜蘭分社海印道場建寺之用，欲請書者，聯絡方式如下：

1.台北華嚴蓮社
地址:台北市中正區濟南路二段44號　　電話:(02)2351-8333
Email: chwen@huayen.org.tw

2.桃園僑愛佛教講堂
地址:桃園市大溪區介壽路238號　　電話:(03)380-1996 分機16、18
Email: a03380199612@gmail.com

3.美國華嚴蓮社
地址：50 S. Main St, Milpitas, CA 95035
電話：(408)942-0874　　Email : info@huayenusa.org

大海的印記 賢度法師傳—— 華嚴宗女性傳承者的證悟之路



緣起：

台北市華嚴蓮社成立於41年，為臺灣少數以華嚴專修、專研、專弘的道場至今已屆70年。本社秉持佛教慈、悲、喜、捨之精神，每年興資收入90%以上，推動弘法、教育、文化、慈善四項志業不遺餘力，成果豐碩，連年獲內政部、台北市政府表揚。連續10年獲內政部表揚，106年由內政部專案報請行政院獲頒「興辦公益慈善及社會教化事業績優事業團體」。

華嚴蓮社自46年啟建春秋二季華嚴誦經法會，分誦《八十卷華嚴經》，年終舉行「華嚴佛七」。101年起舉辦華嚴七處九會海印道場修證法會，依北宋華嚴中興教祖晉水淨源大師編訂《華嚴普賢行願修證儀》設立華嚴海印三昧海會聖眾壇場，僧信二眾如法觀修，道場莊嚴殊勝。但因本社位處市區空間有限，無法將此華嚴觀行法門及壇場供養做為常態性的加行功課極需另闢空間成立「華嚴蓮社宜蘭分社－海印道場」。故於105年取得宜蘭縣員山鄉土地，面積共16,749平方公尺，約5,067坪，為本蓮社宜蘭分社之興建基地，以確立華嚴宗正統法脈傳承，永續培養專研、專修、專弘及華嚴推廣教育種子師資基地，並帶動週邊產業的轉型，以此做為華嚴道場信仰中心，再創社會教化事業之佳績。

本工程預計兩年內完工，建寺經費歡迎十方善信樂助！

郵政劃撥：

劃撥帳號：0012588-1
戶名：財團法人台北市華嚴蓮社
・通訊欄請註明 "捐款用途"。例：建寺基金。

國內銀行匯款或轉帳：

匯款銀行：永豐銀行（銀行代碼807）濟南路分行
匯款帳號：183-004-0001060-4
戶名：財團法人台北市華嚴蓮社

國際電匯或轉帳：

Bank name:BANK SINOPAC
Bank address: 9F., No.36, Sec. 3, Nanjing E. Rd., Taipei, Taiwan
Bank Swift Code:SINOTWTP
Account Name:HUA-YEN LOTUS ASSOCIATION, TAIPEI
Account Number:014-008-0038814-2
請將匯款存根聯(包含帳號末五碼、日期、金額)及收據資料(收據開立抬頭、寄送地址、聯絡電話)傳眞告知，以便收據寄發。
電話：02-23518333、02-23513868　聯絡人：許居士
傳眞：02-23218958
地址：台北市濟南路二段44號 華嚴蓮社

西聯匯款(中國大陸地區)：

收款人姓名：林芸安
英文姓名：LIN, YUN-AN
E-Mail：xstpe@qq.com
傳眞：+886-2-23218958
西聯匯款完成後，請以電子郵件E-Mail或傳眞連繫，以便確認收款號碼與收據寄發資訊。



華嚴專宗學院招生

辦學宗旨

創院宗旨在培植專研、專修、專弘華嚴思想之弘法教育人才。以現代的學術精神，研究佛教高深哲理；以善巧方便的行門修持，面對多元的時代課題。

課程規劃與特色

華嚴經、華嚴學、華嚴思想專題研究等，並輔以八宗共同科目及文、史、哲等選修課程之學習。兼具經典、教理之理論與應用及哲學思辨能力的培養，以宏觀的角度，深入研究華嚴，教導學生成為解、行並濟之華嚴學者與行者。

針對外籍學生，提供兩年的中文基礎先修課程。

因應新冠肺炎疫情，課程會採線上授課方式教學，課表請上學院網站查詢。



報名申請入學資格

1.大學部正修生： 高中以上，正信佛教徒。

2.研究所正修生： 大專(含同等學歷)或佛學院高級部畢業者，外籍學生及大陸女眾法師兼收。

3.選修生、旁聽生： 大專院校在校生及一般社會大眾，男女兼收。



在學待遇

學費、膳宿費全免。（正修生在校期間每月得申請研究費。）

應繳文件

1、報名表一份，兩吋照片3張。

2、學歷證明書影本一份。

3、自傳（含修學華嚴的動機及理想）一篇。

報名方式

請至學院官網下載報名表，請務必註明姓名、地址、電話，並以WORD檔及PDF檔案格式寄至下列E-mail信箱。



聯絡方式

地　址：台北市中正區濟南路二段44號（近捷運忠孝新生站2、5號出口）

電　話：02-2341-4760 教務處 ／ 傳真 ：02-3393-8523

E-mail：huayencollege@huayen.org.tw ／ 官　網：http://www.huayencollege.org









▲臺北華嚴蓮社藝文講座結束後，住持天聞法師致贈禮金予湛寂法師。



▲113 年度內政部宗教團體表揚大會盛況。



▲國際領袖基金會代表團的貴賓們對於餐會上的中西佳餚都讚不絕口。



▲僑愛佛教講堂盂蘭盆梁皇報恩大法會，大眾踴躍參與。

本刊自 269 期改為單月刊，若有誤寄，可來函或來電告知，不便之處敬請見諒！

ALL WAYS MONTHLY
地 址 ：台北市濟南路二段 44 號
44, Chi-Nan Rd., Sec. 2, Taipei Taiwan, 100 R.O.C
電 話 ：(02)23518333 23918924
傳 真 ：(02)23218958
http ://www.huayen.org.tw
E-mail:allways@huayen.org.tw

行政院新聞局登記證局版雜誌字第 4299 號
中華郵政台北雜字第 1165 號執照登記為雜誌交寄
本刊免費贈閱，歡迎隨喜助印，功德無量
◎ 非賣品 不得轉售
郵政劃撥：0012588-1 財團法人台北市華嚴蓮社
贊助單位：僑愛佛教講堂

國內郵資已付
台北郵局許可證
台北字第4299號
雜誌
中華郵政台北雜字
第1165號執照登記

TAIPEI TAIWAN
R.O.C.
POSTAGE PAID
LICENCE NO. 4299
無法投遞時請退回