



法鼓校慶 體驗禪林境教

◎釋德軒、陳陶

4月8日為本校一年一度的校慶，在魄鼓社的迎賓表演下揭開序幕，方丈和尚果暉法師、貴賓董事以及全體師生皆齊聚一堂歡度校慶。校長惠敏法師分享本次校慶的禮品為金山契作以友善環境的理念下所種植的稻米，支持在地無毒的稻田耕作。校長也預告明年為創校15周年，原本預計邀請曾在2011年來法鼓山演出的拈花微笑劇團演出改編自佛典故事的《悠悠鹿鳴》戲劇，在與導演接洽後提議於下學期開課，讓全校師生都可以參與學習佛典戲劇的編劇與導演，並計畫在明年的校慶由大家親自演出。

方丈和尚接著在現場帶領大家念彌陀聖號迴向給近日太魯閣事故的傷亡者，並分享今年法鼓山的祝福語是平安自在，在經過事故後我們才能體會平安的難得，如創辦人聖嚴法師曾說，發生災難是住在臺灣的大家共同感招的共業，雖然現在大家都在追究責任，但其實我們每一個人都有責任，所以我們要反省，也要更珍惜生命的可貴。另外，方丈和尚也以聖嚴法師在大學院教育提到的兩個理念「實用為先，利他為上」勉勵大家，希望大家在不斷學習中成長，並利用



▲ 魄鼓社迎賓表演「心行」。



▲ 歡度校慶的同時，方丈和尚果暉法師亦帶領大家念彌陀聖號迴向近日太魯閣事故的傷亡者。

所學來回饋社會，實踐與學習並重也是創辦人辦學的初衷。

走步道、選好名

今年校慶的活動主題為「走步道、選好名」，起源於校園5條步道所組成的「禪林步道群」陸續完工，並在校慶中正式落成啟用，校長分享本校的設立以心靈環保為核心價值，學校也正在將美麗的校園申設為環境教育設施場所，不僅實踐自然環保，更能推廣環境教育，為永續奠基，期許成為法鼓心靈環保教育園地。因此這個活動希望讓全校師生更認識校園並且體會「境教」。在疫情尚未結束的時期，也多到大自然中健走運動，以增強免疫系統。並藉由親自走過步道後更能互相交流、集思廣益為步道命名。校慶當天在方丈和尚、校長及貴賓的帶領之下，大家一同走進新步

道，學務處在沿途規畫集點，在完成步道全程之後可以領取製作精美的DILA毛巾，以闖關集點的趣味鼓勵大家一同漫遊步道。

五分鐘書評

「五分鐘書評」是本校的特色活動，本次於4月7日舉辦，作為校慶系列活動之一，共有14位學生、職員、僧團法師分享書籍，所推薦之書目包含佛學、健康、心靈、論文寫作等領域，整個進行過程高潮迭起，發表者與提問者之間的互動也非常精彩。惠敏校長在開場時，也推薦其最近閱讀的一本好書——稻垣榮洋的《全世界最感人的生物學》，這本書作為去年日本最暢銷的科普讀物，是一本非常有趣的生物學課本。本次書評活動的特別之處在於，因為新冠疫情的限制，有一位香港的老同學無法到校，但



▲ 「五分鐘書評」活動中，評選為「最想讀的一本書」的是常慧法師（右）所分享的《我在精神病院抗憂鬱》。

是他依然透過網路參與書評活動，與大眾分享聖嚴法師編集之《禪門驪珠集》，超越時間和地域的限制。最終評選為「最想讀的一本書」的是常慧法師所分享的《我在精神病院抗憂鬱》，常慧法師談到書中的一句話「活著，普通人最基礎的生存本能，卻是我們拼死捍衛的夢想」，打破她的一些固有認知，引發她重新認識生命。

校慶系列活動

本次校慶還有多項系列活動，校園捐血活動於3/31提前開跑，有捐血車進駐校園，在副校長蔡伯郎老師的帶領下，共有40位教職員生挽起袖子捐出51袋熱血。DILA年度攝影&短文大賞今年主題為「我在山上的每一天」，同學們藉由攝影、影片及短文訴說著日常生活，或許不是格外精彩，卻提醒著我們靜靜品嚐生活。本校推廣教育中心的禪韻山水班也在台大醫院金山分院舉行成果畫展，除了展現書畫的各種筆法技巧，更融入身心調和的禪韻意境。校慶當天的「宿舍整潔觀摩競賽」則希望藉由展示室內外一如的禪悅淨土，作為落實心靈環保的實例，讓來自十方護持能感受到我們對於辦學基本目標的努力。



▲ 今年DILA年度攝影大賞第一名作品「處處是道場；時時觀照提」。

▲ 「走步道、選好名」活動讓全校師生體驗「境教」。

親密的陌生者：微生物

2020年開始至今，全球面對「2019新冠病毒」疫情，引發我們對於病毒之恐懼、族群不信等課題。

美國公共廣播電視公司（PBS）1999年發行的4集系列節目《Intimate strangers: unseen life on earth》（親密的陌生者：地球上看不見的生命），2000年有紙本書刊行（中譯本，2005年出版），介紹微生物是推動碳、氮、氧等物質循環的幕後功臣，將

所有生命連結成複雜網絡的「黏膠」，我們如何與微生物維持和諧平衡的共生關係，攸關人類與地球的未來。

書中第三篇「危險的朋友，友善的敵人」提到：微生物（細菌、病毒、真菌等）常住在我們的皮膚、口腔、和腸道內，入侵肌肉、骨頭及內

臟的微生物，才算侵入人體。

我們已演化出一套防禦系統（阻隔作用的皮膚和黏膜、殺菌作用的體液、免疫系統），來抵擋細菌的侵犯，使它們無法潛越人菌的界線。我們的基因組成以及許多因子，例如營養、壓力、甚至心理健康，都會影響我們的防衛能力，造成有些人免



疫力較好、有些人較差。

每天，我們的免疫系統都與微生物交換著成千上萬的化學訊號，有時你聽到的是「很高興你的到來」、「歡迎，裡面請坐」，有時可能是「給我安分點兒，不許越界」。我們的身體從這些對話中可以區分出敵友、親疏的關係，進而採取行動來招待友人或攻擊敵人。每個人的一生中，都與這個隱形世界保持著密切的互動關係。誠如湯瑪士（Lewis Thomas, 1913-1993，美國醫學教授）所說「疾病通常代表著未達成協議的共生關係……，是兩生物間的一種誤解。」了解這種關係，可幫助我們做出有益個人健康的決定以及促進全球人類健康的策略。

學術
動態

瑜伽經與佛教教義比較研究

莊國彬／佛教學系副教授暨學務長

我從英國帶回來的，除了一張薄薄的證書外，還有一圈肥厚的身體。在超重的狀態下，三高的情形也是蠻嚴重的。為了減肥，試了打球、健走、跑步等各種運動，但效果都不是很好。最後發現瑜伽，特別是熱瑜伽對我來說最有效，體重降了近二十公斤，精神也變好了，彷彿回到大學，甚至是高中時的體力。

由於練習瑜伽體位法，對印度教派的瑜伽哲學就感到興趣，於是研究主題也從原來的印度部派佛教，轉向以印度佛教與瑜伽派教義的比較研究為主。原本以為佛學界對《瑜伽

經》不太會注意，沒想到幾位歐洲知名學者，如Theodore Stcherbatsky、Louis de la Vallée Poussin、Erich Frauwallner等，都寫了佛教與《瑜伽經》相關的文章。主要是因為發現到《瑜伽經》的教義的確受到佛教，特別是受到說一切有部的影響。在他們的研究基礎上，我在2015年發表了〈《瑜伽經》與佛教思想的比較〉。

瑜伽派是主張二元論，認為有一永恒不變的神我（puruṣa）與一實際存在的原質（prakṛti），這跟主張諸法無常的佛教自然是南轅北轍。為了了解教義上的差異是否會

造成在解脫觀的不同，所以在2016發表〈解脫與獨存：瑜伽派與佛教解脫道的比較〉。

對於瑜伽派的主要經典——《瑜伽經》（Yogasūtra），雖然有些中文譯本，但都不夠翔實。而且《瑜伽經》是偈頌體，言簡意賅，若要能清楚明瞭經文的意義，那就需要依賴注解。其中最重要的注解是毗耶沙的《瑜伽經注》（Yogasūtra bhāṣya）。目前已有相當多的英、日文的譯本與研究，但是中文資料就相當地

▶ 莊國彬老師之研究主題現以印度佛教與瑜伽派教義的比較為主。

貧乏。於是我想將四品的《瑜伽經》配合《瑜伽經注》翻譯成白話中文。這四品是一、

定品（samādhi-pāda）51頌，二、修煉品（sādhana-pāda）55頌，三、神通品（vibhūti-pāda）55頌，四、獨存品（kaivalya-pāda）34頌。

今年已翻譯到最後一品。翻完之後，希望能有時間整理成書。能夠將平常練習結合研究，是我覺得很快樂的事。



臺灣鄉村地區居民生活環境不利性之變遷：2005-2014

李婷潔／社區再造學程助理教授暨研究發展組組長

過往探討災害為鄉村居民帶來不利影響的研究有幾項特性：一、過度重視災害衝擊的物理量度；二、缺乏災害衝擊現象間的整合性評估架構；三、關注重大災害事件，偏好靜態或橫斷性的資料分析策略，且忽略災害衝擊在空間單元間的空間自相關問題等。導致學術界迄今未能掌握臺灣鄉村地方居民生活環境不利性在空間分佈模式的變遷問題。

為了突破過往研究的限制，李婷潔老師在本研究中，發展跨災害的衝擊評估架構，並以臺灣農業縣市下的258個鄉鎮市為分析對象。並蒐集這些鄉鎮市在2005-2014年間共10年的長期追蹤資料，比較雨害、土石流、和地層下陷三種災害衝擊現象在空間分佈上的特性

及其隨時間的變化。結果顯示，這三種災害不利性的臺灣鄉村的空間分佈上皆有空間自相關的特性，只是三者的空間分佈模式在年度間的變化不一致。地層下陷的空間分佈模式在年度間沒有表現出明顯的變

化，但是，雨害與土石流皆出現顯著負向空間自相關的鄉鎮市數量增加的情況。最值得注意的是，雨害與土石流衝擊所帶來的不利現象有從區塊式的分佈轉變為細碎、零星式分佈的趨勢。

研究發現對鄉村災害治理具有重要的啟發：首先，在未來對雨害和土石流的應災機制中，除了要發揮區域內各級政府協同合作的功能，地方（如：鄉鎮市或社區）的自主應災能力更需強化。甚至，未

來地方應災能力在相鄰區位間的災害防救機制中具有關鍵的地位。這同時浮現出另一個問題：鄉村地方政府如何在資源有限且在地社區動能退化的困境中，有效提高社區自主的應災能力，因應未來雨害、土石流等重大災害發生的新模式，將是相關政策要著力之處。此外，近來國際社會相當重視「整合」對災害防治、土地使用與國土空間規劃的重要性。認為整合性的觀點有利於社會正視災害發生的源頭，才能降低災害風險。李婷潔老師在本研究中發展的跨災害整合架構，可做研究者分析不同災害時的比較基準。希冀這項分析架構與研究結果，對未來災害研究與實務工作發揮拋磚引玉之效。



▲ 李婷潔老師研究領域為鄉村社會學、災害與社會、生活品質。

善緣和合 牛轉乾坤

2021新年春聯揮毫活動

◎陳陶

農曆新年前夕，由本校學生會、書畫社與新北市警察局金山分局共同舉辦的2021年「拿春聯·過好年·感恩回饋」揮毫活動，1月30日

下午於金山全聯門口前免費贈送現場手寫春聯。將創辦人聖嚴法師「悲智和敬」的精神，結合春聯形式，期盼在混亂時局下，以此帶給社會大眾安定

的力量。本次新春揮毫已是連續第五年舉辦，今年的活動更顯特別意義，2020年大眾經歷了新冠疫情的考驗，新的一年更需要祝福與希望，透過春聯

結緣，給金山鄉民送來祝福與喜樂。

今年的新春揮毫活動可謂是「善緣和合，牛轉乾坤」。既有法鼓文理學院學生會、書畫社與警察局金山分局的善緣和合共同舉辦，在學校方面更能整合資源，發動全校同學參與，加強社團之間的合作與互動。此活動也是在校生與畢業生的善緣和合，秉持飲水思源、回饋母校的精神。例如：已畢業的婉君學姐連續五年參與、支持此活動，也有法師參加了四年，雅涵同學也共襄盛舉了二年。另外，學生會會長真守法師與書畫社社長育彰同學也都現場揮毫，而每一張春聯都是書寫者滿滿的祝福，都

是獨一無二的作品，大家所寫的春聯與吉祥話都供不應求，廣受長幼居民的喜愛。

此外，也是法鼓文理學院學生與金山社區居民的善緣和合，例如：有寫春聯的法師被斜陽照耀，居民則貼心撐起陽傘遮陽；有居民則提供家門口的車位，方便同學停車；也有鄉民提供茶水點心，點點滴滴都是友好互動、善循環。鄉民們看到出家法師寫的字，就非常歡喜，所寫的春聯都富含意義。藉著這些善緣和合，牛年必能牛轉乾坤，參與者都非常喜悅。希望能夠將這個活動繼續辦下去，讓本校與金山社區有更多的互動與共享，廣結善緣。



▲本校學生會、書畫社與新北市警察局金山分局共同舉辦2021年「拿春聯·過好年·感恩回饋」揮毫活動。

論文學術交流工作坊

與論文當朋友

◎賴子翰

下學期開學第一週，人社的同學們便迎來了由學群會舉辦的第一場活動——論文學術交流工作坊！論文是每一位研究生都需要耗盡心力，才能完成的一份畢業呈現，特別是人社學群以碩士學程為主，更是顯得重要。同時學群會的成立也是為了同學們的學習過程中，營造出適宜學術研究的環境與氛圍，也就是這次工作坊主要的目的。

這次工作坊中，特別邀請來學群的四位師長來進行短講。四位師長從不同的面向來講述如何撰寫論文，分別是：「叩問生命的源頭」、「與論文當朋友」、「論文·自然相處」以及「新手村的練習」。為了即將要開始思索研究方向的同學們，清楚自己該如何下手。特別是在叩問生命的源頭中，

辜琮瑜老師提到每個人都要清楚自己的道與術，道其實就是每個人的問題意識；術則是如何去研究問題的研究方法，請同學們千萬要釐清楚兩者的關係！而在與論文當朋友時，黃信勳老師提醒同學們研究是一種獲得知識的方式，也是一個自我探索的過程，是一個在生命中非常有趣的歷程。

第二天的下午，學群會則是邀請到通過計畫審查與畢業的學長姐，來跟同學們分享撰寫論文時的經驗。不論是浩瀚的文獻爬梳，還是在電腦前思緒卡住，寫不下去的煎熬，學長姐都一一向同學們娓娓道來。相信不論是師長們的短講，或者是論文撰寫的經驗分享，都會成為同學們在接下來撰寫論文時的一帖定心丸，並將這樣的學習與交流繼續傳承下去！

鏡頭下的浮光與佛光

不丹導演巴沃邱寧多傑講座分享

◎釋德軒

本校推廣教育中心於1月13日邀請到不丹知名攝影師暨導演巴沃邱寧多傑（Pawo Choyning Dorji）蒞臨演講，並由電影製片人，同時也是導演的夫人賴梵耘擔任翻譯，一起進行對談。巴沃導演的第一部電影《不丹是教室》即拿下多項國際大獎，全片在5000多公尺的喜馬拉雅高山上以太陽能發電拍攝，藉由此電影帶領大家在傳統與文明中反思幸福的真諦。

巴沃導演談起重走玄奘西行之旅的源起，提到佛法至今已經存在2500年，然而藍毗尼、菩提伽耶、鹿野苑、拘尸那羅等佛教聖地真正復原成現在的模樣才不過150年，印度在這期間經歷過許多戰爭，佛教也曾在印度滅亡。公元636年一位中國僧人——玄奘不只到達印度，連途經的阿富汗、巴基斯坦等國也都詳細地用



▲不丹導演巴沃邱寧多傑（右）及其夫人賴梵耘（左）蒞校分享創作動機與重遊玄奘西行旅程之心得。

中文紀錄。1842年一位基督教的神父對佛法沒有了解但對中文有興趣，他找到了唐朝玄奘的一本書並翻譯它，並且在1850年翻譯出版後才讓世人了解很多歷史，如從玄奘的書才讓我們知道佛陀真實存在的事實。2018年有75萬人到菩提伽耶朝聖，因為玄奘，我們才能知道這些地方，因此巴沃導演希望藉由重新沿著玄奘所經之地西行，尤其在當時是交通不便

只能徒步的情況，沿途拍攝下壯麗的景致，讓大家真實體會到玄奘的偉大。

曾有人問巴沃導演為什麼一個不丹人要做這個計畫？導演說他希望帶給佛教徒對佛教嶄新的認識並學著珍惜，因為我們差點就會失去佛教，而在述說玄奘的故事時，希望大家看到每個人內心的玄奘，並且學習玄奘的精神——勇氣、虔誠及永不放棄。



▲研究生間相互交流學習。

4 Country Roads, Take Me Home

An American Diplomat Walks into a Monastery...

©Maxwell Stoneman (Foreign Service Officer, U.S. Department of State)

It's not the beginning of a joke, it's the beginning of my life-changing experience as a DILA Visiting Scholar in December 2020.

As a future spokesperson for the U.S. Embassy in Beijing, I came to Taipei last year to pursue intensive Mandarin language studies at the American Institute in Taiwan. I have learned several foreign languages, including Arabic and French, so I knew from the outset that immersion in Chinese conversation and culture would be critical to my success.

Beyond professional reasons, I also had a personal objective: I am still fairly new to Buddhist practice, so I hoped to benefit from courses and discussions on meditation, traditional arts, and the modernization of Chinese Buddhism. After classes began at AIT, I began searching for local learning and research opportunities and found the Dharma Drum Institute for Liberal Arts website.

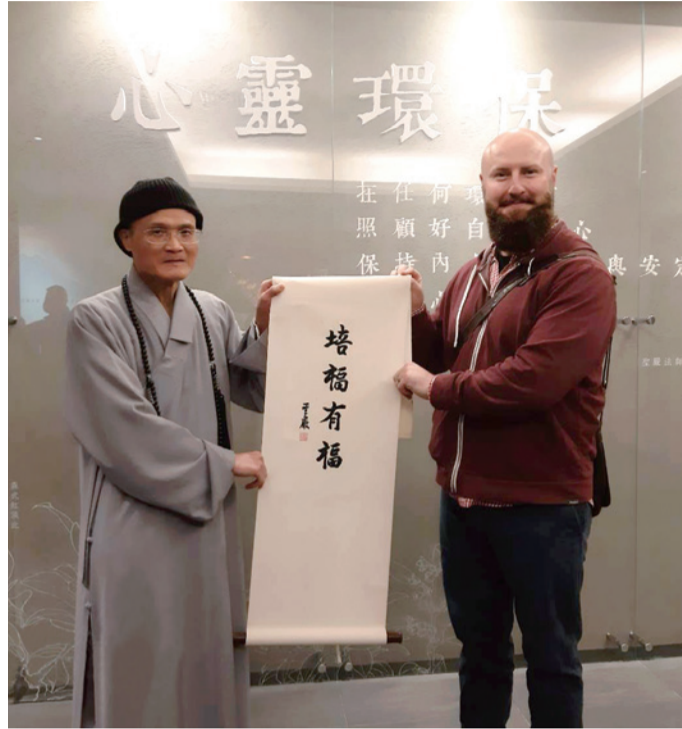
So Much to Do, So Little Time

I am forever grateful to DILA for accepting my application as a visiting scholar and providing such an enriching experience. Although

I could only stay for one week, my schedule was jam-packed with intellectually stimulating classes, interviews, and tours. To cap it all off, I was scheduled on my last day at DILA to give a speech (in Chinese, of course!) about my experience. But whatever stress I felt about the speech quickly dissipated once I arrived in the serene environs of DILA's auspicious campus. Just outside below my dormitory, a lovely stream flowed down the hill, and a view of lush green hills peeking through dense clouds greeted me every morning.

Knowing that my goal was Chinese language immersion and practice, International Affairs Section leader Lu Youru introduced me to Yiwen Fashi, a recent DILA graduate who took me under his wing for the entirety of my weeklong visit. He accompanied me to lectures and tours, and even prepared my first "stinky tofu" meal. Delicious!

I was also introduced to Ronan Farrell, who turned the key to DILA's massive library collection, and to Apple, a DILA student and volunteer who drove me up, down, and all around the beautiful campus on Jinshan in her car.



▲ The author with Abbot President, Venerable Guo Hui, holding a scroll of Master Sheng Yen's words.



▲ The author enjoying Ju Ming Sculpture Museum.

My first day at DILA was a whirlwind experience, beginning with a brief orientation to the campus followed immediately by a terrific class on Zen meditation and introspection led by Guo Guang Fashi. In the afternoon, I attended an inspiring Chan in Traditional Chinese Painting class led by the eminent artist Professor Chien Shu-Hua. By a twist of scheduling, I also attended Professor Chien's yoga class that night. It was as challenging as it was relaxing!

"Did You Know He Can Sing?"

At our introductory meeting, College President Venerable Huimin Bhikshu informed me that my esteemed companion and guide was also a gifted performer. What luck! I happen to love playing the guitar and singing backup vocals. With Huimin Bhikshu's encouragement, Yiwen Fashi and I decided to prepare a musical number for a DILA event

that coincided with my final day on campus.

As the week progressed, I began to learn more about Dharma Drum Mountain's history, DDM's founder Master Shengyan, and his focus on Buddhist education. My familiarity with Dharma Drum Mountain expanded with a tour of the Zen Hall, graciously offered by Abbot President Venerable Guo Hui, and a lovely tour of the Dharma Drum Global Buddhist Education Center and Guanyin Hall.

A Safe and Sacred Mountain

Beyond the invigorating intellectual environment, I was impressed by and appreciative of the many prudent social distancing measures Dharma Drum Mountain has set in place during the time of COVID-19. DILA is clearly committed to the health and well-being of its faculty, students, and staff during this unprecedented

global pandemic.

I was particularly moved by a visit to Dharma Drum's Life Park, where I witnessed a tree burial service. The park is a marvelous embodiment of a humanistic ethos, providing free-of-charge a peaceful, dignified resting place for the remains of loved ones regardless of religious or sectarian affiliation. Venerable Guo Kai Fashi, who led the ceremony at Life Park, also gave me a fascinating introduction to the many efforts DDM is expending on using new media and social networks to bring traditional Buddhist ceremonies to life online.

The Big Day Arrives (Too Soon!)

My time at DILA quickly passed and I soon found myself in front of 40 faculty, monks, students, and new friends to offer a speech. At the encouragement of the College President, I sang the John Denver song Country Roads (with a new Chinese-language chorus, of course!) while playing the guitar. I was pleasantly surprised to hear so many people in the audience singing along! After answering audience member questions for about an hour, I went with Yiwen Fashi to a Christmas-themed party in the student lounge where we performed a duet of You Raise Me Up.

For a week at DILA, my spirit and mind were both raised up to new heights. I am deeply grateful and humbled at the generosity and kindness I received. I am certain I will return, though I can't say when. All I know is that I will take the simple words of Master Shengyan to heart: 培福有福. Nurture blessings, and you will have blessings.



▲ The author accompanying Yiwen Fashi in singing You Raise Me Up.



▲ The author presenting a lecture on his experience as a DILA Visiting Scholar.