

法鼓山普賢講堂

319 Lowell St., Lexington, MA 02420 · (781)863-1936

www.ddmmba.org mba_mail@yahoo.com

諸惡莫做 眾善奉行 自淨其意 是諸佛教

2017年3月月訊

【三月活動】

March 2017						
Sun (日)	Mon	Tue (二)	Wed	Thu (四)	Fri (五)	Sat (六)
			1 甘露門 2-4pm (請預先電話登記)		3 梵唄與修行 7:30pm-9:00pm	4 禪坐共修、與果啟法師有約 9:30am-12:00 太極武藝 12:30pm-1:50pm 念佛共修 2:00pm-4:00pm Yoga Class 4:00pm-5:00 瑜珈課程
5 精進佛一 10 am - 5pm	6	7 念佛共修 10:00am-12:00pm	8 甘露門 2-4pm (請預先電話登記)		10 梵唄與修行 7:30pm-9:00pm	11 心靈環保讀書會 (聖嚴法師著作) 9:30am-12:00pm 太極武藝 12:30pm-1:50pm 念佛共修 2:00pm-4:00pm Yoga Class 4:00pm-5:00 瑜珈課程 親子菩提 5pm-7:00pm
12 觀音菩薩聖誕法會 10 am - 12 pm	13	14 念佛共修 10:00am-12:00pm	15 甘露門 2-4pm (請預先電話登記)		17 梵唄與修行 7:30pm-9:00pm	18 禪坐共修 9:30am-12:00p 太極武藝 12:30pm-1:50pm 念佛共修 2:00pm-4:00pm Yoga Class 4:00pm-5:00 瑜珈課程
19 佛法弘講-禪文化的生活 10:00am - 12:00pm 常華法師	20	21 念佛共修 10:00am-12:00pm	22 甘露門 2-4pm (請預先電話登記)		24 梵唄與修行 7:30pm-9:00pm	25 心靈環保讀書會 9:30am-12:00pm 太極武藝 12:30pm-1:50pm 念佛共修 2:00pm-4:00pm Yoga Class 4:00pm-5:00 瑜珈課程 親子菩提 5pm-7:00pm
26 舒活禪一 10 am - 5 pm	27	28 念佛共修 10:00am-12:00pm	29 甘露門 2-4pm (請預先電話登記)		31 梵唄與修行 7:30pm-9:00pm	

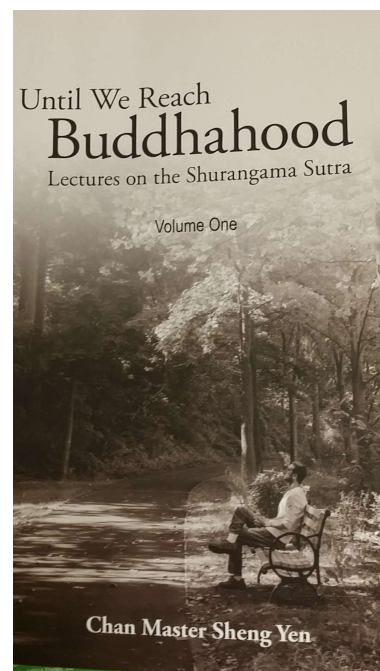
講堂活動介紹

心靈環保讀書會

心靈環保讀書會從二月份開始讀的書是《Until We Reach Buddhahood》。這本書分上下兩冊。是聖嚴法師〈楞嚴經〉講座的英譯本。這些講座是由聖嚴法師在紐約禪中心的講座直接整理成英譯本。

我們之所以選這本書是基於以下的原因：果啟法師建議我們讀英文佛書，這也是聖嚴法師弘揚佛法理念在美國的推展。對我們自身來說也是一個很好的學習機會。我們生活在美國，大環境其實是英文的，讀英文佛書一方面可以繼續學習提高英文，另一方面可以幫助我們和周圍的美國朋友，還有自己的孩子，用他們熟悉的語言來交流學習佛法。

這套書的可貴之處是，聖嚴法師以對佛理的深徹理解以及多年的實證經驗，用深入淺出的生動語言，系統全面地講解佛法的重要內容。對很多人來說，《楞嚴經》是深奧難懂的，經過聖嚴法師用精煉清晰又生活化的語言講解，幫助我們順利理解消化經典的內涵。另外這本書的英譯也非常棒，內容整理得很有條理，文筆流暢，用詞通俗易懂。個別的佛教術語，我們也會在讀書會給大家解釋。歡迎有興趣的朋友加入，也歡迎介紹對學習佛法有興趣的英文人士一起來讀。我們目前是每隔一周的星期六上午一起讀書討論。外州菩薩們也可以上線一起同霑法益！有興趣上線，請撥冗聯繫 楊朝暉(tel:603-233-5318)，具體時間請參考每月月訊。



Yoga class

The Yoga class is deeply related with Zen meditation practice and our daily life.

To practice yoga means to . . .

- enter a judgement free zone where students and the teacher support one another to learn
- link the breath with movement creating a union between body and mind
- elevate the spirit and open the heart
- teach yourself what your physical limits are and learn to relax

Teacher: Veronica's comments:

1. This will be a beginner level Vinyasa class, good for people with all levels of experience
2. Yoga mat, towel, water is in need.
3. My name is Veronica Gassert and I completed my 200-hour yoga teacher training in August 2015 from Barefoot Yoga Studio of Davis, California in Hong Kong. It helped me renew my confidence while I was recovering from depression. I came to participate in meditation activities at DDM this year and was touched by the welcoming

community of DDM.

It is my pleasure to share the benefits of yoga with practitioners of all levels to help them cultivate mindfulness and achieve relaxation on and off the mat.

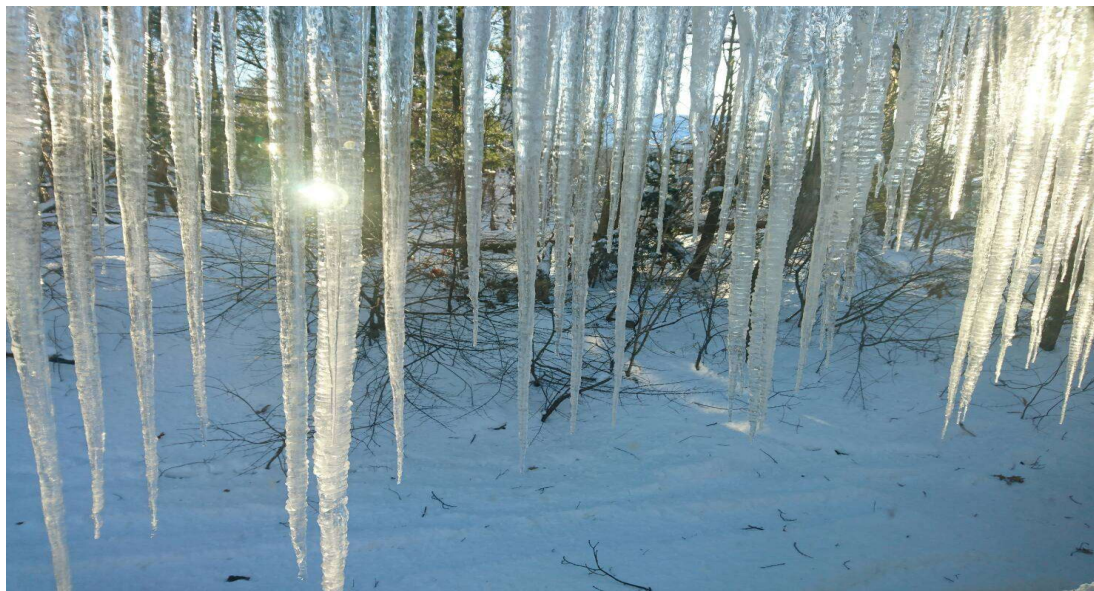
♥ Pls contact with Lmei for the details : 781-325-2986



法師手札：反光、沾光！

為什麼佛陀說我們要多讚嘆他人?原來 聖嚴師父在《禪的生活》一書中就有提到，也和菩薩戒的部分有關連！能多看 師父的開示，真有福報！

您想當反光的人還是吸光的人呢？



一個人若修持到幫助每位眾生都發光，見到了每一個眾生都有光、都反光，那他就會發現一切眾生都是佛，所以佛看眾生，眾生都是佛，因為佛最清淨、明朗，最容易反光。

若老是看到這個人壞、那個人有問題，所有的事物都覺得可惡，這種人不但不會反光，而且是專門吸光的人，光射到他，就不見了。

【二零一七年四月份 活動預告】

April 2017						
Sun (日)	Mon	Tue (二)	Wed	Thu (四)	Fri (五)	Sat (六)
						1 禪坐共修 (聖嚴法師禪法開示及共修) 9:30am-12:00p 太極武藝 12:30pm-1:50pm 念佛共修 2:00pm-4:00pm
2 精進佛一 10 am - 5pm	3	4 念佛共修 10:00am-12:00pm	5 甘露門 2-4pm (請預先電話登記)		7 梵唄與修行 7:30pm-9:00pm	8 心靈環保讀書會 (聖嚴法師著作) 9:30am-12:00pm 太極武藝 12:30pm-1:50pm 念佛共修 2:00pm-4:00pm 親子菩提 5pm-7:00pm
9 清明報恩地藏法會 2 pm - 5 Pm	10	11 念佛共修 10:00am-12:00pm	12 甘露門 2-4pm (請預先電話登記)		14 梵唄與修行 7:30pm-9:00pm	15 禪坐共修 (聖嚴法師禪法開示及共修) 9:30am-12:00p 太極武藝 12:30pm-1:50pm 菩薩戒誦戒暨念佛共修 2:00pm-4:00pm
16 舒活禪一 10 am - 5 pm	17	18 念佛共修 10:00am-12:00pm	19 甘露門 2-4pm (請預先電話登記)		21 梵唄與修行 7:30pm-9:00pm	22 心靈環保讀書會 (聖嚴法師著作) 9:30am-12:00pm 念佛共修 2:00pm-4:00pm 親子菩提 5pm-7:00pm
23 佛法講座 3 pm - 5 pm	24	25 念佛共修 10:00am-12:00pm	26 甘露門 2-4pm (請預先電話登記)		28	29 禪坐共修 (聖嚴法師禪法開示及共修) 9:30am-12:00p 太極武藝 12:30pm-1:50pm 念佛共修 2:00pm-4:00pm
30 親子禪修營 10am-4pm						

講堂新開放時間：冬令期間(12月-4月)，調整為星期二至星期日每日上午十時至下午五時