

實習交流心得

法鼓文理學院

U114112

蔡宜軒

經過一學期的規劃，本次學海築夢計畫前往美國禪學院醍醐寺實習交流於七月二十七日正式展開，當天和兩位同學一行三人於桃園機場會合，帶著開放的心態踏上本次旅程，期待迎接新的學習和體驗。

經過十二個小時的飛行到達舊金山國際機場，再歷經八小時的轉機，於當地時間7/28清晨抵達華盛頓杜勒斯國際機場，義工Cathy前來接機，帶著我們抵達此行實習交流活動地點醍醐寺，本次交流計劃的聯絡人海樂法師親切的歡迎我們，安排我們掛單並與寺院義工共進午餐，彼此認識。

美國禪學院（US Zen Institute）是一個不分宗派的佛教道場，僧團組成有方丈和尚法曜法師、監院永會法師和方丈侍者海樂法師，集合南傳和漢傳。主要的兩個道場位於美國馬里蘭州，分別是由教堂改建的老佛堂，以及近年落成，做為禪修中心的醍醐寺。兩者距離車程十分鐘，每週日上午兩處同時舉辦共修，分別以法會和禪修接引不同大眾。在老佛堂，信眾來自大華盛頓特區周邊的亞洲移民，華人居多，許多虔誠信眾長期護持寺院、參與共修，年齡層偏高，禪修中心醍醐寺以禪坐共修讓各族群、不同年齡層和不同宗教的民眾體驗、練習禪修和認識佛法。

醍醐寺（Amata Meditation Center）於2023年4月8日正式落成啟用，是一座適

合禪修的現代化道場。現代、極簡風格的禪堂、教室和藝廊是寺院內主要的建築空間，提供大眾共修、活動。禪堂等內部空間規劃完善舒適，外部建築簡約現代，景觀融合自然環境，我們參與的跨宗教夏令營就在此舉辦。





在夏令營的實習工作內容是隨課程需要，協助場地的運用及善後、維護，此外在每日課程開始和結束前，各十分鐘的禪修體驗時間帶領大家體驗法鼓八式動禪。

參加跨宗教夏令營的小朋友（小學生）和隊輔（高中生）共近30人，來自不同種族、信仰，包括基督信仰、印度、錫克教、佛教等，透過課程活動一同認識所處的環境。不同講師帶來多元的課程和體驗活動，內容涵蓋自然環境、環保意識、社會面向的網路環境安全意識以及認識不同宗教信仰。透過這些認識增進對環境、對彼此的了解和尊重，促進人與環境、人與人之間的和諧共榮。

在實習工作之餘和學員一同參與課程和活動也是相當有趣的體驗。令我印象深刻部分，首先是看見老師、主辦方們用心的規劃，隊輔同學們的參與及所展現的領導能力，藉此機會認識不同國家、文化的教育目標和方向，認識不同的學習方式、思考方式及溝通、協作和處理問題方式。

最後是每日包括我們，共有六到十位不等的醍醐寺義工參與，以及來自政府單

位、非營利組織的老師，學生家長的參與。來自不同背景、信仰，許多人初次見面，能一同順利、愉快的合作完成工作，除了有著成就本次活動的共同目標，也從中體會到宗教素養對個人及社會的正面影響力。



在醍醐寺的三週時間內，除了夏令營的實習工作，也在法師的安排及義工的帶領下，參觀了華盛頓特區著名景點、國家植物園、國家航空太空博物館，在馬里蘭州走訪當地具特色的現代美術館、走入附近的森林公園、農場，參訪印度教和錫克教寺院、並有機會隨海樂法師至馬里蘭大學景觀建築系參與對於醍醐寺景觀設計的討論會議，大大豐富了我們這次旅程的學習和體驗。

我們分別在抵達的第二日7/29至老佛堂拜會長老尼監院永會法師，以及於8/1拜會方丈和尚法曜法師。在醍醐寺期間，永會法師對我們的關懷照顧，法曜法師在緊湊的行程中撥空與我們茶敘，給予學業和修學佛法上的建議，海樂法師安排各項參訪活

動、親自或安排義工帶我們認識周邊環境、體驗當地文化、及分享生命故事等，都使我受益良多。非常感恩法師和義工們的接待和照顧，以及親近法師和與各位義工交流學習的寶貴機會和經驗。

接下來前往波士頓，雖然停留時間不長，在主任鄧教授的帶領下參觀哈佛大學的校園、圖書館、博物館和美術館，並巧遇法鼓山僧團法師，一同前往參觀麻省理工大學校園和市區著名景點，又有機會與依法法師見面，行程相當充實豐富。



到達最後一站紐約，在曼哈頓唐人街的妙覺寺掛單，十分感恩妙覺寺法師及義工們的熱情接待和照顧，讓我在紐約市區紛雜的環境下感到安心，也能稍微舒緩旅途的疲憊。在法師和義工的安排或陪伴下走訪了許多市區景點。正逢舉行盂蘭盆法會期間，有機會短暫的參與和體驗。



在主任的安排下我們在紐約參訪了法鼓山東初禪寺、佛光山紐約道場、慈濟紐約道場，加上紐約妙覺寺、波士頓掛單的千佛寺、實習地點醍醐寺，共參觀了六個佛教道場，有機會以此對佛教道場（多為漢傳）在美國的適應和發展有一些認識，看見不同於我們在台灣熟悉的，也各自不同的樣貌。在參訪的每個寺院受到法師和義工們熱情的接待和詳盡的介紹和豐富的交流，還有機會參與道場的不同活動，都是相當難得的學習和體驗。參訪各博物館、美術館除了可以看到許多著名文物、藝術品，能參觀眾多的佛教文物，也是此行的一大收穫。

