

【師生FUN輕鬆】SHSS Talks

講者：常寬法師

講題：聖嚴法師的科學思想

日期：111年1月5日

時間：下午 1:00~2:30

活動報導：孫培莘

談到科學，大家可能會感到十分好奇，身為一名禪師的聖嚴師父，與科學間會有什麼連結呢？聖嚴師父在取得了文學博士文憑之後，原本以為自己將成為一名教書匠，卻在種種因緣之下，來到了美國並成為一名禪師，於是師父就從禪修開始，展開了在西方的佛法之旅。曾在師父身邊多年的常寬法師，也將從這裡開始今天的講座。

一、轉念之後：師父小的時候曾多次被老師指出數學不好，但師父並未因此而感到挫折，反而轉向去思考在數學之外，其實還有許多能做的事。正所謂退一步海闊天空。因此在鑽研了禪宗的理論，並結合了自身多年的修行經驗之後，發展出適用與現代人禪修的調心方法，藉由觀照每個呼與吸之間，練習慢慢地將散亂的心念集中，進而達到安定的狀態。

二、用之得宜：胡適之先生提倡：『大膽假設，小心求證』的治學方法，這與禪宗重視印證的態度不謀而合。例如話頭禪，即是藉由一個個的公案，來勘驗修道者的見地程度。師父也發現，不同的身心狀態適用的修行方法也不盡相同，有些人適合鬆，有些人適合緊，也有些人需要鬆緊兩種方法交互並用。師父強調，這之間並沒有絕對，因為方法是死的，而應用卻是活的。是否能遇到一位好的師父指導，也很重要。

三、科學的悟：科學家們的各種發現，或多或少也是需要自身的悟性，因此他們也將生命投入在宇宙萬象的分析與觀察中，這與佛法所講的『諸法空相』有異曲同工之妙。因此宗教、哲學與科學這三者間，有著微妙的關聯。

四、勤能補拙：師父自認在數學方面是一個鈍根的人，但對於佛法卻是利



根。師父自小並不是一個利根的孩子，因為對於佛法有興趣，於是透過不斷的學習，及加倍的努力，而有了今日的成就。因此法師也鼓勵大家，對於修行，也要保持著這樣的態度，只要勤加努力，鈍根也會成為利根。

午後的天氣很舒適，偶爾還有陽光露臉，除了法鼓文理學院的學生之外，還有學分班的同學專程上山來聆聽這場講座。在活動的尾聲，常寬法師也以輕鬆的言語，來回覆同學們的提問。講座在大家的依依不捨之下，輕輕地劃上了句點，感謝常寬法師帶領我們從一個不同的角度來親近師父，也讓我們體會到師父的智慧以及無盡的身教。

在這個冬日的午後，得以聆聽這場講座，宛如一道清泉，清澈而溫暖。在此也預告，人社學群學會在下學期將繼續舉辦【師生FUN輕鬆】SHSS Talks 系列演講，讓我們一起期待下一次的相聚。



