

# 簡介和尚 — 上大下寂法師

## 學歷：

\*華梵大學東方人文思想研究所佛學博士

## 經歷：

- \*大寂靜學會導師
- \*大寂靜學會理事長
- \*生命電視台弘法師
- \*中壢圓光佛學院教師
- \*中壢圓光佛學院輔導老師
- \*中壢圓光假日佛學班講師
- \*台北龍山寺講師
- \*台北松柏精舍講經法師
- \*台北聞思佛學圖書館講師
- \*中華佛教青年會監獄弘法佈教師
- \*台北華梵文教基金會講師

## 個人專長及

### 研究領域：

天台宗思想、  
內外道之瑜伽派思想、  
原始阿含思想、部派思想、  
中觀思想、阿蘭若處的修行法、  
法華經思想、六祖壇經思想、  
佛學概論、宗教與人生、  
禪宗與人生、戒律作為學佛的基礎

法師自幼受父親影響，因為父親參話頭時一句有趣的「我是誰」，種下了未來出家的種子。長大後，被越來越多的生命之結困擾著，當想解開所有的結時，心卻更迷惘的朦朧不清，心靈覺得日益空虛，於高中時期無意中接觸到「止觀」，就此一頭栽進「天台止觀」的奧妙中，並開始大量閱讀經典，如《阿含經》、《雜阿含經》、《清淨道論》，從中理解了止觀的運行原理，並從實際修行中瞥見了宇宙之道，奠定了原始佛法深厚的基礎；而後又深覺不足，乃繼續學習初、中、後期之大乘佛法，如《瑜伽師地論》、《大智度論》。大一因緣具足，於天台宗道場出家，剃度師父精通因明、天台、唯識、哲學，讓法師更見識到《小止觀》、《釋禪波羅蜜》、《六妙門》、《法華玄義》、《摩訶止觀》等大乘經典的不同風貌，再度於佛法中悠遊自得，至今能運用三藏十二部經之資源，深解義理，通達無礙。

法師於理性思考、思辨能力與數理邏輯有深厚基礎，加上佛法紮實的底子，因此在面對大藏經時能貫通無礙，由於所研究的方向是佛教哲學，因此在印度哲學與中國佛學上著力甚深，且興趣於瑜伽，並花了將近四年的歲月閱畢一百卷的《瑜伽師地論》。由於瑜伽是所有印度哲學修行與實踐的共同準則，尤其是瑜伽派 Patañjali 的 *Yoga sutra*，法師不僅對全部經文的內容融會貫通，並將它翻譯成中文，書名為《瑜伽經》，同時就印度佛教思想、中國佛教思想、綜合思想等在各地學報發表了多篇文章，現已出版的著作除《瑜伽經》外，尚有《佛陀的啓示 / 第一、二輯》《圓融觀呼吸——天台宗的六妙門》《菩薩的禪修/釋禪波羅蜜次第法門註》《非行非坐三昧之修學》《智慧與禪定作為佛教神通的成立基礎——從原始佛教至瑜伽行》。

由於法師對經藏義理的通達無礙，有條理的分析辯證，以深入淺出的方式教授，加上實修體證，讓學員們從散心到寂靜心的改變，甚至許多學員生理上的疾病都獲得改善解決，並且在生活中保持高度的敏銳性，因此其教學及演講廣受學員愛戴，法師立願終其一生為佛法續命，講經說法、利益眾生直達解脫為志，目前除了於各地精舍講經說法、圓光佛學院作育英才、生命電視台弘法，並成立**大寂靜學會**，開設免費課程，如禪修實坐、禪修次第（釋禪波羅蜜次第法門）、空性智慧（大般若經、入菩薩行論）、徹底斷除煩惱（雜阿含經）等課程，歡迎有興趣的菩薩大德蒞臨大寂靜學會現場聽課，或上網站觀聽，網址為

<http://www.muchcalm.com.tw>

大寂靜學會電話：+886-2-2766-0108

大寂法師Email: jimm.y86@msa.hinet.net