

花蓮監獄 108 年度法鼓山人文社會基金會生命教育講座圓滿成功

本監邀請法鼓山人文社會基金會副秘書長許薰瑩於 7 月 9 日在教誨堂舉辦生命教育講座，計有 370 位收容人參與。薰瑩老師以「把心拉近、從心開始」為主題，從靜心禪坐開始，而後講解如何調整心念，逐步做出更好的改變，從心活出新生命，在場收容人皆專心聆聽、獲益良多。



許薰瑩老師以華嚴經「心如工畫師、能畫諸世間」來讓同學瞭解，自己才是心的主宰，所以生命的改造要從心開始。



老師帶領全場同學靜心禪坐，從觀照呼吸開始，讓躁動的心穩定下來，心安定了，就會發現處處和諧又安定。



老師鼓勵收容人，世界上沒有絕對的好與壞，心能主宰我們的心情、我們的環境，只要心態改變了，環境也會跟著改變。