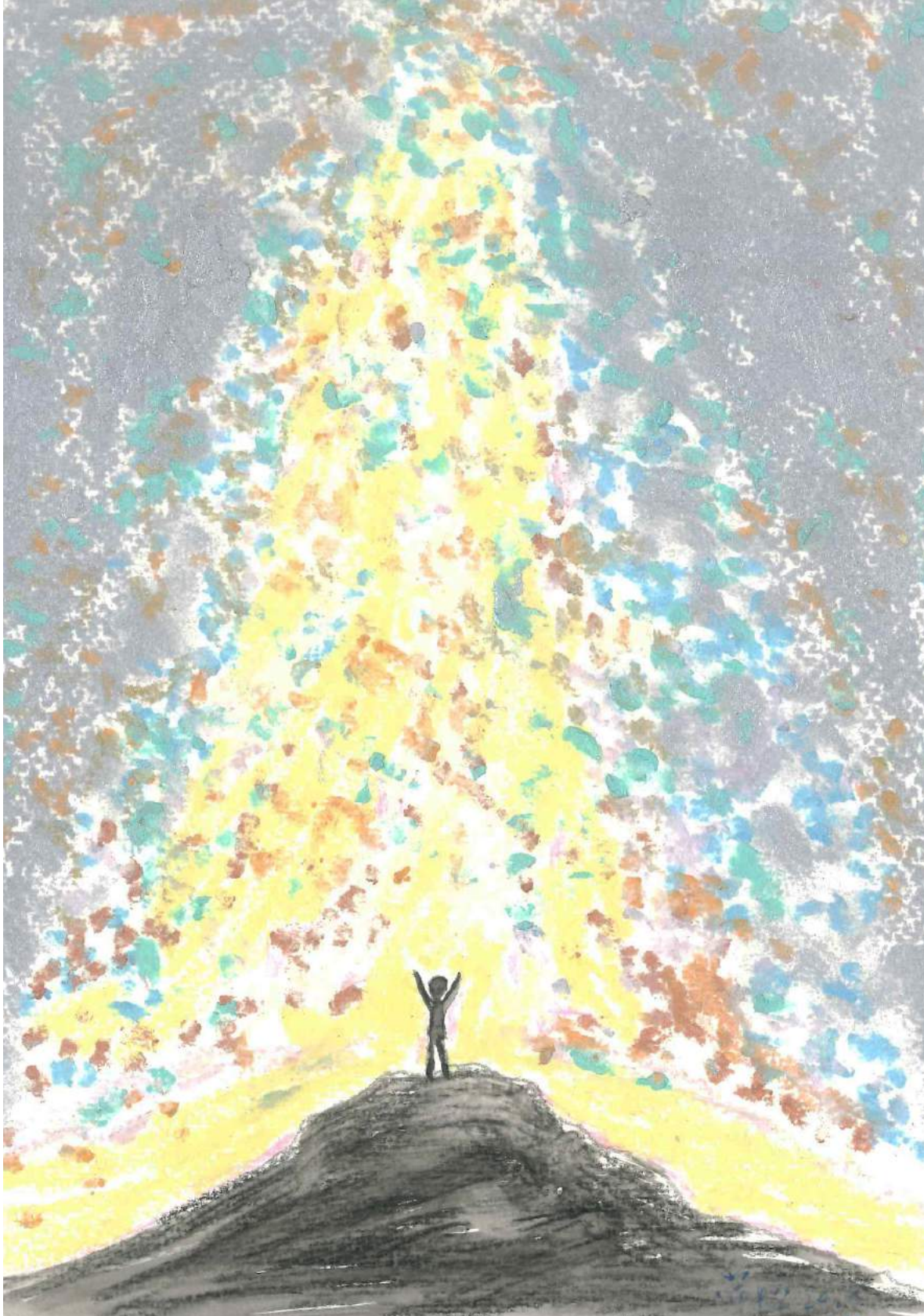


# 僧聲

2019.04.01 No.7



我們在還未修行前就要發願，為家中、工作環境中，乃至社會中的每一個人的處境、利益著想。

FOREWORD 人生的願望 / 聖嚴法師

HEARING 借光又發光，普照一切 / 四弘誓願講記 / 聖嚴法師

REFLECTION 盆菜，只有美味好？還是五味雜陳好？人生，只有讚美好，還是毀譽參半好？ / 演發

PRACTICE 入學道心第一 法鼓募僧建設人間淨土 / 張曜鐘

EVENTS 活動訊息

## 人生的願望

聖嚴法師《找回自己》

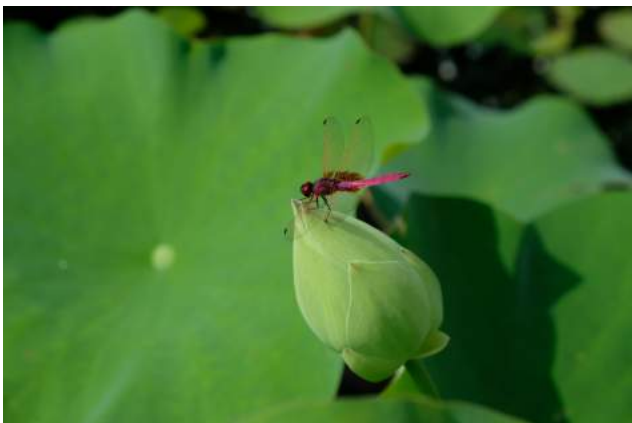
每個人小時候都有許多的夢想、許多的心願，常常想：「我將來要……。」但是長大後，夢想是否兌現了呢？一旦遇到生命的困頓時，便會有疑問：「為什麼我要被生下來？讓我活著好痛苦！好辛苦！」

如果以佛法的角度來看，不是父母一定要生下你，而是你自己要來的，來的目的，就是為了還願、許願。在我們短短的一生之中，經常會為了某件事而向某個人許願、承諾，這樣的許願和承諾，無量生以來不知道有多少。所以佛法認為，我們過去許願，這輩子還要再來許願；而過去許的願，尚未實踐、尚未兌現的，也要在這一生或未來生還願。

或許有人會說：「那是你們佛教徒的生命意義、生命目的。我不是佛教徒，為什麼也要把許願、還願當作我的生命目的呢？」的確，一定有人會有這樣的疑問，甚至連佛教徒也會這麼認為。

換一個角度來看，「許願」和「還願」其實就是我們對生命的承諾；即使沒有學佛的人，也會重視人與人之間的承諾，更何況是自己對自己的承諾。如果你曾經想過：「如果我能夠……的話，我就會……。」或者是：「但願我能……，那我就……。」有一些是有對象的，有一些是沒有特定的對象，那不就是一種許諾？一種許願嗎？

一個人只要對前途充滿希望，認為前面有路可走，就一定有他自己的志願和期待，那就是許願。許願之後就會不斷努力來還願，一個願完成了，還會繼續許下一個願。



如果這個願是為了他人著想，不僅僅是為了自己，這個人的人格一定很健全，而且不論大願、小願，都會有成就，也會活得很有方向感、很有意義。

以我自己來說，因為小時候家裡很窮，父母沒有足夠的衣服、食物、錢來養育孩子，有時甚至根本沒有，所以我的母親總覺得對不起孩子們。當時我就許了個願，說：「媽，沒有關係，雖然我們現在很窮，但是等我長大以後，我一定會賺很多、很多的錢給你們用。到那個時候，媽媽就不要再說窮了。」

我一直記得自己發過的願，可是到現在為止，我始終沒有機會兌現。我要如何彌補這個遺憾呢？我只有奉獻自己給一切的人、一切的眾生，藉著幫助其他的人，來表示對父母的紀念或懷念。這就是「還願」。

**為了許願和還願，人生必須負責、盡責。**

負責任是一種健康的觀念，因為當一個人願意負起責任，完成工作或任務的時候，就有機會認識自己的能力，從中獲得對自我肯定。

一個不負責任的人，不容易自我肯定；而一個不能肯定自己的人，往往會失去生存的目標和意義，他的心理一定不健康，心情也必定不會很愉快。

在生命過程中，我們每個人都必須扮演好幾種不同的角色。在家裡你可能同時為人子、為人夫、為人父，或是同時為人女、為人妻、為人母；到了工作場合，又是個工作人員；在學校，可能是個老師，也可能是個學生。

**不同的角色代表不同的責任，善盡自己的責任就是人生的意義，就是最好的還願和許願。**



## 借光又發光，普照一切

《四弘誓願講記》

有人曾問我說：「一個人的體力、智慧力、財力，都是有限的，而眾生無邊，怎麼可能度盡呢？」這不用擔心，從初發心到成佛，稱為三祇百劫，度眾生是在這段時間，並非在短短一生中就要度盡眾生。自己力量有限，度有限的眾生，力量越大，度的眾生越多、範圍越廣。因此，為廣度眾生，便需要修行。譬如電瓶充滿電，才能發光，又如太陽能電池借太陽光充電發光；修行，就好像是充電，用佛法充電，既借光又發光。

不過凡夫度眾生有限，八地以上的菩薩，則能於同一時間分身千百億身，度千百億人，權巧方便或用物質施予，或以精神救濟。

有人問我：「已經有許多佛成佛，為什麼還有那麼多的人沒有被度呢？」我說，佛法如陽光，太陽升起，普照大地萬物，有的直接承受陽光，有的間接吸收熱氣，即使是長年在海中、地下的生物，也間接因有陽光的存在而生存。

釋迦牟尼佛修行三大阿僧祇劫的菩薩道，以身心幫助眾生，以言行教化眾生，如陽光一般普照於一切眾生。又如食米，經由栽種的人、販米的人、發明割稻機的人、改良品種的人、製造工具的人、改良肥料的人及延續稻種的人等過程，已有許多人和我們產生關係，不論直接或間接，這種關係一直延續著。



佛法綱要：

四聖諦、六波羅蜜、四弘誓願講記

作者：聖嚴法師

出版社：法鼓文化

出版日期：2011年06月01日

語言：繁體中文

法鼓文化心靈網路書店：

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

所以，佛菩薩從無量劫以來，對於已度、應度、未度的眾生，或在物質上，或在精神上，皆已種了得度的因緣，並且已經直接或間接度了一切眾生。

禪的最高目的是「無我」，禪的修行是無上法門，是究竟的上乘法，上乘法必定是菩薩道、佛道。僅為自己的生活飲食溫飽而忙碌者，是下等人；僅為自己身心得安樂自在者，是中等人；無相無我者，是上等人。所以未發度眾生願，僅為自己出離苦難才修行，至多是中等人，只能成為阿羅漢，不能成為菩薩、佛。

釋迦牟尼佛成佛之前的最後一生，就是因為看到眾生有生老病死苦及各種災難，為了解救在苦難中的眾生，所以捨身發願出家修行，尋求方法救濟眾生，最後究竟成佛。

我們在還未修行前就要發願，為家中、工作環境中，乃至社會中的每一個人的處境、利益著想，這種不為自己、捨我的精神，便是度眾生的態度。用這種捨我的觀念修行禪法，不僅可得到身心安定的利益，也可能得到徹悟的境界。

因此，發「四弘誓願」，捨我度眾，是學佛者的基本教育，也是修禪者的基本條件。



盆菜，只有美味好？還是五味雜陳好？  
人生，只有讚美好？還是毀譽參半好？

文：演發菩薩



盆菜(註一) 是香港新界圍村(註二) 原居民的傳統食物。村民通常會於新年或天后(媽祖)誕期間，以盆菜設宴在露天廣場慶祝，動輒四至五百人，一些大村更會上千人。相中人便是每個盆菜宴中最重要的人物 – 大廚。

在某次盆菜宴後的午夜，剩下兩三桌主要工作人員聚在一起談天說地，席間有人問大廚如何調味？認為怎樣才是一個成功的盆菜宴？

大廚便說：「只要當晚有人走來跟我說：『今晚好夠味！』，亦有人走來跟我說：『今晚太重味！』，亦有人走來跟我說：『今晚沒有味！』。那我便知道當晚的盆菜調味很恰當，一定是個成功的盆菜宴。但若然當晚每個人都跟我說：『好好吃！』或者『好難吃！』或者沒有人給我意見，那我便知道當晚的調味很糟糕，一定是個失敗的盆菜宴。」大廚滿意地吃一口自己煮的盆菜，接著再說：「這麼多張嘴，怎麼可能有一致的口味？」

人生，難道不也是這樣嗎？

法鼓山創辦人 聖嚴法師表示：「別人讚歎我時，不必歡喜，罵我時也不必難過，因為這是他的立場，跟我沒有關係，我只要知道有這回事就好了；……如果罵得對，我應該歡喜，如果罵得不對，他罵的人根本不是我，所以不必受他影響。」

人生，總會不由自主地去追求讚美，抗拒辱罵和害怕不存在。但事實上，是無可避免要面對大眾口味，或是他人的立場。在芸芸的意見中，如果能清楚接受自己對讚歎有多歡喜、對辱罵有多難過，還有對不存在感到有多害怕。慢慢從情緒處理中找回平衡。如能做到知道就好，便可輕鬆放下那些紛亂的讚美、辱罵或不理睬，令自己不再追逐、不受影響。從受外在影響的情緒中，回歸到自身的清楚放鬆。

人生，若能更進一步，將實至名歸的讚美，當成為益友；將直指錯誤的辱罵，轉化為良師。這個毀譽參半、五味雜陳的過程，將是提昇自己、消融自我的可口美食。



註一：(節錄於維基百科)

**盆菜**歷史的源頭有好幾個版本，傳與南宋君臣逃難至香港及華南一帶相關。一說是文天祥被元兵追殺，橫渡伶仃洋，逃亡至現時深圳一帶，由於天色已晚，而眾將士又飢腸轆轆，當地村民同情他是忠臣，用僅存的豬肉、蘿蔔，加上現捕的魚、蝦造飯，但卻沒有足夠碗碟，只好拿木面盆盛菜，將士圍盆而食，這就是盆菜的起源。另一說則是，南宋末年，元朝軍隊南下，宋帝昺聯同陸秀夫、張世傑等人南逃避難。當他們路經東莞縣烏紗以及香港新界錦田一帶的圍村時，得到村民盛情款待。但在倉猝之間，村民找不到足夠的器皿盛載食物，只使用木盆菜餚放在一起，發展成盆菜。

註二：(節錄於維基百科)

香港的圍村多設在新界，主要分為兩大類：「本地圍」與「客家圍」。「本地圍」是指本地人村落（即圍頭人），而「客家圍」是指客家人村落。明朝時沿海寇患頻繁，居民為求自保，於房屋周圍建矮石牆，用以抗盜。

## 入學道心第一 法鼓募僧建設人間淨土 - 僧大招生說明會

圖、文:張曜鐘菩薩

承續創辦人 聖嚴法師以僧團帶領建設人間淨土的道心，法鼓山僧伽大學特地在 2019 年入學考試報名前，邀請有志出家奉獻自己、成就大眾的青年，於 10 日參加招生說明會；並透過視訊連結馬來西亞及香港道場、澳門佛教青年中心，介紹就讀及考試資訊、導覽校園環境，互動過程穿插粵語、馬來話和英文，交流氣氛輕鬆活潑。

「出家後可以聯絡家人嗎」、「超過考試年齡還能出家嗎」、「禪學和佛學系哪裡不同」、「將來父母或自己老病需要照顧怎麼辦」、「不會寫正體字是否可以來考」、「財務如何處理」……，面對海內外考生種種疑問，僧大也由院長法鼓山方丈和尚果暉法師親率校務主管，清楚解說僧大與僧團完善的生活制度，讓考生和家長可以安心入學。

方丈和尚果暉法師還分享當年自己接觸佛教、決定出家的心路歷程，以出家功德報答父母的心願，令考生備受感動。方丈和尚並且強調，學習運用佛法、自利利他，才是最重要的；通常出家是以尋找個人生命意義和價值為出發點，修行之後就能漸漸體會到，出家並不是為自己，而是為眾生，這樣也才能真正得到心中所需要的那個答案。







來自屏東的溫芯，日前剛圓滿護持法鼓山在家菩薩戒的任務；她說，聖嚴法師所提出的心靈和生活、自然、禮儀等四種環保，正是這個時代所需要，希望透過參加說明會，瞭解出家和在家清淨修行的不同，也盼願如有因緣能進入僧大就讀，可以老實學習、薰習成長。

參與年初法鼓山生命自覺營後，就留在臺灣打禪七、當義工、做早晚課，來自馬來西亞的歐芷沁說，不想浪費這一期的生命，因此希望能考進僧伽大學，日後從事利他的工作，來報答父母的恩德；她也很感恩母親給予的支持，鼓勵她用佛法幫助心靈上需要佛法安定的人。

歡迎大家「回家」。僧大女眾部副院長果幸法師表示，聖嚴法師留給大眾最重要的就是「提昇人的品質，建設人間淨土」的理念，並曾說我們要給自己一個希望，要給 21 世紀社會、人類、世界一個希望，最好的方式就是「出家」。出家可以提昇、淨化自己，和他人分享佛法，對周遭的人和社會，盡一份力量，所以是一條很有意義的道路。果幸法師並鼓勵發心出家的青年，可以到僧大詢問，解開心中的疑惑。





*Part I*  
4/13-14

**自覺·無情說法禪.僧大講經交流**  
僧大秉持歷代祖師大德弘揚佛法的精神，培養宗教師弘講佛法的能力，舉辦一年一度講經交流活動。

*Part II*  
5/25-26

**自覺·梵唄.僧大畢業呈現.禪繞畫**  
在僧大學僧畢結業前夕，呈現這段僧命旅程的縮影。不同的主題，串聯起走在修行道路上的行者們，尋回自覺的初心。

日期/時間：第一梯次 4/13(六) 11:00 - 4/14(日) 17:00 - 參與講經交流  
第二梯次 5/25(六) 11:00 - 5/26(日) 17:00 - 參與畢業呈現

地點：法鼓山世界佛教教育園區、法鼓山僧伽大學

報名事項：

1. 參加過生命自覺營之45歲以下青年
  2. 報名方式：網路報名
  3. 交通方式：自理
  4. 活動均為兩天一夜(需過夜)，請全程參與
- 主辦單位：法鼓山僧伽大學 [www.ddsu.org](http://www.ddsu.org)  
洽詢電話：02-2498-7171 ext.2351 (教務處)



第一梯開放報名



第二梯開放報名



發行單位：僧伽大學教務處  
電話：886-2-2498-7171

相關網站：

法鼓山僧伽大學 line@



僧伽大學官網



[www.ddsu.org](http://www.ddsu.org)

僧伽大學 FB



[zh-tw.facebook.com/ddsanghau/](https://zh-tw.facebook.com/ddsanghau/)

生命自覺營 FB

[www.facebook.com/awakeninglife](https://www.facebook.com/awakeninglife)

法鼓山世界佛教教育園區網站

[fagushan.ddm.org.tw](http://fagushan.ddm.org.tw)

法鼓山全球資訊網

[www.ddm.org.tw](http://www.ddm.org.tw)