

僧芽

2019.04.15 No.8



菩薩於六波羅蜜中特別重視精進和智慧，精進才能斷自己的煩惱，產生了智慧，才能廣度眾生。

FOREWORD 觀自在菩薩/聖嚴法師

HEARING 以知過懺悔心，來保護持戒清淨/聖嚴法師教默照禪

REFLECTION 以利他來利己/方丈和尚果暉法師

PRACTICE 印度朝聖行·與佛同聲共息/釋演復

EVENTS 活動訊息

觀自在菩薩

聖嚴法師《心經新釋》

菩薩是發了菩提心，以慈悲廣度眾生的人。菩薩不自私、不為自己考慮；廣度眾生是為了成就佛道，並且感謝眾生而不求回報；鼓勵眾生努力行善，自己也參與其中，才是真正的菩薩。

一個禪的修行者必須先發菩提心，修行是為了使眾生得到利益。這最初、最早所發的菩提心，叫作初發心，發了此心，就希望永不退轉，一旦有了退心，也要再回到初發心。如果一個修行人沒有發菩提心，修行不會得力，容易著魔，對其身心都有損害。所以在修行的過程中，我們強調要放下自己的自私心、追求心、逃避心，以及期待心，才會真正得到修道的利益。

菩薩要斷煩惱，增長智慧，不能僅靠打坐，要努力廣度眾生，智慧的增長才踏實。僅靠打坐，僅以禪定的力量產生的智慧，在遇到複雜的人際關係時，便產生不了應對的力量。唯有以實際的磨鍊，面對各種善惡不同、形形色色的眾生，所得到的智慧才踏實而因應有方，這才是菩薩的智慧。

所以菩薩於六波羅蜜中特別重視精進和智慧，精進才能斷自己的煩惱，產生了智慧，才能廣度眾生。

精進波羅蜜是以自利利他廣度眾生為第一，精進度眾生的方法有四：1.已造的惡業趕快斷，2.未造的惡業永不造；3.未生的善業趕快生，4.已生的善業要增長。前兩點是使眾生離苦，因為造惡業會得苦果，後兩點是使眾生得福報及安樂。這四個方法加起來就是「慈悲」；悲心使眾生離苦，慈心使眾生快樂。悲能拔苦，慈能與樂，就是慈悲，沒有慈悲心不能稱之為菩薩。



以知過懺悔心，來保護持戒清淨

《聖嚴法師教默照禪》

知過懺悔，乃是用懺悔心來扶助戒增上，因為凡夫受了戒，隨時還會犯錯，如何彌補犯錯的行為？便是要懺悔。在聲聞戒的懺悔，主要是針對身口二業的惡不善行及惡律儀要懺悔；大乘菩薩戒的懺悔，包括身口意三業的惡不善行及惡律儀，都要懺悔。聲聞戒在於長養出離心，菩薩戒重在長養無上菩提心。

持戒的目的是為了保護修行禪定成功，可是持戒而不犯戒是很難的，也就是說接受了戒的準則和規定之後，常常還是會犯錯的。因此，《菩薩瓔珞本業經》中說：「有戒可犯是菩薩，無戒可犯是外道。」犯戒之後要以懺悔心來修補。一次次的犯戒，一次次的懺悔；一次次的懺悔，一次次的改善，終至於持戒清淨。

聲聞戒的懺悔方式，有犯小錯的自責己心懺悔、得罪了某一個人時的當面對首懺悔、犯了稍大的過失須在三人中懺悔、犯了大過失則要在十人或二十人前懺悔。大乘菩薩戒的懺悔方式，則有自責己心懺悔、在佛菩薩像前懺悔，乃至要禮三世諸佛，懇切懺悔，直到見光、見華等瑞相現前，始知罪已懺除。



聖嚴法師教默照禪

Master Sheng Yen Teaches
Silent Illumination

作者：聖嚴法師

出版社：法鼓文化

出版日期：2004年01月01日

語言：繁體中文

法鼓文化心靈網路書店：

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

不一定要犯了什麼重大的過失，才需要懺悔，而是隨時要存懺悔的心。因為不僅今生曾犯的過失，往往已經忘了，何況過去世的無量劫來，有許多許多的行為是不正確的，有意無意，傷害了他人也傷害了自己。有的是因貪心，有的是因瞋心，有的是因愚癡心；凡是做了害人害己、或知或不知、或憶或不憶的惡事，這都是需要懺悔的。

懺悔，可以使得煩躁、閉塞、不開朗的心，變成清涼、豁達、很舒坦的心。不懺悔，則會使得自己假借理由來推卸責任，而犯下更多的錯誤；犯了錯誤還找理由，以為是正當，這就是邪見了。邪見是不知因果、不信因緣，自己造了惡業，還認為是理所當然。

通常的人，都會認為他們自己是個善良的好人，只有受過他人的傷害，自己是不曾傷害過他人的，因為自己從沒有做過殺人、放火、強暴、搶劫等的這些壞事。但是，當我們在修行禪定、聽聞佛法之後，就會發現自己所犯的錯誤及過失是滿多的，自然而然就會生起懺悔心。因此，懺悔能護持淨戒，修習禪定不得力時，要知道懺悔。



方丈和尚清涼語 以利他來利己

文：方丈和尚果暉法師

數十年來在聖嚴師父座下接受教法，對我來說，最受用的是菩提心和菩薩道。正如師父所寫的〈菩薩行〉法偈，起始二句便是：「如何成佛道？菩提心為先。」接著再問：「何謂菩提心？利他為第一。」我們在修學佛法的過程中，若能經常想到成就他人，往往自己的成長是最快的，原因有三點：

第一，我們之所以有煩惱，常常是因自己有時間煩惱。若我們為了利他而忙得不可開交之時，大概沒有時間考慮到自己。因為眾生需要我們幫助的地方太多，為了提供適切的協助，我們需要邊做邊學，一邊學習，一邊奉獻，根本沒有時間自尋煩惱。

第二，修菩薩道，是為了斷塵沙煩惱和無明煩惱。我們在幫助他人之中，可以觀察到一般人產生種種無明煩惱的因果、因緣關係，其實類似的問題，也可能發生在我們身上。除了引以為鑑和自我警惕之外，由於我們已知產生煩惱的原因，故能做出有智慧的抉擇，避免重蹈覆轍，煩惱會斷得更多、更快。

第三，發起菩提心，首先要轉化自己，才有能力幫助他人。世間的心，常是向外攀緣，菩提心則是向內觀照。《六祖壇經·無相頌》云：「若真修道人，不見世間過。若見他人非，自非卻是左。」一般人遇到不順心的處境，動輒咎責他人或環境因素，修行人則是向內觀照，學習佛的慈悲與智慧，漸次開發無限深、無限廣、無限清淨的內心世界。

因此，師父鼓勵我們要發菩提心、行菩薩道，以成就他人來成長自己。事實上，在利他的過程中，慈悲、智慧就在這不可分的一體兩面中一起成長了。



印度朝聖行 與佛同聲共息

文：釋演復

生命自覺營圓滿後，緊接新春活動、傳燈法會，出發前往印度前兩天才開始打包公用與隨身行李，彷彿一趟求道之旅的行前準備。不斷反覆思索：這些真的需要嗎？覺察出家前後的打包重點不太一樣，除了考量己身，同時考量如何照顧他人，更多的是練習拿捏「適度與適量」。

出發後，連三天馬不停蹄，從德里經瓦拉那西，到悉達多太子出家證悟之地菩提伽耶、初轉法輪的鹿野苑。第五天到王舍城，參訪那爛陀大學及其博物館、上靈鷲山繞佛做晚課，並前往竹林精舍和頻婆娑羅王的牢房遺址。

行程到了第六天，對於佛陀成道以來經過的路線，開始有了立體的認識。當天在毘舍離「佛舍利塔遺址」繞塔晚課後，團長果幸法師引導眾人一邊打坐，一邊回顧我們所經之地，正是佛陀過去步行之處，不僅是時空中有形的想像，而是踏上佛心行的道路，憶念佛陀傳法弘法的功德。晚上小組分享時，法師進一步指出這次佛陀聖跡巡禮的緣由，乃是對聖嚴師父圓寂十年的緬懷。佛陀一生所做的，師父一生也如此而行，那已經學佛的我們呢？



當晚的分享，很多菩薩都對前一天在那爛陀大學中，見到玄奘大師的寮房印象深刻。想到大師徒步至印度並留學數年，帶回諸多經典並將佛法傳到東土，感恩之情無以言表，對於匯集當時頂尖佛學研究人才的那爛陀，除了腦中的大學榮景，更深的是焚毀半年、死傷無數的哀痛。這段歷史也提醒著我們，佛教要能利益眾生，才不致走向衰滅之途。此時浮現每日早晚課恭誦的〈菩薩行〉，正是師父指點我們要走的學佛道路。

到達最後一個巡禮之地——祇樹給孤獨園，眼前當下所見就像《阿彌陀經》描述的景象，高聳的菩提樹、綠意盎然的草地，梵聲不絕、鳥鳴輕綴。眾人在說法台上晚課，恭誦《阿彌陀經》，心音未絕，隨文所述步入淨土。離去之際在台前長跪發願，願生生世世不離善知識、聽聞正法，盡形壽獻生命，善護正法久住。

此次西行，雖非取經，亦為取經，因重新開啟了對佛與佛所言之法的認識，地景變得立體，所誦經文漸增臨場之感。憶念的佛不再距離遙遠，而是同聲共息，踏在同片土地上，親切如鄰。



法鼓春泥更鑿器



法鼓山僧伽大學招生

漢傳佛教宗教師的搖籃

2019年4月1日-5月15日 (招生報名日期)

考試日期 筆試／5月30日(星期四) 面試／5月31日(星期五)

聯絡方式 電話／(02) 2498-7171 轉2351 (教務處)

E-mail: seb@ddmf.org.tw



招生專頁



僧大FB

 法鼓山僧伽大學
Dharma Drum Sangha University



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

僧伽大學 FB



zh-tw.facebook.com/ddsanghau/

生命自覺營 FB

www.facebook.com/awakeninglife

法鼓山世界佛教教育園區網站

fagushan.ddm.org.tw

法鼓山全球資訊網

www.ddm.org.tw