

僧年

法鼓山僧伽大學
法鼓山 Dharma Drum Sangha University

2019.02.15 No. 4



2019僧大招生說明會 3月10日(星期日8:30) (香港·澳門·馬來西亞同步視訊)

FOREWORD 出離心/聖嚴法師

HEARING 禪修之路：耕耘心田/心在哪裡？聖嚴法師西方禪修指導

REFLECTION 無我出發，心心則能相應/釋常啟

PRACTICE 「覺」心修行-法鼓山自覺營舉行正授儀式/張田沛

EVENTS 活動訊息

出離心

聖嚴法師《拈花微笑》

我們知道，行菩薩道的人，不一定都要出家，但必須有出離心，才可證菩薩道果；如果沒有出離心，現在家相而說：「我行菩薩道。」這是自欺。不管是出家、在家，如果沒有出離心，出家也是白出，在家學佛也只能得人天果報。

今天講出離心，是因為在小參時，知道有些人之心理，不是正的就是負的。負的就是消極的、厭世的、逃避現實的；正的就是執著的、貪戀的、追求的。但，正、負卻沒有相加的，而只能二端擇其中；如得其中，則可稱之為出離心。

負的不是出離心，而是厭世的心，出離往往被解釋為厭世或逃避現實，認為我們這個娑婆世界是苦的，我們的現實社會是苦的，所以只有離開現實的社會，去出家修行才是快樂的。實際上沒有這麼一回事，須知於社會上做在家人時痛苦，做出家人也一樣痛苦；罪業是跟著你跑的，業報也是跟著你跑的，厭離是厭不了的，逃也逃不掉的。在世間法來講，有些債務是可以逃掉的，有些義務是可以逃掉的；在佛法上的因果來講，什麼也逃不掉的，現在逃掉了，來生還是逃不掉。



因此，在修行菩薩道來講，有了出離心，還必須再加悲願心。有出離心，才能對世間法、世間的東西不執著。今天在小參的時候，我曾對一位同修講過，先師東老人曾經說過：「口袋裡要有錢，銀行裡要有錢，頭腦裡則要沒有錢。」你在社會上要有事業、要有財產，頭腦裡要沒有事業、財產，如此做就是行菩薩道。如果說，口袋裡沒有錢，而滿腦子都是錢；實際上沒有事業，但滿腦子裡卻是事業，這是很苦惱的。一切東西我們都可以要，但不是貪；一切東西我們都可以不要，但並不是討厭。要「有」是為了眾生，這是悲願；而「沒有」則是我自己本身不要它。所以我還要講放下，如果放不下，得到的嫌太少，並且又怕它隨時會失去；沒有得到的又要追求，追求的時候，又擔心追求不到。像這樣，老是在煩惱裡。我們已有的一切固然要放下，不要認為是自己的；沒有的東西可以去追求，但也不是為了自己。學禪的人，如果樣樣都為自己，那就無法進入禪門了。



禪修之路：耕耘心田

《心在哪裡？：聖嚴法師西方禪修指導》

禪修不是為了追求什麼事物，而是去發覺我們個性和行為的缺失。當我們內省觀照時，希望找出問題所在。經過自我省察，看到了缺失和問題，就是修行的成果。上次禪期中一位女士提到，當她愈常想到自己的短處，而又不知道如何祛除時，就對自己愈失望。她說：「或許我沒有能力習禪。」

當我站到她面前，頭上的燈將我的影子投射到牆上。我問她：「當我站定時，我的影子有動嗎？」她回答：「沒有。」然後我慢慢走開，影子隨著我前行。當我走快了，影子也亦步亦趨。不論我怎麼努力，都無法甩掉它。就如同影子般，我們的問題黏著「我」。只要有「我」，就一定有問題。如果你說：「我要丟掉這個『我』。」那個想要丟掉自我的「我」，還是存在著。

有丟掉自我的念頭加諸在「我」中，是不可能祛除「我」的。就如同身體還在，卻想要影子消失。這樣的話，禪修有用嗎？當然有用，因為我們可以改進。希望祛除自己的缺點或許是件好事，但是修行不是只有祛除缺點，因為自我還是存在。正確的方法是減輕自我在生命的重要性，一直減輕，最後缺點自然會消失。



心在哪裡？：聖嚴法師西方禪修指導

FINDING THE MIND :
CHAN MASTER SHENG YEN'S TEACHINGS
IN THE WEST

作者：聖嚴法師

出版社：法鼓文化

出版日期：2011年10月01日

語言：繁體中文

法鼓文化心靈網路書店：

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

不過，你不能過於急切，追求速成的結果。雖然佛法中說到有可能一生就悟道，但是要能完全免除痛苦，化煩惱為菩提，則要三大阿僧祇劫。既然我們的生命只有數十年，我們不要期待在一生達成所有的事。或許有些人會認為：「如果我今生達不到，那就不用去修了。」

刻意受苦並不能消業障

事實上，從釋迦牟尼佛悟道以來，還沒有其他的人成佛悟道，我們只是遵循佛的典範來修行。你應該就是專注於耕耘自己的心田。當然你可以試圖計算你的辛勞會帶來多少收穫，但那不會準確，也沒有必要。只要播種終必有所收穫。

刻意去尋苦受難能消除煩惱嗎？如果在禪期中有好的成果，那是很好。即使你是在苦痛中度過七天，你還是從中得到一些收穫，至少你償還了業報。不過，我認識一位禪眾，她認為刻意地忍受打坐的疼痛，可以消除業報。她也以為她可以代眾生受苦，來消除眾生的業報。

不過，這是錯誤的觀念，消除業障並不是刻意地去找苦吃。苦是會自己來的，自找苦吃是錯誤的想法。這就如同站在一位剛判你罪的法官前，你自己打自己幾個耳光說：「不用判我坐牢了，法官，我剛剛已懲罰自己了。」法官會因此而延緩判你的刑嗎？打自己是不會使判刑延緩的，你還是必須為錯誤行為接受法律的制裁。

同樣的道理，為了消除障礙而懲罰自己是沒有用的。修行的目的是為了鍛鍊我們的心，不是為了體驗痛苦。不過，修行過程中，如果痛苦不請自來，我們應該接受。因此，即使我們能接受苦果是業報，但不需要去尋苦。否則，我們反而會給自己添加障礙，而不是消融障礙了。



無我出發，心心則能相應

文/圖:常啟法師

頭一剃變得怕風寒，尤其電風扇直直吹更是不舒服，但每個人的身體狀況不同，有些人能享受風扇直吹的消暑暢快。

一日會議中，冷冷的空氣在風扇的助長下，冷的直打哆嗦。

卻聽到一位法師對靠風扇最近的法師說：

請把風扇轉到牆。

我趕緊跳起來說：天氣夠冷了還要轉到強！

接著就把風扇轉到弱。

那位無辜的法師說：我的意思是"轉到牆壁"！

語言是一道橋 還是一道牆

從我出發，橋也成牆



圖 畫於文理學院圓通海印的海天一色

每日早齋後是僧眾出坡時間，我負責四樓廁所與曬衣間

那一天太陽展顏，一道道陽光透過窗戶灑進曬衣間，我拿著掃把輕輕地掃著，揚起了灰塵，輕盈飄揚，和光同塵

我思索著：

光是覺知、塵是念頭

和光是處處覺知，不離棄

同塵是時時念明，不排斥

不和光則無明，只同塵即迷惘

和光同塵，平等平等，聖凡一如

突然，門外「啊～」！！敲醒沉浸在美景妄念的我

首座和尚手上提著洗衣桶，裝著濕的衣服，站在門口，隨即轉身往五樓走去，一如以往，法師走路的姿態彷彿內心有音樂一般地喜悅

看到那個桶子，我知道了

揚揚灰塵遍滿的曬衣間，儘管和光同塵卻不適合晾曬

法師的「啊～」一聲，有如趙州的喫茶去，是慈悲提醒，更是智慧示現，事情該怎麼做，就怎麼做，於是法師走向五樓頂樓曬衣服

溝通不僅有文字語言

無我出發，心心則能相應

「覺」心修行 法鼓山自覺營舉行正授儀式

文：張田沛菩薩

由法鼓山僧伽大學主辦的「第 16 屆生命自覺出家生活體驗營」，1/22（二）晚間舉辦正授儀式，來自美國、西班牙、汶萊及港、澳、大陸與臺灣共 134 位學員，在法鼓山方丈和尚果暉法師及禪堂堂主果醒法師共同引領下，依次受戒、虔敬地搭起縵衣，於聲聲佛號及〈搭衣偈〉中，在求法修行之路上成為行者菩薩。

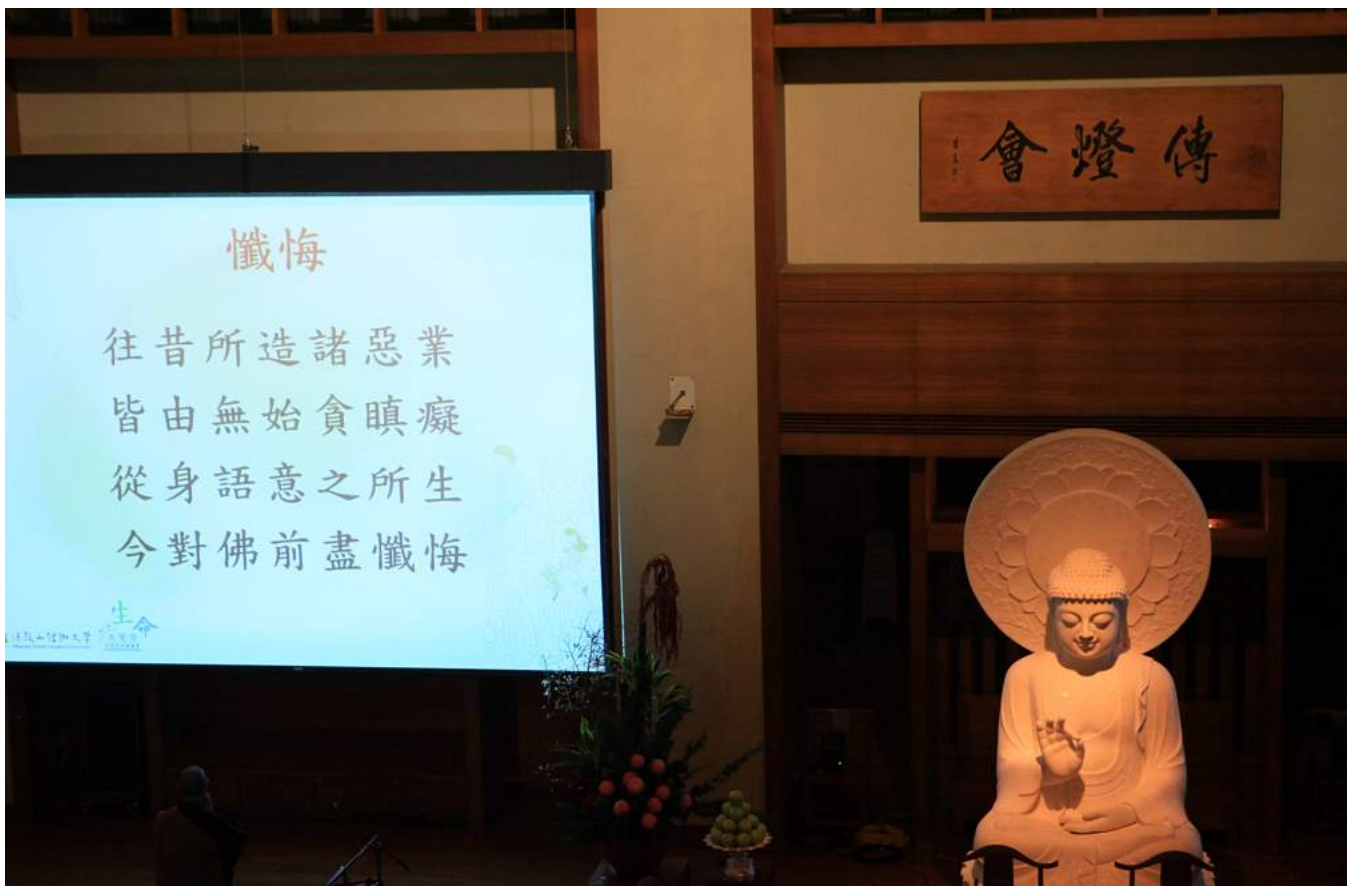


法鼓山方丈和尚果暉法師於授戒時，以自身發願出家的經歷，鼓勵在座學員修福修慧、發自利利人的大願。並以人類進步的科學、政治、藝術、哲學以及信仰等五種力量，進一步闡述佛教將覺性與智慧結合的特性，鼓勵學員在此次的營隊當中，把心放在當下，不論出家或在家，都能夠有宗教師的大願。

擔任教授阿闍黎的果醒法師也恭喜在座學員，受戒後已完成出離生死、出離煩惱的第一步，並鼓勵學員在營隊營期圓滿後，持續精進佛法的修習，無怨無悔地持續向成佛之道邁進。



法鼓山僧伽大學表示，1/19（六）起為期 11 天的生命自覺營，引領學員們在法鼓山世界佛教教育園區，從學佛行儀、禪修指引、說戒、受戒，參與僧團的梵唄與修行，本屆以「覺者」為課程設計主軸，期望學員都能自覺到自身的起心動念，體會念頭的無常，進一步邁向解脫的道路，覺醒生命的價值、省思人生的方向，開啟不一樣的生命視野。



花護更進春作化

法鼓山僧伽大學
Dharma Drum Sangha University

2019年3月10日(星期日)招生說明會

開放線上報名囉！歡迎大家！

網址：https://www.ddsu.org/?page_id=7988

法鼓山僧伽大學招生

漢傳佛教宗教師的搖籃



» » 招生說明會線上報名 « « (自即日起，開放報名)

2019.3.10(日) 招生說明會流程

時間	活動項目
8:30-9:00	報到
9:00-10:00	小組互動
10:00-10:05	司儀開場
10:05-10:10	副院長關懷
10:10-10:35	僧大簡介
10:35-11:05	應考分享
11:05-11:30	大堂問題回答
11:30-12:30	午齋
12:30-13:30	環境導覽
13:30-14:30	活動圓滿

108 學年度招生說明會將於 2019 年 3 月 10 日(日) 於僧伽大學舉辦（法鼓山第三大樓），開放線上報名囉！歡迎大家！

活動網址：https://www.ddsu.org/?page_id=7988

報名連結：http://140.131.255.112/DDS_recruit/



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.茶禪
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，報名細節請詳僧大網站及facebook。
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 ddsu.org

洽詢電話：02-2498-7171 ext.2351 (教務處)



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