



僧芽3

第三期

2012/02/23

●發行單位：法鼓山僧伽大學教務處 ●網頁：<http://sanghau.ddm.org.tw> ●電話：(02) 2498-7171#2351

【本期主題】



菩薩行

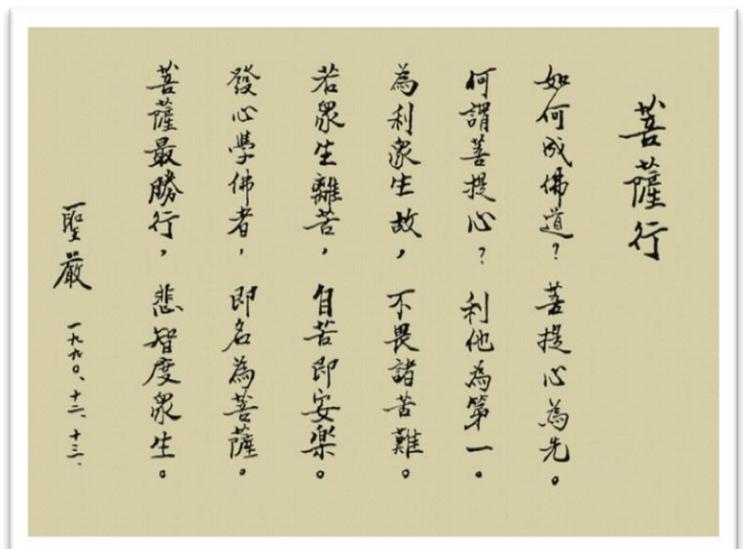
「菩薩行」非自求解脫，而是上求佛道，下化眾生，以利益眾生，幫助眾生離苦得樂為核心！但是該如何實踐呢？本期將從介紹「菩薩行」開始，幫我們發起菩提心，並呵護滋長，行「菩薩行」...

■ 聖嚴 師父

要瞭解什麼是「菩薩行」，就得先弄清楚什麼是「菩薩」？我們看到經典的記載，菩薩沒有一定的身分；釋迦牟尼佛成道之前，曾為出家比丘、國王、王子、居士乃至鹿、牛、象、鵝等動物，都被稱為成佛的因行，也就是修行菩薩道的階段；觀世音菩薩與地藏王菩薩等諸大菩薩也是如此，他們以種種身分和形相，在世間救苦救難，當眾生需要什麼樣的菩薩，他們就以那種形相，出現在他們四周和中間。

因此，菩薩不是高高在上的「神」，而是常以凡夫的形相，在世間隨緣化眾的修行者。所以，「菩薩」主要是發了菩提心的眾生，而不拘於特定的形相，凡能已發「願斷一切惡，願修一切善，願度一切眾生」的菩提心者，便會誓願學習慈悲與智慧的菩薩行。以此可知，人人都可以成為現在的菩薩、未來的佛。把「止惡、修善、度眾生」的菩薩行，具體落實在生活裡，就是一套與他人、與自己相處的方法。也就是說，在與別人相處的時候，常起尊重、感恩、讚歎、奉獻的慈悲心；與自己相處時，則常生起慚愧、懺悔的精進心和清淨心，你就是修學菩薩行的初發心菩薩。

特別要強調的是，慚愧不等於自卑，



懺悔不等於後悔。我們在檢視自己的心念和行為時，如果對當做而沒有做的事感到慚愧，就會激勵出下次努力去做的決心；對於不當犯而犯、甚至一犯再犯的錯誤，若能心生懺悔，一方面可以懸崖勒馬，及時改過，一方面也可以勇於承擔後果，不會狡辯諉過、推卸責任。因此，慚愧的心、懺悔的心，是積極的自勉自省的行為，跟自慚形穢、自以為處處不如人，或是不斷犯錯又不斷後悔，是絕對不相同的。

還有一點要強調的是，我們這些發了菩薩願的凡夫，是初發心的「嬰兒菩薩」。嬰兒，本來就是要在跌跌撞撞，倒了再起，起了再倒之間，慢慢學習、漸漸成長。所以，不要怕犯錯，更不要怕能力不夠；只要方向確立，心意已定，一日比一日更進步，就一定有成就圓滿的一天。要知道，初發心難，維繫住不變不退的長遠心更難，一曝十寒的人太多太多了，能夠持之以恆，才能實踐菩薩精神。 - 摘自《人行道》，頁33-34。

初發心

■ 聖嚴 師父

最初發起「無上菩提心」，稱為「初發心」，又名「初發意」及「新發意」。也就是初聞正知正見的佛法，嚮往佛道的偉大崇高，故也發起成佛的大願，在心中初發菩提嫩苗，開始邁向成佛之道。雖僅是一個起點，確是成佛的動力所在。

晉譯《華嚴經》卷五九云：「菩提心者，則為一切諸佛種子，能生一切諸佛法故。」

《大智度論》卷四一云：「菩薩初發心，緣無上道，我當作佛，是名菩提心。」卷九三云：「為初發心者，說諸法有為；為久學人著善法者，說諸法空無所有。」

《菩薩地持經》卷一〈發菩提心品〉，對於初發心的說明，甚為詳細：「菩薩初發心，是一切正願始。」「菩薩發心，而作是言：我當求無上菩提，安立一切眾生，令究竟無餘涅槃及如來大智。」「初發心菩薩名為度，大乘菩提諸菩薩數。」「發是心已，漸得阿耨多羅三藐三菩提，是故初發心是菩提根本，發是心已，見諸眾生受無量苦，而起悲心，欲度脫之，是故初發心是大悲所依。」「初發心堅固，有二門善法所入：一者自利方便，發菩提心；二者他利方便，滅除眾苦。」

諸位善知識，來此參加禪七，當知禪堂所在，名為「選佛場」，一進禪堂，即被入選，預諸佛位，不僅明心見性，必當頓悟成佛。可是，若不先發菩提心，便無成佛之望，如無因而有果，乃不可能事。

禪宗的修證，目的即在悟入諸佛智海，開展廣大慈悲，是故諸善知識，必須發起菩提心來。最初發心，最珍最貴。持之以恆，必定成佛。故當發現自己有懈怠、放逸、退惰、貪瞋等煩惱起時，於身於口，現惡行時，立即回到初發心點，重新做起。

時時不忘初發心，念念住於初發心，處處保護初發心，便能不離修道依準，並能日進又進，永不退心。有一位禪者，每次來參加禪七，圓滿時，都會說：「我又重新開始了」、「這一次總算真的開始了」、「從現在起我走上菩提道的起點了」。粗聽起來，此人似乎老是在原地踏步。事實上，這就是初發心菩薩應有的體驗，經常發覺自己是在新發意階段，便是正在進步中的凡夫呀！不離本參而日新又新。

-摘自《禪的體驗·禪的開示》p. 0342



用慚愧心看自己，用感恩心看世界



菩薩行者時時皆應提醒自己回到初發心，這是菩提道上一帖非常有用的良藥與動力！再加上常常反省的習慣，與感恩的態度，將能幫助我們在菩薩道上，恆常精進、堅定不退.....

■ 聖嚴 師父

佛法的修行法門有八萬四千種，也可以說有無量無數，那是因為人有無數無量的煩惱和問題，佛法因應需要也有無量無數、從各種不同角度來解決問題的方法。對於如何開發內心的光明，方法也很多，除了慚愧、懺悔之外，還可以用感恩的心來看這個世界。

一般人很少會想到別人給了自己恩惠，卻常記掛自己付出了多少代價和努力。其實仔細想想，每個人付出的實在是太少，獲得的則是很多。例如這篇文章的完成，從時間上看，有逾二千五百年以上之因緣，因為我的法源從師父、師祖……可以直推至釋迦牟尼佛為止，而每一位祖師都是跟隨許多善知識學習而養成的，不是一個人就能夠獨自成為一位高僧或祖師的。從空間上說，這篇文章的出版、印刷、發行，所結合的人力、物力，他們所付出的智慧、心力也是很多。

所以任何一事，其相關的因緣是相當的廣泛，因此我們隨時隨地都在接受著無數人的恩惠。即使是一粒小小的米，都代表著許許多多人的貢獻。因此，朱子家訓有言：「一粥一飯當思來處不易，半絲半縷恆念物力維艱。」這便是一種飲水思源的感恩觀念。

能有感恩的觀念，就會時時刻刻想到如何報恩，若要報恩，就必須成長自己、健全自己，也就是要使自心發出智慧光及慈悲光，讓現在的人及未來的人，都能見光、沾光、並且放光。

-摘自《平安的人間》頁 51-52。

歌曲欣賞—緬懷師父

【他的身影】

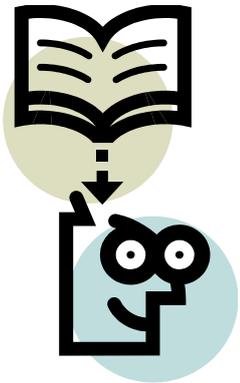
■ 詞：張光斗 / ■ 曲：戴維雄 / ■ 唱：坐娜



www.youtube.com/watch?v=6w-ZP6XSDIk&feature=related

我問過春天的風
當你穿過冬季的山丘
可曾吹落他厚實鏡片上 的白色雪花
我問過秋天的雲
當你揮別夏季的溪谷
可曾投影在他僧衣胸口 的褐色念珠
他的一天有四十八個鐘頭
他的一生有一百六十個年度
他的行腳沒有疲倦的時候
他的日記沒有計劃退休
風啊風 我知道你比 cellphone 還要快
雲啊雲 我知道你比 mail 還可靠
請你告訴他 一定要告訴他
我們都記得了他的叮嚀
請你告訴他
我們都看見了他的身影

【僧大點滴-課程篇】



有一些讀者希望《僧芽》能多報導一些僧大的授課內容，因此本期我們繼續介紹僧大的課程相關資訊喔!也歡迎大家上僧伽大學網站瀏覽，可以看到僧伽大學佛學系與禪學系的課程架構喔！

<http://sanghau.ddm.org.tw/academics/Academics01.aspx>

本期我們首先報導解門的部分，由課程架構可以看出，解門課程重於佛學觀念與正確知見的建立，以戒、定、慧三學為主軸。同時僧伽大學也注重通識教育的養成，以期提升現代弘法人才的素養。因此舉凡資訊科技的運用能力，報告寫作的方法，身心均衡的動禪課程等，其目的都在於建立紮實的基礎。

此外，我們也將課程與禪法的精神作結合，如書法禪課程，即是將禪法帶入書法，練習以筆為心。而動禪的太極拳教學，不僅達到運動健身與放鬆等效果，同時也運用「身在哪裡，心就在哪裡」的動禪要訣，同樣的把禪的方法，運用於日常灑掃庭除等出坡作務中。

僧大動禪課程

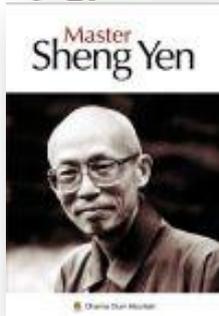
法鼓山以弘揚漢傳禪佛教為宗旨，因此僧伽大學也將禪法的精神，融入課程之



書法禪課程



【考生輔導-英文導讀】



Master Sheng Yen

2012 年僧伽大學招生考試—英文科的參考書目是 *Master Sheng Yen*。您是否對準備考試感到焦慮呢！其實如果能轉換心態，整個感覺都將不一樣了喔！本期文化中心常悟法師不僅與我們分享其閱讀的感動，更幫我們打開心胸與視野！相信您不僅能以積極快樂的心態來學習！同時考試將不再困擾您，而能從過程中得到意想不到的樂趣與收穫！

■ 常悟法師

Master Sheng Yen 的第一章是聖嚴法師的略傳。法師於 1930 年出生於江蘇省南通縣貧苦的農村家庭中，自幼體弱多病，直到六歲才學會說話，九歲始入小學，卻僅僅受完了小學四年級的基礎教育。十四歲上了狼山出家，在一般青、少年的中學、大學時期，法師正忙著做小沙彌，應赴經懺，從軍報國。生長在這種艱苦環境中，歷經中國近代史上的大變遷、動盪，法師沒有怨天尤人，也沒有迷失喪志。是什麼樣的意志願力，奠定了法師人生的方向？是什麼樣的因緣際會，創造出一條不平凡的人生大路？

記得初次閱讀法師自傳，以景仰的心，翻開書頁，隨著平實自然的文字，深深被其中的曲折情節、起伏變化吸引。等到自己出了家，在僧團中有些時日，再度閱讀時，又有了不同的思考角度與領會。師父是怎麼走過去的？師父為什麼沒有起退心？師父為什麼會做這樣的選擇？師父是怎麼按捺住、安忍過去的？為什麼師父有那麼大的願心而我沒有？為什麼師父看得到而我看不到？師父是怎麼面對？處理的？我要怎麼樣才能有這樣的道心、長遠心？

我真誠的邀請您也來走一趟這樣的旅程！從認識法師開始，到了解法師這個人，甚至從法師的生命中學習一點、二點您認為珍貴的特質或思維。如果您還有興趣多了解聖嚴法師，可以閱讀法師的兩本自傳《歸程》和《聖嚴法師學思歷程》。

先在這兒激發大家的好奇心，您要到書中尋找答案啣！說不定就是僧大應考的試題呢！

1. 法師剛入廣教寺做小沙彌時，五堂課誦背的很辛苦，但三個月後，不但《禪門日誦》不是問題，日後也開始背誦《心經》、《金剛經》…等。中間發生了什麼事啊？
2. 法師 28 歲那年，終於有機會將多年積壓在心中的疑惑，在靈源老和尚座前一一傾倒，老和尚說了一句什麼話，使得法師的疑惑頓消，全身清涼？這種禪的體驗有個什麼名稱嗎？
3. 法師在高雄美濃山中，六年閉關好好的，為何出關後即去日本留學？
4. 在日本攻讀博士的歲月裡，法師仍參加當地的冬季精進修行，得到了哪位日本禪師的調教？日後這位禪師又如何幫助法師祛除了心中的疑慮，而赴美弘化？
5. 法師一生在東、西方弘揚佛法的核心思想是什麼？在生活中落實的行動方案是什麼？
6. 法師以什麼樣的心態來服務人群？和我有什麼不同？(偷偷告訴您，答案在 P.15, 第 5-7 行)
7. 法師臨終前，留下一生的寫照，而今也常為人傳誦、省思的四句偈是什麼？

看到這兒，您可能開心極了！我統統都知道！別高興的太早！試試看用幾句簡單的英文回答囉！



生命自覺營特別報導

生命最好的禮物

■ 照片拍攝：僧大學僧

2012/2/2-2/10 僧伽大學舉辦第九屆生命自覺營活動。

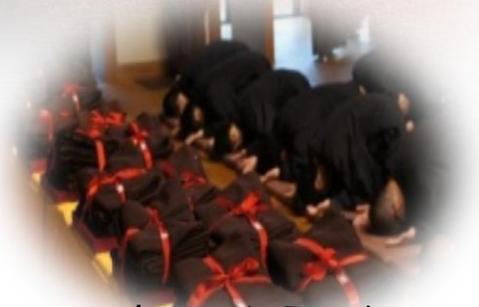
您曾經是自覺營的一員麼？相信這幾天寺院的修行體驗，讓您感覺與平日有很大的不同！

原來生命可以很不一樣！原來我們可以生活得這麼簡單，但內心卻又如此豐盈踏實！

是不是當「善哉解脫服...」——搭衣偈一起腔時，喚醒了內心源源不絕的感動...

請珍惜您的初發心！也請把握出家因緣！歡迎相邀報考 2012 年僧伽大學招生考試！

詳情參網站：<http://sanghau.ddm.org.tw/admission/Admission.aspx>



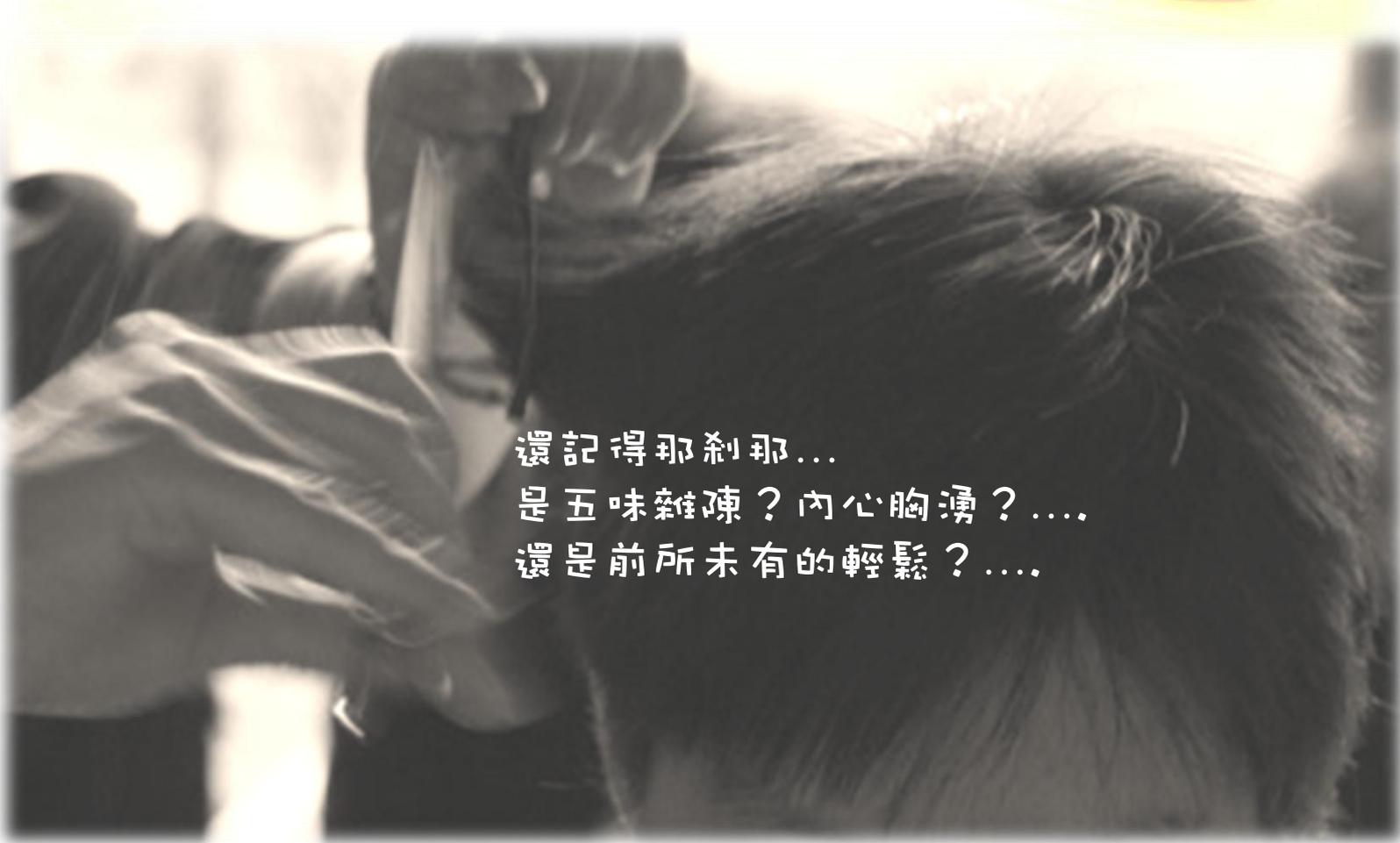
一個個行李...像是打包了的
我們的過去.....



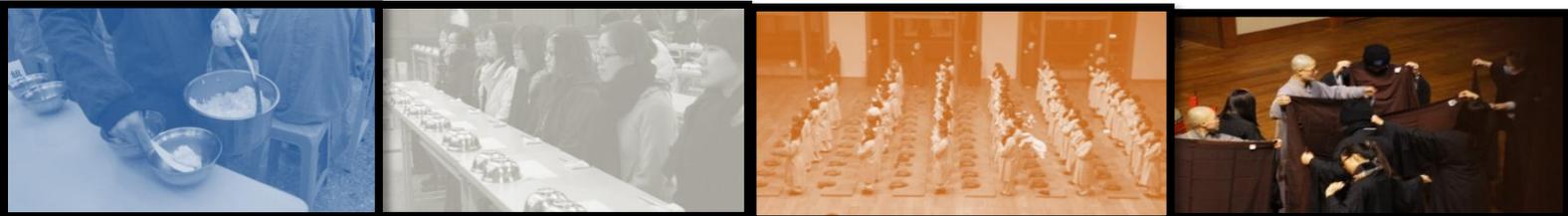
我想要放掉種種恐
懼，張開雙臂...
迎接另一個未知的
自己...



ok 佛前雲來集...圓滿殊勝因緣聚...



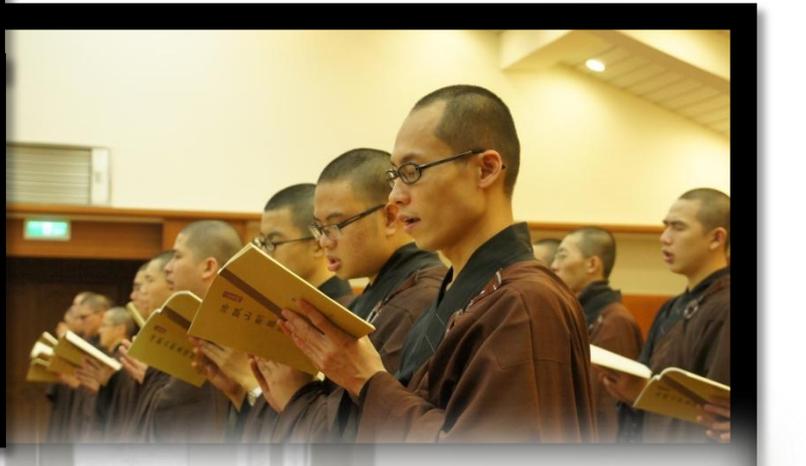
還記得那刹那...
是五味雜陳？內心胸湧？...
還是前所未有的輕鬆？....



一幕幕場景重現…

我們學習威儀、懺悔、演禮…到受戒、搭衣、普請…

一同體驗出家的修行生活…





望著禪堂裡

師父的椅子

師父啊！

我要向您學習 發起菩提大願！

願為建僧 盡一己心力！

《華嚴經》云：

「因於眾生而起大悲，
因於大悲生菩提心，
因菩提心成正等正覺。」

如今

菩提心芽已發

菩薩行已起行

願時時呵護觀照

恆常精進