



僧芽

雙週刊

2011/03/25

第六期

●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

經過 3/13 日僧伽大學招生說明會的舉辦，相信大家對僧伽大學的校風、生活等有更深入的了解囉！同時也更堅定您報考僧大的信心。

這一期的《僧芽》想邀請大家輕鬆一下，一同跟隨 創辦人聖嚴師父來遊覽佛教勝地——雲南雞足山¹，透過師父的心筆，日出日落、行雲流水……無非不是佛法……

本期主題

觀景修心

聖嚴師父

雞足山的名勝景觀，共有所謂「四觀八景」，所謂四觀，一定要上到金頂，極目四望，方能飽覽，那便是：東觀日出，南接祥雲，西瀕洱海，北臨玉龍。徐霞客於明末崇禎三年（西元一六三八年）遊此處，歎為觀止。

這四種景觀，多半是要在上午欣賞，所以我們到達的第二天早上六點剛過，便讓我看到雞足山金頂日出的景象。徐霞客把它形容為「四方幾百里，上下數千年，一切都彷彿湧來眼底，奔上心頭」。

在日出之前，東方的天際，泛出橙黃，雲表漸漸鑲上金邊，如擁霓旌，在旭日光芒的穿透下，大地開始甦醒，一輪火球在絢爛的彩霞簇擁下，被緩緩托出，神態安詳，櫻紅鮮豔，而不刺目，接著紅光泛白，彩霞隱退，群山浴輝，肉眼已不能正視太陽了。當時我也跟著大家湊熱鬧，



¹ 雞足山位於雲南省賓川縣牛井鎮城西北 40 公里，屹立在賓川、鄧川、永勝、鶴慶、洱源、等縣的交界處。群山中以天柱峰為中樞，最高海拔 3248 米，前列三峰山腳相連，而另一邊向三面分開，三座山峰峻起，氣勢像要與天相連接，又因山勢頂聳西北，尾掉東南，形如雞足所以名為雞足山。山峰東西長七公里，南北寬六公里，總面積達 2822 公頃之廣，面臨蒼山洱海，後座滾滾金江，它以「雄、秀、幽、奇、絕」著稱，與五台、普陀、九華、峨眉齊名，並稱為中國佛教五大名山，素有「靈山佛都」的美譽。參

<http://www.epochtimes.com/b5/4/7/7/n589146.htm> 2010.12.10

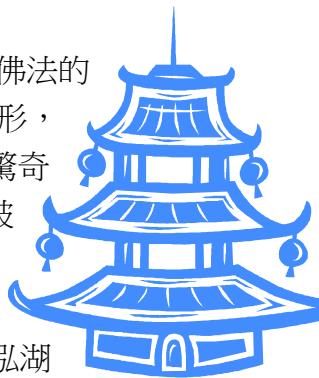
拍了幾張照片，沖洗出來，並不如我三年前在印度恆河看日出拍的那張更好。這座睹光臺，就是讓人在此看日出的最好地點。

世人喜日出，而厭日落；世人喜生生不易，而不知生滅不已。佛法則不然，觀日落可以得定可以發慧，落日柔和清涼有慈悲相，並可提醒是日已過的無常無我相。其實日出也是無常，落日不異永恆；生生的相對即是滅滅，生滅現象是世間常態，若能洞察生滅現象，便是智者。日出奇景固然很美，但也未脫無常的淒美！

至於「南看祥雲」，因為那天風勢很大，並沒有看到雲海連綿，氣象萬千的景觀，尤其聽說在夏秋的雨後，雞足山的雲海，變幻莫測，或如翠峯裹絮，或如白帶繫腰的景觀，我們沒有看到。

這些都是文人詩人所感所見的藝術境界。若從佛法的立場來看，行雲流水，本身無心，但都是同體的異形，因緣成水，因緣起雲，本性是空而變幻莫測。世人驚奇它的變幻，隨著產生聯想，所以被其陶醉，其實是被幻化所迷，一時之間忘卻現實的煩亂，故覺其美。

至於「西瀕洱海」，是因大理的洱海，雖距雞足山西南的百里之遙，站在天柱峯頂，向西眺望一泓湖水，仍以近在眼前。可資悅目，能夠怡情。



行雲流水，
本身無心，
因緣成水，
因緣起雲，
本性是空而
變幻莫測。

世人只知以景觀怡心，
佛法示人用觀照明心。

天下景觀，總在山水之間。勞力之人，靠山吃山產，靠水吃漁撈；勞心之士，為了紓解精神的壓力，便設法遊覽於山水之間，作為生活的調劑。對於佛法的修行者而言，山能居住，水能活命，雲自出岫，水自下流，無所謂山光水色之美，不過是因緣聚散現象。雲不留定處，水不住定相，當來則來，當去則去，當隱則隱，當現則現，自由自在，順應自然。所以出家僧侶把遊化生活，稱為「雲水」。

至於「北臨玉龍」，是指相距五百里外的玉龍山脈，終年積雪，綿亙數十里，從金頂絕峯向北遙望，猶如一條玉龍，橫臥於咫尺之間。徐霞客遊於此處，曾留下一詩，他用道家思想，憶想這是神仙境界。

若以佛法觀點而言，霜雪、雲霧、冰水、雨露，都是一體而異形，同為濕性，若觀濕性無性，無我的智慧便會現前。可見，世人只知以景觀怡心，佛法示人用觀照明心。

至於「八景」，是指天柱佛光、華首晴雷、蒼山積雪、洱海回嵐、塔院秋月、萬壑松濤、飛瀑穿雲、重崖夕照。因我們入山，不是為了觀覽山水之勝，所以未曾注意到這些景觀。不過對其中的「佛光」，朝山進香的佛教徒，多半會有興趣，在《虛雲和尚年譜》中也曾敘述到雞足山金頂的佛光幾乎跟峨嵋山金頂的佛光相同。據說要在秋夏時節，風斂雨收，白雲滿布山腰，雲海晃耀之際，雲中偶然會出現一輪大圓的光圈，外暈六、七重，每重五色，中間虛明如鏡，觀者舉手投足，常在「鏡」中顯現，俗稱「攝身光」。該處又叫「攝身崖」，見者以為祥瑞。佛教徒稱之為「佛」「光」，極難得遇，而且須臾即收。在全國的另外四大名山中，尚有五臺山和九華山的佛光，以及普陀山的佛燈，都被佛教徒信為幸運的象徵和善根的代表。我們這次上到天柱極峯，因為不是夏秋之際，故沒有人見到佛光，也未覺得失望。

世人所見的內外諸境，都是「我」的異名，沈醉而不自知。聖者則可借境修行，開悟自心，所以《楞嚴經》的二十五種圓通法門，即是運用自然環境的六塵、生理條件的六根、心理因素的六識、內外和合的七大，門門都能證入法相無相、法性本空的圓滿智境。金頂寺既有四觀八景，又有楞嚴寶塔，真是世法與佛法的相得益彰。 —摘錄自《行雲流水》



* 您可能會想閱讀的文章：

* [《僧芽》2007 年第十一期\(4/15\)〈心不隨境轉〉。](#)

* [《僧芽》2007 年第十二期\(4/30\)〈觀世音菩薩的道場〉。](#)

生活錦囊—禪眼看世界

平常您是怎麼看這個世界的呢？用凡夫心和用禪心來看世界會有什麼不同之處嗎？本期【生活錦囊】告訴大家如何運用禪的方法來面對花花世界，一起用禪眼看世界喔！

108 自在語

眼光，是你的智慧；
運氣，是你的福德。

Vision is derived
from wisdom; luck,
from blessings.

以禪的眼光看世界，宛如進入森林，綜觀一片森林，而不只看枝葉與枝葉的細部，因此現象界是有條不紊的，有其自然的變化，卻不複雜。凡夫則是從枝枝節節乃至每一片樹葉的細部去看，因此理不出頭緒，以為其複雜。例如森林中樹葉的掉落、枝桠間的傾軋，以禪的眼光，只視其為自然發展的現象，一切充滿和諧與統一的氣氛，如果因緣需要整理就去整理，如果



因緣不許整理就不去管它。但是凡夫的眼光看，則往往會對一些小事，弄得寢食難安，其實是庸人自擾，徒增煩惱。同樣地，在現實生活中，我們也應以禪的思想、悠閒的心情看待一切，無須為雞毛蒜皮等細瑣之事操心，而忽略了整體性，以致生活充滿負擔及無謂的煩惱。進而，更應知道整體的本身，也不存在，也是一種暫時現象。

所以，以禪的立場來看世界，既是存在也是不存在的。存在是由於生命自身仍然延續，所以需要積極參與現實世界的生活，協助現實世界的運作。另一方面，應當一切順乎因緣、量力而為，凡遇事當盡心盡力，不強求，那就不致增加自身的困擾。若對事對人、對名對利，存有過高的期待，則不免患得患失，自害害人，痛苦莫名。所以禪的思想是要我們以整體來看世間現象的變化，並瞭解整體的世間也是暫時的、虛幻的存在。

—摘自《禪與悟》



* 您可能會想閱讀的文章：

* [《僧芽》2010 年第四期\(2/19\)〈越慈悲，越智慧，越無憂〉。](#)

* [《僧芽》2010 年第六期\(3/19\)〈佛法的作用〉。](#)



樂活修行

師父談日記

每天透過日記的沉澱、省思也修行的好方法喔！讓我們一起看看聖嚴師父對寫日記的想法，我們也可以見賢思齊喔…



我從年輕的時候開始，就養成寫日記的習慣，我把日記比喻做雪地的腳印，當我記錄的時候，非常深刻而鮮明，那是我人生的經歷和生命的過程，過了之後，往往又覺得並不重要，就像人在雪地行走時，一步一腳印，步

步分明，走過後不久，倘若覺得我的腳印能對他人暫時有益，我會儘量寫成文章向人報導。

但在漫天風雪的情況下，向前邁進，決不是要人家知道自己在雪地上留下腳印，而是為了既定的目標，必須冒雪趕路。

— 摘自《聖嚴法師學思歷程》



僧大 Q&A

您是否已經發心要出家，但是內心裡還有一些顧慮與疑惑呢？本單元將幫您釐清並建立起就讀僧大及出家的正確觀念與心態……

Q：有些人認為前途絕望的人才想出家，是這樣子嗎？

A：不要把出家看成是一樁很悲哀的事，很多人受了文學家筆下小說人物的影響，誤認為只有對前途絕望了的人，才會看破紅塵去出家。佛門之中的正常現象，絕對不是這個樣子！出家人的責任比在俗時更大。一般人僅對一個家庭負責，至多也超不出對天下人負責，出家人則要照顧到一切眾生。出家學佛就要發大菩提心，要發盡未來際廣度眾生的大願。在家人無論如何都有很多的牽掛，出家人卻是到處為家。出家無家，所以叫

「出家」；寺院不是家，是修行的道場。出家是在道場裡修行，同時以道場來接引有緣的人，幫助他們來修行，使得每一個進入道場共同修行的人，都能得到利益，這叫出家的菩薩。

—摘自《拈花微笑》



出家是發大願心

出家學佛就要發大菩提心，要發盡未來際廣度眾生的大願。在家人無論如何都有很多的牽掛，出家人卻是到處為家。

在報考僧大之前，您一定想知道僧大想要培養什麼樣的人才，以及僧大的課程架構，本期《僧芽》摘錄創辦人 聖嚴師父的一段開示，並提供目前我們課程的架構予大家參考，詳細的開課內容與授課計劃，歡迎您瀏覽僧伽大學網站：<http://sanghau.ddm.org.tw>

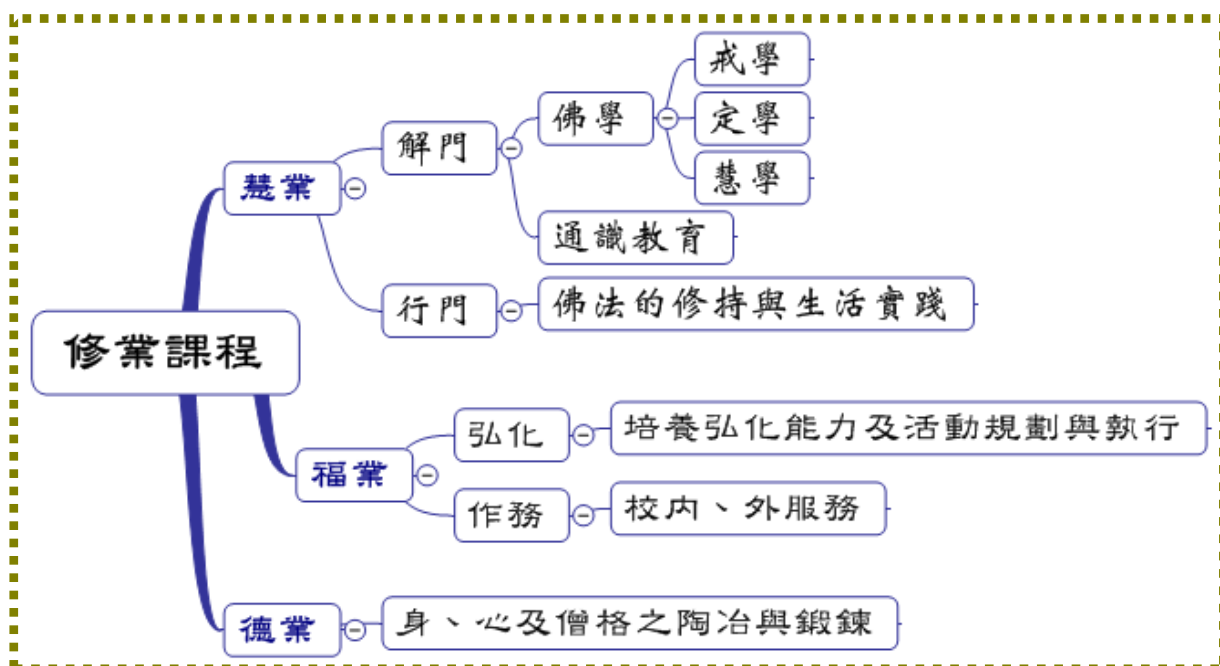
佛門興隆在教育

聖嚴師父

法鼓山的僧伽大學，是為培養品德與悲願兼備的佛教青年人才為宗旨。所謂「品德」，是指的身、口、意三業，都能如法如律，三業行為不離釋尊遺教的「正法律」。除了學習佛法的正知、正見、正念、正定，更要緊的是實踐出家人的戒律威儀。所謂「悲願」，是指的菩薩心行，自己未度先度人，便是菩薩初發心；不為自身求安樂，但願眾生得離苦，便是菩薩心行；在我們的四眾佛子共勉語中有謂「利人便是利己」，以利人為先，便是大菩提心。釋尊於往昔因中，都在做著利益眾生的大事，所以他成佛了。

我一向說，佛教不是缺少出家人，乃是缺少能夠實踐正法的出家人，乃是缺少具有大悲願心的出家人。我又曾說：「今天不辦教育，佛教就沒有明天」。也就是當以今日的佛教教育，培養明日的佛教人才。佛教有了實踐佛法的人才，佛教才有人來護持。

—摘自《法鼓山僧伽大學九十學年度學報》序



熟悉的地方 陌生的自己

師父用智慧的光，親切地告訴我們：「看，路就在那兒，一步一步地走下去就對了。」

■常禪

離開三義 DIY 心靈環保教育中心的遊覽車上，大家開心地分享禪悅的法喜與禪七的心得。我的心思卻飛越到了八、九年前的時空。

回想起當初第一次到三義，我還是一個剛畢業、不知天高地厚的高中小伙子，準備參加法鼓山舉辦的「高中心靈環保體驗營」。那時自己根本不懂什麼是佛法、什麼是禪修。只因為母親說這個活動很好，幫我報了名，而我也奇蹟似的沒有反對，這個會阻礙我暑假大肆玩樂計劃的營隊活動。就這樣，那六天讓我認識了法鼓山這個團體。之後參加營隊、打禪七、當義工，自己也不曉得在三義度過了多個數饅頭的日子。但這一次卻完全不一樣了，這是我第一次以僧大行者的身分到三義，光光的頭，灰灰的衣服，連我都不太認得這個自己，還在慢慢習慣這樣的自己。

僧大的生活單純、有規律，這讓我在禪七中很快就用上了方法。情緒保持穩定的狀態，並察覺自己不斷生起又還滅的念頭與煩惱。原來，剃了頭換了衣服之後，腿還是很痛的；原來，以為已經什麼都放下的我，還是有一層一層更深的執著，緊緊抓著不放。一天一天地過去，內心世界也更加清晰，反照著自己內心從未探尋的角落，我像是劉姥姥逛大觀園一般，看著新奇的事物，也重新認識這個陌生的自己。



依循著師父開示的方法修行，就像黑暗中見著燈火般，瞬時周圍都明亮了起來。雖然自己仍會困在狹小的斗室之中，卻知道了前進出離的方向。

師父用智慧的光，親切地告訴我們：「看，路就在那兒，一步一步地走下去就對了。」雖然我還有很長的路要走，還有很多的事等著去學，但我會依教奉行。正是所謂千年暗室一點即明，祈願自己也能點起心燈，照亮身旁的人。

耳邊傳來招呼聲，讓我回到了現實，原來是休息站到了。收拾心情，懷著感恩的心，準備下車走走。

感恩師父，感恩有三義這個地方，讓我不斷不斷地看見自己，也讓我不斷不斷地往正法修行的路上前進。-- 《文苑》第二期 P.83