

法鼓山

2016

僧伽大學 | 招生

STUDENT ENROLMENT FOR
DHARMA DRUM SANGHA UNIVERSITY

漢傳佛教宗教師的搖籃
THE CRADLE OF CHINESE BUDDHIST
RELIGIOUS TEACHERS

4. 1 招生報名

從心認識自己。
放心改變自己。
全心奉獻自己。

本期主題



Theme

追求快樂是起點，不是目的

心靈閱讀書



Spiritual Book Review

找回自己

僧大新鮮人



DDSU Freshmen's Corner

僧大四年 / 人生如戲

追求快樂是起點，不是目的

■ 聖嚴 師父

釋迦牟尼佛告訴我們，人生有苦，包括：生、老、病、死、怨憎會、愛別離、求不得，以及五蘊熾盛等，總稱為「八苦」。苦是人生的事實，不過正因為有苦，所以人一出生就希望追求快樂，因此達賴喇嘛曾說：「生命的目的是追尋快樂。」他採取與釋迦牟尼佛相對的角度來說，佛陀講「離苦」，他則講「得樂」，但呈現的都是人生的實相。

雖然說追求快樂是人的本能，但必須先釐清：我們所追求的快樂是什麼？其實人類從出生開始，最重要的不一定是追求快樂，而是滿足欲望，例如對食物、生活安全等欲望的滿足，一旦欲望得到滿足，就會產生快樂的感受。因此，「快樂」和「欲望」兩者間有絕對的關係。在物質上追求快樂、滿足，應該是現代人共同的傾向，否則物質文明不會發展得那麼快。可是，在追求快樂的同時，不禁令人懷疑，我們所追求的快樂，是不是可靠？能不能維持長久？



適可而止的欲望，本來是無可厚非的，但是如果不合理、無止盡地追求欲望，就會因為欲望得不到滿足而產生各式各樣的痛苦。所以，人們表面上在追尋快樂，事實上卻也在追尋痛苦，因為所追求的快樂，都要付出痛苦的代價，而且快樂不會是永久的真實，它只是一種暫時的現象，說穿了不過是一種幻影。而且，享受快樂之後，又會回到痛苦的原點。所以，人生不過是從苦到樂、從樂到苦，一個永不間斷的循環而已。只是人們自我安慰，假想自己所追求的就是快樂，結果卻永遠陷於痛苦之中。

佛教的密宗雖然特別重視「大樂思想」，但這是指修行過程中，在精神上產生的喜樂。例如修習禪定時有所謂的「禪悅」，只要能夠修到身心統一，就會有一種沒有綑綁、束縛的舒暢感，也就是「輕安」的快樂；又例如中國淨土宗以求生西方極樂世界為終極目的，也是以「極樂」來形容修行到最後的境界，可見修行的確可以得到快樂的結果。可是，修行的目的並不單只為了自己追求快樂，而是為了幫助別人遠離痛苦、得到快樂。

如果僅以追求快樂做為人生的目標，很可能會變成一個享樂主義者而有所偏差，更有可能適得其反地帶來痛苦。達賴喇嘛之所以說：「生命的目的是追尋快樂。」是站在眾生的立場，迎合現代人趨樂避苦的心理，我們千萬不要誤解達賴喇嘛真正的意思。

因此，追求快樂只能說是一個起點，是人類共同的希望，不能誤以為追求快樂就是人生的最終目的，否則，僅追求物質生活上的快樂，帶來的結果可能就是痛苦。而且以佛教的立場而言，應該要有「不為一己求安樂，但願眾生得離苦」的精神，當一切眾生都得到平安與快樂時，你才會真正的離苦得樂。

-本文摘自《真正的快樂》

方向感

「建立生命的方向感」是我這幾年所積極提倡的一個觀念，我經常在許多對年輕人演講、談話的場合中，提到這個觀念。

其實不一定是年輕人，中年人、老年人也都應該要有方向感。因為中年人若沒有了方向感，很容易面臨「人到中年百事哀」的困境；老年人沒有了方向感，則容易陷入一種末日將至的恐懼當中。

因此，在我們的一生當中，一定要不斷提起自己的方向感。有了長遠的生涯規劃，人生才不會茫然無依、誤入歧途。

所謂生命的方向，其實就是生命的目標；首先要確立主要方向，次要的目標、次要的方向才不會有偏差。主要的目標確立之後，所有次要的目標，都必須在這個方向內進行。工作可以改換，職業可以更易，工作的環境也可以變動，唯一不變的就是要朝這個方向努力。如果我們沒有一個主要的、永遠的大目標，便很容易迷失方向。

在實踐的過程中，還必須時時以主要目標，作為修正的準繩。例如說你最大的目標是要為國家社會謀福利，結果因為害了人以後可以得到一筆非法之財，或是做了某件壞事以後，可以擁有很大的權力，這樣的事能做嗎？當然不能做，因為這是違背了你自己所設定的大目標。

那麼，該如何決定我們的目標呢？

要以自己所具備的條件，再加上所處的環境以及時代背景，來決定方向。我們不一定要做一個偉大的、或是成功的人物，但必須要能夠培養完美的人格，以及安身立命。其中身心的平安，應該是最重要的目標。

很多人常常誤會方向感的意思，以為方向感就一定要做什麼大事。這樣的決心固然很好，可是環境不一定許可你完成。譬如你想要賺大錢，或是想要成為一個大企業家，這雖然很好，但是錢賺不成的時候，大企業家做不成的時候，也還是要活下去，不能因此失去生命的目標。更何況無論是賺錢，或是成為企業家，都不應該是生命真正的方向。

真正的方向應該是：一生當中不要違背自己的身心安定、健康、安全，和大眾的幸福，這才是人生的大方向。

以我來說，由於我瞭解自己的能力，也知道我應該做什麼、不應該做什麼，所以我不會迷失方向。如果有人邀我去做其他和我的方向背道而馳的事，就算開出很好的條件，我也不會受到誘惑，因為那不是我的方向。

毅力對方向感的確立則是非常重要的，一旦決定了方向以後，就不要再朝三暮四、三心二意。雖然人生的道路有種種的阻礙、困難，但只要我們的方向不變，再怎麼艱難的路，不管是大路還是小路，終歸會走出一條路來。



找回自己

作者：聖嚴法師

出版社：法鼓文化

版次：2005/02/01



僧大四年

■ 演香

第一年

滿懷初心進僧大

道場成為我的家

萬事學習要從頭

熟要轉生生轉熟

第二年

審核通過要落髮

三人離開六留下

出家難得絕不假

能夠出家福報大

第三年

輪當組長學領眾

忙功課又辦活動

受大戒我最感動

誓願不忘最初衷

第四年

僧大四年好充實

畢業在即快領執

不管是任何執事

只要為三寶做事

本文摘自《法鼓文苑第七期 P.74》



人生如戲 ■ 演暢

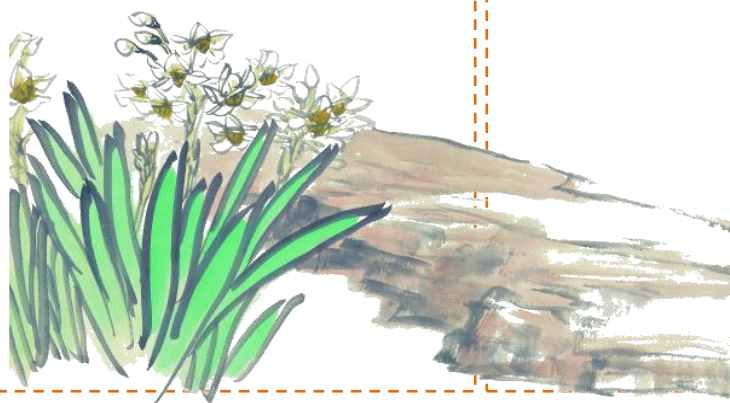


人人自導兼演戲
本只為散播歡喜
提供他人笑嘻嘻
也讓自己煩惱輕
跨界演出太入戲
一直忘記要出離
對手戲 太刺激
被人欺 直嘔氣
容忍低 高壓力

以為他人作諸因
不知自己騙自己
認定值得被憐憫
臺詞總是很有理
緊繃身心要窒息
心跳直飆一百七
要氧氣 深呼吸
集怨氣 聚淚滴
添烏雲 重雷擊

全身通電乍清醒
何必當真論宿命
隨處輕鬆讀心經
磚瓦草木道果因
跳脫演員還本性
天地導演空隨意

本文摘自--《法鼓文苑第七期 P.102 》





只要大家快樂就好

如果你對工作有非你不可的責任和使命感，做起事來一定也能甘之如飴。反過來說，如果你覺得因為別人都不願意做，所以才叫你去做，那就會痛苦得像別人用槍壓著強迫做事一樣。

當別人都不願做時，如果你能替人著想：這樣好的事情，除了我以外，沒有人能做。既然我能做，我也願意做，那就好好的做。因為我所做的事能讓人得到幸福，辛苦是值得的。如果能這樣想，雖然做得比任何人都辛苦，你卻會累得很快樂。因為你能體諒那些不願幫忙的人，他們不知道事情的重要性。而你已經知道了，所以應該多付出一些。至於他們是埋怨你，或是感謝你，都沒有關係，只要他們快樂就好。

--本文摘自《快樂自己決定》

◀ 2016/3 ▶

日	一	二	三	四	五	六
28	29	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

■ Events

招生訊息 >>

3/13 招生說明會

4 / 1 起 招生線上報名

詳細訊息請見官方網站

◎報名相關所需附件紙本資料
請於 5 月 31 日前(郵戳為憑)
郵寄僧伽大學教務處註冊組



只要還有一口呼吸在，就有無限的希望，就是最大的財富。

68/108 自在語 | 聖嚴法師

Even with a single breath remaining, hope is unlimited, and that is untold wealth.

68/108 adages of wisdom | Master Sheng Yen

(林文山攝)