

僧芽

2020.07.01 No.7

活在當下

想在有限的生命裡做些什麼，就要懂得拋棄些什麼

往前走的時光中，不需要的東西會自動被捨下

因此，我們輕步向前，全心奉獻

FOREWORD 法鼓山三大教育體系的宗旨／聖嚴法師
HEARING 正法為依：凝集心力，思惟正法／繼程法師〈練心工夫〉
REFLECTION 僧大為何學歷史？／釋常啟
PRACTICE 教務專題：《楞嚴經》耳根圓通法門 耳根圓通——從聽到覺／釋演期
EVENTS 活動訊息



法鼓山三大教育體系的宗旨

文:聖嚴法師

我在日本讀書期間，對日本的佛教有較多的瞭解。日本寺院中所謂的僧侶，實際上是寺院世襲的居士，他們經營寺院，住在寺院裡，擔任宗教師的工作，有一點類似基督教的牧師，是 priest（神職人員），而不是 monk（出家人）。他們的教育程度必須是大學畢業，否則不容易成為住持，也不容易擔任宗教師。過去台灣的民眾普遍看不起出家人，便是因為出家人的程度大多不高。

我們僧大的學僧，在素質及道心上都有很高的要求。因此，在四年的修學期間，除了基本的佛學常識外，也特別重視宗教生活、僧侶行誼。但是除了學習如何做一個出家人之外，也要能帶動僧團裡的各項執事活動，以及帶動居士們來學習佛法，這樣才是一個優秀的比丘、比丘尼，成為住持三寶的人才；所以，我們也寄望僧大畢業的同學，經過幾年之後，漸漸地能負起住持佛法的任務，這是我們的期待，也是僧大的辦學宗旨。

至於出家體驗暨僧才養成班，原先並不在我們的規畫之內。本來我們是希望以培養佛教青年人才為方向，也就是目前僧大的編制。現在之所以會有出家體驗班成立，原因主要有兩個：其一，我們這個團體是從開辦僧大以後，才真正開始有制度地培養青年人才，至今也不過兩年的時間。在這之前，於農禪寺出家的將近一百位出家法師，每位都是在僧團裡慢慢摸索、慢慢跟著學習的，因為缺乏一個有系統、有組織的規畫，所以他們走得很辛苦。基於這個原因，我們才決定開辦僧大，有制度地培養戒定慧三學兼備的佛教青年人才。

後來因為我們山上的建設一期一期地完成了，而僧大的人才還在培養中，我們僧團裡既有的人才也不多，所以要借重社會上的中年人才，進入我們的僧團，在接受兩年的培訓後，來幫助我們這個團體，成為培養戒定慧三學的佛教青年人才的推動力。所以出家體驗班的同學們，雖然普遍上年紀大了一點，但是實際上要比僧大學僧的任務更重一些，進來受兩年培育以後，就要去成就年輕的人、培養年輕的人。

開辦體驗班的第二個原因是，我們這個團體本來是不接受三十五歲以上的人來出家的，可是有一些為農禪寺、法鼓山奉獻了好多年的菩薩們不斷表示，三十五歲以前，因為放不下家庭、事業、父母或配偶，因緣不具足，所以沒辦法來；如今因緣許可了，於是紛紛懇求僧團讓他們出家。因此，我們籌辦了體驗班，開放給他們來出家。

每一位體驗班的同學，不管是不是想考僧大，或者是年齡已經超過而沒有辦法考僧大的，凡是進入我們體驗班的，就是僧團的一份子，並不是進入僧大的，身分就高一些、就優秀一些；而進入體驗班的，就差了一截，好像是次等一樣，沒有這回事！不論你是怎麼進來的，進來之後，大家都是平等的。

還有，進入僧團以後，請諸位菩薩不要和研究所的同學或是和僧大的同學比較，要求研究所同學有的、僧大同學有的，你們也要，那就很糟糕了！這三個教育系統的培植方式及課程不一樣，教育理念及教育目標也都不一樣，所以請大家不要計較。你們是來協助僧團培養戒定慧三學的佛教青年人才，不是來跟他們年輕人計較的。年紀大的不就是要照顧年紀輕的嗎？希望大家能瞭解，否則你們的煩惱就重了。



正法為依：凝集心力，思惟正法

我們在用功的時候，當工夫漸漸凝集，可以專注在方法上時，會覺察到妄念。如果這時工夫還不是很穩定，就繼續專注在方法上，讓妄念自生自滅地過去。當我們的凝集力愈來愈強時，覺照的作用會比較敏銳，能觀的作用也就能夠發揮它的作用。

凝聚心力，思維正法

平時我們的習性是煩惱多、妄念也多，所以事情發生時，都是煩惱與妄念在引導我們做出決定。如果我們能凝集心力，不斷地思惟正法、加強正念，讓法深入自己的心和思想裡，我們就會與正法相應，煩惱也會漸漸地減少。即使沒有很深細地思惟佛法，只要我們常看佛書，每天都思惟佛法，一段時間之後，會發覺我們在做決定時，很容易就能運用佛法來衡量與判斷事情。但是假如我們很久沒有看佛書了，煩惱又會慢慢地覆蓋我們，因為我們的心只是受到法的熏習，還不完全證入這個法。當我們受到佛法熏習久了，行為自然就會與佛法相應。其他宗教徒也一樣，他們受到他們的法熏習多了，行為也很容易趨向那一方面。

所以法很重要，我們應該依止於法來用功修行，經常閱讀經典、佛書。我們的心熏習久了，它就會產生一定的力量。



練心工夫:精進禪修指引

作者：釋繼程

出版社：法鼓文化

出版日期：2011 年 09 月 01 日

語言：繁體中文

法鼓文化心靈網路書店：

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

僧大為何學歷史？

文/圖：常啟法師



僧大解門課程的規畫，除了禪學的脈絡嚴謹外，特重佛教史的完整鋪墊。從一到四年級，讀著中國佛教史、印度佛教思想史、禪宗史與東亞、西藏佛教史，會發現佛教從印度到漢地，再到世界，一代代人不同，但事事總相似。從警醒的角度學歷史，興衰跌宕與得失因緣便格外意味深長；從借鑑的角度看歷史，看的不是古人老掉牙的舊時故事，而是在看自己的今夕明朝。

《史記》序：「究天人之際，通古今之變，成一家之言。」司馬遷肯定歷史是向前發展的，對於出現的變革採取肯定的態度。然而印順長老認為佛法是有變化，但未必是進化，在流傳過程中還有退化與腐化。聖嚴師父則譬喻佛法如大江奔流般「經過黃土高原變成黃河，經過黑土變成黑水……哪些才是源頭的本來面目？哪些算是由各地區、各時代附加的異執？」在澄清了佛教的源頭與流變後，才能拉近佛法與現實佛教間的距離。警醒、借鑑與澄清是學歷史的基本進路，而僧人有別於世人，更該以何態度來學歷史呢？

僧大的佛教史課程重視其宗教性，宗教關心苦難，不管是自己或別人的苦，都易激發悲天憫人的宗教情操。還包含信仰的實踐、因實踐而有的宗教體驗、普度眾生的權巧方便，也需因時、因地、因人而制宜，這些都屬於宗教性的創發。如同繪畫創作必須有其「藝術性」、詩詞創作必須有其「文學性」，有別於以理性、科學、學術的方法來看待歷史，更多了宗教情操的培養。

學僧讀「前車之鑑」是為了走「明日之路」，僧大望栽培出能思考未來五十至二百年的佛教出家人。師父說：「僅喊著跟上時代步伐，實嫌不足，必須要有『若不能指引時代方向，便會受到時代淘汰』的自覺，佛教才有遠大的明日。」或許，我們不知道未來該怎樣前進，那就看過去是怎樣走來的。承先啟後，定可指導未知的征程；續佛慧命，則繫於宗教情懷中變與不變的慈悲和智慧。

教務專題：《楞嚴經》耳根圓通法門 耳根圓通—從聽到覺

文：演期法師

李治華教授為僧大學生講授《楞嚴經》觀音菩薩耳根圓通法門，主要是以觀念、理論為主，搭配電影情節講解經義的內涵，讓聽者更易入心體會。李教授分享：觀音菩薩的耳根圓通法門修行次第是從聽無聲之聲，到反聞聞自性；從入流亡所到生滅既滅，寂滅現前。脈絡嚴謹，層次分明，亦很適合於生活中運用。

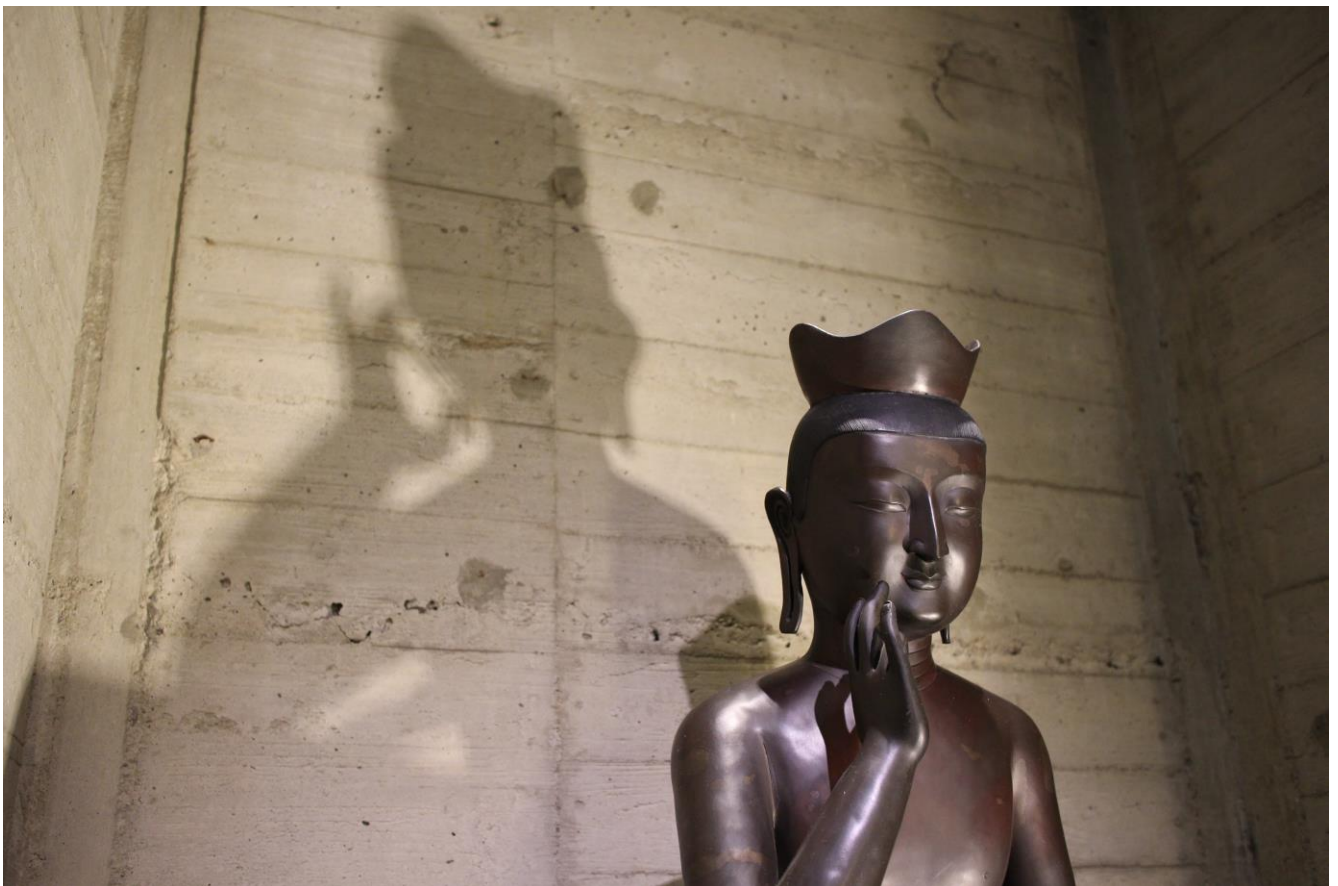
聖嚴師父曾開示：「佛法的修行重視解行並重，佛法的觀念方法要能夠用在日常生活中，如果佛法離開了實踐，是沒有生命力的。」因此修行貴在日用中體會與實踐，除了佐證佛法的觀念與理論確如經典所云之真實不虛，亦可增長修行的信心；此外方法與身心狀態配合時，會產生不同層次的變化，這實際的體驗，亦有助於宗教師分享佛法時，更能清楚掌握脈落。

耳根圓通法門的第一步從聽聲音放鬆開始，藉由溪水聲、海潮聲、山林風動、蟲鳴鳥叫聲，刺激聽覺，感受聽覺，讓緊繃的神經、散亂的心緣在所聆聽的聲音上，隨著規律的聲音，體驗身心漸漸放鬆下來的過程。演期還沒學佛之前，常常在房間裡聽自然或水晶音樂，什麼也不想，就單純坐在椅子上聽著，不久便讓忙碌而緊繃的身心放鬆下來，是一個相當好用的放鬆法。

學佛後，常親近淡水分會，每逢晚上的禪坐共修，恰是學生晚自習放學的時間，往來的車流與人潮紛來沓至，隔著一道落地窗，擾動著共修行者的心湖。剛開始加入共修時，每每昏沉或覺照力不夠，便會被外面的突來的車聲嚇醒。方法逐漸熟練後，那些車聲、人聲變成了背景，知道而不受干擾，甚至可藉干擾來讓自己清楚方法。在車水馬龍吵雜的環境下，淡水分會的菩薩們凝聚道心以安定的修行，直顯不必遠離塵囂覓清淨處，處處皆是用功的道場，「十字街頭好修行，一切音聲都能成為修行的助緣。」

進入僧大的團體生活，有些同學因習慣不同，不適應與他人同寮共寢。此時也是練習耳根圓通法門的機會——告訴自己要睡覺了，從放鬆身體開始，身體隨著呼吸進出，放鬆下沉，聆聽著環境的聲音，寮友此起彼落的打呼聲，窗外蟲鳴蛙叫聲，漸漸變成了背景，就如吸音板，沒有刻意要聽什麼，聲音單純是聲音，不給名字形容比較，單純地聽到，但心不對聲音反應，持續放鬆，漸漸地就睡著了。

從聽到覺——演期研究聽力與聲音十幾年，從研究所到工作幾年，研究聽力損失者的聽力保健、開發聽力輔具、正常人的聽力保護裝置等。近幾年學佛修行之後，漸漸發現，實際上聽「覺」的能力並不會隨著年齡而退化，從小到大，從此生到來生，能夠「覺」的能力並沒有消失過，只需透過耳根圓通法門的修持，來找到那人人本具、不生不滅的「覺」性。





108學年度

畢業典禮

地點：第三大樓 國際會議廳

時間：07/04 (六) 09:30 - 11:00



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



<https://www.ddsu.org/>

僧伽大學 FB



<https://www.facebook.com/ddsan>

[ghau/](https://www.facebook.com/ddsan)生命自覺營 FB

www.facebook.com/awakeninglife

僧伽大學 YOUTUBE 頻道

<http://bit.ly/2QiLRyN>

僧伽大學-數位課程影音

<http://bit.ly/2IM1BGF>

法鼓山全球資訊網

<https://www.ddm.org.tw/>