

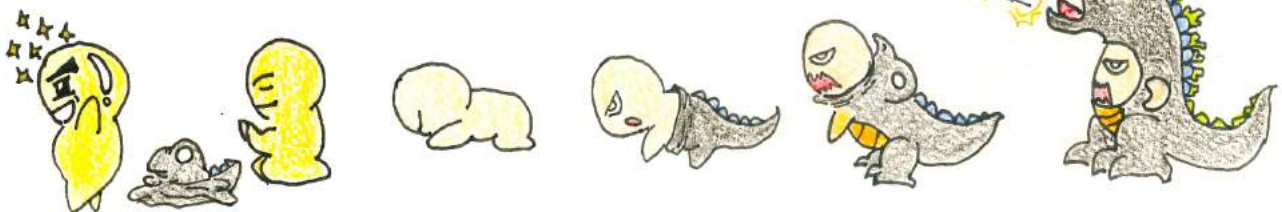
僧學

2018.12.01 No.12

- FOREWORD 修行的意義 / 聖嚴法師
HEARING 真正菩薩道的修持 / 禪修指要 / 繼程法師
REFLECTION 積蓄菩提能量 / 釋常啟
PRACTICE 夜間朝山 / 釋演復
水陸法會出坡趣 / 釋常啟
EVENTS 活動訊息

朝山的目的是在修行，
我們利用朝山的過程，
讓自己有一種信心的出現

朝山
就是將自我
消融 當跟著
佛號的節奏
注意著當下
的腳步不去
執著自己的速
度，接受每一次
拜下的環境
不要求平整，或
是乾淨讓自己
保持平靜，清楚
自己在朝山拜佛，
把武裝的自己變
的圓融。



修行的意義

聖嚴法師《佛教入門》

很多人認為修行是出家人到山裡去，或是關起門來在寺院裡才能修行。事實上修行二字固為佛教名詞，但在每個人日常生活裡也都用得到。修就是修理、修正或修持。我們房子壞了破了要修理，家具破了壞了要修理，同樣的，我們的生理行為或心理行為如果不常檢點的話，我們也會漸漸變成壞人。

中國的曾子所講的「吾日三省吾身」]，就是說我們應該每天檢討自己的行為。每天若都這樣反省的話，縱有錯誤，也容易隨時改正。至於「修持」，是修正、修理而且要持之以恆，日日時時，乃至每一秒鐘都要修行。有些人做了錯事，當天或能覺察，且有悔意，到了第二天又會再錯，他沒有勇氣和決心把自己改正過來，那便不是修行。修行則一定要在發覺自己有錯誤之後，加以修正、修理，並且應該切切實實地照修正過的行為繼續努力下去。

圖：釋常鐸



真正菩薩道的修持

文/繼程法師 圖/釋常鐸

修行的發心很重要。菩薩的偉大在於不管從事什麼工作，必然是依出世間的般若智慧做為引導；心是朝向正知正見的方向，以無常、無我、空的觀念來熏習，實踐中道法。由於內所緣的力量很強，他的心不染著於世間種種相，所以能趨向「出世淨」，能夠達到無私，甚至能夠把我執徹底放下。

修行一定要先確定目標，也就是要朝向解脫的方向去。所以用功時，心是朝向正知、正見的方向，依真諦法而修，實踐中道法，最終證得解脫法。雖然我們不可能馬上就得到效果，或很快就能夠證入出世間的果報，還是要先設立這個方向。否則，我們很可能會以世間的某些利益做為修學的依據。



如果我們不能夠時時刻刻依正法來修行，那麼內所緣的效果——「得出世淨」，就不能夠發揮了。有些人用數呼吸的方法來練氣、練身體，若用得好，還是可以「得作意住」，但是工夫就一直停留，無法提昇。或者工夫持續了一段時間，對一些比較粗重的欲望可以放捨，卻不能夠產生趨向出世間的效果。這裡引導我們，從作意住提昇到世間淨，最後要朝向出世間淨。

在修行的過程，我們的發心和心態很重要，它常常會在關鍵的時刻發揮力量。如果我們發的是求解脫的出離心，即使從事世間的事業，它也能夠帶領我們趨向出世間。菩薩的偉大在於不管從事什麼工作，他必然是依出世間的般若智慧做為引導。即使他所示現的是世間相，由於內所緣的力量很強，他的心不染著於世間種種的相，所以能得到「出世淨」的效果。能夠達到無私，甚至能夠把「我」的執著放下，必然源自於其內心的修為。

我們在從事佛教工作時，若心無法遠離，還執著於種種的事業，就只是世間的善法而已。當然，從世俗的角度來看，能夠成就世間的善法已經很了不起了，因為世間的善法仍然需要很多人來成就。很可能他們也曾發菩提心，但內所緣的力量不足，所以在從事種種佛教事業時，很容易掉回世間善法。身為佛教徒，能夠依佛法的引導來從事種種的佛教工作，已經很不錯了；如果進一步內心（依法的熏習）也能夠達到出離，那就更理想了，這才是真正菩薩道的修持。



禪修指要：六門教授習定論講錄

Essentials of Chan Meditation Practice :

Lectures on the “Six-Gate Teachings on Meditation Practice Treatise”

作者：釋繼程

出版社：法鼓文化

出版日期：2012年03月01日

語言：繁體中文

法鼓文化心靈網路書店：<http://www.ddc.com.tw/>



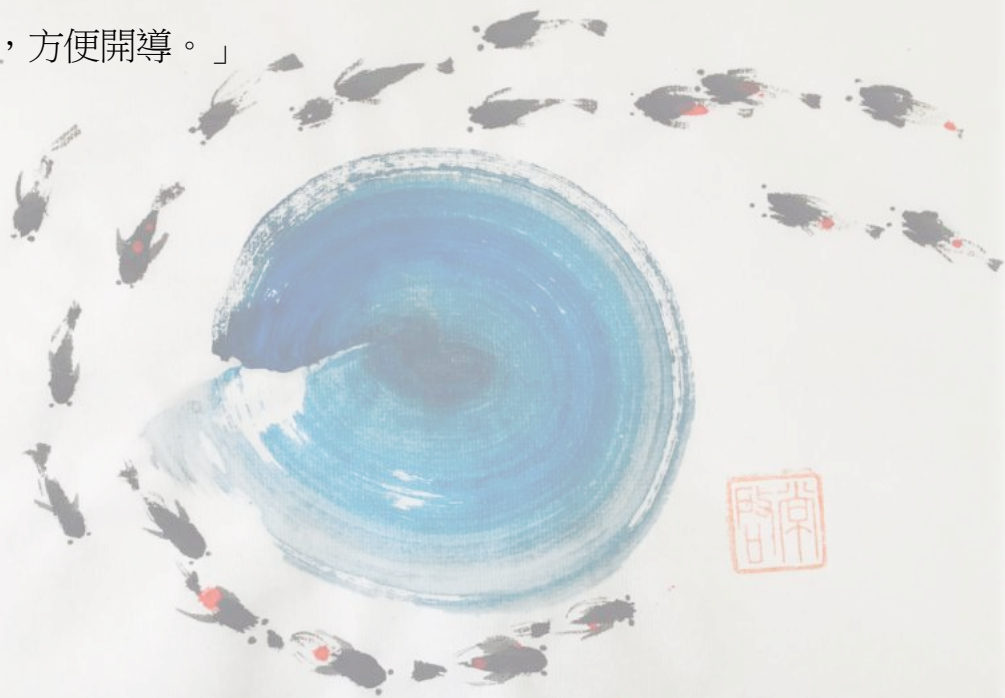
積蓄菩提能量

文/圖/釋常啟

法鼓山是禪修道場，故僧大學僧每年至少有四次禪七，禪學系則有更多機會打七與護七。精進禪七能將平常攀緣浮動的心收攝，透過方法的綿密練習以增長覺性，培養穩健人格，並落實於生活中，甚至返觀自心，破除我執，使人人本具的清淨智慧，得以無礙現前。

上學期的期末禪七，是聖嚴師父指導過的止觀禪七，如樞紐般銜接初階與高階禪七，方法以有著力點的「止觀」，契入無著力點的「中觀」。止觀方法要放下過去與未來，持續在當下可著力的方法上，中觀則連現在心都不可得，除了要捨下所緣境，連捨的心也要捨。如何捨下現在呢？具體的做法卻是好好活在現在。現在心是一剎那一剎那不停流動著，若要如實活在當下，就非得捨下對前一剎那與下一剎那的攀緣心，依「捨」的作用，讓當下不被境所轉，不取捨、不執著，如此，活在現在就是放下現在，兩者互為表裡。

法鼓山也是觀音道場，觀音菩薩普門示現，何處苦難何處現身，僧大培養的學僧以弘法利生為家業，怎麼會關門避靜於禪堂呢？如同《般若經》中佛陀的回答：「菩薩身雖遠離眾生，心常不捨，靜處求定，得實智慧以度一切……種種語言，方便開導。」



原來是發心不同，禪七不是避懶偷安，而要發大悲願心，所以每一場禪七，師父都會開示菩提心，並由慚愧懺悔、感恩報恩與發願迴向來具體實踐，尤其迴向心是禪七中的成長與淨化，透過行為去分享與利益他人，如一燈點亮萬燈，燈燈相續。

閉門的禪七，竟成為提昇人品與建設淨土的最佳無盡燈法門，無怪乎，僧大學僧每次出堂，總是身心清淨法喜，發菩提心而能量滿滿，蓄勢待發地投入自利利他的悲智試煉場。

轉載於法鼓雜誌 第 345 期 教育文化版



夜間朝山

文/釋演復

夜間朝山

月光下，憶念佛清淨圓滿的恩澤

石板路上，提醒自身行菩薩道的誓願

以父母給予我們的色身

用感恩、懺悔、祝福的心念

化為步步感念的禮拜

伴隨著「南無本師釋迦牟尼佛」聖號

二十人，步履一致地三步一拜，朝向法華鐘樓

一小時彷彿穿越了千年的時空

靈山會上 佛菩薩



『朝山的意義是尊敬和感恩，尊敬佛的偉大人格，感恩佛的無限大悲；而朝山的目的是在修行，我們利用朝山的過程，讓自己有一種信心的出現，所以朝山的精神以及作用、功能，就是要讓我們產生信心。』**聖嚴法師**

水陸法會出坡趣

文/圖 釋常啟



法鼓山水陸法會快到了，今天僧大男眾部一起在四樓副殿組裝供信眾住宿的鋁床，一開始摸索著被拆解開的鋁件如何有效的組裝，雖然速度不快，但大家很有默契的分工運作，各司其職中也能互助遞補，眾志成城。

就在中場休息過後，速度突然加快許多，不知道是因為吃飽喝足而更有氣力，還是掌握訣竅而更有默契了。哈哈！

為了讓每張床都能更牢固，我們會將整排的鋁床用螺絲釘栓在一起，就像淺根的樹盤結在一起，更能抵禦強風土裂，保證安全。也因此，更多工作的細節需要兼顧，就在準備收坡前，負責的百丈院法師發現有些床的鋁梯位置錯置了，而且因為整排的床都栓在一起，只要一個錯，就錯錯錯錯錯，往後的床就得拆開重組！有點一番心血付諸東流之感，哈哈！只怪我們不夠細心，動作一熟悉就失去了觀照，只是盲目的做下去，殊不知能觀照到這些細節處，才是真正效率與品質的關鍵。

有了這次寶貴的失敗經驗，下次我們會做得更好更有品質，希望能讓來參加水陸法會的信眾能睡得安穩舒服。師父說「做中學、錯中學」正是行者應有的態度，我們又上了一課。



生

命

自覺營

2019
1/19 Sat
~1/29 Tue

出家生活體驗營
Dharma Drum Mountain the 16th Awakening Camp

法鼓山世界佛教教育園區
Dharma Drum Mountain World Center for Buddhist Education

對象
男16-37歲，女16-35歲，高中/職以上，願意體驗和學習出家生活者。

報名方式
網路報名，網址：<http://ddmplus.ddm.org.tw/awakening.aspx>
2018/10/15 開放報名，額滿為止。報名審核過後，將以電子郵件通知。

承辦單位
法鼓山僧伽大學，網址：<http://www.ddsu.org/>
Facebook：<https://www.facebook.com/ddsangha/>

聯絡方式
E-mail：awakening.ddm@gmail.com
自覺營Facebook：<http://www.facebook.com/awakeninglife>
自覺營網站：http://www.ddsu.org/?page_id=92

電話
02-2498-7171分機2351（週一至週五9:00-17:00）
0910-159-557（週一至週五17:00-19:30，週六至週日9:00-17:00）
地址：新北市20842金山區法鼓路555號

【Application Requirements】
MALE from 16 to 37 years old, FEMALE from 16 to 35 years old.
With high school education and a keen interest in experiencing the Buddhist Monastic lifestyle.
Since the event is conducted in Chinese, a basic knowledge of spoken Chinese would be advisable. English translation will be provided if needed.

【Registration】
2018/10/15 open registration.
Application form & On-line application are available at <http://ddmplus.ddm.org.tw/awakening.aspx>
Limited vacancies, early registration is encouraged.

【Contact us】
EMAIL：awakening.ddm@gmail.com
Facebook：<http://www.facebook.com/awakeninglife>
website：http://www.ddsu.org/?page_id=92
TEL +886-2-24987171 ext.2351
(available time: weekdays 09:00-17:00)
Mobile Phone +886-910159557
(available time: weekdays 17:00-19:30, weekends 09:00-17:00)



報名網站



僧伽大學



facebook

生命自覺營

◎ Transportation fee only. Attendance fee sponsored by the public, donations are most welcomed.

2018.10.15 開始報名：報名連結 <http://ddmplus.ddm.org.tw/awakening.aspx>

招生簡章 https://www.ddsu.org/?page_id=887



發行單位：僧伽大學教務處

電話：886-2-2498-7171

相關網站：

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

法鼓山世界青年會

ddyp.ddm.org.tw

封面繪圖：演漸