

僧芽 電子報

AUGUST 2022 | ISSUE 8

僧大首次舉辦 線上畢業典禮

雖然無法邀請大家現場參與典禮，
本期報導讓您親臨實境！

院長時間

奉獻自己，成就大眾

僧大教室

在落地處開花

修行自知錄

不悔的選擇

僧大報報

欲為佛門龍象，
先作眾生牛馬

法鼓山誌

法鼓山的老媽子

弘法利生我來了！

疫情稍緩，僧大舉辦了首次的線上畢業典禮，將出家子想傳遞給父母的感恩，透過直播送到台灣各地及海外。

今年的畢業典禮除了小而莊嚴，更是滿滿的溫暖與歡樂。主持的同學們貼心地為海外家長用馬來西亞話、廣東話等進行儀程，還有每年讓人引頸的在校僧祝福，不負眾望地將現場氣氛推到最高點，二位女眾畢業僧甚至在沒有心理準備下，被請上台與學弟們共同進行小學堂考驗，測試四年的學習成果。

六位畢業僧們接下來還有領執培訓課程，銜接進入僧團的領執生活。祝福同學們帶著大菩提心，弘法家業一肩挑。



宗教師的精神

文／聖嚴法師 攝影／常鐸法師

法鼓山共同的精神，是「奉獻我們自己，成就社會大眾」，至於出家人的精神是什麼呢？是持戒、精進、忍辱、頭陀行。佛陀時代，有「頭陀第一」之稱的是摩訶迦葉尊者；頭陀行，就是對物質的要求和擁有要盡量澹泊，對名聞利養也是一樣，這就是出家人的精神。

以社會大眾為奉獻的對象

回溯中國的歷史，包括西藏或是印度的歷史，都曾出現相同的狀況。那就是當佛教受到王公大臣們的尊崇信仰、豐厚供養，然後上行下效，老百姓們也跟著一起供養、護持，佛教因此非常隆盛。

但此時出家人卻漸漸地無所事事，本來應該做的弘化、修行的工作都不做了；甚至演變成腐敗，奔走於權貴之門，籠絡攀緣信徒。到了這種程度，往往也就是佛教要走上滅亡的開始，因為出家人都變成寄生蟲。西藏、中國和印度的法難，都有同樣的狀況。

因此，我們出家人必須要有警覺心，要「奉獻我們自己，成就社會大眾」，從事教育、關懷的工

作，對於社會大眾要提供我們的資源：包括佛法的觀念、佛法修行安心的方法。對社會盡一份心力，佛教就不會僅僅是達官貴人的裝飾。

另外，要大家思考的是，弘化工作不只是面對我們的信徒，如果這樣，一代一代的信徒會過去，那佛教也就會消失了。佛教和基督教、天主教、伊斯蘭教、猶太教不太一樣，那些宗教基本上是他們社會的傳統，是世代信仰的，而佛教徒很多是從一般民間信仰的社會大眾衍變成佛教徒，很少有一個家族世世代代信仰佛教。因為佛教不是一個家族的宗教，不是一個民族的宗教，不是一個社會的宗教，而是非常自由的宗教。

所謂「自由」，就是說上一代信佛教，下一代不一定信佛教，以夫妻來說，丈夫信、太太不一定要信，太太信、丈夫不一定要信，是很有包容性的。譬如你們之中，大概只有一、兩個是小時候跟著媽媽信，多半不是從小學佛的。因此，我們所謂的「成就社會大眾」，不僅僅是面對信徒，還包含了非信徒。就這一點來看，我們的責任重大，這一代的出家人如何影響下一代人來出家，然後又如何影響大眾護持三寶，這責任很大。



請諸位不要想得太天真，說什麼「要信的人自然會信」，不能這麼被動消極，一定要促成大眾來學佛的因緣。如何促成呢？就是要跟他結緣，為他服務，讓他們有親近佛法的因緣。譬如有一位很有名的作家，本來沒有宗教信仰，在她父親往生時我們去關懷、服務，為她父親助念八個小時，讓他們在悲傷中安下心。後來她為如何辦理父親的告別式感到苦惱，因為民間習俗總是吵吵鬧鬧的，有人就建議她不如請一個交響樂團演奏，也有人建議她辦一場舞蹈來紀念，還有人告訴她布置靈堂要講究的東西……，她聽得無所適從。

於是她打電話來請教，我們向她提到另一位藝術創作家的父親往生，我們法鼓山去協助，告別式辦得簡單而隆重，不僅有教育意義，也有文化意義。她說那很好，她想要把告別式辦得簡單隆重而有氣質。因為有了這個因緣，過程中她大概有所感悟，決定等喪事辦好，也要開始學佛了。這就是成就社會大眾、為社會服務的一個例子。

一場盡心盡力的助念、一場莊嚴素雅的告別式，可以讓一家人成了佛教的護法、信徒，無形中也可能影響了他們的親戚、朋友成為佛教徒，開始學佛，這些都是我們要照顧的對象。因此，我們要有服務奉獻的精神，不分有沒有名利或有沒有回饋，就是平等的奉獻社會、服務大眾，這樣佛教才會有生存的空間。

下面，再說出家的精神——頭陀行。頭陀行是指在物質上要盡量地澹泊：對人要慷慨，對自己要嚴苛，但不要嚴苛到使自己食不裹腹、衣不蔽體，變成面黃肌瘦。凡是行頭陀行應該都很健康，因為心中總是開朗愉快，法喜充滿。歡喜自己是出家人，歡喜自己無憂無慮、無牽無掛，凡事盡心盡力而為，也都很長壽。像摩訶迦葉尊者，沒有餓死也沒有凍死，還活到很老。所以，折磨自己不是頭陀行，而是叫作自討苦吃。

我們山上有一位義工老菩薩，九十一歲了，她老人家還天天拿鋤頭在種菜，年輕人看她年紀這麼大了，就把工具藏起來，她就用圓鋤慢慢挖，不急不緩，做一段時間後，就到廚房揀菜、切菜，然後到觀音殿念佛、繞佛、拜佛。她很會利用時間，太陽很大的時候，她不會去菜園；也很會利用空間，本來是長草的地方，她就幫忙種出菜來。這位老人家不求名聞利養，澹泊而與人無爭、與事無爭，一派悠閒自在。

澹泊精進的頭陀精神

精進，也是出家人的精神之所在，除了服務社會大眾之外，生活應該積極有規律，經常照顧道場、照顧人。如果說我們生活不規律、很散漫、不合群、不精進，身體是不會好的。早上不起床，晚上不睡覺，應該早上殿不上早殿，應該動的時候不動，大家在做八式動禪了你還在睡覺，



這樣身體不會好。

雖然我們不要被身體所困擾，老是想著這裡病、那裡病的，不過如果身體出了狀況，還是要就醫，否則後果不堪設想。譬如你的眼睛痛，你說：「我是不買帳的，痛吧！我還是用它。」到最後，你的眼睛可能會瞎了；所以，如果身體有狀況，一定要注意，真是有問題了，還是要找醫生。例如我的手肘，不知道是因為寫字，還是過度使用，經常會痛，就是俗稱的「網球肘」，只要我一想到它，它就痛，我不管它、不睬它，就忽略了這個痛。但應該戴護肘時，我也會戴，戴的時候好像好一點，但痛還是痛。

我曾經問一位榮總的醫生，這應該怎麼辦？醫生說他也有這毛病，要我多休息。我就問他：「請問大夫，你休不休息呀？」他說他的業障重，沒有辦法多休息，因為他忙得不得了，要門診，而且是總院、分院兩地跑，還要教書，忙得沒辦法休息。「法師您是出家人，可以休息呀！」他以為我們出家人很清閒沒有事，可以多休息，我就跟他講：「我也是業障重，要我多休息，我也沒有辦法。能夠幫我改善的就改善，不能改善的就算了，我就是與我的病共生同死了。」沒辦法改善的病，就跟它在一起吧！

總之，我們對身體的照顧，小病不要太在意它，比較嚴重、實在沒有辦法的時候就要看醫生。不過俗話說「久病成良醫」，病久了、經驗

多了、年紀大了，曉得自己的病是什麼狀況，自己應該會照顧。現在我可能比醫生更曉得自己的身體狀況，知道需不需要打針、貼膏藥、吃藥。有人說我這個人老是病，但我就這麼拖過來了，一直拖到現在，我沒有想死，也不怕死，累的時候就休息一下，七十五歲的老人，身體能夠有多好？就是面對它——生老病死，然後接受它、處理它、放下它，這也可以說是我們出家人的精神。

俗話說：「比丘常帶三分病。」這是說生病也是一個助道的因緣，讓你知病苦是什麼；但是假如比丘、比丘尼常常害病，老是需要他人照顧，這就有點麻煩了。帶病，並不是就要人家來侍候，帶病還是要自己獨立。有病，自己曉得病是苦事，曉得生命無常，應該更精進，更加打起精神來。

出家人有病而被病困擾，那是道心不夠，出家人有病，除了找醫生治療外，就是靠我們的信心。要常發願，常在觀世音菩薩面前慚愧懺悔，然後發大悲願，願眾生都能離苦：「願我能夠奉獻給眾生，奉獻我自己成就眾生，讓眾生離苦。」看到眾生有病，就想到眾生需要幫助。自己有小病，將它視為生老病死的一環，任何人與生俱來都帶著病來的，沒有一個人是百分之百健康。心情經常保持愉快，保持法喜，就不會被病、累等等打倒。身體有一些病都是正常的，不要認為有了病，就不能夠修頭陀行。



在落地處開花

文／常格法師 攝影／常鐸法師

每年的畢業季，許多青年學子步入社會，通常會收到的祝福是鵬程萬里、步步高升，而僧伽大學的畢業僧呢？是否也能選擇自己喜歡的工作？是否也追求一步步升等的鵬程之志呢？

記得聖嚴師父說過一個故事，古時候，有個出家人到某道場掛單，一住就是很多年，他的面容蠟黃，但是每天都把寺裡的廁所打掃得乾乾淨淨，除了打掃廁所之外，他也很精進用功。後來他被人認出曾是另一個道場的方丈，退位以後，找了另一處道場做淨頭。

當年還是學僧時，聽到這個故事之後，「出家心行」課堂上法師不斷提到的「出離自我」，突然變得非常鮮明與立體。對出家人來說，每一份執事都是為服務常住、奉獻三寶而設的，各人承擔的責任或有輕重，但並無尊卑、高低之分。重要的是執事過程中，對境對人時，觀照自身情緒的起伏、心念的上下波動，一次次從「這是我的意願」、「這是我認為對的」等種種念頭裡，練習覺察自己是以「我」的立場來看待外境、與人

互動。俗話說：「公說公有理，婆說婆有理。」各有各的一套理，講也講不清。

師父說，有時弟子們發生衝突來找師父，雙方都認為自己有理；事實上，沒有理是不會衝突的，就是因為雙方都覺得有理，才會互不相讓。所以，出家人「不講情理，講悲智」。還記得師父有一句棒喝的話，大意是說：「若你是對的，但一直忿忿不平或私下議論，就是對的也是錯了。」錯在哪兒？錯在忘失了慈悲與智慧了！

出了家、領了執，如果外境不轉，我能轉嗎？能從煩惱出離出來嗎？能隨僧團安排執事，離開自己的舒適圈嗎？我想境界來時一定是難受的，但若能通向覺醒，便能不辜負自己出離的願。

在畢業領執的時節，期許我們都能在「出離自我」的大方向上，在自己所任的執事上，盡心盡力廣種福田、廣結善緣。僧團請執的風吹我們去哪兒，就在那兒落地開花。除了三寶事、眾生事，哪還有什麼「我」的事呢！



【畢業僧畢業感言】

不悔的選擇

文／智敏法師 攝影／常鐸法師

每年夏天的慣例，是以在校生的身分，歡送祝福即將從僧大畢業的學長，一晃眼，自己也成了應屆畢業生中的一員。

回首學院生活的點滴，因著師長、同學及學弟的陪伴，才能走到現在；學習的過程儘管跌跌撞撞，每段經驗都成了持續在修行路上前進的動力。

面對未知的將來，自己向來不是個勇敢的人，即便清楚這條路是自願做出的選擇，心中還是會有一點恐懼和擔憂。記得決定重讀一年的當下，內心沒有自信，歡喜迎接新同學的背後，藏著忐忑不安。

「重讀的這個選擇是否是正確的呢？」自己曾反覆如此自問著。後來發現，其實每個選擇都沒有所謂的對錯，但看我能否堅持初心，善加把握每一個學習的因緣，並為自己的選擇承擔責任。對於即將到來的領執生活，聽見自己內心慣性的焦慮又出現了——

害怕無法勝任工作，而為他人與環境帶來困擾；擔心自己會因為種種挫折而提不起心力，在煩惱中忘失了最初想出家的初衷。

有師兄弟問：「如果現在開放給您兩個選項：一個是可以多留一年在僧大學習，另一個是畢業領執，您會選哪一個呢？」

自己當時毫不猶豫地給出了「畢業領執」的答案，縱然一直覺得具足福報考進僧大學習很幸福，然實際上學僧是向僧團請假讀書，若總是寧可待在舒適圈裡裹足不前，也與發願出家奉獻的願相違。

「道感恩」聽起來非常老套，但還是要藉著這段文字，謝謝三寶與師父、接引自己學佛的老菩薩、一路耐心指引和教導的師長、相互切磋砥礪的師兄弟，以及每一位出現在自己生命旅途中的人。

願所有在學院生活得到的受用，均能化成長養道心的資糧，無論前方有多少考驗和挑戰，願能堅持菩提不退、鍥而不捨。



不畏諸苦難 若眾生離苦
自苦即安樂 發心學佛者

【110年度畢業典禮活動報導】

欲為佛門龍象，先作眾生牛馬

文／寬信菩薩 攝影／李東陽

法鼓山僧伽大學110學年度畢業典禮於7月3日在校內的國際會議廳舉行，今年共六位畢業學僧接受師長及在校生的歡送，演究法師、演漸法師、演禧法師、演發法師、演文法師及演呈法師。雖因疫情緣故，改以典禮直播線上看方式，邀請畢業僧的海內外俗眷親友，在空中觀禮獻祝福，但現場小而美的畢典，溫馨絲毫未減。

院長方丈和尚果暉法師勉勵畢業僧要用三觀——「理觀」、「事觀」、「現觀」，每天時時提起菩提心且不忘初發心，在奉獻當中修行。畢業領執後，要把在僧大所學內化成自己的內在力量，方可不易被外在境界所轉。藉由不回顧過去，不擔心未來，把心隨時安住於當下，入眾領執定可勝任愉快。並以無我的智慧及利他的慈悲，成就僧團同時成就自己，共同「提昇人的品質，建設人間淨土」，承續師父的悲願。

備受矚目期待的「在校生祝福」，男眾部在校僧創意演出「凡願身影」引來哄堂大笑及掌聲一

片，從時下人們受疫情影響易心浮氣躁，帶出四位法師昔日為尋求解脫，出家學習治癒現代人心靈不安的解藥——「心靈環保」，進而理解唯有發大菩提心行菩薩道，才是真正的利人又利己。女眾部則為二位畢業僧量身打造「僧大小學堂」益智節目，善巧呈現法師們恆順眾生、具足威儀的特質，最後大家輪流道出對所有畢業僧的感謝與祝福，在校生的感性致詞令人動容。

畢業生致詞由來自港、澳的演禧法師與演發法師代表，兩位法師以自身的出家歷程，形容在僧大的求學階段，第一年行者好比讀幼兒園，行住坐臥全部要重頭學；第二年審核通過落髮為沙彌則是讀小學，學習承擔利他為第一的責任；受具足戒為比丘就像升中學，要肩負如來家業；畢業之後領執，則像半工半讀的大學生，除了修行永無止盡之外，更要學習奉獻即修行。從不能理解兒子為何非得出家不可，到認同法師因出家身份能結更多眾生法緣，演禧法師藉機感恩俗家老菩薩願意以行動護持，更肯定自己要以出家身份利益有情眾生。



回顧僧大的宗教師養成學涯，影響最深及最大改變，演究法師了解學佛不等於沒有煩惱，但煩惱可檢視修行，祈願日後自己及他人都能少煩少惱。演漸法師現在遇到逆境，會反觀自性，用佛法調己心讓雙方獲益。演禧法師因體認因緣觀，期勉若因緣許可，跟願心相應當盡力而為。演發法師感恩師長果光法師以話棒喝，讓自己終於願意放下自己，真正開始修行三業。演文法師會從不如己意的外境，自我省察找出心的問題並感恩珍惜一切的因緣。演呈法師突破自我舒適圈，希望應用所學讓更多人同沾法益。



法鼓山創辦人聖嚴師父在《人行道》書中寫道，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。畢業典禮最後就在師長為畢業僧搭菩薩衣、授證，全體合唱〈菩薩行〉圓滿禮成，象徵畢業僧菩提心芽已發，菩薩行已起行，以但願眾生得離苦，不為自己求安樂的大悲願，出離自我，走向十方。



【畢業生致詞影片】

法鼓山 的老媽子



竹雞

Bambusicola thoracica

攝影／richard2formosa



小編的話

【科名】 雉科

【別名】 台灣竹雞、灰胸竹雞、竹鷓鴣

從臉部至胸部皆為灰色，喉為栗色；身體大致呈現褐色，背上有白斑，腳灰色。雌雄同色，不易分辨，體長約25公分。

生性隱蔽害羞，具領域性，常三五成群出沒於林地間，啄食果實、種子、昆蟲和葉子為食，夜晚則休息於樹上，飛行能力不佳。

竹雞也生活在農村環境周遭，因此在閩南語也常出現跟竹雞相關的諺語：形容活潑好動小孩會說「甲竹雞仔同款」，更將遊手好閒不務正業的男生稱為「竹雞仔」。

小編從未親眼見過竹雞，因為牠們總在溪另一邊的樹林裡，聞聲不見影。竹雞只要一開口叫，便能一發不可收拾地叫一上午或一個下午。

聲音宏亮，好像能貫穿整個法鼓山似的，叫聲是「雞狗乖—雞狗乖」，發音準確度上，似乎只要我們站在高處大叫「雞狗乖」就變身竹雞了。

因為上述這些特點，只要竹雞一開口，就讓小編腦海浮現老媽子雙手插腰，獅吼孩子乖乖別搗亂的影像。這就是為什麼竹雞在小編心中像個老媽子~哈！



但願眾生
得離苦

當一切眾生離苦時，
自己也會得到真正的快樂

法鼓山僧伽大學

110學年度畢業典禮

2022.7.3(日) 9:30-11:00 / 國際會議廳



「不為自己求安樂，但願眾生得離苦」，這是佛教平等廣大慈悲心的展現，當一切眾生都得到平安與快樂時，自己才會真正地離苦得樂，而這個快樂，也才是「真正的快樂」。

——《真正的快樂》



僧伽大學官網



僧伽大學臉書

發行單位 法鼓山僧伽大學教務處

地址 20842 新北市金山區三界里法鼓路555號

電話 886-2-2498-7171 分機 2351

電子信箱 seb@ddmf.org.tw