

# 從早齋開示看聖嚴法師的僧教育理念

釋常藻

第七屆法鼓山僧伽大學佛學系

## 【目次】

- |              |
|--------------|
| 一、前言         |
| 二、早齋開示內容     |
| (一) 對僧眾的期許   |
| (二) 歷年來不變的叮嚀 |
| (三) 特色       |
| 三、結語         |

## 一、前言<sup>1</sup>

承接自太虛大師建僧的理念，對於培育住持三寶的人才，創辦人聖嚴法師投入了很多心血，真正落實了建僧的使命，<sup>2</sup>以使正法久住。

在僧大接受教育的這四年，從聖嚴法師字字句句的叮嚀，更是感受到了聖嚴法師對僧教育的用心與關注。聖嚴法師一直念茲在茲的，就是培育有道心、有悲願的漢傳佛教宗教師，<sup>3</sup>建立清淨、精進的僧團。<sup>4</sup>拖著病苦，還要氣若游絲地不斷開示，目的無他，就是希望能夠樹立起修學的道風，即使創辦人不在了，一樣可以培養出一代一代的宗教師，將符合現代需要的正法弘傳下去。

法鼓山僧團在步入2001年後，逐年茁壯成長，尤其是2001年開始創辦僧伽大學，更有系統地培育漢傳佛教的宗教師。然而，除了課堂上正式的授課，早齋後的開示，更是聖嚴法師關懷弟子、授之法乳的時段。本文正是透過早齋開示的內容，來探討聖嚴法師對僧教育的理念，如何帶領弟子朝往健全僧格與僧團的發展。

2001年僧伽大學的創辦，意味著法鼓山僧團邁入了新時代，這是一個重要的里程碑，因此將本文的探討範圍設定於法師從2001至2008年的早齋開示。

## 二、早齋開示內容

從個人到團體，從修行到領導管理，都囊括在聖嚴法師2001至2008年的早齋開示內容中。以下以三個面向，來進行探討：對僧眾的期許、經常耳提面命的叮嚀以及聖嚴法師早齋開示的特色。

### （一）對僧眾的期許

#### 1. 以宗教師自許

聖嚴法師希望弟子要常常告訴自己：「我是宗教師。」並遵從聖嚴法師的教誨，努力實踐。<sup>5</sup>以下以四個面向來說明聖嚴法師勉勵弟子成為怎麼樣的宗教師。

---

<sup>1</sup> 筆者原畢業製作是為書籍的編輯，名為《僧命的依怙——摘自聖嚴師父2001至2008年早齋開示》，並撰有一篇同名之書面報告。後為投稿此十週年特刊，刪除了書面報告中有關編輯過程的步驟，論述如本文，謹此說明。

<sup>2</sup> 聖嚴法師，〈太虛大師行誼〉（2007年3月27日），法鼓山僧伽大學「高僧行誼」課程。

<sup>3</sup> 聖嚴法師，〈太虛大師行誼〉（2007年3月27日），法鼓山僧伽大學「高僧行誼」課程。

<sup>4</sup> 聖嚴法師，〈法鼓山的定位和目標〉（2007年7月1日），早齋開示文稿。

<sup>5</sup> 聖嚴法師，〈增強整體感與危機感〉（2008年7月5日），早齋開示文稿。

(1) 養成僧儀與僧倫

聖嚴法師教導弟子，成為宗教師的第一步，就是僧儀的養成：

所謂僧儀，就是出家人之間或跟在家人互動時的身儀、口儀、心儀。<sup>6</sup>

聖嚴法師更進一步說明，人在規矩裡不會出軌、放逸或懈怠，因此出家人不僅僅要遵守出家人的威儀，而且要注意生活中各項的小節。從走路、<sup>7</sup>吃飯的威儀，<sup>8</sup>到穿著<sup>9</sup>方面，聖嚴法師都一一耐心教導，以期培養弟子成為人天師範。聖嚴法師也很重視生活環保的落實，希望弟子們以整齊、簡樸、節約為原則，<sup>10</sup>只要冬天凍不死，平常餓不死就好。<sup>11</sup>

在口儀方面，聖嚴法師希望弟子要用商量、勉勵的話，而不能夠用命令、指責的，否則僧團會不和諧。<sup>12</sup>

聖嚴法師勸勉弟子要發出離心，而不是修厭離行，<sup>13</sup>並且強調宗教師沒有特權或階級之分，是隨遇而安、隨處而安的。<sup>14</sup>聖嚴法師強調，出家人要練習解脫道的觀念、修學菩薩道的方法，<sup>15</sup>要「以凡夫身，修出離心；以人間身，修淨梵行；以出世心，修菩薩行；以入世心，成就眾生。」，<sup>16</sup>並且認為老實修行是出家人首重的條件：

所謂龍象，不一定是非常聰明，也不一定要有很大的學問。以自己的品行、行持，老老實實地修行，也能夠感動人，也能夠攝化眾生。<sup>17</sup>

<sup>6</sup> 聖嚴法師，〈僧倫與僧儀〉（2007年6月16日），早齋開示文稿。

<sup>7</sup> 見聖嚴法師，〈威儀〉（2004年7月9日），早齋開示文稿；〈持戒清淨〉（2006年1月22日），早齋開示文稿；〈調整習氣〉（2006年10月8日），早齋開示文稿。

<sup>8</sup> 見聖嚴法師，〈殿堂莊嚴的功德〉（2005年11月27日），早齋開示文稿。

<sup>9</sup> 見聖嚴法師，〈宗教師的穿著與作息〉（2004年8月17日），早齋開示文稿；〈團體運作與其精神〉（2002年9月10日），早齋開示文稿。

<sup>10</sup> 聖嚴法師，〈生活環保與奉獻的精神〉（2002年9月15日），早齋開示文稿。

<sup>11</sup> 聖嚴法師，〈落實關懷與環保〉（2001年1月27日），早齋開示文稿。

<sup>12</sup> 聖嚴法師，〈僧倫與僧儀〉（2007年6月16日），早齋開示文稿。

<sup>13</sup> 見聖嚴法師，〈落實關懷與環保〉（2001年1月27日），早齋開示文稿：「出離心和厭離行是很不一樣的，厭離是討厭人和事；不離人事，也不貪念追求執著感情、物質、名利、聲望、地位的，不追求，不貪求，這叫作出離。」

<sup>14</sup> 聖嚴法師，〈十方僧與現前僧〉（2008年7月6日），早齋開示文稿。

<sup>15</sup> 聖嚴法師，〈出家的好處與障緣〉（2005年11月20日），早齋開示文稿。

<sup>16</sup> 聖嚴法師，〈出家人的本分〉（2007年9月30日），早齋開示文稿。

<sup>17</sup> 聖嚴法師，〈出家人的基本條件及學習次第〉（2007年6月23日），早齋開示文稿。

此外，聖嚴法師也很注重僧倫的養成，因為如果出家人不遵守僧倫，團體就會混亂、顛倒、衝突、矛盾、互相鬥爭，彼此不尊重、不關心，<sup>18</sup>變成了烏合之眾，人家就會看不起我們。<sup>19</sup>倫理的意思，就是盡本分，盡自己的分、盡自己的責，<sup>20</sup>進入僧團，就要學習僧團的倫理：

僧團大眾之中如何相處、如何相待、如何稱呼、如何彼此互動，這非常重要，我們要尊重職務倫理、尊敬戒臘。<sup>21</sup>

## （2）無私地奉獻

每個人都帶著不同的期待，甚至夢想來出家，聖嚴法師多次為弟子釐清發心來出家的正確觀念：

出家人不是為自己享受安樂，也不是為了逃避紅塵、世俗的環境，更不是為了到佛門來出人頭地。<sup>22</sup>

奉獻個人，不計較個人的是非得失、陞遷調撥、名聞利養，這是出家人的基本觀念。<sup>23</sup>

聖嚴法師以他個人為例，說明他個人出家沒有動機、沒有生涯規畫，不管在什麼時候，就只是努力做好一個和尚。有因緣，就往前走；沒有因緣，就停留在那裡。<sup>24</sup>聖嚴法師的一生之中沒有個人的目標，但是卻有全體佛法的目標。<sup>25</sup>

聖嚴法師期許弟子們都能學習法師無私地奉獻，因為：

宗教師就是要付出、奉獻、服務，不為自己，而是要為社會大眾謀福利。我們出了家的人，不要做自私自利鬼。<sup>26</sup>

18 聖嚴法師，〈僧倫與僧儀〉（2007年6月16日），早齋開示文稿。

19 聖嚴法師，〈僧團禮儀〉（2006年9月3日），早齋開示文稿。

20 聖嚴法師，〈僧倫與僧儀〉（2007年6月16日），早齋開示文稿。

21 聖嚴法師，〈僧團禮儀〉（2006年9月3日），早齋開示文稿。

22 聖嚴法師，〈出家的目的與方向〉（2008年5月25日），早齋開示文稿。

23 聖嚴法師，〈出家的好處與障緣〉（2005年11月20日），早齋開示文稿。

24 聖嚴法師，〈出家的目的與方向〉（2008年5月25日），早齋開示文稿。

25 聖嚴法師，〈為佛法盡力盡責〉（2001年4月22日），早齋開示文稿。

26 聖嚴法師，〈宗教師的養成〉（2008年5月3日），早齋開示文稿。

聖嚴法師勉勵菩薩道的行者，要發菩提心，利益眾生，而菩薩一定是在眾人中修行，以眾生為福田，在眾生之中成就，這就是菩薩行。<sup>27</sup>

在剃度典禮上，聖嚴法師期勉弟子，要學習地藏菩薩的悲願：「自己未度先度人，自己還沒有解脫以前，先要想到如何使眾生離苦得樂，這就是菩薩的初發心。」<sup>28</sup>身為宗教師，我們不為自己的名、利攀俗緣，而是時時刻刻想到我們有什麼東西可以讓人得到利益。<sup>29</sup>以此安心於道，也就是以菩提心盡未來際為三寶做供養人、為眾生做布施，而不是只想到自己的成就或追求開悟。<sup>30</sup>聖嚴法師認為，唯有如此，才能真正地安心、自在：

心中只有眾生，只有三寶，不為自己，你隨時隨地都是在出離之中，都是自在、快樂的出家人。<sup>31</sup>

為了弘法利生，出家人雖然也會領一份執事，但聖嚴法師認為這與在家人的工作有所不同，因為出家人不為自己設想，而是：「不會的就學習，學會了以後，不一定要用它」，<sup>32</sup>否則就是自找苦吃，自尋煩惱而已。<sup>33</sup>聖嚴法師希望弟子能夠隨緣盡分：

出家人是不選擇工作的，什麼工作都做，在三寶門中需要你的長才時，就發揮、應用，但是三寶門中沒有需要時，給你什麼事，就做什麼事，這就是你奉獻的機會。<sup>34</sup>

聖嚴法師還說：「把您調過來、調過去，就是修行。」<sup>35</sup>並且告訴弟子自我省察的標準：「凡是為僧團、為十方常住服務奉獻的，就是佛法；如果是為私人的興趣以及習慣來學習、工作，就是世法。」<sup>36</sup>不管做任何事，都不是為個人做，而是為團體，這樣才會在僧團安住，道心才會增長。<sup>37</sup>

---

<sup>27</sup> 聖嚴法師，〈落實關懷與環保〉（2001年1月27日），早齋開示文稿。

<sup>28</sup> 聖嚴法師，〈受戒出家〉（2002年9月4日），早齋開示文稿。

<sup>29</sup> 聖嚴法師，〈院訓〉（2003年1月10日），早齋開示文稿。

<sup>30</sup> 聖嚴法師，〈安心的方法〉（2002年3月3日），早齋開示文稿。

<sup>31</sup> 聖嚴法師，〈出家的意義〉（2004年9月13日），早齋開示文稿。

<sup>32</sup> 聖嚴法師，〈把握因緣，全力以赴〉（2004年9月10日），早齋開示文稿。

<sup>33</sup> 聖嚴法師，〈法鼓山的發展〉（2004年4月12日），早齋開示文稿。

<sup>34</sup> 聖嚴法師，〈安心的方法〉（2002年3月3日），早齋開示文稿。

<sup>35</sup> 聖嚴法師，〈把握因緣，全力以赴〉（2004年9月10日），早齋開示文稿。

<sup>36</sup> 聖嚴法師，〈法鼓山的方向與出家的心態〉（2003年4月16日），早齋開示文稿。

<sup>37</sup> 聖嚴法師，〈出家人應有的四點認識〉（2005年7月13日），早齋開示文稿。

### （3）心胸廣大、眼光遠大、氣度恢弘

雖然聖嚴法師在後期（2007年及2008年）較頻繁地勉勵弟子們必須要心胸廣大、眼光遠大、氣度恢宏，但實際上法師從2003年的早齋開示就開始提及：

希望大家心胸要廣大、眼光要看遠，就是不要為自己個人想，也不要僅僅為我們的團體想，要為整個佛教、為佛法的慧命來思考。假如我們這個團體還有一個人眼光遠大、心胸開闊，這個團體還是有救的。<sup>38</sup>

聖嚴法師以「眼光高遠能創千年萬世之生機，心胸廣大包容太虛空界之眾生，眼光短淺之人不見未來願景，心胸狹小之人不能成大事業。」<sup>39</sup>來勉勵大眾，並且進一步說明，心胸廣大，就是要照顧人、關懷人、包容人，而非與人計較；眼光高遠，就是擺脫自己個人的立足點，思考的是整體的佛教，考慮的是世界佛教未來一百、兩百年的樣子；<sup>40</sup>氣度恢弘的人，就是平等地為眾生設想，對眾生有很強的包容心，自己什麼也沒有，但是希望所有眾生都能過得很快樂。<sup>41</sup>

聖嚴法師認為，「心胸、眼光」這兩個是並行的，眼光是看未來，心胸則是包容無限。如果我們眼光遠大，就不會被絆倒，因為你已經預先知道可能會有阻礙、阻力；<sup>42</sup>心胸不夠大的人，自我中心很強，因此不容易開悟。<sup>43</sup>

聖嚴法師自己沒有一定的立場，而是以所有大眾的立場為立場，適應、配合當下整體社會環境的需求。<sup>44</sup>聖嚴法師強調，法鼓山這個道場是屬於十方叢林的，不是私人的小廟。<sup>45</sup>在道場的整體弘化與發展方面，聖嚴法師更是充分地發揮了其宏觀。為弘傳法鼓山的理念，有的弟子想到的只是想把道場擴大、增加，聖嚴法師卻不認同：「我只知道為全世界的佛教來動頭腦，而沒有想到法鼓山要虛張聲勢，更沒有想到法鼓山要有多少道場、多少人才。」<sup>46</sup>

聖嚴法師一直主張，我們辦教育是為了未來的世界，因此只曉得要全力以赴地把

<sup>38</sup> 聖嚴法師，〈法鼓山的方向與出家的心態〉（2003年4月16日），早齋開示文稿。

<sup>39</sup> 聖嚴法師，〈眼光遠大，心胸廣大〉（2007年5月6日），早齋開示文稿。

<sup>40</sup> 聖嚴法師，〈眼光遠大，心胸廣大〉（2007年5月6日），早齋開示文稿。

<sup>41</sup> 聖嚴法師，〈十方叢林的恢弘氣度〉（2008年6月28日），早齋開示文稿。

<sup>42</sup> 聖嚴法師，〈眼光遠大，心胸廣大〉（2007年5月6日），早齋開示文稿。

<sup>43</sup> 聖嚴法師，〈禪修與開悟〉（2005年7月24日），早齋開示文稿。

<sup>44</sup> 聖嚴法師，〈法鼓山的定位和目標〉（2007年7月1日），早齋開示文稿。

<sup>45</sup> 聖嚴法師，〈十方叢林的恢弘氣度〉（2008年6月28日），早齋開示文稿。

<sup>46</sup> 聖嚴法師，〈年輕化與世界化〉（2008年6月29日），早齋開示文稿。

學生、弟子培養成爲人才，遍世界都是我們的道場。<sup>47</sup>聖嚴法師透過一次又一次地強調，希望讓大家知道，培養人才要心胸開闊，要有遠見：

我們是要以漢傳佛教的立場，來成就世界佛教的人才。<sup>48</sup>

聖嚴法師對法鼓山的教育體系，有非常大的抱負與願心：「我希望法鼓山僧伽大學佛學院，真的能培養出佛教宗教師人才，而不是招了學僧隨便教教，畢業後送進僧團填補人力的不足，沒有人才選用育留的計畫，否則人才也會變成庸才。」<sup>49</sup>

## 2. 在生活中落實修行

### (1) 生活即修行

對於修行的定義與方式，聖嚴法師一直不厭其煩地提醒弟子，要把修行的意思和體驗，隨時隨地掛在心上，<sup>50</sup>因爲修行就是在生活的運作之中調心：<sup>51</sup>

要常常跟佛法相應，把心放在方法上，用佛法來照顧自己，就會法喜充滿、禪悅爲食。<sup>52</sup>

隨時隨地放鬆身心，好好地在現在正在做的事，就會感覺修行才是最輕鬆、最舒暢、最快樂、最沒有負擔的事，<sup>53</sup>也就不會受環境中人、事的影響。<sup>54</sup>

我們生活的環境每天都在變，聖嚴法師認爲，身爲出家人，唯一不變的就是我們要有清淨、慈悲的身心，對於自己要少煩少惱，對眾生多一些慈悲，對僧團多一分奉獻和照顧。<sup>55</sup>

### (2) 執事與修行

對僧眾而言，執事占了生活中大部分的時間，因此聖嚴法師也不忘提醒弟子執事

<sup>47</sup> 聖嚴法師，〈年輕化與世界化〉（2008年6月29日），早齋開示文稿。

<sup>48</sup> 聖嚴法師，〈十方叢林的恢弘氣度〉（2008年6月28日），早齋開示文稿。

<sup>49</sup> 聖嚴法師，〈培養僧才〉（2008年8月3日），早齋開示文稿。

<sup>50</sup> 聖嚴法師，〈修行在平常日用中〉（2007年1月28日），早齋開示文稿。

<sup>51</sup> 聖嚴法師，〈修行在平常日用中〉（2007年1月28日），早齋開示文稿。

<sup>52</sup> 聖嚴法師，〈禪悅爲食，法喜充滿〉（2008年4月12日），早齋開示文稿。

<sup>53</sup> 聖嚴法師，〈日常生活的修行方法〉（2006年10月1日），早齋開示文稿。

<sup>54</sup> 聖嚴法師，〈修行的觀念〉（2007年5月27日），早齋開示文稿。

<sup>55</sup> 聖嚴法師，〈保持基本原則〉（2001年8月28日），早齋開示文稿。

與修行的融合：

我們在山上任何一個時間、任何一個地方，做任何事，不管是什麼樣的型態，都是在修行，都是在修福修慧。<sup>56</sup>

福慧是並行的，當你在付出勞力、奉獻時，如果心情平和，沒有思東想西、對立、摩擦、衝突，這不但是在修福，也是在修慧。<sup>57</sup>

聖嚴法師期望弟子不要忙得迷失了，如果發現心有點浮的時候，馬上用佛法、禪修方法之中的「放捨諸相，休息萬事」調整身心，雖然忙碌，還是會覺得非常法喜。<sup>58</sup>

### （3）內觀調心

聖嚴法師經常提醒弟子，出了家，就不能用在家人的心態來看待事物，而是要用佛法的心態來適應環境。<sup>59</sup>無論遇到任何境界，都要想到出家人就是來消煩惱的，無論公平與否，都是要助長我們的道心，要我們用佛法來調心。<sup>60</sup>因為：

出家人不是比才幹、比聰明，而是比道心。有道心、有修行，就能配合人、適應環境。<sup>61</sup>

遇到內外的障礙或煩惱時，聖嚴法師鼓勵弟子，可以練習「外離相、內不亂」，<sup>62</sup>因為佛法的修行是從內心調自己。<sup>63</sup>佛法的一句話、一個原則，只要自己用得好，所有的問題都能夠解決。<sup>64</sup>

聖嚴法師鼓勵弟子要學習水的柔和與彈性，順應環境而改變自己，<sup>65</sup>必須培養自己有心包太虛的大心量，如果能夠放下自我中心，就是開悟。<sup>66</sup>聖嚴法師也說明柔軟

---

<sup>56</sup> 聖嚴法師，〈修行在平常日用中〉（2007年1月28日），早齋開示文稿。

<sup>57</sup> 聖嚴法師，〈修行在平常日用中〉（2007年1月28日），早齋開示文稿。

<sup>58</sup> 聖嚴法師，〈人間僧團〉（2003年7月11日），早齋開示文稿。

<sup>59</sup> 聖嚴法師，〈隨眾作息1〉（2004年9月8日），早齋開示文稿。

<sup>60</sup> 聖嚴法師，〈禪悅為食，法喜充滿〉（2008年4月12日），早齋開示文稿。

<sup>61</sup> 聖嚴法師，〈出家的目的與方向〉（2008年5月25日），早齋開示文稿。

<sup>62</sup> 聖嚴法師，〈自安安人〉（2005年8月31日），早齋開示文稿。

<sup>63</sup> 聖嚴法師，〈出家修行維繫法身慧命〉（2007年9月2日），早齋開示文稿。

<sup>64</sup> 聖嚴法師，〈威儀〉（2004年7月9日），早齋開示文稿。

<sup>65</sup> 聖嚴法師，〈隨眾作息1〉（2004年9月8日），早齋開示文稿。

<sup>66</sup> 聖嚴法師，〈禪修與開悟〉（2005年7月24日），早齋開示文稿。



的態度，將會自利利人：「如果跟任何人有衝突、摩擦，是自己的錯誤；人家跟你摩擦，你就不要跟他摩擦。不跟他翻臉，他還可能留下來，一、兩次以後，他會檢討、懺悔，慢慢的就可能成爲龍象人才。」<sup>67</sup>如果心能夠非常柔軟，能夠消融、包容他人，就是個修行人了。<sup>68</sup>

當我們養成逆向思考時，看到的都會是菩薩，心裡除了恭敬、感恩之外，只有歡喜。<sup>69</sup>因此，聖嚴法師認爲，做爲僧團的一分子，能夠養成「我配合您」的這種修養，是佔便宜的，僧團也會因您而成長。<sup>70</sup>

內心會生起煩惱，是因爲法不染心，聖嚴法師勉勵弟子，既然我們如此的幸運，有善根來聽聞佛法，就要好好地修持佛法。<sup>71</sup>

## （二）歷年來不變的叮嚀

### 1. 隨眾

多年來聖嚴法師一直耳提面命叮嚀我們的，不外乎隨眾作息，因爲這是出家人的本分。<sup>72</sup>聖嚴法師表示，上殿、過堂、出坡，不只是責任、義務，更是一份光榮。<sup>73</sup>如果早晚殿、打坐都不想參與，時間久了，會對出家這個身分、出家的生活產生懷疑。<sup>74</sup>

爲維護道心，聖嚴法師非常強調要做好出家人的生活、行爲、儀態，如果形式的不做，道心就會淡化。<sup>75</sup>聖嚴法師深諳凡夫弟子的惰性與諸多障礙，因此勉勵大家：

做一日和尚撞一日鐘，我們的早晚殿、過堂，無論如何都要想辦法參加，否則我們的道心會退。<sup>76</sup>

對於弟子的想法與理由，聖嚴法師更是一針見血地給予指正：

---

<sup>67</sup> 聖嚴法師，〈出家的目的與方向〉（2008年5月25日），早齋開示文稿。

<sup>68</sup> 聖嚴法師，〈出家的目的與方向〉（2008年5月25日），早齋開示文稿。

<sup>69</sup> 聖嚴法師，〈出家人的心態〉（2002年8月7日），早齋開示文稿。

<sup>70</sup> 聖嚴法師，〈執事上的溝通協調〉（2001年2月8日），早齋開示文稿。

<sup>71</sup> 聖嚴法師，〈出家的第一課〉（2007年9月29日），早齋開示文稿。

<sup>72</sup> 聖嚴法師，〈出家人的本分〉（2007年9月30日），早齋開示文稿。

<sup>73</sup> 聖嚴法師，〈出家人的本分〉（2007年9月30日），早齋開示文稿。

<sup>74</sup> 聖嚴法師，〈威儀〉（2004年7月9日），早齋開示文稿。

<sup>75</sup> 聖嚴法師，〈威儀〉（2004年7月9日），早齋開示文稿。

<sup>76</sup> 聖嚴法師，〈出家的意義〉（2004年9月13日），早齋開示文稿。

諸位不要以為不上殿、不過堂、不隨眾，好像是占了便宜，實際上，你沒有占便宜，你是消受了僧團的福報，而你自己不隨著僧團做奉獻，你是罪過，是在造業。<sup>77</sup>

在行大乘菩薩道的僧團裡，忙著為大眾服務，很多弟子都會表示不是自己不想要隨眾上殿、過堂，而是執事上真的太忙了。法師認為這是因為執事們沒有把作息時間安排好、規定好，所以大家整天都在忙亂；另一方面，則是缺乏自律的能力，在吃飯、午休、晚上打坐時，甚至是晚上大家都已經養息了，卻還在工作。<sup>78</sup>

## 2. 嚴持戒律

無論是在初出家的階段，或是領執多年，聖嚴法師都會提醒弟子們，在生活中嚴守戒律的重要性：

因為出家人尊貴的地方，就是以戒為尊。<sup>79</sup>

能夠出家，不是偶然的，不是暫時的福德因緣，而是多生多劫的福德因緣才能夠來出家。持戒是為了保護自己三業清淨的戒體，保護自己的道心，保護自己幾世以來出家的功德。<sup>80</sup>

聖嚴法師以自己本身為例，來勉勵大眾：

在我出家的時候，我發願，第一不碰女人，第二不碰金錢，這兩樁事我一定要堅持到底。<sup>81</sup>

聖嚴法師從 2001 至 2008 年期間，多次強調男、女界線要清楚，不能為了種種的方便而開緣，<sup>82</sup>無論是看病、<sup>83</sup>度眾，<sup>84</sup>或工作上的互動，<sup>85</sup>都要謹慎處理，絕對不能隨

<sup>77</sup> 聖嚴法師，〈出家人的本分〉（2007 年 9 月 30 日），早齋開示文稿。

<sup>78</sup> 聖嚴法師，〈出家人的本分〉（2007 年 9 月 30 日），早齋開示文稿。

<sup>79</sup> 聖嚴法師，〈持戒清淨〉（2006 年 1 月 22 日），早齋開示文稿。

<sup>80</sup> 聖嚴法師，〈出家人安住的原則〉（2008 年 12 月 13 日），早齋開示文稿。

<sup>81</sup> 聖嚴法師，〈珍惜出家因緣〉（2002 年 7 月 13 日），早齋開示文稿；〈戒學的次第〉（2008 年 8 月 31 日），早齋開示文稿。

<sup>82</sup> 見聖嚴法師，〈請執心態〉（2002 年 9 月 1 日），早齋開示文稿；〈戒學的次第〉（2008 年 8 月 31 日），早齋開示文稿。

<sup>83</sup> 見聖嚴法師，〈出家人安住的原則〉（2008 年 12 月 13 日），早齋開示文稿。

便。在大堂開示的場合，聖嚴法師將男、女之間的戒律持守，講解得非常詳細。從輕微的淫戒，即男、女之間說一些無聊的話，或是舉止輕佻，乃至重戒中的男、女肢體接觸，其中是否有遮蓋物以及是否有染心等細節，<sup>86</sup>聖嚴法師都以實際的例子再三地告誡弟子們，必須要謹小慎微，嚴持梵行。

除了勸勉以戒為師，同時聖嚴法師也指導弟子面對與處理的方法：

隨時保持清淨的心，跟人互動的時候，視對方為眾生、菩薩、未來的佛、現在的佛、現在的菩薩，不要想到這是女人、這是男人。<sup>87</sup>

然而，聖嚴法師並非只注重形式上的持守，而是重視戒律的精神，也就是在於清淨和精進。<sup>88</sup>比如說，基於文化與禮儀有異，如果遇到一位外國女賓主動伸出手，假如不跟她握手，她會受不了，這時聖嚴法師還是會跟她握手。<sup>89</sup>

聖嚴法師注重的是大乘佛教的精神原則，因此在談到銀錢戒及非時食戒時，主張回到其根本精神，也就是除貪。在受環境、時間、風俗習慣等因素影響之下，我們能持的就持，不能持的就不持，這稱為「方便能持」。同時，聖嚴法師也強調，在法鼓山的住眾身上不應該有錢，不只不要帶俗家的錢來，如果收到供養金，也要全數交給僧團處理，個人若有任何食、衣、住、行的需要，僧團都會供給。<sup>90</sup>

對戒律的行持，聖嚴法師主張不得苟且，卻也不是拘泥成規、食古不化，而是掌握佛陀制戒的本懷，配合當下的因緣，方能真正落實「以出世的精神，行入世的菩薩道」。

### 3. 慚愧、懺悔、感恩心

雖發心出家修道，但在修得聖位以前，修行路上難免會有許多的起起伏伏，無論在調伏自己內心的煩惱、<sup>91</sup>外在障緣，或是人我互動之間，<sup>92</sup>聖嚴法師教導弟子們，

---

<sup>84</sup> 見聖嚴法師，〈僧儀的養成〉（2001年1月14日），早齋開示文稿。

<sup>85</sup> 見聖嚴法師，〈嚴淨毘尼，弘範三界〉（2008年4月26日），早齋開示文稿。

<sup>86</sup> 見聖嚴法師，〈戒學的次第〉（2008年8月31日），早齋開示文稿；〈請執心態〉（2002年9月1日），早齋開示文稿；〈持戒清淨〉（2006年1月22日），早齋開示文稿；〈嚴淨毘尼，弘範三界〉（2008年4月26日），早齋開示文稿。

<sup>87</sup> 聖嚴法師，〈出家人應有的四點認識〉（2005年7月13日），早齋開示文稿。

<sup>88</sup> 聖嚴法師，〈持戒清淨〉（2006年1月22日），早齋開示文稿。

<sup>89</sup> 聖嚴法師，〈嚴淨毘尼，弘範三界〉（2008年4月26日），早齋開示文稿。

<sup>90</sup> 聖嚴法師，〈戒學的次第〉（2008年8月31日），早齋開示文稿。

<sup>91</sup> 見聖嚴法師，〈安心的方法〉（2002年3月3日），早齋開示文稿：「發現自己的煩惱時要生慚愧心，多奉獻、多布施，就會生起道心。」

都要用慚愧心、懺悔心、感恩心來面對。<sup>93</sup>出家以後，如果還是以俗人的心態、觀念、想法，來處理自己、對待生活，一定煩惱重重；如果懂得生起慚愧心、感恩心，而去懺悔，則有助於化解煩惱。<sup>94</sup>

慚愧心不只能夠幫助我們跨越障礙，更是保護道心的最佳方法：

常常要提起慚愧心，唯有如此您會道心堅固，梵行就會清淨。<sup>95</sup>

如果內心感覺很苦，更要慚愧，並且趕快調整自己的觀念，也就是調心。<sup>96</sup>

聖嚴法師也指出：「如果沒有慚愧心，沒有反省的能力，只有狡辯的能力，頭腦很快、嘴巴很快，這種人就是無德、無品、無行。」<sup>97</sup>對於懺悔，尤其是在大眾面前懺悔，很多人都會有錯誤的觀念，認為是件丟臉的事。聖嚴法師藉由實例而當場給予正確的觀念疏導：

懺悔不是一樁丟臉的事，實際上是非常值得讚歎、值得恭喜的事，懺悔則安樂。如果變成取笑，這就是不知佛法，又不知慚愧。<sup>98</sup>

聖嚴法師將墨寶「以感恩心接受，用報恩心來付出。」放到僧報上，<sup>99</sup>希望弟子們都能時時謹記在心。聖嚴法師不諱言，初出家的人容易遇到諸多障礙的因緣，但我們要感恩逆境、<sup>100</sup>感恩這修行的因緣、<sup>101</sup>感恩有機會服務奉獻，<sup>102</sup>甚至被人糾正，都要

---

<sup>92</sup> 見聖嚴法師，〈安心的方法〉（2002年3月3日），早齋開示文稿：「一有煩惱，不要就怪他人、怪團體、怪法師、怪佛法沒有把你訓練好，這都是你自己的業，自己應該向內心生起慚愧心。」；〈調整習氣〉（2006年10月8日），早齋開示文稿：「如果跟別人有矛盾、有摩擦，你要懺悔。因為一隻手是不會響的，兩隻手才會響，產生摩擦一定是雙方的事情。」

<sup>93</sup> 見聖嚴法師，〈出家修行維繫法身慧命〉（2007年9月2日），早齋開示文稿：「實際上你出了家，就要好好用佛法，生慚愧心、生懺悔心、調伏自己的心。」

<sup>94</sup> 聖嚴法師，〈吃苦頭〉（2008年8月23日），早齋開示文稿。

<sup>95</sup> 聖嚴法師，〈修梵行〉（2002年9月7日），早齋開示文稿。

<sup>96</sup> 聖嚴法師，〈出家人應有的四點認識〉（2005年7月13日），早齋開示文稿。

<sup>97</sup> 聖嚴法師，〈宗教師的穿著與作息〉（2004年8月17日），早齋開示文稿。

<sup>98</sup> 聖嚴法師，〈和敬〉（2002年7月30日），早齋開示文稿。

<sup>99</sup> 聖嚴法師，〈增強整體感與危機感〉（2008年7月5日），早齋開示文稿。

<sup>100</sup> 聖嚴法師，〈出家的好處與障緣〉（2005年11月20日），早齋開示文稿。

<sup>101</sup> 見聖嚴法師，〈把握因緣，全力以赴〉（2004年9月10日），早齋開示文稿：「我們不要受冷、熱、飢、渴、老、怨、苦等遭遇的影響，反而要感恩有這修行的因緣。」

<sup>102</sup> 見聖嚴法師，〈增強整體感與危機感〉（2008年7月5日），早齋開示文稿：「我很感恩那些有因緣讓我服務、讓我關懷、讓我奉獻的人，我覺得我一路在成長。我也要感恩你們，讓我有機會種福田。」

感恩、感謝，<sup>103</sup>因為這都在成就我們：

我們遇到任何的順境、逆境，都應該感恩，讓我們成就解脫道、菩薩道。解脫道，就是讓自我中心的煩惱、執著，能夠少一些；菩薩道，是慈悲他人、慈悲眾生。<sup>104</sup>

在僧團裡，無論是被賦予服務他人的機會，或是被別人服務，聖嚴法師勉勵弟子，都要心存感恩，<sup>105</sup>感恩僧團、三寶給自己成長的機會。<sup>106</sup>而十方信施用最大的心來布施，我們也應該要好好尊敬、感恩、為他們服務，<sup>107</sup>並愛惜一切的公有物。<sup>108</sup>

### （三）特色

#### 1. 兼具宏觀與微觀的指導

回顧聖嚴法師 2001 至 2008 年的早齋開示系列，不難發現其內容囊括了各個面向，大至對佛教的使命感，小至對弟子生活各方面的提醒，聖嚴法師都一一給予叮嚀。

聖嚴法師念念不忘的不只是法鼓山這個團體的未來，而是整體的、未來兩百年後的佛教。聖嚴法師勸勉弟子必須要保持高遠的眼光，想辦法開創，不是站在個人的立場，而是要為整體的佛教想。<sup>109</sup>此外，聖嚴法師也在開示中說明我們這個團體的定位與方向，對內要建立清淨的僧團，對外要淨化社會。<sup>110</sup>

除了宏觀的整體觀，聖嚴法師也非常關心弟子們的生活細節，在衣、食、住、行等方面，常常給予適時的關懷。聖嚴法師會教導弟子早上起來如果頭暈，要如何照顧自己；<sup>111</sup>天氣寒冷時，要注意保暖；<sup>112</sup>吃的食物，要注意食材的衛生<sup>113</sup>等，讓弟子們深感溫暖與感動。

<sup>103</sup> 聖嚴法師，〈持戒清淨〉（2006年1月22日），早齋開示文稿。

<sup>104</sup> 聖嚴法師，〈出家的好處與障緣〉（2005年11月20日），早齋開示文稿。

<sup>105</sup> 聖嚴法師，〈人間僧團〉（2003年7月11日），早齋開示文稿。

<sup>106</sup> 聖嚴法師，〈請執心態〉（2002年9月1日），早齋開示文稿。

<sup>107</sup> 聖嚴法師，〈出家人的心態〉（2002年8月7日），早齋開示文稿。

<sup>108</sup> 聖嚴法師，〈出家人的心態〉（2002年8月7日），早齋開示文稿。

<sup>109</sup> 聖嚴法師，〈眼光遠大，心胸廣大〉（2007年5月6日），早齋開示文稿。

<sup>110</sup> 聖嚴法師，〈法鼓山的定位和目標〉（2007年7月1日），早齋開示文稿。

<sup>111</sup> 見聖嚴法師，〈隨眾作息1〉（2004年9月8日），早齋開示文稿。

<sup>112</sup> 見聖嚴法師，〈持戒清淨〉（2006年1月22日），早齋開示文稿。

<sup>113</sup> 見聖嚴法師，〈照顧身心的健康〉（2005年1月14日），早齋開示文稿。

同時，聖嚴法師也深知凡夫在修行路上的困難，因此提供了具體的下手處，都是日常生活當中可以普遍運用以及自我檢視的。聖嚴法師除了鼓勵弟子要隨眾、靠眾，<sup>114</sup>還要隨時用方法攝心，<sup>115</sup>乃至在梵唄或作務中都一樣能夠調心。<sup>116</sup>對於弟子內心的苦惱與障礙，聖嚴法師更是耐心地一一說明轉念的方法。

這些鉅細靡遺的句句叮嚀，從個人到團體，聖嚴法師都提供了明確的方向與具體的方法。

## 2. 融合古今的智慧

聖嚴法師在這八年的早齋開示，不只引經據典地運用了佛陀與古德提出的修行方法，更是善巧地將現代管理學，落實在團體的規畫與經營上，可謂真正融合了古今的智慧。

其中，聖嚴法師總共引用了十二部經典，即《法華經》、《心經》、《圓覺經》、《金剛經》、《阿含經》、《四十二章經》、《百喻經》、《解深密經》、《大般若經》、《六祖壇經》、《阿彌陀經》以及《楞嚴經》。其中以《法華經》的次數最多，共有三處，其次為《心經》、《圓覺經》、《金剛經》以及《六祖壇經》，都各有兩處。另外，還有《高僧傳》以及諸多禪師的語錄與著作。這些經典多與禪宗有關聯，從此處可看出，聖嚴法師對出家弟子的教導是以禪修為本。

聖嚴法師在談到修頓悟禪的兩個層次與方法時，首先引用了唐朝圭峰宗密禪師在《禪源諸詮集都序》中提及的方法：「念起即覺，覺之即無」，<sup>117</sup>也就是不管妄念；第二個層次則是「離一切念，而放下萬緣」，也就是不攀緣。<sup>118</sup>「念起即覺，覺之即無」這頓悟修證的法門，同時也被收錄在宋朝永明延壽禪師的《宗鏡錄》<sup>119</sup>以及祖源禪師的《萬法歸心錄》。<sup>120</sup>

行菩薩道的當兒，難免會遇到人我之間的摩擦，或是在忙碌之中迷失在事相上，

<sup>114</sup> 見聖嚴法師，〈出家人的本分〉（2007年9月30日），早齋開示文稿。

<sup>115</sup> 見聖嚴法師，〈修行在平常日用中〉（2007年1月28日），早齋開示文稿。

<sup>116</sup> 見聖嚴法師，〈梵唄的方法〉（2004年9月14日），早齋開示文稿；〈出家人基本的學習〉（2005年1月26日），早齋開示文稿；〈日常生活的修行方法〉（2006年10月1日），早齋開示文稿；〈修行在平常日用中〉（2007年1月28日），早齋開示文稿。

<sup>117</sup> 《禪源諸詮集都序》卷1：「念起即覺，覺之即無，修行妙門，唯在此也。」（T48, no. 2015, p. 403, a5-6）

<sup>118</sup> 聖嚴法師，〈禪修在日常生活中〉（2007年6月17日），早齋開示文稿。

<sup>119</sup> 《宗鏡錄》卷34：「念起即覺，覺之即無，修行妙門，唯在此也。」（T48, no. 2016, p. 614, b19-20）

<sup>120</sup> 《萬法歸心錄》卷2：「二六時中，動靜之內，一切放下，善惡不思，念起即覺，覺之即無。」（X65, no. 1288, p. 412, c1-2 // Z 2:19, p. 409, c11-12 // R114, p. 818, a11-12）

聖嚴法師在談到安心方法時，除了具體講述默照的修行方法<sup>121</sup>之外，同時也引用六祖惠能《六祖壇經》的「外離相，內不亂」、<sup>122</sup>長蘆宗頤《坐禪儀》的「放捨諸相，休息萬事」。<sup>123</sup>爲了讓弟子的修行更紮實，聖嚴法師也會引用聲聞法，鼓勵弟子修習最基本的「四念住」。<sup>124</sup>對於碰到逆境的弟子，聖嚴法師也曾依據《維摩詰經》「心淨則佛土淨」，<sup>125</sup>以及永明延壽禪師《宗鏡錄》「一念相應一念佛」<sup>126</sup>的觀點，以「一念轉變，一念見到淨土」<sup>127</sup>來勉勵弟子在當下轉念。<sup>128</sup>

聖嚴法師提醒弟子，要時時自我檢核，不要「白吃飯」，這是延自《百丈清規》的「一日不作，一日不食」<sup>129</sup>觀念而來。聖嚴法師希望弟子能夠不忘奉獻與修行，盡心盡力爲僧團服務，如果常住沒分配工作下來，自己就要找工作做。<sup>130</sup>聖嚴法師在強調僧團各單位必須建立細膩、完整的工作手冊時，建議要參考佛陀時代律制——犍陀，也就是有關僧團運作的細則。<sup>131</sup>

此外，關心全球趨勢、與時代腳步共進的聖嚴法師，也參考了 2006 年出版的全球暢銷書《藍海策略》，期待弟子在團體的管理與經營上，也能運用其中的智慧與技巧。聖嚴法師說：「藍海策略一定要具備兩個條件，第一個條件就是一定要創新；第二是配合當下的社會以及未來的趨勢，讓社會大眾覺得這個創新的產品，是他們所需要的。」<sup>132</sup>

### 3. 觀機逗教

在教養弟子的這些年，聖嚴法師非常善用觀機逗機之方便，時以慈父之溫柔來感化弟子，時以嚴父之金剛相訓導之，軟硬兼施，可謂用心良苦。

121 聖嚴法師，〈在執事中修行〉（2001 年 4 月 23 日），早齋開示文稿；〈培養僧才〉（2008 年 8 月 3 日），早齋開示文稿。

122 聖嚴法師，〈自安安人〉（2005 年 8 月 31 日），早齋開示文稿。

123 聖嚴法師，〈發送平安米〉（2003 年 2 月 11 日），早齋開示文稿。

124 聖嚴法師，〈自安安人〉（2005 年 8 月 31 日），早齋開示文稿。

125 《維摩詰所說經》卷 1〈1 佛國品〉：「隨其心淨，則佛土淨」（T14, no. 475, p. 538, c5）

126 《宗鏡錄》卷 15：「一念相應一念佛」（T48, no. 2016, p. 497, c4）

127 參考《教育·文化·文學》：「只要一念心淨，一念見淨土，念念心淨，念念見淨土；一人心淨一人見淨土，人人見淨土，人人見淨土。」，《法鼓全集》，頁 101。

128 聖嚴法師，〈出家的好處與障緣〉（2005 年 11 月 20 日），早齋開示文稿。

129 《敕修百丈清規》卷 2：「一日不作、一日不食」（T48, no. 2025, p. 1119, b2）

130 聖嚴法師，〈白吃飯〉（2008 年 11 月 8 日），早齋開示文稿。

131 聖嚴法師，〈團體運作與其精神〉（2002 年 9 月 10 日），早齋開示文稿。

132 聖嚴法師，〈傳統與創新〉（2007 年 2 月 4 日），早齋開示文稿。

縱觀這八年的早齋開示，聖嚴法師不只是以言教來說明鼓勵的功能與重要性，<sup>133</sup>更頻頻在開示中給予弟子肯定與加油：

1. 不管是什麼樣的弟子，我認為都是可造之材，都是很優秀的人。沒有壞人，只有好人做了壞事、說了壞話，因為眾生都可以成佛。<sup>134</sup>
2. 我們有這麼好的法師，這麼好的僧團，這麼好的同修伴侶，我們實在是太幸運了。大家都是來修解脫道、菩薩道的，大家的初發心都是好的，我相信每一個人都是好人。<sup>135</sup>
3. 法師會為你們祝福、為你們加持。<sup>136</sup>

聖嚴法師的鼓勵，不只增強了弟子的信心、撫慰了受挫的心靈，更是做了最佳的示範。

另一方面，聖嚴法師有時候也會用激將法，希望讓有退心的弟子醒覺；<sup>137</sup>對於弟子的表現感到失望時，聖嚴法師會毫不客氣地直言：「我覺得很難過，這些事情都要師父指示，師父如果不指示，就沒有動作、沒有動靜，這很糟糕！」；<sup>138</sup>弟子對於聖嚴法師的規定不尊重，想要改就改掉時，聖嚴法師也會給予嚴厲的訓導。<sup>139</sup>

不管用的是什麼方法，聖嚴法師的用心，就是希望弟子能夠在自利利他的出家路上，不忘初衷，歡喜奉獻。

---

<sup>133</sup> 見聖嚴法師，〈隨眾作息 2〉（2005 年 3 月 16 日），早齋開示文稿：「人就是這樣子，需要人規勸、勉勵、鼓勵，然後自己會提起信心和道心來，也會自我檢討」；〈關懷勸募體系〉（2007 年 3 月 11 日），早齋開示文稿：「我們要鼓勵與關懷勸募會員，使他們建立信心。」  
「不僅僅要叫法師、方丈和尚來鼓勵，我們各級執事以及同參道友、師兄弟之間，都要互相勉勵、互相鼓勵。」

<sup>134</sup> 聖嚴法師，〈僧團制度與規約之執行 2〉（2002 年 8 月 1 日），早齋開示文稿。

<sup>135</sup> 聖嚴法師，〈僧團制度與規約之執行 1〉（2002 年 7 月 31 日），早齋開示文稿。

<sup>136</sup> 聖嚴法師，〈出家修行維繫法身慧命〉（2007 年 9 月 2 日），早齋開示文稿。

<sup>137</sup> 見聖嚴法師，〈出家人的心態〉（2002 年 8 月 7 日），早齋開示文稿：「如果你認為自己絕對不會成為龍象人才，這一生就是這樣了，是不可能再改變的，這樣就不要出家了」；〈禪悅為食，法喜充滿〉（2008 年 4 月 12 日），早齋開示文稿：「不要隨時隨地擺出很痛苦的臉孔，好像做個出家人是非常痛苦的，如果是這樣，你們不要出家了，出了家這麼痛苦，為什麼要出家？」

<sup>138</sup> 聖嚴法師，〈危機處理〉（2008 年 5 月 18 日），早齋開示文稿。

<sup>139</sup> 聖嚴法師，〈僧倫與僧儀〉（2007 年 6 月 16 日），早齋開示文稿。



#### 4. 藉因緣開示

聖嚴法師總是能夠契機地藉著當時的種種因緣，為弟子開示正確的觀念、修行的方法以及對弟子的期許等等。

在 2002 年 8 月 1 日的早齋後，某弟子以慚愧心向大眾求懺悔，聖嚴法師當場即給予正面的肯定，要大家感恩懺悔的示範，並講解了懺悔的功能與殊勝。<sup>140</sup>

對於僧團住眾的離開，聖嚴法師也不會刻意隱瞞，反而將之視為教育的機會。聖嚴法師認為，如果出家的因地不正，則待不下去，因此會講解正確的出家觀念，<sup>141</sup>並提醒弟子要如何提起自己出家的初發心，<sup>142</sup>以及安心之道的落實與運用。<sup>143</sup>藉此因緣，聖嚴法師也會說明通常起煩惱而離開的原因，都是因為和環境衝突，或是外面的誘惑力太大，如果對自己沒信心、沒有反省的能力、作不了主的時候，就很容易離開。<sup>144</sup>

在剃度典禮前，聖嚴法師會勉勵即將落髮的弟子，不只要出離形式上的家，更要出離心態上的家，<sup>145</sup>以此為基礎，奉獻給三寶及眾生。<sup>146</sup>在養成班及僧大第一屆畢業前，聖嚴法師也勉勵應屆畢業僧，進入僧團後一樣要依制度生活，精進修行。<sup>147</sup>

#### 5. 不厭其煩

這幾年聖嚴法師的早齋開示，其中有不少相似或重複的內容（請參閱本文「2.2 歷年來不變的叮嚀」），從中可看出法師的用心良苦，總是不厭其煩給予叮嚀與教導。這份用心、耐心，在當時不一定會被弟子所了解，但卻是處處點出修行的重點。聖嚴法師非常了解弟子面對的困難以及個人的特質，所以會在不同的時候，用不同的方式，一而再地給予提醒，希望弟子能夠多多熏習，一次又一次地藉境練心，將所知轉變為所行。

---

140 聖嚴法師，〈僧團制度與規約之執行 2〉（2002 年 8 月 1 日），早齋開示文稿。

141 見聖嚴法師，〈出家的第一課〉（2007 年 9 月 29 日），早齋開示文稿。

142 見聖嚴法師，〈出家人的本分〉（2007 年 9 月 30 日），早齋開示文稿。

143 見聖嚴法師，〈安心的方法〉（2002 年 3 月 3 日），早齋開示文稿。

144 見聖嚴法師，〈大海叢林〉（2002 年 7 月 17 日），早齋開示文稿。

145 聖嚴法師，〈正確的發心〉（2004 年 9 月 12 日），早齋開示文稿。

146 聖嚴法師，〈出家的意義〉（2004 年 9 月 13 日），早齋開示文稿。

147 見聖嚴法師，〈依制度生活〉（2005 年 1 月 9 日），早齋開示文稿。

### 三、結語

聖嚴法師看得很遠，也很廣。看聖嚴法師的早齋開示第一、二遍的時候，只能領受到聖嚴法師言語之間直接的教誨，要待看到第四、五遍時，才比較了解聖嚴法師背後的用心與秉持的理念。在課堂上，聽到法師們在分享聖嚴法師的行誼，也比以前更多了一分體會。聖嚴法師站在至高點上說的話，身為弟子的我們，必須更深入地了解聖嚴法師的出發點與用意，應該要依教奉行的，不只是表面的意思，而是真正掌握聖嚴法師的理念，才能在不斷變遷的時代中，把握住原則，而不失最根本的精神。

聖嚴法師說得很細，也很有耐心。弟子們在修行過程中，所有的起起伏伏、進進退退，不只是被了解、被包容，而且還會得到不厭其煩地引導與提醒。我們會遇到的問題、困境，似有「他心通」的聖嚴法師皆會知曉，並且給予適時適機的教誨，讓弟子們不免會心一笑，並也受用無窮。

這一些法寶，都是那麼的實用！正如聖嚴法師所言：「佛法的一句話，只要你自己用得好，所有的問題都能夠解決」，而聖嚴法師的開示，若是能夠真正運用上其中一點，僧命的道路必也能走得穩健、踏實。

（本文初稿發表於 2011 年 6 月 26 日「100 年度法鼓山僧伽大學畢業製作呈現」，修訂於 2011 年 9 月 29 日。）

## 後記

一份論文的誕生  
有賴於眾因緣的成就

感恩畢業製作的指導老師——果光法師及常慧法師，  
一路耐心的指導與陪伴，  
並提醒筆者在過程中時時以法為依歸。

感恩法鼓山僧團三學院法師們長期的耕耘與努力，  
提供了聖嚴法師早齋開示的逐字稿。

感恩僧伽大學師長們的鼓勵與體諒、師兄弟的相攜相伴。

最感恩的是，  
這一期生命能夠遇到聖嚴法師這位大善知識，  
留給弟子一生受用的法寶，  
讓僧命之路，不管崎嶇或平順，  
都有字字珍貴的甘露法語為依怙。

## 【參考文獻】

一、佛典的引用主要是用「中華電子佛典協會」（Chinese Buddhist Electronic Text Association，簡稱 CBETA）電子佛典系列（大正新脩大藏經第 1 冊至第 55 冊暨第 85 冊；已新纂續藏經第 1 冊至第 88 冊；嘉興藏選輯；正史佛教資料類編；藏外佛教文獻 1-3 輯）光碟（2010），引用出處的紀錄（例如：T30, no. 1579, p. 517, b6-17）是表示冊數、經號、頁數、欄數、行數。

《維摩詰所說經》卷 1（T14, no. 475）

《禪源諸詮集都序》卷 1（T48, no. 2015）

《宗鏡錄》卷 15, 34（T48, no. 2016）

《敕修百丈清規》卷 2（T48, no. 2025）

《萬法歸心錄》卷 2（X65, no. 1288 // Z 2:19 // R114）

二、本文所用的聖嚴法師資料大多使用「法鼓全集」網站（<http://ddc.shengyen.org>）檢索。2005 網路版。

三、專書

聖嚴法師（1999）。《教育·文化·文學》。《法鼓全集》第 3 輯第 3 冊。臺北：法鼓文化事業股份有限公司。（1997 年 12 月初版一刷；2005 年 12 月二版一刷）

四、早齋開示文稿、法鼓山僧伽大學「高僧行誼」課程（未出版、法鼓山僧團內部使用）  
聖嚴法師（2001）。〈僧儀的養成〉（2001 年 1 月 14 日）。早齋開示文稿。

臺北：法鼓山僧團三學院。

\_\_\_\_\_ 〈落實關懷與環保〉（2001 年 1 月 27 日）。早齋開示文稿。

臺北：法鼓山僧團三學院。

\_\_\_\_\_ 〈執事上的溝通協調〉（2001 年 2 月 8 日）。早齋開示文稿。

臺北：法鼓山僧團三學院。

\_\_\_\_\_ 〈為佛法盡力盡責〉（2001 年 4 月 22 日）。早齋開示文稿。

臺北：法鼓山僧團三學院。

\_\_\_\_\_ 〈在執事中修行〉（2001 年 4 月 23 日）。早齋開示文稿。

臺北：法鼓山僧團三學院。

\_\_\_\_\_ 〈保持基本原則〉（2001 年 8 月 28 日）。早齋開示文稿。

臺北：法鼓山僧團三學院。

- 聖嚴法師（2002）。〈安心的方法〉（2002年3月3日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈珍惜出家因緣〉（2002年7月13日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈大海叢林〉（2002年7月17日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈和敬〉（2002年7月30日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈僧團制度與規約之執行1〉（2002年7月31日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈僧團制度與規約之執行2〉（2002年8月1日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈出家人的心態〉（2002年8月7日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈請執心態〉（2002年9月1日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈受戒出家〉（2002年9月4日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈修梵行〉（2002年9月7日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈團體運作與其精神〉（2002年9月10日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈生活環保與奉獻的精神〉（2002年9月15日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- 聖嚴法師（2003）。〈院訓〉（2003年1月10日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈發送平安米〉（2003年2月11日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈法鼓山的方向與出家的心態〉（2003年4月16日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈人間僧團〉（2003年7月11日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。

- 聖嚴法師（2004）。〈法鼓山的發展〉（2004年4月12日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈威儀〉（2004年7月9日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈宗教師的穿著與作息〉（2004年8月17日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈隨眾作息1〉（2004年9月8日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈把握因緣，全力以赴〉（2004年9月10日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈正確的發心〉（2004年9月12日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈出家的意義〉（2004年9月13日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈梵唄的方法〉（2004年9月14日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- 聖嚴法師（2005）。〈依制度生活〉（2005年1月9日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈照顧身心的健康〉（2005年1月14日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈出家人基本的學習〉（2005年1月26日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈隨眾作息2〉（2005年3月16日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈出家人應有的四點認識〉（2005年7月13日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈禪修與開悟〉（2005年7月24日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈自安安人〉（2005年8月31日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈出家的好處與障緣〉（2005年11月20日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。

- \_\_\_\_\_ 〈殿堂莊嚴的功德〉 (2005 年 11 月 27 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈持戒清淨〉 (2006 年 1 月 22 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- 聖嚴法師 (2006) 。 〈僧團禮儀〉 (2006 年 9 月 3 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈日常生活的修行方法〉 (2006 年 10 月 1 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈調整習氣〉 (2006 年 10 月 8 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- 聖嚴法師 (2007) 。 〈修行在平常日用中〉 (2007 年 1 月 28 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈傳統與創新〉 (2007 年 2 月 4 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈關懷勸募體系〉 (2007 年 3 月 11 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈太虛大師行誼〉 (2007 年 3 月 27 日)。法鼓山僧伽大學「高僧行誼」課程。臺北：法鼓山僧伽大學。
- \_\_\_\_\_ 〈眼光遠大，心胸廣大〉 (2007 年 5 月 6 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈修行的觀念〉 (2007 年 5 月 27 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈僧倫與僧儀〉 (2007 年 6 月 16 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈禪修在日常生活中〉 (2007 年 6 月 17 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈出家人的基本條件及學習次第〉。早齋開示文稿 (2007 年 6 月 23) 。臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈法鼓山的定位和目標〉 (2007 年 7 月 1 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈出家修行維繫法身慧命〉 (2007 年 9 月 2 日)。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。

- \_\_\_\_\_ 〈出家的第一課〉（2007年9月29日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈出家人的本分〉（2007年9月30日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- 聖嚴法師（2008）。〈禪悅爲食，法喜充滿〉（2008年4月12日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈嚴淨毘尼，弘範三界〉（2008年4月26日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈宗教師的養成〉（2008年5月3日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈危機處理〉（2008年5月18日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈出家的目的與方向〉（2008年5月25日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈十方叢林的恢弘氣度〉（2008年6月28日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈年輕化與世界化〉（2008年6月29日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈增強整體感與危機感〉（2008年7月5日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈十方僧與現前僧〉（2008年7月6日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈培養僧才〉（2008年8月3日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈吃苦頭〉（2008年8月23日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈戒學的次第〉（2008年8月31日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈白吃飯〉（2008年11月8日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。
- \_\_\_\_\_ 〈出家人安住的原則〉（2008年12月13日）。早齋開示文稿。  
臺北：法鼓山僧團三學院。