

香光三十

——教與學的堅持和根本



文／釋悟因

(蘇文詳 攝)

有一天，學生來問我：「院長，聽說佛學院已經三十歲了。」「嗯。」「院長覺得這個『三十』有特別的意義嗎？」「代表沒有中斷。」「您覺得佛學院會辦多久啊？」「就一直辦，辦到辦不下去自然就停止，如同生老病死了，再改變其他方式再生。」「如果只剩下一個學生也要辦嗎？」「當然要辦哪！」「一個學生也要辦？」「對！」「這樣不覺得很可惜嗎？這麼多資源……。」「對，但問題是，如果佛學院教育是需要的，縱使只剩一個人，它還是需要的。重點是它需要，不是人多少的問題。」

教育對我們來說永遠是需要的。

以前賢顛老和尚在電台弘法時，他說他不知道有多少人聽，但是，有人跟老和尚說他在聽，因此老和尚就繼續講。為什麼？是因為那個人需要，不是老和尚要講。老和尚說：「縱使一個人，我也是繼續講下去，我不會停下來。」老和尚這麼說，對出家初入佛門的僧人我也如是說。

所以再怎麼困難，佛學院要不要繼續辦？出家人的教育，是佛門自己的家務事，專科的、專業的教育，有它特殊的東西，迥異於教育部規定的學門，因此，不是到大學裡面選幾門課就可以。只要還有僧伽要教要學，沒有理由不繼續辦下去。

但，辦了佛學院，要教什麼？要學什麼？

佛法修學步驟，不是講好聞思修嗎？先成就聞所成慧，其次是思所成慧，再來修所成慧。要思要修，為得智慧；要思要修得先從聽聞、了解為起始點，才能分辨抉擇是非、邪正、真偽、究不究竟呀！就是先涵養一些正見、對佛門的了解、對出家生活的信解，先安頓自己的身心，有道可以修就好。不要馬上就想一口吞盡、馬上就要開悟，這是不可能的。與其持戒要多精嚴，不如先學會照顧自己，讓自己有意樂、法樂，身心安然自在就好。縱使「開悟了」，不也是在說「自在」？就安心修道，該吃就吃，該睡就睡，如此而已。當然，自己所努力的、學習的、奉獻的還是要有一個方向。

所謂「修道」，就是先把自己安好，然後再幫助眾生。要幫助眾生就要好學，學習就是在充實對人、對事、對物感恩的厚度。事實上學了之後有什麼厚度改變自己，有什麼成果呈現在眼前嗎？什麼也無，但它會增厚、增長、增強我們的感恩心，它是什麼？就是如此！

青松， 依然萌芽

編輯組

八月九日清晨，在板聲的催促中睜開矇矓的雙眼，甫下床便一腳踩進水裡，混沌的腦袋瓜「轟」地一聲炸開，疑惑地望了望四周，確定自己身處在寮房沒錯。暖機中的思惟接收這不合理的訊息，費力地轉了轉，接通後連忙起身搖醒全寮的人，「淹水啦！」

是的，淹水了，雨水從牆上的裂縫滲進二樓的寮房，連帶一樓的自修區也遭殃，屋外狂風暴雨，屋內滴答小雨，台灣人的心，更是在沈重的風雨中，悲泗淋漓。

再大的風雨也會過去。人力精簡的二人院刊小組化身為救災小隊，清理起滿目瘡痍的佛學院。彷彿永無止盡的落葉和淤泥折騰了好幾日，總算回復佛學院的本來面貌。然而，頭頂上隆隆作響的直升機，新聞中一幕幕動人心魄的畫面，訴說著尚未止息的苦痛，令人胸口隱隱發疼。

於是，吃飯時懷著感恩的心情，咀嚼每一口的滋味；指尖碰觸開關時，想著有人連生活都還未有著落，能不用便不用；走路時，仔細踩著每一個步伐；起心動念間，審慎護念自己的心神……。似乎只有認認真真地活在此時此刻，才對得起苦難中的有情，才對得起已然殞逝的生命，以及「我還活著」的這個事實。

「無常」不僅僅指著災難的到來，也意味著苦迫的離去。沒有什麼是恆常不變的，歡樂也好，痛苦也罷，一切都如同遷流不息的江河，汨汨而去，未嘗停留，重要的是如何在過程中安住這一顆心。

風雨飄搖中，青松依然萌芽。香光尼眾佛學院走過三十載，《青

松萌芽》也邁入堂堂第十五期，多少顆年輕紛擾的心，在當中翻騰掙扎，學習寂靜與安住之道。

秉持著懇切不移的理念，本期《青松萌芽》再次環繞「教育」開展：

「師長的話」是教育的泥土，孕育一株株稚嫩的幼苗。院長帶領大家，從「結集」中建立佛法的正知灼見，探討佛教的性別觀、經濟觀等；副院長娓娓述說香光的創校緣起及教育理念，「悲願・力行・和合」的傳承，永不停歇。

「菩提心語」是教育的活水，畢業學長們的提攜與勉勵，蘊含過來人的經驗、智慧，滋潤蓄勢待發的心。

「海會雲來集」是教育的養分，在現代尼僧伽教育的國際研討會上，看到了什麼？聽到了什麼？學到了什麼？而異國的聲音又如何訴說這一場盛宴？帶來怎樣的叮嚀？一席法味，邀您一同品嚐。

「清淨智慧」是教育的陽光，透過佛隨念的修持，驅走陰暗不安的角落，佛陀朗朗的光輝，護衛著懵懂稚拙的新苗。

而「樹之歌」，就是教育的成果，且看嫩芽如何衝破層層關卡，在天地之間，伴隨著鳥鳴風詠，伸展生命的枝桠。

縱使風急雨驟，青松依然萌芽。以佛法滋潤自己的身心，以教育塑造自己的模樣，假以時日，稚芽將乘載起眾生的悲苦，成為頂天立地的巨松！



時間 空間 X 軸與 Y 軸
滾滾洪流裡
矗立於 名之為此時此刻的巨石上
放眼 極目 窮盡
佛陀在哪裡
我 又在哪裡

結 集——從「結集」談佛教觀點

本文講於香光尼眾佛學院九十八學年度上學期「大乘佛教之探源」

釋悟因

■ 前言

透過結集¹，佛法得以長久住世。從印度一路弘傳四方及古今中外，成為挺立於人間天上的燈塔，更讓今日的我們得以承接法流，開啓覺悟解脫的可能。親炙佛法接受到佛法指引照耀，可是現代的人為什麼接不到佛法？其間的差距，得回到本源去查找。

佛法起源於佛陀在印度出世、出家修道、成正覺及轉法輪。佛陀在世時佛弟子以佛為師；佛陀入滅後，以「法」與「律」為師。「法」與「律」的保存和不偏失有賴歷次的結集，而「結集」就是佛教當時經、律集成的方式²。依律藏所載，佛教的聖典結集有三次，第一次在王舍城結集，第二次在毘舍離城結集，第三次在波吒利弗城結集。有說是結集四次，而以迦濕彌羅城結集經律論的註釋為第四次。這幾次結集是佛滅四百年間陸續發生的佛教大事。地點都在印度境內。嗣後佛教聖典陸續結集，近世紀二百餘年間，緬甸的南傳佛教僧人說他們已進行到第六次結集。

¹印順導師在《印度之佛教》中，為「結集」定義如下：「結集，等誦或會誦之義：即於眾中推出精諳法與律者，因上座之問，而誦出經律，經大眾為之審定。」

²此處所說的「經」是三藏中的經藏，而「法」是指佛陀教導的法義、道理和修行方法，「律」指佛對弟子的教誡和行為軌範，包括戒和律。

第一、二次的結集，結集緣起、人、時、地等情境描述，在經藏、律藏有詳盡記載，是原始佛典的重要紀錄，也是了解佛法的根源。本文就從第一、第二次結集的脈絡，跟大家探討佛教的一些議題，例如：佛教的語言觀、性別觀、經濟觀等等，看看佛陀怎麼說這些議題。試著將這些議題放到時空的適應，尋找佛法的核心在哪裡。

■ 第一次結集概介

第一次結集的地點在王舍城，它是摩揭陀國的首都。此次又名五百結集，因這次的結集有五百位阿羅漢參與。結集的緣起是因世尊入滅，眾僧多憂傷悲泣世間眼滅，卻有跋難陀比丘(一說跋陀羅)在一旁慶幸佛陀入滅，他說：「且止，莫大憂愁啼哭，我等於彼摩訶羅邊得解脫，彼在時數教我等，是應是不應，當作是不應作是，我等今者便得自任，欲作便作，欲不作便不作」(大正藏 22，P.966 上)。大迦葉因此憂慮世尊滅去，「沙門瞿曇法律若煙……，今滅後無學戒者」。因此召集眾僧在佛陀入滅當年的夏安居，以五百多聞阿羅漢，在阿闍世王的護持下，於王舍城外的七葉巖進行經和律的第一次結集。

在結集的過程發生了一個插曲，就是大迦葉對阿難有意見。大迦葉認為阿難尚在初果，仍有愛患怖痴，即使其他人都認為阿難侍奉佛陀多年，常隨佛行，理應參與結集，「便令在數」(大正藏 22，P.967 上)，大迦葉還是堅持不許阿難參加，除非阿難在結集之前獲證道果。於是阿難發憤用功，在極短的時間內證得阿羅漢，而得參與結集。即便如此，在結集大會上，大迦葉仍指出六突吉羅罪(或說五突吉羅、七突吉羅)來責備阿難，其中有一件與佛教發展最有關係，就是阿難說：「親從佛聞，自今已去，為諸比丘捨諸雜碎戒」(大正藏 22，P.967 上)，雜碎戒即小小戒，但什麼是小小戒當時卻未請示佛陀。另一件就是阿難於佛法中為求度女眾，懇請佛陀允許女眾出家。這我們後面再詳細討論。





第一次結集在內容上有兩大方向：一個是「法」，一個是「律」，這也是佛法修學的兩大綱領。在結集大會上，先結集經法，次結集戒律，「法」由多聞強記的阿難誦出，「律」則由持律嚴謹的優波離誦出。佛法流傳世間必須藉由法與律的確立來施行，不可偏廢，不然紀律鬆弛、僧眾渙散，恐佛法不能久住。因此對於精選出五百位親從佛聞，具足義無礙解、法無礙解、辭無礙解、辯無礙解的阿羅漢，對佛陀的教法達到共識及凝聚力，大迦葉有很大的貢獻。

第一結集的討論過程，五百阿羅漢對「法」與「律」的見解相當一致。但到了結集尾聲，卻出現對戒律的不同詮釋及諍論。發難的是在邊地弘法的富樓那。富樓那尊者深深了解邊地文化與中土(核心地區)背景的差異，主張某些小小戒要隨順地方風土民情，他提出：「我親從佛聞，佛聽：1. 內宿、2. 內煮、3. 自煮、4. 自取食、5. 早起受食、6. 從彼持食來、7. 若雜果、8. 若池水所出可食，如是皆聽不作餘食法得食」(大正藏 22，P.968 下)。但大迦葉不予認同，於是富樓那在窟外另外集眾舉行結集。佛教日後對戒律的主張、詮釋的分歧，早在第一結集時已出現端倪。

■ 第二次結集概介

第二次結集又稱毘舍離結集，參加的比丘有七百位，又名七百結集。時間大約在佛滅後一百年。結集的緣起是耶舍尊者遊行到毘舍離時，見東方毘舍離跋闍子比丘行十事，並言「是法清淨，佛所聽許」，其中甚至提到「於布薩日，檀越布施金銀而共分之」(大正藏 22，P.968 下)。耶舍尊者認為此是非法應提出糾舉，於是他一併考察當地所有持受戒律不如法的地方，列出十事提出異議，結果卻遭受當地僧眾的擯逐。耶舍乃前往西方各村落邀集同道，爭取長老德的支持。最後邀集到七百位阿羅漢比丘，共同判定「十事」為非法，並對律法進行結集。東方跋闍子比丘雖打著「佛出東方」的旗幟，企圖以民族認同爭取支持，但十事最後還是被裁決為非法。

東方跋闍子比丘不認同這項判決，於是另召集一萬名僧人別爲結集，形成西方比丘之上座七百人結集，與東方比丘之大眾萬人結集的對立，於是有上座部、大眾部，這是部派分裂的開始。

「十事」分別是：住處淨、贊同淨(隨喜淨)、鹽事淨、舊事淨(掘地淨)、他聚落淨(道行淨)、二指淨(不作餘食淨)、治病淨(和酒治病淨)、酪漿淨、坐具淨及金銀淨。「淨」是聽許的意思，也就是大家共同制定的。「十事非法」整體來說可歸納爲三大類：一、日常衣食；二、環境適應；三、因應僧事日繁而產生的不同作法。十事之中最核心的是金銀淨，金銀淨的爭議時至今日，每個團體的詮釋都還有很大的差距。

■ 從結集看佛教

對第一、第二次結集有基本的認識後，針對這兩次結集，我們來探討一些延伸的議題：

〔佛法的兩大綱領——「法」與「律」〕

第一結集的兩大方向是「法」與「律」。如前所說「法」是佛陀教授化導的法理、法義和修行方法，「律」則是佛陀對弟子教誡的行爲軌範、規矩制度，這兩者是追隨佛陀的大眾見和同解、戒和同遵，才有可能身口意和合，達到六和合的依據。

「法」，以經教、經典爲表相，例如大小乘的各種經典、法門等，實質的內容是佛教的法理、義理，包括四諦、緣起、八正道、六度、三法印等原始教理，也包括後來弟子們的解釋、詮釋或論議。經過時空、因緣的因素，以及弟子根基的差殊，在在促成了佛教的有機性。在阿含藏中，有了義和不了義等的判攝和評量，因此要從四悉檀的差異來看「法」在時空中的因緣，每一法在不同的地域時空都有其表詮、抉擇的意義，都面臨重新的抉擇和詮釋。因此傳佈佛法時，要看到它的根本和方便。固然因地制





宜、權變才能推展於當時當地，才經得起時空考驗，但還是需以原則輔佐修學次第，不可一次到位。

「律」是世間悉檀，是佛陀在世時，依據當時發生的人、事、地……訂立規制，用以安頓僧團僧眾，若有違犯，應披露、懺悔，並接受處罰。「戒」是個人的行持，其實也一樣須依律而行。但今天和佛世當年因緣條件已經不一樣，還是要用同樣的戒律嗎？因此了解戒律需先知其制戒因緣，和它的開遮持犯：什麼是犯、什麼是不犯、什麼是止持、什麼是作持，這些都要清楚明白。而僧團的事即是公眾之事，一切取決於僧羯磨，不是用個人來治理，更不是用少數人來治理，一切取決於「公事公議公決」、「事事從眾」、「事事依法」，以僧羯磨來解決僧事，這才會對我們的修道有幫助。

「法」，是出家和在家「同一法味」所共有的。「律」，是僧團僧眾要持守的，並不是僧俗皆準。眾生根機上有的重法，有的重律，有的重定重慧，有的重律重定，千差萬別，佛世就有如此現象。因此在學法學律、學定學慧的比重上常常有所不同。尤其是由部派佛教進入大乘佛教，法義很發達，獨樹一幟，戒律則不然。這些都是一個過程，是時代、因緣轉變下的結果。所以當我們面對某一法或某一條戒律時，要清楚它相依互涉在什麼時空、因緣下，知道它如何回應歷史和區域文化，才能知所依循。

〔佛教的語言觀：因時因地因人的語言文字〕

第一、二次結集的成果——原始佛典，是靠口口相傳的方式保存下來，直到大約佛滅五百年才開始書寫成文。第一次書寫成文出現在斯里蘭卡，後來各部派用不同的文字記載，才有具象的經典出現。但這也產生了爭議：到底哪個部派傳承的佛典最原始？往前追溯，就有許多人開始研究佛陀使用的語言，或說巴利語，或說摩竭陀語……而佛陀又是怎麼看待語言的呢？

佛陀出現在印度，運用印度語說法，問題是印度階級森嚴、種族繁多，區域語言學上方言種類很多，一直沒有單純、統一的語言文字。雖然佛弟子曾建議在僧團中全用雅語，但佛陀主張「聽隨國俗言音所解誦習佛經」³——即用各種方言適應不同區域之民族性。然而如此適應運用方言，卻會造成語言隔閡：分別誦戒、開會、說法，進而更分裂成不同部派，而使佛法變質，法派分裂。

在《毗尼母經》中提到，有婆羅門出身的二兄弟比丘對佛陀說，佛弟子中有種種性、種種名、種種生、種種國土的人來出家，口音各異，「各以俗語汙損佛語」，請求佛陀允許使用「闍陀至」(婆羅門讀誦之法)來撰集佛經、排比文句——以合於韻律的雅言來表達佛說。佛陀不允許，說「吾佛法中不與美言為是。但使義理不失，是吾意也。」這在《四分律》、《根有律》、《銅牒律》中都有提到。顯然佛陀的語言政策，是以使用者的立場來考量，「眾生應與何音而得受悟，應為說之」，義理可以被理解比較重要，至於使用那一種語言、文字來表達是次要問題，這是各部派一致的說法。這是個很嚴肅的問題，尤其每個民族都有其語言、文字的優越感，這種優越感最容易導致族群隔離，例如：閩南語和普通話的對立，就在台灣挑起省籍情結。但修學佛法不是標準語的問題！既然用當地的語言才能貼近當地的生活，佛法要弘揚、要融入，就要靠語言文字的同化。所以佛經傳入中國時，將聖典翻譯成漢語文一直是重要、艱鉅的聖業，當時的大德想方設法把它轉成中國的語言文字，這樣佛法才能在中土普及、紮根。

佛經的語言文字也是個有機體，一直在改變當中。從印度的巴利語、梵語向南北傳播成巴利語系、梵語系、漢語系和藏語系的三大系統，漢系翻譯佛典數量相當龐大，都屬於佛教的語言，也是珍貴寶藏，不可輕忽。佛教聖典發展為多種語言，真的驗證了緣起的存在。

³ 在南傳《銅牒律》，有同樣的定形句：「聽各以自己言詞誦習佛語」。





〔佛教的性別觀：女眾出家〕

在第一次結集時，大迦葉責備阿難幾點的過失。其中一點是阿難請求佛陀允許度女眾於佛法中出家。女眾出家真的這麼罪過嗎？在迦葉的立場是反對女眾出家嗎？

為何反對女眾出家，各部律的說法不一，在《四分律》說女人於佛法中出家為道，會令佛法不久住。但在《五分律》的記載，佛陀最初不允許女眾出家，是說「往古諸佛皆不聽女眾出家」。當時佛陀還勸姨母摩訶婆闍波提說在家修，說「女人輩自依於佛，在家剃頭，著袈裟衣，勤行精進，得獲道果」。可見佛陀對女眾的修行證獲道果是相當肯定。後來經阿難勸請，佛陀答應女眾出家，摩訶波闍波提等五百釋女就出家參預僧團。一向以修苦行著稱的大迦葉及見到比丘尼僧團成立了，憶念在家時與妻子約定，「得善教師，要當相示」，也就快地將他的妻子跋陀羅迦引度到佛門來出家。由此可見，大迦葉不是認為女眾不能出家，可為什麼結集時竟然責難阿難，認為女眾出家是阿難的過失？說到底，這是父系社會和母系社會的差距問題，是礙於社會文化背景不得不然的傾向。何況若女眾出家令佛法不久住的傳說一語成讖，誰都背不起這份重責大任。但佛說「過去諸佛皆有四眾」（大正藏 24，P.404 下），有四眾出家，佛教僧團才是圓滿具足的。

若以今天的我的考量來忖度，佛陀當時的考量是：女眾出家，僧團的作法應有別於男眾，包括女眾的教育就學問題、修道生活問題，乃至僧團僧尼僧俗間的倫理問題，以及奉獻工作問題等。在波羅夷戒的制戒上，比丘四條、比丘尼八條，比丘有二不定法，比丘尼沒有不定法等等，顯然對女眾有更多的規範。條文是一成不變，但男女兩性應爭什麼平等？我們在乎的是受教育的機會、可以修道解脫煩惱、自在的機會、可以發心奉獻服務的機會。這些機會要爭取平等，至於各人的體力、性別、種族、文化觀念本來就無所謂平等，也是社會本有的條件。所應該做的，是各自努力於修行奉獻道上，相互尊重、相互依存，進而發心修行供養、報恩。出家僧

尼只是出家，並沒有離開社會，解行並重，學海無涯，「菩薩求法當於五明中求」。

佛教的性別觀是一個很嚴肅的課題。女眾在僧團出家的決定權已由佛陀允諾、公布，不可否認的，阿難的確居功厥偉。身處在印度社會當時重男輕女的時代，阿難代女眾發聲確是人類宗教史上的首創。這是阿難的慈悲信願，也是阿難看待大乘修道的角度。時至二十一世紀，今日的南傳、藏傳佛教僧團，還在這個題目上爭辯不休！

〔佛教的經濟觀〕

在第二次結集，結集的緣起是十事非法。十事之一是向檀越信施籌募金錢。這個問題直到今天，不同的觀點、不同的受持方法，彼此差距還是很大。我的看法是合法合律的作持，從僧團立場處理，公事公辦，不從個人私欲滿足。古德云：「楊歧燈盞明千古，寶壽生薑辣萬年」，就是中國僧人領職公私嚴明的楷範。

現代的佛寺經濟已經不同於佛陀的時代。佛世最早的生活方式是四依法，一糞掃衣、二常乞食、三住樹下、四腐爛藥。後來佛教教團愈來愈大，有信眾供養精舍、僧寮、飲食，形成群居的聚落。出家修道生活個人應該知足少欲，越簡單越樸實越好——才能少煩惱；但僧團卻不能不處理公共事務的問題。個人要守貧，僧團卻要富有，才能弘化、培育僧才、推動法輪、護法安僧。

每個寺院無論在哪個地點，一定都有經濟行為。所謂經濟行為，最基本的民生問題是衣、食、住、行、醫藥，以現代來說是修建房舍、電燈、電話、老師的鐘點費、自來水……。護法安僧不可或缺，在《雜阿含》卷32提到：「『沙門釋種子不應自為受畜金銀寶物。』諸比丘！汝等從今日，須木索木、須草索草、須車索車、須作人索作人，慎勿為己受取金銀種種寶物！」（大正藏 2，P.288 中），可見修行生活無法置身於社會之外。若忽略世





間現實生活，以為修行是唯心論或隱遁之士，沉醉於獨善，是與佛法不相應。再說，若連衣食安頓都缺乏，出世道業的修行也無從說起，所謂「身安道隆」、「法輪未轉，食輪先轉」，其著眼點在個人與僧團、個人與社會、僧團與社會間的關係——這也正是僧人的使命、佛教在世間的使命。

持戒持律的原則應分別從二個層面來看，一是個人，一是團體。在個人方面，凡是居士供養，在規範之外的，應視為「長利」，多餘的利養，是不應得的。若居士供養團體，「隨可受之，知量受用」，是為辦道不是為利養，可合理的運用。

正法要久住、永續發展，必須善用各種資源。取之社會，用之於社會，錙銖都有因果，絕不虛擲，才能源遠流長。

一說到金錢，十事非法是因僧團的經濟生活引起討論的，若在家佛弟子，佛陀教導應先顧慮到經濟的安全，這在《善生經》說得再詳細不過了，如此是於現法安樂、家庭社會安樂不可或缺的。

■ 佛教的發展：歷史

從佛世到第一次結集、第二次結集，至今已經兩千五百多年，地域已由印度向北、向東、向南、向西弘傳而有三大語系的佛教，其間有種種流變差殊。回顧過去是歷史意識的覺醒。唯有整理過去，才能知道現在；而知道現在，是為了要走向未來。所謂溫故才能知新，承先才能啓後。

佛教的時間觀、地域觀是流動的、無常的、行動的生命，沒有一刻停下來——恆轉如瀑流。我們被瀑流帶著走，我們也在瀑流中。當我們站在這樣一個位置，需從歷史中找到詮釋，任何事件都不是突然冒出來的。

佛法在流經不同地域、文化的長河中，夾帶很多的適應，能看清「法」才具足「正知正見」，修行的核心就在中道與平衡。因此，從自他、從僧團、從社會的身上去整理，再尋找、轉化為可以奮鬥及奉獻的壇城，然後用這樣的身分站在這個歷史點上，如是因緣，就可以大聲地跟自己說：「我在這裡。」



筆路藍縷 薪火相傳
悲願 力行 和合的心法
淬鍊出 乘載眾生的法器
輕叩 迴響 餘音嫋嫋
就此當下
智慧與慈悲 撼天震地

香光耕耘三十

——成爲法器或佛學知識的袋子？

釋自鼎

■ 創校緣起

今年是佛學院成立三十週年，從 1980 年創校迄今（2009 年），不斷蛻變與改善，一路筆路藍縷，薪火相傳。這段歲月，見證臺灣佛教教育現代化過程，也培養百多位佛教比丘尼，奉獻佛教教育與弘化志業。從擘劃建校理念、目標，到課程規劃與教師延聘，乃至一磚一瓦建設校舍，都蘊含前人無私奉獻、築夢踏實的足跡。始由數位長老尼——心志法師、悟因法師、明迦法師與見竺法師等，發甚深弘願，立志以佛教尼僧伽教育爲己任；從身教、言教帶動後學法師，共同爲開創學院而戮力。悟因法師自 1980 年晉山香光寺並擔任佛學院首屆院長至今，憑著堅忍弘毅的精神及前瞻熟慮的眼光，帶領歷屆授課法師、行政法師，廣邀教界法師、專家學者共同參與，帶動佛學院僧教育的成長。

學院初創辦時，以培養實踐大乘菩提心的僧教育爲願景。此具高遠價值的願景感動許多學佛的女青年，爲能真正住持佛法、利益眾生，而選擇參與僧教育作爲人生的依歸。縱使當時學院的設備環境十分簡陋，但提昇



自他生命的僧教育理想，卻時時滋養全校的師生。更且，為落實學院培養具備大乘菩薩精神的現代僧青年，院長悟因法師從個人過去在三藏佛學院的修學經驗，提出一個改良的佛學院修學體系：「常住與學院合一」。當時在香光寺共學的比丘尼和沙彌尼師們，為共同建設一個現代如法的共修環境，除個人精進用功外，並對共同體的發展，充滿關心與參與的好學精神，企盼將佛教僧團的精神重現於今日臺灣。

在這大乘菩薩道的薰陶下，院長悟因法師和當時長老法師，以開放的態度，為使佛法能住持現代社會，邀請教界法師和人文學者來校授課，更發揮大乘廣學多聞的精神，劍及履及地邀請不同領域的人文教育專家學者，對學院建校方向、目標和組織發展，提出寶貴意見並奉獻所學，共同推動僧青年教育。緣此，在 1980 到 1990 年間，學院師生每年召開不同的規劃會、討論會，全校師生和外界社會人文學者間，無形中形成一個非常有活力的學習社群。

■ 創校理念

當時，師長們經常比喻這尼僧所組成的修學共同體，就像是坐在同一條船的人。在跨越煩惱的生死海中，雖然有困頓、懷疑和摸索，但，共乘這艘菩薩道的大船，實踐佛法和利益他人的菩提心是彼此根本不變的目標。在本校創校八年後，院長為有計畫培養僧青年，於 1988 年召開第一次全員參與大會，共同擬定近、中、長期的發展目標。協助召開此會議的顧問陳怡安先生在會議前，邀請所有法師共同思考、釐清幾個有關佛教團體存在社會的問題：一百年後，香光的法師對歷史要呈現什麼樣的貢獻？香光尼眾佛學院對未來教育的意義、功用又是什麼？於是，法師們以腦力激盪的方式，從個人經驗、團體共住所體會到的善法中，共同討論出一個代表當時尼僧共同修學的精神綱領：「悲願、力行、和合」。於是，這三綱領就成

為香光尼眾佛學院的理念。¹這三綱領又分別有子內容：「悲願」是「以信為體，成就眾生」；「力行」是「以戒為師、定慧等持」；「和合」是「以智為導，莊嚴淨土」。

這三個綱領彼此之間有一個連貫和發展的內涵：悲願是一切發心修行的基礎；力行是從個人出發，以戒定慧三增上學為淨化個人身心的修學之道；和合則是從個人到共修團體，為能成就一個共同以解脫煩惱為目標的團體，從見和同解，到身口意共同分享進行。這三個綱領，是現代比丘尼僧團——香光尼僧的法師們，在探討追尋她們共享有的價值時，所決定的三個精神方向，對於個人和團體，具有啟發和指標的功能。在二十年後，這三個綱領所蘊含的意義，如何在現在佛學院和所處的社會脈絡下，詮釋和付諸行動，以下便說明與探討這當中的意涵。

〔悲願：以信為體，成就眾生〕

從深層面理解世間，上自全球的環保、戰爭和飢餓問題，到社會家庭個人，後現代社會的問題，並沒有因為科技文明進步，而減少或避免人類因貪婪、憤怒所帶來的災害和困難。地球因暖化所帶來的環境問題，更呈現人類只追求物質文明的代價。雖然理性科學帶給臺灣從未曾有的繁榮、富裕和民主政治，但，也不可否認，各種矛盾、苦難和不圓滿仍然層出不窮。這樣的理解和觀照，不是消極悲觀的逃避論，而是基於「悲」，洞視苦背後的普遍法則。一般的悲憫很容易只看到世間不同層次的苦難現象，生起情感上的悲苦之情，但仍不知該如何究竟切斷這人間大苦；佛陀所教導眾生起起的悲心，不是客觀地站在一旁觀察苦，更重要的是要生起意願，具備「願意隨時提供幫忙的崇高心和智慧」，這是一種力量，願意帶



¹釋悟因，〈近30年（1980～2008）臺灣佛教僧伽教育發展之探討——以香光尼僧團為例〉《2008兩岸佛教慈善志業論壇·教理、教團、教史學術研討會》，（台北：中國佛教會，2009年），頁157～190。



領一切眾生，走向世尊所指出，通往滅苦的道路。²

悲心的生起，從大乘佛法的修道來看，更具有甚深緣起的意涵：悲憫眾生的苦（自己也是眾生），成就發展出種種菩薩道的條件。如《華嚴經》〈普賢行願品〉的第九「恆順眾生」中，清楚指出：「一切眾生而為樹根，諸佛菩薩而為華果，以大悲水饒益眾生，則能成就諸佛菩薩智慧華果。……若無眾生，一切菩薩終不能成無上正覺。」因此，現代僧青年須常常控制自己，不任由自己被小小的自我悲傷或喜悅蒙蔽，斤斤計較個人的利益得失；而須常常惦念眾生在生死苦迫中輪迴，體會自他不二關係。如此，方能願意放捨自己的小小煩惱，在自己內心種植一顆菩提大樹；願努力用功學法，給眾生最崇高的法義，令眾生離苦得樂。祈願能在現世中，得到法樂；在未來，邁向滅苦的目標。雖然這只是個人的心願，但這將如同蝴蝶效應原理一般，一個小心願，卻可以產生巨大的影響。悲願是僧青年出家修行的基石，有這個正確廣大的願力為基礎，才能產生強大的力量，移除自己的煩惱習氣，打開一條通往自在與平靜的道路；更能體會所有的眾生都背負著五蘊之身，在六道中出出入入，而自己也一樣在當中，因此，所有眾生的苦，就如自己的一部分般，願意懇切地為利益有情，放下個人的得失、成敗，精進用功地走在大乘菩薩道上。這樣的僧青年對自己的修學方向，是清楚、明確而無怨無悔的。

〔力行：以戒為師，定慧等持〕

力行與執行力不同的是：執行力是按照指令或步驟去做，有時稱為做事；沒有方向的做事，也稱為做事；有方向有目標，也稱為做事。具有力行的僧青年，是基於自己悲願的理念，去踐行佛陀教法。因為體認自己的修學和眾生的苦息息相關，依著這分悲願鼓勵自己、提攜自己，能突破

² 向智尊者，〈四種崇高的心靈境界〉《香光莊嚴》第68期，（嘉義：香光莊嚴雜誌社，2001年），頁66～83。

個人的有限，展開自己的心胸，包容所有眾生的苦，也因此能長養恢宏的器識，努力成就自利利他的種種菩薩行。

本校發展出的五門課程，表面上，和一般住校生活沒有太多差別，實則是截然不同。佛學院的生活教育，是僧人的活教育，從共住中的行、住、坐、臥、應對進退中，體驗少欲知足、攝受根門、慈悲喜捨等法的精神。以法彼此護念、支持彼此，達到佛陀制僧的目的：攝受僧到令正法得久住。

更重要的是，僧青年吃飯睡覺和一般人沒有不同，但動機、發心卻很不一樣。僧青年要學習的是：如何將自己每天的行動，轉成悲願的實踐。因此，菩薩道重視迴向，念念著力基於菩提心，將自己的所作所為迴小向大。自己所作的每件事情，都可和利益眾生的願相呼應。如《華嚴經》〈淨行品〉所教導的，以菩薩發心作為時時保持正念的原理，舉手投足、吃飯喝水都可以與菩薩道相呼應。這便是僧青年力行的最好指導書，活在〈淨行品〉世界的學佛者，不會將自我封鎖在人我是非中，而是活在諸佛菩薩轉化心念的陶熔爐中。因此，迴向是僧青年很重要的一種修持，將凡夫行菩薩道的心調整到與菩薩道相應，相應種種波羅蜜。猶如一面小鏡子對著陽光，吸熱轉而能燃燒紙張，迴向的原理也是如此，從菩提心中，我們將自己的身心轉為法的容器，能乘載眾生的苦，乘載眾生共度彼岸。

〔和合：以智為導，莊嚴淨土〕

和合是指一群人具有共同價值與目標，願意共同努力完成它，也就是團隊精神，但這並不是指彼此沒有衝突。在佛教僧青年生活中，佛學院就是在培養如何於當下共同的修道生活中，成就彼此的修學。基於個人修菩薩道的發心，以務實精神培養自己，成為一位負責的參與者，促進和諧的群己關係。

兩千多年前，佛陀對於僧俗、僧與僧之間，如何和諧共處以促進實踐心靈淨化，設計一套比現代更進步的公民生活，涵蓋面十分周延，那就是





六和合：六和合具有二義，即理和與事和。理和是同證擇滅，就是佛弟子共同以斷滅煩惱、修證涅槃為共同目標。事和共有六項：一、身和同住，是身體的和平共處；二、口和無諍，是彼此言語不起爭論；三、意和同悅，是心意上能以喜悅的心共住共學；四、戒和同修，是共同遵守戒律；五、見和同解，是見解上能有共同觀點或彼此能接受；六、利和同均，是指福利上的均衡分享。

和合的目的，是爲了彼此能夠更加增益。一位僧青年需要培養自己的視野，從共同體的整體角度來看待事情，成爲促進彼此和合共住的僧人，如同鹽巴一樣，到哪裡都能讓料理變得更好。僧青年需要用心地、有意識地去學習和承擔，和合中所包含的精神與物質層面。從學習戒法開始，到律學的僧制；到世間會議規則等公民教育。而落實和合精神的第一步，就是學習與遵守戒法、律法和學院的生活規範。

更且，實踐和合精神的進一步，在於培養中道的精神。中道即是以緣起觀，看待自己所處的時空環境，能觀察到自己的偏頗、執著；以平等、平衡的態度，調整、放下自己的偏執。觀察自己和他人，在哪些地方產生執著，又如何因爲執著，產生內在情緒的起伏與觀點的窄化。這需要靠悲願和力行來支持，從檢視自己開始，承認自己的有限或執著，也就是承認自己的極限；從這裡，我們才能找到內在和合的著力點，也才有平靜的能量與他人和諧相處。佛學院的環境、各種執事、大小活動課程，就在培養以正念發展內在平和，與人和合相處，促進世界和平的現代宗教師。

■ 成為法器或一個知識袋子

上述理念是本校教育僧青年的願景，著力在培養具足悲心與智慧的現代僧人。用兩個比喻來說，本校教育目標就像在陶鑄一個法器，而不是將各位變成一個裝佛學知識的袋子。本校努力提供僧青年一個陶養解行兼備的環境：在師長的教導、同學間彼此的砥礪與自我省思的過程中，能時時



本校教育的願景，在培養具足悲心與智慧的現代僧人。（本刊資料）

以正念覺察自己粗糙的煩惱，誠實面對，勇於改善向上，精進地轉化自己的身口意業，以精進、慈心和正念銷鎔自己種種煩惱、習氣和邪見的雜質，學習時時保持純淨正念的心。如同每天敲擊的法器，是從烈火燃燒的銅礦中，淬鍊出純質的銅水，再將它倒入鑄造的模型，經水冷卻後而成形的，只待輕輕一叩敲，便能發出莊嚴感人的法器之音。僧青年也當時時提起正念，和煩惱面對面相待，覺察煩惱、不正見的生起，接著學著輕輕放下種種煩惱。

上述的理念與目標，對僧青年具有相當值得參考的價值。這不是一個客觀歷史事實的描述，而是與個人的成長有關聯。如果不希望自己慧命的成長蒼白和淺碟，則請檢查自己的學習動機：要避免把就讀佛學院，當成只是幫助個人佛學學問更有成就；避免將佛學院當成一個跳板；更要小心自己，是否常常在盤算，這學校能否多給一些知識？我不希望你們將佛法的學習，限制得像一個裝佛教知識的袋子，裝得鼓鼓的佛法知識，卻和自己生命沒有連結，縱使再努力讀書，個人以自我為中心的價值觀與習慣，也沒有改變。就如同袋子，不管裝多少的寶貝，袋子仍然是袋子。這樣說或許太重了！我邀請大家走向修學佛法的菩提路，很重要的是：培養悲心和利他的願心。

悲心的培養，在於能觀察苦的普遍原則，就是洞悉自己和眾生，因無明和內心的執著，在輪迴中來回受苦，不知為何，也不知如何出離。悲心的培養，是生起不忍自他在煩惱中受苦的悲心，為利益眾生，而願意修種種世間、出世間的善法。然而每個時代的眾生，所處時空背景的共業之苦、煩惱現象不同；為攝受眾生，僧青年應當廣學多聞，引導眾生走上滅苦的道路。這樣僧青年的修學，才是真正在鎔鑄自己的身心成為法器！





行到水窮處——畢業學長提攜

釋自晟、釋自淳

行到水窮處

伴著聲聲提攜 何妨

坐下 且看雲起時

■ 法的禮物 / 釋自晟

完成了佛學院的四年課程，大家是否很喜悅？是否徬徨？

畢業了，即將走入世間，與眾生分享佛法。把自己供養給娑婆世界的眾生，是相當可貴的，也是進一步體驗修行的階段。品嚐著理想與現實的衝突矛盾，各種酸甜苦辣的修行味，就在世間滋潤著自己的道心，就從平凡的生活中體驗神聖的法義，養具真才實學，為世間帶來法的光明。我們要胸懷大志，著手卻在小處，須從小處淬鍊出真實的功夫。今天，自晟就以古德的五項教誨：「不修學無以成」、「不折我無以學」、「不歷事無以識」、「不觀心無以通」、「不工書無以傳」，與大家共勉。



就在這平凡的世間，滋潤著自己的道心。（本刊資料）

〔不修學無以成〕

我們出家修行，自佛學院畢業回到道場，當常念師長恩、信施恩，心境，自然是善軟的。如此，觸境當下，更容易納受善法，持續修學佛法。遇到任何大小事，只要符合正法，都要發心學習，以成就道業。當事情來了，若您的反應是：「這個太辛苦了，我不要。」「那個沒什麼成就，我也不要。」那麼，就要捫心自問：「我正走向習性，還是覺性？我要成就什麼——是更高的自我，還是無我？」再進一步思惟「不修學無以成」，就在當下，決意體驗「悟理事修」，就在自己的內心世界，讓法的力量迴盪……。最終，你會發現：千迴百折地調伏了業習，自己已趨向修行的另一個境地。這將是最實在的修學，也是成就佛道的開端。



〔不折我無以學〕

我們發願修學佛道，最重要的是「折我」。否則滿腹經綸，內心卻與我愛、我慢相應，又是走上生死輪迴路，真是冤枉啊！大家剛回到常住，師父、師兄們很願意輾轉相教，自己要歡喜納受，勿輕率地說：「你不用說了，我都知道……」「你們很煩，到處綁手綁腳……」「你們都在嫌棄我……」如此，則是折損自己的福報，也累積我慢山高。須常照見：「不折我」的過患，是如此深深地障礙著修學，自然就會放下面子，放下自我！

〔不歷事無以識〕

「識」是了知義。孔子曾說：「吾少也賤，故多能鄙事。」我們出家修行，也當如是學。必須「通曉古今中外物，識盡天下紅塵事」，才能在世間，深刻體驗苦聖諦，並且運用佛法，幫助芸芸眾生。例如：有信眾向你訴說孩子夜夜晚歸的憂慮，你如何回應？劈頭就說：「不要執著嘛！」還是先同理她的心？須讓她感受到你懂得這份憂心；有了信心之後，再用佛法引導，讓這位母親得到正法的力量，遠離執著的痛苦。因此，要好學：各種事修，皆不可排斥、拒絕，趁年輕培養好學的習慣；要善解：所有的事修，都能幫助悟理，藉事鍊心，是修行重要的學科，不要輕易放棄實修的機緣。

〔不觀心無以通〕

回到道場，要面對許多的人事，相當繁瑣，容易心煩，甚至退失菩提心……。要時時滋養自己，如理思惟：「諸佛解脫，當依眾生心行中求。」就在所有世間相中，培養慧觀的習慣，照見這個世間，充滿著五濁，因而決意要出離執著的煩惱苦。你會發現：真正的苦迫，不在外相的糾纏人事，而是內心的執取。如此，將穿透世間假相，自己更好樂觀心，更通達戒定慧三學，每天都能受用佛法，享有真正的法喜。



〔不工書無以傳〕

古德言：「書就是如。」也就是「如實」書寫記錄。我們要發願：願意將道場的弘法、寺務等等，記錄下來，作檔案分類，整理成為史跡。這是自我沉澱，讓學習更紮實的好方法，也是留給後人參考，讓佛教透過文字弘傳，增益代代的實務。這是默默無聞的工作，別人看不到的。唯有在我們自己的內心，賦予它意義、價值，相信「不工書無以傳」，這樣才有耐力，一日復一日地做下去，體驗「工書」的樂趣。我們的院長 悟師父，就是最好的楷範。她每天寫日誌，數十年如一日，從不間斷。

古德先賢們，經歷了修行的甘苦，送給我們這五項法的禮物：「不修學無以成」、「不折我無以學」、「不歷事無以識」、「不觀心無以通」、「不工書無以傳」。我們當珍惜，作為法鏡，常常照見自己「說時似悟，遇境則迷」，自然謙和、縮小自我；自然願意常行精進，勤修六度萬行，趨向菩提之道。

佛學院畢業了，試煉從此開始。在人間，試煉所吸收的佛法；也從人間，閱讀、體認三藏十二部。回到常住道場，心觸境的當下，就是修行；歷境驗心，是最現實的考試。此時分數不重要，重要的是：我願意如實面對，用經典調伏自心，相信成佛之道就在前方。而我專注當下，就在五濁惡世廣修六度，讓自心湧現真正的法喜。這是自內證的，非外在學位、職位所能給予的。

最後，祈願大家：珍惜自己的發心，日日享有正法的喜悅！為自己的慧命、為佛教及芸芸眾生，帶來光明與希望！

願身語意恆與善法相應，
願保有一顆純淨溫潤的心，
願佛菩薩加被，

讓自己擁有足夠的力量與智慧，
去除曾經積累的不善業。

禪心
小語

文/赤子



■ 出家所為何來 /釋自淳

幾乎每位行者要圓頂進入僧團之前，總會被問到一個問題：「如果有一天你所崇敬的師父不出家了，你還要不要出家？」；「香光尼僧團的法師都不出家了，你還出不出家？」這是一個相當嚴肅的問題。它想幫助當事人釐清的是：我所為何來？還必須正視的是：我是依誰出家？

如果出家只是追求另一種清淨的生活模式，或是找一群志同道合的人生活在一起，互相關懷、互相扶持，生活溫馨而適意，我不禁要問：這需要出家嗎？因為以現代的環境條件，想達到這些並非只有出家一途，現實社會存有太多的可能，只要願意大可全力去追求。那「出家」到底如何有別於其他的決定？

「出家」是徹頭徹尾打破自我形象，放捨一切生活所依，在割愛辭親中提昇自己，在一切看似不合理的情境下認清真理。而這些是需要長時間及諸多因緣去驗證，所以在決定出家的時候，乃至修學的過程中，自我要不斷檢核：我所為何來？如此才可以「獨立自主」的面對困厄境、順意境，可以處理矛盾與衝突。

當我們面對大社會憂患時，我們需要養具的是：認同他人的心量及避免膨脹自我的雅量，肯定他人並不等於否定自己，眾生是多元化的，因此佛法的表現也是多樣性的。沒有人能規定「修行」一開始，就必須如何，否則就不是修行。對於整個佛法的住持與弘化來說，需要有種種不同的發心與努力來給予平衡，這正是佛法能順應時代、流傳久遠的重要特質。煩惱和魔王，是爲了佛法中，自利與弘揚的精進與正確而存在的。

身為台灣的出家僧人，不能不關心自己生長的土地，如果沒有穩當的依報環境，佛教是不可能發展的。唯有大環境的改善，佛教才有改善的可能。在關懷僧團成長之餘，不忘創造當下的淨土，如佛陀所說：「自依止，法依止，莫異依止。」



香光有慶——客從遠方來

編輯組



■ 緣起

為慶祝香光尼眾佛學院辦學三十週年，及院長^上悟^下因法師七秩大壽，香光尼僧團遂舉辦此研討會，廣邀各國尼僧教育研究與實務工作者，期能以前瞻的眼光回顧過去與展望未來，建立現代尼僧教育的典範。

■ 會議名稱

「2009 佛教僧伽教育國際研討會——現代尼僧伽教育之回顧與前瞻」

「2009 International Conference for Buddhist Sangha Education——Exploration on Education for Contemporary Female Sangha」

■ 時間、地點

2009 年 5 月 30~31 日兩天於台北艋舺龍山寺板橋文化廣場舉辦國際研討會，另 6 月 1~2 日為教育參訪行程。

■ 舉辦單位

主辦單位：香光尼僧團財團法人伽耶山基金會・艋舺龍山寺

承辦單位：香光尼眾佛學院（另有多處協辦單位，此處不及備載）

■ 與會人士

包括台灣、美國、德國、泰國、韓國、印度(西藏)、馬來西亞及越南等 8 國 18 位僧伽及學者發表論文，逾四百位的參與者聆聽發表，及上百位志工協助辦理並提供服務。

■ 會議內容

研討會行程分成三部份：

5/30 ~ 5/31 論文發表會——計有 8 國 18 篇論文發表。

當代尼僧伽教育展覽——法鼓佛教學院、弘誓學院、佛光山叢林學院、千佛山佛學院等十餘校，於會場展覽該校尼僧教育概介之海報。

6/1 ~ 6/2 教育參訪活動——帶領外國尼僧前往法鼓山、慈濟、香光尼眾佛學院、安慧學苑、養慧學苑、香光山等道場參訪。

■ 海會雲來集

研討會的點點滴滴，在《青松萌芽》轉成一筆一畫的結集。本專輯涵蓋如下：

「遠方來鴻」：為美國圖丹·丘准法師在該國發表的新聞稿，描述研討會及參訪活動的種種情況，及其個人心得。

「品一席法味」：外國尼僧們至香光尼眾佛學院參訪時，由韓國本覺法師及美國丘准法師為學僧們開示；其他法師亦為學僧們簡短提攜幾句，摘錄為「法音集錦」。

「我見我聞」：為研討會中所見、所聞、所感的側記紀錄。

「學僧看世界」：節錄自佛學院學僧參加國際研討會的心得報告。

「Women Working Together in the Dharma」：為丘准法師的新聞稿原文。

有客自四方雲集於此，翻過這一頁，您也將參與其中……



遠方來鴻

圖丹·丘准法師(Bhikshuni Thubten Chodron)撰

釋見諦中文筆譯

異國的聲音 異國的觀點

如何向異國的人民 敘說這一場盛宴

你該如何爲一位德高望重的法師慶生呢？爲了表達其心意，悟因長老的弟子們籌辦了一個爲期二天的國際僧伽教育研討會，以及會後緊接著的二天道場參訪活動。此次會議由伽耶山基金會及艋舺龍山寺主辦，於台灣省台北市舉行，與會人士有四百人。會上共有十八位發表人，來自八個國家，每篇論文發表之後，都有一位回應人評論，及聽眾們提問。有些發表人爲比丘尼（受過具足戒的尼師），有些則爲大學教授。其主題包括台灣佛教齋姑的歷史及台灣現前佛學院的教育課程，他們也提到了越南，韓國，馬來西亞，台灣，及印度喜馬拉亞山區，及居住在印度之西藏尼師，上座部尼師，及西方國家尼師的佛教教育。

在致歡迎詞的時候，中華民國立法院院長王金平先生說到「僧伽在每一時代中，都扮演著無可取代的重要角色。台灣的佛教，在諸位大德幾十年來努力弘法，辛苦經營之下，促使佛教蓬勃發展。當今世界各地佛教女性，秉承佛陀悲智利他之精神，致力佛教人才培養。」對一位從來沒聽過她自己政府的領導人提過佛教一詞的美國人來說，聆聽到佛教及其追隨者被一位倍受敬重的民選公職人員公開地稱許，實在太令我驚訝了！

悟因法師在她的專題演講中指出，「佛教是覺的教育」，之後點出現今僧教育的兩項偏失：（一）過份偏重個人及其自身的修學，卻忽視了依律制（出家人的法規）而建立的僧團；及（二）課程內容太狹隘，應該加以擴充，以含括不單是佛教的教義與禪修，還有其他社會、人文科目，以充實僧眾的知能，使其能更善巧的利益他人。

她也提出僧伽教育的四大綱領：

一、運用「即人成佛」的全人發展理念，這樣的教育包括三增上學——戒定慧，及三十七道品，爲基礎的必要修習。

二、「貫徹菩提心」的終身學習，始於自我教育延伸到發起利他的菩提心，因此我們能夠運用自己的所學來利益他人，尤其是引導他人走向成佛之道。

三、爲了能承先啓後，要善用四種傳遞佛法的悉檀。這四個是：（一）世界悉檀，應心胸開闊並尊重個別差異；（二）第一義悉檀，要掌握佛法的原則，隨緣之中掌握緣起的理則；（三）各各爲人悉檀，適應各別需求或時代的方便；（四）對治悉檀，運用佛法以對治眾生身口意的病。

四、「依律而行」組織尼僧伽團體，永續傳承，我們必須透過相互合作，以回應時代的需求，同時爲正法的久住及傳承的永續作準備。

會議的第二天以菩提長老的一篇專題演講揭開序幕，這篇講詞於前一天在美國錄下來，並放在網路上讓我們觀看。長老身爲一位美國人，依著上座部的傳承而修，他的講題是：「現今的比丘尼教育：將挑戰視爲轉機」。一開始長老就將傳統佛教僧教育的目的列舉出來：去認識並了解佛陀的教法、修改我們的性格及行爲、培養智慧以了解真相、開示並教導他人。現今的僧眾處在一個與佛陀時代非常不同的社會，因此透過高等教育取得學術性知識是需要的。佛教學術性教育的目的，在於以客觀的方式傳遞佛教存活的背景，包括其文化、文學及歷史的資訊，同時磨利我們的批判性思維能力，使我們能在佛法所被的各種文化外衣中，澄清佛法的精要。將佛教教育的重點完全放在學術性知識的取得是不明智的，然而同樣的，堅持僧眾只接受傳統的教育也是不明智的。

結合學術的方法與傳統的方法，我們便能擁有雙方的優點：以修行爲導向的傳統方式可以圓滿我們心靈的需求，而學術性的方法則能使我們與科學家、心理學家、社會學家、生命倫理學家及其他學者對話，學到其他角度的佛教教法。僧眾也將得到應有的善方便，以強調戰爭、貧窮、種族衝突，及全球暖化的危險。



在結尾時，長老特別提到比丘尼所面臨的挑戰與機會：轉型到後父權的文化，及以受過教育的尼眾身分來扮演更重要的新角色。

兩天的議程排滿了各式的發表及精彩的討論，台灣許多尼眾寺院都設有佛學院，為沙彌尼及比丘尼提供數年的教育。我們聽到佛光山、法鼓山及香光尼眾佛學院對尼眾教育的課程介紹，這些機構全都建於七十年代，至今也都發展到有數百位的比丘尼，其中除了香光尼僧團之外，另二個機構也有比丘。

在台灣僧團裡，至少百分之七十五是女眾，尼師們受過良好的教育，有很高的能力，她們積極地透過講經說法、諮商輔導、社會福利、辦佛教廣播電台及電視台等方式來服務社會，因此她們倍受社會尊敬。一位男眾居士跟我說，雖然在道場裡，尼師們走在或坐在比丘之後，可是在居士眼裡，他們是平等的。事實上，在會議上還是男教授告訴尼師們，要把女性的研究排進她們的課程裡！

在會議發表的幾篇論文中呈現幾個共同議題，其中最重要的是：現時代的出家眾如何平衡佛法教義及戒律之間的學習？如何把教義透過禪修而踐行出來？如何透過教學、諮商輔導，及提供社會福利之服務來回應社會大眾的需求？由於眾生有各種根器與興趣，佛教的機構如何回應他們多元化的教育需求？如何接引年輕的一代出家？他們獨特的教育需求是什麼？在會議上及在休息時段中，共同討論這些議題，透過創造性的腦力激盪，是為這些問題尋求答案的第一步。

此外，這次會議的在家眾義工真是太棒了，他們各個面帶微笑，很歡喜很細心地照顧與會者的需求。我向其中幾位義工致謝，並稱讚他們在辛勞中所保持的愉快，而他們的回應竟然是，服務與會者是他們的榮耀，同時能接近比丘尼僧團是一種福報。

會議後，籌辦單位很慈悲地邀請外籍比丘尼，並為她們安排了兩天的道場參訪活動。6/1 當天晚上我們在香港香光寺過夜，在那兒，我們也參觀了

圖書館及佛學院的設備。韓國中央僧伽大學教授兼韓國比丘尼研究所所長的本覺法師與我，二個人都在佛學院演講。本覺法師以她個人的故事為例來鼓勵我們，不論面臨什麼樣的挑戰，在修行上要堅毅不屈；而我談到自我愛如何干擾我們的修法，以及如何透過思惟眾生恩而祛除它。隨後每位來訪的比丘尼都為佛學院的學生，講幾句勉勵性的法語。結束時，悟因長老為大眾說法，她的開示把我們都懾住了。她直截了當地問我們，「身為比丘尼，你想要的是什麼？」及「究竟是誰在障礙你？」並鼓勵我們去實現自己對法的志願。

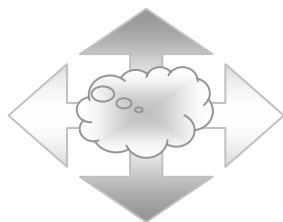
午餐後，我們前往養慧學院，我們再度受到溫馨的接待，同時也參觀這座得了幾個建築及設計獎的都市道場。晚上我們夜宿香光山寺——一座位於桃園郊區的小巧蘭若。隔天早晨，當我們沐浴在寂靜氣氛的同時，寺裡的法師帶領我們參觀她們的藥草園及菜園。

之後，業風再次引著我們前往不同的方向，帶著自己所學及所分享到的一切，將它分享給那些與自己有緣的人。

（欲參考作者原文，請見第 48 頁）

歸 零 / 果思

我願意 完全接受身體及心理的 當下因緣
我願意 全然接受念頭的 到來與離去
我願意 將 心單純的 安住在此時此刻
我可以 引導自己回到原點 不掙扎 不排拒
任何時候 我都願意如此學習
讓 心知道可以安住在哪裡
這是心的抉擇





品一席法味

編輯組 整理

不同國度的尼師們齊聚佛學院！
她們帶給年輕學僧什麼樣的叮嚀呢……

■ 不變與隨緣

韓國中央僧伽大學教授 本覺法師

香光尼眾佛學院成立三十年，不論國內外，所有的法師一起來這裡討論比丘尼的事，對我而言是很有意義的。我曾經在一些佛學院當老師，目前在中央僧伽大學當教授，以我曾經歷過的，想跟大家分享兩點：一點是修行當中，有絕對「不變」的事；另一點也必要觀照時代、文化而「隨緣」。

〔不變的事〕

出家的根本精神就是不變的事。比丘尼僧團在釋迦牟尼佛時即成立，直到現在。女眾要出家，以佛世時的社會制度來看幾乎不可能，但從藏經中的描述，女眾經過很多努力，徵得佛陀同意可以出家，過團體修行生活；也可經由正確的修持而得證菩提。佛陀早就知道，不論比丘、比丘尼，修行的好壞都是自己的事情，且女眾將來對社會的貢獻會很大。

女眾出家時，就漸漸脫離女眾的弱點了，我們可以養具足夠的智慧來關懷世界。既然我們已經脫離女眾的身份，要如何以佛法來修行呢？無論時間、空間，不變的是我們出家的根本精神。不論遇到什麼困難，我們一定要繼承佛陀的根本精神，脫離自己的欲望、自己固著的想法，不再陷於



不變與隨緣，是邁向智慧的成佛之路。

(本刊資料)

煩惱當中。我也常常這樣提醒自己，自己承繼了佛陀出家的本懷——上求下化，所以爲了比丘尼的處境，一定要站起來，這就不變的事。

〔隨緣的事〕

我出生一歲多時，父親就往生，後來母

親帶著六個兄弟姊妹到佛寺一起出家。當時年紀很小，不懂出家是什麼，但我碰到好的師父，跟著他學到十六歲。成長過程中遇到很多困難，有時也會覺得很孤單，但也就這樣長大了。我十六歲時到佛學院讀三年，後來又去一間佛寺學習三年。別的法師有學歷、有家庭，我什麼都沒有，能支持我一直努力向學的，是背後不斷鼓勵我的恩師。

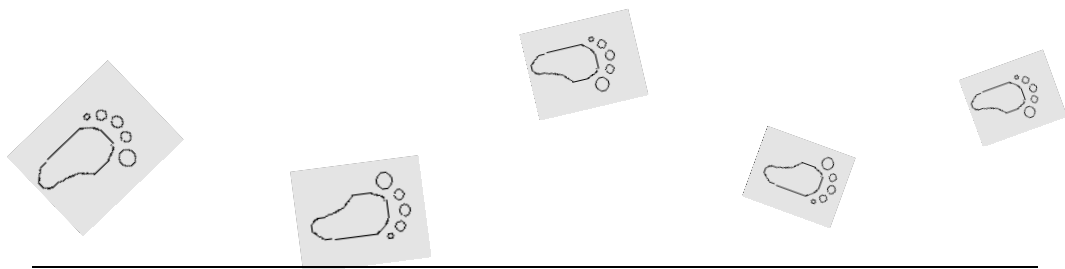
到十八歲時，我想：我對世間什麼都不懂，怎麼能夠教別人呢？一想到佛陀的稱號之一叫「世間解」，我決心離開佛學院，去學世間的知識。所以我請求恩師允許我去高中讀書，當時爲了不被欺負而改留長髮，以一般的身份去讀書，高中畢業後再去讀大學的佛學系。那時我下了三個決心與體悟：第一，世間真的無常；第二，我一定要再出家；第三，我一定要報答恩師的恩惠。

〔變與不變〕

1970年我再次出家，一直到現在，我沒有留戀過去的事。跟大家分享我的故事，是要提醒：修行者一定要有目標，就是達到般若——智慧的彼岸，這是不變的事；但不變的事當中必有隨緣的事，即要考量時代的變化。

我所擔心的事，一是自己要如何成佛？一是時代變化太快，我該如何將佛法融入現代，並幫助現代出家人修行？

很感謝悟因長老尼辦這個國際研討會，我才能來到這裡。以後我不再擔心自己修行的路如何走，因為修行的菩提路就是和大家一起攜手走在菩提道上。世界上所有的比丘尼團結，相互支持、提攜，邁向智慧的成佛之路，這就代表修行的路，亦即在變化中，含有不變的事。



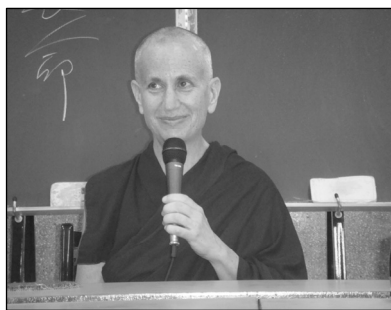


■ 發菩提心

美國 圖丹·丘准法師(Bhikshuni Thubten Chodron)

我出生於富裕的家庭，在我唸大學時，我環顧周遭，也觀察我父母親的生活，覺得這一切好像沒什麼意義，只有這一生：求學、找好工作、找好對象、結婚生子，然後年老、死亡，但意義在哪？我不斷思考如何讓生命有意義，所以遇到佛法時有如靈光劃過。

佛法不只談現世：這一世受過去所造作的業影響，現在造的業也影響著未來，這使得現生非常有意義。尤其當我遇到「發菩提心」這個議題時



為利益一切有情，我們必須要成佛。(本刊資料)

——為利益一切有情，我要成佛——我覺得太了不起，這樣的生命太有意義了！不僅使這一生有方向，未來生生世世也都有清楚的方向，使自己的生命穩定下來。如果没有菩提心，生命就會搖搖晃晃：有時貪、有時瞋、有時愚癡、有時嫉妒、有時想出家、有時不想出家……。

[平等心 & 我執]

為了培養菩提心，就要先有「平等心」，能在團體當中生活，最能幫助我們培養平等心。譬如說，我們剛來的時候，心一點都不平等：喜歡這個人；討厭那個人；這個人讚歎我，我就覺得他很棒；那個人批評我，我就覺得他是個渾蛋；而跟我們沒關的人，我們就把他看成牆壁一樣，好像根本不存在……。我們的心就像yoyo球，起起伏伏，一下喜歡，一下討厭，一下高興，一下生氣。我們非常肯定，自己對世間的觀察百分之百正確；我們也很肯定，自己的動機是唯一正確的，而其他的就像垃圾。

但，如果我們靜下來仔細分析自己的思惟，會發現裡面有很多地方有問題：我喜歡這個人，是因為他同意我的看法、送我東西、他支持我、他喜歡我，所以我認為他是個好人；我覺得那個人很愚蠢，因為他不同意我

的看法，跟我作對，他批評我。總體來看，我們喜歡、不喜歡或沒感覺的原因，基礎點是什麼？全是基於「我」就是宇宙世界的中心，是唯一評判的標準，不是嗎？我們的思考有時是很瘋狂的！

當我們明白其實「我」不是世界的中心時，那些喜歡、不喜歡或無所謂，就慢慢地消融掉了。如果認為每個人都要同意我的看法，每個人都要依著我的意思做，每個人都要以「我」為中心，我們的生命就會很苦惱；如果把自己的視線打開，環顧周遭的人，我們會發現其實每個人都對我有很大的恩澤，越發現如此，自我的驕慢即越縮越小。

〔感恩・成佛〕

我們仔細思惟時，將發覺這一生接受很多很多人的慈悲：當我們還是嬰孩，沒有能力照顧自己時，是靠很多有愛心的人把我們帶大，今天我們仍活著，是因為有這些人；我們所知道的，全部都是別人教導的，乃至教我們說話、穿鞋……，全部全部都是別人的愛心教會的；今天我們能聚在一起談論佛法，也是很多人的恩惠，譬如說上課的教室，就要有建築師、工人，還有很多發心的人，共同成就。

甚至那些曾傷我們心的人，換個角度想，也是對我們很悲憫。也許有人覺得這想法很瘋狂，但我們反省一下，每個人的生命都曾遭遇不幸，我們的潛能不也因此而開發？如果我們沒有這個艱困的處境，不可能有這樣的成長。當我們用這個角度看待給我們麻煩的敵人時，我們會很感謝他，感謝他給自己成長的機會。

當我們禪修時，要不斷思惟眾生如何對我有恩，則自我中心的想法就會慢慢軟化。當我們能知覺眾生的恩情時，想報恩的心自然就產生。我們會修慈心祝願他快樂；修悲心祝願他拔除痛苦。當我們進一步思惟如何能最有效地報恩時，會發現只有「佛」能最有效地幫助眾生，為了回報、利益這些對我有恩的人，我們將察覺到自己必須要成佛。



如果有這樣的心，即使有很帥的人從我們面前走過，心仍然不動，因為我們有菩提心，知道生命的方向在哪裡。如果因為想家就離開僧團而回家，要思惟：如果這一生就這樣過，下一生還要再輪迴，對我自己、對他們有什麼利益？

另外，生活中往往會遇到逆境，那時心好像糾在一起，很不舒服。如果有這種感受，意味著修行可以再進一步，並不表示退步。為什麼呢？因為過去情緒起來時，你根本不管它，現在你能覺知到這個情緒，也知道要面對、處理它。所以不用緊張，如果遇到逆境，就覺察那個要成長的契機，思惟如何使自己的功夫再向上提昇，然後你的心就會打開、會比較快樂，也就有力量再往前邁進。

■ 法音集錦（各國尼師的提攜）

能住在僧團是件不容易的事，有很多挑戰要面對：

有時夾在禪修或研究	有時夾在自利或利益團體
有時夾在物質或精神的發展	有時夾在深入經藏或服務社會
有時夾在閉關潛修或入世	有時夾在上一代和下一代的代溝
有時夾在自己要學還是要教	有時夾在傳統和現代化
有時夾在自己的小團體和全球的大團體	

這是全球性的問題，而不只是東西方的問題。我建議回到最廣泛的原則——「慈悲」，「慈悲」大概就是我們的答案，它能幫助我們打開心。當我們的心很緊時，將感到不舒服，有很大的束縛；當我們的心有慈有悲時，心就寬廣，自然覺得快樂。

另一個很重要的原則就是要「正念正知」。不管碰到什麼問題，只要覺知每一個剎那的當下，很多事自然就解決了。 ～美國 慧空法師

你們的機構在我看來很有國際觀，歐洲就缺乏這樣的機構可以訓練、教育出家人。歐洲有點很麻煩，就是有太多語言：英文、德文、西班牙文……

想讓佛教傳遍全歐洲，要學好多好多語言。另外，在上座部和西藏佛教中還沒有比丘尼的傳承，所以找不到太多精研戒律的出家人。希望各位學僧能好好學習語言和戒律，將來到歐洲弘法。

～德國 蔣巴·卻准法師

我三年前曾來過這裡。十七年的經典學習，如果沒有跟人交流，好像少了什麼東西，所以跟人交流，能活化十七年中所學的佛法。期待能再有這樣的交流機會。

～印度（西藏） 寶成法師

立下堅定的人生目標，不要讓任何挫折擊垮自己，要相信那扇門就是為你而開。此外，身為一個出家人，要不斷充實自己，有實力才能真正利益眾生。如此，不論到任何地方，佛法都將隨著自己到那個地方。

～越南 靜光法師

我年紀較大才出家，開始時很想找佛法的小路，後來體悟到：佛法沒有捷徑，只有老老實實一條路。

～加拿大 真如法師

享 受 / 赤子

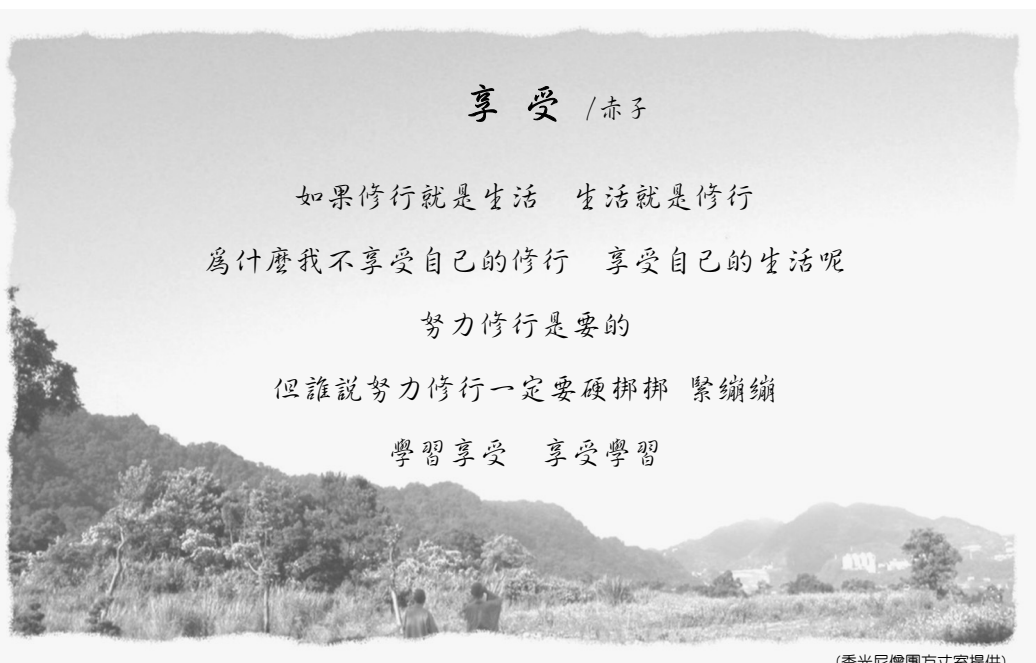
如果修行就是生活 生活就是修行

為什麼我不享受自己的修行 享受自己的生活呢

努力修行是要的

但誰說努力修行一定要硬梆梆 緊繃繃

學習享受 享受學習



(香光尼僧團方丈室提供)



我見我聞——2009 佛教僧伽教育國際研討會側記

編輯組

走在歷史的洪流
回顧 前瞻
天地固然悠悠
抑無須獨自愴然
此時此刻 踩著
共同的 超越性別的 步伐



■ 初來乍到

懷著雀躍的心情，佛學院一行人向彌勒菩薩告假後，帶著行政法師的叮嚀搭乘客運專車，踏上「2009 佛教僧伽教育國際研討會——現代尼僧伽教育回顧與前瞻」的觀摩行。

5 月 31 日早上約 7 點多，大家浩浩蕩蕩地搭乘捷運，來到會場。一出電梯，真是人山人海！好不容易按照號碼報到完，領到了名牌和一個黑色袋子，袋中包含《以是因緣》和《湧泉之歌 2》，以及一本厚厚的研討會論文集，最令人驚訝的是，還附贈一盒號稱台中有名的鳳梨酥，真是名副其實的「有呷攔有拿」。

這次贈給與會來賓的書籍——《以是因緣》及《湧泉之歌 2》，一本是院長的開示文章，一本是佛學院學生的作品，都是前幾期《青松萌芽》的文章選集。另外還有《香光尼眾佛學院教學設計彙編》，則是佛學院歷年來的教案。這三本書是爲了慶祝香光尼眾佛學院三十周年的紀念刊物，整理走過的歷史痕跡，意義不凡。

■ 所見·所聞·所感

〔開幕式〕

開幕典禮一開始先唱三寶歌，唱完三寶歌，院長首先以「佛紀 2553 年，西元 2009 年，民國 98 年 5 月 30 日，佛教僧伽教育國際研討會在此開

始」為整個研討會揭開序幕，標示了此次研討會在歷史洪流中的地位。院長也為大家介紹與會來賓，包括：來自印度的西藏代表，以及泰國、越南、韓國、馬來西亞、德國、美國、台灣共 8 個國家的成員，發表 18 篇論文，探討比丘尼的回顧與前瞻。院長說道：「回顧也是為了前瞻。」原來歷史的價值不僅在記錄，更可貴的，是站在過去的基石上，眺望得更高更遠。

〔專題演講〕

第一天的專題是院長悟因法師「尼僧伽教育的綱領——依法住、依律住」的演講，院長提到佛教的尼僧伽教育並非始於今日，而是源遠流長。佛陀當時就已答應女眾可以出家、受教育和修道，還能領眾修行。但各國的命運不同，身在台灣的我們真是何其有幸！

院長也引用〈索瑪長老尼說偈〉勉勵在場的女眾：「佛法心領會，女性有何妨」，佛陀的教育是由「人的自覺」所構成的教育，立基在「人」，不分男女老少，重要的是自己把自己界定在哪裡，無需妄自菲薄。

〔特約致詞〕

第二天的專題演講由菩提長老以「現今的比丘尼教育：將挑戰視為轉機」為題，透過網路視訊，在美國為身在台灣的我們開示。拜高科技之賜，時間與空間的阻隔銷鎔於無形。

長老認為佛教可融合現代學術方式研究佛法，此外，現今出家眾更須充實對這個世界的認知，包括現代心理學、社會學……乃至經濟學及政治科學，以處理全球性的問題。我想，這是顛覆了傳統對出家人的印象。固然，身為出家人，不能不關懷同樣生活在這



融合傳統與現代學術的教育，可使我們的智慧更明亮、有力。（本刊資料）



個世界的人們，但如何與個人的修持及捨離達到平衡，在修行路上落實悲智雙運、自利利他，是極大的挑戰，但能迎向、接受挑戰，何嘗不是轉機！

〔論文發表會〕

每一場論文發表會都很精彩，以下略擇幾點簡述所見所感：

佛光、法鼓和香光的發表會很令人關注，三個頗具規模的佛學院發表各自的教育現況與展望，彼此能夠觀摩學習，開啓僧伽教育更多的可能性。覺得很有趣的是三個佛學院的院訓：佛光山的「悲智願行」，法鼓山的「悲智和敬」，香光的「悲願・力行・和合」，彼此有所重疊，也許不僅代表各自佛學院的精神，更是所有出家人共同勉勵的目標吧！仁華法師在回應時提到，現今寺院或學院生活不像以前勞務那麼吃重，可在個人內心上有更多的探索，而女眾在這方面更能細膩觀察，我想這是女眾應該自我肯定之處。

法喜法師來自泰國，相當致力於南傳佛教對比丘尼的認可，當她提到比丘尼還不為泰國社會所接受時，語氣充滿了痛心，她沉重而又激昂地說：「沒人承認我們是比丘尼，但佛陀是接受我們的！」在台灣，擁有比丘尼的身份似乎是件唾手可得的，看到有人那麼辛苦地爭取，才明白，很多事不像自己所想的那樣理所當然，眼前所擁有的一切，需要多大的福報才能消受，內心除了感恩，還是感恩。

來自美國的慧空法師談位於喜馬拉雅山的尼僧學校所提供的教育及其產生的影響，包括該區域對女性觀點的整體改觀。法師提到投資尼眾教育，不只對尼眾有幫助，對該地全民均可提昇。我想這正是教育可貴之處，透過教育，達到的是具備加乘效果的自利利他。尼僧伽教育的開展，對佛教、對眾生，必定有更多的貢獻。

卻准法師擁有德國人理性與務實的個性。她提到德國人拒絕認同「出家領導在家」、「僧大於尼」，獲得敬重的關鍵在於是否具足資格，如：慈

悲、教育等，而非出家與否，或是先天性別。如同見諦法師的回應，這是點醒出家人應以「德養」，而非「出家身分」獲得恭敬。當自己沒有足夠的證量時，別人的敬重怎麼消受得起？

靜光法師很詳細地介紹越南佛教教育的演進與概況，其中值得思考的



繁體字是閱讀藏經和古籍的基礎。

(jenhai 攝)

是：越南希望能訓練一批看得懂繁體字的人才，以解決藏經失傳的問題。其實不只越南，韓國和日本的現代年輕人都面臨這項艱困的挑戰——長期不使用漢字的結果，導致喪失閱讀藏經和古文的能力。目前台灣是唯一保留繁體字的國家，將來若連這最後一道防線都失守，大量的古籍與藏經，恐怕只能束之高閣了。

〔綜合座談：全球化下佛教尼僧教育之未來〕

最後一場，是綜合座談會。會中大家最關注的話題，即是台灣的佛教教育是否可與受戒結合。

恆清法師提到宗教研修學院的課程設計不易，且因台灣佛教界較不注重教育，有「讀書無用論」的傾向，因此佛學院大多招生困難。恆清法師建議全國長老、大德應一起召開會議，制定統一的教育制度，並規定出家人未受佛學院教育就不可以受戒。

此建議一提出，現場即有許多迴響，不過院長也適時地點醒：「在韓國、越南也是學歷夠、讀完佛學院才可以去受戒，我絕對贊同。但佛教自治可以到達什麼程度？……佛教本身有多少可以掌握、牽制的力量，我是懷疑的。」恆清法師承認台灣佛教確實是鬆散的，但她認為大多數的人若達成共識，就可以自治，總是要有熱心的人出來，做多少算多少。

我想，若是教育能與受戒制度結合，對於出家人的素質提昇確實有幫助，但以強調民主自由的台灣，及近來受西方影響的個人意識抬頭，要執



行的可能性也確實不高。從理想到實踐，過程中總是充滿許多挑戰。要推動理想，真的很需要熱血的傻子，不問結果，不問可能性，就是盡全力做下去。



同步翻譯機展現高科技的便捷。(本刊資料)

〔現代高科技〕

這次研討會不能不提的還有一項，就是有趣的高科技產品——同步翻譯機。翻譯機有3個頻道，頻道1是中文，2是英文，3則是韓文，當台上的人說話時，就會有人同步翻譯，透過翻譯機傳入使用者的耳裡。

自己是「劉姥姥進大觀園」，第一次看到這麼先進的科技，咋舌之餘，著實感恩有這種體貼的設計。同步翻譯可以節省大量的等待時間，也可以各取所需，適應更多種的語言。只是使用下來，發覺同步翻譯的挑戰極高，翻譯者一邊口譯，一邊還要注意發言者說話，往往只能翻個大概，有些可惜。如果自己能夠精通各種語言，直接聆聽別人發言，那該有多好呢？語言雖然不是了脫生死的必備條件，卻不可否認，是現今社會學習與弘法的利器呢！

■ 寫在最後

研討會進行到尾聲，兩天滿滿的行程下來，可說是不虛此行。來自不同國度、不同身分，乃至不同性別的成員，聚在這裡一同關懷現代尼僧伽之教育。批露了尼眾爭取認同、渴望教育增上的艱辛及毅力，也展現了尼眾承擔的氣魄，及無限的可能性。台灣的比丘尼是幸福的，能接受教育栽培，也擁有發揮的空間，這都是前輩們辛勞與努力，所換得的成果。願這片比丘尼的天空，在眾人的共同成就下，能不斷向外延伸、再延伸。

新書快訊

香光尼眾佛學院 30 歲了！走過什麼？留下什麼？……

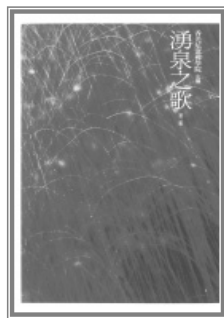


■ 智慧的累積——《以是因緣》

本書是歷年來香光尼眾佛學院院長悟因法師對學僧們的開示結集。全書分為三部分，第一部分「如是因緣」，是佛學院始業式或結業典禮上對學僧的勉勵；第二部分「如是我聞」，是在佛學院講經授課的結集；第三部分「如是觀行」，是指導禪修、相互砥礪禪的修法。

■ 生命的歷程——《湧泉之歌》第二集

本書收錄香光尼眾佛學院學僧修行生活體驗中不同層面的文章。是法師們現身說法，真誠地道出自己在修行路上，如何面對內心湧現的煩惱或困惑，點點滴滴用正面的思擇和身、口的踐行，轉化為菩提道上的資糧，是你、我，也是每一位佛子生命蛻變的自性流露！



⇒ 欲索取上列二書，請洽香光尼僧團各分院，或來函附回郵（55 元）洽香光尼眾佛學院圖書館。



■ 教育的楷範——《香光尼眾佛學院教學設計彙編》

本書收錄「香光尼眾佛學院」課程之教學設計有 49 篇，分為七類：基礎教理，教史，戒律、制度，經典，論典，行門，人文、弘護、執事。本書的教學設計來自 33 位授課者的心血結晶，提供教學經驗，分享大眾。

⇒ 本書提供大專院校及佛學院所圖書館、佛學院及相關教育工作者索取，請來函附回郵（70 元）洽香光尼眾佛學院圖書館。

● 圖書館地址：604 嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州 49-1 號。



多角度的衝擊

不一樣的視野

年輕的心 吟詠出自己的聲音

■ 宗教師的養成教育

☀ 釋性因

僧伽是需要受教育的，才能知道如何持守戒律，如法行儀，以及如何解讀經典。在講求速成、知識爆炸的時代裡，僧教育多少被忽略了，學習變得緩慢，更多的衝擊與關卡，考驗著求道者的心。教育，是有系統地培植人才，透過經驗傳承，教授各種有效又有次第的學習方法，更確實掌握所學的精神與意義性。缺少教育，僧伽素質無法全面性提升，為續佛慧命注入力量。

此外，修行與教育，主要是透過在團體中磨練而成長，彼此激勵增上，否則只是紙上談兵，作用不大。現代整體的社會生活環境，促使團體越來越小，乃至不成眾，獨立而行，在修行上，反而很難達到佛陀所教導的「無我」，這是佛教所面臨的困境。在團體中還能培養捨心與喜心；獨行久了，除非自我覺察力夠，如實依法奉行，否則無法長期與人共事。透過教育，初出家的人，能夠了解佛教的核心重點：要破除什麼、要建立及培養什麼，要如何安頓身心……，才能知道佛陀制戒、建僧團的意義與精神，從中知道如何去應對一切，走在修行路上，心不退轉。

☀ 釋道哲

兩千多年前，佛陀在世間出世、覺悟及行化，以「法」教化弟子。佛陀滅度後，佛法的傳播與久住，就要靠佛弟子。踏上弘法路途的僧人，必須具備正知、正見及良好的品格，這些都要透過學習與教育。經、律、論三藏的學習，可以獨自研讀而領悟；但有些事情，例如：如何在團體生活

中，護念他人並安頓自己，還是需要透過人與人的相處來學習。而佛學院單純的僧伽教育，就具備這種解行並重的特質。在佛學院的生活，有時像封閉的世界，學生在被保護的環境中學習與成長；有時也像開放的空間，學生可以針對議題自由發表意見，在聆聽、吸收他人意見的同時，也刺激自己思考。所以，僧伽教育對一個僧人來說，是無比的重要。

☀ 釋自晷



教育如雕塑佛像般，得一分一秒、一點一滴地付出。（香光尼僧團方丈室提供）

教育，是一種教導和培育的過程。它就像雕塑一尊佛像般，得慢慢來，一分一秒地付出、一點一滴地投入，如此，才能塑出栩栩如生的佛像。僧格的養成，除仰賴正式教育外，和共住環境的人有很大的關係，它是一種集體意識流的呈顯。彼此若欲向上、向善發展，得接受不同想法、語言、文字及心念流的撞擊和回響。此外，自我深刻的覺察是修道生活不可或缺的資糧，而慈愛、關心他人的動力更是令佛法久住的基礎之一。

■ 比丘尼的天空

☀ 釋慧如

現今年輕的出家人和自己，不費吹灰之力，就能成為比丘尼，卻無法好好珍惜，常常在貪、瞋、癡裡面打轉。從沒思惟長老尼們是多麼辛苦，才能得到今天的一片天空；也不知道西藏和南傳的尼僧，是經歷多大的困難和辛苦，努力爭取成為比丘尼。當我聽到這些現況時，心裡有說不出的內疚和慚愧，並問自己：這兩年多來，在修行上，為三寶、為自己做了些什麼？我本身在男女眾道場出家，曾經看到女眾想在男女眾道場闖出一片天，是多麼的困難和不可能。可是在這次國際研討會中，看到來自世界各



地的人，支持並肯定女眾出家人的地位，也看到我們尼眾這麼團結、相互支持，實在有說不出的感動。

☀ 釋見澄

修行，是超越性別的，若卡在「性別」裡，有些可惜。我們此生身為女性是事實，既然為求聖道而隨佛出家修行，便毋須再爭一口「女性當自強、平起平坐」的骨氣，而是要了解女性的特質及優缺點。唯有了解，才能提高自我觀照的覺察力，在發揮長才、認真修行的同時，也知道自已可能掉入的迷思或習慣性，避免偏向或增長我們不好的習氣。藉由「認識自己」這真誠且坦然開放的基礎，不卑不亢，了解並尊重自他，浩浩蕩蕩而祥和自在地走在修行路上。



「認識自己」是修道路上，真誠而坦然開放的基礎。(本刊資料)

☀ 釋傳航

值得我們思考的是，比丘尼要讓世人接受的是什麼？比丘尼要將自己定位在哪裡？現代很多人認同佛教，在家人並非很在意他們所親近的是比丘，還是比丘尼。他們所在乎的是修行者個人的修持，以及是否給予他們心靈上改變和支持的力量，又或者能否幫助他們解決問題和疑惑。因此，比丘尼要能在佛教嶄露頭角，佔一席之地，有賴於教育的普及、資訊的發達，更重要的，是要培養宗教師的自覺，並發揮慈悲、細心、耐心等特質。

☀ 釋紹果

看到各國的比丘尼們，為佛教、為教育、為眾生而不辭辛苦，以無我的精神，將身心奉獻出來，這樣的菩薩心願與堅忍力行，令人由衷地敬佩。我們何其有幸生長在台灣，能擁有比丘尼的身份，並接受完善的尼僧伽教育。豈可不一心向道、好好修行，將所知所學，法施供眾？

■ 佛教和語言

☀ 釋嚴程（新加坡籍）

台灣多所佛學院面對招生不足的問題，事實上，其他國家的僧眾也因爲語言上不通而無法前來就讀。在日新月異的社會裡，英語變得越來越普遍，不只西方國家，東方國家也逐漸將英文當作第一語文。正因爲如此，新加坡的佛教徒有老化的現象，尤其是北傳佛教。在新加坡，若有外來的南傳法師以英語開示，聽眾可高達幾千人，但若是北傳法師以華語開示，所吸引的人數不多，而且多是上了年紀的聽眾。我不曉得未來是否會因爲語言的關係，使擅長英語的人更不能與佛教結緣，乃至不敢出家學佛，畢竟以英文翻譯的經典並不多。希望台灣在不久的將來，有人能發心，辦一所專門用英語教學的佛學院，栽培這些受英文教育而有意出家，乃至已出家的佛弟子。

■ 其他

☀ 釋空岸

在這兩天的研討會，觀看每個發表人和回應人，如何報告、回應、應對等，對我們日後站在講台上或與人應對，都是有幫助的。如何表達、如何巧言回答、場面上儀態該如何，都需要透過多觀摩累積經驗來學習。

☀ 釋自西

一個團體的道風，或者說修學環境的氛圍，不僅依著領導者的引導，也需要大眾和合、同心協力的營造，更重要的是：從自己做起。研討會結束，一切聲響也寂然。我問自己，在心中留下什麼樣業的痕跡？我想，依止戒律而住、念念法上相會，的確是修道生活的基石！我在心中平實地發願：我願意，從自己做起，延續好道風，耕耘一個美善的共修環境——依律而清淨、和合共住，依法而互相增上共修。



Women Working Together in the Dharma: The 2009 International Conference for Buddhist Sangha Education

By Bhikshuni Thubten Chodron

How do you celebrate the birthday of an esteemed Dharma teacher? In this case, the disciples of Venerable Master, Bhikshuni Wu Yin organized a two-day international conference on monastic education followed by a two-day temple tour. Organized by the Gaya Foundation and Lungshan Temple and held in Taipei, Taiwan, May 30-31, 2009, the conference attracted 400 people. They attended the presentations of nineteen speakers from eight countries, each presentation followed by comments from a respondent and questions from the audience. Some speakers were bhikshunis (fully ordained Buddhist nuns), others were university professors. Topics ranged from the history of Buddhist religious women in Taiwan to the current educational programs offered in Buddhist institutes around Taiwan. They also addressed Buddhist nuns' education in Vietnam, Korea, Malaysia, Taiwan and the Himalayan regions of India as well as the education of Tibetan nuns in India, Theravada nuns, and Western Buddhist nuns.

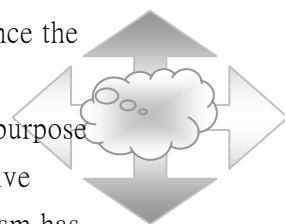
In the welcoming talk, Mr. Wang Jin Ping, the president of the Legislative Yuan of the Republic of China, noted "The Sangha plays an important and indispensable role in every age. The Buddhism in Taiwan, due to the hard work of all of you (nuns) for the past few decades, it has today's marvelous results...all the Buddhist women of the world, with their spirit of wisdom and compassion inherited from the Buddha, devote themselves to educate and train Buddhist talents." How astounding for me, an American who never hears Buddhism mentioned by her government leaders, to hear Buddhism and its followers being openly appreciated by a respected elected government official!

Venerable Master Wu Yin commented in her keynote address, "Buddhism is the education of awakening," and then noted two major defects in contemporary monastic education: 1) a lopsided approach, with too much focus on the individual and her personal education and meditation, and not enough focus on the sangha community that is held together by the Vinaya (monastic code); and 2) a curriculum that is too narrow and needs to be expanded to include not only Buddhist philosophy and meditation, but also other subjects studied in society so that the sangha will be better equipped with skilful means to benefit others.

She also set forth four principal values for Buddhist nuns' education:

-
1. Applying a holistic approach that educates the whole person and aims at attaining Buddhahood with (this) human body. Such an education includes the Three Higher Trainings of ethical conduct, concentration, and wisdom, and the thirty-seven harmonies with enlightenment that form the indispensable basic training.
 2. Engaging in lifelong learning that begins with educating ourselves and extends to generating the altruistic intention of bodhicitta so that we use what we learn to benefit others and specifically to lead them on the path to full awakening.
 3. Using four ways of delivering the Dharma in order to embrace the tradition while revitalizing it before passing it on to the next generation. These four are a) the common ways: being open-minded and respecting individual differences, b) the way of the ultimate truth: being aware of the dependent arising of every situation and phenomenon, c) the individualistic way: adopting to suit the special needs of an individual at a specific place and time, and d) the antidotal way: using the Dharma to counteract sentient beings' physical, mental, and spiritual malaise.
 4. Organizing and managing the Bhikshuni Sanghas with the guidance of the Vinaya so that they become a lasting lineage. We need to cooperate with each other to respond to the needs of the time and prepare for the practice and preservation of the Dharma in the future.

The second day of the conference began with a presentation by Bhikkhu Bodhi, which he had taped the previous day in USA and put on the web for us to watch. An American monk in the Theravada tradition, he spoke on “Bhikkhuni Education Today: Seeing Challenges as Opportunities.” He began by outlining the purpose of traditional Buddhist monastic education: to know and understand the Buddha’s teachings, to transform our character and behavior, to develop wisdom in order to know the real nature, and to teach and guide others. Since the sangha now exists in society that differs from that at the Buddha’s time, academic knowledge gained through higher education is also needed. The purpose of academic education in Buddhism is to transmit information in an objective manner about the cultural, literary, and historical settings in which Buddhism has





existed, to sharpen our critical thinking, and to differentiate the essence of the Dharma from the cultural forms it assumes. While it is unwise to focus solely on academic knowledge of Buddhism, it is equally unwise to insist that the sangha has only a traditional education.

By combining the academic approach with the traditional approach, we can have the best of both. The practice-oriented traditional approach will fulfill our spiritual needs while the academic approach will enable us to learn about other Buddhist teachings and to engage in dialogue with scientists, psychologists, sociologists, bio-ethicists, and other intellectuals. The sangha will also gain the skills to be leaders in addressing the dangers of war, poverty, ethnic conflict, and global warming.

He concluded by mentioning the challenges and opportunities related specifically to bhikkhunis: transitioning to a post-patriarchal culture and taking on new, more prominent roles as educated female monastics.

The two days of the conference were packed with presentations and interesting discussions. Many nunneries in Taiwan have Buddhist institutes where the sramanerikas and bhikshunis are educated for about five years. We heard about the educational programs at Foguangshan, Dharma Drum Mountain, and Luminary Buddhist Institutes. All of these organizations began in the late 70s and have since grown to have hundreds of bhikshunis, and except for Luminary Temple, the other two also have bhikshus.

In Taiwan at least 75% of the sangha is female. The nuns are well educated and capable, and they actively serve society by teaching the Dharma, counseling, doing welfare work, operating Buddhist radio and TV stations, and so on. As a result they are well respected by society. One lay man commented to me that while in formal monastic situations the nuns walk or sit behind the monks, in the eyes of the laypeople, they are equal. In fact, it was the male professors at the conference who told the nuns they should include women's studies in their curriculum!

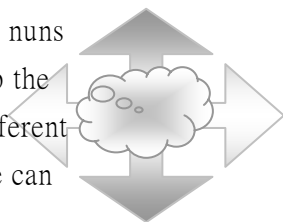
Some common themes emerged from several of the conference presentations. Perhaps the most prominent was how do monastics in the modern age balance being educated in the Dharma and the Vinaya, putting the teachings

into practice through meditation, and meeting the needs of society through teaching, counseling, and providing welfare services? Since sentient beings have a variety of dispositions and interests, how can Buddhist organizations meet their diverse educational needs? What will attract the younger generation to become monastics and what are their unique educational needs? Discussing these issues together during the presentations as well as during the break times was a first step in creatively brainstorming answers to these questions.

The lay volunteers at the conference were wonderful. They were smiling, joyful, and attentive to whatever was needed by the participants. I thanked some of the volunteers and commented on how happy they were while working so hard, and they responded that they considered it an honor to serve the participants and a privilege to be with the Bhikshuni Sangha.

After the conference, the organizers kindly invited the foreign bhikshunis for a two-day temple tour. We spent the night at Hsiang-Guang Temple, where we were taken on a tour of the library and institute campus. Venerable Bongak, the Dean and Professor at Joong Ang Sangha University in Korea, and I both gave Dharma talks. Venerable Bongak used her life story as a teaching to encourage us to persevere in our practice no matter what obstacles we face, and I spoke about the interference self-centeredness causes in our Dharma practice and how to eliminate it by contemplating the kindness of others. Then each of the visiting bhikshunis offered words of advice to the students at the institute. To conclude, Ven. Master Wu Yin gave a Dharma talk which had us riveted. In a frank and direct way she asked us, “What do you want as bhikshunis?” and “What is holding you back?” and encouraged us to actualize our Dharma aspirations.

After lunch we headed for Yang-Huei Buddhist Center where we were again warmly welcomed and given a tour of this city center which has won several awards for its innovative architecture. The night was spent at Hsiang Guang Shan Temple, a lovely rural hermitage near Taoyuan. The following morning the nuns there took us on a tour of their herb and vegetable gardens as we soaked up the tranquil atmosphere. And then, the winds of karma took us again in our different directions, taking with us all we had learned and shared together so that we can give it to those we encounter.





護衛心的禪法——佛隨念專題

香光尼衆佛學院教師 釋見寰

阿羅漢 正等正覺者 明行足
善逝 世間解 無上調御丈夫
天人導師 佛陀 世尊

■ 前導篇

〔憶念佛陀〕

佛陀是聲聞弟子心中畢生所追隨的典範，那追尋解脫煩惱的心願，穿越時空來自久遠的亙古，直到今日，依然在佛弟子心中低迴呼喚；這份修行以來即不曾褪去的心象，持續、反覆地伴隨修行生涯日復一日，也伴隨著過去、現在、未來所有的佛弟子。



(香光尼衆僧團方丈室提供)

佛陀教導弟子的解脫法門非常多，流傳至今，南、北傳亦有所差異，《清淨道論》中詳載的禪修業處有四十種，佛隨念即為其中之一，此是從隨念佛陀的功德入門，適合任何修學階段的佛弟子學習的業處。距離我們二千五百多年前，成就無上正等正覺者——釋迦牟尼佛¹，是我們現世最熟悉及容易憶念的一尊佛，適合作為佛隨念的本尊。

如能在修習之前，回顧佛陀教化的事蹟，將引發我們更認識佛陀，進而深刻體認佛陀的功德，幫助我們成功地修習這個禪修業處。

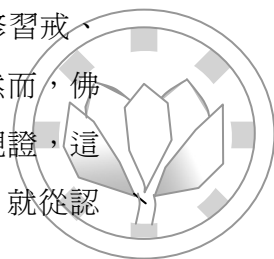
在《純陀經》²中，記載了佛陀與阿難的一段對話，那是有關於舍利弗入滅時，佛陀對於阿難的開示。當時，舍利弗入滅以後，他的弟子純陀沙彌帶著舍利弗的衣鉢，去祇樹給孤獨園找阿難。阿難便與純陀沙彌一起去見佛陀，稟告世尊這件事。阿難說：「世尊！純陀沙彌告訴我：『舍利弗尊者已經入滅，這是他的衣鉢。』世尊！當我聽到舍利弗入滅時，我的身體就好像蔓草一樣的虛弱，四周的事物變得模糊、不清楚了。」佛陀說：「怎

麼會這樣呢？阿難！當舍利弗入滅時，他帶走你什麼嗎？他帶走你的戒、定、慧、解脫和解脫知見嗎？」阿難回答說：「世尊！舍利弗入滅時並沒有帶走我任何的戒、定、慧、解脫或是任何的解脫知見。但是，世尊！舍利弗曾經是我的善知識、良師及指導者，他也經常鼓勵、啓發並且引發學生喜悅的心，除此之外，他還孜孜不倦地說法，對佛法的解釋非常的生動活潑、饒富趣味與實用。」

聽完阿難的傾訴之後，佛陀說：「我以前曾教過你，阿難！這是萬事萬物的本質，我們必須承受與最親密、親愛的人離別與分散的苦，凡是因緣和合而生的事物，終究會受到消散之苦，所以是不可能沒有分離的。阿難！這就像是強壯的樹幹所長出來的大樹枝，也會有折斷的時候啊！所以，現在舍利弗也從偉大而健壯的比丘僧團中入滅了……。」

事隔半年之後，佛陀自己也在娑羅雙樹間入滅了，《大般涅槃經》的片段裡記載：在佛陀臨入滅之前，他度化了最後的一位弟子須跋陀羅。當時，阿難曾經爲佛陀的病苦羸弱擔憂，三番二次拒絕須跋陀羅面見佛陀，然而，作爲一位導師，佛陀從沒有錯失度化弟子的機會，終究讓須跋陀羅來到他的跟前，解除須跋陀羅長久以來的疑惑，使須跋陀羅證得阿羅漢果。

像這些喻意深遠且感人的教誡，一直流傳二千五百多年，依然讓人緬懷與耳熟能詳。從佛陀教導弟子們的紀實過程，深切感受到佛陀身爲心靈導師所具有的深邃智慧與慈悲，常讓人生起信心與轉化煩惱的力量。的確，不管是舍利弗或佛陀本人離開了這世間，都沒有帶走你我任何一部分的戒、定、慧、解脫和解脫知見。現今佛陀雖然離我們而去，但修習戒、定、慧、解脫和解脫知見的法卻亙古流傳，存在世間綿延不絕。然而，佛法的珍貴，畢竟不在於它的浩瀚與高深莫測，而是它可以體悟與親證，這便顯示出佛陀更爲世人所崇敬之處。讓我們把握親證佛法的契機，就從認識佛隨念的修習方法開始。



■ 實修篇

〔佛隨念的殊勝〕

依據《清淨道論》的修行業處，佛隨念屬於六隨念之一，也可歸在四護衛禪中。禪修者藉著憶念佛陀的功德可提昇對三寶的信心，因為佛陀的功德是無量、崇高且圓滿，因此禪修者在憶念佛陀的功德時，內心將會呈現光潔明亮、生起喜悅、增強信心，如此淨化的作用，使禪修者達到近行定（upacāra-jhāna）。另外，佛隨念之所以歸屬於四護衛禪之一，乃是因為禪修者若能持續保持正念、憶念佛陀的功德，除了可提昇定力，也有保護的作用——當人們內心生起恐懼時，可憶念佛陀的功德，那麼內心的恐懼感會消失；又如當身心失衡時，憶念佛陀的功德，便可以安忍身心的創痛；此外，修習佛隨念時，非人眾生將不敢傷害我們，免除受到它們的干擾；遇到危險時可化險為夷，具有保護的威力。這些都是修習佛隨念的殊勝之處，當具備了這樣的認識與信心，便可進一步了解實修方法來修習佛隨念。

〔佛隨念——實修步驟〕

為便於初學者學習佛隨念，故將修習方法分為四個步驟來說明。首先禪修者需確立一個佛陀的功德作為所緣，純熟之後，進而緣取佛陀的形相，直到能在內心呈現清晰穩定的影像，接下來，轉而將心平靜專注在佛陀的德行，一直達到近行定，最後辨明心所依處，查到尋、伺、喜、樂與一境性五個近行定的禪支，即是成功地完成佛隨念的修習。

一、步驟一：純熟地了解佛陀的各種功德

要修行此法門，禪修者必須選擇佛陀各種功德當中的一個作為所緣，必須記住所選擇這項功德的定義及內容，並且純熟地了解它們，直到能夠背誦、憶念。

二、步驟二：取佛陀的形相

在這個步驟裡，對於有止禪基礎及還未達到近行定、安止定的初學者來說，在實際練習的時候，會經歷不同的過程。

（一）已有止禪基礎的禪修者

有止禪基礎的禪修者，應再度修習安般念或白遍達到第四禪；修習四界分別觀的禪修者應達到近行定。在禪定之光的幫助下，在內心憶念一尊你所見過、喜愛、尊敬的佛像。當內心能清楚地看見那尊佛像時，想像它就是真實的佛陀，並且繼續如此注視它。據帕奧禪師在《如實知見》一書所說：如果在過去生中，很幸運地曾經見過佛陀，佛陀的真實影像將可能出現在心中，那時便應開始專注隨念佛陀的功德，而不只是注意佛陀的影像而已。如果佛陀的真實影像沒有出現，那麼，就將內心見到的佛像當作是真正的佛陀，並且開始憶念佛陀的功德。³

（二）還未達到近行定及安止定的初學者

初學者因尚未達到近行定及安止定，所以只能透過觀想來修習佛隨念。禪修者可選擇一尊自己曾經見過而感到歡喜及能生起尊敬心的佛像，取其形相作為目標。

在初階段，可藉著反覆觀察，讓自己熟悉佛的形相，然後閉上眼睛，讓佛像在內心中現起。若尚不穩定則可交互的開、閉眼觀看，耐心地嘗試，若還無法出現清楚的形相，則只要大概輪廓即可，當專注力愈強，佛的影像自然會愈來愈清晰，大可不必於一開始就急求明顯、細微，因為這樣反而會有見樹不見林的缺失，取相將不易成功。

當佛的形相逐漸清晰穩定的在心中現起時，嘗試持續地把心繫在這個內心的佛像上，不讓心遠離佛的形相。如果心散逸掉了，則將心不斷地拉回佛像這個所緣境上。一旦佛像消失許久仍未現起，則可張開眼睛再取相，如此再接再厲毋須氣餒。修習的時候，很重要的關鍵，是要將心中的佛像當為真正的佛陀現前，然後讓心輕鬆、專注地安住於內心的佛像上，心生歡喜，如此則較容易成功。



三、步驟三：心只平靜專注在佛陀的德行上

當佛像清楚的出現之後，心中便開始隨念佛陀的功德，舉阿羅漢的功德為例，便是在心中默念：阿羅漢、阿羅漢、阿羅漢……這個屬於佛陀功德的名號，默念的同時，也了知阿羅漢的功德意義，例如：由於具足清淨的戒、定、慧，因此受到全人類及天神的最高崇拜，所以佛陀是堪受尊敬的阿羅漢等等。如此，重複 5 分鐘、10 分鐘、15 分鐘愈長愈好。

隨念佛陀功德的過程中，因為我們持續憶念而使得定力開展的關係，佛像可能會消失，如果佛像真的消失或模糊了，不需刻意去找它或努力使佛像清晰，只要讓心仍然平靜專注在德行上繼續憶念即可。因為在這階段是以阿羅漢的意義為專注的目標，也就是持續將心專注在：阿羅漢、阿羅漢、阿羅漢……這樣的功德名號上，同時也了知他清淨功德的意涵，以這樣的方式繼續專注憶念，一段時間後將能成功地修習這個業處。

四、步驟四：辨明五禪支

當心持續專注於功德大約一小時後，若去辨明心所依處，就會看到尋、伺、喜、樂與一境性五個近行定的禪支，此即確定已證得近行定，完成佛隨念的修習。

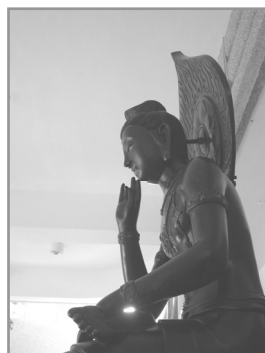
以上是取「阿羅漢」此項功德為目標修習佛隨念的方法，對於佛陀的其他功德如正等正覺者 (sammāsambuddho)、明行足 (vijjācaraṇasampanno) 等其餘功德的修法，亦是同樣的方式。⁴

〔佛隨念——實修應用〕

一般來說佛隨念是屬於應用業處，如果我們有根本業處，那可以配合在禪修開始及結束的時候練習，比如說我們現在是專修安般念，那麼可以在安般念禪修之前花 5 分鐘、10 分鐘，先作佛隨念，當你信心增加又充滿喜悅時，那麼就可以開始轉修整支香專注在安般念。或是當這支香禪修結束，再花幾分鐘來練習佛隨念也可以。如此可幫助我們去除禪修中偶而產

生的枯燥或乏力感。有時候，我們真的喜歡佛隨念，可以專門找半個小時、一個小時或更長的時間來練習佛隨念。

從實際修習的方法可以知道，修習佛隨念時，深度的了解並熟稔記誦佛陀的功德是非常的重要，將自己的身心沉浸在佛陀的功德當中，你會覺得親近佛陀許多，內心是平靜、祥和、安全的，此是與佛陀的功德相輝映的結果。當你以清淨而崇敬的心情憶念著佛陀的功德時，我們的心鎮伏了五蓋，因此而達到近行定。



內心平靜、祥和、安全，與佛陀的功德相互輝映。(香光尼僧團方丈室提供)

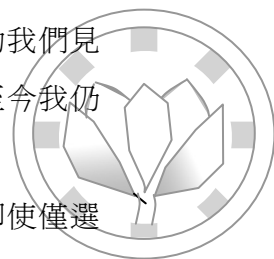
■ 理論篇

〔佛陀的九種功德〕

在止禪學程中，禪修者若已有四禪基礎，佛隨念的修習通常只要選擇佛陀的一個功德修習即可，一般一支香（1.5 小時）或一天即可完成。但如果能夠修習佛陀的九種功德，將使禪修者體驗不同的修行層次。

個人有個經驗分享：當我在帕奧禪林學習時，禪修小參老師特別要求我修完佛陀的九項功德，而且至少一天一個功德。起初我內心疑惑為何如此被要求，小參老師說：「因為你是出家人，是佛陀的弟子，對於我們的導師必須有深刻的了解及信念上的高度認同，要有非常深廣且立體式的體會，唯有感動教化了自己，你才有能力去感動教化別人。」佛隨念可以天天做，去感受佛陀的功德加持，我們的身語意與其相應，即會幫助我們見到法。我很歡喜且感恩有這樣全然沉浸在佛陀功德的珍貴經驗，至今我仍非常感謝我的小參老師，讓我生平第一次真的如此感受親近佛陀。

因此有心修習佛陀九項功德的禪修者有必要清楚認識它們，即使僅選擇一項功德來修習，也有必要了解全部九項功德之後，才選擇與自己最相



應的其中一項。

在《旗幡經》裡敘述佛陀九種德行：

「Itipi so bhagavā araham sammāsambuddho vijjācaraṇasampanno sugato lokavidū anuttaro purisadammasārathi satthā devamanussānam buddho bhagavāti.」⁵

「這位世尊是阿羅漢、正等正覺者、明行足、善逝、世間解、無上調御丈夫、天人導師、佛陀、世尊。」

以下就佛陀的九種功德分別說明：

一、阿羅漢(araham)：已滅除煩惱，應受尊敬供養的人。

根據《清淨道論》，araham（阿羅漢）這個巴利字有五種含義⁶，即：

- (一) 離一切惡：由於他已經去除所有的煩惱與習氣，清淨無染，因而使自己遠離煩惱習氣，所以佛陀是應受尊敬的阿羅漢。
- (二) 破煩惱賊：由於他已經用阿羅漢道的寶劍斬斷一切煩惱，所以佛陀是堪受尊敬的阿羅漢。
- (三) 斷生死輪迴：由於他已經切斷及毀壞以無明和貪愛為首的緣起支，所以佛陀是堪受尊敬的阿羅漢。
- (四) 值得人天供養：由於他具備無上的戒、定、慧功德，因此受到梵天、天神與人類最高的崇拜，所以佛陀是堪受尊敬的阿羅漢。
- (五) 無秘密行惡：即使處在無人看見的隱密處，他也不會做出任何身、口、意的惡行，所以佛陀是堪受尊敬的阿羅漢。

二、正等正覺者(正遍知，sammāsambuddho)：正覺了知一切法的人。

sammā 是正，sam 是自己，buddho 是覺悟。所以正等正覺是「自己證到佛果」，無需其他老師指導。

就佛傳的記載，悉達多太子遊四城門初次見到老、病、死這三相時，內心即非常的震撼，開始思考人間的痛苦及生命輪迴的因，後來他看到一

位舉止安詳自在解脫的修行人時，就毅然地決定放捨王位，決定出家修行尋求解脫的真理及境界。

他先後跟當時出名的 ālara 及 ūdaka 學習禪定，證得非想非非想定。雖然如此他還是覺得這不是究竟的解脫，於是他開始六年的苦修。這六年中，他日中一食，只吃一粒米麥，結果羸弱憔悴，無法修行。於是，後來他接受 śujata 乳粥的供養。之後，他在菩提伽耶的菩提樹下，沒有老師的指導，以堅定的決心降服了內心的煩惱魔障，證得了漏盡智，證得道果，成為正等正覺者。

三、明行足(vijjācaraṇasampanno)：完美具足智慧與德行的人。

vijjā 是明，意指智證；caraṇa 是行，實踐修行之意。佛陀兼俱「明」與「行」。「明」可分三明⁷或八明；「行」則有十五行。這八明與十五行是每一尊佛所具備的。

(一) 他的明具足，所以一切神通、智慧圓滿。所謂八明：觀智(vipassanā ñāna)、意所成神變(mano-mayā iddhi)、種種神變(iddhi-vidhā)、天耳(dibba sato)、他心智(cetopariyā)、宿住隨念(pubbenivāsānussati)、天眼(dibba cakkhu)、漏盡智(āsavakkhaya ñāna)。

(二) 他的德行具足，所以慈悲圓滿，能廣利眾生。十五行(實踐修行)：第一到第四行是波羅提木叉律儀(pāṭimokha sīla)、守護六根(īndriya-samvara sīla)、飲食知量(bhojane mattaññutā)、警寤策勵(jāgariyānuyoga)；第五到十一行是七個妙法，包括信(saddha)、慚(hiri)、愧(ottappa)、多聞(bahussuta)、精進(viriya)、正念(sati)、智慧(paññā)；第十二到十五行是初禪、二禪、三禪和四禪，所以共有十五行。

因為這明與行而讓佛陀能悲智雙運，度化眾生。我們一般人也需要這明與行的種子，行的種子(caraṇa) 即布施、持戒與修習止禪等善行，明

的種子（vijjā）則指曾經修習過的辨別四界、名色、因果、行法（名色與因果）三相。透過踐行此明與行的種子，累積邁向解脫涅槃的資糧。



善淨行故，善妙處行故，正行故，正語故。（香光尼僧團方丈室提供）

四、善逝(sugato)：善淨行的人。

su 是善，也有善來的意思，善來是為眾生的幸福與快樂而來；gato 是逝，所以 sugato 是善逝。《清淨道論》中解釋：逝有「行」的意思，指的是「聖道」，善逝之意涵為：「善淨行故，善妙處行故，正行故，正語故為善逝」⁸。

- （一）善淨行：形容佛陀的聖道是正確且清淨沒有汙點的。
- （二）善妙處行：是指佛陀循此唯一聖道，行向安穩之地及涅槃。
- （三）正行：指已斷了的煩惱不會再轉來。如《大義疏》所說：「在須陀洹道所斷的煩惱，而那些煩惱便不會再轉來，故為善逝……在阿羅漢道所斷的煩惱，而那些煩惱便不會轉來的，故為善逝。」也指佛陀自從在燃燈佛的座下獲得授記以來，直至菩提座上成正覺，總共完成了三十波羅蜜⁹的正行，而給予一切世間的利益與快樂，不做常見、斷見、欲樂、苦行等的極端行為，故為正行。¹⁰以此正行故為善逝。
- （四）正語：則是指佛陀善說真、實、有利益的法，且在適當的場合而說適當的話，以此正語故為善逝。以上分別以四個語詞說明佛陀為善逝的意涵。

五、世間解(lokaavidū)：徹底認識世間的人。

《清淨道論》中說：「佛陀依自性，依集因，依滅，依滅的方便而普遍了知通達於世間。」¹¹這裡指的世間有三種：行世間、有情世間、空間世間。

(一) 空間世間(okasa loka)：了解整個宇宙世界體系。

(二) 行世間(sankhāra loka)：了解名色世間，五蘊及其緣起，息滅及導向息滅之道。

(三) 有情世間(satta loka)：了解三十一界眾生的習氣和煩惱。知道有情的根性、易教化、難教化、有能力、無能力。

佛陀因為充分了解三種世間，所以說他是一位通達且完全了解世間的人。

六、無上調御丈夫(anuttaro purisadamma-sārathi)：堪受調伏者的無上導師。

就字詞上說明：anuttaro 無上；purisa 男人或有情；dhamma 應被馴服的；sārathi 領導者。

如《清淨道論》中解釋：「應調御的丈夫是說未調御而當調御的畜生丈夫、人類丈夫及非人類的丈夫」。¹²也就是說佛陀可以調御未調御而當調御的人、非人、畜生一切眾生。他以溫和或嚴厲的方式教誡之，並鼓勵對方邁向聖道。所以稱之無上調御丈夫。

七、天人師(satthā deva manussānam)：天神與人類的導師。

佛陀以現世、來世及第一義諦，適當地教誨人類、天神。又《清淨道論》¹³中所述：佛陀如商隊的首領可以帶領商隊度過沙漠的難處，渡過盜賊的危險地帶，渡過野獸的惡劣處所，渡過飢餓的困難，渡過無水的難處，如是令渡種種難處得達安穩的地方。故說為師。佛陀的才能超越天、人，足以教化一切的天神與人類，故名之為天人師。

八、佛陀(buddho)：圓滿覺悟的人。

他證悟解脫一切苦的究竟智慧，已覺悟一切所應知的；又他覺悟四聖諦(苦、苦因、苦滅、苦滅之法)，也令他人了解四聖諦，即所謂的自覺覺他，所以稱佛陀。



九、世尊(bhagavā)：一切衆生中最尊貴的人。

他具有最勝上的德、最吉祥的德，所以他具足百福的特相，與萬德相應，是一切眾生中最尊勝，最值得尊敬的人。又他破一切惡，可以分別種種道、果，破煩惱及知道如何抵達苦的邊際，他已捨離徘徊於三有之中，故說世尊。

〔修習佛隨念的利益〕

根據在《清淨道論》¹⁴中記載，修習佛隨念可以獲得種種功德利益，包括：降伏貪、瞋、癡，心正直安定，可證得近行定；尊敬導師，使信心廣大、正念廣大、智慧廣大、福德廣大、增長喜悅；克服怖畏恐懼，安忍於苦痛；此外，因為身中常存佛德隨念，所以身體如塔一樣值得供養；因為心向佛，所以即使遇到能誘發犯罪的對象，也能像見佛一般，心生慚愧，不致犯罪；最後，如果不能證得更高的境界，下一世能投生於善道。

以上略述佛陀的九種功德及利益，有興趣者可以參閱《清淨道論》第七說六隨念品，裡面有相當豐富及詳細的教材，尤其引述佛陀的種種教化事蹟更是引人入勝，令人感佩崇敬不已。深入多了解佛陀的慈悲與智慧，將會使我們知道為何佛陀可以如同太陽的光明一般可照破黑暗，給予大地眾生帶來溫暖與希望。當我們憶念佛陀的無上功德時，就是親近釋迦牟尼佛的最佳時刻。

■ 結語：典型在夙昔

阿羅漢、正等正覺者、明行足、善逝、世間解、無上調御丈夫、天人導師、佛陀、世尊，每一個佛陀的功德名號都平穩而持續地在禪修者心中反覆的迴盪著，且讓這份隨念佛陀功德的力量，如同活水般淨化禪修者的心靈，提昇修行的層次。佛陀就在身邊，典範不遠，以此時此刻的修習為起點，一步一步地遵循佛陀的足跡，邁向解脫自在的彼岸，你我也可以成

爲煩惱止息的聖者。

祝願大家在修習佛隨念中，與佛陀功德的光明相互輝映，洋溢無限的信心與喜樂，今生都能解脫煩惱、得證涅槃。

註 解

¹ 凡內文提到「釋迦牟尼佛」，皆以簡稱「佛陀」替代之。

² *Satipaṭṭhāna Saṃyutta* No.13，《漢譯南傳》vol.17，頁 346。

³ 帕奧禪師《如實知見》，（高雄：淨心文教基金會，1999 年），頁 81。

⁴ 帕奧禪師，《智慧之光》，（高雄：正覺學會，2004 年），頁 62。

⁵ *Dhajagga Sutta; Saṃyutta Nikāya*, i-220-2 《幢幡經·相應部·帝釋相應》

⁶ 帕奧禪師《如實知見》，（高雄：淨心文教基金會，1999 年），頁 80。

⁷ 三明（tevijjā）：是宿住隨念、天眼明及漏盡智。

⁸ 覺音尊者著，葉均譯《清淨道論》，（高雄：正覺學會，2000 年），頁 201。

⁹ 「三十波羅蜜」（tīsaparami），即十波羅蜜，十近波羅蜜（upaparami），十第一義波羅蜜（paramatthaparami）。

¹⁰ 覺音尊者著，葉均譯《清淨道論》，（高雄：正覺學會，2000 年），頁 202。

¹¹ 覺音尊者著，葉均譯《清淨道論》，（高雄：正覺學會，2000 年），頁 202。

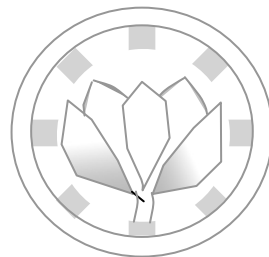
¹² 覺音尊者著，葉均譯《清淨道論》，（高雄：正覺學會，2000 年），頁 207。

¹³ 覺音尊者著，葉均譯《清淨道論》，（高雄：正覺學會，2000 年），頁 208。

¹⁴ 覺音尊者著，葉均譯《清淨道論》，（高雄：正覺學會，2000 年），頁 213。

參考資料：

1. *Saṃyutta Nikāya*，CSCD（version 3），VRI，India，2000。
2. *Susila sayalay*，《佛陀的九種功德》，（馬來西亞，2001 年）。
3. 向智尊者《舍利弗的一生》，（嘉義：香光書香出版社，1999 年）。
4. 帕奧禪師《如實知見》，（高雄：淨心文教基金會，1999 年）。
5. 帕奧禪師《智慧之光》，（高雄：淨心文教基金會，1999 年）。
6. 覺音尊者著，葉均譯《清淨道論》，（高雄：正覺學會，2000 年）。
7. 德雄尊者開示錄音（佛隨念）。



塵 勞 佛 事

巧把塵勞作佛事
是祖師大德面對紛擾世間
安頓身心的智慧
當今行者
於忙碌的執事弘護中
又發生了什麼……



兩公分的磨練

釋道哲

身為佛陀的侍者——香燈，每天得比大眾師早起，起板、敲大鐘鼓，在大眾師還未上殿之前，就得把大雄寶殿打掃乾淨、法器備好、上供水，然後待大眾師上殿課誦。作為佛陀的侍者，每天都要很細心地觀照殿堂的一切，讓香環不斷、油燈不絕，一鐘一板要正確分明，時間更是分分秒秒要拿捏得準確。所以，佛陀的侍者確實有著既沉重而又非常殊勝的任務。

在輪值組的運作中，我對自己的工作能力非常有信心，每天都和時間賽跑，希望一天比一天更有效率的完成所有的工作。以最短的時間將工作完成，而且要確定所有該擦的都擦了、該完成的都已完成了。但是，這份對於執事從來不慌不亂的信心，徹底地被七盞兩公分

的油燈打敗了。

輪到我負責處理大殿的香、花、燈及清潔門窗時，我更有責任要關照：香是無時無刻都繚繞著；花是在最好的狀況下供佛；七盞的油燈是亮著的——油量一樣高，且燈燄要同樣的大小。第一天，我足足花了二十分鐘挑油燈。結束後，我不斷地安慰自己：明天一定會進步。接下來的兩三天，還是維持二十分鐘的時間，一直到第四天，終於進步了，只要十到十五分鐘，我就可以讓七盞油燈看起來一樣的大小，而且燈燄一閃一閃的，看起來有精神。我為自己的進步和用心感到得意。

可是，事情沒有我想像中那麼完美，日子也沒有那麼順利。大約第六天的時候，挑完油燈，正在欣

賞自己的傑作時，殿主進來看一下那七盞油燈，馬上對我說：「燈燄挑得太大了，這樣子太浪費油！燈燄挑『兩公分』就好，請重挑！」當下我就愣住了。殿主還立刻回應說：「如果不知道兩公分有多長，可以用『尺』量。」當下，我更是不知道怎麼回應，心裡只想到：兩公分！用尺量！那不是很浪費時間嗎？但，我還是乖乖的重挑了。

隔天，挑完燈燄，殿主又走進來了：「今天的燈燄就太小了點，看起來沒精神，還是麻煩你重挑，請挑『兩公分』。」說完，還拿了一把尺給我。這下子，我內心可就急了起來！天啊！兩公分，怎麼挑啊？燈火有那麼聽話，說兩公分就燒兩公分嗎？我的內心不斷地嘰哩咕嚕。這樣的情況，一直維持了好幾天，挑油燈從十分鐘到三十分鐘，乃至將近一個出坡的時段——四十五分鐘。每天，都要望著那個燈燄，拜託它只要「兩公分」就好，不要太大也不要太小。有時候到收坡時，望著燈燄太久的眼睛也跟著「閃閃發亮」。

每天的出坡時段，站在佛菩薩面前，望著那七盞油燈，心裡想著：不容易啊，要當一個稱職的佛

陀侍者，真是不容易啊！此時此刻，內心也「誠懇」地祈求佛陀保佑我，能在收坡前完成「兩公分」的任務。挑油燈，成了我最大的挑戰——耐心的挑戰和內心的抗戰。從排斥、不耐煩到接受、用心的去挑，進而接受別人的批評。每一份執事都有助於修道上的成長。這七盞「兩公分」的油燈更成為這次香燈的學習重點。望著七盞象徵著生命，不斷在燃燒的油燈，每一盞都有著我的用心、我的祈求，祈求這七盞「兩公分」的油燈，可以讓每個來山信眾打從內心找到一份寧靜的感覺，一份對生命珍惜的體認與覺醒。

我是世尊使，處眾無所畏，
我當善說法，願佛安隱住；
我於世尊前，諸來十方佛，
發如是誓言，佛自知我心。



〔本刊資料〕

以苦作道緣

釋自蘊

最近在大寮出坡的時候，我發現：每每看到其他執事人在內齋堂的水槽裡，放置一些鍋、碗、或是電子鍋的內鍋等，身為行堂的自己，內心都會產生種種波動與想法：怎麼這時候將這些待洗的器具放在這裡呢？是否待會兒全部都讓行堂洗呢？

想和副典座溝通，但內在有些掙扎：其實多洗一些餐具，是不會浪費我的時間，或造成什麼損失，可是我會問自己：「把它洗了，是在發菩提心嗎？若不洗，就不是在發菩提心嗎？把工作劃分清楚一些，是在和他人計較嗎？」覺察到自己內在有不舒服的感受，有質疑、不平的對話。

發菩提心是什麼？自己一再思考著這個問題。發菩提心總是要接受多方面的考驗及磨練，這是自己的認知。就這件事情來說，在一個小組裡，彼此是要「分工」，更要「合作」。「工」分了，就在不同的因緣時節裡，「合作」地完成它——這只是理論，也是世間分工合作的原則。但這裡還交織著：每個人都有自己的做事方式及習慣，可

能甚至連做這件事的動機，都各有不同。這樣差異的因緣條件，彼此互動運作，自然考驗著相互共事的每一位修行者，而自己的菩提心，往往也在這裡受到極大的考驗。

看完傳悔老和尚的傳記，內在有說不出的慚愧，這時才恍然大悟，為何我到現在還是凡夫一個！發菩提心是要有正知正見。老和尚道出了他從不願意做執事，認為做執事不是與佛法相應，讓他無法多看一些經典或拜佛；到最後他深刻的體會到，修行原來就在做常住事當中，做執事就在修行，才有辦法消除業障。

老和尚認為：修行要吃苦。廣欽老和尚是如此的教他，連過去的諸佛菩薩也是如此地教導他，因為修行要以苦作道緣。他說：「吃苦不一定要做苦差事，也不只是勞心、勞力，而是遇到困難要勇敢面對，為了大眾的利益犧牲自己，不把自己擺在前面。大乘佛法看重為別人、為眾生吃苦，為大眾服務才有意義……。」

愚昧的我，還要很努力把老和尚的教誨，落實在修行生命裡！

收穫

自祥

這次弘護實習，擔任法事和法化，對自己而言，是很新的學習。在大殿組的經驗並不多，對於法事梵唄也不熟悉，即使如此，當初接下這個執事時還是很高興，因為知道自己會有豐富的收穫。

「要怎麼收穫，先那麼栽」，想要有豐富的收穫，代表背後得付出同等的努力。每一場法事把流程一個一個推敲清楚：過不過消災堂、功德堂，要不要宣疏、動線怎麼走……；每一塊前輩貫串的錄音帶仔仔細細地聽，一遍又一遍地反覆；每一字每一句的台語認真地咬清楚，讓舌頭熟悉與記憶；每一下的木魚怎麼打怎麼銜接，聽著 MP3 在讖本上畫著小小的板眼；每一場的前言或開示要怎麼講，在字句間不斷來回斟酌、再三修改……每一步走得踏實，每一個環節都不敢疏忽，為法會做最大的準備。只希望能增加法會的莊嚴性，令與會大眾歡喜共修。

法會那兩天，著實很「充實」，尤其是法會那日。從三點半起床，朝山、早課、水懺共修、午供、水懺再共修、蒙山回向、善後，緊湊的流程一個接著一個，只能不斷地

向前邁進，沒有時間猶豫，也沒有時間往回望。即使手臂在一個半小時的朝山後已酸疼無力，仍要拿起木魚槌，一下一下篤定地打；即使膝蓋和腰都很疼痛，還是得跪在拜墊上誦經；即使沒吃早齋的胃已餓到不舒服，還是要面帶微笑地坐在那裡……，很累，真的很累，可是看到那麼多居士虔誠地參與，歡喜地共修，又覺得一切是那麼的值得，多高興我是其中的一份子。

喜歡、不喜歡、快樂、痛苦、疲累、舒適……這些都只是「感覺」而已，都會過去，重要的是在「心」上留下些什麼。所有的一切，也許並不那麼「完美」；台語還是很破，腔調還是很奇怪、法器還是有不穩定的地方……。但，在那個當下，確實已盡了自己最大的努力，我想：那就是「圓滿」了吧！而「圓滿」就是最好的收穫。



（本刊資料）

想起弘護得面對眾多的居士，內心便不自覺的膽顫心驚，因為自己並不喜歡與人互動。弘護前聆聽師長說：「在法會期間，得去佈教。」聞後，眉宇都皺了起來，想起要面對眾多的人群，對我而言是難若登天。

此次弘護，我被安排於知客組，對於知客，內心生起種種的好奇心；但因必須面對很多人，自心有膽怯、不安與壓迫感。內心種種矛盾相向，百感交集；腦海中，無數的影像如戲劇般演出，無有間斷。身心五蘊的造作，讓自己深受苦迫的煎熬。

憶起一則故事：「秋意初乍，一位僧人搖頭晃腦的走進了一座寺院，眼前正瞧著，一位年老的禪師在打掃院子。此時，僧人想著應該藉機尋問禪法；便指著地上的落葉、塵土問禪師：『清淨的佛堂也會有塵埃？』禪師回答：『塵埃是從外面飛進來的。』」自己想想確是如此，內心一但有了困惑，迷失自心，便是「塵埃」。而所有的困惑、煩惱、塵埃等，其實都只是自導自演。

說起村莊佈教，面對著村民挨家挨戶的拜訪，不自覺的恐懼又再生起。此時，已不是如塵埃，而是如塵土般的沈重，覆蓋於心。望著組長，由衷而自然地與村民對話，內心深深的讚歎不已！因為這是自己所須面對而又不願接受的難題——人群的接觸。面對自己的難題：看著它、接受它，讓自己勇敢的跨出那一小步。一開始有點不自然，笨口拙舌的台語表達似乎讓人發笑，最後還是選擇了國語的表達較自然些。誠心的面對一切，見著村民的熱忱與歡喜，解除了我對佈教的畏懼，雖沒有組長說的面面俱到，但當踏出了那一步時，內心真的感到無限的欣慰。

當見到每位熱誠、發心的培福居士，猶如一尊尊的菩薩降臨人間，為我訴說佛法。在他們的行為舉止中，深深地觸動了我的心；他們放下身份的貴賤高下，參與每項任務活動：環保、清潔、交通、知賓……等，他們用行動展現真實且活生生的佛法——「法就在生活的每一個當下。」這一尊尊的菩薩，激起了我對生命滿腔的熱忱，也凝聚起一股精神上的資糧，感謝他們

的到來。

十日的弘護活動，雖呈顯得未盡完善圓滿，但對於知客的執事，由壓力轉變為新鮮而有趣，就如破繭而出的蛾——要踏出第一步般的掙扎，一旦破繭而出，便展翅迎向無限寬廣的天空。



回到自己

見湑

畢業前的最後一次弘護實習，能夠到精舍當佛陀的侍者，心裡很歡喜！

精舍大殿的地板是黑色大理石，銷假的時候，監院帶著我們看自己腳下漆黑一片的地面，以及前方映照出佛陀、佛龕的明亮地面，鼓勵我們將眼光放遠，就會看見光明，不會陷於自己足下的黑暗之中！監院的這番勉勵，真是對自己修行中很重要的提攜——當清楚

以涅槃為上首」的方向時，眼前的煩惱就變得很渺小。

安板了，關掉佛前投射燈，向佛陀說晚安。抬頭一看，發現沒有「打光」的佛陀，是這麼慈藹、溫和、收攝、安定。好似度眾一天後，喜捨寂靜的「回到自己」，如此安詳泰然。我看了好久好久，很法喜，深深感動，很想向佛陀學習這樣的「神態」！我願向佛陀學習，在與大眾結緣時，也記得「回到自己」。因為穩定安和的內在，是能夠以慈心面對他人、映照自他的基礎。

告假時，監院送我們「佛足」吊飾，勉勵我們要步佛足跡，也要時時肯定自己是「走在佛陀曾經走過的道路」上。很感動！發現監院眼中閃著堅定懇切的光芒，令人生敬。自己在心中也虔誠地發願：我願意一步一步跟隨佛陀的足跡而行！雖然修學路上總是跌跌撞撞，但是對「法」，是充滿信心的！相信只要「堅定懇切」的踏實行持，一定能一路邁向菩提、續佛慧命，也將殊勝的佛法與眾生分享，同沾法益、同住安樂寂靜處。



禪觀 隨筆

紛擾的心
是那麼地桀驁不馴
透過禪修
一次次的試煉
心 終於慢慢沈澱
如水中月 清澈 明亮

慈心觀有感

釋見澄

這次禪七中，指導老師指導我們修佛隨念、慈心觀，感覺很法喜！指導老師說：「修佛隨念可以讓心柔軟，可以保護我們、增加信心。而修慈心觀對修行者很殊勝，會產生不可思議的力量！」自己在修習的過程中，深深體會這兩種「護衛禪」對心的護衛！其實這兩種有類似的地方：都是可以讓修行者的心趨向非常明亮、柔軟、喜悅、輕安的狀態。這是一個適於作業、納受善法、修任何業處的心！陶冶這樣良好的「心品質」，真是相當殊勝而重要！

很歡喜，更願自己能培養這種「心品質」。所以，這次禪修，後半的時間大多都在修慈心觀，對「慈心」，有了一點點的認識。

忘了哪位大德說：「生起善心

不難，難的是要『相續』。」真的是如此！自己的體會是：要生起慈心不難，但是要相續——不斷的對同一人轉起慈願六十分鐘，坦白說，有點難。有時需要再「作意」，才能維持。「慈心相續」，對我而言，真的很需要練習！也才發現原來自己的慈心，時常是「蜻蜓點水」。坦白說，有時會疲累：發現自己的「愛心濃度」下降，或沒有感覺了。體會到慈心的「耐心」與「保持品質」，真是很不容易。也因此更深感「耐心」與「品質」的可貴與重要！

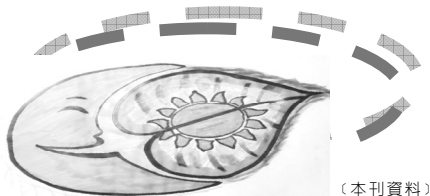
此外，也深深體會為何不能選異性作為慈心的所緣，因為要對此所緣「看」這麼久，有點危險。以及為何一開始不選敵人及不愛的人為所緣，真的很有可能會生氣或疲累。

禪修中的我 釋蓮貴

在長時間送慈心的過程中，發現自己的心情是：我真誠的祝願您快樂。感覺慈心，先充滿自己全身，再流向對方，籠罩我們彼此。慈心，非常明亮而柔和，真的可以溫暖、柔軟、潤澤自他！當全心浸潤在慈心中，慈愛會源源流出，不論對方是誰，都一樣，就是單純的希望他安詳快樂，「心」也跟著打開！

有時送慈心時，感覺自己和對方融在一起，我祝福他好像在祝福自己，根本是一樣的。有時，會感覺對方是個小孩，他真的很需要關懷。我想，眾生的心是類似的，我是如此，對方也是如此，都有心中的小孩(脆弱不安穩)。修「慈心」真好，可以用慈愛安頓自他心中的小孩，擁抱痛苦，充滿安詳的能量。

因此，若每個人接受到足夠的慈愛，就不會有敵意了。慈心，真的好殊勝！



(本刊資料)

人的心很複雜。禪修對我來說就是件既痛苦又感興趣的事。

爲什麼呢？一來，坐不住也得要坐，因為是學院的規定，所以很痛苦。二來，坐不住也要坐，所以得想辦法克服它，想出辦法就如從葫蘆裡拿出不知其名的藥物一樣有趣，而且此藥吃了會產生怎樣的效果，誰能知道呢？

我猶如戰士，在戰場上勇猛的殺敵，敵人是自己心中的無聊、恐懼、不安、貪婪、嗔怒等。它們是我的影子、常伴隨著我，隨時隨地都要來探望、突擊我。說是我的敵人也是朋友，因為它對我最親近，最了解我。有時候不讓它們展開手腳和其魅力，它就極力地反抗。然而我喜歡與這樣的朋友對抗，有時候它輸給我，有時候我承認已輸給它。現在，我有點厭倦這個朋友，因為它的打擾而讓我吃盡苦頭。我在哭泣時它安慰我的方式，是以它的荊棘來覆沒傷痕。我想離開它，去尋找另外一個朋友。希望這個朋友能賜與我幸福、快樂。能讓我的生命變得開朗、安穩與光明。問題是這麼好的朋友在哪裡找？也許

它被那個我現在已經感到疲倦的朋友遮蔽了。可能它一直默默的關心我，想出一臂之力幫助我，而我卻被那個讓我吃盡苦頭的舊友慫恿、優待，因此與它不曾認識。現在我決定去找我最好的那位朋友。路途中也許充滿危機，也許「輕舟已過萬重山」。無論如何，我相信它在等著與我相會。以呼吸作為腳下的大路，以正念為前導，以信心當作拐杖，上路吧！

平常我們也在呼吸，卻視它為理所當然。從沒想到如果呼而吸不上來時，就嗚呼哀哉了。因此我意識到，能觀到呼吸是件令人興奮的事，這代表我還活著，活著真好。

剛開始我不知道怎麼用得上功，心總不聽指令，如猴子跳躍不停，我對它又好氣又好玩。

觀呼吸不那麼簡單，費了幾枝香的功夫，心還未能平靜下來。感覺在鼻子前面有一隻蚊蟲嗡嗡叫的飛來飛去，好像在嘲笑我：「哈哈，你也想當禪師，在這裡作白日夢，讓我來嗅你的鼻子如何啊？」「我的確在作白日夢，有想當禪師的意願，不過不是現在，因為現在我坐不住，妄想紛飛，我還得努力的克服呢！所以你別再笑

我了，嘻嘻。」因為心裡很緊張，所以感覺鼻孔前的氣越來越粗，慢慢的變成一座山那麼大，一次呼吸便如一座山般把我壓扁，喘不過氣來，感覺快被它壓死。

改為想像前面有一條直線，將心放在這條線上，讓心有個清楚的依靠，然後給它下指令。將所有的心力與勇氣都放在這條線上，彷彿讓自己走在一條繩子上，必須找到平衡點，否則會讓自己摔死。我觀呼吸也是如此，緊緊地跟著呼吸，愛護它，上山下海也不離開它，它去哪就跟到哪。如果呼吸清楚時，表示還在這條線上，呼吸不見了表示心掉入昏沉，或掉舉去了（等於將要摔死），讓心能覺知到上下左右，卻不可太緊也不能太鬆，因為我們的心剛開始修行就如小孩般頑皮又脆弱，好不容易讓它平靜下來，如果不好好的看管、哄它，給它安置在平衡點上，它就叛逆起來了。而且，這枝香坐得好好的，下一枝香不一定相同，所以不要對它有任何期待。

學院要求你什麼都不用做，只要好好的坐下，然後好好觀你的呼吸、觀你的心。事情這麼簡單，為什麼我覺得上後山砍草、掃廁所等

粗重事務比坐禪快樂得百倍？原因在於如此來去只有觀呼吸、看煩惱、昏沈等，它們突如其來，又糾纏不清，所以會很厭煩、很無聊。這樣一想覺得自己真是沒用，但又不能半途而退。

怎麼辦？想像彌勒佛的笑容，笑得天真燦爛，只這麼一笑，就笑出精神來繼續用功下去；又覺得很悶熱、難熬，就想到自己的兒童時光，投入河裡與朋友玩耍，夏天河水真的涼快，游啊游啊。爬上河岸，躺著仰觀天空，打開心扉擁抱清風、明月。呼吸、呼吸、呼吸，開始欣賞呼吸，除此之外沒有別的，小孩的心就這麼簡單。

彷彿感覺到我的好朋友向我揮手，卻又怕它會棄我而去。我慢慢地、慢慢地靠近它，終於我們相遇了。剛開始對他有點陌生，慢慢的我認識了它，粗略地了解它，它真的帶給我喜悅、安穩。

說真的，到目前為止，之前讓我痛苦、厭惡的朋友，與現在帶給我快樂的朋友原來都是自己人。我學習看清自己的煩惱，學習如何與它溝通，所以不再排斥煩惱、壞脾氣等。對它要負責、願意改善，結果是快樂的。

每次禪坐的練習中，總發現不是一味的只求寧靜，若能對自己的煩惱以平常與坦白的態度來看待它，那就能透徹看到自己的好機會，了解自己是重要的啟發，如迷路找到了出口，在日常生活中，遇困境也能樂觀的找到解決的方法，這是禪修的功德吧！

常伴隨著我，使我痛苦、厭惡、恐懼、不安……等，原來就是自己的影子。

禪修不是一味只求寧靜，若能以平常、坦白的態度來看待煩惱，便能透澈、啟發自己。



(本刊資料)

修行沒有一蹴可幾的。從第一次禪修開始，每一次的禪修，都讓我看到自己的平凡，以及一點一滴的踏實。禪七時，偶然看到一篇文章，文中提到初學者總是期望過高，給自己太多期待與壓力，又推又擠、吵吵鬧鬧，把自己弄得非常、非常嚴肅與疲倦。看完後，我會心一笑，這不正是自己的最佳寫照嗎？一次又一次的期待，一次又一次的失落，然後漸漸安下心來，老老實實的修行。

放鬆，是每回禪修都在學的課題。放鬆、放鬆、再放鬆，告訴自己很安全、沒關係，只要看著就好。一直以來，自己有個根深蒂固的習氣，總是想「掌握」：掌握進度、掌握準確度、控制一切，讓所有的事完美而精準的發生。之前禪修時就已發覺，但我不知道該怎樣才能放鬆與不控制，因為當自己注意到時，就已經處在控制與緊繃的狀態了。這次想到前些日子看到一行禪師的《一心走路》，提及我們的行為其實是由「藏識」主導，而非「意識」控制；加上以前曾體驗過，自己的心確實可以由自己決

定。因此，禪修時我嘗試跟自己說話，柔軟而真誠地說：「我真的沒有想要控制什麼」、「沒關係的，你很安全，放鬆、放鬆」。很奇妙，心好像真的會一點一點地鬆開。有時候我也會想一下寰法師和雍法師的感覺，想著他們放鬆的感覺，這似乎對進入平穩很有幫助。

小參時，寰法師說，五根——信、進、念、定、慧——要平衡。進和定要平衡，信和慧要平衡，而念引導著一切。我的精進較強，輕安和放鬆較不足，就要常常提醒自己生起輕鬆喜悅的心。而我的慧力太強，相較之下，信力便顯得不夠。有時候自己內在有太多辨析與分別：「這樣對嗎？」「呼吸要不要再輕一點？」「這樣真的可以嗎？」……而不願意去相信。寰法師提醒我，要相信自己可以做到，相信自己這樣平穩地前進，一定可以達目的地。我告訴寰法師，我一直都相信，但我不知道還要等多久。寰法師回答，只要相信就好，我們的心會知道什麼時候因緣成熟。後來，我一直告訴自己：「我相信。」不做太多的分別，只是單

禪修初體驗

釋紹果

純相信。這樣安靜多了，心好像更穩定。

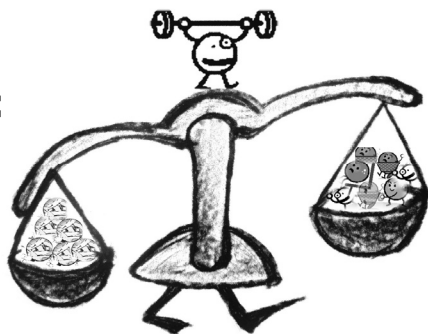
此外，這次禪修也體驗到：「快樂」可以很簡單。只是單純地呼吸、單純地走路，不必想太多，竟然就可以有一種快樂的感覺。我們平常是不是追求太多，把自己弄得太複雜了呢？願我在繁忙的日常生活中，也能保持正念，也能保有這份簡單而深刻的快樂。

禪七！什麼是禪七？下意識一直以爲它就是一群人坐在一起打坐冥想而已，如今想來深感慚愧。這是第一次接觸禪七，對我而言是新體驗，是好奇、有趣的、也是滿腹疑問的。沒有學過打坐前，以爲打坐就像平常坐椅子般簡單、容易。直到自己坐下後，才發現事情沒那麼容易。但看到同學們莊嚴安詳的坐著，一尊尊就像佛一樣，當下內心也有著深深地感動。

在禪修中，一開始如何讓身體適應，是一門大學問，我發現自己的心無法安適，嚴重昏沉、腿麻、背痛、頭暈樣樣來，這似乎在磨練我的心性。我覺得自己就像三種動物：不耐煩靜靜坐著時，像猴子般煩躁；等到疼痛出現，又像隻馬般，嘶鳴奔蹄、動來動去；最後我像隻大象，在疼痛加身之下，拼命想離開牽制住自己的椅子。從一開始因身體出現排斥，思緒奔騰、焦慮不息，到最後慢慢麻痺，而乖乖的安坐著。

我的心決定當一位溫柔有愛心的馴獸師，好好的跟身體商量。很痛對吧？試著放鬆好嗎？於

平衡點 文/赤子



太精進會緊繃，
太放鬆會散亂，
精進和放鬆的平衡點真難尋找。
修行就是一直在找尋平衡點，
這也就是佛陀所說的中道，
也就是智慧。

圖/本刊資料

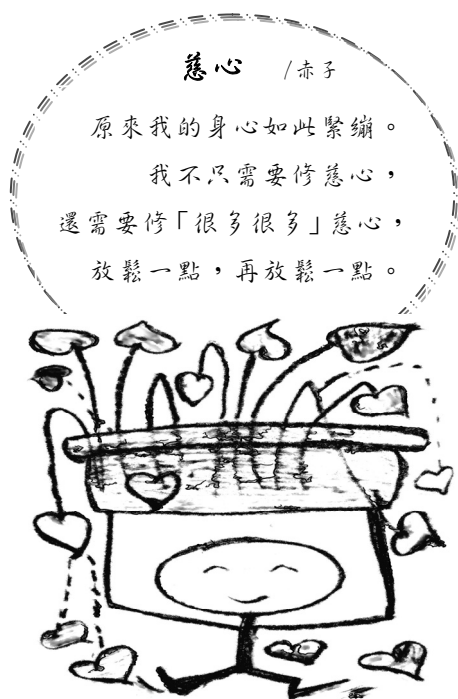
是，我開始從頭至腳做觀想。慢慢的去體會身心完全放鬆的感覺。最後，我發現，疼痛真的不見了。而自己也安穩愉悅的靜坐著，當下身體和心裡的愉悅，無法形容。終於馴伏心裡的所有野獸了，開心的微笑打從心底綻放出來。

漸漸地，我學會將身心放慢下來，將一舉一動緩緩放慢、放輕、放柔，靜察鼻息間的一入一出。當下全身彷彿都停止運作了，只剩呼吸還在緩慢運作著。世界猶如不存在，只剩意念的活動，連身體也彷彿空掉。繼續下去身體會逐漸有輕安、愉悅的覺受產生，那是美好愉悅的，身心自在如小鳥般輕盈。

我也喜歡經行，那是一個很不錯調適身心的方法。一開始我將注意力，放在如何不讓鞋子發出聲音。我不斷練習如何小心翼翼抬腳跟，但我的鞋子在地上仍是聲響不斷。尤其當踩在光滑的大理石板上時，心裡掛礙著這世界都聽到我走路的声音，感覺真難堪。一直想：我是這麼粗魯的人嗎？怎麼走路這樣發出聲響，心裡有個「不許如此」的聲音告誡著。於是我很小心謹慎地走著，將腳跟輕輕的抬起，

然後不急、不太用力的放下，剛開始會很僵硬，後來逐漸放鬆自己。

想辦法放輕邁出的每一步，用心念去守護著每一個當下。微閉上眼，用心去聆聽每個腳步聲，計量踩踏的重量。慢慢地我發現聲音沒了，那個當下就只知道自己在「走」，每走一步，心和步伐是合一的，身、心合一不斷來回地走著，寧靜安祥的喜悅就像一朵朵蓮花盛開著，不斷的在腳底綻放。而心，更如清香柔軟的蓮花，在禪靜的清風中，釋放出淡淡的定香，彌久而不散。



圖/本刊資料

法的賜予

法寂

滿心歡喜迎接著禪七的到來，是放鬆亦是讓我整理心緒、調身的時刻，喜悅的心充滿全身上下每一個細胞，如同小孩見著母親到來般欣喜。

放鬆是我的一項課題，平日學院的作息、課業、輪執等繁忙緊湊的生活，要片刻安住身心，乖乖的坐在禪堂內，實在有點困難，時時被那無明妄想打得遍體鱗傷，讓自己叫苦連天。

細心、耐心的禪修指導老師於每一支香在旁教導著，從提攜開示中，自己便能漸入佳境。記得有一次的開示裡，他分享了個人在修行中的對話：「我的生命不是我一個人的，是……」，這句話提醒了我：「要用生命來修行，用生命為每一有情眾生付出。」他在開示中，提到一則故事：「在佛陀時代，有一對年邁八十幾的夫妻，平日以乞食為生……，最後一世，原本丈夫可証得二果、妻子可証得初果，但很可惜，他們現在年齡已八十多，要修行道果的因緣將盡了。」聽完了這則故事後，自己覺得很慚愧，為何不把握當下好好的修行？



(本刊資料)

生命是無常的，雖然自己還年輕，但此刻在呼吸，下一秒、下一刻我還在呼吸嗎？此故事震撼了我的心，讓我繫念無常，提起正念，相信自己時時保持正念，解脫之路將離自己愈來愈近。還記得指導老師無數方便的引經據典，讓我們能提起正念，調和柔軟的心，接受禪修可能出現的因緣。印象最深的是他曾說過：「當妄念來臨時，別急著排斥、抗拒，聽聽心與身的反應，只是單純接受當下身心的狀況，別避開它，就像山脈任由百花齊放、鳥兒飛舞，不會與百花、鳥兒說『哈囉！』，依然如如不動穩坐著。」

禪修的心得滿滿，很感謝袁法師引導我們修習佛隨念、慈心觀及根本業處……等，他將佛陀體悟的真理教導給我們，為的就是讓我們能邁向解脫之路。很感恩這次禪修的因緣，使自己受益無窮，期望能將禪修所得的能量，如實地運用於日常生活中，邁向「生活即禪」的目標。

月 映 千 江

千江有水千江月
有江水之處
必有月兒的影像

然而 同樣的一輪明月
因為江水的清與濁
影響了月影的清晰

修行路上
面對種種境界
你的回應是....

回顧與檢視

融恩

我的入學過程是很戲劇化的。記得當時因為遲遲未收到香光尼眾佛學院的回函，而決定到北部的某佛學院就讀。那一天行李打包好放在客堂外，準備交寄貨運北上，自己也準備好隨身行李，打算北上就學。這時，香光尼眾佛學院的見茅法師打電話來，問我是否要去考試。我和她談話時，貨運司機剛好抵達，準備搬運我的行李上車。我當下做了個決定，想要去考考看。於是我對著貨運司機喊道：「等一下！我不寄了。」接著回過頭來告訴電話另一端的見茅法師，自己想要去考試的意願。約好再回她電話後，走向貨運司機並向他致歉。

這段入學前的特殊因緣，對現在的自己而言，是出家生涯的一個重要轉折。如果没有這通電話，我的生命將流向另一個方向。能走入香光尼眾佛學院，是一種福報。

能夠在求學的歷程裡，得到支持與包容，是更大的福報。最重要的是，我終於解答了自己內心的疑惑。口念南無阿彌陀佛聖號，真的是很殊勝的法緣。但是自己身為一個出家人，缺乏法義的支持及內在修證的學習經驗，又要如何將法弘傳並達到自他安樂的目的呢！融恩依然以念佛為主要行持法門，而且愈念愈歡喜。學習法義及禪修觀五蘊的覺觀，讓自己更了解身、心的互動。而念佛與法義的融會，使自己嚐到解與行相輔相成的滋味。

寫這段歷程，是為再次回顧與檢視，自己當初就讀佛學院的願是否已走樣。在這段不算短的日子裡，到底學習到什麼？我無法一言道盡。而且，生命的歷程很難用某個確定的概念或一些句子，就

把它全部網羅無遺的。

入學院的那一年，是揹著許多未解套的纏縛而來。由俗而僧的生命流，是自我對話的學習過程，有著掙扎、痛苦與傷痕，經過三年的學習，更多的是內在的成長與提昇。印象最深刻的是在學院期間，一直處於想離開學院的身心不安穩狀態。最常嚷嚷著要休學的我終究留下了，因為選擇留下來，矛盾的掙扎、渾沌才有了澄清的機會。

再度成為學生，在新的環境與新的伙伴共住、共學，所有過去的學習經驗必須歸零、從頭再來，這是一種挑戰。對學院的執事學習課程，初入學的融恩曾經有著很深的誤解。我就在入學數天後，對一位朋友說：「這間學院一定很缺人，爲了要找多些人來分擔工作，所以才開辦學院。」這句話到今天仍然讓融恩深深懺悔，因為，根本不是這麼一回事。

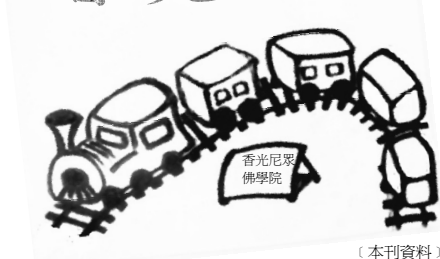
能夠在學院完整的投入執事學習，是身為出家人的福報。這樣說並不誇大，尤其是從被帶領到成為領導、關照者乃至固定執的責任制領執經驗，開心的、不開心的學習過程，全部成了領眾的資糧。今年到精舍弘護時，融恩才發現學院

所學的一切，讓自己在僧俗互動、弘化說法時，能夠處眾無畏、處事條理分明。學院看似簡單的學習經驗，在法會的領眾歷程裡，成為重要的經驗基礎。學院的學習經驗對自己的修行及外弘的重大意義，是啓發融恩在學院的學習基礎上，再創造一個具佛法綱領的願景。地基是學院幫忙深、廣的挖掘，而要建什麼樣的房子就得由自己決定了。

如果要問自己：學院給了我什麼？不如檢視自己在學院學到了什麼。能確立佛法的正知見，是學院給融恩最重要的禮物。還有，對自我的觀察與自覺能力的強化，以及自他、群體互動的和諧與彼此護念的學習，對自己而言是一件很重要的突破。由批評指教、只見他人過失的憤怒裡，找到理解自己的通道，也因此打開了心的大門，願意邀請更多的想法與建議成為想法藩籬內的茶友，創造更多的想法交流與對話空間。不再當個充滿「生氣、憤怒」氛圍的出家人，是學院的學習裡，另一個重要的禮物。這個禮物，讓融恩的心能接納更多的因緣變化而更顯得更安詳。

能遇到諸多善知識、好同學，是值得感恩的。學院行政法師的悲

香光列車



願、授課法師真誠分享修行的生命歷程與法義乳養，以及香光寺各個分院執事僧法師們的努力，讓更多的出家人，有機會與融恩一樣，能夠學習到如何安頓自己的身心，平穩的走在出家的這條路上，進而自利化他，將法弘佈。

融恩今日能夠安心學習，背後有許多默默成就的因緣，除了常住師父、師兄及居士的護持外，還有護持香光尼眾佛學院的法師、居士們，以及父母、兄弟們的護持。內心有無法言喻的感恩，總讓自己每每憶起三寶恩、父母恩、信施恩就覺得慚愧，也只能以放捨來回饋。放捨對外的執取，留下世間的必要平凡歷鍊，從這當中，找到成就道業以及與他人互動的平衡。

出家真好，而我慶幸自己選擇了搭上空光尼眾佛學院的僧教育列車，省卻了摸索及跌跌撞撞的歷程。邀請還沒有上車的您，來體會與諸大善法友共會的殊勝。

忍

智澈

讀完傳悔法師的自述《覓菩提》，內心似乎很平靜，卻又五味雜陳。淡淡的敬佩、淡淡的慚愧、淡淡的驚異、淡淡的惆悵，就像傳悔法師的一生，沒有出群卓絕的豐功偉業，也沒有搏人熱淚的大起大落，只是隱忍地、默默地、一步一步地向前。

最敬佩傳悔法師的，是他的「忍」。他描述從高雄行軍到台中時，腳上起了大水泡，還是繼續走到水泡破皮，到最後痛得走路都不敢走，但不敢走也得走。這使他體會到「碰到不如意的事，除了忍耐之外沒別的法子，勉強自己走，也總是走得下去的，忍耐過了就沒事了」。人生何嘗不是這樣？一件又一件的事情緊接著來的時候，只要去面對與處理，相信自己有無限的潛能，一定可以走得過。如果覺得「我已經不行了」，這是自己的心力先投降，到最後反而真的不行。

記得自己當典座時，剛好碰上第一次院長開示課上台報告。由於對灶邊的不熟悉，加上自己並不是動作很快的人，典座的學習十分吃力。在體力與心力都大量消耗的情況下，還要準備繁複的上台報告，

除此之外，其他科目的作業也都還是「按照每週慣例」：佛概白板、沙彌律儀報告、梵唄……，面對這樣的處境，根本沒時間想太多，要掉眼淚還嫌浪費時間，只是一個勁兒地埋頭苦做。回想起那陣子，恐怕是自己寫作業最快速的時候，有時間就寫作業，該出坡就去出坡，累了就倒頭睡，心裡沒有太多想法，總覺得與其把時間花在沒有意義的抱怨和自憐上，不如拿來好好運用，再苦的日子，忍一下都會過去。就這樣，度過了所有的考驗，果然一切都會過去，一切都是無常。奇妙的是，當完那輪的典座，我也感受到自己的成長，在心力和能力上，似乎都較之前成熟，就像枝頭的果子，越過苦澀的青綠期，便擁有香甜美好的豐收。

除了「忍」自己的事，人我之間更需要忍。傳悔法師說：「人家要佔你便宜就給他佔好了，我們多忍耐一點，吃虧就是佔便宜，但是心裡不能放不下，放不下就沒功德可言了」。對自己來說，這是很需要學習的地方。自己是個理智型的人，常常會被「道理」、「原則」、「規矩」絆住。執事上，在我心裡對於什麼事、什麼時候是誰該做的，這

準則常常會分得很清楚。並不是自己不願意發心，如果有人請我發心多做一些，自己也很樂意，但如果別人用「這是你該做的事」的態度跟我說話，自己心裡這口氣就常常嚥不下了。因為在我的心裡，原則是很清楚的，是我該做的，絕對不推拖，不是我該做的，也請釐清是幫忙還是責任。

就世間法來說，這或許沒有錯，但佛法不是這樣說的。做事是自己在培福報，能夠多培福，何樂而不為呢？修行需要很多很多的資糧，沒有福報，聽佛法也不會懂。佛陀曾說，有六件事是佛陀所不厭足的，第一件事就是「施」。做事就是在布施自己的身心和時間，像佛陀那樣的聖者都不滿足於「施」，更何況像我這樣福報淺薄的凡夫呢？所以，看起來是吃了虧，實則消了自己的業障，培了自己的福報，這樣的「忍」，其意義、價值是無可比擬的。

「忍」是菩薩道六波羅蜜之一，傳悔法師一生所示現的，就是一位默默的菩薩行者。他用自己的生命驗證了佛法，而我，也正努力體驗個中滋味！

佈教有感

釋惟樑

過去曾經在路上看到騎著腳踏車的外國人，在路邊和民眾談話佈教，從來沒有想過自己有一天，也必須如此地走入坊間主動找人交談，真是既緊張又害怕。但又想想，自己身為宗教師——佛門具體形象的代表者，終將面對許多陌生人。那麼，我可以為眾生做什麼？我又應該如何引導眾生認識三寶、親近佛門？就這樣，鼓起很大的勇氣，踏上第一次的佈教之路。因自己來自緬甸，在不同的國度與當地居民交談，由於沒有經驗，所以有些膽怯；也由於語言上的障礙，不能知其所惑、答其所問。即使如此，仍有些感受及想法，也很感謝同行的同學將台語翻成國語，為我整理了談話的內容。

一趟走下來，我覺得和附近的村莊民眾佈教談話是件有意義的事。雖然和陌生人談話令我恐懼，不過透過佈教可以主動地接觸居士，讓居士親近三寶、敬仰三寶，而我們也可以近一步了解居士們的生活需要及想法，甚至讓他們對佛法產生正面的印象與正確的認識，著實也令人感到歡喜。在過



圖/釋輝風

出家了，
壞事情就是好事情，
吃虧就是佔便宜，
沒什麼好可怕的…

程中，也發現很多人對「佛教」及「出家眾」有著種種誤解。如：有人對托鉢化緣的意義不了解，或有不好的印象，而無法歡喜種福田。又如：有人對「出家」的不認同，認為是逃避、消極，而無法產生恭敬心，也無法隨喜讚歎。也有人，認為自己都顧不了，如何還顧得了種福田、結緣等等。身為出家眾，除了面對佛法的甚深難解，還要面對如何將眾生與三寶連結的課題。這種種難題，都是我們必須盡心盡力去思惟面對及實踐的。

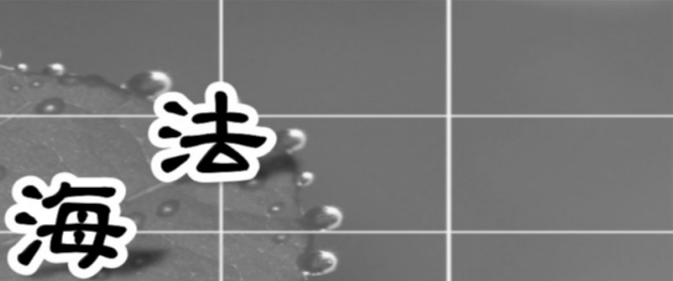
佈教就像一場沒有範圍的臨場考試，不能預知題目，也不單是「是非」或「選擇」，更沒有一個固定公式化的標準答案，必須從日常生活中，點點滴滴用心學習體會，用身、口、意納受實踐，才能提供眾生善法及向上的引導，於佛門中結緣，為三寶留下好的印象。

平衡是種不用花費太多力氣的態度，感覺很輕鬆、淡然。在禪修中，發現自己有著許多身份，哪一個才是「我」？哪一個是「假」？哪一個是「真」？不管身份是溫柔的母親或是暴躁的小孩，都是一樣的。

當很皮的小孩出現時，我一度想撲滅他，用認知中慈祥的母親安慰他、照顧他，結果反而造成反效果——孩子更叛逆。所以最後，我決定讓他去玩，自己只是在旁安安靜靜地看著他，沒有負擔地讓他盡情地發揮。等到他玩夠了，自然就安靜下來了；等他不吵時，再對著他微笑，再牽著灰頭土臉的他就好了。只要對他說一聲：「好了！回家了！」什麼話都不用說，就只是安心地傾聽心中的風聲、鳥聲、哭鬧聲……各式各樣的聲音。

歸 向 /聞智

性格的 剛硬不屈
寫著 被撞擊過的脆弱痕跡
不願看到的景象 三番二次出現
舊習的 刻印 在意識裡 深深地
如鋼印般 桎梏五臟六腑
柔軟 如白蓮
生氣時望著它
依然綻放 潔淨無染
智慧 如案前端坐的佛陀
煩惱侵蝕時 傾訴痛苦
依然微笑 慈藹 安詳端坐
鋼印 的刻痕
不斷浮起 消失 任憑浮現 褪去
法水 的洗濯 美心 的培育
智慧與柔軟
終將是 最後的歸向



自我愛的繫縛與昇華

持曼

無明爲愛染所繫縛，愛染爲繫縛的主力，所以經中說：「無明爲父，貪愛爲母」，共成此有情的苦命兒。可知，眾生生死輪迴之因在於根深蒂固的我愛。依對象不同，有種種型態的愛染，而最主要的愛染是身心自體。這「自我愛」使得我們無時無刻不爲自己著想，尤其面對生死之際，更是表露無遺。

課堂上，院長問大家：熟睡中的我們，被蚊蟲叮咬時的反應爲何？當然是一掌拍下去。可是，醒著時，卻只是趕走牠，或忍耐數秒鐘，讓牠自行離去。不論熟睡與否，我們的知覺始終存在。不同的是：熟睡中的反應是本能的，以保護自己爲優先，因此被侵犯的當下，毫無猶豫地立即反擊；醒著時

則依後天的學習，知道要尊重生命，就會試著以忍耐、包容的方式回應。

由於醒著的時候，我們會以戒律、道德爲規範，以理智作判斷，辨別這個行爲須避免，那個動作不可爲。因此，表現出來的言行舉止，是大眾可接受的。熟睡時，五官的運作暫歇，深層意識活躍，此時理智是混沌的，而這深層的自我愛也就得以彰顯，生命根本的直覺立即展現——保護自己，反擊侵略者。

我們在言談之中，偶爾會論及：某人太自私，只想到自己，沒考慮到他人。可是，回過頭來反省自己的所作所爲，表面上是幫助他人、爲團體著想，或者做事盡責、

要求品質與效率。其實，這些所謂「善行」的出發點，卻是基於——我不要被批評，所以做事要盡責；我害怕他人的指指點點，所以須要求品質；我排斥種種不善的形容詞加諸於我身上，所以總是盡力、勉力做好每件事。由於習慣於這樣的行為模式，久而久之，自以為行利他之事，卻未曾反思行為背後的動機，而這動機何嘗不是出於私心、自我愛！何來的利他！

又人類是欲界眾生，須仰賴食物才得以生存。記得有位法師描述其朋友在戰亂時逃難的情形：待在船上的一群人不得上岸，在面對人類生存的最底線——食物，此時也顧不了最親的人。在無法取得食物的情形之下，為了避免大家都死於飢餓，大夥兒決定：「當大家需要食物充飢時，就以猜拳的方式，決定由誰犧牲。」有一次，猜拳點到某君，他遲疑了一下，便指向坐在一旁打瞌睡的妻子，其他人點頭同意。就這樣，他的妻子成為犧牲品……。面對生死關頭，為了生存，即使是醒著的時刻，也顧不得倫理道德，而是以保護自己為優先考量。

人類須仰賴資生之具才得以

生存，基本需求滿足了，才有餘力顧及道德層面，所以古人說：「倉廩足而後知禮義」。相同的，為了適應欲界眾生的根機，佛陀對在家居士說法，也是先說端正法，再說正法要。先說布施、持戒的修法及功德，令眾生得財富、離貧窮、離三惡趣、生善道，爾後再開示有關禪定等降服煩惱得解脫的法門。

物質是人類生存的基本需求，因此，佛陀不反對正當的追求物質生活，也為居士開示如何行布施以遠離貧窮，並讚歎布施的功德。但凡夫性——飽暖思淫欲，資生具充裕之後，與生俱來的慾望並沒有得到滿足，此時須藉助道德規範來克制不當的慾望。

凡夫的我們，行布施、修十善的最初動機大抵基於自我愛，為了自己能夠遠離貧窮所以才布施；希望得人天福報，所以行十善業。儘管為了自我而行利他之事，若能依循世尊教導的法門次第修煉，自我愛將日漸淡化。從一開始，為了避免貧窮、墮惡道的自我愛而布施、持戒。一段時間之後，將轉為禪定的修煉，當身心逐漸清淨，漸能體悟世間的遷變無常及苦、空、無我等法則時，自然會生起出離心，也

喜悅與苦惱

白西

就不再愛戀世間的一切，乃至五蘊組成的自我。此時緣念的是出世間法，不再眷戀自我。行布施，不再以遠離貧窮為目的，而是為了利益眾生；持戒修善，不再是為了求人天福報，只因悲愍有情。

同一事相，同一行為，由於動機不同，有人感得人天福報，羽化成仙；有人轉凡成聖，成佛做祖。只要清楚覺知自己目前所處的階段，了知修行的次第及目標，那麼，修煉歷程的動機，將由自我愛提昇為出離心，進而昇華為菩提心，以出世心行入世事。

當醒著時，我們會以戒律、道德為規範，以理智作判斷。

熟睡時，理智是混沌的，而這深層的自我愛也就得以彰顯。



(本刊資料)

出家，對我而言，最歡喜的是能夠每天親近三寶。

寧靜安詳的大殿是我最喜歡的地方，每天做功課時，一拜接一拜的頭面接足歸命禮，感覺佛陀真的在我面前，放出慈悲而智慧的光芒。看著佛陀眉間的白毫光芒，總覺得心也跟著明亮起來。虔誠頂禮佛菩薩，祈求諸佛菩薩加被自己道心堅固、修學無礙，我發願要向佛菩薩學習，希望自己的身心漸契佛心，每天更不忘深刻憶念自己的出家本願：要步佛足跡——用全部的生命來跟隨佛陀修學、用全部的生命奉獻佛教。

因為出家、讀佛學院，能夠聽聞佛法，有許多善知識，生活在善法當中，覺得這是很大很大的福報，非常珍惜。不論是上課、自己讀經、讀書，或是善知識的身行、對談、對自己的提醒、提攜，常常讓我感到很法喜！法能夠滋潤自己的心，充滿能量，引導自己如理思惟。還有，因為在佛學院、僧團這樣備受護持的修學環境，比較容易保持正念、引導身口意與法相繫。所以，如果能在生活中體會到一點點佛法，甚至在煩惱中體會佛法，讓法不僅是知識、概念，而能

安頓或轉化自己的身心，對我來說，是出家很大的喜悅！

又因自己從來就很喜歡出家人，出了家，能夠每天與出家人相處，總覺得生命中有一分清淨的氣氛。雖然大家也有不圓滿的地方，但每個人都努力地在善法上用功，令人深深隨喜讚歎，也使自己更懂得反省、提起道心。還有，在僧團共住共學，體會到「依法不依人」的重要，也更能體會那份彼此尊重、珍惜、護念及提攜的同修道情與共住的磨練，都是團體和合、自他增上、令法久住的重要力量。

然而，出家三年多的自己，雖然有很多喜悅，但苦惱也不少，當然很多喜悅與成長，是來自於苦惱的逆增上。這些苦惱，根本都來自自己的貪、瞋、癡，這樣的歸納不是概念性的，而是每次生煩惱、心跌倒了、陷於苦惱中時，很誠實而慚愧的發現。這樣以貪瞋痴為源的苦惱，開展開來，實在是無量無邊，細說不盡。但，最大的苦惱與挫折，不是外在的人事物如何如何，而是發現自己如此充滿煩惱、提不起心力、不能與法相應。

例如，出家之後，身體變差了，發現身體不適，本來就不堅強的身心更加脆弱，不僅身苦，心也

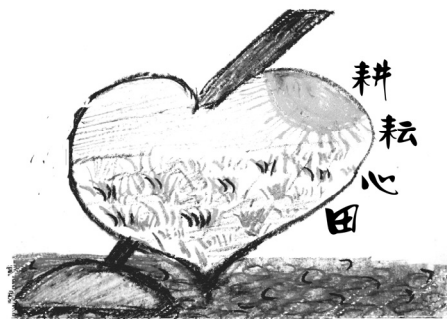
苦。也因此發現了許多自己的煩惱：喔！原來我會這樣生煩惱；喔！原來是因為我太在意什麼才會變苦。《沙密地經》中的一段偈頌：「做自己的島嶼，依自己的島嶼。佛是我的正念，照耀咫尺天涯。法是我的呼吸，保護我身我心。僧是我的五蘊，清淨和合工作。」出家之後，有許多身心的轉化、改變，更是深深體會到依這正念、呼吸、五蘊的自性三寶而住的重要，以及其互相影響性。想要安住，就要下功夫去栽培正念、繫念呼吸(業處)、照顧五蘊身心。善根淺薄的自己，很需要踏實在這上面努力。過程中，感恩佛菩薩的加持，佛法的支持引導，很多人的護念、支持、幫助，不論是身苦或心苦，都已經好多了，自己因此有很多的學習。記得身體比較不好、心也不知所措的時候，印順導師的一段文給我很大的鼓勵：「願此危脆身，仰憑三寶力，教證得增上，自他咸喜悅。不計年復年，且度日又日，聖道耀東南，靜對萬籟寂。」我也如此發願。很感恩自己在三寶門中，走過這一點一滴的苦惱，只要回到法上依止，可化為甘美的法喜，更是入道的重要資糧。

三寶門中

因緣

出家前並未學佛，是因為師父的鼓勵，加上自己喜歡規律生活而出家，但對於出家的意義是什麼並不甚了解。在受戒兩個月期間，聽聞多位長老法師的開示，以及學習基本的禮儀和戒律規範，才對佛教與出家有一點概念。之後，就進入佛學院唸書，透過教理的瞭解、經典的研讀、行門的定課，以及師長、同學間的教導與砥礪，對於走出家修行的路，也更加肯定。

從佛陀的教導中，知道什麼是「苦」，以及苦的原因，即是貪、瞋、癡三毒，學習在日常生活中，正念觀照自心，將原本散亂躁動的心調伏，使之柔順而專注。因為經典所說、古德所釋，多是自己出家前未曾接觸到的，每一件事情都很新奇，十分令人雀躍。如源源不絕的善法與教誨，從諸佛菩薩身口中表露出來，行為的前因後果，如何踐行和發願，遇到什麼障礙可以怎樣解決……等，都有範例說明。最特別的是，對於五蘊身、心的探討分析，比起現代科技醫學更來得深入。透過佛法，也幫助自己探索不善生起的原因，瞭解培養善心的重



(本刊資料)

要性，令未生、已生之惡，斷滅不生；令已生、未生之善增長、生起。而能達到身心平穩，助益自他。

三寶門中有喜悅，不可否認的也有許多苦惱，常來自與他人的互動不佳，或溝通不良，也有對自己的表現不滿而生。當習慣某種模式但被打亂時，或是與預期的有落差，乃至遇到瓶頸無法突破……，種種順境、逆境，讓自己生起貪著、厭惡的覺受，且缺乏理性思惟的轉化，不知不覺就對他人產生或多或少的傷害。雖然總是慢半拍才覺察到自己的不善舉止，還是期許自己每次都有進步，縮短不善念的長度及頻率。

心中很感謝師父、常住法師、學院的師長、同學們，還有許多善知識的指導與鼓勵，使自己能夠進入佛法大海中挖寶，耕耘心田。希望未來這塊田地鬆軟肥沃，可培育出豐碩的果實，與更多人一同分享。

日常法師在〈如何運用皈依、業果實踐善行〉一文中提到，種子埋在心裡，我們根本不曉得，一定要對境把它引發出來，然後依法去對治它。是的，「歷事鍊心」，多麼中肯而又如實的詞。

有時候事情沒那麼多，或者事情進展很規律，一切都在自己的掌握中時，閒適的心情、穩定的態度、清明的思緒，總讓自己以為在修道的路上又向前邁進一步，對於自己的心更能夠引導向善。待事情一多起來，或是承辦了新的事情，和人有不一樣的互動時，才發現自己的煩惱依舊粗猛熾盛，莫說進步，或許，更為退步也說不定。

我承認自己也有退縮逃避的時候。偶爾事情繁忙，煩惱不斷湧現，身心無法安穩時，總期待能有喘息的空間，能夠不必再面對這麼多事，能夠回到安穩的身心中。但，就如同日常法師所說，不去境中「墾土掘地」，又怎能看到八識田中的煩惱種芽呢？不面對事情，真的就煩惱不起嗎？

對人也是如此。有一陣子，我覺得「人」很麻煩，真的很麻煩。

人的反應、想法、習氣充滿了「！」——驚嘆號。也就是說，你永遠都沒辦法料到那個人為什麼會那樣想，這個人怎麼會這樣反應，或是，這個話怎麼會這樣說。我想把自己藏起來，我想把眼睛單純放在自己身上，我想一個人好好用功，不必理會別人。我像隻駱駝，把頭埋在沙坑中，以為自己這片小小的天下就此太平。

但我並不快樂，逃避的心總是緊繃的。當我能夠敞開心胸，以更高遠的角度看待一切時，才明白：原來麻煩的不是「人」，不安穩也不是「事情」帶來的，所有的煩惱早在我「自己」的身心當中，只是埋得較深，沒有機會現起。

印順導師說，諸佛皆出人間，終不在天上成佛。或許是人間有更多碰碰撞撞的機會，有更多挑戰習氣、挑起煩惱的情境，因此，就有了累積佛道資糧的捷徑。下次，當境再來、煩惱再起時，也許，我應該用歡喜心面對，高興又看到自己的習氣，高興又看到了進步的空間；更高興看到了佛道的資糧。

行者苗圃

如實感受

宏道

首度參加為期十天的禪修，心情是既期待、好奇，又緊張、擔心的。抱著複雜心情開始禪修的自己，在當中奇妙的感受到身心的變化所引起之省悟。或許是對自己更了解與熟悉，抑或願意再用點心照顧身體，而這一切都將是讓自己成長的資糧。

禪修在專注觀呼吸的同時，放慢思考、動作速度，也使自己捨去僵化的思惟。

起初幾支香，由於手、腳的舊疾，隨時間的流逝，痛楚也愈發清晰，沒費多少心力，就向病痛投降了。幸好後來在禪師的慈示內容中，找到了力量。漸漸地練習，只要不適感一出現，就告訴自己，要試著忍耐痛，不要執取身體的受，也要起歡喜心，讚歎和隨喜自己能忍受痛。如此作意後，慢慢禪坐可以安住的時間變長了，由 20 分、40 分，進步到能 50 分不鬆腿，專注的觀息。

很滿意似乎定力進步了，小參時向禪師報告，卻聽到禪師慈示：「太勉強也不好，該換腿時就換腿，重點是保持持續觀息。」沒任何肯定的話，著實意外了一下。更震撼的是當日下午，瑜珈老師說我膝蓋發炎了，不可以再那樣強迫身體。接連兩個回應，都是不贊同，因此令自己難過了一會兒，覺得自己不能再精進，幸好因為很想把握這十天禪修，立即想開了。所以依照著禪師的教導去試，最後有一回，竟能連續專注近 2 小時，真是個令人興奮的意外收穫，也使自己學著讓心愈來愈有彈性。

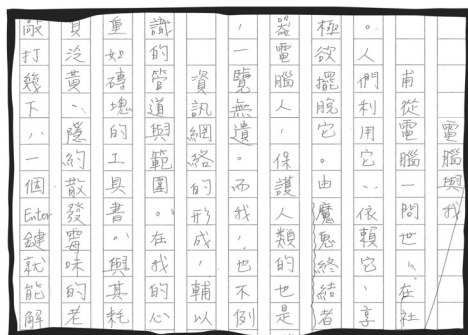
電腦與我

古早味

甫從電腦一問世，在社會上便扮演舉足輕重的角色。人們利用它、依賴它、享受它，卻也害怕它、批判它、極欲擺脫它。由《魔鬼終結者》到《機械公敵》，攻擊人類的是機器電腦人，保護人類的也是機器電腦人，又愛又怕的心態，一覽無遺。而我，也不例外。

資訊網路的形成，輔以搜索引擎的發明，大大拓展知識的管道與範圍。在我的心目中，電腦足以打敗一本本厚重如磚塊的工具書。與其耗費巨時埋在書堆中，翻著一頁頁泛黃、隱約散發霉味的老古董，我更愛在鍵盤上輕快地敲打幾下，一個 Enter 鍵就能解決所有問題。而 BBS、即時通、E-mail 的誕生，縮減時間和空間的限制，沒事便可和三五好友哈啦兩句，人與人間彷彿沒有距離。更不可不提的是 Word、PPT 等程式，省卻一字一字刻畫的麻煩，迅速製作出工整美觀的文件。總而言之，快速、便捷，就是電腦深得我心之處。

然而，真的如此美好嗎？水能載舟，亦能覆舟。網路固然便利，卻帶給我上癮般的縛著。空閒時便想漫無目的、瀏覽沉浸其中。手指



(圖為作者原稿)

彷彿穿上紅菱豔中的魔鞋，不停穿梭奔騰於滑鼠鍵盤之上，只要面對那一方閃爍的「小視界」，便永無疲態，至死方休。縱使有心，亦無能為力。而大學時代曾流行的 BBS，縮短時空的下場是人與人不必面對面互動，於是界線被打破，或者隨意搭訕，或者隨意被搭訕。每個人更容易躲在自己的保護殼中，以虛擬的面容與世界接觸。至於 Word 的便利，則促使電腦成為我思想的媒介，缺少複製、貼上、移動、刪除等功能，如同此刻，寫起作文我竟覺得不大順手。究竟是我在利用電腦，還是電腦限制了我？我的心有強烈的黏著性，已臣服於電腦之下。

來到佛學院，回歸到沒有電腦的時光，在一筆一畫的書寫當中，我學習放緩自己的速度、沉澱自己的思考，也隔絕眾多無益的干擾。雙刀的刀，傷人卻也傷己，有一天，我將學會更善巧地使用電腦。

花開見佛

念佛

在紫竹林精舍念佛三天，帶著沙啞的嗓音和歡喜的心，我回到了學院。

回想起那三天，烙印在心底最深處的，是一種難以言喻的感動。說是感動，好像又帶著一絲哀痛，連自己也說不清、理不透。只知道當耳邊響起老菩薩們虔誠的念佛聲，當心中迴盪著阿彌陀佛的聖號時，胸口就像濺翻了一醃醋，酸澀感沁透四肢，令人莫名的模糊了視線。也許是阿彌陀佛的悲願太懾人了吧！一個清涼無染的極樂世界，一個接納所有一心希求的眾生的淨土；是怎樣大的願力和威德力才能達成呢？當我聲聲稱念彌陀聖號時，我的心中是否也能容納同樣的慈悲和同樣的信願呢？我汗顏，但，我也期許著。

哀痛又是什麼呢？從小便極喜愛淨土的我，每回讀到「若臨命終，……佛及聖眾，手執金臺，來迎接我，於一念頃，花開見佛……」，心中總是漲得滿滿的，胸口發疼。為什麼還在這裡呢？為什麼還在苦難的娑婆世界？我不斷地問自己，答案好像呼之欲出，

卻又好像茫然無緒。這輩子過去後，我又該何去何從？去極樂？或是與娑婆眾生為伴？又是一題得用一輩子解答的方程式。

透過佛三，再次牽動內心萬般糾結的思緒，我想念阿彌陀佛，花何時會開呢？

佛及聖眾

手執金臺 來迎接我

於一念頃 生極樂國

華開見佛

即聞佛乘 頓開佛慧

廣度眾生 滿答提願……

一個清涼無染的極樂世界
一個接納所有一心希求的眾生淨



〔本刊資料〕

從黑暗到光明

釋輝風

嚮往出家的你

走在黑暗不平的路上 尋找著智慧光
來到陌生的文華寺 打開未知的寺門

卻 出現捧著一盞明燈的師父
閃閃亮光晃耀著 從眼睛照進心靈

遂 圓成出家的願

十三年的滿頭青絲 飄然落地
一顆顆喜戚的眼淚 濕透了僧服

喜的是 圓滿了出家的嚮往
戚的是 母親少了助手

踏上出家的路

肩上荷著如來家業
抱著為佛教 為眾生的心願

於觀音山受三壇大戒
感受 佛法深廣無邊

坐火車回寺時 遇到

艷陽下 耕種的農夫 揮汗如雨
襁褓的小孩老人 有手無腳 向你伸手
人生的苦 躍然心上
一股嚮往學佛的心 生起

踏進學院後

有時悲 有時喜
悲的是 掛念家鄉的恩師
學佛路上遭遇的挫折
喜的是 嚐到佛法的滋味
航行於光明法海上

啊！

你找回了光明
如海中迷失的船筏找到了靠岸



不浪費災難

莫拉克——菩薩的心・菩薩的行

釋悟因

■ 我們的國土・我的省思

- ・ 二〇〇九年八月八日，台灣五十年來最大的風災：莫拉克(morokot)！
- ・ 一九九九年九月二十一日，台灣發生百年大地震，至今國殤依然。
- ・ 一九五九年八月七日，臺灣八七水災，是二、三年級生難忘的經歷。

佛經說：「世間無常，國土危脆。」2500年前印度聖人釋迦牟尼佛的箴言，至今依然是普世的真理。現前居住在台灣的廣大民眾，正是這真理的驗證者。世間國土危脆，山崩、海嘯、颱風、火災，大自然的災害，不只是發生在佛陀的時代，也發生在現代；國土的災變更是跨洲際，臺灣、亞洲、非洲、美洲、歐洲……，我們共同依住的地球，苦難災厄無法避免，我們得利用災難來整頓我們的身心世界。

釋迦牟尼佛揭示人間的共相和自相，無常、苦是世間的共相。一次次苦難災厄的發生，水火風等災害襲捲多少生命？無常、變動，人生的苦迫，佛陀看到了。看到世間真理的佛陀，究竟為人們提示什麼出路呢？佛陀揭示的出路八正道就是正視它、正確地去思惟我們可以從災難學習到什麼？然後化為正確的行動，以堅毅的毅力去貫徹它，不浪費經歷的苦難災厄，白白受這一遭創痛！這是佛陀的教導。學習佛陀、菩薩態度和人生觀，是不斷地朝向真與美善的前景邁進，是具有目標以及行動力的人生觀！

面對環境、大自然，人為的疏忽、不經心、輕率，乃至敬慎、敬業的不足，都可能讓自然的災難加劇。大自然的苦難已經夠苦，再加人禍，不是苦上加苦嗎？把眼光放到十年百年，此代他世，面對災難藉著災難來整頓，讓我們重新面對問題、迎向問題，帶來改善的可能。這才是面對莫拉克等各種災難的正確之途，遑論肆無忌憚地殘害大自然！大自然的反撲絕不是人的能力可能面對的。災難是教導我們改變向上的老師，作如是觀，損失的代價就不致於那麼慘重。

■ 菩薩的意義

菩薩，梵語菩提薩埵，譯為大道心的眾生。什麼人可以稱為菩薩？具有大道心的眾生。作為一個菩薩，在北傳的佛教信仰，有觀世音菩薩、地藏王菩薩、文殊菩薩、普賢菩薩……。在南傳佛教稱釋迦牟尼佛還沒有成佛以前叫做菩薩。我們學佛，以佛為師，學習佛陀，在還未成佛以前，學習佛陀的心、行，學習做菩薩，修菩薩的心、行，也可以稱為菩薩。是因行菩薩、因地菩薩，更是嬰行菩薩。

「大道心」就是菩提心。菩提心是菩薩的心，也是菩薩的戒，菩薩的行。菩薩的另一個意義是「覺有情」；面對世間，看到世間的悲苦，菩薩的心是有感覺的。菩薩所緣，緣苦眾生，菩薩感受眾生的苦，為眾生解決苦難，與眾生的苦難災厄站在一起。同甘共苦、同體大悲是菩薩的襟懷。

■ 世間的悲苦

今年(二〇〇九年)的七月，整個臺灣處在乾旱無雨的狀況，八月四日水利署已經公布限水的區域：桃園、馬祖、澎湖、基隆、臺南縣市……。八月七日終於盼來了雨水，這回下雨，實在是老天看上了我們，每個水庫都在喊沒水，下雨就像在下金仔角一般。旱災限水在八月八日馬上解除，但是雨水一直落個不停，越來越不對勁。乾早在幾天內已轉為颶風、水澇。

八月七號，我記得五十年前的今天，我那年剛滿 20 歲，那年剛受比丘尼戒。哇！八七水災淹大水了，連碧山巖都流走……。八七水災的記憶被翻了出來。這次八月八日莫拉克颱風來了，大風挾帶大量雨水，加上西南氣流的雨量，釀成八八水災，比五十年前的八七水災還要嚴重，台東、屏東、高雄、台南、嘉義，南台灣國土到處重創，幾天幾夜的大水，農作物一片倒，最後，橋斷、路斷、地基毀了、屋子流走了、車輛沖走了；豬、羊家禽沖走了，很多人也被沖走了；甚至位在高雄縣的小林村全村在台灣消失……。人生真是非常非常的無力。

■ 從悲苦中覺悟

面對人生也有無言以對的狀況，無知、無能、無盡，菩薩面對生命更是覺悟如此。他覺悟到生命裡有些東西非知識可以說清楚的。

所謂菩薩，菩薩活在世間，他覺悟到生命是怎麼一回事，他看到生命裡深沈的體驗。生命是如此寶貴，人生難得今已得；活在世間，是很多人的成就；彼此是相互依靠、相互支持、相互疼惜，這是內在的蛻變，菩薩一定看到這些。因此活著作什麼？人生來這一遭要作什麼？菩薩重新審視他的生命觀。當內心生起這個覺照，就是菩提心。他開始學著修菩薩行，這就是覺悟的有情；打從內心的自覺，不是停留在唯心，而是走向人間，走向更實際的人間修行。

■ 化悲傷為行動

莫拉克颱風挾帶驚人的雨勢，到處沖毀馬路、橋樑。每天看電視、報紙、災難、人在那裡浮浮沉沉。難道只是感傷、無力、無可奈何？感傷，無力、無可奈何，這是惻隱之心的發端。這個時候怎麼辦？趕快轉變心念，不要掉在憐憫、憂傷裡面。慈悲不是感傷、憂愁、氣餒或陷在難過中。有感覺是很正確的，此時最好直接投進你的力量。否則時間一久，同一畫面一直重播，你可能變得麻木。

救災可以有各種方式，你可以衝上第一線，到收容中心幫煮飯、包便當，舀爛泥巴；可以作後勤，準備乾淨的衣服送給他們、捐輸、誦經做功課迴向……。有的開始訪視、安撫、協助重建。總之，從身邊趕快作一點覺得安心的事，即使只是決定從此刻開始感受有顆躍動的心。當然國土規劃、河川整治使社區適宜居住等是更專業的工作，你也可以關心它的動向，提昇自己相關的知能、做出貢獻。每次災難，救濟、賑災，有人跑第一線，有人跑後勤，互相支持，全民凝聚共識、堅毅向上，不分藍綠、敵我，台灣的溫暖、溫潤就是滋養寶島生生不息的源泉。

■ 共同體的存在感

臺灣，斯土斯民，我們除了感念臺灣的先民，傾聽當前災難苦厄的眾多呻吟，可以重新來審視人類內心深處共同的東西。是的，那是一種渴望，我們共同渴望一個可以安住的國土！

如果將來你能再回到人間，你希望看到一個什麼樣的景象？一個安樂的國土！一個你夢想的世界！我心裡想，若是我再回來人間，回到台灣，我希望那時有人度我出家，有楷範可以讓我出家。菩薩的生命觀是這樣，生命不是只有這一世，生存的世間也不是孤伶伶的個體，那是一個共同體的存在！

在緣起法上，我們坐在同一艘船上。對世間的存在，對別人的存在，你是有感覺的。救災、重建家園、整治國土，這是一條漫長的路，必須投入長期建設。因此菩薩的心、菩薩的行不是只修自己，是要跟大家一起修行，一起莊嚴生命的國土。



未來若能再回到人間，你希望是一個什麼樣的景象？（本刊資料）

■ 菩薩好學的動力

這一次的災難苦厄，受災難的人，我們祈求他們早日獲得安頓；救難的人員，我們更要祈求他們平安；在災區指揮的官兵、政府官員，每一個部門都需要鎮靜、沈著。整個救援行動有多少系統在運轉！這需要多少堅毅、耐心來看待整個事件！對苦難有感覺，這就是菩提心。一方面保護自己，一方面也保護別人。真的疼惜別人、疼惜自己，菩薩就是不斷地在自己的本份上精益求精！而這就是本份。

菩薩從悲憫眾生的苦難開始，苦難災厄是我們學習的開始。「生命的這本書」真難讀，平常的日子已不易讀，何況災難的發生，驚濤駭浪、瞬息而至，更是很大的考驗。對生命充滿悲憫、好奇、好學，不浪費災難，這正是菩薩的生命課程。



八八水災・專題報導

—— 香光的關懷視角

釋自觀

■ 香光尼僧團各分院同步公告「八八水災祈願回向文」

今年(二〇〇九年)8月8日父親節，是全民流離哀慟的紀念日。這天莫拉克颱風超大豪雨重襲南臺灣，釀成百年來最大的災情——八八水災，震驚全世界。舉國上下齊心齊力共濟災難，受災百姓驚嚇的心靈亦極需撫慰與協助，八月十日香光尼僧團六個分院同時公告「八八水災祈願回向文」，邀約信眾共同祈願回向，並於各類課程、共修中，法師、信眾一起誦經、持咒加持。祈願佛菩薩慈悲護念，撫慰受傷的大地與心靈。香光尼僧團方丈悟因法師呼籲：「『不浪費災難』，因為災難苦厄是世間的共相、常住相，也是生命共同體的一部分！」。法師邀約臺灣每一位民眾，感受到災難的傷痛，不要悲傷要把力量發揮出來；更要把災難當作老師，謙遜地思惟災難苦厄給我們的教導，堅毅地面對災難，再學習、再出發，共創祥和安住的國土！

(香光尼僧團·方丈室 8月10日訊)

■ 香光尼眾佛學院院長悟因法師訪民雄金世界了解災情

8月12日香光尼眾佛學院院長悟因法師與香光寺監院見臻法師等人在忠孝路口下車徒步進入金世界訪視了解災情。這幾天進入金興村(俗稱金世界)的街口整天有警察站哨，勸阻開車民眾不要進入，因為村裡還在清理 88 水災的淤積。金世界位在八掌溪支流牛稠溪附近，莫拉克颱風，牛稠溪潰堤淹進了金世界。忠義街觀音學苑的



院長悟因法師偕見臻法師探訪慰問嘉義災區 (香光尼僧團方丈室提供)

法師說：「水淹到一層樓高。此時雖已退水，冰箱不能用，瓦斯不能用。幸好政府及民間有二處物資發放中心提供便當、乾淨的飲用水。」外力資源的支持，讓飽受風災水災威脅的壓力稍得疏緩。水患淤積經軍民通力合作，街道已逐漸恢復。今天集中在忠義街，消防車、推土車、工程車、垃圾車等不停地來回運轉。(嘉義·香光尼眾佛學院 8月12日訊)

■ 八日限水解除・石門水庫洩洪・香光山寺法師率眾迴向

整個七月台灣乾旱無雨，8月4日水利署宣布開始實施第一階段限水，全臺灣最早限水的區域是馬祖和桃園縣市。結果8月8日莫拉克颱風挾帶豐沛的雨量。桃園石門水庫8日中午就開始洩洪，限水也馬上解除。位於桃園大溪的香光山寺由大殿廣場向西南方看，可以遠望石門水庫洩洪的場景。據說共洩出10000萬噸的原水。幾天豪雨重創南台灣，災情不不斷傳出。8月12日香光山寺法師信眾多人受持大悲咒、梁皇寶懺回向災區災民安全脫離危險區，受傷者獲得照顧，罹難者得以往生淨土。8月13日香光山寺監院見竺法師到郵局辦理劃撥，將信眾樂捐賑災的三萬元捐與桃園縣佛教會賑災。（桃園大溪·香光山寺8月13日訊）

■ 重災區旗山鎮·尊懷基金會投入在地組織重建

高雄旗山鎮尊懷文教基金會志工王繼維畢業於玄奘大學成教學系，現在在暨南大學成人與繼續教育研究所進修。曾任系學會會長，熱心社區教育的王繼維每個寒暑假都回旗山老家協助父親推動社區香蕉產業文化再造及志工培訓。88水災旗山鎮是重災區，尊懷基金會的會館差點淹至一樓頂。紫竹林精舍住持見竺法師偕同見威法師前往慰問。王繼維看到大學



高雄紫竹林精舍見竺法師偕同見威法師探訪旗山災區（香光尼僧團方丈室提供）

的老師見威法師災後來訪，高興地報告旗山青年回饋鄉土的成果。今年尊懷的志工團入圍「98年青舵獎—志願服務團體獎」。會館自身尚浸於泥濘中，卻率先帶領7、8位年輕志工幫忙清掃住家及社區活動中心。王繼維父親，尊懷基金會創會會長王中義老師陪法師巡視旗山街及河岸，指著橋斷、屋埋、潰堤的情況表示：這是天災又加河道治理失當才如此重創。紫竹林精舍致贈尊懷基金會6000元作慰問金。對於災區重建，尊懷基金會的理想是協助在地組織重建，期盼有公益團體合作發展救災的願景。（高雄鳳山·紫竹林精舍8月15日訊）

■ 紫竹林精舍盂蘭盆法會萬人禮梁皇懺迴向災區亡靈

8月15~23日高雄紫竹林精舍舉辦盂蘭盆報恩法會。法師特為八八水災無辜亡靈設立超度牌位，率信眾萬人禮拜梁皇寶懺回向。15日是法會第一天，住持見竺法

師不忘抽空致電六龜山區的佛寺問平安。六龜妙通寺法師表示，8月8日以來六龜對外的橋樑就斷了、停電、沒水、通訊不通，由於擔心堰塞湖潰堤，妙通寺全體僧眾早已撤離至高雄三民區。諦願寺法師表示：寺附近少部分潰堤，房子、人都安全。去電妙崇寺，電話不通。後據說妙崇寺文殊殿被土石掩埋大半，還好僧眾都已退到高雄前鎮區的分院。下午紫竹林精舍住持見竺法師偕見傳法師至妙通寺市區的道場慰問，致贈現金叁萬元及三大袋米、二大袋米粉、糖、香菇，木耳、海帶芽等食品。

（高雄鳳山・紫竹林精舍 8月15日訊）

■ 嘉義竹崎鄉的災情・果農的歎惋與感恩

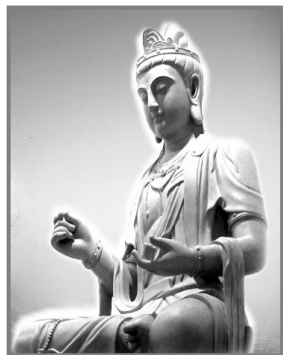
8月8日莫拉克風災使得嘉義山區嚴重受創，香光寺位於嘉義竹崎，教界法師、居士、朋友紛紛致電慰問香光寺。幸好香光寺安全無恙。8月15日這一天寺法師到後山經行。一位住在後山的阿指姑剛好下山要到石卓採茶。法師慰問她家裡有災情嗎？阿指姑搖搖頭，「龍眼、柚子都被打落，香蕉全倒。」政府有補助嗎？阿指姑笑了，「一分林地補助5千元。柚子、香蕉有補助，龍眼就沒有。」阿指姑繼續說：「補助要填申請書，拍照，也要去地政事務所申請土地所有權狀…。」聽到申請的動作這麼多，看著阿指姑65歲瘦乾的臉滿佈風霜，不識字又不良於行。兒子又都在外……。法師焦急了：你申請了嗎？「大兒子最近在家，補助的申請在昨天星期五(8/14)截止，資料已送給村長。」一起走到路口，對面的台塑加油站已打出88水災災區油價大降價的消息。（嘉義竹崎・香光寺 8月15日訊）

■ 竹崎鄉白杞村佛寶寺交通中斷・鄉公所出動直昇機救援

位於香光寺對面山上的佛寶寺屬竹崎鄉白杞村，88水災重創山路，對外交通中斷。日前香光寺監院見臻法師致電關懷災情。住持淨慈法師表示：「已多天斷電、斷水。糧食只剩十天，寺裡包括建築的工人有20多人，恐有斷糧之虞。已向竹崎鄉公所求援。」據悉鄉公所得到的消息決定出動直升機救人。但直昇機無法降落，只好空投食物並搶修路面。8月17日道路搶通，香光寺乃派代表致贈佛寶寺二萬元救助金及乾糧、藥膏等。（嘉義竹崎・香光寺 8月17日訊）

■ 李阿伯目睹滅村的驚恐・法師修慈悲觀化解

住在高雄鳳山的李阿伯夫婦，原是小林村的村民，在小林村有一間房子、一片土地種植果樹，認識小林村一百多人，人稱李阿伯。李阿伯十幾年都在高雄、小林村兩地往來。8月8日兩夫婦在驚恐中目睹整個小林村被土石流蓋過，夫婦跪求上蒼垂憐，大水仍然嘩啦嘩啦地奔流。經過幾天斷水、斷電、斷訊的日子，漆黑的晚上聽土石流的聲音很大，都不敢入睡。11日得到直升機搭救回到高雄的家，但小林村災變的情景仍然不斷湧現，恐懼、害怕，也難過好朋友都不能再回來了。經鄰居引



慈悲，能消弭痛苦，使身心安穩。（香光尼僧團方丈室提供）

介，8月17日紫竹林精舍住持見竺法師偕見衡法師到李阿伯鳳山的家慰問並帶修慈悲觀：觀想小林村罹難的朋友一一前來觀世音菩薩座下，依靠菩薩慈悲力量的加持，祝福他們一路好走。兩夫婦一面作慈悲觀一面流淚。修法結束李阿伯放鬆了也會笑了。（高雄鳳山·紫竹林精舍8月17日訊）

■ 嘉義縣竹崎鄉鄉公所民政課洪天河課長統計災情

8月19日香光寺監院見臻法師偕見傳法師前往嘉義縣竹崎鄉鄉公所捐贈5萬元賑災。鄉公所民政課洪天河課長表示：這次水災竹崎鄉無人死亡、房屋受損倒塌的約14戶。較嚴重的是道路、橋樑的修護，目前災民物資皆已送達，鄉公所已收賑災款約120萬，會陸續調查掌握較詳細後訂出救助辦法，並發放賑災款。（嘉義竹崎·香光寺8月19日訊）

■ 高雄紫竹林精舍法師至義大、榮總醫院發放慰問金

8月19、20日紫竹林精舍派法師代表至義大、榮民總醫院探望受災災民，發放慰問金共七萬二千元，每人三千元。又至內門順賢宮災民收容中心發放物資。順賢宮收容184位災民，有尹旬基金會駐站，依楊站長所提，紫竹林精舍捐贈所需衣物如：男用內褲150件、潤喉糖、粗繩，塑膠繩等約值壹萬元物品。又訪問內門紫竹寺收容中心，此處收容120餘位災民，有高雄縣、市志工駐站，並且為學童作課業輔導。（高雄鳳山·紫竹林精舍8月20日訊）

■ 最後的爸爸節・法師協助安撫許澄源兄弟姐妹

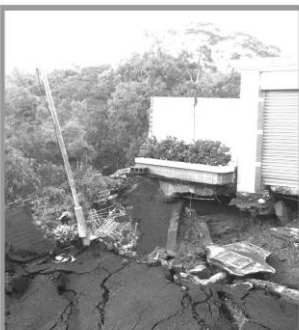
台東太麻里許萬頓先生七十七歲，身體硬朗，仍然下田種作。兒女多住台中，大女兒尤其孝順，今年特地邀約許老先生、兄弟姐妹在台中慶祝父親節。家人聽到颱風要來，許老先生要趕回台東巡視作物，就提早過父親節。沒想到這竟是最後的訣別。八月八日太麻里溪潰堤，大水沖破玻璃窗灌進屋裡，唯一住在老家的大兒子許澄源抓著許老先生的手在惡水裡載浮載沈。後來許澄源發現爸爸的手鬆了。大叫：「爸爸！」爸爸乏力地說：「我抓不住你了。」在他手中爸爸鬆手了。許澄源無力地看著爸爸讓水流向太平洋。聽到父親被大水沖走，許家兄弟姐妹奔回台東，請挖土機沿著海岸一直挖，大女兒是台中養慧學苑佛學研讀班同學，她瘋狂地要找爸爸的遺體，人曬得好黑好黑。8月22日養慧學苑監院見瓚法師偕道哲法師到台東太麻里許居士的老家念佛、協助辦理喪事。法師勸他們不要再找了。「只有齊心念佛，祈求佛菩薩加被讓父親好走。家人經過這一番衝擊，生命的體驗會相當深刻，會更加珍惜彼此。」（台中・養慧學苑8月22日訊）

■ 財團法人伽耶山基金會撥款 400 萬捐助 88 水災賑災

8月25日財團法人伽耶山基金會召開98年第3屆第10次董事會。主席悟因法師表示：此次88水災災情慘重，勢須長期投入重建。邀約董事以人溺己溺的同體悲懷協助重建。董事們決議：1.於96年度結餘使用之中撥款400萬賑濟88水災。2.委請專人研擬規劃協助88水災重建專案。（台北・財團法人伽耶山基金會8月25日訊）



（一）高雄旗山街道軍民協助清理道路



（二）大水淘空地基房舍岌岌可危



（三）軍用推土機清理道路淤積

（香光尼僧團方丈室提供）

【對 象】

香光尼衆佛學院在校生及校友

【內容格式】

第一類

教制、教理、教史探究的發現或建議等

字數三千至一萬字

第二類

生活偶拾、讀書雜感等，題目自訂

字數八百至三千字

【獎 項】

第一類

第一名：6000 元

第二名：4000 元

第三名：2500 元

佳作：1500 元

第二類

第一名：2500 元

第二名：1500 元

第三名：1000 元

佳作：500 元



99 年度 菁松獎徵文

菩提道上，點滴都將是生命中珍貴的因緣，唯有自己能在時刻覺知中，捕捉生命傾注當下的雕痕。

竭誠歡迎您，踴躍地與我們分享您珍貴的修學紀錄。

【收件日期】

即日起至 99 年 06 月 30 日止

【注意事項】

1. 請勿一稿數投。
2. 本刊對來稿有刪修權。
3. 入選與否，均不退稿。
4. 入選稿件，版權屬本刊所有。
5. 得優先刊載於本刊及學院網站。
6. 稿件請用電腦打字，列印於 A4 白紙與磁片一併交寄。
7. 來稿請附出家法名、發表時之筆名、通訊地址、電話、傳真。

【來稿請寄】

60444 嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州 49-1 號
香光尼衆佛學院學務處 收
或 e-mail 至 hkbi@gaya.org.tw

- 97/07/20 本院圖書館接受中華民國圖書館學會專門圖書館委員來訪之報導，刊載於該會會訊第 148/149 期。
- 07/30 圖書館館長自衍法師出席國家圖書館舉行之「圖書館統計工作標準化推廣計畫——專門圖書館統計工作座談會」。
- 08/11 圖書館館長自衍法師應邀出席國家圖書館舉辦之「台灣出版參考工具書評選會議」。
- 08/12 舉辦第二次預修生、行者入學考。錄取預修生惟樑師、輝風師，隨學般若一；另錄取行者一位。
- 08/15 本院師生依香光寺僧伽藍結夏安居竟，由院長悟因法師主持解夏儀軌。
- 08/24 院長悟因法師應新港獅子會潘會長之邀請，於新港香藝文化園區舉行三場的心靈佛學講座，時間：8/24(日)、9/7(日)、9/28(日)，主題：佛陀的啓示。本院部份學生前往參加。
- 08/28 舉辦九十七學年度下學期註冊及開學典禮，典禮主題：「源頭活水來」。
- 08/29 舉行禪一，由見雍法師擔任糾察，帶領慈心觀及修法提示。
- 09/18 院長悟因法師出家五十二週年紀念日，學院師生為院長慶生，於晚上舉行普佛共修，並請院長帶領全院師生點燈祈願及開示。
- 09/20 本院歷年典藏之照相底片全數轉為數位光碟備存。
- 09/21 嘉義安慧學苑舉辦研讀班謝師宴，本院兩位行政法師及八位三年級以上學生前往應供。
- 09/27 本院全體師生前往嘉義安慧學苑，參加香光講座系列活動，此次由李燕蕙老師演講，主題：「釋夢～自我觀照與心靈成長」。
- 本院圖書館於印儀學苑舉辦「佛教印經事業發展論壇」論壇活動，與會人士約 100 人參加。
- 10/07 本院圖書館歷經三年時間完成《菩提樹》紙本雜誌 1 至 444 期數位化製作，圖書館館長自衍法師至台中仁愛之家造訪雜誌發行人朱斐老居士，展示結果及討論紙本數位化的相關問題，此數位期刊全文資料已置於圖書館之「期刊全文資料庫」提供檢索。
- 10/11 本院全體師生於香光寺，參加香光講座系列活動，此次由鄭石岩教授演講，主題：「在生活中行禪」。
- 10/19 院長悟因法師為 Chodron(丘準)法師的女弟子 Tarpa 法師講解持戒問題，並捐款給 Chodron 法師美國的道場 Sravasti，以資助藏傳尼師建設良好的修學環境。

- 10/30 五位沙彌尼：空岸師、道明師、道哲師、慧如師、見燈師，前往高雄光德寺求受三壇大戒，為期六十天。
- 11/01 圖書館館長自衍法師撰寫書評——〈中國諸佛菩薩羅漢大典〉，刊載於《全國新書月刊》第 119 期。
- 11/02 本院全體師生參加香光尼僧團所舉辦的封山密集禪修，為期二十天。由緬甸燃燈法師指導，自鼎法師擔任翻譯，法門以安般念為主。
- 11/22 本院全體師生參與香光尼僧團法義交流，為期二天。研讀《解深密經》〈分別瑜伽品第六〉，由見晉法師講授。
- 11/26 本院圖書館協助「華嚴專宗研究所成一圖書館」加入「佛教圖書館聯合目錄」系統。
- 12/06 本院圖書館參與 97 年度中華民國圖書館學會會員大會海報展，以「e 起來藏經樓尋寶」及「我的名字叫志工」二個主題參展。
- 12/12 為慶祝院長悟因法師七十大壽，香光尼僧團舉辦印度朝聖之旅，由院長親自帶領法師及居士前往，並傳授在家三皈、五戒、菩薩戒，為期十天。
- 12/28 舉辦新生入學考試，錄取道善師、紹果師、義風師、見洵師四人。
- 98/01/03 圖書館館長自衍法師受臺灣大學中文系「當代經典詮釋多元整合學程計畫」，其中「中國佛教典籍與文化」分項計畫主持人趙飛鵬教授邀請，為其編輯之《經典詮釋學程初階》一書，撰述重要的佛教解題書之簡介及評論，作為學生基礎讀物之參考。
- 01/04 舉行「各門學習檢討會」暨九十八學年度請執，主題：「真實比完美更好」，為期一天半。



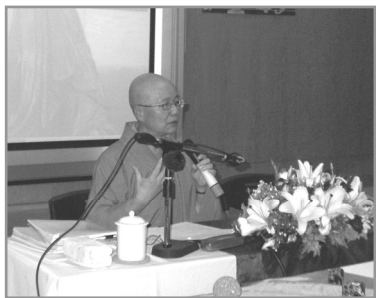
五門學習檢討會「真實比完美更好」，圖為大
堂報告。(本刊資料)



院長與 97 學年度畢業生合照，左起為性通師、
覺淨師、延皓師、院長、圓天師、蓮貴師、見
碩師、顯宗師。(本刊資料)

- 01/06 九十七學年度專二、般若四畢業生「專題報告發表會」，計有性通師〈僧伽用物規範之探討——以《四分律》為主〉、圓天師〈探討印度佛教「遊行」的意涵——以《阿含經》為主〉、覺淨師〈從建立佛教業說談修道——以《中阿含經·業相應品》為主〉、顯宗師〈沙門莊嚴之探討——以《瑜伽師地論·聲聞地》為主〉、蓮貴師〈《金剛經》教材編輯〉、延皓師〈藏傳佛教噶瑪噶舉派大寶法王轉世制度對修道的啓示〉與見碩師〈《雜阿含經·六入處相應品》選讀〉共七篇。
- 01/10 舉行九十七學年度「畢結業典禮」，有專二學生性通師、圓天師；般若四學生覺淨師、顯宗師、延皓師、見碩師，共六位學生畢業。
- 01/16 圖書館館長自衍法師出席實踐大學「圖書館的原鄉路——部落、部落格、圖書館」研討會。
- 02/18 舉行「新生入學始業式」，般若一惟樑師等六位同學參加，為期二天。
- 02/20 本院圖書館為提供讀者完善服務，特別建置「佛教資料庫整合查詢系統」，是一整合性查詢系統，單一界面即可搜尋圖書館十五個資料庫。
- 02/21 舉行九十八學年度上學期開學典禮，典禮主題：「迎向心海」。
下午舉辦專題講座：「如來藏經論導讀」，邀請恆清法師蒞臨演講，參加講座的學員除本院全體師生，還有來自各地的法師及居士。此講座共計 2/21 下午、2/22、2/28 下午及 3/1 四個時段。
慈光寺引介廣東五邑大學張遠華教授及湖南工業大學黃啓昌教授，前來本院圖書館查詢資料。
- 02/25 本院圖書館建置之「藏經整合目錄查詢系統」新增「永樂北藏」、「普慧大藏經」、「趙城金藏」三種藏經目錄完成。
- 03/07 本院全體學生參加香光寺佛三共修，為期三天。部分學生負責執法器及帶領跑香。
- 03/10 院長悟因法師率僧眾與居士共 19 人，前往南投蓮因寺瞻仰懺雲老和尚遺容，本院學生蓮貴師隨行。
- 03/11 本院圖書館編製「佛教典籍利用指引」供讀者使用。
- 03/12 圖書館館長自衍法師受臺灣大學中文系趙飛鵬教授邀請，至該校為其開設之「中國佛教典籍概論」課程，有關「佛學研究工具書介紹」的主題進行專題演講，演講題目為：「佛教文獻資源檢索」。
- 03/13 本院圖書館受僧伽醫護基金會之委託，協助《僧伽醫護》雜誌進行過期刊紙本數位化製作。

- 03/20 本院圖書館採購《宋藏遺珍》、《稀見民國佛教文獻彙編（報紙）》一套。
- 03/21 本院全體學生參與香光巡禮活動，負責引禮及駐站解說。本次香光巡禮增設「佛學院」一站，以投影片簡介學院，頗受好評。
- 03/26 大陸福建太姥山平興寺來院參訪，法師暨居士約一百一十餘人，由院長悟因法師致歡迎詞並簡介佛學院。
- 03/27 本院圖書館為提升「佛教圖書館電子報」發報效率，所開發之新版發報系統完成。
- 03/28 舉辦僧院體驗營，活動名稱：「探索心靈與大藏經之旅」。活動內容包括佛教大藏經介紹、山林行香、佛心相應、生活與禪及沙彌尼受戒觀禮。為期二天，共計二十名女青年參加。
- 03/29 本院傳授沙彌尼戒，般若一義風師、見洵師二位沙彌尼求授戒。恭請院長悟因法師為得戒和尚尼，香光尼僧團心鏡法師為教授阿闍黎。蒞臨觀禮者有戒子俗家親友、學院全體師生及僧院體驗營學員等七十餘人。
- 03/31 《2009 風格——台灣主要雜誌簡介》雙年鑑刊載本院圖書館資訊：紙本出版為《佛教圖書館館刊》；數位出版為「佛教圖書館電子報」、「佛教資料庫整合查詢系統」、「佛教期刊論文檢索系統」。
- 04/14 台中菩提仁愛之家祕書游青士與二位越南人士來訪本院圖書館。康軒學習雜誌 TOP945，請求本院圖書館授權使用貝葉經相片。
- 04/15 圖書館館長自行法師受「數位典藏國家型科技計畫——拓展台灣數位典藏計畫」舉辦之「佛學數位典藏資源整合研討會」邀請，在「台灣多樣性數位化資源調查」中，發表「資料庫檢索系統之建置：以香光尼眾佛學院圖書館為例」。



恆清法師導讀如來藏思想及經論。(本刊資料)



香光巡禮駐站解說，與台北印儀學苑的居士結一份法緣。(本刊資料)

- 04/16 佛教圖書館館刊第 48 期出刊。主題為：佛教印經志業（一）。刊載本院圖書館舉辦「佛教印經事業論壇」發表之論文。
- 04/23 般若四四位學生至高雄紫竹林精舍參加浴佛法會弘護；般若三以下十六位學生參加香光寺浴佛法會弘護。為期十二天。
- 04/27 大陸浙江寶善佛學院 6 位法師及 20 位居士來院參觀圖書館。
- 05/02 本院圖書館負責編輯《2009 佛教僧伽教育國際研討會——現代尼僧伽教育之回顧與前瞻尼僧伽研討會論文集》。
- 05/05 本院開設「研討法研習營」，以一行禪師〈請以我的真名叫我〉為研討素材，全體師生均投入參與，為期四天。
- 05/08 院長悟因法師率育導長及學生 15 人至南投真如精舍，向^上道^下海律師請結夏安居教誡。
- 05/10 結夏安居始，由院長悟因法師擔任和尚尼帶領大眾結夏，^上道^下海律師為依止阿闍黎。境內安居者有 39 位比丘尼、5 位沙彌尼，共 44 人。
- 05/12 舉行禪七，由院長主七，見寰法師擔任糾察師，法門以安般念為主，輔以佛隨念及慈心觀。
- 05/25 為慶祝本院辦學 30 年，由本院圖書館負責編輯出版三本紀念刊物，包括：院長悟因法師開示集《以是因緣》、學生作品集《湧泉之歌.2》及《香光尼眾佛學院教學設計彙編》。
- 05/29 中國評論通訊社報導院長悟因法師於 5/22 時接受中評社高層訪問團拜會與專訪之內容。院長認為，應以開放的心，推動比丘尼教育，積極栽培人才，並服務社會。
- 05/30 為慶祝香光尼僧伽教育發展三十週年暨院長悟因長老尼七秩大壽，本院全體師生至台北艋舺龍山寺板橋文化廣場，參與香光尼僧團所舉辦之「2009 佛教僧伽教育國際研討會——現代尼僧伽教育之回顧與前瞻」，為期二天，現場並有「當代尼僧伽教育展覽」。



以研討法探究〈請以我的真名叫我〉。(本刊資料)



在院長帶領下，向^上道^下海律師請教誡。(本刊資料)

於國際研討會上，同時致贈與會來賓，本院慶祝辦學 30 週年之紀念刊物《以是因緣》等三書。

- 06/02 在院長悟因法師陪同下，國際研討會之外賓至本院參訪，並舉辦交流會：由韓國本覺法師及美國圖丹·丘准法師為同學開示，另外，美國慧空法師、德國蔣把·卻准法師、印度(西藏)寶成法師、越南靜光法師、馬來西亞真願法師、加拿大真如法師及千佛山兩位法師均為同學簡短提攜一番。爾後外賓向院長請法，談論佛學院的學習內容及院長的教育理念。
- 06/05 本院圖書館提供國家圖書館 98 年度圖書館年鑑編輯三個條目，內容為：海報展——「我的名字叫志工」、「e 起來藏經樓尋寶」、香光尼眾佛學院圖書館完成《菩提樹》雜誌數位化、關懷佛教出版品——舉辦「佛教印經事業發展論壇」。
- 06/27 舉辦預修生及行者考試，各有兩位報名參加。
- 06/30 本院圖書館之「藏經整合目錄查詢系統」新增「房山石經」目錄。
- 07/03 舉辦九十八年度學生安居自恣會，主題：「悲願、力行、和合」，為期二天。
- 07/04 舉辦「畢結業典禮」，畢業生為般若四蓮貴師，另有兩位行者結業。
- 07/05 暑假開始。
- 07/18 本院圖書館自衍法師、自正法師出席「中國佛教會在台復會六十年」所舉辦之「民國佛教高僧研討會」。
- 07/24 圖書館館長自衍法師受聘為臺灣大學文學院所屬「佛學數位圖書館與博物館」之「諮詢委員會」委員，任期二年。
- 07/28 內政部舉行 97 年度「興辦公益慈善及社會教化事業績優宗教團體表揚大會」，院長悟因法師代表伽耶山基金會接受績優頒獎表揚。



在大殿舉行結夏安居。(本刊資料)



自恣會以「坦然」等七個子目標帶出自恣精神。(本刊資料)

香光尼衆佛學院九十九學年度招生

提供您一個開發生命潛能的機會

■ 三大教育特色

- (一) 落實寺院生活的學院教育。
- (二) 兼顧個人生命的解脫與菩薩行願的實踐。
- (三) 活潑、雙向的教學法，訓練思想的啓發與觀點的表達。

■ 三門課程教學

- (一) 解門——探尋佛陀的智慧
課程分為：法義類、律儀德養類、教史制度類、人文社會學類。
- (二) 行門——挖掘生命的寶藏
課程分為：中國梵唱、儀軌的學習與止觀的修習。
- (三) 弘護門——長養僧格，落實弘法護教的使命
 - 1. 生活課程——陶養健全僧格，在生活中養成關懷群己的生命態度。
 - 2. 執事課程——鍛鍊領衆人才，在執作中培養正知與正念。
 - 3. 弘護課程——參與弘護活動，在活動中體驗身為世尊使的責任與使命。

■ 學制：修學年限四年

■ 在學待遇

- (一) 學雜費全免，供膳宿、臥具、教科書，表現優良者，提供獎助學金。
- (二) 交保證金貳萬元，畢業後退還。

■ 報考須知

- (一) 報考資格：十八至四十五歲，高中（職）畢業以上之沙彌尼、比丘尼。
- (二) 報名時間：即日起至九十九年一月十一日止，簡章、報名表備索。
- (三) 繳交證件：報名表、自傳（一千字以上）、推薦函、戶籍謄本、最高學歷畢業證書影本、公立醫院健康檢查證明書（最近三個月內，體檢項目請來電洽詢）、國民身分證影本、最近兩吋半身照片三張。
- (四) 甄試時間：民國九十九年一月十七日。經審核合格者，將個別寄發錄取通知單。

香光尼眾佛學院附設行者學園

九十九學年度招生

■ 宗旨

秉承佛陀化導世間的悲懷，接引有志出家的女青年，長養出離心、菩提心，參與弘法利生的志業，續佛慧命。

■ 課程特色

- (一) 出家本願的辨識——引發個人認識、澄清自己的初發心，並記錄每日生活的省思。
- (二) 出世知見的建立——引導個人正確認識出家的意義與目的，了解僧團存在的使命。
- (三) 生活修持的輔導——協助個人了解行持的重要、領執的意義以及生活的行止儀則。

■ 學制：修學年限一年

■ 在學待遇

- (一) 學雜費全免，供膳宿、臥具、教科書。
- (二) 交保證金伍仟元，結業後退還。

■ 報考須知

- (一) 報考資格：十八至四十歲，高中（職）畢業以上，未婚、身心健全，欲發心出家之女眾。
- (二) 報名時間：即日起至九十九年一月十一日止，簡章、報名表備索。
- (三) 繳交證件：報名表、自傳（一千字以上）、戶籍謄本、最高學歷畢業證書影本、公立醫院健康檢查證明書（最近三個月內，體檢項目請來電洽詢）、國民身分證影本、最近兩吋半身照片三張。
- (四) 甄試時間：民國九十九年一月十七日。經審核合格者，將個別寄發錄取通知單。

■ 報考通訊

住址：60444 嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州四十九之一號。

電話：(05)2540359

傳真：(05)2543213

網址：<http://www.gaya.org.tw/hkbi>

E-mail：hkbi@gaya.org.tw

交通：嘉義火車站旁，搭乘往內埔、番路、塘下寮之公車，於舊社站下車。

車程約三十分鐘。（詳細公車時刻表，請見本院網頁。）

青松萌芽

香光尼眾佛學院院刊 第十五期

中華民國八十五年九月創刊

中華民國九十八年九月出刊

發行人：釋悟因

總編輯：釋自穉

主編：釋見雍

美編指導：雅堂設計工作室

執行編輯：釋行智 釋見沅

發行所：財團法人伽耶山基金會

發行地址：10056 台北市濟南路二段 36 號

編輯部：香光尼眾佛學院

聯絡地址：60444 嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州 49-1 號

電話：(05)254-0359

傳真：(05)254-3213

電子信箱：hkbi@gaya.org.tw

本刊網址：http://www.gaya.org.tw/hkbi

製版印刷：佑發彩色印刷有限公司

- ◎ 本刊屬贈閱刊物，歡迎來函編輯部索取。
- ◎ 讀者若重複收件或需變更地址，請來函編輯部，以便修改。
- ◎ 轉載本刊文圖，請先徵求同意。
- ◎ 郵政劃撥：19131030

戶名：財團法人伽耶山基金會

ISSN 1560-8336

邀請您

共同關心佛教僧青年的成長

《青松萌芽》是一份佛教僧青年就讀佛學院成果展現的雜誌，於民國八十五年九月創刊發行，竭誠邀請您發心助印。

香光尼眾佛學院 敬啓

【助印芳名】

參仟元整

蘇嘉慧

捌佰元整

莊皓安

壹仟元整

蔡早灼

肆佰壹拾元整

釋持旻

捌佰零四元整

釋見享

壹佰元整

釋見燈

捌佰元整

莊皓宇

【更正啓事】

《青松萌芽》第十四期助印芳名「蘇嘉『惠』」應為「蘇嘉『慧』」，謹此更正，敬請見諒。

◎以上助印芳名自民國 97 年 8 月 01 日至 98 年 7 月 31 日止