



行矣，阿難！

院長 釋悟因

「行矣，阿難！勿使我等受斯此恥也。」這是某一天的一大早，阿難正佇立在大婆羅門家門口為了世尊的小疾而乞乳，維摩詰居士恰遇阿難，對阿難所說的一句勸止話。

維摩詰居士告訴阿難，如果外道們聽到佛陀生病，一定會認為：「佛陀連自己都會生病了，哪裡還能庇佑別人不生病！」為此，維摩詰居士要阿難趕緊離去，不要再說佛陀身體有小疾而讓佛弟子們顏面盡失。

當阿難聽了維摩詰居士的這一番話後，正感慚愧困惑之際，卻聞空中有聲傳來：「行矣，阿難！取乳無慚。」聲中告訴阿難：「去吧！就去取乳，不要覺得慚愧。」佛陀身體之所以有疾，乃是因為現身於此五濁惡世之中，生病是為了度脫眾生所示現的。

聽了這兩番的言論，你決定選擇哪一個？是留下來乞乳？還是趕緊轉身走人？

阿難身為佛陀的侍者，孝順又恭誠，完全地付出。侍奉佛陀是大家給他的一個執事，是他的責任，而他也盡責，一大早就為佛陀出來乞乳。但是，他卻在受到維摩詰居士的訶止後，呆立地不知如何是好。這中間，並沒有誰責難誰，而是提出辯證。往往一件事情發生了，張三這麼說，李四那麼說……。這些言論，我們聽懂了沒？要學會聽，要能辨別釐清，抓到重點，把問題的核心抓出來，與自己的信仰對話，這就是「辯」。這樣，雙方對話才有焦點，問題才有得解。

另外，呆立的阿難，是否也把眾人委給的責任落掉了呢？現在正在執行的工作是責任，就要進一步地承擔起來！有責任、有承擔、有願力地在因緣法中接受這樣的因緣，透過辯證，給自己一套說法，當下執行這個因緣。要做，就安心地去做，告訴世人：「這是我的身分、我的職責，我決定要這樣做！」

現代僧人該有的修養與視野，是當事情發生的時候自己有辯證與承擔的能力。不要被人家一句話就嚇呆了！要清楚——這就是我的信、我的願、我的行。

如此，就去吧——行矣，阿難！就照著你的計畫，進行吧！

目次

教與學

行矣，阿難！ 院長 釋悟因 1

編輯手札

願・我願意 編輯組 4

師長的話

發光發熱 維摩詰 院長 釋悟因 6

打開黑房子的金鑰匙 副院長 釋見可 19

伽耶山交輝

聽和諧之聲——梵唄錄製專輯 編輯組 26

實況報導篇——打開錄音之門 28

學生篇——錄音饗宴・心得迴響 31

師長篇——通往錄音之法 38

經典篇——禮讚阿彌陀佛 43

樹之歌

塵勞佛事

18 次的練習 釋見澧 48

愈害怕愈會遇到 釋見祝 50

立體的《法華經》 釋妙慧 51

快樂的鑰匙 釋寂海 52

禮物 釋印舒 54

一百次的耐心 釋見滋 55

輪軸 釋見聞 56

此時此刻 釋弘覺 57

禪觀隨筆

有慈心 無瞋心 釋印舒 58

「怨敵」的根源 釋見澄 59

我也「禪」一下 釋祖樂 60

與「我」和解 釋宏興 61

苦樂的湧泉 釋印學 62

月映千江

我哭過、笑過…… 釋惟煦 63

「畫畫美學」講座之作品 65

白房子 釋廣慧 73

舞出節奏 釋見聞 74

梵唄是瑰寶 釋印文 75

法海悠游

領導者之「隨」 釋印幸 78

極端 釋道琳 79

僧路 釋印文 80

粗茶淡飯 釋恒晉 82

行者苗圃

我的發現 林行者 84

老師，謝謝您 關行者 85

香光書苑

略探「菩薩不於空法作證」之意趣 釋見融 86

學院新聞

學院記事 100

精選記實

校外參訪——彰化鹿港古蹟巡禮 105

學者來訪——體驗台灣尼僧教育實況 106

專題講座——畫畫美學 107

專題講座——漢傳禪宗道場修學法要 108

執事教育——千佛護持、道場六好 109

105 年僧院體驗營——淡泊最有味 110

香光 105 智慧青年營——有愛超自信 113

菁松獎徵文 112

招生簡章 118

助印芳名 120



願・我願意

編輯組

暑假到了！也代表著院刊三人小組忙碌的「編輯生活」開始了！

進入編輯組的第一天，三人興高采烈地在白板上寫著這兩個月的進度，興致滿滿的期望著：能夠文思泉湧且高效率地順利完成院刊。實際上，往往是看著桌面的文稿，聽著窗邊的蟬聲，望著和煦的陽光，腦海裡卻是一片空白，遲遲無法下筆。背後的白板不斷地提醒著進度，因此陷入一陣恐慌，想逃離這一切。所幸，副院長及師長們熱切關懷、組員們腦力激盪及支持，加上國瑩老師的指導，總算能夠安住當下，安穩地完成。

在這段編輯院刊的日子裡，我們學習邀稿、撰稿、潤稿、校對，一步步慢慢地探索。這次尤其有福報，在國瑩老師專業、細膩、活潑的指導下，使我們學習到很多文字修潤的技巧，讓作者的話不失原味，文意卻能精簡的表達出來。在楊雅棠先生及蔡幼華主編的指導下，我們了解到文章的編輯可以有許多變化，也了解到如何呈現一本雜誌。

《青松萌芽》幾乎集合了佛學院全體師生的文稿，有豐富多元的書寫風格。在修改及編輯的過程中，為了避免扭曲作者的原意，我們得要進入作者的世界。首先，我們必須放開自己所有的想法——「刪掉我看不懂的文字」、「我覺得應該這樣比較好」、「我的看法是」……然後才能全心投入對方的文意之中。另一方面，我們要當一名讀者。作者所要表達的意思，讀者能了解嗎？編輯者穿梭於作者與讀者的世界，不能有一絲絲自我的觀點，不能只站在自己的角度。這何嘗不是另一種有趣的修行方式——從文字中，放下自我。

本期「師長的話」，院長悟因長老尼再度講授《維摩詰經》，闡述維摩詰居士的光與熱，讓佛陀的十大弟子又敬又怯的維摩詰居士，到底提了什麼建議？文中院長有進一步的解說。副院長見可法師在密集禪修開示中，以「黑房子」的故事提點我們不要因為執著而困住了自己，並且教導我們如何修習不執著。

在 105 年 6 月底，佛學院與香光莊嚴雜誌社合作梵唄錄製，在「伽耶山交輝」〈聽和

諧之聲〉裡，記錄了全體師生錄音前後的過程。在練習和錄音的過程中，一句「阿彌陀佛」，我們數不清重複念了幾遍；一首曲子，我們數不清重複唱了幾遍。我們不在乎重複了幾遍，只為了圓滿我們的願——關懷世間。

「樹之歌」是學生們的文字記錄，共同描繪出這一學期的活動，在解門、行門、生活、弘護和執事五門中，大家一起攜手走過的修學歷程。其中，也輯錄了同學們在「畫畫美學」講座中，實際畫樹的彩色畫作。

「香光書苑」帶著大家〈略探「菩薩不於空法作證」之意趣〉，見融法師從四個面向來探討：一、略述不於空法作證之空義；二、「不證」之意趣；三、不於空法作證之動機；四、不於空法作證之要件。

「學院新聞」輯錄了佛學院的大事記，以及 105 年智慧青年營的報導。除此之外，更有六篇各類活動的精選記實。

院長在《青松萌芽》創刊號裡寫道：「從初出家到蛻變為住持佛法的宗教師，其心路歷程是個人成長中不可磨滅的生命經驗，值得將它整理、記錄、保存。院刊的發行，鼓勵學生坦然的面對自己，不論是來自內心或外在的喜怒哀樂……與他人分享……。」因此，《青松萌芽》是一本如實記載修行生命的日記本，記錄了我們滿願過程中的點點滴滴；呈現著小小青松的我們，如何展露生命的光芒、如何走過修行的旅程。漸漸的，我們期待自己能長成一棵堅忍不拔、為眾人遮蔭的大樹。

院刊的編輯過程中，一個句子，我們數不清重複讀了幾遍；一篇文稿，我們也數不清重複修了幾遍。我們不在乎重複了幾遍，只為了圓滿我們的願——編出一本有閱讀價值的院刊。這些付出，我願意！

「願」讀者透過《青松萌芽》，能一起圓滿心中的願，展現生命的光與熱。

現在，邀請您，來細細的品嚐這一段修行的美好歷程！



發光發熱 維摩詰

院長 釋悟因



維摩詰居士，這部《維摩詰經》的靈魂人物，有錢、有權、有貴，名聞四方。
聽說他生病了，有人趕忙地想去看他；有人卻不敢去看他。
他，究竟是何許人也？讓我們隨著經典來看看
這位居士如何「方便入人間」、如何掌握住「忍」、耐得住「隨」、洞見通「病」。

有一居士：維摩詰

在《維摩詰經》〈方便品第二〉中，主角維摩詰居士登場了！聽說，他生病了。
聽聞他生病了，城裡老幼上下，大家趕緊弄個什麼好吃的、好喝的去看他，也是探病。這樣一位居士，平日廣結善緣、樂善好施，對僧團很是護持，對大乘三寶信受奉行，對當時的僧眾也提出了很多的看法，層面廣涉經、律、論，見地之深廣，常讓僧人們碰他的軟釘子。這讓當時的僧眾們，甚至，連佛陀的十大弟子也對他又敬又怯，遲遲不敢去探望他。他，就是這部經典的靈魂人物，有錢、有權、有貴，名聞四方的維摩詰居士。

有人趕緊地想去看他；有人即使讓佛陀開了口，也不敢去看他。這當中，有人問、有人答、有人疑、有人默、有人……如何如何地。於是，寫下了那麼多字，成為一部經典，用現代的語彙來說，它是一部以成佛為主的終身學習經典。這部經是一把鑰匙，一把佛法的鑰匙，裡面全是維摩詰居士的信願、慈悲與方便。

全世界的宗教學、社會學、人類學、哲學、政治學，乃至我們用什麼角度看待佛經，都是在為這個世間的安頓與提升找出路。維摩詰居士也是，他發了菩提心，「信願」這個世間能夠好過活，每個人都可以適得其所，得到安頓。而這個信願建構在「慈悲」之上。慈悲，就是我願意。只有慈悲，才能突破世間的對立、艱苦。也因為慈悲，所以，才會有辦法，想盡辦法地為大家找一個安立，這就是「方便」。這「三綱」全部都是為了讓世人有個安頓，這就是我們非學不可的一把鑰匙，它是一部永遠寫不完、讀不完的經典。

方便入人間

欲度人故，以善方便，居毗耶離。

資財無量，攝諸貧民；奉戒清淨，攝諸毀禁；以忍調行，攝諸恚怒；以大精進，攝諸懈怠；一心禪寂，攝諸亂意；以決定慧，攝諸無智。

「善」是什麼？善是親善巧妙，不造成傷害。「方便」是什麼？「方」就是辦法；「便」就是適宜的、有利的。簡單地說，「善方便」，就是巧妙地用最適宜、最有利他人的方法來協助對方。用這樣的善巧方便來度人，為的是讓人有個安頓、有個提升，而且不必等待人家來請，是主動地去跟人家結緣，做眾人的「不請之友」。這就是維摩詰居士的慈悲，也是他弘法的熱情，不放棄任何教育的可能。

在這段形容他的經文中連續用了六個「攝」字。「攝」，就是引持，就是牽提。維摩詰居士資財無量（布施）、奉戒清淨（持戒）、以忍調行（忍辱）、具大精進（精進）、一心禪寂（禪定）、有決定慧（智慧），除了自身廣修菩薩六度外，面對貧困的人，教導脫貧的方法；對於不能持淨戒的人，以自身示範；對於怒恚生氣的人，說以忍辱；對於懈怠的人，導以精進；對於心煩意亂的人，攝教靜定；對於無智的人，以智慧牽攝。這就是維摩詰居士，他對當時的人們，乃至對佛陀的十大弟子舍利弗、目犍連、大迦葉……也都是「攝」，都是「善方便」。

大家能在社會中安心地讀書、工作；在家庭中過日常的生活，除了是自己的善根福報之外，還要感恩四周圍陪伴我們的父母、師長、同學、工作夥伴……乃至每天為我們處理垃圾的人。這些人的身上都有個東西，可以讓大家安心地生活、工作，那是什麼？那就是「攝」。我們彼此之間相互幫助、拉拔、庇蔭。有時，儘管被管得很厭煩，被唸得很不愉快，但不也是這樣走著過來、安然地過著日子嗎？這些，我們都要心懷感激。

從大迦葉於貧里乞食，看維摩詰的攝諸貧民

憶念我昔，於貧里而行乞，時維摩詰來謂我言：「唯，大迦葉！有慈悲心而不能普，捨豪富，從貧乞。……」

在〈弟子品第三〉中提到：大迦葉尊者專找窮苦人家乞食。這是二千五百多年前的事，當時的維摩詰居士，為這件事向大迦葉尊者提出了質問：「有慈悲心而不能普，捨豪富，從貧乞。」他是當時這個國家中很有成就的一位居士，他從居士的角度給佛教建議，給僧眾「建議」。維摩詰居士直指大迦葉尊者有慈悲心而不能「普」，這個「普」是什麼？普，就是普遍，就是平等。貴與賤之間；貧與富之間，應該可以有個連結。大迦葉尊者往貧里乞食，當然有他特別照顧的用心。但是，除此之外呢？這個表法說了什麼？象徵的意義是什麼？他有扶植到這些人嗎？有讓這些人能自力翻身嗎？

大迦葉尊者乞食為吃，我們世人永遠也都要吃。「吃」勢必無可避免；「吃」，同時也是與世間接觸的一座橋梁。一粒盤中飧，背後藏著百工的多少辛勞，我們從別人身上取得，提供了什麼回饋？真正關懷的是什麼？只有貧富問題而已嗎？

限的對立

大迦葉尊者，佛弟子中苦行第一，他有他的成就。但是，他同時也劃定了一條線——到這裡就可以了——這就是病，病在一個「設限」。不是不用功，而是他把自己的能力限鎖住。

有限，就會與人對立，就會苦惱眾生。大迦葉尊者專找貧戶乞食，從表象來看，那被乞食的人家，不就像是被貼上了標籤，告諸大眾：「我是貧戶，永不得翻身！」不是這樣的，反過來，應該要思考的是貧與富之間的連結：「他們有沒有改善的可能？要如何幫助他們真正地脫貧？」

給魚？還是給釣桿？

南泉普願禪師（西元 748 年－ 834 年），唐代著名的禪宗大師，養牛耕種三十年，自給自足。臨終時，弟子問他：「要去哪裡往生？」禪師回答：「要到山下做一頭水牛。」這是禪師的悲願行，不要以為他是去當畜牲，他是要去教他們耕種，讓貧農的經濟好轉，讓他們的子女可以受教育，有翻身的機會。佛法講的，包括國計民生都要

安頓。

要從整個社會來看待——那些在陰暗處的人，該如何過活？這不是只有給錢、或讓他們種種福田而已，而是要能從整個制度上給予照顧，這才是真正的幫助。

突破「圍限」

回頭看大迦葉尊者的乞食，那一粒米，是與社會的連結。除了知道那一粒米的來源之外，更需要知道的是——我們還可以做什麼？那一粒米，絕對有我們可以回饋、付出之處。

《維摩詰經》之所以為大乘法門、菩薩法門，就是維摩詰居士幫大家提點出「方便」——還有更多可能的方法，可以跟世間結合，幫助人們有個安頓。就拿佛教的乞食來說，為什麼佛陀要制定出家人必須托鉢乞食，因為，那是一個接觸點。從這個接觸點，我們可以看見困難的貧窮人家；我們也會遇見生活放逸，沒有目標而懈怠的人；甚至，也可能碰上對我們無理取鬧的人。這個時候，我們有感覺嗎？我們有想到什麼了嗎？這樣的一個機緣，我可以做些什麼？

佛陀的十大弟子，都是佛教聲聞的代表，都是證果、境界很高的一群人，並非泛泛之輩。維摩詰居士，他做不請之友，對他們逐一提出質問，為的是把他們提到自己的肩膀上，讓他們可以站得更高，看得更遠，窺見更大廣角的天空，打破自己原來的圍限，打開心量，有遠見、有能力可以為人們尋找曙光與希望。

善方便：一股安頓的力道

佛教常說成就淨土，但世間真會有淨土嗎？與其說淨土，不如說，是有一個地方，大家可以安居樂業、國泰民安，那也是好的。從接觸點開始感覺，我可以做什麼？我能做什麼？打破自我的圍限，與對方的成長故事連結，尋找可以幫助的資源，給予支持的力量，這就是「安頓」。「善方便」的背後一定要能安頓人的身心，尤其，心的安頓更甚於身體的處理。維摩詰居士住在毗耶離城，就是在那裏發揮他的攝導力，以各種方便，創造讓大家都可以安頓身心的環境。

「忍」的掌握

雖為白衣，奉持沙門清淨律行；雖處居家，不著三界；示有妻子，常修梵行；現有眷屬，常樂遠離；雖服寶飾，而以相好嚴身；雖復飲食，而以禪悅為味。

現實生活與修行原則的掌握

這段經文的涵義是「雖然……但是……。」雖然，我覺得那個東西擺在那個位置上，也是可以的；但是，那個角度我不太喜歡，所以，我就把它調一下。我們還是會有感覺的，對空間、對時間、對人與人之間……不是無感覺的。正因為「有感覺」，所以我們會有抉擇。我們不都是存活在這樣的抉擇世界裡嗎？

維摩詰居士，真實生活的樣貌是與世間人一樣的，有老婆、有小孩，衣著適當符合身分，也與世間同飲食；這樣一位在家修的居士，卻可以奉持律行、常修梵行、以禪悅為味，過得像是出世修行般清淨無染。然而，面對維摩詰居士的清淨無染，他的妻子有什麼感覺？而又是誰，應該調適？

「示有妻子，常修梵行」

「示」，就是顯現予人。維摩詰居士是有妻子的，「常修梵行」是維摩詰居士內心所嚮往的。可是，娶了一個妻子進門，如果相敬如「冰」，這算是哪門子的「示有妻子」？也沒有這樣的菩薩！因此，這其中需要抉擇。所以，維摩詰居士的「常修梵行」，指的是有節度的。而「度」，就是該怎麼樣，就怎麼樣。

說個故事：一位比丘走在小徑上，迎面而來一名女子。他見女子明眸皓齒，動了情，但這是第一念；第二念，他馬上告訴自己：把她觀成白骨。這就是「抉擇」。這些，不是當作什麼事都沒有，而是一種修行原則的掌握。

維摩詰，一位在家居士，處紅塵三界之中，他一定要先取悅妻子，將她安頓好；然後，轉身往內看，握住自我內在的和諧均衡，這就是持戒，就是接受。「忍」，就是在內心抉擇以後，接受安頓自身的方法。

當我們在看待這些現象時，不要以為自己眼睛所看；鼻子所聞；耳朵所聽，都可以

不當作一回事。不是的，這些維持和諧的事相，還是需要的，要當作一回事！調一下，要的是它的和諧、中道、平衡。這是一秤之間兩端的持守——事相與理論、因與果、空與有、自與他……之間，趨向的角度、力道的掌握，是和諧而且均衡的，這就是「抉擇」，也是「中道」。

「雖復飲食，而以禪悅為味」

維摩詰居士，他來到人間，也是父母所生，所以有這個身體，也要用飲食來維持它；但是，除了以飲食維持色身之外，他也好樂以禪悅為味。同樣地，他也必須在這之間抉擇，達到自他、內外的安頓。

這個色身，雖然是無常、苦、空，是汙穢的，但是，它確實是個法寶。修道，還是要從這個身體開始，借假修真。就像是煮飯，也需要有鍋子、柴火做緣啊！身體既是父母所生，交給你使用、保管，你就必須將它照顧好，要把這個色身用久一點，才能夠在社會、僧團中栽培福德、智慧、因緣。要實現理想，不是單槍匹馬就可以完成的；還需要有修道的、護法的、工作的夥伴，大家一起來完成理想——要從長遠的菩薩道來看待我們的資糧。

「隨」的能耐

維摩詰居士的身分是：

「入治政法，救護一切」，是一位立法委員，有時候，上國會大廳參與立法政治。

「入講論處，導以大乘」，是一位理事長，有時候，受邀到團體中宣講大乘佛法。

「入諸學堂，誘開童蒙」，如一位家長會長，偶爾，也被請到學校跟小朋友說話。

「入諸婬舍，示欲之過」，是一位董事長，為了應酬之需，偶爾也得去淫舍繞一繞。

「入諸酒肆，能立其志」，是一位大老闆，必要時，也得去歌舞酒廳與人談生意。

維摩詰居士，一位學佛虔誠的人，他的信仰是什麼？他做了什麼行為、說了什麼話？擁有多重身分的他，進出多元的場合，幾乎無所不在，卻都能入境隨俗，感受現場的氛圍、大眾的需要，說出適當得體的話語，讓人聽了很是受用。這已經不是從單一身分、單一角度就可以窺見的，而是一個整合。維摩詰居士的作為，可以用「隨」這個字來形容，從小學生到大老闆，層次、根基、地位迥異，但維摩詰居士卻都能

「隨」其方便。

淫舍、酒肆、博奕，這些都是社會各行各業的存在。賣酒、賣淫、開賭場起家的富豪們不少；就連國家也是賣兵器、炸藥在賺錢。我們當然不可能去做那樣的事，我們只是平凡認真過生活的人，但是，站在社會關懷的基礎上，我們要用安頓大眾的角度，重新看待這些問題，不能置身事外；而且，有需要我的地方，我就去為大家處理。這也是維摩詰居士值得我們學習的地方。

「入諸淫舍，示欲之過」

以前台灣的淫舍是正式列管的，就是所謂的「綠燈戶」。現在，政府將它取消了。但是取消了，就不需要了嗎？跑船的人、軍人或者單身的人，需要的時候，該怎麼辦？當看到這樣的社會現象時，我們用什麼角度視讀。欲界眾生的欲求，還是有的，需要有人處理、把關。我們各自持好自己的戒律，潔身自好；也應當要知道這世間在說什麼，那欲過的後患是什麼。這樣，才有辦法保護自己，也可以引導人們過好家庭生活。

「入諸酒肆，能立其志」

有居士說，現代人談生意怎麼可能不喝酒？但是，縱然要喝酒，卻自己不倒酒，還要請小姐倒，這已是醉翁之意不在酒了。這是社會的一種表相，也是另外一個討論的層次了。

社會不可能沒有這些事。但是，我們自己要能把住知見、掌握原則，要能從自己生活的這一套，推廣更合適人們情意的生活，可以告訴別人方法，也可以講得很清楚。

「隨」的背後是「空性」

這是一個豐富的世界，你腳踩在這塊大地上，看待男女、大小朋友、老弱婦孺、貧富貴賤乃至各種動物……都不一樣，顯見多元是必然的。社會也是開放而多元的，其中有不同層次的人；有不同面向思考的人；有各行各樣的人。這些人在看待同一件事情時，反應也都不一樣，這也是「隨」。「隨」，說明了這是個多元的社會，世間不會只有一套；「隨」，是以對方所看到的，我們以他的角度，決定用什麼方法與他溝通，這也是一種「方便」。

維摩詰居士之所以可以隨政治人物的眼界；隨小朋友的天真；隨大老闆的習氣……可以看到對方的根基，「隨」對方的角度切入說法，很重要的是，他掌握了「空性」，一種彈性的柔軟度。有空性，才有辦法放下身段；有彈性，才有方法教化世間——以對方為主。

但是，放下身段，得先提升自己；教化世間，得先充實自己。維摩詰居士所說的話，社會中的那些富者、貴者所以能聽得進耳，是因為他們彼此之間能力相當、資財相當，甚或，維摩詰居士略高一籌且德高望重。

這就是社會所謂的「平等」，維摩詰居士能受邀擔任那麼多的「長」，背後除了維摩詰家是富有的之外，更多的因素是，維摩詰居士是有能力的。而我們也是一樣的，一定要先讓自己翻身。「高高山頂立，深深海底行。」這是中國禪宗祖師說的。必須先拉高提升自己、充實自己，然後放下身段與大家在一起，才有方法可以教化影響世間。佛陀是刹帝利王族，用這樣的高階身分來說四姓平等，才有推廣的可能。我們每個人，要讓自己不管是德行、學問都站得住腳，又可以跟社會大眾處在一起，這樣才叫做「平等心」；這樣才叫做「有修有行」。

我們要學會看見經典與自己生活中的關係。當面對多元、矛盾甚至衝突的事情時，需要我去調解、處理、安撫的地方，我就去。用「空」的觀念及態度，與對方同在，「隨」他的根基；「隨」他的需要……自己可以聽得懂，可以把握得到問題的核心，也可以適切地表達出讓對方聽得懂的、做得到的改善方法，這才是這一部《維摩詰經》要告訴我們的。

「病」的洞見

若在刹利，刹利中尊，教以忍辱；若在婆羅門，婆羅門中尊，除其我慢；

若在大臣，大臣中尊，教以正法；若在王子，王子中尊，示以忠孝。

刹利是印度的王族；婆羅門是印度職司祭祀的高級知識份子，遊走在這些王公貴族、知識份子間，維摩詰居士備受尊崇，深受信任，總是成為其中之「尊」。因此，才有辦法對他們能「教」、能「示」、能「利」、能「喜」。

「若在刹利，刹利中尊，教以忍辱」

「刹利」，又稱刹帝利，位居印度四姓種族的第二階位，指君王及武士階級。他們掌握了國家的生殺大權，一聲令下，就可使萬千軍隊開戰出征。唐人李華寫的〈弔古戰場文〉描述：大戰後的河流裡全是血水，每次戰後，則必有凶年。

維摩詰居士面對刹帝利王族，為什麼要教以忍辱呢？戰場上死傷的全是男子——家中老小，誰照顧？田活，誰去做？當君王下令征戰之際，是否仔細考量過，除此一戰，別無他法了嗎？用經濟政策、用文化喊話、用結盟抵制……。中國歷史上，漢朝王昭君出塞和番，為什麼要和番？因為清楚強弱不一，並不是軟弱，而是要爭取時空換取壯大，這就是忍辱。名器，是權力；是社會所賦予的；是要拿來庇蔭老百姓的；不是隨便拿來揮舞的。這就是維摩詰居士要講的，這才叫做「說法」，才對得上社會的需要。

刹帝利手上擁有兵權，就是有病嗎？不是每個人都應該要忍辱嗎？難道刹帝利就沒有其他的病了嗎？不是的。而是因為，這是他們最凸顯、最有影響力的關鍵。大家要這樣看待，才能見到維摩詰居士在為大家把脈看病。

「若在婆羅門，婆羅門中尊，除其我慢」

「婆羅門」，位居印度四姓種族的最上位，指當時社會中的高級知識分子，職司學習又掌管祈禱，是神與人的媒介。握有最新的知識、最古的文化；專執祭祀的儀軌，有時也被奉作活神敬拜，即使是王族也不能及。婆羅門介在人與神之間，又常被當作是活神，在這樣的環境下，不免容易貢高我慢，所以，維摩詰居士教他們要除去高慢。

「若在大臣，大臣中尊，教以正法」

「大臣」，指的是從中央到地方各階層的政府官員。他們的病就在於：社會的法令規章，永遠不及應付當下發生的事，它永遠有漏洞，有不完美的地方，甚至也有它的黑暗面。然而，這些還是「法」，邪法亦法；惡法亦法；歪法亦法，它就是白紙黑字地寫在法典上。

當我們讀「正」這個字時，一定要想到另一個「政」字。「正」者，「政」也；治理眾人之事，叫政治。法雖可能不「正」，但還有人、還有執法的大臣、政府官員們。

這些人，才是真正的關鍵，因為他們必須處理眾人的事，必須「政」，這就是他們的影響力之所在、病之所在：「法」的落實，就掌握在他們的手中。「法」究竟是不是「正法」，「政」若能「正」，則是正法。這些政府官員若夠公開、公平、公益、公正……秉公地去處理法，就像北極星一般，位置正了，一切就自然地會有了安頓，自然地風調雨順、國泰民安。所以，維摩詰居士才會對他們說以「正法」。

在社會上，做一份工作，本身就是在處理眾人之事；領一份公職，更是一種政治的學習。治，就是管理，就是處理公事，這已不是個人的事，國家正法要能維繫社會安定，必須要有人能秉公地處理大家的生活方式、經濟謀生、健康福利……這樣，社會才能安和樂利，大家才能有個安頓，這樣，也是正法久住。

「若在王子，王子中尊，示以忠孝」

「王子」，他將來是要做國王的，不可輕視。整個國家的土地安定、百姓安居是他的責任；人民福樂也是他的責任，這是全國人民所託付給他的。他有責任要把整個國家照顧好，要為全百姓謀福利。而「忠」者，盡心誠意，忠誠地對待賦予權力給你的人。「孝」者，順也，也就是順著大家，讓大家都能好過活，社會安和樂利、政經太平。因此，維摩詰居士對王子示以「忠孝」。

在佛教，沙彌，也不可輕視，因為他將來是要做大比丘的。但是，現在還需要一段培福養慧的時間。做為佛陀的侍者，把佛桌擦拭乾淨，把供桌上的花瓶水換一換，讓大家來禮佛很是歡喜，這也是忠孝。比丘、比丘尼則是佛陀的法王子。佛陀被尊稱為法王，他將所證悟的解脫之法傳揚開來，讓世間有光，讓人們有希望。比丘、比丘尼學習佛陀的身語意，如法如行，將法繼續傳揚下去，所以也是法王子，讓世間永遠傳揚光明、希望，讓人們的身心可以透過學習，可以更安穩增上，這也是奉獻、也是忠孝。

攝化關鍵的影響力

從以上的經文，我們可以看到各形各類的人，因為身分的不同，而被賦予不同的責任。而每一份責任的背後，最關鍵的影響力在哪裡？維摩詰，一位學佛的居士，有著禪定的智慧、洞見的能力，可以睽見到每一個人的關鍵影響力，而且能相契地予以攝化，這就是教育，這也就是菩薩行！菩薩在哪裡？在社會的每個階層裡。像維摩詰居

士這樣的學佛人才，歷經了多少體驗，培養了多少智慧！而智慧用在哪裡？就用在這裡——可以讓社會生生不息地運轉！不僅是個人的生命，還有一群人的生命，都可以安心地活，這叫學佛，這才是慈悲。佛法在世間，就是要從事這樣的教育，這是續佛慧命，是信仰的加值、增上。

菩薩的人間責任

佛教的信徒，在追隨佛陀時，各有各的戒律；各有各的層次；各有各的才華，把自己的才華打開，也可以將佛法弘傳在世間，這就是維摩詰居士的示範。

我們不管是出家或在家，一直都與很多人相互影響著，但對於自己的社會、自己的僧團，有照顧到嗎？整個社會討論的貧富差距、高齡化、少子化……跟我們還是息息相關，我們能為這世間提供一點點怎樣的價值？當某件事情發生了，我們願意付出、願意報恩，認真地對待、體驗，完全地將身心融入其中，將這些體驗經過整理之後，成為自己的一部分而待用。世間的事情，不會一次就有解，問題仍會不斷地生起。當問題再發生時，能立刻觀察當下的因緣，對於眼前的這些人、這些事，清楚地知道該用怎樣最適宜的方法去處理、對待，讓對方也聽得懂，讓大家有辦法去做，這樣才能構成真正的教學，才是「方便」。

如果大家的責任心生起，也就會有那麼點兒願意，因為感恩，所以發心。菩薩行就是如此！不要一直覺得自己的工作或生活，好像都是在為別人做、為別人活。群居生活的方便，也可以成為修行的法門；生活中的點滴，也可以在經典中找到對話，找到自己的信願、慈悲、方便。

那一粒米

《禪林寶訓》云：「一粒米從信施口中分出。」僧人吃的那一粒米，是感恩的。從一粒米開啟與世間的連結，世間是相互依存的，我們每一個人吃到口中的那一粒米，背後有多少人護持著。《維摩詰經》強調的是：無論個人的學術、境界、願力有多高，還是要能「方便」入人間。大家吃的這一粒米，一定加進一些東西。

「Open your mind！」這是一個關鍵，要先把自已打開，把心量打開。面向世間，

看到我與人、自與他的關係是如此緊密地相互依存，彼此都有照顧的責任。吃進口中的這一粒米，「鋤禾日當午，汗滴禾下土」，我們拿什麼回報？是回報？還是分工？大乘，是從世間的需要來說，把自己所學的與大眾分享。

佛陀親自體驗修行，同時，也告訴世人他是如何地走過來的。自己的體驗，不能光停留在自己身上，而是要從自己身心上再轉出來，形成對世間的關懷，這才是慈悲；同時，也要有方法。就從自己內在開始，一面走一面驗證，透過體驗、整理，開始轉出來，這就是菩薩的光與熱。

世間不只是為了那一粒米。每個人在世間領一份工作，只要是親自去做，只要有痛癢、有感覺的，就是接觸點，責任就出現了。我們都深受別人的庇蔭，回頭問問自己：「我可以為別人做什麼？為世間做什麼？」菩薩的光度與影響力，就從這樣的信仰開始，而且願意投入。不管是報恩、行願……都曾經認真過。期許自己的深度與廣度，不斷地拓展，至死無憾。

從大迦葉尊者所乞食的那一粒米，我們開始說起。跟著經典，我們看見維摩詰居士那一份「不請而教」的熱情，看見他居家生活的樣態；他經營事業的能力；他參與活動的公關；他對人們影響力的洞見、教化……這些全部都是他的信仰、他的慈悲、他的善巧。

我們身處人間，就是一種責任。有苦樂、痛癢，責任就出現。

要有這樣的責任出現，才是真正修道的開始，也是對信仰真正的付出。

（本文為 105 學年度上學期院長開示課「《維摩詰經》導論（一）」之課程內容，由編輯組節錄整理。）

1 印度社會的四種階級。即婆羅門、刹帝利、吠舍、首陀羅。又稱四種姓、四姓種或四品人。

(1) 婆羅門：意即職司祈禱之人。居四姓的最上位，職司學習吠陀而教授之。又掌管祈禱，為神人交通的媒介。此婆羅門族在古代印度勢力非常強大，雖王族亦未能及之。

(2) 刹帝利：又作刹利，別稱王種。指國王及武士階級，位於四姓第二位。

(3) 吠舍：譯作居士、田家、商賈或隨類。即指所謂平民階級，位於四姓的第三位。

(4) 首陀羅：譯作農人。乃最卑賤的奴隸階級，以奉侍前三姓為職責。



打開黑房子的金鑰匙

副院長
釋見可

楔子

香光尼眾佛學院於 105 年 5 月 16 日至 21 日舉辦密集禪修，主題是「正念慈心禪」。禪修指導老師教大家修慈心給敬愛者、親愛者、中立者及怨敵。第五天，禪修的進度是送慈心給怨敵。當天晚上，副院長開示……

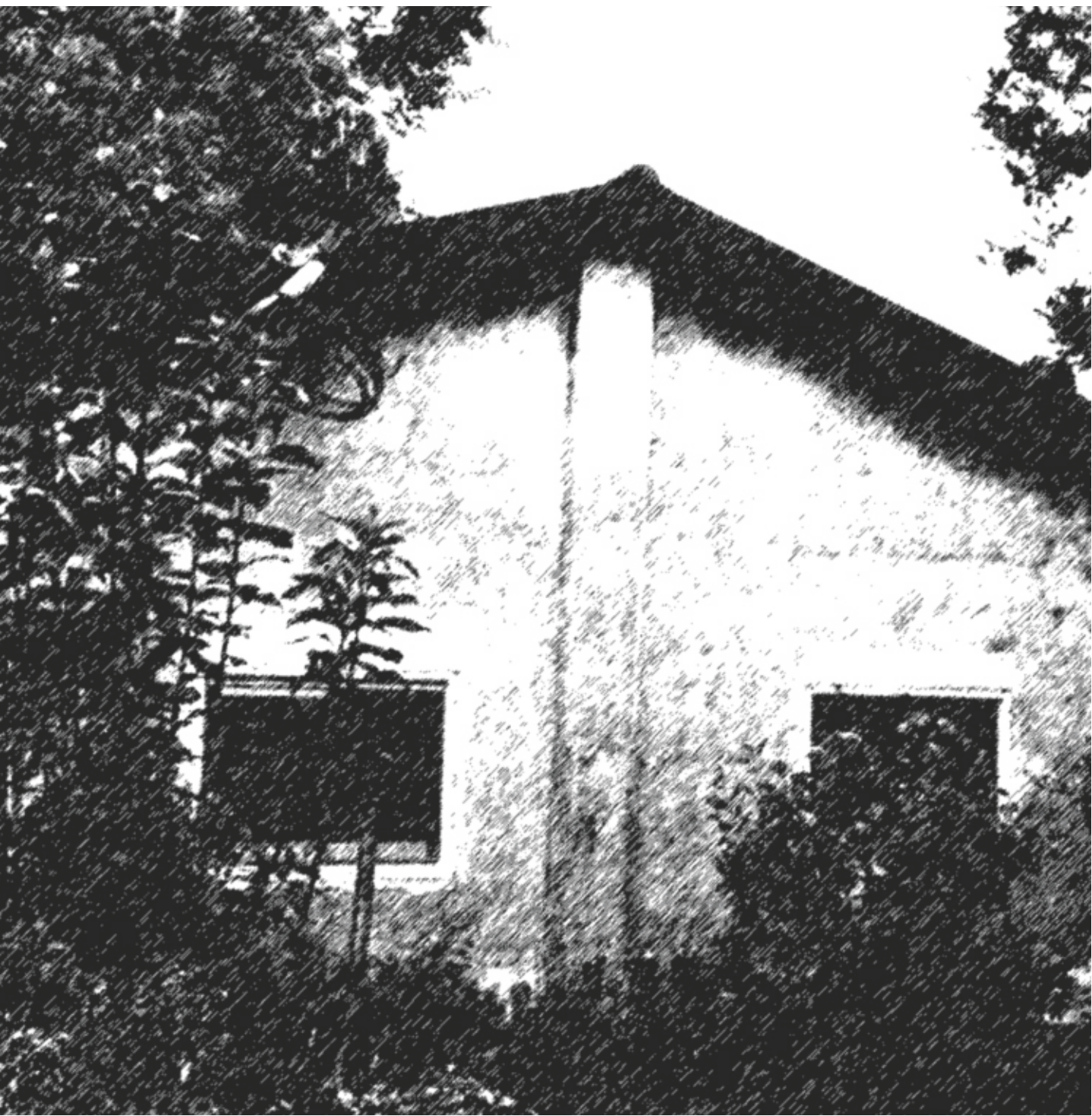
感恩

從第一天到今天，已經是第五天，我感受到禪堂的氛圍不一樣了。我們要非常感恩禪修指導老師的用心，設計動靜交替、群獨相間的禪修課程，對每個人的修行日記一一回應，並且隨時配合大家的學習與需求作調整。首先，讓我們用感恩的力量把慈心送給指導老師、學院師長、常住師長、所有同學以及社會安定等等的因緣。

今天慈心觀禪修的進度是送慈心給怨敵。我覺得這個階段很重要，而且也是最深刻的。這讓我想起網路上的一則故事「黑房子」。

黑房子

有一位女子，總是做著同一個奇怪的夢，夢中不斷出現同樣的場景：幽暗中有一棟黑房子，房子內傳出陣陣哀嚎求救聲，房門上門了一把很大的鐵鎖，鐵鏽腐蝕得很嚴





重，足見這把鎖已掛了許久。每當醒來，她總覺得自己胸口悶得發慌。久而久之，她得了一種病——胸悶，心神不定，非常煩躁。

她百般求醫，卻不見效。聽聞山上有一位修行人，可以醫治各種疑難雜症，於是，她跋山涉水去求見。她把夢境及身心狀況告訴修行人，修行人說：「這病不難治！這一把金鑰匙，妳掛在胸前。要記得，如果再夢到那個場景，就用這把金鑰匙把門打開，把黑房子裡的人都放出來。這樣，妳的病就好了。」

女子覺得這方法並不難，謝過修行人，掛著金鑰匙回家了。不多日，果然又夢見了那棟黑房子。這次，她鼓起勇氣，湊近了黑房子，向裡張望，卻驚悚地發現房子裡全都是自己討厭的人：有罵過她的婆婆、欺負過她的鄰居，還有小時候把她推進臭水溝裡害她差點兒淹死的同伴……等等。甚至，還有一條瘸腿狗？她想起來了，這條黑身體白腦門的惡狗，曾經凶惡地咬傷她的小腿。總之，黑房子裡全是曾經傷害過她的人。眼見拿起金鑰匙剛要伸出去開鎖的手，卻收了回來，她想：「這群人活該！我可不能打開房門，他們是應該被關的！」她收回了金鑰匙，儘管房裏的人不斷地哀求。

半年過去了，夢境依舊，病情卻加重了。她再次求見修行人。修行人這次鄭重地告訴她說：「今天是最後一次的機會，錯過了這個機會，我的金鑰匙也救不了妳！今天晚上，妳還會夢到那個場景，為了救自己，在那把鎖還沒有鏽蝕壞掉之前，妳必須把它打開。」聽了修行人的話，她下定了決心。

果然，晚上又夢見了黑房子，她知道這是最後一

次機會，於是什麼也不多想地拿出金鑰匙，「咣當」一聲，她打開了鏽鎖。屋裡的人拼命地奪門而逃，隱約中，走在最後的是一名瘦弱的女子，慢慢地向門口走來，越來越近，她覺得這名女子很是面熟——好像是自己？不，就是自己！女子蓬頭垢面，目光呆滯，十分瘦弱。就在這女子走出黑房子的一瞬間，黑房子倒塌了，陽光傾瀉進來，刺眼的光亮使她驚醒，她渾身出透了冷汗。

此時，天空中傳來修行人的聲音：「囚住了別人，也囚住了自己。怨恨、煩惱，疊起了黑房子。打開心窗，讓陽光照進來！」自此之後，她的病徹底好了，整個人變得容光煥發，面色紅潤，十分漂亮。

到底是誰關了誰？

經典說：「無苦無出離！」痛苦與逆境可以是禮物與祝福，把我們推向更深的體悟啊！故事要講的是，很多時候我們以為捆住我們的是那個傷害我的人。他的言語、臉色、肢體動作、對待我的態度、運作人事的模式，深深地傷害了我。所以，我有憤怒的情緒與想法：「這個人真討厭！」當生起這樣的情緒與想法時，不要緊地！暫時允許自己如此，因為，這不過是一種自我保護的機制。如果把這些情緒與想法不斷地加強、加深，把他列為惡名單、拒絕往來戶，甚至在心中生起一份不可原諒、深惡痛絕，這個時候，恐怕就讓自己心中的黑房子多關了一個人，自己的身心也多了一份負擔——緊捉著一個痛、一個恨或一個悲傷。

明明這些人與事已經過去，已經不在我們的身邊，可是我們還是被捆住了。被關在黑房子的人，是活該的！但是，同樣被關在黑房子的自己呢？故事中，即使自己已身心俱疲，卻也還不放手。我們不放手，常常是因為我們有巨大或累積已久的委屈；我們不放手，常常是因為一股不甘願。這個時候，可以認真地問問自己：「到底是誰關了誰？」真正捆住我們的，不是外在的人、事、物，而是我們對這些人、事、物的執著——放不下與過不去。當你有這樣的察覺時，就是修行的開始。

金鑰匙的秘密

佛陀給了我們許多把解冤的金鑰匙，現在，就讓我們帶著一顆輕鬆的心來尋找這把

金鑰匙吧！

一、覺知關係之無常

大家在生活中知覺到無常變化嗎？比如說，你們從第一天進禪堂到現在，指甲是否有長長一點？頭髮有沒有長長？有沒有老了一點？大家還年輕，可能一下子看不出來。外面的花兒含苞待放；草長高了……所有外在的因緣環境不斷在變化。我們的五蘊身心，色受想行識，色身不斷在變化；想法、感受、造作、八識也不斷在變化。不管我們修的對象是最敬愛的人、親愛的人、中立的人，甚至到怨敵，最終，人際關係都在變化中。

在宇宙蒼穹間，我們都曾歷經無止盡的旅行，與無數的生命結過親家與怨家。我再講一個人際關係無常的故事，即使是敵友的關係，拉開時空來看，也是不長久的。有一位阿羅漢叫做迦旃延，他有天眼通。有一天，他出外乞食，看到以下的場景：一位村民阿常，抱著心愛的兒子坐在膝上逗玩著。阿常一邊津津有味地吃著一條魚，一邊對著一直想靠過來吃魚骨頭的母狗丟石頭。請問大家：這個故事有幾位眾生？主角叫阿常（因為他不懂無常，所以叫阿常），還有他手中的兒子、口中的魚、路邊的母狗。迦旃延尊者以天眼通看到：那條魚，是阿常過去世的父親；母狗，是過去世的母親；抱在手中的兒子，則是他過去世不共戴天的怨敵，這個怨敵曾經傷害過阿常全家。迦旃延尊者見此，作了一個偈頌，不禁悲嘆道：

啃食父親肉

驅逐親生母

腿上逗弄者，已所殺之敵

妻啃夫之骨

觀此輪迴戲，令我啼笑非

上一輩子的敵人，是這輩子疼愛有加的兒子；過去世的父親卻正吃在嘴裡；過去世的母親竟被自己拿著石頭丟著；甚至母親還打算啃吃父親的骨頭。生命的真實戲碼，看在尊者眼中，哭笑都不是。過去世和現在世，乃至未來世，我們將會投胎到哪裡？

我與這個人的關係又會變化成怎樣？故事說明關係的無常，是友或是敵？永遠變化無常。

就講現在大家身邊的「關係無常」，比如甲同學與乙同學，剛入學的時候，可能是最要好的朋友；到現在，兩人的關係可能漸漸疏遠，甚至很難再講話。這樣的關係，就到此凍結嗎？不會的，還會再變化。我觀察我們學院很多同學：一年級大家相親相愛、和樂共處；到二年級越來越熟悉；到三年級就開始會有一些微妙的關係變化，或是對彼此有期待與要求；等到快畢業之前，關係又開始和合；畢業之後，關係會更好。畢業後，在其他的場域遇見同班同學時，不管過去在學院彼此怎麼吵鬧，或是彼此怎麼埋怨不滿，都是我們香光尼眾佛學院的同學。很有趣，我觀察好幾屆都是這樣！我們把時空拉開來看，這些關係隨時都在變化中，看見了這樣的真實，我們的心量就會變得比較大，更進一步，我們就可以用「惜緣」的態度，了解、關懷及尊重身邊的人。

現在，我們沒有天眼通，沒辦法看到上一輩子、下一個時刻，但是，在這一個過程當中，我們要先學會一種安忍。忍就是接受，接受這個無常變化的實相。知道目前這個關係只是暫時的一種狀態，因為它不斷在變化。構成我受傷、我過不去的這個經驗，是種種的因緣相依相存而生的，它是很多因緣造作出來的，沒有獨立存在的實體。這個認識非常重要——關係之無常，一切和合事物皆是無常。

二、老實地傾聽自己

直接、誠實、端正，不欺騙自己，也不欺騙別人，這是修行人很重要的特質。修行的路上，我們要老老實實、誠誠懇懇地看見自己目前身心的狀態。當我們寫日記時，是寫給自己看，不需要特別包裝給督導法師看。我們自我包裝，迎合別人來肯定自己，就喪失了誠實的特質。現在，大家對於敬愛的人、怨敵……等等，能夠覺察清楚，就是最好的修行。

儘管知道「是自己的執著困住了自己」，也知道「關係之無常」，但從「知道」到「做到」還有一段距離。所以，佛陀說：「聞慧」需要加上「思慧」與「修慧」，才能圓滿。藉著今天對怨敵散播慈心的修練，讓我們靜下心來看看：自己內在是否也有「黑房子」？裡面關了哪些人？有沒有想過把他們放出來？

不需要急著勉強自己；更不需要因為自己是修行人，所以當下就「應該」要有體諒

的心，要寬恕別人。重點不在於趕緊地放掉這些怨想；重點在於老實地覺察我們習慣去埋怨外境；重點在於覺察什麼是自己捉著不放的。

三、謙卑地傾聽別人

在我個人的練習裡，發現修行最大的挑戰在於：我們的理智與情感是相反的；覺性與習性是衝突的。因為我們的情緒與情感的反應，是習慣性地去抓取喜歡的、排斥不喜歡的，這與理知的了解是背道而馳的。因此，我們需要做一個練習：就是在理智與情感間、覺性與習性間做一個連結。

這個連結，就是「易教」：很容易被教導。巴利文其中一個用詞的解釋是「非常願意聽」，如果一個人非常願意傾聽別人，放下自己，他就很容易被教。聽話並不是指全然地順從別人，而是指 open-minded，打開心胸接納不同的視角，甚至能聽見別人話語背後的關懷點，聽見別人語裡的囿限。這與我們平常聽話的習慣有一點兒不同。平時，我們不聽話，或聽不懂別人說的話，往往是「慢心高起，滴水難消」。因為我們慣性的慢心很高，下意識地認為「我才是對的，別人是錯的」，所以聽不進去。

大家目前還在一個初學的階段，不用急著當老大，要別人聽我們的看法。但是，如果今天大家有責任在身，要擔負起那份責任的時候，就要義無反顧地「捨我其誰」。真正承擔、負責的背後是一份謙虛的態度，不管是粗活、細活，願意去找到方法把它扛起來。如果自己一直要當老大，一直在講自己的看法，沒辦法融入別人的世界，「黑房子」恐怕會愈蓋愈大間。

最近我常在觀音殿後面拔草種花，發現了一個很有趣的現象：如果土壤很硬，植物就長得很細小；如果土壤比較鬆軟，植物就長得比較強壯，花苞也會開始發芽。但是，仔細注意一下，細瘦植物腳下的土並不是故意要硬的，而是它所長的位置，剛好容易被水不斷地沖刷，而變成堅固。硬土，要往下紮根很費力，所以植物長得很小，甚至長不大。同樣的，在修學的路上，如果我們不把自己放柔軟，不鬆一鬆自己習性的硬土，那麼，即使善知識在教導我們，我們只會感覺到被責罵，而接不到那份善意。如此，修學的根無法紮深，也吸收不到養分。

金鑰匙有好幾把，大家就去試試看：哪一把對自己最有用？如果大家心中真的有「黑房子」的話，希望大家透過慈心觀的修練把這些人放出來，尤其是——把自己放出來！



聽和諧之聲

梵唄錄製專輯

編輯組

105 年 6 月 29 日、30 日佛學院全體師生進入錄音室，
以念佛法門為主題錄製梵唄專輯。

透過大家的聲音，將阿彌陀佛的功德、悲願與世人分享。
學生們從錄音的過程中，也學會傾聽彼此的聲音，
接納彼此，增進和諧的關係。



楔子

從前，有一位王子問他的老師：「我未來的人生之路將會是怎樣的呢？」

老師回答說：「你將會遇到三道門，每一道門上都寫有一句話，到時候你看了就明白了。而我會在第三道門那邊等你。」

不久，王子遇到了第一道門，上面寫著：「改變世界。」王子想：我要按照我的理想去規劃這個世界。於是，他就這樣去做了。

幾年之後，王子遇到了第二道門，上面寫著：「改變別人。」王子想：我要使人們的性格向著更正確的方向發展。於是，他就這樣去做了。

又過了幾年，他遇到了第三道門，上面寫著：「改變你自己。」王子想：我要使自己變得更完美。於是，他就這樣去做了。

後來，王子見到了老師，他對老師說：「我了解三道門上寫的啟示了。我懂得與其改變世界，不如改變世界上的人；與其改變別人，不如改變自己。」

老師聽了說：「也許你現在應該往回走，再回去仔細看看那三道門。」

王子將信將疑地往回走。他看到了第三道門，門上寫的與之前不同，門上寫的是「接納自己」。這時，王子明白：改變自己時，為什麼總會處在自責和苦惱之中。因為他拒絕承認和接受缺點。於是，他開始學習欣賞自己、接納自己。

王子繼續往回走，他看到第二道門上寫的是「接納別人」。這時，他明白：為什麼總是滿腹牢騷，抱怨他人。因為他拒絕接受別人和自己的差別，不願意去理解和體諒別人。於是，他開始學習寬容別人。

王子又繼續往回走。他看到第一道門上寫的是「接納世界」。他更明白：為什麼無法改變世界。因為他拒絕承認世界上，有許多事情是人力所不能及的，總想要控制別人。於是，他開始學習以一顆寬廣的心去包容世界。

這時，老師對王子說：「我想，現在你已經懂得什麼是和諧與平靜了。」

在團體中生活，我們都希望大家能和平共處、和樂融融。在佛學院也是一樣，大家一起共住共學，我們期望佛學院更好，期望同學更好，期望自己更好。在這種種的期望過程中，我們可能和王子一樣生起了種種的煩惱。如何能和平共處、互相包容又互相增上呢？

105 年度上學期梵唄錄製暨生活檢討會的主題是「聽和諧之聲」。院長曾說：「聽見自己的聲音，也聽見別人的聲音，就是生活檢討。」梵唄要達致和諧，必須傾聽自己與他人的聲音。相同的，在生活中也是要藉由互相傾聽彼此的聲音，進而接納彼此，達致和諧的關係。怎麼進行下一步呢？最後那一點因緣，就來自「香光莊嚴雜誌社」所提出的——與專業音樂人合作，走出佛寺，在錄音室錄製，嘗試展現梵唄更少受到干擾的純淨。

民國 85 年，香光尼眾佛學院全體師生，在香光寺大殿現場收錄早晚課誦梵唄；時隔二十年，不同世代的全體師生再次錄製梵唄專輯。這回走進錄音室，傾聽彼此的音聲，唱出相互的支持。此曲，是你的、也是我的——和諧之聲！

●實●況●報●導●篇● 打開錄音之門

場景（一）佛學院

錄音前，需有諸多的準備，如法器、人事的配合、唱誦的練習等等。

開學時，為了梵唄錄音，所以有了「法器徵人」的公告，徵求的人員有：維那、木魚、引磬、地鐘等項目。因應梵唄錄製專輯，也將平日早、晚課的課誦儀軌做了調整。晚課後，增加了法器人員的討論會，將平日的課誦納入檢討，以增進彼此領眾的能力。

另外，週六行門共修時段，更舉行了全體師生的大堂會，集合大眾，將平日練習不足、待改進之處，進行練習與指導。此次梵唄錄製專案由教務長見融法師負責與指導，她是學院資深的梵唄老師。在大堂會中，見融法師為學生說明唱誦的原則：一、唱法的運用：從練習中聽到自己拉韻的地方是怎麼轉變的，切記要一韻到底，嘴形不可以改變，每個音符都要很清楚、滑潤，咬字更是要清楚。還有發出聲音時，氣要緩緩慢慢的送出來，才不會太猛、太直率。因此送氣有送氣的方法，要觀想自己的氣在圓型的罐子之中上上下下；氣在裡頭是自由自在地穿縮，不會去碰撞到罐子的壁，因為，碰到壁就會有摩擦，聲音就會破聲，所以，要讓聲音在罐子中自由自在地穿梭。二、依文作觀：在錄製中最大的挑戰是唱誦〈拜佛韻〉，因為，懺公師父所唱誦的〈拜佛韻〉，只要一起腔就讓人能迅速融入當中，我們則必須依文作觀才能達到這樣的境界。

以上調整，都是因應錄製梵唄光碟而作的前準備。可見，全院師生平日投注的心力。



梵唄錄音前準備，見融法師集合大眾，將平日練習不足與待改進之處，進行指導與帶領練習。

大 堂練習時，見融法師為了讓學生們融入錄音的實際狀態，說了「孔子學琴」的故事：孔子跟著師襄子學琴。

老師：「你先學十天，之後我教你另一首曲子。」所以孔子非常認真的學，學了十天。

老師要教他第二首曲子，孔子說：「不行！我雖然知道曲子的音律，但還不知道技法，所以我還要練習。」孔子練習一段時間後，很快學會了技巧。

老師說：「音律、技法你都學起來了，那麼，可以學第二首曲子了。」孔子回答說：「不行！我還不知道它的內容是什麼。」孔子繼續練習一段時間，了解曲子的內涵了。

十天後，老師又對孔子說：「你了解了曲子的內涵，現在可以進一步學第二首曲子。」孔子依然回答說：「不行，不行！我還不曉得作這首曲子的人是誰啊！」老師只好摸摸鼻子走了。

過了一段時間，老師又來了，孔子很高興的說：「我終於知道作這首曲子的人是誰了！他長得高高的、臉黑黑的，眼睛炯炯有神，就是有帝王相。我在想：作曲的人應該是周文王。」

為什麼要提這個故事？因為我們要學孔子。音律，我們已經知道了；技法，也知道了；現在，就是要知道它的內涵。

我們是以念佛法門共修，所以是一句佛號念到底。今天念這一句佛號要做什麼？這就是內涵性的東西。所以，我們要學孔子好好的去參一下。

場景（二）錄音室

6月29日、30日，是佛學院全體師生錄音的日子。29日上午，佛學院師生抵達了高雄智冠音樂中心錄音室。這是一座設備現代化的錄音室，足以容納一百多人的交響樂團，我們這三十人的梵唄團在裡面當然是綽綽有餘的寬大。錄音講究聲波的相互影響，在這之前，音樂製作人與錄音師已討論好麥克風的收音方式，我們到達後，再依個人音質、擔任不同任務等因素，陸續就座。人聲與法器聲分開在不同的空間同步進行，錄音時，要戴上耳機才能聽到法器聲，所以，一人配置一副耳機。這些都是一種全新的體驗。





學生篇

錄音饗宴，心得迴響

梵 唄錄音完成的隔天，佛學院全體師生舉行生活檢討會。會中，學生們也分享了錄音前後的心得：

我們三個打地鐘的同學，被分配在另一間錄音室。有一幕：當我要去接地鐘時，心裡非常害怕，因為地鐘的速度非常快。這時，印舒師對著我微笑，我的心竟然安定了，我迅速安穩的接過地鐘。這一幕令我非常感動，感動的是他能同理我的害怕；因為同理，才能以微笑支持我；也因此共同達成目標。

- 釋寂海

融法師說：「我們念佛念得很平穩的時候，如果，地鐘突然加速，如同駕駛員，在乘客剛上車尚未站穩時，就開始加速。」執法器就像駕駛員開車，要有穩定感。我發現自己對於地鐘的速度尚未掌握準確。地鐘的速度是從慢到中、到快，維持等速後再漸漸加速。我沒維持中速，就開始加速了。我發現自己的心無法停留於一個定點，是不穩定的，是需要一個平衡點的。我體會到無論做任何事，心與修行是相扣的，需要不斷練習及作意。

- 釋印舒

第一天，大家就座後，負責梵唄專案的見融法師不厭其煩地再次叮嚀我們，各種錄音時需注意的要點。

錄音室中，除了錄音的師生外，還有許多幕後英雄呢！當中，有香光莊嚴雜誌社主編見鑒法師，由於，雜誌社的邀約與聯繫，讓佛學院師生有了這次難得的錄音經驗，見鑒法師也一直在錄音室耐心陪伴與指導。錄音師也是非常重要的角色，掌握所收錄聲音的表情。錄音期間，錄音師必須隨時因應狀況調整麥克風收音的距離與擺放位置。例如，原本大眾是坐著「念佛」，到了唱〈拜佛韻〉時，為了讓聲音的律動更明顯，大眾改成站著唱。錄音師必須大費工夫調整相關的距離，才能順利收錄最美好的音色。

其中最關鍵的人物，莫過於音樂製作人——香光佛教經典梵唄系列專輯製作人徐清原先生。徐先生是第廿五屆傳藝金曲獎得主，他的個人作品涵蓋許多佛教音樂型態的錄製與演唱。徐先生本身於佛教修行也是十分用功，因此，由他來協助我們錄製梵唄，是師長最殷切的期待。

錄音過程需要不斷的溝通與調整，製作人就擔任這個溝通引導的要角。在錄製中，製作人常常穿梭在錄音室與控制室之間，只為了要將我們剛剛所唱誦的部分，給予適時的調整、指導與鼓勵。就像第一天我們在唱誦〈讚佛偈〉時，製作人告訴大家：「在腦袋裡要有淨土的畫面，觀想著淨土的殊勝，這樣才能融入當中。」為了讓我們的發音、收音和諧，他提點我們：「在唱誦時要專注，慢慢的唱，不要太大聲；也不要太小聲；更不要有個人的色彩。而且，大家的氣有長有短，因此，要有互相支持一下的力量，這樣才會產生『合唱』的感覺。」



在練習木魚的過程中，一直都在掛礙速度的快慢，每次都在想：會太快嗎？會太慢嗎？打的時候就怕怕的，沒有信心。經過一次又一次的練習，直到有一次練習的時候，拋開所謂快慢的想法，反而能自然的融入其中，生起歡喜的感覺。另外，製作人讓我們聽一段錄音：低音唱不下去卻勉強唱，導致分叉的聲音。製作人說，若我們唱不下去，可以在低音的部分慢慢把聲音收回。我覺得聽見自己的聲音就是瞭解自己不足的地方，接受自己目前所處的狀況，不是硬撐，然後再作出適當的調整。所謂適當的調整，並不是以個人角度為準則，我喜歡怎麼唱就怎麼唱，而是以大局為重。

- 釋道琳

我當維那，其實很緊張，擔心自己起腔時發不出聲音。但是，師長們的用心，給我們添加了許多勇氣。於是，我告訴自己要努力，不要陷入緊張，不斷自我鼓勵：「我可以的！」

- 釋印幸

我不曾接觸過梵唄，所以，一到學院就有梵唄錄音經驗，真的是豐富了自己人生的學習之路。梵唄讓我感受到和諧的氣氛，有一種開心、法喜的感覺。

- 釋禪諦

聽到一句印象很深刻的話，製作人說：「大家一起合唱，不需要太大聲，也不要太小聲，不要有太強烈的個人表現，要融入於大眾。大家互相提攜，就能唱出和諧之音。」所以，除了聽自己的聲音之外，也要學習去傾聽他人的聲音，這是合唱有別於獨唱的特別之處。這讓我聯想到在團體裡生活也是同樣的道理，要先放下自己的主觀判斷與個人喜好，帶著一顆願意與他人共住的心，學習去傾聽他人的心聲，也願意讓他人傾聽自己的心聲，彼此了解與包容，可以減少生活中的摩擦。累的事一起分擔，好的事一起分享，在團體中時時聽見和諧之聲。

- 釋禪敏

剛開始，我唱不到高音。製作人說：「要觀想。」「觀想」引發我對阿彌陀佛淨土的願力，我竟然能把高音唱上去。因此，唱到最後真的很想流淚。傾聽自己的聲音，接受自己之後，不可思議的願力會拉自己一把，改變自己的不足，自我增上。

- 釋見滢

錄音讓我體會到彼此的合作與默契。雖然，我們要重唱很多遍，但是，我們沒有任何的不滿。因為，大家互相包容與體諒，所以，大家很有精神的繼續唱，讓我非常感動。

- 關行者



錄音室中，除了錄音的師生外，還有香光莊嚴雜誌社主編見鑣法師、製作人徐清原先生以及錄音師等幕後英雄。（照片提供／伽耶山基金會）

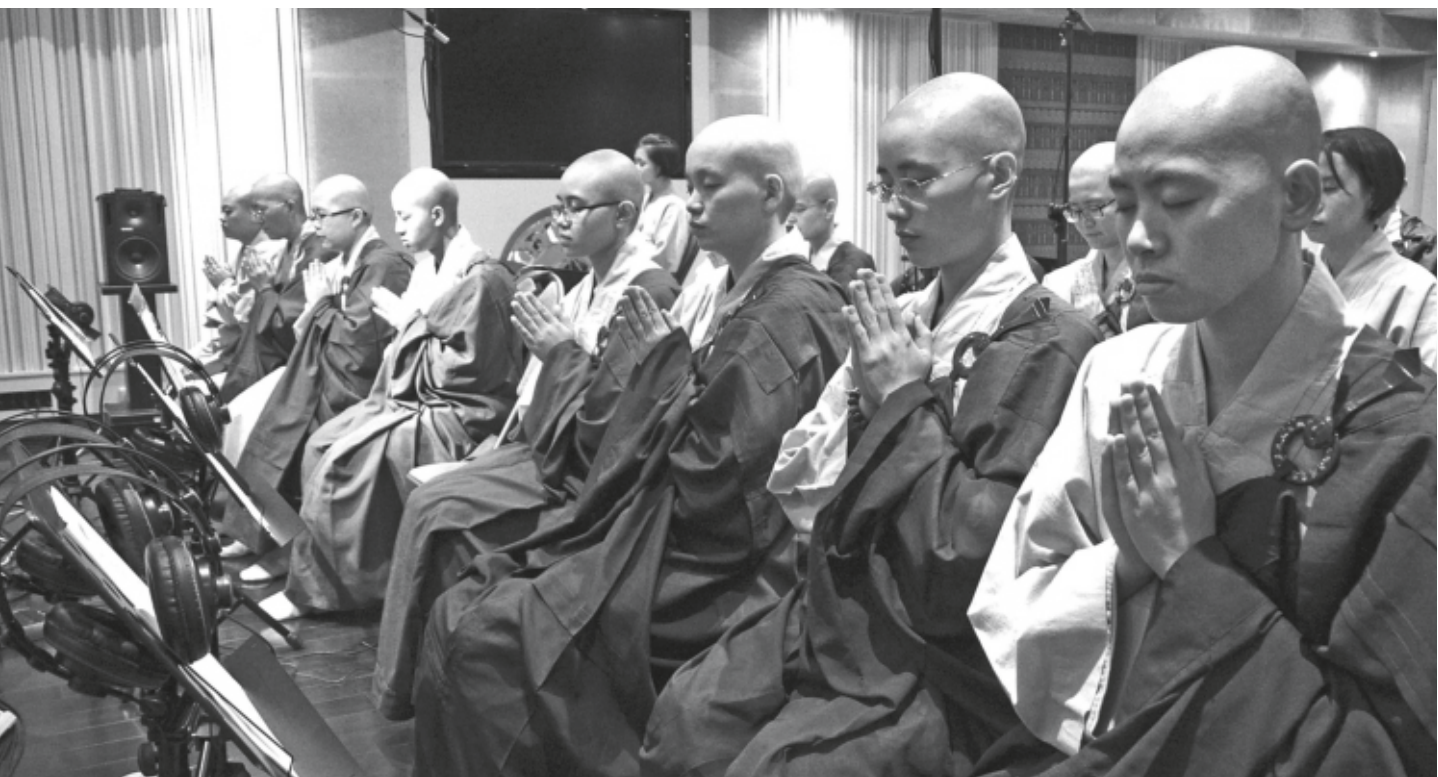
第二天，大家挑戰了高難度的〈拜佛韻〉。懺公師父當初是配合著拜佛的動作而唱誦，有一種「老修行人」的意味。製作人發覺我們這一群法師還無法唱出那樣的修行韻味，所以，嘗試將我們的音階提高、速度加快。結論就是要唱出不同風味的「年輕版」〈拜佛韻〉。

除了改變我們的唱法，錄音時，大家都會跟著融法師指揮的手勢，讓自己的聲音有起伏並注意節拍。但是，製作人覺得「手」對於大家的感官強度還是有限，還不如「指揮棒」。因此，製作人要求融法師拿著指揮棒來帶領大家，果然，我們真的更快速的進入拜佛的狀態中，快速的錄完〈拜佛韻〉。

從這二天的錄音中，發現一片光碟從錄製到完成，不可能一次就成功，要經過不斷地重複唱誦。面對這一次又一次的NG，一次又一次的重新開始，同學們竟然沒有一絲絲的不耐，只有不放棄的精神，耐心的重複唱誦，只為了要共同完成這片光碟，要歡喜地與大眾分享彌陀的功德。



為了能順利完成錄音，我們將坐姿更改為站姿，再加上神奇的指揮棒，果然，我們順利圓滿的完成錄音。（照片提供／伽耶山基金會）



在錄音過程，製作人徐清原擔任溝通引導的角色。他提點我們：「要有互相支持一下的力量，這樣才會產生『合唱』的感覺。」（照片提供／伽耶山基金會）

錄音的過程中，我可以看到自己的心。例如：融法師的手很認真的指揮，我們也很認真的跟著拍子。但是，製作人告訴我們：「太認真在拍子上，結果就變得不自然。」所以，除了在唱誦合作上的體會之外，原來，我們的心境也會影響聲音的表現。

- 釋宏興

錄音結束，我依然沉浸在「阿彌陀佛」的世界，至今還餘音繚繞，不絕於耳。兩天馬拉松式地錄音，從早唱到晚，不斷地重複唱誦，連錄音工作人員都讚嘆地說：「師父啊！您們都不會累喔！攏唱同款ㄟ！」錄音過程中，儘管徐製作人要求重錄多次，未見大家的不耐與心浮氣躁，大家把焦點放在努力把自己的本份做得更好，所以，錄音才會一次比一次好，從中看到彼此互相增上的力量。

- 釋見祝

在分享會中，大家都認為：體會到邁向同一個願景的相互支持。大家學習聽見自己的聲音，接受自己的不足，欣賞自己的長處；傾聽他人的聲音，同理與體諒他人的難處。只要大家把焦點放在「努力將事情做好」的共同目標上，就能和諧滿願。

場景（三）萬丹小木屋

這次的梵唄錄音，我們住宿在風景幽美的萬丹小木屋。萬分感謝屋主顏敏青和洪素妹居士的全力護持，讓我們在一整天密集的錄音後，回到一個放鬆舒適的休憩處。梵唄錄音完成的隔天，佛學院全體師生也在萬丹小木屋中，舉行了期末生活檢討會。會中，學生們分享了錄音前後的心得。在真誠支持的言語中，在歡樂和諧的氣氛下，為這一場梵唄錄製的活動畫下完美的句點。



萬丹小木屋的庭院與背襯的遠山，散發大自然的正向能量。



全體師生在小木屋內早課共修，祈福迴向。



全體師生於萬丹小木屋門口合影，感恩一切圓滿梵唄錄音的因緣。



副院長以「願力之光」佛燈感謝屋主顏敏青和洪素妹居士護持三寶的願力與行動。

師長篇 通往錄音之法

恭敬的力量／院長 悟因長老尼

佛學院確定梵唄錄製的活動後，隨即展開密集訓練。院長非常關心學生們練習的情況，因此，在院長開示課的課堂中，院長說了一則故事來勉勵學生。

5月21日定慧學苑舉行研讀班畢結業典禮，一位老居士與我分享一段自己的故事。

老居士重病，他在彌留時，聽到佛號旋律的口琴聲，漸漸地，他甦醒過來了，那時的他，心裡充滿感恩。

因此，在研讀班結業典禮的日子，老先生帶著口琴，隨著佛號的旋律，感恩地、恭敬地吹著口琴。老先生希望讓佛菩薩聽到；讓師父聽到；讓同學聽到；讓一切有情都聽到。

大家練習梵唄要彼此配合，自己要完全配合大眾的聲音，融入「我願意」，這就是虔誠，就是自己的信仰。還要告訴自己：「我就是跟著大家一起念，那當中有我的聲



院長開示課中，院長說老居士的「復活」故事。

音，有我的付出，而且我也願意做這件事情。不管誰聽到了，他都可以得度，到西方也好；到天堂也好；讓他安心也好；或者因此而甦醒過來也好，全部都是我的付出。」

6月29日全體師生出發到高雄錄音前，向院長告假。院長勉勵：

大家要去錄製梵唄，要先訓練自信心。不管做任何事情，我們要眼睛敢看人，敢看住對方的眼睛，就是自信心的表達，也是一種威儀，這是我們必須學習的。

我們的身份，打從一出家就是傳播人員，傳播佛教的法。佛法可以透過聲音、語言、文字、行儀來弘傳，也可以透過建築物、佛像、經書來弘傳，這全是「弘法」。因此，大家的聲音儘可能的發出來，如果說一生只有一次，那麼要如何把我的聲音發出來、融入曲子當中；記得要聽到別人的聲音，和別人和諧的在一起。所謂「聽到別人的聲音」，不是我不唱才可以聽到別人的聲音。「佛法在恭敬中求」，聽到自己與他人的聲音就是「恭敬」。所以，我們要專心、盡心的唱，把它錄製起來，化剎那為永恆。就像照相時「喀嚓」的那一剎那，有了很好的記錄，然後傳播、傳播。



告假時，院長勉勵學生：「佛法在恭敬中求。」

在大堂練習時，負責梵唄專案的見融法師為了讓學生們融入錄音的實際狀態，分享他的經驗，期許大家可以將心念更快融入音聲之中：

我們真的能夠用這樣一句佛號集合大家的心力，然後跟世人分享，這是我們對眾生的一份關懷。可是，我們對自己要不要關懷？如何念佛？我跟念佛有什麼關係？我怎麼樣去念佛？

念佛最基本的方法是「口念耳聽」，念念耳聽要非常專注。專注的方法是嘴巴念出來時，我們的耳朵一定要聽到自己的聲音；除了聽到自己的聲音，為了跟別人相容，也要能夠聽到別人的聲音，這樣，就會形成和諧的聲音。而且，我們的心要融入偈文當中，才能跟彌陀的悲願相應。一旦跟彌陀的悲願相應，我們的心會處在柔軟當中，所送出來的聲音才會是柔軟的，這份能量就可以感召每一位聽聞的人。這份力量是不可思議的，它來自一顆非常慎重的心，每一字、每一句，都是彌陀的功德。一句佛號，為什麼可以讓聽到的人朗朗上口？因為，他願意去念佛。為什麼念一句「阿彌陀佛」，人們的心就可以安定下來？不是我們念得好，而是因為阿彌陀佛的功德，藉由我們的聲音傳送出來。因此，我們要用一顆非常誠摯、柔軟的心，去承接這份功德。

之前，我分享過：「願我們念佛、拜佛時，可以將平常彼此培養起來的默契、互助、互信，盡情地發揮出來。」也就是說，彼此能相互觀照，這樣所呈現出來的聲音，我聽到自己的，也聽到別人的；再加上對念佛的內涵性，我們自己去深化它、涵養它，這樣，將這一張能量非常飽滿的光碟放送出去，才是我們錄製這份光碟的功德。

我們用這片光碟跟世人分享，藉著我們的聲音，讓大家知道阿彌陀佛的這份悲願、功德。這是多麼偉大、神聖的事情！這個聲音，原來是可以透過我們的心去經營創造，是可以有所轉變的！這也是我們對眾生的一份關懷！



見融法師鼓勵大家：「我們一起來實現對眾生表達關懷的這份力量。」

在大堂練習中，副院長對學生說了一段勉勵的話：

從第一次聽同學們唱誦到現在，確實受到感動。院長以前常說：「我們要先感動自己，才有辦法感動別人。」「阿彌陀佛」這四個字的意思，是無量光明、無量壽命。為什麼在所有修行法門當中，阿彌陀佛的功德特別殊勝？除了法藏比丘的發願、祖師大德代代相傳的加持力之外，「無量光」之意其實是一種對世間永遠的祝福。

大家有沒有想過：「這世界可能有無量的光明嗎？」因為現實世界，我們常看到的是各種黑暗——許多人、事、物讓我們委屈、挫折、悲傷啊！可是，這一句佛號卻傳遞無量的光明，阿彌陀佛信仰的背後理則是「一切事物都是因緣合和而成」，因為緣起性空，所以世間永遠有希望。這是一種永不放棄的悲願，是跟「心心上求佛道，念念下化眾生」的菩提心相應的一份悲心願力。

當大家在唱〈讚佛偈〉時，如果可以把這一份初出家的願——「心心上求佛道，念念下化眾生」，透過聲音將它傳出去，藉著這句佛號不斷提醒自己，那麼，在此覺知的當下就是一份光明。所以，在念這句佛號的當下，要把自己「上求佛道，下化眾生」的悲願引出來，跟阿彌陀佛自利、他利的悲願銜接起來，就可以感動自己，也可以感動他人。

在錄音完成時，副院長帶領我們慈心迴向：



我們錄製這片梵唄光碟，是要給世間傳送慈愛及和平的力量，所以，我們心中對於眾生的苦難要有一些感覺。如果，我們曾經有過受苦的經驗，就更能深刻的體會到阿彌陀佛的功德。在此我們迴向：阿彌陀佛的力量可以加被世間苦難的眾生，讓眾生隨時可接收到無量的光明、無量的希望。

從練習到錄音的過程中，梵唄老師見享法師一路都陪伴著、指導著學生們。為了激發學生們對念佛法門的認同與好樂，分享了自己與阿彌陀佛相應的經歷：

民國九十四年，我和瓚法師等 9 位法師，到太魯閣國家公園去旅行。

我們經過一個景點，叫做白楊步道。步道從入口至水濂洞一段，長約 2 公里，來回大約 3 小時。沿途要走過 6 至 7 個隧道，而且一個比一個暗，於是我們停下來。瓚法師說：「聽說這個景點很漂亮，但是，很冒險刺激，大家要進去嗎？」隧道口寫著：「進入白楊步道，請戴安全帽，帶手電筒，注意落石、毒蜂、毒蛇。」我們經過一番討論後，決定進去。

一進去，我後悔了！伸手不見五指，完全看不到身邊的人。其他法師走得很快，我一直落在最後一個，因為我的體力最差。我心想：「啊，我不應該進來！我們沒戴安全帽、又沒有手電筒……。最重要的是大家走好快，我跟不上！」我們走出第一個隧道，大家看到美景，左右兩邊都是斷崖溪水，很像大峽谷，大家都非常興奮。但是，我氣喘如牛！走幾步之後，迎面而來又是第二個隧道，從外面看，感覺更黑更長！我要不要再進去呢？我回頭看看剛才走過的路，沒有後退的路，只好硬著頭皮跟著走。走進去之後，我又開始陷入黑暗，還是落在最後一個。這時候，突然心裡冒出一句：「南無阿彌陀佛！」我開始念佛……不可思議的是，我竟然跟上大家了！

那一天，我在日記上寫著：「人生旅程中，黑暗和光明是交錯的，走過一個黑暗，

迎向一個光明。可是，不知道下一個黑暗在哪裡？」那一刻出現「阿彌陀佛」，我就覺得非常安心。

今天，以這個故事跟同學們共勉——人生有許多黑暗與光明的交錯，但是，只要我們心中有阿彌陀佛，我們不孤獨，阿彌陀佛會陪著我們。佛是覺者，面對生命許多的未知，念佛可以幫我們抉擇正念，讓我們堅定地往前走。



錄音最後，見享法師分享一則親身「與佛同行」的故事，劃破生命的黑暗與孤獨。（照片提供／伽耶山基金會）

經典篇 禮讚阿彌陀佛

此次梵唄專輯的主題為「念佛法門」，以淨土念佛為規劃的內容，程序分別為〈讚佛偈〉、拜佛、念佛、三皈依與回向。

念佛法門

念佛，梵語「佛陀那息勒帝」(buddhanusmṛti)，意為憶念佛陀，輾轉而成觀佛相好、唱佛名號等的修持方法。在《雜阿含經》念佛屬於六念法門之一；在《增一阿含經》提到念佛，則在於十念法門之一。而念佛的方法，是繫心憶念，專心觀想佛的相好、功德，也就是觀想佛的相貌、佛的戒德、智慧、解脫、知見等。如果能如此修行，便得成就大果報，乃至涅槃。

經典中，最早提到念佛法門與阿彌陀佛有所相連的是《般舟三昧經》。《般舟三昧經》於後漢靈帝光和二年（西元 179 年），支婁迦讖傳譯到中國，是淨土經典東流的開始，為念佛法門的重要經典之一。此經雖然沒有明敘彌陀淨土的莊嚴，但是，經中還是可知阿彌陀佛：「若沙門白衣，所聞西方阿彌陀佛剎，當念彼方佛不得缺戒，一心念若一晝夜，若七日七夜，過七日以後，見阿彌陀佛，於覺不見，於夢中見之。」

淨土念佛與梵唄

在中國，淨土宗念佛與梵唱的結合，從初祖慧遠大師（334 年－416 年），便開創了以音樂為舟楫而弘揚佛法、廣播教義的途徑。自此，淨土法門在漢地逐漸興盛，許多宗教活動大量使用音樂梵唱等方式弘法。善導大師（613 年－681 年）傳淨土法門，倡導專心念佛，著有《法事贊》、《往生情》、《般舟贊》等贊歌三卷。法照法師（公元 747－821 年）制定「五會念佛」法規，並著有《散花樂》曲，影響甚遠，至今流傳的《千聲佛》等遶佛之曲，可視為「五會」之遺續。梵唱，就是一種用功法門，強調團體共修，藉以融心一境，引發宗教體驗，已非僅是抒發宗教情懷的方式。

稱念「阿彌陀佛」在漢地頗為盛行，千年以來，曾經有多少生命從黑暗走向光明，就因為一句「阿彌陀佛」，而燃起對生命的希望；因為「阿彌陀佛」的佛號而無比歡喜。

我們的梵唄錄製，一場以彌陀念佛為法事的用功，是一張以西方淨土依歸為方向的光碟。期許我們的善心與用功，能帶給世人一份安定的力量，也為自己的生命帶來光明。

〈讚佛偈〉

阿彌陀佛身金色 相好光明無等倫
白毫宛轉五須彌 紺目澄清四大海
光中化佛無數億 化菩薩眾亦無邊
四十八願度眾生 九品咸令登彼岸

〈讚佛偈〉，宋朝擇瑛法師所作。法師專修淨土，著有《淨土修證儀》，〈讚佛偈〉即出於此，可惜《淨土修證儀》已失傳。法師這一首〈讚佛偈〉是依據《觀無量壽經》而作，其文句字義優美，故流傳甚廣。

〈讚佛偈〉的前面六句，是根據《觀無量壽經》十六觀中的「第九觀」：

無量壽佛身，如百千萬億夜摩天閻浮檀金色。佛身高六十萬億那由他恒河沙由旬。眉間白毫右旋宛轉如五須彌山。佛眼清淨如四大海水青白分明。身諸毛孔演出光明如須彌山。彼佛圓光，如百億三千大千世界。於圓光中，有百萬億那由他恒河沙化佛。一一化佛，亦有眾多無數化菩薩，以為侍者。無量壽佛，有八萬四千相。一一相中，各有八萬四千隨形好。一一好中，復有八萬四千光明。一一光明，遍照十方世界。念佛眾生，攝取不捨。

對於阿彌陀佛相好莊嚴的觀想，要能歷歷在前的清晰，也是淨土修持的重點。因此，〈讚佛偈〉的吟唱，有雙層涵義，既是吟詠阿彌陀佛的功德，也是作為觀想佛相的重要引導。

阿彌陀佛

一句阿彌陀佛，念起來看似簡單，但是其背後的意義卻很深刻。

「阿彌陀」梵文是 Amita。「阿」字意為「無」；「彌陀」則是「量」，「阿彌陀」即是「無量」。阿彌陀佛即稱「無量壽佛」，意指壽命無限；亦稱「無量光佛」，象徵無限光明。

古德說：「諸經所讚，盡在彌陀。」阿彌陀佛是十方諸佛之一，但因他表徵非常的勝德，所以在諸佛淨土中，特別是在中國，阿彌陀佛受到廣大並崇高的尊敬，也特別為世人所熟悉。

一句佛號如何念念相續，是一件不容易的事。當我們持續念佛時，會察覺自己的心多麼地不耐煩，不知道有多少的妄念跑過，片刻都不得安穩。因此，要一心不亂安住在佛號上，是需要極大的專注與安忍。而重複唱誦一句佛號，其意義何在？迴循環覆的唱誦，代表著生命與生命之間的連結，我們若能安於持續反覆的唱誦，不管是一人念佛或是多人念佛，在當中聽見自己的聲音與他人的聲音，才能與人合作達到和諧之聲。



全體師生與製作人在錄音間，共同譜出一首和諧的修行樂曲。（照片提供／伽耶山基金會）

譜出法音協奏曲

青嫩的小松要如何長成一棵參天大樹？院長與行政法師們用盡一切善巧，就是希望讓學生成為一棵能庇護眾人的大樹。修行路上還在學步的我們，從沒有想過：有一天會登入專業的錄音室，接受更專業的梵唄教導與訓練。院長曾說：「教育就是創造舞台，讓人的潛能發揮出來。」梵唄錄音就是讓同學們發揮無限潛能的機會，從陌生到熟悉；從粗糙到細膩；從外在的梵唱到內在心境的提升，讓在修行路上的我們，盡情地揮灑潛能。

這次念佛錄音能夠大功告成、圓滿結束。首先，要感謝院長對學生潛能開發的堅持。感謝香光莊嚴雜誌社主編見鑒法師和教務長見融法師為我們開創錄音的平台。感謝行政法師們的策劃，讓大眾的交通、飲食、住宿等無有憂慮，能夠安心錄製。感謝授課法師們及製作人的指導。感謝錄音師及護法居士們的貼心護持。當然，也要感謝全體同學們的配合與投入。

在錄音的過程中，大家深刻體會到相互支持的力量，也體會到小王子在生命中層層探索的旅程。未來在學院的團體生活中，我們期許延續這樣相互支持的力量，不論在課誦中、課堂上，或在執作裡，讓自己學習接受、包容各種不一樣的聲音。讓這些聲音成為我們修行路上的資糧，共同譜出一首和諧的修行樂曲。



全體師生與全體工作人員在錄音室門口大合照。



樹之歌

{ 18 次的練習

釋見禮

帶著幾分靦腆的躍與怯，我把改好的三份貫串稿，拿給僧團裡最會講故事的法師看。這一份貫串稿，還是前一天法師伴我一個晚上改出來的。

六樓的教室，天光明亮，溫度恰好，偶有幾陣清風吹來。依然是對坐的兩個人，氣氛是輕鬆的，就差兩杯咖啡了。遞出了貫串稿，只見法師橫著一放，沒打算看，直接對我說：「現在，就用說的，說給我聽吧！」頓時，我全然傻眼，還沒背稿耶！這該如何說？但是，偶像在前，王牌指導，機會千載，豈有失之交臂之由，於是硬著頭皮說了！——本來嘛！稿子就是拿來說的，不說，還能做甚麼用呢！

於是，只見我結結巴巴、偷瞄偷看，艱困地完成第一回合。法師一邊聽，一邊幫我順稿，簡化旁支、強化主幹。當然沒過關，「再來一次！」法師說。

第二回合：才剛強記的結構內容，這邊掉、那邊丟，搭配著乏味而單調的口吻，更是淒冷。「講稿的口語必須是大白話，因為聽眾手上沒有講稿。」法師耐心地告訴我，並指導我哪些口吻可以加強、哪些語氣可以變化，讓故事聽起來更精彩可期。「再來一次！」法師說。好的，總說「無三不成禮」嘛！

第三回合：強記的結構總算在腦海中出現了層次感。但是，我顧著講出完整的內容，卻顧不了說故事的流暢感。這次，法師告訴我：點與點的接軌、面與面的關係，故事的強化在哪裡。「再來一次！」法師說。……這再說下去，就是第四回合。

那是一個明亮的下午，風漸漸地暖熱起來，從窗口徐徐送進來，扇得讓人有些睡意。這次，當法師對我說：「再來一



繪圖：心明

次！」當下，我是愣住的，以為自己聽錯了！工作行程緊湊的她，還願意陪我練習嗎？沒錯！她願意。沒有咖啡可喝的兩人，窗口邊下，她，沒打算放棄我！眼神定靜地等著我再開口說。當下，我問自己：「如果我是她，我願意嗎？」

第四回合：「有好一些，再來一次！」法師說。

第五回合：「很好，再來一次！」法師說。

第六回合：「有沒有覺得好多了，再來一次！」

法師說：「再來一次！」「再來一次！」……

一次又一次。已然忘了是第幾回合，「有沒有覺得比較有信心了！就是這樣，要把它說到非常順口，一開口就可以說，不順的一定要丟掉！」法師和煦微笑地說著，臉上沒有一絲不耐煩。這是最溫暖的笑容。

算一算，整個法會下來，我有三篇貫串稿，每一篇貫串稿最少重複6次以上，至少有18次的練習！

六樓的教室，獨留我在。是感動！是慚愧！

想起了院長說過的一句話：「要耐得了煩；要耐得了細！」

何以感動？法師能把故事說得精彩動人，讓人聽得如癡如醉，關鍵在於細膩，看似無關緊要的情節，卻可以是故事的亮點。麥克風就在手上，所有人的時間也都在自己的手上，這般的細膩，展現出對自己與對他人的尊重，所以感動！

何以慚愧？「你願意聽別人說18次嗎？」我再問自己。答案是猶疑的，問題的癥結在於我還耐不了煩。這才深刻地發覺：耐不了煩，是對自己的粗行，也是對別人沒有慈心。院長說的這一句話，法師深懂，所以願意；而我，還不懂，所以慚愧！

六樓的教室，獨留我在。

「18次的練習」刻印在心中——是一抹細膩的尊重！一份耐力的慈心！

{ 愈害怕愈會遇到

釋見祝

這次弘護，我負責香燈場地，剛開始的心情是既期待又怕受傷害。期待的是，自己當香燈能有更多的學習；擔心害怕的是，自己的梵唄很弱。

「愈害怕愈會遇到」的這門功課，在我身上屢見不鮮。當組長公布負責的執事內容時，心揪了一下。哇，香燈場地兼朝山台語貫串及敲引磬！想到朝山貫串要上臺講台語，又不能看稿（早上四點半，土地公廟的光線不佳，即使看稿也看不清楚），愈想愈害怕。但有自知之明的我——記憶力不佳，雖不喜歡背文字，面對無法看稿的窘境，只好硬著頭皮背稿。

「各位居士，首先，為大家說明朝山禮拜的方法：從右腳開始，三步一拜。當我們唱到南無時→請踏右腳，本師→踏左腳，釋迦→右腳，牟尼→請雙腳合起來，佛→請聽引磬聲拜下去。」背誦的過程中，我有一個台語障礙，常常認為台語的「正腳」是左腳，「倒腳」是右腳。練習幾次之後，為了避免上台時緊張及誤導大家，最後我還是搭配國語。

幾天過後，「愈害怕愈會遇到」的情況再次上演，組長公布法器人事表了。哇，不會吧，我要負責打鐺！算一算，有三個香次：早課、召請、午供。我用擔心害怕的口吻對組長說：「組長，我不太會打鐺耶！您可能不知道我的梵唄很弱喔！」組長說：「沒關係，趕快練習。」於是，我就依教奉行。每天勤聽梵唄、熟悉板眼，終於正式上場。

在召請時，要打花鐺，隨著慧法師的節奏，我在旁邊打副鐺，「噹、噹、噹！」最後順利完成了。

非常感恩組長祺法師、副組長慧法師的帶領，讓我在法會中有機會薰習法器。讓我由「莊嚴道場的法師」晉升為「勝任執法器的法師」。

{ 立體的《法華經》

釋妙慧

兩年前，帶著感受《法華經》的興奮心情踏入紫竹林精舍，導覽後卻感受不到遨遊經中的法味，當下覺得有點兒失望，覺得自己在「經外求經」的追尋也落空了！

今年，看到弘護實習課公布，得知被分派在精舍，有無法言說的感動，感謝諸佛菩薩慈悲的力量——依然不捨不夠精進的我。

想不到，在酷暑及大寮執作的雙重考驗下，我不斷地呈現中暑的症狀，大多時間只能在寮房中調身調息，更別提一了「細覽精舍、體會法味」的心願。幸運的是，大寮的窗戶一開，就有來自建築頂層直落而下的涼風吹拂，十足的菩薩清涼地；幸運的是，弘護前，師父已交代了定課，透過定課，讓我轉移了執作中的疲累。

感恩的是，細心的組長總能貼心地觀察我的狀況，適時為我調整執作內容及時段；熱誠的僧眾及居士們常常在我體力不堪執作時，補上我的空缺。因此，每天收坡後，我不敢懈怠地作定課，感恩地回向給身邊一切護持的眾緣。

出坡時，只要一看到組長，就讓我充滿安心與喜悅。組長對僧寶全心投注的護持，完全反應在每道菜之上，她將《法華經》中慈悲、方便的法寶，如實地延伸、落實。大寮裡每個培福居士，感受到她開朗寬闊的氣度，在護持三寶的心念下，也都歡喜、真誠地奉獻。在組長身上，我學習到：少了堅持與固執所湧現出的喜悅，多了體貼與聆聽所散發出的護持與成就。

在法華道場中，這些在家居士所流出的汗水，蘊含著慈悲歡喜的能量，滋養了一個又一個修行人；每個修行人，也慈悲喜悅地護持著每棵新生的菩提幼苗。這是最底層、最穩實的修行。

藉由這次弘護的因緣，不但讓我閱讀到立體的《法華經》，更讓我閱讀到生活化的《法華經》。

{快樂的鑰匙

釋寂海

有一位名作家和朋友同行。

朋友買了一份報紙，禮貌地對報販說：「謝謝！」報販卻一副撲克臉，不發一語。

「這傢伙態度真差，是不是？」他們繼續前行時，作家不舒服的說。

「他每天都是這樣的。」朋友應聲。

「那麼，你為什麼還是對他那麼客氣？」作家問。

「我為什麼要讓他來決定我的行為呢？」朋友答道。

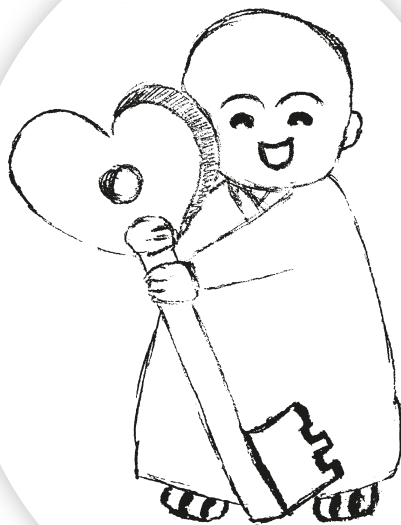
一位女士抱怨道：「我活得很不快樂，因為先生常出差不在家。」她把快樂的鑰匙放在先生手裡。

一位媽媽說：「我的孩子不聽話，我很生氣！」她把鑰匙交在孩子手中。

一位組員說：「那是組長做的，跟我沒關係。」

我感覺很挫敗。

這學期的執事，當我聽到旁人的建議、評論或抱怨時，常常會因為對方的語氣、表情而受傷。出坡時，也常常因為組員的反應、語氣、表情而受傷、憤怒或沮喪。其實，我也和先前提到的女士、媽媽一般，做了相同的決定——把情緒的鑰匙交到別人手上。



繪圖：心明

當我容許別人掌控自己的情緒時，便覺得自己是受害者，對現況無能為力，受傷、沮喪與憤怒似乎成了唯一的選擇。心中開始怪罪他人，接著，透過肢體語言、表情傳達一個訊息：「我這麼痛苦，都是你造成的，你要為我的痛苦負責！」我把責任推卸給對方，要求對方必須讓我快樂。

為什麼會如此呢？我想，是因為我執持「常、樂、我、淨」。執著「外在因緣應該恆常不變、恆順我意」（常、樂）；「事情應當由我所掌控」（我）；「我不可以犯錯」（淨）。但是，事與願違，於是，感到挫敗，失去自信，不敢為自己的決定負責，害怕別人不接受、不認同自己，只好被別人的眼光、言語左右。

在磨合的過程中，我慢慢理解到：傾聽他人的意見，的確很重要。別人願意提醒自己，應當誠懇地接受。同時，我也體認到：任何一件事，每一個人的觀點和想法都可能不一樣。自己的執事，是自己的責任；自己下的決定，不管結果如何，都一律承擔，這才是人生最痛快的事。

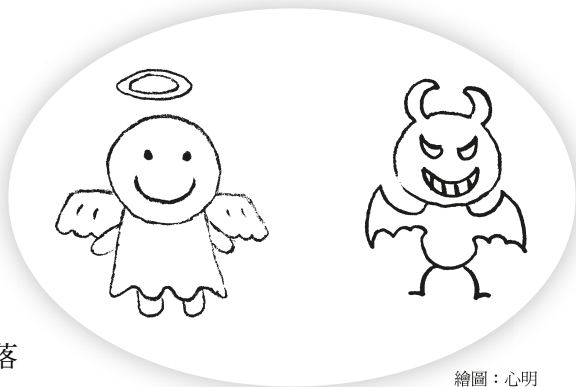
如何傾聽他人的意見，而又不被各種意見所左右，那就必須瞭解自己的侷限，接受當下的因緣，理解自己的原則，知道什麼事是不可放棄的。如果和對方意見相左，自己可以在尊重他人的前提下，表達自己的看法。不需要像騎驢的父子——「子騎驢不孝；父騎驢不慈；父子騎驢不仁；不騎驢不智」一般的左右為難。

一個成熟的人，握住自己快樂的鑰匙，他不會期待別人給他快樂，反而能將快樂與幸福送給別人。一個成熟的人，情緒穩定，有能力為自己負責。與這樣的人相處，人人都會感到享受，而不是壓力。

經過這學期的歷練，期許自己：在接下來的日子裡，能好好握住自己「快樂的鑰匙」，不再把鑰匙交給別人掌管！

{ 禮物

釋印舒



繪圖：心明

有一天，一個很大很大的禮物，降落
到我身上。這份禮物就是——104 年的輪執組

長！哇，這下我沒自由了！當下就只能安慰自己：「沒關係，我可以的！沒有嘗試之前，絕對不能洩氣，要給自己加油！」

在輪執中，帶領組員的過程裡，難免會有衝突，尤其在大寮組。緊湊的時間，讓我的語氣變得大聲，而且不耐煩。其實我是無意的，但是，組員看到的就：「組長好兇喔！」這些，我並不介意，我清楚這是在過程中學習調適心境的機會。何況，我們各自所扮演的角色有所差別。藉境練心，何樂而不為啊！

但是，偶爾還是有不耐煩。有一次，我的老毛病又犯了，因為帶到新同學，即使講了很多遍的執作細則，她依然朦朧不知。當下，心裡的「魔鬼」不耐煩地發出了訊息：「放下手上的執作，直接離開！」幸好，心裡的「天使」馬上反擊：「喂、喂，你現在是組長，不可以隨性！」我深深地呼吸、放鬆，然後回到當下。這次的經歷，讓我看到自己的不耐煩。

學習如何安頓自己的身心，換一種角度去面對事情，是這份禮物送給我的課題。我寫下了一篇《奉獻發願文》：

「弟子印舒，願皈依十方一切諸佛及菩薩。

祈求發願：

我願學習菩薩的愛語、耐心，以柔軟之心與他人溝通。

我願將自己所學的，與他人分享。

對於不熟悉執事的組員，我願耐心的陪伴，直到完全明瞭為止！

在此，深深致歉：

因為我的不良語言而受傷的組員，因為我的不耐心而帶給他人的影響。

祈願自己：

能將佛法時時運用在身口意三業，往後與他人溝通時，一切無礙！」

{ 一百次的耐心

釋見滋

「組長！你跟我說話時，偶爾會有些不耐煩喔！」

這是有一次，組員跟我說的一句話。當時，聽進心裡，出現了很大的衝擊：「為什麼她會如此說呢？」我一直都很包容、很有耐心地說話了呀！

我試著回想，才發現：當一件事重複說很多次，組員還是不明白時，我不自覺地將耐心一點一滴地消磨掉了，不注意的當下，我的習氣就出現了，以不耐煩的表情對待組員！

突然想起上課時，授課法師分享他當組長的經驗。法師也曾遭遇組員令自己煩惱的情況，那時，法師告訴自己：「事情發生時，先問自己：『我說過一百次了嗎？』至少要耐心地教導一百次之後，才可以生氣。」

組長是訓練自己的一個執事角色。除了溝通技巧要好、帶領組員的方式要善巧之外，包容力、耐心的訓練更要具備。當組員說：「組長，我沒辦法做、我忘記……」我只能告訴自己：「沒關係，因為我在當組員時，也是從帶我的組長身上學到寬容，畢竟大家都是在互相學習。」回頭也問問自己：「我說過一百次了嗎？」當想到這句話時，我就壓下自己的不耐煩和生氣了。

當上組長才發現：原來以前的組長是這麼辛苦。當組員喊著：「組長、組長……」時，不但一邊要繼續動手，一邊還要放亮眼睛看著他們；拉尖耳朵聽著他們；更要環視四周盯著他們。此刻，好希望自己像觀世音菩薩一樣，有著千手千眼，也有無限的耐心。

「我說過一百次了嗎？」我問自己。透過這樣的自問，不善的習氣會減少，善良的種子會增長，所以，在執事中，不僅是對自己的訓練，更是對修行的體證呢！



繪圖：心明

{ 輪軸

釋見聞

這一年的執作中，有著各種不同的體驗，在大寮從洗菜師做起，也曾擔任過講堂組組員與副典座。深深體驗到：每一項工作都是互助合作、相互影響的。就像每一個不同的輪軸在一起，只要其中一個轉動，就會帶動其他的一起運作。

從洗菜師的執作裡，學習到在大寮就像在自助餐廳一樣，要準備許多道菜，洗菜也有一貫的流程。在有限的時間內洗多種菜，有時候像在打仗一樣，得快速完成，同時，也是在訓練自己的速度及熟練度，讓自己可以用最迅速、簡短的方式完成執作。最有挑戰的是大冰箱的管理，有幾次遇到法會時期，就會出現冰箱的空間不足的窘境，這時就考驗著自己「疊疊樂」的技巧了。還好有學長們的教導，他們個個都像魔術師，遇到他們，堆成小山的食物似乎也像長了腳，分門別類的走入冰箱，排列得整整齊齊。

輪值中會遇到不一樣的組長與組員，要面對的是對方的教導與意見。每個人的作風各不相同，各有堅持所謂最好的方法。在大寮也學習與人共事的態度，奇妙的是，用一顆歡喜心與人應對，或用一顆煩惱心做事，真的會產生不同的結果。

透過輪執的方式，可以學習到不同層面的事物，可以累積經驗，進而增強自己對執事的熟悉度及敏銳度。更重要的是，也學習到如何用柔軟的心、歡喜的態度，來面對執作上的各種變動，讓自己的修行更提升了。

{ 此時此刻

釋弘覺

出坡的時候，我常常都希望能夠快快做完、早早收坡。我不知道如何才能改善這種心態。我試著觀照心念，嘗試突破，但是，心中浮現出來的念頭總是：「很累，趕快休息！」我一直在想辦法轉念。

我將這個狀況請教一位學長，學長說：「不要想，做就是！讓自己回到當下，活在此時此刻。當發現念頭跑掉了，馬上作意，觀呼吸，或是回到手上正在做的事情。仔細去感受每個動作，把念頭抓回來！」

沙彌尼受戒典禮的當天早上，我輪值香燈。我擦佛桌時，感到很煩、很累，不想做的念頭又出現了。

我立刻照著學長教的方法，回到當下擦佛桌的動作，把心靜下來。這時，我聽到遊覽車駛進學院的聲音。我知道戒子的家人為了這次的受戒典禮，邀請了五十多個親戚朋友，特別包了遊覽車來觀禮。當下，我發現自己正在行菩薩道，我用歡喜心把佛桌擦得乾乾淨淨，就是在供養大眾。大家千里迢迢，從北中南各地，一大清早就出發，來到香光寺。親友們懷著多大的歡喜心，抱著多大的期望，來祝福受戒的同學，希望戒子將來能為佛教奉獻、利益眾生啊！大家看到打掃得乾淨整潔的佛殿，會有多麼歡喜！

看到這一點，心中生起了深深的感恩。感恩有這樣的機會，能夠為大眾貢獻自己一點點微薄的力量，也感恩出席的親友們以歡喜心來成就這次的典禮。原來在這當下，我正在和大眾一起圓滿這場佛事。

不要被自己的妄念騙了——回到當下，活在當下，融入大眾，這是我最大的收穫！

{ 有慈心 無瞋心

釋印舒

佛學院靠近山坡和果園，常常有「原住民」出現。

看見長蟲（蛇）時，往往會聽到法師們說：「趕快送慈心給牠！」接著對牠說：「願你沒有危險、沒有瞋心……」在一旁的我，腦袋冒出了很多問號，有用嗎？……結局確實出乎我的預料，長蟲果然很乖巧，柔軟的爬進捕蛇袋子裡了。自己卻依然一副懷疑的表情，心裡想著：「會不會是送慈心的人有修行呢？不然長蟲怎麼會進去？」直到近日透過禪修，我的想法改變了。

從未接觸慈心禪的我，這是第一次的學習。在今年密集禪修的五天期間，指導法師帶領我們修習慈心禪，一步步的指導著，從基本到深層。

散播慈心的修習順序：首先要送慈心祝福自己；其次是他人，其中也包含著怨敵。當散播給怨敵的時候，則發覺與散播給其他人的有些不同。我意念著要送祝福給怨敵：「願你沒有危險、沒有怨敵；願你沒有身體的痛苦；願你沒有心裡的痛苦；願你幸福安穩快樂！」這個過程中，我好像只是將慈心四句偈念誦出來給對方聽而已，並沒有任何的感受。於是，我去找指導法師。指導法師開示：「散播慈心就如送禮物給對方一樣，要有誠意，用雙手親自送給對方。另一點是要尋找對方的優點。」再一次的祝福之後，有不一樣的感受了。面對怨敵時，試著去找對方的優點及貢獻，不要只看缺點，這樣便會降伏內在的瞋心。

當祝福結束後，我感覺身心得到輕盈自在，好似心中的巨石已放下，這樣的感受很舒服，因為化敵為友，也因內心的平和。其實，釋放他人的同時，也在釋放內心的瞋怨。內心只有祝福，這是一件多麼快樂的事！

{ 「怨敵」的根源

釋見滢

一年一度的禪修在弘護結束後隨即登場，這次密集禪修是我在學院最後一次參加，因為就要畢業了。

此次密集禪修，指導法師教導的是慈心禪，從慈愛自己，一直到對怨敵發出慈心。每一個步驟，老師都講解得清清楚楚，而且，讓我們有時間實際跟著做。

其實，對敬愛及一般的人散發慈心比較容易。但是，要對怨敵散發慈心就比較困難。指導法師請我們列出十個怨敵，這對我而言有點兒困難。我覺得有一個怨敵的日子就已經很難過了；如果有十個怨敵的話，真不敢想像日子要怎麼過下去？

透過指導法師的講解，我慢慢從根源去思考：為什麼會在生命經驗中出現所謂的「怨敵」，而一直抓著不肯放？我意識到：其實，內心是恐懼及害怕的。我察覺到：不平等及不互重的相處模式，讓我的防衛心變得「堅強」起來，害怕自己一旦讓步，對方讓自己不舒服的

對待方式又要出現，因此，一直惡性循環下去。雖然，我覺得很累，但是，卻不肯放手！如今，能夠藉禪修好好看清楚自己的這個想法，也是一個很好的收穫。因為，至少看清楚了！

這次密集禪修，學會如何對自己及對別人散播慈心。雖然，力道不是很強，但是，至少做到了散播慈心給敬愛、親愛及中立的人。至於要散播慈心給怨敵，只能對自己說：「加油！加油！」



繪圖：心明

{我也「禪」一下

釋祖樂

這次所學的禪修方法很特別，也是我第一次遇到的——把自己的慈心透過意念傳送給別人。

傳送的對象有很多種，其中一種是最大的挑戰，那就是送慈心給自己的敵人。你說，世界上有誰可以對厭惡的人給予關愛而希望他好！我們凡夫往往都是很執着、自私的，總希望討厭的人不要出現在自己的眼前，可是這次的禪修方法，卻要故意去想他。哇，難度極高啊！其實，這是我們永無止盡的一門功課，因為，我們人生的路還很長，要面對的人還很多。

這次的禪修，是從一個完全不同的角度去尋找自己。當我們給不同的人散發慈心時，可以看到不一樣的自己，無論是看到好的或是不好的，都要接受。為什麼呢？因為不接受，就沒辦法繼續往前修。因為慈心是柔軟的，瞋心是堅硬的。遇到硬的東西，就得用柔軟去對待，不但自己不會受傷，也不會傷害他人。當看到柔軟的自己時，我相信：無論是誰都會感到法喜充滿。

這次禪修讓我對「禪」生起了好奇心，沒想到禪修可以這麼活潑、彈性，也知道如何調伏自己的瞋心。我相信：只要肯不斷的練習慈心，慈心就會增長，一切善法也會跟著增長。

有一句話說：「慈悲生禍害，方便出下流。」慈心加上正知正見，一定能度眾無礙，能成就無上道業。



繪圖：心明

{ 與「我」和解

釋宏興

慈心禪法的學習，是透過慈心四句偈：「願我無敵意、無瞋恚；願我無身體的痛苦；願我無內心的痛苦；願我平安、快樂快樂……」在心中反覆唸誦，加上憶念他人的笑顏，將熾盛的想蘊轉移到正念上。慈心偈雖短，卻有助於回到當下，與自己同在。

令人印象深刻的是幾個受用的息瞋方法。首先，觀察自他的自作業，思考為何要對他生氣？這時自己有如手握火把，傷人前卻先傷己。接著，思維為何要因別人對自己生氣而生惱？他人的瞋恚，自己可以選擇不接受、不相應，對方就有如逆風揚塵，唯己受塵。另外，要深層觀察自他的五蘊皆剎那生滅無常，反問：「現在的我正對誰忿怒？」原來，慈心要與正念並行，因為能覺察起心動念，才能導向正精進與四正勤。

在散播慈心給四種對象的練習中，發現送給敬愛與親愛者較為容易；給中立者強度則較弱，對方形象也較為模糊；而對怨敵者散佈慈心則是很深刻的體驗。其實怨敵的笑顏很容易浮現，因為「怨從親起，親從緣生」。由於真心想化解，對怨敵比對中立者更易散播慈心。由於在慈心當中，並沒有起瞋心，反而感到心被釋放。

散播慈心給怨敵，實際上是與自己和解，療癒內在的傷口。事實上，自己早已不同以往，對方也不斷在改變。緊握回憶及落入常見，是自己的執著。回來檢視這些起現行的種子，多半是因為「我」受傷了、「我」不舒服、「我」

不自在……根本原因來自「我執」。因外境不符合「我」的期待與觀點，而囚禁了自己的心。原來，這是「我見」在作祟——怨敵不在外，而在內心。

散播出去的慈心越大，喜悅也越強，比散播給自己的範圍更廣、更明亮。因此，看似送慈心給別人，卻是幫助了自己，獲益最大的是自己。



{ 苦樂的湧泉

釋印學



繪圖：心明

我剛到佛學院，從未有禪修經驗，面對即將來到的禪二十，雖然師長和學長都給我安慰及鼓勵，但是內心還是有些焦慮和緊張，擔心自己無法安住。可是，同時又有一份期待，因為，我認為在禪修期間，可以把所有的功課都停下來，讓心能靜靜的休息一下。

二十天的禪修很快就過去了，禪修期間有各種感受：有時痛苦；有時快樂；有時悲傷。剛開始是腳和身體的疼痛，可是，後來障礙就開始現起，雜念、妄念猶如潛伏已久的湧泉，忽然找到破洞，一直往外噴發，來勢洶洶，令我擋不住、也壓不下。無論是打坐，或是經行、吃飯，甚至連睡覺躺在床上，心都快速的跳動，奔忙的心，仍然沒有休息。我用盡了多少的力氣，想盡了各種辦法，要將它安下來，專注在所緣上，可是不到一分鐘，專注力又溜走了。有時真的提不起心力去與妄念拉扯，只好任由它去，可是，又不希望妄念一直擾亂自己，而不能安住在呼吸上。心想：「為什麼一到禪坐，就有那麼多障礙？自己的業障真的太重了！」後來，不只是妄念、腳痛，連腰部也跟著痛起來了。唉呀！這下真慘了，種種不同的毛病一直不停的出現，心更是沒辦法安靜下來了！小參時，法師教了很多克服疼痛和妄念的方法，法師要我們慢慢去練習。我也照著法師講的一次次的練習，果然有效，坐到後來，疼痛和妄念慢慢的減少了。以前的我，只坐十五分鐘，就已經疼痛難忍，感覺快煩死了；現在的我，就算坐一小時都無所謂。我感覺自己真的是進步了。

這次封山禪修，我學到了很多，譬如，禪坐時如何去克服疼痛、妄念和昏沉，我大概都已經學會了。日後，希望我能把握各種學習的機會，讓自己更加的進步。

最後，以此偈勉勵自己：「坐禪清淨似如水，全心無愁無罣礙。」

{我哭過、笑過……

釋惟煦

弘護日記

105年5月9日星期一（晴）

第一次參加香光寺浴佛弘護，我學習當典座兼副典座。自從接了這份執事，我滿腦子都是飯、菜、湯……連做夢都夢到我在煮菜。早課時，「小和尚念經，有口無心。」我又開始煮菜了。

105年5月10日星期二（陰）

今天煮早齋時，鍋子著火了！當時，我很「可愛」，使勁的用嘴巴吹火，完全失去理智。幸好，火熄滅了！最後，我手抖腳軟的完成了早齋。

早齋後，我和洗菜師去倉庫搬法會要用的工具。院長走進來，看到我們分工卻沒合作，因此，教訓我們。我告訴自己要依教奉行，強忍著「心」中的淚，繼續手上的工作。

收坡後，回到寮房，躺在床上，深深的吐了一口氣。不久，兩位長老尼來找我，我把鍋子著火嚇到我的事說了出來，說著、說著……我哭了。我不知道為什麼，可能是，這滴淚想流——很久了吧！

105年5月11日星期三（晴）

早上醒來，事過境遷，又是新的一天。大寮組一起奮鬥。早齋後開會、出坡，然後收坡、吃點心，大家互相幫忙，和樂融融！更開心的是我們一起到村莊佈教……。

105年5月14日星期六（陰）

終於來到法會的第一天，見蔚法師和曉融法師負責煮今天的齋食。我跟她們學做壽司、烤串、打豆漿……開心極了！她們不但煮得好吃，而且迅速，更可貴的是「凡煮過『不』留下痕跡」，收拾得乾乾淨淨！

真慧法師和我一起負責明天的齋食，估計一千人的齋食，我聽了，腿都軟了。還好有真慧法師，她教我很多事。我很開心能和真慧法師一起做事。藥石前，真慧法師和我重新整理了冰箱。藥石後，我們還得繼續浸泡明天的配

料、墊紙板、開會、移白板……。

藥石的時候，剛好和育導長同桌。

育導長：「法會結束隔天，你可以睡一個早上。」

我：「那天，我是香燈師。」

育導長：「你需要找人代替嗎？」

我：「不用了，誰不累啊！」

我知道我的語氣不好，對師長不恭敬。我到底怎麼了？感覺內心深處有一團氣，始終散不開，一點點小事我都無法忍受。過去的我，不是這樣的啊！難道我變了嗎？

我發現：「做事累，可以休息；心累，才可怕！」

105年5月15日星期日（晴）

今天是法會的第二天，典座居士開始下廚烹煮齋食。看到居士們的發心，我很慚愧！我決定要「活」起來，開開心心的和居士配合。所謂：「忙人時間最多。」上午時段，我們做了很多事。

午齋後，真慧法師跟我說：「你先去休息，下午三點半才來出坡。」我問：「您呢？」她把我「趕」去休息，我的淚水不斷地在眼眶裡打轉！

我捨不得休息——昨天是佛陀誕生日，也是我的出家日，但是，沒有時間去浴佛。於是，今天我到福慧廣場浴佛。我虔誠的頂禮佛陀，感覺滿心喜悅！

回想自己已經出家八年了，一則喜悅；二則感慨。喜悅的是：八年了，我依然是出家人；感慨的是：八年了，我的喜怒哀樂還如此的重！

弘護結束了！雖然，九天很短，不過，能走出這九天，對我而言，不容易啊！過程中，我哭過、笑過。我的收穫滿滿，感謝……。



繪圖：心明

「畫畫美學」講座之作品



有因有緣事易成
有因無緣果不生
不信但看寒江柳
一經春風枝枝新

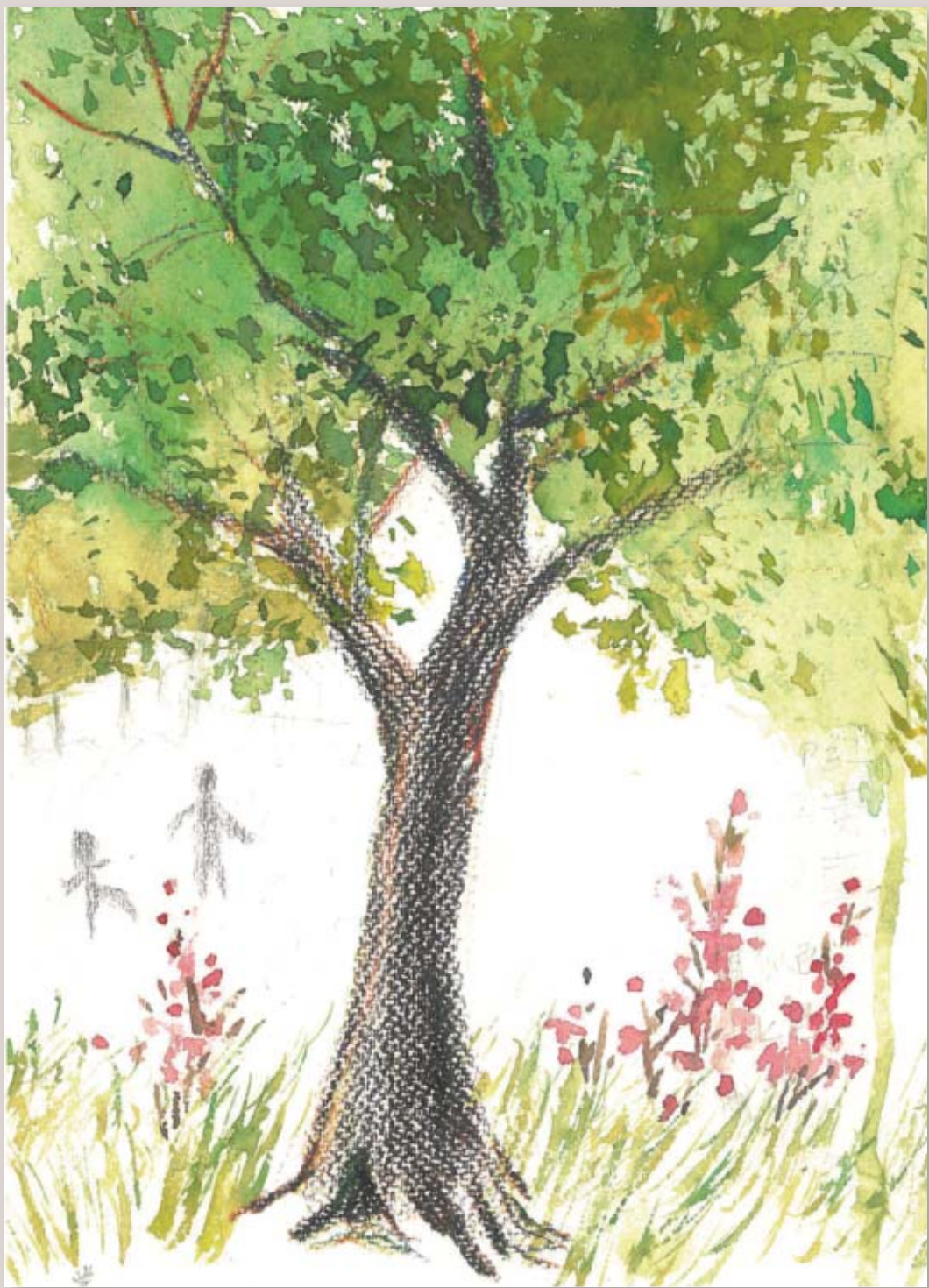
——古德



覺樹枯榮幾度更
靈山寂寂待重興
此來不用傷遲暮
佛法弘揚本在僧

——民國·太虛







朝看花開滿樹紅
暮看花落樹還空
若將花比人間事
花與人間事一同

——唐·龍牙禪師



善似青松惡似花
看看眼前不如它
有朝一日遭霜打
只見青松不見花

——明·劉伯溫





{ 白房子

釋廣慧

那天晚上，副院長開示說了「黑房子」的故事，簡直像是對我說的。

故事中的女孩子對著關在黑房子裡的人說：「你們就是活該要被關在裡面！」當副院長說到這裡時，我心想：「哇，這根本就是我的心聲嘛！」沒錯，我的確認為：憎恨那個長達半年苦毒我的人，是理所當然的事！她根本不值得我原諒，讓她坐黑牢根本是天經地義啊！所以，副院長的開示雖然非常發人深省，但是，我依然放不下心中的恨意。

那天晚上，我做了一個夢。夢中的我，身處於一間大而明亮的白色房子中，是一棟很堅固、而且有著超強防盜系統的「白房子」。當我關上門之後，不禁鬆了一口氣，心想：「哇，我安全了！」

第二天早上醒來後，很驚訝的想：「怎麼做了一個這樣的夢？夢中的我把自己囚禁起來，居然還滿心歡喜……」

被緊緊關住的，是我心中的假想敵？還是我自己？

雖然，我手中握有可以打開黑房子的金鑰匙，但是，讓我害怕猶豫、再三怯步的是什麼？原來，我害怕如果打開門，苦毒我的那個她被放出來了，我會再度被傷害。因為，之前被她苦毒的印象太深刻了，所以只要一想起來，就湧起無邊的恐懼——我怕被傷害！

我害怕再度敞開心胸去信任別人，最後，又會被人狠狠傷害！

我非常、非常害怕，所以，很難再和其他人發展出更深入的情誼。

我只能為自己建立起固若金湯的堡壘，龜縮在假想的安全感中。

雖然，時常把因緣掛在嘴邊，但是，真正遇境時，卻很難體悟到一切都是因緣和合、無常變化的。

我依然隨境起舞，在其中歡喜、苦惱、憂愁、流淚……六道輪迴，永無止息！

{ 舞出節奏

釋見聞

手機震動的聲音一陣陣傳到耳邊，呼喚著沉睡中的我，得要開始早上第一個鐘頭的生活了。

當香燈的這一段時間，起床時我完全不拖泥帶水。我隨著組長調配的時間，打理著早課需要使用的環境。這是入學以來第一次學習當佛陀的侍者，由於細節很瑣碎，事前已預習了每一項工作。

當香燈的過程中，印象最深刻的是學習打大鼓。在正式上場之前，每天都得練習並打出節奏感，面對著硬梆梆的牆壁，卻要打出有彈力的節奏感，還真令人難以想像。因為不能用真的鼓練習，為了要揣摩組長所講的「文字」，於是到處去尋問不同的打鼓方式，每個人都非常熱心地提供不同的技巧。有的人著重在時間上的控制；有的人建議練習打鼓時節奏要多半拍；有的人說拿鼓棒時可注意桿槓原理；或者是建議施力點可放在左手或右手；或者是說調整握鼓棒的高低與站立的位置……但是，都有一項共通點：用不鬆不緊的力道打鼓。

我也體會到打任何法器時，都要專注地聽清楚每一種法器所發出的聲音。每一個聲音的傳遞都代表著自己心態的顯現，節奏、韻律的快慢，會影響整體唱誦的氛圍。所以，站上執法器的位置，首先要安穩身心，放鬆身體，同時態度要謹慎，要生起恭敬心。如此，所打出來的法器聲就會使人安定。每日的早晚課執法器時，都需要配合其他執法器的人，自己當下要覺察、調整，隨順因緣的變化，不時地要相互關照並配合整體的韻律，讓整場的法事能有和合圓融的感覺。

古人說：「無情說法來自有情。」想要用法器感動別人之前，先要感動自己。所以我要求自己用心去聆聽每一個響起的音符，並且把這些美好的音符傳遞出去。

{ 梵唄是瑰寶

釋印文

今天下午是上學期的最後一堂梵唄課，回顧這一學期，在融法師的教導下，學到了好多好多珍貴的東西。

沒來學院、沒上梵唄課之前，只知道很喜歡，可是不知道它的意義。梵唄到底代表著什麼？對我而言，只知道敲對板眼、唱對就好，久而久之，不由得心生枯燥、乏味，尤其是那日日一成不變的早晚課。

梵唄課讓我認識每一種法器，如：大磬、引磬、木魚、大鐘、大鼓，了解它們的義涵。例如，敲鐘代表反省，代表行者之思。提醒我們生命又少了一天，要我們把握光陰；同時，也代表願力的重要。那是什麼願呢？當我們敲鐘之際，要憶念地獄餓鬼眾生之苦，敲鐘前要發願：「願此鐘聲超法界，鐵圍幽暗悉皆聞，聞塵清淨證圓通，一切眾生成正覺。」但願眾生能「聞鐘聲，煩惱輕；智慧長，菩提生；離地獄，出火坑；願成佛，度眾生。」讓聽到鐘聲的人都能解除苦迫，憶念佛德而增長善根。鳴鐘的當下，心存敬鐘如敬佛想，每天朝暮至誠懇切、虔誠的鳴鐘，把敲鐘當作修行。

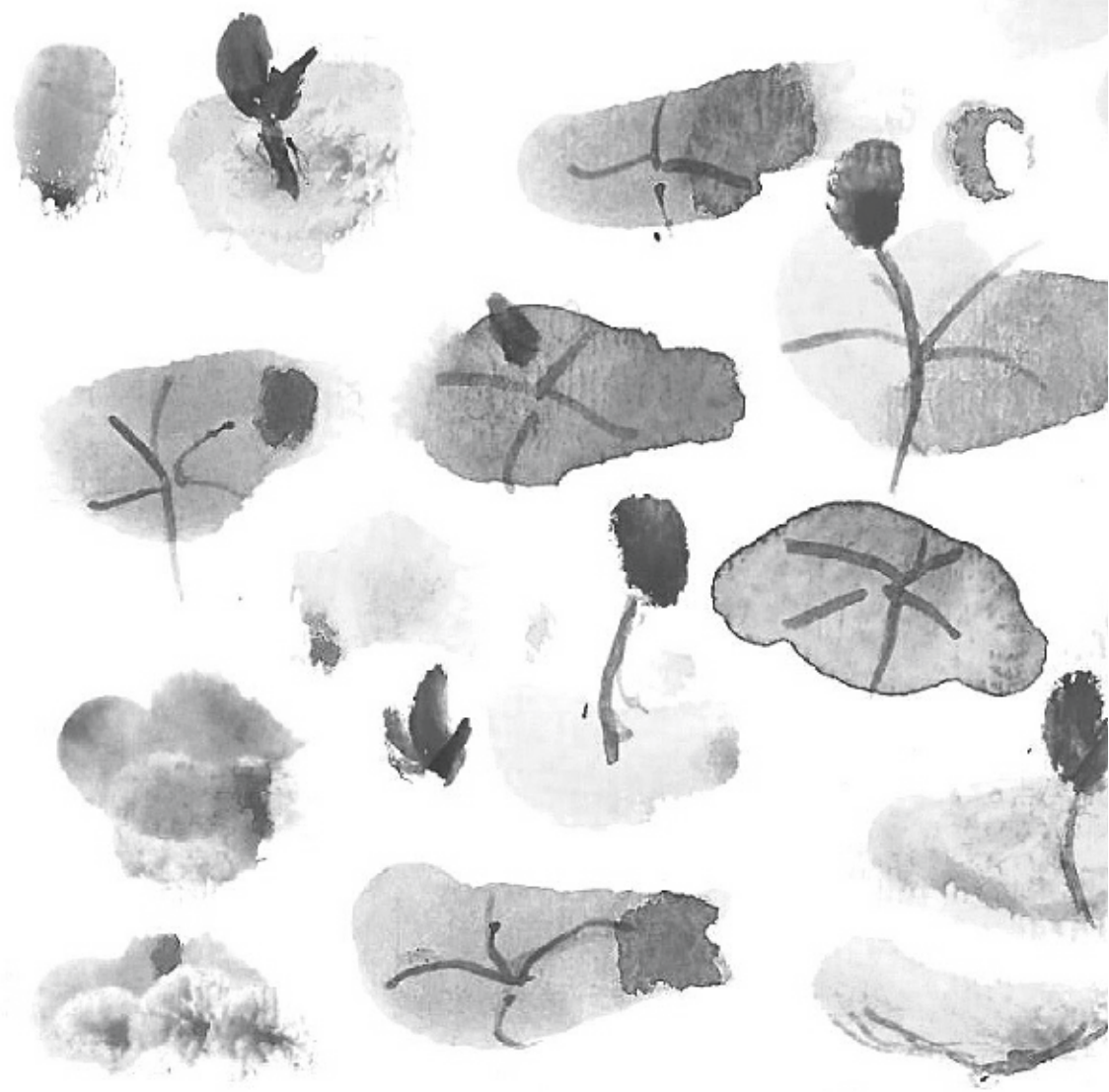
法器在佛教裡代表著一種訊號，僅僅是敲一聲鐘、擊一聲鼓，都有它的規定，且不可隨便。要知道，法器代表著人天耳目；代表著規則；代表著時序；代表著一個團體的做法、想法，甚至包含著僧人的一舉一動。因此，我在執任何法器之前，都會作意，把它當作是一件很慎重的事情來完成，不敢有絲毫的慢心，心中都會存著一份恭敬，因為，一切法器的使用代表著「人天共鳴」。

就像融法師說的：「梵唄不只是敲敲打打、念誦完就了事，而是一種神聖的、莊嚴的儀式，是一種文化的傳承。」梵唄是一塊瑰寶，是僧人的信仰依止及宗教情操的展現，也是漢傳佛教才有的獨特文化，是其他南傳、藏傳不能相比的。

梵唄也是修行的八千法門之一，能修止；亦能修觀。透過梵唱來講求群體意識，與大眾搭配而唱出梵音海潮音，表現出團體的和合。在唱誦時，要

用虔誠心、恭敬心，並且隨文作觀、思惟法義，千萬不可存著「小和尚念經，有口無心」的心態。如此，才能使自己的身、口、意業清淨，流露出威儀的攝受，使殿堂莊嚴。

上了梵唄課後，自己在唱誦時，不再是感到毫無意義、感到貧乏。相反的，對梵唄更能深入體會、更有感情。有時候，甚至會被梵唱聲感動，不管是自己唱還是別人唱，都深受感動，覺得梵唱的聲音，能充分流露出僧人對眾生的體念——那一份悲憫、那一份悲願！





{ 領導者之「隨」

釋印幸

在《維摩結所說經》〈佛國品第一〉中，感觸最深的一句話是：「佛以一音演說法，眾生『隨』類各得解。」此偈頌是讚嘆佛陀以一種語音宣說佛法，眾生「隨」著各個不同的根器，便得以不同的理解。

佛陀曾經在靈鷲山宣講《般若經》，聽法的眾生依心量根器之利、鈍而有差別。例如：下根器的眾生喜歡人天福報，佛便對他們講五戒十善法。中根器的眾生厭離世間，畏怯三塗苦及生老病死的苦，容易產生出離心，希望自我解脫，便喜歡聽佛陀說苦、集、滅、道四聖諦及十二因緣的法。而上根器的眾生喜好自利利他，樂於修習菩提心正行，便喜歡聽聞佛陀講說六度萬行。

在我們的生活中，也時常會有「隨」字伴隨。通常我們出門前，師長們都會教導我們：「不論到任何一個僧團都要學習入眾、隨眾。」俗話說：「入境隨俗。」所以「入眾」以後就要「隨眾」，隨著大眾、適應大眾、配合大眾、奉獻大眾。「隨眾」是隨著我們團體的因緣來適應、配合、奉獻；帶領團體的人，也要以適應、配合、奉獻團體的態度來帶領眾人。

例如：佛學院平日出坡，分成香積組、講堂組、司水組和香燈組。這些組別由不同的班級輪流：有的學習帶領；有的學習入眾；有的學習適應，高年級的學長擔任帶領的角色；低年級的同學學習適應與入眾。

在學院帶領組員時，往往會希望組員「隨」著自己的觀念去執行，但是，也要適度的去接受他人的建議，所以有一句話說：「想要別人尊重自己，自己要先尊重他人。」如果能帶著適應、配合、奉獻的心來入眾、隨眾，這樣，奉獻十分，就得十分的回應；奉獻百分，就得百分的回應。

剛來到學院的時候，對於學院的種種現象感到不滿，對很多人事物都有意見，心中產生了很多的「為什麼？」例如：

為什麼「僧院體驗營」的供果可以排成那樣？大家的供養心在哪裏？

為什麼持法器者在「行門共修」持法器時，可以錯得那麼離譜？他們都沒練習嗎？

當時，會有這樣的想法，全因自己的「完美主義」，不自覺掉入「有見」。我覺得自己的想法全都是對的，並沒有看到背後的因緣，因為當時還不瞭解學院緊湊的作息。其實在這樣的因緣之下，大家已經盡力了，我卻一廂情願的認為還可以更好。

經過一學期以後，發現自己掉入「有見」，感到很慚愧。這時又陷入「不敢有任何意見（無見）」的情況，深怕自己又掉入「有見」當中。我會有一種心態——不要再「自以為是」，所以，我變得很沉默。可是，我開始問自己：「這樣正確嗎？」這時，發現自己落入極端，這時的我很沒自信，對於任何事物都沒想法、沒意見。

後來，我開始自我調整，每當看到一些人事物，第一個不滿的念頭升起時，我嘗試把質疑的念頭轉成體諒，試著站在對方的角度去想。我發覺這樣的轉念，無論對自己或他人都比較舒服，不會一味地要求自己或他人一定要怎樣做或做到什麼程度，而是依個人的因緣去觀察，接受每個人的能力都不一樣的事實。

落入有見時，總是不斷地要求；落入無見時，就陷入逃避與放棄的狀態。看清楚當下的因緣，才不會落入兩端——有見、無見。

{ 僧路

釋印文

「長亭外 古道邊 芳草碧連天。晚風拂柳笛聲殘 夕陽山外山。天之涯 地之角 知交半零落。一斛濁酒盡餘歡 今宵別夢寒。」讀《弘一大師傳》以前，對於大師的認識，就是這一首歌，一首從小唱得再熟悉不過了的歌。這一首歌，聽起來有一絲絲窺見人生無常的淒涼感，孰不知：原來，在歌詞的背後，竟隱藏一段感人至深的故事。

弘一大師，俗姓李，號叔同，民國初期之戒律大師。傳記對大師的簡介是：「大師初學有部之律，後專弘南山律宗。平生推崇印光大師，效其不收徒眾、不住寺剎之風，唯獨以寫字與人結緣。到處行腳，雲遊四方，講經弘律，性格恬淡。」

讀了大師的傳記後，內心感到無比的佩服與感動。大師才華橫溢，滿懷藝術才情，宣揚國學及愛國情操，最後選擇出家，踏上了講律、弘律、研律、著律這一條路，而且還樂此不疲。

當時，人們對於他的出家，可謂是眾說紛紜：有人說這是受了家庭的影響；有人說他飽經滄桑後，幼時的佛教影響又萌發了……總之，有太多太多的說法。好友夏丏尊先生問他：「怎忍拋妻棄兒而去出家？」大師回答說：「人世無常如暴病而死，想不拋也做不到！」可見，在那時，大師便察覺到人世的無常。

他曾對寂山長老說：「弟子出家，非謀衣食，純為生死大事。」他並不認為人生是無價值的；相反的，在喧囂的塵世之外，仍有積極追求的所在。如果說人生可以分三層次：一是物質生活：衣食；二是精神生活：學術；三是靈魂生活：宗教，他已然找到安置身心的大自在了，那就是——佛教。大師嚮往佛教的深廣宏大，找到了自己的歸宿。

大師每到一個新的地方講律，都會說：「要知道：我們出家人就是所謂的『僧寶』，在俗家人之上，地位是很高的。所以，品行、道德也要在俗家人之上才行。」從這一點就可知大師持戒的嚴謹與認真，對於出家人的一舉一

動之要求尤其嚴格。

大師的日常生活非常的簡單，即使面對一碗鹹菜，也不會嫌太鹹，反而覺得鹹有鹹的滋味。有一次，大師前往青島湛山寺講律，隨身攜帶的也只有一條被單、一頂帳子、幾件破了又補的衣服，以及幾本重要的律學著作而已。

在他的朋友看來，一身簡陋破舊的袈裟，穿著粗陋的草鞋，著實委屈了當年那個風度翩翩的李叔同。可是在弘一大師看來：這世上沒有一樣東西是不好的——小旅館的通鋪是好的，儘管有幾隻蟲子；破席子是好的；破到不能再破的毛巾是好的；就連走路也是好的。

這生活上的一切，別說是他的朋友，同為出家人的我們，也未必做得到像他這般的以平等心對待。大師讓瑣碎的日常生活，處處展現持戒的壇城，處處展現持戒的清淨、持戒的嚴謹。年復一年，始終秉持「一切皆以戒律行事」。

弘一大師之所以這樣嚴謹的持戒，是深受淨土宗高僧印光大師的影響，還曾三度陳情拜師，終於得到首肯，與印光大師如影隨形的共住共修。雖然只有七天的時間，但是印光大師惜福、粗食、精進、深信因果的盛德，弘一大師恭順地視為楷模。

大師從出家以來一直致力於研戒，曾感嘆僧團之所以為世人詬病，都是因為戒律鬆弛。因此，發願窮盡一生弘揚戒律。在

長達二十餘年的行腳生涯中，完成了許多的律書，如：《四分律比丘戒相表記》、《南山律在家備覽》、《南山律宗傳承史》、《南山律苑文集》等。

我認真的讀完《弘一大師傳》，給我很大的體會：既然我們已選擇了出家這一條路，本就應該持守應有的戒律。學律之後，要學以致用，利用戒律的精神來提點這一顆容易下滑的心，要不然，真的要感到慚愧，況且是信施恩難消！



繪圖：心明

{ 粗茶淡飯

釋恒晉

《維摩詰經》〈弟子品〉提到佛陀的弟子乞食之事。

大迦葉尊者喜歡到貧窮之家乞食。他認為人會貧窮，是因為上輩子缺少培福，為了利益眾生，所以把機會留給貧窮之人，讓他們多行布施。反而，須菩提尊者喜歡到富貴之家乞食。他認為富貴的人，雖然，今生能富貴，但是，還需多培福，福報才能一直延續下去。兩人卻因此不知覺的落入分別中。貧窮人需要培福，富貴人同樣也需要培福，選擇富貴或貧窮之家，那不是平等大慈、普利群生之本。於是，維摩詰居士建言：「於乞食應以平等心，明白諸法空寂，世間一切事物都只是幻影，觀察一切法都是空性，而沒有外在形象、聲音、香味、食物的味道、外在境相的分別，最後更沒有福報多寡的問題了。」

從古至今，民以食為天，出家人也是如此，為證法身以養色身。修行必須先要有一個好的色身，沒有好的色身，想要拜佛都難。出家人的生活是「粗茶淡飯」，並非指不好的食物，而是指簡單、有營養的食物。出家人接受居士的供養，所以對於食物，我們怎麼可以挑剔呢？

佛陀的時代，出家人都是托鉢乞食。乞食不是表面上乞求食物而已，它能去除驕慢；接受信施任何的供養，能減少對食物的攀緣。不管好或不好的供養都心生歡喜，這是佛陀教導出家人修習「少欲知足」最基礎的方法，可見佛陀的用心。

我當洗菜師時，居士一直供養同樣的菜，我在想：「為甚麼不供養別的菜呢？」其實，我的想法是不對的。居士把菜送到寺院，與佛門結緣，我應該心生歡喜，因為居士不是把菜放到爛，而是送到寺院供眾。那時候，居士送來很多絲瓜，



繪圖：心明



看起來醜醜的。院長說：「這些都是很有營養的絲瓜，因為是自家種的。出家人多麼有福報，能吃到這些絲瓜。」更重要的是通過供養把居士引入佛門，讓居士到寺院培福，學習佛法，種下更深的佛緣。

出家修行這條路看似簡單——不需要到社會上工作；不需要看老闆的臉色；不需要擔心錢不夠，因此，減少了很多煩惱。我現在所得到的一切，都是信施的供養，如今才能安心的學習。對於這一切，我都懷著一顆感恩與珍惜的心。為了不讓自己毫無奉獻的接受信施的供養，我每一天都要用功，回向給一切眾生。

{ 我的發現

林行者

從小我就受到很多人寵愛，什麼事也不用做，一切事都有人幫我安排。「飯來張口，茶來伸手」的日子，我就這樣過了十幾年，也成了我的習慣，我習慣了什麼事都有人幫我安排，幫我打點。習慣於依賴別人的個性，使我無法獨立，無法自己作主，也導致我有個觀念，就是能不出力就不出力。因此，養成另一個習慣——撒嬌。

當無法解決問題時，我就會撒嬌，求助於人。很幸運的是，很多人都接受這一套，非常有效。它成為我的「武器」，別人需要絞盡腦汁才能完成的事，我只要撒嬌就可以搞定了。當時，我很開心，也引以為傲，因為，這是我比別人更優勝的地方。我從小活潑開朗，深得男女老少的疼愛和重視，這讓當時的我覺得非常幸福，非常有成就感。同時，也讓自己更加確定：沒有什麼問題是「撒嬌」解決不了的。

我來到學院的第一個星期，完完全全無法適應。在學院裏，大大小小的事都要自己動手做，無法依賴任何人。雖然，這裡是一所女眾學院，但是，每個人都是女漢子、大丈夫。什麼事都自己動手做、自己扛，個個能文能武，讓我非常驚訝！原來，女人也可以獨立，不需要依靠男人！來學院之後，我開始察覺到：依賴和撒嬌的代價是什麼事我都不會做，什麼事都需要別人協助。就像一條念珠，沒有了繩子就會散落滿地，毫無方向的亂滾。

於是，我下定決心要跟大家一樣，當一個「能上殿堂，能下廚房」的女漢子。從此，不再小鳥依人，不再是時時刻刻都要別人呵護的小女孩。

{ 老師，謝謝您

關行者

您如同蠟燭般 在黑暗中照亮我

您一字一句的教導我 完全沒有任何怨言

是您 一直激發我 讓我有前進的勇氣和力量

在此 我打從內心最深處向您致謝

謝謝您 無怨無悔的付出

也為我所闖的禍 為我的調皮搗蛋 向您說聲抱歉

這一切 將會成為我成長的資糧

謝謝您



繪圖：心明



略探「菩薩不於空法作證」之意趣

釋見融

一、前言

當初，釋尊於菩提樹下，深觀緣起、正見諦理而成為一位覺者，並指出有情眾生之所以沒於生死流轉不已，乃因執迷一切法、我皆為實有，而引發種種煩惱，終不得解脫。因此，為使眾生獲得徹底解脫，是釋尊一生勤於說法的主因。涅槃解脫與空理的關係密不可分，釋尊的原始教說，實際上並沒有全然以空法為主題來宣揚¹，但佛法的特性，可以「空」來表達，所以在佛法中，空法成為佛法甚深的主要論題²。不論是二乘聖者或菩薩聖者修學解脫道，都不離證法、我空觀。

然而，從《般若經》中看到：釋尊經常向須菩提教示「菩薩不應於空法作證」，要觀空而不證空；或不取涅槃（空）；或於「實際」³不應作證等概念。關於這種不取漏盡證的說法，似乎與證悟空性得解脫的佛法特性理趣，有點兒背道而馳。又釋尊勸勉菩薩「不要於中道取證，免於墮落二乘果地」，也讓人感到好似存在三乘難以融通之處，或有揚菩薩乘而貶抑聲聞、緣覺二乘的義涵。基於以上問題，思及釋尊提出菩薩不應證入二乘涅槃果地的真義為何？理由安在？為何說菩薩已證得法空性，卻又說不證呢？又是何理由讓菩薩忍而不證呢？這些問題成為本文所欲探討之動機。

1 參見釋印順，《空之探究》，（台北，正聞出版社，民74），p.1。佛教初期，釋尊多說無常、無我，比較少說「空」，但並不是完全不說，因為《中阿含》釋尊曾提到《大空經》、《小空經》。雖然少說空，但與空與無我之義相同，乃指沒有一不變之實體。

2 同上。

3 參見釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》，（台北，正聞出版社，民70），p.656。指出般若波羅蜜所證的，還有「實際」bhutakoti一詞，是真實究竟處的意思。如證入法性，到達最究竟處，名為「實際」。在《般若經》中，大都用來稱二乘的證入涅槃。菩薩在修學中，是以證「實際」為戒懼的。

故本文擬以四個面向探討，期能釐清上述提出之問題：一、略述不於空法作證之空義；二、「不證」之意趣；三、不於空法作證之動機；四、不於空法作證之要件。本文探討的內容將以《大品般若》〈不證品〉為文本，並參酌《大智度論》的觀點輔以解說。

二、略述不於空法作證之「空」義

本文之目的在探討「不於空法作證」之意義，首先應對「空」稍作整理。

「空」的修學與證悟，是佛法的重要課題。在修學與理解的過程，對於小乘空和大乘空的異同應加以區分。印順導師於《空之探究》提到：《般若經》所說的一切法空，與《阿含經》所說的空義有所不同⁴。原始佛教是從生死流轉的現實中，經修持以達到涅槃理想的實現；而大乘佛法既要解脫生死，又要在生死中救脫眾生，以求證究竟涅槃。雖然，二者都是以般若波羅蜜多為解脫的根本法門，不過，大乘佛法的般若波羅蜜多修學，是為了利益眾生而不捨生死，不急求證入涅槃，此處則成為二者在般若波羅蜜多的區別⁵。由以上敘述可知，菩薩的空觀已是達到空亦復空的階段，以致能從空出有而直向究竟涅槃，因此究竟涅槃是指佛地而言，非指二乘的涅槃果地。

在〈不證品〉經文中提到：菩薩學空不證空，不於空法中作證。或者從本品經文脈絡看來，都可見菩薩與二乘聖者皆證到一樣的空性，只是菩薩並不因此而證入涅槃罷了。

然空義為何呢？《大品般若》〈深奧品〉如是記載著：

深奧處者，空是其義，無相、無作、無起、無生、無染、寂滅、離、如、法性、實際、涅槃⁶。

以上引文的空義，印順導師認為這都是涅槃的異名，是就涅槃為主題而說⁷。乃至《小品般若》、《大般若經》中的空義，也都與此義相同。《小品般若》：

4 參見釋印順，《空之探究》，（台北，正聞出版社，民 74），p. 142。提到的「佛法」，指的是《阿含經》。

5 參見釋印順，《空之探究》，（台北，正聞出版社，民 74），p.142-143

6 鳩摩羅什譯，《般若經》卷十七，T8，p.344 上

7 參見釋印順，《空之探究》，（台北，正聞出版社，民 74），p.145

甚深相者，即是空義，即是無相、無作、無起、無生、無滅、無所有、無染、寂滅、遠離、涅槃義⁸。

《大般若經》：

甚深義處，謂空、無相、無願、無作、無生、無滅、離染、涅槃、真如、法界、法性、實際，如是等名甚深義處⁹。

可知二乘聖者與菩薩所證得的空性，都是諸法實相慧，但是，值得注意的是：二乘聖者雖可以證得解脫生死的實相般若，但因未發菩提心、不具足悲心，智慧利鈍，也與菩薩乘者有所差異等緣故，因此，三乘之間的成就則各有不同¹⁰。如《大智度論》卷六十五提到：

如是除佛，諸菩薩空行勝於二乘，何以故？智慧分別利鈍，入有深淺故，皆名得諸法實相，但利根者得之了了。……復次，聲聞、辟支佛無慈悲心，無度眾生心，……非但以空行故與菩薩等。復次，二乘得空有分有量，諸佛菩薩無分無量¹¹。……

由此可知：二乘所悟之空與菩薩所悟之空，在質上並無不同，都是證得法我空；但是，在量上則明顯不同¹²。

三、「不證」之意趣

「不證」在《般若經》中，是菩薩學行的重要概念與精神特色，佛陀處處提醒菩薩行者要不證實際。本文探討「不證」之意趣，將以菩薩「遍學一切法門」及「進階式的學習模式」兩方面，來論述菩薩之所以「不證」的意義。

8 《小品般若經》卷七，T8，p.566 上

9 《大般若經》卷五百一十五，T7，p.635 上

10 參見釋厚觀，〈《大智度論》中的般若波羅蜜〉，《佛教思想的傳承與發展》，（台北：東大，民84），pp.120-123

11 《大智度論》卷八十一，T25，p.618 下

12 參見釋厚觀，〈《大智度論》中的般若波羅蜜〉，《佛教思想的傳承與發展》，（台北：東大，民84），p.122

（一）遍學一切法門

「遍學一切法門」可說是大乘菩薩的特色。印順導師曾說：「《大般若經》著重於廣明菩薩的學行，菩薩應該遍學一切法門¹³。」在此概念下，菩薩為了成就無上阿耨多羅三藐三菩提，他的學習應該是永無止境，不僅聽聞、受持而已，還要如理思惟，如《大般若經》云：

憍尸迦！是善男子善女人等，於餘隨順甚深般若波羅蜜多蘊處界等無量法門，亦應聽聞受持、讀誦、如理思惟，不應非毀令於無上正等菩提而作留難¹⁴。

就印順導師的論點，如理思惟是思慧。就理智方面說，是作深密的思考，達到更深的解悟。從情意方面說，這是經思考而立意去實現。因此，思慧不僅是內心的思考，而且必有立志去實現的行為，使自己的三業合理，與正見相應¹⁵。菩薩為了成就無上正等菩提，即是遍學一切法門，透過聞、思、修慧的歷程，不達目的絕不終止。因此，菩薩遍學一切法門，除了要習學無量法門之外，也有時間、空間無量的意味存在，如《大品般若》〈等空品〉第二十三所記載：

須菩提！摩訶衍¹⁶與虛空等。須菩提！如虛空無東方、無南方、西方、北方、四維上下。須菩提！摩訶衍亦如是，無東方、無南方、西方、北方、四維上下。須菩提！如虛空非長、非短、非方、非圓。須菩提！摩訶衍亦如是，非長、非短、非方、非圓¹⁷。

虛空是無邊際的，而大乘與虛空等同，亦是無止境的發展¹⁸。至於時間方面的無限，如《大品般若》〈勝出品〉提到：

13 參見釋印順，《學佛三要》（台北：正聞，民74），p.66

14 《大正藏》T7，p.554 上

15 參見釋印順，《佛法概論》（台北：正聞，民76），p.223

16 《大品般若》〈等空品〉，為玄奘譯《大般若經》〈無所有品〉，在〈等空品〉出現的「摩訶衍」一詞，玄奘翻作「大乘」。

17 《大正藏》T8，p.262. 下

18 參見蔣義斌，《佛教與中國文化國際學術會議論文集》〈大品般若經與大智度論中的菩薩〉，p.175

是摩訶衍，前際不可得；後際不可得；中際不可得，三世等是摩訶衍。世尊！以是故，是乘名摩訶衍，佛告須菩提：如是如是¹⁹。

由以上所引經文，可知佛陀肯定了大乘在空間和時間方面的無限。這對一個大乘菩薩而言，正意味著：只要任何成就佛道的法門未學，學習的時間、空間就將無限延展、沒有歇息。這形成大乘菩薩學行的特色。也因此特色，菩薩在以證得無上正等覺為目標的修學時，必不以二乘果地（涅槃）為滿足，因此，自然不該於中道²⁰作證。

（二）進階式的學習模式

大乘菩薩學行的另一特色，即是進階式的學習模式，也就是一步一步往上提昇的學習方式。

菩薩為成就自己的道業及成就一切眾生，必須遍學一切善法，包括共世間行、共二乘行等法門在內，不過在修學的過程中，每一法門都不可得²¹，要一步一步往上進昇。在《大品般若》〈發趣品〉就有異曲同工之妙，經文指出：大乘菩薩的修學就是「從一地至一地」，敘述了「十地」的行法²²。蔣義斌先生認為〈發趣品〉敘述的菩薩學習精神，是一種永遠處於開發狀態的心智、胸襟，並對菩薩如何發心趣向大乘有所說明²³。從如下經文可略知一二：

佛告須菩提：汝問云何菩薩摩訶薩大乘發趣？若菩薩摩訶薩行六波羅蜜時，從一地至一地，是名菩薩摩訶薩大乘發趣。

須菩提白佛言：世尊！云何菩薩摩訶薩從一地至一地？佛言：菩薩摩訶薩知一切法無來去相，亦無有法，若來若去，若至者若不至，諸法相不滅故。菩薩摩訶薩於

19 《大正藏》T8，p.261. 上

20 此中道乃指二乘的涅槃果地而言。

21 參見釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》，（台北：正聞，民70），p.683。菩薩是遍學一切的，所以三十七道品等，也是大乘法的一分。不過每一法門，都說是「以不可得故」。

22 參見釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》，（台北：正聞，民70），p.683。

23 參見蔣義斌，《佛教與中國文化國際學術會議論文集》〈大品般若經與大智度論中的菩薩〉，p.172

諸地，不念不思惟，而修治地業，亦不見地²⁴。

可見菩薩行習學的過程，是永遠不斷不斷的開發自我，使自己不斷的在成長，由一地圓滿後再向另一地進昇。在這過程中，更重要的心態是永不執著，因為一旦執著，可能就於現前證境滯留不前。針對此概念，《大智度論》有更清晰的解說：

（須菩提）又問：發趣大乘者。

今答：發趣大乘相，菩薩摩訶薩，乘是乘（大乘），知一切法，從本已來，不來不去，無動無發，法性常住故。又以大悲心故、精進波羅蜜故、方便力故，還修諸善法，更求勝地，而不取地相，亦不見此地²⁵。

能知一切法，這和般若有絕對密切的關係。龍樹菩薩認為：佛陀教導菩薩進求成長的過程，要透過大悲心及方便力，不間斷地修諸善法，以更求勝地，即使這一勝地達到了，也要不執著，再向上求另一勝地，如此精進不已，永不停息。大乘菩薩就是永遠處於這種不斷向前、向上開發的狀態，雖然已了知聲聞、緣覺，但並不取證、不著於某一果位上²⁶。這種有般若智慧引導、又有大悲心及方便力守護的進階學習模式，使得菩薩在菩薩道中不退轉。

四、不於空法作證之動機

菩薩行的修學歷程，首先，要發菩提心。此菩提心，是由菩提本願、大悲心及性空見（無所得）所建構起來的。《大般若經》說到菩薩的修行時，總是說：

是為菩薩摩訶薩，普為利樂諸有情故，發趣大乘，若菩薩摩訶薩，以一切智智相應作意，大悲為首，無所得為方便智²⁷。

因此，探討菩薩為何不於空法作證時，本願力、大悲心、空正見是很關鍵的因素。

24 《大正藏》T8，p.256 下

25 《大正藏》T25，p.411 上

26 參見蔣義斌，《佛教與中國文化國際學術會議論文集》〈大品般若經與大智度論中的菩薩〉，p.178

27 《大正藏》T7，p.67 中

（一）本願力故

在〈不證品〉中，須菩提向佛陀提問：為何菩薩能住空法中而不作證？此時佛陀如是回答：

佛告須菩提：若菩薩摩訶薩，具足觀空先作是願：「我今不應空法作證，我今學時，非是證時。」菩薩摩訶薩不專攝心繫在緣中。以是故，菩薩摩訶薩於阿耨多羅三藐三菩提中不退，亦不取漏盡證²⁸。

經文中「先作是願」一語，在《小品般若》譯為「本已生心」²⁹，印順導師解釋為「本願」³⁰——即菩薩修學最初之原動力，是以證得無上正等正覺為修學的最終目的，並要與一切智智相應作意。若未具足三十二相、八十種隨形好、十力、四無畏等諸善根時，則不中止菩薩道的修學，因此說：「我今學時，非是證時。」而且，經文更明白指出：

我今學一切種智時，非是得須陀洹果證，乃至阿羅漢果、辟支佛道證時³¹。

因此，不難理解菩薩為何觀空而不證空的道理。菩薩與二乘聖者雖然都應修習空觀，但是二乘聖者是以出離生死、趣向涅槃為依歸；而菩薩修空觀則有更高遠的目標，是要與薩婆若心（菩提心）相應。所以，菩薩雖悟了空法，卻不因此認為自己所作已辦，就停滯不前，反而更要超越此證境，直向更高遠的佛境去，若得佛事具足，才於此取證。

然而，這種本願力，初學者難免會忘失，如《大智度論》提到：

復次，菩薩未入空時作是思惟：我應遍觀諸法空，不應不具足知而取證。是故不專心攝念入禪，繫在空緣中。所以者何？若專心繫在空緣中，則心柔軟不能從空自出。

28 《大正藏》T8，p.350 上

29 《大正藏》T8，p.568 下

30 參見釋印順，《空之探究》，（台北，正聞出版社，民74），p.146

31 《大正藏》T8，p.350 中

問曰：上言深入禪定不令心亂，今云何言不專心。

答曰：今言不專心是初入時，為不能自出故³²。

初學者，若專心入禪，在未能體悟一切法空時，因耽於禪悅，所以不能從空自出，如此，則無法再向修學之道邁進。因此，一開始初學者，對於本願即應念茲在茲，隨時提醒自己具有「我今學時，非是證時」的修學觀念，在證得佛地以前，都還是在聞、思、修的階段，若中途證入涅槃，則於菩薩道中退轉而不能再向無上菩提進修，故不於空法作證。《大智度論》作了一個貼切的比喻：「鳥未所至，終不中住³³。」能如此，正因為為本願力所攝受。

（二）不捨眾生故

能行空不作證的動機之一，即是不捨眾生的大悲心。〈不證品〉中須菩提向佛陀表示：菩薩要於空法中不作證，是一件難度極高的事！佛陀回答須菩提：這是因為菩薩不捨一切眾生，才發此誓願！

須菩提白佛言：世尊！菩薩摩訶薩所為甚難，何以故？雖學是諸法相、學實際、學如、學法性、學畢竟空，乃至學自相空及三解脫門，終不中道墮落。世尊！是甚希有！

佛告須菩提：是菩薩摩訶薩不捨一切眾生故，作如是願³⁴！

《大智度論》也說：

佛答：是菩薩本願諸一切眾生令得離苦，以是本願大悲心所持故，雖行空，不作證³⁵。

菩薩學行的歷程中，因見眾生生、老、病、死種種無量苦難而感同身受，故發願令

32 《大正藏》T25，p.594 上

33 《大正藏》T25，p.594 中

34 《大正藏》T8，p.350 下

35 《大正藏》T25，p.594 中

一切眾生離苦得樂，希望幫助眾生遠離煩惱繫縛，得身心安樂，發願上求無上菩提道，為饒益一切有情眾生而努力。當自己發菩提心、行菩薩道時，也令一切眾生發菩提心、行菩薩道；自己得解脫時，亦令一切眾生皆共得解脫，惟有度化無量眾生，菩薩才能圓滿自己的菩提資糧，成就佛道³⁶。因為，這不捨一切眾生的大悲心，才能於觀空法中卻能不證入。

關於菩薩因大悲心故雖行空而不證空，在《大智度論》裡龍樹菩薩解釋得甚為清楚：

復次，菩薩欲觀甚深法，所謂十八空、三十七品、三解脫門，先應作是念，眾生長夜著我相等，行者若直觀甚深法，或得聲聞道或墮邪見，以無憐愍心不能深入自相空故，是以菩薩欲觀是法先生悲心³⁷。

顯然，龍樹菩薩以為：菩薩觀甚深法時，若沒有憐憫眾生的大悲心，就會直接證入聲聞道，直入涅槃的果證，此時，就不可能再回入娑婆度化眾生。因為，聲聞乘聖者得究竟智、心得解脫，一如《阿含經》所描述：「我生已盡，梵行已立，所作已辦，不受後有³⁸。」

印順導師對菩薩行空而不證空，則以「忍而不證」³⁹形容。導師解釋：「忍」字，亦是智慧之義，是認透了，是徹底的理解了，但是還不算是「證」，因為菩薩有悲願的力量，對甚深法有徹底的認透、深刻的體驗，但就是忍而不證。因為，菩薩認為一旦得到此定，就是阿羅漢，就不再來生死中化度眾生⁴⁰。

乃至如經文所說「不取漏盡證」⁴¹，也有相同的意義。漏盡已是證至滅盡定，此定可以因而斷盡生死煩惱。因此，菩薩不入此定，一旦證入，就不再來人間生死，如此，哪來度化眾生呢？所以，阿羅漢斷煩惱；菩薩得無生忍。重要的煩惱斷了，但微細煩

36 參見陳冰，《重讀釋迦牟尼》，（台北：橡樹林，民92），p.224

37 同註36

38 《大正藏》，p.12 上

39 參見釋印順，《華雨集第四冊》，（台北，正聞出版社，民82），p.11。印順導師提到：阿羅漢所證，與菩薩的無生忍相當，只是菩薩悲願深切，忍而不證罷了。

40 參見第四屆《印順導師思想之理論與實踐學術研討會論文集》，（桃園：弘誓文教基金會，2003），p.9-10

41 《大正藏》T8，p.350 上

惱尚存，即所謂「留惑潤生」⁴²。只因一念不捨眾生的悲心，讓自己還有機會來此娑婆從事廣行利他的事業，這正是與二乘行者不共之處。又如《大智度論》提到：

問曰：若菩薩修此三十七品，云何不取涅槃？

答曰：本願牢故；大悲心深入故；了了知諸法實相故；十方諸佛護念故⁴³。

菩薩能觀空而不證空的動機，顯然可知。

五、不於空法作證之要件

承接上述，菩薩不於空法作證之動機，乃出於本願力及不捨眾生的大悲心。下文將繼續探討菩薩不於空法作證的關鍵因素，即是「般若波羅蜜」和「方便力」。此二者雖為一體兩面，其在菩薩學行中的功能和意義為何？以下分別略述：

（一）般若波羅蜜所攝

〈不證品〉一再提到：菩薩因不捨眾生，而從般若波羅蜜起方便化度眾生。如此，般若波羅蜜便成為觀空而不證的重要關鍵，因此，在菩薩學行中，般若波羅蜜扮演著舉足輕重的角色。

般若波羅蜜是《般若經》最核心的課題，是一種智慧的修學，也就是把智慧推展到極致的境界⁴⁴，或是菩薩求度彼岸的智慧⁴⁵。此般若波羅蜜是三乘共學的，如經文所載：

須菩提：善男子、善女人，欲學聲聞地亦當應聞般若波羅蜜，持誦讀正憶念如說行。欲學辟支佛地亦當應聞般若波羅蜜，持誦讀正憶念如說行。欲學菩薩地亦當應聞般若波羅蜜，持誦讀正憶念如說行。何以故？是般若波羅蜜中廣說三乘，是中菩

42 參見第四屆《印順導師思想之理論與實踐學術研討會論文集》（桃園：弘誓文教基金會，2003），p.9-10

43 《大正藏》T25，p.405 下

44 參見蔡耀明，《般若波羅蜜多教學與嚴淨佛土》，（南投：正觀，民90），p.81

45 參見釋厚觀，〈《大智度論》中的般若波羅蜜〉《佛教思想的傳承與發展》，（台北：東大，1995），p.89

薩摩訶薩、聲聞、辟支佛當學⁴⁶。

因此，般若波羅蜜是為出世乘者的根本所依，也是三乘共學的法門，三乘依此般若皆可證得諸法實相，斷盡煩惱得解脫。然而，大概就般若的深義來說，般若是與菩提心相應的般若；以大悲為上首的般若；是五度所莊嚴的般若；是能攝導一切功德而趣向佛道的般若。以此，故說：「般若但屬菩薩⁴⁷。」

而菩薩的般若波羅蜜，尤其表現在證得我法空慧上，從一切法本性中去融觀一切，直顯諸法實相，萬法不生不滅、性空本淨的性質。菩薩證得無生法忍時，深入畢竟空，此時能產生智慧力，所以，可以知空亦空，知涅槃亦是空。如《大智度論》所云：

云何菩薩行是道法，而不取涅槃證？佛答：菩薩觀色等一切法空，是菩薩以深入禪定心不可亂得利智慧力故，不見是空法，以不見故無所證。聲聞、辟支佛斷吾我捨愛著直趣涅槃，是菩薩善學自相空，色法中乃至微塵不留遺餘微細之分，無色法中乃至不留一念直入畢竟空中，乃至不見是空法可以為證⁴⁸。

二乘聖者當他勘破諸行無常性、諸法無我性之時，即能斷愛離欲，體悟涅槃的空寂。《雜阿含》（卷三）八四經說：「無常則苦；苦則非我；非我者，彼一切非我、不異我、不相在（此即破三種我）。如實知，是名正觀。……如是觀察，於諸世間都無所取；無所取故無所著；無所著故自覺涅槃⁴⁹」。此時就會證入實際。但是，菩薩因知空亦空，故無所證；因空相亦不可得，所以不取空相。因此，可以超越二地，而入菩薩位。《大智度論》中龍樹菩薩在多處都提到此問題，例如：

菩薩學是般若波羅蜜空行，不取空相故，過於二地，得無生忍，法入菩薩位⁵⁰。

若有人於佛道退者，皆不得是甚深觀故，若得是觀則不退，何以故？深入畢竟空中，則不見聲聞、辟支佛地，不見故，則不於是中住⁵¹。

46 《大正藏》T8，p.234 上

47 參見釋印順，《成佛之道》，（台北：正聞，民74），pp.325 -326

48 《大正藏》T25，pp.593 下 -594 上

49 《大正藏》T2，p.21 下

50 《大正藏》T25，p.618 下

51 《大正藏》T25，p.622 下

這就是般若波羅蜜在菩薩學行中所起之功能，與無所得相應，不僅能不樂涅槃，而且能不於二地中住，也不厭世間生死。因為，到了畢竟空的境界，已體會到世間的究竟實相，以及涅槃的究竟實相，都是如幻性空、無礙無別。因此，對度化眾生的慈悲行也不會有所執。可見，般若波羅蜜在菩薩萬行中，就是有著引導與融攝的作用。

（二）方便力所攝

菩薩在習學菩提道的過程中，不僅要自利，更要利他，「方便」在這二項志業上，是不可或缺的方法與修行態度。透過方便力，讓自己在進求無上菩提道時，能不斷斷增上。因此，方便可說是菩薩成就佛道的基礎。雖說菩薩的智慧在證入一切法空性後，應不能安立什麼作為，但是依般若起方便力，方便將出畢竟空，嚴土熟生，進而能成辦一切佛事⁵²。因此，若以成就自利與利他志業而言，方便，就有自我提昇的方便與化他的方便之別。

依經文脈絡之方便力，據厚觀法師所撰〈《大智度論》之般若波羅蜜與方便〉一文，以為此方便力，是含括「慈悲心、利他行」的方便，以及「空觀與慈悲調和」的方便⁵³，以此方便力令菩薩不於中道取證。又根據印順導師的研究，「中品般若」的「後分」，也就是〈無盡品〉第六十七以後，是「方便道，重於方便的化他⁵⁴。」因此，〈不證品〉第六十的方便尚屬自我提昇的方便，而本文內容是以〈不證品〉第六十為探討內容，故化他的方便力暫不在本文論述。

〈不證品〉中，佛陀一再告訴須菩提：菩薩因不捨眾生沒在無所有法中，而能即時入三解脫門，但因成就方便力，所以雖行解脫門，亦不中道取證或不具足善根。如經

52 參見釋印順，《寶積經講記》，（台北：正聞，民74），p.85

53 參見釋厚觀，〈《大智度論》之般若波羅蜜與方便〉《法光》雜誌，第36期，民國81年9月10日。「慈悲心、利他行」的方便，和「空觀與慈悲調和」的方便，這二種方便為厚觀法師從《大智度論》整理的四種方便其中之一種。「慈悲心、利他行」的方便，如《大智度論》卷三十六云：「無方便力故，入三解脫門直取涅槃。若有方便力，住三解脫門見涅槃，以慈悲心故，能轉心還起。」「空觀與慈悲調和」的方便，如《大智度論》卷二十七云：「方便者，具足般若波羅蜜，故知諸法空，大悲心故，憐憫眾生。於是二法，以方便力不生染著，雖知諸法空，方便力，故亦不捨眾生；雖不捨眾生，亦知諸法實空。於是二事者，即入菩薩位。」

54 參見釋印順，《初期大乘佛教之起源與開展》，（台北：正聞，民70），p.677。印順導師認為下品般若是「般若道」，重於般若的無所取著，悟入如如法性。而「中品般若」，卻依般若而有的「方便力」，開展出以下的十七品。依印順導師的分法是指〈無盡品〉第六十七以後的十七品。

文：

須菩提！若是菩薩摩訶薩作是念：我不應捨一切眾生，一切眾生沒在無所有法中，我應當度。爾時，即入空解脫門、無相解脫門、無作解脫門。須菩提！當知是菩薩摩訶薩，成就方便力未得一切種智，行是解脫門亦不中道取實際證⁵⁵。

是故，菩薩為度化眾生，不於中道取證還入娑婆，中間便是有「方便力」銜接著。此方便力，正是「空觀與慈悲調和」的方便。菩薩為了達到無上正等正覺，在化導眾生的同時，發揮不執著的空性智慧，這種空慧，正是空復亦空的畢竟空之般若慧。透過此般若空慧，菩薩才不致因度眾生心切，而對眾生起愛執、煩惱。相對地，設若度眾悲心薄弱，當徹底了斷煩惱繫縛時，此時，可能便因厭離生死自求解脫而急證涅槃，如此，要邁向無上菩提就不可能了。因此，「空觀與慈悲調和」的方便，護衛著菩薩不會於空法作證⁵⁶。

《大智度論》提到：菩薩的悲心是與性空慧緊緊相扣，菩薩便是以不捨眾生及深入諸法實相空智，而不墮聲聞地。

不捨眾生，以不可得空智和合故，不墮聲聞地⁵⁷。

大悲心與諸法實相之間，由於有「空觀與慈悲調和」方便力的關係，才能使大悲心與諸法實相相融相攝，並行不悖。一如經文所示：

若得方便力，於此二法等無偏黨，大悲心不妨諸法實相；得諸法實相不妨大悲，生如是方便，是時便得入菩薩法位，住阿鞞跋致地⁵⁸。

菩薩即了知一切皆空，卻又能在如幻似有的世間行走，是因為看清楚緣起有即空，才能不於此執著。這種真俗無礙的中道，是般若產生無所得為方便的作用，有了這種方便力，才使得菩薩不會因不捨眾生而耽染眾生；不會因洞悉一切法性本自空寂，而

55 《大正藏》T8，p.350 下

56 參見釋厚觀，〈《大智度論》之般若波羅蜜與方便〉《法光》雜誌，第36期，民國81年9月10日。

57 《大正藏》T25，p.235 下

58 《大正藏》T25，p.264 上

急急求證涅槃。相反地，卻能因此方便力而從空出假，越過二乘地，從此展開嚴土熟生的菩薩志業。

六、結語

本文探討菩薩不於空法作證的意趣，綜合上來所述，不於空法作證之空義，乃是三乘所共證。然而，在發心、不捨眾生的悲心及智慧利鈍三方面，二乘聖者與菩薩聖者仍然有所不同，故所證之空，有「質同量不同」的差別。

不於空法作證的動機，乃因本願力及不捨眾生之大悲心故。菩薩修行當與一切智智相應作意，本願力是修行最初之原動力，因而「我今學時，非是證時」，即成為菩薩行者的修行心態。菩薩為了成就無上正等正覺，遍學一切法門，不斷往菩提道進修，不達目的絕不終止，因此，不會以二乘涅槃果地為滿足而中道作證。再則，「菩薩但從大悲生，不從餘善生」⁵⁹，具有大悲心才是菩薩的特質，如此，菩薩發願留惑潤生，化導眾生皆共解脫，是故忍而不證，皆因不捨眾生故。

因而，菩薩聖者未圓滿波羅蜜前，雖證空卻不於空法取證，主要在於「般若波羅蜜」及「方便力」所護。以我法性空慧融觀一切，直顯諸法實相，知空亦空，故無所證。亦因諸法實相慧，才不致因度眾心切，而對眾生生起愛執或煩惱；或因度眾悲心力弱，而急於求證，如此，「空觀與慈悲調和」的方便力，使得菩薩能不於中道證入。

59 參見《大方廣佛華嚴經》卷 59〈34 入法界品〉：「譬如金剛從金性生，非餘寶生。菩提心寶亦復如是，大悲救護眾生性生，非餘善生。」《大正藏》T9，p779 下



學院記事

民國 104 年

- 8 月 3 日 ◎郭雅倫行者就讀半年行者學園，發心圓頂出家。法名：自洁；字號：見聞。
- 9 日 ◎院長悟因長老尼受邀擔任「中華人間佛教聯合總會」常務理事。
- 10 日 ◎本院圖書館受慧炬雜誌社委託，協助完成《慧炬雜誌》第 1 至 504 期雜誌數位化。
- 19 日 ◎副院長見可法師和圖書館藏主自正法師受邀至河南嵩山少林寺參與「首屆海峽兩岸青年佛教論壇」，為期五天。在此期間，分別發表：「僧伽師範教育的理論與實踐」、「佛教文獻資源的典藏與推廣」。
- 24 日 ◎本院圖書館館藏書目加入國家圖書館「全國圖書書目資訊網」。
- 27 日 ◎召開 104 學年度下學期期初教學會議。
- 28 日 ◎本院師生依香光寺僧伽藍結夏安居竟，由院長悟因長老尼主持解夏儀軌。
- 30 日 ◎副院長見可法師代表本院至高雄光德寺接受僧伽教育補助金 10 萬元。
- 9 月 3 日 ◎舉行 104 學年度下學期舊生始業式。
◎新生報到。弘覺師、見聞師進入般若一就讀，廣慧師進入預修班就讀。
- 7 日 ◎舉行 104 學年度下學期開學典禮，主題為：「開學囉！和諧、和勉共創你我修學園地」並舉辦迎新活動。
- 8 日 ◎本院圖書館館長自衍法師受聘為「臺灣大學文學院佛學數位圖書館暨博物館諮詢委員」，出席諮詢委員會。
- 10 日 ◎中國江蘇尼眾佛學院教導長慧吉法師率 5 位行政法師、20 位學僧及 4 位居士來訪，並向本院圖書館詢問佛教數位資源的使用。
- 11 日 ◎香光尼眾佛學院隸屬於「財團法人伽耶山基金會」，該會已連續十年榮獲內政部頒發「宗教團體社會教化績優獎」。今年首獲行政院肯定，獲頒「宗教團體獎」，由院長悟因長老尼以基金會董事長名義出席受獎。
- 12 日 ◎本院於 9/12、9/17、10/3、12/2 邀請香光莊嚴雜誌社主編見鑣法師講授「大唐西域記」專題，並提供香光尼僧團各分院法師視訊聽課。
- 13 日 ◎紫竹林精舍佛學研讀班期中活動參訪香光寺，由本院學生協助駐站導覽。
◎法向讀書會。由副院長見可法師帶讀性空法師著書《四無量心》，學僧見溼師分享「海洋詩人——海水與佛法」。
- 21 日 ◎緬甸籍新生印文師、印學師、祖樂師報到，進入預修班就讀。
- 26 日 ◎法向讀書會。由副院長見可法師帶讀《四無量心》，學僧祖平師分享「施與受的平衡」。
◎舉行院長悟因長老尼出家五十九週年慶賀晚會。本院全體師生、畢業學僧、慧青同學、法向讀書會學員及護法居士共 48 人與會。學僧以「青松正萌芽」戲劇、「香焚東海讚院長」梵曲，作為獻禮，表達感恩和讚頌。
- 10 月 3 日 ◎僧務長圓天法師與育導長見默法師出席為期二天的「2015 第二屆維摩詰經與東亞文化國際研

- 討會」。
- 7 日 ◎日本西野翠女士來院三天，體驗台灣尼僧教育實況。在院期間，隨眾作息，與行政法師交流、座談台灣僧俗教育。並於院長開示課堂上，分享其論文〈由《維摩詰經》來看「女性」的現代意義〉。
- 12 日 ◎校外參訪：古蹟文史之旅。由教務長見融法師帶領全校，參訪鹿港天后宮、龍山寺、孔廟、八卦山抗日保台史蹟館。
- 13 日 ◎院長悟因長老尼參加中國廈門南普陀閩南佛學院九十週年慶，獲頒「佛教教育特殊貢獻獎」。隨行者有副院長見可法師、香光莊嚴雜誌社主編見鐮法師及賴勇戎導演。
- 16 日 ◎本院圖書館館長自衍法師出席「2015 年東亞佛教思想文化國際學術研討會」，發表〈香光尼眾佛學院圖書館的未來發展〉。
- 18 日 ◎法向讀書會。由學僧本清師分享「生命之囚」；見溼師教導作定課、佛教書信禮節及上下課儀軌等。
- 22 日 ◎院長悟因長老尼獲邀至江蘇無錫參加「第四屆世界佛教論壇」。隨行者有副院長見可法師、授課法師自拙法師、見晉法師，分別發表論文三篇：〈以對話精神談僧伽師範教育—以香光尼僧團僧信教育為例〉/ 悟因法師、〈正念減壓法（MBSR）對傳統禪修教育的挑戰和契機〉/ 自拙法師、〈漢譯巴利釋文獻對世界佛教交流互鑒的時代意義〉/ 見晉法師。
- 25 日 ◎院長悟因長老尼出席由臺北市立大學及財團法人伽耶山基金會共同主辦之「寺院史志與大眾史學發展研討會」。
- 30 日 ◎院長悟因長老尼率僧信二眾 55 人（佛學院行政法師及般若三、四年級學僧共 12 人）出席佛衛慈悲台創台二十週年慶暨心田長老八秩壽誕活動。
- 11 月 9 日 ◎本院全體師生參加香光尼僧團所舉辦第二十一屆封山密集禪修課程，為期二十一天。指導老師為香光尼僧團方丈暨本院院長悟因長老尼。
- 12 日 ◎本院沙彌尼學僧印舒師、印幸師、悟慈師、寂海師、見祝師、見禮師及見滋師，前往高雄日月禪寺求受三壇大戒，戒期為 11/13-12/17。
- 29 日 ◎本院全體師生參加香光尼僧團所舉辦為期二天的「慈悲喜捨動中修」法義交流。
◎北京龍泉寺賢世法師帶領 7 位比丘訪問本院及參觀圖書館，並就漢文戒律藏經之整理問題與院長悟因長老尼交流意見。
- 12 月 6 日 ◎法向讀書會。由副院長見可法師帶讀《四無量心》，並以兒童繪本《獾的禮物》帶領會談，學僧宏興師分享「我的修學歷程」。
- 19 日 ◎院長悟因長老尼率僧信二眾百人至大陸古剎朝禮，主題為「2015 中國禪宗道場暨虛雲老和尚精進行跡巡禮」，為期十天。
- 20 日 ◎法向讀書會。由副院長見可法師帶讀《四無量心》，學僧祖璨師分享「可愛？不可愛？」。
◎學院獎勵近三年在戒場背誦《毗尼日用切要》得獎學僧：102 年（第一名祖璨師、第三名本清師）、103 年（第三名見諄師）、104 年（第一名印幸師、第三名印舒師）。
- 30 日 ◎本院圖書館編輯出版之《佛教圖書館館刊》與國家圖書館簽署「105-107 年期刊授權合作協議」。

民國 105 年

- 1 月 2 日 ◎舉行 104 學年度「畢業專題報告發表會」，共五位應屆畢業僧發表專題：
見鈞師〈試探《大乘五蘊論》之識蘊思想〉
祖璨師〈《大因緣經》七講〉
祖慧師〈百劫種相好—佛陀之三十二相與功德〉
本清師〈緬甸華人比丘尼對出家角色認同的分析研究—以未成年時期者為例〉
祖平師〈《瑜伽師地論·菩薩地·施品》讀書筆記〉
- 3 日 ◎法向讀書會。由副院長見可法師帶讀《四無量心》並宣布新年度法向讀書會轉型，由慧青學佛中心主辦；學僧見澄師分享佳文和出家體會。
- 4 日 ◎召開 104 學年度下學期期末教學會議。
- 8 日 ◎校外參訪：建築文化饗宴。由教務長見融法師帶領全校參訪「國立故宮博物院南部院區」。
- 12 日 ◎舉行為期二天之 104 學年度各門學習檢討暨學僧請執，主題為：「法燈無盡傳」。
- 13 日 ◎本院再新增二門課程通過非正規教育課程認證：1. 悟因法師「《維摩詰經》導論（一）」、2. 見參法師「《瑜伽師地論》〈聲聞地、菩薩地〉」。
- 17 日 ◎舉行 104 學年度下學期畢業典禮，主題為：「飛揚吧！蒲公英」。應屆畢業僧有：見鈞師、祖璨師、祖慧師、本清師、祖平師五位。
◎緬甸籍畢業學僧之師長宏海法師及宏印法師蒞院參加畢業典禮；下午院長悟因長老尼率教務長見融法師等陪同二位法師，拜訪台南新營妙法禪寺方丈心田長老。後由教務長見融法師、僧務長圓天法師接待至香光山寺參訪，為期三天。
- 22 日 ◎副院長見可法師率佛學院授課法師見寂法師、見法法師與鄭維儀教授赴斯里蘭卡參與「INEB2016 國際會議」。在「南傳佛教比丘尼復興運動座談會」中，見可法師代表院長悟因長老尼表達對南傳佛教尼僧的關懷與期許。
- 2 月 10 日 ◎學院申請並使用 FaceBook，以即時發佈學院相關訊息。
- 17 日 ◎召開 105 學年度上學期期初教學會議。
- 20 日 ◎全體師生協助香光寺為期三天的村民遶境活動，實境體驗民間信仰。
- 24 日 ◎本院舉辦「地震災害的避難與逃生」專題講座，邀請嘉義縣政府消防局第三大隊大隊長蔡建安先生講授。
- 25 日 ◎馬來西亞籍新生恆晉師報到，進入般若一就讀。
- 26 日 ◎邀請香光禪修中心見震法師於開學前帶領一日禪修，協助學僧收攝身心，迎接新學期。
- 28 日 ◎舉行 105 年上學期開學典禮，主題為：「勇往直前，擁抱美好」。
- 3 月 2 日 ◎本院圖書館館長自衍法師受邀擔任「中華民國圖書館學會 105-106 年專門圖書館委員」。
◎高雄古巖寺住持法覺法師（原為奕皖居士）率眾 11 人，拜訪院長悟因長老尼，並為籌備圖書館參訪本院圖書館。
- 8 日 ◎院長悟因長老尼榮獲 2016 年第十五屆「國際佛教傑出女性獎」，前往花蓮慈濟靜思精舍受獎，

- 隨行者有副院長見可法師、授課法師自範法師、香光莊嚴雜誌社主編見鐮法師及賴勇戎導演。
- 3/6 慈濟大愛電視台為院長獲獎事宜，先至本院拍攝採訪。3/13 該獎參訪團蒞臨本院並參訪圖書館，全體學生協助接待。
- ◎台南新營妙法禪寺傳授「護國千佛三壇大戒」，教務長見融法師受聘為引贊法師（3/8-4/21）；院長悟因長老尼受邀擔任尊證和尚尼（3/28-3/29）。
- 9 日 ◎澳洲悅慧法師為認識香光尼僧團的尼僧教育，來院拜訪院長悟因長老尼；並與學僧分享「建設和經營上座部尼僧森林道場的經驗」。
- 12 日 ◎英國劍橋大學人類學研究生朱雲帆居士來訪並蒐集研究資料，為期十三天。
- 19 日 ◎香光莊嚴雜誌社主編見鐮法師及音樂製作人徐清原居士，為本院全體師生梵唄錄製專案，來院參與行門共修。
- ◎2016 法向讀書會。本讀書會今起轉變型態，由原本每月兩個下午的上課方式，調成每月一日一夜的僧院微體驗。
- 4 月 12 日 ◎日前埔里中台禪寺惟覺老和尚圓寂，院長悟因長老尼以比丘尼協進會立場率僧務長圓天法師、育導長見默法師等前往致意。
- 20 日 ◎本院圖書館館長自衍法師受邀至佛光大學演講，為佛教學院碩士班、博士班學生講授「佛教研究資源的檢索與運用」，計有師生 40 多位聽講。
- ◎本院圖書館編輯《臺灣佛教史資源使用指引》及《佛教網路資源使用指引》供讀者使用。
- ◎日前苗栗淨覺院智道長老尼圓寂，院長悟因長老尼率定慧學苑自類法師等前往致意。淨覺院捐贈香光尼眾佛學院教育基金 10 萬元。
- ◎古巖寺蓮團法師（原為紫竹林精舍信眾劉玉招）為求受沙彌尼戒，來院共住共學五日。
- 21 日 ◎美國舍衛精舍（Sravasti Abbey）住持卻准法師（Ven.Chodron）之弟子新加坡籍宏慈法師（Ven.Domcho）及德國籍宏德法師（Ven.Jampo）藉在台受戒之機緣，特來向院長請法，在學院共住共學二日。
- 23 日 ◎埔里中台禪寺住持惟覺老和尚圓寂，該寺禮請院長悟因長老尼擔任追思讚頌法會讚頌委員。院長率僧眾參加老和尚圓寂追思讚頌法會。
- ◎舉辦為期二天的僧院體驗營，主題：「淡泊最有味」。首日由副院長、教務長分別講授「菩提心味」及「修行與梵唄」課程。次日傳授沙彌尼戒，恭請院長悟因長老尼為得戒和尚尼、心鏡法師為教授阿闍黎，為廣慧師、見聞師、印文師及古巖寺蓮團師授戒。全體師生、體驗營學員、香光山寺佛學研讀班學員及戒子親友，共計百餘人觀禮。
- ◎香光山寺佛學研讀班「尋根之旅」學員 75 位，來訪香光寺、佛學院。結合僧院體驗營，由學僧帶領學員作早課、晚課、叩鐘等，並觀禮沙彌尼受戒。
- 25 日 ◎大陸佛教學者黃夏年教授，曾於 101 年至本院圖書館翻拍民國 38 年之前的舊有期刊，補足《民國佛教期刊集成》第三編 35 冊出版。今日致贈本館《民國佛教期刊集成》第三編一套。
- 5 月 1 日 ◎印尼籍新生關杰濱、林嘉莉報到，進入行者學園就讀。
- 2 日 ◎江西佛學院副院長暨江西寶峰禪寺代住持衍真法師蒞院拜訪院長，參觀圖書館，並為學僧講授「漢傳禪宗道場修學法要」。

- ◎本院舉辦為期二天的「畫畫美學」專題講座。邀請油彩畫家林玉葉老師指導立體透視素描，教導學生畫「樹」並製作手工卡片。
- 7 日 ◎全體學生參加香光寺和紫竹林精舍浴佛法會弘護實習，為期十天。
- 13 日 ◎院長悟因長老尼率育導長見默法師等人至台中南普陀寺，禮請宗興長老為結夏依止阿闍梨。
- 15 日 ◎本院圖書館結合香光寺浴佛法會，舉辦「捐發票做公益選好書長智慧」活動。募得近二千張發票致贈弱勢族群、慈善單位，書籍則捐贈偏鄉中小學。
- 16 日 ◎本院舉辦為期六天的密集禪修課程：「正念慈心禪」。邀請香光禪修中心見寰法師、見杰法師教授學僧慈心觀禪法，對敬愛、親愛、中等、怨敵四種人散播慈心，到遍十方無量。
- 22 日 ◎全體師生今起依香光寺僧伽藍前三月夏安居，宗興長老為依止阿闍梨。
- 25 日 ◎邀請紫竹林精舍監院自晟法師蒞院講授執事教育課程。分二次進行，本日主題：「千佛護持」；6/12 主題：「道場六好」。
- 6 月 1 日 ◎本院圖書館館長自衍法師受邀擔任「國家圖書館 105 年圖書館年鑑」編輯群。
- 7 日 ◎本院圖書館提供蔡奇林教授所著之《實用巴利語文法》電子書，於「佛學數位圖書館暨博物館」上架，提供讀者索閱。
- 13 日 ◎馬來西亞籍新生禪敏師、禪諦師報到，進入般若一就讀。
- 15 日 ◎中正大學歷史研究所顏尚文教授等師生 8 人參訪圖書館，請本館為其碩博士生介紹圖書館及佛教資源檢索與運用。
- 19 日 ◎香光莊嚴雜誌社主編見鐸法師及音樂製作人徐清原居士，為本院全體師生梵唄錄製專案，再度至學院參與學生行門共修並給予建議。
- 22 日 ◎緬甸籍新生靈吉師、祖才師報到，進入預修班就讀。
- 24 日 ◎高雄南海寺擬籌辦圖書館，7 位法師參訪本院圖書館，就典籍保存與硬體籌劃等相關問題進行交流。
- 27 日 ◎本院第二十一期院刊《青松萌芽》發行。
- 29 日 ◎副院長見可法師率全體師生前往高雄智冠音樂中心錄音室，以念佛法門為主題作梵唄錄音，梵唄錄製專案負責人教務長見融法師、梵唄授課法師見享法師及香光莊嚴雜誌社主編見鐸法師全程陪同，在音樂製作人徐清原居士的指導下，進行二天的梵唄錄音，並住宿於屏東萬丹小木屋。
- 7 月 1 日 ◎上午於萬丹小木屋內舉行 105 學年度上學期期末生活檢討，主題為：「聽和諧之聲」；下午回學院舉行結業式，主題為：「譜出法音協奏曲」。
- 5 日 ◎本院與財團法人伽耶山基金會慧青學佛中心共同主辦為期四天的智慧青年營，主題為：「有愛超自信一人際關係神救援」，帶領年輕人學習人際相處的藝術。

更正啟事

有關院長出家紀念週年慶，勘正誤載之內容，刊期有以下：

◎第 19 期第 96 頁 9 月 30 日記事，原載為 57 年，更正為 56 週年。

◎第 20 期第 113 頁 9 月 19 日記事，原載為 60 年，更正為 57 週年。

◎第 21 期第 91 頁 9 月 13 日記事，原載為 61 週年，更正為 58 週年。

以上錯謬之處，謹此更正，特向讀者致歉。



精選記實

校外參訪——彰化鹿港古蹟巡禮

香光尼眾佛學院於 104 年 10 月 12 日，舉辦為期一日的校外參訪，前往彰化鹿港的龍山寺、天后宮和孔子廟等地。出發前，院長以《論語》「入太廟，每事問」來勉勵學僧，期望學僧要學習孔子好學勤問的精神。副院長也表示「讀萬卷書不如行萬里路」，校外參訪是另一種學習的機會。

俗諺：「一府二鹿三艋舺」，鹿港曾是臺灣中部的經濟交通樞紐。現今則為一座文化古都，保留著許多舊城區和古老建築。學院邀請彰化鹿港文史工作室「鹿水草堂」陳玟瑜老師作詳盡的導覽與解說。上午走訪了鹿港老街、天后宮、龍山寺、九曲巷、十宜樓、半邊井等景點。老師除了說明「鹿港」的由來與其相關歷史變遷，也介紹沿途建築的結構、彩繪、木石雕刻等。

下午參觀 1895 年八卦山抗日保台史蹟館，了解抗戰歷史沿革，更進一步走入防空洞親身體驗。最後，走訪創建於清雍正年間的國定一級古蹟——孔廟，廟中「萬仞宮牆」、「下馬碑」、「通天筒」等建築設計，皆呈現出對孔子的尊敬。本次校外參訪，認識史蹟文物、建築特色與象徵涵義，也看到了人文藝術之美，是一趟豐富的文史學習之旅。



鹿港文史工作室陳玟瑜老師介紹鹿港天后宮特有的建築，學生們專心聆聽。

學者來訪——體驗台灣尼僧教育實況

日本學者西野翠女士，於105年10月7日傍晚，在就讀筑波大學的妙玄法師陪同下，蒞臨學院，體驗為期兩天的學院生活。此間，除分享論文〈《維摩經》の今日的意義〉之研究成果，並與院長悟因長老尼、學院教師、學僧座談交流，更參與日常運作，親身體驗台灣尼僧伽的教育實況。

翌日，院長開示課中，西野翠女士受院長邀請，於課堂上向所有學生分享其研究——由《維摩詰經》來看「女性」的現代意義，說明女性修道根性與智慧並不亞於男性。院長繼而闡明《維摩詰經》中無盡燈的現代意義。現代尼僧不只要能解讀經典，更要抽離文字，實際體證，將佛法內化，並以所學回饋社會，這樣點燈才有意義。

西野翠感動於院長對僧伽教育的遠見與堅持，表示在這裡真正看到佛教的希望與尼僧伽教育的曙光，並請求日後能再來院體驗，與大眾一起共修。



全體師生與西野翠女士（前排左3）和妙玄法師（前排左2）於祇園講堂合影留念。

專題講座——畫畫美學

香光尼眾佛學院於 105 年 5 月 2 日至 3 日，舉辦「畫畫美學」專題講座，邀請林玉葉老師主講。老師的繪畫經驗豐富，獲獎無數，教學已逾四十年。

六個小時課程，以理論講授與實務操作穿插進行。首日上午，老師先以圖片講授，說明視覺原理與繪畫原則，從視覺原理的「一點透視」談起；說明構圖畫面的水平線、消失點，以及「近大遠小」等要點。藉由移動形狀不一的實體盒子，引導學僧學習。

下午，老師帶領學生走出教室欣賞香光寺的建築物與大自然。老師以山門旁的大樹為題，請大家觀賞樹皮、樹根、莖、枝、葉的自然曲直與線條的關係。老師再介紹三原色，親自示範畫樹，接著讓學僧實作，從中認識上色技巧、用筆方法和配色概念。

翌日課程為手工卡片教學，運用手指與枯枝作畫，老師表示繪畫反應人的心境，與修行本質相同，大家可以嘗試找出適合自己的畫法。

本次專題講座，知性與感性並具，讓許多同學生起作畫的信心與興趣。



林玉葉老師於課堂上示範手工卡片繪畫，全體師生歡喜圍觀。

專題講座——漢傳禪宗道場修學法要

香光尼眾佛學院於 105 年 5 月 2 日舉辦「漢傳禪宗道場修學法要」專題講座，邀請江西佛學院副院長衍真法師主講。

法師分享自己在叢林道場修學的體驗，指出漢傳禪宗道場有內、外寮之分。內寮就是禪堂，修行法門從「疑」入手；外寮是指四大堂口，為大眾服務。所謂「堂內坐禪，堂外禪坐；誰知傳衣，不離碓磨。」

雖然如是，「根律儀」還是禪宗道場很重要的修練。不管坐禪或作務，貪瞋癡煩惱隨時會生起，能熄滅貪瞋癡煩惱的工作就是修行，故守護根門是不分內外的，在一切

機緣下都要如理作意。法師以開車為喻，我們的心就像開車一樣，要隨時掌握好方向盤，遇到坑洞要善巧迴避，這就是心如理作意的功能。能掌握好方向盤的司機就是好司機，能守好根律儀的修行人，就是好的修行人。

最後，法師勉勵在場同學：根門守護對我們的修行特別重要，不管在內寮還是外寮，都是用正念來統理自己的六根。要給自己的心穿上戒定慧三學的鞋子，如此就能遇到各種境而不受傷，自在行走在這世間。



院長悟因長老尼向衍真法師接駕。



全體師生與江西佛學院副院長衍真法師於香光寺大雄寶殿前合影。

執事教育——千佛護持、道場六好

105年5月25日、6月12日香光尼眾佛學院安排「執事教育」課程，邀請香光尼僧團紫竹林精舍監院自晟法師蒞臨主講，講題「千佛護持」及「道場六好」。

「千佛護持」講座開始，法師以「一佛出世，千佛護持」作為啟發。法師表示：「一人出家」即是走上「一佛出世」之路，今日出家為僧，深受千人與千佛的護持。

接著，解釋何謂「住持」？表面上是職稱，事實上出家本身就是「住持正法」。弘化最高的挑戰是：如何讓眾生接受自己？法師分享自己的經驗，並表示可以從具體事務和心態兩方面下功夫。

法師拿出佛珠，請大家思維：在團體中，自他扮演哪一顆珠子？隨後，以剪刀剪斷珠線，提醒眾人注意這條「看不見的珠繩」。以此為寓：佛法傳承至今也是如此，千年來有多少顆正法的珠子，仰賴世世代代的僧人串成。藉此勉勵學生：要發願當看不見的繩子，維繫正法久住。

「道場六好」的講座中，法師請同學逆向思考，寫下心中的「道場三壞」。其中，最關鍵的是「僧人」。法師以兩則諺語教導學僧：「一個和尚挑水喝，兩個和尚抬水喝，三個和尚沒水喝。」「寧帶一千個兵，不帶一百個僧。」前者諷喻僧人難互助合作；後者暗指出家人難以管理。道場六好的顯現是井然有序的管理，此六好又分外觀與內

觀。外觀，營造美好的修學環境。內觀則是觸境時，覺察自己是習性反應，還是覺性反應？

最後，法師指出要修出世間法，需透過世間事，而這些事大多是雜事、苦事、不起眼的事。修行歷程只有「藉事練心」四個字。



執事教育課程中，自晟法師帶動大家討論。

105 年僧院體驗營——淡泊最有味

105 年度僧院體驗營暨授沙彌尼戒典禮，於 4 月 23、24 日舉行，主題為「淡泊最有味」。旨在讓學員體驗看似平淡，內在卻是「喜足而豐盛」的僧院生活。

首日課程「菩提心味」邀請副院長見可法師主講，學僧寂海師與見禮師擔任助教。透過「勸發菩提心文」的經文唱誦、影片會談、簡報講解，引導學員認識菩提心與發菩提心的因緣。副院長表示：每個人生命中都有無限潛能，要學習尊重自己的佛性，菩提心有如大乘佛法的鑰匙，能啟發生命的能量。

晚課共修後，由教務長見融法師講授「梵唄與修行」，除了分享個人的梵唄經驗，並解說梵唄在佛教儀式的角色與意義。接著，以營隊期間的早晚課誦、叩鐘與受戒儀軌，說明梵唄的內容與精神。融法師表示梵唄是大乘修行法門，傳達了對法的信念。若能在觀察音聲的生滅中，體會緣起性空，便能與法相應。

翌日上午為沙彌尼授戒典禮，恭請悟因長老尼為得戒和尚尼、心鏡法師為教授阿闍黎，為戒子廣慧師、見聞師、蓮圃師與印文師授戒。典禮中有戒子家屬親友、體驗營學員、香光山寺佛學研讀班學生，以及佛學院全體師生等，逾一百五十餘人觀禮。

悟因長老尼開示：出家有正式的規矩、制度，代表了檢核、受持與責任。受戒後便是正式進入教團、進入佛教的制度，要知道法是什麼？自己的責任和使命是什麼？大家要用心，愛護自己的信仰，將之轉化成為生命的一部分，這才是真正的信仰。

下午「圓滿緣滿」單元中，戒子們發表受戒感言、學員分享兩日來的點滴與收穫，以及師長的勉勵提攜。兩日的營活動就在彼此的交流分享中，畫下美好的句點。



法師們帶領學員們山林行香，大家歡喜滿滿。



「圓滿緣滿」大眾共聚一堂，深度分享與交流。



院長悟因長老尼為四位戒子傳授沙彌尼戒。



受戒典禮後，全體於大雄寶殿前留影紀念。



106 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。

對象：香光尼眾佛學院在校生及校友

內容：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

收件日期：即日起至 106 年 6 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 白紙與電子檔一併交寄。

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 香光尼眾佛學院教務處 收

或 e-mail 至 hkbi@gaya.org.tw





香光 105 智慧青年營 有愛超自信

編輯組整理



青年營法師、幹部熱血迎新。

楔子

我們的生活離不開與他人互動，這就產生了人際關係。要如何與人相處融洽？又要如何在人際相處中正向成長？

為引領青年學習人際相處的藝術，財團法人伽耶山基金會慧青學佛中心和香光尼眾佛學院於 105 年 7 月 7 日至 10 日在香光寺舉辦「香光 105 智慧青年營」，主題是「有愛超自信」。希望青年無論是與自己、別人或世界相處，因為內在有愛而身心安和，處於任何情境皆能自在自信。此外，青年營也提供青年另類的生活體驗——在寺院的暮鼓晨鐘裡，遇見不同的自己，並藉著營隊活動結識善友，在生命旅程中相互增上。



全體法師、講師、學員及義工居士於香光寺大雄寶殿前合照。

強棒卡司

今年講師陣容堅強，除了來自香光尼僧團的見鑒法師、見日法師、見可法師和見晉法師，還特別邀請人氣律師作家許峰源、療癒身心醫師郭彥麟和表達訓練講師李佩玲蒞臨講課。



許峰源作家鼓舞青年，在邁向遠大夢想的路上，要善用支持與被支持的力量。



院長悟因長老尼贈送紀念品予郭彥麟醫師。



李佩玲老師帶領兩位學員在台上實際演練自信表達的方法與技巧。

知之領悟

第一節課是見鑒法師的「你我他」，法師放映三部短片並設題帶領大家探討與自己、與他人、與世界等各種相處中的相互關係。

認識了你我他的關係，見日法師提出「原來醬好緣」，與大家分享如何創造、實踐結好人緣，以建立良好的人際關係。結緣要先從自身修養做起，配合良好行為，表現出來就會有好人緣。

見可法師以詩詞賞析、梵唄共修和分組討論散播「梵網中的光」，讓學員了解：在人際關係中，互相競爭會削弱彼此的光；尊重個體、支持彼此並觀照整體，才能珠光輝映。

見晉法師傳授「人際妙錦囊」，帶出菩薩攝受眾生的四攝法——布施、愛語、利行、同事。由給予、愛的語言、行動支援和並肩同行的美好歷程，點出「關懷」是一切的核心。

郭彥麟醫師主講「自在相處好有愛——從自己，到世界」，從醫學的角度認識人際相處。喜歡、認識、接納、相信、回到自己，就能自在獨處，乃至與世界共處。

許峰源作家以「被支持的力量」為主題，分享自身的勵志故事，鼓舞大家善用支持與被支持的力量，邁向遠大的夢想。

李佩玲老師在「自信表達有一套」的課程中，帶領大家實際演練自信表達的方法與技巧。大家的自信指數不斷上升，現場的氣氛一度達到最高峰。

心之體驗

除了課程的編排，還有心光相映、早晚課誦、有愛超自信、叩鐘祈願、山林行香、茶禪一味等活動。

「心光相映」是各小組相聚的時光，彼此分享課堂學習及生活經驗。大家參與「早晚課誦」，透過聆聽，互相搭配，唱出一波波和諧的海潮音。「有愛超自信」以遊戲、歌唱和留言的方式讓彼此互相鼓勵，進而提升自信心。法師們帶領學員一起「叩鐘祈願」，唱念叩鐘偈，祈願一切眾生遠離痛苦而安穩快樂。「山林行香」讓學員們親近大自然，體驗六根接觸大自然的感覺。「茶禪一味」在古箏的伴奏下，細細感覺喝茶當下的每一個動作。從倒茶漸進到品茶，大家覺得手上這杯菊花茶格外芬芳可口——此刻只有品茶這回事。



「山林行香」讓學員們親近大自然，體驗六根接觸大自然的感覺。

護持的力量

原本許峰源作家的課程是在7月8日，但因為尼伯特颱風而高鐵停駛，以致延遲一天授課。隔天，許作家帶著一定要支持這個營隊的信念，買到了高鐵票。

因為颱風豪雨的關係，某些課程與活動雖有所調動，幸好對營活動的影響並不大。雖然外面的世界是狂風暴雨，但是我們的營活動還是順利地進行，大家真是有福報，深深感受到十方的護持。

愛與自信

營活動期間有很多機會讓學員上台表現。有些學員原本不敢上台，得到組員的鼓勵

後，勇敢的站到台上表達自己。學員展現出最自信的一面，把扮演的角色發揮得淋漓盡致。

點亮心光

最後，營活動在法師們合唱〈點亮心光〉的歌聲中，溫馨的落幕了。大家帶著滿滿的法喜回到各自的崗位，完全展現出此次的主題「有愛超自信」。



結營活動「圓滿緣滿」學員分組表演，帶出課程「人際妙錦囊」的重點——布施、愛語、利行、同事。



營活動尾聲，法師們合唱〈點亮心光〉送給學員，願人間處處都有彼此點亮的光輝。



香光尼眾佛學院招生

培育宗教師的園地

三大教育特色

落實寺院生活的學院教育。

兼顧個人生命的解脫與菩薩行願的實踐。

活潑、雙向的教學法，訓練思想的啟發與觀點的表達。

五門課程教學

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。

行門——挖掘生命的寶藏

課程分為：漢傳梵唄、儀軌的學習與止觀的修習。

執事門——鍛鍊領眾的人才

從熟悉寺院基本運作中建立知見，並由小群體的合作到個人獨當策劃、執行。

弘護門——落實弘法的悲願

提供弘護的實習機會，體驗身為世尊使的責任、使命。

生活門——陶養健全的僧格

培養個人自律、自覺的生活，養成樂觀進取與關懷群己的生命態度。

學制：修學年限四年

在學待遇

學雜費全免，供膳宿、臥具、教科書，表現優良者，提供獎助學金。

交保證金貳萬元，畢業後退還。

報考須知

報考資格：18 至 45 歲，高中（職）畢業以上之沙彌尼、比丘尼。

報名時間：即日起，簡章、報名表備索（上網下載或來電索取）。

繳交證件：報名表、自傳、最高學歷畢業證書影本、公立醫院健康檢查證明書、國民身分證影本、

最近兩吋半身照片三張。

甄試時間：另行通知。

學分認證

香光尼眾佛學院 103 年申請成為非正規教育課程認證之終身學習機構。

凡於本院修學通過認證之課程，修課期滿，成績及格者，發給教育部認可之學分證明。

歡迎有志探學佛陀智慧，挖掘生命寶藏的尼僧及女青年，前來就讀。

香光尼眾佛學院行者學園招生

提供您一個開發生命潛能的機會

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

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。

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。

生活修持的輔導—協助個人了解行持的重要、執作的意義及生活的行止儀則。

學制：修學年限一年

在學待遇

學雜費全免，供膳宿、臥具、教科書。

交保證金伍仟元，結業後退還。

報考須知

報考資格：18 至 35 歲，高中（職）畢業以上，未婚、身心健全，欲發心出家之女眾。

報名時間：即日起，簡章、報名表備索（上網下載或來電索取）。

繳交證件：報名表、自傳（一千字以上）、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，體檢項目請見本院網頁）、國民身分證影本、最近兩吋半身照片三張。

甄試時間：另行通知。

報考通訊

住址：60444 嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州 49 之 1 號

電話：（05）2540359 傳真：（05）2543213

網址：<http://hkbi.gaya.org.tw> 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。）

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 敬啟

助印芳名

以下助印芳名
自民國 104 年 7 月 16 日
至 105 年 7 月 15 日止

壹萬伍仟元整

金玉瑩

陸仟元整

西野翠

貳仟陸拾元整

釋慧早·釋慧穎·釋真淨

壹仟元整

王李秀詠

陸佰元整

釋見海

伍佰元整

賴淑芬·陳秀花

林慧芳·陳俊安

參佰肆拾陸元整

釋祖璣

參佰貳拾肆元整

釋本清

壹佰參拾壹元整

釋祖平

壹佰貳拾柒元整

釋悟慈

壹佰元整

王偉東

貳拾元整

無名氏

青松
萌芽

香光尼眾佛學院刊第二十二期
中華民國八十五年九月創刊
中華民國一〇五年九月出刊

ISSN 1560-8336

發行人：釋悟因

總編輯兼主編：釋見可

執行編輯：釋見滋、釋見澧

釋道琳

文字志工：陳國瑩

美術設計：雅堂設計工作室

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://hkbi.gaya.org.tw

◎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、照片，請先徵求同意。

◎郵政劃撥：19131030 戶名：財團法人伽耶山基金會