



## 叢林的教育法

星雲大師

過去中國大陸的佛教寺院，一如現在的大學，具有教育的功能，稱為「叢林」。《大智度論》卷3記載，「叢林」指眾多僧眾聚集一處修學，猶如樹木生長整齊有序。它是陶冶人格的大冶洪爐，也是辦道的修鍊所，因此，又有「選佛場」之稱。這些叢林的規劃很完善，無論從建築結構、人事組織，甚至寺院供奉的佛菩薩聖像等，處處都表現著完美的教育。

大陸的叢林建築，與台灣的寺院建築有很大的不同。後者常以一字排開，只要站在寺院門口，整座寺院便可以一目了然。大陸的叢林建築則是一進一進、一層一層，重重疊疊，有如阿羅漢的四果位，或菩薩的五十二階位，由淺至深，步步高升。

由叢林裡的建築名稱，可以看出它的教育意義。比方「雲水堂」，說明出家人「一鉢千家飯，孤僧萬里遊」自在無憂的修行生活；「上客堂」，意味叢林將接待的客人皆視為上賓。

另外，叢林裡職事的稱呼也有其教育意義。例如，藏經樓管理藏經者，稱為「藏主」，管理寺地田產的，名為「莊主」，管理庫房的是「庫頭」，負責煮飯的稱「飯頭」，專司燒水的叫「水頭」，管領蔬菜的稱「菜頭」，整理園圃的是「園頭」，打掃廁所的是「淨頭」……叢林裡的職稱非「主」即「頭」，充分表現佛門對僧眾人格的尊重。

由於我自幼即受叢林教育的薰染，習慣尊重別人，早期聽到富貴人家稱雇用的女僕為「下女」，覺得很不習慣，假如稱為「管家」，不是很好嗎？

除了建築、職事名稱外，從供奉的佛菩薩聖像，也可顯示叢林給予的教育意義。例如，一到寺院山門口，迎面而來就是一位胖胖的、笑咪咪的彌勒佛，用慈悲的笑容接引大眾；彌勒佛身後，常立著一位威武凜然，手執金剛降魔杵的將軍，就是韋馱天將。這是什麼意義呢？佛教是用大慈悲攝受眾生，給予歡喜，給予滿足，但是，如果依然冥頑不化，只得用力量來度化。有如家庭中，兒女需要父親嚴格的教育，也需要母親慈愛的照顧；嚴的折服，慈的攝受，同樣重要。所以，《禪林寶訓》有一句話：「姁之嫗之，春夏所以生育也；霜之雪之，秋冬所以成熟也。」意思是說，春風夏雨，可以使萬物生育；秋天的霜，冬天的雪，也可以助長萬物成熟。世間一切，從自然界乃至家庭的教育，都是有愛的攝受，和力的折服。

從山門直入後，便可進入大雄寶殿。叢林殿堂內所供奉的本尊，各有差別，但都有其特殊意義。比方，大雄寶殿中間供奉釋迦牟尼佛，左邊年長的大迦葉尊者，是修頭陀苦行的羅漢；右邊年輕的阿難尊者，是智慧多聞第一的羅漢。這是表示，佛陀是一個能說能行的聖者，大迦葉尊者和阿難尊者各代表行與解，多聞、理解和修行結合，就是本師釋迦牟尼佛的圓滿果行。

有的大雄寶殿供奉的是佛的法身——毗盧遮那佛，左邊是大智文殊師利菩薩，右邊是大行普賢菩薩，這表示具足大行、大智，才能成就佛的法身。

另外，西方極樂世界阿彌陀佛，與左右脅侍觀世音和大勢至菩

《人間佛教》學報 · 藝文 | 第二十九期



釋迦牟尼佛左側為大迦葉尊者，右側是阿難尊者。

薩，合稱為「西方三聖」，表示有觀世音菩薩的大慈大悲，和大勢至菩薩的大喜大捨，才能成就「慈悲喜捨」四無量心，也就是無量壽阿彌陀佛的功德。

這些都是啟示我們：佛教非常重視「行解並重」、「知行合一」，不是只重知見，不重實踐；也不是只重修行，而不重知解。古德把行與解喻為「知目行足」——知見如眼睛，修行如雙足，有眼睛，腳才能走；有腳，眼睛才能發揮作用。眼睛和腳相輔相成，才能行得安穩。

以下分四點介紹「叢林的教育法」：

## 一、搬柴運水的生活教育

叢林裡，生活教育比思想教育還重要。一進寺院，叢林的規矩，會先要你把眼睛閉起來，把口收起來，要你心念凝注，不亂看，不亂講。隨便看一下，糾察便給你一個耳光：「看什麼？這裡哪一樣東西是你的？」講一句話，也給一個耳光：「佛殿禮堂上，有你講話的資格嗎？」

這不是嚴苛的體罰，這是告訴你，叢林的生活教育是不能用眼、耳、鼻、舌、身、意六根向外攀緣的，必須把六根收攝回來，從內心觀照自己，在日常生活中印證佛法。

叢林生活特別注重行止間的威儀。所謂「三千威儀，八萬細行」，上殿排班，吃飯過堂，舉止進退皆有規矩，在在處處都要學習。

不了解寺院規矩的人，心裡或許會想：「我們幾十歲的人了，還不會走路嗎？吃了幾十年的飯，還不會吃飯嗎？」寺院不同於俗家，在寺院中，一舉一動都是修行，走路、吃飯、睡覺都可以參禪，這其中有著很深妙的解脫境界。所以，到了叢林，有人會發覺自己確實是不會走路，不會吃飯的。身心千般束縛，積年累月成了習慣，確實須要一一用心擺脫。吃飯端碗，如「龍吞珠」；持箸撿菜，如「鳳點頭」；行進走路，像雁陣一字排開，上身不能動，像頭頂著一盆油般，四平八穩的走路……在寺院裡，真是事事修行，處處法門。有一首偈語，如實的說明這些律儀：

舉佛音聲慢水流，誦經行道雁行遊；  
合掌當胸如捧水，立身頂上似安油。

叢林的生活教育，也非常重視出坡作務，出坡作務就是工作的

《人間佛教》學報·藝文 | 第二十九期

意思。一進來這裡，不管你過去是何等高官厚爵，也不管你是何方名媛顯貴，一切世俗名利都要坦然放下，叫你煮飯就煮飯，叫你擔水就擔水，一切隨緣隨喜，信受奉行。

唐朝的馬祖道一禪師初創叢林，他的徒弟百丈懷海禪師制訂叢林清規，即是有名的《百丈清規》。百丈禪師提倡「一日不作，一日不食」，建樹僧團修行的榜樣，也說明搬柴運水無非是禪的修行生活。

禪宗裡，「老僧曬香菇」的公案，也表達了叢林生活教育的另一面。

日本道元禪師來到中國寺院參訪，看到八十多歲的老和尚，日正當中忙著鋪曬香菇，道元禪師於心不忍，便勸他說：「老和尚，太陽那麼大，何必這麼辛苦，自己曬香菇呢？」

老和尚朝他望了望：「我不曬香菇，誰來曬？」

「年紀大了，就不要曬啦！」道元禪師一番好意的說。

「哦？那麼到底多大年紀才能曬香菇呢？」老和尚毫不領情。

「太陽這麼熱，何必這個時候曬呢？」道元禪師依然好意勸說。

「不這個時候曬，難道等太陽下山再來曬嗎？」老和尚暗藏機鋒的說。

這是叢林典型的禪和子（參禪修行的人），凡事絕不假手他人，對自己生命也是一刻千金的珍惜，既不在成敗得失的妄見上徘徊，也不在聲色貨利的迷境上打轉，身與命俱修行。

六祖惠能大師，在五祖弘忍門下舂米推磨了八個月；寒山、拾得兩位大師，在天台山的國清寺裡，一樣在廚房燒飯、煮菜。搬柴運水的修行生活，是叢林陶賢鑄聖的另一種教育方式。

有一次，仰山禪師扛著鋤頭從外面回來，他的老師滄山禪師問：「你從哪裡回來？」

仰山禪師回答：「我從田裡頭回來。」

「田裡還有人嗎？」為山問。

仰山一句話也不說，輕輕把鋤頭放下，叉手而立。

為山禪師笑了，又問：「南山有人刈除新草嗎？」

仰山禪師更不答話，拿起鋤頭就出門去了。

這則公案中，仰山放下鋤頭，表示一切都在這裡，內心沒有負累了。為山問：「南山還有人除草嗎？」表示還有工作未做，仍有理事待觀照，還未圓滿，還不到放下的時候，所以仰山就默然拾起鋤頭又去工作。有時候，禪在生活裡是用身體力行表現，不是用言語巧飾的。

修學律宗的有源法師問大珠禪師：「您是怎麼修行的？」

大珠禪師淡然一笑：「飢來吃飯暍來眠。」

大家也許會想：肚子餓了就吃飯，疲累了就去睡覺，這樣就叫「修行」嗎？那我們天天吃飯睡覺，也是天天都在修行囉？當然不是。一般世俗人的吃吃睡睡，渾渾噩噩像行屍走肉，在叢林裡，卻是一種用功。大珠禪師破解得好：「吃時不肯吃，百種須索；睡時不肯睡，千般計較。」

一般人吃飯，不肯好好吃，東挑西撿，嫌這嫌那，貪多計少；睡覺也不安穩，翻來覆去，亂打妄想。如果當吃飯時吃得飽，當睡覺時睡得好，還有什麼比這更自在幸福？這不就是修行嗎？

叢林的生活教育，不是我們想像的那麼簡單清閒，禪師們也不是只會吃飯睡覺，所謂「看似尋常最崎嶇，成似容易卻艱辛」，禪師們「飢來吃飯暍來眠」的生活，看起來好像沒什麼，事實上，吃飯睡覺都在修行，要和內心的煩惱交戰，其中的辛苦，不是一般人能衡量揣度的。

《人間佛教》學報·藝文 | 第二十九期

叢林生活也講究規律和法制。廚房牆壁上有一副對聯，可以看出他們的生活教育。「未供先嘗三鐵棒，私造飲食九銅鎚」，意思是，偷嘗還沒有供佛之前的食物，給你三記鐵棒；私下自己煮東西吃，打你九下銅鎚。這說明，叢林教育有種種嚴正艱難的打磨，磨得大死一番之後，便得以蛻化出重生的契機。

## 二、因材施教的啟示教育

佛陀最擅長觀機逗教，對商人說商人的法，對政治家講政治家的法，對軍人講軍人的法。所謂「契理容易契機難」，要談玄論妙符合佛法並不難，要大家聽得懂，又能接受佛法就難了。所以，佛教界曾流傳這麼一個笑話：

有人問一位信徒：「你要去哪裡？」

「我要去聽經。」

「哪一位法師講的？」

「某某法師。」

「講得好不好呢？」

「很好，很好！」

「怎麼個好法？」

「聽不懂啦！」

這就是不契機。聽不懂的「好」有什麼用？佛陀因材施教，就是對什麼樣的根機，給予什麼樣的教化。

藥山禪師有兩個徒弟，一個是道吾禪師，一個是雲巖禪師。有一天，師徒三人論道，山邊正好有兩棵樹，一棵高大茂盛，一棵枝折葉枯。藥山禪師指著那兩棵樹問：「這兩棵樹，到底是榮的好？還是枯的好？」

道吾禪師立刻回答：  
「師父，當然是榮的好。」

雲巖禪師卻說：「我  
覺得枯的比較好。」

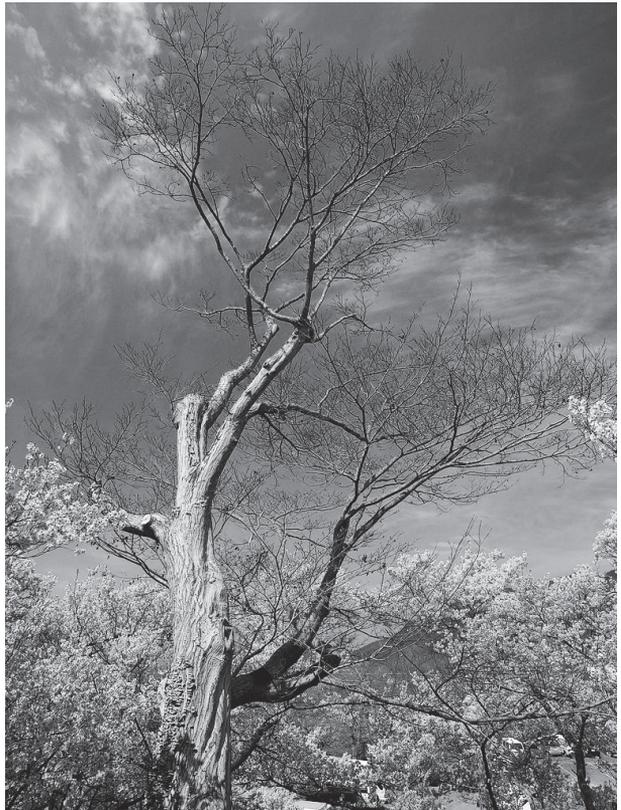
兩人正討論未決時，  
高沙彌來了，藥山禪師以  
同樣的問題問他，高沙彌  
不疾不徐地答道：「榮的  
任它榮，枯的任它枯。」

這段公案，代表他們  
的思想精神，道吾禪師認  
為榮中有一切生機，象徵  
多采多姿、燦爛光明的禪  
風；雲巖禪師看枯木如寂  
然不動的禪者，是一種獨  
自的、寂寞的、沉潛的，  
注重內德思想的禪風；而

高沙彌的意境則是：我們參禪的人，何必要做這許多分別，各人有各人的特色，何妨隨緣順境，榮的任它榮，枯的任它枯。後人有一首詩形容這則公案：

雲巖寂寂無窠臼，燦爛宗風是道吾；  
深信高禪知此意，閒行閒坐任榮枯。

禪，在叢林生活中，尤其注重因材施教的啟發教育，讓所有的順逆之境，都可以是開悟的因緣法門。



禪者隨緣順境，榮也好，枯也罷，都不分別計較。

《人間佛教》學報·藝文 | 第二十九期

白雲守端禪師一味參禪，卻始終不開悟，住持楊岐方會禪師很掛念。有一天問他：「當初你師父是怎樣開悟的？」

「我師父有一次經過一座橋，跌了一跤，就開悟了。」

「你怎麼知道他跌一跤就開悟了？」

「因為師父做了一首偈語，字字是開悟呀！」

「偈語怎麼說？」

「我有明珠一顆，久被塵勞封鎖，今朝塵盡光生，照破山河萬朵。」

方會禪師聽了，只把袍袖一拂，故意誇張的「嘿嘿」大笑兩聲就走了。

守端禪師莫名其妙，終日為這笑聲困擾得寢食難安，幾天下來，終於按捺不住，跑去問方會禪師為何笑他。

方會禪師喝斥道：「你真沒出息，我只不過哈哈大笑，你就放不下，還談什麼開悟？你看，我們寺院外，每天都有人來耍猴，窮其看家本領，就只為了博人一粲。看來，你連耍猴的人都不如！」

白雲守端禪師給老師父一激，終於開悟了。所以，藥山門下「榮的任它榮，枯的任它枯」，守端禪師厲言激刺的方式，都是一種因材施教的叢林教育。

馬祖道一禪師在庵前遇到一位逐鹿而過的獵人，遂迎上前去問他：「你做什麼啊？」

「我打獵，射鹿啊！」

「你一箭可以射幾隻？」

「我每支箭都能射中一隻，可說是百發百中。」

「一支箭只射一隻，有什麼了不起？」

「那你能射中多少？」

「我一箭射一群。」

「你這出家人真不慈悲，一支箭射一群，太殘忍了。」

「噢？你也知道射獵不慈悲啊，那你為什麼還要射鹿呢？為什麼不射你自己呢？」

眼睛是用來看自己，心是用來觀照自己。學禪，在叢林裡就是學著參自己。這位獵人後來跟隨馬祖道一禪師出家學佛，即是有名的石鞏慧藏禪師。

歷史上著名的趙州禪師，擅長因材施教。有一次，趙王前來拜訪，他躺在床上沒有出門迎接。由於趙王景仰禪師已久，一點也不見怪，還親自到床邊探望他。趙州禪師說：「我身體虛弱，未能起身接駕，實在失禮。」

趙王笑了笑：「沒關係。」

兩人談得十分愉快。趙王回宮後，派一位將軍送來許多禮物，趙州禪師一聽趙王遣使者送禮來，便披搭海青袈裟出門迎接。徒弟們看到師父待客如此顛倒，覺得很困惑，趙州禪師為他們釋疑：「你們不了解嗎？我的待客之道有三等，上等客人來，我睡在床上，用本來面目相待；中等客人，我就不動不靜，隨緣坐在客堂迎接；下等客人須要應酬，我就披搭袈裟隨俗出門迎接。俗語說『閻王好見，小鬼難纏』就是這個意思。」

叢林裡，言教身教都有啟示性的分寸，收放之間也自有它開悟見性的妙用。趙州禪師的做法，到了佛印禪師的身上，又是另一種風貌。

宋朝的蘇東坡居士，有一次寫信給金山寺佛印禪師：「不必出山，當學趙州上等接我。」蘇東坡的意思是希望佛印禪師也像趙州禪師一樣，以本來面目相迎，不用多禮出山門。可是，當蘇東坡來

《人間佛教》學報·藝文 | 第二十九期

到山門口時，卻看見佛印禪師穿大袍，披袈裟，戴僧帽，親自在山門候迎。蘇東坡笑他不及趙州禪師，佛印禪師因此作了一首詩：

趙州昔日少謙光，不出山門迎趙王；  
怎似金山無量相，大千世界一禪床。

意思是說：你以為我特地到外面來迎接你嗎？錯了！你不知道我金山寺之大，可以遍天下，大千世界就是我的禪床。你以為我這個老和尚是出山門迎接你？我還在禪床上睡覺等你呢！

在這則公案裡，佛印禪師透過趙州禪師的表相，從另一個角度，進一步詮釋實相的內涵。

過去的叢林教育，就是因材施教，對於執有者就說空，對於執空者就說有，說空說有，無非破除人我偏執，啟示學者：「不識本心，學法無益；若識本心，見自本性，即名大丈夫、天人師、佛。」

### 三、無情無理的棒喝教育

禪宗的叢林教育，注重刮垢磨光，其間交光互影，是非錯置，令人難以理解——他們打打鬧鬧，無情無理，甚至連一般人都不如，竟會是超脫的大禪師？

佛光山的法脈傳承自臨濟宗，臨濟宗祖臨濟義玄禪師，曾經在黃檗禪師座下參學三年，一句話都不說。當時一位睦州禪師很賞識他，鼓勵他向黃檗禪師請益，臨濟禪師三次前去問佛法大意，黃檗禪師都是一言不發的把他痛打出門。臨濟禪師覺得參學太苦惱，也許沒有因緣，便想下山到別處參學。睦州禪師勸慰他：「不要緊，你明天去向禪師辭行，再請示一番。」

睦州禪師隨後向黃檗禪師進言：「這個臨濟很有為，是個大根

器的人，如果他來辭行，您就方便給他一些指示吧。」

黃檗禪師領首，笑著說：「我知道了。」

第二天，臨濟禪師來辭行時，黃檗禪師一句話也不多說，只吩咐他去找大愚禪師。到了大愚禪師那裡，臨濟禪師叩問：「我來山參學這麼久，師父不曾給我一些開示，不知道我哪裡錯了？」

大愚禪師更不作答，只問：「你是從哪裡來的？」

「從黃檗禪師那兒來。」

「他教了你什麼？」

「什麼也沒有，我每次一開口就被打，問了三次佛法，三次都被打了出來。」

大愚禪師惋惜地嘆道：「唉，這黃檗真是老婆心切啊！他三次為你徹底釋疑，你卻還在這裡多疑什麼有過無過的，唉，這黃檗真是老婆心切啊！」

臨濟禪師這才大悟，這一番無情的拒絕，原來竟蘊藏著這樣殷切的期許。禪宗的教育法門很多，揚眉瞬目、打罵棒喝都是教育。

臨濟禪師開悟後，大愚禪師叫他再回去。黃檗禪師問他：「你見到大愚禪師了嗎？」

「見到了。」

「他跟你說了些什麼？」

「他說你『老婆心切』！」

黃檗禪師很生氣地說：「這個大愚，枉費我一番苦心，以後我見了他，一定要打他幾下。」

臨濟禪師笑說：「何必等以後呢？現在就可以給你打回來。」

說完，一拳就朝黃檗禪師打過去。黃檗禪師一怔，隨即哈哈大笑，知道臨濟禪師已參得無言心法。

《人間佛教》學報·藝文 | 第二十九期

由於大愚禪師的一句話，臨濟禪師滌盡久鬱的疑情，認識黃檗禪師多年來無情無理的本來面目，當下心清境朗，大徹大悟。

另有一次，黃檗禪師到田裡探視臨濟禪師，見他手裡正拿著鋤頭，為了測驗他的心思，就說：「你怎麼不工作呢？」

臨濟禪師知道他的意思，就說：「我不工作，你就講話嗎？」

說罷，舉起鋤頭便打。由於臨濟禪師年輕，三兩下就把黃檗禪師壓倒在地上。黃檗禪師一看機不可失，立刻大喊：「大家快來看，快來看哪！」

黃檗禪師的徒孫們看得不明白，不知道黃檗禪師是要他們看這一幕「禪法之前，無師無佛」，紛紛交頭接耳地議論：「師父怎麼可以打師公呢？」便也捲起袖子打臨濟禪師；黃檗禪師一看，這還得了？徒孫打他徒弟臨濟，便開口斥喝：「干你們什麼事啊！」

他們打得亂七八糟，我們看也看不懂，但是他們之間的打罵，有著無限禪機、無限禪味，這和六祖惠能大師「不是風動，不是幡動，是仁者心動」的道理一樣。黃檗禪師的棒，臨濟禪師的喝，看起來無情無理，其中自有無限明淨動人的禪風。

有一次，馬祖道一禪師帶百丈禪師外出，看到野鴨子飛過，馬祖禪師問：「那是什麼東西？」

「鴨子啊！」百丈禪師答。

「在哪裡？」

「飛過去了。」

百丈禪師話一說完，馬祖禪師立刻大力掐住百丈禪師的鼻子，痛得他直喊叫。馬祖笑著問：「你不是說飛過去了嗎？怎麼還在這裡？」

當下百丈禪師立刻開悟了。回房後，高興得哭了起來，同門師

兄弟見他哭得厲害，問他：「你病了嗎？」

「沒有。」

「是想家嗎？」

「不是。」

「受了委屈？」

「沒有。」

「那麼究竟為什麼哭呢？」

「你們去問師父吧！」

眾弟子找到馬祖道一禪師，問：「師兄哭得很厲害，是不是挨了您的罵？」

馬祖道一禪師語帶雙關地回答：「我怎麼知道呢？你們應該去問他，他已經知『道』啦！」

一行人又折回來問百丈禪師，百丈禪師只是「嘿嘿」地笑著說：「你們不知道，師父知道。」

野鴨子象徵一個「常」道，這個本來如是的「常」，是不會「飛過去了」；「飛過去了」的是假相，其實並沒有過去，當下就是。

後來，馬祖禪師登壇說法，百丈禪師掉頭就走，馬祖禪師便一句也不說的回方丈室去了，百丈禪師



日本江戶時代臨濟僧仙崖義梵禪師所繪《百丈野鴨圖》

《人間佛教》學報·藝文 | 第二十九期

隨後趕來，向他頂禮。馬祖禪師問：「我剛剛要說法，你怎麼聽都不聽，就先走了呢？」

百丈禪師回答：「師父的心意我已懂了，哪需要再說？」

馬祖禪師笑著問：「昨天你注意到什麼了嗎？」

「鼻子不痛了。」（意思是悟道了）

看他們師徒間的相處似乎不夠威儀，不合情理，但因為是禪，所以須要用特殊的方式，用不近情理的真義來對待有情有理的表相。

叢林裡，另有一則不能以常理衡量的公案，是有名的「一指禪」。

有人問俱胝禪師什麼是佛法，俱胝禪師從來不開口，只是豎起一根指頭，對方就明白、開悟了。

有一次，俱胝禪師出門去，又有人來問佛法，只有徒弟小沙彌在家，小徒弟心想：人家來問佛法，師父都是這樣把手指一豎，這很簡單，師父不在，我就學他豎指說法看看。

小沙彌就依樣畫葫蘆地把手指頭朝對方一豎：「喏！」那人就開悟，頂禮拜謝而去。俱胝禪師回來後，問他：「有沒有人來問佛法啊？」

「有啊！」

「你怎麼應對呢？」

「很簡單啊，我就照師父平常手指一豎，那人就走了。」

俱胝禪師聽了，不動聲色的說：「你倒很靈巧呵！你再做一次我看看好不好？我問你：『什麼是佛法？』」

小沙彌得意地把手指一豎：「喏！」俱胝禪師迅速拿起一把剪刀「喀嚓！」一聲把手指剪斷，小沙彌痛得眼淚直流，跳嚷著往外

逃：「痛死哪！痛死哪……」

俱胝禪師大喝一聲：「站住！回來！我問你：『什麼是佛法？』」

小沙彌受了大喝，下意識又豎起那根指頭，一看，手指已被剪掉，沒有了。小沙彌一怔，無相可指，當下立刻覺悟了。

從「有」上可以悟道，從「無」也可以悟道。叢林的禪宗教育，無情無理的例子多得不勝枚舉，但是都具有「打得念頭死，許汝法身活」的深刻教育內涵。

#### 四、福慧雙修的力行教育

什麼叫做福慧雙修？就是行解並重；行持是修福，理解是修慧。

佛經裡有一則警句：「修福不修慧，大象披瓔珞；修慧不修福，羅漢應供薄。」意思是，如果只有福報，沒有智慧，就像投生在畜生道的寵物貓、狗等，享受種種寵愛照顧，可是沒有智慧，就如「大象披瓔珞」；倘若只有智慧沒有福報，則像有些學者名流，雖然聲名地位崇高，實際生活卻是清苦艱難，如同「羅漢應供薄」。所以，叢林的教育相當重視福慧雙修。

福慧雙修的方法很多，例如，吃飯要作「五觀想」：

- 計功多少，量彼來處：算算自己做了多少功德，想想這些供養的意義，藉著受食來反省自己。

- 忖己德行，全缺應供：想想自己的德行，受得起如此供養嗎？

- 防心離過，不生瞋愛：謹防心念，遠離三種過失，對於所受的食物，美味的，不起貪念；中味的，不起痴心；下等的，不起瞋心。尤其貪念是最容易犯的，要特別注意防患。

- 正事良藥，為療形枯：將所受的食物，當作是療養身心飢渴的良藥。

《人間佛教》學報·藝文 | 第二十九期

· 為成道業，應受此食：「藉假」能「修真」，不食容易飢餓，體衰多病，難成道業，但是如果貪多，也容易導致各種營養過剩的併發症，所以，必須飲食適量，才能資身修道。吃一頓飯，要把它跟佛法結合在一起。

在叢林教育中，不僅要珍惜供養，心常存念「施主一粒米，大如須彌山；若人不了道，披毛戴角還」，對於常住的一草一木，須「愛惜常住物，如護眼中珠」，這是為了養成大眾惜福的習慣，而不是執著慳吝。

唐代石霜慶諸禪師，有一次篩米煮飯，師父瀋山禪師走過來對他說：「一粒米來處不易，你不能隨意糟蹋施主的糧食噢！」

石霜回答：「我沒有糟蹋啊！」

瀋山禪師俯身拾起地上的一粒米說：「你看，這不是一粒米嗎？你要知道，千萬粒米都是從這一粒米來的啊！」

石霜禪師立刻抓住機鋒，反問：「千萬粒米都從一粒米來，那麼，這一粒米又從什麼地方來？」



千萬粒米從一粒米來，一粒米也從千萬粒米來，此即一多不二之理。

瀋山把手上的一粒米放回米槽中：「千萬粒從一粒來，一粒也從千萬粒來，這就是一多不二的道理。」這個公案闡釋了叢林福慧雙修的特色。

有一個大戶長者生性吝嗇，寺院裡的老和尚怎麼跟他勸募化緣，都不肯布施。老和尚看到他家水溝裡常常流出剩飯米粒，就淘起來曬乾貯存，留作餘糧，幾年過去，竟也存了好幾簍米。

有一天，一場大火燒掉富翁所有的家當，大富翁一下子變得赤貧，偏偏又遇到荒年，大家都窮苦，富翁連一碗飯都討不著，乞啊討的，討到了寺院，老和尚見到他，立刻盛出一大碗香噴噴的白米飯給他。富翁接過飯後，狼吞虎嚥的吃起來。臨走時，富翁再三表示內心的感激。老和尚說：「你不必謝我，這又不是我的，本來就是你的。」老和尚帶他到庫房，看那一簍簍的白米，道出前因後果，這個富翁聽了慚悔交加，當場痛哭流涕起來。

「有」的時候，要常常想到「沒有」的時候；積福的人，等於銀行積有存款，可以慢慢享用。學佛的人常常誦經、做功德，事後都要回向，回向好比將錢存入銀行，可以慢慢使用，也可以做不時之需。叢林裡的力行教育都是有深意的。

佛門叢林有無情無理的棒喝教育，也有注重因材施教的啟示教育。尤其，現代的寺院更重視社會大眾的文化教育，它是社區的精神文化重鎮，人民生活、習慣、風俗的凝聚處，信眾的信仰中心。如果能常到寺院發心，修福修慧，體會叢林的生活教育，時時契機，相信定能早日證得自己的般若妙性。（1984年7月4日，講於台北社教館）

