

【專輯——中國僧伽行持(下)】

金鐘木板扣晨昏



禪和子的風格

從前在大陸叢林，有一個老禪和子，他一天難得說上半句話，但只要早晚殿的時間一到，每個人都可看到他已站在自己的蒲團前，等待課誦。日復一日，年復一年，每當人們走過大殿，都習慣地向他的蒲團望去，那堅毅的身影訴說著一位修行者不退轉的

早晚課的起源、演變

中國關於課誦最早的記載是《吳書劉謠傳》：「坐斷三群委輸以自入，乃大起浮圖祠……重樓閣道，可容三千餘人，悉讀佛經，令界內及旁郡人有好佛者聽受道。」課誦在早期是由



◎叢林裡的早晚課排位位置，代表僧人在僧團共修的權利與義務。

(攝影：楊雅棠)

道心。

在中國叢林中，不只有這個老禪和子，無數的僧人也像這樣日日月月在清晨、黃昏的早晚課中修行道業。對於所有的中國僧人而言，早晚課誦是他們鮮明的形象象徵、具體的生活內容，更是貼切的修行法門。

西域等地來華的佛經翻譯家們引進的。在法華經中有受持法師、讀經法師、誦經法師的記載，可視為佛教課誦的最初起源。

東晉道安法師制定僧尼軌範三則，其中有一則是「常日六時行道飲食唱

時法」，即課誦齋粥儀，這直接影響了後代各種法事儀制；至於朝暮課誦的形成，據《古今圖書集成》的記載，南朝梁代即有捨宅為寺「別營小室，朝夕從僧徒禮誦。」及《大宋僧史略》卷上說百丈禪師「有朝參暮誦之

編輯組

禮，隨石磬魚為節度。」可見自梁開始，寺院已有朝暮課誦的雛形，到了唐代，課誦儀式漸漸完備。

目前所見朝暮課誦本的內容大部份

二時功課 朝暮精勤

為什麼課誦要定於朝暮呢？出家人活是一種醒覺的生活，從早晨睜開眼，到晚上養息，一天之中，要時時省察自己的心念，這份醒覺除了透過個人時時迴光反照，更可透過團體的共修來達成，早晚課的共修即是一種很好的方式。《二課合解》說：清晨，「於萬境未動之際，心猶恬靜，整衣而起，念佛頂楞嚴心咒，治五欲於未萌，速期心精通沼。」經過一天的培福修慧，到晚上時，「應歸攝衆善，歸去淨土。」從一天之始的攝心，到一日將盡時的迴向，連結僧人一日行持生活的二個關鍵，可說由早晚課揭開序幕與劃上終點。

早晚課既然如此重要，如果早晚課不上軌道，將會如何？古德說：「朝

是宋代編成，只是當時並不普遍，明清以後各宗派大小寺院才普遍施行朝暮課誦，到今天，朝暮課誦已成為中國叢林每天固定的作息，也叫二時功

暮不軌，猶良馬無繮。」沒有繮的馬，自然容易失去方向，離道日遠。

早晚課除了是行者各人專注用功、抒發宗教情操的時機，大眾音聲和諧、威儀齊整，也是團體道風的呈顯，同時更是對衆生、社會的關懷與祝福，這些都可以從朝暮課誦文中看見全貌。

目前一般傳統寺院早晚課的誦文多

課，是出家人基本的五堂功課中的兩堂。

以楞嚴咒，彌陀經、八十八佛為主，其餘部份也大同小異。但也有些寺院並不是這樣，他們或以原始佛教修持法，或每日念誦不同經典，或念佛、拜佛或打坐……，因應各寺院道場僧人的行持法門而有不同的共修方式。下面僅依據普遍使用的課誦本，介紹早晚課誦概況。



◎早晚課前，香燈師會先鳴鐘，並於廊前扣板告知同住大眾。

(攝影：楊雅棠)

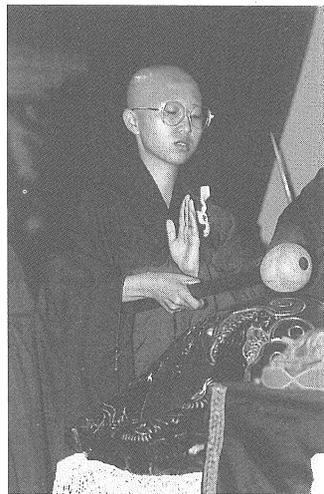
早誦楞嚴 晚念彌陀

因為朝暮情境不同，行者的心境也不同，早晚課的內容自然有所差異，「早以心精通洳為要，暮則直取淨土為宗。」早晚的內容可分為以下三部分。

〔課誦正文〕

早課以楞嚴咒為主，此咒素被稱為「咒中之王」，宋元以降即盛行於叢林，是日課之首，唱誦之前要先唸阿難讚佛發願偈，「……將此身心奉塵刹，是則名為報佛恩，伏請世尊為證明，五濁惡世誓先入，如一衆生未成佛，終不於此取泥洹……。」

楞嚴咒畢接大悲咒、十小咒、心經及「摩訶般若波羅蜜多」三稱。接著唱：「上來現前清淨眾……三途八難俱離苦，四恩三有盡霑恩，國界安寧兵革銷，風調雨順民安樂，大眾薰修希勝進……，檀信歸依增福慧……」祝願國泰民安。再接唱「南無消災延壽藥師佛」等三菩薩名號，早課正文至此完畢。



◎敲打法器領眾，養具僧人的氣度、威儀，及慎重恭敬的態度。

(攝影：廖正文)

晚課則單日誦彌陀經，雙日誦大懺

悔文，因晚課以「歸向淨土」為要，唱誦《彌陀經》觀想極樂世界的殊勝莊嚴；大懺悔文是宋朝不動法師依《三十五佛名禮懺文》整理，唱誦時隨文反省自己一天的身口意三業，至誠向諸佛懺悔無始劫來罪業，並藉著誦諸佛名號，引發向佛學習之心。

接著「蒙山施食」，這是不動法師於四川蒙山甘露寺，依據密教經典所集成。依誦誦經咒和懺悔後，將此功德利益擴及幽冥眾生，透過行者的觀想加持，將米粒及甘露水，施食與惡道眾生，並為他們說法。然後回向祝禱「四生登於寶地，三有托化蓮池，河沙餓鬼證三賢，萬類有情登十地……」，接著讚佛、念佛，並誦「南無

大願地藏王」等三菩薩聖號。

〔回向發願〕

回向發願是大乘佛教念誦儀制的特色，課誦正文後接著回向，早課唱普賢十大願：「一者禮敬諸佛……十者普皆回向」，後接「四生九有，同登華藏玄門；八難三途，共入毗盧性海」，普為一切眾生發願趣入佛道。

晚課則單日唱「大慈菩薩發願偈」，雙日唸宋朝遵式法師所作的「一心皈命」，發願往生西方淨土。因一日將盡，最後行者須提起無常感，此時唱「警策大眾偈」：「是日已過，命亦隨滅，如少水魚，斯有何樂，大眾當勤精進，如救頭然，但念無常，慎勿放逸。」此偈前半部出自《出曜經

》，後半部則是《普賢警衆偈》，二偈合併，自北宋《禪苑清規》收錄後，被叢林廣爲採用。

無論早晚課，接下來均接唱「三皈依」：「自皈依佛，當願衆生，體解大道，發無上心；自皈依法，當願衆生，深入經藏，智慧如海；自皈依僧，當願衆生，統理大眾，一切無礙。」

三業專注 海衆同舉海潮音

早晚課是瑜伽四種念誦之一的音聲念誦，它並不只是單純的誦讀，而有一定的和聲。這種和聲法自有其原則，行者也可依各人音韻及當下抒發的宗教情操，而有自己的唱韻，雖然每一個人各有不同的唱韻卻可被融合，成和諧、高低起伏、遠近相間，時而雄渾如海浪拍岸，時而綿密如細雨奏鳴，好比一波又一波的海潮音，甚是壯觀。

早晚課誦除了以音聲唱誦外，必須

恭敬謹慎 以法器領衆

早晚課是大衆共修，須有法器來掌控節拍、領衆唱誦，古德有句話說：

「行者至誠發願以三寶爲生命究極依歸，依此努力踐行。」

【祝禱護法】

韋陀、伽藍是佛教兩大護法菩薩，而唐道宣律師《感通錄》中有南天王部下韋將軍周行東、南、西三州保護佛教的故事，中國隋朝以後佛教漸有

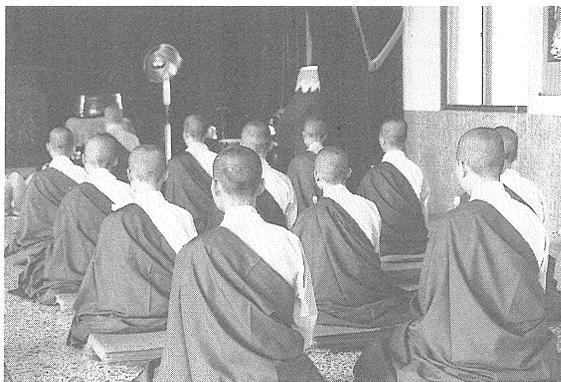
身口意三業全神貫注，「凡念誦者，身要端肅不懈，口要念誦貫徹，意念注心不移。」更重要的是能隨文作觀，成爲落實於身心行爲的一種力量，如《百丈清規》（註）中所說：「誦其文、思其義、行其事、踐其實」，所以在課誦時「必使身與口合，口與心合，不昏沉、不散亂、不懈怠、不貪利、知因果、知慚愧、兢兢業業……」，如果有口無心的話，「必招現前叢林道衰，未來自靈受苦。」

個人在課誦時可盡情的唱、專注作

「法器是人天眼目」，早晚課中必用的法器是大磬、引磬、木魚、寶鐘鼓，這些法器各有其象徵意義、功能，

關羽皈依佛教成伽藍菩薩的傳說，此後護法堂或客堂開始供他們的塑像、畫像。二位菩薩示現護法的故事，在中國叢林中廣爲流傳，因此僧人早課末了唱「韋陀讚」，晚課則唱「伽藍讚」，感謝護法菩薩，護持山門寧靜，海衆安和，行者進而期勉自己做佛教的護法，並看好自己的道心。

觀，但並非不顧別人、自唱自的，在聽別人的音聲時要互相搭配，這種學習與搭配，也是僧人在早晚課時的另一個重點。



◎結跏趺座，其身正直，工夫自然得力。

（本刊資料照片）

聲音也各有特色，如大磬是控制段落的起、收，鏗鏘的聲音悠揚清遠，代表聲聞三千界；木魚帶領速度，哆哆的聲音篤實穩定，還刻以魚紋，象徵魚類日夜不閉眼，警惕僧人修道須精進。

法器的敲擊有一定的位置，稱為「板眼」，每種法器的相接、呼應也有一定的規定，對於每一位行者來說，早晚課中法器的敲擊與唱韻的學習，都是必修的，打法器時必謹慎恭敬，音量、節拍、板眼均須注意，力求正確。打法器不僅養具領眾的氣魄與進

結語

清晨，當板聲劃破寂靜的長夜，鐘聲敲醒了漫漫沉睡，僧人披上袈裟，魚貫地行入大殿，誦經咒，開始一天的行持生活；當夕陽西落，集眾的板聲再度響起，僧人依舊搭衣上殿課誦，莊嚴的梵唄迴盪在山之涯、水之湄，迴盪在晨光、暮色中……。自宋明以來，一樣的晨昏、一樣的早晚唱誦，其中不斷增長的是僧人的慧命與道心。

退舉止的威儀，更是學習專注攝心與培養和諧共成的入門方便。

在叢林中早晚兩堂課誦都設有執事人擔任領眾之責，《百丈清規》中即記載有「維那」、「悅眾」二執：

一、維那：是叢林四大執事之一，由一人擔任，負責維繫團體之綱紀，主要工作是「二時功課，率眾領班上堂說法，白椎示眾，又如一切舉唱回向，以音聲為佛事，其任頗重。」

二、悅眾：此執事設有數人，是輔助維那的人，《百丈清規》說：「若維那不在堂，均須帶管，堂中七期輪

註：本文所舉《百丈清規》乃根據《百丈清規證義記》所對之原文。

參考書目：

- 一、清·儀潤註，《百丈清規證義記》，《樂續藏》第一一冊，新文豐。
- 二、釋興慈，《二課合解》，民國七十六年二月，妙吉祥出版社。
- 四、黃慶瀾註解，《朝暮課誦白話解釋》，民國七十五年十一月，瑞成書局印行。
- 五、釋祥雲，《佛教常用「法器、器物、服裝」簡述》，民國七十四年十一月，普門文庫。
- 六、王新，《佛門課誦考》，獅子吼雜誌二十七卷第六期，民國七十六年五月。

流料理，並二時課誦……教初參禮法，一切佛事唱念分明、禮儀諳熟之人，可安此執。」

在大寺院、大叢林的早晚課裡，通常維那掌大磬，悅眾持引磬，小道場則一人同時負責二種法器，其餘法器則輪流擔任。但《百丈清規》規定，結夏期間「凡禪堂堂師喜學健椎法器，並在寺習學經律者聽」、「凡健椎法器，依次輪擊。」現今臺灣寺院早晚課誦已無固定的維那、悅眾二執，每個人都有機會輪流擔任。



◎晚課中隨文作觀，唱誦如儀，抒發宗教情操，學習諸佛悲智。（攝影：楊雅棠）