



27

發願與回向

當我們禪修時，也要學習發願回向，且每天不忘發願，砥礪自己，並將禪修的功德回向眾生。

學習發願

《大正藏》裡收錄了南北朝時期南嶽慧思禪師的《南嶽思大禪師立誓願文》，他總共立了廿七大願，每一願都是以成佛作為發願的內容，效法諸佛所發的宏願，讀來令人非常感動。

例如：「若有眾生在大地獄，聞我名字即得解脫；若不爾者不取妙覺。」又發願：「若有眾生以惡業故，墮畜生中受種種苦，聞我名字眾苦永滅，即得人天端正之身，即聞正法具足聖道；若不爾者不取妙覺。」慧思禪師發願，若他成佛時，世間眾生稱念他的名字都能得到解脫。這樣的願力是如何慈悲、廣大啊！

當我看慧思禪師的發願文時，感受到慧思禪師就像觀音菩薩一樣，觀世音菩薩在《法華經·普門品》中說：「若有無量百千萬億眾生受諸苦惱，聞是觀世音菩薩，一心稱名，觀世音菩薩即時觀其音聲，皆得解脫。」只要稱念觀世音菩薩的名號，便可以離苦得樂，而慧思禪師給予大眾的，就是這樣的信心。

大乘的修法除了菩提心、大悲心、空性慧，也還要有方便善巧與信願。一定要先發願，以作為自己修行的基礎。發大願的慧思禪師毋寧是我們應該要學習的榜樣，當你有了效法的對象，就會發現在道業有股增上的力量，讓我們能勇猛精進於佛道上。

大家也要學著發願，例如出家要寫「出家發願文」，受戒也要寫「受戒



發願文」，禪修要寫慈心觀的內容，看你要對哪些人散發什麼樣的慈心，這些都是自己的事，要從你內心最深處的願力開始，並無任何標準答案。你想寫什麼，就盡量寫出來，然後以此作為修行的指標，將心朝向那個指標勤行精進。

我每天晚上都會施食，將自己的發願文念一遍，最後絕不會忘記說：「我願如斯佛自知，畢定當來得成就。」我跟佛陀如此發願，是我與佛陀的約定，也實際地去修行。所以，你們也要寫自己的發願文，讓自己所修的一點一滴、一沙一塵的功德，都能回向利益安樂一切眾生。

回向即是分享

「回向」的意思是什麼？就是「回小向大」——將自覺自度的小乘之心，回向轉趣於大乘的自利利人；也是「回自向他」——將自己所修的一切功德，回向給法界一切眾生。簡而言之，就是「分享」。

我們修慈悲觀就是要分享禪修的功德，分享給自己最尊敬的人，分享給同參道友、鄰里或所有的法工、居士，同時更要分享同住於這個寶島上、地球上的所有眾生。因為我們有福報、善根可以修法，可以接納、信受這樣的法門，就應該把自己的這份喜悅和大家分享，讓眾生能獲得利益。

修行的方法都有其次第，個人在修行時會遇到許多境界，無論境界高低優劣，永遠要記得修行是要我們對治我執無明，擴大我們的心量，要愈修愈慈悲，心更開闊。我們常說要自利利他，但幫助別人一定要幫助多少才算數呢？其實只要你有發心，隨著自己可以做什麼就算什麼，不一定要以什麼樣的形式。





修行人不僅要明了自己的心，還要把這份心與他人共享，普願眾生都能成就佛道。如佛門常念的回向偈所說：「願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。」「願以此功德，迴向諸眾生，解脫三界苦，皆發菩提心。」這是回向，但心要有感覺。

