



菩提心是根本

民國112年
香光尼僧團封山禪修
方丈開示(下)

講者：釋悟因

整理：釋見鑿 攝影：李健維

給自己一個交代

今年，香光尼僧團志業規劃談得最多的主題，既是「少子化」，又是「高齡化」。無論是僧源有困難，還是僧眾逐漸高齡，這些都是僧團久住的挑戰。日月遷流，世間所有景觀、景象，不斷變化，沒有好壞，只是突然意識到，怎麼前後左右的訊息，都在談論老人，提到誰誰誰生病。像我，我也是覺得愈來愈走不動。世間無常啊！老、病、死，佛陀告訴我們，人生的苦有八苦，「苦」是什麼？經常講這些，但當老來臨時，我是怎麼老去的呢？自己老了是什麼樣子呢？老就是這麼推演的！而不只是一個軀殼，這是多可貴啊！

不管身旁的家人或信眾，原來都是好好的、健健康康、活活潑潑，幫僧團做很多事。就像研讀班開辦四十年了，從民國73年到現在，當時第

一屆的同學，現在還看到幾個？第二屆、第三屆，不斷地辦學，許多人慢慢從你身旁退去消逝，成為我們成長路上的一個背景。喔！這張照片上的影像是誰？已經不認得；那張照片上的是誰？已經忘記了，不知道這個是誰耶！

現在要封山禪修了，大家要提起精神！要振作起來！再怎麼老、生病、不靈活，你都還可以在禪堂跟大家一起共修、同修，這是多麼珍貴！就像我們的見雍法師走了，我們的誰也走了，大家很捨不得，可是她就走了啊！一個一個就走了。目前，還能聚集在一起，就好好運用這段時間，不然，對自己無法交代。

我是誰？

佛門有句話說，「我是誰？」那個「誰」，不是在問穿著衣服、吃飯的這個「誰」。而是，如果我們還是找不到自己，我們就叫做「行屍走肉」！扛著軀殼在走路的殭屍，這個軀殼找不到自己，找不到主軸是誰，這不是殭屍，不然是什麼呢？

做佛事時所念的「無祀男女孤魂等眾」，「無祀」是什麼意思？沒有人奉祀的孤魂，叫「無祀」。而現在，我們要



先給自己，多一份交代，不要在時代的洪流裡，看不到自己，這就是交代。

封山禪修時，大家集中一起共修，不是你們平常沒有用功，有的人還是很用功的！也是因為這樣的用功，香光尼僧團才一直有主軸，支撐著僧團中的每一個人。還是有很多人很用功的，但是日常雜務比較分散，所以，封山期間集中時間用功，學著放下日常的那些事務。

大家領執事也是很認真，領執事很認真是很好，但要學著封山期間，先把執事擱在一旁，等到這二十天結束了，你回去再把它撿起來。如果你這段時間有用功，重新來看這些執事，以及之前的那段路，不需套用什麼看山是山、看水是水，看什麼？重新再拿起工作時，你是可以檢核自己到底有沒有用功，這是可以檢核的。不要再跟自己說：我執事很忙耶！我怎麼可以離開我的執事呢？可以的！可以的！參加封山禪修，也是福報，這是大家共同維持，所爭取的時間、時段跟修法。

所以，想盡辦法學著稍微整理自己身心，在山明水秀的香光山的禪堂，打坐時就打坐。跑香是很好的，但是，跑香確實是需要有人帶，快、慢，或靜止，或走動。我們不一定要照中國禪堂的那一套，但是至少你可以到樹林間走走，不要一直躲在寮房，趁此時，去樹林中經行，或快走，或慢走，最好是在人少的地方，快步走。

安心看自己

「封山」的意思，就是區隔出一段時間，讓大家單純回到封山的課

程跟時序——吃飯時，就安心吃飯。你不要管誰還沒來吃，或你旁邊坐的是誰。平常彼此是相互疼惜，或執事需要得說話、互動——現在學著，吃飯就安心吃你自己的飯就好，跟著行程，大家都很熟悉，就安心在那邊吃，收攝自己，回到你的咀嚼或舌頭的動作，這是一種攝受方法。

我們知道怎麼慢慢地收回來，四大五蘊，六根門頭，看清楚那個是誰？那也是收攝，眼睛不要一直緊看外面，回到你的當下，關心你自己舌頭的咀嚼跟吞嚥。

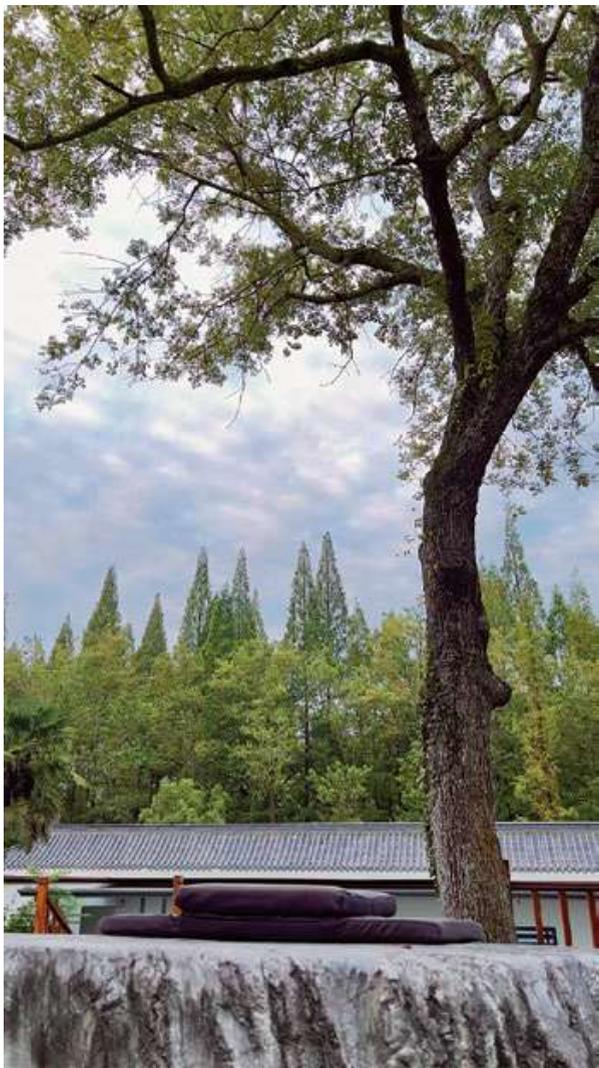
有一個位置好好坐下來，在齋堂是這樣，在禪堂也一定有你的位置，安心坐下。如果覺得需要墊高，只有自己最清楚，要墊多高、墊多低，跟別人無關，自己的身體只有自己知道。如果你坐不住，也可以站起來，不要干擾別人，就在那邊站，再不行，你也可以到禪堂後面多拜佛。

在這樣的環境，你可以知道自己目前身體的調適，每塊肌肉的調適，你攝住它，走路調適，咀嚼調適，吞嚥更是要知道調適。

睡覺時，鋪好自己的床位，先給自己一份的安頓，從內修。

禪修期間，如果生病死掉了，怎麼辦？我那時候不是說了嗎？大家都在用功，你死了，我自然就會把你放到座位底下，先放在那邊，等封山禪修結束後，再好好地處理。要有這樣的氣魄，並告訴自己：可以的！有這麼多人正在用功。如果那個時候要走了，離世時，是正在覺知自己的生命，就是那麼一念，成佛就是這麼一念，這是多麼大的福報！你什麼時候等到這樣的機會？

若是真的有人在禪修用功期間死掉了，我會親手把你放到你的座位



底下，等到封山禪修結束了，再看要燒的、還是要土葬、水葬、樹葬，還是要空葬，全都可以！反正這個身體一定要處理，燒一燒，你以為還剩下什麼嗎？

舍利珍貴

與我們一起同行當陽玉泉寺的湖北導遊，是一位宮老師。她不斷問一個問題：舍利子是什麼？舍利子是真的有嗎？舍利子，當然是有，怎麼會沒有！

當年，慈航法師（1893年—1954年）在國民政府遷臺之際，來到台灣，創建台灣第一所佛學院，對台灣佛教的發展有著很深遠的影響。他在關房閉關時中風了，但是，老法師仍每天督促他的學生上課用功。他的學生中佼佼者，如星雲法師、了中法師、真性法師、還有真華法師等，這些大和尚，當時都還是慈航老法師的年輕學生。

1954年，慈航法師圓寂，聽說，慈航法師在這之前已寫下遺囑：

「遺骸不用棺木，不用火化，用缸，跏趺盤坐於後山，三年後開棺。如散壞，則照樣不動，藏於土，如全身，裝金入塔院。」1959年，慈航法師的弟子，在半夜打開甕，此時，老和尚依然目光如炬、肉身不腐，就把他請出來，坐在供桌上。那年正好是我受戒，受戒完隔天，一大早九點多，院長白公老人帶著我們到彌勒關房現場去頂禮。慈航老法師就還是坐得好好的啊！他的弟子整理他原來的色身，成為台灣第一尊肉身菩薩。

舍利，不是手指頭的哪塊骨頭或哪裡的骨頭。以前我剛出家讀佛學院，同學們開玩笑說，誰先推進去燒，有舍利就繼續燒；沒舍利就趕快爬出來啊！大家都覺得好好笑喔！



燒骨頭的意義究竟有多重要呢？這是涉及到民族信仰的問題。若將父母親的骨頭火化後，是否會一直供奉呢？隨著時光更迭、環境變遷，風吹雨打，甚至搬家、時代變革，這份供奉是否仍然存在？那這具骨頭的主人翁又在何方呢？不知道又輪迴轉到哪一道了，不就是這樣嗎？

然而，在我們有生之年，當下此刻，讓我們回歸自己，深入探察真正的主人是誰，而不只是一個軀殼，這是多可貴啊！

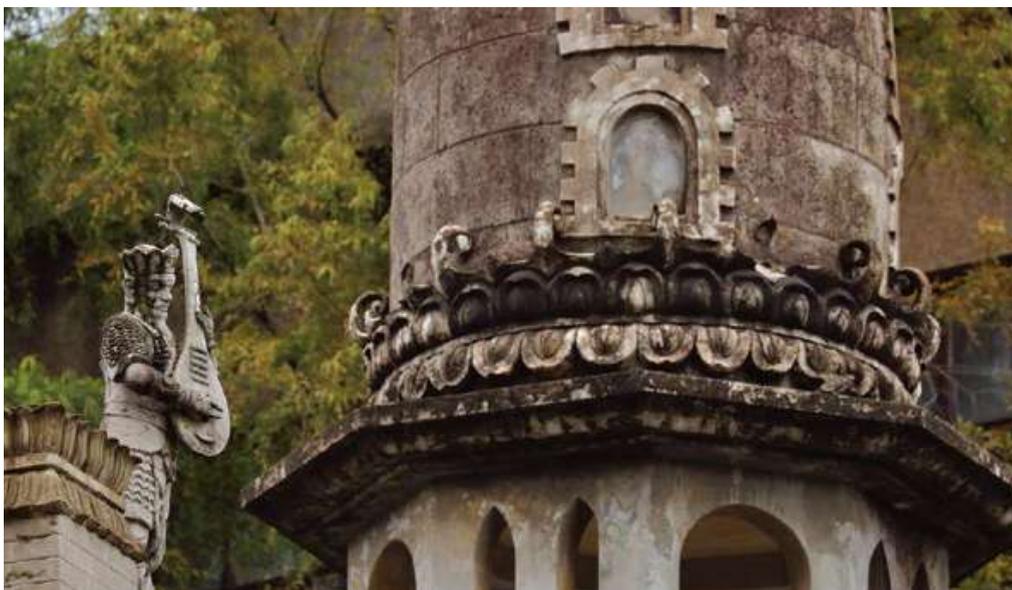
2023年初，星雲法師圓寂，他自己先講不留舍利，不要大家等著要收舍利，好在他真的還留幾顆！但是，星雲法師生前所接觸的人，所說的話，而他的那些話，讓人受用不盡——是這個比較重要？還是那幾顆舍利重要？佛陀或者孔子，這些聖人所留下來這些經典，以及那些親驗親證的法，只有一句話一個啟發，就是人類驗證的真理，取之不盡用之不竭。比起那些骨頭舍利，哪個更重要呢？

我們讀經典、律典、論典，如同佛陀仍在面前，不只是讀這些經，一定還得回到自己的身心。什麼叫舍利？這比什麼都重要。佛陀舍利是應該恭敬供養，但是更多的是，當我們禪修、修行，還是要回到自己內心，向內觀，你可以找到自己，回到自己身上，每一個時刻，我們都在放光。

慧思大師

當陽玉泉寺是智者道場，智者大師的老師，就是慧思大師。慧思大師是陳朝時代的人，他是陳朝的慧思禪師，藏經裡就標示「陳慧思」，結果有人以為他俗姓姓陳，那是日本式的佛教，在法號前都加上俗姓。早期從西域來的高僧，像安世高，就是安息國來的。竺法護，就是天竺來的，增加對這位僧人的辨識。

陳朝是南北朝時代，此時戰爭紛亂，動蕩不安。北朝是北魏、北齊、北周，他們多是異族。所以，此時北方佛教與南朝（宋、齊、梁、陳）佛教在禪修方法或弘傳經典，都有些差異。



慧思大師奉行大乘佛教，他的《立誓願文》深入闡述發菩提心，以成佛為終極目標，並實踐菩薩道。由於南北朝時期戰亂頻仍，百姓苦不堪言，慧思大師的思想中充滿強烈的末法觀念，他尤其信仰《法華經》和《般若經》。為了廣傳《法華經》並讓眾人珍視，他造金字的《法華經》和《般若經》以供奉，同時以金材鑄造佛陀的舍利塔。

此外，慧思禪師強調追求長壽，十分注重修仙、修神通與養生。他的另一著作《法華經安樂行義》中，著重於受持〈安樂行〉，強調持戒，注重身、口、意，也強調慈悲誓願，即所謂的四安樂行，這都在探討如何使身心平衡穩定，然後得安樂的行持。

在南北朝時期，止觀法門在北方禪學和南方存在一些差異。北方的禪修側重漸修，因此，慧思大師主張先信解，再行證。他強調經教的廣泛弘傳，對戒律格外重視。戒律和漸修的止觀，被看作緊密結合，這一觀念也深刻影響了當陽玉泉寺禪修路線的發展。

神秀禪師（606—706年）在此地駐錫超過二十年。南嶽懷讓（677—744年）起初在荊州玉泉寺弘景律師（634—713年）座下出家，後轉投曹溪寶林寺惠能（638—713年）座下。荷澤神會禪師（668—760年）在玉泉寺神秀禪師座下學法三年，後離開玉泉寺，南下曹溪，向六祖學習南宗頓悟法門。注重戒律，同時強調止觀修持。慧思大師的弟子智者大師弘揚《法華經》，所創的天台宗止觀法門，則更接近早期印度傳入的修行方式。

非汝弗證，非吾莫識。

智者大師到大蘇山禮慧思禪師。慧思禪師對他說：「昔日靈山，同聽法華。宿緣所追，今復來矣。」教授他法華三昧三七日法。後來，智者大師誦《法華經》，誦到〈藥王菩薩本事品〉的「善男子！是真精進」，「是名真法供養如來」時，親見「靈山一席，儼然未散。」¹ 後來向慧思大師報告，慧思大師說：「非汝弗證，非吾莫識。」²

這是什麼意思？「靈山一會，儼然未散。」這叫修行法門——自己能直接進入經典的真義，而不是誦《法華經》多少部，誦了千部萬部，不如自己直接走進一次。

1. 《佛祖統紀》卷 27：「智顛居天台，初往大蘇山禮思禪師，思曰：昔日靈山同聽法華，宿緣所追，今復來矣。乃授法華三昧三七日法，誦經至是真精進，是名真法供養如來。豁然見靈山一席，儼然未散。」（CBETA, T49, no. 2035, p. 274, a10-14）
2. 《景德傳燈錄》卷 27：「思曰：非汝弗證，非吾莫識。此乃法華三昧前方便初旋陀羅尼也。縱令文字之師，千萬不能窮汝之辯。汝可傳燈，莫作最後斷佛種人。」（CBETA, T51, no. 2076, p. 431, c21-24）



智者大師得到慧思大師的印證——「非汝弗證，非吾莫識」——他們是相互印證，真正進入了佛陀法海，覺悟了佛所覺悟，這是修行。

儘管慧思大師所處的時代社會混亂，處處充斥著征戰，然而，修行者並非急著離開生死煩惱，迫切追求證得涅槃。確實是應該要「了生死，證涅槃」。但實際上，涅槃跟生死都在一個知見當中，就在自己的躬行當中，在自己的覺悟當中，叫做「不離」。這不僅僅是知見，更是如何提升轉化你的見識和智慧，能將一切視為修行的良好因緣和機會。

就像風穿過竹葉一般，古德常說，竹密不礙長風吹過，風並不停留在竹葉上。如何看待末世或亂世，這又是怎樣的修行良機？覺悟存在於何處？生死又在何處？涅槃是否是一個靜止的存在，等待我們去尋找？佛陀成道後，並非坐在神壇上等著我們獻上供品。相反，他走入人間，托鉢向人們乞食，生死和涅槃，就在一口水、一碗飯的日常生活之中。

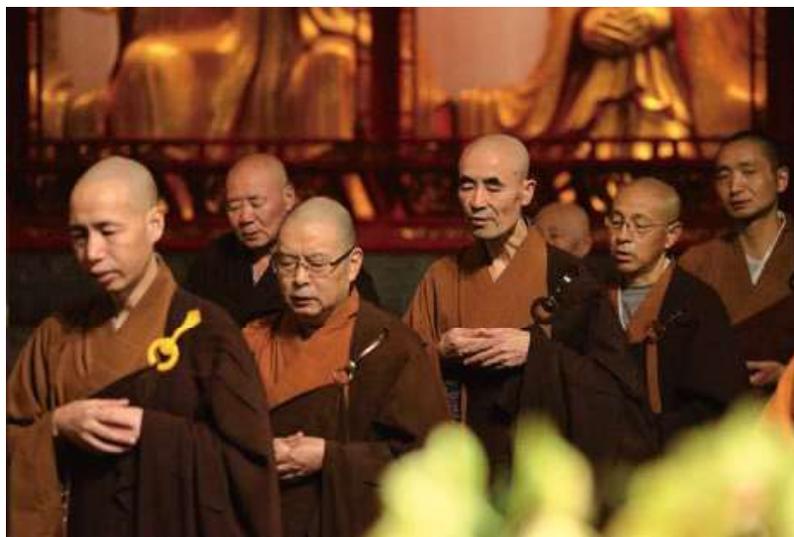
佛陀是我們的楷範，不是要我們修行什麼給佛陀，也不是期望佛陀賜予我們什麼，而是要我們信仰和理解佛陀的教法。至於我們自己能夠實踐和行持到何種深度，或者還需走多遠的路，修行都是不可或缺的。我們應該看自己的心，我的心要擺在哪裡？清楚看透這些狀況後，勇往直前，不要一直在過去的影子中打轉，而忘失了自己該走的路。

「非汝莫證，非吾莫識」，心照不宣。不需要炫耀自己擁有什麼神通靈異。我們身邊有許多人非常精進用功，他們也絲毫未忘記自己的責任，以生命踐行佛法，走菩薩道。

踏實修行

定慧雙修，強調義理並重視持戒，在佛法弘揚的整體觀中，這些都是不可或缺的，也是應當遵循的。

切勿隨波逐流，盲目追求外界的潮流，有什麼流行法門就往哪裡走，需明確自己的初衷。應該踏踏實實的扎好自己的根基，奠定一些功力，然後應用這些功力，找到施展的壇城，這才是真正的修學。而不是扛著行囊，隨意東奔西跑，毫無目標，最終一事無成。說執事也不上手；論內力也沒有。能不能多讀幾部經典，或深入禪修法門，還是像大行普賢菩薩一樣，以苦力服務大家，即使是修苦行，也是一種修行。



踏實才是關鍵。一旦開始禪修，就要全身心投入其中，認真總結，這本身就是一種功力。就算是做香燈，排蒲團，不要還沒有排蒲團，就說蒲團它只是工具，當然是工具啊！永嘉大師指出，如果念佛沒有念到相應，喊破喉嚨也枉然！確實，這是枉然！但是，你念佛了嗎？是先想到枉然，還是你念佛了沒有？如果拜佛不相應，磕破蒲團也枉然，沒有錯！但是，你拜了沒有？你拜出真工夫了沒有？你踏踏實實、死心塌地拜佛了沒有？

真正的枉然

我們不要以為佛陀等著我們去拜。你在拜佛，好好拜佛，拜出一個所以然，是你自己在拜，拜到自己的心坎裡，拜到開悟，這叫覺知、覺悟。覺知、覺悟一定要先理解。

在座的各位，能夠坐在這裡用功，若不是善根，怎麼會直接走入佛門呢？而且有這麼好的同修陪伴，我們好像需要更加精進，加一把力氣，來告訴自己，拜佛也要把蒲團磕破，念佛也要念到自己安心，念到整個身心都舒暢。不要認為念佛是低根機的，禪修才是究竟。每個修行法門都有它適合的初階入門，以及更深層次的修習。

如果還沒拜，就已經說枉然，那才真的是枉然，實在枉然。執事，還沒做，就說做這些執事也是枉然，都是在造業——讓世間法輪常轉，這樣的努力，怎麼是枉然呢？

讓自己再多一點深入或提升，不要只是一直不滿意自己，不管是世

間的學問、世間的事業是如此，佛門也要有一點點可以跟自己交代。你就踏踏實實，讓自己好好從一個地方用功，並進入修行的境地。



心迷法華轉，心悟轉法華

有一天，一個叫做法達的僧人，來參拜六祖。法達常誦念《法華經》，自稱讀了三千遍。在六祖的指導下，法達詢問為什麼誦了那麼多遍的《法華經》卻沒有開悟？惠能請法達先誦《法華經》，惠能再為他講述了「如來以一大事因緣出現於世」，講述了什麼是「開佛知見」。惠能著名的偈頌：「心迷法華轉，心悟轉法華，誦經久不明，與義作讎家；無念念即正，有念念成邪，有無俱不計，長御白牛車。」就是從這裡來。

後來法達得到啟發，踴躍歡喜，以偈讚曰：「經誦三千部，曹溪一句亡；未明出世旨，寧歇累生狂。羊鹿牛權設，初中後善揚；誰知火宅內，元是法中王。」

「誰知火宅內，元是法中王。」《法華經》提到「佛種從緣起」，也講十如是——性、相、體、力、作，因、緣、果、報、本末究竟——世間是這麼的豐富，在這豐富當中，我們的心怎麼轉呢？《法華經》〈方便品〉有一句「乃至童子戲，聚沙為佛塔，如是諸人等，皆已成佛道。」小孩子玩沙子，沙堆在一起，就對著沙頂禮，說：這個就是佛。是啊！他看的是佛像，我們看的是一堆沙。如果用黃金塑的佛像，你看的是一堆黃金，還是佛像？我們的心彼此就是有差別，他看到佛像的慈祥，這是他的解讀、他的認識，他就從這其中得到相應。

《法華經》告訴我們，世間是生死煩惱或涅槃菩提，完全在你的心。你看到什麼？世間就是什麼！所以，我們常說，狗眼看人低，就是狗的眼睛，當然就是狗眼，你說要看什麼？人該有的高度，那是對人的要求。你要求狗什麼呢？我們弘揚佛法，不要無知，不要昏昧，不清楚自己現在看到的是什麼？我發出的欲望跟實相的差距在哪裡？

忘失菩提心 修諸善法 是名魔業

慧思大師的主張受到了相當大的抨擊。佛教其他思想派別認為他的見解與眾不同，因此對他進行了攻擊、驅逐，甚至有人企圖以毒藥加害他。在慧思禪師所處的時代，佛教正面臨著三武一宗的浩劫，社會風雲變

幻。儘管慧思大師面臨著如此嚴峻的環境，甚至有人尋仇追殺，他卻絲毫都沒有喪失信心，並堅守弘法的初心。是什麼支持著他？

慧思大師最為人熟知的莫過於他的《立誓願文》。這篇文獻呼籲眾生發起菩提心，強調菩提心是一切修行的根本。在逆境中，慧思大師所表現出的不屈信念與對弘法的承諾，成為他堅持的動力。

在省菴大師的《勸發菩提心文》提到：「《華嚴經》云：『忘失菩提心，修諸善法，是名魔業。』³ 忘失尚爾，況未發乎？」⁴ 如果忘失菩提心修諸善法——沒有菩提心就是世間法，世間法不就是魔子魔孫，也還是世間的輪迴的根本嗎？惡業是魔業，善業也還是沒有離開世間輪迴的業啊！世間一直輪轉，從沒有停息，這是我們的行業，我們的身、口、意業，我們所有行為，善業也好、惡業也好，一直運轉，生命就是運轉的過程。忘失菩提心，仍然在世間輪轉。「忘失尚爾，況未發乎？」這是疑問句，也是個警告。

要看清楚世間的生死煩惱或菩提涅槃，關鍵就是「發菩提心」。菩提心是根本，菩提心就是成佛的心，就是阿耨多羅三藐三菩提。我們現在尚未成就，但是至少知道佛陀的心是什麼呢？那本來就是自己有的，你的

3. 《大方廣佛華嚴經》卷42〈離世間品 33〉：「佛子！菩薩摩訶薩有十種魔業。何等為十？所謂：忘失菩提心，修諸善根，是為魔業。」（CBETA, T09, no. 278, p. 663, a13-15）
4. 《省菴法師語錄》卷1：「華嚴經云：忘失菩提心，修諸善法，是名魔業。忘失尚爾，況未發乎？」（CBETA, X62, no. 1179, p. 234, b23-24 // Z 2:14, p. 296, c17-18 // R109, p. 592, a17-18）

心本來就看得很清楚，追求可以指引你光明的菩提心，就是覺悟的心，不是無明的、蒙昧的，無知的。

不是只有看見自己，好像看不到別人存在，看不到世間在滾動。如果這些全部都不知道，要怎麼修善去惡？縱使還在世間，如果有一份可以照亮自己的心，提振起來，整個景觀就不一樣了。

你知道、你清楚

禪修是為了建立自己的立足點，開啟通往內在的這條道路。禪修的形式可以是坐、行、睡覺，甚至是吃飯。我應該怎麼做？不怎麼做？除了知道以外，你多一分的覺知，就是這樣，這個叫覺知，不如說，這叫覺悟了。

當你要站起來時，清楚知道「我現在要站起來！」；當你想坐下來時，同樣要清晰覺知；當進食時，感知自己舌根的動作。我希望我自己健康，就多走一下，這叫有所覺悟。保持這樣的覺知，就是對自己的深層了解。同時，也要明確自己在世間的位置，我們並非孤立存在，需要與他人協同合作，並對世間有一份貢獻。

一切諸法 從本已來 性自非有

世間仍然還是回到發菩提心，菩提心有什麼東西可以抓嗎？菩提心，就是知道自己該怎麼樣怎麼樣，它是空性的。「一切諸法，從本已



來，性自非有，不生不滅。」⁵ 世間並非固定的，也不是非怎麼樣不可的。

菩提心是什麼？好好栽培自己，你可以靜下心來。如果打坐的時候，多坐一會兒，你那時候，一直想要站起來，或想要坐下來，此時，你回過頭去看看，我的心裡到底出了什麼事？這就是「知」。而在這當中，

5. 《大乘止觀法門》卷1：「謂知一切諸法，從本已來，性自非有，不生不滅，但以虛妄因緣故，非有而有。然彼有法，有即非有，唯是一心，體無分別。」（CBETA, T46, no. 1924, p. 642, a6-8）

你會發現，佛法是走向人間，沒有多一點、少一點，只是我們有時候故意不知道，為什麼？因為不精進、懶惰、懈怠。

封山禪修提供了一個重新梳理自己的機會，讓我們照亮自我，檢視自己的內在：「我本來就不是這樣的。」若對自己感到不滿意，就應該更多用點心。現在大家年齡漸長，就從這一次的封山禪修告訴自己，如果還能夠再活三十年，在未來的三十年中，我們將為自己的餘生提供什麼？這是一個重新開始的起點。佛法需要我們親自體證，先理解，然後才開步走。我想這是對的，就從這裡開始，大家用功。

