

## 從「佛光禪」看當代禪法修學的人文特質

陳永革

浙江省社會科學院哲學研究所教授

### 一、前言

星雲大師（1927-）是台灣佛光山佛教僧團的開山創立者。他一生倡揚「人間佛教」、踐行「人間佛教」、推展「人間佛教」，成就輝煌，影響巨大，舉世矚目。星雲大師曾以人間性、生活性、利他性、喜樂性、時代性和普濟性來闡釋台灣佛光山倡導「人間佛教」的性格，這同樣成為「佛光禪」的內在性格。於此可見，在佛光山「人間佛教」的視野下，生活與禪法互為體用，即體即用。

人的現世生活與佛法的統一，同樣決定生活與禪法的統一，這是當代禪法修學的內在要求。對此，星雲大師曾中肯地指出說：「佛教一旦離開了生活，便不是我們所需要的佛法，不是指導我們人生方向的指南針。……佛陀的教化，本來就是為了改善我們的人生，淨化我們的心靈，提升我們的品質……我一生的理想，就是弘揚人生佛教、生活佛教。」<sup>1</sup>

如果禪法脫離了人們的生活實踐，不能成為實踐的指導，也就不是人們所需要的禪法。因此，如何達到生活與禪法的相結合或相統一，就必然要求禪法更多地自覺融入佛教的人文傳統，注入更多

1. 星雲大師：〈我的宗教體驗〉，《星雲大師講演集》2，高雄：佛光出版社，頁 670。

從「佛光禪」看當代禪法修學的人文特質

的現世人文內容，正如日本的禪學者柳田聖山在《坐禪的哲學》中指出：「禪應該說是最自由、最有創造性的人類思想。」因此，保持禪法內在崇尚自由、自在創造的人文思想，顯然絕非不合時宜之舉。

從中國禪宗傳統法系上說，星雲大師及其創立的佛光山教團承接臨濟宗統，但在接引方式、禪修項目設計與安排、具體禪修指導等，則突出信行並重，定慧兼弘和悲智雙運，並充分結合當代社會人心、知識之境現狀，別開禪法之新風。其所開創的人間佛教「佛光禪」，不僅充實傳統禪法現代化的內容，頗受佛教學界所關注，而且在禪法普及的廣度、禪法修學的技巧化等諸多方面，皆能夠較好地彰顯佛教的人文特質。

本文即結合「人間生活禪」的思想建構，及其數十年來的相關進展，簡述其將傳統禪法融入人間生活，通過生活與禪法的統一，透顯人間佛教、生活佛教、生命佛教的精神內涵。

## 二、從思想淵源看「佛光禪」的人文傳統

禪法修持作為佛教修證體系之共法，是全體佛教所共同的普遍特質。而禪宗之為中國化佛教宗派，禪系眾多，其禪法修學亦歷經如來禪、分燈禪、祖師禪等諸多變遷；從禪法與教門的契應性，則有止觀禪、華嚴禪、念佛禪等等修行法門。近代以降，伴隨著佛教的整體復興，宗門禪法也重新煥發生機。

「佛光人間生活禪」具有二大思想資源：一是源自於星雲大師的人間佛教思想理念——「人間佛教」是佛陀的本懷；二是源自於中國南宗禪「佛法世間覺」的生活實踐。至於「佛光禪」的法脈傳承，無疑源自中國傳統禪宗。中國禪宗溯源自釋迦牟尼佛傳法給大迦葉

之後，歷經各時代之傳承，待傳至二十八祖菩提達摩時，達摩東渡來華，為東土初祖，其後有慧可、僧璨、道信、弘忍等大師，依次相傳。弘忍門下又出神秀與惠能大師，遂有「南能北秀」之分派及「南頓北漸」之別傳。

自六祖惠能大師之後，南宗禪又將禪法發揚光大，歷經數代祖師大德的努力，逐漸開演出「五家七宗」的分燈局面。其後，禪又再陸續傳到日本、韓國、越南，乃至近代普遍傳至歐美等世界各地。但是五家七宗相傳至明清，僅存臨濟與曹洞兩宗的傳承，其餘各宗皆已不傳。尤其臨濟宗以禪風自由著稱，至清代皆為我國禪宗之主流，佛光山就是「臨濟宗」的法脈傳承。



臨濟宗祖師義玄禪師

佛光山開山星雲大師為臨濟宗門下第四十八代弟子，若從大師本人算起，則為佛光第一代，目前傳至佛光第三代，門徒已遍及歐、亞、美、非、大洋洲等世界各地，在家信徒有百萬，出家弟子有一千三百人。自民國五十六年（1967）開山以來，星雲大師依佛陀菩薩道的行願思想，秉持「人間佛教」的思想理念及精神，持續致力於佛教之教育、文化、慈善、修持等佛法之弘揚，推展利生事業，不曾間歇。

佛光山雖非專屬弘揚「禪」的叢林道場，然禪堂禪風、行事規矩等，卻可媲美千年前的禪林風光，不但總本山與國內外別分院眾多寺院道場都設有在家信眾禪修的禪堂，總本山更有專屬於出家僧

從「佛光禪」看當代禪法修學的人文特質

眾長期參修的禪堂，並且於每年期頭、期尾時，受理僧眾討單參修。一般傳統之禪林規範，以僧尼日常修行生活為主，然佛光山則是一處僧信四眾與社會大眾皆可親近參修的叢林道場。

據上所述，倡導「佛光禪」最直接的思想淵源，無疑是源於星雲大師持續倡導的「人間佛教」思想及其實踐。同時，「佛光禪」也表明了台灣佛光山針對時代人心需求而應緣創立的契機性。如《佛光山禪堂規約》記載：「為了提倡禪修風氣，推動心靈環保，接引禪子體會人間佛教禪風，令發菩提心，行菩薩道，再創禪門黃金時代。本堂（佛光山禪堂）也依佛陀菩薩道的思想，秉持星雲大師弘揚人間佛教的理念、精神，具體提出一種能治療現代『社會疾病』……功利、野心、奢侈、價值觀混淆等，以及適合各種人修持，又能照顧到人性生理與內在需求的禪法，取名為『佛光人間生活禪』，簡稱『佛光禪』。」<sup>2</sup>

佛光禪法依據於佛陀菩薩道的思想，秉持星雲大師弘揚人間佛教的理念、精神，以集體性共修與個體性自修相結合，既具有傳統禪法的規範性，更體現現代人的現實生活方式而展示其日常化和行動化。這種融和傳統禪法（乃至佛法）於現實生活的，無疑體現了「佛光禪」的現代性與人文性。正是星雲大師等教界大德大力倡導及教界有志青年的積極實踐，「佛光禪」在台灣蔚為風氣，並逐漸影響，傳揚海外。

2. 參見慧日：〈佛光人間生活禪之傳承及其基本內涵〉，刊載於《佛光論文集1997》，台北：國際佛光會世界總會，頁257-258。另參見《清風蓮》，網址：<http://blog.sina.com.cn/qjxjs>。該blog收錄了有關「佛光人間生活禪」（「佛光禪」）七篇文章，包括基礎禪定之修學與勘驗等等，內容頗為全面而詳實。本文所討論「佛光禪」而未註明出處者，皆源於此一blog。

### 三、從思想內涵看「佛光禪」的人文精神

「佛光人間生活禪」的基本內涵，包括如下幾個方面：

第一，「佛光禪」在禪修思想上突出平常、平實、平衡（「三平」）的意境涵養。闡釋而言，所謂「平常」，即主張平凡事物即是真理的所在。所謂「平實」，即主張老實修行即是悟道的根本。所謂「平衡」，即主張中道心境即是自性的顯發。即以踏實的中道心境，從平凡的生活事物中去體會禪道，為其實踐、化世的基本思想。對此，可概括為「但盡凡心，別無聖解」。

第二，「佛光禪」主張以信心、道心、悲心（「三心」）的長養增進。闡釋而言，所謂「信心」，即修發實踐人間生活禪的信心。所謂「道心」，即修發出離五欲塵勞的道心。所謂「悲心」，即修發行菩薩道的悲心。即以修發實踐人間生活禪的「信心」、出離五欲塵勞的「道心」、行菩薩道的「悲心」，為其實踐、化世之主要內容。對此，可概括為「不變隨緣，慈悲喜捨」。



禪修不只在蒲團上，而是融入日常生活中。（楊正妃/攝）

從「佛光禪」看當代禪法修學的人文特質

第三，「佛光禪」的禪修生活，主張推行規律、簡樸、惜福的用心實踐。其中，「規律」是指守持淨戒、作息正常。「簡樸」是指生活簡單、樸素無華。「惜福」，是指惜今生福、修來世福。即以守持淨戒、規律作息、簡樸惜福、知足淡泊，為其生活實踐、化世的基本要求。對此，可概括為「依戒生活、知足淡泊」。

第四，「佛光禪」的禪修運用，主張生活、生趣、生機相結合的權變妙用。對此，可概稱之為「三生」之用。主張隨順自然的行作即是禪的生活，主張權變自在的化世即是禪的生機，主張無住生心的應緣即是禪的生趣。佛光禪法的切實運用，應該遵循契理契機的原則。「佛光禪」將禪法運用於生活、生趣、生機之中，顯然是其契機性的具體體現。即以隨順自然的生活，無住生心的情趣、權變自在的禪機，為實踐、化世的基本理念。對此，可概括為「觸處皆道、機趣無限」。

第五，「佛光禪」的禪修精神，在於承擔、無畏、精進的落實行履。所謂「承擔」，即發心做一位勇於擔當的禪者。所謂「無畏」，即發心做一位不怕艱難的行者。所謂「精進」，即發心做一位永不休息的菩薩。即以發心做一位勇於擔當、不畏艱難、永不休息的菩薩行者，為其實踐、化世的基本精神。對此，可概括為「自心是佛、直下承擔」。

第六，「佛光禪」的禪修目的，在於般若、自在、菩提的開示悟入。所謂「般若」，即開發自性般若。所謂「自在」，即體現無住修為。所謂「菩提」，即成就無上菩提解脫道。即以成就無上菩提、開發自性般若、體現無住修為，為其實踐、化世的理想目的。對此，可概括為「般若生活、自在人生」。

據上所述，「佛光禪」內容不僅完整而全面，而且從佛教傳統

的禪修共法中，突出易為當代大眾所接受的表述方式。具體地說，「佛光禪」基於佛法的中道緣起觀，將禪法修學融入現代生活文化變遷之中。於此可見，「佛光禪」之修學乃是佛光山「人間佛教」的踐行體現，客觀上回應了某些對於佛光山「人間佛教」體系缺乏傳統禪修的偏見。

#### 四、從修學道次體現看「佛光禪」的人文特質

學佛貴在實踐，禪法修學更應注重實修。大凡禪法修學，皆有其相對固定的修行次第。「佛光禪」同樣如此。總體來說，「佛光禪」的修學道次第，主要可分為下列八項內容。

一是「預備道」：建立健全人格，達觀進取謙沖。其修學目標定位於「養成孝親感恩之心」。其修學德目或進修方法，則包括如下四項：1. 閱讀勵志修養叢書；2. 生活淡泊、作息規律、不忘運動、保持健康；3. 孝敬父母、恭敬師長、友愛兄弟；4. 心存感恩、善待他人。

二是「善行道」：誠敬皈依三寶，學習止惡行善。其修學目標在於「養成行善助人之心」。其修學德目或進修方法，則包括如下四項：1. 研讀基礎佛學、聞思法義，培養佛法正見；2. 早晚拜佛、禮懺、誦經，培養佛法正念；3. 布施資財、義工服務、隨時行善助人；4. 受持五戒、護持三寶。

三是「戒行道」：培養正知正見，隨緣入世利生。其修學目標在於「強化願、行菩提心」。其修學德目或進修方法，則包括如下五項：1. 聞思菩提心法義，堅固菩提心正見；2. 於生活中力修持戒波羅蜜（三聚淨戒）；3. 於生活中力修忍辱波羅蜜（生忍、法忍）；4. 於生活中力修精進波羅蜜（念護持願行菩提心）；5. 學習中級禪觀（慈

從「佛光禪」看當代禪法修學的人文特質

悲愛心禪觀)及生活禪觀。

四是「定行道」：消滅五欲五蓋，念念清醒明覺。其修學目標在於「成就願、行菩提心」。其修學德目或進修方法，則包括如下兩項：1. 閉關專修禪觀（打禪七、七七）；2. 動中生活禪觀（要求時時刻刻在當下）。

五是「慧行道」：正觀緣起法性，淨化如幻業習。其修學目標在於「開發勝義菩提心」。其修學德目或進修方法則如下：閉關專修高級禪觀（般若實相禪觀），以剋期取證（見道位菩薩）。

六是「見道」：永斷分別我法二執，薄貪瞋癡。其修學目標在於「開悟勝義菩提心」。其修學德目或進修方法，則為永斷分別我法二執，薄貪瞋癡。

七是「修道」：進斷俱生我法二執，大悲濟世。其修學目標在於「證悟勝義菩提心」。其修學德目或進修方法，則指向進斷俱生我法二執，大悲濟世。

八是「無學道」：圓滿無上菩提，無見無修無證。其修學目標在於「圓滿勝義菩提心」。其修學德目或進修方法，則指向見而無見，無所不見；修而無修，無所不修；證而無證，無所不證。

「佛光禪」所概括的上述修學次第及其內容構成，顯然已經不同於任何傳統禪法，而是賦予了更多的當代佛教修學內容。但這些內容無疑仍然有其傳統佛學及其禪法修學的經典理據。若作更進一步地解說，「佛光禪」的修持法，具有明確的修行次第，包括「前行法」與「正行法」二個基本階次。

所謂「前行法」，就是正式進入「佛光禪」修學前的準備階段。在現有文獻中，「佛光禪」的「前行法」主要包括「生活」、「人格」和「方法」等三個方面。在具體內容上，「生活」之「前



在行禪中，感受腳步如何與呼吸協調。(Lethe Chang/攝)

行」，又包括日常生活上做到規律、簡樸、惜福、知足、淡泊。「人格」之「前行」，則體現於明理、開朗、達觀、謙沖、慈憫、堅毅、獨立、勤勞、慚愧、感恩等內容。「方法」之「前行」，則包括「淨除業障」之方法，如誦經、禮佛、拜懺、回向等「積聚資糧」之方法。其中，又可分別為積聚「福德資糧」之方法，如布施資財、義工服務、守持淨戒；積聚「智慧資糧」之方法，如聽聞教法、研究經典、思惟法義（思惟人身難得、生死事大、無常迅速、輪迴痛苦）；及「善調五事」之方法，如調身、調息、調心、調飲食、調睡眠等。

應該指出，「佛光禪」的前行三法，同樣可以理解為修學「佛光禪」的助行道，可以有效地幫助修學者修持「正行法」。至於「正行法」，顯然是「佛光禪」修行實踐的核心內容。其中又分為初級、中級和高級三個階段，從低往高，循序漸進，依次進行。

首先是作為「初級禪修」的「呼吸禪」。其具體項目包括：（一）

從「佛光禪」看當代禪法修學的人文特質

數息法：數出息、數入息。(二)觀息法：觀長短息相、觀完整息相、觀微細息相。(三)其他諸如念佛法、持咒法。從傳統禪法修學上看，其「呼吸禪」源於小乘禪法體系中的「五門禪」。

其次是「中級禪修」的「慈悲禪」。其具體項目包括：(一)慈心觀：思惟憶念眾生恩德。(二)悲心觀：思惟憶念眾生苦惱。

最後是「高級禪修」的「般若禪」。其具體項目包括：(一)無我觀：思惟觀照五蘊無我。(二)唯識觀：思惟觀照能所空性。(三)中觀：思惟觀照緣起性空。(四)自性觀：1、默照法：寂而常照，照而常寂；2、參究法：活在當下，照顧話頭。

至於「佛光禪」的修學方法，如禪坐的基本方法（上座、調身、調息、調心、下座等）因篇幅限制，茲不再述。在此應該指明的是，「佛光禪」重實踐修持。但實踐必須由正見引導，才能在菩提道上從容自在的拾級進修，不致盲修瞎練。有鑒於此，「佛光禪」基於星雲大師所倡導的「人間佛教」理念，提出以「菩提心」為核心，綜攝大、小乘佛法之菩提道次，以此安立「禪觀」的具體次第與方法，更依發願行菩提心的深淺，訂定修學目標，使學人從健全人格開始，逐漸啟發「願行菩提心」，待備辦福德、智慧資糧，再進階證取「勝義菩提心」而圓成佛道。佛光禪法雖注重世間修學，但其修學旨趣卻全然指向出世間的解脫佛道。否則，其「勝義菩提心」即無從安立。

據上所述，「佛光禪」明確修學次第、修學目標和修學方法，內容清晰，目標明確，方法系統，設計周全，頗為全面。「佛光禪」具有傳統修學的理據而加以綜攝，因其基於修學次第而決定其內容切實可行，因其基於菩提心而效用殊勝無比。若能推行於世，當能為現代生活諸眾生打通世間、出世間，而獲得其實踐效用。

附：佛光人間生活禪修持綜合簡表

修學次第	修學目標	修學德目或方法
一	預備道 養成孝親感恩之心	1、閱讀勵志修養叢書。 2、生活淡泊、作息規律、不忘運動、保持健康。 3、孝敬父母、恭敬師長、友愛兄弟。 4、心存感恩、善待他人。
二	善行道 養成行善助人之心	1、研讀基礎佛學、聞思法義，培養佛法正見。 2、早晚拜佛、禮懺、誦經，培養佛法正念。 3、布施資財、義工服務、隨時行善助人。 4、受持五戒、護持三寶。
三	戒行道 強化願、行菩提心	1、聞思菩提心法義，堅固菩提心正見。 2、於生活中力修持戒波羅蜜——三聚淨戒。 3、於生活中力修忍辱波羅蜜——生忍、法忍。 4、於生活中力修精進波羅蜜——念護持願行菩提心。 5、學習「中級」禪觀〈慈悲愛六心禪觀〉及生活禪觀。
四	定行道 成就願、行菩提心	1、閉關專修禪觀——打禪七、七七。 2、動中生活禪觀——要求時時刻刻在當下。
五	慧行道 開發勝義菩提心	閉關專修「高級」禪觀〈般若實相禪觀〉，以剋期取證——見道位菩薩。
六	見道 開悟勝義菩提心	永斷分別我法二執，薄貪瞋痴。
七	修道 證悟勝義菩提心	進斷俱生我法二執，大悲濟世。
八	無學道 圓滿勝義菩提心	見而無見，無所不見；修而無修，無所不修；證而無證，無所不證。

## 五、「佛光禪」源於生活而提升生活的人文關懷

為了真正體現星雲大師人間佛教的理念，「佛光禪」吸引更多參與當代佛教的偉大實踐，為此強調入門始基，顯然無可厚非。禪悟之境，如人飲水，冷暖自知，難以言述，但禪修的切實利益及其相關功德，則可闡述而為人們所關注。為此，「佛光禪」注重禪修的利益與功德，成為其弘揚人間佛教理念的題中應有之義。

從「佛光禪」看當代禪法修學的人文特質

具體而言，「佛光禪」之修學，具有八大利益與功德。其內容包括有效消除生活壓力、增進身體健康、提升內在涵養、享有禪悅之樂、斷除貪瞋煩惱、開發般若智慧、明見清淨本性、圓滿菩提道果。為了更適應現代社會生活方式的變遷，「佛光禪」在其禪法修學中，相當重視其他助修法門。這些助修法門，較好地推進了「佛光禪」的文化影響。對此，本文作一簡述。

一是「佛光禪」常規的助修法門，如禮佛、拜懺、發願、祝禱、抄經、誦經等。其中，在台灣佛光山「禪淨法堂」中，相當推崇抄經助修，獨具影響。

二是「佛光禪」的生活修持（動態）。其中，包括觀呼吸、念佛號等「自修」，及參與活動、義工服務、團體課誦等「共修」生活。

三是「佛光禪」重視修持者的「生活修養」。其內容包括起居有時、飲食有節、工作有量、運動有恆、止惡行善、慈悲待人、不邪酒色、深信因果等。

如果說以臨濟宗為代表的中國禪宗是對「人」或「自性」的發現，那麼可以說台灣人間佛教就是對「人生」或「生活」的發現。這種發現，在很大程度上源自於、甚至是取決於「佛光禪」的「專修」及「助修」之中。因此，「佛光禪」對生活的「發現」具有深刻的哲學含義，而不是日常的含義。

對於台灣佛光山為何一再強調「佛光禪」結合生活修行的必要性及其經典依據，星雲大師多有闡述。星雲大師曾發表〈六波羅蜜自他兩利之評析〉一文，其第五部分為「論禪定波羅蜜的「動靜一如」。<sup>3</sup>在其具體論述中，星雲大師首先援引了《佛遺教經》「制心

3. 星雲大師：〈六波羅蜜自他兩利之評析〉，《普門學報》第4期，台北：普門學報社，2001年7月。

《人間佛教》學報·藝文 | 第六期

一處，無事不辦」、《大智度論》「攝諸亂心，名為禪定」諸語，以明「唯有息緣靜慮，才能開顯本有的智慧，才能明心見性，證悟成佛」之意。星雲大師博引經論，深入闡述，特別提到，端身正坐、眼觀鼻、鼻觀心之類，既非佛教禪定之真義；槁木死灰般之「枯寂」，更非禪定之本義。

禪在生活中。如果沒有活潑潑的生活，哪裡能有活潑潑的禪意呢？禪就是自然而然，禪就是與大自然同在，禪並無隱藏任何東西。真正的禪師，心懷眾生，生活風趣，而且更具幽默智慧。在他們心中，大地充滿了生機，眾生具備了佛性，一切是那麼活潑，那麼自然。

真正的禪法，應該是從一切行住坐臥中去體現，從一切處去實踐；能夠做到「靜中有動，動中有靜」。生活中「動靜一如」，才是真正的禪定。於此，「佛光禪」正如星雲大師的「佛光學」一樣，高度重視人間生活。星雲大師深刻指出：「如果我們一直不提倡人生的富樂，這就是背棄人生的佛教，不重視家庭的佛教化、生活的佛教化，假如一直如此，我看今後的佛教不容易為社會大眾所接受。」



茶禪一味。(何曰昌/攝)

從「佛光禪」看當代禪法修學的人文特質

星雲大師所提倡的絕不是背棄人生的佛教，而是面向世間和社會的佛教，是一種「生活佛教」。「生活佛教」也就成為星雲大師創辦「國際佛光會」的重要宗旨，即所謂「倡導生活佛教，建設佛光淨土；落實人間，慈悲濟世。」

正因為秉持著「生活佛教」的人文理念，星雲大師在不同場合，反復闡述「佛光禪」的人文意蘊。星雲大師指出，禪具有「人間社會性」、「時空普遍性」、「自尊規範性」和「生活實踐性」。其中，反復強調的是禪學不離人間的「人間社會性」和見性成佛的「生活實踐性」。所謂「人間社會性」，其實就是表明「人間到處有禪機」。所謂「生活實踐性」，則概括了禪宗不離世間，在生活中修行的不二法門。禪機、禪法無不源於當下生活之中，有效地突顯了禪宗思想的人文精神實質。

## 六、「佛光禪」的制度落實及其人文效應

佛光山一向注重制度落實，強調「制度規範性」的「佛光禪」更不例外。眾所周知，禪宗是佛教中國化最徹底的一個宗派。由達摩至三祖僧璨，禪宗影響甚微，如以前的禪師一樣堅持著獨居的禪修，自然無所謂禪寺。叢林制度建立後，禪堂清規，影響深遠，可以說完全改變了印度佛教的運行軌跡。民國以後，持續禪宗叢林方式發展，且較負盛名及有禪堂規矩制度者，有鎮江金山寺、常州天寧寺、揚州高旻寺等三家。

近三十年來，禪宗仍然保持其在中國佛教一宗獨盛的傳統地位，並得以較大發展。其中，台灣地區較著名的道場，不但各有自己的禪堂設施，也各有自己的禪風及禪法；度眾上也各具特色。而佛光山禪堂的建築，是傳統與現代的融和，不但設施完備，在度眾上也

發揮了非常大的功能。在此意義上說，「佛光禪」的組織落實，具體體現於「佛光禪堂的組織設施」。其中，重中之重，當推佛光山修持中心禪淨法堂（簡稱「佛光山禪堂」）之啟建。

佛光山修持中心之興建，乃開山星雲大師有鑒於多年來佛光山僧眾之發心弘法，信眾之努力護持，卻苦無一處具有多功能的修持殿宇供僧俗二眾使用；另一方面，有鑒於今日社會拜金風氣之瀰漫，道德人心之迷失墮落，建設禪堂修持中心，通過長年舉辦禪坐、念佛、抄經等行門修持，來增進僧俗二眾的心地工夫，改善社會風氣，淨化社會人心。因此，為了便利禪修，佛光山禪堂的組織分成僧眾和信眾兩部分。其中，僧眾的部分又分為「男眾禪學堂」與「女眾禪學堂」，而信眾部分則稱為「禪淨法堂」。整個禪堂已經建設成為佛光山修持中心。

佛光山修持中心「禪淨法堂」，系經五年籌劃，三年興建，於1993年春竣工，座落於佛光山大雄寶殿後方的如來殿三樓，是一座深具規模、宏偉的修行道場。首任堂主為心定和尚，後由慧日法師接任，現任堂主為慧昭法師。佛光山禪堂歷經發展，目前不論在禪法的修持上、禪堂設備、禪堂制度、禪堂規約、禪堂生活，乃至整個禪風，都已經深具規模，並且影響海內外。

據相關文獻，佛光山總本山目前禪堂數量將近十座。包括禪淨法堂的大禪堂與小禪堂，男眾傳燈樓職事禪堂、金佛樓女眾禪學堂、男眾學部禪堂、女眾學部禪堂，及檀信樓地下樓二間信眾禪堂等。其中以如來殿三樓的禪堂最具規模，是一座極具規模而清淨莊嚴的現代化禪堂，占地約一千平方公尺，兼具傳統的功能及現代的設施，平常是男眾禪學堂學僧禪修及生活作息的地方，也是屬於信眾的禪淨法堂所在，經常舉辦各種禪修活動，接引了不少的社會大眾。金



全國教師禪修營學員，在佛光山禪淨法堂體驗禪修。（陳璿宇／攝）

佛樓則另設有女眾禪學堂，為女眾禪學堂學僧平時作息及禪修的地方，平時不對外開放。檀信樓地下樓的二間信眾禪堂，平時對外開放，提供給本山信眾及一般社會大眾使用。除此之外，其他都是屬於本山徒眾專修之禪堂，平時皆不對外開放。

除位於台灣高雄的總本山之外，佛光山在台灣各地之「別院」、「分院」，包括台北道場、宜蘭蘭陽別院、基隆極樂寺、永和學舍、北海道場、三峽金光明寺、鶯歌禪淨中心、新竹法寶寺、彰化福山寺、嘉義南華學館、台南講堂、右昌寶華寺、屏東講堂、台東日光寺等，都設有專屬禪堂，對外提供給社會大眾使用。而未設有專屬禪堂之道場，也會利用佛殿、講堂等設施，經常舉辦各類的禪修活動，如定期或不定期的禪訓班、一日禪、二日禪等，用以接引當地對禪修有興趣之信徒及社會大眾。

## 七、結論

佛光山的寺院道場，遍布全球海內外，在海外設有專屬禪堂的寺院道場，包括亞洲地區的韓國首爾佛光山、香港佛香講堂、馬來西亞東禪寺、新山禪淨中心等；美洲地區的美國洛杉磯西來寺、紐約講堂、休士頓佛光山、奧斯汀香雲寺、關島佛光山、加拿大的多倫多道場；歐洲地區的德國法蘭克福佛光山、荷蘭荷華寺、英國倫敦佛光山、曼城佛光山；大洋洲地區的澳洲雪梨南天寺、布里斯本中天寺、西澳講堂，及非洲地區的南非南華寺等，都設有專屬禪堂。其他沒有禪堂的海外別分院，同樣會利用佛殿、講堂、圖書館等空間，舉辦各類禪修活動，以接引當地華人及國外人士，如日本東京別院、泰國曼谷道場、新加坡佛光山、馬來西亞文教中心、菲律賓



從「佛光禪」看當代禪法修學的人文特質

馬尼拉佛光山、德國柏林佛光山、美國鹿野苑、加拿大溫哥華佛光山、愛民頓講堂、滿地可華嚴寺等。這些遍布海外的寺院道場，多年來，也接引了海外無數對禪修有興趣的社會大眾。

正如佛光山的道場建設一樣，其禪堂設施不但保有傳統禪堂的風格，也結合了現代化的各種設備，不論採光、空調、燈光、浴廁等各項設備，乃至禪堂規模，從古至今，堪稱世界一流。傳統叢林的禪堂是專屬僧尼參修的禪堂，佛光山禪堂則是一所供僧俗二眾，以及社會大眾禪修的禪堂。每年接引著上萬進堂禪修及參觀的人，對於現代人從生活方式到文明方式的變遷中，產生了獨具而深遠的影響。從中，可以看到「佛光禪」長期推展所形成的多元化、多層級的人文效應。

法師帶領大眾學習健身禪。（王喜妍 / 攝）

