

茶禪一味讀書會紀錄

日期：108 年 11 月 11 日(星期一)

時間：下午 16:00-17:00

讀書會帶領人：胡素華

茶師：黃于溱 茶侶：張雅蕙

紀錄：鄭婉齡

出席：蕭麗華院長、謝大寧國際長、廖呈峰、淨蘊法師、王桂英、胡素華、周宥汝、鄭婉齡、唐瑞蘭、郭俊郁、鍾芷嫣、林秀綦、滕海東、張惠琳、滕友之、尹李伊人、楊子琦、周璇

材料：《星雲禪話 10-禪即生活》

文章：飛來佛

主要內容：

1. 位於南京棲霞山的棲霞山寺，是一處被譽為「六朝聖地，千佛名藍」的著名道場，因為它自三國東吳時就已建寺，多少年來，一向以山石雕刻的千尊佛像而聞名遐邇。
2. 千佛當中，在山的峰頂處，有一尊立佛最為栩栩如生，莊嚴生動。有一天，某位信徒專程來參訪棲霞山寺，他看到峰頂上的這尊佛像，轉身問一旁引導他參觀的卓成禪師說：「老禪師，請問這一尊佛叫什麼名字呢？」
3. 卓成禪師回答：「叫飛來佛！」老禪師的意思是說，山峰很高，人沒辦法爬上去雕刻，所以這尊佛像應該是從別處飛來的。「既然是飛來的佛，為什麼不飛去呢？」信徒好奇地接著詢問。
4. 「一動不如一靜。」老禪師隨口說。「為什麼會『靜』在這裡呢？」
5. 「既來之，則安之。」

養心法語：

1. 卓成禪師的回答，充滿了禪機和啟示。「一動不如一靜」是多麼美妙的境界；「既來之，則安之」是多麼肯定的生活。
2. 人活在這個動盪的世間，沒有一刻是寧靜的，即使是睡覺時，縱然眼、耳、鼻、舌、身都靜止不動，但是顛倒妄想的心還是會起來活動，也就是作夢。唯有靜中的世界才是廣大的、平等的，靜中的生活才是安詳的、富有的。
3. 參禪，正如飛來佛給吾人的啟示，也就是卓成禪師所說「一動不如一靜」、「既來之，則安之」，已明白開示了禪的妙用與禪的機鋒。

【聞】

1.看到哪些重要字句？

一起回答：「一動不如一靜」、「既來之，則安之」、「既然是飛來的佛，為什麼不飛去呢？」。

2.對話的兩個人是誰？

一起回答：信徒和卓成禪師。

3.討論的對象是什麼？

一起回答：峰頂上的那尊立佛。

【思】

1.文章中與文章之後的「養心法語」，哪一段印象深刻？

淨蘊法師：人活在這個動盪的世間，沒有一刻是寧靜的，即使是睡覺時，縱然眼、耳、鼻、舌、身都靜止不動，但是顛倒妄想的心還是會起來活動，也就是作夢。

蕭院長：靜中的世界才是廣大的。

周璇：「既然是飛來的佛，為什麼不飛去呢？」心安了，就是好地方。

2.這些字句讓你聯想到什麼？

海東：為何佛會飛來？佛會飛來，是因為人世間疾苦，願意普度眾生。

俊郁：為何不去？是悲憫眾生，不捨眾生，「一動不如一靜」其實是深層的悲憫。

謝老師：臨濟禪師會兩棒打下。《傳燈錄》佛祖東來意，最常問達摩為什麼要遠渡重洋來中國傳法？你為什麼要問飛來？飛去？為什麼要問這個問題？老禪師為什麼要一棒打下？我沒有答案。

【修】

1.你有過「既來之，則安之」的經驗嗎？

院長：來佛光，第一年不安、不快樂，心念一轉，願意和佛光成為一體，山水變美、人情變可愛，心安了，心想事成，圓滿！

謝老師：心念一轉，何處不安身？人生在世，太多因緣不可預期，如果順著因緣來，才有轉換因緣的空間，「既來之，則安之」就是隨順因緣。

周璇：「既來之，則安之」是自我安慰。年三十的春節在異鄉，會特別思鄉念親，「既來之，則安之」，要創造自己的環境，才能過好自己的生活。

呈峯：從管理系到中文系，才發現書讀太少，開始有點痛苦，沒有方向。

但上次做過簡報，經過院長指點，有了方向了，知道怎麼學習，心有比較安，就是隨順因緣。

淨蘊法師：「紅塵即道場，道場即紅塵」，把學問和修行結合，解行並重，修行人到哪都安心，也是我努力的方向。

桂英：「一動不如一靜」、「既來之，則安之」，大家都談到安定的部分，如何安撫別人，安定自己？佛像不是人力雕刻的，飛來飛去，無所不能。是靜還是動？我寫論文時腦在動，身是靜，於是我寫一寫就起身練太極拳，如此身是動的，但心是靜的；在茶禪一味的讀書會，思考很多元，常胡思亂想，所以真的是「一動不如一靜」嗎？

2.談談你對「一動不如一靜」的反應和想法？

院長：動靜之間，不一定，身體動，腦袋會靜。

芷嫣：昨天抽書籤，抽到「觀自在」，若在處境中靜下來，就能觀察到內心的體悟，即「動靜一如」。

子琦：靜下來的心在吵雜中，更是靜。

素華：進入禪坐，專注呼吸，制心一處，即使外在吵雜也不會受影響。

【證】

從這次討論中，你領悟到什麼？或者收穫？或者對日後的幫助？

素華：在動中修靜的禪定，放在生活當中練習，如何把握當下，活在當下，是會有所啟發的。比如，老師在上課，我們卻想著其他事情，課沒上好，事情已沒處理好。我自己也不斷在修正，如何活在當下？如何全心全意去做？例如與人交談時，真心交談，融入當下，就是誠懇的心，不辜負自己，也不辜負別人。

謝老師：奇妙的因緣，感謝大家帶我進入生活禪的機會。大陸在西方國家設有孔子學院推廣中華文化，下學期擬透過佛大規劃「國學與禪學」的課程，培訓孔子學院的種子，將大陸失去的傳統文化「生活禪」向西方國家推廣。我在知識面可以掌握，今天因緣殊勝，體驗到生活層面了。當素華提問時，發現大家都是緊張的。「說話即不說話，不說話即說話」，講的就是放鬆，自己卻不易放鬆。禪在生活的點點滴滴，腦袋也會放鬆，佛飛來？還是飛去？何來？何去？人經常在來去間，自我僵化，我們鎖在一個概念、一個語言裡，我為何不鬆下來？各種意識形態都太緊張了，如何讓大陸的同學「來時緊張，去時輕鬆」，然後也可以把禪的生活，帶到全世界，是接下來要規劃課程的重點。

素華：全球佛光道場都有「茶禪一味」，澳洲南天寺還有「香道」。歡迎謝老師善用佛光山「茶禪一味」和生活禪的經驗。

謝老師：今天的體驗讓我抓到了課程的主軸，「茶禪一味」是非常精緻的中華文化的內涵，是優秀的傳統，大家一起努力實踐，這是一個放鬆的生活方式。

院長：世界的衝突與對立來自「心不安靜」，是假象的感覺，我們都把假當真，心猿意馬，睡夢中亦是。人生會經歷許多事情，雖然小事可調伏、從容，但外境會讓我們的心靜不下來，容易緊張。靜才是天寬地闊，要訓練自己靜下來，不隨煩惱轉。

謝老師：一點小建議，對於理解文章，朗讀很重要，平常看影片就會發現，台灣演員和大陸演員口條就是不一樣，大陸口條表達豐富，建議朗讀文章要有抑揚頓挫。