《拈花微笑》

10

在家與出家

目　錄

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 114 ～ P. 125	無	1. 佛陀化世的本懷	1.1 希望所有的人都能勤修戒定慧，息滅貪瞋癡 1.2 佛法的根本目的
		2 願消三障諸煩惱	2.1 修行的三種障礙 2.2 出家修行的障礙比在家修行少
		3 願得智慧真明了	3.1 學佛的次第歷程 3.2 以持戒為基礎 3.3 以禪定為歷程 3.4 以智慧為目標 3.5 在家修行最高可以位登三果
		4 在家那及出家好	4.1 在家人易受生活環境及職業身份所限
		5 將此身心奉塵剎	5.1 只有少數人適合出家和能夠出家 5.2 福慧雙修
		6 堪作人天功德主	6.1 出家本身即是布施行 6.2 在家的信眾是出家僧團的外護
		7 眾生無邊誓願度	7.1 放下自我，才能發起度生弘願 7.2 放下自我，才能與定慧相應
		8 煩惱無盡誓願斷	8.1 調伏煩惱
		9 此事無關風月	9.1 出家與在家修行之同異

10 在家與出家

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.114	無	1.佛陀化世的本懷	1.1 希望所有的人都能勤修戒定慧，息滅貪瞋癡 1.2 佛法的根本目的

1.佛陀化世的本懷

1.1 希望所有的人都能勤修戒、定、慧，息滅貪、瞋、癡

1.1.1 一切法本身並無貪、瞋、癡及種種罪過

1.1.2 是加上了人內心的貪、瞋、癡之後，才有罪惡產生

1.2 佛法的根本目的

1.2.1 是要由淨化內心以徹底改變我們對世界的錯覺

1.2.2 不是要從諸法中辨別清淨與不清淨

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.114 ～ P.115	無	2 願消三障諸煩惱 － 在家出家各有障礙	2.1 修行的三種障礙 2.2 出家修行的障礙比在家修行少

2 願消三障諸煩惱 － 在家出家各有障礙

2.1 修行的三種障礙

2.1.1 報障 － 由於生存的環境及出生的類別，使得你無法學佛修行

2.1.1.1 例：惡報生於三塗，福報生於欲天，因而不能學佛，不知學佛

2.1.1.1.1 或雖生而為人卻因耳聾眼瞎，或生於邊地而不能學佛，不知學佛

2.1.1.2 如果已經信佛學佛，即無報障。

2.1.2 業障 － 雖具學佛的條件，又因種種關係，而不允許你學佛修行

2.1.2.1 在家人的生活形態，令業障較為顯著。

2.1.3 煩惱障 － 因心理的困擾，而難以學佛修行

2.1.3.1 不論在家出家，均具備煩惱障。

2.2 出家修行的障礙比在家少

讀懂一句 受用一生 法鼓山心靈環保讀書會

2.2.1 在家人修行，易於修福業，不利於修慧業。

2.2.1.1 若在家人本具福德，更能方便修福業

2.2.1.2 修福業能感得欲界天的福報

2.2.1.3 六度中的布施、持戒、忍辱都是修福德行

2.2.2 出家人煩惱心障的感受較為強烈。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.115 ～ P.117	無	3 願得智慧真明了 －解脫智慧是修行目標	3.1 學佛的次第歷程 3.2 以持戒為基礎 3.3 以禪定為歷程 3.4 以智慧為目標 3.5 在家修行最高可以位登三果

3 願得智慧真明了 － 解脫智慧是修行目標

3.1 學佛的次第歷程

3.1.1 首以正見為指導

3.1.2 次以持戒為基礎

3.1.3 以禪定為歷程

3.1.4 以智慧為目標

3.1.5 而後復以智慧為舟航，用以自利利他的菩薩行

3.2 以持戒為基礎

3.2.1 持戒中含有布施行

3.2.1.1 積極的持戒必須廣行善事

3.2.1.2 用種種方便使人得益，都是布施行。

3.2.2 持戒又是忍辱行

3.2.2.1 忍辱者，不僅忍艱苦，也要忍誘惑。

3.2.2.2 貧賤者忍苦，富貴者忍樂

3.2.2.2.1 忍苦是無條件的接受折磨。

3.2.2.2.2 忍不受樂是高意志的自我約束。

3.2.2.3 忍苦難，而忍不受樂更難；難忍能忍，始能持戒清淨。

3.2.3 持戒也包含清淨

3.2.3.1 菩薩的三聚淨戒：

3.2.3.1.1 持一切淨戒

3.2.3.1.2 修一切善法

3.2.3.1.3 度一切眾生

3.2.3.2 持菩薩戒若不精進以赴，即算犯戒。

3.2.3.3 在家菩薩可以隨分隨力的持戒、修善、度生

3.2.3.4 六度中的禪定與智慧，在家人較不容易修得

3.3 以禪定為歷程

3.3.1 得禪定者未必有大智慧，無漏的淨慧卻必與禪定相應

3.3.1.1 否則縱然有智慧，也不是無漏慧，而是有所為的，是與貪瞋痴等我執相應的世間慧。

3.3.1.2 無漏慧即是解脫慧

3.3.1.2.1 雖不一定要從修習四禪八定獲得，在得到解脫的一剎那間，自然跟定相應，這便是慧解脫的阿羅漢。

3.4 以智慧為目標

3.4.1 在家人，易修福慧布施行

3.4.1.1 於六度中的持戒、忍辱、精進不易如法，更何況是禪定與智慧。

3.4.1.2 由於福報而擁有家室眷屬及財物，豈能與持戒的梵行相應？

3.4.1.3 由於業障的關係，身分上又豈能與忍辱、精進相應？

3.4.2 習禪定者，必須擺脫萬緣，專精攝心

3.4.2.1 在家人生活方式，能學習靜坐，而獲得身心舒暢，想進入四禪八定的境界相當困難。

3.5 在家修行最高可以位登三果

3.5.1 在家人可以修得與解脫慧相應的正智，卻無法即生解脫

3.5.2 大乘菩薩不至七地以上，不得無生法忍的無我解脫的大自在慧。

3.5.3 若以在家身而妄稱位登無生，是魔慢，是地獄因。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.117 ～ P.118	無	4 在家那及出家好	4.1 在家人易受生活環境及職業身份所限

4 在家那及出家好

4.1 在家人易受生活環境及職業身份所限

4.1.1 在家人不容易長時間的放下萬緣，一心禪修

4.1.2 縱然能得禪慧的受用，多半是思辨的結果而非自性清淨心的流露

4.1.3 禪宗史上也有不少在家居士，獲得相當高的見地，只是比起出家禪眾之傑出者，便有不成比例之感了

4.1.4 即使是出家人，見性之後，仍須到山中去增長定力保任發明

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.118 ～ P.120	無	**5 將此身心奉塵剎**	5.1 只有少數人適合出家和能夠出家 5.2 福慧雙修

5 將此身心奉塵剎

5.1 只有少數人適合出家和能夠出家

5.1.1 出家也有困難

5.1.1.1 首先割愛辭親，便不易辦到。

5.1.1.2 徵得家屬同意，去過出家修行的生活，也非易事。

5.1.1.3 感情的牽掛，家庭、職業等的拖累，社會輿論的影響等都會形成障礙。

5.2 福慧雙修

5.2.1 出家修行是福慧雙修，戒定慧三學並重，並要荷擔起救世濟眾的如來家業。

5.2.1.1 出家的身分是戒行。

5.2.1.2 將全部身心布施三寶，以成就眾生，便是修的大福行的大布施。

5.2.1.3 出家也是忍辱行、精進行。

5.2.1.4 出家後的業障牽累不多，故易以修持禪定與智慧。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.120 ～ P.121	無	**6 堪作人天功德主**	6.1 出家本身即是布施行 6.2 在家的信眾是出家僧團的外護

6 堪作人天功德主

6.1 出家本身即是布施行

6.1.1 出家人的生活方式及威儀，便已為人間帶來了平和無諍、淨化身心的榜樣

6.1.1.1 人間比丘透過生活方式，與大眾的接觸，就產生了化世導俗的作用

6.1.2 在中國而言，出家人的身分便代表了三寶的存在，

6.1.2.1 即使是一無所知的所謂「啞羊僧」，至少也會念一句阿彌陀佛

6.1.2.2 能夠令人知有佛教，種下學佛之因，當然也是布施行。

6.2 在家的信眾是出家僧團的外護

6.2.1 積極的布施慈濟，乃至初機的接引，仍以在家身易於立竿見影。

6.2.1.1 因此理想中的大菩薩，多現在家形象的天人相

6.2.1.2 所以，甚至報身的佛也現頭戴天冠的天王相。

6.2.2 經典中有很多在家形象的大修行者

6.2.2.1《阿含經》中有許多長者居士及居士婦的事例

6.2.2.2 大乘經典中的事例：維摩詰、勝鬘夫人、《華嚴經》的善財童子、《法華經》的龍女等

6.2.3 故於聖位中，反以在家身的形式有更多自由的攝化方便。

6.2.4 若是有欲行而稱無欲念，有慢心而稱已離欲，便是犯了大妄語過。

6.2.4.1 例如有附佛法外道，假藉諸大菩薩乃至諸佛之名，來推行神鬼教的迷信。

6.2.4.2 例如雖在家卻自謂離欲，而妄稱是大菩薩的示現

6.2.5 今日的社會，離欲節欲的事實，仍是紓解人間疾苦的最佳良藥。

6.2.6 在家修行的典範：

- 雖居俗家，而能利益大眾，自制私欲，修學戒定慧，即是初機的菩薩。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.121 ～ P.123	無	**7 眾生無邊誓願度**	7.1 放下自我，才能發起度生弘願 7.2 放下自我，才能與定慧相應

7 眾生無邊誓願度 － 放下一切，擔起度眾生的如來家業

7.1 放下自我，才能發起度生弘願

7.1.1 出家修行，要先放下家業、職業等身外的事物，也要放下心內的事物。

7.1.2 能夠通底放下身心內外的一切牽掛，才能擔起度化眾生的責任。

7.1.3 自來大修行者無不具救人濟世的大慈悲心，和奔走呼籲的大慈悲行

7.2 放下自我，才能與定慧相應

7.2.1 初出家者，必須放下一切的身外之物。

7.2.2 出家久了的人，更進一步當放下他們的自我中心。

7.2.3 能夠放下自我中心，便與定慧相應了

7.2.3.1 出家修行而能達成自我中心的徹底脫落，需要經過禪定的修持及艱苦生活的歷練。

7.2.3.2 不僅是克制肉體的習氣，更要化解內在的心障。

7.2.3.3 肉體的克制已不容易，心障的化解尤其困難。

7.2.4 出家之後，並非無事可做，乃是真正面對萬千障礙的開始。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.123 ～ P.124	無	**8 煩惱無盡誓願斷**	8.1 調伏煩惱

8 煩惱無盡誓願斷

8.1 調伏煩惱

8.1.1 煩惱障是出家人與在家人共同有的

8.1.1.1 在家人由於煩惱太多，整天在煩惱中打轉，反不知自己是有煩惱的人。

8.1.2 出家人若不修習禪定，也不易察覺煩惱之多

8.1.2.1 若能修定，著手之際，便會發現心猿意馬，不受指揮。

8.1.2.2 出家環境雖利於修習定慧，若不得其法或無明師指導，易導致身心的疾患。

8.1.2.3 雖已學到習定的方法，要想得定，也非易事。

8.1.3 調伏煩惱障的方法

8.1.3.1 初步用戒，主要是針對粗重的煩惱

8.1.3.1.1 以持戒的力量約束身口的惡行，使內心煩惱的火焰漸漸收斂。

8.1.3.1.2 以此為基礎再來消化輕和細的煩惱。

8.1.3.2 再用定慧的功夫而調伏、解除輕細的煩惱。

8.1.4 發覺有煩惱是正常的，修行時覺得沒有煩惱，反而是有了問題

8.1.4.1 對自己的心念活動越清楚，煩惱的心障便越輕。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.124 ～ P.125	無	**9 此事無關風月**	9.1 出家與在家之異同

9 此事無關風與月

9.1 出家與在家之異同

9.1.1 有相同處

9.1.1.1 在家人可以布施，不一定會布施。

9.1.1.2 出家人不利於布施，卻又能做大布施。

9.1.1.3 出家人利於修定慧，卻未必從事於定慧的修行。

9.1.1.4 在家人不利於修定慧，卻也有在家人能修定慧的。

9.1.2 畢竟不同處

9.1.2.1 在家修行者業障較重、牽掛較多

9.1.2.1.1 雖可短期住進寺院，終必返回塵世。

9.1.2.2 出家人有時也會離山行腳到塵世走走，仍將以長時間寺院生活為其依歸。

討論題目

1. 佛陀化世的本懷？
2. 佛法的根本目的？
3. 修行的三種障礙？
4. 學佛的通途是什麼？
5. 在家修行的最高果位？
6. 如何看待一位自稱已經了脫生死的在家人？
7. 在家那及出家好，為什麼？
8. 出家如何福慧雙修？
9. 出家如何修布施？
10. 如何是在家修行的典範？
11. 在家信眾與僧團的關係？
12. 如何調伏煩惱？