

# 我樂常淨 隨緣任運



## 基礎忠恕清修法會心得

王麗珍·文

感謝天恩師德及全真清修點傳師們的用心及精心策劃的幹部們，然而最感恩的應該是「慈興講堂」蔡錦麗點傳師及所有幹部之無為付出及用心〈本著一家人的心情來帶領我們〉；課程的設計及外在佈景、燈光、音樂的搭配，在在都希望借此來攝受此心以達到「禁語」。為了達到活動中之訴求「禁音」，所以每人分發三雙襪子替代鞋子步行，並邀請自身投入清修的點傳師講述「清修的真諦」，此次參與的同修們最大的感受應該在於真正了解「何謂清修的真義」及「生命中一萬叩首體會師母護道之愿。」

### ◎蔡錦麗點傳師講述論文：

#### 壹、清修真諦

其中針對佛門的出家眾及天主教的修女修士、德蕾莎修女修行的典範一一敘述。

- 一、出家具備的條件：出家（梵語pravrajya）不是隨隨便便就可以出家的，要具備足夠的條件方可出家，如果沒有具備足夠的條件而出家，是名「不如法出家」，為佛所不許可，亦不得戒體。所以，在出家前心須觀察考驗一番，若觀察考驗（身心是否正常）合格方可出家，若觀察考驗不合格不得



▲ 一百多位清修姊妹同參盛會。

出家。

所以說，出家人的形象要端莊，素養氣質翩翩，要有仙風道骨的風範，道貌岸然的典型，行、住、坐、臥，四威儀凜然達觀；這樣的出家眾就能夠自度度人，自利利他，方不愧是出家大丈夫，能吻合佛制的戒律，達到戒律的標準。

佛門就是覺悟之門，入我佛門，不得不覺悟，不得不清醒。不要搞錯了，佛門不是觀光理髮廳呢？更不是理光頭工廠，大量出產光頭俗漢，諸佛菩薩會叫冤枉的，三寶會掉眼淚的，天龍八部會哭泣的，鬼神會哀嚎的。

玉的品質越好，就能雕刻出精美的佛像；同樣的理由，出家人的條件與戒律的標準打成一片，這麼一來，佛門中的人才就能頻頻而出，修道開悟者屢屢倍增，佛門中的龍象，素養會普遍提高。

二、天主教當中的修女們素質都很好，氣質也很雅觀，學位起碼也要高中以上畢業，品格有達到天主教的條件，有經過一番的過濾，要合乎天主教的一定標準，才准許她們當修女而修道。在教堂，或街上走路，也能顯露出修道者的風範形象，我們看不到修女們有盲聾瘖啞的，因為天主教也很強調身教，身體端莊可引度眾生，這是不可磨滅的事實，天主教都能如此一般了，何況堂堂之佛教呢？由以上兩個宗教之探討了解要達到神職人員亦是要有條件的。

三、德蕾莎的默想禱文這樣說的：一顆純潔的心，很容易看到基督、在饑餓的人中、在赤身露體的人中、在無家可歸的人中、在寂寞的人中、在沒有人要的人中、在沒有人愛的人中、在癲瘋病病人當中、在酗酒的人中。德蕾莎修女最大的貢獻是她將關懷和愛帶到人類最黑暗的角落，我們更應該感謝的是她們感動多少人，多少人因此變得更加善良，我們應該就是其中的一個。〈展現神職人員的使命〉

清修者必有自治、自律、自調、自適能力，自己要規劃功課，起居生活規律

正常，清修者，不管人家對不對，自己一定要對，對了是應該，不對了要趕快懺悔。所要面對之問題：「1. 經濟不穩。2. 身體不康。3. 心神不寧。4. 慾火常攻。5. 生理無主。6. 見景傷情。7. 小生怕怕。8. 有尾無巴。」

## 貳、清修與單身貴族有何不同

立定清修的人員畢竟與單身貴族是大大的不同，正如同為信仰而吃素與為健康而吃素一樣，亦是大大的不同。

\* 單身貴族不結婚，其因素有很多種：

- 一、碰不到真正適合的對象，故寧可孑然一身。
- 二、看到親友中有太多婚姻不美滿而怕了。
- 三、不想讓自己受到束縛或不想做女人家的事，譬如燒飯、洗衣、生兒、育兒……等等。
- 四、為了某種事情（如學業或家庭經濟）而耽誤終身大事。
- 五、適婚年齡的女性多適婚年齡的男性，故對某些女性而言，已有延後甚或完全打消結婚的念頭。
- 六、女權運動的興起，因女性的選擇增大，對婚姻的取捨及變通的辦法也增加了，諸如進入大學。
- 七、態度的改變，不再視婚姻生活是人生的唯一途徑。

\* 清修則不是，清修如同佛教的出家眾一樣，一貫弟子若有打算捨身辦道，全身心奉獻道場，清拖累（即家務、俗務），終身不娶、不嫁，並能以天下蒼生為己任，不為自己求安樂，那才可稱謂為清修。

## 參、清修五大犧牲：

- 犧牲名譽難堪——大仁。
- 犧牲財產淨盡——大義。
- 犧牲家族情愛——大慈。
- 犧牲性命不顧——大勇。
- 犧牲功果不計——大智。

## 肆、清修的必備條件：

- 一、正視自己要走的生涯規劃，不是為了逃避某些事情而決定清修。
- 二、檢視自己是否有達到不羨鴛鴦只羨仙，看到別人出雙入對不為所動，將來看到天倫樂的畫面，亦不起羨慕與自艾自憐的心情。
- 三、身心健全，生理的調適則影響心理的情緒，故身心必須保養使其健全，才不致至50多歲時身心情緒不穩、鑽牛角尖，令長者不知所措，且給後起之秀不良的示範。屆時騎虎難下，使其一生鬱鬱終身。
- 四、最重要的是要有宏觀的願景與任勞任怨的開展，宏觀的目標使人勇往直前、終身打拼，讓身忙就心不忙；任勞任怨使人承受得起多方的挫折與考驗，更能有越挫越勇、不退轉的毅力。
- 五、要有清修團體，如叢林般的清規與護持，看那叢林的樹木，每棵均長的又高又直，故團體的生活培養其團隊精神，互助互重，所謂：寧可在大廟睡覺也不願在小廟辦道。團體則有團體的公約，才不致讓自己因太過自由而懶散，太過方便而隨便。  
且培養其隨遇而安、處處為家、方便為門的適應力。
- 六、要有精進勇猛的心，精進好學方能調適不斷升起的前念、今念、後念，讓不良的驕狂、嫉妒、邪念……等等，能轉化為正念、正思維。

## ◎ 藍點傳師講述清修體悟 〈發一靈隱道場〉

## 一、要有頂劫救世的悲願。

生命之有限，其過程不一樣，結果就會不一樣。〈遭難結束及頂劫結束其意義不同〉

## 二、以道場為家〈住中堂〉。

以道場為家，認定自己已許配給上天了〈一命許天〉，中堂是自己的家，回家只是作客而已，將生命的重心放在眾生身上，只要真心付出，不怕晚年無所依靠。

### 三、同修相互照顧〈團隊生活；大手牽小手，相互提攜、相互關懷〉：

1. 突破生理障礙。
2. 突破情字之困擾。
  - a. 志向、動作要明確。
  - b. 不可輕易挑起。
  - c. 相互提醒。
  - d. 遇考要能夠自轉，以維繫善的心念。
  - e. 上天幫我們就如人與螞蟻之間的關係，只在於我們的發心。
  - f. 要有愛心才會幸福。



▲ 莊素粉點傳師開班賜導。

### 四、要有清高的志節—高高山頂立，深深海底行。

內外修持—

1. 外—衣著端莊、態度沉穩；宏法利生、該言則言。
2. 內—內斂沉穩、不輕浮；念頭清靜〈時時觀照自己的念頭〉不自暴自棄、不要困在是非當中。

### 五、要有堅定不變的心。

#### ◎王承琪點傳師講述清修體悟〈寶光崇正道場〉

人知名利為樂，不知無名無利之樂為最真；  
人知饑寒為憂，不知不饑不寒之憂為更甚。  
無貴賤不卑，無富貧亦足，有得便有失，無得自無失。  
一無所有一無所不有，食衣住行。

#### 一、怎麼來的？

清修—只有信心，沒有理由，可圓滿處盡量圓滿，無法圓滿者，不必解釋〈家裏〉。

1. 志願來的。
2. 知道很要意，不知道很無趣。  
知道如補氣，不知道如看戲。

——岳法律主

## 二、使命承擔，多做一些：

1. 使命是給願意承擔的人。
  - a. 你還是小孩嗎—不要害怕承擔。
  - b. 你老了嗎—不要停止學習。
2. 比別人多做一些，良心做事，不為什麼。

## 三、學習才是最大的保障：

1. 每天一點改變，一年後人生大不同。
2. 崇正e化。
3. 自我栽培。

## 四、修養心性是最堅固的基礎。

靡不有初，鮮克有終。半路出家耐不久，基層不深樓不高。

合抱之木，生於毫末；九層之臺，起於累土；千里之行，始於足下。

欲做天下之英雄，還須低頭自身修，欲成天下之偉事，還須低下學恆勤。

1. 融入團體。
  - a. 如何讓一滴水不消失〈溶入大海〉。
  - b. 束—誰約束你（自我管理，團體—美洲杉）。反—復見良心，心在哪裡。正—止於至善。  
修持涵養看耐力，卓越非凡在恆毅；  
切磋琢磨立品格，知此知彼用心一；  
休戚與共能包容，小我不舍失大體；  
見道成道平常行，萬難不逾眾志齊。

——教化菩薩

2. 接受有理與無理，轉念與無念。

困苦是修養品格的最高學府，成功是刻苦耐勞下的產物。

有理的要求是訓練，無理的要求是磨煉；

有理的要求是修業，無理的要求是消業；

有理的要求是助力，無理的要求是功力；

有理的要求是啟發，無理的要求是開化。

a. 姜太公修行四十年，他又在煉什麼？

他的功夫從那裡來？(挑水砍材種松煽爐火)

b. 能不煉嗎？入此班要得到什麼，要學到什麼？

不是要得到什麼，而是將自己心性火候調整好，一把無明火燒盡功德林，急時慢的下，苦時耐的過。

c. 開荒人員——聽話、聽天、聽命。

師母慈諭有言：難不要怕，無難不為貴，有萬事必有萬難，大道之寶貴必須苦難二字來磨煉，方得寶貴之心志，而得寶貴之大道也。

拂心之事說不盡，難唸的經各人藏。

3. 修慚愧心。

修磨刮垢滌玄覽，慚惶戰兢思無偏，

愧無以報中恩德，心身付天利貞堅。

——三天主考

十五代祖(王上覺下一)云：

「是是非非不必辯，長長短短何須談，千不怨來萬不怨，自恨才德兩薄寒。」

一代明君堯曰：「萬方有罪，罪在朕躬。」

有了慚愧心，那麼內心才不會是非長短善惡翻騰，剛強難降伏，有了慚愧心，方使內心呈現一片祥和平靜安寧的狀態，是以慚愧心可以護持修辦道人的善行善愿，能小己身才能大己智，人能生起慚愧心自覺不足，才能追求更深遠的道理，才能發揮更廣大的事功，才能精進成長自我。

明心見性，時時現明慚愧的菩提心，方能格物致知以止於至善之地，是以慚愧心就是菩提心。失此慚愧心就會覺得自己犧牲奉獻很大，就會覺得自己付出許多；覺得自己很委屈，很辛苦；覺得這不公平，覺得那些我不能接受；

吾我尊大，計較、比較，漸漸失去道心佛性。

## 五、行深不退轉：

1. 俗氣褪化正氣參，凡身蛻變轉金身，  
六度萬行法自度，解脫無礙自信深。

——岳法律主

- a. 信深即深信，深信不退轉；靠什麼才能轉化為深信？（行）一個行深者不退轉。
  - b. 爬山不能停下來。
  - c. 行動中感應天人合一。
2. 有今日的道務從何開始？（開荒）  
為自己評量評量，自己價值多少？在這裡一個小時的價值是多少？  
你為凡業一個小時一個月的薪資是多少？  
你的人生，就只價值這些有形的金錢嗎？
  3. 道務追蹤，辦了多少。  
順其自然則順隨生命的斜坡滑落谷底。  
順其自然則順隨人生的慾望隨波逐流。  
順其自然則順隨生活的現實縲紲塵牢。  
順其自然則順隨世俗的眼光失節破戒。  
順其自然則順隨業力的束縛滯道沉淪。  
順其自然則順隨情緒的嗔喜忽作忽輟。
  4. 在原地認真的跑。  
每天不斷的忙、不斷的認真，不斷的用心，但所得又是什麼？只是在空轉、在掙扎。為什麼呢？這就是你每天所問的問題，人跨不出去，捨不出去，只徒原地安逸、假認真，還說什麼但願眾生得離苦，不為自己求安樂。——院長大人  
問問自己，走不出去，捨不出去的徵結在那裡？第一設想還不都是自己嗎？全是自己，所以理由一堆，而這些是幫助自己還是陷害自己呢？再期

待，再等待到最後都會被取代。有畏懼就是有所顧慮、有所計較、有所打算，這些都是凡夫之見，英雄征服別人，聖人征服自己，人沒有能不能，只有要不要。只要在天覆地載之下何處無原人、只要水流得到之地方何處無芳草、只要信念所發，無遠弗屆、只要志願所向，無難不摧人能知命，知其自強不息，則全力為之；人能知命，知其前進不已，則拼力為之；人能知命，知其遇害不嗔，則忍力為之；人能知命，知其逢難不怨，則勉力為之。

## 六、保持運動的好習慣：

毅力體力不能相平衡時，很多事都會讓你心生後悔，故然要拼要做要修，但鍛練自己的體力也不容疏忽，且對自己的養生也要稍加注意，沒有好的身體不敢做大計畫。

只有奉獻沒有條件謂之慈；只有犧牲沒有自己謂之悲；

只有義務沒有權力謂之喜；只有付出沒有佔有謂之捨。

### ◎李暹寶講師慈悲：

從來未曾看過青一色的學員這麼多〈110幾位，基礎所有單位〉，真是難得的因緣啊！請我們對老師要有信心，只要真心付出，仙佛都會護持的，讓我們更有信心。

從以上三位點傳師開示的真理是不謀而合的，因為他們是身體力行而所領悟的，相信後學將三天兩夜所得到的寶貴資料呈現給大家，想必未參與的前賢大德一定可以想像在當下的後學是何等慚愧，因為一直浪得虛名〈清修〉，最後於生命中的一萬叩首單元中，姊妹們也一一的許下愿力，再度的背負起下凡的使命，勇於承擔。此刻景像彷彿又勾起在天上曾經與師約定下凡度眾的悲願，希望藉此法會後姊妹們都能夠勇敢的走出來，共同落實真正清修生涯，那怕是一點一滴，才不辜負此次上天之巧安排，及所有為此法會所付出的人。