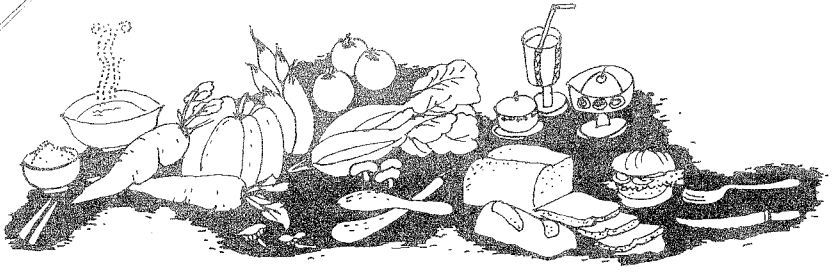


# 我看過用齋



出家人過堂用齋，帶有神聖的「使命」。他要對信施負責，對父母、師長、乃至一切眾生報恩，更要對自己生命的參究有所交待……

## 見

「吃飯是誰？」把這問題問出來，那麼背後的一切飯菜，至此算是完全消化，而且不欠債了，所以說：佛門的飯，是天下最難吃的飯！

飯，人人會吃，古人說：「食色性也」，可見吃飯是人學就有的本能。但曠觀古今中外，能從吃飯中吃出文化、吃出哲學、吃出生命真諦的，捨佛門「過堂用齋」外，恐怕別無他屬。

怎麼說？因為佛門一碗飯，是天下最難吃，也是最好吃的飯。

如何是天下最好吃的飯？君不見每次過堂，一群出家人念著佛號，安詳徐步地踏入齋堂，此時，儘管大寮飯燒焦、火正旺，典座師急得汗流浹背、心跳加快；儘管行堂師為發飯菜，把齋堂當戰場，衝鋒陷陣，舉動如雷，他們只是緩緩向上問個訊，坐下來，唱念讚美莊嚴的「供養偈」，待僧眾呼畢，將飯菜一行禮如儀一端進來，然後頭不抬，眼不溜，寸步不移，要湯湯至，需飯飯來，要菜菜到，甚至齋單連碗盤都不必洗，一切一切，從始至終，都有別人「照顧」得妥妥貼貼，這樣的吃飯方式，就是古來帝王將相富貴天下的人，「茶來伸手，飯來張口」又那堪比擬？在經典中，對天人、極樂世界生活「想衣來，想食食至」的描寫也是如此這般，故如何不是天下最好吃的飯。

如何是天下最難吃的飯？君不見齋堂前方每帖有「食存五觀」，這是在告誡用齋的僧眾，當以何心情吃飯：有的甚至還貼上對聯：「五觀若明，千金易化；三心未了，滴水難消」，讓每位僧人，觸目驚心，急忙用功，不敢放逸。嚴重的點點，只要一想，到古德所開示：「施主一粒米，大如須彌山，今生不了道，披毛帶角還」，則每一粒米，頓時變得比金剛鑽石還難以消化。

因此，出家人過堂用齋，帶有神聖的「使命」。他要對信施負責，對父母、師長，乃至一切眾生報恩，更要對自己生命的參究有所交待。故在過堂時，要虔修供養，要攝心念佛，要感恩惜福

## 嚼著飯粒的馨香

面對自己生命生存的意義，完全放下的用一餐。誰說這不是享受中的享受？情調中的情調？

## 見諦

中國是講究吃的民族，尤其注重的是吃法——烹調法的藝術。佛教是追求解脫的宗教，凡是舉手投足都與道相應，甚至吃法——飲用之儀也與一般「享用」迥異，佛門吃飯的特殊儀軌曰「過堂」。

過堂就是上齋堂飲食，若將佛家過堂與一般人的吃飯比較，那真是誰也比不上誰：一般人講究享受，吃飯時何妨輕鬆，可以站，可以蹲，無奇不有；現代人更是夾著電視節目當菜吃，滿席盛饌，所謂滿席盛饌是活魚三吃，醉蝦生剝，脆皮全雞，乳鴿活烤等血淋淋的情調，豬蹄猴腦也都列入氣氛，還要談天說笑，推杯換盞，飲酒划拳，有的還要佐以音樂，配以燈光，總是使自己在這頓飲食上，眼耳鼻舌身意六根六識恣情享受。儘管大家都明白挑食不好，可是物質充裕，經濟富庶的風氣使然，廣告宣傳的帶動可以取代傳統的社會道德觀念，因此「沒有××我就吃不下。」××新配方最開胃」在吃的揀擇上，大家競相表現「附庸文化」、「感官文化」。以上都是佛門所比不上一般人的地方。

## 過堂用齋，乍看只是一個吟唱及安靜的用食過程，但當你用心體會時，佛門中高遠的智慧博偉的情懷却在

此時乍然展開！

## 它不是

弱肉強食的競爭過程，更不是享用美食的時刻，它是一門功課，一個活生生的啟發

## 見

晨曉透過樹梢，遍灑大地。庭院前的花草兒還沾著露珠，屋簷下的小鳥們卻已迫不及待地雀躍在柳花叢間，小樹枝輕輕顛了幾次。猛地，有隻小麻雀快速跳向前，敏捷地吞嚥著枝頭上的小螻蛄，就在這枝葉兒搖晃之間，無數生命的呼吸也在此刻那間結束了……

增大的隨方昆尼的智慧與悲懷。

「行堂師拿起『叫香』打了一陣，若人欲了知三世一切佛……」表示用齋時間到了。大眾師趕緊放下手中的事務，搭衣上殿。維那師等待大眾集合後，先禮佛三拜，然後懸罄起腔「南無阿彌陀佛」，大眾跟著提起正念，隨著木魚聲念佛號依序的進入齋堂。向上位的佛菩薩前問訊，隨即就座，待坐定後，維那師板、壓罄，再起腔「供養」：全體應聲合掌，這時候儘管每個人面前都已擺好飯、湯、菜餚，水果及糕餅等，但此刻不是舉箸就食，而是要隨著一聲聲清淨心的法器聲，有板有眼地稱頌出諸佛聖賢名號，首先是供養代表真理實相的清淨法身毘盧遮那佛，再來是因修果滿，一切功德具足的圓滿報身盧舍那佛，以及應衆生心而示現的千百億化身釋迦牟尼佛，極樂世界阿彌陀佛，當衆生心而示現的千百億化身釋迦牟尼佛，極樂世界阿彌陀佛，當衆生心而示現的千百億化身釋迦牟尼佛，極樂世界阿彌陀佛，當衆生心而示現的千百億化身釋迦牟尼佛……

至於人類又如何呢？環顧一下我們週遭一同居處在地球的人類，上古時代我們的祖先為了生存，必須和天災水患搏鬥，從事捕殺，才能獲得一頓溫飽。但隨著科技文明的進步及社會分工發展的趨勢，覓食途徑已迥異於前，完全是透過市場交易行為來取得食物，而且食品種類更是琳瑯滿目，花樣百出，從速戰速決的麥當勞、速食店，三明治、漢堡到可以連吃幾天幾夜的滿漢全席。飲食的方法也是無奇不有，用手抓，用筷子、叉子、刀子、斧頭全部出籠了，可謂國際民情大觀。從廣面上看，食，不僅只是維持基本生理需求的過程而已，它更是文化的表現，因此有很多民族，或宗教都有它飲食的特殊儀式。今天我所要探討的是在佛陀教化下的僧侶們是如何處理這維持生命生存的流

現在且讓我藉著台灣寺院之一香光寺的齋堂——任運軒僧侶們的過堂用齋，來探視佛教對生命、宇宙人生的處理方式及歷代高僧大德們隨方昆尼的智慧與悲懷。

從海洋到空中，由幽谷到高山。為求生存，滿足饑渴的需求，動是股多大的力量！小至螻蛄、蚊蟲，大至飛禽走獸，成千上萬的生物，不論是飛的、跳的、爬的，游的，穴居的，為維持生理的新陳代謝，每日都不辭辛勞，用盡力量，甚至付出生命的代價！這一股求生的動力，形成動物界互相吞嚥，弱肉強食的食物鏈。

在這轉化吸收食物背後的力量，在這種轉化吸收食物背後的力量，則更形重要，那就是生存的意志——意志，及維持宇宙人身體的根本誠——誠。由此可見，在佛門中飲食的過程，不僅只是吃飽了事，它透過過堂儀軌，一聲聲圓悠長的「供養」，喚起用齋的修行者，再度反省，再度肯定走入佛門所為何來？引導我我把生命拓得更廣闊更久遠。若是一位偏私短視者只能看到個人吃飯個體了，但一位大乘佛弟子從一呼一吸，一粥一飯，乃至一絲一縷之間，不僅要上供諸佛之教化，更要下養眾生以濟世。

過堂用齋，乍看只是一個吟唱及安靜的用食過程，但當你用心體會時，佛門中高遠的智慧博偉的情懷却在此時乍然展開！它不是弱肉強食的競爭過程，更不是享用美食的時刻，它是一門功課，一個活生生的啟發

安詳地用過了齋食，一聲「結齋」，維那師便舉腔「一切圓滿具足的奉提咒」，並回向施主「若為樂故施，後必得安樂」，並願飯食後，一切眾生所作皆辦，具諸佛法。

安詳地用過了齋食，一聲「結齋」，維那師便舉腔「一切圓滿具足的奉提咒」，並回向施主「若為樂故施，後必得安樂」，並願飯食後，一切眾生所作皆辦，具諸佛法。

安詳地用過了齋食，一聲「結齋」，維那師便舉腔「一切圓滿具足的奉提咒」，並回向施主「若為樂故施，後必得安樂」，並願飯食後，一切眾生所作皆辦，具諸佛法。

意根淨若斯 雖未得無漏 持法華經者 先有如是相  
安住希有地 為一切眾生 是人持此經 歡喜而愛敬  
善巧之語言 分別而說法 能以千萬種 持法華經故

友多聞  
您希望藉本刊讓您的親朋好友更進一步深入佛法的堂奧嗎？  
您希望藉本刊讓您的親朋好友更進一步深入佛法的堂奧嗎？  
歡迎您與我們聯絡，只要註明親友的姓名地址，我們將代您寄贈一份刊物。

## 助印芳名

- 林玉梅
- 林淑賢
- 林淑女
- 邱琪瑋
- 李盈勤
- 林昌弘
- 張簡月意
- 劉鳳玲
- 傅敬群
- 王寶玉
- 黃綺芬
- 楊茂良
- 林萬來
- 林玉梅
- 林淑賢
- 林淑女
- 邱琪瑋
- 李盈勤
- 林昌弘
- 張簡月意
- 劉鳳玲
- 傅敬群
- 王寶玉
- 黃綺芬
- 楊茂良
- 林萬來
- 林玉梅
- 林淑賢
- 林淑女
- 邱琪瑋
- 李盈勤
- 林昌弘
- 張簡月意
- 劉鳳玲
- 傅敬群
- 王寶玉
- 黃綺芬
- 楊茂良
- 林萬來