對星雲大師「我是佛」和黃檗禪師「即心即佛」心法的成佛可能性之理論解析

杜保瑞
上海交通大學哲學系教授

摘要

人間佛教講「我是佛」，重在承擔弘法重任，以佛的精神態度與辦各種佛化生活事業，則主觀方面讓自己意志堅定，客觀方面對社會功效宏大。從禪宗修行進路講「即心即佛」，重在一念不起，自心處在佛心境狀態，也是「我是佛」的一種表現。前者不論何時成佛，此生就做佛事業；後者亦不論何時成佛，當下就在佛心念的狀態。前者是菩提心慈悲心的當下具體操作，後者是般若實相智慧的當下具體心法，兩者相輔相成，共成人間佛教「我是佛」的最猛利法門。至於採此法門的修證者何時真正成佛，非關要務，自信最終成佛，對此之念慮，便當放下。

關鍵詞：我是佛　星雲大師　黃檗斷際禪師　即心即佛

一、前言

星雲大師演講中常提到「我是佛」的觀念，在佛學理論中談「眾生皆有佛性」、「眾生皆可成佛」，這裡就涉及到人在如何的意義下是佛，以及如何修行以至成佛的問題。本文之作，將藉由星雲大師的說法，並及黃檗斷際禪師《宛陵錄》的修行意旨，梳理「我是佛」的修行觀念，並討論這樣的觀念與成佛的關聯何在？因為這樣的觀念畢竟還是凡夫眾生的修行方法，與原始佛教四禪八定阿羅漢果位和大乘佛教十地菩薩升進成佛的面貌還是大有不同，在理論的意義上如何融通，是本文要處理的問題。本文藉由對比星雲大師和黃檗斷際禪師的文本疏解而展開討論。

佛學講實相，哲學上講本體。實相即空，這是破錯謬的我執與法執而說的實相。掌握空就無煩惱，且有大智慧，空的智慧義理貫通於三法印，可以說是三法印四聖諦理論意旨的抽象上升，原始佛教四禪八定就在空慧的實修中，成果位，入涅槃，可以說般若智慧是大小乘佛學的一以貫之之道。但大乘佛學還講菩提心，強調度人，強調慈悲心，強調救度眾生，如此才有成佛的事業，這是菩薩道與解脫道的區別。在鳩摩羅什的《大乘大義章》中不斷強調遍學，遍學即為救度而學，是要積極度眾做事的。

佛學中的本體實相，就是空性的智慧，但是筆者以為，依據大乘菩薩道的精神，必須般若智與菩提心共提，且菩提心之中的度人一義，才是大乘佛法的圓滿實相，可以說菩提心的自度是以般若空慧淨心自度，度人是以慈悲心救度眾生，在過程中提升能力，而得無上智慧，這是度人的理論意義。般若智慧是解脫道的極致，基於般若智的菩提心是菩薩道的核心，在般若智的基地上積極入世做事度眾的菩薩道行，才是圓滿成佛的路徑。

眾生之所以受苦受困，是因為對於國土世間有了錯誤的執著，所以需要般若智，而修行者救度他眾生，是因為一體的悲心，悲心因一體而生，亦是自性中本有的，自性中本有如來藏。如來藏是佛心佛性，眾生心中本有此性，哲學上講本體論，在佛學中言，就是「去我執的空慧」與「救眾生的悲心」，實際上就是「菩提心」的自度與度人兩面。因此，講佛教實相，不能只有般若，還要有悲心，或者以菩提心為實相，包含自度度人兩面。

二、星雲大師「我是佛」的修行理念

星雲大師的人間佛教，就是在世間行菩薩道，結緣、教化之學，這是他作為佛弟子的角色任務。關於「我是佛」的觀念，大師表述於《往事百語》一書中：

> 回想我這一生受益於「我是佛」這三個字的地方非常之多。記得我初入佛門的時候，想到自己應該做好一個佛教徒的樣子，所以我認真課誦，嚴守淨戒；後來想想這樣還不夠，我應該還要擔當佛陀的使者、佛教的法師，將真理的法音傳播給別人，所以認真研究經教，隨喜說法結緣；後來再過一些時候，我覺得做法師也是不夠的，我應該進一步做菩薩，發菩提心，行菩薩道，所以我要努力行人之所不能行，忍人之所不能忍。有一天，我突然想：「我豈止想做菩薩，為什麼不直下承擔我是佛呢？我應該行佛所行，為佛所為才對啊！」這樣一想，忽然間，心裡就豁然開朗了。[1]

1. 星雲大師：《往事百語（三）》，高雄：佛光文化，1999 年 10 月二版，頁 189。

人間佛教強調行佛，服務結緣。圖為佛光山雲水書車三好故事媽媽為台南新東國小小朋友講說母親節與佛寶節的由來。（王哲彬 / 攝）

儒家說，服堯之服、行堯之行，[2] 王陽明說成色分兩，[3] 那便是人人是堯舜了。星雲大師的說法亦然，行佛之行、為佛所為，以自己為佛，這正是最有信心的學佛之法。大乘佛教以度眾為學佛之法，而這個法門，過去是教以般若智慧，參禪打坐讀經解經，人間佛教觀念出現後，修行方法則是在參禪打坐讀經解經之外，還要結緣教化入世救度，在人間社會大眾之中，與社會各界互動，這便是佛光山教團的種種教化事業的思想基礎。星雲大師提出「我是佛」的觀念，雖然目前尚不是佛，但有一個最高標準在引領自己，能強化自己度眾教化的能量。大師言：

> 心中常存「我是佛」三個字，在待人處事上也可以產生很大的提示作用。每當和別人說話的時候，我想到是佛在說話，所以我要講慈悲的愛語，要講方便的智語；每當向大眾開示的時候，我想到是佛在開示，所以我要觀機逗教，

2. 參見《孟子．梁惠王篇》上。
3. 參見王陽明《傳習錄》。

> 處眾無畏；每當教誨頑劣的徒眾時，我想到是佛在教誨，所以我要循循善誘，耐煩開導；每當面對怯弱的眾生時，我想到是佛在面對他們，所以我要易地而處，給他們信心，給他們希望，雖然我還是一個凡夫，與「佛」的境界距離很遠，但因為心心念念都是「佛」，我彷彿蒙獲佛陀的加被，也彷彿得到了佛陀的力用。《法華經》云：「一稱南無佛，皆共成佛道。」誠信然也。[4]

人間佛教的信念，就是菩薩道行的實踐落實，時代飛進，科技發達，面對今日世界，以西方基督宗教的教會活動模式而言，基督教的傳教的行動力是強盛無比的，而傳統中國佛教雖然提倡慈悲為懷，卻總是被動地多，因此，面對時代特色，利用現代資源，讓佛教走出山林，進入城市鄉鎮人群之中，這是星雲大師人間佛教的做法，效法眾多菩薩的悲願予以實踐，大師言：

> 既然「我是佛」，十方諸佛都成為我的典範，所以我追隨佛陀行化人間的腳步，將佛教的種子散播到世界五大洲；我學習藥師琉璃光如來療治眾生疾病的精神，設立雲水醫院等設施，將愛心擴及醫療，帶到全省各個偏遠的角落，讓佛陀的慈悲遍滿人間；我效法阿彌陀佛接引眾生的方便，在全球各地建設美輪美奐的道場、美術館、茶坊、書坊……讓佛陀的光明普照大地；我發揚當來下生彌勒佛給人歡喜的理念，設立養老育幼、文化教育種種設施，讓佛陀的歡喜長存於世。[5]

4. 星雲大師：《往事百語（三）》，頁 193-194。
5. 同註 4，頁 197-198。

佛光山遍布全球的事業體，已經足證星雲大師此一路向的正確性與時代性，如此快速的成就，也只能以佛法不可思議來形容。總結這一條修行的路徑，既是出家僧眾的現代成佛之路，也是在家佛教徒修行佛法的直截路徑。意義就是，成佛是無止境的成長之路，對凡夫眾生而言，路途何其遙遠，然而一旦有了佛法的信仰，知道自己本來是佛，也最終成佛，知道佛法帶來智慧，知道學佛減少煩惱，便一方面止息欲望，以解脫道度脫煩惱業障；另一方面利用社會生活的能力，多做社會服務，於自己的本質角色盡忠職守，行有餘力，參加佛教教化活動，自己淨心，也陪伴同修淨心，把佛教的慈悲精神，藉由身體力行來傳播弘揚，這樣就會讓自己的生命處於逐漸淨化的狀態。

星雲大師說的「我是佛」，就是行佛之行、學佛之行，不是我現在是佛，也不必預測我何時成佛，但盡心力作佛事業，也就是陪伴教化救度，對同修陪伴共成，對苦難者施以援手，在社會上盡心盡力扮演自己的本職角色，努力學習，生命也就一直成長，這就是人間佛教的菩薩道，大家共同奉行，戮力建設佛化社會，淨化人間，就像菩薩「淨化國土為淨土」一樣，把自己當作菩薩，當作佛，信心堅定，一往直前。

這是做中行佛、學佛、成佛的道路，行動力剛健，在實踐中化除自己的習氣，所有宿世業緣就在實踐中碰撞消解，越是勇猛精進，效果就越快速宏大。這其中，只有佛法的慈悲心，沒有神通，沒有法術，沒有超三界，沒有菩薩十地升進的念頭，只有凡夫眾生一念心即佛心的狀態，基礎是信心，作法是簡易直截。

可以討論的是，眾生是親近佛法了，但是成佛之路還是遙遙。對於大小乘經典中的成佛事業，大師從不談果報成效，沒有果報

嗎？有的，但是不去掛念它，這正是最般若實相的作風。禪宗重實踐，在佛心淨中修行就是最直截的方法，想著何時成佛者永遠不是佛，任何時刻佛心慈悲淨慮度眾，任何時刻自己已經是佛，何時最終成佛？那就不必再談。這正是「我是佛」最特殊的證量之處。以這種方式學佛向佛，最終是否會有成佛的一天呢？會的。但不用這樣想，因為修證之途遙遠，原始佛教修得阿羅漢果位就不知道要多少生世的歷程，大乘佛教只求成長不求疾成佛道，尚有此念者，便不是般若智慧的狀態，既然我行佛做佛，我就是佛，一切生死輪迴中歷歷清明，這樣就可以了。

三、黃檗斷際禪師《宛陵錄》的禪法疏解

佛光山星雲大師「我是佛」的理念，是在世間興辦佛化人生各種事業而趣向佛道之路，這是菩薩道行的現代人間佛教具體做法。反思傳統禪宗，擁有許多精密的觀點，「即心即佛」，一切工夫用在念慮化消上，這也是成佛之道，方式卻有所不同。以下以黃檗斷際禪師的路向對比之。

黃檗斷際禪師的《宛陵錄》，倡導「即心即佛」，與星雲大師講的「我是佛」在觀念上直接相近，但卻有所不同。禪師方法是一路在念頭上清淨，理論的基礎還是眾生本來是佛，以佛心狀態為修行的方法，時刻不起分別，來相即掃，便是證佛之路。

成佛歷程雖非易事，但大小乘各家理論，都提出向佛之路，甚至有在佛之境的修行方法，針對凡夫眾生而說。原始佛教「四禪八定」之法，讓凡夫眾生在凡夫位時，以禪悅定境，體得阿羅漢果位；大乘菩薩道人間佛教，以「我是佛」自信承擔之法作佛事業；傳統禪師則是以「即心是佛」處於佛心狀態。前一路是身心工夫，後兩

路都是心法工夫，後兩路之分別在於積極入世做事業，與一路淨化念慮而已。

成佛不容易，不是操作簡單心法就等於已經成佛，但禪師如何說「即心即佛」呢？這是本節要討論的問題。禪師的語言精妙，許多觀念直接跳躍，以下，筆者嘗試以容易理解的文字，為其疏解，並做討論。

（一）即心是佛，在狀態中就好

> 問：如何是佛？師云：即心是佛，無心是道；但無生心動念、有無長短、彼我能所等心，心本是佛，佛本是心，心如虛空；所以云佛真法身猶若虛空，不用別求，有求皆苦。[6]

問「如何是佛」，是問佛的狀態。說「即心是佛」，是說凡夫眾生之己心，「即心是佛」。從「眾生皆有佛性」、「眾生本來是佛」以及「萬法唯識」的命題中，眾生之心真如就是成佛的主體，掌握般若智就是在佛狀態，實踐菩薩道就是向佛之路。要掌握般若智，就是「無心是道」，道是成佛之道，向成佛而去的修行之路，無心就是不起分別心，保持主體清淨，在歷劫中不斷做萬念放捨以及救度眾生的修行工夫，而不論如何地救度眾生，己心依然一念不起，才是保持在佛的狀態。

從做工夫上說，般若智的作用是不起分別心，而不是完全無念，完全無念那是入定的時候，在日常活動中，清楚覺知，興辦事業，對所為之事，沒有私我的執著，就是不生心動念。固然「心本是

6.《黃檗山斷際禪師宛陵錄》與《黃檗禪師傳心法要》合編為《傳心法要》，兩者意旨相通，皆載於《大正藏》第 48 冊，本文所選引，為《宛陵錄》中開篇十餘段文字。以下不再說明。

佛是宇宙最高覺智，清楚分明如如不動，心如虛空。

佛」，但此際在人身輪迴分段生死中，雖有真如作用，甚至發菩提心，但仍有種種情執，所以需要持續止念，不起分別心。「佛本是心」，佛是宇宙最高覺智，清楚分明如如不動，所以「心如虛空」，然佛遍在意識所及的國土，修行者就讓自己處於這種狀態。「所以云佛真法身猶若虛空」，以法身說，談的不是佛法及經典，而是在佛境界的佛身，就是靈明知覺，故「猶若虛空」。凡夫眾生只要保持靈明，就是在佛狀態，所以「不用別求，有求皆苦」。一旦能夠真正般若智發用，止念清淨，就是在佛狀態，做一切事業而無所求，直入佛境界。

> 設使恆沙劫行六度萬行，得佛菩提，亦非究竟。何以故？為屬因緣造作故，因緣若盡，還歸無常。所以云：報化非真佛，亦非說法者；但識自心，無我無人，本來是佛。

學佛行佛就是要「恆沙劫行六度萬行」，發菩提心，「得佛菩提」。為何「亦非究竟」？因為，眾生本來是佛，只因無明輾轉，一旦真如起用，便是六度萬行，但這時仍是在求學成長的階段，做一切事業，造一切善因緣，業果積累，福德深厚，自然境界上升，此時，無論是在三界內的修行者，還是超三界的諸地菩薩，都還在積累的階段。但是，這一個積累的工夫不可不做，這也正是往成佛

之路者的生命歷程。「因緣若盡，還歸無常」，因緣會不會不盡呢？一個善因緣會帶來更多更好的善因緣，一個生命會在無盡的輪迴中有每一次的新生，在不斷地新生中繼續創造善因緣，這就無所謂因緣盡了的事情，因為這個生命一直在成長。生命一直在延續，善業一直在造，過往的善業有因緣盡時，續造的善業又不斷積累，修行者一直在升進的歷程中，保持此心，不論位階，不論報化身，故曰：「報化非真佛，亦非說法者。」佛有報身，但《金剛經》說不必執著，亦無定形，佛有化身，事訖則息，因此從修行的角度說，「但識自心，無我無人，本來是佛」，就是保持清明不動的狀態。

禪師的這些話，徹底發揮般若智慧的佛法實相工夫。佛是清清楚楚歷歷分明的覺智者，眾生既然本來是佛，那就保持這個狀態就好，即是在佛狀態。這便是從般若智使用「我是佛」的工夫。至於菩提心進路的「我是佛」，則是星雲大師的人間佛教模式。

（二）佛無聖凡，只息機便是

「聖人無心即是佛」，講的是凡人修行有聖境者，度人救眾不起分別心，在向佛而去的在佛狀態，做工夫這樣就好，別無他心他法。

「凡夫無心，莫沉空寂否？」問「凡夫無心」就是說凡夫沒有向佛之心，沒有救度之念，豈不沉入空寂？這是有可能的，會發生的。所以筆者要說，佛是活的，眾生是活的，要向佛而去，所以本能上必有一念，此即心真如永恆作用的清淨之念，不讓此念止息，發用它，而無執著，便是聖人無心，則不沉入空寂。然而，禪師的處理卻是，將問題轉向般若智慧，即就一切分別心不起而說本來無心，凡夫眾生就在佛的狀態，而不去分別有心無心、有法無法。其實，這並不是在說凡夫的狀態，而是對問問題的人的指點，告訴他

如何能夠讓自己處於在佛狀態。「法無凡聖」是說佛法無分於凡聖，皆可得法。「亦無沉寂」是說它永恆作用，在任何眾生心中都永恆存在，就是心真如。

「法本不無」，法是有的，只是眾生修證時不必去執著自己有法，它本有，不須去擁有，故曰「莫作有見」。「法本不有」，雖然法是有的，但不必執著自己擁有，故曰不有，但並非是無，所以「莫作無見」。以上就是佛法修行者對於佛法修行的般若工夫方式。「有之與無，盡是情見，猶如幻翳」，本有已有，清明即在，不須持有持無，有無之見，都是情執，佛都說不以音聲色相求我了，修行者何須以有無佛法執著於我。

「見聞如幻翳，知覺乃眾生」，有情眾生有感官知覺，如能如佛般歷歷分明清清楚楚，便是在佛狀態；若是執著知見見聞，便是活在幻翳之中。「知覺乃眾生」，眾生必是有情眾生，感官知覺不濫用，時時察覺，不執著，就是在佛狀態。　「祖師門中只論息機忘見，所以忘機則佛道隆，分別則魔軍熾」，息機忘見時，主體清清淨淨，隨緣作業，則「佛道隆」，若有任何我執情執，就又陷入迷執了。「分別」是有人我善惡美醜之心念，即便是行善，有此一念亦是入迷。

（三）本來是佛，心悟即佛

既然凡夫眾生之心本來是佛，那麼還用修行嗎？筆者之意，當然必須修行。只是依據般若智慧而言，不能有自己在修行的執念，當下在佛狀態，這就是境界工夫的模式，是做工夫，是以境界持守作為工夫方法。菩薩道是救度眾生的事業，對禪師而言，任何問題都只有你成佛是唯一的問題。

問：心既本來是佛，還修六度萬行否？

「心既本來是佛」的心，是就凡夫眾生的生滅心而言，但它的根本是心真如，所以說「本來是佛」。既然如此，還用修行嗎？筆者以為，未到境界之前，必須積極學佛實踐六度，到達境界之後，持守即可。但一切時中，都不要有自己在行六度之念，則是般若智慧的作用方法。

師云：悟在於心，非關六度萬行，六度萬行盡是化門接物度生邊事，設使菩提、真如、實際、解脫、法身，直至十地、四果聖位，盡是度門，非關佛心。

佛是實有恆存清明覺智的主體，眾生執迷輪轉生死，欲救度之，須教以六度之法，告知種種概念名相，但這一切都是方法，度門，不是佛境界的本身，所以說「非關佛心」。另一種方法，就是讓眾生直接處於佛境界狀態，哲學上叫做境界工夫，保持主體覺醒的狀態就好，因為「心即是佛」，所以一切自度方法中，最高級的行事就是主體直接呈現在佛的狀態就好，「所以一切諸度門中，佛心第一」。怎麼做呢？「但無生死煩惱等心，即不用菩提等法」。就自度而言，沒有生滅諸法的執著煩惱，就是覺智的狀態，不用再去求覺醒的自度法門，因為已經是處在自覺覺醒的在佛狀態了。顯見，此處的菩提等法，指的是自度之覺智之法，並非度人的菩薩道行，而此法，正是自處佛境之法，即是我是佛之法。不過，修行成就之佛，必然包括覺有情的菩薩道行，有無盡的方便法門，端視結緣眾生之所需而施用，法門越多能力越強，能力最高者為佛，在救度能力提升的軌道上學習修行的就是菩薩道，但顯然，禪師所指的，是般若智的自度之法。

自度之法，即是無心於所辦諸事，日常生活依然照舊，一旦覺醒，當下諸事無心即是在佛境界，「所以道：佛說一切法，度我一切心；我無一切心，何用一切法！」在佛法進程中，有種種諸多的自度法門，亦即是各種修行的法門，一切法門所求達的極致境界，就是一切無念無相無住的清淨覺智境界，且是在凡夫眾生此生此世此時此刻的存在狀態，當下的狀態，這就是禪宗念頭上修行的極致模式，就有別於原始佛教四禪八定四果位升進、在輪迴歷程中上升修行的模式。後者在輪迴分段生死中歷階而上，前者在當下生存狀態中直達佛境。

依黃檗禪師之法，修行者死後，仍然依報受生輪迴，只是束縛轉輕，那麼，究竟何時才達到諸地菩薩之境界？甚至十地成佛之境界呢？禪師之法可以不問，但就佛學理論而言，此問仍存。答案是，禪師之法並未處理此事。執行此法修行時，主體處於在佛狀態，執迷減輕；但人的一生，可以前進成長的空間是極大的，因此不能只是被動地讓過去的執迷不起，而應積極主動地讓自己的能力提升。

人的一生，可以前進成長的空間很大，我們應積極主動提升自己的能力。圖為佛光山巴西如來寺短期出家正授典禮。（法宣 / 攝）

提升而又不起更細微或更巨大的執迷，這就是學習服務救度眾生的事業，這正是菩薩道行。禪師之法銳利固然，勢力勇猛固然，仍不能不有度人之菩薩道行，且要把握今生，不只把握當下。

> 從佛至祖，並不論別事，唯論一心，亦云一乘；所以十方諦求，更無餘乘；此眾無枝葉，唯有諸真實；所以此意難信，達磨來此土，至梁魏二國，只有可大師一人密信自心，言下便會即心是佛；身心俱無，是名大道；大道本來平等，所以深信含生同一真性；心性不異，即性即心，心不異性，名之為祖。所以云：認得心性時，可說不思議。

《法華經》講一乘成佛，無別三乘。意指眾生皆是最終成佛，沒有其他三乘的中趣之境，所以一心一意直上成佛之境，就是修行的方向，「不論別事，唯論一心，亦云一乘」。既然專注一心，以佛乘為修行之路，又知道心佛眾生三無差別，也就是說眾生之心真如，即是佛在人心的本能，讓它作用，眾生就是在佛狀態，這也正是《六祖壇經》中惠能大師所體悟者：「何期自性，本自清淨；何期自性，本不生滅；何期自性，本自具足；何期自性，本無動搖；何期自性，能生萬法。」那就直接讓自己作用此心即可，這便是「只有可大師一人密信自心，言下便會即心是佛。」

此心即是眾生心，即是凡夫眾生修行者當下主體之自我，我是佛，我本來就是佛，所以一定可以成佛，所以我此刻就以佛的心態呈現我自己，就是佛法實相的般若智的發用，就是一念不起，就是「身心俱無，是名大道」。此生此世的有限存在的身體與心思念慮，都不必執著，就是「身心俱無」的工夫操作方法。歸根結柢，還是以眾生本來是佛的宇宙論命題為基礎。

「大道本来平等，所以深信含生同一真性」，「大道」是成佛之道，「本來平等」，眾生本來是佛，一切眾生等佛，平等，故而有情眾生皆是「同一真性」。有此佛性在身，性為心之主宰，遵循持守之即是向佛回歸之路，有此性即能有此心之發用，故而「心性不異，即性即心」做到同一，即「心不異性，名之為祖」，是為修行走在正確的道路上。「所以云：認得心性時，可說不思議」，不思議是不可思議的大功德神妙，乃眾生心當下清淨的方式即得。禪師以此種方式直趣佛境，以為工夫。這也是《六祖壇經》境界工夫的模式。

（四）眾生成佛是否經佛度化而來？

菩薩道講救度眾生，菩薩及佛都在救度眾生，但是，成佛者之成佛，是被救度的嗎？作為下三惡道者是需要被救度的，作為上三善道者還需要被救度嗎？作為初地以上菩薩道行者，他的成佛是被救度的嗎？針對這個問題，禪師的意見是，在凡夫眾生位階的修行者，清淨思慮，就是在佛狀態，至於何時成佛？並沒有深入討論。當然，沒有討論不代表沒有實效，星雲大師的人間佛教只談結緣度眾的做法，也不談成佛歷程的具體知識，只談「我是佛」。禪師的念頭工夫，也是只談心法，只談在佛狀態，不談成佛歷程的具體知識。成佛歷程的具體知識不可思議，深奧難明，但還是有知識可談的。《十地經論》是一個境界升進之說明的典範，善財童子五十三參是一個工夫操作的具體知識的典範，兩者都需要涉及現象，但是，禪師之法與星雲大師之法都未涉及身心現象的變化成佛之事。

> 問：佛度眾生否？師云：實無眾生如來度者！我尚不可得，非我何可得？佛與眾生皆不可得。

佛度眾生是實有實事的，眾生愚痴，經佛開示，最終自悟自度，但自度之時，就是般若實相的證入而已，無相可著。禪師強調的就是最後這個自悟自度，無相可著，故曰：「實無眾生如來度者！」佛度眾生及至成佛，並非鐵匠打鐵，鐵器鑄成，鐵匠之功，而是眾生自性如來開顯而自度成佛。就自證成佛而言，說「實無眾生如來度」。就所證之佛而言，不自以為是佛，「我尚不可得」，亦非佛使我成佛，「非我何可得？」「佛曰阿耨多羅三邈三菩提，即非阿耨多羅三邈三菩提，是為阿耨多羅三邈三菩提」。是故，「佛與眾生皆不可得」，可知此處皆是般若心法的觀念言說。

> 云：現有三十二相及度眾生，何得言無？師云：凡所有相皆是虛妄，若見諸相非相，即見如來。

佛是存在的，只是無相可為定相，不執著一相，便是真如發用，自現如來，我是佛，在佛心的狀態中。

> 佛與眾生，盡是汝作妄見，只為不識本心，謾作見解。

眾生本來是佛，無明緣起而輪迴生死受苦，經佛開示，自心真如發用，去人向佛，此時尚有人我、佛非佛之念執。必須不見所執，方才終趣成佛。若尚在分別諸見中，「才作佛見，便被佛障；作眾生見，被眾生障；作凡作聖作淨作穢等見，盡成其障，障汝心故，總成輪轉，猶如獼猴放一捉一，無有歇期」，就永遠不能處在佛心的狀態。

> 一等是學，直須無學，無凡無聖、無淨無垢，無大無小、無漏無為，如是一心中，方便勤莊嚴。

最高級的學習，就是直入其心法狀態，無有一切分別之念，便是無漏，在無漏中，便是方便法門，方便即是究竟，簡易直截，莊嚴自己。從此放下一切所學知見，「聽汝學得三乘十二分教一切見解，總須捨卻」。不是知識不對，而是此刻心念不在這些知見上。接下來的方法，「所以除去所有，唯置一床寢疾而臥」，非只是在床，在座、在行亦皆同一方法，「只是不起諸見，無一法可得，不被法障，透脫三界凡聖境域，始得名為出世佛」，此佛，尚是凡夫眾生我輩，只是他的心念處於在佛心無分別的實相般若智的狀態中。

此法之旨，我本是佛，還心即在，還心之法，一念不執。靜觀歷歷分明，心中如如不動。最終自我一切習染妄執之勢力衰竭而滅，但仍要歷劫修行，經歷分段變異生死而後才有成佛位格的一時。此法，當下自識本心即佛，我是佛。

（五）本來是佛流轉諸舍

> 問：本既是佛，那得更有四生六道種種形貌不同？師云：諸佛體圓，更無增減；流入六道，處處皆圓；萬類之中，個個是佛；譬如一團水銀，分散諸處，顆顆皆圓；若不分時，只是一塊；此一即一切，一切即一；種種形貌，喻如屋舍，舍驢屋入人屋，舍人身至天身，乃至聲聞緣覺菩薩佛屋，皆是汝取捨處，所以有別；本源之性，何得有別？

禪宗的智悟，般若進路，只管思惟念慮的淨化，若從唯識學說，從《十地經論》說，從原始佛教四禪八定、四果位說，從天台十法界說，成佛必然是輪迴諸道後逐地超升的，就凡夫眾生而言，沒有不經歷上下善惡六道的許多過程，所以，這個問題問得不對，如果

不是缺乏基本知識，那就是在問一個為何還要有這個歷程的問題。就大乘佛學而言，從《起信論》後，為何必可成佛的問題已經解決，但是，既然必可成佛，又為何要有這一個經歷呢？這個問題，可以說是大乘佛學應該處理的下一個大哉問，成佛史、輪迴史、文明史、宇宙史的問題，也可以說是佛教歷史哲學的問題，儘管這個歷史無線廣袤。筆者以為，《華嚴經》中毗盧遮那佛放光而有一個一個的世界之說，正是回答這個問題的關鍵。

生命就是要去經歷的，本來是佛，忽而不覺就執著造業受苦，走解脫道修行之路後，諸苦漸離，知道還有更大的境界可以提升，就可以趣向菩薩道。依大乘佛學理論，先以般若智，淨化自己，無執無著，上述禪師之法，即是此路。

禪師雖說萬類眾生，其實也只有人道才有此機會，壞不會太壞，只是受苦，好不會太好，只享福報。為人而苦，就走解脫，為人不苦，則行大乘。大乘中以般若智淨化自己，直入在佛狀態，則是禪宗門下一貫之路。此路，對於菩薩道而言，強調較少，菩薩諸地升進，必是能力的提升，能力在救度中誕生，在遍學中提升，佛心的狀態以般若智說之，但是佛的大能的狀態是基於悲心，這才是菩薩道的真義，既要覺有情，也有此

「從黑道走向佛道」林宏弦因信仰逆轉人生，以自身經歷在「生命教育十堂課」現場感動更多人。圖為林宏弦 2016 年在東港高中為學生演講情況。（王墩山 / 攝）

舉必然之理在，那就是佛與眾生同是一體，本來就是佛的化現，既要自身清淨走般若修行之路，也要結緣大眾，走關心救度的路。禪師所說，如水銀，就是凡夫眾生也可以是在佛心境，既淨心，又救度。唯，禪宗一路至此，救度說得少些，人間佛教的道路，就補此一不足。我是佛，我就承擔一切周邊可以承擔的，以凡夫眾生做佛的事業。

四、結論

星雲大師人間佛教「我是佛」的觀念，就是無限放射菩提心，前提是自信承擔，加之般若智的圓熟，唯有不起分別心，平等對待眾緣諸事，才有真正的慈悲發露，發揮救度的最大功效，呈現的現實是，佛光山在當今全球的具體事業。至於中國禪宗的修行智慧，便是般若智的無上妙法，禪門龍象輩出，黃檗斷際禪師《宛陵錄》中「即心即佛」觀念的闡釋，當下無念便是在佛心境中，即此唯一心法，再度發揮《六祖壇經》「知識往工夫上講，工夫往境界上說，境界在證悟中談」的思路，將般若實相發揮極致。

成佛，依大乘諸經典，是行菩薩道十地升進而成就的最高果位，非尚在凡夫眾生生死輪迴的境地，不論是星雲大師的「我是佛」之人間佛教菩薩道行，還是斷際禪師「即心即佛」的般若圓智，都是趣佛向佛的方便法門。至於修行者如何歷階而上登十地菩薩而成佛，「我是佛」和「即心即佛」說的都不是這個問題。那麼又如何說是佛、即佛呢？理論上說，眾生本來是佛，又最終成佛，生命的意義就在成長至佛，不論如何久遠，是否尚在六道，把握菩提心，自覺覺人自度度人，就在佛的心境路向中，依般若智，不我執不法執，便終有成就的時候，因此不必論及眾生生命主體在此心法實做

後的身心變化歷程，直行即是，這便是直截的法門，就是人間凡夫眾生修行成佛的寶貝心法。若論位階升進，自有其他經論詳述，參考可知，但非要務。

「我是佛」，人間佛教修行心法，具體在興辦佛化生活事業；「即心即佛」，禪宗修行法門，念慮上清淨。兩者都是簡易直截之心法。雖都是直上佛道之法，卻都是在凡夫眾生的位階上談，而不是在超三界遍法界盡虛空的佛位上談，在佛法身報身化身上談，給了凡夫眾生當下體佛行佛證佛的清楚方法。

佛教的修行在日常生活中，吃飯不嫌茶飯淡，簡單樸素即可；衣服不求太華麗，整齊乾淨就行。人與人往來互相尊重，來時歡迎，去時相送。心存恭敬、包容、尊重。做人有人格、品德、威儀、肯與人結緣、心思端正、正知正見，這些都是修行。當然念佛拜佛也是修行，看經打坐也是修行，生活裡的舉止動念，統統都是人間佛教的修行。

——《人間佛教語錄》