

《借殼指月——飛躍看話禪》研究心得（下）

本文榮獲九十三年度第二學期鄭西漳居士獎學金

◆ 釋覺華

肆、宗派不同 禪風有別

在兩宋之際，禪師各立宗風，互逞奇特，曹洞宗禪師宏智正覺發展以「坐禪」爲主的默照禪，臨濟宗禪師大慧宗杲隨之提出看話禪對抗默照禪的盛行，並極力抨擊默照禪爲邪禪。然而，在正覺示寂前，二人卻以知音互相稱許，這吊詭的發展，是南宋禪學思想史上一個很有趣的問題。

一、大慧宗杲對默照禪的批評

「看話禪」的提倡，是因爲宗杲認爲當時流行的默照禪，只是靜默中作工夫，暫得胸中無事，這是一種短暫性壓制心識的作用；但世人不知，卻執著這靜處便以爲是究竟處。宗杲認爲佛法不在靜處，不在鬧處，不在思量分別處，非離生滅而求寂滅。默照禪是一種「以靜處爲是，鬧處爲非，則是壞世間相而求實相，離生滅而求寂滅。」(32)默照禪執於靜處爲究竟處、執守空寂，是不能明白佛法不壞世間的道理，如說：

乍得心身寧靜，切須努力。不得便向寧靜處覷根，教中謂之解脫深坑，可畏之處。須教轉轉轉，如水上葫蘆，自由自在，不受拘牽。入淨入穢，不礙不沒。方於衲僧門下，有少親近分。若只抱得不哭孩兒，有甚用處？(33)

指出修禪者，不可以「向寧靜處覷根」，應該畏懼這種向寧靜處覷根的「解脫深坑」。無疑地，這就是指「默照禪」。大慧又說真正的禪法應該像「水上葫蘆」那樣「轉轉轉」地「自由自在」，也就是，禪必須「入靜」和「出穢」都能「不礙不沒」。他還把禪喻爲「孩兒」，必須是活潑潑地，而不是像默照禪那樣死板板的「不哭孩兒」。彰顯「看話禪」在二六時中、一切環境裡，都可方便參究：

茶裏、飯裏、喜時、怒時、淨處、穢處、妻兒聚頭處、與賓客相酬酢處、辦公家職事處、了私門婚嫁處，都是第一等做工夫提撕舉覺底時節。(34)

參禪並不是要像默照禪一般默然而坐，壞世間諸法相，才得悟入見性。而是只要時時刻刻提起疑情，在任何時、任何地都能參禪而達到明心見性。所以他反對以「靜」或「默」的方式來參禪：

纔涉唇吻，便落言詮；不落言詮，即沈寂默。沈寂默則成誑，滯言詮則成謗。不語、不謗、不默、不誑，須知向上別有一路子，明眼底知有，只是難近傍。(35)

禪，既不是「言語」，也不是「默然」，而是存乎「語」和「默」之外的超越境界，宗杲認爲默照禪違背了中道，所以他嚴重批判「默照禪」。

## 二、看話禪與默照禪之異同

宗杲認為默照禪不求悟的這一點，其實是修習默照禪所產生的弊病。事實上，正覺因強調自心唯一證處，所以才要掃除一切外緣，從靜坐中起般若觀照。《塔銘》中載：「佛祖之燈，以悟為則，惟證乃知。」(36)宗杲亦說：「時時以話頭提撕，莫求速效，研窮至理，以悟為則。」(37)所以，正覺的默照禪與宗杲的看話禪，都是求「悟」。證悟佛性，是二者的共同目標，所不同的是入道的「方便法」。默照禪的目的，雖以自悟佛性為唯一的證處，但絕不是以此為究竟，正覺仍然十分重視理事圓融之道，並且在實踐上要能於用處功回、用處無跡。在參破生死之後，還須「妙在回途，借路著腳。」(38)在塵市中，堂堂運步，應物無礙，才是參禪者悟入所在。宗杲也是如此，認為無心之道不是要如土木瓦石般無知，而是「觸境遇緣，心定不動，不取著諸法，一切處蕩然，無障無礙，無所污染，亦不住在無染污處。」(39)

大慧宗杲和宏智正覺之間的差異，是在體現這一人人本有之「佛性」或「如來藏」的方便上，是表現上的不同。宗杲主張「佛性」或「如來藏」的體現，必須在日常生活的行、住、坐、臥當中體現，而其方法則是透過參古人的「話頭」，特別是「狗子無佛性」一語。而宏智正覺卻認為，一切言語行為都是導致自心妄想的原因，必須透過默然靜坐，把內心的塵緣全部放下之後，才能體現出來。正覺所利用的是默默靜究的工夫，掃除妄念，而宗杲則是利用看話頭的工夫，在日常生活中消除思量分別。無疑地，都是在對「佛性」或「如來藏」的開發，二人只是表象不同，而無本質上的差異。

## 伍、結論

大慧宗杲的看話禪，是基於對默照禪的弊病所建立的對治方法，其思想基礎仍建立在如來藏清淨心的系統上。話頭是選自公案古則中的某些語句作為焦點，時時提撕勉力參究。是就此話頭大發疑情，續而疑團成片，進而猛然爆破而悟本來。《借殼指月飛躍看話禪》(一)的特色是將禪七的開示輯錄成書，其中除引大慧宗杲的語錄作為開示外，尚引高峰原妙禪師、憨山大師、永嘉禪師乃至近代虛雲老和尚的語錄，作為禪七開示的內容。筆者研讀、整理、歸納成本文。同時，也歸納出看話禪的幾個重點步驟：(一)以話頭截斷眾流，跳脫五蘊身心之束縛，尤重離心意識參，制伏想蘊之妄動。(二)時時提撕，不令間斷，提而未提於得力處與身心打成一片。(三)話頭久久提起，必生疑情，疑情驟增，成為疑團，緊逼身心。(四)把話頭參到綿綿密密，最後爆破疑情，看到念頭未起之前的源頭，而豁然見性。其中必要的條件就是萬緣放下，於一法不立處參，起決定心、了生死、悟本來，是為「看話禪」的過程與目的。

歷代祖師依禪教開悟者甚多，今之禪教何故式微？筆者認為在不能掌握「禪」的心要，有心學習者常落於禪之外相形式，而不悟「外離相曰禪，內不亂曰定」。行者要在生活中處於「性相一如」的狀態，一切任運自然，無假造作又不壞世間諸法相。現因時代環境與眾生習性交互影響，肯下死心參禪數十年的少有人在。真想下功夫參禪又苦無善知識指導，總是諸緣不具，或具而不契。今幸有慧門法

師著重行門之實證，創立「佛教力行學院」提倡法門實修，常主辦各項實修活動與教導，令修學者得到指引，普獲法益，值得讚歎與肯定！筆者讀研此書，對禪宗參話頭的修行，從除妄想、參公案、起疑情等方法與過程有進一步的了解與認識，實為極大收穫。v（全文完）

註 釋

(32)《大慧普覺禪師語錄》卷二五〈答曾侍郎天游〉《大正藏》四十七冊，頁 918 下。

(33)《大慧普覺禪師語錄》卷二〇《大正藏》四十七冊，頁 895 下。

(34)《大慧普覺禪師語錄》卷二〇《大正藏》四十七冊，頁 899 上。

(35)《大慧普覺禪師語錄》卷二〇《大正藏》四十七冊，頁 839 中。

(36)《崇先真歇了禪師塔銘》《卍續藏》七十一冊，頁 777 中。

(37)《大慧普覺禪師語錄》卷二〇《大正藏》四十七冊，頁 941 下。

(38)《宏智禪師廣錄》卷六《大正藏》

四十八冊，頁 78 中。

(39)《大慧普覺禪師語錄》卷十九《大正藏》四十七冊，頁 890 下。

