

## 《六祖壇經·行由品》釋義（二）

◎釋惟覺（中台禪寺開山方丈）

### 何期自性 本不生滅

一般人會想去「找」一個清淨心；事實上，清淨心是找不到的。舉例來說，煩惱就好比波浪一樣，如果要找到水，就不能把波浪去掉，因為波浪的當體就是水啊。所以不要離開煩惱，再去找個清淨心，煩惱的當體就是清淨心。只要現在不起煩惱——何期自性本自清淨！

「何期自性本不生滅」。自性不但清淨，而且還是不生滅。眾生心則有生有滅，例如我們從早上一起來，起床，這是個念頭，動了一下就是生；馬上穿衣服，起床這個念頭就沒有了，這不是滅了嗎？穿衣服這念頭不是又生起來了？衣服穿好了，馬上接著又穿襪子、穿鞋子——穿襪子這個心生起來，穿衣服這個心又滅掉了。襪子穿好了又穿鞋子——穿鞋子這個心生起來，穿襪子這個心又滅掉了。鞋子穿好後接著漱口——漱口這個心生起來，穿鞋子的這個心又滅掉了。從這當中觀察，我們一個人從早上到晚上，就是這種生滅的心。所謂的「眾生心」，念念不停地生滅，所以人有生老病死，因為從小到老，心都是不斷地生滅，等達到了一個階段，這一生就結束了。

為什麼心始終都在生滅呢？因為跳脫不出時間、空間、人我、是非，把這個世界當作是一成不變的，在這當中起分別、起執著，所以就是生滅心，屬於眾生境界。何謂「眾生」？因為心有眾多的生滅，所以稱為眾生。有眾多的生滅，所以就形成眾多的生死。假使未悟本心，所修的都是屬於生滅法門。念佛也好，持咒也好，都是屬於生滅法門。既然是生滅，就不容易得到三昧，不容易得到禪定。我們人從早到晚有八億四千萬個念頭，也就是有八億四千萬個生滅，從生到滅、從滅到生，時時刻刻都在生生滅滅，這是大的、粗的一種生滅。再深一層探究，這念心的生滅當中又有生滅，大的生滅包含小的生滅，小的生滅又再包含更微細的生滅。譬如現在想要喝茶，這是一個念頭。剛剛一動喝茶的念頭，這個心就「生」起來了。然後繼續再想喝茶，這個心就在這裡相續不停，這就是「住」。念頭相續不停……於是想要喝、想要喝，始終想著這件事，念頭就一個接一個相續。然後把茶送到口中，覺得很不錯，還是喝茶的這念心，想著很可口、很舒服，喝這口茶真正是很快樂。再喝一口、再喝一口……喝到不想喝了，然後把茶杯放下，

又去做其他的事情。喝茶是一個念頭，喝了茶以後再去讀經，喝茶這個心滅掉了，看經這個心又生起來了。可是，喝茶、讀經的心是同一個嗎？這當中是個大的生滅，但其中又有許多個小的生滅。

什麼叫小的生滅？小的生滅，就是我「喝茶」是一個「生」。裡面又有生、住、異、滅四個相在遷流、在變化。喝茶這個心是「生」；繼續想到一定要喝茶，這是「住」；喝了第一口很不錯，但是喝第二口感覺變了，前一口和第二口的味道不一樣了，這是「異」；喝到不想喝了，把茶杯一放，然後再來看經，喝茶這個心就「滅」掉了。所以，想喝茶這是一個心，這一個心的念頭當中，又有生、住、異、滅四個小的念頭。

契悟了這念心，就沒有這些瑣瑣碎碎的事情了。既然沒有生滅，就沒有生死，「頓悟自心，直了成佛」就是如此。所以「何期自性本不生滅」，我們契悟了這念心，就不是生滅心了。

何期自性 本自具足

「何期自性本自具足」。這念心既非生滅，又是清淨，更重要的是這念心不是父母親、閻王小鬼給的，也不是佛菩薩給的，而是人人本自具足。正因為是本自具足，所以佛法所說的道理是最尊、最貴的。而我們求道，也就是要求一個無上道。

惠能契悟了這念心是本具的，這和釋迦牟尼佛所說的道理完全是一樣的，法爾如是，本自具足。法爾如是，就是如此的，就是本自具足。釋迦牟尼佛在菩提樹下成正覺的過程中，上半夜是有修有證，中半夜還是有修有證，到了後半夜則是無修無證。為什麼是無修無證？契悟本心。一看天上的星，馬上就覺悟了，說道：「奇哉！奇哉！一切大地眾生皆有如來智慧德相，只因妄想、執著而不證得。」正揭示一切眾生都有這念清淨心。所以，惠能大師所悟是與佛心相應的。

師父在這裡說法，諸位聽法這念心是本自具足的。因為是本自具足，才是不生不滅。這念心是本自具足，所以不用再去求了，求到的屬於有所得，有得必有失，有成必有壞。我們現在怎麼樣修？不起心、不動念，不起煩惱，就是修。把壞的習慣統統改掉，就是修。但是有人又可能會誤解：「既然不起心、不動念，那人就像木頭一樣，也不對呀！」所謂不起心、不動念，是告訴我們一個入處，告訴我們從這裡來契悟而已。契悟了「本自具足」之理，這念心是真空、是妙有，是活活潑潑的。本自具足是體，就好像活水的源頭，體不妨礙用，用也不能離開體。

## 法不離心 體不礙用

體不礙用，不妨礙我們的作用。什麼作用？心的作用。心起善念，就是好的作用；心起惡念，就是壞的作用。契悟了自性，就能夠作主，只起善念不起惡念；不但是起善念，起了善念以後，起善念這個心也要歸於「本自具足」的心之體，就是無念。所以明白這個道理了，起心動念是本自具足，不起心動念也是本自具足。假使不了解，雖然不起心動念，心在煩惱、憂愁當中，在打瞌睡，這還是屬於生滅，也不是本自具足。

惠能大師悟了這念心，悟了無為法，故云：「何期自性本自具足。」不要在外面去東求西找了，因為一切法不離自心。所以「離道別覓道，終身不見道，波波度一生，到頭還自懊。」離開本自具足的心，另外去找一個佛、找一個法，是找不到的，就如同日中找影一樣，始終找不到。打坐時，看到的種種境界是從本自具足的這念心反映出來、變化出來的，因此不要管它。只要不管，那些境界統統歸於自心，就能真正得到自在。所以「何期自性本自具足」，不要到外面去找。

只要安住這念心，不要打妄想就好。面對一切境界，要覺察、覺照、覺悟。覺察自心當中有沒有煩惱？有沒有人我是非？覺察了以後，要覺照，把這個煩惱化掉，覺照了以後還要覺悟。覺悟什麼？覺悟這念心本自具足，沒有能照、沒有所照，又歸到原點。這念心一切都是現成的，不假絲毫的造作。以前有個開悟的人，人家問他：「你開悟，悟到了什麼呢？」他答了一句話，說：「尼姑是女人做的。」是什麼意思？尼姑當然是女人做的，本自具足，法爾如是。

## 六祖像

### 何期自性 本無動搖

「何期自性本無動搖」。一般人都是捨動而就靜，執著一個靜境，認為外面的世界太亂了，要找一個清淨的地方，心才安得下來；外面都是在動，所以沒有辦法安定。其實這念心「本無動搖」，管它動也好，靜也好。靜，不過是一個境，只是一個相；動，也只是一個相，是「本無動搖」。既然是本來沒有動搖，因此處靜是如此，處動也是如此。在動中修，只要不起煩惱，不生無明，這念心一點也不會失去，一點也沒有妨礙。

陶淵明曾經作了一首詩，其中也悟到了這個道理，他說：「結廬在人境，而無車馬喧，問君何能爾？心遠地自偏。」這是說一般人都捨棄動境，要求個靜境、求個清淨。但是，只要悟了這念心，動也是如此，靜也是如此，因為這念心本來

不動搖，不著動、不著靜。不過初初學佛，還沒悟到這個道理，也不妨礙先有一個次第。離開塵囂、離開煩惱，先找一個清淨的地方，把身心暫時安頓下來，這是第一步。假使這一步都沒有，那也不容易契入「本自具足，本無動搖」這個道理。所以初初都是有方便的。有了方便，安住在清淨的環境，最後契悟了這念心，所有的方便也不執著了，爲什麼？我本來有個「本無動搖」的所在，只要安住在這個地方就是，這又更進一層了。

### 何期自性 能生萬法

有些人喜好神通感應，聽到他人說某個地方有神通顯現，就不分正邪地去祈求，這種觀念是錯誤的。神通是修止觀所成就的，我們修行也不離止觀。例如：念佛，有念佛止觀，把心靠在念佛上，只有這一句佛號，把心定在那裡，就是止；能念佛的心，要清清楚楚、明明白白，這就是觀。我們走路也是如此的。走路的時候，人在哪裡，心在哪裡，這個就是止；看清楚前面有沒有石頭？地面是高、是低？這就是觀。這念心始終清楚明白，行住坐臥都如此，自然就有定有慧，所以止觀不離開我們的日常生活。聽佛法也是止觀，聽法的當下，只有能聽這念心，絕對不再打妄想，這就是止。有止，還要有觀，要有觀慧。對於所聽的道理都能了了分明、清清楚楚，這就是觀慧。

聽到師父說「本無動搖」，自心立刻就「無動搖」，把這個心安住不動。聽師父講「無住生心」，馬上就不想過去、不想現在、不想未來，不想東西南北，這就是止。不但要止，而且能聽的這念心要清清楚楚，這個就是「生心」，就是這麼簡單。人人都能開悟，只要契悟了，也立刻開悟了。不過，悟後起修是不簡單的。就好比在聽法時心清楚明白，好像明白什麼是「本自具足」，但一離開講堂，心卻又不清楚了。保養這念心，需要時間、因緣，自己要能處處作主。

「何期自性能生萬法」。一切法都是從心所生。例如：信基督教的人，天天向耶穌禱告，晚上就會夢到耶穌，你說耶穌是在心內，是在心外？信仰觀音的人，見到觀音菩薩像就頂禮膜拜，晚上作夢，就會夢到觀音菩薩。假使不拜觀音，而拜土地公，晚上就夢到土地公；如果是拜石頭公，也可能會夢到石頭公。要知道「何期自性能生萬法」，一切法不離我們這念心，都是由這念心生出來的，然而，「無住生心」才是真正的根本。要契悟到不生不滅，才能成無上正等正覺，才能真正了生脫死，到達真正的淨土。除此之外，都是生滅心生出來的。我們做了善事，處處都是光明，將來升到天堂；做壞事、造惡業，心就是黑暗，將來必然墮到地獄。現在善惡都不執著，這個心天堂也不去、地獄也不去，那是什麼呢？那就不生不滅了。這就是「頓悟自心，直了成佛」，佛法要如此去認識。

以前，有一個過路的人，遇到了一陣大豪雨，找不到地方躲雨，忽然看到路

邊有一個確窩，這個過路的人就到確窩中間的洞裡面蹲著，把傘撐起來躲雨。那場雨就像西北雨一樣，一個鐘頭後就停了。雨一停，這個過路的人就離開了。附近的村民在剛下雨時都跑去躲雨，現在雨一停，又都出來了，當時大家出來一看，發現其他地方都濕透了，只有這個確窩是乾的，心想這確窩裡面一定有神。一個傳一個，就傳出去了，很多人過來看了以後，都認定這個確窩一定有神。於是就蓋了廟，把這個確窩供起來拜，這一拜，還真正是靈了，有病的一求，也好了。

過了一段時間，那過路的人又從這個地方經過，覺得奇怪：「以前路經這裡，沒有廟啊！現在怎麼修了這一座寺廟？」進去一看，裡面供的不是佛像、不是菩薩像，也不是神像，竟然供著一個確窩在當中，於是他就問廟公：「你們怎麼拜一個確窩？」廟公回答：「我們這個確窩有神，很靈感的。幾年前，有一天下好大的雨，而這個確窩裡面都是乾的，所以從那以後我們就修了寺廟來供養、來拜拜，有病去求，它也會庇佑我們。」這個過路的人說：「唉！你們知不知道當時那個確窩為什麼會是乾的呢？因為我蹲在確洞裡面躲雨，把傘撐著，當然確窩是乾的嘛，哪有什麼神！」這個廟公一聽，覺得好笑，爾後再求確窩，什麼也不靈了。為什麼起初靈，現在不靈了？有信心就靈。所以，法從心生，信仰這個確窩有神，天天去拜，就有靈感。在本省，有些人認為孫悟空神通廣大，不少地方甚至建了大聖爺的廟，裡面塑孫悟空的像。其實根本沒有孫悟空，這只是作者虛構的角色。可是這一拜卻也很靈，為什麼？誠則靈，信則靈，這就是心生萬法。

這個靈感，是心生出來的，信則有，不信就什麼都沒有了。所以一旦講破了，馬上什麼靈感都沒有了。而我們這念不生不滅心，你信也有，不信也有，因為是本自具足的。只要心清淨了，時時刻刻保任，時時刻刻返照，一定能明白不生不滅的道理。所以要相信這念心是本自具足、本無動搖、能生萬法、本來清淨，一切都是現成的，不要再向外求。

### 契悟佛心 一乘任運

假使我們修學佛法，還不知道這個道理，那就是佛法當中的外道，心外求道。或者有些人相信了以後，又起了貢高，起了我慢，以為「我」就是佛。固然佛性是本自具足、本來清淨，可是本自具足的這個不生滅性不現前，就還是在生滅當中！時時刻刻在攀緣，本自具足的清淨心就不會現前。為什麼？起貪瞋癡、生煩惱、生是非，又不清淨了。

所以要了解，雖然是自性本不動搖，我們還要按照「本不動搖」的道理去修，縱使外面事物不停地轉變，我們也不要見異思遷。要相信這念心有事有理，雖然一切是本自具足，也不妨礙修一切善法—持戒、念佛、打坐、博學多聞……斷惡修善，並且能夠歸於自性。這樣修而無修，念而無念，言而無言，行而無行，到最後歸於本心，從事到理，因理顯事，「本自具足、本來清淨、本不生滅、能生

萬法」的心就很實在了。

所以古德說：「一乘任運，萬德莊嚴是諸佛。」什麼是一乘？就是本自清淨、本不生滅、本無動搖、本自具足。任運，就是修一切善法，不執著一切善法。一乘任運，就是真真實實地落實佛法。如此契悟佛心，如此了解佛法，如此修行，我們這一生絕對可以成就。（本文完）

轉載自《中台山月刊》86期

