



禪宗對陽明心學影響初探

李豫川

禪宗主張以心傳心，故又稱佛心宗。其荷澤宗的創始者神會（688—760年）曾明確地指出以知為心體。所謂知為心體，是說「知」乃心之本體，或云「知」是心體的本性。這「知」，禪宗稱作靈知、本覺、本智；或者稱為真如、佛性。禪宗認為：心體本身是以一種空寂的狀態存在，即心體本身「猶如虛空，無有邊畔，亦無方圓大小，亦非青黃赤白，亦無上下長短，亦無瞋無喜，無是無非，無善無惡，無有頭尾」，它「無相無為，體非一切」，「本不生滅」，「本不動搖」（見《壇經》）。正是這樣一種空寂之知，禪宗認為：一方面它是宇宙萬有的本源，能顯現種種差別色相；另一方面它本身又是一種靈知，能洞察種種差別色相的虛幻性。由荷澤神會點出的知為心體這一思想，可說是禪宗思想的核心。以知為心體，把萬物說成是依心而有，是由人的空寂之知顯現出來的幻相，這就否定了客觀世界的真實性，當然也就否定了大千世界的一切差別和苦難。以知為心體，並認為這「知」就是能洞察萬法皆空的靈知，則「知」亦即覺性、佛性。《壇經·疑問品》云：「菩提只向心覓，何勞向外求玄？所說依

此修行，西方只在眼前。」以知為心體，突出這一「知」字，把覺悟看作是人的本性，則在修養方法上必然是重領悟解脫而不需要繁瑣的修行，這就使成佛變得簡便易行了。正因為知為心體這一觀點貫串於禪宗思想的各個方面，所以深受荷澤禪法浸潤的華嚴五祖圭峰宗密（780—841年）在《禪源諸詮集都序》中說：「知之一字，衆妙之門。」

禪宗對明中葉王守仁（1472—1528年）哲學思想影響的重點亦正是知為心體。王氏雖然很早就提出了「心外無物」、「心外無理」的哲學命題，但並未提出什麼是心體的本性，以致使門徒在對心體的把握上感到無所從入。而他自己也因一時指點不出心體的本性，導致「於學者言，費卻多少辭說！」（見《刻文錄序說》）有鑒於此，王氏晚年提出了「良知說」，即以知為心體的本性。他說：「知是心之本體，心自然會知。見父自然知孝，見兄自然知悌，見孺子入井自然知惻隱。此便是良知不假外求。」和禪宗一樣，王氏也認為良知是空虛廣大的。他說：「心之本

體，原無一物」，「良知之虛，便是天之太虛；良知之無，便是太虛之無形。」「無善無惡是心之體」，「良知本體，原是無動無靜的。」正是這樣一個與禪宗的空寂之知一樣無形無相的良知，王氏把它看作是大千世界的本源。他說：「良知是造化的精靈，這些精靈生天生地，成鬼成帝，皆從此出，真是與物無對。」認為日月風雷、山川民物都是良知造化而成，「俱在我良知的發用流行之中」。同時，和禪宗一樣，王氏又把良知看作是「一種虛靈明覺之知，但其內容卻與禪宗有別。首先，他認為良知是判斷是非、識別善惡的標準，「天命之性，吾心之本體，自然靈昭明覺者也。凡意念之發，吾心之良知無有不自知者。其善欲，惟吾心之良知自知之；其不善欲，亦惟吾心之良知自知之。」（見《大學問》）「爾那一點良知，是爾自家底準則，爾意念着，他是便知是，非便知非，更瞞他一些不得。」（見《傳習錄》下）其次，他認為良知不受物慾影響，處於本來狀況，有循着儒家道德行事的本能。「良知之在人心，若無有物慾牽蔽，但循着良知發用流行將去，即無不是道。」倘若純任良知自然流行，那麼，「主宰一正，則發竅於目，自無非禮之視；發竅於耳，自無非禮之聽；發竅於口與四肢，自無非禮之言動。此便是修身在正其心。」（見《傳習錄》下）王氏心目中的聖賢，其行事也不過如此；所以，他把良知的本來狀況稱作「聖人氣象」，並說：「心之良知，是謂聖。」

以知為心體，認為良知既是世界的本源，又是一種能知是非善惡，循着儒教道德行事的虛靈明覺之知，這一觀念，可說是陽明心學的核心。對聖人境界的追求，是儒門為學的重要目的；而以知為心體，並把良知的本來狀況等同於聖人氣象，就既為反省內求的認識途徑提供了理論前提，又大大縮短了凡聖之間的距

離。以知為心體，把能知看作是心體的本性；則在修養方法上，必然是把成聖的關鍵放在對心體本性的領悟上。這就擺脫了程朱理學遍格萬物去體認天理的繁瑣哲學，而使陽明心學突出了簡捷直截的特色。

綜上所述，以知為心體，乃是禪宗與集我國古代主觀唯心主義思想之大成的陽明心學的共同理論基礎。以此為前提，形成了二者向內追求的認識路線和重在領悟、簡便易行的修養方法。二者的着重點都放在一個「知」字上，不同的是，一個視「知」為領會佛教義理，了悟人生究竟的覺性，是爲了出世；一個把「知」看作是能自覺循着儒家道德行事的良能，是爲了治世。

禪宗宣揚人人皆有佛性，衆生皆得成佛；王氏則主張人皆可以爲堯舜。他們都在以知為心體的前提下，通過體用關係來說明這一哲學命題。禪宗認為：萬物依心而有，心體是最高存在。《壇經·定慧品》云：「真如是念之體，念即是真如之用。真如自性起念，非眼耳鼻舌能念。」如果有人執著於外境，就會產生種種顛倒迷誤與煩惱。外境是以知為本性的心體產生的感覺與觀念，執著於外境而產生的煩惱也是由心體本性所產生的。所以，它們不是外在於心性的東西，而是從心體的空寂之知中引伸出來的幻相。因此，心體與念，乃是一種體用相成的關係。心體即使在充滿妄念的情況下，其本身仍然是清淨的，它的覺性、佛性仍然是昭然不昧的。猶如土地上長出的青草雖能遮住土地的本來面目，卻無法改變土地的本性一樣。圭峰宗密在《中華傳心地禪門師資承襲圖》中比喻道：心之本體「如一摩尼珠，唯圓淨明，都無一切差別色相。以體明故，對外物時，能現一切差別色相。色相自有差別，明珠不會變易。」即所謂「妄念本無，一性本淨」。心體產生的種種感覺與觀念都是虛幻的，妄念不會妨礙心

體的空寂性，煩惱淹沒不了佛性。所以，從心體能顯現差別色相，隨之因執著而產生煩惱來看，空寂之知可說是眾生之性。但從一性本淨，煩惱淹沒不了佛性來看，空寂之知又是常存不昧的覺性、佛性。人的心性既是眾生之性，又是佛性，這就為眾生皆具佛性提供了理論依据。《壇經·般若品》云：「菩提般若之智，世人本自有之。」「愚人智人，佛性本無差別。」既然空寂之心靈知不昧，則人人都可將這種本來具備的空寂之知轉化為實際覺悟，眾生皆能成佛。

王守仁認為：體用關係是良知與萬物之間的根本關係。他說：「體即良知之體，用即良知之用，寧復有超然於體用之外者乎！」不僅天地萬物是良知之體發用流行的結果，甚至「喜怒哀懼愛惡欲」這七情，如果「順其自然之流行，皆是良知之用。」但王氏主張對七情不可執著，否則，七情就不是良知的自然發用流行而成「人欲」、「妄念」了，並且還會給良知帶來障礙。他說：「七情有著（著），俱謂之欲，俱為良知之蔽。」他的邏輯思維是：良知產生七情，七情有所執著，即是人欲。故從根本上說，良知與妄念、人欲也是體用相成的關係。妄念人欲雖能遮住良知的本來面目，卻改變不了良知的本性。王氏云：「雖妄念之發而良知未嘗不在」，「雖昏塞之極而良知未嘗不明」，「良知在人，隨你如何，不能泯滅。」既如此，則「人胸中各有個聖人」，「良知之在人心，無間於聖愚」的論點也就有了很好的論證。如果你能體認出良知的本性，恢復良知的本來面目，「即與聖人無異」。有鑒於此，王氏甚至同意門生提出「滿街都是聖人」的說法。

沿着相同的邏輯思路，禪宗與王氏分別說明了一切有情皆得成佛，人人皆可為堯舜的道理，他們的理論基礎都建立在把靈

知、覺性、良知看作是普遍的人性這一點上。

禪宗與王氏都反對用語言文字和見聞之知去把握心之本體。對於這一問題，他們是緊扣體用關係和心體是最高存在這兩方面來加以說明的。

《壇經·定慧品》云：「真如是念之體，念即是真如之用。」一切見聞之知乃至表達所見所聞的語言文字皆是由心體發出的，都是真如之用。禪宗認為：靠見聞之知和語言文字可以形成關於外部世界的觀念，卻不能認識心體本身；因為由心體產生的感覺與觀念是無法認識心體自己的。猶如弓能把箭射出去擊中目標，卻無論如何也射不到弓自己一樣；又好比眼睛可以看到日月星辰，山川草木，卻永遠也看不到眼睛本身一樣。普通人不懂得這個道理，按照常規運用見聞之知和語言文字去認識心體，結果不僅認識不到心體本身，反而遮住了心體的本來面目。見聞之知和語言文字用得越多，障礙也愈厚。猶如晴空本來明淨，浮雲出現，就遮住了其本來面目。禪門云：「以心捉心，終不能得」，「將心覓心，一覓即失」，誠哉斯言！空寂之知「猶如虛空」，「無相無為，體非一切」，它既無善無惡無是非，又無上無下無頭無尾。對這樣一個完滿的、毫無局限性的絕對真理，最高的精神本體，是不能用有局限性的語言文字或者以某一個側面去把握的。此即是禪門所云：「第一義不可說」，因為「說即不中」，「擬向即乖」，任何關於心體的設想和說法都是不全面的。

靠語言文字和見聞之知無法把握心體，但不識自性又不能達到覺悟的境地，如何解決這一問題呢？禪宗主張捨離文字義解，直徹心源。即將現有的的一切認識能力和認識媒介悉數拋棄，另覓一條認識途徑，這便是「頓悟」、「默照」，來一個認識能力的

突變，使主體之心與本體之心一下子互相契合。這種感覺，正如《壇經》所云：「如人飲水，冷暖自知。」只能心領神會而已。

王守仁認為，良知與見聞之知也是一種體用關係。他在《傳習錄·答歐陽崇一》中說：「良知不由見聞而有，而見聞莫非良知之用。」見聞之知是由良知發出的，是良知之用；但良知卻不能靠見聞之知獲得。可見，他也反對運用語言文字和見聞之知去把握良知。道理和禪宗相同，即靠心體的作用是無法把握心體的。所以，當弟子向他問起「中」字之義，即問起心體的本來意義時，王氏回答道：「此須自己體認出來，非言語所能喻。」因為，「道不可言也，強為之言之而益晦；道不可見也，妄為之見而益遠。」他認為：「用功到精處，愈着不得言語，說理愈難。」倘若一個人把對良知的體認只停留在語言文字上用功，那只會「轉說轉糊塗」，「轉說轉遠」。一般人不懂得這個道理，依賴見聞之知和語言文字去把握良知，結果，「為聞見所累」，反而體認不出良知。王氏還認為：良知是多種對立性質的統一體，是完滿的真理，是最高存在，你從任何一個方面去把握它都不準確。道出了見聞之知亦即感性認識的局限性。他還說：「良知原是完完全全的。」「夫良知一也。以其妙用而言謂之神，以其流行而言謂之氣，以其凝聚而言謂之精，安可以形象方所求哉。」又說：「良知即是易，其為道也屢遷，變動不居，周流六虛，上下無常，剛柔相易，不可為典要，惟變所適。此知如何捉摸得，見得透時方是聖人。」

與禪宗一樣，對於這樣一個不能用語言文字和見聞之知去把握的良知本體，王氏認為只能靠一種神秘的直覺去體認。你雖然無法說明它，但通過某種途徑卻可以悟到它。這種感覺只能是「獨知」，猶如「自家痛痒自家知」一樣。他又比喻道：「啞子

吃苦瓜，與你說不得。爾要知我苦，還須你自吃。」你可以一下子體認到良知，但卻無法把這種感受說出來。這些說法與《壇經》的「如人飲水，冷暖自知」如出一轍。他們都提出了認識的相對性與真理的絕對性問題，這在中國哲學史上是具有重大意義的。

既然靠語言文字和見聞之知無法把握心體，只能靠領悟；那麼，如何才能達到「悟」的境地呢？禪宗靠的是「無念為宗，無相為體，無住為本」；陽明心學則靠「在不睹不聞上着實用功」。

禪宗認為：靠見聞之知不僅不能認識心體，反而是心體的障礙，是產生種種顛倒迷誤的根源。所以，若欲去掉心體的障礙，就要捨去見聞之知。主張與外界接觸時，不要受任何外物的迷惑，即心中不能存有任何外物的表象，如此才能「一念相應，頓成正覺」。《壇經》云：「若見一切法，心不染著，是為無念。」「不在境上生心」。妄念本無，塵境本空，均係由空寂之知引伸出來的幻相，眾生不應為其所迷惑。「無相」是說心中不能存有任何外物的表象，即「外離一切象」。「無住」是說不要執著於任何外物。總之，要「歇得念念馳求心」（見《古尊宿語錄》）倘能做到這些，雖然身處塵世中，思想上卻可一塵不染，來去自由，獲得精神上的解脫。不過，《壇經》所說的「無念」，並非要人空心靜坐。因為空心靜坐仍然是有所染著，即著「無記空」，為空所縛。這種「無念」，也不是要人「念盡除卻」，而是指的無妄念，即前述之「念念馳求心」，並非萬念俱無。無妄念，則剩下的便是正念正見，也就是智慧觀照，它是常存不滅的。如果你真能做到無念無欲不執著，也就捨掉了見聞之知，吹散了遮住心體的浮雲，進入「雲散水流去，寂然天地空」

之美妙境界。人的本體之心、本覺之心、智慧常明之心也就顯露了出來。此時，由於真智發露，人自會內外明徹，識自本性，見自本性，而達到豁然頓悟的境界。人的主體之心與本體之心也就互相契合，覺悟成佛。在這種境界裏，你能了徹人生的究竟，獲得精神上的解脫。能身處塵世之中而無染無著，來去自由，毫無滯礙。即使披枷戴鎖，也是一個自由人了。

王守仁認為：良知「不是以私意安排思索出來」，不能用見聞之知去把握；否則反而會為見聞之知所累。因此，王氏把《大學》的「致知」和《孟子》的「良知」結合起來，提出「致良知」的主張。並說：「吾生平講學，只是『致良知』三字。」（見《王文成公全書·寄正憲男手墨二卷》）還鄭重宣告：只有他的「致良知」學說才真正是「聖門正法眼藏」（見《王文成公年譜》）。

「致良知」中的「致」是恢復、達到的意思。那麼，怎樣才能達到良知呢？王氏認為只有「在不睹不聞上着實用功」，也就是要捨掉見聞之知。因為良知是體，見聞是用，見聞之知只會給良知帶來障礙。他說：「心體上著不得一念留滯，就如眼中着不得些沙子。些子能得幾許，滿眼便昏天黑地了。」所謂「着不得一念留滯」，有以下幾層意思。首先，不能有惡念。他宣揚「知行合一」的根本目的，就是為了將那一念不善剋倒。其次，也不能有善念，如果你「着意去好善惡惡，便又多了分意思。」因為眼中雖着不得些沙子，但也容不得金玉屑，否則眼亦開不得了。既如此，那麼善惡不思行不行呢？也不行。王氏云：「今欲善惡不思，而心之良知清靜自在，此便有自私自利，將迎意必之心。」因為善惡不思之念也是念，仍然對心體有所妨礙。但是，「心體上着不得一念留滯」，並非要人閉目塞聽，不聞不見；而

是同禪門一樣，強調的是不受見聞之知的影響。王氏說：「如何欲不聞見！除是槁木死灰、耳聾目盲則可。只是雖聞見而不流去便了。」

王守仁認為：如果一個人能在不睹不聞上「做一番實落功夫」，則「久久成熟後，良知自會透徹」。此時，由於捨掉了見聞之知，去掉了平常人關於外界的種種感覺與觀念，他的虛靈明覺的良知也就顯露了出來；於是，他就可以領悟到良知的本來狀況，感受到聖人氣象了。而他一旦達到這種境界，良知就會自然地發用流行，「於天下事無所感而不通，無所措而不當。」「動容周旋而中禮，從心所欲而不踰。」他的一舉一動也就自然而然地符合儒家的道德準則了。

綜上所述，王氏把「在不睹不聞上着實用功」看作是致良知的關鍵，與禪門之「無念為宗，無相為體，無住為本」在實質上是相同的。既然只有不着一念才能致良知，則去惡念滅人欲便成為體認良知的一個必經環節，這就用精巧的哲學形態為何以要消滅人欲作出了理論上的說明。

總而言之，富於思辨性的禪學對王氏的影響是十分重大的，這已為學術界所公認。禪以空寂之知作為心體，王氏則以虛靈明覺的良知作為心體。禪宗宣揚衆生皆有佛性，王氏則認定人人都具有良知。禪宗認為「第一義不可說」，王氏則宣稱良知「非言語所能喻」。禪宗以「無念」作為領悟心體的修行宗旨，王氏則把「在不睹不聞上着實用功」當作致良知的手段。二者同在以知為心體的前提下，沿着相同的邏輯思路提出了這些問題，又運用相同的思辨方法論證了這些問題。他們的區別僅僅在於對心體特性的不同規定上，一個把空寂之知看作是了徹人生究竟的覺性，一個把虛靈明覺的良知看作是遵循儒家道德的本能。正是這一區

別，導致二者的學說有了出世與治世之分。

陽明心學是把儒家的倫理思想與禪宗的思辨結構揉合起來的產物。它吸收的是禪學的邏輯結構，改造的則是禪宗空寂的心體。

王氏門徒，遍於天下。其高足王龍谿（1498—1583年）更進一步將陽明心學與禪宗結合起來，並引入生死輪回之說。在《答南明汪子問》中，他說：

「夫何思何慮，非不思不慮也，所思所慮，一出於自然，而未嘗有別思別慮，我何容心焉。譬之日月之明，自然往來，而萬物畢照，日月何容心焉。……惠能曰：『不思善，不思惡，卻又不斷百思想；此上之學，不二法門也。』」（見《龍溪全集·卷三》）

在《新安斗山書院會語》中，他又說：

「人之有生死輪回，念與識爲之崇也。念有往來，念者二心之用，或之善，或之惡，往來不常，便是輪回種子。識有分別，識者發智之神，倏而起，倏而滅，起滅不停，便是生死根因。此今古之通理，亦便是現在之實事。儒者以爲異端之說，諱而不言，亦見其惑也已。夫念根於心，至人無心，則念息，自無輪回。識變爲知，至人無知，則識空，自無生。」（見《龍溪全集·卷七》）

在《三教堂記》中又說：

「三教之說，其來尙矣。老氏曰虛，聖人之學亦曰虛；佛氏曰寂，聖人之學亦曰寂；孰從而辨之！世之儒者，不揣其本，類以二氏爲異端，亦未爲通論也。」（見《龍溪全集·卷十七》）

本文主要從比較科學的最新角度，將禪宗對陽明心學的影響作一粗淺的探索，不妥之處，敬祈各位方家教正。

（上接第32頁「佛教醫方明研究」）

念力療法說起來很玄妙，其實運用起來則是相當簡單，一句話「心想事成」，關鍵在於意念的強弱，這就要求施術者有深厚的禪定功夫了。意念力強的人常在一念之傾治頑疾、起沉痾，有時甚至有起死回生之效，其手段鬼神莫測，不可思議，但大音若虛，大道無形，明白其中道理的人想必亦會明白念力療法的訣竅。

（二） 念力療法的原理

① 調動對方（患者）的生物場能量

這種方法，一般以語言誘導，使對方進入一種鬆靜的狀態，並對自己能戰勝疾病的能力產生堅強的信心，隨着施術者的導入，慢慢進入到一種良好境界，從而達到愈疾的目的。例如高血壓患者，我們可叫他全身放鬆，雙手自然下垂，意念雙腳湧泉穴，假想血壓由高變低并趨於正常，越專心，意念越強烈，則效果愈佳。一般在幾分鐘內即可恢復正常。

② 調動外來（宇宙）能量

按照佛教的物質不滅定律，宇宙空間中殘留着無數信息。念力療法即是借助於這種殘留信息及諸佛菩薩的神力加被，並將它輸入到患者體內，借助於外來的生物波，與體內潛在生物波產生共振，加速本身生物場的調整，而達到愈疾的目的。

③ 調動本身的能量

即是所謂氣功療法，施術者對患者病灶採用發放外氣的手段，目的是破壞病灶，打亂病理場，使人體氣機發生轉化。其機理是一個高電位輸向低電位的過程，是一個將自己能量輸入患者體中，引起生物頻率共振的道理。