

# 中國禪宗淺介

能仁書院 佛學系 馮永明

## (一) 禪宗宗行與目的

南華寺當年六祖大師說法之處，它的廚房門口有一對聯：「飯去粥來，莫被光陰遮面目。晨鐘暮鼓，常將生死掛心頭」。五祖說：「生死事大無常迅速」。又說「火急速去，思量即不中用。見性之人，言下須見」。可知禪宗以「生死大事」為當務之急，以悟自性為目的，以不思量分別，無念無住為其宗行之旨。

## (二) 心與佛

要了解禪宗本義最好先了解甚麼是心甚麼是佛。「心」是佛的本源，是衆生的本源，是禪的本源。「心」性無形無相，無生無滅，無去無來，不能用語言文字表達，不能指示與人，必須由自己親身體證——這是心的本體，佛教名之為「法身」，它是清淨纖塵不染的。復次「心」性寂滅，如如不動，但寂而常覺、常照、常知，並且；此覺、此照、此知是徧於過去，徧於現在，徧於未來，徧於東南西北上下一切地方。不受時間，不受空間所限制。例如：人的心念；能追憶過去，思維現在，安排未來，懸念在海外僑居的親友，而不受時間及空間所限制。心念分別尚且如此，何況自性本具的覺照？這「自性覺照」，佛教名之為「心光」，「般若」。佛經中說：「周徧法界」、「含吐千虛」。文偃禪師說：「人人盡在漆黑桶，看時了了見分明」。皆是指「心光」，「般若」。般若周徧而無相，此無相之相正是「心相」。心體（心的本體）。心相（心的樣貌），已畧述。復次「心用」（心的功用）。心性圓滿具足一切法，能出生諸佛、菩薩、凡夫，出生一切一切、無窮無盡，此名「心用」，佛教名之為「解脫」。如經中說「心生則種種法生，心滅則種種法滅」，「諸法所生，唯心所現」。正是指「心用」。衆生迷「心用」成繫縛苦惱，佛

悟之成解脫。縛與脫皆是「心用」。心體、心相、心用（法身、般若、解脫）三者唯是一心，離心無法身，離心無般若無解脫。譬如「光管」，玻璃、金屬、及所含氣體（本體實質）。「光」是用，「管」是相。離玻璃離管，無光管之光可得。離光離管亦無光管可言，光管具足體相用。一切物具足體相用，一切衆生心性具足法身「體」。般若「相」、解脫「用」。衆生迷，乃迷此（體、相、用），諸佛證此，說法說此，佛出世為此，棒喝喝令悟此，維摩詰大士默然指歸指此。六祖大悟，悟此。悟後說偈亦說此。偈云：「何期自性本自清淨，何期自性，本不生滅，何期自性本不動搖」。悟自性不生滅，不動搖，本清淨，正是悟「心體」。又云：「何期自性本來具足，何期自性能生萬法」——即悟「解脫用」。能悟「體」及「用」者非他，乃是「般若」「心光」，衆生迷心，妄動無明——此非動成動；此迷心體。起種種念——非生滅成生滅——此亦迷「心體」。（心體不生滅，不動搖）。於是煩惱覆蔽本自心性，如塵垢覆鏡，如烏雲遮日，覺照大用全隱、——此迷「心光」「般若」。淪於生死，不得自由，為種種所繫縛——此迷解脫。……的「迷」釋「心」是如此。若能悟自心、則煩惱元是菩提，生死原是涅槃，繫縛原是解脫，則生死涅槃，煩惱菩提，元是一心，更無他物，而最重要的關鍵全在迷與悟；一念悟名佛，一念迷名衆生。迷是迷心，悟亦悟心。心，佛，衆生三無差別，平等平等，了無高下。一切衆生皆有心性，心性就是佛性。能徹底覺悟本有心性皆名為「佛」，無論貧富貴賤，乃至螻蟻皆可以成佛，大智度云：「螻蟻先人成佛，此事尚未可知」。佛法之所以名為「佛法」，正貴乎此。故佛教中云：「是心是佛，離心無佛，佛佛即心，心心即佛」。又楞嚴經云：「十二類生，本覺妙明，覺元心體，與十方佛無異無別」。

華嚴經云：「奇哉、奇哉。一切衆生皆有如來智慧德相，皆因妄想執着而不能得」。皆明心，佛，衆生平等之理，如俗說：「彼既丈夫，我亦爾」。這正是佛教獨特、偉大、平等的所在。再淺而說之，「佛」就是自心。「佛」就是自心本性的徹底體證者。由於某人的心性修養功行和體證都達到了最善最美最徹底圓美的境界，所以有「佛」的稱號。「佛」絕不是高高在上，左右人的生死，掌握人的禍福的無上權威者。佛的境界，就是衆生本來面目的境界，佛的安詳，自在無碍，遊戲神通正與一切衆生本有的家珍是完全相同。唯一不同的只是：佛究竟悟，善用家珍，坐享家園，衆生究竟迷故流浪他鄉枉受貧窮生死苦，有鑒乎此，故有佛出世示歸，棒喝令歸，默然指歸，可知自心爲一切之源，亦爲禪源，自心爲一切法所歸，更是禪所歸。如楞嚴經序云：「靡不資始乎此，而歸極乎此」。畧述「心」、「佛」義竟，明乎此，則「禪」義明了。

### (三) 禪宗「名」與「義」略述

先述「宗」，次述「禪」。宗——是行爲的宗旨，即修養德行的方法和門徑。隨方法門徑不同，中國大乘佛教分有十宗，而皆以復本心性，圓成佛道爲目的歸極；專一以念佛爲方法門徑，收攝六根，不緣六塵，清淨心地——名淨土宗。專持如來密咒而爲宗旨門徑者名「密宗」。以禪爲修行宗門，頓悟自心本性，名「禪宗」。總言之：依之而行可以到家名「宗」。又以能開能閉，喻依禪之頓教法門，開之可令他人從凡夫地直趣佛地，無障無碍。閉之能自卻塵惱生死魔怨，見性明心，故明「禪宗」。十宗俱有頓漸，禪宗亦有頓漸。究實而說：佛法唯一乘，本無頓漸，但隨人們種種習性，種種欲樂，種種分別，種種志趣不同，智慧淺深，所以見性有緩速差別，故有「頓」與「漸」。「頓」——見性速疾，頓聞頓悟，頓修頓證，一超直入，名「頓」。如利刀切紙，一下千張，如力士射箭，一箭千壁。如阿難尊者開悟：「不歷僧祇獲法身」。如六祖聞金剛經，頓悟心性，頓傳祖位，名「頓」。「漸」——悟性較鈍，聞已思維，漸漸開悟，漸漸修，

漸漸證，漸次深入名「漸」，法達大師「曹溪一句亡」固屬頓，但在此之前誦法華三千次未明佛出世本懷則「漸」。神秀大師見有身如樹，心如明鏡台，見有塵可拂拭，固然未見性，依之亦漸可入道屬「漸」，法本一宗，因人而異，故有頓漸不同，此畧釋「宗」義竟。復次釋「禪」，梵語「禪那」，義即淨慮。楞嚴經說：「譬如，濁水貯於淨器，靜深不動，沙土自沉，名初伏客塵煩惱，去垢純水，名爲永斷根本無明」。喻人的妄想亂於自心，獨如濁水，若攝心定久，智慧朗現；則如沙土自沉，清水漸現。進而斷盡無明煩惱，則如去泥純水。至此即佛境界。此功由於「淨慮」。又「禪那」即止觀，止即定，觀即慧。止而觀，觀而常止，止觀不二，定慧圓融，名「禪那」。「止」——息止一切幻緣妄念。「觀」——念念觀察照了常住真心妙理。善惡都不思，放下身心名「止」，正於不思善不思惡之際，能湛然覺察照了名「觀」。無所見名「止」。了了見名「觀」。思而無思是「止」，無思而思是「觀」。按此無思之「思」實非平常推窮尋逐，分別是非之「思」，此「思」是妙觀察，能思於不可思議的真心妙理，能反思自性無窮的奧妙，故名「觀」。止而觀而觀止名「禪那」。

禪有多種，括之有四大類：(一)世間禪。(二)出世間禪。(三)出世間上禪(亦即如來禪)。(四)祖師禪。禪宗之「禪」乃屬於第四類——如來禪，祖師禪。闡述如來禪；最詳盡者有楞嚴經、圓覺經，金剛、法華、等經。如來、祖師禪直指心性，直明煩惱元是菩提，生死原是涅槃，無生死可了，無涅槃可證。無煩惱可斷，無菩提可得。直明衆生本來是佛，無衆生可度，無佛可成。直明一切法就是佛法，無法可說是名說法。故佛教中說：「說者無說無授，聽者無聞無得。爲不了者故無說而說，雖說畢竟無能說所說。衆生本來具足佛性，不假修成，迷故無修而修，雖修畢竟無能所修。金剛經說：「實無有法得阿耨多羅三藐三菩提，是名得阿耨多羅三藐三菩提」。「如來無法可說是名說法」。「凡所有相皆是虛妄，若見諸相非相即見如來」。「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來」。「知我說法如

筏喻者，法尚應捨，何況非法」。……此皆開示如來禪理，禪行。楞嚴經：「汝將何見，誰爲愛樂」？「爲心與目，今何所在」？「但不隨分別，狂心頓歇，歇即菩提」。顛倒不生，斯如來眞三摩地。「返聞聞自性，性成無上道」。皆開示最圓頓如來禪。目的能令一門超出，直見自心。而其所示皆以自心指歸，故名「禪宗」。

#### (四) 禪宗簡史

「佛佛唯傳本體，師師密付本心」，心心相印，是宗門的特色，傳佛心印第一人，是摩訶迦葉尊者。經中載述，佛將入滅，對大眾云：「吾說法四十九年，無法可說」。並拈華微笑示衆，大眾茫然，唯迦葉尊者破顏微笑，頓傳心印。時佛告大眾：「吾有正法眼藏，涅槃妙心，實相無相之旨，咐囑摩訶迦葉。爲禪宗初祖。至廿八祖菩提達摩航海東來，是爲中國禪宗初祖。歷慧可、僧璨、道信、弘忍、至惠能是爲六祖，其下有爲仰、曹洞、法眼、雲門、臨濟五宗。名「一華開五葉，結果自然成」。六祖專一在南弘頓教法門，而弘忍五祖另一弟子，神秀大師，則在北方說漸法，故有南能頓宗，北秀漸宗。

「六祖壇經」是六祖平日所說，並由其弟子法海，神會等輯錄成，言言句句與佛說經典相契，從心地流出，非世間語言文字可比。「壇」是壇場；除地平坦名「場」，加土令高名「壇」，喻六祖所說法，如壇之向上一着，能平除衆生心地煩惱，故名「六祖壇經」。六祖門下機鋒問答最猛利者，是永嘉禪師。禪師由誦維摩經發明心地，往詣六祖求印證，禪師至六祖座前，繞師三匝，振錫而立。六祖云：「夫沙門，三千威儀，八萬微細行，仁者自何方來，生大我慢」？永嘉禪師答：「生死事大無常迅速，那裏有空跟你作禮」？六祖：「何不體無生，了無速乎」？禪師則答：「體自無生，了本無速」。六祖印可：「如是，如是」。禪師方具威儀禮六祖並辭行。六祖說：「仁者一去何速」？禪師答：「本自不動，何有遲速」？六祖問：「誰知非動」？師曰：「仁者自生分別」。六祖：「仁者甚得無生意」。禪師：「無生

豈有意」？六祖：「無意誰當分別」？永嘉師曰：「分別亦非意」。六祖曰：「善哉，法師請少留一宿」。其鋒利可知。

#### (五) 禪宗的一般手法

禪宗通常開示令悟自心的手法，乃是用無語言的語言。其方式一般可歸納爲：看話頭、看公案、棒喝三種。由於迷真心起妄想。從源出流，故有山河大地及諸生死。禪宗乃是令衆生溯流歸源，見自本心而爲目的。喝令人的眼睛停止向外流轉，耳停止隨音聲向外流，鼻不隨香外逸，務令行人反看自性，反聞自性，反嗅自性，反觸自性。故有參話頭，看話頭。念佛者看「念佛是誰」。見佛像者參「誰見佛」。果然能夠反聞自性反看自性，則當下見自心矣。楞嚴經：「反聞聞自性，性成無上道」。經云：「若能觀心體性空，惑障不生便解脫」。皆是最上禪的精神表現。由於對色香味觸等外境不起分別，故見自心時多亦藉色香味觸等啓發而得見；如因剔燈而悟道：「剔起原來是火，照見山河萬朵，回頭撞著聖僧，幾乎當面錯過」。靈雲法師見桃花而悟道：「三十年來尋劍客，幾回落葉又抽枝，自從得見桃花後，直至如今更不疑」。——此乃因色觸發而悟道。故永明禪師云：「山河及大地，盡露法王身」。煙島雲林，咸宣妙旨。風柯月渚並可傳心」。又有禪師參：「心性清淨本然」廿年不悟，一日凌晨步於市場中聞婦人說：「買二斤淨肉」。屠夫高聲答：「那塊不淨」？師豁然大悟。又有農夫參馬祖，馬祖問：「你信我言否？」農夫答：「信」。祖教用泥做耳環一對，掛在耳上，謂「耳環自會爲你說妙法」。農夫依教而行，並靜心候耳環開聲說法，後來泥乾，耳環墜地，發出响聲，農夫聞聲頓然大悟。——此由聲觸發而悟明自心。故經云：「溪聲盡是廣長舌」。楞嚴經香嚴童子見諸比丘燒沉香，香氣寂然來入鼻中，頓了香氣來無所從，去無所至，塵氣倏滅妙香密圓，成阿羅漢。又黃山谷參晦堂禪師，久而不悟以爲師有秘密，於是晦堂禪師引孔子語：「二三子以爲吾有隱乎？吾無隱乎耳」。後來院中木樨盛開，師問黃公「聞否」？答「聞」。師曰：「二三子以爲吾有隱乎？吾無隱乎耳」。黃公遂開悟。此因香觸發而悟道者。

(下轉第35頁)

，教育乃生活經驗先後之體會。把前人有價值和意義之生活經驗啓導後人作進一步之生活資料和參考。

子曰：「溫故而知新，可以爲師矣！」是故學然後知不足，教然後知困，故曰「教學相長」。蓋教育乃人類生活經驗之積累，因而創造文化。是以孔子常以周公、管仲……爲教育題材，善於應用事實譬喻歷史上之抽象言行，以實物爲教材說明事物之原理，以松柏取譬節操。子曰：「能近取譬」，又曰：「告諸往而知來者」，是故孔子教育他人均以經驗爲原則，引起學子或世人自動啓發，以經驗爲教育活動之出發點，舉一反三。

(三) 個別原則：「性從心生」，孟子主張「性善」，荀子力倡「性惡」，二者皆爲孔門後代，然見解各異，影響後世政治主張極大。孟子主張「長善」，荀子力倡「禮法」。其實，吾人施教既應時刻獎勵，復且應於環境中訂立嚴格規則時加防範。子曰：「性相近，習相遠」，是以孔子之教學原則「因材施教」，於人觀察入微，了解個性而施個別教導。孔子常勉學子言志，發表個人見解和個性，依其個性作深切之指導，啓發之、適合之。孔子著重心理和個性發展，以「啓發式」教導和造就人才。

(四) 爲政原則：正心修身乃窮則獨善其身，治國平天下乃達則兼善天下之事。君子志學、志道，其責任爲「立己立人，達己達人」。子曰：「爲政以德」。斯因天聽自我民聽、天視自我民視；人秉天行天德以有生，即具天行天德之性，天之所行即民之所安，民之所性即天之爲德，天人一致。子曰：「道之以德，齊之以禮」，斯乃治人之基本法則。

甲、即爲庶矣富之，富矣教之；遂其性，遂其生，即富之和庶之原則，嘉善而矜不能，乃教之原則。

乙、執行則敬事而信：負責任，守諾言，爲節用而愛人，使民以時；開源節流，爲舉直錯諸枉，能使枉者直；一秉至公，爲用行政，移風易俗之準則。子曰：「君君，臣臣，父父，子子。」各盡本份，人盡其性。正是「四時行焉，百物生焉！」

子曰：「志於道，據於德，依於仁，遊於藝。」吾人宜三思之！

(上接第29頁) 因「觸」觸發而悟道者更多：文偃禪師參陸尊宿，三次叩門皆不得入，第四次叩門，文偃禪師見門開，剛伸腳踏入，陸即猛力一關，師堅進，結果夾斷文偃禪師一足，禪師頓然開悟，呵呵大笑。正是因「觸」而悟道。神會參六祖，祖師以杖擊其三下而問「痛否」？亦正具令其反觀自性，薦取無痛痛覺之自心的含意在，但當時神會小師未悟。括而言之：無論參話頭，體公案或棒喝，它的要旨和目的唯在於令見本心明自性。

### (六) 初學禪者應注意的基本點

初學禪者應注意的基本點，據經括之有二：(一) 無住。(二) 踏實。尤以「踏實」爲重。一般人多以世智辯聰爲「智慧」。執文字爲可盡詮一切理，執實文字爲能詮義理爲所詮，執實我能理解，文字義理爲我所解。其實這不是智慧是「執著」是「住着」。就文字爲實有是執「有」，執「有」就是「住有」，不是無住。執文字執有這問題還不算太麻煩，將來有日，他們聞無住之理，則能捨此「有」。最要不得的是執「不立文字」爲實，繼而根本否定文字，毀罵經典。此執「非文字」是執「空」、住「空」，較前面執「文字」，執「有」更麻煩，更難捨。住「空」住「有」皆有住非無住，必須念念無住，無住之心亦不住。無住生心，生心無住方是「禪」的本旨。這是第一點。復次踏實。若智慧猛利如六祖，雲門等，當然能一言見道，半句明心。若稍遜者，如法達大師仍須誦法華三千，再加上際遇明師啓發才開悟。或有參廿年不悟，後聞賣肉聲方悟，則智慧功夫不如前輩者，實須踏踏實實，不可妄求開悟，不可妄毀謗以文詮理之佛經。必須老實坐下來，深入教海，探明理路，持清淨戒，修定發慧，方名眞明禪理起禪行之禪宗學者，禪宗所宗有三經：(一) 金剛經(六祖大師亦由此經而開悟)。(二) 楞嚴經(明述禪理，禪行，禪境最詳最微細)。(三) 六祖壇經，所有言說與楞嚴，金剛不期而自相契合。凡諸學者，是宜於此三經以問津。經是不離文字，祖師語亦文字，不執文字，直悟文字所詮之理，即見自性，正是禪宗及諸宗的宗旨。