

法無自性，三界唯心

淨穢兩邊，俱不依怙

馬祖道一禪師在提出「心外無別佛，佛外無別心」後，接著開示道：

不取善，不捨惡，淨穢兩邊，俱不依怙。

這段話的意思是：不追求善，也不捨棄惡，清淨與污穢的兩個極端，都不依靠。

「不取善，不捨惡」，我們只想要取善，希望趕快去掉惡。很多信眾就曾跟我說：「我討厭它，想把它忘掉。」我說：「你這是在反薰自己，一直想要忘掉卻總是記得，這樣薰習的結果，反而記得更深！你現在跟我說這事，好像是怕自己忘記，還叫我幫你記住一樣。不是這樣處理的，你有方法可以淡化它的。」

「淨穢兩邊」就是指清淨與污穢的兩個極端。我們會想：「清淨的我要，污穢的我不要。」但清淨與污穢是自己的判斷問題，它是兩極的東西。

「依怙」就是「依靠」，如子女依靠著父母。古詩中說：「無父何怙？」意思是：沒有父親我要到哪裡去依靠呢？所以，馬祖勸誡大眾，不但是善惡的取捨是我們的執著，清淨與污穢的兩個極端也常是我們的執取的對象，修行心地法門，就是要「不取善，不捨惡」，而且「淨穢兩邊，俱不依怙」。

六祖惠能大師接受五祖弘忍大師所傳衣鉢後，就立刻離開了黃梅道場向南

而行。其間有許多人都想要搶奪衣鉢，一位出家前俗名叫「陳惠明」的僧人也來追趕。此人原是一位武將，性格暴躁。當惠能大師到達大庾嶺時，他終於追到了惠能大師。

惠能大師知道有人已追趕上來了，於是將衣鉢放在一塊大石頭上，說：「這衣鉢表徵的是正法的傳承，怎麼可能以武力來搶奪呢？」於是隱身於草叢中。

惠明追趕過來，看到大石上的衣鉢，想要拿起來卻有如千斤之重，怎麼拿也拿不起來。於是便大聲叫喊：「行者！我是為法而來，不是來搶奪衣鉢的！」

惠能大師聽到後，就從草叢裡走出來，盤坐在大石上。惠明靜心了一段時間後，惠能大師對他開示：

不思善，不思惡，正恁麼時，如何是明上座的本來面目？

「不思善，不思惡」就是內心不要再生起善、惡的念頭，全部都放下。

「正恁麼時」，就是正在那個時候，「如何是明上座的本來面目？」你當下的那一份不思善、不思惡的心，在那一片淨空的剎那，看看自己的本來面目如何。惠明一聽到這個，當下大悟。

惠能大師並不是直接說出答案，而是要對方反思：去看看自己的本來面目。「本來面目」是禪宗常用的語詞，禪宗常問：「父母未生以前的那個是什麼？」不被框定在某一時、某一刻。你一直保有小時候的樣子嗎？你一直都不變嗎？所以，父母未生前的「本來面目」是什麼？就是你的心。現在的樣子就是現在，它隨著心念在轉。可是父母未生前的呢？就是「不思善，不思惡」，你不要分別善或惡，把這些全部放下，便會很清楚地看到自己的本來面目。

惠能大師為惠明開示：「不思善，不思惡」，而馬祖說：「不取善，不捨惡」，對善或惡不要有所取捨，才能放下，看到自己的本性。

達罪性空，念念不可得

不追求善，不捨棄惡，也不依靠淨穢兩邊，這樣做的目的是什麼？

達罪性空，念念不可得，無自性故。

通達罪性本空的道理，它是念念都不可得的，這是因為諸法無自性的緣故。

「達罪性空」，看待「罪」是「性空」的，「善」也是「性空」的，我們的心時「善」時「惡」，善、惡就如同浮雲一般。而本來的心地是什麼樣子？就是「念念不可得」。

「念念不可得」就是指通達罪是性空時，不論善、惡、淨、穢，於剎那間都不可得。「性空」是佛法的核心。

「無自性故」，我們覺得固定不會變的每件事物，其實都是剎那變易的，它隨因緣或眼前的境界而轉，無有固定的實體，這稱為「無自性」。開悟者他能了知這個道理，對任何事物或境界不會生起執著。而我們則是喜歡的就抓取，不喜歡的就一直往外推，根本不了解一切諸法「無自性」的真理。

凡所見色，皆是見心

馬祖接著說：

故三界唯心，森羅萬象，一法之所印。凡所見色，皆是見心。心不自心，因色故有心。汝但隨時言說，即事即理，都無所礙。

三界是欲界、色界、無色界，三界唯是一心，森羅萬象的諸法，皆是一法所映現。凡你所見的一切色相，皆是見到自心。心不會獨自存在，因為外相的

存在而有心，你隨時都可印證，即事即理，無有障礙。

「故三界唯心，森羅萬象，一法之所印」，「一法」就是我們一「心」，不論欲界、色界與無色界，所有的一切現象都是由我們的自心所映現。

「凡所見色，皆是見心」，你所見的任何形相、外境、境界，其實都是你的心。因為當你見到眼前的境相時，是你心在對它生起「要」或「不要」、「喜歡」或「厭惡」的區別，是心在那裡轉動著各種念頭。

「心不自心，因色故有」，「心」不是單獨存在的，是因外在現象的狀況而有心。此處是以「色」來代表「色、聲、香、味、觸、法」五種塵境，來代表一切物質界。我們常在五種塵境裡起各種分別，然後再造作無窮盡的煩惱。「因色故有心」，好像在分別「色」與「心」，其實都是你的「心」在運作，顯於這些境界。

例如你很急，是誰在急？是你的「心」在急。你很煩躁或覺得很愉悅，都是隨著「心」在映照，主人是「心」，不是「物」，不是那個境界！如果我現在坐不住，要調整的不是外在的身體或環境，而是要調整「心」。你自己在排斥什麼或不喜歡什麼，直接要處理的是你的「心」。

馬祖道一禪師接著教導：「汝但隨時言說，即事即理，都無所礙。」

如果你看清楚主角其實是「心」，你隨時都可以印證，「事」與「理」，「理」與「事」，兩者是一體兩面的，理事將無有障礙。

知色空故，生即不生

馬祖接著說：

菩提道果，亦復如是。於心所生，即名為色。知色空故，生即不生。

這段話是說：覺悟道果的印證，也是如此。從心所生的念頭，就名為

「色」。如果知道色性本空的道理，那麼「生」即是「不生」。

「於心所生，即名為色」，從你心中所生出來的念頭都是「色」，「色」就是所有的物質萬象，都在心裡。

「知色空故，生即不生」，能夠知道眼前所有的萬象都沒有自性，隨著因緣在轉，是你的心「攝取」它，它才存在。例如色相隨光線、角度而有不同，聲音則隨聲波遠近與你的心情在變化。這些塵境沒有自性，故是「空」。如果能了知目前的這些境界是無自性的，是「空」的，「生」當下即是「不生」。

佛教在講「生」與「不生」、「淨」與「穢」、「善」與「不善」，當下不二，都無自性。

著衣喫飯，長養聖胎

馬祖接著說：

若了此意，乃可隨時，著衣喫飯，長養聖胎，任運過時，更有何事？

因此，他說：如果了知這個意思，就可隨時印證佛法。不論穿衣吃飯，都是在長養聖胎，隨它自然運作時，還能有什麼事發生？

「若了此意，乃可隨時」，如果你能了解這根本的宗旨、法門的本意，你就能片刻不離自己的心念、境界，沒有心內、心外的問題，也沒有這個境、那個境的問題，隨時都在印證佛法。時間、空間無不是在這當中。

「著衣喫飯，長養聖胎，任運過時，更有何事」，你的各種威儀、行為、活動都在長養聖胎，都在培植福德因緣，無一例外。

「任運」是什麼？是指自然而無造作的。「任運」的意思非常活潑，是以你的心念為主，隨著自己的心念，自然地運作。我給我們的齋堂取名為「任運齋堂」，就是沒有限制你要吃什麼，喝湯、吃飯，我供應什麼任君選擇就稱

「任運」。

你的福報如果只有如此，而你卻過度強求，也難如願啊！「任運而生，任運而不生」，就是如此。你知道你的身體是否已經毀壞，可用或不可用，該走就走了，那就是任運自在。或是你是否有吃飽，自己應該知道吧！自己就安頓在自己的身心上，心外沒有任何一件事，如此隨順於自然，所以還會有什麼事呢？所以，馬祖才說：「任運過時，更有何事？」

事理俱無礙，當生即不生

馬祖說，大家接受他的教法以後，他有首偈頌給大家：

心地隨時說，菩提亦只寧。事理俱無礙，當生即不生。

這段話的意思是：心地隨時印證，菩提也只是這個。事相與理體都無障礙，當生即是不生。

「心地隨時說，菩提亦只寧」，心地隨時可以印證這個道理。「只寧」的意思是「只是這個」，「這個」是什麼？就是當下的這個「心」。

「事理俱無礙」，事相與理體是一體的兩面，處理事相，就要先看後面的道理是什麼，「理」通了以後，「事」才有辦法解開。「事」與「理」是「外」與「內」的關係而已，都是同一件事。

「當生即不生」，「當」就是正當、當下，當下將會怎麼「生」呢？你了知色空，「生」即是「不生」，便一直在這樣的了然當中應化世間，也就是樣子而已，看起來很忙，其實也沒有多少事要做，也沒有做了多少事啊！