

澄海 著



# 身來身去 本三昧(上)

悠遊《壇經》的智慧大海

# 身來身去本三昧(上)

悠遊《壇經》的智慧大海



作者 澄海

喜悅出版

# 代序

---

(香港) 黃谷

澄海師兄在禪方面的造詣甚深。淺學如我，對師兄的文字般若實在沒有資格置一詞，更遑論替他的書作序。但師兄邀香港的禪友寫序，盛意拳拳，便只好勉力而為，略說幾句。

我修學安祥禪有年，至今仍是漆桶一個，實在愧對師門，但心想自己對禪大概仍可說知道一二。然而，看過澄海師兄的著作，被書中每篇文字的真知灼見所震動，便知自己所知只是皮毛，甚至根本未入。所謂悟，有解悟、證悟和徹悟。我所見只是解悟，而澄海師兄的見地，恐已超過解悟的層次，由此而想到師兄此書，對禪已有真正契悟的人來說，可有互相印證的作用，而對學禪的人來說，則可提供一正確之了解及修為之方向；然則此書之價值，豈云小補？

在資本主義發達，科技文明進步的今天，人類精神價值的存續卻是岌岌可危。作為人類精神傳統重要的一支的中華禪學，其重振復興於當代，可說具有重大的意義。

吾師 耕雲導師之安祥禪，正是中華禪學在今日之復活與發揚；作為導師弟子的澄海師兄，則是當今一位真正的禪者。對今日許多禪學著作實不能算是真正的禪學著作而言，澄海師兄著作的問世，也可說別具意義。

最後，策勉自己，也期願各位禪友和讀者，興見賢思齊之志，珍重善緣，識心達本，一起邁向生命的覺醒與圓滿。

我有幸為此書寫上幾字，感到無限光榮！是為序。

## 自序

---

將禪做四面八方輻射的是六祖惠能大師，「一花開五葉，結果自然成」；而將禪與中土文化結合，形成繽紛萬象的是馬祖道一禪師；將禪在歷經不同世代傳播，分歧漸出，而做一番成熟歸納的是圓悟禪師。

禪是佛心宗，直達佛陀心懷，無法言詮，無從意表。達摩初祖來華，標立了傳承的原則：「不立文字，教外別傳；直指人心，見性成佛。」禪宗與中華文化接觸而展開實驗與磨合；一直到了六祖惠能，大膽地提出：「說通及心通，如日處虛空；唯傳見性法，出世破邪宗。」基本精神是「無念、無相、無住」，完全符合《金剛經》的心要，即「佛佛惟傳本體，師師密付本心」，直接了當，當下即是，故爾後龍象輩出，將禪向四面八方輻射出去，形成一塊獨特的瑰麗園地，實現人間自性淨土。經由這些禪師的親身實驗與證道，不但開拓了人類的精神新天地，也說明了人類的進化必須配合心靈的淨化，才能日新、又新、又日新，有無限的發展可能，如此進化才有實質的意義。

指導我們向禪道努力的除了良師益友，最重要的是兩部寶貴經典：《金剛經》與《壇經》。

《金剛經》是法體經，涉及神秘的世界，非現代科技能夠掀開祂的面目，言詞簡奧，只可持誦而心領意會，不能註解推繹。六祖為解決這個困難，不惜縱說橫說、直說曲說，使我們有可遵循而體證《金剛經》所隱藏的金剛界。因此，關心禪道的人必須研讀《壇經》。

中華禪的內涵與般若的精義，都可以從此經找到；中華禪起於六祖，不精研《壇經》而醉心於公案，是習禪的弊病，容易落入拈花惹草的自我陶醉。先師耕雲居士在世時，時時叮嚀弟子：必須熟讀

《壇經》，不廢持誦《金剛經》，每句每字咬嚼，久之，字字落入識田，看得真假，才不會落入邪途。

時下各家經解《壇經》很多，這是好現象，六祖講：「吾於大梵寺說法，以至於今，抄錄流行，目曰《法寶壇經》，汝等守護，遞相傳授，度諸群生，但依此說，是名正法。」先師亦說：「《六祖壇經》，乃無上法寶，一花五葉、三世諸佛、諸大菩薩，皆從此經出，中華文化且賴以復活。」（《觀潮隨筆·肺腑之言》）我們應該頂禮感謝。

但是註解《壇經》，會因註解人實證般若智慧深淺而有差別。

《壇經》所講的涵蓋天人至成佛，蘊義宏闊，證道深淺自然流露於文筆。

我非常讚嘆吳經熊博士，是名天主教徒，卻能熟讀老莊儒學，因便研究禪宗，乃有感而說：「《壇經》不是一部絞盡腦汁的學究之作，而是出自於一位真人的肺腑之言。其中的一字一句都像活泉所噴出的泉水一樣，凡是嚐過的人都會立刻感覺到它的清新入骨，都會衷心地體驗到它是從佛性中流出的。只有佛才能認佛，也只有佛才能知道自己心中的佛性，知道一切眾生心中都有佛性。（《禪學的黃金時代·台灣商務印書館，69 出版》，頁 22）

一般註解《壇經》，都從第一頁開始註解到〈疑問品〉，一頁翻過一頁，很難深入精髓。本書將六祖的心要綜合，從各角度切入六祖的思想，進一步從反思中內觀身心的變化，再推進一步，迭有高峰，比較適合悟後起修的人，希望透過這種新的嘗試，廣泛地邀請有實踐禪道經驗的人參與討論，拋磚引玉，期盼各方大德指正。

一般未見性的人，在詳讀《壇經》的過程中，希望多參考大慧宗杲禪師的書信集，釐清正見，撥正觀念；加上詳讀本會提供的《安祥禪集》，就能如人播種，春耕、夏耘而有秋收之日。我也非常樂意地引用 Dom Aelred Graham 的話：「悟是自我意識的消失，無我意識的完成；使我們不再導演上帝，讓上帝自演。」頗有「天下天下，唯我

獨尊」的相似感。洋人都有這般高明的見識，邦內禪人呢？

本書成書過程非常偶然，並非著意之作，空空朗朗始，空空朗朗終，不知所云矣！

感謝鄭妹珠等的校對；也謝謝張淑霞老師的美編；更感謝很多禪友的支持，不時傳達的關心等等，都是本書成就的因緣；最後要感謝內人陳翠姬的支持，不用操心衣食，逍遙自在。

恩師在金剛界的愛護，讓我每篇完成時安祥波波，成書時彷彿脫了一層皮，在似虛似幻中，擁有白雲出岫的清新，除了感謝鴻恩，不敢自滿，願與禪友共享。

最後感謝黃谷的序言，讓我非常感動，您的支持與愛護，永銘內心。

~澄海 100.11.30



# 目錄

- 1.六祖的佛教革命 P8
- 2.神秀與神會 P15
- 3.談六祖的識智頌 P17
- 4.三身四智頌 P21
- 5.我與末那耶識 P23
- 6.轉識成智的智是什麼 P26
- 7.參話頭優於默照禪 P28
- 8.般若證智是學佛首先要解決的大前提 P32
- 9.參禪要有嚴肅的心態 P36
- 10.正心行正法 P41
- 11.萬古長空安祥恆在 P44
- 12.惠能大師與《涅槃經》 P47
- 13.應無所住而生其心 P50
- 14.一念不生不是涅槃妙心 P53
- 15.摩訶般若是佛法的核心 P57
- 16.大死一番是什麼意思 P62
- 17.見色聞聲不用聾的定慧圓明 P67

## 一、六祖的佛教革命

達摩禪是楞伽系的，而六祖禪是般若系的。這種轉變非常的明顯。在《壇經》記載的傳法偈，神秀與惠能兩人的思想分歧突出。

神秀偈：「身是菩提樹，心如明鏡台；時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」說的是楞伽禪風，與六祖的偈語不同。

今人江燦騰先生看了胡適、湯用彤及陳寅恪的研究資料，他提出對後來研究有重大意義的是：

敦煌本「傳法偈」後二偈：「佛性常清淨，何處有塵埃？」由於後來的《壇經》將其改為「本來無一物，何處惹塵埃？」正是所謂從《楞伽經》的如來藏思想轉為《金剛經》空性思想的重大變化，也是胡適和其他禪宗學者後來爭議的問題點所在。（《中國近代佛教思想的爭辯與發展·胡適禪學研究的開展與爭辯—第一階段(1925-1935)的分析》，頁 524-525）

這是跳躍式的轉變，因此，必須借重「西天二十八祖」的傳承來減少衝擊。西天二十八祖的譜系不可考，也無從考證。但是南宗的興起，的確確是一件重大的思想大事，在佛教界、禪學與中國思想史影響至深，不可忽視。

惠能為什麼南下曹溪，而且隱於四會十五年後才開法於廣州法性寺？五祖弘忍付法予惠能，鄭重叮嚀他：「衣為爭端，止汝勿傳，若傳此衣，命如懸絲。汝須速去，恐人害汝。」這是隱語，衣鉢不重要，重要的是前面的一句話：「法則以心傳心，皆令自悟自解；自古佛佛惟傳本體，師師密付本心。」這是金剛心的密付，與楞伽傳禪大大的不同。

胡適看到神會為南宗爭法統，有一段話：

在禪宗的歷史上，神會和尚（荷澤大師）是一個極重要的人物。六祖（惠能）死後，神會出來明目張膽地和舊派挑戰，一面攻擊舊派，一面建立他的新宗教~「南宗」。那時舊派的勢焰薰天，仇恨神會，把他謫貶三次。御史盧奕說他「聚徒、疑萌不利」，初貶到弋陽，移到武當，又移到荊州。然而他奮鬥的結果居然得到最後的勝利。他死後近四十年，政府居然承認他為「正宗」，下敕立神會為禪門第七祖。（《胡適文存第三集》卷四，〈海外讀書雜記·神會語錄〉）。

南北宗所爭的不是衣鉢，是法流，是法脈。北方籠罩在楞伽禪的舊勢力中，他們立神秀為六祖，否定惠能的地位。所以說「衣為爭端」是隱語，法的精神向前邁進了，革新了，才是南北宗爭執的重點。

胡適又在〈荷澤大師神會傳〉結語提到：

南宗的急先鋒，北宗的毀滅者，新禪學的建立者，《壇經》的作者~這是我們的神會，在中國佛教史上，沒有第二個人有這樣偉大的功勳，永久的影響。(《胡適文存第四集》卷二，〈荷澤大師神會傳〉)

後來的學者證明了胡適太偏愛神會了，《壇經》是六祖的禪學心要，無可否定。六祖是這場佛教革新的大纛。謝扶雅的〈光孝寺與六祖惠能〉中，將惠能革命性思想媲美文藝復興初期的焦爾達諾·布魯諾（G.Bruno 1548-1600）：

兩個人（惠能和布魯諾）都是生在南方，都是感情的，直覺的，抱著美的世界觀，而對傳統的正宗派不彈為熱烈的反抗，樹起堂堂正正的革命之旗，與世周旋，而卒終身不得意或被慘殺者。這個比較，表示惠能在宗教方面已為中國開了「文藝復興」期的曙光。(收在張曼濤主編「現代佛教學術叢刊」，《禪宗史實考辨》中)

錢穆於〈佛教之中國化〉一文說：

中國學術思想界，往往可從南北分區；唐初中國佛學天台、華嚴、禪宗三派亦如此。天台、禪宗皆盛於南，華嚴則與唯識盛於北。南尚清通，北尚繁密。南北朝經學如是，唐初佛學亦然。(《錢賓四先生全集 19·中國學術思想史論叢(三)·佛教中國化》，頁 406)

這些是從人文的觀點分析宗教的思想家，他們把禪宗當作思想的發展，離開了宗教的立場。尤其錢穆是一位儒學大師，他推崇朱子不遺餘力，也有他獨特的看法：

蓋「理入」即「頓悟」，「行入」即「漸修」。自謝靈運當竺道生時指點出所謂「教」、「理」之辨，直到惠能創此南宗頓教之禪宗，始達到「理勝教」之地位。「理勝教」即「理入」，「教勝理」即「行入」也。此種爭論，到宋儒有「性即理」與「心即理」之爭。大抵主性即理，則謂有此理未必即有此行。主心即理，則即行是理，即心是性。故主性即理者必主「行入」，主心即理者主「理入」也。故云竺道生是佛門中孟子，惠能是佛門中象山、陽明。(同書，頁 405-406)

錢穆以儒家的思想研究禪宗，難免會受背景知識的影響；不但一般思想界，甚至佛教教內長老都會很輕易地認定：漸修頓悟。因為這是一般的原則，理則頓悟，行當漸修；就研究方向講：積學成智，系統知識必須建立理論系統，支架實證，後人當然必須「漸學」而「頓悟」。這和禪宗不同。

《楞嚴經》：「理則頓悟，乘悟並銷；事非頓除，因次第盡」，理指經教，研教而發明心地，當然只有「頓悟」，否則就不是悟，只是省解。因為理極必反，理的盡處無理可說，這是宗教的極則，不是一般學術研究，可以提出正反合的主張，一直演化下去。

頓悟之後，無理可說，完全呈露了一種特別的心靈狀態，禪宗稱為「見性」。一切理、一切事走到極處，沒有什麼道理、理論，才是「乘悟並銷」，再也沒有什麼道理供養了。只有一心圓明的心靈狀態才是「宗」，即心宗的由來，這就是「從教入宗」。

見性後有了一個明晰的目標可以追求，當然就要排除干擾這種心靈出現的因素，才是「事非頓除，因次第盡」。

借經教的研習而頓悟，這是顯密各宗的通路，簡稱「借教入宗」，頓悟的心靈狀態是見性，各種法門的旨歸在此。竺道生走的是這條路。

禪宗別開蹊徑，不借經教而直指人心，見性成佛。直搗黃龍緣因於人皆有佛性，理論上人人都是佛，理論上人人都是堯舜，禪宗的作略就是直截而明快，至於弟子能不能頓悟，牽涉到根器。

例如大梅謁馬祖道一求法，道一斬釘截鐵地說：「即心是佛」。大梅就開悟，跑到四明隱居起來，做起「因次第盡」的工夫，因就是干擾心靈通明的各種因素，在佛教教理這些包括這世和過去世的種種業種、習性。

隔了幾年，道一派個弟子向大梅說：「近來師父的教法不同了，應該是非心非佛。」大梅笑笑地說：「你回去告訴師父，我知道道理只是繞圈子的玩意兒，我這裡無理可說，師父喜歡講非心非佛，就讓他講；怕的是講得多了，大家既不能是心是佛，也不能非心非佛啊！」

道一獲得回音，知道大梅真的「頓悟」了，讚嘆他：「梅子成熟了。」這是禪宗的一路子。

如果說「心即理」，也要理極必顯，提到心的源頭，心才寧貼，才能就心返鄉。「天下本無事，庸人自擾之」(陸象先語)，陽明參過禪，提過禪鼻孔，所以才說「理的極點只顯心行」。一切的理論再美、再圓滿都是囁語，況且理論一豎，反面思想就對立起來了，理論永遠無盡時啊！就像前浪逐後浪，滾滾而來。

禪宗的出現是別開蹊徑，所謂「不立文字，教外別傳」，為了避免研讀經教的人泥跡失神，甚至沉溺在義海中不知方向。我們可以看到許許多多善於講經說法的高僧，滔滔不絕的美麗講詞讓人稱讚，但是他們的講演都只是教義的敷衍，不出意識的堆砌，近代認知心理學可以比他們講得更清楚，更有條理。畢竟不是佛教的「內學」，也不是心宗的主題。

禪宗是心地法門的根本關鍵，赤裸裸地呈現了生命的本質，是生命學的直截領航，這是「見性成佛」的本旨。禪宗在「直指」中頓悟，不在理則中頓悟。

頓悟是佛教的通途：教界重視「理入」，禪宗只有「直指」的「事入」一途。

捨去「直指」，任何的止觀、禪坐、打禪、禪觀，都不是禪宗的精神，都是初期佛教從其他宗教學習來的，唯有禪宗是世尊的心法，不可混淆。

既然是世尊的心法，六祖的金剛印心，或達摩的楞伽印心，都是世尊心法。所以不同，是對應於時空中的不同根器，正如各宗各門的興起，都有不同時空中眾生的逗機方法，譬如食蜜，中邊皆甜！

但讀禪宗，絕對不可以偏離禪宗的精神！

以學術思想研究禪宗是人文思想史！

將六祖視為佛教的革命者也大可不必，沒有達摩何來禪宗？達摩才是佛教的革新者！

有了這種認識，錢穆下面的斷語才有著落：

天台、華嚴雖同以龍樹為宗，但他們實際並不近三論，只取三論之終極義，不學三論般演算草。他們雖亦都歸宿到心性實際，華嚴雖更與法相為近，但他們都不能效習法相，做深密的分析。因此天台、華嚴，雖在有幾方面還脫不掉印度佛教分析、演繹之繁瑣外形，但此只是一格套，早已貌似神非。到禪宗則直湊單微，索性將此格套痛快擺脫。不能說他們三宗所講不是佛理，只是中國人講佛經，自然不像印度人般講。（《錢賓四先生全集 19·中國學術思想史論叢（三）·佛教之中國化》，頁 396）

錢穆的見解比時下的高僧大德還高明，可惜，他和一般長老同樣犯了證悟不深的毛病：禪宗的直指是教外別傳的直截處，非有開悟的經驗是施展不開的。因此，見性是禪宗的最重要作略，或稱為禪風。佛教重視心性是必然的，和一般正統宗教沒有兩樣，但佛教的心性是生命本具的基因，不是人文的思想而已，則不能不審視之。

法鼓山聖嚴法師把禪宗當作華嚴、天台的綜合也是錯的，他只從思想演變看到線的牽連，他沒看到禪宗的獨立地位，這時候，佛教有獨立發展的必要，這是使他對禪宗曲解、輕率認定的原因：

由於天台宗的禪觀和教義，加上華嚴宗的教義和禪觀，才成熟了禪宗。也就是說，禪宗跟華嚴宗及天台宗有關，把兩個宗派的精華全部吸收就成為禪宗的內容。（法鼓：《心的對話》，56 頁）

毫無根據的推論，出現在自稱為禪門高僧的口中令人訝異；他又說不出什麼是華嚴、天台的精華，只籠統地做無頭無尾的結論，和一般禪德與思想家的見解大異其趣。況且華嚴學是在禪宗之後興起的，初祖至六祖也從未提及華嚴，硬把華嚴套上禪宗，時序上是不可能的論據，站不住腳。

禪宗應該還原禪宗的獨特地位，尊重及回歸禪風所具有的「教外別傳，不立文字」特色，才能繼續發揚。

他在同書的 60 頁又說：「但是禪宗呢？只叫你當下不要思索，妄心生起的當下，找找看它是什麼？找不到時，自然就會了解空性。」這是什麼

華嚴、天台精華呢？這是虛空論玄學，不是佛教。而且所謂當下不要思索，請問那個不要思索的又是什麼？是什麼知道妄心的呢？這都是意識心的自我調侃，自我捉迷藏，如何稱得上禪宗呢？

他又說：

很多人好談開悟，以為像古代禪師，拿個棒子在你頭上一打，就能達到當頭棒喝的悟境。但是很多人弄不清楚什麼是當頭棒喝，認為罵一句或打一下，讓妄念、煩惱暫時不起就叫做開悟。其實這只是在有分別、煩惱時，在攀緣、執著非常重的時候，禪宗會用這個方法，突然之間打一下子、罵一下子，這是有用的，但不是開悟。（同書，63頁）

他講一大堆道理，故意運用「有用的」代替「開悟」，卻完全不了解棒喝之下無生法忍的機緣，為學的謹嚴度顯然不足；亦可看出他沒有破參的實際經驗，「讓妄念、煩惱暫時不起，就叫做開悟」，這不是禪宗的手眼，不可硬裁臆。

錢穆先生是儒者，他在〈神會與壇經〉中說：

六祖雖為佛學中革命人物，其思想理論亦有依據，並非特然而起。當其時，天台一宗之禪法既極盛行，六祖以前之禪宗諸祖師，宜有染涉，六祖必有聞到此等理論。唯天台諸大德到底不脫學究氣，不脫文字障，六祖因文字纏縛少，不走向學究路，故能擺脫淨盡，直吐胸臆，明白簡捷，遂若與天台截然不同。（《中國學術思想史論叢（四）·神會與壇經（上）》）

錢穆先生研究思想史，所以只論天台宗與禪宗，這兩宗關係非常密切，甚至有兼祧的祖師出現，但他知道天台「不脫學究氣，不脫文字障」，這是因為他讀《指月錄》時有會歸一心的體驗。可惜他不知此不同，從教入宗與從宗入教是佛教的三大途徑，雖言殊途同歸，起點畢竟毫不相涉。

試舉一例：德山宣鑒原來治《金剛經》，遂著疏立論《青龍疏鈔》，以發揚《金剛》，人稱周金剛。但他不服崇信禪師標舉「教外別傳，不立文字」，前往辯駁。到澧陽上龍潭寺前向一婆子買點心，婆子戲以：「和尚既講《金經》，請問：過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得，您現在所點的

是何心？」德山竟然答不出口。

上龍潭寺服侍崇信禪師多年，一夕晚參畢，德山不敢離身，龍潭乃點一個手製捻子讓他照路回寮，德山一接手，崇信即刻又吹熄，德山在頃刻品嚐真正的「過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得」的滋味，拜服在地，深為折伏，並且說：「從今以後，再不敢忽視老和尚常用的那句口頭禪了！」

德山開始欲「從教入宗」，終於困在義理；得崇信點紙燭子與吹紙燭子而開悟，這是禪門心法。聰明的思想家怎麼也猜不透這層「密付」；一般沒有見性的長老，怎麼也想不透這個「手眼」。德山在崇信的「直指」中見性，何必棒喝？而棒喝豈非禪宗手眼？



## 二、神秀與神會

《壇經》的文體簡要又順俗，所談禪法概以直指，當面明說，遂建立了中華禪的傳承風格。例如六祖與神會對話一節，真是生動。

神會是襄陽人。襄陽位處長江中點線，北上京洛，南下九江，他十三歲從玉泉來參禮六祖。玉泉是不是玉泉寺？是不是神秀駐錫的地方？不可考。

他到曹溪拜謁六祖，被六祖以拄杖打了三下，問他：「我打你是痛不痛？」神會回答：「亦痛亦不痛。……」經過一番辯論後，六祖向他說：「你若不痛，同其木石；若痛，則同凡夫，即起恚恨。你剛才說見不見是落在二邊，痛不痛則有生滅，這樣的凡愚，怎麼見得了自性？只逞口舌之理，想來誑惑他人，這等於自欺。」

神會乃自知短處，向六祖禮百餘拜，心服口服。

這則公案是以後祖師禪常用的棒喝與機鋒的由來。例如臨濟禪師三次向黃檗問法，三次被棒，棒下無生忍，一般人是難以領會的；因為棒打，要覷得時機的恰恰好，不然就有失機的可能。

最明顯的例子是德山見崇信。

德山服侍崇信是非常誠懇的，本來他就專研《金剛經》，是個經典義虎，一下子就把自己這股傲氣壓下，實在不簡單。在更深夜靜回寮時，崇信點了支紙燭給他，他一接紙燭，又被崇信吹熄，這是另一種棒打，也是棒打的運用。

六祖問神會的痛不痛與見不見，是不著痕跡的「煩惱即菩提」的運用。守經的人對文句的魅力難消，喜歡在文句上兜圈子，念念相續，煩惱重重，就像孫悟空在如來掌中飛來飛去，六祖的一棒就有「回頭轉腦」的特殊意義了。

神會後來在河南滑台大雲寺論定南宗宗旨，為六祖爭法統，這是需要重新認定的。五祖付衣給六祖，明明交代：「衣為爭端，止汝勿傳」，意思是強調分頭弘法，讓禪能到處開花，所以反對一代一人的咐囑制，六祖以後就不立祖位，這不是很好的證明嗎？

因此，神會為六祖爭法統是多餘的，是符合神會獨有氣質的。他十三歲拜謁六祖，毫不畏懼，侃侃而談；當六祖即將入滅，眾人涕泣，唯有神會神情不動亦無涕泣，雖然受到六祖的誇讚，但不合常理，此即神會荷澤一脈不易昌盛的原因吧？

龍朔元年（661），神秀與惠能同在弘忍會下，後來弘忍要求各作一偈來呈，「若悟大意，付汝衣法，為第六代祖」，似乎是神會後來加上的句子。

《神會語錄》有作偈呈心一事，但我們認為雖有這件事，但沒有提到付法。因為神秀想：「我呈偈意，求法即善，覓祖即惡，卻同凡心奪其聖位奚別？」

三更入室，神秀也說：「不敢妄求祖位，望和尚慈悲，看弟子有少智慧否？」他是為法而非為祖衣的。

那時惠能二十四歲，神秀五十六歲，可能因為年紀大了，未免承接法脈的力量不夠，少了自信，才有「又經數日，作偈不成，心中恍惚，神思不安」的過分描述。

當然，南北宗禪風不同，北宗看心看淨，是還滅門，悟後起修上有善巧方便；而南宗之頓入，莫不顯於「以心傳心」，對一般人來說很難理解或體會，對安祥禪的弟子那就如飲甘露水，冷暖自知，本可一超直入的。這些都是沒有辦法用文字描述的，安祥禪的弟子點滴在心頭，更應該與「百千萬劫難遭遇」的感恩想。

對神秀，我們應該以平等法性讚美，不可落在文字上說他見性不見性，方便畢竟有多門啊！

另有一個公案證明：惠明趁及惠能，提掇（衣鉢）不動，絕對不要落入神秘色彩，認為惠能有神力，不是的；因為惠明接著說：「我為法來，不為衣來！」這是禪者的本色。縱然搶得衣鉢，未獲心傳，誰人服你？神秀、惠明都是五祖的高弟，都有理智的。

《壇經》有關神秀部份不符合六祖的風格，顯然是南北宗爭執中落筆的，未可全信。

### 三、談六祖的識智頌

六祖是我國有史以來最偉大的高僧，用平常百姓的俚語闡發佛陀的聖道，言簡意賅，又循循善誘，讓研讀的人受用無窮。所以，歷代祖師都勸學人要把《壇經》詳讀、精讀；句句地讀，字字地讀；每天讀一點，然後詳加玩味、體會，自然有無窮的智慧流出。

有志參禪的人，一定要把《壇經》列為必修課程。要知道，六祖的言談被視為經典，那是人天的極則；況且禪宗的二門、五宗七派都從曹溪一滴水滋潤出來的，對中華文化正面的影響非常非常地大，要學禪，不研究這部經是不行的。

近來有部份高人笑六祖不識字，不懂得唯識學，所以六祖及歷代祖師果位不高；唯有他們才能闡揚禪宗，才是真正的楞伽印心的傳人，頗為風發。

末學追隨六祖遺風，才慧有限，卻願將老人家的〈識智頌〉做一個略解，讓大家曉得六祖雖然不識字，沒學過唯識學，卻三言兩語地講過唯識：

大圓鏡智性清淨，平等性智心無病；  
妙觀察智見非功，成所作智同圓鏡；  
五八六七果因轉，但用名言無實性；  
若於轉處不留情，繁興永處那伽定。

本來佛教是心靈救濟法門，意在不斷地提昇人類的心靈層次。世尊講《圓覺經》在提醒世人：我們雖有佛性，卻混雜了各種雜質，猶如金礦不是純金，必須經過陶鑄鎔冶，一旦成佛永不退轉。

世尊初轉法輪，以四聖諦、十二因緣法就可以開發成千上萬的弟子，這是因為這些弟子勇於求道，精進不懈，一旦遇到世尊開示，心花即開。後來法性、法相爭論不休，實證真修的少之又少，乃有密宗的興起。密宗講觀想，講明點，把經典擺開一邊，揉雜諸宗教，別走一路。

達摩祖師只好東來震旦國，獨傳佛陀心法，當時北方大乘佛法非常興盛，格義風氣濃厚，時機待醞釀，所以提倡「楞伽印心」，從理上認識相對思想的執迷，令人自覺聖智，回歸不生滅心。

到了五祖，禪宗既與中國人文文化互為借鏡，有大放異彩的機緣，才責六祖扛起「金剛印心」的旗幟，讓有緣人「因地果還生」，而有「一花開五葉」，遍灑甘霖的中華禪出現。

至於現在，時空不同，社會環境變異太快，而且有世界一家的面貌出現，禪宗如何面對這些複雜局面，提出更直接、有效的禪風來拯救生靈的心靈，那就有待聖尊的出現領導了。

佛教的主題很簡單：「三界唯心，萬法唯識」，禪宗著力於三界唯心，故強調自覺聖智、自覺自悟，才有「不立文字」的「直指人心」。唯識析辨世諦、出世諦因緣，以返照出世諦的清淨心，當然著力「萬法唯識」。

智識之別，《大乘起信論》講得非常清楚：「此中顯示真實義者，依於一心有二種門：所謂心真如門、心生滅門。此二種門各攝一切法，以此輾轉不相離故。……心生滅門者，謂依如來藏有生滅心轉，不生滅與生滅和合，非一非異，名阿賴耶識。此識有二種義：謂能攝一切法，能生一切法。」

阿賴耶識又稱藏識，是真妄迷悟之根本，也是生死凡聖的根源，《楞伽經》：「藏識海常住，境界風所動，洪波鼓冥壑，無有斷絕時」，可見本來不動，所動者是境界風，正所謂「前境若無心亦無」。取境界的是生滅心，不是藏識，特稱為第七識，又名末那耶識，其實即是第八識之動念；此生機一息，前境頓空，那麼六識縱然能分別，則沒有可依附的東西了。

而前五識（即眼耳鼻舌身等識）原無別體，只是藏識應緣之用，獨能照境，不能分別，故說是「同圓鏡」。能夠分辨五塵的不是五識是意識，故居有功，不起分別則「見非功」矣！

藏識本真，故曰：「性清淨」，過在一念生心。有生則有滅，如水之流，非「水」外別有「流」也；但水有不住之性，見有流相，有流則非湛淵之水。《楞伽經》：「二種生住滅，謂相生住滅、流注生住滅」，都屬於藏識。生滅不滅，則前七識生；生滅若滅，則心本清淨，如雲散太陽自然露臉。復此光明之本性名智，故曰「心無病」。

六祖將八識轉為四智，「教中云：轉前五識為成所作智，轉第六識為妙觀察智，轉第七識為平等性智，轉第八識為大圓鏡智。雖六七因中轉，五八果上轉，但轉其名而不轉其體也。」（〈機緣品〉）這個「教」指的是「唯

識學」。

識本非真，妄有二用，故曰：「但轉其名而不轉其體」。問題是此體不是在一般禪定中修行，而在無執禪定中轉，普行於日常生活，不拘賢愚凡聖；亦即般若觀照，才能照見五蘊皆空。故六祖另外有禪定的解釋：「外若著相，內心即亂；外若離相，心即不亂。本性自淨自定，只為見境思境即亂。若見諸境心不亂者，是真定也。」故曰：「若於轉處不留情，繁興永處那伽定。」何等逍遙自在！

誰說六祖不識唯識？

說到唯識學，除了上述世親菩薩的《大乘起信論》；更不能不重視我國法相宗的大師~玄奘菩薩，他總結唯識論的〈八識規矩頌〉非常精闢，我們來看此頌的最後二頌：

浩浩三藏不可窮，淵深七浪境為風，  
受熏持種根身器，去後來先作主公。  
不動地前才捨藏，金剛道後異熟空，  
大圓無垢同時發，普照十方塵刹中。

藏識轉智以末那轉智為衡。第八不動地前，斷我執種子，此識才不復被末那執以為我，就有去執藏之義，有情不受分段生死。至十地等覺位中，金剛道後心而入如來地，末那究竟轉智，藏識之異熟果相亦空，有情不受變異生死。如來地藏識究竟轉智即大圓鏡，即無垢識，惟是無量功德，即《圓覺經》所說的純金也。

這兩頌說理分析詳盡，苦口婆心，就教中來看，真是明見秋毫。但理不離文字，文字終非現量，治唯識學的人難免淪於理論的大海而漫遊，忘了至理無言，理極必反，欲得大地平沉也是不容易。

再觀六祖〈識智頌〉，就顯得積極而有力量，一超直入如來境，不歷僧祇獲法身，非上上根器何能轉處不留情？非上上根器，於悟後起修，就得花點心思在唯識上，才能更上一層樓了。

治唯識也當以禪宗的頓悟現量為明鏡，時時反觀自照，才免陷於義海而不知返。六祖有言：「宗通及說通，如日處虛空；唯傳見性法，出世破邪

宗。」又說：「若真修道人，不見世間過，若見他人非，自非卻是左」，寓意深遠，非深治唯識者不能透徹了解！

法性、法相兩宗是佛學重心，我國有幸出現了玄奘菩薩與六祖惠能兩位大師，當更嚴肅看待，精誠追跡，莫遺後起無人之羞。



## 四、三身四智頌

什麼是法身、報身及化身呢？

智通初看《楞伽經》約千餘遍，不會三身四智，因禮六祖求解其義。

六祖的答覆極為簡要，這是禪宗的一貫精神，言簡意賅而直指人心：「清淨法身，汝之性也；圓滿報身，汝之智也；千百億化身，汝之行也。」這句話提醒我們：自性雖然清淨無礙，但於日常生活中，要智行相符，以顯法的人格化，所以他又說：「若離本性，別說三身，即名有身無智；若悟三身無有自性，即名四智菩提。」接著他唱出〈身智頌〉：

自性具三身，發明成四智；  
不離見聞緣，超然登佛地。  
吾今為汝說，諦信永無迷；  
莫學馳求者，終日說菩提。

如何不離見聞緣呢？六祖在〈懺悔品〉中談及「一體三身自性佛」，可供參考：

何名清淨法身佛？……自心歸依自性，是歸依真佛。自歸依者，除卻自性中不善心、嫉妒心、諂曲心、吾我心、誑妄心、輕人心、慢他心、邪見心、貢高心及一切時中不善之行，……常須下心，普行恭敬，即是見性通達，更無滯礙，是自歸依。

何名圓滿報身？譬如一燈能除千年暗，一智能滅萬年愚。……善惡雖殊，本性無二，無二之性，名為實性。於實性中不染善惡，……念念自見，不失本念，名為報身。

何名千百億化身？若不思萬法，性本如空，一念思量，名為變化。……念念起惡，常行惡道，回一念善，智慧即生，此名自性化身佛。

教內通常說禪宗是難行道，靠自力，非常辛苦，不如他宗，尤其不如淨土宗。但是淨土宗有九品蓮花台的施設，還是要當事人在這世界累積功德，

隨其福德因緣而往生，仍然不是「白吃的午餐」。

禪宗的難行道反而更能勉勵自己、激勵自己。所謂十法界是根據當事人的心靈內涵而定的，神佛不能隨意打折扣的，祂們還是要維護因果律的，祂們沒有特權。學法的人，不論任何宗教，都要清楚這個鐵則。

三身本來就是一身，〈疑問品〉：「心是地，性是王，王居心地上；性在，王在；性去，王無。性在，身心存；性去，身心壞。佛向性中作，莫向身外求。」所以說「自性具三身」，而「發明成四智」，重點在第六識與第七識，因為「五八六七果因轉」，六識與七識是轉識成智的關鍵；尤其第七識，必須「若於轉處不留情，繁興永處那伽定」。第七識就是我執與法執。

無我執，則人人可親；無法執，則心地光明，出言吐句莫非蓮花，大家皆受清涼。凡拜謁 耕雲導師、聽 導師講詞的人都有這些覺受，豈不是「清淨法身」，而感到「法身覺了無一物」嗎？

總之，七識頭上一把刀，是修法的切要處！智通領會法要，不再懷疑，乃讚嘆：「三身元我體，四智本心明，身智融無礙，應物任隨形」！禪行重即知即行，又得一證明。

## 五、我與末那耶識

古德有偈：「學道之人不識真，只為從來認識神；無量劫來生死本，痴人喚作本來人。」

識神就是末那耶識，也就是業識，它「不僅是構成種種人格的素材，而且也是一切妖魔、鬼神或靈魂的前身。承受變異生死、分段生死的是它，生死死生，不停地在改頭換面的也是它。」(摘自《觀潮隨筆》第三輯，禪垢〈生死本〉)

玄奘菩薩在〈八識規矩頌〉說它：「恆審思量我相隨，有情日夜鎮昏迷；四惑八大相應起，六轉呼為染淨依。」前眼耳鼻舌身意六根輾轉而生起之識，依此而生，吾我為執，所以去我執的對象就是要清淨此識；由小我而大我，由私我而公我，並不是要把這個識殺掉。前六識完全由它作主，才稱為染淨依。

玄奘大師又說：「極喜初心平等性，無功用行我恆摧，如來現起他受用，十地菩薩所被機。」要到初極喜地，分別我法二執種子才能斷掉，才是「平等性智」露頭的時候。

至第八不動地，第二位轉智，藉無功用行，任運將此識之我執種子，恆常摧毀，不復增長。恩師一再強調觀心、反省是修行道上隨時用功的課題。粗的無明容易發現摧毀；但細的無明是俱生無明，累劫的業識根株很深，必須在離執禪定中進行，深切地發現那個根株，粗心是很難發現的。這一點非常重要，不在離執禪定中反省，只得表面意識反省，反而落在我執中反省，愈反省愈覺得我對，別人不對，那就不是反省，是自大，只增強了我執。

六祖也說過：「他非我不非，我非自有過」，是在提醒我們——指責對方過錯，表面上看來很自然，也很合理，但在離執禪定中，我們會發現菩提自性本來清淨；產生這些是非的相對觀念，其實就是我執的末那耶識在發動，我們的藏識還累積著很多的無始無明，借境把這些種子萌芽的；所以六祖才說：「若真修道人，不見世間過，若見他人非，自非卻是左」，寓意深遠，不仔細思量，不容易發現這裡面的曲折。

妙觀察智究竟圓成於入如來地，七識所轉之平等性智亦復成就；至此，

「成所作智同圓鏡」，才真入不二法門。 恩師勉勵我們：要將不二法門多加延伸、體會與實踐，特別舉示自他不二、理事不二……等等，要在這裡連貫發揮。

前面談到「恆審思量我相隨，有情日夜鎮昏迷」；「我」，可愛亦復可怕在此。所以 恩師又在〈垛生招箭〉中說：「末那起執，妄豎吾我。主觀執著既起，是非隨之紛然，總總欣厭取捨……汨沒性靈，昧卻本來，頭出頭沒，輪迴不息……其始亦只是一念無明，妄心起念，念念相續，剎那生滅，終而墮無常，竟不自覺……蓋以八風鼓煽，盡隨它轉，何有半點自由分？」（《觀潮隨筆》第二輯，法塵〈垛生招箭〉）

我們描寫這個世界是人類意識構成的虛擬世界，就因為每個人的末那耶識，千絲萬縷地築構了一個密密綿綿的意識世界，稱它為文明、時尚、進化……又透過各種交流，產生了世界是平的現象；其實只是在時空中反映了某個時代人類的意識活動，牽制了人類的活動，也引導了人類的活動。到底要走向什麼樣的未來，幾乎大家都茫茫然的，每天只好加速腳步，無可奈何地跟著潮流而走，什麼都迷失了，最後只剩下金錢與貪婪。

我們生活在這個世界，當然要運用意識，從唯識學與玄奘菩薩、六祖的言教，我們可以將智識分為表層意識與潛在意識，兩者的互動就是意識學，有待各界關心人類前途的人去研究。意識學也必定成為二十一世紀的顯學，尤其意識學與量子力學的結合，將開拓人類的視野。

先師 耕雲先生在一次座談會中，就弟子提出的中道之義，特別提出四個意識，謹錄如下：

第一個睡眠意識。比方說我們睡覺有睡眠意識，不是作夢，要不然就是無記，但是意識在，意識若不在，那就是死人了……。

第二個相對意識。人醒了就是相對意識，什麼都是相對的，人我、得失、是非、好惡……一切都離不開二元的相對意識。

第三種意識就是獨我意識。把自己的心卓然獨立於物外，不與萬法為侶。很多人以為這就是到家了，這是第三步，不要弄錯了。等到你卓然不與萬

法為侶，只有自覺，這個叫獨我意識。

第四種意識叫無我意識，也叫客觀意識。……一切存在都是我，無處不是我，處處都是我，所以「如來正遍知」。(《耕雲解惑錄》第一集，〈「成佛作祖的方法」會後解惑·十八〉)

以上四個意識希望能夠引起大家更深入的研究，這是唯識中非常重要的延伸。通常研究佛學或參研禪道，很容易停留在第三個意識上，師家難免、學者難免。禪所以要參禪，必定要在明眼師家的指導下突破這個意識，不能讓弟子突破這個意識的，都只是文字禪、野狐禪而已。

但是 耕雲老師特別強調：

人到了尼爾巴拿（涅槃）的時候，才是真正的無我意識～客觀意識……。涅槃的時候，那只有客觀意識了，其他的三樣意識都丟掉了。但是人沒有到涅槃以前，我們活在這個現象界……醒著的時候，我們要帶著一點睡眠意識；當我們獨我意識完成以後，我們又涵攝、包容了相對意識；當我們安祥到某種程度，見性以後，認得真我。哪個是真我？知道了那是原本的本心原態，然後這個真我又涵攝、包容了獨我意識。這樣的相互沖淡的結果，就變成了中道，這個中道是甚麼呢？就是安祥。(同前)

唯識學所研究的內涵與當代心理學或認知心理學只有部份相同，它超越了群體心理學，也超越了神學，非常精微；它牽涉到生命的輪迴現象，也牽涉到宇宙生命學，如果以為是神秘學或不符合實證科學而揚棄，將是人類文化上的大損失。因此在研究的時候要特別地慎重，盡量客觀地陳述以供後起之秀參考。

## 六、轉識成智的智是什麼

轉識成智的智不是智慧 ( wisdom )，以為是「智慧」，這是常人的錯覺。我們所說的智慧是世智辯聰，聰明才智，有智慧解決問題，其實這些都是「識」，是表層意識；從現實社會中學習得到的知識、能力、經驗，仍然是根塵相對產生的法塵。

我們可以看到某些大師侃侃而談佛法，甚至涉及政治、藝術、心靈、環保……等等，嚴格說來都是法塵，都是俗世的學問，對現實生活也許有用，但不能視為正覺的智慧。

佛教所講的智慧是般若，通常只保留讀音而不譯，勉強譯為智慧，易造成錯覺。般若是內心光明的智照，不與萬法為侶的。《心經》云：「三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提」，是正等正覺。

什麼是正覺？是正確的覺受～「五蘊皆空」，保持一顆「廓然大公」的本心，不將不迎；一落識田，才有什麼政治、藝術……等，翻天覆地的五味雜陳。既然五蘊皆空，他的心態是憨憨的一直心，猶如赤子，怎麼會一天到晚找人談道理、談佛法呢？頂多為人去黏解縛而已。

這點非常重要，佛教是心靈淨化的工程，不是聰利的訓練課程，愈要表現無所不知，愈彰顯他的我慢自大而已。

所以法相宗才要「轉前五識為成所作智，轉第六識為妙觀察智，轉第七識為平等性智，轉第八識為大圓鏡智」，這樣，第六識就變成很好的工具，「真（性）空妙有」，識不離智了。識智本來不二，端在「轉處不留情」，不留情識，匪歸佛性，而得「繁興永處那伽定」。

如何用功？

行深般若。六祖說：「我此法門，從一般若生八萬四千智慧。何以故？為世人有八萬四千塵勞。若無塵勞，智慧常現，不離自性……用自真如性，以智慧觀照，於一切法不取不捨，即是見性成佛道。」（〈般若品〉）

他又在〈付囑品〉說：

若欲成就種智，須達一相三昧、一行三昧。若於一切處而不住相，於彼相

中不生憎愛，亦無取捨，不念利益成壞等事，安閒恬靜，虛融澹泊，此名「一相三昧」。若於一切處，行住坐臥，純一直心，不動道場，真成淨土，此名「一行三昧」。

禪宗的禪定是貫徹在行住坐臥四威儀中的圓定，就能「但淨本心，使六識出六門，於六塵中無染無雜，來去自由，通用無滯。」這也是目前教內談禪說道的人摸不到的頭緒，因為他們長期習慣於打坐的定境，分不清楚此禪定非彼禪定。

禪不是道理，是轉化氣質後的法的現量！

當一切識匯歸佛性後，才能真如起用，通用無滯，以宇宙心過活實際的人生。

我們經常說心靈淨化，提高心靈層次，著眼點在第七識的轉為平等性智，就是所謂「民胞物與」的胸懷。當我們視萬物為一體的時候，宗教的情懷與人性的情懷才能互攝、互融，打破人我之間的界限，走向大同的理想世界。

所以我們才說：轉識成智的智是內心正覺產生的真慈悲，而後才能善用「識」來服務社會，捐私見、去私欲，光風霽月。不是要把識滅掉，識是生命活動的依靠，不能滅掉的，沒有識形同枯木岩石，那是不知不覺的物化了！

識沒有什麼過錯，它依靠人的取執或取般若，而有不同內涵。

## 七、參話頭優於默照禪

參話頭與默照禪要在什麼基礎上做比較及論述呢？

參話頭不是禪，只是參禪的方法。

禪必須參，捨參就不能悟道，而參必須觀心。

觀心法門是參禪的重要門徑。《楞伽經》及《六祖法寶壇經》、達摩大師的〈破相論〉都有詳細的說明。近代有名的禪宗大德劉洙源居士，特別強調觀心，著有《佛法要領》。

所謂直指人心，也要學人能夠迴光返照的觀心才有正受用，故禪是心地法門，捨觀心是無法參禪的。

唐宋以前，社會環境單純，人心猛利，所以在禪師的一言半句或棒喝交馳中，一觀心即能見性，根器優良，《燈錄》留下了很多的例證。

後來的人根器陋劣了，對世俗的興趣濃於出世的追索，妄念紛雜，棒喝等作略失去了功用；參公案又變成解釋公案、玩弄公案，拈提不休，把它當著一門學問，又唱又拈，丟失了參禪的作用；又不觀心用功，儘管在打坐上提妄想、練心練身，甚至於要把身體忘掉，重回印度教早期的冥想，炒炒四禪八定的冷飯，於是祖師又開參話頭的方便法門，用心良苦。

話頭就是一句話「還沒有出口之前是什麼？」

參禪是參透「父母未生下我們之前，我們是什麼？」可以簡略地約束為：「一個生下來的小孩，還沒有受到社會化的時候，有什麼樣的心行？」  
「一個人還沒有學會一句話之前，是什麼心行？」  
「理未萌、事未生時是什麼？」

參話頭是拿一句話，讓我們無法解釋，梗在心頭上：吐，吐不出來；啃，啃不下去。這樣橫在心頭，放不掉、解不開，就像一個「疑團」擠在心頭，用盡辦法也要解開它，偏偏就是解不開。

這句話擺在心頭，形成一個堅固的疑團，彷彿天各一方的情人，心頭放不下那個戀情思意，除非重逢，瞬間開解，否則終是牽腸掛肚。

平常我們想念紛飛，一刻不停，好像葫蘆漂在河流上，隨波逐流，永不停歇。要凝心專注，得要一個命題，非常急迫的命題，排除掉其他的念頭，可以專心地照顧這句話頭。

例如：「生從何來？」這個命題是每一個人遲早都會升起的大疑問。人生有什麼意義？看前朝英雄豪傑，哪一個不是躺在大地上，留下一堆枯骨而已？我們亦然，歲月無情，幾十年後，哪個人不是步向相同的歸宿？什麼生從何來？死將何去？是人類亙古以來盤踞心頭的大疑問，要把這命題解開心才安，這就是參禪，參這句話叫做參話頭。

參話頭要會選命題，不然是白參的。例如僧問趙州：「聽說你的師父是南泉禪師。」趙州答：「鎮州出大蘿蔔」，這是幽默話，鎮州出產的蘿蔔大又甜，大家皆知。我是南泉弟子也是盡人皆知。參透了只贏得一場哈哈大笑而已。

又例如僧人拜謁趙州，趙州向他說：「吃茶去！」很多人拿來當話頭參，力量很難堅厚。因為吃茶去，會讓心思旁騖，聯想到吃什麼茶？龍井？普洱？烏龍？又聯想到茶點……，這樣心思就散了，不能形成疑團了。話題要選讓自己形成疑團的就是好話題，不能形成疑團的，別拿來參。

話頭一旦深入心頭變成牢不可破的疑團，這個人變成如痴如呆，痛苦煎熬，只想打破疑團，偏偏打不破。等於將紛飛的念頭束約在這個話頭焦點上，形成獨頭意識，人不像人，只顧這個話頭，是非常非常痛苦的。

這種例子在《續指月錄》很多，請參看。

疑團難破，只有觸機遇緣而打破，自己是不能打破的。例如虛雲和尚抱個話頭不散，開靜時有人倒開水，濺到手，手一散，杯子撲落地，碰的一聲，他的獨頭意識就這樣打破了，只留下客觀的朗朗意識，他一迴光返照就觸機開悟了。

疑團難破，師長是過來人，覷得時點，一喝喝散獨頭意識；或則一棒下來，打得學人獨頭意識粉碎，學人在傻呼呼中回頭轉腦，證悟了客觀意識。

這個意識就是真正的话頭，一句話未說出口之前的心態，千聖所證。

所以參話頭是借重一句話，形成疑團的獨頭意識，在觸機逢緣中粉碎，而呈現出客觀意識，這才是真正的「話頭」，頗有以楔出楔的妙用。

這個方法是黃龍惠南禪師提出的。

草堂善清參風幡公案，久久不能透。他跑去請問黃龍師父。黃龍向他說：「你看過貓捕鼠嗎？貓兒看見老鼠出洞，他就四足踞地，目睛不瞬，諸

根順向，首尾一直，然後覷機一動，立刻可以抓到老鼠。你看公案，要學這隻貓，心無異緣，六根自靜，默然而究，才能萬無一失。」

善清就相信了這方法，心無旁騖地抱著風幡公案不放，一年多後忽然契悟，嘆道：「夜來明月上高樓，元來只是這個賊。」

為什麼稱為賊呢？因為「這個」本來就藏在身上，不容易發現，躲得隱密；除非破了獨頭意識，它是跑不出來的。

後來大慧宗杲大力提倡，終於形成元、明、清三朝最契機的參禪方法，開悟的頗有其人，廣及越南、韓國及日本。

現代的社會非常複雜，競爭激烈，加以資本主義不當的思維；在物競天擇的信念中，人類愈迷失，愈沒有辦法集中精神參話頭了。所以說，參話頭只能留給神職人員，他們外護多，心可以無旁騖，專心辦道；至於一般人，恐怕很難運用了。

《默照》一書提到禪法可分做兩類：「一是六祖惠能及早期禪宗祖師們所揭示的『直指』，不用任何觀法，頓斷煩惱，頓悟自性，那便是不立文字，教外別傳，無何依附，不假修行，自然天成的。……第二類的參話頭、參公案。話頭與公案，是用來堵塞偷心和妄情的，有人終身抱定一句話頭，參問下去，猶如念佛法門之抱定一句佛號。」( P.139-140 )，語意模糊，不能不分辨如下：

直指是禪宗的特殊作略，禪師不引經據典，因那是論師的工作，而直接說破；或假借各種舉措，如：棒喝、豎指、乾屎橛……等，非文字理論來啟發學人的自性。學人平常要有求道的迫切動機，心中感到不安寧，欲平之而後甘心。師徒相遇，瞬間以非文字手段讓學人截斷妄念，故稱教外別傳。

雖然沒有什麼設施，例如觀法的訓練；但禪宗重視心地，學人還是要經常觀心，多少知道心緒的紊亂，難以平息，否則無法迴光返照。直指、觀心頗契上法，唐宋時期因之悟道的人很多。觀心法門見於《楞伽經》。

參話頭已有本文說明，茲不贅言。參話頭也是一種止觀的作略。以一話頭而阻斷其他的念頭，即相當於止，獨頭意識是初止；抱話頭而形成疑團，當然就是觀，等到觸機遇緣，獨頭意識碎為客觀意識，這個過程要觀得清楚明白，才能回頭轉腦，這個部份最切要。因此，參話頭和念佛法門

不同。後來永明的自性彌陀受到重視，加上「看念佛的是誰？」則又有參話頭的味道，稱為禪淨雙修。

禪淨雙修之後，悟道的人少了，天眾遠離了，禪宗也沒落了。淨宗不只盛行，還將其他的法門，無論華嚴、天台、唯識……等等也收納了，大家選擇最簡易的念佛法門，一門獨行，佛教顯得死氣沉沉。

參話頭非常困難，條件嚴苛，心行猛利，絕對無法普機，是末法時期禪法的最後一棒。期望有志禪道的人，參考現況而發明新的門庭設施，以挽狂瀾。君不見，禪淨雙修或禪七一出現，見性開悟真是鳳毛麟角了！虛雲和尚每一次被邀，一定直說直破，而且呼籲學人戮力參話頭，但禪七有禪七的規則，頗不適合全身投入的參話頭，現在連參話頭這個作略也斷了煙火，令人唏噓！

總之，參話頭是參禪的有效方法，不是禪；悟後起修，絕對離不開觀心法門，多參照《信心銘》、《六祖壇經》、《金剛經》及臨濟的〈三玄三要〉、普明的〈牧牛圖頌〉……等，上上精進，直到破除牢關。最要，最要！至於默照禪的弊病，大慧宗杲早已講得清清楚楚，它不是好的參禪方法，因為默照不是直指，容易陷入黑山鬼窟，所以後來日僧道之改為「只管打坐」，上承石霜慶諸的禪法，亦有成就者，非本文所涉。

## 八、般若證智是學佛首先要解決的大前提

禪宗的特色是不以佛學名相詮釋義理，只用簡單的民間的俚語，直接說出佛法的精義，用現在的話講，就是運用當時民間的語言說明佛法。

這有一個前提：佛法或任何正派宗教所傳播的理念，應該能深入民間而觸動人心的，不應該帶著神秘的色彩。印順在《般若波羅蜜多心經講記》對真理有這樣的條件定義：

凡是真理要合乎三個定義：一、凡是真理，必定是本來如此的；二、又必定是必然如此的；三、還必是普遍如此的，……這近於哲學者所說的「最一般的」或「最哲學的哲學」。但哲學家所說的，由於推論、假定，或由於定境，與佛法不同；佛法是佛陀及其弟子們以般若親自證得的。（《般若經講記·般若波羅蜜多心經講記》，頁161）

這段話的前半段是追求真理的人，應該牢牢記住的原則~追求真理的人至少要有哲學家的愛智動力，探討一個原本的，才是普遍的，而且是必然的，可以透過實驗證實的，也是歷劫不亡的。

原來就沒有人類，有什麼理可說？原本沒有宇宙、銀河系，有什麼事可立？無一理可據，無一事可依，到底什麼才是的？這才是愛智的精神，也是參禪的精神。

禪不叫你打坐冥想，把一念空掉了，把自己和虛空融和在一起；是要集中精神、理智在這裡用心。70年代提倡現代禪的李元松居士，本是一貫道教授師，有一天提出問題：如果萬靈都從母娘——萬靈之源產生出來的，那麼母娘又從什麼地方產生呢？大家告訴他：母娘是至高無上的，人類的智慧那麼微小，不可能探測到的，就如我們不能探測佛的智慧有多高一樣。

這是壓制性的答案，他當然不能心服，反而引起他到處參訪的動機。

本來是虔誠天主教徒的葉曼女士，一天突然發起一疑：上帝如果是全能全知的，為什麼會創造出卑污心靈的人類，你爭我奪呢？伊甸園本來清淨無染，為什麼上帝會讓惡蛇引誘亞當、夏娃犯罪呢？

無法釋懷的反覆思索，引起她向南懷瑾居士參訪，經過一番身心的淘洗，而有一條讓她可信賴的道路。

我們不是懷疑一貫道或天主教，但是大家不敢像這兩人一般，勇於向

權威懷疑。如果把謎題搞通了，他們會很清楚明白母娘或天主的特殊涵義。

無理可說、無事可立的元本是什麼呢？

要有「千萬人吾往矣」的精神去探索呀！可惜李元松居士只找到了「傾宇宙之力活在當下」的答案，他不知道這仍然是強力壓制意識心產生的「不疑」，沒有把「什麼是原來」搞清楚。葉曼女士在身心的變化中獲得世事如幻的感受，她可以很快地達到如夢如幻的境界，並於生活中無處不在地以佛經印證她的心得；但是她不了解什麼才是「真空」？什麼才是「妙有」？

他們都沒有找到原本的而且普遍的，他們只找到特殊的、個人化的東西。

教界也一樣一律以空、空性、空性智慧稱為畢竟空，主張一切放下，這個放下一切的念頭卻經常盤繞在心頭，都是意識上的空，那是幻空，甚至是死寂的空，是頑空，把空概念化了。

如果是空，為什麼有這個世界？為什麼有人類？

印順法師對空又做了睿智的解答：

我們要了解空，須從這三方面去解釋：一、世間沒有「不變性」的東西，這就是諸行無常。諸法既沒有不變性，所以都是無常變化的。從否定不變性說，即是空。二、世間沒有「獨存性」的東西，一切事物都是因緣假合，小至微塵，大至宇宙，都是沒有獨存性的，所以無我。從否定獨存性說，也即是空。三、世間沒有「實有性」的東西……實在性不可得，也即是空。  
(同前，頁 160)

中國人有獨特的慧眼，所以能將禪宗發揚光大。除了佛法具有深邃的智性，顯現平實普遍的道理，還因為《易經》與《中庸》在中國文化園地，早就開發了燦爛的花朵，讓禪宗如大樹般的茁壯，《老》、《莊》、《易》、《庸》雖然不是佛學，但非常契近佛學，禪宗才能相得益彰。

印順上述的真理和空，就是禪宗參禪的主要課題。參禪必須以這兩個前提獲得圓滿的解決才能破參，也才是開悟。

禪宗所有公案，都是祖師們在適當時期，讓學人劃破意識與思慮的枷鎖而證的。也許透過參話頭而將獨頭意識爆破，或獲得祖師的印心，然還是在綿綿密密的保任中突破上述兩個問題，如果不是這樣努力，雖「知

有」而不能「百尺竿頭重進步」，將永遠在解脫深坑醉得不省人事。

非常遺憾的是，印順法師沒有教人在這兩條路用功，卻轉個彎，要大家「以般若親自證得」。

於是就產生了什麼是般若的問題了。他在本文說：

般若慧是從深刻地體驗真理所得到的，如釋迦佛在菩提樹下，因獲得了體驗真理的智慧而成佛。(同前，頁 153)

佛法中所講的般若，主要是特殊的。佛、菩薩、羅漢都有此智慧，不過佛菩薩的心量大，智慧也大些。(同前，頁 155)

般若是最高的智慧，其內容深細難了，由於般若的最高智慧，才能親證宇宙人生的根本真理。(同前，頁 155)

他所說的般若是甚深的智慧，而智慧是抽象的概念，雖然在心行上可以表現出來，但是無法衡量。於是，般若變成了名相，名相的認識或體驗，會因個人的差異而不同。不論是由經典的研讀所獲得的智慧呢？還是依據日常生活中體驗真理的智慧？他都忽略掉。

法師這個看法自然會引導大家鑽研經典，這也是造成今日佛學興盛的原因。從教入宗本來是存在的，但是這條路很難走，必須走到理盡而源出，窮理達本源，因為道理的盡處無道理。

四川大學的劉洙源教授鑽研大乘經典，最後從觀心的理路實踐起，終於打破無明，所以對人啟迪，要人仔細觀心，直接從心地下功夫，不多涉獵經典。

還有太虛大師，他談到在西方寺看《大般若經》的時候，「身心漸漸凝定，一日，閱經次，忽然失卻身心世界，泯然空寂中靈光湛湛，無數塵刹煥然炳現，如凌虛影像，明照無邊。座經數小時，如彈指頃，歷好多日身心猶在輕清安悅中……從此，我以前禪錄上的疑團一概冰釋，心智透脫無滯；曾學過的台、賢、相宗，以及世間文字，亦隨心活用，悟解非凡。」(《太虛大師年譜·光緒 33 年》，大師 19 歲，下引自傳(三))這樣的大德，以後翻開經典也不過引用證明心地上的證悟。這也是《金剛經》所說的：「無我相、人相、眾生相、壽者相」的主題重現。

我們必須先證得般若智慧，而不是以般若來證得佛陀的心法。也就是

說，般若就是佛心，就是宇宙的真理，生命的共相，涅槃的呈露。佛教各門各派都以破參為首務，都以見性為起點。見性就是般若的發露，沒有這個經驗談佛法是虛的，只落到佛學的範疇，當代的很多有名的禪師都不能倖免。

印順法師這個佛學思想早就成型了，在《心經講記》前五年，他在《金剛經講記》中談到「二道即五種菩提」。大致如下：

《金剛經》初由須菩提問佛：「發阿耨多羅三藐三菩提心，應云何住，云何降伏其心？」佛陀解釋後，須菩提再提問一次，佛陀所答大致相同。大般若經有兩番囑累，《智論》說：「先囑累者，為說般若波羅蜜體竟；今以說令眾生得是般若方便竟，囑累」；智者據此判本經之初問初答為般若道，後問後答為方便道。印順法師在此，下了「此二道的分判，極好」的結論，可見他是完全採納的。（《般若經講記》，頁16）

二道即為五種菩提：發心菩提、伏心菩提、明心菩提、出到菩提及究竟菩提。他就明心菩提提示：「折服粗煩惱後，進而切實修習止觀，斷一切煩惱，徹證離相菩提～實相，所以名為明心菩提……望前般若道說，是證悟；望後方便道說，是發心。前發心菩提，是發世俗菩提心；而明心菩提是發勝義菩提心。」（同前，頁17）

這種分判不但繁瑣而且明明告訴，他的佛學思想就是漸門，就是止觀。

就禪宗來講，虔誠如法讀誦《金剛經》亦得見性，馬上發勝義菩提心，這在《壇經》講得明明白白，後來很多人也因讀誦《金剛經》而開悟的。禪宗和教門就有這麼明顯的差別。德山宣鑒禪師悟道的因緣就是最好的例證，禪宗走「直指人心」的道路是法界的恩寵，要好好重視它。

禪貴參，參須參天地未形前之本來面目！

安祥禪是當今最理智的禪道。

## 九、參禪要有嚴肅的心態

破參是參禪人夢寐以求的大事。

破參就是明心，也是一般所說的開悟。

開悟是打開了我們自己的心窗，一切生命的源頭活水就這麼明朗地呈現出來，那是真實不虛的摩訶般若，我們能夠掌握這個源頭，心自然無罣礙，就是明心。我們再也不會被這世界幻化所迷惑，獲得自由自在，獲得大智慧，從此擁抱著高層次的心靈狀態，隨順世緣地過活人生，這才是大逍遙！

這段過程是「認祖歸宗」，從而喚起生命的覺醒。

佛者，覺也。根本理趣是心靈淨化的返本還原，這樣，才「光明寂照遍河沙，凡聖含靈共我家」；這樣才是「一性圓通一切性，一法遍含一切法」；這樣才是「不用神仙真秘訣，直教枯木放花開」。

這種親切的覺受，明明白白地呈現在心鏡上，一覽無餘，才是開悟，才是明心，才是生命覺醒的曙光。

要破參必須參禪，參禪活動的兩個前題是：為打破生命的奧秘以獲得永恆的自由，即為眾生而參禪；必須勇於承認自己的愚昧與墮落，時時提醒自己反省並懺悔，避免貢高我慢。

有了這種正面的心態，然後閱讀經典或擇師追隨，無論打坐、歇心、觀照或升明點或擇師追隨，一段時間後，會發現怎麼也找不到真實的用處，打不破生死困惑，雖然有那麼點法喜，總是作不了主人，隨時在妄念與境緣中迷失自己，這才好參禪。

參是追索探討，禪是生命的源頭活水，摩訶般若若能親切地證實祂的存在，肯定地把握到祂就在我們身上，明白世尊說的：「眾生皆有如來智慧德相」，真實不虛。

最幸運的當然能碰到有大成就的師父，祂可以傳心給你，覲面相呈，免了許多年的追尋，但機緣難得，除非福慧俱足，又值大成就的師父駐世，你又肯放下一切追隨。

再來就是詳讀《六祖壇經》。這部經是中國出家人開演佛法，被稱為經

典的唯一一部經，等同世尊宣說。經通常代表世尊金口所宣講的結果，非世尊所宣說的只能說是論，可見《壇經》的地位。

《壇經》把《金剛經》的內容發揮得淋漓盡致，把摩訶般若的真實內容如實地透露出來，如果誠信俱足，受到薰染也可以打開心窗。

《壇經》是中華禪的法要，祂讓一花開五葉，漚仰、臨濟、法眼、洞曹及雲門等五宗，都是六祖的子子孫孫，一千多年來成全成千的禪德，蔚為世界最有心靈救濟功效的法門，都從《壇經》來的，沒有六祖，就沒有中華禪。

《壇經》把開悟後如何修行講得清清楚楚，未悟的人也可以依之而行，種下福根，等待緣熟，碰到善知識互相切磋，可以獲得很大的法益。所以《壇經》的每一句、每一字都要下苦工鑽研，化為生活行動的指針。

當然，如果能參訪禪德大師，當面請益，以破懸疑更佳。如何知道他們是真正的禪師？很簡單，能夠把《壇經》法要，提綱挈領地引導你的，就是大善知識。你的提問，他們都可以像〈機緣品〉那樣隨問隨破，單刀直入的，就是要好好追隨的善知識。如果支支吾吾，要你打坐、觀心、歇念、拜佛、持明等，他們或許有某些法門的成就，但絕對不是禪宗的大門戶，逗留無益。

參話頭是從參公案而來的，不需善知識的當面提持，只要有好的條件，不計歲月，擇一話頭而參，在機緣成熟時由明眼師父的一言一棒中打散無始無明，即可開悟。當代還沒有這種作略的禪風，都是隨興之作，不學也罷。

參公案完全掌握在師父的手上，你有公案要參，如何參？如何選公案？師父要怎樣啟發呢？都需要詳細的規劃。不然，像目前禪堂隨眾打坐，師父突來心血地拈提公案，那是花樣而已。真正的師父會安排一種情境或前置作業，等待機緣成熟，以迅雷而下的手段讓參禪人破參；不是突然拉你一把，說你一句，那是放牛吃草，開玩笑的參禪。

破參是一種特殊的心靈狀態，非常微妙。

你要知道什麼不是破參，什麼不是開悟，才不會被流俗阿師所欺瞞。

當你打坐打得非常專注，身心漸入寧靜，常常有一種舒服的境界，擺

開俗事的糾纏，這是一種修練瑜伽，非開悟，但對身心的健康有幫助。

有些師父搬來四禪八定的作業，很詳細地敘述內容，讓人羨慕得不得了，但如何打坐也沒有辦法達到那個境界，什麼非空想定等，那些是共外道禪定，不是禪宗的禪定。

有些人講究轉輪穴，說什麼轉地水火風等，稱為轉識成智；有些人又強調大小周天、開明點、升拙火，甚至大手印，各有其緒，但盡非禪宗，不可混淆。

如果你悟了什麼道理，把這個道理引申活用，覺得不錯，那也不是禪宗的開悟，那是宋明理學的專長，也是現代學術的「突破」或「靈感」，固然可貴，與禪宗無涉。牢執這個道理不放，這是「死在句下」，這是「一句合頭語，千年繫驢橛」。

總然獲得傳心，也不是大事了畢，還必須參，參什麼？參什麼才是沒有宇宙以前的存在？參妄念從哪裡來？參生命的真諦？如果一直把持著空朗不放，盡了心保任，依然是能入佛而不能入魔。

《五燈會元·卷十九》：「(五祖演)至白雲(守端)，遂舉僧問南泉摩尼珠話，請問。雲叱之，師領悟，獻投機偈曰：『山前一片閒田地，叉手叮嚀問祖翁；幾度賣來還自買，為憐松竹引清風。』雲特印可，令掌磨事。」

這一公案描寫五祖山法演禪師去參訪白雲守端，請教當年雲際參問南泉「摩尼珠」之語一事。時終南山雲際禪師在南泉座下參禪，問起《證道歌》裡的一句話：「『摩尼珠人不識，如來藏裡親收得』，如何是藏？」南泉云：「與汝來往者是藏。」師云：「不來往者如何？」南泉云：「亦是藏。」又問：「如何是珠？」南泉召云：「師祖！」師應諾。南泉云：「去！汝不會我語。」師從此信入。

雲際向南泉參摩尼珠與如來藏的關係，如果是一般論師，那一定會引經據典詳細說明，可是南泉禪師卻硬塞給他鐵饅頭咬，最後一句：你不會我話，卻讓雲際開悟。

法演不懂這個公案，也來向白雲守端參問，白雲也是塞給他一個鐵饅頭，嚼吐都不是，卻也開悟了。

怎麼知道他開悟？

一句話：「山前一片閒田地」，這是開悟的回應。

這句話沒有什麼道理，只是一個心靈的震撼的自然呈現。這是禪宗的單刀直入，不立文字，要什麼打坐煉心那些鬼玩意兒呢？

公案沒有完結。

未幾，雲至，語師曰：「有數禪客自廬山來，皆有悟入處。教伊說，亦說得有來由；舉因緣問伊，亦明得；教伊下語，亦下得。只是未在。」

師於是大疑，私自計曰：「既悟了，說亦說得，明亦明得，如何卻未在？」遂參究累日，忽然省悟，從前竇惜，一時放下。走見白雲，雲為之手舞足蹈，師亦一笑而已。師後曰：「吾因茲，出一身白汗，便明得下載清風。」（《五燈會元·卷十九》）

可見見性、開悟只是初關，還得繼續參，參到毫無疑惑。法演禪師後說出真情：當時嚇了一身白汗。為什麼？他領會到滯於半途的可怕；悟後起修的工夫，不能中斷，如果那片閒田地任風吹雨曬，難免荒廢，必須勤加剷絕習性與無始無明，從事心靈重建工程，才能遍植松竹，讓心田永享清風徐來，而得自在。

他在行動上讓參禪人認識「不疑不悟，小疑小悟，大疑大悟」的重要。參是一種嚴肅的工作，工夫要深，不可輕易、疏忽，否則，守座破草屋，度過一生，不可憐嗎？

總之，參禪人要勤誦《金剛經》以開智慧，即相離相；詳讀《六祖法寶壇經》以增加辨析能力，深探修行方法；間或詳閱各種燈錄，以明祖師傳法法要；精研《法華經》、《楞嚴經》及《圓覺經》庶免被雜說所惑。

一花開五葉，禪門五家七派盡出曹溪，不尊重六祖甚或曲解六祖之人，大率背此大法而擅自增減，或者加入己意，致使參禪已淪於支離破碎，間雜外道、密法，懵然無知。

不隨之起舞才是！

### 【附錄】

一、 恩師於〈摩訶般若的要義與入門〉叮嚀：我們修行必須讀《金剛經》，不管它是什麼意思，不要分別它，從頭到尾把它讀完，經一合，反觀自己的心是什麼樣的感受？……佛說到「阿耨多羅三藐三菩提」就是「無上正等正覺」，完全等於正覺的心，也就是正確的覺受，而且經典上常常講

到「正受」……讀《金剛經》，一口氣從開始讀到最後，持之以恆，心態就會一天一天的進步。

二、 恩師於〈禪、禪學與學禪〉指示弟子：我們看《指月錄》、《五燈會元》等禪語錄，一句也看不懂。什麼是祖師西來意？麻三斤？庭前柏樹子？不懂。它從什麼地方演化來呢？從《六祖壇經》……讀《六祖壇經》，不但要會背，而且要一句一句地把它消化，有一句不明白，就要問，一定要徹底明白。

三、 恩師又於〈真我與禪定〉中說：一部《心經》就完全是我們心的素描，對待任何人，只要用心如鏡，保持本心的一塵不染，就能時時擁有心的喜悅和安祥，就能保持生命力的通暢，就能度一切苦厄，產生光明祥和的輻射，使周遭的環境也呈現安祥和祥和。



## 十、正心行正法

綜覽世界上所有正統的宗教，無不在強調心靈的淨化，佛教亦然，「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教」。所謂十法界，以什麼為區別的標準？當然是心靈狀態。所謂十地菩薩，以什麼為衡量的標準？當然是心靈狀態。我們要轉凡成聖，當然要從心靈的淨化著手。

世界上怎麼可能有不做正人君子而可以成聖成佛的？

這個道理是這麼清楚明白，為什麼談到禪宗、開悟、見性，大家反而墮落在神秘的色彩，或者染著嚴重的崇拜信仰，以人為依歸，不以法為依歸，不以心靈淨化為主旨呢？

中國自周朝以來，就有這種人文的宗教觀。

當人不做一個正常的人，就是非人了，非人離背了真心就不是正心。正人有正心，有正心才有正法，一條路下來，清清楚楚，明明白白。

先師 耕雲老師舉揚安祥禪，直接把禪的內涵外舉了。一千多年來，禪宗由盛而衰，到了這個時代，所謂禪師直把禪解釋為打坐至一念不生，或到空性的智慧，或與自然合一，這不是神秘而無法檢驗的信仰嗎？學理派只好說禪是本心、般若、實相、菩提心、涅槃心，就是那麼模糊而不著邊際。

有人說自己開悟了，景致一大篇，道理一大篇，卻不甘於寂寞，千方百計要人家相信他開悟，要指導眾人依照他的方法「禪修」，爭名爭利猶為其次，總在言語中暗示他是偉大的開悟的禪師。問題是，你得到了什麼禪味？你只是一個糊塗的崇拜者，因為你不懂禪，認為那是極為高深的學問或真理。他知道你不懂禪，所以敢唬你，敢伏你而已。

先師打破了千多年來禪宗的禁忌，直言不諱地說安祥是禪的真味道。安祥從什麼地方觀察得到？當然可以從內心的狀態測驗得到，把捉得到。

最近心理學有長足的發展與進步，運用各種方法消除人們的負面情緒，增強正面情緒，增強正值思想，以提高心靈承載能量。

這是最普遍的原理，要從心理著手，才能達到身心的平衡，因為心理不平衡，免疫力降低，情緒紊亂，怎麼會有健康的身體與健全的人格？

為什麼要尋找宗教？

當代心理學可以解決部份心理問題，屬於意識活動部份，但不能解決心靈上的問題，尤其生死問題，況且時空中的意識變化甚大，人類在心理上永遠有解決不了的問題產生，這是人類的宿命。

宗教是人類人文精神創發的最優越資糧。而禪就是人文精神淨化的頂點，也是理性與智性進步的最精微的結晶。試問：當我們徹底了解生命的永恆性，了解生命靈覺的純潔無瑕，我們的心靈當下解脫，生命通暢無礙，那時候，我們還有什麼可罣礙的呢？

這種心靈的救濟法門從「自覺」開始。

佛教的觀心法門，讓我們由不自覺而念起即覺，觀到純熟時，就可以知道念從何來，了解念本來無，進而掌握「念本無念」，當然可以無念而念！

《壇經·定慧品》：

我此法門，從上以來，先立無念為宗……無者無何事？念者念何物？無者無二相，無諸塵勞之心；念者念真如本性。真如即是念之體，念即是真如之用。真如自性起念，非眼耳鼻舌能念。真如有性，所以起念；真如若無，眼耳鼻聲當時即壞。善知識！真如自性起念，六根雖有見聞覺知，不染萬境，而真性常自在。故經云：「能善分別諸法相，於第一義而不動」。

所謂念而無念，即是「長空不礙白雲飛」，就可「事如春夢了無痕」，踏入「過化存神」的階段。於此，才可以明白六祖對志道的真言：

剎那無有生相，剎那無有滅相，更無生滅可滅，是則寂滅現前，當現前時，亦無現前之量，乃謂常樂。(《機緣品·第七》)

由此，可以知道：心理學如何的精密，仍然是生活層面的問題；禪涉及的是生命的問題，這就非現代知識所能涵蓋的了，是值得我們追求的人天極則。

學禪，請從念念做正人君子開始！念念能享有安祥，不必人家來印證，你絕對是開悟的人！

先師又對保任，深化安祥，有一段重要的提醒：

古人對加深安祥，踐行中道，最寶貴的啟示是「截斷兩頭，中間不住」。（《耕雲書箋·示曾生》）

時時不忘去做，骨骼都會起明顯變化，所謂「脫胎換骨」，生活感受當然愈來愈安祥、愈美好！

筆者的體驗是，先從負面想念即起即覺，即覺即改，徹底改掉，讓負面想念愈來愈少；同時，任何事情增加正面想念，正面想念多而負面想念少，成反方向的運動。其中增加正面想念就是反省檢討後，不想過去的種種得失、愛恨、順逆，不為以我為主的私欲而編織未來，自然有積極的情緒產生，熱情洋溢，同理心加強；再來是安祥的甜味——喜悅，自然從胸中汨汨而來，像涓涓細流，散發出幽默的智慧，始知古德為什麼出言吐句都充滿了幽默的情懷，禪宗公案都印證了這股驅之不散的安祥！

太虛大師說：「仰止為佛陀，完成在人格，人成即佛成，是名真現實。」他一生主張「人生佛教」，教人在生活中變化氣質，脫胎換骨，是條康莊大道。無如某些人把它改為「人間佛教」，這一改，究竟法丟了，大家去追人天道了，做慈善事業了。雖然是末法中的好法，可惜丟掉了佛法的根本，實在可惜，如何兩全其美，實堪用心！

## 十一、萬古長空安祥恆在

印心就是見性。所見的本心自性，可以從《楞伽經》或《金剛經》等得到證明；也可以將所悟印證經文，了然明白聖教不是文字遊戲，是可以覺察的心地變化。

很多人說見性是坐到一念不生；看到空，將自己與自然融合……。請問：那是符合《金剛經》、《楞伽經》的哪句？或是符合哪部經典的聖教？宗不離教，沒有經典的印證，豈非十足的外道？

見性依般若經典即是呈露了摩訶般若波羅蜜。般若就在你的心頭，你的心頭上就是一座靈山，世尊拈花，迦葉微笑，多麼親切可愛，哪裡是一念不生呢？二祖向初祖說的不斷滅，也不是一念不生啊！張拙居士悟道偈：「一念不生全體現」，大家只注意到「一念不生」的白色地帶，其實要明明白白那個「全體現」，這才能「光明寂照遍河沙」啊！《金剛經》明明說：「若復有人得聞是經，信心清淨，則生實相，當知是人成就第一希有功德」，實相就是「信心清淨」心。

禪宗的禪定和一般講的禪定不同，教內有人講四禪八定，那是共外道，婆羅門教最擅長了，何勞禪宗？有人以為是九次第定，密宗有這種習定的方法，顯教也有止觀雙運，但那都不是禪宗。《壇經》明明白白說：「外離相即禪，內不亂即定；外禪內定，是為禪定。」又說：「即慧之時定在慧，即定之時慧在定」，定慧等學，一體非二。有些人偏愛戒定慧三無漏學，必須先定後慧，定而能慧，所以不免又落入一般的四禪八定；有人說悟後見道，要再學四禪八定，學神通變化，別樹一幟。絕非禪宗的禪定，辜負了般若的恩寵。

禪宗以「直指人心，見性成佛」為宗旨，前期的楞伽印心，著重在「自覺觀察」及「自覺聖智」，這可以從初祖對二祖慧可祖師的啟迪過程中表現出來。初祖要付法予二祖，問他在「外息諸緣，內心無喘」中是否「斷滅」？二祖回以不斷滅，初祖才印可而付法。

六祖以後著重在金剛印心，祖師對弟子的啟迪是單刀直入的，如揮一把金剛王寶劍，在刀光劍影中將弟子壅塞的心垢斬斷，當面呈露「本來面目」。

有人會以為楞伽印心和金剛印心為二種禪法，這不是把禪分為兩種了嗎？難道世尊甚深微妙法有兩種嗎？當然不是，達摩初祖傳禪的時候，起始於南北朝，到隋朝、唐朝初期，佛法非常昌盛，例如：竺道生的「頓悟成佛論」、嘉祥被稱為中國最偉大的哲學家、智者大師被譽稱東方如來、玄奘大師更高舉唯識學，成立了法相宗。在在顯示了佛教與儒道交融所產生的百花齊放，論義空前繁盛。達摩祖師化繁為簡，又闢「教外別傳，不立文字」，就好像在繁花似錦的花園裡點燃了一束煙火，華光四射，別有風采。

楞伽印心是自覺聖智，完全在心地上用心，主題是不二，消除相對概念而入不二法門，仍然有些從教入宗的影子。金剛印心直接踏上「應無所住而生其心」的寶筏，一超直入如來境。然而悟後起修，還得回歸楞伽的「自覺觀察」與「自覺聖智」，沒有一悟即至佛地的，這裡要清楚。

安祥禪源於祖師禪，所以先師 耕雲老師對弟子家慧說：「我們的安祥禪，重視內心的安祥，其中心要求就是《六祖壇經》講的無念、無相、無住，也就是從離執禪定——對外的不著相認同；對內的唯求自覺、離妄想的心態。透過這種不斷糾正機械慣性，達到真獨立、真自由的生命狀態。這種跟種種其他法門是迥異的。」

他又對某弟子說：「佛法的第一課輒為『天上天下，唯我獨尊』，倘不知尊重讚美『我』，則必不能『獨』；若與萬法為侶，便不得不活在二元世界，則自他宛然，物我相對，『不二法門』云乎哉？苟能『如』其本『來』，欲不獨尊得乎？此事唯證乃知難可測，入我門來乃知端的耳。」

既然「應無所住而生其心」，當下豈有自他之別，法非法之分，故當下即為禪定了。安祥禪將禪定分為三：離執禪定、去執禪定與無執禪定，是一種進程，並非階段。

離執禪定即永嘉大師所證的「常獨行，常獨步，達者同遊涅槃路」，走在大街小巷上，彷彿一人獨行，不感染到周遭人事的紛擾，照體獨立，正是十字街頭好修行。這種心態的初期現象是「唯覺無身」，心無罣礙。沒有這種心態，允稱「解悟」而已。

有了離執禪定進而踏入去執禪定。去執禪定的原則即是孔子的毋意、

毋必、毋固、毋我，要針對離執禪定中自然引發各種偏執個性的原因發露懺悔，發誓永斷無明，才能步上無執禪定。

去執禪定之反省懺悔，才是真正步入菩提道。粗的無明容易發現，容易革除，細的無明就很難發現，所以必需在禪定中發現藏識裡累積的無始無明或俱生無明，也唯有清除掉藏識的塵埃，本心光明的燈蕊才能綻放，永享無執禪定，絕對是一項非常重要的心靈改造工程。此時，任何他或它的念頭出現，都是心中賊，識得不為冤。

弟子顯政就其心境報告：「有一次放鬆在椅子上調息，突然有一股強有力的喜悅之流湧向內在。那種喜悅使我的呼吸作機械式的規律性律動，當下的一切思想、妄念、色相、聲音都停頓了。除了極寧靜與調和外，只剩兩種感受：極清醒又自在的『覺』與支持我活著的力量；此時，我很認定感覺到『我就是覺』，其他的什麼也不是。祂一直存在著，從來既不來也未曾來，純潔的、滿足的、恆持的，祂超越了時空、因果、生滅……等相對。」

師父隨即叮嚀他：「此就禪宗而言，只是離執禪定初階，須是語默動靜，待人接物時，皆能保持此心態，乃名離執禪定。」

師父又強調：「若不透過至專反省往非，至誠發露懺悔，則業境現前，仍難做主。」這也是我們安祥禪的特色，任何的覺受固然可貴，然而要做主中主，則非透過反省懺悔，掃除心境餘垢不可；否則藏識種子遇緣成熟，不免借末那識去興風作浪了。

什麼才是呢？

某弟子寫了一偈呈師：「文華殿上觀春曉，東方虛空旭日照，光明現出退暗潮，性門開處覺知皓」，先師手舞腳蹈，予以認可。後來他呈上一偈：「佛法本無法，無法含萬法。無相無一切，無相化諸相；靈覺光明相，覺明光無量。真佛自性覺，如來真實相。若求諸法相，外道作此想，離佛無量劫，成道夢一場」，綻露了「後得智」的光芒。

謹以此篇報諸方關心禪道的朋友，也讓有志於安祥禪進修的有緣人把手共行。安祥禪沒有什麼義理、法義之辯，但心靈必定淨化，身心必有不凡的改變，是在血肉中生根的金剛大法。「是法住法位，世間相常住」，只論作略，不論神通，曷興乎來？

## 十二、惠能大師與《涅槃經》

六祖惠能大師與《金剛經》及《涅槃經》有大因緣。《金剛經》是他轉凡成聖的根本，他的禪道卻與《涅槃經》有很多的貼合之處，值得研究。

禪宗的禪定與一般的禪定有很大的差別。一般的禪定講的是四禪八定，共外道的禪定，不是佛教獨有的。別有九次第定，這可從密教與天台止觀看到規模，是層次分明的訓練與驗證，是次第禪。

《壇經·定慧品》特別重視定慧等持：

我此法門以定慧為本，大眾勿迷，言定慧別；定慧一體，不是二。定是慧體，慧是定用，即慧之時定在慧，即定之時慧在定，若識此義，即是定慧等學。……定慧猶如何等？猶如燈光，有燈即光，無燈即暗；燈是光之體，光是燈之用。名雖有二，體本同一，此定慧法亦復如是。

用一般的話說：正見與正受是一體的兩面，般若產生的時候就是正受，也是洞山良价禪師所說的「如魯如愚」，因為絕對的靈覺是無念心體，沒有相對的概念。有相對概念是落入後天意識世界才有的，笛卡兒的「我思故我在」是最好的注腳。那是以第七末那識為主宰的意識世界。

大圓覺海，光澄萬里，是所有智慧的原動力，但不是我們平常所說的智慧，有如電廠與電力的關係，電廠只產生電源，各種電器產生電力的運用，沒有電廠就沒有電源，各種電器只是閒置。所以六祖在〈疑問品〉說：

心是地，性是王，王居心地上。性在，王在；性去，王無。性在，身心存；性去，身心壞。佛向性中作，莫向身外求。自性迷，即是眾生；自性覺，即是佛。

所以我們要很謹慎地說：思想的我不是我，工作的我不是我，那是第二個我。洞山禪師的〈過水偈〉：「切忌從他覓，迢迢與我疏；我今獨自往，處處得逢渠。渠今正是我，我今不是渠；應須恁麼會，方得契如如」，說得入木三分。

見性即見渠，正受升起，稱為「三昧酒醉」，彷彿微醺般的朦朧感。宋朝濟顛和尚給人手不離酒葫蘆的形象，不是嗜酒，只是以飲酒微醺向世人

說明正受的「離執禪定」，就是「如魯如愚」，這一點很重要，不明白這個道理，真的要辜負濟顛和尚佯顛的心意了。

離執禪定在永嘉大師的〈證道歌〉說過：「有人問我解何宗？報道摩訶般若力」、「行亦禪，坐亦禪，語默動靜體安然……常獨行，常獨步，達者同遊涅槃路……定慧圓明不滯空」。

定慧圓明是圓定，為禪宗的特有標誌。

《涅槃經》亦講定慧。《涅槃經·北本三十一》：「善男子，一住菩薩，智慧力多，三昧力少，是故不得明見佛性。聲聞緣覺，三昧力多，智慧力少，以是因緣，不見佛性。諸佛世尊定慧等，故明見佛性。」

有部份學者以為竺道生亦詳《涅槃經》，故有頓悟之說，就以為禪宗的先河是竺道生，這是從「定慧等學」而來的。況且六祖得法南遁，先到曹溪，〈頓漸品〉：「《涅槃經》吾昔聽尼無盡藏讀誦一遍，便為講說，無一字一義不合經文。」從事相看，思想有衍流矣！

但是前人，包括竺道生，他們所談的仍然是「定慧等學」，不脫禪定與教觀，與六祖是各別的。禪宗自達摩以下，始以「直指人心」為主，當下見性成佛，即是「定慧等持」的。這個地方非綿密詳察，恐怕不容易發現。

六祖不識字，一聽無盡藏尼師讀誦《涅槃經》即知妙義，是以何為本呢？就是以般若的定慧等持而來的。後來志道和尚覽《涅槃經》十載，未明大意，六祖特意經過一番詳細辯論後，為他示涅槃真樂：「剎那無有生相，剎那無有滅相，更無生滅可滅，是則寂滅現前；當現前時，亦無現前之量，乃謂常樂。此樂無有受者，亦無不受者」。（〈機緣品·第七〉）這是從「離執禪定」跨前在「無執禪定」。

六祖不但對《涅槃經》有進一步的發明；在另一則志徹問道中，直說佛之圓妙，最後微言為「常樂我淨」，（〈頓漸品·第八〉）真的無法可說了。

六祖是我國歷來最偉大的祖師，一花開五葉，嗣後千三百年來，因《壇經》而悟道的祖師多達二千多人，而蔚成的禪風，形成最有人文特色的宗教精神，或明或暗的陰化王道，並深植庶民心坎。

習禪，應該對《壇經》細嚼慢嚙，字字琢磨，絕對不會步入歧途，而研究公案才有會心領意的深趣。今日禪道，既不研究《壇經》，肆口「彈」

禪，令人訝異。

今再謹錄 先師對定慧等持之闡奧：

正見與正受原為一事。

然耽正受，則壓抑悟性，差堪自了，無方便能利他，故可諷之以正見不具；具正見而少實證，分別熾然，不知安祥為何事，亦勉可刺之以不具正受。若果誠敬至極，且堅信自心，則得正見時便享正受；享正受矣，見不離此，全以此而自見自肯、自受用，亦行法施與有緣，而顯大悲方便，可名等持。（《耕雲書箋·示張生》）

定慧等學只是著重在等學；定慧等持則是見性後般若常現的心靈狀態，未可混淆。而禪者之自受用即可法施於有緣，這是大悲方便，也才是定慧等持所自然流露出來的無緣大慈。

《涅槃經》在中國的流傳早於竺道生及六祖惠能，為世尊最後遺教。竺道生雖有頓悟之說，其內容與六祖顯然有別，這不是思想先後的衍變，而是對佛法實踐成果的差異。列為思想史或禪宗史資料，要明白不同處。

### 十三、應無所住而生其心

《壇經》是六祖惠能大師求法至成果的一部傳記，文字簡短，很多是俚語，卻蘊含了深奧的佛法，愈讀愈有啟發，有心禪宗的人士應該逐字咬嚼，逐句細啃，最好點個蠟燭或點個小燈，置個茶茗或咖啡，保證愈讀愈有精神，不知不覺公雞報曉，推窗外望，黑幕中有模糊的山陵輪廓，而晨星點點，一片寧靜中透著「應無所住而生其心」的甘味。

說到「應無所住而生其心」，歷來各家有種種的說法，大多將這個心稱為「菩提心」，表面看來似乎言之成理，不算錯，但是怎麼看還是覺得不妥。

這句話在《金剛經》是這麼講的：「菩薩應離一切相，發阿耨多羅三藐三菩提心，不應住色生心，不應住聲香味觸法生心，應生無所住心。」

如果單純地解釋為生菩提心，六祖怎麼會大悟呢？

六祖生菩提心是極為傳奇的。他把木柴挑到客店，轉身回家，無意中聽到另一個客人誦經，「惠能一聞經語，心即開悟，遂問客誦何經？客曰：《金剛經》，就像春天到了花朵就開了，那麼自然。

有人不了解記載在《金剛經》上那種奇妙的緣分：「當知是人，不於一佛二佛三四五佛而種善根，已於無量千萬佛所種諸善根，聞是章句，乃至一念生淨信者，須菩提，如來悉知悉見，是諸眾生得如是無量福德。何以故？是諸眾生無復我相、人相、眾生相、壽者相。」這是真實不虛的，也有人獲得實證的。

諸佛菩薩降臨這個地球，都有特殊因緣的，法界會假借各種機緣，讓這些再來人明心見性，以便傳遞聖道，拯救人心。

有人卻又酸酸地說，惠能那時是解會，不是見性。但是六祖不識字，如何聆聽到誦經聲就解會呢？不說別的，我們都是識字的人，打開《金剛經》持誦的時候，都會覺得霧煞煞，不知經裡的涵義？試問：我們初次聽人家誦《金剛經》，我們又從何解會呢？

頂多只能說六祖是領會，領受而體會到一種說不出來的心靈變化，所以他急著要到五祖山拜謁弘忍大師解開謎底。

八月春米，出言不俗的「本來無一物，何處惹塵埃」，讓五祖弘忍當下如釋重負，深深地感謝法界把這個再來人送來了，約定三更傳法，為六祖講解《金剛經》，到了「應無所住而生其心」，六祖大悟了，說出了大悟偈，這偈留待以後再談，暫且略過。

「應無所住而生其心」是什麼意思呢？請注意前文：「菩薩應離一切相，發阿耨多羅三藐三菩提心」，這才是正解。古德所說的「打成一片」，讓般若智慧完全融入生命中發光發熱，徹底的「無我相、無人相、無眾生相、無壽者相」，應用現代的話，就是「法的人格化」。

有什麼證據支持呢？

五祖在傳給六祖衣鉢時講了一句話：「法則以心傳心，皆令自悟自解；自古佛佛惟傳本體，師師密付本心」。什麼人可以以心傳心呢？

答案是：全身是法，法是全身的祖師。他們不要講法，只要輕動口唇，粗言細語咸歸第一義，自然地可以掃除學人的心垢，共享「無我、無人、無眾生、無壽者相」。《金剛經》有句：「說法者，無法可說，是名說法」，可以印證。

六祖聽客人誦經，可以明心地；更見證法界的大慈大悲；也更慶幸中華大地降臨這麼偉大的祖師來開拓禪道，我們應該好好珍惜。

有些人喜歡以學術思想的角度分析《壇經》或佛教經典，往往落在意識的漩渦中而不知。例如錢穆先生在〈評胡適與鈴木大拙討論禪〉，就因為以似懂的禪道來解釋這句話：「心有悟，事在修。達摩言『理入、行入』，惠能偈『本來無一物，何處惹塵埃』，而弘忍告以『應無所住而生其心』。此是有了悟，仍有修。」（《中國學術思想史論叢(四)》）意思是說，惠能講「本來無一物」是了悟的境界，「應無所住而生其心」講的是事修，因為這句話明明有個應又有個生，那不是事修嗎？

這個論調緣於他對華嚴「理事無礙，事事無礙」的解讀與自己的體會產生的。從字面上看，他的說法是很有道理的，所以才產生了這個看法，而因為這個誤解，讓他在談禪宗與理學的時候，特別重視「格物」，而排斥「致知」，前題立論，標竿一偏，面目全非了，留待以後再談。

本文補敘但供喜歡禪學的理學人士參考；禪須全人格、全理智、全感情地投入，才能脫胎換骨，否則終為戲論，彌深自惕。  
禪是生命學，勿當間學解！



## 十四、一念不生不是涅槃妙心

《壇經》是禪宗的寶典，也是五家七宗的本家，必須精讀、細讀。我們引用當代禪者的觀念與《壇經》相互對照，是不得已的手法，因為這樣的對照，才可以更清楚地發現錯誤的原因；進而對《壇經》做更深入的研究與驗證；同時，證明研究禪道是可以借鏡學術界嚴謹的批判精神，避免宗教界向來緊閉山門，唯我獨是的神秘氣氛，把那些大師拉到平常的地位來討論佛法，這才是原始佛教的作略，讓歧視南傳佛教界的眼光掩斂。

一位現代禪師對涅槃妙心做這樣的解釋：

只要放下一切攀緣妄想的分別執著心，就是「一心不生」，你就見到未出娘胎前的本來面目，原與十方三世的諸佛無二無別。你可以稱它為涅槃妙心、清淨法身、真如佛性，其實即是即空即有、非空非有、無漏解脫的大智慧心。（東初禪師第 66 期禪七開示錄《禪鑰·禪修的要領(二)》）

他的論據是一種彼此矛盾的戲論。涅槃妙心絕對不是一念不生。何以見得？靈山會上，世尊拈花示眾，百萬人天罔測，唯有大迦葉破顏微笑，世尊乃說：「我有正法眼藏，涅槃妙心，付予迦葉，希望遞代相傳，勿令斷絕！」請問一念不生的迦葉怎麼會「微笑」呢？除非是無緣無故的傻笑，那世尊可看錯人了！

禪宗第一公案，六祖向惠明和尚說：「不思善，不思惡，正與麼時，哪個是明上座本來面目？」如果真的一念不生，六祖怎麼要惠明回頭轉腦，離開不思善，不思惡，找到那個「本來面目」呢？

達摩來華，很慎重地說：「外息諸緣，內心無喘，心如牆壁，可以入道。」心如牆壁就是「一念不生」，達摩也說要弟子在這個時候提起精神去覷捕，才可以入道。語句非常清楚。

二祖在達摩錘鍊多年，將付法的時候，達摩問他心不攀緣，百念不思，是不是「斷滅」？二祖慎重地回答：「不斷滅」。

這才是禪宗所珍重的「禪」啊！這才是珍貴得很的「本來面目」啊！六祖在〈機緣品〉對智常的問法，給了一個很明確的答覆：

不見一法存無見，大似浮雲遮日面；  
不知一法守空知，還如太虛生閃電。  
此之知見瞥然興，錯認何曾解方便；  
汝當一念自知非，自己靈光常顯現。

諸位，研究佛法、研究世法，都不能放棄我們的理智、靈感，該放棄的是偏見、主觀、情緒，這才是「不思善，不思惡」的真義。在客觀、清明的心靈狀態，直覺敏銳，才能發現真相，找出合理的解答。

有些人根本不清楚禪宗的禪與一般禪定的定不相同，看到水果廣欽和尚在鼓山一坐個把月，後來弘一大師以磬聲讓他出定，認為非常了不起，就推為禪宗的禪定。他是了不起的修行人，沒錯，但這種定境不是禪門的禪定，禪門的禪定是一行三昧與一相三昧，「身來身去本三昧」的啊！

那位禪師把涅槃妙心解釋為：「其實即是即空即有、非空非有、無漏解脫的大智慧心」，千萬不要讓他的文字玄論迷惑掉了。「即空即有、非空非有」，佛教界稱為「戲論」，那是文字遊戲，公孫龍、惠施就是高手，因為你可以無限地玩下去：非非空非非有，即非空即非有……搞得你天旋地轉，是頭非頭，是心非心去！

禪宗有一句話：「離四句，絕百非，請道一句來？」就是諷刺這種戲論的詭辯。

有一則寓言：父子倆趕驢上市，路上聽到行人竊竊私語：這父子真笨，有驢不會騎，父子乃騎驢而行。又聽人說：父子二人不會體恤驢子，竟然同乘一驢，父親趕快下驢，繼續趕路。卻聽路人私語：孩子不懂事，自己上驢，讓父親走路，兩人趕快互換。一段路後又聽人說：父親自大，放任兒子步行。……，直讓父子倆動輒得咎。玄論僅讓人似懂非懂，一無是處，同一理也。

如何放下心中的萬緣呢？這是重大題目，他說：

先要攝心收心，如《佛遺教經》所說：「是故汝等當好制心。」又說：「心之可畏，甚於蛇惡獸、怨賊。大火越逸，未足喻也。」又說：「縱此心者，喪人善事，制之一處，無事不辦。」要將散亂妄想心，攝於一個方法的焦

點，乃是凝聚散心的工夫，由凝聚而再放下，便能心無罣礙了。（同前書）

所謂「要將散亂妄想心，攝於一個方法的焦點，乃是凝聚散心的工夫」，依照他教「禪修」的方法，就是運用數息法，再參考智者大師的《六妙法門》，循序漸進，觀照心念的進出，以求得放下再放下，終歸無念。他的禪修方法其實深受日本龍澤寺禪坐的影響，因為龍澤寺是日本洞曹一系，在運用打坐及看話頭上頗有名氣，很多西方人跑到那裡習禪，自創禪佛教。

這種禪修是漸進的次第禪，與禪宗的洞曹宗根本禪風相去很遠，而他們主張的看話頭是隨興的，不是一條鞭、一條痕的，概是末法的禪流了。既然是次第禪，不如禪宗的「直指」手法。這位法師一生中，從沒嶄露過直接的禪風，對看話頭也一知半解，不論也罷。

他要人攝心收心，經由凝聚工夫再放下，再凝聚，再放下，最後便可以無罣礙。這是常人工夫，每一個成功的人，都會發展出一套凝聚心力的方法，甩掉不重要的思考，所謂業精於一，敗於二三。這是常人常道。

禪宗為什麼要說：「不見本心，學法無益」呢？因為以攀緣妄想心去排除攀緣妄想心，最後那個心仍然是攀緣妄想心，以妄去妄，還是妄，邏輯清楚。禪宗「直指人心」讓人親證「本心」，以後才能「制心一處」，那個一處是本心，找不到本心就是妄心，妄心作主，不免隨妄逐妄，本心找到了，以它來主宰心國就對了。

《壇經》記載志誠問法，六祖詳細剖析之後，說：「若悟自性，亦不立菩提涅槃，亦不立解脫知見。無一法可得，方能建立萬法。」

說法的人一定要見性，不見性就是流俗阿師，可不慎哉！《金剛經》最後一句殊堪玩味：「若有善男子、善女人發菩提心者，持於此經，乃至四句偈等，受持讀誦，為人演說，其福勝彼。云何為人演說，不取於相，如如不動。」你得先發「菩提心」啊！

要重現涅槃妙心，只憑中道實相觀、觀照止念，消除攀緣妄心……等等是不可能的。千七百則公案事實證明：沒有碰到真正開悟師父的指導，你千模百擬都是鬼家活計。香巖擊竹而悟，就說得明明白白：「一擊忘所知，更不假修持；動容揚古路，不墮悄然機。處處無蹤跡，聲色外威儀，諸方

達道者，咸言上上機。」以妄止妄絕對不能見性，開悟是不假修持的，雖然「一擊忘所知」，不是一念不生啊！應該「不墮悄然機」，卻是「聲色外威儀」！縱然你多聰明，沒有這個閃電光的瞬間爆破，無始無明仍然盤據在如來藏識，蠢蠢欲動。

放下攀緣妄想分別心有用嗎？有，我們人有理智可以區別正念妄念，雖然不是究竟，但可以讓妄念、分別心漸漸淡薄，在世法上就會通暢，在佛法上講就是前方便，等於把通往佛道路上的大石頭，一個一個搬掉，路上的障礙漸漸少了。有一天，經過善知識的一棒一喝，或藉機遇緣的提拔，就有「頓悟」的機會了。修學佛法，前方便不可免，但不能究竟，必須有良師的點撥才有魚躍龍門的機緣。這位法師講的只是前方便，不是禪門的頓法，禪師應具備接機破參的作略與手法，建立禪風，使法脈長流。



## 十五、摩訶般若是佛法的核心

研究佛學，甚至談禪論道的人，有一個普遍的錯覺：把禪宗的禪當成禪定，所以大家都在禪堂或佛堂教導坐禪、打禪，學些四禪八定、九次第定的基本工夫，在這個期間，穿插著教理的闡述，講些《壇經》、《法華經》、《楞嚴經》的經偈，就這樣稱為禪觀。

禪七是從佛七演化的，坐禪從日本洞曹宗引入的，雜揉了經典的摘釋，公案的剖析。外表上看來很有次序，也可以延長打坐的期間，對有閒、有錢的人的確管用。

但是，這些根本不是禪宗的禪。

禪宗的禪是特定的指稱，是「摩訶般若」，簡稱般若。教界又稱為：自性、本心、實相、如來、涅槃妙心、菩提心、金剛心、如來藏；禪宗又稱為本來面目、威音王那畔。這些都是隨順演法中的不同名稱，不把它們確定了，難免不知下手，而且會以為另有所指。

摩訶般若是什麼？

《金剛經》從第一句開始至最後一句，都是從名稱角度來說明它，因為「佛說般若波羅蜜，則非般若波羅蜜」，唯證乃知「一切諸佛及諸佛阿耨多羅三藐三菩提法，皆從此經出」。《心經》：「三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提」。

《金剛經》是法身經，是啟發我們法身的，所以「當來之世，若有善男子、善女人，能於此經受持讀誦，則為如來；以佛智慧，悉知是人，悉見是人，皆得成就無量無邊功德。」只要虔誠「受持讀誦」，不加解釋，自然受到法益。

般若如何研究？

《六祖法寶壇經》就是為了開發世人般若智慧而開演的殊勝妙法，其實，祂把《金剛經》的精神、修煉的方法、如何發揮經義等等，講得非常詳細。難怪這部《壇經》是中國人所有祖師論著中被尊稱為「經典」的唯一一部，其他的著作只能列為論、錄、銘。例如：玄奘大師的《成唯識論》、永明延壽的《宗鏡錄》、三祖的《信心銘》……等，可見《壇經》在法界的

地位。

想研究般若、實證般若的人，一定要好好持誦《金剛經》，詳細研讀《壇經》，低心下氣地參訪對這二部研究有素的長老，並且從實踐中變化氣質，好好參一參。

《金剛經》在掃除我人的法執與我執，如果邊讀邊解釋，徒然增加了法塵，毫無益處。《壇經》從大戰略上啟發我們的般若，用以印證《金剛經》，與一般論述不同。

例如印順法師在《般若經講記》談《金剛經》說：「約修行趨果說，名之為般若無所住；約望果行因說，名之為離相菩提心而已！」難道離相菩提不就是般若無所住嗎？何必在因果上論列，多此一舉。他又說：

所以本經明顯的分為兩段……智者即曾依此義，判本經的初問初答為般若道，後問後答為方便道。此二道的分判，極好！

二道，為菩薩從初發心到成佛的過程中，所分的兩個階段。從初發心，修空無我慧，到入見道，證聖位，這一階段重在通達性空離相，所以名般若道。徹悟法性無相後，進入修道，一直到佛果，這一階段主要為菩薩的方便度生，所以名方便道。（〈金剛般若波羅蜜經講記·示宗要〉）

經師論法就是有這個毛病，智者是天台宗的，他們一貫分判佛說法的階段性與契機性，而有圓頓、非圓頓之分，這是判教來論列《金剛經》，哪裡是《金剛經》的本義呢？

《金剛經》是一部完美的天籟，從頭到尾，本著誠懇無雜的心去持誦，就有相應般若的奇妙感應，因為「此經不可思議，果報亦不可思議」。

要明白什麼是般若嗎？可以從《壇經》找到答案：

一、六祖夜半入祖師室，五祖為講《金剛經》，至「應無所住而生其心」時大悟，述偈：「何期自性，本來清淨；何期自性，本不生滅；何期自性，本自具足；何期自性，本無動搖；何期自性，能生萬法」，有體有用。

二、惠明向六祖求法，六祖要他屏息諸緣，不生一念，在適當時機，向他一問：「不思善，不思惡，正與麼時，哪個是明上座本來面目？」此本來面目即般若。

三、懷讓參禮六祖，詢及般若智，但曰：「說似一物即不中」，六祖再問：「還可修證否？」讓答：「修證即不無，污染即不得。」六祖說：「即此不污染，諸佛之所護念，汝既如是，吾亦如是。」

四、永嘉說：「體即無生，了本無速」，六祖即大加讚賞。

五、一日，六祖告眾曰：「吾有一物，無頭無尾，無名無字，無背無面。」

以上隨宜回答，完全符合《金剛經》：「在在處處，若有此經，一切世間天人阿修羅所應供養，當知此處則為是塔，皆應恭敬作禮圍繞，以諸華香而散其處。」因為此塔是無縫塔，自修、自證、自造。

這裡，我們特別提醒讀者，般若是人人本有的，只要去發現、證實並肯決，這是禪宗「直指人心，見性成佛」的方法。六祖開宗明義：「菩提自性，本來清淨，但用此心，直了成佛」，那是符合佛陀的教示：「眾生皆有如來智慧德相，但以妄想執著，不能證得」。這是禪宗的「教外別傳」，禪宗的禪就是直指的般若自性，不是禪定，不是坐禪。

教內不太了解這一點，一律主張聞思修慧。

印順法師就是一例。他說：「初學般若，應先於文教聽聞、受持、以聞思慧為主。經合理的思考、明達，進而攝心以觀察緣起無自性，即觀照般若，以思修慧為主。如得離一切妄想戲論，現覺實相，即實相般若了。」他才做結論：「觀慧是因，實相是——非果之果，即是因得果名。」（《金剛般若波羅蜜經講記·釋經題》）

這是天台教觀的轉用，為了銜接，他不得不再說：「實相不是所觀的，但觀慧卻緣相而間接的觀察他；為境而引生觀慧，所以也可以假說為從境——實相般若而名為般若」，這種連結是勉強的，觀慧與實相如何劃上等號呢？怎麼不是相似般若呢？教內對這個問題避開了。

嚴格地說：所有的佛教經典都是文字般若，以文字般若，要能徹底明白，除非親證了般若，所以五祖弘忍才說：「不識本心，學法無益」，本心即般若。開悟見性指的是親證了般若的心境，以這種心境去讀經典，才會看到心坎裡，將心而比心，走向菩提道。

未見性前，看經典似懂非懂，所謂觀慧是很難完美的，是悟到相似般若而已。例如德山宣鑑本來是《金剛經》的義虎，誇稱《金剛經》所示性相，唯他能評知；一旦面見龍潭崇信，卻在半夜的紙燭明滅中見到本性，

就把他對《金剛經》的註釋一把火燒掉了。為什麼呢？沒見性前，東說西說，以為非常完美；見性以後，才知道那都是戲論，說不到經典的骨髓。所以，歷來祖師很少著作，恐礙人眼目，增加法塵。

現在，我們就以《心經》的「行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄」這句話，將印順法師的譯文與禪宗的觀點比較，就可以發現教通與宗通差異很大。

「行深般若波羅蜜多時」，此說觀自在菩薩所修的法門。智慧，是甚深的。深淺本是相對的，沒有一定的標準，但此處所說的深，專指體驗第一義空的智慧，不是一般凡夫所能得到的，故名為深。般若經裡，弟子問佛：「深奧是何義？」佛答以：「空是其義，無相、無願、不生不滅是其義。」這空無相無願——即空性，不是一般人所能了達的，所以極為深奧。十二門論也說：「大分深義，所謂空也。」（《般若波羅蜜多心經講記·標宗》）

他把這段話當作是觀自在菩薩所修的法門，是甚深的空性，一般凡夫不能得到，說了等於沒說。

在禪宗來講，我們說過般若是禪，是三世諸佛成就無上正等正覺的依據，它是普遍存在於每個人的。一個見到般若真性的人，首要的目的就是要分別什麼是意識妄心，什麼是真心，要踐行以般若來主導我們的生命分際，不再受分別意識心的掌控。宗門稱為生處（般若）變熟，熟處（意識心）變生，個人努力的程度不同，所獲的果報成就也就不同，所以說：「一切賢聖，皆以無為法而有差別」，無為法就是般若。

這段話從慧解的人來講，很難透徹的，只能在文字捉捕字義，但對見性的行者，那是很親切的指示，只有把般若漸漸地與生命結合在一起，全生命與全感情的投入，創造出以般若為主體的生命，自然就不會被世俗妄心等所影響，而能「照見」五蘊皆空。宗門稱為「打成一片」，洞山說二十年打成一片，香巖說三十年打成一片，就是這個意思。

印順又說：

真實的自我不可得，故五蘊皆空。……然若以甚深智慧來觀察，則知任何作用與形態，都是依關係條件而假立的，關係條件起了變化，形態也就變

化了，作用也就不存在了……諸法的存在，是如幻不實的，需要在諸法的當體了知其本性是空，這才不會執為是實有了。(同前)

他把「照」當做觀察，觀察諸法如幻，本性是空，依靠的是行人的「智慧」。因此，他把觀照般若列於實相般若之前，主張漸修頓悟，但如何頓悟呢？一直沒有答案。

但宗門另有一種看法。照是以般若為主宰的觀照，不受識蘊的影響，所以能清楚的看到五蘊如幻如化，雖如幻如化，也能自在的把握當下，度一切苦厄。

教通與宗通都必須達到理事無二，也就是理事無礙。重點在既然理事無礙，就沒有什麼道理可以繞著轉來轉去；所謂理極必反，返於心行，這才是般若正眼與慧眼，不然難免落於佛學無有止境的演繹了。

我們無意論述個人的看法，但是佛教本來就是行門，在行中上上增進的，所謂五度還得以般若為眼呢！對般若經典的解釋，甚至對所有經典的解釋，沒有獲得般若正眼——法眼，怎麼解釋都是隔靴抓癢，抓不到癢處，這也是佛法和佛學的分界嶺。

感到時人都想學禪，但禪是什麼都搞不清楚，誤為禪坐、禪修就是禪。請問「應無所住而生其心」的住和心指的是什麼呢？請問《心經》為什麼說摩訶般若：「是諸法空相，不生不滅……無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃」？禪絕對離不開現世生命的每一個當下的。

禪是生命學，不是學術，是我們的生命本質，是一種我們可以清清楚楚知道，可以感受到的心靈狀態，所以才稱為摩訶般若——廣大無邊的智慧。

## 十六、大死一番是什麼意思

從正面論述禪宗，經常有力不從心的地方，因為禪不屬學術或理論架構，而是生命探索的證量，注重當事人的「悟」境，一種很特殊的心靈變化，文字的說明受到嚴格的限制，也是歷代證驗的現量境界，語忌十成，這是禪宗留下來的規矩。

我們也發現，如果能夠選擇公開的案例或教材，從中逐一批判，以現代人治學的方法，從客觀立場陳述，是可以獲得更好的效果，這是極待關心禪宗發展人士反思的。

下面我們引用一位當代禪師對禪的講話，再分段討論：

所謂大疑大悟、小疑小悟。因為大疑，這個疑團才深；小疑則疑團不深。因為不深，就不能夠把我們的煩惱伏下去。如此又深又切，才能把我們身心世界完全否定，禪宗所說這個，就是大死一番，將自己及整個世界通通否定掉，身心俱捐，外面所有一切事事物物通通一腳踢開，只有當前這一念，這個就是大死一番。（中台《見性成佛》，頁13）

照這位禪德的說法，大疑疑團才深，「才能把我們身心世界完全否定，禪宗所說這個，就是大死一番」，真是曠古奇聞。

所謂「大疑大悟」，是參公案或參禪的前提條件。我們一直強調公案用來參，不是用來解；縱然要解公案，也要有方法讓學人有線索可以參，稱為拈提。

參公案或參話頭是參禪悟道的一種極為猛利的手段。平時意念紛飛，不能集中心力思考問題，前人發明禪坐的修習，以達到內心安定，稱為止（舍摩他），然後配合教觀，以達到開悟的目的，稱為止觀雙運。

參公案或參話頭，只是一個公案或話頭，例如「東山水上行」、「庭前柏樹子」或「生從何來」、「拖著死屍的是誰」，放在心中琢磨，無法解決，愈想愈苦，終於形成一股無法釋懷的困惑，讓身心極為困頓，古人形容像口嚼鐵饅頭，吞不下去，肚子又餓得要命，真是苦啊！這就是疑團。

人陷在大疑團的時候，什麼妄想都跑掉了，只剩下這苦不堪言的疑團

悶在胸中，這個一念，人像要死卻死不了，說得世俗點，就像失戀的人，為情所困，茶不思、飯不想的，在禪宗稱為「獨頭意識」，不是禪宗的「這個」。

疑團太深了，陷在獨頭意識中，自己是解不開的，這時候，有經驗的師父，覷得時機成熟了，突然間的一棒一喝，一個巧妙的動作，讓陷在大疑團中的人突然爆破了「獨頭意識」，變成「客觀意識」，師父只要一句：「是什麼？」學人回頭轉腦就親證了「這個」，稱為見性、破參。師家就要有這個手眼，才能活人。

諸位想想看，禪宗第一公案，慧可請達摩祖師安心，達摩說將心拿來我安，慧可反觀自照，覓心不可得，其道理在此。又惠明請求六祖賜法，六祖要他摒息諸緣，然後叮嚀：「不思善，不思惡，正與麼時，哪個是明上座本來面目？」都是同一鼻孔出氣的手眼。

參公案或參話頭是有憑有據的參禪悟道方法，豈可小覷？把獨頭意識當作禪宗的「這個」，豈不可嘆！而且抱著一個大疑團稱為身心俱捐，請問：那個疑團怎樣消掉的？抱著大疑團怎麼會是「大死一番」呢？

再舉百丈與滄山靈祐，夜裡師徒閒話家常，更深夜靜，爐火已熄。百丈突然拿一把夾子要滄山從爐火中撥出餘火。滄山撥了幾下，夾不到火星就放手。百丈卻拿起火夾子，從爐火中撥出一星點火苗，遞給滄山看：「這是什麼？」滄山突然爆破無明，從獨頭意識中跨前一步。

同樣，我們也發現另一位禪德對大死一番的錯解，那是他在解晦庵彌光參問大慧宗杲的公案：

怎麼個死法？叫他死掉求徹悟的心，死掉怕煩惱的心，然後一心一意用方法，一心一意過日子，該怎麼過就怎麼過；這就是死掉了攀緣心、追求心、厭惡心、憂慮心。死了之後即能達到大安樂的地步，也就是大解脫、大自在、大悟徹底。（《公案一百·死一回始得》）

古德費盡心血創發參話頭，將參禪人的多頭意識束為獨頭意識，在機緣成熟時，或棒或喝，讓學人回頭轉腦，而得心傳，何等慈悲，何等嚴肅。落在這些禪德的眼睛中猶如污泥，不屑一顧，偏偏要大家死掉攀緣心……這種論調和一般心理學家有什麼不同？更何況心理學家都知道，縱然要接受

心理治療或勸告，也要當事人心沒死掉。他們也發現：一個執意自殺的人，透過怎樣的方法誘導勸說，成效非常低。

現在人人都想學禪、研究禪，你不給他正確的方法，開口閉口要他「一心一意用方法，一心一意過日子」，不是說：生死問題不解決，如喪考妣嗎？怎麼好意思要他「一心一意過日子，該怎麼過就怎麼過」？那禪宗的開悟、見性就不必要了，佛教或其他的宗教也不必要了。每天早上由政府唱一首歌，再強調大家：一心一意過日子，該怎麼過就怎麼過。歷史上只有一段史證：毛澤東統治下的中國人民，在人民公社裡的生活就是這樣的寫照，試問：在不思不惟中，他們都是無念的開悟者嗎？

他竟然會接著說：

我指導人修行，往往要求他們要有大死一番的決心，不保留任何一樣自我保障的資源和憑藉。認準情況，下定決心，全力以赴。大死以後就能有大活的境界出現。(同前書)

最能夠達到這個要求的人，我馬上想荊軻，不會想到悉達多太子。悉達多太子在菩提樹下，不是要大死一番，絕對不是，他將所有的智力集中在一焦點：什麼是解開生死大謎的要訣？什麼可以讓世人在五濁惡世中找到安樂法門？

他開悟了，他清楚地告訴世人：什麼是因緣法、苦集滅道、八正道……因應根器而成道。

一個人有了這種穩當的信心與實證，才真能大安樂地活下去；找不到方法，驗證不到實相，要他們大死一番，死不瞑目的啊！世尊常常叮嚀弟子：要如實地親見，如實地明白，做個覺醒的人。

我們再回頭看看前面提到的禪德，他對大死一番的認識是：

人的妄想很多，一有念就是眾生，無念就是佛，只要我們能夠做到無妄念、無雜念，你現在就是菩薩！所謂「菩薩清涼月，常遊畢竟空，眾生心水淨，菩提影現中」，指的就是這一念心。我們修行就是澄清當前這一念心，澄清了以後就是一個絕對的境界。(中台《見性成佛》，頁14)

我們分析過了他的所謂「當前這一念心」，其實是參禪的獨頭意識，這個談不上善惡，是無記，它就懸在胸中悶悶的找不到出路，像半個死人，真的有點拖著死屍卻有意識，那絕對不是菩薩的清涼月。筆者有《參話頭初探》可供參考，茲不贅言。

最令人擔心的是：「一有念是眾生，無念就是佛」從何而來？如果無念是佛，那為什麼教人「澄清當前這一念心」呢？這一念存在就不是無念，不是他所說的「眾生」嗎？

眾生或我，依因緣法都是五蘊合和的當體，本是虛妄不實的；但我卻因第七識不斷地提取如來藏識的見分，命令第六識率領前五識而念念不息。念並沒有過錯，只因我執的作祟，依識不依智而輪迴生死。

念是必須的，生活的過程就是念念相續，讀書、研究、處理各種事物、穿衣吃飯都是念，沒有人要你無念。六祖對智常禪師說：「汝當一念自知非，自己靈光常顯現」，也在〈懺悔品〉說：「若欲當來覓法身，離諸法相心中洗；努力自見莫悠悠，後念忽絕一世休」，這要多費精神去體會。

六祖說過無念，〈定慧品〉：「我此法門從上以來，先立無念為宗……無念者，於念而無念；無住者，人之本性。」這個無念是依無住為本的，本性自淨自定，本來就是無念，並不是說要我們在日常生活中無念，那是荒謬的。必須見性以後，凡百思想都以自性為主宰，不然就會落入意識思維的識網中，於念而不能無念。那也沒有過錯，人世間本來就是意識世界，文字作品、學術論文……豐富的智慧不都從第七識來嗎？

佛教的深邃就在於發現那個不生不滅的菩提、般若、第八識，找回自己的心國主宰。不然連個「澄清」的辨識基礎都不免出於第七識的作用，得到的是虛飾的「畢竟空」。

大死一番是牢關，古德謂「百尺竿頭重進步，十方世界現全身」，得先破法執，「理須頓悟，悟乘並銷」，理的極致無理可說，故《金剛經》說：「知我說法，如筏喻者，法尚應捨，何況非法」，無理可說當然無一法可存。再來是破我執，五蘊非我，思想的後面沒有一個我、一個眾生，思想只是思想本身，「覺者是心，是心自覺，覺心不二，允稱正覺」。思想的後面有個我，是哲學的範疇，故「我思故我在」，第七識在作怪，終究不能「大死

一番」！到了大死一番，人無我，法無我，轉識成智，投入於大圓覺海，才能常遊畢竟空！

有了這個大死一番，不是去放棄所有的自我保障的資源憑藉，而是能隨緣度日，善用這些資源和憑藉：是教授就好好扮演好教授的角色，是清潔工就自在地扮演好清潔工的角色，敦倫盡分，大做夢中佛事，邁向生命的圓滿。

佛法是心靈淨化的問題，佛法心要：「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。」近在咫尺，俗語不是說：舉頭三尺有神明嗎？神明就在內心裡，極為淺近，但因為累劫習性難除，雖近亦遠矣！不在自心上用功，驢年開悟！



## 十七、見色聞聲不用聾的定慧圓明

曹溪禪是定慧等持，本來就是佛法的本質，錢穆不是宗門客，但確實知道這一點。他與宗密一樣，將般若與禪那合一，宗密是神會的弟子，他反對神會不明白這個要點，「唯宗無念，誓究心法」。印順法師既然寫了《中國禪宗史》，反而對這一點不明白，輕輕地點上一句話：「這是惠能特有的禪，好像不是佛教共同的禪。」

定慧等持，不但直接說明了禪的特質：正見與正受是一體兩面；也將曹溪禪從東山禪、達摩禪向前跨了一大步，擺脫了一般的禪定作風，也一鼓作氣掃掉「聞思修慧」的階梯性，使靈山一脈在中國心性的發展上向前跨上了一大步。

定慧等持仍然是佛教的本質，一直被漠視了，反而由六祖而再生，宗密學了禪，而轉向華嚴，以「事事無礙」、「理事無礙」來發揮定慧等持，這是很了不起的慧眼，因為禪是佛心宗，必然是佛教各宗派的通途。

試問：不見本性，不開悟，如何能夠了解世尊的本懷？各宗各派都要能指歸於開悟，不然是教門而已。

神會為六祖大張南宗宗旨，卻不免又落於義海，神會一脈就沒落了，正應了六祖當初的預言：「汝向去有把茆蓋頭，也只成個知解宗徒！」

印順法師不能重視六祖的定慧等持，令人遺憾！

定慧等持就是理事不二。華嚴指出一真法界，法華也說唯一一乘，無有餘乘。理無礙即事無礙，即理事無礙，事事無礙。法鼓山的聖嚴法師卻隨意斷得《阿含經》是理無礙法界，《維摩詰經》是理事無礙法界，只有《華嚴經》是事事無礙法界，隨意妄斷。法法無別，中邊皆甜，豈有不同，況且他又說不出什麼道理，對宗門之了解似在印順法師之下，不能為禪門新機添一把燈。

由於理事兩入的不同解釋，後來的錢穆也跟著錯了。

曇琳說達摩之入道要門是二入四行。又說理入與行入，把四行當著行入。以後的學者就定為：「心有悟，事在修」，這是符合《楞嚴》的「理則頓悟，乘悟並銷。事非頓除，因次第盡」的，但不是禪宗的「教外別傳，不立文字」的。達摩壁觀，講究「外息諸緣，內心無喘，心如牆壁，可以

入道」，壁觀可以視為理的延伸，但什麼是「可以入道」呢？這才是禪宗的事入。《楞嚴經》所講的事是悟後起修，前提是開悟見性。

初祖以安心法門啟發慧可，只是三言兩語的「直指」，才是禪門的指月之指，是入道要門的事入。六祖聞《金剛經》的持誦聲而「心開悟解」，一千七百則公案都是承著這條非常特殊的方法而延續，說神秘卻有那麼多人實證，一般教下或學術研究的人，怎麼猜也猜不著的，怎麼推論也得不出個答案，這種金剛印心的宗門勝事，才是「事入」。

《續高僧傳》之〈菩提達摩傳〉：「入道多途，要唯二種，謂理、行也。藉教悟宗，深信含生同一真性，客塵障故，令捨偽歸真，凝住壁觀，無自無他，凡聖等一，堅住不移，不隨他教，與道冥符，寂然無為，名理入也。行入四行，萬行同攝。」(《續高僧傳》卷第十六，習禪一，傳五)既然「堅住不移，不隨他教，與道冥合，寂然無為」怎麼會是「理入」呢？

這一錯誤，讓錢穆在〈佛教之中國化〉中總結：

「行入」分四行以攝萬行，蓋「理入」即「頓悟」，「行入」即「漸修」。自謝靈運當竺道生時，指點出所謂「教」、「理」之辨，直到惠能創此南宗頓教之禪宗，始達到「理勝教」之地位。「理勝教」即「理入」，「教勝理」即「行入」也。此種爭論，到宋儒有「性即理」與「心即理」之爭。大抵主性即理，則謂有此理未必即有此行。主心即理，則即行是理，即心是性。故主性即理者必主「行入」，主心即理者即主「理入」也。故云竺道生是佛門中孟子，惠能是佛門中象山、陽明。(《錢賓四先生全集 19·中國學術思想史論叢(三)》，頁 405-406)

竺道生藉教悟宗是傳統的系統，惠能的事入是創新的突破。他不但將東山法門拋在後面，把達摩禪導入金剛印心；六祖禪的定慧等持是定慧圓明中透視理事不二的大圓覺海，當然是理事無礙，事事無礙的，高妙在「佛佛唯傳本體，師師密付本心」的「事入」，事入即直指人心，從而一切理、一切事盡泯，錢先生之看法有誤。

錢穆先生因此很篤定地在〈六祖壇經大義〉說：

講佛學，應分義解、修行兩大部門。其實其他學術思想，都該並重此兩部

門。……又有人說佛教乃哲學，非宗教，此是僅重義解思辨，卻蔑視了信奉修行。(《中國學術思想史論叢(四)》)

這種看法是最標準的哲學家思想，他們容易將理歸入義學的研究，而行就是修行。正合乎「理」在先，而「行」在後，他斷言：

佛教來中國，中國的高僧們早已不斷在修行、義解兩方面用力，又無意中不斷把中國傳統文化滲進佛教，而使佛法中國化。惠能以前，我且舉竺道生為例。……他是第一個提倡頓悟的。所謂「頓悟」，我可簡單把八個字來說，即是：「義由心起，法由心生」。一切義解，不在外面文字上求，都該由心中起。要把我心和佛所說法迎合會一，如是則法即是心，心即是法。但須悟後乃有此境界，亦可謂得此境界乃始謂之悟。悟到了此境界，則佛即是我，我即是佛。信法人亦成了說法人……此後惠能一派的禪宗，正是承此「義由心起，法由心生」之八字而來。(同前)

稍有唯識基礎的人都知道：這裡的心其實就是識，它是「妄心」而非「本心」。「把我心和佛所說法迎合會一，如是則法即是心，心即是法」，錢先生所說的佛、所說的法，是錢先生自以為的法，所以才可「迎合會一」，這是一般思想的追尋路線，因為你怎麼保證你的心與佛所說的法是全等的呢？我們不是會揶揄註釋家，通常只是把自己的看法強加在某某人的學說上而已嗎？

宋明儒難免發現：「一切義解，不在外面文字上求，都該由心中起」，是因為一切理不管怎麼繁華似錦，各有千秋，都是由一個簡單的不起眼的種子萌生的，因此而匯歸於「一」上面，而有所謂「誠」、「敬」、「主一」的結論，這多多少少是綜合了禪的極簡單、最直截的頓悟；兼領會了老子的「得一」思想的結果。陸九淵有句話：「萬法本閒，唯人自鬧」，是最好的代表。難怪，他會將惠能視同陸王之學了。

錢先生又說：

以前佛門僧眾，只知著重文字，宣講經典，老在心外兜圈子，忽略了自己根本的一顆心。直到不識一字的惠能出現，才將竺道生此一說法付之實

現。……然正為竺道生之博學，使人認為其所悟乃由一切經典文字言說中悟，惟其惠能不識一字，乃能使人懂得悟不自一切經典文字言說中悟，而實由心悟，而禪宗之頓悟法乃得正式形成。(同前)

這真屈死天下讀書人了，我們每個人都有顆能辨析、思維的心，才有日臻完美的未來，努力才有結果。學問豈可不重視這顆理智的心呢？

竺道生的可貴在發現《涅槃經》所講的佛性，人人本有，才能人人都有成佛的可能，這是他思路清楚，主題明確的悟，而展開了他對佛法的中心思想。因為這個明確的悟，即刻可以進入修行，修行之路才有信心。

這是竺道生的「頓悟」。

惠能所代表的禪，秉承佛教的原義，在發現並證實生命的共同本源——摩訶般若，迅即掃除所有的義理，匯歸此一般若，簡稱本心。

兩條是不同的。

竺道生是藉教悟宗的代表，將繁瑣的義理簡括成一個焦點，在理極必反中把握那個剎那的寧靜，過程類似參禪的參。

禪宗是直說、直破，並且直指的，毫無遲疑地頓入那個不可思議的寧靜。禪宗祖師的風格，就展現在學者不能理極必反而陷入義理疑難中，伸手點破的「直指人心」，才有那麼微妙的「頓悟」，出現的奇妙感受，就像閃電光的剎那變化，這才是禪宗的「頓悟」，又稱指月的「指」，指與月合併。

雖然說「直指人心」，還必須當事人能夠「回心返照」，才是向上一條路。如果只在閃電光中抓住了識心，則又落入理學家的路子了。而禪宗的悟後迷，就是雖見本心，但不會返「照」，只是好夢一場，終是風塵客。

宋明理學家利用禪宗的參禪精神，打坐寧心中追索心中的困擾，在至理無理，反歸平靜中，把老子的「得一」與佛教的「禪定」配合，一拍之下，跳下坐榻，欣然無疑地走向「為天下開太平」的道學。這一條路，研究理學的人不能不知，也不能不去實踐，沒有實踐只是「道學」，而不是「理學」，理學家就是有這麼可愛的經驗啊！

既然「講佛學，應分義解、修行兩大部門」，錢穆先生對修行的認知如

何？他說來說去，還是這顆人人都有的意識心，「此前佛門僧眾，只知著重文字，宣講經典，老在心外兜圈子，忽略了自己根本的一顆心。」以前的人「所悟是由一切經典文字言說中悟，惟其惠能不識一字，乃能使人懂得悟不由一切經典文字言說中悟，而實由心悟。」

我們前篇指出，一切的經典文字都是人類智慧的結晶，都是由心悟的，由心的理解、分析、判斷而得的結論，我們研究經典，當然可尋跡而得其心之理，怎麼可以說悟非由文字呢？

根本的問題，是禪宗的禪是生命學，活生生的生命真實面貌，有別於人類所認知的生物分子理論；而一般人，包括錢穆先生及絕大部分的教下大德，都把這顆雜亂的心當作生命的主題，這是認知上的根本差異。

這個問題暫且擱下。錢穆先生認為這個悟與心有關，如何修正呢？我們可以從他所認知的「修」，把握他所認知的「悟」。

惠能聽人唸《金剛經》心便開悟，錢先生認為：「此悟正由心領會，不藉旁門」，之後辭母北上五祖寺。「他聽到其人誦《金剛經》時是初悟，此後花了三十餘天光陰，從廣東到黃梅。試問：在此一路上，那時他心境又如何？他自然是提著滿心希望和最高信心而前去，這種長途跋涉的艱苦情況，無疑是難能可貴的……實有他的一番『修』，此是真實的心修。」

到了黃梅，一番言語交鋒，五祖弘忍識得惠能是個禪才，也不予點破，只叫槽廠舂米。錢先生下個結論：「當知這正與他三十餘天，一路前來時的內心修行有大關係，……他那時的心境，早比廣東初聞人誦《金剛經》時，又進了一大步。此是他進一步之『悟』」；「五祖叫他做此雜工，便正是叫他『修』，也便是做佛正法啊。」舂米八個月提出一首見性偈，「我們當知，此本來無一物五字，正指心中無一物言，這是他在磨坊中八個月磨米磨出來的。只此一顆清清淨淨的心，沒有不快樂，沒有雜念，沒有滓渣，沒有塵埃，何處再要拂拭？……此時則已是惠能到家之『悟』了。」

以上引用錢先生在〈六祖壇經大義〉一文的見解，相信大家一律似懂非懂。他認為心是悟之本，這顆心又如何深化到「本來無一物」呢？什麼叫做「沒有滓渣、沒有塵埃」呢？他完全沒有交代，沒有脈絡可尋。從聞經而理會、初悟，到「悟」是修什麼心的結果呢？是當初理會得的心境呢？還是在舂米過程體會到的「本來無一物」呢？這是一連串沒有來由的結論。

禪宗的頓悟是有主題的，有心境的變化的，有明確的覺受的。所謂修行，只不過把阻礙這種心境出現的一切漸漸消掉，所以頓悟是真空妙有的「妙有」，這是法的重心，捨此皆是戲論。三藏十二部都在提醒人們親證這個「妙有」，這樣修行才有明顯的目標。

當代很多人禪修，都不知道「這個」，也不知道「悟後起修」的標的，甚至根本就不知道悟後要起修，當然對修行茫然無措。

一般人只知「萬法盡在自心」，但「何不從自心，頓見真如本性」，清清楚楚把本心、妄心分瀟出來？所以六祖在《壇經·般若品》才說：

若起正真般若觀照，一剎那間，妄念俱滅。若識自性，一悟即至佛地。善知識！智慧觀照，內外明徹，識自本心。若識本心，即本解脫；若得解脫，即是般若三昧。

禪不屬認知，是生命本體的覺醒。儒者既有濟世救人之心，尤其應該折節參訪，以得正法，從而展開嶄新的生命之旅。

錢先生之修行，顯然與禪宗的修行不同也！

# 身來身去本三昧(上)

作者：澄海

封面繪畫：張韻明

總編輯：張曉鈴

編輯及校對：鄭妹珠、鄭淑蓮、高美華、

胡昭容、張曉鈴。

出版社：喜悅出版

ISBN: 9786269276967

出版年月: 2025 年 12 月

