

漫談禪學與哲學(下)

莫當閒學解，辜負祖師心



澄海著
洪耀東拍攝
鄭妹珠編輯

漫談禪學與哲學(下)

Talking about Zen and Philosophy

莫當閒學解，辜負祖師心

澄海著
喜悅出版

前 言

禪是宗教而又超宗教的生命學。

禪談到的生命超出這個地球上的生物現象。一般生物學談到的生命，是從原子湯的理論發展到現代的分子生物學及腦神經科學，屬於形而上的，是本體論及人生觀，也就是論述人類在狹隘地球空間的地位及精神層面。由科學及哲學為主導。

禪涉及的生命是超脫這些理論及觀測的，也超出了太陽系及宇宙的範圍，而且超脫了神創論，把宇宙全體的存在當成一個生命體——大圓覺海的活動，因此是宗教但又超宇宙的生命體驗。它不是學問而已，而是終極存在與現象存在的微妙結合，因此很難運用語言來描述，也不僅僅是精神上的感受或形上學的思想活動，是當下即是的生命整體活動。

吳經熊博士是近代有名的哲學家、思想家，信仰基督教，他研究禪宗文獻的心得寫成《禪學的黃金時代》一書，頗受一般研究禪學人士的喜愛。他有睿智的觀察力及深厚的文學基礎，可以代表知識分子研究禪學的思維活動。但這個研究卻是哲學的、宗教的、文學的綜合，有些與禪宗脫了節。爰不揣淺陋，提出個人的看法就教諸方大德，希望借此重新進一步認識禪，為禪學建立一座康健的學識園地。

本書出現緣於香港科技大學黃谷博士的鼓勵，他是理學家，也是老莊學專家，兼且對禪宗頗有心得，本書稿成用酬關注。

目 錄 (下)

1. 棒喝交馳也是不立文字 P5
2. 對「不立文字」的進一步註解 P9
3. 不思議當然離語言文字 P15
4. 保持生命的覺性 P21
5. 由心律到天律 P31
6. 參禪就是教外別傳 P35
7. 淺嚐輒止 P45
8. 分流競奔 P53
9. 腦神經科學對唯識學的印證 P61
10. 破參後才好論禪 P66
11. 契理亦非悟 P70

棒喝交馳也是不立文字

為了再闡述語言文字與「不立文字」的關係，再引述 耕雲老師對「不立文字」的示要：

禪，是絕對的，是生命本源的突出，因此，所有「信仰與理智，主觀與客觀，色與空，凡與聖，得與失，解與縛」，永遠與禪扯不上絲毫關連。它的中心使命只是悟明生命的實相，只是「還得本來」的自在、解脫。因為任何語言文字都描畫不出生命的本來面目，所以也沒有必要去建立系統的理論，來構成見性（實相）的障礙。倘若誤以為「不立文字」即是不用文字，顯然是一種錯誤。（《觀潮隨筆·不立文字》）

語言文字已經形成人類溝通的必要工具，老朋友相見親切的握手久久不放，這是文字的一種；看見師長現身起立目示，這也是語言的一種。禪宗教外別傳、不立文字，當然也要運用語言文字啊！只是運用的語言文字活潑多了，豐富多了，故事性多了，有時幽默中帶點辛辣，有時棒喝中帶點玄機，讓弟子跳開語言文字的約束，放開了心靈，靈光可現。有時無言顯有言，有言顯無言，在雲霧縹緲中畫龍點睛。

教外者，教法離諸語言文字之外；別傳者，手段作略迴脫常情；而不立文字，不拘泥於文字形式，不建立理論或固定形式之語言。我們用這種心情去看公案，才能體會禪師開發弟子智慧的心是多麼的藝

術化！我們用這種了解去追跡公案作者的心是多麼的巧妙啊！

我們看公案不要做解答，一旦解字上心，那就上語言文字的當了，禪宗稱為「泥跡失神」，拘泥在文字上把開朗活潑的心靈固化了。看公案，要從語言文字的泥淖中跳開，看看我們原本沒有語言文字的心靈是什麼？

我們看《舊約》，亞當與夏娃在伊甸園裡無憂無慮，偷吃了禁果，天堂變成人間。禁果就是思想、分別心、相對概念。從語言文字的運用開始，伊甸園消失了，天國在遙遠的理想中，禪宗才能說：「貪看天邊月，失卻手中珠」。

我們從神經解剖學與認知心理學，可以發現，人類大腦語言區的出現，跟額葉的出現幾乎同時。額葉是我們思想的執行長，也是我們不斷演化的主導力量，語言神經迴路與額葉的發展是同時的，這是我們研究心智的關鍵，也是展望人類向前演化的重要問題。

語文與思想有關，當我們證得實相，從事悟後起修，必須經過「泥牛入海斷命根」的階段，會呈現無思無惟的心境，圓悟禪師特別強調，茲舉幾段話，與大家共同研究。

七佛以前便與麼，直須硬糾糾緊著頭皮、分明歷落薦取這一片田地，穩密長時，乃自會退步，終不道「我有見處，我有妙解。」何故？個中若立一絲毫能所見刺，則重過山嶽，從上來決不相許。是故釋迦文於然燈佛以「無法」得授記，盧老於黃梅以「本來無物」親付衣鉢。（《圓悟禪師心要·示民知庫》）

這段話切須詳細玩味，到此，正是〈證道歌〉的「了了見，無一物，亦無人，亦無佛，大千沙界海中漚，一切聖賢如電拂」。

因此，悟後修行，必須得良師益友的百千鉗錘，去盡無始無明，請本分禪師下得毒手。

更遇本色宗匠，盡與拈卻如許知解，直下契證本來無為、無事、無心境界，然後識羞慚、知休歇，一向冥然，諸聖尚覓他起念處不得，況其餘耶？（同書，〈示若虛庵主修道者〉）

沒有法，沒有人，沒有起心動念處，是怎樣的一個人呢？

既趣向得入，根腳洞明，當令灑脫，特立孤危，壁立萬仞，佛病祖病去，玄妙理性遣，等閑蕩蕩地百不知、百不會，一如三家村裡人，初無殊異，養來養去，日久歲深，樸實頭大安穩，方得安樂，終不肯露出自己作聰明、顯作略、銜耀知見、趁口頭禪。所以道：「十語九中不如一默也。」又道：「我見千百人只是覓作佛底，於中求一箇無心道人難得。」此事最要行持，而於行持不著相、不居德，是名「無相真修」。（同書，〈示許奉議〉）

這個階段是〈牧牛圖頌〉的「返本還源已費功，爭如直下若盲聾，庵中不見庵前物，水自茫茫花自紅」。也因此而敬佩石霜慶諸的「古廟香爐去！一條白練去！」的的用心處，而一念萬年去，就如漫遊宇宙的

太空人了。要更上一層樓，必須擺脫空寂的清淨。



對「不立文字」的進一步註解

人類的語言是由進化過程中創造出來的，開始的時候也許好玩，訓練腹部壓縮空氣，從喉腔出來，可以產生一些簡單的音律；習慣了以後，音律漸漸地有明顯的差別，人類利用音律的顫動做為彼此的互動，例如聯絡、示警，以及感情的表達：高興與不高興。

簡單的音律與神經網絡建立系統以後，慢慢有簡單的語言產生。一旦語言產生以後，人類直線思考慢慢建立起來，記憶就產生了；因記憶而有過去、現在與未來的時間觀念，認識了你與我，產生了空間的地域觀念。「我」指的是這個身體，與身體聯結的生命系統，「自我」的觀念就形成了。

沒有語言以前，人類沒有這些觀念，只有本能與直覺活動，混沌一片，沒有人我、物我的分別。天下是一體的，餓了就吃，飽了休息。我們看野生動物，它們非常單純，餓了就捕食，搶到食物是因為餓了，搶是本能的活動，沒有好壞是非的念頭，是非好壞那是人類在創造社會後人為的倫理觀念。

自然天地本來就是混然一體，一個純然的生命，共同運作的天地。生物自然依循生態平衡的法則，不必刻意。也許自然天地偶爾會來場暴雨，有個山崩，也刺激了生物內在生命的適應行為，在物競天擇中經歷著物種的生住壞滅現象，這是自然的、健康的，不被扭曲的本能反應。

有了語言文字，人類依靠它們而有歷史的記憶，也才有經驗的重

複與修正，當然就有了未來的展望。過去、現在與未來的直線思考深深地烙進了心坎，也發展了一套精密的神經網絡。漸漸地、不知不覺地，人類陷入了語言文字的網絡系統中無法自拔。換句話，語言文字讓我們生活多姿多采，意識搭著語言文字的翅膀，無限制地活躍著誇張的能量。

我們其實是語言文字的棋子，我們是意識的走卒。

從此，什麼善惡是非、夢想與現實、相對的概念蜂擁而出，陷落在相對的概念中，失去本來的自己。其中的負面情緒與負質態度迎面撲來，產生了煩惱與對抗，更加深了負面情緒與態度。

表現在心理上的是欲壑難填，永遠得不到滿足。

右腦在了解想法與概念的大圖像方面表現優異，而左腦必須非常賣命工作，才能記些隨機的事實與細節。一旦左腦受傷，無法進行線性思維，很難把認知與外界現實聯結，線性的時鐘停擺了，一切沉默了，無法從事智能有關的聯結，腦內呈現著平靜。

左腦中風的吉兒·泰勒說：

當我失去左腦和語言中心時，我也同時失去了內在的時鐘，那個時鐘將我所有的時刻分割成連續的瞬間。我的時刻不再被貿然斬斷，相反的，它們變得沒有盡頭，而我也覺得任何事都不用急。（《奇蹟·第五章回歸混沌的嬰兒狀態》，頁 73）

左腦是第七末那耶識的大本營，每天把右腦傳達的資源進行分析研

判。第七末那耶識功能降低了以後，沒有什麼要表達的，直覺地讓生命陶醉在大自然的美景中。沒有辦法進行那個過去、現在及未來運動，也不勞動語言文字來思考，只有當下正在進行的新圖像。圖像可以二個、三個，無法連貫：

我是一條生命！我是裝在這個囊袋裡的汪洋之水。此時，以這種形式，我是一個意識心智，而這個軀殼是一個交通工具，我透過它活著！我是共用一顆心的幾兆個細胞，我在此地此時盛放出生命。哇！多麼深邃的概念啊！我是細胞形式的生命，不對——我是具備靈巧雙手與認知心智的分子生命！（同書〈第二章中風那天早晨〉，頁34）

在不可如意運作肢體的時候，她看到構成身體的六十兆細胞，和這些細胞共奏生命之曲的是意識，身體是載具而已。多奇妙的兩個我，互補的兩個我！多奇妙的自覺，她本來就體會了「完全的孤獨」。

她是在掙扎著求救的時候，沉靜地自我檢視，無意中讓我們真正了解佛教唯識學的深邃。她是神經解剖學家，難免受到背景知識的影響，有意地運用已知的知識，解讀這時湧現的奇妙經驗。

我們禪學的追隨者，卻可以從她的經驗記錄，以健康的態度審視佛教的內在自覺運動，原來第七識一直以來就苦苦地纏著我們，而且為我們發號施令，以致於失去了那份自覺。

耕雲老師說：「唯覺無我的時候，才是離執禪定的開始」，必須打

破第七識纏繞的繩索，我們才可以解脫這個世俗的身體走入另外的世界，那個充滿著愛的右腦的世界。

禪是生命的重新審視與界定，透過轉識成智的智力訓練，達到吉兒·泰勒感觸到的奇妙意識，而且可以非常健康地，可以自主地走入那個世界。轉識成智轉的是相，虛相去掉了就是實，生命的個體沒有改變，右腦的功能依舊取得優勢的智力活動。

當負責發號司令的左腦神經纖維關閉後，它們就不再抑制我的右腦了，而我的知覺也完全自由移動，使得我的意識成為右腦裡的寧靜的具體展現，包裹在一大片自由、變幻的感官中，我的意識中心轉移到感覺起來非常類似塞他鄉的狀態。（同書〈第三章展開求救行動〉，頁 43-44）

第七識轉為平等性智是轉識成智的關鍵，第六識接著轉為妙觀察智，前五識即轉為成所作智。我們終於明白第六、七識就在左腦的神經網路上，它主導著語言文字的創造與運用。明的語言與暗的念頭，終日喋喋不休，讓我們身心不能安寧，透過吉兒博士的信訊交換，我們的論述終於獲得科學的支持。

你會喋喋不休的自言自語嗎？找回內心的安祥，那些喋喋不息的小老鼠就跑得無影無蹤了。找回快樂的大腦迴路，讓感恩與喜悅綻放快樂的光彩吧！

我經常不自覺地咀嚼太空人米契爾在外太空的神秘經驗（見《身

來身去本三昧·萬物俱同體——與米契爾博士談見性(一)》):「讓我了解我身體的分子、夥伴們身體的分子,還有太空船의分子,都是在星系中創造出來的。所有宇宙裡的物質也都一樣,是在星系裡創造、造生的。」

他說得含蓄,因為所有的分子,都在星球創造的時候同時產生的,完全一樣。如果你是一位深深行的禪者,你會自然地將我們身體的能量,融入外在無限寬廣的世界,全體就是一個環環相扣的能量流動。《信心銘》:「二由一有,一亦莫守,一心不住,萬法無咎」。

能量流動產生的和諧共振就是安祥,如果不和諧,共振還有可能嗎?只有對抗、混亂與毀滅。能量也在身體的内部共振,我們有無數個細胞,共振生命之舟。

當我們不受第六識及第七識干擾,也就是我們的左腦神經迴路運作降低,內心其實是非常平靜、喜悅,並且充滿赤子之心的好奇。所以我們才說生命的本質就是安祥,不只入禪。入禪猶如一個小小的池塘,靜止不動;安祥禪就如大海,永遠地波動著,生生不息。

從吉兒·泰勒的《奇蹟》中,對於情緒有很妙的觀察。情緒是伴著想念而來的心理現象,表徵是生理反應:

當我清楚知道,我的腦袋正在執行什麼樣的認知迴路時,我就會把焦點放在這些迴路的生理反應所帶給我的感覺上。我是否變得警覺?眼睛的瞳孔是否放大了?我的呼吸有沒有變深或變淺?……有沒有感到痛苦或焦慮?我的腿有沒有顫抖?(同書〈第

十六章感謝細胞尊重多維迴路〉，頁 204)

這些生理容易被客觀的我發現，但是客觀的我必須冷靜，必須把我從這些情緒和生理反應中抽離，就可以如實地觀察，如實地反照內心。如果不能抽離的話，通常會隨著這些念頭走向遠端，這個過程，是沒有真正的我，只有被念頭帶著走的心緒波動。

反省懺悔是要讓我們學會剎車，進一步當情緒發生的時候，我們會馬上察覺又馬上抽離「我」，讓客觀的我在另一地方觀察。幾次訓練及剎車，改變之後，我們自然不被念頭牽動了。

情緒是心理與生理的綜合反應，它的發動者是念頭。念頭是語言，隱藏在內心的蠢蠢欲動的語言，喋喋不休地生生不滅，也是禪宗所強調的「莫入陰境」。

從這裡開始才好修行，才有一分真正的自由份！我誠懇地邀請禪友一定要詳細研讀這本《奇蹟》，很有啟發性。

不思議當然離語言文字

我們一再強調，禪是生命學，禪不僅只是思想。

就教門講：「理則頓悟，乘悟並銷」。理的盡頭無理可說，理論如果有個結論，那個結論還是理論，還是可以推理，這就像辯證法。

豎起一個道理，必然引起相反意見加入討論，從中出現另一個道理，即正反合的必然。如此，永遠都沒有確定的結論，都是暫時的結論。

只有理論到最後，發現那個原本的，原本的是無可增添，原本的無可描繪、無可形容，就是如此，故說理極必反，反就是歸結，歸結到原本的，原本的只是本來無一物，無理可說，只是「這樣」，只是「這個」，才是究竟。

為什麼我們沒有辦法做到理極必反，歸無所得？因為我們從演化的過程，已經習慣語言文字來代替所有的事物，包括可以接收到的實物以及抽象的概念理論，所有具體的與抽象的都涵蓋在語言文字裡面。

在語句文字發明運用之前，人類有相似的思想活動嗎？

語言文字概念化以後，離開了語句文字，人類的生活突然陷落在無所適從的恐慌中，因為無「據」可尋。

除了語言文字，腦神經系統的演化，對人類的演化也扮演了很重要的角色，其實是舉足輕重的。

從生物學與認知心理學，大腦皮質的出現是人類脫離眾多生物圍欄的主要因素，尤其大腦額葉，它一直是我們思想行為的總執行長，

它一直不斷地演化，看來無有盡期，只要有人類存在。

有趣的是語言能力的演化與大腦額葉的演化，同時而平行，同時出現在人類神經系統的演化譜圖上，它們是孿生兄弟，互為支援，尤其將概念演化為虛擬世界，虛擬世界無形中滲透了真實的世界。

我們只要稍微注意一下人類文明史，在二十世紀之前，人類文明相差無幾，而且處在農業為主的初級產業型態上，人類的知識，人類的語言的概念化，增加的速度緩慢。到了二十世紀，突然產生了知識的爆發，初期是幾何式的增加，現在是數位式的增加。

知識不僅爆發了，像火山爆發了，知識的煙塵佈滿了整個世界，知識不僅是力量，知識是叢林法則的怪獸。虛擬的世界不斷出現，滲透到經濟領域、財政、政治領域，也擴大到商業領域、生活領域甚至思想領域，多得讓專家目瞪口呆，讓庶民無可遵循。

這一大段的說明，證明了一件事，知識、概念與文字的結合，表面上使人類的文明有顯著的進步，但是在不斷的前進中，也演化出了更複雜的問題：人類永遠不滿足，永遠得不到幸福。

每天，我們追逐著層出不窮的意識，創造出無有疲態的相對意識，編織著意識的網，然後把我們困在意識網裡面。

這不是知識或精神問題，而是我們要這樣無止境地追求下去嗎？是我們停下腳步，坐下來好好審思的時刻了。

所以，請你找一段時間，摒除一切！

摒除那堆紛飛的念頭！

摒除那些前塵往事的糾葛！

摒除人情世故的牽扯！

摒除對未來的綺思夢想！

摒除對開悟的奢望！

過一大段沒有思想、概念、欲望、念頭、情緒.....的日子，體會那個原本的理極必反的時段，才好參禪！

禪如果是思想，就可以從歷史的演進找出關連。禪既然不是思想，只好從沒有思想之前著手。這是禪的風格。

我們再回頭來看看教界是怎樣否定禪的。

教界中反對禪的有兩派：一派是傳統的原始佛教，一派是假禪道。

傳統佛教遵循戒定慧三無漏學，必須習戒而生定，因定而生慧。這裡的慧是般若慧，或稱為無漏學，就是經典。他們講禪定，以禪定力來覺察身心的微妙變化，從而印證經典，如其所願地研究，「諸行無常，諸法無我，究竟寂滅」三法印。

禪定這裡是工具，不是主要旨趣，禪定是用來培養心志的集中，加強觀察思維的能力，目的在體會三法印。若有體會，就付諸實行，故說是漸行漸證，漸證而漸行，堅定的信心，即是般若慧的養成。

換句話，這是由正確的知見，引導正確的行為；知見的根本是經典，例如五停心觀、四念處等等，他們很少涉及大乘經論，因為大乘經論並非原始佛教的集結。

因此，他們當然反對「教外別傳，不立文字」的禪宗，根本否認

「不歷僧祇獲法身」的可能。

中國禪宗史德山宣鑿和尚向龍潭崇信禪師請教的公案，就是很好的例子。

教與禪的辯論從來沒有停歇過。

在北宋，一樣有一場禪與教的辯論。那是宋徽宗舉辦的，地點在太尉陳良弼的府邸，名義上是辦齋僧會，參加的僧眾有千人。繼成禪師、圓悟禪師及法真法師、慈受法師都參加了這場盛會。(詳見《先覺宗乘》卷四)

由善於華嚴宗的大師(善華嚴)發問：「吾佛設教，從小乘至圓頓教，都在掃除空有，以證真常，萬德莊嚴，才能成佛。但是，禪宗常說：一喝能轉凡成聖，與諸經論師的看法不同。請問：一喝能入吾宗五教，才是正說，若不能圓滿解答，就是邪說。」

這個問題具有挑戰性的。佛教從小乘而始別終教到至圓至頓，各種經典供人學習，循序漸進。現在禪宗大張旗鼓，不立文字，卻可以直指人心，見性成佛，棒喝交馳，轟動叢林。請問一喝之下，果能至圓至頓嗎？

禪師公推繼成法師回應。

繼成答：「您的問答，不勞圓悟、慈受、法真三大禪師動口，由後輩繼成來回答承教。」

停了一下，繼成叫一聲：「善法師！」善華嚴即以回答：「諾。」

繼成說：「您總以為小乘教講有義；大乘始教講空義；大乘終教者著力於不有不空義；大乘頓教即有即空；圓教者乃不有而有，不空而

空。是不是？我只一喝，不但可以詮盡五教，甚至一般的工巧技藝，諸子百家，都可以圓滿達意。您信不信？」

繼成乃大喝一聲，隨說：「您聽見這一喝聲嗎？」善法師點頭，師乃答：「既然聽得這一喝，是有義，不是小乘教嗎？」

停一下又問：「現在您聽得到嗎？」善法師答：「不聞。」繼成乃申論：「您既然聽不到聲音，那麼剛才那一喝，已經入於無，這不是始教講空嗎？」

繼成禪師雙目注視著善法師說：「我初喝一聲，您即答有，聲音消失了，您答無。說無以證原本有；本來說有，而今說是實無，這不是不有不無嗎？那不是終教？」

「我初一喝，說有非是有，因無故反證有！無一喝的時候，無非是無，因有故呈現了無，這樣即有即無，不是頓教之義嗎？」

「我此一喝，不作一喝用，有無不及，情解俱忘。道有之時，纖塵不立；道無之時，橫遍虛空。即此一喝，入百千萬億喝，百千萬億喝入此一喝，是故能入圓教。」

聽到這裡，大家佩服，善法師起身禮拜。

繼成又說：「話猶未盡，請恕我聒擾。非唯一喝是這樣，甚至於一語一默，一動一靜，從古至今，十方虛空，萬象森羅，六趣四生，三世諸佛，一切賢聖，八萬四千法門，百千三昧，無量妙義，契理契機，與天地萬物一體，謂之法身。三界唯心，萬法唯識，四時八節，陰陽一致，謂之法性。是故《華嚴經》云：『法性遍在一切處』。有相無相，一聲一色，全在一塵，中含四義，事理無邊，周遍無餘，參而不雜，混而不一，於此一喝中，皆悉具足，猶是建化門庭，隨機方便，謂之

小歇場，未至寶所。殊不知吾祖師門下，以心傳心，以法印法，不立文字，見性成佛，有千聖不傳底向上一路在。」

善法師執禮虔誠再問：「如何是向上一路？」

師答：「你應向下會取。」(意即見性為起點，見性是見得本來無一物的心靈深處。)

善法師再問：「如何是寶所？」

「非汝境界。」

「望禪師慈悲。」

師曰：「任從滄海變，終不為君通。」一切隨緣，看看有無觸機遇緣吧！

華嚴宗善講一真法門，由十玄而論起，重重法界，理無礙，事無礙，理事無礙，事事無礙，讚為觀止。筆者初學佛法，不知輕重，至「三界唯心，萬法唯識」，雖知妄心不可安，始終找不到真心，嘗當講席論法，至此汗顏心虛。後得吾師《安祥之美》，頓然明白。

教內如何如何，這場辯論成了經典之作。

《信心銘》：「一切不留，無可記憶。虛明自照，不勞心力。……要急相應，唯言不二，不二皆同，無不包容。……極小同大，忘絕境界，極大同小，不見邊表。」。

保持生命的覺性

止觀，是佛教有別於其他宗教的內省工夫，沒有止觀就沒有佛教。將止觀的漸進方式凝結成一個焦點，而啟發心靈之扉，通常稱為開悟之旅，即修行。

一、空與定是二面一體

止是沉澱，觀是突破，從沉澱中凝集心力，最大的心力產生於空，所以定常與空聯合，但不是斷滅空或空寂，一落空寂就沒有「觀」照的可能；由於空，才有無限的創造可能。

觀照是覺性與智慧的凝結，從定的內心體驗中獲得最高的定境——純然的覺性，任何止觀達到了這純然的覺性，才是開悟，獲得身心的徹底解脫。

因此，我們對楊定一先生關於止觀的看法，有同意有不同意。同意的部分指他對定的看法：

定與空則是二面一體。定與空是我們的本性與萬物的根本，是虛空包容且無罣礙的，是追尋不來而一切也是如此。能理解這些話，自然就活在定與空中。此時身心是覺醒、活躍且創造力無限的。在這當下，任何華麗的辭彙或言語都只是多餘。（《真原醫》〈第八章身心和諧與靜坐〉，頁 209）

他把空與定合併解釋，來觀察「我們的本性與萬物的根本」慧眼獨到，

佛教早就說到真空妙有，空有不二。什麼是不二？我們屢次指出：不二就是絕對。我們不熟悉絕對是因為慣常生活在相對中，在現象中。從相對二元中抽離就是定，定沒有相對，只是絕對。

現象本不存在，是我們的意識有意的分辨，甚至是我們熟悉了思維模式。因此，他在談到腦的智慧中，有段精神的說明，說的是線性思考：

頭腦的運作方式是線性的、推演式、邏輯式的方式，將各種相關資訊拼湊在一起，經由邏輯推演的過程，產生下一個思緒。也就是說，每個念頭都受到前一個念頭或經驗的制約，是由過去的經驗和思維直線性層層開展的……心的資訊處理方式則是非線性、直覺化、直接的，隨時能迎接新的想法與新的可能性。頭腦靠的是理解，心則是用直覺追求真理。（同書〈第九章從心出發〉，頁227）

他把腦與心作了區別，因為腦是直線思考的，而心是全圖像的。可是心還是得借助腦而發動作用，不能說腦只有線性思考。靜坐主要的目的就是擺脫慣性思考的方式，擺脫念頭層出不窮的誘引，所以一切趨向於「空」，從空中再交由心意識的直覺感知，這才是「觀」的作用。

因此，他對「觀」的說法，這樣的延續：

達到「定」就自然進入「觀」，自然在明心見性中認知實相，並「修正自己的行為」，使身口意都「行往正確的方向」，也就是「修行」。

換而言之，當一個人進入「觀」，也自然「入定」(absorption)了，只是陳述不同罷了。(同書第八章，頁 209)

這段話對觀的看法有可商榷之處。定境出現空，空是無可限量的智慧力量，要在這個時候「起觀」，觀照內心的種種覺受，這種覺受代表了什麼？要清楚地明白掌握實相，佛教才有「教觀」做研究的課題，把這個課題突破了，定與觀才能一致，也就是明心見性。入定時不能自然入觀，能觀的是什麼？這裡很重要不能忽略。

二、定與觀的平行處理

入觀是突破慣性思考模式，不能突破就不能明心見性；如果在觀中找出道理，以為萬物不離此理，那不是明心，可能和宋明理學走上同一條路了。這裡還要謹慎觀照，否則不但不是明心見性，反而找到不可懷疑的「真理」了。真理是心靈的跛腳石。

明心見性之後，智慧獨朗，清楚明白那個沒有念頭、沒有言語文字、沒有邏輯思維的「空」是什麼，才好修行而不踰矩。即悟後起修，呈現實相，呈現全圖像。

禪宗的作略擺脫這種漸次習定起觀的程序，因為這種程序還留著線性思考的影子，很難一刀即斷，故產生了「直指人心」的方法。這個方法就是我們一再強調的：從相對進入絕對，從現象進入實相。從腦為主的思維回歸到心直接領會的純樸直覺。

沒有上述的覺觀，作者對定與觀的看法，只是因為他已經有了前提：主張單純地靜坐而來，以為靜坐可以解決問題：

真正的靜坐是與生活和所有的一切是合一的，在瞬間突然瞭解，這個世界並不像我們以為的那麼真實具象。真正的靜坐是看清幻象的紛擾，瞭解那些看來真實具象的一切，在本質上不過是虛幻，或說是一場空。若能時時刻刻如此感受生命，就是將靜坐帶進日常生活中，生活、言談、行走、睡眠都在靜坐之中。

真正的理解，同時也會讓我們突然地、當下瞭解自己是誰，徹底瞭解萬事萬物。這種頓悟，會帶領我們跨越時空的限制，平息心中曾有過的所有困惑。(同書第八章，頁 217)

靜坐可以體驗虛幻？還是靜坐可以打造虛幻？作者的說法非常模糊，儘管句句敲打著智慧的音譜，的確是天下的音籟，我們欣喜這樣的成就。

三、頓悟呈現著全圖像

然而作者畢竟是認知範圍的，他掌握的「在瞬間突然瞭解，這個世界並不像我們以為的那麼真實具象」，除了虛幻，到底還有什麼令人感動的生命躍動？他又說：

這一切的體驗，不過只是本性上的次要或不重要的調整及衍生，我們的本性永遠都是如此地光明、純潔，一切的外擾均無法改變；這個真理不是從體驗中可以得到的，只能領悟。(同書第八章，頁 217-218)

禪宗走過一千多年了，產生了多少響叮噠的禪師，他們在實踐這個生命當下的實際，在這個世界建立了「心的淨土」。我們還要強調，心的淨土一旦建立起來，是可以接引別人走進淨土的，不是遙遠的未來，是當下。沒有什麼放下不放下，自然放下，自然放下，沒有靜坐，因為行住坐臥都是禪。禪只是生命的圓滿，在一行三昧及一相三昧中。頓悟是傳統的用詞，不妨說直接切入直覺的全圖像世界：

唯有透過這一切的放下，我們才能真正地理解，我們本來就是完美及完整的，一點一滴也加不上去，只有全然的放下及領悟，我們才能重生。(同書，頁 218)

不須領悟，不必放下，當你盡入實相，當下是真感情、真慈悲，你即一切，一切即你，一念之起都是相對的。只有領悟也是抽象的，抽離了生命世界。因為：

慈悲是黏合宇宙的膠質，也就是真正的真原場，沒有慈悲，宇宙會分崩離析，一切將不復存在。(同書〈第十一章身心共舞〉，頁 277)

我們仍然很高興現代知識分子關心到真生命，真原場。真原場一直以來是禪宗活躍的園地，希望現代科技與心理學、生命學，能夠幫助我們，使禪獲得更多支援。

四、隨息與觀息與守息

最後，對隨息提到的「儘管打坐」及守息談到的「瓶子瑜伽」，我認為不太妥切。他對隨息的訓練，必須抱著沒有方法的方法——屍體法：

在這個方法中，把自己當成一個屍體，一切都不去管它，任何的念頭想法都把它當成和自己不相關。想像自己已經是一個屍體，還會追求什麼念頭、思考或是方法嗎？……輕輕鬆鬆提醒自己，我人都走掉了，還有什麼方法好談？……輕輕鬆鬆地坐，坐就對了！一切的一切都和我不相關。（同書第八章，頁 212）

「儘管打坐」是日本道元和尚從洞曹宗的枯木禪演化來的，如果應用這種方法入定，很容易走入四禪八定，只得空定。道元是要我們放下一切地打坐，只管坐，打得念頭死，才能進入絕對。作者以為「一個人數息，數到最後連呼吸都放下了，自然會觀息；觀息到最後，一切跟我不相關了，自然會進入隨息。」請問坐著隨息也好，觀息也好，都是打念頭，打得念頭都沒有的過程而已。傳統宗教的打坐強調一念不生而入定，在定中，只剩下簡單的新陳代謝的生物反應外，還有什麼呢？這不是動物的冬眠嗎？

沒有了念頭，頭腦清晰，覺性不能丟掉，空空的時段讓腦部達到最佳的休息外，還要在清淨中掌握覺性，才不會入定，才可以進行觀照。

禪宗最後有個階段是「活死人」，可謂桶底脫落。死人之外有個「活」

字，這是關鍵詞，死人無知無覺，枯木死灰，活是生命屬性。

五、活死人非屍體法

在守息方法，作者採用密宗的「瓶子瑜伽」(Bottle yoga)，任何方式不拘，只要「躺的時候兩隻手置於身體兩側，手心朝上，儘量讓自己放鬆」：

把自己觀想是一個光球，用丹田吸氣，同時觀想光球會隨著自己的吸氣，變得愈來愈大。當沒有辦法再吸的時候稍微放鬆一點，會發現自己又可以再吸氣，如此不斷的憋氣與吸氣，觀想的光球也隨著吸氣愈來愈大，甚至可以觀想和宇宙一樣大，等到真的撐不住的時候再一口氣吐出來。(同書，頁 214-215)

相信稍理智的人絕對不會做這種煉氣的功用，身體是假借的，呼吸也是假借的，光球也是假借的，觀想和宇宙一樣也是假借的，一切都是意識操弄出來的，不學也罷！如果有的話，請研究「月輪觀」或「日輪觀」，把自己與日光、月光打成一片，光外無我，我即是光，才是。

超越相對而進入絕對，很難解釋，但那的確是我們心靈悠遊自在的本質。作者這樣的審省，和一般禪者的經驗是同樣的：

我們必須停下來，仔細想想「我們究竟是什麼？」……人們常以為自己就是那個能知、能見、能聽、能想、能哭、能笑的個體。然而當完全跳脫「觀察者」和「被觀察者」的角色時，身體（肉

體)並未在那一瞬間「消失」,我們只是突然的直接體驗到萬事萬物,不需透過自己或身體的觀點便能體察完整無缺的一切,這便是真正的「實相(reality)。在頓悟當下,身體假相會突然消失。實相既不在體內也非在體外,真正的實相原本便已完整無缺,容納萬有。屆時我們將會明白自己或身體正是侷限的主因。(同書〈第七章身心靈的全面診治〉,頁146-147)

作者經過了頓悟的經驗,所以能夠捉住實相,實在比一般佛教領袖高明多了,這便是《心經》所講的「無眼耳鼻舌身意」。禪行者必須將經驗一再深化,深化成為生命與實相的聯結,那才是「大徹大悟」,在日常生活中踏入實相,而不僅是「突然」。頓悟當然是「突然」的出現,是超越心意識的作用,不是觀照,只是自觀自照。

六、因果律是自然齊一律

唯有實相相續不斷,才是《心經》講的「行深般若波羅蜜多時」,那時刻:

我們將過著內在乎靜、完整實現、真實體悟的生活。這種超越任何短暫快樂的寧靜喜悅,才是我們的原始面貌。(同書,頁148)

於此體認中,我們才能親眼看見業力的奔馳,也才知因緣律的不可思議,因為:

真正的因果律是跨越時空障壁的，許多物理學家已體會到：緣起和因果是真實不虛的。並以此發展出超弦、網絡理論，以這些複雜的數學理論來解釋宇宙是連續性的全相整體。(同書，頁 149)

其實，在絕對的當下，「過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得」，簡簡單單的擁抱「連續性的全相整體」，不必什麼高深的數學理論，有的話，零與非零已經足夠了。

重要的是，突然而來的頓悟，是生命重生的開始，必須勇於接受，大膽地融入絕對的大圓覺海。言之極為簡單，問題是「我」字忘不了，不是「我」忘不了，是「想念」斷不了，「行為」改變不了。

心念的改變，需要行動支持，必須將體悟以行動展現，時時刻刻覺知自身的責任……行動代表的是最高等的道德品行，讓我們純淨的生活與思考，每一字句、每個念頭都充滿了虔敬與慈悲，沒有行動，就不算真正的了悟。(同書，頁 149)

行為是心志的表現，心志在領先改變的時候，一切以實相為依歸，在實相裡沒有相對的美醜、是非、對錯等等相對，自然流動的生命就是慈悲，慈悲就是生命，並不是慈悲的後面有一個慈悲的我。

容我們再提醒：當實相出現，實相的當體是什麼？不僅僅是萬物同體而已，唯一的真實在空中是什麼呢？空仍然是個概念，非「實際」啊！

總之，作者是透過真切的實悟而發為心靈的文字，所以言人所不

及，但是他忘了一千多年前，我國出現了一位偉大的僧侶——六祖惠能，他的證悟是超越時空的明燈，將實相講得已經夠明白了。如果作者能回頭研究他的《壇經》，會有更深層的證悟。因為惠能是中華禪的開拓者，是心靈開發的領先者。作者在靜坐、止觀及實相等方面要再下一番功夫，審慎的觀察，頓悟的實際理地也要再下一番了解，以免顯得粗中無法散發「同體大悲」的磅礴力量！



由心律到天律

正確的心律就是佛經所講的正受，真正的心靈受用。「一種沒有憂慮，沒有恐懼，沒有私欲，沒有攀緣，沒有矛盾，離開一切執著，一切相對的調和、統一的心靈狀態」。(《安祥禪集·安祥之美》)

這種統一而調和的心靈狀態即是客觀絕對意識的呈現。「原本沒有四萬個已發現的銀河系，沒有太陽系，沒有地球，沒有生物，也沒有人類。原本的法，是在三千世界形成以前就存在著的」，那不是絕對的意識嗎？當體就是安祥」(同前)，當體就是「一即一切，一切即一」。

所以，修行是一般正常人的極為普遍的責任，不必牽涉到任何神秘的方法。修正想念行為，讓人心回歸天心，讓心律與天律同步而已。「我們講善就是好，至善就是頂好，什麼東西頂好呢？唯有離開一切相對，離開所有二元的概念之後，所呈現的那種安祥的心態，才算頂好的至善。」(〈安祥之美〉)

在二元的概念背後，心裡就有陰影，有是非、黯淡、晦澀，把心態調得統一、和諧的時候，安祥汨汨而流，原來一切都是那樣的美好，一沙一世界，觸目菩提：萬事萬物不離於當下的美好。(同前)

「安祥是生命的源頭活水，如果你能夠保持內心的安祥.....你也便擁有了幸福。」(《安祥禪集·禪的認知與修學》)

不但如此，「一個擁有安祥的人，每一秒鐘.....不用報恩，已經報

恩了。」(《安祥禪集·安祥之美》)

以現代物理學或以生命能量學來講，每一種生物由「場」來看，都是一種獨特的複合體，導引生物活性的生命力即是磁場。

依照楊定一博士在《真原醫》所講，人體電磁場有兩個環狀的磁場，由距人體約三公尺左右的大磁場，包住另一個小磁場，而且都繞著同一個軸心，這個軸心就是心臟智慧的磁場中心。

「心臟環狀磁場的強度，也說明了為什麼一旦達到諧振的境界.....使得身體各處的磁場與之同步。」(《真原醫》〈第九章從心出發〉——一切歸心，頁 227)

當然，楊定一所強調的是身心靈的結合，提高身體健康品質，也可以提高情緒品質與提高生命的品質。「我推動多年的身心靈整體醫學『真原醫』，一直在倡導三體(身體、情緒體、心思體)都和諧平衡，才能讓患者真正走上康復之路。.....為了啟動康復之旅，這三種體必須以諧振的狀態同時存在。唯有如此，才能完全移除每種體所凝聚的能量結及能量凍結。」(同前——關注法則，頁 232)

因此，他從此尋找聖心，他認為「圍繞在磁極周圍的環狀能量場，中央就好比『暴風眼』，在這個位置的能量呈現一種不尋常的靜止狀態，任何人只要經過這種平靜，就能感受到蘊含在平靜背後的就是造物力量，是一切存在的最大力量！」(同前——尋找聖心，頁 237)

為了佐證，他引用中脈與拙火來支持他的論點，他說：「拙火常以

一對繞著脊椎盤旋而上的蛇做代表，在拙火路徑中，能量由脊椎底部出發，向上流經體內各個能量中心（脈輪），直到頭頂的頂輪。拙火開啟後，頂輪也隨之開啟，而與宇宙意識相通。正是昔日許多聖人所進入的與萬物同體、至高意識領域的狀態。」(同書，頁 238)

他對中脈的論述較少，結論：「中脈的路徑並不同於脊椎，而是由頭頂至會陰的一直線。中脈和拙火一樣是以微細能量域的形式，存在於前述環狀能量場的中軸。」(同前，頁 238)

顯然地，他受到密教的聖訓影響很深，而且也做了很詳細的訓練與體驗，有深入觀察做依據的，尤其對於拙火的描寫簡潔明白，既是密中密，故不予評論。只寄望楊博士再深入體會，不可滯於名相的限制，大膽去體會。

其實，密教的「無上瑜伽」都沒有這些細節，只以心軸直接與宇宙意識聯結，拙火是在摒除人心雜質後升起的能量，這個能量很接近天心的能量，因此有與宇宙聯結的諧振關係，故稱「瑜伽」，即聯合的意識。

關於頂輪，是宇宙能量進入人體的孔道，以螺旋式的運動方式進入，拙火也可以經由頂輪進入宇宙。這些現象表達了一個統一而和諧的心靈狀態，是天人合一的途徑。對楊定一博士的努力，我們衷心感佩。先師的〈安祥之美〉已有完整的論述與實證，那是 1985 年 7 月發表的；《真原醫》是 2012 年 1 月出版的，時空雖異，精神相同，不盡高興與唏噓。

天律是統一而和諧的原本狀態，本來無一物。心律如如，也是本來無一物，「菩提自性，本來清淨」，天律與心律相同，磁場也相同了，那才是絕妙的音樂組合。

因此，我們要「致虛極」與「守靜篤」，將我、法二執斷除乾淨。心輪就是我執，頂輪就是法執。本來就沒有人類，哪有什麼「我」？沒有人類，當然沒有什麼思想與語言，哪有什麼「法」？

打通心輪，心必然呈現如一片無垠的湖泊，廣大無涯，清澈明亮，沒有煩惱、邪思、妄想，對外緣不起分別，一片澄靜。打通了法輪，一切即一，一即一切，「萬象森羅影現中，一顆圓光非內外」，理事無礙，事事無礙。

這才是一條最簡易而光明的路！這樣才能找到「生命」的源頭活水！

參禪就是教外別傳

禪宗強調「教外別傳，不立文字」，在經論研究之外創設「參禪」，禪必須參，真參才有實悟，亦即「大疑大悟，不疑不悟」。

參的前提是疑問，參禪的動機。沒有動機就沒有疑問，沒有疑問何必學禪，何必參訪。疑問愈大，苦悶愈強，強到什麼都不想，只有這個疑問牢抱不放，這就是疑情。這就接近制心一處，制心於這個疑情，百物不思，故稱為「獨頭意識」。公案或話頭要產生獨頭意識才是好消息；觸機遇緣破了疑情，心靈會呈現出空空朗朗的狀態，回頭轉腦就是「破參」。

破參呈現的「無我相，無人相，無眾生相，無壽者相」，非常奇妙，無法以語言描述，如人飲水，冷暖自知；但是要踏前一步，體認著「過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得」，才真正破參。

破參之後才好修行，稱為悟後起修，就路返鄉。如果不懂修行，或者以為這個就是了，稱為「悟後迷」。因為只有某些宗教經驗，不能契合禪道的深邃。

宋明理學家，包括近代的錢穆大師，他們多少有這種經驗，憑以斷定禪宗講的就是空，就是「本來無一物」。那是遠離世俗的清淨境界，只能出世享受清高，不能入世為「萬世開太平」，不能為「往聖繼絕學」，往聖的絕學是入世，要把大同世界在人間實現。

理學家與禪學交流少，是不可原諒的過錯。中國人研究學問太重視正統，自以為是正統，別人都是異統，排斥和鄙視是中國學術研究思想停佇不前的原因。

過去理學家與禪家溝通不良，現在仍然一樣。學術界要研究禪宗，必須透過參禪的訓練與實際，必須破參才能漸漸體認禪的本質。同樣的，禪家必須擺脫神秘色彩，重新整理禪宗典籍，建立正確的參禪方法，回歸正統的禪道，勇於接受批評，是者是之，非者非之。

破參是將主觀意識突破而呈現客觀意識，但禪是生命學，這樣的觀念敘述雖然接近了，但實質還不是。我們一再說破參就是呈現出客觀意識，這是第一步。客觀意識是現量而不是比量，現量是「不可思議」的，無法以思想道理描述的心靈活動。

這種特殊的心靈活動與生命的本質有什麼關係，才是禪家長遠以來要說明的生命認識，完全開放自在的心靈，那就是「阿耨多羅三藐三菩提」，是我們生命本自俱足的本分，所以《金剛經》才說：「實無有法得阿耨多羅三藐三菩提」。

當須菩提踏入這種不可思議的心境時，涕淚悲泣而白佛言：「希有！世尊！佛說如是甚深經典，我從昔來所得慧眼，未曾得聞如是之經。世尊！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。」

現實世界是人間世界，到處充滿了相對的意識作用，又受限於邏輯推理的訓練，不知不覺就陷落在直線思考的慣性作用，產生了分歧與對立。

絕對意識是實相世界，唯覺無我，呈現的是生命之河的流動，我們的細胞分子與一切生物細胞分子共同流動的河海，每一個水分子無時無刻不在共同流動，哪一個水分子不是我？我又專屬於哪一個水分子？

所謂真正的慈悲就從中流盪出來，不必因為我感到慈悲，發出慈悲，採取什麼慈悲？這些都是相對意識的產物，不真實的覺受。真正的涅槃從此展現，涅槃是不二的純意識生命，它的本質就是慈悲，《普門品》的聖音是自覺的感動，不得不爾的驅動力！

從見性開始到大徹大悟，是一條流向生命源流大圓覺海的聖唱，聲聲從純潔的心房歌頌出來！圓熟晶瑩剔透後的滾動。

因此，開悟是件非常神聖的事業，有責任「為往聖繼絕學，為萬世開太平」。積極開發人類潛在的生命能量，提昇人類心靈的品質，讓人類在物種進化中融入那股永不枯竭的生命熱情。

禪者是大乘佛法的實踐者，適當擷取理學家入世濟民的熾熱感情，開拓天人一貫的淨土世界，才能帶領人類在進化的軌跡上導向淨化心靈的方向。

在封建專制時代，皇權高於一切，理學家雖然建立道學的哲學架構，企圖從皇權中分出部分政權以共治天下，但道德規範不了皇權家天下的狹隘心理，加上沒有制衡制度（check and balance system）的支撐，理學共治的理想被粉碎了。

另一方面，禪家的「唯我獨尊」，所傳遞的人性尊嚴，一樣被皇權至上的威權所鎮懾。這兩股學術力量驟起驟落，理學家轉移為考據治史家，禪家被淨土宗取代，顯然是時代的悲劇。

當代資訊公開，民智開放，有利於理學家與禪家的結合，在學術公開的立場下共創新局！

一般開悟其實是見性，見性後逐步修行，達到大徹大悟，才好說是開悟。但是一般人總是見性與開悟混為一談，必須辨明。

見性是看到生命的屬性，體認了正等正覺的味道，迅速地從主觀意識突入客觀意識，所以稱為「頓悟」。頓悟時體驗到的心靈狀態和大徹大悟的心靈狀態是一樣的。那為什麼頓悟時見性不能稱為開悟，因為頓悟時的心靈狀態極為短暫，很快就會消失，我們慣有的主觀意識又擠掉了客觀意識。

悟後修行就是要把客觀意識找回來，慢慢的增加它的力量，最後由客觀意識當家作主，主觀意識只為奴，才不會主被奴欺，反賓為主。沒有見性是辨別不了主奴的，當然主奴難分，認奴為主，真主蒙塵。

大徹大悟的人，就會把真主迎回聖朝，從此海晏河清，百體從令，坐於淨土之寶座，接引眾生。

因此，是否見性是關鍵性的課題。見性只有頓悟的剎那完成，不是找那個道理，找這個道理，然後以為這就是真道理，卻是「言語道斷，心行處滅」的。

見性是見到了生命的真實面貌，換句話說就是生命的共同基因，那是現量的心靈境界，不是推理而得的比量範疇。現舉康熙朝國師玉琳道琇禪師的參禪因緣，來做進一步的剖析。

玉琳國師幼時閉目就可以反觀自心，無念可得。後來禮參天隱圓修。一日坐香未竟，他逕自入室別參，修拿起《石屋錄》問他：「這個是什麼？」師卻請修道，修向他說：「你不道教我道，為何？」師云：

「情知和尚不敢道。」修答：「是《石屋錄》。」師反說：「隨他去也。」

玉琳那時候以為見性就是見到本來無一物，坐參也只是訓練制心一處而已，他都做到了。修拿書問他：是什麼書？師偏故意不答，免得擾動清淨一念心，修說這就是《石屋錄》，為什麼不敢說。玉琳賣弄聰明，那和尚隨著問題而答，已經破壞那片一念清淨心了。這就是說禪是離言語、文字的，我才不隨他人的問處答呢！修和尚一聽，嚴厲地指責他未悟言悟，錯悟當悟，玉琳當時窘得淚如雨下。

其實這個清淨一念心就是獨頭意識，人像在寒岩上動不得，起不得。

有天晚上，師侍立，陷於獨頭意識中。修借機啟發：「當初龐蘊初見馬祖道一，也以『不與萬法為侶的是誰』相問，為什麼馬師要進一步說：『待汝一口吸盡西江水，即與汝道？』」

玉琳呈頌：「不侶萬法的為誰？誰亦不立始親渠。有意馳求轉睽隔，無心識得不相違。」修和尚何等眼光，覷得玉琳的罩門。玉琳陷落在一般的禪定上，孤孤迴迴地，沒有活潑自在的生命活力，所以修和尚嚴肅地向他說：「我不問你什麼是不與萬法為侶的，要你會一口吸盡西江水啊！」玉琳回頭轉腦才恍然大悟。

後來，有僧問他：「有拄杖子與拄杖子，何謂？」師曰：「世尊拈花，迦葉微笑。」進問：「如何是無拄杖子奪卻拄杖子？」師笑答：「百萬人天悉皆罔測。」

玉琳如果碰上庸俗的禪師，一生就可能斷送在「不與萬法為侶」

的一念清淨上了，永遠承誦在「拈花微笑」的故事中，幸虧他遇到的是修禪師，一位高明而且有實證的禪師，他可以引用：「待汝一口吸盡西江水」相訊，讓玉琳國師在一口氣不能上來的時候吐了一大口氣，吸氣與吐氣是同一回事的啊！不是兩回事啊！

環視當代的所謂禪師，有幾位有這樣的慧眼呢？而且現代論著頗豐的學者也掛上禪師的名銜登上法座，根本不了解「直指人心」的意義，根本不明白禪宗的禪與四禪八定的禪定無關，完全不相涉。有的拿著止觀運用的禪定當著禪講，混淆不清，魚目混珠，禪道怎麼不衰退？

黃龍禪師就批評過：「學者欺詐之弊，不以如來知見之慧，密而鍛之，何由能盡。且古人建立宗旨，千牢百固，尚有承虛接響者混我真宗。若師家大法未明，無從辨驗，則胡喝亂棒，群然而起，吾宗掃地矣！」

其實是非容易辨別，真假可以立判。問題是：大家習慣於聚眾喧嘩，你說他錯，那些弟子就怒目相向，群起而攻，讓說真話的人失去平台。目前為止，只有在台灣宣揚現代禪的李元松老師，未悟言悟，自省愧疚，公開聲明並道歉，仙風道骨猶存。可惜，他的弟子也不見一個出來雪恥。要知道，禪是普世的精神食糧，不專屬於某人某派，師父既然勇於承認過錯，弟子應該奮起繼續參禪參訪，重建門風才是啊！

我們一再強調：公案只能參，不能解。沒有開悟的人解公案必定

落在猜測上尋道理；沒有開悟的人才敢解公案，因為他沒有破參的經驗，不明白破參與參公案的關係，只好落在猜測上強詞說理，其實他心裡頭是虛的。

開悟的人更不敢解公案，因為沒有一定的答案。他必須引用公案的時候，在似解非解中，用盡辦法讓參公案的人從另一角度參，而不是給答案。

例如上舉玉琳國師參「不與萬法為侶的為誰？」自以為開悟了，天隱圓修只向他問：「為什麼道一接著說：『待汝一口吸盡西江水，即向汝道』呢？」玉琳不假思索即說頌：「不侶萬法的為誰？誰亦不立始親渠；有意馳求轉睽違，無心識得不相違。」對嗎？答案很好。但這是肢解宗徒，是推理的結果，遵循神秀的偈意，一路落在意識河裡，不是真的身心踴躍。

修和尚大發慈悲問他：「我問你什麼是『待汝一口吸盡西江水』別打岔。」玉琳才參透，轉頭就走。

未悟言悟的假禪師很多，自古就有，這是憾事。

前天有人寄來某大德的開悟偈，標題是〈悟真空理〉：「梨樹開花滿樹白，滿園梨花白似雪，片片雪花飛滿地，今日滿園成香色。森羅萬象終歸壞，唯有真空才不滅。」看了不禁淚下，禪風衰敗如此，大唐國裡哪有禪師？餘下的還有悟實相理，悟大徹理，也懶得看了。這般禪師座下弟子都有好幾百萬人供養的，跟他學禪的也有幾十萬人，但是石頭希遷說：「契理亦非悟」呀！

再看瀋山靈祐禮參百丈懷海，居參學之首。

一日侍立，百丈回頭問他：「你是誰？」

瀋山答：「弟子靈祐。」

「是嗎？你舉箸撥撥爐中火，看看有否火星？」

靈祐撥了幾下答：「沒有火了。」

百丈接下火箸，往爐中撥得一星火，向靈祐晃一晃說：「你說沒有，對麼？」

靈祐發悟。百丈向他說：「經云欲識佛性義，當觀時節因緣。時節既至，如迷忽悟，如忘忽憶。……汝今既爾，善自護持。」

請問這則公案如何解？

這是以心傳心啊！百丈上堂：「靈光獨耀，迴脫根塵；體露真常，不拘文字」，當下即是淨土，以心傳心就是攝受淨土。靈祐目睹火星，即刻頓入不思議的境界，所以百丈要他：「善自護持。」

不能解卻可以參。

五祖法演禪師座下有三大禪師，即圓悟、佛眼及佛鑒。佛眼參五祖演時，祖總說：「我不會，我不如你」或「你自會的好」，讓他窘迫難過，就去請教元禮首座。元禮也是良將高足，擰著佛眼的耳朵繞爐說：「你自會的好。」佛眼更加不是滋味，怎麼良師高足對弟子這樣冷淡？元禮向他說：「將來觸機遇緣，自然明白，現在不必多想。」

一夕擁爐枯坐，撥爐見火如豆，如擊石火，傻愣愣地脫口而出：「深深撥，有些子，平生事，只如此。」（這是瀋山靈祐在百丈大師處悟道的偈語。）

遽起，佛眼再閱破灶因緣，述偈：「刁刁林鳥啼，披衣終夜坐（心有不寧，披衣夜坐，夜幕沉沉，家歸何處？）撥火見平生（疑情為火燒盡，天曉未露），窮神歸破墮（身心全脫）。事皎人自立。（當體佔立）曲談誰能和（從門入者，並非家珍）；念之永不忘，門開少人過。」（水邊林下，長養聖胎，遠離塵寰）。

一個真正開悟的人都是截斷眾流而悟入的，所謂以心傳心是人家替你截斷眾流。靈祐接受了百丈的傳心，成就必須百倍努力，他帶著幾個人到滄山開山，非常辛苦，經過了十多年的筆路藍縷才有人歸趨，直到仰山慧寂等來歸，終於創立了滄仰宗。

反觀佛眼就得來不易了。

五祖法演禪師是楊歧派長老，重展臨濟禪風，一如祖道，絕對要弟子尊重己靈，重視自悟自解。佛眼來參學，他卻勉勵弟子：「我不如你，你自會的好。」哪像現在的禪師，打個禪七，聚眾成千上萬，聲勢浩大，甚至連續幾個禪七，經年累月，結果呢？根本沒有一個開悟的，都是肢解義理之輩。有一個禪師臨去世時宣佈：「我座下有十個開悟的。」就這樣留下一個大疑問。哪一個弟子開悟？人人都不知道，卻都懷疑自己是開悟的，弄得整個寺院裡神秘兮兮地。有什麼禪師風骨？

如果有開悟的，請問：佛眼是如何開悟的？佛眼打過什麼禪七？佛眼開悟時是不是神秘兮兮地？什麼叫做「輕輕撥，有些子」？為什麼佛眼說「窮神歸破灶」？請問五祖演總說：「我不如你，你自會好」？請問打禪七緣自哪位祖師？根據什麼經典？有什麼統計數字證明打禪

七而開悟的？

禪者剛健雄偉，大開大闔，為萬世開太平，豈能做出不負責任的事業？學禪重參，不隨人口水蕩漾，豈可人言亦言，人行亦行，自失方向？

重振禪風是當務之急！



淺嚐輒止

任何學問都必須經過長時間的研究、省思與實踐，才能進窺核心價值。理學、物理、化學都必須專心鑽研，也必須透過實踐完全人格化，提出實驗報告，驗證定理。研究禪宗當然必須窮畢生精力研究與實踐的，不能例外。

可是一般人總會突然有了個領會或相似的心得，以為這樣就是禪，便拿來論斷是非。

絕大部分的人學禪患了這個錯覺，教內如此，學術界如此。

錢穆先生是最好的代表，他有段簡單的見性經驗，詳研《指月錄》而得，就以為這就是禪，以空為禪，以空靈為禪。回過頭來批評禪、定義禪，完全忽視了《壇經》的第一個公案：惠明打坐到了「不思善，不思惡」的時候，六祖突然向他說：「正與麼時，哪個是您的本來面目？」

這個「本來面目」才是禪宗所一再強調的「佛佛唯傳本體，師師密付本心」的本體、本心。沒有大成就的師父在旁邊督促你、糾正你、暗示你、踢你一腳、打你一拳，你就死在「不思善，不思惡」的空空上。

見得本心是上路的開始而已，從此要以「這」為目標，慢慢修正思想行為，漸漸變化氣質，讓內心那個天下一體的潛層意識抬頭出面，讓你那個沒有分別作用的覺受，在生命的長河中洶湧。

那是一段非常漫長而辛苦的歷程啊！

這樣才可以體會六祖這位大聖人，必須在獵隊中默默地度過十五

年的歲月，難忍能忍，難捱能捱，消磨掉全身的稜角，才獲得圓明智慧的歷程了。

沒有這個功夫與能耐，怎麼可以談禪、說禪？

請問：錢穆有那麼高的智慧與學識素養，還得花多少時光在宋明理學中，才有不世的真知灼見啊！為什麼對禪的研究態度就變得那麼輕率了呢？怎麼可以因為短暫的空寂感受，便斷定是禪的全部？

例如他講六祖：「(六祖)一日背柴到城裡賣，聆人念《金剛經》，心便開悟，此悟正是由心領會，不藉旁門。」(〈六祖壇經大義〉)。「由心領會」就是推理與覺受的合理結合，但這不是禪宗的悟，而是解會了。解會的力量是不足以使六祖辭母就五祖禪庭的。解會的力量太小，必然有股很大的心得，很大的啟示。

儒者反佛，以韓愈最有名。他是保守的本土文化守衛者，極力反對佛教文化，全盤地反對佛教。至於以儒、佛之辨反禪最激烈的是羅整庵，他反對士大夫學禪，要他們回到儒學。我們以他的《困知記》，稍論其偏頗處。

任何學問都是人類公有的文化財，應該透過公平的批評，還其透明的真象，這是學術應有的態度；至於喜歡不喜歡，是個人主觀範圍，應該割捨。這像種香蕉，如何選種、培育、照顧及改良，是一條公平而透明的準則，是可以公開討論批評的；至於喜歡不喜歡香蕉，那是個人嗜好問題。

有些人不懂，自己論東說西，挑肥揀瘦，看到別人文章涉有批評，

便酸溜溜地反對，其實是心虛；還說只可以關起門來評論，不用公開露面，這是掩飾自己的無能，不能光明正大。人類文化的進化，靠的是公開、透明、接受批評，不斷地向精益的道路前進。

理學的興起當然有時代背景，自從安史之亂直到五代十六國，一直在混亂的戰爭中，社會中堅的士大夫當然會挺起肩膀為「萬世開太平」，在「內聖外王」的理念下，積極參與朝政，與君王共治。另一方面，多元性的摧破佛教的消極遁世思想，特別是枯坐掩息的默照禪。

興儒排禪是大前提，理學從性理建立他們的世界觀，當然涉及本體論。而且儒學的本體論是一部被遺忘的《中庸》。因為《中庸》似道似儒，向來不受重視。梁武帝是第一位發現這部書價值的人；後有唐朝的李翱，他們都是學佛而旁及《中庸》之秘。

宋初天台宗智圓和尚著《閑居篇·卷十九》即有〈中庸子傳〉上中下三篇，自號中庸子。因為當時士大夫排佛，承續韓愈。智圓為了彌補儒釋之嫌，以方外一人而尊《中庸》，後來契嵩又有《中庸解》，他是雲門宗下四世，更大膽地調和儒釋之爭。

本來學術是客觀，摒除了主觀的態度，才能尊重他人，也才能獲得他人的尊重，重要的是客觀態度而已。可惜，理學既起，打著新儒學的旗幟，當然徹底反對禪學，以至於讓儒、禪各有一席之地也被打破了，這是中國學術思想史上很可惜的階段。

羅整庵在理論上是攻擊禪學最徹底的，但是他是否了解禪？先說他的參禪。(以下皆引自《困知記》)

及官京師，偶逢一老僧，漫問何由成佛？渠亦漫舉禪語為答云：「佛在庭前柏樹子。」愚意其必有所謂，為之精思達旦，攬衣將起，則恍然而悟。不覺流汗通體。既而得禪家《證道歌》一編讀之，如合符節。自以為至奇至妙，天下之理，莫或加焉。

後官南雍，則聖賢之書，未嘗一日去手，潛玩久之，漸覺就實。始知前所見者，乃此心虛靈之妙，而非性之理也。（《困知記》卷下）

可見他對禪的了解不怎麼高明，把「此心虛靈之妙」當著禪，故後來儒學，深契「性即理」，心有把握，所以反對禪，當然也反對陸象山的理學。

這種認識，可以從下面這句話，印證了他從來沒有忘情儒家的「內聖」：

昔有儒生悟禪者，嘗作一頌云：「斷除煩惱重增病，趣向真如亦是邪，隨順世緣無罣礙，涅槃生死等空華。」宗杲取之。嘗見杲示人有「水上葫蘆」一言，凡屢出，此頌第三句，即「水上葫蘆」之謂也。佛學道理真是如此。《論語》有云「君子之於天下也，無適也，無莫也，義之與比」。使吾夫子當時，若反卻「義之與比」一語，則所謂「無適無莫」者，何以異於水上葫蘆也哉！

（《困知記續錄》卷上）

所引偈語是張拙之句，整庵不明白「隨順世緣無罣礙」的涵義。

禪言般若似與集義相近，但指涉範圍不同，前者指的是生命的共同基因，後者指的是人性，看似相同，但非義可涵蓋。

禪者都無事，萬物如虛，萬法如化，儒者以伊川之言：「敬只是涵養一事，必有事焉，須用集義；只知用敬，不知集義，卻是都無事也。」集義為先，必有事焉，而禪者之必有事焉，指的是般若的妙有。儒者集義，禪者重般若之保任，廣狹有別而已，非必南轅北轍。

向來以為保持空即是禪，空無撈摸處，什麼都沒有，所以持此誤解而守寂空，以為論禪如此而已。不知禪是生命的真實相，真空故成妙有，妙有而歸真空，特稱為般若，不是世智辯聰。故見性貴在保任、管帶，豈非「若有事焉」，般若有其沛然莫可禦之力量，是集義之義。故錢穆嘗言禪近孟子，似乎彷彿而已。

為了彰顯儒學的無所不包，羅整庵又引用神會的《顯宗記》與《中庸》做對比：

反覆數百語，說得他家道理亦自分明，其中有云：「湛然常寂，應用無方。用而常空，空而常用，用而不有，即是真空。空而不無，便成妙有。」妙有即摩訶般若，真空即清淨涅槃，此言又足以發盡達摩妙圓空寂之旨。……

夫《易》之神，即人之心，程子嘗言：「心一也，有指體而言者，『寂然不動』是也。有指用而言者，『感而遂通』是也。」蓋吾儒以寂感言心，而佛氏以寂感為性，此其所為甚異也。良由彼不知

性為至精之理，而以所謂神者當之，故其應用無方，雖不失圓通之妙，而高下無所準，輕重無所權，卒歸於冥行妄作而已矣！（《困知記》續錄卷上）

這種比較都在文字的曲解上，佛家所言性，是生命的屬性，生命包含能動、準動、不動三種，而以緣生法概括說明生命的無窮，於流動緣起中見其妙有，於寂然不息中見其真空。談性不離緣起，萬象都在其中。

儒者言性，有天命之性與稟賦之性，以生物為中心，是站在地球上以人類的目光來看生物自身與自然的關係，重視的是生存，是人類在地球建立理想王國的期待。

兩者論述是那樣的差別，況且儒者論性與理，未免邏輯的推尋屬哲學的系統，禪者是可透過心性的凝鍊而呈現宇宙的真諦，此心即宇宙、宇宙即心。

儒者重視道德的實踐，以人為主，仍然是禪者所重視的某個階段成就，更能由此奠基而向上昇華。除非願意積極地投入研究與實踐，若只在文字上推演，豈不是畫餅充饑，永不飽腹。

宗門之悟，是擺脫語言文字造成的意識、概念，才能直接跳進去那個混沌的大世界，一落言詮便落入邏輯形式了，那不是悟，那是概念的建構。學術界若以此概念看禪，必敗。

例如錢穆論〈野鴨子公案〉有這樣的結論：

看見一群野鴨飛過，是所知見。禪宗祖師只許你有此「知見」，不許你有此「所知見」，而即住著在此「所知見」上。知見了一群野鴨飛過，不許說是一群野鴨飛過，也不許想有一群野鴨飛過。此是一種純知見，非「無知見」與「不知見」，即此是「佛知見」。此是心本體，亦即是佛性。（《中國思想史·(二七)惠能》）

看他大學問家，不免掉進什麼：知見、所知見、純知見、不知見與無知見的文字堆中推來推去，不是中了文字知見的毒嗎？

佛性是生命的純然狀態，不是知見、不知見，不是知見、所知見，那種相對的概念，在正反合中做無盡的推演，那怎麼能悟？這就像沿著一條直線一直走，走到最後，還是回到原點，沒有跨出一步，因為地球的直線原來是圓形的。說了那麼多的話，不悟還是不悟，漆桶一個——黑漆漆。

知見是意識，意識是因人而有，因人而別。禪宗怎麼會要人：知見了一群野鴨飛過，不許說是一群野鴨飛過，那禪師怎麼能開禪？馬祖說「又道飛過也」，是對扭鼻子講的。請問馬祖向百丈扭鼻子，是純知見？不知見？所知見？

這裡，我們要引用上世紀偉大的歷史學家湯恩比博士的話，他和池田大作於 1974 年 7 月有很長的討論，他對生命有以下見解：

我認為生命和意識，都是完全的 novelty（新產物），而這種完全

的新產物在邏輯上不是人們所能理解的。這跟發現本來就潛在的某些東西顯然不同。為什麼說這是人們所不能理解的呢？可能是因為：人們的思考受到以空間和時間為基準的思想方法的限制。空間和時間終歸不過是一種現象，對「存在即其自身」的不可知性來說，並非其本質。（創價學會《展望二十一世紀：湯因比與池田大作對談集》〈第三編哲學與宗教·第一章事物的現象與本質〉，正因文化事業有限公司出版，頁 321-322）

他的觀點和我們的論述非常接近，令我們欣慰，我們也樂於推薦這一本書。

錢穆也知道這個語言文字與時間、空間有密切的關係，偉大的思想都可以推測生命早於時空之前就有，是 novelty，是終極存在，無極或是誠、空、中……等等。問題在於不敢在這個極難捉摸的地方沉澱下來；不敢把心放在這裡安頓下來；然後再回來做一番省思。少了這一段，何以論禪？

分流競奔

錢賓四先生是近代中國思想史的大宗師，學識淵博，見解精闢，真是國之大寶。但近日詳讀到〈惠能〉一章，談到開悟、見性部分，似有商榷之處，爰提供淺見予以補充，就教高明。

提到野鴨子公案，他以為：「六祖所要指點人追求的，則是一種純粹知見與純粹觀照」。

百丈懷海大師侍馬祖行次，見一群野鴨飛過。祖曰：「是什麼？」師曰：「野鴨子。」祖曰：「甚處去也？」師曰：「飛過去也。」祖遂回頭，將師鼻一搨，師負痛失聲。祖曰：「又道飛過去也！」師於言下有省。（《五燈會元》卷三）

這則禪宗裏非常重要的公案，耳熟能悉，描寫馬祖道一和尚借著一群野鴨橫空飛去的機會，以極高明的手段讓百丈懷海省悟。

故事非常鮮明，意象非常清晰。

錢先生認為：

這一段故事正好說明六祖的意思。看見一群野鴨飛過，是所知見。禪宗祖師只許你有此「知見」，不許你有此「所知見」，而即住著在此「所知見」上。

知見了一群野鴨飛過，不許說是一群野鴨飛過，也不許想有一群

野鴨飛過，此是一種純知見，非「無知見」與「不知見」，即此是佛知見。此是心本體，亦即是佛性。

禪宗要你「明心見性」，是明如此般的心，見如此般的性。

今說我看見一群野鴨飛過，此是前念生。野鴨飛過，我心也不存，此是後念滅。此念滅了，才能生別念，此所謂「無所住而生其心」。

現在要你「前念不生，後念不滅」。你看見一群野鴨飛，只此一見，便成一相。但你不再說我看見一群野鴨飛過，是「離一切相」。

明白到這裏，即易明白得明一切法而無念、無相、無住、無著的真境界與真體段。(《中國思想史·(二七)惠能》)

以上是我把它分段的，這樣討論起來更方便。

錢先生的聰明才智是大家公認的好，我就很喜歡他的全集，縱橫古今，議論風生。但他這裏解釋公案，說明明心見性的論點都與禪宗相去太遠。

竺道生說：「夫稱頓者，明理不可分，悟語極照，以不二之悟，符不分之理，謂之頓悟。」(慧遠〈肇論疏〉引生公語)他下結論：「生公謂『理』必是一不可分之整體，故悟者必悟其全……此見佛學悟理與儒家盡性不同。悟在知見，盡則在踐履。」後來他又對生公說云「不偏見乃佛性體」，申論為：「悟理則見到一極之全。待見到此一極之全，則一念而無不知。」(《中國思想史·(二六)竺道生》)

達摩說過的理入就是「悟理則見到一極之全」，要把道理想透了，非有相當縝密的邏輯訓練不可，不然就會脫離主題。

佛教的主題是生死的問題，生從何來？死往何去？悟理之極要能

打破生死的微妙關係。如果照錢先生的看法，將是「此是一種純粹知見，非『無知見』與『不知見』，即此是『佛知見』，此是心的本體，亦即是佛性。」但他不能指明野鴨子公案與生死論的任何關係，只要大家「前念不生，後念不滅」，這是什麼邏輯？生死問題一念才起，依照錢先生的見解，我們只要不許說它是生死問題，只是一個念頭而已，一種純粹的知見，此是前念生，念頭過了，我心也不存，此是後念滅，這都是認知的層次，不是縱貫層次。不是究竟，是不了義，問題仍然存在。

核心問題不解決，問題還是延續不斷，要「前念不起，後念不滅」是不可能的。況且他也把這句話會意錯了。

生死問題是生命學，參禪悟道在破此生死問題而獲得永恆的生命，安穩自在地享有生命。

六祖在《壇經》中列舉很多破參的方法，其中有關理入的方法見於〈機緣品〉志道問法。六祖答他：

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。……聽吾偈曰：「無上大涅槃，圓明常寂照……一一音聲相，平等如夢幻。」

研究《壇經》的人很容易輕忽這一段話，或者囫圇吞棗，不加詳解。我們中國人重視直覺，不重視邏輯，這一段話偏偏要用邏輯縝密地分

析才有受用，才能了解，也才能開悟。

我們如果把剎那剎那壓縮到十分之一或百分之一，了解的程度都不同，再壓縮成萬分之一剎那、百萬分之一剎那，請問是否還有剎那剎那呢？請你好好分析！

這譬如現代物理學家公認宇宙形成於大爆炸（或稱大霹靂 big bang），宇宙背景微波輻射與暗物質（dark material）的發現證實了這個現象，而且形成現在這麼廣大難測的宇宙只要三分鐘，那種爆發力完全超出智力所可想像的。如果用回溯法，像倒看電影，將影卷倒放，回溯到接近大爆炸的剎那，會有一點嗎？有一個焦點嗎？如果有，就有空間，有空間就有時間，起初在那個剎那嗎？這些是現代物理學家群體追索的問題。

一個是古代的禪師，另一群是尖端物理學家，都在談論這相同的問題焦點，人類心智的微妙難測。

大爆炸的歷程是宇宙形成的歷程，六祖說：「何期自性，本不生滅；何期自性，本自具足；.....何期自性，能生萬法！」他看到了什麼呢？「生滅滅已，寂滅現前」，這個寂滅很難找到適當的辭彙來描述，老子說：「無，名天地之始」、《心經》的「摩訶般若」，都是大爆炸之前的狀態，而摩訶般若顯然不是靜態的，靜態會造成空間；也不是動態的，動態的會形成時間。

這個地方明白，才能進一步討論六祖的另一句話：「前念不生即心，後念不滅即佛；成一切相即心，離一切相即佛」。

稍微添上兩字，整句是：「前念不生即（本）心，後（正）念不滅即佛」，這樣把兩句的意思銜接起來。試問，前念、後念是一或二？已

是不言而喻了。這是六祖心要部份，不可以在認知上推測而已。

到達了這種境界就是禪定，不是閉目藏睛，傅大士有句詩，把這個心境充分地表達出來了：「空手把鋤頭，步行騎水牛；人從橋上過，橋流水不流」，因為都在「應無所住而生其心」了，就自然地如虛如幻，圓明常寂照，不被念頭支配或干擾。

陶淵明的詩，從意境上講，高於任何文人。他沒有打坐學佛，反而載奔載欣地回家耕田蒔花，一句「採菊東籬下，悠然見南山」，不僅意境美、態度美、人美、自然美。悠然見南山，這座南山不是堵在前面的山岳，是摒棄世俗榮枯、憂喜而跳脫的平靜，恬美的平靜，那也是禪宗的離執禪定，以文學講是自然的天趣。

「人同此心，心同此理」，成道的禪家有自然的禪定，意境煥然的詩人也有相同的經驗，那是自然的天趣，沒有阻礙的精神解脫。

錢先生對公案本質的了解似乎也有待商討。

公案當著禪宗的成案或檔案看，只識其粗不識其精。公案的主要功用是指月的指，是「直指人心」的一種方便，就像一把鋒利的金剛王寶劍，無堅不摧。什麼東西最堅硬？鐵？鑽石？都不是，是我們的意識、成見或固執心。

參禪怕的是心意識的抬頭領軍，人的世界是思維的世界，一個公案呈在眼前，一邊看一邊找道理，想辦法去破公案或解公案。人類進化的過程都是從無數的情境中找出對應的方法而累積了經驗，從無數的經驗中歸納為原則，所以文明的進化也是意識的累積、意識的牽動，意識學成為本世紀內最重要的科學之一了，意識與腦的作用與進化關

係相當大，我們這個社會已經被意識之網網住了，全然和外在的自然界隔離而相對，問題多的是。

公案的主要目的就是要我們一下子就從這張意識之網透網而出，親切地體證到「寂滅現前」的情況，稱為破參。破了公案以後再看那些公案，每一個都那麼有趣而親切，原來是這樣而哈哈大笑。當然悟後起修問題很多，此文不贅。

我們再接下來看錢先生如何解公案：

你若偏要說我看見一群野鴨飛過，但飛那裡去了呢？此問題即要成煩惱。所以只讓你有知見，卻不要在知見上著相、生念。見一群野鴨飛過，無所謂，那即是菩提了。煩惱與菩提同是此一知見，同是此一心，所異在有相與無相、著與不著。（《中國思想史·（二七）惠能》）

這就是標準的文人論兵，禪宗明明標舉著「教外別傳，不立文字」，禪師們哪有那麼多的理論與話語，經師與論師所在多有，禪師還有那麼一大套道理，禪宗就不必存在了，這個野鴨公案也不必要了，師父就像你錢先生那樣講開了，大家懂了煩惱即菩提，都開悟了。但可以保證看到這篇文章的人絕對不能見性，不能明心。

這則公案的重點在馬祖道一將百丈的鼻子一擰，鼻子是感覺最靈敏的地方，這一擰，真是痛徹心脾，其中有奧妙難言啊！道一擰了一下看百丈痛得眼淚都流下來了，慈悲地再提醒他：「不要讓它走掉了。」

諸位呀！不要忽略那句：「又道飛過去也！」這是公案裡的玄機呀！你要是以為說的隨著野鴨飛過了，那就中計了，落在文句中琢磨，宗門稱為「死在句下」，禪宗稱為隨語生解，他在耍你，你被耍了，被欺瞞了！你失去心的主宰了呢！要靈光一閃，回頭轉腦，把那個剎那無限延長。

這是馬祖道一禪師的「直指」；這是我的直說，絕對沒有迂曲。

所以說，公案是破參的鑰匙，不是故事。編寫公案的人要有深厚的禪底子，又有慈悲心，在無可如何中找出一個方便，有言顯無言，無言顯有言，都是為了讓參公案的人有參悟的一天；看公案要有嚴肅的心態，儘管看，看不懂不要緊，絕不可牽強附會，否則走進法堂，吃棒有份。

禪宗公案是世界上最難解讀的書之一，因為它把經典濃縮成一個公案，在公案上讓宿學的參禪人，在瞬間打開了義理上的糾結而呈現了一種特殊的心靈狀態，這種心態和祖師們見性的經驗完全相同。出現的時間很靈快，古人以閃電光、擊火石來形容，很突然，讓人驚駭，所以古人又以葉公愛龍，真龍出現卻驚慌失措來描繪。

見性的當下即定慧雙現，正見與正受一體出現，沒有先定後慧或先慧後定的次第，只有頓悟，沒有漸悟。六祖才說：「即定之時慧在定，即慧之時定在慧」，定慧等持。

功德圓滿，出世接人，才能「為人演說，不取於相，如如不動」(《金剛經》)這是禪師以本分事接人的特殊風格，不在義理。

禪宗為佛教的一支，因為中國人文思想的運用，在作略方法上變得靈動活潑，是啟發式的教導，尊重人格的學風，值得深入研究。謹掬愚誠為文，請各方賢達多賜教言，讓禪宗歸禪宗，哲學歸哲學。



腦神經科學對唯識學的印證

如果你把一個水分子丟在污水裡，然後坐飛機到世界任何一個角落，乃至到北冰洋再取出任何一個水分子，你說「它就是原來的那一個」，準沒錯。因為它不只是相似或相等，而是絕對的全同。

多貼心的譬喻，一時掃平了心境上波波的漣漪，一平如鏡。祂就是善用現代的語言表達了可望不可及似的理地，於是你我頓然化成了一個水分子，在海的波動中律動著生命的樂章，你我是二不的。

祂又提高了音量：「個體的生命來自生命之海，也是一樣的：由大圓覺海流注出來的生命支流，有動的生命、準動的生命、不動的生命.....在這生命的洪流裡所流露出來的現象雖各殊，但其本質卻不變。」聲聲敲扣著封閉的心扉，緩緩地打開一個縫，內外的空氣凝成一體。

到底是什麼妖魅，讓我們愛的眼睛蒙上陰影？我，我，我。的確就是我。

有了我，是尊貴而且獨立的個體，與你我或他是不同的個體，透過六根（眼耳鼻舌身意）吸納外界的各種信息，累積在大腦裡，經過我綜合分析與研判採擷，形成我個人的資料庫，透過我的神經迴路（程式設計）表達，我認為，我堅持.....等等就出現，這個主觀的我即是佛教的第七末那耶識。

最近腦神經科學證實，腦上的感覺皮質專管感覺外界的能力，讓我們有了空間的感覺；另外定向力聯絡區專管身體疆界、時間及空間。這兩個功能區是產生「我」的原因。

如果失去左腦定向力聯絡區的功能，到底會產生什麼的感覺？曾經失去這功能的 Jill Bolte Taylor（泰勒·吉兒）在《My stroke of Insight（奇蹟）》（天下文化出版社）一書，即有深刻的體悟：

少了左腦定向力聯絡區的正常功能，我對自我身體疆界的認知，不再只限於皮膚所接觸到的空氣，我自覺彷彿從魔瓶裡放出來的精靈，我的精神能量似乎在流動，有如一頭大鯨魚洩過無聲的幸福之海……沒有肉體疆界，真是最輝煌的祝福之一。當我的意識逗留在一道甜美平靜的流體之中，……再也不可能將我那廣闊無垠的靈魂，重新塞回這個渺小的細胞基質中……我活在遙遠的某處。（《第五章回歸混沌的嬰兒狀態》，頁 71）

這種描述是很合理而珍貴的，初習打坐的人由於內心誠敬心強，在打坐進入深層，這種感覺是很容易出現的，甚至聲音也顯得飄渺，似有似無，因為這時候連語言區的功能也減弱了，在似有似無中搖盪著「無我相，無人相，無眾生相，無壽者相」的應和。吉兒女士在喪失左腦定向力聯絡功能後，詳細地指出這個境界，令人興奮。

她又繼續做更詳細的說明：

我的意識清醒，但我認知自己處在一道流體中，在我的視覺世界裡，所有的事物都混合在一起，而且每個像素都正發射著能量，使得我們全都一齊流動，有如一體……在這種心理狀態下，我無法感知三維空間，我看不出物品是在近處或是遠處……顏色在我

的腦袋裡也不再登錄為顏色了，我就是沒有辦法辨識顏色。(同前，頁 75)

換句話說：空間是混濛的一片，沒有遠近，沒有色彩。

左腦還有掌管語言的功能區，韋尼克氏區了解語言的能力，布羅卡氏區屬於創造語言和表達的能力。左腦及語言中心就是我們的內在時鐘，將所有的時刻分割成連續的瞬間。失去了語言中心功能，所謂時刻失去了連續性，變得沒有盡頭。不運用語言思考，當下進行的就是新圖像，只有感知此時此地，沒有辦法深思過去或未來的事。這個才是標準的「活在當下」，一種非常美妙的感覺，沒有美醜，沒有是非。

當我不再把自己看成與周圍物件分離的單獨、固態、具有邊界的實體，我的整個自我認知也都跟著改變了。我知道就最基礎的層次而言，我是一種流體，當然我是流體！所有我們身邊的、與我們有關的、在我們中間的、在我們內部的、以及介於我們之間的事物，都是由不停振動的原子和分子所組成的。(同前，頁 73-74)

念頭是內在的語言，溝通是外在的語言。語言讓我們可以記憶過去，認識現在，規畫未來。貫穿過去、現在及未來的是線性思考，背離了全圖像的世界。失去語言中心，等於放棄時間的制約，也忘了提醒：「你是何人？你是何神聖？」的自問自答，這時的心境如何呢？

遺忘了與舊日充滿情緒的自我相關的記憶，但是此時此地，眼前

這個時刻的豐富，深深的迷住了你的認知。所有事物，包括你這股生命力，都散發出純粹的能量，帶著孩子般的好奇，你的心安詳的展翅高飛，你的腦則探索可以用哪些新奇方式，在極樂之海裡洶泳。(〈第六章神經科加護病房〉，頁 88)

在傳統的佛教教導中，充滿了神秘的色彩，把佛教的淨土世界描寫得那樣富麗堂皇，到處是無憂無慮的園地，達到的方法非常簡單：唸佛及接引。六祖卻回歸在心地的淨土上努力，稱為自性淨土。自性是什麼？就是生命的終極存在的面貌，可以說是生命的共同基因。既然是沉澱在每個人生命的深處，最好的方式當然是自我發掘、自我認定及自我實踐。

我們採用吉兒·泰勒的親身經驗，她在中風中損及左腦功能，幸虧是資深腦神經科學家，在發現病徵到治療完成的多年時間，善用專業知識觀察並且印證學理，以腦神經科學來說明，深入淺出，可以很清楚地把佛教千年講不清的第七末那耶識及第八阿賴耶識及唯識學論述明白。

當然，對生命的源起與第八識的深層意識，恐怕現代的腦神經科學還找不到答案。不過，有關第七識的內涵，除了腦神經科學外，還有很豐富的各派心理學，架構了很豐富的實驗與學理，可惜，似乎佛教界的人士很少運用，因此讓唯識學一直在混沌不明中，一直在名相上打結，甚至陷入迷信的色彩。

第七識是主觀意識，可以說意識是個人的主宰，它把博愛領域的

人類抽離到競爭的領域，一部人類的發展史幾乎在為它做註腳。這是人類悲劇的動力來源。

另外，吉兒的觀察是左腦受創到復原的過程；唯識所講的是左腦與右腦在正常情況下如何配合的問題，並且從配合運作中體會生命律動中寧靜的精神力量，它關係人類向前進化的成敗，值得重視。

禪宗講悟後起修，前大半段在追求左腦與右腦的意識適當磨合的過程，所以我們以相對意識與客觀意識的相互涵攝為主要過程，並非一般說禪講悟的人主張的，一悟即大悟的籠統說法。經過了相互涵攝之後，才能踏上真正的菩薩行，這個時候生命具有的潛在能量才能爆發雄偉的力量，一波動千波動，個人的生命融攝於宇宙的生命，在大圓覺海中自由自在。

破參後才好論禪

學術界對禪的論述如何呢？

首先看看胡適的意見：「禪是中國佛教運動的一部份，中國佛教是中國思想史的一部份。只有把禪宗放在歷史的確當地位中，才能確當了解。這和其他哲學思想宗派是一樣的。」

胡適把禪當著思想，所以歸為哲學一類。

鈴木大拙對禪的論述呢？

他以為：「禪確實是世界思想史中一個偉大的革命。它起源於中國，不可能起源於任何其他地方.....，中國人的成就是了不起的.....但也可說他們的思想方式，由印度先驅所激發，使得中國人心靈完全肯定其自身，而與印度心靈有所不同的則是禪。」

這裡提出一個問題，禪源於印度，卻只能在中國肥沃的文化土地上茁壯，他把印度的禪移植到中國來的原因忽略掉了，也說不出印度禪的起源，中國禪與印度禪的關係又如何？

他只說：「禪在中國人的德性智性與精神上發揮如此大的力量。是什麼原因呢？這答案應在中國歷史中去求，至少應在中國思想史中去求。」禪又落在思想中。

錢穆先生，是一位有名望的中國思想史家，他主張：必須深入到中國禪的內在深處，「通透到中國禪與中國儒、道兩家思想之內在融通處，與其心靈生命之真來源.....明得了儒、道思想乃至理學思想，更可

明白得禪學思想。亦從明得了禪學思想，更可明白得儒、道思想與理學思想。」

以上三家思想都根據錢穆〈評胡適與鈴木大拙討論禪〉一文而出。(《中國學術思想史論叢(四)·評胡適與鈴木大拙討論禪》)

從歷史縱面的觀察，禪是佛教的一支，來自印度，這是事實，可是來到了中國，禪突然爆發出了不可計量的力量，史學家稱禪為佛教的中國化，宗教的革命，或稱中國式的佛教革命。在在顯示了禪是佛教的脫胎換骨，但是，他們仍然堅持禪是印度文化與中國文化交融後，產生出來的結晶，具有兩國文化的特質，要用歷史的眼光去研究。

錢穆先生說：「歷史不只是一框架，是一形式。歷史本身有內容，有生命，有主體，有個性。如說儒學史與禪學史，便各有其內在之生命與個性為之作主體。……任何一家之禪，雖是生長於禪學史中而各有其生命。」

我們不反對思想本身就是歷史，思想是生命的一部份，每一論述從禪宗整體看，它有生命，便有歷史；從個人看，禪與生命的結合，必然改變一個人的心靈狀態，對個人來講也是歷史，禪師從參禪證道到傳禪，也是他個人生命的歷史，也是他的禪的歷史。

所謂歷史，是人類生命活動時空中種種的過程。不然就不必有禪宗史，也沒有禪宗祖師開禪的語錄或公案。當然，更沒有禪被思想界研究、討論、引用的現象，況且，禪宗講「家家火把子」，五宗七派，甚至禪師各各生龍活虎，都有其閃爍的禪風。禪，無疑地具有豐富生

命力，當然有其歷史。

從達摩的清淨禪到六祖一變而為金剛禪；再傳的馬祖道一與石頭希遷，展現了更靈動的祖師禪；到了忠國師又加入了牛頭禪的新血，以趙州從諗代表的禪風，更充滿了幽默風趣，漸漸演變為機鋒禪，真是家家門前火把子，各有各的禪風；到了雲門走到了峻峭，後無繼者，漸趨衰微，落於解公案的文字禪；幸虧大慧宗杲以參話頭振衰起敝，禪風就走向猛利一途，禪子畏縮不敢承擔；到了現在，禪淪落到次第小乘，禪風寢矣！這是禪發展的軌跡，禪風不同，自有其時代背景。

問題在於把禪界定在「思想」領域中，受哲學的統攝，其實不符合禪的本質；禪應該在現實的學術分類中獨立出來，成為另個獨頂的「學問」禪。

向來禪界很少做學術性的證言，因為古德並沒有研究概念的需要。而學術的要求與標準，是現代思想界興起的，剛好是禪界沒落的時候，根本沒有真正的禪者可以據實報告，反而讓些偽禪佔據了論壇，傳播不實的禪。

禪必須走向學術化，從透明中引燃更深入的研究與討論，這是必須的，禪必須在生活中產生作用，當然要走向科學驗證。

耕雲老師在〈中華禪風的演變〉，把傳統的禪的歷史，分析得很清楚，參話頭不能適應這個時代的需要，而且禪淨雙修，禪密淨共修的出現，表現了教界對禪失去了正確認知與實踐，禪在共修雙修的美名下被遺忘了。共修、雙修的禪是變質的禪，失去本有的靈動活力；壓縮的禪已經不是禪的廬山真面目，是變樣的禪，那不是禪。禪被擠

在非禪的角落中生息，當然不可能有禪。

坦白說：從學術界、教界到關心佛教的人，真正肯下工夫研究禪的可謂鳳毛麟角了，而深入闡奧，撥開正眼的更少得可憐。

禪道早已走向日薄崦嵫。

你也許不相信！

馬祖道一與石頭希遷等禪師開拓出來的祖師禪，每一個公案都在打破人類慣性思考，因此，必須在剎那的極小時間，讓學人即刻產生特殊的心靈變化。古曰：「如人飲水，冷暖自知」，今人說：「直覺」。只有頓悟而沒有漸悟。

請問這些特殊的作略——教學的啟迪方法，跑到什麼地方去了？不要忽略「參話頭」，那是古德的智慧結晶，《續指月錄》斑斑可證，於今安在？

禪，沒有大成就的禪師擎旗招展，必然掩旗息鼓！國人再不重視，禪，將埋進文化的廢墟。可嘆！

最後，我們要特別強調：禪是必須透過實際的參禪活動而獲得的一種特殊的心靈狀態。它和思想沒有關係，只是特殊的覺受，佛教稱「無上正等正覺」。沒有破參就不可能證得正覺，談的是文字禪、老婆禪，是閒談、戲論。沒有破參的經驗，你更不可能傳禪，無從下手故；沒有破參，你根本不了解什麼是客觀意識，當然不能完整表達禪的內涵。

契理亦非悟

見性是法的現量，一種客觀的絕對意識，表露了「無我相，無人相，無眾生相，無壽者相」的心靈狀態，那是「五蘊皆空」的生命圓相。

法的現量當然不會出現概念，也不會有相對意識；當下只是自覺，唯覺無我，所以才說「佛者，覺也」。覺是心靈狀態，有如東昇的太陽，剎那「豁然開朗」，「本來無一物」當然「迴脫根塵」！

如果出現概念，出現道理，根塵對應的東西，是凡夫禪、比量禪、文字禪，是文人雅士的禪，是偽禪。因為他們把覺解釋為識，把覺當著悟，悟到了一篇完美的道理、完整的邏輯。把佛法當著學識研究，當著哲學建構，乃稱佛法是哲學，津津樂道，淪為肢解義理的知識。

他們認為佛法是學問，一門完美高深的學問，有邏輯的路徑可尋。目前有一派年輕的佛學者，發誓要把佛法整理出一套系統，按圖索驥必可開悟、成佛。壯哉斯言，抱負不小，請他們還是以見性為首要工作吧。莫妄想！

南北朝到唐朝，古德本於自身的體驗，將浩瀚的佛法歸類而創立天台宗、法相宗、華嚴宗、淨土宗及禪宗，基本的理念雖然從三論而來，但是他們不是文字大師、理論大師，是實證大師，從實踐、印證而建立宗派，這才是正途！

禪宗之衰源自禪淨雙修，禪不像禪，淨土不像淨土；丟掉了參禪的精神，當然也不把當世做為淨土去努力，佛教流於哲學化而趨向空

論；流於神秘化，把世尊神化，忘掉祂求道的努力過程；流於世俗化，求神拜佛的結果也把出家人當著神佛，盲目崇拜。寺院神壇化，宗教權威化，這是踐踏人權的神秘主義。

參禪要親證摩訶般若，般若不是一般講的智慧、聰明、伶俐；般若是心體，原本的心靈狀態，它的覺受是正等正覺，天下同體，萬物同根的情懷。這才是「佛者，覺也」、平等無二的由來。離開我們生命的真實，都是虛妄不實的學問而已。

有科技人引用物理量子力學的「粒子波動雙性說 (Wave-particle duality)，來說明「色不異空，空不異色」，以證空有不二。

但是什麼是空有不二、色空不二的心靈狀態呢？這才是佛法，只說空有不二、色空不二，引用量子力學來說明，是概念層次，因為不二是毫無限制的不二：自他不二，生死不二，生滅不二，榮辱不二，美醜不二……，只是客觀絕對意識的湧現，內涵是無上正等正覺，沒有主觀意識的影子。物理學：依然是眾多知識學問的一種而已。

沒有正等正覺的覺受或心靈狀態，只是概念層次，心外有理，那是佛學，可以滿足知識的追求，不能讓生命「守恆」。

從而，他說：「一切諸佛，也是依般若波羅蜜多方法修行而證到無上菩提，證得無上正等正覺」，顯然自我矛盾。因為他把般若當著智慧、方法。方法是步驟，目的是什麼？智慧怎麼能獲得正覺？智慧在先，正覺在後，覺由智生，有因有果？深信量子學的理論就是修行嗎？那是認知，認知是知識層面而非心靈層面。如果他的說法對，佛法是物理學了，物理學者人人都成佛了！

什麼是正等正覺？他從來說不明白，他更不明白般若的內涵即是正等正覺。

難怪，他會把《壇經》中的神秀與惠能的兩首偈合併成：

於相離相（身是菩提樹，菩提本無樹），於念離念（心如明鏡台，明鏡亦非台），於空離空（時時勤拂拭，本來無一物），不取於相（何處惹塵埃），如如不動（勿使惹塵埃）。

他還強調：「二偈合一來看，正說明『空有不二，性相不二，性相一如』啊！這才是禪宗之精髓，般若之精華」。

似乎在深山古洞裡發現了武林秘笈，赤子之心啊！

因為他受到一位大德的話感動了：「佛法，就是給我們講解宇宙人生的真相」，剛好印證了物理學是講解宇宙的真相，但他不知道，發掘人生的真理才是重點，重在自證，不是尋找理論、知識，況且宇宙的真相，以現代物理學來解釋，還是相當粗糙的。永遠有新的理論出現新的思想模式。例如物理哲學的出現，就是對量子物理學的質疑。

佛經講如如不動是指「動上有不動」的心體，具有「過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得」的特性，是絕對意識，能夠「過化存神」，涵泳在「無執禪定」中。是生命的圓心。圓心是有是無？當起念時圓心即有，不起念時圓心即無。起念之影響力即半徑，與圓周成正比，即影響力的範圍。

禪者守圓心即動上有不動，我們起念做學問，旁徵博引，信念似乎如如不動，但學問不能守恆，具新陳代謝作用，必須「時時勤拂

拭」，經常修正，如何「如如不動」呢？莊子說過：人生有涯，知識無涯，以有涯追無涯，未免心勞力絀。

禪，是不是可以追求？可以。請問：沒有宇宙之前是什麼物理學？沒有人類之前，有什麼學問道理？請問：什麼是正等正覺？量子力學講得色空不二，請問：講得色心不二嗎？心是能量嗎？講得生死不二嗎？

顯然，他寫的《微觀大千世界》是以他對物理學的認知為本的。離開這些知識與經驗才好談談佛法，因為本來無一物，沒有大千世界，沒有人類，沒有知識，何來物理學？何來佛學？何來「講解」？

量子力學只是一種探索宇宙現象的工具，宇宙是偶然的存在嗎？人在宇宙中有什麼意義？人與宇宙的存在是怎樣的的存在？這些才是佛法的重點。離開人的生命與宇宙的關聯，只是以人為主觀對象的觀測而已！是物理學，是哲學，都是知識範疇的東西。

漫談禪學與哲學(下)

作者：澄海

攝影：洪耀東

總編輯：張曉鈴

編輯群：鄭淑蓮、鄭妹珠、高美華、胡昭容。

出版社：喜悅出版

ISBN: 9786269985197

出版年月: 2025 年 10 月

聯絡資訊: grace12062003@gmail.com