

# 禪學與理學(四)



澄海著

洪耀東拍攝

鄭妹珠編輯

# 禪學與理學(四)

Zen and Physics



作者 澄海

喜悅出版

## 禪學與理學（四）目錄

- 1 打開場面在悟 p4
- 2 宋明儒的參學實例 p7
- 3 參禪與理學（上） p16
- 4 參禪與理學（下） p22
- 5 理學家是值得尊重的 p27
- 6 陽明的省察克治功夫 p31
- 7 萬象叢中獨露身 p35
- 8 鳶飛魚躍的陳獻章 p37
- 9 禪是生命學而不是生命論 p43
- 10 禪學影響了宋明理學 p51
- 11 虛雲和尚的參禪公案 p57
- 12 宗杲參禪一路辛苦 p62
- 13 拿起放下真逍遙 p75
- 14 禪宗第一公案 p81

## 一、打開場面在悟

論述近代中國學術思想史，離不開陽明學。日本明治維新就是以陽明學為主軸，才能併納西學，成就強國。我國雖是陽明學的發源地，但積弱不振在心性，處處顯得欲振乏力，中日兩國歷史分歧遂難免，強弱殊途。

錢穆先生認為陽明講學：「只本他自己內心真實經驗講，也不是憑空講，不在講書本，或講天地與萬物。他只是講的良知之學，只是講人之心，只是本著己心來指點人心。」（《宋明理學概述·(四二)王守仁》，頁 255）

陽明先生的學問成就於龍場悟道，這是大家熟悉的。這個悟道讓他打開了場面，不再拘束於經書典籍上，他以「致良知」來詮釋人的偉大與尊貴，這一點是人與天合一的主要資源，也是孔子所說的「吾道一以貫之」的精髓。「無聲無臭獨知時，此是乾坤萬有基；拋卻自家無盡藏，沿門持鉢效貧兒」（《王陽明全集卷二十·外集二·詩》，〈詠良知四首示諸生·其四〉），顯示他的堅強信念，經書所描繪的至高境界。有了這種豁然開朗，才能善讀經書，不為經轉，進而可以註經、闡經而繼絕學。

歷來討論理學家與禪家的互動關係，很少能契入這個「悟道」之

機。禪門以「見性」或開悟為入門的階梯，因為見自本性才能擺開一切心意識主導的作用，獨自開闢大道。宋明理學大師都有這段非常特殊的心靈經歷，這是禪宗對理學家最重要的影響，把參禪的精神應用到「參學」，才有宋明理學輝煌的成就。

理學家與禪宗師德的交往很密切，尤其宋代君王也偏愛禪宗，有時會詔請說法。禪宗參禪的精神是客觀的積極精神，被理學家所吸收而進行運作是自然的事。但儒家向來「不語怪力亂神」，只能隱諱，不能公開。公開參禪的如張九成等一直被儒門聖學所排斥。保持著這股微妙的客觀立場是對的，因為禪宗當時並非興旺，難免間雜著狂禪、文字禪、葛藤禪的相似禪，甚至摻雜迷信的色彩，這些都是不好的現象；況且有些不太正派的禪稗，多少會暗示著神通與超能力感人眼目，不知不覺中出現怪力亂神的教派，對社會造成迷信的色彩。

我們從〈晦庵詩鈔〉中可以讀出，朱熹以參禪的方法運用在參學上的成就。〈答袁機仲論啟蒙〉：「忽然半夜一聲雷，萬戶千門次第開。若識無心含有象，許君親見伏羲來」(《朱子大全卷第九·詩》，對禪德來講，這絕對不是一般運用知識就可以寫出來的句子，朱熹在這裡清清楚楚地說明了他刻苦參學的結果，才能「親見伏

義來」。爾後，逐漸消受中，體會到「川原紅綠一時新，暮雨朝晴更可人；書冊埋頭無了日，不如拋卻去尋春」(同前，〈出山道中口占〉)。他擺開了雜亂的頭緒，歸結於一個容易明白又能掌握心性的鑰匙，提綱挈領地豁然開朗，成就一家之言。

四十歲那年，他以〈中和悟〉一篇來描述他的中心論證：「向來講論思索，直以心為已發，而日用工夫，亦止以察識端倪，為最初下手處。以故闕卻平日涵養一段工夫，使人胸中擾擾，無深潛純一之味。而其發之言語事為之間，亦常急迫浮露，無復雍容深厚之風。蓋所見一差，其害乃至於此，不可以不審也。」(《朱子大全卷第六十四·書》，〈與湖南諸公論中和第一書〉)

錢穆先生評定這段話，是朱熹從湘學轉回到閩學，「閩學楊時一派，專重靜中涵養；湘學前自胡宏，便轉到向外思索的路上去。若把佛學相擬，閩學如禪，湘學如天台、賢首」(《宋明理學概述·(二三)朱熹》)。譬喻得非常突兀，拿靜坐默持得到的意境對抗思想架構的建立，而分為兩大門派，就是不懂「參禪」的重要。況且，禪是一種心靈全面的發現，如閃電般劃破思想的陰霾。

自是，朱學頻頻開花結果，遂有「半畝方塘一鑑開，天光雲影共徘徊；問渠那得清如許，為有源頭活水來。」(《朱子大全卷第二·詩》，〈觀書有感二首·其一〉)

龍場悟道後的陽明，眼界開了，「珍重江船冒暑行，一宵心話更分明。須從根本求生死，莫向支流辨濁清。久奈世儒橫臆說，競搜物理外人情。良知底用安排得，此物由來自渾成。」(《王陽明全集卷二十·外集二·詩》，〈(正德辛巳年)居越詩·贈門人鄒守益〉)

他站在高崗上，笑傲自如，揚起手中扇，高聲唱道：「人人自有定盤針，萬化根源總在心。卻笑從前顛倒見，枝枝葉葉外頭尋。」(同前，〈詠良知四首示諸生·其三〉)

他對學生勉勵：「爾身各各自天真，不用求人更問人。但致良知成德業，謾從故紙費精神。乾坤是易原非畫，心性何形得有塵？莫道先生學禪語，此言端的為君陳。」(同前，〈示諸生三首·其一〉)

禪宗是教外別傳，只求簡易直截，當下即是，但求根本，不求枝末，陽明學也趨向簡易，他的〈與鄒守益書〉說：「近來信得『致良知』三字，真聖門正法眼藏。往年尚疑未盡，今自多事以來，只此良知無不具足。」(《王陽明全集卷三十三·年譜二·十有六年辛巳》)

你說他是不是禪德？理極必反，窮理盡性，這是極則。

參禪或參學都會有一段時間孤獨地站在高峰上，在四顧蒼茫中，赫然看見明日冒出頭，隨著是大片萬丈光芒。問題在這裡，你是往山下走呢？還是又擺手往另一峰走呢？前者是理學家，他們心繫

故國父老，他們懷著熱情走向人群？而禪家則「蒺藜橫擔不顧人，直入千峰萬峰去」！

簡易是盡高明，但也容易疏闊。禪宗走向末途是自然的興替，陽明提出了「無善無惡心之體，有善有惡意之動，知善知惡是良知，為善去惡是格物」，也是極高明而盡簡易，結果難免歧異。

征思田前的天泉橋之會，王汝中和錢德洪兩人見解不同，因此請教陽明先生，陽明答：「我這裡接人原有此二種：利根之人直從本源上悟入。人心本體原是明瑩無滯的，原是個未發之中；利根之人一悟本體，即是功夫，人已內外一齊俱透了。其次不免有習心在，本體受蔽，姑且教在意念上實落為善去惡，工夫熟後，渣滓去得盡時，本體亦明盡了。汝中之見，是我這裡接利根人的；德洪之見，是我這裡為其次立法的。二君相取為用，則中人上下皆可引入於道。……人有習心，不教他在良知上實用為善去惡功夫，只去懸空想個本體，一切事為俱不著實，不過養成一個虛寂，此個病痛不是小小，不可不早說破。」(《王陽明全集卷三·傳習錄(下)》，黃省曾錄)

這就像禪宗五祖對神秀及惠能的吩咐。神秀是循規蹈矩的，雖不得到衣法，但他的教下卻可以培養出大量的人天良材，讓世界充

滿天道，也是世尊出世本懷之一吧！惠能以「本來無一物」而得衣鉢，使禪宗法脈可以持續發展，但基本的奠石——前修行，還得神秀的偈意得到奉行。

「無善無惡心之體」這是禪語，王學末流更近禪，於是晚明禪學大興，但與禪宗的禪相去太遠了。日本學者看不懂王學不是禪，還真相信禪在晚明有新氣象，甚至認為禪中興了，這是研究文獻的毛病。

禪宗是佛教的一支，在門庭設施中別出心裁，但基本的精神不能離開佛法的系統，包括了四聖諦、十二因緣、八正道、三世輪迴與淨土等。禪是唯心淨土，不容抹煞，當下是淨土，不然就沒有「不歷僧祇獲法身」的可能。

理學家不懂是自然的，他們不相信死後的世界，他們不語怪力亂神，他們關心的是仁德能在政治上實現，是王道思想。因此，性善才是心之體，他們認為這樣心才有牢靠。是兩條平行線，儘管有人以參禪的精神參儒學，在某一焦點上突破而建立了論學的基礎，形成了宋明儒與現代哲學家的分歧點，這是特色。

我們敬佩的是他們都是錚錚的好漢，為天下人讀書，不為自己的功名富貴讀書，在那種險惡的政治環境中，他們獨標人類向上努

力的心志，煥發著人性的芬芳，環視現世唯求富貴與物欲的橫流，實在值得我們敬佩。

在佛教的眼光中，現世雖然是虛幻的意識流世界，但存在的當下還是實在的，只好在這世界過著既淑世又超越的生活，也許我們要邀請大家來認識禪了。

禪家畢竟不是理學家，而融通兩家，讓禪容易普遍地生根發芽，實在值得深思熟慮，也應該是當代知識分子著力的課題。



## 二、宋明儒的參學實例

禪界對參禪一知半解者也很多，參是集中心力探索問題的意思，禪是佛心，是生命的緣起相貌，俗稱本來面目。所以參禪是一項將理智、感情集中到本來面目這個焦點來追索的過程，心智不能丟掉的。

但目前一般禪師卻一直強調打坐觀心的訓練，其實是違背「直指人心，見性成佛」的旨趣，而公案又非常簡單，找不到參禪的實際例子，所以會以訛傳訛，但是我們反而可以從宋明儒參究心性的心路歷程詳細記載的文獻中，找到參究的心要。

首先我們看陳白沙先生，即陳獻章。

梨洲言：「有明之學，至白沙始入精微，……至陽明而後大。」(《明儒學案卷五·白沙學案一》)耕雲老師亦嘉許：「明儒陳白沙，學尚實踐力行，務求言行一致，為世所重。致仕後，漁樵耕讀，自得其樂。晚年講學白沙里之春陽台，學者雲集，為理學巨擘。」

他的參學心路歷程如何呢？首先看他的自述：

僕年二十七，始發憤從吳聘君學，其於古聖賢垂訓之書，蓋無所不講，然未知入處。比歸白沙，杜門不出，專求所以用力之方。既無師友指引，日靠書冊尋之，忘寐忘食，如是者累年，而卒未有得。

所謂未得，謂吾此心與此理未有湊泊吻合處也，於是捨彼之繁，求吾之約，惟在靜坐。（《明儒學案卷五·白沙學案一》，〈先生自序為學〉）

白沙一如常人從書籍中模擬聖學，終究理是理，只能心領意會，但「吾此心與此理未有湊泊吻合處」，理是外面的，內心無著落處，他就轉彎，從定靜慮處用功，即一般所謂「澄心靜慮」。

張東所敘先生為學云：

自見聘君歸後，靜坐一室，雖家人罕見其面，數年未之有得，於是迅掃夙習，或浩歌長林，或孤嘯絕島，或弄艇投竿於溪涯海曲。捐耳目，去心智，久之然後有得焉。蓋主靜而見大矣。由斯致力，遲遲至二十餘年之久，乃大悟廣大高明不離乎日用。一真萬事，本自圓成，不假人力，無動靜、無內外，大小精粗一以貫之。（《明儒學案卷五·白沙學案二》，〈張詡字廷實·白沙弟子〉）

吳聘君即明學開端的吳與弼，他既有志於道，遂棄舉子業，謝人事，躬耕食力。雨中披蓑笠，負耒耜，與諸生並耕，實踐耕讀的農禪精神。顧允成讚：「樂道安貧，曠然自足，真如鳳凰翔於千仞之上」（《明儒學案卷一·崇仁學案一·前言》，〈聘君吳康齋先生與弼〉），對陳白沙影響至深。

聖學是普遍的原則，所謂悟，就是要悟到「廣大高明不離乎日用」，如果悟了一篇道理，悟得心中另一種境界，那都是意境，不是真悟，所以他也說：

久之，然後見吾此心之體，隱然呈露，常若有物，日用間種種應酬，隨吾所欲，如馬之御銜勒也。體認物理，稽諸聖訓，各有頭緒來歷，如水之有源委也。於是渙然自信曰：「作聖之功，其在茲乎！」（《明儒學案卷五·白沙學案一》，〈先生自序為學〉）

耕雲老師也極力贊成主靜，他服軍人役，一到夜晚即熄燈參禪，別人還以為他外出了。在這段時間中集中精神地參禪，才能有龍潭悟道的美事。所以他說：

靜是生命力的充實涵蓄，動是生命力的充沛伸張，知其動靜，才能善於調理身心，以充實並發揮生命的潛力。是故不僅孔、顏心齋坐忘，由靜入德。宋明儒者，率多主靜，古今中外致力於突破宇宙人生問題，追求徹底圓滿解答者，亦莫不從定靜入手。必如此，然後才能使自己的身心「如日之升，如鼎之鎮」，亦方始具備「窮理盡性，以至於命」的條件。（《觀潮隨筆·第一輯世說·主靜》）

主靜是心無旁騖，集中精神於問題的焦點，固非打坐一法而已。白

沙先生於水涯海曲，山樵林間，只要能放鬆身心都是好方法，勝於寺院只管打坐，活潑自然多矣，值得我們借鏡。

我們再來看看王陽明先生的龍場悟道，又是一段別具驚濤駭浪的風格，也值得拿來研究。

陽明先生頗具俠骨，十五歲間行出居庸關，逐胡人騎射，經月始還，婚日，偶入鐵柱宮，見道士趺坐，即叩問而對坐忘歸，可見他的毅力超人。

三十五歲因忤宦者劉瑾，被謫貴州龍場驛，過著被放逐的生活。這裡屬於文明未影響的地方，不懂得什麼四書五經的聖學，也沒有像樣的文化活動，真是讓人蕭索，唯覺一念尚存，鑿一個石槨，日夜端居，等於等待歿日來臨。他常沉思：「若令聖人處境，更有何道？」

聖人與一般人若有二般，這個世界就分為二般世界；如果沒有區別，就在那個最普遍的認知上心同此理而已。這樣追索不停，不分晝夜，有一天晚上，推窗望月突然大悟，不覺呼躍而起，一切疑問消失不見。

這個情節出現在長慶和尚坐破七個蒲團的公案上，非常類似。長慶追索什麼是人的本來面目，參問名師，個個都說：「說不得，說不得，說得的是我的，不是你的。你要自己證得，才是你的真實。」

他只好苦苦追索，有天早上，推開窗戶，一片陽光射入屋內，突然靈光一閃，大悟之下呼躍而起。

陽明先生的心路歷程絕對比長慶的嚴酷得多，陽明在龍場，舉目無親，言語不通，又有劉瑾與東廠的刺客，生命猶若懸絲。所以陽明先生的參悟是在極嚴酷的條件下進行的。禪宗的後代子弟不要說早就沒有長慶參禪的毅力，比起陽明先生、白沙先生，自當愧疚。我們有些禪德大開禪堂，教人打坐、歇坐、放下與虛空合一，這樣那樣的，成個什麼參禪，難怪現在根本找不出一個參禪開悟的。

本文在提醒大家：參禪必須堅強的心志，同時要有明確的目標，長年累月的參，把全生命、全理智、全感情，全部投注進去才有用。宋明儒就有這麼偉大的心靈，有這樣強的心光！

### 三、參禪與理學（上）

宋明理學是排佛歸儒的新文化運動，有趣的是他們積極地從心性下工夫，這是往儒，尤其漢唐儒家最欠缺的部份。而心性之學卻又是禪宗所專精，頗有別出抗禮的味道，同時突出了儒家與禪家的衰微，知識分子本著任重道遠的精神，重新建構儒家積極推行「仁學」的理想。這種儒禪交流的過程，應該是學者值得研究的課題，但是向來學者對禪道的契悟不多，因此很難鞭辟入裡地剔別分際，指出兩家的異同，使後人能夠再創新說，這是很令人遺憾的事。

本文將就錢賓四先生〈宋明理學之總評騭〉一文，做個比較分析，同時呈現儒禪兩家的異同，拋磚引玉，讓新儒學的研究有新面向。

錢賓四先生學術精湛，議論中肯，但對於禪的研究似乎較少著墨，對禪的認識似乎未臻精微，因此在評騭的時候，有欠公允，將逐次討論。

錢先生在《宋明理學概述》序文中，自述於民國三十三年「避暑灌縣靈巖山，向寺僧借《指月錄》，山居兩月，竟體細翫，於是遂通禪學，因之於宋明儒所論，續有窺悟。病中半歲，盡屏人事，心氣平澹，聰明凝聚，自幸晚年，重獲新知。」

民國三十三年時先生六十大壽，卻能在研讀燈錄而通禪學，可見他歸納工夫非常綿密，才能一窺禪悟，也歸功於以前讀《朱子語類》一百

三十卷，未敢遺忽一字。朱子之學重格物，講道問學，為心性之學，錢先生有此積學才可觸類旁通，洵為「自幸晚年，重獲新知」，以之再治理學，自然頗有發明。

可惜，禪道至微，是生命之學，並不只是學術而已。清康熙玉琳禪師講得好，禪之證悟，係「向天地未成，人物未立，自己身心亦無之前，一回證自廣大性體，方知自性本自清淨，本自具足，本自不生滅」(《大覺普濟玉林禪師語錄卷之十·客問》)，這是可以證而得的永恆實相，不是玄論。

錢先生對禪的證悟著墨不多，不能從文字探測他的證悟境界，但是可以從其他的論述中，發現他的不足之處。前於《禪是純生命》的〈分流競奔〉拙文中說到他對參公案的錯誤，今再從〈宋明理學之總評驚〉中的「參話頭」，評其見解：

他們一心一意只參一句話，如「佛在庭前柏樹子」、「麻三斤」之類。

對此一句話更不思量，更不揣度，只繫心在此一句話上，一旦此心脫落了這句話，便是大徹大悟，便覺此心通體透亮。

此何故？正因一意參話頭，此心凝斂，無時無刻不在此一話頭上。久之，此一話頭忽然失掉，例如千鈞之重繫於一髮，一髮遽斷，此千鈞重石自然墜地。那時，此心空蕩蕩地更無一物，不染不著，是即禪宗

理想要到達之境界。(收入《中國思想史論叢(七)》，頁 371)

錢先生對理學的研究專注，所以發現理學家都有一番內心洗滌工夫，為先秦儒所沒有的意境，這源於禪宗。他引用高攀龍〈自序為學之次第〉：

自省胸中理欲交戰，殊不甯帖。……遂大發憤，曰：「此行不徹此事，此生辜負此心矣。」……靜坐不帖處，只將程朱所示法門參求。於凡誠敬主靜，觀喜怒哀樂未發，默坐澄心，體認天理等，一一行之，立坐食息，念念不捨。……在路二月，幸無人事……過汀洲，陸行至一旅舍，舍有小樓，前對山，後臨澗，登樓甚樂。偶見明道先生曰：「百官萬務，兵革百萬之眾，飲水曲肱，樂在其中，萬變俱在人，其實無一事。」……一念纏綿，斷然遂絕。忽如百斤擔子頓爾落地；又如電光一閃，透體通明。遂與大化融合無際，更無天人內外之隔。至此見六合皆心，腔子是其區宇，方寸亦其本位。神而明之，總無方所可言也。平日深鄙學者張皇說悟，此時只看作平常，自知從此方好下工夫耳。(《明儒學案卷五十八·東林學案》)

高攀龍先生這段悟道話，真是字字珠璣，真誠流露，比禪宗燈錄講得

更清楚、明白，可見當時學人頗有參禪的精神，足可代表宋明儒實際精神之大體面相。這些理學家參研心性的經驗，加上《指月錄》的研究，遂使錢先生掌握到禪宗參禪的要訣，才有上述「參話頭」的結論。宋明儒面臨著天理人欲的交戰，奮起全副的生命去探索、求突破，這是參禪的精神。禪宗的衰微自宋開始，大家不參禪，只沉緬於解公案、拈提、默照、逗機鋒，把積極參禪的精神消磨掉了。等而下之的，打坐煉心，放空、放下，突來一棒、一喝，都是花拳繡腿，成什麼「教外別傳」的「直指人心」？現代的禪德回首看看宋明儒們追究真理的精神與氣魄，應該偃旗息鼓，好好反省。

那麼，錢先生的參話頭，在見解上有什麼錯誤？另有參話頭的拙文論述，茲不重複。最重要的，這不是破初關，也非初見菩提心，更絕對不是「大徹大悟」。這一點非常重要。

因為這個錯解，他說：

今再深一層分析之，則佛家禪宗只認內心洗滌為人生究竟工夫。一切洗滌淨盡，常使此心不染不著，空蕩蕩地，便是人生最高境界，亦即人生最後歸宿。而宋明儒則認人欲洗滌後尚須有天理存在，人生不即以內心洗滌工夫為究竟，惟有的則在洗滌內心後再去認天理，有的則只認人欲淨盡後天理便自見。此二者，其用功的先後輕重又不同。如

明道「識仁」、陽明「致良知」，都主張從正面下工夫去認識天理，但亦不反對從旁面洗滌人欲以為助。……然只重洗滌，則其真實境界，易流於輕鬆灑脫，卻未必即是篤實輝光。此乃宋明儒易犯之通病。（《中國學術思想史論叢(七)·宋明理學之總評騭》，頁 372-373）

錢先生對宋明儒的評見如實，但對禪宗有錯解，不能不在此補充二句。第一、「大疑大悟，小疑小悟」，理學家所探究的是人欲天理，在道德的命題上非常重要；禪宗所探究的是「生命的意義」、「生從何來」、「死往何去」的人天極則，疑問深度、廣度不同，悟境有異。所以我們一直強調宋明儒運用禪宗的參禪方法來參究他們心性的困擾，而非全等。

第二、錢先生對參話頭的闡述非常詳盡，竟然比當代禪德高明，令人欽佩。但參話頭參到「見山不是山，見水不是水」的獨頭境界，最後客觀意識出來是非常難得的，這是破參，等於拿到開啟禪道大門的鑰匙，不是大徹大悟，是極難得的心靈狀態，但容易流失，不能常保、常住，曇花一現，風吹別調中！「一念纏綿，斷然遂絕」，在禪宗言，這是「獨頭意識」，我即意識。什麼意識？只有我在覺，即六祖說的「不思善，不思惡」，前無涯，後無靠，唯我獨知。必須「百尺竿頭重進步」，強力探索「什麼是本來面目」？觸機遇緣打破這段空白，才

是見性。儒者不知也。

第三、破參後才好「悟後起修」，有個清晰的經驗境界讓我們模擬，從此展開了真正的心靈洗滌工夫。平常人也會洗滌心靈，但那是隨意、隨機的，沒有進點。破參後才有焦點，才可以從細處、密處下工夫，所謂轉識成智就從此開始，人愈來愈覺得慚愧、謙虛，也才能漸漸引據經文，考核心靈的進步。

第四、去人欲後存天理是初階，這裡有個我在去人欲，有個我在存天理，那是兩截的對立，要進一步的人法兩銷，漸存一心，積極、光明的正念完全代替了消極、陰暗的妄念，過著堂堂正正、光明磊落的人生，才好「百尺竿頭重進步，十方世界現全身」。這時才可領會尚有向上一路好走。

第五、漸漸進入「致虛極、守靜篤」，心光漸露，生命之流漾動著光燦燦的宇宙時光，進另一層次的心靈境界，散發「無緣大慈，同體大悲」的大愛。

總之，禪道畢竟是人天極則的涅槃妙心，在中華文化的土地上茁壯，是法界的無限慈悲，對宋明儒的啟發只是春風拂面，更深層的影響尚待我們一齊努力。要明白參禪是生命學，理學畢竟是心性之學，略帶宗教味道，但仍然是心靈昇進的學術。

#### 四、參禪與理學（下）

上文我們已經指出錢先生對參話頭的誤解，重要的是他未能完全掌握理學家的心路歷程，應該也要分三個大階段。

第一階段著力於探求什麼是聖學？什麼是放諸四海皆準的義理？什麼是聖人內心追求的境界？他們廢寢忘食地追求，這段時間稱為參學期，禪宗稱為參禪。共同的現象是：內心由疑問主導了生活，稱為「疑團」。像一塊鐵橫在心中消化不了，解決不了，這個也不是味道，那個也不是味道，這麼那麼都不是味道，像一個活死人一樣。

有一天，靈光一閃，原來是這個，疑團就像冰塊消融掉，心中空蕩蕩似，稱為「恍然大悟」、「豁然開朗」，一回想一切都是這麼回事，頓然陽光普照，這就是他們找到的「天理」、「仁學」。以前是文字的解悟，阻礙難免，現在是證悟，天下本無事，庸人自擾之，推窗望月，撮口長嘯，而登聖境。

第二階段才是真正的內心洗滌工夫。

既然發現天理並非遠在天邊，竟然只在這腔子裡，那麼親切，唾手可得，為什麼不能？一回心反省，發現我們的人格在成長過程中就漸漸被誘導、污染了，什麼聖人、道學家，簡直在自欺欺人，我們仍然和一般人一樣的卑鄙、自私、殘忍、虛偽……的衣冠禽獸，甚至比禽獸

還不如。這樣一反省，開始把這些污染逐一檢討，逐一揚棄。這才是內心的洗滌工夫。

錢先生運用現代心理學，尤其佛洛伊德的心理學的說法：「人生日常活動，多受下意識或稱潛意識之支配。此種下意識或潛意識，乃由人生幼年以來，有種種心理活動未獲暢遂發洩，自由呈露，轉向內部壓抑……平日支配人生種種活動，細微難見。……日常人生雖外面見其為統一之人格，然一究其內裡，則殊不盡然。在彼心底深處，依然有種種潛意識存在……其上層意識雖若光明健全，其下意識則仍是漆黑一團，不可爬梳。」嚴格地審視，可以發現：人生的內心存在著對立意識，宋明儒則以「天理」、「人欲」稱之，「他們用靜坐來自我治療，待其人一入靜境，則其日常內心種種隱藏黑暗污穢不可對人之下意識，一經暴露顯現，自可解消融釋，此即程明道所謂『渣滓渾化』也。」這才是有主題的內心洗滌工夫，也是禪宗為什麼要「悟後起修」的道理，兩家異曲同工。「人心內部一切渣滓全融化，則此人心中更無所謂下意識或潛意識之存在。此心直直落落，只是一個心，宋明儒則稱此為『道心』，又稱此為『天理』。所謂『天理渾然』正是說他人格之完整。」(以上引文見《中國學術思想史論叢(七)·宋明理學之總評覽》，頁 373-374)

從上可知，先賢對內心洗滌工夫的用心與目的，假如能夠發揮成一套學理，我國心理學的研究成績就可觀了。可惜國人尚簡，禪宗也好，唯識學家、宋明儒的治學太重視形上學，把這形而下的忽略掉了，的確是人類心靈學上的大損失。

從此稱為第三階段，即法的人格化，這是禪宗和宋明儒的歧點。

錢先生在這個地方顯示了他對禪宗的誤解很深，其實一般人對此亦是茫然，今將逐次研析：

禪宗的理想心境一樣要沒有渣滓，一樣要渾化。但禪宗卻不主張別有一個積極人格，此在佛家謂之「無我」。大乘空宗不必說，即在有宗，他們亦謂第七識誤認第八識為我相，到底非真有一我。而宋明儒所謂「無我」，則只是一種不自私，並非無人格。故在禪宗，則一切意識如風流雲化，過而不留，此所謂「無念無著」。在宋明儒則一切意識全部存在，形成一完整的人格，不使有絲毫其他的隱藏與夾雜，此乃所謂「正念」。孟子言「所存者神，所過者化」，佛家所要是過化，宋明儒則在過化之上又要存神。(同前，頁 375)

第一、如果說「宋明儒一切意識全部存在，形成一完整人格，不使有絲毫其他的隱藏與夾雜，此乃所謂正念」，意識既然它包括了潛意識，就不能說「不使有絲毫隱藏夾雜」，因為潛意識時時蠢蠢欲動，而所

謂內心洗滌工夫也就白做了。應該說經過了一段內心洗滌之後，天理主宰人欲，意識可以清澈地主導人生生活，過著積極的人生，才是正念。有了這段渾化，理學家就躍然而出，也才能「繼絕學」、「開太平」，形成完整的人格。

第二、錢先生不諱言「宋明儒之所謂『天理』，若如上述，其實只是一種心理境界」，既然只是一種心理境界，隨時會被意識影響，怎麼形成明明朗朗的理學人格，生死以赴呢？理學家多多少少都有一種繼聖學的使命感，才能把理智、感情投注，猶如一般的宗教家。如果只是一種心理境界，那是哲學的追求，烏托邦的描繪而已，也貶抑了宋明儒了。

第三、他以為佛教的有宗，將第七識認第八識為我相，與唯識學不符。第八識是含藏識，它是如如不起分別，第七識拿了第八識的流注種子發號施令，才有了分別意識，才有萬法唯識。佛教的轉識成智要從第七識轉為平等性智，給七識頭上一把刀，這是深層心理學，值得心理學家將來研究的。

第四、佛家的「無我」，只有涅槃才能出現，有了人身，就是有餘涅槃，他仍然必須具備種種睡眠意識、主觀意識、客觀意識，雜然並存，

否則他們怎麼在世界上扮演應有的角色呢？況且無我不是一種意境，它是泯除了人我之間的對立，呈現出來的色空不二的般若心態，恆常處於離卻執著的禪定，所謂「若於轉處不留情，繁興永處那伽定。」

第五、向來論禪宗，都是站在外場看風光，以為「不思善、不思惡」的空心狀態就是無心、無念、無相，也是禪宗的極則，這是錯上加錯的。還沒有佛教之前，這種空心靜坐或冥想，是一般瑜伽師的修煉，早就被佛陀所呵斥的，可惜一些假禪宗或學者還是陷入相同的錯誤。禪宗以六祖說得最清楚：「菩提自性，本來清淨，但用此心，直了成佛」；五祖僧粲大師也直言：「佛佛惟傳本體，師師密付本心」，非禪宗子弟所能臆測也。

## 五、理學家是值得尊重的

錢穆先生在〈二程學術述評〉論及禪宗及二程，就主一方面說及：「濂溪只說『一』，明道說『主一』，此『主』字極吃緊，大有關係。因單說『一』字便易近於虛，易與莊周、釋氏語相混，今云『主一』，則工夫自實也。」是值得進一步研究的？又引伊川云：「主一則虛，無主則實。必有所事。人多思慮，不能自寧，只是做他心主不定。要作得心主定，惟是止於事。如為人君止於仁之類。人不能止於事，只是攬他事，不能使物各付物。有物必有則，須是止於事」。說：「止於事者，如寫字時心止在寫字上，便是物各付物，便是心有主，便是主於一而無適」。這是儒家的定性，心無旁騖。

就此，錢先生認定：「禪宗惺惺寂寂，繫心一處，使不散亂，大體只是看重一個當下，一個現量。當下現前，剎那變滅，此心亦剎那變滅。所以繫心一處，等於無繫無著。」(以上參見《中國學術思想史論叢(五)》，頁 222)

一般人對禪宗的看法，都略似錢先生，以為這就是「本來無一物」的「空性」，只要「當下現前，剎那變滅，此心亦剎那變滅」，等於無繫無著，這是浮面的看法，禪宗討論的是生命的實相，這實相是什麼呢？

《壇經》有句最關緊要的話，大家都忽略了的：「剎那無有生相，剎那無有滅相，更無生滅可滅，是則寂滅現前」(機緣品)。必需提集心

力將這句話參透，才能呈現「寂滅」的真實情況，這是禪必須參的理由；禪不是玄論，也不是學術推究而已。

這種深印的寂滅會產生特殊的心靈狀態，即禪宗的「見性」，又稱「般若」現前。

有這個本事，才能「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，即是般若三昧，自在解脫」(般若品)。那是一種非常微妙的生命自覺。

他會稱讚二程，也就在他學術的認知上：

程門所謂「主一」，乃把「事」字來換去「當下」字，故要在現前當下境上去主一個「天理」。因此，主一不是專繫在一念上，只在一切念上主一個天理。一切念可以剎那剎那變滅，而一切念上的天理，則始終一片。一即一切，一切即一，「主一」不摒棄一切，乃有一事存在，有事便有理。(同前，頁 222-223)

這是把「天理」當著大前提。然而，天理是抽象的、主觀的、概念的，怎樣把握？它不是心體，心體不能離開它，心體又不免有人欲。這種矛盾是要解決的，於是宋儒從《中庸》的未發、已發來找答案。談到未發，未免虛無，恐被譏同於禪、老之學。

蘇季明問伊川：「先生於喜怒哀樂未發之前，下動字？下靜字？」問得尖銳，伊川答：「謂之靜則可，然靜中須有物始得。這裡便是難處。學者莫若且先理會得敬，能敬則自知此矣！」

這和明道的看法相同，明道：「敬而無失，便是喜怒哀樂未發謂之中。敬不可謂中，但敬而無失，即所以中也。」(同前，頁 224)

敬什麼？又可能迷失方向，因為敬只是心理狀態。所以伊川又轉個彎：「敬只是涵養一事，必有事焉須當集義。只知用敬，不知集義，卻是都無事也。」(同前，頁 228)

宋儒就是這樣，好像在 108 個唸珠上繞來繞去，不能承認起點就是終點的「未發」。他們對內心的真源泉不敢觸及，一律迴避，專事工夫，事事「集義」。

禪宗對內心的泉源，對內心旺盛的生命力，積極去追索、去探索，他們要找未發之前的「本來面目」。不幸的是，一般禪者不肯這樣做，只是消極地打坐、放空，在無撈摸處找個空，也讓其他人同樣地誤解了。宋明儒比較謹慎，雖然不真正的「開悟」，卻明見一般禪者的缺點，他們想辦法去補救，就未免落在事上。雖然不識禪，但比一般流俗禪師高明多了。

禪，要參透人天極則，才是真參實悟。半吊子禪只談空談心，無撈摸處。宋明儒在兩者之間架構了心性之學，在道德場面上說話，可以淨

化心靈，純化生命，還是值得尊敬。

他們的特色是高舉道德的標幟，相信仁道可以在人間弘揚，大步前進，前呼後應，也許有點固執，但絕對不會沾上迷信色彩，裝神弄鬼，是昂然大丈夫！

錢穆先生又在《宋明理學概述》談及趙貞吉，論「宋明儒所公認儒釋疆界者，以為釋氏『以覺為性』，只尊知覺，而吾儒則『以理為性』，要在知覺中發明出義理。運水搬柴即是神通，這是佛學中之禪，必知運水搬柴有運水搬柴之理，這才是儒。但儒中有一派，認一切理不必向外求，即我本心便會自懂得，而且只我心懂得的始是理，此即陸王一派所謂的心學。」（見該書〈(五〇)羅汝芳、趙貞吉〉，頁 344-345）這是泛理論，亦即心即理的泛心性論。把本能的反射視為心體的運作，欠缺考慮。禪家運水搬柴非僅只知覺而已，而只是生理反射作用而已，這是做該做的事，說該說的話，使六識出六門，於六塵中無染無雜，沒有「唯識學」的基礎，無法了解個中要妙，沒有禪學「知有」的程度，終於落在意識的認知上。

儒家要在這個地方與佛家高德，敞開交流的胸懷，才有真正的了解。

## 六、陽明的省察克治功夫

陽明先生在龍場悟道，這種心路歷程和禪者破初關的心精神很相像，問題是他的主題認知小了，不知道「這個」是聖胎，他卻認為是「良知」，從而又回歸到理學家的道路。

我們特別感到興趣的是他爾後對心性上的修行，有什麼值得借鏡，因為禪宗特別重視「悟後起修」，宋明儒稱為內心洗滌工夫，修是排除的意思，排除掉「本來面目」所沒有的東西。

四十歲時，他與黃綰論學，說了一段頗富禪意的話：「聖人之心如明鏡，纖翳自無所容，自不消磨刮。若常人之心，如斑垢駁蝕之鏡，須痛刮磨一番，盡去駁蝕，然後纖塵即見，才拂便去，亦不消費力，到此已是識得仁體矣。若駁蝕未去，其間固有一點明處，塵埃之落，固亦見得，才拂便去。至於堆積於駁蝕之上，終弗之能見也。此學、利、困、勉之所由異，幸勿以為難而疑之也。」(年譜一，正德五年庚午十有二月)

四十二歲在滁州，對孟源說：「紛雜思慮，亦強禁絕不得。只就思慮萌動處，省察克治。到天理精明後，有個物各付物的意思，自然精專無紛雜之念。」(年譜一，正德八年癸酉冬十月)

上列兩段話，可見陽明先生對念頭的認識與拿捏，下過很大工夫

的，非一般坐而論道或靜坐入禪定之輩所及的。

「克念作聖」就必須拿捏得心的萌動處，知幻即離；倘讓念頭萌芽，瞬間變大，就帶來一股力量，讓人失去了準頭，隨念而轉。

這是就事項上講的。理學家如陽明先生那麼聰慧的也不多，要知念而排念，非勇毅不可。所以禪宗六祖特倡懺悔，但因言簡意賅，被忽略掉了。懺悔是自我挑戰，以今日之我挑戰昨日之我。

耕雲導師特別提撕的就是反省懺悔，在念念自知中反省懺悔，進步到般若觀照而反省懺悔，消除累劫無明或無始無明，是成就法身的必要工作。在追求念頭萌動之處，詳細地觀察，才會發現賊原來不是別人，才能識得不為冤。

一般人不懂得這個關鍵，不免流入空疏，只會彈彈「放下」、「無我」的調子，我執依然存在，那就無什麼進步了。耕雲老師有一次甚至告誡弟子：「說法有什麼過錯，過在有個我在說法，你們是聽法的人，而產生法的執著，同時存著我的執著。」這句話沒有精細的反省能力，就沒有辦法發現它的微妙道理，講法就是起塵，就是我字在動。因為本心無法，反省先要有很仔細的觀心訓練，陽明先生對陸澄論為學工夫：「教人為學，不可執一偏。初學時，心猿意馬，拴縛不定，其所思慮，多是人欲一邊，故且教之靜坐，息思慮。久之，俟其心意稍定，只懸空靜守，如槁木死灰亦無用，須教他省察

克治。省察克治之功，則無時而可間。如去盜賊，須有個掃除廓清之意；無事時，將好色、好貨、好名等私欲，逐一追究搜尋出來，定要拔去病根，永不復起，方始為快。常如貓之捕鼠，一眼看著，一耳聽著，才有一念萌動，即與克去，斬釘截鐵，不可姑容，與他方便。不可窩藏，不可放他出路，方是真實用功，方能掃除廓清。到得無私可克，自有端拱時在。」(《傳習錄(上)》)

從這段話，可以明顯地看出陽明對念頭的觀察、尋伺、掌控都有豐富的實際經驗，可以看出他以「良知」主導思想的結論，不是憑空想而來。

宋明理學家是為了替傳統的道統建立系統的學術思想，不是一味主觀的自主活動。他們借助禪宗祖師對心性的闡述中挖掘出一條路，將心性之學與道學結合，就是陸王這一派的特色。

做為一個禪道的追求者，看到陽明先生對念頭追跡的縝密工夫，應該感到熟悉，如果不是，就可反證自己工夫的不落實，當引為借鏡。

一個人連自己的念頭是什麼都不清楚，甚至莫名其妙地被念頭牽著走，或被一個陰暗的念頭牽進痛苦的煎熬，就陷落在陰暗的念頭中失去了主宰。憂鬱症患者就是陷落在這個無名而不能自拔，

精神病患是人格分裂的，同一時間多個念頭併出，當事人扮演多種角色；這樣的狀態都是背離了現實，心胸悶塞，是無法修行的。

他征思田之前，丁亥年九月與弟子在天泉橋論學，是最後的一次聚會；此前在越，甲申中秋，宴門人於天泉橋，重申：「有高明脫落者，知一切俗緣皆非性體，然不加實踐以入於精微，則漸有輕滅世故，闊略倫物之病。」強調則是知行合一了，解行相應了，甚至是行起解消了。（《王陽明全集卷三十四·年譜三》）

《金剛經》：「知我說法，如筏喻者，法尚應捨，何況非法」，只有行起解消中領會，陽明先生的致良知，有了知行合一才能落實，難怪明朝以來，王學一直居於主導地位。因為他確信：「近來信得『致良知』三字，真聖門正法眼藏……譬之操舟得舵，平瀾淺瀨，無不如意。」（《王陽明全集卷三十三·年譜二》，辛巳年先生 50 歲〈與鄒守益書〉）從此如魚得水，隨意遨遊。（以下另起一段）

我輩安祥禪友既得恩師無價至寶，讀陽明先生自己雙手拚鬥，猶能得此勝緣，就該全力以赴了。

## 七、萬象叢中獨露身

古人說：「十字街頭好修行」，這得經得起考驗的，要能入千萬人中好像獨來獨往，看到五光十色，好像莊子講的「至人之用心若鏡，不將不迎，應而不藏」——一切理、事、物來了，都能清清楚楚鑒知，事過境遷，卻又事如春夢了無痕，能這樣無所住而生其心的話，自然就能不為物牽了。

一個人只要捫心而安、揆理而順，自己是一個無罪一身輕、俯仰無愧的人，應該就可以堅持生活的意義和生命的價值；它們絕非建立在少數主觀、淺見者的好惡之上的。

能夠這樣，別人喜歡或討厭、毀謗或諷刺、誇獎或讚美，就都無關宏旨了，否則就是隨它轉，就是為物所牽。

擴情於家族，可以齊家；擴情於邦國，可以治國；情周萬物，即是能仁，即是佛。一個真正的禪者應該有熾然的熱情而又迴超無我，熱情很高，但不是出自有我、為我之私。韓愈說：「博愛之謂仁」，我們只要儘量擴大情的領域至無限大，就可以完成作聖之功。

我們必須忘掉自己的形骸，不為外在事物所干擾，然後再把我們的情感擴大到包羅萬生萬物，才是解脫者應具備的風骨！（《安祥禪第二集》，〈邁向生命的圓滿〉）

什麼叫「致虛極」？簡單地說，在日常生活中面對一切的人、事、物時，能夠突破和超越。

不修行的人，看什麼都是實在的：這個地球是實在的；自己的家庭組成分子是實在的；事業功名是實在的……，實在就是著相。只要著相，就離不開這個現象界，就離不開六道輪迴。

說有、說空都是不正確，不如說是「虛」——虛而不實，我們不把它空掉，也不說一切是實在的，「是法住法位，世間相常住」，我們敦倫盡分地活在責任義務裡，「不壞世間相，而談實相法」，要虛，不要執著，如夢如幻，若有若無，古人形容這種心態為「若片雲點太虛」，我們修行要這樣去觀照，才算是真修行。

再說靜。靜，不是不動，而是動靜皆靜。游泳、打球、射箭，騎摩托車、開汽車……都是靜，不但要靜，而且要靜到極點。修行人一定要做到很虛、靜極，否則不會成功。在虛極、靜篤之下，要徹底斷除我、法二執，二執如果不斷，就不能畢業。

修行就是要捨掉那個業的靈魂，凸顯出原本永恆的生命。法執就是執著有道理，有個一成不變、放諸四海而皆準的真理。有執就是病，因執就成偏，凡有執著就不對勁，所以要虛極、靜篤。（同前，〈悟後起修〉）

## 八、鳶飛魚躍的陳獻章

錢穆大師認為宋明儒都具有宗教家的氣質，是因為有志於「為萬世開太平」，基本要在政治上取得政權而施展理想抱負，替國君建立王道政治，為生民立命。這點狂熱有點似宗教家的精神，和現代政黨政治的從政者心態是不一樣的。（註一）

更重要的，他們排斥士大夫學禪，學禪的士大夫已經背離了神聖任務，也不配做為生民的表率。「排禪歸儒」反對的是士大夫的學禪，不是反對一般佛教，這一點很值得重視。

有趣的是在為學上，他們卻又抄襲了禪宗的參禪精神，參禪是在靜中追索生命的「本來面目」，或參訪良師以獲啟發。後者理學家建立了書院制度，倡盛私學；前者廣泛地被運用於參學，在靜坐工夫中體認心性。

參證到一個普遍的原則，在心態上會有豁然開朗的感覺，所以陳獻章才說：「靜坐久之，然後見吾心之體隱然呈露，日用應酬隨吾所欲，如馬之卸勒也。」他在寫給林郡博信上說：

終日乾乾，只是收拾此理而已。此理干涉至大，無內外，無終始，無一處不到，無一息不運。會此，則天地我立，萬化我出，而宇宙在我矣！得此把柄入手，更有何事？往古來今，四方上下，都是一齊穿紐，

一齊收拾，隨時隨處，無不是這個充塞。色色信他本來，何用爾腳勞手攘？舞雩三三兩兩（註二），正在勿忘勿助之間，曾點些兒活計，被孟子一口打併出來，便都是鳶飛魚躍。若無孟子工夫，驟而語之以曾點見趣，一似說夢。（《白沙子全集·卷之二·與林郡博之六》）

我們來看看清涼國師答唐憲宗問法界的話：

法界者，一切眾生身心之本體也。從本已來，靈明廓徹，廣大虛寂，唯一真之境而已。無有形貌而森羅大千，無有邊際而含容萬有。昭昭於心目之間，而相不可覩；晃晃於色塵之內，而理不可分。非徹法之慧目、離念之明智，不能見自心如此之靈通也。（《清涼山志》卷三）

陳獻章講的理與清涼國師的心（法界）幾乎沒有什麼差別，如果宋明儒的心即理，這個心是本心、法界心，兩家思想就難分別。

陳獻章還特別提到存養工夫。存養源自孟子的集義於氣的工夫，它的最大特點就是「勿忘、勿助」。在禪宗來講，悟後起修就是存義的工夫，所謂水邊林下長養聖胎，「勿忘、勿助」慢慢地變化氣質而達到「打成一片」，我與禪合一，完成法的人格化。理學家的存養工夫也在脫胎換骨，終至我即理，理即是我，融於浩然之氣，完成人格化。因此，他在給何時矩的信說：

宇宙內更有何事？天自信天，地自信地，吾自信吾。自動自靜，自闔自闢，自舒自卷……感於此，應於彼；發乎邇，見乎遠；故得之者，天地與順，日月與明，鬼神與福，萬民與誠，百世與名，而無一物奸於其間。（《白沙子全集·卷之三·與何時矩》）

這是何等的氣勢！很多人以為宋明儒是談心性的腐儒，不如說他們都在為邁向聖人的人格而努力，心在萬民，而無跡可尋。

他特別讚揚周敦頤的「銖視軒冕，塵視金玉」，這種人格仰賴更高心靈的支柱，儒家的高風亮節源自孔子的視富貴如浮雲。

天地之大，不得與道侔，故至大者道而已，而君子得之。一身之微，其所得者富貴、貧賤、死生、禍福，曾足以為君子所得乎？君子之所得者有如此，則天地之始，吾之始也，而吾之道無所增；天地之終，吾之終也，而吾之道無所損……然非知之真、存之實者，與語此反感，惑則徒為狂妄耳！（《白沙子全集·卷之一·論前輩言銖視軒冕塵視金玉(上)》）

在層層申論中，將人格與道結合，打破了時間空間的限制而長存宇宙，

就是精神不死、人格不死、大道不死的確信，堂堂君子，浩浩正氣，一秉於儒家的原貌，可見孟子思想對他影響至深。

至於用功求理方法，可從他給林緝熙(郡博)的書信得知：

夫養善端於靜坐，而求義理於書冊，則書冊有時而可廢，善端不可不涵養也，其理一耳。斯理也，識時者信之，不識時者弗信也。為己者用之，非為己者弗用也。詩、文章、末習、著述等路頭，一齊塞斷，一齊掃去，毋令半點芥蒂於我胸中，夫然後善端可養，靜可能也。終始一意，不厭不倦，優游厭飫，勿助勿忘，氣勢將日進，造詣將日深。所謂「至近而神」，「百姓日用而不知」者，始自此迸出體面來也。到此境界，愈聞則愈大，愈定則愈明，愈逸則愈得，愈易則愈長。存存默默，不離頃刻，亦不著一物，亦不捨一物，無有內外，無有大小，無有隱顯，無有精粗，一以貫之矣！此之謂自得。（《白沙子全集·卷之二·與林郡博之二二》）

老子以「致虛極，守靜篤」為行道的良方，在禪門則是離執禪定，只是心行不是理行，正所謂「百尺竿頭重進步，十方世界現全身」，也是「山窮水盡疑無路，柳暗花明又一村」的美麗景色，則獻章幾幾乎是大菩薩身了，令人欽佩。

六祖主張「佛法在世間，不離世間覺」，因為法法都是佛法，佛者覺也，強調人的自主性，從心性的自覺而達生命的覺醒，以完成法的人格化，就是人天導師，立意完全打破了宗教的樊籠，因為真的法是淨化心靈的法門，絕對是最普遍的，人人懂得的，人人本有的，原本就有的，不需外找。

六祖又說：「修行在家亦得，不由在寺」，被譽為革命性的宗教改革。問題是禪宗如果脫離寺院，應該以什麼樣貌出現呢？現在的出家相長遠以來代表了佛教的刻板印象，錯認為佛法唯有在寺院，造成神秘色彩，阻礙宗教改革的希望。

宋明儒是第一類以他們的傳統與智慧，創發了理學，可以說是禪宗世俗化運動的先驅，而且當時道教的精英，如王重陽等，透過內心的省察與教義的反省，綜合了禪、道兩家之長，而興起了新道學，在戰亂中成為受災民眾救苦救難的中心，功效顯然大於佛教。

可惜，新道教從元朝以後又被舊勢力所侵奪，禪宗又墮落在嫡傳門戶的爭論，每個人都根據他的認知背景，自己提出一套「自解、自悟」的方法，從而漸漸地沒落。因此，我們反而應該感激理學家在這混沌的局面，保持了部份禪門精神，他們以理學家的面貌，將禪家的以宇宙心行於五濁惡世，積極地在人生的階段完成立功、立德、立言的三不朽，值得我們尊敬。

註 1：獻章予何時矩書之三：「禪家語初看亦甚可喜，然實是儻侗，與吾儒似同而異，毫釐間便分霄壤，此古人所以貴擇之精也。」禪與儒的差異在哪裡？王陽明答薛侃：「佛氏著在無善無惡上，便一切都不管，不可以治天下。聖人無善無惡，只是無有作好，無有作惡，不動於氣，然尊王之道，會其有極。便自一循天理，便有個裁成輔相。」（《傳習錄(上)》）蓋出世心與入世心判然有別，十法界之自然律也。

註 2：《論語·先進》曾點言志：「冠者五六人，童子六七人，浴乎沂，風乎舞雩，詠而歸。」孔子讚嘆：「吾與點也。」曾點的自然從容心境非他子所能向背，雍容的氣象允為「毋忘、毋助」的典範，即保任下手處的大工夫也。

## 九、禪是生命學而不是生命論

錢穆先生以為：佈大菩提樹下得悟，問題皆在當下一念上，「非有如哲學家悟得一套宇宙論，或如後起進化論物種原始之類之一套生物學知識也。今宗密說『一切有情，皆有本覺真心』，即真性，而以此本覺真性認為一切生命之開始，其《原人論》所謂真源了義者在此。是宗密之原人，其主要精神只限在生命界。雖可說是一種絕對的唯心論，然只是一種生命哲學，究與達摩以至惠能歷代禪宗相傳注重在實際人生之唯心論不同。」（《中國學術思想史論叢(四)·讀宗密原人論》）

他的論調是：「可謂禪宗所認佛法只是一種人生哲學，又是當下即是

的日常人生。禪宗之絕對唯心，亦只限於人生界之當下實現；而宗密所主張，則已由生命界而侵入宇宙論範圍。縱謂一切有情皆有一本覺真心，然無情即無生界，又何以說之？此處遂見宗密《原人論》一大破罅，大漏洞。」（《同上》）

他首先把禪宗定位在一種人生哲學，「禪宗之絕對唯心，亦只限於人生界之當下實現。」頗有商榷之點。

禪宗是佛教的一支。佛教一般是從教入宗，只有禪宗單純的契入宗門，所謂「直指人心，見性成佛」，直接契入佈大菩提樹下證悟的心境，

這才是以心印心的本旨。所以達摩才指出悟道之門有二：理入與事入。理入即借教悟宗，一切經典因人而置，以開發學者的心窗。禪宗是頓悟的法門，摒棄文字理論的繁瑣，當下即是。

佛教有其特別的生命觀，即通常所謂十法界。佛教在督促每個人可以正確地認識十法界的真實，而且要證得生命的原始風貌，經由修行而返樸歸真。

我們現在所認識的是地球上的生命現象，這是可能實證的，有證道者可明證的，非只傳說。是以分子生物學與演化論來證明我們的生命體系，每一個生命體都必須受「生老病死」的過程，沒有起點，也沒有終點。我們所認識的空間，也只是三維的空間，再加上時間的四度空間。這些構成我們的宇宙論與生命觀。

佛教的生命觀從一維到多維的空間，生命包含了能動、準動及不動的生命，時間是空間的投影，既然空間是多維的，時間與空間就沒有相對照的關係，時空是不二的。

不僅時空不二，色空不二、自他不二、生滅不二……因為一真法界，絕諸相待。佈大在涅槃會上，最後垂示：

我以摩訶般若，遍觀三界，有情無情，一切人法，悉皆究竟。無繫縛者，無解脫者，無主無依，不可攝持。不出三界，不入諸有，本來清

淨，無垢，無煩惱，與虛空等！不平等、非不平等。盡諸動念，思想心息，如是法相，名大涅槃；真見此法，名為解脫，凡夫不知，名曰無明。（《大般涅槃經·應盡還源品第二》）

佛教的所謂「禪」，是一切存在的生命共同基因，生命不侷限於這個藍色地球上的生物，沒有什麼有情、無情之分，不能以地球上生物現象規範所有的「生命」。此其一。

錢先生因閱讀《指月錄》而發明心地，因此認知佛教的悟是當下一念上，非有如哲學家悟得的一套宇宙論，也不是生物學與進化論，那麼這一當下之念是什麼？他也講不清楚，遂輕率地引用惠能的「佛法在世間，不離世間覺，離世覓菩提，恰如求兔角」，轉個彎，以為「達摩以至惠能歷代禪宗相傳，注重在實際人生之唯心論」，斷定「禪宗所認佛法只是一種人生哲學，又是當下即是日常人生。禪宗之絕對唯心，亦只限於人生界之當下現實。」（《中國學術思想史論叢(四)·讀宗密原人論》）

這樣的談論又把禪宗看小了。

禪宗的作略與其他從教入宗的法門不同，但的確是佛教的精髓或核心，從經典的研究到徹悟佛教的核心，必須有非常縝密的推理能力，

因為理極必反，至理無言，一樣要碰觸到那「當下的一念」的深層。否則很容易陷溺在理論上變成戲論，這是佛教的特色。禪宗既為佛教的一支，一部心地法門，就不是人生哲學。而所謂的唯心論，這個心與宋明理學的心是不一樣的。

宋明儒的心是人心，「以己心悟佛性，即是以個人主體的知識來體會共同客觀之存在，此即佛性。悟到佛性其實也只是己心。佛性與己心為一體，故說『明心見性』。中國儒家說心性，大義亦如此。」（《中國學術思想史論叢(四)·評胡適與鈴木大拙討論禪》）顯然與六祖在《壇經》的開宗明義：「菩提自性，本來清淨，但用此心，直了成佛」不同，雖然人人有佛性，而此心是證悟的那個心，不是平常意念翻飛的心，人心惟危，道心惟微，毫釐之差，就變為世學或哲學了。

六祖強調「佛法在世間，不離世間覺」是有深意的。因為「菩提自性，本來清淨」，這是心的本質，也是普遍的原則，要明心見性只要方法對了——但用此心，就不論出家在家，也等於孟子強調的人人可以成為堯舜。重點在實踐，知而不行只是不知，宋儒把握這點，以變化氣質來形容。但先要明白人心與道心的差異，雖然它不離我們的心，而明顯地有很大的差異。

「但用此心」的心是摩訶般若，即是生命的原態。「自心內有知識自悟……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。」(《壇經·般若品》)用錢先生的說法，禪宗反落入世俗諦了，普通的哲學了。但禪是生命學，是佛教的一支，出世諦的宗教。此其二。

禪宗是徹底的唯心論，必須在心地上變化氣質。怎樣變化？冷靜而客觀地消除一切的相對概念，保持一顆純然的晶瑩，也就是莊子所說：

「至人用心若鏡，不將不迎」，亦如孟子所說的「過化存神」、《金剛經》的「應無所住而生其心」，其深度通常具有如幻三摩地的景致。

耕雲老師在《觀潮隨筆》中提示〈如幻三摩地〉：

談空、說有、論性、析相乃至種種法門，皆是黃葉止啼，總屬一期方便。以諸法如幻故，「一切無有真，不可見於真，若見于真者，是見盡非真」也。

首楞嚴經偈曰：『……見聞如幻翳，三界若空華，聞復翳根除，塵消覺圓淨，淨極光通達，寂照含虛空。卻來觀世間，猶如夢中事。』學人但能調心相應「法爾如幻」，即是證入如幻不思議解脫法門……(《觀潮隨筆·第二輯法塵》)

此心豈易得也？哲學思辨究竟與禪的心靈境界不同，千萬不要混淆。

錢先生在〈六祖壇經大義〉談到：「我將偏重於惠能之『修』，不像一般人只來談他之『悟』，若少注意到他的修，無真修，又豈能有真悟？」這是正確的！禪是行門，不是解門，既是行門，它就是活生生地存在於今世的佛法，因此他又說：

「在禪宗史中，惠能是獨步的，他的教訓是禪那與般若為一，確實是革命性的。在惠能之前，兩者被認為是分開的。」（〈評胡適與鈴木大拙討論禪〉）這種卓見已經超出現在一般禪師的見解了。我們可以看到現代的禪堂，幾乎都在蒲團上打坐煉心，以為這樣就可以悟道。然而他們要懷疑，打坐而入道，那麼起座以後，那股禪定就動搖了，如何去解釋它？

於是，有些人主張保持那個空空的知覺心就好了！有些人主張再深入就可以看見空性，保持默而照，照而默就是大徹大悟；有些人說要把地水火風四大的識轉為智就可以了。

這些和禪宗的禪完全不相關的，定慧等持是惠能禪的特色，般若是智慧與禪定同時升起的，「即定之時，慧在定；即慧之時，定在慧」，以實證的經驗來區別禪宗與其他的四禪八定，錢先生頗具慧眼，故六祖說：「離世覓菩提，恰如求兔角」，心淨則國土淨，不必另求淨土。

然而有一點非常重要，惠能所談的般若與禪定合，指的是生命的原態，生命的純然即具有是種特質，不必修，只須證，正如乳中自有醍醐，

醍醐究非牛乳也。

鈴木說：「僅從智性分析不能解釋禪，智性是關乎語言文字與觀念的，永遠不能接觸到禪；禪必須先從內在領會，只有在做過這種領會之後，才可去研究禪的歷史外觀。」這是實話，但錢先生卻不以為然：「禪宗不立文字，但至少弘忍是以《金剛經》『應無所住而生其心』一語來啟發惠能，惠能亦以一部《壇經》來教人依持。我們今天也只從禪的歷史來領會禪，歷史不僅是外觀，而語言文字也可作內在領會之憑藉階梯。」這樣的論點，又把禪宗推向經典之學，十足的從教入宗，禪宗不必存在了。

禪宗的可貴絕非語文可表達，一表達了出來就淪為語意學，陷入定義問題了。

例如錢先生明明知道六祖禪是「禪那與般若是合一的」，但般若的現量是什麼？這是禪的重點，依文解義，般若只是比量，比量的般若不能與禪那同時並起的，故被譏為相似般若，絕對不是實相般若，這是一般人的錯解，學者如此，教內何嘗不是。古德早就提醒我們：「莫當閒學解，辜負祖師心」，值得警惕。

錢先生本來認清了禪的悟並非宇宙論，亦非生物的生命論，但不能或不肯放大於整個宇宙來論生命，這個侷促讓他的推論與思路扭扭曲曲，

又不肯放下學術，再做一番深入的追索，把禪淺顯化了，也淺薄了，  
可惜！



## 十、禪學影響了宋明理學

五祖或六祖都勸學禪人必須「識得本心」，才有進修的標的。這是參禪悟道的由來，要把本心認得清楚，把那些雜染在本心上的污垢清除掉，讓本心像一面清澈的鏡子透出亮光。這是禪宗的路子，也是佛教的通途。

宋明儒要「窮理盡性」，理即仁，仁即心體，亦即是天理，說來容易，但我們這顆心為什麼就是不和這理貼合無縫？問題是什麼是真正的心，平常的心是善變的，容易沉溺於名利；什麼是真心、不被污染的心？根本的如果認識不清，就沒有辦法全身投入。參禪必須全理智、全感情、全身心地投入，才有那麼奇妙的心靈震盪，掌握到那個不變的真實。參學的道學家一樣要把他的全理智、全感情投入在這個理的追尋上，直到有一天爆破了無明，得到全身心的輕快，疑點消除了，心和理無礙、無異，理才能與我們這顆心完全地吻合，自然別起便行。

我們看程顥先生的〈識仁篇〉：

學者須先識仁。仁者，渾然與物同體，義禮智信，皆仁也。識得此理，以誠敬存之而已……理有未得，故須窮索；存久自明，安待窮索？此道與物無對，……須「反身而誠」，乃為大樂。〈訂頑〉意思乃備言此體，以此意存之，更有何事？「必有事焉而勿正，心勿忘，勿助長」，

未嘗致纖毫之力，此其存之之道。……以昔日習心未除，卻須存習此心，久則可奪舊習。(《宋元學案卷十三·明道學案(上)》)

這段話很明白地告訴我們：「理有未得，故須窮索，存久自明」，是慎思明辨的工夫，也是參禪的工夫。人類異於禽獸者幾希，理智讓我們可以推理，所謂禪定一訓練「澄心淨慮」，集中心力，發揮思考的精緻功能，不是要我們一味打坐，老死蒲團上。

追索的標的在那裡呢？此道與物無對，須「反身而誠，乃為大樂」，道學是心性之學，總離不開這顆心：仁心。

一旦肯定了仁即理，「以誠敬存之」，從此，人生有了明確的責任義務，將生命鑄入道體而人格化，生命即道體，道體即生命。

明道先生提出「以誠敬存仁」，就比禪宗所講的空深刻，也有一條嚴肅的路可以遵循，不至於空洞或頑空，失掉主題的警覺。誠者純一不雜，敬者戒謹恐懼而不放逸，這樣心才不會淪入空虛，「必有事焉」，方法是「勿忘勿助長」，久之「未嘗致纖毫之力」，言其所行，行其所言，也是陽明先生提倡「知行合一」，知行是一體的真面貌。以仁代心，感覺紮實，而且「仁者渾然與法同體」，即天人合一。一路下來，彰顯了禪宗的味道。

佛家說：「制心一處，事無不辦」，能夠澄心，一念不雜，有利於靈感

的舒發，也可以集中心志而爆發潛在能力。所以禪定、定靜是基本的心志訓練，從中產生敏銳覺察能力。

定性不是放空，空是死寂，沒有生命氣息，而且定與動是一體的兩面。橫渠問明道：「定性未能不動，猶累於外物，何如？」明道乃作〈定性書〉答覆：

所謂定者，動亦定，靜亦定，無將迎，無內外……夫天地之常，以其心普萬物而無心，聖人之常，以其情順萬物而無情。故君子之學，莫若廓然而大公，物來而順應……今以惡外物之心，而求照無物之地，是反鑑而索照也。（《宋元學案卷十三·明道學案(上)》）

君子的心體是「廓然而大公」，不存私欲自見，視萬物為一體，在禪宗來看，「佛法是不二法」，如果認得萬物的共相，即識得宇宙實相，相當於明道所謂的「仁體」，才有著落之地。

六祖於〈般若品〉說得親切：

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；般若三昧即是無念。何名無念？若見一切法，心不染著，是為無念。用即遍一切處，亦不著一切處。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，即是般若三昧，

自在解脫，名無念行。

六祖所謂般若三昧，才是禪宗的禪定；一般通常所謂禪坐，只能困坐在蒲團上，無法動靜皆禪定，連一般習禪人也分不清這種分別。六祖之說與明道之定性相比較，自然發現兩家的差別。

佛家般若指的是生命的本源，般若三昧僅見生命的無限光源，產生沛然莫之能禦的力量，非證難明。宋明儒對此未免有些缺憾。錢穆先生於〈二程學術述評〉有段精采的論斷：

程門之所謂敬，按實言之，只是一種心的狀態或境界，似乎還不是心的生命，因此亦並未接觸到心力之真源。若說敬是心體，亦只好說是心之體段或體貌，仍是心之外相，而非其內情。若以近代語譯之，敬只是一種心理上之注意集中而已。故曰「廓然而大公」，「物來而順應」，「物各付物」，「中心沒事」，此等全屬隨動、順動而非主動、帥動，只是隨順著外面轉移注意，卻不失一個軌範，但並沒有由內向外充沛流露的一段精力。若只偏重說注意集中，而沒有顧到內心自發的要求與動向，則此種注意，會成無生命的。……則「敬」字豈不是成個空架子，依然還是一種靜虛之境，仍沒有內容。（收入《中國學術思想史論叢（五）》）

這段評斷著實有力，禪宗有所謂枯木禪、野狐禪、默照禪、文字禪等，都落入冷冷嗖嗖地沒有生命的禪境，絕對不是六祖的祖師禪。禪者一定是智仁勇的代言人，專制時代受制於皇權高於一切的壓制，不能發揚禪道的真精神，以至被神秘化，這是非常可惜的事。今日談禪，如果欠缺了生命力的發皇與昇華，徒成逃離現實的叢林，何貴於心靈救濟呢？也忽視了世尊為這世界帶來雄健剛毅的風格，變成「彼岸」的空疏理想，這是需要禪德深思的。也唯有這種改變，禪才能在現實世界落地生根，在人間建立淨土。

宋儒開理學之端，固然受釋家的刺激與回應，而二程在心性的投注則有助於理學觀念的釐清，重要的是由心中追索中拈出來的，是人類理性與感情融合一體的至高情操，朱子稱讚他們是從內心中體貼出來的，有骨有熱，是圓滿人格的一個活動過程，真令人欽佩！

儒家人倫是人類精神文明的精粹，也許有些矯枉過正，形成吃人的禮教，但透過現代知識的反思，應該可以重構適合現代文明的體系，協助社會的和諧發展，這是一切宗教的基礎架構，人類健康生存的低層組織，不容一味反對而失去原有價值。

有了這個人倫的道德基礎，才有宗教提振心靈的正確架構，人類的進化與發展才有可能！宋明儒的心性之學的確值得我們注入心血研究，

不可視為「老骨董」而嗤之不顧。如果宗教可以放棄人倫的主張，那是海市蜃樓，因為人倫是所有心體之基礎，也是所有宗教的基礎，因為正心才有正法，才能領導人類心靈向無限發展，不然對現實社會的淨化就沒有著力點了！



## 十一、虛雲和尚的參禪公案

當代佛教界出現了兩位人物：即虛雲和尚和太虛和尚。太虛大師在詳細閱讀《法華經》時，心無旁騖，一路順風，不知不覺頓脫義理，大放光明，身心暢快。以此心閱讀經典，竟然不假思索，馬上呈現出經典的現量，才完全相信，經典必須心領意到，而不在字字持誦，也不在字字解義。現量就是見性，見性必是現量。

他在高旻寺閱藏頓入法華三昧，從此，什麼經典拿來讀誦，即刻三昧相應，成為實證的法師。

虛雲和尚比較奇特，他虔誠地拜懺悔罪，企圖以懺悔心來博取法界的憐憫，得證正法。他前往五台山還願，一路拜懺，非常辛苦，有次遇到大雪，幾乎餓死，幸有丐者文吉現身出救，奇蹟復活，留下一段公案。

### 一、初次參禪因緣

根據岑學呂先生所著《虛雲和尚年譜》的記載，簡述參話頭因緣，供大家研究。

「光緒八年壬午，四十三歲，七月初一日，由普陀法華庵起香，三步一拜，以直拜至五台為止。」

光緒九年，拜懺至黃河鐵卸渡，過光武陵，住在一間茅棚。到「初六午後，雪止，微見日影，然已病莫能興矣。初七日，來一丐者，見予臥雪中，致問，予亦不能言。知是凍傷，(他)將雪撥開，以圍棚草烤火，煮黃米粥，令食，得暖氣復生。」

等幾天，天氣好轉見晴，丐者煮黃米粥，取冰雪代水，丐指釜中問：「南海有這個嗎？」答：「無。」他又問：「那吃什麼？」答：「水。」等雪溶化為水後，丐者指釜中的水：「這是什麼？」虛雲突然啞口，答不出話。

為什麼答不出話？佛門重視初見菩提心，禪宗稱為明心或見性，但是虛雲還未見性，被問得窘迫無言。

後來，丐者告訴他，兵慌馬亂，五穀不登，佛門弟子應該堅守門庭，好好研讀大經大典或參禪問道，如果大家不務農耕，仰人供養，豈是大丈夫的志節？

這個責問讓虛雲難堪，也明白丐者剛才問：「南海有這個嗎？」不是指黃米或米，是問「南方人參禪嗎？」「參什麼？」「要參禪求道的目的是什麼？」「出家的動機是什麼？」「拜懺求人供養，如何回報？」

這些隱含的問題，才是丐者義正辭嚴的責問主題，這也是任何

上求佛道，下渡眾生的基本條件：明心、見性、初見菩提心。不是愚昧地拜懺而已。

虛雲如何解開這個謎題？

## 二、第二次因緣

光緒廿一年，五十六歲

揚州高旻寺有施主供僧打禪七，連續十二個七，共計八十四天，希望在八十四天的「打七」活動中，可以培養成幾位明心見性的大德，延續佛門香火把佛法宏揚出來。

打七是念佛法門的延伸。以前淨土宗，眾集念佛連續七日，希望克期能夠出現上等的淨土大德。後來，有人在念佛聲中加上參：

「念佛的是誰？」把淨土念佛加上參禪，克期破參。這個思想受到永明延壽和尚《四料簡》的啟發。

他說：「有禪有淨土，猶如戴角虎；現世為人師，來生做佛祖」，多麼理想。他又說：「無禪有淨土，萬修萬人去；但得見彌陀，何愁不開悟？」這更醒目了！參禪很難：禪師難得一見，無法確認何人是真禪師？參禪人的意志不堅定，參禪過程由誰保證無誤？種種問題都無法解決，現在有人說只要念佛，臨終有彌陀佛接引，可以保證有開悟的機會。

所以大家就把淨土念佛和參禪悟道融在打七的程序中，萬無一失。一期七天，到期又可再打七天，共十四天。這次一打就是八十四天，有人供養，可以安心專心打七。虛雲大師也去參加了，而且可以專心用功，不必兼俱其他職務。

「從此觀念頓息，工夫落堂，晝夜如一，行動如飛」。為什麼行動如飛？因為他修持謹嚴，心無罣礙，無罪一身輕，勝似小神仙。

「一夕，夜放晚香時，開目一看，忽見大光明如同白晝，內外洞澈，隔垣見香燈師小解，又見西單師在園中，遠及河中行船，兩岸樹木，種種色色，悉皆了見」，竟然獲得神通。

幸虧，他不被引誘，一樣專心精進，「至臘月八七，第三晚，六枝香開靜時，護七例沖開水，濺予手上，茶杯墮地，一聲破碎，頓斷疑根，慶快平生，如從夢醒。」

打七打到八個七，計五十六天，第三晚，即第五十二天晚上，依例中間會休息一會兒，稱為開靜。這時候守護人員逐個倒水，偶然外溢，濺到手，手一鬆，啞啞一聲，茶杯落地，一聲碎響中「頓斷疑根」。

為了展現他的豁然開朗，作了一首偈：

杯子撲落地，響聲明瀝瀝；

虛空粉碎也，狂心當下息。

### 三、偈即心即佛即菩提

這首開悟偈非常棒，把「杯子墮地碰地一聲，響聲太大了」說得特別清楚，（因為虛雲和尚平日工夫做得深，已經獲得「不思善，不思惡」的境界，可是一直無法打破。這次禪七，杯子突然落地碰地一聲，什麼聲音都不見了，正是六祖所說的「不思善，不思惡」的靜界被打破了，這就是打破獨頭意識，才是見性）所以才可以體會到「虛空粉碎也」的殊勝。因為當時把心意識造成的狂心當下息掉，進入《心經》所講「照見五蘊皆空」的境界。

從虛雲和尚的經歷，可以明白，學佛法要有強大的動機，小疑小悟，大疑大悟。疑就是動機，動機大小所得的悟境也不同，所以悟有大小深淺的差別，功德力不同。

丐者文吉問虛雲和尚：「南海有小米嗎？」就是問他「有見性嗎？」「有菩提心嗎？」「他參的是什麼，是菩提心？」「什麼是生死解脫？」這就是參話頭。

在高旻寺打七參禪，有寺裡的出家人當護法，又有佛堂為席，可以專心用功，心無旁騖。

得神通依然是六識的作用，並非開悟。參禪是專心研究問題：什麼

是開悟？明心？不是放空靜坐；坐到一心不亂，還不算明心，因為那是「獨頭意識」：我在用功。

水杯墮地一聲響，讓他從獨頭意識醒來，親自體驗到「虛空粉碎」，得到實際的「本來無一物」。所以，他又繼續參，參得一偈：

燙到手，打碎杯，家破人亡語難開；

春到花香處處秀，山河大地是如來。

真的「大徹大悟」了！

第一首偈講的是參話頭而開悟的實際覺受，當下狂心歇，不見了，人也走進無執禪定，或稱正面情緒微微顯現，粉碎的是我執，故稱「虛空粉碎」。

第二偈顯然是經過一段修行後，跨越不動地的覺受，故說「春到花香處處秀，山河大地是如來」，真是一代禪宗大宗師耶！

#### 四、進窺禪境

我們從這則公案中可以體會幾點：

第一：上求佛道，力圖見性為先，因為五祖說過：「不識本心，學法無益」，假如不能實得「自心本性」，就不能體會生命的「本來面

目」，不能真切體悟到「能生萬法」，一切事從法界來，一切也當然回歸法界。

法界是什麼？不離我們生命的自有靈性，未見性前，這個靈性也只是一個名詞，一個概念，除非驗證了，才明明白白地體證到我們本來就是佛。佛字也是名詞，也是一個概念而已，見證了生命的本來面目，我們就與宇宙無別，證實我們當下是因緣中的變化過程而已，樂於從這個濁世騰躍而起。

所謂成佛也只是舊佛新成，是我們人人都應該體驗到的。所以，人人本來都是開悟的，是當然的，靈性高遠的。

第二：要親自證得這份「本來面目」，親自體驗到那種磅礴的生命力量。因此，從書本上看到的，從別人嘴裡聽到的，看到的，臆測到的，都不是真見性、真開悟，頂多是認知層次的概念圖騰，不出哲學的範圍，也只是思想的建構，是哲學的。如果不想去建構，又投入宗教的圈套，那是信仰。

哲學是思想的建構，宗教是把思想投降於信仰，把自己的思想能力也丟了。

第三：從思想的牢籠跳出來，又跳進另一個思想的牢籠，那是認知活動，哲學的馳騁。投身宗教不但自己把思想的能力封閉了，也將

思想抹平了，因為你沉醉在信仰，「不思善，不思惡」中而已。

禪宗講參禪的參就是要打破宗教的信仰，打破思想的牢籠，在「本來無一物」中突破，這個奮鬥過程，《金剛經》稱為划船渡過恆河，恆河就是生死河，渡過生死河才能到達另一個岸口，那裡沒有宗教的束縛，也沒有思想的澎湃。

第四：這個參禪奮鬥過程，沒有什麼可以依靠，當你的思想點上一盞小燈，不用欣喜，那是思想偽造出來的燈光，丟掉，毫不遲疑地丟掉，縱然點無數的燈光，也都必須全部丟掉；什麼神佛、大師父、大神通，都丟掉，徹底丟掉，丟得光光的。這個才是真正的「不思善，不思惡」的時光。你必須把最後剩餘的生命集中起來做最後一搏：什麼都不是？什麼都沒有？突然，你會豁然開朗起來。也許你會突然覺得痴痴呆呆，也許你會突然精神很明亮，但什麼都不是。

這個時候，也就決定你生命覺性的關鍵時刻，因為你真正親證「桶底脫落」，一切都無影無蹤了，一息尚存，但精神特別精彩，一切無可憑恃的剎那，也決定了你的選擇。

## 十二、宗杲參禪一路辛苦

禪必須參，故稱參禪。

參就是精神集中去研究、求證、驗證獲得的心靈狀態。這也是做任何事情必須的精神，也稱為科學精神：假設、分析，得個結論，將此結論付之實驗、驗證成果。如果沒有成果，證明失敗，就放棄；如果成果不錯，成為規律，將此規律重複實驗，結論無誤，放諸四海皆準，則為定律或定理。

禪是生命之學，也要以科學假設實證去進行，不能用空想或臆測；也不能因為某人說的就可以相信，那是盲信；也不可以利用神秘力量解答，那是迷信。

也許迷信有了很多的實例為證，把這些案例收集起來研究，不一定會獲得結論。那是因為現有的知識、實驗裝置或能力有限，無法獲得定律，有些疑問等待解決，則稱為「玄學」。

我們反對的是盲信及迷信，那是違反理智的，是人類向前進化的阻礙。玄學可以擱下來，繼續累積個案，個案多了，也許可以發現某些端倪，可以歸納為研究的對象，但不可入迷，也不可輕視。

這是人類開拓文明的長遠歷史，也是人類智慧累積的過程。

陸游：「古人學問無遺力，少壯工夫老始成；紙上得來終覺淺，絕知

此事要躬行。」(〈冬夜讀書示子聿〉)

我們今天來看大慧宗杲如何參禪，就可以明白求道豈是背背經典、唸咒、打坐，就可以有成就的？拜佛求神都是懦弱的表現，唯有奮勇向前、努力不懈的人才可以成就大事，若無漫天冰雪霜，哪來梅花撲鼻香？過程比結果更重要，輕忽過程，不重視參禪，不進行變化氣質，成就何方神聖耶？以下根據《指月錄·卷三十一》：

十九遊方，初至太平杯度菴，菴主迎待恭甚，曰：夜夢伽藍神告以雲峰悅師來，戒令肅候也。杯度老宿因以悅語示師。師過目成誦，人遂謂雲峰後身。

雲峰文悅禪師行狀見於《指月錄·卷二十五》，是大愚守芝的弟子，禪風非常峻峭，他有句名言：

即今休去便休去，欲覓了時無了時。此事若向言語上作解，意根下卜度，天地懸殊。大丈夫一刀兩斷，猶未相應，豈況被人喚去方丈裡糊塗指注。舉《楞嚴》、《肇論》、根塵色法、向上向下、有無得失，他時後日，死不得其地。

這是批評那些背誦經書，熟悉名相，以為這樣就可以獲得正見正知的人。又有人喜歡大師講經說法，搞法會行拜香的，好像一群自我覺醒的人，以為義理就是佛法。那是一些麻醉藥似的義理推測、心靈無法昇華。

文悅禪師他又說：「近世更有一般宗匠，二三十年馳聲走譽，只管教人，但莫上他言句，喚做透聲色；便問東答西，以為格外之句，將此狂解，遞相沿習，從此混傷宗教，誑惑後生。苦哉！苦哉！」

明師和名師不同，名師沒有參禪實證，只在肚子裡玩耍道理，找些境界，開口閉口菩薩，把弟子謔稱為菩薩；說禪，就故弄虛玄，天花亂墜，讓我們處在愣頭愣腦中。沒有實證的實例供參見，口上談兵之輩，不要相信他們。

真正見性明心的祖師，心光外顯，我們接近馬上感應到緩緩的暖氣蒸騰，容光煥發，禪堂中一片喜悅。如果是偽禪師，笑不像笑，哭不像哭，還證明菩薩存在呢！但為什麼證明不了祖師的存在？

明師一定有參禪經驗，會把參禪的辛苦說得一清二楚，也會分析參禪過程心理的變化，提出對應方法，非常細緻。如果說不上來，說不清楚，證明他沒有參禪實證經驗，千萬不要聽他胡謔。

既謁宣州明寂理禪師，請益雪竇拈古頌古。理不假一言，令自見自

說，師輒洞達微旨。理嘆曰：杲必再來人也。過郢州大陽，見元首座洞山微和尚、豎首座。師周旋三公會下甚久，盡得曹洞宗旨……念曰：禪有傳授，豈佛祖自證自悟之法。棄之。（《指月錄·卷三十一》）

宗杲到大陽山參三位洞曹宗的師父，討論洞山宗旨。洞山良价禪師參禪，因過水睹影而開悟。可惜開山後，得了一位聰明絕頂的弟子——曹山本寂，師徒兩人把禪講得五花八門，設立功勳五位、偏正回互、五王子誕生、三滲漏、三種墮、寶鏡三昧、七十圓相等，本來是驗證的方法，反而變成難解難懂，落在文字義理中兜兜轉，化簡為繁，不重參禪，重視家規，弄得教外別傳變成教外慳傳，大大違反「直指人心，見性成佛」的大原則，洞曹宗就盛極轉衰了。難怪宗杲一看勢頭不對，走為上策。現在還有人說默照是上等禪，真是不發奇論不肯休。

這表現他有絕頂的智慧，識得參禪主題，不墮凡俗的學問窠臼，「佛祖成佛是自證自悟來的，說什麼道理，懂得什麼道理，都是抱著書櫥類的人！」他看透理禪師是文字禪，是葛藤禪而已，所以回答的語氣很重。

有一次，他參謁奉聖初和尚，堂上一段對話：

師曰：只如適來僧道：昔日世尊，今朝和尚，又作麼生？初便喝。

師曰：這一喝，未有主在。初回頭取拄杖，稍遲。師曰：掣電之機，徒勞佇思，拍手一下，歸眾。（《指月錄·卷三十一》）

他見了初和尚便問：「為什麼從前是世尊，現在只是一位俗僧？」人人都可以成佛，因為人人都有佛性，現在為什麼還是俗僧呢？初和尚學臨濟喝，向他一喝。他馬上反問：「這一喝，你的主人公都不見了。」諷刺他只會學學虛招套路。初和尚打算舉拂，稍一停頓，他就抗議了：直指人心，彷彿掣電，瞬起瞬落，怎麼有猶豫不決的意念。說完歸眾。

這招厲害，大師或明師應該有直指人心的能耐，當機即發，這才是頓悟之機，弄什麼棒喝交馳，舉拂豎指，都是老掉牙的玩藝吧！宗杲氣魄何等雄偉！

再參寶峰湛堂，對答如流，快捷迅猛。湛堂公說：

杲上座，我這裡禪你一時理會得，教你說也說得，叫你做拈古頌古、小參普說，你也做得。只是有一事未在，你還知麼？

對曰：什麼事？堂曰：你祇欠這一解在——因！若你不得這一解，

我方丈(室)裡與你說時，便有禪。才出方丈便無了；惺惺思量時便有禪，才睡著便無了。若如此，如何敵得生死？……有個勤巴子，我雖不識渠，然汝必依之，可了汝事。若見渠不了，便修行去，後世出來參禪。(《指月錄·卷三十一》)

宗杲太聰明，所以心意識熾然而升，就陷入二元對立的慣性，忘不了被認知的暗示。必須打破這個難題，打破心意識的認知慣性，出現了無心意識干擾的心態，就是因的頓悟，一下子就打破了心意識瓜藤，呈現晴空萬里的景象。頓悟或明心或稱見性，是參禪的主要目的。

湛堂是位真正偉大的禪師，誠懇地勸宗杲好好參禪，一定要見性，而且見性只有頓悟才可能，小悟或漸悟都不是真正的見性，是領會的認知而已。當今，堂上的禪師講禪坐、禪修、打通氣脈、觀心，都走在漸悟的歧途，浪費生命，師徒都是一糲爛粥。湛堂還勸告他去求教圓悟禪師，這位川巴子名聞天下，見了還不悟，也是命吧！

湛堂離世後，他千里迢迢去拜見張無盡居士，為湛堂寫銘，記述他的行誼，做為後昆學習的榜樣。

張問曰：公祇怎麼著草鞋遠來？師曰：某數千里行乞，來見相公。

又問：年多少？師曰：二十八。又問：水牯牛年多少？師曰：兩個。又問：什麼處學得這虛頭來？師曰：今日親見相公。張笑曰：且坐吃茶。（《指月錄·卷三十一》）

張無盡是北宋名相兼名將，氣勢大，神氣橫宇，被儒釋兩家所推崇。宗杲前去求銘，顯然對湛堂非常敬愛。張無盡見面寒暄後，直截探問：你養水牯牛多久了？宗杲說兩個，無盡笑透了。水牯牛就是見性明心的代號，他問杲見性多久了？杲以為問山裡有多少人，答兩個，這不弄出笑話嗎？但無盡一笑而泯，也不說破。宗杲把他來求張大帥為湛堂寫銘的心意說出，純出孝心。接下去的問答精彩了。

張曰：聞準老眼睛不壞，是否？曰：是。張曰：我不問這個眼睛。曰：相公問什麼眼睛？張曰：金剛眼睛。曰：若是金剛眼睛，在相公筆頭上。張曰：若如此，老夫為他點出光明，令他照天照地去也。師謝，張遂著銘。（《指月錄·卷三十一》）

湛堂茶毘，眼睛、牙齒及唸珠保持完整，無盡故意問他，湛老留下一對眼睛嗎？杲答：是的。無盡說：我指的是他的金剛眼不是肉眼。杲巧答：他的金剛眼在您的筆頭上，有待您點出。無盡明白宗

杲未見性，不懂見性即見金剛眼，還停留在文字上遊戲，無盡為銘鼓勵參禪，作銘中有句：

若梵行精潔，白業堅固，靈明廓徹，預知報謝，不驚不怖，則依正二報，毫釐不失。世間粗心，於本分事上，十二時中，不曾照管，微細流注，生大我慢，此是業主，鬼來借宅。如此而欲舍利流珠，諸根不壞，其可得乎？

嗣後，他拜訪當時各個名師，往來酬唱，很是張揚。有次拜訪洪覺範，呈上他的《十智同真頌》，有頌：

兔角龜毛眼裡栽，鐵山當面勢崔嵬；  
東西南北無門入，曠劫無明當下灰。

覺範嘖嘖稱奇：我二十年來做保任工夫，變化氣質不稍懈怠，也不過這些名言玉句的範圍。一方面是讚許他的智性，另方面也在諷刺他只懂文字禪，理論多，實證少，像一般俗人說的老婆禪，婆婆媽媽，就少了一雙「金剛眼」。

此病難治，無法治，全部拋掉舊有觀念，消滅主觀意識，放下，放下，再放下，只此一條路，自我斬殺，自我挖坑自埋。

寶峰湛堂禪師勸他一定要面見川巴子克勤圓悟禪師，除了他，恐怕無人可以救活了。他發誓：「就去服勤九年，學習，學習吧！如果他和一般的名師一樣，只會口頭禪、畫餅禪，這生也就認栽了，從此做個俗禪，浮沉世間了！」

結語：

儘管「身無綵鳳雙飛翼，心有靈犀一點通」。(註 1)處處偏留「此情可待成追憶，只是當時已惘然」(註 2)，依然「何當共剪西窗燭，卻話巴山夜雨時」，(註 3)同唱一曲：「春心莫共花爭發，一寸相思一寸灰」，(註 4)悵坐：「孤帆遠影碧空盡，唯見長江天際流」。(註 5)款款回步「洛陽親友如相問，一片冰心在玉壺。」(註 6)

#### 【附註】

〔註 1〕 出自唐·李商隱〈無題〉：「昨夜星辰昨夜風，畫樓西畔桂堂東。身無彩鳳雙飛翼，心有靈犀一點通。隔座送鉤春酒暖，分曹射覆蠟燈紅。嗟余聽鼓應官去，走馬蘭台類轉蓬。」

〔註 2〕 出自唐·李商隱〈錦瑟〉：「錦瑟無端五十弦，一弦一柱思華年。莊生曉夢迷蝴蝶，望帝春心託杜鵑。滄海月明珠有淚，藍田日暖玉生煙。此情可待成追憶？只是當時已惘然。」

〔註 3〕 出自唐·李商隱〈夜雨寄北〉：「君問歸期未有期，巴山夜

雨漲秋池。何當共剪西窗燭，卻話巴山夜雨時。」

〔註4〕出自唐·李商隱的〈無題〉：「颯颯東風細雨來，芙蓉塘外有輕雷。金蟾鬢鎖燒香入，玉虎牽絲汲井迴。賈氏窺簾韓掾少，宓妃留枕魏王才。春心莫共花爭發，一寸相思一寸灰！」

〔註5〕出自唐·李白〈黃鶴樓送孟浩然之廣陵〉：「故人西辭黃鶴樓，煙花三月下揚州。孤帆遠影碧空盡，唯見長江天際流。」

〔註6〕出自唐·王昌齡〈芙蓉樓送辛漸〉：「寒雨連江夜入吳，平明送客楚山孤。洛陽親友如相問，一片冰心在玉壺。」



### 十三、拿起放下真逍遙

宗杲既然向圓悟克勤大師參禪，而且自我受限九年，再不開悟就決定駐山研經，和一般俗僧做個飯袋子，也不想再拜山訪道了。

既見悟，晨夕參請，悟舉雲門東山水上行語令參。師凡呈四十九轉語，悟不肯。（《指月錄·卷三十一》）

參禪和義論不同，一般人講經說法，解註經文經義，頭頭是道，滔滔不絕中把自己捧上了佛座。參禪不同，傳禪必須「教外別傳，不立文字」，唯開悟見性，直截了當，這是「直指人心，見性成佛」。什麼是「不立文字」？就是不講經說法，只在言語交鋒中，迅速地打開學人的心光，當下見性。如果答語落在文字義理上，那是從文字中捕捉道理，是心意識的認知作用，增加的是佛理、佛學。那麼避開義理的解答，要如何讓學人見性呢？屬於禪師的禪風和內心的靈性高度。如果相應，學人的心靈當下會產生非常大的震盪。是否見性，名師不知道，明師知道，因為有明心見性經驗，是過來人才明白這個心靈變化。

《金剛經》經常出現這種「直指人心，見性成佛」的場合，幸運的人在讀經中突然心靈和經文貼合，神領意會，身心也會有特殊的變

化，明師一眼便明，不多囉嗦。例如德山宣鑒讀過幾千遍的《金剛經》，道理上似乎明白了，心態沒有相應變化的呼應，所以不了解過去心、現在心和未來心是什麼，崇信在黑夜中為他點紙燭照亮道路，突然把紙燭滅了，一瞬間明暗交替，德山心靈出現了「三心不可得」的狀態，才明白讀經研經要出現這個心態，才是明晃晃的「金剛心」。

宗杲上堂參禪，圓悟就提到一個公案，有人問雲門文偃大師：「什麼是明心見性？」雲門答：「東山水上行。」為什麼答非所問？好好參研吧！

宗杲看了這個公案，馬上解釋這個公案的內容，很有把握，但是圓悟卻搖搖頭：「不是！不是！」前前後後，宗杲提上四十九個答案，還是被師父壓下又退回。這可讓宗杲手足無措，面子都丟光了。但也堅守誓言留下參研。

悟一日陞座，舉雲問語曰：天寧（圓悟）即不然，若有人問，如何是諸佛出身處？但向他道：薰風自南來，殿閣生微涼。師聞舉豁然以白悟。

悟察師雖得前後際斷，動相不生，卻坐淨裸裸處。。（《指月錄·卷三十一》）

有一天，圓悟上堂大打慈悲心，公案只能悟，不能解答，這是通則，他這次偏偏要明說：「這則公案，懂了，就像夏天燠熱中，吹來一陣陣的薰風，絲絲涼意惹得全身涼快。如果在薰風吹拂下，感覺不到涼爽，那只好承受燠熱的煎逼吧！」

話語剛落，看到宗杲傻傻地笑著，並把心得說出來。明師的圓悟知道這是「前後際斷」的淺層悟道，雖然可以「動相不生」，但是有點枯木禪的味道。

什麼是「前後際斷」？就是「過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得」的空朗境界。也是悟道的基本功夫而已。《金剛經》說：「如來說諸心皆為非心，是名為心。所以者何？須菩提，過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得。」心意識活動停歇了，內心赤裸裸一片。一般人能夠達到這個程度也不容易了。

可是，有些人就說了一大堆道理——見了什麼境界，還看到佛菩薩出現，能看透牆壁，可以遠聽別人講話，說道說仙。且莫高興，這些現象都是妄念生起的風波，《楞嚴經》第七、第八卷講得很詳細，好好看一遍，才不會墮落於外道神通。

《壇經》記六祖悟道偈：「本來無一物，何處惹塵埃」，三際斷，萬相息，不就是「本來無一物」嗎？哪來的神通境界！

所以說圓悟很慈悲，他誠懇地告訴我們：「見性了，就如薰風自南來，殿閣生微涼」，萬事休亦萬鑑明，只要認清那片心靈的乾淨啊！是的，心靈的乾淨就是生命的「本來面目」，那是三心不可得，為什麼？心垢消除了，業識遠離了！

禪堂有很多弟子，為什麼只有宗杲見性？因為他歷經千辛萬苦尋師訪道，疑問難消。圓悟看他很辛苦，又是聰明過了頭，很難醫治。自傲自大很難治，很多人學佛，不是真心學佛，為了證明他學了佛也成了佛而已，擺得架子高高啊！

圓悟內心非常高興，因為慧根高的宗杲終於放下一切，心乾淨了，接法就快了。把宗杲的心得報告，一篇篇丟掉，讓他熄掉了那自大自傲的心；滅掉了他那個我非佛，你們亦非佛的心，一一都磨掉了，心垢少了，在機緣湊巧中見性了。當師父的明師知道這是初階而已，還得緊緊地把法繩套在他的鼻子繼續努力。

每個人從成長的過程累積的知識學問、經驗法則，一般人會以為那些就是生命的價值，也是形塑我們生命的成就功過。其實，這些都是時代的產物與要求，不知不覺中就被這些觀念價值牢牢地拴住，至死不亡。

這些觀念長留世間，自然形成人類社會的增熵效應，走向滅亡。見性之後，才會發現，除了這些認知系統，竟然有一個和這個慣性系

統不同的生命活動，從而在生命找到不是認知系統的存在，積極往這個深挖，才會有豁然開朗的可能。

圓悟很巧妙地提醒我們，就像悶熱的夏天吹拂來的清涼。這份清涼掃除了悶熱、煩勞、無奈後擁有的心態。白居易說：「柳暗花明又一村」，必須「山重水複疑無路」的奮鬥過程。圓悟看破宗杲的推理認知能力很強，必須約制他。

他找到「東山水上行」做為研究的題目，這句話非常無釐頭的，怎麼說山上行舟？故有些人說話頭是無義語，完全不通，自相矛盾。宗杲找不到出路，沉悶又沉悶，竟然把他平常研究佛理的心都忘了，壓死了，只留個極端的苦悶無法解脫。

明師覷破了這個機緣，用肯定的聲音，隨著薰風逐漸滲透到內心，猛然一振，好景如願出現。

那是喜訊而已，因為很快地會驟然離我們而去，又是好夢一場，不復重溫。這時候，就需要明師時時點醒，或從明師的言行中體驗取則。

師（悟）曰：也不易，你到這個田地，但可惜死了，不能得活，不疑言句，是為大病。不見道：懸崖撒手，自肯承當，絕後再蘇，欺君不得，須知有這個道理。師曰：某甲只據如今得處，已是快活，更不能理會得也。（《大明高僧傳·宗杲》）

一般名師「懸崖撒手，自肯承當；絕後再蘇，欺君不得」是做不到的。其實，悟在行，不在理，悟是人格的提昇和對人類有莫大的感情。開悟了，會比一般人更謙虛，更富情感，因為這是宇宙的神理。

只有捨掉認知的偏見，捨掉自我的傲慢，才能與宇宙接軌，與宇宙同步。

宋·葛長庚〈茶詩臥雲〉：「滿室天香仙子家，一琴一劍一杯茶，羽衣常帶煙霞色，不惹人間桃李花」，莫如：「半山半水半竹林，半俗半雅半紅塵」（無名氏〈半字詩〉）。你屬於宇宙的遊子，在了解宇宙真愛後，修行的起步是：與宇宙同步共振。

## 十四、禪宗第一公案

中國禪宗的第一公案：惠明奪衣鉢疑案值得深入研究，因為這是中國禪宗抽離原始般若宗的關鍵。公案緣起是惠明不滿意不識字的樵夫（惠能），竟然可以受五祖弘忍的器重而且獲得傳承，南下追逐六祖，希望奪得衣鉢，自立為傳承人。

戲劇性的開始是六祖被惠明追到了，一言不發地把衣鉢放在石頭上，要惠明拿走。那種淡定才是六祖的智慧，不與你爭，要拿就拿吧！傳承豈在衣鉢？

意外的是惠明被六祖的氣度震懾了。對了，縱然拿到衣鉢，我有資格當傳承人嗎？有能力發揚禪宗嗎？他被五祖器重，必定有過人之處，我不向他學，不是白白錯過這機會嗎？

他向六祖道歉：「我不是來搶奪衣鉢的？我懇請您寬宏大量，能向我說一頓法，讓我也能開悟，可以在禪宗的傳承史上，列寫一段虔誠求法的篇章，做後人的模範。」

惠能云：「汝既為法而來，可屏息諸緣，勿生一念，吾為汝說。」

明良久，惠能云：「不思善，不思惡，正與麼時，那個是明上座本來面目？」惠明言下大悟。（《壇經·行由品》）

這段話非常重要，原始佛教開始階段，非常重視打坐息念，要打坐到「一念不生」中，體取種種心靈境界，即四禪八定、九次第定等。這是俗稱的禪定境界以入初禪、二禪、三禪等等，最後堅守枯坐，被稱為枯木禪。

另一派，他在「不思善，不思惡」的一念不生中，以他的學習慣性去詮釋這種心靈狀態。我們熟知的寒山、拾得等大士皆是。

《壇經》也屢次提到這個弊病，例如：《壇經·機緣品》智常和尚禮大通和尚為師，未決狐疑，遠來投禮。他向六祖說：

智常到彼，凡經三月，未蒙示誨。為法切故，一夕獨入丈室，請問如何是某甲本心本性？大通乃曰：「汝見虛空否？」對曰：「見。」彼曰：「汝見虛空有相貌否？」對曰：「虛空無形，有何相貌？」彼曰：「汝之本性，猶如虛空，了無一物可見，是名正見；無一物可知，是名真知。無有青黃長短，但見本源清淨，覺體圓明。即名見性成佛，亦名如來知見。」

「不思善，不思惡」的當下，誤以為是「覺體圓明」，便以為這是「見性成佛」了，這是普遍誤解的小乘境界，還未至「一念不生」，

因為還停留在靜態的「我」中。

再看《壇經·頓漸品》志誠章。

志誠是神秀和尚的弟子，奉派至嶺南向六祖學法。有一段對話：

「汝師若為示眾？」對曰：「常指誨大眾：住心觀靜，長坐不臥。」師曰：「住心觀靜，是病非禪；常坐拘身，於理何益？」聽吾偈曰：「生來坐不臥，死去臥不坐；一具臭骨頭，何為立功課？」

目前還有很多大德大講禪坐與境界的關係，都非禪的本來面目，也非禪的本來精神，《金剛經》不是很明確地說：「應無所住而生其心」嗎？又說：「如語者，實語者」，這並非概念定義，是真實的覺受。

《金剛經》出現兩個「四句偈」，值得我們詳細地思考。其一：

若以色見我，以音聲求我；

是人行邪道，不能見如來。

任何境界都是心意識的世界，哲學講的都是認知的世界，每個人的認知無法全同，所以每一個人都有各個特殊的認知世界。

當你說「上帝」的時候，你和聽到的人同時湧現的上帝絕對不同，一百個人有一百個無法全等的上帝，所以戲稱「大千世界」。

其二：

凡所有相皆是虛妄，

若見諸相非相，

則見如來！

在這裡還要加一句話，六祖看到惠明打坐入靜，墮在「不思善，不思惡」的時候，沒有嘉許，而是大聲地提醒他：「哪個是明上座本來面目？」如果什麼都沒有，什麼都不是，那打坐的又是誰？為什麼要我向你說法？「凡所有相都是虛妄」，為什麼要在這個時候說明：「什麼是本來面目？」

這才是原始佛教轉向六祖中華禪的關鍵時刻：生命自覺，而不是生命的殞落。惠明一時看透了，卻傻愣愣地不相信，接著問：「上來密語密意外，還更有密意否？」六祖的答覆很清楚：

「與汝說者，即非密也；汝若返照，密在汝邊。」明日：「惠明雖在黃梅，實未省自己面目，今蒙指示，如人飲水，冷暖自知。」

（《壇經·行由品》）

這才是普遍皆然的真實，每個人都擁有的，有生命就有的，體證到了，明白那是「如人飲水，冷暖自知」的，無法言詮；講出來，大家解讀不同，他說他的，你聽你的。但是啊！

惠能沒伎倆，不斷百思想；

對境心數起，菩提作麼長。（《壇經·機緣品》）

小結語：

假若「看見人間興廢事，不曾富貴不曾窮」（註 1）；才會用心省視生命的價值，如果看他「岐王宅裡尋常見」，畢竟「落花時節又逢君」（註 2）；覺得「此身天地一虛舟，何處江山不自由？」（註 3）下決心，山一程，水一程地趕前程，「畢竟幾人真得鹿，不知終日夢為魚」（註 4）；儘管千回百回看了看「老子」，唱了千回百轉的「莊子」，依然棲息在心意識的認知世界中。一般人以為在「不思善，不思惡」的寧靜就是禪。差矣！

白居易：「自靜其心延壽命，無求於物長精神」（註 5），也只是禪宗的小兒科。這和一般人生哲學有什麼不一樣？

畢竟如何？唯證乃知。蘇軾「廬山煙雨浙江潮」，還停留在意境上，「到得還來無別事」（註 6），兩手空空。

只有用盡全副的精神與智慧，去得到那份「如人飲水，冷暖自知」的滋味，還是有點不知所措；勞得六祖回他：「汝若返照，密在汝邊」。這個生命層次的「返照」，也只是「如珠吐光，還照珠體」。畢竟「佛向性中作，莫向身外求」，凡是聽到的，學到的，看到的，偉人說的，傻子說的，都不是，都不是！因為「是人創造了神，不是神創造了人」，德國哲學家費爾巴哈也是這麼說的，六祖也是這麼說的，六祖比費爾巴哈早生一千年。

#### 【附註】

小結語引用古詩詞如下：

〔註 1〕 出自 宋·陸游〈一壺歌·五首之五〉：「長安市上醉春風，亂插繁花滿帽紅。看盡人間興廢事，不曾富貴不曾窮。」

〔註 2〕 出自 唐·杜甫〈江南逢李龜年〉：「岐王宅裡尋常見，崔九堂前幾度聞。正是江南好風景，落花時節又逢君。」

〔註 3〕 出自 明·陳獻章〈舫子〉：「此身天地一虛舟，何處江山不自由。六十一來南海上，買船吹笛共兒謀。」

〔註 4〕 出自 宋·黃庭堅〈雜詩七首之一〉：「此身天地一蘧廬，世事消磨綠鬢疏。畢竟幾人真得鹿，不知終日夢爲魚。」

〔註 5〕 出自 唐·白居易〈不出門〉：「不出門來又數旬，將何銷日

與誰親。鶴籠開處見君子，書卷展時逢古人。自靜其心延壽命，無求於物長精神。能行便是真修道，何必降魔調伏身。」

〔註 6〕出自 宋·蘇軾〈觀潮〉：「廬山煙雨浙江潮，未至千般恨不消。到得還來別無事，廬山煙雨浙江潮。」

