

法光如學禪師之思想探源（二）

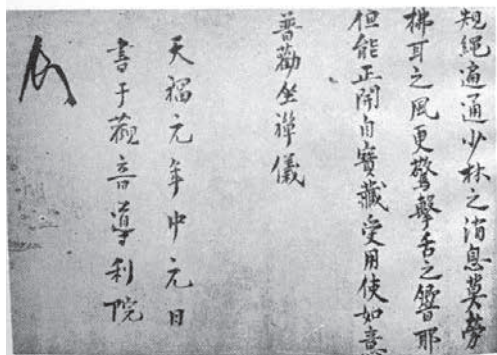
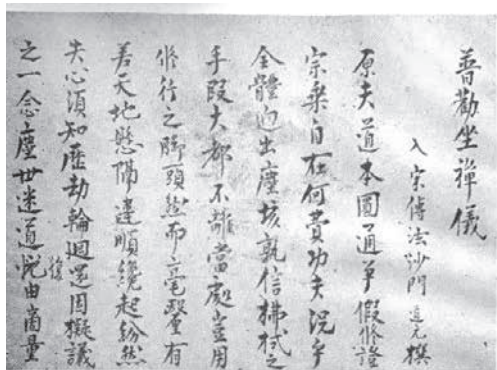
釋禪慧

三、澤木興道與道元禪思想之傳承

筆者在〈法光如學禪師相關研究之探討〉第二部份之（二）「如學禪師稱號質疑」說到，上人在駒澤大學時之坐禪指導教授祖門澤木興道，也是如學上人後來日本曹洞宗的傳法師父。上人從澤木老師處所傳承的永平開祖「道元禪」的思想，那「道

道元禪師〈普勸坐禪儀〉真蹟。

（取材自《道元——その行動と思想》今枝愛真著）



道元宗 普勸坐禪儀 永平寺所藏

元禪」到底是什麼？怎個修法？有什麼特色？我想這是大家很想知道的。

六祖惠能之後，一花開五葉，臨濟、曹洞、沩仰、雲門、法眼五大宗，從臨濟又分出黃龍、楊岐二派。流傳至今，只剩臨濟、曹洞二宗。不可否認的明末四大師之後，中國禪宗出現了虛雲、來果、月溪等禪師。到了虛雲和尚時，雖然又傳了其他宗派，但「名義」大於實質意義。幾十年前，緬甸、泰國等南傳佛教禪師來臺灣指導坐禪蔚為風潮。地球村的今日，彼此交流、交換是好事，但看看今天的漢傳佛教，多少道場掛的是一「禪寺」之名，除了偶而打打「禪七」外，真正坐禪用功或做禪學、禪定、禪思想研究的可謂鳳毛麟角，說起來不禁令人汗顏！「不是無禪是無師」黃蘗禪師的話，言猶在耳。當然啦，「生活」中無一不是一「禪」，禪要在「生活」中來體驗、實現，否則怎叫「生活禪」？但這是對已入門者、根機利者說。若是初學之人，連基本之一「坐禪訓練」都缺乏或不足，如八觸變化等都不知，又如何做到穿衣吃飯、運水搬柴，四威

儀中無一不是禪呢？

1981年我寫《覺力禪師年譜》時，訪問過曾經在中國大叢林參訪過的玠宗、賢頓等前輩長老：到底臨濟宗跟曹洞宗有什麼不同？答案是：中國禪宗，臨濟跟曹洞並無多大分別，只是名字不同¹。在漢傳佛教或華人社會，不少人並不了解自己皈依本師或出家道場宗派的傳承，遑論修行特色。

很多人以為，日本佛教是從中國傳過去的，要學佛法，學禪宗，應該是到中國去才對啊？這包括當年覺力禪師座下頭腦一流，出身武昌佛學院的妙

澤木興道禪師盡其一生，致力於坐禪辦道人材之培養，漫步庭園，望向天際，老師之目光似乎透露出對後繼者之期待。

（1963年11月82歲時留影，取材自《澤木興道全集》別卷一）



老師は昭和三十三年十月、自國から東京に就任、とくに大乗寺、妙法寺、永平寺に力を入れられた。足どりも軽やかに境内におり立ち、くつろぎの一角をにらんだ老師の眼光は、實に修行者たちへの期待で溢れている。昭和三十六年十一月、八十二歳

吉法師都如此認為²。精通東西哲學、禪佛教，任教於美國費城州立天普大學宗教系佛學與遠東思想之傳偉勳教授，曾應邀回臺到法光佛研所主持佛學講座，受聘到中國演講。他曾說：

中國學者一向不太關注日本佛教思想，也從未鑽研道元禪學。我們如要講求中國佛學的現代化與未來發展，道元禪學不但可以提供極其豐富的正面資糧，更可以構成強有力的思想挑戰。³

本文對此，無暇論及，有興趣者可參考太虛大師（1890～1947）於民國6年（1917）秋冬所記之《東瀛采真錄》；及靄亭和尚（1893～1947）生前受香港何東爵士蓮覺伉儷之邀，成立並主持「東蓮覺苑」，遊歷日本，參觀臺、日佛教之見聞所寫下之《東遊雜記》；還有大醒法師（1900～1952）在民國24年（1935）赴日考察之心得報告⁴，當不難理解。

四、道元禪之精髓與實踐

現在來談道元禪之精髓。「只管打坐」、「修證不二」、「莫圖作佛」、「行學一如」（駒大校訓）等，在法光如學師父身上，因緣聚會，觀機逗教，隨處可見。

「只管打坐」是道元禪師的修行觀。但千萬別誤會「只管打坐」，不是什麼都不做，只要坐禪就好，或凡事不關心，什麼都不管，一副隨隨便便、



僧堂又名雲堂，以坐禪為中心，吃飯、晚上休息、辦道修行之所。仿照中國宋代禪寺而建。〈取材自《大本山永平寺》介紹〉

與我不相干的態度。

如學上人在《證道歌開示錄要》一開頭就告訴我們：

「絕學無為」的「閑道人」是怎個情況？他的所做所為，要對全宇宙，全人類負責，步伐與整個宇宙一致，不違背天理、正道，不是為了自己才去做，與三世諸佛同行，不參雜個己之成見，他用不著心機，所以是清「閑」之「道人」，沒有值得追求攀緣的，也談不上逃避，應該怎麼做就怎麼做，這叫做「只管打坐」之態度，也就是「非思量」，不是什麼都不想，而是離卻凡夫情欲私人之想法。⁵

道元禪師教導弟子「只管打坐」、「身心脫落」。當坐禪時萬緣放下，「不思善惡，莫管是非，停心意識之運轉，止念想觀之測量，莫圖作佛，豈拘坐臥乎。」染淨、好惡、對立之心通通要放下，就連「放下」也要「放下」；「不分上智下愚，鈍根利根，專一功夫。」以上為道元禪師於1227年回到日本後，親手撰述《普勸坐禪儀》（大正藏82冊，頁1上）指導坐禪，敲響弘法之鐘聲。

宋朝人坐禪叫打坐，如打佛七、打禪七叫打七，又如打水、打柴、打齋、打拚等口頭禪。同樣是「坐禪」，臨濟、曹洞用功方法不同，大體說來，臨濟主看話禪，曹洞屬默照禪，但道元禪不是

默照禪，也不是中國之曹洞禪，或外國僧侶所移入之禪，這點筆者下面會談到。

「只管打坐」者，坐禪時不要分心去參什麼話頭，或是期待什麼時候可以斷煩惱、了生死，什麼時候可以見性開悟。宋代臨濟禪，對於參話頭自有他的用功法。但是，道元禪不是話頭禪，不參話頭。他告訴你「修證不二」，所以不要另外有個心，期待什麼時候會開悟成佛——莫圖作佛。道元禪既不是話頭禪、公案禪，也不是待悟禪、念佛禪，只要你的心專一，修的當下就是證，修到哪，證到哪。對於未修未證之人當然要努力，即使久修已證之老修行，更不可放棄修行，不分悟前悟後，本覺始覺，盡此一生，專一功夫，「只管打坐，身心脫落」，如是修行。所以說修證一等，修證一如，修證不二，這是道元從如淨禪師所傳承「本證妙修」之修證觀，亦是道元禪很重要的思想；跟中國臨濟禪不同，也不是原原本本中國曹洞宗默照禪的移植。⁶

道元13歲離俗到比叡山，14歲於此出家，受菩薩戒。他對「本來本法性，天然自性身」，既然「本」來就是「佛」（本覺），為什麼還要發心修行一事，無法理解。因而問道於三井寺光胤僧正，光胤告以：此非知解乃是實踐問題，應請教以實踐為主的禪宗。道元遂下山前往建仁寺，擬拜訪榮西

禪師，但當時榮西已老邁，於是居京都建仁寺9年，親近榮西高足明全住持和尚（1184～1225）學禪，在此期間已閱藏兩遍，且得明全印證。由上可知道元在當時日本佛教最高學府天台宗比叡山及臨濟宗建仁寺共10年之修學，以其天生睿智神童之資，徧學禪佛教，但仍自覺不足。聞說大宋朝禪宗鼎盛，且千光國師榮西（1141～1215）生前曾兩度赴宋留學，在天童山景德禪寺虛菴懷敞座下苦參四載，傳承臨濟宗黃龍一派法脈，成為日本臨濟宗之開祖。榮西的名著《興禪護國論》、《喫茶養生記》可說是禪與茶道傳入日本之開始。依據當時朝廷及幕府渡海牒：1223年2月建仁寺住侶明全和尚率弟子道元、廓然、亮照、加藤景正等結伴入宋。⁷在遍訪諸大叢林大德高僧後，於1225年5月1日終於遇到了與他法緣相契的中國曹洞禪傳法師父如淨禪師，繼無際了派之後為當時天童山景德禪寺住持。

1225年對年輕道元而言，是他生命史上非常重要的一年。2年多前陪他一起入宋留學，始終在天童山無際座下參學的明全和尚，因病卒於景德禪寺了然堂。一悲一喜，來得如此突然。《寶慶記》是道元入宋的留學紀錄，從寶慶元年（1225）到寶慶3年（1227），在如淨座下3年，徹悟「只管打坐」，「身心脫落、脫落身心」，了畢生死大事。

加上之前2年之各處參訪，總共約5年。1227年秋天道元手捧先師明全舍利，回到日本建仁寺之後，歷經艱辛，筆路藍縷，開創道元禪。53年之人生，度眾無數，留下《正法眼藏》95卷及《永平清規》等開示、著述，影響日本佛教、文化發展之大實難言喻。道元對禪佛教修證、義理等之論述發揮幾已超越一般禪語錄，不愧被譽為日本史上傑出的思想家，較之近代京都學派之西田幾多郎毫不遜色。

禪宗史上對道元禪師為日本曹洞禪之開祖並無疑義，但對他入宋留學前從榮西——明全所傳承之臨濟禪，鮮少觸及。關於此點，筆者從澤木興道老師於昭和13年（1938）3月1日授予家師法光道宗之「佛祖正傳菩薩大戒血脈」傳承圖表及附言等清楚看出：道元的確確身負中、日臨濟、曹洞兩宗法脈之傳承。雖然道元本人不喜言侷限於一「宗」一「派」，亦從不以「禪門」而自限，此即澤木興道老師在傳承圖表附言所謂「洞濟一轍，全無他歧」之意。蓋從法脈言，皆六祖惠能下青原行思——石頭希遷、南嶽懷讓——馬祖道一唐代相傳之佛門弟兄也。

但在日本禪宗，臨濟、曹洞卻各有其特色，至於黃蘗一派又稱念佛禪。一般說來，臨濟的教法就像深秋的嚴霜，令人不寒而慄；而曹洞的教學法正如春天的和風，輕拂花朵，使其開放。此外、又有

「臨濟將軍，曹洞土民」之說法，臨濟棒喝如威武強悍之將軍調兵遣將，絲毫猶豫不得；而曹洞禪則似老母般平易近人，態度溫和；又如老農耕田，將田中農作物一一耐心的照顧著。（未完待續）

註釋

1. 釋禪慧，《覺力禪師年譜》，臺北：覺苑，1981年1版，頁178。
2. 羅其英，《八十年的回憶》，1977年，頁38。
3. 傳偉勳，《從西方哲學到禪佛教：「哲學與宗教」一集》，臺北：東大圖書，1986年，頁346。
4. 海潮音社輯，〈日本佛教視察記〉，《大醒法師遺著》第2編，海潮音社，頁131～280。
5. 釋禪慧整編，《如學法師證道歌開示錄要》（二），慈雲月刊第555期，2022年，頁31～35。
6. ① 傳林皓堂，《禪一般》本論「曹洞禪的本質」第一章第三、第六節，第二章禪の新しい展開——道元禪は中國禪の延長移植ではなく，日本：更生社，1968年。② 傳林皓堂，《道元禪入門》，日本：大法輪閣，1981年。③ 鏡島元隆，《道元禪師とその門流》，日本：誠信書房，1961年。④ 永平道元，《本山版縮刷正法眼藏》，日本：鴻盟社，1984年6刷。
7. 村上專精，《禪宗史綱》，日本：富山房，1946年，頁78。
8. 釋禪慧，〈震撼教育〉，《紅塵無處不道場》，臺北：三慧講堂，2018年，頁120、121、130、131。
9. ① 白隱慧鶴，《槐安國語》卷5，大正藏第81冊。② 法眼文益，《宗門十規論》，卅字續藏第110冊，1977年，新文豐出版。③ 釋禪慧，《壽昌正統錄》〈出版序言〉，臺北：三慧講堂，1994年。