

法光如學禪師之思想探源（三）

今將道元禪師所傳承之臨濟、曹洞諸祖，擇要敬列於後以供參考。

A、道元之曹洞傳承表：

(中國) 洞山良价——道膺——道不——觀志——緣觀——警玄——義青——芙蓉道楷——子淳——清了——宗玆——雪竇智鑑——天童如淨——(日本) 永平道元——孤雲懷奘——大乘義介——瑩山紹瑾——素哲——道珍……興法——禪興——(澤木) 祖門興道——法光道宗(如學)

B、道元之臨濟傳承表：

(中國) 臨濟義玄——存獎——惠顥——延沼——省念——善昭——楚圓……東林懷敞——(日本) 千光榮西——建仁明全——永平道元

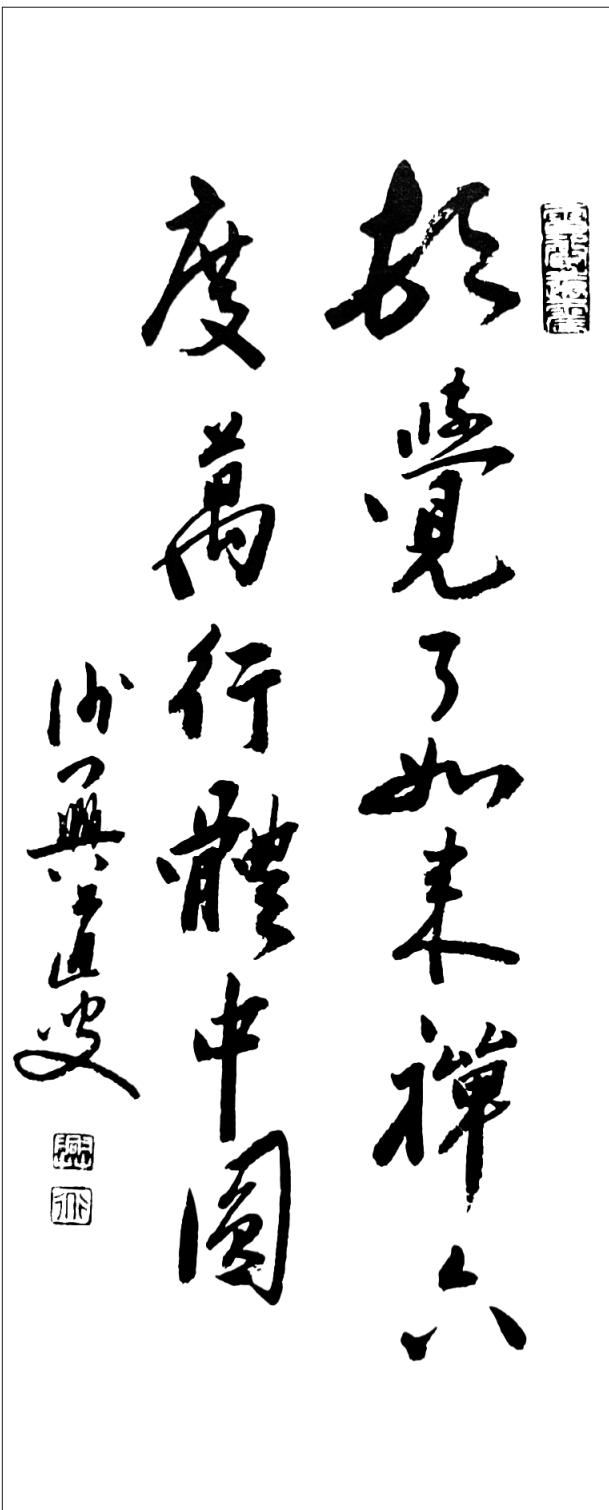
在此，引述日本近代印度哲學權威、前駒澤大學校長、東京大學教授宇井伯壽博士（1882~1963）之論述與大家分享：

禪宗以心傳心，代表「佛心」，禪以外佛陀

的語言教誨，都叫「佛語」。禪為佛心，教為佛語，以此判釋佛教。

禪不依文字經論，窮究本心，見性成佛，曰「不立文字，教外別傳」，又叫「直指人心，見性成佛」。見性者，比起看「見」本「性」，應該說「本性現前」更妥切。言「成佛」成佛作祖，不如說「一超直入如來地」！世間、出世間，無二無別。依「修」而得「證」，不如說「本證妙修」，本來具足，不從外得。現前所「證」，即「修」之當下呈現。因而一切「佛教」最後必定溯源于「禪」，禪是一切佛法之總源頭（原泉）。當坐禪時，一切具足，佛法現前，「本」有佛「性」顯現。此即道元禪「只管打坐」之行持。²

上言「不立文字」，讀者諸君幸勿誤解，並非不要文字，或說文字不重要。文字、語言都是弘法、溝通的工具，如以指指月，若「執」指為月，或依文解義則三世佛冤。達磨東傳，釋尊三藏十二



〈頓覺了如來禪，六度萬行體中圓〉澤木禪師墨寶。（取材自《澤木興道全集》別卷一）

部教法，未嘗捨離文字。藉「教」悟「宗」，藉佛「教」理開示悟入佛知見，悟佛心「宗」。歷來佛門大德，不出家、在家，莫不精通內外學，深入禪那，定慧力莊嚴，以此度眾生。

如上所述，道元赴宋留學前，於「宗」於「教」，早已下過多年功夫。明末四大師之蓮池、藕益、憨山、紫柏等禪悟功深，德學兼備，皆是發大菩提心之士。近代太虛大師，未出世前，掩關

普陀，除閱藏外，縱覽新舊學書，於心理學、倫理學、論理學、文史哲等，以及嚴譯各書，時人著述等等。虛大師自言：

我的文章，在民（國）三（年）以前，多受譚、梁的影響；而民三以後，則受章、嚴的影響較深；……但章等亦僅為增上緣，其本因仍在從佛學的心樞，自運機杼，隨時變化，不拘故常以適應所宜，巧用文字而不為文字粘縛，原不著腳在文字中

討生活。³

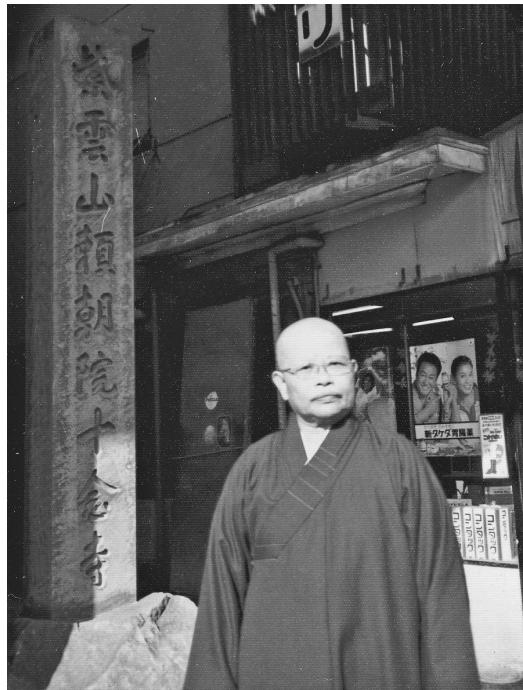
簡單的說，「禪」可說完全是體驗，修行者身

心之直接投入，與教理、教義之斷證次第不同。即使精通教理，但若缺乏禪之實際體驗與心靈之安詳自在，則距佛菩提依舊遙遠，遑論登堂入室！

筆者在《道元修證義》〈出版序言〉提到：

宋代是一個諸宗教融合的時代，禪者習於教家，教家習禪，教禪一致的主張漸次轉為禪淨混同、顯密習合。

永明延壽（904~975）撰《宗鏡錄》百卷，



如學上人訪日留影。
(贈送筆者之紀念照)

念佛持咒，日行百八佛事，提倡禪淨合一。到了真歇清了（1088~1151）更以念佛代替公案。北宋的道學，源於儒者的參禪，陰禪陽儒為特色，企圖儒佛之合一。宋孝宗作《原道論》，提倡三教一致。朱子、陸象山，融禪學於性理，形成了宋儒哲學。

禪淨混同、顯密習合、三教一致的主張，失掉了各自的特色，即如徑山無準師範（1174~1249）一派，亦走的折衷習合的路線，此時只有天童長翁如淨（1165~1246）力倡古風，及萬松行秀（1165~1246）重振洞山真風。⁴

在諸宗教融合的時代，如淨禪師的宗風又有什麼特色？

道元留學中國的記錄《寶慶記》十四，引如淨禪師開示曰：「坐禪者、身心脫落也，不用燒香、禮拜、念佛、修懺、看經，只管打坐而已。」道元又問：「如何是身心脫落？」淨示曰：「身心脫落者，坐禪也，只管打坐時，離五欲、除五蓋也。」只管打坐、身心脫落——這是如淨宗風的特色。⁵

道元從乃師長翁如淨所繼承的是，釋迦當

年菩提樹下大徹大悟之「正法禪」，亦即釋迦古「佛」、達磨「祖」師以來，歷代「佛祖」嫡嫡相傳之坐禪精神。道元每於文中尊稱如淨禪師為「古佛」，意即如淨一生忠實的傳承了「古」早原始佛教時代本師釋迦牟尼「佛」之「正法禪」，「只管打坐、身心脱落、本證妙修、不圖作佛」，真正無所求、無所執，不迎合時代潮流、不任意改變如來正法之教誨。「不著佛求，不著法求，不著眾僧求，常禮如是。」這是黃蘖禪師（779~856）對沙彌時期唐大中天子的呵斥，不以佛法當人情，絲毫不留情面之霹靂作風，可謂震古鑠今！

簡言之，捨棄一切世俗方便，專一坐禪，不與當代政權及當時流行之「兼修禪」混同，以「只管打坐」為實修之本，突破宮廷貴族之佛教，普及民眾之教化。這也是道元所處日本「鎌倉新佛教」時代，從「平安舊佛教」「各宗兼修」之傳統，轉為選擇「一行（門）專修」，如淨土（真）宗之「專修念佛」，日蓮宗之「唱（法華經）題成佛」等，單純化、積極實踐之性格。⁶

如學上人在《證道歌》開示時特別指出：

「複雜中的單純化」，也就是「自覺」以

後的人生。是不是覺悟以後就完了，就「大事已辦」，什麼事都不做了？不是的！開悟後的表現，行六度萬行，這是悟後的妙修，人生不管什麼時候都要做事，不可能停止不動，雖然是做，但是卻不一樣。凡夫的做「有施功」，修行人、聖人的做「不施功」，所以說「覺即了，不施功」，一樣是做但態度不同。

云何「不施功」？就是《普勸坐禪儀》所說的「只管」布施、只管持戒、只管忍辱、只管精進、只管禪定、只管智慧。做任何一件事，都是「只管」、只管用心去做而已，無有所求的精神，也就是「非功利」的思想，無條件、無代價，不求報答的修行。⁷

由此觀知，日本佛教各宗派保留了各自修行的特色，在現代化教育洗禮下，大力吸收西方治學之優點，成立各自之大學、大學院（研究所），培養各宗各派、不同領域之專業人材。此即如學上人生前接受《法光雜誌》溫金柯老師專訪時，談及當年赴日留學諸前輩，並非因羨慕被派來臺之日籍人士或佈教師有什了不起才去的，主要是為了求學問。因為在日本國內，留學生和一般日本學生一樣，可

以平等受到很真切的指導。如學上人說：日本佛教對臺灣如果有影響，是透過留學生帶回來的，尤其在佛學研究方面，如高執德、曾景來、王進瑞、李添春、德融和尚等人都是一⁸。

從「只管打坐」專一功夫推而廣之，「只管開車」，「只管吃飯」……。道元禪告訴我們，人要「活在當下」，「照顧脚下」，心無旁騖，專心做好一件事，扮演好自己的角色。現代醫學對於「不多工」「不分心」的報告，對健康有益，亦此證明道元禪「只管打坐」功夫是十分符合時代需要的修行法門。

如果你真正了解「只管打坐」的意義，你的人生就很不一樣。「是法住法位，世間相當住」（《法華經》），每個人的存在，在不同時、空都有他的意義。幸勿自卑，亦勿自大，不忮不求，站在自己的崗位上努力以赴即可。

「真理必須配合時、所、位，行得通才是真理」。這是如學上人常說的一句話。我想上人一生，把她對道元禪最高的體悟，及日本語言、文化在人、事、物的表現，綜合西田幾多郎之「場所論」，提綱挈領用「時、所、位分清楚」這句話來

教導我們；將禪佛教的精神與實踐融入日常生活當中，藉以提升信仰品質，提醒我們，隨時隨地皆可辦道修行。（未完待續）

註釋

1. 《如學禪師永懷集》，臺北：法光文教基金會，1993年，頁6~7中間插圖。
2. 釋禪慧譯自宇井伯壽《日本佛教概論》，1951年第1刷，1981年第26刷，岩波書店刊，頁94~95。
3. 釋太虛，《太虛自傳》，《太虛大師全書》第58冊，臺北：太虛大師全書影印委員會，1970年，頁217~218。
4. 釋禪慧校刊，《道元修證義》，臺北：三慧講堂，1993年，頁6~7。
5. 同上註，頁7~8。
6. 釋禪慧，〈只管打坐〉，《紅塵無處不道場》，臺北：三慧講堂，2018年，頁106~107。
7. 釋禪慧整編，《如學法師證道歌開示錄要》（十七），《慈雲雜誌》第570期，臺北：大乘基金會，2023年12月號，頁21。
8. 溫金柯，〈惜情念恩語佛教〉，《如學禪師永懷集》，臺北：法光文教基金會，1993年，頁180~181。