



六祖 惠能

香光莊嚴雜誌社出版

國立臺灣大學佛學數位圖書館典藏

Publish from Luminary Publishing Association
NTU Digital Library of Buddhist Studies web archiving

目次

編輯手札——心目中的六祖惠能

- 04 **六祖惠能**——高山仰止(六)
- 06 **本來無一物**——惠能大師年表 編輯組整理 插圖 蔡志忠
- 22 **六祖傳奇**——你可能不知道的惠能 編輯組 插圖 蔡志忠
- 23 六祖之路
 - 28 壇經迷雲
 - 30 南能北秀的角力
 - 33 惠能怎麼說？
- 36 **菩提果自成**——惠能大師與親師友的互動 編輯組
- 37 諸佛妙理非文字
 - 38 何處惹塵埃
 - 40 為法不為衣
 - 41 仁者心動
 - 42 功德與福德
 - 43 心正轉法華
 - 44 亦見亦不見
 - 45 煩惱即菩提
 - 46 正劍不邪
 - 47 一花開五葉
- 48 **一輪明月照天心**——《六祖壇經》的啟示 田博元教授 插圖 蔡志忠
- 59 **靈光常見**——挑戰與回應 編輯組
- 【春風化雨】
- 60 **栽培自己**——從「忍度」說起 釋悟因

專輯

專欄

專欄

【大千世界停看聽】

72 覺鄉咖哩香 歐噴邁勒

【香光閱讀室】

89 意在言外——《不得不說的禪》書摘 編輯組

【歇心亭】

92 比賽 朱顏

【森林法音】

95 我生已盡——智慧的修鍊 菩提長老

【菩提心要】

教理

107 三寶 一行禪師

110 歸依 B.艾倫·華勒士

112 良師益友 B.艾倫·華勒士

114 印度佛教簡史 謝拉伯·丘津·孔

【教訊采摭】

120 洪鐘初叩 寶偈高吟——川震復原佛曲慈善演唱會活動采摭

【教界啟事】

124 香光尼僧團各寺院機構近期活動

125 佛教印經事業發展論壇

126 香光佛教研修學院講座及推廣教育課程

新聞

六祖惠能

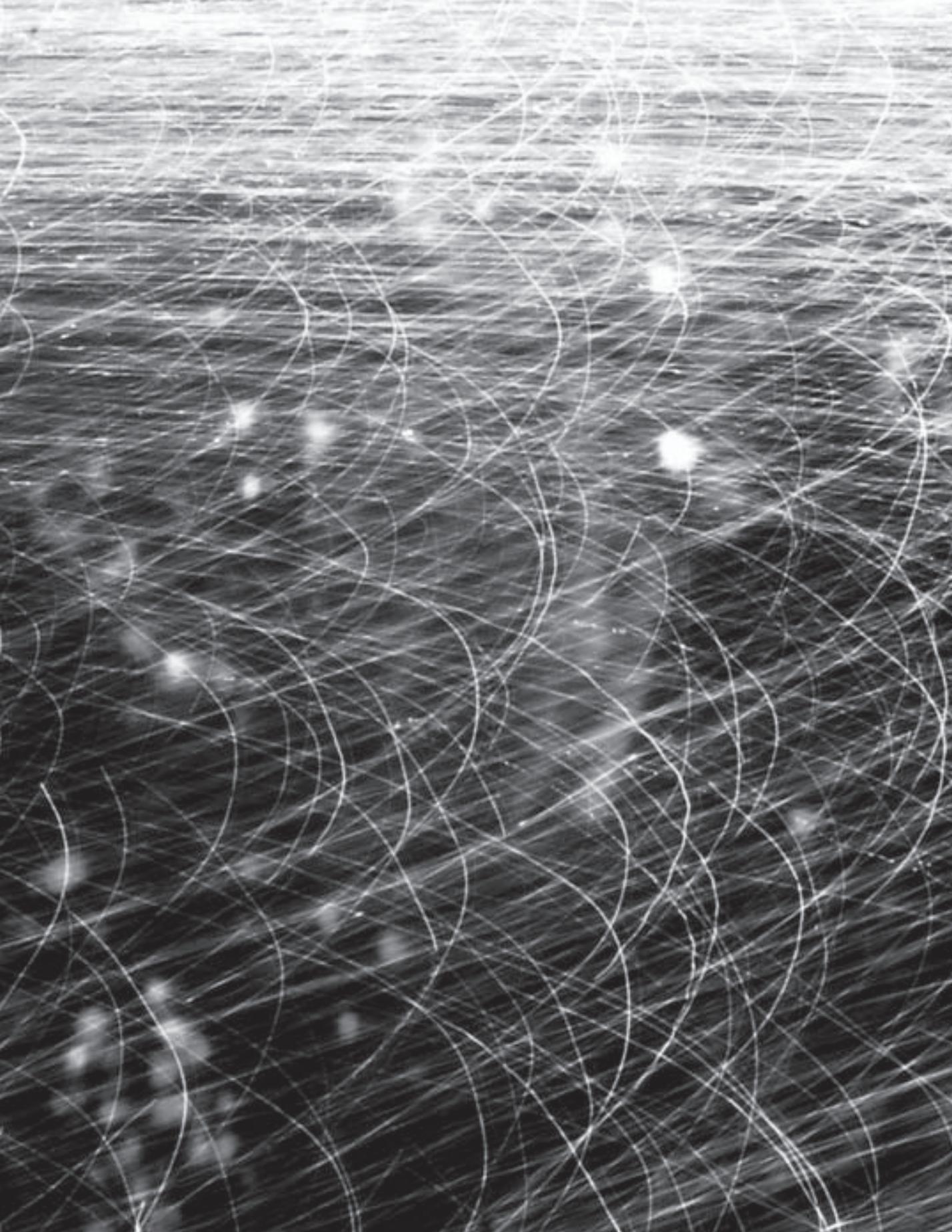
高山仰止（六）

六祖惠能融合中國傳統思想與佛教教義，並革新傳統佛教，創立南宗禪。他是中國禪宗發展史上一個劃時代的人物，也是中國思想史上一個具有影響力的重要人物，誠如錢穆所說：「唐代之有禪宗，從上是佛學之革新，向後則成為宋代理學之開先，而惠能則為此一大轉捩中之關鍵人物。」

六祖從一位不識文字的樵夫，成了中國禪宗的六祖，其傳奇的一生為人們所津津樂道。由於文獻甚多，六祖重要事件的時間點眾說紛紜，本期專輯採印順導師的說法，配合後代考察的資料，為您呈現這位平實又特殊的高僧。

【專輯參考資料】

1. 《一花開五葉·惠能大師傳》，陳南燕著，高雄縣：佛光出版社，1995。
2. 《中國思想家評傳叢書·惠能評傳》，洪修平 孫亦平著，南京：南京大學出版社，1998。
3. 《中國禪宗史》，印順著，台北市：正聞出版社，1971。
4. 《中國禪宗史·南宗禪成立以後的政治社會史的考證》，阿部肇一原著，關世謙譯，台北市：東大圖書，1988。
5. 《中國禪宗的形成》，蔡日新著，陳聖元主編，台北市：雲龍出版社，2000。
6. 《佛教史年表》，慈怡主編，高雄市：佛光出版社，1987。
7. 《頓悟南蠻子·六祖惠能》，陳月文著，劉建志繪，釋果光主編，台北市：法鼓文化，1996。
8. 《慧能研究》，駒澤大學禪宗史研究會編著，東京都：大修館書店，1978。
9. 《禪宗文化大學講稿》，麻天祥著，北京：中國人民大學出版社，2007。
10. 《禪學思想史》，忽滑谷快天著，郭敏俊譯，台北市：大千出版社，2003。
11. 《佛教百科·禪宗卷》，潘桂明著，台北市：知書房，2005。
12. 《惠能》，楊惠南著，台北市：東大圖書，1993。





專輯 【六祖惠能】

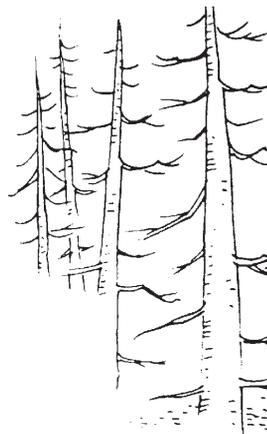
本來 無一物

惠能大師年表
編輯組整理 插圖 蔡志忠

六祖惠能夙慧早成，但其人生經歷，並不順遂，而是充滿了許多考驗與挑戰。重讀大師一生，在環顧自身現狀的當下，只是全然的接受與明白——修行，正是在人間不離人間的歷練過程。



唐太宗貞觀十二年（638）（1歲）
 惠能於嶺南新州出生。
 俗姓盧，其父行瑫，母親李氏。
 原籍范陽（今北京城西南）。
 父於高祖武德年間貶官
 至嶺南新州（今廣東新興）。



惠能出生時，有二僧來訪，
 對能父言：
 「夜來生兒，專為安名，
 可上惠下能。……
 惠者，以法惠施眾生；能者，能作佛事。」



唐太宗貞觀十四年（640）（3歲）
 喪父，隨母移居南海。
 母親以賣柴、織布維生。
 家貧又無恆產，
 惠能稍長，
 便賣柴以供家計。

- ◎唐太宗貞觀十四年（640）
華嚴宗初祖杜順寂（年84）。
- ◎唐太宗貞觀十五年（641）
善導造《彌陀經》，畫淨土變相壁畫於寺。
書法家歐陽詢卒。
文成公主下嫁吐蕃王。
- ◎唐太宗貞觀十七年（643）
法融建禪室於金陵牛頭山。
華嚴宗三祖法藏生。
- ◎唐太宗貞觀十九年（645）
玄奘由印度攜經返抵長安。
道宣撰《續高僧傳》三十卷。
- ◎唐太宗貞觀二十三年（649）
太宗駕崩。
子高宗李治嗣位。
- ◎唐高宗永徽二年（651）
禪宗四祖道信寂。
神秀弟子普寂生。
- ◎唐高宗永徽三年（652）
禪宗五祖弘忍開始在黃梅弘法。
牛頭宗初祖法融在南京建初寺講《大品般若經》。
- ◎唐高宗永徽六年（655）
高宗立武則天為皇后，並更換儲君。
- ◎唐高宗顯慶元年（656）
神秀來禮五祖弘忍。
- ◎唐高宗顯慶二年（657）
牛頭宗初祖法融寂（年64）。



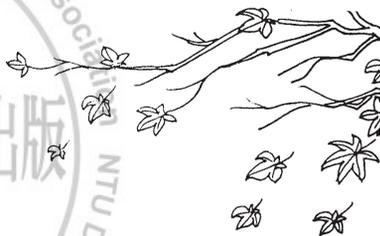
唐高宗顯慶四年（659）（22歲）

一日，
惠能送柴至旅店，
有一人在誦讀
《金剛經》，
惠能聞至
「應無所住，而生其心。」
時，心明便悟。



得知客從蕪州黃梅縣
東山禪寺五祖弘忍處來，
惠能覺「宿業有緣，便即辭親。」

客人取銀十兩
給惠能安排老母生活，
之後，便動身前往黃梅。



◎唐高宗顯慶四年（659）
於岐州法門寺建造與帝等身
之阿育王像並修塔。

◎唐高宗顯慶五年（660）
高宗遣使詔五祖弘忍入京，
忍固辭不赴。
法如來禮五祖弘忍。
神秀弟子景賢生。
帝詔沙門靜泰、道士李榮辯
《老子化胡經》之真偽。

高宗下詔迎法門寺佛骨至東
都，入內供養。
八月，佛道二教論爭於洛陽
宮內。

◎唐高宗龍朔元年（661）
王玄策等奉持佛頂骨歸國。
彥悰撰《大唐京寺錄傳》。
帝敕令修理五臺山寺塔。
新羅僧義湘入唐，從智儼學
法。後為新羅華嚴宗初祖。

◎唐高宗龍朔二年（662）
敕令僧尼、道士禮拜君親，
道宣、彥悰上書抗議。
佛道二教論爭於長安蓬萊
宮。
唐高宗詔慈恩寺沙門靈辨入
宮講《淨名經》。
唐高宗令中使送並州二寺大
象袈裟，將五台縣畫師等十
餘人同往，並繪山寺諸圖。
淨土宗善導和尚入京化人，
說法光明寺。



高宗顯慶四～五年（659～660）（22～23歲）

惠能先至韶州曹溪，與村人劉志略義結金蘭。

劉志略有姑出家為尼，名「無盡藏」，常誦《涅槃經》，惠能白天勞動，晚上便聽無盡藏尼念經，並為之講解。

鄉人皆歎其神悟，後被迎至寶林寺。



高宗顯慶四～五年（659～660）（22～23歲）

惠能亦從智遠禪師學禪，因聽惠紀禪師誦《投陀經》而感悟空坐無用，

便在惠紀指點下前往東山禮拜五祖弘忍。

弘忍大師（602－675）

弘忍為我國禪宗第五祖。蘄州（湖北蘄春）黃梅人，俗姓周。七歲，從四祖道信出家於蘄州黃梅雙峰山，年十三，正式剃度為僧。在道信門下，日間從事勞動，夜間靜坐習禪。道信常以禪宗頓漸宗旨考驗他，他觸事解悟，盡得道信的禪法。永徽三年，道信付法傳衣，遂得其心傳。同年九月，道信圓寂，由他繼承法席，世稱「五祖黃梅」，或僅稱「黃梅」。

因為四方來學的人日多，便在雙峰山的東面馮茂山另建道場，名東山禪寺，時稱他的禪學為「東山法門」。



高宗龍朔元年（661）（24歲）
惠能往黃梅禮弘忍，
二人展開一場「佛性無南北」
饒富禪趣的對答。

弘忍對惠能深以為法器。



高宗龍朔元年（661）（24歲）

惠能在弘忍門下隨眾作務，
劈柴踏碓八月有餘。
惠能自覺身輕，便在腰上綁大石，
增加踏碓時的重量，
腰與腳因此而受傷。

弘忍問起時，
惠能答：「不見有身，誰言之痛？」



◎唐高宗龍朔三年（663）
中天竺沙門那提（福生）譯
有《八曼荼羅經》，密教理論
較系統地得以介紹。譯完數
經後，再赴南海真臘國。

百濟滅亡。
唐破日本軍隊於白江口。
（此為中日第一次戰爭）

◎唐高宗麟德元年（664）
玄奘寂（年63、一說年65）。

◎唐高宗麟德二年（665）
牛頭宗五祖智威出家。
道宣撰《釋迦氏譜》。
唐僧會寧由海路前往印度。

◎唐高宗乾封元年（666）
王玄策等人著《西域志》六
十卷、《畫圖》四十卷。
唐高宗受道士煽動，傾向道
教，封泰山，尊老子為「玄
元皇帝」，並限制佛教度僧。
唐僧智由攜指南車到日本。

唐遣李勣攻高句麗。

◎唐高宗乾封二年（667）
南山律宗初祖道宣寂（年
72）。曾著有《廣弘明集》、
《續高僧傳》等，於佛教多所
貢獻。
日本沙門定慧來長安，入慧
日道場從神泰學。
新羅僧人順璟入唐，學唯識
之義。



唐高宗龍朔二年（662）（25歲）

弘忍要弟子們作偈。

若悟大意者，將付衣法，

稟為六祖。

神秀得一偈題壁：

「身是菩提樹，心如明鏡臺；

時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」

五祖告神秀：

「只到門前，尚未得入。」



數日後，

惠能亦作偈：

「菩提本無樹，明鏡亦非臺；

本來無一物，何處惹塵埃？」

弘忍知惠能已悟佛法，

但見眾人驚怪，恐人損害，

曰：「此偈亦未見性。」



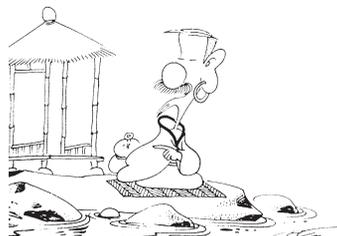
神秀禪師（606－706）

神秀，俗姓李，陳留尉氏（今河南尉氏縣）人。少年時就博覽經史，熟讀詩書，出家後又精通佛教三藏，是一個博學多聞、勤奮刻苦之人。唐高祖武德八年（625），在洛陽天宮寺受具足戒。

五十歲時，到黃梅來禮拜弘忍，深得弘忍的器重，曾親口讚美他說：「東山之法，盡在秀矣！」

弘忍將衣鉢傳給惠能之後，神秀離開東山禪寺，「後隨遷謫，潛為白衣」，「又在荊州天居寺十餘年」，唐高宗儀鳳年間（676－678）在當陽山（今湖北當陽縣）玉泉寺傳法，歸之者甚眾。

周則天久視元年（700），武則天詔神秀進京供養，則天親迎跪禮。至中宗時，更加寵重，神秀被推為「兩京法主，三帝門師」。





唐高宗龍朔元年（661）（24歲）

弘忍於當晚三更時

喚惠能入堂，

為之講《金剛經》，

當解釋到：「應無所住，

而生其心」時，

惠能言下大悟：

一切萬法不離「自性」。

五祖確定惠能

已徹悟本性，

便將頓教禪法與袈裟

傳給他。



◎唐高宗總章元年（668）

沙門道世撰成《法苑珠林》一百篇，又著《善惡業報信福論》及《諸經要集》等十部。

華嚴宗二祖智儼寂（年67）。

法明奏聞《化胡經》屬偽經，帝下令搜聚全國之《化胡經》。

李勣滅高句麗，置安東都護府於平壤。

◎唐高宗總章二年（669）

新羅僧信惠任政官大書省，為沙門拜官之始。

◎唐高宗咸亨元年（670）

玄蹟禮五祖弘忍。

吐蕃大舉攻中國，連陷西域十八州，唐遣薛仁貴、郭待封統軍攻之，大敗而還。

◎唐高宗咸亨二年（671）

義淨等由廣州前往印度。

◎唐高宗咸亨三年（672）

敕於洛陽龍門山雕刻八五尺之石龕盧舍那佛像。

善導任檢校。

懷仁集王羲之書跡而成《聖教序》，刻于長安弘福寺。

天台宗師左溪玄朗生。

◎唐高宗咸亨四年（673）

閻立本卒。曾為佛寺繪《孔雀明王像》、《維摩像》、《觀音感應像》等。



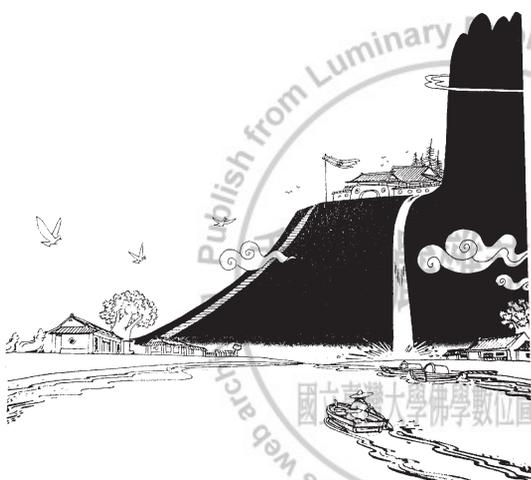
唐高宗龍朔元年（661）（24歲）

是夜，弘忍親自送惠能到九江驛搭船南下。

臨走前，又為惠能唸了一首短偈：

「有情來下種，因地果還生；

無情亦無種，無性亦無生。」



五祖要為惠能搖櫓渡江，

惠能請五祖坐，

言：「迷時師度，悟時自度；

度名雖一，用處不同。」

弘忍聽後非常高興，

便囑其速去：

「汝今好去努力向南，

不宜速說佛法。」

◎唐高宗上元元年（674）

李治稱天皇，武則天稱天后。

◎唐高宗上元二年（675）

龍門奉先寺石窟鑿成，大盧舍那佛像宏偉壯觀。

禪宗五祖弘忍寂。代宗時敕諡號「大滿禪師」。

◎唐高宗儀鳳元年（676）

義淨住印度那爛陀寺，歷經十年研究律等。

日本僧人來求《大藏經》。

◎唐高宗儀鳳二年（677）

惠能弟子懷讓生。

建長安光宅寺，尉遲乙僧畫

其壁，所繪壁畫有立體感，世稱「凹凸畫法」。

智嚴寂（年78）。

於長安建景教之波斯寺。

新羅統一朝鮮半島。

◎唐高宗永隆元年（680）

天台宗六祖智威寂。

沙門智運禪師于洛陽龍門山

刻石為一萬五千尊佛，因名智運洞，又名萬佛洞。

河南浚縣千佛洞石窟開鑿。

◎唐高宗開耀元年（681）

淨土三祖善導寂（年69）。

◎唐高宗永淳元年（682）

法相宗「百疏論主」窺基寂（年51）。

懷素撰《四分律開宗記》十卷。

唐高宗龍朔二年（662）（25歲）
弘忍弟子知道衣鉢傳給惠能後，
便有百人來追，
欲奪回衣鉢。
惠明在大庾嶺趕上惠能，
惠能將衣給惠明，
但惠明是「遠來求法，不要其衣。」



惠能為之說法後，
惠明言下大悟，
成為惠能的第一個弟子，
並助他脫險。



唐高宗龍朔二年～乾封元年
（662～666）（25～29歲）

脫險後，
惠能來到懷集、四會交界處
（今廣東、廣西交界處），
隱居於獵人隊中五年。
並隨緣為獵人說法。

- ◎唐高宗弘道元年（683）
南天竺沙門菩提流志來長安，後譯有《大寶積經》等。
唐高宗李治崩，子中宗繼位，尊武則天為皇太后，內史裴炎輔政。
- ◎唐中宗嗣聖元年、唐睿宗文明元年、則天武后光宅元年（684）
東塔宗始祖懷素律師寂。
武則天廢中宗李哲為廬陵王，立四子李旦為帝，是為

- 睿宗，居於別殿，不使問政事，武則天臨朝。
徐敬業、駱賓王於揚州起兵討武則天，兵敗被殺。
- ◎則天武后垂拱元年（685）
武后作《大唐新譯三藏聖教序》。
武后敕任懷義為白馬寺住持。
- ◎則天武后垂拱二年（686）
惠能弟子神會生。

- 弘忍弟子法如開始弘法於嵩山少林寺。
福建福州開元寺創建。
- ◎則天武后垂拱四年（688）
彥棕撰《大慈恩寺三藏法師傳》。
琅邪王李沖、越王李貞，起兵討武則天，兵敗被殺。
- ◎周則天武后永昌元年（689）
武則天弘佛，高宗李治限佛之風漸為扭轉。

唐高宗乾封二年（667）（30歲）

此年結束隱居。

惠能入廣州法性寺，
印宗法師正在宣說《涅槃經》。

惠能在座下聽，
後因「論風幡語，而與宗法師說無上道。」

印宗聽後非常歡喜，
問：「久聞黃梅衣法南來，莫是行者？」

惠能便出示衣鉢。



唐高宗乾封二年（667）（30歲）

正月十五日，

印宗在法性寺為惠能剃髮，願事為師。

二月八日，集諸名德，授具足戒。



唐高宗乾封二年～儀鳳元年

（667～676）（30～39歲）

惠能遂於法性寺開東山法門。

- ◎周則天武后天授元年（690）
沙門懷義、法明進《大雲經》，言武則天為彌勒下生，當作閻浮提主。武則天藉《大雲經》符命之說，正式稱帝，改國號周。
武則天頒《大雲經》於天下，詔東西兩都及各州建大雲寺，以貯《大雲經》，度僧尼千人。
武則天封僧人懷義、法明等為縣公，賜紫袈裟銀龜袋。

- 武后篡唐即位，改國號為周。
- ◎周則天武后天授二年（691）
恢復僧尼之位次，置於道士、女冠之前。
- ◎周則天武后長壽元年（692）
義淨於室利佛逝託唐僧大津攜《南海寄歸內法傳》、《西域求法高僧傳》歸國。
甘肅敦煌西千佛堂第六窟開鑿。

- ◎周則天武后長壽二年（693）
菩提流志等在長安上所譯《寶雨經》，內有「菩薩殺害父母」之語，武則天乃藉以喻己殺唐宗室為天經地義之舉。武周政權佞佛之風愈盛。
武則天始令佛經制「卍」字為如來吉祥萬德之所集，音「萬」。

唐高宗儀鳳二年（677）（40歲）
惠能離開廣州法性寺，
至韶州曹溪寶林寺，送行的有數千人。
在當地官方僧尼的支持下，
擴建寺院，廣收門徒，
據說有「學徒十萬」。

惠能以韶州曹溪寶林寺為中心，
傳授頓教見性，
與主要活動於北方地區的
神秀北宗禪相區別，
史稱「南宗」。
隨著前來求法者日多，
惠能的名聲逐漸增大。



唐高宗儀鳳二年（677）（40歲）
韶州刺史韋璩，
禮請六祖到曲江城的大梵寺
為大眾開示，
並為大眾授無相戒。
弟子法海
集為《壇經》的主體部分。

◎周則天武后天冊萬歲元年(695)
牛頭宗三祖慧方寂(年67)。
義淨由天竺取經三百餘部歸
國，武則天親自迎接。
武則天遣使往于闐國迎沙門
實叉難陀在京都大內大遍空
寺，與菩提流志、義淨等重
譯《華嚴經》。並親臨譯場，
為制序文，至聖曆二年譯
成。
甘肅敦煌莫高窟第九十六窟
(南大像)開鑿。

◎周則天武后萬歲通天元年(696)
唯識宗師新羅僧圓測於佛授
記寺寂(年84)。

◎周則天武后神功元年(697)
惠能弟子懷讓受具足戒。
懷素寂(年74)。

◎周則天武后聖曆二年(699)
懷讓來禮惠能。
實叉難陀譯出《華嚴經》八
十卷。
法藏在洛陽佛授記寺講《華

嚴經》八十卷，受武則天禮
遇，「華嚴宗」因而創立。
重修敦煌莫高窟，禮懷讓撰
碑記事，即《敦煌莫高窟碑
記》。

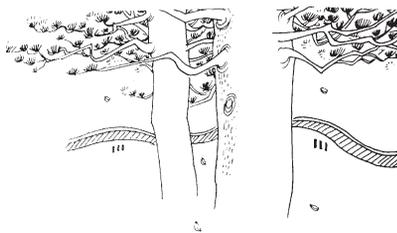
◎周則天武后久視元年(700)
則天武后詔惠能師兄老安、
神秀、玄奘進京供養，則天
親迎跪禮。至中宗時，更加
寵重，神秀被推為「兩京法
主，三帝門師。」

周則天武后長壽元年（692）（55歲）

則天敕請禪師入京
接受供養，
惠能託病不去。

周則天武后萬歲通天元年（696）（59歲）

再敕請禪師入京，亦託病不去。



唐中宗神龍元年（705）（68歲）

因神秀的薦舉，中宗敕迎惠能入宮，
惠能表辭。

九月，
中宗賜與惠能磨衲袈裟、水晶鉢。

唐中宗景龍元年（707）（70歲）

中宗派薛簡請惠能入宮供養，
惠能懇辭。



中宗敕韶州百姓重修惠能所居的寶林寺，
賜額「法泉寺」；

又以惠能新州的故宅為「國恩寺」。

- ◎周則天武后長安元年（701）
神會來禮惠能。
詩人王維（701—761）、李白（701—762）出生。
阿拉伯帝國入侵印度。
- ◎周則天武后長安二年（702）
弘忍十大弟子之一智詵寂。
（609—702）
牛頭宗四祖法持寂（年68）。
- ◎周則天武后長安四年（704）
武則天詔工匠于洛陽北郊邙山制大佛像。
重建慈恩寺塔，為磚結構樓閣式。
- ◎唐中宗神龍元年（705）
武則天駕崩，中宗即位，復國號曰唐。
禁止《老子化胡經》。
中宗邀請道亮等人至長樂宮，並受菩薩戒。
- ◎唐中宗神龍二年（706）
禪宗北宗始祖神秀寂。唐中宗詔賜諡為「大通禪師」。
設「試經度僧制」。
弘忍弟子老安受詔入京。
- ◎唐中宗景龍元年（707）
陝西西安小雁塔開建，呈密簷式。
惠能弟子神會受具足戒。



唐玄宗先天元年（712）（75歲）
惠能命人於新州國恩寺造塔。
一年後墓塔建成，
便由曹溪寶林寺回歸國恩寺。



唐玄宗開元元年（713）（76歲）

八月三日，惠能於新州國恩寺圓寂。
惠能的臨終付囑：
為十弟子說「三科三十六對法」，
為弟子說「真假動靜偈」，
只要認識自心的佛性，就是獲得佛法。
交代衣法傳承：
「法以《壇經》交付，衣則不傳。」

◎唐中宗景龍二年（708）

唐中宗李顯廣營佛寺，勞民傷財，時人有佛教「寺人之家」，及「天下十分之財，而佛有七八」之語。

◎唐中宗景龍三年（709）

弘忍弟子老安寂。（年128）
道岸使南山律宗興行於江淮。

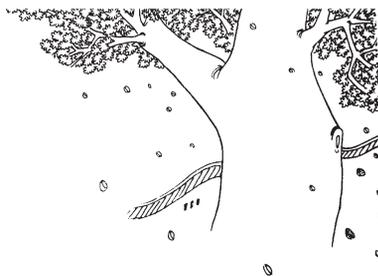
◎唐玄宗先天元年（712）

華嚴宗三祖法藏寂（年70）。
敕令損毀無名額之寺院，其銅鐵佛像由近寺收納。
唐睿宗傳位於子李隆基，是為唐玄宗，自稱太上皇。
詩聖杜甫生（712-770）。
回教徒穆罕默德侵入印度河下游流域。

◎唐玄宗開元元年（713）

義淨寂（年79）。
四川樂山大佛開鑿。
吳道子畫洛陽天宮寺壁畫約於該年。
敕令淘汰僧尼偽濫者，還俗達萬二千人。
惠能弟子懷讓住南嶽般若寺，惠能弟子玄覺寂。印宗寂。

唐玄宗開元元年（713）
開元元年十一月間，
廣州、韶州、新州三郡弟子
爭相迎請六祖的真身。
——廣州迎回法性寺，
是六祖落髮處；
韶州寶林寺開山祖師為六祖；
新州國恩寺為六祖故鄉。



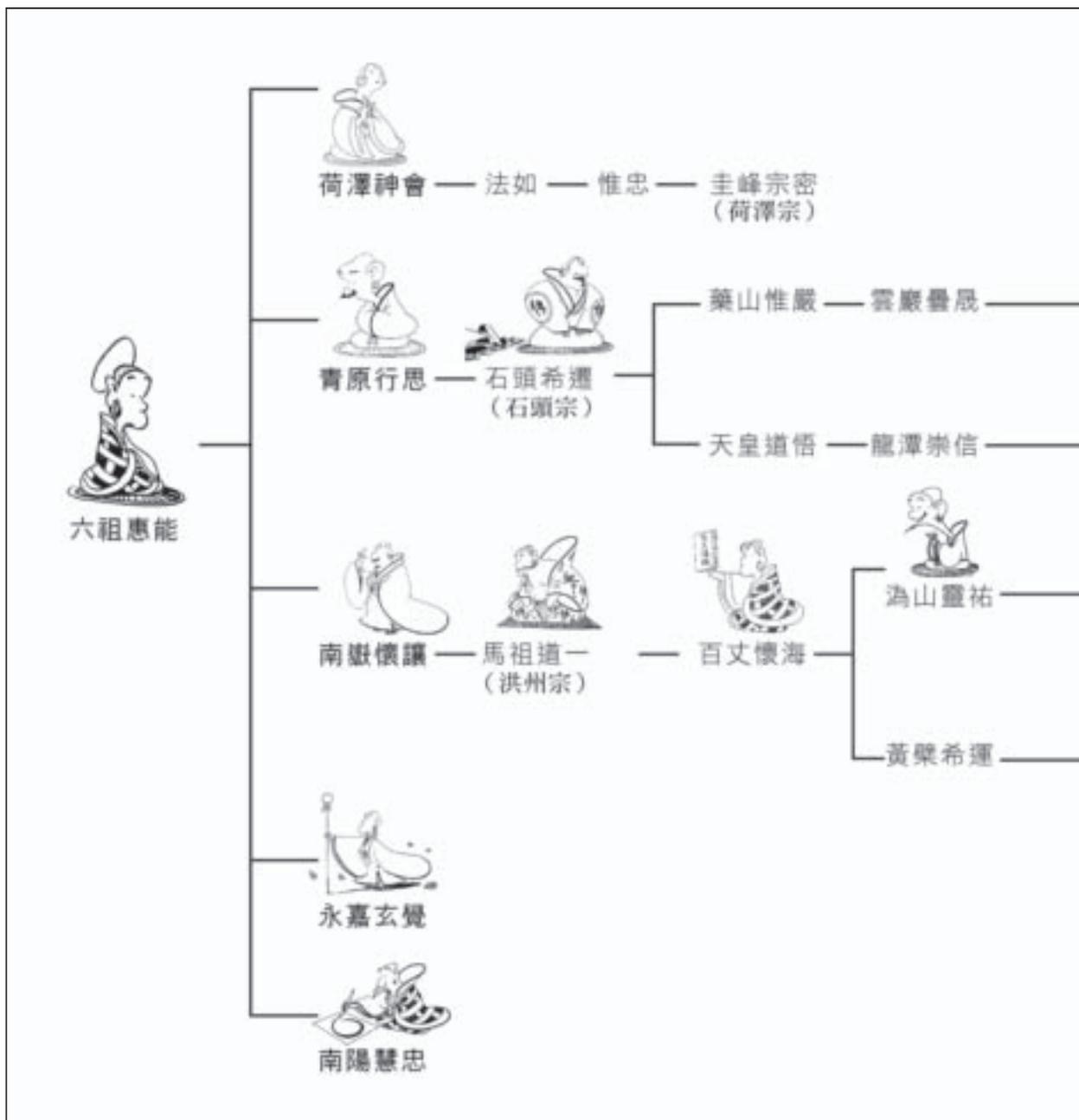
後焚香祈禱，香煙直指曹溪，
故將六祖坐化的神龕及禪宗衣鉢
送回曹溪寶林寺（今南華禪寺）。

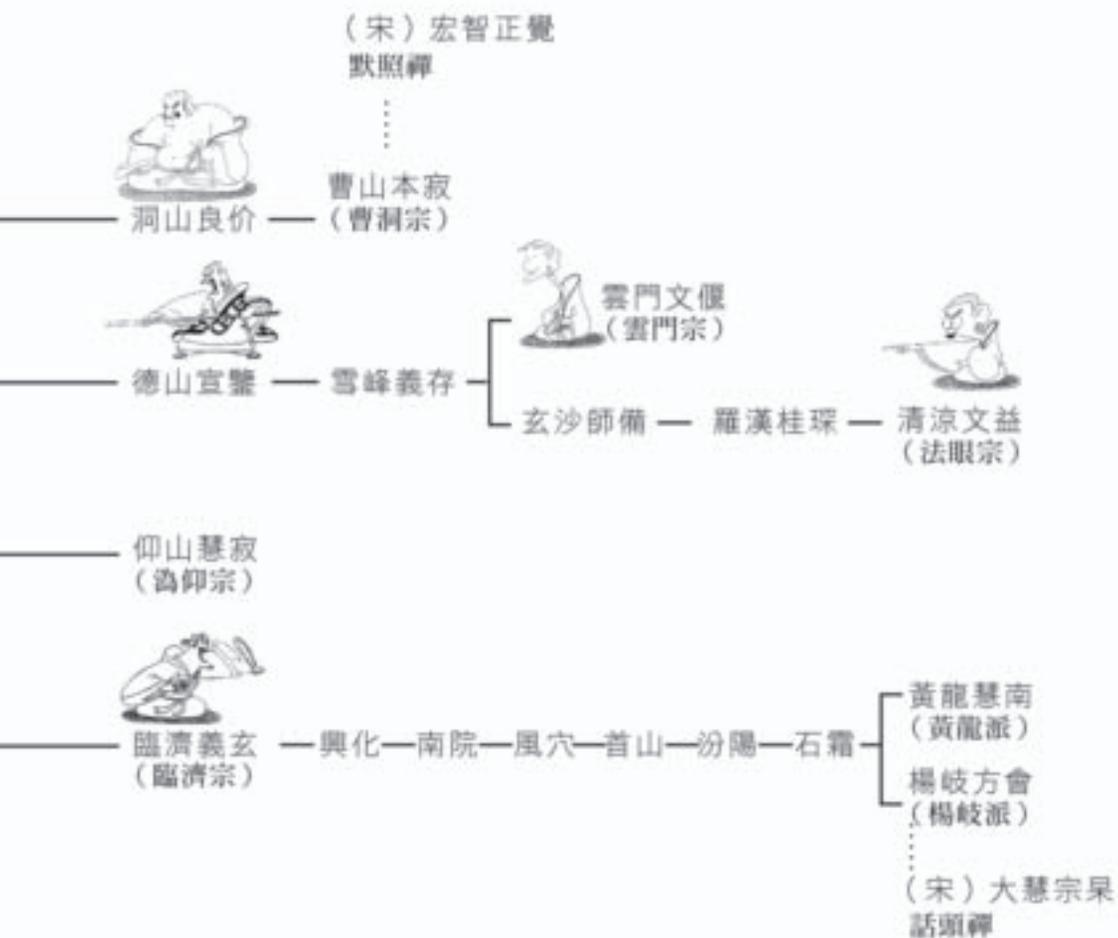
惠能之後，弟子們四處弘化，
分嶺南、中原、江南三大地域。
曹溪禪不斷開展，
到了後世「凡言禪，皆本曹溪。」
成了中國禪的代表。
其中五位較著名的大弟子分別是
青原行思、南嶽懷讓、
永嘉玄覺、南陽慧忠、荷澤神會。



神會禪師（686~760）

神會，俗姓高，湖北襄陽人。惠能五大弟子之一，惠能入滅後，神會即前往北方闡揚曹溪頓法，確立惠能在北方的地位。玄宗天寶四年，神會曾在洛陽荷澤寺力弘惠能禪法，故後世亦以「荷澤禪師」稱之。他寫的《顯宗記》，流傳極廣。神會年紀輕輕就精通儒道典籍，他曾在神秀的玉泉寺修行，又熟稔經籍，恃才而驕。初見惠能便反問惠能，結果被惠能教訓了一頓，後來成為惠能最虔敬的弟子之一。





六祖惠能大師後禪宗宗派源流圖



專輯 【六祖惠能】

六祖傳奇

你可能不知道的惠能

編輯組 插圖 蔡志忠

六祖一聞「應無所住，而生其心。」當下開悟，
「身如菩提樹」、「菩提本無樹」二偈傳唱數百年，
這些您很熟悉的六祖惠能，是真實的？歷史的？還是傳說的？
一起來看看「你可能不知道的惠能」。

六祖之路



六祖原來不只一人

惠能是中國禪宗南宗的開創者，同時被奉為禪宗的第六祖。但就現有資料而言，該時代的人對惠能的認識，還不是所謂的六祖，而是與同時期的其他禪師，都只是五祖弘忍的傳人。

五祖弘忍「法門大啟，根機不擇」，廣接天下學人，其門下是大師輩出，堪為人師者亦四處弘化，各為一方人物。最著名的是「十大弟子」之說，在《楞伽師資記》、《歷代法寶記》中皆有記載，雖前後順序或說法不一，但五祖弘忍「傳吾道者，只可十耳。」的說法是大家所認可，這表明五祖所創的東山法門的傳授並非只有一人。

五祖圓寂後，弟子們確實陷入了「分頭並弘」、「一代一人」的矛盾中。不過，各系雖有自我標榜，但門戶之見並不是很深。神秀還介紹弟子去惠能那裡修學；同是弘忍大弟子的法如，在其遺訓中，也要弟子向神秀禪師請示，並沒有宗密所說：「何南能北秀，水火之嫌。」這只是下一代門人之間的事吧。

因此，惠能在世時，還未確立為禪宗的六祖，只是弘忍下的傳人。



追宗定祖與衣法相傳

惠能會成為中國禪宗認定的六祖，要從佛教「付法」的背景說起。

佛教的「付法」，是將入涅槃的前人付與後人正法，用意是請受囑者負起護持攝導佛教的責任，並做佛法的表率與準繩。因此，佛教五師相承的付囑，表佛法的統一，佛法的純正，也表示師徒與師承之間關係的統一。縱使，後來佛教分化成部派佛教後，一部一派也都有各自的付囑相傳。

南北朝時，中國佛教開始流傳《付法藏因緣傳》、《薩婆多部記》等敘述佛教法統的著作；至隋唐時，受中國宗法制度影響，各宗派也開始編寫自己的傳法世系，「法統」觀念一時興起。

如華嚴宗實際創始人是法藏，卻推帝心杜順和尚為始祖，自為三祖，宋朝時再加入馬鳴、龍樹而為七祖。天台宗有自印度龍樹至唐朝的湛然，歷經九傳之論。

中國禪宗也編制了從印度大迦葉始傳佛陀心印的「教外別傳」譜系。據說，受佛付囑的大迦葉被付法的同時，佛陀還將自己的袈裟給大迦葉當做傳法

的憑信。自此，西天歷代祖師都是衣法相傳，傳至菩提達摩。

從迦葉到達摩之間究竟幾代相傳，一直到唐代《寶林傳》（約西元801年），西天二十八祖才成定論，並產生廣泛的影響。而作為西天二十八祖的達摩被中國禪宗尊為東土初祖，與慧可、僧璨、道信、弘忍合稱東土五祖。

中國佛教在不同的思想與宗派逐漸形成的過程中，追師定祖、確立傳承譜系的觀念隱含了所謂「正統」與「非正統」嫡庶的判別，這也形成了日後六祖地位之爭強而有力的背景。

五祖為何付衣給惠能？

相傳，當年達摩付法二祖慧可時，為避免他人懷疑「憑何得法，以何證之？」因此，「內傳法印，以契證心；外付袈裟，以定宗旨。」同時授袈裟作為憑信。這件衣就從達摩傳給慧可，數傳至五祖弘忍，再傳給了惠能。

但是，從達摩到道信的相關資料中，卻沒有看到傳衣表信一事，對此，學術界多抱持懷疑態度。只是，經考證，惠能確實得到了弘忍的付法袈裟，或許也可說傳衣之制始於弘忍。

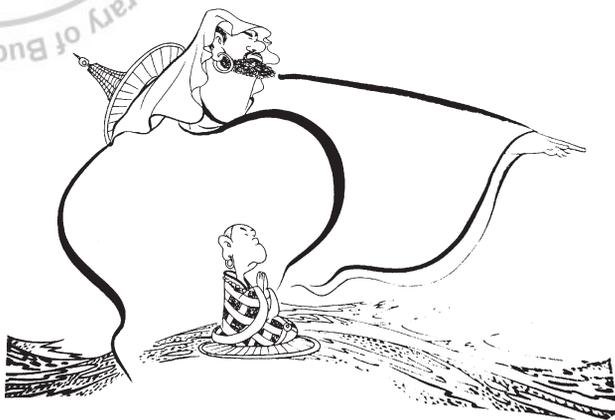
五祖弘忍當年祕密傳法付衣給惠

能，這標誌著尚未出家的惠能已經得到了禪宗六祖的地位。五祖為什麼傳衣惠能呢？

五祖的欣賞

五祖弘忍傳法的方式是：修行者若有所得，即「密來自呈，當理與法。」惠能不識文字，憑著對佛法的悟性而主張不立文字，直了心性，這深得弘忍的印可，並特別讚賞。雖然尚未出家，但根器非凡，將來必定出家，授法時以袈裟相贈，這是一種可能。

而弘忍本身七歲就跟隨道信，勤於勞作，刻苦修習，不重文句，繼承了道信的樸質禪風。因而對簡易樸實的惠能格外欣賞，於是，惠能「當理」，弘忍



「與法」的同時又傳衣。這與道信門下人才濟濟，自己卻能得到道信的傳授，效法師風，這也是另一種可能。

增加號召力

惠能堪為一方之師，但是，達摩禪法尚未擴展到廣州一帶，而嶺南又偏僻落後，五祖要惠能南傳禪法，特別傳衣給他，作為徵信，增加號召力，支持惠能在南方傳法，是對惠能的特別照顧。

弘忍得法的有十大弟子，這是當年普遍的共識。惠能有了這件作為憑信的袈裟，就可說是弘忍唯一的嫡傳弟子嗎？惠能六祖的地位，能得到弘忍門下普遍的公認嗎？這還要再談到惠能弟子們的努力，特別是弟子神會的爭取。



神會力爭

五祖弘忍的東山門下最具代表性的，就是以惠能為代表的南宗，以及以神秀為代表的北宗。

神秀一系最先發展，主要盛行於北方嵩洛地區，史籍中有「嵩岳漸門熾盛，盛行於秦洛」、「兩京之間皆宗神秀」。神秀禪師曾被武則天詔請入京，推為「兩京法主，三帝國師」，北宗盛極一時。相對此時，惠能的南宗禪，最

初只在廣州等南方地區流傳。

神龍二年（706），神秀去世，弟子普寂與義福仍為朝野所重，繼續闡揚北禪宗風。先天二年（713），惠能入滅。到了開元八年（720），神會即北上傳惠能禪法，與普寂禪師等北宗弟子開始爭奪禪門正統。

神會宣示當時在北方盛傳的神秀系「師承是傍，法門是漸。」為惠能爭正統，並提出「從上已來六代，一代只許一人，終無有二。縱有千萬學徒，只許一人承後。」對於數人同為「第六代」的情況是不允許的。開元二十年（732）在滑台大雲寺設無遮大會時，與當時「兩京名播，海外知聞」的崇遠法師進行一場關於南北禪宗是非邪正的大辯論，提出了南北宗許多對立和差異，就在這種辨析與爭論下，逐漸確立惠能在禪宗中的地位。神會提出的觀點有二：

強調禪門歷代衣法相傳

神會在滑台大會上就神秀一系「師承是傍」，強調禪門是一代只許一人，而且歷代祖師「從上以來，具有相傳付囑」，「經今六代，內傳法契，以印正心；外傳袈裟，以定宗旨。從上相傳，一一皆與達摩袈裟為信。」

神會甚至說出：「忍禪師無傳授付

囑在秀禪師處，縱使後得道果，亦不許充為第六代。」不理會流傳甚廣的弘忍「傳吾道者，只可十耳。」的說法，也不處理弘忍入滅後數十年來，諸系並存，以其師承弘忍為第六代的情況，為惠能爭取禪宗唯一正統的地位。

頓悟法門為歷代祖師心傳

為了徹底壓倒神秀為代表的北宗，神會提出惠能倡導的頓悟法門為歷代祖師的心傳，神秀一系法門是漸修法門，是不了義。神會說：「我六代大師一一皆言單刀直入，直了見性，不言階漸。」而神秀禪師卻是教人「凝心入定，住心看淨，起心外照，攝心內證。」這與歷代祖師禪法不相合，因此，神秀系不可能是禪門正宗。神會這一提，讓「南頓北漸」變成「南能北秀」對立的重要標誌。

此後，神會與北宗門人之間的爭執愈發激烈，雙方立碑作記，論師定祖，並透過政治勢力來抬高鞏固自己的地位。據宗密的記載，神會在滑台演兩宗之真偽後，「便有難起，開法不得」，甚至遭遇逮捕、暗殺等危險。

天寶四年（745），神會受到兵部侍郎宋鼎的支持入洛陽，並在北宗主要活動地洛陽建「荷澤寺」，大唱南宗宗

旨，於是「曹溪了義，大播於洛陽；荷澤頓門，派流於天下。」藉著宋鼎、房瑄等人的支持，為惠能的正統地位造得一定的聲勢。

時，神秀的弟子，也是北宗大師普寂、義福皆已去世，其北宗門下誣奏神會「聚徒疑萌不利」，天寶十二年（753年），神會被玄宗敕令趕出洛陽。

事實上，惠能門下像神會這樣展開論爭的，不只他一人，其中也有舉行過比滑台大會規模還大的論辯會，主持者還是皇帝，其影響遠大過神會的滑台大會。但是，要動搖在兩京已經營了近五十年的北宗，並不是召開幾次論辯大會，製造輿論就可以達到。

南北形勢轉變

天寶十四年（755年），安史之亂起，郭子儀平叛並收復兩京。神會與郭子儀等軍政要人有些交情，也替郭子儀在洛陽置戒壇度僧，收香水錢以籌軍餉。可能是郭子儀與房瑄保薦神會入京，因此，神會受到帝室的重視，被肅宗迎入供養，並造禪宇於荷澤寺中，使其傳承自成一系，世稱「荷澤宗」。神會死後，貞元十二年（796年），神會被立為第七祖，惠能第六祖的地位，自然也得到了唐朝皇室的認可。

自此，南北禪宗的正統之爭，告一個段落。而惠能的六祖地位，實際上是通過弟子神會成為第七祖才確立起來。



五家七宗的弘揚與鞏固

惠能南宗禪在北宗漸趨消沉的同時，得到了很大的發展，並逐漸取代北宗的地位而成為禪宗的主流，至第九世紀初，有「天下凡言禪，皆本曹溪。」此後，惠能南宗不僅成為禪門正宗，甚至成為中國佛教的代名詞，南宗的興起，使惠能「傳佛心印，正傳達摩」的六祖，終於得以認可確立。

神會挑起南北禪宗旁正之爭，為自己爭取正統的地位，也為惠能六祖地位的確立，和南宗禪的崛起，起了很大的推動作用。但惠能成為六祖，以及南宗禪得以取代北宗禪而廣傳，更重要的，

還是後世弟子的傳揚。

唐武宗滅佛，許多依靠皇室支持的禪宗寺院，皆因得不到支持而破落。相反地，南宗禪「識心見性，頓悟成佛。」的簡便法門，及其農禪並作等適應中國社會的修行生活，使得武宗滅佛之後，能持續在民間廣泛傳播和發展。

另外，惠能門下眾多禪系，特別是懷讓系江西馬祖門下、行思系湖南石頭門下，都將惠能的禪法思想和原則，進一步貫徹而發展出五家七宗。五家七宗雖然各有特色，但皆奉達摩為初祖，並在六祖禪法的基礎上，進一步推進了禪的中國化。

因此，我們可以說：神會為六祖爭得六祖，而五家七宗的繁興，才真正鞏固了六祖的地位。🏠



壇經迷雲



《壇經》是誰的作品？

《壇經》紀錄六祖惠能生平與思想，是唯一以「經」命名的中國僧人撰述的佛教著作，它的重要性如同張曼濤所言：「《壇經》不僅關係到中國史上一個轉換期的重要關鍵，同時也是佛教對現代思想界一個最具影響力的活水源頭。它代表了中國佛教一種特殊本質的所在，也表現了中國文化，或者說中國民族性中的一分奇特的生命智慧。」

但這部六祖《壇經》，曾引起學術界廣泛的興趣與討論，甚至對《壇經》的作者也出現過爭執。《壇經》為何成為「一代學術公案」呢？我們先從《壇經》的版本談起。

《壇經》至今的版本約有十四種，也有三十幾種的說法。一般常說的是表

敦煌本	惠昕本	契嵩本	宗寶本
約 12000字	約 14000字	20000字 以上	20000字 以上
約780年 唐代寫本	晚唐惠昕 刪改	約1056年 宋初刻本	約1291年 元代
全一卷 一般以此 為最古本	全文 分十二門 有小標	分 三卷十門 品目規式 為流行本 所沿用	明《大藏》 收入此本 後世 廣流傳

中所列的四種。敦煌本被公認是現存最早的古本，而版本的「時間愈晚，字數愈多」，可見自唐以來，後人對《壇經》不斷增添；對惠能生平事蹟的敘述，晚期版本的情節也較豐富且傳奇得多。

不僅版本眾多，根據有異。胡適曾提出了《壇經》是神會或神會一系所作，這與傳統說法——《壇經》是惠能所說，弟子法海所記——大異其趣，引起許多海內外學者的論辯。甚至在胡適逝世近十年，印順導師還提出對胡適看法的反駁。可見這問題在學術界是多麼受到重視。

《壇經》作者到底是誰？主要有以下這五種不同的看法：

- ◎《壇經》主要部分是神會所作。
- ◎神會或神會一派所作。
- ◎《壇經》原是惠能的說法集，後人附加部份的內容，附加部份為神會一派所作。

◎有認為《壇經》古本為牛頭禪系的法海所編，後人修改。

◎《壇經》敦煌本是神會在法海所鈔錄的基礎上又增加新的內容編成，後曹溪山的南宗弟子又對此做了改動。

- ◎目前較能被接受的觀點是：神會或



神會門下曾對《壇經》做出改動，並透過《壇經》來提高自己本系的地位。但《壇經》基本上仍代表著惠能的思想。



《壇經》講什麼？

《壇經》內容大致由三個方面組成：1.惠能自述生平。2.惠能開法授戒說般若禪。3.惠能與弟子的問答。

前兩個部分，大體是惠能應韶州刺史韋璩等人的邀請，在韶州大梵寺講演的紀錄，各版本出入不是很大。反應了惠能的出身、黃梅得法、南歸傳禪的生平事蹟，以及以空融有、直了心性、頓悟成佛的禪學思想與禪法特色。這是《壇經》的主體，由弟子法海紀錄，在惠能生前已經確定。

第三部分，在後出的本子則增加不少，內容是惠能平時接引弟子的機緣，臨終前後的情形，由弟子輯錄出來，附編於被稱為《壇經》的大梵寺說法部分之後，這就是我們所泛稱的《壇經》。

從《壇經》題名看《壇經》

現存最古本的敦煌本，全名是《南宗頓教最上大乘摩訶般若波羅蜜經六祖惠能大師於韶州大梵寺說法壇經》。其中，解釋如下：

◎南宗：指惠能所開創的南禪。敦煌本《壇經》解釋：「世人盡言南能北秀，未知根本事由。且秀禪師於南荊府當陽縣玉泉寺住持修行，惠能大師於韶州城東三十五里曹溪山住。法即一宗，人有南北。因此便立南北。」

◎頓教：惠能的南宗主張「頓悟」而非「漸悟」，是「頓禪」而非「漸禪」。什麼是頓、漸？惠能說：「何以漸、頓？法即一種，見有遲、疾。見遲即漸，見疾即頓。法無漸、頓，人有利、鈍，故名漸、頓。」

◎最上大乘摩訶般若波羅蜜經：是指惠能特別尊重的《摩訶般若波羅蜜經》，惠能曾讚嘆：「摩訶般若波羅蜜，最尊最上第一。」經文中也說：「悟此法者，悟般若法，修般若行。不修即凡，一念修行，法身等佛。善知識！即煩惱是菩提，捉前念迷即凡，後念悟即佛。」

◎韶州大梵寺：惠能宣說這部《壇經》的地點。

◎說法壇經：亦即惠能在韶州大梵寺的法壇上宣說禪法。

目前流行的《壇經》，是元朝刊行的宗寶本，題名是《六祖大師法寶壇經》，明確說是六祖惠能大師在大梵寺的法壇上說法的紀錄經典。📖



南能北秀的角力



神秀惠能，彼此認識嗎？

神秀約在隋大業中（607年）出生。依止五祖的時間，大約是唐高宗顯慶至龍朔年間（656-662年）。神秀離開東山時是「涕辭而去，退藏於密」，很可能是為了逃避官方搜捕私度僧人，此時已經是六十歲的神秀，還沒取得正式的僧籍。以白衣身分躲藏多年，直到高宗儀鳳年間（677-679年），才獲得僧籍。

惠能則約晚神秀三十年，於唐貞觀十二年（638年）出生。惠能廿四歲時，前往黃梅，那一年是唐高宗龍朔元年（661年），歷經約八個月的勞動考驗，得到五祖的付法傳衣後，惠能便逃往南方，此時還只是個在家的盧行者。

因此，神秀與惠能同在東山的時間可能不到一年。當時，神秀被弘忍命為上座，且為教授師，在東山是極負聲望。而惠能跟五祖談過話後，秉持著五祖「物忌獨賢，人惡出己。」的教示，默默在碓房舂米。這一老一少，一僧一俗，彼此認識嗎？

惠能當然知道神秀，但是神秀對惠能產生印象，應該是在五祖傳衣付法給惠能的消息傳開，甚至到了惠能在曹溪

廣開法筵，各地禪侶競奔其門下，引起京師帝王的重視後，才聞知其人。

神秀曾向皇帝推薦惠能進京；惠能傳頓教，也只說「法無頓漸，人有利鈍，故名頓漸。」因此，當年二人的關係應是沒有隔閡，同門師兄弟的情誼還是有的。

學究精博/識字不多

神秀，自小遍覽經史，博綜多聞。十三歲時，遇到河南饑疫，所以來到滎陽請糧，遇到善知識出家。出家後，神秀遍學諸山，正如高僧傳所說：「老莊儒學，佛教三藏無不通曉。」值得注意的是，神秀並不是一般的文化素養，而是博通內外典，武則天後來請神秀進京供養，也可能是因為他具備了統理天下禪僧的才能。

相較於三十年後出生的惠能，因父親貶放嶺南，家境已差。三歲喪父，老母遺孤，惠能自小就未能好好受教育，十來歲就得出門賣柴維持家計，因此，惠能可能是不識字或識字不多。乃至後來，惠能跟著無盡藏尼學習《涅槃經》義，或是跟隨五祖弘忍期間，他的學習

方式常是「請一人讀」——聽讀，當下心契佛意。惠能這些「佛性之理，非關文字能解。今不識文字，何怪？」的傳說記載甚多，也許跟後代禪宗強調「不立文字，教外別傳」有關吧。



沈穩謹慎/內斂踏實

神秀長得一表人才，氣質深沈寧靜，所謂「身長八尺，秀眉大耳，應王伯之象，合聖賢之度。」投弘忍門下，已是五十多歲左右，他跟在弘忍身邊「勤服六年，不捨晝夜，大師歎曰：『東山之法，盡在秀矣。』」

神秀行事是相當「謹慎沈穩」，可從兩點來談：

第一、當年五祖考試，要大家呈一偈來看，看誰可以傳承衣法。（神秀與惠能題偈是否真有其事，尚有爭論。）大眾都認定是教授師神秀得衣法，沒人敢題。神秀自己怎麼想呢？「作，人會疑為想當六祖；不作，就不能明白自己的程度。」才完成了「身是菩提樹」一偈。這表現出五十來歲的神秀，他的謹慎含蓄、瞻前顧後，是不莽撞輕率。

第二、神秀離開東山，取得正式僧籍後，才在荊州度門蘭若弘教，「學來如市，未云多也。」武則天於久視元年

（700年）詔入東都，神秀已經九十幾歲了。受到帝王隆重的禮遇，直到神龍二年（706年），在京師坐化。

奇怪的是，神秀在京城，從未開堂傳法。神秀屢乞還山，詔不許。而武則天雖在神秀的度門置寺，是否只是名義上奉為國師，實際上是為了控制或改造度門道場？其弟子普寂與義福，是唐皇朝欽定為神秀的接班人，更顯出朝廷對神秀的控制。位處政治權力中心還能夠平安至坐化，見出神秀的內蘊深修、沈穩謹慎。

惠能長得如何，史料很少提及，只在惠能回拒武則天的詔請時，提到自己「吾形貌矬陋」，這可能是自謙，但也相對表達出惠能並不是位太顯眼的人物。

但惠能卻不是一個粗魯無禮的鄉巴佬。



廿四歲到弘忍處參學，在碓房舂米八個月，令人不覺；隱身獵人群中五年，縱使已受法得衣，惠能不狂妄乖張，直至印宗法師因「詰論玄奧」才出家開法，顯示了惠能的內斂。

內斂卻又不懼不畏，質疑他：「字尚不識，焉能會義？」惠能即答：「諸佛妙理，非關文字。」弘忍問他：「汝是嶺南人，又是獠獠，如何能作佛？」惠能即答：「人雖有南北，佛性本無南北……。」這些樸實而率真的回答，流露出惠能自信與勇敢的形象。題壁一事，惠能沒有猶豫或猜測，他毋須處理世間的言言語語，充滿了直心為法的乾淨俐落，這樣的特質在惠能弘法時，顯出禪宗直截的特色。

惠能還有一項特質，那就是「踏實不迂腐」。大庾嶺奪法事件中，惠明追上惠能時，惠能馬上將五祖傳授給他以為信稟的袈裟拿出，任惠明取。這顯示惠能絕不鄉愿，衡量輕重的過程，還是有其超越世間俗見的智慧。而惠能臨終時，無論是為了防止爭端，還是弟子信根淳熟，決定無礙，他更取消了外在的、形式上的傳衣。

另外，惠能婉拒皇帝的詔請，一生只在嶺南弘化。與京城比起來，韶州是蠻荒之區，就弘化而言，結合政治力量

更是迅速；但遠離政治中心，保持了禪林獨立人格，並能維護禪宗自身的特質。令人意想不到的，也因為地處南方，遠離了在五、六十年後發生的安史之亂的主戰場，讓曹溪道場得以延續，保全了弘忍五祖的道種。

拂塵看淨/識心見性

神秀的思想根源主要是《楞伽經》、《文殊般若經》，主張攝心入定，因定發慧，靜坐觀心，拂塵看淨。神秀認為通過觀心看淨，時時勤拂拭的修持而頓悟清淨心。他也主張「一念而頓受佛身」，並不是完全反對禪門頓教。由於神秀個人學養所致，他的禪學思想揉合了老莊、華嚴思想，帶著幽玄色彩，與體用圓融無礙的特色。

惠能受《涅槃經》、《楞伽經》、《金剛經》的影響甚大，尤其是《金剛經》，而禪宗從奉持《楞伽經》轉至《金剛經》就是從神秀惠能時代開始。惠能主張無念息情，無證無修，強調真心與妄心都不離當下的一念心，起心修證就是妄心有為，反而失卻清淨本然的心。神秀保有傳統禪法的特點，但惠能更易於與日常生活結合。☐

惠能怎麼說？



要不要讀經？

修學佛法，從經典中理解佛法真義，可說是指路明燈。對經典的書寫、披讀、誦誦等，幾乎成為一種修行的方式。六祖惠能的看法為何呢？

惠能認為「三世諸佛，十二部經，亦在人性中，本自具有。」真正起般若觀照是「不假文字」，重點在識心見性，去除執心，就能開悟成佛。但惠能本身經驗是：聽《金剛經》而開悟，經典正是啟發覺悟的契機。

所以，惠能不要求大眾專誦某經，雖然他非常讚嘆《金剛經》，但強調心悟，就是讀經，也應該是「心轉經文」而不被經文所轉。

最有名的教導是「心迷法華轉，心悟轉法華。」的開示。

弟子法達問：「若然者，但得解義，不勞誦經耶？」

惠能答：「經有何過？豈障汝念？只為迷悟在人，損益由汝。」

有趣的是，法達領旨後，「亦不輟誦持」。惠能並非絕對反對排斥經教，這是當時流行的「得意忘言」老莊思想，以及佛教的「依義不依語」的具體發揮。惠能強調不立文字，直契心性，重點是在破一切執著，讀與不讀，應是任心自然，念念無著，即為解脫。

要不要找老師？

惠能對於經教的啟迪並不排斥，他更重視大善知識的指點。

他說：

教是先聖所傳，不是惠能自知。願聞先聖教旨，各須淨心。聞了願自除迷，



……菩提般若之知，是人本自有之，即緣心迷，不能自悟，需求大善知識示道見性。

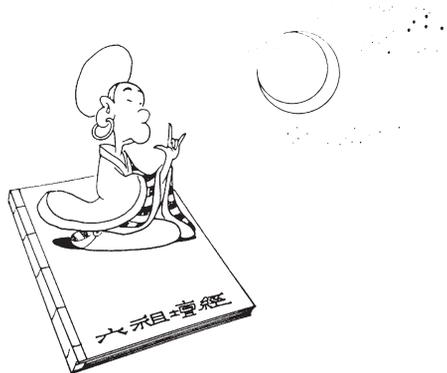
五祖護送惠能渡江時，師生之間有段對話，五祖說：「合是吾渡汝。」

惠能說：「迷時師度，悟了自度；度名雖一，用處不同。惠能生在邊方，語音不正，蒙師付法，今已得悟，只合自性自度。」

「迷時師度」，儘管人人都有菩提般若之知，但並非人人都能自悟，此時，還靠大善知識示道見性，來幫助自己。這是藉師，但還是要自悟。善知識的幫助是輔助作用，不能替代各人的自悟自度。惠能說：

不能自悟，須得善知識示道見性；若自悟者，不假外善知識。若取外求善知識，望得解脫，無有是處。識自心內善知識，即得解脫。若自心邪迷，妄念顛倒，外善知識即有教授，救不可得。

強調自性自度卻



不廢言教師傳，這是惠能的教學。

出家好，還是在家好？

是否要出家修行，惠能基本看法也是不執著形式，重在自淨其心，自性覺悟。他說：

善知識，若欲修行，在家亦得，不由在寺。在寺不修，如西方心惡之人；在家若修行，如東方人修善。但願自家修清淨，即是西方。

出家修行的形式傳入中國，成了佛教與中國文化衝突的爭論點。惠能認為就修行而言，出家在家的形式是次要，重點是正確的修行。這又是惠能對離二邊的充分表現，無論在寺與在家，並無二致，關鍵在心不能有所執著。

坐禪，坐不坐？

禪宗以禪命宗，但對於坐禪的看法，卻很不同。自達摩來華傳禪，就以「隨緣而行」為其特色，但也沒有完全排斥坐禪等傳統的禪修方式。東土五祖對於禪修還是相當重視。至惠能，提出了將禪修融入日常的行住坐臥之中，而有了新的解釋：

何名坐禪？

此法門中，一切無礙，外於一切境



界上念不起為坐，見本性不亂為禪。何名為禪定？外離相曰禪，內不亂曰定。

外若著相，內心即亂；外若離相，內性不亂。本性自淨自定，只緣境觸，觸即亂。離相不亂即定，外離相即禪，內不亂即定，外禪內定，故名禪定。

惠能認為只要於境界上不起念，自性自定，就是禪定。如果執著於坐禪，追求入定，那就是障自本性，與道違背了，是障道因緣。

惠能也多次駁斥神秀「教人坐，看心看淨，不動不起。」當神秀弟子提到神秀常教人「住心觀淨，長坐不臥」時，惠能說「住心觀淨，是病非禪，常坐拘身，於理何益？」並作偈一首：「生來坐不臥，死去臥不坐；一具臭骨頭，何為立功課？」

因此，惠能對坐禪的想法是非常清楚的，那就是「道由心悟，豈在坐也。」悟在於自心不起妄念執著，而不在於坐臥的形式，若於行住坐臥之中，能念念無著，那就等於時時入定，如此便將禪定與日常生活完全融合為一。所以，禪定是定而不定，不定而定的。

坐禪與不坐禪實際上是無二無別，不拘於坐，而是對兩者都不起執著之心，關鍵在心，不在坐。但是也不能說成惠能反對坐禪。《壇經》裡有弟子問

說：「和尚坐禪，見亦不見。」顯然惠能本人也未絕對排斥坐禪。惠能後代傳人中坐禪者不乏其人，如慧寂就曾自言：平時「只管睏來闔眼，健即坐禪。」黃檗法嗣楚南禪師是「常寂然處定，或逾月，或浹旬。」

因此，惠能南宗不以坐禪為特色，不反對坐禪，而是反對執著於坐禪。因此，惠能的禪修觀是不取不捨，無執無著，將禪修融入日常生活中。

持戒怎麼持？

六祖大師要大家持「無相戒」。這是什麼？惠能曾在大梵寺為僧俗授「無相戒」。無相戒強調戒以心為本，是建立在惠能提出的「無念為宗，無相為體，無住為本。」的理念基礎上，這與傳統戒法有很大的區別。惠能的無相戒還將傳統的四弘誓願、懺悔、三皈依融為一體，並在授戒時強調依持本心，只要當下念念無著，自心起般若觀照就是持戒，眾生皆有佛性，皆可自修成佛。

惠能從根本屏棄了種種著相的修心與持戒，認為「心平何勞持戒，行直何用修禪。」要人在日常生活中，念念自淨其心，破除外在執著而貫徹「即心即佛」的原則。📖



專輯 【六祖惠能】

菩提 果自成

惠能大師與親師友的互動
編輯組

「頓悟華情已，菩提果自成。」

當六祖誦完此偈時，他內心明白：此世的因緣已經圓滿了。

七十來年的歲月，留下的將是：活潑潑無所罣礙的生命，在交會時偶然的落映。



諸佛妙理非文字

盧惠能想出家求法，經過韶州時，聽到誦經聲，感覺十分親切，便上前敲門詢問：「請問我能進來聽聞佛經嗎？」

門開了，屋主說：「快請進！很高興認識您這樣熱愛佛理的居士。小弟叫劉志略，您聽到的誦經聲是我姑母無盡藏尼師在誦《涅槃經》。」

惠能聽得很專注。等到誦聲停歇，問：「誦經聲不很順暢，有何阻礙嗎？」

劉志略聽了十分驚訝，回答說：「您不只熱愛佛理，還對佛法有研究，真是太好了！尼師常說這部經義理深刻，她有好些地方讀不通。我現在去請尼師來和您一起參詳。」

聽完劉志略的介紹，無盡藏尼師拿出經本，指著其中一段文字請教：「我一直無法參透這段文義，還請您指點一、二。」

惠能：「我不識字，請您唸給我聽，我為您解說。」

無盡藏：「您不識字，怎能理解經義呢？」

惠能：「佛法妙理並不在文字上，文字只是工具。」

無盡藏尼師半信半疑地將文字唸出，惠能便對她解說其中的關鍵處。

無盡藏尼師聽完後法喜充滿，佩服不已。很誠懇地對惠能說：「請您在這兒住下，為鄉民們開演佛法，讓大家能開啟智慧，同得法益。」又對鄉民說：「惠能是有道的善知識，值得大眾供養。」

於是鄉人競相前來禮拜、供養。

鄉人商議著：「附近有座已荒廢的寶林寺，大家出錢出力將它重建，請惠能住持，我們也好有個聽經聞法的場所。」

在眾人合力下，不久寶林寺就恢復舊觀。惠能便在鄉人請求下住持寶林寺，為大眾開演佛法。

有天，惠能想到自己的初發心，心想：「我還沒求得大法，怎能中途停下呢？」隔天便離開韶州，來到昌樂縣。

在昌樂縣遇到智遠禪師。惠能向他請問：「我想出家求法，請您指點。」

智遠禪師：「您神姿爽拔，絕不是普通人。我能力不足以教導您。聽說在黃梅說法的弘忍大師是西域菩提達摩的衣鉢傳人，您應該去跟他學習。」

惠能問清楚路徑，便往黃梅方向繼續前進。📍

《景德傳燈錄》《六祖壇經》



何處惹塵埃

盧惠能來到黃梅縣禮拜五祖弘忍。

五祖見他一身塵土，像是遠道而來，便問：「你是哪裡人？為什麼來禮拜我？想求什麼？」

惠能回答：「弟子是嶺南新州人。今天遠道來禮拜和尚，並無所求，只求作佛！」

五祖聽了，再問：「你是嶺南人，又是獼猴，憑什麼作佛？」

惠能不疾不徐地回答：「人雖有南北地域不同，佛性卻無南北之分；獼猴身雖與和尚不同，但佛性有什麼差別呢？」

幾句對話讓五祖刮目相看，想進一步和惠能交談，但是看到旁邊圍了不少人，就不再多說，只叫惠能隨眾作務。有位行者便領惠能到碓坊工作。

轉眼八個月過了。

有一天，五祖集合門下弟子，說：「我經常勸誡你們：生死事大，要以追求解脫、超脫生死為本分大事。可是你們整天供養三寶，只求福田廣大，卻不知謀求出離生死苦海。假若迷失自性，即使廣求福田，又如何救得了你們出生死、得解脫呢？」

你們各自回去觀照本具的般若智慧，各自作一首偈子呈來。如果領悟了佛法大意，我就把袈裟及禪法交託出去，是為禪宗六祖。

不要耽擱，火急去作。」

大眾退下後，有人說：「我們何必花心力寫偈子呢？神秀上座是教授師，他得到傳承後，我們去依止他就可以了。」

眾人同意這說法，止息了寫偈子的念頭。

看到大家都沒有呈上偈子，神秀心想：「大家因為我是教授師，不敢呈上偈子。我如果不呈偈子，五祖怎瞭解我見解深淺？但呈上偈子後，會不會被認為要求當六祖？要不要把偈子呈上呢？」

神秀在室內繞了一圈又一圈，「該如何是好？真難決定啊！」

後來，神秀趁半夜三更沒人看見時，在空白牆壁題上偈子：「身是菩提樹，心如明鏡台；時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」

隔天早上，五祖見到偈語，把門人都叫來，說：「你們依這個偈語修行，就不會墮入三惡道。」



眾人恭敬地誦念，讚歎：「善哉！」
五祖把神秀叫到內堂，問：「這個偈子是你作的嗎？」

神秀回答：「確實是弟子作的。不敢妄求祖位，但願和尚慈悲，看看弟子是否具備智慧，是否識得佛法大意？」

五祖：「你這個偈未見本性，只到門前，還未登堂入室。你回去想個一兩天，再作一偈呈來。」

神秀思索了好些天，卻無法再作出偈子來。

幾天後，有位童子經過碓房，邊走還邊唱誦神秀的偈子，惠能聽到了，問童子：「請問您剛才在誦念什麼？」

童子回答：「這是神秀上座題在牆上的偈子。五祖說依此修行，就可出離三惡道。」

惠能對童子說：「我在碓房八個月多，還沒到堂前去過，希望上人您能領我去禮拜此偈，讓惠能來生也有機會得生佛地。」

童子帶惠能來到偈前。惠能禮拜後，因為不識字，請人讀給他聽。

惠能聽完後說：「我不識字，但我有個偈子想寫，請會寫字的人幫我寫好嗎？」

有位讀過書的人願意幫他寫。惠能就誦出偈子：「菩提本無樹，明鏡亦非

臺；本來無一物，何處惹塵埃？」

惠能誦完偈子就回碓坊工作。

大眾見到這個偈子驚訝不已。這時五祖來了，見到惠能的偈語，知道他已識佛法大意，但怕有人會對惠能不利，就跟眾人說：「這個偈子也沒有見性。」

當夜三更，五祖把惠能叫到堂內，為他講說《金剛經》。惠能一聽便開悟。五祖將頓教心法及袈裟傳給惠能，要他接續為禪宗六祖。五祖說：「你現在是六代祖，袈裟是信物，代代相傳。禪法以心傳心，要讓向你求法的信眾悟到自身的清淨佛性。」

五祖又說：「自古以來，傳法的人，命如懸絲。如果你還住這兒，恐怕有人會來殺害你，還是趕快離開吧！」

惠能帶著袈裟趁夜離開。五祖親送他到渡口，吩咐他：「你要努力將禪法傳到南方。但不要急，三年內先不要弘法，等過了難關後再進行弘化工作，讓深陷無明的眾生能心開意解，見著自性清淨，得到和你相同的了悟。」

惠能領悟五祖的深意，離開黃梅，往南而行。📍

《六祖壇經》



為法不為衣

五祖送惠能離開後，好些天不上堂講經說法。大眾覺得很納悶，便問五祖：「和尚您是不是生病了？還是您有什麼煩心的事呢？」

五祖回答說：「並沒有病痛及煩惱，只不過我已將衣鉢傳到南方了。」

眾人聽了非常驚訝，連忙問：「傳給那位高僧大德？」

五祖：「能者得。」

誰是得到衣法的「能者」呢？眾人四處看看，發現惠能不見了。沒人肯相信這位還未剃度的行者能成為禪宗六祖，懷疑是他盜走衣鉢。於是數百人往南尋找。

有位出家前曾擔任四品將軍，俗名陳惠明的僧人，他腳程快，在大庾嶺先找到六祖。

六祖明白他的來意，把衣鉢放在石頭上，說：「這袈裟是傳法的信物，可以用暴力奪取嗎？」說完隱身草叢中。

惠明很高興首先找回衣鉢，但無論怎麼用力也無法把衣鉢移動。這使他心驚不已。暗思：「難道惠能並非凡夫，五祖將衣鉢傳給他是具有深意的？」便對著草叢說：「我為求法而來，並不是為了衣鉢。」

六祖聽他語氣誠懇，就走出來，收起衣鉢，盤坐在石頭上。惠明恭敬禮拜並請求開示。六祖：「你既為法而來，請先屏除心中所有攀緣的念頭，我再為你說法。」惠明靜默良久。

六祖：「不思善也不思惡，正恁麼當下，如何是明上座的本來面目？」

惠明一聽，立刻大悟，他問六祖：「除了已經說過的密語、密意外，還有其他密意嗎？」

六祖：「既然已經對你說了，就不再是密意。你只要時時返照自身，密意就在你身邊。」

惠明感動地說：「惠明雖在黃梅學習，卻一直未能省悟本來面目。承蒙您指點，就像人飲水一般，冷暖只有自己知道。現在您就是我惠明的師尊。」

六祖：「就像你說的那樣，我和你曾經共同禮拜五祖為師，請好好自行護念身心。」

惠明行禮，告別六祖，往北而行。不久遇到在後尋找惠能的眾人，惠明對他們說：「前面只有高山峻嶺，沒看到有人走過的跡象，還是到別處尋找吧！」就領著他們往反方向去了。☞

《六祖壇經》

仁者心動

六祖隱遁數年，覺得該出來弘法了，就往佛寺接近。經過廣州法性寺，遇上印宗法師正在講授《涅槃經》。

這時一陣風吹來。印宗法師問：「你們見到風吹幡動嗎？」眾人答：「見到！」印宗法師再問：「是風動？還是幡動？」有人說：「風動！」也有人說：「幡動！」兩邊爭執不休。

六祖上前回答：「這是仁者您的妄心在動。不是風動，也不是幡動，法本無有動不動！」眾人聽了十分驚訝。

印宗法師問：「居士您打那來？」

六祖答：「本來不來。今亦不去。」

印宗法師一驚，立刻離開高座，迎請六祖到房中，詢問佛法奧義。六祖言辭簡潔，說理切當，深入佛法核心，但並未引用任何經典中的文句。

印宗法師對六祖高妙的見解佩服不已，便問：「聽說五祖的衣法已傳到南方，莫非就是您嗎？」

六祖：「不敢！」

印宗法師立刻向六祖行大禮，讚嘆說道：「真想不到今天能遇到大菩薩。」說完又頂禮，尊六祖為師長，自稱弟子。並在該月十五日，為惠能剃頭及披上袈裟。

印宗法師對弟子們說：「好消息！好消息！五祖弘忍大師的衣法已經傳到嶺南來了，就在這裡。大家知道嗎？」

弟子們：「不知道。」

印宗法師：「現在有位惠能禪師，他得到弘忍大師的真傳。各位！我所說的法像瓦礫般不足為奇；能禪師說的法像純金一般珍貴，道理深刻，不可思議。」

印宗法師帶領徒眾頂禮六祖。法師擔心有人懷疑六祖的身分，請惠能將所傳袈裟展示在眾人面前，並請求開示。

六祖：「惠能和各位善知識現今能一起聚在這裡，應是累劫所結法緣所致。佛法是先聖所傳，不是惠能自創。願意聽聞古聖教法的，各自先行淨心；聽完之後，希望各位盡除疑惑，得到和聖人相同的悟境。」

各位善知識！菩提般若智慧，世人本自具有，只因受外相迷惑，不能自悟，所以須要請求大善知識指引修道見性的方向。各位善知識！去除迷惑就能開悟見性，開展本具的般若智慧！」

大眾聽了六祖的開示，心生歡喜，頂禮告退。📍

《歷代法寶記》《六祖壇經》



功德與福德

六祖勉勵僧俗弟子：「努力修道莫悠悠，忽然虛度一世休。若遇大乘頓教法，虔誠合掌志心求。」

這時有位韋使君禮拜六祖並說道：「和尚說法，實在不可思議！弟子有些疑問，想請教和尚，希望和尚大慈大悲，為我解說。」

六祖：「有疑就問，不用再三祈請。」

韋使君：「和尚所傳的法是承繼達摩祖師的宗旨嗎？」

六祖：「是！」

韋使君：「弟子聽說，達摩祖師初次度化梁武帝時，武帝曾問：『朕一生造寺、度僧、布施、設齋無數。請問朕有什麼功德呢？』達摩祖師回答：『並無功德！』武帝聽了，感到非常惆悵，便遣送達摩祖師離開國境。弟子不明白這個道理，請和尚為我解說！」

六祖：「確實沒有功德，您不要懷疑先聖的話。達摩祖師說：『武帝用心不正，不明白正法道理。』」

韋使君：「為什麼武帝所做沒有功德？」

六祖：「造寺、度僧、布施、設齋等供養，只是求福。不可把『福德』和

『功德』混為一談。功德在法身，不在修福的事相上。

見到清淨本性是『功』，等視一切眾生是『德』；每個念頭都沒有滯礙，常見自心本性的真實妙用，這就是『功德』。內心謙虛、寬容大度是『功』，待人溫和、有禮恭敬是『德』；徹見自性所建立的萬法是『功』，心體遠離妄念是『德』；念念不離清淨自性是『功』，處世不被無明所染是『德』。想要尋覓功德法身，就必須從心性修養做起，每一念都以平等真心待人，以恭敬心處世，才能積累功德。

內心輕視他人，傲慢的我執沒有斷除，自然不會有功德。自性虛妄不實，法身就沒有功德，那是因為過於自大，輕慢其他眾生，所以不能累積功德。

韋使君請注意聽！『自修身』就是『功』，『自修心』就是『德』。『福德』與『功德』不同。『功德』須從自己的內心修養做起，不是布施、供養就能求取的。梁武帝不明白這個真理，並不是祖師有過錯。」

韋使君聽了立刻禮拜，感恩六祖為他解除困惑。📍

《六祖壇經》



心正轉法華

法達法師來曹溪禮拜，請求六祖解惑。他對六祖說：「弟子法達，誦讀《妙法蓮華經》七年，對經文有許多疑惑。大師智慧廣大，請為我解除疑惑。」

六祖回答：「你叫法達啊！法義本來通達，是你的心受到阻礙。乃因用偏邪的心求取正法，才會對經文感到疑惑。如果體悟心性本來正定，就能毫無障礙地通達意旨。」

六祖又說：「我不識文字，你讀一遍《法華經》給我聽。」

法達對著六祖誦讀經文。

六祖聽完，已明白佛說此經的用意，說：「法達！你仔細聽好，這部經的宗旨就在『一佛乘』，不要去求二乘而迷失本性。經上說：『諸佛世尊，唯以一大事因緣故，出現於世。』要如何修行及體解正法呢？你聽我說：『人心不思，本源空寂，離卻邪見。』就是經上所說的『一大事因緣』。」

世間人不是被外相所迷惑，就是內心執著於空相。如果能不執不迷，就能在一念之間心地豁然開朗，悟得自性，得到出世間的智慧。」

六祖接著說：「法達！我常常勸勉

眾生要在自己心中開啟佛的知見，不要開啟眾生的知見。

心地因迷愚而造惡時，就開啟了眾生的知見；當心地生起正念而用智慧觀照時，便開啟了佛的知見。」

六祖又說：「法達！這就是《法華經》的一乘法。只是為了還陷在迷愚的眾生才分出三乘。你要依『一佛乘』的道路去修持。」

於是六祖誦了一偈：

心迷法華轉，心悟轉法華，
誦經久不明，與義作雋家。
無念念即正，有念念成邪，
有無俱不計，長御白牛車。

大師勸勉他：「努力依法修行，就是轉經。」

法達聽了六祖的開示，立刻大悟。忍不住落下淚來，對六祖說：「和尚！我實在未曾轉《法華》。這七年來我都被《法華》轉。以後我要轉《法華》，念念修行佛行。」

六祖：『修行佛行就是佛。』

當時在旁聽到六祖開示的人，都得到很大的體悟。☞

《六祖壇經》



亦見亦不見

有位僧人神會，到曹溪禮拜六祖。他問六祖：「和尚坐禪時，是見還是不見？」

六祖從座位中站起來，用拄杖打了神會三下，問：「我打你，痛不痛？」

神會回答：「也痛，也不痛。」

六祖便說：「我坐禪時也見，也不見。」

神會又問：「為什麼『也見，也不見』？」

六祖：「我說見，是看見自己的過失；說不見，是沒看見天地間其他人的罪惡缺失。所以說『也見，也不見』。你又為什麼『也痛，也不痛』？」

神會回答：「如果不痛，就跟無情的木頭、石塊沒兩樣；如果痛，就同凡夫一般。因為痛的感覺起於瞋恨。」

六祖：「神會你走向前來聽清楚：你問的『見或不見』已落入兩邊；你答的『也痛，也不痛』已落入生滅。你還沒有見到自己的本性，竟然跑來賣弄！」

神會聽了，立刻禮拜。然後恭敬立在一旁，不再開口。

六祖：「還未見到自性前，應虛心請求善知識幫你指點路徑；一旦開悟見

到自性，就應該依循佛法修行。你還在迷途中沒能見到自性，卻來問：『惠能見到了嗎？』你不需要知道我見性了沒有，我也不能代替你見到自性。等你見到自性，能替代我過迷愚的生活嗎？你為什麼不趕快修行，還有閒暇問我：『見到了嗎？』」

神會聽了立刻再向六祖頂禮百餘拜。請求六祖原諒他的過失，讓他留下來學習。從此服侍六祖，不離左右。

有一天，六祖開示：「我有一樣東西，沒有頭也沒有尾，沒有名也沒有字，沒有正面也沒有背面，你們知道是什麼嗎？」

神會回答：「是諸佛的本源，神會的佛性。」

六祖：「我已經跟你說『無名無字』，你還叫它『本源佛性』。你以後即使弘法，只是個將佛法當作文字鑽研的人，只在文字堆砌而已。」

神會聽了非常感動，他在心中發願：「師父如此慈悲護念，我當更加精勤向內觀照，將來弘化師父的大法，才不會辜負了師父的諄諄教誨。」

《六祖壇經》



煩惱即菩提

志誠法師原是玉泉寺神秀法師的門下。今晨師父把他叫來，說：「常聽人稱讚惠能的教法直指人心。志誠！你聰明多智，我要你去曹溪，聽聽他如何說法。但不要說出你的來處。把你聽到的意旨記下，回來說給我聽，看看惠能的見解和我有什麼差別？」

志誠半個月後到達曹溪，跟隨大眾禮拜惠能和尚並隨眾聽法，竟然很快契悟本心。志誠心中感動不已，起立禮拜，誠懇地說：「和尚！弟子從玉泉寺來。向來跟隨神秀和尚學習，卻無法契悟，但一聽和尚說法即契悟本心。希望和尚慈悲，能時常教誨、指示弟子。」

六祖：「你從秀和尚那兒來，是來當奸細的嗎？」

志誠：「不是！」

六祖：「為什麼不是？」

志誠：「還沒告知來處時，可以說是；但現在我誠實告知，就不是了。」

六祖：「煩惱就是菩提，也就像這樣。」

六祖又對志誠說：「我聽說秀和尚教人只傳授『戒、定、慧』，秀和尚如何教人的？你說來，我聽聽看。」

志誠：「秀和尚說：『諸惡不作，

名為戒；諸善奉行，名為慧；自淨其意，名為定。』秀和尚這麼說，不知和尚您的教法如何？」

六祖：「秀和尚的說法不可思議！只是我的見解與秀和尚不同。」

志誠：「怎麼不同？」

六祖：「我的看法是：『心地無非』是『自性戒』，『心地無亂』是『自性定』，『心地無癡』是『自性慧』。」

六祖接著說：「秀和尚所傳授的戒、定、慧是用來勸發根器小的人；我傳授的戒、定、慧是用來啟發上根利智的人。能夠悟得自性，就無一法可得，也就不須立戒、定、慧三學了。」

志誠：「請大師說不立三學要如何修行？」

六祖：「眾生本具『無非』、『無亂』、『無癡』的自性。只要念念都用智慧觀照自性般若，常離一切法相執著，就能自由自在，還有什麼需要建立的呢？只要契悟真如佛性，自然超越三學的階次了。」

志誠聽後，頂禮拜謝六祖，請求在門下學習。自此常隨六祖左右，從早到晚不曾懈怠。☞

《六祖壇經》



正劍不邪

神秀的魯莽弟子不滿惠能得到衣鉢傳承，買通張行昌來行刺。六祖心性通徹，預先知道這事，準備十兩黃金放在床座間等候。

張行昌趁夜潛進六祖房裡，見他睡得安穩，就往頸上連續揮刀三次，認為對方肯定斃命，正要離開時，忽然聽到：「正劍不邪，邪劍不正，我只欠你黃金，並不欠你性命。」行昌嚇得昏了過去，很久才醒過來。

行昌對著站在面前的六祖，痛哭流涕地懺悔：「原來您真是位大修行人！請原諒我一時無知。我願意跟您出家，在您身邊服侍您。」六祖把十兩黃金交給他，說：「你沒有完成被交付的事，對方不會放過你；我的徒眾一旦知道這事，恐怕會傷害你。你還是帶著黃金先離開，將來改頭換面後再回來。」

張行昌懷著複雜的心情離開。不久出家為僧，嚴謹持戒。幾年後回來禮拜六祖。

六祖一見到改換僧服的張行昌便認出來了，說：「我掛念你很久了，怎麼這麼晚才來？」

行昌：「弟子感激大師您寬宏的胸襟，不久便出家修苦行。我很用心研讀

《涅槃經》，卻無法理會經中『常』與『無常』的義理。乞求和尚慈悲為我解說。」

六祖：「所謂『無常』，就是指佛性；所謂『有常』，就是指一切善惡諸法的分別心。」

行昌：「和尚您說的和經文正好相反。經上說『佛性是常』，您卻說『無常』；經上說：『善惡諸法，乃至菩提心，皆是無常。』您卻說『常』。弟子現在更加困惑了。」

六祖：「佛陀說『常』，是為了破除外道對『無常』的執著；說『無常』，是為了破除凡夫對『常』的偏見。本是活潑地應機說法。

但你現在死抓著片面的解釋而未通透真正的意涵，錯解了佛陀的圓妙微言。誦讀經書千遍，又有何益？」

行昌聽了大悟，頌出一偈：「因守無常心，佛說有常性；不知方便者，猶春池拾礫。我今不施功，佛性而現前；非師相授與，我亦無所得。」

六祖：「你現在徹悟了，應該改名志徹。」

《六祖壇經》



一花開五葉

唐玄宗先天二年七月八日那天，六祖把門人喚來面前告別：「下個月我就要離開世間。你們有什麼疑問，趕快提出來，我好為你們解疑，讓你們能開悟而得到安樂。等我離開人世，就沒人教你們了。」弟子們聽到六祖這麼說，難過地落下淚來。

六祖見到這種情形，便責備他們：「你們這幾年在山中都修什麼道？你們擔心我不知道將要去哪裡嗎？如果我不知道自己的去處，怎會和你們告別？還是說你們因為不知我會去那裡才悲泣？自性本無生滅、無來無去。」大眾收起悲泣，禮拜六祖。

上座法海走向前，問：「大師！您離開後，衣法交付誰？」

六祖：「法已經交付了，你不須問。在我入滅後二十多年間，邪法橫行，惑亂我教宗旨。這時若有人挺身而出，不惜生命地為佛教辨明是非、樹立宗旨，就是承繼了我的正法。衣鉢就不再傳了。達摩初祖曾傳下一偈：『吾本來唐國，傳教救迷情；一花開五葉，結果自然成。』禪法現今已經成熟，衣鉢的傳承只會引起不必要的爭端。」等六祖認為事情已交待一段落，就讓大眾退

去。眾人心裡都明白大師即將圓寂。

八月三日那天，用過齋飯，六祖說：「各位再坐一下，我和你們告別。」

法海聽了趕快發問：「大師你將留下什麼教法，讓當代及後代的人能見到佛性呢？」

六祖說：「我留個長偈給你：

『即緣有眾生，離眾生無佛。迷即佛眾生，悟即眾生佛。愚痴佛眾生，智慧眾生佛。心險佛眾生，平等眾生佛。一生心若險，佛在眾生中。一念悟若平，即眾生自佛。我心自有佛，自佛是真佛。自若無佛心，向何處求佛？』」

六祖又交待說：「我離開後，如果你們像世間人一樣地悲泣，穿孝衣，接受弔問及錢帛，就不是我的弟子。你們要看好自性本心。無動無靜，無生無滅，無去無來，無是無非，無住無往，坦然寂靜，就是走在修行的大道上。

我離開後，還是要依我的教法修行，就像我在世一般。如果違背我的教法，就算我還在世間，對你們的修持也沒有益處。」

六祖在當夜三更滅度。寺內一時異香氤氳，數日不散。☸

《六祖壇經》

專輯 【六祖惠能】

一輪明月 照天心

《六祖壇經》的啟示

文 嘉南大學客座教授 田博元
插圖 蔡志忠

田教授於九十七年一月份，在嘉義民雄圖書館講演「一個自覺生命的完成」，是他多年研討佛法與修鍊的心得。

教授為我們指出佛法最精微處，彷彿明月在天，昭朗無雲，我們循著指月的手，讓明月映心，圓滿生命自覺的歷程。



華枝春滿，天心月圓

問余何適？廓爾忘言。

華枝春滿，天心月圓。（弘一大師偈）

《六祖壇經》是禪宗六祖惠能大師法寶的簡稱，是中國禪宗最早的語錄。今天這場演講談的是《六祖壇經》的啟示，我特別使用一個交融禪法與文情的題目，以「一輪明月照天心」作為講題，因為「天心月圓」一語，正是我恭讀《六祖壇經》，受其法語沾潤所得最大的法益。而「天心月圓」，則是得自弘一大師偈語的啟發。《弘一大師傳》書序中有位法師寫道，弘一大師一生對佛法的信、願、行、證，體現了「一個自覺生命的完成」，此語令我深受感動。多年以來，歲月遷流，物換星移，然而這份感動，卻一如始初。所以今天我以該首偈語作為引言，以「華枝春滿，天心月圓。」相互共勉。

弘一大師俗名李叔同，是民國初年譽滿天下的藝術家，他才華洋溢，多情浪漫，性情疏放不羈，生活多采多姿，大家耳熟能詳的歌曲「長亭外，古道邊，芳草碧連天……」即其作品。他是民國初年藝術界閃亮的一顆星，而當他正走到藝術的高峰時，驟然間，卻翻越到另一個佛法的高峰。他薙髮為僧，毅

然走向菩提大道，而且以戒律作為修行的法門！我們都知道，律宗戒律最為謹嚴，不只要求外在的修持而已，更深微至於起心動念之際，所以弘一大師選擇的是一條最難走的修行路。「難行能行，難捨能捨。」這正是大丈夫學佛的氣概，此等魄力真是令人佩服。

為了修律，弘一大師放下世間塵緣，毅然割捨一切，專注於修行。根據傳記記載，出家初期，他每次念佛都會念到嚎啕大哭。為什麼出家初期的弘一大師會如此呢？他的淚非常值得我們深思。弘一大師的眼淚，是他發自內心真誠的懺悔，因為他實實在在體悟到，過去在紅塵俗世所走的是一條錯誤的路，

所謂「往昔所造諸惡業，皆由無始貪瞋癡。」那是在業力的牽引中，不斷地在生死中流浪。如今他一旦看清楚，就知道佛陀為他指引的才是一條真正可以解脫的大道。弘一大師用「悲欣交集」四字，描述他學佛的體會，為什麼會「悲欣交集」？是為了什麼而感到悲傷？又是為了什麼而感到欣喜？如人飲水，冷暖自知，各位可以在修行的道路上點點滴滴去體會。弘一大師晚年時，留下「問余何適？廓爾忘言。華枝

春滿，天心月圓。」的偈語，正是他一生對佛法信願行證，最圓滿的體證。

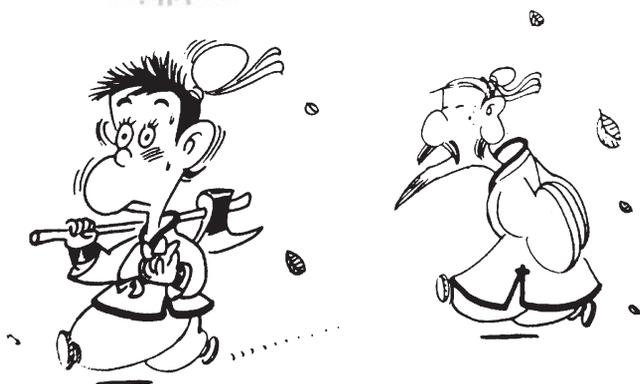
學佛是無關學歷高低的，我個人深信世間的學問與天生的利根之間並無絕對的關聯。多年以來，我接觸過許多學歷不高卻對佛法一聽就懂的人，他們當中有的甚至連國小都沒有畢業，令人難以思議。這使我想起六祖惠能學佛的因緣。惠能出身貧困，未能讀書求學。一日，六祖偶然聽聞人誦《金剛經》，「一聞經語，心即開悟。」他當下就開悟了，真是不可思議！其實佛陀在《金剛經》即已開示，世間必有六祖惠能此等第一利根的人，《金剛經》云：

須菩提白佛言：「世尊，頗有眾生，得聞如是言說章句，生實信不？」

佛告須菩提：「莫作是說。如來滅後，後五百歲，有持戒修福者，於此章句，能生信心，以此為實。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……。」（正信希有分第六）

所以「一聞經語，心即開悟。」的六祖惠能，即是佛陀所說「聞是章句，乃至一念生淨信者。」而六祖的「心即開悟」，正是來自「一佛二佛三四五佛而種善根」。在過去世，六祖已經努力栽培了深厚的根柢，這一世他只是在等待開悟的機緣而已，一旦因緣和合，自然當下即悟。而六祖累世所修，是自性中本然具足的佛性，不假他求，與世間學問不同，世間學問必須向外探求，而本然具足的佛性一旦機緣和合，便會豁然還得本心，完全體現出來。即使不具世間學問，六祖還是能得如來真實義，所以學佛無關學歷高低。



佛以一大事因緣故，出現於世

《法華經·方便品》說：「諸佛世尊，唯以一大事因緣故，出現於世。」佛陀一生，示現說法，以一大事因緣故。什麼是「一大事因緣」？《六祖壇經·機緣品》說：

一大事者，佛之知見也。世人外迷著相，內迷著空；若能於相離相，於空離空，即是內外不迷。若悟此法，一念心開，是為開佛知見。

所謂佛知見者，《六祖壇經·機緣品》進一步解釋：「只汝自心，更無別佛。」佛陀在菩提樹下，徹悟宇宙人生的絕對真理，開口說道：「奇哉！奇哉！一切眾生皆有如來智慧德相，但以妄想執著，不能證得。我欲悟之，令其一切智，無師智，自然智現前。」（《華嚴經·如來出現品》）換言之，眾生皆具佛性，所以，理上說，成佛是應然，也就是人生的一大事。

學佛有四難：人身難得，佛法難聞，明師難求，中土難生。

各位要知道人身為何難得？因為人身有所謂的六識，對這六識，我們要善用它，不要被它牽著走，要靠聞、思、修，藉這六識，轉識成智，來幫助我們超脫輪迴。所以說

成也它，敗也它。我們要懂得善用它，這是「人身難得」最重要的意義。

一個人如果被業識牽著走，就會在業識中顛倒夢想，在生死中不斷輪迴，因為它一直拉著你轉。但是如果藉識進去，轉識成智，知道什麼該做，什麼不該做；秉持正法，如法受持，不再被意識所牽動，你就能超脫輪迴。所以，修行有一句話說：修行要向上一著修，不能向下。也就是說不能順著業識走，一旦順著業識走，必然生生世世流浪生死。人之所以輾轉於輪迴，沈淪於苦海，就是因為業識的牽引。輪迴的根源，一言以蔽之，就是業識。所以，修行必須「逆」行，不能順去。

各位想想，在我們的生活經驗中，當你順著嫉妒心走時，你是不是一直在嫉妒？在嫉妒中不由自主的打轉，永遠不得止息，這是不是就是在受苦？或者順著貪婪心走時，你是不是一直在妄想貪求？妄想貪求而不可得，又陷入無邊的痛苦，無法自拔。佛經上說「苦集滅道」，「集」就是在提示我們找出「苦」的根源。當我們隨業識順流而下，這一生就是苦；當我們反過來逆流而上，找出「苦」的根源，這一生就不再是苦。

所以修行要往上一著想，往上逆著修。

希遷禪師曾說，人自生至死就是這個「回頭轉腦」，除此之外，「更莫他求」。回頭的世界無比清涼，轉腦的人生無量自在。不知回頭，不能轉腦，一生只有茫茫然跟著業識走，日日被貪、瞋、癡三毒役使而不自知。回頭轉腦，回頭是岸，這才是人生第一等大事。當我們打開一部佛經，開經偈即明白告訴我們：「無上甚深微妙法，百千萬劫難遭遇。」我們都會接著誦念：「我今見聞得受持，願解如來真實義。」這解得「如來真實義」，「見聞得受持」最是重要。所以我們要回頭轉腦，轉識成智，修持這百千萬劫難遭遇的妙法。

我今天要提醒各位，得成人身並不容易，在六道輪迴中生而為人，必須福德因緣具足才行。我在研究所開設「生命教育」課程，課堂上放映一部影片「生命的吶喊」，



片中豬、雞等牲畜受到人類宰割時，牠那聲嘶力竭的哀嚎、痛苦掙扎的慘狀，讓你根本不忍看到最後。牠們的吶喊，傳達出生命卑微的無奈，因為墮落在畜生道，所以只能任人宰割。而得成人身的我們呢？不僅是萬物之靈，生命可以自主，甚至能提昇生命的境界，達到超生了死，脫離輪迴。

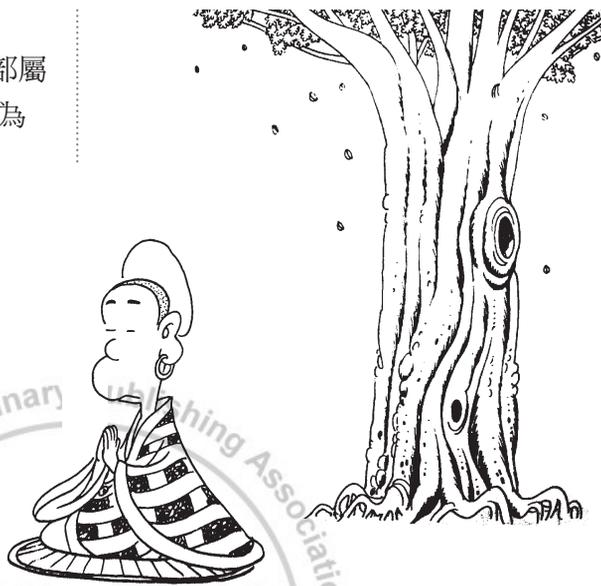
因為人能夠把本覺的智慧開發出來，一旦體悟菩提是人生應行的大道，就會往前走，不再回頭。修行的路是一條不歸路，所謂不歸路，就是往前直走，義無反顧，不再回頭的路。這是生命教育的真諦，唯有透過生命的自覺，才能完善自身以至群體美好的生命。

佛陀用祂的大智，看透生老病死；更用祂的悲心，為眾生找尋生命的出路，思考要怎樣做才能不為生老病死而苦。這份悲心實在令人感動！佛陀為了解脫眾生之苦而出家，在菩提樹下睹明星證道，發下大願，下化眾生。佛陀為眾生所指引的，是一條真正解脫的大道。世間榮華利祿，轉眼成空；功名富貴，及身而沒。當我們走到生命的終點，這外在的一切都成了過眼雲煙，

想留也留不住。

亞歷山大大帝臨終之際，要求部屬將他以兩手攤開的姿勢下葬，這是為什麼？他要告訴世人，死後兩手空空，都帶不走啊！即使生前擁有橫跨歐亞的大帝國，集權力、財富、榮耀於一身，呼風喚雨不可一世，走到生命的盡頭卻一樣也帶不走。這給予我們很大的啟示，激發我們思考，到底人生到最後所能帶走的是什麼？應該帶走的是什麼？

既然人身難得，我們要怎樣聞佛法而修呢？五祖的大弟子神秀大師，他講過這樣的偈語：「身是菩提樹，心是明鏡台；時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」五祖並沒有把衣鉢傳給神秀，可是各位也不要忘了，當六祖惠能提出「菩提本無樹，明鏡亦非台；本來無一物，何處惹塵埃？」偈語的時候，五祖把它擦掉，說惠能「亦未見性」。等到夜裡三更時分，五祖對惠能講授《金剛經》，當講到「應無所住而生其心」一句時，惠能頓時大徹大悟，於是五祖才授予衣鉢，惠能成為禪宗六祖。我要告訴在座各位，此處道理正是學佛之人必須體悟的一大關鍵。



五祖為什麼要在三更才傳衣鉢給六祖呢？因為六祖到這個時候徹悟「一切萬法不離自性」。六祖說：「何期自性本自清淨！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！」前四句是體，是自覺，是自性空；末一句是用，是度生，是勝義有。全體大用，正是「佛佛惟傳本體，師師密付本心。」的無上妙法。

自心眾生無邊誓願度

《六祖壇經·懺悔品》說：「自心眾生無邊誓願度，自心煩惱無邊誓願斷。」六祖說明其義如下：

善知識！大家豈不道「眾生無邊誓願度」？恁麼道，且不是惠能度。善知識！心中眾生，所謂邪迷心、誑妄心、不善心、嫉妒心、惡毒心，如是等心，盡是眾生；各須自性自度，是名真度。何名「自性自度」？即自心中邪見煩惱愚痴眾生，將正見度。既有正見，使般若智打破愚痴迷妄眾生，各各自度。邪來正度，

迷來悟度，愚來智度，惡來善度，如是度者，名為真度。

此段語錄正可與《金剛般若波羅蜜經》一段經義互相發明：

佛告須菩提：「諸菩薩摩訶薩，應如是降伏其心：所有一切眾生之類：若卵生、若胎生、若濕生、若化生，若有色、若無色，若有想、若無想、若非有想、非無想，我皆令入無餘涅槃而滅度之。」〈大乘正宗分第三〉



這潛藏在你我身中所有的自心眾生，我們都要一一去度，這就是「如是降伏其心」的真諦。當貪瞋癡的念頭興起，就是自心眾生在興風作浪，要如何降伏它？唯有度之一途。

《金剛經》所說的降伏其心，就是要降伏六祖惠能所說的「心中眾生」——邪迷心、誑妄心、不善心、嫉妒心、惡毒心。我們捫心自問：誰的心中沒有邪迷？沒有誑妄？沒有不善？沒有嫉妒？沒有惡毒呢？如何一一去度，真是我們一生的功課。

六祖告訴我們，要用般若智慧「自性自度」：邪來正度，迷來悟度，愚來智度，惡來善度，度得了自心眾生，才是真度。各位不妨思考一下，人何以會有所謂生死大事？

因為人的自心眾生有生死心，所以人生會有生死事；如果度了此心，那麼人何來生死之事的煩惱呢？

神秀大師的偈語：「身是菩提樹，心如明鏡台；時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」《六祖壇經·行由品》我們一般把它視為「漸修」。六祖惠能的偈語：「菩提本無樹，明鏡亦非台；本來無一物，何處惹塵埃？」《六祖壇經·行由品》我們一般把它視為「頓悟」。以前我在研究所講授「佛學研究」課程時告訴學生：我們

並沒有資格來論斷神秀大師與六祖惠能的偈語，但是我們切切實實可以藉它來修行。其實神秀大師說「身是菩提樹」這句話，對我們一般學佛的人是很重要的，除非真的具備像六祖一樣的第一等利根，可以一聞經語，心即開悟，否則還是要善用人身，把人身當成菩提道場來修持。

而認清自己人身的價值，要注意：不要往外求索。往外求索，永遠找不到生命的答案；而是要向內觀照，時刻反省自己，檢討自己。六祖與神會談論「亦見亦不見」時，說：

「吾之所見，常見自心過愆；不見他人是非好惡，是以亦見亦不見。」

反觀你我，我們的「見」與「不見」，正好與六祖相反。我們肉眼所見盡是他人的是非好壞，而且看得非常清楚；看自己的是非好壞時，卻怎麼樣都看不清楚。所以應該倒反過來！用慧眼，看自己的過錯，不要起分別妄想。當六根與六塵相應，就會起六識分別，而分別心一生，就擺脫不了得失的糾纏，煩惱痛苦不已。所以六祖期勉我們「自心眾生無邊誓願度」，把自己的這個人身當作是菩提道場，好好去度自心眾生，去斷自心煩惱。

自性無上佛道誓願成

《六祖壇經·懺悔品》說：「自性法門無盡誓願學，自性無上佛道誓願成。」並進一步說明：

法門無盡誓願學，須自見性，常行正法，是名「真學」。又，無上佛道誓願成，既常能下心，行於真正。離迷離覺；常生般若，除真除妄，即見佛性，即言下佛道成。

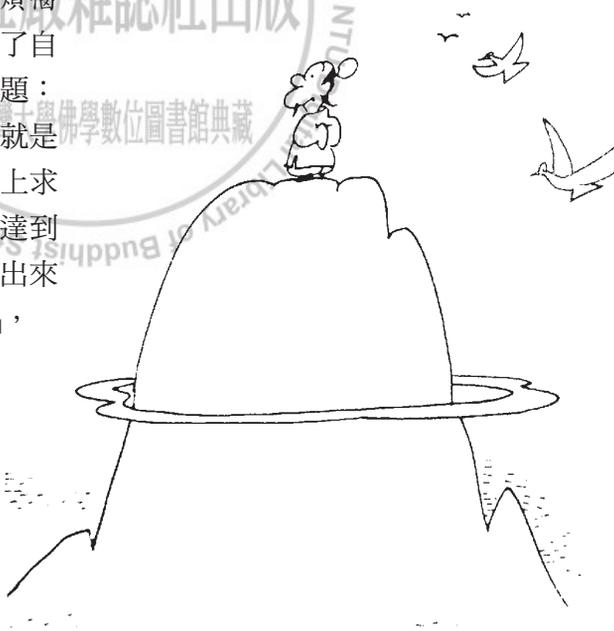
所謂「無盡法門」，即是「法爾現成的心地法門」；所謂「無上佛道」，即是「法爾現成的自性真如佛」。

「自心眾生無邊誓願度，自心煩惱無邊誓願斷。」度了自心眾生，斷了自心煩惱以後，隨即面臨一個重大問題：自覺以後，接下來要怎麼辦？——就是覺他，要下山來度眾生！所以說「上求下化」，上求就是為了下化。如果達到「本來無一物」的境界了，卻不肯出來「嚴土熟生」，就是著相在「頑空」，沒有進入菩薩道。《般若波羅蜜多心經》說：「色不異空，空不異色；色即是空，空即是色。受想行識，亦復如是。」色空不二，當證到「色不異空」、「色即是空」的境界，大智出

來了；但是有般若的大智，也要證入「空不異色」、「空即是色」，於是大悲相傍而生。悲智雙運，上求下化。

你我的這個色身，就是菩薩道場。我可以肯定地告訴各位：沒有行菩薩道，成不了佛；發菩提心，行菩薩道，才是成佛的不二法門。

所以，當自心眾生已度，自心煩惱已斷，應發願以無量法門度化眾生，行菩薩願，成無上佛道。





一個自覺生命的完成

廿一世紀的佛教徒，應自覺的承擔起一個重責大任。民國八十幾年時，教育部針對北區大專院校訓育人員舉辦一場專題演講，當時我受邀主講。我說：「在廿一世紀，宗教與心理諮商將會扮演很重要的角色。」為什麼？因為在那個時候，已經可以看到，知識經濟過份膨脹的結果，導致偏差的發展。我說：「這麼強調知識的重要，人類會不會面臨一個危機？人生有沒有比知識還重要的東西？」有，就是智慧！因為有智慧，才能活用知識，進而利用知識來造福人類。

如果沒有智慧，沒有慈悲，就會利用知識為害社會。其次，資訊過度發展，形成所謂的虛擬世界，造成人與人之間的疏離，助長了自我主義與功利思想，這也是一個不容忽視的危機。所以到了廿一世紀，宗教與心理諮商會扮演重要的角色。

廿一世紀是一個價值混淆、思想徬徨的時代。而宗教就像是一個救生圈，你拉住了，就不會沈下去。可是佛法應該還有一個更重要的角色，它不只是丟給你一個救生圈，它還可以讓你登上岸！所以我們要藉佛法把自己從業識中

拉出來，最終回歸到自己的自性，這樣就不會在萬丈紅塵中尋尋覓覓，四處奔忙了。

「自性無上佛道誓願成」，當佛陀在菩提樹下徹悟宇宙人生的絕對真理之際，開口說道：「奇哉！奇哉！一切眾生皆有如來智慧德相，但以妄想執著，不能證得。我欲悟之，令其一切智、無師智、自然智現前。」（《華嚴經·如來出現品》）佛陀所說的「如來智慧德相」，是我們本然具足的，此一本然具足的佛性，具足了無量的般若智慧，具足了無量的慈悲，具足了無量的願力。譬喻說之，自性就像生命中的太陽，一旦撥雲見日，陽光必定普照大地。太陽就像佛光，而佛光就是智慧，當它普照的時候，就代表慈悲，代表願力。這一無量的悲智願行，會使你不論膚色、不論男女、不論地域，一視同仁，救度眾生。所以，「一輪明月照天心」，這輪「明月」不在高高的天上，就在你的自性，而天心就是你的本心，是那沒有造作與虛偽、沒有成見與偏執的本心。所以六祖告眾曰：「善知識！菩提自性，本來清淨；但用此心，直了成佛。」

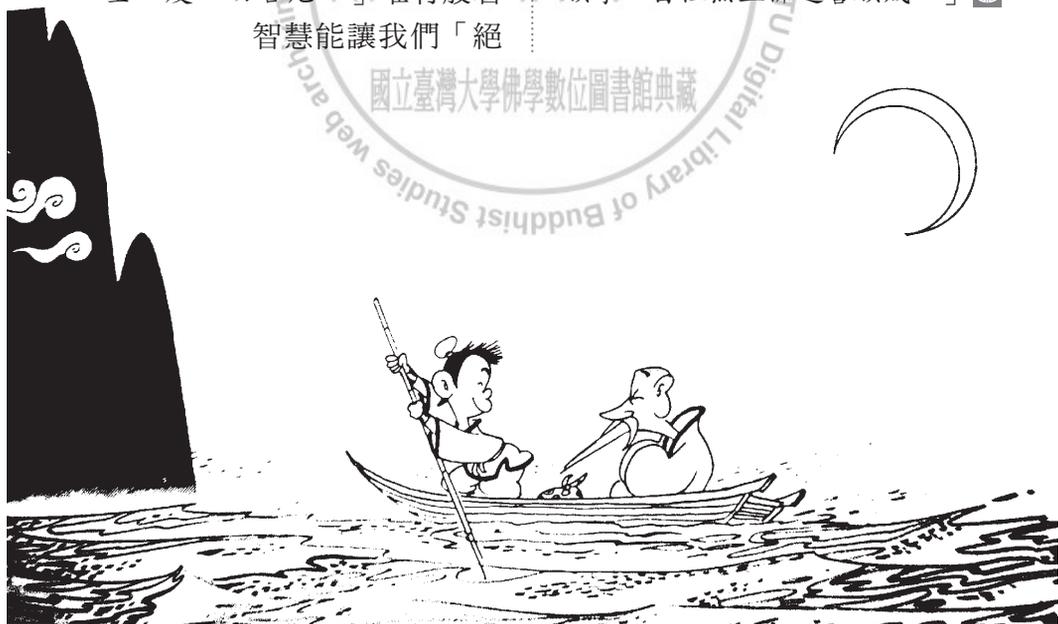
學佛雖有四難，然而在座各位，人

身難得今已得，佛法難聞今已聞，而難求之明師呢？不是教你向外去追尋一位明師，而是指你本身佛性的自覺，「迷時師度，悟時自度。」這個「覺」才是你的明師，諸位切記一定要以「覺」為師！中土難生，「中土」即是「中道」，不偏執於是非善惡的兩端，不起分別妄想，於是煩惱不生，悲智雙運，嚴土熟生。

《大智度論》上說：「般若將入畢竟空，絕諸戲論；方便將出畢竟空，嚴土熟生。」般若，就是無盡藏的智慧，《般若波羅蜜多心經》說：「觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。」唯有般若智慧能讓我們「絕

諸戲論」，如《心經》所說「心無罣礙」，「無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。」在業識流轉中的一切，都只不過是一場戲論，不是生命的根本。

「自心眾生無邊誓願度，自心煩惱無邊誓願斷。」當我們證得了般若智慧，絕對不能自己守住空，而不願走出來度眾生。「阿彌陀佛」，中文譯為「無量壽」、「無量佛」，可見西方淨土是大家一起去的，不是只有你一個人去；如果只有你一個人去，那你是多麼寂寞啊！所以最終要能夠下化，回到世間來度眾生，「嚴土熟生」才是學佛的真諦，這也就是所謂「自性法門無盡誓願學，自性無上佛道誓願成。」





挑
戰
回
應

靈光常見

編輯組

閱讀完中國禪宗「六祖惠能」大師專輯，相信您對惠能大師充滿故事性的一生，以及大師頓悟自性、直了成佛的教法，有了不同面向的了解。

以下提出若干問題思考，或您有其他發現，期望讀者有所迴響，與眾人分享您的經驗與看法。（請 email:magazine@gaya.org.tw 或來稿。）

【問題】

（一）惠能大師出身平凡，並沒有受過高深教育的薰陶，甚至連文字也不識得幾個，但在面對五祖弘忍及無盡藏尼的質問時，卻能毫無卑怯地，依法直言。

您認為惠能在面對質問的當下，是以什麼樣的心態來回應？如此自信而無膽怯的背後，是什麼樣的力量在撐持著他？

（二）惠能大師曾經開示「佛法在世間，不離世間覺；離世覓菩提，恰如求兔角。」

您認為這句話與念佛求生西方淨土互相矛盾嗎？

（三）中國禪宗自六祖惠能後大放異彩，個性迥異的弟子們，接受惠能應機的指導後，發展出五家七宗，各有其接引學人的特色。

您如何看待祖師們所留下的公案及或棒或喝的指導？您又是如何看待中國禪宗與原始佛教？

（四）在《六祖壇經》中，惠能大師留下了許多對後學們的指導。

請您從《六祖壇經》的偈頌中，選出與您當下身心最相應的一句，與讀者共同分享。



栽培自己 從「忍度」說起

釋悟因

看待世間，並不是忍氣吞聲的對立，
而是要有超越的智慧，是全然的安住、面對。
這才是「忍度」。

我從小就很喜歡讀書。讀書，有的人是為了就業；而我在十八歲時，為了可以讀書而出家。一般正規教育，從幼稚園、小學，一路讀到中學、大學，所拿到的那張畢業證書可以就業、升官、賺錢、加薪。但是，在佛法的大海裡，研讀佛法的目的與正規教育的路線不同。以信眾的佛學研讀班來說，我常對同學居士們說：「佛學研讀班的畢業證書是不保證能夠找到工作、升等、加薪的。」佛法的學程與學校教育不同，佛法所教導的，四諦的第一諦——苦諦，例如人生的生、老、病、死等四苦、八苦，這是告訴我們人生的實相，是人生很重要的課題，不可以不讀，這也是我所說的讀書。今天說「栽培自己」，栽培自己是需要的，就從自己栽種、培植「波羅蜜多」的課題來談。

波羅蜜多

巴利語 Pāramitā，音譯為「波羅蜜多」，漢譯為「度」，唐代譯「到彼岸」。本義是完全、絕對圓滿，亦即修行的完成。

「波羅蜜多」，是巴利語音的直譯，念起來常只念「波羅蜜」。漢譯「度」，就是渡船的意思。《心經》中的「般若波羅蜜多」，也是 Pāramitā，唐朝玄奘大師便譯作「到彼岸」，意思是完全、絕對圓滿，也就是修行完成的意思。

「栽培自己」，目的是逐漸達到圓滿的境地，栽培的方法就是「學習波羅蜜多」。所謂「學習波羅蜜多」，就是學習一套本事，練就一套度化自己的本領。就如同前面橫梗著一條河流，有很多的阻礙與考驗，我們如何跨出這一步？如何橫渡？這就是學習的內容。

「波羅蜜多」的另一個意思「到彼岸」，即是學習波羅蜜多的成果。「彼岸」相對「此岸」，是學習的起始點。「彼岸」是一個目標，是值得追尋的理想；「此岸」指的是現況，包括滿意、不滿意的，全部都是。我們所追尋的「彼岸」，佛經中最好的叫淨土——清淨國土，是一個理想的世界，而個人透過修行可從此岸達到彼岸，超越、跨過橫流。

般若智慧統率前五度

大乘佛教的修行法門——渡河方法很多，統攝起來有六，即「六波羅蜜」：布施波羅蜜、持戒波羅蜜、忍辱波羅蜜、精進波羅蜜、禪定波羅蜜、般若波羅蜜。此「六度」可歸納為二組：「慈悲」與「智慧」。布施、持戒、忍辱、精進、禪定，都是修行法門，基於慈悲的立場來修學。布施有大的福德；基於慈悲來修持戒律；乃至忍辱、精進、禪定，都有大的福德。而般若度是唯一不共，不但不同於聰明、才智，也不同於前五度；般若如眼目，有般若眼目的引導，其餘五項才可能成為波羅蜜而得以增長。

布施需要般若智慧的加持，這個布施就不只停在善業的層次。善業是世間的、有限的。持戒更需要般若智慧，持戒若沒有般若智慧的配合，就像台灣俚語：「橫柴舉入灶。」硬碰硬絕對是橫梗，打不進核心的。在什麼情境、什麼背景之下如何持戒？弄得清楚，才叫持戒度！其他忍辱、精進、禪定等都需要般若的引導。般若度是

前五度的眼目，有般若眼目時，你才知道人在世間還需要福德、慈悲的佐助。智慧與慈悲是「體」與「用」的二個面向。在「法」的修學過程裡，不可能獨缺哪一件。

波羅蜜多有六，但不是並行的，
統帥前五度的是般若。

忍辱波羅蜜

今天，我單舉忍辱波羅蜜，來談談「栽培自己」的方法。

忍：忍受種種的迫害、困苦

忍，一般說是如刀插在心上。忍，是遭遇種種的迫害、困苦，違逆自己的情意，才叫「忍辱」。有忍辱經驗的人應知個中滋味。在現實生活中，從周圍的家人、親友、鄰居，甚或到生活環境、工作職場，不斷要面對種種問題的考驗。有時，對爸爸、媽媽要忍耐，有時對自己的兒女也要忍耐。對父母的忍耐比較少，對兒女的忍耐比較多，不然現在的青少年就會離家出走哦！至於對老闆，或對員工，這彼此間的關係，那更是微妙了。

曾經有人抱怨子女不聽話，很苦。我說：「這是你的子女呀！你忍耐你的子女，是因為所有的愛與希望，都放在自己的子女身上。你忍耐他們，是在忍耐你自己的愛。多少忍耐、等待與歲月，都是基於愛啊！」忍是菩薩的大事，修行菩薩道要先修忍，照顧子女是在修父母的愛；更進一步，最好再修習慈悲與智慧，轉化父母的愛也是修行的法門。

我舉一個例子。現代的年輕人吃不了苦，尤其是女生，懷孕了，身材會走樣，過程也很辛苦，願意生一、兩個孩子就很難得了。懷孕的媽媽心煩時，我會說：「妳摸摸肚子，孩子在肚子裡時最乖。不會亂跑、不會回嘴，妳也不用換尿布，這是個省事的階段。一等出生，既喜悅又疲累，初為人母也常會有懊惱疲累——無法一覺到自然醒，半夜要換尿布泡奶瓶，要抱抱。從頭到尾要多少的耐心，此時，只有忍——忍——忍。

也不要想著孩子快快長大，每個階段都是最乖的。還抱在手中時，不會頂嘴，給什麼吃什麼，不會跑去玩電動玩具，不必上學，一整晚只哭一、兩下，這多好。上學後，老師說他翹課，跟小朋友打架，成績不好，這些也都只是小事一樁！以後追女朋友失意了，愛別離、怨憎會，生活中盡是求不得苦。

佛法說，老、病、死固然是苦，還有一種五蘊熾盛苦。其實人的一生，一直在過程中度過。成長固然是本來如此，衰老、生病、死亡，也是本來如此。面對物理、生理變化，又有社會、心理的變化，人要學習，從頭到尾都要學習。——人的一ance就是來學習修行的，其中最需要修行「忍」的，是自己。

「忍」，是菩薩道的學習課題，它不只是慈悲而已，因為「忍」是在每一個情境、每個狀況、每個當下的修行，這樣的慈悲需要多少的智慧啊。

忍，是菩薩的大事。
修行菩薩道，要先修忍辱波羅蜜。

忍度

忍辱不一定是「忍度」。「度」是超越的意思，超越什麼呢？可以從兩方面來看：一是從成佛來說；一是從眾生的習性來說。從成佛來說，「度」有自度度他的意思。自度是上求；度他是下化。上求佛道要學佛，有一分的自覺，自覺是內化；下化眾生，是攝化、護念、利益眾生。從眾生的習性來說，忍不只忍耐，不只是刀插在心上的忍耐，忍辱要不受傷害，看到自己沒有怨尤，接受它，面對它，在佛法中找到自己身心的安住，有超越才叫「度」。

為什麼需要修「忍辱度」？前文說，五度以般若為導，當我們以般若智慧來觀照，就會發現「忍」的必要性。首先是眾生的內在有煩惱、愚昧、無明，這可從眾生忍、無生法忍來談。

「成佛」是攝化眾生、護念眾生、利益眾生的歷程。

眾生忍

眾生是衝動愚昧、無明、煩惱、不能堅忍

生忍，又叫做「眾生忍」，對一切眾生忍辱不瞋，就是「眾生忍」。我們一般的思維模式是：「我已付出那麼多，你怎麼這種態度、做法？我當然生氣、憤怒。」這已表現在身口的行為了。

再則，我們根本不知道世間有多少的因緣差別，這就是「無明」。「無明」即是不知、不足、不盡，有內在打結的煩惱，但沒有發出身口動作，雖然沒發作，卻會造成身心的不和諧。

有時，立場不同，連老天爺也做得不夠！下雨，一個曬米粉的說：「糟了！老天爺怎麼不疼我，雨還下不停，我在曬米粉耶！」

一個賣雨傘的說：「我的生意真是好。」一個物理現象的下雨，每個人的解讀都不一樣。千差萬別，永遠有距離。

我再說一個眾生衝動的例子。有個人去古董店看古董，古董店的老闆看這個人走路「三角六肩」，橫衝直撞，就對他說：「可以看，不可以摸。」對方我行我素地說：「摸一下又沒怎樣。」彷彿更故意似的，後來真不小心撞破了一個古董花瓶。老闆就要那人賠錢，結果那客人竟然說：「你怎麼這般不講人道、人權！我被你的瓷器割傷、流血了，你沒有先處理我的傷口，卻只在乎你的古董。」人道？人權？在還沒有受傷之前是沒得談的，一旦受了傷，就大肆張揚起來。此時，古董店的老闆除了自認倒楣，也要將賠古董的事情與客人在店中刮傷的事，一併接受、處理。

接受、面對、處理，條件是如此，因緣是如此，眾生有愚昧、煩惱、無明，各有立場——我、我的，這是對眾生修忍，就叫做「眾生忍」。

忍的功夫如何做到？

每個人都是從不同的角度講話，忍的工夫要如何做到？修忍的工夫，第一個是用智慧的眼去觀照。忍最主要是對治不忍的煩惱——「愛生氣」。古董花瓶被打破，已經夠難過了，還被指責為不講人道！聽到那一句話，會不會生煩惱？但是，生惱只會讓問題更加複雜。在比丘尼戒也有類似的例子。假使有比丘尼受委屈，發之身口的行動，捶胸頓足、哭鬧，淨說些有的沒的，這是犯威儀的。

做為一個佛陀的弟子，不管是出家、在家，在處理世間事件之前，先要有能力處理自己的煩惱、情緒。錯在自己，則改之；錯在對方，毋需以別人的過錯來懲罰自己，也不要醜化別人，自己不要瞋恨、忿怒。在複雜的時代潮流中，社會的變動加劇，價值紊亂，

急躁無濟於事；要有般若智慧的眼目，先學習讓自己不要煩惱、生氣，這就是修行。

難忍能忍，如何做到？

但是，難忍能忍，如何做到？有理才能說忍。理的基礎在歸納與分析，這只在內心沈靜、沉澱時才做得到。曾聽人說：「師父，我脾氣很壞耶！」我說：「這麼說，是要大家忍耐你的壞脾氣嗎？」有理才能忍，如果連理都站不住，壞脾氣的情緒，有何立足之地？一切都談不上。也有人說理直氣壯，只有理直，才能站得住，但是，修行要修慈悲，切忌得理不饒人。如《慈經》所說：「我希望他平安！希望每一個人平安。」如此，自己的身心是安定的，對眾生也是平等對待的。這是「眾生忍」。

無生法忍

另一種忍叫「無生法忍」。念佛法門的回向偈：「願生西方淨土中，九品蓮花為父母；華開見佛悟無生，不退菩薩為伴侶。」其中的無生法忍，是修忍的另一個層次。往生西方極樂世界，修行的成就是證悟無生，這在現世學佛、修行、用功，是可以達到的。修到無生法忍，就已是成聖、成賢，如果從證果的階位來說，至少在初果以上。「無生」是不生、不滅，離有、無二邊，通達常、非常，空、非空，有為、無為的障礙，於「無生」的法不動不退，即是證「無生法忍」。

如何通達「無生」？體解、徹悟「諸法非實」就能證無生。例如舍利弗發心修菩薩行。一天，有人向舍利弗乞求眼珠，要去合藥讓媽媽治病，舍利弗給他右眼，他說：「不對！媽媽說要左眼才對。」舍利弗又把左眼挖給他，沒想到對方聞了之後，說味道腥，竟將眼球丟

在地上用腳踩一踩。菩薩道真是難行，眼睛給了，對方還嫌腥。人心是善變的，世間是無常的，「無生法忍」是對無常世間的接受心境。

以上說的忍是：眾生忍、無生法忍。

要有般若的眼，用智慧觀照煩惱。
瞋心如火，焚燒功德林，
有瞋怒，就要看到自己有煩惱。

忍的三種分類

忍的巴利語 *khanti* (梵語 *ksānti*)，音譯為「羸提」，意思是堪忍、忍許、安忍，就是不忿怒，不結怨，不懷惡仇，沒有害自己的身命。忍辱的種類分為三種：一、耐怨害忍。二、安受苦忍。三、諦察法忍。諦察法忍，即上述「無生法忍」。三種忍的分類，著重了堪忍、安忍的一面。

耐怨害忍

忍受怨害，如被刀杖、挾怨、誣告、誹謗、傷害等。這是一般理解的忍，是對敵對、責備、傷害、侮辱、或傷害我們利養名聲的容忍。

安受苦忍

忍耐世間各種苦。這又可以分成三類對象：從無情、有情乃至自身的苦惱。

從無情物來的煩惱

颱風、地震、龍捲風、火山、海嘯、寒暑，大自然的各種現象是我們無法選擇的。天寒、天雨、地震、海嘯，人在面對自然的現象，已經盡量想辦法適應。這無情的世間，人活在其中，當天災發生時，更凸顯了人的渺小、單薄與孤獨。要學習謙虛，要互助支持，這更見人與人、人與大自然之間的溫暖、慈悲與支持。生、老、病、死固然是自然循環，學習接受、面對、處理，先讓身心自在、看破，也要能看到還有很多力量一直在相互支持著。

從有情來的煩惱

有情眾生共有六道。佛法的重點在有情，有情的重點在人界。忍是對有情眾生的接受、對動物的接受、對人的接受，這都是考驗。例如：養寵物但又棄養，也是考驗。從人身來說，愛有別離、怨憎相會，都是考驗。

從自身來的煩惱

自身發生的煩惱不一而足，就是耐不住。例如打坐，坐到身心煩躁，還問自己為什麼坐在這裡；修定只有十五分鐘，連誦經時內在也有很多語言，如此不安。這不是別人的問題，正是自己。要給自己多一點的內觀，看清身心的真相。

修行就從接受、面對、安頓開始。打坐、拜佛、經行很好，同時內觀自己的身心五蘊。外面的容易處理；內在最難處理。對自己慈悲一點，多一點點的接受、面對、安頓，這要學習。

諦察法忍

「法」即是緣起法，即是「諸行無常」、「諸法無我」。凡夫在世間要抓住什麼，卻什麼也抓不住。如果能安心在無常法上，任它生

住異滅、成住壞空，心在生、老、病、死的過程中，一直保持慈悲的、肯定的，真正的體悟它。能如此，若是在聖人的境界，至少是初果；在西方極樂世界，即是花開見佛。看待世間，並不是忍氣吞聲的對立，而是要有超越的智慧，是全然的安住、面對。這才是「忍度」。

從對外在逼迫的忍，到對內在煩惱的忍，
在超越的智慧觀照下，
全然地面對、安住，這才是「忍度」。

忍度的呈現

大迦葉與阿難

香刊第五十五期曾經登過一篇：〈是誰為教忍氣吞聲〉。話說佛滅第一次結集法藏時，由大迦葉主持，他對阿難的呵責，舉出十大罪責。當時，不但阿難需要修忍，大迦葉何嘗不是忍氣吞聲？為了激勵阿難證果，以加入結集行列。修行除了有善行外，佛法看待強者弱者的判斷標準，迥異世間，般若波羅蜜的不共世間，是三輪體空，體證「法」的空性，法的永恆，而全然接受。

在變換中安頓自己

台灣是民主社會，政黨輪替，但躁動得很，無論哪個政黨主政，台灣都是我們的家園。有一次，有個法師告訴我，她帶爸爸去香港旅遊，下了香港國際機場，她爸爸嘟囔說：「不知道要看什麼，看山看水，高雄還比這裡還美。」誠然，高雄美在有山有水有港口，

更因為他的感情在那裡；走遍全世界，都不會比家鄉高雄美。

今年新春過年，這位法師想服侍年老久病的父親，就帶老人家逛愛河、哨船頭。哨船頭已經整治過，愛河也成了著名的景點，老人家看了，非常滿足、高興，說唯一的遺憾是高雄捷運還沒通車。元宵過後幾天，老人家就走了，安心地走了。其實，這位老父以前在南非工作，小孩都是由母親在台灣帶大；人在國外，卻心繫家園、家人。晚年多病，長年洗腎，平常念佛用功，安頓自己。

愈開放多元，愈要將心比心，慈悲對待一切

多元、開放的時代來臨，面對變化，唯有不斷調適才是上策。而所謂教育改革，尊重人是教育權的主體，意思是要讓人能充份發揮長才，而不只限於科考一途，但這樣的理想必須社會配合建設各種多元管道，那是引導，也是觀念、視野的開拓。民國五十一年，我到高雄興隆寺常住，興隆寺兩甲田地就在文藻學校對面。我心裡想：「對面文藻正在興建校舍，修女在那邊監工。同樣是宗教師，修女興建學校弘法；佛教卻只能種田，這才叫修行嗎？」於是，我思考宗教師服務社會的另一種可能，後來就創辦香光尼眾佛學院，開辦信眾佛學研讀班。

《香光莊嚴》曾登過一篇典故，是阿含經的記載：有一次阿闍世王要討伐鄰國跋耆國。阿闍世王學佛，又怕佛陀說他討伐是不慈悲，就派了一位禹舍大臣去請示佛陀。於是佛陀說了《七不退經》。佛陀告訴禹舍長者說：你們不可能侵損跋耆國，這有七個理由。第一、跋耆國人常常開會，他們很重視正義。第二、跋耆人上下合、同一條心。第三、跋耆人不違背制度。第四、跋耆人愛護大眾。第五、跋耆人孝敬父母第一。第六、跋耆人淨修梵行，不隨欲害。第

七、跋耆人不貪名利，先人後己。當時，跋耆國是非常小的一個國家，但上下一致、團結，互相的尊敬。佛陀說跋耆國的人民是團結的，別人不可能輕易攻破。佛陀這樣講了之後，阿闍世王就取消攻打跋耆國的念頭。佛陀也用這部經開示僧團僧眾，要站在這樣的原則來看待世間。

台灣已經不只是停留在溫飽的層次，還要有音樂、藝術、運動旅遊等各種學習的內容，生活更加多元。怎麼看待不同文化、背景的展現呢？我平常習慣口袋裡放衛生紙，有時還可以擦桌子。有一次，去東南亞地區，我擦了桌子後，因為不見垃圾桶，這張衛生紙不知要丟到哪裡。我就問餐廳的服務生：「姑娘！這個紙要擺哪裡？」「來！給我！」那姑娘一把就將衛生紙就往窗外丟。其實，三十年前的台灣也是這樣的。如今台灣的教育普及，學佛的人多，改變了我們不同的思考，這些在比較之中才能看到不同。因此，所謂的「安受忍苦」就像身處異地、遇到異類，看到不一樣的文化世界時，應將心比心，不應醜化別人。修行法門可以有各式不同，但真理只有一個，那就是——關心人，讓彼此更有慈悲、智慧，更加自在安詳。

台灣的社會經驗，是一個很可貴的經驗。台灣學佛的人，都能學得很正向、開朗，喜歡生命、充滿喜悅，看待生命、問題，都朝正向思考，而且這些也是可以影響他人的。這是無價之寶，也是社會可貴的力量。

願大家修習忍辱波羅蜜多，增上福德智慧的資糧。願我們一起向究竟圓滿的佛道邁進。🍵

覺鄉咖哩香

歐嘖邁勒

原來，聖地擁有一種轉化的力量，
足以開啟一道門，讓我們以不同的方式觀看這個世界。
這深沉的力場，滲透紛亂的身心，開拓並擴大了內在思緒的空間。

十多年來，有意無意，遊走了幾個國家：東方和西方、南半球和北半球、熱帶和溫帶。一路上，遇過各式各樣的背包客，他們來自不同文化、種族、職業與信仰，但有一個共通點，就是都在尋找某種東西——心靈的成長。

自己行走過的，最難忘的，是佛陀的原鄉。

1997年，香港回歸中國。那一年，我的修學碰到瓶頸，身心渙散不安，於是請假半年，大隱隱於市，住在老同學提供的台北空屋裡。春暖花開時，我決定前往印度禪修、朝聖，我想要在瀟灑咖哩香的國度中，重新找回生命力。

信仰打造的聖殿

晚上十點抵孟買，受到先前太多的警告與提醒的影響，正擔心身處危險又陌生的國家，就看到恆定法師走過來，他已租了車，沿途還不忘介紹、解說，讓我一到異鄉就感受到暖意。

在一個小村落休息，雖然時間這麼晚了，還看到印度人群集買冰棒吃，街角有走唱者彈著曲子討錢。一戶人家見我們是外國人，即前來搭訕，並和我們交換錢幣，十元台幣可換十五盧比。到了法崗內觀中心，已經是半夜兩點，法工等著我們，幫我們提行李。安單就緒，嘿！我終於來到印度了。

住O12禪室，房裡有兩座石床、一個石桌、馬桶、洗手台、水桶、盥洗杯，荒漠中的禪修中心能有這樣的設備，不簡單。早餐吃土司、香蕉和一杯奶茶。午餐主食是飯，菜都是咖哩味，而且煮得糊爛，我胃口好，吃了兩大盤。

齋堂裡有一株大樹，為了保住樹，房頂特別「開天窗」，這種不以屋廢樹的情況，在印度屢見不鮮。住處的對面是一座牛山濯濯的岩山，晚間看星星，北斗七星正在山峰頂，格外清亮。林樹下，看到紅紅的相思豆，撿了幾顆作紀念。

到法崗所在地Igatpur的主街上逛，立刻感受到印度人口的擁擠。密密麻麻的人大約分成三群：四成做生意、一成乞討、五成無所事事地閒站著。有好幾戶人家，客廳中吊著搖籃，搖籃中嬰兒熟睡著，而牛欄也在客廳，牛隻就在嬰孩旁悠閒地吃草、痢便。

菜市場只賣蔬果，沒有海產和肉類。印度人作生意並非童叟無欺，一定要貨比三家。經詢價，蕃茄一公斤十六元，秋葵半斤四元，在唱片行買一片CD，才六十元，真是太便宜了。至於各式各樣的彩色糕餅，基於衛生和健康的考量，我們都不敢買。



◎內觀中心
建立在法崗
山下，用法
滋潤枯地，
寫下荒漠傳
奇。
(照片提供：
歐噴邁勒)

印度的小孩輪廓深，看到外國人，也不害羞，不只會招呼：「namaste！」最常問的還有：「Where do you come from？」及「What is your name？」有些會伸手說：「money。」

在法崗的山腳下，有一排像崗哨的建築物，恆定法師說那是「廁所」，是印度政府鼓勵人民來此落籍而提供的。但是截至目前，只住了一戶。另有一座圓塔，據說是拜火教教徒天葬的地方——用瀝青塗得黑黑的，不怎麼討喜。

白天溫度又乾又熱，臉上要抹油，否則會繃緊得像要裂開。寮房的地板要不時灑水，不然鼻子會受不了，皮膚也會像風乾橘子皮。難怪，我看印度人的腳都龜裂脫皮。

法崗山，這座似沙漠的山，有一種潔淨乾爽的美，尤其是山腰的湖泊和偶爾點綴的幾棵綠樹，更是殊勝。幾個男子在湖岸沐浴洗衣。問路時，他們熱心的指引，並確定我們走對方向後才離去。剛開始的路並不難爬，但是愈往上爬風愈大，路也容易滑崩，最後只好放棄攻頂，坐在山腰聊天吹風，看牛羊啃黃黃的乾草。

禪修新梯次開始，葛印卡老師親自主持禪修預備課程，約有四百人一起共修。學員有許多是放暑假的學生，由於宿舍不夠，還在空地上搭了兩個大帳篷。學員多，吃飯是一個問題。對此，中心有其解決之道：二十天課程的學員提前半小時吃飯；十日禪舊生則提前十五分鐘；等到新生出來，場面可就有點混亂了。

第一次檢查進度，共有四位助理老師。我的AT是一位女性醫學博士，舉止非常高雅。她走到我面前問我修鍊的狀況，客氣慈婉的笑容，解除了我對聽印度腔英文的恐懼。她還問我能適應環境否？我說除了熱一點，其他還好。她點頭說：「Yes, very warm。」印度人的用語很獨特，四、五十度的高溫，不是說hot，而是說很温

暖，感覺降溫多了。

除了集體靜坐，其他時段較鬆。學員打坐的姿勢也非常隨意，他們不為難自己，或許由於無所求，因此更容易有所成吧。在內觀中心，一切設施都是為了禪修，在簡單而完備的環境中，無憂無慮，可以無所罣礙的修行。所有的人，都是內觀的修習者，舉止是如此的安詳，天天耳濡目染，會感覺自己似乎也漸漸充滿靈性，原來的烏煙瘴氣，則慢慢地消逝。

求法的人源源不絕，中心每天夜以繼日趕工蓋房子，葛印卡老師的願力無邊。

一天下午颳起狂風，同時雷聲大作，雷聲經過山谷的迴響，感覺像是爆發星際大戰。鄰近的小孩來趕牛回去，雖然穿著破衣服，臉上也黑黑髒髒的，但卻邊走邊唱歌謠，似乎非常快樂滿足。

有一次集體靜坐，由於許多人咳嗽，形成一種韻律，彼此應和，接著一陣頻繁的急咳，竟使人發噱，致全場爆笑。助理老師只得提前十分鐘放回向卡帶，這是嚴肅修行中的一段插曲。課程圓滿時，處處可見法喜充滿的學員興奮地分享，然後個個揹著大包小包的行李回家。而我由於吃飽睡足，摸摸下巴，多出一團肉肉，期待的福相顯現了。真沒有想到：來到人家視為「險地」的國度，竟讓我心寬體胖。

石窟之旅

法工 Silvia 是美籍華裔，但不會講中文。她在印度將近五年，缺錢時，就去當褓母教英文，賺了錢就四處旅行、在內觀中心禪修、當義工。她說要去參觀石窟，歡迎我跟班。

印度的三等車廂

為了體驗印度人搭車的實況，我們買三等車廂的票（即普通車廂）。

車廂像台灣的平快車，但像「老爺」車。可能是因為星期天，人相當多，站的地方擠到無法轉身，兩人座位通常坐上四、五個人，有的還躺在椅子底下。Silvia走到一個男士的椅子旁，示意他往裡靠，然後她就挨著坐下來，我看那男生臉都紅了，她還問我要不要坐，我趕緊搖頭。接著，她一個個位子去問人家何時下車，為我和同行友人小棠預定座位。

連續幾站總是下車的人少，上車的人多，加上手腳敏捷的兜售小販，擠得就像沙丁魚罐頭。小販的人數多，兜售的品類更是五花八門：吃的、用的、喝的、玩的，樣樣俱全。在車子停靠近三十分鐘的車站，小販有充裕的時間賣了東西才下車。有一些小販本身也是乘客，漫漫旅程，也夠作討價還價的買賣。有位賣芭樂的婦人，一節節車廂兜售，走道人擠，簍子過不去的時候，怎麼辦？別擔心，印度女人的絕活——用頭頂著即成。由於價格公道，賣三個五盧比，她的生意很不錯。她還有現削、抹鹽的服務，動作伶俐得很。



◎在愛羅拉石窟前，
與勇敢的背包客Silvia
合影。

（照片提供：歐噴邁勒）

Silvia問我要不要買，我點點頭，於是買了三個。

不一會兒，她賣完一大簍的芭樂了。然而，才一轉眼，她不知又從哪裡頂了一箱葡萄來叫賣，真是厲害。這時，有一位衣衫襤褸的乞者邊擊鈴鼓邊走過來，再細看，是個瞎子，身上發出一股酸臭的味道。半晌，又有一個單肢人來行乞。此刻，不遠處有人吵架，情況很劇烈，整個車廂的人都圍攏來。突然，砰砰的聲音響起，我心一驚，心想：唉呀！出人命了。回頭一看，原來是賣玩具槍的開火，真是嚇死我了。

我們總算都可以坐下來了。窗外的景色，在乾晴的季節裡，除了偶有的綠色作物，加上金黃的向日葵，其餘都是片片黃土，又乾又硬。到了奧蘭加巴，改搭公車到了休息地點——愛羅拉。我們先去找旅館，小棠和Silvia住沒有水的雙人房，一人五十盧比，我住有衛浴的房間，一百五十盧比。

愛羅拉石窟

近六點，去看愛羅拉石窟的夕陽，火紅的太陽照在樹叢中，像詩一般。遊客正要離去，明天，真不巧，是休館日。走近石窟，有兩位拿著手電筒的警衛，主動帶我們參觀佛教的石窟。昏黃中，看到一尊尊莊嚴的佛像，內心說不出的激動。第十窟是佛殿，在佛殿覆鉢形的後殿裡，有一座高九公尺的佛塔，佛塔台基前坐著高約三點三公尺的佛陀座像，很是震撼。我們不由自主的拜下去，一個警衛還唱讚，聲音雄渾蒼鬱，加上回聲激盪，像在教堂唱葛利果，我們三人都哭了。歌唱完，那人卻強迫我們要拿錢出來供佛，前面的美好印象毀於一旦，但他愈如此，我偏不給。

回到旅舍，參觀老闆的畫室，坐在樹下看女主人捏薄餅，老爺爺

則躺在室外露天的大床上睡覺。由於天熱，我的腳腫得厲害，僧鞋也穿不下了，只得穿拖鞋。哪裡想得到，我是穿著拖鞋來見佛陀？半夜熱醒，起身禪坐。不一會兒，遠處傳來印度教廟誦經的聲音。

因為愛羅拉石窟閉館，旅店老闆的兒子帶我們走小路，穿過一大片草莽後，我們到達目的地。最先映入眼簾的，是石窟外一尊尊坐如老禪僧的猴子，待我們靠近，它們即上前來表演：有的玩耍；有的覓食、有的抱小猴擺姿勢，非常有意思。

愛羅拉石窟位於高崖壁上，是經年累月，歷經五百多年，才開鑿成功的石窟寺院。石材是玄武岩，共有廿四個洞穴，全窟延伸二公里以上，從公元六百至一千年間，不斷開鑿而成的宗教聖地。這座遺址，充分展現出獨特的藝術創造力和不同凡響的工藝，由於是涵蓋佛教、印度教、耆那教的石窟寺院，也展現當時印度人的寬容、慈悲。愛羅拉第一到十二窟，是歷史最悠久的佛教石窟，大約在五至七世紀完成；第十二到廿九窟，屬印度教的石窟院，在七至九世紀建成；耆那教的石窟最晚才鑿，約在八至十世紀完成。不同的宗教共築在同一地區，誠屬不易，成為愛羅拉石窟的特色，令世人津



◎愛羅拉石窟外的猴子，也像老僧入定。
(照片提供：歐噴邁勒)

津樂道。

Kailasa 神廟

朝第十六窟 Kailasa 神廟走去，入口處天光自左右兩側打下，眼前的石屏堵住了視線，走進去才發現那兒別有洞天實在驚人。

建築以石像為根基，拔地而起，往內開鑿的石窟四周峭壁聳立，懷抱著這座震撼的石廟群，代表印度岩鑿神廟的頂峰。相傳從八世紀中葉開始雕刻，歷經七代雕刻師。長六十米、寬四十六米、高三十米的神廟，由獨塊天然巨石雕鑿而成，分門樓、祠堂、前殿和主殿。殿宇巍峨，氣勢雄渾，從開鑿到完工整整歷經百年才竣工。其工程之堅苦卓絕和所耗的時間，堪稱舉世罕見。

參觀幾個洞窟後，不幸被管理員發現，對我們猛吹哨子，雖然趕緊快跑，最後還是被警員逮捕。警員嚴厲斥責我們闖關，並問我們想怎麼交代，言下之意，似乎不樂觀，我怕被關。然而，負責發言的 Silvia 一副無所謂的樣子，警方似乎拿她沒轍。我感覺他們是要我們拿錢出來。看看 Silvia 無動於衷，我和小棠也不吭聲，就這樣僵持了約半小時，警員終於揮揮手，叫我們：「走吧！」

我們走出來，大鬆一口氣！

參觀印度教廟，今天初一，人很多。有一處擠滿人潮，跟著進去瞧，原來是聖水灌頂的地方。男眾為表恭敬，還要脫去上衣才能入內。裡頭引有一道天光，水流順光流下，祭司就用水澆在信眾身上。這神聖的禮壇嚴禁非印度教徒入內，不過，我們的混入，並沒有被揪出來。另有座印度教廟，內有浴場 (ghat)，濁綠的水池中，許多人沐浴潔身，然後才持香花紅粉入廟供養。



◎比較有規模的印度廟，會有浴場，供人沐浴後入廟禮拜。

(照片提供：歐噴邁勒)

Daulatabad 古堡

搭計程車前往 Daulatabad 古堡，九人座的車坐了十六個人，真擔心車子爆炸。Daulatabad 離市區約十三公里，素有「諸神之丘」的稱號。十四世紀，圖格拉王朝的穆罕默德大帝將首都從德里遷到七百多公里外的 Daulatabad，並要求全德里宮廷、機關、軍隊、所有市民，全部跟著搬家。國王的任性，使地處偏遠的 Daulatabad 突然躍升為一國之都，但遷移過程卻勞民傷財，怨聲不絕。Daulatabad 易守難攻的要塞性質，使它成為政治明星，但也是衰弱之因。——這座位於 170 公尺的岩盤上的城市，立刻面臨灌溉問題，在水源缺乏下，皇帝不得不在兩年後，一聲不響地又將國都遷回德里。

踏入城堡的城門，遠望山上，是一座堡。走過一條長長的大道，通過紅色尖頂塔，重重城樓、小炮台……，才到山頂堡壘的底座。這裡最涼爽，俯瞰城下的風景：昔日城牆四通八達……而今只殘存頹圮的黃色城牆；在破敗遺跡默默消逝的時光裡，唯有不知名的花

草一旁孤立牆角，流放芬芳。

阿姜塔

搭巴士前往阿姜塔。上車坐定，過了一會兒，車掌先生來售票，才發現我們搭錯車，這下可就緊張了。

Silvia再次發揮勇智，詢問車子經過的地方有

無比較靠近阿姜塔。經人指點，幸好，終於在三點前抵達阿姜塔。

日照太強，溫度超過五十度，得靠著堅強的意志支持進塔參觀。圍繞成馬蹄形的石窟共計廿九座，在山谷間濃密的樹叢裡隱藏了一千七百年。這西元前四、五世紀印度笈多王朝年代的佛教遺跡，壯觀地出現在我們眼前。天氣是熱的，洞窟裡卻甚清涼，要脫鞋的規定反倒大快人心。

石窟群依建築形式，分有佛殿和僧舍兩種。佛殿當中置一佛塔，天然岩鑿。內殿四周，建造列柱，僧舍內部陳設簡單，有石枕、石床和佛龕，石窟的壁畫則是印度壁畫的代表。

玄奘大師曾經在這裡修道講學；畫家張大千亦曾在此臨摹壁畫。千百年來，無數僧侶在此禪修或打坐，甚至居住。我們晚了一步，



© Daulatabad 古堡，是一個高聳於170公尺岩盤上的城市，為十四世紀圖格拉王朝的首都，可惜水源缺乏，只有二年壽命。（照片提供：歐噴邁勒）

只趕上了這已被踏得晶亮的石地，僅能以洞窟中的壁畫、雕刻，拾取一點過去的莊嚴。

暖暖的風在洞窟中迴鳴，人聲渺遠。幾位穿著紗麗的身影走過，飄來濃烈的香料味，與石塊的古早味交融成特殊的神秘感。艷陽下抬頭仰望，竟有文明人看古文明的卑微與顫動。

走出洞窟，我們到停車場附近的bar吃優格，然後搭五點的車回奧蘭加巴。窗外西下夕陽，火紅似血；尤其是向日葵，比梵谷的畫還炫麗。

到了奧蘭加巴，搭上九點四十五分的夜車，我們買的是二等車廂的臥鋪，等車子開動，大家各自展鋪睡覺，這是我第一次搭睡鋪車廂。在喧鬧的人群中要大方躺下來睡，真要有點厚臉皮。

Nasik 石窟

四月二十日，內觀中心譯經部院長潘特博士，開車帶我們到Nasik石窟參觀。

Nasik，坐落於哥達維利河，是個新興的工業城鎮，處處可見的寺廟以及山穴，在在見證著它的富裕及古老歷史。這兒的石窟面東，石室都有留孔取光，光束朝著佛陀，讓佛陀就像放光一般。石窟中有一水池，由石階及壁上的水痕，可見水的深度有季節性變化，博士說這是僧眾的游泳池，我想應該是浴場吧！有許多空曠的石壁，據說是為了給僧眾「解悶」的：僧眾若閒得無聊，即可在壁上「創作」。

回程碰到車禍塞車，大家一逕硬堵，誰也不讓誰；每個人都鳴喇叭，一片喧囂中，心情也變差。雙線道變成N線道，結果是大家都動彈不得。博士的女兒聽到小棠說：「Traffic jam。」於是說：

「Oh, I like jam, but I do not like traffic jam.」

孟買風情

潘特博士送我們到火車站，找站長幫忙讓我們坐在男眾車廂，由於是連假的尾日，往孟買的人極多。有人見我們兩位女眾坐男眾車廂極不爽，還強拉我們起坐；更有人叫我挪一半位子給他稍微坐一下；幸好另有見義勇為的人，我們才得安全過關。

火車沿路經過的地方，多是貧民窟和垃圾場，到處都是尿騷味。

到孟買已快十二點，又急急趕去買往瓦拉納西的預售票，外國人專屬的售票窗口人不多，但進度很慢，加上上午茶、午餐、下午茶時間的關閉，我們一直排到快四點才買到票。不過，能買到票得要偷笑。因為，在我們前面的兩位，等得比我們久，輪到時卻發現跑錯車站，必須去另一個車站買。天啊！我真替他們感到腿軟。

印度門

來到孟買，絕對不要錯過這裡的地標——印度門。建於1911年的印度門，是為了紀念英國國王喬治五世和瑪麗皇后來訪所建造的。其建築式樣融合了印度、波斯的民族文化色彩，見證了印度為多民族融合的國度。

坐船去象島

象島位於孟買港東方約九公里。十六世紀葡萄牙人初抵此島，見到海邊的巨象雕刻，於是將這座島命名為「象島」。島上有印度教的石窟神廟。其中最大的一座，是建於七世紀奉祀濕婆神的神廟。石窟內廊兩側與窟內的天然岩壁上，共有九幅巨大的高浮雕嵌板，表現印度教大神濕婆的各個不同側面，最著名的是深鑿於大殿南壁中

央的巨型「濕婆三面像」。

高約五點五公尺的濕婆三面像，分別象徵宇宙創造、保存、毀滅的變化。右側一面為女性，手拈蓮花，恬靜優美，呈現溫柔相；中間一面為笈多神像，手托淨瓶，頭戴寶冠，呈現冥想相；左側一面為男性，手握毒蛇，狂暴猙獰，呈現恐怖相。南壁東側的濕婆半女相，半男半女的造形奇特而優美；北門廊側壁的「舞蹈的濕婆」，舞姿極富節奏感。雖是宗教殿堂，藝術性極高。

威爾斯王子美術館

回到孟買，再去威爾斯王子美術館，這是為了紀念英國威爾斯王子（喬治五世）來印訪問，於1911年建的。館內分美術、考古學與自然史三部分。

美術以細密畫為最大特色，收藏有十六世紀以來印度教、回教和西藏喇嘛的細密畫。考古學部門，收藏有象島出土的濕婆和毗濕奴神像，及描寫佛陀前世的犍陀羅時期浮雕等珍貴文物。東西雖可觀，但因館內沒有空調，悶熱異常，教人無法久留細看。

聖地·我來了

前往瓦拉納西。我們買的是冷氣特等車廂。在印度搭這種車廂，感覺是奢侈了點。但是三十二個小時的車程，若買普通車廂位，怕吃不了那種摩肩擦踵的苦。鄰座是一印度人，他因父親在孟買住院，所以，遠道來看護。午後他到站下車，新上來的是一對祖孫，祖父七十八歲，因曾擔任政府要職，可以免費搭車。孫子十八歲，在馬場工作，他和小棠聊得很愉快。不過，當小棠跟他說我們是女眾時，他大吃一驚，連呼「我的天」，還叫我們千萬不要告訴祖父，

以免老人家「confused」。老人知道我們來自台灣後，說了一個他熟悉的人名：蔣介石。

凌晨四點到瓦拉納西，潘特博士的朋友開車接我們到鹿野苑旅館住下來。稍事休息，九點多導遊司機來，他只會講印度話，不過很可靠。

參觀的地點有：鹿野苑、梵文大學和一些著名的印度教廟。其中，黃金廟為瓦拉納西眾多神廟中地位最高的一座，我們穿過窄市街，市街泥濘不堪，充滿詭異的氣氛。到達後，異教徒不能入內，只能遠觀。旁邊有一座清真寺，宗教衝突不斷，十分危險。

進入Ram Nagar村，這裡有一座十八世紀的宮殿，現闢為博物館。一進去，擺設狼藉，如入廢墟，說不出的荒涼。

穿過恆河的浮橋到對岸。恆河上，下午兩點的金光，形成了耀眼的碧波萬頃。

次日凌晨三點起床，等著往菩提伽耶的巴士。漆黑的夜裡，狗群聞聲追吠。過了四點，不見公車影子。鹿野苑的比丘出來要去作早課，告知：車子大多晚上就停在這裡，今天不見車子，一定是停駛。一聽，心涼了半截，望著在月光下的佛像，不知如何是好。比丘建議我們先搭電動三輪車到瓦拉納西，再換搭公車到菩提伽耶。

公車六點半開，我們到時才五點。想上廁所，偌大車站卻僅有一間臭穢不堪的，只好閉氣將就。想想玄奘大師，這樣還算好。車子經過一望無際的平原，火熱的太陽、乾燥的焚風，在在令人發昏。

終於看到大塔，一切是那麼地親切真實，披上袈裟，虔誠禮拜。來到菩提樹下——佛陀成道時端坐其下的菩提樹，在同樣的地點長出了原來那棵菩提樹的後代，現在是世人心目中崇高的聖地。這棵菩提樹巍然聳立，被富有光澤的深綠色心型葉片所覆滿，樹幹



◎穿過恆河上的浮橋
可到對岸，回看瓦拉
納西的街景。
(照片提供：歐噴邁勒)

向四面八方伸展，彷彿支撐著天際。佛陀悟道後，整整在樹下站了一個禮拜，感激這棵曾庇蔭他的菩提樹。現在我望著這棵樹，渴望著它巨大枝椏的保護。原來，神聖不可侵犯的地方，擁有一種轉化的力量，足以開啟一道門，讓我們以不同的方式觀看這個世界。這深沉的力場，滲透紛亂的身心，開拓並擴大了內在思緒的空間。

菩提樹旁矗立著摩訶菩提寺，是為了紀念佛陀在此尋得不可思議的心靈自由而建造。虔誠的信徒集聚周遭焚香祝禱，成群的僧人以個別的語言，或喃喃唸誦、或琅琅吟唱著經文。

巡禮完，正要離開，狂風忽然颳起，飛砂走石，恍如置身戈壁大漠，附近的商家也不解何以有此景象，紛紛走避。我們急走到大覺寺尋求庇護，住持是台灣的客家女尼，熱情地邀我們住下，還說要請吃米粉。但我們想回鹿野苑，所以洗把臉，喝了水，即離開。

先擠計程車到鎮上，再換人力車到伽耶車站，然後透過站長的幫忙，多花些錢買二等臥鋪。晚上九點的火車，卻到快十二點才進

站。到瓦拉納西是早上六點半，我們決定去恆河。由車伕引領穿過僅容一人行走的巷道，屏息走過髒亂的、充滿臭腐氣息的舊街坊，來到恆河的沐浴場，搭上船筏，老船伕為我們擺渡。

沿岸全是印度教廟，河上則有不少人在游泳及沐浴，當然我們也看到了身上塗灰的外道。上游是火葬場，場屋裡飄出縷縷白煙。在外頭的台階上，擺著一具用草繩網綁的屍體，想必是要直接推入恆河的吧。恆河邊，感覺像是人生的冬季，印度人快往生時，會搬到瓦拉納西來住，最後在這裡離世。

也許這個習俗就是恆河迷人的地方，但文化學者余秋雨先生有另一種解讀：「說甚麼要把自己的生命自始至終依傍著恆河，實際上是畢其一生不留任何餘地地糟蹋恆河……現在在恆河眼中，這群每天早晨破衣爛衫地一個勁兒排污、長時間擁塞在河邊等死，死了後還要把生命的殘渣丟在河中飄蕩、炫耀的人，到底算是甚麼？」

而我來恆河，完全只是緬懷佛陀曾在此風塵僕僕地遊化，很難再去思考環保的問題。

晚上七點參加鹿野苑的晚課，僧眾約有八位，全程坐著誦經，梵唄聲悠揚迴盪。

翌日清晨再去恆河，月亮還在中天，海風微涼。五點半日出，人潮開始湧入，許多瑜珈行者已經沐浴完，正在拜日祈禱，而一艘艘的船筏亦已出航。六點左右，想要小解，找到一間三層樓的廢墟想要就地方便，到門口，卻走出一個自稱是屋主的年輕人。到二樓，突然飛出蝙蝠群，眼看就要攻過來，那年輕人一吆喝，蝙蝠應聲迴轉，真是神奇。年輕人說，他告訴蝙蝠我們是他的朋友，所以蝙蝠才沒有傷害我們。年輕人要求合照，我們欣然同意。他立刻去換了一身西式打扮：襯衫、長褲、球鞋。我們要告辭離開，不料他竟擋

住門，要求我們留下來陪他。我和小棠臉色大變，於是我說：「遊畢恆河再回來。」他疑惑：「真的？」我拼命點頭保證，於是他把門打開，我倆趕緊離去，當然是不敢再回去了。

逃出虎口，搭船到對岸沙場。恆河沙極柔細而且還閃閃發亮。不過，這兒也是印度人的天然廁所，所以走在上面，必須步步為營。

回味咖哩香

這算是第一次自助式的行腳雲遊。

記憶猶新，是因為不太懂當地的語言，所以較留意周遭的事物，也因為我的生存需要依賴它們，因此更容易接近別人。對於他人的幫助，自然也會以極大的欣喜接受，並深信終生都會記住這段際遇。同時，外在的事物對我而言都非常新鮮，不再那麼理所當然，一切都得小心翼翼去學習、了解。難怪有旅行達人說：宗教的朝聖之旅，是獲得洞察力的最佳方式之一。

在印度的最後一天，直打噴嚏、盜汗，小棠也一直拉肚子。一個多月來，在最後時刻是如此收場。為了恢復健康，我們進行斷食。空腹，空氣中的咖哩香倍顯誘惑，只是搭上下午一點飛往加德滿都的飛機，那薄餅的香Q，只能留存在心田中回味。📍

意在言外 《不得不說的禪》書摘

編輯組

但你怎麼可能成佛？只要啄一下蛋殼，便能得到一點線索。
當你啄蛋殼，也會有其他東西在啄蛋殼：然後，誕生就發生了。
不僅僅是你的誕生，整個世界也隨之成形。

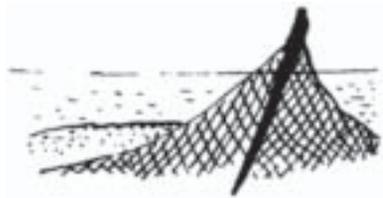
曾經聽過一個故事：日本曹洞宗初祖道元禪師，當年至中國天童寺參學時，碰見過一位八十幾歲的老禪師，正中午，在大太陽底下曬香菇。當時，道元覺得納悶，走近老禪師身旁問：「您年紀這麼大了，可以找個人幫您，不必這麼辛苦的在這兒忙！」老禪師抬起頭來看了他一眼，只是回答：「別人不是我。」道元聽了一愣，又說：「是的。但您要自己做，也不用挑太陽這麼烈的時候啊！」老禪師丟下一句：「大太陽不曬香菇，難道等陰雨天才拿出來曬嗎？」道元因此對禪者的生活有了更進一步的領悟。

片桐大忍禪師，在日本曹洞宗門下出家。自60年代後期，便至美國弘傳日本曹洞宗的禪法及思想，將道元禪師留下的「只管打坐」的修行方式，廣泛深入地介紹予歐美的習禪人士。本篇文章將節錄禪師《不得不說的禪》一書中的片段，希望透過文字寓意及圖畫意象，與讀者分享——不可說但又不得不說的——禪的生活態度。

生命的網絡

當我們清楚地意識到：某樣東西以它本然的樣貌，呈現在我們面前時——譬如說一棵樹，所有的生命就跟這棵樹一起呈現出生命的





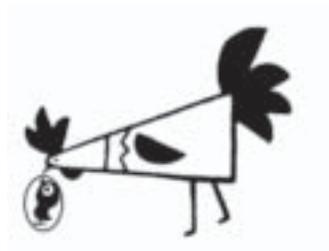
本質。看見一棵樹，就好像挑起大網之中的一個小網格，其餘的網格也會跟著被提起來。雖然其他的小網格似乎落在後頭，但是它們與你所挑起來的小網格是不可分離的。

當你只看到自己的生命時，你就只挑起了生命之網的其中一個小網格；如果再仔細看看，你就會發現，所有的眾生都隨之而來。……雖然所有的生命共存於當下，但是，你的意識所挑出來的這個小框框，卻是全然孤單的；如果你只挑出了自己，你看起來也會是孤單的。當然，在實相之中，你本來就是「單獨」的，但是這裡所指的「單獨」並不是一般的意義。完美的單獨，是與眾生合而為一，這表示：所有生命共同支持著你。當你單獨出現時，所有的生命也跟著出現——不是出現在你面前，而是在背後支持著你。

啐啄同時

人類的經驗永遠是在當下，那是一種無關乎物體移動的純粹行動。這活動穿透每一吋山河大地，它本身即是世界。世界不過是各種元素因緣和合而生，事物的形成，猶如小雞啄破蛋殼向外探頭，而母雞則從外向內啄蛋。剛孵出的小雞，看起來與母雞截然不同，但是這之間其實並非真的有所不同。在這同步的運作之中，只有一個生命真正存在。

這種同步的運作，是許多生命存在的方式。所以，這就是為何當你聽見佛陀的聲音，你便成為佛陀的原因。……但你怎麼可能成



佛？只要啄一下蛋殼，便能得到一點線索。當你啄蛋殼，也會有其他東西在啄蛋殼；然後，誕生就發生了。不僅僅是你的誕生，整個世界也隨之成形。

佛教的哲學認為：「一即一切，一切即一。」但如何能實現這份真理？必須透過純粹又清淨的「只管打坐」禪修——真正的禪坐。真正的坐禪，是由裡向外輕敲蛋殼。當你輕輕敲的時候，蛋殼的外面也被輕敲著；然後，佛陀便發生了。如果你了悟什麼是佛時，那麼不論是生物或無生物，眾生也都會同時了悟，就連草木和小石頭，也必獲得真理。

兩個月亮

峨山韶碩的師父瑩山紹瑾禪師問他：「你知道有兩個月亮嗎？」峨山不解其意，於是將這句話參究了三年。他非常認真地深入修行，最後終於了達師父所說的要旨。



我們看著天上的月亮，會說：只有一個月亮。但這只是人類概念化的產物，不是真的「看見」。人一旦將對象概念化，就永遠只會先想到自己。當我們說：「我看見月亮。」其中便有隔閡與二元性；但在實相之中，你與月亮是全然合一的。修行的目的，正是要看見這個實相，瞭解其中的「你」與「月亮」並不是兩件事。……所以，師父瑩山禪師告訴峨山，世界上有兩個月亮：一個是由人類概念所建構的世界；另一個則是真實的、完全與所有生命融合的月亮。如果我看見了月亮，我即是月亮。☸

【編註】本文選錄自《不得不說的禪》。文中標題為編者所加。

（《不得不說的禪》，片桐大忍著；周和君譯；台北市：法鼓文化，2005年8月初版一刷）

比賽

朱顏

- > 阿至：我90歲的阿祖跟76歲的阿嬤，在廚房做菜。
 - > 京子：我奶奶81歲，自己坐捷運去看牙醫。
 - > 小丿丿：我阿祖、阿嬤、還有舅公，三人加起來250歲，三人行，到處去旅行。
- 我問：「你們在幹嘛？比賽誰家的老傢伙卡厲害？」

廚房裡，香氣四溢，刀鏟齊飛。

阿祖跟阿嬤使使眼，三個人好像有點擠。

阿嬤開口說話了：

「妳去看看阿至乖孫，除了咖哩飯，還要不要破布子炒嫩筍。」

我把嘴巴噘起來，一肚子不高興，心想又要把我這個做女兒的轟出去了……後面傳來她們倆的竊竊私語：「跟細漢一款，嘴翹得都可以掛九斤肉。」

「噓——不要吵！」正在打電腦的阿至也不想理我。我可不管，我聽我媽媽的，可我女兒得聽我的！

「你們在幹嘛？」我問。然後一屁股擠進阿至的椅子裡，只見阿至的手飛快地在鍵盤上敲打著。

> 阿至：現在，我90歲的阿祖跟76歲的阿嬤，正在廚房做菜給我們吃。

> 多多：昨天，我哥哥嫂嫂帶著他們的新生兒舉行結婚典禮。嫂嫂的爸爸、媽媽、阿公、阿嬤、阿祖（女）、太祖公、太祖媽都來了，加上我的小外甥，六代同堂。

> 日本的京子：我奶奶81歲，自己坐捷運，到市區看牙醫。

>小丿丿：我阿祖、阿嬤、還有舅公，加起來250。

>京子：加起來250？

>小丿丿：他們三個人的歲數，加起來250歲，三人行，到處去旅行。

我問：「你們在幹嘛？比賽誰家的老傢伙卡厲害？」

>雁小涵：你們家裡的老大，都沒有我們家的老大厲害。時間一到，全家人都乖乖地坐在他前面，你知道我們家老大是誰嗎？

>阿至：老大？

>小丿丿：老大是老人嗎？

>京子：幾歲叫老人？

>雁小涵：哈哈！我們家的老大，就是四方形的那個盒子！

>南投水妹妹：我家沒老人，我從沒見過阿公、阿媽、外公、外婆、太祖公、太祖媽！

>京子：不過我爺爺不健康，他在安養院，是植物人。

>小丿丿：我要下線了，我媽跟我外婆正在吵架！

等等！阿嬤對阿祖說：「妳這麼愛妳兒子，叫他來呀！為什麼都是我陪妳看病，照顧妳？」

阿祖……哭。

阿嬤繼續罵：「老么又怎麼樣？你們疼我，也不過是那幾年，現在怎麼跟小孩子一樣，教也教不會，記也記不起來，有夠討厭……。」

「阿至！吃飯了！」阿祖扯著嗓子喊。

「乖孫！吃飯了！阿嬤煮了妳最愛吃的咖哩飯，卡緊來，不要再打電腦了……」



哇！真的一桌子坐得圓圓滿滿的！

阿嬤說：「你們兩個在幹嘛？叫都叫不動！」

看到一桌子我愛吃的菜，我可高興了：「阿至網站上的朋友，正在比賽誰家的老人卡厲害。」

阿祖說：「我們日本人最愛吃這道菜，大家多吃些。」

「日本人？」小弟大叫。

我扯扯他，小聲說：「噓！阿祖受日本教育，她有日本名字，叫美代子。」

阿公有些尷尬：「不是啦！咱台灣人。」

小舅在美國出生的大兒子 Steve 說：「Yeah, no, I'm an American!」

只見小舅媽狠狠瞪他一眼，超級白目的小弟竟接著說：「大家都說我長得像混血兒，是不是有荷蘭的血統？」

我才要發作，初桃趕緊舉起杯子，敬大家說：「大家好，我是法國來的摩摩他露桑！祝大家新年快樂！」

外省第二代的爸爸趕緊站起來，大聲說：「吃飯，吃飯！我們都是中國人！」

就在我不知道該怎麼辦的時候，阿至竟然又湊了一腳，說：「那我咧？」

這時阿嬤站起來，說：「好好好，攏係攏係！吃菜，吃菜！我把長年菜熱一熱，攏是一家人！等一下，金門人就到了！」

「誰？」大家一起問。

「妳二姨丈一家子！」

我一直覺得《金剛經》的「無我見，無人見，無眾生見，無壽者見。」這幾句話講得太精妙了，令人讚嘆。真心希望那些只喜歡吵架的人，也能像我一樣喜歡《金剛經》。📖

我生已盡^{智慧的修鍊}

菩提長老 著 林娟蒂 朱怡康 譯 蔡奇林 審訂

無明遮蔽了事物的實相，而智慧則能揭去扭曲的面紗，
讓我們用活生生的直觀，看見現象的根本存在方式。
智慧的訓練著重在內觀的修習，它能深刻而全面地看見存在的實相。

前言

雖然正定是八正道的最後一步，但正定本身卻不是這趟旅程中的最高峰。正定可以讓心堅定不移，專注不散亂，並能帶來幸福、寧靜與力量。但正定本身並不足以達成「離苦」這個最高成就。若要「離苦」，八正道應轉成為一種探索的工具，用以產生直觀，揭露事物的終極真理。這需要結合所有八正道的效益，並形成新的「正見」和「正思惟」。

到目前為止，最初的這兩個道支都只發揮了基本的功能，但現在，我們需要再次運用它們，並提升到一個更高的層次——先前，「正見」只是把取實相的概念，現在則是直觀實相；「正思惟」是因此而有更深層的理解，這樣一來將能真正地捨棄煩惱。

煩惱的型態

「定」不足以解脫

在我們繼續討論智慧的修習之前，最好先來思考這個問題：為什麼「定」還不足以獲致解脫？「定」不足以獲致解脫的原因在於：「定」無法碰觸到煩惱的最底層。

三種煩惱層次

佛陀曾經教導過，煩惱有三個層次：隨眠、纏煩惱與違犯。其中最深層的部分是「隨眠」(anusaya)，煩惱只是靜靜地蟄伏著，沒有任何動作；第二階段是「纏煩惱」(pariyutthāna)，煩惱受到一些刺激，而浮現為不善的心念、情緒或意志；到了第三階段，煩惱便不僅止於心理活動，還表現於外，造成不善的行為或言詞，這個階段稱為「違犯」(vītikkama)。

八正道可以分為三組，每一組都能對治煩惱的其中一個面向。

第一組：道德戒律的修行，可以抑制不善的行為與言詞，讓煩惱不致發展而導致「違犯」。第二組：專注力的修行，能阻擋「纏煩惱」，能除去已經浮現的煩惱，讓心不致於受到它們接續的影響。然而，即使正定可以深化為禪定，它仍舊無法碰觸到苦的基本根源——蟄伏於相續心識中的「隨眠」。「定」在對治「隨眠」上是無法發揮什麼作用的，因為只是心靈寧靜，仍然無法根除「隨眠」，這必須依靠超越寧靜與專注的「般若智慧」(pañña)——洞視事物存在的根本面向。

煩惱的層次	對治方法
違犯	修鍊道德戒律（正語、正業、正命）
纏煩惱	修鍊專注力（正精進、正念、正定）
隨眠	修鍊般若智慧（更高層次的正見、正思惟）

無明是煩惱的根源

只有智慧能根除「隨眠」。因為「隨眠」之中最為根本，而且會滋

養、匯聚其他「隨眠」的是「無明」(avijjā)，而智慧是「無明」的解藥。雖然「無明」在言詞上是個否定語，但實際上它卻不是否定的，亦即「無明」不僅僅是缺乏正見。「無明」可說就是一種潛藏作用並且反覆無常的心理特質，不斷滲入我們日常生活中的每一個層面。它會扭曲認知、宰制意志，控制我們整個存在基調，就像佛陀說的：「無明確實是個有力的特質。」(《相應部》14:13)

三種謬見

「無明」最基本的作用處是在認知層次，它滲透我們的知覺、思想與觀點，讓我們扭曲自己的經驗，被種種的謬見矇蔽。最重要的三種謬見分別是：視無常為永恆；以苦為樂；以無我為我。

我們認為我們的世界是堅固、穩定、恆久的實體，而無視於隨處可見的例證——萬物終將改變與毀滅。我們以為自己生來就有享樂的權利，於是致力於增加、強化我們的快樂，即使不斷遭遇到痛苦、失望與挫折，對於享樂的熱切企盼，仍舊未能止息。我們以為自身是獨存的自我，執取於種種關於自我的概念與想像，還把它們當成不容否認的真理。

「我」的幻象

「無明」遮蔽了事物的實相，而智慧則是揭去扭曲的面紗，讓我們能親身直觀現象的根本存在方式。智慧的訓練著重內觀的修習，它能深刻而全面地看見存在的實相，並藉由我們的經驗——唯一可以直接接觸到我們存在真相的地方——來領略存在的真相。我們通常都會沈浸在自己的經驗中，全然地和它們結合在一起，以致於無法瞭解它們。生活其中，卻不瞭解它們的實相，正是因為這樣的無知，使得經

驗受到扭曲，種種永恆、享樂、自我的幻象，也就開始曲解經驗。

在所有這些扭曲的認知中，最深層也最頑固的，便是自我的幻象。這個幻象認為：在我們存在的核心之中，有著一個真實恆存的「我」，而我們在本質上與它是同一的。佛陀曾教導：自我的概念是錯的，因為它只是一個沒有指涉對象的預設和假定。

然而，雖然自我的概念只是一個預設和假定，但它的影響卻不容小覷，事實上，它所造成的後果是災難性的。我們以自我為起點來觀察這個世界，因此，我們的心，也就以二分法來看待每樣東西，將它們分為：「我」和「非我」，「我的」和「不是我的」。在二分法的陷阱之中，我們成了它們所帶來的煩惱的犧牲品，受制於執取與毀滅的衝動，最後也就無法逃避那隨之而來的痛苦。

智慧的修習

要免於一切的煩惱和痛苦，我們就必須藉由了悟無我，來驅散、根除煩惱和痛苦的基礎——「我」的幻象。這正是修習智慧所必經的難關，而這條道路的第一步是分析性的。

為了根除我見，我們必須重新將經驗界視為一組組的要素組合，運用方法來探究它們，確定無論是從個別或是聚合來看，都不會被執取為「我」。這種對於經驗的分析，是佛教哲學心理學十分獨特的成就，然而，它無意解釋經驗可以化約為「一群互不相干的部分的偶然聚合」，就像手錶或汽車一樣。我們所認為的是：經驗的確是一個不可化約的整體，但這個整體只是功能上的，而不是本質上的，它不需要假定一個可以與其他要素分開、作為基本統一原理的「我」，在永不止息的因緣流轉之中，維持其恆常不變的同一性。

分析五蘊及六處

最常用的分析方法是五取蘊 (pañc'upādānakkhandhā)：色、受、想、行、識。「色蘊」構成了物質面的存在：身體感官及其根門，以及外在的六塵。其他四蘊則構成了心理層面：情感屬於「受」，注意與辨識屬於「想」，意志與情緒屬於「行」，而「識」則是對整體經驗最根本的覺察。利用五蘊來進行分析，有助於我們個別地看待經驗的組成要素，避免不知不覺地掉入一個根本不存在的「我」的暗示中。

要學會這種觀察經驗的方法，就得持續不斷地強化正念，並將其運用於第四個念處——法念處 (dhammānupassanā)。行者必須不斷地禪觀五蘊，禪觀它們的生起與消逝：

「比丘於五取蘊之法，隨觀諸法而住。比丘了知：此是色，此是色之生起，此是色之壞滅。此是受，此是受之生起，此是受之壞滅。此是想，此是想之生起，此是想之壞滅。此是行，此是行之生起，此是行之壞滅。此是識，此是識之生起，此是識之壞滅。」(《長部》22，《佛陀的話》，頁71-72。)

行者也可禪觀他的內、外六處，意即他的六種根門，及其所對應的六塵。注意在感知作用發生時所生起的「結縛」或煩惱：

「比丘於內外處法，隨觀諸法而住。比丘了知眼根，了知色塵；了知耳根，了知聲塵；了知鼻根，了知香塵；了知舌根，了知味塵；了知身根，了知觸塵；了知意根，了知法塵。了知緣此二者生起之結縛。彼了知未生之結縛生起；了知已生之結縛壞滅；了知已壞滅之結縛，於未來不再生起。」(《長部》22，《佛陀的話》，頁73。)

思惟緣起

我們還可以藉由思惟構成存在的要素(如五蘊)來淡化我見。藉由嚴格的審察，將發現五蘊是依因緣而生的，其中並沒有絕對能自足之物，足以令我們相信有「我」的存在。無論深究組成身心的哪個要素，都會發現它們是緣起所生，都是繫掛於一張在時空上遠遠超過自身的巨網中。

舉例來說，身體是因精卵的結合而產生，它的生存需要依賴食物、空氣和水。「受」、「想」、「行」都要依身體感官而起，它們也需要一個所緣，相應的「識」，以及「識」透過根門的媒介而對所緣的「觸」。「識」則需依存於感官，以及整組伴隨而生的心所。此外，這整組存在的過程，又是過去世的種種因緣而起，繼承了過去世中所累積的業。所以，沒有任何一個東西是自足而存在的。所有緣起的現象(即諸行)都是關係的存在，都是依各種條件而定，依存於其他事物的。

直觀無常、苦、無我

以上的兩個步驟——分析要素與認清關係——有助於在理智層面去除我執，但它們仍不足以根除因錯誤認知而起的我執積習。為了根除這種最幽微的我執，我們需要培養一種相反的認知：直觀法的空性。

要培養這種直觀，我們必須以三種普世特質來思維存在的要素：無常 (aniccatā)、苦 (dukkhatā) 與無我 (anattatā)。

一般說來，三項特質中最先辨認出的是無常。但在直觀之下，無常所代表的，並不只是萬事萬物最終都會結束。在直觀層次中，無常有著更深、更普遍的意義：緣起的現象(即諸行)持續處於變化之中，一切事件幾乎在生起的同時就破壞、毀滅了。在感官層次上看來穩定不變的

東西，將顯現為一連串剎那與剎那的聚合(或諸行) (saṅkhāra)。在常識上假名安立的「人」，也將分解為兩股支流匯集而成的河流：一股是物質之流——色蘊；而另一股是心理之流——其他四蘊。

在觀到無常之後，也就能觀到另外兩個特質了。既然五蘊不斷地破壞，我們便無法期盼它們能帶給我們永久的快樂。因為五蘊一定會改變，我們所寄予的一切期盼，也終將隨之破滅。所以，當我們以直觀去檢視它們時，會發現它們在最深層的意義上，其實是苦。

既然五蘊是無常、是苦，它們當然不能被視為「我」——如果它們是「我」，或屬於「我」，我們就應該能掌控它們，讓它們配合我們的需要，或讓它們一直帶來快樂。然而我們卻完全無法掌控，甚至發現它們其實就是痛苦與失望的根源。既然如此，這些構成我們存在的基本要素就是「無我」的：沒有「我」；也沒有屬於「我的」；只有空，隨因緣而生、無自性的法。

以八正道支持禪觀的過程

當我們開始修習內觀之後，八正道將以前所未見的強度出現。它們將以更強的力道凝聚為一個整體，並朝目標邁進。在直觀的修習中，八正道與戒定慧三學並存，每一支都支持著其他支，每一支也都用它們獨特的方式為這項工作出力。

「戒學」的道支，十分謹慎地制止犯錯的傾向，即使是不道德的念頭都不會生起；「定學」的道支，則讓心專注於遷流之法，以完美無瑕的專注力禪觀一切生起的法，不忘失也不散亂；作為直觀的「智慧」，正見也變得愈來愈敏銳、愈來愈深刻；「正思惟」則以一種既不執著卻又堅定的方式發揮作用，讓整個禪觀的過程穩定而不偏不倚。

世間道

禪觀的所緣是五蘊和合而成的諸行 (sankhārā)，它的任務是去發現諸行的根本特質：無常、苦與無我。由於它所面對的仍是緣起的世間，在此直觀階段的八正道便稱為「世間道」(lokiyamagga)。這個名稱並不代表直觀之道所關切的是世間的目標，只能達到輪迴 (samsarā) 中的成就。相反的，雖然它禪觀的所緣仍在這緣起法的範圍，但是它追求超越世間、走向解脫，對於世間有為法的禪觀可以成為一種媒介，讓我們走向無為，出離世間。當直觀達到它的最高峰，全然瞭解一切諸行的無常、苦與無我之後，心就能照破緣生之法(即有為法)，並了悟那無為的涅槃，現觀涅槃，讓涅槃成為當下證悟的所緣境。

出世間道

要突破達到無為(涅槃)，有賴於「出世間道」(lokuttaramagga)，一種意識或心理的事件。「出世間道」分為四個階段，每一個階段都代表了更深一層的領悟，以及更程度的解脫。當達到第四個——也就是最後一個——階段時，將可達到完全的解脫。

「出世間道」可能一個緊接著一個地達成 (有些根器特別好的人甚至可以座下成就)，也可能要花上一生、甚至好幾世的時間才能慢慢達成 (這種情況較為常見)。

「出世間道」同樣立足於四聖諦的洞見之上，但它們瞭解四聖諦的方式卻不是概念式的，而是直觀的。它們藉由直觀來把握四聖諦，以自證自明的確信，肯定四聖諦是存在界的不變真理。此種對四諦的現見，是剎那間全部完成的。在以思惟作為理解工具的思辨階段，我們是一個接著一個地認識四聖諦。此時則不然——可同時現觀四個聖諦，因為在「出世間道」上，認識其一即認識全部。

心的同時作用

在出世間道洞徹四聖諦時，心同時發揮四種功能，每一個都對應於一個聖諦。心全然地瞭解苦諦，見到所有的緣生法都有著苦的印記。它同時也斷捨渴愛，斬斷持續造成痛苦的自我中心與貪欲。心瞭解了滅諦，不死界——涅槃，現在也直接地呈現於內在之眼。

心也發展了八正道，此時以驚人的力量生起，達到出世間的高度：「正見」直接見到涅槃；「正思惟」是心對涅槃的投向；三個與戒相關的道支——「正命」、「正語」、「正業」——作為對道德逾越的檢測；「正精進」成為道心(path-consciousness)的力量；「正念」成為覺知的要素；而「正定」則是心一境性的焦點。心同時發揮四種功能的能力，就像蠟燭一樣：蠟燭可以同時燃燒燭芯、融化蠟、驅散黑暗，並且帶來光明。

根除煩惱

出世間道具有根除煩惱的特殊任務。在完成出世間道之前，無論是在修習正定的階段，或甚至是修習直觀的階段，我們的煩惱都尚未斷除。我們只是藉由訓練更高層次的心所，來削弱、制止、壓制煩惱，表面下，它們仍舊以隨眠的形式環伺著。但在開始修習出世間道之後，根除煩惱的工作也就一併展開了。

漸次斷除十種煩惱

我們可以按照煩惱把我們纏縛於輪迴的程度，將它們分類為十種「結」(samyojana)：(1)身見；(2)疑；(3)戒禁取；(4)欲貪；(5)瞋恚；(6)色貪；(7)無色貪；(8)慢；(9)掉舉；(10)無明。

四出世間道中的每一個，都能消除某一層次的煩惱。

須陀洹道

第一個是「須陀洹道」(sotāpatti-magga)，它能除去前三個最粗的結，消除它們，讓它們不再生起。「身見」(sakkāya-ditṭhi)是認為在五蘊之中有一個真實存在的我，而在認識到一切法的無我本質之後，這個結自然能被斬斷。掌握了佛陀所開示的真理，並親身見證之後，就再也不會因為不確定感而猶疑不決，於是「疑」便也能被消除。此外，當人們認識到：遵循嚴厲的道德戒律(即苦行)或儀式無法成就，唯有藉由八正道才能得到解脫之後，自然也能擺脫「戒禁取」。

須陀洹

在出世間道逐一清除煩惱之後，另一種稱為「果」(phala)的出世間心也隨之發生。每一個出世間道都有它自己的果，在心再度落入世間心的層次之前，可以在其中享受片刻的涅槃寂靜。

第一個果是入流之果，證得了這個果的人便是「須陀洹」(sotāpanna)。他進入了能將他帶往究竟解脫的「法」之流，他必然能得到解脫，不再退轉到無明的世俗狀態之中。雖然他的心中仍有煩惱，這些煩惱可能還得讓他歷經七世，才能達到最後目標，但他已經獲得了達成目標所需的最重要的證悟，所以，他不再退轉。

斯陀含道／斯陀含

在證得須陀洹果之後，一個利根而又熱衷的修行者不會懈怠，反而會更加用功地儘速完成整個過程。他會繼續修習內觀，讓內觀智慧不

斷攀升，達到第二個出世間道——斯陀含道 (sakadāgāmi-magga)。這個出世間道不會完全根除任何一個結，但它能削弱貪、瞋、癡的基礎。行者在修習這個出世間道，並證得了它的果位之後，便成為「斯陀含」——一來者，在獲得完全的解脫之前，他最多只需再回到世間一次。

阿那含道／阿那含

行者仍舊精進地禪修。當他證悟了下一個出世間道——阿那含道 (anāgāmi-magga)——時，他以此斬斷了欲貪與瞋恚二結。從此，他不再貪愛任何感官欲樂，也不再生氣、憤怒或不滿。作為「不來者」——阿那含，他在未來世中不再回到人身的存在狀態。如果他未能在這一世達成最後一個出世間道，死後將會轉生到色界 (rūpaloka) 中較高之處，並在那裡獲得解脫。

阿羅漢道／阿羅漢

行者繼續精進用功，修習直觀，在直觀達到最高境界時，他便進入了第四個出世間道——阿羅漢道 (arahatta-magga)。藉由阿羅漢道，他斬斷了剩下的五個結——色貪、無色貪、慢、掉舉以及無明。

「色貪」是渴望藉由四禪轉生天界，該處通常也被稱為「梵界」。

「無色貪」是期盼能藉由四無色定轉生四無色界。

「慢」(māna) 並不是指那種粗重的傲慢——對於自身德行與才氣的自我膨脹。——而是一種更幽微的「我」的概念的遺存，即使在明確的「我見」已經被根除之後，「慢」還是能繼續留存下來，經典將這一類型的自負稱為「我慢」(asmimāna)。

「掉舉」是一種微細的興奮，存在於所有尚未全然覺悟的心中。

「無明」是最根本的一種認知遮障，讓我們無法完全瞭解四聖諦。

雖然在前三個出世間道中，智慧已經大幅抹去了較粗的無明，但即使對阿那含來說，真理的上頭都還是罩著一層薄薄的無明之紗。阿羅漢道將一舉揭去無明之紗，以及一切殘存的心理煩惱。阿羅漢道將使我們全然地瞭解四聖諦：完全徹知苦諦，根除讓苦得以產生的渴愛；清晰無比地了悟到涅槃——即是滅苦；並將八正道的八道支推向最高峰。

所作皆辦

達到第四個道和果，弟子成為一位阿羅漢，他已在現世中解脫所有束縛。阿羅漢已走到八支正道的終極目的，並生活在如同巴利經典中常見的偈句所述：「我生已盡，梵行已立，所做皆辦，不受後有。」阿羅漢不再是道上的行者，而是將八正道的道支發展到極致的真實例證。這位解脫者將生活在正道的果證、覺悟和終極解脫的愉悅中。🏠

道次第	所斷除的煩惱
須陀洹	身見、疑、戒禁取
斯陀洹	削弱貪、瞋、癡
阿那含	欲貪、瞋恚
阿羅漢	色貪、無色貪、慢、掉舉、無明

【編者按】本文譯自菩提長老（Bhikkhu Bodhi）所著《八正道》（*The Noble Eightfold Path — Way to the end of suffering*）一書第八章。本書由斯里蘭卡佛教出版社出版。文中部分標題為編者所加。

三寶

一行禪師 (Thich Nhat Hanh) 香光莊嚴雜誌編譯群 譯 釋見廣 審訂

當念「自歸依佛」時，也該瞭解到「佛歸依我」，因為少了第二句，第一句就不完整。佛陀需要眾生，來讓覺醒、智慧及慈悲得到實現，而非僅是概念。它們必須是實實在在的，對生活、生命有實際影響的東西。因此每當我念「自歸依佛」，耳邊就會傳來「佛歸依我」。

佛身

我們都是佛，透過我們，才能將智慧與慈悲化為有形，並產生影響力。我的弟子清雲法師 (Thich Thanh Van) 曾盡其所能的拯救他人，但在這過程中遇害了。他是一位好佛教徒，也是一位好的佛，因為他能夠幫助上萬的人——那些戰爭中的難民。藉由他，覺醒、智慧以及慈悲，才能得到實現，所以，我們可視他為佛身 (Buddha body, 梵文Buddhakaya)。為了使佛教得到實踐，必須要有「佛身」，也就是覺醒行動的具體化現，否則，佛教將只是個空談。清雲法師是佛身，釋迦牟尼佛是佛身，當我們了悟覺醒，當我們具足智慧與慈悲時，我們人人皆是佛身。

法身

三寶中的第二個是法，這是佛陀的教化。它是智慧與慈悲之道，教人如何具足智慧與慈悲，進而實踐它們。佛陀入滅之前，向弟子們說：「諸位啊！明天我的肉身將不復存在；但我的法身，仍會永遠守

護與幫助著你們。你們可以把它當作自己的老師，一位永遠不會離開你們的老師。」這就是法身（Dharmakaya）的誕生。法也有身，就是教法之體、道之身。如你所見，法身的意義其實很簡單，雖然有些大乘佛教徒已將它變得很複雜。法身所指的就是佛陀的教化，也就是體會智慧與慈悲的方法，只是到了後來，它演變成類似萬物存有本體論之類的哲學性觀點。

任何能幫助你覺醒的東西都有佛性。當我獨處時，一聲鳥啼傳來，提醒我回歸自己。——我呼吸，我微笑。有時它又多啼了一聲，我會微笑著對鳥兒說：「我聽到了。」

除了聲音，一些景象也能提醒你回到真正的自己。清晨時分，當你推開門窗時，那道灑進來的陽光，你也可以視為法音，於是，它就成為法身的一部分。這就是為什麼開悟的人，能在萬事萬物之中看見法的示現。一只卵石，一棵翠竹，一聲嬰兒啼哭，任何事物都可以成為法音、法的呼喚。我們應當如是練習。

法身不只是以文字、聲音來示現，當下的存在即是法身。有時候我們什麼也不做，卻比做了很多事情還要有用，這就是我們所說的「無為」。就像有個人身處暴風雨中的小船上，依舊冷靜。只要他不動聲色地，保持鎮定，情勢就可以改變。這也是法身的其中一面，無所說，無所教，就只是活在當下。

僧身

僧伽是和合的、覺醒的共住團體。而僧身（Sanghakaya）是一個新的梵文名詞。僧伽也需要一個身，當你與家人共住，練習微笑、呼吸，並認清存在於你自己和孩子們之間的佛身時，你的家庭就成為僧伽。如

果你家裡有鐘磬，那麼鐘磬也就成為你僧身的一部分，因為它幫助你修行；如果你有蒲團，那蒲團也成為僧身的一部分。

很多事物都在幫助我們修行，比方說我們呼吸的空氣。如果你家附近有個公園或是河岸，那麼你就很幸運了，因為你可在那兒享受行禪。你必須發現自己的僧身——去邀請朋友來跟自己一起修行，體味茶禪，一起坐禪、行禪，這些努力都是為了使你在家中建立起自己的僧身。如果你有了僧身，修行就容易多了。

實踐佛教、修行禪法，是為了使我們變得平靜與快樂，充滿智慧與慈悲。我們以這種方式，來為家庭及社會的幸福與和平努力向前。如果我們仔細觀察，三寶實質上是一體的，它們當中的每一個都已包含了其他兩者。佛陀擁有成佛的境界，有佛身。佛陀也有法身，因為若沒有法身，他就不可能成佛。佛陀也有僧身，因為他是與菩提樹、其他的樹、鳥兒以及自然環境共進早餐的。

在一個禪修中心裡，我們有僧身，因為我們在這裡練習增長智慧和慈悲的方法。也因此，法身也在這裡，方法和教化就在這裡。而教化若不是透過我們每個人的生命和身體也無法得到實現，所以，佛身也在這裡。如果沒有佛和法，也就無所謂僧伽了。如果沒有你，佛也不會被實現，而僅僅是個理念。

沒有你，法就沒有人來實踐；法是要人來實踐的。沒有你們每個人，僧也無法組建。那就是為何當我們說「自歸依佛」、「自歸依法」、「自歸依僧」時，我們也聽到了「佛歸依我」、「法歸依我」、「僧歸依我」。

【編者按】本文摘譯自簡·史密斯（Jean Smith）編輯的《心輪》（*Radiant Mind — Essential Buddhist Teachings and Texts*）。本書由Riverhead Books出版社出版。文中部分標題為編者所加。

歸依

B.艾倫·華勒士 (B. Alan Wallace) 香光莊嚴雜誌編譯群 譯 釋見廣 審訂

修學佛法、邁向解脫大道的入門是歸敬三寶——歸依佛、歸依法（佛陀的教法）及歸依僧（修行的團體）。歸依就是我們願意真誠投入修行的承諾，並信賴為我們指出這條道路的佛陀。但這並不表示，沒有歸依就不能從事某些修行。即使是信仰其他宗教或思想觀念不同的人，也可以學習佛教的眾多法門。然而如果要不斷地在修行上有所進展，信任和承諾的投入是必要的基礎。

尋求歸依，似乎是個陌生的概念，如果我們不曾認識到自己平常在各方面已經皈依了多少事物。我們依靠、信賴其他人和機構，將我們的信心寄託在他們的身上。大部分的人歸依銀行，委任銀行保管儲蓄；生病的時候，我們歸依醫生；我們歸依政府，冀望政府保護我們的家園；我們也歸依小孩，教育他們以養兒防老……。

那麼，佛、法、僧三寶，為何值得我們歸依呢？

首先，諸佛不僅如同阿羅漢一般，免除了心靈偏差扭曲的磨難，而且也不會遭受到更細微的無明煩惱。佛陀從不會感到畏懼或自覺身處險境，並能以善巧方便帶領人們通往自由的解脫大道。祂對眾生都懷抱著慈悲大愛，一視同仁地傳法給每個人。不管我們曾經如何對待佛陀，他總是毫無分別，以平等的愛關懷眾生。

今日佛教徒信仰歸敬的佛法，即傳承自歷史上的釋迦牟尼佛。

「法」可就兩方面來理解：一是指精神上的實踐與體悟；一是指如

何達到體證法的義理教導。

僧伽的產生則是為了實踐佛陀所說的法。嚴格說來，僧伽僅指那些已超越了概念，親證究竟真理的修行者。若廣義來說，僧伽泛指修習佛法的社群。當我們在修道路上前進時，同參道友往往能夠給予我們極大的幫助，他們之中有許多是比我們更加精進有成的，即使是和我們程度相當的人也會有不凡的洞見，這些都可以與我們分享。他們提供我們經驗上的指引，且扮演了實踐佛法活生生的範例。因此，他們成為我們心靈鼓舞的源頭之一，在這些人們身上，我們得以親見修鍊心智實際的益處。

我們可以透過一個藏傳佛教常見的比喻，來理解歸依佛、法、僧三寶。皈依就像是一個飽受疾病折磨的人尋求幫助。佛好比是醫生，法是藥方及療法，僧則像是照料病人的護士。佛陀的主要任務是宣說佛法，而僧眾的工作是協助我們修學佛法，佛法則是三寶之中人們最直接的依靠。

我們要如何才能歸依三寶呢？如果我們認識到我們自身尋求庇護的需求，願意將自己交付給佛、法、僧，我們便是歸依了三寶，成為佛教徒的一員。我們可以藉由參加法師主持的歸依儀式來慶祝這一步，但儀式本身並非是必要的。如果我們沒有發自內心地歸依，相對來說，外在的儀式便也顯得不那麼重要了。☸

【編者按】本文摘譯自簡·史密斯（Jean Smith）編輯的《心輪》（*Radiant Mind — Essential Buddhist Teachings and Texts*）。本書由Riverhead Books出版社出版。文中部分標題為編者所加。

良師益友

B.艾倫·華勒士 (B. Alan Wallace) 香光莊嚴雜誌編譯群 譯 釋見廣 審訂

在大乘佛教的傳統，我們歸依於三樣事物：佛、法、僧，也歸依我們的精神導師。我們的老師多半尚未完全證悟，如同我們一般，是這條修道路上的旅者。然而他們具有卓越的洞察力，能夠稱職地帶領我們向前邁進，也因此，我們歸依並信賴我們的老師。

小乘（上座部）佛教將導師視為佛陀的代表，引導我們體證涅槃；大乘佛教看待精神導師則十分不同。這是因為兩者對「法身」的概念、見解上有所不同的關係。法身即是佛陀的真如體性，從大乘佛教的觀點來說，精神導師是示現法身之舟，只要一位老師自內在傳遞出法的本質，他便是真正的佛的化現。

當我們不得不面對老師可能的過失時，法身的觀念就會特別有幫助。在這裡，有個十分細微但值得注意的差別，那就是：我們並非認為所有的精神導師都是已證悟的佛陀；正確地說，我們視他們為窺見法身的窗口。

這有好幾種涵義。首先，萬一我們察覺到導師的過錯，我們應當記得，「導師」並非一個靜止不動的物體，而是經驗交織的有機體，無可避免地和我們自己的認識與想法有關。一旦了解此事，我們或許就該對自己會見到他人的過錯負些責任了。當我們開始深究，這些看似導師犯的過錯，究竟有多少來自他（或她）本身，或是源於我們的成見與經驗，在這審視的過程中，便蘊涵了成長與領會。

假若我們視精神導師猶如他（或她）正在為我們示現佛法，那麼當我們看見任何過失，例如心胸狹隘，我們便能辨別那是什麼。一者，如上述，我們在他人身上覺察到過失，將明白這特質也存在於我們內心，然後從中學習；再者，經過深切的反省之後，我們可以推論：所謂心胸狹隘的批評，純粹是我們自身的投射，是根源於我們的迷惑。

是否應該站在評判導師的立場？答案是否定的。為了一切的眾生，我們的要務是：轉化自己，並使自己的心覺醒。在了解法身為何的背景之下，導師明顯可見的不完美，正是幫助我們完成此任務的利器。



【編者按】本文摘譯自簡·史密斯（Jean Smith）編輯的《心輪》（*Radiant Mind — Essential Buddhist Teachings and Texts*）。本書由Riverhead Books出版社出版。文中部分標題為編者所加。

印度佛教簡史

謝拉伯·丘津·孔 (Sherab Chodzin Kohn) 香光莊嚴雜誌編譯群 譯 釋見廣 審訂

在紐約的靈修中心告示牌寫著：「修行的法門很多，但真理只有一個。」當佛教從菩提伽耶傳布到世界的各個角落，並且藉由各地的信徒、普羅大眾、權貴及新移民的發心耕植，佛法隨著各地不同的人文風俗演進而發展。近年來，甚至從亞洲完成任務返國的美國和平會工作人員也發心參與。

現今的佛教分支派別大致可以分成三個主要的傳統：以東南亞為腹地發展的南傳佛教，又稱為小乘佛教，包括內觀禪法；大乘佛教則指中國禪宗、日本禪宗等；以及在西藏的金剛乘佛教。上述這些傳統目前都在西方國家蓬勃發展。雖然，這些教派各自有不同的強調重點和修行方法（如：公案的運用），導師所扮演的角色也有所不同，但無論如何，它們全部都建立在佛陀的核心教旨上。

原始佛教

釋尊悟道的那一刻，就是佛法的起源。當時釋尊的年齡為三十五歲（大約是西元前528年），他體悟到世間的一切都是虛幻的，他的覺醒就像是從睡夢中醒來般，了解到娑婆世界的所有眾生，因為無明，導致必須在永無止盡的六道輪迴裡，承受不必要的痛苦。於是，釋尊決定「逆著時代潮流」，向受苦的眾生，宣說覺醒的解脫之道，也就是教導佛法。

有四十五年的時間，釋尊在印度中部的恆河平原來回行腳、佈道，

傳遞他深廣、超凡的覺悟。有時他直截了當地開示，有時則詳盡闡述，而逐漸形成了一個綜合精神、心靈與實效層次的教理體系。釋尊的證道和覺悟的法教，透過無數未曾中斷的宗派導師傳承下來，並擴展到許多國家。其中還有不少宗派，至今依然十分興盛。

西元前483年，釋尊入滅，佛法正盛行於中印度。當時已有許多在家護法居士；然而，佛教團體的重心還是在出家眾，包括眾多的阿羅漢（即「應供」，此生成就涅槃者）。此外，數不清的佛教寺院，一座座矗立在當時的各大城市，如：王舍城、舍衛國和吠舍離。

佛陀教法的結集

根據傳統說法，首先繼承佛陀衣鉢的大弟子是摩訶迦葉尊者，他負責統整佛陀的教法。在佛陀圓寂之後的第一個雨季，摩訶迦葉尊者召集了五百位證果的阿羅漢，舉行結集大會。根據記載：在大會中，身為佛陀侍者的阿難尊者，背誦出佛陀所有開示的內容、說法地點和當時的情境。

優波離則背誦出佛陀為規範僧團生活而制訂的戒與律。

摩訶迦葉背誦出「本母 (matrika)」，即組織過的佛學名相清單，用來提供經典內容的分析對照。

這三類大量的背誦資料，再經過大會的審查、驗證之後，依序結集為最早的經藏（佛陀的教說）、律藏（戒律儀制）和論藏（對法專門的解析）——三藏，是佛教教義的核心典籍。在摩竭陀國國王阿闍世王的護持下，此次大會於王舍城舉行，稱為「第一次結集」。

佛陀涅槃後百年，佛教就傳遍了整個印度，成為印度人民的生活重心之一。當時佛教的主力是證悟的阿羅漢導師，以及許多心靈、智識

高度開發的僧眾所共住的大型寺院。比丘們在寺院間的往來十分頻繁，連繫成一股強大的網絡勢力。

部派佛教的形成

佛法普及印度各地後，差異逐漸衍生，尤其是毗奈耶——戒律的部分。大約在第一次結集後的一百年，由於對戒律見解的不同，七百位阿羅漢在吠舍離進行「第二次結集」。這些上座部長老對當地持戒鬆散的比丘發出譴責。爭執的內容有「十事」，其中最主要的是關於金錢供養的收受。儘管大會仍盡力維持和合統一，但可能是因為僧團已經過於龐大，終究無法避免地分裂為諸多紛歧的部派。

在幾個主要的部派中，「上座部」屬於保守的派系，延續著傳統的僧團理想，以阿羅漢為尊崇的中心，且奉行佛陀在三藏中闡明的教誨。另一個部派——「大眾部」，則質疑阿羅漢的可靠性。大眾部試圖削弱僧團菁英的威信，向普羅大眾廣開佛法的大門。除此，再加上某些超自然面向的教義，大眾部奠定了大乘佛教的基礎。「說一切有部」為另一個重要的部派，它肯定過去、現在、未來三世實有。到了西元前三世紀末，總共有十八個部派成立，他們對佛教教義或戒律，抱著或多或少相左的意見。不過，他們皆視自己為佛陀這個精神大家庭中的一員，大致上也能為其他部派所接受。所以，在當時，不同部派的比丘一同生活、遊歷，也是司空見慣的事情。

「第三次結集」在阿育王時代（西元前276-232年）舉行。起因於阿育王宣稱：唯有上座部的宗義才是正統，其他部派則背離了上座部另行發展。可能是因為這個原因，上座部教團便逐漸西遷，他們在華氏城（Mathura）建造了堡壘作為據點，持續擴大影響範圍。有數世紀之久，上

座部主導了古印度西北地區，包括喀什米爾及中亞大部分區域。直到今日，上座部的戒律傳承依舊存在於藏傳各教派中。(1)而上座部的傳統（在巴利語中又稱做小乘），至今仍在東南亞流傳。

佛教的黃金時期

阿育王是孔雀王朝的第三任國王，其國土勢力範圍涵蓋了印度次大陸南端以外的地域。他個人極擁護佛法，以佛法統治廣大的國土，使得佛法迅速傳播開來。阿育王政府不僅宣揚佛法，資助僧團，並派遣使者到西北方的希臘城邦和南亞進行傳教任務。在阿育王的提倡下，慈善與非暴力的機構、制度陸續建立，並普及印度各地，例如：維持鄰國和平關係，成立醫院、動物醫院，派任監督地方人民福利的特別官員、提供旅者遮蔽休息的驛站等政策。阿育王成為以佛法治國的最佳帝王典範，從現今看來，他統治的時期可說是佛教的黃金時代。

孔雀王朝不久隨即分裂，但佛法依舊是印度的主要勢力，持續到公元後幾個世紀。位於中印度的沙陀婆那王朝的國王，皆追隨阿育王，將佛法視為統理不同種族人民最文明、統一的力量。迦膩色迦王（西元一至二世紀），締建強大的貴霜王朝，立都在犍陀羅，統治北印度和中亞絕大部分區域。他更是法王，可稱為阿育王再世。在他的護持下，舉行了「第四次結集」，新增一些重要且受「一切有部」影響甚大的三藏論述。拜迦膩色迦王所賜，佛法深植於中亞人的心中。他們的家園緊鄰著絲路，也開啟了佛法通往中國之路。同時期的犍陀羅藝術在貴霜王朝時期大放異彩，以饒富古希臘藝術之美的風格，塑造出非常高貴且莊嚴的佛陀形象。

(1) 編者按：佛教傳播的路線雖分南傳、漢傳、藏傳，但戒律皆是傳承自佛陀根本教法，而漢譯經典更保留了各個部派的律藏。

傳統公認第四次結集是由耆尊者領導阿羅漢僧完成，並以圓滿成就的世友菩薩為上首。事實上，在西元二世紀初，菩薩道，或稱大乘，開始嶄露頭角，隨後征服了北方，包括中國、日本、韓國、西藏以及蒙古。

大乘佛教興起

大乘崛起最顯而易見的例子是：佛經出世的新浪潮。這些宣稱為佛陀所開示的經典，原本都收藏於人間以外的其他五趣。大乘以菩薩取代阿羅漢的典型——阿羅漢只求自身的解脫，以出離三界；菩薩則誓願：除自身的解脫，將繼續在娑婆世界度化眾生。這拓寬了大乘道修行的視野，有別於與世隔絕、隱修的有限環境，對世界上一切的可能採取開放、涵容的態度。結果，「佛陀」便不再僅限於歷史上最後一位釋迦牟尼佛（悉達多·喬達摩）——如此具體的人物，而是那份覺醒與了悟的根本自性。大乘佛教徒採納舊有三藏經典的同時，卻視為只是佛陀教法的狹隘詮釋，因此，獨稱固守傳統三藏的佛教徒為小乘行者。

西元後幾百年，許多偉大的導師們形塑出大乘佛教的架構，其中最為傑出的是龍樹菩薩（約西元二或三世紀）。「龍樹」這個名字的來源與蛇族（龍神）有關：傳說他到龍宮取回了大乘代表之一的「般若波羅蜜多經典」。龍樹菩薩出生於南印，他是當時印度最有名的那爛陀佛教大學的領導者（那爛陀大學在王舍城北方幾公里處，是佛法千年來的大本營）。龍樹的論著詳細闡述了中觀的思想——大乘佛教兩大理論基礎之一。另一位偉大的導師是無著菩薩（約西元四世紀），他是中觀學派外，另一個大乘佛教理論基礎——瑜伽行唯識學派的創始人，著重於經驗相應以通達究竟真理。

笈多王朝（320-540年）是印度歷史上最強盛的朝代之一，大乘佛教此

時也是盛行無阻。然而在六世紀時，數以百座的佛教僧院，被入侵的匈奴王所摧毀，這對佛教界是很嚴重的打擊。

八至十二世紀，佛法在東北印的帕拉王朝時期再度復甦、茁壯。此時期，歷代國王們開始資助復興佛教僧院，並成立著名的佛教學術中心，如：歐丹塔普里寺（近恆河，並距離那爛陀大學東邊幾公里處）。到了七世紀，小乘佛教在印度幾乎已經銷聲匿跡；大乘佛教雖然持續流傳，然而另一種形式的佛教——密宗，或稱真言宗、金剛乘，逐漸成為印度佛教的主流。

金剛乘佛教興起

如同大乘佛教一樣，金剛乘的教理依據是建立在一系列的經典上，亦為佛陀所宣說，一般稱為「密續」。金剛乘認為小乘與大乘佛教是通往密乘的基礎次第。金剛乘對世間的接受度更甚於大乘，主張包括感官的一切經驗，都是喚醒每個人佛性的神聖示現。修行方式強調：儀軌的觀修行者，觀想自身即本尊，不同的本尊象徵覺醒心靈的不同面向。本尊的壇城就代表整個法界，叫做「曼荼羅」。在金剛乘裡，取代阿羅漢與菩薩的地位，是密續上師。

佛教於印度滅亡

在十三世紀時，由於伊斯蘭教征服者的慘烈迫害，佛法在印度這塊原生地已蕩然無存。與此同時，小乘佛教轉而在東南亞穩定的發展；大乘佛教和金剛乘的各個支派，則在亞洲其他地方生根建立。📍

【編者按】本文摘譯自簡·史密斯（Jean Smith）編輯的《心輪》（*Radiant Mind — Essential Buddhist Teachings and Texts*）。本書由Riverhead Books出版社出版。文中部分標題為編者所加。

洪鐘初叩 寶偈高吟

川震復原佛曲慈善演唱會活動采摭

願此鐘聲超法界，鐵圍幽暗悉皆聞；

聞塵清淨證圓通，一切眾生成正覺。

我們以梵唄聲表達最虔誠的祈願，以鐘聲叩響人間的至情。



虔敬合十！

香光尼眾佛學院師生們，身搭代表三寶的袈裟，雙手合十，齊聲唱出內心懇切的祝祈。

2008年六月廿八日晚上七點，「金色蓮花表演坊」發起，邀集台灣佛教界各團體，於國立中正文化中心自由廣場，舉辦一場「送愛重建新家園：川震復原佛曲慈善演唱會」，共同為2008年五月十二日四川汶川大地震，集募眾人的力量，為川震受難災民及重建復原工作盡一份心力。

香光尼眾佛學院是受邀演出的團體之一，演出



練習！練習！
晚上就要上場了，加緊發聲的練習！在音樂人陳世音老師（左一）的指導鼓勵下，法師們抓到發聲技巧，也抓到了表達自己關懷的好方法！

再一次！
香光尼眾佛學院梵唄老師——見瓊法師（右一）、見享法師（左一），於彩排現場，陪著學僧法師們一次又一次地起腔吟唸。

內容，經院長悟因長老尼指示，選定吟唱「叩鐘偈」，取佛門裡叩鐘亦為眾生發願之意。「叩鐘偈」共十八句，每句唱完，叩鐘一聲。在佛門早晚叩鐘，吟唱三遍，加上三陣快鐘，共叩鐘百八聲。

那一晚，香光尼眾佛學院全校師生共三十五人，與現場所有觀眾，一面吟唱，一面發願，藉著莊嚴的梵唄聲，傳遞心中的護念與祝福。



鐘聲響遍寂靜的山林！
這回叩鐘的地點，卻不在山林道場，而是在熱鬧的台北國立中正文化中心自由廣場。
一面吟唱，一面叩鐘，虔誠發願。相信，諸佛菩薩一定會聽到我們的祝禱。

叩鐘祈願文

鐘聲悠遠 傳遍十方無量國土，
也傳送予四川災區苦難的眾生。

願 諸佛菩薩護祐 四川震災早日平息；
罹難者，獲得安寧，往生淨土；
受傷者，遠離恐懼，早日康復；
受災家屬，能再生勇氣燃起信心，建立家園。
願 人人凝聚善念，慈心相續，
所有眾生都能遠離痛苦、恐懼，
身心得到祥和、安樂。



心心相繫！

專注的眼神，虔敬的心，
讓我們一起跟著法師們為
苦難的眾生祝福。

「你們辛苦了！」

院長悟因長老尼（右一）
鼓勵此次活動的企劃組組
長黃連盛（右二）、企劃
陳子軒（左二）、發言人蔡定
彥（左一）。

感恩！

金色蓮花表演坊製作人郭
韻玲（中長髮合掌者）領
著活動籌備人員到後場休
息區，感謝香光尼眾佛學
院法師們的支持演出，共
同為四川災後重建工作盡
一份心力。

香光尼僧團各寺院機構近期活動

〔印儀學苑〕 02-23946800

- ◎發菩提心課程
時間：7/16~8/20，每週三晚上7:00~9:10
- ◎精進禪一
時間：7/26（六），9:00~17:00
- ◎二階禪修課程
時間：8/28-9/18，每週四晚上7:10~9:10
- ◎瑜珈課
週三班：8/13~10/15，晚上7:00~8:30
週四班：8/14~10/16，上午9:30~11:00
週五班：7/18~9/12，下午2:30~4:00
- ◎養生太極拳
時間：7/8-9/23，每週二上午10:00~12:00
- ◎巴利語文法入門
時間：8/14起，每週四晚上7:10~9:10
- ◎初級佛學研讀台語班
時間：7/3~10/9，每週四上午9:00~11:00
- ◎盂蘭盆報恩法會
時間：8/5~8/10
- ◎慈悲三昧水懺共修
時間：9/21（日）下午1:30~6:00

〔香光山寺〕 03-3873141

- ◎金剛經的福慧
時間：7/9~23，每週三晚上7:00~9:00
地點：一德里活動中心
- ◎法華經的生活
時間：8/13~27，每週三晚上7:00~9:00
地點：一德里活動中心
- ◎生死事大：臨終關懷
時間：9/3~17，每週三晚上7:00~9:00
地點：一德里活動中心
- ◎禪修簡介
時間：10/1、10/8，晚上7:00~9:00
地點：一德里活動中心

◎大悲懺共修

時間：8/17（日）、12/28（日）
下午2:30~5:00

◎精進佛一

時間：9/21（日），8:00~17:00。

◎精進禪五

時間：10/9（四）下午6：30
~10/14（二）下午4：00。

〔定慧學苑〕 037-272477

◎盂蘭盆念佛報恩法會

時間：8/3（日），8:30~17:00

◎皈依

時間：8/10（日）上午9:30

◎香光莊嚴一定慧學苑2008年特展

展覽日期：9/20~9/28，9:00~17:00
展覽地點：苗栗市藝文中心

〔養慧學苑〕 04-23192007

◎盂蘭盆報恩法會暨護夏總回向

時間：8/11~8/17（一~日）

◎結夏安居共修活動——頂禮大悲懺儀

時間：5/19~8/4。每週一晚上7:30~9:20

◎八關齋戒暨佛三共修

時間：9/26~9/28（五~日），8:00~20:00

◎解深密經

時間：7/10起，每週四晚上7:30~9:30

◎瑜珈班

時間：7/16~10/1，每週三晚上7:30~9:30

◎年畫班

時間：10/15~12/10，每週三晚上7:30~9:30

◎初級佛學研讀班招生、佈達園報名

時間：10/5（日）始

◎花藝插花班

時間：每週五
下午2:30~4:30 / 晚上7:00~9:00

〔香光寺〕 05-2541267

◎社區兒童才藝課程

時間：7/8~8/9

◎護夏功德總回向

時間：8/16~17（六、日）

◎精進佛一/時間：9/28（日）

〔安慧學苑〕 05-2325165

◎孟蘭盆報恩法會暨護夏總回向

時間：8/2 八關齋戒/召請
8/3~8/10 頂禮梁皇寶懺

◎二日禪

時間：7/19~20（六~日），8:30~20:40

◎一日禪

時間：9/6（六），8:30~18:00

◎中觀專題

時間：8/16~17（六~日），下午2:30~5:30

◎百法明門論

時間：8/23~10/11（六），晚上7:30~9:20

◎「兒童美術班」「成人工筆繪畫班」

時間：8/22起，每週五晚上7:30~9:20

◎兒童珠心算班

時間：每週四晚上7:30~9:00

◎手編織班

時間：9/3起，每週三晚上7:00~9:00

〔紫竹林精舍〕 07-7133891

◎社區兒童暑期成長課

時間：7/1~7/26，每週二、三下午。

◎養生保健課程

時間：7/4~9/19，每週五上午9:30~11:30

◎兒童讀經班

時間：8/16~12/27，每週六上午9:30~11:00

◎孟蘭盆報恩法會暨護夏總回向

時間：8/2 八關齋戒/召請
8/9 皈依 8/3~8/10 頂禮梁皇寶懺

佛教印經事業發展論壇

在中國，佛教經典的印行，多採用眾人集資，或由官方主持，以非營利方式，出版佛教圖書。隨著時代遷移，傳統佛教印經會印製內容，從佛經走向現代佛書的出版，載體形式也從紙本到數位多媒體。這些變革的歷程，佛教印經事業是如何發揮功能，未來的發展又將為何？

本論壇將邀請國內重要的佛教印經單位，介紹其成立緣起、發展沿革、管理方式、出版概況、未來的發展計畫等，希望藉由論壇鳥瞰臺灣地區佛教印經事業的發展，並經出版方向，透析佛教文化、信仰的趨向。

◎主辦單位：財團法人伽耶山基金會

◎承辦單位：香光尼眾佛學院圖書館

◎會議時間：97年9月27日（六）

◎會議地點：伽耶山基金會印儀學苑
（台北市中正區濟南路二段36號）

◎報名方式：97年9月1日起受理報名，請見網站訊息：

<http://www.gaya.org.tw/library>

（請上香光資訊網<http://www.gaya.org.tw>查詢或來電詢問詳細活動內容。）

伽耶山基金會 香光佛教研修學院 講座及推廣教育課程

97年度 秋季香光講座

[印儀學苑] 02-23946800

◎達賴喇嘛的現代修行論

時間：8/17（日）下午2:00~5:00

講者：翁仕杰教授

◎在生活中行禪 / 講者：鄭石岩 教授

時間：9/13（六）下午2:00~5:00

◎栽培自己一如染香人·莊嚴自他

講者：悟因法師

時間：9/27（六）下午2:00~5:00

[苗栗地區]

◎一輪明月照天心：一個自覺生命的完成

講者：田博元 教授

時間：9/20（六）上午9:00~12:00

地點：苗栗市公所-苗栗市府前路76號

[養慧學苑] 04-23192007

◎栽培自己一如染香人·莊嚴自他

講者：悟因法師

時間：8/18（一）晚上7:30~9:30

◎意義的呼喚—現代人的生死探索

講者：蔡昌雄 教授

時間：9/10（三）晚上7:30~9:30

[安慧學苑] 05-2325165

◎無一物中無盡藏，有花有月有樓台

講者：田博元 教授

時間：8/23（六）下午2:00~5:00

◎學佛—諮商與心靈成長

講者：李燕蕙 教授

時間：9/13（六）下午2:00~5:00

[香光寺] 05-2541267

◎在生活中行禪 / 講者：鄭石岩 教授

時間：10/11（六）下午2:00~5:00

[紫竹林精舍] 07-7133891

◎無一物中無盡藏，有花有月有樓台

講者：田博元 教授

時間：8/24（日）上午9:00~12:00

97年度 推廣教育課程

[北部地區]

(上課地點：印儀學苑 / 台北市濟南路二段36號)

◎夢、潛意識與自我成長 / 講者：黃璧惠

時間：9/23起，每週二上午9:30~12:30

◎入菩薩行論第二、三、四品 / 講者：翁仕杰

時間：9/23起，每週二晚上7:00~9:00

◎臨終關懷 / 講者：見蔚法師

時間：9/24起，每週三晚上7:00~9:00

◎藏傳現代修行論 / 講者：翁仕杰

時間：9/25起，每週四晚上7:00~9:00

◎六祖壇經：般若品~付囑品 / 講者：田博元

時間：6/13起，每週五晚上6:30~9:30

◎繪畫治療 / 講者：呂俊宏

時間：11/29、11/30、12/6、12/7、

12/13、12/14（六、日）10:00~17:30

[中部地區]

(上課地點：養慧學苑 / 台中市西區大墩十街50號)

◎六祖壇經：疑問品~付囑品 / 講者：田博元

時間：9/18起，每週四晚上7:15~9:30

◎遊戲治療 / 講者：呂俊宏

時間：10/18（六）、10/19（日）、10/25（六）
上午9:00~12:00 / 下午2:00~5:00

[嘉義地區]

◎六祖壇經：行由品~坐禪品 / 講者：田博元

時間：9/9起，每週二晚上7:00~9:00

地點：研修學院南辦(嘉義市公園街131號)

◎生命教育的意義探索 / 講者：蔡昌雄

時間：9/11起，每週四晚上7:00~9:00

地點：安慧學苑(嘉義市文化路820號)

◎學佛—諮商與心靈成長 / 講者：李燕蕙

時間：9/20、9/27、10/4（六）14:00~20:00

地點：安慧學苑(嘉義市文化路820號)

請來電「香光佛教研修學院」詢問詳細活動內容：

電話：02-23212816/05-2779405 傳真：02-23912937

E-mail：learning999@gmail.com

助印芳名

伍萬元整

丁振擾

貳萬元整

李鈞天

壹萬肆仟伍佰元整

周宏達 鄭圭君

壹萬元整

釋能超 周志雄 洪朱菁
洪朱品 辛白梅 張復華

陸仟元整

胡登泰 蘇政君 陳育駿
安秀智

伍仟元整

鍾柳林 許棠嬌

參仟元整

吳怡昌 張克難 林高塚
楊斐琬 宋永魁 何榮田
聖覺學苑

貳仟陸佰元整

蔡毓瑄

貳仟伍佰元整

喻林明 喻義清

貳仟肆佰元整

闕錦慧

貳仟壹佰元整

莊美華

貳仟元整

呂亞蓉 王月金 江貞瑩
許英夫 李懷齡 吳忠穎
鄭織敏 劉志賢 莊士毅
王美月 鄭宇勝

壹仟陸佰元整

無名氏

壹仟貳佰元整

黃稚喻

壹仟壹佰元整

釋大福

壹仟元整

釋性融 釋慧中
賴秀惠 蔡曉瑛 蔡曉雯
蔡淑霞 趙楊柑 蔡孟哲
蔡宜容 陳姿君 石玫玲
陳 綾 麻吉狗 游紫緘
潘美玲 蔡明旭 楊新林
李秀梅 蕭安迪 陳昱歡
廖錦呈 何迪雨 洪文樹
盧德馨 羅福華 簡伯丞
林桂淑 周麗平 周碧玉
王學信 蔡早灼 黃坤維
陳文雄 謝彩月 趙淑華

玖佰元整

楊智堯 楊智勝 楊智安
楊智竣 楊筌詠

捌佰壹拾元整

莊皓安 莊皓宇

捌佰元整

林秀盆 許瑜芬 廖淑貞
莊桂玲

柒佰元整

陳柏毓 陳亭瑜

陸佰貳拾元整

曾藤雄

陸佰元整

李淑霞 李書儀 周 女

伍佰元整

釋自常 王美靜 劉豐明
彭一正 黃毓瑩 楊馥嬪
莊曜宇 莊曜隆 顏玉珍
何如珊 蔡年香 楊鴻恩
陳聿君 陳杰立 涂文壁
郭曉青 曹鳳玉 辜俊偉
陳啟宏 陳啟倫 鄭宇勝
蔡麗瓊 蔡佳琪 蔡良榮
吳雪珠

肆佰伍拾元整

郭美津 郭守貞

肆佰元整

釋慧圓 陳月桂 李世東
賴建宏 賴信成 賴姿伶
李香征 李金貴 桑慧慈

參佰元整

吳淑美 林秀芬 李佳玲
李國誠 廖尤靖 陳 靖
陳玉芝 陳布燦 周麗花

貳佰玖拾肆元整

朱 顏 鄒緯玲 林育宏

貳佰伍拾元整

尹 琪 尹 文

貳佰元整

洪士安 郭滿足 洪晨祐
洪霽容 陳哲男 陳謙逸
王振懿 郭冠顯 謝旻珊
謝筑恩 謝易珊 范玉球
曜源行 蔡渝涵 謝清江
梁金玉

壹佰元整

林 彩 柯重信 莊秋琴
陳靜香 林 墾 李宜芯
褚麗慧 潘美娟 黃麗嬌

美金貳佰元整

林扶世

美金壹佰元整

林念瑾 廖小萍 陳美秀

美金參拾元整

Hsin Ti Chao

新加坡幣伍佰元整

新加坡佛教居士林

【關懷佛教教育 共創人間淨土】

香光莊嚴雜誌社
Luminary Publishing Association

發行人兼總編輯：釋悟因
執行編輯：釋見鐮 簡伊伶
美術指導：雅堂設計工作室
文字志工：宋滌姬 林麗瓊 周麗花 陳國瑩 行政志工：陳淑娥 陳世芬 林苑心
社址：嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州 49~1 號
49-1,Hsiychao,Nei-pu,Chu-chi,Chia-I,60406,Taiwan,R.O.C
電話：07-7133891 傳真：07-7254950 郵政劃撥：03308694 香光寺
網址：<http://www.gaya.org.tw/magazine> E-mail:magazine@gaya.org.tw

本刊流通處

香光寺 嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州 49~1 號 電話：05-2541267 傳真：05-2542977
紫竹林精舍 鳳山市漢慶街 60 號 電話：07-7133891~3 傳真：07-7254950
安慧學苑 嘉義市文化路 820 號 電話：05-2325165 傳真：05-2326085
定慧學苑 苗栗市福星街 74 巷 3 號 電話：037-272477 傳真：037-272621
印儀學苑 台北市中正區濟南路二段 36 號 電話：02-23946800 傳真：02-23222837
養慧學苑 台中市西區大墩十街 50 號 電話：04-23192007 傳真：04-23192008
香光山寺 桃園縣大溪鎮福安里 11 鄰頭寮 16 號 電話：03-3873141 傳真：03-3873108

製版印刷：中原造像股份有限公司
行政院新聞局局版台誌字第 4548 號 中華郵政台字第 0343 號登記為雜誌交寄
中華民國七十四年二月二十日創刊 中華民國九十七年六月二十日出版
◎讀者若重複收件或需變更地址，請通知各流通處，以便修改。
◎轉載文圖請先徵求同意。

ISSN 1027-5126 【非賣品】



一朵開敷的蓮華，表達香與光的意象。有兩種意義：

- 一、華開蓮現，象徵佛性的開顯；
- 二、香光莊嚴，象徵慧光照破無明痴暗。

香與光的結合蘊涵著香光尼僧團

悲願、力行、和合的理念，期望有志者一起同行，教育自己，覺悟他人，共同活出「香光莊嚴」的生命。