

禪話與淨話

中國佛教經典寶藏精選白話版

禪宗類

38

方 倫著

星雲大師總監修

佛光山宗務委員會印行





中國佛教經典寶藏精選白話版

38

方 倫 著

星雲大師總監修

佛光山宗務委員會印行



國家圖書館出版品預行編目資料

禪話與淨話／方倫釋譯.--初版.--
高雄縣大樹鄉：佛光，1997 [民86]
面；公分.--(佛光經典叢書；1138)
(中國佛教經典寶藏精選白話版；38)
ISBN 978-957-543-542-4(精裝).--
ISBN 978-957-543-543-1(平裝)

1. 禪宗
226.6

85012564

總編修
總編輯
釋譯者
出版者
發行人

星雲大師
慈惠法師 (台灣)；王志遠 賴永海 (大陸)
方倫
佛光文化事業有限公司
佛光山宗務委員會
佛光山
心定和尚 慈莊法師 慈惠法師
慈容法師 慈嘉法師 依嚴法師
依恒法師 依空法師 依淳法師
高雄科大樹區興田路一五三號 佛光山寺
(07)六五六一九二一一一六八

地址
電話
網址
網名
電址
流撥處
通處

佛光山文化發行部
佛光山文化發行部
佛光山文化發行部
佛光山文化發行部
佛光山文教廣場
高雄科大樹區興田路一五三號 (07)六五六四〇三八〇九
佛光山文教廣場
高雄科大樹區佛光山寺 (07)六五六一九二一一六〇二一
滴水書坊
新北市永和區中正路四四六號 (02)二九三三七四八
新北市三重區三和路三段一一七號 (02)二九八四九五三
宜蘭市中山路三段二五七號 (03)三三〇三三三一一二〇九
高雄市前金區賢中街二七號 (07)二七二八六四九
高雄市左營區忠言路一八號 (07)五五六三三九三一〇〇六
中茂分色製版印刷事業股份有限公司
舒建中、毛英富律師
行政院新聞局版台省業字第八八一號
一九九七年四月
二〇一二年二月再版四刷
二〇〇元

印刷者
法律顧問
登記證
初版
定價

星雲大師
慈惠法師 (台灣)；王志遠 賴永海 (大陸)
方倫
佛光文化事業有限公司
佛光山宗務委員會
佛光山
心定和尚 慈莊法師 慈惠法師
慈容法師 慈嘉法師 依嚴法師
依恒法師 依空法師 依淳法師
高雄科大樹區興田路一五三號 佛光山寺
(07)六五六一九二一一一六八

有著作權·請勿翻印·歡迎流傳
如有缺頁或裝訂錯誤·請寄回更換

總序

白話佛經

自讀首楞嚴，從此不嗜人間糟糠味；
認識華嚴經，方知己是佛法富貴人。

誠然，佛教三藏十二部經有如暗夜之燈炬、苦海之寶筏，為人生帶來光明與幸福，古德這首詩偈可說一語道盡行者閱藏慕道、頂戴感恩的心情！可惜佛教經典因為卷帙浩瀚，古文艱澀，常使忙碌的現代人有義理遠隔、望而生畏之憾，因此多少年來，我一直想編纂一套白話佛典，以使法雨均霑，普利十方。

一九九一年，這個心願總算有了眉目，是年，佛光山在中國大陸廣州市召開「白話佛經編纂會議」，將該套叢書訂名為《中國佛教經典寶藏》。後來幾經集思廣益，大家決定其所呈現的風格應該具備下列四項要點：

一、啟發思想：全套《中國佛教經典寶藏》共計百餘冊，依大乘、小乘、禪、淨、密等性質編號排序，所選經典均具三點特色：

1 歷史意義的深遠性

2 中國文化的影響性

3 人間佛教的理念性

二、通順易懂：每冊書均設有譯文、原典、注釋等單元，其中文句鋪排力求流暢通順，遣詞用字力求深入淺出，期使讀者能一目了然，契入妙諦。

三、文簡義賅：以專章解析每部經的全貌，並且搜羅重要章句，介紹該經的精神所在，俾使讀者對每部經義都能透徹瞭解，並且免於以偏概全之謬誤。

四、雅俗共賞：《中國佛教經典寶藏》雖是白話佛典，但亦兼具通俗文藝與學術價值，以達到雅俗共賞、三根普被的效果，所以每冊書均以題解、源流、解說等章節，闡述經文的時代背景、影響價值及在佛教歷史和思想演變上的地位角色。

茲值佛光山開山三十週年，諸方賢聖齊來慶祝，歷經五載、集二百餘人心血結晶的百餘冊《中國佛教經典寶藏》也於此時隆重推出，可謂意義非凡，論其成就，

則有四點成就可與大家共同分享：

一、佛教史上的開創之舉：民國以來的白話佛經翻譯雖然很多，但都是法師或居士個人的開示講稿或零星的研究心得，由於缺乏整體性的計劃，讀者也不易窺探佛法之堂奧。有鑑於此，《中國佛教經典寶藏》叢書突破窠臼，將古來經律論中之重要著作，作有系統的整理，為佛典翻譯史寫下新頁！

二、傑出學者的集體創作：《中國佛教經典寶藏》叢書結合中國大陸北京、南京各地名校的百位教授學者通力撰稿，其中博士學位者佔百分之八十，其他均擁有碩士學位，在當今出版界各種讀物中難得一見。

三、兩岸佛學的交流互動：《中國佛教經典寶藏》撰述大部份由大陸飽學能文之教授負責，並搜錄臺灣教界大德和居士們的論著，藉此銜接兩岸佛學，使有互動的因緣。編審部份則由臺灣和大陸學有專精之學者從事，不僅對中國大陸研究佛學風氣具有帶動啓發之作用，對於臺海兩岸佛學交流更是助益良多。

四、白話佛典的精華集粹：《中國佛教經典寶藏》將佛典裏具有思想性、啓發性、教育性、人間性的章節作重點式的集粹整理，有別於坊間一般「照本翻譯」的白話佛

典，使讀者能充份享受「深入經藏，智慧如海」的法喜。

今《中國佛教經典寶藏》付梓在即，吾欣然爲之作序，並藉此感謝慈惠、依空等人百忙之中，指導編修；吉廣興等人奔走兩岸，穿針引線；以及王志遠、賴永海等大陸教授的辛勤撰述；劉國香、陳慧劍等臺灣學者的周詳審核；滿濟、永應等「寶藏小組」人員的匯編印行。由於他們的同心協力，使得這項偉大的事業得以不負衆望，功竟圓成！

《中國佛教經典寶藏》雖說是大家精心擘劃、全力以赴的鉅作，但經義深邈，實難盡備；法海浩瀚，亦恐有遺珠之憾；加以時代之動亂，文化之激盪，學者教授於契合佛心，或有差距之處。凡此失漏必然甚多，星雲謹以愚誠，祈求諸方大德不吝指正，是所至禱。

一九九六年五月十六日於佛光山

編序

2010

敲門處處有人應

《中國佛教經典寶藏》是佛光山繼《佛光大藏經》之後，推展人間佛教的百冊叢書，以將傳統《大藏經》菁華化、白話化、現代化為宗旨，力求佛經寶藏再現今世，以通俗親切的面貌，溫渥現代人的心靈。

佛光山開山三十年以來，家師星雲上人致力推展人間佛教不遺餘力，各種文化教育事業蓬勃創辦，全世界弘法度化之道場應機興建，蔚為中國現代佛教之新氣象。這一套白話菁華大藏經，亦是大師弘教傳法的深心悲願之一。從開始構想、擘劃到廣州會議落實，無不出自大師高瞻遠矚之眼光；從逐年組稿到編輯出版，幸賴大師無限關注支持，乃有這一套現代白話之大藏經問世。

這是一套多層次、多角度、全方位反映傳統佛教文化的叢書，取其菁華，捨其艱澀，希望既能將《大藏經》深睿的奧義妙法再現今世，也能為現代人提供學佛求法的方便舟筏。我們祈望《中國佛教經典寶藏》具有四種功用：

一、是傳統佛典的菁華書——中國佛教典籍汗牛充棟，一套《大藏經》就有九千餘卷，窮年皓首都研讀不完，無從賑濟現代人的枯槁心靈。《寶藏》希望是一滴濃縮的法水，既不失《大藏經》的法味，又能有稍浸即潤的方便，所以選擇了取精用弘的摘引方式，以捨棄龐雜的枝節。由於執筆學者各有不同的取捨角度，其間難免有所缺失，謹請十方仁者鑒諒。

二、是深入淺出的工具書——現代人離古愈遠，愈缺乏解讀古籍的能力，往往視《大藏經》為艱澀難懂之天書，明知其中有汪洋浩瀚之生命智慧，亦只能望洋興歎，欲渡無舟。《寶藏》希望是一艘現代化的舟筏，以通俗淺顯的白話文字，提供讀者遨遊佛法義海的工具。應邀執筆的學者雖然多具佛學素養，但大陸對白話寫作之領會角度不同，表達方式與臺灣有相當差距，造成編寫過程中對深厚佛學素養與流暢白話語言不易兼顧的困擾，兩全為難。

三、是學佛入門的指引書——佛教經典有八萬四千法門，門門可以深入，門門是無限寬廣的證悟途徑，可惜缺乏大眾化的入門導覽，不易尋覓捷徑。《寶藏》希望是一支指引方向的路標，協助十方大眾深入經藏，從先賢的智慧中汲取養分，成就無上的人生福澤。然而大陸佛教於「文化大革命」中斷了數十年，迄今未完全擺脫馬列主義之教條框框，《寶藏》在兩岸解禁前即已開展，時勢與環境尚有諸多禁忌，五年來雖然排除萬難，學者對部份教理之闡發仍有不同之認知角度，不易滌除積習，若有未盡中肯之辭，則是編者無奈之咎，至誠祈望碩學大德不吝垂教。

四、是解深入密的參考書——佛陀遺教不僅是亞洲人民的精神皈依，也是世界眾生的心靈寶藏，可惜經文古奧，缺乏現代化傳播，一旦龐大經藏淪為學術研究之訓詁工具，佛教如何能紮根於民間？如何普濟僧俗兩眾？我們希望《寶藏》是百粒芥子，稍稍顯現一些須彌山的法相，使讀者由淺入深，略窺三昧法要。各書對經藏之解讀詮釋角度或有不足，我們開拓白話經藏的心意卻是虔誠的，若能引領讀者進一步深研三藏教理，則是我們的衷心微願。

在《寶藏》漫長五年的工作過程中，大師發了兩個大願力——一是將文革浩劫斷

滅將盡的中國佛教命脈喚醒復甦，一是全力扶持大陸殘存的老、中、青三代佛教學者之生活生機。大師護持中國佛教法脈與種子的深心悲願，印證在《寶藏》五年艱苦歲月 and 近百位學者身上，是《寶藏》的一個殊勝意義。

謹呈獻這百餘冊《中國佛教經典寶藏》為 師父上人七十祝壽，亦為佛光山開山三十週年之紀念。至誠感謝三寶加被、龍天護持，成就了這一樁微妙功德，惟願《寶藏》的功德法水長流五大洲，讓先賢的生命智慧處處敲門有人應，普濟世界人民眾生！

目錄

● 自序	一
● 禪話	三
● 淨話	三三
● 附錄	七五
1 淨法概述	七七
2 易行門中的易行法	一八九

自序

古今佛門中人，都公認禪那的地位最高，但究竟要高到什麼程度，才能算是最高呢？假如高到了三世諸佛，不能自宣，六代祖師，全提不起，一大藏教，詮句不及，如《維摩詰經》裏，文殊師利歎曰：「善哉！善哉！乃至無有語言文字，是真入不二法門。」像這樣的程度，也總可以算是最高了；而禪心的確是達到這個地步。古今佛門中人，又都公認淨土的效用最廣，但究竟要廣到什麼程度，才能算是最廣呢？假如廣到了十惡五逆，得預聖流，旁生異類，亦生佛國，如《彌陀經疏鈔》卷一裏所說：「惡人則善和十念，地獄現，而化佛空迎。畜生則鸚鵡稱名，形骸掩，而蓮花地發。」像這樣的程度，也總可以算是最廣了；而淨法的確是做到這個地步。唯其如此的高廣，所以禪淨兩門，自有佛法以來，始終都是站在領導的地位，不可動搖，過去如是，現在如是，未來也如是。就表面看來，似乎禪淨是極端相反的，並且在佛教發展的過程中，確曾有一時期，這兩個法門，是站在相反的地位。但是儘管別門戶，爭彼此，畢竟事實勝於雄辯，終於由永明禪師的禪淨四料簡，登高一呼，化敵爲友，五六百

年來，在佛門功課中，幾乎是淨必有禪，禪必有淨，不見得有何不可合流的痕跡，像這樣才算是把握教綱的大綱，融會諸法的異相。但是，就因為高的緣故，利根人能參能悟，鈍根人，則不能。也就因為廣的緣故，鈍根人肯信肯行，利根人，則不肯。所以若不將這兩門中的啞謎，赤裸裸的，都予以揭開，則始終是佛法中，一大遺憾，一大缺點。不慧不揣謏陋，欲救其弊，也知佛海淵深，非蠡可測，但是有鯁在喉，又不得不吐，所以終於在寫了一篇禪話之後，又寫了一篇淨話，醜雞甕語，貽笑方家，這還是小事；假如我五百世墮野狐身，還瞎了讀者的慧眼，那這禍頭就闖得大了，所以很希望善知識，予以指正。

佛曆二五二四年葭冬方 倫序於臺灣左營

禪話

禪爲梵語禪那之簡稱，舊譯爲思維修，新譯爲靜慮，乃指湛寂而非無知之心念而言；緣一切衆生，上自人類，下至蟲蟻，自無始以來，其心體不是念念相續，永無止息，即是睡眠悶絕，昏然無知。此兩種心，皆非本來心相，皆是輪迴根本，受苦由來，故須習禪以復其初也。凡夫局於世慮，未能起出世之想，故其心念，皆在六道之內，每起一念，皆落一道；反之若不起念，則不落任何道；不落任何道，則出輪迴，脫生受苦海矣。明此無念之心，保持此無念之心者，皆禪門分內事，此謂修禪。捨此若更有作爲，有感覺，有境界者，即是外道禪定，即是不究竟法，縱使得益一時，以不究竟故，其定力有一定限度，過若干時，或若干劫後，依然再起念墮落，再入輪迴，不能永遠解脫，何況修之不得法，則不特不能得益，且爲患甚大乎？佛門禪法，以出世爲正宗，既出世矣，又有小乘，大乘，最上乘之分，悟我空之理，求脫生死，灰心滅智，不起作用者，爲小乘禪。證此者，其最高果位曰阿羅漢，或辟支佛。悟我法二空之真理，心體湛然，分證眞如者，爲大乘禪。證此者，其最高果位曰菩薩。知我心

www.docsriver.com 定制及广告服务 小飞鱼
更多**广告合作及防失联联系方式**在电脑端打开链接
<http://www.docsriver.com/shop.php?id=3665>



www.docsriver.com 商家 本本书店
内容不排斥 转载、转发、转卖 行为
但请勿去除文件宣传广告页面

若发现去宣传页面转卖行为，后续广告将以上浮于页面形式添加

www.docsriver.com 定制及广告服务 小飞鱼
更多**广告合作及防失联联系方式**在电脑端打开链接
<http://www.docsriver.com/shop.php?id=3665>



本來清淨，不屬迷悟，原無煩惱，福慧俱足，不假外求，此心即佛，無俟修爲者，爲最上乘禪。證此者，其最上果位曰佛。迦葉達磨門下所傳者，即此禪也。

《大梵天問佛決疑經》載，世尊在靈山會上，大梵天王以金色波羅花獻佛，請佛說法。世尊但拈花，不說一字，一時百萬人天悉皆罔措，獨金色頭陀破顏微笑，世尊曰：「吾有正法眼藏，涅槃妙心，實相無相，微妙法門，不立文字，敎外別傳，咐囑汝摩訶迦葉。」是爲禪宗源流，佛入滅後，迦葉傳佛心印及衣鉢，爲禪宗初祖；阿難繼之，爲二祖；嗣後輾轉相傳，至第二十八祖達磨，泛海來華，傳付禪法，因鑑於中國學佛者，多在文字上尋活計，致迷指失月，故不立文字，直指心源。其不立文字者，並非排斥文字，不過不執著文字耳。觀初祖迦葉，於佛滅度後，唯以結集三藏，爲當務之急，嗣復傳法於多聞第一之阿難，迨後達磨東來，傳心印於精通內典之慧可，並以《楞伽》四卷爲證。六祖雖示現不識文字，符禪宗眞旨，然猶以《金剛經》爲主，印契無住生心，讚歎摩訶般若；至若馬鳴龍樹，以祖師兼論主；永明禪師，著《宗鏡錄》一百卷等。皆欲以有字說無字，啓悟後人，於爾可見禪宗之於文字矣。平心而論，禪爲佛心，敎爲佛口，心口一源，相資爲用，豈有軒輊於其間？彼入主出奴者，

徒見其法相未融，橫生分別耳。

佛門禪法，分爲教內禪，與教外禪。教內禪即如來禪，以其在經教之內，爲文字所詮，故稱教內；教外禪即祖師禪，以其在經教之外，以心印心，非文字所詮境界，故稱教外。如來禪爲普被諸根機，有方法，有程序，有造詣，所謂行遠自邇，登高自卑，其法四平八穩，條理井然，故氣象和平，稱爲漸教。祖師禪獨闡最上乘法，接引利根上智，非鈍根劣智者，所能跂及。其法超越次第，逕指心源，立到一塵無著處，直悟諸法未生時，故氣象雄猛，稱爲頓教。迦葉達摩以次，乃至一花五葉，如臨濟，雲門，曹洞，馮仰，法眼，各宗所傳者，皆教外禪也，教外禪稱爲禪宗；教內禪則不以宗名也。

如來禪重在摒除俗務，打坐觀心，如《圓覺經》之安處徒衆，安坐靜室，及三月安居等是也，其於坐前坐後，應行準備之事項，如調心調息，手足姿勢，呼吸長短等，皆有一定規矩，台家二十五方便，即其例也。坐時謂之入定，坐後謂之出定。當其坐時，閒居靜處，小心翼翼，不敢咳嗽抓搔，揚眉瞬目，散動手足。但祖師禪則不然，不必怯塵避世，落取捨邊，儘管入世間去，入熱鬧場中去，穿衣吃飯不差，行住坐

臥盡是，萬法即眞如，俗諦皆眞諦，故從早至晚，六根門頭，無不做門洞開，不避見聞覺知，亦不礙見聞覺知，眼前光奕奕，圓陀陀，豎起脊樑，放開眼孔，遊行自在，顧盼雄毅，任他境界萬千，只覺胸懷一片，此才是禪門眞旨，祖道嫡傳，在昔淨名呵斥宴坐，六祖見人結跏，曾自將杖打起，即是絕好訓示。他如一坐數日，落造作或空寂窠臼者，不是小乘禪，即是外道禪，不足取也。試思佛菩薩示現十方，分身無數，若與物接觸，便保持不住，隨境遷流，若靜時把得住，動時便把不住者，將見衆生未度，自己先沈，寧有是理，可知是眞禪心，不妨同塵，眞如有隨緣不變義，彼入山遁世，然後參修者，僅得禪之膚廓，未得其骨髓耳。雖然如此，畢竟坐有坐之用處，不坐有不坐之用處，欲坐即坐，欲不坐即不坐，活活潑潑全無拘束，莫之夭闕，才是禪家風度。若死泥於不坐，而斥宴坐，亦是一偏之見，不足爲法，行住坐臥，坐豈非四威儀之一乎？淨名呵斥宴坐，六祖將杖打起者，是對治法，對治以坐爲定，不坐即不定之人耳。不然三世諸佛，皆曾結跏，且有吉祥坐、降魔坐等之別，即釋尊在菩提樹下，入金剛喻定，以一念相應慧，破無始無明，成等正覺，亦並未離座。賢劫千佛，皆是如此，豈淨名六祖爲是，而諸佛皆非是耶？可知呵斥宴坐，將杖打起者，但是破

執，此意不可不曉。

一說到禪，聞者率皆搖首咋舌，目動色變，以爲是了不起的學問，又以爲像如此高深微妙之禪學，只有佛祖菩薩，方行得來，我輩凡夫俗子，安可存此奢望；再不然，又以爲此乃高僧隱士，在深山絕頂所修的勾當，世人擾擾，安能有成，再不然又以爲古來禪門諸大德，承事善知識歷多少艱辛折磨，方能親聞秘奧，如慧可求法及斷臂，惠能破柴及舂米，臨濟三度被打，百丈三日耳聾，水潦被馬祖踏翻等，皆幾經艱難，然後得法。今者足不出戶庭，但翻閱幾卷破經書，便合得無上法，寧有是理？凡作此類見解者，皆智慧淺薄，故捨近求遠，捨易求難，不敢直下承當，譬如力士額上珠，貧兒衣中寶，欲得此珠寶，便有三種得法：第一種蒙善知識面告而得，第二種蒙善知識函告而得，第三種偶自摸索而得。遇此三種因緣，皆能得之。因緣雖有不同，而得珠寶則同，凡親聞佛菩薩說法，或善知識指示，因而覺悟者，皆屬面告類；閱讀經論，或古人著述，因而覺悟者，皆屬函告類；淨種成熟，忽爾大悟者，皆屬自索類。若只許前一類得法，不許後二類得法者，是無異謂得人面告者，能得珠寶，得人函告及自行摸索者，均不能得，豈云合理？果爾則古人又何必著作，今人又何必閱讀乎？

其實大道即在眼前，說穿了一文不值，學者切勿被古人瞞過，切勿被成千累萬禪門公案嚇昏，切勿看低自己，不敢與諸佛比肩，能如是始可與言道。

古師擇徒至嚴，有寧與法俱腐，決不肯所傳非人之慨，此中自有道理存在。凡得法有兩種作用：一者自度，二者廣度群品。前者非智慧莫辨，後者更非智慧莫辨。倘若根器不對，雖傳亦不起作用，不特傳如不傳，亦且褻法，此為不肯濫傳之原因。菩薩戒中，有不得對小根說微妙法之戒，職是故也，並且得法太容易了，更會起簡慢心，不生難遭想，而門庭嘈雜，良莠不齊，最易使佛法毀滅，此所以不得不鄭重出之也。達磨既來華傳法，何以在嵩山少林寺面壁九年？六祖得法後，何以隱於獵人隊中十餘年？此皆時節因緣未至，不得不藏器待時也。慧可數度請法，達磨均不許可，必待安心時節而後許之；五祖不傳法於五百人上座之神秀，而傳於舂米之嶺南不識字樵夫；可知對其擇徒，若何鄭重。孔子雖有教無類，然其言曰：「不憤不啓，不悱不發，舉一隅不以三隅反，則不復也。」可知古聖賢傳授心要，若何其期期難吐矣。

禪門有許多造作，如打，喝，踏，掩口，扭鼻，滅燭，畫圓圈，自背後呼其名等，皆是也；又有以無理路言句，令學人朝夕參究，如「麻三斤」，「待汝一口吸盡西

江水，卻對汝說」，「我在青州做一領布衫，重七斤半」，「泥牛一去不復返，石女懷春脚弄琴」之類，真是五花八門，連篇累冊，謂之參話頭。凡此施設各種造作，皆是要學者識得主人翁，參話頭也是他要他識得主人翁，此主人翁即自性也。見主人翁即是見性，所有各種施設，無非顯此一物事，或以遮爲顯，或以表爲顯，參話頭亦是施設之一。按無理路之話頭，原無可參，但是學者得到言句後，以爲大道即在裏許，由是唯勤唯謹，朝參暮參，左參右參，橫參豎參，行參臥參，無時無刻不參，參到智窮力竭，頭昏腦脹，逼得無可奈何，便不得不一齊休歇，放下萬緣。當是時六識全斷，一性孤明，露出父母未生前本來面目，一剎那間，豁然大悟，身心脫落，如釋重擔。此即參話頭之作用。故其語句，必須毫無理路可言，方能見效。但因參悟道者，只十之一二，弄得半途而退，終身不敢問津者，卻十之八九，且每有空腹高心之輩，連自己亦弄不清，實無法接引後學；但遇人參問時，輒預備些極無理路言句，搪塞過去，大是誤己誤人！故參話頭一法，實不宜再用，世風日下，衆生根器愈淺，福慧愈薄，併打喝等法，恐亦不能契機。運會至此，接引之法，不得不改變，倘遇十分心堅情切，勤求解脫者，不妨明白正告，俾圓滿其願望，亦諸佛本懷也。

吾人自朝至暮，一切動作和思維，皆未離分別，如眼之於色，耳之於聲，鼻之於香，舌之於味，身之於觸，意之於想，皆是識在作用。此六識爲受了第七末那識執我之影響，以致所有動作和思維，悉傾向純利己方面進展，求樂避苦，以娛幻身，此執我之一念，即是根本無明；由根本無明，再廣生種種分別，即是枝末無明。根本無明是受生因，枝末無明是受苦因，生死是對待的，苦樂亦是對待的，吾人欲拔生死本，竭苦樂源，則對於永無休歇的六識心浪，必須予以停止。心念一停止，則相續不斷的意識，便立即由比非二量，進入現量境界；同時前五識亦隨之俱轉，不起作用，此時心的現象，是有心而無念，因虛靈不昧，不若睡眠悶絕之無知，故曰有心。因不思維過去現在未來一切事物，故曰無念。永遠維持此心者，在小乘斷分段生死，即入無學位，在大乘斷微細流注，即入佛位。此種無念真心，是絕諸對待，悄然無寄的。故不屬生滅，善惡，是非，垢淨，增減，生死，一異，斷常，來去等，一切一切的相對範圍，而惟是正受著言語道斷，心行處滅的涅槃境界。

學佛者，本來只有一個目標，即是成佛；但因學者願行各各不同，故果位亦各各不同。所謂人天果，二乘果，菩薩果，佛果是也。其中以求佛果爲正宗，餘者皆屬方

便。一切衆生，不管他是善不善，是十惡五逆，是邪師外道，是大乘小乘，是庸愚不肖，是畜鬼地獄，是願意不願意（邪外或不願意，決不成佛，但時節因緣到時，自會翻然改圖，如孩童有不願娶妻者，及其長也，無不慕少艾），當來之世，皆當成佛，《大般涅槃經》說：「一切衆生，皆有佛性；雖有佛性，要因持戒，然後乃見；因見佛性，得成正覺。」不過早一日成佛，便早一日解脫，早一日解脫，便早一日離苦，所以智者必早求出世也。行者若欲成佛，切莫向外求佛，外間無佛，十方世界，如東方阿閼，上方香積，西方彌陀，南方日月燈等，超恆沙諸佛世尊，今皆現在，一一佛，皆具三十二相、八十種好，乃至佛刹微塵數，相好尊嚴，然此是應化佛。應化非真，隨緣生滅，因緣滅時，佛身亦滅，如《觀音勢至授記經》載，阿彌陀佛法滅後，觀世音菩薩，即繼之成佛，可知彌陀壽命無盡，是法身佛義；有盡，是應身佛義；應身既能生滅，便非真佛。又如本師釋迦牟尼佛，住世八十年，說法四十九年，但鶴林示寂，遂掩金容。何得謂爲真佛？佛寺所供奉之佛像，不外泥塑紙繪木刻，更不是佛，然則真佛果在何處？不得不一加以研究，六祖說：汝等諸人，自心是佛，更莫狐疑！馬祖謂道悟曰：「識取自心本來是佛，不屬漸次，不假修持，體自如如，萬德圓

滿。」黃檗禪師說：「惟直下頓了自心本來是佛，無一法可得，無一行可修，此是無上道，此是真如佛。」此數則啓示自心是佛義，可謂極明白了當，所以禪門若不知自心即一尊本源自性天真佛，而但向外求佛法者，謂之騎驢覓驢，極可憐愍。學者於此必須信得過，認得真，耐得穩，修爲工夫，方有著落，方算得正法眼明，不然都是騎驢覓驢的笨伯。

無念真心有許多別名，如天真佛，自性，本性，佛性，大總相法門體，常住真心，妙明真心，如來藏，本覺，真如，一眞法界，不二法門，法身，本來面目，本地風光等等，悉是指此一物事。學者認識自身內有此一物，謂之見性，然但知其理，僅落詮解邊，不能親見法身，譬如盲者，聞人說月，因知天上有月，其實月畢竟是何情狀，尙未了解，此是第一階段。故見性後，必須離念親證其境，徹悟其理，方名眞見性，譬如開目見月，胸次朗然，此是第二階段。親證後若不保持，則一如往昔，爲俗事世念所遮，爲嗜欲業力所牽，久而久之，依然沈埋到不可復見，故必須時時刻刻，念之不忘，持之勿失，名爲保任，如時時吹撥雲霧，勿使明月被遮，此是第三階段。保任工夫，必須做到從生至死，從現在窮未來際，沒一秒時不在，才算成功。如萬里無

雲，天清月朗，此是第四階段。以上四階段工夫，如何下手，妄以管見分述於下，至祈善知識指其瑕疵，予以教正！

第一階段，吾人終日眼視耳聽，作止起臥，是非苦樂，痛癢飢飽等一一感覺，應之如響，盡人皆知此是識在作用，無識則無一切感覺，但若再問識自何處發出？識之生身父母，究是何物？乃能如此敏妙，則鮮有能答者。今謂一爲比喻，吾人皆見菜安在盤上，盤安在桌上，桌安在地板上，地板安在地上，地又安在何物上？如此層層探討，必然會發現最後一物，是安在虛空上，以無所安爲安，乃稱究竟。若非安在虛空上，則必不了，可知虛空無物，而能生萬物，能容萬物，爲萬物之母，六識生於藏識，藏識生於真如自性，真如自性空空洞洞，有如虛空，爲諸識母，非見聞覺知，而爲見聞覺知之源，見聞覺知是生滅法，獨此非見聞覺知之性，乃真正不隨生滅而生滅者，上自無始，下迨無終，不變不失，雖作驢作馬，生天入獄，形態儘管變換，此性卻永遠不變，人人滿足，個個完成，生佛無殊，智愚悉備，不在身上，亦不離身上，達此理者，名初步見性，有如盲者聞人說月，因知天上有月。

第二階段，既知其有，必須親證，證法極其簡單，在理上當離見聞覺知時，而尙

有物存在者，此物即是自性，即是見聞覺知之母，所以一切衆生，不論人畜，但須把心念停止了一下，心念既停，則意識已斷，當意識斷時，當前惺惺了了，罄然獨存之心，便是離四句，絕百非的真如自性。親證此境者，名真見性；如開目見月，胸次朗然。

第三階段，既證其有，必須保任，方不至爲塵勞所埋，思慮所翳，保任之法，並非閤眼閉口，不敢有所動作，古今豈有閤眼閉口，不敢動彈之佛菩薩？行者處事應世，儘管抬頭睜眼，語言動作，但於看時必須以我對色，胸中覺得這邊是我，那邊是色，聽時必須以我對聲，胸中覺得這邊是我，那邊是聲，鼻舌身意，乃至言動，亦皆如此，此中要點，即在切勿忘了我，當忘我時，便是隨物轉，故不可忘也。六塵境界在外，有如風箏，自性在內，如放風箏之人。根塵之間，隱隱然有一個我，把他縮住，果能永遠如是，則永遠由我控制境界，不至爲境界所控制；不爲境界所控制，則心不移於物；心不移於物，則生死輪迴便停止了，行者但如法時時迴光返照自性，此即名保任。保者，保持勿失，任者，任其所之。古德云：如與人看牛，執杖視之，勿使犯禾稼。又云：一回入草去，驀鼻牽將來。是也，故當忘記了時，便是主人翁不在，致

牛犯稼入草之時，此在工夫未純之日，往往有此弊病，故初下手時，須密加守護；如時時吹撥雲霧，勿使明月被遮。

第四階段，行者時時保任，朝斯夕斯，造次於是，顛沛於是，穿衣吃飯於是，放尿痾屎於是，久而久之，工夫純熟至縱不保任亦在時，便算成功了。此時法身全顯，性光遍一切處，上與諸佛互涵，下與含靈共攝，如萬里無雲，天清月朗。

禪門雖高峻，即此是秘密，捨此外更無秘密，所謂向上一路，千聖不傳是也。若云更有秘密可得者，便是波旬說法，非我佛教義，行者但時時攝心不起妄念，但保任得寂光真性，宛然在前，則萬事皆畢。所有修行門徑，如坐禪，守戒，誦經，禮佛，研教，乃至三賢十地，六度萬行，無須修爲，一切具足。譬如遠客還鄉，則必先結束諸事，籌費，治裝，買舟，坐車，過關，宿棧，登山，渡水，如是等等，目的悉爲還家。今若已到家，則上述一切諸事，一切辛苦，均無須經歷。佛門中修種種法，皆未到家也，今茲一念回光，便已超越萬法。直到佛地，何須更修萬法？又譬如世間官爵，須級級陞遷，艱難已極，今若誕生爲王子，則甫出胞胎，便已貴壓百官，嗣補王位。行者但須當下見性，當下便誕生王子，位在百僚上，何須級級陞遷，艱難造作乎？

或問既已是佛，佛具五眼六通，能放光變化，世間見性人，則不能如是，安可謂上齊諸佛？答曰：神通變化，亦是夢幻泡影，非真實法，一入性海，便如洪爐點雪，蹤跡全無，安得向真實法身，求虛妄法？且譬如嬰孩既是人身，何以不能煮飯縫衣，劈柴燒火，做成人事業？學者但保任此一性，即入真如三昧，久而久之，一切神通光明，自然皆得，便能坐師子座，說十二部經，有如嬰孩長大，便能做成人事業也。

中國數千年來，宗教複雜，異說競鳴，社會上受外道影響，習染甚深。所以有一班人一談到禪，便邪正混淆，糾纏不清，甚且以偽爲真，以真爲偽，若不揭出，則玉石難分。宗門禪，唯一心法，一徹百了，無所謂境界次第。歷代祖師語錄中，言之甚詳，毋庸再贅。但一談到外道，則名目繁多，如丹田、氣海、還丹、守竅、命門、督脈、尾閭、泥丸、丹、鼎、爐、鉛、汞、陰陽、坎離、抽添、龍虎、嬰兒、姤女、五氣朝元、三花聚頂、煉精化氣、煉氣化神、先天後天、文火武火、五行八卦、原人祖竅、三期普渡、一步直超、彌勒收圓、三教合一，如是種種，筆不勝書，此皆與佛家禪無涉，有志學佛修禪者，須詳加研究，方不至誤入歧途，自絕慧命！若自揣智解淺陋，真偽難辨者，則必須親近善知識，詢請法要，如瞽者依附明眼識路人，亦能到達

，否則誤趣深淵絕壑，不至糜軀碎骨不止也。

時當滅劫，世界惡濁，人壽由八萬四千歲，減至今日，僅餘五十歲，閱此數字，便可知衆生惡業苦果，目下若何嚴重窘迫。自今以後，三災期近，人壽將愈短促，福慧將愈淺薄，生活將愈困苦，嗜欲將愈沈迷，貪瞋將愈熾盛，饑饉疾疫刀兵，將愈擴大，邪說將愈猖獗，佛法將愈凋殘，興念及此，安得不憂心如擣，涕泗縱橫？綜上種種跡象，可知世人習禪，難於成就。倘若一生不能了道，則隔陰之迷，將使定靜之業全湮，貪瞋之念復起。行見佛果未圓，三途先墮。故學者不論修禪不修禪，亦不論屬何宗門，修何方便，在此急迫時期，均須以淨土爲輔助，至少念佛功課，要佔一半，寧可有淨無禪，不宜有禪無淨。如此則身死之後，便離開此土，生於阿彌陀佛極樂世界，所有習禪學道未了之功，均可在極安樂優美之環境下，繼續修習，直至成佛，不限年數，此法爲彌陀釋迦所提倡，六方諸佛所護念，千穩萬當，有修必成。捨此之外實找不出一更好辦法，以爲補救，寄語禪宗門下客，請一誦「有禪無淨土，十人九蹉路」之偈，以自警惕！切勿自信太過，再蹈三生石上舊精魂之覆轍，幸甚！亦不必恐有所修夾雜，或喧賓奪主之弊，須知念佛至妄情盡遣，唯餘一佛時，便達一心不亂境

界。再續念至能所渾忘，依正消失時，一真法界便宛爾現前，此時的心念，便是無欠無餘的無上深妙禪，故淨土通禪，惟智者能解，彼拘泥於門戶之見者，徒見其於禪淨兩途，俱屬門外漢耳。

本人雖禪淨兼修，然迄今估量自己禪功，是否能了生死？則答案很直截爽利的是「否」字，所以心中覺得非常惶恐！始終仰仗他力，絲毫未敢放棄淨土，離開彌陀的懷抱。因之我覺得念佛法門，不特與禪不悖，且是習禪學子之恩物，簡直一刻都離它不得，倘釋尊不開此法門，則學禪人便十有七八不能出三界，了生死。所以習禪兼念佛，猶如寄雙掛號信，多加一層保障，心中便安定了許多；亦如女人出嫁，一半是生活問題，一半是歸宿問題，學人修淨土時，欣淨厭穢，離苦求樂，此是生活問題，由往生至成佛，中間三大阿僧祇劫的托身處所，此是歸宿問題。行者若尚有一分習氣未盡，則尚有生處，既有生處，設因地上，不與任何佛結緣，得其護攝，則決不生佛國。不生佛國，便落六道，所以習禪不修淨，是極其危險之舉！禪淨四料簡說：「陰境若現前，瞥爾隨他去。」陰境包括至廣，所有八識田中，自無始來一切種子，和吾人平生習染嗜好，都可能映現。若現殺盜淫的陰境，亦隨他去，則豈不墮落三途？所以

隨他去後之情狀，真是怵目驚心，不堪設想！習禪而墮三途，當非行者始料素願所及，然而事實則竟如此，怎不可畏？此中自含有學理在內，說來話長，並非故作危言聳聽，永明延壽禪師，著《宗鏡錄》一百卷，對於禪義，發揮到略無微蘊，吾人讀其鉅著，便可想見此一代宗匠之禪功造詣，是如何湛深博大，但他卻日課彌陀十萬，求生極樂，似此禪門龍象，尙寄雙掛號信，尙借助淨土，可知淨土之於禪，不特並無衝突，而且是要素，是良佐，蓋習禪之難於成功，其重點即在不受後有一著，倘若習禪而未斷後有，則其弊將如畫虎類狗，但是念佛法，相反的卻是專門對治後有的法門。所謂後有者，換言之，即死後再受生之謂，念佛法仗佛願力吸引，必生極樂國。凡生該國之人，以緣勝故，必不再受生，故此一禪門難題，卻被淨土門輕輕地解決了，今若以淨之易，補禪之難，的確是最佳方便，馬鳴菩薩造《大乘起信論》，卻於篇末特別介紹念佛法門，其用意即在於此。

禪功種類，有世間禪、出世間禪、出世間上上禪之別，前段已略言之。如四禪、四空定、四無量心、十六特勝禪、通明禪等，皆屬世間禪，爲凡夫所修；九想觀、八念觀、十想觀、八背捨、十一切處觀、八勝處觀、九次第定，師子奮迅三昧、超越三

昧等，皆屬於出世間禪，爲二乘所修；法華三昧、念佛三昧、般舟三昧、覺意三昧、首楞嚴三昧、及九種大禪等，皆屬出世間上上禪，爲菩薩所修。修以上各種禪定，不特並不容易，其中多艱難微細，若無師承及宿根，則決難成就。何況毛道凡夫，二障深重，於禪門法式境界，曾不了知，而欲躡等倖進，安望有成？故不如一齊休歇，唯契無心。無心即是道，即是菩提，亦即是一切禪定根本。根本既得，何愁枝葉？且較諸修習各種禪定三昧，其難易有天淵之別。此所以禪門一往不修習各種三昧，唯教人放下一切，休歇無事去。唯教人明本自心，見本自性，更不著一些子造作。如此則大總相法門體，自然在抱，有體便有用，更何必捨本逐末爲？

修禪當修淨土，前已言及。然則修淨土是否亦當習禪？以及修教乘，修持律、修密宗，是否悉當修禪？則頗有研究之價值。經研究後，而其答案則悉爲當習。今請試述於後：修淨當修禪者，念佛爲定學，而禪那則爲慧學。既然淨土通禪，不至無慧。但總是定多慧少，何況淨土是三根普被，利鈍全收的！鈍根劣智之流，並不解真實法，縱能念佛，終蒙接引往生，然畢竟是仰仗佛力，乃有成就。只因未悟實相故，雖生而生品不高，智慧較劣。這在極樂國便要多費時間，漸修慧業。今若定慧均等，雙輪

齊運，則決定生品高超，神通具足，不多費功，便證大果。禪淨四料簡云：「有禪有淨土，猶如戴角虎，現世爲人師，來生作佛祖。」以是理由，故修淨當習禪也。

研教當習禪者，經論如手指，自性如明月，千經萬論，都是說此一性，如千手萬指，都是指此一月。今若不習禪功，不曾見性，雖讀破三藏典籍，終在指頭上打交道，卻一直不曾見過月。既不曾見月，則縱能解義，總是落名相邊、落文字邊、落理解思維造作邊；而經中所說示的自性，則反而不能理會；如彩盒藏寶珠，設若有人儘在盒子外面，研究其花紋顏色形式，而不知鑑賞盒中之珠，則完全失卻意義作用，此六祖所謂心迷法華轉。今若深悟實相，徹見自性之月，則於經論橫說豎說，深說、淺說，無不通達。覺字字句句，皆入法界，匯性海，大有左右逢源之樂，此六祖所謂心悟轉法華，以是理由，故研教當習禪也。

持律當習禪者，持律即守戒律；《大般涅槃經》說：「一切衆生，皆有佛性，雖有佛性，要因持戒，然後乃見。」可知持戒目的，在於見性。其方法可分爲三個階段：第一階段先用止持戒條，息諸惡念惡行，勿令生起，俾拔除煩惱。第二階段，是次用作持戒條，促諸善念善行，使之生起，俾薰習德慧。第三階段，是善惡俱捨，豁然

見非善非惡之真如自性。今若只知持戒，不兼修止觀，運用內照工夫，則至多只能做到第二階段爲止，決不會達成第三階段；不達第三階段，則最後真正目的，終不能實現。且因不達實相故，其果位不過人天，實效但餘淨種，爲將來淨用胚胎。但若兼習禪觀，輔翼持戒，則情形便大不相同，便能以般若空三輪，以了智見法性。根利者，便可立見不生滅心，悟諸法本來不有，無起無滅，無善無惡，無毀無持，無修無得，不可說示，而湛然常寂；根鈍者，亦能漸漸開悟，終證無生。此較之不修禪觀，但知守戒者，省力何止千百倍，以是理由，故持律當習禪也。修密宗法當習禪者，密宗倡即身成佛義，發揮阿字本不生理，行三密加持，注重念咒。但是，成佛必先見性，若不見佛性，安能成佛？阿字本不生，此亦指自性，世間形形色色之事物，皆因緣所生，唯識所現，故不合無生之旨。惟自性湛寂常恆，等虛空，遍法界，上起無始，下逮無終，昔不曾生，今亦不滅，故稱本不生也。《大日經》云：「云何菩提？謂如實知自心。」而《經疏》云：「本不生即是心實際。」由此可知，密宗亦重見性，而見性是禪宗分內事，倘未見性，不得列宗門，此所以禪密有合流之必要也。至三密加持，念誦真言等法事，若內不依佛性，即如無根之草，無源之水，失所憑藉，則功效將大

滅。所以欲求三密一如，真言生效，仍須習禪見性，徹悟心源，方有大功用。以是理由，故學密當習禪也。總之，自性是一切根本，爲宇宙源，萬法母。行者但握其樞機，則舒卷自如，動定悉是，無法不達，有修皆成，禪爲佛法中心，於此益信。

道生嘗言，闡提亦有佛性。（造十惡五逆重罪，墮大地獄人，謂之闡提。極惡之義也。）衆以爲邪說，噪而逐之，遂至虎丘，聚石爲徒，爲之講闡提成佛義畢，問曰：「如我所言，合佛心否？」石皆點頭。迨後《大般涅槃經》，全部到中國，果言闡提亦有佛性，亦當成佛，衆始知愧。其時中國佛教尙未發達，經典來者無多，法門並未具備，禪門直指一心，見性成佛之旨，尙未介紹於中國學者，無怪一闡提成佛之義爲邪說。此義在禪理上極佔重要，若不了解，無以知禪，故特爲剖析於下：自性之在有情，唯虛空可爲譬喻，虛空無物，故非晴陰，自性無物，故非善惡，虛空不知何時，有日月星辰，羅列其間，謂之爲晴；有風雷雨霧，橫生其間，謂之爲陰。自性不知何時，有智慧德相，含藏其間，謂之爲善；有無明垢染，留滯其間，謂之爲惡，其實晴陰相續，氣象變動，非虛空本態。善惡對待，萬法紛起，非自性本態。認晴陰爲虛空，與認善惡爲自性，同一錯誤。所謂性善，乃超善惡之善，乃絕對的善，非相對的

善。造十惡五逆，墮大地獄之一闍提人，對於自性，矇蔽極深，障翳最重，亦如大雷雨風雹，天地晦暝，伸手不見五指，然當時虛空並不會消失。且雷雨風雹自性，即是虛空自性，即雷雨風雹處，即是虛空。故無論風雨如何強烈，以虛空常住不變故，終不能不雲消雨散，天清月朗，恢復虛空本來面目。造十惡五逆重罪人，墮大地獄受苦時，自性並不會有毛髮許消失，且十惡五逆自性，即是真如自性。則十惡五逆處，即地獄受苦處，即是真如。闍提人在地獄受苦，有斷絕終了時，而真如內薰之功，卻永不斷絕終了。《大乘起信論》說：「無明染法，實無淨業，但以真如而薰習故，則有淨用。」又說：「復次，染法從無始來，薰習不斷，乃至得佛後則有斷，淨法薰習，則無有斷，盡於未來。」緣染薰與淨薰互為消長，故善惡二類種子，在八識田中，異熟不斷，苦樂果報亦相續不絕。假令善惡苦樂二報，互相抵消，但以內有佛性故，多了個真如內薰之功，盡未來際，永無斷絕。此有力而永遠不斷的淨法薰習，終於有一時期，使淨種出頭得勢，厭世間苦，樂求涅槃，而得度脫。是為闍提佛性義，一切眾生當來之世，畢竟成佛義，而無可非難。

禪心即是常住真心，而世出世一切諸法，則純是識，染識成世間種種法，淨識成

出世間種種法，而真如自性，則非染非淨，非出非入，所謂染淨出入，皆轉識以後的相對名詞。有了這相對名詞出現，在三細六粗中，不只落能見相，境界相，卻早演繹至計名字相，起業相，業繫苦相的最後階段了。習禪的目的，即是要從生滅心，恢復到原來不生滅心，轉識成智，而證涅槃寂光的境界。所以學者習禪，切莫與識打交道，在禪功裏面，若有絲毫識的成份存在，都應當除個一乾二淨，才能擺脫生滅圈子，而復不生滅性。行者在修禪時，若有見，有聞，有感覺，有思想，此皆魔業識神作用。皆是五塵落謝影子，藉禪定力，返映在五根門頭的幻境。皆是無始無明識浪，在禪定力觀照心之下，所顯現的波瀾，非是真心體相，切勿取著。設若取著，則「瞥爾隨他去」，隨他去了之後的境界，便與禪心脫離，進入魔業範圍。此種魔境，將使行者失卻定力，疾入三途。故凡習禪時，若現可觀，可思，可聞，可戀，可悲，可怖，可喜，可愛，可觸之境，悉當看守真心，不取不著，見如不見，則幻境自滅。乃至見於天像，菩薩像佛像，佛國莊嚴境界，或發神明光明，或佛菩薩對我說經，說法，手摩我頭，如是等等，悉當攝心，住於正念，全不瞧睬理會，乃可免於魔事。至於身體上所現輕安，鬆快，氣血流動，或暖或癢，亦都不理，務使心無所住，契於真常，乃能

吻合禪理。須知常住真心，悉遠離此等法，凡此悉是識在作祟。若認「識」爲心，以「見」爲道，便是認賊作子，劫盡家寶。尤其初習禪人，往往欣然告人曰：我某夜靜坐時，忽見眼前有一道白光，由左向右云云，自以爲此乃效驗神蹟。或云脊背上有一道熱氣，直冲向頂門云云，亦自以爲此乃效驗神蹟。其實皆是大錯特錯，須知凡有所見，皆名爲垢，悉是根塵和合，生妄境界。此種境界，都如夢如幻，不可迷執，試思常住真心，豈有根塵可著？《金剛經》內釋迦自說：「我於阿耨多羅三藐三菩提，乃至無有少法可得，是名阿耨多羅三藐三菩提。」佛於無上正等正覺，尙無毫髮許可得，何況其他？所以佛門善知識，若遇人向之談及禪功內，種種見證時，悉爲之掃除妄見，教令攝心，住於正念，住正念者，即是無住無念，以無念故，得名正念，切勿誤認六根妄識爲道，則諸佛慧命，乃可相續於不斷。禪門有偈云：「學道之人不識真，只爲從來認識神，無量劫來生死本，癡人認作本來人。」其垂示後人，不可謂不明白懇切。

禪宗五祖弘忍，令門人各造偈一首，以覘造詣。神秀偈曰：「身似菩提樹，心如明鏡臺，時時勤拂拭，勿使染塵埃。」五祖未加許可，時惠能尙在碓房舂米，聞之。