



黄梅禅

4

总第 76 期

二零一五年八月·第四期·总第七十六期



双峰杂感

九龙汇聚龙窝地，
 四祖开山古道场。
 峰结彩云来白足，
 泉流碧玉送清凉。
 花桥明月诗情古，
 衣钵毗卢法水长。
 更有一番新气象，
 重重楼阁自生光。

洞山宗旨·新丰吟

古路坦然谁措足，无人解唱还乡曲。清风月下守株人，凉兔渐遥春草绿。天香袭兮绝芬馥，月色凝兮非照烛。行玄犹是涉崎岖，体妙因兹假延促。殊不然兮何展缩，纵得然兮混泥玉。獬豸同栏辨者嗤，薰莸共处须分郁。长天月兮徧溪谷，不断风兮偃松竹。我今到此得从容，吾师叱我相随逐。新丰路兮峻仍馘，新丰洞兮湛然沃。登者登兮不动摇，游者游兮莫忽速。绝荆榛兮罢斫斲，饮馨香兮味清肃。负重登临脱屣回，看他早是空担鞠。来驾肩兮履芳躅。至澄心兮去凝白。亭堂虽有到人稀。林泉不长寻常木。道不镌雕非曲额。郢人进步何瞻瞩。工夫不到不方圆。言语不通非眷属。事不然兮诘冥旭。我不然兮何断续。殷勤为报道中人。若恋玄关即拘束。

1、正中偏 三更初夜月明前，莫怪相逢不相识，隐隐犹怀旧日嫌。

2、偏中正 失晓老婆逢古镜，分明覷面别无真，休更迷头犹认影。

3、正中来 无中有路隔尘埃，但能不触当今讳，也胜前朝断舌才。

4、兼中至 两刃交锋不须避，好手犹如火里莲，宛然自有冲天志。

5、兼中到 不落有无谁敢和，人人尽欲出常流，折合还归炭里坐。

（录自《洞山良价禅师语录》）

禅林宝训

洞山宗旨·新丰吟 01

禅学研究

论净慧长老对生活禅之“当下一念”的阐释 / 郭延成 04

正觉之音

2002年在深圳信德图书馆开示 / 本 焕 24
 真际禅林丁亥年七日禅修开示 / 净 慧 31
 禅就是幸福的微笑——与香港凤凰卫视记者的对话 / 净 慧 49
 佛教知识问答录(二) / 宗 舜 59

运水搬柴

宝岛问禅记·第四日 / 马明博 69

禅海游踪

禅宗祖师语录是中华文化瑰宝 / 耀 察 93
 高僧香林澄远禅师 / 陈浦燕 106

西山明月

日行千里访胜迹——湖北黄梅记行 / 郭玉玲 111
 《西游记》中的禅宗元素 / 吴学书 120

空花佛事

赵州柏林禅寺第五届禅七法会起七法语 / 净 慧 127
 赵州柏林禅寺第五届禅七法会解七法语 / 净 慧 128



主 管 湖北省民族宗教事务委员会
 主 办 黄梅禅宗文化研究会
 创 刊 本焕老和尚
 导 师 净慧老和尚
 编委会
 主 任 明 基
 顾 问 周永峰
 编 委 坚 光 印 通 宽 祥
 明 海 明 杰 明 影
 宽 悟 能 证 崇 谛
 崇 顿 崇 涛 何立松
 吴言生 冯学成 常 智
 黄总舜 杨天元
 主 编 崇 谛
 责 编 郭 建
 美 编 李博峰 徐 华
 责 校 耀 察
 发 行 崇 顿
 刊 务 陈 诚
 印 务 明 风
 通信地址 湖北黄梅四祖寺
 邮政编码 435509
 联系电话 0713-3166010
 13636125508 (仅接收短信)
 投稿邮箱 bjb@hmszs.org
 订阅邮箱 fxb@hmszs.org
 官方网站 www.hmszs.org
 电 子 版 www.huangmeichan.com
 准印证号 SG/2134
 出版日期 2015年8月25日

论净慧长老对生活禅之“当下一念”的阐释

◎ 郭延成

净慧长老对生活禅之“当下一念”理论有精深的阐释。本文在学习净慧长老对“当下一念”智慧开示的基础上，结合天台宗“一念三千”理论，再试以当代复杂性科学、动机心理学的相关理论，对“当下一念”作进一步理解；并结合太虚大师的相关论述，揭示“当下一念”思想在禅宗乃至整个佛法的重要意义。

当代著名禅宗大德净慧长老（1933～2013），深怀慈悲、智慧，力倡生活禅以续佛法慧命。长老对生活禅之“当下一念”理论的精深阐释，如法炬、明灯，为我们理解生活禅之真意并开启人生智慧，指明了正确的方向。

一

净慧长老在《如何活在当下》的对谈中，对“把握当下”与“达到平常心”进行了比较和融汇。长老说：

平常心不容易，活在当下更不容易。如果能够做到平常心，也能够活在当下。另一个方面，你如果可以活到当下，你就可以做到平常心。这两者都是要做很深的功夫，才能够达到的一种境界；但是这两者如果同时能够达到，都有很大的距离的。我想我们在探讨这个问题，或者说可以这样去探讨，但是去引导人们去实践，去落实的时候，还是讲一条比较好，讲“活在当下”比较好，因为只有念念活在当下，把握了当下，你才可能达到平常心这样一种思想境界。不要把两个东西同时去记，而且也不要两个东西等同：因为要进入到活入当下，一定要专一；在开始的时候，他不专一啊，到当下来不了，他的念头不是在过去就是在未来，老不在当下。我们可以来观察自己的心念，因为这是一个很实际的问题，你在观察自己的心念的时候，你总是把握不住，它总在走，而且往往是离开当下很远，或者回到昨天、或者走到明天去了，这个就是人思想的一个……所以叫做“妄念”。

此处，长老首先点明：“把握当下”与“达到平常心”两者都是须下很大功夫才能达到的境界。而在修行的次第上，先以践行“活在当下”为好；且应以“专一”做为修行“活在当下”的基本原则。长老还根据长期修行经验来说明不能以“专一”来实践“活在当下”的内心状况：一般人“总是把握不住当下，它总在走，而且往往是离开当下很远，或者回到昨天、或者走到明天去了。”

这也就是所谓的“妄念”。

长老接着阐释“何谓活在当下”：

这个妄念它有一个惯性，说到深层次上是不是自性？不是自性就不是在当下，这跟人的习惯也是分不开的。人的习惯，因为人总是不安本分，你叫他活在当下，总觉得活在当下太简单，太简单，觉得当下太寂寞，但是不知道当下就是功夫；如果真正做到家了，一切的东西就在这个地方开始。还有一点就是说我们在谈心理学的时候，我注意到你要人们活在当下，这是一个很关键的问题，怎么关键呢？还是要从我们心念的展开的源头来说这个问题：一切的善念、恶念，是和非，都是从当下一念展开的；那么人们如果注意观察当下一念，活在当下一念，把握当下一念，这个就很重要了。

此处，净慧长老首先从妄念与自性的区别来阐释“何谓活在当下”：“活在当下”就是自性；而妄念从深层次上讲，不是“自性”；不是自性就不是“活在当下”。其次，一般人不能做到“活在当下”，是源于人的积习、人的不安于“自性”之本分。再者，从心理学角度讲，要人们活在当下，是很关键的问题，因为从人的心念展开的源头来说，人的一切善念、恶念、是非之念等，都源于“当下一念”。

读者看到此处自然而然地会产生这样一个问题：“当下一念”都是符合正确的价值观念吗？比如一般人饥饿

时遇到食物，“当下一念”就是要吃；遇到使他恼火的人或事，“当下一念”就是嗔恨，等等。

我们再来看长老紧接着的开示：

所谓把握当下一念，就是说，有心去让当下一念，沿着一个正确的一个理念来安顿你生命的当下。有时候活在当下的一念搞得不好，它不是一个正确的理念，沿着当下一念开展可能就是另外一件事情，和善相反的。是啊！所以一定要有一个价值判断。那么，这是不是说“平常心”和这个“当下一念”有矛盾呢？一牵涉到价值判断就是妄想，知道吧？牵涉到价值判断就是妄想，那么就是如何把握这个问题，这个是很关键的。那么我平常所说的先有“心用”，然后进入到“无心用”的境界；“有心用”就是有心用价值观念，正确的价值观念来引导自己的思想。如果不是这样，那么当下一念往往很容易走到误区去。

长老此处的开示是非常重要的！长老首先点明：“当下一念”是需要有心来匡正的，这样才能让它在正确理念的指导下来安顿人们生命的当下；否则，在非正确理念引导下的“当下一念”，往往会造就和善相反的事。其次，长老着重肃清一般人心目中对此模糊或扭曲的认识：即一般人认为“当下一念”须经“有心”的价值判断来引导和作用，就说明“平常心和这个当下一念有矛盾”，也就是说“牵涉到价值判断就是妄想”。长老的

开示是：我们要先有“心用”，然后再进入到“无心用”的境界，否则，当下一念往往很容易走到误区去。长老是在强调修行“当下一念”要有次第：先需要有价值判断来引导，即先要有“心用”；然后，在不断反复地由价值判断引导之践行的基础上，再进入到“无心用”的境界。可见，“当下一念”成为“平常心”的修行是一个过程，也可以说是一个“借妄修真”的过程：即藉价值判断之“妄”才能不断趋向、直至达到“平常心”之“真”。

长老接着开示：

因为人还是有一种价值判断在里面的。人有不同的利益，把人区分各种各样的阶层也好，集团也好，是吧？但是人类还有一个功利所在，我们可以抛开一切利益的，小的这些什么团体也好，阶级也好，可以抛开这个；但是人类总还有一个功利，使得人类共同的善法、善念。我想讲的还是这个，这个是最重要的东西。功利，所以要引导，那么宗教做的功夫，就是引导人们怎么样沿着这个正确的价值判断，来安顿这个当下这一念，所以这个我们叫什么呢？安身立命，也是安下当身的这个念；安身的命，要有一个正确的价值判断，那么这个正确的价值判断来源于什么地方呢？从佛教上讲，是来源于信仰。为什么讲“将信仰落实于生活”？就是把你的正确的价值观，在生活里体会出来。这个信仰的引导就是培养人的善心、善意、善念的先决条件。

此处，长老阐明佛教对造就正确价值判断的源泉作用及实践意义。他首先点明人类有一种共同的价值判断，即“人类共同的善法、善念”，这才是最重要的东西，是超出各种阶层、集团、阶级利益之上的。其次，长老强调宗教的职责正是要引导人们沿着正确的价值判断来安顿当下一念。再者，长老开示正确价值观产生的信仰根源：从佛教上讲，价值判断根源于佛教信仰；而从实践上来说，将信仰落实于生活，就是把正确的价值观在生活里体会出来。可见，信仰的引导是培养人的善心、善意、善念的先决条件。

到此，有人可能会产生相关的佛理问题：如“当下一念”是否就是“第一念”？“第一念”与“第二念”有什么区别？

净慧长老以禅宗义理对这些问题进行了阐释。长老说：

第一念叫“本基量”，叫“无住”；以无住本一切法。一切法以“无住”为本，“无住”就是第一念；就是是非、善恶还没有开始的时候。当然从心理学来看，这有点悬，但这实际上是存在的，真正观察过自己心念的人才能够体会这一点。有时候佛教里讲“一念不生”，这不是讲没有念，而是没有第二念。有第二念就是分别了，一切的问题就是从分别开始的；分别也是妄想。不是唯识讲“五法三自性”。……就是事物的本来面目，也叫“真如”，就是一念不生的那个本来面目。

首先，长老以禅宗“无住”思想来解释“第一念”：“无住”就是第一念；从人的心理实际来说，“第一念”就是是非、善恶还没有开始的时候。其次，长老开示佛教“一念不生”的义涵、“第二念”的义涵及其关联：“一念不生”，不是讲没有念，而是没有“第二念”。所谓“第二念”就是有“分别”的念头；而从事物产生的源头来说，一切问题就是从分别开始的，分别也是妄想。再者，长老阐释“真如”与“一念不生”的关联：唯识所说的“五法三自性”中，“五法”之“如如法”就是指由正智所证得的“真如”境界，也叫“真如”，就是“一念不生”的本来面目。

可知，“真如”境界作为人类的“本来面目”，是佛法要求证得的最终目标，也就是“一念不生”的状态，亦即“无住”，也就是“第一念”。再结合“当下一念”的理念来说，“当下一念”是需要由正确的价值观不断引导的；由对“当下一念”的不断践行，才能不断摒除“第二念”，逐渐达到“无住”之“一念不生”的境界。

如果我们再结合太虚大师对“无住”义涵的开示，就可以进一步理解“无住”、“第一念”等义涵。让我们看一看太虚大师对此的阐释。

太虚大师在对《维摩诘所说不可思议解脱经》的阐释中，对“无住”思想进行了精深地阐发。太虚大师先援引经文：

文殊师利又问：“生死有畏，菩萨当何所依？”维摩诘言：“菩萨于生死畏中，当依如来功德之力。”文殊师利又问：“菩萨欲依如来功德之力，当如何住？”答曰：“菩萨欲依如来功德力者，当住度脱一切众生。”又问：“欲度众生，当何所除？”答曰：“欲度众生，除其烦恼。”又问：“欲除烦恼，当何所行？”答曰：“当行正念。”又问：“云何行于正念？”答曰：“当行不生不灭。”又问：“何法不生，何法不灭？”答曰：“不善不生，善法不灭。”又问：“善、不善孰为本？”答曰：“身为本。”又问：“身孰为本？”答曰：“欲贪为本。”又问：“欲贪孰为本？”答曰：“虚妄分别为本。”又问：“虚妄分别孰为本？”答曰：“颠倒想为本。”又问：“颠倒想孰为本？”答曰：“无住为本。”又问：“无住孰为本？”答曰：“无住则无本。文殊师利！从无住本立一切法。”

太虚大师对此段经文进行了详细解释（对“无住为本”之前的解释此处略）：

大师对“无住为本”进行了解释：

……无住为本句：谓真如不守自性妄动——非真如不守自性，因无明妄动，瞥尔一念，自离自性。总之、根、身、器界种子之相，皆由八识显现。但八识所由能显现此根、身、器界种子之相者，又实依无住（即真如不守自性之妄动）与真如（即具有恒沙无量妄染之真如）

二者为本耳。依无明为不觉义，依真如为觉义。此经虽显此种种不净之法，是在善修者反之从真如为本，则又皆为种种净法。……

由此可知，太虚大师从两方面对“无住为本”的义涵进行阐述：从真如的相用角度来说，由于根本无明，不觉妄动，刹那不住，所以称之为“无住”；从真如之理体角度来说，真如为一切法之恒常体性，无依住于其他，故也称之为“无住”。而真如作为一切善法之根本，无明作为一切不善法之根本，除此之外更无其他元本，因此，“无住”为一切法之根本。由此我们也联想到《大乘起信论》之“一心二门”思想：“依一心法，有二种门，云何为二？一者、心真如门，二者、心生灭门，是二种门皆各总摄一切法，此义云何？以是二门不相离故。心真如者，即是一法界大总相法门体，所谓心性不生不灭，一切诸法唯依妄念而有差别；若离妄念则无一切境界之相，是故一切法从本已来，离言说相、离名字相、离心缘相，毕竟平等，无有变异，不可破坏，唯是一心故名真如。……心生灭者，依如来藏故有生灭心，所谓不生不灭与生灭和合，非一非异，名为阿梨耶识。”它们是何其相似！但我们还应强调：太虚大师从两方面解释“无住为本”，并非说有两种“无住”，正如《大乘起信论》所说的“是二种门皆各总摄一切法”、“以是二门不相离故”，“二门”是我们以两种维度分析真如后抽象出来的理论，同样，太虚大师也以“真如之相用”、“真

如之体性”两个维度来解释“无住”。可见，“无住”涵括了“真如之体性”与“真如之相用”两个方面，而“真如之体性”与“真如之相用”是“不相离”的，当然，两者同时也是“不相即”的。

由此可知，净慧长老的“无住就是第一念”的理念与太虚大师对“无住”义涵的阐释是一致的。

二

我们再结合一些佛教经典、义理，以及当代思想来理解“一念”、“当下一念”等重要理念。

《菩萨从兜率天降神母胎说广普经》阐述了“一念”所涵容的、更微细的时间区段，原文如下：

佛即问弥勒：“心有所念几念、几想、几识耶？”弥勒言：“拍手、弹指之顷，三十二亿百千念。念念成形，形形皆有识，识念极微细，不可执持。佛之威神入彼微识，皆令得度，此识教化非无识也。”

可见，我们平常所不大重视的“一念”竟然还可细分为“三十二亿百千念”那样更为微细的时间区段，而且“三十二亿百千念”之每一念都可成形，每一形又皆有识。所以，佛法注重“一念”甚至“三十二亿百千念”之每一更为微细之念，是有坚实的理论依据的。

再结合天台宗的“一念三千”的义理，如《摩诃止

观》(卷五)说：“夫一心具十法界，一法界又具十法界、百法界，一界具三十种世间，百法界即具三千种世间。此三千在一念心，若无心而已，介尔有心即具三千。亦不言一心在前、一切法在后，亦不言一切法在前、一心在后。”

可知，在天台宗“一念”所展现的思维世界中，同时具足三千种世间，这说明天台宗已经认识到人类思维世界的极其复杂性！而天台宗眼中的三千种世间之间并非是相互隔绝的关系，而是相互影响、相互渗透、相互作用的复杂关系。而由“一念”所导致的行为选择的方向，是由思维世界中三千种世间所构造的三千种“动机”的相互作用的最终结果所决定的。如果参照唯物辩证法的“合力论”来解释，人的行为选择的方向是由三千种“动机”相互作用的“合力”的方向所决定的！当然，思维世界的规律远比“合力论”的阐释还来得复杂。当代复杂性科学就提供了揭示自然界、社会、思维等领域规律的最新的、方法论原则，即思维世界作为复杂系统，它的运动变化规律具有复杂性。由混沌论、突变论等当代系统论所揭示的“初始条件敏感性”、“奇异吸引子的出现”、“更高层次稳定态的不断形成”等规律，也适用于对思维世界运行规律的解释。

由此可知，在相互交涉、渗透、作用的三千种世间(思维世界)之中，源于佛教的、趋向于“四圣法界”尤其是“佛”、“菩萨”法界的信仰力量，要发挥压倒性的作用，才能战胜“六凡”界的张力，从而使诸多力量的“合

力”方向指向“四圣法界”，这样，人们的动机及外显行为才能沿着最终成佛的方向迈进。这是以“合力论”的理论来解释。若从复杂性科学的角度阐释，佛教信仰的力量要在复杂的思维世界中造就“奇异吸引子”，以使原本杂乱无章的思维世界形成高层次的“有序”；当然，“有序”的层次也是不断递进的，即由低层次的“有序”，演进至熵增的“无序”状态，再发展到更高层次的、熵减的“有序”，……如此不断螺旋式地演进。这便是对净土法门的“念佛”、禅宗的“守一”、“参话头”等方法论的复杂性科学的阐释！

再从当代动机心理学的角度进行解释。当代美国著名心理学家 Herbert L. Petri 认为：“即便诸如饥饿这样看似简单的动机，也可能受到生理、文化、习惯以及社会因素的影响。人类动机是由多种因素决定的。那些激发我们行为的各种因素之间的许多复杂的相互作用，仍然需要深入的研究。”

除人类生理需要作为动机之外，人的行为还有更深层次的动机，Herbert L. Petri 说道：“尽管生理分析可以有助于我们了解某些类型的动机状态，但是仅仅靠这些解释是不充分的。……人们会因为政治、哲学或者宗教的目的而拒绝生理的需求，这样的例子在历史上不胜枚举。所有这些例子都表明，还有其他的机制在行为动机中起着重要的作用。”显然，宗教作为人类行为的高级动机，对人行为的影响无疑是巨大的！它能使人超越本有的生理需求的局限，为实现超越的人生提供强大的

精神动力和现实力量。

除了阐述“一念”，长老对生活禅“当下”义涵的阐释也是非常平实而精深的！长老说：

第二句口诀就是“将修行落实于当下”。你不要认为只有上殿才是修行，在禅堂里打坐才是修行，到庙里来烧香拜佛做佛事才是修行，在家里早晚诵经才是修行。……只要你每时每刻观照自心，每时每刻观照当下，就能够把修行落实于当下。一切从现在开始，永远都是现在，永远都是起步，你永远都在修行。一天 24 小时分分秒秒都住在当下，就是分分秒秒在修行，只有这样我们才能够真正成为一个修行人，才真正能够与佛法融为一体，才能成就法的人格。……那就是说我们时时刻刻要安住在佛法当中，修行在佛法当中。所以这也是一句口诀，这句口诀很管用。只要我们能够记住它，慢慢地去落实。一忘记了就提起来，提起来就能够落实。

长老还强调关照“当下”须“修行与生活打成一片”，长老说：

明就是觉性，明就是正见、正知、正念。我们在日常生活当中要不断地培养这种觉性，以观照当下的方式来培养我们的觉性，使这种观照保持连续性和稳定性。我们修行无非就是要这样，做到平常打成一片。打成一片用现代话来说就是要保持连续性和稳定性，使之绵绵

密密。这种修行方式便是在生活中修行的生活禅。在我们日常生活中，不断地观照自己身心的实相，对自己的一举一动念念分明，分分秒秒在在处处提起正见、安住正念、观照当下，这便是生活禅。

长老还就“每一个当下”与生命的关系进行开示，其中凸显了佛法的般若智慧。

生命的过程是由无数的生命点所构成。所谓的生命点就是我们生命的每一个当下。生命是当下的，生活也是当下的，生死还是当下的：只有每一个当下才是生命存在的真实状态。生命存在的状态是什么呢？具体来说是不可捉摸的，只有抓住我们生存、生活的每一个当下，才能够真正掌握到生命存在的内容与价值。认识生命存在的当下性，有助于生命的觉醒，觉醒的前提是认识生命的过去、现在、未来，三际无住不可得，所谓“过去心不可得，未来心不可得，现在心亦不可得”。既然是不可得，你要去找一个实在的我、实在的法，那只是一种徒劳无益、徒增痛苦的事情而已。所谓三际，无非是意识活动的安排，让生命点之间保持连接与沟通，并无实体可得。

由长老开示可知，生命的过程就是由无数的“我们生命的每一个当下”的“生命点”所构成。而作为每一个“生命点”，是当下的、具体的，只有抓住每一个“当下”的“生命点”，才能真正掌握到生命存在的内容与价值。佛法的般若智慧告诉我们：“实在的我”、“实在的法”

是不存在的！然而，佛法的智慧就在于，她揭示出“实我”、“实法”的不存在并不等于万法的“虚无”！即人生不是消极的，世界也不是完全虚幻的，我们正是要在“三心不可得”的、不断流转的生命过程中，珍惜并竭力体验生命中的每一个当下，以每一个“有限”的“当下”来体验生命的“无限”和永恒！

长老紧接着的开示：

生命的具体内容就是生命的延续与活动，这两者相加就是所谓的生活。生活是生命当下的存在，虽然也包含对往事的记忆和对未来的想象，就其身心活动过程而言，生命的一切活动总摄在当下一念。因此，禅家有“融三世于一念”的名言。

长老开示给我们：我们生命的过程和一切活动可以总摄于“当下的一念”；“每个当下的一念”都涵融了生命过程之“全息”，它就是生命全过程的缩影。这也正体现了佛法“以当下把握全过程”、“以有限来体现无限”的辩证智慧！

长老紧接着的开示更加体现了生活的本真意义：

生活大体上有如下一些特征：生活是具体的，无需理论架构。生活是直接的，不需要中间媒介。生活是经验的，是感觉的，是个性的，是不共的。他人只可从旁欣赏，无法介入其中。生活是当下的。

这段话充分展现了长老对佛法禅宗生命智慧的深刻把握：生活是活泼、灵动的，不是教条的、僵死的；生活的体验和智慧不是“可还原”、“可分解”的，而是“整体”、“涌现”的；生活经验是“整体的直觉”，不是“局部的知觉”；每一个生命是有独一无二的个性的，以众多的观察视域来看，人是多元的；生活是实践的，不是旁观的……总的说来，生活是当下的！长老的话充分阐明了人作为高级生命的本有属性：人生命的本质不是机械的，而是复杂的，是鲜活的，是多元的；人生智慧不是教条式的，而是不断创造、生成的。当代复杂性科学对人本质的描述可能接近佛法的智慧吧！

三

我们再对照太虚大师对“当下一念心”的阐释，更能充分理解“当下一念心”对佛法修为、提升人生境界的关键意义。

太虚大师在《佛学概论》中解释“等无间缘”时对“一念心”的义涵进行了阐释：“如佛法中说一念一刹那，皆指极短的时分，谓一生即灭，此时间中谓之一念心，一刹那心。心法之生灭并非单纯，故曰一聚。要前一聚心法灭下，后一聚心法始能生起，即如意识生起，前一刹那意识心聚未灭，则后一刹那意识心聚不生，此前念之灭，即后念能生之缘，故心法无空间关系，惟有时间

关系。”大师的解释是，“一念心”就是“一刹那心”，而“等无间缘”就是指人的思维世界中“前一念心”与“后一念心”之间次第、相续不断的关系，即“前一念心”之灭作为“后一念心”的缘，这种缘称为“等无间缘”，“等无间缘”只有时间关系而无空间关系。

太虚大师屡次讲述当前之“一念心”本具万法实相，是佛法修行之本。如大师在进行《建设现代中国佛教谈》演讲时说：“大乘诸宗之各标其胜，在集中其理解于一念而起观行，建宗趣行或殊，真本觉果无二。”可见，太虚大师认为佛法大乘各宗都是围绕“一念心”而起修行的，由此我们看到“一念心”在佛法修持中的重要地位。

又如，大师在做《中国佛学的圆中自性说》演讲时说：“所谓现前介尔一念心起，无不具足百界千如三千性相。虽不可得，而遍一切法；虽充塞法界，而无所有。所以达摩说：‘直指人心，见性成佛’。六祖说：‘明自本心，见自本性’。当前的这一念心，就是即有真空即空妙有的圆中法界性，也就是本来的天真佛；成佛不必外求，当人即是。”可见，大师认为，修行成佛不必向外驰求，只要抓住当前的“一念心”便把握了修行的根本，因为当前之“一念心”本来具足法界性，本来是佛。

大师同时强调佛法修行对于破除障碍、真正证得“一念心本具实相”的重要性和必要性。大师在做《中国佛学的圆中自性说》的演讲时说：“在佛的智境上说，凡夫确皆本来是佛，在修证的事实上也确实见性即是成佛；但因现行意识的颠倒分别，和无始虚妄习气的重重障执，

明见现前一念自心的本性，却不是容易的。所以必须要破除重重的执障，扫尽无始的妄习；那么，必须修习种种方便解行，上来所说的小乘大乘各种有无自性的理观，又都是不可偏废了。……”可见，大师开示给我们，由于众生现行意识中存在种种颠倒分别，并由于无始劫以来积累的种种障碍执著，因此，一般人并不能证得“一念自心的本性”，所以，必须借助种种修行才能真正证得。

大师还强调实修台、贤、禅、净诸大乘法门对修习“当下一念心”的重要意义，大师开示说：“在这圆中性去探究，我们可以发现到台、贤、禅、净佛教的两个特点：一、在理趣上，从即有真空即空妙有的圆中性，阐明一一法莫不是统一切法的‘法界全体性’，本来圆满，无欠无余。虽台、贤、禅、净各宗教义有多少的不同，而这一点却是大家共同主张的。二、在行门上，从统一切法的现前一念心成为‘摄归自心性’，所以在用功修行时，都从现前一念心为著手处。禅宗的直指人心；天台的一念心上观百界千如三千性相；华严的应观法界性一切唯心造；净土的执持名号一心不乱等，都是从现前的一念心上去彻观一切，修证一切。不过后来因为他们专集中在统一切法性的圆解，与摄归自心性的妙行，缺于研修其他一切方便，遂由疏略而渐落孤陋。要明究竟的真理，可以说‘从当人一念心彻见统一切法法界性’便得；在犹未成就一切福德资粮，没有修集一切解行方便以前，是做不到的。所以我们须一方面举扬中国佛法的特胜点，一方面为对治现行意言分别，无始虚妄习气，要修习种种

教理行门的方便，方可以本末融贯，妙契圆中。”可见，大师强调针对众生种种意言分别、虚妄习气，要实修台、贤、禅、净种种教理行门，如此，才能证得“从当人一念心彻见统一切法法界性”；并且强调在没有成就一切福德资粮、没有修集一切解行方便之前，是做不到“由现前一念心而成为‘摄归自心性’”的！

关于“一念心”对人生、社会的重要意义，大师常向众人开示。就“一念心”对人生命运及修行成就的关键意义，大师向我们开示说：“我们若能够真实明白三世因果，试问有人欲受恶果报应否？所以种善因得善果，种净因得净果，乃至成佛，都是由于自己一念。”可见，大师结合佛法“三世因果”思想向我们开示，随“一念心”之善恶，必有果报之善恶，直至修行成佛，也都是“一念心”之作用使然。大师还引经据典地告诉世人“一念心”所具功德的真实效力：“假若有人以种种物品供养恭敬一切有学问、有道德诸超人者，不如一念住孝顺心，以微少物品供养母亲，到比前面供养诸超人等的功德要多百千万分。”可见，大师开示众人，若以真实的、一念孝顺父母之心来供养父母，比做多少多少供养的功德要多出百千万分；这是大师再次强调“一念真心”的关键意义。

就“一念心”对于提升大众道德境界的意义，大师向我们开示说：“但佛教所说的善，究竟到如何程度才算是善呢？善的定义如何？简单点说，我们平常在行坐语默出入往还之间，凡是起一念行一事，于自于他有利

而无害有益而无损，不但现在如此，即未来也是如此，在现未二个时代上，都合于自他两利的原则，这便是对于善字所下的定义，也是佛教说一切道德的基础。”可见，大师开示给我们，大众在“每一心念”及每一事行上，都要合于自他两利的原则，这才符合佛法所说善的原义。

由上可知，净慧长老与太虚大师对“当下一念”的理论阐释，是非常一致的——他们都把修“当下一念”作为佛法修行的根本。他们以精深的说理和丰富的修为实践给后学以深刻的智慧启迪。

（选自第五届黄梅禅宗文化高峰论坛论文集）

2002年在深圳信德图书馆开示

本焕

各位居士：你们大家好！

我看你们各位在念佛各方面都很好，说明你们很精进，还在不断地学习。我们的学习是不间断地学，佛教导我们法门无量誓愿学，无量无边的法门都要学。为什么无量无边的法门都要学呢？这个法门不是今世要学，尽未来世还要学。学了这些法门做什么？都是为利益众生，教化众生，成就众生，救度一切众生。我们每一个人，将来都会成佛。在成佛以前呢？就一定要去学。你问为什么要学？因为无量众生，不但今世要去度他，我们尽未来劫还要去度。这些众生是无穷无尽的，在这些无穷无尽的众生当中，我们都是未来的佛。“都是未来的佛”，这句话不是我跟大家说的，是有一个故事。

过去有一个常不轻菩萨，他常常不敢轻慢一切人。为什么不敢轻慢一切人呢？他认为一切人都是该当作佛的，都是未来的佛。他讲这句话的时候，不是对男的这样讲，对女的另外讲；不是对老的这样讲，对小的另外

讲！无论是男的也好，女的也好，老的也好，小的也好，都是未来的佛。所以他常常不敢轻慢一切人。他认为一切人都是未来的佛。你们各位要知道，常不轻菩萨就是释迦牟尼佛。释迦牟尼佛在因地中对于我们大家众生授记，将来都要成佛。成佛的迟早，就要看我们大家发心的大小。我们利益众生多，结众生缘多，度众生多，那成佛就快喽！如果我们对众生发的菩提心小，利益众生少，度众生少，他成佛就慢。但是早也是早成佛，慢呢，也是未来佛，慢慢地成佛。所以成佛的迟早，都是在我们个人的决定。我们一定要发菩提心，利益众生大，就成佛的快。

而我本人呢，希望你们大家都要发大心，要发大菩提心，为利益众生，成就众生，救度一切众生，那将来就早成佛。人人早成佛最好。但是各人的愿力还有不同，为什么不同？比如这个菩萨发这个愿，那个菩萨发那个愿。如阿弥陀佛在因地中发大菩提心，他发的愿力很大。他本来应该做国王，后来他舍弃王位，去当法藏比丘。他向世间自在王如来请教诸佛的庄严国土，先到诸佛的国土中去参学，世间自在王如来为他宣说“二百一十亿诸佛刹土，功德严净，光大圆满之相”。法藏比丘于诸佛国土庄严悉皆通达明了，而他自己建立的西方极乐世界，较无数诸佛国土更为殊胜妙好。西方极乐世界是最殊胜庄严的佛国土，我们当然希望能生最好的国土。我们要想生到他那个地方去，也不可以少善根福德因缘。

我们的福德要在众生中去培植，为什么？“是故菩提属于众生，若无众生，一切菩萨终不能成无上正觉。”没有众生，一切菩萨都不能成无上正觉，都无法成佛。所以我们要这样去修行，我们的菩提华果在众生分中，要去利益众生，成就众生，救度一切众生，这就是自己将来成佛的菩提华果。

但是要利益众生，成就众生，救度一切众生，是很不简单、很不容易的。有的众生在社会上有名，大富大贵，好得不得了，吃不尽用不尽。也有一般的，还有很贫穷，没有吃的，没有穿的。为什么这样呢？这就是我们修因的不同，所以证果也会不同。

我们大家今天都在学佛，都是佛的弟子。既是做佛的弟子，你们想一想，回想一下，你们多么不容易，多么难得！为什么这样讲，佛讲我们众生有四种生：胎、卵、湿、化。凡是从肚子生出的，牛、马、羊，都是胎生的众生。卵生的众生，就是鸡蛋、鸭蛋、龟蛋，这些从蛋卵中出生的，是卵生的众生。从潮湿的地方生出很多众生，这些就是湿生的众生。突然变化出生的众生，是化生的众生。在这四种众生当中，你要知道，海里面有多少众生，我们这个虚空中也有多少众生，头顶上有无量众生，脚底下也有无量众生。海里的众生多得不得了，实际上，各个地方都有无量的众生，我们眼睛能看到只是很小的一部分。这些凡所有情，有生命的，都称为众生。

你们想想，这些众生当中，我们人类不过是在百分、千分、万分、万万分分中，难有一个人啊！你们仔细回想一下，若要成佛，只有在人类当中才能成佛。不是在人类中，在其它的道中不方便成佛。

这是叫你们大家想一想，我们大家今天能够认识佛法，多么不容易。所以佛家讲：人身难得，佛法难闻。古人讲我们得人身，如大海捞针。一根针掉到大海里，要把这根针捞起来，你看多么难得。你们想一想，我们今天能够得到人身，这是多么的庆幸，多么的难得。是多生多劫的善根，今天才会得到这个人身，但是这个人身，你们大家想一想，今天社会上的人很多，中国有13亿人口，有多少相信佛，亲近佛的，很少很少。为什么？各人的善根因缘不同，所以我们今天的结果也就不同。但是你们各位今天能够得到人身，能够相信佛法，能够在这里行持佛法，这是多么不容易！多么难得！所以希望各位，今生能够得到人身，那就希望各位好好地用功！

我讲这个娑婆世界很苦恼，现在是末法时期。这个末法时期已经过了几千年。佛告诉我们，在末法时期的后期，人的身高只有一尺，“尺人兔马”，那个马像兔子那么大。到那个时候，人人嗔恨心很大，拿着草木都成了刀枪。到那个时候，互相残杀，有善根福德的人，看到世间这样苦，赶快躲藏起来，最后人全部杀尽了，没有人再杀了，这个躲藏的人站出来。慢慢过一百年增

一岁，过一百年增一岁，增到八万四千岁，噢！弥勒佛才出世。

我本人过去是参禅的，我在高旻寺住了七年，都是参禅，坐也是参禅，行也是参禅，处处都是参禅，讲话教育大家也是讲参禅。我学的不懂了，为什么不懂呢？看看这个娑婆世界众生越来越苦恼，一天到晚在那里互相斗争，坚固的不得了；一天到晚你杀我，我杀你。现在就是这个样子，以后再来时，更严重，更坚固。我感到这个情况很害怕，怕以后再来的时候，娑婆世界斗争得更厉害。那赶快跑，跑哪去？我们不住娑婆世界，要去见阿弥陀佛。所以我现在所念的经，都是《普贤菩萨行愿品》。《普贤菩萨行愿品》这一本经是成佛的根本，普贤菩萨十大愿王都是为了我们众生，为了利益众生，教化众生，很了不起。我们临命终时，世界上的事情都不能跟到我们走，唯此愿王，不相舍离，于一切时，引导其前，一刹那中，生到西方极乐世界。到时即见阿弥陀佛、文殊菩萨、普贤菩萨、观自在菩萨、弥勒菩萨等，这些大菩萨，诸上善人，共所围绕。围绕你这个生西方极乐世界的人。见到自己往生到西方极乐世界，在七宝池的莲华之中，花开见佛，得到阿弥陀佛摩顶授记。你们想想，这个多难得！多高兴！多庆幸！

我们从无量劫，生了死，死了生，滚来滚去，滚到现在。现在能够闻到佛法，能够生到西方极乐世界，不要说是生到上品上生，马上得到阿弥陀佛摩顶授记，就

是下品下生，也再不用流转生死，已超出轮回，一生成佛。所以我本人现在不想再来这个娑婆世界，而是先往生西方极乐世界，那里修行很殊胜，等证到无生法忍以后，再回入娑婆世界来度众生。在那个时候，自己要想去哪个地方，就能去哪个地方。天上的众生缘熟，就到天上去；地狱的众生缘熟，就到地狱去。为利益众生，教化众生。到那时候，不是到地狱去受地狱苦，那里都是法身大士，佛到忉利天，为母说法的时候，无量的分身地藏菩萨都集中到忉利天。为什么一个地藏菩萨，变成无穷的地藏菩萨。我们要发愿利益众生，教化众生，可以变成无穷无尽的化身而善巧化度。

所以佛在忉利天，对地藏菩萨摩顶授记，地藏菩萨的愿力很大啊！众生度尽，方证菩提。地狱不空，誓不成佛。你们想想，地狱怎么不能空，不是讲哪个菩萨发大心的时候，没有什么了不起，成不成佛是无所谓的。我讲一个比喻。比如唱一场大戏，唱唱……噢，唱完了，唱完以后再回来。你看娑婆世界，释迦牟尼佛在《梵网经》说：我们释迦牟尼佛来到娑婆世界八千返，你们想想，观世音菩萨是久已成佛，叫正法明如来，他把众生度尽，没有事做，再来。观世音菩萨将来等阿弥陀佛涅槃以后，再在极乐世界成佛。所以我们讲成佛，都是为了利益众生，成就众生，教化众生，救度一切众生。令我们一切苦恼众生，早早地脱离这个苦恼，早早成佛！

讲来讲去，最主要还希望大家要发心。我说生西方极乐世界，你们有没有这个愿呢？那是你们各人的思想不同，各人的愿力不同。既然各人的愿力不同，各人有各人的自由，不能强勉哪个人非这样不可。佛说的八万四千法门，都是对治我们众生的这个病，有无量的众生，就有对凡夫宣说的八万四千法门。要知道，每一个法门，都是为了利益众生，成就众生，救度一切众生。我是这样认为的，并不是强迫你也要这样。大家各人有各人的愿力。

总之，我们今天，主要是要有信，但是这个信要有正信，不要邪知邪见，形成了邪知邪见，差之毫厘，失之千里。我们有了信以后，还要有愿力，我现在是希望生西方极乐世界，你们不一定都跟我一样。你们各人有各人的愿力，但是有了信有了愿，那就还要行，行就不能到家。讲个比喻，比如我们到北京，一千里路。如果坐飞机去很快就到了，如果坐火车要慢一点，如果坐汽车要更慢一点，如果火车、汽车都没有，那就步行喽。但是步行虽然慢一点，他还是可以到家，最怕的说到家，还坐在那里不动，不知何时能到家。所以一定要行，希望大家好好地行，讲来讲去，最要紧还希望大家好好地发菩提心，早好好地行，将来我们都可以到自己希望的家。

我今天讲这么多，讲得不好，请原谅。谢谢大家！

实际禅林丁亥年七日禅修开示

净慧

第九讲 五根和五力

（2007年1月22日晚）

各位道友：

这次七日禅修，已经过了四天，还剩三天。四天当中有不少的道友始终坚持，精进用功；也有的居士因为家里事情多、工作忙，不能一直坚持。无论时间长短，能够来参加，哪怕是只坐一支香，都是莫大的福德因缘。

《法华经》上说：“若人静坐一须臾，胜造恒沙七宝塔。宝塔毕竟化为尘，一念清净成正觉。”一须臾的时间很短，坐一须臾都有那么大的功德，何况我们能坐一支香、两支香，能坐一天、两天，功德更是不可思议。不过一定要记住，是静坐一须臾。既然是静坐，那就不是散心坐，而是静心坐。静心者没有杂念，有杂念不算静心。静心者一念不生，善念恶念都排除干净，心地只有一片的清净光明。在这片清净光明的心地上，才可以成就无量无边的福德因缘，所以说要静坐，要静心地坐，

要安安静静地坐。行香、坐香，入坐、出坐，都要保持一种安定的心态，安静的心态，眼睛不要东张西望，心里不要东想西想，嘴巴不要东说西说，都摄六根，净念相继，那才可以称得上是静坐。修行只有打成一片才有效果，不能打成一片不会有效果。有不少的居士就说，我皈依了十几年，修了十几年，怎么进步不大？我们不妨自己反省一下，我们是在静心修，还是在散心修？我们平常修的时候有没有杂念，有没有妄想？是不是真正做到了精纯不二？如果没有做到精纯不二，边念经边打妄想，拜佛还是打妄想，心静不下来，那不过是起到锻炼身体作用而已。所以希望各位修要真修，行要正行，要静下心来，下苦功夫，才能有成果，才能有效果。

接着下午讲的内容，下面继续讲三十七道品中的五根和五力。五根和五力内容相同，只是前者叫五根，后者叫五力。其内容都是：信、进、念、定、慧。这五种功德善法，既然内容相同，为什么前者叫五根，后者叫五力呢？这是由于修持五法的人，有钝根，有利根。钝根者修持五法，是为五根；利根者修持五法，是为五力。在修行中，能将信、精进、念、定、慧这五种善法扎下根去，那就成为一种不可动摇的善法。

一、信根

信如果能够扎下了根，根扎得越深，信的力量就越大。信根能生长一切善法，一切善法都从信根而得生长。我在讲信的时候曾经讲到：“信为道元功德母，长养一

切诸善根。”信什么呢？信首先是要信根本。信我所修之法，能够到达涅槃彼岸，能够断除一切烦恼，能够生长一切智慧。而且，要使这种信深深扎根于一切善法的土壤深处，不可动摇，就会产生力量。

二、进根

进者精进，精者不杂，进者不退。精进不是一件简单的事，纯一无杂而不退却，勇敢向前，那才是精进。要使这种善法同样深深扎根于一切善法的土壤之中，不可动摇，是为精进根。

三、念根

念就是忆念，念者不亡失，念者念念在怀。要做到保持正念，就要靠忆念的功夫，所谓忆念三宝。佛教有六念法门：念施，念戒，念天，念佛法僧三宝，是为六念法门。念一切善法就能排除一切恶念，排除了恶念就能坚定善念。而且，要使所念的善法深深扎根。

四、定根

定就是稳定、安定、禅定。首先是稳定，然后是安定，第三步才可以说有禅定。稳定、安定、禅定，顺次都要扎根。有了根，才能真正稳定，才能真正安定。定是排除、抗拒一切恶法的基本功能。修行人有了定力，有了定根，一切不善法就侵蚀不进来。

五、慧根

慧者智慧。智慧能够确认所修法门的正确性，能够辨别所修法门的次第，能够辨别所修法门是有漏还是无漏。智慧能够在心灵深处扎根，就能把愚痴的根拔除掉。

以上所说，就是信、进、念、定、慧五根。我们要思维法义，用佛法的道理来指导修行，思维根、力等法门极为重要。根就是五根，力就是五力。我们可以这样来考量自己：我的信仰是否扎根？我的精进心是否扎根？我的正念是否扎根？我的定力是否扎根？我的智慧是否扎根？思维这些法义，有助于修行层次的不断提升，有助于智慧的开朗，有助于福慧的增长。对于利根人来说，信、进、念、定、慧，这五种善法，便成为力量了。自身具有力量，就能拒绝恶法，就能抵御恶法，就能斩断一切烦恼，就能培养断恶修善的力量和智慧。五力是在五根的基础上而产生力量。所谓“树大根深”，树大根深了，力量也就大了。树的力量大了，十二级台风也刮不倒。十二级的台风是什么呢？就是贪嗔痴三毒烦恼。三毒烦恼的力量比十二级台风要厉害得多。十二级台风不会经常有，贪嗔痴的三毒烦恼却无时无刻不在恼害我们的心灵。我们一定要把信、进、念、定、慧五种善法，扎根于心灵深处，用广修福慧、广修无量功德，来培植五根。使五根具有抵御、抗拒十二级台风的力量，修行就有把握，修行就有成果。

以上讲了四念处、四正勤、四如意足、五根、五

力这五科，下面还有七觉支、八圣道。这七科法门，这三十七种善法，前面五科是为方便道，八圣道是为见道，七觉支是为修道。能够用方便道、见道、修道来分析判别三十七道品，我们就可以很有把握地运用三十七道品的修行法门。本来见道在前，修道在后，不过从法数而言，佛经总是用增法，而不用减法。增法代表善法不断增长，善根不断增长，所以先说七觉支，后说八圣道。从修行的角度来说，应该是先修八圣道见道，然后再修七觉支是修道。这三个位次，方便位、见道位、修道位，是修习一切法门不可改变的次第。修行佛法首先要有前方便。所谓前方便，就是为见道、修道做准备，所以叫方便道。道为能通，道为道路。通至何处呢？通至涅槃圣道。希望大家善于思维法义，“听闻正法，如理思维，法随法行”，这也是修行的前方便。

第十讲 七觉支

（2007年1月23日下午）

各位道友：

现代科技文明发展迅速，给人类带来了许多方便。旅程缩短了，地球变小了，时间拉长了，工作效率提高了……这些都是科技文明给我们带来的利益。但是同时，人对科技文明的依赖性越来越强。比如说电，一

没有电，如果我们这是一座大楼的话，那就瘫痪了。没电上下楼都不方便，没电照明到处一片黑暗。如果说在一个大型的娱乐场所或者餐饮场所晚上突然停了电，由于骚动，很可能就会发生生命的危险。因为互相的拥挤踩踏，年老的人、小孩就吃亏了。人类既要掌握科技文明，又要能够避免许多缺陷、许多被动，使人不至于成为科技文明的奴隶，这是一个时代的大问题。

今天停了一天的电，大家感到极不方便，坐在这里昏昏沉沉的。因为讲开示需要电的帮助，电不帮忙，扩音器响不了，摄像机动不了。人的这种被动，随着科技文明的进步，可能会越来越明显。我们人如何在生活中、在生命中、在社会活动中，占有主动权，这是从古以来就在探究的问题，也是我们修行所要解决的问题。我们为什么要修行呢？就是我们在环境面前，总是被动的，被迫的，不自由，不自在。修行能够超越烦恼，超越对立面，进行自我完善，自己的内心就拥有一份安详，拥有一份自在，拥有一份与他人不共的喜悦，那么我们对于外在的依赖性就会相对地减少，而且也能够减少许多的痛苦。

我想，人类只要有生存，只要有生命，想最终避免痛苦，大概是不可能的。即使是觉悟了的人，成了佛的人，自然环境带来的痛苦，这在觉悟的人和不觉悟的人面前是平等的。肚子饿了要吃饭，这也是平等的；人的生命的有限性，同样是平等的。那么修行的意义何在呢？修行的意义就是教我们断除烦恼。痛苦是有，烦恼没有。

那就是一种安定，那就是一种宁静。

在饥寒交迫面前，有的人怡然处之；有的人就不能安分守己，做出种种超越常规的事情。有痛苦，而没有烦恼，这就是修行的效果，这就是修与不修之间的根本区别。讲到修，从昨天开始，给各位简略地介绍了三十七道品的内容，上面已经讲了七科中的五科。这五科或者说五类，可以说是一种整体。因为修习四念处，就必须同时有四正勤，有四如意足；而且在修四念处时，五根和五力也是不可缺少的助道因缘。所以前面讲的五类，按道次第来分都属于方便道。这五科是一个整体，是修行者在对治烦恼时所运用的不同方法。

烦恼是总称，烦恼又有各种各样的表现形式。懒惰是不是烦恼呢？是烦恼；贪吃贪睡是不是烦恼呢？还是烦恼。烦恼的表现形式不同，所以就要用不同的方法加以对治。整个佛教的功能，就是要对治众生的烦恼。所谓众生有八万四千烦恼，佛有八万四千法门，八万四千法门对治八万四千烦恼。佛法就是对治法，对治者，就是解决问题。佛法就是解决问题的方法，佛法的作用就是帮助众生解决生命中的迷惑与烦恼。

讲了五科之后，接下来讲七觉支。七觉支又名七菩提分。菩提是梵语，中译为觉或觉悟。七觉支以觉为本，以智为本，也是一个整体。也就是说，这七件事是达到觉悟的七个组成部分。

一、择法觉支

择法者，智慧也。七觉支以智慧为体，以觉悟为本，严格地讲起来，只有择法觉支才可以称为觉或者称为菩提，其他六种仅仅是觉悟的支分。假如“择法”是一棵树，其他六法就是这棵树上的枝条。择法为主干，其他六法为枝条，故名七菩提分或者七觉支。修行以智慧为本。破迷开悟，断烦恼证菩提，都必须以智慧为先导。在此，智慧用择法二字来表述。择者，拣择、辨别、判断。择者，当下判断，不是思考了以后再去判断。它是佛教讲的现量境，现代心理学称之为直觉。直觉者，当下的第一个念头，不是第二念。第二念就成了推理了，就不是直觉；第二念就成了比量，不是现量。当下一念就是觉照，就是现量境；当下一念觉照不了，管不住自己了，烦恼就变成了行为。所谓起惑造业，惑就是烦恼，造业就是行为，行为的结果就会感得苦报。所以照顾当下一念，安住当下，这种功夫力度很大，但是难度也很大。这种难度表现在众生的迷惑重，烦恼重，勇气不足，智慧没有，所以不能当机立断。

这种现象，在每个修行人的身上或多或少地都会有所表现，可以对号入座，检查自己，看自己择法的力度够不够，断惑的力度够不够，对治烦恼的力度够不够。有觉照的修行者，大多数都要落到第二念、第三念、第四念，第一念就能对治烦恼不容易。第一念就能对治烦恼，那是修行的真功夫、硬功夫。每个修行人都要练就这样的一身硬功夫，才可以敌得了生死。否则的话，生死跟前做不了主。平时烦恼起来了，不能立刻觉照，不

能立刻回头，烦恼就是生死啊！不能回头，不能觉照，就是在生死面前做不了主，这是一个非常现实的问题。

二、精进觉支

智慧的力度不够怎么办呢？只有努力再努力，精进不息地去实践，去修行，去用方法。所谓精进，平常我们讲得很多，往往把这个法门淡化了。精进的意思是什么呢？用汉语来表达，就是在修行上做到废寝忘食，不舍昼夜，那才可以说得上是精进。关于精进的法门，有许多力度非常强的方法，比如说一行三昧。所谓一行三昧，分为常行三昧、常坐三昧、常立三昧。常行不是只行一个小时而已，而是以九十天作为一个期限，在这九十天当中只可经行，不坐不卧，专心致志不舍昼夜，或持佛号，或参话头，或观心。那种方法，才是克期取证的方法，那才是精进。没有这样的精进，想要获得智慧的力度，想要获得势如破竹那样锐利的智慧，很难。

三、喜觉支

由精进而断烦恼，而增强了智慧的力量，就会获得一种欢喜。此处的喜是法喜，不是喜形于色。这种喜悦是内在的，遍满全身每一个毛孔。俗语有一种说法叫乐滋滋的，那就是说，全身在禅定的境界当中，有说不出的喜悦，而在表情上并不外露，只是一种自受用，只是一种自我的最良好的状态。那是禅悦法喜，不是世间说了一个笑话，或者得到一笔意外的财富的那种欢喜。

那种欢喜是有漏法，此处的禅悦法喜是无漏法。

四、除觉支

除就是断除烦恼。整个的修行过程，就是除的过程。修行有损有益，两者同时存在。烦恼断除一点，智慧就增长一点；智慧增长一点，烦恼就断除一点。我们有一分知，就会破除一分无知；我们多一点智慧，就会少一点愚痴，所以叫除。

五、舍觉支

当我们在修行上有所得，有所进步，上了一个台阶，怎么办呢？要懂得舍。舍的意思，就是在原有的基础上不断地有所突破，不断地有所跨越，那才叫舍。舍掉第一步，才能迈出第二步，不能老在原地踏步走。在原地踏步走，就是对修行所获得的某种成就停滞不前，甚至成为一种包袱。如果在修行上的有所得成了包袱，那就很难进步。所以在有了精进、有了喜悦之后，必须跨越这第一个层次的成果，才能更上一层楼。中国的古诗说得好：“欲穷千里目，更上一层楼。”只有不断地攀登，才能够扩大视野。

六、定觉支

禅定是修行的核心问题。没有禅定，所有的功德没有依托。修行的功德所依就是定。智慧所依是定，精进所依是定，喜悦所依还是定。在讲戒定慧三学时有一个

比喻：慧目、定身、戒足。这个比喻说明，无论是戒律还是智慧，都要依托禅定，都是以禅定为体。

七、念觉支

所谓念，就是使修行的法门持之以恒，忆念不忘。只有对所修行的法门经常加以忆念，所修行的法门才能得以保持。念的力量非常大，所谓念念不忘，一切功德法财都要靠念力使它保持不失。念字在世俗文化中用得很普遍，比如说：纪念、留念、挂念。这都是要让人对某一种事物保持长久的记忆、长久的印象，永记不忘。在佛法的修行中亦复如是。所谓念佛、念法、念僧、念施、念戒、念天，称为六念法门；再加上念出入息、念死，则称为八念法门。只有念念不忘，念兹在兹，才能把所修行的方法持之以恒地坚持下去。

这七觉支，是修行方法的整体。择法、精进、喜、除、舍、定、念这七觉支，从我们普通的修行人来说，怎么样运用这个法门呢？我觉得记住三点就可以了。首先记住修行要有智慧，再就是记住智慧是从精进修行而来，精进修行又要念兹在兹，经常忆念不忘。当然，能够将此七法系统地加以运用，修行见成果、见效果会更快。如果没有那种记忆力，或者没有那种分析法相的能力，没有理解法相的思维，那就只有死死记住：修行要有智慧，修行一定要精进，修行一定要念兹在兹。修的对象就是烦恼，修行就是为了断烦恼，不能把念佛与断烦恼分开，不能一边念佛一边又骂人，一边念佛一边又打妄

想，一边念佛一边又憎恨这个憎恨那个。

特别是在家修行的老居士们要记住：修行要修慈悲心，念佛就是念觉悟，一边念佛一边要心开意解，心地光明，无挂无碍，修行才有效果，念佛才有效果。念佛的时候都不能专心，或者闲谈杂话，或者是谈论别人的是非，或者是说家庭的琐事，那都是散心杂话，对修行没有益处。我们在座的大多是年老的人，年老意味着什么呢？意味着光阴有限，来日无多，所以要抓紧时间，早办前程，早办往生资粮！

第十一讲 八圣道

（2007年1月23日晚）

各位道友：

这次的禅修活动，今天已经是第五天。把今天过去了，禅修活动就基本上接近尾声。光阴过得很快！七天的时间虽然很短，但是在真际禅林，作为一个都市禅堂，这种活动还是第一次。各位有缘开这个头，播这个种子，我相信今后一定会结出非常丰硕的果实。这次活动与大家分享交流的时间比较多，基本上平均一天有两次。这既是对各位在修行上的辅导，也是对我个人的一种鞭策。我在讲的时候，没有很动脑子，一边讲，一边就从内心流露出来，虽然讲的内容都是陈言剩语，不过这样密集

的交流活动，也要花费一些精力，也很有收获。这样看起来，我们这次七日禅修活动，就是一个富有成果的活动，就是一个皆大欢喜的活动，也是一个良好的开端。

今天要与各位分享的题目是三十七道品中的最后一科：八圣道。八圣道又名八正道，正者不邪，道为能通。顾名思义，此八法是通向涅槃圣道的门径、道路、方法，非常之重要，在修行中，几乎是天天可以运用，时时可以运用。这八正道就是：正见、正思维、正语、正业、正命、正精进、正念、正定。这八个方法，或者说八条内容，同以上所讲的二十九法有许多是重叠的。我在前面曾经说到，三十七道品，从四念处到五根、五力，属于方便道；七觉支属于修道；八正道属于见道。那就是说，不论是在方便道中，还是在见道和修道中，所使用的方法大体上是一致的，只是造诣有深浅，见地有广狭，功夫有深浅。基本上还是那些内容，但是它有一步一步提升的趋向。比如说正见，就是七觉支中的择法觉支。这些内容，往往是从初发心，一直到最后圆满成佛，择法、正见、大智大慧，是贯彻始终的，只是有因地与果上的差别。修因证果，元始要终，都是一以贯之。

一、正见

正见见什么呢？见四圣谛的道理。八正道都是以四圣谛作为观察认识的内容。因为四圣谛是佛教的基本理论和基本修行方法。

二、正思维

八正道是以正见为先导，然后以正见指导正思维。思维是心理活动。思维四谛的真理：“此是苦，应知；此是集，应断；此是灭，应证；此是道，应修。”“知苦，断集，慕灭，修道”。修行人不是没有思维，而是要正思维。思维世间的苦；思维苦必有因，因是积累而成，并能感召苦果；要灭苦必须修道。如是思维，便能策励身心，精进不息。

三、正语

在正思维的指导下，就产生正语。正语是指向正道的语言，指向涅槃的语言，指向解脱的语言，不是闲言碎语，不是言不及义。这一点，我们在座的各位，有一部分人似乎很难做到，总有说不完的话，总有谈不完的心。胸口挂着止语牌，形同虚设。当然，正语还是可以的，而往往不是正语。当然也不能说是邪语，反正就是闲言碎语，言不及义。开口神气散，舌动是非生。一切少说为佳，养精蓄锐，因为话说多了伤神。眼睛少朝外看，反观自心。少说话，少费唾液，就能保养精气神，在打坐的时候就会有精神，腰杆能直起来，疼痛能顶得住。身体好的人，稍微有点疼痛无所谓；身体不好的人，稍微有点疼痛就吃不消。身体的好坏和保养有极大的关系。营养是一方面，保养比营养更重要。少说话是一种保养，不要东看西看，也是一种保养；不要胡思乱想，更是一

种保养。能够正思维，就不会胡思乱想；能够正语，就不会有闲言碎语，不会嘴巴老停不住。

四、正业

然后要在正见的指导下从事正业。正业就是正当的事业。正当的事业是什么呢？在这里主要是指清净三业。三业清净就是正业。身业清净，不杀、不盗、不邪淫；口业清净，不妄言、不绮语、不两舌、不恶口；意业清净，不贪、不嗔、不痴。修十善法，就能三业清净；修戒定慧，就能三业清净。修行人三业不净，修行就落空了。因为修一切法，一切清净无漏行都必须落实在三业上。离开了身口意三业的净化，修行都是空谈而已，所以要正业。

五、正命

三业清净，然后就能有正确的生活方式。所谓正命，就是以正当的生活方式、生活来源来维持我们的生命。相对于正命而言，有邪命，邪命就是用不正当的手段获取生活资源。一共有所谓五种邪命，其中包括看相算命、占卜吉凶等等，比如说向人称说自己有道德，说自己见到了佛，见到了菩萨，以此来炫耀，取得信众的信任和供养，这都是属于邪命自活。正命就是要上乞诸佛之法，以资养慧命；下乞信施的五谷杂粮等，以资养色身。作为在家居士，则应当有正当的职业来谋取正当的生活资源，要勤劳致富，如法求财。作为出家人，就要以修道、讲经弘法来住持三宝，以此获得信众自觉自愿的微分少

供养，以维持自己的色身。

我屡次提到，僧团的生活要平民化。平民化的生活，应该也是正命的内容之一。如果僧团的生活超标了，高于普通信徒的生活，那至少是浪费施主的钱米，不知如何来偿报。修八正道当中的正业、正命，一定要联系到我们的思想与生活来学习和修持，这样才有实际的内容。

六、正精进

前面五个正确的内容，正见、正思维、正语、正业、正命要得到圆满落实，就要靠正精进的力量去推动；而要得到后面的正念和正定，也要有正精进的推动才能得到圆满落实。所以正精进放在中间，它有承前启后的作用。大家学了三十七道品，除了四念处之外，在四正勤、四如意足、五根、五力、七觉支、八正道里面，都有关于精进的内容，而且都是放在中间；在六波罗蜜里，精进也是在中间。

根据经典的开示，精进只有与正见、正思维、正语、正业、正命、正念、正定联系起来，才是正确的推动力。如果单说精进一法，往往容易导致误区。讲六波罗蜜也是如此，六波罗蜜中的精进必须和其他五波罗蜜结合起来。讲到波罗蜜，有一点大家要注意：有了般若波罗蜜，其他的五度才成为波罗蜜，否则就不能成为波罗蜜。波罗蜜的意思就是究竟圆满到彼岸。只有在智慧的指导下，布施、持戒、忍辱、精进、禅定，才能成为到彼岸的法门。在修学佛法时要懂得这些法义，谁在前谁在后，它

们的意义何在，又要如何地去运用它；懂得如何在修行中运用正精进来策励三业。有了正精进，就能推动正念、正定的落实。

七、正念

就是对四谛法忆持不忘。

八、正定

深入禅定，就能加强对正见、正思维、正语、正业、正命的落实。在讲三十七道品其他的内容时，曾经强调禅定的重要性。正见与禅定，或者说正见与正定，二者是互为因果的。在正见的指导下，才能修习正定；在正定的修持中，才能产生正见，二者互为因果。其他的如正思维、正语、正业、正命，和正定的关系亦复如是。

以上把三十七道品的内容，结合它们在修行生活中的运用，进行了简单的介绍。这种粗略的讲述，应该说与正规地讲述三十七道品存在着很大的差距。为什么呢？因为三十七道品有很丰富的内容，如果要仔细地加以分析、引申，专门讲这个题目，讲几天都讲不完。也可以说，整个佛法的修行内容，都与三十七道品有密切的关系。这一次，因为七日禅修活动，提出三十七道品来与大家分享，主要的目的，是为了学习佛法时间稍微久一点的居士们，把自己的修行和法义的内容、分类联系起来，然后深入地加以研究学习和运用，这样就不至于修行茫无头绪。

三十七道品有一个简单的方法来记忆它。四念处、四正勤、四如意足，是三个四；五根、五力是两个五；七菩提分、八圣道分，一个七，一个八。记忆的方法是：“三四、双五、单七、单八。”这几个字一记，然后再把具体的内容记一记，三十七道品就记住了。记住这些法义，修行就随时可以得到指导，得到印证，使自己在修行中不至于盲修瞎炼。这些简要的内容，各位也可以查阅工具书，比如说佛学词典。不过，结合着修行来讲，我在这里有所侧重，是把它灵活地运用到我们的禅修活动当中。三十七道品中，四念处为修道的根本；四正勤、四如意足是助成修道的条件；五根、五力则可养成修道的根基和力量；七觉支于修道中观照自心，不杂不退，拣择邪正真伪，一心正念，防止误区；八正道正见真理，于身口意三业全面落实圣者所行之道。

这次活动还有一天多的时间，来的人照样还是很踊跃，大家兴趣很浓。既然是这样，我要告诉各位一个信息，这里的禅修活动结束后，腊八晚上在邢台玉泉寺正式起七，又有两个禅七，一直要坐到腊月二十一。既不耽误过小年，更不影响过大年，各位如果有兴趣，不妨到玉泉寺去再加一把火。

（未完待续）

禅就是幸福的微笑

——与香港凤凰卫视记者的对话

◎ 净慧

整理者按：2011年12月21日下午，深圳报业集团和深圳弘法寺在深圳体育馆举办“让心灵充满阳光”的佛学文化公益讲座，特邀老和尚前往开示佛法。当日上午凤凰卫视两名记者到老和尚下榻的大酒店进行了专访。

记者问：现在物资生活丰富了，但人们仍不觉得幸福，感到很痛苦。请问大师对此有什么看法？

答：原因主要有两点。第一，物资财富的增长与幸福感的增长并不一致，物资财富只能满足外在的和感官的需求，幸福感则来自于内心世界。物资生活充实了，内心却空虚了，就没有幸福感。第二，人们对物资财富有攀比心，我有十块钱，他就希望要有一百块钱，就会引起内心的冲突，怎样来满足自己的欲望，这种冲突和攀比心就会引起痛苦。

另外痛苦的产生有内在原因和外在原因。内在的原因就是人们对物资追求永远不满足。幸福感要从内心来

培养，要从知足常乐中来培养。外在的原因就是贫富差距太大，现在各种媒体所宣传的场面和现实的距离相差太大，媒体的介绍往往和普通老百姓的生活有很大差距，电视上有那么好的生活，有那么漂亮的房子，有那么高级的车子，我们这些老百姓都没有，就会引起内心的不平衡。如果财富分配能进一步地合理化，再加上正确的社会引导，这些问题就会逐步得到解决，人们的痛苦就会减少。不过人生的痛苦是一个永恒问题，想一劳永逸地让人们内心都充满阳光，这大概只是一种美好的理想而已。痛苦是一种现实。痛苦产生的原因也在变化。过去能吃饱三餐就很幸福，现在吃饱了没房子、没车子还会痛苦，这是因为人的欲望无止境。这就要从心理上疏导，减轻大家精神压力，增加幸福感。传统文化和宗教道德在这个方面能发挥很好的作用。

记者问：请问人应该怎么样才能在生活中保持一种平静和喜乐？

答：这并不是一般人能做到的事。现在媒体报道总是在引导大家要努力，要进步，要发展，要有追求，这本身就造成了人们心理的不平衡。什么时候才是发展的尽头？什么时候我们生活才能满足？现在提倡的是永不满足，永不满足就永远有痛苦，现在的思潮就是引导大家天天痛苦，而不是天天幸福。古人讲“知足者常乐”，这和现在提倡的“不断追求”是完全相反的理论。现在整个社会逆向的思维太少，对不健康的社会现象批判的

力度不够。心灵太空虚，心灵的阴暗面太多。

我提倡“生活禅”，就是要“觉悟人生、奉献人生”，能有觉悟心里就有阳光，有奉献心里就有快乐。有很多人心里有阳光，觉得很快乐，那是因为他们有满足感，知道惜福惜缘，才会觉得痛苦少，幸福多。

记者问：佛教讲出世，请问如何处理出世与人世的矛盾？

答：社会大众对出世和入世往往有一些误解，以为出世就是离开世间，其实即使成了佛也还是在这个世间。所谓出世是指精神的超越，不为物累，以无我无求的心，做自利利他的事。这就是一种出世的精神。世间的人欲望得不到满足，会感到痛苦，那些有出世情怀的人无欲无求，充满幸福感。我们只有把世间的责任和义务做到了才能出世间，佛教鼓励学佛的人要以出世的精神，做入世的事业，就是要有超越的心态，超越是非利害的关系，这样做事情就会很轻松。做事情的目的性越强，痛苦就越多。具有出世情怀的人随缘做事，随缘放下，随遇而安，不要太执著。执著就是一种痛苦。

生活禅就是要在世俗生活当中修行，在世俗生活中自利利他，这就是在生活中修行，就是在修行中生活。在修行中生活，就是要把出世和入世结合起来，时时观照，时时反省，这就有幸福感，有知足感，就多一些幸福，少一些痛苦。在生活中修行，就是要有感恩的心，要有分享的心，要有包容的心，要有结缘的心。能怀着这样

的心态做人做事，就会有幸福感。把事事都和个人的利害得失挂钩，这样就会很痛苦。不要要求做每一件事都有回报，要有奉献的心。

记者问：我看到一个公案，有位弟子问他的师父为什么会这么快乐，师父回答说，我吃饭就是吃饭，睡觉就是睡觉。请这个公案说的是什么心态呢？

答：说的是专注的心，时时专注当下，不想第二件事。每时每刻的心都在当下，不想过去，不想未来，不想得，不想失，不想是，不想非，就注意当下。专注当下既能做好当下的事，也能少很多烦恼。我的一碗饭里只有青菜几片，你的一碗饭是大鱼大肉，马上生起了是非心、人我心、攀比心，痛苦马上随之而来。你只专注吃你碗里的饭就好了，不要管别人的碗里是什么，没有分别计较的心，自然就没有痛苦了。

记者问：对普通人而言，如何处理世俗的生活与平时的修行呢？

答：六祖大师说：“欲要修行，在家亦得。”在家人同样可以修行，你能尽到社会和家庭的 responsibility 和义务，以一颗善良的心、报恩的心去做每一件事情，这就是修行。离开了世间的一切善法就无修行可说，修行就是要尽到世间的责任。现在有些人不愿尽自己的责任，孩子不愿养，公婆不孝顺，家庭不照顾，这不仅不是修行，连最起码的家庭 responsibility 和义务都做不到，怎么会快乐呢？

不但自己不快乐，家庭也不快乐，还拖累了社会。

记者问：大家都知道“佛祖拈花、迦叶微笑”的公案，请问迦叶会的是什么意思？

答：这个公案本身是一种寓意，其含义却非言语所能表述。世尊拈花是一种肢体语言，迦叶微笑也是一种肢体语言，即使是“拈花微笑”四个字对佛祖来讲也是多余的，你知、我知、天知、地知，佛祖知、迦叶知，怎样表达？“会心一笑”而已。勉强要解释，只能用“如此而已”四个字来概括。到底会的是什么意思，只有他们二人知道，到达了那个境界的历代祖师都知道。“拈花微笑”就是禅的起源，禅就是在微笑中产生。我们要用微笑来面对世界和人生，我们就会有幸福。

记者问：请问在中国禅宗发展过程中，有哪些比较重要的里程碑？

答：中国的禅大概可以分为两个阶段，达摩未来中国以前，中国的禅法就很发达，只是还没有形成宗派，仅仅只能称为禅法，这段历史大约有三百多年。达摩来到中国后才标志着禅宗的产生，禅宗的正式成立虽不是从达摩开始，但以达摩作为中国禅宗的开始，达摩就成为中国禅宗第一代祖师。

大体上来讲，中国的禅有禅法和禅宗两个阶段。禅法与禅宗有几点区别。第一，禅法只有师承关系，没有宗派组织，没有形成固定的团体和制度，没有稳定的经

济来源。禅宗则不同，它在四祖道信大师时期，基本形成相当的规模，有团体、有制度、有经济来源、有思想体系。六祖慧能大师则是禅宗的集大成者。第二，禅法以次第禅为主，逐步渐次而入。而禅宗的思想是不立文字、直指人心、教外别传、见性成佛，是顿悟法门，即佛经所说的“一念相应”，顿同佛体，这是最主要的特点。

记者问：当年禅宗分为北渐南顿，为什么南宗禅在历史的发展过程中会如此的兴盛，这是否和其自身的某些特点有关？

答：南宗禅的祖师都出自草根阶层，都是在民间弘法。如四祖大师的父亲虽然做过官，但他本人仍然是草根阶层，而且唐太宗几次召他进宫说法都坚决不去，五祖和六祖也同样拒绝入宫说法。他们始终保持禅宗平实的本色，保持平民的精神，才能在广大的平民阶层中传播。另外唐朝建立之初，社会存在着一个四处流浪的游民阶层，里面有很多有才气的杰出之士，在当时很难找到出路。禅宗寺院在山里开荒种地，自食其力，体验人生的终极关怀，吸引了游民阶层中大量的人才，使禅宗很快形成了规模，聚集了很多人。黄梅在当时是一个很偏僻的地方，四祖寺聚众五百人，五祖寺聚众一千人。这种盛况并非偶然，一方面与顿悟成佛的法门有关，一方面是因为远离了政治中心，并且能自食其力，不受政治干扰，能有自由的天地，能呼吸自由的空气。很多研究禅宗史的书，如《中国禅宗通史》，就持这种观点。

也可以说，正是当时的有志之士投入禅门参禅悟道，成就了禅宗的发展，包括六祖本人，他虽不是游民，但六祖的父亲是从北方流放到岭南。

而北宗禅则主要在朝庭弘法，如神秀大师是“两京法主、三帝门师”，高高在上，神秀一系接连出了好几位国师。因为和政治联系太密切，朝庭一旦有了变故，教团就会受到政治的牵连。南宗禅则与之相反，主要是在山区的平民当中弘扬，不受政治的牵连，所以就能发展起来，正是这个社会的原因促进了南宗禅的发展。当然，慧能的思想、悟境和人格魅力，促成了南宗禅的迅速发展，也是不容忽视的重要因素。

记者问：禅宗要比净土宗发展得更早，现在佛教界有一种禅净合流的现象，请问这是从什么时候开始，为什么会有这种现象？

答：净土宗要比禅宗发展得更早。净土宗是东晋庐山的慧远大师所开创，当时也还没有形成宗派，由慧远大师正式提出净土的念佛法门，被推为净土宗初祖。关于禅净合流，则首推禅宗的四祖道信大师，他在《入道安心要方便法门》一文中提出了念佛禅。净土的思想重在念佛积累往生的资粮，临终往生西方净土。四祖大师提倡念佛禅，却没有提倡要往生净土。他认为念佛的心就是佛心，念佛的人内心世界就是佛国净土，不必更求往生西方。这是禅宗与净土宗的不同。

到了宋朝以后，很多的禅师在晚年归心净土，这就

产生了禅净合流的趋向。以禅宗功夫打基础，作为悟道见性的法门，其人生归宿的终极目标就是要往生净土，这样修行最保险，就不再轮回生死之中。有很多佛经一再强调，我们要修行在世间，归宿在净土，这是整个佛教的思想趋向，也是禅净合流重要的思想根源。

禅净合流是明清以来佛教修行上的主流。很多禅师开始以修禅为主，临终发愿往生西方。净土宗的历代祖师，也都是以禅为入门，以净土为归宿。禅净合流有很深的思想根源，通俗地讲，禅净合流就是修行要有双保险。活着的时候有修行，有戒定慧作依托，就没有人生的痛苦；临终时有阿弥陀佛接引往生，死后就没有轮回六道之危险。这是一个很自然的规律，这个世界多苦多难，大家希望能往生西方极乐世界，那是一个没有痛苦的世界。

记者问：您很早就提出禅宗是最适合现代人修行的法门，请问您为什么会提出这样一个理论，你是看到什么样的社会现象而有感而发？

答：禅宗不立文字、教外别传、直接人心，见性成佛，直截了当，没有太多的规矩约束。现代人追求单纯，有一个能解决当下痛苦的方法就可以了。禅宗不过多地依靠经教，没有太多的宗教形式和仪轨，也不需要天天到寺院里去，这很符合当前中国的国情。如果有很多人经常去寺院，就会被说成是宗教狂热。我们在家里就可以参禅打坐，只要老老实实在按照一个法门去修就可以

了，能当下安顿我们的生命，能当下满足心灵的需求，让生活充满阳光，我们就有幸福感，我们就会活得很开心。我之所以提倡这个法门，就是因为禅宗有这些特点。禅宗认为佛就在心中，心即是佛，佛即是心，但用此佛，直了成佛。

记者问：我拜读了您的《禅堂夜话》，里面讲到我们要“善用其心、善待一切”，这说起来很简单，做起来很困难。请问我们应该朝什么样的方向去努力才能做到这两点呢？

答：“善用其心”就是要不断优化自身素质；“善待一切”就是要不断和谐自他关系。“善用其心”就是“觉悟人生”，“善待一切”就是“奉献人生”；“善用其心”就是大智慧，没有大智慧就不能善用其心，不明白什么是善，不明白什么是恶。“善待一切”就是大慈悲，有了慈悲心才能善待一切，没有慈悲心连自己都善待不了，怎么能善待他人。“善待一切”就是自觉觉他、自利利他。我们要从这两个方向去努力，这是人生的两件大事，做好了这两件事，人格也就圆满了。

记者问：很多人对禅仍然充满着疑惑。请问究竟什么是禅？

答：什么都是禅，处处都是禅。我们在对话，我在微笑，你也在微笑，你在提问，我在回答，这就是禅。禅充满一切地方，禅就是喜悦，禅就是生命的安祥，禅

是生命的关怀，禅是彼此的默契。禅可深可浅。深的禅就是拈花微笑，浅的禅就是饭来吃饭，茶来喝茶。“春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪。若无闲事挂心头，便是人间好时节。”用禅的心来面对世界，日日是好日，人人是好人。只可惜这一念心转变不过来，这个“我”放不下。禅是禅，我是我，要紧的是，慢慢缩短我与禅的距离。会心当下即是，何劳心外求玄！

记者：感谢长老的开示！

佛教知识问答录（二）

◎ 宗舜

问：西方极乐净土是真的存在吗？只有修得正果才能看得到、去得了吗？还是像地狱一样是画成的？如果想在此生了生死、出轮回、求生净土，一定要发起菩提心吗？

宗舜法师：西方极乐世界是真实的存在。凡夫不一定修得正果，带业也能往生，只要有信心、有愿力、修行的功夫能够和阿弥陀佛的大愿相应。西方极乐世界，是果报，不是画图。那是阿弥陀佛的实报庄严之土，乃是他多生多劫修行菩萨道所感得的一种清净美妙之报。按照一般的经论来讲，本来只有登地的菩萨、也就是证得一定果位才可以达到报土，和佛共同享受这样的快乐，普通的众生不够资格。但是由于弥陀大愿的殊胜，给予凡夫方便，让凡夫也能入报土，享受这种极乐世界依正的庄严。

也有不发菩提心而能往生净土的人。在《观无量寿经》里说，这样的人属于下品往生。一辈子大奸大恶，干了很多坏事，因为临命终的时候遇到善知识开示，他一念之下想要得度，也顾不上什么发心、忏悔，念阿弥陀佛如同找到一根救命稻草，紧紧抓住就是。“我要求救，

我要解脱”，在这种单纯的心念之下，他就带业往生净土了。关于这个问题，有一些不同意见，但是《观无量寿经》中说到下品往生三种情况的时候说到：

下品上生之人“经七七日莲花乃敷。当花敷时，大悲观世音菩萨，及大势至菩萨，放大光明，住其人前，为说甚深十二部经。闻已信解，发无上道心。经十小劫，具百法明门，得入初地。”下品中生之人“经于六劫，莲花乃敷。当华敷时，观世音、大势至，以梵音声安慰彼人，为说大乘甚深经典。闻此法已，应时即发无上道心。”下品下生之人则是“于莲花中满十二大劫，莲花方开。当花敷时，观世音、大势至以大悲音声，即为其人广说实相，除灭罪法。闻已欢喜，应时即发菩提之心。”这里都是明确说，下品往生者花开见到观世音、大势至菩萨说法，劝发菩提心后，菩提心才发起。所以唐代善导大师在《观经四帖疏》中解释说：“又当华开时，观音先为说小乘者，闻小生信，即名二乘种生，亦名二乘心生。此品既尔，下二亦然。此三品人俱在彼发心，正由闻大即大乘种生。由不闻小故，所以二乘种不生。凡言种者即是其心也。”

可是大部分人一边念着佛，一边内心还夹杂着各种生死烦恼的东西，往生的心不是很恳切，修行的功夫又达不到很高，信、愿、行这三样，一样都不相应。这时候求生净土就必须发菩提心了。在发了菩提心的前提下，你的行为就是菩萨行，也就意味着你今天的一切都在导向成佛。哪怕你喝一杯水，都是在利益众生。你今

天好好地吃碗饭、好好地喝杯水、好好地睡个觉，都是在利益众生。因为利益了你，就是在利益众生，你就是菩萨，你就是人天所应供养者。发了菩提心的就是菩萨，不要再跑到哪儿去找菩萨了，活菩萨个个就坐在你们身边。问：可以带业往生吗？是不是有悖于因果？答：可能有很多人不明白，这里的“业”是指的恶业，往生就是生到西方极乐净土。西方极乐净土是由阿弥陀佛的善愿圆满成就的，要生到西方极乐世界，一般都会要求发菩提心，要修各种功德。但是对于一些罪业凡夫来说，他们在活着的时候很难把自己的罪业消灭干净，所以大家就寄托希望于阿弥陀佛的救度，让我们往生到西方去。

我可以告诉大家，是可以带业往生的。因为如果只是“消业往生”，等恶业消完了才能往生的话，净土法门就不是一个易行道，而是一个难行道。难行道和易行道的差别就是，好比竹子里面有一个小虫，如果它从竹子的最底下这一节开始咬，一直咬到竹梢才能出头，这就是一个难行道；那么易行道呢，是它从竹子的壁里面横着向外咬，只要咬薄薄的几毫米就可以咬出头，这叫“横超三界”之法。这是由阿弥陀佛的悲心与愿力决定的，决定可以往生，不悖因果。

比如说你爸爸妈妈赚了钱给你用，这就相当于你没赚钱也可以得到钱这个样子。这样有没有悖于因果呢？因为他们是你的父母。阿弥陀佛被称为三界导师，四生慈父，他就像我们的父母一样，他就把他的功德给予我们，让我们凡夫也能生到他的报土中去，这是一个完全

符合因果的事情，但确实是特殊之法，不可思议之法。

问：在佛眼中，世间一切皆至真至善至美、不垢不净不好不坏，为何还要持戒？还要除三毒？

宗舜法师：这个说法是错误的。在佛的眼里，并不是一切皆至真至善至美。三毒是烦恼，佛提倡要断烦恼，可见佛并没有认为这个东西是至真至善至美的。这是什么意思呢？就是说，现象上是有好丑善恶的分别，但是对于看事情的人来讲，他没有心生分别的观念。这就是佛眼中的世界的真实情况。就是说他见美并不喜，见丑并不忧，是保持在这样的一个状态之下，并不是对美丑不分。极乐世界黄金为地、七宝池、八功德水，有七宝行树，鸟儿皆说妙法，都是清净庄严美丽的。但没说无分别，就拿垃圾污秽堆建一个极乐世界。所以，在性上无分别，在相上有分别。

问：同念一声“阿弥陀佛”，怎么还分禅、净、密、律？

宗舜法师：其实佛没有分别，是我们有分别。我们凡夫在“相”的执着上是出了名的，这种贪是非常执着的。我们贪各种相——男女之相、饮食粗精之相、昼夜之相……种种分别心在，所以就必须要开无量的法门来度无量的众生。你需要什么，我给你什么。你喜欢说“我只相信净土宗，我才能得到救度”，那我就给你说净土宗；有的说“我必须要研持戒律，我才能往生”，我们

就专门讲戒律的持犯。所以，佛法的教门完全是应机而设，是你的需要，不是佛的需要。佛从来只有一个门。是什么门呢？就是观音菩萨的普门，其实是无门为法门。大家看《妙法莲华经》里面有《观世音菩萨普门品》，核心就是讲的“应以何身得度，即现何身说法”。在这种情况下，观音菩萨开一个法门，就是无量门，你要什么我给你什么。所以，禅、净、律、密这些分别，是顺应我们凡夫的烦恼而生的对治方法，并不是佛法本身有这些东西。

问：如何避免总观他人短处？

宗舜法师：外在的境界都是我们内心的一种折射。佛教中说，依报随着正报转。正报是我们自身，依报是我们周围的一切环境，包括山河大地和人际关系等等。依报是我们自身的业力感召来的。业力反映出我们的内心深处无始以来种子熏习的势力，以及形成的等流习气。这种力量牵引着我们，让我们在日常生活当中对外界有各种各样的认识。我们看到他人，有时候看第一眼就觉得很顺眼、很喜欢。因为一切愉悦的感觉都来源于过去生的善业，那些善业感得了快乐的果报。如果我们觉得反感、厌恶、愤怒，乃至生起各种不良情绪，那一定是过去生中的恶业所感召。

当我们看到他人的短处，产生一种不悦意之受。这是我们自己与烦恼相应而产生的感受。它折射出来的不仅仅是个人判断力的高低，而是烦恼和思维角度的问题。

我们看人，往往很难看到他人的长处。刚跟人家谈了三五分钟的话，甚至只是从头到脚扫视了人家一眼，基本上就能感觉到这个人的各种毛病、习气以及他讲话的目的所在。我们还常常惊叹自己的“识人水平”，沾沾自喜于这种情绪。觉得“我这个人法眼如炬！什么人都能看穿！就连一个蚊子从我面前飞过，我都知道它是雄是雌！”其实这代表什么呢？代表我们更注重对方的缺点与烦恼。也就是说，对方的缺点与烦恼和我们自己是比较相应的。“尺有所短，寸有所长。”为什么那些长处不容易和我们相应，却总有这么多短处和我们相应呢？因为我们内心烦恼炽盛。如果满眼看到的都是不悦意，经常做种种愤怒之状，这更多地说明自己的心性不够调柔。

六祖说：“若真修道人，不见他人过。”所谓“不见他人过”，不是说眼睛里看不见他人之过，而是说看见他人之过，并不会对自己产生什么影响，这需要有智慧与慈悲两种方便加以对待。用智慧分别，可以发现对方有种种缺陷，不随他的烦恼而转；同时用慈悲予以善意的理解乃至宽容——这个人因为缺乏智慧而充满缺点，他是如此可悲悯！对他不是一种鄙视厌恶的态度，而是一种同情怜悯的态度，甚至是一种更加体贴照顾的态度。运用这样的心态，就能和谐自他之间的关系，乃至和谐自己和社会之间的关系。

总之，要学会用智慧去观照，学会用慈悲去宽恕和宽容。做到这两点，我们和人交往就不会有太大的问题。

问：如何做才能使内心变得强大？

宗舜法师：同样要不离智慧与慈悲。智慧让我们洞悉自己软弱的原因，慈悲让我们能够原谅。

有时候，我们需要原谅自己。我们知道自己还不是佛，也不是大菩萨，只是小小的凡夫，所以不要给自己加上各种不切实际的要求，不要用各种难以承受的负担把自己压得崩溃。同时我们更要原谅他人，原谅他人还不是佛，不是大菩萨，也不过都是些凡夫。凡夫和凡夫之间，就像小孩子过家家，很可能为了微不足道的事情烦恼起来。有什么不可原谅的呢？时时用智慧观照自己、观照他人，用慈悲对待自己、对待他人。这样做，一定可以变得强大起来。

问：如何克服自我实现欲？

宗舜法师：不必克服。想成佛其实也是一种成佛实现欲。欲望在佛教里分两种，一种是对善法的追求，称为善法欲，一种是对烦恼恶业的追求，叫做恶法欲。善法欲是缘无漏法而起的贪欲，《俱舍论》卷十九说：“若缘无漏，便非过失，如善法欲，不应舍离。”我们想成佛，想追求清净、庄严、美好，都是善法欲。如果一个人说要放下一切、不分别、不执著，连成佛都不想，那就是一个外道。无想定修的就是这个，非想非非想天干的就是这个。所以，把自我实现的欲望升华为成佛的欲望，或者先用善的替代恶的、用美的替代丑的、用精的替代粗的。

问：怎样获得一定的辩才？

宗舜法师：辩才的另一个名称就是智慧，从讲的方面来说叫做辩，从解的方面来说叫做智。所以四无碍辩也叫四无碍智、四无碍解。获得辩才的力量要通过长时间的定慧的熏习。按照高的标准来说，初地以上的菩萨只能获得一部分，佛才能圆满。我们一般则把善于讲经说法称为辩才无碍。拥有这样的能力，过去生中的善根是一方面，今生对于经论的通达是另一方面。当你能够举一反三，或者掌握了一个根本性的原则，然后可以任运，用来很清醒地观照和解决各种问题的时侯，基本上也就过了辩才的一关。

此外，辩才的成就还需要有足够的生活阅历和生活经验。有些法师讲的内容，听起来让人觉得过于不食人间烟火，很飘渺，离生活距离遥远，其实就是因为这些法师从小出家，生活经历与世俗差距太大，导致他们开出来的药方与普通人能够接受的有一定距离。

真正的智慧与辩才，不仅是能够口若悬河、对答如流，更重要的是善于体贴人心，要根据对方的情况找到病根，因病与药，给出合适的方法，解决具体的问题。否则，如同行云流水一般，意犹未尽，未尽的结果是什么呢？就是你要跟着他追啊追啊追啊……他没有把最后的、穷根揭底的东西给你，没有一下子截断你的妄流，这不好。还是马上解决问题比较好！

问：佛学是怎么样看待过去、现在、未来的关系，

以及对那些生活在过去和未来的人，如何帮他们落实活在当下？

宗舜法师：送你一副对联，我在武汉归元寺看到的：“见了便做，做了便放下，了了有何不了。”就是看到一件事情就马上去做。这是你应当做的。比如我现在口渴，端起杯子来就喝，喝完之后放下杯子，该干嘛干嘛，而不是说“哎呀，刚才那杯水冷了、热了、甜了、苦了”，分别计较。这就是“见了便做，做了便放下”，还有什么不可以了的呢？如果你能够学会这句话，就会明白什么是“活在当下”。下面一句是“慧生于觉，觉生于自在，生生还是无生”。你真的体会到这个，活在当下，就能够找到入手处了。

问：我个人学佛学得有点消沉了，总有一种错误的随缘，对好多事情都没有积极进取的精神状态。

宗舜法师：这不是随缘，其实是一种随俗。这是一种平庸心，不是一种平常心，这是有区别的。不要拿“随缘”这个词来包装自己的随于世俗、流于平庸、甘于现状乃至不求进取。你不是消沉，而是用心有问题。如何调整？在经论里找到正确的理论指导，在修行上找到契合的、能够让你欢喜的事情。如果实在不行，我劝你，暂时把你目前做的事情放下。比如一直在诵经的，停一个月或两三个月，去种点花、看点书、听点音乐，学点什么其他的事情。调整一段之后，等你的内心深处对佛法又产生了足够的向往和愉悦时，再继续诵经。不要受

各种所谓“我过去许愿要做什么”、“我一定要怎样”的束缚。

就拿打坐来说，只要一看到坐垫你就想呕吐，那么打坐已经成了你的负担。很多精进打坐的人后来都陷入这样的心态。不是打坐不好，而是用心方法出了问题。学佛学成一种心理负担的时候，可以先放下，等将来再捡起来就好了。如果任由消极懈怠的心发展下去，就会对三宝产生厌弃之心，这是一种极不好的缘起。这样下去的结果是和三宝的缘分越来越淡薄，甚至从曾经的格外虔诚走到另一个极端。放松一点！大家都说生死无常，确实如此。但是今天没死，明天没死，后天也没死，今年没死，明年没死，后年好像也不大容易死。修行，有的时候要念生死迫在眉睫，有的时候要说生死暂时还没有迫在眉睫，可以善巧地稍微调试一下，不要把弦绷得过紧。佛法的修学是中道的修学，需要张弛有度。

（未完待续）

宝岛问禅记·第四日

◎ 马明博

无来亦无去，无有事

在去土城承天禅寺的路上，领队说，“中台山正在打禅七、灵鹫山心道法师在闭关、世界宗教博物馆每周一休馆，接下来的参访行程略有调整。今天，我们先去土城承天寺，参访广钦老和尚创建的道场，然后再去参访法鼓山系的天南寺……净慧长老教导我们，学禅的人要以平常心面对当下。既要做好计划，也要欢喜地应对变化。或许有出乎意料精彩等着我们！”

多年前，我翻阅《广钦老和尚事略》时，对老和尚深厚的禅功颇多敬佩，也知道老和尚一生有许多的不可思议。

广钦老和尚生于1892年，福建惠安人，俗姓黄。因家境清寒，长兄无钱娶妻，四岁时，父母将他卖给晋江一李姓人家作养子。稍长，养父母相继离世。他深感世事无常，顿萌出家之念，将田地分送近亲，自投泉州

承天寺出家，法号广钦。

广钦法师自思自己不曾读书、不认识字，既不能讲经说法，又不会敲打唱念，便专心在寺中砍柴、煮饭、搬砖、运瓦，出坡劳动时，他抢在别人前面做。每日过斋时，他为大众盛饭，等大众吃饱，他吃剩饭。

1933年，广钦法师受具足戒后，决心潜修，在转尘老和尚应允后，他携带着简单衣物及十余斤米，来到泉州城北，在清源山上选择了一个人迹罕至的山洞，每日坐禅念佛。十多斤米吃完之后，他以树薯、野果充饥。日久天长，成为习惯，他便断了人间烟火，专吃蔬果，被信众称为“水果法师”。

一天，法师在山洞中打坐时，突然听到老虎吼叫的声音。这只老虎没有直接进洞，而是站在洞口看着洞里的人，先把尾巴伸进来扫一扫，然后大叫一声，好像说：

“这是我的地方，你为什么坐在这里？”老虎的意思，是叫广钦法师离开。

法师虽然瘦小，但他毫无畏惧，还把老虎叫住：“阿弥陀佛，老虎莫嗔！冤冤相报，终无了期；你这个地方让给我修行，以后我成就了，必当度你。皈依佛、皈依法、皈依僧……”法师讲完，老虎又大叫一声，转身离开了。

然而，老虎并没有到别处去，而是把它的“虎太太”、“虎小孩”集合起来，蹲在广钦法师禅坐的山洞门口，为他看门。因此，当时泉州人称广钦和尚为“伏虎和尚”。

广钦法师在洞中经常入定。有一阵子，入山打柴的樵夫，因久不见“伏虎师”的踪迹，就寻到洞中来探视，

见他趺坐，状甚安然，不敢打扰，悄悄地离开了。过了些时日，再来瞧瞧，见他依然故我。然而摸摸看，却没有呼吸，没有脉搏，也没有心跳。

广钦法师一动不动，身上落满灰尘，樵夫认为他必是死了，跑去承天禅寺，禀告转尘老和尚。转尘老和尚差人去请弘一大师，请他来鉴定生死。

弘一大师与转尘老和尚登上清源山，寻到广钦法师修行的山洞。弘一大师认为法师在定中，遂于其耳边轻轻弹指三响，法师即刻出定。弘一大师赞叹道：“这样甚深的禅定，实在难得稀有！”

据法师回忆，此次入定，大约四月有余。

在山中住了十三年后，广钦法师回到承天寺里。他不住寮房，要求守大殿。大殿不能安床铺，他天天晚上在大雄宝殿打坐。他到承天禅寺守大殿没不久，大殿里的功德箱被盗。这个功德箱，是寺院的主要收入来源，过去夜里没有人守，也没有发生这种事。

当时大家怀疑广钦法师，认为你夜里在大殿打坐，即使你没有偷，别人偷，你也应该知道。法师没有申明“我没有偷，也没有看到别人偷”。好象此事与他无关。别人指责他，他一副若无其事的样子。大家认为此人号称坐山洞十三年、能降伏老虎，却干出这种事，令人鄙视。

过了一周，监院师、香灯师站出来揭开了谜底。原来，香火钱并没有丢。他们只是想借这件事考验一下广钦法师，想看看这位住山十三年的禅者，到底历练出什么样的人格！

经监院、香灯这一表白，大众都自觉惭愧。这一周来，天天怒目所向的，竟是一个人格完美、超然物外的禅者。大家除了心生愧疚不安之外，还增加了一份敬佩赞叹，而广钦法师依然故我，不为毁誉得失动容。

广钦老和尚的最后十七年，常住居士城承天寺。他深居简出，不欲人知，附近有些捣乱的人，给老和尚一些委屈。有人建言：“这些无法无天的坏人，应该绳之以法，接受法律的制裁。”老和尚说：“好人要度，坏人也度。我们应该惭愧，自己德能不足，无法感化他们，不应以嗔恨对嗔恨。”

老和尚是禅净双修的苦行僧，他以一身示佛典范，除雨天外，夜均露坐，数十年如一日。破晓时，满山林木草丛之上，露珠晶莹亮丽，唯独老和尚坐处周围，数尺直径内全是干燥的。由于老和尚慈悲方便，加上定慧禅功高深莫测，每日来访者甚众。有虔诚皈依、求师开示法要者，有好奇凑热闹者，有自视非凡来比试禅定功夫者，各式各样的人物皆有，老和尚虽一字不识，却能应付自如。

有一教授自认精于禅定，一日撞进禅堂，一语不道，自个儿坐将下来，老和尚也默默静坐以对。过了一两个小时，教授开口了：“老和尚！您看我这是第几禅？”老和尚说：“我看不出来。”对曰：“听说您禅定功夫很高，我已到了第四禅，您怎么看不出来？”老和尚回答说：“我三餐吃饱没事干。”说着，随手拿一团卫生纸，嘴巴动几下子，转过头来问：“卫生纸在跟我讲话，你

听到没有？”教授犹如丈二金刚摸不着头，默然而退。

承天寺一僧自觉我执太重，一直突不破。跑到老和尚面前，跪着恳求师父，想个办法帮他破解。老和尚满口答应。某日，正逢法会，大众忙东忙西之际，忽闻老和尚在大众面前喝斥那位僧人，大家不明所以，只觉得有些不同往昔。因为老和尚从来不曾喝斥常住，即便有事，也是私下和颜相劝。过不多时，那位僧人整装捆包，跪在老和尚跟前，眼泪汪汪地辞行。老和尚笑着说：“你不是要我帮你破我执吗？怎么才下了一针就要走啊？”该僧如梦初醒，破涕为笑，叩首而退。

某僧找老和尚倾诉人事烦恼，老和尚说：“别人行为好，我们心里不起欢喜贪着心，行为不好，也不起憎恶心，要好好按捺这个心，不起烦恼。别人不好，是别人的习气，那是别人的事，如果我们拿来起烦恼，就是自己愚痴。能保持这个心不动，便是忍辱。能够冲破这一关，以后无论什么事都不会起烦恼。这一点切要好好学，好好磨练，业障自然消除。”

1986年，老和尚95岁。正月初五，老和尚瞻视清澈，定静安祥，全无异状，仅嘱弟子们同声念佛。午后二时，老和尚对大众说：“无来亦无去，无有事。”向徒众颌首莞尔，闭目安坐。少顷，众人见他不动，趋前细察，老和尚已于念佛声中安然圆寂！

默想着这些旧事，不知不觉间，车已开到承天寺门前。

黑道法师

在承天寺住持道等法师的引领下，参访团一行参观了广钦长老纪念堂，观瞻长老铜像及生前弘法利生的一些照片，礼敬长老舍利。堂中有不少名人题赠，其中有蒋经国先生题写的“大慈大悲”。在长老铜像旁，有一木牌，上有墨写“六句赞”：“苦行度众，真净真禅，不食烟火六十年，道德范利人天，建寺安僧，恩泽遍尘寰。”这六句话，概括了广钦长老的一生。

中华国际斋僧功德会理事长净耀法师赶到承天寺，与海和尚、基和尚会面。

领队笑着介绍：“这位净耀法师，是台湾佛教界著名的‘黑道法师’。当然，这个称谓就像‘感冒药’一样，是专门治感冒的，不是传染感冒的……”

台湾佛教的弘法事业遍及社会每个角落，就连常人闻之色变的监狱，也是法师们大展手脚的舞台。净耀法师，除担任三四座寺院的住持之外，还在多个监狱里兼任教化职务，他服务的监狱有台湾土城看守所、土城少年观护所、台中少年观护所、板桥地方法院等。他十几年如一日地在监狱里弘法，成绩已为社会认可，知名度很高。

矢志“以佛法净化人间”的净耀法师，也曾有过不堪回首的“鸯掘摩罗”一样的过去。

鸯掘摩罗，是佛陀时代的一个善根深厚的年青人。有邪师教唆他，一周之内，杀一千个人取其指骨做饰物，便可成道。他变成了“杀人魔王”。

佛典记载，当时，鸯掘摩罗已经杀了999人。他在等待最后一个人时，母亲为他送来午餐。虽是生身的母亲，为尽快凑足一千人数，使自己得道，他毫不犹豫地提剑迎了上去！

在这千钧一发之际，佛陀出现在鸯掘摩罗面前。佛陀知道，那些由业力使然的九百九十九人，已被鸯掘摩罗全数杀尽，鸯掘摩罗接受感化的时机成熟了。

鸯掘摩罗见到一个出家人走来，心生欢喜，他毕竟不想杀自己的母亲啊！他追了上去。但他没想到，佛陀缓步而行，他却一直追不上。

鸯掘摩罗说：“出家人，停下来！”

“醒醒吧！可怜的青年。”佛陀说，“你不停止残杀的心，永远追不上我！”

鸯掘摩罗听到佛陀的话，竟然真地清醒了，当下扔下手中的剑，惭愧地、惶恐地、懊丧地、忏悔地、虔敬地，向佛陀伏地接足，请求恕罪、请求拔济、请求剃度出家。

这就是“放下屠刀，立地成佛”故事的由来。

净耀法师，嘉义县人，1954年出生。他年轻时，参加帮派打架生事。毕业后，变成地方流氓，年少生活的写照，就是好勇斗狠，无恶不作，甚至还染上了毒瘾。退伍后到报社上班，虽然脱离了黑道、毒瘾，但做新闻记者时，“只想追求名利，也不知什么叫无明，什么叫

造业，为达目的而不择手段，造了许多恶业。”

遭遇一场车祸的他，躺在床上好几天，望着天花板，重新思考人生，心念大大转变。这场车祸，就像一把钥匙打开了他宿世的因缘！他开始接触佛法，甚至只要一听到梵呗，心就会静下来。他感觉到，这才是他应该做的！

二十七岁时，他依止广化老和尚出家为僧。之后，又跟随佛学泰斗印顺法师习修三年，树立起“推广人间佛教为己任”的正念。1986年起，净耀法师开始到监狱里从事导善的工作，教化难以调伏的众生。

二十七年来，净耀法师进出监狱千百回，也让五万多位受刑人接受皈依。净耀法师说：“你不去包容、关心、教化他们，他们怎么会改变，怎么能从杀人魔，变成证果的罗汉呢？我们唯有用爱去关怀，让他们忏悔改过，如果不帮他们一把，他们就会沉沦下去，到头来坏事干尽，伤害到的还是我们。”

“杀人魔”鸯掘摩罗接受佛陀教化，成为比丘后，每日入城乞食时，百姓仍忘不了他过去杀人的恶行，不断朝他丢投石块，谩骂羞辱。鸯掘摩罗每天乞食回来，总是衣衫破碎，血迹斑斑。佛陀对他说：“鸯掘摩罗！你必须安忍不动，欢喜接受。因为这是你先前造下的恶业……”

或许是那段过去毁人名誉的因果感应，净耀法师的监狱教化工作，也招来了许多毁谤与非议。就像鸯掘摩

罗一般，他安忍不动，欢喜地接受下无数的谩骂与攻击。

“很多人不了解我，对我有所非议，但我也会听听这样的非议、批评，因为这可以让自己成长、提起正念……”

净耀法师发现，或许是“好事多磨”，有时想要帮助这些为恶的“鸯掘摩罗”们，但他们福德不足或障碍很深，自然也会发生很多的障碍，所谓“帮助善人容易，帮助恶人困难”！然而，愈是难行愈要行，净耀法师法地藏菩萨，为度化地狱众生而发起大愿：“我不入地狱，谁入地狱？”因为有佛法，他说：“虽然我很容易与众生打成一片，但我也有所坚持，要一起向上提升，而不是一起向下沉沦。”

佛陀告诉鸯掘摩罗：“今日勤修的善法，就像突破云层遮掩的月光，将照亮你的心，使你走向正道。以前种下的罪业，要以洁净的善业偿还，就像乌云散尽，将看到光芒四射的月光，照亮自己，也照亮别人。”

净耀法师立下慈悲的弘愿，走进大小监狱和看守所，用佛法与自己的人生故事，教化、净化受刑人的心灵。他坚信，只要有爱，必定能够像月光一样，照亮自己，也照亮别人，更能净耀众生。

告别承天寺，净耀法师陪同参访团一行参访法鼓山南天寺。在“四个轮子的道场”上，海和尚问同行的法师们：“大家愿不愿意像净耀法师那样，到监狱里去弘法？如果让你去，你怎样开展弘法工作？这些问题，不要急着回答，接下来的这几天，可以仔细思考。”

净耀法师跟净慧长老曾一同出席在韩国召开的国际佛教会议。说起净慧长老，他感慨地说：“长老有无碍的智慧与慈悲，他能照顾到身边的每个人。只要有他在，就不会出现冷场的局面。可惜，他老人家走得太突然了！”

禅在哪里

在这个世界上，有两座法鼓山同时并存。

一座是肉眼能够看到的，有殿堂、有佛像、有僧众、有信众、有佛事、有禅修。这座法鼓山，土是土，草是草，山是山，建筑是建筑。然而，圣严长老也建起了另一座法鼓山，这座法鼓山本来是肉眼看不见的，长老为满足众生的愿望、让大众看到，于是，他动用了一些物质的元素将之呈现出来。

这座有形的法鼓山，是佛陀与众生、建筑与自然的融合。在建设期间，圣严长老巧妙地令一幢幢充满禅意的建筑在这片山地上“生长了出来”，与原来生活在这片山地上的动物、植物和平相处。与原先不同的是，这片山地，从此便有了佛、菩萨、晨钟、暮鼓、经行、欢喜以及来自世界各地的人……

位于新北市三峡区的天南寺，在台北县金山乡法鼓山世界佛教教育园区之外，但它也是法鼓山的一部分，是圣严长老悲愿的一部分。在这里，青灰色的铺路石

板、如茵的绿草地、没被移走的巨石、高大粗壮的绿树、斜坡作顶的楼房、扑楞楞飞起的小鸟、草地间微笑的花朵……都安静地“生长”在眼前这片山地上，与起伏的山地浑然一体。

大家都说这里“风水好”。

风水，指居住的环境。所谓“好风”，就是空气清新；所谓“好水”，就是水质纯澈。佛教导人要“福慧双修”，所谓“福”，就是生活在优美的环境中；所谓“慧”，就是拥有一颗能够体贴万物的心，温柔地对待眼前的一草一木。因为“青青翠竹，皆是法身；郁郁黄花，无非般若”。青青的翠竹，在示现佛法的清净；郁郁的黄花，在散发般若的妙味！

天南寺禅堂的一楼，有宽阔的长廊。长廊拐角处，有一张木质的方形桌，桌脚粗笨本色；方桌两侧，各有一个圆木切割成的木墩，作为凳子。桌子中央，白色的瓷盘里，摆放着一只粗朴的陶罐，罐内一丛茂盛的绿叶。旁边，另一张桌子上，靠近窗边的部分，摆着十几只大小不一、形状各异的花器，每只花器都有长势蓬勃的绿植。

可惜，我只识得其中一盆蝴蝶兰，其余的都叫不出名字。不禁哑然失笑，一时想起法融禅师的偈子：“恰恰用心时，恰恰无心用；无心恰恰用，用心恰恰无。”禅，有时需要拒绝知识，因为纵然你认识一万种花，也无助于解脱生死轮回。

天南寺监院常乘法师引领大家走进二楼的大禅堂。殿中央，一尊微笑的佛安静地坐在那里，处于甚深禅定之中。在佛前，一排排整齐摆放的蒲团，横看成行，竖看成列，整齐庄严。众人在禅堂里轻缓安静地行走，体会佛的安详、禅的静默、圣严长老的悲愿……

常乘法师说，林青霞、梁朝伟都在这里禅修过。天南寺对在家众进行“禅二”，即周末两天来到寺院参加禅修。寺院后山有经行步道，禅修者早上坐一枝香（45分钟）后，可以环山经行。喜欢自然的禅修者，可以赤脚在草地上行禅，也可以躺在草地上晒太阳。生活在现代城市里的人，心灵都很疲惫，来到寺院禅修，能够放松身心。现代人没有手机不知道怎么生活，来到寺院里，首先要把手机交出来，远离外缘，静静地观照自己的心、管理自己的心，超越日常的我。

天南寺的禅堂中，只有一尊佛。正如人的身体内，只有一颗心。在圣严长老眼里，对这尊佛有信心，便是对汉传佛教有信心。

“我们知道，佛教原同一味，即是解脱味，唯其经历印度大小乘诸论师以及中国诸宗各大善知识的整理、修证、体悟，而化为文字的宝典，都是我们应当学习的资粮。只缘我是汉传佛教的子孙，必须珍惜汉传佛教的遗产……我们若抛开了汉传的华文佛教而高谈与世界的现代佛教接轨，恐怕很难找到自己被他人尊重的立场了！”

“因此我是将印度佛教（包括巴利语系）乃至藏传

佛教引为汉传佛教的源头活水，来滋润助长汉传佛教的发扬光大于现今及未来的世界。否则若以印度佛教及他系佛教来批判修正汉传佛教，便等于为汉传佛教举办告别式了。这种态度不仅是人类智慧遗产的损失，也是佛教历史的憾事。何况人类文化的历史是向前演进的，一定有其演进过程的必要性及合理性，如果再把历史倒转来走，回到其源头岂不是只剩下根本的原始佛教，而凡是发展的部派佛教以及印、汉、藏的各派大乘佛教，都要被修正或抛弃了呢？”

“汉传佛教在隋唐时代的鼎盛期，大家都是信心十足；到了宋明以后，就被儒家的学者们长期攻击，佛教渐渐衰微，研究佛学的人稀少，实践佛法的人寥落，留下僧尼及寺院的空壳子，便与俗化的民间迷信合流了……汉传佛教的现象，被人指责；汉传佛教的智慧，被人忽略，都是误解了汉传佛教，以致有不少人对汉传佛教的义理及实践不能生起信心。”

因此，圣严长老毅然启建“中华禅法鼓宗”。

一楼中厅是客堂，檐下挂着“选佛场”的匾额，堂内条案上安坐观音。在菩萨左右，悬挂着圣严长老书写的一副对联：“秋水寒潭寂静明，一句话头碎大千”。

客堂对面，有个小小的书架。书架上有一本《禅在哪里》，我拿起来翻阅。书中有圣严长老在美国指导禅修时所做的开示。真巧，翻到的这一页，他正说到赵州禅师的“庭前柏树子”。而我，是来自赵州祖庭的参访者。

禅，到底在哪里呢？

圣严长老说：“人的心灵很容易受利、衰、毁、誉、称、讥、苦、乐等八种境界之风的吹动，常被名、位、权、势及非分的欲望所污染、所糟蹋，于是产生天人交战的痛苦、良知与私欲的矛盾，在取舍之间挣扎。这些都是心灵环境受到了威胁。如果能用禅修的观念，告诉自己‘无住，无往亦无来’，但求心安，不在意贫富贵贱、荣辱得失；再用禅修的方法，放松身心，体验身心，进而放下身心，便能使得自己的心不再被任何诱惑及刺激所动摇了，这就是心灵环保。”

“大家不要小看自己，只要有一个念头跟慈悲、智慧相应，那么你这一念，就是生活在自己内心的净土里；以这样的精神，来影响我们的家庭及全面的生活环境，人间净土就会普遍地、渐渐地落实出现了。”

“法鼓山所要达成的目标，就是净化人心、净化社会、提升人品、改善环境、安定人心、安定社会。如此，才能完成和谐的人生、和乐的社会、和平的世界。所以，如果懂得心灵环保，运用禅修方法，即使不在禅堂，不在打坐，也可以在平常生活中体验中华禅法鼓宗。”

如是可见，禅在生活中。这与净慧长老所提出的“在生活中修行，在修行中生活”的“生活禅”，如出一辙。

福报不打折

中午，一行人赶到桃园县光明里大溪镇的斋明寺。

走进斋明寺，如同走进日本京都的一座古老佛寺。庭院之中绿草如茵，屋顶墙身酷似民居，丝毫不见巨刹名寺的金碧辉煌，却清净庄严，处处流露素朴的禅风。

斋明寺始建于道光30年（1850年），至今已有一百六十多年的历史。当年，信士李阿甲赴南海普陀山法雨寺出家受戒，法号“性悦”，返台后于此结庵修行，庵中奉南海观音。同治12年（1873年），易庵为寺，名“斋明堂”。日本占据台湾期间，此寺多由居士住持，先后扩建正殿与两侧厢房，并改名为“斋明寺”，在供奉观音菩萨的同时，融入民间信仰，供有金童玉女、哪吒太子等。1998年，第六代住持江会观居士请圣严法师接任住持，将斋明寺革新改造，回归正信的佛教。1999年9月11日，圣严法师晋山升座，斋明寺始由法鼓山管理。

圣严法师尊重斋明寺的历史，于寺中设立文物展示室，展示寺院珍藏的文物，如原版拓印的宋代磬砂藏及高僧、名士墨宝。

监院果舟法师引领大家进殿礼佛，因时近中午，先安排在寺中用斋。

或许是因为奔波了一上午，临近用饭时，人有了饥饿感。现在想来，当日在斋明寺所用素斋，着实令人怀想。木耳、紫薯、板栗、鲜笋、秋葵、酸菜卷、荸荠，都是素朴的本味，吃过之后却令人难忘。有这种感觉的，不只我一人。记忆中，北京著名素食坊——荷塘月色的创办者夏泽红师兄当时赞不绝口。

斋后于殿堂间徐步，于廊壁上，见到圆瑛法师书法

“钟声起灭参闻性，月体圆明证净心”，于右任书法“千川印月通禅妙，一塔擎天广法音”以及一份由福建鼓山涌泉寺印发的《戒牒》。更令人想不到，在一幅不起眼的画作上，竟然看到了我喜欢的作家梁实秋先生的墨迹。这是一则题记，全文曰“丁酉三月，师大同仁游斋明寺，勤伯画竹，多慈补笋，德文补小鸡，勤伯又补飞鸡，圣扬画草。会观居士留念 梁实秋题记”。

题记中所言之“丁酉年”，为1957年。“会观居士”，当为寺院第六代住持江会观居士。是年仲春，师大的数位文人雅士，走出闹市走进绿野，寄身山水畅怀舒志，留此为记。

也有幸见到数份圣严法师的手迹，“在人间遍弘生活佛法，于火宅中建设清凉净土”、“生活化的佛法，人性化的佛学，人间化的佛教”、“淡化宗教色彩，充实佛法精神，人世化俗，避免随世流俗”。

寺中有一扇门，左右门扇上，分别写着“悟道”、“参禅”。入禅之门，无处不在。眼前这两扇门，被一位新来的参访者推开时，他又如何作想？在旅途中，遇到一个个善意的提醒，如同在人生的夜路里，遇到一盏又一盏的灯，多么幸福！

斋堂对面，有间行愿馆，摆满书籍及法鼓山特色的佛教用品。出外旅行，我很少购物，缘于妻子的多次提醒，人在途中，要学会做“减法”，让身心轻安，而不是往背上增加一个个“包袱”。可是，站在斋明寺的行愿馆内，我还是执著地想到了家人与朋友，开始合计着架上的纪

念品适合于什么样的他。那个“大悲心起”的背包，适合妻子背。不想错过，错过或许会是一份遗憾。既然要买，背着它们行走，累也快乐。

星云大师曾讲过，在大陆参访寺院时，他喜欢到寺院流通处购物。随行的弟子不解：“师父，这些台湾都有啊，为什么还要在这里买？”大师笑着回答：“我要与宝地结个缘。”读了这则故事后，我也开始喜欢在寺院购物，以此结缘。

负责收银的师兄笑呵呵地结账，她连声说：“谢谢您对法鼓山的支持。”在寺院购物，让常住多一点收入，也是种福田的一种方式。因为在你购物的钱中会有些微的利润，用于弘法利生。

走出行愿馆，有师兄见我手中拎着这么多东西，悄声问：“打折了吗？”我笑着摇了摇头。

此刻，恰巧明影法师从不远处走来。我想起他说过的的一句话。

有一次，在柏林寺与明影法师搭车到石家庄。那时，他每周在石家庄真际禅林讲《法华经》，为了便于听众修学，影师自己掏钱请了几十部《法华经》及包经布。我问他：“你请了这么多，打了几折？”

影师一笑：“我为自己积福报，怎么可以打折？”

行愿馆外，阳光和煦。在一株叶片宽阔的老树下，利生法师坐在石头上，手里拿着一本书，静静地看着。

靠近寺院入口处，有一尊铜质的观音造像。观音菩萨左手持经卷，右手持念珠，站在一页巨大、舒展的荷

叶下。荷叶如伞，为菩萨遮挡着亚热带火辣辣的阳光。

迷路是为了看花

下一站要参访位于中坜的圆光佛学院。

圆光佛学院与柏林禅寺，被一条无线的线相牵。1995年7月，圆光佛学院教务长惠空法师应邀到柏林禅寺，在生活禅夏令营上做讲座。当时，我恰在寺中，有幸亲近惠空法师。

车窗外是开满鲜花的原野。车在乡间公路绕来绕去，窗外的风景总是似曾相识。在鲜花遍野的原野上，如果走错了路，何妨欣赏一下身边的花朵呢？佛陀的智慧，是中观的智慧，是动中的智慧，是安住当下的智慧。与其计较当下的烦恼，不如低首向花，你看，它正朝着你微笑呢！走错了路也不要怕，人长着两条腿，会走对路，也会走错路，不必为之烦恼，能迷途知返就好。

原野上的花，让我想到明洁居士翻译的法国一行禅师的《吾人如花》。在生命的原野上，每个人都是一朵美丽的花，“我们的眼睑恰似那玫瑰花瓣，尤其当眼睛闭着的时候；我们的耳朵就象那牵牛花，正倾听着鸟儿的啼鸣；每当我们微笑的时候，我们的嘴唇就绽放成一朵美丽的花；而我们的两只手，正是那五瓣荷花……”

车终于停泊在圆光寺外。

寺院山门附近的绿树下，或立或卧，有数只流浪犬。见车停下来，有人下来，它们马上警觉地躲向另一侧。

眼前这几只流浪犬，让我想到《史记·孔子世家》中记载的孔子。

有一年，孔子周游到郑国，他与弟子们走散了，一个人站在外城的东门。子贡向郑国人打听他们是否见到孔子时，有人说：“东门外有个人，额头像唐尧，脖子像皋陶，肩膀像郑子产，腰部以下比禹短了三寸，他一副狼狈不堪、没精打采的样子，像条丧家狗。”子贡找到孔子后，转告了那人的原话。孔子高兴地说：“他形容我的相貌不一定对，但他说我像条丧家狗，对极了！”

孔子的精神家园是“周礼”。为了恢复“周礼”，孔子四处游说，不免颠沛流离，有时甚至被人视为“丧家之犬”。孔子大度地接受这个比喻，固然是不乏幽默的“自嘲”，更是他漂泊在精神家园之外的自况。

如诗人杨炼所说：“当人类只剩下金钱这唯一的意识形态，自私这唯一的人生哲学，玩世这唯一的处世态度，我们都在徘徊，既流离失所，更走投无路。”在心灵物化、失去观照的时代，幸亏还有布衣蔬食的禅者，坚定地托钵行走于世间。

1948年，慈航法师应邀来此创办台湾佛学院时，是不是和今天的我们一样，走过这片开满鲜花的原野？

1945年，抗日战争获得最后的胜利。10月5日，“台湾光复”，受日本统治五十年的台湾，重新回到祖国母

亲的怀抱。为培育佛门僧才，1948年，圆光寺妙果老和尚筹建台湾光复后的第一所佛学院，邀约在南洋弘法的慈航法师主持其事。

当年10月，慈航法师来到台湾。当时的圆光寺，只是中坜乡下一个破旧的小寺院，仅有数十间一字形的平房，既没有巍峨雄伟的大雄宝殿，也没有前殿、后殿，也缺少广大庭院等。随侍慈航法师的幻生法师记述当时的情景，“从圆光寺的建筑形式来观看，它一点都不具有一个佛寺的特色，要不是中间佛殿门前悬挂着一块‘圆光寺’的匾额，我们还以为它是一座普通农民的居家民宅……”

办学环境简陋，并没有妨碍慈航法师、妙果老和尚的办学热忱，他们全力投入筹备及招生工作。慈航法师在《台湾佛学院宣言》中明确办学旨趣：“我台湾沦陷于异族之手，50年来固堪疾首，然民众信仰佛教向未后人。虽一时曾为帝国主义者所利用，纯洁无瑕之佛教，致蒙不白之冤，然亡羊补牢，犹未晚也……提倡佛学教育，实不可缓。同人等本此意旨，为国家计，为民族计，故有创办‘台湾佛学院’之举，所望爱国之士，凡有心提倡智育德育者，盍与乎来。”

虽然当年的招生情况并不乐观——女性出家众和在家众有20人，男性出家众只有六七个，但是佛学院依然开课了，且赓续至今，并在宝岛赢得佛教“黄埔军校”之誉。如今的圆光佛学院已经建起恢宏的教学大楼，培养出众多僧才。慕名而来的学僧，远及新加坡、泰国、

缅甸、越南等多个国家。

听说明海大和尚、明基大和尚率团来访，圆光寺方丈、佛学院副院长性尚大和尚率众出来迎接。

十方禅林的月亮

去新竹县峨眉乡十方禅林的路上，我依然回味起，在圆光佛学院，大家列队依次以石斛兰的花朵供佛的那个瞬间。以花供佛，清净庄严，也比燃香安全、卫生。尤其现在添加了化学助燃剂的香，燃烧中会散发出大量的有害气体，污染环境，伤人肺腑。古人更加素朴，有时甚至连花也不用，“合掌以为花，身为供养具。善言真实香，赞叹香云布”，虽是一瓣心香，诸佛却已悉闻。

车窗外，水田漠漠，白鹭闲飞，大片大片的田野中央，红瓦农舍寂静安然。路边的树是安静的，然而天上却有看不见的风在吹，因为云在不断变幻，一会儿是神话传说中象征祥瑞的凤凰，一会儿是佛教经典中所说的一身双头的共命之鸟，一会儿是体形硕大的金枪鱼，一会儿是次第盛开的白莲花……

车驶过一条宽广但干涸的河流。台湾无论城市还是乡村，都非常干净，是一片难得的人间净土。中途休息，有人去洗手间。集合上车时，发现少了两位男士。自大陆随团过去的导游子涵说：“别落下人，要不我去男厕喊他们一下？”我听了一乐，说：“这不妥，要喊还是

我去替你喊吧。”她也意识到不妥，朝我吐了吐舌头，一脸赧然。还好，那两个落后的同行者终于慢悠悠地走过来了。

十方禅林在峨眉乡的山间。一路盘旋，车开到山高处。此时，夜色已深，四周都黑黢黢的。从下车处到十方禅林，要走一段山路，大家借用手机屏幕的微光，瞪大眼睛盯着脚下的路。星星在天上，灯火在人间；天上的星星让人感觉高远，人间的灯火让人感觉温暖。

住持首愚法师不在。开月法师热情地接待大家。厨房开煮米粉，为大家准备晚餐。开月法师引领大家到大殿礼佛，然后逐次参观禅林的殿堂。

禅堂在十方禅林的最高处，由南怀瑾先生指导建成。

禅堂是圆形的，一入门，迎面看到一尊汉白玉雕成的准提菩萨像。大众排班，顶礼三拜。准提菩萨与人道众生因缘殊胜，法融显密，在禅宗，又被称为准提观音。准提菩萨是三世诸佛之母，她的福德、智慧无量，功德广大，感应至深，她无微不至地守护众生，能够满足众生世间、出世间的愿望。修学准提咒，没有任何限制，不分年龄身份性别，只要肯发心学，都可以修持，由此可见准提菩萨的慈悲。

海和尚提议：“来，坐下来，我们在这里禅坐十分钟。”众人各就各位，坐在木地板上。

在大家禅坐的空隙，我来到禅堂外。禅堂门外有几副对联，其中有南怀瑾先生撰文并书写的，其文曰：“如

是我闻信受奉行几个真能做得到？著衣持钵洗足敷座算来谁向此中修？”此真生活禅也！读过《金刚经》的人，看到这两句话，自然有所会心。

窗外，风吹万叶，溪流潺潺。禅坐的人静观自心，是否会听到这自然的声籁？我正乱想着，堂内响起一声轻磬，禅坐结束了。

海和尚说：“今天在这里禅坐，等于一次小参。考我们禅功的，是准提菩萨。大家可以给自己打打分。”

怎么打分呢？元代中峰和尚的一段话，是参考答案。

“坐禅别无用心处，只十二时中，放下一切尘劳妄想境，常令自心如虚空，毫发计使无他念。若得自心清净，还不思善不思恶，正当与么时，如何是我父母未生已前本来面目？如是看，若功夫一片成，自然得有悟入。何名坐禅？外于一切善恶境界心念不起，名为坐；内见自性不动，名为禅。如今学道人不悟此心体，便于心上生心，而向外求佛，看相修行，皆是恶法，非菩提道。”

当晚，在十方禅林的茶室，海和尚、基和尚与大众夜话。海和尚说：“师父示寂是一大事因缘。师父示无常之法，促使我们深思汉传佛教的命运。师父一直有这样的忧患，在晚近的三十年，师父一直在思考、探索汉传佛教在新时代的发展道路与发展模式。这也是我们此行来宝岛问禅的目的。十方禅林的住持首愚法师，是位老修行，他曾到柏林禅寺参访过。今天借他的宝地，大家畅所欲言，谈谈这两天的感受，以便明确接下来的参

访重点。”

明影法师说：“我对法鼓山印象深刻。以僧团教育为核心，义工组织为关键，建构起了完善的修学体系、弘法体系。尤其是居士教育、佛教文化事业的开展，可谓纲举目张，有条不紊，值得学习、研究、借鉴。”

明勇法师说：“下一步，应该重点考虑生活禅推广的广度与深度。”

领队说：“接触任何一个教团，都会有两个现象：近观发现问题，见树不见林；远观发现优点，见林不见树。台湾佛教四大道场发展到今天，经历了起步、起跑、起飞三个阶段，历时数十年。两位大和尚带着强烈的目的组织此次参访，可谓意义重大。至于下一步怎么把老和尚的生活禅贯彻下去，时间尚多，我们不妨先慢慢看。”

海和尚说：“台湾佛教已经进入后现代社会，大陆佛教还没有完成传统向现代转换，正处于历史的节点上。未来几天，我们不妨借历史的大视野，在当下这个特定的时空因缘中，思考一下大陆佛教如何做才能更好地谋求发展。只要不断地打问号，般若智慧就有可能被发掘出来……”

夜深人静时，大家与开月法师告别。这一天是农历十六，天上那轮饱满的月亮，极像准提菩萨圆圆的脸庞。她并没有与这些远道而来的参访者说再见，而是一路相伴，直到车抵当晚的下榻处——新竹福泰酒店。

（选自《宝岛问禅记》，中国摄影出版社出版）

禅宗祖师语录是中华文化瑰宝

——访河北禅学研究所副所长明尧居士

◎ 耀察

炎炎夏日，酷热难当，然而，聚集在黄梅四祖寺的近两百位法师和居士们却感到心头清凉，法喜充满。2015年7月5日至15日，一场难逢难遇的盛大法筵在双峰山下开席。应明基大和尚之邀请，河北禅学研究所副所长明尧居士在四祖寺双峰讲堂作“《马祖四家语录》导读”。明尧居士扎实深厚的禅学功底、精彩独到的见地、精准透视修学误区的能力以及务实有效的用功方法，让学员们如醍醐灌顶，心有所契。每次下课时，学员们都笑容满面地报以热烈掌声，不少学员围绕着明尧老师欢喜赞叹，不肯离去。连续11天，每到晚上休息时，仍有许多学员“夜闯”明尧老师的寮房，进一步深入探讨修学问题。

为了让更多因为忙于工作等原因无法前来四祖寺听课的学人同沾法益，四祖寺编辑部摘录了课程部分精彩内容，并对明尧老师进行了专访。

祖师语录事关汉传佛教的未来

学习禅宗祖师语录有什么意义？明尧老师的回答既高屋建瓴，又脚踏实地：“学习祖师语录，事关汉传佛教的未来，同时也是个人修学落地生根之捷要。”与此同时，作为净慧长老在家弟子中的佼佼者，念念不忘生活禅推广的明尧老师还指出：修习祖师语录“是理解和落实生活禅的关键”，他说，“生活禅的创立本身就是以祖师禅的圆顿信见为灵魂，可以说，祖师禅是生活禅之体，生活禅是祖师禅的相和用。”笔者查阅有关资料发现，在2013年夏季的“禅宗史话”讲座中，明尧老师曾旗帜鲜明地提出：“如果没有用三年五载学习祖师的传灯法本和语录，对生活禅的理解就会失之于肤浅，很难深入。可以说，学好祖师禅，才能扛好生活禅的旗帜。”

“中国佛学的特质在禅”，这是太虚大师提出的为教界学界普遍认同的结论。那么，为什么会出现汉传佛教这样一个“以禅为核心”的局面呢？为何在儒和道这两大入世和出世的学说已然高度完备的情况下，佛教还能在汉地生根发芽、开花结果？

“这是历史的选择，是印度佛教依据契理契机的原则，与中国以儒道为主体的传统文化相契合的结果。”在课程刚刚结束的7月15日下午，明尧老师在慈云阁接受编辑部采访时，进一步诠释佛法在中国扎根和壮大

的因缘：首先是中国文化本身具有的开放性和包容性的表现，其次是中国儒家文化重视“心性”、道家文化重视“无为”和“心斋坐忘”，而这些文化品格，与佛法重心性和止观的精神具有可沟通性。从这个意义上讲，中国文化恰恰在这方面为佛法的生存尤其是大乘佛法提供了肥沃的生存土壤；再者就是佛法本身具有包容性和超越性，它提出“一切法皆是佛法”的理念，使之不仅不会在异国土壤上产生排异反应，反而会在吸收异国文化的同时，涵盖和包容异国文化。还有一个重要因素，那就是儒家和道家主要还是一种哲学思想，它们并没有形成一个生生不息的教团体系，而佛教作为宗教，既有十分完整的理论，又有十分清晰的修学体系，还有专门实践和传播佛法的僧伽团体，这些非常有利于佛法的扎根和发展。

明尧老师说，佛教传入中国，经历了一个传译引进、消化吸收、开花结果的过程，最后形成了汉地佛教“以禅为心，以教为言，以律为行，以净为归”这样一个格局。一开始，佛法的引进基本上是一种不加分别的“拿来主义”，当时的中国向印度佛教的众多宗派敞开大门，原始佛教的禅法思想也好，大乘佛教的般若、唯识思想也好，都曾经在中华大地上传播过。经过数百年的文化碰撞，到了隋唐时期，终于出现了极具中国特色的八宗并弘的局面，尤其是天台和禅宗，更是独树一帜。

盛唐时期，在八宗并弘的繁荣之背后，中国佛教也面临着深刻的危机。佛教学术化、贵族化、脱离大众的

倾向日趋严重，僧团腐败现象也比较普遍。会昌法难便是这种危机的总爆发。一时间，寺院被毁，僧尼被杀，或被迫还俗，经书被烧，顷刻间，除禅宗之外的其他宗派，均遭到了毁灭性的打击。由达摩大师在南北朝梁武帝时期送来“不立文字，以心传心”的禅宗这颗顽强的“灵苗”传到唐代，在历代祖师的精心呵护下，在远离权贵的山林间，在农禅并重的沃土里，逐渐茁壮成长为蔚为壮观的参天大树。这当中，历代祖师付出了巨大的代价，作出了卓越贡献。从初祖达摩的九年面壁，到二祖慧可的断臂求法，到三祖僧粲的信心不二，到四祖道信、五祖弘忍大师开创的东山法门，禅宗法脉越传越广，而到六祖惠能大师以后，禅宗五家分灯，禅风已然遍及朝野，此后还远播日本、朝鲜、越南等国。“禅宗的兴盛绝非偶然，它与中国文化中‘重心性、尚简易、重当下、尚自然’的文化品质完全相应。”

从形式上看，中国禅宗思想的主要载体是祖师语录，它的风格迥异于印度佛教繁盛的文字表达。禅宗强调“不立文字，教外别传，直指人心，见性成佛”，故中国祖师们在接引学人时，惯用三言两语，或喝或棒，或逼拶或沉默，乃至各种“肢体语言”，展示“佛法大义”或“祖师西来意”，旨在打掉学人的分别、妄想、执着，令学人“离心意识”，返本还源，彻见本来面目——也就是明心见性。祖师们观机逗教，因材施教，“不以死法与人”，如此活泼灵动的教学方式，在世界文化史上也是罕见的。如果抽离了祖师语录，禅宗将传不下去，学人也摸不到

门，就没有中国禅宗，汉传佛教也将是一具空壳。

祖师语录是个人修学最好的工具

“明尧老师是我们国内研究和实践禅学少见之人！”这是四祖寺方丈明基大和尚的高度评价，这就意味着，明尧老师讲课的风格与普通学者有某种质的区别，这就是务实性、针对性。作为“生活禅系”的代表之一，明尧老师在整理祖师语录原典的同时，一直走在修行的大道上，因为有修行的经验作支持，所以许多学员听了他的导读，都有一个共同的感受：明尧老师的讲授句句落在心坎里，处处直指修行关键点。

11 天里，明尧老师每天上午用两个小时授课，内涵十分丰富，笔者只能挂一漏万地摘录部分精彩观点。明尧老师反复强调：祖师语录对于如何修学讲得十分透彻圆满，是个人修学最直接最方便的工具。他的讲述完全是围绕祖师语录展开的，是一种“述而不作”的方式。他反复告诫大家一定要自己深入原典，不要依赖二手资料。

在开课第一天，他就指出了禅修者的八大误区：见地不圆，不能直下承当，离开当下向外驰求；重修行形式，轻视心性；在念头和境界上作二边取舍，取一舍一，将自己的心地变成硝烟弥漫的战场；将“途中”与“家舍”、“因解脱”与“果解脱”割裂开来；以有所求、有所得、

有所守之心用功，将心待悟，陷入紧张和焦虑当中；面对昏沉、幻觉等障碍忘失正念，跟昏沉、幻觉等境界作斗争，陷入不安；将生灭与不生不灭、能与所对立起来，执能观之心为真如本性，住在离念之空境中；将修行与生活打成两截，陷入顾此失彼之矛盾中。

明尧老师指出，上述修学通病，皆源于见地和信心出了问题。学习祖师语录，可以有效地帮助学人避免落入上述误区。学习祖师语录具有四种修证上的意义：

- 1、树立圆顿信解，也就是正见正念。
- 2、找到下手处和用功方法。
- 3、解粘去缚。
- 4、勘验学人修证境界。

“学佛的人一般都读了不少佛教典籍，尤其是对《金刚经》《心经》等跟禅宗密切相关的般若经典非常熟悉，甚至背得滚瓜烂熟，可是我们为什么在修行时与这些经典对不上号，成为两张皮？”明尧老师的发问，让在座的诸多学员都陷入沉思。紧接着，他告诉大家一条出路：

“如何将所学的佛教经典，变成当下活泼泼的体验和运用，祖师语录是桥梁！学习祖师语录，能够帮助我们激活所学大乘了义经典，同时能够帮助我们把经典的精神还原到生活中。”

然而，对于一般的学人来说，读懂祖师语录并非是一件容易的事，一方面，时过境迁，祖师们一千多年前

说过的话，保留了不少唐宋时期的口语，有的在词义上有了不少变化，甚至有的已被弃置不用，其次，祖师们当年接引的学人，往往是通教者或多年用功者，犹如龙已画成，就差祖师点睛，而眼下的学人们还达不到这样的境界。针对这一现实，明尧老师在讲述语录的过程中完全放弃了照本宣科、望文解义的讲述方式，而是提纲契领，“跳出”语录之外，不断引用多个生动活泼的公案，用学员们听得懂的现代语言，点醒现场的听课人。

在讲述马祖道一禅师语录时，明尧老师归纳出马祖禅法有三要：“即心即佛”，“平常心是道”，“道不属修、不属不修”，然后再运用公案一一解析。他对“平常心”三个字作出了精彩演绎：平，平等无分别，无取舍善恶；常，常住不灭，常现在前，遍一切时处，遍一切境界和心境；心，虚灵不昧，寂照不二。平常心三字是对般若智慧的生动表述。显然，“平常心”三个字太平常了，但经过明尧老师出人意料的解释，学员们都感到耳目一新。

在讲述百丈怀海禅师语录时，明尧老师针对学人在“忏悔观”和“解脱观”中的误区和对治方法作了重点讲述。

他首先指出一般学人的忏悔心态：不断加重自己的负罪感，以为罪恶感越强烈，忏悔就越彻底，这样会给一些人造成巨大的心理压力，与学禅需要轻装上阵的要求背道而驰；或是指望上师或者自己信赖的法师为自己“担罪”，这显然又掉进心外求法的误区，而请别人为

自己担罪完全属于“鬼话”，是绝不可能的事。那么正确的忏悔是什么呢，明尧老师照例把大家带到“心法”上：罪由心生，并且罪业的种子只有通过当下一念才能成熟和现行，心生则罪生，心亡则罪灭，因此把握当下一念、断相续心，这是最根本的忏悔。

学佛、参禅的目的是求解脱，明尧老师同样指出初学者在解脱观方面的通病：一般人都把希望寄托在死后出离轮回，把解脱与往生混为一团，如此一来，学人们对死后去向的追求远远超过对现实人生的重视，造成对今生的漠视，逃避现实，这也就是为什么社会上一般人总是认为学佛的人消极、避世的原因。“解脱其实就在当下一念，这一念不被外境和内心的情绪所转，不取舍、不动摇、无所求，就是真正的解脱，离开了当下因地上的解脱，哪有死后果地上的解脱呢？”

讲到黄檗希运禅师语录时，11天的学习已接近半程，为了防止学员们产生疲劳，明尧老师引用了更多生动的故事和公案。他首先介绍了黄檗禅师身边的“宰相级”大弟子裴休：裴休开悟了且文笔好，因而他记录的《黄檗山断际禅师传法心要》以及《黄檗山断际禅师宛陵录》文字十分优美，耐人寻味。

明尧老师将黄檗禅师的禅法思想总结为：

- 1、教法：离者即法；
- 2、理法：即心即佛；
- 3、观法：无心合道。

在讲到“无心合道”时，明尧老师又适时指出学人五大禅病及对治方法。

1、不要逃境安心，不要逃避烦恼之境，因为“万法唯心，心亦不可得，复何求哉。”

2、不要把清净境界当作佛来执着，因为佛和解脱不是某种特殊的清净境界，而是面对一切明暗、净秽、清浊等境界，直透其虚幻性，不分别取舍和执着。

3、不可把精进与苦行划等号，要像黄檗禅师所说的那样，“身心不起，是名第一牢强精进”。而一些人提出“只要有头陀行，就有正法在”的观点，并不符合佛陀的教法。

4、不要把出三界等同于往生。因为，出三界并不神秘，只要当下于一切法不取不住，就是出三界。所谓“善恶都莫思量，当处便出三界”。

5、不要把无求当作是对念诵礼拜等修行方式的否定，因为这同样是一种因理废事的极端执着，无求的本质是圆顿的信解到位之后的彻底承当，而不是无所事事、消极无聊。

“临济儿孙遍天下”，在讲到临济义玄祖师时，明尧老师着力强调了临济禅师作为禅门集大成者的风范：

“自性三身佛”之理法，“无位真人”之下手处，“休歇无事、破一切相”之观法，三玄三要、四喝、四料简、

四照用、四宾主等教法。临济禅师的禅法思想体系非常完备，既方便初学者树立圆顿的信解，同时也有令已入门者不断上上增进的丰富接诱手段。这正是临济宗能风行天下的原因之一。

在接近三个上午的讲述中，明尧老师反复指出，禅人第一要务是确立“真正见解”，也就是临济禅师所说的：

“我且不取你解经论，亦不取你国王大臣，亦不取你辩似悬河，亦不取你聪明智慧，只取你真正见解。”因为，如果不树立圆顿的正见，修行就是盲修瞎炼，要么心外求法，或者沉溺于文字知见，不得活用，或者厌喧求静，落入外道禅定，或者对宗门理法和观法一无所知，误把祖师的门庭施設（教法）执为究竟，落入狂禅或野狐禅。

做一个幸福踏实的学禅人

7月15日上午是最后一堂课，出乎学员们意料的是，明尧老师在经过长达10天的讲授、并且课余被众多学员围绕请益，不仅没有显露出疲态，反而给在座的学员带来更大的惊喜：一份来自明尧老师多年修学的经验之谈、一份极其生动务实的修学总结报告：“四个眼前，三个原则”。

这是一份活泼泼的禅修体验报告——让宗门圆顿的信解当下扎根于心田，让功夫当下一念落地生根，让修行者得力处省无限力、省力处得无限力。明尧老师说，大家要学会提起四个眼前之圆顿信解：

道在眼前——增长信心，去除焦虑心；
佛在眼前——息怯懦心，增长亲切感；
解脱在眼前——息驰求心；
死亡在眼前——息放逸心。

三原则讲的是贯彻大乘止观精神的用功方法和心态：

- 1、凝神静气——止；
- 2、心念心闻——念佛禅；
虚明自照——默照禅；
离心意识——话头禅；
——此三者为观。
- 3、闲闲自在——当下一念性修相应、生佛相应、因果相应，无求无得，自足自在。

明尧老师微笑着说，如果能奉行这“四个眼前”“三个原则”，念佛者一定会心生欢喜，参话头者一定会有滋有味，默照者一定会心花怒放。

是啊，果能如此，修行就会远离焦虑不安，修行者不就是一个最幸福踏实的人么？

一个待圆的梦想

采访过程中，明尧老师还对笔者讲述了自己接触祖师语录的因缘。1993年，明尧老师以武汉某大学政治教师的身份参加了净慧长老在柏林寺创造性举办的“首届生活禅夏令营”，并成为“第一号营员”。禅文化、生活禅以及净慧长老的巨大魅力让他难以抵挡，经过反复深入的思考，年轻的明尧老师作出一个令人震惊的决定：辞去人人羡慕和稳定的“好工作”，到净慧长老创办的河北禅学研究所工作。

从此以后，明尧老师成为一个专业禅学研究者和实践者。开始三年，他主要生活在柏林禅寺，与法师们同吃同住、同学习同修行。明尧老师回忆说，一开始，他依老和尚之教，阅读了《大智度论》《宗镜录》《清静道论》等佛教典籍。那时因为对祖师禅不了解，所读基本上是囫圇吞枣，所学教理在生活中用不上。直到因为一个重要机缘，接触了祖师语录，才感觉到学禅有滋有味。

2003年，明尧老师移居北京，他的主要参究领域也进入整理祖师“语录时期”，他长时间浸泡在《五灯会元》《景德传灯录》《指月录》等祖师语录和公案里，心中有大快慰、大快活。此后，他禀承净慧长老的教导，一方面在河北佛学院等地讲授禅宗祖师典籍导读，一方面大量编撰让现代人看得懂的禅宗典籍，如《禅宗大德悟道因缘》《六代祖师传灯法本》《马祖四家语录》《五宗七家语录》《大慧宋宗杲尺牍校注》《圆悟心要校注》等。近些年来，明尧老师经常应邀到多处禅宗祖庭授课，

如云居山真如禅寺、大金山寺、曹山宝积寺等，均受到听众的欢迎。

“我从一所重点大学的教师转到禅门，应该不是一个偶然的選擇，肯定是我多生累劫种下的因。”明尧老师笑着说，“不过我发现，这辈子我又与禅门结下了深厚的因缘，而且欠寺院的太多了，只能用努力工作来回报。”

明尧老师向笔者透露了今后的打算：想编撰一部《禅宗语汇词典》，“祖师语录如此重要，但学人们往往望而生畏，因为里面有大量现代人难以理解的词汇，如唐宋时期的口语、俚语等，我的工作就是想帮助大家读懂禅宗典籍，尤其是祖师语录。这方面日本有这类的辞书，成果非常丰富，而我们国内基本上还是个空白。”

稍微想象一下，就知道这项工程多么浩大、艰辛，不过明尧老师毫不畏惧：“我准备用上十年的时间来做好这件事！”好在学禅20余年的明尧老师，早已习惯于长年坐冷板凳、泡故纸堆，而且法喜充满！

高僧香林澄远禅师

◎ 陈浦燕

香林澄远禅师是宋代云门宗高僧，汉州绵竹（今四川绵竹县）人，俗姓上官。香林十八岁时，听闻高僧文偃禅师在韶州云门山光泰禅院弘扬云门宗风，于是不远千里，从蜀地来到韶州光泰禅院亲近文偃禅师。文偃见师聪慧绝伦，深加爱惜，留在身边做侍者，前后长达十八年之久。经过文偃禅师的钳锤接引，香林终于在他门下悟道，成为文偃禅师的嗣法弟子。后蜀孟昶广政十年（947），香林辞别文偃禅师回到蜀地弘法。他初住都江堰水晶宫，不久又移居青城县承天寺（承天寺建于唐初，又称马祖寺，北宋初年改为香林院），香林禅师在香林院一住就是四十年，几乎足不出山，迹不入俗。香林禅师在香林院盛弘云门宗风，广接天下禅宗学徒，一时门风大盛。

香林澄远教化学徒的方式，严格以“云门三句”为宗旨，所谓“云门三句”，即“涵盖乾坤”“截断众流”“随波逐浪”。香林禅师家风，以险峻孤危，简洁明快而著称。常于一字一句之间，蕴含无限旨意，不以言说，不留情见，此谓“涵盖乾坤”。香林禅师教化弟子，不容弟子拟议思维，常于弟子无路可走时当下悟道，即所谓“截断众

流”。香林禅师还常随顺学徒因缘加以旁敲侧击，促其悟道，因而称为“随波逐浪”。在三者之中，香林禅师最常用“截断众流”的方法来接引学徒，每用一字一语，蓦地斩断葛藤，使问者转机，无所用心，立悟世谛门中一法不立。

一次，香林禅师与僧众一起参加普请除草，有一个僧人说：“看俗家失火了。”香林说：“哪里有火？”僧说：“你没见到吗？”香林说：“没见到。”僧说：“这个瞎汉。”这时大众都说出了香林澄远禅师的过失之处。后来明教宽禅师听说香林与僧人的对答之事后，感叹说：“须是我（澄）远兄有体悟心得。”

此后，有僧人问香林：“美味醍醐，为甚么变成毒药？”香林说：“导江纸贵。”僧问：“见色便见心时如何？”香林说：“适来甚么处去来？”僧说：“心境俱忘时如何？”香林说：“开眼坐睡。”僧问：“北斗里藏身，意旨如何？”香林说：“月似弯弓，少雨多风。”僧问：“如何是诸佛心？”香林说：“清则始终清。”僧问：“如何领会？”香林说：“莫受人谩好！”僧问：“如何是祖师西来意？”香林说：“踏步者谁？”僧问：“如何是和尚妙药？”香林说：“不离众味。”僧问：“吃者如何？”香林说：“啜啖看。”僧问：“如何是室内一碗灯？”香林说：“三人证龟成鳖。”僧问：“如何是衲衣下事？”香林说：“腊月火烧山。”僧问：“大众云集，请师施設。”香林说：“三不待两。”僧问：“如何是学人时中事？”香林说：“恰恰。”僧问：“如何是玄？”香林说：“今

日来，明日去。”僧问：“如何是玄中玄？”香林说：“长连床上。”僧问：“如何是香林一脉泉？”香林说：“念无间断。”僧问：“饮者如何？”香林说：“随方斗秤。”僧问：“如何是衲僧正眼？”香林说：“不分别。”僧问：“照用事如何？”香林说：“行路人失脚。”僧问：“万机俱泯迹，方识本来人时如何？”香林说：“清机自显。”僧问：“恁么则不别人？”香林说：“方见本来人。”僧问：“鱼游陆地时如何？”香林说：“发言必有后救。”僧问：“却下碧潭时如何？”师说：“头重尾轻。”僧问：“但有言句尽是宾，如何是主？”香林说：“长安城里。”僧问：“如何领会？”香林说：“千家万户。”僧问：“如何是西来的的意？”香林说：“坐久成劳。”僧问：“便回转时如何？”香林说：“堕落深坑。”僧问：“如何是无缝塔？”香林说：“合掌当胸。”僧问：“如何是塔中人？”香林说：“露也。”僧问：“教法未来时如何？”香林说：“阎罗天子。”僧问：“来后如何？”香林说：“大宋国里。”僧问：“一子出家，九族解脱。目连为甚么母入地狱？”香林说：“确。”僧问：“如何是平常心？”香林说：“早朝不审午后。珍重！”

香林澄远禅师在对待学徒请问时，通过这种截断众流的方法，破除学徒的烦恼妄执，去除学徒对语言文字的执著，从而达到“涵盖乾坤”的境界。香林禅师常以这种快刀斩乱麻的开示方式，不用多语饶舌，于片言只句之间，超脱意言，不留情见。以无伴为宗，或一字，或多语，随机拈示明之。

在禅林学徒所问的言句中，以“如何是祖师西来意”最为常见。对于这一问句，每个禅师都会作出不同的回答。而当学僧前来问香林禅师“如何是西来的的意”时，香林禅师一句“坐久成劳”，竟然成了禅林中的绝对。在香林禅师看来，真正的觉悟在于自心开启智慧，原本没有可求的法，也没有可参的禅，禅子整天行脚参访，东奔西走，劳费很多心力，却与修道毫无益处。因而，香林禅师便以“坐久成劳”来告诫禅宗学徒不要执著言句，更不要心外求法。须知解脱自在，并不在经教文字上，经教文字只是指导学人修行实践的理论而已。众生皆有佛性，“只缘心迷，不能自悟，须假大善知识示导见性”。

香林澄远禅师在香林院，经常以机缘之语示导学徒心不外求，多在明见自性上下功夫。香林禅师一次上堂说：“是汝诸人，尽是担钵囊，向外行脚。还识得性也未？若识得，试出来道看。若识不得，只是被人热漫将去。且问汝诸人，是汝参学日久，用心扫地煎茶，游山玩水，汝且钉钉，唤甚么作自性？诸人且道，始终不变不异，无高无下，无好无丑，不生不灭，究竟归于何处？诸人还知得下落所在也未？若于这里知得所在，是诸佛解脱法门，悟道见性，始终不疑不虑，一任横行，一切人不奈汝何。出言吐气，实有来处。如人买田，须是收得元本契书，若不得他元本契书，终是不稳。遮莫经官判状，亦是不得其奈。不收得元本契书，终是被人夺却。汝等诸人，参禅学道，亦复如是。还有人收得元本契书么？试拈出看。汝且唤甚么作元本契书？诸人试道看，若是

灵利底，才闻与么说著，便知去处。若不知去处，向外边学得千般巧妙，记持解会，口似倾河，终不究竟，与汝自己天地差殊。且去衣钵下体当寻觅看。若有个见处，上来这里道看，老僧与汝证明。若觅不得，且依行队去。”

香林澄远禅师晚年居住于益州青城山香林禅院弘扬禅法，时间长达四十年之久。在将要圆寂之前，他向知府宋瑄告辞说：“老僧行脚去了。”通判在一旁说：“这个疯狂僧，八十岁行脚去哪里？”宋瑄说：“大善知识去住自由。”香林禅师对众人说：“老僧四十年方打成一片。”说完就圆寂了。仁宗赵祯赐谥曰“明觉大师”。

日行千里访胜迹——湖北黄梅记行

◎ 郭玉玲

九月的一天，浅浅清秋，天上薄云淡淡，我们一行驱车出发了，自邢台至湖北，参祖庭，访胜迹，奉请慧公长老灵骨舍利。

我们所乘坐的车由玉泉寺的崇心法师驾驶，师父很小心，一直在看车上的里程表，师父说，开车要稳，不能超速，车是寺院的，不能违章，更要保障安全，行车再快也赶不出多少时间，平稳出发，就是最快的到达。出家人，在在处处，行走坐卧，都不忘修行。车上的音响飘出梵乐，舒缓净心。

时至中午，在服务区休息。玉泉寺的当家师崇朗师说，一会儿虚云禅林的常宏师请我们吃饭。在服务区外边的长凳上休息了一会儿，常宏师的车就过来了。常宏师，一袭灰色长袍，系一条浅驼色沙质围巾，飘垂胸前，更添出尘逸世之姿。常宏师的午饭精简而美，主食是寺院备好的包子，有两种菜料，个个精雕玉琢，食之清爽可口，的确是素食中的上品。包子尚温，定是大寮的师父们今早不辞劳苦精心备下的。常宏师还带了西瓜，案板和菜刀，菜刀用一块白布包了。心下暗自感叹师父的精简和细致。后来才慢慢知道，寺院处处节俭，行住坐卧，

无一不是。

月满虚清

抵达黄梅四祖寺的时候，已是暮色四合。在小斋堂用过餐，天就完全暗下来了。斋堂一直向西，有一条长廊，幽暗深邃，深到无边。一时想到佛法传承，一时又想到祖师身影，岁月回流，真空妙有，念念相续，迁流无尽。忽有一点红光，一位同修说，这是大雄宝殿。寺里烛火节俭，除了佛前的供灯，一切烛火竟是能省即省。偌大一个庙宇静如沉舟，泊在无边墨色里。每次来到寺院，就像回到家，安排好住处，我走出来，看到一位步履轻捷的年轻法师，连忙双手合十行礼，师父回礼。借着暗淡的灯光，我看清是崇谛师，口中惊呼，是崇谛师！连忙再次行礼。在四祖寺的网站上看到过崇谛师的报导，人称生活禅的践行典范。今天一见尤觉可亲可敬。再仔细看，崇谛师脸上挂着自如的笑容，身上的一袭灰袍，已是鹑衣百结。每每见寺院的当家师，是那样的温和简朴，心地明净，朗然清利。

拜别崇谛师，我来到大雄宝殿的庭院里。月隐星现，星子满天。更有星子若萤，在廊檐，在山巅。我扶栏仰视，晶辉灿烂，第一次发现银河是如此清晰，光闪烁熠，横流夜空。殿前有一颗千年柏子，透过微茫的星光望去，柏冠如云，又如磐石。承载了千年时光的古柏是否也如祖庭宗风厚重？一丝风都没有，温度湿度适宜，在这里竟感觉不到身与境温度差异，那种舒适就好像人与境，

浑然一体，这是我在祖庭最奇异的感受。石栏融在夜色里，温润如玉，没有任何冰凉的感觉。我在石阶上坐下来，虫鸣四起，蟋蟀不知疲倦地弹着它的无弦琴，织娘宛转着细细的歌喉，萤火虫身着淡绿的衣服起起落落。星辰，虫鸣，萤火，青冥的天空，乌沉沉的斗拱飞檐，这一切是如此和谐空净。每次在寺庙就是最安心的时刻，有时甚至忘了心的存在，一切是那么自如，闲适，自在。这时倒想起慧可禅师安心的典故：神光慧可禅师翻山越岭来到嵩山少林寺，拜谒达摩祖师，要求开示，并请为入室弟子，达摩面壁静坐，不理不睬，神光于是在门外伫候，时值风雪漫天，过了很久，雪深及膝。达摩看他确实求法虔诚，才开口问他：“你久立雪中，所求何事？”

神光道：“惟愿和尚开甘露门，广度群品。”

达摩说：“诸佛无上妙道，旷劫精勤，难行能行，难忍能忍，尚不能至，汝公以轻心慢心，欲冀真乘，徒劳勤苦。”神光听此海励，即以刀断臂在达摩座前。

达摩说：“诸佛求道为法忘形，你今断臂，求又何在？”

神光答道：“弟子心未安，请祖师为我安心！”

达摩喝道：“把心拿来，我为你安！”

神光愕然地说：“我找不到心呀！”

达摩微笑说道：“我已经为你将心安好了。”

神光慧可于找不到处，而有一个转身入处，终于豁然大悟，我们的烦恼本空，罪业本无自性，识心寂灭，没有妄想动念处，就是正觉，就是佛道。如果能够保持

一颗平实不乱的真心，佛性当下就会开显。

凌晨，听到悠扬的钟声，人还在枕上，心却活动起来，杜甫的诗冒出来“欲觉闻晨钟，令人发深醒”。虽然不去做早课，也不要辜负了好时光。收拾完毕，天色微明，从寺院里踱步出来，回看山门，几个遒劲的大字，四祖寺。绕寺回流的是一汪清泉，汨汨有声。再往南去，有一横跨东西的古桥，名花桥，又名灵润桥，桥下有两两山妇临溪捣衣，溪心石上一只白鹭悠然踱步，丝毫不惧。我在桥上，沉吟徘徊，桥下龙头岩涧石有柳公权的题字，“碧玉流”；桥上有柳宗元的题诗，“破额山前碧玉溪，幽人遥驻木兰舟。春风无限潇湘意，欲采频花不自由。”小小一座石桥，久经风雨侵蚀，砖瓦剥落，荷担千年风月，依在碧水青山之间。正如四祖寺祖庭，坐落于东土禅宗第一山双峰山，为中国禅宗丛林的发端。想浩浩天宇，漫漫长史，王朝更迭，江山易主，谁又在谁的生命留下什么？色即是空，无我无人无挂碍；空即是色，有山有水有楼阁。倒是这些曾经舍身传法的祖师，仍然有人为他们塑了真身，建了庙宇，虔诚供奉，接续千年香火。

清风无价

吃过早饭，驱车前往老祖寺。一路上，清风和畅，空气甘冽。车窗外，一忽儿是青碧的湖水，阳光在湖面上轻抛浪掷，玩着她闪闪的碎金的游戏；一忽儿又是黄熟的稻田，星罗棋布，色调柔和，青黄相接，美丽如画。进入黄梅著名的景区挪步园，山道逶迤，蛇盘而上，就

快到老祖寺了。老祖寺古名紫云山寺，坐落于黄梅县境北端的紫云山莲花峰下，因紫云峰巔由七座峦头相对并列，状若莲瓣相聚，故名莲花峰。其下有盘地，老祖寺在其间，恰如莲心吐蕊，花瓣托心，有“紫云佛国”之美誉。由于历代兵乱所致，老祖寺几度废毁，昔日梵刹仅存瓦房数间，一片荒凉。2005年，由净慧长老发愿再振名蓝，鄂东古刹得以重辉。

一到老祖寺，最吸引游客的是寺前的一泓秋水，碧波浩淼。内有锦鲤个个，一鱼即动万鱼相随，水中嬉戏，悠然自乐。与寺门相对的是一尊汉白玉观世音像，手持净瓶，衣袂飘佛，宛如凌波碧湖之上。

老祖寺为六朝古刹，坐南朝北，依山而建，飞檐相叠，层层递进，布局紧凑，正如地涌金莲。老祖寺因印度高僧宝掌和尚而得名，是一千五百年前印度高僧千岁宝掌和尚首建，为鄂东古刹之最。千岁宝掌和尚是中印度人，生于公元前414年。初生时左手握拳不展，至七岁，其父母携之拜谒佛陀精舍，左拳为拜佛而放掌，故名宝掌。于东汉末（约公元212年前后），由川藏进入中国境内，较之禅宗初祖达摩大师早来三百年。他步履丛山，随缘度化，遍访古刹，拜佛礼祖。辗转至今黄梅地域，遥见双峰并立，紫烟缭绕，遂赴之卓锡，结茅成庵，作修行之地，以了夙愿。时为南朝宋齐间，距今约一千五百年。至齐梁际，宝掌东游——访慧远于庐山，会达摩于白下（南京）。复返紫云山定居布法，与四祖道信、五祖弘忍同居黄梅。后移锡江浦，圆寂于浙江会稽之云门。

住世实为一千零七十二年，故《五灯会元》称千岁宝掌。关于老祖寺，有很多优美的传说。千岁宝掌之后，又有六祖慧能的徒孙来此扩建寺院，得乌沙潭龙王相助，粮木齐全，故今老祖寺前尚存有“出木池”、“出米石”等神话传说的遗址。山深路陡，行路且难，别说建寺。人们总是惊异于古人不可思议的非凡成就，才生出种种离奇的神话传说。以满足不可想象之难。此地，好风好山好水，有如此之古老巍峨之建筑群，不能不说这是愿力的奇迹。

同去的当家师崇朗师父说，来到老祖寺，不能不看瀑布。遂带领一行人，穿过湖心小桥，向对面山上行进。行至山路，碎石铺地，路面湿滑。这里昨夜定有一场大雨。我最喜雨后湿润的青山，翠竹松针浣洗一新，路边的草露颗颗珠圆玉润，晶莹剔透，倍添灵气。沿山道婉转向下，脚下的路隐然不见，修竹翠柏杂然相生。转过一丛密林，才依稀看出有羊肠小径，路面偶见石板裸露，想久无人行，石板上苔藓遍布，翠色盈盈。我只知苔藓覆地而生，今天见了这般琼花积翠的丰艳之姿，深以为奇。路面又有竹叶松针厚厚堆积，始觉空山幽静，如入离尘胜境。曳藤攀树，缓缓探足向下，也不知行了多久，忽然出现一块岩石横断，平铺如席。向上望去，壁立千仞，向下则深不见底，有水顺岩奔流而下。这里曾是异常壮观的激流飞瀑，因上游修建了水库，只有细细的水流从闸门漏出，在此流泻下来。

在我们眺望远山的时候，一只蜻蜓在眼前飘过，没

等看仔细，又飞走了。蹑足寻觅，在一个小树枝上发现了它，一对翅子状如蝴蝶呈宝蓝色，身子纤细，宛若一只孔雀蓝的芦笛。这个小精灵，像一个盛装的小仙子，在流泉飞瀑的浅吟低唱中，饮霞吸露，栖于树枝，舞于清风。久在尘世，自心迷妄，我自叹不如一只蜻蜓活得逍遥本然。

青青翠竹，森森绿柏，断崖清风，问禅于青山。“一亘清空绝点云，十分清澹廓如秋”。到彼岸，出樊笼，开关就是这颗心。禅是管“心”的，禅是心灵的智慧，禅其实就是当下这一念的觉悟。清风明月本无价，近水遥山皆有情。

明月芦花

自第一次听到芦花庵这名字时起，内心就悠然神往，想深山之境，茂林修竹掩映之下，红墙黛瓦，飘然出尘，诸多素心之人，数晨数夕，谈禅论道，心生欢喜。时迁岁流，自性展现，宛若“风含翠筱娟娟净，雨浥红蕖冉冉香。”大概每一个女人内心深处，都有这样一个安乐净土。

出四祖寺山门右转，拾阶而上，盘旋数转，逶迤数里，行至双峰山半腰，忽见一片平地上，红墙依然，飞檐叠耸，小小的一方兰若，依山而建，这就是芦花庵了。

我们去到芦花庵的时候，正是中午时分，寺里的师父和常住居士正在午休。除了流通处有一位居士，不见一个人影，静寂异常。我们一行放缓了脚步，悄悄进去，

生恐惊扰了这样一个清修圣地。自右手楼梯上二楼，廊檐下的栏杆上放了一只碗，细看时，才知碗内有一圈苹果皮，有几只小蜜蜂窝在那里吮吸。也不知是哪一位慈悲的师父，细心供养着这些可爱的小生灵。廊下靠南有一排青花瓷的坛子，靠北挨墙有一溜儿一米多高的瓮，是用来腌菜用的。顶头有几只晒菜的扁和盛菜的箩筐。芦花庵小小的，处处温馨洁净，来到这里就涌起浓浓的借路还家的感觉。此处群山环抱，绿水当门，自是清幽无比，但采购不便，供养无多，生活上未免简单清苦。早就听说这里的师父持规严谨，农禅并重，禅修之余，下地种菜，上山拾柴。今天亲见廊下陈设，才知真实不虚。这里的生活幽闭，疏食简易，却也恬然自适。

再沿楼梯上去，就是大雄宝殿了。殿的四周，有很多图片展览。我正在凭栏眺望，晴光下的碧潭，清风自来，波光鳞鳞。忽听一声轻而急促的招呼，“快来看！”是同去的林。我绕到殿后，看到一组图片，长衫斗笠，背包在肩，施施然而行。林说：“你看！这是寺里的师父们徒步自湖北黄梅至峨眉山朝圣！”黄梅到峨眉山行程一千多公里，跨越多个省份，地势不一，气候有别，阴晴不定。我不知她们一路辗转，磨穿了几双僧鞋，形容瘦了几许？在这次云水生涯中，她们心境又提升了几重？但我懂得，她们看似稚弱的双肩，担当着佛法传承的慧命，不单单是闲抛岁月卧烟霞的飘然出尘，更有着深切的慈悲济世胸怀。

芦花庵的住持宏用禅师是曹洞宗的传人。今年七月

在石家庄与宏用禅师有一面之缘，心仪万分，今天是无缘拜会了。我一直心心念念的明洁居士，也是这的常住。明洁居士，北京第二大外国大学毕业后，从事翻译，著作甚丰，主要是佛教领域的，文笔空灵优美。明洁居士的翻译著作《空谷幽兰》，尤为闻名。

芦花庵的名字是慧公长老起的，缘于宋朝雪窦禅师的禅门诵古，“看！看！古岸何人把钓竿？云冉冉，水漫漫，明月芦花君自看。”明月皎洁，清辉如霜；芦花洁白，皑皑似雪。霜天雪地何所以？一只鹭鸶落蒹葭。飘飘渺渺，虚虚实实，亦真亦幻，欲辩实难。着力参究，禅机无限。

小小一座芦花庵，幽居深山。是四祖寺的分院，由净慧长老着手承建。而今已成为安禅弘法的佛教场所。这里寺内殿堂整肃，寺外竹林密密，飞瀑溪花，俨然自在。闭则观照当下，守一不移；外则化育众生，止迷回悟。如若识得“明月芦花”真面目，悟出真空妙有，百城烟水也可放下不须再参。

《西游记》中的禅宗元素

◎ 吴学书

据史料记载，吴承恩在蕲州荆王府任纪善期间，历游黄梅及武穴匡山，广泛收集蕲州（当时辖蕲春、黄梅、广济等五县）大量民间传说，并根据玄奘取经的史实，创作出千古传诵的长篇神话小说《西游记》。但随着人们对《西游记》文化的深入研究，又惊奇地发现在《西游记》书中自始至终呈现的主要是禅宗，与“禅”有着密切关联。《西游记》中所发生的人或事，都源于禅宗四祖、五祖和六祖的故事原型。《西游记》构建了一个完整的禅宗思想体系，有禅宗历史、禅宗典故、禅宗义理和术语等，通篇都是禅。《西游记》中许多重要故事情节也与中国禅宗发源地的武穴匡山和黄梅四祖、五祖的许多“独特”的传说如出一辙。现略举数例，足以佐证，以飨读者。

一、大量的禅宗术语在《西游记》中的反映

《西游记》作品中有“禅”的字词随处可见。有“禅宗”、“禅院”、“禅僧”、“禅林”、“禅堂”、“禅诗”、“禅关”、“禅心”、“禅性”、“参禅”等大量禅宗术语。例如：真禅景象不凡同；尽是参禅拜佛人；

修禅何处用工夫；盗道缠禅静九灵；爱赏花灯禅性乱；每于禅静之间；挑禅远步三千水；自从秉教入禅林；只见那正殿上书写四个大字“观音禅院”；径到禅堂脊上；至德渺茫，禅宗寂灭，选集诸僧，参禅讲法；禅心朗照千江月；打他二十禅杖；禅者，静也，法者，度也，等等。这说明《西游记》的作者对禅宗的专门用语非常熟悉和了解，禅宗底蕴十分丰富，与禅渊源特别深厚。

二、禅宗史上的典故在《西游记》中的显现

《西游记》作品中大量引用了禅宗史上的典故，这些典故被作者信手拈来，揉入文章，使《西游记》大大增加了浓郁的禅味。现简述几例。

1、菩提老祖给美猴王取名，完全借用了中国禅宗四祖道信度化五祖弘忍的故事。祖师道：“既是逐渐行来的也罢。你姓甚么？”猴王道：“我无姓，人若骂我我也不恼，若打我我也不嗔，只是陪个礼儿就罢了，一生无姓。”祖师道：“不是这个性，你父母原来姓甚么？”猴王道：“我也无父母。”祖师道：“既无父母，想是树上生的？”猴王道：“我虽不是树上生，却是石里长的。我只记得花果山上有一块仙石，其年石破，我便生也。”印证：四祖道信去黄梅，碰见无姓儿就问他：“你姓什么？”小孩回答说：“姓倒是有，但不是普通的姓。”四祖便问：“到底是什么姓？”小孩回答说：“佛性”。四祖又问：“难道你没有姓吗？”小孩回答说：“姓空，所以没有姓。”四祖非常高兴，将小孩带回寺庙。以后，

四祖即将心法及袈裟传给他。无姓儿后来就是禅宗五祖弘忍大师。

2、武穴匡山流传五祖出生的传说：唐代有一个在山上植松树的栽松道人，要拜四祖为师。四祖却说：“你太老了，传你法也不能普度众生，你去投胎吧，我或许可以等你。”说罢，四祖又用手向南方一指，顺口念了一句“遇港则止，遇周则住”的偈语。道人按四祖所指，走到一个渡口，不见摆渡人，只有两个洗衣女子，他就向两个女子打听这是什么地方，两个女子告诉他：“这是‘濯港’”。他又问这两个女子“贵姓”，其中一个姑娘开口“免贵姓周”，并说另一个女子是她的嫂子。栽松道人想起了四祖的话，如今也正好有“港”有“周”，就不想走了，便说：“有劳姑娘和大嫂行个方便，我现在人也走累了，天也快黑了，想在你家借宿，哪怕是在柴房住一夜也行，好么？”家里只有两个年轻女子，怎好留宿一个男子？嫂子本不愿意，周姑娘却心存慈悲，答应在柴房里铺一地铺。为避嫌疑，周姑娘和她的嫂子各拿一把锁，用双锁锁住柴房。可第二天天亮后，姑嫂同去开柴房门时，她们都惊呆了：双锁未动，而栽松道人却不见了踪影，这是怎么回事呢？周姑娘就到四祖寺问佛祖，走到半路上，她口中干渴，恰好路边有一棵桃树，一个熟透了的桃从树上掉了下来。她拣起桃子，刚放到口边闻了一闻，那桃子就哧溜溜地进了嘴里滚到肚子里去了。原来，这是栽松道人变的，他钻进了周姑娘的肚子去了，周姑娘也就因此怀孕了，并生了一个男

孩，就是后来的五祖。五祖出世的情节与《西游记》中孙悟空变桃变瓜，变虫钻进妖怪肚子里的情节完全吻合。

3、孙悟空与五祖身世之迷惊人一致。悟空无父无母，石头所生；五祖的母亲无夫而孕，五祖是无父而生的孤儿。

4、神猴求道过程跟六祖慧能的求道学法过程和结果一脉相承。

(1) 慧能入弘忍之门，弘忍让他干杂活，一直不授法。悟空入门，菩提也让他去干杂活，一直不授法。

(2) 弘忍给慧能传法，用法杖在石臼上敲击三下后就悄悄离开，暗示他三更入内。菩提给悟空传法，用戒尺在悟空头上打三下就走了，也是暗示他三更入内。

(3) 慧能学法，只要学无上菩提，以了生死大事。悟空学法，只要学长生之道，也是想了却生死大事。

(4) 弘忍给慧能授课，一晚上就教完了。菩提给悟空授课，也是一晚上就教完了。其时间、教法、效率如出一辙。

(5) 弘忍传授慧能衣钵之后，嘱咐他一定要保密，以免有人害他。“衣为争端，止汝勿传。若传此衣，命如悬丝。汝须速去，恐人害汝。”菩提传授悟空法术之后，也嘱咐他一定要保密，以免引来杀身之祸。“这个工夫，可好在人前卖弄？假如你见别人有，不要求他？别人见你有，必然求你。他若畏祸，却要传他；若不传他，必然加害，你之性命又不可保。”其言其爱，真是不谋而合。

(6) 结果也相同。六祖继承了佛的衣钵，成了佛，

悟空也最终成了斗战胜佛。结局完全一样。六祖是继承佛祖的衣钵，悟空是佛祖当面宣布封号，何其相似。

三、禅宗历代公案在《西游记》中的引用

1、《西游记》不仅直接引用禅宗典故，而且还直接化用禅宗人物。例如，唐代的道林禅师，见秦望山有一棵高大挺拔的松树，枝叶繁茂，盘屈如盖，便在此筑窠而栖。因此人称“鸟窠禅师”。说来奇怪，道林禅师住在这里后，竟有喜鹊在树上做巢，与他相邻而居，人们称道林为“鹊巢和尚”。而《西游记》第十九回中的乌巢和尚，也是住在树上，有这样几句：“却说那禅师见他三众前来，即便离了巢穴，跳下树来。”然后授唐僧以《摩诃般若波罗蜜多心经》。

2、《西游记》第八回开头写道：“试问禅关，参求无数，往往到头虚老。磨砖作镜，积雪为粮，迷了几多年少？”此词中的“磨砖作境”，便是禅宗史上有名的故事。出自《景德传灯录》卷五：唐朝道一和尚常习作禅，未能悟道。南岳怀让禅师问他：“大德坐禅图什么？”回答说：“图作佛。”怀让即取一砖在他庵前石上磨，道一问磨砖做什么，怀让回答“磨作境”，道一奇怪道：“磨砖岂能成镜？”怀让反问：“磨砖既不能成镜，坐禅岂能成佛？”道一后来是觉悟了。

3、《西游记》第八回：“千丈冰崖，五叶莲开，古殿帘垂香袅。”此词中的“五叶莲开”，典故出自禅宗达摩祖师爷付法于二祖慧可时说的偈语：“吾本来慈

土，传说救迷情。一花开五叶，结果自然成”。达摩的一花开五叶，似乎预示了禅宗从他之后到慧能时禅法大兴的五个祖师。

由此可见，《西游记》与禅宗有着不解之缘。

四、禅宗思想在《西游记》中的体现

禅宗讲究“不立文字，教外别传。直指人心，见性成佛”，主张“明心见性”，靠“顿悟”或“渐悟”成佛。

《西游记》通篇讲的都是修行的问题，以《心经》为指导，强调修心，充分体现了禅宗的思想。禅宗主张用“禅定”概括佛教的全部修习，提倡心性本净，佛性本有，觉悟不假外求，强调“以无念为宗”和“即心是佛”、“见性成佛”。

《西游记》所主张的修心，其实就是禅宗的“即心是佛”、“见性成佛”。唐僧在法门寺的指心点头，以及和悟空在将近灵山前讨论《心经》的赞扬：“悟空解得是无言语文字，乃是真解”等等，都是禅宗修习的典型特征。当唐僧师徒离开灭法国又遇高山，唐僧惊惶不安，悟空再次提起《心经》及四句颂子：“佛在灵山莫远求，灵山只在汝心头。人人有个灵山塔，好向灵山塔下修。”问唐僧可记得。这充分说明了《西游记》作者受禅宗之影响是极为深重的。

《西游记》涉及到“心”字眼的回目共有二十九个，如第一回“心性修持大道生”、十四回“心猿归正”、十九回“浮屠山玄奘受心经”、八十八回“心猿木母授

门人”等等，几乎涵盖全篇主要内容，起到点明主旨，提纲挈领的作用。这也证实了《西游记》与禅宗“明心见性”说的关系十分紧密。

《西游记》中所表达的禅理，有的是在人物的对话中阐述，更多的则是用诗句直接说明。如第十四回开头诗曰：“佛即心兮心即佛，心佛从来皆要物。若知无物又无心，便是真如法身佛。”“知之须会无心诀，不染不滞为净业。善恶千端无所为，便是南无释迦叶。”佛就是心，心就是佛，二者等同。

第五十六回：“灵台无物为之情，寂寂全无一念生。猿马牢收休放荡，精神谨慎莫峥嵘”；第七十四回：“沙门修炼纷纷土，断欲忘情即是禅。须着意，要心坚，一尘不染月当天。行功进步休教错，行满功完大觉仙。”等等。这也是主张心中无物，不生任何念头。

为了突出“修心”的重要性，《西游记》作者还精心编写了“三藏不忘本，四圣试禅心”、“情乱性从因爱欲，神昏心动遇魔头”，“心神居舍魔归性，木母周降怪体真”等故事情节。《西游记》作者吴承恩深谙禅宗的心学，由此可见一斑。

总之，如果《西游记》作者没有踏遍武穴匡山及黄梅四祖寺、五祖寺的山山水水，没有亲眼所见，亲耳所闻，没有耳濡目染禅文化之熏陶，没有历经禅宗思想之浸染，没有禅文化的积淀，是写不出《西游记》的。这进一步印证了专家、学者提出的《西游记》成书于明朝湖北蕲州荆王府，发源于湖北武穴匡山和黄梅的新论断。

赵州柏林禅寺第五届禅七法会 起七法语

(1996年12月25日)

净慧

万机歇罢结禅坛，“无”字拈来着力参；
参到水穷山尽处，自然透得祖师关。

古德云：“参禅须透祖师关，妙悟要穷心路绝。祖师关不透，心路不绝，尽是依草附木精灵。”且道如何是祖师关？只这一个“无”字，便是一关，禅门目之为“无门关”。如果透得这一关，不仅能够亲见赵州，而且能够与历代祖师把手共行，眉毛厮结，同一眼见，同一耳闻，岂不庆快！

虽然如是，怎奈识浪滔天，业风卷地，所以常住成就大众，结七安禅，同参共究，昼夜提撕，期能摸着自己娘生鼻孔，方不负十方檀越供养。即今起七一句，应如何举扬呢？

无门关里参“无”字，不移寸步见赵州。

(以香板点地云：)起！

赵州柏林禅寺第五届禅七法会 解七法语

(1997年1月14日)

净慧

三七二十一，光阴如过隙。
选佛道场中，知音远来集。
同参无字禅，空中寻鸟迹。
蒲团坐未暖，今朝又解七。

二十一天以来，常住成就各位大众，十方护法成就各位大众，三宝的加持，龙天的护佑，使得此一会清静圆满，无比殊胜。虽然如是，即今解七一句应作么生道？

禅堂内外皆佛地，道在寻常日用中。

(以竹篋打一圆相云：)解！



作者：陶利平

大醫道信

觉悟人生 奉献人生 善用其心 善待一切

户名 湖北黄梅四祖寺

账号 4200 1676 8080 5300 1018

开户 中国建设银行湖北省分行黄梅支行营业部

电话 0713-3166010

13636125508（仅接收短信）

网址 www.huangmeichan.com

免费赠阅 欢迎助印