



修行祖師禪的重要觀念（二）

（節錄自 2014 年 2 月祖師禪林中英精進禪十）

師諱靈祐。福州長谿趙氏子。年十五出家。依本郡建善寺法常律師剃髮。於杭州龍興寺。究大小乘教。二十三。遊江西參百丈。百丈一見。許之入室。遂居參學之首。侍立次。百丈問。誰。師云。某甲。百丈云。汝撥爐中有火否。師撥之云。無火。百丈躬（註：音同躬）起。深撥得少火。舉以示之云。汝道無。這箇掣（註：音同你，相當於「呢」）。

師由是發悟禮謝。陳其所解。百丈云。此乃暫時岐路耳。經云。欲識佛性義。當觀時節因緣。時節既至。如迷忽悟。如忘忽憶。方省已物不從他得。故祖師云。悟了同未悟。無心亦無法。祇是無虛妄。凡聖等心。本來心法元自備足。汝今既爾。善自護持。

～《潭州瀉山靈祐禪師語錄》

百丈云。此乃暫時岐路耳。經云。欲識佛性義。當觀時節因緣。時節既至。如迷忽悟。如忘忽憶。方省已物不從他得。故祖師云。悟了同未悟。無心亦無法。祇是無虛妄。凡聖等心。本來心法元自備足。汝今既爾。善自護持。

百丈對瀉山開示：經典告訴我們，要知道諸法的究竟實相，需觀時節因緣。一時的迷，也只是如「暫時岐路」而已。只要一念迴光返照，見自本性的時候，當下知道原來一切諸法是本自清淨、本自如如的，是不生不滅、不來不去的，本自清淨、本自圓成。

無心也無法，沒有一個真實的清淨心存在

聽到這裡，不要又掉落在：這個就叫佛性、叫清淨心，或叫真如、涅槃。這樣，你又落在認為一切諸法（不管是出世間或者世間）都有一個實際的東西。我們說諸法本自具足，並不是說它是先天地而存在，而是指一切現象當下就是空寂、就是無我。說它不生不滅，就是因為它沒有真正的一個自相，沒有另外一個真正的自性真實存在。既然沒有相，當然就沒有相生相滅，這就叫做不生不死、本自清淨。

本自清淨，不是說除掉了這些煩惱、染污以後，使得它清淨；也不是說超越不生不死以

後，有另外一個不生不死；或者超越了染淨以後，有個不染不淨的東西或者境界。因為即生死的當下，例如說生或死都是一個法、都是一個相，沒有自性，所以我們說它無相；並不是否定說沒有生死，或者是超越生死之後有另外一個不生不死。

千萬要知道，佛法講的真實義就是緣起空，緣起空的當下就是沒有自性、沒有自我。沒有自我，就沒有所謂的相生相滅，也沒有所謂的染淨對待，沒有所謂超越，也沒有所謂先天地而存在，也沒有說滅掉這些不好的、然後使它變成好的。這都不是究竟的佛法。

這裡，百丈告訴滄山，歷代祖師這麼告訴我們（**故祖師云**）——「祖師」包括佛陀、菩薩、和歷代善知識們——當他們體悟了以後，悟了就如同未悟（**悟了同未悟**），因為「未悟」是一個相，「已悟」也是一個相，所有的相都是當下空寂的，所以說它平等如如；只是在它的因緣上面有所不同，但是在本質上並沒有什麼差別。

「**無心也無法**」，不要認為有一個真實的清淨心存在，或是有一個這樣的解脫法、涅槃法可以去證。百丈說，究竟「**祇是無虛妄**」，也就是說不要掉落在錯認有一個法要修、有一個心可以去努力、或者有一個什麼樣的境界可以去成就，這都叫顛倒，都是落在有實際的法上，不知道一切諸法都是當下緣起空寂。

所以，你們在用功的時候，不要掉落到錯誤的認知裡面。只要發覺自己掉入到在分別計較你現在的境界是如何，不管是好是壞，只要清楚了解就好，但是不要陷入那個相的境界裡面去苦惱，認為它是實有。不管你是用對治、或是用逃避，還是想我只要繼續努力就可以超越．．．，這樣的心，當然也可以調整自己修行的狀況，但是仍然落在相上，不是究竟真正祖師禪的用功。

因此，家師所講的「面對它，接受它，處理它，放下它」，你就要知道為什麼要放下，因為諸法的究竟實相就是緣起空寂，所以當你接受它的時候，並不是說「哎呀！我就必須要從這樣的境界裡面才可以修成自己的道業。」如果你是掉落在「我應該要努力」，或者「給自己一個機會」，或者「我對別人要慈悲」．．．這些都沒有錯，但是是著在相上用功。

當你說要給自己一個機會時，或者是用智慧去觀照、用願力及慈悲去包容別人時，心裡仍然要清楚這一切都只是因緣法，沒有一個實際的相可執著，沒有一個究竟的東西可證取，但也不是斷滅。

所以，在用功的時候，仍然要給自己很多機會、鼓勵自己；對待一切事物時，也要能夠慈悲大家。但不是說這叫做行菩薩道，而是行菩薩道當下，是因為諸法空寂，但是又不可以遠離這些，這樣才「是名菩薩」。如果掉在「一定要具足六度萬行，一定要怎麼樣去做，這樣子才叫菩薩。」其實已經陷入到一個所謂的「我」、一個所謂的「法」想要去成就，那就不叫做真正的菩薩。

真正的菩薩，先是以智慧觀照；觀照到諸法的實相後，不住著在一切相的有無的證取，而能了了清楚一切諸法當下空寂，可是又能夠發真正的大願力去成就一切因緣。所以，打坐

時面對的任何問題，你都要能夠清楚觀察到，可是當下要匯歸到所謂真實的實相，也就是清淨心，或者智慧觀照，知道一切諸法當下空寂，空寂故，又有這些如幻假。所以你馬上知道：既然腿痛，我就不要陷入到認定有一個實有的腿、或者實有真實的痛苦；可是你又不能否定它有這樣如幻的假。

你可以用很多方法知道當下是空，可是往往仍陷溺在這樣的境界裡面。如何幫助自己出離這樣陷溺的境界，就叫做智慧的運用。例如之前我曾跟大家說，我有一個佛友，當他腿痛的受不了時，看到觀音菩薩坐在那邊，手捧淨瓶楊柳枝——楊柳枝常常遍灑三千世界，灑到眾生的身上，所有一切苦難就消除——所以他就觀想觀世音菩薩楊柳枝的甘露往自己很痛的腿上來灑。這樣一觀想，馬上感受到一股清涼從頭一直貫徹到腳。本來很痛的腳頓時不痛了。他說，好有效哦！

這位佛友不知道其實這只是唯心所造，因為沒有實際的境，只是因緣的，所以才以轉變；但是他把它當作觀音菩薩的靈感。知道佛法的人，也同樣想：嗯，我自己現在這樣業障，我深信佛菩薩常常在護念我們，所以觀音菩薩楊柳枝的甘露水灑在我身上，我深信一定可以離痛。如果有這樣確信的認知，當然你只要求就可以達到；可是，前面第一個求，因為他真正相信，所以不是通過思惟產生的。這樣的仰信容易達到一心，就容易出現功效。

剛剛講的是從解信，你也知道佛菩薩時時刻刻是護念眾生的，而且是不思議的。我們這樣的腿痛，只是自己一時的業障，如果祈求觀世音菩薩，你知道即使是因緣，可是這樣的因緣假，只要我虔誠地祈求，不執著在那裡，也可以解決腿痛。

奈何，經過解信以後的分析，再來做這樣的虔誠祈求，往往就失效。因為你的心理面已經有兩種想法了。你會想：它是空，這一切不是實有的；雖然不是實有，可是仍然深信觀世音菩薩的慈悲跟願力，仍然相信這樣的如幻假可以用這樣的方式去淨除。但是因為你的思惟太多了，所以反而產生不了力量。

如果我們真正了解這個法，以無所求的心來相應，例如達摩「二入四行」的教法，把這樣的痛當作是報怨行——即生命的訓練與承擔——你就不會在這裡面產生任何對立，因為你知道：這只是增益我所不能，自己以前不夠精進、不夠努力，所以藉這樣的境界來考驗、磨練自己；在這當下，其實也沒有任何東西可以執著，但是你仍然藉此因緣來消除現在所處的境世界上的一些困難，那就叫報怨行。

所以，對治的方法看起來有兩種，一種是從完全不求甚解，只是求感應、求救濟；只要心虔誠，這些感應一定會產生。但是這很難，因為沒有真正到達專心、專一時，是不可能發生的。而且大部分要到絕境的時候，你已經沒辦法了，那個心才會發出來，這樣子叫做有感才會應。「感」是指大的心、大的祈求。

縱然有感應，對宗教有所體認，但是這樣的體認很淺薄，因為它會過去的。過了一段時間之後，你自己都不知道它究竟是真實的、或是瞎貓碰到死老鼠偶然發生的，對這件事情就越來越沒有自信，然後你也不知道如何繼續去操作，可以得到同樣結果；因此，用這種方法

來修行，往往百千萬人不得一個真實的成就。所以，用神蹟或者宗教的感應做我們修行的體驗是很危險的，而且成效極微。

但是，例如以達摩的二入四行，在遇到境界困難的時候，同樣都是求感應，可是你知道這樣的感應並不是外來的，但是也不是沒有這樣子的一個感應。諸佛是究竟無所不在的，只要我們心虔誠，當然可以得到這樣的感應；可是也了解現在的痛只是如幻假的，現在我執著在這個痛上，是因為還沒有真正見到自己生命的實相，所以還執著在有一個我、甚至於有一個腿痛、有一個去掉腿痛的感應。自己知道有這樣的問題，並不是掉入到無知裡面。縱然你相信佛菩薩的不思議，也不會陷入迷信；只要真正的心發起來，雖然是以很理智的心，甚至有類似解知的心來求，也一樣可以得到很多的不思議。

這就是佛法有時候超越所謂的知識、哲理，往往無法用語言文字來說明。類似這樣的感應，不只是在經典裡面很多，就是在語錄裡面的大德們，往往也都可以預知時至。不要以為這是不可思議的，或是奇妙的、或是神蹟．．．，它其實仍然是因緣所生法，只要知道諸法沒有究竟的實相可以去貪著，智慧一產生，不像眾生那樣起分別，一念就具足過去、現在、未來，了了清楚；縱然對於尚未發生的事情，你也可以在自己的智慧觀照中看得出、體會得出來。

觀照諸法實相，不偏空、有兩邊

很多人學禪以後，否認有淨土、甚至有佛菩薩的感應，這都是因不了解而掉入只有空的一邊，不知道緣起的空寂當下，就有眾多這些如幻假。所以經典說，如果著在聲音或形相上面，就不能見如來；可是，同樣的，你只要做到能夠遠離聲音跟形相上的執著，當下一切就叫如來！而且這如來也不是我們現在所講的空性，他仍然有如幻假的妙德妙用。

所以，並不是要否認有淨土、有諸佛種種感應的存在，而是不執著在這樣的境界上面，因為大多數人以為這個感應不得了，就心外祈佛、心外祈法，掉落在自己要被救濟上面，不知道三輪體空，不管是我、還是法，乃至於能證、所證的一切，以及所修的一切，當下都是空寂的；雖空寂，可是仍然有次第的因緣果報，仍然有所謂菩薩的不同階位，甚至於到嚴土熟生、究竟成佛的境界。

希望大家不要只偏在一邊，對於諸法的觀照要全面。當然知道一切諸法究竟是緣起空寂的，可是空寂的緣故，有一切諸法的成立。若認定一切諸法當下空寂，所以無佛可成、無眾生可度、沒有法可修，這樣是掉在虛無、甚至於掉在斷滅裡面，了不起只是見到空的那一面，那仍然是虛妄的。如果你掉在一般凡夫認定佛是究竟實在的，所有的苦難也是存在的，因此心裡常常求佛來救助，如此當然也是虛妄不實的。

唯有時時刻刻真正知道一切諸法的究竟實相是什麼，你才不會迷惑。掉在執著有也不對，掉在只論一切是空，也不對！那究竟是什麼呢？只有你自己去證，才會知道什麼叫做真正的畢竟空，空裡面為什麼具足萬象萬物。

所以，時時刻刻不要掉在知見，就知道「凡聖等心」，眾生跟佛是同樣的。「等心」的意思是，了解原來是無心無法，一切諸法當下如如，是清淨、不生不滅的。凡夫看起來有生滅來去的心，其實只是落在一時的迷而已；不管凡夫認識不認識，究竟諸法的實相仍然是緣起空，只要凡夫有一天能放下自己所有的分別對待，當下知道緣起是空寂的，就相應到聖心。並不是一個什麼樣的人的心叫做聖心，而是你能夠知道諸法當下是不離現象，現象的當下就是諸法的實相。有這樣了悟的，就叫做聖心。

看起來好像有聖跟凡的這些心的差別，但事實上，凡夫只不過是尚未知道這個真相而已，聖心也只不過是了解這個真相。了解這個真相有沒有增加什麼東西？他只是了解而已；而不知道的人，也並沒有缺少什麼。

以最簡單的地心引力來舉例，我們現在都知道，因為有地心引力，才不會在地球轉動的時候把我們甩出去。那些不知道的人不是也照樣活著，有沒有減少什麼？而讀了書以後，知道地心引力的知識，就增加了什麼嗎？有多重了一磅嗎？並沒有，當然是沒有增沒有減。所以，不懂緣起空寂，也沒有影響什麼。懂了，只不過是知道一切諸法是這樣，也沒有增加什麼。

緣起空寂的實相，法爾如是，不是佛發明的。發明的英文是 discovery，本來是蓋住的，你把它掀開來了。就像古代，結婚之前是不能見面的，新郎在婚前一直想像他老婆長得怎麼樣，只有等到他揭開紅布的一剎那，才知道他老婆是什麼樣子。同樣的，新娘也在想，未來我要陪伴一輩子的良人到底長得怎麼樣？都要到蓋頭揭開時才知道。知道有沒有增加什麼？沒有。不知道也沒有減少什麼。只是知道以後，「啊！這樣哦！」這就叫開悟。

本來雙方沒有見過面，心裡會有很多想法，甚至有很多意見，或者有期待、或者是畏懼。不管是期待、畏懼、或是種種的想法，在這一揭開時，他發覺「呀！就是這樣子！」，原來的期待和看法，當下一掃而空。可是，繼之而起的，可能有更多意見也不一定。但是起碼在他揭開的一剎那，以前所有的看法、懷疑、或意見，在那一剎那就空掉、就不成立了，但是很快的，自己的一些意見跟看法，馬上緣這個相又起分別。那是屬於第二念第三念以後了。

緣起的中道，不是因為你掉入到哪一方，或者你認為可以經由你的努力、期待、或造作去改變。緣起法就是佛也不可能改變，所以緣起不是佛創造的，只不過是佛體悟到的。對於緣起法來講，一切諸相當下如是，所以不離現象當下就是空寂，空寂的當下就是有這些萬法萬物。它當下因為沒有自性，我們說它是「不生」，不生所以「不滅」，所以，不離現象當下，我們說它是永恆，並不是超越了什麼東西的永恆，而是因為現象一直都生生滅滅，緣起法是在現象當下就存在，所以我們說它是不生不滅，叫做永恆。

對這些名詞，如果你陷入到知見上面去了解，就會越想越糊塗，只有正確了解佛法的緣起真義，知道所謂的不生不滅是因為緣起沒有一個真實的相、沒有一個真實的自我，所以當下就叫做不生不滅，不是每一個境界永遠不變叫做不生不滅。很多人修行就是追求不生不滅，那就錯了。不生不滅不是去追求的，不生不滅是諸法的究竟實相，你只是豁然開悟，豁然了

知。

一念覺，即為聖心；一時迷，而為凡夫

所以，「凡聖等心」也一樣，不是你修成功以後變成聖心；而凡夫的心，也並不是有一個實際的存在，它只是暫時的歧路、一時的迷，因為他沒有真正認知緣起的空。佛法告訴我們，一切諸法都是緣起空寂，知道了以後，常常用這樣的智慧去觀照一切，就不會掉入到這樣的執著裡面。

因此一念覺的當下就叫做聖心；如果用形容詞就是迴光返照，直指人心，人心的當下不離緣起空寂。什麼叫做見性成佛？就是你確確實實體認了緣起空寂的真實義。凡夫只是不了解，還常常掉在無知、或是錯知裡面，造作了很多生死。對這些人心來講，只是一時的迷，並不是他失掉了緣起這樣一個東西。當他有一天聽到佛法，並且修行佛法時，了解一切諸法是緣起空寂，當下他就不迷，沒有虛妄顛倒，時時念念都很清明，此時就叫做見性；念念既然不迷，就叫做佛。相應到緣起空寂，對緣起的諸法有究竟、真實了解的，就稱作聖心。

雖然現在你們還未能親證諸法的究竟實相當下就是清淨如如的，還沒有具足像佛的智慧德相、能夠產生作用，但起碼你一直在泥上滾，還能滾出全身都是泥，我們常常在這裡薰習，薰習久了，雖然裡面還沒有變，還未真正脫胎換骨，起碼外表有那個模樣。

驢很喜歡在泥中翻滾，一身泥對牠來講反而是很歡喜的事，因為驢的皮毛上面有很多小蟲，驢沒有手，不能抓癢，只有在泥裡面打滾，小蟲才會被泥碾死；泥乾了以後抖一抖，小蟲就可以掉下來。中國人有一句話，罵人「笨的像驢一樣」。其實驢不笨，真正笨的是我們。我們修行常把自己弄到不知痛癢，以為沒有痛癢、或者除掉痛癢，這樣叫做聖人。那是「剩」下的人！活人要知道痛癢，哪邊痛、哪邊癢，癢的地方越搔越舒服。

十八羅漢的造型裡面有很多呲牙裂嘴的，有的在掏耳朵，有的在打哈欠，或者是抓癢。為什麼做成這樣的造型？就是在告訴你，修行時，時時要知道痛癢，哪邊癢就去搔癢，不要修到最後眼觀鼻、鼻觀心，結果變成木頭人。「一二三，木頭人！」，就像小孩子玩遊戲，「一二三木頭人」就要轉頭，連小孩子都知道木頭人要轉頭，結果你們大人坐在這裡眼觀鼻、鼻觀心，最後變成木頭人，就死在這樣一個修行的境界下，叫做「我來祖師禪林打坐參禪」，坐到變成木頭人。那我只能喊「蒼天！蒼天！」，意思是「冤哪！冤哪！你看這些人，美其名來到祖師禪林跟果如法師參禪，結果參到最後變成木頭人，他們以為自己工夫境界最好，我真不知道要找誰去討這個冤屈。」

所以，求求你們不要冤枉我！來這邊參禪不要做死人，要做活人！活人就知道哪邊痛哪邊癢，痛癢的地方要自己去搔，不能叫別人替你搔癢，別人永遠抓不到癢處。意思是你的問題要自己去解決，不是靠別人給你解決；不要以為在這裡聽我講這些，可以在這找到答案。不對。就像坐在那邊那位禪眾，他剛才頭癢，就自己抓一抓；他不會說：「師父，你幫助我抓癢。」如果真上前幫你抓，抓了這邊，你可能還覺得：「不是，左邊一點。」抓那邊，「也不

是，再右一點；再往中間一點；再往上、往下．．．。」那永遠都不是。只有他自己發覺哪邊癢的時候，一抓，就舒服了。

來到這裡，要去發覺你自己生命裡面的問題。面對著自己的問題，要知道問題出在哪裡，然後去對治它；就是自己親自抓癢，不要靠別人來幫忙，這樣才有真正的功效。

「本來心法元自備足」，本來具足的心跟法，心裡面具足像如來的智慧德性。一切諸法本來就是不生不滅、本自清淨，原本就是這樣的「備足」(完備、圓足)，也就是如六祖所說，何其自性本自清淨，何其自性本不動搖，何其自性本不生滅，何其自性能生萬法。意思是，自性裡面就含藏著一切的萬法萬物，因為緣起空的當下就具足一切萬法萬物，空的當下就是萬法萬物、萬法萬物當下就是空，本來就是具足的。但是你不要又把它變成道家的想法：「原來都是不離道，既然跟道相應，所以我們說它是具足的。」不對。也不是先天地而存在的；如果你認為「元自備足」的元就是「原本」，那就不對了。

我們中國常常有一個所謂最初的本源，甚至最後攝末歸本，回到最後的根本，這是我們中國道家的修行。佛教沒有一個開始的源頭，也沒有一個最後的終結，也不要認為它是在這其中循環。他只不過是告訴你，即萬法的當下就是緣起，緣起的當下就具足萬法，所以在這裡面沒有所謂的開始和消滅。這樣子才叫做「心法是原本具足」。

「汝今既爾」，「既爾」就是已經如此清楚了解。你現在已經清楚了解了，不是陷入以前的迷裡面，就要「善自護持」，從此以後照著你現在所體悟的本自清淨、本自如如、本不生滅、本不來去，照這樣子去行，去這樣做。

《阿彌陀經》裡面說，十方諸佛護念一切眾生，阿彌陀佛也是護念一切眾生；修念佛法門的人，十方諸佛也護念他。這裡的護念，就是念念不離這樣的正念，自然身口意三業就不會陷入到錯誤的境界裡面，這就是善自護持。能清楚了解一切諸法的究竟實相，你就不會再迷失，就不會去造作三界六道生死輪迴的惡業。

任何時刻，我們都要真正的明白，不離一切諸法當下，就是緣起空寂的實相。所以，不要著在任何事相上去起心動念、去追求什麼，但是也不要掉入到空洞虛無裡面，認為就不需要去努力、不需要發願、不需要修行，那就不對了。