



禪林號外 特刊

2013 美東弘法行

■美東弘法之旅，啟程……

6/10 果如法師率領法師、居士等一行五人從台北啟程，歷經 20 多小時漫長的飛行及路上交通接駁，在 6/11 半夜抵達美國紐約法鼓山象岡道場，開啟長達一個多月的美東弘法行程。

■6/14~6/16 紐約象岡道場・教理研習營

經過兩日的時差調整，首先進行的是 6/14 日起為期三天的禪修教理研習營。由於象岡道場成立以來多舉辦禪修活動，「教理研習營」為首次舉辦，因此許多學員都是第一次參加此類型活動。學員涵括中外人士，大都是特別請假參與的上班族，且多數人都做足前行功課，甚至有位教授帶了許多禪宗的書籍，打算跟果如法師好好討教一番，認真的態度讓人讚許。



本次研習營果如法師以「一花開五葉」為主軸，講述中國禪宗於六祖惠能大師之後，開展出的五大宗脈—臨濟、曹洞、潯仰、雲門、法眼。三天的研習營，詳細講解潯仰及臨濟兩宗，將許多深奧的佛法及禪修工夫，透過公案故事講得透徹又生動，讓學員們既能理解祖師們流傳下來的公案是如此活潑、精彩，又能於其中窺見祖師們如何於生活中落

實禪法。三天內雖未能將五宗全數宣說完畢，但深刻的教理及生動的公案故事，以及解門(教理研習)行門(打坐實修)並重的內容，皆讓學員們收穫良多，也意猶未盡，期盼明年有機會再度參加。

特別值得一提的是，為了讓象岡道場的常聞、常襄法師懂得運用方法甚至指導禪修，果如法師要求兩位法師在禪堂裡運用香板對禪眾進行逼拶、小參時間擔任指導，讓兩位法師實際歷練。無論是禪堂內的開示或私下的時



果如法師對常聞法師(中)、常襄法師(左)的指導，處處顯示大師兄對師弟們的關愛。

間，對兩位法師於心性上、體驗上的問題，果如法師皆下了很大工夫來指導，處處顯露出對師兄弟的用心、關愛，以及對法的傳承，令人備受感動。

■6/17 費城・賓州大學佛學社/佛法講演

6/16 日研習營甫圓滿，下午一行人從象岡驅車急趕，於深夜抵達費城。翌日一早至賓州大學佛學社進行佛法教學。雖然參與的人數不多，果如法師以一貫的熱忱開示宣講，下午則帶領數息、慢步經行...等幾個修行的前方便法。參與的學員多為來自中國大陸的留學生，雖然大都是初接觸佛門甚至毫無禪修經驗者，卻都極具善根，不論是對法的尊敬、渴望，或對生命的實相與佛法的究竟所提出的問題，皆契入法要，果如法師與學子間的問答，層層深入且充滿禪機，互動精彩熱烈，令在場的老參新學都別有收穫及啟發。

■6/18-6/19 南澤西念佛會 · 念佛開示及帶領

6/18、6/19 兩日，弘法團來到已經營十餘年的南澤西念佛會的佛堂帶領念佛。由早上九點至晚上九點，念佛、開示輪番進行，由於非周末假日，白天參與念佛的人雖不多，卻莊嚴攝心，晚上下班後趕來參與者不少。兩天的念佛活動啟發了果如法師日後到海外弘法時，要將禪修與念佛做結合的想法，並打算將念佛禪規劃為祖師禪林的重點禪修活動之一。



弘法團成員與南澤西念佛會佛友一起念佛。

■6/21-6/30 紐約象岡道場 · 精進話頭禪十

6/20 自費城回到象岡，第二天即進行精進話頭禪十(6/21-6/30)。過去，果如法師每次只以話頭禪或默照禪中的一種方法來指導禪眾，本次禪十的特色在於，師父不單只強調某種方法，而是整理出漢傳佛教中禪宗的源頭思想。不僅上溯六祖惠能大師，還推及五祖、四祖乃至初祖達摩所傳下的博大精深的禪法。這些祖師們的法，不僅止於「如來藏」思想，還涵括「般若空慧」思想、「唯識」思想，然而在時光的遞嬗中，後兩者卻在禪宗法脈中被漸次忽略、淡忘。果如法師在本次禪期中即著重於此三系思想的宣說，同時他也發下大願，要將之融合彙整出一套理論，運用在禪修指導上，以之利益更多眾生。

■7/3-7/7 紐約東初禪寺 · 禪修教理研習營

話頭禪十後短暫休息兩天，7/3-7/7 登場的是由東初禪寺主辦，於象岡道場進行的五天禪修教理研習營。師父延續先前「一花開五葉」的內容授課，從臨濟宗開始將所有的內容講畢。本次學員，大部分是念佛、發心的義工或參加佛學課程的成員，較無禪修經驗，加以過去少有法師講解禪宗的公案、教義，師父生動活潑的講授內容對他們而言皆是耳

目一新，讓大家都深深陶醉其中。

■7/7-7/9 法鼓山紐澤西州分會 · 佛學講座

7/7 教理研習營結束後，隨即趕往法鼓山紐澤西州分會，展開連續3天晚上的講座。雖然3天主題分別為：默照、話頭、念佛，但基本上仍不離祖師禪。由於是第3次到訪，且師父講經開示風格不同於其他法師，禪修指導上也能根據禪眾的身心狀況、當下的問題等做出適切回應，因此得到禪眾們熱切的迴響。紐澤西分會新添購的道場新址明年即將落成，大眾希望明年師父到訪時除了佛學講座外，還能帶領禪修。

■7/10 紐約 · 佛學講座

7/10 弘法團一行人到紐約的居士家辦佛學講座，向讀書會成員講授祖師禪，弘法行程至此告一段落。

花絮



■聖嚴師公早期在美國的多位西方弟子，當年來台時由果如法師負責接待，此次得知果如法師至美東弘法，特別花了數小時的車程趕來敘舊、請法，談話過程中，果如法師亦發願，將來要直接多用英文弘法甚至禪修指導，計畫多些時間留在美國，改進並提升自己的英文能力。

■此行弘法團也參訪了聖嚴師公初到美國時駐錫、也擔任過住持的大覺寺，並由現任住持法曜法師接待。追撫昔時聖嚴師公筆路藍縷的弘法足跡，也讓大家更加堅定將祖師禪法廣弘海外的願心。

■感恩所有美東佛友周延的協助、安排，讓本次弘法之行圓滿順利，謹此一併致謝。



果如法師率領弘法團成員常舜法師(後排右二)、資濟時師兄(前排右一)、廖素香師姐(前排右三)、許美真師姐(前排左二)及美東佛友參訪大覺寺，由住持法曜法師(後排右三)等接待。

祖師禪

三系思想架構

禪修者依照教理、思想體系做為修行的最高指導原則，需知如何去落實，步步延續著過去的軌跡，清楚這就是佛講的，祖師如何化成他們自己的智慧，在生活上指導我們。從印度時代的三論與唯識開始，大乘教理已講到一切諸法的究竟實相是圓滿清淨、不生不滅、不來不去，這叫實相論。實相論不建立實相，它掃蕩一切的相，雖然有如幻假、不真的諸法，但是從實相來說，它就是空寂的。然而很多人陷入空見時，認為它是斷滅虛無的：「既然是虛無的煩惱，何必去斷？既然佛果是空寂的，何必去證？」如果佛跟眾生一樣有生有死，就非真正的不生不死。小乘的教理無法圓滿解決這些問題。直到大乘的般若空思想出現，便講一切諸法的實相不離現象，現象的當下又是真正的空寂。眾生的顛倒意識認為煩惱、涅槃等一切都是實有，但從因緣法來講，緣起空寂故，一切諸法都不是究竟實有，這與小乘的緣起空義的甚深義是互相貫串的。

既然煩惱也是緣起法，那它就不是實有的，我們要不要去斷它？當下這個煩惱的現象，本質就是空，但它又顯現出煩惱的業相與業用。這些業相業用，從凡夫看來無法忍受，而就諸佛化世而言，有時反倒是一種度化眾生的方便。就像當佛陀示現有病時，似乎與眾生無二樣，但眾生會被境轉，佛陀則不被迷惑、不被境轉。當我們用般若的空慧一觀察，就了解：要度一切煩惱苦厄就要先「發心」。

要發心令一切眾生都究竟成佛，但不掉在我執、我相裡。因見眾生有種種顛倒愚癡，所以不為己求，相應於諸法的無我，但無我不是空無，它有種種的妙用，會產生出大願力、大慈悲，這就是修行菩薩道的前提了。發心之後，要知道學佛及發心度生的真實本質，即是真正智慧的顯現，以智慧觀照諸法現前的當下，就是清淨、沒有生滅來去的，才不會掉在顛倒恐懼裡。

■以般若慧觀照，一切法「色空不二」

從自己的身心到外在的山河大地(即五蘊，或六根、六塵、六識)，都要一一用智慧去覺照它們當下就是空寂的，緣起性空故無實際的相可得，不掉入有一個真實的我、或任何真實的法可執著，就

叫「照見五蘊皆空」，也照見一切正報及依報的現象都是緣起性空。色、受、想、行、識五蘊的當下都是空，空的當下也是色、受、想、行、識，也都有種種作用。當我們能用智慧觀照時，就會知道「受」的本質當下是空，但空的當下就有愛恨情愁、貪愛憎惡的種種感受體驗。可惜眾生往往只感受到「受」的苦與樂，而沒有用智慧去觀照它是空的，因而掉入五欲塵勞裡生死流轉，無法建立起解脫生死的修行。而小乘只見到空，沒有見到「空即是色」，認為除掉色以後就叫空，除掉受、想、行、識以後，「所作已辦」——所該做都已經辦完了——就叫空，就叫「梵行已立」。

大乘菩薩知道空的當下就是色，色的當下即是空，所以能在花花世界裡生死自在。他看到眾生不知當下是空，而在生死塵勞裡起種種顛倒煩惱，故發心要度眾。於是菩薩在空裡產生願力、慈悲與種種妙用，把它們從身心推衍到山河大地及一切萬法，甚至包括世間法、出世間法，這就是「空即是色」。

從世間法(身心和世界)，到出世間法(四聖諦、十二因緣、六度)，都一樣要觀照它當下是空的，繼之證到「法」與「非法」都是平等的，都是無老死，亦無老死盡，根本不必起心動念要去斬斷或遠離煩惱。無煩惱可斷，也無法可修，所以不必擔心如何去斷煩惱、去修法。大乘菩薩不否定有這些法，只是不像小乘一樣把法、把證得的智慧果位、把生死、苦、空、無常當作實有，當我們證知，原來一切都是緣起性空的如幻假有，就不必去擔心它。

如幻假有的現象雖千差萬別，但不管粗細染淨，相相都平等，當下都是空。從空的角度來看，一切現象都清淨圓滿、不生不滅；從如幻假的角度來講，每一現象各有其性、相、體、力、作用...種種的差別因緣，並不是空就什麼作用都沒有。

■唯識系——生滅不住的當下，又圓滿成就

大乘的唯識系主張真空不空，即「勝義有」、「勝義不空」。即眾生因為自己顛倒，由錯誤的認知而對諸法當中的某些法產生虛妄的執著，把沒有的東西當作實有，就叫遍計執。就佛法而言，一切法緣起性空才是真正的實相，但我們的遍計執卻認為有個實際的我、實際的相、實際的得，從而陷入感情裡去計較、追逐，無論是世間法的五欲塵勞、出世間法的成佛做祖的念頭，都是遍計執。另一個觀點是「依他起」，就是眾緣和合時，某個法就生起，

不屬於遍計執。有因有緣，才有這個法，離開因與緣，這個法就不存在。

從唯識觀點來看，離開遍計執以外，一切諸法是因緣和合的，當下看起來有一個相的存在，但每個相都在因緣中剎那生滅，你說它有，它已經不存在了；你說它不存在，它又有那時候的因緣所呈現出來的相，我們說它是依他起，又是一種「圓成實」，意指諸法雖然依他起，看起來生滅不住，但是每一法都有它如幻假的一段因緣。因緣和合的當下只要不起妄想執著、還它本來的面目，一切諸法都圓滿如如。所以，唯識系要轉識成智，轉我們的虛妄計執，相應於一切諸法依他起、不可得，當下就是圓成實。從圓成實的角度來講，它是不空的，是實有的，亦即見性成佛以後，一切諸法的實相是「勝義不空」的，這與《中論》裡說實相是畢竟空不同。

■性空系——「空」的當下同時有三個面向

性空系的《中論》談的就是中觀，中觀當下就是空觀，只是天台宗又建立一個「中觀」，以區別於空觀。就三論宗而言，既然一切諸法都是性空的，你不落兩邊，知道諸法當下空就是色，則空觀當下就是「假觀」。真正的無所取，無老死、亦無老死盡，是名菩薩，這就叫中道。

性空系未真正建立所謂的假與中。從性空系來說，一切諸法性「空」，所以當下是如幻假，既然是「假」，即遠離兩邊(是法、非法)，就是無老死、亦無老死盡，無證無得，故稱做「中」，所以性空系當下有所謂的空、假、中，雖不成立三個，但因為它的空觀，不是小乘的偏真的空，它有如幻假的作用，所以空當下具足假，而空假當下的圓滿就叫中道，一個「空」的當下同時有三個面向。但是天台宗把一心具足三觀變成具備空、假、中三個不同的東西，這就很麻煩。唯識的「勝義不空」是在印度的大乘佛法裡面建立的，但他們不叫如來藏，而從緣起法上面來說，依照緣起空寂之理，到達般若的色空不二、勝義的有、勝義不空，所以諸法當下是圓成實。

從般若(性空)系上來看「見性成佛」，見性是知道諸法實相畢竟空寂，所以無佛可成，才是諸法的究竟實相，才叫見性成佛。從唯識系來看見性成佛，是知道一切諸法的本質不離遍計執、依他起、圓成實，清楚明白而不掉在虛妄計執裡，並認知一切諸法都是因緣和合但不著在相裡，能夠轉眾生的妄執，當下就叫圓成實、大圓鏡智。

並不能說大圓鏡智是沒有的，在三論宗的中觀裡說無智亦無得，但從唯識系來說，轉識成智以後，智的功德妙用——佛的三明六通、種種悲智妙德——不是完全斷滅虛無的，仍然是有的，只是那個有是「勝義有」(大圓鏡智)，不是眾生顛倒執著的有。如此，就能消彌眾生對「佛的色身跟我們一樣，進入涅槃後變成斷滅、變成什麼都沒有」的疑問與恐懼。從唯識裡就能知道眾生轉識成智以後就是佛，而佛是見到生命實相、了知一切相的當下就是涅槃。所以，佛之於生死，不住不離，雖然恆在寂滅中、不動本處，但仍時時刻刻在教化眾生，不管是領眾遊化四方之時，或捨棄肉身入滅之際，他都叫恆住世間、恆於世間。

■如來藏系——佛性本自具足，不假外求

大乘真性系所謂的「如來藏」，是依《如來藏經》說明眾生如同佛一樣，本來具足一切，但就像真金被敗絮所包覆，所以顯現不出本質來，只要眾生放下所有煩惱，當下即佛。這是肯定人人都是佛，不管妄想執著真不真實，都不必在意。般若(性空)系與唯識系都還要經過後天的努力，才達到見性成佛，例如見到實相的空性，知道佛本來無有增減、來去、生滅，這是屬於實相論。唯識也是要經過轉識成智的修行過程，方能見到一切諸法本來都是圓成實。

如來藏體系卻直言：本來就是如此，不管修或不修，都是不增不減。這很容易讓眾生誤會是無所作為。事實上，如來藏(真性)系所謂的不必修，可以用「絕學無為閒道人」來形容。絕學，是不住著在身心的煩惱顛倒上，清楚知道諸法的究竟實相是本來空寂、圓滿、清淨，明白以後，不必刻意去念佛拜佛、打坐修行，只要當下相應於諸法的實相即可，所以叫做絕學。並非好逸惡勞的無所作為，或以為既然一切現成，就什麼都不必做，而是在了解諸法的究竟實相以後，知道落在有所作為的，都是顛倒錯誤。

雖然認知煩惱的本質當下即空、即實相，但煩惱的如幻假相的業用，你仍然沒辦法跳脫，就不能叫絕學無為閒道人。你必須以相應於諸法實相的方式來用功，不管是用般若的空性觀，用唯識的轉識成智，還是用如來藏系的當下承擔方式——我們就是佛，既然是佛，就沒有這些顛倒的問題——都是修行的方法。大乘祖師禪就是要用這三種教理來用功。(本文摘錄自果如法師—祖師禪三系思想架構開示) 禪