

大印指歸虎嘯

懸智老法師 講

恒河大手印五指講解：

師父的話：印行本書的目的不是要宣傳，而是結合一些志同道合，真正想研究和修行的人。

〔第一講〕·原書第一講 2001年3月29日·····09

禮敬上師、三寶無分前！

應知傳承諸上師，與我心無別。

見、定、行一切行持皆攝於心。

見者，了知法爾如來藏心，具足一真法界，無量顯現染淨諸法平等性義。

〔第二講〕·原書第二講 2001年4月05日·····27

見宗唯有般若光，可以智慧觀照抉擇。

彼空性不離大悲，般若菩提等持雙運，故空悲雙融方為正定。

具正見、正定者，契合諸佛生之苗芽，即菩提行趣；一切利他六度萬行，方為善機行者。

能再於寂靜處，放下一切事緣，一心精進，即生於本淨心體，隨處可修，即於事事物物上透過也，必得證解脫而登妙覺。

或未能如是，為他力所轉之下機漸道凡夫，但一心向於此三門，即不當起貪、瞋、癡諸作業掛礙，於未來世，亦能由苦轉樂。

此三要（見、定、行）為直指自心實際之法門，能斷惑妄之命根。

雖經直指，然隨境而轉之粗妄念，遮蓋自心本相，亦不能見，故當先使粗妄澄清。

三修門：“身修“，離諸作為，如世間無益之事及其他出世之行法等，唯安閒寬坦令身安住；

”語修“，無益之世間語及咒誦均止，安靜如谷；

”意修“，離戲論思量、比對心想，即觀想作意亦止。

但尤要者，令身安住如須彌山，令心寂靜澄清，不為外境所牽。因示曰：最初令心坦然住，不擒不縱。

〔第三講〕·原書第七講2001年4月19日.....43

離妄念，是無為而住之自心性，即智慧光明。

若以有為，為道而修，必不了悟本元。此為自心元所俱生智。

但初修雖欲自然住定於本元，然隨境而轉之粗妄念，遮蓋自心本相。急呼『呸』字，頓斷妄想之流。

〔第四講〕·原書第八講2001年4月26日.....62

息粗妄心所而住定，則離攀緣一切法之境，自性即明徹、赤顯離心智慧，如如現住。

洞達離生滅有無諸邊，超絕語意分別境，而自安住離言思之智慧性境中。此指法身體體性智、瑜伽、見宗。

如不識此而修，則是未離心之作用及有為之見，與自性大圓滿道懸隔，不得無修光明輪。

令心如河流，任運自然住，心起知為智慧功用，（心滅知為返本還元），觀照及一切時皆如是，不可於各各妄念起伏上，作各各調伏對治，起伏不作成立與遮遣，即得法身自相。故放逸不修與勤積修習其法性無增減。

貪瞋、煩惱、苦樂、感受等之自性，知其皆是法爾，即得法身妙用。
如不達自然任運，必妄念紛馳而落凡愚。

故常應不離無修之大自然住，無論何時，唯以認識直指見宗，一切盡攝。

〔第五講〕·原書第九講2001年5月3日……………83

妄念與煩惱，皆法身本覺智慧相。

其自性亦即法身本體光明之真實。

知之，即名本體住之光明。

其直指自性光明之見宗，能熟其自相，即名行道之始覺光明。

為任運於此而無分別之體與道兩光明之自相，即所謂之光明母子相會也。（本覺母，始

覺子也）

由不覺而始覺，始覺即同本覺生出之子光明，而合母光明也。

不忘已認識之見宗自相光明，對於境界功用中妄念煩惱，不起任何遮遣與成立、取捨等
為最要。

日久護持如是之境，然所住不越於貪著樂、明、無念等功力之中。

當遣離貪著如是等功力境，頓然安住，方現赤裸了徹之自性本元體。

有樂明無念諸功力而遮本元自面者，當揭此皮殼，自性之相方能赤裸呈現，是為智慧由
內明朗。

故宜頻除樂、明，曰：泉水洶湧激流妙。

生樂、明之力及現世樂、愉快等相時，力唸方便能攝之『』，與般若能斷之『』，猛

然從上落下，以破貪著功力之皮殼。（以上兩藏字，合成為『』，即「呬」字，譯音潑吒。）

自頂至足，空如竹筒。心等虛空，超絕一切分別，離沉、掉、無記，而令等、持、惺、寂。靈明無取捨執著，住於本妙明淨體性中。（恰恰用心時，恰恰無心用），即大手印定。如是一切時能保任離絕道驗之關要、無可言說之自性了徹者，入定、出定行持無別，上座、下座修持亦無別。

常如此修，忽於剎那間，如暗室燈燃，光明開朗。涅槃自性，俱生本覺之智光，全體畢現。立證無上正覺道。

7

於見宗未得印證，則雖修亦無保任之境，故以印證見宗為首要。後可印證自住之智慧，是即住自本性，非由他求，亦非昔無今有。（此為初要）

恒河大手印五指深入講解：

〔第八講〕2001年6月7日 訂宗旨、求正法：明過程、明修義、識口訣、防諸病、務專修、大印定、開本來、得印證……………104

〔第七講〕2001年7月5日 八正道、離、轉、即：文字禪、口頭禪、枯木禪、香堂禪、狂妄禪；未到定、光明……………123

師父的開示 2001年7月1日 宏揚正法厥志專修、聞思修、中觀與唯識、一乘見、無說、延壽……………145

8

師父的開示(禪定) 2001年9月13日 法財侶地、瑜珈、專注、觀想、唸誦、調息、運動、心性；潛意識、煩惱、業；鬆、靜、洗、守、無、疑、參；呼吸、護關、反省；見、念、觀、覺……………157

附註……………184

達摩祖師悟性論……………194

〔第一講〕2001年3月29日

前言

各位法師慈悲！各位居士歡喜！

我們先要感謝一些人：

第一要謝的就是智行師父，他為我們準備了這麼好的一個講堂。

第二要謝的就是霞女，她搞起學習元音老人著作的旋風，是她第一次從上海把這本書請來賜給我看。

還要謝謝 淨空法師領導的佛陀教育基金會，他贈送這麼好的法寶。

也謝謝佛教青年協會袁文忠居士及黃麗容居士把書運過來給我們。

再要謝謝的就是白師姊，她負責統籌報名、派書。

和謝謝莉莉和許居士負責現場擴音設備。

最後要謝謝的，就是大家不棄、捧場與慈悲幫忙。

主題

在當代來講，我們中國人在學術界上面是沒有地位的。因為世界上所有的名著都是外國人寫的，中國人都是抄來抄去，或者是一再印古代的書。而這兩本書（指佛陀教育基金會所印贈的《佛法修證心要》與《恒河大手印》）印出來是為我們中國的佛教爭一口氣。

我們看到這兩本書的序言，都是徐恒志老居士寫的。在二、三十年前，可能你們也曾看過他有一本通俗的佛學著作，《學佛是怎麼一回事》就是他寫的。徐老居士在介紹〈恒河大手印〉時是這樣說的：「和盤托出，反覆叮嚀，生動活潑，觸類旁通。」我今

天再加一句：「深入淺出。」什麼叫“和盤托出”呢？就是將身上的五臟六腑全部剝開來給你看，這不是用佛法來賣關子、打啞謎、兜圈子，或者只是叫你自己去參。

《金剛經》什麼地方是“和盤托出”呢？

「爾時，世尊食時，著衣持鉢，入舍衛大城乞食，於其城中次第乞已。還至本處，飯食訖，收衣鉢，洗足已，敷座而坐。」就這樣《金剛經》已經講完了，下面不過是回答須菩提的兩個問題：「如何應住？」、「如何降伏其心？」在這裡無盡風光徹底透露。當時在位的証果的，開了天眼的大德個個都看得出，但是他們不作傻瓜，他們不開口，這須菩提甘願當傻瓜，好出風頭，才這樣站出去說：「稀有世尊，如來善護念諸菩薩，善咐囑諸菩薩。」這就是反覆的因；“生動活潑”呢？就是講讀這本書會很有興趣，讓你看了又看，看了又想看。至於“觸類旁通”呢？你學佛有好多的問題喔！悶在心裡，有的想去問人呢！去問那一個？不要講我們啦！連南（懷瑾）老師都講：「我學到一個程度時，問人都沒得問了。」多苦惱！但一個問題解決了，其他問題就都解決了，這個叫“觸類旁通”。

既然這部著作它已達到這麼高超的藝術水平，為什麼還要我來講呢？大家自己看就可以了嘛！我和白師姊講因為有以下四點，所以我就來和大家講一講。第一點：交代不清楚的要交代清楚。第二點：不夠詳細的地方要補充。第三點：這可難了，照我們說用客氣的話，不要得罪人的話來講，就是有忽略的地方，如果以“直心是道場”來講，是有錯誤的地方要修正，你們當然沒有這個能力看出來，但是有的人還是會看出來。第四點：更加重要，你們更加沒有這個能力了，口訣中“修行的次第顛倒”，前面拿到後面，後面的拿到前面，如果你搞不清楚修行的次第，你將來是沒有辦法指導人修行的。

在這裡我們並不是要改動它本來的面目，但是我們每一個人要知道它的次第，為什麼是這樣呢？這是西藏人一貫的作風。印度人如果你不是他的弟子，你講錯了他都不會出聲，而且他還故意把它弄錯，叫你去請問上師。這和中國人的“丹經”一樣，修行的“丹經”，它的次序是顛倒的，要問老師才會明白。還有一種原因呢！就是當初是寫在貝葉的上面，如果貝葉經一散開，那就會有次序顛倒的情形。還有，古時候的經典大部分是靠背誦傳下來的，有時背忘了，就把前頭的背到後頭，後頭的背成前頭的。就是上面四個原因，所以，我們就來把它講一講。

講一篇文章，你們要知道這不是一篇文章，也不是佛教的。好像《心經》它是科學的、嚴密的理論系統，但它的裡面不像有嚴密的理論系統，裡面東一句西一句，從這裡又講到那，從那裡也講到這，好像重複得不得了，其中每一句都有它的意思。只是修行的口訣，在以前口訣都要上師親口所傳的，而且如果你識得貨，你知道它比佛經還要珍貴啊！佛經是講理論，修行的口訣不在佛經裡面，你要找師父才會學到。所以，西藏人是把它寫在手掌大的紙上，把它摺好，用一個銀製的“嘎烏盒”把它裝起來，掛在胸前，照我們華人的說法，就是錦囊。

講任何一部經或一部書時，第一個先要“解題”，你學天台，就要學講經法師的“五重玄義”，也就是“解題”，《恒河大手印》是它的題。這恒河是指印度人視為神聖的一條河流流布的地區，〈大手印〉是一個法名，這一個修行口訣是用地、法為名。在印度很多人都把恒河叫作“聖河”，它是印度人的命脈，有人把沙拿回來當紀念，或作為繪製壇城的材料。

〈大手印〉是講的是什麼意思呢？它是指一個象徵，並不是要用你的手印來修。〈大手印〉有三種，〈恒河大手印〉是不需要灌頂的，它沒有本尊的，也沒有手印的，更沒有心咒的。密宗的〈俱生大手印〉是般若的修法，〈空樂大手印〉才是須要灌頂的。

那這個“大”是什麼意思呢？不是大小對待的形容詞，它是獨一無二的“大”，是大而無外，小而無內的，就是“大佛頂”那個“大”的意思，那麼就是“佛”啦！“手”是什麼意思呢？元音老人解釋得很好，「得心應手」，“手”就是心。“印”呢？我們唱歌“天上一顆星，照亮我的心”我的心想著一個人，那就是“心心相印”，也就是符合的意思，〈大手印〉是“西藏禪”，是在恒河旁邊所傳的。

我們中國人講即“佛心印”，“佛心印”是中國的禪宗，第一次是釋迦牟尼佛親自在印度靈鷲山所傳的，如此經過二十幾代，後來第二次是達摩祖師在漢地嵩山所傳。但是，第三次到中國禪宗六祖時又回到水邊，在曹溪的水邊傳的。所以有人講「識得曹溪路，生死一起休；飲了曹溪水，從此不饑渴。」再講一遍，我看聖經，耶穌傳道也都是在海邊。

〈恒河大手印〉！我常常在想，如果能有一個偉大的藝術家，用他高超藝術的筆法，

畫出一幅“恒河傳心圖”，那會名垂千古。我們現在觀想，在朝日初昇時，霞光千道，把恒河的水，照得金光燦爛，在恒河邊，靜悄悄的，沒有別的人，一個師父一個徒弟，師父把他的心法傳揚出來。各位！我講這個是什麼意思呢？我是釣魚的，釣你上鉤。

如果你們當中有任何的英靈納子，拿一張白紙，向上一舉：「師父！您是不是要在這張白紙上畫上一幅“恒河傳心圖”呢？」我說：「好！是啊！」好！我就請大畫家張大千動筆，印度詩人泰戈爾題詩，題四句（大手印）的偈：「須彌不動是見量，大海平靜是修量，不離明體是行量，住在明體是果量。」那這幅畫可能要價值連城了，成為世界圖書館珍藏、搶購的對象了。

可是……「好！師父我這就撕給你看！」唰、唰、唰，當場的把那幅畫撕破，往地下一丟，頭也不回的，就回到關房去了。這個師父在上頭看，不禁要道出一句：「好一個伶俐的納子啊！」這是什麼意思呢？各位！這就是“禪宗”，這又叫什麼呢？這就是“破相”你們當中也有聰明的人，會問、會知道這個公案沒有了，為什麼還沒了呢？他雖是“破相”，但是還不能“顯性”，所以師父還不能放過他。

用《金剛經》來講，他雖然破“四相”，卻還沒有開“五眼”。我講《金剛經》時有十大綱要，那不是學來的，也不是聽法師講的，也不是書上看的，是我自己體會的，順便講一講是：“第一義”、“顯二空”、“掃三心”、“破四相”、“開五眼”、“行六度”、“獻七寶”、“八金剛”、“度九有”、“十法界”，這是我自己體會的。

那師父要怎麼把他境界提高呢？到了明天上堂時候，師父就講：「啊！很可惜呀！這麼一幅價值連城的名畫，昨天給撕掉了。」這徒弟講：「哦！師父你想要嗎？我現在就畫一幅給你好了！」就用手指在空中的畫一畫，兩手向上說：「您看！呈上師父請看！」這個時候，師父很歡喜，雖然知道他已經從“入手”到了“轉手”但是他已經能到這樣的境界，已經是不容易了，師父也在上面點頭認可。你們或者會講：「師父！這一個禪師要怎麼講，我們才能認可他到了手呢？」這是很少人提出這個問題的，不過我要「和盤托出」，所以我今天要講出來，如果這禪僧說：「我昨天有作過這件事嗎？我根本就忘記了。」這就是到“了手”了。

我們進入正文，它是有兩句總綱，再下一段是分析，再下去是詳述，詳細的解釋。

應知”傳承諸上師，與我心無別“你應該知道，你要是學過的人，應該知道兩件事：第一個是”應知傳承諸上師，與我心無別“，從此看出這裡是有漏掉了前一句。我們都知道”藏傳佛教“的流傳影響下，依西藏人的規矩，任何這樣的經文，前面一定要有禮讚文的，不能只講這一句。所以，我們要補充”禮敬上師、三寶無分前“這一句，開頭要這一句。這要知道什麼呢？要知道傳承上師。所以我說它沒有交待清楚，傳法諸上師，是那個佛傳出來的呢？他的祖師是誰呢？那一個傳給你元音老人的呢？那個人從藏文把它翻成中文傳出來的呢？我們要把它講清楚。

我們華人很熟悉禪宗的傳宗是釋迦牟尼佛傳給印度的歷代祖師，後來傳到達摩祖師，達摩祖師來到中土再傳下來。西藏有兩大禪宗法門是（大手印）和（大圓滿），（大手印）的傳承是在太初時有一尊佛，祂的名字叫金剛手佛，也叫金剛大持佛，我們”漢傳佛教“稱祂為大勢至菩薩，祂的手印是這樣的（金剛合掌：右手五指壓左手五指之各指第一關節，成交叉合掌狀），祂的心咒是：“嗡 班扎 巴尼 吽 吽”。祂把（大手印）傳給人間的祖師是諦洛巴大師，諦洛巴再傳給那諾巴（納若巴），就是在恆河邊傳授的。後來再傳給西藏的開山祖師馬爾巴大師，馬爾巴大師是在將波哈哩地，經那諾巴祖師親自抉擇之下，譯此口訣為藏文，後來再傳給密勒日巴，密勒日巴傳給剛波巴（甘波巴），剛波巴傳給第一世大寶法王杜松淺巴，這就是它的傳承。

”應知傳承諸上師，與我心無別“，為什麼傳承諸上師與我的心沒有兩樣呢？因為他們的佛心與我們的佛心是一樣的，它不會多一點，也不會少一點。所以這一句是講”人同此心，心同此理，理同此真“也可以反過來講，就是”人同此真，真同此理，理同此心“這一句話是叫我們不要”心外求佛“。

華人有一首偈語，前半偈就是這個意思：“佛在靈山莫遠求，莫遠求，靈山只在汝心頭，汝心頭。“這是一心，一心開三門——見、行、修，一切行持皆攝於心。這是第二句，法開三門，但見之於心，這見、行、修都歸於心，與心都有關係的。那就是一開為三，三歸為一，這是什麼意思？是叫你不要”心外求法“，也就是偈的後面兩句：“人”人有個靈山塔，靈山塔，好在靈山塔下修，塔下修。“

所以”心外求法、心外求佛“，那是對應初機的說法，連淨土宗的阿彌陀佛，給初機講淨土在西方，最後講淨土就在你心中。所以，這種只有偉大的華人能呵佛罵祖，這

就是講我們求佛不被佛縛，求法不被法網，其他的民族那個敢？你敢罵佛啊！不怕下地獄？！

見、行、修是〈大手印〉的三要，也是任何宗派的三要，也是任何經典的三要，也是任何法門的三要，不過名詞換一換而已。淨土宗叫信、願、行；天台宗叫空、假、中；《楞嚴經》叫空如來藏、不空如來藏、空不空如來藏；《金剛經》叫正、反、合。但是禪宗因為他不立文字的，其實他也是和見、行、修一樣的。不過，他不喜歡用文字來表達，所以他說初關、二關、三關。

講到這裡，什麼是《金剛經》的三要呢？什麼是《金剛經》的“見”？“若見諸相非相，即見如來”這就是《金剛經》的見。什麼是《金剛經》的“定”？“一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀”？定就是觀，就是止，這就是《金剛經》的定。什麼是《金剛經》的“行”？“菩薩於法行於布施，所謂不著相布施，不著色、聲、香、味、觸、法布施”，這就是《金剛經》的行。你們可以把全部《金剛經》劃出三個部分，把這個句子填進去，這個工作不必師父作，自己可以作。

這兩句口訣是一個大綱——〈大手印〉的大綱，再下面是分析，再下面是詳解。先解“見”，上邊用的應知，你應該知道。我們要知道，口訣不同於其他的文字，每一個字都有它特別的意思。第二次講“了知”，至此你應該了了分明，明明白白了。此句應是“見者，了知法爾如來藏心，具足一真法界，無量顯現染淨諸法平等性義。”這裡講的“了知”見“，”見“是什麼？應詳解。佛教雖然是不容許有邪見，但容許有不同的見，各宗有他不同的見，淨土宗、禪宗、天台宗、密宗有他不同的見，但此見並非八正道的正見，也不是修密宗的中觀正見，或什麼唯識見，是〈大手印〉見。

而〈大手印〉是什麼見呢？先從佛教小乘的修持講，因為要治“五鈍使”及“五利使”，“五鈍使”是貪、瞋、癡、慢、疑，用“不淨觀”對貪；用“慈悲觀”對瞋；用“因緣觀”對癡；用“無我觀”對慢；用“數息觀”對疑。再用四念處觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我來破“五利使”。

什麼是破“五利使”，即斷除身見、邊見、邪見、見取見、戒禁取見，來達到“人空見”，這是小乘的見，不是〈大手印〉的見。大乘的修法，主要是修空，就是了知般

若空性的道理，也就是《金剛經》的道理，先修四不生——非自生、非它生、非共生、非無因生（註：非因緣生），再修八不中道——不生、不滅、不來、不去、不斷、不常、不一、不異。再修《金剛經》的“一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電”，以這樣來達到“法空”，這叫“法空見”，或叫“人法俱空見”。接著再學“中觀正見”，再修“唯識見”。

上面〈大手印〉的見，是什麼見呢？叫“俱生智見”。“大圓滿見”叫自然智見，那禪宗是什麼見呢？索甲仁波切和聖嚴法師對話，索甲仁波切問：「What is the essence of Chan? 什麼是禪宗的心要？」聖嚴法師回答：「禪宗是沒有心要的，如果有心要就不是禪宗。」索甲仁波切拍手道：「我老早知道你會如此答。」禪宗如空中鳥跡、水中畫圖，是了無痕跡的。你講了見，就不是禪宗。

在書這裡有錯誤，元音老人他把密宗的九次第搞錯了，密宗把佛教分成九乘，外三乘是聲聞乘、緣覺乘、菩薩乘；內三乘是“作密”、“行密”、“瑜伽密”，他說“作密”是不能了生死的，光是增業福助，想要發財，我可以燒火供功德發財。你中意這個

女孩，她不中意你，我可以讓她愛你，這種是世間的。但到了“行密”是出生死，修氣、脈、明點，這個是講錯了，“行密”並沒有修氣、脈、明點，因為密乘“生起次第”還不修氣、脈、明點，那要到“圓滿次第”才修氣、脈、明點，他沒有搞清楚。

那接著這一個“瑜伽密”，就是“相應”，所以修密的人要在牆上寫著“佛即是我，我即是佛”，這就是“相應”。再上一層是屬於“無上瑜伽密”，“無上瑜伽密”就是“摩訶瑜伽”、“阿努瑜伽”、“阿底瑜伽”，也就是“大瑜伽”、“無比瑜伽”、“無上瑜伽”，用中國話來講就是：“生起次第”、“圓滿次第”、“大圓滿”。那他把這一個三乘，將〈大手印〉站在“阿努瑜伽”、密乘的九乘之顛峰來講，他是“俱生智見”，但是禪宗沒有見。這樣子來講，禪宗的法位是高於〈大手印〉和〈大圓滿〉。所以，〈大手印〉雖是九乘的顛峰，禪宗是九乘的超峰。

很多人不知道中國佛法的寶貴，要去西藏學，要去泰國、緬甸學才時髦，才了不起。中國人這一百多年來，對自己的本位文化喪失了信心，光說外國的東西好。其實，我們的佛法並不低於人家。為什麼禪宗的法位比他們還高呢？小乘是修空；大乘是觀空；大

手印見是俱空。是什麼觀來觀去？觀來觀去，我本來就是空的，要觀什麼呢？你這麼觀不是要頭上安頭嗎？像六祖講的，本來無一物，你還掃什麼呢？這個比，生起次第“和，圓滿次第”要高多了。

”大圓滿見“是本空，本來就是空的，”本來清淨“是（大手印），（大圓滿）是一切具足。那禪宗是什麼呢？禪宗是”證空“，所以，禪宗發展到”祖師禪“、”兒孫禪“，在不同時代。”祖師禪“是直指你衣裡有一顆明珠，有一個寶貝在你心上；”兒孫禪“不同你講有什麼寶，我現在就把這個形山打破，把衣服撕掉，明珠拿給你看看啊！那個夏威夷的哲學教授看到這裡說：「唉呀！這可了不起呀！我們外國人學禪一百年，都不知道有這麼一回事。」你們講什麼修空、觀空、本空、俱空，我現在就拿空給你看嘛！

那禪宗是不是比他們高，高出多少？見者了知，法爾如來藏性，這是四大金剛義的第一個”法爾“，我們知道佛經講道理，是講四種道理，第一種道理是講”觀待“的道理，是講觀機示教，用比喻來講，我看到冒煙，就知道起火了。第二種道理是”作用“

的道理，好像我用手拿起筆，就是要寫字。第三種是”證成“的道理，這個道理可能證明出來的，我講我可以把你的手燒痛，你不信，把你的手擺在火上，是不是會痛？那就證明了這個道理。第四種”法爾“道理，不須要證明的，本來就是這樣，一個蘋果和一個蘋果擺在一起，就是兩個了嘛！2加2等於4，這本來如此，不必去證明的，這就是”法爾“的道理。

所謂”如來藏心“，是從他的心，從他的量度來講，也就是以 quantity 來講，我們把它叫做”法界“就是大而無邊，小而無內的，盡虛空、遍法界。所以，我們修”法界大定“有個口訣叫”十方廣大無邊，三世流通不息“，法界從它的 quality 來講，也就是它的性質來講，我們把它叫做”法性“。從它的用來講，上面是體相，相是”法界“，體是”法性“。從”用“來講我們把它叫做”佛性“，因為要度眾生，所以把它叫做佛出來，其實你講不講佛，跟那”法性“是沒有關係的，不是你講了它就是佛，不講了它就不是佛。

這”法性“有四大金剛義：四種金剛的義，第一個義是講”法爾“；第二個義是講

獨立，是“一真法界”，（傳翕語錄）說：「有物先天地，無形本寂寥，能為萬象主，不逐四時凋」有個東西比天地還早，不會跟四時凋謝的，就是“獨立”。或者龐居士、馬祖「不與萬法為侶」的是什麼人？這就是“獨立”。

或者洞山良价祖師的〈悟道歌〉是道盡玄機，天機在這裡露出來，他的偈就是這樣：「切忌從他覓，迢迢與我疏，我今獨自往，處處得逢渠，渠今正是我，我今不是渠，應須恁麼會，方得契如如。」這就是“獨立”；還有“任運”是“法性”四大金剛義的第三個義，什麼是“任運”，就是“無量顯現，染淨諸法”就是無論你是什麼四聖、六道、天堂、地獄，什麼聖賢、菩薩、地球、宇宙，都是這個“法界”顯現出來的；還有第四個義“無礙”就是平等。

這四個金剛義我們要記住：“獨立”、“廣大”、“任運”、“無礙”，你學〈大手印〉要記得出離、放鬆、自然、安住、專一、離戲、三昧、無修。學〈大圓滿〉要記得無見、無修、無行、無果，學禪宗要記得獨立、廣大、任運、無礙。

修〈大手印〉、〈大圓滿〉或禪宗的行者到最後有一種表現，你會以為他是瘋子，他破戒正是守戒。〈大手印〉、〈大圓滿〉或禪宗的戒不像什麼饒益有情戒、十善戒、比丘戒、菩薩戒，他另外有一個名稱，如我們每天師父作晚課放〈蒙山施食〉裡的咒：嗡 三昧耶 薩埵 。這個戒是最高的戒，叫三昧耶戒。

禪宗和〈大手印〉的行者不執著戒條，任何時候，連你睡覺時，死的時候，如果你是在“獨立”、“廣大”、“任運”、“無礙”的境界裡，你就是一個守戒的人；任何時候你一離開“獨立”、“廣大”、“任運”、“無礙”，那你就是一個破戒的人。所以，他們的境界高就在這裡，要強調的就在這裡。請迴向：

願消三障諸煩惱，願得智慧真明了。

普願罪障悉消除，世世常行菩薩道。

”見宗唯有般若光，可以智慧觀照抉擇。彼空性不離大悲，般若菩提等持雙運，故空悲雙融方為正定。”

從上面的口訣，我們先講”見“，但這裡多一個詞叫”見宗“，”見宗“就是”見“的宗旨。我們講人存什麼心，就做什麼事。我們佛教徒的修行，你存什麼見，就修什麼行。上一講我們提到很多”見“，有”人空見“、”法空見“、”唯識見“、”中觀見“、”大手印見“、”大圓滿見“，但是禪宗是沒有”見“的，禪宗並不是沒有宗旨，它既然是一個宗派，是有宗旨的。它的宗旨就是：「不立文字，教外別傳，直指人心，見性成佛」那以我們來講，基督教它則是”人天見“。

”見宗唯有般若光“，”見宗“只有一個。既然唯有一個”般若“，那為什麼又分成那麼多”見“呢？就是因為每個人對般若的深淺有不同的瞭解，所以才產生這樣的見。用《金剛經》來印證，就是這一句話：「一切賢聖皆以”無為法“而有差別」那麼

這個”見“是你對佛法認識而確立一個堅固不拔的見地，就是說腳跟穩定不會隨他人去轉。

再講一句：有的人問，佛教無我無人，那誰在修行呢？沒有我，沒有人呀！是那個人在修行呀！就是這個見在修行，這個見是領導我們修行的動機。”見宗唯有般若光“，這裡它把般若後加一”光“字，就是般若雖然是真空，但是它並不是沒有東西，它是”妙有“，講它是”妙有“但它又是”真空“。所以，這個光是代表”色“，般若代表”空“。也就是《金剛經》講的”色空不二“的道理，《楞嚴經》指出的”不二法門“。佛法之法是不二之法，佛法之門是不二之門。

西藏的密宗有一種特色，它是專門突出不二，不但是”空、色不二“，它還有”空、明不二“，至於”空、光不二“就是般若，另外還有”空、悲不二“。西藏密宗有二個特點：第一特點是”咒術“，就是會用咒語。第二特點就是”象徵“。（大手印）的梵音譯英叫 Mahamandira（藏音麻哈穆德啦·烏巴得夏），相當於英文 great symbol 的意思，就是大象徵。西藏的”空、樂不二“，它把佛像畫成雙身，不懂的人看了很奇怪，你不

要認為這是凡俗的行淫，那就大錯特錯了。祂不過是象徵人體的“陰陽不二”，可以智慧觀照、抉擇。

當然啦！我們要觀這個人持什麼戒，我們可以智慧觀照得出。”彼空性不離大悲“這是”空、悲不二“的意思，”般若菩提等持雙運“般若就是”空“，菩提就是”悲“，等持雙運就是我們的”三摩地“，用英文講即是 balance。你這”空“、”悲“兩個要調好，為什麼我們要呵斥小乘呢？他是偏空真如，他的空性是可以，但是悲心不足，所以不能轉大乘法了，”故空、悲雙融方為正定“。

在上半句是講”正見“下半句則是講”正定“。具正見、正定者，契合諸佛生之苗芽，即菩提行趣；一切利他六度萬行，方為善機行者。“。如果你具有了正見和正定，那佛的種子就在你的心地上發芽、生根、長枝、開花。下面一句講結果，那就是菩提心，由菩提心發展到菩提行，我們華人講的是”普賢行願“，就是一切利他的”六度萬行“，也就是萬德莊嚴。那這樣一個人才是有善根的修行人。這一句是講”正定“，以上見、定、行都講完了，都只是講理論，下面就要開始教你進入實修了。

”能再於寂靜處，放下一切事緣，一心精進，即生於本淨心體，必得證解脫而登妙覺。“這裡漏了一句，要在”即生於本淨之心體“的後面加一句”隨處可修“（即於事物物上透過也）。”必得正解脫而登妙覺“的”正“應改為證明的”證“。上面所加四個字後頭括弧裡的字句，元音老人沒有交待清楚，是翻譯的人所加的，或是西藏的原文本來就有的，還是元音老人加的，我們不清楚。

但照我的推測一定是華人加的。因為”事事無礙法界“，在西藏沒有這個講法，那是我們華嚴宗的講法。你要”能再於寂靜處，放下一切事緣“放下這就是”事無礙“一心精進這是”理無礙“。”即生於本淨之心體“你就會發現了一個本來清淨的心體，你會活在那裡邊，那就是”事理無礙“。”隨處可修“就是”事事無礙“。這裡講完了，就是說上次講的，是一個總綱，這三句是一個分析。分析見、行、修，再下是詳解，全部都是來解見、行、修這三門。

”或未能如是，但一心向於此三門，即不當起貪、瞋、癡諸作業掛礙，於未來世，亦由苦轉樂。“這裡要把”為他力所轉之下機漸道凡夫“加到”或未能如是“之後，為

什麼呢？因為至這裡已講到禪宗的第二關了，二關的人是不可能為他力所轉的下機漸道凡夫，所以這一句要擺到這上頭來。

如果你做不到這個，你就是為「他力所轉之下機漸道凡夫」，你不是上根利器的人，你就是下機漸道凡夫。佛教的道有兩個，一個是「漸」一個是「頓」。在聲聞乘來講，羅漢是「漸道」，緣覺是「頓道」；大乘來講，《金剛經》是「為發大乘者說」這是菩薩乘，那是漸修的，「為發最上乘者說」這是佛乘，那是頓修的。但是我們要知道，他們雖然修「漸道」，但他們不是凡夫。

所謂「下機漸道凡夫」那是指我們，我們是一個墮地的凡夫，目前我們做不到沒有關係，但一心向於此三門，你一心羨慕向於此三門，三門是什麼呢？就是見、行、修這三門。」即不當起貪、瞋、癡諸作業掛礙，於未來世，亦能由苦轉樂。「這個是保證任何一個人，你不修沒有關係，你只要心羨慕它，將來你生生世世都能由苦轉樂，這個是分析，下面要詳解：

「此三要（見、定、行）能斷惑妄之命根，為直指自心實際之法門。「這是詳解裡第一個總綱，它說這三個見、定、行，此一句要和下面一句兩個對調過來，成為」此三要（見、定、行，為直指自心實際之法門，能斷惑妄之命根。）。「它是一個直指的法門，直指的法門只有中國禪宗和西藏的〈大手印〉。我們把〈大手印〉叫「西藏禪」，它和漢地禪宗是一個鼻孔出氣，除了它們兩個之外，沒聽說過在佛教裡有直指的法門。

這個見、定、行是什麼呢？是直指自心的法門，它的功用能把惑妄之命根都斷了。什麼是惑？惑就是無明煩惱，什麼是妄？妄就是普通貪、瞋、癡的煩惱，一個叫見惑，一個叫思惑，這三個東西可以把他的命根都斷了。我們修行人最初是「伏煩惱」，第二是「斷煩惱」，第三是「斷命根」。如果你的命根還沒有斷，用普通話來講，就是「野火燒不盡，春風吹又生」所以要把它的命根徹底斷除。在唯識宗來講就是最後的一個叫「瑜伽金剛定」，才能把它斷除。但是經〈大手印〉的見、定、行是可以把它斷除的。

下面一句是原書第五講的第二句「雖經直指，然隨境而轉之粗妄念，遮蓋自心本相，亦不能見，故當先使粗妄澄清。「雖經直指亦不能見，〈大手印〉修行和禪宗一樣，他一開始並不和你講三皈依、五戒、發菩提心。是什麼決定行門？第一開示」見宗「，

要把”見宗“開示給你，這是做師父的責任。你要想升堂說法，如果還不能開示”見宗“，我勸你不要升堂說法。如果勉強，不但對你沒有益處，還會有損害。徒弟從開示”見宗“的第二步叫”得見“，第三步叫”隨見試印“，就是在煩惱裡面修，在貪、瞋、癡裡面修，下面要講的是”開悟“了。

我們要知道這個次序，第一個開示”見宗“是師父的事。第二就是”得見“，這是徒弟的事。第三就是”開悟“。第四才是”起修“。（大手印）和禪宗一樣，沒有開悟的修都是前修方便。初學藏密時的”四加行“不是真正修，要你”得見“之後，開悟之後，由悟起修那是可以的。

下面就是”起用“，大機大用普度眾生，最後入於涅槃。雖然直指，但是不能看見，因為你的粗妄念遮蓋了自心本相。妄念有：粗妄念、細妄念、微細妄念、最微細妄念四種，要怎麼分別，下面會一路來詳解。

請問你當代有誰能直指？禪宗裡我不知道，但在藏密裡，就是第十六世大寶法王，當他在美國向沈家楨居士傳（大手印）的時候，就把（大手印）直指出來，這種功夫不

是普通人能作的。雖然直指是師父的事，但是如果那個徒弟不能見，照這裡來講師父是失敗了，空費一番心機，就算沒有成功，沒有令人能得入，更加笨的，還問：「師父這是什麼意思呀？」

在這裡用幾個比喻，婺州金華山有一個俱胝禪師，他在庵裡坐禪，到傍晚時，來了一位名叫實際的尼師，戴了一頂很大的斗笠，在他的禪座旁邊繞了三圈，把錫杖一震說：「你能道得一句，我就把斗笠拿下來。」如此三問，俱胝禪師都答不出來，「既然答不出，那我就走了。」俱胝禪師說：「唉呀！天色已經這麼晚了，妳不妨在這裡住一晚，明天再走。」她又是繞了一圈，又把錫杖一震道：「道一句！道得即住，道不出這就去。」他仍然沒有辦法道出，尼師就走了。俱胝禪師就責備自己：「我堂堂的一個男子漢大丈夫，怎會敗在一個女流之手呢？我趕快要去參學了，明天決定去參學。」

晚上有一位護法韋陀菩薩向他報夢：「你不須要去參學，明天有一位和尚叫天龍禪師，他是肉身菩薩，會經過這裡，你可以向他請教。」第二天他就在門口等，等了好久，差不多快到了中午，來了天龍禪師，就請他到裡面，把昨天這個經過講給他聽，禪宗這

叫“公案”，天龍禪師說：「好！你可以來問我。」他就裝模作樣的，模仿那尼師在天龍禪師前繞了三圈喝道：「請道一句！」天龍禪師就伸出手指。以後任何人向他請問禪宗，他都是伸個手指頭，他說：「悟得天龍禪師一指，一生受用不盡。」這就是禪門最有名的“天龍一指禪”。

你們不要講師父對你們嚴格，我是為了要成就你們的，如果你在這裡能道得出來，能知道這比丘尼的圓相 circle 是什麼意思？天龍禪師指頭一指是什麼意思？你能道得出來嗎？但是我要勸你，你不須要 public discussion，你所需要的是 private interview，你要獨參。就是你要能知道這 circle 和 finger point 是什麼意思。這只不過是得個入處，這才破了禪宗的初關。下面大有事在呀！

再用一個比喻，有一個徒弟在師父那裡學了很久了，有很多年，師父也沒教他什麼，他覺得師父沒什麼。有一天早上，他向師父講：「師父！我要去參學。」師父說：「好呀！那你要到去那裡參學？」他說：「我要去五台山和峨嵋山去朝文殊和普賢。」師父說：「哦！你要去朝文殊和普賢嗎？文殊和普賢就在老僧指頭上放光動地。」這個徒弟不能明白，

他的師兄弟為他好著急說：「這麼簡單的，你都不明白。」他是一個糾纏不休、死纏濫打的徒弟，他不服氣，他說：「那師父，我為什麼看不見呢？」師父就講：「好在你沒有看見，如果你看見就有禍了。」這是什麼意思呢？

本來禪宗是不下注解的，今天我不惜「眉毛拖地」要把它「和盤托出」，就是《金剛經》中所說「若見諸相是相，就不見如來。（若見諸相非相，即見如來）」，這個徒弟正是一個糾纏不休、死纏濫打、叨叨不休的徒弟，他不放過師父的：「那師父我是凡夫俗子，當然看不見了，那你老人家應該看見了。」那師父怎麼講呢？「我也沒看見。」這徒弟更加生氣了，更加糾纏不休：「師父可能你神經病吧！你剛才講文殊和普賢就你指頭上放光動地，我也沒看見，你說我看見就有禍，你是聖人，你應該看得見，怎麼你現在又說你自己沒看見，那不是神經病，可能是在玩把戲欺騙我吧！」如果到了這裡，照禪宗的作略，師父會把大袍的衣袖一擺，即刻回到方丈室，把門一關。但是，這師父慈悲到了極點，還要來點明他，於是就用《楞嚴經》來點明他：「見見之時，見亦非見。」

“雖經直指，然隨境而轉之粗妄念遮蓋自心本相，亦不能見，故當先使粗妄澄清。”

那怎麼辦呢？這裡開出了三修門，這個緊要了，你們其他的不來聽沒關係，這裡不聽，根本就不知道怎麼修行了。因為這一本書，你們不知道它的寶貴，我上次講過了，比佛經還要寶貴呀！這是口訣，西藏人都知道，佛經是講理論的，沒有修行的口訣，怎麼修都是在這裡頭，那他故意要把次序搞亂了，叫你不明白要問師父，西藏人上師都是保密的，這句調到那裡去了？調到最後去了，有“三修門”：“身修”，離諸作為，如世間無益之事及其他出世之行法等，唯安閒寬坦令身安住；”語修“，無益之世間語及咒誦均止，安靜如谷。”意修“，離戲論思量、比對心想，即觀想作意亦止。

同時後面接有“恰恰用心時，恰恰無心用”這句，可是為什麼要說這句是漢人加進去的呢？因為西藏人沒有這一偈，這是四祖道信的徒弟懶融禪師講的，”恰恰用心時，恰恰無心用“你看到現在才是修身、口、意三門，他還不能作到這一點，所以這一句應該還在後頭，不是在這裡。

現在講身修，你要知道，現在是教你修（大手印）的，不是教你修其他。修身、口、意這三個在（大圓滿）叫”入本元“，下面的叫”悟本元“。先講什麼是”入本元“，

怎樣”入本元“，就是回到你本來的狀態，本來的身體我們不能細講。這時段身體不做任何的動作，但是你要學會”七支坐禪法“。什麼供養、禮拜，什麼做法會、布施都不做。但並不是說那些不要做，那些是前行，在修（大手印）時段才不能做。如果你不能修（大手印），又停止了那些動作，善根停止，那是最大的錯誤，因為那是前期重要的身行。

”語修“呢？不會是要你唸什麼”嗡嘛呢叭彌吽“、”嗡阿吽“……等任何的咒，咒語都須停止，因為你要”入本元“，不”入本元“時，你仍在意識思維裡，那不是（大手印）的修持。這時段不做任何的觀想，什麼小止觀、摩訶止觀，什麼天台空、假、中，華嚴法界觀，連密宗的生起次第都不可以，這是（大手印）的最上法門。

三修門之後加上”但尤要者，令身安住如須彌山，令心寂靜澄清，不為外境所牽。“最重要、最重要的，就是身體要安住如須彌山。以智行法師常對她養的狗用英文講：「Don't moving-」就是不要動（身）。「Keep quiet-」是（大手印）的口訣，不要唸什麼咒語，就是這個意思（口）。「Put down-」放下（意），這些就是修（大手印）。

”最初身、口、意令心寂靜澄清，不為外境所牽。“什麼叫”粗煩惱“，就是外邊的境界把你牽著走，這時你生起的就是”粗煩惱“；”細煩惱“是另外在自己心裡頭打主意的。就是六塵顯現的時候，你的六根攀緣的叫”粗煩惱“，但是六根境界並未顯現，以自己的意識攀緣見分、攀緣相分的叫”細煩惱“，最細、最微細那是指的人執與我執，講到那裡時會詳細講。

先不要為外境所轉，那時”粗煩惱“就會停下來，我們再把它收起來。原書第五講下面：”因示曰：最初令心坦然住，不擒不縱。“這是修行的口訣，〈大手印〉把它說出來了。因為我們現在還沒有這個能力，把它的次序搞好，我們一路講一路把它糾正過來。因為”直指“我們不能見，為什麼不能見呢？因為我們的粗妄念把本心的本相擋住了，就是烏雲遮了太陽。也就是說濁水不停，月亮就不能顯映出來，所以要使那粗妄澄清，那該怎麼辦呢？就是用三修門，三修門講過了，最重要的，身體要像須彌山，心要像大海平靜。

因為這樣的緣故，就開始講”最初令心坦然住“，這就是”放下“。把心坦然住，

就是我們講的”入本元“三修門，三修門是”入本元“enter nature，“悟本元“abiding origin。“心坦然住“這個最重要了，”不擒不縱“這是〈大手印〉第一個開示的口訣。

我們修這個法門的時候，第一個碰到的就是妄想，就是粗妄念。那麼我們要怎麼對付它，佛教裡對付妄念的法門多得很，有「白骨觀」、「慈悲觀」、「無我觀」、「因緣觀」、「數息觀」、……但是這裡已講過不作任何止觀，不作任何止觀跟上面所談的是矛盾的。大家會問：「那師父講的話是不是矛盾了嗎？」

”不擒不縱“照中國的例子來講，看《三國演義》中，諸葛亮七擒七縱孟獲的故事，連小孩子都知道。什麼叫”不擒不縱“？就是有一個朋友，你最親蜜的朋友來看你的時候，你”不迎不送“，也不講Sit down pleas，have a cup of tea。什麼都不要，他走的時候也不說see you again。他自己搞得沒意思了，就不來了。什麼是你最親蜜的朋友？就是你的妄想。

所以有一個園頭（管禪寺園役的頭人），他是一個明眼人，他故意去問那個禪師：「家

賊難防時如何？」什麼是「家賊」？我自己家裡頭最煩惱、難防的，好難防哦！怎麼辦呢？上面坐的那個師父說：「識得不為冤！」你認識他，就不為冤，就不會有妨礙。下邊的園頭又問：「那識得後如何呢？」禪師說：「眨向無生國去。」「但是，有時像山洪爆發，怎麼辦呢？」禪話這麼講是比較文藝性的說法，山洪爆發就是發大脾氣。

發大脾氣怎麼辦呢？那禪師從他的禪椅上跳起來，抓住園頭：「莫教濕著老僧的袈裟角」什麼意思呢？你發大脾氣，但是你不影響到老僧的意識，告都不會告訴你。懂得的人就知道了，這是解決了，「不迎不送」、「不擒不縱」、「不思不隨」。也就是《金剛經》所講，「三心不可得，過去心不可得，就是你的」，「憶念心」沒有了；現在心不可得，就是你的，「執著心」沒有了；未來心不可得，就是你的，「期待心」沒有了。這就是三心不可得。

講到這裡再講一個笑話，好多師兄姊們看完了元音老人的書，個個都在問這「一咒六印」力量可大了，那真是讓我們佔到便宜了，那請介紹我們到那裡去學？你們這種人都是認指不認月的人，師父直指是叫你們看月亮，不是教你們看指頭。你如果看完了元音老人的書，趕快要去學那六個手印，那你就辜負了元音老人一番的心血了，他的寶貴

不是講這六個印。六個印、六十個印我都可以教給你。

但是禪宗的師父，都是在指的時候不教你認識手指，是教你要認識月亮。如果指的時候，還是只認得這個指，那這禪師還是失敗了。如果你因指見月，那禪師就成功了，但是有時失敗，有時成功。今天我們講到這裡，我們先知道，第一個要做的是「不擒不縱，而使粗妄澄清」。「請迴向」：

願消三障諸煩惱，願得智慧真明了。

普願罪障悉消除，世世常行菩薩道。

上一次（第二講）的訊息釋放過後，有很多師兄、師姊們打電話來問智行師說：「那個尼師所打的一個圓相，就是這 circle，是什麼意思呢？天龍禪師的一指 finger point 又是什麼意思呢？」智行師就叫我來回答，我說：「我沒有精神來回答這個問題，請教白師姊就可以啦！」她就打電話給白師姊，打完之後，她就對我埋怨的說：「禪婆婆都不慈悲，也沒有解釋給我聽，就是講了兩句。」我說：「講了那兩句呢？」「她講開悟的人自然就會回答，沒有開悟的人，你講給他聽，他也聽不懂。」我就說：「那你怎麼能怪白師姊呢？她已經答覆得十分正確，也非常慈悲了。」

但是很多人還在追問，這樣的解釋越搞越糊塗，我們要一個清楚的解釋。今天我就在禪宗”不惜落草“硬下註腳，禪宗到了今天，有一位陳健民居士，他提出不要再賣關子、弄玄虛，要「平實商量」；淨土宗到了印光大師的手中，提出要「老實念佛」；元音老人他的宗旨要「和盤托出」。我們今天就照這個路線來解釋一下。

這個 circle 在禪宗講圓相，最會玩這個圓相把戲的，就是五家宗派裡的為仰宗，他們有九十六個圓相。這在〈大手印〉叫”明體“，在〈大圓滿〉叫”見地“。在經典裡邊每個名辭都不同，像《楞嚴經》叫作”如來藏“，《圓覺經》叫”圓覺“，《法華經》叫”一乘“，《華嚴經》叫”法界“，也有叫”無盡藏“、”無底鉢“或”沒弦琴“，到底這是什麼東西呢？這個是講你修行時的時候，要知道修心，如果你修行不知道修心的話呢！你只不過是得到人天小果。

《六祖壇經》裡講：「不知本心，學法無益。」因為對你可能還有妨礙於修行上。當你的心調和到正確的、純熟的時候，圓滿的時候，就是你的心波非常的調和，你的心光就會透露出來，我們叫”心月孤明“而且能透出體外，用科學的名詞來講，就是人體生物電的磁場透出。所以，虛雲和尚講：「念佛不知修心，喊破喉嚨也徒然；坐禪不知修心，坐斷雙腿也徒然；持戒不知修心，餓死肚皮也徒然。」

這個東西透出體外的時候，如果修行開了天眼，你就會看得出，佛、菩薩、阿羅漢當然有啦！就是連耶穌、瑪利亞也有，老子、莊子都有啦！玄奘大師也有。這就是月，

月亮的月。天龍禪師一指，就是指這個月。如果你在他指的時候只看到手指，而看不到這個月，他的指是失敗了，你也沒能承當。

講起這個月，”菩薩清涼月，常遊太虛空，千古碧潭空界月，再三滂轉始應知“我和白師姊在莉莉的農場靜坐的時候，我有一副對聯送給秋明兄和莉莉嫂的字畫，就是指的這個。我上面一聯是寫的：「中秋月明，禪和子，識得本來面目；茉莉花香，修道人，證入鼻觀三昧。」

當那位實際尼師打出圓相的時候，就是把她的境界拋向俱胝禪師的時候，俱胝禪師不知道什麼意思，不能回答，他就很氣說，我是男子漢大丈夫怎麼給一個女人閉住不能回答呢？你要知道法戰比拿真刀、真槍還要利害，為什麼？會死人的噢！”我要去參學，把這個問題解決。“護法韋陀菩薩和他講：「你不要去參學，明天有一位肉身菩薩經過這裡，你問他好了。」結果天龍禪師來了，他問他，他這樣一指，他就知道了，為什麼他知道了呢？從他的話裡知道：「悟得天龍一指，一生受用不盡。」

如果那實際尼師問的對象不是俱胝禪師而是天龍禪師，天龍禪師一指可以不可以呢？你們問這個問題問得好，照我的見解來講”沒有用“，你們會覺得奇怪了，為什麼他一指可以，這一指卻不可以呢？因為俱胝禪師來問道的時候，如果你不是修”心地法門“的，在禪宗來講你是學佛並不是學道，學道和學佛是不同的，日本的道元禪師才知道這裡的分別。

因為當時俱胝和尚是一個沒開悟的人，他一指是回答了他的問題。但若是這個尼師來問時，因為尼師她是開悟的人，你一指就不行了。退一步來講，就是給你一指，當然可以呀！我對什麼人都可以一指嘛！俱胝禪師後來什麼人來問都是一指。後來還有沙彌學他手指被砍斷的故事，但我們今天講不到那裡。

就是你們一指，我和你講，那你的境界表現出來的，最多跟他做師兄弟而已，和他平輩，你並不能當他的師父，並不能指導他向上。要把他從初關引到二關，要另外深一層的功夫，我們在這裡不是對禪宗有偏好，也不是在故意捧禪宗，禪宗真是我們華人的光榮，在世界學佛教的各個民族裡，沒有一個能超過中國禪宗的。

可惜到宋朝之後，話頭禪盛行，盲眼宗師就躲在話頭裡，根本自己不懂，但是什麼

人來問他，他有藏身之計，一句“你自己去參吧！”就把你擋回去，如果什麼東西都要叫你自己去參，那你要師父做什麼呢？不要師父了嘛！師父之所以尊貴，就是能直指你。直指這個法門的快速和頓超，是其他的佛教宗派不能做到的。我們知道玄奘大師他是唯識宗的祖師，他向禪師也是問這個問題的時候，禪師也是和他講這麼一句“如人飲水，冷暖自知”。

講到這裡，你們或者有聰明人，或者也有糾纏不休的人，「師父應該怎麼回答這個尼師呢？不用一指？」禪宗回答問題，最高的是沒有言語的啦！太高深了哦！這樣讓人家搞得莫名其妙，就沒有意思了。只有第二鋒頭落下來了，用動作表示，如果動作表示再不行，有的禪師動作表示你不能會意他，也不理他。但是也有慈悲的師父，我們用“眉毛拖地”來比喻，也只好用言語來表達。可是用言語來表達，你要小心噢！很容易被人抓到你的把柄，但是禪師並不怕人家來抓到他的把柄，也不怕失敗，如果他是一個大禪師自然有脫身之路。

如果這個尼師拋出她的圓相，你用動作表示，就用雙手把她這個圓相接過來而拋向

背後。這是你叫你要修禪宗的第二關。有的人還不知道這是什麼意思呢？那我們沒有辦法，只好用言語了。第一種是怎麼講法呢？就是這樣和他講：「你要這個幹什麼呢？」就是講，以前你沒有悟道是執著凡，現在你悟道了，是認識本來面目，你要把它丟掉，不能執著它，著凡是錯，著聖也是錯，要聖凡俱不立，”金沙雖貴，入眼成病“。

再講清楚一點，元音老人在《佛法修證·心要》裡邊講得很明白了，如果你仔細看，就可以知道。那一個禪和子問曹山大師：「明月當空時如何？」（朗月當頭時如何？）「就是和那尼師一樣的把圓相提出來。師父在上面答：「猶是階下漢」你還是在道路上邊的階下漢，你要知道你還在道路上，還沒法登堂入室，你還在修道的位子。」

因為見道後是修道，修道後是證道，證道後才是涅槃，這是一定的程序。俗話說“打蛇隨棍上”這個徒弟當然問：「請師父接上階！」請師父接我登堂入室，在《佛法修證·心要》裡講得很清楚，師父講：「月落後相見。」就是上階的手段。如果還有人叨叨不休說：「月落後怎麼相見呢？」這時禪師就沒有辦法了，只好拂袖歸方丈室，不和你講了。

藉了這個故事，大家好像明白一點，如果想再更明白一點，大家可以討論討論。

講到“不擒不縱”這個口訣，在坐也有常來聽的人，也有新來聽的人，我再講述一次。你不要以為這一本書是一篇佛學理論的文章，也不要以為它是經典的注解。它都不是，我講過它是一個修行的口訣。你如果知道它比經典還要寶貴，經典是講理論的，修行的口訣是口傳的。西藏人都是把它寫在手掌般大的紙上，把它掛在護身盒的裡面。”不擒不縱“就是”不迎不送，不理不睬“。你要體驗到什麼叫”不擒不縱“，你光是聽講，或者是看書，你是不會體驗到的。因為這是一個心路歷程，你得要先學會〈大手印定〉的七支坐法。

49

關於七支坐我以前講得很詳細啦！不會的人可以請教白師姊。大致來講，雙腿跏趺坐，兩肩平張，兩手以等持定印置於臍下，舌抵上顎，脊椎直如串錢，頸曲頷壓喉結，這五支是講”身“體的。禁語不言，這一支是講”口“的。過去心不可得、現在心不可得、未來心不可得，這一支是講”意“的，要這七個條件俱足，就是〈大手印定〉的七支坐。最好你能一天有四次入定的修持，早、午、晚、夜四時修定，如果你每天沒辦法有四次入定的修持，最少也要早、晚坐一次。如果你再沒辦法，最少晚上也要坐一次，那你才能體會到什麼叫”不擒不縱“。我們修行的次第已經到了”不擒不縱“，但這是照「道次第」來講的，並不是講我們真正做到，但是你能真正坐下去，自然會做到，或者你將來

〈大手印〉講到”離妄念，是無為而住之自心性，即智慧光明。若以有為，為道而修，必不了悟本元。“第一能”不擒不縱“，我們就達到離妄念，妄念有四種：粗妄、細妄、微細妄、最微細妄。現在你修的離妄念是講你不受外面的”色、聲、香、味、觸、法“之干擾的妄念。你如果離開它了，是”無為而住之自心性“。你離開它，你就會體認到，它是一個無為而住，而在那裡的自己心性及智慧光明。

50

先頭已經講過，圓相透出體外，心月孤明，就是這個。這裡的智慧是指般若，光明就是我們上次所講的”般若光“。如果你光是知道空理、空性，什麼”不生、不滅、不來、不去、不斷、不常、不一、不異，或者你也知道”非自生、非它生、非共生、非無因生“（註：非因緣生），也知道《金剛經》所講”一切有為法，如夢幻泡影，如露亦

如電。“那只不過是通達”中觀“而已，你並沒有見性，見性一定有光明的。所以叫它為”般若光“。它不是單單一個空的東西，空的東西還是在你思維覺察的修行，它是止觀的方面。

這個是”本心“啊！”若以有為，為道而修，必不了悟本元。“就我知道的來講，修道有兩種修法：一種是依”有為法“而修；一種是依”無為法“而修。修”有為法“就是從”有“入手；修”無為法“就是從”空“入手。”有為法“的最後是要入於”無為“；”無為法“的最後是要返入”有為“。

如果你入手是用”有為法“，你要”了手“就困難了；如果你入手是”無為法“，你要”了手“就很容易。因為”了手“是不能有相的，修”有為法“入手易，轉手、了手難；修”無為法“入手難，轉手、了手易。所以〈大手印〉是不同於”生起次第“，也不同於”圓滿次第“。那你用”有為法“修可以不可以呢？當然可以啦！現在有很多人都是用”有為法“來的修。用”無為法“來修的，幾乎可能一百裡頭有一個，或一個裡頭才有一個。

但是，你用它來修的時候不能了悟”本元“。這裡講得很清楚：“必不了悟本元“我上次也講過，上面教用七支坐法入”本元“enter nature，在這裡是住”本元“abiding origin。要知道你為何不能了悟”本元“，這個很重要。這樣講起來，本來我不願意講。因為在公眾地方我不願意講，為什麼呢？會引起紛爭。

有些天法師，他們講經是我們不贊同的，他對佛的道理只了解一半，很可惜呀！本來想講，但不敢講。用經典來印證，《楞嚴經》指出兩個根本啊！一個是”生死的根本“，一個是”菩提的根本“。釋迦牟尼佛在《楞嚴經》親自金口講給我們聽，但是佛教裡面，宗派很多，也有很多法師，很多居士，也有很多大學者講：《楞嚴經》是假的。這個我們很痛心，我們不能講他。如果你把菩提認為是”有為法“，你想用”有為法“來證菩提，那如沙蒸飯，是不會成功的。要了悟”本元“，這個對佛教的修證關係是大得不得了。

在這裡講到這種高層次的東西，有些人連發問的能力都沒有，有很多人連問問題他都不會。像我們來發一個問題：「師父你不是在上次講過見、行、修這第二句的口訣，

”見、行、修一切行持，皆攝於心“及”應知傳承諸上師與我心無別。“那我們的心和佛的心是一樣的，既然是一樣的，為什麼修行的時候，有人要用”有為法“，有人要用”無為法“呢？那不是平等了嗎？”普通的師父或研究教義的人，他會做這樣的回答：「那是你的機不同。你的機是”漸機“，他的機是”頓機“。」

在二乘來講，二乘就是聲聞乘和菩薩乘，佛教只有二乘，別人把它判為三乘，那是他自己判的，不是真正的經典所說。聲聞乘的”漸機“是阿羅漢，”頓機“是緣覺；菩薩乘的”漸機“是菩薩，”頓機“是佛。《金剛經》裡講出兩種根基：”為發大乘者說“，這是講漸根的菩薩機；”為發最上乘者說“這是講頓根的佛機。但是我們要知道修”有為法“的人，是先破煩惱，後斷無明，先破見惑，後破見惑；修”無為法“的人，是先斷無明，後斷煩惱，先斷見惑，後斷思惑。

但是，這裡有一個問題大家要了解。”頓機“是講他頓斷無明是可以的，但是經典裡頭並沒有講你可以頓斷煩惱。九十一種思惑須要經過一地、二地、三地、四地的修為來”斷“的，是不能用”頓“的。”頓“，是講你能破無明，而不是講你能破煩惱。所

以”理須頓悟，事須漸修“。斷煩惱是在你頓悟之後，用這個”本元“來把煩惱逐漸消除，到最後根斷，也就是無明斷了，那才成佛。所以，我們要清楚的知道”頓“是頓斷無明，而不是頓斷煩惱。所以”悟後起修“這是一定的道理。有的人以為是悟了之後不要修，這樣的講法卻是很危險的。

真的能夠悟了之後不要修嗎？當然可以的，但是要聽完了這本書，你就會知道什麼叫”悟後起修“，什麼叫”悟後不要修“，什麼叫”不修而修“。這樣的講法，我們法師們要把它好好研究清楚，因為領導人家修行，是一件很大的一個責任。如果我們自己沒有搞清

「那這樣來講，師父！」這個人問得更深入一層了：「既然佛性是平等的，為什麼他是”頓機“，我們是”漸機“的呢？他等於是沒有一彈指就可以成佛，我們卻要三大阿僧祇劫，那不佛性不平等了嗎？既然是”與我心無別“，那又是什麼緣故呢？」搞得不清楚的法師回都不會回答，敢回答的，他們的回答都是這樣：「說那是”漸機“，那是你的煩惱重呀！說他們是”頓機“，是因為他們的煩惱輕呀！」那這樣請問你，是摩

登伽女的煩惱重，還是阿難的煩惱重？沒有人不知道，當然是摩登伽女的煩惱重，但是為什麼她後來能頓悟成阿羅漢？阿難卻連個初果都沒搞到，那就曉得這是不關係煩惱輕重的問題了。

或者回答你說：「那是你的智慧低，是”漸機“；他的智慧高，是”頓機“。」那麼摩登伽女的智慧難道高過於阿難嗎？這樣看起來，又不關於智慧高低的問題。有關這一個問題，只有一位法師答得出來，就是守培法師，他講這個問題要看你多生多世以來，你是”迷於事“，或”迷於理“？

如果你對理的習氣比較重，而且被它迷，那你是要從理悟，你是”頓機“；如果你對理並不明白，或明白的少，你的重點是迷於事的，那就是”漸機“。有了守培法師才把這個問題解決了，我看到了。啊！他真不愧是江蘇的僧寶，能把這個問題解釋得清楚。為什麼我們有”漸機“，有”頓機“呢？就是要看我們究竟是迷於事“，還是迷於理“，這可是多生多世的習氣啊！

”此為自心元所俱生智。但初修雖欲自然住定於本元，然所住不越於貪著樂、明、無念等功力之中。“後句是要把它分開到好遠，在修行的次第來講，差了十萬八千里，才能達到後面這一句。我們現在才能離妄想，那裡可以到達到樂、明、無念呢？所以這一句不是在這裡的，在好遠的地方，我們現在只解釋上面一句。”此為自心元所俱生智。“這一個智慧光明，這個東西，是自己心元所俱生智，它是不假外修的，你生出來就有的，和你俱生的。所以基督教講人有俱生的罪，人一生下來就有罪。但是佛教講人有”俱生智“，一生下來就有佛性。

”此為自心元所俱生智“的說法，也有法師不相信這個，認為佛性是修來的，不是本有的。噢！我們做法師的要好小心啊！你要知道，有的法師講的經典，常常不是了義的，他不相信佛性是本有的。他說”佛性本有“那是佛騙你的，那是一個方便權巧，怕你害怕，所以講你有佛性，我們聽了覺得很可笑。

談到”俱生智見“，前面講過了”大手印見“是俱生智見。再講一遍，因為在坐有的是新來聽講的，小乘是”人無我見“，大乘是”法無我見“，還有兩個主要的見是”中觀見“和”唯識見“。再上來”大手印見“是俱生智見，”大圓滿見“是自然知見，禪

宗是沒有見的，所以禪宗是高出於九乘之上，因為他不講“見”的。它如空中鳥跡、水中劃痕。就再講一次，索甲仁波切和聖嚴法師對話，索甲仁波切問：「What is the essence of Chan? 什麼是禪宗的見（心要）？」聖嚴法師不愧是中國的禪師，他回答：「禪宗是沒有見（心要）的，如果有見（心要）就不是禪宗。」索甲仁波切鼓掌讚嘆道：「我老早知道你會如此答。我是故意問你的，看你的境界如何。」

”但初修雖欲自然住定於本元“，就是 enter nature, abide origin, 你不能做到。為什麼不能做到呢？“下面這些離我們遠得很，不是我們的境界，它故意把次序顛倒了，修行的次序一顛倒，跟中國道家的”金丹道“書籍一樣啦！前面的擺到後面，後面的擺到前面，故意要叫你看不懂，為什麼？要讓你問師父啊！口訣在師父那裡。所以，道教講：「饒君聰明過顏回，不遇真師莫強猜。」

所以在這一句我們要加上成為”但初修雖欲自然住定於本元，然隨境而轉之粗妄念，遮蓋自心本相。“秋月明矣！我這是送給許秋明師兄了，就是這個雲沒有遮蓋自心本相，本來面目就顯現出來。為什麼我們現在要”自然住定於本元“？自生自顯，自然

自住，但是我們現在做不到九次第定，因為有隨境而轉之粗妄念，還有細妄念，最細的是”執我“的妄念，最微細的是”執法“的妄念，遮蓋了自心本相，那有沒有方法？提供的方法很多，我們先看密宗提供的什麼方法。

下面這一句，”急呼呬字，頓斷妄想之流。“有謂”禪宗高明勝，密宗方便勝。“密宗的方便是有名的，就是用英文講的 technique (手法) methodology (方法論)，就是它的方法最多，你貪心重，有治貪心的方法；瞋心重，有治瞋心的方法；你驕癡我慢心重，有治驕癡我慢的方法。它不反對用任何的方法，只要是這方法可幫助你修行的，都可以拿來用，不管是道教的方法或基督教的方法。

顯現在耶穌的背後，生在他的頂輪上面也有一個圓相。但是，如果經開了天眼的人觀察，你一站在他的面前，他不用問你啦！根本就知道你是基督徒還是道教徒，還是佛教徒。我曾請問：「老仙翁！你是怎麼知道的呢？」他說：「如果這個人放的是白光，那即是基督徒，基督教的光是白色的，因為它是代表天堂。」

如果這個人放的是青光，那即是道教徒，因為天青色是天，道教是人法地、地法天，

天法自然，它是天。如果他的印堂射出的是金光，我馬上就知道他是佛教徒，金光是超出三界之外的光。」所以，我們修淨土的人天天唸：「阿彌陀佛身金色！」就是講這個金色的光。而最高的光是紫金光，那是證得虹光身的人得的。

口訣教你急呼”呬“字，能”頓斷妄想之流“，這裡有很多技術問題，不詳細講也不行。為了”頓斷妄想“，每一宗都有它特別的方法，淨土宗馬上唸”阿彌陀佛！“。禪宗呢？”三尺棒頭開正眼，一聲大喝息狂心。“”妄念頓息，即證菩提“，自然就轉。

我們都知道玩circle把戲的為仰宗有九十六個circle。但是，這一喝，用”喝“字最拿手的就是臨濟宗，我們禪宗的個個都知道”德山棒、臨濟喝“，但是用喝，臨濟義玄禪師有四喝，這裡是用第一喝。他說我第一喝如金剛王寶劍（快利難當），就是斬斷妄心，第二喝如踞地金毛獅子（毫無依倚），第三喝如探竿影草（勘驗深淺），第四喝不作一喝用（不著痕跡），這就是臨濟師父赫赫天下有名的喝。這第一喝呢！在禪宗裡是師家所用的，是師父用的。徒弟很少用這個，徒弟所用的方法是提起話頭來。

密宗介紹的方法是這個”呬“字，此字是新的翻譯字，在我們唐朝把它翻成”泮吒或潑吒“這原不是（大手印）的方法，這是（大手印）借人家的東西來用的。這個”呬“字是誰發明的呢？我說這本書交代不清的，在這裡我要把它交代清楚。她的名字叫瑪幾瑙準，中文把它翻譯為”無我母“，她是西藏「切」法門之”施身法“的始祖，這個”無我母“她的偉大，：我們要知道全部西藏人的佛法都是從印度人那裡學來的。

但是，這個”無我母“的”施身法“和”呬“字法，印度人是反過來向西藏人執弟子禮求法的。從這裡可以看出”無我母“的偉大。”無我母“用這個”呬“字，來斬斷妄想，它是三個字的，不單單是一個”呬“字，而是”呬、吽、哈“三字，一個是”精“的聲音；一個是”氣“的聲音；一個是”神“的聲音。一個聲音是向上衝；一個聲音是向下降；一個聲音是平的。這個會慢慢詳細講，可以用一次的機會講，我們以後慢慢再講。

”呬“字可以斷妄想，還可以降魔哦！它的用法有好多種，現在我們不要講其他的用法，我們先講除妄想就好。這個”呬“字是方便能攝之『』（帕），就是英文的 Pa

字音，般若能斷之」。(扎)，就是英文的「z」字音，唐代中文把它翻成「泮吒或潑吒」，這兩個字合起來，變成一個「𑖀」，即「𑖀」字。

「𑖀」……(華嚴字母唱頌)這個唱頌我原來想開個課程，但因病都開不了。當你妄想很重，你用“不擒不縱”、“不迎不送”、“不來不去”的各種方法，都沒有辦法停止它。根據這本書，你就急呼“𑖀”字，能頓斷妄想之流。這個“𑖀”字不要隨便呼，不要像兒戲的呼，最多呼三次，如果呼了三次還不行，那你就不要再打坐了，你起身繞佛也好，禮佛也好。我們今天就講到這裡，謝謝大家！因身體不好，講得不好，講得也不透徹。再度謝謝大家！請迴向：

願消三障諸煩惱，願得智慧真明了。

普願罪障悉消除，世世常行菩薩道。

【第四講】2001年4月26日

我本人身體很弱，但是心裡卻是非常歡喜高興，因為今天是一個很特殊的因緣，是我們佛教大智文殊師利菩薩的聖誕。陰曆四月四日今天是最吉祥的日子，也是我們禪華道場創立四周年的紀念日。

上一次講完之後，就向白師姊表示歉意！講了一個故事，去了一半的時間，再解了兩句而已，對大家都沒有什麼幫助，我說不如自己看還好啊！白師姊講：「並沒有浪費大家的時間，雖然這麼遠道而來，但是師父，您講個十分鐘也好，講個二十分鐘，半個鐘頭也好，和我坐在一排的師兄姊們都聽得很歡喜，至於後邊的人就不知道了。」我聽了就非常的感謝和安慰，也鼓勵我發心繼續再和大家講少少。我的期望，最少要講到禪宗的破初關才告一段落。

上次，我們是講到修道的境界，用“不擒不縱”離妄想，用“𑖀”字斷妄念。下來會達到什麼樣的境界呢？這就是今天我們所要講的。請大家打開原書第五頁，從“息粗

妄心所而住定。“唸到第七講，唸完為止。

”息粗妄心所而住定，則離攀緣一切法之境，自性即明徹、赤顯離心智慧，如如現住。洞達離生滅有無諸邊，超絕語意分別境，而自安住離言思之智慧性境中。此指法身體性智、瑜伽、見宗。如不識此而修，則是未離心之作用及有為之見，與自性大圓滿道懸隔，不得無修光明輪。“

很慚愧！我是一個孤陋寡聞的人，讀的書很少，但是我沒看到有一本書，能夠把修行的層次講得這麼清楚，真是「和盤托出」。所以，我時時模仿武則天皇帝而作一首偈：「無上甚深微妙覺，上師命脈即心血，我今見聞得受持，願證如來真實意。」

下來會到什麼樣的境界呢？就是這一句所表示的：“息粗妄心所而住定，則離攀緣一切法之境，自性即明徹、赤顯離心智慧，如如現住。”這是一個 compound sentence，是一個複合句。我們現在要用一個 simple sentence，用最簡單的句子把它表明出來，用那一個簡單的句子呢？就是我作禪華道場〈參禪歌〉的第二首：“水清月自現”。從離妄想再斷妄想，就到了這個階段了，叫“水清月自現”。

但是，上邊我們是要有補充的，還沒有到“水清月自現”這個境界，前面本來有三個東西，並不只是一個妄想。我們知道，我們修行這條路上的「攔路虎」，也就是「絆腳石」，在這裡至少有三個東西。第一個是妄想；第二個是昏沈；第三個是無記。你能把妄想、昏沈、無記排除，才有辦法進到“水清月自現”那就是禪宗和〈大手印〉講的，你要做到「惺惺寂寂，寂寂惺惺」。禪宗和〈大手印〉是不講止觀的，沒什麼止、什麼觀！它都是講「惺惺寂寂，寂寂惺惺」所以，在這裡西藏人出了很多的大佛學家、大修行人。

但是，並不是個個西藏人都是天下無敵的，也不是沒有西藏人不會把佛法搞錯的，很多西藏人把佛法講錯，尤其是黃教派的，他們的問題是這樣的，我們修行，你們也修行；我們修止觀，你們也修止觀。為什麼我們要三大阿僧祇劫才能成佛，怎麼你們可以「即身成佛」呢？他不知道黃教派常常犯的弊病，常把禪宗和〈大手印〉認為是止觀系統的的東西，他們認為是和〈菩提道次第論〉一樣的東西。大錯特錯！

所以，黃教徒就提出一種批評，那是錯誤的批評，在〈菩提道次第論〉裡邊都講錯

了。我不客氣的講，宗喀巴大師是講錯了，〈菩提道次第論〉幾乎是征服了台灣的佛教，沒有一個人不把它當寶。但是，並沒有人看出它錯誤的地方。我們華人很可悲啊！認為別人的東西就是好，我們並不是批評那個不好、沒有用。我們是照禪宗和〈大手印〉來講，在這裡對不起黃教徒，請他們原諒！也請他們的護法寬恕。

下邊三句是「金句」：「洞達離生滅有無諸邊，超絕語意分別境，而自安住離言思之智慧性境中。」這是個金句。我們在西方社會裡，讀聖經是很普遍，每個讀聖經的人都知道 Golden Sentence，就是金句，就是經典。但是我們要把這三個 Golden Sentence 的 key words 把它抓住，就是抓住它的鑰匙字，我們不必要記這樣長句子，只要把它的鑰匙抓住就可以。

65

第一句是「洞達離生滅有無諸邊」，「生」就是妄想生起，「滅」就是妄念消滅。「有」就是妄想生起，「無」就是妄念消滅。你就是抓住「離生滅邊」這個 key words 就可以了。

第二句是「超絕語意分別境」，語言，就是你第六意識的功能，第六意識主要是分別、思量。所以，要抓住這個 key words：「超分別境」就是超第六意識。

第三句是「而自安住離言思之智慧性境中」，你就離開了「言」就是語言，「思」就是分別，而你就常住智慧境。我再講一句，你就抓住這三個 key words：「離生滅邊」、「超分別境」、「住智慧性」。

你從「離妄想、斷妄想」、「水（心）清月自現」，而到「離生滅邊、超分別境、住智慧性」時，是達到什麼東西？下邊講出了，這個是「法身體性智」。我們顯教是講三身四智：法身、報身、化身，成所作智、平等性智、妙觀察智、大圓鏡智。我們一個人是二身具足的，基督教講聖父、聖子、聖靈「三位一體」（the Trinity），所以基督教有一教派叫「三一教會」。用最流行的話就是雷久南博士所講的身、心、靈。

你有身體、你有心、你有靈。身體翻成英文是 body，心翻作 mind，靈翻作 spirit，但是有人翻作 soul，那是很容易和基督教搞混在一起的。因為基督教的靈是用 soul，就是靈魂。佛教有時沒辦法，勉強用靈魂這個字。但是，以真正佛教的教義來講，佛教是不承認有靈魂的。用 spirit 雖然比用 soul 好，但是還會讓外國人混淆起來。

66

所以，當代佛教翻譯家都用玄奘大師「五不翻」的原則。梵文原文在這個國家的文字裡邊，沒有一個適當的字可以來代表它的時候，我們就讓它保持它的原意不翻。但是如 Dharma-kaya, Dharma 就是法，Kaya 就是身，就可以把它翻成法身，而有「法身體性智」之稱。

我們剛剛講過顯教有四智，在這裡是講密宗的法，密宗講有五個智，就是在四智之外再加上「法身體性智」。那是不是多了一個智呢？並不是，乃是「漢傳佛教」把這四智擺在一起的時候，就給它取一個總名叫「法身體性智」，它是用五方佛來代表的。

密宗以東方阿門佛代表，大圓鏡智；西方阿彌陀佛代表，妙觀察智；南方寶生佛代表，平等性智；北方不空成就佛代表，成所作智；中央毘盧遮那佛代表，法身體性智。你知道達到「離生滅邊、超分別境、住智慧性」，這就是「法身體性智」，也就是「水（心）清月自現」。再講一個，就是「瑜伽見宗」，我們在報紙上時常看到 yoga 這個字，很多小女孩要去 Asans-Yoga，那是體位 Yoga，並不是心靈 Yoga。

佛教是講修心的，照理應該把它講成「無上阿底瑜伽見宗」。因為 Yoga 密宗是分成

四部密：作密、行密、Yoga 密（瑜伽密）和無上 Yoga 密（無上瑜伽密），而無上 Yoga 密又分三部：麻哈（摩訶）瑜伽、阿努瑜伽、阿底瑜伽，也就是「生起次第」、「圓滿次第」、「大圓滿次第」。

這個〈大手印〉的見宗是在無上阿努瑜伽的部分，所以我們要把它講成「無上瑜伽阿努見宗」。用比喻來講，「作密」就是供養佛，修各種供養，這種關係修密宗的人都非常清楚，那是「主僕」的關係，我們看佛是一個主人，我是一個僕人；「行密」的關係就發展出一部為佛作事，也可以燒火供、作息、增、懷、誅四種利生的事業，但是這種關係是「君臣」的關係；第三種「瑜伽密」就和佛的關係比較親密，「佛即是我，我即是佛」就變成「朋友」關係；但是，「無上瑜伽密」是不二的，所以就變成「夫婦」的關係，這是第四種關係。這一個就是「法身體性智」，「無上瑜伽阿努見宗」。再講一次，就是「離妄想、斷妄想，水（心）清月自現，離生滅邊、超分別境、住智慧性」這個就是「瑜伽見宗」，就是要記得這個大原則。

下面呢？如果你「不識此而修」，如果你不了解這個來修行的話，也可以修，不是

不可以修。修中觀的、修止觀的、修唯識的，中國人修天台空、假、中的，修華嚴法界的，修的種類多得很。但是，它的系統和你不同，它是講次第本身。如果你不知道這個而修，你不過是用〈菩提道次第論〉的方法來修的話，是“未離心之作用”及“有為之見”，有為、無為在上次講解過，這次不再講解，則“與自性大圓滿道懸隔”。

而西藏人講的〈大中觀〉、〈大手印〉、〈大圓滿〉和中國的禪宗是同一個東西。但是，它的名字不同，“花教”把它稱為〈大中觀〉；“白教”把它叫作〈大手印〉；“紅教”把它說是〈大圓滿〉。為什麼把它叫〈大中觀〉呢？因為它不著有、無、生、滅的邊見，所以我們叫它〈大中觀〉。為什麼把它叫〈大手印〉呢？就是它本來就是這樣，所以我們叫它〈大手印〉。為什麼把它叫〈大圓滿〉呢？就是一切具足，什麼都有了，等於印度人講的寶盒，什麼都可以變出來，一切都有了，那麼我們就叫它作〈大圓滿〉。

如果你不知道這樣修，你就在止觀裡邊修，那你就經歷經三大阿僧祇（Asanga）修福慧，百劫修相好，那個路途很長哪！所以阿難在《楞嚴經》裡發出這樣的呼求：「願今得果成寶王，不歷僧祇獲法身。」、「佛陀啊！我求您開示頓超的法門，這麼久遠的時

間，我害怕了！」

所以，只有禪宗、〈大手印〉、〈大圓滿〉另外指出徹底的一條路。如果沒有，那會怎麼樣呢？那你就“不得無修光明輪”了，你不能證得了。因為你是以“不離心之作用及有為之見”來修。那你也可以問：「師父！有修也有光明輪的啊！」「當然啊！耶穌基督的頭上也有一團圓光，聖母瑪利亞的頭上也有一團圓光，彼得、保羅、約翰十二門徒等等，頭上也有一團圓光，阿羅漢的後邊也都有圓光。」

什麼叫“有修光明輪”？什麼叫“無修光明輪”？在這裡我要向大家慚愧，因為我沒修到“無修光明輪”，也沒有修到“有修光明輪”，你叫我答，我答不出來。在這裡我只好引證古代大修行人的經驗，他們說：「這兩種光明輪，它的不同是在這裡，“有修光明輪”在婆羅門教也可以達到，但是在月輪上面蒙一層白紗，你達到的時候就會看得很清楚；但是“無修光明輪”就是光明透徹，晶瑩無礙，這個光明的度數就不同了。」所以“有修有為之見”，他還有一個我；“無修光明輪”是無我，所以顯現出來的光明是不同的。

現在的氣功師他也會放氣，也會放光，但是他放的不過是物理的光，並不是心靈的。耶穌的，或者佛陀的光，在授皈依時都是舉起祂的手，從祂的掌心射出一道佛光，是金光射到這個人身上，可有好多種作用，也有去魔的，也有像你心靈不穩定，能讓你穩定下來的。但是氣功師的光或者他的氣和大修行人的光比，那個度數就不同了，氣功師頂多只有200瓦特的光，而佛陀和大修行人的光就有好幾萬瓦特的了。

下面這兩句：“於見宗未得印證，則雖修亦無保任之境，故以印證見宗為首要。”是不應該出現在這裡的，和這個差得遠了，都是次序擺錯了，這是要到開悟的層次才講。在這裡僅僅講的是“初要”而已，那是破了禪宗初關之後，才用這二句的。用這兩句幹什麼呢？印證，去求“印證”的時候用的，就是問師父的時候，拿這兩句用，現在這二句還不能講，要擺在後面。

我們先來接下去讀原書第八講，把它讀完，大家一起唸。

這三句是反覆叮嚀，這是諦洛巴（或者是那諾巴）上師的慈悲，重覆的來講，反覆叮嚀。但是我們先要把它的順序調好：“令心如河流，任運自然住，心起知為智慧功用，

（心滅知為返本還元），觀照及一切時皆如是，不可於各各妄念起伏上，作各各調伏對治，起伏不作成立與遮遣，即得法身自相。”

也有人會講：「師父啊！我們學了很多都是“止觀”的方法，用“不淨觀”來對付貪心；用“慈悲觀”來對付瞋心；用“因緣觀”來對付癡心；用“無我觀”來對付慢心；用“數息觀”來對付疑心。為什麼不可以於各各妄念起伏上，作各各調伏對治呢？」我們修淨土宗的佛教徒，妄念生起時，我們念阿彌陀佛；禪宗則提起話頭。你為什麼不作調伏呢？這裡有一個修行人的詩，所講的是：「樵夫不愛閒花草，專向枯心樹下刀。」他不在枝葉上作功夫，這個枝不對，剪一個；那個葉不對，剪一片；你要從樹根下邊下功夫。所以，他從根本上修，不注重調伏各各妄念，即得法身自相。

“貪瞋、煩惱、苦樂、感受等之自性，知其皆是法爾，即得法身妙用。“到這裡是一句。這一句是講佛教的三大——體、相、用，如果你不了解體、相、用，就不能講經，因為可以這樣來講，我們從最淺的來講，這裡講體、相、用三大，其實就是講法、報、化三身，也是講空、樂、明三分。因為平時很多佛教徒並沒有接觸這種高級的理論，他

所接觸的都是普通的佛教知識。所以他不太了解，我現在不惜唇舌，解釋一下什麼叫體、相、用？

任何的東西都有體、相、用，都有這三大，好像在這個世界你是什麼樣的”體“呢？以人為”體“；你以什麼為”相“？我的頭髮是白的、黑的，眼睛是藍的、黑的，我的四肢皮膚是白的、黑的，這就是你的”相“；你以什麼為”用“呢？我可以做出很多事情來、事業來，這就是我的體、相、用。對！你一了解這個意思，把它一推，什麼都是這樣，像一張椅子，以什麼為體呢？它是以木頭為體，什麼相呢？就是做成方形、圓形、有靠背的，就是椅子的相。什麼是它的用呢？可以擺東西，可以讓你坐。

73

再講到深的方面去，講到〈大手印〉以什麼為體呢？以”法身為體“；以什麼相呢？它是以”明體為相“，就是光明為相，以”無修光明輪“為相；以什麼用呢？它是以”解脫為用“。我們知道智修法師講《金剛經》給我們聽；常船法師也講《金剛經》，還有張毓珊居士也講《金剛經》給我們聽。

所以我們也可以問。《金剛經》以什麼為體呢？每個人都知道，如果你不知道，怎

麼講經呢？《金剛經》以”般若“為體；以什麼相呢？以”無著“為相；以什麼用呢？以”無住“為用。那麼講佛教以什麼為體呢？佛教當然以佛為體，耶穌教當然以耶穌為體；那麼以什麼相呢？以各種的佛相、菩薩相及經典為相；以什麼用呢？以僧伽、居士、菩薩為用，就是弘法利生為用。這樣一解，大家都知道。那這三身呢？頭先講 Spirit。Dharma-kaya 就是你的法身； mind 就是你的報身； body 就是你的化身，這就是三身。

這裡中間再接口訣的一句：“故放逸不修與勤積修習，其法性無增減。”這是講法身，法身是無來無去，是諸法空相，不生不滅、不增不減、不垢不淨，這就是法身。但是，我們要知道”放逸不修與勤積修習“不是指普通的凡夫，乃是講修行人，其中有兩種：一種是修行人喜歡自由自在的，就是比較懶惰的人，他就應該要修〈大手印〉，因為〈大手印〉他的 key words 上指出”任運自然、自然任運“很舒服哦！睡在那裡都可以修。

74

但是，另一種修行人呢！是很精進、很勇猛，等於二六時中，每一分鐘都不肯放棄修行的這種人，他就應該修〈大圓滿〉。這是兩種分別，你剛剛修行的時候，你就會看

到你的心，也就是你的妄想還沒有調伏好，好像一條瀑流，一條洶湧的瀑流在那裡流。但是你慢慢修，慢慢修，流動的速度就慢慢的停下來了，再修，最後就停止了，”令心如河流，任運自然住“，”心起知為智慧功用“，心一起來知道這是報身的功用，也是妙觀察智的功用。心滅就是回到本體，就是返本還元。

講起這個本體，宗教上，如耶穌當然他說宇宙本體是「上帝」。佛教講宇宙的本體就是「真如」。中國人講的就是「道」，道是沒有辦法說的，是不可名的，不可用一個名字來指它。「道」就是前面所說的指，用這隻指來指出月之所在。但是，照科學家、哲學家他們所花的無窮心血，要去找宇宙的本體到底是什麼？經過幾千年來歷史奮鬥的長河，到今天最高的物理常識，知道宇宙不過是三個東西：一個是光、一個是波、一個是能量，我們的宇宙就是這三種東西促成的。

物質是一個現象，最近霞女給我一本英文書，書裡面講當代一位最先進偉大的物理學家他的理論是這樣，他說：「如果你問我宇宙是不是有？我的回答是 $\neq 0$ ；問說宇宙是不是沒有？我的回答也是 $\neq 0$ 。到底這個宇宙的本體是什麼？我不知道。」科學家是真就

講真、是假就表明那是假，說我不知道就是真知。”電“我們人可以利用它作各種的功用，但是電的本身是什麼？科學家到現在也說不出其所以然。

有許多的東西到底是什麼？到如今最新的、最先進的，從愛因斯坦的〈相對論〉一路到到〈量子論〉，就發現了一個不可測的規則，就是用儀器來測定這一個對象的時候，測不準了，而是根據你的心態，就是什麼人測它它就會不同，又是什麼心而不同，有叫〈函波數〉的理論建立起來，有的科學家便以為這就是宇宙的本體了。

也有同時研究佛教與科學的人說，這個可能就是「真如」了。但是我們佛教徒還不能承認，雖然你講的這種東西是「真空妙有、妙有真空」隨人的心靈而改變的，但是這一個東西〈函波數〉不能叫做「真如」。如果我們這樣一承認的話，每一個科學家不都是佛陀了嗎？事實上，科學家們並沒有變成佛陀，他仍不過是一個科學家。

所以，對於宇宙的本體，有這麼多人發表了這麼多的理論，可是在佛陀看起來都是戲論 Play a word，都是講沒有用的東西。因為很容易的，又會有另一位科學家將他的理論推翻掉的。真的，可能不到一百年，就會有人把他的理論推翻了。所以，對於當代

迷信科學的人，是不會了解的。真正的大科學家知道宇宙的起源，什麼是〈大爆炸論〉？什麼是〈星雲論〉？什麼是〈能量變論〉？到底太陽、地球是那裡來的，到現在每一派都爭得面紅耳赤，只有我們偉大的佛陀指出宇宙的本體，你單單指出還不算偉大，就是教我們一個方法，能夠親自證入本體，這種功德令眾生回到本體裡去，是無邊無盡的。你的心起或者心滅，就是你的相，就是法相。

下邊這一句“貪嗔、煩惱、苦樂、感受等之自性，知其皆是法爾，即得法身妙用。”很慚愧啊！我唸到這裡，我都講我沒有資格來講，因為我都沒有做到，講的人應該做到才可以講。如果你自己都沒有辦法做到，你講的那是在騙人的。智行法師常常講我：「人家在唸阿彌陀佛，唸佛經，唸無字真經。你一天到晚唸唉喲！唉喲！唉喲經，唉喲！唉喲！唉喲咒。」知其皆是法爾“法爾是什麼？就是空性，為什麼苦了之後就有快樂？快樂之後又有苦呢？就知道它是個無常的東西，是一個空的東西，能改變的東西。如果不是空，不能改變它就不能空了，苦就永遠的苦下去，樂就永遠的樂下去。這是不可能的！所以你知道它是法爾，它的自性是法爾，「法爾」在第一講已講解了，這裡就不講了。

“即得法身妙用“什麼是法身妙用？即在這一個法身裡面，能從貪嗔、煩惱、苦樂、感受裡邊解脫出來，所以這種法身妙用會令到地藏王菩薩在地獄裡邊，並不感到苦；令到釋迦牟尼佛被歌利王割截身體的時候，祂沒有瞋恨；令到觀世音菩薩代眾生受苦，祂並不覺得苦。所以，這種偉大的妙用，我都講：「釋懸智，你不應該講，你都沒有辦法做到，你在騙人，所以慚愧啊！」

“如不達自然任運“因為這種口訣，每個字每個字很重要，上面講，如果你不知道這種來修行的話，你就是”未離心之作用及有為之見，與自性大圓道滿懸隔，不得無修光明輪。“，這裡是「反覆叮嚀」。”如不達自然任運“，它的 key words 是「自然任運」如果你不能做出自然任運，知道它是個法爾的作用，怎麼樣？有什麼結果？

“必妄念紛馳而落凡愚“，你就變成一個在妄念裡邊的凡夫，那怎麼辦呢？”故常應不離無修之大自然住。無論何時，唯以認識直指見宗，一切盡攝。“無論什麼時候，你只要能夠”認識直指見宗，一切盡攝。“什麼是見宗？可能大家還沒有徹底明白，要講到原書的第九講，講到禪宗的開悟、破初關，你才能完全了解，現在還不要解，到下

邊會解。

何謂“一切盡攝”？現在再用那個古話來講，什麼是直指見宗？就是上邊講的「離生滅邊」、「超分別境」、「住智慧性」你每一時間都是以認識直指見宗，一切修行能事畢矣！好！大家再一起唸第九講。

“妄念與煩惱，皆法身本覺智慧相。其自性亦即法身本體光明之真實。知之，即名本體住之光明。其直指自性光明之見宗，能熟其自相，即名行道之始覺光明。為任運於此而無分別之體與道兩光明之自相，即所謂之光明母子相會也。（本覺母，始覺子也）“還有一句在後頭，要把它提前補到這裡來，就是接著”由不覺而始覺，始覺即同本覺生出之子光明，而合母光明也。“

今天銷文、釋句、演義部分都不能詳細講，不過，我講一個我小小的經驗。上面所講的是講心的三部分中的一部分，就是“心空”的部分，心有三個東西，心不是光光空空是般若的理，但是還有光明的事，心不是單單一個空的東西，它是妙有的，還有“明”的部分，下邊還有“樂”的部分。心有三個東西，有法、報、化，空、樂、明，體、相、用，“樂”的部分下次再講，明的部分就是“子母光明會”，現在不是照原書的內文講，下次再照這個文詳細講。所謂“光明子母會”，是修禪宗、修〈大手印〉的一個很重要的階層，到了「離妄想、斷妄想、水（心）清月自現、離生滅邊、超分別境、住智慧性」再到「自然任運」，下邊就到“母子光明會”。

上面是講“心空”的部分，下面是講“心明”的部分——“子母光明會”。修淨土宗的人，在《楞嚴經》中的〈二十五圓通章〉裡面有〈大勢至菩薩念佛圓通章〉，它是講如母憶子，如子憶母，這是淨土宗的方法。但是，你不要把它搞錯，這不是“光明子母會”，那不是〈大手印〉裡講的。

還有最普通的宗教，現在很流行，以前稱“一貫道”，現在改稱“天道”的，他們也講宇宙本體，但是，是指「無生老母」，認為我們這些人類都是“原子”，所以要借用母子、子亥相抱合同的手印，就是將來我們要回到「無生老母」那裡去，這就是他們認為的母子相會。發明“一貫道”的人可算是個聰明人，智慧高，但是我們要知道這種「無生老母」和他的孩兒渴望相會，稱普渡收圓的這種道義的建立，也不是〈大手印〉

裡講的”子母光明會“。

那什麼才是”子母光明會“？還有要注意的是，”子母光明會“還沒有到禪宗的初關開悟，不要以為達到”子母光明會“就是開悟了。不是！你要繼續聽下去就知道，因為這本書的重要性就在這裡。我們修行有三種力量：第一種力量是「法界普遍力」，這是平等的，對眾生不做取捨，好像太陽，平等無私地普照一切眾生，不管你是好人壞人；第二種力量是「上師加持力」；第三種力量是「修行功德力」。「法界普遍力」是本有的，「上師加持力」外來的「修行功德力」是自己的。

謝謝各位師兄弟，各位都關心師父的健康，真是謝謝！還有很多師姊說：「我在佛前發願，願意我替代師父來生病。」啊！我好感動！還有幫我去找世界上的醫生，中醫、西醫、有神通的人、神醫，還有幫我去求得”最偉大的聞即解脫甘露“、黑甘露丸、黑寶丸……達賴喇嘛的藥……，莉莉給我求來二個黑寶丸，因緣殊勝。智行法師講：「你一下全吃進去好了」我說：「一天吃一個吧！」就吃了一個。到了半夜去洗手間，光明在我左方現起，這個時候，我馬上知道這不是我的修行功德，也不是「法界普遍力」這

是「上師加持力」。

因為黑寶丸是大寶法王獨製的法藥。這個時候我就講給自己聽：「釋懸智你要趕緊體認這一個”子光明“，你將來就是用這個”子光明“而投入法身的”母光明“裡邊去，而完成子母光明合一。」本來我修行有光明顯出，每次顯出都在右方顯現，從來沒有在左方顯出，這次在左方顯出，我就知道是「上師加持力」。

以前我的想頭很大，計畫搞得好多，還寫計畫書，現在什麼都不敢想了。以前我的期望很大，就是期望能「即身成就」但是現在考慮到自己的肉身機器都壞了，「即身成就」不可能的，退一步講就是要「中陰成就」什麼是「中陰成就」？就是你在臨終的時候認識到這個光明，而用這個光明投到”母光明“的時候就得度。這不是用來宣揚我自己，我講過這不是我的功夫，而是「上師加持力」。因為講到這裡，大家不知道怎麼一回事，不過先用這個比喻來形容一下，謝謝大家！請迴向：

願消三障諸煩惱，願得智慧真明了。

普願罪障悉消除，世世常行菩薩道。

上次已講到了“子母光明會”，我們從用“七支坐”來修行入定。而經過用“不擒不縱”也就是不理不睬、不迎不送而離妄想，又用“吓”字的口訣來斷妄想。下面就進到“水（心）清月自現”，再下面就進到“離生滅邊、超分別境、住智慧性”，再下面就達到“任運自然、自然任運”，再下面就達到“子母光明會”。

修道的歷程有好多山峰，也有好多關口啦！有的關口比較難征服，所以有時我們會悲傷、會灰心、會流淚，諸佛、菩薩、大修行人，在這個時候會現身給我們打氣，給我們鼓勵。把修行的歷程分成五十個關口的，我們知道那是《楞嚴經》啦！道教也把它分成五十個關口，基督教的《天路歷程》也分有好多關口。令人最感興趣的就是《西遊記》，則有九九八十一個關口。

在我們講到了“子母光明會”，是講“心明”的部分，前面呢？是講“心空”的部分，下面是講“心樂”的部分。”空、樂、明“是心的三大部分，那是一個很迷人

的”化城“。”子母光明會“和下面要講的的”空、樂、明“是非常迷人的”化城“，我們一起修行的人，有的人剛到了「離妄想、斷妄想」的階段，他就覺得困難了、失敗了、回頭了、不要去了、不要前進，諸佛、菩薩就會鼓勵我們：你還要前進！但是到了這裡啊！這個”化城“啊！有很多人走不出來，他不知道這是個”化城“，這時諸佛、菩薩叫我們佛子：你不能回顧要勇往直前，無限風光在頂峰。就是說你經過了這一個”空、樂、明“的階段，你就到了初關——開悟的關鍵。

至於能不能開悟，那要看個人的福德因緣，最主要的還是要靠個人的努力。所以元音老人最後說：用功吧！努力吧！努力用功！努力前進！在這裡我們要知道諸佛、菩薩他是一個領隊，是一個導航，是一個過來人，他領導我們，描述頂峰的勝景，也指導我們怎樣使用裝備，怎樣使用設備，怎樣使用方便，但是他不能代替我們走。這是宇宙最大的一個原則，這是身心不能互代的原则。

有的人以為，佛可以代我們修行，那是不可能的。《楞嚴經》講過，佛沒有辦法替代阿難陀修行，阿難陀也不能以為我是佛陀最寵愛的堂弟，就可以懶惰。所以走，是須

要我們自己走上去的，佛、菩薩不能替代你走去，這是一個大的原則。那麼，講到這裡，我們上次是講個故事，現在我們要來銷文。因為講經第一個是釋字，先把這個字的意思解；第二是銷文；第三是演義。我們先做銷文的工作，請打開原書第九講看到：“妄念與煩惱，皆法身本覺智慧相。其自性亦即法身本體光明之真實。知之，即名本體之光明。”

好！我們先銷這句，我上次講過，上面那一句是「任運自然」的部分，有一句：“貪瞋、煩惱、苦樂、感受等之自性，知其皆是法爾，即得法身妙用。”這一句哦！我都沒有能力講，也很難講，更加不容易了解，我是盡我的能力來描述：“妄念與煩惱，皆法身本覺智慧相”，妄念與煩惱怎麼是“法身本覺智慧相”呢？

85

用比喻來講，波是因為無明的風而起，但是它離不開水，沒有水是沒有波的。妄念與煩惱雖然是因無明的風吹起的波浪，但是它並未離開“法身本覺智慧相”。它是從法身生起的一個東西，其“自性亦即法身本體光明之真實”。它自己的性質呢？就是波，就是水，水就是波，此乃“法身本體光明之真實”，這就是「用不離體，體不離用」。知之，即名本體之光明。”。

如果你妄念與煩惱生起來的時候，你能住在本體裡面，它就是光明；如果你妄念與煩惱生起來的時候，你不能住在本體裡面的話呢？那就是真的變成妄念與煩惱。這種大的修行是「煩惱即菩提，生死即涅槃」這種修行是我們現在沒辦法用的。所以，它這裡講”知之，“就是現在要你知道，你要知道有這麼一回事，而並不是叫你們起用。這句的起用要在後頭很遠的地方，是在禪宗第三關的時候，大機大用的時候，才能生起。

我學佛四十年，但是我非常的慚愧，沒有真實修行。但知道有對於越痛苦，越快樂，煩惱生起的時候，光明即刻現起的現象。我只有一次的經驗，這個沒什麼值得驕傲的，也沒什麼值得自誇的，四十年來就只有這麼一次的經驗。用南老師的話來講，只不過是瞎貓碰到死老鼠，只碰過那一次。這裡我們知道”其直指自性光明之見宗，能熟其自相，即名行道之始覺光明。“”始覺光明“是”子光明“，”本覺光明“是”母光明“，當煩惱生起、光明生起的時候，你馬上就認識到。哦！這就是”子光明“，認識到這個”子光明“，這就是你行道的開始，就是始覺，把始覺投到本覺裡面去，就叫做”子母光明會“。

86

講到這裡，我想起前幾天就是我們本師釋迦牟尼佛的誕辰，每個寺院，慈明寺啦！常靈師的叫做普賢淨苑，佛光山啦！他們都舉行慶祝佛誕的慶典。在座的諸位都有去參加，很高興。有一年的四月初八日，虛雲老和尚（生平為公元1840-1959年）上堂說法，他唸：「年年（今日）四月八，皇宮降（生）悉達，九龍噴金軀，萬古香湯潑。」剛剛唸完這四句啊！一位禪僧立刻從本位向中間一站，向上問：「如何是未生王子？」

我們要知道哦！釋迦牟尼佛已經降世三千年了，年年我們都用香湯沐浴。禪僧他向上一問什麼是未生王子？什麼是釋迦牟尼佛還沒有降生，什麼意思呢？我們來解釋明白，他認為呢？你年年慶祝釋迦牟尼佛的誕生，那和你是沒有關係的了，那是一個外表的儀式。如果這個釋迦牟尼佛並沒有在你的心裡邊出生，這就是未生王子，因為釋迦牟尼佛沒有生出來。虛雲老和尚答：「苦瓜連根苦！」

我們要知道虛雲老和尚是一個大宗師，是當代的兩大禪宗的巨頭之一啊！這虛雲、來果兩大禪師，怎麼會給你難倒呢？他應付是足足有餘啦！但是，你不能掉以慢心，這一個禪僧並不是泛泛之輩，如果你掉以輕心隨便回答，給他抓住把柄，你就要從法座上

下來，法座就要被他所奪了。

這種法戰很厲害，比人家拿刀、拿槍還要厲害，是要人命的。禪僧他又問：「如何是誕生王子？」答：「百城煙水，渺無垠。」問：「如何是朝生王子？」答：「窗前勤苦讀，馬上錦衣回。」問：「如何是化生王子？」答：「橫按莫邪（寶劍名）行正令」問：「如何是內生王子？」答：「穩坐金殿裡，笑看雲捲舒。」註：師父解釋般若空性道理如一把寶劍，禪師度生以這種正法為度生手段。

因為，誕生王子是”悟道位“，未生王子是”凡夫位“，朝生王子是”修道位“，化生王子是”度生位“，內生王子是”涅槃位“，這是曹洞宗的五位。那，我既然能出生了”子光明“，可以算誕生王子了嗎？我們回答你：「不是！你還是凡夫。」為什麼呢？因為誕生王子指的是開悟。你如果沒有開悟，還沒有算達到誕生王子，雖然你能生出”子光明“，而可以修”母光明“，但是，在禪宗來講，還不算誕生王子。

再者”不忘已認識之見宗自相光明“，口訣裡每一個字都有很大的關係，前面講你不認識這種的道理而去修呢！那你就不能得到”無修光明輪“，如果你不達「任運自

然、自然任運」那你就落到凡夫境界去。這裡提出”不忘“，你不要忘記”見宗自相光明“。上面講的見宗是法身體性智。瑜伽見宗，我已經把 key words 提出來：「離生滅邊、超分別境、住智慧性」這是見宗。但是，這裡加一句”自相光明“，它指出心的部分，不是單單空，如果是單單空，那是中觀般若的道理，不是〈大手印〉的道理，〈大手印〉要指出”明體“，所以這裡有”自相光明“，你就認識這一個就可以了。

”對於境界功用之中之妄念煩惱，不起任何遮遣與成立、取捨等最為要。“這裡是「反覆叮嚀」了，過了這一關，下面會達到什麼境界呢？那本節我們就要把它讀完：”日久護持如是之境，有樂明無念諸功力而遮本元自面者，當揭此皮殼，自性之相方能赤裸呈現，是為智慧由內明朗。故宜頻除樂、明，曰：泉水洶湧激流妙。生樂、明之力及現世樂、愉快等相時，力唸方便能攝之。』（帕），與般若能斷之。』（扎），猛然從上落下，以破貪著功力之皮殼。（以上兩藏字，合成為『』，即『呬』字，譯音吒泮或潑吒。）如是一切時能保任離絕道驗之關要、無可言說之自性了徹者，入定、出定行持無別，上座、下座修持亦無別。“註：篤哈語錄頌云：「瑜伽修習頻除妙，泉水洶湧激流妙。」

好！我們暫時就讀到這裡，你常常”日久護持如是之境“，這一句要調到前面已講的，補在”然所住不越於貪著樂明無念等功力之中。當遣離貪著如是等功力境，頓然安住，方現赤裸了徹之自性本元體。“之上面。你這樣做下去之後呢？就會有東西生起，有心裡的，有生裡的東西生起，這本書把它叫做”道驗“，我們現在把它叫做”覺受“，英文叫做 feeling。“覺受”有多少種呢？”道驗“有多少種呢？在這裡把它總括的說是”空、樂、明“，它是三樣東西。但是，這三樣東西，你要會把它調得平衡，你如果執著”空“，你就會落到「無色界」裡面去；你執著”明“，你就會落到「色界」裡面去；你執著”樂“，你就會落到「欲界」裡面去。就這三樣東西，他說要把它”呬“出。

有很多人在這迷城裡面走不出來，也可以講就是生起四禪八定的境界，而〈大手印〉雖然不講四禪八定，禪宗也是不講四禪八定的，但是不能說它沒有四禪八定的境界，四禪八定是從初禪到四禪八定。那，是什麼生起冷、暖、輕、重、大、小、濕、滑之”八觸“呢？什麼十功德，從初禪到二禪、三禪、四禪這些境界，因為你一講，要用專題來講，那很麻煩。好在以前我已經把它寫成一個表，給吳師姊，就是張太太，她印好了再

分給大家，如果你們想要的話問她拿。

如果你說：師父！我學了很久，怎麼都沒有消息呢？我們可以回答你，第一你要請人檢查你的姿勢，你坐的姿勢是不是正確；第二你要把你用功的方法告訴人家看對不對；如果你的坐姿調整好，用功的方法調整好，這種「道驗」，就是這種「覺受」啊！「空、樂、明」一定會產生。佛教沒有「有感不應」的，也沒有「有因無果」的。如果你不是這樣學，那你就變成「枯木禪」了哦！一點效用也沒有，你變成「枯木禪」，這是禪病。禪宗裡面最要提防的就是「枯木禪」，說：「枯木崖前錯路多，一片白雲生谷口，幾多歸鳥迷失巢。」那既然你不是「枯木禪」，就會生出「空、樂、明」的「覺受」。

91

再來怎麼辦呢？這個很重要，它先會是一個皮殼，就是一層薄紗，蒙在你的光明本體的上面，你要把它破除掉，故「宜頻破除」，但是很多人不肯破呀！那個，在印度教的境界是很高的啊！他是大梵天。但是他破不了，因為他認為有一個我。那什麼是「智慧由內明朗」？

在中國所有信佛的皇帝裡面，我們說梁武帝是個佛心天子，但是他並沒有開悟，好可惜哦！達摩祖師想度他，第一個就想度他，他不了解。而在中國只有一個皇帝是開悟的，就是清朝的雍正皇帝，他給佛教和道教下了一個中肯的評論，他說：佛教是由內裡打到外面的；道教是由外面打到裡面的。這句話就是講，「智慧由內明朗」，不是從外面，是由裡面打到外面。

再者，有一個很重要是「泉水洶湧激流妙」，當你第八意識，也就是你心上面的無明薄紗，稍微振裂一條痕的時候，是開悟把它振裂的啦！未曾開悟的人可以把它振裂少少，一振裂的時候，你的潛意識就會很自然地流到你的表面意識來，就是你以前生生世世學的東西，馬上像流水一樣的流出來，這就叫「泉水洶湧激流妙」。

92

在這裡有很多人不知道，我們要講一講。很多法師以這個來沾沾自喜，也有向人誇耀的：我一講經，我的智慧像泉水一樣湧出來，滔滔不絕啊。他們都是閉門造車，自以為是。並沒有親近過大善知識，這是病非禪啊！這是一種禪病。禪病怎麼樣對付？有多少種禪病？現在不能講完全，這要專題講幾個鐘頭。

現在舉一個例子，就是明代憨山大師的例子，他一達到這個境界的時候，什麼漢文、

唐詩、宋詞全部湧出，下筆記錄的人都來不及記，他馬上知道這是個障礙，會擋住自己的本性流露，要去掉它，便朦朧大睡三天，才把它停止。因為那是迷城哪！很迷人的化城啊！很多人都喜歡住在那裡面。

我們要怎樣破除這種外在的東西，這裡是第二次提出用”吓“字訣。第一次提出的”吓“字訣是斷妄想，這裡第二次用的”吓“字訣是斷”空、樂、明“。我講過”吓“字訣可以破妄，可以怖魔，可以超越。但是這裡是可以斷”空、樂、明“。當你這樣的時候呢！把這個”吓“字也就是”潑吒“，”潑吒“是合音成”吓“，就是一個Pa音一個Ja音的合音，這樣從頭到下把它”吓“出來，這是〈大手印〉所用的方法。

93

在我學的〈大圓滿〉的方法裡面，另外有一種，如果”空、樂、明“道驗未曾生起，你要令它生起，如果不生起，那是沒有用的。用阿羅漢的姿勢，令未生得生。用阿羅漢的姿勢，還沒有生起，要令生起。再用菩薩的姿勢，令生得固。生起，你只生起一分鐘，生起二分鐘，那不行的，要讓它固定下來。就是就你在一座裡面，不能全部都要生起，半個鐘頭就是把它固下來，但是固到很厲害的時候，你要突破它，就是把”空、樂、明“

吓去呀！他用金剛姿勢，金剛姿勢就是密宗畫的那些金剛姿勢，一隻左腳是向上踮彎的，右腳是彎曲的，唸：「嘻嘻哈哈，令固得解」就是把它解脫出來。這個也就是我們上次講的，一個師父問另外一個師父：「明月當頭時如何？」那個師父說：「月落後再見！」就是把這個明月”吓“出，到了這裡呢！不可將心待悟，待悟反而不悟。

那接著怎麼做呢？有一句口訣不在這裡，在原書最後的地方，就是”自頂至足，空如竹筒。心等虛空，超絕一切分別，離沉、掉、無記，而令等、持、惺、寂。靈明無取捨執著，住於本妙明淨體性中，即大手印定。“那個住於”本妙明淨體性中“之後要加”恰恰用心時，恰恰無心用“，那你”自頂至足，空如竹筒。“在這裡是指出〈大手印〉，從文字來講是這樣；但是從修道的經驗，這是指出中脈。在中脈的四個特性裡面，有一個如竹的特性就是空，心等虛空，你的心要像一個無雲晴空的那樣。

94

再來就是我們講的「離生滅邊、超分別境、住智慧性」它說”超絕一切分別，離沉、掉、無記“這三個大病，就是昏沉、妄念、無記，而”令等、持、惺、寂。“在〈大手印〉和禪宗是不講止觀的，它都是講”等、持、惺、寂“等持就是止觀雙運，那”靈明

無取捨執著，住於本妙明淨體性中。“就是住於智慧性，”恰恰用心時，恰恰無心用“這個就是（大手印）定。那下面怎麼辦呢？下面的境界怎麼樣呢？本來講到這裡啊！應該要領導專修打七，即進入接下來的境界。但是很慚愧啦！我沒有這個精力領導大家，希望大家在家裡好好用功。

好！這一句唸完後要回到上面來，就是”如是一切時能保任離絕道驗之關要、無可言說之自性了徹者，入定、出定行持無別，上座、下座修持亦無別。“這是二六時中全天候的投入修行，全日投入修行，此”保任離絕道驗之關要“，就是不要把”空、樂、明“執著，那你”入定、出定行持無別，上座、下座修持亦無別。“。

如果你做到了，接著要怎麼樣？那我們再翻到最後那兩句”常如此修，忽於剎那間，如暗室燈燃，光明開朗。涅槃自性，俱生本覺之智光，全體畢現。立證無上正覺道。“在這裡就是禪宗破初關的境界，就是禪宗講的開悟。

我們再詳細解釋開悟的四個條件，我和白師姊不知道講過幾遍了。第一無妄念；第二心離能所；第三氣離出入；第四光明顯現。要有這四個條件，你才能講開悟。這四個條件不是次第生起哦！你要知道不是說先沒有妄想，再是心離能所，再是氣離出入，再是光明顯現，而是要同時現前，而且不是你這樣，我這樣，它這樣，不是，而是人人都這樣的。

我們現在來舉一個例子，我們說先要看心要就是這個道理。元音老人最早是跟華嚴座主應慈法師學教、學禪，有一次他感到人身頓失，透體清涼，就去問應慈老人，這是什麼境界？應慈老人不愧是宗教兩通的大家。有的人通教並不通宗；有的人通宗並不通教。

《六祖壇經》有講：通宗不通教，開口便亂道；通教不通宗，黑漆皮燈籠。宗教兩俱通，如日懸虛空；宗教兩不通，鐵床並銅柱。應慈老人他說：「雖然你不是沒有消息，尚在途中，你還是在修道位，還在路上走，並沒有到家，一直要到虛空粉碎，大地平沉，方有少分相應。」普通的法師是講不出這樣的話。

那他什麼時候做到”虛空粉碎，大地平沉“呢？元音老人他這麼講，就是有一天，他在床上修（心中密法）的時候，他的慈母在床上一咳，即刻人身和外面世界一齊不

見。這就是這裡講的破初關的境界，那麼破了禪宗初關的境界之後怎麼樣呢？哦！這個很重要了，要請人印證，你不要自以為是呀！因為有邪禪，有狂禪，有的是禪病，有的是《楞嚴經》裡頭所說的五十陰魔的境界，你要請教過來人，告訴你該怎麼樣。

所以從下面的兩句：“於見宗未得印證，則雖修亦無保任之境，故以印證見宗為首要。後可印證自住之智慧，是即自住本性，非由他求，亦非昔無今有。（此為初要）”，知道禪宗這是初關，在（大手印）講這是“見、定、行”的第一個完成”見“的功課，這是初要。講到這裡你們可以問我，那師父如果我產生這樣的境界，我要找那一個師父來給我印證呢？

南老師講：“我的印子是豆腐干的印子，但是也不能隨便蓋哦！不能隨便印證的啊！”那麼那一個可以印證呢？請你介紹一個師父給我好不好？但是可惜我認識的師父很少，我都沒有跟人家接觸，也不知道那一個師父是開悟的，或者是初關，二關、三關的，可以介紹給你。但是我這裡可以給你一個保證，如果你真正想發心修行，我和你講，明師、真師一定會現身，你遲早會遇到。好像密宗講，真正的上師，你真正修行，那個

上師遲早會碰到你。

我們要知道，並不是你要去找他，是他來找你。基督教的《聖經》講，耶穌說：並不是你們去找上帝，是我上帝來找你啊！所以說徒弟找師父難，師父找徒弟更難。呂祖講：“只見天下人求我，不知我求天下人。”如果禪宗的師父，他一生一世沒度到一個徒弟，他往生的時候會掉淚啊！「可惜！諸佛法身慧命，從我而斷。」所以，他一定要度一個徒弟。

那找誰呢？在五種和尚裡面：一種是“凡夫僧”就是我了，凡夫僧就是沒有開悟的人；第二種就是“名僧”，名僧就是福報大，鈔票多，名頭響，在報紙、電台登大的廣告，名僧不一定是開悟的人，真正開悟的人不會打廣告，也不會去登報紙的；第三種是“高僧”，高僧當然是開悟的人；第四種是“聖僧”，聖僧當然是開悟的人；第五種是“神僧”，神僧就是有神通的人，但是有神通的人，不一定是開悟，但是也有開悟的人有神通。開悟的人頭上和身上都沒寫以有標誌，也沒有頭上寫一個開悟了，身上做一個徽章：開悟人。

我們知道佛光山的師父們常常講給我們聽：我們是「佛光人」；慈濟功德會的師兄師姊常常講我們是「慈濟人」。但是開悟的人，他不會講，或這裡寫三個字「開悟人」，或是這裡掛一個是什麼開悟的，那怎麼辦呢？我們退一步，如果你真正找不到能夠印證你的人，你也不必擔憂，也不必憂愁。

我們可以用經典來做我們的印證，《楞嚴經》是最了不起的；再來用《六祖壇經》來做你的印證；永嘉大師的《證道歌》也可以呀！或者你用元音老人的著作做你的印證。但是，也有狂禪的，那個妄禪的，自己講給人家聽：我是開悟的人，那是吹啊！他徒弟專門把他吹捧哦！我師父是有開悟的人，你們拜其他的師父都沒有用，那這種啊！我們要好好分別。

那上面句是求人家印證的，下面這一句則是自己的印證，如果你不是這樣呢？你沒有保任之境，我們常常聽到人家講，悟道之後要修道，見道要修道。唯識宗講「資糧位」、「加行位」、「見道位」、「修道位」、「證道位」，那你見道之後，要做保任的工作，要做牧牛的功夫。那請問你，保個什麼東西？牧個什麼東西？如果你根本連那

個牛你都沒看到，牛是個什麼東西？你都沒有看到，我講你怎麼牧？怎麼牧這個牛？如果你不過是到了「子母光明會」，那個是見跡，是見牛還沒有得牛，而且還要歷經騎牛歸家、牛亡人存、人亡牛存、人牛俱亡、在十字街頭等等，那再上面的歷程還有很多呀！

所以保任就是要保任這頭牛，就保任住這個明體，你時時都在這個牛的裡面，時時在這個明體裡面。所以鄔居士他曾問我，師父你開悟了沒有？我說我不敢講我開悟，但是我會告訴你，有一天二十四小時裡面，見過幾次跡，見過幾次牛。這樣，那講到這裡呢！你自己「印證自性之智慧，是即住自本性，非由他求，亦非昔無今有。」「當然啦！並不是由他求，也不是以前沒有現在有。

所以觀世音菩薩手拿唵珠，人家問：我們都念觀世音菩薩，那您念誰呢？回答得好，觀世音菩薩念自己。講到這裡，我們已經把禪宗「初關」的情形講到，下面要講二關、三關。二關、三關的意思還更難懂，還更難講，但是我們還是勉為其力，來讓大家了解。我們就是不知，還沒有走到，但是好在有一張地圖。

講到這裡，我們還有一點時間。上次我們有講三身，我們是淨土宗的信徒呀！我們

念阿彌陀佛，那阿彌陀佛是不是也講三身呢？那三身的關係請師父解一解。我說好！我們知道華嚴宗，我們天上供都唸：南無清淨法身毘盧遮那佛、圓滿報身盧舍那佛、千百億化身釋迦牟尼佛。淨土宗的法身佛是無量光佛，報身佛是無量壽佛，化身佛是阿彌陀佛。

至於三身是不是說法，二身是不是永住呢？這個我們以前在“Community Center”跟鄔居士討論了一個禮拜，非常有興趣，這麼長，現在沒時間講，我只講我的意見，若有不對，你們可以批評。有的講：法身不說法，說法的是報身；報身、化身說的法是假的，法身說的才是真的。我認為三身都說法，不過，他說法的方法不同，法身說法是用光明；報身說法是用境界；化身說法是用文字、語言。

至於三身是不是常住呢？我們知道，法身當然是常住，化身當然不是常住，因為釋迦牟尼佛都會入滅呀！那報身是不是常住呢？有的人講常住，有的人講不常住。但是，清涼國師在《華嚴疏鈔》裡面說：因為報身是從法身生起，它是依靠法身而有的，因為法身是常住，所以報身也是常住。這是他的意見，但是我認為報身有自受用報身和他受

用報身，自受用報身是菩薩享受他自己的法喜禪悅，當然不會入滅，當然是常住。

但是，他受用報身一定會入滅。因為有一部《觀音成佛經》裡邊中講出，再經過多少劫以後，阿彌陀佛就要退位了，西方極樂世界的教主是由觀世音菩薩繼承，他的世界比現在的阿彌陀佛的世界還要莊嚴，那這樣看起來阿彌陀佛的報身還是會入滅的。

那三身和四土的關係呢？修法身是證常寂光淨土；修報身是證實報莊嚴土；修化身是證方便有餘土和凡聖同居土。所以，淨土宗下根的修法是證九品往生的，它是那個方便有餘土和凡聖同居土。在《十六觀經》裡面，菩薩修佛陀境界的莊嚴，他是修實報莊嚴土。

再者是修“是心是佛、是心作佛”，那是常寂光淨土，淨土宗並不是現在人講的這麼低哦！現在人把淨土宗貶得最低去了，什麼高級的修法都不說，光說什麼“帶業往生”，僅希求到死的時候，我唸十句、一句都可以啦！光講這些啦！好是好，但是有時講得過頭，反而把真正的佛法埋沒了。

講到這裡，禪宗的臨濟祖師說：「如一念，清淨光，就是法身；如一念，無分別光，就是報身；如一念，無差別光，就是化身。」所以，我們禪華道場呢？〈道場歌〉裡面也有這麼一句：往生見佛，見性成佛，即身成佛，三身齊證，三身齊證！我以前訂的標準很高啊！要大家達到三身齊證。這個〈道場歌〉是我創詞，梁普容鋼琴家訂譜配琴，梁普容居士的芳名將永遠和〈道場歌〉永垂千古。「往生見佛，見性成佛，即身成佛，三身齊證，三身齊證！」好！謝謝大家！。迴向：「願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。」請迴向：

願消三障諸煩惱，願得智慧真明了。

普願罪障悉消除，世世常行菩薩道。

恒河大手印五指深入講解

懸智老法師 講

〔第六講〕2001年6月7日

禮敬上師、三寶無分前！

今天有兩件開心的事：

去年原禪華道場在無可奈何的情形下出售，當時想到那我們以後到什麼地方去坐禪呢？

白師姊和孫師兄說不如我們來把我們的房子擴建整修一下，以後讓大家來坐禪。現在我們都可以利用到他這個房子。很好啊！那就沒有辜負他倆的心願和心血啦！這是第一個。

第二個開心的就是，你們都不必做 Baby 了，你們都要做大人了，佛法迷時師度啦！悟時要自度。你們一定要長大成人的，不能永遠留在小孩的階段，要吃奶，要靠人餵飯啦！要培養自己能讀原典的能力，就是讀經、論。慢慢地你有能力去了解它，這是第二個。

這裡邊就是說你能夠自立，可以自己打禪七，我們稱「自助禪七」，不一定請人家來幫。請人家來幫當然是好啦！但是我想，要請人家來幫啊！很困難，要很多財力、物力。所以講「求人不如求己」啊！

歸根究底佛教是一個自力的宗教，並不是依賴的教育，很多人都在大呼是依賴的教育。不是這樣！佛教應該是一個自力的教育。回想起，我們曾想請很多法師來幫忙，個個都不來，你就是講到聲淚俱下，跪在那裡請師父慈悲，也沒有一個肯來幫你。但都只有一個條件，你這個道場給我，要變成我的，我才能幫；不是我的，我有我的工作，我要起大佛堂，要做大的弘法。這就是佛教迅速崩潰，變成山頭主義，只有一個法師一個佛堂，一個和尚一個精舍的緣故。除非是歸在他的系統裡面：我要搞我的。這是

題外話啦！

今天請大家來做什麼呢？再談一談，就是上次我講的〈初要〉，要更加深一層的講解。前幾次我講的，我把它稱作〈大手印五指〉，視同五個手指的講解。但是，還沒有講到手背，也還沒有講到手心，有深的，還有比較深的。我現在講比較深的，將來講的還要更深。

這個〈初要〉，先把它一分為二，一半是理論的部分，一半是實修的部分。理論是指導我們實修，實修是印證這個理論是否正確，好像車子的兩個輪子、人的兩隻腳一樣，缺一不可。但是理論我們不要太過用心，實修是好過理論的，

理論知道一部分就可以。理論的部分有兩個要點，第一個就是“訂宗旨”，就是為什麼要修行呢？用什麼東西去修行？用什麼方法修行？會有什麼結果？修的時候會有什麼叉路？有什麼毛病？我們要怎樣糾正它？修到最後的結果是怎麼樣？如果你在修行之前沒有想清楚，沒有把這個宗旨確定，我們勸人家，你最好不要來修，那是會浪費你的時間；第二個是“求正法”，這是談理論部分。

那麼實修部分呢？第一個要“明過程”，修行有過程你要明白；第二個是“明修義”，修的意思是什麼？為什麼要修？為什麼不要修？用心修，有的人用心用對了，有的錯用心，這你都要知道；第三個是“識口訣”，修行有口訣，那就是修行的精華；第四個是“防諸病”，修行會產生很多的病，你要預防它；第五個是“務專修“你要成功一件偉大的事，覆覆反反是不行的，你要全然投入才可以，這叫“務專修“；第六個就是“大印定“因為他這一本書叫〈大手印〉，要怎樣取得〈大手印〉定；第七個是“開本來“；第八個是“得印證“，開就是我開了，我悟道了，但不是這麼簡單，你要去證明，求人給你證明。

你自己怎麼證明？好像在人、事、物上證明，（對於）物，我最愛的東西，能不能捨？（對於）事，任何事我煩不煩惱？在上座的時候修，下座的時候印證，特別危險的時候，是什麼印證？在講經時候的印證，就知道你這個開悟是真的還是假的。那麼，以上實修部分的這八個東西都很重要。

“開本來“在理上講，就是明心見性；在事上來講叫打開本來；在事理無礙上來講

就是宗、教俱通，大用現前，這是事理無礙；在事事無礙來講，就是回歸法界。實修最重要的是打開本來，就是禪宗參禪給人一個話頭：「什麼是你本來面目？」「什麼是父母未生前的本來面目？」有一個禪僧參了很久，沒有辦法了解，師父就指導他，父母未生之前那是講得遠了！你就看，一念未生之前的本來面目就是了，其實父母是講念頭，不是講你投胎時的父母。參一念未生之前的本來面目，不是要你回溯到二十歲、十歲、投胎父母那前面去。

對於“開本來“，現在我們教中有兩派人，一派就是講：不行！那樣修太難了！我們不要講這個，我們就是一句“阿彌陀佛“就可以了。這種呢！是把正法撇開，而應用末法的情形；另一派呢！說你們三、四十年都沒有打開本來，你的方法不夠快，我現在用最快的方法，就是密咒，很快地就能讓你打開本來。這麼一講呀！好多人就跑到密宗去了。

那麼，這樣講起來，禪宗本身有沒有最快的方法能打開本來呢？我告訴大家“有！“。禪宗的教育方法就是宗風，每一個時代不同，有變遷。但是，宗旨從來沒有

變遷，什麼祖師禪啦！什麼默照禪啦！什麼話頭禪啦！什麼觀心禪啦！各種禪。但是到現在我們總結一句，它並不須要依門傍戶。所以，扶牆摸壁、依門傍戶的，要依靠人家的，那不是好漢，不是英雄。

禪宗本身有它迅速打開本來的方法，不一定要借淨土宗或是密宗。現在我們總結起來，「反觀自性」、「反聞自性」、「參念佛是誰」這三個方法，是禪宗傳承下來的。但是我們把這三個方法變成一個方法來用。有的人也知道了，有的人學過了，有的人或者也沒有看過，也沒有聽人講過啦！這個要到我們打開本來的時候，再提供給大家做一個參考啦！

那麼先講理論部分，第一個理論部分，打出兩個最重要的，就是這個（大手印）的總綱，「應知傳承諸上師，與我心無二無別」，「見、定、修一切行持皆攝於心」，打出這兩個東西就是說「不要心外求法，不要心外求佛。」但是雖有，佛法無多子也，徒嘆奈何！就是說你警鐘打得再響，人是不會信的。還有很多師兄弟說，他聽了以後很想要修行，要去訪名師求大法，他不知道大法就在目前哦！明師就在你心中。所以這兩句

話，告訴我們「不要心外求法，不要心外求佛。」愚人求佛不求心，智人求心不求佛；慧人求慧不求福，癡人求福不求慧。

那佛教現在呢？有兩種迷洞，很迷人的，我們不小心就跌到裡面去了。第一個就是「偶像崇拜」，盡量把一個人塑成偶像，說他怎麼偉大，他怎麼了不起，好像他可以把这个佛法給你。其實那是不可能的，如果可能，那我們世界已經沒有人了嘛！阿彌陀佛老早把我們救去了。第二個迷洞，就是「聖物崇拜」。這兩個迷洞呢！就讓人走到迷洞裡面去了，兩個誤區，一個是我信佛、求佛、拜佛只求財；第二個我信佛、求佛、拜佛，尤其是密宗，有很多神通，可以求神通哦！這兩個誤區很厲害。這是誰的過呢？就是領導人的過，信徒是盲目的啦！群眾是盲目的啦！你這個領導人把路一領錯了，他就走下去了。

你會向我說：師父啊！佛教裡面也有黃財神法呀！紅財神法呀！佛經裡面也有啊！那不是教人去求財富嗎？為什麼會這樣呢？我說，如果你是聰明人哪！你自己就會知道，不必我講，不必解釋給你聽了。如果你是愚蠢的人哪！講給你聽你也不知道。師父！

不能兩個都錯啊！總會有一個錯，有一個對呀！也不能說兩個都對，兩個都錯。

這就是我們凡夫做算術的公式，不是錯就是對，不是是就是非。 $1+1$ 一定是 2 。但是他不知道，佛教的算術不是這樣做的，它可以都對，也可以都錯，可以有錯有對，可以不錯不對。這個例子講得很深。所以有人說 $1+1$ 還等於 1 ，或是 $2-2$ 等於 0 呀！ $1+1$ 等於 2 了吧？不是！ $1+1+1$ 等於 0 。師父！你這個算術科學我沒辦法學。這什麼禪宗的算術！我沒辦法學。

那麼我們再舉一個例子，就是：「師兄！我昨天看到你太太罵你了，你現在心裡感覺怎麼樣？」「我太太昨天罵我？沒有呀！我不知道我太太昨天罵我呀！」「唉呀！你這個人哪！昨天我親自看到你太太罵你，你說她沒有罵你？！」「沒有！我不知道呀！」「你這個人修養真好！」「哦！謝謝你指點我，昨天我太太罵我，但是我不記得這個，我只記得一個菩薩在那裡讚我呀！」「哦？怎麼你覺得一個菩薩在那裡讚你？」「你是不了解禪宗的呀！」「哦！因為你不了解，所以現在才和你講禪宗，如果你了解了，禪宗就沒有了，就不要講了嘛！等於說「到岸不需船」、「法尚應捨，何況非法」你懂了，佛就都不

要了。「禪宗是有點意思，我倒想用心來學一學。」「你不講還好，你講用心學一學，就不是禪宗了。」因為禪宗是不能起心動念的，用心就不是。「唉呀！用心就不是禪宗，那我不要學了！」「啊！不要學更加不是禪宗了呀！」「你們這個禪宗把我搞糊塗了，我真是！為什麼我不會？！」

其實，禪宗講的太容易、太明白、太淺顯，就在你眼前，好多人都把它搞得太高、遠、妙去了。所以不明白了，就是它太明白了，反而搞得不明白了。既然「訂宗旨」就是一個心，有的人會用心，有的人錯用心。什麼是錯用心？他認為有方法修，或者用無為法修，或者是用其他的方法，對於這種錯用心，我們要在那個「明修義」地方，再清楚地講給你聽。

什麼是真用心？什麼是錯用心？有的人很感嘆，我們也很同情他。我四十年回來，才知道佛法無多子，太多人吃了大苦頭啊！我現在才知道。「我學了幾十年的哪！」李居士說。人家講，像他那樣的精神，他是學電機的，花三、四十年的歲月，日以繼夜的，鏗而不捨的用心到佛法的裡面去。如果他要拿博士啊！三十個博士都老早拿到了。他的

嘆氣：以前我都不知道什麼是修行？我現在才知道。

第一個關於我們談的“訂宗旨”，也就是明心見性的這個部分，是可以不必講了，因為白師姊已經把裡面都抄下來了，抄下來給你們看，有問題我們會再討論。第二個是“求正法”，那什麼是法？法就是大宇宙的原則啊！但是這個法有正邪，所以有關見、定、行，可以叫做正見、正定、正行。正如台灣的「正見學會」，就是知道沒有正見修行會是錯的，所以取名為「正見學會」。

什麼是見？見就是般若。般若是什麼？有人講沒有辦法翻，有的人翻成智慧，有的人翻成大智慧，有的人翻成妙智慧，搞來搞去，般若都沒有搞清楚。有的人說般若就是空啊！那空是什麼？是不是什麼都沒有就是空？那麼若說無我、無我空性，明明師父你在那裡講，我在這裡聽，你偏要說是無我，又是誰在講，誰來聽呢？這個問題現在要把它弄清楚，才能樹立起你的正見。為什麼我們說別人都把佛法講錯了？因為講的都是他的法，並不是佛法。如果我心裡一天到晚想化緣，我心裡一天到晚想蓋大廟，一天到晚想把你的錢弄到我的口袋裡，我就會講黃財神法、紅財神法，就告訴你拜佛，給一塊錢，

會有一萬塊回報你。

所以說，邪人說正法，正法變成邪；驕傲的人講佛法，馬上表現他的自我：我的見解怎麼樣？我說的法怎麼樣？你馬上就知道他的自我高大得不得了。可知什麼人就講什麼話，你是什麼人，就講什麼話。驕傲的人學佛，他講的佛法就是驕傲的佛法。邪人行正法，正法變為邪；正人行邪法，邪法也為正！佛法的正邪，不是決定我是不是講佛經，是不是講佛的法，而是在於你這個人是不是正的問題。

所以正見、正定，定不要講邪定。有四禪八定，佛都不要爭取這種定，這種定一定要在無我空性裡面產生大悲，才是佛教的正定。為什麼佛陀對阿羅漢講，你要進一步調伏它，就是阿羅漢他的悲心不足，因為他以“自了漢”為主。所有修行的人會經驗到，你的空性越大的時候，你的悲心越強，為什麼呢？因為悲有四種：“法緣悲”、“生緣悲”、“無我大悲”、“同體大悲”，都會在空性裡面生起來。

所以你一講到這個話的時候，有心的人都會驚訝！啊！你能經驗到這種事，是了不起的一種經驗。接著講要“悲智雙運”的定，才是佛教的正定。從這個正定裡面，去發

起修行才是正行，完全沒有自我的意識在那裡。有這種正見，我們可以講就是菩提心；正定，我們就可以講就是大悲心；正行，就是普賢行。以上理論的部分，並不須要用很多的时间，了解有這些就好了。

接下來我們要講實修的部分，實修的部分是最重要的。我們要詳細地讓大家了解。實修的部分，第一要，明過程“，你要知道修行有什麼過程？好像曹洞宗把那五位王子，有的人說是空、假、中，有的說是十地，有的說是五次道第：資糧位、加行位、見道位、修道位、證道位。而〈大手印〉指出其過程，是講大的過程，還有小的過程。所謂大的過程，就是想修〈大手印〉的法門時，你的宗旨確定了，要起修了，但是要從什麼地方開始呢？是從七支坐法開始。

115

當然，也有人說，禪宗是不要打坐的。說禪宗不在於打坐，那是高級的講法，是事無礙的境界。我們可不能這樣講，這樣講是會害人的。從七支坐法開始，我們會遇到三種障礙，一個就是“妄想“，一個就是“昏沉“，一個就是“無記“。我們要利用「不擒不縱」來離妄想，如果妄想很厲害很厲害，另外用「吓」字訣把妄想打斷。

進了這個關之後，就會達到「水清月自現」接著是「離生滅邊、超分別境、住智慧性」就可達到「任運自然，自然任運」再達到「子母光明會」。子就是“後得智“，母就是“根本智“。以如如理會如如智，就是理智不二，就是「子母光明會」到了「子母光明會」的時候，你的覺受很強，覺受有空、樂、明三種生起，你要再用「吓」字訣，把這個皮殼吓出去之後，就要用專修的方法。用了專修的方法，還要“防諸病“，詳細到了談“防諸病“時再講。專修要以〈大手印〉定打開本來，打開本來就要印證，以上就是〈初要〉的重點。

116

七支坐法已談過，若仍不了解，可以請教白師姊。打坐首先要克服我們的這兩條腿，這是第一個要通的難關。在禪堂裡面，尤其是金山寺，不准單盤、自然盤，一定要雙盤，只有兩尺半這麼大的距離，沒有“開靜“，是不能換腿子。現在有很多老法師開玩笑說，你看你師父在那裡哭啊！我和他在金山寺打禪七時，他在那裡哭啊！我師父也講給我聽，第一天進禪堂，就被打了一百多下，有二十四人拿香板，一人打你一下就二十四下了。

在禪堂打禪七，第一個七、第二個七是沒有人開悟的，開悟都是第三個七以後。為什麼？第一個七、第二個七都是熬腿子，腿痛得要命，你怎麼得定呢？開悟！開悟不了的。所以大家要記住，要請人檢查你的坐姿。尊貴的洪醫生，他的修行路向也變了，他現在對密宗已經沒興趣，他鑽到日本的曹洞宗。曹洞宗就是注重 Correct posture，打坐第一重要的是姿勢要正確。如果你不正確，將來你會背痛、腰酸。第二個要 Correct breath，正確的呼吸，一定要用丹田呼吸，這是曹洞宗三個緊要的東西之一。第三個是 Control your mind，即控制你的思想。

所以要天天練七支坐，練到什麼時候給你碰到了，如袁了凡〈四訓〉裡面談靜坐法要的叫做“法身定”。有個時期給你碰到了，腿子也不疼了，也不知道有人在那裡打坐，也不知道時間過得這麼快，第一次給你得到“法身定”。這下你知道，哦！打坐有這麼的好處，那你就會努力進到裡面去了。佛法並不是像平常人說的很容易啊！說很容易是騙你的，是引誘你修行呀！要成功並不是那麼容易，能了生脫死是件大事，不是容易取得到的，你一定要把定修好。

現今有的人專講戒，有的人專講慧，可是專講定的人很少，法師專講定的人很少，戒定慧三學，定是在中間的一個支點，兩邊是挑著慧和戒，用定在中間把它支住。首先要知道修的過程，再來要“明修義”，要知道這是一個什麼東西的修法，為什麼要修？用什麼修？要知道〈大手印〉是個什麼？首先它講到“直指自心實際法門”，再來是講“無為而修”。“直指自心實際法門”即是禪宗的直指人心。

還有兩個我必須回答的問題，因為講到這裡時，外面也有人對我們有意見。有的人的意見是：你們不是西藏人，沒有資格講〈大手印〉。可是他已經是違犯了佛法中「依法不依人」的道理，法是天下人的公器，不是西藏人的特權。〈大手印〉我們稱它是西藏禪，在中國就是禪宗，我們也不能說禪宗是中國人的專利品，日本人不能講，韓國人不能講，英國人不能講，泰國人不能講，美國人不能講，法國人也不能講，不是這樣的。「道」是天下的一個公器，如果你說它可以私人擁有的，那就不是「道」了。

在我們中國人來講，信佛的有道，你把它當作稀寶而不傳授給人家，在菩薩戒裡面講就是犯了菩薩戒。中國人講「匿道不傳，必遭天譴」天會責罰你的呀！所以根據「依

法不依人」不是西藏人也可以講〈大手印〉。如果你認為只有西藏人才能講〈大手印〉，那你是「依人不依法」了，那是釋迦牟尼佛第一個就反對的。

第二個必須回答的問題是不要「依語不依義」有些人一聽到〈大手印〉，就以為我們講的是另一種他們認為的〈大手印〉，是什麼〈大手印〉？即〈空樂大手印〉，修雙身法的那種〈大手印〉，他們把它了解到另一邊去了。

其實諸〈大手印〉中有，我的華人上師劉銳之大師就寫了《諸家大手印比較研究》這一本書，有二十三種〈大手印〉。主要的，我把它歸為〈恒河大手印〉、〈俱生大手印〉、〈空樂大手印〉三種。如果我們學〈空樂大手印〉或雙身法的大手印，我要向天發誓，那是一定要接受灌頂的。一定要有上師。所以，我們不能講的，而我也不願意學這種。

如果講，要講〈恒河大手印〉或〈俱生大手印〉，因為它沒有本尊，也沒有手印，更沒有心咒，元音老人也講得很清楚，那是不須要灌頂的。而且密宗的祖師個個都說〈恒河大手印〉是直指人心的，並不須要灌頂的啦。念咒啊？這些都不要。那就回答他們：我們是「依義不依語」所以，不要聽到了〈大手印〉，就說我們是講那一種〈大手印〉，

我們是講直指人心的實際法門。

俗話說「知人知面不知心」最難知道的就是人心。談看相，我們學看相時，老師教我們：有兩種人你要小心提防，有兩種人的相最難看，最壞最壞的人可以裝做最好最好的人；最好最好的人可以裝做最壞最壞的人。因為在表面上你看不出他的心，這個心你要把它點出來，不容易點哪！其他的法師我不敢講，像智修師，我講他，他不會怪我，他拜我為師了，他有天來向我說：「師父！我很失望哪！」我問說：「是什麼失望？」「我去和人家講，就是要點人家，從下午五時到十一時，他都沒有讓我點到，他不聽我講，你看我都花了這麼多心力。」

洪師姊上過這個課：「寶鏡三昧論」，有「如是之法，佛祖密付，汝今得之，宜善保護。」這一句。他不是這個機，你不能和他講這個法，智修師他不知道，那人不是這個機，你要去點他，他辛苦你也辛苦，不得解脫，反而更加煩惱了。釋迦牟尼佛也是這樣，他不執意去度人的，你要有這個機，有這個時，他才度。菩薩就不是，菩薩一天到晚想去度。

直指人心很難指，我們講過，心裡面有三個部分：心空的部分、心明的部分、心樂的部分。心空的部分容易指，心樂的部分難一點，心明的部分則更難。所以，〈大手印〉把它稱做心部、界部、口訣部。明的部分是〈大手印〉稱為阿底瑜伽的口訣部。所以，他不懂，你也不要和他講，一定要勉強他。因為，這種法門要有很好的智慧，或者他能相信你，不懷疑才可去講它。

心空的部分，寶珠師姊先生的同事，是曉雲法師，我很小十幾歲時就認識她，她也起了新名詞叫“般若禪”，那就是談心空的部分。頭先我們來講什麼是般若？那心樂的部分就是心安祥的部分，耕雲居士又取了名字，不叫禪宗，稱為“安祥禪”，其實他是講心樂的部分；曉雲法師是講心空的部分。

至於心明的部分呢？我們常講人要正大光明、心地光明，清朝太和殿上面有四個字為“正大光明”，我們中國皇帝也有點修道的精神啊！不是一點沒有呀！做皇帝時常要正大光明。心是有光明的，它會放出體外的。心光明的部分，有人給它取個名字為“通明禪”，還有取名“現代禪”，李元松就是把它取名為“現代禪”，其實他講來講去，也就是講心裡面的東西。而所謂“明修義”，就是講這個法門是直指自心實際的法門。

請迴向：

願消三障諸煩惱，願得智慧真明了。

普願罪障悉消除，世世常行菩薩道。

今天對華人來講，尤其是仙道，都認為它是一個很重大的日子。在陰曆五月有兩個日子很重要，一個就是端午節，中醫及做中藥的人都會在午時的時候，把藥拿出來曬太陽，這樣就會增加藥的功效；五月十六日到早晚子時交換的中間，是「天地交泰」的時辰，古代的帝王都設有承露台，平民都是在子時的時候，用乾淨的器皿，擺在露台上，以承接天上的露水。這露水拿來飲用，會增進身體健康。

講到這裡，你們或許會問，我們修行與天象有沒有關係呢？其實修行與天象不是有絕對的關係，但是用天象來表示修行是非常重要的。因為修行在禪宗叫做“禪”，經典則稱為“真如”，或者如現在人稱為“宇宙本體”，華人都稱之為“道”。這是非常非常難講的東西，你講它容易呀！最容易；你講它困難呀！最困難，那是高深得不得了。連釋迦牟尼佛呀！人家去和他講，他都說：止！止！止！止！（我）法不可說。請了三次之後，他才沒有辦法，開方便門講一點。

那麼，要把這種道理表達出來，我們只能用兩個方法，一個方法就是用天文曆法來表達；一個方法就是用易數理來表達，數理就是用數學了。用現象來表達“道”，在宇宙裡邊，最大的一個現象，我們知道就是日、月、星，我們每天都會看到它，而且不能離開它。

所以釋迦牟尼佛悟道是夜見明星；耶穌降生的時候，天上出現三顆不同平常的星象，《聖經》記載有三個東方人去向他獻供。《聖經》並沒有寫說三個東方人是那一國人，從那裡來，只光講是東方人，其實我知道，那是來自中國的人。當時對於天文星象的認知，沒有那一個國家超過中國的。

講花，佛教常出現有兩種花，一種蓮花；一種是代表禪宗的曇花。蓮花就是《妙法蓮華經》所表達出污泥而不染的蓮花。在蓮花上面有一團光明，這是心光，我們稱之為“月輪”，而在其背後的背後光，我們則稱之為“日輪”。有關“宇宙本體”，基督教是以上帝來代表；印度教則是以梵天來代表；佛教以毘盧遮那佛代表，中國話就是大日遍照，也就是大日如來。禪宗把修行所得到的東西叫做清涼月。在密教的曼荼羅圖案上

面，都是以左邊是日，右邊是月來表現。諸如這種都是在沒有辦法的裡面，採用現象的東西來表達深遠的道理。

至於用數理來表達，則更加高深了，普通的人並不研究這種理論，都是專家在研究。有關中國的數理，那是讓外國人驚訝的，十八世紀初德國科學家萊布尼茲，他是數學二進位法的奠基人，他發現《易經》裡面二進式的數學，開創了現代計算機和電腦的基本原理，這些都是題外話。

本來我們是在假期中，我們要帶小孩去鬆弛一下，把我們工作、讀書的壓力，把我們的情緒去和大自然調整過來，但是我們都不去。有的人是追求感官的刺激，可是那種快樂，結果會令你越痛苦的。我們都到這裡來，研究、討論人生最重要的問題。小孩們以為我讀書最重要了，長大以後或者戀愛最重要，家庭最重要，或者事業最重要。我們年紀大一點的，以子女最重要，或者能有安祥的老年最重要。

當然，那些都重要，但是我們要討論的是人生裡面最重要的一個問題，是什麼呢？用現代的話來講，就是認識生命，白師姊給你們這本書裡面的提要啊！古代的話叫做明

心見性。至於修行，什麼叫做修行？用現代的話來講，就是怎樣生活，如何去生活？許多人以為寺院才是修行的地方，其實寺院不過是修行生活的一種方式。真正的道場是在你當下所接觸的環境裡邊，如果你逃避，那就不是道場。

而且對於我們的生命，你不要老是怪別人，有的人怨父母，你怎麼把我生得這麼矮啊！怎麼把我生得這麼醜啊！人家長得這麼漂亮啊！或者呀，我的命怎麼這麼苦啊！這就是「同人不同命，同傘不同柄。」這些我們都不要去怨天尤人，都是我們的自作自受，是我們自己找來這樣的。

至於如何去生活？這是個大問題，因為我們在生活裡面，你慢慢會碰到各種的苦惱、各種的煩惱、各種情緒的壓抑、各種心理的癥結，有不滿、嫉妒、虛榮、貪瞋。但是，最重要的就是遇到生、老、病、死這四苦，這是人生中無法避免的。所以，釋迦牟尼佛他要去尋求真理，來解決人生生、老、病、死這四苦，用一個正當的方法去解決，這就是修行的方法。

自古至今很多人都提出了如何生活的方法，但是我們覺得釋迦牟尼提供的比較圓

滿，所以我們願意跟隨他的道路來圓滿這個人生。到你人生旅途的中點，你應該反省一下，我有沒有錯過我這一生，在這個世界應該學的功課。所以，你的家庭、你的環境，你的工作，都是你修行的道場，都是你學功課的地方，你並不須要逃避到寺院去過那種生活。那種生活，當然有它的另外一種意義。但是若我們普通人都生活到那裡去，而且每一個人都做成師父，那有誰來耕田呢？誰來製衣服呢？誰來供應生活所需的東西？這人世都是在一個大的因緣網裡面，要彼此相互幫助的，所以這就是緣啊！

為什麼今天大家會來這裡？為什麼會見到你？會和你講一句話呢？這就是緣，是很奇妙的一個東西。為何他會喜歡她呢？一見鍾情呢？這就是緣啊！這種緣就是我們常講的“緣生可貴”，也就是佛法講的佛度有緣人。那麼，在這個緣的裡面，你現在參加由白師姊領導打坐的團體，這是一個靈團，一個修行的靈團。

在世界上有兩個最大的靈團，一個是天主教的，一個是佛教的。你和這個靈團掛鉤，發生因緣的關係，你要時時地靠近它，發生更加親密的關係，為什麼要這樣呢？可以保持你今生或者將來的後生裡面，和這個靈團的緣不會扯開。那你就會得到同修的師兄師

姊們的開導和幫助，來使你覺悟到你的生命。

我們上次講過“明修義”，要明白修行的意義，這是實修的第二個條目。我們都知道用什麼來修，用心來修。用什麼方法來修？用“心地法門”來修，這是今天要講的重點。但是先要回復到前面，再把“正見”這個重點再打一下。

為什麼目前的宗教界裡面產生這麼多的混亂？台灣出現的宗教騙子這麼多，所以我們都覺得，哦！我們沒有注重“正見”。佛教，佛在小乘裡面講的四念住、四正勤、四如意足、五根、五力、七菩提分、八正道分，歸根來說就是八正道。八正道第一個就是“正見”，Right understanding。我上次說過，現在的佛教正走到兩個黑洞裡面去，第一個是以為我們拜佛，是取得財富的方法。

為什麼要有“正見”？就是要你清清楚楚明白因果的關係。那麼我們用“正見”來看，一個人的財富增加，是不是可以靠求佛拜神得到的？不可能！我們有正見就會知道，一個人要增加財富，是靠他開源，殷勤的工作，節流，過著簡樸的生活，把財富增加起來，這才是增加財富的正因。如果你說增加財富的因是求佛拜神哪！釋迦牟尼佛沒

有講過這種道理。你如果不滿足而去求財富，其實你正增加你心靈黑暗的思想啊！像我們每個人都住得很好，穿得好，吃得好，如果你能滿足啊！你會很快樂；你不滿足，你就想，啊！我的錢不夠啦！或者要去找呀！

還有，如果你錢多的時候，你要記住，要把這些錢用在利益社會，利益國家，利益眾生的事業上面去。如果你不是這樣的話，我也可以這樣講：財富對你只有害啊！很多當太太的，同我講：師父！我不想我先生發財哦！一發財他會娶小老婆。而且多餘的財富對你是很危險的東西呀！我們看到很多人都是在錢財裡面迷失自己，造成很多危害社會國家的事情出來。

所以，密宗的師父傳你黃財神法、紅財神法，首先會向你講，我可以傳你財神法，但是有三味耶戒，你能不能守呀？師父！我能守。好！第一黃財神法保佑你發財之後，你的錢要拿來支持三寶，做弘法的工作；第二你要把錢用到利益眾生的事上去，而不是為你自己，你要先受這個戒呀！否則他不會傳給你財神法。

講個笑話，有一位錢居士，他是錢學森的家屬，他說看到班禪喇嘛，不是現在的班

禪，是上一世班禪在杭州，第一次在中國傳時輪金剛大法的班禪大師。他問一位想學法的人：「你要學什麼？我什麼法都有，發財可以，醫病可以，神通可以，什麼都可以，當然啦！智慧也可以，權力也可以。」「我要學！師父！」「好！教你一種，但是你不要為自己哦！你是要為別人哪！」「哦！師父我不要學了，這麼辛苦學好了為別人，那學了幹什麼？」你看還有這樣的人。

接下來所謂「明修義」，就是我們知道用什麼方法來修。在這裡，心是什麼東西？心在什麼地方？我們的問題都是出在心靈上面，這麼多心理不正常的人。好像吳師姊她小孩，我們都稱她小醫生，就是 Jennifer，她雖然是醫生，但是看到她好純真的一個小孩模樣，她的動作舉止和小孩一樣。我問她：「妳做醫生，解剖的時候，妳有沒有找到心？心在什麼地方？」她說：「啊呀！心臟嘛！沒有找到心，大腦呢！不知道心在什麼地方？」像莉莉的小孩 Hannah，她講將來她要做心理輔導醫生來幫助人家，她們都是很偉大的菩薩再來，發慈悲心。

如果像書上那麼樣，有一個人問你：「你學什麼法門啊？」你說，我修觀心法門、

心地法門。那師父問你，你觀到心了沒有？這裡就看你的智慧了，（書裡有這個故事）你說：「師父！我看到了。」當然你這樣回答的時候，師父不能放過你哦，「你看到了，在什麼地方呢？你應該把你手拿出來，和盤托出。」這是什麼意思呢？心是看不到的，它是一個無形無相的東西，但是在你的手一伸出來的時候，就是你心的動作，所以就看到了。

那麼再來談第三個“識口訣”，指明白修行的口訣，先談修行，有三種修行：第一是“離”，那是小乘取的，採避開的方法，我不理你了，我到深山野地裡去，一個人。那我問你，你的衣服是不是人家做給你的，每個禮拜人家來供養你的東西，是不是人家做的？你能脫離群眾一個人嗎？後來，佛教徒才認識到，這不是一個好方法，如果這樣，我們不和人類接觸，我們怎麼能幫助到人家呢？所以禪宗的人對修淨土宗比較淡，就是這種意思。我們認為在西方極樂世界修行很慢很慢。

所以，我們在修行的裡面主張不用“離”。於是大乘佛教開出“轉”，我何必要離開呢？可以“轉”，把這個煩惱轉成智慧，這是唯識宗的成佛方法，把前五識轉成“成

所作智“，把第六識轉成”妙觀察智“，把第七識轉成”平等性智“，把第八識轉成”大圓鏡智“。但是，這樣還不夠徹底，人最後的發現，這個方法雖高，仍不是究竟徹底的方法，就發明了”即“，是「不一不二、不捨不離」的方法，「煩惱就是菩提，生死就是涅槃。」

《楞嚴經》說「無功用行」；《圓覺經》說「不離妄想成正覺。」這種高級的修法，幾乎是菩薩的修法。我們很難了解，但是我們知道有這種方法。所以，這本書又開出來的是「無修而修」為什麼是這樣的方法？它的意思是什麼呢？其實你不知道，「無修而修」就是一種方法。

我再講，什麼是「有為法」的修？什麼「無為法」的修？用我們中國人的比喻來講，大禹的爸爸鯀，治水是用阻擋的方法，你水來我把你擋住，但是搞到最後不成功，浪費國家的人力、資財，被舜帝殺了頭。你是禹的兒子，換你繼續，禹一想，爸爸的方法是錯誤的，我改用疏導法把水導開。我們講人類的精神是不能用壓制的方法，要用疏導。禹把水疏導到海裡去，十三年有三次經過家門都不入哦！就把天下的水患治平。本來中

國的政治是選賢與能，沒有君主，從大禹開始，人們為了紀念他的功德，說，以後的皇帝不要選了，你的兒子做好了，因為他的功勞對中國人太偉大了。

「有為法」就是對治你，你心瞋恨用慈悲來對治，你散亂用用數息觀來對治，你有我用無我觀來對治，但這是不徹底的方法，這是「大石壓死海，斬草不除根。」而採用，即“的理論，就是不用心意識來修，這講得比較深呀！不用第五識，不用第六識，不用第七識來修。禪宗老早講給你聽了，要在心意識之外啊！是用第八識來修，就是不用執著，不用分辨來修。

這”即“的理論很高深，很難講，或者我講一個比喻，我們禪宗裡面有一個公案，很多人都知道，但是要把它解清楚，並不是這麼容易，那就是「婆子燒庵」的公案。當媽媽叫女兒抱住這個法師，看這個法師怎麼講，那個法師並不是直接答，馬上一轉，他用概念轉，說：「枯木倚寒岩，三冬無暖氣。」他把自己想成一棵枯木，是一個冷的石頭，你抱住我有什麼用呢？這已經落到”轉“的境界，不是當下直接。要清清楚楚的感覺，而並不是經過概念來轉的。婆子不許，你沒有悟到禪宗的道理，我要把這個庵燒掉。

庵燒掉了，他又去參學，過了三年他又來，婆子又再供養他。

這一次叫她的女兒再抱住師父，看師父怎麼樣。我們要知道啊！在佛傳裡面，當初也有小孩到佛那裡，向佛說：世尊我想你親一親我的臉，世尊一樣去親小孩的臉，給他一個慈祥爸爸的溫暖。這禪師講：「你知，我知，天知，地知，不要讓你媽媽知。」很多人不瞭解這是什麼意思？其實知道的只是他一個人啊！天不知道，地也不知道，那個女孩也不知道你心理狀態，為什麼他的心知道？這一次不要轉了。就是說，你抱住我，在心理學上這是知覺，但是我的知覺是清清楚楚處，並沒有邪惡的什麼念頭在裡面的。哈！這下女孩講給媽媽聽，媽媽說恭喜他，他知道了禪宗。

所以這”即“的修法，是不落思維概念的，不要去轉的。我就是本來，就是這樣的。在這裡我們要清楚地分別，很多不懂禪宗的人，尤其密宗師父，他搞錯了。嘿！你們禪宗還不是跟我們密宗一樣，你們不是一定也有雙身法嗎？你看，這不是雙身法嗎？其實大錯特錯，密宗的師父有好多把佛教的東西搞錯了，他認為禪宗還有雙身法。禪宗的傳承是沒有雙身法的。所以，不懂禪宗的人，不要亂講禪宗，亂批評禪宗；反過來，我們

不懂密宗的人，也不要亂批評密宗，也不要講密宗怎麼樣，搞的不好，你都搞錯了。

實修部分第三個「識口訣」的重點首先就是「無為而修，不擒不縱」，再來就是用「呬」字呼出斷粗妄。第四個要「防諸病」，修行裡面有各種不好的現象會發生，你怎麼防備它？怎樣處理它？當然在這本書裡面講出三種病，一個是妄想，一個是昏沈，一個是無記。無記就是失念，這三種病都能免除，你才能入定呀！這三種病不能免除，你打坐還沒有入門哦！

我再加各種修行人的經驗來看它的病，第一個元音老人的師父講，是他師父王驥陸居士講的。霞姊給我看的，他說有四種病要避免，那四種病呢？第一個病就是文字禪，寫文章寫得很好啊！在台灣我們就發現了這個弊病，有好多人都起反感了，看你寫這麼好的文章，你怎麼做出這種事來呢？他說你們搞錯了，你們不要把我當做聖人了，我只是寫文章嘛！

再講一個是「口頭禪」，這兩個是連在一起的，他的文章都是抄來的，東抄西抄，文章抄得很好啊！但是沒有一句是自己的修行經驗。所以到事實來的時候，他就失敗

了，這種「文字禪」要避免。第二個要避免的是「枯木禪」，頭先講「婆子燒庵」就是了，「枯木禪」就是這樣「枯木倚寒岩，三冬無暖氣」，冷水泡石頭，那是死定，禪宗千萬不能入這種定。禪宗是枯木生花的，不是死定。

第三種要避免「香堂禪」，香堂禪就是禪宗的禪，什麼都沒有，就只參一個話頭。所以有人講，如果是我講，那我要下地獄，好在那是淨土宗第九祖清代靈峰·智旭法師說的，他說：「隨機羯磨出，律宗亡；四教儀出，天台宗亡；話頭出，禪宗亡。」這都是很令人痛心的！所以，有一個人搞一個死話頭，搞得幾十年都不能突破，很可憐呀！因此元音老人說要趕快把方法改過來，不能再這種方法。現代人根本不能夠再用這一種方法，因為話頭讓一個人全部在疑情裡面，那我們開車的時候，有多危險啊！我們不能用這種方法。

第四種是「狂妄禪」，這種很多，他認為既然佛教講四大皆空，什麼都是空的嘛！無所謂嘛！什麼都可以做了，沒有關係了，故示放蕩，這種人哦！就好難救。這是他的師父講的。

再講虛雲老和尚所提的四種：第一種大家打坐，好！我也打坐吧！不是打妄想。清朝從雍正皇帝開始，在皇宮裡面都要打坐的，乾隆皇帝做太子時也要打坐的，大臣都要大打坐，打坐後還要寫修行報告。所以那個地方，後來雍正皇帝送給喇嘛師父，就是現在的雍和宮，你們到北京就會知道。乾隆他到金山寺去打坐，被維那師父下了香板，乾隆很不服氣，問那師父：「你幹什麼要打我？」「我不是打你，是打那一個遊皇宮的人。」乾隆他打坐想到三宮六院、皇宮裡面快樂裡頭去了。維那師父有他心通，讀出乾隆他心裡的記錄，馬上下他香板，就是要他驚醒過來，不要想那些東西。乾隆當然沒話講：「我打得對啊！」

打坐時不是妄想，就會是昏沉了。啊呀！很舒服啊！坐在這裡，最好開個暖爐。頭就低下來了，一下眼就花了，一下口水流下來。呼啊！呼啊！就打呼了，很多法師啊！我看到就是這樣的。不是講法師不好，在禪堂裡面很多啊！所以為什麼要有「巡香」呢？巡香就是在八種不對的情形底下就要打你，打你、叫你、提醒你，叫你不要這樣。

接下來就是「無記」了，什麼都不想了，剛剛學的人哪！都是這種毛病。第二種毛

病呢？參話頭，他不會參，要在話頭的前頭去參，就是我現在講一句話，在我未曾講這個話的前面是什麼境界，你要注意是這個，而並不是說搞到話尾去了。虛老常常講啊！你不要去參話尾，有的人參不到念佛是誰？嘴裡一直「念佛是誰，念佛是誰」就跟念阿彌陀佛一樣了，他說這是第二種。

第三種則是話頭你也可以參上去，但是這個時候有兩個很重要的，一個就是幻覺，一個就是光影，這兩個門頭，在日本禪宗，你打禪七的時候，獨參的時候，你一講這些東西，師父講你要留心啊！這是魔境，說什麼看到一尊佛了，看到一道光啦！或者看到什麼人跟我講話。要突破這個，有的人就是落到這裡面去了。

所以，頭先講正見的問題，我們學佛法，修佛法，用什麼因，可以得到神通的果。如果你以為神通是可以求得的，那是很危險的！用什麼方法來取得的，那是靠不住的。在慈明寺時，一位大法師提出來大家討論，他說我們不能靠神通的，如果靠神通，毛澤東這麼多解放軍來，把金剛鈴噹！噹！噹！搖幾下，他們都跌到河裡去了，為什麼不把神通顯出來呢？神通是不能這樣用的。如果你認為這樣子用，如果你認為這樣子來學佛

教，可以有神通。元音老人講，不要講成佛，你著魔都有份。

神通是你的心開到圓滿的時候，它自然發現的。講一個最基本的神通，就是宿命通，當你的心裡污穢的種籽都乾淨的時候，你的思想意識自然會退過你媽的子宮，會記起以前你是什麼人的，不要，不須要你求的，這是自然的現象，有很多人都知道自己上一世是什麼人？其他的神通都是這樣發展起來的，並不是要求的。你求啊！那遇到其他的靈附在你身體上面的時候，那就麻煩了，你要叫人來趕，不容易趕，除非那個人的本事、境界要大過這個靈很大，才趕得走啊！前面三種病都過去了，剩下最後一個是第四個，很好！我能達到一念不生了，很好了。但是忘記了要再進步，認為這已是到家了。不是，禪宗師父要講「百尺竿頭求進步」，要再往前進。

139

繼續再講就是八個毛病了，就是你要防備這些病，其他裡面還有各種的病，我們都可以提出來討論，也不是單單我講了。你有什麼困難，大家來討論，來幫助。那剩下第四個：“大印定”，大印定就是我們講的七支坐法。而且用這個，就是說用「離生滅、超分別、住性境」的那種修法來修，這就是大印定。

經過了大印定之後呢？要專修了，如果你沒有時間，一天最少坐一次。我們中國人講「一日三省吾身」以前中國人一天坐三次。白師姊講給我聽，金色蓮花那個團體規定一天要三個鐘頭，就是這個意思。一天要有二次，來純潔這個心靈。那麼坐到這個時候，這裡面講，要坐到什麼樣子？要「入定出定，行持無別；上座下座，修持亦無別。」入定出定沒有分別，上座下座是一樣的。所以，大定是沒有出入的，也沒有上座下座的，是打成一片的，就是行、住、坐、臥，他都在定的裡面，都在修持裡面。如果你這樣子，就變成全天候的修行了。這種全天候的修行，就是我們講要結七，或者一天，或者三天，或者七天，那就完成了專修。

140

完成了專修之後，到下面就幾乎到了悟道的門口了，叫做“開本來”，這是我把它定義出來的。你幾乎要到了悟道的門口，那就要“開本來”了，所謂“開本來”，在先前我已經講過，那種境界在古代是不講的。因為他不講是為了怕讓你執著，而且你不能求的，你求悟道，反而不能悟道，它就在你裡邊，並沒有離開你，任何的間隔，任何的時分，李鎮岩他會講，你一求，它就不見了；你不求，它就在這裡。

所以悟道是不要去求的。你照這個方法去做，它叫水到渠成，你的因緣成熟，忽然間悟道了。譬如「千年暗室，一燈能破。」這是禪宗建立頓教的理論，就是說你這個房子就是有一千年的黑暗，但是你點一盞燈，如太陽一出來，黑暗就沒有了。並不須要經過其他辛苦的歷程。

用「有為法」叫人吃苦頭，「有為法」的苦頭很多了。但是這裡還有一個，有的人是，書上也講，問虛雲老和尚：「悟了之後，要不要修？悟了之後不要修；悟了之後，修就是不修；不修就是修。」這二個那一個對？虛雲老和尚笑起來了，他說了一句：「原來天下烏鴉一般黑。」原來問這個問題的是南老師的師父，南懷瑾老師是在袁煥仙手下開悟的。是他代表去問的，但這封信寄到成都來的時候，很多居士看，那個時候，大愚法師他是元音老人的師公，說：「袁居士！你問得好，虛老答得妙。」但是虛老對你是客氣了，他下刀不緊。這是霞女給我看的。

有位賈居士，很有名的，就是注解《六祖壇經》的那位，在那裡，賈居士立刻就說，為什麼虛老下刀不緊？他應該問他：「袁居士你是那一種？」那這一種，我們剛剛才講

的，「一燈能破千年暗室。」對！但是你的門，木頭裡的霉氣是不是即刻消掉的，我們講不能。那你要天天洗、天天刷，才能刷得掉，這就是悟後起修的理論的建立。所以禪宗才講：悟前的修不算修，那不是真正修；見性起修才是真正修。那就是佛教的登地啊！登地才是佛的親子，沒有登地是佛的外子。你一登地就是懷羅漢胎，結菩薩果。你做到這個之後，要求有經驗的人來證明對不對？

到這裡有很多境界了，當一個徒弟到師父那裡，就是交流修行經驗。徒弟說：「師父！我現在很好，我坐的你看，我不覺得有手了，不覺得有一個身體，好像心裡覺得很安靜，也沒有妄想了。」師父講：「這不是開悟，這叫做“未到定”，連初禪都還沒有到。」如果他講：「我現在很好，我能把我的思想流截斷，叫它不生起來。」師父會向他講：「好是好，但這是止觀裡面的”止“，並不是禪宗裡的開悟。」那他說：「我現在做起生起次第，時輪金剛我都可以觀出來，四個頭，二十六臂，那個顏色，每個手裡拿著什麼標誌，我都觀得清清楚楚。」師父講：「好是很好，這是止觀裡面的”觀“，並不是禪宗講的開悟，你還要加深功夫去坐。」他就再坐。

再坐之後呢？他說：「我發現有光明。」如果師父他是過來人，他會指導你，他不會放過你，他會即刻問你：「你見到的光明，在什麼地方？」他說：「在什麼地方？那不是在我眼前嗎？」師父講：「對！在你眼前面，這個不過是你氣脈裂開了一條氣脈，並沒有完全開通中脈，並不是禪宗講的開悟。」

不要講佛教徒、道教徒、耶穌教徒、連婆羅門教徒，都可以坐到有光明。哦！這樣，在這裡我上次和張毓珊居士談到這個問題，就是雍正皇帝第一次他求印證，他去和章嘉活佛講，就是這種境界。章嘉活佛講：「那是坐井觀天，那還沒有開悟，你還要去坐。」好！再去坐。坐，坐，好！這一次好高興了：「師父！這一次我坐到有圓光生起，不單單是前面，前面、後面、上面、下面、左邊、右邊都有圓光的生起。」師父講：「這個是好，但是你有了這個圓光的時候，你在那裡呢？」他說：「我在那裡呢？我不是在這個中間嗎？」師父講：「還沒有到家，因為你還有一個我的觀念。我在這個圓光裡面，圓光就是。」所“，我就是”能“，你還有能所的觀念，你還在意識裡面，沒有見到本體。」

直到有一天，他講給師父聽：「這一次我坐到了，這一個光明，不但左右前後都能發露出來，而且我這個時候，並不覺得有自己。」此時，師父才能點頭：「對！你和我現在是一樣，你所學的功課已經畢業了。」

到這裡剩下兩個，一個你可以回家了；或者你要在水邊、林下長養聖胎。你才剛是曹洞宗的「誕生王子」，你還不能大用，為什麼不能大用？好像我們師姊生出一個小孩，小孩能做事嗎？能跑嗎？不可能，要教他長大成。所以六祖都要在獵人隊裡十幾年，十五年。有的要三、四十年。這是我們以後要講的，見道之後怎麼修？因為我們現在才講到“破初關“還沒有講到二關，這二關的東西，就是我們講完了這個之後，再來講。這是我自己對大家的一點沒有用的意見啦！就是希望能幫助大家，謝謝大家。請迴向：願消三障諸煩惱，願得智慧真明了。

普願罪障悉消除，世世常行菩薩道。

師父的開示 2001年7月1日

我們的宗旨是麼呢？最簡單是兩句話：“弘揚正法，厥志專修”。我們要把《禪華道場手冊》印出來，再請大家批評指教，讓大家了解我們的宗旨是什麼？有的人並不是學佛，而是研究佛學。看了很多書所得到的是佛教上面的學問，我們稱為佛教知識。對他並沒有益處，只是增加他的驕傲，自滿的黑暗心理。而且最不好的是，他用這些東西去跟別人辯論。佛陀在世的時候，他從來不和人辯論的，也時常教訓弟子們，不要和其他宗教，或者自己的人去辯論。他說你就是辯贏了，又怎麼樣呢？你贏了，就是：看我有多棒！我又把你打敗了，我贏了！令到對方輸的那個人，好悔恨！好失望！好難過！那對他心理的平安並沒有幫助。

145

要知道學佛並不是這樣，是要修正自己的心，並不是要改變別人，而是要改變自己的心。這就是真正知道學佛的路頭了。所以我們講“學佛無難事，只要識路頭。路頭若識得，生死一起休。”那麼識得這個路頭，如果能夠，在以後的三年裡面，緊緊跟著這個路頭去做的話呢！不出三年，可以悟道。

遇得名師，名師有好幾種，現在人認為名師是開悟的人。但是開悟也有好幾種，現在台灣流行一種，認為開悟的人的條件，第一個就是要知道前世、今生、來世，這種老師有什麼好處呢？他的好處是在這裡，當你遇到有各種困難的時候，你自己不能了解，或者遇到麻煩的時候，他可以指明出來，這是你前世犯了什麼的因，今世才受到這種果，所以你就會埋怨。我們當然希望有這樣的老師，也可以知道我們前世是什麼人呢？今世來做人是什麼目的？為什麼他會做我的小孩？為什麼他會做我的先生呢？但是這樣的老師很難找，是可遇不可求，就是有時給你找到，也不一定能夠親近他。

146

這個老師的問題怎麼解決呢？其實，我們看的佛經，或者元音老人的這幾本書，它就是我們最好的老師。中國人都是很謙虛的人，非常的客氣，他不敢在老師的面前提一種非分的要求。從來沒有人問：「老師你開悟了沒有？你修行的境界到了什麼地步？」中國人很少這樣。但是你們也懷疑一下，這個懸智法師，他有沒有開悟呢？他講的東西對不對呢？他的境界到底到了哪個地步？因為我們現在講的都是實際問題，我都要把我的情形，稍微地講一下，你平時怎麼修行呢？這些東西都是我以後要講的重點。

第一講我自己的境界，前幾天，我謝謝霞女和譚師兄給我印的小冊子，人家覺得這沒有什麼，就是普通的幾句話，怎麼可以做成書呢？在講詩又不像詩，在詩裡面也不是什麼好的作品，我不解釋你們不了解。講到我的境界，裡面有幾個地方這樣講，因為我和白師姊到河邊去拿西洋菜來煮東西，”空手握釘耙，步行見牛跡“，這個在顯教來講就是他認識自己的心。

在禪宗十牛圖來講，這個是”見跡“，就是剛才我講的識得路頭，第二個我寫給莉莉、許先生的：”問君住山有何事？“師父你住在許居士的農場裡面為什麼呢？”雲在青天牛在田“，這是寫景，但是把我的心情表露出來，”雲在青天“隨風而去，就是講我學隨緣，”牛在田“，普通講是講農場裡的田，其實講的是心田，這頭牛在心田裡頭，你看見了牠。如果按照聖嚴法師顯教的解釋，就是你明白你的心，在禪宗講就是見牛。

第三我寫給三梅師姊的，三梅師姊的名字叫三梅，我第一句是講：”歲寒三友梅最勝“，松竹梅是歲寒三友，為什麼梅花最勝呢？因為它能開花，松竹不能開花，禪宗講”枯木生花“這是他的要求，”一枝開出冰雪神“這是我們中國人用梅花做國花的道

理。”憐憫牛羊，觀音心“，起大風雨她馬上打電話來：「師父！白師姊！你們要好好照顧牛羊，有大風大雨來。」她時時打電話給智行師：「智行師！要颳大風大雨了，那些螞蟻小動物好可憐，我們趕快唸〈往生咒〉。」”憐憫牛羊，觀音心“，”洞澈未來文殊眼“。

白師姊給她電話，她馬上知道說：「啊！白師姊！你的身體有什麼不對了？你要留心哦！」為什麼她能這樣呢？因為慈悲的人是沒有自己的，她和你接觸的時候，她把自己變成你，這就是達賴喇嘛說”互換“的修法。她沒有自己，她就感應成白師姊，她馬上就感覺白師姊身體上面不對的東西。這就是氣功師講的原理，她的身體可以感覺妳身體裡面有什麼病。

下面”探關貽贈何其多“，不但她，還有許先生的媽媽，常常，每個禮拜都送很多飲食來。這個我就發現到，我們平時打妄想還好一點，不是打妄想好。但是打坐的時候千萬不要打妄想，那個感應很快啊！為什麼？那天晚上，我向白師姊說：「啊呀！蘆筍真的好好吃喔！味道好好！」打坐的時候一打妄想，人家明天就送蘆筍來了。所以我說

”探關貽贈何其多。常憶蘆筍無上味。“這是講我自己不對啊！你怎麼打坐想到蘆筍好吃呢？接著是”愧煞修行無成就“就是說三梅師姊你這樣來支持我們，我們的修行還沒有修到什麼，”空攜雙拳報姊知“，我就是這兩個拳頭，這兩個拳頭是什麼？兩個零，兩個零是什麼？人空、法空，在禪宗來講就是”人牛俱亡“，我要向這個境界接近。所以這三件事，已經把我的境界講出來了，大家都不會看，所以我來解一解。

在講〈大手印〉的時候，我很坦白的說，我做到止觀的這一個階段。師父！你應該要再修上去啊！因為期盼修道人，等於父母望子成龍，賢妻望夫封侯。我們供養他，希望他快快有成就，快快度眾生。所以張澄基居士就曾寫了一封信給陳建民居士，陳居士！我們供養二十年了，你為什麼還沒有成佛？陳居士就寫了一封很長的信回答他，這件事，將來我們慢慢會談到。

那我要反省，對！我向上面還沒有做到呢！而反省要從什麼地方去反省呢？只有從聞思修、戒定慧這上面去反省。”聞“，我這個懸智是不是聽佛教的道理不夠呢？可能不會，我聽的老法師講經的很多啊！看人家的著作也很多啊！那可以夠我用，聞慧並沒有出問題；那思慧有沒有出問題？可能知見不正確，或者對佛法的了解並沒有深入。

但是雖然是這樣，我對佛法的了解，還是有我的見解的，還是有一點心得的，也沒有出問題。那是修慧出問題，那是沒有確實修行。那麼戒定慧是沒有出問題，因為現在在這裡是很好，沒有破戒的因緣，因為不跟廣大的人群接觸，天天都在這裡。定、慧就是禪定智慧，我是定慧方面不夠，所以現在我要向這兩個方面去進行。

”宇宙之中最大的力量是慈悲“是很了不起的見解，我們禪華道場的宗旨，是以《楞嚴經》、《華嚴經》為宗旨。學〈中觀〉學得不好的，我們要小心，會把佛法變成無本之學，惡取空，什麼都沒有；學〈唯識〉學得不好的呢？不能徹底解脫，他執著一個唯心論，不能徹底超脫。

太虛大師是民國以來第一個佛教思想家，印順法師不能叫做佛教思想家，為什麼呢？印順法師的佛學思想，在今天已經到了一個總結，學者已經寫了〈評論印順法師的佛學思想〉，印順法師的分析力強，他沒有自己的東西，他都是解人家的東西，解來解去，解釋佛經裡面的東西。但是他綜合會通的能力沒有。所以，他不能說是佛教第一流

的思想家，就在這裡。這樣一講，當然有很多人支持印順法師的，有很多話不能講明白。講明白人家不高興，或者會來跟我辯論，再講對不起藏慧法師，他是印順法師的學生，他來這裡向我們介紹的〈成佛之道〉，就是印順法師的著作。

現在台灣的顯教大都是以〈成佛之道〉來作入門，講密宗是用〈菩提道次第廣論〉作入門。藏慧法師我們要尊重他，印順法師我們要尊重他，所以我不能把這個講得很清楚。我們可以講印順法師就是中國人的宗喀巴，不是講他是宗喀巴的投胎化身，他的思想就如同西藏的宗喀巴，兩個人都是〈中觀〉學者。

但是，這裡還有一個問題，你要把它搞清楚，學了〈菩提道次第廣論〉之後，你還要學〈密宗道次第廣論〉，因為它是密宗，學那個還要進一步學這個。但是，印順法師說：「學密宗就是拜鬼神、學外道，要弘揚佛教，第一個就是要打倒密宗。」這兩個人的思想見解，等於是相反的。在書上明明確確的指出來，所以學密宗的人，沒有一個中意印順法師。淨土宗的人也沒有中意印順法師的，因為他都講你們這些都不是佛教。學佛做學問的是要有自己的見地，我們不能人家講，我們也這樣講，或者看來的，都沒有

用。

那懸智法師你講你的見地是什麼呢？我有兩個見地，今天只能講一個，以後再講第二個，是我最近突破的。第一個就是說，我的見是“一乘見”，“十方國土中，唯一一乘法，無二也無三，除佛方便說。”這是假用來的，不能照這個來解，我是假它這個來用，就是佛教只講一個“明心見性”，不能有其他的什麼見，什麼中觀、唯識、密見，那些不過是我們所要達到明心見性所用的方法。《楞嚴經》講“十方薄伽梵，一路涅槃門”，如果不是這樣，那就不能探到釋迦牟尼佛的本懷了。

至於密宗的問題，我並不同意印順法師的講法，他講的法還是有偏差的，可是這樣一講，又把藏慧法師給得罪了，真是“順了哥意，得罪嫂；順了嫂意，得罪哥。”我們把知識吸收到我們自己的心裡部位的時候，我們要經過一個選擇和篩選的歷程，而把沒有用的知識推掉，而把有用的知識保存，這就是佛教講的智慧般若波羅密多。不但講世界上的知識沒有用，連好多佛教裡的知識，同樣對你也沒有用。我頭先講過，佛學的知識沒有用，只有增加人的高慢，而且要去說服人家，把別人整得、修理得很慘，做人不

應該是這樣的。

”若見諸相非相，即見如來。“我在這裡再解一下，”若見諸相“，譬如我現在看到各位師姊，那是見到一個相，那是一個相。怎麼樣是非相呢？哦！我看到她，把她想成一個骷髏好了，那是不是非相了？不是！骷髏還是一個相。那！或者她沒有好了，沒有還是一個相。在概念裡頭還存有一個沒有。這個”非相“不是這樣講，不能用哲學的理論來解它，什麼白馬非馬的；也不能用數學的理論來解它，什麼A就是B，A就是C，A就是D，或者B講A不是C，A不是D，所以A就不是B。是不能用這方法來解這一個非相，怎麼你能”若見諸相非相“，即見如來？如來就是佛，佛在什麼地方呢？你怎能見到他呢？

或者有人問什麼叫佛？佛在什麼地方呢？如果你這樣回答：「佛就是無佛，無佛就是佛。」什麼是佛法？什麼叫說法？說法者就是無說，是名說法，你這樣概略，更加不能了解了，等於沒有解。所以你不能了解這個，不能見如來。

有人講《金剛經》：“爾時世尊食時，著衣持鉢，入舍衛大城乞食，於其城中次第

乞已，還至本處，飯食訖，收衣鉢，洗足已，敷座而坐。“那是見到佛啊！穿衣、吃飯、持鉢、打坐，那為什麼《金剛經》又講：“若以音聲求我，以色見我者，是人行邪道，不能見如來。“那你見到的佛是假的，不是真的佛。那怎麼《金剛經》講，把本地風光徹底流露呢？那個如來在什麼地方呢？就是哪個人叫你走路的？哪個人叫你吃飯的？哪個人叫你穿衣服的？

”若見諸相非相“，我看到這台錄音機，這台錄音機是一個相，我能看到錄音機的那個見，就不是錄音機的相，我知道這個，我就看到了如來。好像我看到我的手指在動，那是什麼人在看我的手指呢？看到手指的功能就是如來。如果了解這一句，什麼經都了解了。可以把任何的東西都代到理面來。所以我吃飯的時候吃飯，”即見如來“，禪宗的師父常常會搞這種把戲，就是講你要現量的去接觸任何東西，你看到了任何東西，不能轉哦！在修行方面來講，哦！我看到了一個太太，把她想成骷髏，那就對我沒有吸引力了嘛！但是這個不是禪宗，就是你見到一個相的時候，你心裡並沒有轉，就是在第一念上面，而且沒有分別，並沒有起分別的心，也沒有起污染的心，也沒有起煩惱的心。當你的心保持這樣平靜的時候，那你是見到了如來了。所以根據這個原則去做任何的

事，那什麼事，穿衣、吃飯、睡覺、上廁所都見到如來。你不懂這個，你事事、什麼地方都著在這個相的裡面，而不能解脫。所以，《金剛經》的偉大就在這裡。

講到死亡的藝術，我開始自己觀察自己，是不是壽緣已經到了，這對修行人很重要。因為這些現象，你要觀察自己死亡的氣數是不是到了。如果各種現象都是表明出來，你要往生了。那還有一個方法，你要修延壽法，把這個死亡轉過來，或者再增加你的壽命。如直貢法王來給我做〈藥師佛灌頂〉，就是希望用這個法來增加你的壽命。我自己搞了很多法，有的法是很好的，〈北斗七星延壽法〉我也修。第一次修都沒有感應，我想不行，那可能是沒有第二條路可以走了，那以後再講。

那師父你每天修什麼行？怎麼修呢？再介紹給你們聽。我怎麼修？我現在就修一個法，是我自己發明的〈轉法輪延壽法〉，我供養的曼達拉裡頭有一個輪寶，我供養米的時候，我這個手“噹嘛尼叭咪吽，噹嘛尼叭咪吽”，這是什麼意思？是轉法輪，我要轉法輪來延長我的壽命，為什麼呢？我向佛菩薩說，因為我學得了一點東西，或者對這裡的師兄師姊有幫助，不是在台灣，台灣的大法師多得很，不需要我們這種人。因為我要把我學佛的這點心得，還沒有講完，《楞嚴經》還沒有講完，淨土宗也沒有講完，〈大手印〉也還沒有講完，什麼都是講一半，都只有一個開頭。我要藉這個轉法輪的功德，

叫我不要這麼快地往生。

那轉什麼法輪呢？第一個要轉「八正道」的法輪：正見、正知、正語、正業、正行、正思、正勤、正定；要轉大乘的“般若義趣”、“萬法緣生”、“諸法本寂”、“自心本淨”、“自性本體”、“無明不覺”、“逆流返照”、“了幻非實”、“心空境自空”、“我空”、“法空”、“畢竟空”、“道不屬修”、“行起解絕”、“遠離妄著”、“無念無住”、“平等一相”、“定慧等持”、“縛解從心”、“綿密不斷”、“性等虛空”、“聖心無知”、“隨緣保任”、“防魔事”、“平等大悲”、“修淨土行”、“我每天修「四加行」的時候，我就用這個轉法輪的方法來修，給我延長一點生命，謝謝大家！（此段乃節錄過，與原文章句稍不符，若有不連貫之處，尚祈大家見諒。另請見《宇宙萬有本體論》）請迴向：

願消三障諸煩惱，願得智慧真明了。

普願罪障悉消除，世世常行菩薩道。

師父的開示(禪定) 2001年9月13日

各位法師慈悲！各位居士歡喜！中國人修道要成功，有四個條件。第一個是“法”，法不是指的普通的教義，而是講修行的口訣。密宗的三個步驟，第一步是“灌頂”，第二步是“授經”，就是給你修行的法本、儀軌。第三步才是“授訣”，解釋儀軌裡邊口傳重要的東西。那麼我們有沒有呢？我們都有了。元音老人的三部著作，我們謝謝白師姐給我們簡略編成一部修行的手冊，我們依止它去修行一定很夠。我們還期望還有一部叫《楞嚴經要解》，我們等待它的出版。

第二個就是“財”，我們中國人的寺院，沒有這樣的問題。只要你是一位出家人，你的腳一踏到這個寺院的一塊磚頭就好，這個寺院就應該有你的一份。但是很可惜，喔！現在十方叢林都是一個假的招牌。現在紐西蘭有西藏的代表寺院叫“得智菩提學會” Dorje Chang，你要來修行可以，但是你每個月要 pay 我們多少錢，要付房租錢，要給伙食錢，如果不這樣就不能來，這個和我們中國人的觀念完全相反。不可認為不對，這是西藏的規矩。

現在我們大家並不發生這種問題，每個人修行的道糧足足有餘，不要說修一輩子，可能你修三輩子都用不完。第二個“侶”，就是良師益友。我們說：「不退菩薩為伴侶。」我們要以菩薩為侶，這個我們都有啦！我們這麼多的師兄、師姊，還有法師們指導我們，我們良師益友都有了。

第四個是“地”。第一次是「L」和白師姐去找的一個地方很好，叫 Yoga Center (瑜珈中心)。我們在那裡第一次做三天的佛法實驗。那個時候有林金生老師講話給我們聽，還有我覺得最懷念的，就是在圓滿的那一天，每個人手牽著手，跳《心經》的舞。就是唱：「揭諦、揭諦、波羅揭諦、波羅僧揭諦、菩提薩婆訶。」

現在第二次，白師姐帶領大家去，林金生老師他馬上就要來了，也會在他家裡再講法。但是我自己已經沒有體力和大家一起去了，這就表示了「無常」的道理。佛教講實驗，我們中國人是用它的兩個名詞，這兩個名詞是梵文的，一個叫“禪那”，一個叫“瑜珈”。普通人都是用禪那這個名詞，倒是會用 Yoga 的比較少。但是「唯識宗」把他全部的修行到成佛的過程叫做 Yoga，西藏密宗把全部的修行過程叫做四部瑜珈。

我們修行的人和印度的婆羅門教有什麼不同呢？其實佛教也是印度產生的一個思想。我們的不同，並不是方法上的不同。他是講Yoga，也是講禪定。但是我們和他不同是知見的不同，並不是方法的什麼不同。所以，我們到Yoga Center去做這種佛法實驗的工作是非常好的。在Yoga裡邊，現在流行的第一種是Asana Yoga，體位瑜珈，有很多女孩子在學。

第二種Raja Yoga中文把他翻成智慧瑜珈。第二種最有名的叫Kundalini Yoga。中國人把他翻成“拙火”，或者叫“蛇火”，或者叫“軍荼利”。中國人提出來，修行的法是法、財、侶、地四個條件，我再加一個“時”，因為這四個條件都是空間方面的條件，應該加入時間方面的條件。那修行要多少時間才能完成呢？我們可以這樣說，需要一萬個“功時”。這個功時的意思，就是說，要能入靜的功夫才可以算，要是你不能入靜，那不能算一個功時。

那這個“時”呢！時間要一萬個功時才會成就。如果你一天試驗二個小時，那是九年；如果你一天做十個小時，那是三年。我們學的是禪宗，而淨土宗講「花開見佛悟無

生」，那人家講：「師父！你講要修禪宗，但是你又講淨土，不知道你的意思是什麼？」好像目標並沒有穩定，其實，我心心所修的是禪宗。但是，我口口所講的，沒有一句話不是淨土。我也時常說，請淨土宗信徒和法師原諒我，因為我時常的把他們在我們禪宗這一條路上的攔路虎，或者干擾把他清除掉。有人講，現在這個時候不要講禪宗啦！那是不可能的，人都修不到啦！

那我們說一說，我們現在修這個的資格。第一個禪宗，我們要徹底的了解“非三乘教，必須出家。“學禪宗不要出家的，和三乘教不同的。他是”一乘教“，不一定要出家的；出家當然好，不出家一樣也可以修。還有他不用種種的對治法，對治法都是三乘教。”從自心用功，不涉文字“所以就是你一個字不識也沒有妨礙。但是，「師父！我知道這種道理，可是現在有的人根器很低很低，修是修不到的。」

「喔！你這樣子講太不對了，沒有一個因是沒有果的，連你唸一句阿彌陀佛，都可以升到西方去極樂世界。你卻說人家分分鐘保持純淨心靈的人沒有用，那是對法的認識沒有認識到徹底。」”若人散亂心，入於他廟中，一稱南無佛，皆已成佛道“所以一

個寶剎可以壞，但是你一念清靜就可以成正覺。

我們看並沒有一個下根的人，等於我們中國的一個理學家，他說滿街都是聖人。我們因為徹底的知道人人皆有佛性，所以人人是上根。你有佛性不要辜負於己，你自己就是上根。禪宗講的上根和下根並不是淨土宗講的那種分法，我們是講你信得住，信得即自己心的性就是佛，佛就是心，那就是上根；如果你不信，那就是下根。

講到這裡，我學佛教是四十年了。從學習期到成長期，再到成熟期，但是到完成期，那還有很長的一段路。我現在先要介紹我自己給大家認識。你要跟我學，你要徹徹底底的了解我懸智法師的思想，所以我寫出一個綱目，「懸智佛學思想」，現在也有人出「印順佛學思想」的研究。或者說總批評。我的佛學思想是什麼呢？第一用分類講佛法，佛法是從三方面來講，第一佛法解脫的部分是「自證」。第二佛學是學術的部分是「方法」。第三佛教的宗教部分是「度人」的。

〈觀音法門〉和〈淨土法門〉要分開講，一個是主智一個是主情；小乘般若和大乘般若要分開講。一個是講一切智，一個是講道種智，一切智智；中觀解般若，唯識解般若要分開講，一個是用空來講，一個是用有來講；法相，唯識要分開講。但是洪師姐問，師父你講要分開講，我在字典裡查到，他說法相，唯識是一個東西。那要怎麼樣分呢？後來我想到一句話，藉著這個機會來分得好清楚。

就是《楞伽經》講的，什麼叫法相？「五法三自性」，就是講法相。「五法」呢？就是名、相、分別、正智、如如。「三自性」就是講遍計所執性、依他起性，圓成實性。如果他講的是這些，我們把他歸到法相裡邊去。唯識呢？是八識二無我，如果講這些吧，就歸到唯識裡邊去。

謝謝藏慧法師現在講到三乘共學，三乘共學應該是般若。但是我講五乘共學，即八正道。人乘，天乘，聲聞乘，圓覺乘，菩薩乘，都以八正道為主。佛法，我們學的第一個就是禪法。第二個法界觀，法界大定。這個是我們起我們這個團體的名字為禪華道場的緣故。印度佛法為小、始、終教。中國佛法為圓，頓教。佛法以禪宗為主，道路雖然很多，但是你們所該走的只有一條。

講到佛學，佛學的範圍很廣，它包括哲學、倫理學、政治學、醫學、天文地理學、

教育學、心理學、邏輯學、生理學、神話學、文化學、藝術學、運動學、科學、性教育、社會學、文學、禪定學、語意學、聲韻學、建築學、宗教學、歷史學、衛生學、神學、靈學、科學、數學、比喻學、神秘學、特異功能學。佛學與人生的所有學術無不有關。我講的有這麼多，可能你們想的還要更多。

我們的佛學是以「唯識宗」為主，就是以玄奘法師為主。這麼多學問裡邊，我講一個就是比喻學。佛經裡有好多，你不要把它當成真正的，他是一個比喻。好像我們上次講牛郎、織女，這是一個比喻。不是真正有一個人他的名字叫牛郎、不是真正有一個人她的名字叫織女。是天上的兩顆行星。我們中國人把這個星叫做牛郎星，這個星叫做織女星，他們每年在軌道上有一次交會的日子。所以我們才照比喻學來代表修行，修行的那一個部分，就是我們客觀的認識宇宙的森羅萬象。

我們講“空”，就是你對它認識的真理在主觀方面講。佛教也講空，這個東西是沒辦法講的。不能用確定一個字來描述它。我們中國人智慧很高，用兩種來描述它，一個就是天文曆法，第二個就是《易》數學。所以為什麼修行人他會懂風水呢？那就是洪師

姐的先生王阿閣黎給我看他的大作《藏風納氣好運道》。師父呀！佛教是不講風水，不講看相的嗎？」其實佛教最講風水，最講看相了，故有所謂的“天下名山，僧居多。”指的是好的風水都被和尚佔去了。

還有“法相莊嚴、萬德莊嚴”，那不是看相是什麼？普通人學的都是表面的東西，不知道深的東西。佛教風水和看相這兩個非常重要。李鎮岩他要印出來的一本書，他裡面講：「我現在才知道，如我發夢的時候，看到日、月就是證明我的左右兩脈的氣已經流入中脈。」易數學呢？因為修道不能用實用數學來算的一、二、三……九，實實在在的，不行！我們用的是十進位的數學，但是《易經》用的是二進制的數學。這是萊布尼茲發明計算機，電腦的原理。他很驚訝！中國人怎麼在這麼早就知道這種數學呢？我們講的三，我們講的五，不是真正數學上講的三和五。只是一個代表。佛教是世間宗教的一種，佛學是世間哲學的一種，佛法是世間人生的一種，傳統緣起性空、性空無我。今說：「緣起互助，互助忘我。」

佛法宗旨只有一個“十方薄伽梵，一路涅槃門”所謂佛法者，不二之法，這是一個

是任何千宗萬派不能改變的。他是“明心見性”。佛法就是明白你自己的心，如果你說不是明白我們自己的心，是要等待著到西方淨土去，再明白自己的心，那佛法對我們人生是沒有用的。可是度生法門隨時可變，應用無窮，顯密圓通。自力、他力合一，所以“法門無量誓願學”，菩薩要於五明處求：內明、聲明、因明、醫方明、工巧明。故佛教包含佛學，佛教以密宗為主。

那麼佛教呢？我們普通都是講三種信仰，佛法是一個哲學智慧的問題，佛教是一個感情宗教的問題。如果你在智慧這一門不能深入，所以祖師們沒有辦法，只好用佛教來度你，所謂觀音信仰、彌勒信仰、彌陀信仰。謝謝藏慧法師，這一次宣講彌勒淨土的殊勝。所謂成佛，什麼叫成佛呢？心理部份——轉八識成四智；生理部份——成就三脈四輪。證果呢？”處處解脫、時時解脫、不厭生死、不住涅槃、不畏地獄、不樂天堂、不怖生死、不希涅槃、煩惱即菩提、生死即涅槃、遊戲人生、徹底解脫，虛空有盡，我願無窮。”

我們所依的經典呢？如果有人這樣講：「師父你這樣講，可能是你自己做出來的，

你要有經典根據，沒有經典根據，是不能取信於人的。」我們根據的經典有：《大乘起信論》是經中之起，其實你要學大乘佛法，第一步你要看《大乘起信論》；《心經》，經中之心；《楞嚴經》，經中之頂；《金剛經》，經中之空；《華嚴經》，經中之王；《圓覺經》，經中之圓；《成唯識論》，經中之成；《六祖壇經》經中之活。

人從天上界輪迴轉生到地上界，目的有二：一是修正轉生輪迴中所形成的偏去個性（就是我們講的“業”）。二是完成人間佛國的使命。現在很多法師都講，我們是“人間淨土”，他們很多人都發現了這點。我講的佛學是以中國本位文化來講，包含儒、釋、道三家思想，我的二乘是儒——人乘，道——天乘，佛——佛乘。我們學佛道不分門戶派別。

現在進入我們講的主題，在打坐的時候，你會覺得理論失效，你學了那麼多的道理，可是一上坐，你學的這些一點用處都沒有，故禪宗佛性湧現，不依傍教義。禪宗的三個步驟：第一個步驟，就是你先要把你的妄想流能慢慢地把它停下來。第二步驟，你會產生幻覺和幻影，你會看到很多你以前沒有看過的東西，有的什麼佛菩薩都有，你都不要

理他。到第二步驟，你就會真正進入禪定，這是總的分三步。那這個方法呢？現在我們把它總結起來有六種：用什麼方法來入禪定呢？

第一個是「專注」，很多人用一張白紙貼在牆上，上面畫個圓圈，你就看住它。我們中國人還有點一支香，你就看這香上的那個紅點。第二個「觀想」我們中國淨土宗，學淨土宗的人，個個都知道十六觀，但是很可惜，現在都是用持名念佛。這個觀很難，其實觀是屬於密宗的範圍裡面去。第二呢！就是「唸誦」，我就唸阿彌陀佛，或者唸「唵嘛呢叭咪吽」，或者唸觀世音菩薩。第四就是「調息」，從呼吸入手，這是非常好的方法，在禪定的定裡邊多數是介紹這個方法。

第五「運動」，運動我們要知道，動功是通過一定的動作，控制身心的特定信息，你運動時，腦筋要靜下來。如果你運動，腦筋不靜，那不叫運動，叫勞動呀！我們有時勸人，你要做點運動，我有啊！師父我一天到晚洗碗、掃地、做花園，那運動還不夠啊！？當然那是勞動不是運動呀！它易於普及，能夠迅速見效，不易出偏，不易走火入魔，但難以達到上乘的水平。運動當然可以入靜，但難以達到上乘的水平。

我們介紹的運動大概有三種，第一種是「太極拳」，我中國人有三個東西不肯給人知道的，現在世界文化的舞台上佔一席之位的禪宗，給日本人佔去，瑜珈給印度人佔去了，中國人剩了個什麼？——太極拳，太極出風頭。中國人有三個東西不肯隨便給人家知道的，第一個是《易經》。第二個修道。第三個就是太極拳。真正的太極大家，你不知道他會太極拳。他也不會講給人家聽，說他會太極拳。

所謂太極之形、太極之法、太極之功，普通人學的太極之形，就是講摸魚摸蝦做個樣子。還有峨嵋十二樁，更加有名，在功夫裡面是赫赫有名的。除非你研究它，這一個是臨濟宗的祖師，白雲禪師在宋朝的時候開派的，所以他叫峨嵋臨濟派，在以前都是單傳獨授的一代傳一代，現在傳了十一代。我們現在的福氣很好，我們都可以碰到這些師父來修。

還有最有名的是少林寺的《易筋經》，其實《易筋經》就是 Yoga。那是達摩祖師從印度來，看到中國人打坐，常常打瞌睡，身體精神不振作。我把印度的運動方法 Yoga 教給你吧！中國人就把它叫做《易筋經》。但是這裡有一個，中國人不要學的，就是把

頭頂在地下，兩隻腳交叉在上面，我們稱“倒栽蔥”，這個我不要學。師父！我們中國人是“氣之輕清者，上浮為天；氣之重濁者，下沉為地”，頭是我的天，我不可以頭頂著地下，這個我不要學。

第六個是“心性“從心下手的，依”法爾空性而入定“，這一個是最難、最深也最容易。哪個人沒有心？所以，這個法門又叫做“觀心”。為什麼佛性不能夠顯露呢？我知道我有佛啊！我有佛性啊！但是我看到的都是凡夫的動作、行為，為什麼佛性沒有顯出來呢？等於講，我知道以前我做小孩讀書時有九十六個原子，現在有一百多個原子。現在知道的原子彈、氫氣彈，還有很多種彈。如果你發明方法把海水一分離，那全宇宙都會爆炸，好危險啊！

就是說我們怎麼樣把這個佛性，經過我們自己本身的原子爐，把它的能量發出來的呢？就是“潛意識“，就是它蘊藏在裡邊的能量，這個蘊藏在潛意識裡面的能量，是你生生世世轉生輪迴所學的東西，都收在裡邊，我們講的是種子。為何不能流露到表面意識呢？！是因為我們不合理的思想，就是“煩惱“，不合理的行動，就是我們講的

”業“。我們講的這個東西，或者空或者講道。李鎮岩他寫的書，白師姊告訴我，有的很淺顯，有的也很有道理。

他說：「我的心就是佛，就是佛智，人的身體就是他的殿堂。他是不需要任何凡人的手建立起來的廟宇。能量流，或者我們叫空，或道的運行，無所不在，他不需要任何朝拜聖地的香客，他知道世界上有些人對他不了解，只好帶著悲憫的心情，拂掉腳上的灰塵，說一聲 good-bye，知道無可奈何花落去的規律，也知道花落春仍在的定理，獨立在紫雲深處，含情凝睇等待著，似曾相識的燕歸來。”空“是常識不可預知的範圍，窮盡無數相對真理，去接近絕對真理，這是一個填不滿的認識的陷阱。莊子也講過：「”吾生也有涯，知也無涯，以有涯隨無涯，殆矣。”」

上坐前先把眼睛閉起來，我們現在講的，因為有兩種人，有兩種根基。阿美小姐講：「寶珠師姊是老手。」老手上座無難，一上座就可以入定，不困難。可是新手上座就難了，他難在什麼地方呢？妄念不是一下子就能夠停下來，初機最好跟禪師精進修行一段時間。坐禪時要萬緣放下，心境要平和而慈悲。初學的人通常須要一個月的時間打好基

礎，然後就可以隨時隨地修禪。白師姊最近給我看，所訂好的一天做幾支香的作息表，那是很好。

但是我們要知道，規矩因人而立，是為我們的方便而訂的，不必為它所縛。規矩是為你好而定的，如果你被它綁住了，那又不行了。所以很多人學佛被佛縛、學法被法縛、學道被道縛，不能超脫出來，所以才要講“般若空”。不斷要超脫，無受、想、行、識，無眼、耳、鼻、舌、身、意，而且超越十八界十二因緣，無“苦、集、滅、道”。超越四聖諦。下面從超越菩薩境界，“無智亦無得”，超越佛的境界，這種超越就是不受法縛。

171

你坐不住的時候呢？我們的七步禪：鬆、靜、洗、守、無、疑、參，第一個就是要“鬆”，身體的每一個部分，牙齒、眼睛、鼻子、四肢怎麼鬆。全體要怎麼鬆，鬆到什麼程度，什麼標準才叫鬆，這是講身體；心裡方面要怎麼鬆，這是講空，你能鬆就能空，能空就能通，能通就能明。這鬆、空、通是我們禪華道場的第一個口訣。

鬆，我們有我們的禪功，空我們有我們的禪功，通有我們的禪功。鬆，通，空，許

多人都有這樣的外表，但是和我們的內容不同。如果你第一步不知道鬆的道理，你從來沒有學過打坐，你會覺得四肢疼痛，腰酸背痛，頭暈腦脹，胸悶氣促，像不會拜佛的人，一拜就會頭暈眼花，血壓高的人拜佛要當心。

所以如果你坐不住，是新手，會做到心煩意亂，因為他有反彈作用，你平時沒有做這種，現在就不自然了，他會反彈。如果你覺得累了，你坐不住不要勉強，可以下座走一下，到花園裡走一走、玩一玩。人就是很奇怪，你叫他打麻將，看電視，眼睛睜得很大，不會打瞌睡，一叫他打坐呢？唉呀！……，可以睡一下再來。但是你要知道睡眠，每一個人的年齡應該需要多少睡眠，台灣的高人已經給你寫出來。如果你超過這個睡眠，那是你一定有病態，而且現在最難醫治的一種病，就是失眠症。

172

失眠症是你的人睡在床上，但是你的心並沒有睡。這種對人的身體有非常大的障礙，就是你的光子體，靈子體不能離開你的身體而去到真實界那邊去吸收能量，他住在你這裡走不出去，這種對人的傷害很大，多數證明，這個人已經被魔的勢力影響到。還有很多外國人研究，說我們科學家，心理學家研究到，一個人的注意力只能維持二十分

鐘。所以我們外國人打坐二十分鐘就可以，不要多，有道理。所以你如果是一個不同寶珠師姐那種Ore-iz的人，你先坐二十分鐘，不要像她一坐幾個鐘頭，或像白師姐她這種一坐四個鐘頭。過一個禮拜加五分鐘，加到三刻鐘，就已經很好了。鬆、靜，鬆當然會靜了。

第三個就是“洗”，洗是觀音法門，觀音灑甘露那就是洗，還有地藏法門，懷抱明珠，這兩個法門都是修行人一開始用的，所以把它叫做洗。洗就是反省法，先把你的心靈污穢掃除出去。我們說個法師，這師父相貌堂堂，他真是一個法器。這是什麼意思呢？就是他心靈的污染很少，他可以成為佛所用的器皿。第四才是“守”，守就是什麼？很有名的中國的守竅法，守上丹田、下丹田、中丹田，還有密宗的心輪，頂輪，海底輪，臍輪，守什麼部位都可以，但是你先要請教請教白師姐，和她討論一下，血壓高，血壓低，還是有什麼病，守的位置不一定。血壓高的人不能守上面，一定要守下面；血壓低的人，可以守上面。

普通修行的師父不會一開始就指導你守，所以我們講打功夫的人，如太極拳的老

師，不會一下子把什麼看家本領拿出來。我們禪宗也講，明珠不會當街灑的。所以三昧，寶鏡三昧歌：“如此之法，汝已得之，諸佛密付，宜善保護。”連諸佛都愛惜這個法，不是機的人，他不會講給你聽。我們現在人能聽到〈大手印〉，〈大手印〉祖師講，不是這樣的機，我對他一個字都不會講。所以沒有一個真正的師父一上來就教人守的。先要教你鬆、靜、洗。現在因為我們有老手、新手，這一次我對新手講的是用反省法；對老手講的是觀心法。還有從呼吸入手。

首先講從呼吸入手，呼吸有三種。第一種“天地呼吸”，大宇宙都在呼吸，第二種“人身呼吸”，是我們的呼吸系統。第二個道法呼吸，不是我們的呼吸系統，皮膚都可以呼吸。邵雍《皇極經世》提到：“冬至之候為呼，夏至之候為吸，此天地一歲之呼吸也。”這是天地呼吸。《黃帝內經·靈樞》講：“出氣曰呼，入氣曰吸。一呼一吸謂之一息。”《難經》：“呼出心與肺，吸入腎與肝，呼吸之間，脾受臟氣也。”這是人身呼吸。老子：“綿綿若存，用之不勤。”莊子：“真人之息以踵。”這是“道法呼吸”。

人的心神多用於認識身外事務，一旦離境就不能自立，所以用調息這一方法栓繫此

心，把你的心栓在這個呼吸上面，等於我們講的心猿意馬。《西遊記》裡唐僧是代表第八阿賴耶識，孫悟空是代表第六識“心猿意馬”。豬八戒是代表“貪”，沙僧代表“癡”，因為講道理，講佛經都沒有人要聽，沒辦法，只好寫這一部小說。人家不知道《紅樓夢》是一字一血淚，賈寶玉為什麼要起名叫賈寶玉呢？這是假的，我講的就是假的。

使心息相依，久之便無息可調了。慢慢的你覺得心息相依，這個呼吸好像停住了呀！我們這個時候不要害怕。念住，息住，脈住這是入定的三個次第。如果還要深一層的大家知道這個方法，如果你不知道，你千萬不要教人家，去做人家的“護關”。護關有幾種危險，他沒有死，你把他當成死了，其實他是“出神”。呀！並沒有死，所以第一個原則，他的身體如果坐在這裡，並沒有倒下來，這個師父並沒有死。第二個如果你要叫他出定，火燒了，怎麼辦呢？你要用引磬，輕輕的在他的耳邊噹！噹！噹！他就會出定。否則你大叫，打雷打鼓他都不知道，這護關不容易呀！

香港有一位法師勉強去做「般舟三昧」倓虛老法師勸他：「你不要做。」他不聽，

他去做「般舟三昧」還沒有做幾下，人就倒下去。般舟三昧要九十天，怎麼樣苦呀！你都不知道。不能睡覺，一天到晚走，那要睡覺怎麼辦呢？在關房裡邊，抓著兩條繩子，有時抓著這個繩子睡一下。還好護關者看得快，馬上把他扶起來，否則好危險。

控制呼吸速率，調息是靜坐的入門的方法。現在講反省法，本來反省法，要講完了五十一個心所及達賴喇嘛的演講，你才知道怎麼用。但是現在沒法了，因為那樣一講要花很多時間。其實，記得一個原則，反省用什麼根據？你反省可以反省你二十歲，二十五歲，二十歲，十五歲，反省到十歲，最好反省到五歲的時候。如果你反省到穿過母親的子宮，那你會發現到宿命通，你會知道你前世是什麼人。

那反省法，怎麼做呢？我上次講過，人的心裡的内容有五個領域，就是想念、本能、感情、智性、理性。他的本性，他的本來面目是什麼情形呢？我們知道想念的本來面目是調和，本能是責任與義務。情感是慈悲，智性是智慧，理性是中道。但是我們的心理都是扭曲的，現在變成了什麼呢？想念的變成煩惱，本能的變成自我、我欲。感情的變成自我保存，智性的變成主觀，理性的變成獨善。那麼我們用什麼對付它呢？

想念用調和，本能用知足，感情用感謝，智性用客觀，理性用感恩，把你歪曲的這些改正過來。因緣母胎中，產生兩個真理的兒子，一個是萬物流轉，一個是相對依存。我不是孤立的我，我是我的父母養育的。如果沒有大宇宙，沒有牛生牛奶、生長蔬菜等等，生了這些東西給我給我們食用，我能活嗎？不是農人和工人，他們做各種衣服和電器，我們能這麼舒服嗎？

所以你想到這裡的時候，不是國家給我的教育，不是社會給我的愛護，我能活到今天嗎？你這樣一想，你就會知道萬物都是要互助的，萬物貢獻他們的東西來給我，我應該貢獻我自己的力量去為他們。這是因緣互助的道理，所以你會感謝啊！能夠知恩的人才會感恩，能夠感恩的人才會報恩啊！

所以人家講，養子方知父母恩。我們從前都不知道爸媽對我們的恩惠有多偉大，當我們有了兒子，自己抱了兒子的時候，才記得，唉啊！父母對我對愛很偉大啊！一個好像很凶，菩薩也有很凶的，金剛菩薩不是很凶嗎？一個是慈悲呀！好像觀音菩薩。嚴父也好，慈母也好，他們都是同樣的愛。菩薩有凶的，也有不凶的。

所以我們遇到一些事，我們光是執著，光是埋怨人家，詛咒人家，都是他不好，都是他怎麼怎麼的，一直抱怨他人。人就是這個最不好，不知道感謝人家，還要埋怨人家。日本人講譬如身上沾有蝨子的人，不反省自己的不潔，那是你不洗澡嘛！那有什麼用？埋怨誰呢？中國人講“睡不著，怪床梆”，我們都是錯了。

因此在用八正道，我們講五乘共學，就是用八正道。用這八個標準來衡量，我這一生自二十歲、三十歲、四十歲，有沒有合乎這個標準？這是釋迦牟尼佛在菩提樹下所用的方法，就是彈奏的弦琴不能太緊，也不能太鬆，中道的方法，釋迦佛果然達到朗然大覺，就是自人類到地球六億年來，第一個澈悟宇宙真理的第一個偉大的人類。

所以八正道，第一個“正見”，就是察知得很正確；“正思”，思考得很正確；“正語”，說得很正確；“正業”，工作得很正確；“正命”，活得很正確；“正勤”，奮力得很正確；“正念”，願望得很正確；“正定”，安定得很正確。你是新手，要你觀心，你可能沒辦法，你先用這些方法來觀察一下：我以前不合這八正道的道理。本來這八種道理，每一種至少都要講出一個令人痛哭流涕的故事，那是佛陀親白的教授，但

是這要等到最後才講。

現在因為時間又過去了，只好再講“觀心”，因為不先講，他們要禪修去了。先打一個比方，我看到一朵花，能見到這朵花的我，就是“我執”，係由心起；所見的這朵花，就是“法執”。這是心的處境，一內一外，花在外面，我在心的裡面。不是有段距離嗎？有個距離嗎？現在要想消滅這個距離的話，我想把它消滅，須知下列每個字的意思，有四個字：第一個是“見”，是外界的光線，刺激眼睛，經腦部由覺性而生視覺的一種作用。

第二個是“念”，由於腦子所對之境記憶不忘，守境為念，這是念。第二個是“觀”，觀察妄念的起落謂之觀。第四個是“覺”，是人一直有的本能，它無來無去，不生不滅。知道上面四個字的分別，你可以下手用功了。你先閉上眼睛，這個時候的花，因為一閉上眼睛，花在外面，你看不見了。似內似外，因為花變到你的念頭裡邊去了嘛！好像這朵花在外邊，在內邊恍恍惚惚捉摸不定，假使平常稍有點定力的話，（世界上有些人有很強的定力哦！）便由我見花，成為我觀花，不是你眼睛見，是我腦子裡有花，

瞬息間，我的外境便可滅除，也只有觀我心中所起花的念頭了，只有觀與念的問題，此刻我、法二執的空間距離已完全消失，花和你的念頭一起到你的腦子裡邊去了，和外邊的花的距離已經沒有了，因為都是由心念中而起的。

但在世界上說，兩者依舊有先後的問題，什麼原因呢？下面分析：如果心起了惡念，這惡念一起的時候，稍有修持的人，便馬上覺得，當前念起惡，後念令其不起，還不能算覺。你前面起一個念頭，後面知道，哦！這個不好的，不要起！這不能算覺，這一先一後，便見時間存在的因素，有時時間快，有時時間慢，如果想把這一先一後的時間也消去的話，則看吾人所修持的功夫了。能夠前念起惡，後念止住不起，這樣一個跟一個，在常人已算不差，在普通人已經算很好了。

但在佛法上說，這還是不覺，那佛法中如何才算是覺呢？必須還要深一層下工夫，要想下這工夫時，首先要明瞭佛法對念起念滅劃分的方法。一個念有九十個剎那，一剎那有九百個生滅，如果你觀察整個大宇宙，它不外是四種相，就是成、住、壞、空。我們的身體就是生、老、病、死四種。我們的心是生、住、異、滅，當惡念一起，馬上去

觀照它，早已來不及了。如果你馬上去觀照它，而妄念已經升起，就來不及了。

有一位李一光居士，他用科學解這個，他說這個速度，等於電子放射網，照到電視螢幕的顯像，這麼快的速度。不過如果能像這樣，不斷地努力用功下去的話，總有一天能時時在觀照中，使”觀行覺“成就，第一個教觀行覺成就，心念照常理，心息幻塵。工夫再深一層下去的話，便可覺知念的異相了。你會知道生、住、異、滅它的異相了，捨棄分別，沒有執著，叫做”相似覺“。此時覺與念相距的時間縮短了不少，工夫到了這個地步，李一光居士講速度像光線穿過玻璃的速度，那是快得不得了。你的工夫一做到這裡，牆壁照樣能看穿。

《虛雲老和尚年譜》有記載，虛雲老和尚能看穿牆外的人在做什麼。不過佛法並不注重這種神通，主要是在解脫人生執迷的痛苦，工夫再下深一層下去的話，便可覺知念的住相，生、住、異、滅的住相，離開分別妄想，隨各人所證深淺的不同，叫做”隨分覺“。此時覺與念相距的時間又縮短了不少。李居士講，這個等於光線穿過原子物質的速度。哦！更加快了，此時的境界不是我們凡夫所能想像的，我們用我們的腦子來想它

的速度，哦！這個我們沒有辦法。

不過，在此百尺竿頭，更加努力，才能推究到能空的我和所空的法，亦即是覺與念的合於一。覺與念合成一個了。這就是「寂而常照，照而常寂」不前不後，正如《大手印》所講的”等持惺寂，照而常寂“，不落時間，則丈室之內，不妨萬事並呈。啊！你可以了解到事事無礙的境界，維摩大士在一個小的房子裡面，所有的東西都在裡面可以顯現出來。

講到這裡，我們為他們去做生死搏鬥的勇敢的師兄師姊們，我們為他們打氣，也為他們祝福。個個都能從”觀行覺“進展到”相似覺“，從”相似覺“進展到”隨分覺“，從”隨分覺“完成”究竟覺“。好！我們迴向：

願消三障諸煩惱，願得智慧真明了。

普願罪障悉消除，世世常行菩薩道。

後記

「嚶嚶其鳴 求其友也」 是要求大家的批評、指導，而不是指教大家。

謝謝吳素琴師姊、張寶珠師姊為我們做講義。

謝謝台北正見學會幫忙校稿、印書及所有參與此書的人員。

迴向

謹以印行本書的功德迴向：

上懸下智 師父法體健康，正法永存

黃怡霖師兄身體早日康復

祝大家福慧雙修，早日證佛果。

附註：為讓能閱讀英文著作的讀者，容易查閱，本書加註於（）內的相關資料，為本

會編輯時所加，如有錯誤，由本會負責，亦請各位讀者提供更正確的資料，以便再版時修正。

《金剛經》（梵音 Vajra-cchedika-prajna-paramita Sutra · Diamond Sutra）

須菩提（梵音 Subhuti）

口訣（a pithy formula）

上師（梵音 guru）

《心經》（Heart Sutra · Summary Sutra）

恒河（The Ganges river）

般若（梵音 prajna）

灌頂（梵音 Abhisecana / Abhiseka · Baptism 洗禮）

靈鷲山（梵音 Gridhrakuta Hill）

釋迦牟尼佛（梵音 Sakyamuni Buddha）

達摩祖師（梵音 Bodhi-dharma，中國禪宗初祖，生平不詳，於公元480年抵華）

禪宗六祖（慧能大師，生平為公元638-713年）

聖經 (the Holy Bible)
耶穌 (Jesus)
張大千 (生平為公元 1898-1983 年)
泰戈爾 (生平為公元 1861-1941 年)
“四相” (the four ideas)
“五眼” (the five kinds of eyes or vision)
“藏傳佛教” (Lamaism·Tamtrism、即“喇嘛教”、或稱金剛乘 Vajrayana。喇嘛有上人、師長之意)
金剛手佛 (梵音 Vajrapani Buddha)
金剛大持佛 (藏音多傑羌)
大勢至菩薩 (梵音 Mahasthamaprapta、即密教的金剛手菩薩梵音 Vajrapani Bodhisattva)
那諾巴 (納若巴、白教第二代祖、白教即噶舉巴藏音 Kargyupa)
馬爾巴大師 (麻把羅渣、藏音 Marpa、白教第四代祖生平年為西元 1012-1097 年)
密勒日巴大士 (藏音 Milarepa、生平為公元 1040-1123 年)
杜松淺巴 (生平為公元 1110-1193 年)
見 (藏音 Dava·to manifest) / 行 (藏音 Jyodba·functioning) / 修 (藏音 Gompa·

mend·cultivate)
淨土宗 (Pure-land school)
《(首)楞嚴經》 (梵音 Surangama Sutra)
一真 (one reality or undivided)
“五鈍使” (梵音 Panca-klesa·The five dull)
“五利使” (Five of the ten “runners”)
貪 (desire)
瞋 (anger or resentment)
癡 (stupidity or foolishness)
慢 (arrogance)
疑 (doubt)
禪宗 (Chan·Zen school)
聲聞乘 (梵音 Sravaka-yana)
緣覺乘 (梵音 Pratyeka-buddhayana)
菩薩乘 (梵音 Bodhisattva-yana)
氣脈 (Channels)
明點 (藏音 Tigle·Kundalini)

〈大圓滿〉 (藏音 Dzogchen)

“法爾” (法然·According to rule·naturally)

“觀” (梵音 Vipasyana·To look into)

傅翕 (傅大士之本名·生平為公元497-569年)

龐居士 (名龐蘊·生平從學於石頭希遷與馬祖道一)

馬祖 (即道一禪師·生平為公元709-788年)

洞山·良价祖師 (生平為公元807-869年)

基督教 (Christian)

“妙有” (The absolute reality·supernatural existence)

“真空” (The absolute void·complete vacuity)

“色” (梵音 Rupa·outward appearance)

“空” (梵音 Sunya·empty·void·hollow·vacant·按抑空)

不二 (藏音 Advaya·No second·no-duality·the one undivided)

戒 (梵音 Sila·Precept·command·prohibition·discipline·rule·morality)

菩提 (梵音 Bodhi)

“三摩地” (梵音 Samadhi)

普賢菩薩 (梵音 Samantabhadra·Visvabhadra Bodhisattva)

唯識宗 (The Dharmalaksana sect·法眼宗)

三皈依 (梵音 Trisarana·Sarana-gamana·The three surrenders to the Three Precious Ones)

五戒 (梵音 Panca veramani·the first five of the ten commandments·against killing·stealing·adultery·lying and intoxicating)

發菩提心 (Make up the mind to bodhi)

“開悟” (To awaken·arouse·open up the intelligence and bring enlightenment)

涅槃 (梵音 nirvana)

“入本元” (enter nature·enter Primordial State)

“悟本元” (abiding origin·按靈泉田)

咒語 (梵音 dharani·mantra·secret words·spell to protect prayer)

須彌山 (Mt. Sumeru)

“如來藏” (梵音 Tathagata-garbha)

“圓覺” (Complete enlightenment potentially present in each being·for all have)

《法華經》 (梵音 Saddharmapundarika Sutra·the Lotus sutra·the Dharmalotus flower sutra·法華經)

《華嚴經》 (梵音 Buddhavatamsaka-mahavaipulya sutra or The flower gallant sutra)

“法界” (梵音 Dharma-dhatu)

臨濟·義玄禪師 (生平為公元787-866年)

“不修而修” (乞士派——中薩里派的修法)

阿羅漢 (梵音 Arhat)

瑪幾瑙準 (藏音 Majig Labdron, 生平為公元1055-1149年)

“呬” (Peh)

「切」 (藏音 Chod)

文殊師利 (梵音 Manjushiri Bodhisattva)

三大阿僧祇劫 (three great Asan-khyeyas)

黃教派 (藏音 格魯巴 Gelugpa sect or school)

宗喀巴 (藏音 Tsongkhapa, 生平為公元1357-1418年)

三身： (梵音 Trikaya)

法身 (梵音 Dharmakaya)

報身 (梵音 Sambhoga-kaya)

化身 (梵音 Nirmana-kaya · Manifestation)

四智：成所作智 (the perfecting wisdom of Amoghasiddhi)

平等性智 (the universal wisdom of Ratnaketu)

妙觀察智 (the profound observing wisdom of Amitabha)

大圓鏡智 (the great mirror wisdom of Aksobhya)

法身體性智 (梵音 Dharmadhatu-prakriti-jnana, the wisdom of the embodied nature of the Dharmadhatu)

道信 (生平為公元579-651年)

曹山大師 (即曹山·本寂禪師, 生平為公元840-901年)

道家 (Taoism)

武則天皇帝 (公元690-705年在位)

玄奘大師 (生平為公元600-664年)

Kaya (就是身 (或「次元」))

五方佛 (The five Dhyanī-Buddhas, or The five Wisdom-Tathagatas)

阿門佛 (又譯阿彌鞞耶, 梵音 Akshobya Buddha)

阿彌陀佛 (梵音 Amitabhā Buddha)

寶生佛 (梵音 Ratnasambhava Buddha)

不空成就佛 (梵音 Amoghasiddhi Buddha)

毘盧遮那佛 (梵音 Vairochana Buddha)
麻哈瑜伽 (藏音 Maha Yoga)
阿努瑜伽 (藏音 Anu Yoga)
阿底瑜伽 (藏音 Ati Yoga)
“花教” (藏音薩迦) Sagyapa)
“紅教” (藏音寧瑪) Nyingmapa)
愛因斯坦 (Einstein, 生平為公元 1879-1955 年)
〈大爆炸論〉 (Big-Bang)
地藏王菩薩 (梵音 Kṣitigarbha Bodhisattva)
歌利王 (梵音 Kaliraja King)
「無生老母」(公元 1509 年, 在後來被稱為一貫道八祖的羅因將此「無生老母」信仰寫入其所寫的《五部、六書》中)
「中陰成就」(藏音 Bardo Thodrol)
“化城” (The magic · illusion city)
阿難陀 (梵音 Ananda)
悉達多·喬達摩 (梵音 Siddhartha Gautama)
「無色界」 (Arupa-dhatu)

191

「色界」 (Rupa-dhatu)
「欲界」 (Kama-dhatu)
四禪八定 (The four dhyana on the form-realms and the eight concentrations)
大梵天 (梵音 Brahma)
梁武帝 (公元 502-549 年在位)
雍正帝 (清帝, 公元 1722-1735 年在位)
憨山大師 (生平為公元 1546-1623 年)
永嘉大師 (僅知逝於公元 711 或 713 年)
觀世音菩薩 (Guanyin, 梵音 Avalokitesvara Bodhisattva)
盧舍那佛 (梵音 Rocana Buddha)
曹洞宗 (Tsao-Tung sect; A branch of the Chan school, was founded by Tung-shan 洞山·良价)
曼荼羅 (Mandals)
靈峰·智旭法師 (蓮宗第九祖藕益大師, 生平為公元 1598-1655 年) 其所著《靈峰宗論》:「生平嘗有言:漢宋註疏盛,而聖賢心法晦,如方木入圓竅也;隨機羯磨出,而律學衰,如水添乳也;指月錄盛行,而禪道壞,如鑿混沌竅也;四教儀流傳,而臺宗昧,如執死方醫變症也。」)

192

乾隆（清帝，公元1735-1796年在位）
時輪金剛（梵音 Kalacakra，掌控時間之輪的金剛）

★懸智老法師所講《達摩四論摸象》一書，前三論已講解完全，讀者自可領悟。但仍有讀者要求，今將其中未講解之〈悟性論〉原文錄於後頁，以供讀者自行研習。

達摩祖師悟性論

渝州華嚴寺沙門釋宗鏡 校刻

夫道者；以寂滅為體。修者；以離相為宗。故經云：寂滅是菩提，滅諸相故。佛者覺也；人有覺心，得菩提道，故名為佛。經云：離一切諸相，即名諸佛。是知有相，是無相之相，不可以眼見，唯可以智知。若聞此法者，生一念信心，此人以發大乘，乃超三界。三界者：貪、瞋、癡是。返貪、瞋、癡為戒、定、慧，即名超三界。然貪瞋癡亦無實性，但據眾生而言矣。若能返照，了了見貪瞋癡性即是佛性，貪瞋癡外更無別有佛性。經云：諸佛從本來，常處於三毒，長養於白法，而成於世尊。三毒者：貪瞋癡也。

言大乘最上乘者，皆是菩薩所行之處，無所不乘，亦無所乘，終日乘而未嘗乘，此為佛乘。經云：無乘為佛乘也。若人知六根不實，五蘊假名，遍體求之，必無定處，當知此人解佛語。

經云：五蘊窟宅名禪院。內照開解，即大乘門，可不明哉？不憶一切法，乃名為禪定。若了此言者，行住坐臥皆禪定。知心是空，名為見佛。何以故？十方諸佛皆以無心，不見於心，名為見佛。捨身不吝，名大布施。離諸動定，名大坐禪。何以故？凡夫一向動，小乘一向定，謂出過凡夫小乘之坐禪，名大坐禪。若作此會者，一切諸相不求自解，一切諸病不治自瘥，此皆大禪定力。

凡將心求法者為迷，不將心求法者為悟。不著文字名解脫；不染六塵名護法；出離生死名出家；不受後有名得道；不生妄想名涅槃；不處無明為大智慧；無煩惱處名般涅槃；無心相處名為彼岸。迷時有此岸，若悟時無此岸。何以故？為凡夫一向住此。若覺最上乘者，心不住此，亦不住彼，故能離於此彼岸也。若見彼岸異於此岸，此人之心已無禪定。

煩惱名眾生，悟解名菩提，亦不一不異，只隔其迷悟耳。迷時有世間可出，悟時無世間可出。平等法中，不見凡夫異於聖人。經云：平等法者，凡夫不能入，聖人不能行。平等法者，唯有大菩薩與諸佛如來行也。若見生異於死，動異於靜，皆名不平等。不見煩惱異於涅槃，是名平等。何以故？煩惱與涅槃，同是一性空故。是以小乘人妄斷煩惱，妄入涅槃，為涅槃所滯。菩薩知煩惱性空，即不離空，故常在涅槃。涅槃者：涅而不生，槃而不死，出離生死，出般涅槃。心無去來，即入涅槃。是知涅槃即是空心。諸佛入涅槃者，為在無妄想處。

菩薩入道場者，即是無煩惱處。空閑處者，即是無貪瞋癡也。貪為欲界、瞋為色界、癡為無色界，若一念心生，即入三界；一念心滅，即出三界。是知三界生滅，萬法有無，皆由一心。凡言一法者：似破瓦石竹木無情之物。若知心是假名，無有實體，即知自寂之心亦是非有，亦是非無。何以故？凡夫一向生心，名為有；小乘一向滅心，名為無；

菩薩與佛未曾生心，未曾滅心，名為非有非無心；非有非無心，此名為中道。

是知持心學法，則心法俱迷；不持心學法，則心法俱悟。凡迷者：迷於悟，悟者：悟於迷。正見之人，知心空無，即超迷悟。無有迷悟，始名正解、正見。色不自色，由心故色；心不自心，由色故心，是知心色兩相俱有生滅。有者有於無，無者無於有，是名真見。

夫真見者，無所不見，亦無所見，見滿十方，未曾有見。何以故？無所見故，見無見故，見非見故。凡夫所見，皆名妄想。若寂滅無見，始名真見。心境相對，見生於中，若內不起心，則外不生境，境心俱淨，乃名為真見。作此解時，乃名正見。不見一切法，乃名得道；不解一切法，乃名解法。何以故？見與不見，俱不見故；解與不解，俱不解故。無見之見，乃名真見；無解之解，乃名大解。

夫正見者：非直見於見，亦乃見於不見。真解者：非直解於解，亦乃解於無解。凡有所解，皆名不解；無所解者，始名正解；解與不解，俱非解也。經云：不捨智慧名愚癡。以心為空，解與不解俱是真；以心為有，解與不解俱是妄。若解時法逐人，若不解時人逐法。若法逐於人，則非法成法；若人逐於法，則法成非法。若人逐於法，則法皆妄；若法逐於人，則法皆真。是以聖人亦不將心求法，亦不將法求心，亦不將心求心，亦不將法求法。所以心不生法，法不生心，心法兩寂，故常為在定。

眾生心生，則佛法滅；眾生心滅，則佛法生。心生則真法滅，心滅則真法生。已知一切法各各不相屬，是名得道人。知心不屬一切法，此人常在道場。迷時有罪，解時無罪。何以故？罪性空故。若迷時無罪見罪，若解時即罪非罪。何以故？罪無處所故。經云：諸法無性，真用莫疑，疑即成罪。何以故？罪因疑惑而生。若作此解者，前世罪業即為消滅。迷時六識五陰皆是煩惱生死法，悟時六識五陰皆是涅槃無生死法。

修道之人不外求道。何以故？知心是道；若得心時，無心可得；若得道時，無道可得。若言將心求道得者，皆名邪見。迷時有佛有法，悟時無佛無法。何以故？悟即是佛法。

夫修道者：身滅道成。亦如甲拆樹生。此業報身念念無常，無一定法，但隨念修之；亦不得厭生死，亦不得愛生死；但念念之中，不得妄想；則生證有餘涅槃，死入無生法忍。眼見色時，不染於色；耳聞聲時，不染於聲；皆解脫也。眼不著色，眼為禪門；耳不著聲，耳為禪門。總而言，見色有見色性，不著常解脫；見色相者常繫縛。不為煩惱所繫縛者，即名解脫，更無別解脫。

善觀色者，色不生心，心不生色，即色與心俱清淨。無妄想時，一心是一佛國，有妄想時，一心是一地獄。眾生造作妄想，以心生心，故常在地獄。菩薩觀察妄想，不以心生心，常在佛國。若不以心生心，則心心入空，念念歸靜，從一佛國至一佛國。若以

心生心，則心心不靜，念念歸動，從一地獄歷一地獄。若一念心起，則有善惡二業，有天堂地獄；若一念心不起，即無善惡二業，亦無天堂地獄。

為體非有非無，在凡即有，在聖即無。聖人無其心，故胸臆空洞，與天同量。此已下並是大道中證，非小乘及凡夫境界也。心得涅槃時，即不見有涅槃。何以故？心是涅槃。若心外更見涅槃，此名著邪見也。

一切煩惱為如來種心，為因煩惱而得智慧。只可道煩惱生如來，不可得道煩惱是如來。故身心為田疇，煩惱為種子，智慧為萌芽，如來喻於穀也。佛在心中，如香在樹中；煩惱若盡，佛從心出；朽腐若盡，香從樹出。即知樹外無香，心外無佛。若樹外有香，即是他香；心外有佛，即是他佛。

心中有三毒者，是名國土穢惡；心中無三毒者，是名國土清淨。經云：若使國土不淨，穢惡充滿，諸佛世尊於中出者，無有此事。不淨穢惡者，即無明三毒是；諸佛世尊者，即清淨覺悟心是。一切言語無非佛法；若能無其所言，即盡口言而是道；若能有其所言，即終日默而非道。是故如來言不乘默，默不乘言，言不離默；悟此言默者，皆在三昧。

若知時而言，言亦解脫；若不知時而默，默亦繫縛。是故言若離相，言亦名解脫；

默若著相，默即是繫縛。夫文字者：本性解脫。文字不能就繫縛，繫縛自本來未就文字。法無高下，若見高下，即非法也。非法為筏，是法為人。筏者，人乘其筏者，即得渡於非法，則是法也。若世俗言，即有男女貴賤；以道言之，即無男女貴賤。以是天女悟道，不變女形；車匿解真，寧移賤稱乎。此蓋非男女貴賤，皆由一相也。天女於十二年中，求女相了不可得，即知於十二年中，求男相亦不可得。十二年者，即十二入是也。

離心無佛，離佛無心；亦如離水無冰，亦如離冰無水。凡言離心者，非是遠離於心，但使不著心相。經云：不見相名為見佛，即是離心相也。離佛無心者：言佛從心出，心能生佛。然佛從心生，而佛未嘗生於心。亦如魚生於水，水不生於魚。欲觀於魚，未見魚而先見水。欲觀佛者，未見佛而先見心。即知已見魚者忘於水；已見佛者忘於心。若不忘於心，尚為心所惑；若不忘於水，尚被水所迷。眾生與菩提，亦如冰之與水；為三毒所燒，即名眾生；為三解脫所淨，即名菩提。為三冬所凍，即名為冰；為三夏所消，即名為水。若捨卻冰，即無別水；若棄卻眾生，則無別菩提。明知冰性即是水性，水性即是冰性。

眾生性者，即菩提性也。眾生與菩提同一性，亦如鳥頭與附子共根耳；但時節不同，迷悟異境故，有眾生菩提二名矣。是以蛇化為龍，不改其鱗；凡變為聖，不改其面。但知心者智內照，身者戒外真。眾生度佛，佛度眾生，是名平等。眾生度佛者，煩惱生悟也。

解。佛度眾生者，悟解滅煩惱。是知非無煩惱，非無悟解；是知非煩惱無以生悟解，非悟解無以滅煩惱。

若迷時佛度眾生，若悟時眾生度佛。何以故？佛不自成，皆由眾生度故。諸佛以無明為父，貪愛為母，無明貪愛皆是眾生別名也。眾生與無明，亦如左掌與右掌，更無別也。迷時在此岸，悟時在彼岸。若知心空不見相，則離迷悟；既離迷悟，亦無彼岸。如來不在此岸，亦不在彼岸。不在中流，中流者，小乘人也；此岸者，凡夫也。彼岸菩提也。

佛有三身者；化身報身法身；化身亦云應身。若眾生常作善時，即化身現；修智慧時即報身現；覺無為即法身現。常飛騰十方隨宜救濟者，化身佛也。若斷惑即是雪山成道，報身佛也。無言無說，無作無得，湛然常住者，法身佛也。若論至理，一佛尚無，何得有三？此謂三身者，但據人智也。人有上中下說。下智之人妄興福力也，妄見化身佛；中智之人妄斷煩惱，妄見報身佛；上智之人妄證菩提，妄見法身佛；上上智之人內照圓寂，明心即佛，不待心而得佛智，知三身與萬法皆不可取不可說，此即解脫心，成於大道。

經云：佛不說法，不度眾生，不證菩提。此之謂矣！眾生造業，業造眾生。今世造業，後世受報，無有脫時。唯有至人，於此身中，不造諸業，故不受報。經云：諸業不

造，自然得道。豈虛言哉！人能造業，業不能造人；人若造業，業與人俱生；人若不造業，業與人俱滅。是知業由人造，人由業生。人若不造業，即業無由生人也。亦如人能弘道，道不能弘人。今之凡夫，往往造業，妄說無報，豈不苦哉。若以至理而論之，前心造後心報，何有脫時？若前心不造，即後心無報，復安妄見業報哉？經云：雖信有佛，言佛苦行，是名邪見。雖信有佛，言佛有金鏘馬麥之報，是名信不具足，是名一闡提。解聖法名為聖人，解凡法者名為凡夫。但能捨凡法就聖法，即凡夫成聖人矣。

世間愚人，但欲遠求聖人，不信慧解之心為聖人也。經云：無智人中，莫說此經。經云：心也法也，無智之人，不信此心。解法成於聖人，但欲遠外求學，愛慕空中佛像光明香色等事，皆墮邪見，失心狂亂。經云：若見諸相非相，即見如來。八萬四千法門，盡由一心而起。若心相內淨，猶如虛空，即出離身心內八萬四千煩惱為病本也。凡夫當生憂死，飽臨愁飢，皆名大惑。所以聖人不謀其前，不慮其後，無變當今，念念歸道。若未悟此大理者，即須早求人天之善，無令兩失。

夜坐偈云：

一更端坐結跏趺。怡神寂照泯同虛。
曠劫由來不生滅。何須生滅滅無餘。

一切諸法皆如幻。本性自空那用除。
若識心性非形像。湛然不動自真如。
二更凝神轉明淨。不起憶想同真性。
森羅萬象併歸空。更執有空還是病。
諸法本自非空有。凡夫妄想論邪正。
若能不二其居懷。誰道即凡非是聖。
三更心淨等虛空。遍滿十方無不通。
山河石壁無能障。恆沙世界在其中。
世界本性真如性。亦無無性即含融。
非但諸佛能如此。有情之類並皆同。

四更無滅亦無生。量與虛空法界平。
無去無來無起滅。非有非無非暗明。
不起諸見如來見。無名可名真佛名。
唯有悟者應能識。未會眾生由若盲。
五更般若照無邊。不起一念歷三千。
欲見真如平等性。慎勿生心即目前。
妙理玄奧非心測。不用尋逐令疲極。
若能無念即真求。更若有求還不識。

(達摩祖師悟性論終)

感 謝

凡放音、錄音、謄稿、攜稿、打字、編排、校對、印刷、捐助、攜書、閱讀、轉送、保存者，在此一併致謝。

講授者：上懸下智老法師

印 行：台灣台北佛教正見學會

地 址：台北市106仁愛路3段123巷14號5樓

電 話：02-2721 0863

傳 真：02-2777 1007

E-mail Address：m1105702@ms16.hinet.net

西元2004年3月第一版第一刷 非賣品

版權所有 未經同意 禁止翻印

紐西蘭 禪華道場 倡印

懸智老法師 講

大印指歸虎嘯

(恒河大手印講解)

台灣 佛教正見學會 恭印

大印指歸虎嘯

懸智老法師 講

台灣 佛教正見學會 恭印