禪定與般若

政大・徐天相

禪定與般若乃是生命的最高昇華境界，從靜慮中見性，由大覺中度人，這是慈悲佛陀開示給後代衆生的一條坦途。

一、高明的理論、切實的修證法門

學佛是要發大心，立大願，修大行，了生死，以證菩提的大事，換句話說：是爲了要達到至眞、至善、至美的圓滿境界——這境界便是佛陀的無礙解脫境界。眞、是智慧的境界，或稱哲學的境界。善、是道德的境界，或稱倫理的境界。美、是藝術的境界，或稱美的境界。這是一般學術界所公認爲人生終極的目標。但是，就目前世界人類而言，並沒有人能眞正達到至眞、至善與至美的境地。哲學界一直爭論不休，是非難明，最高道德的澈悟與實踐，也不是容易做到的事。而美學的觀點又無定準，至美之境也非唾手可得。至於佛學則不然，不但有高尚的圓融理論，有條理井然的系統，有切實可行的修持方法，而且有千差萬別的法門，能够適應各種智愚賢不肖等差異的資質，適合種種不同個性的要求和發展。讓你層層突進，層層超越，貫澈到底，達到「鳶飛魚躍，海濶天空」的自在境界。

佛法的理論不僅殊勝，而且與實踐配合，這跟西洋哲學家只尚空談學理，只求體系完整，只注意分析的精嚴縝密大不相同。但學佛也不是輕而易舉，毫不費力的事，必須千錘百鍊，動心忍性，所謂「不經一番寒徹骨，怎得梅花撲鼻香」，要想渡過生死大海，到大解脫的覺岸，得大自在，大自由，不僅要發大心願，還要下大工夫，眞修實悟，以智慧爲船，以禪定爲篙，把定羅盤，操穩風帆，勇猛精進，才能突破險惡的巨波洪濤，而安然到達極樂慈祥的彼岸。

二、禪對我們的意義

禪定是一種生命的昇華，禪定的目的是在於顯發本有的智慧，斷除障惑，達到解脫的境界。生命的本源是橫徧十方，豎窮三際，無窮無盡的，但是，一般人卻一味向外馳求，讓情慾攪昏了聰顯的心靈，如晶瑩的寶鏡明珠，給千萬層的積垢塵埃蒙蔽住固有的光明，以致於無法發揮偉大的力量，成就偉大的事業，身懷無價的瓌寶而自以爲貧子，這十分可惜的。

人一生下來，就不免要受到時空、感覺官能、思想觀念、自我意識，以及潛意識等等的限制。由於時空的限制，我們看不到過去，看不到未來，看不到自身周圍以外的一切事事物物，因此我們所認識的世界，是一個暫時的，局部的世界。由於感覺官能的限制，我們看不到感覺官能以外的世界；例如：我們的眼睛無法看到「可見光帶」（Visible Light）以外的光波，我們的耳朵無法聽到每秒二十次以上至每秒兩萬次以下的音波，我們的手無法感受到攝氏三千度的高溫，因此我們所經驗的世界，只是一個表面的，一小部分的世界。由於思想觀念的限制，我們信從專家、權威、信仰、傳統，我們脫不開先入與自我的束縛，因此我們所看到的世界是一個扭曲的，變質的世界。由於我執的限制，我們自以爲是，有時高傲，有時自卑，因此我們本以爲能夠安身立命的地方，卻原來是一個自己畫地爲牢的世界。由於潛意識的限制，我們有了種種好惡之心，人我之別，於是我們有所追求，也有所廻避，因此，我們是處身在一個選擇的世界中。這些限制，我們都無可避免，因此我們是生活在一個不眞實的、模糊的、殘缺的幻影的世界中。人類汩沒在這一個煩惱的大海中，如果眞能正心正念，培養出大無畏的精神，在正定中思維眞理，觀照萬物，必有一日能夠制心一處，驅除散亂的妄心，見到「千江有水千江月，萬里無雲萬里天」充滿了無限的喜悅、無限的安樂，自由自在，眞實圓滿的大好世界。

三、禪的眞精神

禪定並不是佛家的獨特法門，而是各種宗教共通的途徑；儒家經由知定靜安慮的工夫可以達到明明德，親民及止於至善的境界；道家經由清靜、無爲可以達到「心齋」「同於大通」「朝徹」「見獨」的目的；「凝神」是修習瑜伽術者的基本工夫；基督教的靈也可以導致內心的安寧，聖靈的感動。只是悟有大悟、有小悟，修習世間禪或許能達到凡夫定，欲界定，未到地定，色界定乃至於無色界定，但對於生命的本源，本來的面目卻仍然是隔霧看花，所見未必是眞。然而佛法如來禪最上乘祖師禪所達到的境界，卻是需要以畢生的精力，生命的代價，與直心悲願才能達到的境界，至於直指心源，明心見性的上上禪更是佛法中殊勝而不共的法門。

一般人怕死，怕空，但佛法卻教人要大死一番，才能大活現成，要能勘破，要能放下，所謂「應無所住而生其心」這是何等自在而偉大的胸懷啊！但是、修持佛法要像「香象渡河」一步一個脚印，不能苟且，也不能躐等，因爲佛法的成就偉大，所

以修行亦難，學佛的人，在短期內，或無功效可言，必須不忘不助，持之以恒，一分耕耘，一分收穫，眞積力久，功夫必定不會唐捐的。

四、禪與般若的智慧

眞正的智慧是一種自我本性的發現，生命的復活。遺教經說：「實智慧者，則是度老病死海堅牢船也。亦是無明黑暗大明燈也。一切病者之良藥也，伐煩惱樹之利斧也。是故汝等當以聞思修慧而自增益，若人有智慧之照，雖是肉眼，而是明見人也，是爲智慧。」這樣的智慧才是般若性體流露出來的眞智慧。它不同於思維，因爲思維是一種心智的冒險，只停留在哲學思辨的觀念與概念中。眞正的智慧是本性的自然流露，因此它是超越時空，絕對待的；是現量的，直接的；是超越色、受、想、行、識五蘊的，是空靈的；是統一的，和諧的；是時間無限，空間無限的；是兼容並蓄，無所不包的；是至靜同時也是至動的。眞正的智慧如同一把火炬，點燃了生命的火花，照亮了自己，也照亮了別人。

愚者說智慧不能玩，也不能吃，要來何用。但是，智者不這樣想，他知道每一個人有足够的力量一方面開展自己的前途，一方面關懷，幫助別人。智慧可以成就一切正事，照見宇宙萬物的本來面目，破除曠劫以來的見思惑和無明惑，斷所知障和煩惱障，使自己在黃泉道上自由自在的往返，也幫助別人洞徹人生的眞象，知道應該遵循的正道。眞正的智者是無所畏懼，無所煩惱的，太空對他而言，不會太寬，毫末也不致於太窄。這是眞正的智慧！這是學佛的人一心追求的智慧。

禪定與般若是相需相成的，若分開來講，有定無慧是枯定、頑空；有慧無定是乾慧、狂慧，這樣的定慧，在生死岸頭，無常門口，一點兒也不濟事。定慧猶如鳥之兩翼，車之雙輪，在佛法上是如此。一般人雖然不研究佛法，不根據佛的修持，但是一樣不能違背這個原理；好靜的人，內心深沉，於是就有許許多多的道理，從他安靜的心田中流露出來。因爲，靜能內省。當一個人在眞正的內省中，自然能擺脫一切束縛，放下成見、主觀、傳統、權威、利害而作一種清淨、細微的思維，這種思維是「近乎客觀」的。於是，在客觀中便有了理性與智慧。這種理性與智慧，雖然未能達到「般若絕境」，但是相去也不會太遠的。須知客觀的思維，所獲得的智慧，是屬於「解悟」的境界，而不是「證悟」的境界。證悟是解悟以上的工夫。一般哲學所能達到的最高境界只能作到「解悟」，現在許多人討論禪學也僅止於解悟，這種「口頭禪」，是不濟事的。相反的，心智明達的人，行爲一定較爲合理而鎮定。因此，定慧是並重而不偏廢的。而且解悟境界，雖然較證悟境界低，但也離不開定慧。這是就思想境界，哲學境界而言。一般人成就任何一件事，亦在須要從「專一」與「清醒」上下工夫，可見人人都需要修習禪定與般若的。

禪定與般若乃是生命的最高昇華境界。從靜慮中見性，由大覺中度人，這是慈悲佛陀開示給後代衆生的一條坦途。人身難得而今已得，佛法難聞而今已聞，我們豈可不勇猛精進，誓證一心呢？