禪淨略談

陳慶國

前言

世尊成道時，詫曰：「奇哉！奇哉！大地衆生，皆有如來智慧覺性，但因妄想執著，不能證得，若無妄想執著，則無師智自然智卽時現前」。當世尊端坐菩提樹下，夜覩明星，豁然大悟，成無上正等正覺的時候，如此的感喚著！由此可見人人本來是佛，所謂如來智慧覺性，就是實相般若，妄想卽第六識分別心，執著卽第七識我執。我們現在還是衆生，只是有妄想執著罷了，所以金剛經要我們降伏此心，去執遣著。而佛說法，不過是叫人識得這個心而已。故楞嚴經上說：「汝等當知，一切衆生，從無始來，生死相續，皆由不知常住眞心，性淨明體。用諸妄想，此想不眞，故有輪轉。」由此卽可了然眞如本心，性淨明體，人人本具，個個不無，只爲個個執著妄想，而起惑造業受報，沉淪六道，生死流轉，不能超脫輪廻。所以達摩祖師西來，卽是要直指人心，見性成佛。六祖壇經機緣品第七有一段記載說：「僧法海初參祖師（六祖）問曰：「卽心卽佛，願垂指諭。」師曰：「前念不生卽心，後

念不滅卽佛；成一切相卽心，離一切相卽佛。」此數語之大意是：前念已過不使其再生起，揩妄念而言，後念謂心體湛然，如如不動，所有諸相皆心之所造，但應息滅向外攀緣，不生妄想分別，離一切相，卽是本來清淨佛。由是可知我們本然的覺性卽是眞智妙慧，不生不滅，所以楞嚴經中說：「若能轉物、則同如來。」便說明了修道的人，六根接觸六塵，不隨物轉，寂而常照，照而常寂，成大自在。凡夫不明萬法唯心，心可轉物的道理，而妄想執著，依物逐心，因而流轉生死，苦惱無邊。佛慈衆生之苦，廣爲說法，要人識得心，凡聖不過覺與迷而已，覺則成四聖，迷則爲六凡。心念一淨則覺。心念不淨則迷，我們學佛欲了生死出三界，怎可不及時奮起，如救頭然？要知無常迅速，生死事大，切勿放逸、誤此大事。

學佛一事，原在日用云爲之間，語默動靜、行住坐臥保持心之清淨，一塵不染。學佛之目的不外破迷開悟、離苦得樂。如果不能離此娑婆，那麼我們學佛究竟有何意義？所以應下決心不出汙泥，絕不中止。生大慚愧心，發大勇猛心，不要隨妄想習氣境界而轉變。如有熱鐵輪，在我們頭上轉，也不因此苦，而退失道心。當知佛性卽自性，佛道亦由自性中求，佛法又稱爲內學，係明心見性之學，若心外求法，則是外道。

佛法如甘霖，及時而下，潤育萬物，普澤羣生，我們學佛，就如甘霖降於盛暑，普皆清凉。無不法喜充滿，安祥自在。佛陀是一位大醫王，醫治衆生百病。是一位慈航導師，依衆生根器而廣施法雨，衆生由是而得出離苦海，其恩德之偉大是無可比擬的。

大乘佛法起源於印度，傳至中國更爲發揚光大。大乘八宗在中國各放異彩，其中禪宗更代表了中國佛學的特色，形成智慧的奇葩。今值末法時期淨土宗最契機，亦甚盛行，所以禪宗和淨土宗便是今日大乘佛法的二道主流，是成佛證果的二條捷徑。

智慧的禪宗

禪是梵語禪那的簡稱，譯爲定、靜慮、棄惡、三昧、思惟修等義。禪宗是以佛心印爲宗，故名佛心宗。相傳吠陀時代已有此禪道的種子。到佛陀時

親自體驗而光大之。佛陀於靈山會上，拈花示衆，衆皆默然，不知所以，只迦葉尊者破顏微笑，於是釋尊便說：「吾有正法眼藏、涅槃妙心、實相無相、微妙法門、不立文字、教外別傳、付屬摩訶迦葉。」這便是以心傳心的契證。中國的禪宗是由第二十八代祖師菩提達摩大師於南北朝時傳入的，他採取佛教的心法，以楞伽經爲印證，後來禪宗便與中國文化融合而形成中國的禪宗。

中國禪宗本著釋尊所說的「不立文字，教外別傳，直指人心，見性成佛。」的宗旨，頓悟自性，所以他是圓超其他宗派的，他所說的智慧是靈光獨耀，總攝一切萬法的般若智慧。惠能大師說：「性在身心存，性去身心壞，佛向性中作，莫向身外求，自性迷，卽是衆生，自性覺，卽是佛。」這幾句話卽明明白白的顯露出佛與衆生之別惟覺與迷而已。禪宗既然說「直指人心」，便可了知此心卽是佛、此佛卽是心。故禪宗以明心見性爲宗要，若不識自心，而向外攀緣，乃是心外求法。禪宗的明心見性、金剛經的無住生心，皆顯示大乘教義的宗旨，學佛的目標也在此。

既然明心見性乃禪宗之殊勝所在，則我們對於這個心和性就該有個確切的解釋。禪宗要明的心，非父母血氣所生的肉團心，非隨慮逐緣的第六意識心，乃是盡虛空、徧法界的自性清淨心。黃檗希運禪師，在他的傳心法要中說：「此靈覺性，無始以來，與虛空同壽。未曾生、未曾滅、未曾有、未曾無、未曾穢、未曾淨、未曾喧、未曾寂、未曾少、未曾老。無方所，無內外，無數量，無形相，無色像、無聲音。不可覓、不可求、不可以智識解，不可以言語取，不可以景物會，不可以功用到。」又說：「諸佛菩薩與一切蠢動衆生同大涅槃性，性卽是心，心卽是佛，佛卽是一切法。故修道人直下無心默契，擬心卽差，以心傳心，此爲正見。慎勿向外逐境爲心，是認賊爲子，爲有貪瞋痴，卽立戒定慧，本無煩惱，爲有菩提。」由此可知，自心就是佛，說得極爲清楚，如不知自心卽是一尊本來自性天眞佛，而向外求佛法者都是笨伯。

禪家所說的明心見性，卽是把心中的妄想執著去掉，恢復本來光明，卽是見性。性就是眞如本性，要知道我們的眞心本來清淨，不屬迷悟，原無煩

惱，福慧俱足，不假外求，只因妄想遷流，背覺合塵，以致生死流轉，苦海無邊。修行的下手處即是要身心清淨，入不思議解脫境界（即是見性），又稱爲一眞法界、常住眞心、本來面目、自性、本性、佛性、法身，名稱說法有許多不同，通通指此而言，學者認識自身內有此一物，即謂之見性，但只知其理論，仍落在言詮一邊，是文字般若，不能親見本性。佛示衆生要入此境界，亦即開、示、悟、入佛之知見。佛法最高的境界即講到清淨心，心清淨本性即現前，本性現前即轉凡成聖，無論修任何法門都是求清淨心。禪宗祖師說：飢來吃飯睏來眠，此指心中無事，一塵不染之義。修行即在學心動念之間，無住是體，生心是用，修一切善，離一切相，六度萬行，樣樣都作，但心中不留印象，事來便應，事過便了，決不存度生之念，行住坐臥心中如如不動，這是楞嚴大定，也是最上乘禪。若是盤腿打坐，三天不下床，這是世間的修定，也可能是外道的定，等到不打坐的時候，六根還是隨著六塵轉，有什麼用？佛法的好處就是未離日常生活，如終日想著背塵合覺，即著了背塵合覺之相，必須言語道斷，心行處滅，佛法說不著，是心上不著，而不是事上不著，事上不著即落在空上，空仍然是法塵。

徑中徑的淨土宗

今日盛行的淨土宗又名蓮宗。淨土是清淨莊嚴的國土，無有衆苦，但受諸樂，爲諸佛菩薩聖者之所居。此宗以佛不問自說的阿彌陀經爲依據，歷代淨土宗聖賢輩出，自晉時慧遠至民國印光先後出了十三位祖師，其餘修淨業成就，臨終正念分明，往生有驗者不計其數。

就今日而言，世風日下，戰亂頻仍，人類生活困苦，因而煩惱日增，福慧日淺。佛在二千多年前早有開示，謂末法時期，衆生根機淺薄，淨土法門最爲契機，其餘均不易有所成就。我們知道阿彌陀佛是西方教主，淨土導師，發大悲願力，接引衆生，出離苦海至涅槃樂。淨土念佛法門最簡易、最方便，若打鐵，打一聲念一聲佛；若除草，鋤一下念一聲佛，讀書寫字乃至於其他工作皆可如是。這就是最簡而易行的方便法。

念佛必得阿彌陀佛的冥力加被，以一念排除萬念，由有念至於無念，念至一心不亂，就算成功。所以維摩經說：「若菩薩欲得淨土，當淨其心，隨其心淨，則佛土淨。」如果想生到清淨的國土，應當先清淨自心，因爲自心清淨了，自然可以隨順這個清淨的心，顯現出清淨莊嚴的佛土來。這種說法是頗合乎三界唯心萬法唯識的原則。只要自己心淨，即可與西方淨土發生感應道交的作用，既有感應，自然能得到阿彌陀佛的接引，此屬於二力，有勝方便。印光大師說：「如來一代所說一切大小乘法，皆仗自力，故難。唯此一法，全仗阿彌陀佛慈悲誓願攝受之力，及與行人信願誠懇憶念之力，故得感應道交，即生了辦也。」可見憑藉二力最爲有效。

淨土有三經，阿彌陀經，無量壽經，觀無量壽佛經，此三經專談淨土的緣起事理。阿彌陀者無量壽、無量光，此爲十方諸佛共有德能；衆生若一心稱名念佛，即得往生淨土！然而此殊勝法門必以信願行三者具備爲切要，玆分述於後：

深信

華嚴經言：「信爲道源功德母，長養一切諸善

第一公司
好最用信・久最史歷
有盡有應・全齊品貨
以眞誠接待顧客 ※ 用微笑表達謝意
電話：三八一三七三五一九

根。」因爲信是入菩提大道之根源，百法中十一善法信列爲第一，故馬鳴菩薩造起信論，三祖作信心銘。我們學佛應以信爲先導，信六字洪名是阿伽陀良藥，無疾不療；是苦海慈航，無苦不度；是長夜明燈，無處不照的。印光大師言：「所言信者，須信娑婆實實是苦，極樂實實是樂。」又言：「以信願持佛名號，卽能以凡夫心，投佛覺法，故得潛通佛智，暗合妙道。」如衆生有絲毫懷疑，則因疑成障，雖然修行，亦得不到實益。

切願

一個人的願力之偉大及其影響力實在不可思議，任何艱鉅的事業，有願必成，西方極樂世界亦是阿彌陀佛的大悲願力成就的，衆生如發願欲生西方，與彌陀願力相合，卽蒙佛接引，必生極樂，所以我們必須發大願，如六祖的「只求作佛，不求餘事。」信眞願切，才能滅諸煩惱，與佛菩薩發生感應道交的作用。

力行

信願行鼎足而三，既有眞信切願，若不修行亦無法成就，故專心念佛名號，淨念相繼，念至一心不亂，是爲正行，其餘誦經、拜佛、修禪、拜懺以及廣修福德均屬助行，正助雙修，成效更大，若但有助行而無正行，只能得到人天福報，不能往生。蓮宗十二祖徹悟大師曰：「眞爲生死，發菩提心，以深信願，持佛名號，此十六字，爲念佛法門一大綱宗。若眞爲生死心不發，一切開示，皆爲戲論。世間一切衆苦，無過生死，生死不了，生死死生，生生死死，出一胞胎，入一胞胎，捨一皮袋，取一皮袋，苦已不堪。況輪廻未出，難免墮落，一念之差，便入惡趣，三途易入而難出，地獄時長而苦重。是故卽今痛念生死，如喪考妣，如救頭然。然我有生死，我求出離，而一切衆生皆在生死，皆應出離。彼等與我本同一體，皆是多生父母，未來諸佛，若不念普度，唯求自利，則於理有所虧，心有未安。況大心不發，外不能感通諸佛，內不能契合本性，上不能圓成佛道，下不能廣利衆生，縱有所成，終墮偏小，故須稱性，發大菩提心也」。這一段文字說的非常切要，學佛的人讀了這一段之後，如能發起信心，因而認眞依教奉行，眞是長夜遇明燈，從此離苦得樂，乃是天下最便宜的事，切莫等閑視之。

禪淨雙修

參禪與念佛，同是攝心功夫，其目的原無二致。參禪者參究至萬緣俱寂，一心清淨，當下便是唯心淨土。念佛者念至念而無念，一心不亂，即見到父母未生前的本來面目，談到最高的境界，禪淨並無差別。故憨山大師言：「今勸禪人第一要志求般若，了悟自心，以出生死之苦海。次要廣行衆行，普化十方莊嚴佛土，以成淨土之淨業。除此二行，無可修者。」此即言禪淨雙修，乃是最易成就的。又云：「世人但知祖師門下，以悟爲上！悟心本意，要出生死，念佛豈不是出生死耶？參禪者多未必出，而念佛者出生死無疑，所以然者，參禪要離想，念佛專在想，以衆生久沉妄想，離之實難，若即染想而變淨想，是以毒攻毒博換之法耳，故參究難悟，念佛易成。若果爲生死心切，以參究心念佛，又何患一生不了生死乎？」大師所說的參究心即是清淨心，也就是直心，古德說參禪要離開心意識參，心是第八識，意是第七識，識是第六識，離開這三樣東西用什麼參呢？就是用根，也就是楞嚴經上所說的捨識用根，用六根的根性，這是最高的境界，參禪也好，念佛也好，均能達到最高的品位。

結論

禪淨二宗，均是佛說，原無優劣，只看修行個人根機如何，喜禪者可學禪，喜淨者可學淨，不過有兩點應請修行人注意者：㈠佛早有預示，末法時期，修淨土法門容易成就，其他則否，本文前面亦曾提及。我們生逢末世，應當選擇一個容易成就的法門修行，乃能事半而功倍，不必走那毫無把握的路，最好依照印光祖師的開示，老實念佛，必誠必敬，方能得到受用，否則耗時費事，轉眼又入輪廻，白來這一生，未免可惜。㈡參禪仗自力，念佛靠二力，一心專念與彌陀願力感應道交，即蒙接引，尤其是在此五濁惡世，衆生障深慧淺，靠自己的力量求脫苦，難如登天，枉費工夫，更莫仗勢自己的聰明才智，這全是分別心所產生的煩惱，於了生死毫無用處，只有一心念佛，才是正途。

——本文榮獲美佛會密勒獎學金，作者陳慶國就讀臺中師專。