

# 禪的特質

宏智居士 口述

弟子智擇、妙化抄撰

談到佛法，最不被瞭解偏偏又常常被提起的就是禪。它不能被了解的主要原因，在於一般人對原始的禪不了解。禪發源於印度，剛開始就是一種冥想，經由冥想產生出來的智慧語，通常就叫做禪。禪的本質是空，腦子裡沒有什麼雜念是禪最基本的一種概念。如果有雜念，甚至存有語言文字，或是一些過去的雜想，就不是禪。傳入中國之後，中國人把它再發揮，除了原來靜態的冥思之外，在動中，或有雜念，它也可以是禪。只要腦意識能安然，禪就會發生。

早期有小乘安般禪。原始佛教中，雜阿含所教的即屬於安般禪。安

是安定的意思，般是出入，安般禪也就是止息。止息不是止掉呼吸，而是指平穩安定的息。它又叫阿那托那，就是一出一入的呼吸，在一出一入之間安然就是止息。早期的禪是指在靜思中產生的智慧。所謂智慧是指靜下來之後，在念與念之間迸發出來的。這個跳躍出來的智慧，已不是現世的排列組合，是安然呼吸的時候產生的。禪需要先求離世解脫才可能產生，也就是離開世間煩惱雜想才能進入安然的境界。如果把安般禪比擬世俗的生活，遇到問題先沈靜下來思考而獲得解決的方法就是安般禪。比如孩子想要向父母要錢買糖果吃，他會先靜靜的思考如何說服父母給他錢，這個在一呼一吸之間產生的集思就稱為安般禪。

中國本身有一種醬缸（沈）文化，沈久了也像安般禪一樣能產生智慧。醬缸文化發展出來的醬缸智慧，具有簡、拙、樸、老、重的特質。簡是簡單、單純；拙是笨拙、不善於表達；樸是樸實自然；老是能沈住氣、集思廣益，不急於顯露；重則是穩重，經過沈澱、集思之後，已經不像

剛開始那麼單純，還蘊含其他的意象，因此顯得重。中國的文化藝術(例如圖騰、象形文字)，初期都很簡單，看似拙拙的又不細緻，但能有樸實自然的韻味。由簡樸拙再要進至另一種境界需要長時期的醞釀，所以顯得老。到了能成熟表達的時候就會顯得很重，很有分量。例如中國畫，簡單幾筆就能表達豐富的涵意。

禪與中國文化融合之後，已具有重的特色，與早期的印度禪不同。印度禪以冥想為基礎。因為印度人一直想回到天，不安住在人間，所以怎麼想都是輕輕的。中國人不想回到天，天幾乎就含在人之中。隋朝時期，有個印度僧人到中國，中國僧人問他什麼是涅槃？他回答：不生不滅。中國僧人告訴他：你還未到。印度僧人的一個弟子覺得很詫異，他的師父證量已經很高，佛法又是從印度傳來，這個僧人怎麼說師父還未到，就追出來問。中國僧人告訴他，你師父講的是佛果，眾生哪有果位，哪有不生不滅。應該由因地來說才對。所謂涅槃，一微塵空，故無眾微

塵；眾微塵空，故無一微塵。

這個中國僧人對涅槃的解釋，比印度僧人更上一層。他不談果位，以因地的人為主體來講。如果我這一微塵空，那我看出去也空，所以就沒有眾生；既然所有眾生都空，當然就無一微塵，也就沒有我這一個眾生。總括而言，就是一即一切，一切即一。這個道理很簡單，譬如一個人有很多煩惱，這個人就是一微塵，很多的煩惱就是眾微塵。如果這個一（人）沒有了，無量的煩惱也就消失了，所以一即一切。反之，如果無量的煩惱沒有這個一（人），無量煩惱也沒有了，所以一切即一。中國人把涅槃的意義反思，不單只是依循著字義。反思之後再從因地的人表現出來。這是中國文化重的特質，也是中國禪的特色，五祖、六祖及其他很多祖師受法時在在都表現出這樣的特質。

五祖的前身是栽松道人，想隨四祖道信學佛。四祖說他太老，即使

學了也不能再傳法，因此他就投胎再來。當他還是孩童的時候遇上四祖，四祖問他姓啥，他說：我沒有姓，若有姓就不是恆常性。四祖再問一次，他回答：是佛性。小孩子就能這麼直接，即使對佛、長者、僧人也沒有上下階級的分別。六祖也是如此，初見五祖時即說要成佛作祖。五祖說他是南蠻人，沒有知識，還想成佛？六祖答道：人有南北，佛性不分南北。因為中國人有這種醬缸的特色，沈到最後，不發則已，一發出來就很重、很驚人。

五門禪在隋朝之前就已存在，它已經是略具大乘精神的禪法。五門即眼、耳、鼻、舌、身五根。當時後期禪學也已傳入中國，後期禪學與印度的密教乘有些近似，有五方、五佛，再加上中國的五行學說，禪修者不僅思索自身的煩惱，也開始體驗自身與宇宙的關係，靜修時關起五根，完全用意念佛。

念佛禪是慧遠禪師所提倡的。他被稱為淨土宗的第一代祖師，那是

因為他在廬山結蓮社時完全以唸佛為主。但他是禪修者，只是無法像後來的禪宗祖師完全以禪示眾。這種融合念佛及靜思的修行法門，就稱之為念佛禪。

什麼叫做實相禪呢？實相就是瞭解佛的根本。實相禪乃隋朝天台宗智者大師的師父慧文、慧思，由體悟法華經的一行三昧，提出以戒定慧三摩鉢提為主的禪法。他建立了實際的修行次第：依循釋迦佛制訂的戒律，由戒定慧三摩鉢提漸次到達禪。實相禪已經包含前面所提到的幾種禪法，例如怎麼止息，怎麼念佛作觀。後來智者大師又揉和中國的特色，提出釋禪波羅密，實相禪至此確立。天台宗是中國立禪的初階，之前的禪法都比較類似印度禪，主要以靜慮、冥想來對治煩惱和妄念。

到了菩提達摩行「以教觀心禪」，依聖教觀心，謂之以教觀心禪。聖教都有一個經教—楞伽經（五祖改用金剛經），但不完全祇是依著聖

典（語言文字，即聖言）。梁武帝問達摩：我造了很多寺廟，又供養僧眾，到底有沒有功德？達摩說：沒有功德。武帝又問：那我是誰？達摩回答：不認識。達摩把佛陀流傳下來的布施、供養等聖言都抹殺了，再完全以教（方法）去傳心。傳心就是觀心，但是惹了很多人不滿，以為是邪魔外道。因此可以想見當時達摩並不為人所接受。當他走到嵩山少林寺，就在那裡面壁九年，之後傳法給惠可。惠可也與達摩一樣，不以聖言，完全從自性出，同樣引起很多人不滿，後來被毒死。三祖僧燦本是個居士，有次惠可問他：你有沒有得我的精髓？他答說：一點都沒有得。簡直與達摩回答梁武帝我不認識你一樣，同一個鼻孔出氣，是個僧寶，所以允許他出家，法名僧燦。這並不是惠可特別為他取的名字，如同馬祖道一取丹霞天然禪師的名字一樣。丹霞自外參學回來，進到寺廟就直接騎在佛像上，一點都沒顧忌，真是天然之子，所以法號天然。這些都是禪的表現。禪是通暢無礙的，若有佛，都已經是障礙。即心（我）就是佛。既然即心便是佛，本來也無佛無眾生；既然無佛也無眾生，那

怎麼可能有煩惱。凡是非佛的通通都有煩惱，不是本然。說是佛，是指因地成就佛因，而非佛果。

佛證悟後說眾生本然是佛，祇因一念執著顛倒妄想不能證得。這句話不是說佛成就之後，又一念迷變成眾生，而是指眾生佛性，本來與佛無二無別。但是因為眾生執我，被他人一句話就勾起眾生的因。那要怎麼放掉執著呢？放掉這個又起了那個，不迷世間又迷出世間。而禪宗祖師沒有佛也沒有眾生，佛是什麼不知道，念一聲佛要漱口三次。既沒有分別，怎麼不是佛？這就是佛的因。所以，是不是要真正了解佛也好，眾生也好，山河大地也好，與你到底有沒有差別？說有差別就是眾生，沒有差別即是佛。可以是樹；可以是風；也可以像虛空，一物也無；也可以是山河大地所有的一事一物，因為所有的緣起畢竟是空。所以一微塵空，也就沒有眾微塵。了解這一微塵本就在那裡，所以不會執著。如果有一個念，接下來就會衍生二三四念，一直擴展，就會產生無邊的煩



惱。假如開始就沒有，連無量無邊的沒有也沒有，這就是智慧。既沒有佛執也沒有眾生執，心即是佛，就不會有煩惱，可以像佛一樣造就無量無邊的功德，也就是荷擔如來家業。即使有煩惱，也不承認這個煩惱是煩惱，是渡盡眾生。渡盡眾生是因緣渡盡，不是真有眾生可渡。因為我因緣存在，所以我看眾生有煩惱。因此是因緣而有煩惱，因緣而化渡眾生；因緣滅了，就沒有了。我空故所有眾生空，我不空當然所有的眾生都不空。地藏王菩薩發願地獄不空誓不成佛，地獄有沒有空呢？就他而言已經沒有地獄眾生，他久遠之前就已證得，只是因緣示現化身渡化眾生。只要心像地藏王菩薩一樣，行像地藏王菩薩一樣的功德，就是地藏菩薩的化身。這是一種心的託付，如同佛告訴某某菩薩要諦聽，諦聽之後要善付囑諸菩薩。這不是因為菩薩有煩惱，而是因緣眾生有煩惱，所以代眾生問佛。所謂代，僧寶代佛受皈依，並不是那位出家眾可以有這種皈依，他是代佛受皈依。果位佛是不動，所有的相都是應化的現象，應化就是代替。就如同兒子代替父親出席社交場合，父親會殷勤交代兒

子什麼事要小心，叮嚀他不要出洋相。佛囑咐菩薩也一樣，要菩薩不要講錯了，也不要動念讓眾生迷惑。

一次某某天女入定，文殊都沒有辦法讓他出定。這時不能說：文殊這麼高的智慧都不能讓他出定，一定入了很深的定。其實是只有一個人契合他的因緣，能讓他出定。同樣地，釋迦佛徵詢很多菩薩及弟子，去探望維摩詰居士的病，當時沒有誰敢去，因為他們過去講法時，都曾被維摩詰居士破叱過。後來文殊去了，文殊問他什麼是不二法門，他不理不睬。這個示現就是要破一切的法。為什麼說是破一切的法，法本無法，當佛付囑法的時候，他何曾有說法。付法這個現象已經是正確的，再執這個現象就不對了。這個道理看似很抽象，其實很簡單。這也是一般人對禪最好奇，但也是最不了解的地方。一般講禪的也只是依一個公案講講而已，參一個無字，什麼乾屎厥、麻三斤、庭前柏樹子啦！禪師的對應總是高反差。問這個，他答那個。他不是答非所問，而是要引機，答

你問的答案就在你問的語言裡面，他用你問的語言來回答你問的問題。例如學僧問如何是佛，他不回答。問的人好奇了，再問：是不是丙丁童子來求火？禪師回答：不是。問者這時起了很大的疑情，怎麼不是呢？這是他很深的體悟啊！本來想走了，又想想，他應該知道的。就再問：什麼是佛？禪師開口就答：丙丁童子來求火。用他的話來回答他。如果是一般的出家人可能會認為這個禪師神經有問題，這不是我剛說的嗎？還拿來對我說，這能叫禪嗎？事實上執你認為對的為對就是錯。他把你的話語變成他的話語，讓你產生一個體悟，原來你和他是一樣的，你的體悟和他的體悟沒有差別。有差別的是來自心理作用。

傅大士說人從橋上過，橋流水不流。本來人從橋上走過，應該是水流橋不流，但因視覺網膜的作用而產生相反的感覺。例如你與他人搭同一部車，車動時你不會覺得那個人是動的。當你坐在火車裡，停在旁邊的另一列火車開動了，你會感覺是你坐的這列火車開動了，這是因為你

的物質色身，受到心理因素的影響，你的視覺網膜與你的意識，事實上是顛倒的。所以，當你覺得某人刺傷你，讓你難受，其實是自己讓自己難受，有時別人無心的一句話，可能讓自己氣上老半天。所以要先人空我空，則十方宇宙都空；人不空我不空，則十方宇宙就都不空。禪宗與淨土宗已經把佛法，化到很簡單，你可以都不懂佛學，只要保持在雜念與非雜念之間撞擊之後產生的那種不是應該執著，也不是不該執著的感覺。那種感覺就是禪的第一個特質。

西方人比較難學禪，因為西方傳統是從神學開始。中國人沒什麼傳統神學，不會太服膺於一個最高權威，一旦出現最高的權威，他會硬是把他撇開。天高皇帝遠，管他誰作皇帝。中國人很能適應環境，對於生活周遭的人事物，久了就習慣了，所以很能安止，這個特質就很適合禪。

但是現代的中國人（尤其是台灣人）對傳統文化的本質並不是很了

解。這些早期遷徙來台的大都是為了謀生。不太重視舊的文化傳統。後來又被日本占領，忙雜的生活讓他們沒有閒暇靜靜地思考，所以台灣人對宇宙思維法則比較弱，無法像大陸北方人只要投入少許的時間工作，其餘的時間可以用來思考。因此，台灣在文化的深層度上就弱了些。

早期台灣佛教普遍偏向燒香拜拜的層次，不管從印度來的或是連怎麼來的都不知道的通通照拜，反正有求必應就好，求的只是現世的安穩。現在很多出家人，出家的理由是：社會敗壞、亂象不斷，唯有佛才能救渡這個現象。至於佛在哪裡？佛是如何都不清楚。即使大學畢業，有很好的知識程度，但是對佛根本就沒有程度，不懂就是不懂與學位沒什麼關連。至於大陸，雖然教育程度未必比台灣高，但是他們有傳統精神。以普通話(國語)來講，台灣人講的國語含著很多日本腔、閩南腔，語音比較複雜，北平話則還保有北方腔。雖然思考語言的由來不一定就能有智慧，不過在無形中，語言有輕重音，輕重音會影響人的肢體與思

維。南方的語音比較輕，北方的語音比較重，語音重的身體比較能忍。一般說來，人的思維是很雜的，要是語音又不重的話，語言會與思維一樣雜。在印度，修行人教導小孩子學梵音，唸一個喻或阿或吽字，一定要從他的身體去糾正，直到念準了為止。中國人則祇會教小孩子跟著唸，唸久了自然就會了。這種方法比較有想像空間，留有餘音自己去體會。

印度的語音著重在天，不著重在人，開始就教「喻」音在天上。中國的禪著重在人，天上是人，地下是人；也就是整個自然。發展到六祖，根本不講什麼釋迦佛之前，也不講成就以後，把所有的語意都被除掉。比如問說：如何修行佛法？他說：面南看北斗。面南能不能看北斗？當然眼根（睛）不能看，但是眼識可以看。就是要用心看，不是停留在眼根。就好比要聽語言背後，不是聽語言出來之後的意思。所以參父母未生之前是什麼面目，如果是語言之後，那還用參嗎？是鬼 是中陰身嘛！

有什麼好參的。其實是參父母未生之前你在哪裡。若是說在這裡，既然已經在這裡了，還用參嗎？說不在這裡，沒有在這裡就不會生下來。生下來，就是有，但有在哪裡呢？如果按照宗教知識講，就是鬼嘛！幹嘛參？有業障便生下來，不是你欠父母，就是父母欠你。學佛需要了解佛的根本。中國佛法發展到現在，普遍為人所知的只剩下禪與淨土，但一般人對這兩者的了解很籠統。祇知道淨土就是唸，唸到往生極樂世界。禪就是參，參到杯子掉地， 噹一聲證悟成佛。這些都是想像，過去雖有這些現象，你就一定會這樣嗎？不一定的。

業障的觀念需要修正。所謂業，事實上就是對外緣的糾纏。糾纏不放下，當然就有業，就是所謂的業緣。業緣很難說是善業還是惡業。善惡業是世俗的說法，我欠你一斤，要還你一噸，這就是所謂的善惡果報，是累積的。其實業不是累積，業是變異的。業成熟之後，原來小的可能變大，原來大的可能變小。比如說我欠你一斤，但是平常並不特別分別

善與惡，慢慢地一斤可能變成一兩，一兩變成沒有，到最後根本不認識你。既不認識你，哪裡會覺得欠你。不是眼睛不認識你，而是腦意識裡幾乎是沒有了，看到你根本不認識你是誰，能認識的都是業。所以對周遭的人事物，如果都用眼根看，再用意識判別，沒有業也會形成業。因此只有了解業的本質之後，才可能轉化成沒有業。沒有人我的觀念，一微塵空，不會有眾微塵。執著，不是需要用什麼東西或方法去掉它。若問怎麼念佛才會不執著？怎麼念佛都還是會執著，只要有方法都還是會執著。只有在腦意識裡，根本沒有任何事情，不是對錯，不是累積。見不見是因緣見，因緣不見。因緣有，也就因緣沒有。既是如此，也就不會執著任何相、任何事或任何人。這樣才是正見、正語、正思惟、正命、正業、正精進、正念、正定，才合乎八正道，也才具有禪的第一個基本因素。

禪是一種靜，靜的本質是空，有空才有所謂的靜。第一個本質是空



才能有禪，才能說無佛無眾生；什麼都不執，才能說無佛無眾生；什麼都不執，才能應無所住而生其心。

禪由六祖以後的祖師禪，到後來的兒孫禪，漸漸又退回去了。六祖的現象，六祖弟子的現象，都很不錯。後人把他們成就以後的現象拿來當公案，做比照，想要以這種方法進入。這好比學佛要像釋迦佛一樣跟六師外道學。他能成佛，你就不能。學他只會學死，不能盡像。要學佛就是要不學佛才能學佛。不是跟著佛做，而是跟著佛成就的義理做。已成就的，沒有住心，所以講經說法四十九年，一句都沒有講。但又不能說他沒有講，也不能說他有講，這裡就是禪的特質。能知道這個法則，修行才能真正有一個根源。不管修有修空，才能真正有實際相出來，實際相無相。

以禪來講，沒有智不是禪，非禪不是智。有禪就有智慧。智就是因，有一個基本的因，才可能有空的現象。所以要空必然要先依一個有，有

就是先要有集思。淨土與禪，就是有和空。淨土為有，禪為空。淨土為理，禪為事，這就是所謂的禪淨雙修，也即是所謂的理事圓融。有理才能有事，才能空。沒有理，事不能空。這個理，就是有。有理之後，才能圓融，圓融就是絕對的真理，求一個絕對的真理—真善美，才有絕對的真善美，要不然不會有絕對的真善美。淨土宗的「淨」就是清淨，清淨必然是為一個不清淨的，才有淨土。禪也有淨土，但他不講淨土，所以他是空，要有淨土必然有一個理則。空一定先從事入，理才生，這個理也就是智。在理有的時候不會有智慧，到了禪才會有智慧。所以淨到最後能空，也就是心淨才能國土淨的時候就有智慧，一開始就有所謂空的智慧，到最後沒有智慧就是所謂的淨，禪淨皆有。

所以延壽禪師才說，有禪有淨土，猶如帶角虎。有禪又有淨土，像帶角虎一樣，甚至成為人天師。如果有禪沒有淨土，十人九人差。有禪沒有淨土，容易變成狂禪。也就是說，沒有理的空，沒有根由的空，十

個有九個會出問題。但是如果無禪有淨土，萬修萬人去。沒有禪沒關係，萬修萬人去，比較保險。

禪就是要能靜，靜坐不執於坐，要真有靜象的本質，才是真的靜坐。倘若在雜念中並不覺得有壓力，也是禪，所以語默動靜皆安然即是。沒有壓力，就是無礙。無礙就像陽光普照一樣，它就是禪。有壓力的話，當然會壓扁，圓球受壓，是會破的。