

紹雲法師開示錄

紹雲比丘 壬辰四月十六

佛陀教育基金會 印贈

一切佛經，及闡揚佛法諸書，無不令人趨吉避凶，改過遷善。明三世之因果，識本具之佛性。出生死之苦海，生極樂之蓮邦。讀者必須生感恩心，作難遭想。淨手潔案，主敬存誠。如面佛天，如臨師保。則無邊利益，自可親得。若肆無忌憚，任意褻瀆。及固執管見，妄生毀謗，則罪過彌天，苦報無盡。奉勸世人，當遠罪求益，離苦得樂也。



「見見之時。見非是見。見猶離見。見不能及。」《楞嚴經》

唐福州長慶大安禪師造百丈，禮而問曰：「學人欲求識佛，何者即是？」百丈曰：「大似騎牛覓牛。」安問：「識得後如何？」百丈曰：「如人騎牛至家。」安問：「始終如何保任？」百丈曰：「如牧牛人，執杖視之，不令犯苗稼。」安自茲領旨，更不馳求。

安後主法瀉山，上堂云：「安在瀉山三十年來，不學瀉山禪，只看一頭水牯牛，若落路入草，便把鼻孔拽轉來；纔犯人苗稼，即便鞭撻。調伏既久，可憐生受人言語，如今變作個露地白牛，常在面前，終日露迥迥地，趁亦不去。」

【序言】

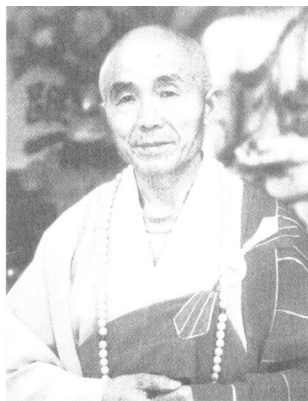
善知識難逢難遇，適值寶林結夏安居，而紹雲法師從雲居山來，常住遂禮請法師為班首。

法師親近雲公多年，眼見耳聞，深受雲公教誨，身體力行。故請其輾轉布施，以勉初學者。不期講了廿多天，法師辯才無礙，深入淺出，大眾歡喜，願樂樂聞。

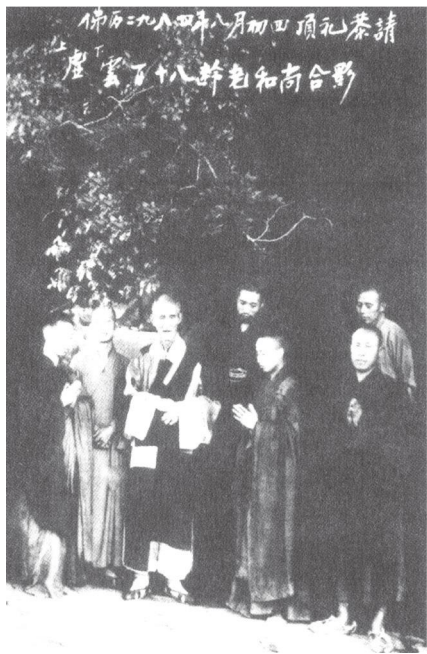
法會已畢，還有認為餘韻未盡者，故徵法師同意，輯編成冊，以利未聞者。是為序。

已卯年九月四日聖一寫於香港寶林禪寺客堂

紹雲法師簡介



紹雲法師俗姓黃，名德泉，字清濂，安徽省含山縣張公鄉人，生於一九三八年九月。幼入私塾讀書，十二歲得遇佛法，遂萌皈依三寶之念。十九歲徒步前往江西省永修縣雲居山拜年逾百歲的虛雲老和尚為師，得賜法名宣德，字紹雲。其師尊虛雲老和尚乃是海內外佛教界公認的當代禪宗泰斗，與藏傳佛教領袖達賴喇嘛、班禪額爾德尼同為中國佛教協會名譽會長，其皈依弟子達數十萬之眾，遍布國內與東南亞及美洲諸國。同年秋，紹雲法師奉師命前往廣東南華寺受戒，圓滿後即返雲居山，親近師尊，參研佛學，沉浸於佛法典籍之中，定慧雙修，探求人生真諦。每于疑惑處均得師長點拔教誨，修行精進契悟佛法，因此頗得虛公的喜愛及獲真傳。年歲二十二，得授衣鉢，為禪宗為仰宗第九代傳人。



【目錄】

序言	三
一、禪堂內，行、住、坐、臥的規矩	六
二、參禪的下手方法	一〇
三、虛雲老和尚在雲居山的事蹟點滴	一八
四、參禪的修證	三八
五、參禪用功的方法（一）	四五
六、參禪要生死心切，發長遠心	五六
七、如何起疑情。為仰宗的源流	六五
八、禪堂的嚴格規矩，棒、喝的來由	七六
九、嚴持戒律。離心意識參	八五
十、功夫得力，來去自由	九四
十一、參禪用功的方法（二）	一〇四
十二、不可輕視外貌苦惱行人	一〇七
十三、發菩提心，深信因果	一一六
十四、善調身心，立正知見	一二四
十五、定多慧少，不能了生死	一三四
十六、年少正好辦道	一四二
十七、明心見性	一五一
十八、佛法問答	一五六
佛法是心法——編者自序	一六三

一、禪堂內行、住、坐、臥的規矩

（一九九九年六月二十九日開示於寶林禪寺禪堂）

老和尚慈悲，大和尚慈悲，各位班首師父們慈悲，各位首堂，二堂師父們慈悲：

今天，我們是從江西雲居山真如禪寺來到貴寺參訪的。老和尚、大和尚和班首師父們慈悲，要我在禪堂中跟大家說幾句話。本人覺得很慚愧，既無修證，亦無見地，怎可以談得上有什麼可以講給各位師父們聽的呢。但是老和尚、大和尚和師父們的一片誠意，難以推卻，不得已只有把我自己所見到的，所聽聞的，跟各位簡單地說一說吧！若有差錯的地方，還尚請老和尚、大和尚和各位班首師父們多多慈悲指正。

首先我想談一談禪宗的起源及特點。宗門下這一法是本師釋迦牟尼佛在靈山會上說法時，手拈大梵天王供養的金檀木花舉示大眾，當時百萬天人默然，不解其意，只有摩訶迦葉尊者破顏微笑，領悟到世尊拈花示眾的妙旨。釋迦牟尼佛便說：「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。咐囑摩訶迦葉。」從那時起，這個法門就稱為教外別傳、不立文字、以心印心、直下承當的無上法門。自此以後由摩訶迦葉尊者傳與阿難尊者，在西天一直傳到二十八祖菩提達摩尊者。

當時達摩尊者觀察到東土震旦有大乘氣象，便於公元五二〇年九月航海來到中國的廣東。然後到了金陵（即現在的南京）遇見了梁武帝，但與梁武帝話不投契，便一葦渡江北上洛陽，在少室山面壁九年。後來他將這法門傳給二祖慧可，慧可傳三祖僧璨，僧璨傳四祖道信，道信傳

五祖弘忍，弘忍再傳六祖慧能大師。到了六祖時，因繼承衣鉢而發生爭奪，故自六祖惠能之後，衣鉢再也不往下傳了。

六祖慧能大師門下，出了一位南嶽懷讓禪師和一位青原行思禪師。因為有這兩位宗門龍象，禪宗便逐漸發展、演化成五家宗派。

南嶽這一支演化形成兩個宗派。南嶽懷讓禪師傳給馬祖道一禪師，道一禪師傳給百丈懷海禪師。懷海門下分作兩支：

- (一) 一支傳到滄山靈佑禪師及仰山慧寂禪師而成為「滄仰宗」。
 - (二) 另一支從黃檗希運禪師傳至臨濟義玄禪師而成為「臨濟宗」。
- 。自六祖算起，傳至臨濟宗已經是第六世了。

青原行思禪師這一支，傳至第七世的洞山良价禪師和其弟子曹山本寂禪師，成立了「曹洞宗」。傳至雲門文偃禪師成立了「雲門宗」。另一支傳至羅漢桂琛禪師，再傳清涼文益禪師而成立了「法眼宗」。以上是禪宗五家宗派的來源。

我們現在談談禪宗有什麼特色吧！從百丈懷海禪師以後，就制定了禪宗叢林的規矩法則。因為在馬祖禪師時期，他在江西一帶創建了四十八個大叢林。有些叢林住上好幾百人，人住得多了，若沒有規矩法則就不好管治。但是宗門下這個規矩法則與其他的法門不同，就是要語默動靜，不講話。那麼既不講話又要統一行動，怎麼辦呢？那就只有制定一些清規了。清規就是指揮大眾的號令。例如：打三椎木魚子表示「止靜」，而在設有鐘板的叢林則以打三板一鐘代表「止靜」。

宗門下常道：「馬祖建叢林，百丈立清規。」自從百丈禪師制定了禪宗叢林的規矩法則後，便一直沿用至今，但當時的規矩沒有現在那麼多。清代雍正皇帝在位時期，因為雍正皇帝信佛、好參禪，而他本人參

禪也有所證悟，所以他對禪宗的規矩作了一番比較細緻的制定。他在皇宮內設有禪堂，並經常打禪七。高旻寺的第一代祖師天慧徹祖，就是在他手裏逼著開悟的。現在我將禪堂裏面簡單的「行、住、坐、臥」規矩跟大家說一下。因為人多而要行動統一，這在宗門下說就是「一合相」，一合相便是統一。

首先我們談談「行」相。這裡不是一個真正的禪堂，因為老和尚慈悲，在這裏方便接引大家。真正的禪堂中間是由四根小柱子撐起來，周圍都沒有柱子。想要到禪堂參加坐香的人，都要穿著長褂子。那麼有人問：「沒有長褂子改穿海青行不行呢？」那不行！因為穿海青便和其他人不一樣，那就不是一合相了。

穿了長褂子進入禪堂，不合掌，不問訊。看到師父們在行香，便應隨順著圈子行香。先跟內圈子，內圈人滿便跟第二圈子，第二圈人滿了便跟第三圈子。

在禪堂內行香是有規定的：年青的、行得快的行內圈、第二圈；年紀大、行得慢的行第三圈。維那師、當值師挨清眾圈行，班首挨維那圈行，大和尚、老和尚挨班首圈行，走在子單邊。這些圈子位置是有規定，不可亂行的。

行香時兩手擺甩也有規定：左手擺三分，右手甩七分。擺動的袖子不可以觸到前、後面的人。在行香時，不得東張西望，不得低頭昂腦，不得掉頭顧視，不得交頭接耳，必須頸靠衣領，端嚴整肅。行走與前人相距三塊磚，不得踏前人的腳跟。不可爭先恐後，亂走圈子。前面的人若走的快，後面的人也便要跟著走的快了；前面的人走的慢，後面的人就要跟著走的慢了。這便是「行」相。

行香時，當聽到當值師打一椎站板，便要立刻站住不動，雙手垂直，腳跟對齊，身子如松樹般挺直而無有偏斜。亦不能左盼右望，要好像死人一樣。這便是「站」相。

維那師父把香板一卓，喊：「兩邊坐！」那麼大眾分兩邊找位坐下來。這時就以佛龕前中間為界，站靠東單的到東單坐，站靠西單的到西單坐。不能在佛龕前從東面跑到西面，或從西面跑到東面，這是犯規矩的，叫做「穿堂」。如果所站的一邊沒有空位，見到對面有位子，可以從佛龕的後面繞到對面找位子坐。

在禪堂內坐香要「坐」相如鐘。但不要故意把腰挺得太直，應該很自然地坐下來，把腿子盤好，膝蓋要平位邊，將腿子包好。然後再將身子調整好，頸靠衣領，端正正坐，便可以開始用功了。

若未開靜，不能下位，不能作聲打擾他人。所以宗門下四大威儀是很講究的。例如：鞋子都要放在子單前這一塊磚上並要對齊邊線；正式的禪堂在止靜後，規定要把鞋子整齊地放進禪凳裡面去，同時鞋頭不能超出子單邊；待開靜後，方可拿出來穿。

正式禪堂的兩邊還設有廣單，供禪眾睡覺養息。開大靜之後，大眾去過大、小架房後，便要回廣單休息。睡覺的「臥」相要如「弓」，每一個人睡眠都規定作吉祥臥，即是右側臥。末後維那師父還要巡視廣單，查看是否有誰不在或還未休息。

禪堂的行、住、坐、臥規矩已簡單地向大家介紹過了，說的有不對的地方，還請老和尚、大和尚、各位班首師父多加指正。

好吧！今天就說到這裏吧！

二、參禪的下手方法

（一九九九年六月三十日開示於寶林禪寺禪堂）

老和尚慈悲，大和尚慈悲，各位班首師父和各位法師慈悲：

本來我是到這裡來參訪、掛單的，常住一再客氣，要我跟師父們講講禪堂的一些用功方法。老和尚過去一直對我們雲居山的恢復大力的支持，所以常住要我說幾句話，我也不好推辭。那麼從今天起，就不須要常住每天都派人去請我了。每天晚上這時我就來這裏跟大家講，講得不好、聽不懂的話，再說說。

現在我想談談參禪的目的和參禪的方法。六祖慧能大師道出禪宗的宗旨：「惟論見性，不論禪定解脫。」可知參禪的目的是明心見性，見性成佛。也就是如果你參禪參到極點的工夫，開悟了，如果是證悟，那麼你就悟與佛齊，得佛心印，也就是徹底了脫生死了。

既然這個法，這麼好，又這麼直接了當，那麼下手的工夫應該如何做起呢？怎麼做呢？

參禪這法門，要想在這法門上下番工夫，要先具備幾個條件：

（一）首先無論是出家或在家人，都必須要嚴持戒律。出家比丘有二百五十條戒，比丘尼有三百四十八條戒，沙彌、沙彌尼有十條戒，在家居士有五條戒。不論修那一種法門，戒是根本。對這些根本戒是絲毫不能違犯的。

（二）其次還要深信因果，要明白因果，知道如是因，如是果。古德說：「欲知前世因，今生受者是。預知來世果，今生作者是。」又說：「假使百千劫，所造業不亡，因緣會遇時，果

報還自受。」因此我們要審察從早到晚依身、口、意三業，所想所做的究竟是違背因果，還是符合因果。楞嚴經說：「因地不真。果招紆曲。」所以「菩薩畏因。凡夫畏果。」我們要知道因果可畏，報應絲毫不爽，宜時加警惕，慎勿造因。

隋、唐時代，禪宗盛極一時。一般師徒之間的傳法都是以問答形式，透過一問一答就開悟了，真的是以心印心，不立文字。禪人開悟之後便到山林靜處加功辦道，以其所悟的道理印證是否與佛所說的相符。所以那時禪宗出的祖師很多，悟道而不為人知的更不計其數。

宋代以後，人的根性就漸漸淺薄了，不能以一問一答的形式開悟了。開了悟的祖師們於是就各出手眼方法，接引學人參禪。

參禪即是參公案、參話頭。公案、話頭有各種多樣；有的參「父母未生以前如何是我本來面目」，有的參「本來面目是誰」，有的參「拖死屍的是誰」，有的參「萬法歸一。一歸何處。」近百年來，禪宗道場都以參「念佛是誰」這個話頭最為普遍。

所謂「話頭」，例如「念佛是誰」四個字是一句話，這句話沒有說出來以前是話頭，說出來之後就是話尾了。虛雲老和尚說：「話頭就是一念未生之際，即是不生；不掉舉、不昏沉、不著靜、不落空、就是不滅。時時刻刻單單的，一念迴光返照，這『不生不滅』就叫做看話頭或照顧話頭。」我們練習參禪的人，首先要看這一句話頭，不能在這個上面思量卜度，胡思亂想，思維念佛是誰，究竟是誰，這樣的思量卜度就不是工夫，而是打妄想了。

現在我們談談參「念佛是誰」的下手方法。念佛的人當然知道念佛

，那麼反問你是誰在念佛呢？你一定說：「是我在念呀！」那麼又再問你一句：「是口念呢？還是心念呢？」如果是口念，那麼睡著時，你的口還在，為什麼不念呢？剛死了後口還在，又為什麼不念呢？如果心念，那你的肉團心能不能念呢？如肉團心能念的話，那麼睡著時，肉團心為什麼不念呢？死了之後那個肉團心又能不能念呢？又有人說是靈性在念。那麼靈性是怎麼樣子的呢？是長、是短、是方、是圓、是肥、是瘦呢？還是青、黃、赤、白色呢？就是在這個不明白之處，要反問自己。這個反問不是要你以話來反問，而是要你以意識反觀，就是反觀你的話頭。集中精神注意力，向自己反問：「究竟念佛是誰？」

初用功的人，對於這一法沒有用過的，是會感到有一點不很自在。你不要怕，坐下來，把腿子盤好包好，把身體坐的端端正正，你自己默念幾聲佛號，在默念最後一聲時，你把注意力集中在這個「誰」字上面。這個巧妙是在甚麼地方呢？就是在反觀這個「誰」字時，你的妄想就給擋下去瓦解了。

我們初用功的人，一下子想把住這個「誰」字，把時間看長是比較難呀！為什麼這樣說呢？因為我們辦這個事之前，無量劫以來都是隨妄想轉。你現在要把它扭轉過來，不讓它打妄想，要把妄想轉變到這個「念佛是誰」的「誰」字上去，這個不是一下子就能夠辦得到的。所以古德說：「要生處轉熟。熟處轉生。」這兩句話怎麼說呢？就是我們無量劫以來打妄想打慣了，很熟；而要抓住這個「念佛是誰」卻很生。就等於「念佛是誰」這是很生，而妄想是很熟。要把這個很熟的妄想慢慢地丟掉，轉為生；要把參「念佛是誰」這一念抓得很緊，轉為熟。這樣就叫做「生處轉熟，熟處轉生。」

我們參禪，參就話頭亦復如是。要把我們的注意力完全集中在這個「誰」字上，不起二念，只是反觀這一念「誰」字。

初參用功的人，即使你想把注意力集中，它總是集中不長久，又被妄想打失了，但是你一覺察到時，就立刻趕緊把話頭重新再提起來。古人說：「不怕念起。只怕覺遲。」妄想來了，你不要怕它，不要和它拼命一樣，你只要不睬它，不隨它轉，只要照顧你所參的一句話頭就好了。

有些人在這個如意妄想當中，覺得很愉快似的。它們融入妄想了，隨著它轉，所以感到很自在快樂。這個千萬不能隨它轉，任它打啊！不論是好妄想，是壞妄想，一概都不要它，讓它跑開，你只要單單的的地，把這個「念佛是誰」的「誰」字觀察好就行了。

「生處轉熟。熟處轉生。」當我們把「念佛是誰」一念用熟了，妄想便會慢慢減少，心亦會清淨了，疑情就會自然現前。當真疑現前時，念念不動，了了常知。如果能夠從朝到晚，二六時中功夫都不間斷，日久功深，觸境逢緣，便能開悟了。初用功的人還要注意兩點：

(一) 就是你「念佛是誰」還好，一參心就煩得很，妄想就翻騰的不得了；這個時候，正是你用功用得得力之處。你如果不是看這個話頭，那打妄想你還不知道呢！所以你不要隨它轉，也不要懼怕它。

當妄想打失了以後，感到自在，舉起話頭便要平心靜氣，就是說心要細。因為心不細，你若猛然將話頭一提便容易上火，氣就往上升。你只要自己覺察到這一念，照顧這一念，「誰」字還在，你就不要再提了。如果再提，便是「頭上安頭

了。」

(二) 初用功的人參「念佛是誰」這一句話。搞了幾天感到不得力，又來參另一個話頭。其實不論那一個話頭，意思都是一樣的。好像這個「誰」字是教我們反觀注意力，所以不論怎樣，參禪一定要有一個長遠心。

我們現在舉一個例子說明吧！就拿我們雲居山的老和尚——虛雲老和尚。他老人家三十一歲在天台山華頂龍泉庵參謁融鏡老法師，教他參一句「拖死屍的是誰」，一直到五十六歲他老人家才開悟；像他老人家那樣精進行持都要經過了二十五年。

所以我們現在用功的人，得不到開悟，就是缺少了決定心和長遠心。因為這個用功法門，你只要用久了，所謂「久參有禪。久住有緣。」當你參究話頭純熟了，這一句話頭自然時間保持得長。看話頭就是看這句話還沒有出來之前這一念，一念不生之前就是話頭。若果你能把注意力全部集中在這個話頭上，把時間能保持到五至十分鐘以上，不打妄想，不起二念，那麼你那個心便會慢慢地靜下來，時間再長一點，就能感到心念非常安靜，身子非常舒服、輕安，頭腦也非常清晰，通身上下有說不出的舒服。這個時候，你就能親自體驗參禪的奧妙之處，如古人說：「如人飲水，冷暖自知。」你自己若還沒有到這一步，別人說的你將信將疑，也不會完全相信的。因為這個禪定的境界，就是一切的法門所必須要歸納到這裡的。念佛也好，持咒也好，只要你用功到了一心不亂，久而久之，你那個心就會出現了無限輕安境界。與參禪的工夫得力，是沒有二樣的。所以文殊菩薩在楞嚴經上說：「方便有多門。歸元無二路。」

從古以來，我們中國出了很多大祖師，唯獨是在宗門下出的比較多，其他法門的祖師就較少。近代的幾十年前，我們中國還有幾位大善知識，譬如：雲居山的老和尚、揚州高旻寺的來果老和尚、寧波天童寺的八指頭陀寄禪老和尚、常州天寧寺的冶開老和尚、杭州靈隱寺的慧明老法師、寧波觀宗寺的諦閑老法師、上海龍華寺的應慈老法師，都是近代開了悟的大德高僧。

那麼現在的善知識為什麼這麼的少，甚至還聽不到呢？這是由於現在宗門這一法，在禪堂修這一法的人太少了。此外，有些人就是知道了這個法門，但是他們的信心不堅定，不能在這個法門上，死心蹋地的來下一番工夫，所以就出不了人才了。

老和尚在世時常說：「正法與末法，不是真的分有正法、末法，而是人為所致的。不是法末，是人末啊！」

如果我們現在要把禪宗這一法大力提倡，對這一法死心蹋地的來用功，不會不出人才的。而現在中國那麼大的地方，禪宗道場卻是寥寥無幾矣！只剩陝西省西安市的臥龍禪寺、我們江西省雲居山的真如禪寺和江蘇省揚州市的高旻禪寺。高旻禪寺雖然有禪堂，但是坐長香的人少得很了。所以禪宗這一支香已經到了命如懸絲的危險地步了。那麼這副重擔就落在我們當代的中、青年師父們身上了。禪宗是佛的心印，所以叫心地法門。發道心來參禪的人啊！只要你信心堅定，拿定主意，有一個長遠心，努力的參上十年、二十年，不會沒有受用的。相反地，如果你信心不堅，又沒有長遠心，那就很難有所成就了。

今天，由於時間的關係就講到這裡，明天在這裏再跟各位師父們說一說吧！

未 牧 第 一 圖

普明十牛圖

生犍頭角恣咆哮

犇走溪山路轉遙

一片黑雲橫谷口

誰知步步犯佳苗

普明禪師原唱

野性顛狂聲亂哮

歸途不識路歧遙

那知腳下泥深淺

只管犇馳混踏苗

夢菴格禪師和



【梁山十牛圖頌】

尋牛第一頌

從來不失。何用追尋。自背覺而合塵。在向迷而逐妄。
家山漸遠。岐路嵯峨。得失熾然。是非蜂起。

梁山遠禪師原敘

茫茫撥草去追尋，水闊山遙路更深，力盡神疲無處覓，但聞楓樹晚蟬吟。

梁山遠禪師原唱

天涯海角偏參尋，直入萬重煙嶂深，拚得今朝與明日，綠楊堤畔聽鶯吟。

楚石琦禪師 和

三、虛雲老和尚在雲居山的事蹟點滴

（一九九九年七月一日及二日，開示於寶林禪寺禪堂，七月十日開示於志蓮淨苑。）

各位長老，各位法師，各位居士，各位善信朋友們：

此次，我是應荃灣芙蓉山虛雲老和尚紀念堂住持濟平法師之請，來香港參觀的。適逢香港慶祝釋迦牟尼佛佛誕及第一個佛誕假期紀念日。同時，亦是佛牙舍利來港展覽的大喜日子。本人由衷地隨喜讚嘆！

香港是福地，居於香港的人也是有福報的人。前些日子，因去寶林寺探望聖一老法師，正值他們結夏安居。每天除了二時課誦過堂外，上午還誦兩部金剛經，下午老和尚講金剛經，晚上坐禪，道風非常殊勝。因老法師有好幾位弟子，曾經到雲居山參訪，與我相熟。见到我後，邀請我在禪堂為他們講開示，結結緣，只好勉強答應。

老法師其中一位弟子——香港佛教聯合會弘法主任衍空法師，聽完開示後，邀請我把虛雲老和尚在雲居山的事蹟及生活特點，向香港廣大佛教界人士及社會大眾進行傳達。因此，我又被安排在九龍志蓮淨苑講了兩晚開示。

事實上，本人也想藉著這次因緣，向香港佛教界人士簡略地介紹一下虛雲老和尚在雲居山的事蹟及其生活特點，希望以他老人家的種種嘉言懿行，作為我們後人學佛的榜樣。同時，也想藉此為紀念老和尚圓寂四十週年，獻上一片微薄的心意；以酬報他老人家對我的法乳之恩。

由於本人修行很淺，佛法水平有限，若有錯誤或不到之處，還請諸方大德們慈悲指正。

我是於一九五六年八月，從安徽省含山縣到江西省永修縣雲居山真如寺，投靠虛雲老和尚求出家的。當年我十九歲，高中畢業後就離開家裏到雲居山去。其實，早在十六歲開始，我已瞞著家人給老和尚偷偷寫信。他老人家雖然是海內外知名的大德高僧，但每次都親自給我回信。見到老和尚後，他問我為何出家？我說是為了成佛。他老人家聽後很歡喜，隨即收我為徒，並親自為我剃度，取名宣德，號紹雲。當年冬月，即去南華寺受具足戒。然後返回雲居山常住，隨眾出坡。幾個月後，開始侍奉老和尚，白天則在常住上聽住持和尚海燈法師講經。

老和尚當年一百一十七歲，身高兩米多，雙手下垂過膝，雙目炯炯有神，晚上在煤油燈下看報紙的小字從不戴眼鏡。牙齒三十六隻，整整齊齊，沒有缺損，聽他說是九十歲後才再生的。他的聲音非常洪亮，有時在禪堂講開示，聲音一大，把禪堂裏的報鐘震動得嗡嗡作響。

老和尚於一九五三年七月到雲居山時，山上滿目瓦礫，荒草遍地，只有三間破舊大寮和四個僧人。這是自一九三九年三月十九日真如寺慘遭日本軍人炮火，殿堂樓閣毀壞殆盡後，所剩下的一片荒涼景況。

老和尚到雲居山後不數月，已來了五十多人，他們見了老和尚後都不肯離去。老和尚於是向政府申請重建雲居山，獲批准後隨即動工。為了生活能自給自足，便開始開墾荒地，栽種莊稼。我一九五六年去的時候，已經開發了近一百畝水田地，六十多畝旱地；每年可收水稻六、七萬斤，紅薯和馬鈴薯七、八萬斤。

後來，人愈來愈多，當時常住就規定，不允許沒有勞動力，不能生產的人掛單。到了一九五六年底，已住有一百二十多人，開墾荒地二百多畝，旱地一百多畝；每年可收水稻近十萬斤，各種雜糧十多萬斤，基

本上可以自給自足了。

當時，已是一百一十七歲高齡的老和尚，每天都要到建築場所和開荒的地方巡看，並親自指導，還要接待來自各方的人士。晚上六點到禪堂裏講開示。八點以後，開始翻閱來自各地的信件。信件有時一天多達百多封，他老人家都要一一過目。若是重要的函件，他便親筆回覆；若是一般書信，他說明意思，就由我們代覆。平常都要深夜十二點左右才休息，翌日凌晨兩點又起床打坐，直至打四板，即大約三點半，才起床洗臉。

他不用牙刷牙膏，只用溫水漱一口水，然後吐在毛巾上，先洗雙眼，再洗整個面部。他說這樣洗，可以防止眼疾，且能增加視力。洗過臉後，就到佛前禮拜，之後又回到床上打坐。那時，我們就開始上早殿了。早殿後稍微休息一會，聞打梆聲大眾就往齋堂過早堂了。

當時，山上的生活很艱苦，開發的田地不多，收成的穀子也很少。因為紅薯粗生，收成較多，每年七月份開始，直到第二年的三月，都是吃紅薯的季節。而紅薯的葉子和枝幹，就是我們的小菜了。有時連蕃薯根和葉也沒有，就只有炒鹹鹽，加進稀飯裏吃。每天過早堂吃的稀飯，只是一點點的米，混了許多的紅薯一起煮的。中午吃飯呢？雖然當時師父們吃飯吃得很多，也只是隨便弄一點小菜，有青菜已算是很好的了。晚上，是沒有飯或麵的，只有煮一些蕃薯或是馬鈴薯，放在齋堂裏面，要吃藥石的就自己去弄一點，但是吃的人很少。

老和尚吃的稀飯和菜，都是由我們從大寮裏打的，跟大眾師父們吃的一樣。如果沒有客人的話，他從不多加一道菜。他老人家那種節儉簡樸的生活，我們現在想起，還記憶猶新。

雲居山地勢很高，海拔一千一百多米。冬天氣候很冷，低至零下十七、八度。收藏在地窖裡的紅薯，經不起寒冷的空氣，皮都發黑了，煮熟後吃起來是很苦的。

有一次，我和齊賢師一起在老和尚那裡吃稀飯，吃到了那種又苦又澀的紅薯皮，便揀出來放在桌邊上。老和尚看到時默不作聲，待吃過稀飯後，他老人家卻一聲不響地把那些紅薯皮撿起來都吃掉了。當時我們倆目睹那情景，心裏感到很慚愧、很難過。從此以後，再也不敢不吃紅薯皮了。

事後，我們問他說：「您老人家都這麼大年紀了，而那些紅薯皮好苦啊！你怎麼還吃得下去呢？」老和尚嘆了一口氣，對我們說：「這是糧食啊！只可以吃，不可以糟蹋呀！」

又有一次，江西省宗教事務處處長張建明先生，到山上來探望老和尚。老和尚自己加了幾道菜，請他吃午飯。張處長始終是個在家人，不懂得惜福。當他在吃飯時，掉了好幾粒米飯在地上，老和尚看見了也不說話。等吃完飯後，他才自己彎下腰來，一粒粒地把那些米飯從地上撿起來，放進口裏吃下去。使得那位張處長面紅耳赤，很不自在。他一再勸老和尚說：「老和尚，那些米飯已掉在地上弄髒了，不能吃了。」

老和尚說：「不要緊啊！這些都是糧食，一粒也不能糟蹋的。」

處長又說：「你老人家的生活要改善一下啊！」

老和尚答：「就是這樣，我已經很好了。」

老和尚的身體很好，早上除了吃兩碗稀飯外，有時還會吃一點馬鈴薯。中午則吃兩大碗米飯，晚上有時吃一小碗麵條，或者吃一點稀飯。聽他說：他晚上開始吃藥石，是從雲門事件發生後才開始的。在此之前

，他老人家一直都是過午不食的。

他的牙齒特別好。記得有一次，有個居士送了一些炒熟的蠶豆上山。老和尚看到我們在吃，他也要吃。我們說：「這東西很硬的，你老人家牙齒行嗎？」他一言不發，拿起蠶豆就吃起來了，吃得比我們還要快，我們甚感意外。

他老人家是很節儉惜福的，他睡的草蓆破了，要我們幫他用布補好。不久後，在同一個地方又破了，實在補無可補。我們就對他說：「想把草蓆拿到常住去換一張新的。」那時，一張草蓆只不過是兩塊人民幣左右。不料他老人家聽後，便大聲地罵：「好大的福氣啊！要享受常住的一張新蓆子。」我們都不敢作聲了。

無論冬天或夏天，他老人家都只是穿著一件爛襖，即是一件補了又補的長衫（禪和子們叫它做百衲衣）。冬天就在裏面加一件棉衣；夏天裏面只穿一件單褂子而已。

老和尚時常開示我們：「修慧必須明理，修福莫如惜福。」意思是修慧參禪一定要明白道理，道理就是路頭。如果想參禪用功，但是路頭摸不清楚，對參禪的道理未能領會，那麼工夫便很難用得上。所以古人說：「修行無別修，貴在識路頭；路頭識得了，生死一齊休。」

至於惜福，出家人在情理上那裏有錢來培福呢。其實「造福莫如惜福」，那就是要自己珍惜生活上的一切福德因緣。他經常訓誡我們年青的一代說：「你們要惜福啊！你們現在能遇到佛法，到我這裡來修行，可能是過去栽培了一點福報。但是你們若不惜福，把福報享盡了，就會變成一個沒有福報的人。猶如你過去做生意賺了錢，存放在銀行裏，如果現在不再勤奮工作賺錢，只顧享受，把銀行的儲蓄全部花光了，那

麼再下去便要負債了。」

所以老和尚對我們的要求是很嚴格的。我覺得我們現在的出家人福報太大了。生活上，衣、食、住、行各方面比過去不知道充裕了多少倍。因而，我們在這個福報當中要更加注意惜福。有福德的人修行起來也會比較順利。如果沒有福德，無論修那一種法門，都會有種種的障礙。

老和尚曾經對我們說：他在每年的臘月三十才剃一次頭，三十晚上才洗一次腳。所以在相片上，看到他的頭髮和鬍鬚都是很長的，就是這個原因。但自從一九五二年以後，他每兩個月、或許有時一個月便剃一次頭，洗一次腳。他的眉毛很奇特，在眉尾長了幾根長毛，不到半個月的時間，已長了六、七吋長，垂至下顎。有時他感到長毛在洗臉吃飯時礙事，便一手把它拔掉。但不久後它又長出來了。當時我們把他的頭髮和長眉毛都收藏起來，直至文化大革命才被抄走。

他又說自己終生不洗澡。那如果是在大熱天出汗了又怎麼辦呢？在大熱天有時他也會淌汗，但是每次都要我們一再催促，好幾天才肯勉強更換一次衣服，奇怪的是他換下來的衣服一點汗臭味也沒有，尤其是他穿的布襪子，經常半個月或一個月才換一次，也沒有一點臭味。他老人家的行持是與眾不同的。

雖然，老和尚已有一百一十多歲的高齡，但是他的氣力卻是無法測量的。曾跟隨老和尚在雲門寺同住的師父說：有一次他們在雲門開荒，有一塊大石頭，好幾個人都搬不動；後來老和尚來到，叫他們都走開，獨自一人就把那塊大石頭搬到很遠的地方去了。

一九五七年下半年有一天，我剛好從外面回來，見到老和尚雙手提著兩大捆木柴向大寮（廚房）方向走，便問：「老和尚呀！您老人家怎

麼到這裡來搬木柴呢？」經我一問，他就把木柴放下，回寮房去了。我便到大寮找那位負責砍木柴的自性師，把剛才的情景告訴他，他很驚訝地說：「我砍了三大捆木柴，自己扛了一捆回大寮去。還留下兩大捆在茅蓬西面的路邊上，因為太重了，我連一捆也扛不起來，老和尚怎麼有那麼大的力氣，兩大捆一起提起呢！」後來我幫他把那一捆木柴扛起一秤，一捆就有二百多斤重。所以老和尚的氣力是沒法測量的。

修行的人，環境愈是艱苦，道心愈是堅固。老和尚常說：「不經一番寒徹骨，焉得梅花撲鼻香。」

當時，雲居山的生活非常清苦，工作勞動量很大，很緊張。除了耕種、蓋廟、建房子，以及日常的坐香、上殿外，師父們每天還要劃定很大面積的荒地來開墾，倘若白天不能完成，天黑了還得繼續幹，直至把目標完成為止。

有時有東西要運上山，在有月亮的晚上，坐完養息香及四支香後，還要到山下三十里路去擔。回來休息不到兩個小時，又要上早殿了。早殿、早堂過後，早板香只坐半小時，又要打板出坡了。所以那時的生活是很緊張、很忙碌的，但是師父們的道心都非常堅定。

此外，晚上還要每兩人一班，每班兩個小時來輪流看守著稻田，防止野豬來犯。因為那時山上的野豬、老虎很多。當穀子開花後，快成熟時，野豬就成群結隊的來了。只要有一隻野豬叫，其他幾十隻野豬就聞聲而至，大肆吞噬稻田裏的穀子支桿，如是一大片稻田一下子就沒有了。

老和尚年紀雖然那麼大了，還是堅持要參加我們晚上看守稻田的輪班工作。當時海燈法師在山上當住持，他看到老和尚都這樣辛苦，於是

也來參與大眾輪班看野豬的工作。

老和尚在雲居山，不但時常上堂為大眾師父講開示，更在種種生活細節中以實際行動來以身作則，教育大眾。現在我們回想起來，真是感到慚愧萬分。所以說善知識的一舉一動、一言一行，都是我們後人的榜樣。

他老人家在雲門事件中，骨頭被打斷了好幾處。在一九五六一至一九五八年間，經常生病發燒，身上的舊患、骨折的地方，疼痛不已時，他便躺在床上呻吟。可是一聽說有人來見他，馬上又坐起來，盤起腿子，精神好得很。可以一談三、四個小時，一點也看不出他有病。我們有時催促客人走，想讓他休息一下，他反而不高興，罵我們說：「人家有事才來找我，等人家把事情說完了才能走嘛！」可是客人一走，他又躺下來呻吟了。我們問他：「剛才人來了，您精神那麼好；人才走，為何又這麼痛苦呀？」

他說：「這是業障呀！閻王老子也管不了我，我要起來就起來，要不起來就不起來。」實際上我們也感到很驚奇。

一九五七年正月，他老人家病得很厲害，永修縣和省政府的幹部都來探望他，並派了車子想接他到南昌省立醫院去看病。本來他不願去，但是省政府的領導一再勸說和催促才勉強答應。到了醫院，接受檢查，化驗血型時，那些醫務人員都感到十分驚奇。他們說：「聽說這位老人家已一百多歲了，但是他的血型，就像一個十三歲以下孩童的血型一樣。我們從來沒有見過，像這麼大年紀的人有這樣的血型。」經過詳細化驗後，他們說老和尚的血型是純陽性的。而老和尚只在醫院住了四天就回山了。他老人家的血型，直至現在仍是個謎。

他老人家中午休息時，有時也打昏沉，頭向前俯，甚至打鼻鼾。有一次，我們聽到他在打鼻鼾，便偷偷地離開，拿著房裏面的果品到外面邊吃邊玩。當他醒後，就逐件事來罵我們。我們問：「剛才您老人家不是睡著了打鼻鼾嗎？你怎麼會知道呢？」

他說：「你心裏面打幾個妄想我都知道。你拿東西到外面吃，我會不知道嗎？」自此以後，我們才相信悟道了生死的人，已經破了五蘊。見他是睡著了，其心思卻是明明了了，清清楚楚的。

我們也藉著機緣問了他老人家在終南山住茅蓬的事蹟。

當年，他老人家六十七歲，在終南山住茅蓬。戒塵法師，是一位講大部經的法師。聽說老和尚在高旻寺開了悟，便到終南山茅蓬來找老和尚辯論禪宗的機鋒語。老和尚聽他把話說得很大，便對他說：「你的機鋒辯論雖然很好，但這個不是你真正工夫，在生死根本上作不了主，閻王老子不會放過你的。不要再多辯了，咱們倆坐坐看吧！」於是他們兩人就在茅蓬裏打坐。老和尚一坐，就是七日七夜，如如不動。而戒塵法師只坐了半天，雙腿已痛得不得了，心裏的妄想更是煩躁不安。

戒塵法師每天都繞著老和尚走幾圈，好不容易才等到第七天，老和尚終於出定了。他問老和尚：「您在定中，是有覺知，還是沒有覺知呢？若是有覺知的話，就不名為入定；如果沒有覺知的話，那豈不是枯定，不就是所謂的『死水不藏龍』嗎？」

老和尚說：「要知道禪宗這一法，原不以定為究竟，只求明心見性。若是真疑現前，其心自然清淨。由於疑情不斷，所以不是無知；也因沒有妄想，所以不是有知。雖然沒有妄想之知，但就是一支針掉在地上，也能聽得清清楚楚；你每天繞著我走幾圈，我都知道，只因疑情之力

，不起分別而已。雖然不起分別，因為有疑情在，功用不斷，所以不是枯定。雖然不是枯定，這亦只不過是功用路途中事，並非就是究竟的。所以過去這七天，我只是覺得好像一彈指間就過去了，如果我一生分別心，便會出定了。參禪辦道的人，必須將此疑情，疑至極處，一旦因緣時至，打破疑團，摩著自家鼻孔，才是真正的道契無生啊！」自此以後，戒塵法師就一直跟隨著老和尚，對他老人家非常信服和尊敬了。

後來，有一次，老和尚入定十八天；山上其他人知道了，都來參拜他。他感到厭煩，於是他們倆便揹著背架子朝峨嵋山去了。一天晚上，他們倆在一個沒有人住的小破廟過夜。老和尚說睡到半夜時，戒塵法師有跳蚤在他身上咬，他就把跳蚤放在地下，跳蚤摔倒地上，把腿摔斷了，老和尚在定中聽到那跳蚤叫得很慘。翌日，老和尚就將此事查問戒塵法師，他聽後感到很驚訝！心想：「竟然連我放一隻跳蚤在地上他都知道，而且還聽到跳蚤的喊叫聲，定中的功夫真是了不起啊！」可知身心清淨的境界真是不可思議。

後來他們倆一起到雲南去開辦道場。當時一九五七年，雲居山有一些八十多歲的老師父都知道這些事情的。他們說那位戒塵老法師也很了不起，後來是預知時至，先行向大眾告過假後，坐著往生的。

在雲南時期，老和尚經常一坐七、八天。有時候人家有要事找他商量，就得用引磬為他開靜，他才出定。因此，老和尚在雲居山時，我們就問他：「是否有這些事情呢？」

他說：「是呀！」

我們又問：「老和尚您現在為甚麼不入定呢？」

他說：「現在在重建寺院，每天都有政府人員和其他人來找我，我

不出去不行，所以不能入定呀。」他還笑著說：「如果我在這裏一坐七、八天不起，一些不懷好意的人，當我死了，就把我的色殼子搬去燒掉。那麼這個寺院就蓋不成了，所以現在我不敢入定。」

雖然，老和尚在雲居山時，沒有坐禪入定七、八天之久，但他經常一坐就一整天不動。有時從夜裡十二點左右開始坐，直到第二天傍晚才起坐。所以他老人家的境界，不是一般凡夫所能知道的。

我們曾經請問老和尚：「聽說證了道的人，就是聖人。是嗎？」他說：「是呀！」

我說：「那就是證到初果羅漢的人是不是？」

「初果，是呀！」他又說：「實際上初果很不簡單，證到初果須陀洹的人，不但定中沒有妄想，就是平常的行、住、坐、臥，也沒有妄想。他的六根不染六塵，就是六塵不能打擾他，他就入了聖流。」

據說證了初果羅漢的人走路時，雖然你看見他雙腳是踩在地上，但實際是離地有兩分高的。那時也有人問我們：「聽說了脫生死的人，走路時腳不觸地，不沾泥巴。那麼老和尚都算是大菩薩了，你們經常隨他走路，究竟他的腳踩不踩地呢？鞋子沾不沾泥土呢？」於是我們就很留心這個事情，並且經過多次的試驗。

雲居山的地都是泥巴土，經常下雨。一般人走了一趟回來，鞋子自然沾了好多泥巴；可是老和尚的鞋子從來不見有泥巴。奇怪的是，當我們走在他後面，留心注意他走路時，明明是見到他的鞋子踩在泥巴土上；但是回來後，我們再看他的鞋子，就是沒有沾上半點泥巴。這其中的奧妙，我們至今還搞不清楚。

一九五七年真如寺關外山上失火，大眾師父都去救火，老和尚也叫

我們跟著他去打火。初時，他穿一件短中褂，步履輕快地在我們前面走。當走到趙州關外將要上山時，前面的老和尚突然不見了，卻見他在離我們好幾丈遠的一塊大石頭上站著。我們不禁大喊：「老和尚！您剛才還在這裡，怎麼一下子跑那麼遠呀！」他站在高處說：「你們快點打火啊！」我們真不曉得他是怎麼走過去的。

當時，老和尚每天晚上，或有時隔一、兩天，在禪堂講開示。時間一到，叫香板一打響，不但我們種田的、在外面出坡的師父們都往回跑；連天空上的烏鴉也一群群地飛回來聽開示。那時雲居山的烏鴉特別多，屋頂上、附近的樹上以及從茅蓬到禪堂的路上都被站得密密麻麻，令我們寸步難行。有時要用杖枝動牠一下，牠跳一下我們才有路可走。否則，就要踩到牠們身上。開示說完了，老和尚回茅蓬，烏鴉也回巢了。所以說烏雀也是很有靈性的啊！

一九五七年六月上旬，天氣酷熱。一天，老和尚他忽然要到五老峰頂看地形。當時有晴空、淨行、傳印師和我等一共六人。我們就將一張靠背藤椅，用兩根竹子細綁起來，做一頂小轎子讓老和尚坐，我們就分了三班更替。出門時已近九點，天氣很熱，太陽很猛。我們心中暗想：「老和尚體質這麼弱，天氣又那麼熱，偏偏選上今天上五老峰頂，一定被太陽曬得很難受了。」奇怪的是，當我們抬起轎子的時候，天空中飛來了很多很多的烏鴉，會聚在轎子上方盤旋，把太陽遮的密密的，我們一點陽光也曬不到了。它們隨著我們前往，轎子抬到那裡，烏鴉就像烏雲般到那裡盤旋，使得我們一點也不覺得熱。

一直到了五老峰頂，老和尚下了轎子後，那些烏鴉隨即飛下來，圍繞著轎子的四周，翹首望著老和尚叫個不停。老和尚在五老峰頂逗留了

一會兒，四周觀看完地形後就折回了。我們剛把轎抬起時，烏鴉又一窩蜂地飛上天空。像來時一樣在上空跟著盤旋，會成一把大傘子，擋著猛烈的陽光，直到茅蓬門口後才逐漸散去。

進了茅蓬後，老和尚說：「你們都害怕今天會熱得不得了，結果熱不熱呀？」我們六個人都憋著嘴笑了。我們說：「今天全賴你老人家的福德呀！感動了那些烏鴉來護法，遮了太陽。不然這麼猛烈的陽光，我們一去一回，可不好受呀！」所以道人動一念，有情鳥群也來護持了。

一九五五年七月，老和尚的茅蓬被火燒了，相連的小廚房的外牆也倒坍了。那是土牆，要先用兩塊板夾起來，然後用泥土來打。當時打牆的師父有淨行師、晴空師等四人。他們剛剛把泥土倒上不久，那時正是下午，西邊天空上烏雲滾滾，大有暴雨欲來之勢；四位打牆的師父都很著急，因為新打的土牆未實，被雨水一淋便會倒塌了。其中的淨行師說：「老和尚正在門口坐著，我們過去請老和尚動個念頭，叫這場雨不要來這裡吧！」其他三人都贊成。於是淨行師就過去頂禮老和尚說：「老和尚慈悲，我們那個土牆剛打好，下雨便會倒掉，不能下雨呀！」老和尚望了望天，一話不說，就起身回寮房去了。

過了一會兒，刮起大風，大雨隨即而至，風雨交加，下到茅蓬西邊房子，離那土牆不到五呎遠的地方，那雨就沒有了。持續下了一個多小時，雨水從屋頂上嘩啦啦地淌個不停，就是打土牆的茅蓬四圍一滴雨水也沒有。風雨過後，他們四人就歡天喜地的跑去頂禮老和尚，感謝他老人家的幫忙。老和尚不哼氣，也不說話。

古德說：「道高龍虎敬，德重鬼神欽。」是真實不虛的。他老人家一動念頭，好像海龍王也得聽從；不讓雨淋的地方，雨就下不到那裡。

一九五七年的五月中旬，水稻田裏的秧苗剛插下不久。山中連續下了幾天大雨，山洪暴發，安樂橋都被沖斷了。挾帶小石泥砂的洪水翻越山溪堤埂快要沖往稻田了。時間大約是中午十二點多；宏清師剛從小廚房出來時，很意外地發現老和尚獨自一人在風雨中，沒有打雨傘，身穿衲襖，腳穿羅漢草鞋，由安樂橋溪堤緩向東行，朝稻田方向走去。他馬上趕緊拿了一把雨傘，自己也打了一把，跑向老和尚處去了。

奇怪的是，他發現老和尚走過之處，洪水就不往稻田裏面沖，反而都沿山那邊向東流，高出稻田邊，溪堤數尺之高，即是洪水不往低流，反而向高處沖！就是這樣，剛插秧的稻田便免遭洪水泥沙淹沒之患了。

之後，老和尚走至佛印橋，站在那裡。宏清師便回來喊印開當家師。當家師知道後便一面安排打出坡板，一面自己走往老和尚處，請問他：「這樣大雨，您老人家怎麼一個人跑出來呀？」

老和尚說：「我不出來，上面的幾十畝稻田就沒有了，都要被山洪泥砂覆蓋了。到時還哪有穀子收呢？」

當時，我們見到老和尚的衲襖上雨點並不多，只有腳穿的羅漢草鞋被雨水打濕了。真是道人走過的地方，水也要讓路。

他老人家行、住、坐、臥的威儀很嚴正，真正做到「行如風、立如松、坐如鐘、臥如弓」。他站起來都是雙手下垂，頸靠衣領，筆直地走路。也經常對我們說：「身直影無斜」，即身子筆挺，影子一定是直的。他老人家隱喻著用功辦道的人，若有直心，決定能夠成功的。

他老人家平生的一言一語，都是我們的指引；一舉一動，都是後人的榜樣。

老和尚的一生，建有小寺院八十多座；重興大叢林六個，包括：雲

南雞足山祝聖寺、昆明雲棲寺、廣東曲江南華寺、乳源雲門寺、福建鼓山湧泉寺、及江西雲居山真如寺。老和尚為使禪宗五派傳承延續不斷，以一身而參演五宗，分別為——臨濟宗第四十三世祖、曹洞宗第四十七世祖、潯仰宗第八世祖、法眼宗第八世祖及雲門宗第十二世祖。他親自剃度的出家弟子有一千多人，國內外皈依徒弟一百多萬。所以說他老人家是當代禪宗的泰斗。

一九五八年社會主義教育時期，當時有一些極左路線的人，利用那些不好的出家人，對老和尚進行毀謗。因為老和尚是全國政協委員，不能把他打成右派，只能在名譽上給他造成打擊；所以便寫了老和尚很多不符事實的大字報。老和尚看了，一言不發，並在會上表示感謝。可是他老人家內心的難受，難以言喻。

一九五八年以後，他對我們說：「我要走了。」

我們很難過地問他：「你老人家怎麼現在就要走了？」

他說：「你們不知道，以後還有十年的罪，好難受呀！」

當時我們不明白，後來才知就是文化大革命的十年浩劫。

從一九五八年開始，他老人家就經常生小病，便開始把事情逐一交代後人，並且把他所有的東西都分給大眾。

一九五九年九月十日下午，老和尚向大眾作最後開示及交待遺囑。

老和尚說：「我的最後遺言只有：『勤修戒定慧，息滅貪嗔癡。』」過一會兒又說：「要以正念正心培養出大無畏精神，度人度世。」老人家訓誡我們要好好持戒修行。

一九五九年九月十二日中午十二時，老和尚對侍者說：「我剛才在睡夢中，見到一頭牛踏斷了佛印橋的石板，又見到碧溪的水流間斷了。」

「隨即閉目不語。直至十二點半，老和尚喚侍者們一起進去，對他們說：「你們侍奉我多年，都辛勞了。以前的事不多說，我近十年來含辛茹苦，天天在危疑震撼之中受盡毀謗及詭曲，我都甘心承擔，只想為國內保存佛祖道場，為寺院守祖德清規，為一般出家人保存此一領大衣。此一領大衣，我是拼命爭取回來的。你們都是我的入室弟子，是知道經過的。你們此後如有把茅蓋頭，或是應化四方，亦須堅持保守此一領大衣。但如何能夠永久保守呢？只有一字，名：『戒』。」老和尚說畢，合掌向大家道珍重。眾人含淚而退，在室外屋檐下守候。

到了下午一點四十五分，他老人家就在雲居山茅蓬裏，右脅作吉祥臥，安祥圓寂。在他圓寂前的一個多月裏，很多師父們都曾經看到有一大片光自茅蓬裏出來，朝大殿方向去；只見一明亮光環，不見任何影像，進了大殿，光環才漸漸隱沒。一個多月後，老和尚把一切事情都安排妥善了，並親筆寫了一份遺囑；然後叫兩個侍者離開，他自己留在茅蓬裏靜靜地走了！

老和尚於九月十二日圓寂，九月十九日封龕，次日茶毗，預期三天後開窑揀舍利骨灰。不料，第二天趙州關外山上失火，山上住了近百人，大眾師都去打火，只留一些老弱病殘的人在寺內。其中寬懷師和寬克師等人跑到化身窯洞外向內窺看。看到老和尚火化後的骨灰兀坐不倒，宛如好人一樣跌坐在那裡。他們覺得奇怪，便隨手拾起一塊小瓦片朝那骨灰一丟，骨灰就整個倒下來了。寬懷師即伸手向裏面抓起一把骨灰，一看有好幾顆晶瑩光亮的舍利子，即聲張起來了。

過一會兒，救火的人陸續回來。聽說老和尚的骨灰裏有舍利，紛紛跑來，爭著向內抓一把骨灰，然後往山中僻靜處跑；因為當時政府的形

勢並不允許說有舍利子。幾十人都是如此；有的一把骨灰裏面有好幾顆舍利，少的也有一兩粒，大小不等，顏色不一，以白色晶瑩著為多。所以老和尚的骨灰裏有多少舍利子，根本無法統計。

數十人打火回來後都是如此輪搶，方丈性福和尚不得已，就叫慧通師和自修師幾個人，把那些骨灰過篩，又篩出了很多舍利子。其中慧通師揀到一粒舍利，比大拇指還大，像水晶般晶瑩剔透，後來送給了聞訊遠地趕來的海燈法師。聽說海燈法師把舍利子送到浙江天臺山去了。

當時，有一位達定師，因在菜園裡種菜，後來才得知消息。當他去到時，只能拾到一塊骨頭。他便把骨頭帶回菜園裏敲碎，發現裡面有一顆紅豆般大的血紅色的舍利，還有一顆小的，黏在骨頭上面。

還有一位一如師，因打火最後才回來。一聽到有舍利，便箭步地跑到化身窰去。可是，那時已剩下一片空地，連灰也掃得乾乾淨淨了。他不禁放聲大哭，邊哭邊用竹簽子挖地，挖了兩吋多深，忽然發現一粒晶亮白色舍利，清澈透亮，大如黃豆。一如師喜出望外，便像寶貝般地收藏起來。

當時很多人看到老和尚盤腿端坐在舍利裏面，其中一顆甚至連他那長眉毛也看得清清楚楚。那顆舍利現在還藏在舍利塔裏。

那時有些想毀謗老和尚的人說：「老和尚的舍利子是放了琥珀進去燒出來的。」於是有人試著把琥珀放進火裏面燒，結果都成灰。

老和尚走的時候，形勢很緊張。山上還在搞教育整頓，不能宣張。所以，對他老人家留下的舍利子，眾說紛紛，無法做出正確的統計。有說只有一百多粒，實際數字遠遠超過此數，其小舍利無數，更難以統計了。又有人說有上千粒，只是已無從稽考了。

他老人家生平的事蹟很多很多，年譜上也有記載。當時年紀較大的人，都說是親眼所見，親耳所聞，是真實不虛的。

由於本人的水平關係，以及親近老和尚的時間不長，對於他的事情只能略說點滴。希望諸方大德們，慈悲多加指正。

今天就講到這裡吧！謝謝大家。

圖 二 第 調 初

我有芒繩薦鼻穿

一回奔競痛加鞭

從來劣性難調制

猶得山童盡力牽

普明禪師原唱

潛通一竅鼻初穿

穿了纜堪痛下鞭

左右拘攣時不放

一條芒索緊相牽

夢菴格禪師和



【梁山十牛圖頌】

見跡第二頌

依經解義。閱教知縱。明眾器為一金。體萬物為自己。
正邪不辨。真偽奚分。未入斯門。權為見跡。

梁山遠禪師原敘

水邊林下跡偏多，芳草離披見也麼？縱是深山更深處，遼天鼻孔怎藏他。

梁山遠禪師原唱

東西南北路途多，踏踏遺縱可是麼？仔細看來無兩個，便從今去莫疑他。

楚石琦禪師和

四、參禪的修證

（一九九九年七月三日開示於寶林禪寺齋堂）

老和尚慈悲，各位法師慈悲：

本來是在晚上四支香才跟大家談話的。因為老和尚的身體不好，放香休息幾天，常住就安排我在午後這個時間來跟大家談話。事實上，談不上開示，只是談談我個人的一點經驗和見解而已。若有說的不對的地方，請老和尚和各位多多海涵諒解。

我們修行的人，首要目的是了生脫死。那麼何謂「生死」？生死的根本又是甚麼？又如何了脫呢？這都是我們所必須要瞭解的。

楞嚴經云：「一切眾生。從無始來。生死相續。皆由不知常住真心。性淨明體。用諸妄想。此想不真。故有輪轉。」世尊告訴我們生死的根源就是妄想。

所以，任何法門，無論是念佛、持咒、或是參禪，根本上只是一種方便，其作用都是對治妄想。然而，在種種方便法門中，又有什麼不同呢？

虛雲老和尚曾經打過這麼一個比喻：譬如到一個目的地，有的步行、有的乘船、有的乘火車、有的坐飛機。那麼修行唸佛、持咒……等法門，就猶如步行、乘船、乘車。而參禪這一法，就像坐飛機一樣，直來直去，不受一切阻礙，快捷了當。所以古來說：「此乃最上乘之法門。」

修習這一法門的首要條件是要具足信心。信什麼呢？信我們當前這一念，就是我們了生脫死的主要關鍵。當前這一念不隨貪、嗔、癡轉，

不隨色、聲、香、味、觸、法轉；當下一念無生，明明了了，了了明明，還有甚麼生死可了呢？所以，問題是在於我們當下不肯承當。傅大士說：「夜夜抱佛眠，朝朝還共起，起坐鎮相隨，語默同居止；纖毫不相離，如身影相似，欲識佛去處，祇這語聲是。」可知我們終日與佛一起，還要求佛加被。其實你這一念，念念將了自性；如果不生二念，你就是佛。但是，我們就是不肯承當，還要處處求佛加被，修持其他種種有為法門。所以楞嚴經中佛說：「此輩名為可憐愍者。」

然而，修持這個無上法門也有先後次第。因為各人的根器不同，修習不同，所以行持時也有層次上的分別。若然，我們參禪工夫得力，則能漸漸遠離五蘊，清淨五蘊。五蘊者，即色蘊、受蘊、想蘊、行蘊，識蘊。

楞嚴經卷九上佛說：

「汝坐道場。銷落諸念。」你們在道場中，諸念消除，妄想息滅。

「其念若盡」，妄想消盡，棄念入靜。

「則諸離念。一切精明。」沒有了妄想、諸念，心就能精明明了。

「動靜不移。憶忘如一。」不移就是不轉；憶忘如一，即記起來也是如此，不記起來時也是如此。

「當住此處。入三摩提。」三摩提就是正定。

「如明目人。處大幽暗。」如明眼人，入於暗室。

「精性妙淨。心未發光。此則名為色陰區宇。」喻未破色陰也。

「若目明朗。十方洞開。無復幽黯。名色陰盡。是人則能超越劫濁

。」如暗消除，色陰突破。色陰清淨就是見到自性，也就是破了本參。隨著個人工夫的深淺，破本參的程度也有不同。一般說破了本參，就能

見了自性。

要到受陰盡了，得意生身，才能來去自由。所以得意生身的人，就如同從籠中出來的小鳥，能夠自由自在的飛翔。我們修行人如果受陰一盡，便能來去自由了。所以古來祖師有的把腿子一盤，要走就走，要來就來。唐朝洞山良价禪師的示寂便是一個好例子。

指月錄卷十六記載：「師將圓寂，便剃髮澡身披衣聲鐘辭眾，儼然坐化。時大眾悲痛欲絕，號慟不止。洞山禪師忽然開目對大眾說：『出家人，心不附物，是真修行。勞生惜死，哀悲何益！』於是命執事辦「愚痴齋」，大眾仍然戀慕不已，拖延至七日後，食具方備，禪師亦隨眾齋畢，就對大眾說：『僧家無事，大率臨行之際，勿須喧動。』便歸丈室，端坐遷化了。」

若想陰淨時，就沒有妄想。晝夜六時虛明直照。五蘊皆淨，就成聖果，真正了生脫死了。

在宋代，黃龍禪師發明了三關的法要。初關叫「祖師關」，也就是「破本參」，即是開悟了。如果再加功辦道，到了事理圓融的地步，你就能「過重關」。在重關上再用功進步，便能腦門生眼，一切無礙，便是「破牢關」了。其實參禪這一法，只要你把一個話頭參到底，根本不受這個三關約束。

一般我們只能看到經書上所記述的，五蘊淨了是何等何等的境界。實際上到了真淨現前時，我們還是難以區別啊！我在雲居山跟隨老和尚的時期，有過一個親身的體會。老和尚那時已是一百一十八歲了，他在中午休息時，有時也會打昏沉，打呼嚕的。一天，我和一位師父一起服侍老和尚。那時我們都很年輕，還是小和尚。我們兩個人看見老和尚坐

在那裏打呼，睡著了，便說：「老和尚睡了，我們可以把果食瓶裏面的果子拿來吃，放逸放逸啦！」於是我們倆便拿著果品到外面邊吃邊玩，以為老和尚不會知道嘛！一會兒老和尚醒後，便喊我們去一一地罵了。我們感到很驚奇，便對他說：「老和尚呀！剛才你在打昏沉又打呼嚕，你怎麼知道我們在拿東西呢？」

他老人家說：「你肚子那裏打幾個妄想我都知道，你拿東西我會不知道嗎？」他就把我們以前打妄想的念頭都一一說出來了，我們都嚇得目瞪口呆。所以五陰淨了的人，你看他和平常人一樣，實際上他的心是明明了了，絲毫的境界都瞞不過了他。

像這樣的事情不止這一次。有時我們也曾問老和尚：「像這樣的境界是證得呢？還是修得的呢？」

他老人家說：「用功用到妄想一消除，那個真心現前的時候，明明了了，了了明明，你所有的五眼六通都能顯現出來，那就是神通妙用，不是求來的，是你個人自性本有的。」所以老和尚他老人家的境界，我們是沒有辦法去測量的。

那麼參禪的人，如果工夫到了一心不亂，沒有二念的時候，就會出現種種境界。這一陣子裏，我們雲居山禪堂裏面也住了三十多個參禪的師父。他們有的人也有遇到這種境界的經驗：好像有的在定中能看到過去種種事情；也有的能在定中看到未來的事情，這要通過以後實驗才知道。

這些境界只不過是我們互相閒聊罷了，你們一點也不能去執著。老和尚在世時，禪堂裏面也有人碰著這些境界，老和尚就批評說：「一句話頭，如倚天長劍，佛來佛斬，魔來魔斬。不論是好境界、壞境界，一

概不能執著。若你有絲毫執著，每次當你在坐香，那種境界便會再顯現出來，障礙修行。只要一概不理它，自然無事，不落群邪。」這就是說參禪的人，若要得到真實得受用和好處，你一定要能不著一切相，不能存有絲毫有為的念頭。你只要把這一句話頭一直參下去，直至開悟為止。總之，無論碰上什麼困難，比如：生病或遇到一些不如意的事，一概不要理睬，不能被它轉。久而久之，這些境界便會自然消失。那麼你一穎明明了了，了了明明的心才會顯現。所以說參禪是最上的法門，不過現在禪宗門下的人太少呀！

我這一次來到香港，看到寶林寺這個地方還有個禪堂，師父們還在坐香，真是很難得稀有啊！禪宗就是宏揚佛的心宗，是了生脫死的最上法門。但是現在提倡這個法門的人實在太少的了，相信這個法門的人也很少了。而且又受到種種的障礙。譬如有人說：「參禪是上根利智的人才能參。」實際上呢？是自己把自己給貶低了。佛性是人人本具嘛！你利根的就修得快一點；鈍根的就修得慢一點。怎麼可以說根器淺的人不能修呢？

參禪用功的人，若認為自己根基淺薄，業障深重，而參禪是最上乘法門，那裡是我這種下根鈍器的人所可以修習的。這樣便產生了自卑自棄的想法，而障礙修習參禪了。殊不知根基利或鈍只在心中之一念。即使是利根之人，假如懈怠，不求進步，也是不得開悟的。鈍根之人，只要有精進心和長遠心，便能趕上，甚至超越利根的人。

佛經云：「一念精進超百劫」。就是一念精進心能超越百劫時間的修行。利根的人和鈍根的人能活上一百劫的時間嗎？所以老和尚在世時經常對我們說：「所謂正法、末法，不是法末，其實是人末。」如果依

正法修持，那麼末法也成正法了。反之，即使是正法時期，如果懈怠懶惰，正法也成末法了。

參禪的人，如果能夠把一句話頭看之不斷，有長遠心，那麼就是末法也成正法，下根也成上根了。所以佛法成之在人而已！

參禪用功這一法，要能夠真正升起信心，方能有所成就的。有人說：「我是信佛的！」當然便有信心的了。然而參禪用功的信心，不是一般信佛的信心。而是要信佛是我們這一念心成的，眾生也是我們這一念心成的。所以佛說：「心、佛、眾生，三無差別。」

宗門下參禪這一法雖是無上法門，如果沒有人來支撐，沒有道場來實行，漸漸便會斷絕了。所以你只要信得及，你就以自己所喜愛參究的任何一個話頭，一直參下去。今年不行明年再參，明年不行再明年。瀉山老人說：「若有人能行此法，三生若能不退，佛階決定可期。」不要說得太遠了，你就是參上三、五年下來，做到一枝靜香、清淨香，就會體驗到這個法門的奧妙之處。到那時候，如果有人說這個法門不好呀，你自己心裏有數，你就不會再隨人家的說話而轉了。

參禪的人可能參了一輩子的禪，就是不開悟。其實只要功夫做好了，晝夜六時都是一樣，臨命終時，亦可隨願往生淨土。楞嚴經說：「純想即飛。必生天上。若飛心中。兼福兼慧。及與淨願。自然心開。見十方佛。一切淨土。隨願往生。」就是說在清淨心中若有淨願，十方世界豁然頓開，任我往生。願到那一個國土，就到那一個國土。願意到極樂世界，就到極樂世界；願意到琉璃世界，就到琉璃世界；願意到彌勒淨土，便到彌勒淨土。這個佛在經典上已說得很清楚了。

據我所知，有的參禪參到老，還沒有開悟。就害怕死了以後，做不

了主；於是又換了法門。有的改了念佛，求生淨土，殊不知這一念清淨的心，當下就是淨土嘛！雲居山老和尚在世時經常說：「參禪的人呀！如果理路不明瞭，就要多看楞嚴經。最好把楞嚴經熟讀，才能將經義前後貫通。」楞嚴經是參禪用功的最好參考書，對修行路頭講得很清楚，七處徵心，十番顯見，從凡夫到聖人，從十信、十住、十行、十回向、十地到等覺、妙覺，五十二個聖位，都說得很清清楚楚。乃至在參禪中可能遇到的種種魔境，在五十種陰魔中也說得清清楚楚。所謂「開悟楞嚴，成佛法華。」在座大家要是想修習參禪法門，而沒有善知識指導，只要多看楞嚴經，熟讀楞嚴經，自然會知道如何行持了。

好吧！今天我也沒有什麼充分的準備，就說到此吧！謝謝大家！

五、參禪用功的方法（一）

（一九九九年七月四日開示於寶林禪寺齋堂）

老和尚慈悲，各位法師們慈悲：

今天我想和大家談談禪宗初用工夫應該要注意的事項。

參禪這一法雖然是無上法門，但若不把理路搞清楚，就會很難上路。而其下手的工夫，首先要認識清楚賓、主、空、塵的道理。這裡我不妨引用楞嚴經上兩段經文作為佐證：

佛在楞嚴會上問諸大弟子：「你們當時因何悟道？」當時憍陳如尊者站起來白佛言：「世尊呀！我因悟『客、塵』二字而悟道的。」

何謂「客、塵」呢？

他說：「譬如行客。投寄旅亭。或宿或食。宿食事畢。俶裝前途。不違安住。若實主人。自無攸往。如是思維。不住名客。住名主人。以不住者。名為客義。」這比喻旅客投宿旅館，只是過客，吃住過後便會離去，而旅館主人是常住不走的。如是思維，不住者名為客。住者名為主人。這是說明我們本有的自性猶如主人，一切煩惱、妄想就如客人。

下面又說：「又如新霽。清暘升天。光入隙中。發明空中。諸有塵相。塵質搖動。虛空寂然。如是思維。澄寂名空。搖動名塵。以搖動者。名為塵義。」

這個比喻的情景，相信我們在座各位都曾經看過，下雨過後，天氣突然清明，陽光透過門窗細縫射進屋裏，那時你在屋裡寧靜的看，有無數的灰塵在翻滾飛騰，而虛空還是寂然不動的。如是思惟，搖動的名「

塵」，不動的名「空」。這就是比喻我們本有的自性，彷彿虛空一樣，如如不動；而我們的無明、煩惱、妄想就好像灰塵一樣，翻動不已。

這兩個譬喻就說明了我們的本有自性，在一切時中都是寂靜不動的。所動的，只是那些煩惱妄想而已。

我們參禪用功的人，初下手的時候，不參話頭還好，一參則無明煩惱起，妄想翻騰不停。在這個時候一定要認清妄想是暫時的，能覺察妄想的又是誰呢？

正如剛才那兩個譬喻，客塵喻妄想，主空喻自性；常住的自性，本不隨妄想忽生忽滅的。所謂：「一心不生，萬法無咎。」這個道理如果不明白啊！你的妄想一翻騰，心裡面就不定了，就有種種煩惱生起；如果你識得破，知道這個煩惱妄想是客塵，是暫時的，是無常的，它是無根的，像灰塵一樣翻騰不停，你只要不隨它轉，久之它便會漸漸流逝，自然消失。所謂「但自無心於萬物，何妨萬物常圍繞。」煩惱妄想自生自滅，本礙不著如如不動的自性。

所以參禪的人不要害怕妄想，不要刻意地去排除妄想，也不要和妄想對拼。不管是好妄想，還是壞妄想，都不要理睬它。你只要好好的照顧著自己的本參話頭，妄想便會自然而然的消滅，用不著你刻意地去排除它。

初用功的人妄想是很難排除的。因為我們從久遠劫以來對於這個法門沒有薰熟習慣。所以現在剛用工夫，初參話頭時，妄想就通通翻出來了。你的話頭如果用得熟了，自然而然的話頭就能夠把得住。那麼你的妄想就會漸漸減少，直到最後沒有妄想，就只剩你那顆歷歷明明、清清楚楚的一念清明之心存在。到那個時候，你自己便會親身體驗到，禪宗

這一法是何等高尚啊！

這一念清淨之心，古人稱之為金剛種子，也是成佛的正因；它的功德是不可思量的。文殊師利菩薩說：「若人靜坐一須臾，勝造恒沙七寶塔，寶塔畢竟化為塵，一念淨心成正覺。」所以說一念清淨心的功德不可思量。龐蘊居士又說：「世人愛黃金，我愛剎那靜；金多亂人心，靜見真如性。」真如性就是佛性。

一般世間人都貪著有為法，認為布施修福，拜懺唸經的功德大。不知道那些只是有為法。有為到極點還是要歸落無為。以有為的心做諸功德，將來的果報是大富大貴，或是做大官。但是富豪或大官，能覺悟不迷的究竟能有幾人？所謂「富貴學道難」、「飽暖思淫慾」，他們在富貴中迷了便會造業，將來便要受報墮落。如果修無為法，就能了生脫死，不會造罪墮落了。這是我們學佛的人必須了解的道理。

所以用功用到清淨心現前，其功德勝過一切世間有為布施修福的功德；因為這一念清淨心是將來成佛的正因，是無為的功德。雖然如此，要你親身證到，你才能真正信之不疑。所以參禪的人貴在真實行處，不在口頭上說出來的。

這一個法門，自從達摩祖師傳到中國後，古來出自宗門下的祖師之多，是其他法門所不能比擬的。所以禪宗一法稱為教外別傳，最上乘法門。

有些人認為這一法只有上根利智的人才能行持，我們現在的人根基淺劣，不宜修習。這真是自己辜負了自己啊！其實只要你信的堅，信什麼呢？信我們當前這一念心，如果清淨自在，與諸佛菩薩是無二無別的啊！

那麼我們如何知道它是一個應修的法門？又怎樣才能用得上路呢？當今提倡禪宗的人太少了，如果你在行持當中得不到一點益處，可能時間一長，你便會退失信心。反之，你只要有堅固的信念，有長遠心，不怕一切困難，久而久之，你一定會有清淨境界現前。到那時，如古人所說：「如人飲水，冷暖自知。」那種體驗並非用言語所能形容的。所以這個法門你只要信的及，肯下死工夫真實行持，一定會得到利益的。

那麼初用功的人，如何參究這個話頭呢？禪宗重在心行，不重外相。就是要時時刻刻把當前這一念心向內反觀。現在最常用的話頭是參「念佛是誰」。「念佛是誰」是一句話。這句話沒說出來之前，就是話頭；如果話說出來後，已是話尾了。

初用功的人要在「誰」字上注意著力。你不要怕被妄想打失；當妄想打失了話頭，你一察覺到，須馬上再把話頭提起來。如此修持，時間長了，你這個心念就能住在話頭上較長的時間。把住話頭的時間一長，那就叫做「參」！初用功的人就叫「看話頭」。久之話頭能看得上，念頭把得住了，粗妄想降服了，細妄想也少了，這個時候才叫做「參」！「參話頭」做得到後，還要繼續勇猛前進。那麼久而久之，你就會出現一念；到那時一念現前，裏外沒有身心世界，單單的就是這一念。這一念，如果行、住、坐、臥都不打失，久而久之碰到因緣就能開悟。開悟以後，就了脫生死了。

所以說參禪這事是最直接了當的。古來祖師多是從這個法門下手的。例如近代的有：江西雲居山的虛雲老和尚、揚州高旻寺的來果老和尚、常州天寧寺的冶開老和尚、杭州靈隱寺的慧明老和尚，他們都是在一句話頭上開悟的。

參話頭一定要有長遠心、堅決心。雲居山老和尚參一句「拖死屍是誰」的話頭。從三十一歲開始，到五十六歲才開悟。他老人家用功是何等精進，尚且要二十五年的工夫才能成就。所以我們初參禪的人，不能因一年二年見不到什麼效果就生退心，這樣你想開悟就沒有可能了。

有人又問：「參話頭和曹洞宗的默照禪是不是一樣？」

這個呢，不能這樣分別。因為曹洞宗的祖師良价禪師是唐朝人，他那時候參話頭這一法還沒有普遍流行。當時的用功方法是反觀自性，見性成佛。其作用和參話頭開悟是一樣的。這不過是祖師們方便接引學人的手法不同罷了。例如：

（一）趙州禪師，他幾十年看一個「無」字。他教人看「狗子無佛性」。有人問他：「如何是佛？」

他說：「庭前柏樹子！」這個是機鋒語啊！

（二）有人問雲門祖師：「如何是佛？」

文偃禪師說：「乾屎橛！」他把無上正等正覺的佛比喻為「乾屎橛」。

因為祖師們的境界有異，接引學人的方法也各有不同。若要在其不同處來追究，便會落在名相上來用功，而不能真正深究自性了。

例如：近代高旻寺的來果老和尚，他教人參禪的下手方法也不同。他教初用功的人念「念佛是誰」，在念中去參。可是雲居山的虛雲老和尚說：「念話頭你不能得力，你念「念佛是誰」，倒不如念「阿彌陀佛」功德還大呢！參禪，參禪啊！要在這個「誰」字去參，以這個「誰」字的一念止住一切妄想。」參禪的目的就在於此。

那麼只要你的功夫真正用好了，開悟後，這一句話頭也用不著了。

所以古人比喻說：「一句話頭就像敲門的瓦片。門敲開後，這個瓦片也用不著了。」

可是在沒有開悟以前，這句話頭還是少不得的。為甚麼呢？因為我們無量劫來的妄想習氣太多了，若不執住這一句話頭，就不能降伏這些妄想習氣。到妄想習氣全都沒有了，話頭也就不需要再用了。所以參禪的人用起功來，要死死的看住這個話頭，不要讓它有一時打失。

又有人問：「開了悟究竟是什麼境界呢？」

這個問題，我們在雲居山虛老還在世時，也親自問過老和尚：「老和尚啊！您老人家當時開悟以後，那個境界究竟是怎樣的呢？」

他老人家嘆了一口氣，語意深長的說：「不開悟時還算好，開了悟事更多。」

我們感到很詫異啊？怎麼開了悟還有那麼多事呢？他老人家給我們說了一個比喻，他說：「好比一個人離開老家三十年了，而他老家還有三間蓋得很好的房子，三十年來那個門一直都是鎖著的。今天他回家了，把門鎖打開，到屋子裏一看，三十年不住的房子，你看那灰塵垃圾很多呀！你不清除洗滌的話，你能住嗎？」

這是說開悟以後，道眼打開了，便能見到自己無始以來累積的習氣毛病在那裏。他就能依著他所悟的道理，慢慢來清除自己的習氣流識。猶如三十年不住的房子，必須要清除一番，才能再住一樣。所以開了悟的人，多數都要到深山去住茅蓬。所謂：「水邊林下，長養聖胎。」直至把自己的習氣流識滌蕩清淨，然後才出來弘法利生。

但是現在有些人，自己道眼都還沒開，工夫也不是真正的得力，就想獨自一人在深山住茅蓬。古人說：「不破本參不住山；不過重關不閉

關。」就是說開了悟以後，你才有住山的本錢；你才能不被一切習氣、邪知邪見所迷惑。你到那個時候，道眼已經打開了，你就能分辨邪正，你一個人住茅蓬才会有成就，才不會被魔障所魔。如果你沒有破本參，沒有真實工夫，一個人到深山住茅蓬，遇到境界時就很難排除。

老和尚曾把他的一次親身經歷告訴我們：當年他在終南山住茅蓬，有一天他動了一個念頭，想吃麵條。到了下午，就有一個女子拿了一桶麵條來送給老和尚，並催促他趕快吃。老和尚說：「我好久沒有吃過麵條了，今天雖然過了午，但我還是要先供佛之後才吃啊！」在供佛中，當念至變食真言時，那個女子就跑掉了。老和尚出去施過食後，回來想吃麵條時，一看那個桶子裏面那裏是麵條呢，根本完全是毛蟲。老和尚歎說：「唉呀！今天險些兒便遭害了！」

所以，住茅蓬並不容易啊！你動啥念頭，它就有甚麼魔子到了。又有山精妖怪，它們有神通的，你動念頭它便知道，它就跟著你的念頭，變現來供養你，實際上是想來害你。這種事情到現在都還有的啊！

我們雲居山有位妙善師，今年才四十歲左右，前年在終南山住茅蓬。這位師父也是很久沒吃過麵條了，有一天，他也是動了想吃麵條的念頭。到了中午，就有一個女子送麵條來了，好客氣地叫他吃。他也是先供佛，念供養咒和變食真言，當他出食完回去一看，那個桶子裏面全都是蚯蚓；再回頭望時，那個女子也不見了。他說：「從此以後，再也不敢打妄想吃這個、吃那個了。」這位師父以後再也不敢住茅蓬，他又跑回來雲居山住禪堂了。

今天把這些事告訴你們，希望你們不要打妄想住茅蓬。茅蓬不好住啊！這位妙善師在雲居山禪堂住了兩年，工夫用得很好啊！

此外用功也要善於調和身心，為什麼這樣說呢？因為初用功的人，看話頭的功夫還不能達到沒有妄想的程度，還沒有到「大死大活」的境界，如果不善於調和身心的話，小則害病，大則著魔。

所謂「大死」，就是死了妄想。曾用工夫到了大死現前的師父們說：「大死現前，你想打妄想也打不起來。」所以古人說：「大死以後，才能大活。」

那麼大活以後，又是什麼呢？「大活」就是活了我們本有的法身，本有法身就是我們歷歷明明當前這一念。但是大死一番還不行，因為我們八識田中，無始劫以來積聚了很多妄念種子，不是一下子都能把它翻出來的。所以古德說要「大死幾番」才行的啊！

參禪用功的人如果到了沒有妄念，只有一念話頭現前的時候，你要坐多久就能坐多久，你的身子會坐在那裏巍然不動。

但是如果還沒有到沒有妄想的地步，你這一句話頭不能夠歷歷明明的自在，你又不善調身心，只是勉強的堅持要坐，就會出現了左搖右擺，前仆後仰的狀態，那就是昏沉境界啊！在這個時候，你如果再勉強下去，便會出毛病。

因此，工夫還沒有到達一定的程度時，並不主張堅持「不倒單」，因為那樣的勉強，你不但得不到受益，還會招致不良後果的。

所以六祖大師說：「住心觀靜，是病非禪。常坐拘身，於理何益。」

六祖又說：「生來坐不臥，死去臥不坐，一具臭骨頭，何為立功課。」這就是說，一個人生下來好好的，到晚上自然要躺下來睡覺，不是站著坐著的呀！剛死去的時候，你就只能將身體臥在那裡，既不能坐，

也不能走了。這一具臭骨頭只是四大和合而成的身體，你用這個假有的臭皮囊來做功課有甚麼益呢？所以說工夫沒有到那地步不要勉強啊！

有了昏沉要怎樣對治呢？如果昏沉大，你不如下座拜佛，禮佛懺悔；或者誦經都可以。待這個昏沉境界過後，再坐下來繼續用功，你的心裏就會明了自在。

同樣，煩惱來打不破的時候，你也可以下來拜佛求懺悔，或者誦經持咒都可以。這叫做方便。使用方便，待這些境界過後，你再提起你的話頭，久而久之，你的心自然會安定下來。

參禪的目的是要使心安靜、平穩、自在，而不是勉強的。你若勉強的話，憋著氣在猛搞，把氣阻在那裡，長久下去便會生病。

看話頭要平心靜氣。這一句話頭不能過分向上提；向上提就會上火，頭昏腦脹。但是也不能向下壓；向下壓便會容易打昏沉。你只要心平氣和，保持當前這一念。只要當前這一念話頭在，你就不要再提了，如果再提就是「頭上安頭」，給自己找麻煩。你只要照顧這一念在，不要被妄想打失，久而久之，那個清淨心就會自然現前。清淨心現前時間一長，你的身心就會感到無限輕安自在；一切的毛病沒有了，一切的煩惱也都沒有了。到那時，你便能親身體驗到參禪的無上好處。

今天，我跟大家就說到這裡吧！



受 制 第 三

漸調漸伏息奔馳

渡水穿雲步步隨

手把芒繩無少緩

牧童終日自忘疲

普明禪師原唱

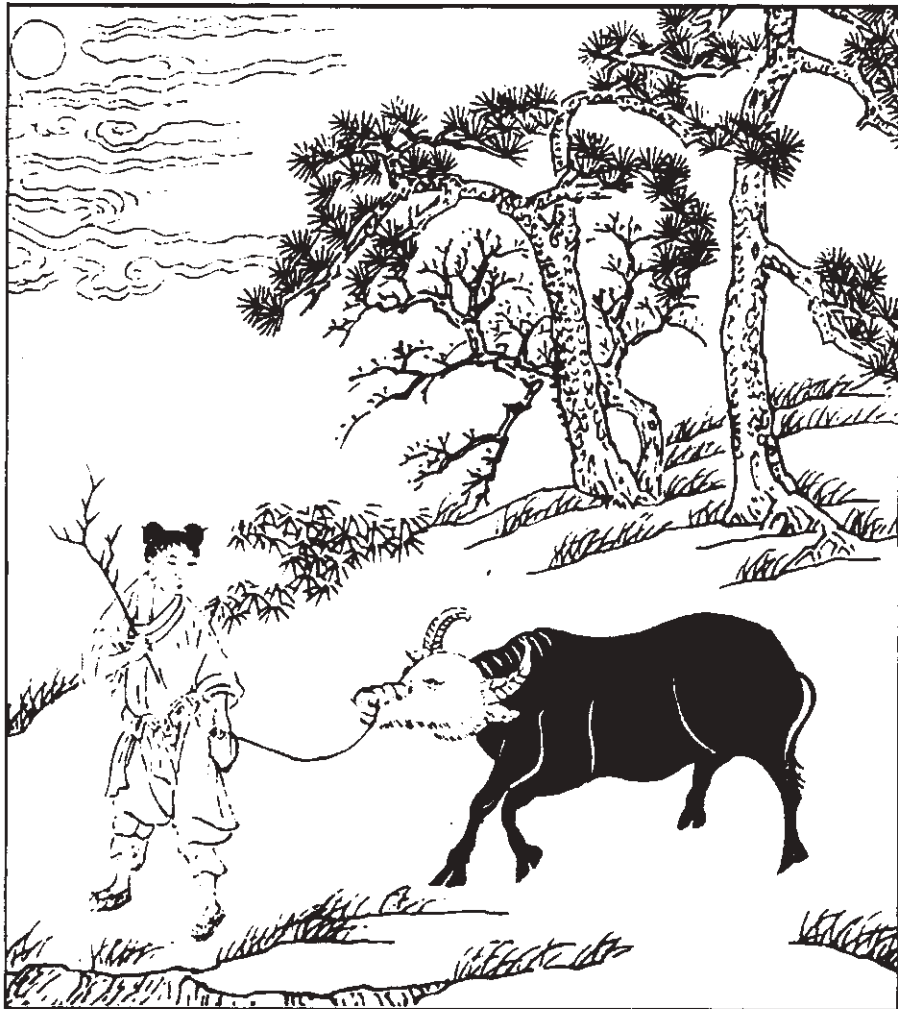
從今不敢復狂馳

信手牽來也肯隨

幾度披簑隴畝裏

櫛風流雨那曾疲

夢菴格禪師和



【梁山十牛圖頌】

見牛第三頌

聞聲得入。見處逢源。六根門著著無差。動用中頭頭顯露。
水中鹽味。色裏膠青。眨上眉毛。非是他物。

梁山遠禪師原敘

黃鸝枝上一聲聲，日暖風和岸柳青，只此更無迴避處，森森頭角畫難成。

梁山遠禪師原唱

隔牆認角又聞聲，雨過前村草正青，一對眼睛烏律律，通身毛色畫難成。

楚石琦禪師和

六、生死心切、發長遠心

（一九九九年七月五日開示於寶林禪寺齋堂）

老和尚慈悲，各位法師們慈悲：

參禪用功這一法門，貴在真實行處。如果沒有真實行持，則得不到真實的受益。就一般初用心參禪的人來說，由於路頭不熟，常會有以下的幾種現象：

（一）第一是「妄想」。有的人當參禪時，妄想不斷地出現，把話頭打失了，於是便害怕妄想。其實不參禪時妄想也是翻騰不停的，只是不察覺罷了。因為參禪有向內反觀的作用，所以才能覺察到妄想。所以古德說：「不怕念起，只怕覺遲。」又說：「妄起即覺，覺妄即離。」所謂「識得不為冤」一覺妄想就沒有了。問題就在於我們能否覺察？若能覺察，妄想根本站不住腳。所以真用功的人是不怕妄想的。你也不要刻意排除它，只要不理它，不隨它轉，一心一意地照顧著本參話頭就行，妄想自然不息自息。

（二）第二是「昏沉」。參禪的人經常會出現不同程度的昏沉。所謂「昏沉」，就是坐禪時瞌睡打盹，不是左右擺動，便是前俯後仰，甚至打鼻鼾。昏沉一來，自己便要覺察。如果是因為工作過分勞累，身子太疲倦了，那就要稍為休息。等到精神恢復後，再提起話頭用功。

那麼如何對治昏沉呢？一般來說，當昏沉時，首先把眼睛睜開，然後將視線收攏，望著前面不超過五呎遠的範圍。

雙肩及臀部稍微移動一下，挺一挺腰，如此，昏沉自然就會消失了。但是要注意眼睛不要望得太遠，否則看的東西多了，心念便會分散。

昏沉實在是參禪中的一大障礙，參禪的人必須要充分注意，善調身心。如果在夜晚坐香，昏沉很重，又感到身子過份疲勞，不妨躺下來休息一會兒，等睡一覺醒起來後，馬上再起來轉一轉，然後再盤起腿子來用功。這樣，心就會比較清明了，而不至於老是昏昏沉沉的。如果再坐下來依然還是昏沉，那就不要勉強再坐了。那時，可以下座拜佛求懺悔，或者是誦經持咒也可以。誦經拜佛的目的是要我們生慚愧心，慚愧自己過去業障深重，對這一法門善根不多。有了慚愧心，昏沉就會自然消失了。

(三) 第三是「無記」。所謂「無記」，就是坐在那裏，心裏清淨淨，空空洞洞的。既沒有了看話頭這一念的覺照心，也暫時沒有粗妄念，而身心感覺到很清淨自在。這個空空洞洞、了無所知，也是參禪用功的一大障礙。這個時候便要覺察，趕緊把話頭再度提起。否則如果這樣長期下去，就是所謂「冷水泡石頭」、「死水養魚」，是不會起疑情開悟的。所以無記也是參禪用功的人所要不得的。

上述三種境界是修習禪定的三種岔路，經常會出現在初用功的人身上。只要自己能覺察得到，這些境界便會慢慢消失。

除了這三種境界以外，如果用功稍有得力，心裏的妄想暫時沒有了，覺得清清淨淨的。在這個時候，有時會出現種種的境界——有的會看

到金光、見到華、見到佛相現前，在這種情況下，千萬不能生歡喜心、生貪著心、生憍慢心，以為自己參禪有了工夫，很了不起，否則就很容易走岔路，入魔道了。

有些人呢，會見到一些可怕的境界現前，見到前所未見、聞所未聞的可怕境界，但是這也不要害怕。有人會問：「我以往根本沒有做過那些事，也沒有見過，不曾聽聞，為甚麼會出現這種境界呢？」要知道，雖然今生沒有做過、沒有見聞過，但是過去生中，無量劫來，所做的、所見的、所聽的，都藏在八識田中，現在做工夫，外面的境界進不得去，八識田中原來的種子便會向外翻，就會出現這些可怕境界。知道這個道理後，也就不怕了。

這時，應該要生慚愧心。思惟可能自己在過去生中曾經做過這些事，現在更應該要好好用功修道，等悟道了，可以了生死後，再去普度它們。這樣，也就是發了菩薩入世度生的悲願力。由於動了這個念頭，它們便會漸漸離開，不會再和你糾纏了。所以參禪用功的人，遇到這樣的境界，要善能分辨對治。

另外，參禪用功的人要「生死心切」和發「長遠心」。

所謂「生死心切」，就是你要知道我們這個色身壽命短暫，一口氣不來就是來生了。若不趕快用功辦道，生死來到的時候，做不得主，隨業受報，墜墮三塗，那就可怕了。

雲居山虛雲老和尚在世時，說過這樣一個真實的例子。他說：「八國聯軍進軍的時候，他老人家正在北京。因為他父親以前在清朝當官，所以他和朝中很多官員都相識。」

當年林則徐在廣東虎門焚燒鴉片後，英國便聯合八個國家攻打北京

，欲進頤和園取光緒皇帝和慈禧太后的命。北京淪陷後，光緒皇帝及慈禧太后惟有逃跑。當時老和尚也跟著皇帝、大臣們一起跑。逃難初期，光緒皇帝還騎馬坐轎。聯軍漸漸迫近了，皇帝便把龍袍也脫掉，換了老百姓的服裝，轎子也丟棄，下馬徒步。慈禧太后也改穿民間婦女的服飾，原來一點路子都不能走的她，也可以和老百姓一起一天跑幾十里路了。晚間停歇休憩時，光緒皇帝一雙腳板底都起了泡，在老百姓家中不停叫痛。慈禧太后就罵他：「你鬼叫甚麼啊！若被人知道我們的身份就沒命了，因為聯軍只想拿我們兩個的命。」

他們跑了好幾天沒飯吃，餓著肚子逃到陝西時，有個老百姓煮了一盤蕃薯藤給光緒皇帝吃。皇帝就問：「這是甚麼東西？怎麼這樣好吃啊！」

老和尚說：「皇帝平常好的大威風，好大的架子，那裡跑過路，何曾餓過肚子啊！當聯軍要他的命時，為了逃命，他就能拼命地跑，肚子也餓了，連蕃薯藤都覺得美味可口了。」

老和尚說：「我們用功辦道的人，要能夠像皇帝那樣通身放下。若拿出這樣的心念來辦道，沒有不成功的。」他又說：「後來與八國聯軍議和了。保駕的人到來後，皇帝的威風又來了，架子也擺出來了，路也不能跑，肚子更餓的不得了。為甚麼呢？因為他知道聯軍不會要他的命了。」

所以用功辦道的人，要記得這無常鬼呀！它天天都在追著我們呀！過了一天，你的壽命就又少了一天，就算你想跟它議和，多給你增加一天也是不可能的啊！所以古人說：「一寸光陰一寸金，寸金難買寸光陰。」用功辦道的人，要把時間看得很緊很緊，不能隨放逸心而放逸。你

如果放逸慣了，一旦遇到煩惱時就想退縮了，這樣，你想成功那就很難了。

這裏我要說一個典故給大家聽聽。南北朝時的誌公禪師，是梁武帝的師父，即是國師。有一天，梁武帝邀請他到宮中看戲，一場戲看完後，梁武帝問誌公禪師：「國師呀！今天這個戲唱得好不好呀？」

誌公禪師答說：「我不知道呀！」

皇帝很詫異，心想：「你明明和我坐在一起看戲，怎麼說不知道呢？」

誌公禪師看出梁武帝的心意，便說：「皇帝呀，用功之人一時一刻都不能放鬆的啊！你可能不會相信，你明天下令從牢獄裏抽出一個死囚，要他在戲場中，雙手捧著一碗水放在頭頂上，然後告訴他，如果一台戲唱完後，頭上那碗水一滴也不倒瀉的話，就赦免他的死罪，放他回家去。但是如果水有水滴出，就立刻拉出去當場斬首。」

第二天，梁武帝就依著他的說法，在牢獄中找來了一個死囚，要他跪在戲場中，兩手捧著一碗水頂在頭上看戲。戲唱完了，發現犯人頭上頂的那碗水並沒有滴瀉，便叫他前去問話：「你知道今天唱啥戲嗎？」

犯人說：「萬歲爺，我不知道啊！」

梁武帝又問：「你聽到些甚麼？」

犯人回答說：「我什麼也聽不到啊！」

那時，梁武帝才相信誌公禪師的話一點也不錯。他再問犯人：「為什麼你一點也看不到，一點也聽不到呢？」

犯人說：「如果我一分心，頭頂上的水一定會倒瀉，那我就沒命了。為了活命，我不敢聽，更不敢看。」

所以誌公禪師說：「用功之人，要如犯人頂水一樣。」我們一般用功的人，做工夫若能如此，沒有不成功的啊！昔日高峰祖師說：「學者能看個話頭，如投一片瓦塊在萬丈深潭，直下到底。若七日不得開悟，當截取老僧頭去。」又說：「參禪若要剋日成功，如墮千丈井底相似。從朝至暮，從暮至朝，千思想，萬思想，單單是個求出之心，究竟決無二念。誠能如是施功，或三日、或五日、或七日，若不徹去，高峰今日犯大妄語，永墮拔舌泥犁。」他老人家大悲心切，發這麼大的誓願，以人頭向我們保證——只要我們具足信心，能七天七夜不生二念，單單的地地一念參「念佛是誰」，若不悟者，高峰禪師說自己願永墮地獄。此話真實不虛，所以用功的人，只要有真實之行處，必定能得到真實的利益。

又有人問：「那麼，我們二堂比丘尼，業障這麼重，參禪用功行不行呀？」

事實上古來比丘尼開悟的也有。好像唐朝末山尼了然禪師就是一位大徹大悟的一代祖師。她嗣法高安大愚禪師以後，便開法於瑞州末山。不但二堂的人親近她，有許多大僧、甚至於善知識也去親近她。

當時，臨濟會下有位灌溪閑和尚。他在臨濟祖師處七、八年之久，仍然沒有大徹大悟，於是想到外面去行腳參訪了。聽說末山比丘尼已大徹大悟，便朝末山去了。

他一到末山，便說：「若相當即住，不然則推倒禪床。」說完即進堂內。末山遣侍者問他：「上座你是為遊山水而來？還是為佛法而來呢？」

灌溪尊者說：「是為佛法而來。」

末山說：「若為佛法而來，此處也有打鼓升堂法則。」因為古來講開示就要打鼓升堂。於是末山便擊鼓升座。

灌溪尊者認為自己是一位首堂大僧，所以見到法坐上的末山比丘尼，他只是站在中間問訊而不頂禮。末山問他：「上座今日離何處？」這是一種機鋒語，

灌溪尊者答道：「離路口。」

末山說：「何不蓋卻！」

灌溪尊者答不出來，就禮拜了。然後他接著問：「如何是末山？」

末山說：「不露頂。」

又問：「如何是末山主？」

末山答：「非男女相。」

灌溪喝曰：「何不變去？」

末山曰：「不是神、不是鬼，變個甚麼？」

灌溪於是服膺，在末山座下行苦行單，做園頭種菜。種了三年，才大徹大悟。所以比丘尼當中也有了不起的人物。

現在我再談談女居士當中的傑出人物吧！明朝有一個女子，人稱俞道婆。她跟丈夫一起住在金陵（南京）城中，做一點小生意，賣油糝。她常常和大眾一起去向瑯琊慧覺禪師參問佛法。瑯琊禪師教她參究「無位真人」，此乃出自臨濟祖師的公案：「一天，臨濟上堂云：『赤肉團上，有一無位真人，常從汝等面門出入，未證據者看看。』」

時有僧出問：『如何は無位真人？』

師下禪床將他把住云：『道道！』其僧擬議。

師立將他托開云：『無位真人，是甚麼乾矢橛！』師便歸方丈室。

就是說我們的六根門頭，有一位無位真人，整天整夜放光動地，只是我們不能覺察。瑯琊禪師就是要她看「那個是無位真人」這一句話頭。俞道婆相信瑯琊禪師的話，每天行、住、坐、臥，不論是做家务或是做買賣，都把這個話頭放在心中參究。

有一天，有一個叫化子，到她門前討飯，唱起蓮花樂：「不因柳毅傳書信，何緣得到洞庭湖。」俞道婆聞後，忽然大悟，就把油糞投在地上，拍掌大笑。她丈夫見狀便罵：「你是不是瘋了？」

她打了他一巴掌，說：「不是你的境界！」便逕自去參見瑯琊禪師了。

禪師一見到她，已經知道她的造詣了。便問：「那個是無位真人？」

俞道婆應聲便答：「有一位無位真人，三頭六臂怒目噴，一掌華山擘兩路，萬年流水不知春。」

瑯琊禪師便印可她說：「你已證聖果了。」就是她已經真正的大徹大悟了。

俞道婆的公案，在高僧傳及指月錄中都有記載的。直至解放後，南京邁高橋那地方，還有一個地方叫俞道婆坊，就是為了紀念她的。

一個在家的普通女子，就能夠這般大徹大悟，了生脫死，可見她的辦道之心是何等的懇切啊！所以參禪這一法，只要你信得及，生死心切，發長遠心，真參實究，久而久之，沒有不成就的！

又有人說：「念佛比參禪較為穩當。」其實念佛一法，又有「事念」和「理念」的不同。「事念」是念一句佛號，持之不斷，這樣慢慢的

，就能收拾多心而成一心了。「理念」就是迴光返照，現前一念，能念之心，沒有身外的佛可念；所念之佛，沒有佛外的心可念。能所雙亡，事理無礙。到那個時候，便可親見自性彌陀，與參禪的人親見本來面目，沒有二樣。

所以雲居山老和尚在世時，他並不規定每個人都一定要參禪，因為若不相應，勉強去參也不行。若是你很難意念佛，而念佛的工夫又可以用得上，能夠清淨你的心意、念頭，那麼就念佛好了。當念到一心不亂，不念而念的時候，便是念實相佛了。

念實相佛和參話頭，當清淨境界現前的時候，無異無別。念佛如此，持咒、誦經也是如此。所以說：「佛說一切法，為治一切心；若無一切心，何用一切法。」法法都是圓融無礙的，不要妄生分別執著。

今天我就說到這裡吧！

七、參禪如何起疑情、話頭的來源

（一九九九年七月六日開示於寶林禪寺齋堂）

老和尚慈悲，各位法師們慈悲：

參禪用功這一法，首先要明白道理。這個「道理」呢，就是路頭。如果你道理不明白，路頭就辨不清楚了。一旦你走錯了路，就會離開正道越來越遠。所以古人說：「修行無別修，貴在識路頭。路頭識得了，生死一齊休。」那麼就是路頭明白了。在用功上面，還要注意善調身心啊！

在用功的時候，坐的姿勢以自然為好，不要故意地把腰挺得很直。應該順其自然，端身正坐，頸靠衣領，兩目微閉，然後把身心放下來。這樣一切調整好了，再心平氣和地提起一句話頭來參。

有的人坐下來便打昏沉，左搖右擺。昏沉呢，老是打不開，這個事要靠自己來覺察；因為昏沉多是來自妄想。有的人坐下來，妄想很重，他總想去除妄想，但老是去不掉，就像兩個人打架一樣，時間一長，就疲倦了，那個昏沉又來到了。所以去除昏沉，首先要注意妄想。

有人問：「如果妄想去掉了，那個昏沉又怎樣對治呢？」實際上，那個昏沉很多時是裹著妄想的，只是你在昏沉之中不覺察有妄想罷了！你如果把正念一提，你就發覺妄想在不停地翻騰。所以這個時候，你要覺察你的本參話頭在不在。你要是不專心覺察這話頭，老是和妄想對拼，你始終拼不過它的。你只要不睬它，不隨它轉，單單的的地，時時照顧著這個話頭。

如果在這個時候還有昏沉呢？可把眼睛睜開，把兩邊肩膀動一動，

腰部挺一挺，這個昏沈呢，自然就會消失了。千萬不能認為那個昏沉是修行一個舒服的境界，不然你就會執著捨不得放，以致一坐下來，很快就會出現昏沉，左右搖擺這個毛病就在這個地方。如果這樣子長期下去，寶貴的時光都會被浪費掉了，你就被昏沉給度過去了。

又有人問：「起疑情是什麼狀態啊？如何能起疑情呢？」這個疑情啊！不是開始用功就能提起來的。開始用功的人，你不要管它得力不得力，只要把這一句話頭隨時照顧好，不讓它被妄想打失。如果出現妄想，你就趕緊覺察，久之，你那個妄想心自然減少，照顧話頭就能專一，你的心便靜下來了。楞嚴經云：「如澄濁水。貯於靜器。靜深不動。沙土自沉。清水現前。名為初伏客塵煩惱。去泥純水。名為永斷根本無明。」這就是譬喻我們用功的過程。你把這一念話頭，照顧得不讓它打失，就如同那個濁水，放在那裡長久不動，那濁水裏面的沙土自然便向下沉澱，清水就現前了。清水現前就比喻我們的自性清淨心啊！當自性清淨心一現前，就名為初伏客塵妄想。

為什麼叫初伏呢？因為那個沙土沉在底下，如果一攪動呢，那個沙土又翻起來了。就比喻我們這個妄想心，雖然暫時因為看話頭而伏住了，但是我們這個妄想心還沒有斷根，這只能說是初伏客塵妄想。要把這個妄想心全部斷根，這才叫永斷根本無明，才能叫了生脫死啊！

參禪用功的人，出現了清淨境界，身心出現無盡輕安的時候，千萬不能得少為足，認為這個就是禪定境界。有的甚至把它當作三禪、四禪，那便會生起增上慢了。這時，如果不懂得加功進步，你就會倒退，或是走到歧路上去了。所以用功的人要具金剛眼睛來觀察，簡單來說就是要有正知見啊！有了正知見呢，就不會走瞎路了。

有的人又問：「禪堂裏面跑香，是不是跑得愈快愈好？」這個不能一概而論的。古來祖師是明眼人、過來人，他們制定這個規矩當然是有其道理的。因為跑香行香作用就是調和身心。我們這個色身，如果長坐不動，身體血液就不能暢通；因此下座走一走，就使血液能夠恢復運行暢通。那麼跑香應該跑得快還是慢呢？那個也是不一定的。因為過去的修行人工夫用得好，能利用跑香這個動作來鍛鍊自己的工夫。光是在靜中能有工夫用，動中沒有也不行啊！要了生死，一定要把工夫用到動、靜一如。所以就要在動中來鍛鍊。在動中鍛鍊工夫起來，有的跑得很快，因為他的心念已沒有妄想了，他只是光照顧著這一句話頭；他跑起來，身體都是輕飄飄的、甚至於不感覺到自己在跑。所以那些老參師父跑起香來非常快，但是一聲站板打下來，他一下子便站住，如同死人一樣，沒有粗氣呼出啊！如果是一般的人，工夫沒有用到那一個地步，快跑了一會兒後，停下來就喘粗氣了。工夫純熟了的人，跑起來和坐下來都是一樣。你站在他身邊，聽不到半點呼吸聲。

古人說：「靜中工夫十分，動中纔有一分；動中工夫十分，睡夢中只有一分；睡夢中工夫有十分，八苦交煎，生死臨頭，又只有一分。」因此，動中有十分的中工夫，在病中就只能夠有兩三分；病中有十分的工夫，到生死關頭，就只能作得了一半的主。所以，若想了生脫死，定要清楚知道自己是否已到了那一步。

首先要從靜中做起。當你打坐時，是否沒有一念妄想，明明了了，歷歷明明，沒有昏沉，沒有無記。靜中就是有了這個工夫，動中也不一定有。動中不單指跑香，出坡幹活都是動啊！出坡幹活有十分工夫的話，病中只能有幾分工夫。病中能夠真正有十分工夫的話，到生死關頭，

像活龜脫殼一般的痛苦才能止得住，你在生死關頭才能做得主。所以用功的人，要自己考驗自己，不能得少為足，不能有後退之心，要勇猛精進，一直用功下去，不達到目的，絕不能退失信心。如是十年、二十年的堅持下去，總會有成就的。

那麼「疑情」又是怎樣生起來的呢？當你把手頭照顧到沒有妄想的時候，你那個心就靜下來了。那時，你再反問這個念佛的究竟是誰？就好像有一樣很貴重的東西遺失了，不知道丟到那裡去，那麼心裏面就老是在思惟這件事，當下就自然地產生了疑情。但是必須要注意，這個疑情只是一念，就是一個念頭；並不是要你思量卜度的、東想西想的思惟念佛是誰、究竟是誰？那樣就不是在做工夫了。也不是起疑情啊！那時根本就在打妄想了。你只能在你的妄想心沒有了，在不明白處生起這個疑情，當疑情一起，那麼外面就沒有世界了。對你自己來說，也不知道有身心了，就只是這一念疑情在啊！好比那個冷火抽煙，一線綿延不斷。在這個時候才叫真疑現前。如果是空空洞洞，清清淨淨，非常舒服，也沒有話頭疑情在，那個只是無記境界，它不是疑情、也不是工夫，這是用功的人要特別注意的。

一旦真疑現前，就會不分晝夜，不分閒忙，也不分病時，只是單單注意疑念。二六時中，不間不斷，久而久之，若碰到因緣，就因的一聲——開悟了。到那個時候，你就見到自己的本來面目了。最低限度，你就是證到見道位了。在宗門下就是破了本參，生死了了一大半，你的道眼也就打開了。所以說宗門下這一法，你要是真實行持，當生就能了脫生死！

古來這一法，了生死的人很多很多！祖師們說的話不是騙人的。就

是我們信心不足，如果信心具足呢，一定能夠辦得到的。

又有人問：「瀉山祖師他教人的用功方法是怎樣的？他的宗旨又如何呢？」好吧！我就在這裡和大家談一談吧！

瀉山祖師又叫靈祐禪師，他是唐朝的人，是百丈懷海禪師門下的弟子。當時有一位異僧，人稱司馬頭陀，本是三國司馬懿的後裔。他雖出身名門，卻不慕世榮，年少便於南嶽衡山出家了，後來住於江西黃龍山永安寺，持頭陀行。他任職典座，負責掌管大寮炊煮飲食諸事。每次當他汲水時，都見到一隻靈龜出現，啜食他滌箕出來的米飯餘粒。因此，他每次汲水，總把餘飯放置於水邊石上，留待那靈龜食用。如是過了很久，一晚，他忽然在夢中見到那靈龜對他說：由於長久以來受其施食供養飯粒，心中感恩殊深，現在牠快要離開別去了，因為知道他有厄難，故特來相報。他在夢中便追問究竟有何厄難？靈龜說：他將會患上非常嚴重的目疾。他便請求靈龜解救免難的方法。靈龜告訴他：為報他施飯之恩，會將其涎液流放在他所知道的水邊石上，只要把它塗抹在眼目之上，病患即可痊癒。翌天早晨，他醒來即覺雙目非常疼痛，幾至不可支持。他便依夢中靈龜所示，摸索到那水邊石上，將涎液塗抹雙目。須臾之間，不但劇痛消失了，而且目力超勝昔日萬倍，以致能夠上察天文，下知地理，勘輿風水通達精微，時人皆稱為神眼頭陀仙。

一天，司馬頭陀來探訪百丈禪師。對他說：「在湖南的瀉山，找到一處會出一千五百人的善知識的地方。」並要求百丈禪師揀選一個人去主持。百丈禪師就派靈祐禪師去了。靈祐禪師到瀉山開闢道場的時候，得到當時的裴休宰相護法幫助。裴休宰相給他在那裏蓋了五千四百零八間的房子，又開了五千四百多畝田，還請了一部大藏經。辦妥這些事情

後，他請問靈祐禪師還有什麼需要幫忙？靈祐禪師說：「你應辦的都已經辦了。但尚欠一件事沒辦啊！就是我還沒有徒弟呀！就請你把你的兒子送到我這裡來當和尚吧！」

裴休丞相說：「這件事情，我現在不能立刻答應你，因為我只有這個兒子，他現在已經是翰林官階了。我要回去請示皇上，還要和夫人商量。」回去以後，皇上也同意，夫人也同意，裴休宰相就把兒子送去瀟山出家了。

他這個兒子，就是後來的法海禪師，就是開闢揚州鎮江金山寺的第一代祖師，而白蛇傳裏面講的那位法海禪師，只是章回小說中的虛構人物，是杜撰出來的。這位法海禪師到瀟山後，雖然他以前是當官的，可是靈祐禪師對他要求很嚴格。命他每天都要負責挑擔一千多人吃、用的水。一天，他擔水擔得很是勞累疼痛，坐下來休息時不禁埋怨地說：「和尚吃水翰林挑，縱使吃了也難消。」此話說過以後，當時那裡的僧人的肚子竟然都發脹了，大眾僧便把這件事情稟告靈祐禪師。靈祐禪師就召法海禪師來問：「你究竟說了什麼話？」法海禪師就把這番話，複述了一遍。靈祐禪師就說：「老僧打一坐，能消萬擔糧，你挑一點水，算得了什麼？」從此以後，大眾僧的肚子便不脹了。後來靈祐禪師又准許法海禪師閉了三年關。閉了三年關以後，才叫他去金山開道場。

當時瀟山祖師有一位師弟叫香嚴禪師，他本來跟瀟山祖師一樣，都是在百丈禪師門下的。香嚴禪師文化很好，辯才很高，但是他還沒有開悟，他只是文學辯才了得。他在百丈禪師會下呢，問一答十，問十答百，聰明伶俐。百丈禪師晚年，知道自己快要圓寂，他就對香嚴禪師說：「我圓寂之後，你就到你大師兄那裡依止他去。」兩年後，百丈禪師圓

寂了，香嚴禪師就遵師命到為山依止靈祐禪師了。

當時為山門下有一位傑出的弟子，名叫仰山慧寂禪師，師徒倆加起來就成立了為仰宗。那位仰山禪師已是徹悟了的人。他聽說香嚴禪師來到，就跟為山禪師說：「這個人啊！辯才大得很，他在先師公門下問一答十，問十答百。」

為山禪師就說：「明天上堂，你叫他來，我來問他。」

第二天上堂，就把香嚴禪師請來了。為山禪師問：「聽說你在先師門下問一答十，問十答百，是不是真的呀？」

香嚴禪師答：「不敢啊！」

為山禪師說：「我現在不問你生平所學所解，及經卷冊子上所記得的言句，只問你本份事上一句話。你要是道得出來，你就行了。」

香嚴禪師說：「請大師兄先問。」

為山禪師就問：「父母末生之前，如何是你的本來面目？」就要香嚴禪師回答。香嚴禪師懵懵然答不出話來，窘迫得面紅耳赤。沈吟很久後，嘗試盡其所知解者酬答為山老人所問，都為他所不肯。香嚴禪師便說：「請和尚為某甲說破吧！」

為山禪師說：「我若是現在給你說破，將來反會遭你埋怨責罵的。況且我就是說出來，也只不過是我的見解，於你有何相干，有何益處呢？」

香嚴禪師回去以後，翻查了自己收藏的所有經書，都找不到答案。他不禁歎息說：「畫餅不可充飢！」於是將所有經書都焚毀掉了。並說：「此生不學佛法文字了，但作個長行粥飯僧，免役心神。」於是便離開了為山，憩止於南陽慧忠國師遺跡之處，在那裡住茅蓬了。

住茅蓬要自己弄飯種菜，所以他又挖了一片地種菜。過了兩年之後，一天在挖地種菜的時候，挖到了一塊瓦礫，他便拾起瓦礫向外面丟去，湊巧丟在竹子上，「啪」的一聲，就在這一瞬間，他豁然開悟了。他便沐浴更衣，焚香遙向瀉山方向，禮拜讚曰：「和尚大慈大悲，於我之恩猶過父母，假使當時就為我說破，我又如何會有今日之事啊！」他就說了一首偈子：「一擊忘所知，更不假修持。動容揚古路，不墮悄然機。處處無蹤跡，聲色外威儀。諸方達道者，咸言上上機。」

這個偈子，後來就傳到瀉山祖師那裏去了。瀉山禪師就對仰山慧寂禪師說：「香巖開悟了啊！」

仰山禪師就說：「這個人聰明會講，我要親自去勘試過他。」於是仰山禪師就去到香巖禪師那裏。對他說：「和尚說師弟你開悟了，是不是啊？」

香巖禪師就把偈子再說了一遍。

仰山禪師說：「這是你往昔習教記持而成，若真是證悟了，且再別說一偈試試看。」那麼香巖禪師又說：「去年貧，未是貧；今年貧，始是貧。去年貧，猶有卓錫之地；今年貧，錫也無。」

仰山禪師說：「這是如來禪啊！祖師禪，你還沒有夢著啊！」

香巖禪師又說：「我有一機，瞬目視伊，若人不會，別喚沙彌。」仰山禪師就說了：「且喜師弟，你開悟了，你會祖師禪了。」

所以說，參話頭這一法，在唐朝瀉山靈祐禪師的時候就已經有了。他說：「父母未生之前如何是本來面目」這是不是叫話頭呢？

其實「話頭」的起源可追溯至六祖時代。在六祖壇經中記載：惠能大師密接五祖弘忍大師衣鉢後，便向南潛逃，被數百人所追逐，命如懸

絲。至大庾嶺，被一位名叫惠明的僧人追及，惠能大師將衣鉢放在石上，說：「此衣表信，可力爭耶？」跟著便藏身於草莽之中。惠明來到見到衣鉢，盡其能力竟不能把它提掇，心中赧然醒覺。便大聲地喚：「行者，行者，我為法來，不為衣來。」惠能大師便出來盤坐於石上。惠明作禮說：「望行者為我說法。」

惠能大師說：「汝既為法而來，可屏息諸緣，勿生一念，吾為汝說明。」良久之後，惠能大師說：「不思善，不思惡，正與麼時，那個是明上座本來面目。」惠明即於言下大悟。這個壇經上的公案可說是看話頭一法的苗頭了。

一直到南宋時期，大慧宗杲禪師在雲居山真如寺任住持。當時住了五百多人，只有兩百人參禪，其他人都是念佛。為什麼呢？因為江西九江的廬山靠近雲居山，而廬山東林寺是有名的念佛道場，受到它的感染，念佛的人就多了。

大慧宗杲禪師看到這個情況，他便上堂對大眾說法：「你們只知道念佛，念佛的究竟是誰啊？若說是我自己念，你是口念還是心念呢？如果口念，睡著了你口還在怎麼不念啊？剛死了口還在怎麼不念呢？如果是心念，心又是怎麼樣子的啊？如果是肉團心在念，睡著了，肉團心還在，怎麼又不念呢？」所以就在這不明白處，他要大家來參。當時由於參究這個「念佛是誰」的話頭，開悟了幾十個人，就把禪宗又振興起來了，原來念佛的人也轉過來參禪了。

這便是一句話頭的來源，今天就跟大家說到這裡吧！

圖 四 第 首 迴

日久功深始轉頭

顛狂心力漸調柔

山童未肯全相許

猶把芒繩且繫留

普明禪師原唱

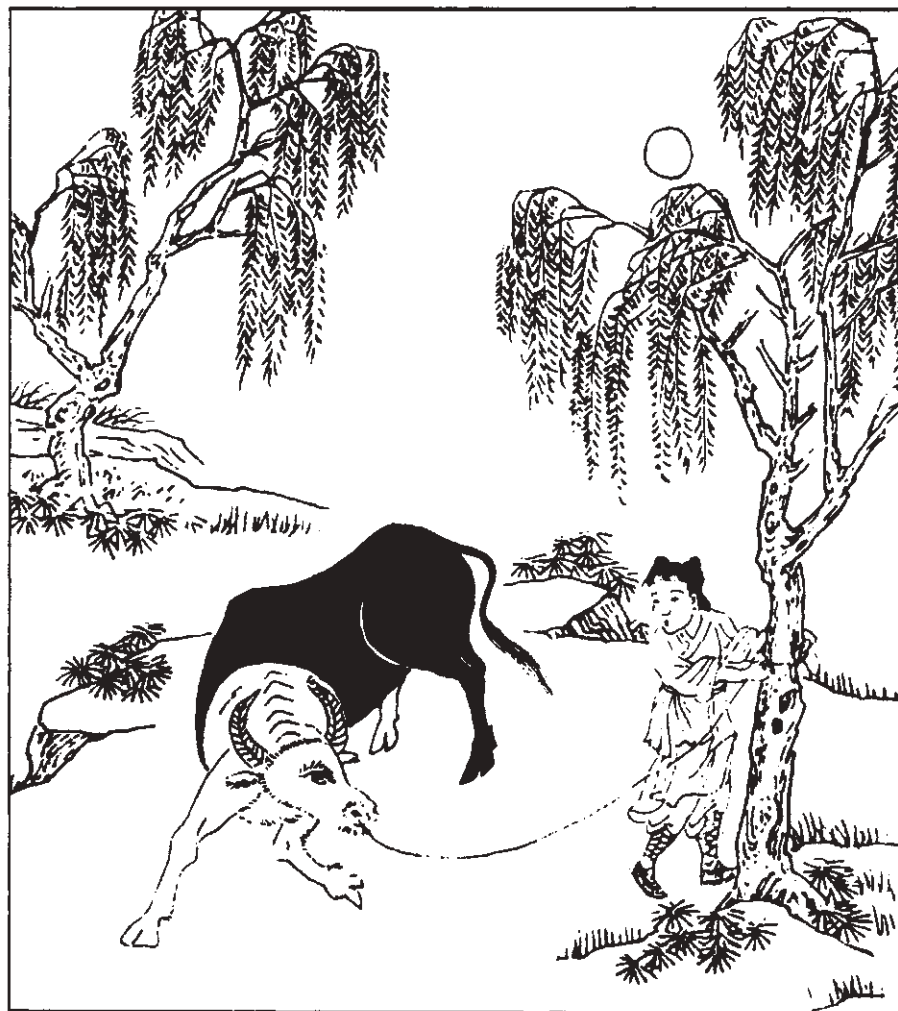
要騎背上便低頭

拽轉頭來性亦柔

只恐有時還倔強

垂楊陰裡尚拘留

夢菴格禪師和



【梁山十牛圖頌】

得牛第四頌

久埋郊外。今日逢渠。由境勝以難追。戀芳叢而不已。
頑心尚勇。劣性猶存。欲得純和。必加鞭撻。

梁山遠禪師原敘

竭盡精神獲得渠，心狂力壯卒難除，有時纔到高原上，又入煙霞深處居。

梁山遠禪師原唱

遼天鼻孔要穿渠，直待金繩爛始除，向去不須分皂白，和泥合水且同居。

楚石琦禪師和

八、宗門下的嚴格規矩，棒、喝、喝的來由

（一九九九年七月七日開示於寶林禪寺齋堂）

老和尚慈悲，各位法師們慈悲：

禪宗這一法，過去又叫做棒喝門庭。所謂「棒、喝」者，不是打就是罵。那為什麼要這樣呢？它是祖師們所出的慈悲手段。打和罵的目的，就是看你能不能徹底放下。同時，也是逼使你放下情執分別的手法。所以古人說：「七尺棒頭開正見，一聲吼喝歇狂心。」可見禪宗門下規矩是何等的嚴格。

過去禪宗，那個規矩講起來是很嚇怕人的。例如：你在走路的時候，看到油瓶倒了，也不要你去扶起。為什麼這樣說呢？就是要你一心一意地用功辦道。你幫忙去扶油瓶的話，你就動念頭了。所以古人說：「油瓶倒了，也不用你扶」。

實際有很多規矩，說起來，現在的人可能不會相信。老和尚在世時，我們也親自問過他。聽說禪堂裏有些規矩叫人把草鞋倒轉過來穿，鞋子倒轉過來怎麼穿呢？我們問老和尚這個是不是真的？老和尚說：「是真的。」

過去，老和尚在金山禪堂裏面，有一天下午四支香，維那師父心血來潮，一開靜就打招呼：「師父們，這支香把草鞋倒過來穿。」然後打催板催香。有的草鞋倒轉穿得不好，走起路來不好走。他看你走得不好，走到你面前就是三香板。老和尚說他就是跑到盡頭，掉了鞋子又扶又走，也受了三香板。當時我們聽到都覺得好笑。現在這樣就行不通了，現在的修行人就是放不下，所以現在悟道的人很少很少了。

那時，在禪堂裏面犯一點規矩的，維那師父先給你三香板，打過之後再跟你說。若你再做得不對的話，又是三香板。有時，有人一下子被打了十幾香板。所以當時的人，在禪堂裏坐香很注意的，真的不敢亂打妄想，因為稍有差錯就要吃香板了。

現在我們再來談談棒、喝的起源吧！唐朝時，馬祖禪師建立開闢了很多叢林，單是江西省就有四十八個大叢林，有的叢林住上了七、八百人，因此，百丈禪師就訂立清規。如果沒有清規的話，這麼多人怎麼好管理呢？所以說：「馬祖建叢林，百丈立清規。」

百丈門下出黃檗禪師，黃檗禪師門下有一位義玄禪師，他便是臨濟宗的第一代祖師。他在黃檗禪師門下當園頭種菜，一種便種了三年，非常用功。

黃檗會中有一位首座和尚名叫睦州。他看到義玄禪師為人很忠厚樸實，他很想成就他的道業。

有一天，睦州和尚就到菜園裏去問義玄禪師：「你在這裡幾年了？」

義玄禪師說：「我在這裡三年了。」

睦州和尚說：「三年來，你到過堂頭和尚那裡請過開示沒有？」

義玄禪師答：「我沒有啊！」

睦州和尚問：「為什麼呢？」

義玄禪師答：「我不知道怎樣請開示？」

那麼睦州和尚就告訴他：「你明天找個時間，穿袍搭衣持具到和尚那裡去。見了和尚以後，先頂禮三拜，然後長跪合掌，說：『請問和尚如何是佛法的大意？』你就這樣去請吧。」

第二天，義玄禪師就按照睦州和尚的吩咐去了。見了黃檗禪師就頂禮三拜，長跪合掌，問：「如何是佛法的大意？」他的問聲未絕，黃檗禪師一言不發，拿起棒子就打了他三十大棒，然後叫他回去。義玄禪師也不知道是怎樣的一回事。

回去之後，睦州和尚又去問他：「你請了開示沒有？」

義玄禪師說：「我請了。」

睦州和尚問：「和尚怎麼說啊？」

義玄禪師說：「和尚一言不發，便打了我幾十大棒，叫我回來了。」

睦州和尚說：「你還是要去再請啊！」

那麼義玄禪師又跑到黃檗禪師那裡去問。黃檗禪師也是同樣地一言不發，打了他三十大棒，又叫他回來。

睦州首座又去問他：「你請開示沒有啊？和尚如何說的呢？」

義玄禪師嘆了口氣，說：「和尚又是一言不發，打了我三十棒啊！」

可是睦州和尚依然又說：「你還是要再去！」

義玄禪師也聽睦州和尚的話，第三次去請開示。也和前兩次一樣，黃檗禪師一言不發，又打了他三十大棒。

回來以後，他就動念頭了：「看來我和此處無緣，我請了三次法，被打了三次，和尚依然不說。唉！自己的業障深重，太愚鈍啊！不能領會和尚的深意。」他就想到他方去參學了。便把這個想法告訴睦州禪師。睦州禪師說：「你即使要到別處去，也應該先到和尚那裡去告假，和尚會指示你到那裡去。」

我們在這裏想一想啊，這樣的被打了三頓，想離開，還要聽從和尚指示，吩咐他到那裡去就要到那裡去。古人是如何的尊師重道啊！

睦州禪師也著實慈悲，先跑到黃檗禪師處為義玄禪師說好話：「和尚啊！三次向你請問佛法的那個和尚，雖然年輕，卻非一般常人。他就要來向你辭別，請你給他指點個方向，多給他點關照。日後他的前途無可限量啊！」

翌日，義玄禪師聽從睦州禪師的話，到丈室向黃檗禪師告假。黃檗禪師問：「你到那裡去啊？」

義玄禪師說：「我不知道到那裡去，請和尚給我指示。」

黃檗禪師說：「你不要到別的地方，你就到高安灘頭參拜大愚禪師。因為他也是大徹大悟的人，他一定會指點你的。」

義玄禪師就聽從黃檗禪師的話，去參謁大愚禪師。見了大愚禪師禮拜以後，大愚禪師問他：「你從那裡來？」

他說：「我從黃檗禪師那裡來。」

「黃檗禪師還有什麼話說呢？」

他就嘆氣了：「我三次請問佛法的大意，他一言不發，每次打了我三十大棒，不知道我有無過錯呢？」

大愚禪師就嘆一口氣說：「黃檗怎麼的老婆心切，為汝得徹困，猶覓過在！」

義玄禪師聽了大愚禪師這樣一說，當下就大悟了。便說：「原來黃檗佛法無多子！」

大愚禪師立刻將他搗住說：「你這個尿床的小子，剛才還問有無過錯，如今卻說黃檗佛法無多子，你究竟見個甚麼道理？快說！快說！」

義玄禪師在大愚禪師肋下打了三拳，大愚禪師將他推開說：「你的師父是黃檗，不關我的事啊！」

義玄禪師便辭別大愚禪師，返回他的師父黃檗禪師那裏去了。

我們想一想看，如果是我們現在當參學的人，像這一種境界能受得了嗎？義玄禪師他就能受得了，三次打他都不回心，一聽到大愚禪師說「老婆心切」，他就開悟了。打的目的就是關心。以後義玄禪師在河北鎮州開創了一個大道場叫臨濟院，舉揚一家宗風，所以後人就稱之為臨濟宗。他以後接待後人，也是全機大用，棒、喝齊施。凡有僧人問話，當即喝破；臨濟義玄禪師的霹靂一聲大喝，令人情識盡斷。不少人就是在這喝中、罵中，迷情盡除，驀然撇見自己的本來面目，宗門下便稱之為臨濟喝，這便是「喝」的來由了。

那麼「棒」的來由又怎樣呢？臨濟禪師以後，有一位德山宣鑑禪師。德山禪師是四川人。未出家時，他的文學很好。出家以後就專精研究金剛經，並且寫了一部金剛經的註解叫青龍疏鈔。他聽說當時南方的禪宗很興盛，一言半句就能開悟，他很懷疑。他說：「佛在往昔，三大阿僧祇劫修行，一百劫修相好，然後才能成佛。南方這些佛子就說一兩句話就能悟道成佛，這個可能是魔在作怪。我為了報佛恩，要將這個金剛經青龍疏鈔擔到那裏去和他們評理，要掃除他們的邪見。」於是他就擔著青龍疏鈔離開了四川。

過去的交通不像現在這麼方便，要慢慢地走路。當他走到灋陽路上，見到一個婆婆在賣餅。他想買些點心，便走上前去。那個老婆婆便問：「你擔的是什麼？」「我擔的是青龍疏鈔。」「是講什麼經呢？」「是講金剛經。」婆婆便說：「金剛經有一句話說：『過去心不可得。現

在心不可得。未來心不可得。』你現在買點心，你點的是那一個心呢？你能道出來，我就供養你的點心；你道不出，我既不供養你，也不賣給你。』這麼一問，德山禪師楞住了，答不出來。因為三心了不可得。他點的是那一心？他答不出。心裏想：「今天剛出門不久，遇到這個婆婆就有這麼大的本事，給她一問，我就答不出來了。」於是就問婆婆的師父是誰，婆婆說：「我的師父是龍潭禪師。」龍潭是個地方，實際上是龍潭崇信禪師。

於是，他就擔著青龍疏鈔逕往龍潭去了。因為他心裏想：一個在家皈依弟子，就有這麼高超的見解，他的師父一定很了不得。所以他一心要到龍潭去參學。跑了很多路終於來到龍潭，他便走進法堂，見不到龍潭禪師在那裡，便說：「久嚮龍潭，及乎到來，潭又不見，龍又不現。」龍潭禪師在房中聽到了，便出來對他說：「你親到龍潭否？」就是你的工夫境界是不是到了龍潭？德山禪師又無話可說了。於是就在龍潭禪師那裡住下來了，每一天侍奉龍潭禪師上堂說法，充當禪師的侍者。

一天晚上，外面漆黑，龍潭禪師說：「夜深了，你還不去去休息嗎？」德山禪師說：「外面天色很黑。」龍潭禪師就拿著一支紙燭子點了火，遞給德山禪師，當他接火的時候，龍潭禪師一口氣又把火吹滅，就在這一剎那間，德山禪師豁然大悟了。悟道以後，汗從頭上往下流，立刻禮拜龍潭禪師。龍潭禪師就問：「你見個甚麼？」他說：「從今以後，更不疑惑天下老和尚的舌頭了。」

翌日龍潭禪師陞座對大眾師說：「你們當中有一個漢子，牙如劍樹，口似血盆，一棒打不回頭。他時向孤峰頂上，立吾道去在。」

當時德山禪師將其所寫的青龍疏鈔堆放於法堂之前，拿著火炬說：

「窮諸玄辯，若一毫置於太虛；竭世樞機，似一滴投於巨壑。」便將疏鈔焚毀了。跟著便向龍潭禪師禮拜辭別。

其後，他居於德山宏法接眾。曾上堂示眾云：「道得也三十棒；道不得也三十棒。」他平常遇到學人來參問，多以柱杖打之，後人稱之為「德山棒」。這個便是「棒」的來由。

宗門下的「臨濟喝」、「德山棒」是齊名的，也就是棒、喝門庭的來由。他們兩位禪師都是唐朝同時代的人，他倆一南一北，一棒一喝，震天撼地，驚鬼泣神，令人悚然心動，遍體汗流。禪宗至此，亦達到其顛峰矣。

所以說，過去宗門下的規矩是非常嚴格的。

那麼有人問：「如果犯了規矩有哪些懲罰呢？」就拿現在雲居山而言，如果是犯了小規矩，維那師父就三香板。如果犯了較大的規矩，除了打三香板之外，還要跪香。就是晚上四支香止靜以後，到佛前跪在地上，一直到開靜才能起來。要是真正犯了禪堂共住規約，那就要叫你出堂遷單了，不讓你在那裏住了。在打七期間，如果違反規矩，除了維那師父打香板以外，班首師父還要打。班首師父的香板叫做警策香板，他一打便是兩下。維那師父的香板，叫規矩香板，一打就是三下。巡香的香板叫供養香板，一打只是一下。

如果在打七期間，在靜中或是在跑香時胡說亂道，除了維那師父打了以外，凡是在堂的班首，每人都打兩下，一直把你打出堂。

去年打七，我們雲居山禪堂也出現這個情況。有個師父在平常時間講話了，維那師父打了他三香板，他還再說，所以所有班首都過來打他香板，結果他就被打得跑出禪堂了，以後就不讓他進堂。所以打七期間

的規矩，比平常又要嚴格了。

那麼有人又問：「雲居山為什麼不讓女眾進堂坐香呢？」老和尚在世時，女眾是可以進堂的，一直到老和尚圓寂以後，女眾還可以進堂。久而久之，有些女眾和那些年青的師父們互相碰撞，有時還說話。所以從那以後，常住上就討論訂立規矩，就是考慮現在人心不古，又沒有大善知識在場，就乾脆不讓女眾進堂了。從那時起，一直到現在，任何女眾想進堂坐一支香都不行。

前年冬天打七，台灣台北市，有一個叫雲娣的比丘尼，她到了雲居山，供養了雲居山和寶峰寺人民幣二十多萬，並且拿了十多萬元的金箔，供養雲居山。她跟大和尚說：「想進堂坐一支香。」大和尚說：「這個規矩是不能改的。如果我改的話，班首師父一定會反對我。」所以那位比丘尼有好大的意見。直到去年，我們去台灣傳戒，他接待我們到她那小廟裏去，還重提前年那件事。她說：「雲居山的規矩真嚴啊，我想坐一支香也不行。」所以大和尚慈悲，後來也傳了法給她。她也就心甘了，不瞋恨了。

雲居山的道風能夠這樣堅持下去，就是因為有些死規矩它是不變不改的。一般外寮人犯了規矩，也要到齋堂裏面跪齋堂。就是每天早上過早堂的時候，當開始念供養咒，誰要是犯了規矩，就在中間通道上跪下來，由僧值師父表堂白眾，這個人犯了什麼規矩。譬喻說：上殿不到、坐香沒有到、出坡偷懶、或者是其他不如法的事情，今天向大眾師父懺悔，以後絕不能犯。如果懺悔以後，再有犯者，常住上就要遷單了。所以雲居山有許多人住不下，就是規矩受不了啊！事實上，真正用功辦道的人，他是最喜愛規矩的。他說：「規矩不嚴，就不好辦道。」這個話

好多人同意，也有部份的人不同意。但是規矩是常住訂立的，常住絕不會改。

又有人問：「雲居山有什麼宗旨？」我這次來的時候就有人這樣問我。我說：「雲居山以『真參實悟，明心見性。』為宗旨。」

他又問：「雲居山是什麼家風？」

我說以「遵古奉戒，農禪並重」為家風。他當時聽了感到很愕然，雲居山的家風確實是如此啊！

好吧！今天就講到這裡吧！

九、嚴持戒律。離心意識參

(一九九九年七月八日開示於寶林禪寺齋堂)

老和尚慈悲，諸位法師慈悲：

參禪用功這一法，古來都是在叢林大眾會下行持。所以古來開悟的人，都是在叢林下禪堂裏開悟得比較多。譬如：近代雲居山的虛雲老和尚、高旻寺的來果老和尚、常州天寧寺的冶開老和尚、杭州靈隱寺的慧明老法師，都是在叢林大眾之下開悟的。為什麼都在叢林之下開悟呢？因為在大眾之中，倚眾靠眾，互相熏修，這個力量是非常之大的。所以經典上說：「大眾薰修希勝進，十地頓超無難事。」

大眾薰修的好處，就是當你出現懈怠的情況，禪堂裏的規矩會鞭策你，它不讓你懈怠放逸。如果你坐香昏沉，禪堂裡面的巡香師父就要下香板；如果你走路東張西望，那麼維那師父、班首師父也要下香板；所以說大眾之下，是不容許一個人放逸的。

過去的大眾，是男眾、女眾分開修持的。但是現代末法時期，多數地方都是男女同住。雲居山老和尚在世時已經有這種現象。他老人家說：「大眾之下，若男女同住，就一定要嚴持戒律。一切行動，一定要以戒為本。」因為三無漏學，戒是根本。無論修那一個法門，不持戒律，都不能夠成功的。所以說：「戒為無上菩提本。長養一切諸善根」。離開了戒律的行持，就等於蓋房子沒有基礎，那個房子是不牢固的。久而久之，便會倒塌了。

老和尚在世時，一再強調說明受持戒律的重要性。他那時對我們年輕的小和尚要求非常嚴格。他不允許你跟女子面對面說話，如果她給你

東西，也不允許用手直接去接。如果沒有盆子可裝，就叫她放在地下，然後你再去拿。更不允許沒有第三者在場，你單獨一人跟女子說話。所以他說：「末法的眾生，根基越是淺薄的人，其貪欲、瞋恚、痴愛之心越重。如果男女互相接觸的時間長了，就會出現種種不良的現象。」此外，他老人家又說：「你們寧在山中睡覺，也不要到城市裏面修道。」也就是說山中比較清淨，不須和社會上複雜的人事接觸，可以安心修道，把戒律持得清淨。他還把自己親身經歷的一個事蹟告訴我們。

他三十八歲時，在外面行腳參學。有一次，從寧波坐船到杭州去。當時搭的是木船，沒有機器，完全靠人工來拉。這是六月的熱天，白天船主不敢開船，因為天氣太熱了，只能利用晚上來開船。當晚上開船時，天氣涼了，大家也疲勞了，就躺在倉板上睡覺。老和尚當時亦躺下來睡覺，由於船小人多，其臥鋪迫不得已與青年婦女的臥鋪相連。到了深夜，老和尚在熟睡中驚醒，發覺有一個青年女子正在撫摸其身體，並且已脫光衣裳，赤裸裸地抱著他。老和尚不敢作聲，趕緊爬起來，盤起腿子結跏趺坐，念誦楞嚴咒，而那個女子亦不敢再有所行動了。他老人家說：「倘若當時失了覺照，其道便敗壞了。」所以年輕的師父在外面跑是很危險的。

又有人說在六祖壇經中不是有記載：「心平何勞持戒。行直何用參禪」嗎？老和尚說：「你反問自己，你的心平了沒有？如果有一個美貌的女子赤身露體的抱著你，你能不動一念心嗎？如果能夠做得到，你才能誇這麼大的口，否則你不能說大話。」持戒如此，參禪用功也是如此。六祖是古佛應世、肉身菩薩，他能夠言行一致；但是我們一般的凡夫就不能做到。所以我們要以戒律為根本，持戒生定，從定發慧。

他又跟我們說：「你們這些小和尚，不要認為雲居山太苦了。你怕吃苦，就不願在這裏長住。雲居山是古來祖師最勝的道場，直至清朝為止，在這個道場開悟的就有一百多人。唐朝道膺禪師在這裡當住持的時候，有一天晚上，四支香開靜，一椎木魚打下來，就有四十八人開悟，你們還想往哪裡跑？」所以那時他老人家不讓人到外面亂跑。他說：「師父們要在常住上發長遠心啊！要倚眾靠眾。在大眾會下，有的是古來的人，也有的是行持很好的人，大家都不知道呢！你和那些人在一起共同薰修，就能得到他們的加持力，就不易放逸墮落了。雲居山是真正的選佛道場，你們不能錯過這個難得的機緣啊！如果你們過去世沒有培植福德，想住雲居山也是不可能的。」

他還跟我們說了一個公案，他說：「清朝的時候，有一位即庵慈覺禪師，是四川人。有一天，他想來雲居山參訪。由於當時只能走路，雲居山三十里路高，走到山下已經天黑了，就住在山下的瑤田莊。晚上他坐禪的時候，伽藍菩薩安樂公就對他說：『你到雲居山上去並沒有益處。你過去在雲居山只挑過一擔土，你這次到山上去，只有一粥之緣，也就是只能吃一頓稀飯。』說完就不見了，他感到很詫異。」

第二天吃過早飯，他就朝山上去了。走了三十里路後，到達山上已經過完午堂，那天剛巧大寮也沒有剩飯，所以他就沒得吃了。一直到傍晚，大寮煮了一點稀飯給工人吃，他才可以吃了一點稀飯。

翌日上過早殿後，他就返回所住的上客堂。那裡有兩個掛單的師父因事吵架，後來還打起來了。那個寮元師勸止不了，就把這事告訴方丈和尚。方丈和尚下令『遷普單』，也就是說上客堂的住僧，無論是新來的、久住的，全部都要遷單，當然慈覺禪師也包括在內了。他就想起伽

藍菩薩所講的一點也不錯，他只是昨天晚上吃了一頓稀飯，早粥還未曾吃便被遷單了。

十年後，他得法於臥龍先禪師，他又到雲居山去，到了山下南康（即現在的南昌），遇到他在家時的一個姓張的舊同學，就是現任的南康太守。張太守一見到慈覺禪師，很高興，便邀請他返回家中款待。張太守說：「近來我正找你，今天真巧，你就自己來了。最近雲居山的住持和尚圓寂了，還沒有住持繼任，我知道你佛法高深，文學又好，我想請你去當住持啊。」慈覺禪師心想：「我上次去雲居山，伽藍菩薩說我只有一粥之緣，結果吃了一頓稀飯就被遷單了。現在太守叫我去當住持，大概沒有人能遷我的單吧！」於是他很樂意地接受了，以為前夢不靈驗了。

兩天後，張太守就親自送他上雲居山。到了山下，天已黑了，就住在山下麥洲莊。他就把上一次自己在山上的因緣告訴太守。太守說：「這次你當住持，誰能反對你呢？」豈料，到了半夜，禪師忽然遷化死了。

翌日，張太守發現他已經坐著往生了。不禁回想起他昨晚所講的往昔因緣。於是就把他的屍體在麥洲莊附近火化了，還造了一個塔，把他的骨灰放在塔裏面，並且親自給他寫了一個碑文說明這段因緣。「一九五六年我們初到雲居山，老和尚還要我們去掃那個塔。當我們去到那裡，見到該塔已經倒塌了。據當地的村民說，是一九五四年水災氾濫，洪水把它沖倒的。但是碑文還在，看上去還很清楚。因此，一個出家人居住了一個道場，就要全心全意地護持道場，要真心的為道場出力，否則你和這個道場就沒有結下好緣，那麼縱使來世有機會再來到這個道場，

也住不下去，這是很重要的。

當時，我們在雲居山，生活很清苦，工作勞動量很大。每天要劃定很大的面積開荒，白天開不完，晚上天黑了也要再幹。有時山下有東西要運上來，如果有月亮，坐完養息香及四支香，還要到山下三十里路去擔。回來休息不到一兩個小時又要上早殿了。上過早殿就過早堂。早堂過後，坐早板香只有半個小時就打板出坡了。所以那時的生活很緊張、很忙碌。

勞動緊張，生活又苦，每天早上都是蕃薯稀飯，蕃薯根和葉當小菜。有時蕃薯根和葉也沒有，就只有炒鹹鹽加進稀飯裏吃。中午吃飯，有青菜就是純青菜，沒有青菜就隨便弄點小菜。師父們吃飯吃得很多。上一次在這裡住的那位海音老和尚，有一年臘月初八煮臘八粥，他一個人吃了十三碗。當時，他的氣力也蠻大的，能擔起四百多斤的擔子。晚上吃的藥石，沒有飯麵的。只有單煮一些蕃薯，或是馬鈴薯，放在齋堂裏面，誰要吃就自己去拿一點，開水也放在那裏，沒有小菜，也沒有行堂，而吃的人很少。生活雖然那麼艱苦，但師父們的道心卻很好。

我們出家人用功辦道，越是艱苦，道心越能堅固。老和尚常說：「受得十分艱苦，便見少分光明；忍得十分煩惱，便證少分菩提。」

昨天又有人問：「我們參禪用功，如何『離心意識參』？」在禪宗門下有這麼兩句話：「離心意識參，出聖凡路學。」

所謂「離心意識參」，指這個心不是我們本有的真心，只是我們的意識識心。我們有八識，即眼、耳、鼻、舌、身、意六識、第七末那識和第八阿賴耶識。前五識是不起作用的，是由意識來主管的。眼觀色、耳聞聲、鼻嗅香、舌嘗味、身接觸，都要通過意識來分別。意識分別以

後，再由末那識傳送到阿賴耶識（藏識）中去。禪定最主要就是要把六識、七識轉過來。因為六識就是打妄想分別，七識就是執有我相。人執、我執，這個就是生死的根本。

參禪的目的就是要不起二念，一起二念就不叫話頭了。我們離心意識去參，也就是不起分別，離開生滅這個念頭。我們現在經常說打七，所謂「打七」，就是要打死這個第七識，阻止它傳送。因為這個末那識，把意識分別的東西傳送到第八阿賴耶識那裏去。阿賴耶識又叫藏識。就等於一個大倉庫，不論好的、壞的都裝下來。所以我們每動一念，七識就把它傳送到八識裏去。當外界的五識不往裏面傳的時候，七識就把八識裏面所藏的種子又向外面傳。所以我們每每坐下來用功，眼不看色，耳不聽聲，鼻不聞香，舌不嚐味，身不活動；為什麼還會有那麼多妄想翻騰不停呢？就是七識把八識裏面的種子往外翻，你晚上睡覺時做夢也是這個道理。七識就是往來傳送。所以用功的人，首先要把它轉過來，不讓它再工作，要阻擋它，也就是我們專心一念，不起二念，這就是「離心意識參。」

「出聖凡路學」又是怎麼說呢？因為你的心裏面有一個求做聖人的念頭，這就不清淨了，不能達到一念不生了。所以禪宗門下要你照顧好一個話頭，如同手持倚天寶劍，佛來佛斬，魔來魔斬。一切境界都不用理會。佛來佛斬，魔來更要斬，你不求成聖，還求作凡人嗎？所以凡聖都要拋開，就叫「出聖凡路學」。

凡聖是兩種概念，一念不生，清清白白，如果能當下明心見性，你就是佛，就是聖人。那麼如果不能一念不生；相反地妄想多多，你就是凡夫。所以聖人與凡夫，就在這一念之中差別。古人說：「一念具備十

「法界」。所謂「十法界」者，就是一念慈、悲、喜、捨具足，就是佛的法界；一念是六度萬行，就是菩薩的法界；一念在觀察因緣上覺悟，就是緣覺法界；一念觀四諦法，自己了生死，不度他人，就是聲聞法界；這就叫四聖法界。十法界裏面有四聖六凡，如果你這一念具足五戒十善，就是天人法界；如果五戒具足，十善不足，就是人道法界；如果十善具足，但無明火熾盛，易於忿怒，就是修羅法界；既不持五戒，更造十惡業，就是地獄法界；一念痴心重，就是畜生法界；慳貪心重者，就是餓鬼法界；所以說十法界是我們當前一念心所生起的。

我們用功辦道的人可以自己檢查一下，從朝到晚所打的妄想：十法界中那一種法界居多呢？如果是三惡道的念頭較多，就要趕緊懺悔改過。若是十善業的念頭較多，也要注意；因為十善法，也是漏落生死的。我們應該要有大乘的心行，要發菩提心，自度度人，這才叫真正的無上菩提心。有了這個菩提心，用功辦道也就會順利，否則就難以成就。

今天就說到這裡吧！

圖

第五 伏 馴

綠楊陰下古溪邊

放去收來得自然

日暮碧雲芳草地

牧童歸去不須牽

普明禪師原唱

月下風前山水邊

隨從到處竟恬然

相看彼此無回互

收捲繩頭不用牽

夢菴格禪師和



【梁山十牛圖頌】

牧牛第五頌

前念纔起。後念相隨。由覺故以成真。在迷故而為妄。
不惟境起。皆自心生。鼻索牢牽。不容擬議。

梁山遠禪師原敘

鞭索時時不離身，恐伊縱步惹埃塵，相將牧得純和也，霸鎖無拘自逐人。

梁山遠禪師原唱

從來一個不羈身，滿眼雲山滿眼塵，今日稍能知觸淨，肯緣苗稼犯他人。

楚石琦禪師和

十、參禪工夫得力，來去自由

（一九九九年七月九日開示於寶林禪寺齋堂）

老和尚慈悲，諸位法師慈悲：

參禪用功這一法，是向內反觀照的工夫。所謂「看話頭」，就是要向內看，不是用眼睛去看，是要用識心去反觀。所謂「識心」，就是第七識末那識，因為第六識意識是個分別心，它是不停生滅的。第七識雖然我執重，但是反過來看，它就自然會得力，會實際審察。

又有人問：「觀音菩薩耳根圓通，反聞聞自性，與參禪是不是相同？」這個問題，老和尚在世時，我們也問過他。老和尚說：「兩者都是一樣的。」觀音菩薩反聞聞自性，就是叫我們反觀內裡的工夫。而參禪看話頭也是向內反觀。工夫名稱雖則不同，歸元卻是一路。

楞嚴經二十五圓通中，觀世音菩薩說：「初於聞中。入流亡所。」所謂「入流亡所」，就是我們這個六根對六塵，循聲逐色，這叫順流。那麼現在我們逆流，反過來反聞自性。六根不隨六塵流轉，一旦六根脫離六塵，就叫「入流亡所」，也叫入聖流，也叫破色陰。

又說：「所入既寂。動靜二相。了然不生。」這就是工夫又深入了一步。反觀的力量增強了，不但動相不生，靜相也不存在。所以叫「動靜二相。了然不生。」

「如是漸增。聞所聞盡。」這個受陰就破了。就是在動、靜二相了然不生的基礎上再加進步，能聞和所聞都消滅了，那麼受陰也就消滅了。

「盡聞不住。覺所覺空。空覺極圓。空所空滅。」這個又進了一步。

了，能覺和所覺，這兩個心相都不存在，這樣行陰又滅了，這就叫「覺所覺空。空覺極圓。空所空滅。」空這個覺照自然圓明，能覺之空及所覺之空都不存在，所以叫空所空滅。

「生滅既滅。寂滅現前。」空覺寂圓，空所空滅，生滅既滅，寂滅自然現前，這就識陰也破了。生滅已滅，空所空滅，已沒有生滅了，就寂滅現前。這就證到了五陰俱滅的境界。

「忽然超越。世出世間。十方圓明。獲二殊勝。一者上合十方諸佛本妙覺心。與佛如來。同一慈力。二者下合十方一切六道眾生。與諸眾生。同一悲仰。」如是豁然超出世間，得二殊勝：

一者、上合十方諸佛本妙覺性，與諸如來同一慈力。這就是五陰滅了以後，我們的本妙覺性現前，與如來慈心相應。

二者、下與十方六道眾生同一悲仰。這就是觀世音菩薩耳根圓通圓照法門。

這個法門，如果要與我們參禪看話頭相比，從你初下手的工夫，到你參到無念的工夫；再進一步，無念的心也不存在，唯有這一念依然在，歷歷明明，明明了了，晝夜六時，不間不斷，一旦碰到因緣，豁然開悟，就和觀世音菩薩耳根圓通同一入流。所以文殊菩薩說：「方便有多門。歸元無二路。」

有人問：「當我們的妄想翻騰不停時，話頭也提不起，這時候應該怎麼辦呢？」老和尚在世時，雲居山禪堂的師父們也曾問過這個問題。當時老和尚說：「你就看這一念妄想從何處起？又滅向何處？這樣一看，妄想無性，當體立空，即復我本無的心性，自性清淨法身佛，即此現前。你反過來再覺察，能覺察妄想的又是誰？這樣一反照，心境就馬上

平靜下來，就不會有妄想翻騰不停了。」所以我們用功的人，千萬不要怕妄想，也不要跟妄想鬥，更不要排斥它，不要隨它轉。如果一旦翻騰不了，話頭提不起，心境不得安寧的時候，你就觀察這一念妄想從何處起？又滅向何處？你的心念就會慢慢平靜下來。之後，就可以再提起你的本參話頭。

這個時候要注意，提話頭的時候不要太粗，不要太急；要慢慢地、心平氣和地提。因為話頭這事越細越好。如果太粗太急，不但會生妄想，而且容易生火，導致自己頭昏腦脹，有時眼睛發脹，有時鼻耳也難受。

有時話頭提不起，就像有一個東西堵在胸腔之間，既放不下，也提不起，就是堵在胸口裏，這個時候非常難受。老和尚在世時，就有人出現這種現象。

記得有一次，有一位年輕的慧光師去找老和尚。見到老和尚頂禮以後，就跪下來放聲大哭。老和尚問他什麼事？他雙手向胸口直抓說：「老和尚，我心裡難受得很！」老和尚問他的原因，他說：「我坐午板香時昏沉重，被香板打醒後，自己覺得慚愧，就抓緊地提起話頭。初時還感覺很好用，可是因為我注意力太集中，想把這句話頭放在胸間不讓它跑掉，結果它就老是堵在這裏，放也放不下，提也提不起，心裏面難受得很。從開靜到現在，我心裏還是一樣的難受，所以來求你老人家開示。」

老和尚把桌子一拍：「你趕快起來，把工夫放下就行了，不要再用功了，如果再幹下去，小則會生病，大則甚至要著魔發狂。」他仍然跪在那裏不肯起來，老和尚叫我們把他拉起來，並對他說：「你回去找你

最好的朋友，充下穀子，談談閒話，一會兒就沒事了。」可見用功這件事，如遇到境界到來，要懂得如何排除，好像這位師父的遭遇，就是一個例子了。

另外有一個年紀二十多歲的師父，名叫界寬，他為人忠實，喜好參禪。他用功之中，看見阿彌陀佛現前，就生了歡喜心，因而不參禪，而修念佛。他說：「娑婆太苦，希望阿彌陀佛早日接他到極樂世界。」每次他坐下來不久，阿彌陀佛就現在其前，有時還對他說：「如果你要到極樂世界，就要快些來了。」他以為此境界是真的，也不去請示老和尚，還暗中跟一些同道講，我某日就要往生了。有人問他：「你為什麼要往生呢？」

他說：「阿彌陀佛要來接我啊！」

不料到了那個日期，他還安然無恙，沒有往生。知情的人就來問他：「為什麼阿彌陀佛沒有來接你呢？」他感到不好意思，就起了一個惡念，偷偷摸摸地到山上撿拾了一些樹枝，放在關外明月湖下一個石頭上。那時剛好是臘月三十，大眾僧都聚集在禪堂裏面普茶。他便偷偷地跑到寺外去，用柴將自己圍起，倒上火水，然後將自己雙腿縛起來，再引火自焚。

關外的老百姓看見火光後便去救火。發現有個和尚被火焚燒，連忙通知寺院。當大眾趕到時，他已經被燒死了；手脚都已被燒掉，只剩下頭部及肚子尚未燒完，真是好悲慘啊！

老和尚知道此事後，初一便上堂開示：「你們千萬不要著相，否則很容易著魔。界寬師見到的不是阿彌陀佛，而是他妄想變現出來的。因為有了妄念，那個魔就隨著你的妄念而出現，所以一切妄想的境界，都

會出現種種不同的魔境。」他老人家隨後連續多次開示，都是說明此事。

因此，我們參禪用功的人，如果用功至清淨心現前，千萬不要生歡喜心，也不能動其他的妄念。或妄想有種種神通，如他心通、天眼通、天耳通、宿命通等，這些都是要不得的。因為參禪到了無生的境界時，你一動念頭，隨著你的念頭所想，各種魔境也會出現；你若能一念不生，一切魔境也都沒有了。所以參禪的人到了無念境界的時候，是一大關鍵，只要有一次貪著妄念，你就會走歧途。所以參禪的人要具足金剛眼睛，亦即正知正見，這是很重要的。

那麼又有人問：「如果我們用功已到達一定的程度，倘若遇到逆境現前，我們能否來去自由呢？」這要視乎你的功夫到達那一個程度；如果你的功夫到家得力，你自己會知道能否來去自由的，並不是口頭上你說想來就來這麼容易啊！如果你有了貪求這個來去自由的念頭，那就只會反添麻煩。

一九五八年，中國推行反右派運動，雲居山真如寺僧人也難逃厄運。自四月起，每天上午勞動，下午學習開會；一個多月後，開始劃右派，當時有一位六十多歲的寬鑑老和尚，被打成右派分子，不久即逮捕勞改。

一年多後，有一天，他向管教幹部說：「他要告假回去了。」管教幹部不明白他是什麼意思，以為他要逃跑，即暗地派人監視他。他將自己能變賣的東西都盡賣換錢，再買糖果食品與眾犯人結緣。人們都不知道他為何如此？他又寫下了遺書，叮囑他徒弟把他的屍體帶回去火化。然後托他相熟的犯人，待他死後寄出去。而後自己洗澡更衣，就坐在自

己的床上盤腿坐化了。

後來其他犯人發現這位寬鑑老和尚已經死了，那個相熟的犯人就照他的吩咐，把他的信寄出去。因為他勞改的地方就在他的徒弟住所附近，所以翌日他的徒弟就來到瞻仰師父的遺體；得到那些幹部准許後，他就用布條把師父的屍體背起來帶回去火化。本來他的師父個子頗大，但背起來卻很輕，走幾十里路也不覺重。否則也走不動。

師父們想想看，這位老師父平時看起來呆呆痴痴的，但他自己心中有數。我記得當時在清算他時，要他跪下來，他卻站在那裡笑；那個政府官員光火了，就將他硬生生的按下去跪在那裡兩眼直視，問他這個，他點頭；問他那個，也點頭。問是否他做的？還是點頭；問不是他做的，同樣是點頭，令到人家不知如何是好。對他咆哮他就笑；出手打他依然是笑。

吃飯時，他還是一個人跪在那裡，後來才跑到齋堂吃飯。有人問他：「為什麼跑來齋堂？」

他笑著說：「鬥是鬥，飯還是要吃的。不吃飯就會餓死。吃飽了才能再鬥啊！」他一點兒也不感覺到害怕，這樣的境界，就是真正用功得力的表現。

當時，雖然他被鬥過，他還繼續到禪堂坐香，他選擇在禪堂一個角位坐下，因為人們都不敢跟他坐在一起。擔心如果跟他談話，會招致政府人員懷疑自己與右派分子交往，而被打成右派。所以就沒有人和他接觸。他說：「反而感到清靜」，他就是這樣用工夫。

直至後來我們才知道，他是一個真正用功的人。所以說用功的人，不能在表面上看，要靜靜地觀察其一舉一動，就可感到他是否有真實的

工夫。

真如寺在文化大革命中寺廟摧毀，經書焚燒，僧人下山插隊農村。當時有一位體賢師，年紀五十多歲了，是禪堂唯一的一位西單頭。平日參禪用功認真；他亦被下放到農村，在生產隊內勞動。生產隊給了他一間房，他將背包放在房內。日間就跟人一同勞動，一起到食堂吃飯。他的為人勤奮，在生產隊內整體勞動時他都走在人前，收隊時就走最後，所以生產隊長對他很好，很愛惜他愛勞動不偷懶的精神。

一天，生產隊長發覺他好幾天沒到食堂吃飯，擔心他有事發生，是否病了？就親自到住房查問。在窗外只見他盤腿坐在床上，喊他卻不應，於是就推門進去，才發現他已全身冰涼，毫無氣息，已經死去多時，惟面容如常。與他同隊的一位出家人知道他已死，而且是坐著走的，便把他火化了。一直到文革之後，他的骨灰就被安放到雲居山的海會塔上，他死時還不到六十歲。像他這樣用功的人，不論什麼境界，都不會把他的工夫打失，或是打他閒岔的。

這位體賢師父，當時當雲居山西單頭時，已很受大家尊敬。聽到他坐禪往生了，更得到人們的敬佩，因為他是真正用功的人。據聞當時那位隊長檢查他的衣單時，發現裡面有一本銀行存摺，有一千多元存款。可想而知，這筆錢已儲蓄了很多年，是他平日節約而得來的。後來生產隊就用這筆錢辦了一間小學。每當向老師、學生們提起這件事，他們都很感動。

真如寺的原大知客傳士師，一向參禪認真。一九五八年也被打成右派分子，被逮捕去勞改十多年。其後又值文化大革命，他便回原籍江蘇鹽城，獨自一人居住。後來因有親屬關係，轉到天津市居住。佛教恢復

時，他已七十多歲，大家選他任天津市佛教協會會長，他婉言謝絕，而選擇住在天津市大悲院一小間房裏。一九九八年春，自己預知時至，向親友告假，盤腿坐脫。事後電報通知他徒弟海音師（住安徽省含山縣）到來為其火化，揀骨灰時，有舍利一百餘粒，多為白色。

以上所講的三位師父都是雲居山近代的人；雲居山年老的師父們，都知道這三個人的。

參禪用功的人，在工夫真正得力的時候，不論是好境界或壞境界現前，都不會生起煩惱；因為工夫得力了，所以苦、樂都不存在。他在禪堂裡是這樣，在日常幹活中也是這樣，就能夠來去自由，可以坐脫立亡。現在雲居山經常提起這幾位師父，我們在禪堂裡講開示亦會拿他們作為榜樣，好讓師父們不要東跑西跑。你心不安靜，身亦不安靜，那怎能夠好好的用功呢！

古人說：「心安道隆」，用功的人在一個地方用功若已相應就千萬不要向外跑了，否則工夫很容易動搖，若想修回原來的境界就很難了。所以在座的師父們，這裡常住的環境很好啊！能在此用功辦道是很難得的。還有老和尚及全體僧眾作為依靠，真是難逢難遇。能值遇到這麼好的道場和善知識的師父們，因此，工夫未到一定程度，千萬不要離開。因為一旦離開，可以去參學的地方著實也很少很少。既然出家是為了了生死，遇到真正辦道的道場，無論受到怎樣的磨練也不要離開，磨練是一件好事，是鍛鍊自己。所以師父們要多加注意，好好用功，不要辜負自己出家一場啊！



無 礙 第 六

露地安眠意自如

不勞鞭策永無拘

山童穩坐青松下

一曲昇平樂有餘

普明禪師原唱

悠揚笛韻樂無餘

人牛相伴已相如

鞭索全拋渾不拘

抵耳攢蹄安穩臥

夢菴格禪師和



【梁山十牛圖頌】

騎牛到家第六頌

干戈已罷。得施還無。唱樵子之村歌。吹兒童之野曲。
身橫牛背。目視雲霄。呼喚不回。牢籠不住。

梁山遠禪師原敘

騎牛迤邐欲還家，羌笛聲聲送晚霞，一拍一歌無限意，知音何必鼓唇牙。

梁山遠禪師原唱

前坡咫尺是儂家，疊疊春山橫暮霞，好個歸來時節子，一鉤新月掛檐牙。

楚石琦禪師和

十一、參禪用功的方法（二）

（一九九九年七月十三日講於寶林禪寺禪堂）

老和尚慈悲，大和尚慈悲，各位師父們慈悲：

參禪一法，如果想把工夫用得_好，首先要_{注意}因果。不單參禪要講因果，其他法門也講因果，如果沒有因果，修行就不會得到好的果報。禪宗一法是佛的心宗，目的是要成佛作祖。佛是無上正等正覺，要學這法門就要跟佛學。要學佛的無上正等正覺，首先要建立正知見。因為若果知見不正，道理不明，道路便會不知怎樣行。所以古來大德說：「差之毫釐，謬之千里。」又說：「毫釐有差，天地懸隔。」

參禪一法的重點就在當前一念下工夫。這一念要不住一切相，不生起一切生滅的念頭，只要一心一意地看「念佛是誰」這個話頭。看話頭不是用眼睛來看，而是要向內反觀，用意識來反觀，不能起分別的念頭。一起分別的念頭就落在第六識了。應該用第七識末那識來反觀誰字，不要思量卜度，不要胡亂猜疑，只要單單地看「誰」字就可以。

有人說：「這個『誰』字沒法看得住。」事實上無為法是無相的，我們現前這一念的自性是什麼相呢？你只要用覺性來反觀「誰」字。初用功的人時間看不長是很常見的，你亦不要著急，不要緊張，話頭被妄想打失了再拉回來，再打失了又再拉回來，反覆地去用功，時間一長，粗的妄念便會漸漸沒有了；再繼續用功，細的妄念也會漸漸消失，你的一念心慢慢的就會安靜下來，那時能照顧話頭長一些，你的心就能漸漸的靜下來，靜到一定程度就沒有二念，沒有二念就是無心用功。

在這個關鍵時候必須注意，如果你感覺到舒服自在，空空洞洞的，

話頭這一念也不在，這是無記的境界，是參禪的人所要不得的；長此下去就叫「冷水泡石頭」，是不起作用，不能起疑情的，開悟更不可能了。所以說一念話頭非常重要，到了無妄念時，你就要覺照這一念話頭是否還在？如果不在，你便要輕輕的再提起話頭；做工夫一定要清清楚楚的，不能被輕安的境界打失。所以古人說：「在這時候要具金剛眼睛。」唐朝長沙景岑招賢禪師說：「百尺竿頭坐的人，雖然得入未為真，百尺竿頭須進步，十方世界現全身。」所謂「百尺竿頭」，就是到了妄念一念不生的境界，這境界不是真的境界。要在這境界上更進步。宗門下講要徹底打開，桶底脫落就能見本來面目。所以用功的人一定要把道理及路途搞得明白，千萬不能將生滅心當作真理。

所謂「生滅心」，就是有二念存在，參禪的人要一念不生，一念不生無第二念就是不生不滅的境界，有第二念就不是。所以古人云：「有心用到無心處，無心還隔一重關。」達摩祖師說：「我本求心心自持，求心不得待心知，佛性不從心外得，心生便是罪生時。」如有一念是有心，就不是無心。所以用功要進步一定要明白路頭；如果路頭不明白就會走錯路。所以長沙禪師又說：「學道之人不識真，祇為從來認識神，無始劫來生死本，癡人喚作本來人。」癡人是指生死未出的人。所以我們一定要知道清淨的本來面目，也要認識清楚生滅心妄想境界，這一點都不能含糊。如有人問你，也不能隨便說，因為禪宗法門一言道錯，果報很大。

現在有一典故說給大家聽。有一天，百丈禪師上堂說法，說畢大家都離去了，只剩下一老人坐在那裡。百丈禪師問他做什麼？這老人就說：「我不是人，是一隻野狐狸精，過去世我曾在這裡當堂頭和尚。有個

學人問我：『大修行人還落因果否？』我回答：『不落因果！』因說錯這句話，我就墮落，做了五百世野狐精，沒法脫身。今請和尚慈悲為我點破。」

百丈禪師說：「你來問我吧！」

老人便問：「請問和尚，大修行人還落因果否？」

百丈禪師答說：「不昧因果。」

一個「不落」，一個「不昧」，老人言下大悟了，即向百丈禪師頂禮。並說：「今承和尚代語，令我超脫狐身。我在後山岩下，請和尚以亡僧禮為我送亡。」百丈禪師答應他。

翌日早堂，百丈禪師表堂：「今天師父們在三板香開靜以後，帶衣袍去送往生。」大家都好訝異！這裡並沒有人死，為什麼要送往生？三板香開靜後，百丈禪師帶大家往山後走，在石岩裡以杖撥出一頭死狐，使用亡僧儀式將牠火化。

說錯了一句話就墮落做了五百世野狐精。所以說佛法的人要注意，因為人們向你請教佛法，就會依照你所說的來行持；你說錯他們就行錯，如果他再將錯誤的佛法輾轉相傳，牽連便很大，所以受的果報亦非常大。

在座的出家師父們，特別要注意這方面，不懂不要裝懂，如果不懂，可叫他們多看經書。宗門下以楞嚴經為重要，還有歷代祖師的開示錄，還有這裡的老參上座，可以多多請示他們。所以一句話說錯了就走錯路頭，請出家師父特別要注意這點。

十二、不可輕視外貌苦惱行人

(一九九九年七月十四日講於寶林禪寺齋堂)

老和尚慈悲，各位師父們慈悲：

修行用功一法，只要你能下決定心及長遠心，便能得到好處，不需要你聰明伶俐。有些人認為自己苦惱，對一般常識缺乏，對佛學知識又不能理解，因此修行不得力；尤其參禪一法乃最上乘之法門，不是他們那些人所能做到的。

其實這個想法未免太看低自己了。修行人只要有決定心、長遠心，及一個不怕吃苦的心，用功日子一久就能得到好處。聰明人修行不一定比苦惱人快；因為聰明伶俐的人分別心重，妄想亦多，用功時可能還沒有苦惱人那麼專心呢！

虛雲老和尚曾講過一個典故：明朝萬歷年間，在福建漳州出了一位得道高僧，就是有名的龍禪國師。他這個人很苦惱，出身貧苦，目不識丁，從小在漳州一座寺院出家。從早到晚只做苦工，不懂得如何用功修行。

有一天，有一位行腳僧來寺掛單。見他一天到晚忙個不停，為人誠實樸素，就問他是否住了好久？平常用什麼工夫？

他答：「已住了好幾年了，但卻不知用什麼工夫。」

這位行腳僧跟他說：「你只識工作，不懂用功，是不能了生死的！」

他說：「請問應該如何修行呢？」

行腳僧說：「參念佛是誰」。

這位小和尚就照他所教，行也看，坐也看，從朝到晚都看這個話頭，時間長了，工夫也相應了。他覺得在廟裏打閒岔，就跑到福建某海島上一個石岩草衣木食，在岩洞裡一住好幾年。

他的家中還有母親跟姊姊，她們聞知他在島岩中修行很苦，母親很想念他，就吩咐其姊買了一些食物及一匹布送給他。其姊在島岩中找到他，見他坐著不動，叫他好久也不理睬，其姊生氣了，把帶來的物品放下就回家去了。

過了十三年，母親又掛念他，叫其姊再去看他。見到那匹布及食品還是放在石上，沒有動過。食品及布匹都壞了，其姊叫他還是不理睬，姐姐無可奈何地惟有回去。

有一日，有個逃難的人在島上迷失了路。走到岩洞裡見到有個衣服破爛的和尚在打坐，就向他乞討食物來充饑。他便到石岩邊撿了一些石子，放在釜內煮，將其大腿放在爐內當柴燒，煮了一會，拿來跟逃難人一起食，其味猶如洋薯。那人食飽了想離去，他就對他說：「出去不要跟人說在這裡煮石頭食啊！」。再過了些時，他想老是留在岩洞也是不行，應該出去和大家結結緣吧。就在漳州一條岔路口，搭一個茅蓬做施茶的工作，跟人結緣，不要人錢。

這時是萬歷年間，皇帝的母親皇太后死了。皇帝要為母親做功德佛事超薦她。但當時京中無高僧，皇太后就托夢於皇帝，說：「福建漳州有高僧，你可以到那裏請。」皇帝便下聖旨到漳州，漳州太守馬上召集所有出家人，挑選了百多位能唱會唸的出家人進京做佛事。因為能夠為皇帝做佛事，那些出家人都非常高興，立刻整理好行裝進京去。剛好經過苦惱和尚施茶的地方，他便問道：「諸位師父浩浩蕩蕩的去那裡啊？」

眾僧說：「我們現在奉旨進京，為皇帝做佛事，超薦太后去。」
苦惱和尚說：「我可同去否？」

眾僧說：「你這樣的苦惱，我們怎能帶你去呢？」

他說：「我雖然是苦惱，又不懂誦經，但我可替你們挑行李，到京中去看看也是好的。」於是他就隨那些僧人挑擔子進京去了。

到了皇宮門前，原來皇帝早已在入口大門檻下埋了一部金剛經，想試驗一下那位是高僧。這些僧人都不知道，一個個都跨進宮去了，唯有這位苦惱和尚行到門檻前雙膝跪下合掌不入，任由把門的人叫他、拉他都不肯進去。把門的人將此事稟告皇帝。皇帝心中有數，知道是聖僧到來，就親自出來迎接。一看是一個外貌苦苦惱惱的和尚。就問：「你為什麼不進來呢？」

他說：「地下有金剛經，我不敢進來。」

皇帝說：「你能不能頂經而入呢？」他聽後便兩手撲地，兩腳朝天，翻一個跟斗就進入了。

皇帝知道他是聖僧，對他很是恭敬，把他接入內廷款待。問他明天修法超度的壇場要如何佈置。他說：「明天早上五更開壇。建壇的方法很簡單，只需建壇一臺，準備幡引一幅，香燭供果一席，及為你母親立一個牌位，上一點供菜就可以了。」皇帝聽了不甚高興，認為不夠隆重，當下生起疑心，恐怕這位苦惱和尚無甚道德。看他身上穿的都是破爛衣服，就問他能不能換一下？他說：「可以。」皇帝想再試試他，要他沐浴更衣，又命令兩位御女為他沐浴。這位苦惱和尚就把衣服脫光坐著等，洗完澡後他的下體了然不動。這兩位御女就將情況稟告皇帝。皇帝

知道後對他更加敬悅，確信他是位聖僧了。於是依他所示建壇。

翌日五更時分，這位苦惱和尚穿了衣袍登臺打了一個問訊，持幡至靈前說：「我本不來，你偏要愛，一念無生，超昇天界。」講完這幾句話就把幡放下，向皇帝說：「恭喜！太后已解脫了。」皇帝睜大眼睛看著他，心中非常疑惑，以為如此簡單了事，恐怕功德未能做到。就在這時候，太后現在空中說話：「皇兒！你要趕快禮謝聖僧，我已得到超昇了。」皇帝驚喜萬分，立即禮謝聖僧。

佛事過後，皇帝就在內廷設齋供養他，他看見皇帝所穿的褲是龍褲，上面繡了一條金龍，他很喜歡地目不轉睛望著它。皇帝見狀問：「大德，你是否很喜歡這條褲呢？」他點頭。於是皇帝入內把褲子換下來送給他，他說：「謝恩！」因此皇帝就封他為龍褲國師。齋宴之後，皇帝帶領他遊覽御花園，見到一白玉石寶塔，雕刻很好，他便繞塔徘徊瞻仰，皇帝見他很喜歡這塔，問：「國師很喜歡這塔嗎？」

他答：「此塔甚好！」

皇帝說：「待你回去，我找人把塔拆下來送到你那裏去。」

他說：「不須撤送了，我自己拿回去就是。」言說之間，他已將此塔置於袖內騰空而去，皇帝驚悅不已，嘆未曾有！

這塔現在還在漳州城外，只是被風雨侵蝕少許。那年我到漳州訪問此事，他的家就是在離漳州二十七、八里的小村莊上，那村莊還建了一間小廟來紀念他。文革時被打破了，後來又恢復重建。這事在村莊裏是人人皆知的真人真事。這位龍褲國師隻字不識，為何當生就有這麼大的成就呢？只因他出家以來，不雜用心，一向道心堅固。他的姊姊去看他也不理，衣衫破爛也不管，一匹布放了十三年也不要，他就是能如此專

精的用功。所以說用功辦道不一定要聰明伶俐，只要你踏踏實實，真實地用功，一定會大有成就的。

雲居山近代也有這種事例，在一九五五年有一位名叫寬定的師父來到雲居山。他是浙江省寧波人，年紀只有二十五、六歲。他個子很矮，只有一隻眼睛，說話時口角流涎，人家也聽不到，出坡時氣力又小。他到雲居山來出家，一定要拜老和尚為師，別人收他他也不要。可是老和尚不願意收他為徒，他就經常到老和尚那裏長跪不起。

到了一九五六年正月快要傳戒時，有一天，他長跪在老和尚門外，天下著大雪，他還是不起來。第二天，幾位侍者上早殿時，才知道他整晚一直跪在那裏，身上堆滿了雪。幾位侍者立即回去告知老和尚，老和尚叫他進去罵了一頓後，就答應給他號條。開戒時，他就拿這個掛號名單去受戒。

一九五八年寬定師跑到緬甸和泰國的邊界去。在那裏被邊界的官員抓住了，要槍斃他，他一點也不怕。後來邊界官看他只是一個苦惱和尚，就把他放了，要他返回江西。可是數天之後，他又折回泰國。聽說他現在居住在泰國某一間大寺，當了該寺的首座，地位很是尊崇。因為他到泰國行腳時，樂修苦行，別人看見既驚奇又讚嘆！他在泰國白天出來托鉢化緣飯食，晚上則在樹下打坐。時間長了，當地的人就知道他不是一般的人。於是就把他請到大寺裏供養。現在他已七十多歲了，前年還有人在泰國見到他。

師父們想一想，寬定法師這個人，無論誰都看得出他是個苦惱人；只有一隻眼睛，個子又矮，相貌很醜，說話時人家聽不懂，又流口水，當時大家都認同他是一個最苦惱的人。但是大家只看見他外表苦惱，他

的內心境界卻無法知道。他就是從不看低自己，憑著自己堅強的意志，百折不撓的精神，感動了老和尚收他為徒。在泰國亦因其堅毅的苦行而為人所尊崇恭敬。現在雲居山那些老人談起他時，仍對他很敬佩。其實苦惱人心中不一定是苦惱的，我們一般的凡夫又怎能知道他們內心的境界呢？

我們出家修行人，不論在何時何地，見到外貌苦惱的出家人都要生起憐憫心和恭敬心，千萬不能生起厭惡心。因為那些苦惱人之中，可能有的心中境界是很崇高的，你要是只看表面，那麼便很容易看錯人了。

老和尚曾說：「往往有大菩薩和羅漢到人間來應化，他就示現那種苦惱身，因為以此苦惱身才好教化那些苦惱人。因為苦惱人太可憐了，若他不示現苦惱身，苦惱人就不肯親近他，他就沒有辦法教化了。他現了苦惱身以後呢，苦惱人見到是同類人，就很樂意親近他了，於是他就很容易教化他們了。」老和尚還教導我們說：「你們這些小和尚今後一定要緊記啊！出外行腳參學時，若碰見苦惱出家人，無論是首堂或二堂師父，你們都要恭敬憐憫他、同情他。若見到他有什麼苦惱，也要盡量幫助他解決，應盡你身上所有去幫助他，不要捨不得。更不要因他是一個苦惱人而看不起他、不理睬他，否則你就會當面錯過這個機緣了。因為苦惱人說不定是果位的人來世間應化的，你如果是同情他、悲憫他、照顧他呢，你得到的福報就很大很大了；反之，你如果歧視他，不理睬他，你便會得到罪過呢！」老和尚這番說話是經常跟我們開示的。

昔日有一位二十多歲的禪和子在福建鼓山掛單，他看見雲水堂有一位生癩病僧，其他人都很討厭他、遠離他。這位禪和子很慈悲，發心替他洗滌穢物，細心的照顧病僧。後來病僧病好了，與禪和子一同起單，

病僧說：「我很謝謝你的照顧，病才能醫好，否則我早就死了。我想請你跟我一起到我的小廟去住住吧。」

禪和子說：「我先朝五臺，將來再到你的小廟去吧。」

禪和子朝完五臺山後，回到鼓山，憶及病僧之約，便按照其指示前往探訪。那病僧早已在一金碧明亮的寺門邊迎接他說：「等你很久了，這麼遲到！」便倒了一杯開水給他喝。

禪和子說：「我在路上還未吃飯呢！」

病僧說：「請稍後片刻，飯就送來。」病僧便去牽牛、犁田、播種、插秧、拔秧、薅草、割稻子、碾米、作飯。不知怎麼攪的，頃刻間飯就弄好了。飯吃完以後，禪和子想告假離去，病僧請他留宿一晚。翌日天明下山，則江山依舊，人事全非，已改朝換代過了好多年了。

在叢林中的確是龍蛇混雜，凡聖同居的。今天把老和尚的話在這裏和諸位師父們再說一遍。因為師父們常會在外面跑的，在外跑的時候若遇到苦惱人，就要盡自己的力量來救濟他。這就是盡我們出家修行人的本份了。

今天就講到這裏吧！



任 運 第 七 圖

柳暗春波夕照中

淡煙芳草綠茸茸

饑飡渴飲隨時過

石上山童睡正濃

普明禪師原唱

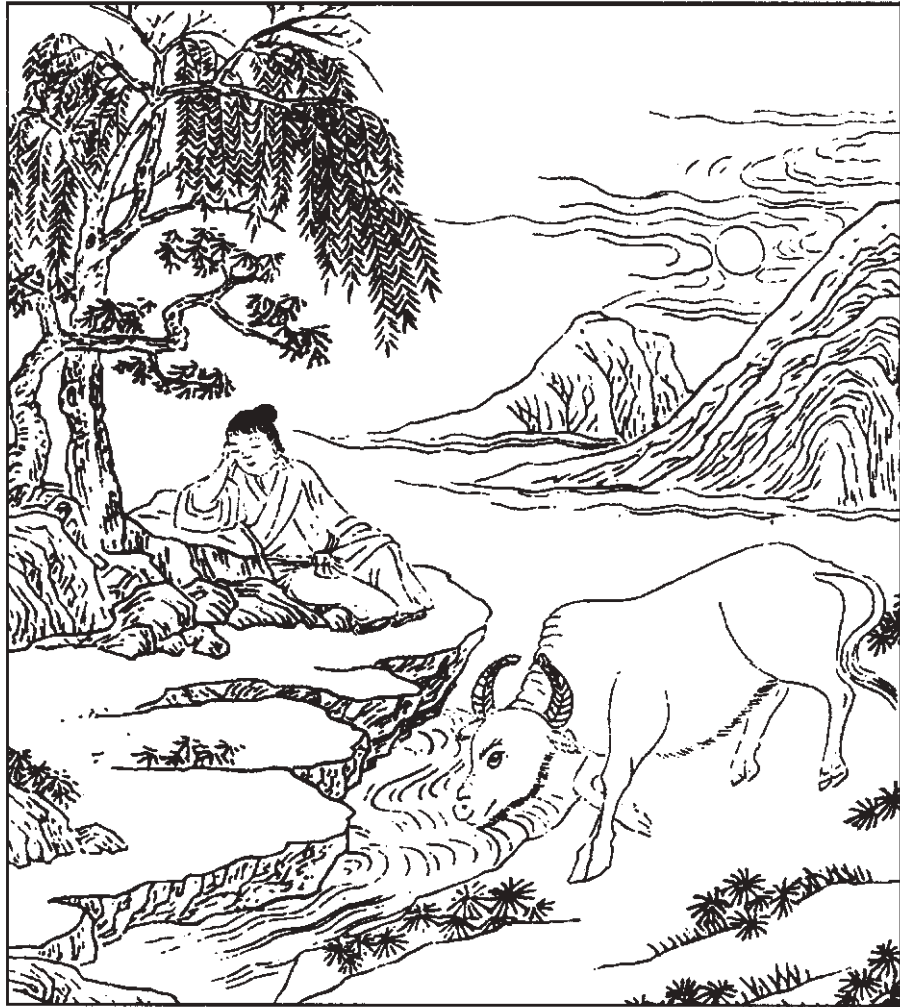
盡日終年在此中

春回大地草初茸

隨時飲啖隨他去

管帶無勞任睡濃

夢菴格禪師和



【梁山十牛圖頌】

忘牛存人第七頌

法無二法。牛目為宗。喻魚兔之異名。顯筌蹄之差別。如金出鑛。似月離雲。一道寒光。威音劫外。

梁山遠禪師原敘

騎牛已得到家山，牛也空今人也閑，紅日三竿猶作夢，鞭繩空頓草堂間。

梁山遠禪師原唱

千重雲樹萬重山，倒臥橫眠任我閒，此景畫圖收不得，誰言身在畫圖間。

楚石琦禪師和

十三、發菩提心、深信因果

（一九九九年七月十五日講於寶林禪寺齋堂）

各位法師慈悲，各位居士們歡喜：

修行用功辦道的人，你不論修持那一個法門，首先就要講求發心。發什麼的心呢？就是發菩提心，又名道心。一般人都會說：「我如果不發道心，我為什麼會信佛呢？我為什麼要出家呢？」可是若作微細的分析，這個菩提心裏面就有種種的差別。

簡單概括地說，菩提心有八種分別，就是邪、正、真、偽、大、小、偏、圓等八種。那麼如何來區分呢？

（一）所謂「邪」者：就是發心不是為了了生脫死，成佛作祖；而是為了博取名聞利養，或是求現生或來生大富大貴，貪求一切快樂的果報，這樣的發心謂之「邪」。

（二）所謂「正」者：就是不求名聞利養，也不為快樂果報，只求了生死、成佛道，這樣的發心便謂之「正」。

（三）所謂「真」者：就是雖知佛道長遠而心不退轉。譬如攀上最高山顛，一直到頂而不怕任何艱苦險阻。雖然知道生死難了，但誓要把其了斷。這樣的發心才叫「真」。

（四）所謂「偽」者：偽者，假也。就是有罪不懺，有過不改，內濁外清，金玉其外，敗絮其中，這就是「偽」。

」。

(五) 所謂「大」者：就是等同諸佛菩薩的悲心悲願去發心。譬如：地藏菩薩大願——「地獄未空，誓不成佛；眾生度盡，方證菩提。」這樣的發心便是「大」了。

(六) 所謂「小」者：觀三界如牢獄，視生死如冤家，只求自度而不求度人，稱之為「小」。

(七) 所謂「偏」者：向心外有佛道可成，有眾生可度，這種發心就名為「偏」。

(八) 所謂「圓」者：發虛空之心，學虛空之行，證虛空之果，度虛空之眾生，而實無虛空之眾生可滅度者。這種發心就名之為「圓」。

這八種發心——邪、正、真、偽、大、小、偏、圓，我們應除邪、除偽、除小、除偏；而取真、取正、取大、取圓，果能如此，就是真正發菩提心了。楞嚴經說：「因地不真，果招紆曲。」因此我們每一個修行人，都要仔細審察自己的發心，究竟是屬於八種中那一種；不然發心有偏差，縱然能證得果位也只是偏果小果，所以菩提心的審察是非常重要的。

我們發了正確的菩提心後，又應該怎樣行持呢？用功又能否一直到底還家呢？這個是不一定的。因為每個修行人過去世中所做的業不同，所以今生遇到的因緣果報也各各不同。若遇到善緣便結善果；遇到惡緣便很難講了。所以能使菩提心堅固不退是很難的，往往有些人修行半途而廢，就是這個原因。

那麼我們如何才能使菩提心不退呢？我們應如佛經所說：「常想地獄苦。」為什麼要想地獄的苦呢？因為地獄裏面的果報實在可怕。鐵圍山內的地獄多得很，現在單說八寒、八熱地獄吧！八熱地獄，據經典上說：八熱地獄就是——等活、黑繩、眾合、叫喚、大叫喚、燒炙、大燒炙、無間。在地獄鐵城裏面，猛火焚燒，上火徹下，下火徹上，罪人無處躲避，被烈火猛焰燒得皮肉靡爛，痛苦萬端，罪人悲嚎叫苦之聲不絕於耳。或有罪人被擲於大鑊中被滾油沸湯烹煮煎熬；或有罪人被烱銅灌口，就是把銅燒熔得赤紅的鐵丸子，令其肝腸寸斷；或有罪人被烱銅灌口，就是把銅燒熔成液體然後灌入罪人口中，那麼骨頭內臟和皮肉都被燒至稀巴糜爛；這種種的苦況只是八熱地獄其中一小部份，但已令人慘不忍睹了。

八寒地獄就是——頽浮陀（寒生炮）、尼賴浮陀（炮裂）、阿吒吒、阿波波、嘔喉（以上三個皆以寒顫聲為獄名）、鬱波羅（因寒逼其皮肉開拆似青蓮花色）、波頭摩（似紅蓮花色）、芬陀利（似白蓮花色）。經云：罪人因寒苦所逼，皮肉裂拆，甚至脫落，露出骨頭如蓮花色，你想想那個樣子是多麼的痛苦呢！現在只是簡略的說明八寒、八熱地獄的一點點苦相。

地獄裏面的眾生受苦的時間，比我們人間的時間長很多。以等活地獄為例：其壽命五百歲。它的一日一夜，相當於四天王天的天壽五百歲。四天王天的一日一夜就等於我們人間五十年；即是說等活地獄裏的眾生受一日一夜的苦，就有人間九百萬年之久啊！況且其他地獄壽命有長至一劫、二劫的，你看這是多麼長的時間啊！所以一想起地獄漫長的痛苦，我們的道念便自然升起來了。佛在世的時候，有一位比丘證了宿命通、天眼通之後，看到過去生中，他在地獄受苦那種慘況，他不禁渾身

發抖，並且流出血汗，因為那種苦況實在太可怕了。

所以我們用功辦道的人，祇要常想地獄裡面是何等的悲慘痛苦。我們辦道的心就懇切了，就不至於退失道心，或懈怠懶惰了。古人云：「常想地獄苦，道念由此生。」我們用功辦道的人在修行當中難免會有魔障，或者遇到種種的挫折，令道心退失，但只要多想地獄苦，你的道心就會振作起來，辦道的意念也會精進起來，所以菩提心是很重要的。我們要時常檢查自己的道心，是否合乎菩提心的好相；要是發覺有不好的心相便要盡早去除，把它糾正到正確的菩提心相上來。

我們無始以來，在生死輪迴中流轉。其實過去生中我們常互為親眷朋友。由於我們沒有宿命通，不知道過去生中的因緣，所以往往待人處世不能平等看待，常起貪愛憎恨。梵網經云：「一切男子是我父，一切女人是我母。我生生無不從之受生，故六道眾生皆是我父母。」若遵佛教，視一切眾生如過去父母，那麼你的心就不會生起嗔恨與忌妒了，你就是發了真正的菩提心。華嚴經普賢行願品云：「菩薩若能隨順眾生，則為隨順供養諸佛，若於眾生尊重承事，則為尊重承事如來，若令眾生歡喜者，則令一切如來歡喜。」這是菩薩的大乘境界思想。

雖然我們不知道過去生如何？但世間有許多真人真事令我們不得不相信這個輪迴的事實。典章上有以下的記載：從前杭州有一個屠夫，見到家中養的一隻豬已夠肥大，便打算第二天宰了來賣。當天晚上，他就夢見已死的父親來對他哭訴，原來這隻豬就是其父所投生的。因為其父在世時也是屠夫，所宰的豬不計其數。因此死後隨惡業受報便墮落做豬，以償還其罪愆；又由於與屠夫前世有父子之緣，所以便輾轉回到兒子的家裏。因現在將遭兒子宰殺，故特來報夢。翌日醒來，屠夫以為只是

一個夢境而已，但當他準備拉那隻豬去宰殺的時候，看見牠竟然在流眼淚，在驚訝之中，屠夫才相信那個夢境是真實的，眼前的肥豬就是自己的父親啊！從此以後，他就不再幹屠夫了，並且好好的飼養那隻肥豬直至老死。前世今生的因緣果報，我們沒有宿命通，那裏能夠知道得清楚呢？這個屠夫差點兒便將其「父親」親手宰殺了。

另有一個記載：在南京城外有一間米店，店主的父母已先後去世。他在店裏養了一頭騾子，以做搬運米包之用。米包是很沉重的，那頭騾子每天都工作得非常辛苦。後來騾子老了，走路走不起來，店主為了催趕牠走快些，就拿鞭子出力地鞭打牠，打得皮爛血流。騾子疼痛不已，而反過頭來看望著店主哭泣淌淚，店主感到很詫異。

當天晚上，店主就做了一個夢。在夢中見到死去的母親悲泣地說：「兒啊！我是你的母親呀！過去因為我偷了你父親四兩銀子，所以今生投生為騾子還債。我的債快要還完了，我亦快要死了，但請你以後不要那麼狠地打我，我疼痛得很啊！」店主得悉那頭驢子原來就是他死去的母親，心中感到很難過。自此以後再也不敢打牠，更不忍心要牠搬運貨物了。所以有些人自以為是萬物之靈，常常任意勞役屠宰畜生，還認為那是天經地義的事。若果你有宿命通，知道該畜生原來是你死去的至親所投生的，你還忍心隨便打牠嗎？還忍心屠宰牠嗎？宋朝陸放翁有戒殺生詩云：「血肉淋漓味足珍，一般苦痛怨難伸，設身處地捫心想，誰肯將刀割自身。」

唐朝有一位得道高僧誌公禪師，住在金陵。有一天他離開寺院下山遊方去。當他走到一個村落，看到一戶人家正在張燈結綵辦喜事娶媳婦。禪師不經意的從外面往內望，豈料所見到的情景，荒謬得令他不禁笑

了起來。守門的家僕看見了，覺得奇怪便問：「大師，請問你為什麼笑呢？是否我們家裡有什麼不妥當的地方呢？」禪師於是就唱出一首偈子：「也太奇！也太奇！子打父皮鼓，孫兒娶祖母，牛羊席上坐，外婆鍋裡煮。」

禪師為什麼這樣說呢？原來禪師看見堂中有一個小童正在打鼓，那個鼓面的牛皮，竟然是其父死後轉世為牛的牛皮所做的。而新郎所娶的新娘子，竟是他老祖母的轉世，因為她生前很疼愛這個孫兒啊！再看坐在筵席上飲酒食肉的來賓，原來是過去這戶人家裏的牛羊。而鍋裡煮的豬肉，卻是新郎的外祖母轉生的，因她前世喜歡吃牛、羊、豬肉，所以便轉生成豬，反為人所吃了。

楞嚴經說：「以人食羊。羊死為人。如是乃至十生之類。死死生生。互來相噉。惡業俱生。窮未來際。以是因緣。經百千劫。常在生死。」可憐六道凡夫眾生，不明前世今生的因果，顛倒妄為，做了如此荒謬絕倫的事情還懵然不知。所以有天眼通和宿命通的誌公禪師，見到世事如此顛倒便不禁失笑了。

我們學佛的人，對於因果報應的道理，一定要牢牢記著，不能夠絲毫錯了因果，否則將來業報現前時，就會障礙你了生死。生死未了就要隨業受報，償還宿債了。所以出家人經常說：「施主一粒米，大如須彌山，若人不了道，披毛戴角還。」這首偈是千真萬確的，且聽我將一個真實的典故道來：

在清朝時，常州有一位老修行，道心很好。有兩母女發心護他的法，供養他的衣食住行，讓他單獨住在一個地方專心修行。

轉眼間，十多年過去了，他還沒有悟道，深感慚愧，心想：「施主

這麼發心，供養了我十多年了，而我尚未悟道，很慚愧啊！實在對不起他們。」於是想離開那裏到外面去參學，便向兩母女辭行去。初時，她們極力挽留他，請他不要走，繼續住下來安心用功。但是後來見他去意已決，便無奈地說：「師父啊！你年紀已經這麼大了，還要到外面去行腳參方，忍受那風餐露宿之苦，我們心中實感不安。唉！如今師父既然一定要離開，我們也不敢違背師意，請讓我們替你準備行裝吧！」於是母女倆便徹夜趕工，給老修行縫製了一件棉襖以作禦寒之用。當他們縫製時，每縫一針，都恭恭敬敬的念一聲「阿彌陀佛」為師父祈福。為防他途中盤川用罄，又暗中把四個元寶縫在棉襖下擺的四個衣角裏面。

翌日，她們將棉襖送給老修行時，他毫不在意地便收下來，並不知道棉襖內裡藏有元寶。當晚他打坐的時候，在定中忽然見到一位蓮花童子，手執清風幡，後面跟有隨從吹奏樂器，還有數人抬著一座青色的大蓮花來。童子說：「你的修持很好，我特來請你上蓮花，迎接你去極樂世界啊！」這一來他就覺得不妥當了，他想：「我是參禪求明心見性的，從沒有動念要到極樂世界去，怎麼你今天抬蓮花來接引我呢？恐怕這個不是好境界，可能是魔來誘惑我啊！」於是他就不作理會。但是那個童子還在那裏不斷的催促他，要請他趕快坐上蓮花台，因為時間快到了。老修行見他這樣纏擾不休也不是辦法，就信手把桌上的一支引磬，放在蓮花之上，那些人才將蓮花抬走了，引磬亦不見了。

第二天早上發生了一件怪事，那施主家中畜養的一隻驢子，隨大便竟然排出了一支引磬來。家裏的人便將此事通知母女二人，她們也感到奇怪，就到驢房查看，認出那個引磬是屬於老修行的，她們更加大惑不解了，立刻將引磬洗滌乾淨，跑去送還給老修行。

老修行知道那個失去的引磬竟然從驢子肚子裏排出來，再查看那件棉襖的衣角原來縫藏了四個元寶，他就明白一切了。心想：「真險啊！昨夜我如果坐上大蓮花被那些人接去了，今天我便入了驢胎變成她們家中的小驢子來還債了。」他歎了一口氣，隨口就說出四句偈：「一件納衣一層皮，四個元寶四隻蹄，若非老僧定力夠，幾作驢兒被他騎。」所以說修行者，若不用功了道，便要償還檀越的信施了。這位老修行的公案，就是最好的例子了。

所以我們學佛辦道的人，對施主供養的東西千萬不要糟蹋。當受用施主供品時，要生慚愧心並為施主迴向，這樣才能減低我們的罪過。如果我們把常住的東西或錢財不如法的使用，那麼果報可不得了，會招致三塗惡報的，所以出家人若不了道是後果堪慮的。

那麼現在我們的出家人啊！就是還未了道，都要清楚覺察自己是正在用功辦道還是正在做背道而馳的事呢，這一點是很重要的。雖然你現在還未了道，只要常懷慚愧心，生死心切的勇猛精進真實究竟，終有一天你能了道的。若能如此真實的用功，施主的供養你便可消受了。如果你一點慚愧羞恥心都沒有，終日活在慌慌疑疑之中，那麼就信施難消了，將來就要隨業受報，償還宿債。永嘉禪師說：「了即業障本來空，未了應須還宿債。」所以出家人對因果問題千萬要注意，不能隨便的。

今天就說到這裏了。

十四、善調身心、立正知見

（一九九九年七月十六日講於寶林禪寺齋堂）

老和尚慈悲，各位法師慈悲，各位居士歡喜：

真實用功辦道的人，首先要明瞭佛法的道理。尤其是參禪的人，應該清楚明白參禪用功的路頭。換言之，知見一定要正確。如果知見不正，就算修得有一點工夫，到後來也會出現種種偏差的現象。參禪這一法，只要你真實實的看住一句話頭，看到綿綿密密，連綿不斷，時間一長，你的妄想心就漸漸少了，清淨心就現前。當你的清淨心現前時，便會出現種種境界或景象。為什麼會這樣呢？因為你的妄想心，無時無刻都在翻騰不停，只是平時自不覺知。當你參禪有了一定工夫時，心一清淨，那些奇奇怪怪的境界現象就會顯現出來了。

現在讓我們談談參禪人最常見的境界吧！一般的人用功到清淨心現前時，心中自然會生起歡喜心。因為動了一念歡喜心，種種境界便會隨之而生：有的看見光明，有的看見蓮花，有的看見奇妙的境界，有的看見佛像現在其前……總之，種種千奇百怪的境界都可能出現。當這些境界出現時，如果你的心中生起歡喜心；或生起執著貪戀，那麼這些境界就會經常出現。每一支香靜下來的時候，你所喜愛的境界便會出現，擾亂你的工夫，動你的念頭。實際上你亦往往不易覺察，還以為它是好現象。

老和尚曾對我們說，過去有一位老師父，他的工夫用的很緊，當他的心達到清淨無念時，就看見一尊佛像站在他面前，放光照他。日子一久，每次坐香靜下來時，佛像就現在其前，還對他說：「要接引他走。」

「幸好他還有一些定力，回答說：『現在還不能往生，他還要繼續將工夫用好。』」

後來他將此境界告訴老和尚，老和尚說：「你不要管他！不要生歡喜心啊！」他便遵從老和尚的話去做，但是境界仍然出現打他的閒岔，他於是再去請老和尚開示。他說：「不行啊！我依照你老人家的話去做，不理它。但它還是現在我面前放光照我，要我跟它走呢！」老和尚想一想便說：「你準備一把很尖的錐子，放在座位旁，下次那尊佛再來，要你跟它走時，你就輕輕地拿出錐子向它一刺，你且看它怎麼樣。」

老師父依教奉行，當那尊佛在靜坐中出現時，老師父輕輕地從座位旁拿起錐子向佛像的手刺了一下。結果這一錐不但沒有刺著佛像，反而刺在自己的大腿上，痛的不得了。後來老和尚就說：「這些境界啊！其實是由你自己的妄心所變現的。所以你沒有刺到佛像，反而刺在自己的大腿上呢！」從此佛像再也不出現了；而這位師父的知見也修正過來了。

也有人問：「我根本沒有動過想見佛的念頭，為什麼會有此現象呢？」老和尚說：「也許你在今生沒有動過此念頭。但是你又怎能知道你的前生沒有動過此念頭呢？你在過去動過此念頭的種子藏在八識田中，你現在修行時，外界的六塵境界被工夫堵塞住不向裏面搬；而內裏的種子就會往外翻，所以就顯現出種種現象。」妄想心也是如此，很多妄想都是過去的種子。所以參禪的人一定要注意，一定要有識辨的能力，去分辨正、邪、真、偽，不要被妄境所轉，你的工夫才能進步。

我們再談談有關「昏沉」的問題，有人說：「昏沉老是不掉，一坐下來，就是瞌睡打盹。」造成昏沉的原因，通常有以下幾種：

(一) 有些是晚上睡眠太少，甚至不倒單。事實上他的工夫根本還未到不倒單的程度，勉強地去做，便會一直處於迷迷糊糊的狀態，坐禪時自然出現昏沉。這個時候就需要適當的休息。因為我們這個軀殼子，如果沒有適當的休息，過於疲勞的話，久之精神就會支持不了，甚至崩潰。要知道用功辦道不可以沒有精神的，需要休息時就要作適當的休息，不能過於勉強，否則工夫用不上，整日在渾沌恍惚之中，還不是在浪費時間嗎？生死又如何能了呢？

(二) 其次要注意調節飲食。尤其是晚餐一定要少吃為佳。因為晚餐若吃得太多或太豐富，一坐下來便昏沉。如果晚餐不吃或者少吃，昏沉自然就會減少了。昏沉是用功的一大障礙，必須善調身心，把它克服！

如果仍然無法克服昏沉的話，可以下座來跑跑香，或者拜拜佛，心生慚愧。這個慚愧心一生，你的心裏面也就清明了。那時再重新提起話頭來用功，工夫便容易用得上了。

又有人問：「應如何對治掉舉呢？」掉舉，其實是由妄想所形成的。若果發覺用功時常常掉舉，驅之不去，這時便要注意了。如果是妄想一直翻騰不斷，而你的話頭又提不起來，在這個煩惱比較重的時候，你可以暫時把本參話頭放下，看著妄想；看這個妄想從何處起？或看它滅向何處？然後再反問能覺察妄想的又是誰呢？你這樣一反問呢！你的心便會慢慢地平靜下來，而掉舉亦會漸漸平伏了。

善調身心對參禪用功是很重要的。如果身心調不好，勉強地去用功；小則會出現毛病，大則會產生種種魔障。若已著了魔障的道兒，想再

回歸正路就很困難了。因此古來用功辦道的人，皆依八正道修行。在宗門下八正道就是正知正見。其它法門，例如：念佛、持咒，也要依循八正道的。

為什麼說念佛不能離開八正道呢？念佛的人要是知見不正也會出現種種毛病。所以歷代的祖師教人念佛都是勸人持名念佛，就是以一句萬德洪名的佛號，念到一心不亂，不須要你作諸觀想；因為一作觀想，就容易出現各種現象。或是出現阿彌陀佛來接引，或是出現觀音菩薩，或是大勢至菩薩。實際上這只是虛假的幻象，並非是念佛相應，臨命終時，蒙佛菩薩來接引的瑞相。如果把這些虛假的幻象當作是真實的，那麼持名念佛的工夫就會慢慢疏忽了。若是平時念佛不能達到一心不亂之境，臨命終時，就很難保持意不顛倒了。心一顛倒，便得不到佛菩薩來接引往生淨土了。因此，唸佛法門也必須具足正知正見。

修持密咒亦復如是。老和尚在世時說：「那些持咒的人，利用持咒來破除妄念。若能妄念不生，得大總持，就可以得到神通。但是持咒必須具有正知正見，若為求得神通而修持密咒，便是魔見。為學佛人所不齒。」現在這些現象很多——有些人專注修持某一種咒，以求得到某一種神通。例如：他心通、宿命通，然後再利用這些神通來博取名聞利養，及他人的尊敬。事實上他自己的生死本份事還未了；而他就以持咒所感得的神通為標榜，逢見到他人時，就說出人家心裡的念頭，或所願求的事。令其對自己生起尊重心，贏取種種的供養。我在江西就見過有好幾個這樣的人，他們對生死份上的工夫一點都沒有。所以現在我們的出家人，就如文殊菩薩所說：「龍蛇混雜，凡聖同居」啊！如果我們沒有正知正見，就很難分辨孰正孰邪，孰真孰假。

又有一些人學了一些佛法，有了一點力量，就在外面胡作妄為，這也是我們佛門的一大衰狀。如果沒有正知正見，就難以識別及教化他們了。楞嚴經說：「末法時期，邪師說法如恆河沙數。」恆河沙是數不盡的啊！他們各個自稱得到上人之法，已了生脫死，以此來欺騙世人。所以在現今社會，如果不具備正知正見和分辨的能力而在外參學，就很容易受騙。被那些邪知邪見的人利用你來幫他伸張勢力，參學的人要特別注意。

然則我們應該用什麼標準來判別邪正呢？佛說在末法修行要用四依法。就是——「依法不依人，依智不依識，依義不依語，依了義不依不了義。」這是很重要的。佛所說的經典好比一面鏡子，我們拿這一面鏡子一照，自己的煩惱習氣毛病就無所遁行了。所以每日都應該讀誦大乘經典，以佛的知見作為辨別邪正的準則，以豎立正知正見。

明朝的蓮池大師有一次入京師，同行的有二十多人。他們參詣遍融禪師，請求開示學佛行人的立身準則。遍融禪師訓誨曰：「無貪利，無求名，無攀緣貴要之門，唯一心辦道。」告別禪師後，有年輕的同行者笑說：「我以為會有很特別的開示，卻原來是一般的老生常談而已。」蓮池大師很不以為然，便說：「此位老人家堪為人所尊敬的地方正在此處！」

老和尚也說：「修道之人其所言是其所實踐，舉自行以教人，這是救命丹。若言行相違，縱有所說，藥不對症，人蔘也成毒藥。」所以要有正眼才能識別邪正。請各自留心省察，看看自己有沒有正知見吧！

現在真正有行持的人並不多，善知識就更加少了；但邪知邪見的人卻很多很多。他們不但自己修持邪知邪見的法門，還要拉攏你去學他的

邪法。當師父們遇到這種人時便要小心提防。否則就可能會上他們的當了。

雲居山在去年就發生了這樣的事情。不知從那裏來了一個掛單的師父，年大約四十多歲。他住了數日後，一天便在禪堂外面向大眾說：「雲居山的禪宗不是真正的禪宗；不是釋迦佛在世時所講的禪宗。你們堂上住了這麼多人，我聽說有些已住了三至五年都還未悟道，一點神通也沒有。如果你們跟我回去，我保證你們半年內，最長一年，就能夠悟道。之後亦會有神通。」當時，有些知見不正的小和尚就信以為真，共有四個人跟他到終南山去了。

他那裏有兩個茅蓬，他們就在那茅蓬住下來。原來他並不是參禪，他教這些人持他的密咒。他說：「你們若能持這咒滿二十萬遍，就能夠悟道，見到本來面目；見到本來面目後再持二十萬遍，就會有神通妙用了。」聽了以後，其中有兩人已覺得不對勁，第二天就離開那裏，返回雲居山了。

有兩個人聽從他的話，誦持他的密咒。當他們持滿二十萬遍咒後，仍未悟道，於是便問道：「我們已依你所言持過二十萬遍咒了，為什麼我倆還未悟道呢？」他說：「你持咒時心不夠真誠，所以不能夠悟道。如果你們誠心誠意地持咒就一定會悟道。」其中有一個人就有點不相信了，但是另一人說：「我們再持二十萬遍咒試試看吧！」如是一個多月過後，二十萬遍咒又持滿了，依然還未悟道。於是他們便瞞著那人靜悄悄地溜走了。

這四個人離開雲居山的時候，我並不知道。因為其中有一個人是在禪堂裏住的，我就問維那師父：「某某師父去了哪裡呢？」維那師父就

將此事告訴我，我不禁嘆氣說：「又有人受騙上當了。試問真的有保證你能開悟這回事嗎？如果這麼容易，世上那裏還會有這麼多眾生呢？又為什麼沒有大善知識出來教化人呢？」過了數天，首先走出來的那兩人返回來了，一見到我便感到不好意思，立刻叩頭懺悔，我還不知道發生什麼事呢，後來他們才將事情始末告訴我。

數月後，最後那兩個人都回來了。他們告訴我那個人不是真正修持密宗的，也不知道教他們持的是什麼咒？我就請他們把咒唸給我聽，結果我翻開大藏經記錄所有密咒的密教部都查不到那個咒來，所以很可能是外道的咒法；這兩個人都感到後悔不已。他們說：「那個人回到茅蓬後，他的一舉一動便不像在雲居山那麼規規矩矩了，表現得好放逸。晚上躺下來睡覺不作吉祥臥，如死人般伸腳仰臥；早上五、六點還不起床，要我們服侍他，替他燒水燒飯。」

現今這一種人實在不少，不只他一個，想不到的是他居然選擇到雲居山去騙人。師父們想想，這種現象很可憐啊！他也是出家人，也是披上如來的袈裟，但是所說的法卻不是佛法，在佛經上是沒有記載的，這真是不知如何說好了。

此外，在我們中國漢地之中，出家人一律規定素食，不可以吃葷腥五辛。但那些知見不正的人卻說吃葷腥並不要緊，他們這樣說是違犯戒律的！梵網菩薩戒經說很明白：「一切眾生肉不得食。夫食肉者。斷大慈悲佛性種子，一切眾生見而捨去。是故一切菩薩，不得食一切眾生肉。食肉得無量罪。」

不但如此，還有很多其他戒律，他們也是毀犯如儀，還自稱其所修法門是無上的。請師父們想想，此等法門是正、還是邪呢？這些人是當

今佛法的一大障礙，也是普今大眾對佛法不相信的一大原因。

我們修行若要具備正知正見，一定要以戒為師。要依照佛的戒、定、慧三無漏學來行持，不能有少許偏差，否則就不是真正的佛法了。這就是我們當今佛教徒應注意的事情。並且要時加警惕，要識別那些不遵照戒、定、慧行持的人，不論在何時何地，若遇上這些人，我們就要識破他們，不能讓他們在社會上打混騙人。這樣我們就是維護佛法，這也是佛教徒所應該要盡的責任。

好吧！今天就說到這裡吧！

圖 八 第 忘 相

白牛常在白雲中

人自無心牛亦同

月透白雲雲影白

白雲明月任西東

普明禪師原唱

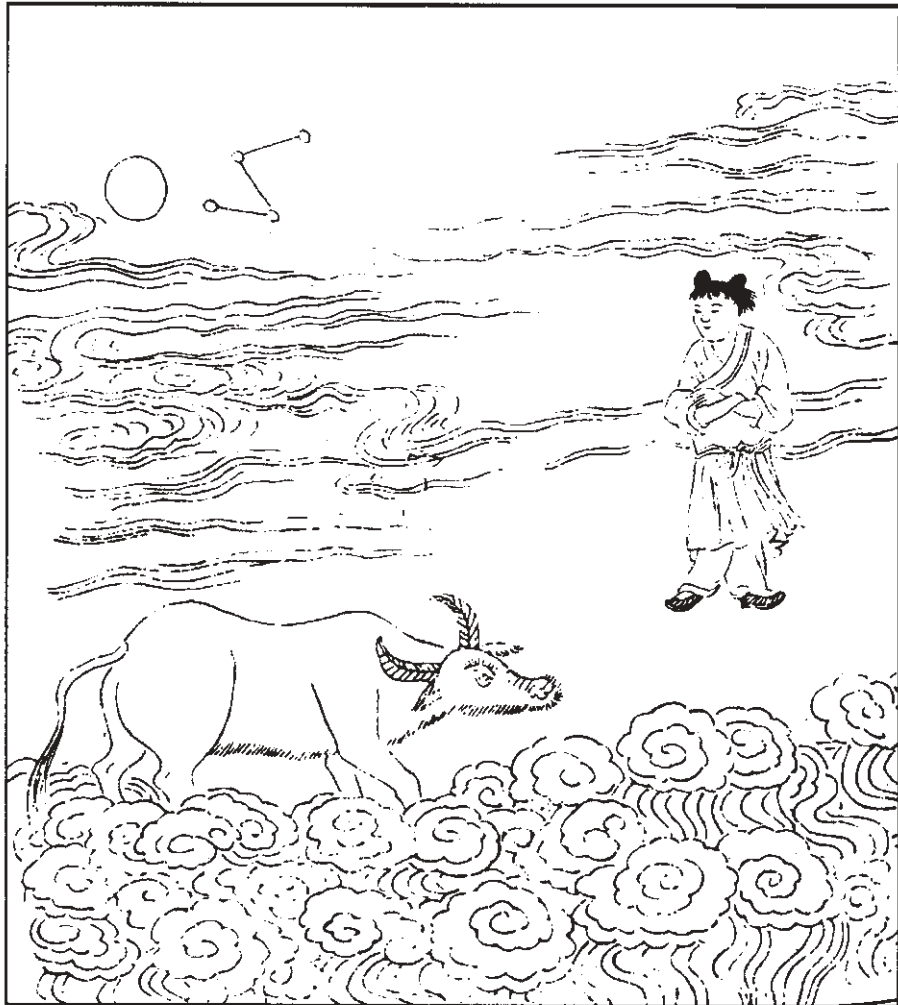
白牛誰道雪山中

此日看來一色同

牛也蕭閒人也散

任他南北與西東

夢菴格禪師和



【梁山十牛圖頌】

人牛俱忘第八頌

凡情脫落。聖意皆空。有佛處不得住。無佛處急走過。
兩頭不著。千聖難窺。百鳥啣花。一場嬾羅。

梁山遠禪師原敘

鞭索人牛盡屬空，碧天寥廓信難通，紅盧焰上爭容雪，到此方能合祖宗。

梁山遠禪師原唱

翻身踏破太虛空，一處纔通處處通，匝地普天無影迹，不知誰解立吾宗。

楚石琦禪師和

十五、定多慧少，不能了生死。

（一九九九年七月十七日講於寶林禪寺齋堂）

老和尚慈悲，各位法師慈悲，各位居士歡喜：

學佛的人，在學佛過程中，一般都經過四個步驟，就是信、解、行、證。首先要相信，相信以後要理解；理解以後，你要按照所理解的方法去實行；行到一定的程度，你就會證得。所以說整個學佛的過程，不外乎是信、解、行、證這四個步驟。

首先，讓我先談一談「信」。所謂信者，就是正信。學佛的人一定要相信佛法真正的意義。然則佛法真正的意義是什麼呢？釋迦牟尼佛在妙法蓮華經中說：「諸佛世尊，唯以一大事因緣故，出現於世。」諸佛世尊，出現於世，所為何事呢？「諸佛世尊。欲令眾生開佛知見。使得清淨故。出現於世。欲示眾生佛之知見故。出現於世。欲令眾生悟佛知見故。出現於世。欲令眾生入佛知見道故。出現於世。」歸納而言，就是欲令我們一切的眾生開、示、悟、入佛之知見；這便是釋迦牟尼佛應世的本懷。

我們既然信佛，那麼佛應世的本懷也一定要相信了，這個信念是很重要的。你若不具足佛的知見，而想將來成就佛果是不可能的。簡而言之，就是要有正知正見。因為佛性是人人本具，個個不無。

話雖如此，我們這個本有的佛性，從無始以來，被種種的妄想、執著、習氣所蓋覆著，不能顯現出來。因而我們一直在六道輪迴流轉，生死不絕。現在我們既然信佛，信佛的知見，知道我們的自性本來是佛，那麼我們應該依佛教經論所說，以種種法門來對治我們無量劫以來的妄

想執著、習氣煩惱毛病。當我們在用功清除那些毛病時，就是修；行之不絕，就是行。所謂「修行」呢？就是要清除我們自心裏面的煩惱習氣毛病，使我們本有的自性能夠顯現出來。

我們現在雖然明白了修行的道理，但是在行持當中，還是有很多不同的境界會出現的。因為我們每個人的煩惱習氣不同，所以對事物的喜好也各有不同。例如：在日常生活中，每個人對衣著的品味都不同；有人愛穿樸素的衣服，亦有人愛穿華麗的衣服。其他食、住、行三方面的喜好亦復如是，各各不同。若歸納起來，所謂「喜好」亦即是習氣毛病。有些人喜歡打無明，一聽到不順耳的話，馬上無明火起，要向對方發脾氣，這也是習氣毛病。也有些人貢高我慢，愛聽恭維的說話，不肯接受他人的批評，這也是習氣毛病。又有些學佛的人，若聽到某人修行很好，心裏就很高興；若聽到某人沒有修行，心裏就不高興，生煩惱了。總括來說，這些都是習氣毛病啊！

所謂「修行」，就是要改變我們的習氣毛病。若能夠在習氣毛病上痛心改過，那就是真正的修行。這不是口頭上說說便可以的，在人前裝模作樣，自己是得不到真實受用的。老和尚在世常說：「消得一分習氣，便見一分光明；忍得十分煩惱，便證少分菩提。」雖然他老人家如此訓勉我們，但要具足大忍力，是很難做到的。因為我們都有習氣。當別人的行為和說話與自己的習氣不符合時，心裏就會生煩惱。這時，若能提起覺察，能認識這是自己的習氣毛病，再以忍辱來對治，這樣修行便有功德了。

佛遺教經說：「忍之為德，持戒苦行所不能及。能行忍者，方可名為有力大人。」菩薩六度萬行中，就有忍辱波羅蜜多。可知「忍辱」實

是我們學佛的人所必須要修習的。

剛開始修忍是比較困難的，只要有長遠心堅持下去，時間一久，你的覺照力增強至一定程度時，忍辱就自然變得較為容易了。因此修行人要常行忍辱。無論順境或逆境現前，都要安忍不動猶如大地，這樣你的工夫便不會被煩惱妄想打失了。所以說我們宗門下用功的人，當下這一念心要痛下一番死功夫啊！

這一念心即是一個念頭。你要常常覺察清楚這個是什麼念頭？因為一念包括了十法界。你如果動了慈悲喜捨的念頭，就是佛的法界。動了六度萬行，普度眾生的念頭，就是菩薩的法界。動了觀十二因緣，自求覺悟的念頭，就是緣覺法界。動了只求自度不願度他的念頭，就是聲聞法界。動了五戒十善的念頭，就是天人法界。動了五戒行善的念頭，便是人道法界。雖然行持五戒十善，但是嗔恨心很大，就是阿修羅的法界。動了愚癡的念頭，便是畜生法界。動了慳貪的念頭，就是餓鬼法界。動了十惡的念頭，就是地獄法界了。四聖六凡十法界都在我們當下現前一念之中。所以我們起心動念就要有所覺察。因為我們每做一件事，都先要經過動念思維，然後才開始有所行動。動念是因，所作的事是果。你動了善念，做出善事來，就生善果；你動了惡念，做出惡事來，就生惡果。因此，在起心動念間都不能輕易放過。

有人說：「根本上我沒有什麼煩惱，但妄想就經常有。」其實煩惱、妄想之產生有兩種：

(一) 一種是現在。

(二) 另一種是過去。

什麼是現在的呢？就是你今生當中的說話行為，以後再重現。做了

善事，會現起善的念頭；做了壞事，則會翻出壞的念頭。另外，還有些念頭並非今生所講過、所做過，而是在過去生中所講、所做的。

那麼對待這些妄念應該怎麼辦呢？如果你是參禪的人，只要好好照顧著「念佛是誰」的話頭，不論翻出來的是善念或惡念，通通不要理它，只要把注意力完全集中，照顧現前一念本參話頭，妄念自然就會消失。

如果你是念佛的人呢？就要把眼根收起來，向內反觀自己念佛，耳朵向內反聞自己念佛，意識向內專注心裏念佛，把眼、耳、鼻、舌、身、意通通收攝著，一句佛號歷歷明明，這樣，妄念煩惱亦會消失。

如果這樣做，依然不能止息妄想怎麼辦呢？念佛不能攝心，話頭也提不起來，這時你就要暫且將工夫放下，反觀妄念從何處起，滅向何處去，再覺察這一念煩惱者又是誰？這樣平心靜氣地觀察，不須很長的時間，煩惱妄想自然息滅。因此我們修行用功的人，妄想來的時候，不要刻意排除它，不要跟它拼鬥，也不要隨它轉。可以參考剛才我所講的辦法，選用一種能夠對治自己煩惱的法門，不論持咒也好，數息也好，總之，能夠把心平靜下來便可以。

心念平靜以後，還要繼續專修原來修持的法門。不能今天修這個，明天修那個，否則就沒有成功的希望了。至於剛才所提及對治煩惱的方法，只是暫時使用來過渡煩惱的方便。所以，一個用功的人要善於降伏煩惱，對治煩惱，善調身心，這樣工夫才能進步。很重要的一點，就是無始劫以來的習氣毛病，如果不捨得去除改過，你的煩惱習氣是很難根斷的。真正用功有成就的人，他的習氣毛病很少。無論是毀謗或讚譽，他都是如如不動，也不會動很大的念頭，那才是真工夫。

明朝有一位皇帝要到紫金山的寺院上香。當時是一個下大雪的冬天。路上滿目霜雪，唯獨一塊地上不著雪跡。皇帝感到很奇怪，問道：「為什麼下這麼大的雪，而這裏竟然半點不沾呢？」

皇帝身邊的寶正禪師答說：「啟奏萬歲，下面有人啊！」

皇帝又問：「這個人在下面有多長的時間呢？」

寶正禪師答：「已有七、八年之久了。」

皇帝問：「他還活不活呢？」

寶正禪師說：「他還活啊！」

皇帝感到很驚奇，馬上命人挖地。果然發現有一位比丘坐在缸裏面，皇帝稱他為燈光大師。寶正禪師用引磬為燈光大師開靜，他便從缸裏面出來。

皇帝問寶正禪師說：「這位燈光大師竟然能夠在地下入定七、八年，他的生死恐怕早已了了。」寶正禪師搖搖頭說：「還沒啊！」皇帝有點不相信，心想在地下入定了七、八年還沒了生死？寶正禪師看出皇帝有所懷疑，就對他說：「皇上如果不相信，你今晚可親自設宴招待燈光大師。當吃飯時，在他面前放一只銀碗、一雙銀筷；而在我面前放一只金碗，一雙金筷。飯後，你再送他兩個銀元寶，而送我兩個金元寶，你且細心觀察他的面孔有何變化？」

皇帝就按照他的話去做。初時燈光大師還對寶正禪師很恭敬尊重的，及至他看到皇帝尊敬寶正禪師比他尤甚，他心裡面就生了煩惱，認為皇帝看不起他，他想：「我在缸裏入定七、八年了，皇帝只用銀碗筷供養我，及送我銀元寶；這個寶正禪師不知有何本事？皇帝竟然對他這麼尊敬，以金碗筷供養他，並送他金元寶。」當時他的面孔很是難看，這

時，皇帝才相信寶正禪師所言。

雖然燈光大師有入定七、八年的工夫，但他的無明煩惱壓根兒還沒斷盡，他的習氣毛病還未蠲除，還有貢高我慢的心。可知我們修行辦道的人，要能覺察自己的習氣毛病是何等的困難啊！有些人呢！他不覺察這些是自己的習氣毛病，還以為有人故意找他麻煩、留難他。所以說，真正用功的人，在對治自己的毛病上要好好下番工夫，否則習氣便很難消盡。

黃檗希運禪師說：「塵勞迴脫事非常，緊把繩頭做一場，不經一番寒徹骨，焉得梅花撲鼻香。」所謂「知易行難」，能夠言行一致殊不容易啊！所以我們用功辦道的人，除了用心地上的功夫外，在日常生活中的的一舉一動，也要檢點自己，覺察找出自己習氣毛病的地方。首先，在習氣重的地方先改過，然後再將輕微的習氣斷除，直至習氣毛病完全消除的時候，我們本來清淨的自性便會現前。這就好比磨抹古鏡，把古鏡上的灰塵及垢穢慢慢地磨抹掉，直至塵垢盡除後，鏡子原來的光明就會顯現出來了。

今天就講到這裡吧！



獨 照 第 九 圖

牛兒無處牧童閒

一片孤雲碧嶂間

拍手高歌明月下

歸來猶有一重關

普明禪師原唱

牛既忘兮心自閒

閒閒來往在山間

灰頭土面渾無事

枯木巖前尚有關

夢菴格禪師和



【梁山十牛圖頌】

返本還源第九頌

本來清淨。不染一塵。觀有相之榮枯。處無為之凝寂。
不同幻化。豈假修持。水綠山青。坐觀成敗。

梁山遠禪師原敘

返本還源已費功，爭如直下若盲聾，庵中不見庵前物，水自茫茫花自紅。

梁山遠禪師原唱

一一根門自有功，聞聲見色不盲聾，晨昏總是尋常事，睡起三竿日正紅。

楚石琦禪師和

十六、年少正好辦道

（一九九九年七月十八日講於寶林禪寺齋堂）

老和尚慈悲，各位師父慈悲，各位居士歡喜：

參禪用功的人，一定要清楚明白修行的路頭和道理。如果路頭不清楚就會走錯路，招致不良的後果。儘管你下了很大的工夫，卻得不到應有的果報，枉費心機而已。

在楞嚴經中，佛對阿難尊者說：「阿難！一切眾生。從無始來。種種顛倒。業種自然。如惡叉聚。諸修行人。不能得成無上菩提。乃至別成聲聞緣覺。及成外道。諸天魔王。及魔眷屬。皆由不知兩種根本。錯亂修習。猶如煮沙。欲成嘉饌。縱經塵劫。終不能得。云何二種。阿難！一者無始生死根本。則汝今者與諸眾生。用攀緣心。為自性者。二者無始菩提涅槃。元清淨體。則汝今者識精元明。能生諸緣。緣所遺者。由諸眾生。遺此本明。雖終日行。而不自覺。枉入諸趣。」這一段經文說明修行辦道的人，不能夠成就無上正等正覺，乃至別成聲聞緣覺，甚至墮入外道天魔的原因。

聲聞緣覺是小果，外道就是外道天魔。天魔外道都有修行的，但是他們修行的知見及方法出了偏差；這就如同想煮沙成飯一樣，縱然經過塵點劫這麼久，沙也不能變成飯的。因此外道天魔，及魔的眷屬，他們雖然也有修行仍不能成就無上正等正覺。

聲聞緣覺也是修行佛法，但也未能成就無上正等正覺，其原因何在呢？皆因他們不知道兩種根本：

（一）第一是生死的根本：我們無始以來，將妄想攀緣心當作為

本有的自性。實際上，這個攀緣心是我們生死的根本。

(二) 第二是無始的菩提涅槃：這是指我們的自性。只因我們遺失了本性，不知道我們的自性是本來清淨的。自性中具有如來智慧德相，一切神通妙用悉皆具足。

修行的人啊！你在修行當中是如何識別、對待這兩種根本呢？是不是以攀緣心為自性呢？如果以攀緣心為自性，則始終還是在生死中流轉，是不能證得無上菩提的。

現在修持小乘法門的人很多，他們只求自度，不發大心普度眾生，所以只能成為聲聞緣覺。這個關鍵在於行人當下一念發心所感發的。如果我們按照佛的教導，廣修六度萬行，自度度他，發大誓願，不怕艱苦，不怕困難，以此六度萬行的行持，將來就會成就無上正等正覺的佛果。所以，我們修行的人要注意這一點。

其次是說無始菩提涅槃，元清淨體。這個清淨體本來清淨，因為無始以來被種種煩惱習氣蓋覆了。本有的光明被遮蔽了，不能顯現。而佛所說的種種法門，就如刷、銼等工具。只要我們利用這些工具慢工地抹、洗、沖、磨，污垢定能去除。古人說：「修德有功，性德方顯。」只要用修行的力量把污垢去除。當污垢清除乾淨，我們本有的光明就會顯現出來，這就是我們用功辦道之主要路頭。

有人問：「何謂我們本有的真心呢？」有人又問：「我靜坐時，覺得心很清淨，那麼它是否本人的真心呢？」你靜坐時覺得心很清淨，是

否沒有第二念頭呢？又你能夠覺察第二念頭者是誰呢？正如剛才所說本有自性真心能生諸緣，緣所遺者，就是我們的真心。我們知道打妄想，那麼能覺察妄想者又是誰？你既然能夠覺察妄想，那麼就不會隨妄想轉了。就在這地方磨練下工夫，便可以看到這個如如不動的真心究竟是什麼樣子。

有人又問：「究竟我們的真心是什麼樣子呢？」真心無相不可名狀。若落言詮，便如以指指月一般。實際上月在空中，切勿執指為月啊！永嘉禪宗集註中有一首詞描述真心說的很好。其詞曰：「忘言之後寂寂，靈知之性歷歷，無記昏昧昭昭，契本真空的。」這是永嘉玄覺禪師證道後，利益道俗所演說的句子，說明了我們真心的現象。如果我們不能識別真心，把攀緣妄想心當為真心，那就始終在生死裏面打轉。

有人再問：「工夫有時得力，我可以頗長時間沒有妄想，這是否真心呢？」那麼當時你的心是不是明明了了，了了明明呢？你所參的話頭是否明明歷歷呢？如果話頭得力，明明歷歷，歷歷明明，到達無心境界以後還要大死幾番，這真如本心才會活過來。大死什麼呢？就是死我們的妄想。妄想死盡了，絲毫都沒有了，我們本有的自性就會顯現，我們的法身慧命就會活過來。所以古人說：「大死之後，方能大活。」就是這個道理。

一九五七年雲居山有一位星明師，四十八歲，原是軍人，後發心出家，來真如寺參學。他把定一句「念佛是誰」話頭，動靜不斷用心，一年多後工夫得力。一九五八年春，維修明月湖閘口，常住安排他做小工。有一天，他將一個上百斤重的石頭夯在肩上來回行走，不知重量，有人發覺後問他：「夯著不放，不覺沉重嗎？」

他說：「不知道，忘記了。」才如夢初醒的將石頭放下來。可見用功到無心境界，一切分別都無，苦樂皆不感覺。

如果初用功的人，工夫未曾得力，你首先把住這句話頭，不要被妄想打失。若能保持幾分鐘乃至十幾分鐘，乃至一小時，甚至一整日，若整日整夜都能如此，那樣工夫便成熟了。靜中工夫即使用好了，你在動中是否一樣把得住呢？若然動中工夫就是用好了，病時是否亦能把得住呢？如果動中、病中工夫都一樣不被妄想打失，這一念的話頭，明明了了，歷歷明明，沒有第二個妄想的念頭生起，你要是能夠這樣保任下去，即使你不開悟，到生死關頭亦能作得了主。你要到那裏往生，就能隨願到那裏往生。

這個工夫在我們初下手時便要注意，要在妄想昏沉中鍛鍊出來。只要生死心切，有長遠心，時間一長，這個話頭自然看得住。到了話頭得力，疑念不起自起，真疑現前時，你想打妄想也打不起來。從早到暮行不知行，坐不知坐，別人看你如大眾一樣，但你自己心中有數，如你能夠把這境界保持的長，那麼了生死的本份事上就有把握了。因此，參禪的人，你只要把工夫用上，有長遠心、決定心，當生就能夠了生死了。古來多少大德祖師，他們都能即生了生脫死，他們的嘉言懿行就是給後人作模範、榜樣的。現今的人就是不肯痛下決心，所以不能有所成就。

又有人說：「因為年紀尚輕，所以工夫未能成就。」事實上，用功辦道是不論年輕或年老的。我就說一個真實的故事給大家聽聽吧！

來果老和尚於一九一九年當揚州高旻寺的住持。一九二七年，有位小師父名叫淨參來寺。他是江蘇人，年紀雖然只有十八歲，但已在禪堂住過。來果老和尚見他的道心非常好，就把他留在身邊當侍者。

到了一九二八年九月二十一日，他突然向來果老和尚告假，來果老和尚問他：「你到哪裏去呢？」

他說：「我要往生去了。」

來果老和尚問：「你出家幾年了？」

他說：「我已出家三年多了。」

老和尚說：「你只有三年就有這個本事？」

他說：「我可以啊！」

老和尚問：「你那個時候要走呢？」

他說：「是在今年九月二十四日晚上戌時。」他繼續哭泣的說：「

我今天有三件事情，請求和尚滿願：

(一) 和尚今生為我導師，來世為我慈父。

(二) 擇日死後，要坐瓦缸，三年期滿，開缸裝金。

(三) 死後靈性，還親近和尚。」

老和尚問他：「來世為我兒子，你有何把握？」

他說：「願為前導。」

老和尚說：「三年後開缸時，如是一堆散骨，將如何？」

他說：「身形無缺，請為裝金；若骨散脫，即請茶毘。」

來果老和尚笑笑，就點頭答應了他，但心中以為淨參師年輕，學歷復淺，諒無此等善狀。

不料到了九月二十四日淨參師又來向老和尚告假，沐浴更衣坐在那裏，又要老和尚坐在一旁同聲念四十八願。果然準時於戌時去世了，死時還面貌如生。老和尚感到很驚訝，這位小師父才不過十九歲，出家只有三年，就有這麼好的工夫，老和尚也很欽佩。於是便依其生前所囑託

，將肉身裝在缸內。由於高旻寺位於三叉河畔，老和尚就將缸埋在河口上。

三年後，老和尚把這件事忘了。再過了六年，至一九三七年七月的某個晚上，老和尚夢見淨參師對他說：「我不願住那裏，我要出來。」

老和尚在夢中問：「你現在住在那裏？」

淨參師說：「你怎麼忘了我託你的事呢？」

老和尚一覺醒來知道是夢，但由於工作繁忙，無暇顧及了。次夜，他又來報夢說：「我是淨參，我不願住那裏啊！」並且帶引老和尚到缸前，用手指缸說：「我要出來。」然後向老和尚一拜而隱。

老和尚醒時汗流浹背。回憶起淨參師死前囑託他三年開缸事；時光飛逝，屈指計算，距今已九年了。如今夢見淨參師來催出缸，諒其肉身尚存。於是再不敢怠慢。第二天老和尚便依著指示，將缸挖掘出來。缸蓋掀開時，頓聞清香撲鼻，肉身果然沒有腐化，全身鐵硬。於是將之移昇至法堂，發覺頭部稍微偏向右面，老和尚對他說：「你的頭偏向一邊，鋪金後人家都稱呼你偏頭菩薩呢！」接著便用繩子將頭部糾正過來。當晚，又夢見淨參師哭著說：「老和尚啊！你用繩子把我的頭部細綁著，好難看啊！」

老和尚即說：「明天便替你將繩子解除吧！」

第二天，將繩解下，將頭一扳便正，果然不再歪向一邊了。以後便把肉身鋪了金，安坐在佛龕內，威儀端正。

直至解放以後，有一個時期，高旻寺也駐進了解放軍部隊。一到晚上淨參師就向他們搗蛋，弄得部隊很不安寧。過了兩天部隊便找老和尚來問話。那時老和尚已被劃成大地主了，他們批評老和尚為什麼不管教

小和尚，容許他在廟裏搗亂。老和尚說：「沒有這回事啊！」當時，部隊在高旻寺八十多個住僧中，就是找不到當晚鬧事的小和尚。其後有一個軍人偶然在寺內見到這尊肉身像，才認出晚上搗亂部隊的就是這位小菩薩。以後他就就在寺裏顯靈。

附近的老百姓，聽說淨參師裝金像顯靈，都跑來燒香求庇佑。有的病人來求方，也有的來問籤，而且越求越靈驗；有的人所求心願靈驗了便來還願，又放爆竹又燒香。一天到晚來人絡繹於途，於是就令高旻寺不得安寧了。

為此來果老和尚光火了，囑咐淨參師說：「你這個小淨參，要安心修道啊！不要在叢林裏面這樣搞；你要是還繼續這樣搞，招致那麼多人來寺打鑼鼓、放爆竹，妨礙大眾禪修的話，我就把你的肉身丟到江裏面去。」從此他就不敢再顯靈了。漸漸也無俗人到寺來拜肉身菩薩了。

這個肉身於一九五四年被洪水不知道沖到什麼地方去了。現在仍在高旻寺住的八十多歲的老人家都曾見過這位侍者。所以修行不在年紀老少。這位小侍者不過十九歲嘛，十六歲才出家，他就能夠這樣的來去自如，所以用功辦道只要你下真工夫，你就會得到真實的受用。

今天晚上就講到這裡吧！



十

第

泯

雙

人牛不見杳無蹤

明月光寒萬象空

若問其中端的意

野花芳草自叢叢

普明禪師原唱

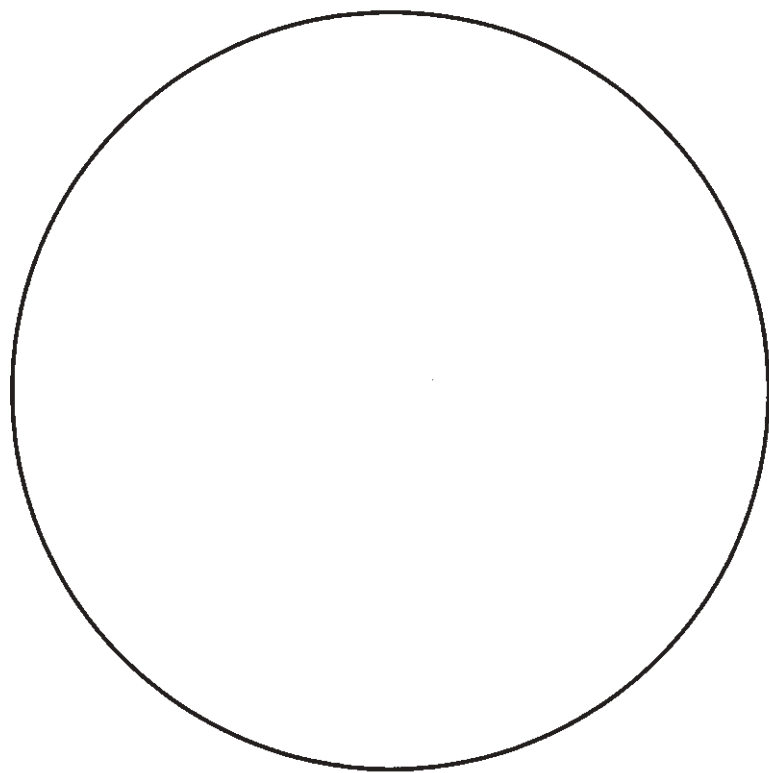
絕無人影與牛蹤

階級何為鑿太空

究竟本來無一物

依然萬象自叢叢

萬蒼格禪師和



【梁山十牛圖頌】

入垂手第十頌

柴門獨掩。千聖不知。埋自己之風光。負前賢之途轍。
提瓢入市。杖笠還家。酒肆茶坊。化令成佛。

梁山遠禪師原敘

露胸跣足入廬來，抹土塗灰笑滿腮，不用神仙真妙訣，直教枯木放花開。

梁山遠禪師原唱

珍御全拋與麼來，分明鳥嘴與魚鰓，輝天鑑地能育特，盡使勞生眼豁開。

楚石琦禪師 和

十七、明心見性（完結篇）

（一九九九年七月十九日講於寶林禪寺齋堂）

老和尚慈悲，各位師父們慈悲：

修行辦道有「先悟後修」，也有「先修後悟」；這兩種情形是不相同的。

一般而言，若以佛祖的言教而覺悟真理的稱為「解悟」，這種解悟在實際上是得不到力量的，不能了斷生死，這在宗門下稱為「相似般若」。如果是以一念話頭為工夫，樸實地一直參究下去，參到山窮水盡處，突然一念頓歇，徹見自己的本來面目，如同在十字街頭親見爹娘一般，再沒有疑惑的時候，這就叫做「證悟」。然後以所悟的真理，淨除現業流識、微細妄想，顯現自己的本來真心。如果從八識田中徹底下工夫，就要把第七識及第八識這個窠子拏掉，若能把這個窠子離掉，就是斷了無明，亦叫轉識成智，所證悟的工夫就很深了。

由於每個人的根性不同，所做工夫的力量深淺也不同，因而所證悟的深淺也有迥異。用功最怕得少為足，就是盡了一點力量，獲得一些成果，便自以為究竟，不再加功辦道，力求進步，這種人就是「止於化城，未到寶所」。由於錯把化城當作寶所，便不能證得無上正等正覺了。

另有一種人，只在「光影門頭討活計」，所謂「光影門頭」者，就是還沒有真正證悟，工夫未曾達到頂點，若有若無，這就好像太陽照在門上形成影子，影子隨著陽光照射角度改變而移動，這就是所謂的「光影門頭」了。用功辦道的人切記不要在「光影門頭」討活計啊！如果將這些當作真工夫，一定得不到實益，到生死關頭是做不得主的。

又有人問：「參禪如果還沒開悟，到了生死關頭是否能了生死呢？」

參禪雖然還沒開悟，未了生死，亦能天上人間隨意受生，以有禪定力故。再出頭來，遇善知識善根薰修必滿所願，猶如初果七生出三界。

唐朝道膺祖師主持雲居山時期，常住僧眾有一千五百多人；住茅蓬的也有一百多人，他們的生活都由雲居常住供給。有一天，有位施主發心供養山上每一位師父一套衣服，和尚就命侍者到各茅蓬分派衣服。

其中有一個茅蓬住有一位老修行，他不肯接受這一套衣服，侍者師父問他：「為何不要呢。」

他答：「我有娘生褲啊！」侍者只好無奈地把衣服帶回去。

道膺禪師看見便問：「你為什麼不將此衣服發放呢？」

侍者說：「某某茅蓬，某某師父他不要啊！」

「為什麼他不要呢？」

「他說：他已有娘生褲啊！」

道膺禪師聽後便說：「你再去問他：『你娘未生你以前，你穿著什麼褲啊！』叫他回答你一句。」

侍者按照禪師的吩咐，再去到老修行那裏，老修行問：「你又回來幹什麼啊？」

侍者說：「和尚叫我問你：『你娘未生你以前，你穿什麼褲啊！』」

老修行瞠目結舌，答不出來了。他就覺得很慚愧、很難過。數天後，他在打坐時，就從體內放出三昧真火將自身火化了，蒲團沒有燒著，舍利子卻堆滿整個蒲團。附近茅蓬的師父見到他的茅蓬發出耀眼的火光

，都跑過去查看究竟；得悉此事後便轉告道膺禪師。

道膺禪師說：「縱使你燒成八斛四斗的舍利，都不如你當時下得一轉語好啊！」可見明心見性是何等的重要。這位老修行能自發三昧真火把自已火化，房子沒有動，蒲團亦沒有燒壞，單單把自己軀殼子焚化，舍利堆滿了蒲團。就是這種境界，祖師仍說還不如生前能道出一句更好。

所以，我們用功辦道的人，不能得少為足，一定要以明心見性為最終目的。你若不明心見性，就不能了解佛陀的真正心印，不能證到佛陀那麼高深的境界。所以六祖惠能大師說：「惟論見性。不論禪定解脫。」因為明心見性以後，你的道眼便打開了，就能辨別出邪、正、真、假，也能見到自己的習氣毛病，便可以以所悟的道理去清除自己的習氣毛病。

開悟之後仍然繼續修持，但與未悟時相比已有天壤之別了。因為開悟後修持一天就等於未悟時修持一劫。所以說悟後與未悟修行叫做「日劫相比」，可知明心見性是何等的重要啊！

現在是處於末法時期，在座各位在過去生中還算有栽培善根，所以能聽到佛心宗的無上妙法。如果過去生中沒有栽培善根，或沒有下過這個種子，恐怕你連這一個參禪用功的妙法也聽不到啊！更遑論你能在此道場行持這個工夫了。

在座的各位師父可以說在過去生中都曾栽培很大的善根，故能遇上我們老和尚這樣的善知識。他老人家親近過虛雲老和尚數年，對教下之道理又貫通，可說是宗、教兼通的大善知識。各位師父，有緣和他老人家共住，的確是過去生中所修的福德。所以大家要珍惜這個因緣，愛惜

這個光陰，不能讓光陰空過。要把一分一秒用在辦道上，才不辜負我們過去生中所栽培的善根。即使我們今生不能開悟，生死未了，只要我們能踏踏實實地繼續真參實究下去，臨命終時絕對不會墜墮三途。來生再聞到這個法門也會一聞千悟，猶如走路一般。你以前走過的路，再走時就知道應該怎樣走了。你就比沒有走過的人快得多了。

所以，能依止善知識是一件很難得的事情。佛說：「人生有二十難」，就是人身難得、佛法難聞、知識難遇、道場難逢，這幾個難對我們來說都不存在了。我們的難就是工夫用到沒有？所以在座各位一定要把握這個好因緣，不能讓它有絲毫錯過，更不能遇到一點障礙馬上又打妄想，要到其他地方去了。

師父們啊！講一句實話，且看當前社會，像寶林寺這樣用功辦道的道場還能找到幾個呢？就拿香港來說吧！大小寺院精舍共有一百多座。但在這結夏安居的時期，還有那一個道場能好像這裏一樣的安居呢？既不做經懺，又不攀外緣，專心一意地行持；這個大家比我更清楚了解了。所以希望你們能以這裏作為自己的根本道場，大眾和合共同薰修，這個力量是大得很多的。再者，還有老和尚這般的善知識在，大家若遇到任何境界都可以向他老人家請開示嘛！這個機會是很難得的。

我這一次到寶林寺來，住了二十多天，承蒙老和尚、大和尚及各位法師們的慈悲關照，以及讓我和各位師父們談談佛法，本人很是歡喜。但是我所講的也只是從書本上看到的和聽聞的，並非我自己真實修證得來的，所以出錯的地方肯定很多，希望大家聽到以後，都向道上會，在有懷疑的地方，多多請示老和尚和大和尚，因為他們都是前輩，見聞都比我多，真實行持也比我好。因此，尚請師父們要多加諒解，我所說的

一切法只能供師父們作參考而已。如果覺得對你不太相應，可以不予理會。

因為我們來香港旅遊的期限已經到了。明天上午便要離開這裏返回雲居山；所以希望師父們在這個道場發長遠心。剛才我已說過這個道場難逢，大家不能錯過這個因緣啊！

在這期間，要是我所說的有什麼不到的地方，還請大家多加諒解。或者寫信到雲居山來問我，我會回信答覆你們的。在這二十多天裏，帶給常住和各位師父們不少麻煩，我甚感慚愧。還請老和尚、大和尚及各位法師們慈悲諒解。

最後，祝大家六時吉祥！道業精進！謝謝！

十八、佛法問答

（一九九九年七月十一日講於志蓮淨苑）

問：請師父開示，本人初修數習觀，然後修習止觀，把意念放在人中上。此後喉嚨和鼻子常常感到不舒服，看了兩年醫生，都沒有功效，並常覺有氣結聚在喉嚨處，請問應該如何解決？

答：這個毛病是因為你自己修行有偏差，止觀這一法門，跟剛才我所講的參禪法門有一點不同。止觀法門在初下手時是有相的。所謂「有相」，正如你所說的，把意念止於某個部位，這樣時間一長，便會出現種種不舒服的現象。參「念佛是誰」則不然，就是要你無念。如剛才說只看一個誰字，這個叫無相。不著相，就不會有不舒服的地方。

現在既然有不舒服的現象出現，你就不要再堅持這個執著了；把這一念拋開，時間長了，你的病就會不治而癒。就是這樣吧！

問：我坐禪之後，覺得有東西壓在胸口，覺得很不舒服，請禪師為我解答。

答：你坐禪是參話頭？還是修正觀要先弄清楚。如果是修正觀，把意念放在胸口的話，胸口就會侷促，感到不舒服。如果是參話頭，不要把話頭橫在胸口，而是把全副精神注意在一念上，要平心靜氣，既不能向上提，也不要往下壓，更不要把集中力放在某個部位上；你只要靜靜地反觀這一念，氣機堵塞的現象就會消失了。你愈覺得胸口堵住，放也放不下，提也提不起，就愈感到難受。這個時候，你

把一切放下，工夫也不要再做了，去跟朋友聊天閒談，或者散步鬆弛一下，且看胸口會不會舒服一點。這其實是注意力的關係。好吧！就是這樣。

問：請問什麼時候坐禪最好呢？

答：有兩個時間坐禪是最好的，就是清晨和晚上的時候。清晨一覺醒來，你可以起床梳洗，去過大、小架房後，然後再坐下來用功，會感到很清靜。其次就是晚上，晚上八點鐘左右，當家裏所有的事情都做完了，找一個安靜不會受到滋擾的地方，放下身心，坐下來用功就會比較好。好吧！就是這兩個時間。

問：坐禪與靜坐是不是一樣？

答：在廣義來說，兩者是一樣的。在宗門下來講呢！就不一樣的了。

靜坐：可以調和血氣。靜坐，便是不打妄想，若打妄想便不是靜坐了。

坐禪：則把身心放下，只求究明真理。坐禪便是看話頭，若不看話頭，就不名為坐禪了。看話頭的作用有二：

一者止息妄念。

二者究明心性。

靜坐是以前五識的作用來用功的，例如：數息觀、不淨觀等；而坐禪是以第六識的作用，產生覺照的過程來用功的。其實兩者之間還有很多分別的，以後有機會再跟大家詳細解說吧！

問：可有虛雲大師的禪修書籍？

答：老和尚對參禪這一法的開示，有一本小冊子叫參禪旨要，不知香港有否？如果沒有，我回到雲居山時，可寄幾拾本來讓你們翻印。

問：看話頭時感到呼吸困難，怎麼辦？

答：看話頭出現呼吸困難，那是工夫不會用的關係。你應該平心靜氣地用心念來看，而不是憋著氣來看，若憋著氣就有火氣，呼吸就不舒服了。要心平氣和順其自然，單單只照顧這一念，問題就不存在了。

問：請問師父，弟子打坐時，感覺到前面是光明，有平和的感覺，再想，沒有一個實在的我。在念阿彌陀佛時，也有一個實體的佛被我念，就好像融合在一起一樣，請問這樣念佛是否正確？

答：打坐時前面感覺是光明的，此乃眼光的出現。離能無所，離所無能，那裏有一個實在的念佛體。不過感應道交，花開見佛，悟無生忍，便是蓮花國裏人。

問：參禪是思考「念佛是誰」這回事，還是默念「念佛是誰」這句話呢？

答：所謂「參」者是要你去看、去參究，而不是要你去默念。與其默念「念佛是誰」，到不如念「阿彌陀佛」功德還大。所以說要把注意力放在「誰」字上來參究，這個就是下手的方法。

問：何謂「攀緣」？

答：攀緣，就是我們這個妄想心。例如：現在我們還坐在這裏，但心卻在想明天可以做什麼生意多賺點錢，這就叫做攀緣。

問：上紹下雲老和尚慈悲，請問楞嚴經中：「心不在內，不在外，不在中間。」弟子不明白，請老和尚開示。

答：覺心非六塵，不在外；覺心非六根，不在內；覺心非六識，不在中間。覺心不住六塵，所以不在外；覺心不住六根，所以不在內；覺心不住六識，所以不在中間。覺心不可得，不在內、不在外、不在中間，以心不可得故；猶如水月，不在水內，不在水外，不在水中間。水外無月，水內無月，水內外亦無月。

故心無在無不在，金剛經云：「應無所住而生其心」。心如幻故，諸法亦然。金剛經云：「若見諸相非相。即見如來。」故云：「幻化空身即法身」。

問：請問禪師，參話頭的時候，參到妄念與諸念都是生滅，真如佛性仍不現前。請問：「真心如何才可以現前？」

答：若話頭還在，參話頭是什麼？若話頭不在，參生滅是什麼？待生滅滅已，寂滅現前，忽然超越世出世間，得大解脫，便休！

問：「念佛是誰」這句話，沒說出來之前是話頭；說出來就是話尾。那麼參「念佛是誰」是否不要在心裏面說這句話，而是在意念上起念頭問「念佛是誰」，是要在一剎那時候的一念，是不是？

答：提「念佛是誰」是因指見月，見月忘指。在功用上不提「念佛是誰」，不能止惡；一提話頭，既止惡又引起疑情，便有功用。

問：為仰這兩個字怎麼解釋？

答：唐朝有兩位大徹大悟的祖師，一位是開法於湖南省為山的靈祐禪師，另一位是開法於江西省仰山的慧寂禪師。他們倆是師徒的關係，同時都弘揚禪宗佛法，後人尊稱他們倆所宣弘的禪法為為仰宗。

問：為仰宗第九代法嗣，善自護持。此中的法嗣和善自護持是什麼意思呢？

答：禪宗又稱為佛心宗，如來的正法眼藏是一代接一代的傳承下去的。在西天（印度）自迦葉尊者開始，往下傳至菩提達摩尊者是為第二十八世祖。在東土（中國）自菩提達摩尊者開始，往下傳至惠能大師是為第六世祖。六祖往下悟道者眾多，法脈之傳承已非一個傳一個的單傳方式。凡是能參禪開悟，明佛心印，又經禪宗五派任何一派祖師所印可者，便成為該祖師的法嗣了。這裏的法嗣是指為仰宗接法的人。「善自護持」是善巧方便弘揚出去無令斷絕之意。

問：如何去雲居山參加禪修班？

答：雲居山禪堂不搞什麼所謂「禪修班」。禪堂每年的十月十五日加香，學習排演打七的規矩。十一月初一開始打禪七，一連打七個禪七。一個禪七是七天，那就是四十九天了，要到臘月下旬才解七

過年。平時在禪堂坐香，外寮的人一天坐四支香，就是早板香、午板香、養息香和晚四支香。內寮坐長香的人，就一天到晚在禪堂裏面坐七支香。若是受過戒的出家人或老參師父想到雲居山去坐香是可以的，但是腿子要行，不能坐了一半腿子受不了就跑。而二堂師父，即比丘尼是不允許進禪堂的；沙彌尼、女居士也不能進禪堂。男居士要坐幾支香是可以的。就這樣答覆吧！

問：紹雲大禪師，這次非常感謝您到香港來弘揚禪宗的禪法。香港的佛教徒實在很少機會聽到中國禪宗修持的開示，請禪師和禪宗法師們多些來香港弘揚禪法啊！

慈明歌曰：「牧牛童，實快活，跣足披衣雙角闊。橫眠牛上向天歌，人問如何牛未渴？回首看，家田闊，四方放去休攔遏。八面無拘任意遊，要休只在索頭撥。小牛兒，順摩捋，角力未完難提掇，且從放在小平坡，慮上高峰四蹄脫。日已高，休吃草，捏定鼻頭無少老。一時牽向圈中眠，和泥看伊東西倒。笑呵呵，好不好？又將橫笛順風吹，震動五湖山海島。倒騎牛，脫布襖，知音休向途中討，若問牧童何處居？鞭指東西無一少。」

佛法是心法——編者自序

佛法是心法，然心法之證悟者，當以「如實證悟」至空性方為究竟。至此，則可謂為「悟後起修」。佛法之傳承，除心法（無為法）之外，聞思心行力集廣聞，仍需藉由教法、教相等有為法，接引有緣人得以皈依三寶，進入佛門，並以此種下累世學佛修行成佛的金剛種子。然而，人不可能無念，無論是善念、惡念，亦或者是無記，這些都還是在生死輪迴中。所謂念，即不昧因果。而法，是清淨無染的。

試觀若是「無我」則又如何來做人做事呢？法中，無人我是非，愛憎取捨。善行，是為人處世的本份事，但並不等於是解脫的實相境界。因此，「有為法」如不能導入「無為法」，終究還是在三界內。

昔日藏密高僧來到漢地，見到禪宗教法，不禁讚嘆：「真正之密法，是在禪宗。」禪，是心地法門，毫無葛藤，直接了當。虛雲老和尚「為使禪宗五派傳承延續不斷，以一身而參演五宗。」嘉惠學佛修行者不計其數。

綜觀虛雲老和尚一生為佛法奉獻犧牲，誠如其所言：「……近十年來，我含辛茹苦，天天在危疑震撼之中，受盡毀謗及詭曲，我都甘心承擔。只想為國內保存佛祖道場，為寺院守祖德清規，為一般出家人保存此一領大衣……。」

十多年前，擁有虛雲老和尚百衲衣及鉢的老和尚，慈悲首肯讓末學穿上虛老之百衲衣及捧鉢。有幸蒙受此海外的善法福報因緣，雖說是生滅法，卻是充滿著長輩慈尊對於晚輩後進的提攜勉勵。內心竟是充滿著莫大的感動、感恩！再者，兩年前於九華山之供僧法會中，百歲宮住持

長老惠予台灣僧眾虛老之舍利子。末學亦在此福報因緣中，得以請回了舍利子至誠供奉。

末學於此書重新整理付梓之際，有感於現今的社會環境及學佛環境變遷甚大，長老們一個個的捨報。老一輩僧眾與中生代、新生代的僧眾們又有隔著一層斷層。往後的寺院，面臨的更是讓人擔憂的老人世界。心中無限之期盼：祈願教內僧眾能發起正心、正念，紹隆佛種，續佛慧命。而此書倡印因緣之不思議，最初，只想將禪宗泰斗虛老一生之行持節操教化闡揚，欲藉由此書之因緣，亦將禪宗之法流及其修持教法，提供有緣於此的學佛者，使其另有修學參考之途徑。由於末學在法上，除了深感佛法難聞、善知識難遇外，更期盼在此災難動盪變化萬千之時空裏，可以提供學佛的有緣人，不要小學大遺，忽略了心法而鑽研有為法。於此，前年末學出版了略述真心本性與唯識人生這本工具書，先做一拋磚引玉，以期不知如何下手之學佛有緣人，有多一條管道可供參考。而今，此書——紹雲法師開示錄重新整理出版，更是介紹了禪宗之妙。讓禪宗心法得以廣傳，受益佛子。

最後，非常感恩眾緣之成就，及廖啟維居士的幫忙；心晃法師等看稿；謝承志闔家、周吟蔓、李佩君、白映婷等協助電腦打字。如有一絲一毫之功德，皆回向：

- (一) 干戈永息、國泰民安、風調雨順、民心向善。
- (二) 佛門龍象輩出，紹隆佛種，續佛慧命，荷擔如來家業。
- (三) 法界眾生盡未來際都有很好的善因緣學佛，皈依、修行、出家無障礙，發長遠金剛道心。臨終自在解脫，離苦得樂。
- (四) 為利眾生願成佛。願我來世得阿耨多羅三藐三菩提時，若有

眾生欲生我國乃至十方佛刹，我皆滿願，令入究竟圓覺。

末學淨瀚于歲次辛卯年建國百齡七月二日

普為出資及讀誦受持
輾轉流通者回向偈曰

願以此功德
消除宿現業
增長諸福慧
圓成勝善根
所有刀兵劫
及與饑饉等
悉皆盡滅除
人各習禮讓
讀誦受持人
輾轉流通者
現眷咸安樂
先亡獲超昇
風雨常調順
人民悉康寧
法界諸含識
同證無上道

佛曆二五五八年/西元二〇一四年七月

紹雲法師開示錄

發行人：簡豐文

出版者：財團法人佛陀教育基金會

地址：100 台北市杭州南路一段五十五號十一樓

網址：<http://www.budaedu.org>

E-mail：budaedu@budaedu.org

電話：(011) 2395111 傳真：(011) 2399111 2399112

劃撥戶名：財團法人佛陀教育基金會 郵局劃撥帳號：〇七六九九七七九

銀行名稱：台灣銀行城中分行（請於電匯或轉帳後告知本會用途）

銀行帳號：〇四五〇〇四五九七五〇三

本會經書免費結緣之請取方式如下：

(一) 親臨本會二樓講堂。(二) 利用傳真：(02) 23965959

(三) 撥打電話：(02) 2395198 分機：11、12

(四) 網址：<http://www.budaedu.org/books/>。(五) 寫信指定：本會法寶流通股。

為提高服務效率，請您嚴謹考量，慎選所需經書；儘量少用電話，多利用文字方式請取，並請詳寫經書名稱、冊數及收件人姓名、地址、電話、郵遞區號，以減少本會之處理時間；若大量申請，請註明用途，且避免姓名、地址等文字上書寫之錯誤。

◎ 本會經書，歡迎翻印（請勿增刪），贈送流通，功德無量。

◎ 本會交通

捷運：善導寺站5號出口，至杭州南路右轉，過兩個紅綠燈。

公車站牌：審計部站→212、299、232、205、276、605、257、262

台北商業技術學院→253、297、237 仁愛路二段→253、297 開南商工→208

仁愛路、杭州南路（紹興街）口→630、270、263、245、621、651、37、261

行政院新聞局出版事業登記證局版臺業字第三八六九號



恭印：一〇〇〇本

流水號：12487
書號：CH710-31