

内部资料 免费交流

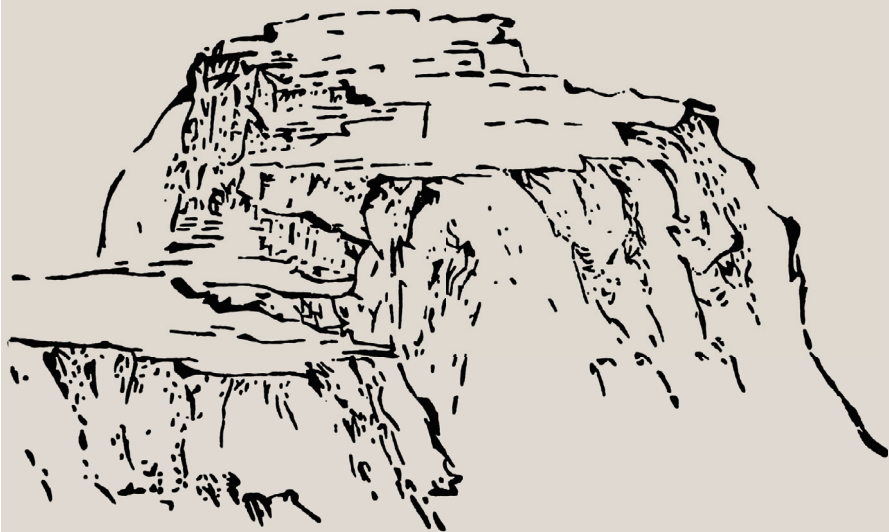
准印证号：冀L1100120

禅

CHAN

2020年第 5 期

总 第 1 7 9 期



河北省佛教协会《禅》编辑部

大悲咒插图（十）

南無悉吉栗埤伊蒙阿唎哪

现藏于台北故宫博物院



明代泥金写绘《明人书千手千眼观世音菩萨大慈心陀罗尼经》，瓷青纸本，经折装，每半叶四行，金丝栏。封题及内文云“大慈心陀罗尼”，不用“悲”字，或为避亲讳故。

正法眼藏

六大贼者，即外六尘。菩萨摩訶萨观此六尘如六大贼。何以故？能劫一切诸善法故。如六大贼能劫一切人民财宝；是六尘贼亦复如是，能劫一切众生善财。如六大贼，若入人舍，则能劫夺现家所有，不择好恶，令巨富者忽尔贫穷；是六尘贼亦复如是，若入人根，则能劫夺一切善法，善法既尽，贫穷孤露，作一阐提。是故菩萨谛观六尘如六大贼。

复次，善男子，如六大贼欲劫人时，要因内人；若无内人，则便中还。是六尘贼亦复如是，欲劫善法，要因内有众生知见常乐我净不空等相；若内无有如是等相，六尘恶贼则不能劫一切善法。有智之人内无是相，凡夫则有，是故六尘常来侵夺善法之财，不善护故，为其所劫。护者名慧，有智之人能善防护，故不被劫。是故菩萨观是六尘如六大贼，等无差别。

复次，善男子，如六大贼能为人民身心苦恼；是六尘贼亦复如是，常为众生身心苦恼。六大贼者唯能劫人现在财物，是六尘贼常劫众生三世善财。……如勇健人，乃能摧伏是六大贼；诸佛菩萨亦复如是，乃能摧伏六尘恶贼。譬如有人，多诸种族，宗党炽盛，则不为彼六贼所劫；众生亦尔，有善知识，不为六尘恶贼所劫。是六大贼若见人物，则能偷劫；六尘不尔，若见、若知、若闻、若嗅、若触、若觉，皆悉能劫。六大贼者，唯能劫夺欲界人财，不能劫夺色、无色界；六尘恶贼则不如是，能劫三界一切善宝。

（《大般涅槃经》卷第二十三“光明遍照高贵德王菩萨品第十之三”）



2020 年第 5 期 / 总第 179 期

2020 年 10 月 15 日印刷

编印单位 河北省佛教协会
业务主管部门 河北省宗教事务局
创办人 净 慧

编辑委员会

主 任 明 海
编 委 黄夏年 冯学成 吴言生 杜大威
 高士涛 明 海 明 慈 常 照
 明 影 明 勇 宗 舜 明 尧

编 审 李 泓
主 编 明 尧
责任编辑 耀 观
文字编辑 耀 解 明 睿
设计制作 耀 师
流 通 耀 闻 净 宗
 魏 斌
印 务 邵庆荣
发送对象 佛教四众弟子
 宗教文化研究人员
 禅学爱好者

地址 河北省赵县柏林禅寺

邮编 051530

电话 0311-84920505 (编辑部)

0311-84941003 (发送部)

传真 0311-84920505

*

chan@bailinsi.net (索阅箱)

chanbox2004@126.com (稿件箱)

准印证号 冀 L1100120

石家庄荣祥印刷厂

印数 25000 册

目 录

正法眼藏1

指 月 篇 坐禅的初发心 * 明海5
 在尽责中求满足 在义务中求心安 * 明海10
 大开元一宗 * 明憨14

传 灯 篇 普陀山闭关与佛教革新思想的“复活”——
 《太虚法师僧制思想研究》选载（一）* 明杰17

般 若 舟 当下观自在
 ——《心经》导读之四 * 明尧34

文 字 禅 禅是“无”的宗教 * 崇谛43

怀念净慧
长 老 法雨再澍待来春
 ——净慧老和尚示寂缅怀 * 清凉71

生活禅

欲知山间路 得问过来人

—— 山居杂忆（一）* 水月天心77

林栖谷隐，六十年梦中事* 唯实84

因为有我* 李永茂91

磨镜台

乙亥年药山冬季禅七记* 耀慧98

禅艺篇

禅的味道

——读法宗长老书法* 陆一飞103

佛祖道影

江南古佛天目中峰明本禅师

（上）* 具水112

编者小语

念佛与照见五蕴皆空127

坐禅的初发心

柏林禅寺己亥年冬季禅七开示（七）

（2019年12月19日）

明 海

各位道友：

昨天我们大致讲到生活禅四个要点中的第一个：发菩提心。笼统一点说，就是发心。我们坐禅的不同出发点或目的，就是不同的发心。

因为不同的发心，坐禅具备了不同的意义。有人想通过坐禅，治疗疾病；有人想通过坐禅，修炼神通；也有人想通过坐禅，修复疲惫不堪的身心……但是，所有这些出发点或目的，都不是佛教坐禅的正确发心。

释迦牟尼佛教法里的坐禅，正确的发心就是菩提心。昨天我讲到菩提心含摄了出离心。为了真正生起出离心，我们就有必要对整个欲界、色界、无色界这三界众生的生存状态，做一种全面的了解、检查和反思。

色界和无色界，我们只能通过佛经去了解并思维。这些天道的众生虽然比人道、三恶道的境界要高，但是也在苦中。有一种描述说，欲界的众生是苦苦，色界的众生是坏苦，无色界的众生是行苦。

色界众生在禅定中是非常快乐的，据说色界三禅是最快乐

的状态，但是这种乐，也有到期的时候，那时生命就会堕落。所以色界众生处于乐中的时候，苦已经存在了，这种苦叫坏苦，它与乐受对应。

无色界众生是一种意识存在，他们没有有形有相的肉身需要维持，但是意识也有存续的期限，当禅定终了，生命也会堕落。无色界众生没有见到诸法实相，没有实相智慧，所以意识仍然在微细的生灭中，这也是苦，叫行苦。

欲界众生的苦苦，是现象、感受层面的苦，与苦受对应。欲界天道的众生有很高级的五欲之乐，但是天福享尽，经常会堕落到三恶道。欲界的阿修罗在嗔恨、嫉妒的驱使下，不断地生起斗争心，也是一种苦恼。

欲界人道乃至人道以下众生的这种苦，我们都有必要逐一反思。以人道来说，我经常讲，要修出离心，我们必须要去观察、思维，把人类历史上所有的苦难，都当成是我们自己的苦难；把人类历史上所有的罪恶和罪行，都当成是我们自己的罪恶和罪行。通过深入地观察和思维，自然就会产生真实的出离、超越的愿望。

第一个观察和思维，是把人类历史上所有的苦难，都当成自己的苦难。即使是学佛的人，在看见别人遭受苦难、灾难时，内心可能也会暗自庆幸，这事幸好没落在我头上。这种本能的反应，可以说是一种自私。没有出离心的人，就会这样。有的学佛的朋友经常说类似的话，哎呀，那天我幸好没坐那趟车，那辆车出车祸了。当别人遭受苦难、灾难的时候，有的人总是庆幸，觉得自己是例外的，是特殊的。其实这一切都有可能落到自己身上，因缘具足了，你就是那场苦难中的一员。安知你

过去生不是那其中的一员呢？安知你未来生不会落到那种苦难和灾难中呢？恐怕没有哪一个凡夫敢做这样的保证。因为任何苦难、灾难的因和缘，在我们这些没有觉悟、没有解脱的众生之身心中，完全都有可能出现，因缘一旦具足，当然我们也有可能受那样的果报。

佛经里讲，如果我们杀生的业很重，就会碰到刀兵劫，承受战争之苦；如果我们有偷盗的业，就会承受饥馑之苦；如果我们有邪淫的业，就会承受瘟疫之苦。杀生、偷盗、邪淫都是因，一旦缘具备了，这些苦报都会在我们生命里呈现，没有一个凡夫可以例外。

第二个观察和思维，是把人类历史上所有的罪恶和罪行，都当成自己的罪恶和罪行。换句话说，一切众生的罪恶和罪行，我们都有可能去犯。当我们这样去想，就会产生一种惊悚的感觉，生起极大的警觉。

人类历史上有一些大恶人，造下了很多可怕的罪行。中国人向来重视历史，中国文化的历史兼具道德判断、道德教化的作用，从这个视角去看，这些历史上的大恶人所造下的罪行更加可怕。当我们回顾东西方历史，了解到这些可怕的恶人所造作的恶业，可能会有一种庆幸，认为自己是一个特例，绝对不会犯那样的错误，造下那样可怕的罪行；或者从没想过自己也有可能造下那种恶业。殊不知，作为一个凡夫，即便我们这一世有信心，但在未来世漫长的生命长河里，只要因缘具足，我们完全有可能成为那样的恶人，造那样的恶业。而这业报，会让我们堕入万劫不复的痛苦境界，就是佛经里讲的痛苦没有边际、没有间断、时间非常漫长的阿鼻地狱。

没有觉悟、没有解脱的众生，就像在狂风暴雨的海面上飘荡的一叶扁舟，没有办法决定自己的航向，也没有办法避免随时都有可能降临的灭顶之灾。所以出离心的生起，需要我们在生活里逐渐去累积，去反思。

那么菩提心呢？老和尚讲，我们要学禅，首先要发菩提心，就是要让“觉”的愿望在我们心里生起来。这里也包含了一个前提，就是我们要深信不疑地认定，众生的心和十方诸佛一样，本具觉性，无欠无余，认定我们生命的根本价值就是“觉”。所以菩提心，就是在这样一种对生命根本价值认定的基础上，发起一种强烈的愿望，即我们要去实现、兑现这个本具的根本价值，完成生命的觉悟。换句话说，我们在自己内心深处，坚定不移地认定生命“觉”的价值，同时把自己生命从现在到尽未来际的一切追求和活动，都置于这个“觉”的价值之下，这就是菩提心。

为什么老和尚讲学禅，发心很重要呢？当你有了这个发心，哪怕你在禅堂里面打坐，暂时不相应，但是你忍耐腿痛、直面烦恼与习气，这些付出全是你实现“觉”的愿望的一个努力过程，它们都有价值。不要以为只有打坐相应了才有价值，其实你在不断和自己的习气、和静坐中的各种障碍相逢，并且努力透过它们的时候，就是在落实“觉”的价值。

不仅在禅堂是这样，我们在日常生活里的一切忙碌，如果置于菩提心的统摄之下，都变成了“觉”的事业。“觉”的事业不一定是轰轰烈烈的，也有可能是普通的、重复的、别人不注意的工作，比如看门、做饭、扫地、每天伺候别人……有了“觉”这样一个发心以后，我们的一切活动都有了意义，就是“觉”

的意义。

最终圆满的觉是什么？就是佛。我们所有的忙碌，如果都冲着圆满觉的目标，就有了成佛的意义。所以菩提心是摩尼宝，它能出生一切功德法财。十方诸佛都是从菩提心里面生出来，完成他们的“觉”。我们众生也和十方诸佛一样，具有同样的觉性，所谓心、佛、众生三无差别，这是大乘佛法的核心。我们要对这一点深信不疑，将它深植于内心。在此基础上，我们发心、发愿，从此刻到尽未来际，一切都围绕“觉”而努力，这就是菩提心了。

但是要真正生起菩提心，也不是那么容易，我们需要不断闻思佛陀教言、祖师开示，同时历事炼心，让发心变得坚固。有时我们的心特别热，但是在某段时间又特别冷，热情消失得很快，像早上的露珠，祖师称为“露水道心”。道就是菩提，我们的菩提心像早上的露水一样，时间很短，太阳一照，它就干了。比喻我们遇到一点障碍，道心就退了。现在我们知道，觉性本具，功不唐捐，退了也不要紧，我们再发心，不断地发心，一直到这个心变成我们的条件反射，成为昼夜不断支配我们的根本动力。

有这样的发心摄持，坐禅才真正有意义。因为它解决的不是你身体的疾病，或开发你某种神通；它要解决的是最终觉悟、究竟成佛，不仅自己觉悟，而且要跟所有的有缘众生一起觉悟。在这个宏伟的目标下，我们打坐中的一切忍耐、奋斗，就都不一样了。

希望大家好好发心。

在尽责中求满足 在义务中求心安

柏林禅寺己亥年冬季禅七开示（八）

（2019年12月21日）

明 海

各位道友：

老和尚提出的生活禅四个要点——发菩提心、树般若见、修息道观、入生活禅，前面我们讲了前三点，今天讲第四点——入生活禅。老和尚有很多关于修证生活禅的开示，在学习这些开示时，首先一点，我们不能片面或狭隘地认为，禅的修行就是打坐。其实，打坐只是禅修中的一种方式。

禅宗所说的禅修，天台宗称为止观。止、观，是禅修的两个基本要点。在天台智者大师的止观实践体系中，三昧分为四种：第一种叫常坐三昧，就是远离喧闹，端身正坐，不行、不住，也不躺下。第二种叫常行三昧。大家可能听说过般舟三昧，那就是常行三昧。修般舟三昧就是在一个静室里面，不坐，不倚靠，多困也不躺下，顶多是站住，白天黑夜不断地经行，坚持三个月的时间。有些修行人九十天坚持下来了，就像换了一个人。第三种，半行半坐三昧，其实我们禅堂有点这个意思，就是有行也有坐。最后，非行非坐三昧，虽然叫非行非坐，但它通于行、住、坐、卧及一切事，就是在一切时，于一切事上念起即觉，意起即修三昧。四种三昧的具体修法，大家可以参考《摩诃止观》，

这里只做一个简单的介绍。

所以，从智者大师的分类来看，禅修就不局限于打坐了。他的止观概念，有小止观，也有摩诃止观。前面我们讲的息道观，属于小止观范畴，在摩诃止观这个范畴内，生活里的举手投足、为人处事全都是禅修，全都可以成为止观法门。所以我们也还要在这个范畴内，理解生活禅的修行——它不局限于某一种威仪或状态，它通于一切时、一切事。

有了这个了解以后，我们再来学习老和尚关于生活禅修证很重要的六句话：“在尽责中求满足，在义务中求心安，在奉献中求幸福，在无我中求进取，在生活中透禅机，在保任中证解脱。”这六句话非常契合现代人，它涵盖了现代人做人做事的方方面面，也讲到了禅修中属于内在修证的核心元素。

前两句话，“在尽责中求满足，在义务中求心安”。这两句话字面上看起来很简单，但内涵非常深奥。什么叫责任和义务？每个人都有很多角色，每个角色背后都有责任和义务。以在家人来说，你在单位可能是一个处长，回到家在子女跟前是父亲，在父母跟前是儿子，在妻子面前是丈夫。再往大一点说，你是国家的一位公民，也是整个世界的一份子。这多种的角色就意味着多种责任和义务。

马克思说，人是社会关系的总和。无论对自己的工作、本分，还是产生联系的其他众生，你只有做好自己应该做的事情，尽到这些责任和义务，内心才会有踏实感和充实感，对自己产生一种肯定，获得满足。反过来，如果某些角色所对应的责任和义务没有尽到，你内心就会有亏欠感。

“在尽责中求满足，在义务中求心安”，儒家最核心的修

行都在这里。从儒家的角度来说，一个人的价值，在人伦关系中。只有尽到了这些关系中的责任和义务，我们才能充实和确认自己的价值，感到满足、心安。我们每一个人内心都有良知良能，它对自己所要承担的责任和义务是明白的、清醒的。什么叫良知？良知就是自己知道自己——不仅知道自己的角色、自己的责任和义务，而且知道自己有没有做到。如果没有做到，心里就会不安。当然我们看到有的人没有尽到责任，但是他表现得好像还很安定，若无其事。这在我们的文化传统里也有说法，叫昧了良心。他的良心被遮蔽，没有光了，所以他没有觉得内心不安。另外有些人的表现，恰恰是他本能地觉察到了自己没有尽到责任，然后通过外在的感官刺激或其他追求，努力地使自己不要面对那个有亏欠的自我。这是一种逃避的反应。

尽到了责任和义务的人，他的内心就安了。这个心安，是人生的第一大财富。慧可大师在达摩祖师跟前就是求心安。当然慧可大师讲的这个心安更深，他不单单是做人的责任和义务层面了，而是面对宇宙人生一切万法的无常生灭变化，这个心如何做到如如不动。不过，这个心安也离不开刚才讲的“在义务中求心安”。

我们出家人也有自己的角色和身份，角色背后也有相应的责任和义务，我们有没有尽到？这个责任和义务其实也是多重的：首先，作为一个出家人，有出家人本身需要承担的责任和义务；同时可能你属于某一个法脉传承，那么你对那个法脉传承有责任和义务；你是某一个寺院的常住，那么你对那个寺院有责任和义务；你在寺院担任某个职务，那么你对那个职务也有相应的责任和义务……如果你没有担当起那个责任，履行那

个义务，就叫名不副实、尸位素餐。占着那个位置不做事，白吃饭的意思。这都属于亏欠，而且自己内心会累积差评。这个差评不是别人给的，而是我们自己的判断。这个判断就是良知，人人本具的。长此以往，我们的自信心就会慢慢地流失掉。

老和尚的开示，帮助我们正面地去看待我们的责任和义务。因为面对责任和义务，有些人常见的反应是逃避；还有一种反应是把某种角色当成自我，当成一种永久的我。比如有的人退休以后，内心还是原来上班时当领导的自己，那个时候可能他很重要，退休以后，那个“我”没有得到照顾，他就会失落、空虚，甚至导致身心的混乱。这是两种极端，第一种极端是逃避；第二种是把假的当真的，把自我投射到某个角色上。

老和尚的“在义务中求心安”，就没有任何投射的意思，为什么呢？你的某个角色做得如何，别人怎么评价，别人认可不认可，这些都不重要。重要的是自己对自己的评价，如果自己能够心安，这就是满分。修行人就应该是这个态度，做到心安就好了，这就是认真而不当真。每一件事，认真把它做好，但是不当真。因为认真做了，尽力了，心就安了。

这句话能帮助我们解决很多修行上的矛盾，特别是在家人。有人说，我要打坐，但是每天都有很多家务，怎么办？你要知道做家务是你的责任和义务，也是修行。有人说，我要带小孩，但我还要念佛。你带小孩是责任和义务，也是念佛的一部分。你把工作和本分做好，尽职尽责，这本身就是修行的一部分。怎样成为修行的一部分呢？就落到那两个字上——心安。达到了心安，这就是禅。

希望大家好好用功，好好体会。

大开元一宗

大开元寺己亥年冬季禅七开示（五）

（2019 年 12 月 26 日）

明 憨

佛教在西汉末年传入中国，正式记载是汉哀帝元寿元年，即公元前二年。传入中国之后经历了一个漫长的过程，一直到南北朝，这一段时间，我们称之为佛教的传入和消化期，主要的工作就是翻译和消化佛教经典。

佛图澄在西晋怀帝永嘉四年（公元310年），从西域来到洛阳。当时五胡十六国分裂混战，战乱频仍，民不聊生，作为文化事业的译经工作，就不容易推广了。所以，佛图澄到了中国后，没有从事译经工作，而是以慈悲济世的情怀，直接为社会服务。

后赵时期他在邢台，进谏石勒施行宽厚仁政，以“德化洽于宇内”，保护民众，劝谏石虎“不为暴虐，不害无辜”，使北方大面积国土得到了安宁。佛图澄积极弘扬佛法，慈济民众，促进了佛教在北方的传播和发展。历史记载，佛图澄所历州郡兴建佛寺893所，在邢台所建襄国中寺即是大开元寺前身。佛图澄与开元寺渊源很深，所以开元寺所在的邢台地区也是汉传佛教的一个重镇。

到了唐朝，中国佛教就进一步形成了各种宗派。六祖的顿悟禅法称为南宗，主要在南方区域传播。神秀大师的渐修禅法

称为北宗，主要在当时的洛阳、长安两京及周边等北方地区传播，并且受皇家推崇，地位很高。

六祖的弟子神会和尚，在北方地区极力弘扬慧能顿悟禅法，他曾两次在开元寺立“曹溪能大师碑”，并请当时的大诗人王维撰写碑文。现在这里还有文物可以见证，这是禅宗这一法脉在开元寺传播的一段重要历史。

元朝是中国第一次由少数民族来施行中央集权统治的时代。刚开始的时候，蒙古人对汉文化不熟悉，但是后来随着渐渐入主中原，开始重视汉文化，启用汉人维护其统治。最典型的就是忽必烈重用当时有出家人身份的宰相刘秉忠来辅助其打天下。就像佛图澄劝谏后赵统治者所起的作用一样，刘秉忠在辅佐元统治者的过程中，大大地避免了此前的那种滥杀无辜，令百姓能够尽早地安定生产，恢复经济。

我们汉传佛教在当时能占一席之地，与刘秉忠的推动是分不开的。刘秉忠是邢台人，曾在邢台的西大寺出家，在他的推动下，开元寺成了当时汉传佛教的重要中心，并受到皇家的重视。后来，由万安禅师形成了一个新的宗派，即大开元一宗。最近有一位搞收藏的，给我们送来了一块万安禅师下第八代住持的刻石，这是一件很重要的文物。

传说当时曾经有十万人先后在开元寺受戒。当时汉传佛教的出家人，总共也不过二十万人，十万人在这里受戒，几乎半个天下的出家人在这里受戒，戒和尚就是万安禅师。万安禅师的大开元一宗，俗称贾菩萨派。因为万安禅师是我们邢台威县人，俗姓贾，他广行菩萨道，为老百姓做了很多善事，深受百姓拥戴。后来有这么一句话，叫“临济遍天下，曹洞占一角，贾菩萨派

到处跑”。足见大开元一宗当时的影响力。

贾菩萨派或大开元一宗，在传承上属曹洞宗。虽然其修学特色不限于曹洞宗，也包括了临济宗和净土宗的思想，但从法脉传承上来讲还是属于曹洞宗。前两天跟大家讲到了默照禅。修默照禅是曹洞宗的家风，强调“默默无言，昭昭现前”“不触事而知，不对缘而照”。这是宏智正觉禅师《默照铭》和《坐禅箴》中的原话。

为便于大家理解曹洞宗绵密的觉照家风，我们还介绍了楞严会上“击钟验常”的故事，并以录音笔为喻，希望对大家有点启发。又比如，现在的监控装置，不论小偷来没来都会录像，并不是有了小偷才录，而是时刻在录。我们当下这颗明白清静的心，总是保持定的状态，同时又时刻在观照，止和照时时现前。不只是打坐、数呼吸、观呼吸时要觉照现前，行禅、喝茶、吃饭，都应该是这样，不能间断，就像录音笔和监控录像一样。

默照禅的方法接近于智者大师的止观。止可以说就是默，观可以说就是照，止观就是默照。能止观，能默照，就等于在我们日常生活中，把握自己的心念，动的时候就止一止，静的时候就观一观。我们打坐时，如果能修到一点止观，感受到一点默照，并随时用在日常生活中，我们的生活能够清静，心态能够安详，与人相处就能观照自己，不仅不影响别人，甚至还能帮助别人。希望大家走出寺院、走出禅堂之后，仍能根据自己的具体状态将默照禅的精神落实到生活中去，这样我们才不愧为“大开元一宗”的后人。

普陀山闭关与佛教革新思想的“复活”

《太虚法师僧制思想研究》选载（一）

明 杰

一、对佛教改进运动的失望与反思

经历了佛教协进会的失败和寄禅长老的突然离世，太虚法师对佛教的前途产生了悲观的心绪，这一年太虚法师二十四岁。此外，加上各种世俗因缘的牵扯，太虚法师甚至开始对佛教有了离心的倾向。具体的表现是，他开始浏览各种新旧译著的小说和文学书作为消遣，也偶尔以化名在报纸杂志上发表文章，“习为文人名士的落拓疏放，对于佛教已若即若离”。¹

这样一位对佛教抱有革命精神的青年僧竟然“于佛教大有离心的趋势”，可见此时的太虚法师心理上的悲观和失望。这一时期，太虚法师开始以文学消遣，间或以诗文抒发抑郁，也用化名在报纸杂志上投稿，如同落拓文人的行事。然而，寄禅长老先前对太虚法师的提携和厚望，以及豁宣、昱山等法门同道的慰勉，特别是其师祖奘年法师的爱护，都成为此时太虚法师与佛教法缘得以维系的因素，他终究对佛教有着一种使命感。

实际上，从寄禅长老追悼会演说三大革命主张到普陀闭关

1 关于太虚法师当时的表现和状态，可见太虚法师：《太虚自传》，《太虚大师全书》第29册，第204—205页。

之间，太虚法师与佛教“若即若离”或许是有的，但并未完全“落拓疏放”。他先是计划“佛教弘誓会”事宜，撰写了缘起和章程，后又发起“维持佛教同盟会”。前者，因谛闲法师担任住持后，改宁波观堂为观宗寺，渐生诤议，其寺逐渐成为天台宗法派门庭，与太虚法师主张改剃派法派为佛教公有相违。印顺法师认为太虚法师所撰佛教弘誓会章程反映了太虚法师初期佛教革新的主张，并认为“据此，实为组合有志僧俗，凭借自身努力，从小而大，化私为公，为佛教教团之根本革新”¹。后者是太虚法师离开观宗寺，住观音寺期间发起的佛教组织，也撰有章程和宣言，“思为自由信仰，感情联系，精神一致之自由组合以建设理想僧团”²。可以说，佛教协进会、佛教弘誓会和维持佛教同盟会的精神一脉相承，都是太虚法师初期佛教革新理念的展现。但就是这样——一个“理想僧团”的构想，却未能得到其旧时好友们的支持和认同。文希法师劝其勿为特别组织，“宜乎合同而化”³，仁山法师则“不敢苟同。……不愿另立无谓之新名词，再挑动顽固辈恶感”⁴，“二三同志且情存妥协，革命教团之企图，乃不得不‘善刀而藏’”⁵，这些因素或许都加重了太虚法师的悲观与失望。

1913年3月31日，中华佛教总会在上海开成立会。太虚法

1 印顺法师：《太虚大师年谱》，第39页。

2 印顺法师：《太虚大师年谱》，第39页。

3 亚髡法师：《亚髡致太虚函》，《佛教月报》第1期，第20页。（黄夏年主编：《民国佛教期刊文献集成》第5册，第202页。）

4 仁山法师：《致太虚书》，《仁山法师文集》，大初主编，西安，陕西师范大学出版社，2014年，第166页。

5 印顺法师：《太虚大师年谱》，第39页。

师虽然未出席会议，但撰写了意见书，提出七项议题，其中特别指出佛教的财产问题，主张实行公有，“宜采行集产制度是也。……必有一法以相辅而行，始无障碍，则个人不得传法收徒是也”¹，这些都是太虚法师早期僧制思想的重要内容。在这次成立会上，太虚法师被任命为《佛教月报》总编辑。但六个月后，该报即因经费原因停刊，太虚法师离职，“不复与闻佛教会事”。

太虚法师在《自传》中曾对这一阶段进行过总结²。这一时期，太虚法师还曾与新社会党交往，并曾主编《良心月刊》，鼓吹无政府共产主义。³

二、普陀闭关：僧制革新思想的孕育

太虚法师于普陀闭关前的这段疏放、闲游、与俗友为伍的日子大概有两年左右，终于在 1914 年 7 月“善根内熏，倦于尘俗生活，复回俗以趋真”。印顺法师认为太虚法师“回俗以返真”有两个原因：“一则，大师从事社会活动，此心初未尝离于佛

1 太虚法师：《上佛教总会全国支部联合意见书》，《太虚大师全书》第 17 册，第 331—332 页。

2 “除在观宗寺月余，及在佛教总会四五个月之外，从民国元年的春天到民国三年的夏天，这两个半年头中，我似不曾做过关于佛教的其他事业。但为僧俗的友人所邀，闲游于上海、宁波、杭州、绍兴间的时候较多。”见太虚法师：《太虚自传》，《太虚大师全书》第 29 册，第 208 页。

3 参见印顺法师：《太虚大师年谱》，第 41 页。《太虚自传》也说：“在上海曾有吕重远等办良心印刷所，邀编《良心》杂志。”《太虚大师全书》第 29 册，第 208 页。

法；再则环境有以促成之。”¹后来太虚法师在《告徒众书》《我之宗教经验》中也曾谈及闭关的原因：

已而鉴于政潮之逆流，且自审于佛陀之法化，未完成其体系，乃习禅普陀者三载。²

欧战爆发，对于西洋学说及自己以佛法救世的力量发生怀疑，觉到如此的荒弃光阴下去，甚不值得，遂到普陀山去闭关。³

在印顺法师看来，抱有巨大政治热情的太虚法师，在民国成立后的两年里，对政治颇多疑惑，也怀疑自己革新佛教的力量。⁴江灿腾经过分析后认为：“在普陀山闭关的动机，正如前节所分析，是太虚已在现实的佛教界中，无法发挥作用，并且时局的不利因素，也令他开始怀疑本身思想的有效性，于是抽身来普陀山闭关，准备让自己有一番反省与充实的时期，再决定未来的去向。”⁵经历了思想的苦闷和生活上的游离，或许是内心深处潜藏的善根佛种的唤醒，太虚法师毕竟无法安处于尘俗生活，他不再“和光混俗”下去，作出了到普陀闭关的决定，“结束了一期的梦痕”。⁶

当年（1914年）六月，太虚法师至普陀山，先与了余法师

1 印顺法师：《太虚大师年谱》，第46页。

2 太虚法师：《告徒众书》，《太虚大师全书》第17册，第584页。

3 太虚法师：《我的宗教经验》，《太虚大师全书》第21册，第348—349页。

4 见印顺法师：《太虚大师年谱》，第46页。

5 江灿腾：《太虚大师前传》，台北，新文丰出版公司，1993年，第125页。

6 见太虚法师：《太虚自传》，《太虚大师全书》第29册，第208—209页。

商谈闭关事宜¹。当时，昱山法师正在般若精舍掩关，与太虚法师选择闭关的锡麟禅院“不及半里”，可以“昕夕过谈”。昱山法师是太虚法师的“平生第一益友”，好友也在普陀闭关，可能更加坚定了太虚法师闭关的决心。

闭关之前，太虚法师预做了充分的准备。在宁波，有居士赠送了太虚法师一部《频伽藏》；后来，太虚法师又到上海购置了闭关期间计划阅读的多种典籍²。经过这一番的准备，太虚法师预备了十几箱经书和典籍到普陀山的关房。从所列书籍可知，太虚法师这次的普陀闭关与以往闭关阅藏不同，除准备了《频伽藏》外，西方心理学、论理学、伦理学、哲学译著，中国文学、历史典籍，以及现代刊物，都是太虚法师这次闭关计划系统阅读的书籍，涉猎范围不可谓不广。可见，太虚法师有意于闭关期间做一番深彻的思想改造和重建。具体而言：“初温习台贤禅净诸撰集，尤留意《楞严》《起信》，于此得中国佛学纲要。世学则新旧诸籍，每日旁及。于严译，尤于章太炎各文，殆莫不重读精读。故关中文笔，颇受章严影响。”太虚法师这次的闭关，与以往重视传统佛学不同，一方面留意对于中国佛学影

1 关于选择锡麟禅院作为闭关地点，江灿腾认为和三个因素有关，参见江灿腾：《太虚大师前传》，台北，新文丰出版公司，1993年，第125—126页。

2 太虚法师所购典籍多种，据太虚法师自己的记述，主要有：“当时所有严又陵所译各书，及心理学、论理学、伦理学、哲学等译著，新出的《民国经世文编》《章氏丛书》《饮冰室全集》《辞源》等，二十八子及韩愈、柳宗元、苏轼、王安石、王阳明、顾亭林、黄梨洲、龚定庵、曾国藩等全集，又定了《东方杂志》《教育杂志》等定期刊物，冯汲蒙居士并赠与《十三经批注》及《二十四史》《宋元明儒学案》等木板书，加以原有的陶潜、李太白、杜甫、陈白沙等各种诗文集及佛书。”见太虚法师：《太虚自传》，《太虚大师全书》第29册，第209—210页。

响深远的《楞严经》和《大乘起信论》，另一方面则重点研读严复的译著和章太炎的文章，以至于“重读精读”，这甚而影响了太虚法师的文笔，更加地具有战斗性。

1914年10月（八月下旬），由印光法师主持封关，太虚法师正式进关，开始了专修、阅读的生活。闭关期间，太虚法师并非不问世事，他仍然接待来访的朋友，或与诗友相互唱和，或撰写卫教护法的文章。特别是响应觉先，发表论文反对袁世凯政府制定的卅一条《管理寺庙条例》和替了余法师主办文稿，解决普陀山田地免缴粮税的问题。甚至，1916年夏天，孙中山到普陀游历，“在关房中，曾托了老请孙题《味盦诗录》的封面”。由此可见，这次的闭关更像是一次禁足读书，虽不参加外界活动，但通过各种方式对社会及政治动向和佛教内部情况，依然能够及时掌握。

在阅读中西典籍、著作方面，太虚法师也有自己的次第和系统¹。通过关中的阅读，太虚法师逐渐明确理论和实践的方向，“第一、佛教义理系统的会归，第二、时代潮流的因应问题”。洪金莲就认为，普陀闭关是“太虚从挫折中，再提撕向上的转捩点。同时，普陀山闭关，也是其思想的关键转折处，新旧思想的斡旋和归纳，太虚在此作了历史性的重要抉择”²。

太虚法师在关中除了一般性的诗文应酬，也有计划地进行

1 详见太虚法师：《太虚自传》，《太虚大师全书》第29册，第217—218页。

2 洪金莲：《太虚大师佛教现代化之研究》，台北，法鼓文化，1999年，第70页。

述作，“继即至冬初作成《整理僧伽制度论》”¹。后来，太虚法师曾回忆这段历时三年的闭关经历，自信地宣称“对于僧制寺产，作了《整理僧伽制度论》，成为‘从中国汉族的佛教本位，而适合时代需要的新佛教’”²。

太虚法师闭关期间，将自己此前根据传统方法得来的佛学积累，换以次第系统地研究各宗经论，从而逐渐达到会通诸宗的境地。在关中，太虚法师也有系列著作问世，建立了后来“八宗平等”“以中国佛教为本位”的佛学思想基础。“这样的思想熔铸，是以佛教为中心，并采择古今东西学术文化，以顺应现代的思想潮流，而建立新佛教。”³这里重点提及《整理僧伽制度论》，并认为是集成了自己改进佛教的理论，可见此论是太虚法师在普陀闭关期间的精心之作⁴。太虚法师在闭关期间曾写作《震旦佛教衰落之原因论》，对佛教衰弱的原因进行分析，或许《整理僧伽制度论》正是太虚法师自己给出的对治之法。

在普陀山闭关期间，太虚法师思考中国佛教僧团未来及社会变革之关系，撰写了《整理僧伽制度论》，这是他建构僧伽改革理论的标志性文件。1940年，太虚法师在汉藏教理院作《我

1 据太虚法师的说法，“预定的述作时间，除应付点临时发生的诗文以外，其完成的，忆系先作佛学导言，而继以教育新见及哲学正观，次辨严译各书及订天演宗等，……后作墨子平议、周易蠹测、荀子论、百法明门论的宇宙观等”。见太虚法师：《我的佛教改进运动略史》，《太虚大师全书》第29册，第218—219页。

2 太虚法师：《我的佛教革命失败史》，《太虚大师全书》第29册，第62页。

3 江灿腾：《太虚大师前传》，台北，新文丰出版公司，1993年，第130页。

4 太虚法师后来也回忆道：“当时我对于改进佛教制度，有这样理论（指《整理僧伽制度论》一笔者注）建立，我虽在闭关的时期没有作其他的活动，却集成了我对于改进佛教的理论。”见太虚法师：《我的佛教改进运动略史》，《太虚大师全书》第29册，第83页。

的佛教改进运动略史》，将其一生所从事的佛教改进运动划分为四期，其中就《整理僧伽制度论》写作的动机作了交代，辛亥革命胜利以后中国建立了共和立宪制的国家制度，太虚法师觉得当时的僧伽制度也必须依据社会的变化进行调整，以适应时代环境而为国家和社会所需要，这便是写作整理僧伽制度论的最初动机¹。

太虚法师深刻认识到辛亥革命成功所带来的时代变化，强调佛教的制度要特别“加以适时的改变”，而成为适应时代需要的佛教僧寺。他自认为自己写作的《整理僧伽制度论》正是这样一种现代僧伽所需要的“规律”。他希望根据佛教的教理和教史来树立佛教改进运动的理论，因此才撰写了《整理僧伽制度论》和《人乘正法论》。前者是对佛教僧伽生活进行规定和要求，以适应时代和环境，建立现代的佛教组织，建立真正住持佛教的僧团，“这论所拟的整理计划，全是根据原有住持三宝的僧律仪演绎出来的，可以说是现代僧伽的规律”。²

在《答某师书》中，太虚法师自言：“余民四前，揆度我国将成一欧美式的民主国，故作《整理僧伽制度论》，为适应之建设。”³在《与廖笏堂先生书》中又说：“故于发表民九、十一期《海潮音》之《整理僧伽制度论》，乃主张僧伽只守其卓遐清让之风，以宏佛化之普及为职，而由正信佛法之士女，组拥护佛教社，专为保障三宝，似较妥适。”⁴

1 见太虚法师：《我的佛教改进运动略史》，《太虚大师全书》第29册，第82页。

2 太虚法师：《我的佛教改进运动略史》，《太虚大师全书》第29册，第80页。

3 太虚法师：《答某师书》，《太虚大师全书》第26册，第86页。

4 太虚法师：《与廖笏堂先生书》，《太虚大师全书》第26册，第154—155页。

据印顺法师《太虚大师年谱》，“（民国四年）是年冬，大师痛于《管理寺庙条例》，审度时势，欲据教理教史以树立佛教改进运动，乃作《整理僧伽制度论》，为一经意之结撰。”¹

三、《整理僧伽制度论》：

太虚法师僧制改革思想的系统阐释

太虚法师僧伽制度思想具有几重特点：一、自觉继承佛教传统基础上而作出适应时代的创新；二、以出世而入世的人生佛教作为改革思想与实践的指导原则；三、提倡戒律的恢复与振兴，保证出世的行为规范；四、继承传统丛林制度的优势，建立适应时代需要的现代僧团；五、积极借鉴西方教团的现代建设经验。

太虚法师的僧制改革思想全面、集中地体现在《整理僧伽制度论》中。全论分为四品，即僧依品、宗依品、整理制度品、筹备进行品，分论僧众、宗派、教所、教团、教产、教籍、教规等内容，及三期实行的方案。其中，“制度品第三”为主体。关于论文写作的时间，民国十八年（1929）八月，太虚法师作《整理僧伽制度论跋》，明言“余作《整理僧伽制度论》，今屈指十四年矣”²，则本论作于民国四年，即1915年。

太虚法师出关以后，《整理僧伽制度论》先后在《觉社丛书》和《海潮音》上分章节发表，但间隔较长。1918年10月，《觉社丛书》第一期以《整顿僧伽制度论》为题，首先发表了

1 印顺法师：《太虚大师年谱》，第51页。

2 太虚法师：《整理僧伽制度论跋》，《太虚大师全书》第30册，第813页。

“僧依品”部分¹。第四期（1919年7月）接续发表了“宗依品”部分²。1920年的《海潮音》第一期继续发表“制度品第三”的第一节“教所”，第十一期发表第三品的第二、三、四、五节，即教团、教产、教籍、教规部分和“筹备进行品第四”，至此，全部论文始刊载完成。而《海潮音》中间刊载相隔十期，是因为太虚法师思想的变化。他认识到《制度论》在当时难以实行，有进行调整的必要，新产生了僧众应该从事生产工作、自主生存的思想，这样就有了《人工与佛学之新僧化》³，于是暂时停刊了《整理僧伽制度论》。

《海潮音》第十一期发表《整理僧伽制度论》（续第一期）前，有编者按语，也交代了这种波折的原因：

此论系民国四年冬应时势而作。论凡四品，曰僧依品，曰宗依品，已次第发表于《觉社丛书》。曰整理制度品，于第一期《海潮音》上仅发表“教所”一节，尚有教团、教籍、教产、教规四节。曰筹备进行品，按察现势，不能适符，遂置未发表。而于第三期征求海内留心佛化者，发抒其意，于十一期发行一佛化专号。无如醉梦沉沉之佛教徒众，毫无一点意思发表前来，除二三友人寻常通信偶有可为讨论佛化之资料者外，其应声而发者，乃才得青年初发心之二尼耳。余于是知现存之僧众于佛教

1 《觉社丛书》第一期，第9—23页。（黄夏年主编：《民国佛教期刊文献集成》第6册，第423—437页。）

2 《觉社丛书》第四期，第1—18页。（黄夏年主编：《民国佛教期刊文献集成补编》第1册，北京，中国书店，2008年影印版，第43—60页。）

3 见印顺法师：《太虚大师年谱》，第73—74页。

中不惟不逮居士，其不逮苾芻尼远甚。则吾此虽数年前之骨董，犹是为有志于一新佛教而应时适化者之隍引也，乃发表以实佛化号。施之实行，是在上士。¹

通观此编者按语行文，应为太虚法师自己的手笔。太虚法师首先回顾了《整理僧伽制度论》发表的情况，并表示“整理制度品”的四节和“筹备进行品”因为时势的变化，本不拟发表。后来在《海潮音》编发“佛化专号”时，乏人响应，太虚法师又觉得《整理僧伽制度论》“犹是为有志于一新佛教而应时适化者之隍引”，故在“佛化专号”上将所余部分发表。至此，《整理僧伽制度论》才全文刊载完毕。文中提到的“二尼”，即妙昙和静禅。以“恢宏佛化，演进僧行”为主题的《海潮音》第十一期的“建言”栏目共刊发三篇文章，除使用近 77 页版面²将《整理僧伽制度论》余下部分刊发完整，还发表了妙昙和静禅二人的《改革现代比丘尼制之我见》和《怎么样改革尼姑》。太虚法师在复信中肯定了她们的发心，鼓励她们“斟酌妙昙静禅大德所拟从林制之能实行者先实行之”，并给予了具体的建议。³

关于本论的题目，出现了“整顿”和“整理”的两种不同表述。《觉社丛书》第一、四期发表时作“整顿”，《海潮音》发表时用“整理”。《海潮音》第八年（1927）四五期合刊上曾发表该论全文，则题为《整顿僧伽制度论》。

1 《整理僧伽制度论》，《海潮音》1920年第11期，第1页。（黄夏年主编：《民国佛教期刊文献集成》第149册，第149页。）

2 《海潮音》第十一期大概有116页的内容。

3 见《尼妙昙妙莲致太虚法师信及法师复信》，《海潮音文库》第22册《整理僧伽制度上》，台北，新文丰出版公司，1985年，第32—33页。

1930年，因“月刊定期出版，收集不免稍滥”，去粗取精，严格取材，出版《海潮音文库》。《文库》共分四编三十四种，第三编佛学足论九种，本论收入“九、整理僧伽制度下”。同时收入的论文还有署名太虚法师的《新僧》《救僧运动》《僧制今论》，而《整理僧伽制度论》则题为《整顿僧伽制度论》，署名“前人”。在“整理僧伽制度”中收入的论文却题为《整顿僧伽制度论》，颇堪玩味。

1935年1月出版的《佛学书局图书目录》，列有《整理僧伽制度论》，小字说明文字为“海潮音文库一册”。该书以不同纸张印制，故有两种定价，“道林一元三角”“报纸八角”¹，这种细节也反映了当时佛教出版物的多样性²。这里的《整理僧伽制度论》也可能是《海潮音文库》第三编中的题目，并不代表论文本身的题目。

在《海潮音文库》同编中，还收录了启灵《读僧伽制度论》、机警《读整理僧伽制度论发生之管见》³、亦幻《读整顿僧伽制度论》，分别刊载于《海潮音》第六年（1925）第一期、第二期、第八期。启灵和亦幻使用“整顿”，机警则用“整理”。此外，《海潮音》第六年（1925）第二期还发表了身轮《读整理僧伽制度论》⁴。

1 《佛学书局图书目录》，第25页。（黄夏年主编：《民国佛教期刊文献集成》第135册，第443页。）

2 关于上海佛学书局，近期有史瑞戈的论文《平衡功德与利益—上海佛学书局股份有限公司的经历》，收入康豹、高万桑主编《改变中国宗教的五十年（1898—1948）》，台北，“中研院”近代史研究所，2015年，第193—223页。

3 机警即大醒法师，此文未收入《大醒法师遗著》。

4 同类的文章还有缘净《读〈整理僧伽制度论〉后的管见》，收入《南询集》，第157—164页。（黄夏年主编：《民国佛教期刊文献集成》第134册，第331—338页。）

1925 年并非《整理僧伽制度论》最初发表的年份，为何同一年，相继出现了数篇讨论该论的文章？且使用不同的论文标题？

查《整理僧伽制度论》原文，在开篇的“建立僧数”“抉择问答”中多用“整顿”，未见“整理”字样，如“又彼僧伽制度，尚无整顿必要，藉欲整顿，必与政治同整顿之”，“整顿僧制，第求其良”，“故吾今拟议整顿中国本部之僧伽制度，还取现有八十万僧伽数，为根本依止也”¹等。《整理僧伽制度论》后收入《太虚大师全书》“制议九”（第十七册），论后“附注”似乎解释了这一问题：“《觉书》初题为《整顿僧伽制度论》，海刊始改为整理。”但实际上，《海潮音》第八年四五期合刊发表完整的论文时以及后来的《海潮音文库》，都沿用了《整顿僧伽制度论》的题名。

《整理僧伽制度论》不同名称及出处

时 间	出 处	题 目
1917 年	《觉社丛书》第一期	《整顿僧伽制度论》
1919 年	《觉社丛书》第四期	《整顿僧伽制度论》
1920 年	《海潮音》第一期	《整理僧伽制度论》

1 太虚法师：《整理僧伽制度论》，《太虚大师全书》第 17 册，第 5、7、25—26 页。

1920 年	《海潮音》第十一期	《整理僧伽制度论》
1925 年	启灵《读僧伽制度论》	《整顿僧伽制度论》
1925 年	机警《读整理僧伽制度论之管见》	《整理僧伽制度论》
1925 年	亦幻《读整顿僧伽制度论》	《整顿僧伽制度论》
1925 年	《议佛教办法法》	《整顿僧伽制度论》
1927 年	《海潮音》第八年四五期合刊	《整顿僧伽制度论》
1930 年	《海潮音文库》	《整顿僧伽制度论》
1935 年	《佛学书局图书目录》	《整理僧伽制度论》

对于这样一篇“经意结撰”，印顺法师曾作出如下的评价：

统观本论，依乾隆旧籍，而定论现今僧数之多；以江浙一隅，而例论全国教产之富，均不符实际。……况大乘八宗，其时或形骸仅存，或形质久绝，乃必欲八宗等畅，宁复可能！尤以“政教分离”，决非中国政情所能许！富思考而未克多为事实之考察，自不免智者之一失！然所论僧制之改革，要为唯一有价值之参考书。¹

1 印顺法师：《太虚大师年谱》，第 52—53 页。

印顺法师的这段评论应该说是公允、客观的。后来的事实也证明，在《整理僧伽制度论》中，太虚法师有过多的理想成分，有的与现实差距较大，“殊未易实现”。纵使如此，印顺法师也承认本论“所论僧制之改革，要为唯一有价值之参考书”，虽然在实践层面，《整理僧伽制度论》的价值有待商榷，但本论无疑是太虚法师僧制思想的核心文本，后来的僧制思想和论文，都是在此基础上逐渐发展调整而来的。江灿腾评价《整理僧伽制度论》“的确是很了不起的构想”，但也同时提出问题：

“它实质内涵的价值如何？具有多少实践的可行性？抑只能作为一种思想的指标，而无实质意义？当我们一触及这一连串的疑问时，太虚法师的思想理论，便面临了严重的考验。”¹

此论发表后，也在僧界引起一定的反响，如启灵、机警、身轮、亦幻法师先后发表《读僧伽制度论》《读整理僧伽制度论之管见》《读整理僧伽制度论》《读整顿僧伽制度论》等文章，参与讨论，发表意见。如亦幻法师就认为“此事属佛法前途之一远大问题”²。此外，“此文在社会上影响很大，日本学者还将此文译成日文出版”³。

1 江灿腾：《太虚大师前传》，台北，新文丰出版公司，1993年，第132页。

2 亦幻法师：《读整顿僧伽制度论》，《海潮音》1925年第8期，第19页。（黄夏年主编：《民国佛教期刊文献集成》第163册，第109页。）

3 参考《民国佛教期刊简介》，《民国佛教期刊文献集成目录》卷一，第2页。太虚法师也曾说过：“余十年前曾有《整理僧制论》之发表，去年又有《僧制今论》之发表一此二论，日本曾翻译，谓足资日本佛教组织之参考。”见太虚法师：《对于中国佛教革命僧的训词》，《太虚大师全书》第17册，第599页。本论还曾连载于1927年的《心灯》第25、27、28、29期。（见黄夏年主编：《民国佛教期刊文献集成补编》第16册）

四、考察日本佛教，验证僧制构想

1917年2月4日，立春，太虚法师结束了在普陀三年的闭关。是年秋，台湾基隆月眉山灵泉寺主善慧法师建立法会，希望礼请圆瑛法师讲演佛法，歧昌法师主持水陆法事。当时圆瑛法师以事不克分身，于是介绍太虚法师代行。因太虚法师久思去日本考察，“一覩佛教与欧学调剂之方”，因此提出法会结束后赴日本作为条件，而商定先赴基隆讲学，后转赴日本。印顺法师在《年谱》按语中就明确“圆瑛初介大师阅藏以深入佛法，再介东游以考察僧制”，可知太虚法师赴日的目的就是考察僧制，特别是和自己的《整理僧伽制度论》相比较。

在基隆法会期间，太虚法师曾与台北佛教中学林教授熊谷泰寿笔谈，了解日本明治维新以来的佛教情况，以及布教欧美的成就等。在谈论到僧制方面，太虚法师对于日本僧侣的“不去俗姓，带妻食肉”及“各宗自为部勒，不能融合成一大佛教团”，“致其不满之感”。

12月2日，善慧法师陪太虚法师开始访日之行。这次的日本之行，历时半月，太虚法师游历了神户、大阪和京都——佛教的中心，“考察所得，深觉《整理僧伽制度论》之分宗，颇合于日本佛教之情况”。在《我的佛教改进运动略史》中，太虚法师甚为详细地指出了其僧伽制度论与日本实际情况的优劣，太虚法师认为日本佛教与其自身提出的《整理僧伽制度论》颇多吻合之处，既有和僧伽制度论不谋而合之处，同时僧伽制度论也具有自身的长处，于是，太虚法师得出结论：“我的僧伽

制度论，有其分宗的长处¹，无其分散信仰力量的短处。”²太虚法师也认为，在联合佛教全体方面，中国佛教没有日本宗派佛教的自然劣势，“本原佛教以联成一体，则犹胜一筹。乃于革新僧制之素志，弥增信念。”³

因为太虚法师首次访问日本是在1917年普陀闭关之后，尚未因开展佛教革新运动而获得更大的声望，且游历时间短促，可谓“游踪甚为匆促”，所以在日本方面没有留下特别的记录，太虚法师曾与哪些日本佛教人士进行过有关僧制的讨论，我们无从得知。或许太虚法师对于僧制的考察和比较，应该更多来自于其直观感受和沿途所见吧。

（本文节选自《太虚法师僧制思想研究》，作者明杰法师现为
中国人民大学哲学院博士研究生）

-
- 1 具体而言，“日本佛教各宗都有严密系统的组织，一宗有一宗的宗务院，管理全宗的行政；寺院分成大小等级，某种事应该是某种人去办理，都能‘人尽其才’去分配工作。各宗同样办有佛教教育，小学、中学是普通的，大学则专属某宗，是某宗所办；社会的文化慈善等事业，皆有多方活动。这些都和我的僧伽制度论所拟的计划不谋而合。但日本虽有各宗系统严密的组织，而没有全国佛教最高的整个管辖机关。那时有一个佛教联合会，可是在草创时期，且有几个专尊自宗的宗寺反对参加。因为，日本佛教是各宗各自为政的，故力量分布在各宗的身上，形成了宗派的信仰，没有整个佛教的信仰可言。关于分宗，各宗有各宗的宗寺等，我在僧伽制度论中亦有论及，但我主张有行教院和持教院及佛法僧园的总团体；且在家组织的正信会，对佛教要有统一的信仰，绝不能和僧寺一般的分宗，应以三宝为唯一信仰的对象。日本虽有佛教联合会的组织，但甚松懈，未见健全，实不及我计划的佛法僧园组织的严密。……这就是我理论的建立，和从日本考察证明了我的理论底结果。”见太虚法师：《我的佛教改进运动略史》，《太虚大师全书》第29册，第83—85页。
- 2 太虚法师：《我的佛教改进运动略史》，《太虚大师全书》第29册，第84—85页。
- 3 印顺法师：《太虚大师年谱》，第61页。也见太虚法师：《太虚自传》，《太虚大师全书》第29册，第224页。

当下观自在

《心经》导读之四

(2017 年讲于北京生活禅读书会)

明 尧

【接上期】

六、重点消文

今天我们准备就《心经》的难点和重点做一个展开。

(一) 总标一经之宗旨

观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空，度一切苦厄。

这段文字是整部《心经》的中心思想和大纲，后面所有的经文完全是根据这几句话一环扣一环地展开的。

“观自在菩萨”就是观世音菩萨——明能修之人。

“行深般若波罗蜜多时”是指观世音菩萨修道、证道所使用的方法——明所修之法。这个方法是深般若波罗蜜多。

“照见五蕴皆空”是指修证的方法和次第。从破色蕴开始，

把色、受、想、行、识等五蕴，一个个地超越、破除了。

“度一切苦厄”是指修证的实效。既包含着自受用、自解脱，也包含着他受用、他解脱。

1. 观自在

（1）自在的内涵

“观自在菩萨”是指观世音菩萨。我们学佛的目的也是为了获得自在，但在实际生活当中，我们往往是时时不自在、处处不自在、事事不自在、念念不自在。

在时间上，我们是不自在的。我们无法超越时间，时间对我们来说，似乎是一种客观实有的存在。不仅如此，有人还对时间作出种种吉凶好坏之分，做事情总希望选择一个黄道吉日。如果我们真正做到了如云门文偃禅师所说的“日日是好日”，那就做到了“时自在”。

在空间上，我们也是不自在的。我们对空间方位也作出种种吉凶判断，并深受其影响。比如，现在好多人建房子或者选择办公地点，都要先找人看风水。对于一个修道成就的人来说，哪怕是最凶的地方，对他也无妨。如果你有修行，能够自在转境，这就是“处自在”。

还有每一个修行人都希望得到的自在，就是生死自在。临命终时，阴境现前，如果不能做主，就会随着业力跑到三恶道去。如果我们能够做主，那是最大的自在。比如我们在信愿行的牵引之下，往生到西方极乐世界，那就是“业自在”了。

时自在、处自在和业自在，必须以戒定慧为基础。离开了戒定慧，无有自在可言。

有人说持戒束缚人，不自在。可是从修行的角度来看，持戒是最大的自在。我们要摆脱种种烦恼，自主生死，靠什么？靠戒律。一个人如果不知道因果、不相信因果、不遵守戒律，胡作非为，他肯定烦恼重重、恶业缠身，一定是不自在的。从这个角度来看，持戒对我们来说就是一种自在。

自在本质上意味着不被一切内外境界所转，所以，它实际上就是一种定，一种看破了一切内外境界的虚幻性之后，所达到的内心的如如不动。这就是“定自在”。

另外，还有“智慧自在”。一个人越有智慧，他就越自在。不过，这里的智慧不同于书本知识、世间智慧。在生活中碰到种种困惑，或者遇到两难选择的时候，我们经常不知道该怎么去处理，就是因为我们的智慧不够。如果我们能像佛一样具足大圆镜智，对一切事物复杂的因缘都能够了如指掌，那么我们干什么都是自在的。

同样，我们在妙用上也是不自在的。我们不能穿越时空，不能分身无数，不能一心多用，不能同时去他方世界度化其他众生，因为我们的力用不自在，我们的潜能和创造能力没有得到充分的发挥。

可见，自在是一种全方位的修行圆满的表现，是一种非常高深的境界。《华严经》把自在分成十种：

第一种叫“命自在”。佛在寿命上是自在的，他可以随着众生的根器，示现寿命或长或短之应化。

第二种是“心自在”。因为佛永远处在首楞严大定当中，不受境界的干扰，所以他的心是自在的。

第三种是“财自在”。佛具足福德和智慧两种庄严。福德

表现为财富无量无边，又称之为资具自在、物自在，故佛能以无量无边的财富来庄严一切佛土，用资财来帮助众生。

第四种是“业自在”。修行人证果之后，能够自主身口意三业，不被自己过去的业力所束缚。正因为他能够做业力的主人，所以他可以随时舍报，舍掉一期生命而转换为另一种生命形态。

第五种是“生自在”，就是受生自在。因为他能够自主业力，所以当他想到某个世界去度化众生的时候，他可以随愿到那个世界去受生。

第六种是“愿自在”。诸佛菩萨成就了以后，能够随自己所愿，随时、随地、随处成就菩提、度化众生。

第七种是“信解自在”，又称为“解脱自在”。

第八种是“如意自在”，指大成就者的神通变化是自在的。

第九种是“智自在”，指大成就者在智慧上是自在的，与十方诸佛的智慧是一体的。

第十种是“法自在”，指大成就者能够显示无量无边的法门。

这十种自在都是修习六波罗蜜而证得的。行布施（法施、无畏施、财施）能成就命自在、心自在和财自在，持戒的人可以成就业自在、生自在，精进能成就愿自在，忍辱能够通达解脱自在，静虑（禅定）可以成就如意自在，般若能够成就智自在、法自在。

（2）与日常生活的对接

现在，我们把刚才所说的内容跟当下的生活做一个对接。

凡夫的生活就是一种不自在的生活，时不自在，处不自在，业不自在，智不自在，心不自在。为什么不自在呢？就是因为

我们的心常常落在二边当中，落在分别取舍当中，被贪嗔痴慢疑所笼罩。

比如，当我们对某个人、某件事情、某个环境有着先入为主的顽固成见，我们能自在吗？我们生活中的很多不自在都是来自于此。

在人际交往中，只要内心有对立面，我们就不自在。老和尚说：“心中无敌，才能无敌于天下。”我们世间人之所以不自在，就是因为我们“心中有敌”，有太多的对立面。

再者，贪心越重的人心里越不自在。在人际交往中，如果我们老想从别人那里得到些什么，我们肯定动作不自然、说话不自然、表情也不自然，处处不自在。另外，嗔恨心越强的人心里越不自在。智慧少的人做事情时处处受到掣肘，同样不自在。

活着的时候，如果我们不能在念头上做到自在，临命终时，舍生、趣生就会完全被自己的业力所转。

自在来自于对因果的觉悟，昧于因果即是不自在。一个人不知道因果、不相信因果、违背因果，这是最大的不自在。同样，自在亦来自于戒、定、慧。一个人不守戒，没有定力，没有智慧，不可能有真正的自在。

根据这几条来反省一下，我们真的是一点都不自在。那么，我们当下怎样才能够自在呢？

如果你在某一个时刻，当下体验到了那种自觉、自主、自足、自在，那是真自在。因此，观自在这个功夫，在当下是不是落在实处，你不用问别人，就问问你自己：我当下这一念，是不是清楚明白（自觉）？是不是能够主宰情绪、做念头的主人（自主）？是不是觉得当下不缺什么，恰恰好（自足）？是不是当

下感觉到没有任何烦恼和压力（自在）？能做到这几点，你就是因地上的观自在菩萨。

自在不离当下。自在不能等你心情好的时候，不在某个遥远的地方，它就体现在当下一念的没有分别、没有取舍、超越二边。当下观现前一念之空性，看破妄念的虚幻性，也就是《大乘起信论》所说的“观妄念无相”，当下就是观自在。

《金刚经》讲，“若见诸相非相，即见如来”。你所看到的所有二边之相，都是你的心的妄想分别强加上去的，并非实有。当你看到这一点的时候，你就见到了如来，得到了自在。永嘉大师《证道歌》讲：“不见一法即如来，方得名为观自在。”“不见一法”，并不是说把眼睛和耳朵都闭上，而是把六根之门全部打开，任凭六尘进进出出，但是你内心深处不被它们所转，那才是最大的观自在。真正的观自在，就是要做到所谓的“即相离相，即念离念，即烦恼而离烦恼”。所以，读《心经》的时候，我们一定要把“观自在”这三个字，落实到我们当下一念的功夫上面，不能够从语言上简单地放过。

唐代的慧净禅师在《般若心经疏》当中有一段文字，讲得特别好，对我们用功夫非常有帮助：

观贪心虚妄，于布施门中，而得自在。观罪性空寂，于持戒门中，而得自在。观乃至愚痴性空，于智慧门中，而得自在。观小乘权教，于四谛门中，而得自在。观中乘渐教，于十二缘中，而得自在。观大乘离执，于菩提涅槃门中，而得自在。观色空，即眼自在。观声空，耳自在。乃至法虚空，即意自在。能观心空，即内自在。所观境不实，即外自在。内外无有一法可得，是故

得名自在。

“观贪心虚妄，于布施门中，而得自在。”当你起了贪心的时候，如果你能看破这一念贪心不过是一个虚妄的念头，并且做到了不被这个念头所转，这就是最大的布施，说明你在布施方面已经得自在了。

“观罪性空寂，于持戒门中，而得自在”。由于一时的失念或者受过去业力的驱使，我们犯了戒，这个时候怎么办呢？第一，当下看到罪性本空而不被罪性所转，断相续心，不再重犯；第二，虽然自己过去做错了，现在意识到这一点，并且把它放下，跟过去一刀两断，把所有的负罪感全部抛掉，轻装上阵全身心投入修行当中。如果你做到这两点，你就在持戒上得自在了。

三祖僧璨见二祖慧可的时候，请二祖给他忏悔罪业。二祖说：把你的罪拿过来，我给你忏。三祖被这么一问，就站在那里，向内返观：觅罪了不可得。这时候二祖马上告诉他说：我已经把你的罪给忏悔掉了。这就是“观罪性空寂”，当下一念落实“观自在”的功夫。

看到外面花花绿绿的世界内心不动，这就是“观色空，即眼自在”；听到外面卡拉 OK 的声音，清楚明白，但是内心深处没有动好恶情绪，这叫做“观声空，得耳自在”；“乃至法虚空及意自在”，就是说色、声、香、味、触、法，你都能够看到它们的空性，不被它们所转，那你就得自在了。当你觉察到你的念头和情绪，但不被它们所转，就叫“内自在”；当你看到外在的六尘，用平等无分别的心，去包容、面对它们，同时也不粘著，这叫做“所观境不失，即外自在”。“内外无有

一法可得，是故得名自在”，无论是内在的念头情绪，还是外在的这些境界，你都不被它们所转，就叫做“观自在”。

2. 行深般若波罗蜜多时

注意，“波若波罗蜜多”前面加了一个“深”字，表明这不是单纯的文字般若，也不仅仅是观照般若。慧净禅师讲，“深者，了达人法俱空，色心齐遣，境观双亡，出于心量之表，离于言说之外，非口所宣，非心所测，非二乘境界，唯佛与佛乃能知之，故名为深”。所以这里所说的“深”，实际就是实相般若。功夫用到能所双亡、前后际断、照体独立，换句话说，破了初关、开悟以后，才叫“深般若”。

“时”是指什么时候呢？费隐通容禅师讲，“能所双亡，智理俱泯之时也”，就是你平时的观照功夫达到了炉火纯青，处于无心的状态，醒梦一如，这才是真正的“深般若波罗蜜”，否则只能是相似般若。

我在科判中对“深般若波罗蜜”做了一个解释：“称性起修，称性起始觉之观智，入实相般若，能所双亡，证实相理。”就是说，我们后天用功夫的始觉观智，必须跟真如自性的空性相应，跟超越二边的体性相应，能所双亡，这才是实相理体，这才叫做“深般若波罗蜜”。

3. 照见五蕴皆空

这是讲我们用功夫的下手处和方法。怎么用功夫？就是要把我们的色、受、想、行、识看破，因为我们整个生命实际上就是这五大要素构成的。“色”是我们的身体，“受、想、行、

识”是我们的精神活动。我们要证解脱，首先要把身体看破，其次要把精神方面的境界看破，不被它们所转，这样才能真正获得解脱。

4. 度一切苦厄

当我们把五蕴的身体和精神看破以后，就断除了一切烦恼。生死烦恼有两种：一种叫做一期生死，又称分段生死。比如，我们从出生，经由童年、壮年、老年，最后到死亡，这个过程就是分段生死。还有一种称之为刹那生死，又称变易生死，就是念头刹那刹那的生灭。修行人首先要破除粗的烦恼，出离分段生死；出了三界以后，还有微细的变易生死，把它断掉，才能够达到究竟的涅槃。用《大乘起信论》的话来说，断除两种生死，就是破“生住异灭”四相。

从另一个角度来看，断除自己的生死属于自受用，帮助其他的众生也断除生死，属于他受用。所以，“度一切苦厄”同时表明，我们不仅要断除自己的苦厄，还要帮助众生断除他们的苦厄。

“度一切苦厄”这段经文，与后面的经文是对应的。“菩提萨埵，依般若波罗蜜多故，心无挂碍；无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃”，这是“度一切苦厄”的自受用，是佛的“断德”，即涅槃果。“三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提”，这是“度一切苦厄”的另一层含义，就是圆满一切种智，帮助众生断除烦恼，成就他受用，是佛的“智德”，即菩提果。

（未完待续）

禅是“无”的宗教

(2019年7月21日下午于文殊阁)

崇 谿

各位营员：

大家下午好！非常荣幸能有这样一个机会来到柏林禅寺，跟夏令营的同学们进行交流。今天我分享的题目是《禅是“无”的宗教》。

中国佛教三阶段及生活禅的提出

净慧老和尚对中国佛教史做过一个划分，将其分为三个阶段：

第一阶段，是佛教的中国化。即佛教从印度传入中国以后，逐步被国人接受，并开始对中国文化产生影响。这一时期，以道安大师为代表。

第二阶段，是佛教的大众化。佛教最初传入中国，基本上还停留在贵族、文人士大夫阶层，到了禅宗兴起以后，才真正能够高扬“佛法在世间，不离世间觉”，力倡佛教大众化。这一时期，以六祖慧能大师为代表。

第三阶段，是佛教的现代化。大约在明朝万历年间，西方开始了启蒙运动，清以后，随着西方的坚船利炮攻入中国，带

给国人很大的冲击。一方面，人们还认为自己的国家是“天朝上国”，有着悠久的历史文化；另一方面，也看到自身经济、军事的落后，于是自上而下开展了振兴中国文化的运动。佛教界有很多高僧大德，对当时教内的一些弊病进行反思，并提出佛法重兴的建议。真正把佛教现代化进程推向巅峰的，是清末民国年间的太虚大师。他从人生佛教、人间佛教角度，推动“教制整理、教产改革、教理弘化”，掀起中国佛教改革的复兴运动。

当今时代，无论佛教界还是学术界，都有一个共识，在中国大陆的政治、经济、文化背景下，净慧老和尚所提倡的“生活禅”，是落实人间佛教的一个典范。

昨晚明海大和尚提到，1991年老和尚开始酝酿提出生活禅，这个理念体系包括修学思想、僧团教育、弘法实践等多个层面。我个人理解，这个理念形成过程当中，最为关键的一步就是夏令营活动的展开。

大家可能也有所观察，在过去很长一段时期内，佛教是处在一种被误解的状态中。有人会说，信佛的基本上年老的比年轻的多，贫穷的比富贵的多，没有读过书的比读过书的多。我经常想，老和尚真是太有智慧了，他看到了未来是年轻人的，所以于1993年率先举办夏令营。这种弘法模式，给佛教的发展带来了新鲜的血液和力量。这一举措，在我看来，于中国佛教史特别是近现代佛教发展史上，将会留下浓墨重彩的一笔。

老和尚在北京广济寺参与创办《法音》杂志时，正值我国改革开放初期，很多来自东南亚、日本以及韩国等地的海外佛教人士，陆续来到中国大陆朝山礼祖。这为中国大陆佛教的复兴提供了一种外在的激发。

1987年10月，老和尚陪同日本临黄协会代表团到河北正定临济寺、赵州柏林禅寺朝拜。在柏林禅寺的赵州塔下，他有感而发，赋诗一首：“来参真际观音院，何幸国师塔尚存。寂寂禅风千载后，庭前柏子待何人？”赵州禅师的舍利塔屹立在燕赵大地上，千百年来巍然不倒，等着后人，等着谁呢？谁也没想到，两年之后，老和尚受中国佛教协会的委派，到柏林禅寺来中兴赵州祖庭。

昨晚普茶观看视频，大家看到了柏林禅寺，从昔日的一片废墟到今时的巍巍殿堂，个中的艰辛，只有亲历者才能知道。老和尚那句“庭前柏子待何人”，其实等待的不仅仅是他自己，更有我们在座的每一个人，因为我们才是这个社会未来的希望，是佛教真正融入主流社会、主流文化的希望。

明海大和尚昨晚反复讲到，你们来参加生活禅夏令营，回去以后，人生轨迹一定会发生很大的改变。至少，我们想让年轻人知道佛教文化，特别是禅文化，是非常宝贵的文化遗产，能够给当今时代每个人的安身立命提供精神上的营养补给，成为我们的人生指南。

不立文字、不离文字的禅

今天这场交流，海和尚给我安排的主题，就是跟大家介绍一下中国禅宗。这个题目很大，而且禅宗有“教外别传，不立文字，直指人心，见性成佛”的特点，是超越语言文字的。

虽然说“教外别传，不立文字”，但是你们会发现禅宗的文献很多。十几年前，台湾的蓝吉富老先生收录禅宗典籍，编

了一套《禅宗全书》，洋洋洒洒有一百册、五百七十余部。

所以禅宗不立文字，也不离文字。我们需要借助语言文字去了解参禅的方法，进入到禅的人生境界。这些文字被喻为“标月指”，借此我们可以看到月亮。一切语言文字、方法，都是标月指。当我们看到美好的月亮以后，一定要“得月而忘指”。

佛教有“五明”之说，作为合格的出家人，要在工巧明（工艺学）、声明（语言学）、医方明（医学）、因明（逻辑学）和内明（佛学）五个方面都比较精通。我在声明方面，还有一定的欠缺，但是希望通过我的介绍，能够让大家对禅宗的宗风、特色以及禅文化的博大精深有所了解，乃至学会用禅的方法，优化我们的人生。

禅宗的“无”

赵州从谏禅师是中国禅宗史上数一数二的大祖师，留下了很多启发心性的公案，其中最著名的就是“狗子无佛性”的“无”字公案。这个公案对后世产生了深远的影响。

我们知道，两汉之交，佛教由印度传入中国，又经过几百年的消化，实现了中国化，产生了几个极具中国文化特质的宗派，首推禅宗，包括天台宗和华严宗。太虚大师曾经说过：“中国佛教的特质在禅。”

随后，佛教经由朝鲜半岛传到了日本，特别是禅宗，成为日本文化的重要组成部分。中国是佛教的第二故乡和文化输出国，但在欧美的文化视野里，近现代向世界传播禅宗的，主要是以铃木大拙为代表的一批日本禅师。他们主动走入西方，用

英语去宣讲佛法、传播禅宗。

日本临济宗东福寺管长（住持）福岛庆道禅师的英文也非常好，1989年，他在美国的一所大学里，以《禅是无的宗教》为题目演讲，探讨“无”的真义。我今天的分享，也是借用他的题目。这本书后来在大陆出版，净慧老和尚写过序。在序言里，净慧老和尚对“无”做了一番论述：

“所谓‘无’，就是需要荡尽一切恶知恶见，泯绝一切分别对待，斩断一切攀缘执著。古人把‘无’字喻为‘活人剑’‘杀人刀’就是这个意思。说它是‘杀人刀’，是因为它无情地斩断了我们平常执以为真理的文字知见，以及忘却自性向外驰求的依赖心理，使我们突然面临一种撒手悬崖、无可攀措的‘绝境死地’。说它是‘活人剑’，是因为它通过彻底地断尽我们对境相的依赖，使我们在绝对无望的情况下，放弃向外攀缘，一念回光，反求诸己，从而安住于自己的本性。‘无’的这种意义，《无门关》中称之为‘活却从前死路头，死却从前活路头’。‘无门之门’，实在说来，是我们能够有效地背尘合觉、回归自性、得大自在的一种殊胜法门。日本禅修至今仍很重视这个‘无’字，不是没有道理的。”

在这篇序言里，净慧老和尚讲出了“无”的两个层面之含义：一方面，“无”是让我们断却执著、分别、向外攀缘的心；另一方面，“无”是让我们回归到自己的本心。

西方式的哲学和宗教学一向比较重视宗教的理论、教团等研究。无论是吕大吉先生的《宗教学通论》，还是段德智先生

的宗教学书籍，以及西方宗教学的奠基性人物麦克斯·缪勒的著作，都围绕宗教的教主、理论、教团等要素进行了探讨。但是，当我们用这套理论来反观佛教特别是禅宗时，会发现禅宗有很多的特殊性，超出了他们对宗教的定义。换言之，禅是超越宗教的。

比如，西方哲学和宗教学意义上的宗教教主，同时就是造物主，有创造世界的神力，而佛教却没有这种观念。佛陀经常说，“我是僧中老比丘”。在佛教经典中，佛都是通过生活中普通的场景，给我们以开导。老和尚提出生活禅的真谛，也在这个地方。

“宗教”这个词汇来源于佛教，但是佛教对于宗教的理解不同于现代语境，比如《楞伽经》的“说通”和“宗通”，《华严五教章》的“宗门”和“教下”，禅宗也经常讲“佛语心为宗，无门为法门”。佛教的“宗”，指的是根本和宗旨性的内容，就是禅所蕴涵的；“教”是指通过法相名词，进行理论阐述，为众生所说的方便教法。宗是根本，是禅，是佛心，所以禅宗也叫“心宗”或“佛心宗”，因为它是直指人心的。

佛法有“戒定慧”三学，即“三无漏学”，其根本还是禅。昨天晚上有同学问三摩地（三昧），大家接触的各种法门，其实最终都要回归到三昧，比如净土有念佛三昧，密法有三密相应——“口诵真言，手结定印，心存观想”等。所以，禅作为佛法的核心和根本，贯穿于整个佛法。

此次夏令营的主题是“生命的觉悟和解脱”，刚才我说的“无”字的内在真义，就是让我们断却外在的分别和执著，反求诸己，回归到自己的内心世界。

赵州禅师八十岁来到观音院（今柏林禅寺），直到圆寂，在此驻锡了四十年。在此期间，很多学人前来求法请益。中国文化或者东方文化有这样的特点，比如儒家最为精髓的《论语》，是记录孔子及其弟子的对话。佛教也是一样，其经典基本都是弟子提出疑惑，然后佛陀给予解答。这就是佛教的一个最大特点，即“佛说一切法，为度一切心，若无一切心，何用一切法”。佛法所关注的是我们每个个体生命当下的烦恼与困惑。

今天我们读祖师语录、僧传时，发现读不懂、看不通，恰恰是因为我们没有在那样一个生命的当下。就像我能够和明无法师谈论德国弗莱堡，是因为我们一起到德国交流过；如果在座的同学没有去过，描述得再多再好，也没有真切的体会。所以禅是对于生命当下的关注。

“狗子无佛性”的公案也是如此。一天，一位参学的禅人，来向赵州禅师请益。他问：“狗子还有佛性也无？”赵州禅师回答说：“无。”学人说：“上至诸佛，下至蚊子，皆有佛性。狗子为什么无？”赵州禅师说：“为伊有业识性在。”

这则公案，估计今天很多人听了还是懵懵懂懂。禅，是一种境界和体悟，只有通过自己的修持真正参悟了，才能明白。

时至今日，日本乃至全世界还有很多人在参这则公案。我记得福岛庆道禅师讲过，有一次他带一个日本团来参拜赵州祖庭，一位五六十岁的僧人，就趴在赵州禅师的塔前，边用手掌拍塔边说：“都是你这个坏家伙，害我们一直迈不出这样一个困境。”这说明，他们一直在参究“无”字公案。很多禅人几十年都在为一个‘无’字而不断努力，足见这则公案对后世的影响。

宋代著名的大慧宗杲禅师，围绕“狗子无佛性”的公案，提出十条警示，提醒我们不要错会，最根本的就是不要把这个“无”当成有无的无去对待，不要用逻辑分析去对待，也不要停留于语言文字层面去对待，更不要在生活场景里去对待。因为禅是超越语言文字、逻辑思维的，禅让我们在生命的当下，断除对自我和万法的执著分别。

昨天崇辨法师提到了《六祖坛经》里的“不思善不思恶”，其实佛教就是让我们回到禅宗经常说的“第一义”，即超越二元对立。

禅心三无

明海大和尚的《禅心三无》，在座的青年朋友可能读过。他谈禅心的“三无”是什么呢？是未来无忧、过去无悔、现在无怨。如果我们能进入一种禅的生活、禅的状态，就能体会到明海大和尚所说的无忧、无悔和无怨。

在寺院的斋堂一般都会看到一副对联：“食存五观，千金易化；三心未了，滴水难消。”佛告诉我们，吃饭时保持正念，则可粒粒米都咬着。如何正念进食呢？应心存五种观想：“计功多少，量彼来处；忖己德行，全缺应供；防心离过，贪等为宗；正事良药，为疗形枯；为成道业，应受此食。”如果能够正念进食，我们就能对得起檀越信施的供养；如果我们做不到，将堕入三心未了的状态，滴水难消。这里的“三心”，就是明海大和尚所说的禅心三无的三个层面。

何谓“无忧”？《金刚经》中提到过去心、现在心和未来心，

无忧就是未来心不可得。在当今信息高度发展的时代，事情瞬息万变，未来难测，不少人对于未来心存忧虑，拜神占卜。经常有居士来寺院找我们，问：“师父，您觉得我这件事能不能做呀？”“我儿子能不能考上大学啊？”“我这生意能不能赚钱哪？”一般情况下，我都跟他们讲，老和尚教导，“但行好事，莫问前程。”佛法不是宿命论，而是强调“我命在我不在天”，命运掌握在自己手中。与其忧虑未来，不如把握当下。即使你命再好，如果什么都不做，天上会掉馅饼吗？不会的！如果算命先生说你命运多舛，你难道就坐以待毙吗？不应该是这样的。佛陀告诉我们要从当下做起，去改变命运。

佛教讲三世因果，过去世、现在世和未来世。我们整个生命都是由一个个迁流不息、相续不断的念头组成的，前一个念头影响此刻的念头，此刻的念头影响下一个念头，因此只有把握住当下一念，才能真正主宰我们的生命，这就是禅宗所说的“做得了主”。

一个非常努力的今天，必然有一个美好的明天，这是符合因果的。当然可能有人会说，自己已经很努力了，但是并没有得到理想的回报。这是因为，因果是众多因缘所生法，有时不是一一对应的，叫因果异时熟。这是第一个层面，即未来心不可得，如此做就可以无忧。

第二个“无悔”很容易理解，即过去心不可得。我们很多人都生活在对过去的懊悔中。在座的同学可能有过这样的想法，“如果当初再努力一下，那个女孩是不是就答应我了？”或者“如果我当时更努力，是不是就考上 985 大学了？”但过去是永远改变不了的，可改变的只有当下，我们做得了主的只有当下这

一念。对过去的懊悔，会让我们陷入低迷不悦，这实际上是一种执著、执念。

如何破除执念呢？就要看到念头的空性。空性是什么？无相就是空性，即看到一切都是因缘法，一切都在不断变化当中。我们可以由不好到好，由不开心到开心，由不足到不断成长，因为这一切都是无常，是空的一种积极意义的表现。因此，不要活在对过去的执著和懊悔当中，应该当下努力，让我们的人生大不一样。这是第二个层面——无悔，即过去心不可得。

第三个最容易理解，对于现在的把握，叫“无怨”。我们往往对环境、对他人，甚至对自己有种种抱怨。即使明白应该正确地面对人和事，但是却做不到。

在这方面，古人给了我们很多启示。唐宋时期禅宗是整个中国文化的主流、显学，当时的文人、士大夫没有不谈禅的。北宋大儒张方平感慨说：“今天的时代没有圣贤之人了。”有人说不是没有，都出家为僧了。像永明延寿禅师，半僧半俗的眉山长者苏东坡，他们都非常受人尊重。

苏东坡可以说是中国古代文人学禅的代表性人物。他骨子里既有儒生的家国情怀，又有禅者超越二边的洒脱自在。北宋元丰二年，苏东坡经历了“乌台诗案”，遭受牢狱之灾。当时有很多人出面保他，神宗皇帝说他死罪可免，活罪难逃，遂将其贬为黄州团练副使，发配到湖北黄州，就是我们安国寺所在的地方。这其实是个虚职，相当于现在的民兵连副连长，还规定他不可签署公文，凡和公务有关的都不许他涉及。

苏东坡刚到黄州的时候，生活很清苦，内心又苦闷，最初借住在定慧院，后来到了安国寺，得到当时方丈继连禅师的很

多指导，帮他走出了内心的樊笼。

当他在黄州稳定以后，弟弟苏辙就把他一家老小十几口人都送到黄州来，跟他团聚。他当时面临的最大困难是生活来源，但很幸运的是，他在黄州将近五年，三任黄州太守，从徐君猷、陈君式到杨君采，都给予他极大的包容，还在龙王山划了一片地，供他耕种。因为这片地是面向东边的坡地，他才开始自号东坡居士。

但这片坡地石头很多，一年辛辛苦苦，收成也不好，满足不了一家老小的生活开销。怎么办呢？他有位朋友，听说黄州沙湖有一户人家急售一片水田，就拉他一起去看看，希望能便宜买下来改善生活。结果第二天一早，天降大雨，朋友就抱怨天公不作美，但是苏东坡一点都不懊恼。要知道，他在黄州参禅三年，在安国寺打了三年坐，心态上有很大的改变。流传千古的《定风波》就是苏轼去沙湖的路上遇雨而作的，很多人都很喜欢这首词：

莫听穿林打叶声，何妨吟啸且徐行。竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？一蓑烟雨任平生。料峭春风吹酒醒，微冷，山头斜照却相迎。回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴。

这首词是当时苏东坡内心最为真实的写照，也体现了他对于禅的深入体悟。别人可能烦恼下雨很麻烦，但他说“何妨吟啸且徐行”，我在雨中漫步吟啸也是很开心的事。“竹杖芒鞋轻胜马”，我拄着竹杖比骑马还惬意轻快。关键是后半阙“山头斜照却相迎”，他看到天边还是有太阳的，表达了对生活充

满希望。人在困境中，往往会缺少对于未来的希望，缺少坚定的力量。他之所以能够突破困境，就是因为最后一句“也无风雨也无晴”，这就是禅宗所说的平常心。我们只有真正从内心深处体会到了平常心，才能做到无怨。

生活中会有很多不如意、不如意，但是，我们要知道这都是因缘法，之所以有这样的果，是因为有之前的因，同时现在的因能够改变未来的果。佛法告诉我们要有这样一颗平常心。

苏东坡在黄州安国寺“焚香默坐，深自省察，则物我相忘，身心皆空，求罪垢所以生而不可得。一念清静，染污自落，表里翛然，无所附丽”。这是他打坐参悟到的境界，所以才能写出“也无风雨也无晴”这样富有禅意的名句来。

这几天，大家在寺院里吃饭，有的人还比较适应，有的人可能就想吃肯德基、点外卖了。其实，如果能够真正把心放平和，我们就能“嚼得菜根香”，体会到咸有咸的滋味，淡有淡的滋味。苏东坡在湖北吃过的最普通的一道地方菜叫腌菜炒竹笋，吃完后他写下了“人间有味是清欢”。今天我们觉得每天吃臭腌菜太难过了，有的同学可能没有吃过，它会发出一种酸臭味，但是苏东坡觉得“人间有味是清欢”。只要我们心中有这份坚定的信心和力量，有佛法的滋润，就无论咸淡、顺逆，都是平和喜悦的。大家在柏林禅寺斋堂吃饭的时候，也要保持正念，去好好体会粒粒米都咬住的清明感，去体会咸淡皆有滋味的欢喜感，要慢慢咀嚼、细细体会。

如果我们能够对禅法有非常深入的了解和体证，就能进入明海大和尚所开示的无忧、无悔和无怨的人生境界，这就是禅者的生活境界，是三心俱了的生活境界。希望大家好好体会。

什么是禅

佛教是从印度传入中国的。关于禅的起源，《大梵天王问佛决疑经》记载，佛陀在灵山会上经常和弟子们交流佛法。有一天讲法之后，天人献上一朵金色婆罗华，佛把花拈起来，此时八万四千人天惘措，无论菩萨还是罗汉都不知道佛为何拈花，只有上首弟子摩诃迦叶破颜微笑。这时，佛很高兴地说：“吾有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，付嘱摩诃迦叶。”这便是禅的起源，摩诃迦叶尊者体会到了禅——佛的心法。

大家能够来到柏林禅寺这座禅宗祖庭，非常幸运。祖庭是什么？是根源所在，出现过很多优秀的禅师。佛教常说，“人身难得今已得，佛法难闻今已闻”，在茫茫人海当中，有几个人能来到柏林禅寺呢？又有多少人能有机会参加夏令营，来亲近三宝呢？我们不要当面错过，一定要用心去体会禅的真义。

净慧老和尚曾就禅的含义，做过如下几个方面的论述：

第一，禅是一种境界，一种觉悟的人生境界。福岛庆道禅师说，“禅是无的宗教”，换句话说，禅是觉悟“无”的宗教，让我们能够“背尘合觉”，体会无、空的真义，远离尘世的纷扰。佛教讲众生平等，平等在什么地方呢？一方面，无论是达官显贵还是平民百姓，人人都会有烦恼、困惑，在这一点上是绝对平等的；另一方面，我们每个人都有觉悟的可能性，都可以通过修炼实现人生的突破，乃至究竟成佛，每个人在觉悟、成佛的可能性上是绝对平等的。所以，禅是一种觉悟的境界。

第二，禅是一种受用、一种体验。禅宗有句话叫“如人饮水，冷暖自知”。我们内心的烦恼和痛苦只有自己最清楚，佛法就

是来解决烦恼、困惑的。“佛说一切法，为度一切心”，每个人的烦恼各不相同，所以佛才对机说八万四千法门。禅也是一样，你必须真实地去感受生命的真谛，才能知道它的滋味。

第三，禅是一种方法、一种手段，一种让众生通过修行达到觉悟的方法。禅宗经常说，“不要死在句下”，就是指不要执著于语言文字。这与第二点相近，因为众生烦恼不同，所以解决的方法也不同。赵州和尚在开导学生的时候，有时说是，有时说非。他在不同的场合可能会说不同的话，因为他是对机而说的，是针对个体生命当下的烦恼进行开导，是直指人心的。所以说禅是一种方法、一种手段。

第四，禅是一条指引我们通向觉悟的道路，是一种生活艺术和生活方式。这一点，大家可以在现实生活中去好好体会。昨晚一位男同学提到自己在面对家人和外人时，是两种截然不同的状态。而禅是贯穿一切时、一切处的，如果你能践行禅的精神，就能平衡好生活中的各种问题。

如果我们想真正修禅，就要遵循老和尚所说的参禅的三个要求：第一专注，第二清明，第三绵密。绵密就是指在一切时处都能做得到，不是在外做得到，回家就做不到。如果出现这种区别，就说明我们还做得不到位，还需要继续努力。

南宋诗人杜耒在他的一首诗中写道：“寒夜客来茶当酒，竹炉汤沸火初红。寻常一样窗前月，才有梅花便不同。”寺院里不能喝酒，客人来了，我们非常热情地给他煮茶喝，到了晚上月亮升起来了，大家就围炉夜话。这本是一个稀松平常的场景，但这时如果月光前再横上一枝梅花，就感觉境界都不一样了。其实，禅给我们的智慧就像这枝梅花，能让我们用更好的心态

去面对人生，发现生活中更多的美好。

我们经常说世界不是缺少美，而是缺少发现美的眼睛，禅就是这双眼睛。《金刚经》里，佛问弟子们：“如来有肉眼不，如来有天眼不，如来有法眼不，如来有慧眼不，如来有佛眼不？”眼就是我们看待这个世间的认知方式和角度。如果我们能怀抱如佛一般的认知来看待世界，那我们就具备了慧眼、法眼和佛眼。这时虽然山还是山，水还是水，但是意境大不一样，我们会发现当下就是极乐世界，就是人间净土。当我们拥有了禅者的心，就会发现生活中的一切都是美好的，也即苏东坡所说的“人间有味是清欢”。所以说禅是一种生活方式，它是永恒的幸福、真正的快乐。当我们的功夫绵密起来，达到禅的境界，就会发现一切时处都是幸福，都是安乐，都是美好。

禅，是梵文 dhya^{na} 的音译，意即静虑、思维修。其实，其他宗教和某些修行方式，与佛法相比，都有共法的层面，包括通过静虑和思维修让内心达到平和安泰的状态。

比如，道家有《坐忘论》，特别是陈抟老祖提出的内丹学说，与禅的修行就有些相近。天主教、基督教也是如此。2011年，我陪老和尚到临近法兰克福的德国本笃修道院去交流。修士都要求是单身，他们的生活区一般外人也不让进，因为和尚也是单身，所以特意放行让我们进去。那一次对我的触动很大。我们被带到了灵修室，这是公认最为神秘的地方，里边有一间光线昏暗、一丈见方的小屋子，中间摆着红宝石的十字架，他们就面对十字架进行忏悔，也包括我们说的静修。

现在很流行瑜伽，他们也有打坐静修。当然今天的瑜伽和古代的有很大的不同。古代的瑜伽更多是通过调适达

到身心的调柔和祥和，但今天身体层面的更多一些，对于内心的关注少了很多。

除了共法的层面，佛教禅法与外道禅也有很多本质的区别。圭峰宗密禅师认为外道禅和佛教禅法最大的不同，在于对因果的认知。他在《禅源诸诠集都序》里提到了佛教的五门禅，这些传自印度的古代禅法，在今天仍然可以为我们所运用。

第一个是安般，也叫息道观，将我们的心念专注于呼吸之上。明天明影法师带领大家禅修时，将会讲解这个法门，它是当今最为普及的修行方式。老和尚提出修行生活禅的四个层面——发菩提心、树般若见、修息道观、入生活禅，修习生活禅就是从息道观入手的。

第二个是不净，用于对治我们的贪欲心。一定要注意，修不净观必须要有专业老师进行指导，否则可能会产生一些副作用，比如陷入恐惧的状态，不能自拔。

第三个是慈心，用于对治我们的嗔恚心。早上崇辨法师带领大家修慈心禅，就是让我们把内心深处的慈悲心、菩提心挖掘出来，对治我们的嗔恚心。

第四个是观缘，通过对十二因缘法的参究，来对治愚痴。

第五个是念佛，用于对治散乱的念头，特别是忏悔业障，以对治我们累世的执念。

五门禅可以对治散乱、贪、嗔、痴、执著的心，有兴趣的同学可以进一步深入了解。

禅宗的形成与发展

释迦牟尼佛在灵山会上拈花微笑，付嘱摩诃迦叶，摩诃迦叶即为禅宗西天的初祖。中国禅宗由东土初祖菩提达摩传入，他也是西天的二十八祖。在他之前，一些高僧大德翻译了《安般守意经》等诸多禅法经典，倡导禅修，当时禅学在中国北方有了一定的传播，但那时还没有形成所谓的宗派。

到了菩提达摩，进入如来禅时代。从初祖达摩到六祖慧能，这一时期被称之为纯禅时代，是一个藉教悟宗、悟心成佛的时代。我们看到从初祖达摩一直到六祖慧能，都是衣钵单传，走的是藉教悟宗的路线。从菩提达摩到三祖僧璨，都是依照《楞伽经》藉教悟宗，四祖道信改依《文殊般若经》，五祖弘忍和六祖慧能则改依《金刚经》。他们都是通过大乘佛教了义经典，去体认诸法的实相。

达摩祖师是中国禅宗的第一代祖师，但禅宗真正作为一个宗派出现和形成，实际上是在四祖道信和五祖弘忍的时代。

少林寺后山的达摩洞是达摩祖师九年面壁的地方。达摩时代的禅宗，无论从思想理念、修行法门，还是生活方式上，都迥异于主流佛教，禅宗在当时是不被接纳的。当时的少林寺是一所律宗寺院，达摩祖师没有办法才到后山山洞里住了九年，一直等到二祖慧可前来接受他的衣钵，因此有二祖“断臂求法”的公案。达摩祖师传法给二祖慧可后，即“只履西归”回印度了。

二祖慧可离开了少林寺后，为了避开北方的法难，先来到今天安徽岳西县的司空山弘法。当时禅宗的影响非常小，找不到合适的人接法，后来才遇到三祖僧璨。据佛教史料记载，三

祖僧璨当时还不是一名出家人，而是患有严重风疾的中年在家人。二祖慧可见到他，启发他开悟，并传付衣钵。之后，二祖便来到河北邯郸弘法，一百多岁时，他被当作异端，受迫害致死。可见当时禅宗处在一种多么惨淡的境地。

三祖僧璨也遇到了同样的问题。他得了衣钵后，离开司空山，来到安徽潜山县的天柱山，想找一个人传授衣钵，一直找不到，后来才遇到了四祖道信。据史料记载，四祖道信当时还只是一个十四岁的小沙弥，但是三祖觉得他善根深厚，是一个禅器，就把衣钵传给了他，然后自己去了广东的罗浮山。

考察禅宗早期的历史，我们发现，从初祖达摩、二祖慧可到三祖僧璨，禅宗在当时都是不被主流佛教所接纳的，处在一种被打压的、颠沛流离的状态中。

真正改变了这种状态的是四祖道信。道信大师是湖北武穴人，古称广济。他接到衣钵后，就到庐山大林寺跟随天台智者大师的弟子智锺学习天台止观禅法。湖北很多人经常到庐山去参礼他，请他回家乡建造寺院。唐朝武德七年，道信大师来到湖北黄梅，驻锡传禅三十年。他依据菩萨戒法，建立了第一个独立的禅宗教团，并留下了《入道安心要方便法门》。据史料记载，当时跟他一起学习的有五百多人。

庞大的僧团必然会面临吃饭的问题。古代的禅师是托钵乞食，但当时生产力低下，普通农民每年的粮食收成，除去交租之外，自己所剩极少，在这种情况下，能够供养给寺院的更是少之又少了。

于是，道信大师提出了“坐作并重”。第一个“坐”指打坐修行，第二个“作”指劳作种地，“坐作并重”就是把修行

和劳作结合起来，两方面都强调。后来，百丈怀海禅师提出“一日不作，一日不食”，禅宗的“农禅家风”得以完全确立。农禅家风的确立，体现了中国禅宗因地制宜，敢于破旧立新、敢于重新审视乃至突破自我的伟大精神，最终改变了整个中国佛教的面貌和中国佛教史，这是非常非常重要的。

四祖道信大师提出“坐作并重”的思想之后，出家人可以自己种地，有了生活来源。从理论到实践，从僧团建设到生活方式，自道信大师开始，禅宗作为一个宗派才真正得以形成。在他之前，禅僧都是寄居在其他宗派的寺院里，没有一个真正属于自己的根据地，也没有自己独立的教团。所以按照今天宗教学的涵义去考察，中国禅宗的真正确立就是在道信大师创建四祖寺之时。

老和尚曾经在四祖寺的山门口写过一副对联，叫“黄梅佛国无双地，东土禅宗第一山”，认为四祖寺是中国禅宗的第一个寺院，为五祖弘忍开创东山法门，六祖慧能禅法传遍天下，提供了重要的基础。

达摩祖师到慧能大师的纯禅时代，一方面是衣钵单传，另一方面是藉教悟宗。六祖之后，这种模式有所改变，进入到祖师禅，即禅机的时代，禅宗逐渐形成了五家七宗的格局，即临济、曹洞、沩仰、法眼、云门五家，其中临济宗下又分出黄龙和杨岐两派。

如来禅、祖师禅的最早提出，跟下面这则公案有直接的关系。沩仰宗的开山祖师沩山灵祐禅师，一日对他的弟子智闲说：“我不问你在经书上学到了什么，但是你告诉我，父母未生前的本来面目是什么？”智闲茫然不知，在经书上找了几天也不

知道答案，就回复说：“我不知道，您告诉我吧。”沩山说：“我告诉你的，是我的东西，不是你的东西，你必须自己参究。”

智闲听了很感慨，说食不饱，画饼不可充饥，于是他离开沩山，到了南阳慧忠禅师曾经住持过的香严寺闭关，当时香严寺已经非常破败。有一天，他在农田翻地时，碰到瓦片，就捡起丢出去，瓦片碰到竹子发出敲击之声，他豁然大悟。

大家听了以后可能一片茫然，丢个瓦片怎能开悟呢？如果去读祖师的传记，我们会发现所有的禅师都是在生活中开悟的。为什么说生活禅重要呢？如果我们能契入一种禅的生活，就会发现其实开悟都是在生活当中。

智闲禅师开悟以后，非常感念沩山祖师当时没有为自己说破，便面朝沩山的方向磕了三个头，并作偈曰：“一击忘所知，更不假修持。动容扬古路，不堕悄然机。”

沩山禅师听说以后非常高兴，跟弟子仰山禅师说，智闲终于开悟了。仰山禅师说，我还要勘验一番。古代非常讲究勘验，即一个禅人有了悟境以后，必须要找到明眼人来印证他的境界是不是正确的、究竟的。

为什么说亲近善知识非常重要呢？古代善知识非常多，但是经书不容易得到，交通也不便利；今天恰恰相反，手机就可以读到大藏经，坐飞机几个小时就可以到峨眉山、普陀山，但是善知识反而不容易遇到。今天著书立说的人很多，但是否有正确的知见，言行是否一致，我们就要考量了。

今天的年轻人在学佛的时候，一定要明白读原典很重要。佛经是佛的圣言量，一定不会有问题，古代祖师大德的注疏也一定不会有问题。虽然开始读的时候有些困难，但是如果多读，

不断去体会，慢慢地“书读百遍，其义自见”，不至于走岔路。如果知见错了，就好比本来要到北京，但买错票去了广州，越用功反而越偏离目标。

话说回来，仰山禅师听说智闲开悟了，觉得未必，就前去勘验他。他见到智闲禅师就问，最近佛法修学得怎么样了。香严智闲禅师说：“去年贫，未是贫，今年贫，始是贫，去年无立锥之地，今年锥也无。”这句话讲的是佛法修行的次第，去年我是这样的状态，今年我是另一个状态。这就是如来禅。

仰山说：“你只是会得如来禅，还没有能够契入祖师禅的境界。”智闲听了以后说：“我有一机，瞬目似伊，若还不识，问取沙弥。”此即祖师禅所倡导的一念顿超、向上一路的层面。仰山禅师听了以后说：“恭喜你，你已经会得了祖师禅。”

这是关于如来禅和祖师禅出处的最初说法。“去年贫，未是贫，今年贫，始是贫”，体现了修证的次第，这就是如来禅的特点，如《六妙法门》和《释禅波罗蜜次第法门》所讲的天台止观。到了祖师禅，“若还不识，问取沙弥”，表达的是本来现成，当下即是，即使沙弥也有本自具足的佛性。

其实，大家都非常熟悉的神秀大师的偈子，“身是菩提树，心如明镜台，时时勤拂拭，勿使惹尘埃”，讲的就是如来禅。六祖慧能大师的偈子是怎么说的？“菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃。”这就是祖师禅，一念顿超。

所以说一个是渐修，一个是顿悟。当下一念觉悟了，就可以达到和佛菩萨一样的认知。这是解悟，后边还要证悟，由解悟到证悟，是两个不同的层面。见道之后，在实际生活当中，还要保任，还要渐修，把功夫变得绵绵密密。禅不是口头的、

理论层面的东西，它一定是真修实证的经验，是直指人心的。

当年释迦牟尼佛在菩提树下，夜睹明星开悟，他说：“奇哉！奇哉！一切众生，皆有如来智慧德相，但因妄想执著而不能证得。”我们每个人本自具足智慧德相，人人皆可成佛，只不过一直以来被贪嗔痴等种种烦恼覆盖住了，所以我们要修行。祖师禅的修行是让你当下体认自性的宝珠；如来禅的修行则是让你慢慢擦拭尘土，使宝珠光现。这就是如来禅和祖师禅的差别，大家可以慢慢体会。

从两宋之交开始，禅就发展到了一个融通的时代。沩仰、法眼和云门三家，因为种种时节因缘，相继陨落，只有临济和曹洞保留了下来，后来逐渐形成“临天下，曹一角”的格局。佛教界整体则呈现出禅净合流、禅教合流的局面。当时永明延寿、中峰明本等诸多禅宗大德都倡导净土法门，同时撰写调和宗门与教下的著述，如永明延寿大师所写的《宗镜录》。

人间佛教与生活禅

清以后，由于西方列强的入侵和国内各种势力的压迫，中国佛教面临着生死存亡的局面，救亡图存成了佛教界的头等大事。在这种历史背景下，太虚大师以超凡的智慧，提出了人间佛教思想，把整个中国佛教未来两百年的发展道路都设计好了。今天，无论是大陆、港澳台，抑或是海外所走的佛教路线，基本都是沿着太虚大师所提出来的理念在践行。

当时，中国佛教脱离现实的倾向越来越严重。太虚大师特别指出，佛教已经由活人的佛教变成了死人的佛教，教界盛行

经忏佛事，热衷于超度亡灵，对当下现实的社会人生殊少关怀，佛教的社会地位一落千丈。为了拯救垂亡的佛教，太虚大师振臂一呼，提出“教理改革、教制改革、教产改革”，呼吁佛教要做教育，关怀当下的现实人生，他提出：“佛教的本质是平实切近而适合现实人生的，不可以中国流传的习俗习惯来误会佛教是玄虚而渺茫的；于人类现实生活中了解实践，合理化、道德化，就是佛教。”

太虚大师有一句名言：“仰止唯佛陀，完成在人格；人成即佛成，是名真现实。”他说，我们去礼佛的时候，觉得佛菩萨是非常伟大的一种形象，但佛是由人觉悟而成的，是由人修来的。怎么修？从不断完善自己的人格开始。佛法不离世间法，我们首先要从人天乘，从道德层面做起。

世间对佛教有很多的误解，今天仍有很多人觉得佛教是封建迷信，是电影里的少林功夫。有一次，我陪同老和尚去德国，在电梯遇到一个德国小孩，他看到我就说：“啊，少林！”台湾的圣严长老说，佛法这么好，知道的人这么少，误解的人这么多，怎么办？在座的同学虽然不一定都信仰佛法，但至少都是关心佛教的，面对这些误解，我们该怎么办呢？我们需要为佛法正名，引导人们重新正确地认识佛教，知道佛法关注现实人生，强调向善、向上的人生理念，对现实人生有所指导。向善就是好的，让人能够离恶向善；向上就是积极进取的，不是消极的。

这两年“佛系青年”这个词非常火，有人认为“佛系”就是“无所谓”的意思。最近有位年轻人在我们寺院住了很久，谁问他，他都回答：“都可以，无所谓吧。”按照网络的说法，他真的

很佛系，但实际上佛法不是这样的，佛法不是是非不分。

我很佩服昨晚做分享的那位天津同学，十几岁时就开了三家公司。他说在做善事、给别人机会的时候，自己经常上当受骗。这个问题，我们可以从两个层面来看：第一，做菩萨不是那么简单的，首先要付出，不断地付出，别人误解我、不理睬我都没关系。因为菩萨是做众生不请之友，不因别人回报才做。第二，不是无谓地付出，做事情要有智慧，而不是混沌、迷茫的状态。

大家来到寺院，首先踏入的是天王殿或山门殿，中间憨态可掬的是弥勒菩萨，四周则是怒目圆睁、维护正义的四大金刚。佛法也需要维护正义，不是让我们是非不分。太虚大师也反复强调，我们应该理性地去面对人世间，不要误以为佛法对一切都是无所谓的，都是消极的。

所以佛教徒都肩负着一个神圣的使命，就是要为佛教正名，要把我们在柏林禅寺看到的、听到的、了解到的，多跟社会上的朋友分享，把佛教的正知见传递出去。这很重要，这个传递的力量非常之大，对人的改变也非常之大。

讲一个真实的故事，记得有一次我陪老和尚到安徽某地，当时负责接待的是当地的一位组织部长，他说：“老和尚您一定觉得很奇怪吧？”因为主管宗教、负责接待的一般是统战部门，这位部长接着就说，“我是来感谢您的，感谢您救了我的女儿，救了我们一家。”

原来他家里的独生女，从小娇生惯养，随着年龄增长，逐渐与父母产生了很深的代沟，家庭矛盾频发。后来女儿出国留学，留学期间，有一门课程涉及到填问卷，其中一栏要写信仰情况。她想到家里爷爷奶奶、外公外婆经常去寺庙烧香，就填了佛教。

但是那堂课要求他们结合信仰，讲一讲自己的认知和体会，她当时完全没有概念，就借助网络查了很多资料，偶然间发现了柏林禅寺的生活禅夏令营。她很感兴趣，就报了名，而且很顺利就被录取了。七月份她很开心地来参加了夏令营，结束后就回到了家里。

在回家的当天发生了什么事情呢？吃晚饭的时候，她跟父母说：“您们坐好，我来帮您们添饭。”她就把碗拿起来给父母每人添了一碗饭，然后跟他们讲：“粮食来之不易，一定要把它吃光，不可浪费。我在寺院里，师父都是这么教导我的，一定要爱惜粮食，懂得惜福。”

吃着饭，她父母就哭了，过去十几年里，女儿从来没有给他们添过饭，还告诉他们要懂得珍惜粮食。他觉得女儿完全变了，树立了一个非常正确的生活态度，与他们的关系也和睦了。我记得那年冬天，他还专门带女儿到四祖寺，拜见了老和尚。他女儿之后还有很多好的变化，就像明海大和尚讲的，人生轨迹大不相同了。

这样的例子比比皆是。这几天，大家接触到的夏泽红居士、李晓林老师、班文战老师，他们都曾经是夏令营营员。夏令营十周年的时候，我们曾把历届的老营员代表请回来，邀请他们谈谈自己的人生经验和体会。他们有从政的、从商的、从教的等等，在各自的岗位上都实现了人生价值。这也是老和尚倡导生活禅的真义所在。

太虚大师也反复强调佛法是用来指导我们现实人生的。他说：“今之人生佛教，侧重于人生之改善，突出者即能依之发菩提心而趣于大乘之佛果，即于此上，消极的则对治佛法向来

之流弊；积极的则依人生之改善而发菩提心，行菩萨道。”他所倡导的人生佛教、人间佛教，是对以往佛教流弊的一种反思和应对，让我们都能回到生命的当下，从当下做起，关注现实人生。

在座的每位同学，回去以后，从学习到家庭生活，从正确对待自己的内心世界到对待家人朋友乃至陌生人，都应该树立一个正确的人生态度和方式。这就是佛法说的正知见，就是我才提到的慧眼、法眼、佛眼。

老和尚讲，“所谓生活禅，即将禅的精神、禅的智慧普遍地融入生活，在生活中实现禅的超越，体现禅的意境、禅的精神、禅的风采。”

多年来我反复体会，老和尚提倡的生活禅，就是告诉我们，每一个人都能在禅的智慧觉照下，正确地对待生活，以清净的生活替代染污的生活，不再浑浑噩噩、灯红酒绿，而是实现有理想、有觉悟、有观照的人生。

观照非常重要，因为我们的念头很容易打失。《般若波罗蜜多心经》第一句话就是“观自在菩萨”，“观”就是我们的观照力、觉照力。在生活的每个当下，我们是不是都有觉照力，能自己做得了主，知道此刻我是谁，在干什么，该如何正确地对待生活？学佛之前，我们往往是迷惑的。学佛之后，我们需要通过禅的修学，树立正确的知见和态度，改变这种迷茫的生活，“将禅的精神、禅的智慧普遍地融入生活，在生活中实现禅的超越，体现禅的意境、禅的精神和禅的风采”。

生活禅不是无源之水、无本之木。它是对如来禅、祖师禅的一种继承与发展。如来禅、祖师禅，都不离世间生活。祖师

大德的语录、开示，都非常强调这一点，比如六祖大师经常说的“佛法在世間，不離世間覺；離世覓菩提，恰如求兔角”。離開世間去找菩提，犹如覓兔子的角一樣，是找不到的。

这里再介绍一则著名的公案。源律师问大珠慧海禅师：“老和尚您还修行吗？您是如何用功夫的呢？”大珠慧海禅师回复他：“饿的时候吃饭，困的时候睡觉。”源律师笑道：“这么说，我们都差不多，因为我们每天也是困了就睡觉，饿了就吃饭。”慧海禅师说：“我说的跟世间人不一样，世间人吃饭的时候不肯吃饭，百种须索”，就是说吃饭的时候在做种种思考，“睡觉的时候也不肯睡觉，千般计较”，想着明天我干什么，后天有什么好吃的。禅者的吃饭睡觉和一般人有很大的差异，所以说是不同的。我们能不能在穿衣吃饭等日常生活中体验到禅的精神所在？如果吃饭时，我们能够去掉百种须索，睡觉时能去掉千般计较，当下就可以与历代禅师同一鼻孔出气。这就是老和尚在《生活禅开题》里所讲的意思。

生活禅的四个根本，首先就是“发菩提心”，菩提心含摄了出离心。每个修学佛法的人，都要做好两个方面：第一是在觉悟世间苦的基础上，发出离心，指向解脱道；第二就是发菩提心、慈悲心，指向菩萨道。

生活禅提倡“觉悟人生，奉献人生”和“善用其心，善待一切”。智慧和慈悲，是大乘佛法的全部，也是生活禅的全部。今天对于佛教徒来说是非常重要的日子——观音菩萨成道日。千手千眼观世音菩萨，千手护持、千眼照见。千眼，可以解脱人生的烦恼，代表大智慧；千手，可以给予众生帮助，代表大慈悲。老和尚所说的“觉悟人生”“善用其心”，就是智慧；“奉

献人生”“善待一切”，就是慈悲。

老和尚提出的修行生活禅的四个根本——发菩提心、树般若见、修息道观、入生活禅，菩提心就是从慈悲层面说的，般若见就从智慧层面说的，座上实修层面就是息道观，最后能够入生活禅，这是受用境界。当我们进入禅的生活，那就是一种纯正的、信仰的生活，理性的、因果的生活，自觉的、良心的生活，现实的、道德的生活。

我在老和尚身边多年，最大的体会是，他能用最为平实普通的语言，把传统佛法进行现代化的诠释。“信仰、因果、良心、道德”，就是他提炼出来的做人八字方针；做事的八字方针，就是“感恩、包容、分享、结缘”。大家如果在生活当中去践行“二八方针”，就会有很深刻的感受。

生活禅是人间佛教的具体实践，是传统禅法的现代表达。用现在的语言去诠释传统的佛教，其宗旨就是“继承传统（契理），适应时代（契机），立足正法，弘扬禅学，开发智慧，提升道德，觉悟人生，奉献人生”。同时，生活禅也倡导“以三宝为正信的核心，以因果为正信的准绳，以般若为正信的眼目，以解脱为正信的归宿。”

通过这样的修学，我们就可以体会到老和尚阐释的禅的四个根本精神：“勇于破旧立新的改革精神，善于取精用宏的创造精神，敢于广开法门的宽容精神，志于突破自我的觉悟精神”。希望大家好好体会。

因为时间关系，今天的分享就到此为止。所讲内容有很多不到之处，希望大家多多指正，也希望大家能够忘记我这短黑粗胖的手，去记住月光的美好。谢谢大家，阿弥陀佛！

法雨再澍待来春

净慧老和尚示寂缅怀

清 凉

2013年4月20日，农历三月十一，谷雨，净慧老和尚在湖北黄梅四祖寺合上了慈悲的双眼，一代宗门大德洒脱地走了，罔顾身后悲声如雷，泪雨成海。距离老和尚出生的1933年，已有八十一个年头。

老和尚走后，作为与他交往二十年的后学，总想写点什么，但每每不能动笔成文。大概与很多人的感受相近，老和尚的离开让人措手不及，因而这种突袭的打击超出承受的限度，悲痛与遗憾，令人思绪纷纷。

奔丧去得稍晚，四祖寺的师父说打地铺都没有地方，我告以，送老人一程，不是来睡觉的。于是在茶毗的前一日赶到，在法堂里念佛一个通宵。老和尚端坐在龛内，面色与生时无少异，这是最后的陪伴。

次日晨，早早去了化身窑，直到看见一缕青烟飘上云霄，才怀着五味杂陈的心情与新旧叠织的泪痕，离开了黄梅。回眸间，往日的青山绿水，悉成一片伤心地。

后来，大有思及黄梅即伤怀的感受，因此，在内心回避。几年后，吴言生先生携众学生为老和尚捐塔，邀我参加，于是第一次拜了老和尚的舍利，重新走进了老和尚离开后的四祖寺。



2004年4月宜都长江边合影，时在当阳玉泉寺访谈间隙。

摄影 / 耀全法师

老和尚一代宗门巨匠，座下龙象如云，在家信众或许早逾百万，每年忌日前后都会有很多的怀念文章，我似乎也没有什么与别人不同的要表达。

与老和尚交往的因缘，在之前的一篇短文中有述及，老和尚离世后，也以几副挽联极其写实地表达了内心的伤怀，辑录于次：

(1)

惜无锦句奉头陀，水月光如幻，
来时凄苦，八十载春秋，尽随长江东流去；
幸有禅心慰师尊，兜率陀庄严，
去日洒脱，千万里国土，共祈大士西归来。

(2)

楚水三千，玉泉双峰，忆昔追陪，旬日述尽沧桑迹；
燕云八百，广济法华，思再承泽，三更摧残珠玉痕。

(3)

瓶钵一甲子，苦雨凄风，继祖传灯，头陀本色无稍易；
春秋八十岁，沧海桑田，弘宗演教，菩萨初心候再来。

(4)

曾有国清奉禅师，嗣法赵州，关西古刹弘宗乘；
兹无正觉慧上人，举拂黄梅，江右祖庭怀师尊。

其中后两联是代拟。第二联的上联，叙述了一件事。

2004年春，经老和尚慈允，我在当阳玉泉寺、黄梅四祖寺分别对他作了一个自述访谈。在当阳一周，老和尚叙述了自己从出生到文革后复出近50年的经历，我们整理出大约七万字，名《云水旧踪：净慧和尚自述（1933-1979）》，并有录音。

老和尚身前，这篇自述因种种原因未予出版，老和尚示寂后，我将文字与录音交付柏林寺明海大和尚。在黄梅的一周，老和尚主要谈生活禅，谈了一些，时断时续，不能成文，并未整理。

2012年10月底，陪同台湾澄海先生一行拜访老和尚，那一次的因缘很特别。老和尚当时在武汉，我们一行人在寺里候了一夜，次日晚受到老和尚接见。当夜凌晨，梦见与老和尚谈自述出版的事，一起一页一页看，头顶虚空中，有一朵巨大的五色莲花。第三日早离开时天下大雨，那时老和尚非常健朗。

是年12月，在黄梅县开“黄梅论坛”，很巧，我的房间挨着老和尚的房间，因此常常随时凑到老和尚的房间去听他和别人谈话。有一天特别晚，何燕生与老和尚单独聊，我也一直旁听，直到夜里11点。后来，惊醒于这是与老和尚最后的亲近机缘。

谈到老和尚，必然会谈到生活禅，对老和尚的评价，最核心的也是对生活禅的评价。记得老和尚示寂三周年时，有一篇文章谈到，生活禅的提出是中国佛教继道安、惠能、太虚大师之后的“第四段光明”。

文章的思路是，道安大师推动佛教中国化，惠能大师推动佛教大众化，太虚大师提出人间佛教，力倡佛教现代化，生活禅沿着这一脉络发展，是对祖师禅的现代呈现与人间佛教的具体落实。

这一文章的思想脉络，源于老和尚20世纪90年代初《当代佛教契理契机的思考》一文，文中对前三位大师的贡献予以梳理、评价，提出了佛教“现代化与化现代”的理念，阐发了生活禅提出的依据与脉络。

从禅的外延呈现讲，这个脉络的梳理是成立的。就佛法的当代弘扬而言，生活禅是一面影响很大的禅宗旗帜，老和尚的心愿与贡献不可磨灭。

记得为老和尚出版《入禅之门》时，老和尚自序中有一些自省的话，其中说“入禅之门开得还不够大，方法有欠具体”。同时，老和尚在晚期，对生活禅的纲宗，又补充了一条“无字诀”，放在第四条，一共形成五条：“菩提心，息道观，般若见，无字诀，生活禅”。后来明影法师出示过一张老和尚手迹，印在一张僧人插秧的图上，写的就是这五个要点。

这表明，老和尚对生活禅的理念是在实践中完善和更新的，这符合禅的开创、自新精神，也符合老和尚一生的风范。

记得有一年春节前，与老和尚在法华精舍谈话，老和尚说，我每年或多或少总有一点新的体会和想法。这当然是老和尚极其谦虚的说法，接近老和尚的人会知道，老和尚与很多修行人一样，他的境界和气象都是在与时俱新的，这是对禅不固定僵化的一种表法。

很遗憾，天不假年，老和尚在一个修行人最黄金的年龄，猝然离开了这个他用悲心愿力灌注的世间，还没来得及按自己的内证与思考，对生活禅的完善和进一步开展进行更多的具体实施，其中包括在老祖寺开会布置的很多内容。那么，这个使命与重担落在了后来者的肩上。

记得 2012 年的谷雨，随老和尚在北京三圣庵讲座后用餐，用餐后老和尚乘车返回河北，天下着小雨，那种老人在雨中行旅的印象特别深刻，也让人觉得他是那么辛苦。

那个旅程再没有终点或重逢了，但希望老和尚播下的菩提种子能够成熟，老和尚举起的法旗能够引领更多人解脱。

期待来春，法雨再澍。

2018 年 4 月 20 日谷雨 清凉

这是 2018 年刊发于网络佛学栏目的怀念文章，无论是对老和尚怀念的情感，还是对生活禅的认知，都不足以尽之。怀念是与日俱增的，对禅的认知是与日时新的。2020 年 7 月 16 日，拜访明尧师兄，数年未见，相谈甚多，其中老和尚与生活禅自

然是核心话题。得知明尧师兄在明海大和尚的指导下，完成了老和尚布置的《生活禅纲要》，达60万字，非常欣喜！当年老祖寺开会的情形历历如昨，老和尚弘禅济世的心愿终有人身后继续推进，可谓法门兴盛之征。数年间，时节环境诸多变异，对禅的渴望与要求更为迫切，老和尚的功绩与眼光更形伟岸宏远。而后来者的责任亦更重，数年间明尧师兄的学养修为亦更深入，予人欣喜鼓舞。师兄嘱将拙文于《禅》刊发，略易数字，并补记因缘。祈愿生活禅能广为弘扬，有明眼者能参无字诀，透无门关，为此一时节之正法眼藏，为报恩利生出一手眼。

清凉补记

精神的贫穷是
人生最大的贫穷



欲知山间路 得问过来人

山居杂忆（一）

水月天心

对我而言，深山里藏着很多奇珍异宝，譬如松树下生长的灵芝，空谷中清逸出尘的兰草，璀璨绚烂的樱花树，酸甜可口的野山楂，散发着淡淡清香的腊梅，还有那满树清甜的桑葚。

万物皆有时，春有溪流澄澈，夏有腐草流萤，秋有落叶飘零，冬有冰雪寒泉。日月升沉，远处的青山，如梦如幻。此世间，一切皆需时节因缘。万物只有在与它相应的时间与区域里，才得以上应天地，显出它的生机来。

山里潮湿，所以月亮师父常带着我们去山间行脚，以此祛除湿气，生发阳气，顺便移植一些树种、药草。

通常，师父会走在最前面，手上拿着一根坚韧的细竹子做的拐杖。那根拐杖指到哪里，我们就跟到哪里，就像三军统帅诸葛孔明的羽毛扇一般，扇子指到哪，军队就打向哪。

“欲知山间路，得问过来人。”第一次看到月亮师父领队，脑海里就应现出这句话来。修行，就像是在未知的森林中寻宝。森林里有野猪，有荆棘，有陷阱，也有宝藏。若是想顺利地寻到宝藏，就需要一个拿着火把的引路者，他不仅要认识路线，

还要带着众人一起识别陷阱，避开野猪和荆棘，最终寻到宝藏，安全地抵达终点。

每每随同师父走山路，师父都会用竹棍把路中的树枝拨到路边去，以免绊倒路人。

“这是樱树，这应是茶籽树。”“这棵长在岩石里不要挖，勉强挖也会损伤它的根。”“这个还要再生长一下。”“这棵可以挖下来，挖时要留着根附近的土，这样易活。”“这棵剪掉大根，须根留着，因为大根无法再生长了，须根还会长”，师父见到树时，就像是一本完备的百科全书，在移植树苗的过程中，她显露出独到的见解和敏锐的判断力。

好树需要伯乐，我知师父既然能够识树，那她同样就能识人。她知道树生长在哪里恰到好处，她便知每个人应在的位置。

所以，第一次听到师父的这番话时，觉察到她非凡的智慧，我就坚信眼前这位骨骼清奇、磊磊落落的师父是位难得的善知识。

古书中，常看到古人用“刚骨”一词形容某人是法器。我曾向一位法师请教“刚骨”的内涵，才知那是某些利根的修行者带给人的一种直观感受。这世界上有一种人，眼神坚毅，心力如金刚，身上有着一股一人能与万人敌、不惧万物而坦荡不可侵的气魄，而师父给人的就是这样一种感觉。

太阳炙热而直接，而月亮温柔而含蓄，清清淡淡。师父就像光一样明亮与温暖，但却不会刺伤他人，如月亮一般清静皎洁，所以我称她为月亮师父。

常常可以在寺里见到她，月亮师父与侍者通常一前一后，脚步徐徐，不远不近，两人气场清静，面容淡然而从容。

师父器度凝远，仁慈忠恕，她每次与人对视时，你都能看到她眼中的流光溢彩，就好像她在看每个众生时，都把她们当作稀世珍宝。



山间的空气清新而湿润，有青草混合着泥土的香味。竹林清翠而挺拔，虽是春季，但草木已然茂盛。经年潮湿，石头上长满了各种各样的苔藓，一簇簇的仙鹤藓、砂藓、大灰藓、白发藓、绿羽藓、曲尾藓、粗枝蔓藓、匍灯藓，在山间绽放着强劲的生命力。突然觉得苔藓也美得清新，于是用小铲子挖下来放在篮子里，准备再拾一些造型奇特的树根搭配着回去造景。

穿越竹林，后面是成片生长的麦冬。麦冬是种药草，它的根部会长出海蓝色的“宝石”，深邃晶莹，乍一看还以为是掉落在地的青金石。师父说：“这个就是种子，把它埋在地里，就会长出麦冬来。”

山间有几棵白色的樱花树正绽放得美妙绚烂，美得让人惊叹，一阵清风拂过，白色的花瓣便落了满地，有人欢喜地采了几大枝樱花回去供佛。一位师父挖了两棵根连在一起的挺拔的小竹子准备种在房门前，有人挖了一棵长满一串串红色小果子的富贵子，还有人挖到了已经开花的兰草。

人生三大清雅之事，其一便是得到一株山间的兰草。山上的兰草总喜长在石缝间，花叶低垂着，清奇孤寂，散发出一股幽幽的清香。它是花中的风度君子，世人皆爱它，爱它的清逸之姿，爱它的淡漠出尘和与世无争。

山间还开着一一种小巧精致的紫色的花，十分惹人怜爱，师父说那是一种很有价值的药草，便让大家采摘了一桶，回去种在祖师塔外的菜地里。

我十分喜爱行走于山间，常亲近自然，便多了一份质朴契然入心。

三

百丈怀海禅师在禅林倡导“一日不作，一日不食”。这一传统已流传了千余年，所以寺里平日里若无集体诵经，多半就会出坡劳作。

禅坐、诵经是在静中修行，而搬柴运水、出坡劳作则是动中修行。真正用功得力的禅人，无时无刻不在用功修行。

一日，大众出坡种土豆。月亮师父交代我们：“要把其余的芽拔掉，只留一个最健康、最茁壮的芽。”然后，师父接着说道：“土豆不可埋得太深，不能把苗压坏，要小心，那芽太嫩，一压就断，就像我们的善根一样。”

师父时时护念着我们，知道我们的善根太过幼小脆弱，所以把我们每个人最薄弱的地方先保护起来。若是有人起了业障犯了过错，有时她不会马上苛责，亦不点破，而是在最适合的因缘下，引导对方趋向正道。师父很慈悲，但同时也很严厉，教育后学的方法也因人而异。在心念、细行和纪律方面她要求严格，防微杜渐，让人绝恶于未萌。

四

禅宗讲师父与弟子之间要心心相印，而月亮师父总是能观机逗教，善为开导学人，也许只是一句话，一个动作，或是一个看似不经意的眼神，就能让你瞬间心开意解。这就是善知识的手眼，有时如雨点一般润物细无声，而有时又如春日震雷般震撼你的心。

明海大和尚曾开示：古人非常重视师承，若你能待在善知识身边，那就相当于把善知识那一缸水的智慧直接倒入我们自己这一缸水中。师父的一言一行，都能让我们的心断除恶法，生起善法来。

寺依山势而建，最上面是师父住的爱道小院。小院里种着红豆杉、无花果树、金桔树、红薯、高丽参和蒲公英等等树、蔬菜和药食同源的野菜。

菜地里杂草已茂盛。一日清晨，大众出坡拔草，月亮师父给每个人分了一块地，大家领到地后就各自开始干活。

先把长草拔掉，然后用铁锹松松土，把草根铲掉。当我觉得草已经拔得很干净时，师父出现了，她把一根隐藏在蔬菜里开了花的野草拔起来说道：“这是种子，这个一定要拔出来，扔得离地远些，不然它还会长。”师父总会适时来提醒你意识不到、经常疏忽的一些问题。

我抬头往地里一看，地里竟有好多隐藏在蔬菜里面的花种子。

开花就会结籽，洒落在地就长成一片野草。“菩萨畏因，凡夫畏果。”看来对烦恼不仅要斩草除根、釜底抽薪，还要谨

慎因的造作。

我的这片地里种的是红薯，前段时间寺里被洪水冲了，菜地里的蔬菜也无法幸免。师父看着地里感叹道：“这红薯可真是久经波折啊！”我赶忙接着师父的话说：“就像我一样！”

师父抬起头看了看我说：“你啊，受的挫折还是不够！”然后，她又说道：“要把你的心收拾得服服帖帖才行，你的心还是不够服帖。”正如师父所说，修行，多生多世就是在磨我们的习气。

有时过堂吃饭，我经常心不安定，东张西望。月亮师父走过，道：“吃饭养心，偏要看一眼！”

抑或是在地里挖一株草，用铁锹挖起来时，它就掉下来摔了个稀巴烂，我脱口道：“完了完了，它完了。”师父正好经过，指了指它，又意味深长地看了看我说：“死不了！这种草，不怕冻，也不怕热，很坚韧。”

有时正因小事过不去，师父会说，“走，带你们去看看大天，见见世面。”于是，山河大地，苍郁山松，便尽收眼底。我知道师父是想告诉我：一个人不要太局限，要心量广大，正如经文所云：“量周沙界，心包太虚。”

师父的教导，从来点到为止，要你领悟即好，虽言语不多，但却极其有力量，能把你从烦恼中拔出来。

五

大寮下面正在修的竹隐亭，就隐藏在一片秀美竹林之后。“未出土时先有节，便凌云去也无心。”那是一种低处不卑，高处不骄的平常心，那是一种不声光外露的内敛。竹子质直，不卑

不亢，无心应道，自古皆为文人僧道所钟爱。有竹之地，便多了一份雅致与清凉。

竹隐亭又名净慧台，与对面山门外的赵州亭遥相呼应。亭子上最近挂了一块匾，上面写着：万象荫凉。

听一位师父说，竹隐亭是月亮师父仿照古代的状况亭建的。师父说：“世间的状况我们就别当了，要当就当佛状况吧！”

是啊，修行就是要成佛作祖，直斩生死之流，为众生之彼岸桥梁，做末世之法船，做一股浊世之清流。



山舟

（十首之八）

道人住处绝安排，白昼扃门自懒开。
风引竹声穿壁破，雨拖云影透山来。
倚松石为谁撑拄，铺地花应自剪裁。
说与景疏庵主道，得忘情处且忘怀。

—— 中峰明本禅师



林栖谷隐，六十年梦中事

唯 实

生命中的因缘不可思议

人的一生就像一段旅程，不曾停歇。

夜晚，梦见到山里寻找虚云老和尚的法脉。过一段时间，就被安排去照顾一位深山里的老师父。感恩每段时间，都会有位善知识出现在我的生命里，教导我，也很怀念与善知识们一同度过的时光。

近几年，好像都是在山林里度过的，只是从一位菩萨跟前到达另一位菩萨那里。

这次是我去过最深的山林了，未有一丝被开发的痕迹。前去大庙就要上山开车走十里的路，到达大庙所在的山顶还要往山林里走，穿过树林、竹林、流水，到达一处人烟稀少的四面环山之地。

圣凡难测

八十多岁的老师父就住在这里，一住就是六十年，她心明眼亮，身体轻盈，没有大病，常念阿弥陀佛。她受具足戒时，是虚云老和尚做戒和尚，传承的也是虚老的法脉。人们都说她是再来人。

这里从前是祖师的道场，后来大庙退下来的方丈和尚在这里安度晚年。昔时，虚云老和尚在山中赶路时，也经常来这里歇脚。后来，文革破四旧，很多寺庙佛像被毁。老师父二十多岁安顿好家里的兄弟姐妹，孤身一人来到这里时，已是断壁残垣，刚刚经历了一番劫难。大庙的老当家当时在重建大庙，而后护持老师父在这里重建道场。

打谷卖粮建大殿

过去的僧人，要自己种田或者做些手工出售，以自给自足，有时还要救济信徒。老师父年轻时，自己一个人在山上打稻子、种土豆芋头，挑百十斤下山去卖，然后用赚来的钱，请工人施工，雕刻佛像，又在寺旁烧了十万块砖来重建道场。大殿的工艺用了古代的榫卯结构，佛像也格外庄严高大。

整座寺庙没有围墙，就座落在山谷中。大殿外种了很多药草，种种鲜花。左边往后延伸是菜地，下面是茶林，有茶树上百株。

老师父年轻时吃苦耐劳，每天早上上殿，然后下地干活，挑很多担子，山上山下一个小时多的路程要跑三个来回。每年清明、谷雨前后要采茶做茶，老师父种了一辈子茶，做了一辈子茶，却极少喝茶。

身是婆婆客

为了方便照顾老师父，我就住在她的房间里。她房间有两张床，中间隔着一个书桌，上面铺着黄色的经布，屋子布置简洁，

没有太多东西。

事实上，我从未照顾过人，更没照顾过老人，来之前我内心充满了忐忑，对我来说这是一个挑战。

很快我发现，虽然老师父已经八十多岁，但除了一只手不太便利外，很多方面并不需要别人帮忙。她一生亲力亲为，不依赖人，更不喜欢麻烦人，有一副刚骨。

她盖的被子青蓝色，还是在家时自己纺的布，然后带过来的，一盖就是几十年。她说，这被子盖了一辈子，不晓得死后谁来盖。

师父念了一辈子阿弥陀佛。年轻时除了下山挑粮食去卖，几乎不下山。近几十年，大庙会定期送来粮食、水果、青菜之类，还有一些护持老师父的居士们，也会发心送来食物。老师父就更是没出过山，就在山里老老实实念佛。

有天，师父对我说：“山间多千年的树，世上少百岁的人。都是来娑婆世界做客的，有生就必有死。我在山中一住就是六十年。娑婆世界，你能去哪儿，走到哪儿都一样的。”

种菜的人

清晨吃完早饭，即使已经八十多岁了，但看到菜地有事需要做，她还是会亲力亲为。她说自己就是个种菜的人。

菜地有片小油菜有些黄了，师父自己下台阶弯着腰来拔菜。她说，拔菜要挨着一片一片拔，拔完菜，炒完菜，之后这片地就可以种别的菜了。

这不也是让我把自己枯萎的坏叶子拔了之后，种上新的种子吗？一片一片拔掉，学一些法义要把它吃透，再去学别的法义，

最后能内化统一成一个东西。

智慧在日常

师父年少时上私塾，出家前看过很多古书，是真正的才女，又非常有智慧，她的智慧会延伸到生活的方方面面。

她在五观堂吃饭的椅子很古老，造型奇特，拿开坐垫，下面是个木桶，桶上放着镂空的木盖子。有次我好奇地问她，她说这是年轻时让木工按照自己的设计打造的。那时冬天冷，把火炭盆放在木桶中，盖上镂空的木盖子，坐在上边可以盘腿打坐诵经。

老师父住的房子隔壁就是泉水，从上到下，师父顺着地势修了一条水道，底下是个圆形的储水池，她说过去水量充足，现在水很少了。

日暮时分，老师父会出来看看天空。她说：“早看东北，晚看西南。”西南方若有红霞，明日便是好天气。寺院的两只猫有时会出来吃青草，老师父说：猫吃青草，就是快要下雨了。想来古时诸葛孔明一类智者，观象便能推演万物，行军打仗，知风向，知阴晴。

老师父常说，她是个种菜的人。西红柿不能种在太阳光大的地方，因为六七月天气炎热，容易长虫。有一天，我扶她到地里去，她教我认菜，“这是茴香，这是白菜，这是辣椒秧，这是南瓜苗……”

有次，我亲眼看到老师父种在瓦片中的南瓜籽，没有浇水，也没有完全用土埋，竟然能发芽。老师父说年轻时，她和同伴

一起去种南瓜，同样的籽，她种的能结瓜，另一个就结不了。后来好多人找她种南瓜。

她还在大殿前种了三棵铁树。其中最大的一棵去年结了果，树中间有许多像板栗的红色果实。据说，铁树六十年才结一次果。我想师父的心愿，也会有结果的。有人会在这里发心修行，继续住下去。其中一棵小铁树，本以为快不行了，马上就要被拔走了。没想到有一天，忽然发现它竟然长了新叶，并以很快的速度，长出了好几个头。

生命的力量不可思议。

我看你还是糊涂

说来也是因缘。

师父总是把我错认成男孩。后来，她说：“我们以前就一起修行过，没修好被打下来了，这一生又遇见，今天就点破你。”她接着说：“你今生打下来做女子是来受报的。幸好你还知道修行，去嫁人就更苦。你要是男子，去上面大庙出家多好。女子力量小，智慧差，男众修行不只比你强一世。”

她又说：“你要好好发心，好好修行，成佛作祖，了脱生死，度化众生，还要度化你的父母，你的父母不可怜啊？！”

“佛都是人来做。”老师父说，“你要提起正念，娑婆世界的一生很快就会过去。我看你心里还是糊涂。”

不要炫耀，要隐起来

山间的黄精很多，可护肝明目，延年益寿。有时上山去大庙背东西，会挖一些黄精回寺。刚挖出来的发黄，在地上晒过后会变黑，然后再蒸。经过九蒸九晒之后，药效非凡。晚上有时晒在地上的没收起来，老师父就说，“黄精是甜的，老鼠会来偷吃。”

一通则百通。有时师父的一句话，极具穿透力，也正好相应在我生活中的一些事情上，让我可以触类旁通。比如，像黄精一样的宝贝要藏起来，世间的财物要藏起来，这样不会丢失，也不会给人起恶念的机会。美德、才能、功德、法财，也是一样，不要拿出来炫耀，要隐起来。

抓猫

老师父每天都要监督我把猫抓回来，把门窗都关好。有时领悟到的是关闭根门，而两只猫，是分别心。猫是非常灵巧的动物，我觉得它们非常具备女人态——贪爱、喜欢和依赖。每种动物都有它相应的特性，也对应某种性格的人。

每天去找猫是我的一项功课。自己其实不是很有耐心的人，找猫也是一种挑战。小猫总是喜欢跑到附近的茅蓬里，唤它时，它不作声躲起来。最初去找猫，猫不回，又抓不住，老师父还着急让它回来时，自己就会很苦恼。

那小猫能和你对峙一个小时，每天好长时间都耗费在找猫上，我开始起了嗔心。后来，磨着磨着，心态就平和了许多。

有时，我都觉得猫可能是老师父故意放出去的，为了磨我的性子。后来我买了猫粮，先给它们一两颗，它们就跟着回来了。再后来，我一去叫它们，它们很快就能回来了。先以欲钩牵，后令入佛智。

人间多妄想

老师父常问我生辰八字，像电视剧里的神仙一样，她掐掐手指算着说：“好聪明。”我还想问更多，她说她忘性大。下一次，又来重问，算来算去，还是只有一句“好聪明”。问过几次，我也觉得没什么意思了。

后来，我认为她是在逗着我玩，她知道我喜欢算命之术，于是用这个方法破我的执著。

结夏之后，每天早上四点起床，四点半上早课。我平生最喜欢睡觉，总也睡不够，有时实在困，想偷个懒。老师父就会起来，有意无意地用电筒晃我。我也常常做梦，老师父说是妄想多的缘故。

每天早饭后，身体疲倦困乏，想去睡一睡。老师父就让我去割菜地里的白菜籽。最开始割的时候，好困，起烦恼，但割着割着就清醒了。

有一天，老师父说：“一天二十四小时，都是胡思乱想，没什么正经事，对吧？！”我想想，还真是！就是这样的状态，每天在妄想中度过。

因为有我

李永茂

我出生在一个贫苦的家庭里。听母亲说，我一生下来就慈眉善目，因此父亲给我起名得善。我五岁时，正是国家和家里困难的时期，父亲为了给我们子女省下一口吃的，自己饿死了，后来奶奶和老奶奶也相继去世。一晃，几十年过去了。

二十多年前的一天，外出突遇大雨，我被好心人邀请到家留宿一晚，后来才知道对方是宁晋县佛协会会长，他送给我一本《金刚经》。好几年以后，他又送我一本由明尧、明洁两位老师编写的《禅宗大德悟道因缘》。这本书我读起来废寝忘食，从此对佛法产生了更加浓厚的兴趣，一见佛书都要一口气读完才罢休。

1999年腊八，我在上净下慧老法师座下皈依三宝，他说：“你是一个流浪的孩子，现在有了家。”听到这句话，我激动得哭了。在师父的引领下，我持续修行禅法，坚持每天打坐，二十年如一日。有一天打坐两小时后，我看到自己前生是一个住在偏僻山区的修行人，曾发愿来世做善事，增进道业。所以，后来虽然发生了一连串不幸的遭遇，但我从不气馁，坚持不懈地走善言善行的道路。

2013年，我突然感到牙疼，不能进食，到医院确诊为齿癌。我寻思自己已经61岁，儿女都刚成家，我也不想给他们增加负担，就不要做手术了。在生病期间，我常常观想，将众生的苦都集

中到我身上，他们减少了痛苦，我也高兴，这样受苦也有了价值。最终，我还是拗不过儿女的劝说，他们凑了钱，让我在医院做了手术。手术期间，濒临死亡之际，各种各样的影像都展现在眼前。但不管出现什么，我心中都念佛不止，始终保持在定中。

手术后经过一段时间化疗，我康复出院了。后来我去了柏林禅寺，因缘殊胜，正好赶上冬季禅七。我很高兴，希望小住一段，听师父讲法，随即便报了义工。有一天，一位秦皇岛的义工朋友说：“养老敬老是中华民族的美德，是每个公民的职责和义务，现在国家正在鼓励开设养老院，让老人老有所养、老有所乐，河北省巨鹿县也在试点推广。”

我的老家就在宁晋、巨鹿、南宫、新河、隆尧五县交界的地方，旧称五县长路，离巨鹿县城 20 公里。于是禅七结束后，我便骑自行车到了巨鹿县城，见路边墙上有一广告——“养老院长年招护工”，我就按地址去了这家养老院。当时我没有计划长干，只想着表示我有一颗敬爱老人的心就可以了。见到院长，他问：“你在我们这儿当护工，要多少钱？”我说：“不要钱，尽义务。”院长说：“天底下哪有这样的人呢，干活不要钱。你有身份证吗？”我说：“我有。”因手术被摘去了七颗牙齿，我说话言语不清，院长产生了误会，他说：“你有心肺病呀，我们不要这样的护工。”旁边一位护工说：“他有病，愿意干也甭用他。”我拿出了身份证，院长看了一眼说：“先试用二三十天，合适再留用，试用期间没工资，管吃住，可以吗？”我说：“当然行！”他又望了望我，见我善眉善目，说：“我们就叫你老善吧。”就这样，我在养老院住下了。

我五岁没有了父亲，母亲高寿，九十六岁过世，但她没有

让子女伺候过，我只守了三柱香的时间，她就自己安然往生了。所以在养老院，我伺候老人就像对自己父母尽孝一样。本以为这样发心，能顺顺利利，但事如愿违，一连串的事情发生了。

这家养老院住了近五十位院民，四位护工，一共五十几个人吃饭。厨房在三楼，吃的菜和厨房用品都要从一楼搬到三楼，每天三顿饭做好以后，又要再把饭菜搬下楼。院民中卧床不能动的老人，每天需要喂饭、喂药、处理屎尿，有的要喂五顿饭，都归我照顾。本来我是不能离开他们的，但我还要打扫卫生、洗衣物。我说话言语不清，有时会产生误会，一旦有了误会，院长或其他护工就冲我发脾气，我都一一忍受了，默默地干活。院长绝大部分时间都不在岗位上，有一天往三楼搬菜，我找其他三位护工帮忙，却发现他们正在跟一位院民打麻将。其中一位女护工回答我：“我们不搬菜。”我一个人搬了两小时才搬完。院长过来了说：“老善，又是你一个人搬完了，真行。”然后冲着他们三位护工说：“你们怎么不帮忙呢？”护工说：“老善有劲，我们走一个，麻将就三缺一了。”院长没有再说什么。

这时候有老人喊要拉屎，我赶紧去看。那位院民说：“我喊人，你们不过来，现在我把屎弄得哪儿都是。”我说：“我一直在往三楼搬菜，没听见。”院长说：“老善！你怎么说话呢，跟老人说没听见，能干这一行吗？老人若是不在这儿住了，就是你的原因。”我没有再说什么，给老人擦完了屎，又给他洗澡，然后拿笤帚打扫各个房间的垃圾。一位护工说：“你老善光扫这边的垃圾，那边你就不管了吗？”我说：“一会儿那边也就扫完了。”随即他就给我一巴掌，说：“你一个新来的就敢犟嘴，看来你是不想干了。”我揉揉痛处，没有吭声。院长吩咐说：“老

善，这八个老人，其中五个老太太，三个老爷子，他们都不能下床，拉屎、尿尿，你要及时点，喂饭、喂药、洗衣、整理床被、打扫卫生都是你的活，不能让老人受委屈。在这里伺候老人，是不分男女的，因为他们都上了年纪，这个你也懂。你现在是试用期，发不发工资，以后再说。”我说：“我不是来发财的，做好本分工作就行了。”

有一天，我正往外倒垃圾，一位护工卖废品回来，看见我就说：“老善，你把活都干完了，是想赶我们走吗？”我说：“你不是卖废品去了吗？”随即他就给了我一脚。另一位护工说：“闹着玩呢，算了吧。”后来才知道，养老院的废品收入都归这位护工，每天要卖十几元钱，他是不愿意别人提“废品”这两字的。

这时候，有位老太太喊要拉屎。为了避嫌，每次给老太太擦屎，我都把门开着。但这次老太太拉得被褥上、腿上、腓上全都是，为了避免她尴尬，虽然屋里臭气难闻，我还是关上了门，打开了窗户。突然，一位女护工推门进来就喊：“老善，你不是好人，怎么关着门给老太太擦屎呢？！”我一回头的工夫，那女护工伸手就在我脸上抓了三道血印。我从屋里跑出来，一位男护工上来就是一拳打在我腮部，打得我口鼻出血。男护工说：“我听见有人喊，就出来了。你为什么强奸女护工？”那位女护工说：“就是，就是！”另一位男护工说：“打他！看他还在这儿干活不，只要打不死就行。”说着话，又给了我一脚。然后我就昏迷了，醒来的时候发现自己在医院里。

平时院长不在养老院，事情由三位护工说了算。我出事以后，院长来了，领着让我去各科检查。我躺在担架上在医院排队的时候，回想起前一天晚上打坐时的情景：一位似善财童子的人，

缓缓走到我跟前，说：“心上一刀。”我随即合掌：“善师从哪里来？”心念一动，对方不见了。出定以后，已是后半夜三点来钟。“凡所有相，皆是虚妄。”天亮以后，我也就没有再念及此事，结果下午就发生了这件让我流血的事。我想，或许这是佛菩萨在勘验我，忍一下算了。全身检查完，医生开了三天的药，说：“只是皮外伤出血，一颗牙齿保不住了。”又少了一颗牙齿，我说话吃东西，更困难了。

院长领着我从医院回到养老院，说：“老善你自己走动走动，头不晕了，就没事了。我儿子后天结婚，我得回家张罗此事。”我说：“你什么时候回来？”院长打岔说：“朋友们都是献100元的礼。”我去养老院，自己带了一点钱，随即给了他100元。院长连个客气话也没有，就把钱装进了口袋里。一位护工从跟前走过，说：“怎么就打不跑他，看起来还是缺打。”院长说：“老善，别吭气。”这时候，又有老人喊我，我忍着身上的疼痛慢慢挪着，把卧床的老人都一一检查了一遍。植物人要喂饭喂药，多项护理；多动症老人，一天不喂药，就手舞足蹈个不停；抑郁症老人，日夜不睡，臆语不止；半身不遂的瘫痪老人，不能长时间离开；有时候五保户老人死了，家属不来处理，养老院没有太平间，我还要守灵，最长守了三天两夜。这些还在养老院生活的老人，绝大部分都来日无多，非常可怜，听到他们的呻吟，看到他们受苦，我实在不忍心离开养老院。

第二天，省评估局来养老院检查访问，一位工作人员问我：“你是老善呀？”“我是。”我随即回答。他打开了手机，对着我问：“你为什么来养老院工作？”“看到上了年纪的老人，行动不便，有的不能自理，生怜悯心。愿为他们服务，因为我

也会老。”“职业道德是什么？”“一切男子是我父，一切女子是我母，我把老人当成自己的亲人伺候，令他们心生欢喜，老有所乐。用一颗爱心、热心、责任心，去服务他们。”我接着说。

“你有护工证吗？”我还没来得及回答。“他没有，别的护工有。”院长说着话就把评估员拉到一边，去了别处。另一位评估员说：“老善，你给这位老太太换一下尿不湿。”我很熟练地换好了。实际上这位老太太还没有尿湿。那位评估员说：“很好，挺专业的！”因我没有护工证，被评为“二级护理员”。

几天以后，一位佛友打听到我在养老院伺候老人，专程赶到养老院，送给我一封信函，上面说寺院里有“护国镇灾法会”。我持函去找院长请假。半路遇到一位老院民跟我说：“老善呀，我早想跟你说几句话，就是没有机会，你是个忙人。我来养老院住一年半了，什么事都知道。这个养老院是私营的，院长用的都是自己亲戚。伙房做饭的、三个护工都是他自己家里的人，哪有你说话的份呢？你干再多活，他们也没有人会说是你的。他的儿子才十几岁，他说要搞结婚典礼，这不是哄你的钱吗？在这儿干活的人，只要不是自己的亲戚，院长都是说试用一段时间再留用，试用期不开工资。结果有的三天、五天就走了，不干了。最长的干了二十五天，也没有拿到一分钱。我在这里住了一年半了，走了二十五个试用的护工，谁也没有领到钱，你是第二十六个。你每天要往三楼搬菜，都是院长跟卖菜的说有人搬。用你搬菜，一次就省几十元钱……”听到这些，我说：“谢谢你告诉我这些。我不是来养老院发财的，只要老人能减少一点痛苦，我就满足了。”

我找到院长，跟他请辞，院长说：“你来了三个多月了，本来没计划留用你，看你找不到吃饭的地方，就凑合下来了，共一百一十五天，给你一千元钱。医院全身检查的费用，就不用你掏腰包了。这次打架不是你的错，也就不罚你钱了。明天民政局开会，我可能离职。你看着办吧。”我本想把一千元捐给养老院。这时屋里有老人在喊：“我要拉屎，我要尿尿，老善不能走，你走了我们就活不了啦！”听着他们的呐喊和呻吟，我不敢再去看望他们，眼里含着眼泪，说不出一句话来。院长手里拿着钱，用鄙视的目光望着我，示意嫌少就别拿了。我心想还是供养给寺院吧，接过了钱。门口来了一辆路过我村的客车，我上了车，离开了养老院。

几天后，我去柏林禅寺参加法会。进了寺院，礼佛之后，我往每个功德箱都作了供养。硬币投进功德箱，发出清脆而响亮的声音，特别好听。然后我去了客堂，向客堂师父行礼后，出示自己的皈依证，表明想当义工。很顺利我就被编入了义工组。我心里想着，法会结束后，我要多住些天，体验短期出家，和出家师父同过出家人的生活。能否如愿，我不知道。此时，得禅诗一首：

我在月下跑，有影甩不了。你跳它也跳，你倒它也倒。
恨影又恨月，无端起烦恼。一念心光生，无我影自消。

乙亥年药山冬季禅七记

耀 慧

2015 年岁末，打了个妄想要去寺院禅堂禅修，直到 2019 年岁末才终于成行，转眼四易寒暑。这四年来，无论是我的人生，还是人生观都发生了重大变化，人生目标也做了重大调整。

回想起五年前，刚刚接触到净慧老和尚和明海大和尚文字般若的时候，那份充实和兴奋，依然历历在目。净慧老和尚的禅修四个次第——安住当下，守一不移，一念不生，灵光独耀，以及明海大和尚的“禅心三无”——过去无悔，当下无怨，未来无忧，我反复品味。可事情就难在知行合一，尤其“安住当下”这四个字，在我人生的不同阶段，感悟有所不同。

2015 年以前，记忆非常深刻的两次家庭内部分享，我都提到了“当下”这个关键词。记得第一次，我的分享主旨大意是：过去的岁月都已经过去，未来的日子还没到，只有当下的岁月才是自己拥有的。那时，我想当下的单位大概是年或者月吧，主要是放下过去发生的不开心的事情，轻装前行。

第二次分享，主题依然是“活在当下”。那是每年的国庆大家庭聚会，包括岳父母在内，一共有五个家庭参加，饭后有各家代表依次发言的传统。那一年，我分享的主题依然是当下。因为触碰到了生死无常，我开始认识到生命的不可控，也许今天就是生命的最后一天，那么如何把握生命、规划生命就是每个人重要的课题，我分享的目的是强化当下的理念，让人更加

珍惜今天。这个时候，当下的单位是天。

后来，接触了师父们关于“安住当下”的开示以后，我对于当下的理解开始趋近于分秒了，开始有意识去排除杂念，认认真真完成眼下的事情，比如洗碗、拖地、写文章等。同时我开始断断续续禅坐，并学习禅修理论。但是我在这个阶段对于当下的理解，更多还是在概念上，真正到了座上用功的时候，由于自身业力的障碍，一直不得深入，无法真正体验安住当下的法喜。因为缺乏正向反馈激励，我一度放弃了禅坐的日课，只是偶尔坐坐，寻找一下轻安而已。

到了2019年岁末，随着善缘、福报的累积，终于有了到药山参加禅七的机会。这次禅七，我只参加了第一个七，但就在这短短七天之中，藉由三宝加持，我还是幸运地体会到了座上的法喜。到现在，我仍然记得那天的欣喜若狂。虽然对于漫漫修行路，这只是路边的一枝小野花，但于现在的我而言，却是增进道心的一剂补药。关于“当下”，明影师父开示，真正的当下，应该是超越时间和空间限制的。我想，这应该是我要去进一步实践和体会的。

由于此次禅七的机会来之不易，从动念到实现，整整经历了四年，所以我十分迫切地想要有所得，以增强个人修行的信心和动力。如此一来，用功自然精进，一开始对于克服腿子疼、排除杂念等有所帮助，但当连续用功，希望有所深入时，却因一味执著于要有所得，而烦恼不断。

这时候，我想起了《信心铭》中的“至道无难，唯嫌拣择”，以及《心经》里面的“以无所得故，心无挂碍”，忽然明白了自己不能深入的原因，就在于太急于获得某种境界或觉受了。

师父的开示也加深了我对此的理解，他说：“禅坐已经是最好的修行了，身口意都有所摄受，不再造业。这样的修行，已经非常圆满了，你还要求什么呢？！”

这次禅修，我主要运用的是数息的方法。在师父的棒喝下，也经过自己的反思，再次用功之时，我不断提醒自己要“好好地”做每一件事，包括经行、脱鞋、上座、包腿子、放松身体、深呼吸、数呼吸，也包括感受腿子疼、掉举或者昏沉等，同时提醒自己“戒急用忘”，不要着急，不要期盼任何觉受或者境界，把用功以外的所有念头、觉受通通都忘掉（放下）。

就这样，在接下来的连续两坐之中，我的心终于静下来了，呼吸也柔和起来，数息也越来越纯熟了，甚至可以尝试在随息和数息之间来回切换，不断调适用功方法。虽然没有其他更多受用，但是自己已然有些欣喜若狂。

对于运用数息观，如何做到专注于“数数”这件事，让自己心猿罢跳，同时不刻意控制呼吸，我自己的体会是：

首先，初上坐之时，除了调整身体姿势、深呼吸几次之外，还要做到从有用功的意识开始，就不断提醒自己要“好好地”完成当下的事情，每个动作都在有觉知的状态下完成。换句话说，功夫不是从数息的时候开始，而是从一上坐就开始，每个当下的一念，都是用功的时候。包括下座以后，我心里也不断地默默提醒自己，要好好地吃饭、走路、洗碗、喝水……就这样，不断地用“好好地”这个法门，提醒自己安住当下，精进用功。

第二，对于如何不刻意控制自己的呼吸，我的方便法门就是，在上坐调身以后，做全身放松扫描，直到能够自然而然地呼吸，并对自己的呼吸了了分明。此外，为了拴住“猴子心”，我在

刚开始数息时，发勇猛心不放过每一次呼吸，如猫盯着老鼠洞一般。这种用功帮助自己避免出现“随意”浪费时间，稀里糊涂地过了一坐又一坐，但是时间长了，势必又会身心紧张，成为用功的障碍。这个时候，我试着觉察自己的紧张，不生分别心，只是知道。待紧张消除，再回到数息上，然后随着功夫的深入，我逐渐进入到一种呼吸比较绵长、细微的状态，这个时候，自然也就不担心刻意控制呼吸等问题了。

第三，功夫稍微上路之后，就如师父所说，好似高速驾车，路况过于稳定、外景过于重复，人容易出现疲态，用功可能会进入到一种“自动驾驶”模式，即虽然一直在数息，但是妄想纷飞的“猴子心”又回来了。这个时候，学人可以尝试变换功夫的频率、数数的顺序等来应对，防止自己昏沉或者掉举。如正数10次出息，然后切换到倒数10次出息。具体切换频率和周期，学人需要自己去尝试总结。如果妄念太多，则可以把功夫先放到一边，只是放松地、全然地观察那个“猴子心”的起伏跳动，等它老实一些了，再回到数息的功夫上。

师父说过的一句话，让我印象非常深刻，他说：“简单的功夫容易深入，复杂的功夫容易摄心。”显然我还处在想尽办法来摄心的阶段，路漫漫其修远兮。这也让我反思，刚开始用功的方法，可作多种尝试，以熟悉不同方法，应对不同问题，但在禅七期间，还是应该持续专一地用某种功夫，力求深入。回想起来，当时我觉得自己数息已经比较稳定了，就开始尝试着随息，这是欠妥的，理应持续深入，让数息的功夫更为稳定，并不断向前突破。

至于当时的欣喜若狂，师父说，这是再正常不过的，它只

是万千妄念、习气中的一种而已，修行要解决的，就是不断放下，不住于这些境界或者念头，让躁动不安的“猴子心”静下来，这是你这个阶段修行的必经之路，在理论和心理上都要做好充足的准备才好。

按照师父的话，现代人根器比较差，障碍太深，尤其是手机这个魔头派来的特使。这句话我感受颇深。禅七一开始，我就把手机上交，并发愿全程止语。最终，我基本做到了，这也为后面一心用功打下了基础。可是一离开道场，回到现实生活中，抱着手机“浮想联翩”“妄想纷飞”的状态又回来了。我曾经计划每天晚上七点以后，尽量止语，至少隔离所有电子产品，但至今仍然没有实现，希望有朝一日能够做到。

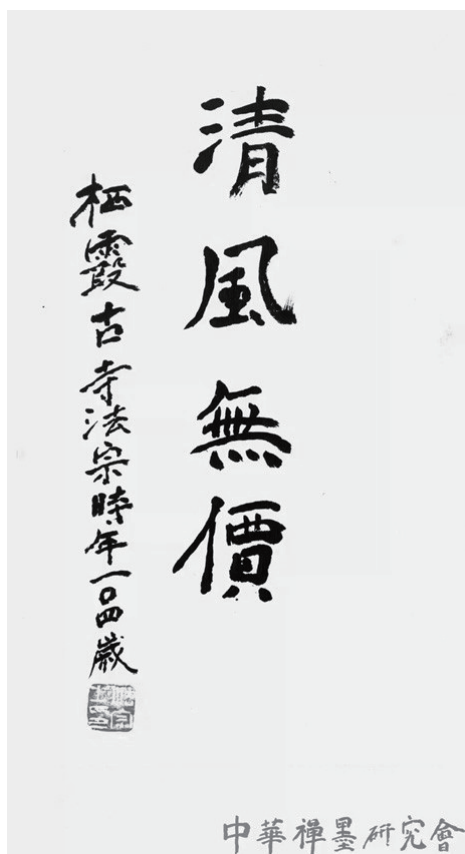
正因为现代人的根器和生活环境都令人堪忧，为求解脱更有把握，师父推荐在家人“禅净双修”。即一方面坚持读诵大乘经典，熏修般若，尤其是把《金刚经》理解消化，时时处处去对照、思维，乃至最终与自己的三观和生活融为一体。另一方面，在做功夫的时候，一门深入，持久用功，不求什么境界，一步一个脚印，同时临终时发愿往生净土，目标要定在上品上生。师父强调修行要有恒久心、精进心，要在生活中不断磨炼自我，淡化我执和法执，有一点是一点，不可贪多，要像《了凡四训》中的袁了凡先生那样，多吃亏，多做布施，多培福，同时定期反思、总结，稳定和增进自己信心。

师父一番开示，令我信心满满、身心踊跃。药山此行，收获颇丰，心怀感恩。希望在未来际，有越来越多的学人能够走入药山寺等正法道场，亲近佛法，深入修行，心奉尘刹，以报佛恩。

禅的味道

读法宗长老书法

陆一飞



法宗长老 104 岁了，看着长老的字，心里就觉得温暖。

法宗长老很少写字，102、103 岁时写得稍多一些。

百岁前的字迹，清正规矩，得道修行人的气息从字里款款流出。



《南山鸿庆—法宗长老 104 岁寿庆纪念》封面

渡香海、赴南天、踏破芒鞋因报本，
寿期颐、扶筑杖、奉持法乳返栖霞。

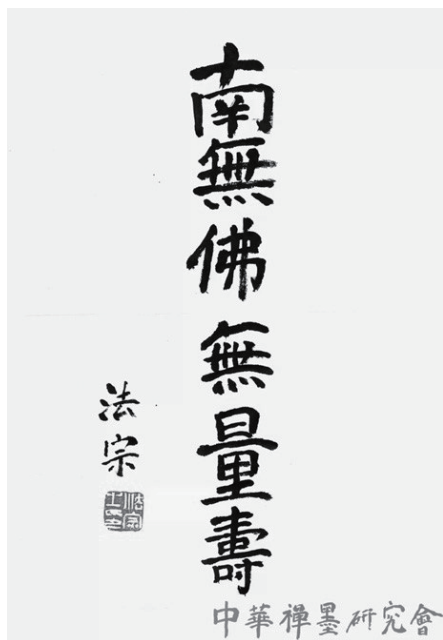
这副对联写明了法宗长老一生的行迹。

栖霞寺东堂的颐养岁月，平静安详，和风一堂。法宗长老平平淡淡中待人接物，举手投足之间，让我们感受到了人间应有的尊严。得见长老的人们，也无不感受到亲切、信心和力量。

百岁后的法宗长老，依然很少写字，可能是修道人觉得，“无用”便不为。

一次偶然中，我看到了法宗长老的一幅题字，字不大，却高古简淡又骨力洞达，迥异于世间寻常笔墨，想起古人说的上等书迹——“如锥画沙、屋漏痕”——不就是这样的吗？

于是，觉得很惊奇，惊奇一个疏于笔墨的百岁老和尚笔下怎么会出现这般境象？颤颤巍巍之间的点划，怎么会那样地撼人心、摄魂魄……于是认真地来到栖霞寺，认真地拉上玄印法师来见法宗长老。



相逢，说明来意，并向法宗长老求字。

法宗长老说：“很久很久没有写字了，不写了吧。”

法宗长老的笑容能一下子融化我们的贪心，却融化不了我请字的坚持……

法宗长老好无奈，说：“那就写一张吧。”

于是，我们扶着法宗长老来到东屋，勉强找到一枝旧毛笔，一点残墨。那天，法宗长老为我写了“灵山未散”，为玄印法师写的是“清净地”。

这时的字，浑然找不到百岁前的模样，积点成线中古润、清凉又灵动。看着墨迹未干的那两幅字，觉得法宗长老的字是透明的，尘根脱尽之后，字间弥漫着高贵和宝气。笔拙拙的、线沙沙的，绵厚、饱满，本地风光、本来面目觐面相呈。

这古丽多姿的字迹，如天边的晚霞，弥散着说不清道不明的动人，敲打着我的内心。这时的字迹和百岁前所写的居然有这么大的差异，是难得动笔的缘故还是……真是猜不透，参不透啊……

写过字，法宗长老可爱地说：“我这里什么都没有……”

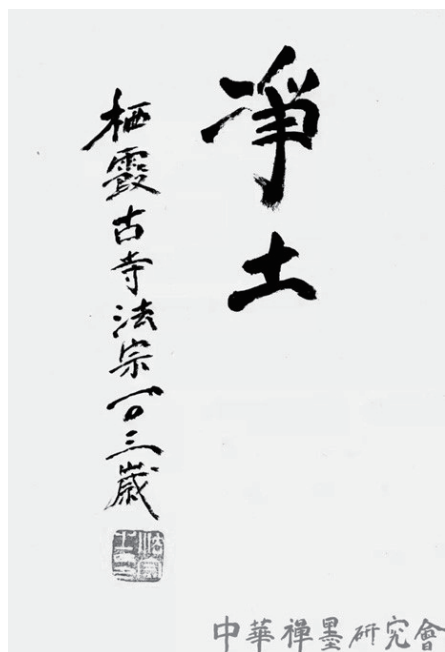
过了一段日子，我再来东堂时，对法宗长老说：您要多动笔写字。长老依然可爱地说：“我这里什么都没有……”

于是，他说没有纸，我马上捧出一卷宣纸；他说没有墨，我送上墨汁瓶；他说没有印，我递上早已刻好的“法宗之印”；他说没有印色油（老人家管印泥叫印色油），我瞬间递上印泥，还有写字专用的小毡毯……这下，长老没辄了，笑着摇头又摇头。

这些大长老们一生以修行为本分，心外无法，心无旁骛，本来无心写字。可是，他们的字实在就是他们的境界，更是他们的心，写的不是字，是他们来时的路。

脱尽繁华后的人间真色，在他们踏踏实实的一点一划中流

淌，一真一切真，人间的珍贵莫过于此了。



那段时间，在栖霞寺，认识了张海涛君，并成了好朋友，海涛经常亲近法宗长老，如同亲人般对长老无微不至地照顾着、崇敬着。

几次长谈后，海涛明白了我的用心，于是，近水楼台的好处便是可以常常让长老动笔。于是，今天我们才有了可以看到这些禅迹的机会。

法宗长老很多重要的作品大多是在 103 岁至 104 岁间写成的，如《南无佛无量寿》《净土》《乾坤容我闲》《中华禅墨馆》。长老的字一直在变化中，一纸一境，一字一境，一笔一境，变化得让人无法琢磨，只能追随着他的点划、追随着他的字迹，

去向往这世间的朴素与高贵。

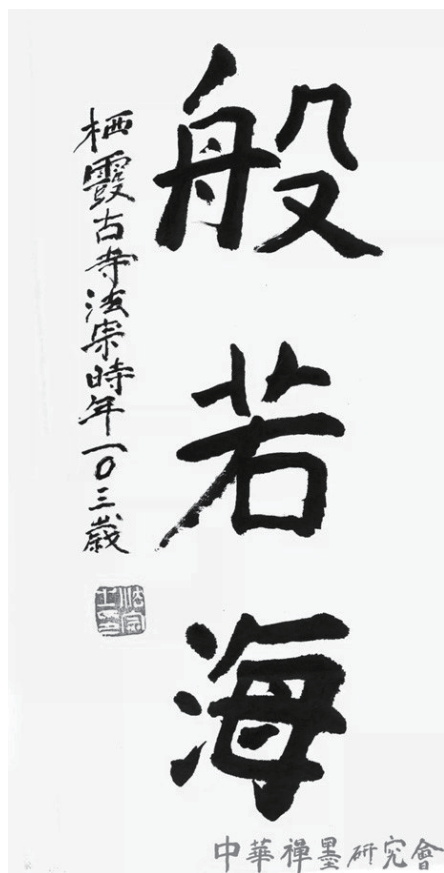
103 岁时的法宗长老，这时候的字，由一两年前的枯峻简淡而至中实饱满，并且越来越感觉到干净，干净到如昆刀截玉，却了无丝毫的寒气，暖暖的、鼓鼓的。一切说书法的词汇来描绘这种质状，似乎都不妥当。难道，此情此景只能用“禅的味道”来注释吗？



“无机曲漫弹”，心自由了，笔墨也就随波流淌，又可以变幻出一切的可能。无机生境可是比“大匠造境”更加自由自在、不遮不掩。

法宗长老的字是会呼吸的。“圆通”二字，笔墨酣畅。他

的字，根基在楷书，百岁后，守了一辈子的楷法化在了隐约之间，积点成线的韵致在长老用笔的颤巍中达到了极致。“圆”字以侧势取姿，“圆”和“通”二字有大块面的留白，“中空为用”让这两个字饱满中透着空灵，这无字处是字的眼睛。君能于大疏大密中，听见这位百岁老人笔尖触纸时“沙沙”的声音吗？

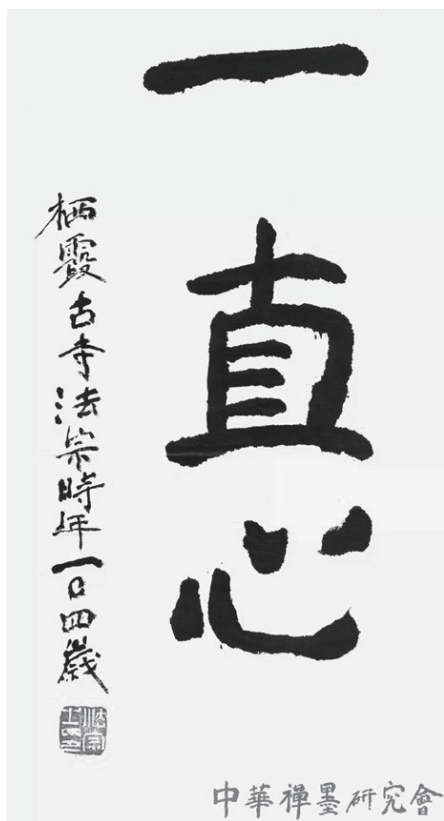


“般若海”也是法宗长老 103 岁时所书，“般”字稚拙、顽皮，“若”字如广袖拂拂，飘然欲仙，长长的一撇，那么疏朗，如

赤壁岸边邀月的苏东坡，冯虚御风。

“海”是通篇字眼，三点水果断干净，没有一丝犹豫，“每”的部分更是斩钉截铁般的肯定，一个重重的“折叉股”，深藏内心的傲骨和尊严在这万毫齐力的一刹那，蹈海翻江。

“海”字的最后一“钩”又如定海神针般地回旋和包容，这磊磊落落中，包含着多大的气量和胸怀？



“一直心”三个字，以拙朴取胜，行笔的起收周详有度，“一”字一波三折，可以看到长老书写时的悠扬和舒展，“直”字鼓鼓的，

憨态可掬却绝不会拖泥带水。

104岁的老人，笔迹的运用可以看到每一点每一划的瞬间变化，起笔时的绵柔到此时已经切断乾坤，不顾前境，哪管后来！

“无住庵前境界新”，法宗长老近年来的书迹，线质会这般迷人，干净又宽博，一个“心”字如山花烂漫中的召唤。心花开了，长老这时的字迹，是有表情的，是顾盼的情致，是诗，是禅，是东山月，是无弦琴。

法宗长老无意中的挥毫，向我们展示了当代禅墨的风范，成了汇通大道的印记。可是，长老实在是无心于书，写字纯粹是晚岁应景，没有“笔成冢”，也没有“墨成池”，留在这世上仅有的几张字，也许长老写过后早已忘记。

无心恰恰，恰恰无心，一百多岁后的法宗长老，心性更似婴孩，越来越轻松，越来越顽皮，哪怕在医院里疗养，也成了他的“游戏三昧”。

但是，法宗长老无意中的书作，让我们感受到了“大朴”和“内美”的真模样，也许将来，我们能记住长老的除了这几张字，还有的是彼此真心对视后的欢颜。



江南古佛天目中峰明本禅师（上）

探访祖师的读书散记

具 水

今天我们要走近的是元代最具影响力的临济宗杨岐派高僧中峰明本禅师。中峰禅师是高峰原妙禅师的高足，其延传师志，奉持苦行，大弘话头禅，行事内敛，不慕世名，行化于民间，却威震整个元朝及大中华文化圈，其影响力贯穿元明清三朝，直至今日。

特殊的时代背景

许倬云先生将自己根据年鉴史观而撰写的中国历史普及读物，命名为《万古江河》，意在描述数千年来，中国各民族、文化、经济、思想相冲突融合的过程，如同从源头的细流，一路容纳支流，虽几经坎坷，却始终奔流不息地汇向大海……

元朝是中国历史上首次由少数民族建立的大一统王朝，亦是多民族冲突与融合表现强烈的时代。回顾元代建国始末，可知其源于蒙古族，相继征服辽、西夏、金，继而又攻克大理、吐蕃等地。1271年元世祖受僧子聪（刘秉忠）建议，设国号为元，开启了九十八年的元代历史。1279年，元灭南宋，统一中国。在政治体制与文化教育上，元积极笼络汉人学生与儒士，主动

融入并接受汉文明之涵化。但同时，又推行军事管理与民族歧视政策，将所辖居民分为四等，受南宋统治的汉人等被称为“南人”，位列第四等。

宋人内敛而飘逸的文化风骨与蒙人外扩而骁勇的草原文明，相互激荡而融合，这种文化的相吸相斥，不由令人联想到今日中西方文化的胶着之势。

在元的前身蒙古国时期，蒙古贵族对佛教并无多少认知，但随着征战版图的不断扩大，蒙古贵族逐渐开始了解和支持佛教。到元世祖忽必烈时期，因攻占吐蕃，而与藏传佛教结缘。既作信仰支撑又作统治内化工具，藏传佛教被推崇至极，百年间藏传佛教的僧人任帝师者有九人，其权力更可“与敕诏并行于西土”，帝后与太子公主皆要从其受戒。

在藏传佛教大兴、汉人地位低下的元朝，禅宗又会有何处境呢？所幸，元代宗教政策宽松，朝廷亦重视汉人文化，禅宗在适应新形势的过程中，继续展现着强大的生命力，与时代、众生紧密相连。

今天，我们要介绍的这位素有“江南古佛”之称的天目中峰明本禅师就生活在这样的历史环境之中。他弘化于“第四等人”聚居的江浙一带，备受元朝多位皇帝的青睐，敕受“普应国师”之号，大弘话头禅与念佛法门，推动了禅净合一的进程，并将禅及汉人文化带到了藏传（蒙古）与南传佛教（云南）为主导的地区，进一步推动了民族之间的理解，实现了中华文化的更深融合。

可见，真正体悟与实证了禅之精神的祖师大德，弘法都具有极强的穿透力，可以轻松破解凡人眼中的尊卑等级、文化差

异等鸿沟。他们并不需着力费劲儿，只是于本分事中自然显露内心智慧的光芒，便可化解众人心中的疑惑，给予他们最深切的人生关怀。

中峰禅师生平概述

悟道和师承

中峰明本禅师，号中峰，又号幻住，钱塘人。出生前一日，其母梦见无门慧开禅师提灯笼至家，“才离襁褓便跏趺坐，能言便歌赞梵呗，凡嬉戏必为佛事”。其九岁丧母，十五岁蒙出家之志，阅读《圆觉》《法华》《金刚》诸经，于山间修习禅定。一日，读《传灯录》至“庵摩罗女问曼殊，明知生是不生之理，为甚么却被生死之所流转”时，忽生疑情。后在明山禅师的指点下，前往天目山拜谒于“死关”隐修的高峰原妙禅师。

高峰禅师孤峻严冷，不假人辞色，一见中峰，却很是欢喜，要为他剃度。中峰禅师告知父亲未许，高峰禅师还帮他出主意，让其举阁夜多尊者出家的因缘与父亲解释，并嘱咐他期间“勿自沉溺”。不久，中峰禅师在读《金刚般若经》时，至“荷担如来”处恍然开解，从此阅读佛教典籍都能轻易明白其中的含义宗旨，时年二十四岁。但他深知此非大悟，故于第二年，从高峰禅师剃度，又两年观泉水有省而向高峰禅师求证，却被打出。随后，中峰禅师以民间讹传官选童男童女祭水神之事，问高峰禅师：“忽有人来问和尚讨童男女时如何？”高峰禅师说：“我但度竹篋子与他。”中峰禅师于此言下洞彻法源。这次，高峰禅师印可

了他。有人问高峰禅师法子的情况，高峰禅师称中峰禅师为“竿上林新篁，他日成材未易量也”。

中峰禅师作为高峰原妙禅师最重要的法嗣，继承了参“活话头”的修行方法，令话头禅得到了新的推扬；继承了纠正文字禅时弊、重视真参实修的冷峻门风；也继承了苦行头陀，行事内敛，不慕世名，隐没山林间、行化于民间的朴素禅风，令元代的禅宗得以大振。

广泛而深远的影响

论中峰禅师的影响，其横向远播到今蒙古国及云南，朝鲜半岛乃至日本。时高丽王曾专门到天目山参拜中峰禅师，并与之保持长期的书信往来。倾慕中峰禅师的日本僧人则不辞辛劳，远渡求法，据日本《延宝传灯录》等载，元代先后有十七位僧人来天目山参拜中峰明本和断崖了义两位禅师。日本僧人继承了隐遁清修的“幻住”禅风，不住名山寺院，注重真修实悟，但所居不久皆成名刹，形成了对后世影响极大的“幻住派”。日本僧人将中峰禅师处所寻之天目盏、饮茶之法及“柳叶书”书法作品都带回了日本，深刻地影响了日本的文化及审美意趣。至民国以后，这股文化又回流中国，据说弘一大师、丰子恺的字即受其影响，而近来天目盏也备受国人青睐。

纵向则深远影响明清佛教、禅宗之发展。其语录文集，为明清习禅之人所必读。而由其承接的上至大慧宗杲、高峰原妙，下接天如惟则、千岩元长的杨岐派禅风，绵延不绝。后人不禁发出“中峰一系，遂成明清两代中国禅宗的主流，如今禅宗丛林，

无不是中峰明本禅师后世子孙”的感叹。

作为全才型的僧宝，中峰禅师还能诗善曲，折服了包括著名书法家赵孟頫、散曲家冯子振在内的一批名儒雅士，也振奋了一批国破家亡、精神无寄的文人之心，为夹缝中生存的禅宗带来了欣然生机。于汉人之外，他还受到元仁宗、元英宗、元文宗、元顺帝等四代皇帝的嘉赏与册封，并敕令将其语录文集三十卷收入大藏经中。而王公贵族、文人士大夫更奉其为上宾，不分权贵拜入其门下。

与赵孟頫的方外之交

在楚石梵琦禅师篇中，我们提到了为禅师购买度牒的赵孟頫是中峰明本禅师的在家弟子。1296年，四十二岁的赵孟頫得见中峰禅师，而且中峰禅师还小赵孟頫九岁，师徒二人交往二十六年。当我们翻开历史，去寻找两者的联系时，不由对赵孟頫与夫人管道昇求法修道的恳切，对师父的极度信赖、敬重与感念而深深感动。

赵孟頫是宋代皇室后裔，学识渊博、勤勉不懈，深受元世祖忽必烈、元仁宗的赏识与厚待，曾官居从一品。元仁宗曾与人言及赵孟頫，将之与唐李白、宋苏轼相类，对其极为尊重。

中峰禅师与赵孟頫可谓元代历史上出家与在家人中的翘楚，他们之间的交往事迹亦被后世所传颂。

师徒互珍重

中峰禅师不住大庙，行化于民间草根之间，三十年来，于山水间结庐，且不久住，随缘度生，所居皆唤“幻住庵”。大德四年（1300）起，于平江（今苏州）幻住庵居住三年，赵孟頫为题匾额“栖云”，并亲自搬运瓦石助建草堂。仇英绘制的传世名画《写经换茶图》，描绘的就是中峰禅师与赵孟頫山间写经煮茶的风雅。

在赵孟頫的传世书法中，其致中峰禅师的信札至少有二十帖。其中，流传最广的是《赵文敏与中峰十一帖（附管夫人一帖）》，现藏于台北故宫博物院。其中几封信札是在亲人离世之际所写，虽然也表现出世人的悲伤，赵孟頫却总能以佛之正见提醒自己，以陈此时的所思所感，感恩师父的超荐与警醒。常常夫人管道昇也会附信一封，询问佛法。每次赵孟頫收到中峰禅师的回信，“必焚香望拜”，写与禅师时，又“必自称弟子”，论到真切处，常“悲泣垂涕，不能自己”。在《佛法帖》中，他更感念“唯吾师慈悲，时时寄声提警”。每次看到中峰禅师的新作，赵孟頫便会恭敬抄写，并绘制禅师法像赠与同参道友。

于此，我们可以穿越时空得见昔日的修道师徒是如何打照面的，而他们对法的珍视，对归宿的探求，对彼此发自内心的信赖与鼓舞，都令人动容。这是一颗颗真挚的澄净之心啊。

大德五年（1301）春，赵孟頫书写中峰禅师的《怀净土诗》一百零八首并作跋。

至大元年（1308），于西湖畔，中峰禅师作《勉学赋》勉励赵孟頫由才艺入道。《勉学赋》言：

古人学才学艺，而极于达道；今人负学道之名，反流入于才艺。岂道无蹊径可入耶？盖由生死之念不切耳。且学不至于道，徒增情妄，于理何益哉！

赵孟頫当时已是元朝顶级文化 IP，引领了时代的文化潮流。中峰禅师的这篇文章，既是说给赵孟頫听的，亦是说与所有学才学艺者听的。他说古人学才艺，是为了通过才艺之极致而体悟大道，而今天的人们则辜负了学道之名，舍本逐末，偏向于才艺的技术层面而昧于大道的探究。不是大道无路可契入，实乃生死之念不够恳切。如果所学之才艺不是为了达道，那只能是徒增情识妄念，于解脱之大道理体又有什么益处呢？！

今时，传统文化复兴方兴未艾，学才艺者众多，且皆冠以“道”，以提高格调，殊不知若内心不能明白“道”之所归，则学才学艺便是于表面做功夫，甚或成为炫耀的途径，增长我执我慢，抑或于创作中深陷情妄之中而不自知，不仅于解脱大道无益，更成为轮回之因，今之人不可不慎。反之，则可以书、画、茶、香、花、武为方便，转为道用，借此来观察自己，修正自己，突破自己。

赵孟頫对此赋极为重视。其抄写的《勉学赋》（并序）亦被视为晚年最后力作。

至治二年（1322）闰五月二十日，老病之中的赵孟頫提笔写下了被后世称为“最后书札”的《疮痍帖》，收信人依然是恩师中峰禅师，此时距他离世不足一月。

防情复性之说

历来，佛教与儒家的士大夫都有密切的联系，在宋朝尤盛。到了元代，由于蒙古贵族很推崇儒学，对宗教政策也较为宽松，很多当时的名儒都前往中峰禅师的道场参学。中国文化的消化、包容之量，以及佛教祖师在不同时代推动佛教“中国化”的努力，在民族融合与三教合流中，均可见端倪。

大德三年（1299）至至大二年（1309），赵孟頫任江浙儒学提举，即掌管江浙地方儒学的最高长官。因地域接近，这十年是赵孟頫与中峰禅师往来最频繁的阶段。一次，赵孟頫问间心旨，中峰禅师以佛教圆顿见地，为其说“防情复性”之义。

在谈“防情复性”前，我们先要提到一位唐代著名的儒学思想家——李翱，他也是与药山惟俨禅师有过请益，写出过“云在青天水在瓶”的诗人。他在《复性书》中提出了“灭情复性”说，简单说，即是为了使人人都能恢复本性（复性），就必须限制生活中的各种欲望（灭情），以达到《中庸》所说的“至诚”。至此，便可使“心寂不动，邪思自息，唯性明照”。这个表述与佛理颇为相近，这与当时佛教昌盛，儒家吸纳佛教的观点有很大的关系。

在《天目中峰禅师杂录》卷三中，中峰禅师则从佛法角度，强调性、情、业是一体的，非性外有情，非情外有性，违性（相当于“背觉合尘”）即情生，随情即为业，看破情、业的虚幻性不被情业所转，即是复性：

性起为情，情生为业，业感为物。夫万物由情业之所钟，

当处出生，随处灭尽，荣枯祸福，等一梦幻。此吾佛之教，之所以示。

一念无明生起，使原本清净的自性变为妄识妄情；妄识妄情继续造作变成罪业；由业力而感召到外在的万物。所以万物产生的根源在妄情与造业。情业以及情业所产生的万物都是虚妄不实、幻生幻灭的，人生的荣枯祸福等等起伏也都是一场梦境而已。能如是看破，不被情、业、命运所转，即是复性。这是释迦牟尼佛所教导、开示的。

群生虽一本乎性，而有世间出世之殊。世间之学，防情之谓也。出世之学，复性之谓也。防情，有为也。复性，无为也。二说不可相滥。

众生虽然都具有真如本性，但其相用，随迷、悟因缘而有入世、出世的差别。规范妄情可以说是世间的学问，回归本性则是出世间的道理。防情是有为的，不离二边，而复性是无为的，超越二边故。从这个角度来看，儒家之防情与佛家之复性，这两者在理论见地上是有差别的，不可以混淆不辨。

苏公子由注老子序，以六祖不思善不思恶之说配中庸“喜怒哀乐未发之谓中”之意一也。又谓“中也者即佛氏之言性也，和也者即佛氏之六度万行也。致中和，天地位焉，万物育焉，非佛法何以当之？”此说颇类妙喜以“三身”答子韶之甥所问“天命之谓性，率性之谓道，修道之谓教”之说。盖一时善权方便，

破彼情执而已，岂三身之理止于是哉！

苏辙（字子由）在写《老子解》时，以六祖慧能大师《坛经》中的“不思善不思恶”之说，与《中庸》“喜怒哀乐未发之谓中”之说相匹配，说这就是“中”的含义。又说儒家所说的“中”即是佛家所说的“性”，儒家所说的“和”即是佛家所说的“六度万行”。“致中和”，是指天地都在自己的本位上，万物自然孕育勃勃的生机。致中和之功，非佛法不足以当此大用。这个说法类似于大慧宗杲禅师（号妙喜）以法报化三身回答张子韶外甥所问的“天命之谓性，率性之谓道，修道之谓教”之说。实际上，这只是一时的善巧方便，为破对方的执著而已。三身之理的深意远不止于此。因为佛家的复性是建立在万法唯心的空性理论基础之上，超越了二边；而儒家的防情仍然处在性与情的二边对待当中。换言之，佛家的复性非是灭情，而是看破情的虚幻性，不落在情识的虚妄分别当中，当下即是复性。

窃闻儒之所谓中庸者，必使人之情合乎至中，则经常之道可传之无穷也。岂特人心为然？至若天地万物，一禀中庸而生化。微中庸则至眇之物亦不能自育也。内而治身，外而治国，谓中庸者不可斯须忽忘之也。

我听闻儒家所说的“中庸”，必须使人的情识合乎“至中”之本性，这样亘古不易之大道才能传播至一切处。难道只有人心是这样的吗？其实，世间天地万物都是秉持中庸之道而生化不息。缺少中庸之道，哪怕极微细的生命也不能繁衍生发。中

庸之道，内可治身，外可治国，所以说我们片刻都离不开它啊。

使中庸之不在，则天地万物寻而变灭，且人焉得而独存乎？盖中庸乃建立生化之枢机。故圣贤举而明之，为教化之本也。中庸施之于亲则谓孝，达之于君则谓忠，及之于物则谓仁，布之于人则谓教，以至传之于世则谓道也。是道即指中庸之体而言之。

假如中庸之道不存在，则天地万物便会衰亡，如此人又怎么能够独立于万物而存活呢？中庸是建立万物生化的枢纽与契机。所以圣贤才去阐释这个道理使大众明了，这是教化的根本。将中庸之道用于对待父母称之为“孝”，对待君主称之为“忠”，对待万物称之为“仁”，将中庸之道讲给他人听则称之为“教”，以至于广泛传播、践行于世间则称之为“道”。这里的“道”是就中庸的体性而言的。

含容于喜怒哀乐未发之初，发而皆中节之谓和。言中节者，乃中中庸之节也。惟过与不及则不中节矣。既中中庸之节，则知万物不期育而育，天地不期位而位。故情业无尽则生死何有已也。世间之说极于此矣。

若能安住于喜怒哀乐之情尚未生起之本性，则情绪之发起皆合乎礼节、节度，此之谓“和”。所说的“中节”就是合乎中庸之节。过与不及，不能称之为中节。符合中庸之节，则不用期待万物生化孕育，而万物可蓬勃生长；不用期待天地各归

本位，而天地自然归位。所以，如果妄情与业习不能穷尽，则生死也不能停止。世间的学说，到这里也就到头了。

吾佛祖治出世之说，乃异乎其所闻，何则？如六祖谓不思善不思恶之际，孰为本来面目，乃复性之大旨也。子思谓喜怒哀乐未发之谓中，发而皆中节之谓和之说，乃防情之极论也。然致中和、位天地、育万物，盖情业所感，非性理之有是事也。惟子由未尝不知而曲引此说者，何也？子思言“天命之谓性”，指中庸之体也；“率性之谓道”，指中庸之用也；“修道之谓教”，欲人依体用而契中庸也；“道也者不可须臾离，可离非道者”，必使其举念动心无斯须不在中庸之域。防情之论极于此矣。

释迦牟尼佛宣说的出世“复性”之说，则与上述儒家所讲的观点不同。为什么呢？如六祖大师说“不思善不思恶之际，孰为本来面目”，其要旨在随顺真如本性的超越二边之空性，即善恶而离善恶，而并不是灭善恶。这是“复性”所应阐释的甚深道理。子思（孔伋之字，孔子嫡孙）说，“喜怒哀乐未发之谓中，发而皆中节之谓和”的说法，是“防情”之说的最高水平了。然而“致中和”所说的位天地、育万物，实际上是因为妄情业习的感召，才权立此说，并非真如自性理体实有这样的事。此理苏辙不是不知，但他为何还要方便引用此说呢？其目的是想用佛家的复性之说来融通儒家的中庸之道。子思说，“天命（先天自秉）之谓性”，是就中庸的理体而言的；“率性（随顺天性而行）之谓道”，是就中庸的妙用而言的；“修道之谓教”，是就引导大众随顺体用而契入中庸之道的教化理念而言的；“道

也者不可须臾离，可离非道者”，是教育大众要让自己的举心动念无时无刻都在中庸的范围内。防情之说的最高水平也就在此了。

彼清净法身即圣凡同禀之性元也，圆满报身即法身所具之神通光明也，千百亿化身即法身遍在一切处也。然法身如日轮也，报身如日之光也，化身乃由光而普。性无知也，性无为也，谓复性之说理穷于是，似未易与率性修道者同日而语也。妙喜以复性之学会防情之教，子由以防情之教会复性之学。一儒一释，各秉善权而融会之，使二家之说不相悖。或不之辩，则至理不胜其悖矣；或者以余说为然。

佛家所说的清净法身即圣凡所共同拥有的本具体性，圆满报身即法身所显露出的神通光明相好，千百亿化身即法身遍于一切处的妙用。法身如日轮，报身如日光，化身如光照万物。体性是无知（实乃“不知之知”）、无为（超越二边的）的，复性之说到此，就不能再说了。从这个角度来看，佛家的以出世为特色的“复性”（随顺真如超越二边之性，背尘合觉，称性起修）之说，就不是轻易可以与儒家的在世的“率性修道”之说相提并论的了。大慧宗杲禅师以佛家的“复性之学”融会儒家“防情之教”，苏辙以儒家的“防情之教”融会佛家“复性之学”，这一释一儒，各以善巧方便融会“复性”与“防情”之说，使儒释两家的学说不相违背，和谐共处。这一点，若有人不明白，依然执着于儒释的名相，就会导致天道至理陷入是非当中。若有人明白此理，或许认为我所说的有道理。

以上是随文做了解读，方便大家了解中峰禅师所讲的“防情复性”之说与儒家的观点有何不同。

为何要引用这段颇长的文字来解说呢？是想试图通过这段文字，去探索看待祖师权实言教及三教合流的几个视角，一些拙见未必正确，希望有所启发，促进大家更深入地观察与讨论。

一则，中峰禅师以“契理”的方式来回复赵孟頫关于儒家“防情复性”之说，这当然有别于文中提及的李翱、苏辙、大慧宗杲禅师的角度。要理解其中的差异，我们不妨换个视角：李翱所处的唐代，佛教胜于儒学，李翱融会三教而说，利于儒家理论的充实、发展与宣扬；苏辙、大慧宗杲禅师生活的北宋，则是群星璀璨，儒佛皆盛的时代，融会之说更符合时代人心所向；而中峰禅师所在的元朝，显然汉传佛教的地位在藏传佛教、儒家之后。中峰禅师曾说：“后儒相仿效（韩愈、柳宗元、欧阳修）诋佛者颇众，吾教之士往往谓彼嫉佛，余谓彼非嫉佛也，实不知佛也。”此时，他把佛教最圆顿的见地毫无保留地呈现在以第一流名儒赵孟頫为代表的普天儒生面前，其对佛教自身的发展，对于儒生正确认识“防情复性”的究竟之意，则显得更为重要。但同时，中峰禅师也积极肯定儒家在世间教化的价值，他说：“使吾佛言入世间之道，亦不能忘正心诚意之说也。”又说：“苟不达圣人垂教立化之大权，则徒事汹汹之多言，惟增其是非耳。”如果不能通达圣人所行教化背后的究竟之旨，则徒劳增加巨大的争议，增添无谓的是非罢了。可见，中峰禅师于儒释的关系，特别是所处时代，有透彻地观察，故以其智慧，随缘弘化。

二则，我们可以看到中国文化所孕育的强大的包容与整合能力。一方面，你可以从融会、和合，消除差异的角度去理解三

教的合流；另一方面，你也可以从相互辨析、争论的角度去理解，从中不难发现中国文化有不断提炼、提纯，取精用宏的特点。中峰禅师这篇防情复性的论述，即属此类。

三则，如果我们能站在一个更高的层面，则无有儒释道的名相，留下的最有价值的是纯粹不变的关于大道“体性”的认知，并由此延伸出一系列可以变化、实践的“相”与“用”。若真能如此，则中国文化亦可不叫中国文化，而成为人类共同的财富，成就属于时代而超越时代的智者、觉者，创造属于人间又超越人间的净土、桃源。

正如开篇，我们将中国的历史文化长河喻为“万古江河”，其中便暗含着它未来的去处必将是大海，随着时代的“洋流”（因缘的起伏变化），遍及五湖四海，福泽全人类。

要推动其成真，当然需要有修有证的大德善知识的有力指引，于时代人心等因缘做深刻地观察，亦要每个学人都刻苦于树立佛教圆顿的正知见，于此孜孜践行，而更为基础的，是整个社会乃至世界，都要有一颗开放的、容纳的、消化的心。

（未完待续）



念佛与照见五蕴皆空

夫读经研教，须知落处。落处者，即因地止观功夫的下手处、相应处。若不知落处，终究是文字知见，不得活用。且如《心经》，文字简短，二百六十余字，学佛者几乎人人都会，但是，能将《心经》与当下之功夫作成功对接者，却并不多见。

只如“照见五蕴皆空”一句，人多推为果地上的不可思议境界，非因地凡夫所能措足。此语看似有理，却是两头语。何也？将因解脱与果解脱打成两截故。须知诸佛菩萨说法，终究是为凡夫讲，用来引导凡夫修行的，所讲之法，若凡夫在因地上找不到下手处、相应处，岂不是浪费口舌？试问，“照见五蕴皆空”一语，若在因地上没有落实处，何以会有果地上的妙用？显然经不起推敲。

其实，只要信心到位了，见地到位了，当下参禅、念佛、观呼吸，皆可以落实“照见五蕴皆空”的功夫。比如，当我们把《心经》所言“照见五蕴皆空”的理念，落实在因地念佛功夫上的时候，它就是人们所高推仰视的念佛禅。此乃“念佛为无上深妙禅”的“微妙”之所在。

何以故？正念佛时，一心不二，不念六尘，即是伏断或照破色阴；正念佛时，一心不二，不被苦乐忧悲喜舍等五种身受所转，即是伏断或照破受阴；正念佛时，一心不二，不念名相，不起贪嗔痴慢疑等烦恼妄想，即是伏断或照破想阴；正念佛时，一心不二，能念所念，刹那生灭，了不可得，即是伏断或照破行阴；正念佛时，一心不二，离心意识，即是伏断或照破识阴。故因

地上“照见五蕴皆空”的功夫，灼然可以落实在当下一念佛号上。

同样的，以如是见地和信心来参话头、观呼吸，“照见五蕴皆空”的功夫亦在其中。

在当下的功夫上，若不能如是信、如是解、如是观、如是行，何日能照见五蕴皆空？读经研教者，当如是着眼。



天目中峰和尚怀净土诗
(一百八首之九)

浊水尽清珠有力，
乱心不动佛无机。
眼前尽是家乡路，
不用逢人觅指归。

—— 中峰明本禅师





漫画《传衣》/桂圆君

如来化缘斯毕，垂将涅槃。告迦叶波曰：我于旷劫勤修苦行，为诸众生求无上法。昔所愿期，今已果满。我今将欲入大涅槃，以诸法藏嘱累于汝，住持宣布，勿有失坠。姨母所献金缕袈裟，慈氏成佛，留以传付。

——《大唐西域记》卷九

于是迦叶至鸡足山，于草敷上跏趺而坐，作是愿言：“今我此身着佛所与粪扫之衣，自持已钵乃至弥勒令不朽坏，使彼弟子皆见我身而生厌恶。”……于是迦叶踊身虚空作十八变，变为大形充满世界，时弥勒佛即就迦叶取僧伽梨。是时大众见其神力，除憍慢心成阿罗汉。

——《付法藏因缘传》卷第一

创办人：净慧和尚



觉悟人生 奉献人生