

生活禅

第三届生活禅夏令营专辑



中国佛教出版社

在第三届生活禅夏令营开营式上的讲话

中国佛教协会副会长 刀述仁

尊敬的净慧法师、各位法师、各位来宾、各位营员：

今天我受赵朴初会长的委托，专程前来祝贺第三届生活禅夏令营的开营。生活禅夏令营在我们大陆是一个新鲜的事物，为我们佛教增添了一项新的内容。我听说前两届夏令营办得很成功，所以前两天我就决定一定要亲自来看一看，前来向各位学习。我没有准备讲话稿，今天我就讲几句心里话。我认为我们佛教的命运历来是与国家和社会的命运紧密相联的。今天的中国正处在改革开放、经济技术迅速发展的时期，人们的物质生活和思想观念都面临深刻的变化，此时此刻我们佛教应该怎么办？特别是对于青年人，他们对佛教的理解和要求与老一辈人有着很大的不同，那么我们佛教界应该怎么办？这就给我们提出了一个新的课题。

这些年来，我们佛教界为落实政策、恢复寺庙做了大量的工作，但我们的办教方式始终停留在比较古老的水平上，有一些已经不太适合今天社会和信众的需要。这里面的原因固然很多，但是其中有一条，那就是我们没有突破原来传统的办教模式。所以现在许多人对佛教的认识还是模糊的，特别是不少城市青年朦朦胧胧进到寺庙，一旦我们不能满足他们的希望和要求，他们马上就对佛教产生失望。这种情况主要原因在于我们没有很好地发扬佛教的优良传统，在办教过程中缺乏为现实生活的服务的观点。像夏令营这样的活动，在其他国家、地区比如泰国、新加坡、香港、台湾都很普及，尽管活动的方式和内容各不相同。

同，但总的目的都是结合现实生活来弘扬佛教，所以我想生活禅夏令营应该是当今社会比较受欢迎的一种办教方式。

我希望明年我们先做些准备工作，把夏令营活动扩大一点，我们中国佛教协会将大力支持。我们邀请全国对此感兴趣的一些大德法师前来观摩，从而把这个经验向全国佛教界推广。这个愿望如果能够圆满实现，那就是我今天对第三届生活禅夏令营的最美好的祝愿，希望我们来年用实际行动再相会。

谢谢大家。

在第三届生活禅夏令营开营式上的讲话

省民宗厅厅长 扈本训

各位法师、各位来宾、各位营员、各位朋友：

今天，我怀着喜悦的心情，来参加河北省佛协在这里举行的第三届生活禅夏令营开营式，借此机会，我代表河北省民族宗教事务厅对第三届生活禅夏令营的开营表示衷心的祝贺！向中国佛协刀述仁副会长一行和台湾的惠空法师、乐崇辉居士一行及全国各地佛教界的朋友们，表示热烈欢迎！

佛教在我国属五大宗教之一，历史悠久，影响深远，信徒众多。尊重和保护公民的宗教信仰自由，是我国的一项基本政策，也是一项长期的政策。江泽民总书记曾指出，贯彻党的宗教信仰自由政策也好，依法加强对宗教事务的管理也好，目的都是要引导宗教与社会主义社会相适应。

我省佛教协会自 1988 年成立以来，在协助政府贯彻党的宗教信仰自由政策、开展正常的教务活动、对外友好交往、捐资助教、服务社会等方面做了大量工作，取得了可喜的成绩，是应该肯定的。这届夏令营是省佛协在继前两届成功举办的基础上组织的，为使这项活动办得更成功，我们提出几点希望，供各位参考：

一、这届生活禅夏令营活动要与爱国主义教育、政策、法律、法规的学习相结合。在整个活动过程中，首先学习“爱国主义教育实施纲要”，联系中国人民抗击外来侵略的光辉历史，振奋民族精神。学习党和政府的方针政策和法律、法规，了解国家大事，争当好公民。学习宗教仪规和佛教基本知识，做一个好营员。

二、生活禅夏令营要内容丰富,健康向上。紧密联系佛教特色,以实现“觉悟人生、奉献人生”的宗旨。弘扬中华民族的传统文化,搞好学术交流与交流,努力使佛教中的积极思想、传统美德在现代条件下得以发挥与升华,服务社会,造福人民。

三、要精心组织,劳逸适度。时下正值盛夏,天气炎热,加之这里条件有限,所以要注意劳逸结合,适当安排活动。大家要团结互助,共同努力,使这次夏令营办出更高水平,取得更新成果。

最后,祝愿各位学习进步,身体健康!预祝第三届生活禅夏令营圆满成功!

在第三届生活禅夏令营开营式上的讲话

净慧法师

(1995 年 7 月 18 日)

尊敬的中国佛教协会刀述仁副会长、各位领导、各位法师、各位居士、各位营员、各位来宾：

第三届生活禅夏令营，在各级领导部门的支持和关怀下，在许多法师和居士的共同努力下，今天正式开营了！各位营员冒着酷暑，不辞辛劳，从四面八方云集柏林禅寺，我非常感动。特别是中国佛协副会长刀述仁居士受赵朴老的委托，今晨特地从北京冒雨赶来出席本届夏令营的开营，发表勸勉有加的重要讲话，使我们深受教益和鼓舞。在此，我谨代表河北省佛教协会全体同仁及柏林寺两序大众对各位的光临表示热烈的欢迎和衷心的感谢！

去年和前年，我们已经在这里举办过两届生活禅夏令营，得到了广大信众的积极认同和支持。很多信众来函来访，要求我们多举办一些类似的弘法活动，希望我们把生活禅夏令营继续下去。我想，生活禅夏令营能在社会上产生一定的影响，说明了三點：一、佛法的生命是强大的、常新的。佛法是不会过时的，它永远是现代的。二、我们的社会需要佛法。佛法能满足人的精神需要，给人的心灵带来宁静和快乐，对促进社会稳定和精神文明建设具有积极的作用。三、生活禅的提出是契理契机的。生活禅把佛法的现代化和佛法的化现代这两者有机地结合起来了，比较适合现代人的根性，易于被人们所接受。

在这里请允许我稍微解释一下佛教的现代化和化现代的问题。大家知道当今有一亿佛教徒，所以我们每一个从事佛教弘传工作的人面对这一亿的佛教徒，如何使他们具足正信，如何使他们爱国爱教，我们肩上的责任确实非常的重。

所以佛法永远是面对现代的人，佛法不但是要现代化，而且还要化现代。

“觉悟人生，奉献人生”是生活禅的宗旨，强调“在生活中修行，在修行中生活”，将信仰落实于生活，将修行落实于当下，将佛法融化于世间，将个人融化于大众。只有这样，我们才能真正造就法的人格，实现佛教“利乐有情，庄严国土”这一崇高目标。

与前两届相比，这次生活禅夏令营，我们更注意三个方面：

首先，在内容安排上，注意专题化。前两次，讲法内容都比较泛，没有一个明确的中心主题。这次将围绕《六祖坛经》作专题研讨。

其次，在营员吸收上，更注意年轻化。因为年轻人更便于把佛法的火种传播到社会生活中去，使更多的人了解佛法，接受佛法。再次，在主观目的上，更注意探索性。举办佛教夏令营活动，目前在大陆上，仅河北一家。因此中国佛教协会对我们举办的夏令营活动一直给予高度的重视。我们希望将此活动坚持下去，试图就佛教在现时代如何发挥净化人心、祥和社会的功能做一些探索。

今天我们大家有缘相聚在赵州祖庭，同沐佛陀的慈辉，共享禅的喜悦，这份因缘得来不易。我愿借此机会再一次向为举办这次夏令营活动给予我们大力支持和关怀的各级政府领导、向远道而来为我们慷慨作法布施的各位法师、居士，表示真诚的谢意！这届夏令营由本寺护法曾京怡、夏泽红贤伉俪赞助人民币 8 万元，除夏令营全部费用，并添置高档音响设备。曾、夏两居士事业有成，热心护法，过去两届夏令营他们都参与赞助。由于有各位护法居士的热心护持，使得我们的弘法活动得以连续举行。在此，我谨以全体营员和举办、承办单位的名义，向曾、夏两居士以及所有为这一活动付出了辛劳的大德表示

衷心的感谢！

柏林寺目前正在建设中，生活条件艰苦，加之人手不够，有些事情可能会照顾不周。希望各位法师、各位居士、各位营员多多体谅。

最后，敬祝与会的各位领导、法师、居士和营员，身体健康，六时吉祥。

三皈五戒开示

净慧法师

(1995 年 7 月 18 日)

今天举行一次结缘皈依。结缘皈依是什么意思呢？我们在场的所有的营员，大部分是发起了要皈依三宝的信心，但可能也有一部分还有一些犹豫，还没有完全决定自己的选择。在这种情况下，为了帮助你们来进行选择，所以就举行一个结缘皈依。这种仪式，对于真正发起皈依三宝信心的营员，同样可以真正领受皈依；对于那些还没有完全发起信心、还在犹豫的营员，也可以获得一个增上缘，能够帮助你们在今后因缘成熟的时候，再来真正地发皈依三宝的心。

今天举行的只不过是一个仪式，实际上我们参加的这些活动，每天都有皈依三宝的内容。比如早上做早课有三皈依；晚上的晚课同样有三皈依；我们讲座开始前唱的《三宝歌》也有皈依的意思，因为歌中唱道：“今乃知唯此是真正皈依处。”我们如果真正能够口诵心维，那么我们每天至少有四次皈依的机会。佛教非常强调皈依的意义，因为一个人如何找到自己安身立命的处所，选择什么样的皈依处是至关重要的，所以佛教在一切活动当中都以皈依三宝作为一种普遍奉行的仪式。特别是在南传佛教国家，他们的一切活动、一切集会，首先就是皈依三宝、受持五戒，那么一个人在一生当中，可以说有无数次地履行三皈五戒的机会。在我们中国，因为没有把受持三皈五戒这种仪规形成一种风气，所以大家感觉到皈依三宝、受持五戒是一种很陌生的事情。

实际上，我们每个人只有经常反复地来履行皈依三宝、受持五戒的这种仪式，才能够使我们的信根、善根不断地增长、巩固和提高。因为在最古老的修

持法门当中有一个五念法门或者六念法门，首先就是说要念佛、念法、念僧、念施、念戒五念，如果再加一念，就是念天。因为受持三皈五戒能够感得人天的果报，所以要念天。这个五念法门要时时刻刻反复地进行，才能够起到净化身心、淡化烦恼、开发智慧的作用，才能够使我们这个散漫的心经常可以收摄住。

什么叫做皈依呢？我们每个人都有家，不管走到天涯海角，我们心里想起的总是我们的那个家，不管你的家是多么的富有，还是多么的贫穷。富有的家我们固然会想，贫穷的家我们也是只要有机会就想回去看一看。因为我们的人生总是缺乏一种安全感，只有到了自己的家，才感觉到非常的亲切、非常的安全，我们的身心才能够真正地放下。这是指我们每一个人世俗的家。那么回到家里以后依靠什么人呢？在孩提时代，我们依靠自己的父母，好像对妈妈特别地亲切，有了痛苦的时候，不管是在天涯海角，不管妈妈平日对我们的感情是深是浅，我们首先想到的是妈妈。因为妈妈代表了人间的至爱，代表了人类的真情，所以我们从还小的时候一直到妈妈还健在，我们都是以父母作为依靠。当我们成了家以后，这种彼此的依赖性就更加的明显。实际上，从世俗的观念来讲，这也是一种皈，也是一种依，时时刻刻都有个归家的要求，时时刻刻不能离开自己所依赖的人。我想，这种归属感和依赖感固然是非常的重要，但它毕竟不能够长久地成为我们回归的对象和依赖的对象，因为世间的家、世间的父母毕竟有时候会离散、会分手。我们每个人要真正使我们的的心灵宁静下来，使我们的身命安顿下来，使我们没有一种失落感，那必须要找到我们真正的家，真正的皈依处。

真正的家、真正的皈依处是什么呢？从根本上来讲就是我们每个人的自心。

我们每个人能够找到我们的自心，能够明白我们的自心，那我们就有了真正的家、真正的皈依处。我们要怎样才能找到自己的家，怎样才能明白我们的心呢？那必须要有一个导师来指导我们，有一种方法来指导我们，有一些朋友、有一些善知识来帮助我们。这就是说在真正皈依自性三宝的之前，首先必须要皈依外在的三宝。外在三宝就是佛教讲的住持三宝，也可以说是一种形象的东西，是一种客观的存在。好比说我们要皈依的外在的佛，那就是本师释迦牟尼佛，因为他在 2500 多年以前，修行证果，得道成佛，创立了佛教，为我们人类指明了找到自心的方法。这种方法就是佛的言教，那就是我们所要皈依的法。释迦牟尼佛已经圆寂涅槃了，他的法虽然还存在于世间，如果没有人来弘扬解说，佛法同样不会被世人所了解，那就要由住持佛法的僧人来弘扬，来引导大家进入佛法之门，进入寻找我们自心之门，这就是皈依僧。如果说不透过外在的皈依，要想找到自己的自性三宝，那是不可能的。

佛教非常强调皈依的传承，因为三皈依是从佛陀在世的时候就建立起来的仪规，然后经过佛陀的弟子，一代一代世世相传。这种传承本身就具备了种种不可思议的功德和功能，如果我们能够从某一个僧人那里接受这种皈依，那么我们同样可以获得从佛陀开始一直传递下来的那种功德和功能。这种功德和功能对于我们每个人的修行来说是至关重要的，因为虽然我们每个人自己具备了无边的功德和无上的功能，但是不透过外在的诱发，没有找到一种开发自己智慧的方法，那么我们本身的潜能——潜在的功德和能量，也不可能发挥出来。所以从这个意义上来说，皈依是十分重要的。

今天虽然是一个结缘皈依，但是我也希望各位能够透过这个仪式，真正发起回归自己精神家园的信念，使自己在人生刚刚开始的时候，就能够有一个正

确的抉择、正确的皈依处，这对于我们每个人今后的学习、工作和事业都有莫大的好处。

可能也有不少同学有这样那样的顾虑，比如说，我的生活比较散漫，皈依后能不能按照佛教的要求去生活？如果我们真正有这么一种考虑的话，我说这种考虑非常好，为什么呢？至少他不是草率从事，而是考虑到既然皈依了，我们就要按照佛教的一些基本精神来安排我们的生活。我想佛教的戒律，以及佛教的一些生活习惯，并没有什么特别不通人情的地方，特别是作为在家居士，我们在生活当中如果能够接受一定信条的约束，对我们每个人的成长来讲是十分必要的。因为我们每个人的生活都应该有一个尺度，尽管有的人担心皈依以后不能够遵守佛教的清规戒律，但是日常生活中我们也还是有一个尺度的。佛教的生活尺度和世俗人的生活尺度，特别是对在家教徒来讲，仅仅是在你原有的生活要求上稍微提升一点。把你的生活方向稍微纠正一下，你就可以获得佛法的受用。

比如说，我们平常说话比较随便，那么皈依以后，说话的时候可以检点一下，实际上这样做对于我们每个人来塑造自己的形象，来完善个人的修养，对于今后在社会上立身处事，都是非常必要的。还比如说有的人嗜好喝酒，如果我们能够接受佛教信条的约束，从今以后就把它戒掉，不但对你的身体健康有好处，退一步来讲也可以减轻你的经济负担。诸如此类的一些问题，只要我们真正有决心，有信心，都是很容易做到的。

作为年轻人来讲，可能比较关心感情生活方面的问题。我想佛教是一个非常通情达理的宗教，对于在家信徒它只要求感情专一。这非常好，对于我们的人生、家庭、事业都是有百利而无一害。有一个同学就一再地问我这个问题：

他是不是陷入到感情生活里去了？我说这不要紧，应该说是正当的。因为在家居士的五戒仅仅是戒不正当的感情生活，正当的感情生活对于在家教徒来说是允许的。那么我们能够把感情专一了，能够过一种正当的感情生活，这本身是一种净化。因为彼此信任，互相尊重，彼此都承担义务，这种感情生活应该说是符合佛教的五戒精神的。既然符合佛教的五戒精神，那就是一种净化的感情生活。

还有关于吃荤吃素的问题。在佛教的五戒当中讲不杀生，并没有明确地说不杀生就是吃素。同时一些南传佛教国家从僧人到居士都是吃三净肉。所谓三净肉就是不见杀、不闻杀、不为己杀。那么我们信了佛以后，假设要遵守五戒，因为受家庭环境的影响，工作环境的制约，我们还不能吃素，即使我们自己有这个想法一时也难以做到，那就不妨等一等，等条件具备了，等真正有这个信心了，再来吃素也是可以的。佛教五戒的戒杀，主要是教我们不要故意去伤害人命，并且爱护一切动物的生命，这就是杀戒的根本精神。

从以上这些精神来看，受持三皈五戒，应该说是我们每个人都能做到的事情。所以大家思想上不要有顾虑，不要怕受了三皈依以后对自己的生活约束太多。受了三皈依，不管受不受五戒，我都希望各位按照五戒的精神去生活。我们能够守一条就守一条；能守两条就守两条；能够完全守五条当然更好。其中不饮酒戒实际上包括一切麻醉品，酒仅仅是其中的一种，这条戒应该包括吸毒在内。如果我们能够遵守这条戒的话，对于我们事业的成功、家庭的美满、人生的幸福至关重要。

下面我们就正式举行三皈依的仪式。首先我们要忏悔，忏悔的意义，我们来打个比喻。我们的身体好像是一个茶杯，原来装了一些不干净的饮料，现在

我们要重新装上干净的饮料，那么我们必须把原来不干净的东西全部倒出来，再把这个茶杯仔细地清洗一遍。忏悔就是清洗我们的身心，我们的身心清净了，就能够纳受三皈依。所以我们每个人在忏悔的时候，都要发起至诚心、殷重心。忏悔完了以后，大家都要有一种如释重负的感觉，这样我们就能够真正达到忏悔的目的。（忏悔仪式略）

三皈依要重复三遍。每人在听和自己说这三皈依的时候，要从内心发起一种观想，想到十方三宝具有无量无边的功德，三宝的功德又能够引发我们自身具足的无量功德。我们在说第一遍的时候，就想到十方三宝的功德全部都发动起来，在虚空中，在自己的头顶上，如云如盖在加持我们每一个人。说第二遍的时候，就想到十方三宝的功德都聚集到自己的头顶上。说第三遍的时候，就想到这种功德从自己的顶门贯穿全身，自己的生命与三宝的功德融为一体。我们能够如是观想，就一定能够得到三皈依的受用。希望大家认真地观想，把一切妄想杂念都放下，就好像自己此刻是入定一样。把这三皈依受完了，你们再很好地体会一下，看看有些什么感觉。（三皈依仪式略）

关于“不皈依外道典籍”，这里要给大家作一点说明。所谓外道典籍，是指佛教以外的指导生命的学说。这些书可以看，但是不能皈依，好比道教的书、儒家的书，我们还是可以看，但是不皈依，就是不以它们作为我们生命的座标、生命的依止，作为参考可以。假设我们要把它们作为生命的座标、生命的依止，那么我们皈依三宝的这种功德就会失去，所以希望大家能够比较正确地来处理这个问题。

关于四弘誓愿，我们每一天做晚课的时候都要念到，只有在我们的生命目标上树立了这四种弘誓大愿，那我们才能够有真正的动力来推动我们的学习、

工作和事业，也才能够使我们的生活具有目标和方向。不但是在今天接受皈依的时候要发这个愿，每一天都要发这个愿。四弘誓愿是每一个菩萨行者修行的起点，修行的最终目的，也是我们修行的整个过程，所以希望大家要非常认真地来发这个愿，使我们的整个心识和四弘誓愿密切地结合起来。这样我们在今后修行过程中，就会有一种功能来支持我们不断地精进，不断地向上，不断地取得进步。

三皈依仪式结束了，还有几句话跟各位说一下。我们不管是今天发起了信心受三皈依的也好，还是在这里结缘受三皈依的也好，只要是这一次来这里参加了夏令营，那么我们就是和佛、和佛教结了缘。我们真正有信心受三皈依的，就是真正的三宝弟子，是三宝弟子就要时时刻刻以自己的言行来光显三宝。

这几天讲法的时候，有不少同学提出了很多问题，其中有一个问题就是说世人总是把佛教看是消极的、迷信的，对国家、对社会、对家庭好像没什么用处。实际上这是由两方面的原因造成的，我作为一个僧人首先从自己检查，我们佛教界本身，一个是宣传做得不够，一个是我们用自己的言行来光显三宝的功德做得不够，所以造成世人的种种误解。另外一方面的原因，就是我们国家从佛教传入以后，就有时候明显、有时候不那么明显地存在反佛的潮流。如果没有这种反佛的潮流的话，历史上的“三武一宗”四大法难就不会出现。佛教的思想和儒道的思想有融合的一面，也有相互冲突的一面，所以就造成了这种反佛的潮流。到了现在这种形势更是有所发展，对于佛教有种种的歪曲，有时候甚至是诬蔑，在社会中造成了种种的误导，所以很多人觉得佛教是没用的。

今天我们与佛有缘，与佛结了缘，那么我们就尽自己的能力，以自己作

为一个三宝弟子也好，一个与佛有缘的人也好，就要以自身的行为来破除人们对佛教的种种误解。这种误解一方面要靠语言的说明和宣传，更重要的是要靠我们每个人的实际行动来体现一个佛教徒的面貌。我们说佛教很积极、很伟大，佛教关心人、关心社会、关心国家，但是我们做得不怎么样，那你的宣传、你的说明就不会起什么作用。所以我们希望每一个佛弟子都要以自己的言行来光显三宝，千万不能够因为自己的言行不检点而玷污了佛教。这样才能真正在我们佛弟子的身上看到佛教思想的光芒，看到佛教积极的作用。这样我们就能够真正使佛日增辉，法轮常转。

云水开示

净慧法师

(1995 年 7 月 24 日)

我们今天的活动叫做云水生涯。生涯就是生活。古代的禅人要修行，要体会禅，往往就是通过行脚生涯来实现对内心烦恼的调伏和对正念的把握。因为修持不仅要在静中修，也要在动中修，往往动中修比静中修更容易得力，所以古代的禅师把行脚参访作为一生修行中重要的一部分。

我们这七天的夏令营生活时间很短，但我们还是拿出一天的时间来回归到大自然。虽然我们没有完全用行脚的方式从赵县走到赞皇县嶂石岩来，我想如果要从赵县走到嶂石岩的话，这七天你们都走不到，但是我们以车代步，还是有一段路程，爬了山，走了路，出了汗。我看各位都是满面春风，说明大家都很高兴。住在农村的人不感觉到这山林的可爱，但是从城里来的人觉得这个环境实在是太美了，都流连忘返。

那么我们为什么要选择这个地方呢？这个地方在历史上是个很古老的县，跟佛教也有很深的历史渊源。当然，我没有很具体地去研究这个地方佛教历史的发展情况。我上次来过一回，据说这个地方最古老的寺院也是从唐代开始修建的。明朝的四大高僧之一憨山大师曾经到嶂石岩养过病。那个时候他是从五台山步行到这个地方，因为他在五台山有八年的时间都是在修建寺院，可以说非常辛苦，后来他就到嶂石岩来养病，有几个月的时间，而且也写了诗，诗里也提到了嶂石岩这座山。

大家知道憨山大师是一位对佛教有重大贡献的一代大师，也是一位著作等身的大师，同时也是一位童贞入道的大师。从广东来的老师和同学一定知道，

广东南华寺六祖殿里还供奉着憨山大师的真身像。憨山大师圆寂以后肉身不坏，整个还是一个魁梧的骨架，盘着双腿，胳膊、手脚都看得非常清楚。憨山大师的法名叫德清，虚云老和尚的法名也叫德清。这两位老人实际上是有很深很深的法脉上的因缘和慧命上的因缘。为什么这么说呢？因为虚云老和尚 1934 年到广东南华寺去当住持的时候，进院升座的那一天，要在多个堂口拈香，那么他到憨山祖师的肉身像前拈香时就说了这么几句话：“今德清，古德清，今古相逢换了形，佛法兴衰听时节，入林入草不曾停。”由此可以看得出两位老人的这种因缘。实际上这话说得非常清楚，虚云老和尚就是憨山大师转世。因为“今德清，古德清，今古相逢换了形”，只是形体换了而已。“佛法兴衰听时节”，佛法兴衰是不能勉强的，是有时节因缘的，但是作为一个修菩萨道、行菩萨行的人，就好像一头牛一样，到林中、到草里，“入林入草不曾停”，从来没有停止过他的菩萨行。

历史上的禅师说身后要做一头水牯牛的很多，比如汾山祖师说：“老僧百年后到汾山脚下做一头水牯牛。”赵州和尚的师父南泉普愿禅师也是说死了以后去做一头水牯牛。牛在我们中国古代是重要的生产力，没有牛我们的庄稼就种不出来，实际上牛就是一个代众生受苦、为众生造福的象征，表现了一种“不为自己求安乐，但愿众生得离苦”的菩萨精神，所以说“入林入草不曾停”。

憨山大师当时是费了千辛万苦来兴复曹溪六祖祖庭的。当时的时节因缘非常非常的艰难，为什么呢？因为他那个时候“犯了法”，是穿着在家人的衣服、过着流放的生活来重兴南华寺的。一个“犯人”能够做这么大的事情可不简单，他自己有感召力，那些看守他、管制他的人都非常恭敬他，每天都

向他磕头礼拜，拜他做师父，所以他才有可能在坐牢的时候自由活动，去修复南华寺。因为他是流放到潮州，从那里到南华寺还要有一千多里路。所以说那是一个不可思议的时节因缘。因为曹溪祖庭的存在与否，直接关系到禅宗的命脉。那么，虚云老和尚去中兴曹溪祖庭也是有一段因缘，那是在抗战爆发前夕，正修到一半的时候，抗日战争就爆发了，国家不宁静，经济非常紧张，在那种情况下去修复南华寺，也是一个不可思议的时节因缘。

我们今天选择嶂石岩这个地方来过一次云水生涯，就是想借这个题目来唤起我们大家对历史的回顾，然后要对我们佛教的现代使命产生一种责任感，这样我们才能不负此行。

传灯法座开示

净慧法师

(1995 年 7 月 25 日)

今天晚上的“传灯法座”是新安排的一堂佛事活动。我们只是有这么一个理念，想借这个活动来提高大家对佛教慧命的责任感和使命感。那么这个佛事活动究竟应该怎样来进行才最如法、最理想还在探索当中。这次有中国佛教协会、北京广济寺的法师来观礼，所以我们也想将来能够很好地总结一下，怎么样使这堂佛事既具备其理念的意义，也可以具有其操作性。

这堂佛事由忏悔、发愿和供灯三部分组成，实际上是以供灯为活动的中心内容。那么供灯之前为什么要忏悔和发愿呢？我们是有这么一个考虑，我们希望这种仪式上的供灯活动真正成为我们每个人内心深处对佛教的前途和命运的一种承担。我们要有一种使命感，我们要承担佛教的慧命，那么必须要有大愿力，要把我们以往的过失在三宝前披露忏悔，以一个清净的身心来发弘誓大愿，然后再来承担佛教的法身慧命。今天在授皈依的时候，我也曾经讲过，忏悔是普贤菩萨十大愿王里的一愿，忏悔法门是佛教修行法门中最重要的一个法门。无始以来我们造作了种种恶业，有因就要感果，那我们怎样才能消除这些业障呢？一方面我们要修福修慧，在对大众的奉献当中来消除自己的业障，同时还要在三宝前通过顶礼、观想、洗心革面来忏悔自己的业障。如果我们往昔的业障不忏悔，我们的修行就有障碍，我们就不可能有一个清净的身心来修清净的法门，获得殊胜的果证，所以忏悔非常重要。忏悔完了要发愿，我今天在授皈依的时候已经讲过，因为这个佛事活动比较长，这里就不再重复了。（佛事活动略）

今天举行这样一个神圣的传灯法座，点燃了两百盏灯。我想点燃了外在的灯，仅仅是一种表法的仪规而已，我们要透过点燃外在的灯来点燃我们每个人的心灯。我们能够把自己的心灯点燃了，就能把内心无始以来的黑暗照破，就能够智慧开朗、放大光明。《六祖坛经》上面讲：“一灯能破千年暗，一智能除万劫愚。”今天点燃了两百盏灯，我们希望以一灯传百灯、传千灯乃至灯灯无尽，照亮大地一切众生的心田，照破我们无始以来内心的无明和烦恼，照亮我们每个人的人生道路，使我们从今以后在菩萨的智光和自己的慧光，光光相映之下，获得安祥自在。

在这里，我再一次讲我曾经在日本访问时的感受。我时时刻刻强调我们大殿里的佛灯要昼夜长明，所谓长明灯，但是我们感到非常惭愧，这盏长明灯尽管是一个形式上的灯，我们也不能够把它照管好，一天 24 小时不灭都不能做到。但是我在日本很多的寺院，特别是在比睿山的根本中堂，看到它佛前的那一盏灯，从传教大师点燃后，1200 年没有灭过。人家是如何重视外在的事和内在的理？！没有外在的事相要显示内在的理体，那根本是不可能的。我们一定要做到有事有理，事理圆融，事理不二才能够体现佛法的真正精神。我们现在许多学佛的人，不是偏重在事相上，就是偏重在理体上，有时候以事驳理，有时候又以理驳事，总不能做到事理圆融、事理无碍。

这一盏灯虽然是一个事相上的事，但是我们透过它 1200 年没有让那盏灯熄灭的这种精神，就可以看出人家对法的尊重、对慧命的尊重、对佛法前途的尊重。这盏灯能不能点下去，实际上就象征着住持三宝还能不能延续下去。所以我希望在座的所有营员在学佛的时候，既要重视理的发掘，也要重视事相上的修持，要做到事理不二、事理圆融，不能以事驳理，更不能以理贬事。作为

我们常住，我再次强调普光明殿、观音殿、钟鼓楼这三处的灯一定要让它昼夜长明。我们不要说 1200 年不灭，能够有 12 小时不灭，12 天不灭，12 个月不灭，那就是万幸了。

我们希望透过今天的传灯法座，使我们每一个人对佛法的慧命、对众生的慧命、对自己的慧命，激发起一种无上的道心、无上的承担心、无上的责任感。那么我们就不会辜负今天这个法会的意义！

无门之门 —— 禅堂开示

净慧法师

(1995 年 7 月 23 日)

这次生活禅夏令营，安排坐禅的时间只有三次。因为别的活动比较多，坐的时间就少了。要真正尝到一点坐禅的滋味，是不容易的。

各位都知道，柏林寺是赵州和尚的道场，赵州和尚的禅法、赵州和尚的门风，除了赵州茶、庭前柏树子、赵州四门、赵州桥以外，影响最深远、最广泛、最有生命力的就是赵州和尚关于狗子无佛性的公案。赵州和尚在回答一个学人的问话时，说过“狗子无佛性”的话。当时参禅的人以此为话题进行问答勘辨，遂成为一则很有名的公案。这个公案的重点在“无”字上，一无一切无，言思路绝，截断众流，无你开口处。就在无开口处下功夫，找个答案。这个公案从唐朝开始，也就是从赵州和尚还在世的时候，就有人提出来作为一个话头、作为一个公案，作为进入禅的一种方便，加以提倡。大家知道，与赵州和尚同时的黄檗禅师在他的语录里面就提到要参一个“无”字公案。所以说提倡参话头的老祖宗是黄檗禅师，黄檗禅师是临济义玄禅师的师父，与赵州和尚是同辈、同时的人。到了宋朝以后，参“无”字公案的人更多了，并称之为“禅宗无门关”。宋朝的无门慧开禅师撰有《无门关》一书，录古来闻名的禅宗公案四十八则，第一则就是“赵州狗子无佛性”公案。书中写道：“参禅须透祖师关，妙悟要穷心路绝；祖关不透，心路不绝，尽是依草附木精灵。且道如何是祖师关？只者（这）一个无字，乃宗门一关也，遂目之曰禅宗无门关。”全书旨在阐明“无”的境地，同时强调入悟应以“无”为门，无门即法门。一直到现在，在中国、在日本、在韩国、在

所有有禅宗流传的地方，赵州和尚的无字公案还被无数的禅人在运用，在作为进入禅门的一种方便。所以说，狗子无佛性这个公案还具有强大的生命力、强大的影响力。现在日本有几位有名的禅师，在接引西方人的时候，

就是用这个无字公案。日本临济宗的一些禅师所修的法门、所讲的禅法基本上都是赵州和尚的无字公案。

这个公案与佛教的教义、与所有的禅师的禅法之间究竟是一种什么样的关系呢？这个无字公案尽管当时赵州和尚在回答学人提问时是作为一种接引当机的方便而提出的，他的这个回答，主要目的就是为了堵塞学人的一切执著、一切分别、一切知见。因为有执著、有分别、有知见，就有对待，就破坏了我们这个心性的整体，就不是禅本身。怎样才能把我们的执著、分别、知见堵塞住呢？就是要筑起一道墙。这道墙是什么呢？就是这个“无”。这个“无”，不能作有无的无来理解，不能作没有来理解，也不能作有来理解。你要去理解它就错了。所以在达摩祖师的《二入四行》这篇重要的禅文献里就有这样的四句话，讲参禅怎么样入门：外息诸缘，内心无喘，心如墙壁，可以入道。“心如墙壁”与赵州和尚所提倡的无字公案在法门上、在禅风上是完全一致的。这是从赵州和尚与达摩初祖之间的关系来看。这个无字公案与《六祖坛经》强调的三个无，“我此法门，从上以来，先立无念为宗，无相为体，无住为本”，也是一脉相承的。无字公案与佛陀的说法、与经教的宗要是不是一致的呢？那更是契合无间的。大家最熟悉的《金刚经》强调：“凡所有相，皆是虚妄，若见诸相非相，即见如来。”也是要在真正进入修行的实际境界时，一定要扫除一切相。不扫除一切相，要想真正得到佛法的受用，解决我们人的生命困扰问题，那是根本不可能的。所以赵州和尚的门风极其高峻。清朝雍正皇

帝在选编《御选语录》选到《赵州和尚语录》时，赞叹赵州和尚真正是古佛再来。但他同时也叹惜赵州老人像百尺孤桐一样，没有枝叶，就是说他的门风太高了，没有继承的人，没有形成宗派。赵州和尚的门下只传了四代就没人再继承了。不过，他的无字公案，却是被禅宗各家都在继承、都在采用，这比他自己形成一个宗派的影响力更大。

那么我们在修行的过程中怎样来运用这个无字公案作为一种方便从而进入禅的境界呢？古人对这个问题起码不只重复一万次。我们只要把祖师的语录翻开看看，各家对这个问题的回答，对这个公案的提倡，几乎是一万个人就有一万个人的回答的方式，因为每一个人都是根据自己的修证体验作出的回答。

今天就是想告诉大家怎样地操作、怎样地运用这种方便，使我们也能够契入禅的境界。对于这一点，古人有的叫“看”一个“无”字，有的人叫“参”一个“无”字。我在前几年的禅七法会中曾经讲到看和参是有区别的。我是主张第一步看，第二步再参。第一步来“看”这个“无”字。我们大家可以把这个“无”字稍微提一下，然后，把全部注意力集中在“无”字的念头上。虽然我们是闭着眼睛，但也要死死地盯住它，用我们反观内视的智慧之眼来盯住这个“无”字。不管它有妄想还是没有妄想，不要去理它，你只要照管这个“无”字就行了。妄想起来了，你不要理它，只要注意不转移就行了。打坐的时候看住它，走路的时候看住它，睡觉的时候看住它，乃至日用云为，语默动静，时时处处都看住这个“无”字，功夫就很容易相应。我自己在入门的时候做过试验，“念佛是谁”的“谁”字话头也参过，但不如这个无字公案来得快，无字公案容易相应。但是也不要念它，口中不停地念“无”字也没有必要，只要经常地提一下就行了。当我们在

看“无”字时，第一念就会想到，你也无，我也无，是也无，非也无，佛也无，魔也无，消融一切对待，死死地盯住这个“无”字，保险你在修行的过程当中顺顺当当。佛来了，无；魔来了，无，这样不容易受到外境的干扰。

那么我们要怎样才能坚持下去呢？我想，最起码要有三种心。第一要有信心。信什么呢？信诸佛说的法是真实不虚的，信我自己与佛具有同样的智慧，只因自己还在迷惑当中，所以不能够体证自己的智慧，不能够认识自己的德相；信自己本有的真如佛性与释迦牟尼佛、与历代祖师是无二无别的，只要我们转迷为觉、背尘合觉，我们当下就与十方诸佛、历代祖师同一鼻孔出气。第二要有求道的心。光有信心没有一种求道的紧迫感，依然下不了这个决心，依然坚持不下去。我们为什么要求道呢？因为我们是处在迷失的生活状态，我们的生命被种种的无明烦恼所缠绕，不得解脱、不得自在。我们一定要找到一个方法来解除内心的种种困扰和困惑。困扰、困惑就是无明、烦恼。这个问题不解决，我们就不得自在，就不能够过潇洒自在的生活。现在我看到社会上很多人穿的文化衫，上面写着“潇洒走一回”的字样。实际上，那不过是自欺欺人而已，最终不是欺人，仅是自欺而已。整天在无明烦恼中打滚怎么潇洒得起来啊？我们连自己都不认识自己，怎么潇洒得起来？只有我们真正地找到了归家的路，并且在走向家园，就有归家稳坐的希望。第三要有决心。就是说我们有了信心和道心，如果没有一种坚韧不拔的决心，那也会是三天打鱼两天晒网，一曝十寒，那依然不可能当生当下得到受用。我反复地强调，我们修行绝对不能等到临命终时靠十念阿弥陀佛往生西方极乐世界，绝对不能等那一天。

一定要像佛陀当年说法救度众生那样，现证涅槃。要当下就能获得果证，这才能真正的潇洒自在。我们平常都不能作主，平常都不知道是怎么生活的，

到了八苦焦煎的那一刻怎么能作得了主呢？到那个时候就被业力所牵引了，根本没有力量再来提起正念。所以我们一定要有决心，要在我们还健康的时候，还年富力强的时候就能够把这件事弄个水落石出，那么往后去，我们做人做事，才真正有了方向，有了目标，有了动力，有了志愿。佛教不是老年的宗教，学佛不能够等到老了再学。

“ 莫到老来方学道，孤坟尽是少年人。 ” 在年轻力壮之时就要立下志气，下定决心，一定要把我们生命的本来面目弄个水落石出。释迦牟尼佛三十岁成道，历代有大成就的祖师都是在年轻的时候就开悟了，然后才说法度众生，广作佛事。

我们要真正把这个无字公案看好，必须具备这三心。不具备这三心，要想照顾好这个“无”字是根本不可能的。希望大家放下万缘，把握住当下的心态，盯住这个“无”字。参！

《六祖坛经》与生活禅

净慧大和尚

(1995 年 7 月 22 日)

时间过得很快，七天的生活禅夏令营，今天就要结束了。在这七天当中，各位法师、居士给大家作了非常精彩的、深入浅出的、如理如量的讲演，可以说是甚深的法布施。我本人也从这当中受到很多的教益。我想，各位一定也会有同感。这几天的讲演，始终是围绕着佛教的几个基本问题进行阐发，好比出世和入世的问题、事和理的问题、菩提和烦恼的问题、佛学与学佛的问题，如此等等，这都是佛教的一些基本问题、关键性的问题，各位法师的讲演都作了非常深刻的厘定。各位在学佛的过程当中，如果能够经常地回忆、思考、思维这些法义，我们在很多问题上就不至于迷失方向，就不至于走岔路。我想，今天我的这一场讲演本来就是多余的。为什么呢？各位都把要说的问题说了。既然课程表上安排了我的讲题，所以还是要来实现这个承诺。

我今天讲的可以分两个部分，一是试图对各位在这七天当中讲演的一些根本问题做一个归纳；二是用很短的时间讲一讲《六祖坛经》与生活禅。

先讲第一个问题。各位老师的讲课，我刚才说了，都是如理如量的，对很多的法义进行了阐述。我只能简单地提几点，使大家在思想上有一个比较清晰的认识。

第一是关于佛学与学佛的问题。乐崇辉居士有一个概括，我觉得很好。大家还记得吗，什么是佛学呢？佛学从我们学佛的角度来讲相当于“解”；学佛就是“行”。他的这个概括，我觉得对于我们一个真正想进入佛法的人来说，是非常有用处的，可以指导我们如何学、如何修。这就是佛学与学佛

的关系，就是解和行的关系。大家要把这个概念记住，在今后学习和修行中可以不断地加以落实。

第二是关于学

和修的问题。实际上刚才也讲到了，就是佛学与学佛，再具体一点讲，就是学与修的问题。我们几位法师和居士的讲演，可以说始终没有离开这个主题。学，是我们在安顿自己生命的过程当中必不可少的一个阶段。但是我们又不能停留在这个阶段上，停留在这个阶段上，你永远都无法得到佛法的受用，你的生命也就永远无法安顿，那你始终是一个研究佛法或研究佛学的人，佛法与自己的生命、与自己的当下、与自己的烦恼不能对号入座。学、修不能脱离，要把佛法的知性认识和自己的生命本质对号入座。

第三是事与理的问题。这也是各位法师反复强调的问题。在我们开始学习佛法的时候，固然我们要明理，但是要从事上去明理，不能脱离了事再去找一个什么理。脱离了事，没有理。为什么这样说呢？因为真理就寓于事相之中。今天上午杨老师回答了大家很多问题，其中就有一个是因果轮回业报的问题，年轻人信不及。这看起来是一个事相的问题，实际上它也是一个理的问题。在这个问题上信不及，就没法进入佛法。因为佛法讲来讲去，虚云老和尚讲过，就只有两个字。两个什么字？一因，一果。三藏十二部教典，无非就是要讲明因果二字。有因有果是佛法，无因无果是外道。因果，包括世间的因果和出世间的因果，有漏因果和无漏因果。今天上午，杨老师举了种种例子使大家认识因果轮回业报的现实存在，这是从事上来明理。妙华法师讲了人生的许多哲理，这是从理上来明事。只有把事和理真正地圆融起来，学佛才有个入处。年轻人对因果轮回信不及，我想，这个问题的根本还是我们在思想上对释迦牟尼佛他

的人格、他的伟大、他的崇高、他的智慧、他的功德信不信得及的问题。

因为怀疑因果轮回业报就是怀疑释迦牟尼佛究竟是不是我们的导师、是不是我们的皈依处。在这个问题上有怀疑，当然不是说不可以，但是我们要以求真的态度来怀疑，不能以否定的态度来怀疑。以否定的态度来怀疑，那就不是一个学法的人应有的态度。以求真的态度来怀疑、来探讨，那就是一个操作的问题，而不是态度的问题。所以说，佛法大海，信为能入。信什么呢？讲台上面的标语牌上写有四句话：“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。”我觉得这四句话概括了佛法最基本、最核心的内容。一个真正是要投入佛法的人，就要在求真的态度上建立起对佛法坚定不移的信念，我们自己还没有办法抉择的问题，就要以佛法、以佛陀的言教来作为我们思考问题的尺度和标准。古人将此称为圣言量，以圣言量作为我们思考问题的标准。这是我们学佛人的一个正确的态度。所以，建立正信必须“以三宝为正信的核心”。

第四中道的问题。前面讲的有事有理，有学有修，有因有果，最后要归于中道。归于中道，就是不偏于一边；归于中道，就是真空妙有。昨天下午，明海给大家讲了《六祖坛经》里的“三无”。我觉得他讲三无有点体会。我再提醒大家，无住、无念、无相，这个“无”是什么意思呢？这个“无”不是有无的无，所以他说无住、无念、无相就是如是住、如是念、如是相。如是者，如其本来也，此即中道。所以我觉得他讲的有一些体会，说明他对《坛经》有思考。我们可以这样来理解《六祖坛经》的一些根本问题，这个三无是《六祖坛经》里的根本思想，如是住、如是念、如是相就是中道。

我对这几天的讲法，就作这一简单的小结。下面我用很短的时间，讲讲“《六

《六祖坛经》与生活禅 ” 。

这次生活禅夏令营授课的内容是围绕《六祖坛经》来展开的。我在七、八年前就说《六祖坛经》是佛法的一个大宝藏，蕴藏着无穷无尽的智慧，也是指导我们人生生活的宝典。我们能够真正吃透这本《坛经》，然后依之而行，可以说学佛的大事就完成了。关于《六祖坛经》的种种问题，写出来的书和研究的文章，要比《六祖坛经》本身的字数超过一千倍。不管是从哪一个角度，是肯定它还是否定它，说明人们都是很重视这本经典。

昨天有位居士说，毛主席逝世以后，在他的床上找到一本《六祖坛经》。还听说毛主席生前外出的时候，有两本书是一定要带的：一本是《金刚经》，一本是《六祖坛经》。最后由于毛主席建议，中国最有代表性的的十本哲学著作中列入了《金刚经》和《六祖坛经》。不管从哪一个角度来看、来对待这两本经，应该说毛主席是最有远见的。正是因为有见地、有见识，他才选准了这两本经。毛主席认为《六祖坛经》是把主观唯心主义发展到顶峰的一本著作。他是这样来评价《六祖坛经》的。当然他的这个评价如何我们不去管它，至少他是在这本经书上面下了功夫的，这一点应该肯定。毛主席重视《坛经》的事，赵朴老给我们讲过这么一件事。在文革以前，毛主席到广东视察工作的时候，省里的领导干部在一起开会，他就出了一个题目来问大家：广东在唐朝出了一个最大的唯心主义的哲学家，你们知道是谁吗？所有在场的领导干部都说不出来，只有当时任省委书记的陶铸知道，陶说那就是六祖慧能。接下来毛主席又问：他有一本著作把主观唯心主义的哲学发展到顶峰了，你们知道是哪一本书吗？大家依然不知道，也只有陶铸知道，陶说那就是《六祖坛经》。毛主席说你们要好好地看这本书，了解这本书。毛主席是一位唯物主义者，他可能是抱着要知己

知彼的态度，所以才认真地研究这两本书。当然也有可能另有用意，他也要从这些哲学著作中来吸收有用的成分。应该说这两种可能性是同时存在的，否则他不会推荐这两本书作为中国十本哲学名著的内容。可惜的是在我们哲学界真正了解《六祖坛经》的人太少了。这是从不是属于同一个思想范畴的大哲人——毛主席来看他是怎样评价这本书的。

在我们佛教内部来说，千百年来无疑是把这本书和佛的经典等同看待的，因为中国高僧大德的著作被称作为经的独此一本，可见佛教界对这本书定位之高。因此，再不必作其他的评价，不必头上安头、画蛇添足。这是讲《坛经》的价值。

第二关于《坛经》的版本，这里不能展开来讲。《坛经》有不同的版本，大概有六、七种之多。我曾经为《六祖坛经》的版本问题写过两篇文章，都很长很长，那是考据性的东西，我始终相信，而且是坚定不移地相信，曹溪原本应该是《六祖坛经》最原始、最具有权威的本子。但我的这个观点与学术界恰恰是相反的，因为学术界主张，敦煌发现的只有一万多字而且有 120 多个错处的那个本子是最原始的本子，我始终不能同意这个意见。

我从什么角度来思考这个问题呢？因为六祖说法是在南方，记录《六祖坛经》的法海禅师就是韶关人，六祖的衣钵和真身都保存在韶关的南华寺。我们佛教界历来的传统就是非常重视每一位祖师有形有相的遗物，认为遗物是法的代表、法的化身、法的体现，我们尊重这些遗物就是尊重法，这是从事相上来讲以事显理。那么对于真正记载六祖大师法语的《坛经》，他们没有理由不重视，没有理由不把它作为无上的法宝。所以在曹溪——就是六祖真身的所在之地保存了一部曹溪原本的《六祖坛经》，这是理所当然的事，所以我对学术界关于

《坛经》版本的种种说法，包括胡适先生在内，还有我们台湾的印顺大师，我都不能接受他们的意见。因为他们大都没有到过南华寺，没有那种真切的体验。

说到这个地方，不妨加一段小的插曲。六祖的真身保存了 1300 多年，这是非常不简单的事。因为中国是一个战乱频仍的国家，我们出家人想尽千方百计来保存祖师的遗体。这要有很大的决心，要有真诚的为法、为众生慧命献生命的勇气才能做得到。我一直到现在都感到非常值得庆幸的是，我曾经在云门寺侍奉六祖真身的香火有一年的时间。因为南华寺地处交通要道，为了安全起见，1949 年临近解放的前夕，虚云老和尚就请人将六祖大师和慧山大师两位祖师的真身运到云门寺保存供养。我是 1951 年到云门寺去的，受戒以后就在虚老身边当侍者。六祖大师的真身和慧山祖师的真身都供奉在方丈室的楼上，供在一个很矮的柜子上面，每天早晚烧香。六祖的真身 1300 多年中经过了多次油漆，身躯骨骼看不清楚；而慧山祖师只有 300 多年，他的双趺踏看得清清楚楚，骨骼也非常清楚。我们那时是小和尚，经常在烧香时揭开祖师的袈裟，抚摸祖师的真身，直到现在记忆很清晰，能够和祖师的身躯相接触，自然感到非常殊胜。虽然不能对话，但是我能够看《坛经》、看《梦游集》，也等于在同祖师对话。到了 1952 年虚云老和尚离开云门寺的时候，才把两位祖师真身送回南华寺。

我们出家人对于祖师真身的这种珍重珍惜胜过对自己生命的千万倍，我们宁舍身命，也不能让祖师的遗体、祖师的真身受到损害。同样，祖师遗留下来的法语——《坛经》，在当时还没有印刷本，大家对于手抄本《坛经》一定是把它看作是跟真身一样宝贵的圣物而珍藏供奉。所以，保存有《六祖坛经》的

曹溪原本，应该是确定无疑的。其它一切否定曹溪原本的论点，不管他们有多么充足的论据，它在事实上站不住脚。因为任何一件事，不管理论上讲得怎么好，总要用事实来说话。我不是将自己的观点强加给各位，我是希望我们在座的法师们、居士们、营员们能够认同我的这个观点，以后当你们出来写文章的时候，就不要在《六祖坛经》的版本问题上坚持那些谬误的观点。当然还有人说《六祖坛经》六祖没有说，是神会和尚说的。这就是胡适先生的观点。因为他在神会和尚语录里找到很多类似《六祖坛经》的语句。学者说出这样的话来，也好像是连起码的常识都没有。他不知道学生的知识是从老师那里学来的，连知识的继承与发展的观点都否定了。关于《六祖坛经》的版本问题，讲了许多不相干的话，目的是要以事实来证明道理。

关于《六祖坛经》的内容，我刚才说了，那是非常丰富的，只要大家用心阅读，就能够得到不同程度的体会。我今天既然讲这个题目——《六祖坛经》与生活禅，我想推荐大家学习其中的两首《无相颂》，真是说得好。我不用讲，希望大家回去以后，一定要把下面这首《无相颂》背诵下来。背诵这首《无相颂》，我们就可以在生活中、修行中来加以运用。我们不妨在这里念一遍：

说通及心通，如日处虚空。 唯传见性法，出世破邪宗。

法即无顿渐，迷悟有迟疾。只此见性门，愚人不可悉。

说即虽万般，合理还归一。烦恼暗宅中，常须生慧日。

邪来烦恼至，正来烦恼除；邪正俱不用，清净至无余。

菩提本自性，起心即是妄；净心在妄中，但正无三障。

世人若修道，一切尽不妨，常自见己过，与道即相当。

色类自有道，各不相妨碍；离道别觅道，终身不见道；

波波度一生，到头还自懊。欲得见真道，行正即是道；
自若无道心，暗行不见道。若真修道人，不见世间过；
若见他人非，自非却是左；他非我不非，我非自有过。
但自却非心，打除烦恼破，憎爱不关心，常伸两脚卧。
欲拟化他人，自须有方便；勿令彼有疑，即是自性现。
佛法在世间，不离世间觉，离世觅菩提，恰如求兔角。
正见名出世，邪见是世间，邪正尽打却，菩提性宛然。
此颂是顿教，亦名大法船，迷闻经累劫，悟则刹那间。

多好，对很多的问题，就是三言两语给我们说得清清楚楚。我再一次希望大家很好地把这首《无相颂》背诵下来，能背诵了，受用无穷。还有一首《无相颂》，内容是相互发挥的。我们大家在口头上经常说到：

心平何劳持戒，行直何用修禅。

可惜我们的心难得平，我们的行难以直，所以我们还要持戒，还要参禅。持戒、参禅最终的目的就是要达到“心平、行直”。心没有平、行没有直的时候，还得持戒，还得修禅。这就是事和理的关系。

恩则孝养父母，义则上下相怜。让则尊卑和睦，忍则众恶无喧。

若能钻木取火，淤泥定生红莲。苦口的是良药，逆耳必是忠言。

改过必生智慧，护短心内非贤。日用常行饶益，成道非由施钱。

菩提只向心觅，何劳向外求玄。听说依此修行，西方只在目前。)

我们读这两首《无相颂》，究竟要说明一个什么问题呢？归结到本题来讲，首先是教我们破执，破除偏向一边的执著。我们不论做什么事情，只要你偏执一边了，那就不合中道。如果你合乎中道，就没有执著了。执著从对待中产生，

自他是对待，人我是对待，是非是对待，有无是对待……。《六祖坛经》里指出有三十六对，把三十六对都能很好地运用了，就能破除这些执著。所以《六祖坛经》的第一个颂子就是“菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃。”重点不是否定菩提树，也不是否定明镜台，而是要我们破除执著。

“执著”就是在事物的本身以外人们强加上去的种种分别计执。如其本来地认识一切事物，那就是中道。我们强加在那个事物上面的种种的分别计度，就是执著，不是如其本来，所以它就是执著。把一切事物上因人们的妄想而附在其上的执著去掉就是中道。

唯识宗关于三性三无性的道理讲得非常好。三性即遍计所执性、依他起性、圆成实性。这三性有一个比喻，圆成实性比喻麻，依他起性比喻用麻搓成的绳子，遍计所执性比喻晚上走路，看到麻绳执以为蛇，并产生种种恐惧，怕得要命。麻绳就是麻绳，如果执它是一条蛇，那就是我们不明事实真相，在麻绳上起种种分别、种种计度，所以叫遍计所执性。能在依他起性上去掉分别、计度，去掉遍计所执，看破了，明白了依他起性，当下就能证得圆成实性。这里并不是说离开了依他起，还有一个圆成实。就是把一切事物上的妄想、执著、分别、计度排除干净了，它所显示的如其本来的那种境界，那就是圆成实性。

要破除执著，所以说菩提本无树。你要说菩提是一棵树，那就错了。那菩提是不是一棵树呢？如果我们不加计度、分别，只是作为一个比喻而言，也可以讲。神秀大师讲“身是菩提树，心如明镜台”，他讲的并没有错，只是说他还没有真正达到绝对待、离分别的那个境界而已。所以，六祖慧能就在他那首偈子上反其意而用之，实际上是以子之矛攻子之盾，来破除执著。这是很高明的，这是佛教辩论当中常用的一种方法。所以六祖大师开了悟以后，尽

管他是一个没有读过书的人，他能够运用辩证逻辑、辩证思维来破除对方的执著。这显示出六祖见地的高明，显示出他充满着无漏的智慧。

破执是不是目的呢？我觉得不是目的。佛法不破世间相。破执是指我们在修证上的一种境界，一种体验，一种对法的认可。于法认可了，达到这种境界了，还要入世度生。菩提道路还漫长得很。所以从大乘的角度，从禅宗的角度来讲，出世是为了要入世，要度众生。破执实际上就是出世，就是妙华法师昨天引用朱光潜的那两句话，“以出世的精神，做入世的事业”。这两首无相颂，都充分地说明了破执是为了什么。

入世以后也并不是那么简单的事，入世还要修行。怎么修呢？这就是禅宗经常讲的“保任”。因为从教下来讲，要到八地菩萨才不会退转，八地是不动地。保任的功夫有深有浅。你破执入世，你要保任；我们平常所谓照顾脚下，照顾当下，实际上也是一个保任。

保任什么呢？

保任你那个正念，使你不会在日用云为当中失去了你的正念，不会在生死当中被生死转。在这个地方讲生死，世间就是生死，出世间就是涅槃；迷就是生死，悟就是涅槃。这个生死大体上讲应该有两种：一种是念念生死，一种是期生死。念念有生灭，就是念念生死。我们哪一念觉悟了，我们那一念就是了生死，我们如果念念觉悟，那就念念在了生死。谈到生活禅，我自己从学习佛法、修持佛法的过程中体会到，生活禅是最难的修行法门，是最高的修行法门，是最契合如来本怀、契合历代祖师本怀的法门。佛说三藏教典，教我们做什么？教我们照管此心。这是个什么心呢？在迷的时候就是妄想心，打破了妄想就是真心，所以我们首先就是要照管这个妄想心。

保任有两个意思，在我们没有大彻大悟的时候，就要时时刻刻保持自己的正念，明明朗朗，清清楚楚。

前两年我对这种境界有一个概括，就叫轻安明净。就是说修行人一天 24 小时能否做到身体轻安，心地明净。我们修道的人做到轻安明净了，初步能够做到这一点，哪怕仅仅是一分钟、一秒钟做到这一点，你就要抓住它，不要放过它，要好好保任它、保持它、照管它。这是我们在迷失的时候，在用功的过程当中，保任、照管你那个正念。在你开悟了以后，你就要保任你那个悟境和体验，不要再被尘劳、烦恼染污。

有的人总在说，我们应该怎么修行怎么修行，把这个修行弄得支离破碎，把佛的法门弄得支离破碎。我们要明白，我们的心是念念生灭、念念生死，我们要对治这个心，要调伏这个心，调伏、看管此心，即是观心。观心法门有一定的难度，所以就不妨给你一个敲门的瓦片，给你一个拐杖，叫你念一句阿弥陀佛。这是把你的千百个妄念集中到一个念头上，集中到一句佛号上面，你就可以以妄治妄。这是非常有效的方法。目的就是要我们调伏这个妄心。阿弥陀佛又说我们要往生西方极乐世界，就是要把我们每个人追求财色名食睡的念头转移到追求往生净土上来，要想象阿弥陀佛极乐世界的种种庄严，无非是要制伏我们的妄心。当你一旦桶底脱落，真正证得的时候，原来阿弥陀佛所说的极乐世界就已经到了；到那个时候，你到哪儿去都是极乐世界。在地藏菩萨的眼中，地狱就是极乐世界，所以他说，地狱未空，誓不成佛；众生度尽，方证菩提。因为他是乘愿而去，不是随业流转。所以我们说生活里到处有禅，但是，要把生活真正禅化，何其难哉！我希望各位在学佛的过程当中，要立大志，走险道，攀高峰，这样才能够显示出我们是顶天立地的大丈夫，包括女营员在内，

在这个问题上没有男女相，人人都是大丈夫。在这里，可能有很多修净土法门的人，净土法门是我们当今最流行的一个法门。净土法门同样可以纳入到生活禅里面。因为离开了禅，没有法门可以说。一切法门，禅，是一个总的归口。“说即虽万般，合理还归一。”

《六祖坛经》的人生哲学意义

妙华法师

(1995 年 7 月 23 日)

题外别谈

值此殊胜的因缘，我能够和大家交流一点学佛的心得，感到非常的欢喜。到柏林寺以后，看到柏林寺里充满生机，连同门口的老柏树都焕发了一片新绿。看到各位穿着后面印有“觉悟人生，奉献人生”、“生活禅”的队服，激发了我和大家交流的积极性。

我这次贡献给大家的是两个题目，一个是“《六祖坛经》的人生哲学意义”，我觉得这个题目和在座的各位应该是非常当机的；另一个题目是《达摩禅法及其修证》，因为达摩禅法当中“二入四行”的道理对于我们日常的生活实践有着积极的指导意义，因此我就选择了这两个题目。

在没有讲这两个题目之前，我要谈四个问题，这四个问题因为不属于正式讲解内容，所以我冠之以“题外别谈”。

1、生起对佛法的殷重心

第一个问题就是，我希望大家修学禅法要有一个庄严心、殷重心和珍惜自己生命的心。禅宗及其禅法是生命的一个个体实验，是一种献身和一种投入，这也是日本铃木大拙的原话。如果说仅仅把禅，或者说禅法、禅宗，当成一种学问去研究的话，这对于社会上一般的学人来说无可非议的，但是对于一个佛教徒来说，那就会出现偏颇了。因此我不得不就这个问题做一个论述。

所谓生命的实证，也就是说在座的各位，包括我自己，得了人身以后，这个人身是父母给予我们的一个肉身，我们学佛以后，要重在安立自己的法身慧命，

这是非常重要的。一个人在没有学佛以前，犹如无头鬼，自己不能够主宰自己，这在现代社会上是非常普遍的。学习禅及其禅法应该重在安立我们的法身慧命。

我们有缘参加这样一个夏令营，在这个营队里，应该对佛法僧三宝，生起恭敬心，难值难遇的心，也就是三个字：殷重心。

因为禅宗古往今来有好多流弊，概括起来有如下几种。一种叫“葛藤禅”。就是说绕来绕去，绕不出个头绪，只是在第六意识上分析判断。另一种叫“口头禅”，这是有文化的人常常犯的一个错误，因为修行的过程是非常艰苦困难的，有一些人修行仅仅停留在口头上，不去和自己的生命结合，用于实践，而流于“口头禅”；还有一种“野狐禅”。对禅宗、对公案的具体思想和内容不下一番苦心去磨砺，只是蜻蜓点水似地了解一下，不入流，没系统，道听途说。因此掺杂了个人的我执我见，叫做“野狐禅”。任何一种法在社会上出现以后，它都有自己不可避免的负面，我们今天学习的时候，希望大家能够发起求法的殷重心，树立这样一个信心，我觉得是非常重要的。

为了把这个问题讲明白，我要讲三个事迹。首先讲西行求法的法显。法显是中国第一个到西域求取佛法并付出极大代价的一个人物。在中国古代水陆交通非常不发达的时候，法显为了求取佛法的了义，为了把真正的佛经迎请到中国来，带了 53 位同道从中国的南京出发前往西域，经过了 130 多个国家，在沙漠地带，经常是三天三夜连水都喝不上，往往是认白骨为路标。在攀登“黑山岭”的时候，悬崖峭壁，万丈深渊和湍流的河水，他的同道掉下去连声音都没有。最后 53 个人唯有法显一个人到达印度。他游历了很多国家，经历了很多次匪盗抢劫。后来在斯里兰卡，广泛地学习了语言并翻译了大量的佛经。

然后从斯里兰卡乘商船回中国，因为当时的罗盘不准确，又遇到黑风和暴雨，被卷到了现在的美洲大陆。所以现在考证，第一个发现新大陆的应该是中国的法显。他在那里逗留了三个月之久。然后又乘船到了现在的广东沿海一带，因为遇到风暴，那些商人就认为，因为僧人坐在船上，所以不能够平安地到达，因此就把法显连同他带的经书都推入大海。法显漂了三天三夜，漂到现在的崂山。当时的崂山荒无人烟，只有一些道士和匪盗之流居住。昏迷不醒的法显被渔民捞上船。在崂山的道观中修整了一年之久，然后被转送到现在山东的青州，又叫幽州。他在那里写下了举世名著《出佛国记》，这本书记载了他所有的艰难坎坷。

我说这一则事迹的意义在于，我们今天所看到的佛经，除了法显这样一个人物以外，历史上还有很多高僧大德，为了西行求法献出了自己的生命，因此我们应该生起殷重心。

第二个人物就是我们大家都知道的“唐僧”玄奘。当时朝廷没有允许他出国，他是从西安偷渡西行求法的，所以也经历了和法显一样的命运。他一路上的事迹是非常多的，都记载在《大唐西域记》当中。大家有机会的话，在学佛的初级阶段，要看看高僧的传记。在他经历的磨难当中，我只举一个例子。当时，随从他的人因为想到西去的路太遥远了，而且盐、干粮以及水不断地匮乏，经常是三天三夜吃不上、喝不上，因此这些人就背弃他而去。在这种情况下，他收了一个徒弟。走在路上，这个徒弟心想：如果去的话，我和玄奘一样要把命都赔进去，如果我不去，师父肯定是不许可。因此就起了歹心想伤害玄奘。玄奘大师感觉到了这种状况，就告诉他说：“你不来可以，你把你喜欢的东西都拿走，我依然要去。”于是这个徒弟就带走了所有的东西，也就是

说，玄奘大师只身一人进入了现在的塔克拉玛干沙漠。他经常是没有吃没有喝，在快昏迷的时候，以持念《心经》、《大悲咒》，感得沙漠出现了绿洲，能够有水喝。走过一段路再回头看的时候，这个绿洲就消失了。这种感应的事迹在《大唐西域记》当中是非常多的。我们大家人身难得已经得了，佛法难闻已经闻了，闻到佛法以后我们应该生起殷重心。

第三个是慧可求法的公案，这个公案的意义是多方面的。达摩祖师面壁九年，为了了道以外，更主要是为了等一个人来，在中国大地上播下禅法的种子，他要等的这个人就是慧可。慧可亲近侍奉达摩大师六年之后的一个雪夜，他为了向达摩祖师求法，就站在雪地里，天快亮的时候，雪都没到了膝盖，达摩大师也没有传法给他，他就剃下了自己的一只胳膊，捧在怀里，对达摩大师说：“我求法的心非常殷重，我现在剃下了自己的胳膊（意思就是表示自己的决心），心疼难忍，望大师能够给我安心。”这时候达摩大师才回过头来说：“拿汝心来，我为汝安”。慧可因为已经经过了一个艰苦的求法过程和磨炼，所以回答说：“我内外、上下、左右觅心了不可得。”达摩说：“吾与汝安心竟。”在这一则公案当中，我现在要给大家宣扬的是，古代的人不管是为了求文字的经，还是为了求心法，他们都经历了常人所不能够忍受的苦难，然后才得到了法。在今天的社会环境下，大家获取真理的途经非常多，但是其缺陷就在于它太容易得到了。而上古的人，甚至佛陀在过去为仙人时，为了求取四句偈，都要割截自己的身体。因此大家到这里来参加夏令营，我自己发起了稀有难值的殷重心，也希望大家发起难值难遇的殷重心，千万不要像传统禅法所批判的那样，局限、流弊于“口头禅”“文字禅”“野狐禅”。常住安排大家上殿、坐香、出坡，它的意义是非常深刻的。一言以蔽之，希望大家相信

佛法僧三宝，生起殷重心。

2、禅与教的关系

第二个问题是关于禅与教的关系。如果用一句话来概括的话，就是：在心为禅，出口为教。也就是说，心中悟入了佛法，见到了自己的本来面目，那就是禅；如果现在讲给大家了，写成文字了，或用体态语言表现出来了，这就是教。因此，禅是教的精髓、教的内容，整个禅是佛法的心法，而教是它外在的形式和方便。

禅的四料简 第一句就是“不立文字”：从禅的境界上来讲，一法不立（或恶法不立），善法不立，空不立，有不立。也就是说，一尘不染，明明净净，犹如清潭印月。那样的境界是禅的境界，不在口说，惟在心行，在这个境界上是不立文字的。如果你从这个角度去讲的话，完全正确。

第二个层面就是“不离文字”。虽然禅宗讲不立文字，但是大家会发现，在佛教的八大宗派当中，禅宗的语录公案以及论著最为丰富。为了教化的方便，为了共同地交流思想，好的禅师用最简单明了的语言，用最简捷直当的方法，把大家引到那一个悬崖峭壁的地方，让大家在那个地方最容易见到月亮，因此文字就起到了因指见月的作用。所以禅并不离开文字。

第三个层面是“不住文字”。虽然叫你因指见月，但是你不能够老盯在手指头上，因此就出现了“不住文字”，不住在文字相上。佛经上也讲：“依文解意，与三世诸佛无缘”。因为禅属于佛的心印，而佛的经属于教，我们通过藉教悟宗，同样能够达到禅的境界，所以真正要体悟佛法，也不能粘在文字的形相上。

第四个叫“不舍文字”。实质上，“不舍文字”和“不离文字”

意义基本上相近。我们通常把文字狭义地理解为写到书本上的文字，其实文字就是一种符号。过去的祖师们为了接人待物，棒喝、脚踢、举拂子、扬眉瞬目、举手投足，也都是文字，这叫体态语言，体态的文字。禅师们为了接引后学，往往是不择手段的。我们常常借用这个比喻：就是从此岸到彼岸的时候要弃船登岸，但有的人到了彼岸以后，还要背着船走，从这个意义上讲，应该说舍去文字。这里却来了一个“不舍文字”，就是指以文字般若，能够悟入实相，以文字也能悟入心法。在你不应该舍去文字的时候，你就不能够舍去文字。

有些学人喜欢用一些禅宗的境界语言来表达自己人生的解脱和自在。古代人为了接引后学，表达自己内心的境界，说了很多过来人的话，一些禅宗的境界语。而这些话被现代人流行于口头，比如“烦恼即菩提”、“以不变应万变”，《六祖坛经》中的两首偈子，还有《金刚经》中的“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可。”等等。如果我们用这些境界语来观察我们的生活，我们会发现烦恼就是烦恼，菩提就菩提，烦恼的时候当下就是痛苦，当下就是一个人间活地狱，没有一点儿智慧的影子。所以我在这里要强调的是，我们轻易地不要把一些境界语挂在口头，当成口头禅，那是毫无意义的。

再讲教。学教的话，必须依于次第。首先要发出离心，然后再发菩提心。具备这两个心以后，具体地要深入经藏，求得智慧；同时还要为自己的家庭、为社会多做一些无求的功德，来修一点“福”。佛之所以称为“两足尊”，就是指福和慧圆满具足。修学的过程中还要将戒、定、慧三学贯穿始终。

现在仅仅讲出家人的生活供大家参考。一个小沙弥在9岁以前，叫“驱乌沙弥”，他只能看粮食，赶乌鸦，还不谙世事。到了9岁至12岁之间，叫“学法沙弥”，他要学习佛门的很多规矩。第三个阶段就是“应法沙弥”，

这个时候他已经与比丘靠近了，应该具备沙弥很多的律仪。然后受完具足戒以后成为一个比丘，比丘的戒律就是从身体上先斩断所有恶的行为和习气毛病。成为比丘，头五年先是亲近名师，专精戒律。五夏以后，再研究教义，再后问教参禅，这就是次第。

那么对于今天在座的居士来说，至少要对佛法概论、佛教常见经典的大义要有一个了解以后再去问禅。有人就问了，我们今天举行的这个夏令营是不是没有按照次第呀？不是这样。大和尚一片慈心，看到禅法与现在的众生非常应机，因此用文化的方式，用夏令营的方式，让大家沾一点禅悦法喜，体验一下寺院的生活，这是完全正确的。大家在这里受到一种熏陶，但不能浅尝辄止，而是要以此为起点，各自回到自己的单位、家庭、学校去以后，还要按照佛门的次第去学修。所以对于大众来说，还要老老实实、脚踏实地按照次第去修学。

3、学与修的关系

第三个问题，就是学与修的关系问题，这也是一个普遍性的问题。从一般的规律上讲，在任何时候学都是第一位的。学包括多种方式：听讲经，在禅堂当中听讲开示，在大自然中看落花流水从而明白到人生的无常，在社会上经受磨炼从而觉悟到佛法的真义；乃至自己读诵经典等等。所有这一切可以使自己获得佛法知识的途径，都可以叫学。学对一个人的重要性在经典中也有论述，所谓先睁开眼睛，看着路去走。因此，学是第一位的。

佛法和哲学文化的本质区别在于重视个体生命的体验和试验，而哲学，尤其是西方哲学，是一种思辩，其局限性就在于从理论到理论，一旦回到实践当中，那么就不是哲学家的事情了。对于一个学佛的人来说，学的目的是为了学以致用，为了指导我们日常生活的实践，也就是为了使我们在修的过程中少走弯路。

如果荒废了学，而盲目地去修，那么十个人九个要走岔路。所以从通常的情况来说，应该学在先，修在后。

在修的时候，也要按照次第。广义的“修”我就不讲了，就以坐禅为例。昨天大家在禅堂里头坐了一会儿，班首师父先给大家讲了讲调身、调息、调心。除了讲开示，大家体验坐禅的时间也就不到半个小时。你就听吧，那些禅床、蒲团一会儿就咯吱咯吱的响，可以说从开始打坐到引磬响结束，就没有片刻清静过。这是什么原因啊？你们都知道，那就是腿疼。一会把左脚搬到右脚上，一会又把右脚搬到左脚上，最后索性有人就把这两条腿伸出来了。两个腿伸出来以后呢，坐在禅堂里头，心里还是很闷得慌啊。因为平时这颗心跟放羊似的满山遍野地跑，现在坐在禅堂里，尽管把身子放开了，心还是不敢跑，心里头八苦交煎。一个个的念头直往外拱，烧得自己坐不住，在那里翻来动去，一刻不得安宁。这就可以看出来，调身是第一位的，调息是第二位的，然后再是调心。而这三者又有着内在的联系，犹如戒定慧三学一样，都不可以偏废。

修道，我常常打比方，犹如暖柿子一样。在农村生活过的都知道，青柿子摘下来，想吃这个柿子，那么就要去暖它，必须要在温水里暖够三天三夜，而且要用温火。于是心急嘴馋的人想吃到这个柿子，就猛烧火，结果柿子没暖熟却煮熟了，掀开锅盖一咬，哎呀，涩巴巴的！修道也是这样，不可操之过急。有些营员提出了很多身外的问题，大到三千大千世界，小到个人心性，乃至有关“无上甚深微妙法”的问题都提到了，这不要着急，不是一天两天一蹴而就的。

一休禅师有一个公案。一休出家以后为了了道，心里非常着急，整天就请问师父：“什么是禅法呀？”“什么是心法呀？”师父走到哪里，他就跟到哪里

追着问。他师父就说：“吃饭我可以帮你，穿衣我可以帮你，但是就这件事情我帮不了你。”所以你们也不要着急，着急没有用，有一些问题属于超前的问题，有一些问题是自己没有经过思考就问出来的问题，实质上，往往提问题的本身当下就是问题。

因此在讲学与修的时候，我想顺带讲一下学与问的关系。凡是经过自己深思熟虑，通过闻思修这个途径以后再提出来的问题就比较有深度、有力度。如果不经过自己的大脑，开口就问，比如看到梧桐树了说：“师父，这梧桐树为什么开花啊？”看到扩音器了说：“这个扩音器为什么会有声音啊？”开口就问，精神可嘉，但是方法不当。问是没有错的，但要问得恰如其分，问得恰到好处，要经过自己一番思考以后再提出问题，这样的问题对得起自己，也对得起你要问的老师。也就是说，自己通过深入经藏以后，通过思考以后，不能够解决的问题，再提出来，那么才是有价值的。早在 2500 年前，佛陀对待他的弟子的提问，有时也是不回答的，不是说佛不能够回答，而是说有些问题和生命本身没有必然的联系。

4、悟与证的关系

经常有人把次第搞得一塌糊涂，然后以其昏昏，欲使人昭昭，那断然是不可以的。因此，在初学阶段，大家应该有抉择慧。有人会说：“学佛让我们无分别，为什么你又要我们有分别呢？”在初级阶段，善就是善，恶就是恶，法就是法，非法就是非法，需要用抉择智慧去抉择。

先讲悟。悟有两种情况，一种叫顿悟，像六祖大师，因为他已经不是于一佛二佛三佛四佛五佛而种善根的，已于无量诸佛种了善根，虽然今生今世现了一个樵夫相，但是他是大乘根性，一闻千悟，听闻了“应无所住而生其心”，

马上就开悟，势如破竹，这种情况叫做顿悟。另一种是渐悟，对于芸芸众生来说，虽然说心佛众生三无差别，人人都有佛性，但是因为被无始劫以来的无明和烦恼所覆盖，那就不要想一闻千悟，好像劣质的胶卷，不能够一次性曝光，因此只有渐次地走向觉悟。

悟还有浅深偏圆之别。所谓浅，人活到六、七十岁的时候，自己就会觉得人生是苦的，人生无常，这也叫悟，这个悟的层次是很浅的。深悟，像祖师们那样，长期以来艰苦的磨炼，参究本来面目，终于悟到诸法实相，见到本地风光，那就叫深。什么是偏呢？有的人也看到了人生的苦空无常，从而导致了自残或者自杀，那么这个悟就是偏的。什么叫圆呢？在所有的哲学理论当中和所有的圣人所达到的境界当中，唯有佛的一乘法是圆满的，没有缺陷的，因此唯有佛所悟到的是圆满的。

日常生活中，处处留心皆学问。如果你能够以一个清静的心去感受你身边的事物的话，恶知识也是你的善知识，善知识当然是你的善知识，那么你处处都能够听闻佛法，处处都能够开悟。虽然要大彻大悟是非常难的，但是就小悟来说并不难，不要把它看成比登天还难的事情望而却步。

再讲证。顿悟以后又有两种情况。一种情况是悟证同时，悟的时候当下也证到了，悟和证是同时的。还有一种情况是悟证不同时。虽然开悟了，只是见与佛齐，但业力还在，还必须通过持戒，行四摄六度，去革除自己的习气毛病，这里面还有一个修证的过程。因此，悟在一瞬间，求证千百年。我打一个比方，就犹如爱因斯坦的狭义相对论和广义相对论的提出一样，他经过长期的勤奋努力，然后突然爆发出了灵感。如果把这也看成对某个道理的悟的话，那么直到今天，广义相对论还没有得到求证。修道也是这样，顿悟是一瞬间的事情，但

要求证的话，需要千百万年的历程。从这一意义上讲，你不要想在一夜之间消除自己的所有习气毛病。

但是，禅宗交给了我们一个非常好的方法，它既不是社会法律的方法，也不是佛教戒律的方法，而是什么呢？就一个字：念——每时每刻看住自己的念头。不管是求开悟，还是求修证，首先要看住自己的念头，每一个念头起来以后，都要看住。打个比方，出坡了，有的人就起了这样的念头：我千辛万苦地跑到这里来，吃得又不好（吃素），住得又不好，现在抽空还叫我去劳动拔草……当你起了这个念头了——我仅仅是举一个例子，希望大家能够举一反三——你就应该用佛法去印证一下这个念头是否正确，如果不正确，马上就终止，不要造成后果。禅宗就是这样单刀直入，锋利就锋利在这里，没有那么多道理可讲。因此，实践起来说难也难，说方便也方便。

还有“看脚下”的功夫，像人走路一样，但看脚下，莫问前程，这也是一种办法。如果按这个办法去终止自己的一些习气毛病和业力行为的话，也是非常方便的。如果你愿意去做的话就很方便，你如果不愿去做的话，你是你，佛法是佛法，打成两截，就违背了佛法的真精神。因此，在任何时候，佛法都不脱离当下的实践。

一、人生哲学的三种基本观念

虽然说地球上有一百六十多个国家，有很多民族，把全球的人生观念概括起来，我认为不外乎三种，即唯“有”的人生哲学思想，唯“无”的人生哲学思想和顺其自然的人生哲学。

1、唯“有”的人生哲学思想

什么叫唯“有”的人生哲学思想呢？最典型的的就是类似于唯物史观，认

为人的生命是真实的存在，我们生存的空间是一个真实的存在，物质是第一性的，乃至于是社会是真实的实体。这

一切用佛教的一个概念概括起来，就是唯“有”的人生哲学。这种思想把一切都当成真实的存在，那么佛教的中观就用“有”来表示。

为什么会确立唯“有”的人生观念呢？这种观念的核心就是以人的“私”和“欲”作为发展人本身、开发人本身和推动社会发展的动力。比如社会上的各种晋升制度、考学制度，都是在调动人发展自己的私欲，并且认为私欲是社会发展的原动力。一些私欲的人组成了一个家庭，家庭是私有的最小单位，作为一个国家最小的组成部分是私有的。然后再扩展到一个集团，这个集团又以自己的私欲为中心，构成了一个阶层。这个阶层为了捍卫自己的统治，进一步地去扩展，如此到国家，乃至于是世界，一层一层包裹起来。因此，我们现在所处的现实社会就是这样一个中有套小有，大有再套中有，一层一层套上去的社会。构成的这样一个社会的内核充满了斗争，因此就出现了一种斗争的哲学。在这种思想影响下，对于个人来讲，现在的父母通常这样教育孩子，别人打你你就打他，以眼还眼，以牙还牙，你不能吃亏，吃亏你就是笨蛋。小到一个家庭，如何攫取财富，乃至到一个集团、一个社会，也是同样地维护和发展集团的利益。这一切都是以私和欲为核心。

我们一般认为动物界的原则就是弱肉强食，适者生存，那么，羊吃草，然后狼吃羊，然后人再吃狼，在以人为中心的世界里，这一切看来是合情合理的。苍蝇、蚊子、臭虫、老鼠等等都是害虫，如果我们站在其它动物的角度看一看，它备不住还说人是最大的害虫呢。

在以人为中心的理论的指导下，人类发展宇宙学，谋求占有更大的生存空间。

我们并不反对社会发展和社会文明的共同进步，而是说，在社会发展的同时，人应该按禅的精神回光返照，照顾一下自己的脚下。当今社会恰恰是恶性循环，是失控的。例如发展科技，最早善良的愿望是把人类从繁重的体力和脑力劳动当中解放出来，让人过上一种解脱自在的生活。但是，恰恰相反，百分之九十的发明创造首先是用于军事的，用于消灭人本身，而不是别的。科学本身作为一种方法和工具没有错误，而作为运用科学的人，应该以什么样的立足点来对待人本身和宇宙空间？

现在宇宙飞船也有了，卫星也上天了，一颗导弹从这个国家就可以打到那个国家去，甚至说所有国家的核能量积存起来，可以把我们这个地球毁灭35次之多。我们不得不对今天的社会现状深深担忧，作为一个佛教徒，不得不有这样一个忧患意识，从而来祈祷和呼唤世界的和平。

在以“人”为中心的理论前提下，人类自有史以来就无穷尽地向大自然索取，总以为大自然是取之不尽、用之不竭的，结果怎么样？大家都知道，我们建国以后在“左”的思想影响下，在对大自然的摧毁方面，可以说是空前的。我们通过新闻传媒也可以了解到，当前臭氧层的被破坏，极地冰山的雪化，海平面的升高，环境污染等等，这都是人类共同面临的问题。这里我给大家讲一个例子，宁夏俗称塞北江南，意思就是在沙漠干旱地带，还有宁夏这样一个好地方，宁夏人都引以为荣。但是前几年，宁夏出现了黑沙暴，老远就看到像一堵墙一样，黑压压地就压过来了。然后，整整三天三夜，伸手不见五指。三天过后，大的树木被连根拔起，小的树木完全被沙漠覆盖了，难以名状的一层被污染的物质覆盖了整个银川市。自然环境被破坏到这个地步，我觉得应该是非常恐惧的。有的人或许会认为我是在耸人听闻，总觉得泥石流还没有来，

风暴还没有来，核武器跟我们也没有关系，我们这环境还挺好。人心没有远虑啊！这是因为我们受到自己心胸的限制，受到自己知见的限制，没有菩萨的心肠。

近几年来，一些国际组织、很多发达国家越来越重视环境问题，对于人回归自然、返朴归真以及人的行为、要观照自我等等问题，进行了认真的探究，可以说保护环境、回归自然成为全人类共同的理念和意愿了。那么，今天我们佛教徒应该担负起这样一个刻不容缓的使命来，我们必须在今天的社会环境下作出我们的解释，把佛法的真精神弘扬出去。

2、唯“无”的人生哲学思想

与唯“有”的人生哲学思想相反，有一类人表面显得非常超脱，不争名，不夺利，既不为了物欲丧失自己，也不把个人看得多么重要，这样就出现了一种唯“无”的人生哲学思想。无就是空无，虚无。空无和虚无从传统文化的角度来看，对整个中华民族的思想发展影响是非常深远的。

我先谈一谈世俗人对“空”、“无”的理解。人们常常说人生七十古来稀。即便是健康长寿的话，活一百来岁也很了不起了。在这种情况下，有人就感叹说：“拥有良田千顷，家藏万贯，卧床不过八尺。”即便是拥有良田千顷，家藏万贯，但是晚上睡觉的时候，不过是八尺长的床而已。甚至说我们赤条条地来，也要赤裸裸地去，走的时候两手一甩，什么也带不走，于是，大发感慨：毕竟是空啊！对人生感到很无奈。可以说在俗世间有这种想法的人占有相当大的比例。

当看到人生是虚幻的，无常的，或者是苦的、空的这些现象以后，人们对人生就会表现出两种类型的态度。一种是及时行乐类。既然生命这么短暂，人生

是无常的，那么何必去为事业奋斗，去修道呢？终归要死，何不追求当下的生命的感官享受，该唱歌就唱歌，该跳舞就跳舞，有了苦恼了喝一个酩酊大醉，觉得这也是人生的一种解脱。及时享乐的人生观在今天的社会条件下表现得非常突出，认为这也是人生的一种洒脱，而在洒脱的背后，实质上也反映了对生命的无奈。既然我们不能够超越死亡，那么我就及时行乐吧！还有一种情况属于珍惜生命类。这种人也看到了人生非常短暂，人的生命如草上的露珠，太阳一出来就消失了。由此这类人就去珍惜生命，希望在短暂的一生中功成名就，希望以一生的追求而青史留名，粉身碎骨也在所不惜。

前一种类型的人对生命也有所关怀，人生从何处来，死往何处去，当他的这种关怀找不到答案的时候，他就采取了放任自流、及时行乐的生活方式。表面上这种人生观是追求享乐的，实质上它反映了人对空和死亡的恐惧，其本质和所导致的社会现象是消极的、悲观的。因此，按佛教的观点来看是不足取的。后一种类型的人追求在有限的生命中创造出丰功伟绩，从而留芳百世，这样的人从历史上到今天大有人在，我们在座的当中可能也有这种人，就是把事业看得比一切都重要。这种人较之于前面那种持断灭见的人来说，他对人类社会、对自身应该说更有价值，而且这种人生观也是社会所推崇、人们所接受的一种观念。但是，这种人往往背负着沉重的人生包袱一直走到坟墓中去，从佛法的观点看，他们因入世活得太沉重、太劳累了。所以我们应如何处理好空和有的关系，如何安身立命，行于中道，这就是我今天选择这个题目的用意所在。

佛教也讲苦，也讲空，如果把这个思想展开去论述的话，我需要和很多人去打思想上的官司，因此我就概括地介绍一下。佛陀虽然讲苦，但不同于叔本华理解的苦和我们所体验的苦。佛教讲苦是为离苦得乐，离开苦还有一个乐，

这应该说是佛教的精神所在。佛教实质上是帮助我们找到生命的支柱点，即不执著于空，也不执著于有，既不消极厌世，也不盲目进取，给我们指引了一种安身立命的方法。佛教虽然讲空，乃至一空、两空、十八空，但是空的后面还有一个叫真空妙有。往往人们只看到佛教讲空的一面和讲有的一面，但是很少知道佛教根本上讲的是离苦得乐和真空妙有。这八个字非常重要的，充满了对立统一的思想。

18世纪末19世纪初，著名哲学家叔本华在他的代表作《人类的智慧》一书中淋漓尽致地描写了人内心的苦难、社会的苦难以及宇宙间存在的苦难。可以说，没有一本书能够像叔本华所描述的那样把人生的苦难看得这么清楚、这么全面。正因为如此，这本书被翻译成为中文以后，有一位美学家看了这本书，感觉到这本书是千古奇书啊！任何一本书都没有像叔本华这样把人生的“本来面目”看得这么透。然后就带了一些学生在大学里集体自杀。既然人生这样也苦，那样也苦，当下就是苦，那活着还有什么意义呢？

叔本华的“苦”和“悲观人生”的思想影响了18世纪末到19世纪初几乎一代人的思想。这种思想认为死是一种解脱，死是一种回归，人死了以后才能够与天地共存，所以死也是一种永恒。在这种思想基础上，他就不畏惧死亡。但是我觉得未免偏执，因此我们还要用佛法去校正一下。

顺其自然的人生哲学

既不执著于有，也不执著于空，叫做顺其自然即顺世的思想。顺其自然的人生哲学思想集中表现在道学的一个“道”字当中。道学认为无极生太极，太极生两仪，两仪生四象，四象生八卦，八八六十四卦万物生成，万物生成以后就有阴阳，就有公母，就有长短，就有方圆，一切事物都是相对而产生的。

在这种情况下，他就觉得人既然这样活着的话，那么想吃饭就吃饭，想睡觉就睡觉，想喝酒就喝酒，想笑就笑，想怒就怒，想骂就骂，想打就打。他认为这就是顺乎自然之道，也是人之道，人不应该违背自己的心性，生下来是什么样子就是什么样子，完全顺乎于自然，不加任何修正。

在魏晋南北朝时期发生过这样一件事：

阮籍是一个名士，当时的年龄大概有六、七十岁，天气非常热，他就脱得一丝不挂，坐在屋子里看书，看完书累了就去睡觉。他认为这是顺乎于人的自然之道，是非常洒脱的。他的朋友去拜会他，进门看他光溜溜地一丝不挂，就很不理解：“哎呀！你这位名士怎么能够这样做呢？这不是有伤于风雅吗？”他说：“吾以吾庐为裆（我以我的房屋为我穿的大裤裆），吾以天地为吾庐（我把天地当成我的房子），汝何以入吾裆乎（你为什么钻到我裤裆里头来了）？”他觉得自己是非常潇洒的，不是我的错，是你们的错。

稽康的故事历史上是有记载的。大年初一，他的老丈人来拜会他，他就搬出一大坛子陈年老酒，放在院子当中，让家里的老老小小趴在酒坛子上去喝。他认为喝酒如果用杯子去舀的话，就太做作了，不顺乎于自然之道。他丈人不能接受这种生活习惯，觉得这样没有长幼之分。这时，他家里养的一头猪闻到了酒香，哼哧哼哧跑来了，也趴到酒坛边上去喝酒。他丈人就要撵它走，稽康说：“你不要撵它走，它本来和我们就是共同的，我们过年喝酒，它也应该喝一些。”他认为这才是顺乎于自然之道。

顺其自然的人生哲学还表现为另一种生活态度，大家在电影等文艺作品当中常常可以看到一种人，蓬头垢面，身无分文，背一个酒葫芦，然后随便找一个墙旮旯睡一觉。他们类似于乞丐，而不同于乞丐，因为乞丐往往是无知而贫穷，

而这种人是有知而贫穷。因此过着一种自以为浪迹天涯的生活，认为这也是一种人生的洒脱，只有这样才合乎人的自然之道。有的人偶然也会闪起这个念头：何必修炼呢？何必这样艰苦自己？尤其像出家人还要守这么多戒律，把自己捆得死死的？在这种思想的后面，他的答案就是还是顺其自然的好。

二、人生的困惑

我们人生的第一个困惑就是因执著于“有”而产生的种种烦恼，这是一种难以摆脱的困惑，所谓入世的劳累。如果把人本身和物质世界看得非常重要的话，你就要积极地去追求，执著地去努力，那么人的生命未免太沉重、太劳累了。

第二个困惑是出世的无奈。这是因为执著于“无”而产生的种种烦恼。他认识到人生是空的，是无常的，然后就消极厌世，不事劳作，不争名夺利，是一种表面上很解脱的生活态度。那么他的困惑在什么地方呢？没有房子住要日晒雨淋，没有钱花得靠两条腿走路，毕竟你生活在人世间，这就出现了出世的无奈。这种出世的无奈即便他无所事事最终也不能超脱空和死亡。

我们不禁要问，入世就是积极的人生态度吗？积极入世的人生态度所得到的社会效果和人生效果不一定就是积极的。我仅用一个事例跟大家讲明，就说人的精神病。据心理学的统计和医院的研究表明，各种类型的精神病有 1600 种之多，包括忧虑症、恐惧症、精神衰弱、老年痴呆、精神分裂等等。这些病症表现的形式不同，但是产生的根源就一个，在于贪执，就是因为思想上钻牛角尖。在人间社会他看不到人生的本来面目，而采取了一种非常执著的人生态度。

大家都知道，社会和自然对于人来说是非常严峻残酷的，不是说你想求得什

么就可得到的，它有非常大的局限性。你的理想和现实之间存在非常远的距离，并不以我们的意志为转移。于是就有人创造出一个公式：天才加机遇，再加上积极的努力，理想能够成为现实。天才加机遇加积极的人生态度，在一定的范围内来讲，是可以取得一些成果，看来是有效的。但是很多人也勤奋了，可是那万分之一的机遇就是没有给他，这种人就非常困惑。因此，我们有多么大的希望就有多么大的烦恼，有多么大的烦恼就有多么大的希望。希望和烦恼、幸福和痛苦，就像一对孪生姐妹从来没有分离过，可惜人们往往看不到这种更深层次的关系。

这里我讲一件发生在我身边的事情。有一个很有才华的青年，他经常找我辩论，有时候他辩得眼睛都发直了。后来我就劝他说：你这样发展下去，要不了多久，你就会成为精神病患者。他不信，坚持认为他的思想是伟大的，只是没有被人理解，并且执著地要出国研究宗教，要在哲学上有所成就。大约半年以后，我再一次见到他的时候，几乎认不出他来了。蓬头垢面，浑身是病，时常自言自语，精神已经失常了。这就是一种非常偏执的思想所导致的结果。

我们在没有看到人生和宇宙的实相之前，往往是要么偏有，要么执空，偏有和执空都不是佛教的思想。有的人只看到佛教讲空，而不知佛教讲的是真空妙有；只看到了佛教叫人出世，而没有看到出世以后再入世行菩萨道。这些人片面地认为佛教是消极遁世的。其实不然，出世的未必就都是消极的。下面我讲一个公案，来给大家一些启发。

浙江奉化是弥勒菩萨的地方。弥勒菩萨曾经化身为一个布袋和尚来到这一带，当时，这一带已经连续三年干旱，农民四处逃荒，饥苦交煎。后来连续三天降雨了，雨后大家忙着插秧。插秧的时候，布袋和尚就显神通了，家家户户

的水田中都有一个布袋和尚在帮着插秧，一边干活一边还教给大家一首儿歌。

歌词是这样的：

低头觑破水中天，掇住六根向福田。

世人只知向前去，不知倒退也向前。

意思就是说，下了雨后，水田如明镜一样，低下头去就看破了水中天，抓住一撮秧苗往稻田里插，这个水稻田和我们出家人披的袈裟是不是很像啊？所以出家人也叫福田僧，为一切众生的福田。世间的人为了争名夺利只知道一个劲地往前冲，不知道往后退也是在向前。大家想一想插秧是不是这样的情形？一天的功夫，儿歌家家户户都会唱了，而方圆几百里的稻田也全部插上了绿油油的稻秧。从这首歌中，我们要领会到人生也是如此，并非执著向前就是积极向上的，表面上积极的东西不一定能够收到良好的效果。像前面提到的那个年轻人，不但事业没有成功，连自己的生命也给搭进去了。因此，如何处理好出世和入世的关系是摆在每一个学人面前的课题，偏执任何一方皆非大乘佛法。

三、《坛经》给我们所展示的人生哲学及其意义

我先把《六祖坛经》给大家做一个简单介绍。佛教传入中国以后，中国人的著述被称为经典的唯有《六祖坛经》。《六祖坛经》应该是一部论，为什么又叫做《六祖坛经》呢？因为六祖是大德再来，已经印佛心印，虽然现的是出家人的形象，但他口宣的是佛的真实意义上的法，所以他所说的法被世人称做《六祖法宝坛经》。《六祖坛经》是禅宗的一部宝典，也是一部人生实用的经典。经中很多偈语都可以成为我们人生的指南，成为我们的座右铭，因此它是非常现实的。

六祖原是现在河北燕山一带的人，后来南下到了岭南，与他母亲相依为命，

靠卖柴为生。在卖柴的生活当中，有一日，他偶然听到别人读《金刚经》，听到“应无所住而生其心”这一句时心有所悟。他就问在什么地方能够听闻这样的经典，别人就介绍他去黄梅，也就是现在湖北的五祖寺，到那里去向五祖弘忍大师参学。弘忍大师当下看出他是“法门龙象”，为了保任他，让他到厨房舂米。后来五祖弘忍年龄老迈了，认为自己的法脉应该有人继承，于是他就让每一个人写一首偈语。当时神秀是庙里的教授师，大家都希望他写一首偈子送上去。神秀只好写了一首偈子：

身是菩提树，心如明镜台；
时时勤拂拭，勿使惹尘埃。

从文字上解释，就是说我们这个假的身体就是智慧长青之树，真心——本来具足的佛性，就像明镜台一样闪闪发光，可是贪痴慢疑等等烦恼染污了这个镜子，所以要时时勤拂拭，让它清清净净、明明亮亮，不要让它落上一点点脏的东西。

神秀将这首偈子写在廊壁上，很快就被众人所传诵。慧能不识字，就让别人念给他。然后他说他也有心得，让别人替他也写在廊壁上。因为印佛心印不是一个谦让的事情，对法和真理的追求是不必谦虚的，所以他当仁不让。偈子就写在神秀的一旁：

菩提本无树，明镜亦非台；
本来无一物，何处惹尘埃？

慧能大师的这首偈子用意在于让大家见到空性。世间的人执著于把自己的生命看成是真实的，把万物也看成是真实的，有人、我、众生、寿者相，因此有各种烦恼。神秀是讲的用，讲如何来修证，而六祖慧能讲当下就是性空的。哪

有什么菩提树啊！我们的身体是四大五蕴合成的，拿现在的话来说，无非就是各种有机元素的堆积，哪有一个真实的你呢？所以说“菩提本无树”。“明镜亦非台”，如果这个明镜还有个台的话，那你的智慧就太有限量了，应该是没有限量的。“本来无一物”，从身内到身外当下是明明历历，湛湛净净，哪里还有一个物呢？如果有一物，就等于在佛头上安头了。佛法在本地风光上是一尘不染、一法不立的，哪里还有一物呢？“何处惹尘埃”，当下就是清净自在的。

这两首偈子，神秀强调的是修这一方面，但是悟还没有达到彻底见性的深度，而惠能强调的是悟到性空，上彻碧空，下彻黄泉，彻底和盘托出。这四句话非常好念，但要对这四句话有很深的人生体会就非常难了。

针对如何破除世间的执著，这里我想到这样一个公案。一天，老禅师和他的弟子去云游参访。走到河边，看到一个妇人在哭哭啼啼，因为秋天河水又冷又急又深，这位妇人想过河却过不去。老禅师就叫他的弟子把这个妇人背过河去，徒弟心想师父平常教我不近女色，严守戒律，于是不愿意背。老禅师只好自己背着妇人过河，过了河，放下妇人，就走了。走了十几里地了，小徒弟一直撅着嘴跟在后头，师父就问：

你为什么闷闷不乐呢？”他说：“你平时教我不近女色，严守戒律，你今天为什么把这个女人背过河了？”他师父说：“是啊！我是背她过河了，但我早已经把她放下了，而你却把他抱在怀里走了十几里路。”

我用这个公案告诉大家，学佛以后，不管有没有悟到空性，都应以一个无住的心去对待世间的事物。我们的心要像明镜、像清潭一样，事物来来去去，但是不要留下痕迹，不要去执著。

我再讲一则公案。四川曾有一位《金刚经》大师，写了一部《金刚经疏抄》，然后他就挑着担子，带上他的《金刚经疏抄》出去参访，看看能不能遇到一个对手，能够和他对答得上。走到半路他又饥又渴，看到一位卖点心的老太婆，于是就向老太婆买些点心。老太婆说：“我问你三句话，你如果能回答，我就给你吃，你如果回答不上来，我就不给你吃。”他想又有什么话能把我难住呢。老太婆就说：“《金刚经》上讲，过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得，请问《金刚经》大师，你点的什么心呢？”这下可把他难住了：是啊，我点的是什么心呢？回答不上。后来，他寻思来寻思去：我苦苦研究了二、三十年《金刚经》，写出一部《金刚经疏抄》，竟然被老太婆的几句话给问住了。于是他把他的《金刚经疏抄》付之一炬。

我们生活在世间，衣食住行，名和利，不管你要与不要，都在我们的身边。佛教徒就应该采取一个无住的心，别人给我，我就接上，不给我，我不去争，但也不是守株待兔，所谓“但看脚下，莫问前程”。脚下每一步走稳，步步向前，至于要取得什么样的人生成就，不去执著它，已经取得的，不去执著它，没有取得的，也不去盼望它，但是应该做的还要去做。就像《西游记》的主题曲中所唱的：“借问路在何方？路在脚下。”

无住是一种境界，来去心里不留下痕迹，那么无念呢？无念是一种修行功夫，要把自己的心修到一个不起杂念的地步。大家打坐的时候，平时不觉得自己有什么念头，一念佛，一到禅堂里头打坐，反而觉得这念头更多了，一会儿想到这里，一会儿想到那里，那就不叫无念了，那就叫有念。有念就有烦恼，只有无念才没有烦恼。这个无念是从主观上说的，实际上天下本无事，庸人自扰之。在接人待物当中，经常看到这种情况：本来清清净净的没有事情，有的

人就苦思冥想，想出一个事来；或者本来没有是非，他非要说出一个是非来。那就不叫无念了。

眼、耳、鼻、舌、身、意，可以说是心的几个窗口，心通过它们来获取信息。无住就是针对它们来讲的，不要被外物所迷，不要住在境界上面。心一旦住在境界上，人就有了烦恼了，有了贪欲心了，就有念了。大家可以看到，少妇过河的公案，讲的就是无住、无念，也就是无相。老禅师虽然做了，但他如同没有做一样，过了河他就把她早已放下，心里空空荡荡的；而他的弟子虽然没有背她，心里反而起了染污了。一个做了心里反而没有，一个没做心里反而填得满满的，这就是境界上的差异。一旦对无住、无相和无念有了人生的体验，我们应该保持自己的自性，不要被染污。像我们发愿、忏悔一样，已经作的恶，让它到今天为止断掉；没有作的恶，不令它开启；已经作的善，让它继续增长；没有作的善，让它继续发扬。所以学佛的人并不是消极厌世的，并不是没有事情可做了，而是他趋向于正道和善道。《六祖坛经》中有一个长达 60 句的《无相颂》，主要是讲一个人开悟以后如何在现世的生活当中保持自己的自性不失，使自己的人生不要受到污染。如果能够这样做的话，那么一个安宁、安祥、自在、解脱的人生当下就是。

前面我们已经讲了“有”的人生观、“无”的人生观和顺其自然的人生观，这三种人生观对于佛教徒来说都是不足取的，因为它们都是偏执的。住在“有”上的执著追求是一种劳累沉重的人生，偏执于“空”的是一种消极悲观的厌世人生，顺其自然的人生观则说明了他没有认识人的生与死，所以顺乎人的五欲——财、色、名、食、睡，并且执著于这个观点，那也是错的。因此，佛教有佛教的人生观、世界观、宇宙观、以及名利观、爱情观等

等，这里我举名利、生死和幸福三个方面谈谈佛教是如何认识人生的，这也是《六祖坛经》无住、无念、无相在生活实践中的具体应用。

首先讲名利观。我认为佛教徒的名利观应该是立竿见影而不是捕风捉影的。世间的人为了追逐名利，经常是捕风捉影，希望得到一种虚名和虚利。那么什么叫立竿见影呢？还是原来那句老话，我们佛教徒做事情，就是“但看脚下，莫问前程”。我只管去丰富我的学问，充实我的智慧，为人类为社会做自己应该做的事情，至于社会上要给我什么待遇，要给我什么名利，我不管它。犹如在阳光下立了一个竿子，必然会出现影子，如影随竿，影子永远不会左右竿子。只有这样，你在社会上才能处理好“空”和“有”的关系，才能处理好入世和出世的关系，也能处理好个人、家庭和社会的关系。大家知道，一个人一旦执著于已经取得的成就，就会被这个成就所累。如果贪恋于没有取得的成就，患得患失，那么心也是非常累的。因此，佛教徒的名利观应该是立竿见影，如影随竿，而不是捕风捉影。

佛教徒应该有什么样的生死观呢？我认为首先是要看破生死。一切生命现象都在生老病死当中，一切精神现象都在生、住、异、灭当中，一切物质世界都在成、住、坏、空当中。没有一事物能够超越这三大规律。这也是释迦牟尼佛伟大的创举和发现。我们佛教徒要看破生死，首先要承认有生必有死，从生的那一天开始，死亡就伴随着我们。然后，在生活态度上，以平常心去生，以平常心去死，用很平常的心去对待生活。我们都能领会到，人生荣耀的时候，闪光的时刻是千分之一乃至于一万分之一，而在绝大部分时候我们都是过着平平常常的生活。不管你是当官也好，为民也好，我想平常的生活才是你真实的生活。如何把握住平常的生活，我认为是生活中一个永恒的主题，而现世的人往

往把荣耀的闪光的生活当成永恒，而不知道那些荣耀闪光的东西总是瞬间即逝的。佛教说：“平常心是道”，我们说：“以平常心去生活”，这个平常心和我们大家说的平常人的平常心还不一样，这个平常心是在逐步地觉悟，逐步地明心见性，是用佛法熏陶自己以后，知道一切都是苦空无常的，不去患得患失的一个平常心。如果你的心一旦被名利、生死、得失左右了，那么你这个心就不是平常心了。

生和死可以说是一个亘古的问题 现在所谓终极关怀问题 就是指生死问题。大家都希望解决。那么我所领会的佛教的精神，就是要看破生死，以平常心去活，以平常心去死，乃至通过修道的方式去了脱生死。如何以修道的方式去了脱生死呢？活的时候，以一个健康的心理、健康的身体去活；死的时候，没有挂碍，坦然地去死，像菩萨那样无为的去死。前两天乐居士也讲道：“君子坦荡荡，小人常戚戚”。生活中有些人患得患失，那是非常不值得的。因此我们就应该以佛法的智慧当下安顿自己，过一种解脱的生活。当然，大彻大悟以后的人生是一种非常自在解脱的人生，像观自在菩萨那样的一种生活方式，当然非常好。关键我们不能够一步到位，那么在了解佛教的教义和学习禅法以后，我们要尽可能使自己波浪滔天的心境归于平静，那就会不断地趋向于正道，趋向于禅的境界，在这个过程中，我们也可以不断地得到禅的受用。

佛教徒的幸福观应该是什么呢？我先讲一下苦和乐。苦和乐从哲学上讲是一个概念，从人的实际体验来说是一种感受。比如说愿意喝酒的人，他觉得喝酒是快乐的；不愿意喝酒的人，当下就感觉苦，这么难喝为什么他觉得是好喝的呢？显然，苦和乐是一种感受。凡是有乐的后面必然跟着就是苦，苦和乐是互相为因的。你现在如果吃不饱，穿不暖，一旦吃饱穿暖以后，就觉得是一种

幸福，一旦吃饱穿暖偶然得不到了，就觉得是一种苦。佛教要追求的是一种永恒的、究竟的乐。这种乐是没有对待的，不是互为因果的苦乐层面上的乐，所谓寂灭为乐。不患得患失，没有人我分别，是在破除无明和烦恼以后，最后得到的那种清净的状态。我在前面已经讲了，犹如明镜和清潭一样，是那样一种乐。由此，若一个人独善其身，应该持这样一种态度：要乐于独居，要清静敬业，要不断地丰富自己的学识，要注重自己的人生修养。如果社会允许你创造某种事业的时候，那就兼善天下，我们要乐于献身、付出、奉献和无求。这样才应该是佛教徒的幸福观。

四、中道的人生哲学：

（以出世的精神，干入世的事业）

先讲一个故事。一休学道的时候，他的一个师弟在一次扫地的时候，不小心打碎了师父心爱的茶杯。他非常苦恼：回来以后，师父要惩罚我，要挨香板的。他就请问一休，一休就拿个手绢把这个破茶杯包了起来。师父回来以后，一休就给师父顶礼，他说：“师父，我亲近您这么久了，我有个问题想不明白。”师父说：“什么问题呀？”他说：“世界上有哪一种东西是亘古不变和不坏的呢？”他师父就告诉他说：“世界上没有一样东西是亘古不变、不坏的，从你的身体到一切物体都是会坏的”。于是一休就把手绢打开了，说：“师父，今天擦地的时候，不小心把您的杯子给打碎了，您不要心疼呀！”他师父说：“唉！那无关紧要，碎了就碎了吧！”

世界上没有一样东西是亘古不变的。大到宇宙，有人会说这个宇宙是真真实实的存在，实际上宇宙也有一个成、住、坏、空的过程，没有一个主宰的东西，没有一个真实的东西，小到微量元素都是如此。有人讲微量元素是真实的，电

子、质子、焦子、中子乃至夸克统统是不真实的。现在夸克下面发现一种暗物质。暗物质是什么呢？经过分析它等于零，在物质后面的东西，就是暗物质。为了不坏世间的概念，佛教把这一切万事万物的存在安了一个名字，叫假有，这个有是假的。从微观到宏观，它本质上是空的，那么就叫真空，所谓真空假有。

刚才说到茶杯，茶杯虽然没有一个固定不变的自性，没有一个主宰的东西，它当下就是空的，但是大家知道，端起茶杯喝水还可以解渴，因此这中间就有一个妙有。真空是从体上讲的，是从理上讲的；假有是从现象上讲的，这种现象确实存在；妙有是从用上讲的。因此就形成这样三个概念：有、空、中。中就是中道，翻译成现在的话就是我们承认物质现象的存在，但是又看到它从宏观到微观最终究竟是空，这是认识事物的两个方面。那么，我们就可以把事物的“有”叫做“事”，把事物的“空”性叫做“理”，把中道叫做“用”。在前面，我们反驳了执著于“有”的人生观，也反驳了“空”的人生观，也反驳了放任自流、顺其自然的人生观，那么这里就为大家确立一个中道的人生观。所谓中道的人生观，就是世间的学问我也去拥有，世间的的生活我也去建立，但是我知道它毕竟是空，所以不去执著，这才能够达到一种无住、无相、无求、无念的境界。因此只有确立中道的人生观，才真正是佛教徒的世界观。我们讲的空不是顽空，我们讲的有不是一种实实在在执著的有，因此就用四个字概括叫真空妙有。

要达到中道观的人生境界，并且运用到实际生活当中，首先要认识自己。如果有的人看到人生非常苦，非常苦闷悲观的话，你就应该告诉他，要勇猛精进地学佛，人身难得，应该为人类和社会积极地贡献，用“有”的方法唤起

他的生命。如果有的人把世间的名利看得十二万分重要，你就告诉他人生毕竟是空，不要去执著。如果有的人非常流俗，待人处事很圆滑，所谓“见人且说三分话，未可全抛一片心。”我们就劝他珍重生命。

我们佛教徒应该用中道的人生观，培养这样的人生品质：理智、智慧，而不是小聪明；勇猛精进，而不是急进；乐于追求，而不是顽执。这样做人是温厚的，温良厚道的人生才会是圆满的。通过这样学习佛教的中道思想，学习《六祖坛经》上讲的六个字：无住、无念、无相，不管是否达到这样的境界，如果我们按照这个要求去做的话，那我们的人生就会是充满和乐、安祥自在。

结论：我们对世间所有学问及生存方式要有深刻的认识，我们可以去研究各种自然科学、心理学、美学、哲学，可以去从事各种事业，但我们要清醒深刻的认识，不被其所迷惑，不执住于其中。我们对空和无也要有深刻的领悟，但也不住于空中，不消极悲观。如此“上彻碧空，下彻黄泉”，那我们的人生呢？——“但看脚下，莫问前程”。坦坦荡荡，不患得患失，我们拥有的就是安祥、自在、和乐的人生。

用了这么长时间跟大家谈人生，最后我把给大家讲的归结为三层十二字：

- 1、真空妙有
- 2、事理圆融
- 3、妙行无住

中国佛教协会副秘书长学诚法师开示

(1995 年 7 月 22 日)

尊敬的净慧大和尚、各位法师、各位营员：

今天我们中国佛教协会、北京广济寺一行是来这里参学的。一进柏林寺，我们就看到一片光明，柏林寺清净庄严的景象使我们感到非常欢喜。短短几年来，柏林寺在净慧大和尚的主持下得以迅速恢复，并且在修复寺庙的过程中又能注重佛教文化方面的研究和推展，这可以说净慧大和尚非常有远见。

很久以来，人们对佛教误解很深，以为信佛是消极厌世，烧香拜佛是迷信。其实寺庙作为一个硬件，烧香拜佛仅仅是一个形式。寺庙关键是要有人来住持，来弘扬佛法。如果没有这些，光有一个空壳子，寺庙就没有多大意义了。净慧大和尚在修复柏林寺硬体的同时，连续三年举办了这个生活禅夏令营，让各地学人来这里听闻佛法，培植善根，因缘不可思议。

大家都知道，佛教教主释迦牟尼佛在 2500 多年以前，抛弃王位，出家修道，经过六年苦行，创立了佛教。他一生说法很多，后来弟子们把佛陀的教法汇集成现在的《大藏经》。《大藏经》浩如烟海，可以说从古至今无论哪一位思想家、文学家都难以写出这么多的著作，释迦牟尼佛如果不是一位大彻大悟的人，也根本说不出这么多的教典。二千多年来，《大藏经》能够一直流传下来，并且向世界各个领域逐渐扩展，可以说它有非常强的生命力。所以，《大藏经》无论从哪个方面来看都是不可思议的，非常值得我们去学习、去研究。

大家能够有这个因缘来接触佛法、了解佛法，是我们多生多世以来善根因缘在柏林寺成熟，可以说我们是很有福报的。虽然夏令营仅仅只有七天，但我觉得大家也能够尝到法味，那么大家以此为契机，在净慧大和尚的引导之下，从

对佛教的兴趣开始，逐渐地来相信它、发扬它，从信佛到学佛到以后的成佛，那么，我们的人生使命才能真正完成。

最后祝愿各位福慧圆满、吉祥如意！祝愿柏林寺繁荣昌盛！

佛学的基本理解

乐崇辉

(1995 年 7 月 22 日)

大和尚要我讲讲《六祖坛经》，《六祖坛经》是称性而谈，从理上入的，不是一般人一下子就了了的，我们都是钝根众生，业缚凡夫，所以今天我先给大家谈谈对佛学的基本理解。

什么是佛学？什么是学佛？我们要有一个基本的概念。佛学不是学佛，学佛也不是佛学，但这两者是相即不相离的。佛学是解门，学佛是行门。佛教不离行解二门，离开了行解二门，佛教就没有证量。有行要有解，有解要有行，是行解不二的。

各位入了禅堂，参禅、跑香就是行门。“佛法在世间，不离世间觉。”离了世间，无众生可度了。释迦牟尼佛在《金刚经》上讲四生十类 我们都要度，胎生、湿生、卵生、化生，有色、无色、有想、无想、非有想、非无想，皆令入无余涅槃。地藏菩萨大愿：“众生不尽，誓不成佛。”这些都是行门。大概过几天要授皈依，那么师父会给大家讲四弘誓愿，“众生无边誓愿度”，一切众生都是我们要度的对象。这也是行门。

今天大家聚在一堂来探讨这门课程就是解门。解门就是佛教的教义，它演化出一种思想体系，一如哲学思想一样，本体论、现象论、人生观、宇宙观、认识论，但是佛学有的，哲学不一定有。譬如中道观、中道论、缘起论、唯识论，哲学就没有，这是佛学特色，佛学专门有的。

我们常常研究佛学，什么是佛学？科学的科学是哲学，哲学的哲学是玄学，玄而又玄才是佛学。佛学玄又玄，哲又哲，科又科，在世间再也找不到这么圆

满、伟大的学科。世间法很多，大学开的课程也多，各科各系都可以读，唯有佛学很少有人去谈，就是哲学系的老师也未必懂得佛学。六祖大师不识文字，却懂得佛学。所以佛法不一定是在文字相上转，越转越迷惑，所知障、文字障都来了，所以佛学要悟，要直下承当，不是思维、推理、论断的问题。

佛学的领域很广，有人说佛学就是佛学，不然，佛学包括社会学、心理学、教育学乃至政经学，所有学问无不包融在佛学里面。所以佛学是值得我们现代的知识青年去探讨的。因为它归纳成一种学术思想，这个思想主要阐明了生命的问题。我们从哪里来？往哪里去？这就是迷知道了从哪里来，知道了往哪里去，这就是觉。迷即众生，觉就是佛。其实我们的智慧跟释迦牟尼佛乃至无量诸佛的智慧无二无别，只是因为我们的妄念、无明蔽覆了真如啊！所以我们要从佛学方面好好探讨一下生命的问题。生命问题是什么？从生物学来讲，我们是个有机化学体，但这是从物质的表相去看，没有看到生命的内涵，生命的内涵就是佛学要解答的问题。因为生命的问题不能解决，才有无端的烦恼。一切的烦恼总的来说就是生死，所以佛家常常谈到了脱生死，这就是说你不了脱生死，就永处于烦恼、轮回当中。你要是证悟了了脱生死的道理，才能解脱我们的烦恼，乃至我们的生命问题。我们知道要通过实践去检验真理，学佛是实验，佛学是理论，只有去做才能检验，才能印证佛学的教义。一个方程式也好，一个定义也好，要做实验，自然科学都有实验室。那么我们每个人的身体、身心世界就是我们的实验室，要真正把身和心结合在一起，发挥你本身的智慧，从而解脱生死。

人生最大烦恼是生死，如何解决它？下面我们谈谈烦恼产生的过程。一般这么讲：无明起惑，起惑造业，因业受苦。我讲详细一点。一念起了无明，因

为无明起了惑，无明本身就是惑，但它起了什么惑呢？最主要的是十个根本惑，五见惑、五思惑，每天在我们内心不离开，一分一秒都不离开，可怕就可怕在这个地方。惑就是迷失，在行为上讲是迷失，在我们内心世界叫迷思。它使我们找不到方向，飘飘荡荡，浪迹天涯，始终找不到哪儿是我们的家。惑里面最大的问题，从唯识学来说就是在第七末那识，末那识就是恒审思量，恒审就是执著，思量就是分别，起对待心。因为这种情形就造了身口意三业，业就是行为。身体造行为，嘴巴造行为，思想造行为，这样造了三种不正当的行为，因此我们得病。这种病包括生理病、心理病，都是业障。我现在水土不服，也是业障。这就是业，过去不巧造了什么业，就产生病了，有病就有苦、有烦恼，苦就代表无端的烦恼。

我们各位要看看，无明是从妄念来的，所以有一念就麻烦了。什么叫一念？今天如果你参禅或者念佛，开始你仿佛不知道有念头，在用功的时候，才知道：哎哟，怎么念头那么多！这时心里慢慢明白什么叫念头，才知道怎么念头这么多。你说你入了定了，入定了还有念头，是微细的念头，细中细的念头不能觉察。我们现在在欲界，用言语沟通，就是用声波；到色界时，用光波，开口闭口就是用光了；到无色界的时候，用微细的脑波，没有形象了。我们欲界有形象，色界还有光明的色身，到无色界连色身都没有了，你知道我存在，我也知道他存在，彼此知道存在，都是用微细的脑波去沟通。有这种波就是凡夫，所以说三界之内都是凡夫。现在很多人研究超心理问题，什么四度空间、十六度空间，但都不如佛，佛叫零度空间，没有时空了。虚云老和尚在终南山，下雪住茅蓬，采了山里的野芋头放进锅里用雪水煮一煮，老和尚在旁边一盘腿就入了定。过年了，人家到山里看老和尚，敲敲茅蓬门，没人答应。一进去，老和

尚入定，一敲引磬，醒了，出定了：“来吃芋头吧！”一打开盖儿，都长毛了。他还认为根本就没有过多长时间，这就是一刹那，其实半个多月过去了。我们要是生病烦恼的时候，哎呀，时间好长噢！

我们还谈解决烦恼问题，悟了以后，一切烦恼都没有了，很自在，不是死了自在，是当下自在，活着要自在。不是死了以后到西方，是活着的时候，就可以见到西方。这就是说要活着解脱，而不是死了解脱。死了解脱，晚了。一切要靠自己，自身就是渡船，你把握你的方向盘，朝向解脱的家乡。这个观念非常重要，这是学佛中很重要的一个观念。我们今天已经流浪在生死当中，流浪这么久，大家要特别注意，何处是家乡？我们家在哪里？请各位去参这个问题。

妄念很麻烦，一念是 90 刹那，一刹那是 900 生灭，那么一念就是 81000 次生死轮回，不要小看这一念。我们一分一秒有多少念？你自己算算，算不出来吧？我们每天都在轮回当中啊！人们常常不相信，提到轮回，一念善就是天堂，一念恶就是地狱。孔夫子说：“君子坦荡荡，小人常戚戚。”仰不愧于天，俯不祚于地，这就是坦荡荡。不愧于天地，不悖于因果，就是坦荡荡。小人常戚戚，天天在悲戚，天天在烦恼。我们各位是要做君子，还是要做小人呢？所以我们今天要找一個开悟的方法，不管各位是在学校读书，还是在社会上做事，不能迷惑，时时提起觉醒。我在哪里？我做什么？要清清楚楚，明明白白。心里明白，就是觉；心不明白，就是迷。我们要觉，还是要迷？自己去判断。妄念一起来，无明就跟着来了。一念生起就是无明，念念相续是无明相续，我们一天到晚就没有办法明，每天都是在无明啊！

无明生起见、思二惑，什么叫见惑，什么叫思惑？见惑五个叫五利使，思

惑五个叫五钝使。为什么叫利和钝呢？利容易破，钝难破。学佛五利使还容易破，五钝使就很难破。

哪些是思惑？五思惑是贪、瞋、痴、慢、疑。什么叫贪呢？非份就是贪。贪就是贪爱心，就是占有欲。不应我所得，动歪脑筋，走漏洞，千方百计、不择手段去谋求，这就是贪。因为贪，分配不均了。所以贪是我们最大的心理障碍。瞋呢？得不到的，就嫉妒、怀恨、报复，瞋恨别人，心不平等。不相信因果报应，胡作非为。贪瞋痴称为三毒。“上报四重恩，下济三途苦。”这三途就是三毒，有这三毒，就堕落到三途，三途就是三恶道。下面是慢，有学问了瞧不起没有学问的，有钱了瞧不起没钱的，自己有了名誉瞧不起别人，这就是我慢心，我慢贡高。最后是疑，怀疑。第一就是怀疑佛法，不信佛法。其他疑神疑鬼，疑这疑那，都是疑。不相信释迦牟尼佛所说的教法，就是大疑。贪、瞋、痴、慢、疑这五种根本思惑，每一分一秒都在我们内心世界里面，所以我们常常茫然、彷徨、徘徊，不知何去何从，这就是来自五种思惑的控制。

再看我们的见惑，身见、边见、邪见、见取见、戒禁取见就是五见惑。身见，我执的见，《圆觉经》讲：“妄认四大为自身相，六尘缘影为自心相。”认为四大假合、五蕴缘起而生的这个色身是真的，所以执著我见，我见坚固。六尘缘影——色、声、香、味、触、法，我们对待的境界都是真实的，看到外在的境界，马上就起心动念、执著分别。看见花，执著分别，看见草，执著分别，房子大小、人物的高矮、胖瘦美丑，分别执著，恒审思量，没完没了，内心永远不平。佛法就是要调和这些，生活中需要调和。吃饭要不要调呀？吃饭你要挑，挑这挑那，那就是没有调。什么都吃，倒杯茶，我也喝，开水也喝，凉水也喝，不要问是凉的、热的，不管它，因为渴就是病，喝水就是药，不要

去执著分别。有什么，喝什么，不是我的，我也不要，给我的，我就要，应该所得，我就得。这就是身见，一个主观的见解。从哲学来看，主观看法常常忽略客观条件，要注意客观条件，光顾自己，不管别人，这就错了，所以这要调啊！佛教讲六和众，大家在一起，身和共住，彼此要很谦虚，起恭敬心。不只是一要对老师恭敬，同学彼此见面也要合十恭敬。从大殿前面走过，也要向上一问讯，再过去。同学跟同学要合掌，要珍惜在一起的缘份，过去我们在唐朝都参过禅，今天又见到了，知道吗？人们常常完全只注意到自己，没有管到别人，这是大错，所以《华严经》上讲：“不为自己求安乐，但愿众生得离苦。”

抛去主观见解，站在对方的立场上来观察，社会就祥和了，世界就和平了。

今天的社会伦理道德没有了，根没有了，人心是浮的，这叫掉举，掉在半空中，下不来了。所以，我们要靠佛学及儒家思想来挽救当今社会的危机。那天海峡两岸交流会上我还谈到，在台湾我们每月到监狱去弘法一次。那儿有个戒毒班，我们去了以后，那一个班连《阿弥陀经》都会背了。这些人出去保证不会再犯，因为他们皈依学佛了，没有学佛的，还会再犯。学佛就有这个好处。我们在少年感化院，面对面地跟他们沟通，你哪里不痛快呀？你为什么要这样呢？你琢磨这件事对不对呀？跟他聊，他就把心里话慢慢讲出来。我们教他们念佛，一边念一边听，听得字字分明，反观自性。然后我说：“在座的道友（我们不讲受刑人，那会刺激他，在监牢里还是道友），念念佛，心里静了，平和了，脑子里杂念比较少了的，请举手。”举手的有百分之九十。佛法伟大不伟大？佛法是真伟大，就治你的妄心，伏你的妄念。妄念一伏了，慢慢无明也就伏下去了。所以大家应该从这方面去体悟，我们应该怎么去做？当然我们是对他们去讲，其实我们自己来修的话，一样要伏妄念。一切修行在日常生

活中，不是在生活之外还有一个修行法。拔草就拔草，穿衣就穿衣，睡觉就睡觉，没有别的念头。我看有很多人出坡还在聊天，杂念纷飞，你怎么修呢？修行就要制心一处。你看六祖慧能大师，舂米就舂米，舂米干吗呢？修行啊！达摩祖师面壁九年，那也是修行。看墙壁干吗呢？看心，不是看墙壁，要看得透彻彻、明明亮亮，那才是修行。所以大家要悟这个道理。

第二是边见，边见就是心里起对待，不是这样就是那样，这样和那样就变成两边了，起对待了。美和丑、胖和瘦、长和短等等都是对待，凡是属于对待的就是现象论，凡是非对待的就是本体论。这是强立名，不得已而说，本来本体和现象都没有，是不得已才说的。因为起对待，就有对待的矛盾，我们每天内心有没有对待，你自己去想一想。每天睁开眼就是对待，不但要对待，还要起矛盾，有矛盾就有冲突，有冲突就有烦恼，等到最后变成两极化。你的两个对待差距越大、越辽阔，你的烦恼就越大。两极化，结果不是向外暴力，就是自残。我们讲一切业障最重的是精神病患者，双重或多重人格，乃至人格分裂，这很可怕。这种情形，我们认为都是大的障碍。但是你要知道他有大障碍，我们小障碍，他是精神病，而我们每个人都是半个精神病。我们心理都不正常，都不平衡，患得患失，都不健康，所以才要学佛，佛才能平衡你的健康，让你不患得患失，充沛你的生命力，去掉你的无端烦恼。

第三是邪见，异端邪说，不是佛所说的见解都不是正道的见解，唯有佛的见解才是正道的见解。像日本奥姆真理教，后来放毒气，那是邪魔外道。台湾也有很多挂着佛教名义的外道，比如卢胜彦、清海无上师，大家要特别注意，千万不要相信，不修还好，修了就入了天魔外道了。所以我们学佛法的时候，要记住四依四不依：依法不依人，依了义经不依不了义经，依义不依语，依智

不依识。这就是指我们要以教法为依，不可以人为依；要以三藏中的了义经为依，不可以不了义经为依；要以中道第一义为依，不可以文字、语言的表现为依；要以佛的智慧为依，不可以凡夫的见解为依。

第四是见取见。见取见就是把上面三个见抓住不肯放了，执著住了。最后是戒禁取见。释迦牟尼佛在世的时候，特别要破外道。在印度到现在还拜火、拜牛、拜自然，这些戒是佛所禁止的，就是戒禁。我们要守佛的戒，不要守外道的戒。

我们讲了这五见惑、五思惑十大根本惑，大家要特别注意，每天要观照。儒家讲反省，我们讲观照，不要生起一种惑的念头，要头脑很清楚，明明白白的，对大家就有帮助。

惑、执著和分别就造成业。身体造业，比如杀生，杀人是杀生，杀蚂蚁也是杀生，杀蚊子也是杀生，因为它也有佛性，你杀它就是杀未来佛。你不相信吗？菩萨看一切众生都是未来佛。过去释迦牟尼佛派两位比丘出去参学，走到外面两人渴了，才发现忘了带滤水的东西。当时饮河水要经过过滤，否则就会杀生，因为河水里有很多微生物。我们现在吃自来水，都杀生了，这个共业不在话下。当时这两位比丘有一个渴得不行了，就直接捧起水喝了，另一个想我宁可渴死也不破戒，这个就渴死了。那个喝水的，活得好好地回去了。释迦牟尼佛问他：“你们两个人出去，怎么你一个人回来了？”他就把这件事情跟佛一五一十地报告了。佛说：“你要不要见你的师兄啊？”他说要见。他的师兄出来了，原来他的师兄已证得阿罗汉果了。这个故事就是讲一个微生物都要避免去杀害它，这才是慈悲平等地看待一切众生，这是尊敬生命。人与人之间，如果我们侮辱别人，使他伤心，也是杀他，杀他的心，也是杀啊！这人要

出家了，你不让他出家，断他慧命，也是杀啊！广义的杀生很多，包括有形杀、无形杀。

上面讲的是身体的业。还有嘴巴的业，调拨离间，讲话不实在，讲男男女女的问题，骂人等等，这些都是口业。因为迷惑才造业，你清楚了，你就不敢做这些事。意业，起心动念，念头一起就是罪。一念起，八万四千烦恼。苦啊！造业怎么能不苦呢？患得患失，人家有，你没有，你不高兴；你有了，又瞧不起人家，这都是心理上不平衡，就是病。因为有病，才有烦恼，心有千千结。

各位在青年时代，烦恼还特别多，想这想那，什么都要想，未来的前途、毕业问题、婚姻问题、恋爱问题……，一想就烦恼，做了还更烦恼，甩都甩不掉。香港出过一本书《象牙塔的女人》，自己被自己困住了，画地为牢，所以我们常常说要走出象牙塔。我们自己画一个圈，每天好像驴推磨一样，转不出那个圈了。这就是轮回。你有畜生的行为，就到畜生道；你有饿鬼的行为，就到饿鬼道；你有地狱的行为，就到地狱道；天上的行为就在天道；人的行为，就在人道；修罗的行为，就在修罗道。六种行为，物以类聚。每一道里都有六道，我们的监狱就是地狱，医院开刀就是地狱。我们在世者都跑不了，所以要好好忏悔，好好修学，跳出牢笼，跳出三界牢笼，跳出烦恼的牢笼，走出象牙塔，走出枷锁的象牙塔，走出不自在的象牙塔。

讲了这么半天，业从哪来呢？刚才我们讲妄念起无明，无明起惑，由于执著分别而造业。这个妄念是你起的，这个业是你自己造的，你用业牵着你的鼻子在走。你知道吗？我们每个人自己弄一个环，拴在自己的鼻子上，无形的绳索在牵着走。你还认为父母不对、师长不对、社会不对，其实是自己跟自己过意不去，庸人自扰啊！各位要知道解铃需要系铃人，提醒各位，请你自己解决

自己的问题，没有别人能帮忙。所以我们要参禅、要念佛，自己来打开自己的绳索、枷锁，走出象牙塔，这才是唯一之途。我研究过宗教比较学，佛学最高。为什么？我们要讲出个道理来。一切宗教有对待法，唯有佛教没有对待法，有对待法就不究竟，绝待法才究竟。绝待就是到本体了，对待法还是有现象。上帝还是人，你到他的天国，是他的儿女，你还不能当上帝，还得听上帝管，你还是没有自由，还是不自在啊！佛不是。我们今天都在修学分，都在写论文，都可以拿到博士学位，你拿到博士学位了就是佛。什么论文呢？了脱生死的论文。你能成佛，我也能成佛，是不是自由平等？没有统治与被统治，没有管和被管。没有起对待心了，你是佛，我是佛，大家都是佛，佛佛道同。法身、报身、应化身，还归到法身去，四土还归到常寂光土，法身土、法身佛、千佛万佛归到一佛。这是圆满的生命啊！这是我们追求的最高理念啊！这才达到我们最后一个究竟圆满的涅槃境界。

那么我们的生命圆不圆满呢？你圆满吗？有生就有死，你能逃避死亡吗？只要你现在有生就必然有死。唯有不生，才有不死。我们追求的是不生不死的本体，不要在生死的现象里去转。今天先给大家打个底，让大家了解根本烦恼是自己造的，还是在于一念。我们参禅也好，修密宗也好，修净土也好，都要破除这个念。不但伏这个念，还要转这个念，不但转这个念，还要化这个念，无所念念，根本就没有这个念，那就到了最高境界。我们今天苦啊，有病就有业，有业就有执著分别，执著分别就产生见思二惑，见思二惑产生无明，无明生起妄念，根源在妄念。所以释迦牟尼佛说：“奇哉！奇哉！一切众生皆有如来智慧德相，只因妄想执著，不得证明。”我们大家本来都有如来智慧德相，都有佛性啊！只因妄想执著，盖住我们的真如，好像我们心中有个太阳，

因为乌云挡住了太阳，我们看不到，把乌云去掉了，太阳就出来了。出来了就是真心，盖住就是妄心。其实也没有真，也没有妄，也没有无明，也没有一念，只是不得已而说。不说，大家还是没办法去体会。所以佛说无法可说，这是从理上说是无法可说。从事上讲，佛说了三藏十二部经典，谈经三百余会，说法四十九年，从历史上讲是有的。事理要圆融，讲法要圆融。所以，这个问题还是在念头，大家要特别注意，要用佛教的方法论，破除我们的念头，你才能够从无明到明。云彩盖住太阳叫无明，打开云彩叫明。我特别讲这么多，这很重要。学佛如果不从这里契入的话，很难去了解整个佛法的形态，乃至于它的基本理念。

佛学即是觉悟之学。六祖慧能大师讲了，“迷即众生，觉即是佛”，而且“佛法在世间，不离世间觉，离世觅菩提，恰如求兔角。”我们今天探讨佛学，要追求觉悟的道。不但追求觉悟的道理，而且还要证到与释迦牟尼佛同等的地位。这就是佛法的伟大之处。虽然他是我们的指导老师，我们最后一样也可以做指导老师。这是一般宗教无法与之相比的。所以觉悟就是解脱出去，就是让我们从这里体悟到生命的可贵，生命的无常，乃至于如何达到圆满。生命是可贵的，我们要去珍惜它，没事聊天、下棋、跳舞、卡拉，多么浪费生命啊！有那时间，看点书多好。不要说是佛学的，世间法的也可以多看看。我们要知道，佛学是让你不要浪费你的生命，而是要借假归真，借你假的身体，找到真的东西。我们的“我”是假的，身见是假的，那么，真的“我”是什么呢？法身佛。你也是法身佛，我也是法身佛，大家都到了法身佛，就是真我。湛然常住，不变不异，不生不灭，这是真我的境界。唯有佛学才能解决生死问题。

释迦牟尼佛在过去行菩萨道的时候，帝释天王现罗刹鬼（罗刹是吃人的），对释迦牟尼佛讲：“你知道‘诸行无常，是生灭法’，但你不知道这个偈子的下半句，这下半句可以解决烦恼和生死的问题，你愿不愿意知道啊？你要愿意就要舍身给我吃噢！”“诸行无常是生灭法”，诸行，是指时空、宇宙万物。任何一个事物都属于现象论，都有生灭的，是无常的，在无量的变化当中。我们的生命就是无常的，生死就在呼吸之间，野外的孤坟不都是老年人，年轻人也有死亡的，所以提醒大家注意啊。当时释迦牟尼佛说舍身也愿意，因为上半句话他知道，但找不到答案。孔夫子说：“朝闻道，夕死可矣！”为了求法，为了百千万亿众生，前面即使是火坑，菩萨也是要跳的，后来帝释就告诉他：“诸行无常是生灭法，生灭灭已，寂灭为乐。”“生灭灭已”，“生灭”是名词，第三个“灭”是动词，灭掉前面生灭，就是解决生死问题。“已”究竟，彻底。生灭灭已，这是我们所追求的目标。释迦牟尼佛为了生死，宁可舍身来找这个答案。“寂灭为乐”，寂灭，入定，入究竟定。“为乐”这个乐是没有苦因的乐。有苦因的乐，将来还有苦果，没有苦因的乐，是妙乐、无上妙乐。所以佛的快乐，我们连百千万分之一也体会不到；各位坐禅的时候，可以得到禅悦，那已经算不错了，那还是上乐；我们在五欲里是欲乐，欲乐刹那就没有了，像闪电一样“啪”的一下就没有了。

我们学佛首先要从待人处事之道做起。我们常说：未结佛缘，先结人缘。人缘结好了，就有佛缘，人做不好，做人都没有资格，怎么去成佛呢？做人的资格就是人格。人格教育是什么呢？五戒十善就是人格教育。我们国家的法律都没有超出五戒十善。你要是守五戒十善，你就不会犯我们国家的法。所以做人处事的原则都要会，在社会上堂堂正正做人，规规矩矩做事，守本份，不

违反国家法律，这样来做，就是在持五戒，行十善，这是非常重要的。

戒定慧三学意义。戒学，行为的规范；定学，精神的统一；慧学，佛性的启发，也可以讲自性的启发。我想这三学，可以破除贪 痴三毒烦恼，学了以后，三毒破得了，五毒破得了，十毒破得了，见思二惑就破得了，妄念就容易去掉。所以我们修学要从戒上修，戒为根基。大乘菩萨道的行法。我们既然是大乘学人，那么各位回到学校，回到工作岗位，你有同学、同事悲观的时候，你如何挽救他？挽救他你就是菩萨。我们甚至可以经常做一点生命的关怀。我记得北京海淀区有个松堂医院，他们专门收孤独老人，给他们以临终关怀，在这当中，给予死亡教育。各位也可以到那里去看看，慰问那些老人，这就是菩萨。因为他们很孤寂，很孤独，给予关心、爱心，就是菩萨。你们也可以到孤儿院、残疾人福利院去看看，做一点慰问工作，慢慢地大悲心就起来了。慈悲喜舍是从定中来的，常常到外边去看看，你就会起慈悲心，这样你才会体悟到佛法。大乘菩萨道不能离开四摄六度。菩萨就是要度一切有情众生，觉悟一切有情众生，所以菩萨就是觉有情的意思。那么我们众生算什么呢？迷有情。我们不但不觉悟，而且还来迷惑别人，罪过！罪过！所以我们要学习菩萨的精神，精进勇猛，牺牲自己，成就大众。

课堂答问

问：我们现在读到的佛经和西方极乐世界的佛经是不是一样的？

答：佛佛道同，每尊佛讲的都是一样的。释迦牟尼佛讲《阿弥陀经》，但阿弥陀佛在极乐世界就不讲这个经。为什么呢？释迦牟尼佛讲《阿弥陀经》是要赞叹他，让我们到那儿去修学，到那儿去修学等于是加修学分，修“硕士学

位 ”。阿弥陀佛不讲，是因为你已经在那个境界了。

问：佛教可以说是人类文化中最伟大最精华的部分，为什么现代人不了解它，甚至很多人认为它是消极的、落后的，并且来反对它？

答：法不孤起，仗缘而生。一切都是因缘所生法。人人都有佛性，觉即是佛，迷即是众生，我们又有几个能觉的？“无上甚深微妙法，百千万劫难遭遇”。你今天能学佛，别人不一定能学佛，你的朋友、你的家人也不一定学佛。难之又难！为什么呢？这就是刚才讲的妄念、无明、惑、执著、烦恼、业、病、苦的问题。一念无明好像乌云一般盖住了真心，所以很多人不相信佛法，甚至诽谤佛法，这种情况太多了。但我们可以“清者自清，浊者自浊。”

问：请乐老师讲一讲无字经和有字经的关系。

答：有字经也可变成无字经，无字经也可变成有字经。这有字无字要看你怎么悟。我们讲三种般若，从文字般若到观照般若，观照般若到实相般若，到了实相般若，那就是文字的相隐下去了，性出来了。你看经，光是依文解义，三世佛冤！你解了半天，还是在文字相上转，还是没有转出去，你要去观照。看久了以后，不观而观，不照而照。观照成就了就可进入实相，这个经你看不到，一片虚空，虚空都粉碎，你自己也没有了，打成一片，没有对待。所以没有无字真经，也就没有有字的经。一切有字的经，都是有文字，但是这个字是个相，你要是把相破了，性就出来了，你要是执著这个相，性就出不来了。我们念经是行门，不是解门。一边念，一边听，到开悟的时候，经本也没有了，房子也没有了，山河大地都空了，性就出来了。我们现在是物欲控制了灵性，我们不能超越它，所以被它转。因此我们不要去分别什么有字、无字，而是去悟，都是一本经。那么当然也有人可能讲为什么《心经》上说“无苦集灭道”？

“无”就是不执著。“法尚应舍，何况非法？”比如说我念佛，我坐了船到西方极乐世界，还背着船上岸吗？多此一举嘛！多累啊，舍掉吧，给别人吧！这要意会，不可言传。我讲的都是多余的。

问：既然众生都有佛性，我们要关照众生，不能杀生，那么今天早晨，我看见大和尚让一个女同学去折花，插在花瓶里。这是什么原因呢？

答：生物学的分类和佛学的分类不同。自然科学尤其是生物学，把矿物学叫无生命学，把植物学和动物学当作生物学，认为是有生命的。不错，我们不能否认花草是有生命的。那么我们吃素怎么办？麦子、稻米有生命，豆腐有生命，扁豆、青菜等等统统都有生命，大家素也不能吃了，那就饿死了，是不是？所以一切有方便。佛学的分类不同，佛学把植物和矿物叫做无情众生，把动物和人类叫做有情众生，人和畜生又是两个分类法。德国批判哲学家康德非常赞成这种分类法。有情生命有一种感性的反射，不是完全理性的，它偷生怕死，即便蚂蚁，它有它的族群，它是弱势族群，我们要爱护它，要尊敬它。像残障、精神病等等也是弱势团体，我们都要尊敬它。我们现在先谈谈有情，以后才能再谈谈无情。当然“有情无情，同圆种智”，那是后话。现在我们连有情都度不了，还谈什么无情？另外，菩萨戒是规定不得随意攀折花木，无缘无故折花、践踏草皮是犯戒。那么释迦牟尼佛还拈花微笑呢？那他摘花怎么办？我们还借花供佛呢。这些都是表法。

问：我是做心理咨询工作的，常常接触到一些神经官能症或精神分裂症患者，我对他们感到非常无奈。请问大德，佛法能不能提供一种更好的帮助他们的方法？

答：佛法就是心理学，最高的心理学家就是释迦牟尼佛。弗洛伊德还不如

释迦牟尼佛。你可以研究唯识论、百法明门论，可以看看唯识学说的基本东西。愿意的话，留个地址，我从台湾寄一本给你。好不好？

问：请问大德，佛法对教育工作有没有一些指导和帮助？

答：释迦牟尼佛就是一个非常伟大的教育学家。搞教育要有一个良好的沟通，我们人与人之间对话，常常发生误会，这就是沟通得不好。做教育工作也会出现对方听不进去，或者产生逆反的现象，那么我们怎样跟对方做一个桥，彼此来沟通呢？我想首先要考虑谈话技巧问题，让对方听得不但没有反感，而且有向心力。我们大乘行人要学四摄法——布施、同事、爱语、利行，这是与他人沟通交流的好方法。其中爱语就是柔顺语、温和语、安抚语，让他听你说话就愿意接近你，那你就成功了。做领导、做老师一定要用这个方法，不要让别人对你有反感，有反感教育就难办了。佛教有许多关于教育方面的书，你不妨也留一个地址，我回去找一本寄给你。

问：为什么东南亚几个佛教国家以及以佛教为传统文化的部分中国地区经济都不怎么发达，而西方信仰天主教、基督教的一些国家人民更富裕、社会更繁荣呢？

答：这是因果问题。国家发达不发达并不是信不信佛的问题，不要扯在一起。不能说信佛就升发财，不信佛就倒霉，这不对，各有因果，不能说信佛的就要比不信佛的经济发达，那违反因果律。佛也不能违反因果律。释迦牟尼佛在世的时候，琉璃大王来攻打释迦族，要灭绝释迦种。释迦牟尼佛告诉大家这是定业，大家不信，阿难尊者、迦叶尊者也不信，就施神通用钵把释迦种都收进去，结果都化成血水。释迦牟尼佛就讲，这是定业不可移，因果不能违反，佛菩萨也不能违反，谁也躲不开这因果律。为什么琉璃大王要带兵来攻打释迦

种呢？因为过去世中释迦种在一个海岛上，大家都吃鱼，唯有一个不吃鱼的小孩，那就是后来的释迦牟尼佛。琉璃大王就是岛中最后的一条大鱼，佛当时在大鱼脑袋上敲了三下，所以后来琉璃大王攻打释迦种的时候，佛头痛三天。这就表示佛也好、众生也好，谁都不能违反因果，这是一个真理。

问：一切众生都有佛性，那么动物也有佛性，为什么从来没听说，一个动物成佛的呢？

答：动物要成佛，要经过人道，因为一切诸佛都在人间成佛，不在天上、修罗道成佛，也不在三恶道成佛。一个蚂蚁将来也要投胎，在轮回中不知道要经过多少亿劫才能到人，因为它太没有智慧了。所以说：“人身难得，佛法难闻”，佛说得人身者如掌上土，失人身者如大地土。所以我们必须要珍惜人生，得人身实在不简单。

六祖的“三无”和“二三昧”

明海法师

(1995 年 7 月 22 日)

六祖慧能大师住持广东宝林（南华）寺 40 年，大转法轮。“一花开五叶”，度无量众，弘扬禅宗正旨详尽。其精要可归结为：“三无”和“二三昧”。三无者，即无念为宗、无相为体、无住为本。二三昧者，即一行三昧和一相三昧。分述如下。

一、无念为宗

无念，指无为之念，即“真如自性起念”，能作“无功用道”妙用；宗，即行者上接十方诸佛法流，下摄一切众生心念，能转运十方诸佛法流通过己心而加持来机。实证境界至此，禅宗名为“通宗”，堪以“续佛慧命”，“传佛心印”也。禅宗自迦叶初祖至慧能大师，前后 33 代祖师均为单传，可见通宗祖师之难能可贵，不易遇也。神秀当年为教授师，文化水平很高，威望亦很好。但五祖弘忍大师宁愿传衣法给慧能，而不肯传给神秀，因神秀尚未通宗，没有传佛心印的功能。慧能虽不识字，但五祖知他已经通宗，可以传佛心印，对众说法可以“识自本心，见自本性。”契机契理也。

六祖云：“无念者于念而无念”。其法理是因行者必须破除分别我执、法执，俱生我执、法执，始能实契“无念为宗”；此时“真如自性起念”属于无我之念，而非凡夫妄念；故曰：“无念者于念而无念”。我们必须分清“无念为宗”之念和凡情意识形态之念，这两者并不相同。前者，“真如是念之体，念是真如之用”，即明体达用。“真如自性起念，六根虽有见闻觉知，不染万境，自性常自在。故经云：‘能善分别诸法相于第一义而

不动。’”后者，真如为无明所覆，无论有念、无念都在“有情日夜镇昏迷”的范围之内。六祖为了防止听众误会，故有“若只百物不思，念尽除却，一念尽即死，别处受生，是为大错；若不识法意，自错犹可，更劝他人，自迷不见，又谤佛经（罪业严重）”的教诲。

释尊拈花，迦叶微笑。真如总体，分位无穷，性性之间，密放密收，互相传感。故证道歌云：“一性圆通一切性，一法遍含一切法；一月普现一切水，一切水月一月摄；诸佛法身入我性，我性同共如来合。”故能默契“真如自性起念”妙旨，即能“传佛心印”。六祖“何期自性本来具足！”即真如总体遍含一切种性。“何期自性能生万法！”即真空之中能出妙有。释尊深入第一句禅定，示现从空出有妙旨，加持会众；并拈花示众，示最上之禅“从空出有”，如莲花之清净不染也。会中人天百万不知所以，唯摩诃迦叶默契妙旨，破颜微笑。世尊云：“吾有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，咐嘱摩诃迦叶。”此当众宣布迦叶得旨，堪作大众导师也。

一乘宗旨，亦称正法眼藏，因如来法流之运行，非开真正法眼不能默契其妙也。亦名涅槃妙心，于寂默中自心隐起大用，未尝或息也。（参考冯达庵大阿黎著《心经广义》）

二、无相为体

通宗大士，深入三昧，对于万法，能离于相，得清净体，是为无相为体。《金刚经》云：“若有人能泯一切法皆入如如妙旨，于是中无实无虚，能泯之念，亦不可得，则名阿耨多罗三藐三菩提”。即是实证“无相为体”。

六祖云：“无相者于相而离相”，其法理为：“色心诸法之起，必加以接受，乃发生关系；然积习成蕴，则以想为主，因诸法活动之初，只是一

种妙性流行，无相可指。想心已兴，乃凝结为相也。故色心诸法，皆依想而现法相，想若不立，诸法皆失其相。大乘称性起修，虽专观一境而不落想蕴，故仍不失平等法性之齐现。”（参考《心经广义》）是为“无相者于相而离相”的本旨。“根境和合，然后识生。”识相对立，尽离内外识，则诸相化为乌有，一无所得。众生世界，万象森罗，皆为众生识执为累，“同分妄见”所造成之假相。行者修证至转识为智。随时可以“泯识显智”时，对于万法，以智证之，唯性无相，回复真如本体。是为“无相为体”的根本原理。

六祖云：“吾所说法，不离自性，离体而说，名为相说，自性常迷”。佛祖说法，不离性体，“如来善护念诸菩萨”法流强大；“如来善咐嘱诸菩萨”契机契理。善根行者，专心谛听，“时节因缘”一到，每能当下顿悟！而普通法师说法，或普通根机听法，常无此种法效，其理易明。此亦五祖不肯传衣法给神秀而传给慧能为六祖的原因。明体”即实证“菩提”。禅密二宗常修“月轮观”以求菩提。《大日经》云：“云何菩提？谓如实知自心；我观自心，形如月轮。”达摩示慧可云：“净智妙圆，体自空寂，如是功德，不于世求。”证道歌云：“但得本莫愁末，如净琉璃含宝月，既能解此如意珠，自利利他终不竭。”寒山诗云：“吾心如秋月，碧潭光皎洁，无物堪比伦，教我如何说！”月轮观原以专注自心，为下手功夫。非真有质碍物当前，如世间月轮之丽乎天也。观之纯熟，轮相斯隐。唯觉自性遍周法界，寂静洁静，光明，身不可得，心不可得，万法不可得，虚空亦不可得。乃至不可得亦不可得。一切烦恼不假对治，自然不起，根本正智不由他悟，自然通达。（参考冯达庵著《学密须知》）证此，即明体达用。

一切电器，均须接通电流，然后可以发挥效用。同理，修习任何法门，均须接通诸佛法流，然后可以速收法效。所以是否跟随明体达用的祖师而修，与自己能否正知正见，速收法效，关系至为密切。如无明师加持、指导，则难于接通诸佛法流，比如徒有电器，未能接通电流，难于发挥效用也。甚或“走火入魔”所以不可“乱来”。

三、无住为本

无念为宗和无相为体是证果境界，欲证上述境界，须依“无住为本”来修行。六祖云：“心不住法，道即通流；心若著法，名为自缚。若前念、今念、后念，念念相续不断，名为系缚；于诸境上念念不住，即无缚也，此是以无住为本。”《心经广义》云：“心若住法，则成执著。诸法自性，本来皆空，故能平等齐现。若当前法相滞于想像而不能空，便为余法齐现之障，所谓顾此失彼是也。想已成障，便落想蕴。若欲回复平等法性，但力破想蕴便得。”而破想蕴，应从“无住”入手。世人由于住相 无明 短见的事，经常发生，事主如明白佛理，事故起因之时能以“无住”对待之，悲剧就不会发生。

凡夫由于不信佛教，不信“因果报应，随业轮回”的道理，多有“断灭”之见，常有“青春无几许，行乐宜及时”的想蕴，不明人生价值为何，于是拼命追求“五欲”之乐，对于爱情问题尤为“住相”。今年6月，有一位女学生因求爱不遂，觉得做人没有意义，而自寻短见，以为“一死百了”。其实死而未了！死后更惨，死得可耻！害己害人。不少凡夫对于爱情缺乏道德观念，贪新厌旧，朝三暮四，爱恨无常，以致不少家庭不和，烦恼、分裂，乃至造成家庭悲剧。人们往往因为思路不同而作出不同的反应和抉

择，在关键时刻，往往只因一念之差就决定了生死大事。文革期间，有些知识分子抱着“士可杀而不可辱”的心态去对抗红卫兵，以至受到更为严厉的折磨；或因受不了困辱而自杀；个别学佛的人则会想到：我今日之苦，乃前生所作的恶业的报应，应无所住而对待之。《金刚经》说：持诵金刚经的善男子、善女人，本应受人尊重，如今被人轻贱，先世罪业，当得消灭。如此重业轻报，未尝不好！能作如是思想，即能以“无住”而度过难关。昔有沙门，煮草染衣维生。业力所使，染衣处出现一堆牛骨，失牛者寻到，告他盗牛杀牛，法官判他坐牢，本是冤案，但他却甘受冤屈而无怨言，因他自知前生为屠牛夫，本应坠入恶道，今受困辱，算是重业轻报了，所以安心坐牢。这沙门本有神足通，但他不越狱逃遁，因他知道神通不敌业力，逃遁业报会更为严重，迟早终须报应，所以他能以“无住”而度过难关。

动机不纯练功的人，或盲目练功的人，有时会走火入魔，广州某医药学院有两位学生练功发现幻影，住相入魔，其一走上广州六榕塔练功，跟魔飞呀！跳下重伤。另一走上楼顶练功，随魔飞呀！跳下跌死了。上述两位学生如会《金刚经》所云：“若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。”之指教，即不会住相着魔，幻相出现之时，即能“无住”免祸！

唯凭意识形态的理解开通，难于彻底“无住”。有些伤心事，自己不想“住相”，但它却会自动浮现出来。例如东坡悼念朝云诗云：“不思量，自难忘；相向无言，唯有泪千行。”因内心怀念苦种炽烈，难于平息。必须“自有解脱之因，又蒙诸佛菩萨慈悲护念”，才能“降伏其心”！而得“无住”。

《金刚经》云：“一切贤圣皆以无为法而有差别”，即破执的程度不

同，则所证境界的层次也有差别。如：须陀洹、斯陀含、阿那含、阿罗汉、辟支佛，诸地菩萨，佛，此是显教破执证果的层次。

冯达庵大阿黎修因之时，先通禅宗，后通密宗，他题的“禅关”诗云：

不住六尘心始清，更除七识证无生；
十方透澈见真性，喜在人间度有情。

此诗与般若波罗密多心经总持“揭谛真言”的密意相通。

有问“六祖云：心不住法，道即通流。我是乐天派，天掉下来当被盖；我相信命运；命里有时终须有，命里无时莫强求；对于评薪评级，从来不和人争执；我相信善恶到头终有报；宁可人负我，不可我负人；无论别人怎样对待我不好，过后我都不挂在心上。诚如上说，是否属于心不住法？如果是，何以不见道即通流？”答曰：“柔和质直，宽怀大量，不念旧恶，烦恼不生，乐善好施的人，当然夙根很好，然而心光未明之前，烦恼障和所知障尚残存，我执、法执尚未肃清，未能彻底无住，灵明心性尚为无明所覆，尚未达到道即通流的境界。但这种根机，若遇明师，授以三密加持，易收法效，进步很快。”

众生之所以会随缘造业，随业轮回，生死不休的主要原因，在于七识作梗，法理如下：“众生第七识带起俱生我执，萌诸于心，固有我相、他相之见存；形诸外迹更有此身、彼身之分别。一般凡夫不论醒时、睡时，此执未尝暂舍，故日夜恒在我相阴影之中，昏迷不觉。益我者视为亲友，损我者视为仇敌。世界所以多故，全系于此。”故欲彻底无住，关键在于破除七识。

七识未破，则烦恼障、所知障仍存，未能无住，更难“道即通流”。达摩西来眼见中国学人，多从文字上用功，满足于意识形态的知见，反成佛性

之障碍，故提倡 “ 一乘顿教，寓解于行，直指人心，见性成佛 ” 。学人以至诚心求法，蒙通宗祖师神力加持，根机猛利、师资道合者 “ 时节因缘 ” 一到： “ 凡心顿开，灵光忽耀，即通初关；打成一片，迥脱根尘，即过重关；性相交融，运用自在，即透后关。到此时节，烦恼即菩提，生死即涅槃，实证法身境界。”（参考冯著《佛教真面目》）

《金刚经》云： “ 不应取法，不应取非法，以是义故，如来常说，汝等比丘知我说法，如筏喻者，法尚应舍，何况非法。 ” 此即彻底 “ 无住 ” 妙旨。

昔有曲江王氏子，长相威严端正，状如梵僧，气节盖世。初学佛法，从文字相入手，满足于意识形态范围的知见，自以为是，好面责人。后参祖心禅师，大肆雄辩。祖曰： “ 徒说食耳！能饱你耶？”子乃大窘，面红耳赤；因自知并无实证境界可以受用也。愧悔之余，恳求祖师开示 “ 安乐处 ”。祖曰： “ 安乐处正忌上座许多骨董耳。须死尽凡心乃得。 ” 子受教，随祖修证，寓解于行，踏实用功，极力参究，终于祖师的加持指引下 “ 得髓 ”。后嗣祖位，道号悟新禅师。

我从中学时代开始学佛，从文字相入手，满足于意识形态范围的理解，自以为是，好逞己见。后蒙冯达庵大阿 黎批示： “ 喜演文字相，翻成般若障；即事耀灵光，许入般若藏。”并吩咐伍普聪和我面谈，使我猛省回头， “ 寓解于行 ”，踏实用功。这是我学佛的重要经历，也是我学佛的关键转变。

知识分子学佛，多从文字相入手，未尝不好；但不能满足于意识形态的理解。须知佛经仅能起到 “ 因指见月 ” 的作用；故《金刚经》云： “ 所谓佛法者，即非佛法 ”；行者若 “ 执指为月 ” 即《金刚经》云： “ 非法 ”；

行者若能“因指见月”即《金刚经》云：“非非法。”所以六祖云：“心迷法华转，心悟转法华”，“诸佛妙理，非关文字”，“自性本来具足，自性能生万法”，“菩提只向心觅，何劳向外求玄”。

有问：“《金刚经》云：‘应如是住！如是降伏其心！’以及大势至菩萨开示往生极乐净土要诀：‘一、不可以少善根福德因缘得生彼国；二、都摄六根，净念相继。’和六祖云：‘若前念、今念、后念，念念相续不断，名为系缚。’有无矛盾？又上述‘应如是住’、‘净念相继’等语与‘无住为本’有无矛盾？”

答：马鸣菩萨云：“无明熏真如，致众生迷真逐妄，造业轮回，烦恼万千；反之，真如熏无明，致众生破障悟道，即妄会真，灵明自在。”上列《金刚经》和大势至菩萨说的是指“真如熏无明”的妙用，用以“降伏其心”才能“无住生心”。六祖说的是指要“无住生心！不要住相被无明熏真如，以致被烦恼系缚。”所以上列诸说，并无矛盾。深契上列“三无”，便得禅体，所谓般若波罗密多，乃依禅体而起之妙用也。妙用为何？一行三昧和一相三昧是也。

一、一行三昧

“随时随地，应机处理，称性直行，不涉委曲劳虑，是一行三昧”。

六祖接机，随问而答，反应神速，言必中肯，巧叶机宜，即此妙用。

六祖恐人误会“一行三昧”妙旨，故云：“迷人著法相，执一行三昧，直言常坐不动，妄不起心，即是一行三昧，作此解者，即同无情，却是障道因缘。……有人教坐，看心观静，不动不起，从此置功，迷人不会，便执成颠，如此者众，如是相教，故知大错。”

注意：马祖说的“平常心是道”，应从二方面理解：

1、从证果来说，实证“一行三昧”之后，当然可以“平常心是道”。

2、从修因来说，应“以戒为师”，以“无住为本”来修持“平常心是道”。切忌误会、误用“平常心是道”。

二、一相三昧

六祖云：“若于一切处（随时随处）而不住相，于彼相中，不生憎爱；亦无取舍，不念损益成坏，安闲恬静，虚融澹泊，此名一相三昧。”

六祖于太极元年壬子延和七月一日集徒众曰：“吾至八月，欲离世间，你等有疑，早须相问……。”法海等闻，悉皆涕泣，唯有神会神情不动，亦无涕泣。六祖云：“神会小师，却得善不善等，毁誉不动，哀乐不生；余者不得。数年山中，竟修何道？你今悲泣，为忧阿谁？……若吾不知去处，终不预报于你，你等悲泣乃不知吾去处，若知吾去处，不合悲泣。……”由此可知神会实证“一相三昧”也。

六祖于八月初三于国恩寺斋罢，集合徒众，最后一次说法，作偈，嘱咐清楚后，静坐至三更，忽然大叫一声：“吾行矣！”奄然迁化。其时“异香满室，白虹属地，林木变白，禽兽哀鸣。”六祖肉身菩萨的故事，令人感动万分。

话头禅与默照禅

惠空法师

(1995 年 7 月 22 日)

为什么讲这个题目呢？据我个人学佛的经历，处在这个时代的佛弟子有一种无奈的感慨，即往往不得其门而入。在座各位也许也会有这样的感慨，我自己也是在这种心情下出家的。那么人们如何才能把身心安顿在佛法的喜悦当中呢？参话头是禅宗从宋朝以后一直流传下来的一个法门。我初学佛法时仅知道有这么个法门，但一直没有感受到它的重要性，不知道它的内涵和过程。等我在修行过程中绕了一个大圈，读了许多经论，了解了禅宗修行的一些理论和定位以后，从而透过教理的层次结构重新定位禅的修行方法和境界。十年前我把《大慧宗杲禅师语录》（三十卷）整理出来，虽然我自己并没有亲自实践，但却感受到它的珍贵，各位听完之后也可以体会一下。这些材料取自《大慧禅师语录》十五至三十卷，总共有十条，现在我们一条条地讲解，这十条纲要有它的次第性，分正心、决定志、公案的意义、如何用功、离心意识、静闹功夫、自验功夫、禅病、呵默照、反观心源十部分。

第一是正心。所谓正心就是端正我们学佛的动机。学佛不是为了求名求利，想当住持，想要跟信徒化缘，而是要了脱生死，住持正法，利益众生。否则失之毫厘，差之千里。所以首先要正心。因此大慧禅师谆谆教诲道：“士大夫学先王之道，止是正心术而已，心术既正，则邪非自不相干。邪非既不相干，则日用应缘处，自然头头上明，物物上显。”

这句话讲只要我们动机纯正，心术正确，那么你只要一直走下去，佛法就会在你的生命中流露出来。所以学佛首先要端正目的，否则不是着魔，就是下

地狱。真正修行佛法的目的是断烦恼、开智慧、了生死，假若动机不纯，求神求通，那么十之八九是要着魔的。你心神端正地坐在那里参禅念佛，邪魔外道看到你的智慧之光，连靠近都不敢，你怎么能着魔呢？

第二讲决定志。决定志就是我今生就办一件事情，办不好不罢休。假若今天参禅，明天学中医，后天唱梵呗，朝三暮四，你几辈子都开不了悟。所以只要下功夫就会有成绩。从前我曾迷惑过，假若参禅今生参不透，那么岂不是白费功夫了吗？下辈子再来一趟，谁知下辈子能不能做人？大慧禅师给我们保证了，只要我们今生下功夫，即使现世参不透，来生不会堕恶道，而且智慧很高，很快就能体悟佛法。因此各位不要泄气，即使今生不能够开悟的话，来生一样能够继续修行。

“所谓决定志者，决欲此生心地开通，直到诸佛诸祖无障碍、大休歇、大解脱境界。”“要参妙喜禅，须是办得一生不退始得。”“般若上无虚弃底功夫，”这是指修行禅法方面，修行般若智慧不会有一丝一毫的浪费。“若存心在上面，纵今生未了，亦种得种子深，临命终时亦不被业识所牵堕诸恶趣，换却壳漏子转头来，亦昧我底不得。”假若我们当世不能成佛的话，就是堕胎转世，也不会昏昧。赵州禅师曾讲过，假若你参禅三十年不开悟，你的恶业由我承担。因此要参禅必须一切放下，专心致志地走这条路。

第三公案的意义。公案在我们修行的路上起什么作用呢？它又有什么样的好处呢？

“近世丛林，邪法横生，瞎众生眼者不可胜数。若不以古人公案举觉提撕，便如盲人放却手中杖子，一步也行不得。”

这里是说邪魔外道盛行，把大家智慧的眼睛瞎掉了，假若我们能日夜提撕

古人公案的话，就好像瞎子有了拐杖。这里的瞎眼不是指眼睛，而是指我们的心眼。心眼瞎了，也就不知道生命的真正意义。

“ 疑情未破，但只看个古人入道底话头，移逐日许多作妄想底心来，话头上则一切不行矣。 ” 僧问赵州： ‘ 狗子还有佛性也无 ？ ’ 州云： ‘ 无 ！ ’ 只这一字，便是断生死路头底刀子也。 ”

就这么一个 “ 无 ” 字便是我们斩断生死轮回的刀子，你看这 “ 无 ” 字多么重要。他说我们只要把 “ 无 ” 提起来，一切妄想就会停止，你看话头的力量有多大。

“ 僧问赵州： ‘ 狗子还有佛性也无 ？ ’ 州云： ‘ 无 ！ ’ 此一字乃是摧许多恶知恶觉底器械也。 ” 我们身心里面有许多不好的知见， “ 无 ” 字就可以把我们的恶知恶觉消除掉。

“ 昏沉掉举，先圣所诃，静坐时才觉此两种病现前，但只取狗子无佛性话，两种病不着用力排遣，当下帖帖地矣。 ”

昏沉和掉举是静坐时容易产生的两种病，昏沉就是打瞌睡，掉举就是妄想纷飞。这两种病是修行路上的两只拦路虎，除掉它们修行才可以说上路了，修行就有力量了。而参话头可以帮你解决这个问题，只要你把话头提起来，就不会有昏沉，也不会有掉举。

“ 请只把闲思量底心回在 ‘ 无 ’ 字上，试思量看，忽然向思量不及处，得这一念破，便是了达三世处也。 ”

这时你就开悟了。

“ 日用应缘处，才觉涉差别境时，但只就差别处，举狗子无佛性话。 ”

什么叫 “ 才觉涉差别境 ” ？这就是我们所讲的分别，即我们在日常生活

中对外在境界的分别执著，比如说今天前来听讲的各位，前面是出家师父，这边是男众学员，那边是女众学员，一有这种分别念头，马上举狗子无佛性话，“无”、“无”……，分别的念头就会转到“无”字上面，什么都看不到了。

第四是如何用功。“但向日用应缘处，时时觑捕，我这个能与人决断是非曲直底，承谁恩力？毕竟从何处流出？觑捕来觑捕去，平昔生处路头自熟，生处既熟则熟处却生矣。”“只就这‘无’字上提撕，提撕来提撕去，生处自熟，熟处自生矣。”

“生处自熟，熟处自生”。 “生处”指一个禅定的、觉照的、起疑的、参透的心念。大家能一坐下来就定在一处地参吗？各位对这样的功夫很生疏吧？这就是我们的生处。而“熟处”是什么呢？没事找朋友聊天、喝茶、跳舞、下棋、游玩等等，这些我们很熟，学佛就是要把我们的生处变熟，熟处变生，那么如何地变换呢？这就需要我们用这个话头参，将世间好恶、享受、名利、六尘缘影等种种心慢慢消融，慢慢生疏。这时你看到好看的会没有感觉，你也许会奇怪，这么好看的怎么会没感觉？人家跳舞、逛街，你没兴趣。奇怪，你怎么没兴趣，是木头人啊？为什么呢？因为你这颗追逐六尘的心生疏了。这就叫生处熟，熟处生。我们修行的目的就是要把我们平常熟的地方、把追逐名利声色的心慢慢转淡，把觉照、禅定心慢慢地熟练，这是修行的一个转换，参话头是转换的一种方法、方便。我这里举一些参话头的功用，它可以让我们断生死，可以让我们渐渐进入修行的状态，让我们消除无边的烦恼。

“既学此道，十二时中遇物应缘处，不得令恶念相续，或照顾不著，起一恶念，当急著精彩，拽转头来。若一向随他去，相续不断，非独障道，亦谓

之无智慧人。昔汾山问懒安：‘汝十二时中，当何所务？’安云：‘牧牛。’山云：‘汝作么生牧？’安云：‘一回入草去，蓦鼻拽将回。’山云：‘子真牧牛也。’学道人制恶念，当如懒安之牧牛，则久久自纯熟矣。”

这段话是讲怎样修行的，我们在修行过程中自己要去反省、调整自己的心态，掌握自己的心态。首先教我们不要起恶念，不是不起恶念，而是不要让恶念相续不断。起了恶念不要紧，重要的是赶快觉察恶念，并把恶念停住。所以叫做“不怕念起，只怕觉迟”。不怕妄念、恶念起来，就怕我们觉悟迟了，恶念起来，马上消融掉就可以，所以用牧牛来比喻。牛比喻我们的心，田比喻恶法，牛跑到人家的庄稼里去，践踏人家的苗稼了，我们就要赶快把它揪出来，不要让它踩人家的田。所以说“不怕念起，只怕觉迟”。有了恶念，赶快把它拽回来，久而久之就不会起恶念了。

“但于日用应缘处不昧，则日月浸久，自然打成一片。”

我们必须在日用应缘处，在日常生活当中，不要迷昧自己的心念，不要起恶念，不要迷迷糊糊的，那么日月浸久，我们的心念就会纯熟在善法上面。“才举起这一字，世间情念自帖帖地矣。”

就是说，你把这个“无”字提起来，“无！”为什么狗子无佛性？“无！”什么意思？“无！”那么，人们追逐六尘的心自然就静下来了。

“触境逢缘，时时以话头提撕，莫求速效，研穷至理，以悟为则。然第一不得存心等悟，若存心等悟，则被所等之心障却道眼，转急转迟矣。”

我们修行过程中，不可说我要开悟、我要开悟。不要管开悟不开悟，只管参话头好了，要开悟自然就会开悟，不需要你在这儿叫，在这儿想。修行就是只管耕耘，不问收获。

“ 举话时都不用作许多伎俩，但行住坐卧处勿令间断，喜怒哀乐处莫生分别。 ”

参话头时不要有伎俩，不要有许多小动作、小花样，你就老老实实参好了。参久了，自然知道该怎么用巧妙，不必太多的花招。没有什么诀窍，一句话，老老实实地参。

“ 但办取长远心，与狗子无佛性话厮捱来，厮捱去，心无所之，忽然如睡梦觉，如莲华开，如披云见日，到恁么时，自然成一片矣。 ”

参久以后，内心就会成片，就是说你这个话头已经成片了。

“ 千疑万疑，只是一疑，话头上疑破，则千疑万疑一时破。话头不破，则且就上面与之厮捱。若弃了话头，却去别文字上起疑，经教上起疑，古人公案上起疑，日用尘劳中起疑，皆是邪魔眷属。 ”

因此，我们参这个话头，一参到底，不可以换题目，即不能再变换话头。不能说，我今天参 “ 狗子无佛性 ” ，参了一两年，没味道，又参 “ 念佛是谁？” 再参三五年，又没味道，再参 “ 万法归一，一归何处？” 就像凿井一样，凿了十公尺，没水，再往下凿十公尺、二十公尺还没水，泄气了，换个地方再凿，那前面的辛苦就白费了。假若你能锲而不舍，二十公尺没水再凿十公尺、二十公尺、三十公尺，水自然就会出来。因此你选定 “ 狗子无佛性 ” ，就参个 “ 无 ” ，选定 “ 念佛是谁 ” ，就参个 “ 谁 ” 字，随便哪一个都一样，没有优劣之分，喜欢什么就参什么，就参这一个话头，死死咬住，一辈子参下去。这是教我们用功的方法、参话头的方法。

第五是离心意识。心意识就是我们的意识。意识最大的麻烦就是分别，如红、橙、黄、绿、紫、长、短、方、圆等，在相上起分别。不言而喻，离心意

识就是叫我们不要用心意识去分别，让我们明白所有心意识的分别都是虚妄的。

“ 聪明灵利者，才闻善知识说著个中事，便眼目定动，早将心意识领解了也。似此者，自作障碍，永劫无有悟时。外鬼作殃犹可治，此乃家亲作祟，不可禳祷也。永嘉云：损法财，灭功德，莫不由兹心意识，此之谓也。 ”

聪明灵利者，即有点小聪明的人，听善知识讲禅，一讲便解悟了，那都是自己障碍自己，自欺欺人。你还是应该老老实实地参你的话头，没有开悟之前，你的观念，你所分别出来的都是妄想。所以他说，你心念一转动，一切知解、分别，那都是妄想，自己障碍自己。所以永嘉大师说 “ 损法财，灭功德 ” ，就是因为我们的心意识。所以说，我们一天到晚在魔窟里边转，因为我们在用心意识来分别，参话头就是要把这个妄想盯住。民国时期，来果禅师参话头非常专注，就是在过堂吃饭的时候也不例外，有时会像木头人一样一动也不动，因为他所有的心意识的分别都已经被这话头收摄住，他那平常的意识心已经不会动了，他所有的心念都集中在参 “ 念佛是谁 ” 这个 “ 谁 ” 字上了。这样一直参下去， “ 谁 ” 、 “ 谁 ” 、 “ 谁 ” ，参到连 “ 谁 ” 字都没有了，所有的平常的举心动念都被它收摄住了，不动了。一次他到回廊外边去，天哗哗地下大雨，他一点都不知道，为什么呢？整个身心集中在那个地方，心意识不会动了。如果你的心意识还在分别的话，那么你的功德法财全被心意识分散掉了。我讲这个例子是说，我们都落在这个心意识的分别当中。

“ 寻常可以说得道理，分别得行处，尽是情识边事。往往多认贼为子，不可不知也。 ” 也就是说，嘴巴可以讲的道理，心里可以想的道理，都属于心意识的范围。这些都是我们的烦恼。你说不会啊，我都是善念啊！善念也是

烦恼，也是妄想。你说我都是布施啊，持戒啊，诵经啊，那都是大妄想。这些都是情识边事，都要扫掉。

“ 众生无始时来为心意识之所流转，流转时浑不觉知。 ” 我们就在心意识中间流转生死。

“ 若人夙有善根种性，只向不可得处，死却心意识，方知释迦老子道，始从鹿野苑，终至跋提河，于是二中间，未尝说一字，是真实语。 ” 我们开悟以后才知道，其实释迦牟尼佛没有说一个字，说都是方便语言文字。

“ 决欲荷担此段大事因缘，请猛著精彩，把这个来为先锋、去为殿后底生死魔根，一刀斩断，便是彻头时节。 ” 这里 “ 来为先锋、去为殿后 ” 的就是我们的心意识。

“ 心意识之障道，甚于毒蛇猛虎。何以故？毒蛇猛虎尚可回避，聪明利智之士，以心意识为窟宅，行住坐卧未尝顷刻不与之相酬酢，日久月深，不知不觉，与之打作一块。 ”

我们就在心意识中间，生死不断，避之不及，想躲避，想要离开它，没有办法，如影随形。

“ 师横机无所让，准呵之曰：汝未曾悟，病在意识领解，则为所知障。 ”

古代禅师在未开悟之前，也常常犯用心意识去分别禅的这一个病。大家知道，禅不可说，禅离文字就是这个道理。离心意识，开口就错，就是这样子。禅不可用心意识领解，就在这个地方。那么有人会说，禅既然不能讲，那你为什么讲那么一大堆？要知道，我讲的不是那个悟的境，我们讲的是我们应该如何调整自己，安顿自己。我知道哪些可以讲，哪些不可以讲。我曾经讲过，禅宗没有经典，但禅的典籍很多，禅宗就靠祖师语录流传下来的。禅宗典籍可

以简单地归纳为公案、史传、以教明心、劝学励志等四大类。什么是公案呢？翻开祖师语录，百分之八十是公案。师徒之间，或是禅师之间对答彼此开悟的境界，那就是公案。公案像天书，它讲的内容是什么，我不懂，你也不懂。遇到机锋，我只好投降，跳过去，当故事看。这部分我不看，也不讲。第二是史传。如《景德传灯录》、《五灯会元》等，讲某某禅师什么时候出家，跟什么禅师学，学得怎么样，他讲了什么话，做了什么事情，有哪些弟子。这是历史，可以讲。第三是以教明心。就是说有许多禅师，他没有修禅之前读过许多经论，或者有些禅师开悟后也读了许多经论，他为了要接引那些读过经的人，就用佛经中的话来讲他所了解的禅法。如永明延寿所著的《宗镜录》，这部书属于禅宗重要的典籍，这就是以教明心。第四是劝学励志。劝学励志是禅师教导他的弟子，你要好好学啊，不要打妄想啊，不要打瞌睡啊，要有志气，不开悟不出柏林寺这个门等等，这些都可以讲。因为初学者心志不坚定，不知道如何上路。

第六讲静闹功夫。在台湾有个出家不久的人，他跟我说：“师父啊，我不愿住寺院，我要到山里去苦修，寺里事情太多，你看生活禅夏令营，二百多人，挤来挤去，挤死了。生活禅夏令营结束了，又要开光，又要接待信徒，一天到晚忙个不停，叫我怎么修行嘛？”显然，他不知道参禅不可以避喧求寂。为什么呢？这个外在的尘境，不管是噪杂也好，安静也好，都是境。参禅者应对于任何境界都采取淡然的态度，不要起心分别它，你吵也好，静也好，我就是个“无”字，一个“谁”字。假若今天人多你嫌吵，明天人少你嫌静，那你这不是自己干扰自己的心境吗？你认为吵，认为静，你这不是起了一个吵闹的外境、安静的外境吗？不但如此，而且还起了一个讨厌的心、喜欢的心，这不是妄上加妄，自相干扰吗？因此，对任何境都不可以执著，不可以排斥，只

是随缘照顾自己的心念就行了，这就是静闹功夫。

“ 平昔留心静胜处，正要闹中用，若闹中不得力，却似不曾在静中做功夫一般。 ” 平常在没有人的地方修行，正是要准备有了力量以后好在闹中修行。

“ 若正闹时生厌恶，则乃是自扰其心耳。 ”

第七自验功夫。大家修行一段时间后，看看自己是否得力了，上路了，这便是自验功夫。

“ 不识日来随缘放旷如意自在否？四威仪中不为尘劳所胜否？寤寐二边得一如否？但尽凡情，别无圣解。公既一笑，豁开正眼，消息顿亡，得力不得力，如人饮水，冷暖自知矣。 ”

这里是说，自己在修行的过程中，检查一下心念有没有能够与生活融合在一起，所以他说随缘是不是很自在很如意，在生活中、思维当中是不是未被世俗尘劳所干扰，有没有觉得太烦了，太苦了？睡觉与醒着是否都一样？你若能在梦中有一个学佛的样子，能够把握住自己的心态，这就是一种了不起的工夫。

“ 不审燕处悠然，放旷自如，无诸魔挠否？日用四威仪内，与狗子无佛性话一如否？于动静二边能不分别否？梦与觉合否？理与事会否？心与境皆如否？”

这一段很有次第。心与境就是说你的心和境是否能融成一片，若能做到这一步，功夫就很深了。

“ 殊不知此事唯亲证亲悟，始是究竟。才有一言半句作奇特解、玄妙解、秘密解，可传可授，便不是正法。正法无传无授，唯我证尔证，眼眼相对，以

心传心。”

你在修行过程中要是有所开悟的想法都是不对的，你自己心想我开悟了没有，我有境界了吗，这些统统不对。正法应是你证我证，我们都清清楚楚的，不用讲话。

第八禅病。禅病有身病和心病两种。身病指四大不调，肉身出了毛病。心病指我们的禅定境界有了不同的变化，天台宗有专门讨论这一问题的典籍，而大慧宗杲则统统省略掉了。他是从另外的角度谈的，大家一起看一下。

“第一莫把知得底为事业，更不求妙悟，谓我知他不知，我会他不会，堕我见网中，为我相所使，于未足中生满足想，此病尤重于语默二病，良医拱手。此病不除，谓之增上慢邪见人。”

大家千万不要起念说，我的境界比他高，我已经证了，功夫高了，了不起了，这就是增上慢的邪见，有这样的心念起来都是病。只要你有个心念说，我的境界很高，我的功夫比别人好，这个念头就是大病。真正的禅师没有我怎么样怎么样的念头。

“语默二病不能除，决定障道不可不知，知得始有进修趣向分。”

“语”就是闲话多，“默”就是心定在那个地方不动。真正修禅的人不喜欢多话，话多散心。

第九是呵默照。“只管叫人摄心静坐，坐教绝气息，此辈名为真可怜愍。”

“此心无有实体，如何硬收摄得住？拟收摄向甚处安著？”

有一类人叫人家摄心，把心收摄起来静坐，连呼吸都没有了，这些人修行很可怜，为什么呢？因为心没有实体，像六祖所说的，心本是妄，你怎么收呢？

又放到那儿呢？当然，话说回来，要是真能把心收起来的话，那也是要有一点功夫的，这是对我们凡夫而言。

“杜撰长老辈，教左右静坐等作佛，岂非虚妄之本乎？又言静处无失，闹处有失，岂非坏世间相而求实相乎？若如此修行，如何契得懒融所谓今说无心处，不与有心殊？”

有一种人叫人家把妄想除掉，让心安静下来，宗杲认为这是错误的。假若把杂想、妄想都除掉了，那么你到哪里去求实相呢？要知道，这个实相就在这个虚妄的尘世中求啊！正如六祖所讲的“离世求菩提，犹如觅兔角。”

“便拟凝心敛念，摄事归空，闭目藏睛，随有念起，旋旋破除。细想才生，即便遏捺，如此见解，即是落空亡底外道，魂不散底死人。冥冥漠漠，无觉无知，塞耳盗铃，徒自欺诳。”

有一类修行人把心念凝敛起来，把妄想泯除到空无的境界，若有念起，随即消除掉，这就是前面所讲的制心止。大慧认为持这种见解者是落空亡的外道、魂不散的死人。人像槁木一样没有妄想，这固然没错，可这是外道，是个死人而已，不能了脱生死，不是真正的佛法修行。其实我们今天要达到大慧禅师所呵斥的这个境界的话，已经是非常高深的禅师了。禅是有浅深次第的，它的境界是无量无边的。大慧禅师所呵斥的其实就是我们的系缘止和制心止，这是很好的修行方法，但以禅的标准来说，它们就是被呵斥的对象。今天，我们所处的时空发生了很大变化，因此不要拿禅的标准来呵斥其他修行方法，因为有很多人还不能接受禅的境界。我们分析这些东西，目的是了解不同的禅法及禅的次第，以便选择适当的修行法门。

“日用空境易而空心难，境空而心不空，心为境所胜，但空心而境自空矣。”

若心已空，而更起第二念，欲空其境，则是此心未得空，复为境所夺。此病不除，生死无由出离。 ”

心与境是一个很值得探讨的问题，外在尘境要泯除是很容易的，而心则不容易泯除。所谓“缘尽于观，观尽于缘 ”，就是讲心与境是两相泯除、互相对立、互相消融的。“心空境自空”，这是说真正要空的是我们这颗心。

第十反观心源。在呵默照之前，大慧禅师是讲如何参话头，教我们不要堕在空心、沉默凝心的方法里边。大慧禅师是提倡参话头的，其实禅到了某一地步后，往往会殊途同归。在他的著作中有一部分很特别，这就是下面讲的反观心源。大家若有兴趣，可以把第十条反观心源与第九条呵默照作个比较，就会发现他虽然提倡参话头，可他也教别人怎样在起心动念的源头处下功夫。这种法门的特点是向内观，向起心动念处观察。当然参话头参到最后，也会参到念头未起的源头处。禅的方法就是要透过念未起之前的这一刹那。我们看看他是怎样说的。

“ 却向未起求径要底一念子前头看，看来看去，觉得转没巴鼻，方寸转不宁帖时，不得放缓，里这是坐断千圣顶颅处，往往学道人多向这里打退了。 ”

各位注意一下，这里不是提起话头，而是向心未起念之前看。这里的看比较偏向观心法门，这个心不是指第六意识，而是指第六意识还没有动之前的那个心。当然你说第六意识也可以，顺着第六意识启动的源头往前走，这个“看”是把我们这个观察的东西横在那边，我不管你，我就站在那边，像卫兵一样站在那儿，你进来就进来，你出去就出去，我知道就行。可是参话头不是这样，“参”是一直往前走，一直往前冲，一直要冲到心的源头去。参就是着力，疑就是用一力量往前走，两者之间不大一样，以我个人的理解这个地方所讲的属于观

心法门。

“故瑞严和尚居常在丈室中自唤云：‘主人公。’又自应云：‘诺!’‘惺惺着。’又自应云：‘诺!’‘他时后日莫受人谩。’又自应云：‘诺，诺!’古来幸有恁么榜样。谩向这里提撕看，是个什么。只这提撕底，亦不是别人，只是这能知昏钝者耳。能知昏钝者亦不是别人，便是李宝文本命元辰也。”

这里也有“看”字，看什么呢？看你的举心动念处。“主人公”是什么呢？它是我们的心念，是举心动念的源头处，即生命的根源。要一直看着这个主人公。

平常我们的妄想念头很多，念头将起时我们是看不到的。有人会问从这念头到那念头之间有多长呢？非常短，只一刹那之间。我们从起心动念处观察，如果我们看，看，看，一直往前看，功夫纯熟后，就会接近心源了，妄想纷飞的心就会慢慢静下来。再向前看，你就知道禅的境界是什么。这是看心的方法，与参话头的方法多少有点不同，永嘉大师平常也用这种方法，它是属于默照的方法。我们认为大慧禅师所呵斥的不是正觉宏智，而是一些不懂得修禅的人所教的凝心敛念的方法。而这种观心源的方法与之绝然不同，它是看到心的源头处。我刚才讲的“主人公”、“承谁恩力”、“未起求径要底一念”等都是说明这个问题的。因此我们平常修行时要把心放在这里，这需要一个慢慢熟练的过程，只要方法对头，就可以有这个禅的力量。以上就是第十条反观心源的道理，大慧宗杲的语录讲的非常明白。所以说禅“方便有多门，归元无二路”。我个人认为大慧禅师的是法门中国历代祖师里最契合中国人的，他用最契合中国人的语言开导出最微妙、最高深、最直接的方法。

下面我们大家一起看看正觉宏智的默照禅。大家分析后就会明白大慧禅师

所呵斥的默照并非宏智的默照禅，在上面我已反复讲过。宏智的默照非常接近于大慧禅师的反观心源。今天我们讲的是取自《正觉宏智禅师语录》，收录在《大正藏》第四十八册，总共有十卷。其中前五卷是参禅公案，第六卷属于劝学励志，七到九卷是应酬，第十卷是偈颂，里面有些代表他个人对禅的理解。正觉宏智的资料很宝贵，尤其是第六卷，七至十卷也有些资料很宝贵。在《大藏经》中像这样有价值的材料不多，可以说是稀世珍宝，它给我们指引了一条非常明确的在今生了脱生死的路。

下面我们看宏智禅师语录。他在谈到默照禅的理论中对初下手这段讲的不多，只是讲了一点我们凡夫从妄念纷飞的心境中要如何转到修行上去。因此初学者要想从默照禅里得到印证的话不方便。他讲到默照禅以后，一下子就转到有相当境界功夫的层次上去。初学者没有到那个境界，就看不出他所讲的内容，字字都看得懂，文字很优美，但意思不懂。我也一样看不懂，所以只能讲得含糊糊，大家彼此谅解就行了。每一个禅师教授方法不一样，像大慧禅师的语录讲得非常清楚，非常浅显，也非他常丰富。很慈悲，从初学者下手功夫讲起，可正觉则不同，一起步就上了一个高深的境界，所以不容易让人接受。大家看不懂没关系，慢慢体会。

“学佛究宗家之妙，须清心潜神，默游内观，彻见法源，无芥蒂纤毫作障碍，廓然亡像，如水秋，皎然莹明，如月夺夜。正恁么也，昭昭不昏，湛然无垢，本来如如，常寂常耀，其寂也非断灭所因，其耀也无影事所触，虚白圆净，旷劫不移不动不昧。能默能知，底处行步得稳，玉壶转侧，一拨机回，分身应世，世界处所，差别境像，俱是自所建立，与我四大同出，何所碍焉？既一切不碍，彼我无异相，自他无别名。”

这一段讲的是从初学一直转到开悟，再转过身来度化众生的境界，每一句话都是一直向上翻转的层次。“学佛究宗家之妙，须清心潜神，默游内观。”这是叫我们向内看，也就是反观心源的意思。“彻见法源”就是彻见心的源头。“无芥蒂纤毫作障碍，廓然亡像。”当你彻见心源时，一切法的有无相貌就没有了。

“如水含秋，皎然莹明，如月夺夜。正恁么也，昭昭不昏，湛然无垢，本来如如，常寂常耀。”这一段讲彻见法源后身心清净的境界。“其寂也非断灭所因，其耀也无影事所触，虚白圆净，旷劫不移不动不昧，能默能知，底处行步得稳。”这段讲这时它非常地寂静，可也非常地觉知。寂不是断灭，耀是光耀觉照，没有任何东西可以在他心中留下影像的觉知，所以“虚白圆净”。一切万法寂静，可是却能了知一切万法，所以叫“能默能知”。“玉壶转侧”，翻转回头。“一拨机回，分身应世”，回过头来，度化众生。“世界处所，差别境像，俱是自所建立”，这时一切都是自心所显现的。所以后面说“与我四大同出，何所碍焉？”身心四大与世界是一体的，没有什么障碍，是自他无碍、身心一体。“既一切不碍，彼我无异相”，人我没有差别。“自他无别名”，自他没有差别。大家要好好体会一下。

下面讲坐禅铭。“佛佛要机，祖祖机要，不触事而知，不对缘而照。不触事而知，其知自微；不对缘而照，其照自妙。其知自微，曾无分别之思，其照自妙，曾无毫忽之兆。曾无分别之思，其知无偶而奇；曾无毫忽之兆，其照无取而了。水清彻底兮，鱼行迟迟，空阔莫涯兮，鸟飞杳杳。”

这里是讲的寂照功夫，寂照就是默照。寂是如何的寂，照又是如何的照呢？这是需要我们体会的地方。宏智禅师在前面的材料里很快地转到开悟的境界里去了。他有没有起点呢？比如说“清心潜神，默游内观”就是起点。今天因

为时间的关系不能多讲了，大家如果有兴趣的话，不妨与反观心源作个比较，会发现一点差别。在我讲的观心源和默照部分，从现有的《正觉宏智禅师语录》里可以找到一个下手的功夫，然而我们必须下手去观，去默照，之后回过头来看，就一目了然了。现在我们没有功夫，就会觉得看不懂。

现在我向初学者再介绍一本著作，它就是永嘉大师的《永嘉禅宗集》，永嘉大师的方法我个人认为与正觉宏智的方法是一致的，永嘉大师讲得非常细腻，非常适合初学者，今天没有时间讲了，各位回去读读。

达摩禅法及其修证

妙华法师

(1995 年 7 月 26 日)

昨天晚上，大和尚带领大家举行了传灯法会，禅宗的核心内容就是传灯，但是不知大家的心灯是否点亮？

序 说

我们今天所说的达摩是位历史人物。有一些史学家或对佛教有偏见或出于学术上的狭隘观念，认为没有达摩其人，所以从这点考虑，我们首先要正本清源。

相当多的历史资料记载了达摩其人。首先见之于杨之所写的《洛阳伽蓝记》。《洛阳伽蓝记》是一部记载寺庙构造及寺庙文化延脉的相当重要的一本书，现在中学大学教科书里有一些课文就节选自《洛阳伽蓝记》。再一个就是昙琳的《略辨大乘入道四行观序》，它详细记载了达摩修习禅观的次第方法。还有道宣律师的《续高僧传》，其中也记载了达摩祖师的事迹行略。再就是神会的《菩提达摩南宗定是非论》，这也是非常重要的一本书，它里面的资料是非常丰富的，希望有心的人读一读。另外《神会和尚遗集》，这本书也提及了达摩的一些事迹与行略。

达摩，全称叫菩提达摩，或达摩多罗。“菩提”是智慧，“达摩”是法，翻译成汉文就是“智慧法”，由于在古印度叫达摩的人非常多，因此我们在前头冠以“菩提”，通常称之为达摩。

据《洛阳伽蓝记》记载，达摩是波斯五胡十六国时的胡国人，就是西域人。

还有一种说法认为他是古印度人，是大婆罗门国王的第三个儿子，大婆罗门是一个比较豪富的家族，他“游化为务，不测所终，”过着一种云水苦行的生活，什么时候圆寂的，没有人知道。有一种说法，说他活了150岁。

他之所以在中国成为一个传奇性的人物，原因就在于他终生游化为务，又不测所终，很难在一个地方着足落脚很长时间，那么文字资料的记载便是片断的，没有系统的记载，因此被一些学者认为是传说中的人物。实际上，中国禅宗从初祖菩提达摩开始，如果没有达摩这个人的话，可以说中国的禅宗就没有了根本。我们学禅法就要追溯到菩提达摩。他是在420年到478年，就是刘宋时代，从现在的海南岛登陆，先到了梁朝。他和梁武帝有一段对答，其思想内容非常丰富，武帝说：我一生建寺度僧无数，功德大不大？达摩回答：功德一点也没有。梁武帝听了以后，不能接受。那么为什么有这样一段对话，从大乘佛教来说，从菩萨的行愿来说，菩萨在做四摄六度的时候不但要舍去非法，而且连法也要舍去。也就是说不但要出离世间，而且心外求法也要舍去。如果一个人做了功德，又建寺又度僧，就问自己功德大不大，这说明他还有一个求功德的心，说明他在心性上还有染污。染污了什么呢？他没有染污非法，没有染污恶法，却染污了一个善法。

他认为还有一个功德性可求。有所求就说明他的功德有限。功德在心，真正的功德是明心见性后的功德，心量等同虚空，那样的功德才非常大，人间一切有为的功德都如梦幻泡影。如果认为自己在做善事，那么这个善是非常有局限的，我们本来清净的心性就有了染污性了，实际理地在法界上是一法不立的，因此说没有功德。

作为一代帝王的梁武帝，听了心里当然很不高兴，达摩禅师一看，和他的

机缘不投，就是说不能接受他的法，拿现在的话来说，不能达到思想上的交流，不能够印心，因此他决定继续北上，这里就出现了“一苇渡江”的典故。当时梁武帝派了很多追兵，一方面想挽留他，另一方面因为怕有他这样一个人在，破坏了梁武帝整个的教化系统，因此就派了追兵。这时达摩到了江边上，拔了一根芦苇，一苇渡过了江。之后他用了大量时间游化在嵩洛一带，洛即河南洛河，嵩就是嵩山少林寺周围。嵩山方圆有百里。为什么他选择了嵩洛一带来教化呢？我觉得作为一代禅师来说，他用心良苦，因为洛河一带是中国传统文化的发祥地，是中国民族文化的摇篮，有很多文化的本源都可以上溯到黄河、洛河一带，它是一个文化重心所在。当时有魏文帝496年为佛陀禅师造的少林寺一座，已初具规模了。他在少林寺住了很短的时间，便在离少林寺七、八里的地方一个山洞中修定。他面壁九年，一方面他是在等待东土来接他法的人，另一个方面他认为机缘不到，不可以随便去弘扬禅法。他等到了两个人，二祖慧可和道育。中国文化和印度文化毕竟是两种文化系统，中国的儒家思想、道家思想对印度文化有排斥，非常多的人经常讥毁他的思想和他所说的禅法，唯有慧可和道育亲近了他六年。这六年时间就是奉茶倒水，达摩大师只是告诉慧可和道育，叫他们读诵和研讨《楞伽经》。

一天，慧可感到亲近师父六年之久还没有得到师父的印可，他就希望向师父求授心法。在一个雪夜，他就站在现在少林寺的立雪亭，一直到天亮，雪已经没了膝盖那么深了，达摩大师依然面壁，并没有传法给他。后来慧可就剃下了一个臂膀，捧在怀中，求大师给他印心，传法给他。他说：我断臂求法，心疼难忍，希望你能够为我安心。达摩大师说：拿你的心来，吾与汝安。慧可是一个利根性的人，他“上下左右内外觅心了不可得”。这句话非常重要。

“上下左右内外觅心了不可得”，佛法讲的心不是指我们的肉团心。那么有人讲是不是我们脑子的思维呢？思维心是前念接后念、念念相续的妄念。拿现在的心理学来讲，就叫意识流，它是一条意识的河流，由各种假象构成的，不过是耳朵听到的、眼睛看到的、鼻子闻到的、舌头尝到的，也就是眼、耳、鼻、舌、身、意，它所触到的这些幻境，如果大家对心理学有所研究的话，就会知道眼睛作为心的一个窗口，它只是一个官能作用，对于外部世界，眼睛在晴天的情况下也只能看到十里开外的地方，形象过大的事物我们看不到，形象过小的东西，我们也看不到。因此，一般的人相信自己的眼睛，但是按佛法来说往往是在欺骗自己。再讲我们的耳朵，多少分贝以上的声音我们听不到，多少分贝以下过小的声音我们也听不到，我们能够听到的仅仅是我们能接受的有限的范围。那么大家想一想，如果说眼耳鼻舌身所得到的信息都是虚幻的话，我们的思维心，我们每天起心动念的这个心能是真心吗？那不是真心。从这个意义上讲，慧可他觅心了不可得，他找不到自己的心，那么，他在找什么心呢？这段话作为禅的一则公案、一个话头留给了后人。

讲到这里，我想起另外一则公案，它和这件事有内在的联系。有一个小徒弟他成天跟在师父的后面问：师父，什么是佛法，什么是西来意啊？他师父呢，今天和他讲什么是佛法，他听了明天又问那又是什么呢？这就是说人的思维如果从理路上去攀缘的话，它无穷无尽。有一天，师徒俩到溪边去泡麻，过去丛林都是农禅生活，衣、食、住、行样样都要自己照料，小徒弟又问：“什么是西来意啊？”他师父回头就说：“麻三斤。”徒弟一下子就愣住了。什么是麻三斤呢？那么，我觉得这个妙用和净慧大和尚那天在禅堂里讲开示最后大喝一声，把大家吓得差点从禅床上掉下来的效果是一样的。我们的思维心

老是攀缘事物的话，就难以达到一种境界，真心就难以显现，唯有在大喝的时候你那个清净的心上面覆盖着的云层才能透出一点点光亮。禅师在禅堂里头，通过讲一些公案，把你那个妄想给打回去。他问什么是佛法，如果说佛法就是三皈五戒、四摄六度；他又要问四摄六度是什么，你告诉他四摄是布施、爱语、利行、同事；他又要问布施、爱语、利行、同事是什么啊？他问上一千年也问不完。因此，大师就喝一声：“麻三斤！”一说麻三斤，他狂心当时就歇了，妄想心就没有地方攀缘了。我们的心就像猴子一样，要攀藤条才能上到顶峰去，那么聪明的人会把那个藤条割断了，猴子就掉下来了，它没有地方攀缘了。我们攀缘心断了，前后际断了，所显露的那个“当下”就是佛法，那是真正的佛的大法，也是心法。当然，这仅仅是我依文解字的一家之言。

禅宗公案的妙用之一就是让你因指见月。这些公案看得多了以后，会发现祖师们各立门庭、扬眉瞬目无非是一种方便，在实际理地上，法界真如上，不管从哪一个角度去讲，都是殊途同归的。如果你好在文字名相上去求，在理义上去钻的话，就是拿到博士文凭，也没有半点受用。贵在当下承当。达摩大师说“吾与汝安心竟”，那安的是什么心呢？我们在这里安一个假名叫“无心”，也就是说妄心是虚幻的，去掉妄心以后那个东西，安一个假名，把那个叫做“真心”。有的人听说“真心”二字，总以为妄心后面还有一个“真心”，总想得到一个“真心”，这又错了。这里所说的“真心”只是安了个假名，希望大家听明白。一个学生跟我讲：我每天读《金刚经》，经文上说要破四相，本来我学佛是想有所得的，比如说得到罗汉，得到菩萨，得到佛，结果说这也空，那也空，空到最后我都想不通了。从境界上来讲，佛法无非是愈病的良药。因为我们在心性上、在精神上有障碍，有贪痴

慢疑见覆盖了我们的心，所以佛才讲三皈五戒四摄六度，讲这些是要把你心里的毛病去掉，你一贪佛就告诉你不要贪，这个道理非常简单，好像佛是一个大医王，在他的毗卢性海中装着许多灵丹妙药。《金刚经》上说“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得”，那么达摩大师给慧可传心的时候，言外之意就是说三心不可得。你有所得的心是妄念，那怎么能叫有所得呢？真心，那个真正的心只有当下承当。怎么叫当下承当呢？犹如清潭映月，深山老林中的水非常清，清潭映月是当下承当的。它没有经过什么阶梯，在那个地方是不立一法的，它是一个“清潭映月”的境界。“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得”，前后心际断，那个真心才显现了，那显现的真心安了个假名，安了个假名也是染污性，连那个真心的假名都不能安。禅宗的祖师苦口婆心，竖拂子也好，行棒喝也好，目的都是为了让你当下承当。因此在那个公案里，我已多次为大家讲过了，穿衣我可以替你，吃饭我可以替你，唯有这样一件事情我不能帮你。

我曾亲近本智老和尚，他也是虚云和尚的得法弟子，这个老人39岁以居士身出家，现在已圆寂了，他对于禅法的领悟是非常深刻的，深刻之处就在于平常心。我是在一年以后才体会到这个老人的冷峻。1989年云居山传戒的时候，有另外的老和尚介绍我说，本智老人参禅多年，境界非常好，你应当向他去求法。求法对于出家人来说是一个亲近和依止的过程。当时去了以后，我们几个人给他顶礼，说明来意，说想求法，他说：从古佛到今佛，唯以心传心，你要接的是什么法？说老实话，当时在座的研究生也有，海外留学的也有，没有一位能回答。

三心不可得和达摩传慧可的境界是相同的。达摩传慧可的过程实质是一个

无言的印心，他认可了他，乃至于这样一个印心对于后来禅宗从初祖到六祖的一脉相承都起着非常重要的作用。初祖是达摩，接着是慧可，慧可传给了僧璨，僧璨传给了道信，道信传给了弘忍，弘忍传给了慧能，从初祖到六祖这个禅宗的发展史是非常明白、非常清楚的，没有任何疑义。六祖以后，就出现了“一花开五叶”。我之所以把这段过程讲得这么详细，就是为了正本清源，这样我们再讲下面的达摩禅法及其修证才有了一个思想线索。

达摩禅法

达摩禅法的第一个特点叫“藉教悟宗”。“藉”就是凭借。“教”这里专指《楞伽经》。悟就是悟入。宗就是我们的心，这个宗不是宗教的宗，就是心，在心为宗，在言为教。你得到一种佛法的禅悦，乃至一种开悟的境界，明心见性的境界，在心中隐藏着，这就叫心宗；在言为教，我们通过语言文字，通过思辨，通过逻辑，我现在讲给大家，这就已经叫“教”了。藉教悟宗就是说藉《楞伽经》的教义，悟自心宗。

所谓禅法就是禅的方法，是非常具体的，可以把握的。而单独的一个“禅”字，它是心灵所达到的一种境界，是非逻辑的，是言语道断的，因此用了一个单独的“禅”字。“禅”还要与“禅宗”分别开来，禅宗是并列于八大宗派的一个专门研究禅法的宗派。还有一个词叫“禅定”，禅定用现在的话说白了就叫“心的永恒”，就是我们通过修定的方法，比如数息、念佛等等，使自己的心不起妄念达到一种定境。禅和禅定有着内的联系，但又有着区别，往往有人以为禅定就是禅，禅是活泼泼的，穿衣吃饭，举手投足，扬眉瞬目，都可以表现出禅的灵活和禅的智慧，而禅定就是盘腿闭目跏趺坐那样一种状态，用心得到一种永恒。假如说有人每天早晨七点钟到九点钟打坐，持续一

段时间以后，偶然某一天早上你没有在这个时间打坐，那么就是在这个时间，你的心因为以往惯性的推动，依然是一种清净的恒定的状态，但是这一种定境并不等于明心见性。而禅专指明心见性，禅定是一种过程，是心的一种永恒。往往有人把“禅”、“禅宗”、“禅定”以及“禅法”混为一谈。我们为了明心见性，为了开悟，必然要有一种方法，那么这种方法就叫“禅法”。禅法就是具体的方法，它是可以把握的，拿现在时髦的话来说，就是具有可操作性。

为了让大家把以往一些模糊的概念搞清楚，我讲一下禅门里的“四料简”，即“不立文字，不舍文字，不住文字，不离文字”。

所谓“不立文字”，是说在实际理地和法界如如的那个真如性上，在我们开悟的那个心境上面，善法、恶法一法不立，乃至文字于文字的假相也是不能立的。

“不舍文字”是老生常谈了。在佛教的八大宗派之中，教典最多的可以说就是禅宗，那么你怎么又说是“不立文字”呢？古代的祖师和禅宗的行人为了让大家达到明心见性，由迷到悟，他前说后说，立了很多文字，写了很多书，尤其是公案就有 1700 多条。比如《指月录》、《碧岩录》、《古尊宿语录》、《祖堂集》、《五灯会元》等等。我们常常依止的经典是《楞伽经》、《楞严经》、《达摩多罗禅经》、《金刚经》、《六祖坛经》，甚至有人把《维摩诘所说经》也划入禅宗的范围。虽然说它不立文字，但是大家通过这些可以看到，它“不舍文字”。“不舍文字”就是一种方便、一种方法，为了让你走向觉悟，该说的就得说，你不说也是错，在境界上不该说的，你说了也是错。你不明白就得说，你明白了就不说了，而且你就是自己明白了开悟以后，为了上求诸佛之

道，下化一切众生，你还是要说，你要把你明白的道理讲给别人。“不舍文字”就是不舍掉文字。

什么叫“不住文字”呢？以前有位老师父常在青灯黄卷之下深入经藏，他的徒弟到外面游方参学已经开悟了，回来后那个徒弟就想引导他的师父，但是正面教育与世相违。一天，他师父看经时有个蜜蜂想从窗户纸里钻出去，但是出不去，徒弟就说：那个门敞开得那么大，你不从门里出去，在这里钻故纸堆，什么时候你才能透出去啊？这是一个双关语，实际上他是在给他师父当头棒喝呢，敲他师父，说你不在自己心里去悟佛法，老是在文字上去求，你什么时候才能透过故纸堆达到一个新天地呢？他的师父听了他这句话，开悟了。佛法不是依文字上去求的，到文字上去求，与三世诸佛无缘。

西方哲学流派很多，但是后来西方哲学就陷入一种困境，大家发现老是按我们的思维研究哲学问题的话，研究到最后最终不能解决我们人本身的问题，而且像蜘蛛织网一样，自己把自己困在网当中。也就是说从理念到理念，从概念到概念，从理论到理论，绕来绕去绕不清楚。就像我和同学们接触一样，讲了一座以后，就提出一大堆问题，上课也提问题，下去了也提问题，绕来绕去都是在概念当中、理论当中。唯物主义和唯心主义的辩论乃至唯心主义之间的辩论、唯物主义之间的辩论，可以说不管是一元的、二元的，辩了二、三千年谁都没有把谁打倒，你也没把我推下历史舞台，我也没把你推下历史舞台，原因是什么呢？从理论到理论，每个人站的角度不同，每个人运用的方法不同，每人个都可以讲出自己的一整套理论。因此，西方的哲学因为思辩走入了困境，他们不得不到我们东方来，来求取一种顿悟的学说，求取一种直观的领悟人生和宇宙的方法。

再就是“不离文字”，禅宗虽然不立文字、不住文字，但同时也是不舍文字、不离文字的，达摩禅法的第一个特点就是藉教悟宗，就是要通过精研经教之义而悟入理地。

达摩禅法的又一个特点就是“二入四行”。理入、行入为二入，行入里有具体四行：报怨行，随缘行，无所求行，称法行。

什么叫理入呢？通过文字般若，即看经，把文字后面的境界读出来，把文字忘掉，豁然开悟，这就叫理入。通过研讨佛经，思维佛经，同样能开悟，这也是一种方法，对知识分子非常契机。比如我们思维《金刚经》，破四相，三心不可得，乃至“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”“若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。”这些是《金刚经》的经眼。你不断地去思考，同样能够见道，同样能够开悟。开悟了仅仅是你明白到路如何走，但你还是要一步一步向前走，这就是要“行入”，要在生活中实践。

唐代，福建有一个卓越的禅师叫雪峰义存。离雪峰禅师住的雪峰山不远处有一座大日山，那里有一位比丘尼叫玄机，她也很有见地，所以想去得到雪峰禅师印可。一进门，禅师问：“从何处来？”“大日山来。”比丘尼答道。“日出也没？”雪峰禅师继续问，因为既然从大日山来，那么日头出来没出来呢？这句话暗藏的意思就是问开悟了没有。这个比丘尼机锋凛冽，她这么答道：“出则融化雪峰。”如果日头出来了，你雪峰也不在话下，把你也要融化照破。从理上说，她确实很有见地。雪峰这时就又另起一个话头，问：“你叫什么名字啊？”她说：“玄机。”这两个字听起来像织布的意思，所以禅师就问：“一天能织多少布啊？”比丘尼回答：“寸丝不挂。”这

句话惊天动地，石破山裂，尼师很自得，拜了三拜，回身向外走，到了法堂门口的时候，听得禅师说：“你的袈裟拖地了。”尼师便回过头来看，这时候禅师说道：“好一个寸丝不挂啊！”在前面两段理路上看，她对于佛法确实有见地，但是在实践的部分，她就跟不上了。既然你寸丝不挂，我讲你袈裟拖地了你只管走就是了，为什么还回过头来看呢？这说明你心中还是有挂碍的。因此大家就会发现，理入仅仅是见道，见了道以后还要去修道。那么修道的具体实践就是“四行”。

四行中第一个就是报冤行。首先，从法界上说，是法平等，无有高下，法法都是平等的，不应该起分别心，去判断人我是非。从因果上讲，菩萨畏因，菩萨在修行当中，他非常害怕因，怕什么因呢？生怕在身、口、意三业上种下恶因，到了后来受报。众生畏果，因为迷啊，他贪、嗔、痴、慢、疑、见，争名夺利，尔虞我诈，人我是非，起心动念的时候他不管，但是他害怕果，不愿意承受恶果。所以菩萨在起心动念的时候，把念头看得很紧。那么如果已经种了恶因，要了结这个恶果的话，你就必须当下承当。而世间的人常常是，种下了很多的恶因，等到了受报的时候就不愿意了，不能当下承当因果，恩恩怨怨，是非总无了期。从因果上讲，没有什么恩恩怨怨，你得了恶果，你要当下承当，得了善果，你也要当下承当。很多人以为佛法很抽象，是一种玄谈，其实佛法与我们每个人的修养有关，与我们的生活实践紧紧地结合在一起。开悟以后，学人为了革除自己所有的习气毛病和精神上的障碍，用报冤行的方法，不以报还报，冤亲平等，提高自己的修养，增长智慧，从而使自己成为人天师表，智慧、解脱的自他两利。

什么叫随缘行？有句话叫“不变随缘”。什么是不变呢？菩萨所达到

的境界是不变的。所谓随缘，就是恒顺众生。众生有苦难，我就去救度，众生需要讲经说法，就去讲经说法，众生要吃什么药，就给什么药，众生需要布施，我就要去行布施，而且心中还没有挂碍，这就是随缘行。世上的人因为执著于人我之见，认为你就是你，我就是我，我的名是我的，我的利是我的，我的家庭是我的，我的地位是我的……，捍卫一个执著的我，因而生起许多烦恼。但是如果当你受委屈的时候，或者当你得到荣誉的时候，你和别人换个位置，站在别人的角度去想一下，你就会同情他、理解他，这才是真正的理解万岁呢。随缘行，一方面是要坚持佛法的原则；另一方面，为了恒顺众生，也要做种种饶益众生的事情，包括今天的讲经说法、流通经书、建设寺庙、做社会慈善事业，这都是一种恒顺众生随缘行的方法，这都是圆满功德的方法。

讲到这里，我再给大家讲一个老生常谈的公案。世间的人有了荣誉的时候往往就得意忘形，失意的时候又非常沮丧，别人讥毁你的时候就感觉到浑身紧张，称扬你的时候又飘飘然，所以我们把世间的利、衰、毁、誉、称、讥、苦、乐叫做八风，世俗的人就在这八风中摇荡。大文豪、大居士苏东坡曾写了一首偈子，表明自己修行的境界：

稽首天中天，毫光照大千。

八风吹不动，端坐紫金莲。

他很自豪，便叫侍童送过江去，交给佛印禅师。佛印禅师看过以后写了两个字：“放屁！”又让侍童带回去了。苏东坡一看大发雷霆，连夜划着船来找佛印禅师。他说：我写得这么好的诗，你怎么说我是放屁呢？佛印禅师说诗好是好，后面应该改一下。他说：请禅师指教。禅师就把最后一句改成“一屁打过江”，就成了“稽首天中天，毫光照大千。八风吹不动，一屁打过江。”

这就说明修行不在口说唯在心行，开悟是一瞬间的事情，修证却需要千百年，才能够圆满功德，才能够把自己的习气毛病去掉。

下面接着讲四行中的无所求行，为什么要无所求呢？因为有求皆苦，有所求但如果得不到的话，当下就是苦。在佛教的八苦当中就有一个求不得苦。因此，行菩萨道的人应该无求。有一个营员问我：学佛的人怎么是无求的呢？因为他认为我们念佛、学佛求的是成佛，菩萨不是也要“上求佛道，下化众生”吗？实质上，凡是有求的现象，就会带来无穷无尽的烦恼。大家都知道，有求和求不得是相对的，希望和失望是相对的，也就是说，你对人生抱着多么大的幻想，抱着多么大的希望，你往往就有多么大的失望，而且有得必有失。凡夫的心之所以苦啊，八苦交集的原因就是他老是在患得患失，老是在事情的处理上、在人生的旅途上患得患失。一患得患失，这个心就摇摆不定。

但是，在佛法当中，像大家受的三皈五戒十善，这在佛法五乘当中叫人天乘，人天乘是有求的，叫求福求慧。通过深入经藏，可以智慧如海，这是求慧，通过广结善缘，多吃一些慈善事业，可以培植福田，因此这叫求福。

在菩萨乘当中，应该是无求的。佛问须菩提：如果有人以恒河沙多的珠宝做布施，你说这个人的功德大不大呢？须菩提说：功德非常大。佛说：如果这个功德有实，如来就不说功德多。如果有一个人行菩萨道，做了一件好事，就希望别人给自己回报，赞叹自己，夸奖自己，这个人还是菩萨吗？他就不是菩萨了。因此，菩萨说法，菩萨用智慧度人、菩萨行布施等等，都是无求的。正因为无求，也就无所得。《心经》上讲：以无所得故，得阿耨多罗三藐三菩提。阿耨多罗三藐三菩提是一个假名安立，你不要在文字上求索，以为菩萨真正得到了什么。菩萨度众生，实无一众生得度。因为各个众生都有本来佛性，心、

佛、众生三无差别，迷则是众生，悟则是佛，所谓自性众生自性度。另一方面，菩萨如果在度众生时候说“我是在度你”，他起了这个心，动了这个念了，那他就不是菩萨了。因为菩萨的心量等同虚空，它不住有为，也不住无为，也不舍有为。因此，菩萨应该是无所求行。

《金刚经》上讲：“汝等比丘，知我说法，如筏喻者，法尚应舍，何况非法？”就是说，我们学佛的人、学菩萨的人，不要执著于法上面，法是一种救度的良药，为了度众生，佛设立了种种方便，苦口婆心，说一千道一万，众生如果没有病了，佛还有法可说吗？没有法可说了。犹如我们乘船，从烦恼的此岸，为了到解脱的彼岸去，我们乘的是大乘般若大船，到了彼岸以后，就应该把这个大法船放下，潇洒自在地走。如果你上了岸以后，还背着一个法，就叫法执。法执不除去，也是难于得到究竟涅槃的。有人要问了，开悟以后行菩萨道才是无所求行，我们还没有开悟，是不是还得有所求呢？不这样，虽然说你还没有开悟，为什么叫行入呢？你先做起来，在生活实践当中以无求的心为人处世，接人待物，你先实验一下，看看是不是心中就没有挂碍，有所求心中就有挂碍。

什么叫称法行呢？称就是相应，与佛法相应地去实践佛法，怎么样与佛法相应呢？尤其是对现在的学佛人来说，先不讲开悟以后的事，开悟以前首先要发出离心。所谓出离心，就是说对人生和宇宙要有一个明确的了解，如果没有一个明确的了解，那么就会认为人世间是实有的，就会贪着于五欲，就不能够生起求道的心。悟入佛之知见以后，在具体实践佛法的时候，就要去正确地实践佛法，无所求行，随缘行，报冤行，这种实践就叫称法行。更深层的意思，可能大家不好理解，就是佛的大法，所谓心法，既没有来去，也没有长短，又

没有善恶，没有增减，要求你当下悟入，当下承当，这样为除妄想，修行六度而无所行，心不染着，才叫做称法行。

下面讲讲理入和行入的关系，就是如何来处理理入和行入的关系。“悟在一瞬间，修行千百年。”一个人觉悟到佛法的真理，由于长期积累，瓜熟蒂落是一瞬间的事情。虚云老和尚在禅堂的时候，开水倒在了手上，烫了手，杯子一落地，当下豁然透亮，虚空粉碎。开悟就是一瞬间。但是证悟的过程，修行的过程，需要上千百年。如果一个人没有开悟，需要努力地通过深入经藏，藉教悟宗，去开悟。开悟以后，要通过三皈五戒十善、四摄六度，使自己的习气毛病革除掉，要功德圆满。很多年轻人只觉得开悟这个果子是很美好的，他不知道，即使开悟以后，路才走到一半。禅宗的路叫难行道，也叫险道，一不小心就走了岔道上去了。因此，自己必须要有抉择智慧，开悟以后，修行还要有漫长的道路，是非常难的。

昨天净慧大和尚在传灯法会上告诉大家的一段话，可以说是苦口婆心，就是理和事的关系。既不能够以事废理，也不能够以理废事，应该理事合一，这是一个很高的要求，做起来是非常难的。有人往往不能处理好这个关系，经常犯两边倒的错误，执著于两边。这就好像鸟之双翼、车之两轮，必须学修并用、解行相应，不可偏废任何一方，所以理入和行入千万要齐头并进，要交融在一起。

具体修证方法

谈到具体修证方法，就是四句话，希望大家下点功夫把它记住：“外息诸缘，内心无喘，心如墙壁，可以入道。”我先从文字上解释一下。外息诸缘，尘世间的一切是是非非，在你用功修道的时候，要狂心顿歇，万缘放下。

这个“息”字，是你自己要息自己的心，这是个会意字，上面是自，下面是心，自己的心息下来。现在的人满是尘劳，心息不下来，那就没有办法入道，没有办法入定，更没有办法开悟了。内心无喘，我们的呼吸有百分之九十是用来供大脑思维的，如果一个人能够外息诸缘，狂心能够歇下来的话，大脑对于氧的需求是非常非常少的。大家都有这样的生活体验，当你处于紧张，脑子急躁变化的时候，是不是呼吸就喘了？当你心平气和的时候，呼吸就比较绵绵密密。

打坐的人呼吸就要求绵绵密密，那么就要通过数息观来调息。数息，观呼出吸入，可以念四句偈，也可以数数。比如说，《戒经》的前四句话，“稽首礼诸佛”，绵绵密密地慢慢地呼出去；“及法比丘僧”，慢慢地吸进来，“今演毗尼法”，再呼出去，“令正法久住”，然后再吸进来。你看出，入，出，入，要绵绵密密。达摩当时修的是数息观，因此才说内心无喘。如果说你呼哧呼哧地喘，非常紧张，仿佛有人追你似的，那就叫喘相。在修定当中，不能够有风相，像拉风箱那样呼哧呼哧的，也不能有喘相，呼吸应该是绵绵密密的，到最后，连绵绵密密的这个密和绵也没有了，是谁在修定，以及能修定的方法和修定的人乃至修定的外缘，都没有了，就进入一种忘我的境地。

有人说，我原来没有念佛的时候还没妄念，这一念佛妄念更多了。这恰恰说明你在静。因为平时你的心，犹如意识河流，泥沙俱下，你难以把握自己。当你静下来的时候，你才确实体会到这个心是不静的，这说明你在进步。禅宗有一个《牧牛图》，开始修道的时候就好像牛老要去吃庄稼，就是说要打妄想，然后就设法像绳子穿到牛鼻子上，经常去拽它，拽得久了以后，妄念就不生了，就像把那头牛放了，放了牛，它也不去吃庄稼。牧牛十图就是用牧牛的过程来

表达修禅定的十个境界。

心如墙壁，我们知道墙壁是很严实的，就是我们打坐的时候，要死心塌地的，犹如枯木和岩石一般，心一点都不动摇，这样才能够入定。如果心里头还有动摇的话，就好像墙壁有缝隙了。因此，心如墙壁，就“可以入道”。

大家听起来，可能会觉得这个修证方法没有次第，比较难把握。实际上，《大乘摩诃止观》讲有五个要素，我简单介绍一下。第一，选择一个清净环境。这是非常重要的，不要受到凉风等等。第二，就是调身。可以自然坐，或者单坐，或者跏趺坐，肩膀放松以后要注意不要受风，而且手印要正确。第三，调息。调我们出入息，要绵绵密密，乃至进入一种忘我的境界。第四，就叫调心。调心必须如理如法地去做，要称法行，与法相应。

怎么样调心呢？要万缘放下，一念不生，心如墙壁，那才能够入道。心里不能有任何求怪异的心，不能有任何患得患失的心，在打坐时要彻底放下。当然这与你平时对教理的理解有相当大的关系，一个平时把人生看得十二万分重要的人，非常贪着于人世间五欲生活的人，修定的时候就是想万缘放下也难以放下，想观心也观不住的。调心还有一个重要的内容就是叫伏魔。当修行达到一定状态的时候，经常会出现一些定境。这些定境有一些是属于幻境，有一些是属于禅定当中出现的较为相应的境界。有的人就很贪恋，说什么看见自己的影子了，什么地方发亮了，什么地方有气感了，所有这些东西都是障道的因缘。因为你的目标是到高山顶上去，如果你贪恋于路边的小花小草的话，你能走到山顶上去吗？那你就枉费工夫了。因此，不要贪恋这些境界。

练气功的人有很多走火入魔，原因是什么呢？因地不正，果招纡曲。我昨天没有讲这个话的原因是怕大家思想上接受不了。一个人做事情如果因地不正

的话，那么就不会有好的果报。因为你开始学气功的时候，你就是想得神通，那么稍微静下来的时候，魔就乘虚而入，你不走火入魔往哪里去呢？如果你按大乘佛法去修的话，心中无所求，不动摇，魔来也不动摇，他就不能够干扰你，当然就不会走火入魔了。

第五，就是治病。因为我们精神上有贪 痴慢疑见，身体上有四大不调，所以当修定达到一定的程度，原来受过伤的地方，有病的地方，就会疼痛。乃至业障现前，无明火升起来了。你不修道的話，无明火有喷口，你就在烦恼中生活，反而不觉得是烦恼。一修到要清净下来的时候，内心的贪 痴慢疑见种种精神障碍就会显现出来了。而它的根呢，却扎得很深很深。好像芦苇一样，不过是一、两米高，你知道它的根扎多深吗？挖井的时候你就会发现，挖到几十米以下还有芦苇的根。所以贪 痴慢疑见的根，就扎得像芦苇根那么深。如果你不用观心的功夫，不去修定，你都不会发现你的病根扎得有多么深！有的人说：我是无求的。你真的无求吗？你讲这个话就是有所求，希望我说你无求，你怎么能说是无求呢？所以我们往往把这种说法叫做头上安头、骑驴找驴。心理的病、身体的病有的就扎得很深，平时都感觉不到。因为修道，这些病就会显现出来，业障现前，那么我们应该如法思维，战胜病魔，不要被它吓退了。总之，禅法不在言说，重在心行，希望各位一日六时披甲精进，早日成就。

课堂问答

问：在我国大陆有没有短期出家的可能性？

答：在南传佛教的斯里兰卡、泰国和缅甸这些国家，短期出家是人人向往

的一种学习和完善道德的机会。短期出家最短 7 天，最长三、五年。但是我国与南传佛教国家的时节因缘不同，尽管你希望通过短期出家学一点正宗的佛法，亲近善知识，陶冶一下自己的性情，愿望很好，但在中国目前很难实行。

问：众生都受私欲的影响，那么如何理解普贤菩萨第九大愿——恒顺众生？

答：这个问题问得有深度，非常好！“众生众生者，即非众生，是名众生。”这是《金刚经》上的话。所谓众生，一念迷即众生；所谓悟，一念悟，其心即同于佛。我这是最简单明了地给大家回答了。我们之所以成为众生是因为本有的佛性被染污了。这个染污的东西，我们把它叫做烦恼、无明，把它叫做私欲。如果把这些东西去掉了，当下就是清净的佛心，心佛众生三无差别。如何是“恒顺众生”？恒顺众生的人首先是随缘不变，众生为缘。当你迷的时候，众生就是众生，佛就是佛，当你悟了以后，心佛众生没有差别。一个要度人的人首先要自度，一个要利人的人首先要自利。如果自己没有觉悟佛法的真义，那么你讲给别人的就不是了义的，叫做相似法，如果以相似法去恒顺众生的话，众生就被你带到阴沟里头去了。众生本来是贪慎痴慢疑见，你又宣扬了贪慎痴慢疑见，那你不是把众生带到阴沟里头去了吗？因此，所谓“恒顺众生”，并不是说放弃自己本有的佛性，而是说自己在见性以后，用种种方便去引导众生。为了把这种抽象的理论给大家作具体、形象、生动的讲解，我讲一个事例。在《维摩诘所说经》中有一个维摩诘居士，他出入于淫舍，淫舍对于一个学佛的人来说是非常可怕的，学佛的人是清净的、无为的，怎么能够到妓女猖獗的地方去呢？但是维摩诘居士恰恰就要到那里去，“先以欲勾牵，令其归正道”。因为菩萨是不舍众生的，菩萨叫“觉有情”，如果他舍离了众生，就不能

叫菩萨了。因为他的愿力、责任和义务的驱使，所以他要恒顺众生。

问：我们在这里学的是生活禅，而净土宗讲的是念佛法门，我们能不能把这两者结合起来，在坐禅的时候念“南无阿弥陀佛”呢？

答：这个问题是老生常谈了。对于禅净的关系问题讲得最好的应该是《宗镜录》和《万善同归集》。永明延寿大师被誉为“小释迦”，当时八大宗派之间因为学术问题各竖一帜，都不能够得到了义，永明延寿大师写了一部书名字叫《宗镜录》。除了这部代表作，还有一个附加的小册子，叫《万善同归集》，非常圆满地、深入浅出地解释了禅与净的关系。除此以外，当代的黄念祖居士在他的《无量寿经解》前面有一个序言，虽然短短的几千字，但它是这位大居士修证佛法所有体会的结晶。因此，你如果想知道禅与净的关系的话，也应该看看黄念祖老居士写的这一本书。这些书流通处都有，我仅仅提供给你这些参考书目，是为了让你自己独立思考，好不好？

问：我看到后面正在修禅堂，而大殿前面又在募捐支援希望工程，既然希望工程很缺钱，为什么不能把修殿的钱用来建希望工程呢？

答：这个问题基本上是属于社会问题。柏林禅寺的复兴可以说是柏林寺常住和净慧大和尚的一片良苦用心。虽然整个河北佛教起步才有四年，据我所掌握的材料来看，因为我在中国佛教协会，是搞教务工作的，对情况比较了解，也就是说河北是落实政策起步最晚的一个省份，据说当时只有三千块钱的启动金。在这样一个情况下，白手起家，恢复柏林寺，创造了今天的环境，那是非常不容易的。尽管现在仍在完善殿堂，创造一个更好的修学环境，资金非常缺乏，但是，柏林寺在自利的同时也在利他，因此在前面又设了希望工程募捐箱，而且今年秋天河北佛协赞助的两所希望小学就要开学了。

从更深的意义上讲，寺庙、殿堂的佛像、藏经楼上的经书，以及常住的圆领方袍、光头染衣的法师，叫做常住三宝。自性三宝是我们的皈依处，常住三宝也是我们的皈依处。建造寺庙这样一个宏大的工程，无非是表法，一方面为大家创造一个修道的环境，另一方面，有道场在，不管是信不信佛法的人，都为他种下了一个远因，种下了一个善根，乃至若人以散乱心入于塔庙中，一声南无佛，皆共成佛道。这样一个道场，一方面要发展自身，另一方面还要福利于社会。正因为如此，柏林寺所以一面建禅堂，一面捐建希望小学。

问：请问如何提高佛教徒的素质？

答：这个问题问得正中下怀。我本身就在搞教务工作，因此他问的这个题目是我长期以来思考的问题。首先，我要讲一点，现在很多法师、居士们讲话当中都提到佛教徒素质下降，尤其是住持佛法的僧人素质下降的问题，我认为这种忧患和思考的心是好的，但是不能有失落感。大家应该看到，讨论佛教徒的素质也不能够脱离我们的社会环境，文革对佛教造成的彻头彻尾的摧残，导致了今天佛教界的人才建设走入了最低谷、青黄不接的局面，这是我们应该看到的忧患的一面。但是，希望就在当下，为什么这么说呢？今天有这么多人到这里来探讨禅学的问题、佛法的问题，这就是一个希望。除此以外，据我所知，我国目前佛教文化方面的工作已有所起色，还有很多法师在各地弘法，国际交流空前频繁。尤其是十一届三中全会以后，30岁以上、40岁以下的法师已经在管理方面、在知识结构方面、在个人素质方面，已经起来了一批。所以大家要有忧患意识，但是不要有失落感。另一方面，今天的佛教徒，如果从道德和信仰上来讲，我认为在全民当中他的素质并不低，至少他还有一个向善的心。再讲僧人，比起佛教的要求来说还不够，我们需要加强自身建设，但比起八亿

农民，僧人至少知道佛法僧三宝，知道哪些是善的，哪些是恶的，还有一个道德的约束。从这个意义上来讲，佛教徒的素质并不低。

中国佛教在前十年比较重视寺庙的建设，各地为恢复寺庙投入了大量人力和物力。从 1991 年开始，我们转入到自身建设方面，现在我们抓紧的是五项建设：信仰建设、道风建设、教制建设、人才建设和组织建设。中国佛教协会在这些方面正在逐步落实。希望大家共同关心佛教的前途和命运，但是在关心身外事物的同时不要忘记关心自己，这是我们学禅人的根本。

问：佛教能不能借鉴基督教的一些传教方面的经验？

答：这个问题很有意义很有价值。在历史上中国的佛教曾被日本的学者和中国的学者称为死亡的宗教，佛教被蒙上了一层灰蒙蒙的色彩。一般情况是，人死了要超度到庙里头来了，有了烦恼、有了痛苦到庙里头来了。确确实实，佛法没有通过一种适当的途径和权巧的方法传播出去。原因非常复杂，有历史的、社会的、也有文化的，既有内部的原因，也有外部原因。还有一方面，佛教所谓“无上甚深微妙法，百千万劫难遭遇”，因此就造成一种社会现象——姜太公钓鱼愿者上钩，你如果请问佛法，我就给你讲两句，你不来请问了，你叫我到火车站去散发经书，我做不出像基督教徒、天主教徒那样的做法来。在今天的社会环境下，我们应该把佛法张扬出去，应该采取一些方式、方法和手段，但是我们不要廉价，不要贱卖佛法，应该珍重佛法。如果一个人他善根发现了，他要学佛，他要出家，九头牛也拉不住。如果他没有生起这个善根，也可能今天你塞到他手里一本经书，明天他就给你扔到一边去了。因此，在思考这类问题的时候，从原则上讲，我们应该积极地采取各种方法把佛法弘扬出去，但是也不要贱卖佛法，不能够把佛像、佛言祖语印到商品袋上去做广告宣

传，那大可不必。这里有个度的问题，从哲学上来讲，在这个度的范围内，可以是真理，过了这个度就成了谬误了。我们做人也是这样，弘扬佛法也是这样，也有一个度的问题。“适论时信仰，是为最吉祥”。尤其是在今天中国的环境下，希望大家能够全面的观照，而不要偏废于任何一边。

问：释迦牟尼佛出现以前，地球上有没有佛法存在？

答：这个问题我们首先要在逻辑的范围内把这个概念讲清楚。从广义上讲，口说心行的三藏十二部叫佛法。但从本质上讲，佛法是什么呢？“如来者，无所从来，亦无所去”。佛只是一个觉悟真理者，我们今天学佛也是按照佛所觉悟的途径去发现和觉悟真理。从这个意义上讲，佛法你认识也好，你不认识也好，它依然存在，本来如是。佛法并不因为某种东西的坏灭而坏灭，它不生不灭、不增不减、不垢不净，没有颜色，没有长短，没有方圆，我们要悟到的就是这样境界。有形象的佛法，比如文字、经书，我们应该恭敬礼拜，但它是有为法，“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”但是离开有为以后是不是有一个无为可以把握的到呢？有为法和无为法也是相对的，当你能够通达了有为和无为后面的那个东西的时候，我认为你就明白我说这段话的含义了。

问：财布施是把“有”布施给众生，布施作为六度之一是菩萨修行的一个方面，那么请问菩萨行布施的背后有没有自私的成分？

答：这是个常识性的问题。我在讲正题之前，先谈了几个题外的别谈，目的就是让大家如理如量地去思维佛法。布施从三归五戒的范围内来讲，求的是人天的福报，这个福报是有形有相的，这是一个阶梯。受了菩萨戒或者学菩萨法的时候，布施就要求做到三轮体空，不住相布施。三轮体空就是指能施的人、

布施的物和布施的对象都空掉。这样布施功德是无边无涯的，把它叫做布施就已经是假名安立了。为了让菩萨的心性当中一法不染，那么布施的相也不可得，不住相布施，因此要讲三轮体空。既然是空，为什么还行布施呢？众生在没有达到佛菩萨的境界以前，把身边的资生事业看得十二万分重要。现在南方受水灾了，如果佛教界去跟他们讲道理就没有意义，如果你去给他们送棉被、送衣服的话，他们对佛教就会有很好的印象，也就是说得到了佛法的温暖。这是佛面对娑婆世界的众生设下的一个机教，可谓用心良苦。如果说不能够体证彻头彻尾的佛法，那么依文解义就可能与三世诸佛无缘呀！

问：法师刚才讲“无念”，但我们诵经、念佛、发愿、忏悔本身就是有念的，这如何解释？

答：这是一个有为和无为的问题。我可以大胆地告诉你，今天的念经也好，发愿也好，忏悔也好，都是为了让你通过有为达到无为，都是为了让你通过有念而达到无念。你现在无念的境界还达不到，因此才用了种种的方便，让你慢慢地趋向于无念。无念是从境界上讲的，不要以为你现在就可以不分善恶了，不分长短了，不分男女了，如果这样做的话，事与理就相违背了。你还没有达到不分别的境界。现在大家在学佛的初级阶段，这是个次第，依然要用抉择智慧去分别善恶，分别邪正，分别哪些是善法，哪些是恶法，哪些是法，哪些是非法，要通过分别达到无分别，通过有为达到无为，这个次序不要搞颠倒了。

问：佛教提倡众生平等，那么猪也有佛性，应该和人是平等的。所以稽康让他家的猪和家人一起喝酒，我认为体现的也是一种平等。

答：你千万不要把这个平等运用到你的生活当中，如果真要运用到你的生活当中，我想就要闹出笑话来了。平等是从性上讲的，佛性是平等的。但是后

半句话是“迷就是众生，悟就是佛”。关键是你没有悟，没有达到这个境界，因此千万不要把事和理搞混淆了。

问：请顺便介绍一下“清海无上师”。

答：我可斩钉截铁地告诉大家“清海无上师”是邪师，而非正师，她不是一个真正弘扬佛法的人。佛法到了末法时期，要用抉择智慧去分别善恶是非常难的。佛陀在世的时候，有个外道对佛陀说：“如果我穿你的衣，吃你的饭，但是我又出你身上的血，你又如何呢？”佛陀纷然泪下。这就是所谓“狮子身中虫，还食狮子肉。”往往很多事情不是别人要消灭你，要消灭你的就在自身。“清海无上师”是越南人，在佛门里受了三皈五戒，乃至受了具足戒，披上袈裟，后来她又不披袈裟了，烫着卷发，抹着口红。她通过眼睛看眼睛就能够给你印心，号称“观音法门”，并且自命为“清海无上师”。我们知道只有佛是圆满、觉悟的，是无上的，所以“清海无上师”就是要迷惑人心，是魔而不是佛。如果有人自称开悟了，觉悟了，自己是罗汉，是佛，我可以告诉大家，他保证是魔。因为佛不会说自己是佛，罗汉不会说自己是罗汉，罗汉说自己是罗汉的话，他的心念上就有染污性了，就好比如果有人说自己有学问，那恰恰说明你没有学问，有学问的人不会说自己有学问，这是很简单的道理。《金刚经》上讲：“汝等比丘，知我说法如筏喻者，法尚应舍，何况非法？”

讲到这里，我想起一位我亲近的名师本智老人。虽然他已经圆寂了，但是他的精神时时刻刻都在感召着我。1989年云居山传戒，我因为公务前去那里，很多人就介绍我去亲近本智老人，去接他的法。我给老人礼拜以后，他很平常地告诉我说：“从古佛到今佛，唯以心传心，请问你要接的是什么法？”我

当时是瞠目结舌，回答不上来。没有法可传，没有心可以传给你。当然，有人听了以后会非常害怕，怕什么呢？既然我学佛我应该是有所得的，你为什么叫我无所得呢？《心经》上讲“以无所得故”，菩提萨 830 才得了阿耨多罗三藐三菩提。所以没有什么心法可以传给你。但是现在“ 清海无上师 ” 通过看看你就给你印心，传法给你，你应该用佛法的智慧摧破这些邪魔外道。今天学佛有种种的逆缘，有种种的理论和学说在惶惑大家，我认为这恰恰是大家良好的时节因缘，善知识是善知识，恶知识也是善知识，就是看你以什么心去对待了。

问：俗话说：“ 好人不长寿，祸害一千年 ”。请法师谈谈这句话如何理解？

答：“ 好人不长寿，祸害一千年 ”。我想这句话的后面，如果不依文解义的话，这句话恰恰反映出人们对良好事物的向往，正因为大家渴望好人多，才发出这种感慨。关于寿命问题，人们讲善有善报，恶有恶报，似乎好人就该长寿，恶人就该短命，这里我们要看到佛教讲的是三世因果。打个比方，我们的善和恶好像两个罐子，一个装红豆，一个装黑豆。做一件恶事，红豆罐子里就少一颗，黑豆罐子里则增加一颗；做一件善事，红豆罐子里就多一颗，而黑豆罐子里就少一颗。这样到最后看哪个罐子先装满。如果黑的罐子先满了，那就叫恶贯满盈了。所以在三世流转当中，的当你红豆罐子装得还不满的时候，也可能你是善人，可是你不长寿，这并不奇怪。

问：我想知道佛教和气功是什么关系？

答：这个问题问得非常现实，也很有价值。气功作为传统文化的一个组成部分，是一个古老而新兴的学科。这是从肯定的方面来说。为什么说它古老呢？

早在葛洪写的《抱朴子》这本书中就有对气功的解释。说它新兴呢，是因为自文革以来十多年来，气功几乎成了一种群体运动。通过练气功，使一些人从尘劳中的争争吵吵、纷纷攘攘里静下来，我认为有其进步之处。但是，就佛法来说，它是不了义的，是有局限性的。更何况现在的气功界，有的是在道教里抓把盐，从佛教里倒点胡椒面，然后再到儒家里要点什么调料，捏乎捏乎就说是创了个什么功法，这叫什么功法？！确实是沽名钓誉，名闻利养，害人害己，要走上邪路的！在座的今天既然已经认识了佛法，那么劝大家就不要大路不走走小路了。

净慧法师在闭营式上的讲话

(1995 年 7 月 26 日)

各位法师、各位居士、各位营员：

时间过得非常快，转瞬之间，第三届生活禅夏令营就落下了帷幕。各位在这七天之中都很辛苦，也很虔诚、精进。大家都自始至终积极地参加早晚课诵、坐禅、听法以及其他有关法事活动。很多营员自觉地寻找机会亲近善知识，请问佛法的有关问题。不少营员一有空闲就在塔院里或大殿前，默默地进行礼拜。在过堂的时候，不少营员主动地为大家服务，盛菜盛饭、洗菜、洗碗。在去嶂石岩体验云水生活的过程中，大家都发扬了利他友爱的精神，自觉地帮助有病的营员和年长的居士。这一切都令我感动。大家都是带着求法的心情来参加这次夏令营的。我本人很惭愧，没有什么法给大家。可喜的是，我们请来了几位大德法师和居士，他们都给各位作了很好的开示，使我们这一届夏令营内容很充实，也为这一届夏令营增添了光彩。我对各位法师、各位居士的讲课，辛勤地教导我们这些莘莘学子的辛劳，表示衷心的感谢。

各位即将离开柏林寺，这次夏令营虽然结束了，但是我们所结下的殊胜法缘却是常存的。我相信这一法缘必定会在各位日后的生活、学习和工作中开花结果。修行是一个漫长、艰苦的过程，希望各位回去以后，把所学到的佛法理论贯彻到日常生活当中去，老老实实地做人，认认真真地尽职尽责。我们要生活在责任和义务当中，我们分分秒秒都要落实自己的生命、安顿自己的生命。在任何时候、任何地方、任何情况下，我们都不要忘记我们是正信的三宝弟子，要自觉地用佛法来观照和反省我们的行为和心念，净化自己的心灵，提升自己的人格。同时，也希望各位回去以后要利用一切机会和方便，用自己法的人格

力量去诱导和感染更多的人来亲近佛法、理解佛法、信仰佛教，把佛法的火种向社会广泛地传播开来。这既是我们个人的功德，也是我们佛教徒义不容辞的责任。佛法能够广泛地传播，佛法的教化能够影响一代又一代的人，就是我们国家安定、社会稳定的一个不可忽视的积极因素。我们能够善用佛法，把佛法信仰和修行的原则用智慧来贯彻到日常生活当中去，就是我们作为一个佛教徒爱国爱教的具体的体现。

最后，祝愿大家事业有成，诸事顺利，心态安祥，也欢迎各位营员常常回到柏林寺，看看这个家。同时，我也殷切地希望各位法师、居士，能够经常作不请友，到柏林寺来指导我们的工作，继续和广大信徒结甚深的法缘。

夏泽红居士在闭营式上的讲话

(1995 年 7 月 26 日)

编者按：

第三届生活禅夏令营由 曾京怡 先生、 夏泽红 女士赞助全部经费，他们不仅在物质上给予支持，而且夏女士还自始至终地参加了七天的活动。

各位法师、大德、各位营员：

有幸参加这次活动我非常激动。作为三宝弟子，我想能为愿意亲近佛法的各位朋友做一些事情是义不容辞的。我是搞健康养生事业的，可以带给人健康，而且也使很多人的生活获得改善。但是我发现，当他们身体健康、生活水平提高的时候，心里面却有无明烦恼，而且很多人只知道享福，不知道惜福。我记得来参加夏令营前，我听说我们当中有一位朋友家里突发火灾，把两间平房烧得一无所有。当时我就倡导我的伙伴们帮助他，当我提出这个建议的时候，在座的好几十位人都没有讲话，仅有几个人应和我。这件事使我深深感到这个世界物欲横流，世风日下。我想一个人要生活得幸福快乐，最根本的是要知道他的安身立命之处。从而我觉得带给人健康和生活的改善并不是根本的，而是要带给他心灵的安宁。因此我想，作为三宝弟子能为佛教事业做一些事情是我最大的欢喜、最大的快乐。

我还想告诉各位同学，要想把佛法告诉身边的人，首先自己每天能够勇猛精进地学习，所以这一次我下定决心，要多学习一些东西。因为两年前我就皈依了三宝，但是由于工作忙，没有在佛法上多作一些的研修，所以当一位朋友要把基督教传播给我时，他给我讲了一个晚上，而我很惭愧就是没有办法用佛

法去感化他，把他引到最究竟、最圆满的这条道路上来。所以这一次我希望能够多多学习、丰富自身。

我还记得讲课时有同学提问，他说为什么寺里有钱不去做希望工程而是在盖庙。我觉得我们对佛法应该用平常心和恭敬心去理解，我们来参加夏令营的学员都可以感到，在这七天中，柏林寺就是我们人生最好的学校，能够教给我们生生世世都受用不尽的佛法的道理，能够帮助我们修福修慧。所以我在发愿卡上写下了这句话：“要以出世的精神，努力地做入世的事情”。我希望今后能够在弘扬佛法上多做一些事情，也愿意与各位结更深的法缘、佛缘，让我们一起同修福慧。

营员代表在闭营式上的发言

(1995 年 7 月 26 日)

张红伟同学

各位法师、居士、各位营员：

大家好！本月 13 日我就来到柏林禅寺。一进寺门，我就有一种到家了的感觉，随着时间的流逝，这感觉越来越强烈，我的身心也越来越平静、安宁、轻松。

这儿所有的一切对我来说并不陌生，但又是那么的陌生。进了寺门，我的心就安下了。每天静静地去做我该做的事，去感悟做这些事和我的心迹。有那么一瞬间，我不知自己在哪儿、好像是很透明。我们设计描绘标牌、剪贴夏令营横幅、诵经、出坡、听讲座、坐禅、传灯法座、普茶、游嶂石岩……整个生活是那样的淡泊、宁静。

我来之前没有皈依，对佛教知识了解得很少很少，那天皈依仪式上，我皈依了并且受了五戒。这么多天一直平静的心那时很激动。我认为通过这次活动，我在茫茫黑夜里找到了一条心路。

路找到了，怎么走呢？各位法师、居士为我引了路，他们给了我手杖。我衷心感谢各位法师、居士和营员们。

有这样一句话现已铭刻在我心中：“行亦禅，坐亦禅，语默动静体安然。”生活就是禅，愿我们每位都安然于世。

李凝同学

尊敬的净慧大和尚，各位法师、居士、同学们：

很早我就对宇宙人生产生了深深的迷惑，渴望了解自己、了解生命，为了寻找一个可以令我全身心投入的大智慧，我曾寄望于科学、儒、道，练过多种气功，学过易经，它们都有其伟大和闪光之处，但我总觉得这些都不圆满，不能给予一种真正的解脱，这时我开始走上了学佛之路。来到柏林寺，这里庄严的殿堂楼阁，师父们良好的道风，使我的心灵受到了极大的震撼，当面对无比妙相庄严的佛相，跟着师父念：“尽形寿皈依佛……”时，我已泪流满面了，那种迷途的游子找到归家的路的激动喜悦，依托感、委曲感是难以用语言来表达的。

这次夏令营使我更坚定了对佛法的信仰，通过早晚课、行香、坐禅、过堂等具有浓厚的宗教气氛的仪规，我深深地体会到一种心底最深刻的诚心、愿心的复苏，通过到嶂石岩云水生涯的体验，使我体会到古人为生死大事不惮登山涉水、劳苦奔波的献身精神。在这里我也普遍地感觉到各位常住师父、居士的辛苦，正是由于他们的劳动、他们的精心安排，才使我们这次夏令营举办得很圆满，使我们能够很好的学习和生活。我们就像一个个空瓶子，每天接受着各种各样的布施，我感到了老师们的殷殷期望，我也感觉到我们被寄托的责任很重很重。

因此，我万分珍惜这次殊胜的法缘。当今世界利欲横流，到处都充满诱惑，当我们回到生活、工作、学习的环境中去时，我希望我们不要被外缘所惑，看破功名利禄，从自身做起，以平常心来修行，勇猛精进，永不退转。而当我们有了烦恼困惑的时候，愿我们能时时想起柏林寺这个家，永不忘失我们已经拥有的精神家园。

很快就要离开柏林寺了，我们都觉得时间太短了，可是我又觉得它很长，

因为这几天的意义已超越了我以前二十多年迷惑生命的意义，这里点燃了我心头久熄的明灯，它照亮了我以后漫长的路，我愿将生活禅的精神运用到生活中的方方面面、时时刻刻，做一个上求佛道、下度众生的菩萨行者，觉悟人生、奉献人生！愿我们同愿同行！

汲吉吉同学

尊敬的净慧法师，各位老师、同学：

在这里我和大家一样，心中对诸位法师、老师几天来的慈悲布施，对我们的关爱都非常感激，同时也对各位营员求法的虔诚也非常感动。但这些我现在不想说，因为我想我们心中都已经充满了。

我现在想说的就是这样一件事情。大家到柏林寺都看到了这里是在净慧大和尚的努力下蓬勃发展起来的。现在正在修建禅堂，而且还有更宏大的规化，比如国际禅定中心等等，这一切都需要巨大的资金，大概需要几千万吧。当然许多大护法都在慈悲布施，但是实际操作当中往往会出现资金不能及时到位的情况，所以我们寺里总是负债经营。但是，在这种资金比较紧的情况下，大和尚还是连续三年举办了生活禅夏令营。虽然第二次、第三次都有护法来赞助，但首届夏令营是由我们寺出钱的。曾经参与了三届夏令营筹备组织工作的谢鸿居士对我说，有一次她和一些师兄弟对大和尚说，这活动一次就需要几万元，本钱太大了。大和尚当时回答道：“我们哪里有本钱？”

听了这件事之后，我想，就我的理解而言，大和尚当时讲的，不仅仅是我们寺里没有本钱，而是说中国大陆的佛教没有本钱。我是学社会学的，我在复旦大学从大一就开始接触佛学。据我所知，中国大陆在解放以后到改革开放以

前，百分之九十的寺产都已经丧失。从僧众来看，僧人文化素质方面也比较低。我们柏林寺是人才济济，但就上海而言，到去年为止竟然没有一个僧人具有大学文凭。就俗众而言，状况更是令人担忧。我们大家基本上都是学生，大家都知道，一般人对佛教的理解往往就是来自电视剧或者武侠小说。因此，中国佛教没有本钱，中国佛教面临着一个非常荒芜的状况。那么，中国佛教要振兴最重要的是靠什么呢？我想最重要的是要靠人。因此，我们的夏令营就是中国佛教的希望工程。那么，在这里我想问一下大家，我们夏令营的营员能不能做中国佛教在下个世纪腾飞的本钱？

王安洁同学

大和尚慈悲，尊敬的各位法师、各位老师、各位同学：

不知不觉中，七天的夏令营生活已经接近尾声。在此请允许我代表全体营员，以恭敬诚挚的心，感谢各位法师及各位导师给予我们的法布施，在我们的心中点燃了智慧之灯，照亮我们的人生之路；同时也感谢常住师父和居士的日夜操劳，在生活中给予我们的无微不至的关怀和照顾，使我们有一种归家的亲切感。

我是在 93 年皈依三宝的，但是当时我对佛教的认识还很肤浅，只觉得佛教是向善的，皈依了并没有什么坏处。两年多来，通过对佛教经典的学习和体会，尤其是这次在这里聆听各位大善知识的讲演，使我明白了佛法是解脱人生诸苦的究竟之法，同时，它也是一种需要用生命去实践的法门。七天的学习，使我更加坚定了学佛的信念。前天，师父给我们大家传授结缘皈依，当师父讲到皈依佛陀就好像远方游子重又回到了妈妈的怀抱一样时，我情不自禁泪流满

面。我想，这就是一种心灵的皈依。当时的心情我很难用语言来表达，但我确信我找到了归家的路，找到了真正皈依处。

路是找到了，现在就是要靠自己的脚去走。人们常常抱怨现在是末法时代，抱怨亲近不到善知识。那么为什么不从自己身上找原因呢？尤其是我们这些年轻人。说到这里，我很惭愧，我这两年多学佛的时间，算一算，能精进用功、真参实究的时间，真是太少了，即使发起勇猛心也只是两天的热度，可以说悠悠忽忽把宝贵的光阴都浪费了。在今后的人生道路上，我要把生活禅“觉悟人生、奉献人生”的宗旨贯穿于一言一行之中，时刻不忘自己作为一名佛教徒的神圣责任。

此时此刻，我感慨万千，我最想说的一句话就是：希望在不久的将来我们还能有这样殊胜的法缘和大家相聚一堂，共沾法喜。

普茶发言选摘

(1995年7月26日)

明海法师：

今天这是这届夏令营的第六天，在这几天里主要是讲课的老师们在说、在讲，各位营员在学习方面有什么问题，有什么心得，对柏林寺常住有什么意见，对这次活动有什么建议，大家相互讨论的机会并不多，所以今天晚上我们安排这么一次普茶会，让大家畅所欲言。

净慧法师：

赵州祖庭有一个传统，就是“赵州茶”。 “赵州茶”已经流传了一千余年，尽管在柏林寺有一段时间，“赵州茶”的传统已经失传了，但是“赵州茶”却是流传天下。在柏林寺失去这个传统的时候，在各地依然流行着“赵州茶”这个公案。今天晚上既然是普茶会，那么作为赵州祖庭的本地风光，首先就请大家品尝“赵州茶”。

赵州祖师当年教人“吃茶去”的时候，应该说是解决了无数人心头的彷徨和徘徊、困挠和烦恼。千载之下，我们今天来吃茶的时候，应该还具有同样的味道，我们才能够真正延续赵州的门风。可是我自己非常惭愧，“赵州茶”究竟是什么味道，我自己也没有尝到。但是我希望通过这种提倡，使大家能够尝到“赵州茶”的味道。

徐如雪（上海）：

这几天我感受颇深。因为在这以前，我是基本上没有接触什么佛教的，只

是看了一些佛教基本的书。在这几天里，我是听一场报告，佛教对我的影响就深一层，到了昨天我觉得还是应该皈依三宝。所以这几天对我的一生影响颇大，可能是我的生命的转折点吧。我以前把佛教看成一门学问，可以作为一种爱好来研究。现在我觉得应该把佛教作为安身立命的一种法，而且我已经皈依了佛教，作为一名三宝弟子，就应该有责任来弘扬佛法。

班文战（北京）：

今天柏林寺的大和尚和各位法师慈悲，请我们品尝赵州茶，以我有限的了解来看，赵州茶的味道是一样的，但是每一个人品尝是不一样的。我自己的感觉就是赵州茶绵长而清淡，温暖而又亲切。

我想讲一两点这次参加夏令营的感想。我想我和柏林寺夏令营应该是机缘很深的，因为我接触佛教就是从去年参加第二届生活禅夏令营的一个朋友那里开始的，今年初皈依了三宝。皈依以后，我就一直希望能有大德来给以指引。来到这里，首先是改变了我对僧人的印象，以前我对佛教徒特别是僧人接触很少，总觉得僧人应该是非常严肃的，但是这次看到柏林寺从大和尚到各位法师都很有亲和力，使我对佛教有了一个更深刻的感性认识。再一个感觉就是这次活动给我生活的指导是相当大，从吃饭、走路、穿衣到生活当中的各个方面，对佛教的精神都有了一些亲身体会。我觉得这次活动给我的最大帮助，就是使我能够从知见方面解决了一些问题。比如说以前总是把“空”和“有”，“有为”和“无为”，“出世”和“入世”对立起来，通过各位法师的讲座，通过观察各位法师的言行，使我对这些问题有了一点点的认识。

这几天给我的感觉可以说是很清凉的，虽然说前两天有一些闷热，但是我

们内心的感觉，我想各位和我的感觉都是一样的：这几天我想我们的身体是越来越累，但我们内心却越来越轻松。这几天时间我感觉过得非常非常快，眼看就要离开柏林寺了。但是我想，即使我们暂时离开了柏林寺，但不论走到什么地方，处处都应该是我们的柏林寺，也就是说生活当中处处都应该是我们的道场。而且我非常希望以后能够再有机缘重归柏林寺。

王相辉：

我说说出坡拔草的一点体会。寺里草坪本来种的都是好草，但是野草长出来比好草根扎得还深，拔的时候非常费力。因此我想我们的修行过程就好像把好草保护起来，把那些恶的东西——野草，即使根扎得再深，也要有决心、有信心把它们拔出去。也就是说，种下什么，就长什么，把好草留下了，留了好种子，那么到第二年肯定长出的是好草，是草坪的草；如果留下野草的种子，第二年长出的就是野草。因此奉劝大家，即使再难，野草草根扎得再深，我们也一定要把它拔出来。

某营员：

我对佛教了解很少，因为听朋友的介绍，才有幸参加这一次生活禅夏令营。我原来对佛教的认识有一些错误的地方，比如认为僧人出家是消极避世。现在通过生活禅夏令营这些想法都改变了。我觉得学佛是一种积极的人生态度，我非常赞同生活禅提出的“但看脚下，莫问前程”的修行要点。无论我们干什么事业，无论搞自然科学，还是社会科学，都应该是这样子的。另外，我觉得这次活动从整体上来说，办得非常圆满，但我觉得各位营员之间，还有营员

跟各位法师、居士之间，相互谈心的机会比较少，大伙不能够充分地交流。我希望以后办夏令营在这方面做得更好一点。

某营员：

我刚开始学佛是出于一种健康的考虑，因为我的身体特别不好。但是学佛以后我就觉得仅仅是因为身体的原因在佛教中找到寄托的话，那就低估了佛教。我参加了第一届夏令营以后，我学会了用一种积极的态度去工作，在工作当中，我努力精进，获得了很多殊荣。但是这些荣誉并没有真正改变我的心态，我始终是用一种被迫承担的心态去面对生活。由于健康等原因，我生活得非常消极，我不太热爱我的生命，我觉得死对我来说是一件很正常的事情，是一种解脱。但是通过这次夏令营，通过各位法师的教导，我觉得应该用一种积极的、快乐的、宁静的心态去面对生活。既然我不在乎外在的荣誉，那么我就要努力寻找一种新的信念、新的精神支柱。我想以我的行动来感谢各位法师、各位居士、各位同修。

某营员：

我建议夏令营设立一个写日记的功课，这样我们可以把从入营开始一直到结束这几天的内心感受都记录下来。这也是对我们日常生活中实际修行的一种反省。另外，我还希望夏令营多安排一些营员和老师们的接触、请益的机会，有时候想问问题，但在课堂上又不方便也不好意思，如果安排一个时间，让老师们分别地坐在某个地方，让同学们分头去提问，这样一些具体的问题就可能得以解决。

郑征（南京）：

我学习佛法的一个感受是我们要自强不息，就是说修行不能等诸佛菩萨帮忙，修行要靠自己努力，很多事情应该多想想自己做得怎么样，而不要求别人怎么样。还有一个感受是我们修行应落实在生活当中，从改正自己的坏习惯、坏习气开始，有时候我们讲起佛法来可以天花乱坠，但是一落实到行动上，改正坏习惯就挺难，所以我觉得学佛还是要实实在在的。

某营员：

能有这样的机会是我的福份，我感到非常高兴。我的专业是心理学，我的研究方向是身心健康，但是在我学习本专业的过程中，看到咱们国家学术内部是照搬西方那一套，对这种现状，我是越学越不满意，所以回过头来在中国传统文化中寻找答案。在这个过程中，儒家、道家、气功等等我都涉及过，但是最后我就把主要精力集中在佛家的学说上了，佛教的苦集灭道四谛说把人生讲得比西方透彻得多，而且佛教的大乘精神、普渡众生的精神特别令人感动，这也成了我个人的向往和追求。另外，我还有一个想法，就是我们初学者如何对佛教、佛学有一个全面的了解？因为自学感到特别难，所以中国佛学院是不是也招收我们这些俗人，比如办函授、旁听等等？能不能有这样的机会，我期待着那一天。

某营员：

我想以我这几年学佛的体验，发表一下我自己的理解。首先是关于社会对

佛教的误解，我们在弘法的过程中很多人不理解，我想这与我们本身没有真正领悟佛法，没有善巧方便有关。我们之所以感到苦恼、矛盾，原因还在于我们自身有障碍。第二是我们在生活中要随缘而不要攀缘。正如净慧法师所说的，我们要生活在当下，当下我们该做什么就做好什么，不要停留在过去，也不要思虑未来。做好了眼前的每一件事情，就等于做好了所有的事情。

张磊（山东）：

生活禅夏令营就要结束了，难忘各位高僧大德的讲演，难忘云水生涯，难忘传灯法座，也难忘今天的普茶会。我建议净慧法师出一本书，把生活禅的宗旨、意义、内容、方法都阐明，可以把这三届夏令营的讲演都收集在一起，在全国公开发行，我想全国各地的青年人都会欢迎的。最后，我想刚才都是营员发言，能不能请每位师父送给我们全体营员一句话，可以是禅诗，也可以是警句。

来自辽宁的某营员：

我谈几句。第一个体会就是这次活动从中国佛协、河北佛协一直到柏林寺各位法师、居士都非常重视，活动组织得有条不紊。第二个体会就是在报到的那一天，一进大门看到有一块牌子：“我已到家了。”我心里非常温暖，确实有一种好像远方游子归家的情感。我带了相机，马上照了一张相。最后，关于夏令营，营员的吸收有年龄、文化等种种限制，今后是否可以举办春令营、秋令营、冬令营等等，给不同年龄、不同文化层次的人讲讲不同的法门，比如对老人，就可以多介绍净土往生的法门。

北京某居士：

我最早接触佛教是看蔡志忠漫画《禅说》和《六祖坛经》。我想，佛教能不能多运用这种浅显的方式，让更多的人了解它？

江西徐居士：

这几天很多营员谈到佛法与气功的问题。我练过气功，而且非常执迷、着魔，所以走了一大段弯路，要不是诸佛菩萨、大德法师慈悲摄受，我此生恐怕就毁了。我想把我的经验说出来，各位同修也可以我为教训，少走弯路。

我练气功曾经到了神经兮兮的地步，比如坐到卫星天线下面，企图接收宇宙外来的信息，这些说起来既可笑又可悲。走过这段弯路，再来亲近佛法，感到佛教非常的亲切、慈悲。那天坐禅，听到大和尚一声大喝“参”，我的眼泪忍不住掉下来，原来我想象禅宗的棒喝是威风凛凛的，很渴望很羡慕，当我听到那一声喝时，感受全然不一样。

有的同学认为气功可以接引学人来学佛，我不同意这种说法，气功大师只是要接引你去练气功，他们根本就不信仰三宝，怎么会接引我们来学佛呢？还有的同学认为气功至少也是一个外缘，比如有些气功书刊上也用一些佛教的名相，我觉得这种观点也不恰当，且不说气功书刊滥用佛教名相，即使这些名相将我们引入佛门，那也是来自佛教本身的因缘，也不是气功的接引。这些设法为气功辩护，企图把气功等同佛法的观点是不对的。更有甚者，认为某些气功师也是佛菩萨，或者佛菩萨就是大气功师，这简直是谤佛。有些气功书刊就这样误导学人。我们学佛的人应该用正见去好好检查、反省，这几天妙华法师，

明启法师多次谈到这类问题，这是为我们敲响慈悲的警钟。

妙华法师：

平时是我站在讲台上列了提纲，口若悬河，现在我终于和大家平等了，感谢大家把我拉下了神台。禅宗里有句话：“禅和子不开口，诸佛菩萨难下手。”如果在座的诸位罗汉、菩萨不开口的话，我还不知道这两天讲课的效果。大家直接、间接提了一些感想以后，我感觉到有一些见地非常深刻，而且每一句话都印在我心中，还有一些对佛法也有相当的境界，这是难能可贵的。由此来说，对于佛法的开悟和证悟，不分民族、年龄，也不分男女老少，也不分文化深浅，我觉得大家今天同种一个缘因，将来都有可能成佛。我平时占用大家的时间已经很多了，千言万语一句话：祝大家吉祥如意！

杨佛兴居士：

由于我的普通话说说的不标准，讲课的时候很多同学都听不懂，我很抱歉。从全国来看，柏林寺在培养人才方面比其它寺院做得好。因此，我建议柏林寺要以点带面，一方面希望净慧法师他们加倍努力，更加希望在座的各位，都能够各尽所能来支持柏林寺，有钱出钱，有力出力，把弘法活动办得更好。因为我去过很多寺院，和柏林寺相比之下，柏林寺最重视培养人才，重视提高自己。

净慧法师：

今天晚上，有一部分营员谈了自己的体会，也对我们这次活动提了一些希望，我觉得这非常难得。如果我们明年还继续办夏令营的话，我们一定很好地

吸收各位提出的我们能够做到的一些建议。

今天有一位女营员谈到她参加云水生活的体会，讲了她这次到嶂石岩和她没有参加夏令营以前到嶂石岩两种不同的心态。我觉得她讲了一句非常重要的话，就是说她原来是到达山顶以后就喊：“我征服了嶂石岩！”我觉得我们人类的一切问题都发生在这个地方，都想我要征服谁，对自然是如此，对社会同样是如此。这一次，当她攀上山顶之后，她却是在心底默默地对青山说：“嶂石岩，我又回到了你的怀抱。”活着，从根本上来讲，不是要征服谁，而是要转化、是要消融，或者说是要包容。我们想征服自然，就造成了现在整个人类的生态失衡，现在全人类都在吃盲目征服自然的苦果。同样地这个民族想要征服那个民族，这个国家想要征服那个国家，也造成了人类没完没了的灾难，使得整个世界可以说没有一天是宁静的，没有一天是没有战争的。根本的原因就是我们总是想征服对方。佛教讲缘起法，任何一个事物的存在都是和整个山河大地、宇宙森罗万象联系在一起的。如果有一点没有很好地按照这个规律来对待，就会牵一发而动全身，整个秩序就会错乱了，最后的灾难还是要我们人类自身来承受。所以我认为这位营员谈她的心态转变非常深刻，希望我们时时刻刻对人对事都要有一种包容的态度，对矛盾要能化解，对不同的意见要能够交流和沟通，这样才能够使我们每个人的心态真正获得一种安宁，使我们的人类社会真正过一种祥和的、光明的、幸福的生活。

佛教虽然讲人生是苦，但是它并不否认合理的人间生活。因为佛法不坏世间相，它有这样一个原则，就是承认世间有其合理性，不过还有待超越，有待净化，有待提升，所以大家千万不要误解佛法，以为佛法是排斥世间的。

今天还提到佛教现代化的问题。这个问题应该是提了一百年或者是几十年。

我想这本来不是一个问题，因为佛教的教化有一个总的原则，叫做契理契机，理是亘古不变的，机是时时常新的。佛法永远没有过时的一说，因为它永远都要契机，要针对当下，是当下就比现代化还要超前。现代化总有一定的稳定，佛法所教化的机应该是没有一刻是稳定的，没有一刻是不变的，没有一刻不是发展的。所以说对于佛法所对的机宜来讲，佛法常新。

所谓现代化只是在教化方式和手段上，好比我们今天用的这个话筒和去年的话筒不同，去年的话筒线挺长，走动总是不方便，今天的话筒是个无线话筒，这就方便多了，这就是一种教化的手段，教化的手段它可以现代化。有的人认为和尚就应该住在庙里不要讲现代化，和尚永远都只能走路，不可以坐飞机，这就不大合理了。为了更好地为众生服务，使大众有更多的机会来参学，现代的一切先进的东西我们都可以利用，这应该说是佛教现代化内容之一，当然不是全部的。

佛教现代化的目的是什么？我在一篇文章里曾经讲到，现代化的目的是为了化现代。因为我们大家都是现代的人，现代化如果跟不上的话，要化现代是永远不可能的。不知大家同意不同意这个意见。

佛教的现代化一定要和佛教的世俗化划清界限，现代化不是世俗化，希望大家在思想上要有一个明确的界限。

还有一点我顺便提一下，解放前太虚大师提出“人生佛教”或“人间佛教”的口号，他有一本著作就叫《人生佛教》。中国佛教协会会长赵朴初居士是太虚大师的学人，也跟太虚大师共事过，在他的《佛教常识答问》一书里正式提出了“人间佛教”的口号。这是在文革以后提出的，文革以前这个口号都不能提。这个口号提出以后，佛教界和社会上也有种种误解。有的

人反对这个口号，怕佛教日益世俗化。还有就是从左的方面来反对这个口号，就是说你提倡人间佛教，将来佛教就会在这个口号上有所发展。还有一种是对这个口号进行歪曲，说既然是人间佛教，怎么现在的和尚还不吃荤成家呢？这就是把“人间佛教”的口号歪曲了，把人间佛教和佛教的世俗化等同起来了。所以“人间佛教”的口号是非常积极的、非常净化的，是符合佛陀根本教义的一个积极的口号。我们千万不能把它庸俗化、世俗化。

妙华法师珍重道别

(1995年7月26日)

大和尚慈悲，

请我为大家说几句道别的话。我谨代表讲课的法师和居士，首先为这次夏令营的圆满成功表示祝贺。再次，为了柏林寺常住法轮常转、佛日增辉，预祝它永远保留佛法的正信，住持佛法。

下面几句话既是给大家的珍别留言，也是我为大家的人生留下的一个课题。我们到柏林寺来的时候，在门口看到的字是：“我到家了！”七天以后我们大家又要回家了。究竟到家，还是回家？希望大家在充满坎坷的人生路上找到自己真正的家。

祝大家吉祥如意。

法雨清凉

— 第三届生活禅夏令营特记

望 烟

酷暑季节，正当冀州大地一片热恼的时候，赵县柏林禅寺，却一片清凉，宛如沙漠中的一片绿洲。

在这里，7月18日至24日，河北省佛教协会主办的第三届生活禅夏令营，圆满举行了。

来自全国20个省、市、自治区，近200名青少年佛子参加了这次活动。他们在柏林禅寺沐浴了七天难忘的清凉法雨。

鼓舞人心的开营讲话

7月18日，赵州地区普降甘霖。

第三届生活禅夏令营，在嘹亮的《三宝歌》声中，揭开了帷幕。

中国佛协副会长兼秘书长刀述仁居士，河北省民族宗教事务厅鞠志强厅长、扈本训副厅长，台湾慈光寺住持惠空法师，台湾大乘精舍主持乐崇辉居士，中国佛协教务部副主任妙华法师，河北禅学研究所特约研究员杨佛兴居士，柏林寺护法、石家庄燕港房地产公司董事长魏茂鑫先生，本次夏令营活动赞助者夏泽红女士、曾京怡先生，以及赵县政府、政协的有关领导等，出席了开营式。

这是一个鼓舞人心的开营式。

净慧大和尚在致词时，向广大营员传达了中国佛协关于举办夏令营活动的一些意向。他说：“举办佛教夏令营活动，目前在大陆仅河北一家。因此，中国佛协对我们主办的生活禅夏令营活动，一直给予高度的重视，并寄予殷切

的希望。希望我们坚持把夏令营活动办下去，并就佛教在当代社会如何更有效地发挥其净化人心、利乐有情之功能，探索出一条新路子。”

刀述仁副会长在讲话时恳切地表示：“下一次举办生活禅夏令营，我将尽自己最大的努力，动员全国各大寺院，派代表前来观摩学习，希望在不久的将来，在全国各地，有更多的寺院主办佛教夏令营活动，为促进精神文明建设作出积极的贡献。”刀副会长的讲话，简短而有份量，赢得了广大与会者的赞叹。

另外，扈本训副厅长及赵县有关领导，在讲话中充分肯定了生活禅夏令营是一种很好的弘扬佛教文化的形式，有利于社会主义精神文明建设，有利于净化人心和稳定社会，并对夏令营活动提出了具体的要求、建议和希望。他们的讲话赢得了营员们热烈的掌声。

清净神圣的丛林生活

踏进柏林禅寺，面对庄严的殿宇，干净的甬道，苍劲的古柏，悠悠的塔影，营员们的第一个感觉是什么呢？

一是惊叹：“人间还有这么清净的地方！”

二是欣喜：“我回家了！”

丛林生活，对绝大多数人来说，充满着神秘的色彩。可是对于营员们来说，却是如此的亲切。

暂时把一切放下，把烦恼、痛苦和焦虑关在厚重的山门之外。全身心地投入。上殿、过堂、出坡、坐禅、礼拜、唱梵呗。在这一切背后，有一个无比深邃而神圣的世界。这里有自在、有轻松、有清净、有真实。在这里，躁动的心

可以找到自己的归宿。

一样的生活，两种不同的滋味。营员们真切地体会到，平常我们的心总是妄念纷飞，烦恼重重，吃饭时不曾吃饭，走路时不曾走路，睡觉时不曾睡觉。要活得真实，谈何容易！必须改变自己的心态：由昏沉而明朗，由散乱而专一，由外驰而内照，由烦恼而清净。为了安住当下、融入当下，营员们学着从最简单的事情做起：吃饭、洗碗、走路、扫地、拔草。七天的丛林生活下来，营员们发现，最简单的事情其实并不简单，要做好它们，非找到自己的真心不可。

丛林生活与世俗生活不同之处在于，它有一整套严密的仪规。若能身心专一地如法去做它，可以净化我们的心灵，培养我们的宗教感情。一位营员谈到他对“过堂”的感受时说：“过堂时，先念供养文，饭后去大殿回向，这种形式很好。它提醒我们，我们吃的每一顿饭都来之不易，是十方众生供养的结果，是无数的因缘相互作用的产物。因此，我们应当带着感激的心、珍惜的心和惭愧的心去吃这顿饭。我们没有理由挑三拣四，没有理由挥霍浪费，更没有理由吃了饭不干事反而牢骚满腹”。

我在采访中碰到一位女营员，她一有空儿就去观音殿前礼拜；中午，当别的营员休息了，她却去斋堂帮着洗碗、擦桌子、拖地板。她告诉我：“平时要我主动地帮助别人，为他们服务，总有点不自然，有一种吃亏的感觉。在寺院里不一样，能为其他营员做点事，觉得挺愉快的。来寺院后，我最大的收获就是，我从内心深处有一种感觉，我感觉到观音菩萨时时刻刻跟我在一起，她用慈悲的目光看着我，我感到很安全，很自豪，很快乐。但愿这种感觉能伴我走入生活。”这位女营员所说的感觉，其实就是一种神圣的宗教感情。对于一个正信的佛教弟子而言，它就是生命。

“ 生活处处是真实的，处处是光明的，处处是清净的，处处是神圣的，处处是有意义的。要看我们能否以一颗无我的平常心和慈悲心，去发现、去认同、去领受、去创造。 ” 一位营员在他的参禅日记中写了上面这段话。我想这段话道出了绝大多数营员对丛林生活的感受。

启人心智的佛法讲演

人怎样才能获得心灵的宁静？何处才是人真正的精神家园？这是每个人都必须面对的生存问题。在某种意义上讲，营员们比社会上的同龄人，更能痛切地体会到人类生存问题的压力。他们正是带着这种生存疑惑踏进寺院的。

这次夏令营，针对年轻人的心理特征，以《六祖坛经》为核心，为营员们共安排了十多场佛法讲座。这次给营员们作法布施的几位讲师，以出家人为主。他们，无论是从见地上还是从修证上看，都是很出色的，惠空法师对禅法理路的精微分析；妙华法师的辩才无碍，妙趣横生；明海法师亲切感人富有智慧和诗意的自性流露；净慧大师亲切感人契理契机的指点迷津；乐崇辉居士的精微入理；杨佛兴居士引人入胜的事实论证，等等，都给营员们留下了深刻的印象，整个讲法过程，充满了会心的笑声和热烈的掌声。

从营员们的反应来看，这次夏令营的佛法讲座，取得了良好的效果。营员们从讲师的开示中都或深或浅地从理上找到了自己生存的答案。用一位营员的话来说：“ 家，知道了；路，也知道了；现在的任务就是脚踏实地地走。 ”

回归自然的云水生涯

在这个世界上，最懂得欣赏自然、珍惜自然的，不是艺术家，而是行脚僧人。他们远离尘俗，纵情山水，与自然为伍，心无挂碍，来去自由。那份自在与洒脱，着实让人向往。了解禅宗的人，有谁不希望体验一下行脚僧人的这种清净自在的云水生活呢？

本次夏令营特为营员们安排了一次体验云水生涯的机会——嶂石岩一日游。

嶂石岩是河北省赞皇县境内新开辟的一个风景区。这里山势高峻，危崖如削，地形复杂，道路崎岖。7月21日，营员们在这里度过了难忘的一天。虽然时间比较紧促，但是嶂石岩奇丽的自然风光还是给营员们留下了深刻的印象。营员们忘不了攀行在险峻的山道上的那份兴奋；忘不了那一路上摄不完看不尽的奇峰峭壁；忘不了扒铁索爬行在一线天下的那份激动；忘不了回音壁念唱“南无阿弥陀佛”的那份空灵；忘不了净慧大和尚在槐泉寺作的那场催人向道的开示；忘不了在露天底下吃简易午餐的那份乐趣……

这次云水生涯，使营员们眼界大开，使他们体验到了“天地同心，万物一体”的生命真实和“无情说法”的不可思议，激发了他们对大自然的无限热爱，对行脚天涯一心向道的云水僧人的无限崇敬。当营员们以清净的心灵面对无限的大好河山时，一种新的自然感情在他们的灵魂深处涌动着。一位女营员在后来的普茶会上谈到这种体验，她说：“我曾游过嶂石岩，当时我爬上山顶，挥着双臂，对群山大喊：嶂石岩，我终于征服了你！这次游嶂石岩，感觉完全不一样，不再有征服者的那种狂喜，我只静静地对群山说：嶂石岩，我回到了您的怀抱。”

悲愿激荡的传灯法座

唱着“南无本师释迦牟尼佛”的圣号，营员们小心翼翼地捧着一盏盏莲灯，随着一声声空灵的钟声，缓缓地走出大殿，烛光慢慢地连成了两条长长的蠕动的金线，又渐渐地汇集到悠悠的赵州塔前，成为一片闪烁的星星之海……

这是传灯法座活动中的一个动人的场面。

传灯法座是本次夏令营活动中最具匠心的一个法事活动。它包括三个大的组成部分：首先是忏悔，即事先让营员们在自己的忏悔卡上写出自己要忏悔的罪业，经过礼拜之后，再把它放进炉中烧掉，象征着从此罪业顿消，身心清净。接着是发愿，也是事先让营员们把自己的心愿写在各自的发愿卡上，经过礼拜之后，再统一放在一个净盆中，表示以清净之身心荷担如来家业，契入如来悲愿之海。最后是供灯，每个营员把自己手中的莲灯供到祖师塔前，然后随意从净盆中取出一张发愿卡，表示发心把佛法这盏智慧之灯永远地承传下去，用它来照破心中无始劫来的无明，用它来照亮整个法界的一切众生。

整个传灯法座活动持续了两个多小时，气氛庄严肃穆，真切感人。透过摇曳的烛光，我们可以从营员们的表情中感受到他们内心深处激荡着悲愿之澜，不少营员激动得热泪盈眶。

在传灯法座上，净慧大和尚开示道：“点燃了外在的灯，仅仅是表法的一种仪规而已，但我们要透过点燃外在的灯来点燃我们每个人的心灯。点燃了心灯，我们就可以把内心无始以来的黑暗照破，使智慧开朗，放大光明。‘一灯能除千年暗，一智能灭万劫愚’。我们要用自己的心灯去点燃更多人的心灯，以一灯传百灯传千灯，灯灯相传，灯灯无尽，照亮大地一切众生的心田，照破

我们无始以来内心的无明和烦恼，照亮我们每个人的人生道路，使我们从今以后在菩萨的智光和自己的慧光，光光相映之下，获得安祥自在。”

通过传灯法座这种形式，营员们普遍体验到一种强烈的宗教神圣感和使命感。他们表示，要用佛法这盏智慧的心灯，去照亮自己的漫漫人生路，去照亮在黑暗中苦闷彷徨的人们。

生气盎然的柏林茶话

“吃茶去”的公案老早就给营员们留下了深刻的印象，从踏进柏林寺的那一刻起，营员们就一直盼望着净慧大和尚也像当年的赵州禅师一样，对他们说一声“吃茶去”。

直到7月23日晚，营员们的这一小小的心愿总算得到了满足。

在观音殿前，古柏树畔，全体营员和法师居士整齐有序地围坐在一起。每个人跟前都放着一盏清茶。

“请各位品茶！”净慧大和尚站起来，端起茶杯，向各位示意。

一片寂静，大家都在用心品味。

赵州茶到底是什么滋味？我们品出来的就是当年老赵州所品出的滋味吗？

营员们都在心里打鼓。没有人敢承担！

“我喝了多年的赵州茶，很惭愧，我也说不出它到底是什么滋味。各位只好自己去慢慢品尝。”

明眼人自然能品出净慧大和尚这句话的深刻含义。不要把它仅仅看作是自谦的说法。禅是不立文字，不可言说的，它如人饮水，冷暖自知，我们只有拿自己的全部身心去体会，方能品出个中滋味来。

也许是大家品出了茶中的禅味，整个气氛一下子活跃起来。大家都争先恐后站起来发言，谈自己学佛的经过，谈自己参禅的体会，谈这次夏令营的感受，谈学佛与练武功的关系，谈自己今后的打算，谈自己对佛教未来发展的看法，谈今后举办夏令营的建议……“百家争鸣”，令人耳目一新。看得出，营员们的所谈，都是从自心中流出来的，真实感人，极富启发性。

可惜时间过得太快，不知不觉已是十点多。很多营员对自己没有机会在这样一个轻松自由的场合一吐心曲深表遗憾。他们一致要求净慧大和尚，在下次夏令营中，多安排一些这样的活动。

中国佛协的关怀与希望

在这里，我想着重指出的是，中国佛协对本次夏令营活动所给予的特殊关怀和希望，使广大营员们深受感动和鼓舞。

一开始，中国佛协副会长兼秘书长刀述仁居士，受赵朴老之托，在开营式上给营员们作了一次鼓舞人心的讲话，充分地肯定了举办夏令营活动的意义，并希望河北佛协坚持把夏令营活动举办下去，为今后全国其他寺院举办类似的弘法活动，作一些探索。

继此之后，7月22日上午，中国佛协副秘书长、福建莆田广化寺住持学诚法师，中国佛协常务理事、北京广济寺监院演觉法师，中国佛协办公室副主任张泽西先生等，一行近20人，又冒雨专程前来柏林禅寺，看望了参加夏令营活动的学生，学诚法师还作了热情洋溢的讲话。为了表示对夏令营活动的支持和关怀，他们除了打斋供众之外，还同广大营员一起参加了听课和传灯法座活动。

学诚法师一行对夏令营活动的热情关怀和参与，将本次夏令营活动的热烈气氛推向了高潮，赢得了广大营员们的衷心感谢和赞叹。营员们普遍地认识到，没有中国佛协的大力支持和关怀，就没有这次殊胜的夏令营活动。

闭营式上的心灵回音

七天的丛林生活确实太短暂了。在营员们的感觉中，新的生活似乎才刚刚开始，就被无情的时间匆匆拉上了帷幕。明天就要离开柏林寺了。说不出的遗憾，说不出的留恋，说不出的感激，还有找到精神家园之后那种说不出的欣喜。在 7 月 24 日下午的闭营式上，我们可以听到营员们的这些心灵回声 ——

李凝同学说：“通过参加夏令营，我找到了佛法。佛法是人生真正圆满的解脱之路。在皈依仪式上，当我念到‘尽形寿皈依佛’的时候，我禁不住泪流满面，就像迷途的游子找到归家之路似的，那种激动、喜悦、依托感、委屈感是难以用语言表达的。通过早晚课、行香、坐禅、过堂等宗教仪规，我深深地体会到心灵中最深刻的一种诚心、愿心的复苏。我告诫自己要以平常心去修行，做一个上求佛道、下化众生的菩萨行者。”

王安洁同学说：“让我们以恭敬、诚挚之心，感谢各位法师、居士为我们作了精彩的法布施，是他们点燃了我们的心灯，照亮了我们的漫漫人生路，使我们有一种归家的感觉。我也感谢柏林寺常住法师、居士，为安排我们生活付出了辛勤的劳动，正是他们默默无闻的无私奉献，才使这次夏令营得以圆满的成功。”

张红伟同学说：“来到柏林寺，有一种到家的感觉，心情特别平静、安适。各位法师的开示，更坚定了我的信仰，使我认识到，唯有佛法才是最究竟

的解脱法门，才是我们心灵的真正皈依处。”

汲喆同学说：“夏令营是中国佛教的希望工程，我希望参加过夏令营活动的全体营员都发心成为二十一世纪中国佛教发展的本钱。”

从营员代表的发言中，我们可以欣喜地看到：

(1) 佛法的生命是常新的，它永远不会过时；

(2) 现代人类迫切地需要像佛法这样的精神信仰，来指导和安顿自己的生命；

(3) 生活禅夏令营，作为新时期的一种弘法方式，契理契机，具有强大的吸引力和广阔的发展前景。

第三届生活禅夏令营，历时七天，至 24 日下午圆满结束了。在本次活动中，有一百多名营员皈依了佛教，他们将成为佛教事业中的一支生力军。在这里，我想引用一位营员的话来结束这篇报道——

“感谢促成这次夏令营圆满举行的所有善良的人们。从此以后，这个世界上，又多了几分光明，几分温暖，几分吉祥，几分宁静。”

海峡两岸佛教界人士交流座谈会纪要

(1995年7月18日晚)

净慧法师：

今天是我们第三届生活禅夏令营的第一天。趁今天晚上这个时间，我们开一个小型的海峡两岸佛教界人士座谈会。本来这个会应该是在夏令营要结束的时候开，那样内容会比较充实一点，谈问题就会更有一些针对性。因为明天惠空法师就要离开，所以我们就提前开。虽然是第一天，我想就夏令营的情况还是能够谈一些的。比如我们的准备工作、整个的活动安排有哪些不足的地方，这些问题在活动一开始的时候就会暴露出来。另外，今天因为听了政府方面领导人的讲话以及中国佛教协会代表的讲话，我想如果能够就夏令营未来的发展谈一点前瞻性的意见的话，也还是很有意义。所以我们还是抓紧今天这个时间邀请大家来举行这个小型的座谈会。

参加座谈会的这些人士，大家彼此有的不认识，我们还是来介绍一下：

台湾慈光寺住持、柏林禅寺西堂惠空法师

中国佛教协会教务部副主任、柏林寺后堂妙华法师

台湾大乘精舍主持、《慈云》杂志发行人乐崇辉居士

河北禅学研究所特约研究员杨佛兴居士

本届夏令营赞助人夏泽红居士

柏林禅寺堂主新福法师

柏林禅寺监院常辉法师

日本留学僧木村礼道法师

柏林禅寺现任监院、河北禅学研究所干事明海法师

柏林禅寺知客明启法师

柏林禅寺志远法师

河北禅学研究所研究人员黄明尧居士

北京邓殿臣教授、赵桐教授、陈林居士等

杨佛兴居士的学生于瑞华居士等

好，我就不占用大家的时间，希望能够聆听到各位非常宝贵的意见。

惠空法师：

我认为营队在中国有非常重要的意义，而且未来发展的趋势也非常远大。诚如刚刚大和尚所讲的，在中国佛教协会方面，不仅是支持，而且希望能够扩大影响；在政府部门方面也是给予了很大的关心。那么，如果外在的、客观的环境上没有障碍的话，关键问题就要看我们内在的、主动推展的情势如何了。这个推展的情势，以我自己的经验来看，有两个引导的理念：第一是本身实力的充实；第二是对整个佛教的影响。在这两个方面，应该是以本身实力的充实为主轴，来带动对整个佛教的影响。

所谓本身实力的充实，就是说我们怎么样吸引更多的人投入这个营队，让主办单位在每办过一次以后，就有更大的能量来办下一次的活动的，而且办起来能够更轻松。虽然这种能力的充实不一定要在一年、两年内达成，可是我觉得要有这样一个发展的远景。

以我个人的经验，内在力量的凝聚，很重要的一个方面是僧团本身的发展。在台湾，活动是不是有成绩，从人的立场来看，一个很重要的指标是慢慢地会不会有一些人投入这个僧团，简单讲就是在这个团体里面出家。如果我们以出

家人的素质与数量的发展来衡量一个团体是否有足够力量的话，那么我们怎么样让出家人留在这个团体里面，或者说让更多的人在这个团体里面出家，就是一个最核心的问题，也是最关键的问题。这个问题思维下去，他为什么要在这个地方出家呢？很多的因素。以我的理解就是，他希望有一个修行的环境，就是说，在这里出家，这里的师长或环境是不是能够让他安心地修行？是否有一条路能够让他安心地走下去？我把这些问题提出来，是因为这与我们刚刚讲的团体的发展有重要关系。

本身实力的充实还有一个重要的因素是居士的多寡。居士可以分成两大类，一类是学者，像杨先生和邓教授，还有上两届复旦大学的王教授、北京的于先生。学者教授能够带动很多人，而且把这个力量往外带，向内聚集，是很好的一个力量。另一类就是来参加夏令营的营员，我们把他们再聚集起来，给他们再教育，三年、五年以后也可以成才，可以影响出去，带动起内聚的力量。

总而言之，在整个活动的未来发展上，人的资源的内聚是关键，而最根本的是我们佛法的力量是不是足够强，比如我们办一个禅七，或带一个营队，是不是能满足他们的需求，这是最关键的。

第二点，影响力的问题。听说本届夏令营报名者就有五、六百人，我不知道具体情况怎么样。在台湾，很多人办大专营队，可是人数没有这么多，素质也参差不齐。我觉得我们应该把营队慢慢延伸到其他地方去，我们可以给来这里的学长一些书，或者跟他们继续联络，他们有了书或对佛法有了更大信心之后，就会扩大我们在寺院以外、课程以外的影响力。还有在台湾办营队有两种方式，一是男女合起来办，就像我们现在这样的，这种方式比较多；另一种是男女众分开上课，台湾有这么一个现象，当然大陆情形和台湾不一样，我只是

把我的一些经验提出来。

我今天所提的重点就是怎么样在人的素质方面不断有所提升，我想先简单讲到这个地方。

乐崇辉居士：

我非常高兴到这边来参加这么一个有意义的盛会。尤其净慧法师办这个夏令营是值得我非常赞叹和钦佩的，这非常难能可贵。听说办第三届，我也很愿意来跟年轻朋友们谈佛法。今天在开营式上，中国佛协刀秘书长特别鼓励我们，肯定我们，支持我们，希望推广夏令营，使它普及化，我想这句话我们应该牢牢记在心里。

年轻朋友学佛，对于国家的安定、社会的净化有深远的影响。台湾也是一样，有很多不能解决的问题，我们也是用宗教的力量来解决这些问题。比如，惠空法师也知道，他也去，我本人也去，我们每个月要到监狱去一次弘法，那些犯人，尤其重刑犯、吸毒犯，受到我们的感化，出狱后回归的情形很少，大部分都可以改过自新。我想我们提出来供作参考。而且我们也到青少年感化院，也就是 12 岁到 17 岁的青少年犯罪可以讲是普遍性的，而且是国际性的，这是非常可怕的一个社会问题。青少年为什么犯罪，我想这都是心理上有压力，自我要求过高，外在的环境以及结交的不良朋友等等因素，所以我们必须要注意到社会方面的影响。佛法目的是要安定社会，安定人心，所以我们是否该注意到这方面教化工作的开展，我想政府会支持这个观念。我们既然有很多学佛的青年，不妨训练一些人才，这是我一点小小的意见。

大陆自从开放以后，佛教的发展慢慢地有复兴的现象，尤其像净慧法师有

这么大的魄力来恢复柏林禅寺。一千多年以来，这个道场都荒废了，今天能够恢复，要有很大的魄力。这也是保护我们国家级的文化，这是我们老祖宗的本钱，外国人来学习我们的文化，对我们祖国的进步，可以看得很清楚。希望我们继续来做这种发展寺院的业务。

寺院僧团发展以后，我们必须重视到寺院的社会教益和社会福利。社会的教益就是智慧，社会的福利就是福德，就是福慧双修。我们要注意到寺院的社会教益和社会福利的功能。因为一个寺院没有功能，等于我们在这儿并没有弘法利生，没有对社会、对人民、对国家作贡献，所以我们应该在这方面着眼。第一个是培养人生指导师，也可以说像基督教的传道士一样，要从基本上、从为人处事上给予人们正确的人生指导；第二个是培养心理辅导师，去帮助人们正确地肯定自己，探索自我，把内心的不平衡达到平衡，我想这也是非常重要的；第三个是培养社会工作师，就像基督教的爱心一样，要走向社会，去帮助社会上最没有人注意的地方，这是我们佛教徒的本分。社会工作的原则就是扶弱济贫，对于残障者，对于精神病患者，对于悲观失望的人，我们怎么样帮他一把，使他能够建立起信心，我想这是非常重要的。这样的话，我们的社会会安定下来。这就是福慧双修的重要的资粮。社会教益就是人生指导师的一种责任，就是智慧；心理辅导师和社会工作师属于社会福利方面，就是福德，这就是福慧双修。这样我们的人才才能渐渐培养出来，对于国家发展、建设，对社会的安定、净化非常有作用。今天提出这个问题来很希望能和大家交换意见。

还有一个问题，我们在上课时讲了，他们明白不明白也没法问，是不是有这么一堂课，来一个综合座谈，大家都可以问，所有的老师都在前面，问到哪一位老师，哪位老师就来回答这个同学的问题，解决他心里的疑问，这样，大

家就可以双向沟通，双向很谐和地进行对话。这就是我今天一个小小的浅见，希望大家多多指教。

杨佛兴居士：

现在国际性的社会治安不太好，恐怖活动非常猖獗，主要问题就是很多人对因果报应、随业轮回这个道理的忽视。我们办夏令营，一方面是为了培养人才，另一方面我们要提倡人间佛教，使人们知道佛教对社会治安有好处。由于相信因果轮回的道理，人们就会遵纪守法。另外，我同意刚才法师和居士讲的，佛教徒还应对社会要有所贡献，做一些公益事务。如果个别居士信佛以后，只顾自己念佛，对工作吊儿郎当，这样就不对，佛教徒应当表现得比一般人更好。我们常常说报佛恩，怎么报佛恩呢？如果能时时处处起到佛教徒的作用，给群众有好的印象、好的影响，这就是报佛恩了。因为我第一次来，情况不太了解，请大家多指教。

陈林居士：

现在中国大陆佛教的发展趋势是越来越好，但也存在一些问题，我想这也是每位师父身上的重担。这就是佛教信徒中很多人是迷信，而不是对佛教的正信。我们这个夏令营就办得很好，可以让正信的佛教在学员的心里边扎下根，还有就像刚才惠空法师说的，我们还要思考怎么样把影响扩大，让广大信众都树立正信，这很重要。

夏泽红居士：

三届生活禅夏令营我都来参加了。第一届的时候，我还仅仅是对佛教感兴趣，我觉得我是个局外人。但是我来了以后，受到寺里师父的弘法利生精神的感召，再看到四面八方全国各地来的营员们学佛的精神，让我感动，也给我很大的鼓励，所以回去以后我开始看一些佛教方面的书籍。第二次就是去年再来参加的时候，我觉得我离佛教很近很近，就不再是局外人的感觉了，就想参与进来。回去以后，因为看到柏林寺正在建设之中，我和我先生就想帮大和尚做一点事情，可是当时我们经济条件有限，虽然有这个心，但是没有这样的力。从去年开始，我们的事业比以前有所进展，所以想尽可能地帮助大和尚。也就从这时候开始，我们对生活禅夏令营的宗旨——觉悟人生，奉献人生，有了真正的体会。现在我每次去大商场，没必要的东西就不买了，一想到买东西，就想还是把钱省下来帮寺里，帮大和尚再建一个殿。我跟我先生打算，以后的每一届夏令营都由我们来赞助，因为我们确实看到了，它的意义是非常深远的。同时我也想，不但是我自己能够通过参加夏令营获得这些精神收获，而且也要传播给更多的人。所以我从第一次自己来，变成第二次、第三次都要约一两个朋友来，我想让更多的人加入进来，看到这么多营员们来学习我很高兴。希望以后我能够在这方面再多出一些力。

邓殿臣教授：

我是第一次来。向往已久，早就想来。有一些感想，最主要的一点就是觉得夏令营这种活动方式是一种弘扬佛教、实践人间佛教的很好的途径。我希望今后继续办下去，办得越来越好，影响的人越来越多。

在缅甸、泰国、柬埔寨、老挝等一些东南亚国家里，包括我国的傣族地区，

男性公民一生中都要出一次家，多则一年、两年，少则三个月，最短也可以两、三个星期，政府给假，请假出家。如果一个人没出过家，那就是一个很大的缺陷，乃至找工作、结婚都要受到影响。我们参加这个夏令营，也相当于短期出家，今天刀述仁先生的讲话，我听了感到非常高兴。他说明年要请一些其他寺院的人来观摩一下。如果今后有一些大寺院都来效仿柏林禅寺，这样我们的影响就会越来越广，它在提高整个民族的道德水平等方面肯定会起到很大的作用。

赵桐教授：

我今年刚刚从斯里兰卡回来，我在那里读了佛学学位。我觉得佛法的普及是一个需要解决的问题，就像惠空法师讲的，如何扩大佛教的影响，能够让它吸引越来越多的人相信它、研究它。佛教究竟是什么，是不是封建迷信，我觉得这方面读物的普及很重要，夏令营是一个很好的介绍佛教的方式，但是很多人不能来参加，那么书籍就可以扩大影响。另外，刚才大家都谈到了，佛教界要重视给社会贡献力量，而不是向社会索取，我想这也是佛教扩大影响的一个重要方面。

妙华法师：

夏令营较之中国传统的佛教弘传模式，从历史的发展立足点上来看，虽然是一个细微的发端，但我觉得它体现了大和尚的一片心，就是如何把中国传统的佛教与现代人的生活结合在一起，它一方面要冲破各种阻力，一方面是要不断充实自己的内容，那么，对每一位营员，乃至全国的寺庙和整个社会它都起

到了净化作用，它的现实意义和历史意义是非常深远的。由此我想到了几个问题，作为海峡两岸佛教交流提供一点参考意见。

一方面是寺庙的自身建设问题。作为住持佛法、弘扬佛法的三宝之一的僧伽，首先是在修学“五明”的时候，对于内明，从见解到见地，以及所证到的境界上，一定要成为人天的师表和楷模。这样，不管以什么形式去弘扬佛法，就有了立足点。这个立足点在任何时候、任何情况下不可以动摇。在世法和出世间法之间，虽然说佛法用了种种方便来引导教化众生，但它的立足点在于使人得到一种解脱和清凉。欲使别人得到解脱、清凉，具体到个人，乃至于一个寺庙，首先是自己要有这样一个看家的本领。如果说自己没有这样的本领的话，那么度人不了，反被人度，因此一定要处理好“五明”当中内明和其他四个“明”的关系，这是出世间和世间法的问题。

刚才听了一部分居士谈到政策方面的问题。我觉得前十年，中国佛教界为了把中国佛教从百废待兴的局面恢复到现状，在寺庙建筑方面投入了大量的人力和物力，也就是说，牵扯了百分之九十的精力。因此，在佛教僧团自身建设方面出现了一些薄弱环节。看到这些局面以后，很多大德法师以及领导人现在致力于佛教的自身建设，这个自身建设包括组织建设、学风建设和道风建设。其中，我觉得学风建设和道风建设对于寺庙来说是十二万分重要的。一个寺庙如果没有学风和道风，只有一个金碧辉煌的外表的话，这个寺庙存在和不存在没有本质上的区别。依照经典来说，我们每一个人的心行、我们每一个人本身就是道场。一个寺庙如果有了内在的核心力量，才有可能对人类起到我们应该达到的目的。

在宗教研究方面，虽然说因为历史的原因和各个方面的影响，我们存在着

这样那样的不足，但是目前宗教研究在五个方面达到了共识。第一，以前认为宗教的发展会影响生产力的发展，现在的宗教研究学方面已经突破了这一点，大家一致认为宗教会随着生产力的发展而发展。第二，过去在很多知识分子心目当中认为佛教是迷信的，随着改革开放和信息交流，现在尤其是在文化阶层，大家一致认为，至少佛教是一种文化现象，不管信不信仰，至少佛教是一种文化，而且这种文化博大精深，这就是对佛教的肯定，这是研究方面的第二个突破。第三，佛教的发展和佛教文化以及佛教信仰的张扬可以补充法律之不足，国家的法律是属于治末而不治本的，而佛教的发展恰恰可以净化人心，改良社会，它是治本的。第四，佛教对社会文化和社会道德等方面的改良，也已经在世界范围内得到普遍的公认。第五，在物质社会和人欲膨胀的今天，佛教徒如果能够自净其意和启悟自己的智慧，那么小到个人、家庭，大到整个社会，以及整个生态环境，尤其是世界和平等方面，也对社会能够做出自己应作的贡献，这是大家所达到的共识。

在这种理论背景下，我觉得我们佛教徒肩上有两个担子，当然这两个担子是二而一、一而二的。一个是出世法的担子，另一个是世间法的担子，也就是世出世间法的问题。如果说我们对于出世间法有着见地，或者是有着一定的修证，如果对世间法不能够了达的话，那么我们就无法把佛教的真义张扬出去；反之，如果没有出世间法，而仅仅有世间法的话，那么形同俗人，就没有意义。如何处理好世出世间法的关系，以及我们今天以权巧方便所弘扬的佛教与佛陀的本怀，有很多类似这样的问题，都非常重要，需要处理好。

在这种形势下举办生活禅夏令营，很多问题都可以提出来，我觉得非常好。千言万语一句话，非常感谢大和尚的慈悲，叫我来参加这个夏令营，谢谢大家！

常辉法师：

河北是禅的故乡，禅的发源地，我们有临济禅、赵州禅，现在大和尚提倡生活禅。以我个人的理解，生活禅提得契理契机，一方面适应禅学思想的发展，同时特别适合当代人修行生活的需要。我希望在座各位帮助我们将这个法门更普遍更广泛地传播出去。

新福法师：

两年前，我还在广州的时候，我从《法音》杂志上看到关于生活禅和生活禅夏令营的介绍，虽然我没有亲身参加，对生活禅也还没有理解，但是它对我的思想产生了深刻的影响。于是我慕名而来，第二届夏令营以后，又有很多人来这里加入我们的事业。生活禅的提出为大众信仰佛教和青年人的修行提供了方便之门。

明海法师：

我想简单地说一说大陆佛教发展的环境。大陆佛教发展的外部环境，社会政治、经济环境，和港台还是有不一样的地方，比如乐居士刚才说到监狱里面去弘法，这个建议非常好，但是在大陆是不可能的。大陆的一切宗教活动，都必须在宗教活动场所内进行，包括佛教书籍的流通。我主要讲一讲大陆佛教发展的内部环境。大陆佛教的发展面临着很好的机遇，社会各界对佛教都有这种需求。但它的内部环境并不尽如人意，最重要的一点就是，佛教在大陆的法脉，从根本上、从整体上来说，我觉得已经断裂了。这个话怎么讲呢？佛教，我们

可以说它是一种宗教，一种哲学，是一种生命的科学，一种心理学，等等，但它最重要的特征就是，它是要我们用自己的生命去实践的。所以佛教的延续、它的弘扬，都有赖于僧人、僧团。僧团、僧人就是佛法的人格化，用生命去体现佛法。大陆佛教在解放以后近三十年的时间里受到了强烈的打击，使这种法人的生命——僧团断裂了。而我们现在再来弘扬佛法，向社会、向年轻人来宣传佛教，最重要的一点就是僧人的素质，如果僧人、僧团的素质好，那活动很容易就能办好，佛法的影响很容易就能迅速地扩大。现在我们的条件不是那样让人满意。所以大陆的僧人，一个真正地认同三宝、献身三宝、发起大愿的僧人，在大陆的佛教内部这种环境里面应该说是很艰难的，他做一切事情，不管是他自己的修行，还是说他向外的弘法，都很艰难。往往是很多人抱着一种很好的想法到僧团里来，后来他有可能在这里找不到他原来的理想，他失望，或者退心，随波逐流，或者在坚持往前走。所以从文革以后，大陆佛教从硬体上说要修复寺院，从软体上要组建僧团。组建僧团是说要有出家人，出家人可以组建，但是有一种东西是很难组建的，就是法的生命的延续，就是法脉。所以我们探讨大陆佛教的现状和未来，都应该围绕这个主题：怎么样使曾经很衰微的这个法脉能够重新振作起来。如果能够重新振作起来，很多问题都很容易解决。

净慧法师：

各位法师、各位居士，刚才承蒙各位不吝赐教，讲了很多非常恳切的意见，也有不少勉励的话。对于各位提供的这些意见，我想，不但是对我们柏林寺今后在弘法利生方面有重要的参考价值，就是对我们整个大陆的佛教工作来说，

也具有重要的参考意义，所以我非常感谢各位的这些赐教。

这一届夏令营今天刚刚开始，由于有各位这么多非常好的意见，我们在今后六天当中可以更好地来把各项活动安排好，使得我们这次夏令营在各位的共同参与和运作下取得圆满的结束。感谢各位！