《動靜皆自在》

15

心如日輪在虛空

目　錄

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.134 ~ P.143	無	**1. 黃檗禪師的法語**	
		2.全文大意	2.1 這段話指出修行禪法明心見性的情況 2.2 黃檗禪師
		3. 分段釋義	3.1「如今末法，向去多是學禪道者，皆著一切聲色。」 3.2「何不與我心心同虛空去、如枯木石頭去、如寒灰死火去，方有少分相應」 3.3「你但離卻有無諸法，心如日輪，常在虛空，光明自然，不照而照。」 3.4「不是省力底事，到此之時，無棲泊處，即是行諸佛行，便是應無所住而生其心。 」 3.5「 若你不會此意，縱你學得多知，勤苦修行，草衣木食，不識自心，盡名邪行，定作天魔眷屬。」

15 心如日輪在虛空

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.134	無	1. 黃檗禪師法語	

1. 黃檗禪師法語：

「如今末法，向去多是學禪道者，皆著一切聲色，何不與我心心同虛空去、如枯木石頭去、如寒灰死火去，方有少分相應。（中略）你但離卻有無諸法，心如日輪，常在虛空，光明自然，不照而照。不是省力底事？到此之時，無棲泊處，即是行諸佛行，便是應無所住而生其心。（中略）若你不會此意，縱你學得多知，勤苦修行，草衣木食，不識自心，盡名邪行，定作天魔眷屬。」

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.134 ~ P.135	無	2. 全文大意	2.1 這段話指出修行禪法明心見性的情況 2.2 黃檗禪師

2 全文大意

2.1 這段話指出修行禪法明心見性的情況

2.1.1 很多人把禪的修行看成與外道的修行相同

2.1.2 外道修行的兩種現象：

2.1.2.1 現象一：認為自己是大師，學問辯才非常好，很多人認為他們已經開悟了，；

2.1.2.2 現象二：修苦行，生活方式不像一般的人，過著平常人不能忍受的生活。

2.1.3 這兩種人如果對自己的心行不瞭解，都算是邪行，不是正確的禪行。

2.2 黃檗禪師

- 唐宣宗大中年間（西元八四七－八五九年）人，第九世紀圓寂，年齡不詳。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.135 ~ P.143	無	**3. 分段釋義**	3.1「如今末法，向去多是學禪道者，皆著一切聲色。」 3.2「何不與我心心同虛空去、如枯木石頭去、如寒灰死火去，方有少分相應」 3.3「你但離卻有無諸法，心如日輪，常在虛空，光明自然，不照而照。」 3.4「不是省力底事，到此之時，無棲泊處，即是行諸佛行，便是應無所住而生其心。 」 3.5「 若你不會此意，縱你學得多知，勤苦修行，草衣木食，不識自心，盡名邪行，定作天魔眷屬。」

3 分段釋義

3.1「如今末法，向去多是學禪道者，皆著一切聲色。」

3.1.1 語譯：

末法時期，好多人看起來都好像是在學禪、學道，可是那些人都在執著一切聲音以及顏色、形式。

3.1.2 末法思想：見於《法華經．安樂行品》及《大乘同性經》卷下

3.1.3 正法、像法與末法

3.1.3.1 隋代慧思禪師將佛法住世分為正法五百年，像法一千年，末法一萬年

3.1.3.1.1 依此分類，到黃檗之世的唐朝中宗的時候，早已是末法時代。

3.1.3.2 吉藏的《法華玄論》，則主張正法一千年，像法一千年，末法一萬年。

3.1.3.3 正法：正知、正見、正信、正行、正確的佛法

3.1.3.3.1 正法時期聽法學法的人多，證道悟道的人也多

3.1.3.4 像法：相像類似的佛法，已經不很純粹

3.1.3.4.1 像法時期聽法學法的人也還是多，可是證道悟道的人少了

3.1.3.5 末法：佛法沒落到快消滅了，正法不振而邪說橫行，法弱而魔強

3.1.3.5.1 末法時代，學法聽法的人漸漸少了，證道悟道的人幾乎沒有

3.1.4 末法的觀念，是警惕我們，不能說末法時代就沒有人證道、悟道

3.1.4.1 唐朝之後，仍然有很多人開悟，即是例證

3.1.4.2 例如：黃檗禪師是百丈禪師的弟子，百丈之下同時有好多位大禪師，一直到宋朝大慧宗杲的時候，還有好多大禪師出現。

3.1.5「聲」的兩種意思：

3.1.5.1 一是聽聞佛法，透過聲音尋求佛法

3.1.5.2 二是打坐時，進入一種境界，聽到無限的聲音，這是禪定中才能體會到的

3.1.5.2.1 如同宇宙之中一種無始以來就存在的聲音，可以叫它天樂或天籟

3.1.6「色」的兩種意思：

3.1.6.1 一是用肉眼所見的現象、環境

3.1.6.2 二是打坐時發生的種種幻景、幻象

- 見光、見花、見淨土、見天國、見佛菩薩、見種種莊嚴的形象、影像等等。

3.1.6.2.1「光」也是色

3.1.6.2.2 打坐進入較深的定時，可以看到無限的光，感覺到你就是光，光就是你

3.1.6.2.3 進入這個境界，會感覺到非常自在柔和、開朗。因為放下了一切負擔，自己就是整體

3.1.6.2.4 這稱為輕安境，尚不是悟見自性

3.1.7 很多人所追求的是一切的聲色，可能是粗淺的定境，或是神通、幻覺。

3.1.8 從禪宗的立場來看，這些都是光影門頭事，與生死大事毫不相關。

3.2 「何不與我心心同虛空去、如枯木石頭去、如寒灰死火去，方有少分相應」

3.2.1 語譯：

不如把你心中的執著通底放下來，讓心就好像虛空、像枯木石頭、像寒灰死火，這樣的話，才有一點點和開悟者的禪境相應。

3.2.2「虛空」：

3.2.2.1 什麼也沒有，不是光明也不是黑暗。

3.2.2.2 要把你的心跟虛空一樣的空去，若能如此，庶幾與悟境相應。

3.2.3「枯木石頭」：

3.2.3.1 你的心最好能像枯木以及石頭那樣，不會主動起作用，也不會有生命的執著或動機在

3.2.3.2 這樣的話，約略與大死一番有一點相應。

3.2.4「寒灰死火」

3.2.4.1 你的心如果能夠像寒灰死火，一點點火星都不可能發生

3.2.4.2 這樣的話，才有一點點和開悟者的禪境相應。

3.2.5「少分相應」

3.2.5.1 只是近似、類似，並不就是真正的禪修的境界

3.3「你但離卻有無諸法，心如日輪，常在虛空，光明自然，不照而照。」

3.3.1 大意

這段是講真正禪悟的境界，有了前面的那種工夫之後，就要開發智慧。智慧像太陽，常在虛空，萬里無雲，永遠光明，任何東西都無法遮蓋它，從來沒有黑暗的時候。

3.3.2「離卻有無諸法」 – 必須離開有與無的境界和心態，才能有心如日輪的體驗和境界出現

3.3.3「心如日輪」的體驗和境界 – 這就是悟境

3.3.4「光明自然 」– 形容悟後的智慧，是絕對的自在，不是與黑暗相對的光明。

3.3.5「不照而照」 – 比喻禪悟者的智慧

3.3.5.1 它不是為照而照，卻是永恆地在照，不為某一特定的對象、目的或原因而照。

3.3.5.2 比喻菩薩度無量眾生，不以為他度了眾生，認為是眾生自己得度的。

3.3.6 禪修必須要離開「有」與「無」這兩個對立的觀念

3.3.6.1「有」是執著，「無」也是執著。

3.3.6.2 例如：

- 認為有一個境界叫作「開悟」
- 認為「成佛」是有一個佛果等著去享受
- 認為這個世界很多的困擾、麻煩
- 希望從「有」得到解脫，而進入「無」的涅槃境，也是一種執著

3.4「不是省力底事，到此之時，無棲泊處，即是行諸佛行，便是應無所住而生其心。 」

3.4.1 語譯

修行到了「無棲泊處」心無罣礙的境界，便與諸佛同行，解脫自在，《金剛經》所說的「應無所住而生其心」的智慧功能，自然顯現；若能心無所住，便能心無棲泊，雖然心無所住，又能明察秋毫、洞燭萬機

3.4.2「棲泊」 – 人心的執著，就像鳥、船一樣，有所棲泊，便不得自在。

3.5「 若你不會此意，縱你學得多知，勤苦修行，草衣木食，不識自心，盡名邪行，定作天魔眷屬。」

3.5.1 語譯

假如你聽不懂這些話的涵義，不知道禪修者是以識得「自心」為著眼，就是任你怎麼學習，懂得怎麼多，如何的「勤苦修行」，整天打坐，或者「草衣木食」，一切都是邪行，定會變作魔子魔孫。

3.5.2「草衣木食」 – 指一個遠離物質文明的修行者，這是少數的禪僧行儀，不是人間比丘的風格。

3.5.3「天魔」 – 天魔有修行，也有神通，但是沒有智慧

3.5.4「邪行」 – 心有所住，住於定，住於境界，住於聲色，故名邪行。

討論題目

1. 正法、像法、末法的意思？
2. 祖師提出末法思想的目的何在？
3. 「向學多是學道者, 皆著一切聲色　」這句話的主旨為何?
4. 枯木石頭、寒灰死火的比喻是指什麼 ？這樣就已經是開悟的境界嗎？
5. 黃檗禪師如何比喻開悟的境界？
6. 何謂「不照而照」? 如何運用於生活之中?
7. 禪修者必須要離開「有」與「無」這兩個對立的觀念，為什麼？
8. 黃檗禪師說「若你不會此意，縱你學得多知…盡名邪行，定作天魔眷屬。」所謂的「不會此意」是指什麼?
9. 黃檗禪師勸導世人, 該以何種態度來正確的禪行?