

禅宗无相忏悔的理论与实践*

冯焕珍

(中山大学哲学系,广东广州510275)

摘要:忏悔是佛教修行的一个重要法门,在佛教徒的修行生活中无处不在,但有意思的是,忏悔一词却被义净批评为对相关梵文概念的讹译。其实,佛经传译中土前中国尚无忏悔一词,翻译家们亦非不知梵文忏悔与阿钵底提舍那的含义,他们是为了表达方便而以音义合译的方式新创了忏悔一词。忏悔与戒律有关,由于戒律可以分为有相戒与无相戒两种,忏悔也可以分成有相忏悔与无相忏悔两种。禅宗传授的戒是无相戒,其修行的忏悔自然是无相忏悔。无相忏悔的理论依据是万法自性本空的思想,其实践内容包括知所犯错、观罪性空、除灭罪过、彻底放下、永不再犯和念念牧牛等环节。在佛教中,无相忏悔不但切实可行,而且是最彻底、最有效的改过方法。

关键词:忏悔;有相忏悔;无相忏悔;知所犯错;观罪性空;永不再犯

中图分类号: B946.5 **文献标识码:** A **文章编号:** 1000-9639(2007)02-0065-06

一、“忏悔”的由来

佛学界论及忏悔的含义时,皆以唐朝大译家义净(635~713)之说为正^[1](P11-28)]。这固然没有问题,但我们未必注意到:义净所立虽然为正义,而其所破亦未必讹谬。为了辨明这一点,这里仍然将义净那段关于忏悔的著名论断引述出来。义净在《根本说一切有部毘奈耶》卷15《污家学处》的夹注中说:“言忏悔者,此方正译当乞容恕、容忍,首谢义也。若触误前人,欲乞欢喜者,皆云忏悔,无问大小,咸同此说。若悔罪者,本云阿钵底提舍那,阿钵底是罪,提舍那是说,应云说罪。云忏悔者,忏是西音,悔是东语,不当请恕,复非说罪,诚无由致。”^[2](第23卷,P706a)]义净所说的忏悔是梵文 kṣama 的音译,乃容忍、忍受、宽容之义^{[3](P326),[4](P393)]};所言阿钵底提舍那是梵文 āpattipratideśana 的音译,āpatti 有灾祸、过失、罪过等义,pratideśana 有向……说、对……说之义^[4](P611)]。两者合起来理解,就是慧琳《一切经音义》卷22引慧苑《新译大方广佛华严经音义》卷中忏悔一词的意思,即“请贤圣或清净僧忍受悔过”^[2](第54卷,P443c)]。义净的解释与忏悔法门的实际内容完全相合,堪为正义。

在佛教传入中国之前,中国文字中不见“忏悔”这个合成词,载籍所见只有“忏”与“悔”两个单字。其中,“忏”字出现比较晚,最早收录此字的字书当为《方言》,写作“忏”,为秦晋间方言,义为好或善;此后,忏又有怒义。此字写作“懺”时义为悔,此义似因佛教传入而有。“悔”字则出现得相当早,甲骨文里已有此字,有“悔恨”义,此后《易经》等典籍也主要是在这个意义上使用悔字。尽管“忏”和“悔”二字含有悔过的意思,但均侧重于犯过错者的自我悔罪,而没有表达义净所说“忏悔”与“悔罪”两个概念的核心内涵——向别人坦白并请求他(们)容忍或宽恕。因此,义净批评人们用这个概念来表达忏悔与悔罪的内容“诚无由致”,从字源学意义上是颇有道理的。

不过,一个明显的事实是,与“忏悔”和“悔罪”两个概念的合成义相同的“忏悔”这个概念很早就佛教翻译中出现了。例如,早在三国时期,康僧会于太元元年至天纪四年间(251~280)所译的《六度集经》中就载称,佛陀过去世做穷人时,曾随商人乘船出海,商人皆因船倾而殒命,穷人却因昼夜“奉斋忏悔,慈向众生”^[2](第3卷,P19a)]得到海神施救,安全回到故土。依台家对忏悔的分类,穷人此处所行当为观相忏,即通过在定中观佛相的方法,将自己的罪过向佛陀发露出来,请求佛陀宽恕。又如,东晋佛陀跋陀

* 收稿日期:2006-09-21

作者简介:冯焕珍(1964-),男,贵州遵义人,哲学博士,中山大学哲学系副教授。

罗译《杂阿含经》卷23记阿育王忏悔自己从前杀人罪过云：“彼阿育王于佛所极生敬信，合掌向比丘作礼：‘我得大罪，今向比丘忏悔。我之所作，甚为不可，愿为佛子，受我忏悔，舍心勿复责，我愚人今复归命。’”^[2]（第2卷，P164c-165a）

此处阿育王所行当为台家所谓作法忏，即依照戒律规定面对僧众坦白自己的罪过，请求僧众容忍。面对这种现象，我们不能随便说佛教翻译家们用词不当，比较好的解释是：翻译家们基于“忏”与“悔”皆有悔过之义，于是就采用音义（义净所谓“西音”与“中语”）合译的方式创造了“忏悔”这个概念。换句话说，我们本来就不应仅仅在字源学而应在佛教教理的意义上理解“忏悔”。如此看来，义净所谓“忏悔”“不当请恕，复非说罪”一说，反倒在有见于文字语源的同时失察于文字字义的变迁了。

二、有相忏悔与无相忏悔

佛教忏悔的具体内容和方法很多，不过，如果我们从性与相两面将戒律分为有相戒与无相戒两类，那么也可以相应地将忏悔分为有相忏悔与无相忏悔两类。

所谓有相戒，就是有戒的相状可见的戒。有相戒这个概念在佛典中比较少见，阿罗汉优波底沙造、梁·扶南三藏僧伽婆罗译《解脱道论》虽曾使用，但所指是别解脱、定共和道共3种戒中的别解脱戒，与本文取义不同。本文所用有相戒的取义本于龙树（Nāgārjuna，约150~250）的相关解释。龙树《大智度论》卷13有云：“问曰：‘已知如是种种功德果报，云何名为戒相？’答曰：‘恶止不更作，若心生、若口言、若从他受，息身、口恶，是为戒相。’”^[2]（第25卷，P154c）《论》中从持守戒律的角度称人能防非止恶为戒相，并以杀生戒为例，说明发什么心、说什么话、做什么事才叫犯杀戒，发什么心、说什么话、做什么事才称持杀戒，这些都有具体的标准可遵，亦即有相状可见。据此，在家众的五戒、八戒、菩萨十重四十八轻戒，以及出家众的沙弥戒、沙弥尼戒、式叉摩那尼戒、比丘戒、比丘尼戒等等，但凡可以诉诸语言和事相的佛教戒律，都是有相戒。

所谓无相戒，就是没有戒的相状可见的戒。无相戒这个概念在佛典中很早就有了，西秦·释圣坚译、属于华严部的《佛说摩罗伽经》（《华严经·入法界品》的异译）卷上记善财童子到日光泉参访，见到许多法相庄严的比丘尼时，对她们有这样的描述：“其心善寂，调伏诸根，如大龙象；如如意珠，普适众愿；心无所著，犹如莲花；如师子王，威伏众兽；安住不动，得无相戒。”^[2]（第10卷，P855a）经文虽然没有解释何谓无相戒，但清楚地告诉我们，持守无相戒的功德是不动心。《佛说观佛三昧海经》则将无相戒与无相布施、忍辱、精进、禅定、智慧相提并论，该经卷4《观相品》论及“如来胸德字万字”观时云：“善男子，汝系念故，见诸佛光。诸佛光中说无相施，说无相戒，说无相忍，说无相精

进，说无相定，说无相慧。汝闻此法，慎勿惊怖，过去诸佛系念思惟，亦闻是法，亦解是相。解是相已，不畏生死，处大地狱，阿鼻猛火盛不能烧。虽处地狱，如游天宫。是故万字名实相印。”^[2]（第15卷，P665a）

这意味着无相戒就是六度波罗蜜之一，其内涵就是一切法自性本空、自性不可得。这实际上是以无相的实相为戒。从众生的角度说，无相戒就是《梵网经》所说的佛性戒，即以性相皆空、自性清净、不生不灭的佛性为戒^[2]（第24卷，P1003c），所以永明延寿《宗镜录》卷21说：“如是性戒即法身也，法身者即如来智慧也，如来智慧者即正觉也。”^[2]（第48卷，P530c）众生以性相皆空的智慧面对一切法是为持戒，否则就是犯戒。如此，虽然无相戒从性上说无相可得，但从相上说，无相戒不是或者所说的无戒之戒，而是无相非戒、相相皆戒，即《梵网经》所谓“十无尽藏戒品是一切众生戒本源”^[2]（第24卷，P1003c）。究竟说来，无相戒不是有相戒之外的另一种戒，而是空有相即、空有不一的一切法（包括有相戒）。

与此相应，有相忏悔即有忏悔相可见的忏悔。有相忏悔一词不见于佛典，经典中与此内涵相同的概念是事忏或作法忏。修行这种忏悔的人比较愚钝，违背戒律后，不知罪性本空、罪福无主，只能按照戒律的具体规定（事）来忏悔，所以叫做事忏；由于这种忏悔必须依照一定的标准、方法和次第（法）来进行，所以又叫作法忏。但无论事或法都是忏悔中的相，故实即有相忏悔。

无相忏悔即无忏悔相可见的忏悔。无相忏悔一词最早见于智者大师的《摩诃止观》^[2]（第46卷，P14a），但其思想在佛教经典中早就得到开展了，《观普贤菩萨行法经》开示的就是“无相忏悔”，《维摩诘所说经》提持的也是无相忏悔。无相忏悔又叫理忏或无生忏，其主要内容是通过深观妄想本空、罪福无主、不可执著而舍罪。这种忏悔的核心是观空，观空则无相，故称为无相忏悔。同样，我们也不能将无相忏悔看成有相忏悔之外的另一种忏悔，它实际上是比有相忏悔更加根本和彻底、能直接铲除各种罪过的根本根源——妄心的忏悔。

学界有人、特别有研究基督教者认为，中国文化缺乏罪感，因而其自我反省能力很弱。这种断言如果排除了佛教，那么论者对中国文化的把握就是残缺不全的；如果包括了佛教，那么论者的断言就是没有任何依据的臆测，因为忏悔恰恰是佛教理论与实践的重要内容。《大集法华经》说，僧团日常修行要共同做好4方面的事情，其中一项就是忏悔^[2]（第1卷，P229b）；《大方广佛华严经·普贤行愿品》说，菩萨行者若要成就如来不可思议功德，应当修行10种菩萨行，其中第4种就是忏悔行^[2]（第10卷，P844b）；《占察善恶业报经》甚至说，“若未来世，诸众生等虽不为求禅定智慧出要之道，但遭种种众厄、贫穷、困苦、忧恼逼迫者，亦应恭敬礼拜供养，悔所作恶”^[2]（第17卷，P904b），即众生哪怕只想追

求更加幸福、富足、安乐的生活,都需要忏悔。

事实上也是如此,在佛教中,一个人如果要成为佛教信徒,必须受三皈五戒,而受三皈五戒的第一个程序就是忏悔,其内容是诵读受持四十《华严》卷40《入不思议解脱境界普贤行愿品》所载如下著名的忏悔偈:“我昔所造诸恶业,皆由无始贪瞋痴;从身语意之所生,一切我今皆忏悔。”^{[2](第10卷, P847a)}出家僧团半月举行的布萨活动,忏悔也是其中的核心内容之一;在暮时课诵中,僧众们每天都要唱诵《礼佛忏悔文》;有的佛教僧众修行的主要法门就是忏悔。因此,完全可以说,忏悔在佛教生活中无处不在。

佛教为什么如此重视忏悔?这基于佛教的终极追求以及它对包括人在内的众生的认识。佛教认为,宇宙万物的本性是空性,所谓万法自性本空,而包括人在内的种种众生由于无始无明遮蔽,非但不能见此真相,反而执万法为实有,并由此生出种种颠倒见解,造出种种恶业,遭受种种恶报,轮回于六道苦海,难有出期。佛教为令众生远离苦海而安立了戒定慧三学,众生只要依三学修行,就能够改邪归正、远恶从善、离苦得乐。然而,众生过去无始以来与三学相悖或相异的见解和行为太广太深,这极大地阻碍了他们对三学的信仰与实践;即使他们现世迷途知返,也难以圆满践行三学,经常出现的也是偏离三学的思想言行。因此,只要众生想在思想、言行和生命品质上有所改善,就一定要先修行忏悔。

忏悔罪障,道德上意味着犯罪者具有自惭形秽的羞耻心,思想上意味着犯罪者已经认识到自己的错误所在,心理上意味着犯罪者已渐渐从罪过带来的心理重压中解放出来,这些都是众生进一步弃恶从善、圆满修行的基础。如《占察善恶业报经》所说:“未来之世,若在家、若出家诸众生等欲求受清净妙戒,而先已作增上重罪,不得受者,亦当如上修忏悔法,令其至心得身、口、意善相已,即应可受。”^{[2](第17卷, P904c)}“若未来世诸众生等欲求度脱生老病死,始学发心修习禅定、无相智慧者,应当先观宿世所作恶业多少及以轻重。若恶业多厚者,不得即学禅定智慧,应当先修忏悔之法。所以者何?此人宿习恶心猛利故,于今现在必多造恶、毁犯重禁。以犯重禁故,若不忏悔,令其清净而修禅定智慧者,则多有障碍,不能克获;或失心错乱;或外邪所恼;或纳受邪法,增长恶见。是故当先修忏悔法。”^{[2](第17卷, P903c)}基于此,我们也就不难理解佛教为什么中存在着名目繁多的忏悔法了。

三、无相忏悔的理论基础

禅宗为信众授戒时授的是无相戒,这在《坛经》里有明文记载:“善知识,总须自体,与授无相戒”^{[5](P24)};“今既忏悔已,与善知识授无相三皈依戒。”^{[5](P29)}与此相应,作为无相戒的一部分,禅宗的忏悔法门也是无相忏悔。在禅

门中,无相忏悔早在菩提达摩那里就已经成为修行法门,后来二祖至五祖、乃至北宗神秀,践行的忏悔也都主要是无相忏悔。不过,最全面阐发无相忏悔思想并将它作为一种仪轨确立起来的人则非六祖慧能莫属,因此本文拟以《坛经》中的相关论说为中心,就宗门无相忏悔的理论与实践略表自己的浅见。

我们先考察一下无相忏悔的理论基础。众所周知,禅宗的一切法门都从自性中指授出来,无相忏悔亦不例外,因此如将自宗的无相戒称为自性戒,六祖也将自宗的无相忏悔称为自性忏悔。这在六祖授戒时要求信众唱诵3次的“忏悔词”中有明确的表达:“前念后念及今念,念念不被愚迷染,从前恶行一时除,自性若除即是忏。前念后念及今念,念念不被愚痴染,除却从前嫉妒心,永断名为自性忏。前念后念及今念,念念不被疽疫染,除却从前嫉妒心,自性若除即是忏。”^{[5](P28)}“忏悔词”中始终强调在自性中除罪,并认为这种忏悔方法是能够彻根彻底灭罪的自性忏。在《灭罪颂》中,六祖也说,“若解向心除罪缘”,这样的忏悔才是“真忏悔”^{[5](P39-40)}。

为什么禅宗能够在自性上从事忏悔的修行实践?这根本上是由自性的性质决定的。在禅门中,自性一词非实体性义,而是法性义,而法性即诸法本性,即所谓空性。有情众生作为诸法的一类,其本性当然也是空性。有情众生的这种性质虽然真实不虚,但只有在佛陀那里才得到圆满显现,所以又叫做佛性;在未成佛的众生、特别是凡夫那里,这种性质只是一种本然而非自觉的性质,可以从与佛无二的体性上称之为佛性,但六祖多称之为自性、自心或本性、本心。本来,众生的自性是性相如如、寂照不二的存在,超绝了一切言语思虑,但六祖非常善巧,他从能悟之教(禅宗)为它方便安立了无念、无相和无住3个特性,所谓“我此法门从上以来,顿渐皆立无念为宗,无相为体,无住为本”^{[5](P19)}。如果从所悟之法(自性)的角度看,我们也可以说此三者实际上就是自性具有的特性。

关于自性的无念、无相与无住的内涵、功用等内容,本人已有专文论述^[6],这里仅从忏悔的角度加以申说。六祖指归自性的“三无”,如果借用《起信论》真如(真如为自性的同义语)体、相、用的三义来说,则无相为自性之体,无念为自性之相,无住为自性之用。无念指自性没有任何有意生起的善恶念头,所谓“菩提本清净,起心即是妄”^{[5](P47)},此即“心地无非”的“自性戒”;无相指自性没有于任何内(识)外(境)的虚妄境相,所谓“外离相曰禅,内不乱曰定”^{[5](P22)},此即“心地无乱”的“自性定”;无住指不滞着于内外任何一个境相,所谓“见一切法不着一切法,遍一切处不着一切处”^{[5](P37)},此即“心地无痴”的“自性慧”。六祖实际上告诉我们,自性的本真状态就具足无念、无相、无住这一即三、三即一的无相戒定慧三学,而种种有相心都违背了自性的这种本真状态,从自性心地上说都是

犯戒。此即禅宗行无相忏悔的根本理论依据。

四、无相忏悔的几个环节

禅宗在此基础上开展的无相忏悔的确没有特定的礼忏形式(否则就不是无相忏悔了)^{[1](P326)},但却不能因此说它只是一种不切于实用的玄学理论。事实上,无相忏悔不仅切实可行,只要善于运用,它还是最为殊胜的忏悔方法,而其主要内容则在《坛经》的《灭罪颂》中得到了体现:“愚人修福不修道,谓言修福便是道;布施供养福无边,心中三恶元来造。若将修福欲灭罪,后世得福罪元在;若解向心除罪缘,各自世中真忏悔。若悟大乘真忏悔,除邪行正即无罪;学道之人能自观,即与悟人同一类。大师令传此顿教,愿学之人同一体;若欲当来觅本身,三毒恶缘心里洗。努力修道莫悠悠,忽然虚度一世休;若遇大乘顿教法,虔诚合掌志心求。”^{[5](P39-40)} 依据此颂,结合其他佛教经典和禅师的开示,可将无相忏悔的实践归纳为知所犯错、观罪性空、除灭罪过、彻底放下、永不再犯和念念牧牛几个环节,前后环节之间环环相扣,共同构成了无相忏悔的内容,以下即分别加以解说。

(一)知所犯错。要忏悔,前提是修行者必须知道什么地方犯了戒。一个人是否违犯戒律、错在什么地方,这对持有相戒的人来说是比较容易了解的,因为这些内容在戒律的开遮持犯中都有准确、详细和全面的论述。但是,对于持无相戒的人来说,要发现过错就没有这么容易了,因为在无相戒中,持戒人只要起心动念就是犯戒,临济禅师所谓“拟心即差,动念即乖”、“拟心是犯戒”^{[2](第47卷,P510b)}。何以如此?盖作意所起之心必为有相心。具体说来,有相心都有哪些?严格地说,这个问题问得不恰当,因为有相心是与无相心相对而言的,指的是心念的有相性质,与心念的多少没有关系。虽然如此,佛教还是从众生欲心取舍所向阐明了种种不正确、不健康的心念,这就是贪、瞋、痴三毒心。

依禅宗的无念思想,一念愚痴,不知恶空,产生恶念,为恶所染,固然是犯戒;一念愚痴,不知善空,产生善念,为善所缚,同样是犯戒。例如,如果我们不知真心本空,一念生起杀心之心,即为此心所染污,即已犯戒;同样,如果我们不知爱心本空,一念生起爱之心,亦为此心所染,亦为犯戒。从无相戒的高度说,一般人明白起取恶心是犯戒,但不明白起求善心也是犯戒,关键在不知此求善心是有相心;许多佛教信众、乃至久修之士虽然知道起取恶心或求善心都是犯戒,但不知起解脱心、成佛心也是犯戒,关键也在不知此求解脱、求成佛之心是有相心,不少禅师“呵佛”、“骂祖”、“谤法”,其动机不是毁弃三宝,正在打掉学人这种执著三宝的有相心。起心动念固然是犯戒,不起一念就是持戒吗?未必。如果慧眼不开、法相不辨,如同木

石般一片浑沌,这不是般若波罗蜜意义上的无念,而是植物人意义上的愚痴。依六祖的看法,这种“百物不思”的人看起来似乎没有什么念,其实他们的心念执著于此“不思”(死寂)之境,因此他们只要“一念断即死,别处受生”^{[5](P19)},将在苦海中轮回。这就是为什么云门大师说不起一念过如须弥^{[2](第47卷,P547c)},这也是为什么禅宗反对沉空滞寂的枯木禅。总之,修行者如《金刚般若波罗蜜经》所谓“无所住而生其心”^{[2](第8卷,P749c)}是为真持戒,若“有所住而生其心”即是犯戒。

由于修行者在一念萌动之时就清楚地觉知是否犯了戒实在非常困难,因此,初入禅门者往往得借助种种有相戒来对照自己的心行,以帮助了解自己是否犯了戒。《筠州洞山悟本禅师语录》载洞山良价禅师规诫弟子时就说:“不思戒律,破却威仪,取一生之容易,为万劫之艰辛。”^{[2](第47卷,P516b)}之所以如此,原因在于一切有相戒无非是觉悟了自性的佛菩萨为迷执的众生觉悟自性施设的戒律,根本上是自性在众生身、口、意三业上的如实现体,众生依之践行,必然引导自己回归自性戒的本真状态。从这个意义上说,禅师们表现出的种种“轻毁”戒律举动,并不像某些人想像的那样是慢戒,而是破斥学人对于戒相的执著。实际上,一个真正的禅师恰恰是最完全彻底地持守戒律的人。

禅宗的行者虽然要借助有相戒来发现自己的罪过,但忏悔罪过时却不像声闻那样以事忏为宗,更不是像愚痴凡夫那样妄图通过累积福德来忏悔。如果说声闻的忏悔只不过是究竟的有相忏悔,那么妄图通过修福来灭罪的忏悔则是不知忏悔为何物的愚行,这种人的结果必然是“布施供养福无边,心中三恶元来造”。禅宗的无相忏悔是直接在一念发动处除掉贪、瞋、痴3种恶念,亦即六祖所谓“向心除罪缘”。

(二)观罪性空。如何断除心中犯戒的因缘?六祖的《自性见真佛解脱颂》说:“真如自性是真佛,邪见三毒是魔王。邪迷之时魔在舍,正见之时佛在堂。性中邪见三毒生,即是魔王来住舍。”^{[5](P74)}此处“正见”指般若波罗蜜,即运用般若智慧观罪性本空。六祖明确说:“自心地上觉性如来,施大智慧光明,照耀六门清净,照破六欲诸天下,照三毒若除,地狱一时消灭。”^{[5](P46)}“自心地上觉性如来”谓行者自性本具的如来觉性;大智慧即摩诃般若波罗蜜;六门包括眼、耳、鼻、舌、身、意六根和六入;六欲诸天即欲界六天、色界十八天和无色界四天。众生轮回三界,皆因六门、特别是意门不净。但见不净,禅宗都要求行者从自性本具的般若波罗蜜发起观照,刹那间灭除三毒。

可是,修行者如果已见性,则意味着已断除三毒根本,不存在起般若观照断除三毒的问题;修行者如果尚未见性,自性本具的智慧难有力量,又如何能起观呢?这就要求禅宗的修行者具有足够的信心,即坚信《观无量寿佛

经》所说“是心作佛，是心是佛”^{〔2〕}（第12卷，P343a）是一个真实不虚的事实。宗宝本《坛经》也说：“本性是佛，离性无别佛。”^{〔2〕}（第48卷，P350a）只要树立起这种信心，就会产生巨大的智慧力量，用这智慧力量发起关照，照样能够照见罪性本空，刹那间断除三毒。因这种力量由信仰先觉悟了自性的佛陀而来，本质上与修行者自性本具的智慧力量无二无别，因此也可以从体性上说这种力量由自性如来所施发。这就是为什么六祖授归依要授无相的自性三归依^{〔7〕}，这也是为什么禅师每每教诫学人不要忘记自己就是佛。

那么，如果犯了戒，具体如何起观呢？在禅门中，几乎没有人会回答这样的问题。禅家本来认为心地法门“一落言诠，皆成粪土”，即语言文字容易被行者执著为实有，但这并不意味着禅宗没有观罪性空的方便。依我之见，《观普贤菩萨行法经》和《维摩诘所说经》的相关论说正是禅宗无相忏悔实践中观罪性空所用的方便。《观普贤菩萨行法经》说，如果一个修行者犯了戒，应当修如下的观想：“观心无心，从颠倒想起。如此想心，从妄想起，如空中风，无依止处。如是法相，不生不灭，何者是罪？何者是福？我心自空，罪福无主。一切法如是，无住无坏。如是忏悔：观心无心，法不住法中，诸法解脱，灭谛寂静。如是想者，名大忏悔，名庄严忏悔，名无罪相忏悔，名破坏心识。”^{〔2〕}（第9卷，P392c-393a）据此经文，无相忏悔要求犯戒者首先观如是不生不灭的法相：其心本空，犯戒心（想心）是从颠倒邪见所起的虚妄心，同样如镜花水月虚幻不实、了不可得。依此慧见进一步观照罪福皆无实性：观境界空，境非罪福之主；观根根空，根非罪福之主；观识识空，识亦非罪福之主；罪福之性“不在内、不在外、不在中间”^{〔2〕}（第14卷，P541b），则无罪福之性可言；既无罪福之性，何有罪福可得？了知罪福本空，则想心灭尽，众罪云消，达到六祖所谓“三毒恶缘心里洗”的自性清净境界。

（三）除灭罪过。忏悔的直接功能就是消除犯戒者的心理压力。我们知道，人犯了错误会产生惭愧感和自责感，一个佛教徒犯了戒，其心里出现的惭愧感和自责感当然更加深重，除非他（她）不是信仰虔诚的佛教徒。这种惭愧感和自责感带来的直接后果就是压抑、焦虑、烦躁等不健康的心理状态，这是会严重影响修行者进修和悟道的。据心理学家弗洛姆（1900~1980）研究，处于这些心理状态下的人即使不致于精神失常，他对人和世界的把我都是虚妄的：“第一，处于人格失调性歪曲（移情作用）。不是以我整个的自我，而是以分裂的、幼稚的自我，从而我是把他人当作我童年时代对我有意义的人来体验，而不是按他的本来面目来体验。第二，处于压抑状态的人，是以虚妄的意识来体验这个世界。他并没有看到存在物的真相，而是把他的思想投射于事物上面，按其思想的投影与想像来看事物。正是这种投射与偏曲的幕障，使他产生种种激情与焦虑。最后，是受到压抑的人并没有体验到人与事物

不过是以思维作用去体验。他自以为与世界相通，其实他不过是在与语言接触。”^{〔8〕}（P487）尽管弗洛姆肯定自我的立场是佛教不同意的，但他对处于压抑状态下的人的不健康表现的阐述却是佛教认可的：他们在情感上从补偿自己心理需要的角度来感受他人和世界，在理智上从受到种种歪曲的思维来认知他人和世界。这样，他们虽然不致于疯狂，却无法看到人和世界的本来面目。

对消除心理压抑、拆除心理障蔽来说，无相忏悔无疑是最为彻底的忏悔，非常殊胜。何以见得？对此，我们不妨与有相忏悔相比较而加以说明：有相忏悔虽然具有缓解犯戒者精神压力的功效，但这种忏悔的许多条件并非随时可以满足，犯戒者往往要在等待忏悔的时间、地点和其他条件成熟的过程中继续忍受强大的精神痛苦；特别它是依据戒律开遮持犯的规定进行的有相忏悔，忏悔者往往容易停留于为有相目的进行忏悔的层次（如为了持好戒、修好定），难以当下了达罪福本空的真相，从而也就难以彻底灭除根本的罪缘——妄心。无相忏悔则不然，由于它是在心上用功，犯戒者无论何时何地犯戒，皆可随时随地忏悔，这就免除了犯戒者等待条件成熟的时间，当然也就免除了等待过程中遭受的心理折磨；同时，由于无相忏悔是忏悔犯戒根源——妄心的忏悔，所以只要一念回光照见妄心本空，就能像釜底抽薪一样彻底达成除灭根本罪缘的目的。

（四）彻底放下。再者，声闻戒律规定，戒律有性戒与遮戒两种，四重（杀、盗、淫、妄）五逆（杀父、杀母、杀罗汉、出佛身血、破和合僧）等戒是性戒，其他属于遮戒。相应的，违犯四重五逆戒就是犯了性罪，即犯了本性就是罪的罪。佛陀作出这样的规定，除了僧团清净和乐的现实考虑外，根本上是对执心深厚、慧根较浅的修行者所作的施設，因为他们犯了这样的罪既不能观空，也不能承受相应的果报。但既然这些罪是性罪，就不能通过有相忏悔除灭，因为有相忏悔是相应有相戒而成立的忏悔方法，只能除灭遮罪。如此，有相忏悔除罪的范围就受到了限制。无相忏悔则不然，它能够除灭包括四重五逆在内的一切罪，因为无相忏悔得以成立的基础是无相戒，而无相戒不是在性遮二分的前提下施設的戒，而是以自性无非、妄心本空为戒。

（五）永不再犯。与此相应，由于修无相忏悔者通过无相忏悔彻底地断除了犯戒之心，他就永不再起同样的妄念，犯同样的罪过，即六祖所谓“永断不作”^{〔2〕}（P28）；同时，由于修无相忏悔者在根本的意义上解除了心理负担、拆除了心理障蔽，他也就能够比修有相忏悔者更迅速地敞开本心、证见实相，起码能够比后者更轻松愉快地迈出修行路上的下一步。

（六）念念牧牛。正因为无相忏悔具有如此殊胜的功德，《观普贤菩萨行法经》才对它大加赞叹说：“行此忏悔者，身心清净，不住法中，犹如流水，念念之中得见普贤菩萨及十方佛。”^{〔2〕}（第9卷，P392c-393a）无相忏悔虽然如此殊胜，但

大多数修行者却难以在刹那间将所有罪过灭掉,原因在于大多数修行者妄念太多、业力太大,宛如一个大海,而其一念观空灭罪产生的清静慧力太小,恰似沧海一粟,难以抵敌其他妄念和业力。因此,修无相忏悔也是一个长期的过程。这个过程,禅家形象地称为“牧牛”。在禅宗中,最先将忏悔譬喻为牧牛者是马祖弟子石巩,据《马祖道一禅师广录》称,石巩“一日在厨作务次,祖问曰:‘作什么?’曰:‘牧牛。’祖曰:‘作什么生牧?’曰:‘一回入草去,便把鼻孔拽来。’祖曰:‘子真牧牛。’”^{[9](P4)}此处的牛乃妄念,牧牛即除灭妄念,从忏悔的角度说,牧牛就是拜无相忏。依普明禅师《牧牛图》的展示,这个过程从初调开始,中经受制、回首、驯伏、无碍、任运、相忘、独照,直到双泯才告圆满^{[10](P382-384)}。只有到此时,行者才真正成为念念清静、念念圆明、念念无碍、念念自在的如来;只有到此时,才能像六祖那样说:“心平何劳持戒,行直何用修禅?”^{[2](第48卷, P352b)}

五、余论

或许有人会问:无相忏悔既然观罪性本空,会不会走向任情犯戒而无所畏惧的反面呢?当然会。日本的武士道就是典型的例子。武士道孤取禅宗无相忏悔的罪性本空观,不顾遭杀戮者我执未除,训练出一颗杀人如麻而毫不动心的铁石心肠,甚至到处宣扬所谓“弥杀弥慈”的谬论,但这不是真正的无相忏悔。真正的无相忏悔必然是建立在性空缘起一如基础上的忏悔,修行者虽然了知罪性本空,而仍然从缘起发用。换句话说,禅师虽知众生四大五阴本空、不可执著,但同样深知众生对生命有着强烈的执著,因此他们不是以杀生的方式来剥夺众生的生命,而是在维护他们生命的前提下通过破除其我执来减少乃至消除他们对生命的执著。是则真正的禅必高于教而不违教,真正的禅者看似不一定守戒而实际上必是持戒的典范。

或许有人还会问:佛教经典都说无相忏悔能令诸罪一时消灭,这岂不是有违佛教的因果报应这一根本原理吗?佛教经典的确多有此说,除前文已引的《观普贤菩萨行法经》、六祖和道宣之说外,罗什译《金刚经》也说:“善男子、善女人受持读诵此经,若为人轻贱,是人先世罪业应堕恶

道,以今世人轻贱故,先世罪业则为消灭,当得阿耨多罗三藐三菩提。”^{[2](第8卷, P750c)}但这种说法有特定含义,义谓修行者通过忏悔观知罪性本空、了不可得,行者由此不会为妄心染污,心远离了妄念的染污,自然永远不会再犯罪,是为众罪云消之义。至于此前所造罪业,仍然是要受到相应果报的,百丈会下那个著名的“野狐”公案,就是为了阐明这个道理^{[11](卷1)}。当然,这样的报应对于开悟的禅者来说已经不成其为问题了。

【参考文献】

- [1] 释圣凯. 中国佛教忏法研究[M]. 北京:宗教文化出版社,2004.
- [2] 大正藏[M]. 日本:大藏出版株式会社,1924~1934.
- [3] M. Monier - Williams, A. Sanskrit English Dictionary [Z]. Delhi: Motilal Banarsidass Publishers Private Limited, 1997.
- [4] 荻原云来编纂. 汉译对照梵和大辞典[Z]. 台北:新文丰出版股份有限公司,1988.
- [5] 杨曾文校写. 敦煌新本六祖坛经[M]. 北京:宗教文化出版社,2001.
- [6] 冯焕珍. 说“无念”为宗[J]. 中华佛学研究, (第6期)[台北:中华佛学研究所,2002年3月出版].
- [7] 冯焕珍. 浅论六祖的无相三皈依思想[J]. 普门学报, (第33期)[台湾:佛光山文教基金会,2006年5月出版].
- [8] 弗洛姆著. 冯川,王雷泉译. 精神分析与禅宗[A]. 冯川主编. 弗洛姆文集[C]. 北京:改革出版社,1997.
- [9] 卮新纂续藏经(第69卷)[M]. 日本:株式会社国书刊行会,1980~1989.
- [10] 蓝吉富主编. 大藏经补编(第21册)[M]. 台北:华宇出版公司,1986.
- [11] 萧蓬父,吕有祥点校. 古尊宿语录[M]. 北京:中华书局,1994.

【责任编辑:杨海文】