

: 09-003-0011

《六祖壇經》第九講。

經文第十四頁第六行，「善知識，一行三昧者」，從這個地方起。說到一行三昧，在前面已經把這個名相給諸位解釋過了，現在我們請看經文。六祖大師叫著大眾說：

【善知識。一行三昧者。於一切處行住坐臥常行一直心是也。
】

這句話是相當的重要，也是大師指示我們修成佛道最簡單直接的一種方法。『一切處』，也就是一切時，無論在什麼時候，無論在什麼樣的場所，『行』是行動，這『住』是講我們安住在某個地方，「行住坐臥」，無論是什麼環境之下，只要我們能夠常行一直心，這就叫做『一行三昧』。

【如淨名經云。】

《淨名經》就是《維摩詰經》。

【直心是道場。直心是淨土。】

後面一句大師省略了兩個字，它這個經文是這樣的，前面一句是講「直心是道場」，後面是「直心是菩薩淨土」，這是大師簡略。由此可知，大師教誡我們一行三昧的修學方法，他是有經典做依據的；換句話說，不是他隨便講的。直心兩個字前面也跟諸位說過了，此地不再多講。

【莫心行詭曲。】

這個是把直心的樣子說出來，著重是在心理。『詭』是諂媚，有巴結人、攀緣的意思。『曲』就是曲曲折折、彎彎曲曲，所以心不直。離開詭與曲，這個就是直心的樣子。

【口但說直。口說一行三昧。不行直心。】

這是指一些修行人的毛病，說得很好聽，事實上他並沒有依照這個方法來修學。

【但行直心。於一切法勿有執著。】

這個也是直心的一種相貌。無論是世出世間法，不但是講世間法，包括佛法在內，一切法裡面如果你有執著，心就不直了。所以總需要將一切執著放下。

【迷人著法相。執一行三昧。】

這個迷是對於教理不通達，跟他講『一行三昧』，他就執著有「一行三昧」。換句話說，這就是前面所講的口說心不行。還有一種錯會了意思的：

【直言坐不動妄不起心即是一行三昧。】

的確有許多人把這個『一行三昧』、把這個禪定就這樣的體會與解釋，這是錯了。以為坐在那裡不動，妄念不起，這就叫「一行三昧」，這就錯了。前面說得很好，行住坐臥四威儀中。你這個四威儀當中，只有一個坐著心不起念才叫一行三昧，站起來、走著、睡著覺的時候那就沒有了，這個是錯誤的。大師說：

【作此解者。即同無情。】

如果果然是坐在那個地方就是一行三昧，那我們看看那個大石頭，放在那裡幾千年，它都在那裡不動，那它是一行三昧嗎？所以這個觀念是錯誤的，等於無情一樣。

【卻是障道因緣。】

所以這種見解就是障道，障礙我們修一心不亂的大道。

【善知識。道須流通。何以卻滯。】

『道』是必須要流通的，換句話說，「道」是活活潑潑的，而不是死呆板的。坐在那裡不動，心不起念，那像塊木頭、像個石頭

一樣，那是死呆板的，不是活活潑潑的。所以大師在此地把這些事理、形相都給我們說明白。

【心不住法。道即通流。】

這是真正的流通，道是本來流通。心一住法，這一住就變成障礙了，就好像堵塞一樣。『不住』確實所謂是周遍法界，無所不在。

【心若住法。名為自縛。】

等於說自己把自己畫了個圈圈，關在裡面，自己用繩索將自己綑綁起來。俗話常說「作繭自縛」，就好像那個蠶一樣，吐絲做成了繭，把自己關在裡面。我們修學佛法，如果『心』裡面要是『住法』，就是執著法，「住」是執著的意思，執著在法相裡面，那就是自己束縛了自己。

【若言坐不動是。】

假如你要說『坐不動』這個就是禪、就是定、就是三昧的話，下面祖師舉個公案來說。

【只如舍利弗。宴坐林中。卻被維摩詰訶。】

這是有這麼一次，這個事情在《維摩經》上，說舍利弗在深林之中打坐，在那裡入定，遇到了維摩居士。維摩居士問他，你在這裡幹什麼？他說我在這入定。結果維摩就告訴他，把他教訓了一頓，真正的大定不是呆板的在那裡面壁枯坐，真正的定是心在一切法中如如不動，了了分明，這個才是一行三昧。

【善知識。又有人教坐。】

就是教人打坐。

【看心觀靜。不動不起。從此置功。迷人不會。便執成顛。如此者眾。如是相教。故知大錯。】

這個的確是非常之重要。而且這種現象，幾乎我們在佛門裡面

是常常看到的，大家不曉得這是毛病。因為初級的佛法確實是要從這裡下手。可是萬萬不可以執著，執著那就是毛病了。從這個地方下手，這是對的、是應該的，最初修定是以靜坐為最方便。『看心觀靜』是一種初級修定的方法，所謂是觀察自己的妄念、念頭的起滅，一直要到心不動了，妄念不起了，這是好境界，但是不可以執著。如果對於這些道理不明白，這是迷人，他不曉得祖師教學的方便，認為這就是功德，執著不放的話就變成病了。『便執成顛』，這就是禪家所講的著魔了，這就是魔障了。像這樣的在六祖大師當時就很多。像這樣一個老師傳一個老師，如此相教，這是很大的錯誤。為什麼？這是不能夠成就真正的禪定，只能夠說是把妄想、妄念把它伏住一下而已，也不過就是伏妄念時間長短而有差別，其實它不是真正的定。

【善知識。定慧猶如何等。猶如燈光。】

這是從比喻上說，譬如燈光，說明定與慧是分不開的，的確是一體的，如同燈與光一樣，有燈就有光，有光一定有燈。

【有燈即光。無燈即暗。燈是光之體。光是燈之用。名雖有二。體本同一。此定慧法。亦復如是。】

這幾句話很容易懂，說明了定慧是一體，是不能夠分開的。再看底下一段經文：

【善知識。本來正教無有頓漸。】

這『正教』就是世尊一代教學，實在講沒有頓漸之法。這個道理前面也曾經說過，頓漸是因人而有的，不是法門裡頭有頓漸。

【人性自有利鈍。】

這是講一般人的根性，此地這個『性』不是講本性，是講根性，或者我們講習性。《三字經》裡說，「人之初，性本善，性相近，習相遠」，那個性是講的本性，可是後面這個習就是講的習性。

因為習性染著有厚薄不同，所以這個習性差別就很大了，就有利、有鈍。

【迷人漸契。】

這是講根性比較鈍的人，他就是漸漸的他能夠契入。

【悟人頓修。】

聰明、根性利的人，也就是煩惱輕的人，他可以頓修，可以頓悟。這個漸頓是從這兒來的。

【自識本心。自見本性。即無差別。】

你漸契也好，頓修也好，只要見了性，一定是平等的。決定不會說利根的人見的性要比鈍根人見的強，沒有這個道理；或者見的高，都沒有這個道理，見性一定是平等的。所以說是『自見本性，即無差別』，這是講利根與鈍根完全沒有差別，心性是平等的。

【所以立頓漸之假名。】

不是真的有這個事情。

【善知識。我此法門。從上以來。】

這是叫著大眾，說明六祖所傳的這個法門，也是大乘佛法的法門，也可以說是一乘佛法的法門。『從上以來』，這個「上」可以一直追溯到釋迦牟尼佛，從釋迦牟尼佛傳給迦葉尊者，一代一代，二十八傳到達摩祖師，由達摩再第六傳到了惠能大師，這就是「從上以來」。傳的什麼？

【先立無念為宗。無相為體。無住為本。】

祖祖相傳的就是這三句十二個字。這個三句非常重要，我們要把它搞清楚，這就是如來本來的正教。『無念』，是六根（六根是指眼耳鼻舌身意）緣一切境界的時候，眼根緣色塵、耳根聞聲塵，乃至意根聞法塵，這個時候沒有分別執著，對境不起心、不動念，這就叫「無念」。雖然無念，可是根與塵相接的時候是了了分明，

也就是說六根不染六塵境界，並不是無知。我們一般世俗人這個無念就是無知，什麼念都不起，什麼事情他也不曉得，所以這個無念是死的。佛法裡面講的無念是活的，是什麼都知道，可是他不動心、不起念。這不起念是什麼？就是不起煩惱。譬如在境界裡面，我們眼見色，見得了了分明是，可是在這個色境界裡面不起貪見，很美之色不起貪愛，或者是不順我們心意的也不起厭惡。心就像一面鏡子一樣，把外面境界照得清清楚楚，可是鏡子對外面境界的確沒有分別，也沒有執著，也沒有染污，從鏡子本身來說它是無念。這是講「無念為宗」，宗就是修行的宗旨。

第二，我們講『無相』。「無相」這裡有個簡單解釋，「諸法實相，是一切法無相」。實相裡面講，無相無不相。這個無不當作什麼都沒有說，這個無是有；換句話說，相是有。有，為什麼說它無？因為所有相都沒有自性。譬如《金剛經》給我們講的，「凡所有相，皆是虛妄」，既然是虛妄，所以我們就叫它做無相。所以這個無是有，也稱之為妙有，妙有跟無相是一個意思。《金剛經》後面偈子又給我們說，「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」，這個也是說明無相的意思，就是無相之相。我們如果真正認清楚世出世間一切法的實相是無相之相，我們在一切相裡頭就不執著了，在一切相裡面就解脫了，就不會再染著了，就真正能夠達到無念。換句話說，唯有無念，才能夠見到無相之相；唯有悟到無相之相的時候，才會做到真正的無念。

第三個叫『無住』，這個意思是相通的。六祖大師很重視這兩個字，因為他在《金剛經》裡頭是從「無住」兩個字而悟入的，就是經裡面講的「應無所住而生其心」，他是聽這一句經文而悟得無上菩提。換句話說，他就得到了無念，證得了無相之相。無住就是實相的異名，實相就是性空的異名。所以這三個名詞是有連帶關係

的，也可以說是一而三，三而一。此乃祖祖相傳之本來正教，這是我們必須要把它記清楚的。下面大師跟我們解釋，說明這個宗旨與體性。

【無相者。】

這裡解釋文字簡單，但是它有很深的意思在，希望大家能夠留意。

【於相而離相。】

這叫無相。『離』是什麼？「離」分別執著妄想。相在不在？相當然在，但是這個相是妄相。所以明白這個妄相的真正事實，這個妄相就是實相。你不明瞭它的究理，我們叫妄相；明白它的究竟，那就叫實相。實相無相，實相無不相，實相無相無不相。無相是從體性上說的，無不相是從現象上說的，現象是有的，體性是空寂的。所以我們在一一切相裡頭應當要離相，就像六祖前面偈子給我們講的，要常常保持心中無一物。所以說「本來無一物，何處惹塵埃」，這個是真正的無相，也是我們修行之理體。

【無念者。於念而無念。】

譬如佛法裡常常教人念佛，二六時中，佛念不斷，這是有念。一定是念而無念，雖然念這一句南無阿彌陀佛，心裡面並不在南無阿彌陀佛這六個字上起分別執著，這就叫無念而念，念而無念。念佛如此，誦經、持咒都要懂得無念而念的方法，才能夠把我們自己無始劫來的無明念盡，自性現前。無住為本。

【無住者。人之本性。於世間善惡好醜。乃至冤之與親。言語觸刺欺爭之時。並將為空。不思酬害。念念之中。不思前境。若前念今念後念。念念相續不斷。名為繫縛。】

這個句子比較長一點，我們一句一句為諸位來解釋。『本性』的確是清淨、是無為的。世間一切善惡、好醜、是非、真妄，這都

是我們虛妄的分別。如果我們真正覺悟了，這些事相並不是我們真如本性裡面本來有的。而這些事情實在講是本來空，只要我們覺悟到心性裡面決定沒有這些東西，我們就不會在這個境界裡再生虛妄的分別執著了，所以才能夠把這個事情看空。這個地方的看空，就是《金剛經》裡面所說的，「凡所有相，皆是虛妄」，就是這個意思。因此我們在境界裡不起心、不動念，『不思酬害』。

修行在用功最要緊的，就是我們念念之中。因為我們還沒有到聖人的境界，我們這個念頭是不會中斷的；既不中斷，那我們的念頭是一種相續相。會用功的人，就在這個地方用功夫，就是『念念之中，不思前境』，「前境」是我們眼前的境界，對於眼前的境界我們有覺、有觀，不起分別、不起妄想，這就叫「不思前境」。『若前念今念』，「今念」是現在的念頭，這個地方「前念」是指前一個念頭，『後念』是指底下這個念頭。『念念相續不斷』，如果你想前、想現在、也想後來，這就是相續相，這個就叫做『繫縛』。換句話說，你要問三界六道輪迴是怎麼來的？我們可以說三界六道的輪迴就是前後際妄念不斷而生的。

【於諸法上。念念不住。即無縛也。此是以無住為本。】

這是講根本的一個修行原則，無論在什麼法上我們都『不住』，就是不著相，你不著相你就沒有繫縛，沒有繫縛就得到解脫、就得到自在。所以說之為『無住為本』。

【善知識。外離一切相。名為無相。】

離就是不著、不取相，像《金剛經》佛告訴須菩提尊者所說的，「不取於相，如如不動」。這個不取，不是說你不知道。那個相，哪個相好、哪個相醜，你了了分明，你比誰都清楚。可是怎麼樣？你並不取。剛才講了，就同鏡子照外面的境界一樣，心不會被外面境界所轉，這就叫『外離一切相』，這叫『無相』。

【能離於相。即法體清淨。】

所以一切境界相不取、不染、不著，你這個心多清淨。『體』就是性，我們的心性是清淨的，清淨的心體就是法身，就是諸佛的法身。

【此是以無相為體。】

把這個修行的根本，修行之體，說出來了。

【善知識。於諸境上。心不染。曰無念。】

這個叫『無念』。

【於自念上。常離諸境。不於境上生心。】

這個相當重要。在丁福保《箋註》裡頭，他舉了一個公案。是唐朝有源律師曾經問慧海和尚，慧海是六祖大師的學生，也是六祖座下開悟的四十三位之一，他問慧海和尚，他說，和尚，修道你還用功嗎？慧海和尚說，我用功。他說，和尚，你用什麼功夫？和尚答覆他說，我飢來，肚子餓了，就吃飯，睏了就睡覺。這位律師就說，哪一個人不是飢來吃飯睏來眠？慧海就告訴他說，那一些人他不會吃飯，他也不會睡覺。為什麼？到吃飯的時候，他要挑三揀四；睡覺的時候，他也不老實睡覺，他想來想去、想東想西。諸位想想這個話的意思。所謂不會用功的，就是在境界上起心動念，這就是不會，這就是凡夫。聖人在境界上已經不起心、不動念了，連吃飯睡覺都不起心、不動念。吃飯的時候起心動念，就是在菜餚上，這個菜好，那個菜味道不錯，這個很好吃，這就起心動念了。這個就不是吃飯了，是在境界裡面生煩惱，心為境界所轉。睡覺的時候還想東想西，睡覺的時候，你這個心也為境界所轉。這些都叫做不老實，都是在起心動念，不叫做無念。底下說得好：

【若只百物不思。】

這又是一個錯誤的曲解了意思。假如說無念是什麼念頭都沒有

。

【念盡除卻。一念絕即死。別處受生。是為大錯。】

念頭斷盡了，人死了。死了怎麼樣？死了四十九天他又去投胎去了。這個叫大錯特錯。所以有人修行，什麼念頭都不起，那變成無想定。無想定修成了，果報在無想天。無想天是外道天，死了以後還是要墮落、還是要輪迴，這豈不是大錯了嗎？所以祖師教給我們：

【學道者思之。】

要好好的想一想。

【若不識法意。自錯猶可。更勸他人。自迷不見。又謗佛經。
】

對於釋迦牟尼佛祖所教的法門大意，你要是不知道，不能夠正確真正的了解，你自己錯了，那就罷了，你自作自受你還能怪人？如果你再要教別人，那你這個罪就重了，那是自錯又害別人。到了你修行沒有結果，或者修行反而墮落了。譬如我們在灌頂大師所註解的《大勢至圓通章疏鈔》裡面，大師給我們舉出一百種念佛的果報，裡面居然說念佛有墮在阿鼻地獄，這個真正是不可思議。諸位想想，念佛人怎麼會墮地獄？同樣是念佛，有一百種不同的果報，這裡面相差懸殊太大了。有人念佛成佛了，有人念佛念到地獄裡去了。他為什麼會墮落了？『不識法意』，盲修瞎練，自欺欺人，這是墮落。墮落他還不肯認錯，他又毀謗佛經，這就是罪上加罪了。

【所以立無念為宗。】

這個『無念』不是說沒有念頭，而是沒有妄念，他有正念。他沒有分別、沒有執著，他不是什麼都不明瞭，而是樣樣都明瞭。這個「無念」的意思我們一定要把它認識清楚。底下還有解釋。

【善知識。云何立無念為宗。】

為什麼要立無念為宗旨？

【只緣口說見性。迷人於境上有念。】

這個『緣』就是緣故，只是為了這麼一個緣故，有些人口裡講明心見性了，事實上他是個迷人，他在境界上還是有念頭。

【念上便起邪見。】

他有分別、有執著，有是非、有高下，這就是妄念，妄念也叫做邪念。

【一切塵勞妄想從此而生。】

這個境界相當的微細。底下一句話給我們提出來了。

【自性本無一法可得。】

這一句話很重要。《起信論》裡面說，「一切眾生，本來常住。入於涅槃菩提之法，非可修相，畢竟無得」。像《心經》最後給我們講的「無智亦無得」，智是能證之智，得是所證的菩提涅槃，兩者俱不可得。《傳心法要》卷下裡頭也有一段文說，「菩提者」，菩提是覺，就是覺心，「不可以心得，不可以身得，不可以性得」。為什麼？真如本性就是本源自性天真佛，怎麼可以說是以佛再去得佛？所以說「不可以佛更得佛，不可以無相更得無相，本無所得，無得亦不可得，所以道無一法可得」。這是「只教你了取本心，當下了時」，那個了的相也不可得。無了不了，這個無了不了的相，這個相也不可得，這才是真正的證得。這一句很重要，希望我們好好的把它記住，用心的去體會這個境界。

【若有所得。妄說禍福。即是塵勞邪見。故此法門立無念為宗。】

這是六祖所傳的法門，他是以這個為修學的宗旨，也就是修學的綱領。

【善知識。無者。無何事。念者。念何物。無者。無二相。無諸塵勞之心。】

這個『塵勞』就是煩惱。如果我們具體的說，像《唯識》、《百法》裡所講的五十一個心所，這五十一個心所裡面最顯著的是善十一法、根本煩惱六法、隨煩惱二十法，這個我們通常稱之為『塵勞之心』。他這些妄念不會現前的，這個就是『無』的意思。

【念者。念真如本性。真如即是念之體。念即是真如之用。】

實際上真如本性就是念之理體，這個念是『真如之用』。我們通常佛法裡面叫觀照，或者叫照見，這個照見就是念，就是無念之念，是照見的意思，就是「真如之用」。

【真如自性起念。】

底下給我們揀別。

【非眼耳鼻舌能念。】

眼耳鼻舌是講的識，是講六識。

【真如有性。所以起念。】

就是它起作用，這個地方的念就是它起觀照的作用。眼能見、耳能聽、舌能嘗、鼻能嗅，乃至於意能知，見聞覺嘗嗅知，它的性就是自性，所以它起作用，而且這種作用是二六時中從來無有間斷的。你要是不相信，你可以看看《楞嚴》，佛在楞嚴會上，就六根舉眼根給我們做一個例子，說眼根的根性，就是見性，是常住的，是不生不滅、不垢不淨，就是常住真心，給我們說得非常的清楚。見性如是，聞性、覺性、嘗性無不如是。所以這個就是真如之用，也就是自性之用。這個地方講真如之用，跟真如自性起念是一樣的意思。所以『真如有性，所以起念』。

【真如若無。眼耳鼻舌當時即壞。】

為什麼？因為真如是一切法的本體，如果沒有本體，哪來的六

根六塵？眼耳是講六根，舉兩個字代表，色聲是講六塵，也舉兩個做代表。如果沒有體性的話，這些相都不可能存在。這就說明了真如本性它是有作用的，這個作用叫做念，叫做正念。如果你迷了真如本性，所起的作用我們就叫它做妄念。所謂無念是無妄念，換句話說，無有迷性的妄念，而有正覺的正念，是這麼一個意思。

【善知識。真如自性起念。六根雖有見聞覺知。不染萬境。】

『見聞覺知』都包括在裡面了，統統都包括了。說到「見聞覺知」，就是六根根性。

【而真性常自在。】

見聞覺知起的作用，就是六根根性對外面境界所起的作用，是『真性自在』的作用，在《華嚴》裡面講就是無障礙的作用。

【故云。能善分別諸法相。於第一義而不動。】

這個地方我們要把它看清楚，這個『能善分別』。「分別有三」，第一種就是「自性分別」，第二種叫「計度分別」，第三種叫「隨念分別」。諸位要曉得，雖然講三種分別，我們無論是真性，或者無論是用的是妄識，這三種統統都有。這一念分別三種都具足，從體上講是自性分別，從相上講有計度、有隨念。這個地方經上著重在計度分別上。這『法相』是指世出世間一切法的差別相，能夠隨一切眾生的知見為他一一指陳，這就是「能善分別諸法相」。像諸佛菩薩為一切眾生講經說法，分別無量無邊的法相。凡夫的這個分別，他的心隨境轉，這叫凡夫。佛菩薩的這個分別，心不為境界所轉。所以底下講『於第一義而不動』，就是他不隨境界轉，這個就是真如本性起作用。如果是心隨著分別法相而轉的話，那就是妄識，就是八識五十一心所起作用。八識五十一心所起作用，是凡夫；真如本性起作用，那是佛菩薩。

這個在《楞伽經》裡頭也有幾句話講，《楞伽經》裡面講，「

第一義者，聖智自覺所得」，聖智是如來果位上所證得的真正智慧，自覺所得的；「非言說妄想覺境界」，佛法裡頭常講，「言語道斷，心行處滅」，就是指的這個意思，不是言語能夠說得出來的，也不是我們思惟想像當中的境界，這個是聖智自覺。又說「第一義者，是聖樂處」，這個聖就是如來與大菩薩常說的離苦得樂，他們得的是究竟樂、是真樂，這第一義也是指這麼一個境界。「因言而入，非即是言」，這兩句話很重要。佛在經裡面是以言說來把這個境界說出來，理論與方法給我們講出來，希望我們也能夠證入。但是這個言語文字，所謂「第一義」，並不是聖樂處，聖樂處是真有，我們希望從這個地方入進去。「於第一義而不動」也就是上上禪定，這一句話諸位要記住，為什麼？與底下這一章有關係，底下是教我們如何去坐禪。到這個地方我們將這一章介紹完了。

接著底下這一章是第四章，第四章是「教授坐禪」。這一章在大小乘修學，諸位都知道，禪定是佛法修學裡面的根本法。而坐禪這個名詞，不要說是佛門裡面大家曉得，不學佛的世間人也知道有坐禪這麼一句話。這個坐禪究竟怎麼坐法？什麼才叫坐禪？這個裡面學問很大。是不是一定要盤腿面壁就叫做坐禪？在這個地方祖師要為我們做一個說明。我們先把題目的意思給諸位做一個簡單的介紹。

【教授坐禪第四】

「古德云，不憶一切法，乃名為禪定。若了此言者，行住坐臥皆是禪定」。這個不憶一切法就是心裡面乾乾淨淨，什麼都沒有，就像六祖所講的「本來無一物」，不憶一切法就是本來無一物，本來無一物就是真正的禪定。所以行住坐臥四威儀中，只要你心裡保持著本來無一物，那麼你都在禪定裡。由此可知，這個禪定不一定是用一種形式在打坐。又說「坐禪雖標榜三業不動」，這三業就是

身口意，三業不動，「然一切處心不動，則語默動靜無往不禪。若謂坐是禪，而其他非禪」，這個不是祖師門中的真正禪定。祖師門中真正的禪定是本來無一物，他不管你是行住坐臥，只要你能夠保持著心地清淨，一念不生，無論你在什麼時候，無論你在什麼環境裡面，都叫做禪定。所以這個地方『教授坐禪』是以此為宗旨。請看經文：

【師示眾云。】

這個『示』就是開示，開示大眾說。

【善知識。何名坐禪。】

這提出什麼叫坐禪？

【此法門中。無障無礙。】

諸位要曉得，我們心在一切法裡頭，才起一個心、動個念，就是障礙。得無障礙，像清涼在《華嚴疏鈔》裡面告訴我們的，「理事無礙，事事無礙」，這個就是如來所說的坐禪。

【外於一切善惡境界。心念不起。名為坐。】

可見得這個『坐』並不是叫我們盤腿面壁，一天要坐幾個鐘點，不是這個意思。「坐」是什麼？是一個代表的字，因為我們坐在這個地方就是不動，不動就叫做坐，坐在這裡就不動了，是表示這個意思。而且我們站在那個地方也不動，立正站在那裡也不動。但是坐這個相顯得穩當，立在那個地方不見得穩當，坐在這裡很安然、很穩當、很自在，取這個意思。所以說只要我們在一境界裡，『外』就是在外境上，在六塵境界裡不動心、不起念，一切了了分明，這個就是坐。

【內見自性不動。名為禪。】

這是把坐禪兩個字給我們講得很清楚，簡單明瞭，一句話就道破了。什麼是禪？『見自性不動』就叫做『禪』。這是我剛才說過

，於前面一章所講的，「於第一義而不動」，那就是「禪」。

【善知識。何名禪定。】

前面把坐禪兩個字的意思說出來了，再說什麼叫『禪定』。

【外離相為禪。】

『離相』兩個字的意思諸位一定要把它搞清楚。前面說過，於一切相不執著，不取於相，就叫做「離相」，這個叫禪。

【內不亂為定。】

這個心很清涼、很自在，一點都不亂，前面我跟諸位講過，一心不亂，這就是禪定。

【外若著相。內心即亂。】

你要是執著世間一切法相，你生煩惱，你心亂了。你要是執著佛法裡面的一切法相，你有障礙，你心也亂了。這個是修行人非常重要的關鍵所在，我們修行能不能得定，關鍵在此地。如果你不能把禪定的意思搞清楚，你想得到禪定那是相當不容易的。為什麼？因為你處處著相，你處處離不開境界；換句話說，你雖然勤苦的用功，你也很容易得到禪定。

【外若離相。心即不亂。】

這很要緊，我們對於外面境界不執著、不分別，我們的心就不亂。

【本性自淨自定。】

所以真正講禪定，像佛在《楞嚴》上所講的，統統都是講的自性本定，所謂是首楞嚴大定。六祖大師在此地所說的，跟首楞嚴大定是一樣的境界。

【只為見境思境即亂。】

我們自性本定，本定為什麼失掉了？就因為你六根接觸六塵境界，被境界所欺騙了，不曉得一切境界、一切有為法是虛妄的。你

把這一切有為的境界當作真實了，你在裡面起心動念，所以你心亂了，你的自性本定就這樣失掉了，不能夠現前。

【若見諸境心不亂者。是真定也。】

真正禪定就是如此。可見得沒有離開外境，六根常在六境之中，像一面鏡子，了了分明，如如不動，這是真正的禪定。《華嚴經》鬻香長者示現修禪定，這六波羅蜜裡頭他示現的禪定波羅蜜。他在哪裡修？在市廛修。什麼叫市廛？就是我們今天所講的市場，人最多、最熱鬧的地方，他到那個地方去。換句話說，他在那個地方什麼都看得到、什麼都聽得到、什麼都接觸得到，而在這個境界裡頭能夠見諸境心不亂，這叫真正的禪定。他是這個修法。

【善知識。外離相即禪。內不亂即定。外禪內定。是為禪定。】

這是對禪定下了一個定義。

【淨名經云。即時豁然。還得本心。菩薩戒經云。我本性元自清淨。】

這幾句話含義很深。丁福保註子裡引高子的幾句話講，《高子遺書》卷一裡有這麼幾句話說，「但自默觀吾性」，只要你自己，默觀就是反省、檢點我們自己的本性，也就是自性清淨心，「本來清淨無物，不可自生纏擾」，這纏擾是自生的。我們的性本來完全具足，一切法統統在裡面，佛法、菩薩法、聲聞緣覺法，沒有一絲毫欠缺，所以不可以自己懷疑虧欠了。我們真如本性本來是蕩平正直，也就是平等正直，所以不可以自作迂曲。我們本性本來是廣大無有邊際的，不可以自以為是侷促。「吾性本來光明照朗，不可自為迷昧。吾性本來易簡直截，不可自增造作」。這幾句話我們都應當要好好的把它記住。這是解釋《菩薩戒經》裡面的一句話，就是我們的本性本來是清淨的。

【善知識。於念念中。自見本性清淨。自修自行。自成佛道。
】

這三個『自』字很重要，正是說明了佛法教學的特色，佛法絕不依賴任何人，為什麼？任何人都幫不上忙。這個事情是要我們自己悟、自己修、自己行、自己去證，證得佛道。這個地方我們要想到《楞嚴經》裡面有幾句話，跟此地所講的也非常接近。《楞嚴》在「十番顯見」裡面有幾句經文說明，見性是心，就是眼根的見性，見性不動，見性也不滅，見性也不失，無還、不雜、無礙、不分、超情、離見。這就是《楞嚴經》裡面很有名的「十番顯見」，這一共是有十句，「是心」一句、「不動」是一句、「不滅」是一句、一直到「離見」，這十句，「是謂之楞嚴大定，是謂之性定」。六祖教給我們的，跟《楞嚴經》所講的，完全是同一個境界，這是真正的禪定、是無上的禪定、是諸佛如來所證的禪定，也是諸佛菩薩所傳、所教給我們修學的大定。再看底下這一段：

【然此門坐禪。元不著心。亦不著淨。】

這個『著』字當用字講，又可以當作著相講。換句話說，坐禪，就是剛才說明了什麼叫坐禪，諸位已經懂得這個意思了。坐禪的時候不可以用分別心、不可以用妄心，也用不著作意的去觀清淨的境界，用不著，就是說不可以著清淨的相。譬如說坐禪，心很清淨，這很自在，你要是著清淨的相、自在的相，那就錯了。為什麼？你就不清淨了。清淨自在自己能不能感覺到？能感覺到。感覺到可不能夠執著，一執著就失掉了清淨、失掉了自在了。所以說：

【亦不是不動。若言著心。】

這就是說為什麼不能用心、為什麼不能執著。你要是用心、要是著心了：

【心元是妄。】

這個『心』是講妄心，分別執著八識五十一心所的心，這個心是妄心。即使是妄心了，所以妄心要捨棄，我們不能再用它。

【知心如幻。故無所著也。】

曉得八識五十一心所是如夢幻泡影，因此我們絕不執著它。如果你執著一個清淨的境界：

【若言著淨。】

我們的自性本來是清淨的。

【人性本淨。】

本來是清淨的。

【由妄念故。蓋覆真如。】

由於『妄念』的緣故，『蓋覆』了『真如』。那個「妄念」是妄不是真的，顯出一個不清淨的相，那不清淨的相是妄相不是真相。所以只要：

【但無妄想。性自清淨。】

這是說明了為什麼不可以用意識心、為什麼不能著清淨的相，把這個所以然的道理給我們說明白了。

【起心著淨。卻生淨妄。】

那又是一個妄想、又是一個妄念。

【妄無處所。著者是妄。淨無形相。卻立淨相。言是工夫。作此見者。障自本性。卻被淨縛。】

你要在無形相裡去建立一個淨的相，而說這是自己的功夫，這是錯誤！所以你要這樣一個見解，那是障礙了你自己的本性，你又被這個淨相束縛住了。既有束縛，你就不能夠見性。

【善知識。若修不動者。但見一切人時。】

這幾句話很要緊。

【不見人之是非善惡過患。即是自性不動。】

諸位要是讀了大師這一句話，也許你馬上心裡就動個念頭了，那要是這樣的人不是變成白痴了，對於一切是非善惡都不能辨別了？你要起這一念，就又錯了，為什麼？因為你已經見到人的是非善惡過患了。前面跟諸位說得很清楚，清淨心中一切境界無不明瞭、無不通達，而無有障礙，怎麼會不曉得是非善惡過患？當然曉得，曉得怎麼樣？他沒有分別、他沒有執著、他不取於相，這就叫『自性不動』。

【善知識。迷人身雖不動。】

這是講一般不曉得如來教法真實義的人，他學坐禪只是面壁、盤著腿，所謂是眼觀鼻、鼻觀心，身不動，『身雖不動』。可是他起來的時候，出了定：

【開口便說他人是非長短好惡。與道違背。】

心大大的又動了。哪裡曉得佛所說的坐禪是要你心不動！身動不動無關緊要，身坐不坐不要緊，心不動就是坐禪。所以說：

【若著心著淨。卻障道也。】

你要是用心，你要是執著在境界裡面，這就錯了，這就不是真正坐禪了。我們讀了這一節「教授坐禪」，才曉得六祖大師所傳下來的，也就是釋迦牟尼佛祖祖相傳，真正坐禪的意義、境界是這個樣子的。所以我們千萬不能夠錯會。我們要問了，我們盤腿面壁，眼觀鼻、鼻觀心這個辦法還要不要？我給諸位說，還要。不要說看了這個一說，那我們這個可以廢掉了，我們從此也可以不必去打坐了，禪堂也可以不要了，早晚功課也可以不要了，只要二六時中我們心如如不動就可以了。這個話在理上講沒錯，在事上講你又著了相。著了什麼？祖師給你開示這一番言教，你又執著這個，你豈不是又錯了？教你不要執著，這才是真正禪定，你聽了這一番話之後，又被祖師言語所轉，又被祖師牽著鼻子走，你還是算不了好漢，

你還是錯了。究竟怎樣才是對的？你要是拿這一句話來問我，我就叫你把這一段的經文念上三千遍，好好的去參，自然就會開悟了。下面一章是本經的第五章，這一章非常有意義。

【傳香懺悔第五】

在這一章裡面，這個香是指法身因果，我們先將章的題目給大家介紹一下。『傳香懺悔第五』，「香」是指法身因果，大家特別要記住這個意思。換句話說，這一章就是六祖傳授我們見性修因致果的方法。在這一章裡面，經文一共分為五個段落，五節。第一就是傳香，在這一段裡面，這是屬於解門。諸位要曉得，修行先要求解，然後才談得上修行。也就是先有一個正確的知見，這個正確知見是將來修行的基始所依，就是它基礎開始所依據的，所以非常的重要。第二段講懺悔，懺悔就是斷煩惱，除掉修行一切的障礙。第三段是講立願，我們世間講立志。為什麼？願是領導修行的。所以願為行門的前導，導引你修行，使修行有方向、有目標，功不唐捐。這個「唐捐」在佛經裡頭常常用這兩個字，這兩個字是中國古時候一個術語，我在此地特別提出來，希望大家以後讀經，看到之後曉得這個意思。功不唐捐，要拿現在的話來說，就是功夫不白費；換句話說，他有成就，不至於浪費了。第四段講三皈淨戒，三皈淨戒這是真正開始修行，這是定慧的基礎，正式修行、正行的最初開始。第五段講自性一體三身佛，這個就是所證之果，也是《華嚴》裡面所講的入不思議解脫境界者是也。這是五節的大意。

這個大意我怕諸位一下還不能夠體會得過來，不曉得它連接的關聯，我在此地舉個比喻給諸位說明。這個比喻「傳香懺悔第五」大意，我把它比作航海，這五段就像這個樣子一樣。第一段講「自性法身」，就好比我們聽了哪個地方有寶藏，我們聞之寶所。第二段「無相懺悔」，就好比我們曉得哪個地方有寶了，我們要去採寶

藏去，我們航海坐船去，現在要把這個船隻檢查修理，我們來準備準備，來整理、來預備，就是這麼一個意思。第三段講自心發願，這個弘願就好比我們準備要去了，一切都準備好了，我們現在把羅盤、把方位定好，把航線再把它找到。第四段講「自性皈戒」，就好比是我們出發了，我們向目標前進。第五段講「自性一體三寶」，就好比到達寶所了。可見得這五段是五個層次，是講修因證果，它是一段一段緊接得非常的密切，這是大乘佛法，尤其是一乘佛法的修學，非常重要的一個程序、一個次第。我們真正想修行證果的人，一定要依照這個方法，依照這個程序，認真的去修學，我們在這一生當中決定會有了不起的成就。請看經文：

【時大師見廣韶泊四方士庶駢集山中聽法。】

這幾句話是敘說大師說法的因緣。『廣』是指廣州，在那個時候講的廣州，『韶』就是韶州。那個時候的廣州也就是現在的廣東省的省會廣州所在地，而韶州則是現在廣東北部指曲江，就是當時的韶州。以及『四方士庶』，「士」是指讀書人，「庶」是指一般的老百姓。這個「四方」是指各處所來參學的這些大眾，這裡面有出家眾、有在家眾。『駢集山中』，這個「山中」就是指曹溪寶林寺，當時大師駐錫弘法的道場，大家都到這兒來了，到山中來聽六祖大師說法。這個因緣非常的殊勝。

【於是陞座告眾曰。來。】

這個『來』這個字非常親切，「你們都來了」，非常之難得，也非常的歡喜，因緣成熟了。

【善知識。此事須從自性中起。】

『此事』就是修行成佛這一樁事情，或者我們講修行證果這一樁事情。這個事情，談到修行，一定要從自性當中起。

【於一切時。】

無論在什麼時候、無論在什麼場所，說了『時』，就包括了處所，不管在什麼處所。

【念念自淨其心。】

這個『念』是正念。既有真如本性，本性像《楞嚴經》所講的不失，從來也沒有失掉，自性是不動的、自性是清淨的、自性是盡虛空遍法界的，自性起作用就是正念。所以說是「念念」，這個就是講自性起作用，自性起作用還要保持它原來的樣子，那就是『自淨其心』，絕不為外面境界所染著。所以「念念自淨其心」。

【自修自行。見自己法身。見自心佛。自度自戒。始得不假。】

那就是真的，這才是真正的如法，這是真正的學佛，是一個真修之士，是如來真實弟子。如其不然的話，那就叫外道。為什麼？心外求法，那叫做外道。這幾句話是開示修行的總綱領。

【到此。】

你們大家很難得到曹溪這個地方來。

【既從遠來。一會於此。皆共有緣。】

如果過去沒有緣分，不會聚集在一會。既然我們能夠在一會了，我們過去都是很有緣的人，現在我將這個修行證果的方法傳授給大家。

【今可各各胡跪。】

這個『胡跪』，我們通常跪，中國人跪是兩個膝蓋都著地，這是我們中國的跪拜之禮。「胡」是外國，在那個時候我們稱外國人叫胡人。胡人的跪法是一個腳的跪，通常是左腳跪，右腳立在那個地方，是跪一隻腳，跪一隻腳這叫「胡跪」。為什麼跪一隻腳？這是起立方便。跪是表恭敬，恭敬當中有承事，老師吩咐我們做什麼事情，很快就能站起來了，就能夠替他辦事。兩個膝蓋都跪著，起

來的時候比較慢一點，緩慢一點，沒有一隻腳那樣快捷伶俐。所以這是禮節當中也是恭敬承事的意思。叫大家跪下，這表示恭敬。

【先為傳自性五分法身香。】

我先開始傳授大家自性五分的法身香。

【次授無相懺悔。眾胡跪。】

然後我再告訴大家，授與大家無相的懺悔法門。這個地方一共有五段，大師當然都說明了。可是記錄的人可能他是省略，只寫了兩項。下面這就是傳授五分法身香。大眾聽了大師這話，當然這個因緣太難得了，真正是不容易，所以都非常聽話，和尚叫大家跪下來，大家統統都跪下來了。於是六祖大師說了：

【師曰。一戒香。】

說到這個地方，五分法身都叫香，所以題目是傳香，我們先要把『香』這個字認識清楚。古人說佛在世的時候，教這些學生們要以智慧之火燒如是無價寶香。這個如是是指什麼？就是此地六祖大師要傳給我們的五分法身香，實際上是五種功德法。這個香是說的這個。這個五種功德法是無價的寶香。我們以智慧來修這五種功德法，就是燃香供養十方諸佛，意思在此地。今時一些眾生不解如來真實之義，唯將世間這些火，這個外火不是智慧之火，拿四大裡面的火，燒於世間沉香、檀香、熏陸這些香，希望福報，云何可得乎？這樣燒香怎麼可能得福報？佛法裡講修福報，是教你以智慧火修五種功德之香，這是希望諸位燒香要記住這個意思。

我們現在佛門燒香是表法的，一看到燒香就是提示到我們要以智慧修五種功德法。這五種功德法就是此地六祖大師給我們所說的，這個叫燒香。我們學佛的人早晚在佛菩薩形像面前燒香，這個香一點燃，就要想到此地六祖大師開示我們這個五點的意思。如果不能照這五點意思去修學，我們那個香就白燒了。第一個就是戒香，

戒香是什麼意思？

【即自心中無非。無惡。無嫉妒。無貪瞋。無劫害。名戒香。
】

我們常說的戒定真香，你想想看這個香，說是燒香、燒好香，好香是這個意思。在此地，我們把這個意思提要跟大家說明。修行要由戒起修，它的目的是要入定，所謂因戒得定，由戒起修，入定。而定的目的是要開智慧，入定則開慧，開了智慧這才得解脫。智慧解脫是根本智，而解脫知見則是後得智。這是六祖大師開示人真正修行的次第，我們要記住，應當要學習。這個「戒香」，實在講就是要斷一切惡、修一切善，是這麼一個意思。『無非』則是是，『無惡』則是善，換句話說，戒香是無非純善之心。怎樣才能夠達到無非純善？一定要斷貪瞋痴。『無嫉妒』就是無貪，『無貪瞋』著重在瞋恚上，不貪不瞋；『無劫害』，這個「劫」在戒律裡面是偷盜的意思，不盜、不劫奪別人的財物，「害」則是殺生。這幾個字就是把佛法的根本戒律都說到了。這個根本戒一共有四條，不殺生、不偷盜、不淫、不妄語，五戒裡頭又加了一個遮戒叫不飲酒。此地雖然沒有這些字樣，它的意義、精神全都包括了，這個叫戒香，我們心地得到真正清淨，斷惡修善，這個是戒香。剛才講了，由戒我們就要入定，所以第二個講：

【二定香。】

『定香』是什麼？

【即睹諸善惡境相。自心不亂。名定香。】

這裡我們特別要記住，我們的自性清淨心本來就是不亂的。如果你要是在外面一切善惡好醜境界，你這個心被它所動了，被它所動就是妄心，你心就亂了。你要想心常住在清淨不亂的境界裡，像《起信論》所講的，我們了知一切法性是清淨不動，我們才真正懂

得修學禪定波羅蜜。由此可知，凡是講到修行，一定先要通達一切理事的真實相，也就是說必定是先解後行。好比走路一樣，先要認識路，然後才能夠談得上走路，才不至於迷失了方向，迷失了路徑。這個就是心在境界裡如如不動，不為境界所轉，這就是「定香」。雖然在境界如如不動，不為境界所轉，同時又要在境界裡頭了了分明，這底下講「慧香」。

【慧香。自心無礙。常以智慧觀照自性。】

就是外面境界是了了分明的。

【不造諸惡。雖修眾善。心不執著。】

諸惡莫作，眾善奉行。我們修一切的善事，心裡頭不執著我做了多少好事，我做了多少功德，沒有這個念頭，善事天天做，不執著修善的相。底下幾句就舉一個例子來說，我們天天要做的。

【敬上。】

我們的父母、我們的師長、我們的長上，我們要以孝敬之心，這個是修善。

【念下。】

『下』是說在我們手下的人，在從前家裡面有奴婢，奴婢是下人。像現在如果你是一個機關首長，你底下有幹部，這些幹部是你的部下。你要是一個公司行號的老板，你底下有夥計，這些夥計是你的部下，你要常常關懷他們，要常常照顧他們，這就是「念下」。在社會裡面更應當發大慈悲心：

【矜恤孤貧。名慧香。】

對於孤苦伶仃的，或是老人、或是小孩，我們都要發心去照顧他們，要以愛心去幫助他們、去援助他們，替他們解決苦難。行這些善行，而不著一切行善之相，這就叫『慧香』。

【四解脫香。】

『解脫』是從定慧當中所生的。

【即自心無所攀緣。】

天天斷惡修善而不攀緣。

【不思善。不思惡。自在無礙。名解脫香。】

如果我們斷惡修善而著了斷惡修善的相，你就得不到自在了。換句話說，雖有定慧，沒有解脫，你的定慧是有障礙的，你的定慧不圓滿、你的定慧不清淨。定慧的功德是要達到自在，自在剛才講了，這就是成就你的根本智。所以佛法裡頭非常重視根本智。根本智從哪裡來的？根本智是從戒定慧解脫而來的。

【五解脫知見香。】

『解脫知見』是講後得智。

【自心既無所攀緣善惡。】

這個時候你得定慧自在了。可是祖師在此地告訴我們，這個時候特別要緊的：

【不可沈空守寂。】

不能夠守在這個境界裡面，這個境界是很清淨。如果你要是死守在境界裡，那就變成小乘，所謂是墮在無為坑裡面了，那就大錯特錯了。這個時候應該如何？實在講我們在講席當中說過很多，根本智得到之後，就要像善財童子一樣出去參學。你看看善財童子，在文殊菩薩的座下成就了根本智以後，就開始五十三參，五十三參他的目的就是博學多聞。此地六祖大師也是這樣告訴我們。

【即須廣學多聞。】

這就出去參學。出去參學是要在境界裡頭歷事鍊心。參學的目標，這個地方跟我們講得很清楚，目標是為了：

【識自本心。達諸佛理。和光接物。無我無人。直至菩提。真性不易。名解脫知見香。】

祖師這幾句話把《四十華嚴》，這四十卷的《華嚴經》就是「普賢菩薩行願品」，這一品四十卷經文完全說盡了。換句話說，這四十卷《華嚴經》就是這幾句話的註腳，這幾句話就是四十卷《華嚴經》的總綱領。四十卷經的義趣真正是在此地，幾句話統統說盡了，這叫真正的學問。所以參學是為了明心見性，見性成佛。參學的時候是與一切境界相接觸，與一切人物相接觸，應當要和光同塵。在這裡面修真正的平等心，修真正的『無我無人』，也就是《金剛經》裡面教給我們要破四相，無我相、無人相、無眾生相、無壽者相。在哪裡修？要在這個境界裡修，一直到成佛，我們的真心從來沒有一絲毫的改變，這叫解脫知見香。最後祖師勸勉我們：

【善知識。此香各自內薰。莫向外覓。】

修行是講內功，不能向外求，不能向外攀緣。為什麼？外面根本沒有。所以佛學稱之為內學。如果心要向外去攀緣，那就叫外道了，那就不叫做學佛了。這個五段，這是第一段。第一段其目的是教我們開悟，悟自家有五分法身。就好比航海一樣，我們先聽到了寶所。

今天時間到了，我們就講第一段，下一次我們從無相懺悔講起。