

◎定慧一體第三

以下八章經是六祖一生所說的法要，可以說句句話都非常重要，這是由門人分類編輯而成的，與前面兩章性質稍有不同。

【師示眾云：善知識！我此法門，以定慧為本。大眾勿迷，言定慧別。定慧一體，不是二。定是慧體，慧是定用；即慧之時定在慧，即定之時慧在定。若識此義，即是定慧等學。諸學道人，莫言先定發慧、先慧發定各別，作此見者，法有二相。口說善語，心中不善；空有定慧，定慧不等。若心口俱善，內外一種，定慧即等。自悟修行，不在於諍；若諍先後，即同迷人。不斷勝負，卻增我法，不離四相。善知識！一行三昧者，於一切處行住坐臥常行一直心是也。如淨名經云：直心是道場，直心是淨土。莫心行諂曲，口但說直，口說一行三昧，不行直心；但行直心，於一切法勿有執著。迷人著法相，執一行三昧，直言坐不動妄不起心即是一行三昧。作此解者，即同無情，卻是障道因緣。善知識！道須通流，何以卻滯？心不住法，道即通流；心若住法，名為自縛。若言坐不動是，只如舍利弗宴坐林中，卻被維摩詰訶。善知識！又有人教坐，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。善知識，定慧猶如何等？猶如燈光。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。善知識！本來正教無有頓漸，人性自有利鈍。迷人漸契，悟人頓修；自識本心，自見本性，即無差別；所以立頓漸之假名。善知識！我此法門，從上以來，先立無念為宗，無相為體，無住為本。無相者，於相而離相；無念者，於念而無念；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；於諸法上，念念不住，即無縛也。此是以無住為本。善知識！外離一切相，名為無相。能離於相，即法體清淨，此是以無相為體。善知識！於諸境上，心不染，曰無念。於自念上，常離諸境，不於境上生心。若只百物不思，念盡除卻，一念絕即死，別處受生，是為大錯。學道者思之。若不識法意，自錯猶可，更誤他人；自迷不見，又謗佛經。所以立無念為宗。善知識！云何立無念為宗？只緣口說見性迷人，於境上有念，念上便起邪見，一切塵勞妄想從此而生。自性本無一法可得，若有所得，妄說禍福，即是塵勞邪見。故此法門立無念為宗。善知識！無者，無何事？念者，念何物？無者，無二相，無諸塵勞之心；念者，念真如本性。真如即是念之體，念即是真如之用。真如自性起念，非眼耳鼻舌能念。真如有性，所以起念；真如若無，眼耳鼻舌當時即壞。善知識！真如自性起念，六根雖有見聞覺知，不染萬境，而真性常自在。故云：能善分別諸法相，於第一義而不動。】

「定慧一體」這一章，我們分成五個段落來介紹。第一段：解釋「定慧一體」。禪定是體，智慧是用。何謂「禪定」？大師在這章經中為我們說得很明白，「涉境不執著」，境就是境界，我們六根涉入六塵境界，不分別、不執著，這就是定，所謂寂而常照。可見，禪定是有作用的，它不是一個死定，它的作用就叫智慧。智慧，重要的是心境俱空，照而常寂。體用不二，就叫做一體。

第二段：是講這一章經的宗旨，六祖說「我此法門以定慧為本」。「我此法門」這一句，就是指達摩祖師到中國來相傳的這個法門，所謂禪宗的頓教。這一個法門，也就是祖祖相傳者，它是以定慧為根本；定是慧之體，慧是定之用。定慧既然是一體，我們在修

學時，當然就要注重定慧等學，這是非常重要的。既不能偏重在定，也不可偏重在慧；禪家講，偏重在定，免不了枯寂；偏重在慧，往往落入顛狂，所謂是狂慧。到定慧平等，這才是真正的禪定，才能由定開慧。寂照一如、寂照平等、寂照不二，這才是禪宗頓教所講求的。六祖說：「心口俱善，內外一種，這就是定慧平等」。這一句是教導我們如何學定慧等學；換句話說，定慧等學的最初方便是心口俱善。內心和我們的外表要一致，不能口裡說的是一樁，心裡想的是另一樁，那就不是禪定。心裡想的、口裡說的、身體所行的，完全是一樣，這就叫定慧等學。這樁事情是要我們自己去悟，自己去修，如果有爭執，就是迷惑顛倒。稍有一點爭執的心，這就是勝負的煩惱沒有斷，必然增長四相的執著，即我相、人相、眾生相、壽者相的執著。宗旨大意是如此。

第三段：是講一行三昧。「一行三昧」是定慧一體的修行要領，在中國南傳禪宗裡非常重要，特別重視「一行」。行就是修行，修什麼？修一，就是心、口、身行要一，這就叫三昧。六祖說：「於一切處所，行住坐臥常行一直心者，就叫做一行三昧。」六祖引經來證明他所說是有根據的，《淨名經》云：「直心是道場，直心是淨土。」這是修行最重要的一個綱領，若不能把握這個綱領，我們的修學是很難成就的。尤其對於「一行」，必須要有正確、清晰的了解，而後才有下手之處。

一般所犯的過失，所犯的錯誤，大師告訴我們，是迷著法相。對於法相認識不清楚，同時又執著，誤會了，以為是只要坐在那裡不動，盤腿面壁，心中不起念頭，這就叫做一行三昧。這是將一行三昧錯解了，這種見解，實在說等於無情的眾生。一塊石頭，它擺在那個地方幾百年、幾千年，它在那裡不動，它也不打妄想；換句話說，這塊石頭就入了禪定？我們要想學佛、修禪定，修到最後就

變成一塊石頭？所以，這種觀念是錯誤的，是誤解一行三昧，這是障道的因緣。還有一種，譬如神秀大師他們所傳的，靜坐看心、觀靜，認為心要是不動不起，這就是禪定。這種觀念、這種修行法，在佛教裡相當普遍。六祖告訴我們，若我們對於這個方法執迷，到最後不但不能成就禪定，還免不了著魔。這樣輾轉的相教，當然是錯誤的；這個錯誤就大了，不但是自己不能成就，而且誤了一些好心學佛之人，豈不是非常可惜！

如何正確修行「一行三昧」？六祖說：「但行直心。」直心就是誠心。無論在什麼場所，無論在什麼境界，總要保持著心地的真誠，同時要空寂，不著一法，心境俱空。道應當要流通，佛祖為我們說「應用無礙」，如《華嚴經》所顯示，不但理事無礙，而且事事無礙，這是正確的。六祖又告訴我們：「定慧名是有二，體是一個。」一個就不能住，就不能執著。心如果住法，無論什麼法，只要你有執著，只要你心有所住，這就是自己纏縛了自己。《金剛經》云：「應無所住，而生其心」、「應生無所住心」，這都是世尊教誡菩薩的名言。迷人漸漸能契入這個修行方法；覺悟的人，他就頓修，速度就來得快。只要識心達本，知道一切法原無差別，所謂聖凡平等、性相不二。

第四段：禪宗自從世尊傳於迦葉後，祖祖相傳本來的正教，我們一定要記住、要理解、要依教修行。六祖提出三條大綱：「無念為宗，無相為體，無住為本。」這是大乘佛法三大綱領。能把握綱領，依照這個綱領去修學，決定不會錯誤。不但參禪如此，縱然是研教、念佛、持戒、修密也不離這三大綱領。離開這三大綱領，就不是佛法。

第一綱領是「無念為宗」。何謂「無念為宗」？六祖說：「於念離念。」這句話不太好懂。我們通常講「離念」，離念一定是無

念，無念就沒有念了。「無念」沒有念，不是禪宗講的無念，禪宗講的是「念而無念」。可見，他是有念，有念而不執著，知道念的體相，這是離念。在相上講，他見聞覺知，六根照見六塵所起的作用，不染六塵境界，也不會因六塵境界而生起妄心。這個妄心，是唯識講的「心法」與「心所法」。說得再粗顯一點，就是不起心；八心王與五十一心所都不相應，這就是不在境界中生心。

「無」，是無任何的事情，心地清淨，一塵不染。凡夫心裡面總有事，事就是煩惱。如果一個人心裡面沒有事，諸位想想：心沒有事，身當然沒有事，境界也沒有事，所以才能得到一切清淨。還有一個意思是「無二相」，以清淨心觀察世出世間，無非清淨，正是佛在大經所講：「生滅滅已，寂滅現前。」寂滅現前時就是無二相，萬法平等一如，我們在《華嚴》、《法華》都體會到這樣的境界。這是佛與大菩薩的真實境界，必須要到無念才能證得。這個境界中，決定沒有塵勞煩惱的念頭生起。這是「無」的意思。「念」，是真如自性起念；換句話說，就是真如之用。這是說明「無念」是念而無念，無的是妄念，念的是真念，就是真如起念，真如之用。經上說：「能善分別諸法相，於第一義而不動。」這就是念而無念、無念而念。可見禪宗講「無念為宗」，並不是教你什麼都不想，什麼念頭都沒有。這是誤會！它是教我們無心意識的妄念，存自性真如的正念，無念為宗是如是講法。

第二綱領是「無相為體」。無相為體是說「於相離相」，這才是無相。「相」，是阿賴耶的本質相，在我們眼前，為我們六根所緣的本質境界。離什麼相？離妄相。這個道理在唯識說得非常透徹。在一切相不起妄想、分別，也不起妄念，這就叫「於相離相」。能做到於相離相，法體就清淨，這個時候清淨法身現前，正是所謂心清淨則身清淨，身清淨則境界清淨，境界清淨則國土清淨，所謂

「心淨則土淨」。這對於修淨土的同修來說尤其重要，若修淨土決定要取得理一心不亂，不懂得這個道理是無法起修。

第三綱領是「無住為本」。無住，佛在《金剛經》特別強調；而六祖也是在「無住」大徹大悟。何謂「無住」？六祖說：「於諸法上，要學著念念不住。念念之中，不思前境。」這句話說得實在是太好了。我們凡夫妄念紛飛，想東想西，想前想後，這是錯誤的。「應無所住，而生其心」，與六祖說的「本來無一物」，都是講求「無住為本」。這三大綱領，是祖祖相傳本來正教。

第五段：是講修學違背了三個綱領，有什麼樣的過失。第一，違背無念為宗，這是起心動念的過失。六祖說：假如我們一切都不想，一切的念都除盡，實在講就是修無想定。無想定，果報在無想天，無想天是屬於外道天，不是真正的成就。六祖說：「一念絕即死，別處受生，是為大錯。」就是生到無想天，還是大錯。其次，這樣的人，他對於如來所說之法、祖師所說之法義，並不了解，也不認識；自己錯了，猶算罷了，還要勸別人，教導別人，又謗佛經，這個罪過就大了。造這種罪過，他自己還不曉得，這真正是非常的可憐！六祖說：在境界裡，如果有念，必定就起邪見、不正確的見解，一切妄念都會從此而生。這是起念的毛病、過失。第二，講著相的過失。「諸法實相」是說一切法無相，如果我們在一切法分別執著，這就是取相。無相當中若是取相，還要執著相，這當然是大錯，與法性、實相相違背了。第三，講有住的過失。這是不了解諸法空相，所以他的心時常住在境緣上，於是起惑造業，輪迴不已。這是凡夫住相所造成的結果，就是生死輪迴。修行人前念、今念、後念相續不斷，依舊是被業報纏縛，他不能見性，不能證得一心。可見，修行人心要是有住，也是錯了。