南師：《菩提道次第廣論》與《永嘉大師禪宗集》相互的關係如何?何以本學期我們將此兩種課程安排在一起研究?

常證師：《永嘉禪宗集》依我研讀結果,後半段所說以「明心見性」爲主,即是般若的覺照;換句話說,必須先見性後才能起修，方爲踏實。

南師：這是你的意見，我不加可否。另有其他見解嗎？

文顥儒（加拿大留華學生）：《永嘉大師禪宗集》乃約理而言;《菩提道次第廣論》,則約功夫而說。

南師：以你身爲一個外國人,旅居臺灣,透過艱難的文字障礙,竟有此等見解,相當難得。

從智法師：此二者,同中有異,異中有同。《菩提道次廣論》,其中說明上、中、下三士道修持的方法,《永嘉禪宗集》也講聲聞、緣覺、菩薩三乘行持，此爲相同部分。

不同之處，前者依據《瑜伽師地論》與《菩提道炬論》寫成,比較詳細詮釋止觀次第之修法;後者永嘉大師曾學天台,將個人修證體悟,直透體悟的無上門法,處處顯露本地風光。

南師：宗喀巴大師及阿底峽尊者，從歷代傳承和行誼中可見一斑，亦是真實修持而成就的，他們著書，並非只是將各種經論的文字兜攏在一塊而已。並且，你所謂的「本地風光」又是什麼？

從智法師：《禪宗集》是指人心，見性成佛。

南師：沒這回事，《菩提道次第廣論》和《禪宗集》，二者莫不如此，然其中亦有極大不同處。在這關鍵地方應仔細參詳。你的看法犯了「見取見」，偏愛自己中國內地的禪宗佛法，大家對此要仔細研究，不可含糊。

法程師：此二書相同點在於提示了一定的步驟和程序，引導我們進入各種不同層次的佛法領域。談到佛法，必然有三乘道的修學次第，此不在話下。

但是《永嘉大師禪宗集》，是將他所學的教理融會貫通以後，以其優美的文學修養，大綱提要式的表現佛法和自己體證的境界，如從智法師剛纔所言，處處展露本地風光的面貌。至於《菩提道次第廣論》，文章作法採引經據典方式，對於比較微細的漸修過程，描述深刻，《禪宗集》並不如此。

南師：都差不多了，慢慢你們都會略有所見，但最終結論還得參究一下，我暫不作答。若是將來對學術界宏揚佛法，或到國外，在西方文化體系下講佛學，依《菩提道次第廣論》的路子最適合，因爲學術界和西方文化講究邏輯，而本書就是依因明理路而架結構，有憑有據，穩當紮實。《永嘉禪宗集》偏向東方文化簡潔的習慣，散發文學氣質，但亦隱約具有嚴謹的邏輯觀念。現在我們這一代，已經喪失固有民族文化的基礎和修養，簡練性的文學境界都不易體會，問題太嚴重了！

再說，本學期前暑假禪修，我已把紅教、白教、花教的大手印、大圓滿等等法門，都大略說了一下，現在又配上黃教《菩提道次第廣論》的密法，大概過攏一下，給各位嚐嚐。究竟現在你們依何法而修？有無仔細研究，再善加利用？

常證師：關於老師所示密法，個人只運用了九節佛風和體功，因這二者對靜坐助益甚大。至於其他法門，尚未深涉。

南師：九節佛風，你們也沒有學好，從沒有一個學到最標準的，而且學理不明。更沒人來作給我看，問我對不對。又密法必須配合教理融會貫通，並檢點自己日常言行舉止，心念動態，方能得益。此次寒假禪修，希望你們依此原則用功。

你們修白骨觀，有沒有參究《觀佛三昧海經》？

佛法不論顯教、密教，都是活活潑潑的，別以刻板眼光看它，懂得活用，修行才易上路，這就的靠智慧了。比如，一毫端要你現出一個佛世界，智慧不夠，想死了也沒用；密宗行者剎那間要觀成本尊，如果本尊千手千眼，你又如何起觀？儘管廟子中千手千眼塑像，看了千百次也無濟於事，這又原因何在？

《觀佛三昧海經》所提到的觀法，不只是一個影像，而需清清楚楚，仔仔細細，它與白骨觀、不淨觀關連密切，且顯密互通，這一點你們要特別注意。

常證師：請問老師，依照「禪密要法」的指示，要我們諦觀此想（白骨），即使明顯，然後易觀，那麼多種的觀法，似乎很容易引起散亂？

南師：這種易觀的情形，是在必要之時，另外改變一種修持方法，但這必須已達於「止」的境界纔行。比如，你初步觀腳趾頭，是否能夠依此而行？如不，你變個什麼？無非是掉舉、散亂罷了。縱使此修止修定之時，你思維正法，或者一字不漏背完六百卷《大般若經》，都還在散亂中，這乃由於修止和修觀，立場不同之故。

何況經中所說，諦觀此想即使明顯，然後易觀。此時觀既明顯，正是得止之時，亦即止觀同時呈現，工夫純熟，當然可以易觀無礙。但是你是否作到了關相的止「 明顯」呈現呢？

常證師：我自己身體、精神好一點時，較能得止，有時身心狀況差些，就沒辦法。這是否同生理有關係？

南師：是啊！生理、心理都有關係。然而你現在的情況，不能算得真正得止，只是我常用的比喻說的，「瞎貓碰到死老鼠」而已。並非你一作意，想要得止入定，便能如願。你目前還做不到。而是有時身體狀況頗佳，恰好遇上心理適時放鬆，念心偶然一空，便得到少分清靜，主要還是生理四大的色法，影響了你的心法，二者交互配合，暫時進入得止的初相，莫作勝解，便算進境。

常證師：依個人經驗，何以在動中，一邊講話，一邊留住影像，反而容易；但是正式打坐時，卻不易做到。

南師：你問的好。你們在座全體都是這種狀況，在家再想一想，何以叫你們把《永嘉禪宗集》和《菩提道次第廣論》合併研究呢？換句話說，禪與密之理一以貫通，用功自然上路，別說一個月，七天下來就不得了。

剛纔這個問題，我還是暫不作答，但其實已隱隱約約指出了方向，你們每個人自己去參究參究看。

老實說，你們的慧學訓練不夠，遇到問題不會自己解決。你們在此處學，多年來，僅管講的多是定學，但是慧學也涵蓋在裏面了，只是有些人粗心大意而已。

常證師：關於上述「止」的問題，是不是念力不夠，所以靜中觀不起來。

南師：不然！你念力加重，反而不能得止，連模糊的影像也難。

宏忍師：此是否同於永嘉大師所說「恰恰用心時，恰恰無心用，無心恰恰用，常用恰恰無」的道理？

南師：永嘉大師所講的是大般若，範圍廣，層次高，你做到了就定慧圓融，大徹大悟。而剛剛提到的問題，還只是一般功夫層面上說，當然也可以包括在此四句之內。

宏忍師：可是永嘉大師這句話，看似歸類在止的部分。

南師：對呀！這就是大般若的大大可貴之處。般若並非沒有定，談般若而不談定，因爲大定早已在其中矣！這正是學佛是基本問題，假如弄透徹了，許你隨時都在定慧圓融之中。

常證師：我一直認爲念力不夠，所以一直想培養念力，時時用心去想那個影像，但依然不得力，只是較清明些而已。

南師：那你放輕鬆一點，清不清明？

常證師：清明。

南師：既然清明，何以更加造作欲使它更清明，以致自生煩惱，反而不明呢？你會木工，會刷漆，你看這淺黃色的門簾好不好看？

常證師：好看。

南師：好看的話，再塗上一層如何？

常證師：不好。

南師：那就對了。

常證師：那麼，這就是舍的境界羅！等於不加作意，抱着若存若亡的態度，假如妄想很強，或者情緒不好，觀想那個所緣的影像比較困難，便可比較用力去作意，繫心一緣；如果情緒好，妄起少，則不作意，不管他，自然有個影像便好了。

南師：這樣說快要引起我的興趣了（一笑），一有興趣，我就會將有關的問題說個明白。但現在還只有一點點興趣而已，再參參看！只要有一個半個，走上真正修行之路，也許會使我的興致更高一點；試試看，你說的話很有意思，但很有意思，並不是就對了。

常證師：我摸索白骨已經很久，但一直不得其法而入，現在卻發現修止與般若，不知要如何配合？

南師：好啊！好啊！你又快要引起我的興趣了（一笑）！

常證師：在修止的過程中，我希望配上般若門法的應用，那就很容易可以達到所追求的目標。

南師：當然當然！這個地方就要參，這便是話頭。你現在觀的是腳趾，還是整具影像？

常證師：整具影像。

南師：有沒有現前？

常證師：有。

南師：觀回上自身來了嗎？

常證師：沒有。

南師：沒有觀回自身，就應趕快回觀。

常證師：我嘗試過，但很困難。

南師：結果呢？

常證師：有一點。

南師：那就差不多了，但是差不多，並不說你成功了。

常證師：能觀回自身，身心很寧靜。

南師：不錯！這對身心很有益處。

常證師：以前我是觀腳趾頭，但觀時，身體很容易空掉。

南師：空掉有什麼不好？！

常證師：好是很好，但所觀影像因而不見，因此不再續觀。

南師：你這個傻孩子，白骨既然空掉，爲什麼還要白骨呢？《禪密要法》不是告訴你，白骨化光，最後連光也要空掉嗎？

常證師：但我空掉的那種境界，有產生掉舉的現象。

南師：你知是掉舉，將掉舉的現象拿掉就可；不過白骨觀回自身應注意營養，要喫得飽、喫得好，甚至進點補藥，或服多種維他命。

常證師：我觀中宮的部位不行，還是觀外在影像容易。

南師：怎麼不行？是胃口增大，或是慾念增強呢？

常證師：這個部位的影像很難顯現，大概是我觀的太用力，一用力便不舒服。後來我放鬆它，但影像依舊把握不住，常常會有掉舉現象，因此我便把它觀在外面。

南師：不行！如此反而不好。如果要觀外在影像，必須做到《禪密要法》所說的「滿中骨人，行行相向，各舉右手，向於行者」，到了此等地步，自身白骨已經觀成，才觀外在這麼多的白骨形像，對我這白骨人禮拜。如果本身尚未觀成白骨，那是不可以的。所以應先轉回來觀自己，但不能太着力。

常證師：對於止與般若，該如何配合，實在不懂。

南師：對了！這就對了！我今天要你們問的就是這些問題；此二者你真配合好了，這才真叫「常證」，隨時都在大止大觀的境界中。

常證師：自從觀在外面後，睡眠時間較短，卻不是一種好現象。因爲我若十二點睡，三點便會醒來，但下意識感覺打坐不行，只能行香，可是這麼一來，隔天人便垮了，沒有精神。因此我往往不起來，就跪着睡，但跪着睡，也是作夢。

南師：外面觀久了，神識容易分離，一定得回到自己身上。更何況《禪密要法》並未教你們觀外面影像，這是我的方便法門，讓你們容易觀起，然後回觀自身。誰知道你們只記住前面一句話，忘了後面一句，糊塗。

常證師：白骨觀與不淨觀，並不好配合，我曾試着去做，但做不好。

南師：這就需般若智慧了，你全身都已成爲白骨了，不淨之物早被鬼喫掉了，還要不淨個什麼？！

常證師：當我修白骨時，精神很旺，男女間的慾念很強，所以纔想回想不淨觀。

南師：一點都沒錯，那慾念是很強。此時不淨觀也很難有用，因爲慾念強至極點時，連不淨也可愛。

從前大陸有個和尚，我跟他很熟，所以他曾私下對我講：「縱然白骨也風流」。我當時還反問他：「有這麼差勁的事啊？」他說：「事非經過不知難」，我笑笑拍着他的背，這是真的。

但是這個時候，正好讓它慾念來，你不記得火首金剛嗎？你將此慾火變爲真火，燒空了，那便大大不同了，試過嗎？

常證師：試過，但沒有用，慾念太強了，燒不掉。自從聽過密法後，知道快「一陽復來時」，便以「火光三昧」法，想將它付之一炬，但沒做好。

南師：你再試試看，這個一定要化空。同時你要注意，必須起來運動。這時候太極拳都來不及，最好是少林拳，一套打下來。精力化掉，那最後你白骨觀修成了，將來留下的是金鎖骨，整具黃金色，而且堅固的連在一起，不會拆散。《觀佛三昧海經》,便有提到金鎖如來.然而修到金鎖骨,尚是基本而已,還未到家。

以上所討論的都是切實切身的修行問題。慾念真發動起來，那力量不得了，控制都控制不了。比如，某地有個女修行人，在某山上閉關，閉的還是「死關」。她對某人說，自己閉關中的過程，某人轉而告訴我，她在關中只是唸佛，教理都不懂，修到某個階段起了慾念，當時她想，只要進來一隻貓、一隻狗，都是好對象，情況非常嚴重。所以她幾次打破門下山，三次跑到半路，又走回去。你道這是道行嗎？不是的！那是因爲從山上跑下來，精力無形中轉化了。所以我叫你們打拳是有道理的。

然而她一回到山上，靜下來又不行了，因此又再跑下山，如此反反覆覆。後來她勸另一個女性，別輕易修行，實在好難哦！現在她認爲自己已經破了這一關，某人問我，真的過關了嗎？我說那還不算數。還有你剛纔說的，化光以後那個是不是真空？那還值得參究一下。就算真化了光，有時想空還空不了。所以說「幾人到此誤平生」，因爲到這裏很容易犯戒，實在沒辦法，這就叫做「根本無明業力」，其發動的力量大得很。

常證師：這一個月以來，不知是修白骨觀到某個階段，還是其它原因，慾念反而減輕，甚至故意提它，都提不起來。

南師：有的，會有這中境界，甚至如《楞嚴經》所說「於橫陳時，味同嚼臘」，男女兩性擺在那裏，硬是沒有什麼滋味，像咀嚼臘油樣的乾澀。

不過，這種現象不是究竟法，你現在尚未得到喜樂，還在枯槁階段。最近看你臉色更青，同《西遊記》上沙悟淨（沙僧）的青臉寡神差不多，而且更瘦，所以還差一段路。

常證師：最近好幾次，好象被電電到似的。

南師：這是氣機有點發動。你問的問題都很好，以後參學都該這樣，必須實際功夫配合教理，纔會確實。

我知道你很用功，但不要「說你腳短，你就翹起來，說你腰細，你就扭起來」。這是一句鄉下俚語，叫人不要驕傲忘形，但用不着謙虛，用功就是用功，實實在在的便對了。

以上討論的都是實際功夫，若是教理通了，一切修法也會懂，然後二者相輔相成，修行很快可以上路。不是走了這條路，便到不了那條路，法法皆可互通。比如，小乘止觀、大乘止觀、般若等等，或密或顯，都互相關連，彼此爲用。有了般若慧力，八萬四千法門自然融會，學佛自然成就，這就是我爲何一直要你們注重教理的原因。（節自《十方》雜誌二卷六期「歲暮課考」）