

禅踪密迹

了然著

千秋浩浩，欲超出三界而断妄求真，拜山朝圣之辈，如大江东去之水，滔滔滚滚不休。林林总总众生，认幻为真，舍真逐幻。

殊不知三界唯心，亦名火宅，此心一收，顿时超出。莘莘学子，不明此理。

禅宗无上法门直指人心，见性成佛。



3946.f
201237

禅踪密迹

了然 著



广东省出版集团
花城出版社
中国·广州

图书在版编目 (C I P) 数据

禅踪密迹 / 了然著. -- 广州 : 花城出版社,
2012.7

ISBN 978-7-5360-6506-2

I. ①禅… II. ①了… III. ①禅宗—通俗读物 IV.
①B946.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第160325号

出 版 人: 詹秀敏
责任编辑: 苏灿明
技术编辑: 易 平
装帧设计: 张 波
内文插图: 灵云出岫

出版发行	花城出版社 (广州市环市东路水荫路 11 号)
经 销	全国新华书店
印 刷	广东恒发彩印有限公司 (广州市白云区永平街东平村老屋经济合作社高田坑工业区 1 号)
开 本	880 毫米×1230 毫米 32 开
印 张	9.5 1 插页
字 数	193,000 字
版 次	2012 年 7 月第 1 版 2012 年 7 月第 1 次印刷
定 价	32.00 元

如发现印装质量问题, 请直接与印刷厂联系调换。

购书热线: 020-37604658 37602954

欢迎登陆花城出版社网站: <http://www.fcph.com.cn>

本书简介

《禅踪密迹》这本书，是以六祖慧能破柴踏碓，腰石舂米的秘密为开头，接续出释迦牟尼佛从降生到成佛的七步修炼过程以及法门，其中通过禅宗七祖的修行过程，论述每一个人在每一步修行中所处的位置、时间、空间。

鉴于这本书的所论述的纯粹是金刚乘果地的功夫，前期的垃圾工作并没有提及。虽然果地上的事如六祖所言：“菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃”。但如果你看过《六祖坛经》就会发现，《坛经》中说的、教导的全是神秀大师的“身是菩提树，心如明镜台，时时勤拂拭，勿使惹尘埃”。所以在此建议大家看这本书的同时，不要忘了看《六祖坛经》。这本书中，提到顿悟与渐修，六祖慧能和神秀大师二人都出自五祖弘仁大师门下，却分出了南北两宗，南宗慧能大师的顿悟法门，北宗神秀大师的渐修法门。而本书中提及的渐修是佛陀的大乘菩萨密法之渐修，神秀大师提出的却是显教的人天乘之人心渐修。

佛陀这段密法渐修，其根基来源于累世修行，前期已经修到九地善慧菩萨的位子，所以才会直接步入金刚乘

（果乘）的修行。这本书中没有提及佛陀往昔的修行，我们的根基不足，所以就需要从自心忏悔开始，消除自己的种种妄心，方能进入金刚乘佛乘的修行。

C 目录

Contents

前序：教外别传 / 1

第一章 坛经密踪 / 6

五祖让慧能到后院看槽厂的目的//破柴踏碓的代表的功法//腰石舂米在提示什么功夫//五祖为什么要半夜三更传法，传的是什
么//既然本来无一物，为什么还要有情来下种//逢怀则止遇会则藏
的真正意思是什么//慧能传给惠明什么法

第二章 正法眼藏与七星北斗 / 26

如何北斗里藏身//吕祖所传的正法眼藏//七佛就是七星北斗

第三章 净饭王——纯净的稻米 / 31

释迦族与太极生两仪，两仪生四相//迦毗罗卫国是个武修场所

第四章 佛剃头与安般法 / 35

摩訶陀国是什么意思，在身体上指的什么地方//优波离童子给
佛剃发在说什么//安般法门需要注意的是什么

第五章 一生补处与六牙白象是什么意思 / 41

达摩祖师为什么来中国//释迦牟尼佛降生前的修行//等觉菩萨
与佛的距离

第六章 佛陀降生地是个诀窍吗 / 47

如何点燃心灯//大道不废夫妻//迦毗罗卫国是四象五行八卦坛//摩耶夫人代表什么意思

第七章 什么是毗卢遮那佛与卢舍那佛 / 55

毗卢遮那佛与卢舍那佛所代表的场态//佛陀与老子为什么都从母亲的右肋生出//佛陀出生后走的七步在说什么

第八章 大道之窍迦毗罗卫国 / 64

太子出生本身是太极周边行八卦//十住位到灌顶的过程//《慧命经》中提到的问题//迦毗罗卫国在我们身上吗

第九章 神秘的回归区 / 79

我们的身体就是地球宇宙//北纬三十度与身体的对应//能收万物的金刚圈

第十章 往北接渡才是正门 / 85

太子出行出家总是乘马//马是什么意思，怎样驾驭

第十一章 优楼频陀村是什么意思 / 93

优楼频陀村在哪里//泥连河是什么//迦叶代表了什么//苦行达到的功夫

第十二章 牧羊女与魔王波旬 / 107

子时一羊生，耶稣复活//对斗见明星，这里是北斗藏身处//波旬是一种情欲波，汛期泛滥

第十三章 密勒日巴打柴与瘸腿羊的故事在说什么 / 120

俄巴供养上师的羊是什么//密勒日巴打柴是什么意思//一段风流情

第十四章 什么是坐腊安居 结夏安居的过程如何 / 126

什么是盂兰盆会//什么是僧团和合

第十五章 佛涅槃究竟是怎么一回事 / 130

佛涅槃的双林树是什么//奎师那与佛是什么关系//佛是吃栴檀树菌茸（猪肉）食物中毒而死吗//玛哈嘎拉与观世音的关系//黑马与红马相得益彰

第十六章 火供的秘密 弥勒法藏是什么 / 142

鸡足山到底在哪里//粪扫衣是什么//迦叶和弥勒是什么关系//火供有几种，都是怎么回事//火供有火候吗

第十七章 迦叶佛与燃灯佛的关系 / 160

迦叶太穷须菩提投机倒把//迦叶和须菩提必须结合修行

第十八章 二祖阿难的功夫是什么 / 164

阿难的难出在哪里//阿难的根基与法缘是什么//阿难如何断淫

第十九章 三祖商那和修与末田地迦代表什么法门 / 170

商那和修与商务搬运流通//末田地迦是火入水中//阿难付法水中入灭

第二十章 四祖优波鞠多代表什么境界 / 179

有大势力的少年//具足圆满需要善护

第二十一章 五祖提多迦与羯磨部 / 185

羯磨与羊刃//过犹不及即有愧

第二十二章 六祖弥遮迦与阿私陀仙人的法 / 192

什么是中印土//这样修炼就会绝子绝孙绝嗣//修行还需有情之子

第二十三章 七祖婆须蜜就是大三千 / 196

北天竺国在哪里//这里是大道根源

第二十四章 佛陀出生时走的七步传承 / 202

禅宗七祖就是成佛的七步//统一六国全靠七仔

第二十五章 诸佛妙理非关文字 / 212

第八祖佛陀难提尊者//黄疸病不吐不快

第二十六章 年月日時輪 金剛與破瓦 / 216

契达瓦与金刚密迹//如何过年（念）//时轮到底是怎么回事

第二十七章 外道七步的危害 / 221

春乾摩比丘尼的遭遇//做功夫的三种渗漏

第二十八章 鹿苑在哪里 / 227

牛羊鹿三车的秘密//五行法运时期是怎么回事

第二十九章 佛陀三日头痛的真正意思 / 233

修行人头痛的真正原因

第三十章 菩提树究竟是怎么回事 / 237

怎样才是正法眼藏//菩提树究竟在哪里，如何坐在树下//真的有龙宫吗

第三十一章 我子天然丹霞烧佛 / 244

我子天然//丹霞的功夫是怎样做的

第三十二章 船子和尚与夹山对话中隐藏的密意 / 248

夹山大德悟了什么//藏身处没踪迹，没踪迹处莫藏身是什么意思//深山里，馒头边，寻觅什么接续，勿令断绝什么

第三十三章 什么是曼扎 / 256

怎样供养曼扎//如何打开曼陀罗//玛尼石是木鱼石吗，有什么灵性

第三十四章 如何做身口意的供养 / 262

上师的性质是什么//供养的意义何在

第三十五章 降三世耶会与耶稣是什么意思 / 267

供养酥油到底是怎么回事//燃身供佛的真实意

第三十六章 耶稣传法与佛陀传法 / 271

耶稣让以色列人杀羔羊过逾越节的真意//宾头颅尊者的意思//如何是吃饼

第三十七章 禅净密是一体 / 279

第三十八章 圆融篇 / 282

附录一

佛经的翻译 / 285

附录二

本书中关键地点解释 / 287

送给读者的话 / 290

前序

教外别传

世尊在灵山会上拈花示众，众皆默然，唯迦叶破颜微笑。世尊云：“吾有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，不立文字，教外别传，付嘱摩诃迦叶。”疑曰：既有教外别传，别传者传何法？学人又能得何法？

或许说，不施設文字，不安立言句，直传佛祖心印，称为教外别传。那么正法眼藏又藏个什么？明明说无法，这里却出来一个正法眼藏，藏在哪里？此则公案从古至今，当真迷煞无数参求，疑煞天下几多聪明之人。

若说教外有别传，教有内外，分明已经是对立宛然，不算是圆融，也就谈不上不二法门了。若说是教无内外，怎奈他又出来个教外别传。说祖师有分别，有偏向，有仁厚俩薄，岂不是冤哉？

古德云：“依文解义，三世佛冤，离经一字，即同魔说。”大概这句话说的“离经一字”之意，并非说的是纸上经文，或许是禅历心经之意吧？行者总要历经劫难打磨

……若是依文解义，照本宣科，以为归宗，当真冤杀诸佛。

所以说，“通教不通宗，两眼黑蒙蒙，通宗不通教，开口胡乱道”。所谓的宗，大致上我们可以想象，一个国家，总是宗主说的算，太祖、太宗。总之，万众一心，一念代万念。若说禅宗祖师无文字之说，认祖归宗，我们姑且用石霜一句：“休去，歇去！冷湫湫地去，一念万念去，寒灰枯木去，古庙香炉去，一条白练去。”就只取他的一念万念。

宗为教之归属，教是宗之法门，虽说不设文字，教门行普渡之法却亦离不开文字。学人若会看，识得路数，所有教法无非依教调心，则见所有文字，咸是般若，自然是由教归宗了。若不会看教，依文解义，只在意识思维上妄用心，瞎思量，恐怕不免画饼充饥。如此，经教文字已成障碍。宗门教门与文字的关系，

大致如此。然而经非文字，文字只是说经。既然有经有行，那么也就有了教，也就有了传。离开文字教，另外有所别传也就无可怀疑了。

经不离教，依教而参，依教印证。教者，师之责任，经者，学人自之行经。莲池《竹窗随笔·经教》云：“不知离教而参，是邪因也；离教而悟，是邪解也。”就算你天资聪慧，自参自悟而有所得，也须以教印证，一切学者必以三藏十二部为框模。毕竟诸佛诸祖无二心，天下无二道。

《法华经》中世尊曾曰：“吾从成佛以来，种种因缘，种种譬喻，广演言教，无数方便，引导众生，令离诸着。”横说竖说，无非教其法，说其种种经，苦口婆心曰教。诸菩萨圣贤所造一切经论，无非是弘扬成佛之经历——法也。

若说“言语道断，心行处灭”，大乘经以一实相印为宗，而诸法实相者，毕竟不可说。以此框定，则世尊无法开教演示，众生何得救度。所说一切法，无非讲的是无常无我，五蕴皆空，破除众生执着妄想而契证实相——如《华严经》云：“无一众生而不具有如来智慧，但以妄想颠倒执着，而不证得。若离妄想，一切智，自然智，无碍智，则得现前。”

就其说教，我们不得不说，究竟处无法是因为无心。既然有了教、行、法，今我们就做教外别传略说一下。一乘圆教，皆言顿悟顿证，禅宗之顿悟，一般仅指悟理而言，尚非证果成佛。依大乘菩萨行来说，从凡夫发心直到成佛，须经三大阿僧祇劫。如同乘车，闻思修，顿悟渐修，次第行进，直至修悟并销无迹。即或有上乘根器之人，乘飞机直达，然而于理上并未圆融，诸多无知犹在，放到大乘地上行，犹有迷途之嫌。毕竟乘飞机去北京，不能和乘车步行去北京相同，数理路程茫然不知，一路坎坷劫难未历，蹉跎折磨未经，其心尚未磨砺。

依此来说，顿悟见地是一回事，次第修行又是一回事。悟后正须修行，菩萨六度万行，毕竟需要资粮圆满方能济事。自性自悟须行入，不论已悟未悟，依教而行，在行中修，行中悟。

或者有人说顿悟为祖师禅，渐修为如来禅，或者有人说祖师禅乃顿悟，如来禅乃渐修者，不管怎么说，所有的修行法门，都是逐渐修来最后顿悟。就算你见到六祖慧能这样人物，言下顿悟，也并非这一时之事，或是累世积累渐修至此而当下顿悟。所谓只见到贼吃饭，没见到贼挨打。

只见到富贵，没见到富贵前的艰辛。那么祖师禅与如来禅，区别究竟在哪里？这样说吧：凡是由凡夫开始起修，逐渐见道证果成圣，都是如来禅。

就算是最后到了人法两空的境界，有一毫悟迹在，觉得自己悟了，就不能入祖师禅之门。

祖师本来是人人具足，个个圆成，山河大地草木，一切性相平等，物我一如，不待修证。本未曾迷，如何说悟。法见、佛见、众生见、悟见、禅见，统统扫光，还原旧时主人，只是饥来吃饭，困至即眠，坦荡无碍的一无事闲人。

在这一方面很多人多数会想到六祖慧能的风采，但是六祖前面的艰辛，汝未必知晓。

《坛经》在中国佛教著作尊称为“经”的仅此一部。多数人会认为坛经是禅宗顿宗。其实《坛经》的唯心净土思想，正是最上乘。“东方人造罪念佛求生西方，西方人造罪念佛求生何国？凡愚不了自性，不识身中净土，愿东愿西，悟人在处一般”。又说“心地但无不善，西方去此不遥；若怀不善之心，念佛往生难到”。同时主张“佛法在世间，不离世间觉，离世觅菩提，恰如求兔角”。指出“若欲修行，在家亦得，不由在寺。在家能行，如东方人心善；在寺不修，如西方人心恶”。

很多人都知道其中心思想是“见性成佛”，即所谓“唯传见性法，出世破邪宗”。

其诱导禅者修禅的实践方法是“无念为宗，无相为体，无住为本”。无念即“于诸境上心不染”；无相为体即“于相而离相”，以把握诸法的体性；无住为本即“于诸法上念念不住”，无所系缚。又主张顿悟说，认为“不悟即佛是众

生，一念悟时众生是佛”，“万法尽在自己心中，顿见真如本性”，同时也强调“法即无顿渐，迷悟有迟疾”，“迷闻经累劫，悟在刹那间”。指出“法即一种，见有迟疾”，“法无顿渐，人有利钝”。

见到这样的字句，修学者往往身心踊跃，说不出的欢喜，充满法乳灌顶之感受。《坛经》虽是禅宗，却给我们指出了净土之旨。

当然，能说的也叫显宗，其中也有没说的，还是那句“教外别传”的事。但是《坛经》当中的密踪，学佛者却如同盲聋，不能见闻。

有人或许会说，《坛经》里哪有什么密宗的影子呢？我们就看一看《坛经》的第一品吧，其中密宗传承讲得不少，没开悟者看不出来哦。

第一章 坛经密踪

惠能严父，本贯范阳，左降流于岭南，作新州百姓。此身不幸，父又早亡，老母孤遗，移来南海；艰辛贫乏，于市卖柴。时有一客买柴，使令送至客店；客收去，惠能得钱，却出门外，见一客诵经。惠能一闻经语，心即开悟……便往黄梅参礼五祖。惠能安置母毕，即便辞违，不经三十余日，便至黄梅，礼拜五祖。祖问曰：“汝何方人？欲求何物？”惠能对曰：“弟子是岭南新州百姓，远来礼师，惟求作佛，不求余物。”祖言：“汝是岭南人，又是獧獠，若为堪作佛？”惠能曰：“人虽有南北，佛性本无南北；獧獠身与和尚不同，佛性有何差别？”五祖更欲与语，且见徒众总在左右，乃令随众作务。惠能曰：“惠能启和尚，弟子自心常生智慧，不离自性，即是福田。未审和尚教作何务？”祖云：“这獧獠根性大利，汝更勿言，著槽厂去！”惠能退至后院，有一行者，差惠能破柴踏碓（duì）经八月余。

祖一日忽见惠能曰：“吾思汝之见可用，恐有恶人害

汝，遂不与汝言，汝知之否？”惠能曰：“弟子亦知师意，不敢行至堂前，令人不觉。”

祖一日唤诸门人总来：“吾向汝说，世人生死事大，汝等终日只求福田，不求出离生死苦海，自性若迷，福何可救？汝等各去自看智慧，取自本心般若之性，各作一偈来呈吾看，若悟大意，付汝衣法为第六代祖。火急速去！不得迟滞！思量即不中用！见性之人，言下须见。若如此者，轮刀上阵，亦得见之。”

……神秀作偈成已，数度欲呈，行至堂前，心中恍惚，遍身汗流，拟呈不得；前后经四日，一十三度呈偈不得。秀乃思惟：“不如向廊下书著，从他和尚看见，忽若道好，即出礼拜，云是秀作；若道不堪，枉向山中数年，受人礼拜，更修何道？”是夜三更，不使人知，自执灯，书偈于南廊壁间，呈心所见。

偈曰：“身是菩提树，心如明镜台，时时勤拂拭，勿使惹尘埃。”

……祖已知神秀入门未得，不见自性。天明，祖唤卢供奉来，向南廊壁间绘画图相，忽见其偈，报言：“供奉却不用画，劳尔远来。经云：凡所有相，皆是虚妄。但留此偈，与人诵持，依此偈修，免堕恶道；依此偈修，有大利益。”令门人：“炷香礼敬，尽诵此偈，即得见性。”门人诵偈，皆叹：“善哉！”

……一复两日，有一童子于碓坊过，唱诵其偈，惠能一闻便知此偈未见本性，虽未蒙教授，早识大意。遂问童子曰：“诵者何偈？”童子曰：“尔这獼獠不知。大师言：世人生死事大，欲得传付衣法，令门人作偈来看。若悟大意，