

佛學叢書《零零玖》

禪悅人生

善待自己，莫虛此生
逆來慈受，隨緣消業
善待家人，和睦鄰里
保護環境，造福子孫

蔡日新 著

禪宗是中國佛教的主要宗派，自唐朝六祖惠能大師開頓教法門後，即在唐宋盛極一時，後雖因時代的變遷，而時有興衰，到二十世紀中期，甚致幾乎被滅絕，然因其在中國歷史長河的發展中，早已與中國文化相融浹，亦且成為國人應對社會環境以及人我關係杆格的緩解機制。本書的作者，身處環境劇變的當代社會，而以如法修持的實踐，體會到現代人的心靈衝突的根本病灶何在，於是就中國禪宗的史的發展、了義的行踐本質，做出具體的說明，並依時代的需要，明確的提出如何認識禪法，然後開創洋溢著禪悅的人生，諸如：善待自己、隨緣消業，善待他人、調融社會，善待自然、平衡生態……

ISBN 957-9663-83-1 [226]



9 789579 663830



00220

國家圖書館出版品預行編目資料

禪悅人生／蔡日新著．--第一版．--臺北市：雲龍，2001 [民 90]

面：公分．--(佛學叢書；9)

ISBN 957-9663-83-1 (平裝)

1. 禪宗 - 修持

226.66

90004304

佛學叢書 009

禪 悅 人 生

作 者／蔡日新

發行人／謝俊龍

總編輯／吳明興

副總編輯／陳聖元

出 版／雲龍出版社

臺北市溫州街 75 號 3 樓之 4

Tel：(02)2364-0872 Fax：(02)2364-0873

郵撥帳號：16039160 知書房出版社

登 記 證／行政院新聞局局版臺業字第四六九三號

總 經 銷／飛鴻國際行銷股份有限公司

臺北縣新店市中正路 501-9 號 2 樓

Tel：(02)8218-6688 Fax：(02)8218-6458・8218-6459

出版日期／民國 90 年 4 月 第一版第一刷

定 價／220 元

知書房網站／<http://www.clio.com.tw>

知書房 E-mail／reader@clio.com.tw

※版權為知書房出版集團所有，請勿翻印※

※本書如有缺頁、製幀錯誤，請寄回更換※

ISBN 957-9663-83-1

Printed in Taiwan

禪悅人生

謹將此書交
起墨公司
扫描上網

蔡日新

蔡日新 著

目次

引言

011

第一章 禪法概述

023

第一節 對禪法本體的探索

／023

一、般若與涅槃是禪宗的核心思想

／024

二、中國禪法的兼融性（上）

／037

三、中國禪法的兼融性（下）

／076

四、結語

／104

第二節 禪法的基本特質

／111

一、主體的自覺性

／111

二、修學的簡捷性

／119

三、行道的日常性	／126
四、禪法的圓成性	／136

第二章 禪修基礎.....149

第一節 如何認識禪法 / 154

一、傳統文化與佛典修養是認識禪法的初階	／160
二、從禪門典籍中體會禪法	／168

第二節 從禪修中體驗禪法 / 188

一、發心修道是基始	／189
二、坐禪調心是方便	／191
三、觀心本源是降魔	／194
四、時時牧牛是用處	／201

第三章 禪悅人生.....207

第一節 善待自己，莫虛此生 / 210

一、善待自己，莫虛此生	／210
二、逆來慈受，隨緣消業	／217

後記

三、勤儉惜福，提升品質	／ 221
第二節 善待他人，調融社會	／ 229
一、善待家人，和睦鄰里	／ 231
二、謙讓名利，和諧同事	／ 234
三、憐貧扶弱，進德修業	／ 237
第三節 善待自然，改善生態	／ 240
一、愛惜物命，平衡生態	／ 240
二、保護環境，造福子孫	／ 246

引言

佛教禪宗在中國的唐宋時期可謂盛極一時，此後，外族疊相入侵，人主也競相干教，因而使得禪宗這一富有中國文化特色的佛教宗門江河日下，乃至幾乎瀕臨於滅亡。到了清代，叢林氣象則已經索然盡矣，其僧眾之素質已下降到了極其低下的地步，這在楊仁山居士的《遺著》中，已有非常詳細的記載。而隨著禪宗的逐漸走向衰微，這一曾經有著輝煌成就的佛教宗門，也逐漸地由叢林的修持走向了文人的案頭，禪門頓教的法義，也逐漸地轉變成為了一種文化，這從宋明理學、乃至清儒的著述中，是觸目可見的。

但作為一種不生不滅的絕對真理，我深信它——禪法，是絕對不會真正的就此消亡，它應當是「不以堯存，不以桀亡」的，況且，面對現代社會眾生的種種需要，它還可能以其前所未有的生命力展現於世，以濟拔那些心力憔悴的人們。到了二十世紀初葉，由於胡適發起對中國禪宗的研究，加之日本學者鈴木大拙亦在西方盛傳禪法，一時，一股禪文化研究的熱潮遂在思想文化界展開，禪宗的種種教義從此也成了思想文化界所津津樂道的話題。

儘管胡適在晚年對於佛教的傳入中國這一現實曾不無感傷^①，但也無可否認，胡適對於禪宗研究的投入是相當大的，其成就也是不可抹煞的。胡適不祇是對中國唐代的禪宗史實作了大量的研究與整理工作，而且我們還可以從他的研究中，發現他對禪法還是具有相當層次的理解的。他在〈從譯本裏研究佛教禪法〉一文中，甚至還不惜引用長篇佛典來對禪法加以詮釋，足見他對身心相應的瑜伽行禪法是有一定的體會。茲將這段文字鈔錄於下：

《修行道地經》的〈勸意品（九）〉寫一個擊鉢大臣的故事，說修習心不放逸的效用。這個故事最有文學意味，不光是一種哲學的寓言，故我摘鈔在這裏，作這篇記載的結論。

昔有一國王，選擇一國明智之人以為輔臣。爾時，國王設權方便無量之慧，選得一人，聰明博達，其志弘雅，威而不暴，名德具足。王欲試之，故以重罪加於此人；敕告臣吏盛滿鉢油而使擊之，從北門來，至於南門，去城門二十里，圍名調戲，令將到彼。設所持油墮一涕者，便級其頭，不須啟問。

爾時，群臣受王重敕，盛滿鉢油以與其人。其人兩手擊之，甚太愁憂，則自念言：「其油滿器，城裏人多，行路車馬觀者填道……是器之油擊至七步尚不可詣，況有里數邪？」此人憂憤，心自懷懼。

其人心念：「吾今定死，無復疑也。設能擊鉢使油不墮，到彼園所，爾乃活耳。當做事

計：若見是非而不轉移，唯念油鉢，志不在余，然後度耳。」

於是其人安行徐步，時諸臣兵及觀人無數百千，隨而視之，如雲興起，圍繞大山。……眾人皆言：「觀此人衣、形體、舉動定是死囚。」斯之消息乃至其家；父母宗族皆共聞之，悉奔走來，到彼子所，號哭悲哀。其人事心，不顧二親、兄弟、妻子及諸親屬。心在油鉢，無他之念。

時一國人普來集會，觀者擾攘，喚呼震動，馳至相逐，覺地復地，轉相登躡，間不相容。其人心端，不見眾庶。

觀者復言：「有女人來，端正妹好，威儀光顏，一國無雙；如月盛滿，星中獨明；色如蓮花，行於御道。……」爾時，其人一心擎鉢，志不動轉，亦不觀察。

觀者皆言：「寧使今日見此女顏，終身不恨，勝於久存而不睹者也。」彼時其人雖聞此語，專精擎鉢，不聽其言。

當爾之時，有大醉象，放逸奔走，入於御道，……舌赤如血，其腹委地，口唇如垂；行步縱橫，無所省錄，人血塗體，獨遊無難，進退自在，猶若國王，遙視如山；暴鳴哮吼，譬如雷聲；而擎其鼻，瞋恚忿怒。……恐怖觀者，令其馳散；破壞眾兵，諸眾奔逝。……

爾時，街道市里坐肆諸買賣者，皆沮，收物，蓋藏閉門，畏壞屋舍，人悉避走。

又殺象師，無有制御，瞋或轉甚，踏殺道中象馬、牛羊、豬犢之屬；碎諸車乘，星散狼藉。

或有人見，懷振恐怖，不敢動搖。或有稱怨，呼嗟淚下。或有迷惑，不能覺知；有未著衣，曳之而走；復於迷誤，不識東西。或有馳走，如風吹雲，不知所至也。……彼時有人曉《化象咒》，……即舉大聲而誦神咒……爾時，彼象聞此正教，即捐自大，降服其人，便順本道，遠至象臺，不犯眾人，無所燒害。

其擎鉢人不省象來，亦不覺遠。所以者何？專心懼死，無他觀念。爾時，觀者擾攘馳散，東西走故，城中失火，燒諸宮殿，及眾寶舍；樓閣高臺，現妙巍巍，展轉連及。譬如大山，無不見者。煙火周遍，火尚盡徹。……

火燒城時，諸蜂皆出，放毒螫人。觀者得痛，驚怪馳走。男女大小面變色惡。亂頭衣解，寶飾脫落；為煙所薰，眼腫淚出。遙見火光，心懷怖沮，不知所湊，展轉相呼。父子、兄弟、妻息、奴婢，更相教言：「避火！離水！莫墮泥坑！」

爾時，官兵悉來救火。其人專精，一心擎鉢，一涕不墜，不覺失火與滅時。所以者何？秉心專意，無他念故。……

爾時，其人擎滿鉢油，至彼圍觀，一涕不墜。諸臣兵吏悉還王宮，具為王說所更眾難，而人專心擎鉢不動，不棄一涕，得至圍觀。

王聞其說，歎曰：「此人難及，人中之雄！……雖遇眾難，其心不移。如是人者，無所不辦。……」其王歡喜，立為大臣。……

修行道者，御心如是。雖有諸患及淫、怒、癡來亂諸根，護心不隨，攝意第一。……頌

曰：

如人持油鉢，不動無所棄。

妙慧意如海，專心擎油器。

若人欲學道，執心當如是。

……

有志不放逸，寂滅而自制。

人身有病疾，醫藥以除之。

心疾亦如是，回意止除之。

心堅強著，志能如是，則以指爪壞雪山，以蓮花根鑽穿金山，以鋸斷須彌寶山。……
有信精進，質直智慧，其心堅強，亦能吹山而使動搖，何況而除淫、怒、癡也？……

我們讀了這個極美的故事，忍不住要引《宗門武庫》裏的一條來作個比較：

草堂侍立晦堂。晦堂（黃龍寶覺禪師，名祖心）舉風幡話問草堂。草堂云：「迴無人處。」
晦堂云：「汝見世間貓捕鼠乎？雙目瞪視而不瞬，四足踞地而不動；六根順向，首尾一直，

然後舉無不中。誠能心無異緣，意絕妄想，六窗寂靜，端坐默究，萬不失一也。」②

讀完這段文字，我們對於禪行中的那種信心堅定、精進不已的一往無前的精神，自然會有較深的體會。事實上，我們祇要做到了「心無異緣，意絕妄想，六窗（六根）寂靜」，則自然不會被客塵所染，從而也就可以獲得一種心體清淨的法喜受用。

其實，胡適對於禪法的傳授注重實踐體證這一點，也有比較清醒的認識，他在其禪學演講中也曾多次援引五祖法演的「老賊傳子喻」，這對於體現禪法傳習中的重實踐體驗這一特色，也比擬得非常得體。茲將這段文字節錄如下：

這就是我所瞭解的中國禪的教學方法。這就是朱熹在吟味下面的詩句時所領略的風光：

昨夜江邊春水生，艤艫巨艦一毛輕；
向來枉費推移力，此日中流自在行。

這樣的禪，是不合邏輯、違反理性、超越吾人知性理解的嗎？我且讓十一世紀的偉大禪師法演來答覆這個問題。某日，他向聽眾問道：「我這裏禪似個甚麼？」接著，他說了一個故事。這個故事，忽滑骨快天和鈴木大拙二人前已譯過，現在我再將它另譯如下（註文從

略)：

有一個人，專門以偷竊維生。他有一個兒子，見他老了，心想：「我爹老了，我該如何養家呢？應學一門手藝纔是。」於是，便將這件事告訴了他的父親。父云：「好的。」

某夜，這位賊人便將兒子帶到一家富室，在牆上挖了一個洞，進入屋內。父親用萬能鑰匙打開一隻櫃鎖，叫兒子進去竊取衣物。但兒子剛一進入，父親便將櫃門關上，復又鎖起，並於廳上故意敲擊作響，使其家人驚覺，然後即復越洞回家。

其家人即時起來，點燈查看，發現牆上有洞，知有賊來，但已走了，賊兒在櫃中暗自想道：「我爹何故如此？」正不知何以得出之間，忽然心生一計，即在櫃中作鼠咬之聲。其家人聞之，即遣女婢照燈開櫃。櫃剛一開，他即跳出吹滅燈，推倒女婢尋一穿窬而出。

其家人隨後趕來。正緊急時，賊兒忽見一井，遂將巨石推落其中。家人以為他落了井，即於井中索搜，而他即取捷徑，奔回家中。

他見了他的父親便埋怨道：「你為何將我鎖在櫃中溜走？」其父親道：「你且別問傻話，說說你怎麼逃出來的吧。」賊兒將逃跑的經過說了一遍。其父親聽了掀髯點頭微笑道：「這麼說來，你畢業了。」

「這個，」法演大師接著說，「就是我這裏的禪。」

這個，就是十一世紀末期的中國禪。③