

解心

心要法門讲记

海云继梦 著

一千二百多年前，唐朝顺宗皇帝曾经问清凉国师：佛法那么浩瀚广博，要如何下手才能抓到重心？要怎样修学才能收事半功倍之效？《心要法門》就是清凉的答案；短短五零七个字，直指一个人生命体的核心，把人生中最深沉的真理完全表达出来。



宗教文化出版社



B94/26

2005

解

心

江苏工业学院图书馆
藏书章

门讲记

海云继梦
著



宗教文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

解心——心要法门讲记/海云继梦 著. - 北京:宗教文化出版社,2005

ISBN 7-80123-703-X

I. 解… II. 海… III. 佛经-通俗读物 IV. B94-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 090660 号

解心——心要法门讲记

海云继梦 著

出版发行: 宗教文化出版社

地 址: 北京市西城区后海北沿 44 号 (100009)

电 话: 64095215(发行部) 64095210(编辑部)

责任编辑: 张越宏 杨柳

版式设计: 陶 静

印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

版权专有 不得翻印

版本记录: 880×1230 毫米 32 开本 6.5 印张 150 千字

2005 年 9 月第 1 版 2006 年 7 月第 2 次印刷

印 数: 3001—5000

书 号: ISBN 7-80123-703-X/B·296

定 价: 15.80 元

澄观法师小传

澄观(738 - 839),唐代僧人,为华严宗第四祖。越州山阴(浙江绍兴)人,俗姓夏侯,字大休,号清凉国师、华严菩萨、华严疏主。11岁依宝林寺霈禅师出家,14岁得度。乾元元年(758)以后,依润州栖霞寺醴律师学相部律,又依本州县一律师学南律,诣金陵玄璧学鸠摩罗什所译之三论。大历年间,在瓦官寺学《大乘起信论》、《涅槃经》,又于淮南法藏受海东《起信论疏义》,复从天竺法洗等习《华严经》。大历七年(772)往剡溪,从成都慧量再习三论。大历十年至苏州,从湛然习天台《摩诃止观》、《法华经》、《维摩经》等经疏;又谒牛头山惟忠、径山道钦等,究学南宗禅法;复见慧云,学北宗禅法。此外并兼通吠陀、五明、秘咒密仪轨、经传子史之学,而尤重法藏之华严教学。



大历十一年，游五台山、峨眉山，后返居五台山大华严寺，专修方等忏法。尝讲华严宗旨于大华严寺、崇福寺，名震京国，声达帝听。贞元十二年(796)应德宗之召入长安，与闍宾三藏般若共译出乌荼国王贡献之《四十华严经》，进之于朝，奉敕奏对华严大宗，帝大悦，赐紫袍及“教授和尚”之号；又奉诏于终南山草堂寺制《新经之疏》十卷，是即贞元《新译华严经疏》。贞元十五年(一说十一年)德宗圣诞，召入内殿，阐扬华严宗旨，帝朗然觉悟，谓“以妙法清凉朕心”，遂赐号“清凉国师”。师曾立十愿以自励，依此赐号而称清凉十愿。顺宗即位，亦礼之为国师，朝野悉慕高风。宪宗元和五年(810)，答宪宗之问，述华严法界之义，以深惬帝旨，加号“僧统清凉国师”，任国师统，并敕有司铸金印。开成四年示寂，世寿102(一说元和年中示寂，寿70余)。葬于终南山石室，相国裴休撰碑文。

师身历九朝，先后为七帝讲经，弟子有宗密、曾睿、法印、寂光。著作颇多，有《大方广佛华严经疏》六十卷、《随疏演义钞》九十卷、《华严经纲要》三卷、《五蕴观》、《三圣圆融观门》等三十多种。

序

破妄显真的《心要法门》

《心要法门》一文是唐朝的华严大师——清凉国师答复顺宗皇帝修学的心要，它是古今中外的经典之作。《心要法门》文字优美、文简义约，读来虎虎生风。除僧肇的《肇论》，及僧璨《信心铭》外，于文于理尚无出其右者。

《心要法门》一文，是针对世人意识中的二元对立性而发。所以，行文的重点，就在破脑筋的意识状态，及纯粹的逻辑推理？换言之，就是在破二元对立的执妄观念。故其文体亦以对仗工整而见长。在这短短的 507 个字当中，清凉国师在理论性文章的领域里，为我们写下了旷世



的特殊成就。这种洗练的文字成就，除了《老子》、《系辞》外，尚未有能与之辉映者。

就法义的阐述而言，本文虽然也是属于“破立双举”的文章，但就其论理的技巧以及行法的修学规范而言，则本文仍属于“但破文章”的系统。以其思想之纯熟，而能彻底的“破妄”，故其观念的表达，自然而能“显真”。所以，文中论理的技巧，多用“破妄”、“显妄”、“彰执”的方式，而不以“立真”的方式呈现。这种行文方式称为“破妄显真”，其重点仍在于内心的经验、体验与感受。

清凉国师在《心要法门》中，很巧妙地将华严思想与禅行的行法相结合。当然在这简短的 507 字中，不深入做宏观的探讨是无法了知的。首先由义学、行法、教学法及禅法思想的形成，来探讨唐朝时代的佛法思想背景：

一、义学方面：唐朝的华严思想，尤其是比丘系的系统，是承袭北方地论师的华严思想。由智俨的《搜玄记》，可以知道比丘系的华严思想，是以汇总方式而集大成的。贤首的《探玄记》，与清凉的《华严疏钞》都是承袭此一思想源流的。既然是搜集、汇总而产生，则与当时的时代背景有绝对的依存关系。

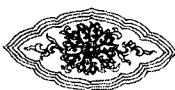
二、行法方面：不论是佛图澄的佛法、菩提达摩的禅法，或安世高以来的禅数之学，都以北方为重镇而互相交融。安世高的禅数到了菩提达摩的时代，反而成了祖师

禅的前行与熏习阶段课程。在历史上也属于准备成熟阶段。所以,达摩一到,经过三代的调整与适应,中国的祖师禅法更斐然有成。

三、在教学法方面:在大小禅法的过渡中,般若与佛性思想的萌芽,以及老庄、《周易》思想的重新釐订,使佛、道两家思想相交融,造成中国思想界的成长与扩大。并且由“知之”的领域,步入了“行之”的领域;致使在中国大地种下了卓然有成的修行方法。这当中由“知”到“行”,或称由“修养”到“修行”的生活领域扩张,是中国传统文化中儒家教学法的一种突破与蜕变。这种教学法的改变,造成了中国思想界,尤其是佛教的大变革、大革新两方面,都产生了新生命。

四、中国禅的形成:中国禅宗泛指禅、净、律、密四大宗派,中国佛教则指唯识、法性、天台、华严四大教派。中国佛教中的禅修及教下思想,都融入了中国道家的思想理念。在义学上对于佛法的诠释、分析、解读几乎离不开中国传统的哲思范围。甚至对于佛境的诠释与证验,也全部都是中国人生观的穷尽与超拔。而在行门的指导与楷模上,则是以老庄的自然平静,与《周易》的天行健相交融。在这样的背景之下,称为中国佛教,比纯佛教是较为恰当的。

在此一大前提下,佛教本身也激荡出几番涟漪。首



先是安世高的《安般守意经》及《阴持入经》中，出现了“心”、“空”、“般若”的思想概念。但因这些经典皆属行门，故对义理并未深究。其后的魏晋玄谈非但未促进禅法的精进，反而使般若之学有了长足的发展，这也为后来的义学奠定了百家争鸣的深厚基础。而达摩的禅法便是在这一块沃壤之上落地、生根、成长、茁壮，乃至百花繁盛。

清凉国师在这样的文化背景及学风、道风之下，展开了他的思想建设。这其中他广泛而灵活地运用中国人所熟悉的传统的“思维模式”及“语言模式”，来表达佛教深邃的心灵境界。在他浩瀚的著作中，《心要法门》是最成功的代表作。而他在中印文化的交融上，更可谓是大成就者。他使当时以及现代的中国人都能够清楚地明白“修行的要领”在哪里，以及“为什么”。

这种情形就像现代人受了西方教育，满脑子西方的思维及语言模式。若要将东方这种深邃的心灵境界，表达出来让大众了解及经验，那最好的方法就是用“西方的思维模式”及“西方的语言模式”来表达最有效。清凉国师深得个中三昧。今日吾人欲将之重新表达，无非就是再一次运用新的思维模式及语言模式，重述一遍而已。值此付梓之际，聊述于兹，以明述而不作之意！

《心要法门》的特长是在破“心境的二元对立性”、“主

客的二元对立性”、“能所的二元对立性”，这种两边偏执的对立性，是人类意识发达的大脑产物。以此“妄执”分别妄境，各以为真、各以为正，所以是非竞起，善恶对立；殊不知这种妄执皆是一隅之见，不但不能促进个人乃至人类全体之福祉，反而干扰了人类原本可以复元、恢复本来面目的“生命情操”。所以，清凉国师但以破妄执的立场，陈述世人的“通病”，并以此自然地彰显了真理存在的标的。他这种不指而显、不立自彰的行文笔法，不但可当“真理大师”的雅号，更可荣登“文字大师”的宝座。

但在译文及批注中，笔者没有清凉的文字情操，无法达到那样高的水准，唯有依于今日西式逻辑的思维模式及语言模式，勉力去揣摩，或许还能让人如实了知的地步，唯盼抛砖引玉，远识大德共襄盛举！

普贤行者 海云继梦 合十

目 录

澄观法师小传	(1)
序 破妄显真的《心要法门》	(3)
解读《心要法门》	(1)
《心要法门》本文	(2)
《心要法门颂》	(3)
《心要法门》译述	(4)
《心要法门颂》译述	(12)
《心要法门》讲记	(15)
一 心的本然面目	(16)



二	人生的四个阶段	(29)
三	生命运行的轨则	(39)
四	敞开胸怀面对现实	(51)
五	真正的感受	(64)
六	生命是总体的存在	(75)
七	真正成就的功德	(82)
八	执著于行善本身就是恶	(95)
九	不要轻易断言	(109)
十	只有那么一件事情	(122)
十一	放下吧！进来	(138)
十二	感受生命存在的本质	(147)
十三	善用其心	(156)
十四	不要以为自己懂	(167)
十五	欣赏生命	(173)
十六	看清自己，活在当下	(182)

解读《心要法门》



《心要法门》本文

(唐) 大华严寺沙门澄观 撰

至道本乎其心，心法本乎无住，无住心体灵知不昧。性相寂然，包含德用；该摄内外，能广能深，非空非有，不生不灭，求之不得，弃之不离，迷现量则感苦纷然，悟真性则空明廓彻。

虽即心即佛，唯证者方知。然有证有知，则慧日沉没于有地；若无照无悟，则昏云掩蔽于空门。但一念不生，前后际断，照体独立，物我皆如。直照心源，无智无得；不取不舍，无对无修。然迷悟更依，真妄相待；若求真去妄，如避影以劳形；若体妄即真，似处阴而影灭。若无心忘照，则万累都捐；若任运寂知，则众行圆起。

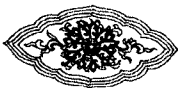
放旷任其去住，静鉴见其源流；语默不失玄微，动静岂离法界。言止则双忘智寂，论观则双照寂知；语证不可示人，说理非证不了。悟寂无寂，真智无知；以知寂不二之一心，契空有双融之中道。无

住无著，莫摄莫收；是非两忘，能所双绝；斯绝亦绝，般若现前。

般若非心外新生，智性乃本来具足，然本寂不能自见，实由般若之功。般若之与智性翻覆相成，本智之与始终两体双绝，证人则妙绝圆明，悟本则因果交彻。心心作佛，无一心而非佛心；处处证真，无一尘而非佛国。真妄物我，举一全收；心佛众生，炳然齐致。迷则人随于法，法法万差而人不同，悟则法随于人，人人一致而融万境。言穷虑绝，何果何因？体本寂寥，孰同孰异？唯志怀虚朗，消息冲融，其犹透水月华，虚而可见；无心镜像，照而常空矣。

《心要法门颂》

欲达心源净 须知我相空
形容何虚实 念虑本无从
豁尔灵明现 翛然世界通
真金开伏藏 赫日出暝矇
试将心比佛 与佛始终同



《心要法门》译述

海云继梦 译解

〔原文〕

至道本乎其心，心法本乎无住，无住心体灵知不昧。

性相寂然，包含德用；该摄内外，能广能深，非空非有，不生不灭，求之不得，弃之不离。

迷现量则惑苦纷然，悟真性则空明廓彻。

〔译述〕

以心为本的根本修持法。

究竟圆满的真理，是表达由心所展现出来的一切森罗万象，而心所展现的能力与本质是来自心的清静，不受意识状态的污染，以及意志的执著，这样的“无住心体”是自然现前的。虽然它是最原始的，但是相应于一切境界却是无所不知的，没有一种状况能够超

出这个“无住心体”的范围。

所谓“无住心体”，它的本质与状态就是“本来的样子”，也就是“就是这样”而已；虽然这个“本来的样子”看似静态，却包含有无边的“性德”与一切“妙用”。这个“就是这样”的“无住心体”融汇了一切内在、外在的森罗万象；它向外广及无边，向内深至无尽，而又内外交融一体，成为一个统一的整体，无法分割任何的局部。这个“无住心体”不属于“空”，也不属于“有”，它是永恒的存在；它不属于物理的“生”、“灭”范畴；它的永恒存在不是任何意识的追求所能够企及，也不是想要远离它就可以抛弃的东西。

若不能了知这个“无住心体”的实际状况，那么在人生与社会的旅途中，一切疑惑与痛苦将纷至沓来。若能了解到“无住心体”的真实本质，则在面对一切境界时，将能洞彻源头，以致生命充满光辉，人生充满朝气。

〔要旨〕

这段经文在说明心法的本质与体性；

·文分三段

初段说体

次段论相

末段谈用

皆为总说用显体大之德能、相貌。

〔原文〕

虽即心即佛，唯证者方知。然有证有知，则慧日沉没于有地；