

国学普及丛书

信心銘

冯学成 讲述

傅源题



“我们谈信心，首先要明白什么是心，然后还要信这个心，再通过不断地努力地修持，真正达到明心见性。”



南方日报出版社
NANFANG DAILY PRESS

B946. 5/40

2008

国学普及丛书

信心铭

冯学成 讲述



南方日报出版社

NANFANG DAILY PRESS

中国·广州

图书在版编目 (CIP) 数据

信心铭 / 冯学成讲述 .—广州: 南方日报出版社, 2008.1

(国学普及丛书)

ISBN 978-7-80652-709-2

I . 信… II . 冯… III . 禅宗—研究 IV . B946.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 202045 号

信心铭

冯学成 讲述

出版发行: 南方日报出版社

地 址: 广州市广州大道中 289 号

电 话: (020) 87373998-8502

经 销: 全国新华书店

印 刷: 三河市华晨印务有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 15

字 数: 160 千字

印 数: 1—10000 册

版 次: 2008 年 3 月第 1 版

印 次: 2008 年 3 月第 1 次印刷

定 价: 25.00 元

投稿热线: (020) 87373998-8503 读者热线: (020) 87373998-8502

网址: <http://www.nanfangdaily.com.cn/press> <http://www.southcn.com/ebook>

发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

序 言

我认为冯学成居士是当今的维摩居士，是深入不二法门的人。他很慈悲，为各地的祖师道场和佛学院奉送了不少禅悦和法喜。尤其是近几年在云门佛学院送金送宝，讲了不少祖师的开示，如《三祖信心铭》、《禅林宝训》、《中国禅宗史》等，去年又讲了《宝镜三昧》。讲课前明向大和尚向大家作了介绍，但冯老师很谦虚，要我为之作序。我自惭无力，对《信心铭》、《宝镜三昧》只能望而生叹。因为《信心铭》是禅宗不传之旨，《宝镜三昧》则是曹洞宗的纲宗，领会也难，焉敢作序？好在冯老师已明白无误地指出了其中的奥妙，我们只要虚心学习，好好参究，有一个长远心，大家可以有“信心”成为“主中主”的。

佛 源

2006年闰七月初一于云门

三祖僧璨禅师《信心铭》

至道无难，唯嫌拣择；但莫憎爱，洞然明白。
毫厘有差，天地悬隔；欲得现前，莫存顺逆。
违顺相争，是为心病；不识玄旨，徒劳念静。
圆同太虚，无欠无余；良由取舍，所以不如。
莫逐有缘，勿住空忍；一种平怀，泯然自尽。
止动归止，止更弥动；唯滞两边，宁知一种。
一种不通，两处失功；遣有没有，从空背空。
多言多虑，转不相应；绝言绝虑，无处不通。
归根得旨，随照失宗；须臾反照，胜却前空。
前空转变，皆由妄见；不用求真，唯须息见。
二见不住，慎莫追寻；才有是非，纷然失心。
二由一有，一亦莫守；一心不生，万法无咎。
无咎无法，不生不心；能由境灭，境逐能沉。
境由能境，能由境能；欲知两段，原是一空。
一空同两，齐含万象；不见精粗，宁有偏党。
大道体宽，无易无难；小见狐疑，转急转迟。
执之失度，必入邪路；放之自然，体无去住。

任性合道，逍遥绝恼；系念乖真，昏沉不好。
不好劳神，何用疏亲；欲取一乘，勿恶六尘。
六尘不恶，还同正觉；智者无为，愚人自缚。
法无异法，妄自爱著；将心用心，岂非大错？
迷生寂乱，悟无好恶；一切二边，良由斟酌。
梦幻空华，何劳把捉；得失是非，一时放却。
眼若不寐，诸梦自除；心若不异，万法一如。
一如体玄，兀尔忘缘；万法齐观，归复自然。
泯其所以，不可方比；止动无动，动止无止。
两既不成，一何有尔；究竟穷极，不存轨则。
契心平等，所作俱息；狐疑尽净，正信调直。
一切不留，无可记忆；虚明自照，不劳心力。
非思量处，识情难测；真如法界，无他无自。
要急相应，唯言不二；不二皆同，无不包容；
十方智者，皆入此宗。
宗非延促，一念万年；无在不在，十方目前。
极小同大，忘绝境界；极大同小，不见边表。
有即是无，无即是有；若不如是，必不须守。
一即一切，一切即一；但能如是，何虑不毕。
信心不二，不二信心；言语道断，非去来今。

目 录

序言 / 1

三祖僧璨禅师《信心铭》 / 1

第一讲 学习《信心铭》的基础

回到唐宋祖师的路数 / 1

学好中国佛教史是前提 / 2

学法开眼的第一要义 / 4

信心铭与证道歌 / 5

丛林中流传的心要秘籍 / 6

总有一天你会笑出来 / 8

别在知见上周游 / 9

心地法门与念头功夫 / 11

此心此念不离当下 / 13

正念是修行的根本点 / 15

第二讲 心地法门的关键

至道无难小道难 / 18

- 你信得过祖师的话吗 / 20
人生的本来面目就是这样 / 21
老僧不在明白里 / 23
反正都是你的错 / 25
学会照镜子 / 26
瞧瞧地球上多热闹 / 28

第三讲 建立人生的根本道场

- 命根不断的问题 / 32
张商英与德山托钵公案 / 34
禅宗与唯识 / 36
在天使与野兽之间 / 38
春熙路上看芸芸红尘 / 40
美与丑、爱与恨 / 42

第四讲 修行者的时节因缘

- 心病还需心药医 / 44
要经常把祖师爷请出来 / 45
高原农场里的佛法 / 48
文采斐然只为空 / 50
要认清自己的时节因缘 / 52
山人自有妙计 / 54
谁能跳出如来佛的手心 / 55

第五讲 禅的智慧与思维陷阱

- 迷悟就在一念之间 / 58
应无所住而生其心 / 60
历史本身就是一剂清醒剂 / 61
最高的法还是这个 / 63

禅给我们的思维挖了一个陷阱 / 65

留下一个预警空间 / 67

孔夫子不犯四种毛病 / 69

第六讲 达摩禅法的手段与力量

我们精神的聚焦点 / 71

修定即是止动 / 72

盘点自己走过的路 / 74

大行其道达摩禅 / 76

坐脱立亡与当仁不让 / 77

肉煮烂了在锅里 / 79

第七讲 在生死海中超越生死迷梦

大海从不说自己能纳百川 / 82

从逻辑怪圈中出离 / 83

超越地平线 / 85

祖师们的擒龙手段 / 87

书法与佛法 / 90

临济三顿棒 / 91

雪峰桶底脱落公案 / 93

以智慧来抗衡自身的恐怖 / 95

第八讲 祖师禅的崇高境界

祖师禅与如来禅 / 97

让你品尝入定的甜头 / 98

一念觉性即是菩提 / 100

妄见息灭之后 / 102

三界唯心，万法唯识 / 103

要看功夫落不落堂 / 105

转自己归山河国土 / 107
开悟了的人怎么过日子 / 109
从喂鸡中悟出的道理 / 110
何妨以不了了之 / 111

第九讲 禅者的气魄与胆识

传佛心印的人 / 113
学佛所遇到的矛盾 / 115
要在这些事情上考功夫 / 117
原来尽在我心中 / 119
待汝一口吸尽西江水 / 120
必须要过这一关 / 123
住山修行的本钱是什么 / 124
不向如来行处行 / 126

第十讲 从诸法实相到万象森罗

真善知识的立场和原则 / 128
历史演示的无常大法 / 129
万变不离其宗 / 130
振威一喝的神机妙用 / 132
“黄龙三关”卖的是什么关子 / 134
能与境、尘与识 / 135
鸡生蛋还是蛋生鸡 / 137
转第七识为平等性智 / 139
用大道的眼睛看世界 / 140

第十一讲 自在逍遥的大安乐法门

体会空与有的关系 / 143
道眼不通被眼碍 / 144

菩提会自己慢慢长大 / 146

自然有度的妙处 / 147

饥来吃饭困来眠 / 149

打妄想的好处 / 151

汾阳善昭的非常手段 / 153

自在与逍遥 / 154

人心不可一日无喜神 / 156

最后要通通放下 / 158

第十二讲 禅宗对佛教的独特贡献

庄子也指月 / 159

这是贼都偷不走的東西 / 160

不用你着半点力 / 162

稳坐在般若船上 / 164

三祖开示的精妙之处 / 165

禅宗的殊胜修行 / 167

我们经常处于一种真如状态 / 168

折叶飞花皆利器 / 170

六尘很可爱 / 171

禅师们都会太极推手 / 173

第十三讲 悬崖撒手的承担精神

马上吃个定心丸 / 176

明心见性的考核指标 / 177

破参的障碍在什么地方 / 179

把这层纸揭穿 / 180

回互与照应 / 182

天下没有不散的宴席 / 184

得失是非一时放却 / 185
谁牵着谁的鼻子走 / 187
一个修行者真正的气概 / 189

第十四讲 当下一念中转烦恼成菩提

玩过了就放下 / 192
老和尚请你来圆梦 / 194
野鸭子与祖师像 / 195
现在就是你成佛的时机 / 197
香严的石头击中了竹子 / 199
在大风大浪中 / 201
把颠倒的世界颠倒回来 / 202

第十五讲 《信心铭》让我们信什么

在动静两端之间 / 204
随方就圆的这颗心 / 205
无原则就是最大的原则 / 207
好好修习八正道 / 209
请保持心路的畅通 / 211
坐在飞机上看长江 / 212
还自我于真如 / 214
日面佛与月面佛 / 215
科学、佛法、老庄 / 217
信这个不可得的东西 / 219

编后记 / 222

第一讲 学习《信心铭》的基础

回到唐宋祖师的路数

今天我跟大家一起，共同学习《信心铭》。

一些对中国汉传佛教现状比较了解的人，常常会对中国佛教，特别是禅宗提出这样的质疑：禅宗到底有没有修证？在信、解、行、证中，禅宗到底有什么切实的、对大家有益的一套法要？现在，有些老和尚也不断地发出哀叹：汉传佛教可怜啊！在世界上没有地位。学佛的人想修证的都到西藏、东南亚去修；要学经论的都到日本、欧美去学；就连念佛都要到新加坡净空法师那里去念，好像中国佛教徒念阿弥陀佛都念不好了。中国汉传佛教这一百多年来的衰落，由此可见一斑。

我从“文化大革命”开始和中国佛教界打交道，也参学了一些老法师，与许多出家人打过交道。1992年后，我在四川省内外的佛学院上课，看到各地的情况也有所感觉。总的来说，目前中国佛教处于青黄不接的状况。其实，在清朝中国佛教就开始走向衰微，有修有证的老法师已经很少了。这一百多年来，特别是经历了“文化大革命”的一次断代，要想使中国佛教真正重现唐宋时期的辉煌，确实需要几代人的时间与努力。这也是时节因缘。

我对现在学佛的人有个感觉，那就是懒！懒到什么程度呢？一心只想找个大善知识。好像每天跟着、守着善知识，即使自己不学不修也能

成就。当然，有善知识的引导，这是学修的前提。但是，如今大善知识不好找啊！中国佛教的道统、法统传承到现在，真正传承精纯的如凤毛麟角，明眼的善知识更是为数不多。如何在这样的环境和状况中，培植我们的信心，引导我们走上学佛的正轨？我的感觉，是要回到唐宋祖师的路数上来。

中国是文化典籍非常丰厚的国家，佛教典籍同样留给我们极其丰富的遗产。中国《大藏经》的丰富程度堪称世界第一，而且可信度极高。这跟中国以史立国的传统有关。中国历代的史学功夫都很高，无论是历史文化典籍还是佛教典籍，其真实可靠性强，怪力乱神的东西少，的确是清晰，比较纯粹。如果我们能认真地回到祖师们当年的成果上，认真地对珍贵的佛教典籍加以回顾、学习和消化吸收，相信中国佛教的振兴大有希望。

学好中国佛教史是前提

中国佛教的发展经历了几个阶段。如果我们不了解中国佛教的历史，不清楚它经历的过程，那么我们现在对中国佛教的感觉和认识，就会有点迷茫。就像一个孩子要经历学前教育、小学、中学、大学之后才能长大成人、独立自主，佛教在中国也经历了这样一个过程。

印度佛教典籍东传流入中国，经过汉魏南北朝，这是一个学习的过程。南北朝的中后期，则是一个消化吸收的过程，这时佛教与中国的儒家和道家学说得到充分融合。唐朝是中国佛教充分发挥的一个阶段，特别是盛唐兴起的禅宗，使其在体系和方法上都得到了充实和提高。到了宋朝，中国佛教已经完全成熟，走上了独立自主、挥洒自如、自由发挥创造的阶段。印度佛学的介入，使华夏文化从秦汉以来的儒、道互补结构，转化为宋以来的儒、禅互补结构。有人说中国佛教就是中国化的佛教，这是历史的事实，也是我国民族文化的骄傲。

佛教解决的是人生解脱的问题。这对于学修佛法的人而言，必然就有一个从知到行，再到知行不二的一系列认识和实践过程。从汉代到唐代，以玄奘大师为代表，象征着中国佛教向印度佛教学习过程的结束，中国佛教开始走向了新的发展阶段。唐代以六祖大师为代表，则象征着中国佛教完全走上了自信自立的阶段。

我常强调学佛的人要学习佛教史，否则，面对现在的种种法，我们是迷茫的、不知所措的，不会做出高明、正确的抉择。今天见一个法师，你觉得好；明天有个喇嘛传你一个法，你也觉得了不起。因为你对佛法的认识还处在幼儿园的水平，虽然每一个法本身是好的，你也会从中获得法喜，但哪一个法是真正与自己相应的，就不知取舍了。你要学最好的法，要明心见性，要圆融无碍得一切智，进入大圆镜智的境界，那可不像获得一次法喜那么容易。依传统佛教的说法，那是要历经三大阿僧祇劫的修持与磨炼，才能最终成就。这可不是一句玩笑话！

佛教的法是对机的，禅宗所说“明心见性，顿悟成佛”，不只是一种说法，更是一个实法。怎样使自己进入这样的境界？换句话说，一切众生皆有佛性，皆可成佛。怎样认识到自己的真如佛性呢？严格地说，真如佛性它不是种种法，又不离种种法。如果我们对佛教史，尤其是中国佛教史没有系统的感受，那么面对八万四千法门、三藏十二部，加上藏传、南传的经典上万卷，还有两千年来歧义纷纭、莫衷一是的种种论说，我们该从何处入手呢？

所以我一直强调，要想学修中国禅宗，学好中国佛教史是必须具备的前提。特别是有文化的人，以后能够传法、弘法的人，必须要有超越常规的胸怀和眼界，要有超越常人的境界，才能和禅宗相应。

学佛是学大智慧的学问，学解脱的学问，学普度众生的学问，不是小打小闹地搞小名堂。如果我们了解佛教史，了解佛陀及历代菩萨祖师们的行持，感受他们的境界，再回头看自己，应该有很大的启发，自己的立意与境界也会更高。

学法开眼的第一要义

佛教解决的是我们自身的问题，是人生与宇宙的问题，它是一个实践性的宗教。如果说它是科学或者是学问都不确切；说它是宗教也不完全确切。佛法就是佛法，佛教就是佛教。既然佛教讲教、理、行、果，讲信、解、行、证，单从哪一个方面来讲都不太准确。

有些老修行人说修净土是由“信门”入，学修唯识宗、天台宗、华严宗是从“解门”入，禅宗是从“行门”入。这种说法没有错，但也不完全对。实际上，信解行证是一体的。信解行证看起来有次第，实际上无次第；教理行果看起来有次第，实际上也没有次第。有次第是从因位上讲，从果位上讲没有次第。有因有果，那是因为我们的境界有迷有悟。迷就有次第，悟就无次第，就无因无果。

学佛的过程，用达摩祖师的话来说，一方面是从理入，一方面是从行入。如果没有理论上的指导，学修一切佛法都是盲修瞎炼，很容易走上歧路。针对修行而言，需要完整严密的理论指导，但尽善尽美的理论经教，又很容易成为理障、所知障，妨碍你实修实证。

俗话说“真传一句话，假传万卷书。”有些徒弟跟师父学了一辈子，师父都舍不得传给他真本事。为什么呢？其实，师父的真本事也就那么两下功夫，一学就会，但是，如果不放心徒弟，徒弟经不住师父的考验，师父是不会轻易传法的。真正实践的法，与自己内心相应的东西，就是那么一种感觉。实践是简捷明快的，它和尽善尽美的严密的理论体系既相矛盾又浑然一体。由此，看中国佛教或者是我们自身的修行，无时无刻不是处在矛盾之中，无时无刻不是处于迷茫之中。怎样解决这个问题呢？

我们首先要落脚于实践，但这个实践又需要理论的指导，同时这个理论指导不能成为我们的所知障。这就是我们学法开眼的第一要义。如果学佛不在这个方面用心，不在这个方面找窍门的话，那么我们生生世世学佛，都找不到入门处，学得越久越是可悲可叹。

禅宗祖师们的功德很大啊！翻开《五灯会元》，我们就可以看到祖师们把这些问题讲得非常清楚。再看《六祖坛经》、《信心铭》等，祖师们对此的开示也是不露痕迹，干净利落，其教法立竿见影，透顶透底。

但是，现在很多人都看不懂《五灯会元》，不知道里面说了些什么，因为他们没有相应的基本功。《五灯会元》是禅宗历代各个传承的传法汇集，是禅宗的史传性资料，里面没有那么多过程的铺垫，没有那么多细腻的说教，其内容直往直来，直截了当。如果你在修学中摸爬滚打了许多年，一看就比较相应。如果你平常完全没有这方面的学养，完全没有这方面的经历，甚至连什么是佛教、什么是禅宗都不知道，又怎么能读懂祖师的语录？又怎么可能在《五灯会元》里找到与自己相应的、甚至激发自己开悟的祖师语录呢？所以，基本功非常重要。

信心铭与证道歌

在《五灯会元》中，我们可以看到三祖《信心铭》的全部内容。当年，我学习《信心铭》的时候，感觉特别好，因为它是把佛教的理论，全部纳入到个人的行持和实践之中了。

我拿它与《永嘉禅师证道歌》做了个比较。当然，《永嘉禅师证道歌》是极美、极好的法本，但里面见地太多。学禅宗需要见地。见不正、眼不明怎么修行？但是，见地多了，说的都是果位上的事情，在因位上的行持就很难达到。很多喜欢佛法，喜欢禅宗的人，经常把《证道歌》挂在嘴边，说起来头头是道，但是他自己并没有入进去。他把人家果位上的见地，当成知识来用了。如果执著于祖师所言，自身又没有融入证道的实践中，那永嘉禅师的《证道歌》，就反而成了自己的所知障了。

我经常在佛学院说这样的话：经教的东西、祖师的东西，是精神食粮，多多益善。但是，消化不良怎么办？拉肚子怎么办？对学佛的人来说，这是一个很重要的问题，是要命的问题！很多人满腹经纶，头头是道，