

聖一法師

禪七
方便

開示

聖
一
法
師

方禪
便七

開
示

普爲施資
讀誦回向偈曰

願以此功德

普及於一切

我等與衆生

皆共成佛道

◁非賣品▷

大乘佛曆叁仟零壹拾捌年（西曆一九九一年）
歲次辛未十一月十七日
阿彌陀佛聖誕良辰 敬印 式萬本

聖一法師

禪七 方便

開示

講述者	聖一老法師
記錄者	釋衍輪法師
倡印者	寶林禪寺眾佛弟子
封面設者	綠葉裝飾廣告公司
贈送處	香港北角法喜精舍
印行者	香港佛經流通處

香港北角英皇道三九〇號
亞洲大廈五樓C座
電話：五七〇一四七八
五七〇一六九一

版權所有·未經同意
不准全部或部分翻印
ISBN 962-7634-01-8

印造佛經佛像之十大利益

- 一 從前所作種種罪過。輕者立即消滅，重者亦得轉輕。
- 二 常得吉神擁護，一切瘟疫、水火、寇盜、刀兵、牢獄之災，悉皆不受。
- 三 夙生怨對，咸蒙法益，而得解脫，永免尋仇報復之苦。
- 四 夜叉惡鬼，不能侵犯，毒蛇餓虎，不能爲害。
- 五 心得安慰，日無險事，夜無惡夢，顏色光澤，氣力充盛，所作吉利。
- 六 至心奉法，雖無希求，自然衣食豐足，家庭和睦，福祿綿長。
- 七 所言所行，人天歡喜，任到何方，常爲多衆傾誠愛戴，恭敬禮拜。
- 八 愚者轉智，病者轉健，困者轉亨，爲婦女者，報謝之日，捷轉男身。
- 九 永離惡道，受生善道。相貌端正，天資超越，福祿殊勝。
- 十 能爲一切衆生，種植善根。以衆生心，作大福田，獲無量勝果。所生之處，常得見佛聞法。直至三慧宏開，六通親證，速得成佛。

印造經像，既有如此殊勝功德，故凡遇○祝壽○賀喜○免災○祈求○

懺悔○薦拔之時，皆宜歡喜施捨，努力行之。

聖一老法師講

庚午年臘月（一九九一年一月）
於香港虛雲和尚紀念堂

聖一法師禪七開示

弟子衍輪恭錄

聖一法師禪七開示

庚午年臘月於香港虛雲和尚紀念堂（一九九一年一月）

弟子衍輪恭錄

十二月初八日

釋迦牟尼未成佛時，稱為悉達多太子，出了家後，先後跟兩位仙人學非非想定及無所有定，知非即捨，捨了之後，又跟外道學苦行、日食一麻一麥，六年後還未悟道，知非即捨。太子那時年三十歲，跑到菩提樹下，發了一個大願：若不悟道，誓不起此座。便在金剛座上結跏趺坐，如是一日到七日，第七日天快亮時，東方有一顆明星，太子一望便悟道，所謂夜睹明星，成等正覺，悟了之後便見道，什麼是道？佛云：「奇哉奇哉，一切衆生皆有如來智慧德相，皆因妄想執著，不能自証，若除妄想執著，則無師智，自然智，一切智現前，與佛無異無別。」太子成佛後，先說阿含經、方等經、般若經，最後說法華涅槃經，

度無量衆生悟道，是屬於「教」，即教人之意，最後在靈山會上拈花示衆，是屬於「宗」，不名為教。我們今天參禪是屬於宗，不屬於教。教與宗有些不同，什麼叫做教呢？教是對機說法，你有什麼毛病便下什麼藥，衆生有種種病，如來有種種藥，衆生有八萬四千煩惱病，故如來說八萬四千法，所以有三藏十二部，這是屬於教；宗則不同，宗就是明心見性，要明白這個心，見到佛性，這樣便成佛，不需要斷八萬四千塵勞煩惱，斷八萬四千塵勞煩惱叫八萬四千波羅蜜法門，屬於教，宗只有一個，萬變不離宗，能明心見性就是，所以宗很簡單，但簡單或不簡單都是對待妄想，所以在宗門下教人看話頭，話頭一看下去便有功用，這個功用就是離了妄想，故看話頭第一個條件是離妄想，離貪瞋痴種種的妄想，看話頭的時候，又能離種種執著，所謂執著者就是我執、法執及空執，話頭都能空去三種執：看話頭時沒有我執，有我執，話頭便看不到

，第二無法執，不許你執一法，一執話頭也看不到，第三亦不許你有空執，若落了空執，話頭也看不到，故話頭能破執著。話頭又能離妄想：打妄想便不見了這句話，不見了頭，打妄想「頭」就不能見，見到了頭便是無妄想，頭者就是妄想之頭，妄想之頭是無妄想，看這個頭的時候，一切妄想便息滅，妄想教我們作業，所謂貪瞋痴，諂曲嫉忌，人我是非，這些全都是妄想。

為什麼會有妄想呢？人人有八個識：前五識、第六識、第七識及第八識；第六意識就是種種妄想，所以金剛經云：「若有色若無色，若有想若無想，若非有想非無想，我皆令入無餘涅槃而滅度之。」這就是妄想，是第六意識，人人都有第六意識，第六意識最歡喜打妄想，日間為想，夜間為夢，見色生心便取捨憎愛打種種的妄想，由妄想而作業。執著不是第六意識，是第七識——恆審思量我相隨，就是執著，執

著有我、執著法、執著空，便稱為我執、法執、空執。金剛經云：「我相、人相、衆生相、壽者相」，是第七識執著。若除妄想，第六識便轉識成智，稱為妙觀察智，若果用功能把執著破除，第七識便轉過來，稱為平等性智，所謂「五八六七果因轉」，五識及八識成佛時轉，六識的妄想，七識的執著，是修因時轉，所以看話頭有兩種作用：第一息滅妄想，第二破除執著，破除了我執及法執便是「頓忘人法解真空」，那時便見性，見性便平等，所以破執稱為平等性智；若無妄想，妄想度盡，便能知一切法，觀一切機，故稱妙觀察智。

看話頭時，向一念未生以前看一切話之頭，看一切念之頭，看一切法之頭，全副精神看下去，照顧話頭，妄想便遠離，執亦遠離，妄想執著遠離，第六七識便轉過來，那時便是如來一切智、一切種智、無師智、自然智，自然現前，便見到如來智慧德相，見到如來智慧德相俗稱明

心見性，與佛相齊，故禪宗看話頭的法門是無上之法，是以今日臘月八日是釋迦牟尼佛悟道之日，因此今日起七打禪七，釋迦牟尼佛七日便悟道，我們若能跟佛而學，勇猛精進，一心不亂，萬緣放下，七日亦可以悟道啊！

十二月初十

各位善知識，佛法千生難遇，祖道萬劫難逢，在這個娑婆國土之人，出無佛世名為佛，出有佛世名為祖，三千年前，釋迦牟尼佛已成了佛，釋迦佛以前迦葉佛已滅度，將來有彌勒佛出世，釋迦牟尼佛修行時無佛，故出無佛世名為佛，釋迦佛修行，歷代祖師亦修行，歷代祖師修行亦悟道，但歷代祖師悟道時出有佛世——釋迦佛正法一千年，像法一千年，末法一萬年；雖然修行悟道，出有佛世名為祖，祖與佛沒有什麼差

別，佛則因圓果滿，修因已圓，証果亦滿名為佛，祖師修因已圓，因即明心見性已圓，但果未滿——三身、四智、五眼、六通、授記作佛等未滿，所以名之為祖。

我們今天的確萬幸，能夠遇到這個成佛之法，亦能遇到佛祖之道，佛祖之道是佛因，成佛之法是佛果，佛果是佛，佛因是祖，所以我們很有福氣，所謂佛法千生難遇，祖道萬劫難逢，雖然是逢到，不能入寶山空手而回，既入寶山，空手而回等於零，入到寶山一定要取寶，我們入什麼寶山呢？入佛法之寶，祖道之寶，我們要取，取即修也，說食不飽，聞法不修等於零，修行如何修呢，每一個眾生的組織，簡單的來說是色心和合，色是四大之色，心是我們靈覺之心，和合而成，或謂由五陰：色、受、想、行、識和合而成，詳細而說是由八個識而成，人人都有眼識，能夠見色，有耳識，能夠聞音聲，有鼻識，能嗅香，有舌識，能

嗜味，有身識，能覺觸，有意識，能分別是非好歹，又有第七識，念念執著，俗稱傳送識，我們所作一切善惡業等均由它送入第八阿賴耶識，又名藏識，第八阿賴耶識的種子多得很，不單是今世的種子，無始劫以來所有善惡種子均由第八阿賴耶識藏起來，不單是生死的種子，六道輪迴的種子，又有聲聞緣覺，佛菩薩的種子亦在其中。各位，你們誦妙法蓮華經，那你想不成佛也不可能：「一稱南無佛，皆已成佛道。」「若聞如是法，皆已成佛道。」所以誦了妙法蓮華經，就在八識田中有成佛之種子，勤力的則快成，懈怠的則慢慢才成，我們今天跑到禪堂來坐香，萬緣放下，一念不生，靜到極則明心見性，你已下了祖師的種子，你若想來世不作祖師也不可能，因八識田中有了祖師的種子，第八識是播藏，一切有漏及無漏的種子、世間及出世間的種子都藏在阿賴耶識裡，你看我們初唸大悲咒，唸熟了，便是藏在阿賴耶識裡，以後日日都識唸

，譬喻有些人背楞嚴咒，背熟了，不是藏在腦內，是藏在阿賴耶識裡，阿賴耶識有楞嚴咒的種子，就能把咒一字不漏的唸出來，我們今天修行以何為本錢？就是以這八個識為本錢，眼見色亦可以用功，耳聞聲亦可以用功，第六識分別思量亦可以用功，第七識更好，恆審思量，第六識思量有間斷，第七識思量則無有間斷，思量到悟道為止，第七識古人稱為「志」——有志事竟成，這是第七識，不是第六識，第六識很脆弱，第七識則可以令你所作事辦。

各位，我們參禪亦復如是，八個識用那一個識去參呢，就是用第七識去參，恆審思量，古人說：念茲在茲，綿綿密密，相續無間。普賢行願品裡說：「念念相續，無有間斷，身語意業，無有疲厭。」這個就是第七識，所以六祖菩薩在壇經中說得很清楚：「報諸學道人，努力須用意，莫於大乘門，卻執生死智。」智即分別智，在大乘佛法不是靠一個

講字，一定要修，所以莫執生死智；生，我亦知道，死，我亦知道，善惡我也知道，君子小人我也知道，這個是生死智，是第六識，分別好醜富貴，亦是第六識生死智。「報諸學道人，努力須用意」，這個意就是第七識，什麼是意呢？我們吃飯時，見到沙粒便會揀掉去，飯粒便吞下肚去，見到合自己胃口的餸菜便夾來吃，不合自己脾胃的便不要，修行亦復如是，要找出自己的意，用這個意去修行，什麼是意，現在舉一個譬喻：若有人問你，「有意無意？」「有意！」這話怎說？在你未出聲答以前已經有了這個意，有意無意是意中的事，不是口中說的；又如有入問你有意朝普陀山否，你說有意，縱使你從未表明想去朝普陀山，但當人家一問你有意否，你即答有意，有意是未講話以前那個心，這個就是意，默然允可也，人家問你喜歡否，你點頭，這個也是意，未講話以前那個心就是意，未開口以前那個心也是意，這個意是很長久的，「有

意久矣」。意不是現在的，若人有意朝普陀山，可能十年前已有這個意在，十年後這個意還未間斷，若人明白這個意，就懂得用功，若想學祖師的道，想明心，就不要用分別心去分別種種的名相，這是生死智，未分別以前那個心名之為意，參禪全憑用意去參，不是用念佛是誰，這個是生死智，要用無分別心去用功，不念而念，不是有念而念，不念而念，打成一片，念念如是，念念都是這句——誰？不是文字上誰，是意識的誰，誰？誰？在心內繼續無間斷的打成一片，這就是努力須用意。

這個意字最難講，中庸有幾句話：「喜怒哀樂之未發謂之中，發而皆中節，謂之和。」中和之道就是中庸，喜怒哀樂就是第六意識，喜怒哀樂之未發謂之中，未發以前是什麼？未發以前，不是第六識，是第七識，今日用這個功，不是喜怒哀樂已發那個功，是喜怒哀樂未發以前的中和之道，中即不偏，和即和平，中和就是打成一片的氣份，保持這個

氣份，不要那個喜怒哀樂，若用第七識修行，便很容易打成一片，前念後念，念念一如，前念是淨，後念是淨，念念是淨，淨便打成一片，以第七識用功，古德稱之為疑情，亦即是打成一片，第六識不會打成一片，第六識生生滅滅，妄想彼起此生，那裡可以打成一片，如大海波濤，千濤萬浪，這就是第六識的境界，第七識如水平如鏡。

很多人不知道什麼是疑情，只知道參禪要起疑情，起疑情就是打成一片，打成一片後就沒有第六意識，一念萬年，萬年一念，沒有第六意識，就沒有時間性，打成一片是一個氣份，只有自己才知道，不單參禪可以打成一片，持戒亦可以打成一片，持戒之人，戒律現前，如影隨形，行住坐臥，出入往還，舉止威儀好得很，因有戒與其打成一片，定也可以打成一片，所謂行亦禪，坐亦禪，語默動靜體安然，不單定可以打成一片，慈悲心也可以打成一片，若慈悲心打成一片，這人慈祥和氣，

所以用功打成一片後，行與坐無有差別，行如是，坐如是，寤寐一如，欲想打成一片，一定要用第七識，不可以用第六分別意識，以第六意識用功，話頭很粗，念佛是誰——好像有，頃間便不見了。用功而話頭不見了，便會生煩惱，還是捨離第六識，用第七識好了。

以第七識用功，提又不是提，很微細，但要留意那個「看」字，念誰則看誰，念無則看無，無字不會生滅，念念無，無生滅心便現前，前念心是無，後一念心是無，念念無，「無」心相續，便打成一片，「誰」字亦復如是，第一念是誰，第二念是誰，念念是誰，誰字無相，誰字無生滅，便打成一片，所以虛雲老和尚說法，的確妙不可言，他老人家「看」話頭，用個「看」字，他老人家提醒我們——看！我在南華寺聽老和尚講開示云：「初發心的多提，老參師傅多看。」這個看字，就是萬法一如，若人跑到山頂看香港，香港亂七八糟，但於你眼無礙，萬物