

十分

第十九卷 · 第十一期
2000年八月出刊



十方禪林 準提法系列講座與修法

準提法自唐代傳入中國以後，歷代廣受奉持，影響所至，遍及日本、西藏等地。如《大教王經》所云：「七俱胝如來，三身讚說準提菩薩真言，能度一切賢聖。若人持誦，一切悉得成就，不久證得大準提果。」

十方禪林為廣弘準提法門，從本年八月十三日起至十月二十二日止，舉辦準提法系列講座與修法，邀請藍吉富、鄭振煌等多位老師，分別從各種角度，深入闡揚準提法門各項意蘊。

日 期	主 講 人	題 目
8 月 13 日	藍吉富老師	《顯密圓通成佛心要集》與準提法
8 月 20 日	楊光祚老師	從《了凡四訓》談準提法
8 月 27 日	鄭振煌老師	從南傳佛教看準提法的清淨道
9 月 3 日	游祥洲老師	普賢行願與準提法門
9 月 10 日	陳國欽老師	從藏密系統談準提法
9 月 17 日	林光明老師	談準提咒
9 月 24 日	周勳男老師	略談準提淨業與三昧行法
10 月 1 日	詹勳華老師	茶的受想行識
10 月 8 日	葉柏樑老師	在準提鏡裡發現眾生失落的世界
10 月 22 日	上首下愚和尚	準提法門的修持次第

註：每週日晚上 7:00～8:30 講座；8:40～9:30 修法

洽詢地址：台北市信義路二段 271 號 12F

電話：(02)2392-3100 · 2392-3101

❧ 歡迎各界人士蒞臨指導 ❧

十方禪林啟建^{報恩}孟蘭盆大法會系列活動通啟

法會緣起：

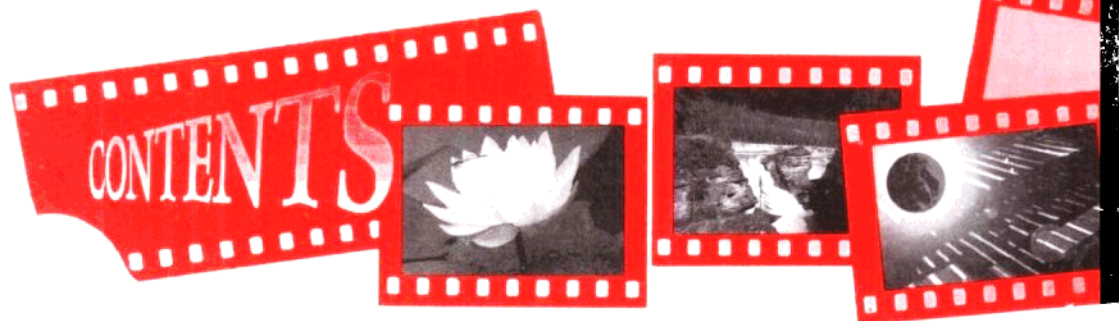
天地之大德曰生，人間之至善為孝。四恩之數，肇自父母；率性之道，首重教化。報因因途非一，承志繼烈，光耀先德，固事之美者，終不若依佛教大乘菩薩導利眾生，使現世父母消除災障，先亡祖親得托生蓮邦之為善且美也。十方禪林為弘宣孝思，謹遵佛制，於佛歡喜日前夕，農曆七月初九起至農曆七月十五日，在台北市現址啟建孟蘭盆大法會七永日，誦誦經咒，虔修止觀，使冥陽兩利，同蒙福庇。功德回向國運昌隆，民生樂利，總統政躬康泰，檀那福慧增長，及禪林創建早日完成。

法會內容：

- (一) 農曆七月初九上午八：〇〇灑淨。八：三〇至十一：〇〇虔誦「地藏菩薩本願經」，下午二：〇〇至五：〇〇虔誦「地藏菩薩本願經下卷」，準提共修及晚課回向。
- (二) 農曆七月十日至七月十四日，每日上午：九：〇〇至十一：〇〇虔誦「地藏經」，下午二：〇〇至五：〇〇虔誦「地藏菩薩本願經下卷」，準提共修及晚課回向。
- (三) 農曆七月十五日，上午八：〇〇至十一：〇〇虔誦「地藏經」，十一：一〇至十一：四〇虔誦「孟蘭盆經」及上供。晚間六：〇〇至九：三〇舉行「大蒙山食施」超薦諸方先靈，速登覺岸。
- (四) 法會期間，每日上午十一：〇〇至十一：四〇舉行上供齋儀，歡迎各界人士及十方信眾蒞臨拈香祈福，並備有午齋供眾。

參加辦法：

- (一) 法會特為十方禪林護法會員、禪林基金功德主，及各界善信免費消災增福，恭頌闔宅吉祥，暨超薦先靈，期使蓮品增上。
- (二) 凡欲消災及超薦者，請填妥左表後：逕寄：台北市信義路二段二七一號十二樓「孟蘭盆大法會籌備處」請電洽(〇二)二三九二三一〇〇一、二三九三八〇〇〇 傳真(〇二)二三二五三〇〇
- (三) 如欲隨喜贊助法會，參加法會、蒙山功德主或供佛齋僧者，請利用郵政劃撥(〇)一三九九九二五 釋宏善。
- (四) 供佛齋僧項目：
 - 1 法會功德主 伍萬元，蒙山功德主 貳萬元。
 - 2 孟蘭盆大齋 壹萬元，如意齋 伍仟元，吉祥齋 參仟元，羅漢齋 壹仟元，隨意功德不拘。
- (五) 交通：
 - 1 台北火車站對面22、20及38、70、204、209、294、信義幹線至「新生南路口」站下車。
 - 2 〇東、〇南、211、72、26、254、263、270、280、226、290、311、505、指南1、3及松江新生幹線至「大安分局」、「信義路口」、或「工業局」站下車。



《封面圖》·形色如幻	陳鐵民攝
《普說》·道人不貴裝 只貴鐵額頭	心音 4
《深入經藏》·遼遼天地一奇謎(宗鏡錄略講96)	南懷瑾 8
·最難淨智通(諸經相貌速寫20)	周法瑋 23
《準提海會》·深觀無礙觀 歌擁月輪觀	釋首愚 14
《第一月》·神奇與平常—指月錄遊歷	葉柏樑 28
·驅馳龍象 直指風規	
——臨濟宗月幢和尚及其禪道思想	張新民 34
《活動信息》·準提法系列講座	1
·斷食營招生	22
·十方禪林啓建孟蘭盆法會	2
·十方禪林孟蘭盆法會義賣活動	封底
《峨眉湖畔》·一棵羅漢松的故事	魏良玉 41

發行人：周勳男
社長：釋宏善(首愚)

副社長：陳鐵民

顧問：章克範

總編輯：葉柏樑

主編：施玉雲

特約記者：魏良玉 沈湘珠

發行部：游芳儀

電話：02-23923100・23938000

FAX：02-23225300

社址：台北市信義路2段271號12樓

十方雜誌
UNIVERSAL MAGAZINE



承印者：崇豐刷公司 23019340

基本會員：年費新台幣600元

歐美美金50元，亞洲美金48元

香港美金45元，支票支付另加

手續費美金8元

郵政劃撥：05543556十方雜誌

發行：財團法人十方禪林文教基金會

行政院出版事業登記證局版台誌第3274號

中華民國郵政為新聞紙類登記執照北台字第0695號

· 普說 ·

道人 不貴裝

只貴鐵額頭

八
立
回

曾經有一位同學，她夢到我在拍戲的片場裏，坐在椅子上，穿得破破爛爛的，腳還斷了，一副慘兮兮的樣子。她看了馬上號啕大哭，非常的難過，非常的悲悽，一直叫著我。她這種夢中對我的真情流露，令我非常感動。

這位同學的這種類似的夢境已經發生好幾次了。有一回是夢到我整個人攤在椅子上，極度疲憊的樣子。夢境中，她感到好辛酸。那麼，她這類的夢境到底是真實，還是虛妄的呢？我覺得，如果從一般世俗的眼光來看，我長久來似乎在事務和身體上頗為困頓耗累，但是事實上又如何呢？我要以《禪林實訓》中的一段記載來告白。

辯首座出世，住廬山棲賢。

南宋晚期有位辯首座出來以禪宗法門接引衆生，他就是四川成都的大辯禪師。他的師公是臨濟宗楊岐派的主帥，佛果禪師。大辯禪師所住持的棲賢寺，就在江西的廬山。

常攜一筇，穿雙屨過九江。東林混融老，見之呵曰：師者，人之模範也，舉止如此，得不自輕，主禮甚減裂。

筇是用竹子做的手杖。大辯禪師常常拿一根竹杖，腳上穿著一雙麻草鞋，經過九江。廬山在九江南邊，大辯禪師時常經過九江，到東林寺這個地方來。東林寺有一位叫混融的長老，看見大辯，就數落他：你爲人之師，當一個善知識，應該做大家的模範，怎麼這副邋遢的樣子，隨便拿一根竹子，像叫化子手中的打狗棒，腳上蹬一雙破草鞋，不好好穿上像樣的僧鞋，像你這副德性，怎麼住持佛法呢？再這樣自己不自愛的話，別人又如何尊重你。「主禮甚減裂」，佛教主要的禮節，佛教根本的規矩，都被你破壞了。

辯笑曰：人生以適意爲樂，吾何以咎焉？

混融長老以佛教廟堂之上大和尚應有的體面，來要求辯首座，是有他的道理。

可是辯首座聽了卻很自在的笑笑，說：人活著要能解脫快樂，「適意」，心要舒坦、安適，沒有掛礙。我這樣率性過日子，又犯了什麼過錯呢？

難道竹杖要換爲錫杖或龍頭杖才有威德嗎？難道一定要搭著大紅祖衣，端個架子，

才是莊嚴嗎？故事到了這裏，我們要知道，佛教在世間爲了宏揚教法攝受衆生，自然發展了一套很體面莊嚴的儀制，規矩很多，排場很大，殿堂越蓋越高越廣，儀節愈演愈隆重華貴，這都有他度衆生的功能。可是如果到了最後，只是外表風光，而沒有實質的內涵，那便本末倒置了。

混融長老說「師者，人之模範也」，那麼怎樣才是真正的模範呢？怎樣才是爲人師之道呢？

援毫書偈而去。偈曰：「勿謂棲賢窮，身窮道不窮，草鞋獐似虎，拄杖活如龍，渴飲曹溪水，饑吞栗棘蓬，銅頭鐵額漢，盡在我山中。」混融覽之有媿。

大辯禪師於是拿了隻筆揮灑起來，寫下了一首偈子，人便瀟瀟洒洒地走了。

偈子很鏗鏘有力，指出修道人真正莊嚴之處。那位混融長老看了以後，自己很不好意思。偈子大意如下：

「勿謂棲賢窮，身窮道不窮。」學佛學道千萬不要只在場面上搞，不要把佛法弄得花枝招展，用來妝扮自己。雖然巍峨的殿堂，有它的價值，震人的場面，有它的效果，可是「道」更重要，冠冕堂皇的儀式不可廢，可是人心有沒有解脫，有沒有真正清淨純潔，有沒有「無有恐怖，遠離顛倒夢想」，才是你我的安住處。

辯首座說，不要看我這樣子，便以爲棲賢的修行人沒有什麼看頭。不要以爲我們寒酸，上不了大場面，我們在棲賢寺修行的人可是「身窮道不窮」，那沒有貪嗔痴的潔淨心靈，沒有我慢爭執的自然涵養，可真是一切都滿足呢！由這裏，很值得我們反省現在學佛人的心態，以及社會上學佛風氣的走向。

「草鞋獐似虎，拄杖活如龍。」也因為這樣，一雙破草鞋穿在腳上，走起來虎虎生風，雙腳如虎身，套上草繩的雙足如虎頭，這雙腳多有力穩健啊！如此，在生命的叢林中，有虎嘯獅吼的豪勇氣魄，對於人生的任何境界都不害怕，這樣才是學佛人的榜樣，才是佛法莊嚴的地方。

如果穿上好皮鞋的，是一雙柔弱無力的腳，那有什麼意思。你混融長老難道只要面子，不要裏子嗎？學佛難道是在把自己修成一隻艷色的軟腳蝦嗎？鞋子是助道法，腳本身才是本事。我們現在學佛的人，是不是往往只在助道法上標榜，被場面盛大沖昏了頭

，被華麗排場迷了心竅，將自己所修法門變成重重機關而卡住自己，透脫不出無依傍的心靈，而還以為自己所學的法最奧密、最高明，而在那裏沾沾自喜？

「拄杖活如龍」，意思與「草鞋撐似虎」相同。在我們也可以改說成：「手中斧頭活如龍」、「手裏鍋鏟活如龍」、「手上抹布活如龍」。唐朝的趙州禪師說：「老僧拈一支草作丈六金身用」，一支草在趙州的手上都能發揮一尊佛的全力。反過來，如果尚方寶劍到了我們手上，大概便成了一塊廢鐵。也只有像包青天這一類的上士，才能用尚方寶劍度眾生。

辯首座在這裏的意思，或許也等於在說，那些很體面的修行人，他們手中的錫杖或是龍頭杖，其實也只不過是他們無力走路，用來支撐的老人拐杖或病患坐的輪椅罷了。

「渴飲曹溪水，飢吞栗棘蓬。」曹溪可當做禪宗六祖惠能大師的別名，因為他的宏法道場在廣東曹溪。「渴飲曹溪水」是說真正修行人得到禪法的甘露，身心解脫自在沒有煩惱，清心無欲，已經得到佛性清泉的滋潤，那顆心已完全淨化而活潑自由，因此能「飢吞栗棘蓬」，栗果的外殼有長長的毛刺，好像蓬蘽，辯首座他們可以這種長刺的野果為食，是多麼能吃苦，能忍辱，而內心不會有任何問題的芥蒂。所以下面辯首座接著說：「銅頭鐵額漢，盡在我山中。」

在這裏，我等於在回應那位夢到我的同學。我要告訴她，雖然斷腳攤在椅子上，但是我還是要住在辯首座的山中。做人如果不是銅頭鐵額漢，如果吞不下栗棘蓬，如果喝不到曹溪牌礦泉水，凡事只是在求一個體面風光，那你又何苦來佛門呢？

與楊岐派同屬臨濟宗的黃龍派祖師黃龍慧南禪師，曾經被誣陷下獄，在牢裏受到百般的凌虐，可是他卻沒有難色地將所有的過錯一肩擔了下來。後來出獄，他人披頭散髮，早已成了皮包骨，他的道友真點胸和尚在半路迎接他，看到他折磨成這個樣子，禁不住地號泣起來。結果黃龍禪師卻喝止他，罵他：「你這個俗漢！」要真點胸不要不懂事，以為黃龍他吃了什麼苦，受了什麼天大的委屈。

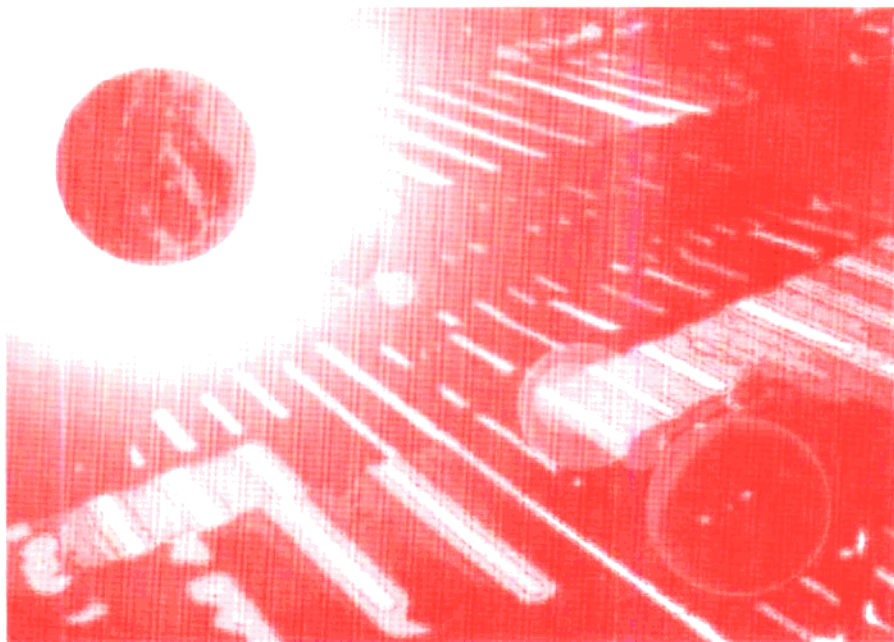
嘿！黃龍禪師真是一位「銅頭鐵額漢」啊！他的心真的是澈澈底底無憾地清淨了，也因為如此，他的人也就真真正正「銅頭鐵額」大無畏地去了。後來他告訴他的弟子，他在牢裏被拷打時證到了一切菩薩遊戲神通三昧，那是一個人的心靈超越了一般人因我執而來的身心限制，所達到的完全渾灑自如如遊戲一般快樂忘我的境界。

由此，凡俗如我者，難道就悟不到自己煩累的身子，斷腳般的生活，正是一種拍片場裏的遊戲可以適意地繼續演下去呢？

· 深入經藏 ·

遼遼天地一奇謎

宗鏡錄略講(96) / 南懷瑾先生70年講述 周勳男整理



攝影 / 陳鐵民

在精微處辨證幾種錯誤的佛法概念

現在我們進入《宗鏡錄》第四十六卷，這一卷一開始又論述到唯識的重要，以及後人對唯識的誤解。永明壽禪師說古來講唯識學的很多，但是有許多把唯識講錯誤了。而我曾一再強調學佛者，尤其是學禪的人，在修證上非得研究唯識不可。我們可以拿《禮記》對《易經》這門學問的評語：「繫靜精微，易之教也」，用來比擬佛法修證的境界。「繫靜精微」這中國文化的四個字，看起來簡單扼要，一用佛經的道理來講，那解釋起來就廣大無邊了。繫，像我們說打坐唸佛修到清淨就是潔淨，明心見性見到空性，空就是潔淨。但是見到空不能說是到了家，還不夠的。你學佛就是成就了小乘的阿羅漢果，乃至菩薩境界，都還不足，還不是成佛，因為繫靜，必須要達到精微才行，而唯識對心識的剖析有助行者免於粗疏之弊而不落於歧途。

夫欲顯正宗先除邪執者，約外道小

乘諸古師等譯解唯識正理，凡有幾種。

這是對學佛本身的學術思想體系裡頭的錯誤作檢討，分類找出印度到中國這一兩千年來，所有佛學思想偏差的地方。永明壽禪師說爲了呈現正宗的佛法，先要滅除思想上的邪見，與它的執著的觀念。「約外道、小乘諸古師」，歸納佛法以外的各種宗教哲學，乃至佛法以內的小乘思想，那些古來的大師們錯誤的觀念，它們一共有多少種？

答：不達唯識真性，邪執蓋多。宗鏡所明，正爲於此。

佛學的理念不清楚，這是因爲對於唯識不能深入，邪見太多了，所以要明心見性也就不可能。現在《宗鏡錄》集中佛經的三藏十二部的精華，它所要表明的目的，正在這個地方。

物質與精神是實在嗎？

如唯識論云：復有迷謬唯識理者，或執外境如識非無，或執內識如境非有，或執諸識用別體同，或執離心無別心所。

我現在只能就這裏所提出的四點唯識的問題向諸位報告。講到唯識論，對不起，我要專對青年同學們下一記重重的棒子，你們天天講中國文化，這就是中國文化了，從隋唐一直到明末清初，所謂研究中國哲學史，就唯識論的相關理論體系就是中國哲學很重要論辯的一大環節。有人以西洋哲學論理的觀念，便草率地認爲中國沒有哲學，那太糟糕了。什麼叫唯心或唯識，心識的構成與宇宙的關聯如何？這些你搞不清楚，甚至弄錯了，「復有迷謬唯識理者」，那修行又怎麼修得下去？在南北朝釋迦牟尼佛過世以後一千年左右，正統佛法思想的紊亂，自印度當時起已經產生許多錯誤，歸納起來有四種。

第一、「執外境如識非無」。像我們現在以我們爲中心，外面的這些都是外境，乃至於整個地球、整個太空的物理世界，都是屬於心外面的境界。並且我們閉到眼睛，我們身體也是我們的外境。我經常說，人最愛的是什麼？什麼我的爸爸媽媽，那大概是次要；什麼我的孩子太太，那還是次要，真正最重要是我自己，我最愛的是我的身體。好，那你說你的身體重要，現在你這裡有個癌，這一隻手不剝掉，活不到三個月，耶！趕快切掉了，身子也不重要了，然後又發現裏面還有癌，還要挖掉，最後

都把你挖完了，那被剝挖的身子都還不是我，都是外境而已。那我是什麼東西呢？你真要找了。

以上是說，你身體壞了，非把你割掉不可，你本來把身體看成是我自己的，到這個時候你一定把他看成是外境。有一派唯識的觀念很執著，以爲外境同心識一樣，非無，非無不就是有嗎？它認爲外境同心識的作用，與精神這個東西，都不是空的，硬是有。換句話說，也就是思想承認物理世界的這個功能，依質量不滅定律與能量守恒定律來說是存在的。但是這裡有一個問題，把外境的物理世界同唯識的精神世界兩個對立起來講，有二元論的痕跡。當然是不是二元論，這裏沒有講。但是它是承認外境如同物理世界的那個質能，與精神生命的這個識，是同樣的存在。因此認爲修行成佛了以後，最終我這個還是存在的。這種想法大家最歡迎了，死了沒有關係，到另外一個地方，我還是人存在的，而且也很威風。擴充而言，宗教神學認爲天堂就是有個天堂，另外有個世界就是確實有個世界，都是屬於「外境非無」。同樣的，我精神的生命也是有，所以靈魂還是存在。一句「執外境如識非無」的這學術觀念，就可以當做一篇博士論文的主題，起碼可以寫幾十萬字，那裏面要論證的道理多了。

心與物真的沒有嗎？

第二、「或執內識如境非有」。另一種錯誤，幾乎同上述這一派的觀念相反對立。內識，比如當我們閉到眼睛睡著了，或打起坐來恍惚間還會作夢，那個心意識的活動還在進行，這個內識它是「如境非有」，同外面的物質環境一樣，都是空的，不實在的。就好像我們閉到眼睛想，好像裡頭有個我在想，作夢的時候有個我，夢醒了沒得我了，都空了。以物質環境為例，二、三十年前，我們看信義路這裏，老實講，你花一萬塊錢請我來，我也不來，整片都是荒地，走一趟半腳都是泥巴。如今田地空了，變高樓了，物質世界隨時都變化，滄海桑田。所以物質世界是空的，而內識精神世界同它一樣，也是絕對的空的。但為什麼它下的用語卻不用一個空字或者有字呢？它這裏用個「非有」，這是一個邏輯思辯的問題。非有，不是真有，它沒有下斷語，肯確給一個直截刻板的字眼，因此這裏面留有機變。

宗教、哲學、科學的歷史進程

第三、「或執諸識用別體同」。我們人類，不管是中國也好，西方也好，人類文明到目前還是很幼稚，儘管講起

來四、五千年，其實，永遠是十八歲的樣子。西方的文化問人從那裡來？這個世界怎麼開始？最先答的是宗教。宗教說人是上帝照他自己的樣子造的，世界是祂一天、兩天、三天，一共用七天的時間造出來的，並且第七天祂只是用來休息而已。而在中國又怎麼說世界的來由？就是盤古老王開天地嘛！我們小時候都曉得畫上那個盤古老王是我們的祖宗，頭上突起兩塊，手裡拿個斧頭，他老祖宗斧頭一劈，天地就開了。人類搞了幾千年都認為人和世界是這樣來的。後來有聰明人起來發問：「是啊！你這樣說，我是相信，不過你總把那個道理講一下，給我弄清楚呀！那個上帝那一天為什麼發神經，他照他那個樣子捏一個人出來呢？盤古老王為什麼要砍這麼一斧頭呢？如果沒有這個世界和我們，那一切人的痛苦都沒有了，蠻好的，又何必來這麼一下呢？」這個世界和人生是怎麼來的，你總要告訴我理由啊！我要我相信就好，不要問，我沒得辦法啊！有人出來附議說：「管它，我們兩個偷偷跑到神殿後面打開門看看。」這樣慢慢就有了所謂的哲學，哲學研究的問題多了，世界怎麼來的？地球的形成是先有水還是先有火，還是先有風呢？數理和世界的關係又如何？這個世界的存在原理是唯物或是唯心？若是神創造世

界，神的概念為何？最後宗教家跟哲學家妥協了，宗教信仰也要理論證明，宗教哲學出來了。

後來，又有年輕聰明的，告訴宗教家和哲學家兩人，你光靠穿著那個神的衣服講講道理，那不行，你各種問題論辯得很精彩，我們還是不夠滿意。你叫我信很容易，你可以把道理說得繪聲繪影，可是請你把門打開看看，讓我進去摸一下看看有沒有這個東西。事情除了理性的認知，還要經驗觀察的實證。以宇宙生命的大殿來講，宗教是守在門前的，頗有此路不通，閉人莫入的意味。哲學家是走到後門看看影子，好像有一點點道理，可是又沒什麼憑據。科學說：「不行，你前面還要開開，後面也看看，我再進來摸一下看是個什麼東西。」現在科學就在摸，摸得有色有聲，讓這個時代朝電腦科技、生物科技發展，但是自古來人類存在的基本問題，還是摸不出真正的解答來。這等於我常說中國許多哲學的洞見都表現在文藝裡頭，如唐人詩：「江上河入初見月，江月初照人。」這個月亮，第一個看到的是誰？它又是在什麼時候開始照的呢？到現在，以宗教、哲學、科學三者，人類對這些宇宙生命根源的基本問題仍解決不了。這就是為什麼我說這個人類的文化只有十八歲，因為人的智慧有如富

於幻想的年輕人，這些想法就是後來學問的開始。一個人二十幾歲學問有成就了，三十到四十往往不過在增長或深化地實行年輕的想法，把它整理變成系統性的學問，到了五十、六十歲則是回憶自己過去的那一套，寫成書，還是十八歲而已。那麼，等到人的智慧真成熟了，已是六十到七十，蘋果一樣長熟了，就要碰咚！掉下地了。所以，前面很多人到了這個時候，都趕快叫後代，你們不要懶，趕快跟上來，而後代人也照樣趕、照樣跟，結果趕了半天，跟了半天，人類的學問，永遠十八歲，後面問題永遠不知道。說不知道，裡頭又有那麼多討論，對問題的澄清和新發現似乎又進展了一些。唯識學所追求的，就有這樣的一種科學精神，同時要我們去實證精神意識本源存在的實況。

識有分化之用，還是只有唯一心體？

現在講第三種錯誤在認為諸識是「用別體同」，眼、耳、鼻、舌、身、意的作用是不同，它們是識的分光，而後面功能是一個體。第四還有一路的看法「執離心無別心所」，認為離開心的那個本性功能，離開心作用以外，不承認有外界的東西，一切都是心裏的意識

變化。大概講起來這四派，每一派都可以成爲一個專論，唯識要辨證討論的，就是這些道理。我們學佛修行的人，大家要檢查自己的思想觀念，是否經常掉在這幾種的錯誤裏。

有道可修、有果可成的執著

古德云：或執外境如識非無者，此即有宗。依十二處教，執心境俱有是第一義。

現在又回轉來論述「執外境如識非無」這種精神以外的物質世界，是有的，這一個見解。這一個見解指的是最高修行的境界，修成功了，那就是身外有身，有一個自己永恆不變的生命，而所謂三千大千世界也是永恆存在的。這一種觀念，「此即有宗，依十二處教，執心境俱有是第一義」，屬於小乘佛法裡頭執有的一派，認為有道可修，有果可證，有佛可成。經常我們問學佛的人：「你爲什麼要學佛？」「唉！人世間真痛苦，修成功，不來了。」不來在那裡呢？「不來就在修成功那個地方啊！」假想修成功那個地方在某處，以爲真有那麼一個地方，這也是一種「執外境如識非無」，「依十二處教，執心境俱有是第一義」，十二處教就是十二部教，

從小乘的觀點來看，執著心與境都是有，並以這種見地爲最高的原理。這個「心境」是兩個名詞，認爲此心意識同外境的物理世界，兩樣都是存在的。

一切皆空的執著

論云：或執內識如境非有。釋曰：此即清辯依密意空教，撥識如境非有。

至於「執內識如境非有」，是執著我們的內識，這個能夠思想的精神，同外面的境界，同物理世界一樣，「非有」並不存在。「釋曰」，這種理論就是「此即清辯依密意空教，撥識亦無」。清辯是佛過世後一千多年，印度唯識學派的一位出家大師，聲望和影響力都很大，他根據修證的奧秘，認爲修到最後是一切皆空。這個空，空到了連心性意識的作用，最後生命這一點空念，也是空，所以認爲「識無」，連精神意識都是沒有的。

大乘菩薩的執著

論云：或執識用別體同者。釋曰：即大乘類菩薩言八識體唯是一也，如一水鏡，多波像生。

另一派認為我們精神的生命，心意識的作用，雖有眼耳鼻舌身意的差別作用，但是本體是同一個東西，等於麵粉是一樣，做成饅頭、包子或麵包，樣子就不同了，但是體本來無差。許多大乘的菩薩，認為眼、耳、鼻、舌、身、意、第七末那識、第八阿賴耶識，雖然精神作用分為八個識，實際上是一體的。等於一個大海，起了很多的波浪，儘管怎麼起浪，還是海水。又等於一個鏡子，映出各種的影像，不管影像怎麼種類繁多，鏡子還是一個。我們經常可能看到這種佛學的理论，這是修大乘道不究竟的一派。

一切唯心的執著

論云：或執離心無別心所者。釋曰：此即經部覺天所計，以經言士夫六界，染淨由心，無心所故。雖於蘊中亦有心所，但於識上分位假立，無別實有。

這第四派的理論歸納起來，認為離心以外無別心所，一切唯心，不承認離這個心以外，有個心所法的境界，當然也沒有所謂的物質世界，全部只是個能。「釋曰：此即經部覺天所計」，這種見解是佛過世後一千多年，專門研究佛經的覺天大師所提倡，他的論點是「以

經言士大夫六界，染淨由心，無心所故」，因為佛經上講「士夫六界」，士夫就是指一切眾生，六界則指構成眾生與世界假合的地、水、火、風、空、識，這一切是「染淨由心」，你覺得是污染或是清淨全都只是個心自己感受來的。換句話說，一切只是唯心，「無心所故」，並沒有心所有的任何對象，沒有什麼意識的「用別體同」的問題，沒有什麼眼、耳、鼻、舌、身、意這些差別。

所以說「雖於蘊中亦有心所，但於識上分位假立，無別實有」，在色受想行識的五蘊的身體來講，表面上有心所有法和色法等五根、五境和各種善惡染淨的心理狀態，其實那只是精神意識活動的假象，也是權宜以名字去稱呼它們，並沒有這些心所的存在，一切只是唯心而已，你只要明心見性就能成佛了。像這一類思想大家一聽，覺得蠻好的，可是真正要研究佛學，乃至於最後想要修行成就，非瞭解這些論點的每一面不可，不然你的見地始終會被其一困住。

這四種理論堪稱古今中外所有的思想的基調從形而上到形而下都含蓋了，但是如果講佛法的正法是什麼，那這四種都還是走了錯誤的路線。

玄奘法師對唯識學派的看法

慈恩大師釋護法菩薩唯識論中，略有四種。一、清辯順世有境無心。二、中道大乘，有心無境。三、小乘多部，有境有心。四、邪見一說，都無心境。

慈恩大師就是唐代的三藏法師玄奘，玄奘法師到印度取經回來，就在慈恩寺進行翻譯的工作。根據慈恩大師解釋護法菩薩的唯識論，將宇宙生命心物理論概分為四種，第一種是清辯大師學派的系統，主張「有境無心」。清辯與護法，都是彌勒菩薩之後的唯識學大家，分成兩大學派，主張不同。依護法系的分類評斷，清辯走順世的路子，「有境無心」。印度古代思想有所謂順世論一派，認為人死這個心也就沒有了，屬於唯物論一類的說法，也是一般世俗的觀念，清辯跟到現有這個世界一般思想的潮流，利用世法的觀念，以此引入瞭解真正的佛法，他用心很苦。但是這種理論發展的結果，便會認為外面的境界還是外面的境界，物理境界還是物理境界，此心不動就沒有事了。因此就有類似所謂對境無心就是道的味道。

「二、中道大乘，有心無境」，第二種是大乘菩薩的理論，一般所謂大乘道的人，認為一切唯心，究竟從來只是一個自心，外面什麼煩惱都是空的，沒

有關係。別人跳起來罵我，我當成是幻影，那個有什麼呀？「三、小乘多部，有境有心」，佛過世以後，所謂大阿羅漢證道的出家弟子，建立有部的思想，認為一切法皆有，不是一切法皆空，有為修道，今天做一點，就有一點成就，修到什麼程度，就有什麼成果。空真有空，功夫真有功夫，道真有道，不是沒有。這是有境也有心，心的作用力量有這麼大。現在大家研究印度瑜伽術、波羅門教或印度教的哲學思想，大都偏向有境有心。以功夫來講，那是有個段數高下的境界。「四、邪見一說，都無心境」，最後一種完全是邪見的觀念，認為「都無心境」，心境全部沒有了，是一種嚴重的斷見思想，其錯誤不值一駁。

人類文化思想史中爭論的主題

又四句分別。一有見無相，謂正量師，不作相分而緣境也。

現在講到的這些佛學的思想學派，一個個真要去論述它，都是很麻煩的，你們年輕人都喜歡佛學，但真正佛學碰到這種地方就很吃力了。一般宣揚佛學文章寫起來，就是般若智慧或是什麼六根、六識等等的，初機的名相觀念講得

很多，但是要論見真章的深奧哲理，那就不能草草了，非學因明邏輯的精細思辨不可，假使有一點搞錯了，那你修持的工夫都成白費。「四句分別」，四句是指宇宙生命的存在，依佛法歸納，有四種見解，有、空、亦有亦空、非有非空，這跟前面的幾種唯識的分類都是概括性地呈現各種不同宇宙人生與自然哲學的觀點，其中有一派叫正量部，是小乘十八部之一，它的論師們認為修行見道時，見了嗎？見。那見個什麼？無相，無形相那個。你問我見道了沒有？我說見道了，但所見無形無相。這是正量部論師一派的理論，「謂正量師，不作相分而緣境也」，他們認為一切境界，比如你們看到有一個人，這個人站在講台前面對吹一頓，這麼一個相，我不去緣它，不當作相分看待，這個相不是相，對識不起作用就對了。

二、有相無見，謂清辯師。三、相見俱有，餘部及大乘等。四、相見俱無，即安慧等。

第二種認為有相無見，見而不見，換句話說，你工夫做到了以後，你打我沒有關係，寒暑不侵，夏天穿棉襖，冬天只穿一件衣服或不穿也沒得關係，吃與不吃沒有什麼影響，依這種有相無見

的見解，工夫也可以做到這樣，無一個人去受任何的境界，清辯大師這一派屬於這種理論。

「三、相見俱有，餘部及大乘等」，再來這是佛過世以後，一般所謂的有宗，不是空宗。認為一切皆有，認為物理世界一切萬有的現象是存在，見道這個道心也是存在，「相見俱有」。「餘部」，佛的部份弟子們所形成的學派，以及一般大乘菩薩們，沒有到家的，也落在這個見解裡。「四、相見俱無，即安慧等」，還有一種對宇宙生命和修證原理的看法，認為幻有的外相，同見道之見，都是空，這是安慧大師這一派。

如果我們講人類文化史，可以依佛教思想的演變，以及各時代大師們修證思想的變遷，來作比較研究，分出其層次差別，那就很有意思了。大家要曉得《宗鏡錄》這裏這幾句話，包括了印度與中國在學術的戰場上，打了一、兩千年思想戰爭的主題。我們人類社會的進步，社會不安定，以及你修持的成就如何，同這些思想有密切關聯。不過領導思想的屬於極少數，等於一件衣服，領子的地方才一小部份，就能夠把整件衣服吊起來，思想文化就這麼厲害，而佛法的文化思想爭辯的領域裡頭，幾千年都在這裡翻來覆去，它們的主導者在歷史上都非常有名。

· 準提海會 ·

準提法小參報告

深觀無礙觀 歌擁月輪觀

主七和尚·首愚法師

1

師

示：用金剛念誦持誦準提咒，很容

易使我們全身的氣血通暢，而不只是靠兩個鼻孔呼吸了，最

後修得好，變成是全身的毛孔呼吸。我們念咒要由剛變柔，同時本來一口氣只能念兩三句，慢慢氣愈來愈長，愈來愈細。這樣我們身體不管是肩膀僵硬，脖子或背脊骨不適，就



會因此而產生自然細微的鬆放，有時感覺到好像螞蟻在爬，氣機湧動，這是色身轉化的一個初步的徵兆。

開始用功修行，一定要從四大轉化開始，這也是消業障，身體由粗重變輕安，心性本來非常貪心、貪吃、貪看、貪睡的種種毛病慢慢減輕了，慢慢對飲食也不太講究了，吃得清淡，吃得飽就好了，不會對口感有過多的要求。這是由輕安而起的效果。還有，原來很愛睡的，睡眠也逐漸減少了；原來動不動就要發脾氣的，脾氣慢慢小了、少了，個性愈來愈柔和。原來是非常傲慢的，也開始懂得謙虛有禮貌了。另外，原來看到人都懷疑的，對人不相信，慢慢疑心也減少了。這個心性的轉化才是真正的消業障。

等到後來真正氣脈通了，就感覺沒有這個身體了，業氣都消除淨了，這時你所修持的準提法，就進到另一個層次了。

2

甲居士：請問師父今天念咒的氣是怎麼

來？怎麼練氣？

師

示：練氣是自然的，一口氣能念幾句就算幾句，念到沒有氣嘴巴閉起來吸氣，然後又自意識念到的地方開始接著唸，這樣就已經是在練氣了。練氣很平常，不要在念誦中念到氣喘如牛，那就很難過了。一喘不過來，就趕快嘴巴閉起來，很自然地吸一口氣，氣飽滿了，再繼續開口念。

甲居士：吸進來的氣放在那裏？

師

示：這不需要問，當然自然就在你的體內，一般講有的特別強調放在丹田，也就是我們人肚臍底下三個手指頭到四個手指頭之間的那個地方，叫氣沈丹田。不過我以爲不必刻意執著爲上。

甲居士：如何練氣，使氣沈丹田？

師

示：那你要觀想心月輪那種光音交融的境界，也就是觀想咒語的音聲和心月輪的光明合一，這樣光音的氣息就會在心脈輪，通至臍輪。臍輪是密宗的講法，它相當於丹田氣海的地方。這樣修，你那念咒的聲音會變得很純，不會心浮氣躁的，對身心的轉化有很快的幫助。

一般來講持誦咒語比較直接關聯的三個部分，一個是喉輪，一個是心輪，一個是臍輪。所以有時你喉嚨不舒服，可以觀想喉嚨的地方放光，那樣可使整個念咒的聲音好像從喉輪裏面舒展出來，解除喉嚨卡住的障礙。不過初學者首先還是要能老實持咒，慢慢念誦久了，你便對自己的身心狀況有些了解，而能善加對治。

3

乙居士：每次換氣，膝蓋關節的地方是最痛的時候。還有唱最高音的時候，就好像氣走不過去。

師：那都是咒語還不是很純熟，慢慢地念純熟了，念得很得心應手，念得很順暢，那這些便都化掉了。

丙居士：這兩天我的腿軟化很多，很少痛。因為平常在家就是早晚坐兩支香而已，而這邊一天八支

香，我恐怕自己受不了，可是經過第一期的嚴厲考驗以後，已經好多了。咒語方面我是快的跟不上，慢的還好。

我有一個情境，一上坐就感覺很亮很亮，從旁邊四面八方，投射很多的光進來，一層又一層的樣子，並且一上坐就好像喝醉酒一樣。

師：你還是以持咒為主，如果覺得有什麼光，那就讓它們光音交融好了。這咒語的音聲跟光合而為一，身心的轉化更快啊！但是不要著在這色相的光上。

丁居士：昨天下午在出坡和修法的時候，突然身體像螺旋一樣地震動，然後整個人就覺得好像是光從身上放射出去，而氣一直在震動、震動，一直震動到頂輪。另外就是臍中穴這個地方有香味出來。還有有一隻耳朵好像有耳鳴的現象。到晚上那支香感覺到空靈的狀態，好像房

子都沒有了。

今天早上的第三支香，又念得覺得很空靈，然後覺得好像身心內外都是一片很強烈的光，而我一直在跟著咒語。那時我已經是在默念了，嘴巴沒有在念，可是心裏面在念。就這樣一直念念念，我突然感觸到我們這自性本體那功能實在是非常地大，廣大無邊，取之不盡，用之不竭。後來剎板的時候，師父開示正好有講到這一句話。

另外就是今天的氣，一直在頂輪那邊震動，現在已經通過鼻子在嘴巴裏面，所以現在牙齒有一些震動的現象。還有，我的腿實在是到今天為止還是很痛，畢竟是從來都沒有坐過那麼久。至於那個香味是不斷地從臍中穴發出來，覺得好像整個身體都一直慢慢在香起來。師：很好，你這次回到台灣滿有收穫的，好好用功。

3

十方禪林誠徵會館服務人員

十方禪林位於新竹峨眉的十方會館誠徵喜清修之女性櫃台服務人員，供膳宿，意者請寄歷照至台北市信義路二段二七一號十二樓十方禪林人事室收。

戊居士：在現象方面，我一向對這些東西不是很在意，所以，我不想多說。而且大家的體會都這麼