

《示禅人心要》讲解 1

（根据史文老师讲课录音整理，仅供参考）

佛眼清远禅师¹是五祖法演的弟子，五祖法演有三个很著名的弟子，号称“三佛”，分别是佛果克勤、佛鉴慧勤和佛眼清远禅师。佛眼清远的公案对答在《古尊宿语录》的后半部分占了大量的篇幅，就像大慧宗杲在《指月录》里占了很大的篇幅一样。佛眼清远有一篇非常有名的《示禅人心要》，是他给弟子们讲的禅宗心法。圆悟克勤也有《圆悟心要》，收集了他的 141 篇书信，主要讲参禅的原理和方法。为什么选讲这篇呢？因为《示禅人心要》比较有代表性，很多研究禅宗史的学者把这一篇作为佛眼清远禅法特点的代表作来介绍。从中我们也可以看出禅宗的整个见地和修行，以及它接引人的方法。

不应于无际空中立分限。若立无分限是无际空，乃自负堕。所以解空者无空想。若人以语言名状心，终不得心；不以语言名状心，亦不得心。语言本是心，名状之故不得也；无语言本是心，不名状之故不得也。种种会当，皆不与自心契。

无际是没有边限，没有边界。无际空是什么呢？就是般若，或者说是涅槃，是法法皆如，法法皆空。“不应于无际空中立分限”，不应该在这里边划出界限，做出各种区别，如说有修有证，证到什么层次，怎么去证等等。这是从第一谛来讲。本来如是的这样一个体，有时可以说触目菩提，到处都是；有时可以说什么

¹ 《佛眼清远禅师语录》，共八卷，收于《古尊宿语录》卷二十七至三十四。清远是宋代杨岐派禅师，嗣法法演，与佛果克勤、佛鉴慧勤，同为法演高足，世称之为“三佛”。

都没有。这叫无际空。所以，禅宗本来的这个本体，实际上是一直都在，而且遍于一切时和处。同时，它又是一种虚灵空妙之体。

“立分限”，分层次，分深浅，如僧肇《宝藏论》²里的五通说：道通、神通、依通、报通和妖通。其中的“道通”，实际上是通流于、通达于智慧，是心丹，这是僧肇借用道教的说法和术语来讲最根本的、本来的“这个东西”。如果仅仅从功效、作用、次第、方法等层次去讲的话，可能连禅宗的第一义谛都没有体会到。因为体会到第一义谛，这些即成为形而下，成为种种方便。所以不能够执着这些方便，否则就成了戏论。

“若立无分限是无际空，乃自负堕。”如果建立构想一个无分限，以为是妙体，是无际空，这就又陷入另外一种圈套里，堕入一种相之中了。无分限就是无分割。当这样去解释无际空，说“这个东西”是不能够分割，不能够分别；是无古无今，或者彻古彻今；是横绝十方，竖穷三际；是涅槃；是《宝藏论》里的离微。那你就暗示有一个东西了。所以，无论是用无分限、无分割的遮诠法，还是用表诠法，说无分限就是无际空，无分限就是没有分别，没有分别就同于无际空，那这即是“自负堕”，实际上是堕入一种相和构画之中了。

“所以解空者无空想”，真正证到、见到空的人是没有空之相和空之想的，这个道理在《坛经》里也讲了很多。有的人觉得

² 后秦·僧肇《宝藏论》：夫神中有智智中有通。通有五种。智有三种。何为五通。一曰道通。二曰神通。三曰依通。四曰报通。五曰妖通。何谓妖通。狐狸老变木石之精。附傍人身聪慧奇特。此为妖通。何谓报通。鬼神逆知诸天变化。中阴了生神龙变化。此为报通。何谓依通。约法而知缘身而用。乘符往来药饵灵变。此为依通。何谓神通。静心照物宿命既持。种种分别皆随定力。此为神通。何谓道通。无心应物缘化万有。水月空华影像无主。此为道通。

“空”这个词可以解决一切问题，天也空、地也空、人也空、法也空，眼睛看到也等于没看到；认为佛教就讲一个东西——空，说空就是佛教的真髓，空就是禅宗；也用这个空来理解一切，以为一大藏教都是废话，各种公案都是空，祖师都在骗人。这是被“空”一叶障目，不见泰山。实际上，这个“空”是你心中的一个“有”，是你心中形成的一个空相。禅宗祖师过去说不要死于句下，要参活句，不要参死句。禅宗并不是这一个“空”字就能够把公案破得了的。所以，真正的解空者，没有空想。他心里没有这样一种执着，没有这样一种相。他没有认为空就是究竟最高的真理，没有认为空就能解决一切，也没有认为空就是什么都没有。这个才是真正解空者的见地。

“若人以语言名状心，终不得心。”禅宗讲心，万法唯识，三界唯心。六祖讲不离自性，自性就是第八识，所谓的转识就是前七识。但是，这个心是什么呢？如果看到青黄赤白，这是分别；如果不分别，则是无记。那么，什么样才是既不是分别，又不是不分别呢？心到底是什么呢？所以学习禅宗，很难解决的一个问题，就是正确见地的获得以及获得正确见地以后，这个见地会不会成为障碍。如果执着于获得的正确见地，那么这个见地实际上就是贪嗔痴的一个堡垒，也是自我封闭的一个堡垒。这个时候自己觉得很圆满，实际上是非常狭隘，因为见地就是心的一种表现，是心构造的一个相。如何从这个套子里面解脱出来，这个见地本身的问题很难解决。

有些人什么都可以放弃，但不能放弃他的正见。因为他觉得“我这个正见神圣不可侵犯，是往圣先贤所传，这个世界上只有我一个人懂，我要把它传下去，否则诸佛慧命就没有了”。有这样一种担当，这样一种使命感，那很可能就陷入魔境了。还有人自以为懂得空和万法唯心的道理，觉得读书、听讲、看公案有很大的飞跃，或者把某些东西理解为第八识的一种感受，觉得自己已经通达一切了，自己就是大师，或者是什么古佛再来。然后看古人谁都不顺眼，谁都没开悟，看现代的人更是一塌糊涂。还有那些追求功夫、境界，以及梦境、各种感应的人，那档次就更低了。这些是学习到一定程度的人可能会碰到的一些误区，虽然层次不同，但是原理一样。低档次和所谓的高档次，实际上是一丘之貉，都是对相的一种执着。有的时候所谓高档次，可能更差，因为它的危险性更大，比如狂禅，危险性更大。所以修行最稳妥的方法还是念佛，以至诚心多念佛熏习。

“若人以语言名状心”，如果用种种的语言来描绘心性，说它是不生不灭，是清静，遍一切法等等。千经万论其实都讲的是这个“心”。如有僧问云门禅师：“如何是一代时教？”他说：“对一说。”³有的时候说“倒一说”。⁴这个“一”是什么？一可以理解为心。如果用种种的语言来描绘、猜测这个心，那么“终不得心”。一旦陷入语言名相之中，用唯识三性来讲，那已经就是遍计所执了。“心”，实际上是无法用语言描绘的。因为当你讲话的

³《碧岩录》第十四则：僧问云门：如何是一代时教？云门云：对一说。

⁴《碧岩录》第十五则：僧问云门：不是目前机，亦非目前事时如何？门云：“倒一说。”

时候是你的心在讲，不讲话的时候，就不是那个心了吗？不讲话的时候，它也还在那里。有人又误解说，心既然不可说，那就不说，那就整天打坐。其实打坐也是个心，也是个语言。反过来，清远禅师又讲：“不以语言名状心，亦不得心。”如果说不用语言来描绘它，这个心也是没法展示出来，也不能够得到涅槃妙心或者妙明真心。

下面这二句非常重要：语言本是心，名状之故不得也；无语言本是心，不名状之故不得也。讲话的时候就是心，但是话语不能够完整地表述、显示这个心。也就是说，语言本来就是心，但是如果用语言，或者执着于语言来表述，那么它又不是心了，又不能够去表示心了。但是，“这个东西”如果不说，也是没法去理解和传递。实际上语和默都是心的一种状态。北宋风穴延沼禅师有一则公案，⁵讲语默涉离微，如何得两边通不犯？“离微”，是僧肇在《宝藏论》里所讲，后来经常被禅宗引用。离代表般若之体，微代表般若之用，在语言和沉默之中都是有般若的妙心妙体。离微本身是离言语和沉默之相的，所以如何才能够不陷入到语默的境界里呢？风穴和尚给了一个非常有诗意的回答，他说：“长忆江南三月里，鹧鸪啼处百花香。”《忆江南》是白居易的一首词。⁶如果认为这句“长忆江南三月里，鹧鸪啼处百花香”，就是语言名相，都是空，那就完全陷入顽空之中了。但是如果在心里构造出江南三月，鹧鸪啼处百花香的意象，认为这里边有某种

⁵ 《云谷和尚语录》：风穴和尚因僧问：“语默涉离微，如何通不犯？”穴云：“长忆江南三月里，鹧鸪啼处百花香。”

⁶ 唐·白居易《忆江南》：江南好，风景旧曾谙。日出江花红胜火，春来江水绿如蓝。能不忆江南？

意境，甚或觉得禅宗就是这种意境，那这也是自己的心造就的一个相。所以，禅宗的公案是禅师当下的语言，在语言之内，语言之外，与听者之间的交融。必须要透过去，才能够知道其中的奥妙。

“种种会当，皆不与自心契。”种种会当，即是种种的妙解，种种的正确理解，都不能够契合于自心。自心就是禅宗讲的自性。为什么呢？因为种种慧解都是相的变化而已。古人讲这叫文采已彰，还没开始讲话，心里就已经纷纷扰扰了；也叫才有是非，纷然失心。⁷参禅的时候，认为不了解、不懂的地方也是参的地方。活也活不得，死也死不得，进也进不得，退也退不得。参禅到这个时候往往有好消息。古德都经历了这样一个过程，像大慧宗杲早年参访过很多地方，也被诸山长老所认可。但是他自己知道“机辨纵横”并不能解决问题。后来他去参访圆悟克勤，心里想如果也被认可的话，那他就要写无禅论了，宣称禅宗都是骗人的。结果圆悟克勤并不认可他，后来经过种种的参学，大慧宗杲才真正开悟。圆悟克勤也是一样，一开始诸方盛赞，都觉得他是法器，自己也觉得已经参悟好了，最后遇到五祖法演，“尽其机用”，五祖就是不认可。

有的禅师碰到祖师以后，发现这个祖师整天说得都是粗鄙话，没一点大师的样子。比如黄龙慧南参石霜楚圆，⁸见他整天“贬

⁷ 僧璨·《信心铭》：二见不住，慎勿追寻。才有是非，纷然失心。

⁸ 《五灯会元》卷十六之黄龙慧南禅师：即造石霜。中途闻慈明不事事，忽丛林。遂登衡岳，乃谒福严贤，贤命掌书记。俄贤卒，郡守以慈明补之。既至，目其贬剥诸方，件件数为邪解，师为之气索，遂造其室。明曰：「书记领徒游方，借使有疑，可坐而商略。」师哀恳愈切。明曰：「公学云门禅，必善其旨。如云放洞山三顿棒，是有吃棒分、无吃棒分？」师曰：「有吃棒分。」明色庄曰：「从朝至暮，鹊噪鸦鸣，皆应吃棒。」

剥诸方”，谁提起哪位大德，他就骂哪位大德，一天到晚都在骂人。有一次，慧南就问：“骂岂慈悲法施邪？”你这么骂人有慈悲吗？石霜说：“你做骂会那！”这一句很有名，你以为我在骂人？！这一下，黄龙突然心里就转过来了。所以，真正的祖师大德有很多妙用来消除弟子的疑惑。对于越上根利智的弟子可能越挑剔，骂得越厉害，因为爱子心切，希望他们能够早点儿从种种的执着里解脱出来。如果他很客气，那实际上是把人当外人。如近代广钦老和尚在台湾承天寺时，对身边的人很挑剔，起心动念都在找茬，因为他知道他们在动什么念头，但对外面来的人他有的时候很客气。所以，弟子们和旁边的人都怕他，但是说起来这真是一种慈悲，就当自己的孩子一样，希望他好，所以才这样严格要求。

上祖曰：默契而已。为若此，道若未达，但无妄念尔。若人知是妄念，作意止之者，见有妄念故也；知有妄念，作意观察，令见正理，亦见有妄念也。知妄元是道，乃无妄焉。故达道者无所得也。发意求道，道即得之；但不别求，知无迷妄，谓之见道。近世皆曰“无不是道”，譬如饭箩边坐说食，终不能饱，为不亲下口也。

从上的祖师大德说“默契而已”，即说和不说，都须默契。

“默契”并不是不说话去契会，而是以不分别心去契会。如果还没有通达此道，那么就要做到在平常的修行用功中没有妄想、妄

明即端坐，受师炷香作礼。明复问：「赵州道：台山婆子，我为汝勘破了也。且那里是他勘破婆子处？」师汗下不能加答。次日又诣，明诟骂不已。师曰：「骂岂慈悲法施邪？」明曰：「你作骂会那！」师于言下大悟。作颂曰：「杰出丛林是赵州，老婆勘破有来由。而今四海清如镜，行人莫与路为仇。」呈慈明，明领之。后开法同安。

念。但是，如果知道有妄念，然后有意地去制止调伏它，比如观心，把它观空。“见有妄念故也”，那是因为你心中已经显示了妄念，你看到有妄念了。实际上这已经不是禅宗了。因为已经是两个了，看到了妄念，有一个妄念之相，然后又有一个制止或者调伏它的动作或意愿。有人说南传佛教跟禅宗有很多汇通，其实仔细学的话，是不一样的，差别很大。

“知是妄念，作意止之”，就是 stop，停止这个妄念，这是一种方法；还有一种是“知有妄念，作意观察，令见正理”，观察妄念是妄，去妄归真，显示心中的正理。正理是什么？妄念不真，妄念虚幻。这个时候见正理，但是也是见到有妄念生起来。所以妄念起时，不管是去阻止它、还是观察它，都是有一个妄相——妄念之相，还有一个观察者之相。

见有妄念之时，“知妄元是道，乃无妄焉”，这句话非常重要。禅宗的正法眼藏、正知见是什么呢？真正的圆教的知见是什么呢？就是这句——知妄就是道，乃无妄焉。如果觉知道妄想，认为这种想法不符合戒律、道德、法义，或者令人产生烦恼，想要制止它、压伏它或者回避它，那是因为有意妄念之相；如果妄想来时，不管是好是坏，不管想东想西，分析观察妄想都是自心之变现，都是虚妄不实，都是因为自己的执着而烦恼。所以想让妄想变成正念的正想，使妄想转过来归于正理。这两种方法，观察和制止妄念、妄想，实际上都不是禅宗的用心方法。那禅宗到底是怎么

用心呢？所谓知之一字，众妙之门。⁹这个“知”是圆知圆见，是圆教的见，是禅宗的见。首先要听闻、信解这个见地，然后能运用它。很多人今天听这个道理对，明天听那个道理也对，那说明他根本没有理解圆教的见地。如果道理不通达，那对禅宗就没有信心。没有信心当然不可能受益，只是凑凑热闹，增加一些知识而已。

“知妄元是道，乃无妄焉”，知道妄想就是道，乃无妄尔。换句话说，刚才讲语、默都是心，实际上妄想也是心。妄想是虚妄心，那是第几识？如果说妄想是第六识、第七识，或者第八识，那又堕入语言的流转里了。妄想起来时，妄想“元是道”，它是清静之道，是真道，是涅槃之道。因为妄想本净、妄想本空。妄想起时，正知、正见、正念同时显现，这才是真正的禅宗修行——见和修的合一。这个时候，妄想越多智慧越高，禅宗的修行也越精进、越得利。为什么呢？因为烦恼和菩提转化的时候，不是要把烦恼转成菩提，或者把它变换成什么东西，而是透知烦恼的本质，不以烦恼为烦恼，知道烦恼的妙用，这就是所谓的功德在法身中。所以，祖师大德所讲的“默契而已”，也可以理解为以涅槃正见去契合所有的心变现，契合所有的烦恼。

小结一下本节的要点：语言本是心，无语言本是心；种种会当，皆不与自心契；还有知妄元是道，乃无妄焉，这是禅宗的一

⁹ 唐·圭峰宗密《禅源诸论集都序》卷上之二：诸法如梦。诸圣同说。故妄念本寂，尘境本空。空寂之心，灵知不昧。即此空寂之知。是汝真性。任迷任悟，心本自知。不藉缘生，不因境起。知之一字，众妙之门。由无始迷之故。妄执身心为我，起贪嗔等念。若得善友开示。顿悟空寂之知。知且无念无形。谁为我相人相。觉诸相空，心自无念。念起即觉。觉之即无，修行妙门唯在此也。故虽备修万行。唯以无念为宗。

个原则。我们现在是在学习、了解禅宗，以期形成正确的认识，还谈不上知见，只是在了解祖师对于禅宗用心方法和原理解释。比如碰到烦恼的事情，是烦恼显现，还是菩提显现？如果这样去分别的话，心早已经跑了十万八千里了，那就不是了。“发意求道，道即得之”，你一求道，其实你就发现你就是道，你就在道之中。发意求道，但不是别求。比如说执着未来什么时候会开悟，或者还要碰到二十个善知识才能开悟等等。本来就没有迷，所以谈不上悟不悟。学佛首先要知道这些道理，但知道这些道理，变成一个狂禅，那更糟糕了，还不如不学。所以善知识和自我的反省非常重要。

“但不别求，知无迷妄，谓之见道。”知道没有悟和不悟、迷和妄，才是真正的见道。“近世皆曰‘无不是道’”，近来人们都在说处处都是道，一切都是道。所以吃饭、穿衣什么都行，随便啦，道不用求啊。当你这样说“道”时，你就执着在里面了。因为说什么就死在什么里。“无不是道”这种说法，犹如饭箩边坐着，说吃啊，但说食终不能饱。“为不亲下口也”，祖师禅最妙，亲下口就是当下这个念。如果只是在说“道”，实际上只是满嘴跑火车，而没有真正地去坐火车。亲下口也就是亲证的意思。