

歇即菩提

製作／雲門和

德林老和尚開示輯錄 中國祖師禪的禪機



德林老和尚開示輯錄

中國祖師禪的禪機

(一)

筆錄／空心 鳴謝／香港大學佛學研究中心提供圖片

德林老和尚簡介

德林老和尚，現年95歲，19歲在揚州高旻寺出家，蒙來果禪師授以臨濟心印，為該寺第四十七代方丈。

德林老和尚被譽為禪門泰斗。近二十多年來，致力重建被文革毀壞的高旻寺，恢復坐香和打禪七制度，整肅禪規，重整宗風。每年從世界各地到高旻寺禪修者，數以千計。老和尚設計的高旻寺禪堂，能容納五百人跑香、坐香，被稱為「中國第一禪堂」。

今年初，老和尚來港主持寶蓮禪寺禪七活動，在他的倡導下，寶蓮禪寺一改家風，允許女眾進入禪堂修行。

老和尚留港期間，應邀到香港大學開示「中國祖師禪的禪機」，禪鋒處處，與會眾皆獲益不淺。我們試

將當日精彩開示內容輯錄連載，與讀者們分享。



什麼叫做禪？禪是印度語言，中國人說話喜歡簡單，就叫做禪，實際上是叫禪那。禪那是什麼意思？禪那叫做思惟修，這個思惟修很重要。什麼叫做思惟？講到禪的思惟，跟我們一般打妄想的思惟是不一樣的。儒家有幾句話：「知止而後能靜，靜而後能定，定而後能得。」它是有一定的程序。先要止，接下來要靜，靜下來要定，定下來以後才能夠開始，先要有個基礎，這就是思惟修，不像我們現在一天到晚的胡思亂想，那個跟禪是不搭檔的。

禪的特點是什麼？你不想它，它始終是跟着你；你一想它，它可就跑了，這是禪的特點。禪是離言詮的，離開語言道，離開心行處。誰有禪？誰得到禪呢？誰擁有禪？禪，人人都有，個個不無。禪到底是什麼呢？它是一個名字，佛是名字，菩薩也是名字，世間法都有名字，禪的名字就叫做禪。究竟這個禪是什麼樣子的？人人都有禪，那麼我來請問各位，你也有禪，但你的禪藏在哪個地方呢？請你指給我看看。（有人回答：透天透地。）你太小看這個禪了。

禪是超越

禪，無處不在，橫偏十方，豎窮三際；超過十方，超過三際。禪的特點就是超越，祖師禪就是超越，什麼都要超越，天也要超越，地也要超越，連佛都要超越，叫做超佛越祖。現在我說的話都不是我發明，我也是學來的，說法的哪個敢說「我超佛越祖」呢？每一個人都有禪，都有禪的全部，那麼每個人都能夠超佛越祖嗎？

德林老和尚開示輯錄 中國祖師禪的禪機

舉一個例子。趙州老人是禪宗的一代祖師，有一天，有一個人在禪堂裏念了一聲阿彌陀佛，趙州老人聽了，趕快叫人挑水來洗禪堂。他說：「你念一聲佛，把我的禪堂念勝了。」你們想想看，祖師竟有這麼大的膽子，這是什麼道理呀？誰能回答請站起來。但我告訴你，要是你答對了，天搖地動來做證明；如果你答錯了，天不搖地不動，那麼你就要當心了。（有人回答：因為他着相。）我們節省時間，由我來代答一句。禪宗的六祖大師有一句名言：本來無一物。本來無一物，那是什麼東西都沒有的，什麼東西都沒有，連佛也沒有，所以趙州老人說：「佛之一字，吾不喜聞。」禪宗的超越是要達到這種程度。

拈花微笑

禪宗這一法從哪裏來的？是從上一代一代傳下來的，這是真正的佛法。釋迦牟尼佛的這個法是怎樣傳下來的呢？佛的真傳是拈花微笑。釋迦牟尼佛每次升座說法都是開口講經的，唯獨那一次在靈山會上，佛坐着不開口，他把大梵天王供養的一朵蓮花拈在手上，一句話都不講。為什麼佛不講話呢？因為禪是不能講的。那個時候在靈山會上不是只有幾百個人，當時有八萬人天大眾，有很多人，大家都看到佛陀往常都會講話的，今天為什麼釋迦牟尼佛不講話呢？當時八萬人天大眾都不明白，不明白這是什麼意思。

什麼叫做佛法？那麼多的人，都不曉得釋迦牟尼佛拈花是什麼意思，只有大迦葉會意。當時大迦葉看見佛陀拈花微笑，他的心與佛陀的心溝通

了，釋迦牟尼佛舉起這朵花的用意何在，大迦葉全都接受了。禪宗這個法就是這個樣子，一代一代的傳下來。傳法是怎樣傳的呢？既然大迦葉會到佛的意，佛就把這個法傳給大迦葉，這是用語言的：「吾有正法眼藏，涅槃妙心，實相無相，微妙法門，不立語言文字，教外別傳，傳給大迦葉。」

正法久住，這就是正法，這個正法從佛傳給大迦葉，從大迦葉傳給阿難，從阿難傳給三祖，再一代一代傳到二十八祖，所謂西天四七（即二十八祖），東土二三（即六祖）。東土從初祖傳至六祖，六祖以下就是一花開五葉。佛親自說的，他傳的就是正法眼藏。所以現在修佛法的人，特別我們出家人，都很喜歡說正法久住。什麼是正法？什麼是正法眼？正法眼就是要正知正見，八正道裏就有正知正見。

達摩東來

西天第二十八祖是達摩大師，他是印度南方一個國家的三太子。二十七祖囑咐達摩大師說：「東土有大士跟你有緣，你應當到中國去弘法。」達摩大師到中國來，在廣州登陸，從廣州再到南京見梁武帝。梁武帝是個很信佛的人，他跟達摩大師說：「朕在位以來，度了很多和尚，建了很多寺廟。」他想要達摩大師稱讚他，於是問達摩大師：「我到底有什麼功德？」梁武帝很得意地問達摩大師，但是達摩大師卻給梁武帝當頭潑了一盆冷水，他說：「你毫無功德！」沒有功德？這都是白做的嗎？於是梁武帝再問：「那不都是有因有果的嗎？」達摩大師說：「這是人天小果，有漏之因。」

歇即菩提

德林老和尚開示輯錄 中國祖師禪的禪機



那不是功德，而是福德。」所以現在有些人，做了點好事情就說功德無量，這真是值得研究研究的。功德跟福德不一樣，福德是生滅法，功德是了生死法，是不一樣的。

最後梁武帝問了達摩大師一句就跑了，他問：「對朕者是誰？你是什麼人？」當時達摩大師只回答：「不識。」達摩大師曉得跟梁武帝話不投機，一筆渡江就走了。之後達摩大師來到嵩山少林寺面壁九年，等一個人來，這個人就是慧可大師。慧可大師斷臂求法，是中國禪宗第二代祖師，跟着一代代傳下去，傳至第六代，就是六祖慧能大師，之後禪宗一花開五葉。五葉就是五個派別，禪宗傳下來有五個派別，就是臨濟宗、曹洞宗、沩仰宗、雲門宗和法眼宗。這五個派別傳下來以後，到現在有兩三個派別基本上就傳不下去而失傳了。現在，在中國範圍之內，包括香港、台灣，只有臨濟跟曹洞兩宗。我所知道的，浙江寧波天童寺、鎮江樵山定慧寺和香港寶蓮禪寺都是曹洞宗的，而高旻寺是臨濟宗的。

學禪要分清賓主

我們修學佛法，要學佛的正法，學佛的正法，你要具足正法眼才能識別什麼是正法，什麼不是正法。要了解禪宗，了解祖師禪，這個禪名

字很多，多得不得了，從佛教大小乘經典來看，凡是用心的法門都是禪，凡是用心修的法門都叫做禪。沒有禪，就沒有這個世界；沒有這個禪，你這個人就是個死人。那麼究竟這個禪是什麼東西呢？這個禪跟心離開多遠了？

有一個學人問一位老修行：「如何是主中主？」答曰：「常年不出戶。」問：「如何是主中賓？」答曰：「清風附明月。」問：「賓主相見時，有何語言？」賓主相見，比方說我是賓，你是主，我們見面不能不講話的，那麼主人見到客人時要如何說話呢？他用一個形象告訴你：清風附明月。賓主相見時的語言像什麼樣子呢？就是天上的月亮，萬里無雲萬里天。清風不是颱風呀，從明月那邊經過，清風附明月，是形容賓主相見時的語言就是這樣子，不像我們講話嘍呢呱呱的。

然後這位學人又問：「賓主相去幾何？」就是說賓跟主離開有多遠呢？老修行也舉個例子：「長江水上波。」長江的水上波離開有多遠？我說的這幾句話：主中主、主中賓、主賓相見、主賓相去，大家不是想學禪嗎？禪就是這個樣子，要分賓分主。長江的水，跟從長江水裏生起的波浪，離開有多遠了？（有人回答：相續。）相續有多遠呀？（另一人回答：不即不離。）你比我還外行！

波也好，水也好，波浪是不是水造的？既然是水造的，長江的水，跟長江的水上波，是一還是二？如果說連這個程度都沒有，這個學佛不成了。學佛的腦袋要八面玲瓏，特別是學禪宗這一法的。「長江水上波」就是拿這個作比喻，主中主，我們都是主，主中之主是什麼意思？常年不出戶。我說的這幾句話，都是禪宗書籍上有的，

德林老和尚開示輯錄 中國祖師禪的禪機

祖師們所說的這幾句話都是把道理親證的，而我們只是學來的。

因境念生

觀眾問：什麼叫一念不生？是否當念頭生起的時候，這個念頭就原地解決？還是沒有念頭？

老和尚回答：什麼叫一念不生，這個問題提得也蠻古怪的。既然講到一念，就說明了一念就是心。心本來是不生的，怎麼會生起來的呢？因境有。境就是境界，有了境，就有心。現在大家都在這裏，你的心是念念生滅的，念念怎樣生滅？就是因境有的。什麼是境？我現在講話就是境，我拿起一樣東西而你看到了，這就是境。你看到了，就是因為你有起心動念，這就是因境有。

眾生的心本來清淨。六祖說本來無一物，無一物就是清淨，既然是清淨為何會起心動念？最初一念是怎麼生起的？我現在這一念，念念相續。昨天跟今天就不一樣，前天跟昨天也不一樣，今生跟前生不一樣，你最初的一念從哪裏來的？最初一念，佛法講到這個地方，有人問：我有今生、有前生，前生還有前生，但總得有個開頭？但佛法告訴我們，佛法是無始的，無始就是沒有頭，世間法都有開始，今天的講座也有開始，三時半開始，五時半就散了，如果有開始的話，這個就不是佛法，佛法一旦有開始，你的心就要有一個開始，有開始，你的心就住在這個開始裏頭。佛法怎樣講？大家對《六祖壇經》應該很熟悉的，六祖大師講：「吾此法門，以無相為體，以無念為宗，以無住為本。」六祖大師說的這三句話，就是佛法的根本。

無念是沒有邪念

吾此法門，就是我們禪宗這一法，用這三句話來概括。世間的一切法都有體、有相、有用，唯有禪宗這一法，以無相為體，這個體就是佛體。一切眾生皆有佛性，都能成佛，這個就是體。人人都有這個體，換句話說，這個體就是你的心，這個心是什麼樣子呢？沒有樣子的！沒樣子但它有心，有一個沒有樣子的心。這個都在告訴我們要關心自己的生死大事，如果說別的東西不理解也可以，但是連自己都不了解，這就麻煩了。先要了解自己存在哪些問題，很多問題世間法都可以解決，唯有這個生死問題，是世間法不能解決的，而佛法是專門解決生死問題的。

無相為體，無念為宗。禪堂門口貼着兩幅對聯，那是龐居士寫的，「十方同聚會，個個學無為」，六祖大師講的是無念，龐居士講無為，學無為就是學無為法，無念就無為，有念就有為。如果說無念就是無為，那麼沒有念的人，是活人還是死人？死人是沒有念的，你不能說活人沒有念，活人是有念的，活人的念是念念生滅的。學佛法不是說無念就沒有心，什麼都沒有就成了死人了。無念是沒有邪念，沒有雜念，只有正念，正念就是清淨心。沒有妄想，沒有雜念，這個心就清淨了。所以古人說：「一念清淨成正覺。」只有心清淨了才能夠成佛的。眾生跟佛有什麼區別？佛的心清淨，眾生的心不清淨。不清淨變成清淨要怎麼辦？那就要修，不修不行哩。

(下期續)

本文由本刊記錄，未經德林老和尚批閱。

歇即菩提

德林老和尚開示輯錄 中國祖師禪的禪機



德林老和尚開示輯錄 中國祖師禪的禪機 (二)

德林老和尚簡介

德林老和尚，現年95歲，19歲在揚州高旻寺出家，蒙來果禪師授以臨濟心印，為該寺第四十七代方丈。

德林老和尚被譽為禪門泰斗。近二十多年來，致力重建被文革毀壞的高旻寺，恢復坐香和打禪七制度，整肅禪規，重整宗風。每年從世界各地到高旻寺禪修者，數以千計。老和尚設計的高旻寺禪堂，能容納五百人跑香、坐香，被稱為「中國第一禪堂」。

今年初，老和尚來港主持寶蓮禪寺禪七活動，在他的倡導下，寶蓮禪寺一改家風，允許女眾進入禪堂修行。

老和尚留港期間，應邀到香港大學開示「中國祖師禪的禪機」，禪鋒處處，與會眾皆獲益不淺。我們試

將當日精彩開示內容輯錄連載，與讀者們分享。



(續上期)

無念為宗，這個宗是什麼意思呢？要解釋這個字就要學經教，講經的法師就曉得了。解釋經題有五重玄義：明、體、宗、用、教，宗是什麼意思？從因知果謂之宗。六祖大師雖然不識字，但他會講經，他明白佛法，他明白以無念為宗。宗就是從因知果。

從因知果

有念，心就不清淨；無念，心就清淨了。說是這麼說的，但是要從有念達到無念，不是要修行嗎？我們常常打禪七，這也是修呀！一個禪七修不好，就修兩個七；兩個禪七修不好，就要修十個七；今年修不好還有來年，今生修不好還有來生，就是這麼修來的，修就有因果。

比如說建一座房子，先要打地基，要打樁，豎柱子，蓋大樑，還有內外裝修，它都是有因有果，都是一步一步來的。房子建好了，它有什麼用呢？這個房子，有樑、有柱、有牆，你是用它的樑？還是用它的牆？這個房子是有因有果的，用這個房子就是用房子的空間。要知道從因知果，所謂「吾此法門，以無念為宗」，無念就是沒有邪念、沒有雜念，那麼你的心就清淨了！一念清淨成正覺，有一念都不行！

無住為本，這是佛法的大根大本。1984年，我從上海回到高旻寺，恢復重建高旻寺。剛回來的時候，什麼事情都要做，當時負責到普同塔那邊勞動。去普同塔要過河，要過擺渡。過擺渡是要錢的，但我沒有錢，於是我以工代金，幫忙搖槳。每天早上過去，晚上回來，搖渡搖渡，結果搖出個名堂出來。

德林老和尚開示輯錄 中國祖師禪的禪機

無住而度眾生

當時我在想，這個擺渡（船）是用來渡人的，從此岸到彼岸，從彼岸到此岸，這個擺渡能不能長期住在此岸？（觀眾答：不能夠。）能不能長期住在彼岸呢？（觀眾答：不能夠。）不住在此岸，又不住在彼岸，那麼住在河中心行不行？（觀眾答：不行。）為什麼呢？（有人答：那就不能去普陀塔，也回不了高旻寺了。）擺渡的任務就是要渡人，住在此岸不能渡人，住在彼岸也不能渡人，住在中間也不能渡人！不住此岸，但也不能不到此岸；不住彼岸，但也不能不到彼岸；不住中流，但也不能不經過中流的！什麼是佛法？什麼是祖師禪？我已經跟大家說得清清楚楚了，還不夠嗎？（觀眾答：夠。）

我就是從這擺渡中悟出佛法來，原來佛法就是這個樣子！菩薩發心，不住生死，不住涅槃，也不住中流。你到哪兒去找佛法？這不就是佛法嘛！但是我看到了，而別人還未看到啊。擺渡是這樣，我們做眾生是這樣，將來成佛還是這個樣子的！有人說成了佛就進入常寂光，與眾生沒有緣了，這句話是錯誤的！如果說佛陀進入大涅槃，便坐着不動，不再出來了，這是一般錯誤的思想。佛在因地中發了大悲心，我們大家都是學佛的，在因地修行的過程中，我們每天都發四弘誓願：眾生無邊誓願度，煩惱無盡誓願斷，法門無量誓願學，佛道無上誓願成。這個願，一直到成佛，你都要負起這個責任，不能說成佛了，進入常寂光就不動了，違背自己的本願。只要有眾生就要度，成了佛也要度眾生！

《楞嚴經》裏講：十信、十住、十行、十回向、十地、等覺、妙覺，一地一地都解釋得清清楚楚。《楞嚴經》中解釋妙覺：「如來逆流，如是菩薩順行而至，覺際入交，名為等覺。」什麼是如來逆流呢？如來從十行、十回向、十地……一步一步的走，把無明一一破除，直至把所有無明煩惱都斷盡就成佛了。譬如說，就像從這大門進來就成佛了，如來是順流而來的，進入常寂光，但他馬上就回頭，這叫倒駕慈航，一秒鐘都不停滯！佛從這道門進來，雙腳一踏進來，馬上又再邁出去了，這就是「如來逆流」。等覺菩薩就是一步一步的把煩惱破除，到了最後，當腳踏進這道門，成佛了，就倒駕慈航邁出去，這就是「覺際入交，名為等覺。」佛是永遠不會躲在常寂光裏，坐着不出來的。這就是講體講用，體不是動的，但佛陀大悲度眾生的心是要動的！你們千萬不要說，我現在做眾生苦死了，現在我有煩惱，將來斷了煩惱之後，就進入常寂光去享受了，那是完全錯誤的。成了佛以後度眾生，跟我們凡夫就不一樣了。

真正的無為法

觀眾問：一般大眾在學禪前需要什麼準備？

老和尚答：禪堂是做什麼的？十方同聚會，個個學無為。禪堂掛着的這句話，有很多初發心的人都不理解。個個學無為，什麼叫無為法？參「念佛是誰」就是無為法！參「念佛是誰」，什麼也不作！這個無為是什麼樣子呢？凡夫法不為，聖人法也不為，這是真正的無為！那麼，無為是

德林老和尚開示輯錄 中國祖師禪的禪機



不是坐着不動，什麼事都不做就叫無為？什麼事都作才叫無為！你們聽到這句話要特別注意啊，什麼都做叫無為，但是你可千萬別聽錯了，去殺人放火成不成？無為是什麼事情都去做，就是什麼好事都要做！無為跟有為，是一不是二，那是佛法，是不二法門。

記得有一次，有一位比丘尼從浙江來到高旻寺，她要我給她寫幾個字：「無中生有」。我覺得她要的這幾個字蠻古怪的，但是既然她要我寫，我就給這幾個字裝飾一下。「無中生有有即無」，有就是無，無就是有，《心經》說：色即是空，空即是色。「生佛迷悟體不殊」，眾生跟佛的迷悟是有區別的，但體是一樣的。體是性體，是天然的，佛的體是修證得來的，而眾生的體叫淨法身，業法身。眾生也有法身，十方三世一切佛，共同一法身，法身都一樣的，但是要修證的。佛有三十二相、八十種好，那麼佛的三十二相、八十種好是從哪裏來的呢？都是修來的。所以下面還有兩句，「宜將事功添勝海」，宜是應該，事功就是我們要認真的，腳踏實地去修行：修福、修慧、消業障，這些都是事功，除了這個以外，「更須薰習下功夫」。什麼叫做生死？生死就是無量劫來形成的習氣毛病，生死如何了？無量劫以來形成的習氣毛病，一下子就能拿掉嗎？所以要下功夫哩！要薰習下功夫。

離妄見真

「有」都是從「無」中生的。這個「無」是怎樣生出「有」呢？從真起妄！這個妄又從哪裏來的？從天掉下來的嗎？它有根的哩！從真起妄，妄沒有了，剩下來的就是這個根，而根就是真。《楞嚴經》裏提到「生死根本」和「菩提涅槃」，無量劫來，一切眾生都把妄想心當作真心，妄想心就是無量劫來造業的罪魁禍首，這是生死的根本。我們要了生死，想要成佛道，想要度眾生，首先要知道什麼叫做生死？什麼叫做了生死呢？生死是什麼樣子呢？那就是「無始菩提涅槃元清淨體」。

無始菩提涅槃元清淨體，就是人人具足，個個不無的，這個體是本有的，「能生諸緣，緣所遺者」。緣就是攀緣，從我們本有的清淨真心，生起妄念，這個妄念都是向外攀緣的，把這個妄念攀緣的心都捨掉，剩下來的是什麼？剩下來的就是無始菩提涅槃元清淨體，那就是你自己的本來面目！這個東西，是佛法的大根本。修行首先要把握這個根本的大原則，你才不致迷失方面，才能夠識別什麼是正法？什麼是邪法？要開眼睛呀！

(下期續)

本文由本刊記錄，未經德林老和尚批閱。

歇即菩提

德林老和尚開示輯錄 中國祖師禪的禪機



(續上期)

什麼叫真修？什麼叫妄修？禪宗是講明心見性的，明心見性之前，修的都是妄修；明心見性以後，因性起修，全修在性，那才是真修。曾經有人問，修禪宗這一法，就是參「念佛是誰」嗎？我說沒錯，這是我們的必修課。中國的禪宗道場，在明清以後，基本上統一參「念佛是誰」，但在明清以前不是這個樣子的。過去禪宗在唐朝是鼎盛時期，禪宗修行用功辦道，講究活學活用，所以禪宗留下了一千七百則公案，用現代的語言來說，禪宗很多元化，好像肚子餓了，吃飯能填飽，吃包子也能填飽。

活學活用的祖師禪

祖師禪是什麼意思？祖師禪跟如來禪有什麼區別？這次我應寶蓮寺的邀請，把高旻寺的禪堂規矩法度家風，帶到這邊來。高旻寺的家風，是屬於祖師禪，過去講活學活用，現在為什麼不能夠活學活用？活學活用，就是不管用什麼手段，只要能夠令我開悟都可以。過去有人問祖師：「什麼是佛法？」祖師回答：「喫茶去！」、「吃餅去！」祖師禪就是這麼來的，他要讓我們開悟！

過去有一位禪宗祖師，無論你問他什麼，例如「什麼是佛法？」、「佛法的大意是什麼？」他都會豎起一個指頭，對方見了便開悟，就是禪宗有名的「一指禪」。假如現在有人問我：「什麼叫做佛法？」如果我也豎起一個指頭，你能開悟嗎？這位祖師，每次有人來問他佛法，他都會豎起指頭。他有一個小侍者，小侍者看到每次有人來請求開示，師父都會豎起一個指頭，於是他也學

德林老和尚簡介

德林老和尚，現年95歲，19歲在揚州高旻寺出家，蒙來果禪師授以臨濟心印，為該寺第四十七代方丈。

德林老和尚被譽為禪門泰斗。近二十多年來，致力重建被文革毀壞的高旻寺，恢復坐香和打禪七制度，整肅禪規，重整宗風。每年從世界各地到高旻寺禪修者，數以千計。老和尚設計的高旻寺禪堂，能容納五百人跑香、坐香，被稱為「中國第一禪堂」。

今年初，老和尚來港主持寶蓮禪寺禪七活動，在他的倡導下，寶蓮禪寺一改家風，允許女眾進入禪堂修行。

老和尚留港期間，應邀到香港大學開示「中國祖師禪的禪機」，禪鋒處處，與會眾皆獲益不淺。我們試

將當日精彩開示內容輯錄連載，與讀者們分享。

德林老和尚開示輯錄 中國祖師禪的禪機 (三)



德林老和尚開示輯錄 中國祖師禪的禪機

會了。有一天，老和尚出外了，當時有人來請問佛法，小侍者便模仿師父，坐到法座上，那人向他問法，他就學着豎起一個指頭，結果那個人開悟了。

老和尚回來後，知道小侍者竟趁自己不在家時作怪了，於是問小侍者：「如何是祖師西來意？」小侍者把手指豎起，老和尚當時已有所準備，手裏拿着刀，一下子把侍者的手指割斷了。這時老和尚再問一次：「如何是祖師西來意？」小侍者這時再不能豎起那隻手指了。

你們看禪宗的祖師禪，微妙不可思議，殊勝極了，即使你不能開悟，也能種下無量善根。但現代人的根基不一樣了，過去的人，根基較純熟，所以他們適合活學活用的方法。過去的人的根基體現出什麼樣子？為何他們根基較純熟？比方說，古代有人犯了法，要懲罰他，就在地上劃一個圈，罰他站在圈的中間，他就真的老老實實的站在圈的中間。但現在不行了，現在的人犯法入獄，他還會逃獄哩！對於現代人，活學活用都不行了，所以法是要對機的。

保持疑情

現代有很多高僧大德，都是從參話頭而開悟的。很多人都知道，虛雲老和尚是在高旻寺開悟的，他也是由參話頭而開悟。要因機說教，對過去的人是活學活用，對現在的人就是參話頭。我到這裏來之前，在寶蓮寺有一位法師問，參話頭是怎樣參的？禪宗道場，別的语言沒有，禪堂內就只貼着兩句說話：「念佛是誰」和「照顧話頭」。

大家要注意，佛法是不二法門，而且現在不是活學活用，在禪堂裏用功，只能走一條路用一個功，就是參「念佛是誰」，那為什麼禪堂內還貼着「照顧話頭」呢？「照顧話頭」跟「念佛是誰」，是一還是二？有什麼不同？

有人從字面去解釋這兩句話，說「念佛是誰」就是念佛的這個人不曉得（不知道）。什麼叫「話頭」呢？就是一念未生以前，在沒有起心動念之前的這個話頭，起心動念了，那就不叫話頭，而叫話尾了。「照顧話頭」要怎麼用功呢？「念佛是誰」這句話等於一個問號，人人都在念佛，當你念了一聲佛號，有人前來問你：「念佛是哪個念的？」你可能說：「是嘴念的」，或者說：「是心念的」，或者說：「別人念的」，但明明是你自己在念的，明白是哪個念的，既不是嘴念，也不是心念，哪究竟是誰念的？於是說：「不知道。」不知道就能了嗎？參話頭用不上功，毛病出在什麼地方？就是對禪宗這一法沒有信心，信心不夠！有大信才有大疑，小信小疑，中信中疑，大信大疑。若你信心不足，疑情是生起不來的，疑情起不來，又怎能用功呢？

我舉個例子。我們家的老和尚（來果禪師），小時候師父叫他念佛，他能夠念佛念到吃飯、睡覺，甚至造夢都在念佛，師父一看，唉！這個小孩念佛可以念到這種程度，可以說是一心不亂了，於是師父問他：「你知道是哪個在念佛嗎？」被師父這麼一問，即時啞口無言。他感覺到這是人生最大的事情，他說：「我做一個頂天立地的人，但是我在念佛，連自己都回答不出是哪個在念，我還能做人嗎？」於是來果老和尚就從這個地方開始，

德林老和尚開示輯錄 中國祖師禪的禪機

生起疑情，直到他在金山寺打禪七時就開悟了，他能夠一直保持這個疑情不中斷。你可能想現在參「念佛是誰」，打一個禪七就能開悟嗎？如果真的能夠用上功的，打一個禪七就能開悟了！那麼不能開悟怎麼辦呢？上根利智的人都不是天生的，都是修來的，累生累劫都要修行呀！禪宗這一法，不是解門，而是行門！不是說說就算數的，我們今天說的這些話，連一個仙都不值！假如我不斷地說：北京好、北京好、北京好……光說就能真的到北京嗎？不要行的嗎？這是行門呀！

修心法門

觀眾問：我想問佛學跟氣功有什麼關係？

老和尚答：佛法是修心的，不修身的。氣功是屬於修身：精、氣、神，是人身三寶，但佛法是修心不身的。

觀眾說：我們練氣功的時候，一定要心境很平靜，我平時又是經常念經的，假如我不念經，我的心就很難平靜下來，氣功也練不好，所以我一直想問這到底是怎麼一回事？老和尚剛才說練氣功是修身的，但我覺得練氣功也可以修心。

老和尚答：你說練氣功不止是修身，跟心法也有關係，那麼我問你，你練氣功的目的是什麼？

觀眾回答：我曾經得過大病，今天能夠站在這裏，當然也是靠中藥還有氣功來治病的。

老和尚說：是治病的，那就罷了。

觀眾說：要看透生死嗎？

老和尚說：學佛的人也要講科學，有病要醫治，治病的方法很多呀，最好是講科學，有病就要到醫院看病去。

觀眾說：但是我覺得練氣功也很科學呀，假如病人都練氣功，也不用花很多金錢在醫療藥物上。

老和尚：佛陀有病還都是要吃藥哩！

修行重於行持

觀眾問：老和尚之前說長江水跟長江水上波是零距離，其實我覺得老和尚把問題問錯了。

老和尚答：問錯了就要改。

觀眾說：我認為是並無兩樣。

老和尚答：我說的這個「主中主、主中賓、賓主相見有何語言、賓主相去幾何」，這是有一段故事，不是我創造的。這個故事不是單純用長江的水來表示，它是要講功夫的！古人的見地，是既講功夫又講見地，過去是「但貴子知見，不貴子行履」；對於現代的人，是「但貴子行履，不貴子知見」，這句話你懂嗎？

什麼是「不貴子知見，但貴子行履」？這句話是對現代人講的。現在的人，聰明到頂了，能說會道，能夠說到天花亂墜，地動天搖，但是行持卻一點都沒有！不貴子知見，只貴在看你的行持。對於古代的人，是「但貴子知見，不貴子行履」，因為過去的人，素質本來就高，所以知見正確就行了。

觀眾問：你將來會去哪裏？

老和尚答：萬事隨緣了！你問我何去何從，我現在就要到寶蓮寺去。

非常抱歉，時間到了，今天就講到這裏。

(全文完)

本文由本刊記錄，未經德林老和尚批閱。

時間：2008年2月28日至3月6日