

南華大學人文學院宗教學研究所

碩士論文

Graduate Institute of Religious Studies

College of Humanities

Nanhua University

Master Thesis

《星雲禪話》所體現佛光禪法的實踐內涵研究

A Study of the Practical Implications of

“Fo Guang Chan” in Hsing Yun’s Chan Stories

曾子員(釋能泉)

Zi-Yuan Zeng (Neng-Quan Shih)

指導教授：李芝瑩 博士

Advisor: Chih-Ying Lee, Ph.D.

中華民國 112 年 7 月

July 2023

南 華 大 學
宗 教 學 研 究 所
碩 士 學 位 論 文

《星雲禪話》所體現佛光禪法的實踐內涵研究

A Study of the Practical Implications of "Fo Guang Chan" in

Hsing Yun's Chan Stories

研究生：曾子員(釋能泉)

經考試合格特此證明

口試委員：林仁星
李芝瑩
廖俊旻

指導教授：李芝瑩

所 長：釋志明

口試日期：中華民國 112 年 6 月 29 日

摘要

星雲大師認為佛法不在於多麼高深莫測，而是要能「給人懂」，於是透過《星雲禪話》講述種種公案，結合當代社會需求與問題，乃至進一步提出疑情，提供現代參禪者思維練習。而星雲大師作為臨濟宗第四十八代傳人，上承臨濟法脈，下開展出佛光禪，故透過《星雲禪話》展現當代意義再詮釋，讓禪法走入生活為我們所用。《星雲禪話》作為現代燈錄，且一開始是以報紙、電視台等傳播媒介，面對廣大的閱聽者，在內容上，星雲大師不只增補公案細節，加上情境，並在每篇公案的篇末以「養心法語」作為對公案的提點；不僅讓讀者認識禪宗公案，也能進一步了解從現代社會看待公案方式。

因此，本論文透過公案的闡釋，回應當代社會與現代人所遇到的修學禪法的問題，乃至身心狀態。故以三、四章佛光禪的修學次第來分析《星雲禪話》的公案，分別探究《星雲禪話》中的道前次地——預備道、善行道、信行道；以及三學次第——戒行道、定行道、慧行道。分析並爬梳公案的取材類型、詮釋敘事特色以及對於現代社會的提點；希望透過符應修道次第分類的公案，搭配星雲大師對公案的現代詮釋，使參禪者乃至閱讀者除了可以在文字義上參透公案，亦能次第行道，實踐佛光禪之人間性、菩薩行。

關鍵字：星雲大師、星雲禪話、佛光禪、人間生活禪、公案禪

Abstract

Venerable Master Hsing Yun believes that the essence of Buddhism lies not in its profound and mysterious nature but in its ability to be understood by people. Therefore, through his book "Hsing Yun's Chan Stories," he narrates various Chan stories and combines them with contemporary social needs and issues. He further introduces the concept of "questioning" to provide modern Chan practitioners with a framework for contemplative practice. As the 48th-generation descendant of the Linji school, Venerable Master Hsing Yun inherits the Linji Chan lineage and expands it into the Fo Guang Chan. Thus, through "Hsing Yun's Chan Stories," he presents a contemporary reinterpretation of Chan, allowing it to be applied in our daily lives. Serving as a modern version of the recorded sayings of Chan masters, the book was initially disseminated through media such as newspapers and television, reaching a wide audience. In terms of content, Venerable Master Hsing Yun not only adds details and contextualizes the Chan stories but also provides "words for nurturing the mind" at the end of each case, offering guidance and insights. This not only allows readers to become acquainted with Chan stories but also helps them understand how to approach these cases from the perspective of modern society.

Therefore, this thesis analyzes the Chan cases in "Hsing Yun's Chan Stories" to address the issues faced by contemporary society and individuals in studying and practicing Chan, including their mental and physical states. Chapters 3 and 4 analyze the stages of Fo Guang Chan practice, which include pre-path stages (preparing the path, cultivating virtuous conduct, and cultivating faith in practice) and the three main stages of learning (observing precepts, cultivating concentration, and practicing wisdom). The thesis examines the types of cases, narrative characteristics, and contemporary insights provided in "Hsing Yun's Chan Stories." By categorizing the cases according to the stages of spiritual cultivation and combining them with Venerable Master Hsing Yun's modern

interpretations, the aim is to guide Chan practitioners and readers to not only understand the meaning of the cases but also progress in their spiritual cultivation, embodying the humanistic and bodhisattva aspects of Fo Guang Chan.

Keywords: Venerable Master Hsing Yun, Hsing Yun's Chan Stories, Fo Guang Chan, Humanistic Living Chan, Chan cases



目錄

摘要.....	I
Abstract	II
目錄.....	IV
表目次.....	VI
第一章 緒論	1
第一節 研究背景與問題	1
第二節 文獻探討.....	3
第三節 研究方法.....	11
第四節 研究架構.....	12
第二章 《星雲禪話》的詮釋特色及內容分析	15
第一節 《星雲禪話》的價值.....	15
第二節 《星雲禪話》的書寫特色.....	22
第三節 《星雲禪話》的內容分類.....	29
第三章 《星雲禪話》所呈現佛光禪法的道前次第.....	35
第一節 預備道.....	35
第二節 善行道.....	38
第三節 信行道.....	46
第四章 《星雲禪話》所蘊涵佛光禪法的三學次第.....	57
第一節 戒行道.....	57
第二節 定行道.....	64
第三節 慧行道.....	72
第五章 結論	81
一、符應現代的詮釋特色	81
二、作為修道的行前方便	82

三、上求下化的戒定慧學	82
參考書目	85



表目次

表 1：自創公案.....	25
表 2：佛光修道次第總表及《星雲禪話》公案分類表-.....	31
表 3：預備道	35
表 4：善行道	38
表 5：信行道	46
表 6：《星雲禪話》「我是佛」的公案	49
表 7：戒行道	57
表 8：定行道	64
表 9：慧行道	73



第一章 緒論

星雲大師認為佛法不在於多麼高深莫測，而是要能「給人懂」¹，於是透過《星雲禪話》講述種種公案，結合當代社會需求與問題，乃至進一步提出疑情，提供現代參禪者思維練習。星雲大師作為臨濟宗第四十八代傳人，上承臨濟法脈，下開展出佛光人間生活禪，其所講述的《星雲禪話》透過當代意義再詮釋，讓禪法走入生活為我們所用，乃至進一步作為參禪修道的依循，體證「佛光禪」之實踐內涵。

第一節 研究背景與問題

一、研究背景

《星雲禪話》作為現代燈錄，且一開始是以報紙、電視台等傳播媒介，面對廣大的閱聽者；而星雲大師的說法特色即是用淺白、生活化的語言「給人懂」，故在內容上，星雲大師不只增補公案細節，加上情境，並在每篇公案的篇末以「養心法語」作為對公案的提點；不僅讓讀者認識禪宗公案，也能進一步了解從現代社會看待公案方式。因此，本論文希望透過公案的闡釋，回應當代社會與現代人所遇到的修學禪法的問題，乃至身心狀態；故以人間生活禪（簡稱佛光禪）的修學次第來分析《星雲禪話》的公案，探究《星雲禪話》中公案的取材類型、詮釋敘事特色以及對於現代社會的提點，使禪宗公案能透過淺顯的詮釋為現代人所理解與運用，從中也能體現出佛光禪之內涵與實踐。

星雲大師在《星雲大師全集·佛教叢書 15·〈宗派〉》說明「佛光禪」以下六點特色：

- 1、就思想而言，但盡凡心、別無聖解。
- 2、就內涵來說，不變隨緣、慈悲喜捨。

¹ 星雲大師：《星雲大師全集·第五類·如是說 1》（高雄：佛光文化，2017年），頁 475。

- 3、就生活而論，依戒生活、知足澹泊。
- 4、就精神著眼，自心是佛、直下承擔。
- 5、就運用來講，觸處皆道、機趣無限。
- 6、就目的來看，般若生活、自在人生。²

從此六點可以得知，星雲大師所提倡的佛光禪，強調人間性以及一心一境無不是禪，如同《星雲禪話·序》中提及，「禪，不但有機鋒，還有慈悲、幽默、灑脫、率真……它是生活中一股安定心靈的力量，運用禪的智慧，可以讓生活少一些煩惱，多一些解脫，所謂『參禪何須山水地，滅卻心頭火自涼』。」³從文字般若，到現世生活的實踐，本就需要親力親為的體驗，若只是在文字上著相，並無法參透。公案本身就是活潑潑的日常，只是因為語言文字的隔閡，使讀起禪門公案如同霧裡看花。對於禪宗而言，參而不悟是大事，所以透過文字的標月指，分析星雲大師對於公案的現代詮釋，進一步深入，得意忘言，探討佛光禪的禪法特色。

二、研究問題

因此，為探討以上內容，本論文問題意識列為以下三點：第一，將《星雲禪話》的詮釋特色及內容做一耙梳及釐清；第二，探討《星雲禪話》中的道前次第為何？並闡述表現及實踐內涵指向；第三，闡述《星雲禪話》中所蘊含的三學次第之表現及實踐內涵指向。擬從星雲大師在《星雲禪話》中的內容進行文本爬梳，進一步探討《星雲禪話》中的詮釋特色，闡明語言文字所隔閡的意涵，找到當代禪者獨特的機鋒以及生命體驗，如同青原行思所提出的「參禪三重境界」——看山是山，看山不是山，看山是山——然而回歸到日常，又該如何應用？故以佛光禪的道次第分析其中公案，藉由修道次第的指引，不僅在文字義上探究《星雲禪話》，亦能進一步體現佛光禪的實踐內涵，是為本論文的主旨。

² 星雲大師：《星雲大師全集·佛教叢書 15》，頁 71。

³ 星雲大師：《星雲大師全集·第五類·星雲禪話》六冊（高雄，佛光文化，2017 年），頁 30。

第二節 文獻探討

本論文從公案禪及佛光禪兩個方向，談及星雲大師對於「禪」的詮釋特色，除了是語言文字上的現代詮釋，也從中分析佛光禪的內涵和禪法。與本研究相關的論文，可分為三個面向，分別為公案禪研究、《星雲禪話》研究以及佛光禪研究。從公案禪研究當中的歷史與起源和禪學思想，將作為本論文處理公案禪的前背景；並藉現當代學者以語言學角度剖析禪門公案的觀點，將禪宗非邏輯、超邏輯的語言表達模式，過西方的語言學加以分析判斷，試著理解當下的語境與悟境。這就宗教層面而言，是將不可說的悟境歸類到了二元對立的認識中，或許可說是和禪法背道而馳的；所以本論文並無琢磨在語言學分析，而是藉由「佛光禪」之修道次第來分析《星雲禪話》中的各篇目；透過公案內容與佛光禪次第相互佐證，表現佛光禪的日常性及人間性。

一、公案禪研究相關論文

歷來禪宗公案研究分為三個面向，分別為公案的歷史與起源、禪學思想及語言詮釋。

(一) 以公案的起源作為研究主題

探討中國禪宗自達摩祖師將「不立文字，教外別傳」以心印心的禪法東傳，直至宋朝開演出各種公案禪話、拈古，以及文人雅士作禪詩的風潮，「文字禪」大大影響禪宗典籍的著書與流傳；乃至北宋末期，禪師們發現禪法愈發停滯在語言文字上，參了卻不悟、著相與詭辯的風氣，致使禪宗的衰落，故臨濟宗的看話禪與曹洞宗的默照禪興起，大相逕庭，成為中國禪宗後期的兩大禪法。禪宗歷史脈絡之沿革，牽涉時代背景以及禪法的教學，從達摩祖師的禪法、二祖惠可、三祖僧燦、四祖道信、五祖弘忍到六祖惠能，以時期來劃分公案禪，也可說是從如來禪到祖師禪的演變。⁴

⁴ 如來禪與祖師禪：宗密於禪源諸詮集都序卷上，將禪由淺至深，分為五等，即外道禪、凡夫禪、小乘禪、大乘禪、最上乘禪等五種。其最上乘禪又稱如來禪，達摩所傳之禪即為此一最上乘禪，此禪之旨趣，係頓悟自心本來清淨無有煩惱，具足無漏之智性，且此種清淨心與佛無異，此心即佛，故宗密稱之為如來清淨禪，並以之為達磨門下相傳之禪。祖師禪則與「如來禪」相對稱。又作南宗禪。特指

1. 徐慧媛〈試析聖嚴法師之公案解讀〉中，提及禪宗公案之形成一般引元代中峰明本的說明為依據，表示公案猶如官府之文書，可作為行事用法之依歸，衍生為聖賢之指標或準則，顯示佛祖與祖師們開導弟子覺悟的經驗。在《碧巖錄》圓悟克勤明確指出公案是一種教學方式，因傳法之需要而設。從無所得之第一義諦而言，固無公案之名目，只因條件限制的原因，不得不有種種方便以教導後學。而此種種教學手法即「對機垂示」部分，作為一般人參究學習之對象。⁵

2. 邱馨儀在〈大慧宗杲禪法之語言觀研究〉中，引述三教老人為《碧巖錄》所作序文：「嘗謂祖教之書謂之公案者，倡於唐而盛於宋，其來尚矣。」公案所記載的內容成為參禪者的學習範本，研讀公案是參禪者必要的功課，如何領悟公案禪理，並進一步被視為衡量迷霧、檢驗深淺的標準。而那些蒐羅眾多公案的燈錄以及語錄，也因此宋代一躍而為禪宗的新經典，並開啟以公案為研習對象的公案禪時代。⁶

3. 土屋太祐在〈禪宗公案的形成和公案禪的起源〉中提及，公案的特點有五：(1) 公案是有典範性的古人言行。(2) 公案是公案禪參究的物件，並不是各禪師的歷史記錄，因此，公案沒有歷史性。(3) 公案不需要與參究無關的部分，因此，它比一般的言行記載要簡潔。(4) 公案作為宗教實踐的物件，其文字有一定的固定性，以保持其典範性，不能隨便更改。(5) 各則公案有獨立性和完結性。⁷

4. 巴壺天在《禪宗公案之透視》說：「禪宗祖師們的語錄，是表現他們禪的內在經驗記錄，不只是人的傳記，抑且是佛法的記述。」因為禪宗祖師們認為，人和佛法是不二的，人就是佛法，佛法就是人。他們之間的問答機緣，後人稱之為公案。巴壺天統合《碧巖錄》、《雲棲正訛集》以及《中峯廣錄山房夜話》的解釋，大意

禪宗初祖菩提達摩傳來，而至六祖慧能以下五家七宗之禪。係主張教外別傳，不立文字，不依言語，直接由師父傳給弟子，祖祖相傳，以心印心，見性成佛，故稱祖師禪。然後世之禪徒不以宗密之如來禪為最上禪，反視之為五味交雜之禪，而謂祖師所傳之真實禪方為一味清淨之禪，特稱為祖師禪。此一稱號或始自仰山慧寂。景德傳燈錄卷十一仰山慧寂章（大五一·二八三中）：「師曰：『汝只得如來禪，未得祖師禪。』」〔禪宗頌古聯珠通卷十一、五燈全書卷五、古尊宿語錄卷三〕《佛光大辭典》，p2360、p4240）。

⁵ 徐慧媛：〈試析聖嚴法師之公案解讀〉，《問學集》，第14期（2008年）。

⁶ 邱馨儀：〈大慧宗杲禪法之語言觀研究〉，《東海大學碩士論文》（2013年）。

⁷ 土屋太祐：〈禪宗公案的形成和公案禪的起源〉，《社會科學研究》，01期（2007年）。

為：「公案是公府的案牘，所以剖斷是非，祖師應機垂示所用的語言和動作，所以剖斷迷悟。」因此，巴壺天以為，公案為能喻，祖師們的垂示則為所喻。⁸

上述四篇談及公案的歷史起源以及公案的意涵，可以得知，多數研究指出「公案」是禪師對弟子應機說法所展現的語言或動作。是故本論文在此認識下，說明星雲大師的《星雲禪話》將過去禪師，乃至自身所展現的公案，再詮釋成化導大眾認識禪法，能進一步思惟禪法的文本。因此此一面向之相關研究，可看作本研究的前背景。

（二）以禪法思想作為研究主題

其以禪宗思想史為底本，闡明五家七宗的禪法特色；或以如來藏、般若空性兩者，分別表述禪宗傳法的水分嶺，從達摩祖史至四祖道信禪詩，皆是以《楞伽經》作為思想要旨，而到了五祖弘忍、六祖惠能大師，始以《金剛經》傳法、印心。

1. 楊惠南〈論禪宗公案中的矛盾與不可說〉提及，歷來研究禪宗自兩種不同的思想脈絡而來：一是「楞伽經」的佛性（如來藏）思想；另一則是「金剛經」的般若（空性）思想。而楊惠南強調，歷來諸多研究譬如鈴木大拙、佛洛姆等人，對於禪宗思想多歸於絕對真理，超越了日常語言和一般邏輯之外，即是指這一「佛性」（如來藏）的思想。

然而，楊惠南認為，這種解釋並沒有注意到禪宗（特別是五祖弘忍和六祖惠能之後的禪宗）有它的另外一個思想傳統，那就是「般若」（空）思想。在這個思想之下，所謂的「矛盾」，實際上只是「不可說」的另外一種表達；而它們的「不可說」，並不是因為日常語言的缺陷，也不是一般邏輯的限制，而是因為它們所要指稱的事物是不存在的——「空」的。在這「不可說」中，並沒有超越語言與邏輯的神秘真理；相反地，而這種「般若」（空）的思想，並不是超語言、超邏輯的。它是利用經過反省之後的常識，即可理解的道理，它並不是超越現實的神秘事物。⁹

⁸ 巴壺天：《藝海微瀾》（新北：廣文書局，1971年），頁127。

⁹ 楊惠南：〈論禪宗公案中的矛盾與不可說〉，《東方宗教研究》（1987年）。

在此一研究面向所要探討的是關於禪法的思想淵源。禪宗的演變雖然到了唐宋一花開五葉，各家禪師皆有各自一套接引學人的方法；但其實在禪法的流傳中，也蘊含著思想的過渡。因此，透過探討禪學思想源流，可以明白禪宗公案中，有的是要學人肯定自我「佛性」，承擔以真正領納禪法；而有的則是透過「不可說」的言語、動作，呈現一切皆空，不可妄加執取、分別，應肯定當下即是空性思想。是故本論文透過此兩大思想源流，解讀及了解《星雲禪話》中所列舉的公案。

（三）以語言詮釋作為研究主題

禪宗語言往往讀來費解，其關涉到對話間的悟境，以及師徒之間的心領神會，而更多時候是透過語言文字來消解語言文字本身的障礙，如同六祖惠能大師說「諸佛妙理，非關文字」，禪宗從不立文字到不離文字，其無非要談的是不執著，不去以世俗之言語揣測佛智，所謂第一義不可說，即是禪宗公案的最佳解釋。但若撇除「拈花微笑」類的無言示教，歷來對於禪語言的研究，西方學者多以語言學角度探析，雖是不可說，但從語言學的角度分析，也是提供一種思想進路，讓讀者不致遇到禪宗公案就當作聽不懂的故事，而是能從文字語言去破解心中的慣性思考，從不落兩邊的思想見地，領會中道的思想。

1. 吳怡〈禪宗公案問答的十個格式〉引述六祖惠能大師在《六祖壇經·咐囑品》中，提出的「三十六對法」¹⁰，吳怡表示此即禪宗公案的問答形式，而將這個基本格式普遍化、複雜化、多元化且神秘化，構成禪宗一大特色的，可說是從惠能大師的門下的南嶽懷讓、青原行思開始。而後來五家七宗的分立，各家各派的語言文字特色更是大放異彩，不勝枚舉。吳怡透由此格式，分為十個格式，此十個分類，有些

¹⁰ 《六祖壇經·咐囑品》：「相互對待的諸法，外境無情方面有五對法：天和地相對，日和月相對，明和暗相對，陰和陽相對，水和火相對；這是五對相對法。法相、語言方面有十二對法：語和法相對，有和無相對，有色和無色相對，有相和無相相對，有漏和無漏相對，色和空相對，動和靜相對，清和濁相對，凡和聖相對，僧和俗相對，老和少相對，大和小相對；這是法相和語言的十二對相對法。自性起用方面有十九對法：長和短相對，邪和正相對，痴和慧相對，愚和智相對，亂和定相對，慈悲和狠毒相對，持守淨戒和為非作歹相對，直和曲相對，實和虛相對，險和平相對，煩惱和菩提相對，常和無常相對，悲和害相對，喜和瞋相對，捨和慳相對，進和退相對，生和滅相對，法身和色身相對，化身和報身相對；這是十九對相對法。」

其實是綜合多種對話模式，並無絕對的劃分，甚至帶入另一詮釋角度也能通；但這樣的分類，無非是幫助讀者理解，禪宗公案大致為上述模式，其僅僅是語言文字上表相的觀察，是為一種方法，並不是探悉其背後的悟境。¹¹

2. 邱敏捷在〈巴壺天對「禪公案」的詮釋〉中，認為戰後台灣對於「禪公案」提出詮釋觀點的代表人物，首推為巴壺天；並以巴氏所提出的禪宗公案語言之特性做為闡述的主旨。巴氏將禪宗公案分門別類，並依其特性分為五種：（1）雙關性（2）象徵性（3）否定性（4）層次性（5）可取代性。以上五種特性，是為巴壺天將禪宗公案歸類出的五大呈現模式，因禪宗公案從日常語言中紀錄而來，其用語力求通俗，不加藻飾，並以直說宗旨為本；從語言學的視角，看待這些流傳千百年的口述記錄，推演其中思想與宗門的特色，雖僅僅是隻字片語，卻是通解古德的唯一途徑，可以說是一把開啟禪門的鑰匙，而這把鑰匙，也可能只是推開了迷霧中的大門，其洞天風景還須回到兩千多年前，釋迦牟尼佛在靈鷲山上與大迦葉尊者的無聲美談——以心印心，趣入文字般若所包含以及未包含的真實義。

3. 邱馨儀在〈大慧宗杲禪法之語言觀研究〉中提及，宗杲認為「言語上」與「默然處」是為矛盾的語句，而「有心」與「無心」亦是相對的；所謂「言也載不得」與「默也載不得」的概念是對立的，而「不可以有心求」與「不可以無心得」同樣也是相違背的。顧可以得知，語言本身具有的限制與拘束上述這些矛盾，其實在禪宗公案中略見一二，不論是從相上來說，還是其語言背後的象徵意涵。根據宗杲的說法，表現語言雖然隱蔽了某一方面，但同時也開顯出另一方面，好似華嚴宗「隱顯具成」的旨趣。故總的來說，語言文字矛盾背後仍是指向「第一義」不可說，也就是宗杲所談的「至極處」與「佛法要妙」，目的是指向那語默俱離，不落兩邊，突破語言二元侷限的圓融無礙境地，是無染無著，無取無捨的絕對超越。¹²

¹¹ 吳怡：〈禪宗公案問答的十個格式〉，《鵝湖月刊社》，（1981年）。

¹² 邱馨儀：〈大慧宗杲禪法之語言觀研究〉，《東海大學碩士論文》（2013年）。

公案的語言詮釋分析，提供讀者另一層面的思考進路；如同巴壺天提出禪宗公案語言的特性有：雙關性、象徵性、否定性、層次性、可取代性。從此一方向思惟，可在面對當下不能領略的公案時，有不同角度可以去拆解。然本論文認為，星雲大師在《星雲禪話》對於無言示教或非邏輯的語言模式，並不是去做拆解，而是以悟境來談；因此在詮釋上，星雲大師不停留在文字表象，而是以禪師的心境、弟子的悟境來做詮釋，其也強調，文字語言作為「標月指」不需全廢，也不應執著。

二、《星雲禪話》研究相關論文

（一）張培鋒在〈《星雲禪話》公案選擇與創作的道意與匠心〉以《佛光大藏經·禪藏·語論部》的《星雲禪話》作為研究對象，探討星雲大師編撰《星雲禪話》所依據之禪典文獻，並對星雲大師繼承、挖掘古代公案傳統而加以開拓、創新的精神、方法和意義進行歸納與評價¹³。張培鋒統計出星雲大師編排《星雲禪話》看似隨意寫來，卻隱含著巧妙精細的安排；以人間佛教精神為指導，繼承中國禪宗燈錄傳統，並面相廣大僧俗群體的一部新燈錄。而究其「新」，張培鋒認為，星雲大師自創公案以傳達更貼近人們日常生活所能觸及的禪，可以說就是符應「佛光禪」之精神。張培鋒提及，將禪宗公案視為「佛教文學」或「禪文學」，如此探討星雲大師在《星雲禪話》中所傳達的概念才能真正探本尋源，而這箇中滋味，還需有自身的真實感悟，否則落入野狐禪而爾！

（二）李芝瑩〈從《星雲禪話》探究佛光人間生活禪的內涵及實踐〉分成兩個面向，「佛法在世間：《星雲禪話》的人間佛教內涵」、「不離世間覺：《星雲禪話》所呈現的生活實踐」，分別論述佛光人間生活禪的內涵及實踐。從人間佛教的內涵而言，李芝瑩認為《星雲禪話》因應閱聽者所需，透過傳播媒體—報紙、電視以及錄影帶等，將禪帶入每個人的家庭，落實於生活中，以達成人間佛教的普濟性。而在生活實踐部分，星雲大師所詮釋的公案中，處處體現禪師的立破善巧，從

¹³ 張培鋒：〈《星雲禪話》公案選擇語創作的道意語匠心〉，《深入緣起·集眾法寶：人間佛教在東亞與東南亞的實踐》（上冊）（2020年），頁131-157。

「規律、簡樸、惜福的用心實踐」到「生活、生趣、生機的權變妙用」兩個面向，探究依戒生活、知足澹泊乃是實踐生活禪法的要旨。

（三）江俊偉在〈禪意·文學·人間：《星雲禪話》研究〉中，分成禪意表達、文學呈現以及人間關切三個方面作探討。禪意表達部分，江俊偉認為《星雲禪話》所取材的公案及禪門人物，幾乎可以勾勒成一幅粗略的中國禪宗法脈圖，呈顯其與祖師大德的燈錄一脈相承之處；且星雲大師也以自身和其弟子的經歷作為公案，表達禪法的生活性及親切之處。而文學呈現則說明星雲大師「以文弘教」的願心，透過中國文學名士和禪師交往的公案，展現禪宗與社會、文學交流往來，相互融合的弘化模式。最後在人間關切部分，《星雲禪話》以樸實通俗的文字語言，講述「給與人懂」的佛法，並以各種不同媒介出版；乃至公案的選材涉及古今中外，顯現星雲大師與其禪法的國際視野。

上述三篇《星雲禪話》的相關論文，研究成果多反映出《星雲禪話》中的人間佛教思想，抑或星雲大師文學創作的特色；而本論在此兩者研究成果上，另以「佛光禪」來輔助《星雲禪話》中，星雲大師的再詮釋之特色。是故，在本論文中，可見《星雲禪話》之應用層面，並透過分類說明其中符應佛光禪思想的公案類型。

三、佛光禪研究相關論文

（一）學愚在〈星雲禪與人間佛教〉認為，「星雲禪」就是星雲大師對佛法的體悟，並有佛法的契理性、人間的生活性、智慧的圓融性、慈悲的利他性四種特色，並以此開展出實踐於生活，建構出星雲模式的人間佛教。而學愚以「禪政治」為主要論點，認為星雲大師即是以禪的智慧、機鋒和慈悲來面對現實政治，並以方便權巧，積極投身到大眾的事業當中，如此才是宗教團體的社會實踐。故人間佛教及包括一切佛法以及其在當今社會的實踐，而星雲禪便是一顆與時代共同脈動的心，因應當代社會模式及條件不斷自我調整和再創，源源不斷地生化出各種應世法

門，它將在星雲弟子及後來人不斷運用及發揮下，創造出更多契應未來社會和政治發展的人間佛教模式。

（二）陳永革則在〈從「佛光禪」看當代禪法修學的人文特質〉提及，從思想淵源層面來看，「佛光人間生活禪」有兩大思想：一是源自於星雲大師的人間佛教思想理念——「人間佛教」是佛陀的本懷；二是源自於中國南宗禪「佛法世間覺」的生活實踐。

（三）蕭愛蓉《般若智，菩提心——星雲大師人間生活禪之理論與弘化》從「以空為我，以眾為我」破題，接著，經由「般若四層次」，論人間生活禪的體證，再以「禪淨中道，自他並濟」為提，闡發星雲大師「人間生活禪」的核心意義，並由此對比公案禪與話頭禪的現代詮釋與運用，以及說明星雲大師以六度三學為基礎，所開展的弘法利生、自他兩利的人間佛教志業。因此，其認為，人間生活禪旨在「自覺行佛」，一方面開顯了「自性般若」的智慧；另一方面則通過諸多善巧方便，以及種種修持與實踐之進路，展開其度眾、化世的人間佛教特色。¹⁴

上述三篇針對「人間生活禪」有不同的偏重說，因此在名稱上也有不同的說法，然其實都是在說佛光山的「人間生活禪」，簡稱「佛光禪」。因為在闡釋上更側重於「星雲大師」的「人間生活禪」思想，其思想淵源自然是從佛光山的人間佛教延伸而來；因此，本論文並未針對其他宗派、教團的「生活禪」進行對比論述，而是究佛光教團發展的「佛光禪」，來引證及將之帶入《星雲禪話》的公案詮釋。是故，在此論述之下，將會以星雲大師對於禪法思想的詮釋，以及佛光山本身的「佛光禪」理論，來進行本論文的研究進路。

本論文在上述三大面向的研究成果中，多數是作為本研究的前背景；另一部分，則將其中未發展之論點，加以結合、比對以及延伸論述。藉公案禪之發展脈

¹⁴ 蕭愛蓉：《般若智，菩提心——星雲大師佛光禪之理論與弘化》（香港：香港中文大學人間佛教研究中心，2021年）

絡，闡釋《星雲禪話》作為現代燈錄的詮釋內涵，以及透過佛光禪展現其符應人間佛教思想的實踐性。

第三節 研究方法

本研究採用文獻分析法及傅偉勳的創造詮釋學，以分析星雲大師《星雲禪話》中所收錄的各家禪宗語錄。

一、文獻分析法

為研究星雲大師《星雲禪話》的禪語言詮釋，以及佛光山佛光禪的禪法，將會把《星雲禪話》中所收錄的公案進行主題分類，並且分析其語言特色；主題分類過後，會和星雲大師所參照的禪籍底本做比對，其中包含《景德傳燈錄》、《五燈會元》以及《指月錄》等，進一步研究其撰寫及詮釋的考量為何。從內容選材及詮釋中，探討《星雲禪話》所表現出的佛光禪的應用層面，以及其內涵。

二、傅偉勳「創造詮釋學——五謂」詮釋法

傅偉勳是建構一種佛教文本的詮釋方法，這一方法是得自海德格——高達美的詮釋學觀點，但取消他們特殊的哲學立場，而企圖成為一種一般性的詮釋方法，他提出的「五謂」¹⁵是作為文本詮釋的步驟：

（一）「實謂」層次——原思想家（或原典）實際上說了什麼？

在此「實謂」層次，本論文透過回溯星雲大師所摘錄的禪宗典籍，將公案進行主題分類，作為理解星雲大師詮釋背景的前理解。

（二）「意謂」層次——原思想家想要表達什麼？或他所說的意思到底是什麼？

主題分類後，將星雲大師所摘錄的語錄，其中的評論（拈古）進行彙整，以利後續與星雲大師的評論（養心法語）做比對。

（三）「蘊謂」層次——原思想家可能要說什麼？或原思想家所說的可能蘊涵什麼？

將語錄的評論做分析，回到公案本身，他所訴說的意涵及悟境。

¹⁵ 傅偉勳：《從創造的詮釋學到大乘佛學》（臺北，東大圖書，1990年）。

(四)「當謂」層次——原思想家(本來)應當說出什麼?或創造的詮釋學者應當為原思想家說出什麼?

比對星雲大師所摘錄的禪宗典籍,對於星雲大師改編或自創的篇目進行分析,做為現代詮釋的特色引述,顯示出星雲大師為禪宗公案及現當代社會的詮釋與理解。

(五)「創謂」層次——原思想家現在必須說出什麼?或為了解決原思想家未能完成的思想課題,創造的詮釋學者現在必須踐行什麼?

過去禪宗公案是做為後代學人的參悟功課,而到了現代,星雲大師將禪宗公案再詮釋,乃至改編或自創,都是為了讓禪真正地回歸日常,為普羅大眾所用。故在必謂層次,作為創造的詮釋學者—星雲大師,透過演說,將禪思深入一般大眾的生活,府應大眾的日常所需,讓其生活能有機會跳脫思想的窠臼,以一顆禪心,對治生活上的林林總總。

故本論文依此研究法,前四層次皆是在處理星雲大師在《星雲禪話》中所引用的禪宗典籍,從中梳理出禪籍語錄所要傳達的精神;然禪往往是不可說的,所以在星雲大師的詮釋當中,釐清他是如何以現代語言還原以及理解禪門公案,便是第五個層次「創謂」所需要處理的。

第四節 研究架構

本文內容架構分三段進行研究:首先第二章針對《星雲禪話》的內容進行分類以及特色的分析,從公案禪的歷史源流到公案的文字詮釋,反映出《星雲禪話》繼承與創新的價值。以「佛光禪」作分類,以開展接下來三、四章的公案內容分析。

第三章,以「佛光禪」的「道前次第」作為公案的分類,從預備道、善行道至信行道,分別闡述及分析公案的內容與其相對應的修持方法,說明公案中的實踐內涵;反映出回歸到日常生活,《星雲禪話》如何看待現當代的生活問題,以及進一步將佛光禪法精神融會於生活應用當中。此章將依「佛光禪」的修持次第、目標與方法,對應佛光山佛光禪所創立的各項修持,以說明佛光禪的禪法應用。

第四章，以「佛光禪」的「三學次第」也就是「戒」、「定」、「慧」三學，作為公案的分類，從戒行道、定行道至慧行道，說明禪法從道前次第的人天乘之修行法門，開展至菩薩道的修持法。

第五章結論，依序闡述《星雲禪話》的詮釋特色及內容分析、《星雲禪話》所呈現佛光禪法的道前次第以及三學次第。希望依此脈絡，研究出星雲大師《星雲禪話》中的價值特色，以及其透過佛光禪的實踐內涵。



第二章 《星雲禪話》的詮釋特色及內容分析

本章節先簡介《星雲禪話》，進而分析星雲大師的書寫特色，最後以佛光禪的道次第將《星雲禪話》之公案進行分類。透過探討星雲大師詮釋語言的轉化、現代的思考，乃至改編的手法，令佛光禪在現代生活中擁有新的機趣，成為心中安定的力量。

第一節 《星雲禪話》的價值

星雲大師認為：「禪，是佛法的核心，是中國佛學的骨髓，也是中國文化的結晶。」¹佛教與中國文化兩者相互融合、發展，並且孕育出具有中國文化特質的佛學精髓——禪學。故太虛大師說：中國佛學的特質在禪。中國禪宗自達摩祖師將「不立文字，教外別傳」以心印心的禪法東傳，直至宋朝開演出各種公案禪話、拈古，以及文人雅士作禪詩的風潮，「文字禪」大大影響禪宗典籍的著書與流傳；然而到了北宋末期，禪師們發現禪法愈發停滯在語言文字上，參了卻不悟、著相與詭辯的風氣，致使禪宗的衰落，故臨濟宗的看話禪與曹洞宗的默照禪興起，成為中國禪宗後期的兩大禪法。

臨濟宗人大慧宗杲，主張從公案中，提出某些語句，作為話頭來參究，以掃蕩一切思量、知解，在語言文字、邏輯推理之外，力求獲得真正的禪悟。而曹洞宗人宏智正覺，主張無言無說、忘情默照；默是為了照，默坐是形式；以默照、觀照來明心見性，這種的觀行方法，稱為「默照禪」。因此，臨濟宗四十八代傳人星雲大師，講述從佛陀時期到宋朝，乃至現代自創的話頭與公案，收錄至《星雲禪話》予大眾所知，亦是繼承臨濟宗看話禪的傳法特色。以下將從中國禪宗發展歷程、公案詮釋

¹ 星雲大師：《佛光教科書·第二冊·佛教的真理 第六課 禪學》（高雄：佛光文化，2000年），頁62。

的起源，作為理解《星雲禪話》的前背景；進而分析星雲大師的書寫特色，最後以佛光禪的道次第將《星雲禪話》之公案進行分類。

一、中國禪宗發展簡史

中國禪宗濫觴於印度，追溯自釋迦牟尼佛於靈山會上的「拈花微笑」，發揚光大於中國唐代的惠能大師，是為六祖，並由門下弟子開展成「五家七宗」。²印順法師認為「菩提達摩為中國禪宗公認的東土初祖。」³在《續高僧傳》有記載⁴，最初到達中國為劉宋（420-478 AD）時期，先到南越，今海南島的對岸；末後才到北魏開始傳禪，並依據北宋杜勝《傳法寶紀》⁵所記載，二祖慧可（487-593AD）與達摩親近習禪六年，然後得法悟入，並以《楞伽經》化道。

從初祖達摩、二祖慧可至三祖僧燦（?-606AD），皆是屬於一脈單傳的頭陀行者弘化方式；到了四祖道信（580-651AD）與五祖弘忍（601-674AD）才開始有固定弘法的定點，乃至成立道場，形成小型的教團或說宗派，如五祖弘忍的「東山法門」即成為當時中國禪學的主流⁶。自此之後，禪宗始分為兩派：一為弘忍的弟子神秀（606-706AD）及其弟子們，以長安、洛陽為中心的北方傳法，稱為北宗，主張漸悟；另一則是惠能（638-713AD）和其弟子在湖廣地區的南方傳法，稱作南宗，其禪法主張頓悟。

唐中期以後，北宗式微，南宗漸為主流。惠能的嗣法弟子有四十多人，以南嶽懷讓、青原行思、南陽慧忠、永嘉玄覺、荷澤神會最為傑出；而使惠能大師被後世定位為南宗正統性，並極力宣揚南宗禪的人即是荷澤神會（668-760AD）。四祖道信傍出的牛頭法融（594-657 AD）一派，對南宗門下有重要意義。而繼承惠能法嗣的

² 星雲大師：《佛光教科書·第五冊·宗派概論 第十二課 禪宗》（高雄：佛光文化，2000年），頁146。

³ 印順法師：《中國禪宗史》（台北：正聞出版社，1971年），頁1。

⁴ 《續高僧傳》卷16：「初達宋境南越。末又北度至魏。隨其所止誨以禪教。[」（CBETA 2023.Q1, T50, no. 2060, p. 551b29-c1）

⁵ 〈傳法寶紀——敦煌遺書 P.3559 的數位版本〉，《法鼓文理學院數位典藏網》，2015年1月30日，http://dev.dila.edu.tw/Dunhuang_Manuscripts/xml-TEI/chuanfabaoji-P-3559-output.html（引用時間：2023年6月9日）

⁶ 宋隆斐：〈禪宗頌古聯珠通集所錄公案與宋朝五種頌古百則所錄公案之對照研究〉，《玄奘大學博士論文》（2013年）。

弟子之中，唐末五代青原行思（？-740 AD）與南嶽懷讓（677-744 AD）兩大弟子系統下則開展出影響中國禪宗深厚的五家七宗，亦稱五派七流。

青原行思門下，分別開展出雲門文偃（864-949 AD）的雲門宗、曹山本寂（840-901 AD）的曹洞宗，以及最晚成立的法眼文益（885-958 AD）之法眼宗。而在南嶽懷讓門下，馬祖道一（709-788 AD）以「平常心是道」體現其禪法的特色，從日常行事中認識「起心動念、彈指瞬目」皆是佛性之用的禪旨。其弟子百丈懷海（720-814 AD）便依此精神，制定了僧堂的禪院規制，有所謂「馬祖創叢林，百丈立清規」。馬祖道一的禪法經百丈懷海而分出為山靈祐（771-853 AD）及其門下仰山慧寂（807-883 AD）系，稱作為仰；以及百丈懷海的弟子，黃檗希運門下臨濟義玄（？-866 AD）的臨濟宗。臨濟門下日後又分出黃龍慧南（1002-1069 AD）之黃龍派，以及楊岐方會的楊岐（992-1049 AD）兩派，宗脈相承，陸續有圓悟克勤（1063-1135 AD）、大慧宗杲（1089-1163 AD）等大揚禪旨，蔚為禪的主流。

可以說，北宋是五家七宗的全盛時代，南宋則是臨濟宗的看話禪與曹洞宗的默照禪分立的時期。曹洞門下宏智正覺所提倡的默照禪，主要透過觀心、看心、凝住壁觀，來默然靜照的禪觀功夫；而臨濟楊岐派門人大慧宗杲，以參公案的方式，引導行人起疑情、看話頭，力求徹然大悟。此一禪法影響中國禪宗深遠，許多話頭與公案，直至今日仍被討論，視為參禪的「基本教材」，如麻三斤、庭前柏子樹、須彌山、趙州茶……等等。然而，元明以後，儒釋調和、禪淨合一的風氣，使禪法僅透過參話頭、念彌陀，漸失其獨立風格⁷。近代則有虛雲老和尚（1840-1959 AD）有感於佛教的衰微，故復興禪寺、重振禪宗，可謂近代禪宗中興之祖。

透過爬梳禪宗簡史，可以發現到了南宋，因臨濟宗所提倡的看話禪，使得公案禪大量產生；不論是參禪修道的行者，抑或文人士大夫都一同參禪論道，創作了大量且具文學價值的詩偈和文章，促成了「文字禪」的興起。

⁷ 星雲大師：《佛光教科書·第五冊·宗派概論 第十二課 禪宗》（高雄：佛光文化，2000年），頁146。

二、公案禪的起源

由上述可知，唐五代時期「不立文字」的禪風，到了宋代禪宗逐漸轉變成不離語言，不避文字，且藉由文字語言詮釋宗門公案，作為禪者入門、參禪修道，以及啟悟學人的方式之一。此段將分別探討「禪宗公案產生的原因」以及「公案詮釋的發展」。

（一）禪宗公案產生的原因

禪宗在習禪求證悟的過程中，若有所省悟，或疑情，便會以所得的見地向自己的老師求取印可。因此，禪師會透過詩偈、一句話頭，來與學僧對機；話若應機，學僧當下即悟，悟後起修，繼續參學；話若不對機，繼續參，或禪師會看學人根器是否相當，否則，便請他另尋對機者，直到覓得為止。⁸

自六祖惠能大師之後，公案語錄日益發展，而有此發展方向，宋隆斐認為，可在《六祖壇經》中略見一二：

《六祖壇經》的主要內容，是關於「般若波羅蜜」、「無念無相無住法門」的闡述，另外還記載了六祖對於門下弟子與參請者的隨機點撥，讓這些人能夠「有省」乃至契入大小不等的悟境。⁹

因為惠能大師提出的修習法看似簡單易懂，但因為其所提倡的是「頓悟法門」，故仍是需要相當根器，若對於一般根器的學人來說，實在是難以到達的境界。故宋隆斐以為，惠能大師在《六祖壇經·懺悔品第六》即提出了一個重要的指引方向：

善知識！歸依覺，兩足尊。歸依正，離欲尊。歸依淨，眾中尊。從今日去，稱覺為師，更不歸依邪魔外道，以自性三寶常自證明，勸善知識歸依自性三寶。佛者，覺也。法者，正也。僧者，淨也。¹⁰

⁸ Sasaki, Ruth F. 著；牛園 譯：〈中國禪學中的公案〉，《慧炬雜誌社》，第 152/153 期（台北：慧炬雜誌社，1977 年），頁 56-63。

⁹ 宋隆斐：〈禪宗頌古聯珠通集所錄公案與宋朝五種頌古百則所錄公案之對照研究〉，《玄奘大學博士論文》（2013 年）。

¹⁰ 《六祖大師法寶壇經》：(CBETA 2023.Q1, T48, no. 2008, p. 354a27-b2)

惠能大師將「佛法僧三寶」重新詮釋定義為「覺、正、淨」，除了是引導眾生將向外的皈依，回到自身，啟發眾生本自的「覺性」而成佛、依「正道」而得法、以清淨身口意而為「僧」；也透過新的定義，強調禪宗的教育不離生活，作為修道人應「識自本心、見自本性」所以即便是以語言文字應機，其中內容也是透過當下情境、生活日常，直指本心。是故這些從生活中發展出來的「機緣」，便透過參禪者口耳相傳或筆錄傳鈔的方式，開始廣為流傳，稱作公案。

（二）公案詮釋的發展

對於公案的詮釋與應用，洪修平認為，可以從宋代大慧宗杲禪師所提倡的看話禪探討起¹¹。所謂看話禪，即是通過「看話頭」達到開悟的一種參學方法；禪宗最早的話頭，或許是惠能大師為弟子惠明說：「不思善，不思惡，正與麼時，那箇是明上座本來面目？」¹²而後則演化成禪門最常引導學人參的「如何是父母未生前本來面目？」大慧宗杲也提到：「要徹悟禪理，就必須要參話頭，而要參話頭就必須要生『疑』；所謂『小疑小悟、大疑大悟、不疑不悟』¹³」時時看話頭，便可以在現實生活中「如實而見、如實而行、如實而用」。¹⁴

《碧巖錄·序》云：「嘗謂祖教之書謂之公案者，倡於唐而盛於宋，其來尚矣。」¹⁵禪宗到了宋代通過統治者以及文人士大夫的推崇，而日益走向社會；其中關鍵，便是由臨濟宗汾陽善昭所開創，以「頌古」為主要內容的「文字禪」之新形式。由上述可知，公案所記載的內容成為參禪者的學習範本，研讀公案是參禪者必要的功課，作為習禪之人重要的修行依循。

¹¹ 洪修平：《中國禪學思想史》（台北：文津出版社，1994年），頁284。

¹² 《六祖大師法寶壇經》：(CBETA 2023.Q1, T48, no. 2008, p. 349b24-25)

¹³ 《大慧普覺禪師語錄》卷28：「千疑萬疑。只是一疑。話頭上疑破。則千疑萬疑一時破。話頭不破。則且就上面與之廝崖。若棄了話頭。却去別文字上起疑。經教上起疑。古人公案上起疑。日用塵勞中起疑。皆是邪魔眷屬。」(CBETA 2023.Q1, T47, no. 1998A, p. 930a14-18)

¹⁴ 《大慧普覺禪師語錄》卷27：「方始好看庭前柏樹子。麻三斤。乾屎橛。狗子無佛性。一口吸盡西江水。東山水上行之類。忽然一句下透得。方始謂之法界無量回向。如實而見。如實而行。如實而用。」(CBETA 2023.Q1, T47, no. 1998A, p. 928a6-10)

¹⁵ 《佛果圓悟禪師碧巖錄》卷1：(CBETA 2023.Q1, T48, no. 2003, p. 139b29-c1)

而宋代以來，禪師們透過重新詮解公案而產生舉古、拈古、頌古及評唱等表述形式，譬如：舉古，為舉例的意思，選擇古代禪門公案的語句、事例，或以詳細舉例、大略舉例的方式，主要是以散文體來講解公案。而拈古，指在舉出古人公案之後加以簡單的評論，在《燈錄》中常以「師拈曰」或「師云」來表現，通常與舉古並用，先舉而後拈，闡釋公案意涵，以發明禪理。與前兩者類似的還有「頌古」，是在引述古人的語錄公案之後，以偈頌文體針對語錄所蘊含的禪機乃至悟境加以形容、表述，是為韻文體，有四言、五言、七言，乃至六四句等多句組成，結構形式活潑而多變化。而評唱，則是通過引用佛經與禪宗事跡，針對公案和頌文的每一句話進行考證。上述針對公案的評論及表述方式，顯見公案的詮釋與評論與文字禪息息相關，並自宋代的汾陽善昭興起頌古，由雪竇重顯發揚光大¹⁶。

因為公案本身所具有的開放性之涵義，使後代禪師可以藉上述文字禪的表述方式，不斷地創造出更多的禪旨，並藉由此過程與禪師進行跨時空的對話，參與公案的再創造。¹⁷而文字禪因為也有文人士大夫的參與，使得後期發展方向愈趨會通了儒釋道三家，其中以圓悟克勤禪師針對《雪竇頌古百則》所做的評唱，並經過弟子編輯而成的《碧巖集》最具代表。因為《碧巖集》針對公案與頌古詩的文字內容進行「引經據典」式的考證，並且大量引用著名的禪師典故作為補充說明；也有引自佛經義理，並評論禪宗各家宗風的異同。此闡釋方式與儒家傳統的解經、注疏方式如出一轍，並且與宋代的「古文運動」的文學風格，以及當時「江西詩派」推崇杜詩、主張「無一字無來歷」的理念相通。¹⁸

¹⁶ 文字禪表述形式有語錄、舉古、征古、拈古、代語、別語、頌古、偈贊、詩歌、法語、雜著、碑銘、序跋等。語錄、偈語、讚頌、詩詞、碑銘、序跋不是宋代文字禪最有代表性、廣泛性，也不是禪門獨有表述佛法方式。而最具有宋代禪門特色的是舉古、征古、拈古、代語、別語、頌古、評唱。為了讓大家理解起來不是太抽象，有個直觀的認識，下文略舉雪竇重宣的《頌古百則》及圓悟克勤的《碧巖錄》對宋代禪門具有特色文字禪舉古、頌古、評唱等加以解說。〈文字禪的特點與形式——以《頌古百則》及《碧巖錄》為例〉，《鳳凰網》，2010年11月19日，https://fo.ifeng.com/special/zhaojuesi/lunwen/detail_2010_11/19/3168046_2.shtml（引用時間：2023年6月9日）

¹⁷ 張佳媛：〈洞山禪法與公案及其後世的詮釋與運用〉，《國立台灣師範大學碩士論文》（2021年）。

¹⁸ 宋隆斐：〈禪宗頌古聯珠通集所錄公案與宋朝五種頌古百則所錄公案之對照研究〉，《玄奘大學博士論文》（2013年）。

公案詮釋的發展，有一說表示與禪宗最初所標榜的「不立文字、教外別傳」漸行漸遠。然星雲大師並不以為此中有矛盾，其在《佛法真義·言語道斷》中便提及：

禪宗的「不立文字」，也不是說不要文字，只是叫人不要執著於文字。因為語言文字只是「標月指」，是指引我們見到月亮的方便，但手指畢竟不是月亮，因此佛陀及古德們才要苦口婆心的叮嚀，深怕我們「因指忘月」。¹⁹

如同得魚忘筌、得意忘言，語言文字作為「方便」，上岸後就不需要舟筏了。因此，真理固然是不可說的，所謂「說似一物即不中」；但佛法仍需透過語言文字的傳播，才有辦法流傳至今，如同禪宗「燈錄」的命名——能夠燈燈相續。

三、《星雲禪話》公案禪的詮釋特色

《星雲禪話》作為禪語錄的現代詮釋，在所收錄的公案內容中，顯現星雲大師所重視的禪法教化意涵。以下將透過《星雲禪話》的繼承與創新探討其詮釋特色。

（一）《星雲禪話》的繼承傳統

由上述可知，禪宗公案的歷史，若是依照《星雲禪話》的內容取材，自佛陀時代開始，到現今，星雲大師舉出自己本身和其弟子的公案，可說橫跨了兩千六百年。而在六祖惠能大師之後，中國禪宗一花開五葉而成的「臨濟、曹洞、沩仰、雲門、法眼」皆有各自具代表性的禪師，收錄於《星雲禪話》中²⁰。如同《五燈會元》亦透過「五家七宗」作為分類，辨析各家之源流本末。因此，可以說《星雲禪話》雖不是一時一地之作，但其所呈現出的公案歷史源流及法脈傳承，卻是和古代禪門著述一派相承，此可視為時間軸上歷史的繼承。

¹⁹ 星雲大師：《星雲大師全集·佛法真義 1·佛法義理·言語道斷》（高雄：佛光出版社，2017年），頁 282。

²⁰ 臨濟宗：馬祖道一、百丈懷海、黃檗希運、臨濟義玄；曹洞宗：石頭希遷、雲巖曇晟、洞山良价、曹山本寂；沩仰宗：沩山靈祐、仰山慧寂；雲門宗：天皇道悟、龍潭崇信、德山宣鑑、雲門文偃；法眼宗：雪峰義存、玄沙師備、羅漢桂琛、法眼文益。參考江俊偉〈禪意·文學·人間：《星雲禪話》研究〉。

（二）《星雲禪話》的詮釋創新

《星雲禪話》最初是因應信徒在星雲大師講說《六祖壇經》後，對於禪宗思想及文化有極大的興趣，於是受邀於報紙上撰寫每日一則「星雲禪話」，從 1986 年於電視台播出後，1987 年由佛光文化出版問世；翌年，1988 年，由台視文化以「文選」出版第一集；1993 年時，聯經出版了四輯。2004 年至 2011 年間在人間福報的頭版，刊登每日一則「星雲禪話」。2013 年香海出版社出的十冊套書；而本論文則以 2017 年出版的《星雲大師全集·第五類 文叢·星雲禪話》為底本，一共六冊，有 1084 篇。

由於最初《星雲禪話》的敘說媒介皆是曝光於大眾面前，從報章媒體到電視台，其受眾多為普羅大眾，因此在用字遣詞上，較為口語；而在內容鋪排上則有星雲大師效仿過去的燈錄的「拈古」，在每篇公案之後，針對公案作出題點，並將其稱作「養心法語」。「養心法語」顧名思義，以禪法養其心體，在閱讀公案之後能留取一句，乃至一法，於生活中細細用心，此亦為佛光禪的關鍵旨趣——觸處皆道、機趣無限。²¹因此，「養心法語」不僅作為現代之「拈古」，也可以說是讀者進入到禪宗公案的「下手處」；除了闡釋星雲大師對該公案的現代意義詮釋，也進一步提出疑情，令讀者能透過公案思考，如何在生活中體悟禪心，乃至落實禪法。

第二節 《星雲禪話》的書寫特色

禪宗公案給人的印象通常是需要有極高的悟性，才能領略一二；過去則給學人作為參話頭用，可以說是相對需要門檻的修行法門。

然而星雲大師在《星雲禪話》中所展現出詮釋特色，即是「讓人懂」的日常語言，並將情節生動化，不僅僅是將公案翻成白話，更適時增補細節，又因其最一開始是以講說模式呈現，故文字語言口語化，如同說故事一般，引人入勝。以下將《星雲禪話》大略分成三大書寫特色：

²¹ 佛光山禪淨法堂（慧昭法師）：《佛光禪入門》（高雄：佛光出版社，2004 年），頁 20。

一、改編

星雲大師為使公案情節能吸引人，並在口語表達上能更符應如同說故事一般的呈現，故其針對公案進行改編，本研究將歸類為兩種改編筆法：角色與情節。

（一）人物改編

在同一情節上，進行角色的改編，以《景德傳燈錄》卷 5 南陽慧忠國師與其侍者的對話和《星雲禪話·差點錯過一生》為例：

《景德傳燈錄 卷五》：

一日喚侍者。侍者應諾。如是三召皆應諾。師曰。將謂吾孤負汝。却是汝孤負吾。²²

南陽慧忠國師三次召喚侍者，而侍者三次皆應諾。最後國師向侍者說，「將來可不要說我辜負你，其實是你辜負我。」在《佛光大辭典》對於此則公案則說明，國師並不是要侍者應諾，但侍者卻接連著應諾了三次；表示侍者執迷於「會不會」而忽略了國師對侍者的老婆心切，是故國師喝斥侍者為「辜負」。²³

而在〈差點空過一生〉中，直接自稱為今覺悟徹禪師，將南陽慧忠禪師與侍者的對話，套用在他和聰慧禪僧，並於內文中說明為了試試聰慧禪僧的根機而三喚他的名字；而聰慧也三次回道「學人在」，今覺禪師不禁喝斥道：「你這個鈍根的出家人！以後可別怪我辜負你。」然星雲大師也增加了聰慧的回答：「老師，您先別罵我，如果聰慧這次沒有來禮拜您，恐怕就會空過一生了。」最終，今覺禪師認可了聰慧的回答。²⁴

在此改編上，除了進行人物改編，亦新增情節，表達學僧的體悟，以及師父對於弟子的印可。而星雲大師在「養心法語」中也提到，聰慧的回應雖沒有錯，但僅

²² 《景德傳燈錄》卷 5：(CBETA 2023.Q1, T51, no. 2076, p. 244a24-26)

²³ 《佛光大辭典·國師三喚》：〔宗門統要續集卷三、禪宗頌古聯珠通集卷八、宗門葛籐集捲上〕p4438

²⁴ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 2·差點空過一生》，頁 221。

是世俗上的禮貌；故其認為，「這種地方還需要禮貌嗎？」表示聰慧俗不可耐，終無法入道。

（二）情節改編

星雲大師透過情節發展上的改編，使公案詮釋上能更趨完整，且增添公案的趣味性。在臨濟義玄禪師在其示寂前，與其傳法弟子三聖慧然有一段問答：

師臨遷化時據坐云：「吾滅後不得滅却吾正法眼藏。」三聖出云：「爭敢滅却和尚正法眼藏？」師云：「已後有人問爾，向他道什麼？」三聖便喝。師云：「誰知吾正法眼藏向這瞎驢邊滅却。」言訖端然示寂。²⁵

臨濟義玄禪師在入滅之前，和其弟子三聖說：「我入滅後，你們不可將正法眼藏也隨著滅卻。」三聖慧然禪師回道：「弟子怎麼敢將老師的正法眼藏滅卻？」臨濟禪師便問：「那麼，如果有人問『道是什麼』、『禪是什麼』，你們如何回答呢？」這時，三聖禪師學起臨濟禪師平時教導學僧的方法，大喝一聲！臨濟禪師聽了之後只說：「誰能想像，我的正法眼藏，就要像這瞎驢處滅卻了。」說完，就在法座上端然而寂。

後世則有以為臨濟禪師雖稱三聖是瞎驢，但卻有認可將正法託付與他之旨意。²⁶而在《星雲禪話·不能模仿》中，則在臨濟示寂後，增添了一段情節：

慧然禪師非常不解地說：「老師平時對來訪者都大喝一聲，為什麼我們就不能學著老師也大喝一聲呢？」

此時，臨濟禪師忽然又活過來說：「我吃飯，你們不能當飽；我死亡，你們不能代替。」意思是說，我大喝一聲，你們怎麼能代替我呢？

²⁵《古尊宿語錄》卷5：(CBETA 2023.Q1, X68, no. 1315, p. 34a5-9 // R118, p. 220a16-2 // Z 2:23, p. 110c16-2)

²⁶《佛光大辭典·臨濟瞎驢》：此公案中，臨濟將三聖比為愚鈍之瞎驢，然卻付囑其正法眼藏。蓋「瞎驢邊滅卻」之意旨如何，為本公案之要點；臨濟揶揄其正法眼藏為這瞎驢漢滅卻，於對三聖之貶抑中，實寓讚美之意，表示真正之付囑。〔景德傳燈錄卷十二、祖庭事苑卷二、五燈會元卷十一、從容錄第十三則〕 p6509。

慧然禪師急忙跪下說：「老師請原諒，請住世指導我們。」

臨濟禪師這時大喝一聲，說道：「我才不給你們模仿！」

說罷，就真的入滅了。

星雲大師讓三聖禪師又再一次做當機眾，好似委屈地將內心的疑問向已然示寂的臨濟禪師拋出；沒想到，情節急轉，臨濟禪師活了起來，且又喝斥三聖禪師一番，不領三聖勸請住世，甚至也丟下一句「我才不給你們模仿！」便真正入滅。

星雲大師為強調臨濟義玄禪師之所以喝斥三聖禪師為驢，且即刻入滅，故讓三聖禪師為大家提出心中的疑問；又安排臨濟禪師可以活過來，解釋了他「不希望弟子模仿」且不應淪為鸚鵡禪的老婆心切。

由上述例子可知，星雲大師將原文擴充，增補細節；改寫後的公案，一方面語言表達更容易為現代讀者所理解，同時也引導讀者能與公案對話，將過去的問題加入現代的視角，令讀者也能一同參與師徒間的機鋒相對。

二、自創

除了改編公案，星雲大師亦化身成「佛光禪師」、「無德禪師」、「大覺禪師」等等；或將徒弟也化為禪師，以自身及徒弟的故事為例。可以說，這些星雲大師自創的公案，充分體現他的禪宗思想，也亟欲讓人明白公案與日常生活緊密的關係。

²⁷以下表格為星雲大師自創的公案：

表 1：自創公案

人物	篇目	類型
無德禪師	棒與喝、立地成佛、你歡喜的最偉大、公雞與雞蟲、超脫輪迴、大菩薩在哪裡、老虎吃人、最具魅力、活得快樂、石頭的主人、尋找禪心、醒過	自稱

²⁷ 參考星雲大師：《星雲大師全集·人間佛教序文選·大師自序·《星雲禪語（三）》：時至今日，我樂說不怠，也建立了各種佛教事業。在佛陀的加被下，我一生所作所為，無一不是為了達到「弘法利生」這個願心，而力行實踐。我一生弘法無數，感到最難的，是如何才能契理契機，往往為了一篇講稿，而日夜揣摩聽眾心理；常常為了一句名相，而反復思惟其中深意，只為了希望眾生都能聽懂，有緣受用，並且將佛法妙諦，運用在日常生活中，以作為現實人生的指南。

	來、打與不打、前因後果、佛師已上坐、最好問你自己	
佛光禪師	歸鳥迷巢、誰是禪師、點亮心燈、我還有你呀、我也可以為你忙、一口好牙、與佛無緣、沒時間老、禪師的寶座、儲財於信徒、找回自己、八折誦經、佛光法水	自稱
大覺禪師	沉香樹活了沒、不行古道、就差你這一尊	自稱
無心禪師	神明拜佛、桃花心木	自稱
山祖	可以就可以	自稱
我（星雲大師）	吃小和尚、大和尚小和尚	自稱
心培和尚	女性羅漢、佛口清淨、現在需要什麼	佛光山徒眾
慈惠長老	能否成佛	佛光山徒眾
慈容法師	十方共有	佛光山徒眾
慧昭法師	你看到什麼？	佛光山徒眾
園頭禪師	育才之道	佛光山徒眾

約 45 篇的自創公案，除了化身為多種稱號的星雲大師，也有直接第一人稱自己為「我」，乃至自稱為「山祖」。這些稱號，為星雲大師搭配佛光山及其海內外分別院道場的地理位置，作為這些「化身」禪師們的弘法居住地，譬如：佛光禪師有傳燈寺；無德禪師則有大明寺、大覺寺、南天禪院；大覺禪師有佛光、紅木山之稱謂。有多種稱謂的星雲大師，除了展現其幽默、風趣的書寫特色，也反映其在《星雲禪話·序》中提及，其編寫此書時，正雲遊四方，世界五大洲弘法佈教，因此有多種身分，亦可能是符應當下的情境。²⁸

²⁸ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話·序》：「只不過有一樣，我一直掛礙著，那就是過去這些禪話公案播出或出版時，我正忙碌於海內外的弘法佈教，夜以繼日地撰寫，之中頗有些匆促而成，恐怕掛一漏萬、未盡圓妥……」，頁 30。

而在內容上，星雲大師取材自日常中和徒眾的對談、開示，作為生活的應機處，如〈一口好牙〉，即是說明佛光禪師對於弟子們衣食日用，乃至醫療方面的照料，可說是一應俱全；而公案中佛光禪師對談的為負責管理財務的弟子，其認為禪師對弟子們的照料，與弟子們常不思回報、不懂珍惜，感到不值得。佛光禪師聽了以後，便回：「這些人口中雖然說不出什麼好話，但是卻不能不給他們一口好牙。」²⁹而在「養心法語」中，也說到：「佛光禪師堅持給弟子們換一口好牙，至於弟子們有沒有回報，對於深契「無所得空」的禪師來說，這已不足掛齒。」可見公案中不僅展現星雲大師的人間佛教思想——給，給人一口好牙，即是給人因緣、給人方便；且透過此一公案，說明佛光禪師所要闡釋的悟境為「無所得」的空性智慧。

由上述可見，自創的公案更加能夠突出體現星雲大師人間佛教的思想與內涵；在內容上，能與現代生活對接，而思惟上則有現代的解讀方式，提供現實人生於日常中體悟禪味的方法。

三、用典

上述兩種書寫特寫，皆表現星雲大師突破傳統，並嘗試加入現代的元素，使禪門公案能夠為現代人所用，進一步產生新的交流。然而，在公案取材上，其實也可以看見星雲大師的創新。

《星雲禪話》主要依據的禪宗文獻，大多可以從《景德傳燈錄》、《五燈會元》、《指月錄》等常見禪宗燈錄中找到³⁰，但有一些是出自較少引用的原典，如《百丈清規證義記》、《禪林僧寶傳》、《古尊宿語錄》等等；星雲大師選擇這些較少見的公案，主要是能更貼近他對禪門日用的注重，考量公案的日常性、生活性，讓讀者能切身體會。出自《百丈清規證義記》的一例來看：

昔寶壽師。在五祖寺庫房充執。住持戒公。偶疾服藥。須生薑。行者就庫取。

寶叱之戒知之。令將錢回買。寶始與。後洞山缺人。郡守書。託戒舉所知。戒

²⁹ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話一口好牙》，頁 71。

³⁰ 同上，頁 132。

曰。賣生薑漢去得。壽出世住洞山。遂有寶壽生薑辣萬年之句。流傳於世云。

31

此篇並未見於禪宗燈錄、語錄中，而載於《百丈清規證義記》卷六，故事性雖不是很強，也沒有禪門所謂的「機鋒」，卻表現出恪盡職守、不徇私情的禪風典範，因此星雲大師收錄此則公案。³²並在「養心法語」中說明：「禪心對世間的是非利害，是分得清清楚楚的。所以，公私分明也是禪心。」³³

而除了少見的典籍，星雲大師也有採用日韓之域外的公案，顯現《星雲禪話》的人間性與國際性，並未受限於中國禪宗，使讀者能開拓禪學視野；也因為異域的禪師其年代較晚，因此他們的公案情節也較貼近現代生活，可以說體現了人間佛教「關注現世需求」之思想意涵，讓禪法為人所用。

不論是改編、自創還是獨特的用典，星雲大師都希望藉由淺顯的文字語言，呈現符應日常、生活，所謂「道在日用平常間」的體悟。而從星雲大師對於禪公案的取材，可以發現其並不只讓讀者參話頭，而是透過平易近人的講說模式，引領讀者以禪法來思惟，在生活中擁有一顆禪心；如同他在序中提及：「在禪的三昧中，保任心的活水源頭，在生活中受用無窮。」³⁴

因此，《星雲禪話》不僅繼承了中國禪宗的法脈淵源，體現了星雲大師的人間佛教思想，更進一步開展出人間佛教對於禪法的應用層面。而何謂應用？該如何應用？將於下一節內容分類進行說明。

³¹ 《百丈清規證義記》卷 6：(CBETA 2023.Q1, X63, no. 1244, p. 447a10-15 // R111, p. 725a11-16 // Z 2:16, p. 363a11-16)

³² 同上，頁 133。

³³ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 1·賣生薑》，頁 165。

³⁴ 星雲大師：《星雲大師全集·第五類·星雲禪話》，頁 30。

第三節 《星雲禪話》的內容分類

為進一步闡釋《星雲禪話》中所體現的人間佛教的思想，乃至其可運用的禪法特色，此節將透過人間生活禪（簡稱佛光禪）的內涵與實踐面，作為《星雲禪話》中，公案分類的依據。以下先說明公案分類的歷史，並分析現今學者針對《星雲禪話》所做的公案歸納：

歷來除了具代表性的《景德傳燈錄》、《五燈會元》、《指月錄》等常見燈錄，以年代、禪宗法系作為分類；另有元代道泰、智境法師所編纂的《禪林類聚》³⁵，其以《五燈會元》為中心，收錄公案八百十三則，分類為二十部門，一百零二類。此《禪林類聚》元刊本僅存於日本，時任揚州天寧禪寺住持善俊（生卒不詳）〈跋〉云：

善俊濫居城寺四十年矣。每念佛祖機緣拈頌，散載諸家廣語中，部秩既多，卒難尋檢，意欲類而綜之，以便叢林。……（道泰、智境）于是披檢《五燈》及諸祖師語錄，采集機緣，隨得隨收。故不以前後次第為拘托，事標門列，成一百二類，目之曰《禪林類聚》。³⁶

《禪林類聚》的分類方式效仿當時類書的彙編方式，以人、事、物、空間略為分之，然秩序上仍可見得較為龐雜、交錯。³⁷

而目前學者針對《星雲禪話》在其公案的分類歸納上，有以宗派及禪師做劃分的，如江俊偉在〈禪意·文學·人間：《星雲禪話》研究〉認為，《星雲禪話》所收

³⁵ 本書係就諸祖語錄、傳燈錄等，收集禪家諸師之機緣語要而成，內容包括帝王、宰臣、儒士、佛祖、法身、佛像、伽藍、殿堂、塔廟、丈室、門戶、禪定、經教、尼女、戒律、禮拜、緣化、神異、問疾、服飾、法器、齋粥、香燈、獅子像、龜魚等一〇二類。（《禪林類聚》：《佛光大辭典》，1990年。）

³⁶ 賴需澄：〈論禪門詩偈選集之流變——以《禪宗雜毒海》為例〉，中華佛學研究 第二十一期，2020年，頁73-102。

³⁷ 無礙：〈禪宗公案的意義與價值〉，收入張曼濤主編：《現代佛教學術叢刊 52·禪宗思想與歷史》，台北：大乘文化出版社，1978年，頁61。

錄的禪宗公案及禪門人物，將中國禪宗宗派的法脈傳承粗略地勾勒出成圖譜³⁸；其論文將宗派分有：臨濟宗、曹洞宗、沩仰宗、雲門宗和法眼宗，並將各宗派所代表的禪師和法嗣一一列舉出來。如臨濟宗，則有：馬祖道一、百丈懷海、黃檗希運和臨濟義玄。江俊偉表示，中國禪宗在歷史淵流及留於後世的語錄文集，在在顯現中國禪宗推重法脈傳承的紀錄：

從最初成書的《傳燈錄》（《景德傳燈錄》、《天聖廣燈錄》、《建中靖國續燈錄》、《聯燈會要》、《嘉泰普燈錄》）五種，到後來括摘「五燈」精要的《五燈會元》，對禪宗師徒傳法的紀錄皆甚為重視。³⁹

由此可知，《星雲禪話》呈顯了中國禪宗一花開五葉的法脈流傳，雖然星雲大師作為臨濟宗第四十八代傳人，但他並沒有偏重一家之言，各家宗派皆舉出了具代表或者適應現代人根機的禪師家風。

而張培峰〈《星雲禪話》公案選擇與創作的道意與匠心〉則以收錄在《禪藏》的《禪話》四集中的第一集（99篇）為研究範圍，歸納出星雲大師所引述的公案出處以及其「自創」和「改編」的公案作為分類主軸，並且與江偉峰〈禪意·文學·人間：《星雲禪話》研究〉同樣以禪師人物為分類。依上述分類看來，張培峰認為「《禪話》是一部以人間佛教精神為指導，繼承中國禪宗燈錄傳統，面相現代廣大僧俗群體的一部新燈錄。」《禪話》中收錄的公案看似隨意編排，卻透過禪師所代表的宗風，以及異域的公案採集，反映出星雲大師的禪宗宗派思想：「上承佛祖遺風，下繼唐宋以來禪宗各宗衣鉢。」⁴⁰

總的來說，對於《星雲禪話》內容的分類，因禪宗語錄或《燈錄》所收錄的公案數量眾多、內容龐雜，歷來多以年代、宗派作為分類；也有像《禪林類聚》依當時類

³⁸ 江俊偉：〈禪意·文學·人間：《星雲禪話》研究〉，收入妙凡、蔡孟樺主編：《人間佛教》學報·藝文第9期，高雄：財團法人佛光山人間佛教研究院，2017年05月，頁68-89。

³⁹ 同上註。

⁴⁰ 張培鋒：〈《星雲禪話》公案選擇與創作的道意與匠心〉，頁134。

書文體而編排的分類。而這些分類，僅能看作一種平面的處理法⁴¹，參禪者對於公案內容的吸收，和這些分類並無太大的關係；若以宗派來分，也僅僅是了知各家宗風的特色，對宗派及代表的禪師有基本的認識，亦未能對於星雲大師《星雲禪話》中所體現佛光禪法的特色做分析。

因此，本論文將《星雲禪話》的 1084 篇公案，依《佛光禪入門》對於修學佛光禪之修持次第，分為有兩大主題、六項道次第；此兩大主題為「道前次第」與「三學次第」；六項道次第分別為預備道、善行道、信行道、戒行道、定行道、慧行道。因本研究主要的論點為針對人間生活、實踐禪法的內涵，是故在「佛光禪修道次第總表」中，未提及最末三項——見道、修道、無學道；此三者作為「證道」的層次，不涵蓋於本論文的研究範疇「行道——實踐」。

「佛光禪修道次第總表」每一項修學次第皆有其修學目標與對應的修學德目與方法，故本論文針對此修學目標、德目及方法，與《星雲禪話》之 1084 則公案中所提出的問題、觀念和思想，配合佛光禪道次第之修行德目與方法，做出細項的分類，以呈顯《星雲禪話》中所體現佛光禪的內涵。公案類型之分類則分成：生活澹泊規律、孝親感恩、正見、拜佛、念佛、布施懺悔、布施、正信、發心、立願、持戒、忍辱、精進、攝身守意、活在當下、平常心是道、正觀、破迷、轉念。

表 2：佛光修道次第總表及《星雲禪話》公案分類表⁴²

總目	修學次第	修學目標	修學德目或方法	《星雲禪話》公案類型
行道	預備道	養成孝親感恩之心	1.閱讀勵志修養叢書。 2.生活淡薄、作息規律、不忘運動、保持健康。 3.孝敬父母、恭敬師長、友愛兄弟。 4.心存感恩、善待他人。	生活澹泊規律 孝親感恩
	善行道	養成行善助人之心	1.研讀基礎佛學、聞思法義，培養佛法正見。 2.早晚拜佛、禮懺、誦經，培養佛法正念。	正見 拜佛

⁴¹ 無礙：〈禪宗公案的意義與價值〉，收入張曼濤主編：《現代佛教學術叢刊 52·禪宗思想與歷史》，台北：大乘文化出版社，1978 年，頁 62。

⁴² 參照佛光山禪淨法堂（慧昭法師）：《佛光禪入門》，頁 25。

			3.布施資財、義工服務、隨時行善助人。 4.受持五戒、護持三寶。	念佛 布施
	信行道	啟發願、 行菩提心	1.聞思菩提心法義，培養菩提心正見。 2.早晚拜佛、禮懺、誦經，發願救度眾生，培養願、行菩提心。 3.受持菩薩戒，落實願、行菩提心之修持。 4.學習「初級」禪觀〈呼吸禪觀〉及生活禪觀。	正信 發心 立願
	戒行道	強化願、 行菩提心	1.聞思菩提心法義，堅固菩提心正見。 2.於生活中力修持戒波羅密--三聚淨戒。 3.於生活中力修忍辱波羅密--生忍、法忍。 4.於生活中力修精進波羅密--念護持願行菩提心。 5.學習「中級」禪觀〈慈悲愛心禪觀〉及生活禪觀。	持戒 忍辱 精進
	定行道	成就願、 行菩提心	1.閉關專修禪觀---打禪七、七七。 2.動中生活禪觀---要求時時刻刻在當下。	攝身守意 活在當下 平常心是道
	慧行道	開發勝義 菩提心	閉關專修「高級」禪觀〈般若實相禪觀〉，以剋期取證——見道位菩薩。	正觀 破迷 轉念
證道	見道	開悟勝義 菩提心	永斷分別我法二執，薄貪瞋癡。	
	修道	證悟勝義 菩提心	進斷俱生我法二執，大悲濟世。	
	無學道	圓滿勝義 菩提心	見而無見，無所不見；修而無修，無所不修；證而無證，無所不證。	

《佛光禪入門》提及，學佛貴在實踐，參禪更是如此；然實踐需藉由正見來引導，才不會走火入魔、盲修瞎練。⁴³故佛光禪的要旨，以菩提心為核心，從累積福德資糧，到行道、證道，次第修行，令禪法與生活相應。

根據《佛光禪入門》，其針對九項修學道次第有相關描述：

1. 預備道——建立健全人格，達觀進取謙沖。
2. 善行道——培養正知正見，隨緣入世利生。

⁴³ 佛光山禪淨法堂（慧昭法師）：《佛光禪入門》（高雄：佛光出版社，2004年），頁24。

3. 信行道——誠敬皈依三寶，學習止惡行善。
4. 戒行道——依持菩薩戒法，知足簡樸澹泊。
5. 定行道——消滅五欲五蓋，念念清醒明覺。
6. 慧行道——正觀緣起法性，淨化如幻業習。
7. 見道——永斷分別我法二執，薄貪嗔痴。
8. 修道——進斷俱生我法二執，大悲濟世。
9. 無學道——圓滿無上菩提，無見無修無證。⁴⁴

此道次第，以菩提心為本，健全人格、培養正知正見；並以般若為導，依戒定慧三學為軌則，達到滅除煩惱執著，體證般若空有不二與圓滿菩提之目的。⁴⁵在《佛光山禪堂規約》中記載：

本堂（佛光山禪堂）也依佛陀菩薩道的思想，秉持星雲大師弘揚人間佛教的理念、精神，具體提出一種能治療現代『社會疾病』……功利、野心、奢侈、價值觀混淆等，以及適合各種人修持，又能照顧到人性生理與內在需求的禪法，取名為「佛光人間生活禪」，簡稱「佛光禪」⁴⁶

由上述可知，佛光禪所面對的是現實生活，如六祖惠能大師言：「佛法在世間，不離世間覺」⁴⁷歷代禪者皆不離生活，不論是出坡作務、待人接物，都展現著禪者的風光。如：六祖惠能大師砍柴、舂米八個月；百丈懷海禪師一日不作一日不食；趙州從諷禪師的「喫茶去」生活處處都是禪者的道糧，所體證的禪，便是在衣食住行的生活裡扎根的。

星雲大師說：「禪不是供我們談論研究的，禪是改善我們生活的。」⁴⁸佛光禪面向著大眾的生活，提供普羅大眾從日常起居檢視心念，擴大心量，提升與淨化生命。

⁴⁴ 佛光山禪淨法堂（慧昭法師）：《佛光禪入門》（高雄：佛光出版社，2004年），頁21。

⁴⁵ 蕭愛蓉：《般若智，菩提心——星雲大師佛光禪之理論與弘化》（香港：香港中文大學人間佛教研究中心，2021年），頁259。

⁴⁶ 佛光山禪淨法堂（慧昭法師）：《佛光禪入門》，頁18。

⁴⁷ 《六祖大師法寶壇經·般若第二》：（CBETA 2023.Q1, T48, no. 2008, p. 351c9）

⁴⁸ 星雲大師：《人間佛教的戒定慧》（高雄：佛光文化，2013年），頁176。

而《星雲禪話》亦是如此，從星雲大師的公案取材到書寫特色，無一不是要令大眾能夠從公案中，找到與日常生活應機相接的部分；讓讀者透過公案的提點，回到生活，體悟禪心。



第三章 《星雲禪話》所呈現佛光禪法的道前次第

本章將透過《星雲禪話》中符應「佛光人間生活禪修持綜合簡表」之行道次第的公案，說明星雲大師在《星雲禪話》中所呈顯的佛光禪的修道方向，以及其對禪法的詮釋與內涵。從「佛光人間生活禪修持綜合簡表」同樣可得知，最首要的即是從最基礎的做人處事開始——生活上澹泊而規律；對於父母師長、親朋好友，要能孝敬友愛；在心念上，時時感恩，善待他人……如此，便是佛光禪修持法門的預備道，也就是參禪修道的前行功課。

第一節 預備道

在佛光禪的修學次第上，從最基礎的人格培養作為修道的前行預備，如同太虛大師言：「人成即佛成。」學佛要先學做人。星雲大師在《星雲禪話·真正的學問》公案中，強調懷有孝順感恩之心的重要；〈你不必參禪了〉則是以同一師門說明禪宗重視師承、尊師重道；而〈千古楷模〉即是道出百丈懷海禪師「一日不作，一日不食」農禪生活的澹泊與規律……藉此三篇說明《星雲禪話》中所體現的「佛光禪」之預備道。

表 3：預備道

預備道			
目標	養成孝親感恩之心		
概念	建立健全人格，達觀進取謙沖		
落實意義實踐	生活澹泊規律	孝親	尊師重道
公案類型舉例	〈千古楷模〉	〈真正的學問〉	〈你不必參禪了〉

《星雲禪話 5·364 真正的學問》¹中敘述一位學生與滴水和尚會談，學生滔滔不絕講自己的學識涵養，滴水禪師則是默默聆聽。等到學生講完，滴水禪師才開口說：「你的父母親都還健在嗎？」學生回：「我的雙親都還健在。」滴水禪師接著問：「那麼，他們現在幾歲了？」學生一時回答不出來。於是滴水禪師訓勉他說：「你口中所說的，都是一些表相的語言，並沒有一絲一毫的真理。你的父母親辛辛苦苦供應你讀到大學，你卻不曾記得他們的年齡。你認為『學問』到底是怎麼來的呢？」學生慚愧，便問禪師該怎麼辦？禪師回：「滴水之恩，湧泉以報。」

滴水禪師一句「學問究竟是哪裡來的？」道出人若無感恩、報恩之心，一切成就也都只是表面功夫。星雲大師認為「孝」是對親人乃至人我之間應有的一份責任，孝維持了長幼有序，父母子女世代相承的美德；孝是對生命的摯誠感謝，更是無悔無怨的回饋報恩。²禪者的心是普利一切的，不論是師徒間還是親朋好友，乃至眼前所見之眾生，擴大心量，懷著慚愧感恩之心，其實就是慈悲。

而《星雲禪話 6·204 你不必參禪了》³有記，唐朝時，湖南朗州的古堤禪師每次見到有人來請法，都說：「去吧！你沒有佛性，你可以不必參禪了。」有一天，仰山慧寂禪師前去拜訪朗州古堤禪師，他依然用同樣的話回應；這時，仰山慧寂禪師恭敬地說：「是的，我沒有佛性，所以我來參訪你。」朗州古堤禪師看此人不同，於是笑著：「你從哪裡得到這個三昧的？」仰山慧寂禪師回：「我是從馬祖道一禪師的法系，為山靈祐禪師那裡得來的。」而古堤禪師也說：「我從馬祖道一禪師的門下弟子章敬懷惲禪師那裡得來的。」仰山慧寂禪師驚喜道：「原來，你的老師就是我的老師，我的老師就是你的老師啊！」

禪門的師徒制，以心印心，話語間的悟與不悟只有師父與徒弟兩人知道。星雲大師在公案後的「養心法語」也說到：「禪門非常重視師承，重視個別指導、印心。所以師弟之間大都講究情義；是以每有消息、學到本領，對師門都感恩圖報。」習

¹ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 5·真正的學問》，頁 364。

² 星雲大師：《星雲大師全集·佛教叢書 21·佛教與孝道》，頁 204。

³ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 6·你不必參禪了》，頁 204。

禪之人各處尋師訪道、雲水行腳，為的是能開悟見性；所以禪師往往會先問「從哪來？」、「為何而來？」明白參學背景及動機，進一步以問題考驗弟子的程度，並從中得知兩人是否能應機，若彼此無因緣，則會告訴對方另尋師從。

故師徒兩人之間是教學相長、相知相惜的。星雲大師也提到他和他的師父志開上人，便有著深厚的師徒之情；雖然志開上人經常對星雲大師施以嚴厲的打罵，但在星雲大師受冤受罰時，志開上人也暗中幫助星雲大師解圍排難。⁴《禪林寶訓》云：「姁之嫗之，春夏所以生育也；霜之雪之，秋冬所以成長也。」⁵所謂春風化雨、徹骨寒霜都是禪者的面貌，故不論是機鋒相對、棒喝厲色都是師徒間以心傳心的方式。

對外要能愛親尊師，對內則要嚴以律己，在生活中處處著眼。如同百丈懷海禪師不但秉持「一日不作，一日不食」⁶的農禪生活，甚至認為「搬柴運水，無非是禪」⁷對於禪者來說，生活即是修行，若離開了生活的日常作務，云何修行？生活上的自食其力，等同於修行還得靠自己明心見性，靠他人是無法證悟得道的。

佛光禪的預備道主要強調建立健全人格，星雲大師在《星雲法語 5》〈251 人格的養成〉中提到，「人格是我們遵循道德而培養的，是我們契合真理而昇華的……以無貪為富有、無求為高貴、無瞋為安樂、無痴為聰慧，便是擁有完美的人格。」⁸無貪而能不自私，擁有大愛，故能孝敬父母、關愛親友；無求而能奉獻自己，服務大眾，故能在生活上處處留心，關照大眾的需求；無瞋而能待人好，以寬心、慈悲心予人安樂；無痴才能擁有正知正見，將修行落實於生活。達成禪修之預備道，便有了修行的基礎。

⁴ 星雲大師：《星雲大師全集·往事百語 2·人我之間要跳探戈》，頁 128。

⁵ 《禪林寶訓合註》卷 1：(CBETA 2023.Q1, X64, no. 1263, , p. 169b16-17)

⁶ 《星雲禪話 1·千古楷模》：百丈禪師倡導「一日不作，一日不食」的農禪生活，弟子們不忍心讓年邁的師父繼續做這種粗重的工作，因此，大家懇請他不要隨眾出坡去勞動服務。百丈禪師以堅決的口吻說：「我無德勞煩他人服務，人生在世，若不親自勞動，豈不成廢人？」弟子們見阻止不了，只好將禪師所用的扁擔、鋤頭等工具藏起來，不讓他工作。百丈禪師無奈，便以不吃飯的絕食行為來抗議。弟子焦急地勸食，百丈禪師卻說：「既然沒有工作，哪能吃飯？」弟子們沒辦法，只得將工具還給他，讓他隨眾生活。

⁷ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 1·千古楷模》，頁 177。

⁸ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲法語 5·人格的養成》，頁 251。

第二節 善行道

善行道所主張的修學目標是「養成行善助人之心」，將預備道所養成的人格推己及人。於身的修行是研讀佛學、聞思法義，拜佛禮懺、布施服務、受持五戒、護持三寶；於心則是培養佛法正見正念，皈依三寶，以戒為師，慚愧懺悔……等等。在《星雲禪話》亦可以見到相關的公案，並有星雲大師在「養心法語」針對現代人的生活模式、身心狀態以及社會的現象，進行點評，以下將分為四類修學方法，分別為：正見、拜佛、念佛、布施。

表 4：善行道

善行道				
目標	養成行善助人之心			
概念	培養正知正見，隨緣入世利生			
落實意義實踐	正見	拜佛	念佛	布施
公案類型舉例	〈野狐禪〉、 〈以佛法調整生命〉、〈咬不到空〉、〈日面佛，月面佛〉、 〈覆船生死〉	〈找到住處了〉	〈忙碌的阿彌陀佛〉、〈心悟轉法華〉、〈老虎侍者〉	〈畸形〉、〈請施錢財〉

此四項修持項目在於建立正確認識，乃能策動一切善行；然善行還需有正念來繫念之，正念的培養則是需要透過修持來善護念。在佛光禪之善行道的修持項目，藉由身拜佛，禮拜自心佛；口念佛，念念自性佛，便能積累福德、肯定自我佛性。進一步，能開始行佛，也就是布施行善；由自利到利他，隨緣入世利生。此為世間法的善行。

一、正見

就如《六祖壇經·第六 懺悔品》云：「世人性本清淨，萬法從自性生。思量一切惡事，即生惡行；思量一切善事，即生善行。」「能」思，即是透過聞思修佛法義理，具足正知正見，進而在生活中體證。星雲大師認為，破戒，是個人行為上的過失，只要至誠懺悔，仍有重生的希望；而破見，是根本思想的偏邪，真理無法入心，永遠與佛道隔閡。⁹何謂正見？星雲大師形容正見好比照相時要先調整光圈，決定影像的清晰度，光圈對好，才能取景、按下快門。¹⁰

一個觀念可以影響一個人的價值判斷，如《華嚴經》云：「正見牢固，離諸妄見。」¹¹學佛修行就是要能改往修來，修正過去不好的習性，並建立正當的觀念。就廣義而言，凡是佛教所認可的道哩，皆屬於正見，而星雲大師指出學佛的人應該要有以下四點正見，分別為正見因緣果報、正見善惡業力、正見無常苦空、正見佛道永恆。¹²學佛修行首要的認識即為「認識世間萬法皆是由因緣所生」因為因緣和合才有一切現象，「因」如同播種，種種條件是「緣」，有因有緣必然會開花結「果」。正見因緣果報才會明白，自己就是自己聲明的耕耘者，種什麼因得什麼果，因果不會辜負我們。

在《星雲禪話·野狐禪》中，無門慧開禪師曾說一偈：「不落不昧，兩采一賽；不昧不落，千錯萬錯。」意旨百丈懷海禪師所遇到的一隻野狐精，因稱「修行人不落因果」而墮五百世狐身，希望百丈懷海禪師能予其一轉語，使他能超脫野狐之身。百丈懷海禪師聞之，便大喝「不昧因果！」野狐聞言大悟。¹³不「落」與不「昧」一字之差，卻是天壤之別；因此因緣果報是絲毫不爽的，學佛修行人更要引以為戒。

而要種什麼樣的因，取決於我們的行為造作，也就是「業」；業來自身行、口說、意想，業有善惡，所謂「假使千百劫，所作業不亡；因緣會遇時，果報還自受。」

⁹ 星雲大師：《星雲大師全集·講演集 1·求法的態度》，頁 134。

¹⁰ 星雲大師：《星雲大師全集·佛法真義 1·八正道》，頁 212。

¹¹ 《大方廣佛華嚴經》卷 30〈之八〉：(CBETA 2023.Q1, T10, no. 279, p. 162b4)

¹² 星雲大師：《星雲大師全集·佛教叢書 1·奉行八正道》，頁 81。

¹³ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 6·野狐禪》，頁 173。

若能正見善惡業力，就會懂得謹慎看待自己的身口意造作，免受惡報。星雲大師在《星雲禪話·以佛法調整生命》提及，宋朝的兜率戒禪師每次說法時，都會有一位面色沉重的老人，站在寺門外邊，用力叩頭，甚至叩到皮破血流。兜率戒禪師前往關心，老人家說到：「我是靈江裡的旁生，由於多劫以來受到不聞正法的業力牽引，因而墮落到畜生道，懇求禪師為我安心，度我解脫！」兜率戒禪師連忙反問老人：「誰縛了你？」老人回答：「沒人縛我。」兜率戒禪師則說：「既然沒人縛你，還求什麼解脫呢？還不如反觀自照，息下心念，以佛法調整自己，本有的光明佛性朗朗現前，心中的迷惑自然就會消亡。」¹⁴業力因緣是自己造作感召而來的，並不是被誰所束縛住，才有種種果報現前；所謂「解鈴還須繫鈴人」，自己必須息下心來，明白因果，並透過佛法來修正、調整自己的身口意之造作，才能淨化自己的業力，感得善果。

既明白了諸法是由因緣和合所生，要進一步思惟，因緣沒有自主性、獨存性，隨著緣聚緣散而生滅變異，所以說一切法「無常」。好比《星雲禪話·咬不到空》中，佛陀時代的優婆塞先那尊者，被毒蛇咬後自知會不久於世，卻安然自在的樣子；舍利弗不禁疑惑地向優婆塞先那詢問為何能如此平靜，尊者回應：「人的身體是四大五蘊所集成的，人自己不能主宰，本來就是無常的，既然是因緣所聚便曰空，也就是空無自性，我是體悟到這個道理，所以毒蛇只可以咬我的色身，怎麼能咬真理的空性？」¹⁵因此，雖然明白人生的實相是「無常苦空」，但在無常苦空中有一個「常樂我淨」的涅槃世界。

所謂「佛道永恆」，即是明白有一個無你我、自他、怨親、生滅、老死對待等超越的觀念，學佛修行，就是希望求得這樣的涅槃境界，成就佛道。《星雲禪話·日面佛，月面佛》中，唐代的馬祖道一禪師行經林中的一處洞穴，便告訴侍者：「我的色身將壞，下個月就下葬於此吧。」過了幾天禪師果真重病不起，弟子們紛紛前來探

¹⁴ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 2·以佛法調整生命》，頁 260。

¹⁵ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 3·咬不到空》，頁 76。

望，禪師只是平靜地回答：「日面佛，月面佛。」不久後，禪師結跏趺坐，安然圓寂。據《佛名經》記載，面佛的壽命長達一千八百歲，而月面佛的壽命卻僅僅只一日一夜而已。馬祖道一禪師面對生命謹以「日面佛，月面佛」一語來表達心境，可見他已無壽命長短與生滅來去的分別執著。¹⁶

因此，一個修學佛法的人，首先要培養正見；有了正當的見解，才能明辨業力因果，不落入邪見，乃能趣入佛道。在禪門的修學同樣如此，一切的打罵棒喝其實都是建立於佛法正確的知見；甚至可以說禪師就是以激進的手段來喚醒學人的正確知見。《星雲禪話·覆船生死》¹⁷中雪峰禪師對學僧說：「既然是覆船，還來做什麼？」學僧照著老師覆船禪師所說的答案：「因為我已超越生死，不覆船做什麼！」雪峰禪師認為學僧的見地尚未具全，僅僅是賣弄語言文字，所以是不夠資格受棒喝的，寧可將二十棒留給自己，也不關學僧的事。由此公案可以得知，禪師的棒喝打罵，其實是一種肯定，是傳法的手段；若弟子沒有領悟，或尚且根機不足，禪師也不會輕易施以棒喝。

有了正確知見才能成就一切善行，然善行還需有正念來繫念之，正念的培養則是需要透過修持來善護念。於修持上，禪宗雖有的喝佛罵祖、燒經卷佛像的典故，如丹霞天然禪師天冷為取暖燒佛像，稱說要取舍利¹⁸；那是禪師為讓弟子破除對相的執著，所利用的權巧方便¹⁹；尚未證道的薄地凡夫，仍應該次地修持、恭敬如法，才能在修行、修持上有所裨益。

因此，佛光禪不拘泥於任一修持法門，從動態的誦經、禮懺、拜佛，到靜中的禪坐，皆是以觀心為主，從而在出坡作務、生活點滴中都能攝心守意，令一切時都在定中。以下幾則公案說明禪門對於修持的看法：

¹⁶ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 3·日面佛，月面佛》，頁 31。

¹⁷ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 5·覆船生死》，頁 152。

¹⁸ 《古雪哲禪師語錄》卷 13，CBETA 2023.Q1, J28, no. B208, p. 367c16-19。

¹⁹ 星雲大師：《星雲大師全集·懷古慨今 1·經典所在》，頁 249。

二、拜佛

求佛、拜佛，究竟是拜什麼、求什麼呢？星雲大師在《星雲法語 3·280 修行的境界》說到：「拜佛是拜本心的佛。拜佛要把自己內在的佛性拜出來，才能昇華心靈；拜佛要將佛祖拜到心中，才能與佛交流。」²⁰因此，心中有佛，所見所聞即為佛法；心中有佛，行住坐臥、言行舉止就能如佛一般。《星雲禪話·找到住處了》：

一天，有位雲水僧慕名前來拜訪睦州道明禪師。

道明禪師問他說：「你是雲水僧嗎？」

雲水僧回答：「是的。」

道明禪師淡淡地說：「那麼，就先去拜佛吧！」

雲水僧大聲說：「拜那個土堆做什麼？」

道明禪師看了他一眼，喝斥他：「不拜土堆，就請你自己把它帶出去吧！」

雲水僧說：「它已經跟我五十年了，我要把它帶到哪裡去呢？」

道明禪師說：「哦！原來你不是我慢。」

雲水僧又說：「法性平等，心、佛、眾生三無差別，老師跟我何必要分什麼彼此呢？」

睦州道明聽了，點頭說：「既然不分彼此，你還是先去拜過佛再說吧！」²¹

不論是道明禪師還是雲水僧，他們所意指的「土堆」可視為三層意思，一是不著相的佛，二為自心的自性佛，三則是心、佛、眾生三無差別，不一不異。道明禪師以為，若人不能謙虛禮拜諸佛菩薩，其實是慢心，也無法透由禮拜顯發自性本具的佛。

星雲大師在「養心法語」說明，「假如一開始，雲水僧就遵照道明的指示去拜佛，可見他自己與佛是對立的，那麼當然他就只是一個平常的凡夫了。」透過瞻仰、禮拜佛像，將內在的佛性顯發出來，令人生起正念，藉此與諸佛菩薩感應道交。²²所以，最後道明禪師仍讓雲水僧拜佛，說明佛佛平等、光光無礙，也如同黃檗禪師所說：「不著佛求，不著法求，不著僧求，當作如是求也！」藉由禮拜，明白心外無法，若是將心和佛分開來，便不能和諸佛菩薩印心；求而不求，於自性中見佛，才是禮拜的真實義。

²⁰ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲法語 3·修行的境界》，頁 280。

²¹ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 2·找到住處了》，頁 345。

²² 星雲大師：《星雲大師全集·十種幸福之道—佛說妙慧童女經》，頁 114。

三、念佛

除了透過外相的禮拜到禮拜內在的自心佛性，藉由念佛，也等於念自己的心，念自己的起心動念都是什麼？一心一意稱念，以佛號來淨化，把心念得明白起來，念得清淨起來；透過「口到、耳到、心到」進而達到念而無念，無念而念的境界。

星雲大師提出念佛有四種好處：諸佛守護、常遇善友、福慧圓滿、命終歡喜。念佛的人，受到諸佛菩薩的護念，所以心中有力量，不會恐懼、退轉。《佛光菜根譚》也說：「念佛時，自己心念專一，是自受用，他人看了起信，是他受用。」由於憶念佛名號時，內心清淨，和氣迎人，自然會吸引善良的朋友在一起。²³念佛法門作為佛光禪的善行道之修持方法之一，除了是令修持者能提起正念，從恭敬禮拜、念佛淨化內心，到承擔諸佛菩薩的慈心悲願，明白自心的佛性與諸佛無有差別；也反映出星雲大師的思想「解在一切佛法，行在禪淨共修」。禪門的「饑來喫飯，睏來即眠」與淨土的「淨念相續」其實不是兩件事，都是透過心念的觀照，扣緊所緣，正念現前，達到一念不生。以下將分析《星雲禪話》中關於念佛法門的公案：

如《星雲禪話·忙碌的阿彌陀佛》²⁴：

仙崖義梵禪師是日本有名的禪門大德，在修持上他秉持中國禪宗所流傳的觀念——禪堂不須念佛、念佛一聲，漱口三日。但他明白「不念」是為了不著相，因此為了幫助學人不僅僅是口唸佛號，心也要能在聲聲佛號中自我承擔，秉持著禮敬阿彌陀佛，但不應加重阿彌陀佛的負擔的理念，讓學人能恍然大悟，承擔「我是佛」。

²³ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲法語 6·念佛四利》，頁 146。

²⁴ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 4·忙碌的阿彌陀佛》，頁 410。有一位信徒——晉平先生，非常信仰淨土宗，口裡時刻稱念著「阿彌陀佛」的聖號。然而仙崖禪師卻發覺，這位居士雖然敬信佛法，但是慧心並沒有增長，因此想助他一臂之力。一天兩人在路上相遇，仙崖禪師便喊：「晉平先生！」晉平雙手合十，睜大眼睛看著禪師回答：「阿彌陀佛！」仙崖禪師再次叫他：「晉平先生！」晉平先生一樣回答：「是，阿彌陀佛！」仙崖禪師仍然又喊：「晉平先生！」晉平心裡想，奇怪，禪師一直叫我做什麼？不過他還是應聲回答：「阿彌陀佛！禪師，您有事就快說吧！不要老是叫我的名字，阿彌陀佛！」仙崖禪師終於哈哈大笑說：「你的每句話裡都有『阿彌陀佛』，您不覺得太煩阿彌陀佛了嗎？」晉平不了解禪師話裡的意思，他說：「禪師，我是念佛的人，當然佛不離口，佛不離心，您有事快說吧！阿彌陀佛！」仙崖禪師突然大喊一聲：「晉平先生！」晉平嚇了一跳：「禪師，難道念佛不好嗎？」這次，仙崖禪師只說了一句：「阿彌陀佛！」轉身就離開了。晉平回家後不禁左思右想：修行不能只依賴阿彌陀佛，行住坐臥都要靠阿彌陀佛，假如把阿彌陀佛深植在心中，自己做阿彌陀佛，不是更好嗎？有了這樣的反省，終於有一天，晉平先生來到仙崖禪師的寺院，指著自己的胸口對禪師說：「我就是阿彌陀佛！」仙崖禪師微笑著說：「你看，這就對了，阿彌陀佛！」

在《星雲禪話·老虎侍者》記載，有一位華林善覺禪師，常獨自一人在山林間修行。一天，宰相裴休去探訪禪師，看見只有善覺禪師一人獨坐，便關心：「怎麼只有禪師一人啊？」禪師回：「我有兩個侍者，只是很少出來見客。」宰相裴休疑問侍者的去處，覺善禪師便呼道：「大空！小空！」這時兩隻老虎應聲而出，嚇到了宰相，又讓禪師趕回去了。宰相裴休非常好奇禪師平時所修的法門，為何能有威勢訓虎？禪師回：「山僧常念觀世音。」²⁵修持觀音法門，學習觀世音菩薩的慈悲為懷，在口念、心念的過程中，更重要的是實踐「拜觀音、學觀音、不如自己做觀音」的自我承擔。

跟念佛相似的修持，還有誦經。透過口唸，進而深入法義。《星雲禪話·心悟轉法華》中，唐朝洪州法達禪師因只會依文誦念《法華經》，而不知其中宗趣，請惠能大師為其解說。惠能大師表示，若執著於念誦，不知《法華經》的要義是開示悟入佛之知見，如此執著於誦念經文而不解其意，那就如同犛牛對於執愛自己的尾巴比自己的生命還重一般的顛倒！法達禪師則不解：「難道只要了解經義，而不需要誦經嗎？」惠能大師云：「經有何過？豈礙你念誦？所謂『心迷法華轉，心悟轉法華。』口誦經文而心能行其義，就是夠轉經；反之，則被經文所轉了。」²⁶故誦經伊始，可能對於經文是一知半解的，但透過一遍又一遍地誦念，慢慢能知其義，而後能生信心、入佛智，便能達到修持的真正用意。

四、布施

禮拜、念佛與誦經本身是一種善行，能淨化與啟發修持者的身口意，口中所念影響心中所想，進而能言佛所言、行佛所行，呈現出善行的擴大，來自於對於佛法的正見、精進修持所引發的正念提升。具足正見與正念後，名之「善行」意味著要走出去，走進人群，服務大眾；而服務的本質在於「給」，也就是布施。

²⁵ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 3·老虎侍者》，頁 153。

²⁶ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 2·心悟轉法華》，頁 175。

星雲大師形容布施有層次的不同，分為四個年級：布施金錢、布施勞力、布施語言、布施心意。此四個級別，可看作心念的擴大；金錢的布施雖有多寡的分別，但是比起勞力的付出，挾帶時間的花費，是較容易的；語言的布施，如同俗話說「好言一句三冬暖，惡語一句六月寒」好話能讓人銘記於心，並讓人獲得善的力量，所以善的心念又更加擴大、靠近；最後則是心意的布施，以心香供養，真心祝福他人，有著一顆善美的心，所做的事、說的話、動的念頭，必定也是利他的、大我的。²⁷

因此，布施沒有一定的形式，只因心念的大小而有層次差別。布施同樣也是菩薩道的修行法門——六度之首，是為菩薩度生的基本資糧，並可分為財施、法施、無畏施。財施，是從有相的布施，給予眾生生存的條件；法施，由於精進行諸善事、為法為教心不懈退，為眾生說法；無畏施則是透由自身持戒忍辱，不侵犯他人，使眾生免於畏懼，並獲得精神上的慰藉，使之遠離怖畏。

由上述可知，布施首重「淨心」，身口意由外而內的清淨，是為善行道的修道條件之一，以下將說明與布施有關的公案：

在《星雲禪話·畸形》²⁸中，默仙禪師以拳頭為喻，說明慳貪的人應知喜捨結緣，才是發財的方法，不播種，哪裡有收成？而布施的人要在不自苦、不自惱的情形下布施，才是有智慧的行善。因此布施行善仍要合乎中道，能廣結善緣，也要量力而為，才是有智慧的善舉。

而《星雲禪話·請施錢財》²⁹則說明，布施如播種，看起來是付出，實際上自己獲得最多。如同農人，若不在田裡播種，到了秋冬，哪裡有收成呢？星雲大師在「養

²⁷ 星雲大師：《星雲大師全集·人間萬事 10·布施四級》，頁 149。

²⁸ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 1·畸形》，頁 175。日本明治時代，有一位信徒表示自己的太太非常慳吝貪婪，希望維室默仙禪師能幫忙指點教化。一天信徒邀請禪師到家中，雙方聊了很久，但信徒的太太卻連一杯茶水都捨不得倒。默仙禪師就握著一個拳頭對他說：「夫人，請看我這隻手，如果我天天緊緊地握拳，您覺得如何呢？」夫人回答說：「如果手天天都這個樣子，這是畸形！」默仙禪師接著把手張開，繼續問說：「那麼，假如我的手天天都伸直而不彎曲呢？」夫人回答說：「這同樣也是畸形啊！」默仙禪師便說：「一點也不錯，這都是畸形。對錢只知道貪取，不知道布施，是畸形；只懂得給人，不知道儲蓄，這也是畸形。錢財要流通，大家才能共同創造幸福的生活。」這位夫人在默仙禪師巧妙的比喻下，對做人處世和用財之道終有所悟。

²⁹ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 2·請施錢財》，頁 217。有一天，甘贄居士到南泉普願禪師的道場設齋，當時黃檗希運禪師在道場中擔任首座一職，甘贄居士拿著三文錢進入僧堂，直接走到黃檗希運禪師的面前，然後將手往前一伸，說：「請上座施我錢財。」黃檗希運禪師看了看他手中的

心法語」說到，有相布施總是有限，無相布施才能無窮無盡。甘贄居士的三文錢，可以打齋，可以供佛及僧；而透過此相上的布施，讓吃了飯的人，以此為色身資糧，進而能修行，乃至悟道。從有相到無相，從有窮到無盡，從有為到無為，如此，不就從世法進入到佛法了嗎？

上述可知，一切善行奠基於正見，而透過善行，如拜佛、念佛和誦經來提起正念，進而走向人群，服務大眾、利益他人。佛光禪的善行道主張「培養正知正見，隨緣入世利生」並以「養成行善助人之心」為修學的目標。看似簡單的善行，其實是由正見、正念作基礎，並以持戒善護念之，才能如法如儀地利益他人。在《星雲禪話》中，星雲大師藉由禪師生動活潑、不落窠臼的禪法，使當代入能夠從中找尋佛光禪的修持依歸。

第三節 信行道

有了預備道作為道前基礎，以「養成孝親感恩之心」為目標，奠定基本人格；善行道則是培養正見，「養成行善之心」乃至行一切能提起正念之修持法門，並且廣行布施，持戒以淨化身口意，服務大眾，為自己和眾生培福資材。有了福德資量，就如同拿到了入場券，走進佛法大海，進入到信行道。

信行道的修行目標為啟發願、行菩提心，開始將一切善行走向菩薩道——上求佛道，下化眾生的願心。所以會發現，在修持方法的部分，與善行道有重複拜佛、禮懺、誦經等，然而其中乃是發心立願的差別。也就是上述提及，以發菩提心作為前提，行一切善法，以讓所有善行都能體現發大願、行之菩薩道精神；並以正信為前提，肯定三寶、肯定本自具足的佛性。以下將分為三類敘述信行道的修行次第，分別為：正信、發心、立願。

表 5：信行道

三文錢，再看看甘贄居士，微微一笑說：「財施有限，法施無窮，你為什麼只要有限？不要無窮呢？」甘贄居士聽了，非常歡喜，立刻把三文錢遞到黃檗希運禪師的面前，說：「請上座接受我的無窮無限。」黃檗希運禪師點點頭，回答說：「善哉，佛子！善哉，佛子！」甘贄居士於言下大悟。

信行道			
目標	啟發願、行菩提心		
概念	誠敬皈依三寶，學習止惡行善		
落實意義實踐	正信	發心	立願
公案類型舉例	〈仙崖畫貓〉	〈不做自了漢〉	〈我的願力是我的〉、〈千生萬死〉、〈水車原理〉〈向異類中行〉、〈大死一番去〉

一、正信

佛教有八萬四千法門，究竟要從哪一法入？《大智度論》云：「佛法大海，信為能入。」¹唯有信仰能引領我們深入佛法、趣入佛道。《華嚴經》云：「信為道元功德母，增長一切諸善法」²經中亦有譬喻，「信」如手，入寶山得以挖取寶藏，滿載而歸；「信」如杖，走在崎嶇的道路，得以作為依靠；「信」如船，可以橫渡生死大海，到達涅槃彼岸……³因此，信仰不僅僅是深入佛法的首要條件，還是堅固、成熟萬物的力量，使人得以無事不辦、長養一切善法。

那麼究竟要「信」什麼呢？星雲大師在《佛教叢書 1·信解行證》中有提到，信仰有很多種，包括邪信、迷信乃至不信等等，此三類當然都不比正信好；其中，「邪信」如同以盲導盲，若不能及時懸崖勒馬，迷途知返，所造成的危害可能是波及千百世。比「邪信」好一點的是「不信」，不信其實也是一種信仰，只是信仰的是「不信仰」，此一類信仰雖不致受外道邪教影響迫害，但可能落入我執的框架裡；星雲

¹ 《大智度論》卷 1：(CBETA 2023.Q1, T25, no. 1509, p. 63a1-2)

² 《大方廣佛華嚴經》卷 6：(CBETA 2023.Q1, T09, no. 278, p. 433a26)

³ 《大智度論》卷 1：(CBETA 2023.Q1, T25, no. 1509, p. 63a8)

大師認為，「不信」就如同擁有眼睛，卻不肯張開雙眼看這個世界；什麼都不信，自然就什麼都沒有了。

在《星雲禪話 3·仙崖畫貓》有記：日本的仙崖義梵禪師常以書畫作為接引入道的契機，有一天，一位居士佯裝客氣地拜訪仙崖禪師：「禪師！聽說您擅長繪畫，我久聞盛名，今天能否勞動大筆，賜我一幅畫呢？」禪師看出這位求畫居士心中的不服氣及貢高我慢，也不說破，便信手完成了一幅畫。

畫中是一隻老貓，兩隻前爪攫住了魚骨在啃食著，旁邊還有一行字，寫的是：「南無佛、南無佛、南無佛……」求畫的這位居士皺著眉頭，不解地問：「禪師！您畫的這幅畫是什麼意思？」仙崖禪師說：「你還沒發覺到嗎？雖然滿口念著『南無佛、南無佛、南無佛』，實際上嘴裡還啃著魚骨頭，滿心的貪瞋愚痴邪見，又怎麼能和所求相應呢？」⁴佛法在恭敬中求，假如心中不願相信或帶有成見地去解釋諸佛菩薩和禪師大德的法義，說得再多、再好，是一點也不能相應的。好比一個茶杯，已先裝滿了茶水，其他的飲料就裝不進來了；就算還能裝進一點，也會變質，不再是原味了。

比起「不信」，星雲大師表示，「迷信」雖然是執迷於虛幻不實的神通靈異，但可能是因為一時的不了解，導致其誤信；然而至少信仰者相對地擁有善惡因果的概念，受到一定的規範影響，使之不致走向迫害他人的邪魔外道。⁵

上述三者，是星雲大師對於現代人信仰的觀念比較，但信仰宗教終究還是要以「正信」為要。「正信」，是對於信仰有正確的認識，其中針對所信仰的對象則需要具備四個條件：有無歷史根據？有無道德慈悲？是否有能力救苦救難？是否能淨化人格？⁶也就是說，要信仰實有的，不能倚賴虛幻不實的；要信仰有慈悲、道德、智慧與有能力的，而且能真正幫助信仰者解脫煩惱，才是值得信仰的對象。

⁴ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 3·仙崖畫貓》，頁 98。

⁵ 星雲大師：《星雲大師全集·佛教叢書 1·教理·282 學佛的次第·信解行證》，頁 283。

⁶ 星雲大師：《星雲大師全集·佛法真義 3·信仰的種類》，頁 27。

星雲大師在《佛法真義 3·信仰的種類》中表示，佛陀是實實在在的人，他所證悟的真理以及他的慈悲、智慧都是利益眾生，幫助眾生解脫、超越生死輪迴。在《雜阿含經》卷三十記有所謂的「四不壞淨」⁷：「於佛不壞淨，於法不壞淨，於僧不壞淨，於戒律不壞淨。」不壞，就是不退失；對佛陀聖教不起疑心、對佛法真理歡喜接受、對出家僧團護持認真、對佛教戒律奉行不違。

以此信心對三寶及戒淨信不疑。然三寶者，亦有稱「自性三寶」，當我們信仰、皈依佛，便是相信自心有如來佛性；皈依法，相信人人皆有平等無差別的法性；皈依僧，相信人人皆有般若清靜的身心。也就是要肯定自己、認識自己、依靠自己。⁸乃至六祖惠能大師說：「經文分明言自歸依佛，不言歸依他佛。自佛不歸，無所依處。今既自悟，各須歸依自心三寶，內調心性，外敬他人，是自歸依也。」⁹因此，信仰三寶、皈依三寶，其實更重要的是要肯定自己，向內開發本具的佛性，向外則要承擔「我是佛」¹⁰的如來家業。

在《星雲禪話》中，星雲大師也收錄了多篇有關「我是佛」的公案，如下表列¹¹：

表 6：《星雲禪話》「我是佛」的公案

序	編號	公案名稱	大意	禪師
1	1·297	佛祖！佛祖！	禪門講「直下承擔」，佛教講「心、佛、眾生，三無差別」，然而眾生只承認自己是眾生，不承認自己是佛祖。	南陽慧忠

⁷ 亦作「四不壞信」。《雜阿含經》卷 30：(CBETA 2023.Q1, T02, no. 99, p. 214a17-18)

⁸ 星雲大師：《星雲大師全集·講演集 1·學佛與求法·皈依三寶的意義》，頁 50。

⁹ 《六祖大師法寶壇經》：(CBETA 2023.Q1, T48, no. 2008, p. 354b10-12)

¹⁰ 星雲大師經常在皈依典禮或是與信徒的開示中，要大家說：「我是佛。」其認為，只要人人自詡「我是佛」，人人心中有佛，眼中看到的都是佛的世界，耳中聽到的都是佛的音聲，口中所說的都是佛的語言，手中所做的都是慈悲的事情。那麼，即使是生長在汙濁的娑婆世界，也能做好心靈環保，進而營建一個清淨的國土，也是人間淨土的實現。(星雲大師：《星雲大師全集·主題演說·當代人心思潮·環保與心保》，頁 51。)

¹¹ 本研究透過在「星雲大師全集」的網頁 <http://books.masterhsingyun.org/article/articlelist>，搜尋「我是佛」、「直下承擔」，挑選公案本身或「養心法語」有提到禪者應承擔我是佛，並以其為公案宗旨的內容，計有 13 篇。

2	5 • 373	釋迦老子來了	「你就是釋迦老子！」人人本具，個個不無，哪有什麼敢與不敢？	大慧宗杲
3	4 • 125	從什麼地方來？	心中有佛，從佛國來。	順德道忞
4	2 • 401	好一座山	「佛也，佛也，本來面目也！」	興善惟寬
5	5 • 338	道在何處？	一翳在眼，猶若空華；但離妄緣，即如如佛。	興善惟寬
6	5 • 379	什麼是佛？	人人都是佛，只因妄想執著而不知道自己是佛。無論「非心非佛」還是「即心即佛」，就看我們自己有什麼功力。	趙州從諗
7	1 • 140	真佛在哪裡？	肯承認、承擔「我是佛」，行佛之所行，做佛之所做，不起貪瞋，與世無求，將慈悲布施人間，將歡喜布滿人間，那當下不就是佛了嗎？	南塔光涌 (湧)
8	2 • 184	你就是佛	「道」不必到外界去尋覓，因為道就在每一個人的心內，自己要直下承擔。	歸宗智常
9	2 • 033	因為你	「佛未出世時，是怎麼樣的？」 「和你一樣。」人人有佛性，為什麼不自己直下承擔呢？	了庵清欲
10	4 • 410	忙碌的阿彌陀佛	念佛，要自我承擔，與其念佛，不如行佛。	仙崖義梵
11	4 • 368	古佛與今如來	佛，沒有古佛，也沒有今佛。佛性，互古今而不變，歷萬劫而常新。	趙州從諗
12	5 • 305	有何不同？	「靈山就在汝心頭」有佛法的地方都是靈山，而你就是佛陀。	谷隱智靜
13	2 • 146	我家沒人	「我已經是佛了，還要你度什麼呢！」	伽耶舍多 尊
14	6 • 139	何謂古佛心？	你為什麼不自己承擔是一尊古佛呢？	洞山良价

因為「正信」，對佛法有正確的認識，故能對於佛、法、僧、戒，以及自性三寶產生堅定的信心，承擔「我是佛」，行佛之所行，做佛之所做，乃能安住在佛道上，如理思惟佛法大意，「啟發」願行菩提行。

二、發心

何謂發心？又要發什麼心呢？《華嚴經》云：「譬如良沃田，所種必滋長，如是淨心地，出生諸佛法。」¹²心如田，發心就如同開發我們的心地，以善法澆灌，必也長成善苗；悉心照料，自心就有源源不絕的寶藏。因此，理解自己的心是塊什麼樣的田？又要播下什麼種子？要以什麼來灌溉、養土，會因為發心的次第不同而有所差別。

星雲大師認為，學佛修行，不論在家還是出家，都要能發「菩提心」，也就是「上求佛道，下化眾生」的心。¹³而就修行的次第而言，可以先發世間法的增上心，廣行善法來開發心地，接著以出離心，能捨能忍、修行修心來耕耘心田，最後能用菩提心，調和世間與出世間，以出世思想，做入世事業來播種心田。

《華嚴經·入不可思議解脫境界普賢行願品》亦有提到：「菩提心出生一切諸菩薩行，三世如來從菩提心而出生。」其中更舉出一百多個對菩提心的形容，譬如：種子、良田、大地、大水、大風、大火、明燈、舍宅……等，說明菩提心作為眾生所依歸處，發菩提心是三世諸佛成就的根本，成就無量無邊最勝功德。¹⁴

「信行道」作為「佛光禪」修學次第之第三，以「啟發願、行菩提心」為目標，其中第一項修學的方法即是「聞思菩提心法義，培養菩提心正見。」在《星雲禪話 5·097 不做自了漢》記載黃檗希運禪師在天台山上遇見的一位舉止奇特的同參，兩人來到一條暴漲的小溪前，那位同參叫黃檗禪師一起渡河。黃檗禪師疑惑道：「溪水這麼急，能渡過去嗎？」只見同參提高褲管，如履平地一派輕鬆地到了對岸，還邊走邊笑對黃檗禪師說：「來呀！來呀！」黃檗禪師見狀便喝斥：「你這小乘自了

¹² 《大方廣佛華嚴經》卷 23：(CBETA 2023.Q1, T10, no. 279, p. 122a28-29)

¹³ 星雲大師：《星雲大師全集·佛法真義 2·發心的次第》，頁 43。

¹⁴ 《大方廣佛華嚴經》卷 35：(CBETA 2023.Q1, T10, no. 293, p. 825a07-826b14)

漢。早知你有神通，便把你的腳跟砍斷！」同參被其喝斥的語言感動，讚嘆道：「你真是大乘法器！」¹⁵小乘者自度，以自我的解脫為主；大乘則重度他，發「上求佛道，下化眾生」之菩提心，自己未度，先能度人。然而，菩薩在度他的過程中，其實也圓滿成就了自己的佛道，因為一發菩提心便是累積福德資糧，從服務利行中，培養菩提行願力。

三、立願

清代的省庵大師在《勸發菩提心文》說：「入道要門，發心為首；修行急務，立願居先。願立則眾生可度，心發則佛道堪成。」在世間生活，讀書求學，待人接物，都要立定自己的志願與目標；參禪學道，當然更要發心立願。然而發願，有所謂「別願」和「通願」。

「別願」，指的是諸佛菩薩為莊嚴佛土、成熟眾生所發的願，如阿彌陀佛以四十八大願成就西方極樂世界；觀音菩薩發十二大願能「千處祈求千處應，苦海常作渡人舟」；地藏菩薩發下「我不入地獄，誰入地獄」、「眾生度盡，方證菩提；地獄不空，誓不成佛」的大願心。而「通願」，指通於一切，如「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——此四大願心作為菩薩救度眾生、成就佛道的力量。

在《星雲禪話 2·135 我的願力是我的》中記載，有一位初學佛法的居士，在閱讀《勸發菩提心文》時，因不懂經文「金剛非堅，願力最堅」就去請教無相禪師。無相禪師解釋道：「在學佛的菩提道上，難免由於自己的惰性、業障或機緣不巧等障道因緣而退失菩提心，因此必須靠願力來支撐、鞭策。歷代高僧大德的道業成就，無一不是靠著誓不退轉的願力來完成的。」然而居士還是不懂，無相禪師以《華嚴經》中的譬喻解釋道：「如同一棵樹，眾生好比是樹的根，菩薩就像樹的花，佛便是樹的果。要想一棵樹能開花結果，就必須灌溉樹根，要愛護它，否則根一受到損害，

¹⁵ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 5·不做自了漢》，頁 97。

樹就會枯萎了，又怎能開花結果呢？」¹⁶由上述可知，佛教的諸佛菩薩、祖師大德都是依靠行願力，為下化眾生而成就道業，例如釋迦牟尼佛在金剛座上、菩提樹下，立願「若不成佛，誓不起座」；阿彌陀佛發四十八大願，成就極樂淨土；藥師如來發十二大願，莊嚴琉璃世界；乃至觀音菩薩、文殊菩薩、地藏菩薩、普賢菩薩，也是以悲智願行做為實踐的行門。¹⁷《大智度論》云：「作福無願，無所標立；願為導御，能有所成。」¹⁸可見，若只有心，沒有發菩提心、立菩提願，便無法真正成就善法，利益眾生。

同樣在《星雲禪話》中，星雲大師舉了一則佛光山弟子的事蹟作為公案。〈星雲禪話 6·403 千生萬死〉提到，心祥法師經常和長老回報道場的事務時，總會掛著一句口頭禪，如：「哦！今天的氣溫高達四十度，真是熱死了！」或是：「今天又停水了，一千多人來朝山要吃飯，我急死了！」或者：「今天要趕工程，竟然停電，真是氣死我了！」甚至：「冷氣、天花板不知道第幾次漏水了，煩死了！」有時到了週末，他說：「今天有法會，又有工程會議，客人來了要招呼，我忙死了！」偶爾廚房典座下個麵條給大眾享用，他沒吃到喜愛的麵，就會喊著：「我餓死了！」諸如此類的口頭禪。

幾次之後，星雲大師便問心祥法師：「你經常『氣死』、『急死』，死了那麼多次，怎麼還沒有死呢？」心祥法師回答說：「師父，您放心！出家人千生萬死，死而復生，也是常事。但是請問師父，如何才能復生呢？」禪門常說「大死一番」，要能千生萬死、大死一番，除了是斷除我執，更要發心；發心不是一時興起，所謂「菩提心易發，恆常心難持」，發長遠的菩提心，立堅固願，就不會千生萬死了，死一次，便能脫胎換骨。¹⁹

而唐代的神山僧密禪師與行腳僧慧新的一段公案，似乎能解心祥法師的疑問：

¹⁶ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 2·我的願力是我的》，頁 135。

¹⁷ 星雲大師：《星雲大師全集·講演集·當代人心思潮·化世與益人》，頁 213。

¹⁸ 《大智度論》卷 7：(CBETA 2023.Q1, T25, no. 1509, p. 108b16-17)

¹⁹ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 6·千生萬死》，頁 403。

有一天，一位名叫慧新的行腳禪僧，來到神山僧密禪師的道場，他向神山僧密禪師探問說：「末學對於生死的事，還不太能理解，請禪師慈悲開示。」神山僧密禪師反問他：「你有進出過生死關頭了嗎？」慧新禪僧搖搖頭，說：「學人不能意會，還請禪師明白說。」神山僧密禪師一聽，立刻雙眼瞪大，怒斥慧新禪僧：「不能領會？那麼你就去大死一番吧！」慧新禪僧無奈地回答說：「可是學人已經千生萬死，萬死千生，不知道還要怎麼樣子去大死一番？」神山僧密禪師於是問他說：「既然如此，那你現在活過來了沒有？」²⁰

星雲大師在此則公案的「養心法語」說明，許多學佛修行人，經常將「了生脫死」或是「要遠離煩惱」掛在嘴邊，但禪者並不以為意。禪者的發心，是在千生萬死中度化眾生，發願生生世世為眾生服務，故歷代祖師大德，如靈祐禪師發願來世在瀉山下的農家做一頭老牯牛，為世人服務；甚至，趙州從諗禪師發願往生後入地獄救度眾生。所以，心祥法師的「如何復生？」就是在為眾生服務、利他中，禪者的生命猶如法海不繫舟，乘載一切有緣人，生生不息。

本節的前言有提到，發心可以次第行之，從增上心、出離心到菩提心，每一次的發心都是心量的擴大，也是從自利到利他的過程。在《星雲禪話 1·134 水車原理》中，透過無相禪師的公案講述自利與利他的關係²¹，從中明白，發心，也要合乎中道。水車的原理如同星雲大師提倡「以出世的思想，做入世的事業」，適應眾生的需求，

²⁰ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 5·大死一番去》，頁 87。

²¹ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 1·水車原理》，頁 134。無相禪師在行腳時，因口渴而四處找水，走著走著，看到一個青年在池塘裡打水車，於是跟青年要了一碗水喝。青年看到無相禪師便羨慕地說：「禪師！如果有一天，我看破紅塵了，我一定會跟您一樣出家學道。不過我出家後，不想像您一樣到處行腳，居無定所，我會找一個地方隱居，好好參禪打坐，而不要餐風露宿。」禪師聽了笑著問：「喔！那你什麼時候會看破紅塵呢？」青年向禪師說明，因為這村落附近只有他最熟悉水車，要能找到一個接班人，便可以出家修行了。無相禪師聞之，又問：「你既然最了解水車，那麼如果水車全部浸在水裡，或完全離開水面會怎麼樣呢？」青年回答：「水車的原理是靠下半部置於水中，上半部逆流而轉來運作的，如果把水車全部浸在水裡，不但無法轉動，甚至會被急流沖走」無相禪師肯定地說：「水車與水流就如同個人與世間的關係，人如果完全入世，縱身江湖，難免不會被五欲紅塵的潮流沖走。假如純然出世，自命清高，不與世間來往，則人生必是漂浮無根，空轉不前的。因此，一個修道的人，要出入得宜，既不抽身旁觀，也不投身粉碎。出家光看破紅塵還是不夠，更要發廣度眾生的宏願才好。所以，將出世與入世兩者融和，才是為人處世和出家學道的正確態度。」

遍學一切法，只為不捨棄任何一人；心心上求佛道，念念下化眾生，發揮「但願眾生得離苦，不為自己求安樂」的菩薩精神。

又如《星雲禪話 3·147 向異類中行》南泉普願禪師明確地和大眾開示：「現在的行者，應該發心向異類中行。」趙州從諗禪師聽了不明白，便問：「先不談『異』，請問什麼是『類』？」只見南泉普願禪師雙手按地，做出四足動物的姿勢。趙州禪師一看，立刻向前，一腳把南泉禪師踢倒，踢完還邊跑邊大叫：「後悔！後悔！」南泉禪師命侍者去問趙州禪師，後悔什麼？趙州回答：「懊悔沒有多踢兩腳！」²²所謂「異類」即是一切眾生，南泉普願禪師提點大眾要能發心普利群生；而趙州禪師的一腳，則踢出了超越，踢掉物我的差別對待。星雲大師形容，就如同《金剛經》所說：「所有一切眾生之類，我皆令人無餘涅槃而滅度之。」²³一切生命平等，皆是息息相關的，彼此相互依存。

由上可知，菩薩發心需平等對待萬物，發願救度無量眾生，為天下眾生服務；一個參禪修行者，不只求悟道，還要能共感芸芸眾生的憂悲苦惱，發心立願，「啟發願、行菩提心」。故「信行道」可視為佛光禪法中行菩薩道的第一步，承接前面的行前方便，開展後續菩提心之強化與成就。

²² 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 3·向異類中行》，頁 147。

²³ 《金剛般若波羅蜜經》：「佛告須菩提：『諸菩薩摩訶薩應如是降伏其心：『所有一切眾生之類，若卵生、若胎生、若濕生、若化生，若有色、若無色，若有想、若無想、若非有想非無想，我皆令人無餘涅槃而滅度之。』』」（CBETA 2023.Q1, T08, no. 235, p. 749a5-9）

第四章 《星雲禪話》所蘊涵佛光禪法的三學次第

圓滿了第三章的道前次第，進而要開展出三學次第。戒定慧三學的次第，乃由戒生定，由定發慧，再由慧趣入解脫。圓滿了第三章的道前次第，進而要開展出三學次第。戒定慧三學，分別要達到的目標為強化願、行菩提心，成就願、行菩提心以及開發勝義菩提心。

第一節 戒行道

在《佛光禪入門》中提及，戒行道之目標綱要為「依持菩薩戒法，知足簡樸澹泊」¹說明佛光禪所重視及依循的是菩薩戒法，且在行持上要以簡樸為要。而其承接「信行道」之修學目標是「強化」願、行菩提心，意謂透過嚴持戒法以加強、深入，一名禪者為上契諸佛妙理，下契眾生根機所發的大願及其實踐。因此，在實踐過程中，有六個法門，稱作六度，在第一節的善行道已有包含布施；「佛光禪」的「戒行道」，則舉六度其中三項——持戒、忍辱與精進。

表 7：戒行道

戒行道			
目標	強化願、行菩提心		
概念	依持菩薩戒法，知足簡樸澹泊		
落實意義實踐	持戒	忍辱	精進
公案類型舉例	〈神通與悟到〉 〈必修課程〉	〈是這樣的嗎〉	〈丟掉金釵〉、 〈天生暴躁〉、 〈不曾空過〉

¹ 佛光山禪淨法堂（慧昭法師）：《佛光禪入門》，頁 22。

一、持戒

持戒的根本是「不侵犯」，所以，五戒中的不殺生，就是不侵犯他人的性命；不偷盜，就是不侵犯他人的財產；不邪淫，就是不侵犯他人的身體和名節；不妄語，就是不侵犯他人的名譽和信用；不吸毒，就是不侵犯自他的智慧與安全。²因為不侵犯他人而能尊重自己以及對方，讓一切善行都能不自惱、不惱他。

而戒律有分為二門，一是「止持」，一是「作持」，如〈七佛通戒偈〉中，「諸惡莫作」就是止持戒，「眾善奉行」就是作持戒。簡單來說，對於違法的壞事，不去做，就是持戒；違犯了，就是犯戒。相對而言，有利於人的善事，若發心去做，就是持戒；若逃避不為，就是犯戒。由上述可知，佛教的戒律不僅是消極的防非止惡，更要積極地眾善奉行。

因此，上述對「五戒」的解釋可看作消極的止惡，「菩薩戒」則為積極行善，其含三種內容，稱為菩薩的三聚淨戒：攝律儀戒、攝善法戒與饒益有情戒。「攝律儀戒」，所謂佛門四威儀「行如風，坐如鐘，立如松，臥如弓」行住坐臥四威儀，都要端正莊重；如同佛陀有「三千威儀，八萬細行」舉手投足都能攝授眾生、利益於人。

「攝善法戒」，指攝持一切善法。時時反躬自省：「我的言行，都能合乎善法的規範，利益於人嗎？」能發願實踐一切善法，以修習諸善為戒。「饒益有情戒」，又稱「攝眾生戒」，即發心教化、利益，乃至救度眾生；故身口意所做的一切，都是能利益於眾生的。故受持菩薩戒不僅是淨化自己，也要能饒益一切有情，此是菩薩所為也。如同星雲大師所提倡的三好運動「做好事、說好話、存好心」就是在淨化三業，奉行「七佛通戒」的「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意」；又，星雲大師的密行「待人好」同樣也是處處為人著想，能善觀因緣，故可以給予他人種種方便，也是持戒的一環。

² 星雲大師：《星雲大師全集·佛法真義 1·持戒》，頁 48。

而《佛光禪入門》提及「佛光禪」的內涵，其中說明「禪修生活，在於規律、簡樸、惜福的用心實踐——依戒生活，知足淡泊」³所謂依戒，其實就是禪者的心戒，也就是能在生活中處處「用心」——做當下該做的事，直下承擔。星雲大師在《星雲禪話·神通與悟道》⁴談到，如果不持戒律、沒有慈悲，就算有神通，也非常危險。因此，受戒、持戒並非要讓人感受到束縛、不自在，而是透過持戒，讓身口意清淨、如法。

雖然禪宗常言「佛來佛斬，魔來魔斬。」禪師們無所拘束而豪放不羈的言行舉止，看似與嚴謹的戒法相違背，然而《星雲禪話》中卻收錄多篇精研戒律、持戒嚴謹的禪師，如：羅漢桂琛、四祖道信禪師、唐代青原一系的瑞巖師彥禪師、唐代的藥山惟儼禪師、宋代的湛堂文準禪師、日本的豪潮禪師……等等。這些禪師的禪法活潑而生動，為去學僧的執著，往往展現禪者的揚眉舜目都是禪法運用的自在灑脫，而非呆板的教條。

譬如，一位居士詢問唐·仰山禪師：「禪師你持戒否？」仰山回答：「不持戒！」再問：「坐禪否？」仰山：「不坐禪！」並說偈曰：「滔滔不持戒，兀兀不坐禪，釀茶三兩碗，意在鑊頭邊。」仰山禪師的否定其實就是肯定，肯定「釀茶三兩碗，意在鑊頭邊」無處不是禪，喝茶作務的日常，就是禪師的心戒、靜心的蒲團。

星雲大師在《人間佛教的戒定慧》中亦表示「依戒生活，密護根門，是為生活的密行。」⁵修行不離生活，行住坐臥皆是修行的下手處。一如《星雲禪話 5·056 必修課程》⁶中，無德禪師的學僧元持苦於無法契入禪法，而請無德禪師開示；無德禪

³ 佛光山禪淨法堂（慧昭法師）：《佛光禪入門》，頁 20。

⁴ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 3·神通與悟道》，頁 397。

⁵ 星雲大師：《星雲大師全集·人間佛教的戒定慧·024 第一章 人間佛教的戒學·三、戒的實踐——服務奉獻，自他兩利》，頁 52。

⁶ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 5·必修課程》，頁 56。無德禪師答：「你要看管好你的兩隻鷲、兩隻鹿、兩隻鷹，並且約束口中的一條蟲，同時，不斷地與一隻大熊搏鬥，和看護一個病人。如果能做到並善盡職責，相信對你的參禪悟道會有所幫助。」元持不解，無德禪師便笑著說：「兩隻鷲，就是你的兩隻眼睛——非禮勿視。兩隻鹿，是要你把持雙腳，不走罪惡的道路——非禮勿行。兩隻鷹，是指你的雙手，要讓它經常工作，善盡自己的責任——非禮勿動。我所說的一條蟲，就是你的舌頭，你要緊緊地約束——非禮勿言。大熊就是你的心，你要克制它，不要讓它自私固執，不要個人主義——非禮勿想。我所說的病人，是指你的身體，不要讓它陷於罪惡之中。這些都是在修道上的必修課程。」

師答：「非禮勿視、非禮勿行、非禮勿動、非禮勿言、非禮勿想」以上包括了眼根、舌根與意根；而非禮勿行是要學人不走罪惡的道路，也就是諸惡莫做；勿動是善盡職責，眾善奉行。

而星雲大師在《人間佛教的戒定慧》中談及「戒」，是以「戒的終極——人格完成，菩提圓滿」來訂定順應時代與社會變遷而提出的「新戒學」⁷；透過關注自身的心念與行為舉止如此，禪者的日常不只是修持與作務，所謂「必修課程」是要能貫穿在身語意發動的每一剎那，在生活當中、修持當下、作務時刻，密護根門，攝身守意。

二、忍辱

《佛垂般涅槃略說教誡經》云：「能行忍者，乃可名為有力大人。」⁸在佛教裡，忍是一種智慧、力量，能夠認識、擔當、負責與化解。⁹認識是認識自己的不足與認清世出世間¹⁰的實相，於是能夠忍辱負重，擔當與負責一切難事，從而化解困難。星雲大師則認為，忍辱是養成自己的力量，從忍讓裡可以增加人緣、增長智慧、增加慈悲……好比《佛垂般涅槃略說教誡經》又說：「忍之為德，持戒苦行所不能及。」¹¹而「忍」，有三種層次：生忍、法忍、無生法忍。

「生忍」，是為生存在人間所醞釀的耐力與勇氣，面對生活中的順逆境都能忍得過去；有了生忍，才能安然生活。「法忍」，明白事情的因果，對於自心的貪、瞋、癡與成見，能自我排解與調伏，把心安住在真理之中；例如，對於世間的憂悲苦惱、功名利祿、人情冷暖，不僅能不為所動，還要正確認識、擔當與化解，乃至能夠轉化。「法忍」，是體悟「緣起性空」，明白因緣果報，因此能通達事理人情的智

⁷ 蕭愛蓉：《般若智，菩提心——星雲大師人間生活禪之理論與弘化》（香港：香港中文大學人間佛教研究中心，2021年9月），頁245。

⁸ 《佛垂般涅槃略說教誡經》：(CBETA 2023.Q1, T12, no. 389, p. 1111b13)

⁹ 星雲大師：《星雲大師全集·佛法真義 1·忍辱》，頁51。

¹⁰ 略稱出世。超出世間之意；即出離有漏繫縛之無漏解脫法。為「世間」之對稱。又世間若指世俗之事，則出世間即指佛法；世間若表有漏（煩惱），則出世間即意謂解脫。亦即一切生死之法為世間，涅槃之法為出世間。（佛光大辭典 p.1554）

¹¹ 《佛垂般涅槃略說教誡經》：(CBETA 2023.Q1, T12, no. 389, p. 1111b12-13)

慧。最後，「無生法忍」即了知一切法本來不生不滅，故能達到忍而不忍的境界，無所謂忍或不忍，一切都是法爾如是。

在「戒行道」中，其修學德目與方法所強調的是在生活中所實踐的「生忍」與「法忍」，表示從生存的忍耐，提升到對自心煩惱的對治；如同星雲大師常說「要爭氣，不要生氣」、「先忍之於口，再忍之於面，最後忍之於心」¹²看似吃虧其實是累積自己的力量，是故名為「有力大人」。

日本白隱禪師的禪法以忍辱波羅蜜為宗，一生的修行忍辱打罵不計，好壞不管，逆來順受。在《星雲禪話 1·068 是這樣的嗎？》¹³中，表述出凡夫的顛倒以及世間的虛妄，然而，也道盡了禪師的忍辱寬容。從生活上沒來由的災禍、無理的對待，能逆來順受，是為生忍；而一句「是這樣的嗎？」消弭世間的差別相，沒有自他的分別，沒有有理無理的據理力爭，乃至心中沒有任何情緒起伏，是為法忍的境界。星雲大師說：「忍耐在修道過程中是增加福慧的資糧。」¹⁴以逆境作為成長的增上緣，以安忍廣植福田；於一切法、一切心如如不動，便能安然。

三、精進

佛門常在晚課時誦念〈普賢警眾偈〉：「是日已過，命亦隨滅，如少水魚，斯有何樂？當勤精進，如救頭燃，但念無常，慎勿放逸。」¹⁵提醒大眾要精進如救治無常大火延燒到頭的急迫，念念無常，一切都可能變化，故需把握因緣、珍惜當下，切莫虛度光陰。然而精進要用在對的地方、對的事情，才能真正策發一切善行。

¹² 星雲大師：《星雲大師全集·佛教管理學 1·《佛遺教經》的管理法》，頁 82。

¹³ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 1·是這樣的嗎》，頁 28。某天，一位十分敬重白隱禪師的信徒，氣急敗壞地抱著未婚女兒所生的嬰兒前來與師問罪，因為女兒招認說孩子的父親是白隱禪師。他怒氣沖沖地拿著木棒，看到白隱禪師，不由分說先痛打一頓：「你這個壞傢伙，看你和我女兒做的好事！」「我和我的女兒什麼事啊？」「哼！你還要賴！」說著，對白隱禪師又是一頓毒打，然後憤憤地把嬰兒朝白隱禪師面前一放，說：「這是你的孽種，還給你！」白隱禪師只淡淡地說了一句：「是這樣的嗎？」從此，白隱禪師只得經常抱著孩子到村莊上去化些奶來餵養嬰兒，民眾再也不相信、敬重白隱禪師了，常常羞辱他、罵他，禪師卻一句辯白都沒有。一年後，那位未婚少女終於向父母認錯懺悔，原來孩子的父親另有其人。這對夫婦非常懊恨冤枉了禪師，他們到禪師的寺院裡去，送了許多供養的禮品，說明事情的原委，請白隱禪師原諒，並表示要把嬰兒帶回去。白隱禪師依然只是淡淡的一句：「是這樣的嗎？」便把已經長得非常天真活潑的孩子還給他們。

¹⁴ 星雲大師：《星雲大師全集·如是說 1·一九九九年·委屈是甘露》，頁 224。

¹⁵ 宋·宗頤：《(重雕補註)禪苑清規》卷 2：(CBETA 2023.Q1, X63, no. 1245, p. 527c6-8//R111, p. 886a3-5 // Z 2:16, p. 443c3-5)

故星雲大師在《金玉滿堂 10·法相·092 四正勤》中講解四種正精進，稱作「四正勤」：「未生惡令不生，已生惡令斷除；未生善令生起，已生善令增長。」¹⁶其分別的意思是，還沒有犯的惡事、惡念，要遠離它、淨化它，不讓它生起；已犯的惡行，要勇敢的懺悔、以智慧的寶劍斷除；好的念頭、沒有做的善事，要發願播種、耕耘，讓它萌芽；已行的善事、好的念頭，要能保任它，讓它成長、茁壯。總的來說，對於斷惡修善之事，必須要精進、勤勞地去實行，不能以怠慢、放逸的心去看待。「勿以惡小而為之，勿以善小而不為。」惡雖小，滴水可以穿石；善雖小，種粒也能成大樹。要鼓起精勤的勇猛心，戰勝惡法，善法才可以增長。

在《星雲禪話 4·031 丟掉金釵》講述宋代大慧宗杲禪師「斷惡修善」的公案：

宗杲禪師在未開悟之前，曾親近湛堂文準禪師參禪。有一天，文準禪師看到宗杲留著很長的指甲，便說道：「近來廁所裡拭穢用的籌子，不是你洗的吧？」宗杲心頭一驚，知道老師是在提醒他不要好逸惡勞，馬上將長指甲剪去，自願代替黃龍忠道禪師做九個月清潔廁所的工作。¹⁷

禪者的「精進辦道」不離開生活，作務勞動是本分事，外在的污穢不能清除，內在的垢染何以清淨？故宗杲禪師經文準禪師一提醒便明白要即時改過，且更加精進地將此善法深植於心。

日本江戶時代有一位盤珪永琢禪師，有一天一位信徒向盤珪禪師問道：「我天生暴躁的性情，不知道要怎麼樣才能改正？」盤珪禪師聽了以後，就對信徒說：「你把這天生暴躁的性格拿出來，我幫你改掉。」信徒回答：「不行啊！我現在沒有。但是，一碰到某些事情的時候，那『天生』的性急暴躁才會跑出來，然後自己就會控制不住地發脾氣。」盤珪禪師於是說：「如果現在沒有，只是在某些偶發的情況下才會心情暴躁，可見得這不是天生的，而是你和別人爭執時，自己造就出來的。可

¹⁶ 星雲大師：《星雲大師全集·金玉滿堂 10·法相·第二二課 四正勤》，頁 92。

¹⁷ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 4·丟掉金釵》，頁 31。

是，現在你卻把它說成是天生的，把過錯推給上天，推給父母，未免太不公平了。」

¹⁸可見許多人不以自己的惡為惡，是因為覺得那是天生的，無法改變的，故沒有想過要去改正，反倒覺得是理所當然。星雲大師在該篇的「養心法語」中說明，「有很多的毛病，其實都是自己的惡習，習慣不是天生的，除了清淨的真如本性是本有的，其他的都是一種習慣。」因此，勇敢面對自己的不足，改變自己、斷除惡習，才是正精進，才能成就一切善事，成為更好的自己。

而禪者的精進，除了表現在出坡作務，還有生活的日常。如《星雲禪話 6·360 不曾空過》¹⁹對禪者而言，生活即是修行。仰山禪師「耕了一塊地，播了一籃種子」是精勤於出坡作務；而滄山靈佑禪師「饑來喫飯，困來即眠」²⁰幾近成為日常中反射動作的小事，同樣也是精進修行。因為禪者的蒲團不在別處，就在平常心繫的一念上。禪者在每一心念上用功，即是精進於耕耘心田，用心辦道。

由此可鑑，禪就是生活，禪是從生活裡去探討自己的。所以禪者經常砍柴、除草、犁田，做種種勞務的工作；像臨濟栽松、雲門擔米、仰山牧牛、趙州掃地、雲巖作鞋、丹霞除草、百丈務農，他們把忙閒打成一片，說明禪者非常重視生活。²¹因此，「生活一切皆是禪」，日常的一切大小事都需精進勤奮，處處用心。

戒行道從持戒、忍辱，兩者利他的修行法，到精進，自利與利他兼濟的菩薩行，開展出佛光禪的三學次第，也顯現禪者在生活中對己的自律和為眾生的一切利行。而在《瑜伽師地論》中也有提及：「戒淨便得無悔。無悔故歡歡故生喜。由心喜故身

¹⁸ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 6·天生暴躁》，頁 181。

¹⁹ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 6·不曾空過》，頁 360。仰山慧寂禪師有一次到遠方去，直到夏末才回來，然後去探望他的師父滄山靈佑禪師。滄山靈佑禪師問徒弟說：「一整個夏天都沒有見到你，你都做了些什麼？」仰山禪師回答：「我耕了一塊地，播了一籃種子。」滄山禪師就讚美弟子說：「這樣看來，你這個夏天未曾空過。」仰山禪師和滄山禪師經過了這一段對談以後，仰山也問：「這個夏天，老師您做了些什麼呢？」滄山靈佑禪師毫不猶豫地說：「白天吃飯，晚上睡覺。」仰山禪師聽師父這樣說了以後，也同樣的讚美師父：「那麼這個暑假，老師您也未曾白白空過。」

²⁰ 《五燈會元》卷 3（越州大珠慧海禪師）：(CBETA 2023.Q1, X80, no. 1565, p. 80a1 // R138, p. 104b14 // Z 2B:11, p. 52d14)

²¹ 星雲大師：《星雲大師全集·人間萬事 9·禪心》，頁 113。

得輕安。身輕安故便受勝樂。樂故心定。」²²透由戒的清淨持守，使得一切善行在自利的過程，也都能夠利益到他人；進而能夠達到輕安自在的定靜，順入定學。

第二節 定行道

「信行道」對於願行菩提心的重點在於「啟發」，「戒行道」則是「強化」。從「啟發」到「強化」，前者藉由對於信仰的正確認識，說明初發菩提心的重要，以及開展出奉行菩薩道的發心立願，乃至承擔「我是佛」，來啟發願行菩提心；後者則是透過持戒、忍辱與精進等菩薩行來強化菩提心；有了預備道、信行道、戒行道所累積的修行之福德資糧，來到「定行道」，所要達成的修學目標即是能「成就」願、行菩提心。

而如何才能成就？《佛光禪入門》「定行道」的目標綱要為「消滅五欲五蓋，念念清醒明覺」²³因為修定需要攝身守意，唯有向內自省，對治煩惱，才能安住在定中。而「念念清醒明覺」便是要能活在當下，念念分明，進而以「覺」心來參禪悟道。故本節依佛光禪的修道綱要及方法，和《星雲禪話》之公案關聯，列為三點敘述「定行道」在《星雲禪話》中的修學次第，分別為：攝身守意、活在當下與平常心是道。

表 8：定行道

定行道			
目標	成就願、行菩提心		
概念	消滅五欲五蓋，念念清醒明覺		
落實意義實踐	攝身守意	活在當下	平常心是道

²² 《瑜伽師地論》卷 22：「戒淨便得無悔。無悔故歡歡故生喜。由心喜故身得輕安。身輕安故便受勝樂。樂故心定。」(CBETA 2023.Q1, T30, no. 1579, p. 405c14-16)

²³ 佛光山禪淨法堂（慧昭法師）：《佛光禪入門》，頁 22。

公案類型舉例	〈打車打牛〉 〈放下所學〉	〈洞山無寒暑〉、 〈一室六窗〉、 〈聽到了？〉、 〈怎可動心〉、 〈中道是禪心〉、 〈日日是好日〉	〈臥如來〉、〈就在腳跟下〉、〈只看到自己的心〉、 〈大千世界一禪床〉
--------	------------------	--	---------------------------------------

一、攝身守意

所謂五欲在此指的是——色、聲、香、味、觸²⁴五種感官上的滿足，令眾生樂貪戀、樂著，放逸而不自知；若缺乏對自身的克制力，以及對外境的觀照力，便不能明白五欲的無常、虛幻性。但也可以說五欲就是我們對生活的認識，因為根塵相接而產生的識，其維持人們的生活所需。因此佛教並不是規勸人禁欲，而是要人節制對於外境的攀緣²⁵；所謂「少欲知足」對未來的寄望能克己、節制，並安住、滿足於當下所有，便能體會遠離五欲塵勞之清淨。

而五蓋則是指貪欲蓋、瞋恚蓋、昏眠蓋（睡眠蓋）、掉舉惡作蓋、疑蓋五種煩惱，因為能覆蓋學道者的清淨本性，令善法不生，所以稱為「五蓋」。²⁶遠離、消滅五欲、五蓋，令煩惱不生，才能有入定的基礎。「念念清醒明覺」，則指於一切時中，都要清楚明白自己該做的事、所說的話以及心中所想，也就是身口意三業的發動，自己是需要清晰而分明。

「佛光人間生活禪修持綜合簡表」以「閉關專修禪觀——打禪七、七七」及「動中生活禪觀——要求時時刻刻在當下」兩種禪觀，作為修學的方法。前者為靜，後

²⁴ 印順法師：《成佛之道》：「五欲是淨妙的色、聲、香、味、觸，這是誘惑人心貪著追求的物欲。」（CBETA 2023.Q1, Y12, no. 12, p. 210a11-12）

²⁵ 星雲大師：《星雲大師全集·佛法真義 1·佛法義理·愛欲的昇華》，頁 304。

²⁶ 星雲大師：《星雲大師全集·佛教叢書 1·教理·372 學道者的魔障·第二篇 三毒五蓋》，頁 386。佛光大辭典：蓋，覆蓋之意。謂覆蓋心性，令善法不生之五種煩惱。即：(1)貪欲蓋，執著貪愛五欲之境，無有厭足，而蓋覆心性。(2)瞋恚蓋，於違情之境上懷忿怒，亦能蓋覆心性。(3)昏眠蓋，又作睡眠蓋。昏沉與睡眠，皆使心性無法積極活動。(4)掉舉惡作蓋，又作掉戲蓋、調戲蓋、掉悔蓋。心之躁動（掉），或憂惱已作之事（悔），皆能蓋覆心性。(5)疑蓋，於法猶豫而無決斷，因而蓋覆心性。又諸煩惱皆有蓋之義，然此五者於無漏之五蘊能為殊勝障礙，即貪欲與瞋恚能障戒蘊，昏沉與睡眠能障慧蘊，掉舉與惡作能障定蘊，疑者疑於四諦之理，故唯立此五者為蓋。（參閱「棄五蓋」6357）p1563。

者為動，顯現上述所說，禪定功夫不在外相的「坐」，事實上也無動靜之別，乃至是「動靜一如」；也可以說，前者所著重的在於「止」，止息一切心念，摒除一切妄想；而後者為「觀」，在止息散亂的妄想之後，進一步觀想一切現象，徹悟諸法實相，以發智慧。²⁷進一步說明，閉關的禪修，是向內攝身守意，透過靜態的止息，剋期取證，以修得定力；而「動中生活禪觀」是在止息妄念後，能進一步生起對外在因緣的觀照，照見因緣條件，在眼前當下的境用功。

以佛光禪的修持法其中「善調五事——調身、調息、調心、調飲食、調睡眠」²⁸來看，透由外相身心飲食的調節與平衡，由外而內，在靜態中保持時時在正念之中，止息妄念。而所謂「動中生活禪觀」同六祖惠能大師所說：「道由心悟，豈在坐也？」²⁹，說明參禪修道著重於覺悟真心本性，透過禪坐來息緣，但也並非否定打坐，最終還是同《金剛經》所云：「知我說法，如筏喻者，法尚應捨，何況非法。」³⁰不執著於坐，而是要能在當下用心。

一如南嶽懷讓問一喜愛參禪的年輕人「為什麼要打坐？」青年回「為成佛！」禪師不以為意。又一天，青年看禪師天天都在磨磚頭，忍不住問禪師在做甚麼；禪師回：「為了要做鏡子！」青年訝異地說：「磨磚頭怎能做成鏡子呢？」禪師當即說道：「磨磚既然不可能做鏡子，打坐又怎可成佛呢？」青年似懂非懂，禪師又反問：「假如趕車時，牛車不進，是該打牛呢？還是打車呢？」青年大悟。³¹車子要前行，要認清什麼是車子的原動力，認清之後，要能發動、啟動它，促使它的前行；打牛，

²⁷ 星雲大師：《星雲大師全集·人間佛教的戒定慧·130 第二章 人間佛教的定學·二、定的修持——清素生活，止息觀心》，頁 152。

²⁸ 參考智顛大師：《修習止觀坐禪法要·調和第四》。調身，是指「毗盧遮那佛七支坐法」，動作依序是：盤腿、結印、直脊、平胸、收頸、抵齶、斂目，藉由身形的控制，使身體機能在穩定平衡的狀態；調息，也就是調節呼吸，從粗重的喘息，到細微而均勻，由外而內使注意力更加集中；出入息間，觀其長短、完整、微細息相，任其自然，漸漸地能安住於寂然之境，久而久之自然氣沉丹田。最後則是調心，調心的方式因人而異，有數出入息、觀想諸佛相好或法界光明、念佛、持咒、參話頭或思惟法義等等，都是制心一處的方法。「飲食、睡眠」都要知量、中道，能維持生理需求與機能所需即可，切不可放縱；佛陀也教導弟子睡覺時應提起正念，所謂「勤修寤瑜伽」睡眠時起光明想，念念分明，則不會過分昏沉，乃至亂夢顛倒，進而起煩惱。

²⁹ 《六祖大師法寶壇經》：(CBETA 2023.Q1, T48, no. 2008, p. 359c20-21)

³⁰ 《金剛般若波羅蜜經》：(CBETA 2023.Q1, T08, no. 235, p. 749b10-11)

³¹ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 1·打車打牛》，頁 106。

車才會前進，因此，光是外相的「坐」是沒有用的，要用心，大開心地法眼，才能見性、悟道。

又如《星雲禪話 5·放下所學》提及，六祖惠能大師的弟子婺州玄策禪師，詢問河北的智隍禪師：「你所說的入定，是有心入定？還是無心入定？如果是有心，一切有情識的眾生都能得定；如果是無心，那麼所有的草木瓦石，也可以算是得定。」兩位禪師在機鋒相對間，智隍禪師終於被問得無言以對，便問玄策禪師的老師是誰？又以什麼為禪定？玄策禪師答：「法身湛然圓妙，性相體用一如。五陰本空，六塵非有，心本來就出出入入，不定不亂。禪本來無所住，不要有住於禪寂的念頭；禪也無生滅，不要生起禪定之想。心如虛空，但沒有虛空之量可得。」³²

心不執著於有無，乃至動靜都不起分別思量，離開對待兩邊，忘卻凡聖之別，如此性相一如，也就是能將事理圓融，明白事相背後的性理，自然無時無刻不在定中。然而，雖在定中，但不要生起禪定之想，因為有所想便有所執取；可能貪戀境界或有了目的性而參禪，心地無法清淨無染，便不能契入禪法。

二、活在當下

由上述可知，參禪打坐，僅是禪修的修持方法之一；每一時刻、每一當下，若能用心，都在參禪。故若是離相而言，所謂「調身」，如百丈懷海禪師「一日不做，一日不食」從自食其力、自力更生中，明白參禪修道無一人可替代；而「德山棒、臨濟喝」令學人從粗重的妄念，頓時止息，領會當下即是領悟則同於調息；「調心」則像是洞山良价禪師的「寒時到寒冷的地方去，熱時到炎熱的地方去！」³³外境有其千差萬別的世間相，如寒暑冷暖、榮辱苦樂、貧富得失、是非人我等差別對待；然禪者的心境要始終如如不動。

³² 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 5·放下所學》，頁 350。

³³ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 5·洞山無寒暑》，頁 282。

另外「調飲食」、「調睡眠」就同於大珠慧海禪師「饑來喫飯，困來即眠」³⁴當吃則吃、該睡則睡；也因為當下所意念之事就是所作之事，故能念念分明，清楚知道自己當要節量、知足。

故禪者在每個當下明白清清楚楚，離一切相，即一切法；也如同《金剛經》云：「應無所住，而生其心。」³⁵止息妄念、無有分別是「無所住」；然禪宗更重視的是開悟後的實踐修行，所謂「悟後起修」是開悟後繼續依法而修行，也就是「生其心」才是人間的行者，才能自在度化眾生。

既有此目標，其修持方法，六祖惠能大師在《六祖壇經·坐禪品》裡，作了如下的詮釋：「外離相即禪，內不亂即定，外禪內定，是為禪定。」³⁶「離相」是不執著，不執著才能契入一切法，觀察萬物生滅，「猶如木人看花鳥，何妨萬物假圍繞」的自在。如《星雲禪話 3·一室六窗》中，仰山慧寂禪師尋訪中邑洪恩禪師說：「為什麼我們不能很快地認識自己的本來面目？」洪恩禪師便以一間有六扇窗戶的房子譬喻我們的六根——眼、耳、鼻、舌、身、意，另有兩隻獼猴，一隻在內，一隻在外；窗外的獼猴不斷叫喚窗內的獼猴，而窗內獼猴也立即回應。如是六窗，俱喚俱應；此譬喻形容眾生以六根追逐外六塵，糾纏不息。

仰山禪師又問「如果窗內獼猴睡著，外面的獼猴卻欲與之相見，那麼該如何？」洪恩禪師於是走下繩床，拉著仰山禪師手舞足蹈地說：「獼猴與你相見了！好比在田地裡，為了防止鳥雀偷吃禾苗稻穗，就立一個稻草假人，所謂『猶如木人看花鳥，何妨萬物假圍繞？』」³⁷善調六根者，即是修禪定；因此，禪，要我們將過多的塵勞放下，不再以六識去分別，而能安住於當下。

³⁴ 《景德傳燈錄》卷 6：(CBETA 2023.Q1, T51, no. 2076, p. 247c3)

³⁵ 《金剛般若波羅蜜經》：(CBETA 2023.Q1, T08, no. 235, p. 749c22-23)

³⁶ 《六祖大師法寶壇經·坐禪品第五》：(CBETA 2023.Q1, T48, no. 2008, p. 353b24-25)

³⁷ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 3·一室六窗》，頁 130。

但也非要我們拒絕一切外務，將自己封閉於窗內；禪師一樣擁有日常，如搬柴運水、出坡作務來藉事練心；似是作務又是修禪，似是修禪又僅是眼前當下的事；其實，修行習禪即是活在當下，在當下用心，在當下練心。星雲大師認為：

是故禪定者，外在無住無染的活用是禪，心內清楚明了的安住是定。對外，面對五欲六塵、世間生死諸相能不動心，就是禪；對內，心裡面了無貪愛染著，就是定。³⁸

世間一切現象皆為對待之法，如我們的六根——眼、耳、鼻、舌、身、意，去緣對外在的六塵——色、身、香、味、觸、法，眼睛觀色，耳朵聞聲，鼻聞氣味，舌頭嘗味，身體感觸，心意則攀緣妄想回憶；由於六根追逐六塵，所以我們在世間的生活，根塵相譴，永遠得不到安寧。³⁹

禪者的心看向自己，不對外境攀緣，明白一切對待皆由自心的起心動念而來。如《星雲禪話 4·22 怎可動心？》中，仰山慧寂禪師的比丘尼弟子——妙信禪師，面對正在討論「風動幡動」的行腳僧，喝斥道「既不是風動，也不是幡動，怎可以心動？」⁴⁰此公案源自六祖惠能大師，惠能大師針對當時二僧爭論風動還是幡動時，其答：「不是風動，不是幡動，是仁者心動。」外在一切現象是因緣起而有，因此，風與幡皆是彼此的條件，風的流動性由幡展現，幡因風而飄動；但能分別的其實是觀者的心，若沒有分別的心，便也不需要糾結外境的一切現象。妙信禪師比起惠能大師的主客融和，其又超越了主客，所謂「動念即乖」，怎能心動呢？

而，佛光禪對於修定的目標之一為「念念清醒明覺」，除了在蒲團上的念念分明，佛光禪更強調行住坐臥等日常的行持，顯現生活禪的妙用。在《星雲禪話 3·123 中道是禪心》便有異曲同工之趣：

³⁸ 星雲大師：《星雲大師全集·人間佛教的戒定慧·130 第二章 人間佛教的定學·一、定·木標——不求成佛，只求開悟》，頁 138。

³⁹ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 2·聽到了？》，頁 112。

⁴⁰ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 4 怎可動心？》，頁 22。

日本倉木禪師問弟子水野先生近期禪修的心得，水野先生回：「禪師！打坐已經成為我生活中最大的享受！每次我打坐的時候，我對於自己的呼吸，究竟是進？還是出？可以說瞭若指掌……」倉木禪師便問：「那麼我問你，剛剛進門的時候，你手裡的傘是放在門的右邊呢？還是門的左邊？」只見水野先生啞口無言，禪師開示道：「所謂禪，不只是能與呼吸融為一體，平時對於身邊的事情，也應該了了分明，這才是真正的『生活禪』啊！」⁴¹說明若只能在蒲團上、觀呼吸時，才能念念分明，那麼禪就無法落實於生活之中。禪在靜中，有其寂靜之安樂；在動中，則有生氣蓬勃之活力。當動能動、當靜能靜，才是正常的生活，也是一名佛光禪者的生活行持。所以可以說，在戒行道「消滅五欲五蓋，念念清醒明覺」是強調在止息妄念之後，要生起的是對當下一念的覺察——行、住、坐、臥都是當下心地功夫的展現。

《星雲禪話 4·225 日日是好日》便是表達了一名禪者對於生命、生活，應持有的態度。⁴²雲門文偃禪師以「不問十五日以前，只問十五日以後如何？」為題，來詢問學僧們。「十五日」並非是指哪一個日子，「以前」、「以後」也只是雲門文偃禪師藉此來截斷一切相對概念的分別與妄想；以「日日是好日」來提醒學僧們，不要追悔過去，不要希冀未來，把握當下，做好本分事，提起正念積極地過好每一天的生活，那麼天天都是辦道時刻，處處都是開悟的機緣。

三、平常心是道

由前一節可知，若能真正「活在當下」便能體會定的妙境。在當下的一念心，除去分別妄想，只專注於眼前當下，不論動靜與否，都能體察到禪心的妙用。而要能除去分別妄想，即需要以一顆平常心來面對。

⁴¹ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 3·中道是禪心》，頁 213。

⁴² 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 4·日日是好日》，頁 225。唐末五代的時候，有一位雲門文偃禪師，他是雲門宗的開山祖師，後來在韶州（廣東）雲門山的光泰禪院，大振禪風，法席很盛。

有一次，雲門文偃禪師上堂說法，他詢問弟子們說：「現在我問大家一個問題：我不問你們十五日以前如何，我只問你們十五日以後要如何？」大家面面相覷，一時間不知道該如何回答。雲門文偃禪師看無人答話，於是就自己回答說：「日日是好日。」

何謂平常心？學佛修道不在奇異，或追求高深的悟境，而是在平實的日常當中「善用其心」不虛假作態，如實面對修行；而要能如實照見，則需中道行之。提倡「平常心是道」的馬祖道一禪師認為，平常心就是「沒有造作、是非、取捨、斷長、凡聖」⁴³等對待分別，其又說「萬法皆由心生，心為萬法之根本」所以，在一切時、一切因緣底下，都能以平常心來面對，那麼行住坐臥、待人接物，都能悟道。

如同《星雲禪話 4·臥如來》⁴⁴中，趙州禪師與南泉禪師的對話，說明了平常心就是當下的體悟，沒有分別，也沒有更高層次的證得；因為若有高下、有無之分別，那都會落入虛妄是非之中。而日常生活「平常心」究竟如何顯現呢？在《星雲禪話 4·075 就在腳跟下》⁴⁵楊岐方會禪師與禪僧的對話，則可作為回應。「要你明月，要你波澄」都是要禪僧直下承擔，明白悟道無它，唯有親自體驗，才能理事圓融，立定腳跟，肯定道在腳下。故悟道的路是禪者用心走出來的，其中沒有捷徑與投機；如同六祖慧能大師所言「頓漸無別」⁴⁶，人雖有利鈍之別，法卻沒有頓漸之分，因此，在佛法面前，一切善行不可不為，都是一點一滴積累而成。

在《星雲禪話 5·只看到自己的心》公案中，提及日本有一位劍道高手，到深山裡拜見無德禪師，便問：「禪師，要學到向您這樣的工夫，需要幾年的時間？」無德禪師乾脆地回答：「十年。」劍道高手十分驚訝，認為太長了，便不斷地和禪師討價

⁴³《馬祖道一禪師廣錄（四家語錄卷一）》：(CBETA 2023.Q1, X69, no. 1321, p. 3a13-17 // R119, p. 812a7-11 // Z 2:24, p. 406c7-11)

⁴⁴《星雲禪話 4·393 臥如來》，頁 399。有一天，趙州禪師請示南泉禪師一個問題：「什麼是道？」南泉禪師就用馬祖道一禪師的話回答他：「平常心是道。」趙州問：「除了平常心之外，佛法無邊，另外是否還有更高層次的趣向呢？」南泉禪師答：「如果心中還存有什麼趣向，就會有了那邊，沒了這邊；顧了前面，忘了後面，那麼『道』就會失去全面性。被扭曲了的東西，怎會是圓融無礙的道呢？」趙州問說：「如果佛法沒有一個趣向，四顧茫茫，我怎知那就是『道』呢？」南泉回答：「道不屬知，不屬不知；知是妄覺，不知是無記。若想真的達到不疑之『道』，你應當下體悟。『道』猶如太虛，廓然蕩豁，豈可強是說非呢？」

⁴⁵《星雲禪話 4·就在腳跟下》，頁 75。北宋時候，有一位禪僧問楊岐方會禪師：「常聽人說，要去除心中的煩惱妄念，應該多讀古人的言教。但不知什麼是古人的言教呢？」楊岐方會禪師沉默了一會，才淡淡地說：「乾坤月明，碧海波澄。」禪僧不能意會，一臉茫然地說：「學人不能明白。」楊岐方會禪師看禪僧沒有反應，於是進一步說：「你不是乾坤，也不是碧海，當然你不明白。」禪僧再問說：「不知和尚的意思，是要我如何呢？」楊岐方會禪師說：「就是要你月明，要你波澄。」學僧又問說：「乾坤在哪裡？碧海又在何方呢？」楊岐方會禪師說：「難道你不知道它們就在你的腳跟下嗎？」禪僧聽了忽然有省，就向楊岐方會禪師說：「老師，謝謝！您給了我腳下乾坤，也給了我心中碧海。」說罷揚長而去。楊岐方會禪師說：「他悟了。」

⁴⁶ 星雲大師：《星雲大師全集·六祖壇經講話 1·第二 般若品》，頁 162。

還價，如不吃飯、不睡覺，精勤習禪打坐……等。只見禪師搖搖頭說：「照這樣看，恐怕六十年也學不成。」劍道高手仍是疑惑，無德禪師則對他說：「因為你只看到成就名利，只看到人間紅塵，只看到時間流逝，只看到世間對待的事事物物。一位真正的禪者，他的二隻眼睛看不到外境，只看到自己的心。」⁴⁷看見自己的心，如同突破塵勞，又如同《星雲禪話·大千世界一禪床》⁴⁸所說，參禪不離饋鬧、不離幽靜，只要能明心，何處不能參禪？而明心，即是直指那顆和諸佛菩薩不一不異的心。因此，所謂平常心，即是當下那一念與諸佛菩薩相通的自在與承擔。

依上述可鑑，透由從外而內的攝身守意，能加強滅惡興善之力道；而「活在當下」與「平常心是道」皆是在日常功用間，體會定的妙用。如本節一開始提到的佛光禪對於定行道之修學目標「成就願、行菩提心」，透過定來止息妄念，進而提起正念，在前面「信行道」所奠定的基礎上，如持戒、忍辱、精進之菩薩修持法門，成就禪者為上求佛道、下化眾生，以此信願而發的願菩提心；也因為能「制心一處」滅除煩惱及諸多分別、妄想，並在生活的每一時刻都能生起禪的體證，故得以實踐其願，自利利他，稱作行菩提心。

第三節 慧行道

戒定慧三學的次第，乃由戒生定，由定發慧，再由慧趣入解脫。從六度萬行的行持，嚴守菩薩戒法，饒益有情，使身心清淨，才能趣入禪定；有了禪定，便能在動

⁴⁷ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 5·只看到自己的心》，頁 290。

⁴⁸ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 1·大千世界一禪床》，頁 271。：南宋的無學祖元禪師，明州鄞縣（今浙江）人，曾擔任天童山首座。後來應日本北条時宗之邀，東渡日本，弘揚禪法，成為日本圓覺寺的開山祖師。有一天，一位在官府擔任官職的信徒來拜訪祖元禪師，問說：「昨天承蒙和尚指導，告訴我們禪坐的功夫，無奈弟子公事繁忙，無法在靜處用功，還希望和尚慈悲，指點一個方便法門。」祖元禪師說：「做功夫不在靜處、不在鬧處，同時，也離不開靜處、離不開鬧處。」信徒一聽，感到很奇怪，再問：「弟子常聽人說，參禪打坐的人必須在禪堂裡做功夫，才能入道，可是，和尚您卻說不離靜處、不離鬧處，那麼究竟要在哪裡用功呢？」祖元禪師問他：「你忙的時候會忘記肚子餓嗎？」信徒說：「不會。」禪師再問：「會忘記上廁所嗎？」信徒說：「不會。」禪師又問：「你在吃飯、上廁所時，還需要思量才會記得，或者是你急了就去廁所，餓了就吃飯呢？」信徒說：「這些事不用去記，該去的時候就去了。」祖元禪師點頭說：「這就對了，大千世界一禪床啊！」信徒豁然有所領會，歡喜點頭。

靜之中、行住坐臥間安住，沒有過多妄想分別，而不隨境轉；最後得慧，意指出世間的般若智慧，能正觀緣起，了知諸法空相。

而《佛光禪入門》說明慧行道的目標綱要為「正觀緣起法性，淨化如幻業習」，所謂正觀緣起，即是在「善行道」擁有正知正見之後，經過善行的培福資德，進而能依戒生活，決定行門，修得身心清淨，然後才能引發出世之正見——了悟真理、斷煩惱、得解脫。因此，本節以「正觀」、「轉念」及「破迷」分別敘述《星雲禪話》中慧行道之修學次第。

表 9：慧行道

慧行道			
目標	開發勝義菩提心		
概念	正觀緣起法性，淨化如幻業習		
落實意義實踐	正觀	轉念	破迷
公案類型舉例	〈般若船〉 〈房子在哪裡？〉、〈咬不到空〉	〈國師與皇帝〉、 〈問自己意〉、 〈迷頭認影〉	〈害怕什麼？〉、 〈殘缺的鬼〉、 〈割捨〉、〈活得快樂〉

一、正觀

星雲大師在《人間佛教的戒定慧》中提及「定的目標——不求成佛，只求開悟」⁴⁹，定的目標即是要能引發般若智慧，是故「開悟」是禪者修定發慧的重要關鍵。何謂開悟？參禪者提起疑情叩問生命，小疑小悟、大疑大悟、不疑則不悟。

星雲大師曾說：「能問為什麼的人，必然是有思想、有看法、有見解的人」⁵⁰而開悟，就是打破生命的疑團，如禪師常呼「我懂了！我知道了！我找到了！」而悟道之處，分有世間與出世間，在第三章「信行道」已有說明世間法的正見，擁有世

⁴⁹ 星雲大師：《星雲大師全集·人間佛教的戒定慧·130 第二章 人間佛教的定學》，頁 138。

⁵⁰ 星雲大師：《星雲大師全集·迷悟之間 8·為什麼》，頁 192。

間法之正見，所認識的便是世間法之慧解；而從現實世間的正見之中，能發現其中的不實在，去妄顯真，透過出世間法的正觀，也就是觀緣起及了知四諦——苦、集、滅、道，才能趣入解脫道。在《星雲禪話·般若船》⁵¹中提及，透過參禪，「不滯留一處」也就是不住在任何分別、執著上，生起出世間之「般若智慧」，而能明了世間實相。

那麼在日常生活中如何能觀緣起呢？《星雲禪話·房子在哪裡》⁵²以彌蘭王與那先比丘的對話，闡釋「緣聚則成，緣散則滅」，一切法為因緣假合而成，所謂「因緣所生法，我說即是空，亦為是假名，亦是中道義。」⁵³能正觀緣起、空性，乃至假名，明白其實三者皆為同一樣的概念，僅是不同的觀察⁵⁴，即能正觀緣起。故在《星雲禪話·咬不到空》⁵⁵以優婆塞尊者雖被毒蛇咬，卻像是甚麼事都沒發生一樣，甚至請

⁵¹ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 1·般若船》，頁 424。有一位學僧問天臺德韶禪師說：「想要進入無為海，須先乘坐般若船。請問什麼是般若船？」天臺德韶禪師回答：「常無所住，即不執於一處。」學僧又問：「什麼是無為海？」天臺德韶禪師答說：「須先領會般若船。」古德有云：『登天不借梯，遍地無行路。』什麼是登天不借梯？」「不滯留一處。」學僧問：「那什麼又是『遍地無行路』呢？」天臺德韶禪師忽然對學僧大喝一句：「剛剛我對你說什麼？」學僧惶然不解。天臺德韶禪師見學僧未解禪意，只得老婆心切地說：「百千三昧門、百千神通門、百千妙用門，都不出般若海，為什麼？因為都以無住為本來建立諸法。所以，一切的生滅、去來、邪正、動靜等千變萬化，都不出諸佛大定門。」

⁵² 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 1·房子在哪裡？》，頁 355。《那先比丘經》是一部非常有智慧的經典，其中大部分是述說彌蘭陀王和那先比丘問道的經過。那先比丘從禪修中證悟真理，出言吐語，總是充滿了慧思靈巧，甚受彌蘭陀王的尊敬。有一天，彌蘭陀王問那先比丘道：「眼睛是你嗎？」那先比丘笑笑，然後回答：「不是。」「耳朵是你嗎？」「不是。」「鼻子是你嗎？」「不是。」「舌頭是你嗎？」「不是。」「那麼真正的你就只有身體了？」彌蘭陀王說。那先比丘答道：「不，色身只是假因緣、假合的存在，不是真我。」彌蘭陀王再問：「那麼『意』就是你了？」「也不是。」彌蘭陀王最後問道：「既然眼耳鼻舌身意都不是你，那麼請問你在哪裡？」那先比丘微微一笑，反問道：「大王，窗子是房子嗎？」彌蘭陀王一愕，勉強回答：「光只是窗子不是房子。」「門是房子嗎？」「不是。」「磚、瓦是房子嗎？」「也不是。」「那麼，床椅、梁柱才是房子了？」「當然不是。」那先比丘安詳一笑：「既然窗、門、磚、瓦、梁柱、床椅都不是房子，也不能代表這個房子，請問彌蘭陀王，房子在哪裡？」彌蘭陀王恍然大悟。

⁵³ 《中觀論疏》卷 1〈1 因緣品(一本-三末)〉：(CBETA 2023.Q1, T42, no. 1824, p. 5c4-5)

⁵⁴ 印順法師《成佛之道》：「緣起觀、無性觀、空觀、假名觀，是同一的不同觀察，其實是一樣的。所以說：『眾因緣生法，我說即是空，亦為是假名，亦是中道義。』」依此觀察：世俗假施設的一切，是這樣的有了、無了，生了、滅了，前後延續、展轉相關，成為現實的一切。透過無性空而深觀一切法的底裡時，知道這是無性的假有；有無、生滅，並沒有真實的有無、生滅。儘管萬化的生生滅滅、生滅不息，而以「空」無自性「故」，一切是假生假滅，而實是「不生滅」的。一切法本來是這樣的不生不滅，是如如不動的「常住」。這不是離生滅而別說不生滅，是直指生滅的當體——本性就是不生滅的。因此，世相儘管是這樣的生滅不息、動亂不已，而其實是常自「寂靜相」的。動亂的當體是寂靜，也不是離動亂的一切而別說寂靜的。」(CBETA 2023.Q1, Y12, no. 12, pp. 357a05-358a2)

⁵⁵ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 3·咬不到空》，頁 76。

舍利佛召集大眾以向大家告別的公案，說明色身為四大——地、水、火、風，以及五蘊——色、受、想、行、識聚合而成，本無法自行主宰，亦非恆常不變，缺少了其中一項條件，便不能存在，故為空性。是故毒蛇可以咬到優婆先那的色身，卻侵害不到真理的空性。

因此，能正觀出世間之緣起的諸行無常、諸法無我，即能對於一切境通達無礙，遠離愛欲、煩惱。煩惱是使眾生不能解脫自在的最大障礙；煩惱既除，當然就是破除了執著，獲得生命的解脫。

二、破迷

上述提到透過正觀緣起，思惟空性慧等正確的知見，以獲得解脫；從中，還還能破除固守的執著、分別妄想，以趣入真實。然而如何才能破除迷妄、執著？

在《楞嚴經》有記載佛陀與阿難尊者前後七次討論關於「心在何處」的問答，稱做『七處徵心』⁵⁶；此番問答佛陀一一破除了阿難的知見與執著，是故佛陀在《楞嚴經》的一開始便說：「眾生之所以從無始以來，生死相續，輪轉不已，皆由於不能了知常住真心而用諸妄想的緣故。」⁵⁷眾生因為常把妄相錯以為是真實的，且一味地執著不放，以至於產生種種煩惱纏縛，卻不自知。故若要破迷、去執，即須如同佛陀化導阿難尊者，層層攻破，剷除眾生根深柢固的執著妄念。

本研究認為在破迷的過程可分成三個階段：在《星雲禪話·國師與皇帝》⁵⁸中順治皇帝亦問玉琳國師：「心在七處？還是不在七處？」玉琳國師：「覓心了不可得。」

⁵⁶ 楞嚴會前，阿難因乞食而遭遇摩登伽女以幻術誘惑，將毀戒體時，佛遙知之，敕文殊持咒往護阿難歸來。楞嚴會時，佛乃徵其心目所在之處，阿難答以目在外而心在內，迨佛徵其心不在內時又答以在外。如是輾轉窮逐徵詰，至於無所著處。蓋佛欲破除阿難之妄想緣心，使其妄心無所依止，故一一論破，以顯此心遍一切處，無在無不在之妙淨。(一)心在內。(二)心在外。(三)潛根。阿難以琉璃籠眼為譬喻，謂心潛伏眼根裏，若眼見物時，心隨即能分別而無有障礙，如以琉璃籠於眼上而不礙於見物。(四)在闇內。阿難又計：「諸眾生之身，腑臟在中，竅穴居外，如我今者，開眼見明為見外，閉眼見暗為見內。(五)隨所合處。四度被論破後，阿難答以「隨所合處，心則隨有」(六)在中間。阿難謂：「心在根、塵中間。」(七)無著。阿難最後答以「一切無著，名之為心」〔大佛頂首楞嚴經卷一〕(佛光大辭典)，p107)

⁵⁷ 《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》卷1：「善哉，阿難！汝等當知，一切眾生從無始來生死相續，皆由不知常住真心性淨明體，用諸妄想，此想不真故有輪轉。」(CBETA 2023.Q1, T19, no. 945, p. 106c27-29)

⁵⁸ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話6·國師與皇帝》，頁228。

玉琳國師乃引用達摩祖師與二祖慧可大師的對話，可看作第一層破；表示「心」不可覓，也無蹤跡可尋，乃無所住，但卻又是無處不在、無時不有，究竟在何處？第二層破，可以《星雲禪話·問自己意》⁵⁹常山坦然禪師及南嶽懷讓禪師二人，參謁慧安禪師時的對話來解釋：

「如何是祖師西來意？」

慧安禪師：「何不問自己意？」

「如何是自己意？」

慧安禪師：「當觀密作用。」

「如何是密作用？」

慧安禪師以眼睛的開闔示之，坦然禪師當下領悟

星雲大師在篇末的「養心法語」認為，「問自己意」表示禪者悟道還須靠自己，自行了脫、自行解答，責無旁貸；而慧安禪師一開一闔的眼睛，其分別寓意著，能開闔的雙眼與使眼睛能開闔的性能；前者是父母所生的肉眼，而後者則是人人本具的真心本性，也就是我們的禪心。這真心本性雖然是隱而不顯，卻與我們片刻不離，時時都在；因此何須向外求法？禪心只能禪者自證、自悟、自得。

在自我證得的過程中，或許會像佛陀所說的演若達多⁶⁰，因迷頭而自狂，不斷地找自己的頭；最後發現頭就在自己身上，沒有失去過，亦無有增加。故「發現頭就在自己身上」不是被找回來，也不曾失去，可謂第三層破；好比我們自證、自得的自心佛性，從未離開，也未曾有所增減。

此破迷的過程，亦如青原惟信禪師所謂的「老僧三十年前未參禪時。見山是山見水是水。及至後來親見知識有箇入處。見山不是山。見水不是水。而今得箇休歇

⁵⁹ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 4·問自己意》，頁 325。

⁶⁰ 《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》卷 4：「演若達多，忽於晨朝以鏡照面，愛鏡中頭面目可見，瞋責己頭不見面目，以為魑魅無狀狂走。於意云何，此人何因無故狂走？」（CBETA 2023.Q1, T19, no. 945, p. 121b10-13）

處。依然見山祇是山。見水祇是水」⁶¹參禪後體會了第一及第二層「破」，明白「覓心了不可得」且還須「問自己意」；然在找到了入處，也就是有所悟道後，山水依舊，如同演若達多的頭，不增不減，明白清淨自性一直都在。

《星雲禪話·迷頭認影》中，一位學僧也有詢問九峰道虔禪師：「什麼樣的人才不會像演若達多一樣，痴狂迷亂呢？」道虔禪師只說一句：「突曉途中眼不開。」星雲大師認為，在修行的過程中，心眼不向外境攀緣，而要能向內自我反省，漸漸地就不會因安心而起痴狂迷亂。只要心能觀照，自然能照見自家本性。⁶²

破迷而入出世間慧解的過程，如同剷除眾生無始劫以來盤根錯節的妄想分別，而剷除的工具即需要從世間法的正見建立起，進而了知出世間法的正見——緣起性空，明白世間無常、無我，故能破執。破除執迷後，才能於事相上不被迷惑，而能心來轉境。

三、轉念

從上述可得知，需破除執迷後，才有力道能夠翻轉舊有的、不正確的觀念思惟，而如何能「轉」？佛教常說「轉煩惱為菩提」、「轉迷為悟」、「轉苦為樂」……等等，這些看似從此到彼的對立之兩邊，其實如同海水與波浪，波浪由水而來，而水的本性是平靜的；故從而得知，煩惱與菩提、迷與悟、苦和樂，都是一體之兩面，是「不二」的，並皆從我們的一念心而起的。

《星雲禪話·害怕什麼？》⁶³即以隆壽紹卿禪師與雪峰義存禪師的公案來說明：有天，兩位禪師在山中經行跑香，突然颯起了一陣大風，使道路兩旁的整片野芋隨風飄蕩。雪峰義存禪師看見此景，便手指著搖動的芋葉說：「快看呀！」只見隆壽紹卿禪師縮起身子，做出驚恐害怕的樣子說：「老師，我非常害怕！」這時，雪峰義存禪師似乎是意有所指地問隆壽紹卿禪師：「這是自家裡面就有的東西，你究竟在害怕什麼呢？」隆壽紹卿禪師當下大悟。

⁶¹ 《續傳燈錄》卷 22：(CBETA 2023.Q1, T51, no. 2077, p. 614b29-c4)

⁶² 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 1·迷頭認影》，頁 128。

⁶³ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 1·害怕什麼？》，頁 366。

星雲大師認為，隆壽紹卿禪師所害怕的，並非是野芋在晃動，而是在影射能令眾生墮入惡道中輪迴的「無明業風」；雪峰義存禪師當然心有領會，然其卻提醒紹卿禪師，這是「自家就有的」意味著，無始劫來的無明業惑與一念覺悟，都是由凡夫的一顆心而起，並非受外境影響而來的。

是故，若沒有煩惱、迷惑、苦受，也就沒有菩提、悟道以及樂受可得；只要我們的舉心動念都能有正知見，與善法相應，一念即能轉迷為悟、化煩惱為菩提。同樣在《星雲禪話·殘缺的鬼》⁶⁴中亦體現了轉念的重要。因為具足正確的認識，心中能生起正信、正知的力量，便能抵擋外境的干擾，甚至能夠轉變外在因緣。

這也說明了此節中所提出的修學綱要「淨化如幻業習」的重要關鍵之一。業力因緣不可改，但能透過心識的轉化，使善的力道增加，進而抵禦不善的勢力，達成「淨化」之目的。

星雲大師亦收錄了貼近現代人生活的公案做舉例，《星雲禪話·割捨》⁶⁵中，講述金代禪師向闖禍的弟子們安慰道：「不是為了生氣才種蘭花。」此句話即表現出「轉念」的重要性。一般人在面對不如意、被侵害權益的事相時，第一時間會由情緒來面對，有許多悲傷、憤怒、仇恨佔滿了思緒，沒辦法理性思考；然而，「不是為了…才…」如同禪宗為使人開悟的「轉語」，提供了參禪者在情緒之前回頭轉身的

⁶⁴ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 2·395 殘缺的鬼》，頁 395。慧崑禪師住在山洞裡，他參禪打坐的時候，常有一些魔鬼來擾亂他。每當魔鬼現在他眼前時，他不但面不改色，毫無畏懼，而且對這些鬼怪說了很多讚美的好話。比如說，有一次一個無頭鬼在慧崑禪師座前現身，他一見就說：「這是什麼東西？怎麼沒有頭呢？其實，沒有頭也很好，以後就不會頭痛，也不會胡思亂想，真是好舒服！」那個無頭鬼聽了，頓時消失。又有一次，出現了一個沒有身體，只有手腳的無體鬼，慧崑禪師說：「你沒有身體，就不會有五臟六腑的疾病，也沒有這許多痛苦，這是何等的幸福！」無體鬼一聽，也突然消失了蹤影。有時候，沒有口的鬼現身，慧崑禪師就說：「沒有口最好，就不會惡口、兩舌、妄言、綺語，不會因語言造業而受罪，更不會禍從口出。」看到無眼的鬼，他就說：「沒有眼睛最好，免得亂看心煩。」遇到無手的鬼，他就說：「無手最好，就不會偷竊打人，不會做壞事。」每當各種幽魂鬼怪出現，慧崑禪師就說出類似這樣的話，魔鬼就會銷聲匿跡了。

⁶⁵ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話 5·割捨》頁 323。在禪宗的古德裡面，有一位金代禪師，他非常喜愛蘭花，在講經弘法之餘，把整個時間都花在蘭花上面，把蘭花看成是他的生命一樣。有一天他要外出雲遊，就交代弟子說：「寺裡的蘭花要好好的照顧。」當弟子奉命為蘭花澆水的時候，一不小心將蘭花架子碰倒了，整個蘭花就跌碎了。弟子們都非常的恐慌，只有等師父回來時，向師父懺悔認錯，請求處罰。金代禪師回來後，知道蘭花被弄壞了，他召集弟子們講話，不但沒有責怪，反而安慰他們說：「我種蘭花，一來是希望用香花供佛，二來也是為了美化環境，不是為了生氣才種蘭花的。」弟子們一聽，才把恐懼的心放下來。

機緣，回到事件的緣起來思考，讓我們反求諸己，遠離情緒的陷阱，乃為正觀緣起，轉苦為樂。

又如星雲大師自行化身成「無德禪師」的公案〈活得快樂〉⁶⁶，世間人普遍將金錢、名譽與愛情視為一生所追求的目標；而面對生活，僅是因為害怕死亡，或者是等待年老，更多則是因為不得已的責任。無德禪師便提醒到，若活著的目標與快樂的理由，需要由外在的事相換取而來，那是永遠都沒辦法體會到快樂，也不會明白活著的意義。

唯有從根本上正觀緣起的條件，發現一切現象皆是眾因緣聚合而成，故應當將小我的自利，轉化成大我，乃至無我的利他；將金錢、名譽與愛情所帶來的如夢幻泡影的快樂，轉化成布施、服務與奉獻的善美的循環。由此轉念，便能淨化身口意，形成良善的業力因緣，趣入出世的慧解脫。

總的來說，透過正觀緣起，了知無常、無我，即緣起性空，而趣入慧解脫。有了正觀，在事相上能一一破除執迷，進而轉染為淨、轉迷為悟、轉煩惱為菩提……皆能體證到出世的空性慧。佛光禪之「慧行道」的修學目標為「開發勝義菩提心」，星雲大師以為：

究竟的解脫應該是超越入世與出世，使精神與物質兩相兼益，使生活與修行相得益彰，使我們在任何時間、地點，都能夠逍遙自在的一種意境。這種即入世而出世，即出世而入世的解脫，就是勝義的解脫。勝義的解脫是最圓融

⁶⁶ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話3·活得快樂》頁91。有三位愁容滿面的信徒，心裡滿懷著煩惱不安，相約去請教無德禪師，如何才能使自己活得快樂。無德禪師叫他們先說說自己活著的理由。信徒甲：「因為我不願意死，所以我活著。」信徒乙：「等到我老年時，兒孫滿堂，一定會比今天好，所以我活著。」信徒丙：「我有一家老小靠我養活，所以我要活著。」無德禪師聽完這三個人的陳述，然後才說：「你們當然都不會快樂！因為你們活著，只是由於恐懼死亡，或是等著年老，或是有不得已的責任，當然不可能活得快樂。」三人聽了齊聲問說：「請問禪師，我們要怎樣生活才會快樂呢？」無德禪師反問：「那你們要得到什麼才會快樂？」信徒甲：「有了金錢，我就會快樂。」信徒乙：「有了愛情，我就會快樂。」信徒丙：「有了名譽，我就會快樂。」無德禪師深不以為然：「你們有這種想法，當然永遠不會快樂。要知道，有了金錢、愛情、名譽以後，煩惱憂慮就會隨之而來。」「那我們該怎麼辦呢？」三人無奈地問。無德禪師說：「辦法是有，只要你們能先改變觀念。金錢不是為儲藏、擁有，是要布施才會快樂。愛情不是占有，是要肯奉獻才會快樂。名譽也不是用來炫耀，要服務大眾，才会有快樂啊！」

完滿的境界，只有在生活體證中才能成就，非言語思辨所能道盡，所以也是一種不可思議的解脫。黃檗禪師云：「終日不離一切事，不為諸境所惑，方名自在人。」⁶⁷

其不僅說明了勝義解脫是超越入世與出世，也強調這樣圓融而完滿的境界，唯有在生活中才能成就。

由此可知，禪者的修道始終不離生活。凡夫因為總是將自己的身心與外境做出分別與對立，生活因而成為一種負擔與累贅，和開悟德解說的方式背道而馳；然而，悟道者因為用平等心來看待一切，在舉心動念、語默動靜間，皆能隨順法性。如星雲大師云：「在煩惱中不見煩惱相，在生死中不見生死相，乃至不見修行相，不求解脫道。」⁶⁸所以隨時隨地都是解脫自在的圓滿世界。

「由戒生定，由定發慧，由慧趣入解脫」不論是戒行道乃從生活中，持守清淨戒法以成就自己、利益他人；到「定行道」以一顆平常心，於日常間體會「無處不是靜心的蒲團」，而能落實「活在當下」的佛光禪之妙用；最後，能觀緣起、破除執著以及轉染為淨，體會到心物一如，從大眾中去參證人我一體，找到解脫自在的境界，便是佛光禪的三學次第。

⁶⁷ 星雲大師：《佛教叢書 1·教理》，頁 429-430。

⁶⁸ 同上註。

第五章 結論

《星雲禪話》作為現代燈錄，除了它平易近人的文字語言，以及結合當代社會問題的現代詮釋，本論文認為，其最重要的是體現出星雲大師人間佛教的思想與實踐內涵。總結上述研究成果如下：

一、符應現代的詮釋特色

首先從公案的選擇以及內容的鋪排，包括對於古今公案內容的改編、自創以及用典的特殊性，顯現星雲大師的書寫特色。《星雲禪話》最初作為電視台的節目，故用字遣詞具有一定程度的口語化；並因為是向普羅大眾介紹，因此會在各篇公案的開頭，記有詳盡的禪師介紹乃至法脈的歷史與流傳之簡介。

而本論文亦有歸納星雲大師撰寫《星雲禪話》之書寫特色，分為三類：改編、自創以及用典。透過了解此三類書寫特色，可以得知，星雲大師並僅僅是帶領讀者閱讀公案、參話頭，而是希望透過平易近人而讓人懂的解說與詮釋，引領讀者運用禪的思維，在生活中擁有一顆禪心。因此，不論公案的改編，亦或是化身為「佛光禪師」、「無德禪師」乃至直接以法號示人的「今覺禪師」的自創公案，甚至是較少為人所知的域外的公案，顯示出星雲大師為讓現代人能接受，進而能學習禪宗的智慧典籍，故使用「給人懂」的語言和情節鋪排，使《星雲禪話》得以翻譯成英、日、德、葡、西、俄文，普遍於世界。

再者，在詮釋特色上，以結合現代人的需求，不論是參禪的問題，抑或身心的狀況，透過公案篇末「養心法語」對公案內容的提點，也進一步提出適應現代社會的建議，使讀者在參究公案的同時，也能進一步思考，回到現實生活該如何落實？因此星雲大師不只是白話解釋公案，其透過「養心法語」點出現代人應藉由閱讀禪宗公案、認識禪門的祖師大德，使得自己的身心能獲得安定的力量；並運用禪的智慧，可以讓我們的生活少一些煩惱，多一些解脫。¹⁸⁴

¹⁸⁴ 星雲大師：《星雲大師全集·星雲禪話·序》，頁1。

所以在 1084 篇公案中，星雲大師會針對公案的啟發性，調整其在「養心法語」的內容。這雖不與禪宗公案本身的內容衝突，卻著實影響著讀者及參禪者看待公案的角度。譬如，有些公案詮釋專注於說明禪師的行誼，便是希望能以禪師的故事及言行作為典範；亦有旨在解釋對話的意涵的公案，表示此一「話頭」或「轉語」是具代表性的；亦有只談悟境，不多加以解釋的，顯現禪法仍是有其不可說之體悟。諸如此類為符應當代問題所需的詮釋，是為《星雲禪話》的詮釋特色。

二、作為修道的行前方便

依據「佛光禪修持總表」，將《星雲禪話》公案的分為預備道、善行道及信行道三項次第；並透過佛光禪所舉出的修持法，對應至公案內容。道前次第，顧名思義作為參禪修道的前行功課，在佛光禪的修學次第上，從最基礎的人格培養作為修道的前行預備，如同太虛大師言：「人成即佛成。」學佛要先學做人。

從道次第的修學目標來看，預備道「養成孝親感恩之心」以「生活澹泊規律、孝親感恩」作為修持法；善行道「養成行善助人之心」則以「正見、拜佛、念佛、布施」作為修持功課。兩者可以看作人天乘的修行法，從對佛法正確的認識，到策動一切善行的成就，乃是福德資糧的累積；而信行道的「啟發願行菩提心」則是透過「正信、發心、立願」承接前面的行前方便，開展後續菩提心之強化與成就，可視作佛光禪法中行菩薩道的第一步。

三、上求下化的戒定慧學

圓滿第三章的道前次第，繼而開展出三學次第。戒定慧三學的次第，乃由戒生定，由定發慧，再由慧趣入解脫；分別要達到的目標為強化願、行菩提心，成就願、行菩提心以及開發勝義菩提心。

「戒行道」主要以六度波羅蜜中的「持戒、忍辱、精進」為修持法，透過嚴持戒法以加強、深入，一名禪者為上契諸佛妙理，下契眾生根機所發的大願及其實踐。有了前面所累積的福德資糧，來到「定行道」，則須由內而外，先能攝身守意，進而「活在當下」、體證「平常心是道」，說明修定的妙用；因為能「制心一處」滅除煩惱及諸多分別、妄想，並在生活的每一時刻都能生起禪的體證，故得以實踐其願，

自利利他，稱作行菩提心。而在「慧行道」，定的目標即是要能引發般若智慧，是故「開悟」是禪者修定發慧的重要關鍵。何謂開悟？參禪者提起疑情叩問生命，從固守的觀念中破繭而出，乃是思惟的破迷及轉化；而能破迷的前提，則是對於出世間法有正確的認識，也就是正觀緣起法性。故「慧行道」以「正觀」、「破迷」及「轉念」作為《星雲禪話》公案的分類次第。

星雲大師在《如是說》中提到人間佛教的修行方式：

所謂『方便有多門，歸元無二路』，修行次第，從皈依、受持五戒、讀大乘經典、禪淨共修；從人道進而天道到佛道，以戒定慧息滅貪瞋痴，最終圓滿菩薩道。¹⁸⁵

人間佛教以人為本，注重人間的需要、關注現世的生活安樂；從自我的圓滿，進而擴大心量，修學大乘法門，自利利他，行菩薩法，成就菩提。透過《佛光禪入門》可以發現，佛光禪的修行次第也是如此。從最基礎的認識三寶、皈依依止佛法僧；以戒為師，不侵犯他人；學習大乘法，以禪、淨密護根門……從人天的福報至成佛之道，次第行之。因此，本論文藉由佛光禪的修道次第，道前次第到三學次第，分析《星雲禪話》的公案類型。

而「佛光禪」之內涵，其中的「禪修的精神」與「禪修的目的」皆有提到要以「實踐、化世」為基本精神以及理想目標；是故禪者的修行與悟道不離生活，如同釋迦牟尼佛出生、修行、成道乃至度化眾生都不離人間。星雲大師透過《星雲禪話》所要帶給世人的，即是他在《星雲禪話·序》所說：「在禪的三昧中，保任心的活水源頭，在生活中受用無窮。」¹⁸⁶

睦州道明禪師云：「汝等諸人。還得個入頭處也未。」¹⁸⁷入頭處，好比修道的下手處，也就是先後次第；雖然禪宗強調開悟，但法沒有頓漸之分，一切修道資糧都是累積而來的。希望透過符應修道次第分類的公案，搭配星雲大師對公案的現代詮

¹⁸⁵ 星雲大師：《星雲大師全集·如是說 2·隨處皆可修行》，頁 235。

¹⁸⁶ 同上註。

¹⁸⁷ 《指月錄》卷 13：(CBETA 2023.Q1, X83, no. 1578, p. 539c19-20 // R143, p. 287b11-12 // Z 2B:16, p. 144b11-12)

釋，使參禪者乃至閱讀者除了可以在文字義上參透公案，亦能次第行道，實踐佛光禪之人間性、菩薩行。

本論文透過佛光禪之修道次第中的行道次第，依修學方法分為道前次第和三學次第，從實踐的層面，分析《星雲禪話》中的公案內容。從公案的角度而言，禪者的修行本不離生活，是故實踐本是修道的入處，語言文字僅僅是「標月指」——記憶與流傳的方便；因此，公案的內涵是生活的實踐，以及開悟後的修行。而在「佛光禪」的修道次第看來，從人乘到天乘，及至最後成佛，皆不離我們在生活中的累積。是故，本研究希望藉禪宗公案的故事性，使禪法能走入平時，為人所用；而在此動機下，期許自己能更細緻地探討禪宗公案之影響與應用，令公案與禪，能讓人「讀而易解，解而能信，信而易行」，並能結合佛光禪的禪法特色，是為本研究之未來期許。



參考書目

一、原典

- 〔東晉〕三藏佛跋陀羅譯，《大方廣佛華嚴經》，《大正新脩大藏經》冊 10，第 279 號。
- 〔姚秦〕鳩摩羅什譯：《摩訶般若波羅蜜經》，《大正新脩大藏經》8 冊，第 223 號。
- 〔姚秦〕鳩摩羅什譯，《金剛般若波羅蜜經》，《大正新脩大藏經》冊 8，第 235 號。
- 〔姚秦〕鳩摩羅什譯，《妙法蓮華經》，《大正新脩大藏經》冊 9，第 262 號。
- 〔姚秦〕鳩摩羅什譯，《大智度論》，《大正新脩大藏經》冊 25，第 2509 號。
- 〔唐〕惠能述、〔元〕·宗寶（編）：《六祖大師法寶壇經》，《大正新脩大藏經》，冊 48，第 2008 號。
- 〔唐〕道宣撰，《續高僧傳》，《大正新脩大藏經》冊 50，第 2060 號。
- 〔宋〕法應集，元·普會續集，《禪宗頌古聯珠通集》，《卍新纂大日本續藏經》冊 65，第 1295 號。
- 〔宋〕蘊聞錄，《大慧普覺禪師普說》，《卍正藏經》，台北：新文豐，1980 年，冊 59，第 1540 號。
- 〔宋〕普濟編，《五燈會元》，《卍新纂大日本續藏經》冊 80，第 1565 號。
- 〔宋〕重顯頌古，克勤評唱，《佛果圓悟禪師碧巖錄》，《大正新脩大藏經》冊 48，第 2003 號。
- 〔宋〕淨善重集，《禪林寶訓》，《大正新脩大藏經》冊 48，第 2022 號。
- 〔宋〕道原纂，《景德傳燈錄》，《大正新脩大藏經》冊 51，第 2076 號。
- 〔宋〕蹟藏主集，《古尊宿語錄》，《卍新纂大日本續藏經》冊 68，第 1315 號。
- 〔明〕瞿汝稷集，《指月錄》，《卍新纂大日本續藏經》冊 83，第 1578 號。
- 〔明〕真哲集，《古雪哲禪師語錄》，《嘉興藏》冊 28，第 209 號。
- 〔清〕儀潤纂，《百丈清規證義記》，《卍新纂大日本續藏經》冊 63，第 1244 號。
- 〔清〕張文嘉纂，《禪林寶訓合註》，《卍新纂大日本續藏經》冊 64，第 1263 號。

二、專書

- 巴壺天：《禪骨詩心集》（臺北：東大圖書，1988 年）。
- 向陽：《安住亂世》（臺北：聯合文學，2003 年）。
- 吳言生：《禪門公案》（臺北：圓神出版社，1993 年）。

- 吳怡：《公案禪語》（臺北：東大圖書公司，2004年）。
- 杜松柏：《智慧的禪公案》（臺北：學生書局，2005年）。
- 杜默靈等著；徐進夫編譯：《禪的公案探究--公案乃參禪的敲門磚》（臺北：武陵出版社，1983年）。
- 林中治：《了悟心地：禪宗公案考究帶領》（臺北：大圓出版社，1998年）。
- 林新居：《一味禪 月之卷：禪的公案》（臺北：躍昇文化，1990年）。
- 林新居：《禪的公案》（香港：博益出版集團有限公司，1991年）。
- 武田鏡村著；陳明陽譯：《禪門公案的智慧》（臺北：漢欣文化，1991年）。
- 金榮華：《禪宗公案與民間故事》（臺北：口傳文學會，2005年）。
- 俞梅隱：《中國禪門公案五六八題總解說》（臺北：金林出版社，1984年）。
- 俞梅隱：《中國禪學--中國禪門公案總說》（臺北：金林出版社，1984年）。
- 洪啟嵩：《禪七與公案的奧秘》（臺北，時報文化，1994年）。
- 洪寬可：《禪宗公案的智慧》（臺北：原古心靈文化，2001年）。
- 胡蘭成：《禪是一枝花》（臺北：遠流文化，1990年）。
- 洪修平：《中國禪學思想史》（台北：文津出版社，1994年）。
- 佛光山禪淨法堂（慧昭法師）：《佛光禪入門》（高雄：佛光文化出版社，2017年三版。）
- 麻天祥：《1993年佛學研究論文集——佛教未來前途之開展》（高雄：佛光文化，1998年）。
- 陳白夜：《禪宗公案的現代闡釋》（浙江，杭州人民，1998年）。
- 程兆熊：《叢林智慧：禪宗公案別集》（北京：中國社會科學，1994年）。
- 黃墩岩：《紅塵無苦—禪門公案藏之一》（海口：圓明出版社，1996年）。
- 黃墩岩：《紅塵無苦—禪門公案藏之二》（海口：圓明出版社，1996年）。
- 楊新瑛：《禪宗無門關重要公案之研究》（高雄：佛光出版社，1987年）。
- 鈴木大拙：《禪風禪骨》（臺北：大鴻圖書，1989年）。
- 鈴木大拙著；徐進夫譯：《開悟第一》（臺北：志文出版社，1988年）。
- 無礙：〈禪宗公案的意義與價值〉，收入張曼濤主編：《現代佛教學術叢刊

52 •

- 禪宗思想與歷史》，台北：大乘文化出版社，1978年，頁61。
- 廖閱鵬：《禪門公案三百則（上）》（臺北：圓神出版社，1996年）。
- 廖閱鵬：《禪門公案三百則（下）》（臺北：圓神出版社，1996年）。
- 廖閱鵬：《禪門公案三百則（中）》（臺北：圓神出版社，1996年）。
- 劉光義：《試以莊意說禪公案》（臺北：瑞興出版，1994年）。
- 劉長久：《中國禪門公案》（上海：知識出版社，1993年）。
- 歐陽宜璋：《禪問答中的模稜：趙州公案的語篇分析》（臺北：書林出版，2005年）。
- 蔡日新：《禪門悟道公案選析》（臺北：圓明出版，1998年）。
- 蔡崇喜：《禪宗指趣：祖師·公案·話頭》（北京，宗教文化，1995年）。

- 蕭武桐：《禪之花：禪的公案的解說》（臺北：遠景文化，1981年）。
- 蕭振士：《禪宗公案第一輯》（臺北：恩楷出版，2002年）。
- 蕭愛蓉著；陳劍鎧主編：《般若智，菩提心——星雲大師人間生活禪之理論與弘化》（香港：香港中文大學人間佛教研究中心，2021年）。
- 霍甫曼著；徐進夫譯《禪門公案秘傳》（臺北：志文出版社，1991年）。
- 釋印順：《中國禪宗史》（台北：正聞出版社，1971年）。
- 釋印順：《成佛之道》（台北：正聞出版社，1960年）。
- 釋星雲：《星雲大師全集·第一類 經義·六祖壇經講話》（高雄：佛光文化出版社，2017年）。
- 釋星雲：《星雲大師全集·第一類 經義·佛法真義》（高雄：佛光文化出版社，2017年）
- 釋星雲：《星雲大師全集·第二類 人間佛教論叢·人間佛教的戒定慧》（高雄：佛光文化出版社，2017年）
- 釋星雲：《星雲大師全集·第三類 教科書·佛光教科書》（高雄：佛光文化出版社，2017年）
- 釋星雲：《星雲大師全集·第四類 講演集·講演集》（高雄：佛光文化出版社，2017年）
- 釋星雲：《星雲大師全集·第四類 講演集·隨堂開示錄》（高雄：佛光文化出版社，2017年）
- 釋星雲：《星雲大師全集·第五類 文叢·星雲禪話》六冊（高雄：佛光文化出版社，2017年）
- 釋星雲：《星雲大師全集·第五類 文叢·星雲法語》（高雄：佛光文化出版社，2017年）
- 釋星雲：《星雲大師全集·第五類 文叢·如是說》（高雄：佛光文化出版社，2017年）
- 釋星雲：《星雲大師全集·第五類 文叢·佛光菜根譚》（高雄：佛光文化出版社，2017年）
- 釋星雲：《星雲大師全集·第五類 文叢·人間萬事》（高雄：佛光文化出版社，2017年）
- 釋星雲：《星雲禪話》十冊套書（臺北：香海文化出版社，2013年）。
- 釋慧昭：《金剛經的理論與實踐》（臺北：香海文化出版社，2017年）。
- 釋聖嚴：《公案·話頭》（臺北：法鼓文化，1998年）。
- 釋聖嚴：《公案一〇〇》（臺北：法鼓文化，2005年）。

三、期刊

- Sasaki, Ruth F. 著；牛園 譯：〈中國禪學中的公案〉，《慧炬雜誌社》，第 152/153 期（台北：慧炬雜誌社，1977年），頁 56-63。
- 吉廣輿：〈禪門公案的現代轉譯〉，《普門學報》，第 51 期（2009年），頁

431-453。

江俊偉：〈禪意·文學·人間：《星雲禪話》研究〉，《學報藝文》，第9期（2018年），頁143-177。

吳怡：〈禪宗公案問答的十個格式〉，《鵝湖月刊社》，第69期（1981年），頁6-9。

李芝瑩：〈從《星雲禪話》探究佛光佛光禪的內涵及實踐〉，《學報藝文》，第31期（2021年），頁90-107。

邱敏捷：〈巴壺天對「禪公案」的詮釋〉，《臺大佛學研究》，第16期（2008年），頁229-251。

徐慧媛：〈試析聖嚴法師之公案解讀〉，《問學集》，第14期（2008年），頁116-

張培鋒：〈《星雲禪話》公案選擇語創作的道意語匠心〉，《深入緣起·集眾法寶：人間佛教在東亞與東南亞的實踐》（上冊）（2020年），頁131-157。

楊惠南：〈論禪宗公案中的矛盾與不可說〉，《東方宗教研究》（1987年），頁89-105。

鄧克銘：〈禪門公案之經典化的解釋〉，《臺大佛學研究》，第8期（2003年），頁133-162。

賴霽澄：〈論禪門詩偈選集之流變——以《禪宗雜毒海》為例〉，《中華佛學研究》，第21期（2020年），頁73-102。

學愚：〈星雲禪與人間佛教〉，《普門學報》，第40期（2007年），頁361-382。

龔雋：〈語默之間：宋代「文字禪」的一種思想分析〉，《佛學研究論文集 禪宗與人間佛教》（2006年），頁403-457。

四、學位論文

林彥宏：〈超越性與歷史性 -- 禪宗「不立文字」的語言結構及意蘊〉，嘉義：南華大學碩士學位論文，2000年。

邱馨儀：〈大慧宗杲禪法之語言觀研究〉，臺中：東海大學碩士學位論文，2013年。

黃連忠：《禪宗公案體相用思想之研究—以《景德傳燈錄》為中心》，臺北：臺灣師範大學國文學系博士學位論文，2000年。

張佳媛：〈洞山禪法與公案及其後世的詮釋與運用〉，《國立台灣師範大學碩士論文》（2021年）。

五、網路資料

星雲大師全集 <http://books.masterhsingyun.org/article/articlelist>