

《六祖壇經》的般若行

林崇安教授

(圓光新誌，124 期，2012.07)

一、前言

《六祖壇經》的緣起，來自六祖慧能大師在大梵寺開示「摩訶般若波羅蜜法」，而整個禪宗的修行要旨都在此內。《壇經》是在教導「般若行」，其要旨是明心見性和善用念頭。以下引用曹溪本《壇經》來解說「般若行」中的見性和悟後起修的內容。

二、般若行

什麼是「般若行」？慧能說：

一切處所，一切時中，念念不愚，常行智慧，即是「般若行」。一念愚即般若絕。一念智即般若生。世人愚迷，不見般若，口說般若，心中常愚。當自言我修般若，念念說空，不識真空。

由上可知，智者於日常生活中，念念是智慧的「般若行」，而迷人則是口說「般若」而不行，口說「空」而不知空。〔這意思是，般若用於實踐，在生活中必須時時以智慧來觀照當下自己的起心動念，一忘了觀照，當下就是愚迷，立刻被自己的習性所牽。〕「般若行」也就是無念行，慧能說：

若起正真般若觀照，一剎那間妄念俱滅，若識自性，一悟即至佛地。善知識！智慧觀照，內外明徹，識自本心。若識本心，即本解脫；若得解脫，即是般若三昧。般若三昧，即是無念。何名無念？若見一切法，心不染著，是為無念，用即遍一切處，亦不著一切處。但淨本心，使六識出六門，於六塵中無染無雜，來去自由，通用無滯，即是般若三昧，自在解脫，名無念行。

以上強調出自性或本心的重要，並且指出，在生活中必須時時以

智慧來觀照，因而妄念不起，當下自心清淨，不被自己的習性所牽，如此不斷地觀照。慧能指出，智者「若識自性，一悟即至佛地。」為何一悟即至佛地？這是見自本性時，見到自己的自性清淨心，稱為「一悟即至佛地」，這一清淨心雖與佛無別，但此時還有客塵所染，所以見性後還要「悟後起修」，善用念頭來培養福德和智慧資糧，再經長時的修行，方使功德圓滿。什麼是「識自本心」？本心又稱自性、本性、自心、本來面目等。〔當下體悟到自己那一純粹的能認知的自心，稱作識自本心，這一純粹的能認知的自心是和佛的能認知的自心沒有差別〕。《壇經》強調修行時，要先確信自心就是佛，慧能說：

- (1) 汝等諸人自心是佛，更莫狐疑。
- (2) 欲求見佛，但識眾生。只為眾生迷佛，非是佛迷眾生。自性若悟，眾生是佛。自性若迷，佛是眾生。
- (3) 佛向性中作，莫向身外求。自性迷，即眾生；自性覺，即是佛。

所以，《壇經》的修行是立足於「自性」，也就是立足於自性清淨心的立場來修行，這是禪的核心見解。敦煌本的《壇經》說：「不識本心，學法無益」，也是這一意義。

三、指導見性

六祖慧能的指導見性，從早期的惠明到晚期的內侍薛簡，始終一致：由不思善惡下手，見到自己的本來面目（自性），《壇經》說：

- (1) 惠明作禮云：「望行者為我說法。」能云：「汝既為法而來，可屏息諸緣，勿生一念。吾為汝說。」良久，謂明曰：「不思善、不思惡，正與麼時，那箇是明上座本來面目？」惠明言下大悟。
- (2) 簡曰：「師說不生不滅，何異外道？」師曰：「外道所說不生不滅者，將滅止生，以生顯滅。滅猶不滅，生說不生。我說不生不滅者，本自無生，今亦無滅。所以不同外道。汝若欲知心要，但一切善惡都莫思量，自然得入清淨心體，湛然常寂，妙用恆沙。」簡蒙指教，豁然大悟。

經由六祖慧能的指導，惠明和薛簡都是當下「大悟」，得入清淨

心體，體證不生不滅的自性，這是如人飲水，冷暖自知，也必知道佛法所說的不生不滅，是完全不同於外道所說的不生不滅。〔六祖慧能的「不思善、不思惡」和「一切善惡都莫思量」是相同的引導，表示當下不要落入善惡兩邊的執取，如此才能呈現清淨的心性。〕

四、悟後起修

見性後還要起修，善用念頭，於一切處，於一切法不取不捨，直至圓滿一切種智而成佛，以下是慧能在《壇經》中的重要開示：

- (1) 善知識！我此法門從一般若生八萬四千智慧，何以故？為世人有八萬四千塵勞；若無塵勞，智慧常現，不離自性。悟此法者，即是無念、無憶、無著，不起誑妄，用自真如性，以智慧觀照，於一切法不取、不捨，即是見性成佛道。
- (2) 一、戒香，即自心中無非、無惡、無嫉妒、無貪瞋、無劫害，名戒香。二、定香，即睹諸善惡境相，自心不亂，名定香。三、慧香，自心無礙，常以智慧觀照自性，不造諸惡。雖修眾善，心不執著；敬上念下，矜恤孤貧，名慧香。四、解脫香，即自心無所攀緣，不思善，不思惡，自在無礙，名解脫香。五、解脫知見香，自心既無所攀緣善惡，不可沈空守寂，即須廣學多聞，識自本心，達諸佛理，和光接物，無我無人，直至菩提，真性不易，名解脫知見香。善知識！此香各自內薰，莫向外覓。
- (3) 善知識！心中眾生，所謂邪迷心、誑妄心、不善心、嫉妒心、惡毒心，如是等心，盡是眾生。各須自性自度，是名真度。何名自性自度？即自心中，邪見、煩惱、愚癡眾生，將正見度。既有正見，使般若智打破愚癡、迷妄眾生，各各自度。邪來正度，迷來悟度，愚來智度，惡來善度。如是度者，名為真度。又煩惱無邊誓願斷，將自性般若智，除卻虛妄思想心是也。又法門無盡誓願學，須自見性，常行正法，是名真學。又無上佛道誓願成，既常能下心，行於正直，離迷離覺，常生般若，除真除妄，即見佛性，即言下佛道成，常念修行，是願力法。

慧能在此指出，智者在日常生活中是用「自真如性」，以智慧觀照一切，面對八萬四千塵勞和善惡的境相，自心不亂，不造諸惡。〔如

何修菩薩道？必須諸惡莫作，眾善奉行，如此將惡滅除後，以行善來累積資糧，這就是修行六度和四攝。〕雖修眾善，心不執著，並廣學多聞，達諸佛理，和光接物，無我無人，如此圓滿修習戒、定、慧、解脫、解脫知見。智者善知念頭：以正見度自心中的邪見、煩惱、愚癡，除卻虛妄思想心，知道慈悲即是觀音，喜捨即是大力至，能淨即是釋迦，平直即是彌陀，人我即是須彌，邪心即是海水，煩惱即是波浪，毒害即是惡龍，虛妄即是鬼神，塵勞即是魚鱉，貪瞋即是地獄，愚癡即是畜生，如此在生活的念念中修行，開放六根，根塵接觸時，雖有見聞覺知而內心不起染著，行菩薩道，直至菩提圓滿。〔所以，禪宗是以成佛為目標，為了達成這一目標必須廣修慈悲喜捨，於生活中，本心如如不動而時時以智慧來觀照，這便是般若行。〕

五、結語

《六祖壇經》重視實踐，實踐時以般若為前導，此中有二要旨，一是不思量一切善惡，得入清淨心體；二是悟後起修，善用念頭，於一切處，於一切法不取不捨，直至圓滿菩提。唐宋時期，禪宗之盛便是掌握這二要旨；後期之衰，實是來自偏離這二要旨。今日欲重振禪風，也當由此下手。