

# 略談曹洞宗的禪風

／李偉穎

## 一、前言

法光寺開山住持及法光佛教文化研究所創辦人——如學禪師，於二次大戰前留學日本，就讀於日本曹洞宗大本山永平寺所創辦的駒澤大學，並親近以坐禪聞名的澤木興道禪師。

筆者有幸在如學禪師圓寂前兩年認識她老人家，參加過一次她主持的禪修，並聽聞她開示《普勸坐禪儀》，且得知法光寺屬於曹洞宗的法脈。為此，於《法光》雜誌要以禪宗為主題時，筆者就想到或許可以談一點關於曹洞宗的情形。

通常提到禪宗，就會聯想起機智、如謎語般的應對機鋒。不過，本文不在於討論禪門人物的對談內容，而是想探討曹洞宗接引學人的禪風。

與臨濟宗採取棒、喝之嚴峻風格極不相同，曹洞宗的方式溫和得多，而曹洞宗祖師大德在接引學人之方式也不盡相同。下面略微介紹曹洞宗幾位著名禪師的法脈變化及其禪風。

## 二、曹洞宗傳承法脈的變化

自印度菩提達磨祖師東渡傳法，而形成教外別傳的禪宗。傳到五祖慧能以後，一花開五葉，分衍出曹洞、臨濟、雲門、潯仰、法眼五派。

曹洞宗之開宗祖師為晚唐時代的洞山良价禪師（807-869）。其弟子之中最著名的是曹山本寂禪師（840-901）。他把良价禪師的禪法發揚光大。其後，人們以這兩位大師所居地的洞山、曹山來稱呼此法脈，於是形成曹洞宗。

不過，若參考明復法師編的《中國佛學人名辭典》所附之「曹洞宗師資承傳系統」，可看出曹洞宗一些著名禪師的傳承系譜及其法脈變化。

簡單地說，傳到後代的不是曹山本寂這一支，而是其師兄弟雲居道膺（?-848-902）。此法脈傳到宋初的芙蓉道楷（1043-1118），出了一位丹霞子淳（1054-1119）。他的弟子宏智正覺（1071-1157）提出「默照禪」的修行方法。

同樣地，流傳至後代的法脈也不是宏智正覺這一支，而是丹霞子淳的師兄弟淨因自覺（?-1102-1119）。這一脈傳到元朝，出了萬松行秀（1106-1246）、居士耶律楚材（1190-1243）等著名人物。

元朝以後的曹洞宗，幾乎都屬於萬松行秀的法脈。傳到明朝中葉的蘊空常忠（1514-1588），大致分成兩支。一是無名慧經（1548-1618），另一為湛然圓澄（1561-1626）。現存的曹洞宗大致上屬於這兩支。福建鼓山湧泉寺即是無名慧經這支法脈，而撰著《華嚴經疏論纂要》的為霖道霈（1615-1702）是無名慧經的徒孫。

再者，丹霞子淳的另一位弟子真歇清了（1097-1152），亦即宏智正覺的師兄弟，經過三傳，到了天童如淨（1162-1228）。如淨禪師的弟子之一即是日本的道元希玄禪師（1200-1253）。其後形成日本的曹洞宗。若以中土曹洞宗來算，道元禪師屬於第十四世；東傳日本，為日本曹洞宗初祖。

清末，福建鼓山湧泉寺的覺力禪師於 1909 年渡海來臺，在苗栗大湖創立法雲禪寺。根據禪慧法師撰的《覺力禪師年譜》中提到覺力禪師為洞山良价傳鼓山第四十三世法裔。覺力禪師提掖後進，不僅是「妙」字輩的弟子，連「達」、「真」、「如」字輩徒孫亦蒙受其培育。法光寺開山住持如學禪師即是「如」字輩的徒孫。她一方面承嗣覺力禪師的法脈，另一方面傳承日本曹洞宗澤木興道禪師（1880-1965）之法脈。

### 三、洞山禪師的接引方式

禪宗祖師大德在接引學人之前，通常要先勘驗對方修學的狀況。

在南宋智昭禪師集的《人天眼目》卷三，記載洞山禪師向大眾開示：「末法時代的人多半具有乾慧，而不是真智慧。若要辨別學人修行的真偽，有三種滲漏。一種是『見滲漏』。二是『情滲漏』。三是『語滲漏』。」（參見《大正藏》第 48 冊第 319 頁上。）所謂滲漏是指煩惱。這是檢驗對方的見地是否滯於所知、對於情境是否滯於取捨、所說的話語是否契於宗旨。

於瞭解對方的根器之後，則可以用適當的方法接引。《人天眼目》卷三描述曹洞宗的宗風：「家風細密，言行相應，隨機利物，就語接人。……大約曹洞家風，不過體用、偏正、賓主，以明向上一路。」（見《大正藏》第 48 冊第 320 頁下。）楊惠南老師在《禪史與禪思》書中提到曹洞宗通常採用詩歌、圖案以及說理等方式，來教導弟子禪理。這些禪理包括「偏正五位」、「四賓主」、「功勳五位」等。根據《人天眼目》卷三的描述是從體起用，最後達到物我兩忘，人法俱泯；從有為到無為；從參學功位到非功位。

《人天眼目》卷三還談到洞山禪師有三種接引方式：鳥道、玄路、展手。在《洞山良价禪師語錄》裡描述較詳細。若以白話翻譯，大致如下：

洞山禪師向大眾開示：「我有三種方式接引學人，即是：鳥道、玄路、展手。」在場有一位僧人便問：「師父平時教學人行『鳥道』，但不知什麼是『鳥道』？」洞山禪師說：「不逢一人。」僧人再問：「如何行？」禪師回答：「只須足下無私去。」於是僧人問：「只是照這樣行『鳥道』，莫非就達到本來面目？」洞山禪師對他說：「你為什麼顛倒！」僧人有些迷惑：「我哪個地方顛倒？」禪師說：「若不顛倒，為什麼卻把女人當作是男的！」這句話的意思是指認錯了目標。於是僧人再問：「那麼，如何是本來面目？」洞山禪師說：「不行鳥道！」（參見《大藏新纂卍續藏經》第 69 冊第 40 頁中、51 頁上。）

「鳥道、玄路、展手」究竟是怎樣的情形，在《洞山良价禪師語錄》裡，並沒有其他的敘述。日本學者忽滑谷快天著《禪學思想史》上冊主張「鳥道」是沒有蹤跡，如鳥行空，空中了無痕跡；參學之人生平受用亦爾。「玄路」是主中之

主，玄中之玄，向上一路；參學之人要蹈此路。「展手」是兩手迎來學之人，使之直入甘露門。

筆者以為忽滑谷快天的解釋是談修學情況，若從接引學人的角度來談，未必恰當。或許「鳥道」是接引初機或中下根器者，其教導似無跡可循，以破除學人之執著；而「展手」則是針對上根器者，直示其奧旨。

#### 四、宏智正覺的默照禪法

禪宗發展到宋代，已逐漸傾向於參「公案」，而且留下數量極為龐大的語錄資料。然而對於禪門行者而言，這些公案已是「話尾」而不是「話頭」。如何藉由「話尾」以通達「話頭」，則是學人必須參究之事。

南宋的宏智正覺禪師最著名的就是「默照禪」，在《宏智正覺廣錄》卷八收錄了他的《默照銘》。一開頭敘述：「默默忘言，昭昭現前。鑒時廓爾，體處靈然；靈然獨照，照中還妙。」（見《大正藏》第 48 冊第 100 頁上。）這段話揭示出默照禪探究心地的法門特色。

讀到這段文字，令筆者生起嚮往之心，想要瞭解宏智正覺是用怎樣的方法來教導弟子。在其《廣錄》卷四有一段提到在夏安居時的情形：「結夏上堂，來選佛場辦行腳事。禁足也不可錯移一步，護生也不可動犯一毛。徹見自己全身四大出礙，卻到本來住處，一互清虛。如何履踐得，恁麼相應去。……」（見《大正藏》第 48 冊第 55 頁上 - 中。）這是在禪堂中修行的狀況。表面似是在觀照自己外在的行為，事實上是藉此以破除四大的質礙。

在另一次小參時，正覺禪師提到類似的話。以白話解釋大致如下：

「何時何處是諸位安置心地。如今事不獲已，便有些重話要說。先佛遺範，只要諸人不妄行一步，不作眾生想念。完全棄去心機，盡除攀緣，徹底放下。同時窮究（內心），莫倚莫停，直到內心無絲毫粘滯，才能算是解作活計的人，才可說是紹繼佛陀家業之人。」（參見《大正藏》第 48 冊第 15 頁中 - 下。）

默照禪不是只運用在禪堂打坐時，而是時時觀照自己的內心。在其《廣錄》卷四曾提到一段開示，大致是說：佛法並不是如此複雜，只要諸位一切時中，能將身心放下，內心無絲毫牽掛、滯礙，則心地靈明，毫髮不昧。若能夠這麼做，到後來，自然而然能與一切時相應。則六根對六塵時，不會產生任何的障礙。（參見《大正藏》第 48 冊第 35 頁上。）

另外，在《廣錄》卷一的一段上堂開示，則表示：「生生死死，輪迴之跡無窮；寂寂惺惺，真照之機不昧。……離見聞覺有智，非分別心；離地水火風有身，非和合相。」（見《大正藏》第 48 冊第 9 頁中 - 下。）這些皆是教導觀照內心，改變自己。

#### 五、日本道元禪師之禪風

由於法光佛研所創辦人如學禪師曾經在日本曹洞宗道場修學，她在世之時曾

講授過道元禪師的《普勸坐禪儀》、《學道用心集》、《永嘉禪師證道歌》等，所以下面也稍微介紹日本曹洞禪。日本的曹洞宗於道元希玄之後也分出一些支派，此處只介紹祖師道元希玄的禪風。

道元禪師的作品不少，以九十五卷的《正法眼藏》為最龐大。文中收錄其語錄、開示等。

《普勸坐禪儀》則是一卷的簡短作品，是道元禪師依據他在宋朝參學的天童山，而訂出坐禪的規矩，以實踐「只管打坐」的佛法。在這部簡短的作品中，談到參禪不在尋言逐語地從事解行工夫，而是迴光返照，觀察自己，放捨諸緣，休歇意識。念頭生起即能覺察，能覺察則念頭自然會消失。如此坐禪，長期下來自然能達到身心脫落，本來面目現前。

《學道用心集》敘述修學辦道的用心方法。從發菩提心開始談起，談到見聞正法、參禪學道等的修行。

禪門修行不僅只坐禪而已，還有許多生活細節。在中國叢林中訂有叢林清規，即是規定這些生活細節。日本的道元禪師所訂的清規之中，頭一篇是《典座教訓》。這部作品是由於道元禪師入宋參學期間，咨問大德有關用功修行的方法，大德以典座之職為例，向道元禪師說明。道元禪師回國之後，撰寫了《典座教訓》。這部作品不純然是一個規約，而是明示藉由典座之職以修行乃至悟道的方法。

「典座」是負責僧眾之齋食。在《典座教訓》談到若沒有道心，則典座一職如同世俗的廚師，只是徒勞辛苦，而無受益，所以需運用道心，令大眾受用安樂。因此調理食物的修行法門，也是日本曹洞宗的特色之一。

## 六、如學禪師的教導

由於筆者認識如學禪師的時間很短，對禪師的教導方式瞭解不多。主要是由《如學禪師永懷集》中得知。

如學禪師非常重視教育。她認為修行不能光靠參禪打坐，若對於經教不瞭解，則無法提昇修行的品質。為了培育下一代的出家眾，如學禪師不僅親自教導之外，並且禮請高僧、大德駐寺講經、教書。在八七水災之前，禪師在南投的碧山岩寺創辦南光女眾佛學院。禮請的高僧、大德包括印順長老、演培法師、續明法師、默如法師、戒德法師、仁俊法師、楊白衣居士、李炳南居士等。

在臺灣光復初期，國民教育並不普及。為了提昇弟子的漢學能力，而送弟子到初中、高中乃至大專院校就讀。當時出家的弟子中，有些並不識字。如學禪師特地聘請當時極負聲望的漢學老師，教她們《四書》、《幼學瓊林》、《古文觀止》等。即使在她晚年仍然一秉初衷，致力於佛教教育，創辦法光佛教文化研究所。

如學禪師的教導不限於禪堂或大殿，而是隨時隨地都在應機施教。這也是曹洞宗的教導方法之一。例如一位弟子陪禪師修剪玫瑰。禪師說：「要學習對每一朵花皆能欣賞。即使再醜的花，也有它美麗的一面。我們要以這種欣賞花的心態去欣賞別人，而不要過分地要求別人。」

如學禪師在世時，也很重視《典座教訓》的修行法門。一位弟子出家後擔任

典座之職，心中產生疑惑：「出家人日夜在廚房中，與刀、砧、鍋、鏟、碗盤爲伍。既沒有時間參禪打坐，也沒有念佛、拜佛，這是修行嗎？能夠得到解脫嗎？」禪師以《典座教訓》一文，開示「文字」、「辦道」圓融無礙的道理。於是弟子把廚房當作「禪堂」，刀鏟當作「香板」，作爲切斷煩惱，剷除不正見的場所及工具。有的弟子不會作菜，禪師親自下廚，教導如何調理。禪師耐心地，一遍遍地示範。例如有一次教導包春捲，禪師解釋要鬆緊恰到好處才不會破掉，同時說明修行也是要不急不緩才不會出問題。這或許是法光寺的素齋在早期臺灣佛教界深獲好評的原因吧！

## 七、結語

曹洞宗的禪法相當深奧，而祖師大德的教導方式亦各具特色。筆者撰寫此文，就像是魯班門前弄大斧一般地不自量力，在諸位禪德面前表露筆者有限的知識。至於曹洞宗禪風如何，則由諸位自己再深入瞭解。

