

惠能禪法的特色

林崇安

想掌握惠能禪法的特色，可從釋尊時期所傳的止觀法門有哪幾種下手。南傳《增支》4 法的 170 經中，有明確的四種止觀法門，阿難尊者說：「友！比丘或比丘尼不論誰，凡於我前，明示得阿羅漢者，悉是四支或由其隨一。四者為何？(a) 友！世間有比丘，依止修觀，於依止修觀彼道生，彼習其道，多所作，彼習修、其道，以多所作結斷，疏遠隨眠。(b) 復次，友！有比丘，依觀修止，於依觀修止彼道生，彼習其道，多所作，彼習修、其道，以多所作結斷，疏遠隨眠。(c) 復次，友！有比丘，止與觀一雙統修，止與觀一雙統修彼道生，彼習其道，多所作，彼習修、其道，以多所作結斷，疏遠隨眠。(d) 復次，友！比丘意離於法之掉舉，彼堅持。友！彼安住正內、正止、趣一境、正持時，彼之道生，彼習此道…疏遠。」

此經相當於北傳的《雜阿含 560 經》。上述經文指出，滅除煩惱（結斷、疏遠隨眠）唯有四種方法：(a) 依止修觀，(b) 依觀修止，(c) 止觀雙修，(d) 意離於法之掉舉後修止。那麼，惠能的禪法是這四種中的哪一種呢？依據敦煌本《六祖壇經》的記載，惠能說：

「善知識！我此法門，以定慧為本。第一勿迷，言慧定別。定慧體一不二，即定是慧體，即慧是定用。即慧之時定在慧，即定之時慧在定。善知識！此義即是定慧等。學道之人作意，莫言：『先定發慧，先慧發定，定慧各別。』作此見者，法有二相……」。

「善知識！定、慧猶如何等？如燈、光：有燈即有光，無燈即無光，燈是光之體，光是燈之用，名即有二，體無兩般。此定、慧法，亦復如是。」

可知惠能的禪法，就是《阿含經》四種禪法中的第三種 (c)：「止與觀一雙統修」。從惠能禪法的立場來看禪法，依止修觀（先定發慧）；依觀修止（先慧發定）和意離於法之掉舉後修止，都不是上根的修法，後來禪宗將這三種稱之為「漸教」。能在生活中止觀雙修的一種才是上根者所修，禪宗將之稱為「頓教」。然而，於生活中如何止觀雙修？惠能說：

「見一切法，不著一切法，遍一切處，不著一切處。常淨自性，使六識從六門走出，於六塵中不離不染，來去自由，即是般若三昧，自在解脫，名無念行。莫百物不思，當令念絕，即是法縛，即名邊見。」

「一行三昧者，於一切時中，行、住、坐、臥常行直心是。…但行直心，於一切法上無有執著，名一行三昧。」

「迷人著法相，執一行三昧，直言：『坐不動、除妄不起心，即是一行三昧。』若如是此，法同無情，卻是障道因緣。道順通流，何以卻滯？心不住法，道即通流，住即被縛。」

可知惠能禪法的特色便是，一開始就在生活中從「定慧均等」下手，於行、住、坐、臥中修「一行三昧」，迅速達成滅除煩惱，大大異於一般「依止修觀」或「依觀修止」的禪法。

至於為何說禪宗是「教外別傳」？這要由當時漢地的時代背景來理解：從五代起各地戰爭頻繁，社會動盪不安，從上到下，大眾養成依靠外在的佛菩薩的加持，變成「心外求佛」的心理，到了承平時期的修行重點仍是競蓋大廟以求福報，這便是當時的「教內」。惠能出世後，直指「心內求佛」，講求心淨則國土淨，有別於當時的「教內」，因而後來禪宗自稱為「教外別傳」。