

張美娟

【法界微塵】

# 悲慧雙修的人生觀

## 大慧禪師反對默照禪的主因試探

大慧禪師反對默照禪的主因並不在於默照禪法不能悟道，而在於經由默照所證悟的境界只能「證慧卻難證悲」，他認為在深沉痛苦中所徹悟的境界，才是大乘的悲慧境界。

### 前言

大慧禪師（1083-1163）是宋

朝臨濟宗楊岐派的傳人，他對與他同時的屬於曹洞宗的正覺禪師（1091-1157）的「默照禪」法，

有相當嚴厲的批判。本文想試圖了解大慧禪師究竟是看到默照禪的何種弊端，以致如此嚴厲批判。並由此進一步探討，面對這樣弊端的大慧禪師究竟提出何種

方法來對治，而他所提出的禪法又顯出怎樣的宗教智慧。

### 默照禪的弊端 證慧難證悲

林義正先生曾指出：作為一位臨濟楊岐派禪師的大慧（宗杲禪師）對當時叢林的禪法提出批判的包括：默照禪、機鋒禪、文字禪、言語禪與落入和會教相的



禪，一共有五種。而林先生進一步指出「其中以批判默照禪為最多而嚴厲。」(1)

我們在此要問的是，為何大慧禪師要如此嚴厲批判默照禪？

其實，這是因為在戰亂不安的南宋初期，生活的不定感讓士大夫轉向禪法，尋求精神寄託，而由於教人靜坐禪定的默照禪能使人身心放下，莫管世間事，所以大受士大夫的歡迎。(2)

如我們從大慧以下對默照禪的嚴厲駁斥，就能想像當時默照禪風的流行盛況。

如其言：

此風（默照禪風）往年福建路極盛，妙喜紹興初（南宋高宗紹興四年，西元一一三四年）入閩住菴時，便力排之，謂之斷佛慧命，千佛出世，不通懺悔。（《大慧普覺禪師語錄》卷第十七，*《大正藏》*卷四十七，頁885a）又說道：

近年以來，有一種邪師，說「默照禪」，教人十二時中是事莫管，你去歇云，不得做聲，恐落今時。往

往士大夫為聰明利根所使者，多是厭惡鬧處，乍被邪師輩指令靜坐，卻見省力，便以為是，更不求妙悟，只以默然為極則。某不惜口業，力救此弊。（《大慧普覺禪師語錄》卷第二十六，同上，頁923a）

我們從大慧以上所言可看出默照禪風的盛行；此外，從這兩則語錄最後的「謂之斷佛慧命，千佛出世，不通懺悔」與「某不惜口業，力救此弊」更可清楚了解到，大慧對當時默照禪風盛行的極大不滿。然而，我們在此要

問的是，究竟大慧是如何理解默照禪的，大慧反對默照禪的主因究竟何在？

對此問題，一般學人多以為由於默照禪只求「默坐」，不以「悟」為重心，所以力求「妙悟」的大慧自然反對。

如開濟先生於其學術著作《華嚴禪——大慧宗杲的思想特色》中便指出：

六祖惠能一再地講：禪必須要悟，內心不悟只是徒勞。如此的根本大原則，曹洞宗徒（指當時提倡默照

禪的宏智正覺禪師）竟然忽略，難怪宗杲要罵他們是「邪禪」了。(3)

而陳榮波先生於其《大慧宗杲看話禪之禪法——兼論與默照禪比較》論文中亦作如是觀。如其言：

大慧禪師認為默照禪是以禪坐為目的，並批判此種禪坐是死坐死定，毫無心悟可言。(4)

然而，我們若仔細了解當時提倡默照禪的正覺禪師的論點，便能理解正覺以為靜坐最終仍以

「悟」為目的。如黃青萍先生就於其碩士論文《宏智正覺禪學研究》中指出：

正覺就是因為強調自心為唯一證處，所以才要掃除一切外緣，從靜坐中發揮般若觀照。周葵在《妙光塔銘、序》中即言：「師（即正覺禪師）嘗曰：『佛祖之燈，以悟為則』」，所以正覺的默照禪與宗杲的看話禪都是「以悟為則」，證悟佛性，都是二人修行目標。(5)



由此可知，正覺的默照禪與宗杲的看話禪的差別，並不在於是否悟道。

同時，筆者以為，大慧禪師於當時不可能不知道正覺禪師的默照禪法，最終仍以證悟空性為目的，如他仍贊成多「靜坐」，這表示他也認同從靜坐中亦可悟道，如其言：

學道人，十二時中，心意  
識常要寂靜，無事亦須靜  
坐，令心不放逸，身不動  
搖，久久習熟，自  
然身心寧帖。（《大

慧普覺禪師語錄》卷第十九，同上，頁 891b）

再者，雖然大慧曾提到：

或以無言無說，坐在黑山下，鬼窟裡，閉眉合眼，謂之威音王那畔，父母未生時消息，亦謂之默而常照為禪者。如此等輩，不求妙悟，以悟為落在第二頭，以悟為誑誑人，以悟為建立，自既不曾悟，亦不信有悟底。妙喜常謂衲子輩說：「世間工巧技藝，若無悟處，尚不得其

妙」，況欲脫生死？而只以

口頭說靜，便要收殺，大似埋頭向東走，欲取西邊

物，轉求轉遠，轉急轉

遲。此輩名為可憐愍者，

教中謂之謗大般若、斷佛

慧命人。（《大慧普覺禪師語

錄》卷第三十，同上，頁

941c）

以上大慧所言，是以為默照

禪將「悟」落在第二頭，亦即先

「定」後「慧」，默照禪法是從

「禪定」靜坐中「悟得智慧」，但

大慧是講究先「慧」後「定」，

亦即先「悟得智慧」後再做「禪

定」工夫。如其言：

他人先定而後慧，某甲先

慧而後定。（《禪關策進》，

《大正藏》卷四十八，頁1099）

但我們注意到，大慧不會不

明白默照禪雖先「定」後

「慧」，將「悟得智慧」落在第二

頭，但最終還是「悟道」了，而

非只停留在「禪定」階段。

總之，從前面的「大慧認同

從靜坐中亦可悟道」，以及「大

慧不會不明白默照禪雖先定後

慧，但最終還是悟得空性智慧」

的推論可知，大慧反對默照禪的

主因並不在於默照禪法不能悟道。

筆者以為大慧反對默照禪的

主因恐怕在於：經由默照禪法所

悟的境界與大慧理想的證悟境界

有很大的出入所致，何以言之？

我們從大慧禪師的語錄可發

現，證得大乘「悲慧雙修」的苦

薩境界是大慧禪師的修行目標。

如他引《華嚴經》以下之語

來自我期許：

於諸世間，心如虛空，無

所染著。普觀諸法真實之

相，發大誓願，滅眾生

苦。永不厭捨大乘志願，

滅一切見，修諸菩薩平等

行願。所謂平等行願，乃

亦無限剎心，所向處無障

無礙是也。（《大慧普覺禪師

語錄》卷第十九，《大正藏》

卷四十七，頁893b）

從以上可知，大慧禪師除修

「心如虛空，無所染著」的無執

自在的空性智慧外，還以大乘

「滅眾生苦」不捨眾生的悲願精

神作為他修行的大誓願。

換言之，「悲慧雙修」乃是

宗杲所要實踐與宏揚的大乘修行

的精神。

又如開濟先生也提到：



宗杲常常以普賢（菩薩）境界為修行的指標，鼓勵學人向此方向努力。(6)

既然，大乘的「悲慧」境界是大慧提倡「妙悟」所悟入的境界。我們在此要問的是，大慧理解的默照禪是否能證悟此境界？

對此問題，我們從大慧批判默照禪的缺失將可略知一二：

近年以來，有一種邪師，說「默照禪」教人十二時中是事莫管，休去歇云，不得做聲，恐落今時。往往士大夫為

聰明利根所使者，多是厭惡鬧處，乍被邪師輩指令靜坐，卻見省力，便以為是，更不求妙悟，只以默然為極則。某不惜口業，力救此弊。（《大慧普覺禪師語錄》卷第二十六，同上，頁923a）

今時有一種剃頭外道，自眼不明，只管教人死獍狽地休去、歇去，若如此休歇，到千佛出世，也休歇不得，轉使心頭迷悶耳。又教人隨緣管帶，忘情默默，照來照去，帶來帶去，轉加迷悶，無有了期。殊失祖師方便，錯指示人，教人一向虛生浪死，更教人是事莫管，但只恁麼歇去。歇得來，情念不生，到恁麼時，不是冥然無知，直是惺惺歷歷，這般底更是毒害，瞎卻人眼！（《大慧普覺禪師語錄》卷第二十五，同上，頁918a）

從大慧以上兩則批判默照禪的語錄中所提到的：「『默照禪』

教人十二時中是事莫管」與「教人一向虛生浪死，更教人是事莫

管」，可看出「莫管世間事」是大慧對默照禪的最大批判。

換言之，默照禪雖也講求在

默觀靜坐中證悟，但這種遠離世間，只求自利的證悟的方法，卻是主張「發大誓願，滅眾生苦，永不厭捨大乘志願」的大慧禪師所無法接受的。

也就是說，默照禪雖也講究

證悟，但由於在證悟之前的修行是遠離世俗眾生的閉關默坐，所以在證悟時，所悟得的是從默坐體驗時所領悟的無執自在的空性智慧，而大乘與小乘最大的差別——不捨眾生的「悲願」精神則

難以在修行中悟得。

所以，我們可以說，默照禪

的「悟」可「證慧卻難證悲」，而這缺乏大乘的「悲願」精神，恰好成了大慧禪師對默照禪的最大批判。

因為如前所述，大慧的「悟」

是要「既證慧又證悲」的，而默照禪的「悟」、「證慧難證悲」，

所以成了大慧禪師最嚴厲批判的對象。如前所引，大慧最後話語中就提到：大慧以為默照禪是「謗大般若，斷佛慧命」，筆者以為，這裡的「大般若」佛法智慧指的就是：大乘教中含悲願精神

的佛法智慧，而默照禪最終所證

得的境界因「證慧難證悲」，所以被大慧批判說是「謗大般若，斷佛慧命」，以為大乘的悲慧精神於此無以為繼。

神於此無以為繼。

## 對治默照禪的方法

### ——在痛苦世間體

### 悟佛法證慧又證悲

面對能「證慧卻難證悲」的

默照禪的盛行，大慧禪師勢必要找出一種「既能證慧又能證悲」的領悟方法，讓人從中悟得大乘的悲慧精神。



那大慧究竟提供怎樣的修行法門讓人能悟入大乘境界？

一般學人以為大慧禪師為對治默照禪，便提出「看話禪」的修行方式，以參究話頭的方式大疑而大悟。

如開濟先生便指出：

看話禪是宗杲在不得已的狀況下提出的，未必是宗杲心之所願，但處在禪學興盛，默照禪歪風橫掃南方的背景下，宗杲自覺他

有責任挺身而出，把正確的東西教示

給眾人，教導學子分辨真實禪心。(7)

不過，值得注意的是，大慧的看話禪只是對治默照禪的方便法門而已。也就是說，為避免世人因打坐而隔絕世俗，所以只好提出在公案的話頭上不斷參究的方法來對治之。而大慧最究竟的希望，還是希望學人能將這種參究話頭的方式，應用在世俗生活中，而非成天要在公案話頭上作參究。如大慧便指出若是在公案話頭上參不行，就想自己的生死大事，以在話頭參悟的方式應用到自己的生死中，對自己生

命的生死無常起疑情，而當心疑到交加難解時，就將念頭轉注於某一話頭，最後時機成熟時，便澈然大悟，心中一片澄淨光明。如大慧以下所言：

疑生不知來處，死不知去處底心未忘，則是生死交加，但向交加處看個話頭：僧問趙州和尚：「狗子還有佛性也無？」州云：「無！」但將這「疑生不知來處，死不知去處底心」移來「無」字上，則交加之心不行矣！交加



之心既不行，則疑生死來，同時在懺悔與怖畏當中，頓生出去年底心將絕矣！但向欲絕未絕處與之廝崖，時節因緣到來，驀然噴地一下，便了教中所謂：「絕心生死，止心不善，伐心稠林，澆心垢濁者也。」

（《大慧普覺禪師語錄》卷第二

十二，同上，頁911a）

更擴而言之，大慧希望人去經歷、體驗人世間最深沉的苦痛，因為只有當生命面臨了最深沉苦痛時，人才會對造成今日大苦痛的過去種種貪、瞋、癡罪業，起了最深沉的懺悔與怖畏。

如大慧以下所言：

塵勞之儔，為如來種。教有明文，譬如高原陸地，不生蓮華，卑濕淤泥，乃生此華。在火宅塵勞中，頭出頭沒，受無量苦，忽於苦中而生厭離，始發無

上菩提之心。塵勞之儔，為如來種，正謂此也。

（《大慧普覺禪師語錄》卷第二十，同上，頁895c）

俗人在火宅中，四威儀內與貪欲、瞋恚、癡為伴侶，所作所為，所聞所見，無非惡業，然若能於此中，打得徹，其力卻勝我出家兒百千萬億倍。打得徹了，方可說「煩惱即菩提，無明即大智」。

（《大慧普覺禪師語錄》卷第二十，同上，頁895a）

從以上所言可知，大慧以為



俗人若能在世間的火宅塵勞中，

從貪欲、瞋恚與癡惡業所造成的

無量苦中大徹大悟，生出想脫離

煩惱苦海，證得菩提智慧的心

志，便能真正了解佛家所說的

「煩惱即菩提，無明即大智」的

深意。

值得注意的是，大慧此處所

說「在火宅塵勞中，頭出頭沒，

受無量苦，忽於苦中而生厭離」

中的「苦」，並非一般的小煩

惱、小痛苦，而是如「卑濕淤泥」

般無路可走的大痛苦時，人才會

在「山窮水盡疑無路」——對生

命起了大疑問時，被無常的痛苦

逼得不得不返回內心，對生命的

本質作最深沉的反省。進而由此

深沉反省中，徹悟到生命最真實

的本質是虛幻無常的，人生在世

所執的一切終歸幻滅，因此唯有

透過放下我執的智慧修行，才能

永離煩惱苦海，證悟到無執自在

的空性境界。

如大慧曾說過：只有對自我

過去生命中的所作所為，起了最

大的疑問，才能在大疑中大悟，

對生命的本質看法作最徹底的大

轉變。

今時學道者多不自疑，卻

疑他人。所以道：「大疑

之下，必有大悟。」（《大慧

普覺禪師語錄》卷第十七，同

上，頁 880a）

又如大慧以下所言：

詔國師云：「如來於一切

處成等正覺，於刀山、劍

樹上成等正覺，於鑊湯、

鑪炭裡成等正覺，於棒下

成等正覺，於喝下成等正

覺。」然雖如是，如人飲

水，冷暖自知……何謂世

般深的大痛苦。

因為只有在生

命面臨了山窮水盡

間窟宅？便是於無上道，世間方可悟道，那叫作「自作障自作障難者。若執一切世難」，何以悟道？

間窟宅不能捨離，則吾輩筆者以為，大慧以上所引詔所謂長老者亦莫住院，一向杜絕世故，乃可得行此成等正覺，於刀山、劍樹上成道。如此則是壞世間相而等正覺，於鑊湯、鑪炭裡成等談實相，何道之有？（《大

慧普覺禪師語錄》卷第十八，同，頁 888b-c）

大慧以上所言，乃指只有當生命處於如刀山、劍樹，或鑊湯、鑪炭等地獄般的深沉痛苦

時，方可從這大苦痛中真正覺悟到空性。而不一定要杜絕世間人情世故才能悟道，若堅執要捨離

大方丈；又受政治誣讟，被剝除僧籍，被趕出徑山，放逐到湖廣十七年。

這種磨難正是修行的好時機，所以宗杲同意德詔國師的話：於鑊湯、鑪炭裡也一樣能成等正覺。(8)

下成等正覺。」並非只是他開示眾生的道理，而是他自己大死一番、再活現成的親身體驗，如開濟先生提到：

宗杲自己的經歷遭遇正好印證了這個道理，他一度榮顯，受皇帝御賜紫衣袈裟，受封號，詔住徑山當

由此可知，生命境遇的大起大落，讓大慧深刻體驗到生死無常，人間沒有永恆的東西可執著不變的，所以他除了教人時常思惟「無常迅速，生死二字」，從生死無常中，破除人在世間種種迷執的虛妄，以證得菩提禪境，如其言：



在世俗塵勞中，能不忘生  
死事，雖未即打破漆桶，  
然亦種得般若種智之深。

（《大慧普覺禪師語錄》卷第二  
十一，同上，頁900a）

日用應緣時，常以無常迅  
速生死二字，貼在鼻孔尖  
頭上。（《大慧普覺禪師語錄》

卷第二十三，同上，頁910c）

更重要的是，他還希望學人  
能勇敢地面對人世間生死無常的  
深沉痛苦，在當中起大疑情，進  
而大死一番、再活  
現成，轉深沉的煩  
惱為菩提大智。所

以大慧才會說：只有真正在深沉  
的無明煩惱中大徹大悟過，才能  
真正理解什麼叫做「煩惱即菩  
提，無明即大智」。如其言：

打得徹了，方可說「煩惱  
即菩提，無明即大智」。本  
來廣大寂滅，妙心中清淨  
圓明，蕩然無一物可作障  
礙，如太虛空一般。（《大

慧普覺禪師語錄》卷第二十，  
同上，頁895a）

值得注意的是，從這大死一  
番的生滅煩惱中證悟的境界是  
「自利利他」的菩薩悲慧境界。

如大慧以下所言：

要得真正寂滅現前，必須  
於熾然生滅之中，驀地一  
跳跳出，不動一絲毫，便  
攪長河為酥酪，變大地作  
黃金。臨機縱奪，殺活自  
由，利他自利，無施不可  
……廓徹大悟，胸中皎  
然，如百千日月，十方世  
界，一念明了，無一絲毫  
頭異想，始得與究竟相  
應。（《大慧普覺禪師語錄》  
卷第二十六，同上，頁922a）  
大慧此言是指，當人在最深

沉的生滅煩惱中頓然大悟後，所證得的境界是自利利他、殺活自由的悲慧境界。

為什麼在深沉痛苦中所徹悟的境界是大乘的悲慧境界？

這是因為唯有自身經歷過世上最深沉的生死悲痛之苦，才能在大死一番、再活現成之時，從自己所曾經歷的苦痛中推想，想處於生死無常苦海的眾生亦有相同的處境，遂發願度眾生永離煩惱苦海，以「拔人痛苦」的悲心作為自我人格修行的期許。

所以，歷經大死一番的人於再活現成之時，除了悟得人間無

常，應修得放下我執的空性智慧外，更重要的是，能從自身深沉的痛苦體驗中，生出不忍眾生生死苦海輪迴的悲心。於是悲慧雙修的悟念，將使人以大乘的菩薩境界作為修行的終極目標。

## 結論

總之，筆者以為，大慧禪師反對默照禪的主因並不在於默照禪法不能悟道，而在於經由默照所證悟的境界只能「證慧卻難證悲」。而這對以大乘「悲慧」境界作為修行目標的大慧禪師來

說，是難以苟同的。

所以，大慧禪師進而主張禪法應在深沉苦痛的世間參悟，因為在深沉的苦痛煩惱中徹悟後，除了悟得人在無常世間應修得放下我執的空性智慧外，還會因自身的苦痛體驗，而引發不忍眾生在生死苦海輪迴的悲心。而由此所證悟的自利、利他的悲慧境界，自然是只證悟到自利境界的默照禪所難以企及的。（本文作者目前就讀於南華大學文學研究所）

### 【註釋】

(1) 見林義正著，〈儒理與禪法的合流——大慧宗杲思想為中心的考

【書訊】

第一本親近佛陀的書  
釋迦牟尼小百科



「如來十號」與佛陀有何關係？

在悉達多王子二十九歲生日的當夜，發生了什麼大事？

釋迦牟尼在菩提樹下悟道成佛前，與魔王如何交戰？

佛陀荼毘後所得之舍利，引發一場怎樣的爭奪戰？

習慣了華嚴、法華無邊斑斕的佛法宇宙，回過頭來看看歷史的釋迦，其實可以有繁華落盡的朗然。而在佛教發展中，這種反璞回潮更是讓佛法永遠貼近生命的關鍵。……

◎作者：顏素慧

◎出版者：橡樹林文化

◎發行：城邦文化事業股份有限公司

◎ISBN 986-12-0011-8

◎定價：420 元

察》；《佛學研究中心學報》第四期（1999），頁 154。

果的思想特色》，頁 70，台北，文津出版社（民 85.6）。

究》，頁 95，台北，臺灣師範大學碩士論文（民 87）。

(2) 參考林義正著，〈儒理與禪法的合流——大慧宗杲思想為中心的考察〉之第二部分——大慧宗杲所面臨的時代問題。同註(1)。

(4) 見陳榮波著，〈大慧宗杲看話禪之禪法——兼論與默照禪比較〉頁 83。《東海學報》，二十七卷（民 85.7）。

(6) 同註(3)，頁 120。  
(7) 同上，頁 86。

(3) 見開濟著，〈華嚴禪——大慧宗杲〉。

(5) 見黃青萍著，〈宏智正覺禪學研究〉，頁 95，台北，臺灣師範大學

(8) 同上，頁 56。