禪，梵語 Dhyana，巴利語 Jhana，「禪」是簡意，原意爲「靜慮」，由身心的靜，使思慮不散亂，精神得專注。

在大梵天王問佛決疑經中記載，佛於靈山會上拈花，摩訶迦葉尊者微笑，佛卽以無上正法付囑摩訶迦葉尊者，是爲禪宗的起源。指月錄中稱之爲西天祖師的一祖，而景德傳燈錄稱之爲天竺初祖。印度禪法，由摩訶迦葉、阿難、馬鳴、龍樹、鳩摩羅多等至菩提達摩爲二十八祖(註一)。

達摩於南朝梁武帝大通元年（西元五二七年）九月二十一日東來中國（註二），單傳如來心地法門、直指本心、見性成佛之宗義，成爲中國禪的初祖，指月錄中稱之爲東土祖師之初祖。而景德傳燈錄稱之爲中華初祖。達摩祖師南天竺人，香至王第三子，姓刹帝利，本名菩提多羅，後遇二十七祖般若多羅，嗣法，改名爲菩提達摩，隨從若多羅尊者四十年，說伏當時有名的小乘六宗（註三）。

達摩「二入四行觀」發進余釋淺

達摩祖師爲了弘法，深造於人文風俗，他以楞伽經爲主要經典，開始宣揚「二入四行」的禪法。「二入四行觀」，是達摩祖師弟子曇林所記錄的，現就其原文，作逐句的淺釋：

1.

夫入道多途，要而言之，不出二種，一是理入，一是行入。

要想入菩提道（佛道）雖然有許多途徑——法門。但若舉其重要者，不外兩種：一者從理而入，一者從行而入。

2.

理入者，謂藉教悟宗，深信含生同一眞性，但爲客塵妄想覆，不能顯了。若也捨妄歸眞，凝住壁觀，無自無他，凡聖等一。堅住不移，更不隨於文教，此卽與理冥符，無有分別，寂然無爲，謂之理入。

所謂理入者，是要藉著經典的啓示，去體會其眞理。如此方能深信，本來衆生都具有同一的眞如本性。只是因爲被外來

的塵染妄想執著所蓋覆，而不能表現於外罷了。因此只要捨棄妄想執著，恢復本來的眞性，就成功了。

凝住壁觀（註四）就是把心安住下來，不向外面攀緣六塵，作到金剛經所說的應無所住而生其心。古人說愚人除事不除心，智者除心不除事，心空境自空，能夠作到這一步，自然心中如如不動，平等寂滅，就可以覺得根本沒有自己、沒有他人、沒有凡夫、沒有聖人，全都是平等一如，得到了無分別智。如此用功，信守不移，更不可爲文字言語所迷惑。因而悟入心源，即契於理，與眞性冥符。其間再也沒有十法界的分別，而入於一眞法界，達到寂然無爲的境地，是謂之「理入」。

3.

行入者謂四行，其餘諸行悉入此中。何等爲四？一者報怨行，二者隨緣行，三者無所求行，四者稱法行。

行入，一共有四種，包含了所有的諸行。是那四行呢？一是「報怨行」；二是「隨緣行」；三是「無所求行」；四是「稱法行」。

4.

云何報怨行？修道行人，若受苦時，當自念言，我從往昔無數劫中，棄本從末，流浪諸有，多起怨憎，違害無限。今雖無犯，是我宿殃，惡業果熟。非天非人所能見與。甘心忍受，都無怨訴。經云，逢苦不變，何以故，識達本故。此心生時，與理相應。體怨進道，是故說言報怨行。

何謂報怨行？報怨行是說：修道的人，如果遇到苦厄時，就該自己想一想。我在往昔無量劫的過去生中所做的事，都是捨本逐末，流浪生死於三界六道，頭出頭歿，不知道作了多少惱害衆生之事，與他人結了不少的寃仇。

雖然今生今世沒有做過什麼罪業，但是過去世已經造的惡業，現在因緣成熟，變成果報，加諸我身。這並不是任何人或上天給予我的不平等待遇，而是自作自受，此種道理應當人人知曉的。因此遇到任何橫逆之來，都要甘心忍耐接受，不可怨天尤人。

經典也說：逢苦不變心，就是要堅强下去，隨緣了舊業，這樣即是了達人生的本源，與理體相應

，自然對於修道必然有所體解領悟，所以謂之「報怨行」。

5.

第二隨緣行者，衆生無我，並緣業所轉，苦樂齊受，皆從緣生。若得勝報榮譽等事，是我過去宿因所感，今方得之，緣盡還無，何喜之有。得失從心，心無增減，喜風不動，冥順於道，是故說言隨緣行。

第二隨緣行：衆緣和合所生者謂之衆生，其本質是四大五蘊，無一是我，人是與父母有宿緣，加上自己的業力感應而生的。人生本爲酬業而來，故其一生遭遇皆是爲緣業所轉，自己作不了主。無論受苦受樂，都是由於前世所造之因今生遇緣而來的。例如今世豪貴之家，高官厚祿，享受奢華，世人所認爲最榮譽的事，那不過是他在過去生中所種的宿因，到現在因緣會遇所感得的結果。這種福報享受完了之後，還是要根據其八識田中所集藏的業因種子，隨業受報。即在其今生享受富貴之時，亦不過是暫時的現象，有什麼值得高興的呢？明白這種道理，就沒有患得患失之心。只要心中如如，有八風吹不動的定力，不懷憂喜，泰然自適，如此則在冥冥中與道體相合，此謂之「隨緣行」。

6.

第三無所求行，世人長迷，處處貪著，名之爲求。智者悟眞，理將俗反。安心無爲，形隨運轉。萬有斯空，無所願樂。功德黑暗，常相隨逐。三界久居，猶如火宅。有身皆苦，誰得而安。了達此處，故於諸有息想無求。經云，有求皆苦，無求則樂。判知無求，眞爲道行。

第三無所求行：世人長遠在迷惑顚倒之中，對於五欲六塵，在在處處都要貪著，這就是所謂的「求」。智者徹悟眞理，了知一切名聞利養均屬鏡花水月，世事的本質是空、苦、無常的，無須乎欣求。涅槃經云：「姊云功德天，授人以福，妹云黑闇女，授人以禍，此二人常同行不離」。此言人生有樂必有苦，如影隨形。永居三界（欲界、色界、無色界），尤如置身火宅。佛說身爲苦本，老子說吾有大患，即吾有身，可見東西方聖人所見皆同。如能通達此理，一切放下，無貪無求。則心中一塵不染，再照金剛經之趣旨，作一切皆非，於相不取，這才

是眞正入道之門。

7.

第四稱法行者，性淨之理，目之爲法。信解此理，衆相斯空，無染無著，無此無彼。經云：法無衆生，離衆生垢故；法無有我，離我垢故。智者若能信解此理，應當稱法而行。

第四稱法行：眞如本性是清淨的理體，這個理體就叫作「法」，諸法所依之本體是爲法性，亦卽實相、法界、法身之異名。如果相信並了解此中的道理，就覺得一切萬法凡是有形相的東西，皆是緣生如幻，空無自性。上文說：「法無衆生，離衆生垢故，法無有我，離我垢故」。此垢字指煩惱所知二障而言，假如衆生把二障斷盡，則將如金剛經所說：無我相，無人相，無衆生相，無壽者相。

到了這種離四相的境界卽是菩薩。因爲有我，必有我所對待的人。人不只一個，必有衆生，而這種對待迄無休止，故稱爲壽者。所以一有我相，則四相具足，人我是非，接踵而來，心中豈有寧靜可言，故有智慧之人，如能信解這個性淨之理，就叫作稱法行。

8.

法體無慳於身命財，行檀捨施，心無悋惜，達解三空，不倚不著。但爲去垢，稱化衆生，而不取相。此爲自利，復能利他，亦能莊嚴菩提之道。檀施既爾，餘五亦然。爲除妄想，修行六度，而無所行，是爲稱法行。

因爲法的本體，是清淨寂滅，了無一物可得，所以欲求悟道，必須對於身、命、財不得有悋惜之念。上文中「行檀捨施，心無悋惜」，是說修六度之首的檀波羅蜜時，卽布施給其他人，不以爲可惜。如此做卽是瞭解了三空的意義。三空者卽我空、法空、空空。能離開四相卽是我空；雖廣行六度之法，而無法想，卽是法空；連空相（非法相）也不著卽是空空。此之謂一空到底，若能了達這最上乘的教義，自然不執著於事物。亦卽是金剛經所說的雖度化衆生，而無衆生可度，已經到了不取於相的程度。不但自利，且能利他，故能莊嚴菩提之道。這是布施波羅蜜的解釋。至於其他的五度，如持戒、忍辱、精進、禪定、般若全是一樣，都要不著相。

上文中又說「爲除妄想，修行六度，而無所行

」。妄想就是念頭，念頭是虛妄的，念頭放在心裏起了分別執著，無量的煩惱都現前，故必須一切放下。但是什麼都沒有了，又著了空。著了空的一邊即著了非法相，又落在小乘，所以必須修一切善。實行六度，即不著空，離一切相，等於無所行，亦不著有，空有兩邊都不著，乃合乎大乘的精義。

以上僅就二入四行觀作一個簡略的說明。達摩是中國禪宗的初祖，他將禪意都收納於其二入四行觀。我覺得不可把二入看成個別的、分開的。理入與行入，不過是將同一事情，從理與行兩面觀之，恰似一體之兩面。沒有理的行，沒有行的理，皆無法達到眞如的境界。諸位若想再深入了解達摩禪的思想，可看達摩的安心法門與觀心論。這安心法門與觀心論不似二入四行觀那麼有結構，很可能是將達摩所說的話記錄下來而已。

——本文榮獲康年獎學金，作者余進發為師大數學系學生。

註一：二十八祖指：摩訶迦葉、阿難、商那和修、優波毬多、提多迦、彌遮迦、婆須密多、佛陀難提、伏馱密多、脇、富那夜奢、馬鳴大士、迦毘摩羅、龍樹大士、迦那提婆、羅睺羅多、僧伽難提、伽耶舍多、鳩摩羅多、闍夜多、婆修盤頭、摩拏羅、鶴勒那、師子、婆舍斯多、不如密多、般若多羅、菩提達摩。（據指月錄所載）

註二：關於達摩東來的年代，有幾種不同的說法：景德傳燈錄記載爲—梁武帝普通八年，傅樂成著之中國通史（大中國版）記爲—梁武帝大通元年（筆者按：大通元年即普通八年），曾普信著之中國禪祖師傳（花蓮東淨寺發行）記爲—梁武帝普通元年，指月錄記爲—梁武帝普通七年。

註三：小乘六宗是指：有相、無相、定慧、戒行、無得、寂靜。

註四：所謂壁觀，日本禪學大師鈴木大拙認爲，應該想作是由慧能等所主唱的「定慧不二的境地」。