

聽淨心長老演講 「心在哪裡」有感

◎朱紀忠

蕭瑟的秋，是我的最愛；秋的清涼，最能夠召喚心的醒覺。在秋末冬初冷寂的天候裡，恭聆淨心長老的演講開示「心在哪裡」？別有一番道味。淨心長老在演講一開始就拈提唐代德山禪師遇老婆婆買餅的公案。因禪師專精《金剛經》，老婆婆遂問經中強調過去、現在、未來三心不可得，禪師欲點哪一心？德山啞口無詞。這「欲點哪一心？」猶如一劑猛藥，撩撥我們無始劫來的迷悶，而那彎鉤般的問號，則摧枯拉朽似地勾扯出一串串的虛偽造作，逼令人們正視身心世界的妄謬不實。

佛說：「九十剎那為一念，一剎那經九百生滅」，念頭如長河，從過去流向未來，乍看是一體，實則其間的微細生滅是我們所不察的。生命的實相永遠掩埋在我們對生命的認知框架下，框架裡則填塞了各式觀點、信念……等，架構出對生命的特定認知。然而，「生命」是甚麼？除了歸納、分類，仍如墮五里霧中……。種種的歸類，無非是語言文字的糟粕，哪裡是心、生命的本質呢？但，「本質」語出，卻又當面錯過了。試想：我們的處境和德山禪師豈不一樣？平常說禪、論道、談心，好不滑溜；細細體究，無非是些文字遊戲，哪裡能夠抵敵生死，活出真道真禪呢？

「心」、「道」……都是假名，就好像指月之指，若也把指頭當成了月亮，就錯了。所以禪門強調「照顧腳下」，舉手投足、起心動念，才是體現真道的入處。宋代的法演禪師，一次和佛鑒、佛眼、圓悟三位弟子在山亭上談話，忽然油燈熄滅。黑暗中，法演要弟子們對此情景下一轉語，看看彼此悟境如何？其中，佛鑒即說：「此時好比五彩鳳凰在青天翱翔。」佛眼則說：「此刻就像鐵石般的巨蟒橫亙古道上。」圓悟但云「照看腳下」。法演一一聽完後，感慨地說，將來唯有圓悟能夠光大禪門……。這則公案告訴我們，禪的精神不在機鋒轉語，而在真參實悟；在生活中徹悟後的語言自在三昧，才是導引禪和子悟見本來的標月之指啊。

淨心長老在演講中也提到《楞嚴經》裡釋尊、阿難之間對答尋心的過程。這又是千古傳誦的公案啊。當阿羅漢富樓那、阿難……等無學有學佛弟子聽到釋尊指出：「妄心」不在內、外、中間；「真心」既在內、外、亦在中間時，莫不啞然錯愕！殊不知，這只是開頭戲呀！讓一千二百五十餘名大弟子稍嚐恆河沙法味之一滴，接著便引入楞嚴三昧的堂奧，見證三世諸佛最終成就的關鍵處。

然而，不論是《楞嚴經》、《禪語錄》……等文字般若，都只是敲門磚，引導

吾人漸行漸入真道門徑。要想親嚐法味，還是得身體力行才成。筆者在找「心」的過程裡，自認得力於靜坐定課最多。在靜心狀態下，不相干的塵勞逐漸沉澱，若能再撥開輕細昏沈的迷霧，彷彿就來到世界的盡頭，等待隨時一躍。那種感覺很奇妙，似乎在語言文字之外，還能夠透過更直觀、更赤裸的方式去掌握心或是生命的本質。粗浮的念頭這時候已經銷落得差不多了，能夠依憑的不再是生活裡耳熟能詳的文字語言，而是較諸文字建構前更加原始的東西……。

它又不是單純的定境，因為「知非即捨」，當自知黏著所緣境的時候，此心的警覺度就會隨之鬆懈，就像禪門所常說的「冷水泡石頭」……這時輕輕放下，讓心安歇，覺性或展現或不展現，一切現成，如是如是。這時很能體會釋尊所說真心無所不在的況味：偶有念頭、相似定境，都像是穹蒼白雲來去或是雲端間的空隙，絲毫無損天際(真心)的完整性。

此外，淨心長老在講座中還提到《瑜伽師地論》裡所謂的「五心」，也就是吾人起心動念的整個過程：「率爾心、尋求心、決定心、染淨心、等流心」一五階段將人們逢緣對境時的忽起一念，繼而好惡隨生，到造業在即，畫龍點睛般地勾勒出來。諸佛菩薩藉由「五心」，讓我們瞭解到心法的緣起性，就好像佛陀透過「極微」(有點類似今天的原子)來解構色法，是同樣道理。在筆者看來，若非禪定功深，這五心階段很難看得分明，雖然如此，對於我們觀取心念的無常、流動，無疑也有莫大幫助。

五心有助觀取無常，但若用心善巧不足，便易墮於空邊。釋尊於《楞嚴經》中示云：真心「離一切相，即一切法。」當觀取諸法皆空之際，應知緣起現象與「空」不一不異，能如是用心，就距離真心不遠了。所以，真正重點在於對相關見地、知見的汲取與修習。唐代的滄山禪師嘗言：「只貴汝見地，不貴汝行履。」見地正確，行履不得不正；知見不符佛旨，行善持戒，只能增益福德善法，無益心性功德。

實則，「心」無所不在，靜坐中求，也只是方便；筆者常打趣說：靜中尚且無法澄心，逛街豈有可能？昔常聽人說「佛法不離世間覺」，便以此為藉口，專事外務，輕忽了內心的省思和成長。想來，這也是人之常情，畢竟，默然觀心，總比不上外界紛然萬象來得有趣……但修習佛法，總離不開「心」，但一般人甚至是芸芸佛子，往往以「內—外」架構來看待外境和此心的關係，這不能說錯，但在企求最上勝義的途程中，總顯得迂迴繞路，隔靴搔癢。

「心在哪裡？」這是大哉問，是每一個人都不能置身事外的公案。科學越昌明，標籤就越多：身分證、信用卡、各式貴賓卡……等識別自己身分或地位的施設，說方便是很方便，卻也讓我們的心從此墮入種種的分別算計中！於是乎，姓

名是自己是我，身分證字號是自己是我，各種人際關係名牌服飾也是「我」的延伸……。其實，現代人過的是一種不盡踏實的生活，往往在虛浮幻影中和真正的自己(心)擦身而過。由於現代生活像極了欠缺品質的急驚風，所以歐美國家陸續有人倡導所謂「慢活」、「慢食」的生活型態，希望能扭轉歪風，找到更澄澈的自我。「心在哪裡？」是佛法，也是生活。祈願普天下芸芸蒼生都能尋回真心，和真實的自己相遇。

