

## 生死事大 — 聖嚴法師

佛陀出現人間的原因，是為救濟眾生出離生死的苦海。此從佛陀的傳記中，可以看到，佛陀尚在少年王子時代，由於出遊四門，在王城的四個門外，見到了人間的生、老、病、死等四種形態，警悟到凡是生而為人的，不論貧富貴賤，無一能夠例外。因此發心出家修道，以期開悟脫離生死的方法，用來救濟眾生。後來，及佛將要入滅之前，在其《遺教經》中，仍諄諄告誡他的弟子們：「當念無常之火，燒諸世間。」應當精勤修諸善法，又懇切叮嚀：「早求解脫」此「沒在生、老、病、死大海」中的假名之身。另於《雜阿含經》卷二二也說：佛以正直、平等、寂默、法想、慚愧、正念、智慧、正見等八法，稱為出離生死叢林的妙乘。

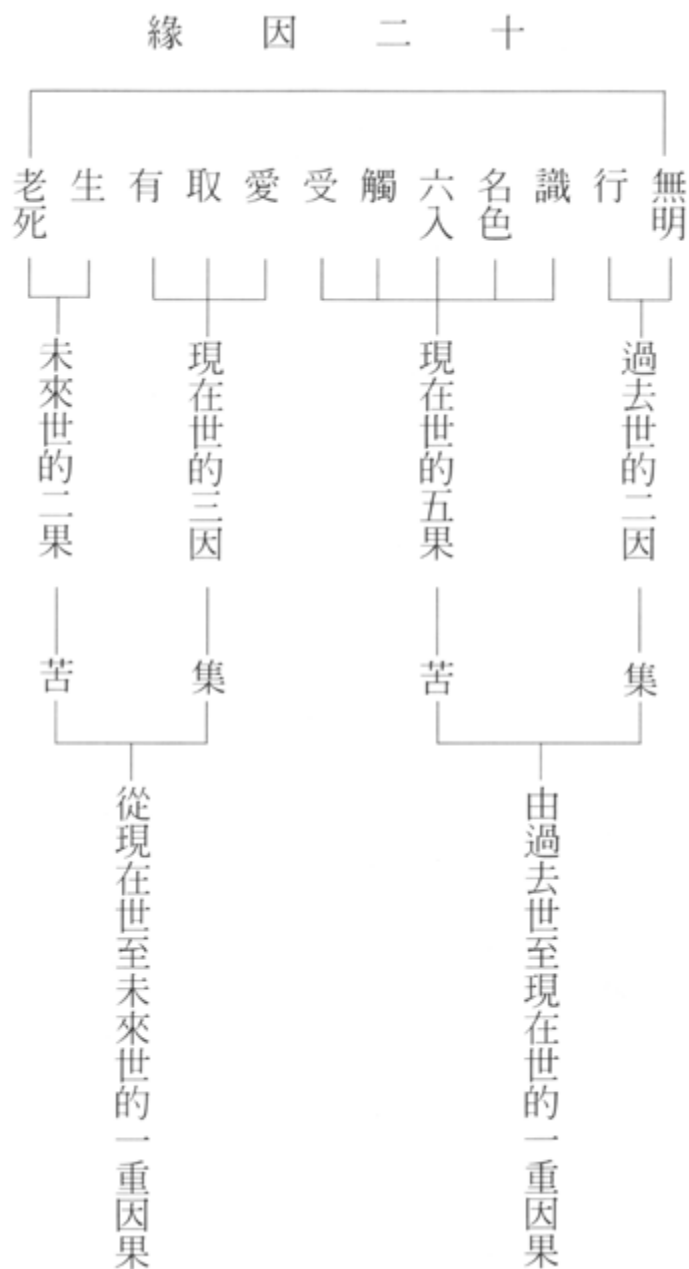
「生死」一詞，在梵文稱為薩摩沙羅（samsāra），意為生死相續。即是死於此而又生於彼，再死於彼而復生於此，在天、人、阿修羅、傍生、鬼、地獄的六道之中，往返生死，永無盡期。若以一生的生命而言，對於許多人尚不一定構成「苦海」的聯想；為求生存，固然有辛苦，生存的事實，卻不一定經常在苦痛之中。人人雖都有病苦的經驗，但是經常抱病的人，畢竟是少數；人人雖都有衰老的可能，卻有不少人在未老之時便死了；也有人晚年健康，返老還童，無病無痛，最後無疾而終的。

可是，若人對生命體驗到無法作主的最極處——生不知因何理由而生？活著不知為了什麼目的而活？臨死之時，又不能自由選擇時間；不論對這世間是充滿了眷戀，或滿心的憂怨，於生死之間仍不能自主，總免不了是一樁最大的遺憾。如果已經信了三世流轉、六道輪迴之說，則知「生」是業力所牽，死則受業果所引，雖然貪生怕死，卻必須生了又死，死了又生。不願生的環境，卻非生不可，不願死的時間，又非死不可；不希望遇到的事，常常遇到，希望遇到的事，偏偏求之不得。生從何處來？死往何處去？自己不知道！即使知道了一點，亦無濟於事。這便是每一個眾生的生死行程，彷彿一條前無開始、後無終點的歷史長流，所以稱之為「苦海」。

生死的另一個同義名詞，稱為「生滅」。生死是指眾生在一期的或一個段落的出現和消失；生滅則是每一現象的局部，乃至全部的發生和消失。可知，生滅涵蓋了生死，生死不出於生滅的範圍。因此，六道輪迴，稱為生死流轉；解脫輪迴之苦，稱為出離生死苦海。佛世的比丘及比丘尼，凡是證到阿羅漢的果位之時，都被稱為「諸漏已盡，生死已了，所作已辦，不受後有」的聖者。佛法的基礎原則，稱為「苦集滅道」的四聖諦，若不知四諦法，永不出生死，若能畏生死的「苦」果，必須先斷造業的「集」因，並且修行八正「道」，始有消「滅」這生死苦果的可能。可見四諦中的「苦集」二諦，便是生死法，「滅道」二諦，是解脫法。

生死的形成，起於十二因緣；十二因緣不出生死的範圍，而且貫串過去、現在、未來的三世，此無始以來的三世關係，即是「苦集」二諦的周而復始。

現在將三世因果、十二因緣、與「苦集」二諦的關係列表如下。（表見下頁）



十二因緣法，又名「十二緣起法」，即是以十二種因素過程的連結循環，而起生死的現象。此在《雜阿含經》卷一二第二九九經有云：「佛告比丘：緣起法者，非我（佛）所作，亦非餘人作。然彼如來出世及未出世，法界常住，彼如來自覺此法，成等正覺，為諸眾生，分別演說，開發顯示，所謂『此有故彼有，此起故彼起』，謂緣『無明』『行』，乃至純大苦聚集；『無明』滅故『行』滅，

乃至純大苦聚滅。」（《大正藏》卷二·八五頁中）若要詳釋這段經文，可以寫成一本厚厚的書。簡略地說，佛未創造十二因緣，任何人或者上帝，均無能創造；佛之成為大覺世尊，只是自己覺悟到了十二因緣，所以要給一切眾生開示顯明十二因緣的道理。由於十二因緣的依次順緣，如「無明」緣「行」，結果有「生」與「老死」的循環不已，稱為「純大苦聚集」；「集」是過去世的「無明」緣「行」，以及現在世的「愛、取、有」；「大苦」是現在世的「識」、「名色」、「六入」、「觸」、「受」，以及未來世的「生」及「老死」，因果交替，便成了無邊的苦海。只要滅除了無始的「無明」，便可依次滅除「行」，乃至亦滅除「生」與「老死」的現象，稱「純大苦聚滅」。如何滅苦，端靠修行八正道。這是根本佛法所說的「生死流轉」及「生死還滅」的精義所在。

十二緣起中第二項的「行」，即是因無明煩惱而起身、口、意的三類行為動作，由此行為動作，即造種種業，由於造了業因，即會受到果報，此即形成生死的連續不已。可是，身、口、意的三類行為動作，既是行動，便非恆有，不過是一時的暫現，所以是無常的。十二因緣的活動是起滅無常的，由十二因緣形成的生死現象，當然也是起滅無常的，因此，若能由起滅而成不起不滅，便是超脫生死苦海的涅槃（寂滅）境界了。故在《大般涅槃經》卷下，佛告諸比丘云：「諸行無常，是生滅法；生滅滅已，寂滅為樂。」接著又說：「汝等當知，一切諸行，皆悉無常，我今雖是金剛之體，亦復不免無常所遷。生死之中，極為可畏，汝等宜應勤行精進，速求離此生死火坑，此則是最後教也。」（《大正藏》卷一·二〇四頁下）前面的四句，稱為〈諸行無常偈〉，又名為〈雪山偈〉。意思是：依因緣所生的諸種現象，都不能逃出無常的律則，就是成佛之後的釋迦世尊，雖證金剛不壞的法體，他的由父母（因緣）所生的肉體，也無從超出無常變遷乃至死亡的界限，若不速求出離生死，那就太可怕了。

因此，生死界中的任何現象，既然都從因緣而有起滅，故被統一稱為「生滅法」。不過，佛法雖以生滅法概括心、身、世界的一切現象，生死的主體和主人，乃是心法。《俱舍論》及《中觀論》詳釋生滅義，《大乘起信論》直明生滅心，目的都是為了有助於眾生達成不生不滅的出離生死。小乘聖者，為了脫生死，求取出離三界；大乘聖者，則但求心得自在，便是出離了生死苦海。

中國的禪宗祖師們，修行的目的，在於明見佛性，四祖道信在其〈入道安心要方便門〉中說：「見佛性者，永離生死，名出世入。」又說：「悟佛性者，名菩薩人。」（《大正藏》卷八五·一二八九頁上）道信大師常用《維摩經》為證，《維摩經》卷中〈文殊問疾品〉所說大乘菩薩對於生死所持的態度是：「在於生死，不為污行；住於涅槃，不永滅度；是菩薩行，非凡夫行。」（《大正藏》卷一四·五四五頁中）又於〈佛道品〉中說：「雖知無起滅，示彼故有生。」「或示老病死，成就諸群生。」（《大正藏》卷一四·五四九—五五〇頁上），唐代的禪宗大師，多用《維摩經》，四祖、五祖、六祖、永嘉等，均極重視《維摩經》；禪

宗自稱是頓悟法門，華嚴宗也將禪宗及其所依的《維摩經》，判為頓教。頓教大乘對於生死的態度，側重於心出三界，悟後不受煩惱所染，便是了生脫死；如有所執，雖求出離，反墮生死。此如五祖弘忍大師的〈修心要論〉中說：「世間迷人，不解此（真心）理，於無明心中，多涉艱辛，廣修相善，望得解脫，乃歸生死。」（《大正藏》卷四八·三七八頁下）馬祖道一禪師也說：「一念妄心，即是三界生死根本；但無一念，即除生死根本。」（《馬祖語錄》、《卍續藏》卷一一九·八一頁）亡名的〈息心銘〉也說：「心想若滅，生死長絕。」（《景德傳燈錄》卷三〇）

馬祖的弟子大珠慧海禪師，更明白地為禪者指出了何為生死業，又何為解脫道：「求大涅槃是生死業，捨垢取淨是生死業，有得有證是生死業，不脫對治門是生死業。」至於如何而得解脫生死？他說：「本自無縛，不用求解；直用直行，是無等等。」（《景德傳燈錄》卷六）對於生死的現象是不必介意的，對於生死中的現象之執著取捨，才是墮於生死苦海的根本。若能心得自在，離貪、離瞋、離無明煩惱，雖住生死界，實同出生死。此一思想，取自六祖惠能大師的《六祖壇經·定慧品》所言：「如《淨名（維摩）經》云：直心是道場，直心是淨土。……但行直心，於一切法，勿有執著。」便是最好的禪修方法，也是最上乘的解脫生死之道。

既以無取無捨為解脫生死的妙法，解脫之後，生死即不存在；既無生死可見，當然也就無畏於生死，而示現生死，以度生死界中的眾生了。這是頓教大乘的立場，也是偉大禪者的態度。無怪乎有人問馬祖的弟子南泉普願大師：「和尚您老人家百年（死）後，向什麼處去呢？」南泉答：「山下做一頭水牯牛去。」（《景德傳燈錄》卷八）他答得非常自然。對於一位已經解脫了的禪師來說，生死已不存在，眾生的類別也不存在，生到山下做水牯牛，與生在王家做王子，沒有什麼兩樣，只要因緣要他示現，他便隨類應化；釋迦世尊在因地行菩薩道時，不也常做種種禽獸、蟲魚而行救濟的嗎？

不過，無論如何，對於凡夫而言，生死的確太苦。佛法是解脫生死的大法，信佛學佛，讀經聞法，而於生死不關痛癢，也未想到解脫生死的話，必須生大慚愧！猶如既入金剛寶山，僅撿了一些隨處都有的土塊頑石而歸，豈非愚癡到了極點。所以，佛陀既是為了解脫眾生生死的大事，而出現於此世界，我們的歷代祖師們，也無一不兢兢業業於此生死的大事上努力用功的。在《六祖壇經》中，即有兩位弟子提到「生死事大」的問題，而來參見惠能大師。

一位本為神秀大師的弟子，名叫志誠，因在秀大師處修學了九年，不得契悟。為了他的「生死事大」請能大師慈悲，給他重新開示指導。（《大正藏》卷四八·三五八頁中）

另一位是原來修學天臺宗的止觀法門，並於《維摩經》而悟佛心宗，為了求得明師的印證，而去訪問六祖惠能大師的永嘉玄覺大師。其初見能大師，不先行禮，只是繞行能大師三匝，振動錫杖而立。能大師便訶斥他：「大德自何方來？生大我慢！」

覺大師回答：「生死事大，無常迅速。」

能大師說：「何不體取無生，了無速乎？」

覺大師回答：「體即無生，了本無速。」

能大師讚道：「如是如是。」

覺大師這才具備威儀，向能大師禮拜。能大師又讚他：「甚得無生之意。」（《大正藏》卷四八·三五七頁下）

他在曹溪見了能大師之後，寫了一篇在中國禪宗史上幾乎與《六祖壇經》並美的〈證道歌〉，歌中兩次陳述了他對「生死大事」的看法，可以用來對照著理解：

「遊江海、涉山川，尋師訪道為參禪；自從認得曹谿路，了知生死不相關。」

「幾迴生，幾迴死，生死悠悠無定止；自從頓悟了無生，於諸榮辱何憂喜。」

（此兩段均見於《大正藏》卷四八·三九六頁上）

這兩段歌詞，說明了玄覺大師在未見能大師之前，到處尋師訪道，是為了解決生死大事；當他見了能大師之後，方知那些事與解脫生死的大事是毫不相關的。為什麼呢？因為不悟「無生」，即在生死之中，頓悟了能大師所示的「無生」、「無速」的法門之後，方知唯有實證無生，才真了生脫死；既已了脫生死，於榮於辱，尚有何喜何憂呢？此所謂「無生」，即是《六祖壇經·定慧品》所說的：「於自念上，常離諸境。不於境上生心。……迷人於境上有念，念上更起邪見，一切塵勞妄想，從此而生。」心不隨境、不執著、不攀緣，雖非無境，而是心常離境，便得無生，便得解脫，即從生死獲得解脫，便是無生無滅，便是「生滅滅已」的大涅槃了；此時已無空間的存在，也無時間的感受，無常迅速的事，當然也不存在，所以稱為「無速」。

古代的禪者，例如永嘉玄覺大師可為代表，他在未悟之前，心中老有「生死事大，無常迅速」的念頭在逼著他精進用功，悟後才知道著相的修行用功，與解脫生死，了不相關。可是請初學的人，不要以為開悟不用修行，更不可以為修行與解脫生死無關。

正因為生死的感受強烈，光陰迅速消逝的體驗迫切，才會及時努力，時時精勤，如救燃眉。也只有生死心切或關切生死大事的人，方有可能從名利物欲的耽戀和聲色貨利的追逐中，撤出一條腳來，撥出一些時間來從事佛法的修持。否則，打坐是為修身，看經是為益智，行善是為福報，禮拜持誦是為現世生活的逢凶化吉。這些均與佛法的了悟及解脫生死，沒有關係，但他們仍是信仰佛教的人，也從佛法得到了利益。不過正信發心學佛的人，應該要有與生死相關的動機才好。所以修淨土法門的人，當以命終往生淨土為目標；學禪的人，當以生死自在為要務。至於如何一步一步地修學，一步一步地走出生死的牢獄，那就要看各人的善根深淺及努力程度而定了。且用如下的三個層次，敘述學佛者的心態及其方向：

## 一、生比死更重要

中國的儒家，根據《易經·繫辭》上所說「生生之謂易」，故以為後之生者，由於前生，陰陽轉變，萬物恆生，即是易理。《禮記·月令》有謂：「季春之月，生氣方盛，陽氣發泄。」又在《禮記·樂記》中有謂：「合生氣之和，道五常之行。」儒家的古聖先賢，將自然界的現象，稱為陽陰轉變或陰陽交泰。生之又生，變變不已，稱為「易」，「易」和「生」字同義。應用到人生問題，也不出陰陽的變易。故稱天地之大德曰「生」，自然界以陽氣為生之根源，故稱為「生氣」，自然界以陰氣為主力，故《易經》以坤卦為恆常，謂：「後得主而有常。」陰陽和合，則有五常。所謂五常，即人倫的常行，例如：父義、母慈、兄友、弟恭、子孝，乃是人的不變的義務和責任。從這一些根據來看儒家所謂的「生生」，是從自然現象推演成人生現象的一套思想，人雖有別於自然，卻仍不出乎自然的規則。因此而論及精神界，便稱為「道」，《易經·繫辭》云：「形而上者謂之道，形而下者謂之器。」也就是超出於陰陽轉變的物質範圍之外的，叫作「道」。

現象界的一切，無非是物質範圍的陽陰轉變，這實在是非常含蓄的唯物思想。對現象界的生命，抱有生生不息的希望，明知人的身體都會死亡，由於不知死後尚有精神的個別存在，也未知有個別生死的輪迴之事，以及生死長流之苦，便把生生不息的功能移轉遞交給後代的子孫，以求安慰死後的空虛和無奈，因此而有孟子唱出「無後代」為三種不孝的最大問題。這種觀點，仍與自然界的物種功能之延續相同。

道家的思想，本與儒家同根。老子以天地從「道」而生，道有「大」、「逝」、「遠」、「反」的涵義，故此道以「自然」為依歸，自然是先天地而生的，我們的現象界則是由於「道生一，一生二，二生三，三生萬物；萬物負陰而抱陽，沖氣以為和。」此雖見到物質界的原始為一、為道、為自然，萬物以負陰抱陽和合而生，若能歸真返璞，仍與自然合而消失於自然界，並沒有個別的精神問題的存在。後來發展為長生久視的方術，也說養此物質的身體，而得長生不死，亦不出「唯物觀」或「自然論」的階層。

正由於人間的聖賢有此種看法，人間的普通人接觸佛法之後，仍以求取現世生活中的實際利益為主。記得於本年（一九八六）初以九十五歲高齡圓寂的廣欽長老住世之際，傳說他有神通，每天都有成百成千的人去拜見他；他雖恆以「老實多念阿彌陀佛」勸人，去拜見他的人們，多半的興趣則是想聽聽關於自己的運道，或者求取他的〈大悲咒〉水，有病治病，無病消災免難、開智慧、增健康。來我們農禪寺的人，多半也是由於現實生活中有了困擾，來念佛、來打坐、來聽佛法，因此而使他們得到身心的紓解，從無可奈何中，重新振作起來。我在美國寫的第一篇勸人打坐的文章——〈坐禪的功能〉，也是從身心的調和、健康、長壽、愉快等現實的利益為著眼。追求現實生活的利益，是人之常情，如果見到初來佛寺求幫助的，不先指給他「生的希望」，便以「死的恐懼」來嚇唬他或教訓他，那是非常不智的。

事實上，儒家的《易經》及道家的《老子》，固然重視生，而將死亡及消失稱為「變易」，稱為「逝」、稱為「反」，只是避用死亡之名，並非沒有死亡之實。正像今天的日本及臺灣，有許多大樓沒有第四層，將第四層跳稱為第五樓，雖免用了發音與「死」相同的「四」字，而四樓仍是四樓一樣。佛教亦不例外，經中處處說「此生故彼生，此滅故彼滅」，明明是講的緣生緣滅觀，可是在單獨使用之時，只稱「緣生論」或「緣起觀」，而不稱「死論」與「緣滅觀」。因為生起與死滅，都是現象的動作，既是動的，稱為緣生、緣起，更加相宜。佛法在世間，也以給人類指出正確的生活態度與清淨的生活方式為目標；如能做到生活的態度正確，生活的方式清淨，便是自利利他的修行者，便可能減少乃至解脫煩惱的困擾，也就是走著出離生死的菩提大道了。

## 二、急求出離生死

有一種人，心量狹小，性格偏激，一旦由於各種因素使他們厭倦世間生活，便有急求出離生死的傾向。有一種人，自信不足，對世間煩惱的誘惑，無法擺脫，一旦接觸到佛法，便有即生修成解脫道的意願。有一種人，似是而非地知道一些佛法，認為學佛必求成道，修禪必得開悟，若不成道、不開悟，即等於盲人夜行；若在生前不能了脫生死，便等於冤枉來到人間一趟，因為死後不知何往？所以急求悟道。此在佛陀出世之前，已有終生修行的外道；在佛出世之後，有阿蘭若處住的比丘。在中國有「窮則獨善其身」的隱逸之士；在西方的天主教會史上，也有終生修道的所謂「聖者」。這正證明了人類之中，有一類人的心向，是偏於急求出離而獨自修行的。

在中國早期的禪者，類如西域的阿蘭若比丘，或被稱為瑜伽士的苦行僧，他們遠離人間，過著離群索居、精苦獨修的生活。釋迦時代，也允許這種形態的比丘們，去過阿蘭若處住的生活，住處雖不同於一般的人間比丘，仍要求他們每半個月，集合就近的比丘們，舉行說戒並檢討各自的修行生活。此與完全的與人隔

離還是不同，目的是藉大眾之力，來督策並糾正各自的修行生活。佛世的絕對多數的比丘，是合群而居於精舍的人間比丘，過團體生活，起居有次序，行止有定處，作息有定時。

到了中國禪宗，四祖、五祖、六祖的座下的常隨弟子，經常都有道俗五百人或六、七百人。馬祖道一門下的入室弟子，有一百三十九人，各為宗主；大慧宗杲門下，傳其法而被列入世譜者九十餘人，傳佛心印者不知其數，這些都是從師徒之間的機教相應中獲得的成就，不是各別獨居自修而見的局面。例如，大慧有一次以五十三人，令其悟入者十三位；宗杲的老師，圓悟克勤，在金山於一夜之間使十八人有省。即在佛世，從大小乘經中所見，由單獨修行禪定而悟入佛之知見的例子並不多；倒是在大眾中，聞佛說法，聽佛開示，而得法眼淨，悟佛知見的例子，相當普遍。所以在《維摩經》卷上〈弟子品〉說到，維摩詰長者責斥舍利弗在林間樹下「宴坐」（默坐冥想）的修行方式，不是標準的上乘法門。

可是，人間既然存在著這一類根性的眾生，佛也未便禁止他們。雖然釋迦世尊於成道之後，明示他的成道，不是由於六年的雪山苦修，但他曾經有過六年的苦修，也是事實。所以，不論南方佛教或北方佛教，在北方佛教中，又不論是顯、是密，迄今為止，仍有掩關修行、洞窟修行、住山林間修行、以特定的山區為界的修行等方式。

中國佛教的「掩關」或通稱「閉關」的方式，未見於古代的記載，乃是近代的風氣，可能是受了西藏喇嘛教所用長期的洞窟修行或祕密修行的影響，例如，密教的四加行以及某些法門，必須付出相當長的時間，反覆地持誦、禮拜、觀想等，方能成就。

這在佛世，也有例子，即是每年夏季三個月的雨安居，比丘們在三個月中有所成就；經過三個月定期安居的修行，的確有不少人因此悟道的，後人稱為「剋證」。日本的禪宗將冬期的禪修，稱為「臘八剋期攝心」；中國近代的禪淨雙修者，則以禪期或淨七，稱為「剋期取證」。不過，這是團體生活的定期修行，與長期的個別修行，而且以了脫生死為期者，大不相同。

### 三、生死直下承當

有一次我在農禪寺的念佛會中開示念佛法門，鼓勵蓮友們發願往生淨土，若不願往生淨土，又無自主生死的能力，那是不安全的，也是不切實際的。第二天的下午，即有一位居士表示相當困惑地問我：「師父，我坐禪，我也念佛，許多年來，精進不懈，就是沒有想到求生西方淨土，那可怎麼辦？」

我問她：「你死了準備去何處？」



她答：「我願生生世世生為男身，出家度眾生，因為眾生好苦。」

我說：「你已能生死自主嗎？」

她說：「不能，所以請示師父。」

嗣後我告訴她，佛法本有「難行道」及「易行道」的兩大流，求生西方淨土，是易行的殊勝方便；通常的大乘菩薩道，乃是難行能行、難忍能忍的難行道。諸佛發願，首以利濟眾生為要務，不以自求出離為先著，所謂自己未度先度人，乃是菩薩初發心。此義並非是指不學無方空喊度生的口號，乃是修一切行、學一切法，皆是為了度人的方便，先捨自私的自我中心，而努力從事於一切的修學方便。這種人正同阿彌陀佛於因地中發四十八願，以成就國土、成熟眾生。所以但能信心具足、願心堅固、福慧兼修、定心不搖，念佛心是佛，何必求生西方淨土？能在人間努力於人間淨土的建設，更近乎佛陀出世化世的本懷。

大隱隱於市井，小隱隱於山林，等於說雖不能自主生死，至少要在信心、願心、定力堅固之時，始可修行難行的菩薩道；也等於說菩薩的果位愈高，愈能隨類攝化，隨機應赴，乃至入於無間地獄，猶如居於三禪天境。至於尚未具足信願定力的人，又如何做到生死直下承當的程度？

這對於初心學佛的人，確是一個大問題。因此，許多初學佛者，一進佛門，便朝著急求出離的方向走。其中有一輩人，特別是歐美人士，既不願以類似求生天國的他力救濟來念佛求生西方淨土，又無法從自力修行的禪法，速疾開悟。所以常常有學生問我：「未學佛前不知生死可畏，學佛之後，又覺得生死不易解脫，雖然努力修行，徹悟仍遙遙無期，總不能叫我擱下家庭事業和工作，用全時間、全生命來用功吧？縱然如此做，又有誰能保證我一定會徹悟？如在未徹悟前，我已死了，我將會有一個什麼樣的未來呢？」

我常用佛經中的比喻來安慰他們：佛陀也曾被弟子問過這樣的問題，佛陀說：「不要害怕，你看見過樹嗎？如果用繩索將一棵樹從小就向西面拉，長大後它是朝向西面的；砍伐時不論吹著什麼方向的風，乃至是從西方臨面吹來，這棵樹倒下的方向，一定還是朝向西面的。」這是說，用功重在平時的努力方向，不必擔心死後的去處；平時修行，信願具足，就不愁死後隨業墮落。眾生的毛病是重果不重因，菩薩則重因不重果；修行的本身就是目的，不須擔心未來的結果如何！

若用禪的立場來看，可以抄一則六祖的嗣孫石頭希遷的公案如下：

一日，有僧來問希遷大師：「如何是解脫？」

希遷反問：「誰縛汝？」

僧又問：「如何生淨土？」

希遷再反問：「誰垢汝？」

僧更問：「如何證涅槃？」

希遷仍反問：「誰將生死與汝？」（《景德傳燈錄》卷一四）

這也就是說，本來無縛、無垢、無生死，何必要追求解脫、淨土、涅槃呢？自心不受外境所困擾，便是解脫；不被貪瞋等煩惱所染，便是淨土；不戀生死不畏生死，雖在生死即同涅槃。若能面對任何境界，不起取捨欣厭之心，就是解脫自在。如果仍有解脫道可修，仍有淨土可生，仍有生死可了，便在堅固的執著之中，豈有真正的自在解脫？

再如六祖的弟子永嘉玄覺大師，對於修行人是否應該退避人間而棲隱山谷的觀點，也發表了相反的意見：「若未識（悟）道而先居山者，但見其山，必忘其道；若未居山而先識（悟）道者，但見其道，必忘其山。忘山則道性怡神，忘道則山形眩目。是以見道忘山者，人間亦寂也；見山忘道者，山中乃喧也。」又說：「以含靈而辨悲，即想念而明智，智生則法應圓照，離境何以觀悲？」又說：「智圓則喧寂同觀，悲大則怨親普救。……若知物我冥一，彼此無非道場。……若能慕寂於喧，市廛無非宴坐，徵違納順，怨債由來善友矣。」（《永嘉集》勸友人書第九〈大師答朗禪師書〉，《大正藏》卷四八·三九四頁）這可以代表正統禪宗的正確觀點。

一般人光曉得精進辦道和努力用功的意思，是指禮拜、持誦、打坐參禪和閱讀三藏教典。若有一時做了與日常生活有關的事，或與信眾接觸服務的事，便以為荒蕪了道業、懶散了用功，這是大錯特錯的知見。

從修行的態度而言，可分作四個層次：1.為己而成己，2.為人而成己，3.為人而成人，4.成人不為人。

第一個層次是純自私的，縱有所成，不會大成。第二個層次是為了助人，所以先充實自己，這是一般人的通途；不過，若抱著未成佛前不度眾生的態度，他將落於第一個層次去了。第三個層次，不為自己的利益及果位著想，只是盡其所有與盡其所能地助人度人，比如，吃喝不為滿足自己的口腹之欲，乃為有了力氣可去助人度人；讀書、學習、營事、弘化，不考慮個人的興趣及需要，不為自己的功德福慧，但有眾生急需什麼，他便全力以赴；他沒有屬於自己的事物，全心只為度眾生。第四個層次是已得無生法忍的大菩薩，固然不為自己求成佛，也不為眾生離生死，不休不息，隨時隨處，隨類應化，度一切眾生，心中亦未見有一眾生已度、當度、未度。

我們初學佛法的人，應以第二層次為基礎，第三層次為實踐的依準，否則，不落於自私自利，便會以「為人成己」作藉口，仍落於自私自利的層次。比如說，為了度人，所以先度自己，結果他是只顧自己修道，不管他人死活的自私鬼！自私鬼而能了脫生死，沒有這樣的道理。

如能以第三個層次為依準，為了成就他人，在成就他人的過程中，必已成就了自己，俗稱「教學相長」。我有一位中國學生，大學畢業之後，即在一間中學教書，每次見我，都說好累，教書累，為了準備新開的課程更累。學校見他認真謹慎，沒有人開的課程，就讓他去試試，他從未想到要學那許多與他興趣毫不相關的東西，結果他為了把書教好，他都學會了。另一個美國的女士，最近告訴我，她把工作辭掉了。問她原因，她說：「第一，工作的性質與興趣不合；第二，工作環境中不能讓我發現新事物，學不到新東西。」問她：「什麼是你的興趣？什麼是你想學的新東西？」她想了一想，卻無法給我具體的答案。這兩個例子中，第一位沒有考慮自己，只知道工作的需要，所以學到很多新東西。第二位老是想著自己的利益，結果失去了工作。究竟是哪一位更切實際，更可取法呢？當然你盡可以同情第二位，不過，你是在修行態度的第一個層次中了。

我在臺灣農禪寺主持的禪七，由於報名的人數多、錄取的人數少，有幾位居士為了把名額讓給他人，所以始終不報名，但是願意擔任廚房飲食的護七工作。結果，我發現護七人員所得的法益，不一定比打七人員所得的少。如有一位家境不錯的女居士，在廚房裡護了一次禪七之後，便對農禪寺開始做多方面的熱心護持，我問她：「在廚房裡得到了什麼利益？」她說：「什麼也沒有。只是覺得有那麼多真心修行的人，吃了我親手炊煮烹調的飲食，就有說不出來的歡喜，我不會修行，恰能有機會來幫修行人的忙，實在太高興了。」

另有不只一位、兩位乃至更多的居士，報名禪七以前，已向我直接或間接地要求讓他們參加。進入禪七期中，也知全力以赴地用功，第一次未能有所發明，第二度再來，仍舊全力以赴地用功。結果，他們便帶著懷疑乃至失望的心態離開，再也不回來了。從間接的關係中，知道他們或去學密、或去學道、或已放棄了修行的路子。為什麼？只為他們沒有追求到他們心目中的悟境。

以上兩個相反的例子，第一個是正確的修行態度。六祖砍柴舂米；龐居士父女編製竹簍；香巖芟除草木；百丈家風，一日不作，一日不食；大安在瀋山山下當典座（廚頭）；雪峯在德山當飯頭；仰山、雪竇當知客；洞山做香燈；大慧任侍者等，都是現成的例子。第二個例子，乃是修行人的大忌，求悟心切，反而更增一重心障，豈得悟境現前。以有所得心求悟，縱然出現相似悟境，那是與我見、我慢相應的魔境，絕非真悟。永嘉大師的〈證道歌〉早就說過：「捨妄心，取真理，取捨之心成巧偽；學人不了用修行，深成認賊將為子。」

曾有一位新出家的弟子，哭泣著對我說：「我發覺我沒有道心，求師父開示。」

我便說：「很好，你已很有道心，安心修行吧。」

他又說：「我煩惱很重，業障好深，覺得不是出家的根器。」

我安慰他說：「你的煩惱已在減輕，你的業障已經變淺，你正應當出家修行。」

又曾有一位弟子向我求懺悔：「師父啊！我看到大家好會修行，我就是不會修行。每天白吃、白喝信施的供養，罪過好大，怎麼辦？」

我告訴他：「大家會不會修行，與你不相干，我證明你是正在修行；能夠以出家的僧相，接受信施的供養，就是大功德。只要使自己盡力而為，並且量力而為就好。」

如果還要問我：「是什麼道理？」

老僧告訴你：「《六祖壇經》不是說過嗎：『常自見己過，與道即相當。』」不論多大的過失，直下承當，便成無過。生死大事，亦復如此，雖有生死而能不戀生死、不懼生死、直下承當，便成自在於生死之間的大解脫人了。

案：本題曾於一九八六年一月十九日在農禪寺禪坐會講出，並由臺灣大學池仲芸同學整理成稿，之後我到紐約靜養中就原題另寫了這篇長文。

— 本文摘錄自法鼓文化出版《拈花微笑》