

分类号：

U D C :

密级：

学号： 405000113161

南 昌 大 学 统 招 硕 士 研 究 生  
学 位 论 文

百丈怀海禅法研究

**The Study on Chan Buddhism of Baizhang Huaihai**

温珍金

培养单位（院、系）：人文学院哲学系

指导教师姓名、职称：苏树华 副教授

申请学位的学科门类：哲学

学科专业名称：中国哲学

论文答辩日期：2016 年 5 月 27 日

答辩委员会主席：\_\_\_\_\_

评阅人：\_\_\_\_\_

2016 年 5 月

### 学位论文独创性声明

## 一、学位论文独创性声明

本人声明所呈交的学位论文是本人在导师指导下进行的研究工作及取得的研究成果。据我所知，除了文中特别加以标注和致谢的地方外，论文中不包含其他人已经发表或撰写过的研究成果，也不包含为获得南昌大学或其他教育机构的学位或证书而使用过的材料。与我一同工作的同志对本研究所做的任何贡献均已在论文中作了明确的说明并表示谢意。

学位论文作者签名（手写）：温珍金 签字日期：2016年6月1日

## 二、学位论文版权使用授权书

本学位论文作者完全了解南昌大学有关保留、使用学位论文的规定，同意学校有权保留并向国家有关部门或机构送交论文的复印件和电子版，允许论文被查阅和借阅。本人授权南昌大学可以将学位论文的全部或部分内容编入有关数据库进行检索，可以采用影印、缩印或扫描等复制手段保存、汇编本学位论文。同时授权北京万方数据股份有限公司和中国学术期刊（光盘版）电子杂志社将本学位论文收录到《中国学位论文全文数据库》和《中国优秀博硕士学位论文全文数据库》中全文发表，并通过网络向社会公众提供信息服务，同意按“章程”规定享受相关权益。

学位论文作者签名（手写）：温珍金 导师签名（手写）：苏树华

签字日期：2016年6月1日 签字日期：2016年6月1日

论文题目	百丈怀海禅法研究				
姓名	温珍金	学号	405000113161	论文级别	博士□ 硕士 <input checked="" type="checkbox"/>
院/系/所	人文学院哲学系		专业	中国哲学	
E_mail					
备注：					

公开 保密（向校学位办申请获批准为“保密”，\_\_\_\_\_年\_\_\_\_月后公开）

## 摘要

百丈怀海是中国禅宗史上重要的人物，是洪州宗风开创者马祖道一的法嗣，禅宗丛林清规的制定者，开发出临济、沩仰二系。百丈怀海是继六祖慧能后又一佛门大德，对中国禅宗具有不可磨灭的重大贡献，主要有两个方面：一是对洪州禅法的承继和推演，二是肇立禅门规式。由于种种原因，世人过多重视其清规对后世的影响，往往忽略其禅法，综观百丈怀海的学术研究成果，亦复如是。为补其不足，宣示百丈怀海禅法在禅法学术研究、个人修证以及文化弘扬之重要性，本文主要侧重其禅法之研究，建构百丈怀海禅法体系，辅之以清规。

本文分为五章，亦即五个部分，第一章为前言，第二章至第四章为正文部分，第五章为结语。前言通过对百丈怀海的研究现状、禅宗的研究方法进行综述，进而阐述本文的选题意义和本文在研究方法上应注意的三个方面，同时简要介绍本文的内容结构。本文对百丈怀海所处的社会历史背景和禅法演变的背景两个方面进行介绍，将其置于整个社会、禅宗的大环境、大背景下进行研究。简要介绍百丈怀海行状，着重论述百丈怀海的悟道因缘，旨在还原其完整的修行历程及悟道因缘，同时，分析禅门规式的创制背景，勾勒其主要内容，略述其意义和影响，并于其中作适当推论。

本文认为百丈怀海禅法是一套完整的禅法体系，包括理法、教法和行法。所谓理法，即宗门修证的理论基础，也称为基本见地，主要以祖师语录开示和佛教经论为依据进行提炼、佐证，总结宗门修证的理论基础即基本见地。所谓教法，即教化方法，指明眼禅师根据学人根性，观机逗教时采用的方法，后世禅宗称为“门庭设施”。所谓行法，即具体的行证方法，在行证过程中的用功方法、切实的行履，包括下手处。百丈怀海在教授学人的行法上既有理上的说教，又有在应对具体事上的转化方法，也有切实修证的下手处，名为“鉴觉是佛”。百丈怀海的禅法有顿有渐，顿渐相融；有权有实，权实相兼；既有对初心学人的方便教化，又有对修行小有所成后的断妄、直指教法；既有对洞达本分事弟子的检验，又有指导学人方便升进的门庭设施；既有将禅法融入读经看教和罪

## 摘要

---

报观等日常修行的认知，又有切实的行证方法和下手处。总之，百丈怀海禅法有理法，有教法，有行法，自成一套完整的禅法体系，无论对学术理论的研究，学人切实修行的指导，还是圣贤文化的弘扬，都有非常大的启发和指导意义。

**关键词：**百丈怀海；禅法；理法；教法；行法

## ABSTRACT

Baizhang Huaihai is a key figure of the Chinese Chan, who is the disciple of the founder of Hong Zhou Sect, Matsu Daoyi, and also the maker of Jungle Buddhist Monastic Rules of Chan. He developed Linji and Weiyang two lineages. The reasons why Baizhang Huaihai became another Buddhist crucial monk after the Sixth Zen Patriarch Huineng have two aspects. One is the succession and spread of Hongzhou Meditation. The other is the establishment of rules and regulations for Chan. That is an indelible contribution to the Chinese Chan. However, for a variety of reasons, common people attached more importance to the impact on his monastic rules instead of his thoughts. Throughout all of his academic researches, it is the same with this phenomenon. In order to make up the deficiency and declare the significance of Baizhang Huaihai's thoughts in academic study of meditation, individuals' cultivation, as well as the promotion of culture, this paper lays particular emphasis on the research of his meditation, constructing the system of his thoughts, and complemented by the monastic rules.

This paper is divided into five chapters, that is five parts. The first chapter is an introduction. From the second chapter to the fourth is the body part, and the fifth chapter is a conclusion. Foreword is an overview of the current situation and research of Baizhang Huaihai and research methods of Chan, and then expounding the purpose of the research topic and three respects that should be paid attention to. Meanwhile, the structure of this article has been briefly provided. In this essay, the social and historical background that the monk experienced and the evolution of Chan have been introduced, which is placed under the entire society and the overall context of Chan. The reason for concentrating on the cause of his enlightenment is to restore the whole process of his practice, in the meantime, analyze the background of the creation for the rules, outline its main contents, relate briefly its significance and impact, and make appropriate inferences.

The author argues that the Chan budhism of Baizhang Huaihai is a complete system, including logos, teachings and practices. What logos is called is the

---

## Abstract

---

theoretical basis of cultivation in sect, also known as the basic insight, which is to refine, evidence, and summarize mainly according to sayings of Patriarch and teachings of Buddhism. The so-called teachings, that is enlightenment methods, refers to the ways that Chan master adopted to channel disciples on the basis of one's radical. The practices is methods of practices, the hard ways during practice and actualization, and the cogent experience. In Monk Baizhang Huaihai's practices, there is not only sermon in theory but also conversion method in response to specific things, and cogent cultivation as well. Both immediate enlightenment and gradual enlightenment, both expediency and truth, are all included in his thoughts; Both skillful enlightenment for abecedarians and pointing enlightenment for those who are knee-deep; Both on test of the enlightenment and on further way to improve; Not only into scriptures in daily practice and understanding but also into the cogent cultivation and introduction. In short, there is big inspiration and guidance no matter to academic research, earnestly practice, or culture spreading.

**Key Words:** Baizhang Huaihai; Chan budhism; logos; teachings; practices

## 目 录

第1章 引言.....	1
1.1 研究现状与选题意义.....	1
1.2 研究方法与内容结构.....	7
第2章 社会历史背景与禅宗的演变.....	13
2.1 社会历史背景.....	13
2.1.1 中唐社会的转型.....	13
2.1.2 文化类型的异动.....	15
2.1.3 得天独厚的地域.....	17
2.1.4 强大有力的外护.....	18
2.2 禅宗与禅法的演变.....	20
2.2.1 达摩及其弟子的“藉教悟宗”.....	21
2.2.2 道信与弘忍的“东山法门”.....	22
2.2.3 六祖慧能的“顿悟法门”.....	24
2.2.4 马祖道一与“洪州宗风”.....	26
第3章 百丈怀海与《禅门规式》.....	29
3.1 行状简介.....	29
3.1.1 怀海禅师生卒年.....	29
3.1.2 落发、进具.....	32
3.1.3 阅藏.....	34
3.2 怀海禅师的悟道因缘.....	36
3.2.1 拈胡饼者，是什么——存疑.....	36
3.2.2 适来哭，如今笑——初悟.....	36
3.2.3 汝深明昨日事——印证.....	38
3.2.4 马祖一喝，三日耳聋——大悟.....	39
3.2.5 石门守塔，次补师位——正修.....	40
3.3 《禅门规式》的创制.....	41

## 目录

---

3.3.1 创制背景 .....	41
3.3.2 主要内容 .....	43
3.3.3 意义和影响 .....	45
第 4 章 百丈怀海禅法体系 .....	48
4.1 百丈怀海禅法体系之理法 .....	49
4.1.1 宗门修证的理论基础 .....	49
4.1.2 宗门修证的经论依据 .....	52
4.2 百丈怀海禅法体系之教法 .....	60
4.2.1 对初心学人的教法 .....	61
4.2.2 断妄后的直指教法 .....	64
4.2.3 对洞达本分事弟子的教法 .....	66
4.2.4 清浊二法、割断两头句、透三句外 .....	67
4.2.5 对经教的看法与罪报观 .....	72
4.3 百丈怀海禅法体系之行法 .....	75
4.3.1 如何是大乘入道顿悟法要 .....	76
4.3.2 如何得心如木石 .....	77
4.3.3 下手处——鉴觉是佛 .....	79
第 5 章 结语 .....	81
致谢 .....	83
参考文献 .....	84

## 第1章 引言

### 1.1 研究现状与选题意义

百丈怀海禅师，是中国禅宗史上的重要人物，是“洪州宗风”开创者马祖道一的法嗣，其门下开出临济、沩仰二系，临济又开出杨歧、黄龙二派，肇立《禅门规式》，使禅宗得以自尊自立，对禅宗发展具有不可磨灭的重大贡献，是继六祖慧能后又一禅门大德。目前，学术界关于百丈怀海的研究可用多而泛来形容，涉及各个方面、各个角度。在期刊论文中，有对其生年和语录的考证、对《禅门规式》的创制意义的探析、关于百丈禅法的研究等等，相对来说，关于百丈怀海的考证和《百丈清规》的研究比较多，关于其禅法的研究比较少。在禅宗史方面的著作中，在论述百丈怀海时，所占的篇幅也非常有限，只是作为马祖道一洪州宗的一名法嗣，只是把百丈怀海作为从洪州宗开宗到临济、沩仰宗形成的一个过度者，只是整个禅宗史当中的一个篇章或一个小节，就算篇幅稍多一些的，也侧重关注的是其《禅门规式》的创制意义和影响，对于其禅法，并没有详细、系统的论述。形成这种结果，主要有以下三个方面原因：

第一，从整个洪州宗来看，百丈怀海是一位承前启后者。上有洪州宗开创者马祖道一，马祖道一是一代大师，其禅法自不用说，学术界研究马祖禅法的著作文章也非常多。百丈怀海门下开发出临济一脉和沩仰一脉，临济禅、沩山禅和百丈禅是一味的，同宗同源，无有二致，区别就在接人的方便、手段上，而临济宗、沩仰宗更是以门庭设施见长。相比之下，怀海的禅法就显得没有那么突出了。

第二，从百丈怀海自身来看，他主要有两方面成就对禅宗影响比较大，一是禅法方面，二是制定《禅门规式》。一说到《禅门规式》，天下清规，无人不知，无人不晓。百丈怀海在清规方面的创举以及对后世的影响太大，远远盖过了禅法方面，相比之下，百丈怀海的禅法就没有得到足够的彰显。

第三，关于百丈怀海禅法的史料记载并不多。《五灯会元》、《景德传灯录》、《四家语录》等主要记载了百丈怀海的悟道因缘以及一些简单公案，很难看出百丈怀海禅法的系统性，不像马祖、临济那么有章法。《古尊宿语录》中收录的

百丈怀海语录、广录虽多，却未加整理，层次也不明显，阅读起来较为吃力。

研究禅宗、禅师的方法有很多，有文献学的方法、思想史的方法、义理分析的方法、实证的方法等等。现将近百年来禅宗的研究成果（专著类）以研究方法为依据进行简单分类，为本文在研究方法上提供指导和借鉴，并整理这些专著中有关百丈怀海的内容。如下：

一、20世纪30年代，随着敦煌佛教文献的发现，新增了《楞伽师资记》、《传法宝记》等禅宗文献。从20世纪30年代到50年代，禅宗的研究以客观的、非信仰的、历史理性主义的文献考据为主要方法，如胡适的《楞伽宗考》、《菏泽大师神会传》，这是一种新的尝试，在相当长的时间里影响着禅宗的研究方向。受其影响的后出之书主要有：郭朋《坛经校释》（中华书局，1983年），杨曾文《敦煌新本六祖坛经》（上海古籍出版社，1993年），杨曾文《神会和尚禅话录》（中华书局，1996年），周绍亮《敦煌写本坛经原本》（文物出版社，1997年），李申、方广锠《敦煌坛经合校简注》（山西古籍出版社，1999年）等。

二、受西方哲学和唯物史观的影响，很多学者运用西方哲学的方法论和唯物史观来建构中国哲学的体系，以哲学的诠释为方法来研究其历史和思想。禅宗的研究也不例外，如任继愈《中国佛教史》（中国社会科学出版社，1989年）一书是用唯物史观来研究中国佛教史，石峻《中国佛教思想资料选编》（中华书局，1983年）一书是坚持马克思主义的基本立场，汤用彤《汉魏两晋南北朝佛教史》（北京大学出版社，2011年）一书是采取“蔡勒尔治希腊哲学史”的方法，另外，以铃木大拙为代表的日本学者，将禅分为“禅的事情”和“禅的本身”，认为“禅的事情”是在具体的时间和空间里展开，而“禅的本身”只能是“内在于禅的直觉经验”。

三、采取以文化中心的研究方法，侧重于讨论禅宗与文化之间的关系。如葛兆光《禅宗与中国文化》（上海人民出版社，1986年），顾伟康《禅宗：文化交融与历史选择》（知识出版社，1990年），陈兵《佛教禅学与东方文明》（上海人名出版社，1992年）等。

四、采用思想史的方法进行研究。如洪修平《禅宗思想的形成与发展》（江苏古籍出版社，1992年），潘桂明《中国禅宗思想历程》（今日中国出版社，1992年），杜继文、魏道儒《中国禅宗通史》（江苏古籍出版社，1993年），葛兆光《中国禅思想史》（北京大学出版社，1995年），麻天祥《中国禅宗思想史略》（中国人民大学出版社，2007年），吴立明、徐荪铭《禅宗宗派源流》（中国社会科学

出版社，1998年），杨曾文《唐五代禅宗史》（中国社会科学出版社，1999年），吴言生《禅宗思想渊源》（中华书局，2001年）等。其中，吴言生《禅宗思想渊源》侧重论述佛经对禅宗思想的影响，对本文有一定启发作用。

五、采用比较的方法进行研究，主要是研究禅宗与文学、诗歌等的关系。如赖永海《佛道诗禅》（中国青年出版社，1990年），周裕锴《中国禅宗与诗歌》（上海人民出版社，1992年），孙昌武《禅思与诗情》（中华书局，1997年），季羨林《禅和文化与文学》（商务印书馆国际有限公司，1998年），吴言生《禅宗诗歌境界》（中华书局，2001年）等。

六、采用理论与实践相结合的方法进行研究。如苏树华《洪州禅》（宗教文化出版社，2005年），释印顺《中国禅宗史》（中华书局，2010年）等。净慧法师说佛教理论、见地可以从书本上摸索到一二，功夫就不一样了，一定要做到才能说到。细读这两部著作，虽同样以学术的形式研究禅宗，但里面时不时流露出的功夫境界着实让人欣喜不已。

七、专门以百丈怀海或清规为对象的评传、研究和校注。评传有：谢重光《福建历代高僧评传——百丈怀海禅师》（厦门大学出版社，2011年）<sup>①</sup>。校注的有：谢重光校点的《敕修百丈清规》（中州古籍出版社，2011年），李继武校点的《敕修百丈清规》（中州古籍出版社，2011年），苏军点校的《禅苑清规》（中州古籍出版社，2001年）。研究清规的论著有：黄奎《中国禅宗清规》（宗教文化出版社，2008年）。

以上专著涉及百丈怀海的有：潘桂明《中国禅宗思想历程》，对怀海的禅法和“禅门规式”都作了剖析；杜继文、魏道儒《中国禅宗通史》，阐述了怀海的农禅思想；吴立明、徐荪铭《禅宗宗派源流》，有一小节“怀海与《古清规》”，篇幅不多，主要论述清规部分；杨曾文《唐五代禅宗史》，将怀海作为洪州宗的传播者之一作概要介绍，提到禅法，对《禅门规式》也作了介绍，篇幅较短；苏树华《洪州禅》，在第五章中论述了百丈禅法的顿渐兼融、权实相兼；释印顺《中国禅宗史》，在第九章“诸宗抗护与南宗统一”中略有提及；忽滑谷快天著、朱谦之译《中国禅学思想史》，论及百丈怀海的章节内容广泛，但略显简要，包括禅法、清规、公案等；谢重光《福建历代高僧评传——百丈怀海禅师》，主要是对百丈怀海生平事迹的整理，禅法和清规的内容很少。从以上分类整理中可

---

<sup>①</sup> 郑振铎著《禅门高僧百丈怀海》（海风出版社，2005年）是以小说形式的著作，内容绘声绘色，多是根据传说编写的，只能作为小说来读，不能作为学术依据。

得出：涉及百丈怀海的禅宗史专著较多，研究的角度也很广，但涉及百丈怀海的具体内容在篇幅上却并不多，关于其禅法的论述则更少。

关于百丈怀海的研究，在学术论文方面的成果也有很多。

一、期刊中主要有：潘桂明《百丈怀海的禅法思想和实践》<sup>①</sup>，邱环《略论百丈怀海及其禅法的几个问题》和《百丈怀海及其禅法研究》<sup>②</sup>，释若宽《百丈怀海的禅法思想及其丛林清规》<sup>③</sup>，丁希勤《“只如今鉴觉”：百丈怀海禅法的主要思想》<sup>④</sup>，谢重光《百丈怀海禅师的禅行与禅风》和《百丈怀海传法弟子考述》<sup>⑤</sup>，伍先林、刘渊《百丈怀海的禅学精神》<sup>⑥</sup>，释若宽《百丈怀海〈禅门规式〉的创制及其意义》<sup>⑦</sup>，刘小平《〈百丈清规〉与唐代佛教寺院经济变迁》<sup>⑧</sup>，李天保《〈敕修百丈清规〉的成书及其价值》<sup>⑨</sup>。王永会《〈百丈清规〉与中国佛教僧团的管理创新》和《〈百丈清规〉及其历史与现实意义》<sup>⑩</sup>，李继武《论〈敕修百丈清规〉的法律属性与法律关系》<sup>⑪</sup>，于林洋《论禅宗〈百丈清规〉》<sup>⑫</sup>，国威《〈古清规序〉考》<sup>⑬</sup>，陈文庆《百丈怀海生年新证——史源学的分析》<sup>⑭</sup>，林悟殊《唐百丈禅师怀海生年考》<sup>⑮</sup>，王月清《禅宗戒律思想初探——以“无相戒法”和“百丈清规”为中心》<sup>⑯</sup>，文碧方、刘乐恒《禅门清规与佛教戒律、儒家礼制》<sup>⑰</sup>，徐文明《百丈怀海大师的心性思想》<sup>⑱</sup>，骆海飞《丛林制度的伦理思想——以〈古清规序〉、〈禅苑清规〉和〈敕修百丈清规〉为例》<sup>⑲</sup>，真勤《禅宗清规中的念诵仪轨》<sup>⑳</sup>，欧阳镇《禅宗兴盛及禅林清规的形成》<sup>⑳</sup>。

<sup>①</sup> 载《禅学研究》，1994年第2期。

<sup>②</sup> 分别载于《曹溪禅研究》，2003年第3期；《宗教学研究》，2003年第1期。

<sup>③</sup> 载《闽南佛学》，2007年第5期。

<sup>④</sup> 载《池州学院学报》，2007年第6期，另见丁希勤《百丈怀海禅法思想研究》，《五台山研究》，2007年第4期，内容大致相同。

<sup>⑤</sup> 分别载于《五台山研究》，2012年第4期；《宁德师专学报》（哲学社会科学版），2010年第4期。

<sup>⑥</sup> 载《宗教学研究》，2013年第2期。

<sup>⑦</sup> 载《佛学研究》，2006年第00期。

<sup>⑧</sup> 载《江西社会科学》，2009年第2期。

<sup>⑨</sup> 载《图书与情报》，2009年第4期。

<sup>⑩</sup> 分别载于《宗教学研究》，2001年第2期；《中华文化论坛》，2001年第1期。

<sup>11</sup> 载《陕西师范大学学报》（哲学社会科学版），2012年第5期。

<sup>12</sup> 载《湖南工业职业技术学院学报》，2010年第4期。

<sup>13</sup> 载《五台山研究》，2013年第2期。

<sup>14</sup> 载《法音》，2014年第8期。

<sup>15</sup> 载《中山大学学报》（社会科学版），2002年第5期。

<sup>16</sup> 载《南京大学学报》（哲学、人文科学、社会科学版），2000年第5期。

<sup>17</sup> 载《北大中国文化研究》，2013年第00期。

<sup>18</sup> 载《西南民族大学学报》，2009年第1期。

<sup>19</sup> 载《佛学研究》，2013年第00期。

<sup>20</sup> 载《佛学研究》，2011年第00期。

二、论文集中主要有：苏树华《百丈禅师及其禅法》<sup>②</sup>，乃光（本光法师）《百丈禅要》<sup>③</sup>，谢重光《百丈怀海大师佛教改革论略》<sup>④</sup>，沈柏村《〈百丈清规〉与沩山道场的兴隆》<sup>⑤</sup>，林悟殊《从百丈清规看农禅——兼论唐宋佛教的自我供养意识》<sup>⑥</sup>，黄运喜《禅宗丛林制度的建立与僧团内部结构的变化》<sup>⑦</sup>，温金玉《百丈清规再探讨》和《马祖道一丛林建设及其现代意义》<sup>⑧</sup>，李瑞爽《禅院生活和中国社会——对百丈清规的一个现象学研究》<sup>⑨</sup>，南怀瑾《禅宗丛林制度与中国社会》<sup>⑩</sup>，宗性《百丈怀海禅师所撰〈古清规〉称谓考辨》<sup>⑪</sup>，严耀中《对〈禅门清规〉背景与影响的几点认识》<sup>⑫</sup>。

三、硕士学位毕业论文主要有（包括台湾地区）：陈家欢《百丈怀海禅师研究》<sup>⑬</sup>，从考证、禅法思想和《百丈清规》三个方面进行研究，其中禅法思想部分包括佛性观、语言观和教学观三个专题。陈文庆《百丈怀海及其语录》<sup>⑭</sup>，从历史学的角度对怀海禅师的生平和语录进行了考据。李继武《〈百丈清规〉研究》<sup>⑮</sup>，比较全面地论述了《百丈清规》的历史背景、基本条件、创制意义、基本原则与制度、发展与整合、制度体系以及历史影响。董艳《〈百丈清规〉创制背景探析》<sup>⑯</sup>，主要论述了《百丈清规》的创制背景，包括：僧团自制背景、政府管理背景、经济背景以及宗教背景。台湾地区有关百丈怀海的三篇硕士毕业论文是：丁仁淑《百丈怀海禅师之禅法与禅林清规研究》<sup>⑰</sup>，主要论述了百丈怀海生

<sup>①</sup> 载《江西社会科学》，1995年第2期。

<sup>②</sup> 见《寒山寺佛学（壹）》，苏州寒山寺编，2002年，第196—203页。

<sup>③</sup> 见《现代佛教学术丛刊③——禅学论文集（禅学专集之三）》，台北：大乘文化出版社，1977年，第89—121页。

<sup>④</sup> 见《1992年佛学研究论文集：中国历史上的佛教问题》，高雄：财团法人佛光山文教基金会，1998年，第373—391页。

<sup>⑤</sup> 见《法源》，中国佛学院印，2001年，第199—206页。

<sup>⑥</sup> 见《佛教物质文化：寺院财富与世俗供养国际学术研讨会论文集》，上海书画出版社，2003年，第380—401页。

<sup>⑦</sup> 见《中国禅学》第二卷，北京：中华书局，2003年，171—181页。

<sup>⑧</sup> 分别见于《禅宗与中国佛教文化》，北京：中国社会科学出版社，2004年，第289—302页；《马祖道一与中国禅宗文化》，北京：中国社会科学出版社，2006年，第469—489页。

<sup>⑨</sup> 见张曼涛主编：《现代佛教学术丛刊·佛教与中国思想及社会》，大乘文化出版社，1978年，第273—315页。

<sup>⑩</sup> 同上，第317—314页。

<sup>⑪</sup> 见《马祖道一与中国禅宗文化》，北京：中国社会科学出版社，2006年，第392—396页。

<sup>⑫</sup> 见《禅宗优秀文化与构建和谐社会学术研讨会论文集》（下册），广州：广东省佛教协会印，2006年，第232—240页。

<sup>⑬</sup> 南京大学2012年硕士毕业论文。

<sup>⑭</sup> 福建师范大学2012年硕士毕业论文。

<sup>⑮</sup> 西北大学2010年硕士毕业论文。

<sup>⑯</sup> 吉林大学2009年硕士毕业论文。

<sup>⑰</sup> 台湾“中华文化大学”1990年硕士毕业论文。

平，介绍其语录及认识，探讨其禅风和接引弟子的方法，对《禅林清规》作了专题研究，包括背景、内容、流变及独创性的分析。蔡琪惠《百丈怀海禅师研究》<sup>①</sup>，主要内容包括其生平考述、法要、清规等，其中法要部分主要是“继承马祖之禅法”、“大乘顿悟法门”、“不重经教的教学主张”、“劳动即禅行的宗风”四个部分。黄媚馨《百丈怀海农禅思想之研究》<sup>②</sup>，主要探讨了百丈怀海的农禅思想，包括农禅思想的起源、百丈生平与《百丈清规》版本文献之考察、提出清规与戒律之关涉、概括其禅学思想、探讨清规制定的背景与原因、着重论述了百丈怀海农禅思想及其对后世的影响。从以上硕士论文可以看出，关于百丈怀海的研究，有从禅法、考证、清规等多方面进行综合性研究，涉及多方面就很难做到面面专攻；也有关于清规的专题性研究，这些研究成果都比较全面具体。然而，却并没有关于百丈怀海禅法的专题性研究。

综观以上论文，在期刊论文和论文集中，从不同的角度对百丈怀海进行了学术上的研究，主要包括：禅法、清规、心性、伦理、戒律、思想、实践、精神和考证等方面。其中，关于百丈怀海的清规方面的研究最多，占 16 篇之多，而关于禅法方面只有 6 篇，其他方面的研究所占篇数则比较分散。6 篇硕士论文中，2 篇是对《百丈清规》专题性研究，1 篇是对百丈语录的各个版本进行考据，3 篇是总体性研究，包括禅法、清规、考据等多个方面，选题较大，不免流于泛泛。总之，百丈怀海的研究，最重要的两个方面就是禅法和清规，而禅法方面的学术成果远远低于清规，偏重其清规，百丈怀海禅法并没有得到足够重视。

百丈怀海注重佛教理论和禅修实践相结合，渐修和顿悟共同提倡，别立禅居，寓禅法于平常生活劳作当中，无论是对理论的学习、个人的修证还是佛教文化的弘扬，都有非常大的指导意义。本文以百丈怀海禅法为主，清规为辅，试图构建百丈怀海完整的禅法体系。本文认为百丈怀海之禅法与清规一样，对中国禅宗的影响具有同等重要的地位，因种种原因而没有得到过多重视。有鉴于此，将百丈怀海的禅法作为学习和研究的对象，无论在个人心性的修养上还是学术研究上，都有非常大的意义。于个人来说，是对我硕士三年学习的一个深化、反思、总结和汇报，也是为追溯先贤学佛证道之历程，提升自身素质和修养；于学术上来说，为关于百丈怀海禅法的研究增加一个篇章，发掘和弘扬百丈禅法，更清楚、全面地看待和认识百丈禅法以及百丈怀海在中国禅宗史上

---

<sup>①</sup> 台湾政治大学 1990 年硕士毕业论文。

<sup>②</sup> 台湾华梵大学 2015 年硕士毕业论文。

的影响。

## 1.2 研究方法与内容结构

要研究禅宗、禅师、禅法，有两大关要：一是语言文字关，二是非语言文字关。语言文字关即是佛经上的文字、禅师的话语；非语言文字关即是文字所指的那个“意”，这一关“如人饮水，冷暖自知”，不能从他人口里探消息。佛教的专业术语自不必说，这是研究佛教的基础。佛教上的文字和禅师说的话，归结起来有两大特性：宗教隐喻性和方便随机性。

宗教隐喻性是指：“妙高顶上，不可言传；第二峰头，略容话会。”第一义谛是不可说的，却不得不借助第二义的语言文字来象征性的表述，这种象征性的表述方式就称为宗教隐喻。这有点类似于老子、庄子的表达方式，老子认为“道可道，非常道”，“道”如果能用语言说出来的话，就不是“道”了；庄子认为“道”不是语言能够直接表达的，所以经常通过小故事的方式来让我们领会他想表达的那个“意”。佛经中有很多宗教隐喻的表述，如《金刚经》中的“歌利王”便是“好游猎，乱心性”的宗教隐喻。如果不慬宗教隐喻便会错解佛经的意思，如《地藏经》中说：“婆罗门女合掌向空，而白空曰：‘是何神德，宽我忧虑。我自失母已来，昼夜忆恋，无处可问知母生界。’时空中有声，再报女曰：‘我是汝所瞻礼者，过去觉华定自在王如来。见汝忆母，倍于常情众生之分，故来告示。’婆罗门女闻此声已，举身自扑，支节皆损。”<sup>①</sup>如果不慬宗教隐喻，依文解义，试解一下婆罗门女“举身自扑，支节皆损”，会发现根本解释不通，因为没办法做到“举身自扑”，又怎么会“支节皆损”？若从宗教隐喻来看，“母”表来源，生死轮回的来源，来源于贪爱。婆罗门女瞻礼觉华定自在王如来，“觉华定自在王如来”就是婆罗门女自己的本来面目，也是诸人的本来面目，“瞻礼觉华定自在王如来”便是通过某一法门，念念回归自性。“举身自扑，支节皆损”的隐喻就是：全身心的系念于觉华定自在王如来，回光自鉴，这能念的又是谁？功夫纯熟之际，便会根尘脱落，能所双忘，打破小我，契入空性。马祖道一也用这种方式接引石巩慧藏：“师因逐群鹿自庵前过，马祖迎之。师问祖：曾见鹿否？祖曰：汝是何人？对以猎者。祖问：汝解射否？曰：解。曰：汝一箭射几个？曰：一箭一个。祖曰：若然，非解射也。师问和尚：解射否？祖以解对。

<sup>①</sup> 《地藏菩萨本愿经》，《大正藏》，第13册，第778页中。

又问：一箭射几个？祖曰：一箭射一群。师曰：彼此生命何用射他一群？祖曰：汝既知如此，何不自射？师曰：若教某甲自射，直是无下手处。祖曰：这汉旷劫无明烦恼今日顿息。师掷下弓箭，投祖出家。”<sup>①</sup>从宗教隐喻看，马祖以射箭为隐喻佛法大义。宗教隐喻是佛经和祖师常用的表述方式，了解隐喻所指，才能更好地领会佛经和祖师的真实义。

方便随机性是指：“究竟不二，一切法皆为方便，如将黄叶为金，止小儿啼。”佛经的语言，禅师开示弟子的话语，有强烈的方便随机性。学人根有利顿，禅师针对不同根器的人说不同的法。对于相同根器的人，随着他修行的升进，说的法也不一样。禅师说法都是随缘、随机、方便而说。佛陀说法四十九年，有权有实，“权”为方便，“实”为究竟。对中下根器的人说权法，故有化城之方便。对中下根器的人，佛陀便权立化城，以黄叶为金，止小儿啼，此即谓“先以欲钩牵，后令入佛智”。佛为商人说因果，说布施功德，因商人重功利，故说多种福田，得现世安宁，来世可升天道，这是佛陀针对商人的根性所设的权宜方便之法，并不是究竟的佛法。《法华经》中有羊鹿牛三车之喻，因众生贪着五欲，不知三界如火宅，佛视众生如赤子，权设羊鹿牛三车喻声闻、缘觉、菩萨三乘，以对治五欲，方便诱化众生。但是三乘并不是究竟，会三成归一佛乘才是佛陀的最终用意，故《法华经》云：“初说三乘，引导众生，然后为说甚深法，令其闻者不惊怖。”<sup>②</sup>《坛经》中六祖大师示寂时，悉皆涕泣，六祖大师云：“吾自知去处”，六祖说“吾自知去处”者，拈黄叶止小儿啼也。“不明言去处者，实无去处也。以此性如虚空，虚空何有归处？若见有去处，则落实，则着相。落实着相，则生死不了。无去处，则处处可去，处处可去而未尝去。所谓归即无归，无归即归；处处皆归，到处即归也。”<sup>③</sup>六祖所说的是对中下根器众生的权宜方便说法，并不是究竟。对于上根利智的人，佛陀和禅师们便直接指示“实”法，“世尊拈花，迦叶微笑”便是直接指示“实”法的一种表法，也即是禅宗所说的“不立文字，教外别传。直指人心，见性成佛”。究竟来说，即此指示“实”法的法，也是一种方便。

以上是佛教经论和禅宗公案语录中常见的宗教隐喻和方便随机两大特性，这仅是语言文字方面的，还有非语言文字关，也称为超语言文字关。释迦牟尼

<sup>①</sup> 《景德传灯录》，《大正藏》，第51册，第248页中。

<sup>②</sup> 《妙法莲华经》，《大正藏》，第9册，第13页下。

<sup>③</sup> 元音老人：《佛法修证心要》上册，宗教文化出版社，2011年版，第56页。

佛说法四十九年，灭度时却说“吾住世四十九年，未说一字”<sup>①</sup>，是故应知，真正的佛法不在语言文字上。研究禅宗、禅师、禅法，应先注意到这个研究对象的特殊性，研究对象决定了研究方法。禅宗是释迦牟尼佛灵山会上拈花示众，迦叶尊者破颜微笑，以是有西天禅宗初祖，经二十八祖菩提达摩传至中国，与中国本土文化相互融合的一个佛教宗派，虽有融合，但其心髓却并未改变，只是内容以及表述方式更为丰富。禅宗以明心见性为目标，后代祖师所设的种种方便都是为了达成这一目标而立的。禅宗之“禅”，非有为次第之禅定之“禅”，而是佛心印，禅宗就是一个明佛心宗、传佛心印的宗派。“禅”的特殊性，可概括为不可言说性和实修实证性。虚云老和尚将“禅”称为“觉”：“佛是觉者，众生是迷者，迷与觉即是众生与佛所由区别的界限，背迷入觉，背妄归真，这即是觉，也即是禅。”<sup>②</sup>要把“觉”用语言文字表述出来，无异于头上安头，譬如眼能见色，眼却不能见这能见的“见性”。要想体达“禅”的境界，可用的方法是——息言绝虑，回光自鉴，也就是百丈怀海讲的宗门下手处——鉴觉是佛。如何“息言绝虑，回光自鉴”？这就是“禅”的实修实证的问题了。禅宗是要解决问题的，解决生死大事，不能停留在知见上。百丈禅寺的顿雄法师说：“禅宗就是见地加功夫。”只有见地，没有功夫，容易产生邪见；只有一点功夫，没有正见的引导，又会增长无明。见地可以从书本上摸索到一二，功夫就不一样了，一定要做到才能说到。功夫不仅仅是参禅打坐，打坐只是功夫里面的一小部分，只能说是培养，功夫要体现在生活日用中，缚脱无碍，百丈怀海提倡“农禅并重”也正是基于这一点。

禅宗的体验，“如人饮水，冷暖自知”，无法告知，不可传达，对于没有任何禅定经验的人来说，是体会不到的。学术界关于禅宗的研究论文，多为文字上的义理化解读，多数禅宗论文“把写作限定在一定的范围或采取某种特定的写法”，对于透不过的禅宗公案，多采取搁置的态度，或只是一笔带过，不能完全的体会到禅宗的本意。禅宗的研究方法有很多，有信仰主义，也有非信仰主义，有文献的考据，也有哲学的诠释，有客观的义理解读，有文化的比较，也有非理性的体认。但可归结为两种，正如菩提达摩所说：“夫入道多途，要而言之，不出二种：一是理入，二是行入。”<sup>③</sup>

<sup>①</sup> 《金刚经直说》，《续藏经》，第25册，第569页中。

<sup>②</sup> 净慧主编：《虚云和尚全集》，中州古籍出版社，2009年版，第203页。

<sup>③</sup> 《少室六门》，《大正藏》，第48册，第369页下。

赖永海先生说：“佛教的研究，既可以从理入，也可从行入，亦可理行并重……中国佛教是中华文化的重要构成部分，弘扬优秀的佛教文化，既不能停留在学术领域，也不要把他局限在信仰层面，而应该从理论和实践两个方面、深入发掘，使它服务于人生境界的提升，服务于精神文明建设。”<sup>①</sup>有鉴于此，笔者从攻读硕士以来，除了学习佛教经论、学界前辈的佛学著书外，还跟随我的导师参禅打坐，每日坚持，不曾间断，在平时的生活中，注意心性的修炼，人格的提升，以期能在“语言文字关”的基础上，禅定渐修以及人格涵养上，更进一步，体达“非语言文字关”的无言之旨。虽尚未到达祖师所说的“禅者境界”，然“高山仰止，景行行止。虽未能止，心向往之”，却也希望能够不断靠近。在近三年来的打坐培养、日常历练中，有一点点体会，因此在本文的行文中也将这些体会融摄进去。本文的研究方法特别注意以下三个方面：

一、通过理论经藏的研习和佛教的修证体认相结合的方式进行研究。理论经藏的研习是“理入”，佛教的修证体认是“行入”，理论经藏的研习有助于实际修证的契入，切实的修证体认有助于对理论经藏的深化理解。理论经藏的研习和佛教的修证体认，理行并重，二者缺一不可。

二、凡读经看教，皆须宛转归就自己。一切佛教经论、祖师语录，“只明如今觉性”（百丈怀海法语），须向自己心上体察，在精神上锻炼，使人格与佛法浑化一体，所论述之论文也能稍稍契合祖师意。若不向自己心上体察，只是私意卜度，只会作茧自缚，违背佛意。正如印顺法师所说：“佛为众生说法、流传、结集，成为文字的经教。经教的闻思者，大抵作为高深的义理、实施的方法。如不引归自己，应用于自己身心，那与世间学问一样，只是一套空虚的知识……”<sup>②</sup>

三、史论结合。将百丈怀海置于历史环境、社会更替、禅宗演变等大背景下进行研究，综合阐述百丈怀海禅法的形成与发展。除佛教经论等传统资料外，尽可能地参考历史文书、地方志、碑文等。

本文各章的基本内容如下：

第二章，社会历史背景与禅宗的演变。本章通过论述初唐时期的社会历史发展和禅宗从初祖达摩到六祖慧能再到马祖道一这一条线上禅宗禅法的演变，探讨百丈怀海所处的两个大背景。社会历史背景，主要从四个方面切入：从政

---

<sup>①</sup> 苏树华：《明心见性》，齐鲁书社，2015年版，序。

<sup>②</sup> 印顺：《中国禅宗史》，中华书局，2010年版，第322页。

治、经济、文化、重大历史时期、唐王朝对宗教的政策等方面来探讨中唐社会的转型对禅宗的影响；从儒、释、道三种主流文化的相互冲击与相互融合，并寻找新的发展方向这一变化来探讨文化类型的异动对禅宗的影响；从江西的人口、经济、文化、宗教等方面的发展，论述得天独厚的地域环境对禅宗在江西的发展提供的基础保障；罗列上至皇帝、朝臣，下至各级地方行政官员与禅师往来的事例，论述这些强大有力的“外护”对禅宗发展的影响，并指出百丈怀海在这方面与众不同的地方。禅宗与禅法的演变，梳理自菩提达摩到马祖道一这一条线上的禅法演变，探讨百丈怀海禅法形成前，禅宗与禅法的演变历程，依据禅法演变的重大转折点把这段时期分为四个部分：菩提达摩及其弟子的“藉教悟宗”；道信和弘忍时期的“东山法门”；慧能及其弟子弘扬的“顿悟法门”；马祖道一开创的“洪州宗风”。

第三章，百丈怀海与《禅门规式》。本章依据相关史料，对百丈怀海之行状作一简介，略述其生平、落发、进具、阅藏，本文无意于具体时间、地点、人物的考证，而是借此说明百丈怀海在悟道之前、在遇到马祖之前，经历过严格、扎实的渐修行履，严持戒律，深研经论。本章着重论述百丈怀海的悟道因缘，包括存疑、初悟、印证、大悟、正修等五个部分。一般的学术论文在论述怀海悟道因缘时，都较为关注初悟、印证和大悟等最为光辉煊赫的时段，往往忽略存疑和悟后正修部分，再加上前述悟前渐修部分，本章旨在完整地还原百丈怀海的修行证道过程。另外，对百丈怀海所立之《禅门规式》，鉴于学术界的研究成果较多，本不打算再论述，但作为百丈怀海对中国禅宗的两大贡献之一，作为一篇完整的百丈怀海研究论文，不能不有所言说。所以，借鉴众家之所长，本文简要分析其创立背景，勾勒其主要内容，略述其意义和影响，并于其中作适当推论。

第四章，百丈怀海禅法体系。这一章是本文最为核心的部分，旨在建构百丈怀海禅法体系。本文认为百丈怀海禅法是一套完整的禅法体系，包括理法、教法和行法。所谓理法，即宗门修证的理论基础，在修行人中称为基本见地。这一节主要以禅宗祖师语录开示和佛教经论为依据进行提炼、佐证，总结宗门修证的理论基础即基本见地。所谓教法，即教化方法，指明眼禅师根据学人根性，观机逗教时采用的方法，后世禅宗称之为“门庭设施”。百丈怀海的教法主要包括：对初发心人的教法，断妄后的直指教法，对洞达本分事弟子的检验，“清浊二法、割断两头句、透三句外”等具体的行证方法，对经教的看法和罪报观。

所谓行法，即具体的行证方法，在行证过程中的用功方法、切实的行履，包括下手处。百丈怀海教授学人的行法既有理上的说教，又有在应对具体事上的转化方法，也有切实修证的下手处，名为“鉴觉是佛”。百丈怀海的禅法有顿有渐，顿渐相融；有权有实，权实相兼；既有对初心学人的方便教化，又有对修行小有所成后的断妄、直指教法；既有对洞达本分事弟子的检验，又有指导学人方便升进的门庭设施；既有将禅法融入读经看教和罪报观等日常修行的认知，又有切实的行证方法和下手处。总之，百丈怀海禅法有理法，有教法，有行法，自成一套完整的禅法体系，无论对学术理论的研究，学人切实修行的指导，还是圣贤文化的弘扬，都有非常大的启发和指导意义。

本来这篇论文后面还有一章，题为“百丈怀海禅法的特色与传承”，主要论述百丈怀海与其师兄弟禅法的区别，沩仰、临济禅法的形成于演变和百丈禅法的关系，以及百丈禅法在后世的传承。然而，本人限于能力、精力和时间，对百丈怀海禅法的研究就只能先告一段落，如果将来有机会，希望能对其进行完善。

## 第2章 社会历史背景与禅宗的演变

### 2.1 社会历史背景

禅宗的发展和禅法的形成，离不开赖以生存的社会环境和历史背景，也离不开由政治、经济、文化、风俗习惯等构成的人文土壤。百丈怀海禅法的形成与推演、《禅门规式》的创立也都是以此为基础的。百丈怀海所处的时代，从社会背景看，处于安史之乱（公元755—763年）前后至淮西之乱（公元814—817年）之前，这一时期正值唐朝由盛转衰，在这个转折点上，对禅宗乃至整个佛教均产生了重大影响。从文化背景看，随着经济的变化、庶族地位的上升，文化类型在发生着异动，急需寻求一种新的文化类型以符合社会阶层的变化；从地域背景看，江西有着得天独厚的地域环境，非常适合百丈禅法的发展与弘化、《禅门规式》以及农禅制度的产生与推行。另外，唐朝初期政治开明、包容，当时的高级知识分子在精神上追求自由，禅宗的自在解脱境界正好符合他们的需求，因此很多高级知识分子与很多禅师往来密切，在家学佛是很正常普遍的现象，禅宗得到了上至皇帝、朝臣，下至藩镇、各级行政官员的保护和支持。

#### 2.1.1 中唐社会的转型

初唐时期，各统治者励精图治，采取一系列政策，经贞观之治、武周之治、开元盛世三个时期，国力达到鼎盛，政治、经济、文化得到空前发展，在宗教政策上比较宽容，中国佛教的主要宗派大多在这一时期形成或成熟。安史之乱的爆发，是唐朝由盛转衰的转折点，也造成了藩镇割据，很多宗派都渐渐衰弱（特别是会昌法难后），然而禅宗却得到了空前发展，主要是马祖道一和石头希迁各坐道场，阐化于江西、湖南一带，百丈怀海就是生活在这样一个历史转折时期。

贞观之治（公元627—649年）。

贞观年间，唐太宗采取一系列政策，令隋末动荡之局得以稳定下来。在政治上，知人善任，从谏如流，整饬吏治，实行“三省六部制”分权行政，加强了中央对地方的控制；在经济上，以农为本，厉行节约，休养生息，沿用武德

末期的均田制，保证了每户农民都有土地；在文化上，兼容并蓄，尊重民俗，文教复兴，完善科举制度等政策，使得社会出现了安定的局面；在宗教方面，唐太宗特别提倡道教，佛教在唐朝初年的发展受到了儒家和道教的限制，但整个大环境对佛教的发展还是有利的。

#### 武周之治（公元 690—705 年）。

唐太宗去世后，政权名义上在高宗、中宗、睿宗上，但实际上由武则天操控，一直到其退位。武则天善于治国，大力扶持庶族，首创科举考试的殿试制度，扩大选官范围，以打击关陇集团为主的士族官僚，于是庶族地位上升，士族地位衰弱。武则天知人善任，能重用狄仁杰、张柬之、桓彦范、敬晖、姚崇等贤臣，但也为了巩固统治，提拔周兴、来俊臣等酷吏。国家在其主政期间，政策稳当，兵略妥善，文化复兴，百姓丰衣足食，安居乐业。唐德宗宰相陆贽评价武则天说：“课责既严，进退皆速，不肖者罢黜，才能者骤升，是以当代谓知人之明，累朝赖多士之用。”<sup>①</sup>这一时期被称为武周之治。武则天时期，一方面为了从宗教上来打击李姓，维护自己政权的合法性，武则天对佛教采取了支持态度，这使得佛教得到了迅速发展；另一方面，武则天本身也在寺庙出过家，信奉佛教，并且在佛法上造诣很高，我们熟悉的“开经偈”便是武则天所作，也多次迎请神秀、慧安等禅师入京请法。

#### 开元盛世（公元 713—741 年）。

唐玄宗在位 44 年，在其前 29 年（713~741），政治清明，起用贤臣，改革吏制，并大力发展经济，提倡文教，发展外交，使得天下大治，唐朝进入全盛时期，成为当时世界上最强盛的国家，史称“开元盛世”。唐玄宗时期与天竺交往频繁，最杰出的使者是玄奘。禅宗六祖慧能在玄宗即位那年圆寂，此后，在唐玄宗统治的四十多年时间里，禅宗迅速发展，儒释道合流成为历史的趋势，唐玄宗就曾亲自为《孝经》、《老子》、《金刚经》作注。正是这样一个开放的社会，使唐朝在社会风气上显得雍容大度。在开元二年，唐玄宗下令削减全国的僧人和尼姑数量，最后使全国还俗的僧尼达到一万二千人之多，接着又禁止再造新的寺庙，禁止铸造佛像，禁止传抄佛经，另外，对于官员和僧尼的交往也进行禁止，这使得佛教在玄宗时期受到了一定的打击。

#### 安史之乱（公元 755—763 年）。

唐玄宗末年至代宗初年，爆发了安史之乱，唐朝由盛转衰，也造成唐代藩

---

<sup>①</sup> 《旧唐书》卷一百三十九《陆贽传》，中华书局，1999 年版，第 2585 页。

镇割据，摧毁了中央集权，特别是有名的“河北三镇”，不输王赋，与唐王朝分庭抗礼。唐王朝从此自盛而衰，一蹶不振。安史之乱导致了极其严重的后果，使社会遭到了一次空前浩劫。“宫室焚烧，十不存一，百曹荒废，曾无尺椽。中间畿内，不满千户，井邑榛荆，豺狼所号。既乏军储，又鲜人力。东至郑、汴，达于徐方，北自覃、怀经于相土，为人烟断绝，千里萧条”<sup>①</sup>。同时，依靠朝廷支持的北宗遭受了严重的打击，失去了全国的领导地位。但另一方面，安史之乱虽然对北方的生产造成了极大的破坏，却导致了经济重心的南移。北方人口南迁，带去了大量的劳动力和生产技术，促进了南方经济的发展，也带去了众多僧才和文化思想，对南方禅宗的发展起到了推动作用。

### 2.1.2 文化类型的异动

按照马克思主义理论，经济基础决定上层建筑，经济基础一旦发生重大变化，上层建筑会自发地寻找新的发展方向以适应经济基础的变化。从初唐到中唐，经济基础自盛而衰，作为文化的上层建筑已经不适应社会的发展，在寻求着新的文化类型。庶族地位的上升也同时需要新的文化类型作为支撑，南宗禅的思想正好符合庶族地主阶级的需求。佛教文化与儒家文化、道教文化便在这段时期相互冲击、相互融合，从而导致了新的文化类型的产生：佛教的南宗禅、后来的宋明理学、金代道教的全真道。儒释道三家的文化类型虽然不同，但是在寻找新的发展方向时却是相同的，那就是由外向内转化。

在儒家方面，这种异动主要表现在韩愈、柳宗元所倡导的“古文运动”和白居易、元稹所倡导的“新乐府运动”。古文运动不仅是文学的革新，也是儒学的复兴。韩愈在《原道》中说：“吾所谓道也，非向所谓老与佛之道，尧以是传之舜，舜以是传之禹，禹以是传之汤，汤以是传之文、武、周公，文、武、周公传之孔子，孔子传之孟轲。孟轲死，不得其传焉。”<sup>②</sup>韩愈认为，他所传的道统就是孔孟之道，圣贤之道，大力宣扬孟子修身、正心、诚意的“内圣之学”，“万物皆备于我，反身而诚”的“践行之道”。韩愈对孟子之道的宣扬和阐发，推动“内圣”之学，成为了新兴儒学的主导方向。

初唐时期的道教也出现了由外向内的转化，主要体现在受佛教、儒家文化的影响，提出摒弃外求，倡导内省，回归老庄的思想主张。在初唐道士王玄览、

<sup>①</sup> 《旧唐书》卷一百二十《郭子仪传》，中华书局，1999年版，第2349页。

<sup>②</sup> 唐·韩愈《昌黎先生集》卷十一《原道》，《四部丛刊》本。

司马承祯的道教理论中，就有复归老庄的意趣。道教本来就有祈求长生不老的愿望，但在这之前主要寄托在向外寻求、借住鬼神之力、依靠服食丹药等外在的方法。经与佛教、儒家的融合，认识到只要不再外求，体认自己心灵的宁静，就可以获得长寿之本。“从心理上的清净恬淡、无欲无念，到生理上的主静去躁、守气养神，再到生活情趣上的清高脱俗、高雅闲逸及行动上的雍容泰然，不急不躁，构成了宋代士大夫最中意的一套人生哲理与行为模式，而士大夫的这一普遍心理，又反过来促使道教内部向老庄的复归，与禅宗融合。”<sup>①</sup>这种转型与儒家思孟学派、佛教禅宗文化遥相呼应。

佛教方面，主要是禅宗向内在心性的转变，体现在禅宗从安史之乱后出现的北宗衰弱、南宗兴盛的重大转变。“武周之治”时期，北宗在朝廷以及北方的影响很大，神秀禅师被称为“两京法主，三帝门师”<sup>②</sup>，而南宗仅是在南方的少部分地方弘传，是“曹溪顿旨沉废于荆吴，嵩岳渐门炽盛于秦洛”<sup>③</sup>的时代。但是安史之乱后，神会北上，辨是非，定宗旨，后经朝廷裁定，南宗取得了主导地位，到了“凡言禅，皆本曹溪”<sup>④</sup>的时代。禅宗“顿悟成佛”、“即心即佛”的理念以及简易的修法很快受到了士大夫的欢迎，也很符合他们的内在追求。很多文人士大夫与禅师交往密切，如韩愈与大颠禅师、裴修与黄檗禅师、李翱与药山禅师等。通过与禅师的交往，受禅宗的影响，有些士大夫援禅入儒，建构新的儒家思想，如李翱的《复性书》便是代表作。佛教在不断中国化的过程中也广泛地吸收了儒家和道家的思想，特别是以洪州禅为代表的南宗禅最为明显，在禅法语言和风格上都有道家色彩。“中国佛教，尤其是禅宗吸取了道家‘道’的观念，把他作为自家的本体范畴、内在佛性、绝对真理、最高境界，为佛教心性论奠定了哲学基础。”<sup>⑤</sup>如“平常心是道”、“触类是道”等都是以道家的最高本体“道”来命题的。虽然，禅宗与佛教的很多名词语句，都借用了儒家和道家的专业术语，“但那只属于借用而已，禅宗本身的精神，并不因为借用老庄的名言，就认为是老庄或道家思想的加工改装”<sup>⑥</sup>，借用儒家和道家的名词和语言，有利于禅宗在中国本土的传播，禅宗的精神却是没有改变的。

儒、释、道在不断融合、不断吸收其他家的思想，最终形成了属于自己的

<sup>①</sup> 葛兆光：《道教与中国文化》，上海人民出版社，1987年版，第197页。

<sup>②</sup> 见张说撰《唐玉泉大通禅师碑铭》，《全唐文》卷二百三十一。

<sup>③</sup> 宗密：《圆觉经大疏钞》，《续藏经》，第十四册，第553页下。

<sup>④</sup> 《六祖大师法宝坛经》，《大正藏》，第48册，第363页下。

<sup>⑤</sup> 方立天：《禅宗概要》，中华书局，2011年版，第320页。

<sup>⑥</sup> 南怀瑾：《禅与道概论（第七版）》，老古文化事业公司，1983年版，第28页。

但是又相互包含、相互融摄的新的文化类型。

### 2.1.3 得天独厚的地域

唐太宗贞观元年（627年）划全国为10道监察区，江西属于江南道。唐玄宗开元二十一年（733年）时增为15道，属江南西道，其监察区下辖8州，治洪州（今南昌市）。江西为丘陵地貌，物产丰富，气候适宜，农业发达，适合于农禅制度的形成与发展。江西有赣江、抚河、信江、饶河等河流，鄱阳湖连接赣江、长江，形成大联运，优越的航运条件，方便了禅师们的南来北往。这些得天独厚的地域条件为禅宗在江西的发展提供了坚实的保障。随着初唐相对开明的政治的展开、大一统的强固与社会经济文化的繁荣，江西的人口、经济、文化、宗教又得到了进一步的发展。

隋唐以来，江西的人口增长较快，加上安史之乱后，北方人口南移，江西的人口数量与分布发生了很大的变化，“江西户口在隋朝时为85638户，盛唐开元时为205973户，元和时增至293180户，历五代至宋初猛增至591870户。说明唐五代是江西人口迅猛增长的时期，特别是唐安史之乱之后，当全国绝大部分地区的人口增长陷于停滞甚至倒退时，江西地区仍然保持着强劲的增长势头。”<sup>①</sup>造成这种状况的原因：初唐贞观之治、武周之治、开元盛世相继出现，人口自然增长较快；安史之乱后，北方人口流入南方，朝廷的财政收入也主要依靠包括江西在内的江南八道，统治者和江西的地方官员自然特别关注江西的经济增长、鼓励人口增长。随着人口的大幅度上升、生产技术的进步，江西的经济得到了快速的发展，呈现一派兴盛景象。

江西地处长江中下游地区，属亚热带气候，平原、丘陵、山地交错，江河湖泊纵横。其水、热、土等自然条件均较优越，自然物产丰富，适宜于粮食作物的种植和多种经济作物的栽培，农业发展的前景广阔，适合于农禅制度的发展。随着经济重心的南移，江西地区兴修水利、广泛垦殖土地，农业、手工艺、商业均得到了历史性的发展。

秦汉至南北朝，江西文化教育已经有了一定的成就，但形成相对完备的教育体系则是从唐代开始的。唐朝开国后，江西的文化教育又有了明显的进步。特别是安史之乱后，江西的文化教育发展水平已进入了一个新的阶段。“隋唐五

---

<sup>①</sup> 《江西通史 4 隋唐五代卷》，钟起煌主编，江西人民出版社，2008年版，第88页。

代特别是唐中期以来，江西文化一改秦汉六朝的低迷状态而呈兴盛之势：官学与私学交相辉映；科举成就斐然；文化人士辈出；赣文化圈出现。这一时期江西文化的发展与兴盛是以经济大发展为根源的多种良性因素综合作用与影响的结果。伴随着中国古代经济重心的步步南移，江西作为长江中游人文昌明区域的地位也逐渐形成。”<sup>①</sup>江西文化教育的勃兴为禅宗的发展奠定了人文基础。

隋唐五代时期是中国宗教全面繁荣的时期，以佛道为代表。江西地区有适应宗教发展的优越条件，形成了以庐山、龙虎山等为中心的道教发展与弘传基地，佛教在江西的发展则更兴盛，六朝以来，庐山就是佛学的中心，隋代时期，江南不少高僧于此大弘佛法，如智顥、慧远等。佛教在江西的发展主要以禅宗为主，“禅宗三祖僧璨(?~606年)，隋仁寿间，偕徒道信至吉州，于此为道信受具足戒，并付初祖传法衣钵。道信(580—651年)，承嗣为禅宗四祖。大业四年(608年)于九江邂逅遇弘忍，收为弟子，一起登庐山之巅，居上林寺十年。大业十三年(617年)领徒众居吉州，于东山禅寺传教。”<sup>②</sup>禅宗三祖在江西地区的活动，为初唐以来禅宗在江西的繁荣昌盛奠定了良好的基础，演发出了中国化最具体最深入的洪州禅。江西地区弥漫着浓厚的宗教氛围，大众心中充满着佛道情结。

#### 2.1.4 强大有力的外护

按照佛教的说法，出家人称为“内护”，在家居士称为“外护”，共同护持佛法。禅宗的发展，一直得到了上至皇帝、朝臣，下至藩镇、各级行政官员的保护和支持。北宗神秀曾受到了武则天的邀请，此后又受到中宗、睿宗和朝廷重臣的敬仰，神秀大师也被称之为“两京法主，三帝门师”。神秀的弟子普寂和义福也受到了皇帝和朝臣的支持，北宗因此声势显赫。但安史之乱后，北宗失去了朝廷方面的支持，很快便趋于衰微。

六祖慧能在曹溪居住传法时曾受到韶州刺史韦琨的礼请，在大梵寺向僧俗说法。然而慧能似乎不大愿意与达官显贵走的太近，更倾向于贴近平民，在山林中弘扬禅法。慧能的弟子神会禅师则刚好相反，神会北上传法，认为北宗“师承是傍，法门是渐”，南宗才是禅门正统。神会禅师经常与朝廷官员结交朋友，与神会有过交往的朝廷官员有：郭子仪、太尉房琯、户部尚书王赵公、崔齐公、兵部侍郎宋鼎、吏部侍郎苏晋、润州刺史李峻、张说、润州司马王幼琳、侍御

<sup>①</sup> 《江西通史 4 隋唐五代卷》，钟起煌主编，江西人民出版社，2008 年版，第 216 页。

<sup>②</sup> 同上，第 287 页。

史王维、苏州长史唐法通、扬州长史王怡、相州别驾马择、南阳太守王弼等。这些官员的职位多数与军队有关，神会能与他们交往密切，气分相投，也可反映神会身上有武将的英雄气。印顺法师认为：“神会是慧能门下的‘狂’者，‘狂者有所进取’。”<sup>①</sup>不能以世俗的眼光认为神会北上是形式上的法统之争。“神会的‘为天下学道者定宗旨，为天下学道者辨是非’，正是那种为佛法、为众生的真诚。如以世俗的眼光，看作形式的法统之争，那是与事实相去远了！”<sup>②</sup>

马祖道一在洪州（今江西南昌）开元寺弘法时也曾受到地方官员的保护和支持，主要有：洪州刺史、江西观察使路嗣恭、杜亚、鲍防、李兼等。与马祖道一遥相呼应的石头希迁在南岳传法，然而石头希迁似乎并没有与地方官员发生往来。当时的盛况记载为“江西主大寂，湖南主石头，往来憧憧，不见二大士为无知矣”<sup>③</sup>。印顺法师对马祖道一及其弟子与石头希迁及其弟子的出生地作了罗列，认为禅风与区域性有关<sup>④</sup>。出生于长江以北的禅师经常用大打大喝的禅风，代表着“北方之强”；出生在长江以南的禅师，禅风都比较温和，亲切绵密，代表着南方的风格。石头门下，基本上都是出生于长江以南，禅风都比较温和。唯有德山宣鉴禅师例外，他出生于剑南（今四川），也是石头门下少有的出生于北方的禅师，也可从“德山棒”这个称谓我们就能知道他属于北方的风格，因而学术界有人相信德山的师父——天皇道悟是马祖的门下，若知德山与马祖同乡，都是出生于北方，再加上洪州禅风极盛的背景，德山禅师有此作风也就不足为奇了。马祖门下，弟子众多，南北方都有，北方占多数，北方的如临济义玄，南方的如百丈怀海，他们的禅风也符合南北方区域性风格的特点。

进一步注意发现，禅师们与地方官员的交往密切程度也符合南北地域性的区别。如石头希迁（今广东高要）和百丈怀海（今福建长乐）出生于长江以南，他们都基本上没有跟地方官员发生往来，马祖道一（今四川广汉）和临济义玄（今山东曹县）等禅师出生于长江以北，史书中则有很多地方官员前来请法的记录。

总之，在唐朝时期，禅宗的形成和发展得到了多位皇帝和朝臣，藩镇的行政长官、观察使、州刺史等地方军政长官的保护和支持，五代时期又得到了割据国主的支持，如雪峰义存与闽王王审知。禅宗的形成和发展离不开这样一批

<sup>①</sup> 印顺：《中国禅宗史》，中华书局，2010年版，第278页。

<sup>②</sup> 同上。

<sup>③</sup> 《景德传灯录》（卷六），《大正藏》，第52册，第245页下。

<sup>④</sup> 详见《中国禅宗史》，印顺著，中华书局，2010年版，第389—390页。

强大有力的“外护”的支持。至于这些外护为什么会对禅宗怀有如此强烈的热情？杨曾文先生认为：“禅宗强调的世与出世不二、‘即心即佛’和佛在众生之中的思想；说法中贯彻的理事、体用圆融的玄学思维和富有机辩的论禅方式；寄修行于日常生活的简易要求、丛林经营井然有序，提倡农禅并重又崇尚自然情趣等，都对他们具有极大的吸引力，容易在他们心中引起共鸣。”<sup>①</sup>

百丈怀海“好尚幽隐”，从未与达官显贵往来，史料中也未见记载，尽管如此，百丈怀海的德行和影响却益发弥盛，塔铭称“大寂之徒多诸龙象，或名闻万乘，入依京辇；或化洽一方，各安郡国。唯大师好尚幽隐，栖止云松。遗名而德称益高，独往而学徒弥盛”<sup>②</sup>，虽然如此，“外护”对禅宗大力支持的这一大环境却对百丈禅法和清规的推演还是有着不可分割的关系。

## 2.2 禅宗与禅法的演变

关于禅宗的正式成立，目前学术界主要有三种说法：一是传统的说法，以菩提达摩在嵩山少林寺传法作为中国禅宗的开始；二是基于慧能开创的南宗是中国禅宗的主流，以慧能在曹溪传法作为禅宗的正式成立；三是有学者根据敦煌文献的最新研究成果，认为在黄梅传法的道信、弘忍作为禅宗正式的创始人比较妥当。以上三种说法各有各的道理，但有一点是相同的：他们都是在中国禅宗史上做出了史无前例又影响重大的创举。

为了更好地把握禅法的演变，很多学者都喜欢对中国禅宗历史进行分期。日本学者忽滑骨快天从禅风的角度将中国禅宗史分为“纯禅时代”和“禅机时代”，从菩提达摩到六祖慧能时期为“纯禅时代”，六祖慧能之后称为“禅机时代”，认为两者的禅风有着“天渊之别”，“前者恰如大道坦坦，后者如横歧之参差。前者如四通八达之都会，后者如山岳险峻之僻邑。前者直截简明，容易领其大旨，后者幽险晦涩，使学者苦于专研。”<sup>③</sup>然而，“纯禅时代”不可能突然跳跃到“禅机时代”，中间一定会有一个过渡期、酝酿期，马祖道一和百丈怀海就是属于过渡期的关键人物，马祖禅法和百丈禅法既有“纯禅时代”的直截简明，又有些许“禅机时代”的凌厉机锋。也可以说，百丈怀海虽处“禅机时代”，却

<sup>①</sup> 杨曾文：《唐五代禅宗史》，中国社会科学出版社，1999年版，序言第11页。

<sup>②</sup> 陈翊《唐洪州百丈山故怀海禅师塔铭》，《大正藏》，第48册，第1156页下。

<sup>③</sup> 忽滑骨快天：《中国禅学思想史》，朱谦之译，上海古籍出版社，1984版，第55页。

保持着“纯禅时代”的禅风。另外，杨曾文先生把中国禅宗历史分为酝酿期（达摩、慧可、僧璨）、初创期（道信、弘忍）、南北宗并立期（慧能、神秀）、南宗独盛期（神会北上后）和禅门五宗期（临济、沩仰、曹洞、云门、法眼），<sup>①</sup>百丈怀海处于南宗独盛期和禅门五宗期之间，为绍续禅门正法和禅宗分灯都发挥了重要作用。

因此，从菩提达摩到六祖慧能再到马祖道一，梳理并探讨这一条线上的禅法演变，对于研究百丈怀海的禅法是非常有必要的。笔者按禅法演变的重大转折点来分，把从菩提达摩到马祖道一分为四个部分：达摩、慧可、僧璨三位禅师都是崇奉四卷本《楞伽经》，在禅法上没有太大区别，因此将三位禅师放在一起阐述，名为“藉教悟宗”，为第一部分；道信和弘忍在禅修生活上有重大变革，从头陀行到定居弘法，在禅修方法上也有重大变革，称为“东山法门”，为第二部分；六祖慧能是南宗顿旨的创始人，倡导“无念为宗、无相为体、无住为本”的大乘“顿悟法门”，为第三部分；马祖道一是中国禅宗史上最有影响的人物之一，延续慧能的宗旨，开创了“洪州宗风”，为第四部分。

### 2.2.1 达摩及其弟子的“藉教悟宗”

菩提达摩传授的禅法，《续高僧传》和《楞伽师资记》均记载为“二入四行”：“夫入道多途，要而言之，不出二种：一是理入，二是行入。理入者，谓藉教悟宗。深信含生同一真性，但为客尘妄想所覆，不能显了。若也舍妄归真，凝住壁观，无自无他，凡圣等一，坚住不移，更不随文教，此即与理冥符，无有分别，寂然无为，名之理入。行入谓四行，其余诸行悉入此中。何等四耶？一报冤行，二随缘行，三无所求行，四称法行。”<sup>②</sup>二入四行禅法修证的理论基础是“藉教悟宗”，提倡借助文字经典来证悟禅门宗眼。据《续高僧传》记载，达摩以四卷《楞伽经》授予慧可，作为印心的法要。“宗”和“教”是《楞伽经》说的“自宗通”<sup>③</sup>和“说通”<sup>④</sup>。“自宗通”是离妄想、离成见、离二边的自觉圣智，菩提达摩称之为“真性”。“说通”是指文字、经论、教典。“宗”（自宗通）

<sup>①</sup> 详见《唐五代禅宗史》，杨曾文著，中国社会科学出版社，1999年版，序言及第37页。

<sup>②</sup> 《楞伽师资记》，《大正藏》，第85册，第1285页上。

<sup>③</sup> 《楞伽阿跋多罗宝经》载“自宗通者，谓：修行者，离自心现种种妄想。谓：不堕一异、俱不俱品，超度一切心、意、意识。自觉圣境界，离因成见相，一切外道、声闻、缘觉堕二边者，所不能知。我说是名自宗通法。”（《大正藏》，第16册，第503页上）。

<sup>④</sup> 《楞伽阿跋多罗宝经》载“说通者，谓：随众生心之所应，为说种种众具契经。是名说通。”（《大正藏》，第16册，第503页上）。

是非关语言文字的自觉圣智，但却需要借助“教”（说通）去悟入。至于行证的方法，禅典记载为“壁观”，但是具体的内容却没有记载，学术界也有多种说法。宗密认为：“达摩以壁观教人安心，外息诸缘，内心无喘，心如墙壁，可以入道。”<sup>①</sup>这是禅宗在未开悟以前要走的路子，也就是修止的功夫。道宣对“壁观”评价非常高：“大乘壁观，功业最高，在世学流，归仰如市。”<sup>②</sup>由上可知，菩提达摩的二入四行禅法，以“藉教悟宗”为基础，以“壁观”为法，以“安心”为要。

菩提达摩以四卷本《楞伽经》授慧可，作为印心的依据。二祖慧可的禅法也是遵循“藉教悟宗”的宗旨，不仅重视经教对修道明心的作用，而且重视坐禅对修道明心的影响。但慧可并不拘泥于经教，认为应从经教的基础上超脱出来。《楞伽师资记》记载：“故学人依文字语言为道者，如风中灯，不能破暗，焰焰谢灭。若静坐无事，如密室等，则能破暗，照物分明……有读者暂看，急须并却；若不舍还，同文字学，则何异煎流水以求冰，煮沸汤而觅学……十方诸佛，若有一人不因坐禅而成佛者，无有是处……坐禅有功，身中自证故。”<sup>③</sup>禅宗三祖僧璨的史料极少，据说他不从事著述，有疑为托其名所作的《信心铭》存世，也不公开说法，只收弟子道信一人。达摩、慧可、僧璨时期的禅法是“法匠默运，学徒潜修”的，一般不轻易传授，禅师都会严格考察学人根性，才决定是否传续这个法。所以这一时期的弟子不多，禅法也未得到广泛弘传。

## 2.2.2 道信与弘忍的“东山法门”

道信是中国禅宗史上承前启后的关键人物，弘忍又在道信的基础上走向了更高峰，历史上称他们这一时期的禅法为“东山法门”。道信和弘忍在弘法方式上和禅修生活上与之前的禅师有所不同，在弘法方式上由以前的行脚为主变为定居，这样方便了禅师修行，也方便了信众前来学法请益；在禅修生活上由以前的托钵改为生活自给，将劳动与禅修结合起来，这也是农禅的雏形。据《楞伽师资记》记载，道信有禅法著作《入道安心要方便法门》传授弟子，弘忍也有禅法著作《最上乘论》遗世，我们可以从这两篇禅法著作中了解他们的禅法。

道信在《入道安心要方便法门》中说：“我此法要，依《楞伽经》诸佛心第

<sup>①</sup> 《禅源诸诠集都序》卷上之二，《大正藏》，第48册，第403页中。

<sup>②</sup> 《续高僧传》卷二十，《大正藏》，第50册，第596页下。

<sup>③</sup> 《楞伽师资记》，《大正藏》，第85册，第1285页中、下。

一，又依《文殊说般若经》一行三昧，即念佛心是佛，妄念是凡夫。”<sup>①</sup>这段话包含了修行的理论基础和实践方法，《楞伽经》中的“诸佛心第一”是修行的理论基础和基本见地，“一行三昧”是修行的方法。在方便上，道信提倡“念佛”。念佛的法要，道信解释为：“系心一佛，专称名字”、“端坐念实相”、“无所念者，是名念佛”、“念佛即是念心，求心即是求佛”“身心方寸，举足下足，常在道场，施为举动，皆是菩提”<sup>②</sup>。道信说的念佛不是形式上的口念，而是无所念的念的念佛，真念佛时，佛与心的形相俱泯，佛与心无二无别，身心活动、一切施为都是成佛觉悟的道场。在具体的行证方法上，即禅观之法，道信禅师独举“守一不移”：“守一不移，动静常住，能令学者明见佛性，早入定门。”“先当修身审观，以身为本。……又常观自身空净如影，可见不可得。……从本以来不出不入，不去不来，即是如来之义。……如此观察，知是为观空寂。”“守一不移者，以此空寂眼，任意看一物，无间昼夜时，专精常不动，其心欲驰散，急手还摄来，如绳系鸟足，欲飞还掣取，终日看不已，泯然心自定。”<sup>③</sup>守一不移就是以性空的眼光观照万物，精进不懈，如果心散乱了或跟着境界跑了，提起觉照，马上把自己拉回来，安住本位，不令驰散，如此用功，久久纯熟。另外，道信对坐禅看心的次第和方法也有非常详细阐述，详见《入道安心要方便法门》，此不赘述。

弘忍的禅法与道信没有太大区别，但又有所发展。弘忍在道信“守一”的基础上提出“守心”，并强调说，此心就是“本真心”。道信主要以《楞伽经》和《文殊说般若经》为依据，弘忍在尊崇《楞伽经》的同时，更侧重于依《楞伽经》所作的《大乘起信论》，《大乘起信论》中说：“依一心法，有二种门。云何为二？一者，心真如门；二者，心生灭门。是二种门，皆各总摄一切法。此义云何？以是二门不相离故。”<sup>④</sup>弘忍以此为依据，在道信“守一”的基础上，进一步对所守的“心”进行界定，认为所守的心是“本真心”，而不是因缘生灭的妄心。“此真心者，自然而有，不从外来，不属于修。于三世中所有至亲莫过自守于心。若识心者，守之则到彼岸。迷心者，弃之则堕三途。”<sup>⑤</sup>这就是说真心是本来就有的，识此真心即是见性。一切众生本具的清净真心，是解脱成佛

<sup>①</sup> 《楞伽师资记》，《大正藏》，第85册，第1286页下。

<sup>②</sup> 《入道安心要方便法门》，见《楞伽师资记》，《大正藏》，第85册，第1287页上。

<sup>③</sup> 同上，第1288页中。

<sup>④</sup> 《大乘起信论》，《大正藏》，第32册，第576页上。

<sup>⑤</sup> 《最上乘论》，《大正藏》，第48册，第337页中。

的内在依据。弘忍特别强调“守本真心”的重要性：“守心第一，此守心者，乃是涅槃之根本，入道之要门，十二部经之宗，三世诸佛之祖。”<sup>①</sup>认为“守本真心”是达到觉悟解脱的根本法门。弘忍在禅法上的这一创见对后世禅宗产生了深远的影响，也造就了后来的禅师开示学人见性的两大方法：一是断却妄念，二是直指真如。

方立天认为：“东山法门的禅法就是静态渐修的坐禅、念佛和守心，其特质主要是外在的念佛和内在的守心，尤其是守心，最为偏重。”<sup>②</sup>总的来说，“东山法门”有完善的修行理论基础，“念佛”、“守一”、“守心”等方便，在达摩禅法的基础上有重大转变，也为慧能的南宗开辟了道路。道信、弘忍时期的禅法一改达摩时期“法匠默运，学徒潜修”的风格，提倡“有教无类”，不太要求学人根性，一齐教授学习念佛、净心的法门。如果学人有所领会，则“密来自陈，当理与法”。至于授予的是什么法，是不会轻易向别人说的，也是说不到的，“唯有家里人，方知家里事。语于门外汉，遭谤定无疑”，所以不明白的人都称之为“密语”、“密意”。这一时期，“念佛名，令净心”的禅法得到了普遍而公开的传授，但得道的却并不多。

### 2.2.3 六祖慧能的“顿悟法门”

慧能的禅法主要体现在《六祖坛经》中。《六祖坛经》的内容非常丰富，包含多方面的佛教思想，主要强调大乘佛教的基本思想。六祖慧能直接论述禅法的地方较少，主要有关于修持禅法的基本见地和内在依据，“无念为宗，无相为体，无住为本”的顿悟法门。《六祖坛经》撤去佛教的宗教神秘形式，直接指示佛教的核心。

《坛经》中的第一句话其实就是慧能禅法的主旨：“菩提自性，本来清净。但用此心，直了成佛。”<sup>③</sup>“菩提自性，本来清净”一句和慧能开悟时说的第一句话意思是一样的<sup>④</sup>，这是慧能证悟到的真实的话语。他告诉我们：我们的菩提自性本来就是清净无染的，只要善用此心，直下见性，就能觉悟，在性体上和佛没有什么两样。这句话是宗门修证的基本见地，也是开悟的内在依据。这句

<sup>①</sup> 《最上乘论》，《大正藏》，第48册，第337页下。

<sup>②</sup> 方立天：《从达摩到慧能：禅法的演变》，载《正法研究》，1999年，创刊号。

<sup>③</sup> 《六祖大师法宝坛经》，《大正藏》，第48册，第347页下。

<sup>④</sup> 《六祖大师法宝坛经》载：“何期自性，本自清净；何期自性，本不生灭；何期自性，本自具足；何期自性，本无动摇；何期自性，能生万法。”见《大正藏》，第48册，第349页上。

话告诉了我们修行的下手处是在我们心上，而不是外在的相上，不是修成个什么样，而是悟得本来清淨的菩提自性。若是方向上错了，必然导致不好的结果，所以说“因地不正，果招迂曲”。

慧能所讲的“顿悟”是建立在前五代禅师坐禅、念佛、守一、守心的禅法基础上的一种超拔或指归，这个基础包括常年累月的读经看教、参禅打坐、严持戒律、治心一处等渐修行履，并不是没来由的就能顿悟。慧能的“顿悟法门”可以说是在之前禅师的基础上的更进一步。禅师说法都是在因缘成熟之际才说的，什么因缘成熟了，就说什么样的法，使他更进一步，但这些法也只是一时的权宜之法。在释迦牟尼佛出世之前，印度的因果轮回观念已经发展得非常成熟了，故释迦牟尼佛出世为我们讲超越轮回、了脱生死之法。在菩提达摩之前，中国对经教的研究已经非常成熟了，故菩提达摩来到中土弘扬“不立文字，教外别传。直指人心，见性成佛”的禅法。慧能的“顿悟法门”也是在坐禅、念佛、守心等“渐修法门”发展非常成熟的时候提出来的。通过相当长时间的读经看教、坐禅守心等渐修，很多禅师都有非常扎实的经论知识、非常深厚的禅定功夫，就差一念之转了，这一念之转就是慧能及其弟子弘传的“顿悟法门”。若是一味停留在坐禅、守心而不能更进一步，那么便成了法执，不能开悟见性、了脱生死。“顿悟法门”就是应时代之机，通过慧能的口说出来的。

“顿悟法门”可以展现为“无念为宗，无相为体，无住为本”。《坛经·定慧品》云：“本来正教，无有顿渐，人性自有利钝。迷人渐修，悟人顿契。自识本心，自见本性，即无差别，所以立顿渐之假名。”<sup>①</sup>由此可见，“顿悟法门”也是一时之权立。又云：“我此法门，从上以来，先立无念为宗，无相为体，无住为本。无相者，于相而离相。无念者，于念而无念。无住者，人之本性。”<sup>②</sup>“无念”并不是什么都不念，而是“于一切境上不染”，若分开来讲，则是“无者离二相诸尘劳，念者念真如本性”<sup>③</sup>。“无相”是不执着于各种名相、境界，“于相而离相”，性体自然能清淨。“无住”，人的本性就是念念不住的，故《金刚经》云：“不应住色生心，不应住声香味触法生心，应无所住而生其心。”<sup>④</sup>

慧能也是以“顿悟法门”的宗旨来指导坐禅的：“何名坐禅？此法门中，无障无碍，外于一切善恶境界，心念不起，名为坐；内见自性不动，名为禅。善

<sup>①</sup> 《六祖大师法宝坛经》，《大正藏》，第48册，第353页上。

<sup>②</sup> 同上。

<sup>③</sup> 同上，第338页下。

<sup>④</sup> 《金刚经般若波罗蜜经》，《大正藏》，第8册，第749页下。

知识！何名禅定？外离相为禅，内不乱为定。外若著相，内心即乱；外若离相，心即不乱。本性自净自定，只为见境，思境即乱。若见诸境心不乱者，是真定也。善知识！外离相即禅，内不乱即定。外禅内定，是为禅定。”<sup>①</sup>可见，大乘佛法里的“坐禅”并不是相上的结跏趺坐，而是外于境界而不染，内见自性不动。“禅定”也不是相上的四禅八定，而是对于外境即相而离相，内心不跟着境界跑，应接事务而心无所住。“顿悟法门”中的坐禅，没有固定的程式，只要于一切境界上无障无碍，内心不乱，一切时中，行住坐卧，都是坐禅，都是修行。这种法门的简易性很容易受到大众的接受，也便得到了普遍的弘传。如果说道信、弘忍时期尚有“密语”、“密意”传授，那么慧能就是把这密授公开了，不用念佛、净心等方便，直接指示见性：“菩提自性，本自清淨。但用此心，直了成佛”<sup>②</sup>，“为人本性，念念不住”<sup>③</sup>，“自性起念，虽即见闻觉知，不染万境而常自在”<sup>④</sup>，要学人自己去体会悟入。慧能时期的禅法，在道信、弘忍时期普遍化的基础上，不拘于方便，直截地、简易地弘传开来了，这一时期开悟见性的人也非常多。

从菩提达摩的“籍教悟宗”到道信、弘忍的“东山法门”再到六祖慧能的“顿悟法门”，禅法在一步步朝着简易化的方式发展，也由少部分人之间的传授到普遍大众的弘传。

#### 2.2.4 马祖道一与“洪州宗风”

马祖道一承继了六祖慧能的“菩提自性，本来清淨”的基本理路，提出“道不用修，但莫污染”的基本见地开示学人。“众生皆有佛性”、“自心是佛”是禅宗的基本见地和修行的理论基础，马祖道一为让众人信得及“自心是佛”，开示众云：“汝等诸人各信自心是佛，此心即是佛心。达磨大师从南天竺国来，躬至中华，传上乘一心之法，令汝等开悟。又引楞伽经文，以印众生心地，恐汝颠倒不自信。此心之法各各有之，故《楞伽经》云：佛语心为宗，无门为法门。又云：夫求法者应无所求，心外无别佛，佛外无别心。不取善、不舍恶、净秽两边，俱不依怙，达罪性空，念念不可得，无自性故。故三界唯心，森罗万象

<sup>①</sup> 《六祖大师法宝坛经》，《大正藏》，第48册，第353页中。

<sup>②</sup> 同上，第347页下。

<sup>③</sup> 同上，第338页下。

<sup>④</sup> 同上。

一法之所印。”<sup>①</sup>马祖道一这一段言说既是在阐明禅宗的基本见地，也是在告诉学人修行应在自家心地上下功夫，不应在相上攀缘颠倒。

在马祖道一时期，禅宗已经发展成多系：牛头法融系、剑南净众、保唐系、菏泽神会系、石头希迁系和马祖道一系。虽然系派众多，但是在基本的理路、基本的见地上却是一致的，均提倡“自心是佛”，在追求的目标和修行的方向上也是一致的，均指向“自心本佛”。然而，在禅法的风格上却各各不同，马祖道一所创洪州宗的禅法风格被称为“洪州宗风”。宗密在《圆觉经大疏钞》中概括洪州宗的禅法为“触类是道而任心”<sup>②</sup>，这个概括与马祖所说的“自心是佛”、“一切法皆是心法”、“道不用修，但莫污染”和“平常心是道”是一致的。

马祖道一或言“即心即佛”，或言“非心非佛”。若是单独来讲，只讲“自心是佛”（此处用“自心是佛”而不用“即心即佛”，以示区别），如上文所引，这是在阐明禅宗的基本见地；若是放在一起讲，“即心即佛”与“非心非佛”，这就不是禅宗的理论见解了，而是马祖开示学人见性，“应病与药”的两种方法。

“即心即佛，属于禅门直指，非心非佛，属于禅门顿夺。直指，犹如以指指月，意在指外；顿夺，犹如彻去指头，意在独存。或直指，或顿夺，意在明心，不在予夺之法。”<sup>③</sup>在这一点上，马祖也有开示：“僧问：和尚为什么说即心即佛？师云：为止小儿啼。僧云：啼止时如何？师云：非心非佛。僧云：除此二种人来如何指示？师云：向伊道不是物。僧云：忽遇其中人来时如何？师云：且教伊体会大道。”<sup>④</sup>对于向外求佛的人，马祖用一句“即心即佛”来对治，断其外求的心；对于不再外求，却执着于“即心即佛”，马祖用一句“非心非佛”来对治，破其法执；对于既不执着于“即心即佛”，也不执着于“非心非佛”，却执着于离却两端的中道上，马祖用“不是物”来对治，也即是“说似一物即不中”；对于已经开悟见性的人，宗门讲“得了个消息”的人，马祖则“教伊体会大道”，这就是悟后正修，绵密保护。可见，以上种种言说，种种方便，或说“即心即佛”，或说“非心非佛”，或说“不是物”，这些都是对根当机的方便手段，也是马祖道一的禅法风格。

马祖道一在接引学人的方式上也有重大转变，形成了一套独特的传法方式。在禅宗前期，传法方式主要有“开法”、“普说”、“机缘问答”等正面的传法方

<sup>①</sup> 《景德传灯录》卷第六，《大正藏》，第51册，第245页下。

<sup>②</sup> 《圆觉经大疏释义钞》，《续藏经》，第9册，第534页中。

<sup>③</sup> 苏树华：《洪州禅》，宗教文化出版社，2005年版，第36页。

<sup>④</sup> 《景德传灯录》卷第六，《大正藏》，第51册，第246页上。

式来接引学人。马祖道一在接引学人的方式上却是灵活多样，主要有：暗示、反诘、隐喻、喝、打、画圆相等<sup>①</sup>，这些接引人的方式都是马祖道一应学人之根基，随机采用的方便手段。这些方便手段充实了前期禅宗以正面言教为主的传统方式。所以，经马祖接引开悟的弟子人数也是禅宗史上最多的，《祖堂集》卷十四〈马祖传〉记载：“亲承弟子总八十八人出现于世，及隐遁者莫知其数”<sup>②</sup>，《景德传灯录》卷六〈马祖传〉记载：“入室弟子一百三十九人，各为一方宗主，转化无穷”<sup>③</sup>。著名的弟子有百丈怀海、西堂智藏、南泉普愿、大珠慧海等，其中百丈怀海更是一代大宗师，不仅在禅法上有自己的特色，自成体系，还创立了对禅宗乃至整个佛教甚至中国文化都影响深远的《禅门规式》，并且开发出了临济、沩仰二系，临济一脉更是绵延至今。

<sup>①</sup> 注：马祖接引学人的例子，此处不赘述。详见《祖堂集》卷十四〈马祖传〉、《景德传灯录》卷六〈马祖传〉和卷二八〈江西大寂道一禅师语〉、《古尊宿语录》卷一、《四家语录》卷一〈马祖录〉。

<sup>②</sup> 《祖堂集》，静、筠二禅师编撰，中华书局，2007年，第617页。

<sup>③</sup> 《景德传灯录》，《大正藏》，第51册，第246页中。

## 第3章 百丈怀海与《禅门规式》

唐代百丈怀海禅师，俗姓王，福州长乐（今福州东南）人，其主要传法活动于江西。他是六祖慧能之后突出的禅门宗匠，嗣法马祖道一，是洪州宗的承继者，因其住锡于江西百丈山，世称“百丈怀海”。其下著名弟子有黄蘖希运、沩山灵祐等，并开发出临济、沩仰二系以及从临济演化出的杨岐派、黄龙派，这一脉被后世公认为禅门正统。百丈怀海倡导农禅并举，使禅门得以自立，不再过分依靠朝廷和世俗，虽经会昌法难而能迅速恢复。又肇立禅门规式，使禅门得以自尊，不再受律制束缚，使说法住持合于规度。故《宋高僧传》云：“禅门独行，由海之始也。”<sup>①</sup>

本章依据相关史料，对百丈怀海之行状作一简介，着重论述其悟道因缘，以期较为完整地还原百丈怀海的修行证道历程，另外，对百丈怀海所立之《禅门规式》，分析其创立背景，勾勒其主要内容，略述其意义和影响，并于其中作适当推论。

### 3.1 行状简介

有关怀海生平的文献材料主要有两个：其一、唐陈诩《唐洪州百丈山故怀海禅师塔铭并序》（以下简称《塔铭》），撰于唐元和十三年（818），收入《全唐文》卷四四五和《大正藏》第48册《敕修百丈清规》卷八“附著”，其中《大正藏》本多出“并序”二字和“碑侧大众同记五事”。其二、北宋贊宁《宋高僧传》卷十《唐新吴百丈山怀海传》，端拱元年（988）修成。除此之外，《祖堂集》卷十四〈百丈〉、《景德传灯录》卷六〈洪州百丈山怀海禅师〉、《五灯会元》卷三〈百丈怀海禅师〉等也有简要记载。另外，本文还使用了一些地方志、寺志等作为补充材料。

#### 3.1.1 怀海禅师生卒年

有关怀海的生年，传世的文献资料中有两种不同的说法。《塔铭》载：“元

---

<sup>①</sup> 《宋高僧传》，《大正藏》，第50册，第771页上。

和九年（814）正月十七日，证灭于禅床报龄六十六，僧腊四十七。”<sup>①</sup>详细载有证灭日期、报龄和僧腊，以此推算，怀海生于唐玄宗天宝八年（749），十五岁左右出家。《宋高僧传》却记载：“以元和九年甲午岁正月十七日归寂，享年九十五矣。”<sup>②</sup>载有归寂日期（与《塔铭》同）和享年，缺僧腊，以此推算，怀海生于唐玄宗开元八年（720）。其后《景德传灯录》等晚出诸书，均同于《宋高僧传》所载。从文本及内容看，两者的可信度都很高。从《塔铭》看：其一，《塔铭》的作者陈诩为怀海同时代人，且经常聆听怀海说法，自称“诩从事于江西府，备尝大师之法味”<sup>③</sup>，可见对怀海是非常熟悉的；其二，《塔铭》所记载的内容更为详尽，且多为其他文本所不载，如关于怀海的远祖、僧腊及迁徙缘由等，若非怀海本人亲述或亲承弟子转述，别人是无从知晓的；其三，《塔铭》的性质，类似于世俗的墓志铭，一般为弟子邀请当时有名的文人撰写，应该会提供一些怀海的个人信息，这一点从《塔铭》中记载的详尽程度也可以看出。从《宋高僧传》看：其一，贊宁和《宋高僧传》在中国佛教史上的地位非常高；其二，关于怀海的生卒年，其后《景德传灯录》等晚出诸书均依循《宋高僧传》所载，成为了普遍的共识，《宋高僧传》一旦记载有误，便影响甚广。从以上因素分析看，似乎《塔铭》所载更为严谨、确切、可靠。

鉴于其在中国佛教史上的地位，百丈怀海越来越为学术界重视。综观近现代怀海的学术研究，就其出生年代问题上，也有这样的分歧，或云其活66岁，或云其活95岁。丁福保在《佛学大辞典》认为怀海生卒年为公元720至814年，中国佛教史先驱陈垣先生在《释氏疑年录》中辟有“洪州百丈怀海”条<sup>④</sup>，认为怀海活了95岁。以致许多今人所编的辞书<sup>⑤</sup>和专著<sup>⑥</sup>中，均运用了这一年代：公元720年至814年，享年95岁。这一年代成了传统的看法。然而，从近十多年关于怀海生年考证的研究论著看，似乎有为这一看法翻案的趋势。中山大学林悟殊在《唐百丈禅师怀海生年考》一文中，对陈垣先生在史料方面的取舍提出

<sup>①</sup> 《唐洪州百丈山故怀海禅师塔铭并序》，《大正藏》，第48册，第1156页中。

<sup>②</sup> 《宋高僧传》卷十，《大正藏》，第50册，第770页中。

<sup>③</sup> 《唐洪州百丈山故怀海禅师塔铭并序》，《大正藏》，第48册，第1157页上。

<sup>④</sup> 陈垣《释氏疑年录》载：福州长乐人，陈诩撰塔铭作王氏。唐元和九年卒，年九十五（七二〇—八一四）。《佛祖历代通载》作元和七年卒，《全唐文》载陈诩撰塔铭，作年六十六。今据《宋高僧传》十、《景德录》六。

<sup>⑤</sup> 如任继愈编《宗教大辞典》，上海辞书出版社，1998年版，第325页；吴枫、宋一夫主编《中华佛学通典》，海口南海出版社，1998年版，第883页。

<sup>⑥</sup> 如潘桂明《中国禅宗思想历程》，今日中国出版社，1992年版，第241页；葛兆光《中国禅宗思想史——从6世纪到9世纪》，北京大学出版社，1995年版，第303页。

质疑，重新对史料进行考证，并援引与怀海相关的他人传记进行佐证，认定怀海生于公元749年，活66岁，并指出一直以来定为活95岁的原因：“历来将怀海俗寿定为95，无疑来自贊宁之失察，而后人奉其《僧传》为权威，未加细考，遂相袭而错也。”<sup>①</sup>谢重光在《福建历代高僧评传——百丈怀海禅师》一书中，也对有关怀海的生平进行了考证，认为《塔铭》之说确凿可靠，并推断《宋高僧传》误记的原因：“至贊宁作《僧传》时，有关怀海生平的资料已经残缺，贊宁所看到的资料，在怀海生年或寿数的记载上模糊不清。或许可以设想，有一种资料记载怀海生于唐玄宗天宝八年，而天宝二字漫漶不可辨识，贊宁以意断为开元八年，因此致误，亦未可知。”<sup>②</sup>

大多数传记和灯录认为怀海生卒年为公元720至814年，享年95岁，这也是历来较为传统的看法。《塔铭》和新近的学者考证认为怀海生卒年为公元749至814年，享年66岁，且学者的考证严谨充分，较为可信。然而，就算考证出怀海的生年，于研究怀海之禅法并没有什么关系，既然存在分歧，两个史料又均为客观，让这个问题悬置着也没什么影响。如《五灯会元》只记载“唐元和九年正月十七日归寂”<sup>③</sup>，享年、僧腊均不载；印顺法师在论及怀海时也只标“八一四年卒”<sup>④</sup>，回避其生年。虽然如此，毕竟有如此之多的怀海生年考证研究成果，不能视而不见，就以上所列史料和研究成果分析看，笔者更倾向于《塔铭》所载。也试为多数灯录和传统看法认定活95岁作一猜测性推断：禅者多为高寿，怀海于禅宗又功高至伟，虽知《塔铭》所载详尽，然更愿相信怀海活了95岁，而不只是66岁。

《五灯会元》有一段关于怀海禅师小时候事迹的记载：“师儿时随母入寺拜佛，指佛像问母：此是何物？母曰：是佛。师曰：形容似人无异，我后亦当作焉。”<sup>⑤</sup>学佛、作佛，乃大丈夫所行之事，非王侯将相所能为。可见，怀海禅师自小就有不畏权威，敢于承担，大丈夫之气魄，这两点也是他后来能成为禅门宗匠和创立清规的重要因素。

<sup>①</sup> 林悟殊：《唐百丈禅师怀海生年考》，载《中山大学学报（社会科学版）》，2002年第5期，第59页。

<sup>②</sup> 谢重光：《福建历代高僧评传——百丈怀海禅师》，厦门大学出版社，2011年版，第6页。

<sup>③</sup> 《五灯会元》，《续藏经》，第80册，第73页上。

<sup>④</sup> 印顺：《中国禅宗史》，中华书局，2010年版，第302页。

<sup>⑤</sup> 《五灯会元》，《大正藏》，第80册，第73页上。

### 3.1.2 落发、进具

关于怀海禅师的落发和进具，《塔铭》称：“落发于西山慧照和尚，进具于衡山法朝律师”。然而，学术界关于西山、衡山的具体地点和慧照和尚、法朝律师的具体人物持有两种看法：大部分也即共识认为，怀海从广东潮阳西山慧照（或称神照）和尚落发，从南岳衡山法朝（或称希操）律师受具；也有部分学者和论著认为，西山寺在福建省长乐县沙京村，今称龙泉寺，衡山为福州闽县之衡山，非南岳衡山，至于慧照、法朝其人，则无从稽考。兹整理援引如下：

按大部分学者认为，怀海禅师时在广东潮阳西山慧照（或作称神照）处落发。指出为怀海落发的是僧史上著名的潮阳慧照禅师，进而考证出福建长乐县在唐代时并无西山寺，也无慧照其人<sup>①</sup>，并援引《潮阳县志》所载，说明慧照是大颠、药山等禅师的师父<sup>②</sup>，而慧照又作神照，是南岳怀让法嗣<sup>③</sup>，并认为“西山慧照既是南岳怀让的嫡传弟子，投到他的门下，就等于接上了南宗禅的正宗。”

<sup>④</sup>并说“为怀海落发的西山慧照，是潮阳西山慧照，或称潮州神照”这一结论已成为学界共识。“进具于衡山法朝律师”，法朝律师在《宋高僧传》中并无传记，因而学者怀疑“法朝”为“希操”之误或别名<sup>⑤</sup>。衡山是唐中叶时期南方戒律的中心，希操律师又是律学方面的名家，又援引兴果神湊、丹霞天然、药山惟俨等禅师<sup>⑥</sup>均是受具于希操律师后，再转参马祖道一或石头希迁，便认为，怀海的

<sup>①</sup> 原文称：“首先是福建长乐县唐代并无西山寺，长乐县的龙泉院唐宋时并无西山寺之称，其寺还很可能创建于大中十三年，已如前述。而遍检《宋高僧传》、《续高僧传》、《祖堂集》、《景德传灯录》、《五灯会元》以及各种禅宗史乘乃至问人文集、各种方志，在福建佛教史上，唐代亦无慧照其人。说长乐县在唐中叶有个西山寺，其寺方丈名慧照，为怀海落发出家，仅见于晚近福建某些僧、俗人士的著述中。”见谢重光《福建历代高僧评传——百丈怀海禅师》，厦门大学出版社，2011年版，第18页。

<sup>②</sup> 注：“惠照者，本邑人，高僧大颠之师，而曹溪之派也。旧亡里氏，唐大历初，归自曹溪，深契南宗之旨，常栖止西山，精持戒律，有诗名，士林重焉。其时又有澧州药山释曰惟俨者，亦以童年妙悟，度岭入潮，与大颠共受心印于惠照。”见隆庆《潮阳县志》卷14，《流寓·大颠传附惠照传》。

<sup>③</sup> 印顺法师指出：“怀让的弟子……《传灯录》列九人。其中……神照住广东潮州的西山。药山惟俨、潮州大颠、百丈怀海都是从神照（或作“慧照”）出家的。”见印顺著《中国禅宗史》，中华书局，2010年版，第301页；徐文明也指出西山慧照是怀让弟子的身份，见其论文《唐衡岳大律师希操考》，载《船山学刊》，2002年第3期，第95—97页；林悟殊也说：“这位慧照和尚，佛教文献上又作惠照和尚、神照和尚……列为南岳怀让禅师的第一世法嗣。”见其论文《唐百丈禅师怀海生年考》，《中山大学学报（社会科学版）》2002年第5期第59页；任继愈在《佛教大辞典》中也表述为：“怀海，（720—814），从潮阳西山（今广东潮安）惠照和尚落发。”江苏古籍出版社，2002年版，第681页。

<sup>④</sup> 谢重光：《福建历代高僧评传——百丈怀海禅师》，厦门大学出版社，2011年版，第22页。

<sup>⑤</sup> 载：“希操之名……或因音近、或因形似而致误。‘法朝’可能也是希操的别名……而‘操’与‘朝’音同或音近，‘法操’很可能因此误为‘法朝’。”见谢重光《福建历代高僧评传——百丈怀海禅师》，厦门大学出版社，2011年版，第23页。

<sup>⑥</sup> 注：兴果神湊“具戒于南岳希操大师，参禅于钟陵大寂大师。”丹霞天然“于岳寺希律师受其戒法，造江西大寂会。”药山惟俨“大历八年，纳戒于衡岳寺希操律师所。”

经历也应是如此。由于没有确切的、直接的史料存世，这些结论都是属于片面和附会的推断。潮阳西山慧照（或作神照）禅师是南岳怀让法嗣，深契南宗之旨，出入儒释，有诗名；南岳衡山希操律师是当时有名的大律师，兼通禅律，丹霞天然、药山惟俨等著名禅师均是出自其门下。如果怀海也出自他们二人门下，似乎更符合一代宗师成长的辉煌历程。

学术界还有很多人认为替怀海落发的慧照就是广东潮阳的慧照和尚，这一观点值得商榷。主要理由整理如下：第一，《潮阳县志》只记载了药山、大颠师事广东潮阳西山慧照，并无怀海，他们都是当时禅宗的风云人物，如果他们有共学的因缘，其中应有记载，同时查药山、大颠的传记，也无与怀海同门的记录；第二，自隋唐以来，佛教在福建省已经发展得非常繁盛，在如此浓厚的氛围下，年轻的怀海不大可能到千里之外的广东潮阳去出家，再考虑到青少年出家大多由近及远<sup>①</sup>；第三，广引福建省地方志，证明在怀海的家乡却有一座寺庙名为西山寺<sup>②</sup>，后改名为龙泉寺。综述认为，怀海落发的西山在福建省内长乐县沙京村的西山寺（后改名为“龙泉寺”）。学者王荣国在《福建佛教史》一书中<sup>③</sup>、韩溥著《江西佛教史》中<sup>④</sup>均认同这一观点。至于慧照是谁，限于资料则未能拷出其事迹。对于怀海进具的衡山和法朝律师也提出了异议：首先，查史传和湖南《衡山县志》后发现并无“法朝律师”的记载；其次，转查福建地方志，发现长乐县的临县闽县确有一座“衡山”<sup>⑤</sup>；再次，猜测认为，当时怀海年纪尚幼，似乎不可能去千里之外的衡山受具；最后，从《塔铭》载：“落发于西山慧照和尚，进具于衡山法朝律师，既而叹曰：……遂诣庐江，阅浮槎经藏，不窥庭宇者积年。”推敲其语气，认为怀海第一次游方是为了读大藏经<sup>⑥</sup>。综述得出，怀海在其家乡长乐县之邻县闽县的衡山受具的，至于法朝律师则无从稽考。

以上两种观点都是通过不同的侧面材料，分析加附会，援引加猜测，论证推断是否合理，所引材料是否有误，均值得怀疑。怀海的落发和进具，除了《塔铭》所载的两句话，并无其他直接的一手材料，再多的论证也只是旁敲侧击，

<sup>①</sup> 见陈家欢硕士论文《百丈怀海禅师研究》，南京大学，2012年，第9页。

<sup>②</sup> 林默翰编《沙京龙泉寺志》载：“而师之落发出家在明王时，已先有寺，则建自承圣，而唐大中或重新之。至咸通中，为懿宗皇帝赐匾额‘龙泉’。师《塔铭》中云：始落发于西山慧照和尚。”

<sup>③</sup> 载：“福建长乐（今长乐市鹤上乡沙京村）人，幼年出家长乐西山寺（位于沙京村五峰山，今称‘龙泉寺’）”见王荣国《福建佛教史》，厦门大学出版社，1997年版，第119页。

<sup>④</sup> 载：“及长，果从长乐县沙京莲花山龙泉寺（原名西山寺）慧照禅师出家。”见韩溥《江西佛教史》，光明日报出版社，1995年版，第246页。

<sup>⑤</sup> 见《八闽通志》卷四“地理·山川”有“衡山”条。

<sup>⑥</sup> 见陈家欢硕士论文《百丈怀海禅师研究》，南京大学，2012年，第13页。

不免牵强附会，于研究其禅法和清规并没有什么关系，故本文按下不表。这个问题只限于怀海生年之考证，也止于这个问题。

### 3.1.3 阅藏

怀海“落发于西山慧照和尚”，成为小沙弥，后“受具于衡山法朝律师”，成为正式的出家人，经历了正规的出家程序，严持戒律，有了扎实的佛教素养，每日诵经持戒，倒也清净。然而，怀海的志向却不止于此，“既而叹曰，将涤妄源，必游法海，岂惟心证，亦假言诠，遂诣庐江阅浮槎经藏，不窥庭宇者积年”<sup>①</sup>。可见，怀海已经意识到，妄想、执着为生死之根本，要想解脱，得自由，须荡尽妄源，此时他所采用的方法是——深入经藏，希望在经藏中找寻答案，认为修行不只是“心证”，还须借助言教来洗涤妄源。此时的怀海虽说“岂惟心证”，然而却尚未心证，若此时已然明白一切都是自家本分事，也不致如此茫茫荡荡、向外寻觅。

据考证称，“庐江”是当时的庐江郡，在如今的安徽境内，“浮槎”是指浮槎寺，在浮槎山，位于今天的肥东县境内。浮槎山寺庙很多，浮槎寺是最著名的一座，又名道林寺，寺里有碑文<sup>②</sup>，大意是道林寺是梁武帝为爱女修建的皇家寺院。道林寺藏书丰富，特别是藏经，谢重光推测，“怀海当时所读经藏包含什么内容，今已无从考知，可以肯定的是他这次在浮槎寺阅藏积年，时间久，读的书一定很多，一定包含经律论的主要典籍，甚至还包括一些儒道外典”<sup>③</sup>。如此一来，浮槎阅藏对于怀海日后的修行、自己禅法的形成、创制禅门规式以及对经教的重视，都有非常大的影响。

《祖堂集》有一段记载怀海在善劝寺看经的公案，有学者怀疑这善劝寺就是浮槎寺，当然这也只是怀疑，未必可信。然而，这则公案对于我们了解怀海对经教的态度却有很大的参考价值，现转录如下：

师行脚时，到善劝寺。欲得看经，寺主不许，云：“禅僧衣服不得净洁，恐怕污却经典。”师求看经志切，寺主便许。师看经了，便去大雄山出世。出世后，供养主僧到善劝寺，相看寺主。寺主问：“离什摩处？”对曰：“离

<sup>①</sup> 陈翊《唐洪州百丈山故怀海禅师塔铭并序》，《大正藏》，第48册，第1156页中。

<sup>②</sup> 略云：梁武帝第五女梦入一山为尼，早晨奏帝，乃取名山图，展观此山，恍如梦境，天监三年（504）敕建道林寺成，帝女遂入山为尼，号总持大师。

<sup>③</sup> 见谢重光《福建历代高僧评传——百丈怀海禅师》，厦门大学出版社，2011年版，第26—27页。

大雄山。”寺主问：“有什摩人住？”对曰：“恰似和尚行脚时，在当寺看经。”寺主曰：“莫是海上座摩？”对曰：“是也。”寺主便合掌：“某甲实是凡夫，当时不识他人天善知识。”又问：“来这里，为个什摩事？”对曰：“著疏。”

寺主自行疏，教化一切了，供养主相共上百丈。师委得这个消息，便下山来，迎接归山。一切了后，请寺主上禅状：“某甲有一段事，要问寺主。”寺主推不得，便升座。师问寺主：“正讲时作摩生？”主云：“如金盘上弄珠。”师云：“拈却金盘时，珠在什摩处？”寺主无对。又问：“教中道：‘了了见佛性，犹如文殊等。’既是了了见佛性，合等于佛，为什摩却等文珠？”又无对。因此便被纳学禅，号为“涅槃和尚”，便是第二百丈也。<sup>①</sup>

怀海行脚至善劝寺，想在寺中看经，却被寺主拦住，原因是见怀海风尘仆仆、衣衫不净，怕弄脏了经典，但怀海看经志切，寺主这才允许。有意思的是，这位寺主在怀海出世后，经其接引，便拜入了其门下，并成为了怀海的接班人。据《林间录》载：“百丈山第二代法正禅师，大智之高弟。其先尝颂《涅槃经》，不言姓名，时呼为‘涅槃和尚’。住成法席，师功最多，使众开田，方说大义者，乃师也。黄蘖、古灵诸大士皆推尊之”<sup>②</sup>可知，这位号为“涅槃和尚”的寺主就是怀海的接班人，百丈山第二代法正禅师，也即是《塔铭》所载的“门人法正”。法正禅师熟悉经藏，且持戒精严，为黄蘖等禅师所推尊，在怀海禅法及清规的推演中占有着非常重要的地位。

《塔铭》称怀海到浮槎寺阅藏，现《祖堂集》又有怀海到善劝寺看经的公案，可见其对经教的重视。按他对经教的重视程度推断，怀海在遇到马祖之前的游方行脚中，应有多次看经的经历，凡在大寺挂单，也定不会放过阅藏看经的机会，只是一次纯粹的看经算不上大事，以上两次恰巧被记录在塔铭和公案中罢了。

怀海在浮槎寺阅藏，“不窥庭宇者积年”，可见其一心向道，心无旁骛，心志之坚。阅藏数年后，听闻大寂禅师马祖道一阐化江西，遂“操心依附”，果成一门宗匠。

<sup>①</sup> 《祖堂集》，静、筠二禅师编撰，中华书局，2007年版，第638—639页。

<sup>②</sup> 慧洪：《林间录》卷下，文渊阁《四库全书》本，子部释家类。

## 3.2 怀海禅师的悟道因缘

怀海禅师出家后，严持戒律、深研经藏，循序渐进地经历了宗门的渐修之路，为后面的百丈出世积累了悟前加行和成佛资粮。怀海禅师的悟道因缘是禅门中光辉煊赫的一件大事，后世很多禅门大德均以此公案开示学人。禅门中的开悟并非无来由的顿悟，也并非一悟便了，很多禅师的悟道因缘，史料着墨不多，很多都是只记录了开悟的那一着子，没有记载前面的加行和后续，极易让人错会。而怀海禅师的悟道因缘却记载详尽，既有悟前之加行，开悟之因缘，又有悟境之消融和超越。今依据相关灯录、语录，录出原词，作一比较详尽的叙述，分五段如次：

### 3.2.1 拈胡饼者，是什么——存疑

师参马大师为侍者。檀越每送斋饭来，师才揭开盘盖，马大师拈起一片胡饼示众云：“是甚么？”每日如此，师经三年。<sup>①</sup>

宗门有“大疑大悟，小疑小悟，不疑不悟”之说法，历来祖师重视疑情，深知疑情对于开悟见性的重要性。马大师最善于教人，弘宗演教自有其方，常用启发疑情来接引学人。怀海参马祖时为其侍者，檀越每次送斋饭来，海侍者刚揭开盘盖，马祖便拈起一块胡饼开示大众：“是什么？”大有灵山会上世尊拈花示众之意味。世尊拈花，意不在花上，马祖拈胡饼，意不在饼上，旨在指示学人反闻自性，明悟自家心地，能见花的“这个”是什么？能见胡饼的“这个”是什么？“这个”是万法之本源，一切举动施为，语默啼笑，乃至“我”的全部个人世界，均是在此基础上建立的。可惜，此时的海侍者尚未识得。马祖慈悲，每日拈饼示众，如此三年，耐心等待有佛出世。

### 3.2.2 适来哭，如今笑——初悟

师侍马祖行次，见一群野鸭飞过，祖曰：是甚么？师曰：野鸭子。祖曰：甚处去也？师曰：飞过去也。祖遂把师鼻扭，负痛失声。祖曰：又道飞过去也？师于言下有省。却归侍者寮，哀哀大哭。同事问曰：汝忆父母邪？师曰：无。曰：被人骂邪？师曰：无。曰：哭作甚么？师曰：我鼻孔被大师扭得痛

<sup>①</sup> 《古尊宿语录》卷一，《续藏经》，第68册，第4页下。

不彻。同事曰：有甚因缘不契？师曰：汝问取和尚去。同事问大师曰：海侍者有何因缘不契，在寮中哭，告和尚为某甲说。大师曰：是伊会也，汝自问取他。同事归寮曰：和尚道汝会也，教我自问汝。师乃呵呵大笑。同事曰：适来哭，如今为甚却笑。师曰：适来哭，如今笑。同事罔然。<sup>①</sup>

马祖对怀海每日提携，谆谆教导。在马祖眼里，一切语默施为，尽是佛慧，世间万物，乃至一茎草，皆可治众生病。一日，怀海随马祖经行<sup>②</sup>，见一群野鸭子飞过，马祖问：“是什么？”怀海答曰：“野鸭子。”经行见野鸭子，本是寻常境致，马祖岂会不知，偏要拈来问怀海，这是发悟弄引。对于祖师的发悟弄引，学人应向道上会，不应在相上着。经行见野鸭子虽是寻常境致，若能于这个寻常境致上翻转过来，就不是一般声色之境了。此时的怀海还是着在野鸭子的相上。马祖继续点拨：“甚处去也？”怀海答到：“飞过去了。”昨日见胡饼的是它，今日见野鸭子的是它，事相虽有来去，这能见的见性却不来不去，怀海不识它，却道飞过去了。马祖见循循善诱不起作用，便施展霹雳手段，正于怀海妄想之时，猛得将其鼻子一扭，怀海负痛失声，马祖紧接着晴天霹雳似的一句：“又道飞过去也？”在怀海的心目中，马祖的祖师形象，威猛至极，听惯了清风细雨的正面开示，被马祖突然来这么一着，猝不及防，却于猝不及防间翻转过来了，何曾离得。怀海于言下有省。怀海的省悟之境，虽一时顿得，却尚未消融。

怀海开悟见性后，悲欣交集，又是哭又是笑，哭的是将积蓄已久的困惑完全彻底地倾泻而出，缚脱无碍，只剩一片灵光独耀的空灵世界，笑的是将源自内心的欢乐，证悟的喜悦，毫无保留地尽情绽放。同事见状，问怀海哭什么，怀海说我鼻子被大师扭得痛还没缓过来。佛法不向痛与不痛上住，怀海已悟到了痛与不痛的自性所在。这种悟境如人饮水，冷暖自知，却无法向外人道，当同事问有什么因缘不契合时，怀海也只能说你去问和尚去。同事在马祖处得到的答复却是：“是伊会也，汝自问取他。”所谓“三世诸佛只可自知，历代祖师全提不起。”当同事将马祖原话回问怀海时，怀海却呵呵大笑。同事困惑了，问：“适来哭，如今为甚却笑？”怀海说：“对！适来哭，如今笑。”适来哭的，正是如今笑的，此即是怀海悟境消融处，悟境虽消融，却还需与马祖相见。

<sup>①</sup> 《五灯会元》卷三，《续藏经》，第80册，第71页上。

<sup>②</sup> 注：在祖师时代，只有可堪造就的弟子，才有资格随祖师经行，可见马祖对怀海之器重。

### 3.2.3 汝深明昨日事——印证

次日，马祖升堂，众才集，师出卷却席。祖便下座，师随至方丈。祖曰：我适来未曾说话，汝为甚便卷却席？师曰：昨日被和尚扭得鼻头痛。祖曰：汝昨日向甚处留心？师曰：鼻头今日又不痛也。祖曰：汝深明昨日事。师作礼而退。<sup>①</sup>

第二天，马祖升堂，大家刚坐好，怀海却做出了异常举动，“师出卷却席”，不用妄测，这是得了消息人的样子。怀海此时具足顿悟意乐，其气象举动自然与平日有别。只等马祖来勘验，之后便是明白人之间的对话了。鉴赏无价之宝，自然不需不识宝者在场，于是马祖下座，归方丈，怀海随至。

“昨日被和尚扭得鼻头痛”，确实，这痛还在。马祖继续勘验：“汝昨日向甚处留心？”怀海答曰：“鼻头今日又不痛也。”透过去了。佛法不在痛与不痛上住，明白人眼里，痛亦佛法，不痛亦佛法。马祖印可曰：汝深明昨日事。

得个消息后，并非就此了事，“怀海即此一悟，只是初见，非是究竟，犹如童孩，虽属人类，其气力未足，脚跟未稳”<sup>②</sup>，故还需保护，且看怀海得消息后的观行智慧：

马祖一日问师：什么处来？师云：山后来。祖云：还逢着一人么？师云：不逢着。祖云：为什么不逢着？师云：若逢着，即举似和尚。祖云：什么处得者个消息来？师云：某甲罪过。祖云：却是老僧罪过。<sup>③</sup>

怀海打从山后来，亲证了这无耳鼻等貌的本来面目，谁能与之相逢。马祖还是关切地问：“还逢着一人么？”怀海自然心里有数，从容地答道：“不逢着。”马祖再紧逼一句：“为什么不逢着？”怀海已知究竟，那无耳鼻等貌的本来面目岂能呼唤得出，因此，只能兼带地回答：“若逢着，即举似和尚。”马祖还是不放过，步步紧逼：“什么处得者个消息来？”怀海见这一问，自知已是怜伤了那个，故云：“某甲罪过。”事因马祖而起，不仅怜伤了那个，更紧逼怀海说出那个，所以马祖也说：“却是老僧罪过。”《金刚经》中说“善护念”，得个消息后

<sup>①</sup> 《五灯会元》卷三，《续藏经》，第80册，第71页上、中。《古尊宿语录》作：“明日，马祖升堂才坐，师出来卷却簾，马祖便下座，师随至方丈。马祖云：适来要举转因缘，你为什么卷却簾？师曰：为某甲鼻头痛。马祖云：你什么处去来？师云：昨日偶有出入，不及参随。马祖喝一喝，师便出去。”《大正藏》，第68册，第4页下。

<sup>②</sup> 苏树华：《百丈禅师及其禅法》，载《寒山寺佛学（壹）》，苏州寒山寺编，江苏古籍出版社，2002年版，第197页。

<sup>③</sup> 《古尊宿语录》卷一，《续藏经》，第68册，第4页下、第5页上。

须勤保护，“不知保护则成罪过，自知触犯得罪过，罪过即非罪过，翻成保护矣。”“他父子俩机用宛转，回护得妙；不存正位，那管大功。”<sup>①</sup>

### 3.2.4 马祖一喝，三日耳聋——大悟

师再参，侍立次。祖目视绳床角拂子，师曰：即此用，离此用。祖曰：汝向后开两片皮，将何为人？师取拂子竖起，祖曰：即此用，离此用。师挂拂子于旧处，祖振威一喝，师直得三日耳聋。<sup>②</sup>

怀海经前一悟，虽已见性，却只是初见，并未圆成大道，故还有此“再参话”。马祖将周遭事物随手拈来，以床角拂子点拨怀海，怀海见状说：“即此用，离此用。”马祖一看便知，怀海的“即此用，离此用”还处在二元对立之中，还未体悟到即离同时。马祖故作无事，顺从怀海，若无其事地说：“汝向后开两片皮，将何为人？”意思是说你已经明白了这回事，以后如何开示学人啊？怀海将拂子竖起，马祖继续试探：“即此用，离此用”，怀海便把拂子挂于旧处，认为一即一离就表示了佛法，却还是先即后离的手段，并不具备即离同时的胸怀。马祖看得明白，遂“振威一喝”，怀海正处于些许得意之时，被马祖突如其来的一喝，万念俱空，一个念头都动不了，“灵光独耀，迥脱根尘”，普含万相，一切都不相妨碍，清清爽爽，在此境界下，三日有余。“三日耳聋”是一个比喻，大悟后境界的比喻，并不是说马祖一喝声音太大，使得怀海三天都听不清东西。“三日耳聋”的境界不是思想就能得来的，而是一门深入亲证得来的。佛教有很多法门都可以达到这种境界，一心念佛，或者绵密持咒，到一定程度时，再借一个缘，就能契入。

马祖一喝，怀海三日耳聋，这一举可谓石破天惊，在禅宗史上也是值得大书特书的一笔，后世禅师（包括怀海在内）也经常以此公案开示学人。怀海曾举此竖拂因缘开示黄蘖希运：“佛法不是小事，老僧当时被因马大师一喝，直得三日耳聋。蘖闻举，不觉吐舌。师云：子已后莫承嗣马祖去么？蘖云：不然。今日因师举，得见马祖大机之用，然且不识马祖，若嗣马祖，已后丧我儿孙。师曰：如是如是。见与师齐，减师半德；见过于师，方堪传授。子甚有超师之

<sup>①</sup> 乃光：《百丈禅要》，载《现代佛教学术丛刊③——禅学论文集（禅学专集之三）》，（台北）大乘文化出版社，1977年版，第98页。

<sup>②</sup> 《五灯会元》卷三，《续藏经》，第80册，第71页中。

见。”<sup>①</sup>怀海举此公案试探黄蘖，黄蘖已知那回事，“三日耳聋”已瞒不住他，黄蘖旋承怀海印可。怀海的法嗣沩山禅师，沩山禅师的法嗣仰山禅师，均是开悟的大宗师，二人创立了沩仰宗，也曾论赞了这一公案：“沩山问仰山：百丈再参马祖竖拂因缘，此二尊宿意旨如何？仰山云：此是显大机之用。沩山云：马祖出八十四人善知识，几人得大机？几人得大用？仰山云：百丈得大机，黄蘖得大用，余者尽是唱道之师。沩山云：如是如是。”<sup>②</sup>马祖为怀海显大机大用，怀海也得马祖大机大用。其后临济宗、沩仰宗盛行后，很多禅师对这则公案均有拈提，此不一一赘述。

### 3.2.5 石门守塔，次补师位——正修

大凡禅师开悟后，都不会立即开堂说法、接引学人，一般都有数年的时间过着类似隐居的生活，他们潜修密证，直至圆成佛道。六祖慧能大师在得法后，也有十五年躲藏在猎人队中的经历，一方面是时机未到，免遭迫害；另一方面就是潜修密证，徐除习气。“理则顿悟，乘悟并销；事非顿除，因次第尽”，怀海虽已开悟见性，然累世习气却未顿除，故有一段徐除习气之过程。怀海的这一段时期是从“马祖一喝，三日耳聋”公案开始，到“石门守塔，次补师位”后。修行之人有一种说法，在开悟见性之前，不管修何种法门，不管如何用功，都属于盲修瞎练，开悟见性后的修行，才是正修行，然而，开悟见性却都需要经历过一段盲修瞎练的过程。

禅宗公案大多记载禅师开悟时光辉煊赫的那一段，却很少记载悟后如何修行，怀海的悟道因缘被大书特书，见于各家灯录、语录，然而怀海的悟前渐修和悟后正修却鲜有问津。《塔铭》也只是记载：“大师初居石门依大寂之塔，次补师位，重宣说法。”<sup>③</sup>在此应有一段说明：一、灯录、语录应有所偏重，不可能面面俱到，相对于光辉煊赫的悟道因缘来说，悟前渐修和悟后正修就显得黯然失色了；二、悟前渐修和悟后正修属于个人行履，无第二人在场，故也无人记录；三、除非有开示学人的必要，禅师无故不会将悟前渐修和悟后正修向人宣说；四、禅师不会向未悟的人说开悟后的事，用禅宗的话说就是“恐后丧我儿孙”；五、开悟见性后，自然知道如何才是正修行，故无需多说。然而，悟前

<sup>①</sup> 《四家语录》卷二，《续藏经》，第69册，第6页上。

<sup>②</sup> 同上。

<sup>③</sup> 陈翊《唐洪州百丈山故怀海禅师塔铭》，《大正藏》第48册，第1156页中。

渐修和悟后正修却是怀海禅法的重要支撑，研究其禅法，不得不重视这一点。

开悟见性后，融入不二之境，一切举动施为，语默啼笑，皆是佛性之妙用，故只需任运，也称保任。保任之法可以归结为：“心空无住，任运逍遥。但尽凡情，不求圣解。”<sup>①</sup>开悟见性前，随佛而学，依教奉行；开悟见性后，随心而行，任运无住。马祖圆寂后，怀海在石门为恩师守塔，是为报马祖之大恩，这是怀海真情流露的行为，也符合怀海为人处世风格。至于有人说代师宣法的弟子资历高，为师守塔的弟子资历低，实乃世俗小儿之见。

综观怀海的悟道因缘，其证道之路确实行来不易，除自小深具善根，还经历了严持戒律、读经看教等渐修，存疑、见性、印证、大悟及悟后正修等次第。可见，禅宗讲顿悟并非一朝一夕之事。马祖自阐化江西以来，参学的人不计其数，开悟见性的有八十四人。相对来说，参学的人多，见性的人少，于见性人中，能够圆成佛道的又少之又少，怀海禅师是一位稳扎稳打、循序渐进而大彻大悟、圆成佛道的大宗师。

### 3.3 《禅门规式》的创制

元朝国子博士黄溍称：“佛之道，以达摩而明；佛之事，以百丈而备。”<sup>②</sup>可见百丈怀海对中国佛教发展的影响之大，“佛之事”便是指百丈怀海立清规一事。关于《禅门规式》的最初文本早已散逸，现存的涉及《禅门规式》的文献材料主要有：唐陈翊《塔铭》、北宋赞宁《宋高僧传》卷十〈唐新吴百丈山怀海传〉、北宋道原《景德传灯录》卷六〈洪州百丈山怀海禅师〉之附录〈禅门规式〉、宋代宗赜著《禅苑清规》卷第十所收之〈百丈规绳颂〉，元代德辉编《敕修百丈清规》卷八所收之杨亿〈古清规序〉。现依据仅存资料进行整理。

#### 3.3.1 创制背景

百丈怀海创制禅门规式的因缘，《宋高僧传》记载：“后檀信请居新吴界，有山峻极可千尺许，号百丈欃。海既居之，禅客无远不至，堂室隘矣！且曰：吾行大乘法，岂宜以诸部阿笈摩教为随行邪？或曰：瑜伽论璎珞经是大乘戒律，

<sup>①</sup> 元音老人：《佛法修证心要》上册，宗教文化出版社，2011年版，第598页。

<sup>②</sup> 《百丈山大智寿圣禅寺天下师表阁记》，见于德辉编，李继武校点《敕修百丈清规》，中州古籍出版社，2011年版，第221页。

胡不依随乎？海曰：吾于大小乘中，博约折中设规务归于善焉。乃创意不循律制，别立禅居。”<sup>①</sup>这里说到两个因缘：一是参学的人不断增加，原有的堂室容纳不下；二是博约折中新大小乘，创立新的禅居形式。杨亿在《古清规序》中说：“百丈大智禅师以禅宗肇自少室，至曹溪以来，多居律寺，虽列别院，然于说法住持，未合规度，故常尔介怀。乃曰：佛祖之道，欲诞布化元，冀来际不泯者，岂当与诸部阿笈摩教为随行耶！或曰：《瑜伽论》、《缨洛经》是大乘戒律，胡不依随哉？师曰：吾所宗非局大小乘，非异大小乘，当博约折中设于制范，务其宜也，于是创意，别立禅居。”<sup>②</sup>这里更详细地说明了禅僧一直居于律寺，在修行中受制于律制，多有不便的原因。另外，“宋翰林学士杨亿，推原百丈立规之意，略曰：或有假号窃形，混于清众，别致喧挠之事，即当维那检举，抽下本位挂搭，摈令出院者，责安清众也……”<sup>③</sup>杨亿生于怀海后两百年左右，按照他“推原”怀海之意，是有人“假号窃形，混于清众”，扰乱大众修行，百丈怀海为立法防奸才肇立清规的。当然，这可以看作百丈立清规的其中一个原因，却不是主要原因。笔者认为，百丈怀海创立《禅门规式》，最主要的原因是为了禅僧的修行和禅宗的独立发展，而“禅客无远不至，堂室隘矣”、“假号窃形，混于清众”等原因只是促成这个主要原因的外部因素，这一点从“不立佛殿，唯树法堂”的殿堂设计原则也可看出。

禅宗从达摩到僧璨，都是各自修行，或住洞穴，或栖于树下，并无一定住处和场所。至道信、弘忍时期，才把修行场所固定在一个地方，也有了农禅的雏形，但大部分禅僧还是居于律寺之中，受律寺节制。到了马祖时期，丛林组织已经有相当规模了，只是还没有形成系统完整的规范制度，马祖洪州禅活泼的禅风也与庄严的律制不符。另外，唐朝初期的国家政策，将佛教全部归在官府的制度下进行管制，僧人们须遵守国家颁布的法令及诵经仪式。再加上安史之乱对佛教的冲击，使佛教的生存空间经常不能得到保障。禅僧们既要遵守国家颁布的法令，又要受律寺的节制，时不时还要经受朝廷动荡的冲击，加上禅宗兴旺发展、禅僧人数的不断增长，滋生出“假号窃形，混于清众”等弊端，也为立法防奸，整肃清众，如此种种原因，都急需一种新的规范来改变这些现状，百丈怀海创立《禅门规式》便是应此运而生。《禅门规式》的创立并不是偶

<sup>①</sup> 《宋高僧传》卷十，《大正藏》，第50册，第770页下。

<sup>②</sup> 《敕修百丈清规》卷八《古清规序》，《大正藏》，第48册，第1157页下。

<sup>③</sup> 见于元代德辉编，李继武校点：《敕修百丈清规》，中州古籍出版社，2011年版，第56页。

然事件，而是经过长期的孕育，符合中国禅宗发展的实际情况，由百丈怀海提出并建立起来的一部适合禅门修行的规则制度。

### 3.3.2 主要内容

李瑞爽先生说：“根据《百丈清规》，僧侣们应当受持波罗提木叉是为了个人需要有导范，而依从《百丈清规》则是为了组织僧团。”<sup>①</sup>《百丈清规》的基本内容，主要是为了组织僧团，建立相应的规范制度，方便禅僧修行。怀海所制定的《禅门规式》早已散轶，现在所看到的《敕修百丈清规》是怀海入灭五百年后由百丈寺住持德辉和尚等所编，其中加入了很多东西，如前四章为祝釐、报恩、报本、尊祖，都是《禅门规式》所无，古清规的原貌已很难见到了。现在只能从仅存的资料中推知《禅门规式》的大致内容，在《景德传灯录》卷六〈洪州百丈山怀海禅师〉之后附有〈禅门规式〉，可知其大概，现征引部分内容如下：

凡具道眼有可尊之德者，号曰长老，如西域道高腊长，呼须菩提等之谓也。既为化主，即处于方丈，同净名之室，非私寝之室也。不立佛殿，唯树法堂者，表佛祖亲嘱授，当代为尊也。所褒学众，无多少，无高下，尽入僧堂中，依夏次安排。设长连床，施椸架，挂搭道具。卧必斜枕床唇，右胁吉祥睡者，以其坐禅既久，略偃息而已，具四威仪也。除入室请益，任学者勤怠，或上或下，不拘常准。其闔院大众，朝参夕聚，长老上堂升坐，主事徒众雁立侧聆。宾主问酬，激扬宗要者，示依法而住也。斋粥随宜，二时均遍者，务于节俭，表法食双运也。行普请法，上下均力也。

置十务，谓之寮舍。每用首领一人，管多人营事，令各司其局也（主饭者目为饭头，主菜者目为菜头，他皆仿此）。或有假号窃形，混于清众，并别致喧挠之事，即堂维那检举，抽下本位挂搭，摈令出院者，责安清众也。或彼有所犯，即以拄杖杖之，集众烧衣钵道具遣逐，从偏门而出者，示耻辱也。详此一条制有四益：一不污清众，生恭信故（三业不善不可共住，准律合用梵坛法治之者，当驱出院，清众既安恭信生矣）。二不毁僧形，循佛制故（随宜惩罚，得留法服，后必悔之。）三不扰公门，省狱讼故。四不泄于外，护宗纲故（四来同居，圣凡孰辨。且如来应世，尚有六群之党。况今像末，

<sup>①</sup> 李瑞爽《禅院生活与中国社会》，载《佛教与中国思想社会》（《现代佛教学术丛刊》之90），张曼涛主编，（台北）大乘文化出版社，1978年版，第284—285页。

岂得全无？但见一僧有过，便雷例讥诮。殊不知，以轻众坏法，其损甚大。今禅门若稍无妨害者，宜依百丈《丛林格式》，量事区分。且立法防奸，不为贤士，然宁可有格而无犯，不可有犯而无教。惟百丈禅师护法之益，其大矣哉）。禅门独行，由百丈之始。今略叙大要，遍示后代学者，令不忘本也，其诸轨度山门备焉。<sup>①</sup>

从以上内容可推知，《禅门规式》主要包括以下四方面内容：

一、在僧团的组织制度上，规定了职务和具体职责。寺院的最高领导者称为长老，是具道眼且德行圆满的开悟禅师才能担任，职责是“教化主”，处于方丈之室，指导大众参学。长老是从林的核心，全面负责丛林的运行和事务管理。其下设置十务（十个职务），“主饭者目为饭头，主菜者目为菜头，他皆仿此”，实行分工负责，具体职责落实到个人，各司其职的管理方式。后来的禅宗丛林发展成更为规范的“以住持为核心、两序为辅助”的管理方式也是以此为原则的。不仅如此，这种管理方式也成为了中国佛教管理制度的基本原则。

二、在禅宗寺院的殿堂建制上，规定了只建方丈、法堂、僧堂、寮舍，不建佛堂。“不立佛殿，唯树法堂者，表佛祖亲嘱授，当代为尊也”，这突出了禅宗超乎言相的特点，作为“不立文字，教外别传”的宗派，重“法”而不重外在的相。禅宗祖师是传佛心印，代佛宣化。禅宗修行不应心外求法，而应在自己心性上印证，将外在的信仰转化为内在心性的修持。另外，这种建制删除了繁琐的宗教仪式，一切都处于简单，僧人们才能一心办道。这才是“不立佛殿，唯树法堂”的意义所在。

三、对禅堂用功、僧人威仪和入室请益等修行方面也作出了相关规定。在次序方面，“无多少，无高下，尽入僧堂中，依夏次安排”，体现平等的原则；僧人威仪方面，“卧必斜枕床唇，右胁吉祥睡”，具足四威仪；物品摆放方面，“设长连床，施椸架，挂搭道具”，坐禅和生活分开；修行要求方面，“入室请益，任学者勤怠，或上或下，不拘常准”，没有严格的要求和规定；听法方面，“长老上堂升坐，主事徒众雁立侧聆”，整齐站立聆听；同参之间，“宾主问酬，激扬宗要”，既有独自参悟，又有切磋交流；饮食方面，“斋粥随宜，二时均遍”，以平等、节俭为原则，以示法食双运；在劳作方面，“行普请法，上下均力”，不分职务，一视同仁。如此安排，禅修生活简单朴素、平等民主、松弛随宜、井然有序。

<sup>①</sup> 《景德传灯录》卷六，《大正藏》，第51册，第251页上、中。

四、对于违反规定，假冒僧人，扰乱僧众之人的惩处方式和原则也作出了相关规定。“或有假号窃形，混于清众，并别致喧挠之事，即堂维那检举，抽下本位挂搭，摈令出院者，贵安清众也。或彼有所犯，即以拄杖杖之，集众烧衣钵道具遣逐，从偏门而出者，示耻辱也。”虽制定惩处方式，但惩处不是目的，只是手段，只为维护大众用功办道的场所。而且惩处力度也是比较轻的，非常人性化，希望能够借此惩处而令其自悔。这样的惩处方式有四条益处：一不污清众，生恭信故；二不毁僧形，循佛制故；三不扰公门，省狱讼故；四不泄于外，护宗纲故。由此可以看出百丈怀海考虑深远，也具有仁厚长者的胸怀。

根据以上四个方面隐约可以看到《禅门规式》所营造出的禅林新气象：以修行办道为根本大事，一切规式都为此服务；僧团组织有主有辅，分工明确，各司其职；殿堂建制上重法而不重形式，简单朴素；修行生活上民主平等，勤怠随宜，井然有序；惩处犯事之人，导之以德，齐之以规，令其自悔。

### 3.3.3 意义和影响

百丈怀海制定《禅门规式》对禅宗乃至整个佛教具有重要意义。第一，有益于禅宗僧人的修行，不再游散各地，不再受律制约束，不必考虑衣食问题，能集中于一处，安心办道。第二，有益于禅法的弘传，学人不会因为禅师居无定所而参学不便，可随时请益。第三，完善了寺院的管理系统，以“长老”为核心，并置“十务”，各司其职，有条有理，保证了寺院的必要次序和长老的核心地位。第四，对于个人的修行上，“不拘常准”，“任学者勤怠”，既不妨碍禅僧自由地修行和发展，也有利于活波禅风的展开。第五，行普请法，开荒劳作，经济上自给自足，摆脱了佛教过分依附社会的现状，也一定程度上改变了世俗对佛教的不利看法。第六，唐武宗“会昌法难”，很多依附于朝廷和世俗的宗派受到严重的打击，有的因此一蹶不振，禅宗因农禅经济的独立，虽经“会昌法难”的冲击却能迅速恢复。第七，整肃了佛教风气，为真修实参的僧人营造了一个良好的修行环境。第八，确立了丛林是一切以修行为中心的场所，一切建制、次序以及惩处方式都是为此服务的。

《禅门规式》对后世产生的深远影响，不仅体现在佛教内部，对士大夫的影响也是非常震撼的。《宋高僧传》说“天下禅宗，如风偃草，禅门独行，由海

之始也。”<sup>①</sup>禅宗因为《禅门规式》得以从律寺中独立出来，成为正式独立的宗派，并且迅速传播发展，开出五家七宗，成为佛教的主流。后世将佛教的清规比喻为儒家的礼乐，“吾氏之有《清规》，犹儒家之有《礼经》”<sup>②</sup>，可见其地位之高，影响之大。宋代理学大家程明道游定林寺，偶见斋堂礼仪，惊叹曰：“三代礼乐，尽在此矣。”<sup>③</sup>可见古人在此也早有共识。

后世所出的《重雕补注禅苑清规》、《入众日用清规》、《丛林校定清规总要》、《禅林备用清规》、《敕修百丈清规》、《百丈清规证义记》等清规都是以《禅门规式》为蓝本制定出来的。《禅门规式》由百丈怀海所创，故又称为《百丈清规》。《百丈清规》有广义和狭义之分，狭义指百丈怀海所立之《禅门规式》以及元代德辉编的《敕修百丈清规》；因禅门清规是百丈怀海所创，所以，在广义上《百丈清规》又是禅宗所有清规的代称或总称。《百丈清规》不仅对整个佛教产生重大影响，而且超越佛教成为中国制度文化的一部分，并且为其他宗教吸收和借鉴。如两宋时期兴起的儒家书院制度，其组织形式和教学方式都受到了《百丈清规》非常大的影响。又如元代创立的全真教，作为其管理制度的《全真清规》便是吸收了《百丈清规》的许多内容。“道教完全模仿百丈清规，作为其道观之规则。”<sup>④</sup>可见，《百丈清规》影响之深远。

百丈怀海创立《禅门规式》的初衷是为了禅宗的独立发展，为禅僧的修行营造一个安心办道的环境和场所。从以上所述可以推知，百丈怀海的《禅门规式》有三大特色：第一，删繁就简，“不立佛殿，唯树法堂”，去除了繁琐的佛教仪式；第二，一切以修行为中心，所立的一切规式都是为修行服务的；第三，寓禅法于具体的劳作当中，在劳作中体悟禅的真精神。然后世发展的清规却失去了这些特色，如《敕修百丈清规》中“祝釐章”<sup>⑤</sup>、“报恩章”<sup>⑥</sup>等都是为皇族显贵祝寿所立的仪式，“两序章”的设置和职责也远远超出“十务”的范围。

<sup>①</sup> 《宋高僧传》卷十，《大正藏》，第50册，第771页上。

<sup>②</sup> 《敕修百丈清规》卷八〈咸淳清规序〉，元代德辉编、李继武校点，中州古籍出版社，2011年版，第227页。

<sup>③</sup> 《敕修百丈清规》卷八〈敕修百丈清规叙〉，元代德辉编、李继武校点，中州古籍出版社，2011年版，第230页。

<sup>④</sup> 李瑞爽《禅院生活与中国社会》，载《佛教与中国思想社会》（《现代佛教学术丛刊》之90），张曼涛主编，（台北）大乘文化出版社，1978年版，第275页。

<sup>⑤</sup> 如《祝釐章》称：“讽诵秘章，所萃洪因，端为祝延今上皇帝圣寿万安，金刚无量寿佛云云。”见《敕修百丈清规》卷一，元代德辉编、李继武校点，中州古籍出版社，2011年版，第19页。

<sup>⑥</sup> 如《报恩章》称：“某月某日，恭遇某圣圣忌之辰……伏愿：神游八极，想云车风马来临，位证中天，受玉殿琼楼快乐。十方三世云云。”见《敕修百丈清规》卷一，元代德辉编、李继武校点，中州古籍出版社，2011年版，第25页。

总体上看，《敕修百丈清规》相较于《禅门规式》，显得繁琐和教条，僧人们都要花很多精力来应付这些世俗仪式和繁琐的内部事务，这些都一定程度上偏离了怀海创立《禅门规式》的初衷、以修行为中心的宗旨以及出世的立场。但也可认为是德辉禅师为了《百丈清规》的推演和在全国取得合法地位所做的权益之法。

## 第4章 百丈怀海禅法体系

窥基的《大乘法苑义林章》载：“法以三乘无漏所摄之教法、理法、行法、果法等为自性。”<sup>①</sup>大凡完整的禅法体系都包括三个部分：理法、教法和行法。所谓理法，即宗门修证的理论基础，在实际修证的人中称为基本见地；所谓教法，即教化方法，指明眼禅师根据学人根性，观机逗教时采用的方法，后世禅宗称为门庭设施；所谓行法，即行证方法，在具体的行证过程中的用功方法、切实的行履，包括下手处。禅宗虽有五家七宗之分，祖师语录浩繁，然在理法即基本见地上却并无二致，只是具体的教法和下手处不同，也即各有各的门庭设施。

禅法体系中虽有理法、教法和行法之别，然祖师禅是一味禅，一味之中具足百味，说理法、教法、行法，无不指示诸人门头的一点灵光。一味即是诸人门头的一点灵光，百丈怀海称“灵光独耀”，也即诸人的清净觉性。在这“一味”上，诸佛、祖师与我是并二致的，“应知传承上师与我心无别，见定行一切行持皆摄于心。”<sup>②</sup>见地、正定、行持皆统摄于心，理法、教法、行法具足于一味之中。百丈怀海的禅法体系中的理法、教法、行法便是立足于这一点灵光中演化出来的。

有关百丈怀海禅法的记载，散见于各种灯录和语录中，主要有：

南唐静、筠二禅僧编《祖堂集》卷十四《百丈》，五代南唐保大十年（952）成书。《祖堂集》虽是存世最早的禅宗灯录，依收入的怀海语录内容看，只是节录而已，且随意增删，有的地方有失原义，故本文采用不多。北宋道原《景德传灯录》卷六《洪州百丈山怀海禅师》，景德元年（1004）撰写。南宋普济《五灯会元》卷三《百丈怀海禅师》，淳祐十二年（1252）编集。除以上灯录外，还有一些史料<sup>③</sup>，也收入了怀海语录，因成书较晚、内容重复、学术价值不高等原因，故未列入。

专门的的语录体文献有《古尊宿语录》和《四家语录》，均收入了怀海语录和广录。《古尊宿语录》为南宋赜藏主编，汇编了南岳怀让一系几十位禅师的语录，收入的内容最多，且多为其他灯录所不载，对于研究百丈禅法有很大的参

<sup>①</sup> 《大乘法苑义林章》，《大正藏》，第45册，第344页下。

<sup>②</sup> 元音老人：《佛法修证心要》上册，宗教文化出版社，2011年版，第925页。

<sup>③</sup> 注：主要有《佛祖历代通载》、《天圣广灯录》、《联灯会要》等。

考价值。《四家语录》编者不详，收入的内容相对前者来说较少，但结构更为系统、严谨，也有很大的参考价值。

此外，还须注意的是宗密写的《圆觉经大疏钞》、《禅门师资承袭图》、《禅源诸诠集都序》三书，宗密是菏泽宗法嗣，治学严谨，且离马祖、怀海年代最近，其著述中阐述了洪州宗意旨，是研究百丈禅法之理法部分非常可信的材料。北宋圆悟克勤禅师的公案评唱集《碧沿录》有百丈怀海四则，也可作为参照。

## 4.1 百丈怀海禅法体系之理法

理法，是宗门修证的理论基础，在实际修证的人中称为基本见地。懂得宗门修证的理论基础，研究禅法才不会偏离大意；持正知正见，修行方有少分相应。故有“因地不正，果招迂曲”之说。诸佛祖师在理法上的阐述从根本上并没有太大区别，只是说法和所用名词不一样。下面对宗门修证的理论基础即基本见地进行阐述，对禅宗所依据的经论进行梳理并提炼经论中关于理法的论述，总结得出禅法体系之理法的大义。

### 4.1.1 宗门修证的理论基础

佛陀在菩提树下睹明星而悟道后说：“无一众生而不具有如来智慧，但以妄想颠倒执著而不证得。若离妄想，一切智、自然智、无碍智则得现前。”<sup>①</sup>佛陀通过自己的证悟，告诉我们这一真理，一切众生都有如来智慧德相，只因妄想颠倒执著，相续不断，而不能证得这本来清淨的如来智慧。宗门修证便是以此为理论基础，历代禅宗祖师也是以此为基本见地开示学人的，且看：

菩提达摩说：“深信含生、凡圣同一真性，但为客尘妄想所覆，不能显了。若也舍妄归真，凝住壁观，无自无他，凡圣等一，坚住不移，更不随文教，此即与理冥符。”<sup>②</sup>真性与前所说如来智慧一样，都是指代那唯一的真实。深信一切有生命者都有同一“真性”，只是被妄想、烦恼遮覆，不能显现。此一说与佛陀在菩提树下悟道后的话语如出一辙。

二祖慧可说：“《十地经》云：众生身中，有金刚佛性，犹如日轮，体明圆

<sup>①</sup> 《大方广佛华严经》，《大正藏》，第10册，第272页下。

<sup>②</sup> 《楞伽师资记·略辨大乘入道四行》，《大正藏》，第85册，第1285页上。

满，广大无边，只为五阴重云覆障，众生不见。若逢智风，飘荡五阴，重云灭尽，佛性圆照，焕然明净。《华严经》云：广大如法界，究竟如虚空。亦如瓶内灯光，不能照外，亦如世间云雾，八方俱起，天下阴暗，日光岂得明净？日光不坏，只为云雾覆障。一切众生清净之性亦复如是，只为攀缘妄念诸见，烦恼重云，覆障圣道，不能显了。若妄念不生，默然静坐，大涅槃曰：自然明净。俗书云：冰生于水而冰遏水，冰泮而水通；妄起于真而妄迷真，妄尽而真现。即心海澄清，法身空净也。”<sup>①</sup>二祖慧可广引经论，以日轮为喻，说明众生的清净之性是体明圆满、不灭不坏的，只因攀缘、妄念覆障，不能显了。与佛陀所说还是一致的。

五祖弘忍说：“夫修道之本体，须识当身心，本来清净，不生不灭，无有分别，自性圆满。清净之心，此是本师。乃胜念十方诸佛。”又说：“《十地经》云：众生心中，有金刚佛性，犹如日轮，体明圆满，广大无边，只为五阴黑云之所覆，如瓶内灯光，不能照辉。譬如世间云雾，八方俱起，天下阴暗，日岂烂也？何故无光？光元不坏，只为云雾所覆，一切众生清净之心，亦复如是，只为攀缘，妄念，烦恼，诸见黑云所覆。但能凝然守心，妄念不生，涅槃法自然显现。”<sup>②</sup>弘忍的大意为，清净之心是修道之本体，是本来清净、不生不灭、自性圆满的，只为妄念、烦恼等黑云所覆，只要凝然守心、妄念不生，佛性自然现前。

六祖慧能说：“菩提自性，本来清净。但用此心，直了成佛。”<sup>③</sup>又说：“菩提般若之智，世人本自有之，只缘心迷，不能自悟，须假大善知识，示导见性。”<sup>④</sup>慧能大师也说，世人本有菩提般若之智，只是心迷，不能自悟，须有大善知识开示才能见性。

马祖道一开示众人云：“汝等诸人，各信自心是佛，此心即佛。达摩大师从南天竺国来至中华，传上乘一心之法，令汝等开悟。又引《楞伽经》以印众生心地，恐汝颠倒不信此一心之法各各有之，故楞伽经以佛语心为宗，无门为法门。”<sup>⑤</sup>马祖道一更是直截了当地说，自心是佛，即心即佛，达摩西来之意便是传承这一心之法，学人在这一点上须确信不疑。

上述所说，如来智慧、真性、理、金刚佛性、清净之性、清净之心、菩提

<sup>①</sup> 《楞伽师资记·略辨大乘入道四行》，《大正藏》，第85册，第1285页下

<sup>②</sup> 《最上乘论》，《大正藏》，第48册，第377页上。

<sup>③</sup> 《六祖大师法宝坛经》，《大正藏》，第48册，第347页下。

<sup>④</sup> 同上，第350页上。

<sup>⑤</sup> 《四家语录》卷一〈马祖道一禅师广录〉，《续藏经》，第69册，第2页中。

般若之智、心以及百丈怀海称为的“灵光”，名虽有千般，而所指的“实”却是一个，无不指示众生本有的自心实相。百丈怀海经马祖接引，亲证了自心实相，也说心性是本自圆成，无所沾染的，只要“离妄缘”，就能“与理冥符”。百丈怀海上堂云：

灵光独耀，迥脱根尘。体露真常，不拘文字。心性无染，本自圆成。但离妄缘，即如如佛。<sup>①</sup>

“灵光独耀，迥脱根尘”一句说的是开悟的境界。灵光就是我们的佛性，我们的觉性，这一点灵光是独耀的，“独”是唯此一实，独一无二，“耀”是觉光普施，遍照无余。这种境界就像晴天霹雳一样，猝不及防，从头轰下来，忽然根尘脱落，只剩历历孤明的一点灵光，正如前述悟道因缘中，百丈怀海在毫无防备之下被马祖猛地一扭鼻子的那一番境界，也与释迦牟尼佛出世时说出“天上天下，唯我独尊”时的那番境界是一样的。“体露真常，不拘文字”，真常就是法身、真如、自心实相，当亲证到自心实相的时候，自性全体显露，完全自受自用，却又无法描述，所谓“三世诸佛只可自知，历代祖师全提不起”，所以禅宗被称为“不立文字，教外别传。直指人心，见性成佛”的宗派。“如人饮水，冷暖自知”，佛法的最高体验只可自知，都是无法描述的，描述出来就是另外一回事了。虽说不立文字，说出来了就不是，但还是要说，这就是佛陀、祖师的慈悲了。佛陀在菩提树下成道后，思惟众生未必信此法，便打算涅槃，经天人一再祈请，才出来说法，佛陀说法四十九年，末了，却说“我一个字也没有说”，因为说出来的都不是。所以，要想体验那一番境界，还须自己真修实证，不能在文字上意会。“心性无染，本自圆成”，虽然已经开悟，但是所悟到的并不是外来的，而是自家本有的宝贝。“一切诸法，本不自言，空不自言，色不自言，是非垢净，亦无心系缚人。”<sup>②</sup>心性本来无染，本自圆成，只要莫缘莫念，诸法自空。“但离妄缘，即如如佛”，说的是悟后的保任，保任之法就是“但离妄缘”，若是没有亲证自心实相，想要离妄缘，却是无从下手，虽说照破却也无力量，光口说离是没用的，得功夫到了才行。悟后保任，只须时时离妄缘，莫记莫忆，莫缘莫念，一切诸法，并皆放却，放舍身心，就能“与理冥符”，与佛一样。

这一段开示不仅是百丈怀海禅法体系理法部分的阐述，也详细说明了开悟是怎么一回事、开悟的境界以及开悟后的保任。可以说，这一段即是百丈怀海

<sup>①</sup> 《四家语录》卷二〈百丈怀海禅师广录〉，《续藏经》，第69册，第6页中。

<sup>②</sup> 《景德传灯录》，《大正藏》，第51册，第250页上。

禅法体系的理论基础，是宗门修证的基本见地，同时，也是指导学人真修实证的指南，有方法，有次序，有理由可究，有事实可循，可为一时之方便。

#### 4.1.2 宗门修证的经论依据

禅宗是佛教文化的心髓部分，是“教外别传”的一个宗派。“教”是指经论、文字、教典，“别传”就是特别的传授，合起来就是：经论、文字、教典之外，特别的传授。故禅宗独称“宗门”，称其他门派为“教下”。释迦牟尼佛说法四十九年后，在灵山会上，拈花示众，“是时，众皆默然，唯迦叶尊者，破颜微笑。世尊曰：‘吾有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，不立文字，教外别传，付嘱摩诃迦叶。’世尊至多子塔前，命摩诃迦叶，分坐令坐，以僧伽梨围之，遂告曰：吾以正法眼藏，密付于汝，汝当护持，传付将来。”<sup>①</sup>世尊拈花，迦叶微笑，这便是禅宗“不立文字，教外别传。直指人心，见性成佛”的起源，禅宗在印度代代相承，直至第二十八祖菩提达摩。在菩提达摩来中土以前，佛教已经在中国有了长足的发展，特别是经论的研究，讲经、注经之风最盛，禅宗的传入便是在这些基础之上的指归。释迦牟尼佛四十九年说法可比喻为基础，最后的“拈花微笑”则是指归，禅宗的传入正是佛教在中国的传承有了深厚的基础之后，到了开花结果之时。禅宗主张“不立文字”，这一处极容易错会，“不立”是不执着之意，并不是说废弃文字，若没有超脱之手眼，虽口说不执着，却已经执着上去了。后世禅宗正是废弃文字，轻慢经教，偏离了正规的佛教语言，也偏离了传统的禅宗语言，才会出现呵佛骂祖，禅病丛生。

释迦佛在《楞伽阿跋多罗宝经》中重宣此义而说偈言：“谓我二种通，宗通及言说。说者授童蒙，宗为修行者。”<sup>②</sup>“说通”是根据众生根性所说之种种契经，是为初学者说，“宗通”是离一切相、离种种妄想之自觉圣智，是为修行者说。可见经论言教和自觉圣智同等重要，缺一不可。“若无深入经典之基础，即使‘棒如密雨、喝似雷鸣’，亦不能令他证真，犹如无种之地，虽遇甘露，亦无有益。同样，虽有经典基础，若不遇善知识之适机点拨，佛教经典亦往往成为学人之法缚，难得摸着‘向上一路’……若欲悟得禅门中事，须是内因外缘，因缘和合，方有‘摸着自家本有’的可能。”<sup>③</sup>可见，深入经藏在修行历程中不

<sup>①</sup> 《教外别传》卷一，《续藏经》，第84册，第170页中。

<sup>②</sup> 《楞伽阿跋多罗宝经》卷三，《大正藏》，第16册，第503页上。

<sup>③</sup> 苏树华：《洪州禅》，宗教文化出版社，2005年版，第392—393页。

可忽视的重要性，若想跳过深入经藏而直达顿悟，无有是处。可是，后世禅师经历深入经藏、禅定等渐修达到顿悟后，往往轻视渐修，轻视经教。故禅宗之初学者应多以纯禅时代禅师的开示为参照，在明心见性之前，暂不看禅机时代禅师的开示，以免被误导。

纯禅时代的禅师是非常重视经教的作用，不仅可作为悟前渐修的加行，也可作为悟后的印证。菩提达摩传法慧可，内传法印，外付袈裟，并授慧可四卷楞伽经：“吾有《楞伽经》四卷，亦用付汝，即是如来心地要门，令诸众生开示悟入。”<sup>①</sup>菩提达摩认为，虽已内传法印，却还须深研经典，作为接引学人，令众生开示悟入佛知见的依据。二祖慧可在《略说修道明心法要》中多处引用《楞伽经》、《十地经》、《华严经》甚至俗书中的语句作为阐述修道明心法要的依据。四祖道信在《入道安心要方便法门》中更是广引《楞伽经》、《文殊说般若经》、《普贤观经》、《大品经》、《华严经》、《法华经》、《涅槃经》、《金刚经》、《无量寿经》、《维摩经》、《遗教经》、《法句经》、《天亲论》等经典。六祖慧能虽不识字，却从小经常听闻别人诵读《金刚经》等经典，在《坛经》中也多次引用《净名经》（即《维摩诘经》）等经典开示众人。马祖道一在其语录中常不提经名，却多用“故经云”来代替。百丈怀海悟道前更是研习经典，深入经藏，自不用多说。

可见，禅宗虽“不立文字”，却不离文字，祖师经常假文字之方便，悟教外之别传。现对宗门修证的经论作一整理，略述各部经论中有关宗门修证的理论基础的依据（即理法）。

《楞伽阿跋多罗宝经》，刘宋求那跋陀罗译。就经题而释其意，也可知此经在宗门修证中的重要性。楞伽，山名，表“极高超拔”之意，楞伽系梵音，意译为“难入、不可到”，阿跋多罗也是梵语，中译为“无上”，宝，即法宝、宝印，经，梵语修多罗，中译契经，简称经，义为契合。综合其义，极高超拔、非凡愚可入之无上法宝的一部经，即诸佛之所证，众生之本来。菩提达摩在传法给二祖慧可后，也将此经付与慧可，作为印心的依据，此经历来也是禅者明心见性最主要的依据之一，直到五祖传法六祖时，才改用《金刚经》。《楞伽阿跋多罗宝经》宣说三界唯心，法界万有均是唯心所造，此“心”是法界本体，也是诸人自心实相，经中也称为“如来藏”。经中载：“如来藏自性清净，转三十二相，入于一切众生身中，如大价宝，垢衣所缠。如来之藏常住不变，亦复

<sup>①</sup> 《景德传灯录》卷三，《大正藏》，第51册，第219页下。

如是。而阴、界，入垢衣所缠，贪欲恚痴不实妄想尘劳所污，一切诸佛之所演说。”<sup>①</sup>又载：“此如来藏识藏，一切声闻、缘觉心想所见。虽自性净，客尘所覆故，犹见不净，非诸如来。”<sup>②</sup>如来藏是本来清淨的，常住不变，只是被垢衣所缠、贪欲妄想所覆，若能断除无始妄习，打破能所对立，契合自心实相，就可以达到解脱境界。这些论说即是在阐述宗门修证的理论基础，即基本见地，即禅法体系之理法部分。

《金刚般若波罗蜜经》，后秦鸠摩罗什译。此经说“般若”，华言“大智慧”，即如来智慧德相，即一切众生之自心实相。以“金刚”喻“般若”，因金刚有“无物能破、无物不破、内外明彻”之性，表“如来智慧德相”如金刚般不坏、不灭。全经之旨，在表生佛同具之金刚德性，不仅诸佛菩萨之般若为金刚，众生之般若也属金刚。“体无形相，非用不显，性无状貌，非心不明，起用正以达体，明心方可见性。”<sup>③</sup>金刚性体无形状相貌，却可通过相用来体现，此经便是依用显体，因心见性的一部经。《金刚经》阐释“凡所有相，皆是虚妄”“诸法无我”之理，以显示“空而不空、生佛同具的金刚性体”。经中也有关于理法部分的阐述：“是法平等，无有高下，是名阿耨多罗三藐三菩提。以无我，无人，无众生，无寿者，修一切善法，即得阿耨多罗三藐三菩提。”<sup>④</sup>“是法”就是“这个法”，即金刚性体，金刚性体是生佛平等的，没有高下之分，只因众生执着人我四相而不能显现，离四相而修一切善法，便可得阿耨多罗三藐三菩提。这是遮诠得表述，经中表诠的说法是：依般若波罗蜜，得阿耨多罗三藐三菩提。具体的行法是：尽管应接事物而心却无所住，即无住生心。经中原文是：“诸菩萨摩诃萨应如是生清淨心，不应住色生心，不应住声、香、味、触、法生心，应无所住而生其心。”<sup>⑤</sup>

《维摩诘所说经》，后秦鸠摩罗什译。本经通过维摩诘居士示疾，佛陀遣弟子前去问疾，并向其请示佛法妙义，从而宣说不可思议法、行不可思议教、令众生发不可思议心、成就众生不可思议解脱。此经又名《净名经》，“此云净名，即是一切众生自性清淨心。此心弗澄而自清，弗磨而自莹，处凡而不垢，在圣而不净，故云自性清淨。所言‘名’者，以心无形但有名故。”<sup>⑥</sup>这也是在宣说

<sup>①</sup> 《楞伽阿跋多罗宝经》，《大正藏》，第16册，第489页上。

<sup>②</sup> 同上，第510页下。

<sup>③</sup> 《王骧陆居士全集》，宗教文化出版社，2009年版，第29页。

<sup>④</sup> 《金刚般若波罗蜜经》，《大正藏》，第8册，第751页下。

<sup>⑤</sup> 同上，第749页下。

<sup>⑥</sup> 《宗镜录》卷二十五，《大藏经》，第48册，第556下。

凡圣不异的自性清净心。《维摩诘经》中有两处最具特色的地方，对禅宗乃至佛教影响最大：一是“唯心净土”，二是“不二法门”。“唯心净土”在经中的阐述是：“若菩萨欲得净土，当净其心。随其心净，则佛土净。”<sup>①</sup>这是在说心净则佛土净，众生之所以烦恼是心不净的缘故，如能心净，则烦恼自除。经中舍利弗见此土“秽恶充满”，便是心有高下、心不净之缘故。经中处处在说“不二法门”，生灭不二，自他不二，垢净不二，善恶不二，色空不二，明无明不二，世出世间不二。不可思议解脱法门也称为不二法门，何为“不二法门”？究竟而言，“不二法门即你本心也。”<sup>②</sup>心为万法之本源，故称本心，一切烦恼、分别最终都销归本心，世间纷纭万象都在其自身中自行生出，自行寂灭，只需随任其生灭，不随不执，当下寂灭解脱。凡圣同具之自性本来清净，只因心不净，沾染二法，不得解脱，只需净其心，破除二元对待，则佛土净，即入不可思议解脱法门，当下解脱。这也是理法在《维摩诘经》中的另一种阐述。

《大佛顶首楞严经》，唐天竺沙门般刺密帝译。此经将大乘佛教的重要理论都囊括其中，一经译出，便得到了僧俗、禅教的广泛认可，很多禅门大德都以之印证禅心，从《楞严经》悟入者不计其数。此经的全名为《大佛顶如来密因修证了义诸菩萨万行首楞严经》，就经题而言，“如来”是果地，菩萨是因地；“了义”是教法，“万行”是行法，“首楞严”是果法，加上蕴含在其中的理法，可谓囊括本章禅法体系的全部内容。《楞严经》也是一部修行大全，详尽剖析开示修行的次第：见道、修道、证道以及助道。此处只略述见道部分，因见道部分即是理法部分，其余修道、证道及助道，此处暂不赘述。见道部分围绕一基本观点而展开，此观点是：“一切众生从无始来，生死相续，皆由不知常住真心性净明体，用诸妄想，此想不真，故有轮转。”<sup>③</sup>这是本经的基本观点，也即理法部分。阿南七次征心，此识心“今何所在”？佛陀以面皱为喻，“汝面虽皱，性未曾皱”，证知此心不生不灭，而此不变之性就是真性圆明常住之理。佛陀又以八种比喻加以说明，八种“见”都是有因缘才存在的，而众生的“见性”却是不生不灭的，这“见性”就是众生的清净本心。众生因为“二颠倒分别见妄”而轮回世间，所有“幻妄”都是依于“妙觉明体”而生起。“四科”（五阴、六入、十二处、十八界）并不是因缘和自然性，而是以“如来藏常住妙明，不动

<sup>①</sup> 《维摩诘所说经》，《大正藏》，第14册，第538页下。

<sup>②</sup> 《古尊宿语录》卷三《希运》，《续藏经》，第21页下。

<sup>③</sup> 《大佛顶首楞严经》卷一，《大正藏》，第19册，第106页下。

周遍，妙真如性”为根本的。“七大”（地、水、火、风、空、见、识）的作用和色相都是虚妄的，但其体性如来藏妙真如性却是圆融无碍、周遍法界的，只因众生虚妄分别才显现出来，是暂时的存在，没有真实意义。“世界相续”、“众生相续”、“业果相续”均因众生妄执而有，其性本空，本来就是苦、集、灭、道“四谛”之理，也是如来藏真性所显。佛陀种种宣说，无不是在阐释禅门修证的基本见地和理法。

《妙法莲华经》，后秦鸠摩罗什译。《法华经》是释迦佛四十九年说法中最后一个时期所说的经典，彰显佛教根本旨趣，“开权显实，会三归一”，正合灵山会上世尊拈花之旨。三者，即声闻乘、缘觉乘、菩萨乘，经中以羊车、鹿车、牛车“三车”为喻。一者，佛乘，亦即一心乘。三乘是方便说，一乘是究竟义，亦即禅宗之“教外别传”。妙法，即微妙而不可思议之法；莲花，比喻一尘不染的真如佛性。合起来即是，佛所说的不可思议、一尘不染的微妙之法，是直接指示众生本来面目的一部经。《法华经》载：“诸佛世尊，唯以一大事因缘故出现于世。……云何名诸佛世尊唯以一大事因缘故出现于世？诸佛世尊，欲令众生开佛知见，使得清净故，出现于世；欲示众生佛之知见故，出现于世；欲令众生悟佛知见故，出现于世；欲令众生入佛知见道故，出现于世。”<sup>①</sup>此“一大事”即是先佛之根本，群生之性命，在圣不增，在凡不减。诸佛出世，只为此“一大事”，唯令众生开示悟入佛知见，祖师西来，亦不出“直指人心，见性成佛”。虽然圣凡同具，无有差别，然众生却“于生死中受诸苦恼，迷惑无知，乐著小法。”<sup>②</sup>经中以无价宝珠为喻：“譬如有人至亲友家，醉酒而卧。是时亲友官事当行，以无价宝珠系其衣里，与之而去。其人醉卧，都不觉知。起已游行，到于他国。为衣食故，勤力求索，甚大艰难；若少有所得，便以为足。”<sup>③</sup>后经亲友告知，便得衣中无价宝珠，自此受用无穷。无价宝珠即是诸人本具的佛性、诸人自心实相，虽是本有，却为无明所覆，未能觉知，后经方便开示，乃得自性妙用，利乐无穷。

《大方广圆觉修多罗了义经》，唐佛陀多罗译。《圆觉经》主要是佛为文殊师利等十二位大菩萨宣说圆觉妙义，是了义经，直接、完全彰显佛法的经典。圆觉，即众生圆妙觉性，也是在说众生自心实相，与金刚性体，一尘不染的真

<sup>①</sup> 《妙法莲华经·方便品》，《大正藏》，第9册，第7页上。

<sup>②</sup> 《妙法莲华经·信解品》，《大正藏》，第9册，第262页中。

<sup>③</sup> 《妙法莲华经·五百弟子受记品》，《大正藏》，第9册，第29页上。

如佛性，法身等，异名而同实。经中所述，圆妙觉性本来清净，超脱生死轮回，但因无明之故，执迷虚妄，所以不得清净，生起烦恼。经中载：“无上法王有大陀罗尼门，名为圆觉，流出一切清净、真如、菩提、涅槃及波罗蜜，教授菩萨。”<sup>①</sup>又载：“一切众生种种幻化，皆生如来圆觉妙心，犹如空花从空而有，幻花虽灭，空性不坏。众生幻心，还依幻灭。诸幻尽灭，觉心不动。”<sup>②</sup>陀罗尼意为总持，一切法皆从此出。圆觉妙心能生万法，是万法的本源。这也是圆觉、自心实相的特征。经中还以摩尼宝珠譬喻：“譬如清净摩尼宝珠，映于五色，随方各现，诸愚痴者见彼摩尼，实有五色。”<sup>③</sup>圆觉妙心犹如摩尼宝珠，超出垢净，清净无染。摩尼宝珠随方显色，众生愚痴，执色为实有，种种取舍，轮回不息，故经中说：“一切世界，始终，生灭，前后，有无，聚散，起止，念念相续，循环往复，种种取舍，皆是轮回。未出轮回而辨圆觉，彼圆觉性即同流转。若免轮回，无有是处。”<sup>④</sup>又说：“一切众生从无始际，由有种种恩爱、贪欲，故有轮回……是故众生，欲脱生死，免诸轮回，先断贪欲及除爱渴。”<sup>⑤</sup>轮回的根源在于无明取舍，欲出轮回，先断贪爱。断除之法，当先明心见性，才谈得上除习气、正修行，经中是这样阐述的：“居一切时，不起妄念。于诸妄心，亦不息灭。住妄想境，不加了知。于无了知，不辨真实。”<sup>⑥</sup>

《大般涅槃经》，北凉昙无谶译。般若部和涅槃部是对中国禅宗影响最大的两类经典，如果说般若部侧重讲“真空”的话，涅槃部则侧重讲“妙有”，“真空”和“妙有”的完美融合，才使佛法成为圆满的体系。《大般涅槃经》是涅槃部最有代表性的一部经典。大，即包罗万象、具足万法；般，即圆融无碍；涅槃则不生，槃则不灭，涅槃即是不生不灭。合其总义，即是在宣说包罗万象、圆融无碍、不生不灭的佛性，阐述法身常住不灭、涅槃常乐我净、一切众生皆有佛性、一阐提<sup>⑦</sup>皆得成佛等义。此经有较多关于宗门修证即理法的阐述。其一是“一切众生皆有佛性”：“一切众生皆有佛性，以是性故，断无量亿诸烦恼结，

<sup>①</sup> 《大方广圆觉修多罗了义经·文殊师利菩萨》，《大正藏》，第17册，第913页中。

<sup>②</sup> 《大方广圆觉修多罗了义经·普贤菩萨》，《大正藏》，第17册，第914页上。

<sup>③</sup> 《大方广圆觉修多罗了义经·普眼菩萨》，《大正藏》，第17册，第914页下。

<sup>④</sup> 《大方广圆觉修多罗了义经·金刚藏菩萨》，《大正藏》，第17册，第915页下。

<sup>⑤</sup> 《大方广圆觉修多罗了义经·弥勒菩萨》，《大正藏》，第17册，第916页中。

<sup>⑥</sup> 同上，第917页中。

<sup>⑦</sup> 一阐提：不信佛法，信根断尽。《大般涅槃经》卷五载：“无信之人，名一阐提。一阐提者，名不可治。”

（《大正藏》，第12册，第632页上）又载：“一阐，名信；提，名不具。不具信故，名一阐提。”（同上，第763页上）又载：“譬如焦种，虽遇甘雨，百千万劫，终不生芽。芽若生者，亦无是处。一阐提辈，亦复如是。”（同上，第418页上）。

即得成于阿耨多罗三藐三菩提。”<sup>①</sup>其二是“客尘烦恼等无明妄念遮覆佛性”：“佛性亦尔，烦恼覆故众生不见……所谓佛性，非是作法，但为烦恼客尘所覆。若刹利婆罗门毗舍首陀能断除者，即见佛性成无上道。譬如虚空震雷起云，一切象牙上皆生花。若无雷震，花则不生，亦无名字。众生佛性，亦复如是，常为一切烦恼所覆不可得见。”<sup>②</sup>以上两点，与释迦佛菩提树下悟道时所说异曲同工，正是禅法体系中理法之依据。

《大乘起信论》，马鸣菩萨造，真谛译。《大乘起信论》者，即对大乘发起正信所造之论，是一部大乘佛教总结性著作，从理论、实践两个方面总结大乘佛教根本教义。《大乘起信论》从一心、二门、三大、四信、五行，阐明大乘佛教根本宗旨，以及修行的过程。一心，指众生心，即真如实相、人本具的自性清净心，是绝对的一心；二门，指心真如门和心生灭门，“一心开二门”，真如实相不生不灭，真如实相的妙用则生生灭灭；三大，即真如法界的体大、相大、用大；四信，指真如、佛、法、僧等修行信心；五行，指施、戒、忍、进、止观等修行五门。其中纲骨部分是一心二门，也即禅法体系理法之依据。论曰：“心真如者，即是一法界大总相法门体。所谓心性不生不灭，一切诸法唯依妄念而有差别，若离妄念则无一切境界之相。”<sup>③</sup>又曰：“真如自体相者，一切凡夫、声闻、缘觉、菩萨、诸佛，无有增减，非前际生、非后际灭，毕竟常恒。从本已来，性自满足一切功德。”<sup>④</sup>之所以迷失自性、流转生死，其原因是随缘起染、生灭流转。论中有一形象譬喻：“以一切心识之相皆是无明，无明之相不离觉性，非可坏非不可坏。如大海水因风波动，水相风相不相舍离，而水非动性，若风止灭动相则灭，湿性不坏故。如是众生自性清净心，因无明风动，心与无明俱无形相、不相舍离，而心非动性。若无明灭相续则灭，智性不坏故。”<sup>⑤</sup>水相离不开风相，无明之相离不开自性清净心，只要不随无明而起识浪，清净心湛然常寂。关于菩萨所造之论，此处只以《大乘起信论》为代表，相关的论著还有

<sup>①</sup> 《大般涅槃经》卷七，《大正藏》，第12册，第404页下。另有：“我性及佛性，无二无差别。”（同上，第409页下）“一切众生悉有佛性，以佛性故，众生身中即有十力三十二相八十种好”（卷九）“一切众生悉有佛性，佛、法、众僧无有差别。”（同上，第487上）“一切众生悉有佛性，如来常住无有变易。”（同上，第522下）。

<sup>②</sup> 《大般涅槃经》卷八，《大正藏》，第12册，第411页中。永明延寿分析为：“只为佛之知见蕴载众生心，虽然显现而迷者不知。以客尘所覆，妄见所障，虽有如无。似世间宝藏，为物所覆，莫有知者。是以须示其宝处，令亲得见。遂获其宝，利济无穷。”（《宗镜录》，《大正藏》，第48册，第633下）。

<sup>③</sup> 《大乘起信论》，《大正藏》，第32册，第576页上。

<sup>④</sup> 同上，第579页上。

<sup>⑤</sup> 同上，第576页下。

《大智度论》，龙树菩萨造，鸠摩罗什译，此不赘述。

《六祖大师法宝坛经》，慧能弟子法海集录，元代宗宝编。一般来说，只有叙述释迦牟尼佛言教的著作才能称为“经”，菩萨依“经”所造之著作称为“论”，《坛经》是唯一一部被称为“经”的由中国僧人所述的经典，可见此经在中国佛教地位之高。《坛经》作为禅门宝典，撤下宗教神秘色彩，直接指示佛性，侧重宗门修证，在基本见地上、理法上的论述上自然尤为精辟。在上一节已有略述，其理法的阐释即是：“菩提自性，本来清净。但用此心，直了成佛。”<sup>①</sup>又说：“菩提般若之智，世人本自有之，只缘心迷，不能自悟，须假大善知识，示导见性。”<sup>②</sup>另外，纯禅时代的祖师著作中，均有阐述宗门修证的基本见地即理法，主要有：《少室六门》，菩提达摩作；《略说修道明心法要》，二祖慧可作；《信心铭》，三祖僧璨作；《入道安心要方便法门》，四祖道信作；《最上乘论》（或名《修心要论》），五祖弘忍作；《永嘉证道歌》，永嘉玄觉作；《传心法要》，黄蘖希运述，裴休录。这些在上一节中也有略述，这里不再一一复述。

综上所述，无论是禅宗祖师的著作语录，还是禅宗所依据之佛典经论，均阐述了宗门修证的理论基础和基本见地，禅法体系之理法部分就是因之而建立。至于阐述的方式，则各各不同，或表诠，或遮诠，或直指，或譬喻，种种方便，无非指示众生明白自家心地。种种名相，或称如来智慧，或称真性，或称金刚佛性，或称菩提自性，或称灵光，或称心，或称佛，或称如来藏，或称不二法门，或称一大事，或称真如，或称妙法，或称圆觉，无非指示众生自心实相。自心实相虽人人本有，众生却因种种原因障覆，不识真心，不得自在，主要是妄想、客尘、烦恼所覆，心迷，不知常住真心性净明体，随缘起染，种种取舍等等，根本原因在于无明，故可归结为无明烦恼。破除之法，有说离妄念，有说舍妄归真，有说假大善知识开示，有说不住，有说净其心，有说经方便开示，这些都是涉及实际的修证，口说无用，说食不饱，破除之法总结为明心见性。所以，禅法体系之理法可总结为：人人本具的自心实相，生佛同具，圣凡不异，是万法之本源、修证之根本；但因无明烦恼之缘故，认假作真，心随境转，不得自在；唯有明心见性，觉破无明，顿悟实相，才能究竟解脱。绝破之法——明心见性涉及具体的行证，须经大善知识方便指示，属于教法和行法的内容。

<sup>①</sup> 《六祖大师法宝坛经》，《大正藏》，第48册，第347页下。

<sup>②</sup> 同上，第350页上。

## 4.2 百丈怀海禅法体系之教法

在百丈怀海之前，北宗已经僧才凋零，南宗顿旨却成多系，菏泽神会一系、牛头法融一系、湖南希迁一系、洪州马祖一系。宗密依据各系禅法风格，将之分为三类：一息妄修心宗；二泯绝无寄宗；三直显心性宗。一一对应，三宗的教法分别是：一密意依性说相教；二密意破相显性教；三显示真心即性教。很显然，马祖道一、百丈怀海一系属于直显心性宗，以种种方便、手段指示这个能见闻觉知、语默动静的真心即是当人佛性为教法。宗密在论述“直显心性宗”时说：

三直显心性宗者，说一切诸法，若有若空，皆唯真性。真性无相无为，体非一切，谓非凡非圣，非因非果，非善非恶等，然即体之用而能造作种种，谓能凡能圣，现色现相等。于中指示心性，复有二类。一云：即今能语言动作、贪嗔慈忍、造善恶受苦乐等，即汝佛性，即此本来是佛，除此无别佛也。了此天真自然，故不可起心修道，道即是心，不可将心还修于心。恶亦是心，不可将心还断于心，不断不修任运自在，方名解脱。性如虚空，不增不减，何假添补，但随时随地息业，养神圣胎增长，显发自然神妙，此即是为真悟真修真证也。二云诸法如梦……然此两家皆会相归性，故同一宗。<sup>①</sup>

宗密又把“直显心性宗”分为两类，马祖、怀海一系的禅法属于第一类。宗密说：“了此天真自然，故不可起心修道，道即是心，不可将心还修于心。恶亦是心，不可将心还断于心，不断不修任运自在，方名解脱。”马祖道一则说：“道不属修，若言修得，修成还坏。”<sup>②</sup>百丈怀海则说的更为详细：“但歇一切攀缘，贪嗔爱取，垢净情尽。对五欲八风不动，不被见闻觉知所阂，不被诸法所惑，自然具足一切功德，具足一切神通妙用，是解脱人。对一切境法，心无诤乱，不摄不散，透一切声色，无有滞阂，名为道人。善恶是非，俱不运用，亦不爱一法，亦不舍一法，名为大乘人。不被一切善恶，空有垢净，有为无为，世出世间，福德智慧之所拘系，名为佛慧。是非好丑，是理非理，诸知解情尽，不能系缚，处处自在，名为初发心菩萨，便登佛地。”<sup>③</sup>可见，宗密的总结，和马祖道一、百丈怀海的言说是一致的。

宗密在以上概括中称：“即今能语言动作、贪嗔慈忍、造善恶受苦乐等，

<sup>①</sup> 宗密《禅源诸诠集都序》卷上之二，《大正藏》，第48册，第402页下、403页上。

<sup>②</sup> 《古尊宿语录》卷一〈大鉴下二世马祖道一大寂禅师〉，《续藏经》，第68册，第3页下。

<sup>③</sup> 《四家语录》卷三〈百丈怀海禅师广录〉，《续藏经》，第69册，第7页下。

即汝佛性，即此本来是佛，除此无别佛也。”在《圆觉经大疏钞》中又说：“起心动念，弹指声咳，所作所为，皆是佛性全体之用，更无第二主宰”<sup>①</sup>，可以看出，马祖道一、百丈怀海都是提倡从见闻觉知、语默动静去悟入的，以此为教法，方便施化，各展手眼。南宗顿旨虽成多系，教法各异，然在追求的目标上却是相同的，皆提倡“直指人心”，种种教法无不指示诸人本有的自心实相。

禅是一味，更无有二，只是在教法上，即接引学人的是手段与风格，各位禅师则各有不同，故《金刚经》云：“一切贤圣皆以无为法而有差别。”根据学人修行程度及所入阶位，禅师在接引学人时的教法也不同，主要分为两种：“一为接引初学，未悟的使他‘得个入处’；已悟入而没有究竟的，或能入而不能出、得体而不得用的，使他更进一步。”<sup>②</sup> 禅宗的教法也可从予夺的角度分为两种：一是断妄；二是直指。断妄是打断学人的执着，折断学人的妄想，使学人在“先歇诸缘，休息万事”的当下，体认自心实相；直指是禅师直接指示，学人根据禅师的指示，领会佛法大义。纯禅时代，禅师多用直指之法，直心直说，朴实无华；禅机时代，禅师多用断妄之法，机锋棒喝，触着便夺，发挥至极致时，则出现“呵佛骂祖，诋毁故纸”等乱象。百丈怀海处于纯禅时代和禅机时代之间，其禅法既保留了纯禅时代的直心直说，教法尽显朴实无华，又恰到好处地运用了禅机时代的机锋，偶尔也露些子气概。百丈怀海的教化方法，既有教下的风格，又有宗下的手段；既有方便折妄，又有直指人心；既有对初发心学人的循循善诱，使其得个入处，又有对洞达本分事弟子的勘验和指示，使其更进一步；既得马祖道一之大机大用，又有在其之上的超拔之处。

#### 4.2.1 对初心学人的教法

百丈怀海对初发心学人的教法，一般不行棒喝，一味平实商量，约事来说法，通过间接的、比喻的开示来激发学人本分事：

师谓众云：有一人，长不吃饭不道饥，有一人，终日吃饭不道饱。众皆无对。<sup>③</sup>

这一段公案，若依文解义看，第一句应是讲自性本来清淨，不受不染，虽然不受食，却也未曾减少一点点，故说“长不吃饭不道饥”；第二句则是讲我们

<sup>①</sup> 宗密《圆觉经大疏钞》，《续藏经》，第9册，第534页中。

<sup>②</sup> 印顺：《中国禅宗史》，中华书局，2010年版，第350页。

<sup>③</sup> 《景德传灯录》卷六，《大正藏》，第51册，第250页上。

的心光普照，包容万物，四种食（段食、触食、思食、识食）都与它，它亦不拒，它也没有增加一点点，故说“终日吃饭不道饱”。然而，这却只属教意，纵令解得三藏十二部，“只成增上慢，却是谤佛，不是修行”，于自己本分事上毫不相干。佛法不是这个道理。若欲识得，还须放下思量，鉴觉自看。

从六祖慧能开始，禅师们不兜圈子，直接指示心要。六祖慧能说“本性是佛，离性无别佛”，马祖道一说“即心即佛”，这些都是从理上讲，叫做理喻。百丈怀海则从事上讲，叫做事喻。一向说心说性说佛，约从理上说，很多人不能契入。约从事上说，拿再平常不过的吃饭来启发学人，则更为亲切。这段开示也方便学人在吃饭时提起疑情，生活和修行打成一片，而不是将禅堂用功和吃饭等事分为两截。“长不吃饭不道饥”、“终日吃饭不道饱”这两句很值得寻思、体会、参究。

百丈怀海对于初发心学人的开示，大部分都是平实亲切，娓娓道来。当学人向其请法时，百丈怀海也是如此，且看：

云岩问：和尚每日区区为阿谁？师云：有一人要。岩云：因什么不教伊自作？师云：他无家活。<sup>①</sup>

问：如何是佛？师云：汝是阿谁？僧云：某甲。师云：汝识某甲否？僧云：分明个。师乃举起拂子云：汝还见么？僧云：见。师乃不语。<sup>②</sup>

第一则公案也是为初心学人的教法，与上一则公案说的是同一个问题。“每日区区为阿谁”？这样的疑问，很多人都曾有过，都曾这样自性反问过。这样的疑问是不经意之间流露出来的，因为没有轻易得到答案，也就轻易地滑过去了，很少有人会在这个问题上区区着。云岩问“每日区区为阿谁”，便是希望解决这个问题。百丈答他“有一人要”，就是说有一人要你每日为它区区忙着，这“一人”便是诸人本来面目，即是学人需要证取之处。云岩禅师觉着多事，不愿区区着，便问：“因什么不教伊自作？”本来面目无面目，无耳目口鼻等貌，如何能自作？所以百丈答到：“他无家活。”这无面目的本来面目，诸人未曾失也未曾离，却要为他区区着。若识得他，虽每日为他区区着却也自在无碍，若也不识，就折磨得你区区的更为难过。百丈怀海把疑情立在学人的生活日用之中，将生活和修行融合在一起，学人只消安放其上，一门深入，假以时日，定能磕着碰着。百丈怀海的两句答语，既简净，又实用，对初心学人最为合适。

<sup>①</sup> 《景德传灯录》卷六，《大正藏》，第51册，第250页上。

<sup>②</sup> 同上，第250页上。

第二则公案，有僧问：“如何是佛？”这是禅宗学人经常问的话题，以期得到师父开示佛法大义。若是马祖道一，也许会正面指示曰：“即心即佛。”百丈怀海则不这样回答，“汝是阿谁？”既然师徒是在谈论佛法，对于师父的提撕，学人应向道上会，不应在相上着。这僧还没明白，只认得相上的“某甲”。百丈再问：“汝识某甲否？”这僧在“我相”上执着坚固，很肯定地说：“分明个。”百丈见指示不管用，便以色相呈，举起拂子问：“汝还见么？”这僧依然着在拂子的相上，只见拂子，不见“能见拂子的见性”。师乃不语。“师乃不语”四字不可草草略过，也不可简单理解为：徒弟不契，师父便不再说话了。结合前面语境，这位僧人很坚持地认为自己答的没有错，心中有些自以为是的时候，但却未得到祖师的认可。很长一段时间，百丈怀海都没有说话，这位僧人自以为是的姿态稍稍有些放下，疑情生起，正与么时，学人正好用功。说时默，默时说，若学人会得百丈怀海语默同时之境，便是与百丈相见，则大事了办。

除公案外，再看“广录”中的开示：

问：如今受戒，身口清净，已具诸善，得解脱否？

师曰：少分解脱。未得心解脱，亦未得一切处解脱。

曰：如何是心解脱及一切处解脱？

师曰：不求佛法僧，乃至不求福智知解等，垢净情尽，亦不守此无求为是，亦不住尽处，亦不欣天堂、畏地狱，缚脱无碍，即身心及一切处皆名解脱。汝莫言有少分戒，身口意净，便以为得了。不知河沙戒定慧门，无漏解脱，都未涉一毫在。努力向前，须猛究取。莫待耳聋眼暗、面皱发白，老苦及身，悲爱缠绵，眼中流泪，心里惶惶，一无所据，不知去处。到恁么时节，整理脚手不得也，纵有福智、名闻、利养，都不相救。为心眼未开，唯念诸境，不知返照，复不见佛道。一生所有善恶业缘，悉现于前，或忻或怖，六道五蕴，俱时现前。尽敷严好舍宅，舟船车舆，光明显赫，皆从自心贪爱所现，一切恶境，皆变成殊胜之境。但随贪爱重处，业识所引，随着受生，都无自由分，龙畜良贱，亦总未定。

问：如何得自由分？

师曰：如今得即得。或对五欲八风，情无取舍，悭嫉贪爱，我所情尽，垢净俱亡。如日月在空，不缘而照，心心如木石，念念如救头然，亦如香象渡河，截流而过，更无疑滞。此人天堂地狱所不能摄也。<sup>①</sup>

<sup>①</sup> 《五灯会元》卷三，《续藏经》，第80册，第72页中。

受戒持戒，身心清净，具足善法，是佛教方便义，权立化城，中途歇息，却不是究竟义。僧人问做到了这些是否就得到了解脱，百丈怀海并没有用遇着便夺的手段，而是先部分肯定，再转引至究竟义，使学人更进一步。果不其然，经百丈循循善诱，学人步步跟进。百丈先后阐述了得解脱的具体理论（“如何是心解脱”部分，即是此处的理法）和行证方法（“如何得自由分”部分，即是此处的行法）。可见，百丈怀海对初心学人的教法，循循善诱，有理有行，有章法可循，有步骤可依。然而，法无定法，对初心人的这些教法也只是应机施教，随缘解缚而已。

总之，百丈怀海对大部分初心学人的教法，没有高峻的禅语，也不行棒喝等霹雳手段，而是一味平实商量，娓娓道来，寓禅法于吃饭、劳作等平常日用中，将修行和生活融为一体，通过间接的、形象的比喻来启发学人。

百丈怀海对大部分初发心学人的教法，都是一味平实商量，比较容易契入，但也有例外，偶尔也露些子气概，且看：

问：如何是奇特事？师曰：独坐大雄峰。僧礼拜，师便打。<sup>①</sup>

《坛经》中记载：“惠明言下大悟，复问云：上来密语密意外，还更有密意否？慧能云：与汝说者，即非密也。汝若反照，密在汝边。”<sup>②</sup>惠明经慧能指示见性后，复问密意，慧能则为他正面直接开示，第一义谛不可言说，说者即非，若能自性反照，即可照见。慧能可谓老婆心切，同样的问题，百丈怀海则不如此。僧问：“如何是奇特事？”百丈答他：“独坐大雄峰。”奇特事乃证悟之事，百丈用“独坐大雄峰”答他。首先，大雄峰是百丈山主峰，怀海随手拈来就用；其次，大雄峰喻圣位，是自觉圣智，只可自知自受自用，故曰“独坐”。百丈怀海的回答，既通理路，也可话会。“僧礼拜”，莫非会得百丈“独坐大雄峰”之境界？最怕学人无力承担，却粘着圣境，“师便打”，这才是大人作略，“向上一路，千圣不传”，哪里还有这个事在？这则公案，百丈怀海冷不丁露些子气概，有予有夺，拈来便用，用罢即休，犹如灵龟扫尾，不留痕迹，又如水中作画，随画随消，可谓“应病与药，解粘去缚”之极则。

#### 4.2.2 断妄后的直指教法

禅宗祖师的教法从予夺的角度，可简单分为断妄和直指二法。百丈怀海的

<sup>①</sup> 《五灯会元》卷三，《续藏经》，第80册，第71页下。

<sup>②</sup> 《六祖法宝坛经》，《大正藏》，第48册，第349页中。

教法中，既有断妄，又有直指。如：

师有时说法竟。大众下堂，乃召之，大众回首。师曰：是什么（药山目之为百丈下堂句）？<sup>①</sup>

百丈怀海上堂说法，正面开示大众，是为予。此时人人谛听，有人听得心花开敷，法喜充满，有人则分别记取。末了，大众下堂，正自惺惺之时，百丈召之，大众回首。百丈怀海雷音似的一句“是什么”，直教人拟议不得，言下知归，是为夺。“是什么”这一手法，最早出自马祖，马祖当年拈胡饼示众三年有余，海侍者听得惯了，如今成为了百丈怀海自性中的无边妙用，足以报答马祖大恩了。“是什么”相较于后世“念佛是谁”等话头却有功高之处。虽然禅宗的师父在教授参禅要诀时，强调应着重在“谁”字上用力，其余三字不过言其大者而已，然“念佛”二字却有能念、所念之对象供人思量卜度，不如“是什么”一句逼拶得紧，令人拟议不得。“是什么”，药山禅师目之为百丈下堂句，然而，这则公案不能只看到这一句，而忽略前面的“师有时说法竟”一句，若无百丈上堂说法，大众妄念顿息，断妄之前行，就没有彻却直指的功效了。“是什么？”识者自识，不识者各自散去，好好用功。

再看以下两则公案：

黄檗问：从上古人，以何法施人？师良久未语。黄檗云：后代儿孙，将何传授？师云：将谓你这汉是个人。便归方丈。<sup>②</sup>

马祖令人持书，并酱三瓮与师。师令排向法堂前，乃上堂。众才集，师以拄杖指酱瓮云：道得即不打破，道不得即打破。众无语。师便打破，归方丈。<sup>③</sup>

第一则公案，黄蘖希运禅师是一位上上根器的伶俐汉，百丈怀海对他的教法则毫不客气得采用断妄之法。黄蘖前来问法时，百丈怀海先是“良久未语”，后用“将谓你这汉是人”来答他。究竟义来说，实无一法可施予人，学人亦无一法可得。第二则公案，马祖把三瓮酱给怀海，百丈怀海便以此开示学人，令人将其排放在法堂前。上堂，大众才到，百丈便以拄杖指着酱瓮说：“道得即不打破，道不得即打破。”若非个中人，谁敢乱道？这时大众纷飞的念头都已经停歇了，万念俱净，唯参究这一处，正于此时，哐地一声，“师便打破”，打得破

<sup>①</sup> 《五灯会元》卷三，《续藏经》，第80册，第73页上。

<sup>②</sup> 《四家语录》卷二，《大正藏》，第69册，第6页下。

<sup>③</sup> 同上，第6页中。

的是酱瓮，打不破的是什么？此时正好用功。立三酱瓮，说一句“道得即不打破，道不得即打破”，是予，是断妄；“师便打破”是夺，是直指。

可见，百丈怀海的教法，断妄与直指并弘，予夺并用，回转得妙。

#### 4.2.3 对洞达本分事弟子的教法

与对初心学人的教法相比，百丈怀海对已经洞达本分事弟子的教法，略有不同，且看：

有一僧哭入法堂。师云：作什么？僧云：父母俱丧，请师拣日。师云：明日一时埋却。<sup>①</sup>

有一僧契入实相，悲欣交集，哭入法堂。百丈怀海一眼便知其有所契入，进一步堪辨，问“作什么？”僧云：“父母俱丧，请师拣日。”无明为父，贪爱为母，父母俱丧，即是根尘脱落，能所双忘，契入理体之后难以言说的一种表述。百丈怀海说：“明日一时埋却。”明日，并非第二日，假以时日，待悟境消融，起发妙用，今日之境也无须理会，如此回答，即符事相，又合理体。

因普请饅地次，忽有一僧，闻饭鼓鸣，举起饅头大笑便归。师云：俊哉！此是观音入理之门。师归院乃唤其僧问：适来见什么道理便恁么？对云：适来只闻鼓声动，归吃饭去来。师乃笑。<sup>②</sup>

百丈怀海行普请制度，上下均力，调顺作务执劳即是佛事，这是对佛教制度的最大改革。僧人在作务执劳中，若能于此契入明得，更能如实得真实受用。

僧人在锄地时，心中自然在做功夫，或参“是什么”，或念佛名号，或时时觉，总之，置心一处，心不散乱。正于此时，饭鼓响，一僧听闻，由此契入，顿觉心光一片，朗照无遗，喜悦之情无以言说。于是举起锄头大笑而归，不用妄测，这是得了个消息人的样子。若无禅悦，焉能如此开怀大笑？百丈怀海赞叹道：“俊哉！此是观音入理之门。”即是印可了这僧，闻声而悟道，即是观音入理。虽说是“观音入理之门”，实在无门可入。待归院后，唤这僧进一步检验，“适来见什么道理便恁么？”这僧见处真实，但究竟而言，实无道理可见，答道：“适来只闻鼓声动，归吃饭去来。”闻鼓声而知声外之意，闻声而悟道。这僧如此一答，毫无走做，毫无玄妙，却可显其见处真实，引得百丈怀海欣慰地笑了。百丈怀海善于将禅融入日常生活，由此证体起用，力量尤为之大。

<sup>①</sup> 《四家语录》卷二，《大正藏》，第69册，第6页中。

<sup>②</sup> 《景德传灯录》卷六，《大正藏》，第51册，第250页上。

沩山、五峰、云岩侍立次。师问沩山：并却咽喉唇吻，作么生道？山曰：却请和尚道。师曰：不辞向汝道，恐已后丧我儿孙。又问五峰，峰曰：和尚也须并却！师曰：无人处斫额，望汝！又问云岩，岩曰：和尚有也未？师曰：丧我儿孙。<sup>①</sup>

此则公案，是百丈怀海在检验弟子们是否洞达本分事。“并却咽喉唇吻，作么生道？”若作俗情来讲，说时须张口，闭口即是默，并却咽喉唇吻，却又如何道？真是难煞行人！其实，我们的觉性，无时无刻不在大放光明，普照十方，演说无尽。这一点须有实证，如实知的“这里”，若无实证，换个话题，立马上当。若在悟者的份上，自有出身之路，哪里能罩得住？我们的觉性本体无时无刻不在说，无时无刻不在道，说什么“并却咽喉吻唇，作么生道”，早道了也。

对于祖师的堪辨，且看三位禅师如何应对。沩山禅师说：“却请和尚道。”意思是，我不说，如果语言能说得出来的话，就请和尚说吧！“说时默，默时说”，说默同时，正是如此道。百丈怀海印可了沩山禅师，说：“不能跟你明说，怕以后儿孙没饭吃。”五峰禅师说：“和尚也须并却！”五峰这一应对是截断众流，意思是说“凡有言说，皆无实义”，“阎浮提众生，举心动念，无不是业，无不是罪”，张口、起心即是罪业，就连和尚刚才那一问也须并却。百丈怀海对五峰禅师的回答很满意，并寄予厚望，说“无人处斫额，望汝！”是用手遮住额头，在无人会佛法的地方，更应向远处看。若依据禅宗后期的手法，五峰禅师也可用“打师一掌”来应对。云岩禅师说：“和尚有也未？”意思是说和尚有还是没有呢？自己没眼，却想从他人口里探消息。对于云岩的回答，百丈怀海表示失望，说“丧我儿孙”，意思是云岩没有宗眼，闻声捉响，自救不了，会使法脉中断。三人不同的回答，正表明三人的悟境不同，有优有劣，百丈怀海这一启发可谓善巧方便。

百丈怀海对已经洞达本分事弟子的检验及教法，抱持严谨慎重的态度，其回复有断却，有赞赏，有指导，有期许，没有冷峻刚烈的禅风，尽显朴实自然，却也干净利落。

#### 4.2.4 清浊二法、割断两头句、透三句外

五家七宗时期，很多祖师在教法上都有一些总结性的提法，如临济“三玄

---

<sup>①</sup> 《五灯会元》卷三，《续藏经》，第80册，第71页中。

三要”、曹洞“五位君臣”、“云门三句”、“黄龙三关”等，称为门庭设施。在五家七宗之前，马祖道一和百丈怀海就已经有了相应门庭设施，马祖道一提出“是心是佛、即心即佛”“非心非佛”“不是物”三段教法，百丈怀海在此之上又有超拔之处，其教法可总结为：“清浊二法”，“割断两头句”，“初善、中善、后善”三句及“透三句外”。

### （一）清浊二法：

百丈怀海将对治众生病的世出世间法分为“清法”和“浊法”两种。浊法，指贪、嗔、痴、慢、疑、爱、取等世间烦恼法；清法，指称为菩提、涅槃、解脱的等名的出世间法。百丈怀海认为，在教化众生时，应根据学人的根器、修行程度及所入阶位，因人而异，选择为其宣说清法或浊法。百丈怀海说：

夫语须辩缁素。须识总别语，须识了义、不了义教语。了义教辨清，不了义教辨浊。说秽法边垢拣凡，说净法边垢拣圣。从九部教说，向前众生无眼，须假人雕琢。若于聋俗人前说，直须教渠出家持戒，修禅学慧。若是过量俗人，亦不得向他与么说，如维摩诘、傅大士等类。若于沙门前，说他沙门已受白四羯磨讫，具足全是戒定慧力，更向他与么说，名非时语，说不应时，亦名绮语。若是沙门，须说净法边垢拣圣，须说离有无等法，离一切修证，亦离于离。若于沙门中，剥除习染，沙门除贪瞋病不去，亦名聋俗，亦须教渠修禅学慧。若是二乘僧，他歇得贪瞋病去尽，依住无贪将为是，是无色界，是障佛光明，是出佛身血，亦须教渠修禅学慧。须辩清浊语，浊法者，贪、瞋、爱、取等多名也；清法者，菩提、涅槃、解脱等多名也。<sup>①</sup>

“说秽法边垢拣凡”，说浊法是为拣除凡夫之境。宣说浊法的过患，令其生厌离心，发出离心，教他出家持戒，修禅学慧，主要对象是“聋俗人”，即凡夫。对于“除贪瞋病不去”的沙门、“歇得贪瞋病去尽，依住无贪将为是”的二乘僧，也应教其修禅学慧。但对于像维摩诘、傅大士一样“过量俗人”和“已受白四羯磨讫，具足全是戒定慧力”的沙门，则应说清法。清法，“净法边垢拣圣”，宣说执着圣境的过患，如果一味执着菩提、涅槃、解脱等出世间法以为究竟，逃避世间，只做一个自了汉，不是圆满的解脱。为其宣讲离有无等法，离一切修证，亦离于离，一切不住，破除对圣境的执着。如果对“过量俗人”和已具戒定慧力的沙门也说浊法的话，就不对机了，也称为非时语、绮语。

“清浊二法”是百丈怀海教化学人、应机说教时所用语言的原则和方法，

<sup>①</sup> 《古尊宿语录》卷二，《续藏经》，第68册，第6页上。

也是告诉弟子在接引学人时用语的方法。说清法用了义教语，说浊法用不了义教语。故学人须辨了义教语、不了义教语：

须识了义教、不了义教语，须识遮语、不遮语，须识生死语，须识药病语，须识逆顺喻语，须识总别语。说道修行得佛，有修有证，是心是佛，即心即佛，是佛说，是不了义教语，是不遮语，是总语，是升合担语，是拣秽法边语，是顺喻语，是死语，是凡夫前语。不许修行得佛，无修无证，非心非佛，佛亦是佛说，是了义教语，是遮语，是别语，是百石担语，是三乘教外语，是逆喻语，是拣净法边语，是生语，是地位人前语。从须陀洹向上直至十地，但有语句，尽属法尘垢；但有语句，尽属烦恼边收；但有语句，尽属不了义教。了义教是持，不了义教是犯。佛地无持犯，了义不了义教尽不许也。<sup>①</sup>

不了义教语，强调可修行成就，讲有得有修有证，教语用“是心是佛，即心即佛”等，直接正面开示，主要是“予”的教法。了义教语，不讲修行成就，讲无得无修无证，教语用“非心非佛”等，是在经历严格修持的基础上，采用“夺”的教法。了义教、不了义教语还属语句，二边对立的两头语句，但有语句，皆不究竟，还须“割断两头句”。

## （二）割断两头句

说浊法、清法只是一时方便，可作为渐修和积累资粮所用教法，尚处二元对立中。为破除二元对立，对治一切执着，百丈怀海提出“割断两头句”的教法。百丈怀海说：

诸佛菩萨唤作示珠人，从来不是个物。不用知渠解渠，不用是渠非渠。但割断两头句，割断有句不有句，割断无句不无句。两头迹不现，两头提汝不着，量数管汝不得。不是欠少，不是具足，非凡非圣，非明非暗，不是有知，不是无知，不是系缚，不是解脱，不是一切名目。<sup>②</sup>

又说：

若欲免见翻覆之事，但割断两头句，量数管不着。不佛不众生，不亲不疏，不高不下，不平不等，不去不来。但不著文字，隔渠两头，捉汝不得，免苦乐相形，免明暗相酬。实理真实亦不真实，虚妄亦不虚妄，不是量数物，喻如虚空不可修治。若心有少许作解，即被量数管着。亦如卦兆，被金木水

<sup>①</sup> 《古尊宿语录》卷二，《续藏经》，第68册，第7页中。

<sup>②</sup> 同上，第6页下、第7页上。

火土管。亦如鯤胶，五处俱黏。魔王捉得。自在还家。<sup>①</sup>

又说：

如今祇是说破两头句，一切有无境法，但莫贪染及解缚之事。无别语句教人，若道别有语句教人，别有法与人者，此名外道，亦名魔说。<sup>②</sup>

佛菩萨虽然福慧圆满、自在无碍，却不能代人成就，还须众生自性自度。所以，诸佛菩萨只能将自己实证的真相和方法告诉学人，指引学人该如何做，最终还得要学人切实行履才能得真实受用。所以诸佛菩萨唤做“示珠人”，指示我们人人都本有一颗“摩尼宝珠”，即是我们的自心实相，本来光明朗照，但因烦恼、执着障碍住了，不能显现。只要“割断两头句”，“两头”即是有无、是非、凡圣等二元对立，“割断”即是不落有无、不着、无住，不落有无两头，不落二元对立。若是有落、有着、有住，不管是清法还是浊法，都是障碍。

翻覆，即是轮回，念念相续，周而复始，无有断绝。“若欲免见翻覆之事”，也就是说若欲出离轮回，唯有“割断两头句”，一切有无境法，都不贪染，则量数管不着，两头都不住，两头都捉你不得，才是自在还家。

百丈怀海“割断两头句”的教法，也运用在公案中。且看“野狐公案”：

师每上堂，有一老人随众听法。一日众退，唯老人不去。师问：汝是何人？老人曰：某非人也，于过去迦叶佛时，曾住此山，因学人问“大修行人还落因果也无”，某对云“不落因果”，遂五百生堕野狐身，今请和尚代一转语，贵脱野狐身。师曰：汝问。老人曰：大修行人还落因果也无？师曰：不昧因果。老人于言下大悟。作礼曰：某已脱野狐身，住在山后，敢乞依亡僧津送。师令维那白椎告众，食后送亡僧。大众聚议，一众皆安，涅槃堂又无病人，何故如是？食后，师领众至山后岩下，以杖挑出一死野狐，乃依法火葬。<sup>③</sup>

这则公案，切不可被其稀奇古怪之形式骗了，以为真有只活了五百年的野狐狸，应知晓这则公案的权实之义，“‘野狐公案’之权者，离奇古怪之形式；‘野狐公案’之实者，古怪形式之内涵”<sup>④</sup>，“野狐公案”是以稀奇古怪的形式，隐喻佛教大义。“狐”即是“疑”，修行人心中疑情未解，辗转多时，经百丈怀海一句点拨，涣然冰释，顿悟解脱。“不落因果”与“不昧因果”区别何在？若依

<sup>①</sup> 《古尊宿语录》卷二，《续藏经》，第68册，第8页上。

<sup>②</sup> 同上，第7页中。

<sup>③</sup> 《五灯会元》卷三，《续藏经》，第80册，第71页中下。

<sup>④</sup> 苏树华：《洪州禅》，宗教文化出版社，2005年版，第285页。

“割断两头句”教法来看，“落因果”和“不落因果”属“有句”和“无句”，亦属“浊法”和“清法”。虽然“不落因果”看着比“落因果”高明些，但还是在二元对立中，还在两头中轮回，执着“不落因果”，正是学人需要打破的。若“割断两头句”，则“不昧因果”，即不着“落因果”，亦不住“不落因果”。

### (三) 透三句外

为进一步说明佛法的超越性，百丈怀海又提出“透三句外”。欲说“透三句外”，先立定“初善、中善、后善”三句之义。此三句源自马祖道一的“即心即佛”、“非心非佛”、“不是物”三段教语。百丈怀海说：

只如今鉴觉。但于清浊两流，凡圣等法，色声香味触法，世间出世间法，都不得有纤毫爱取。既不爱取，依住不爱取将为是，是初善，是住调伏心，是声闻人，是恋筏不舍人，是二乘道，是禅那果。既不爱取，亦不依住不爱取，是中善，是半字教，犹是无色界，免堕二乘道，免堕魔民道，犹是禅那病，是菩萨缚。既不依住不爱取，亦不作不依住知解，是后善，是满字教，免堕无色界，免堕禅那病，免堕菩萨乘，免堕魔王位。<sup>①</sup>

又说：

夫教语皆三句相连。初、中、后善。初，直须教渠发善心；中，破善心。后，始名好善。<sup>②</sup>

此处将“清浊两流，凡圣等法，色声香味触法，世间出世间法”统称为欲境。

**初善：**不爱取欲境（不执着于“有”），但依住不爱取之境界并以为是究竟（执着于“空”），把世间和出世间放在二元对立中，排斥世间烦恼，贪恋出世间之空寂。这是声闻人境界，是恋法不舍之人，属二乘道，住于调伏心位。

**中善：**既不爱取欲境（即不执着于“有”），亦不依住不爱取（亦不执着于“空”），既不贪恋世间欲境，亦不因贪恋出世间而排斥或逃避世间，认为两头都不执着才是究竟，执着于这个“不执着”，认为执着是错的，不执着才是对的。这是“半字教”，还在无色界中，落在“菩萨缚”当中，还不究竟。

**后善：**既不依住不爱取（即不执着于“空”），亦不作不依住知解（亦不执着于这个“不执着”，也没有“不执着”的知解在心中），这是“满字教”，免堕无色界、禅那病、菩萨乘、魔王位，是真正的“佛道”。

<sup>①</sup> 《古尊宿语录》卷二，《续藏经》第68册，第6页上、中。

<sup>②</sup> 同上，第8页上。

初善、中善、后善，步步进阶。先用初善破浊法，“边垢拣凡”，教其修禅习定，置心一处；次用中善破初善、清法，“边垢拣圣”，打破对清净境界的执着，教其在动中保持觉照；再用后善破中善之圣解，扫荡习气，直至成就佛道。不过，最终连“佛道”的名相也要扫除，归无所得。若执着于有“佛道”可成，“犹是佛疮”。所以，百丈怀海提出“透三句外”的教法。

故云有大智人破尘出经卷。若透得三句过，不被三段管。教家举喻，如鹿三跳出网，唤作缠外佛，无物拘系得渠，是属然灯后佛，是最上乘，是上上智，是佛道上立。此人是佛，有佛性，是导师，是使得无所碍风，是无碍慧。于后能使得因果福智自由，是作车运载因果。处于生，不被生之所留；处于死，不被死之所碍；处于五阴，如门开不被五阴碍。去住自由，出入无难，若能与么，不论阶梯胜劣，乃至蚁子之身，但能与么，尽是净妙国土，不可思议。<sup>①</sup>

学人依三句教语，次第成就，顿超三乘次第，出离三界，最终还须透得过三句，才能不被三句管。若能如此，则无物可拘，处于生死而不为留碍，处于五阴而去住自由。然而，此亦是解缚语，也须透过。

#### 4.2.5 对经教的看法与罪报观

百丈怀海对于经教的看法与态度，不像后期禅宗的一些禅师，诋毁故纸以示无执，呵佛骂祖以示高峻，而是把经教作为通向智慧解脱的资粮与加行。百丈怀海对于禅定等渐修与戒律的态度也是如此<sup>②</sup>。禅宗主张“不立文字”，却没有说要废弃文字，是要学人即文字而离文字，体会文字之外的无言之旨。经教文字，即便是初学人依教奉行的指南，也可作为洞达本分事后印证的依据，又可作为禅师接引学人时方便引用的工具。须知深入经藏，智慧如海。百丈怀海是一位精通教理的禅者，对于经教文字既不抛弃，也不执着，用他自己的话说就是“不拘文字”，并对经教文字的作用有独到的见解。百丈怀海说：

夫读经看教，语言皆须宛转归就自己。但是一切言教，只明如今鉴觉自性。但不被一切有无诸境转，是汝导师，能照破一切有无诸境，是金刚慧，即有自由独立分。若不能恁么会得，纵然诵得十二韦陀典，祇成憎上慢，却是谤佛，不是修行。但离一切声色，亦不住于离，亦不住于知解，是修行。

<sup>①</sup> 《古尊宿语录》卷二，《续藏经》第68册，第6页中。

<sup>②</sup> 注：详细内容请看前文行状简介部分和《禅门规式》的创制部分，此不另述。

读经看教，若准世间是好事，若向明理人边数，此是壅塞人。十地之人脱不去，流入生死河。但是三乘教，皆治贪瞋等病。祇如今念念若有贪瞋等病，先须治之，不用求觅义句知解，知解属贪，贪变成病。祇如今但离一切有无诸法，亦离于离，透过三句外，自然与佛无差。既自是佛，何虑佛不解语。只恐不是佛，被有无诸法缚，不得自由。以理未立，先有福智，被福智载去，如贱使贵。不如先立理，后有福智。若要福智，临时作得，撮土成金，撮金为土，变海水为酥酪，破须弥为微尘，摄四大海水入一毛孔，于一义作无量义，于无量义作一义。<sup>①</sup>

佛陀为众生说法，弟子们结集成文字教典，诸大菩萨相继造论，解如来之义，各大祖师畅演宗乘，留下诸多语录、公案。学人若能将这些高深的义理和实践方法，应用于自己身心，约世间意义讲，能在人格上得到锻炼，精神上得到升华；约出世间意义讲，能为觉悟成佛积累资粮，开悟见性创造因缘。所以，凡读经看教，皆须宛转归就自己。因为一切经论、语录、公案，“只明如今鉴觉自性”，无不指示诸人自心实相，“这里”才是根本。百丈怀海说若只是依据经典，广学知解，“皆是生死，于理无益，却被知解境风之所飘溺，还归生死海里。”<sup>②</sup>只要不被一切有无境界所转，照破一切有无境界，“割断两头句”，才有自由独立分。读经看教的目的是为明心见性，若不明心见性，纵使能把经教倒背如流，能把经讲得天花乱坠，却于自家本分事毫无相干，背觉合尘，妄自埋没了自家宝藏。百丈怀海说，不用顾虑能否读懂经论语言，经论语言是指示众生佛性的工具，既然自心是佛，只要明心见性，“割断两头句”，“透三句外”，缚脱无碍，就与佛没有什么差别。所以，明心见性最为根本，在一切事与行中最为要着，若能明心见性，则无事不办。

对于不明白经教的用意，只是依文解义，没有将经典在自心上体察，百丈怀海说：“大乘、方等，犹如甘露，亦如毒药。消得去，如甘露；消不去，如毒药。读经看教，若不解他生死语，决定透他义句不过，莫读最第一。”<sup>③</sup>一切经典、法门都是应病与药，假若看不透经典内含真意，误解经典，那么甘露便是毒药，反而增加学人自以为是的知见，不得自由。

百丈怀海禅师，乃至禅宗的所有大成就者，都是经历了读经看教、禅定渐

<sup>①</sup> 《五灯会元》卷三，《续藏经》，第80册，第72页下、73页上。

<sup>②</sup> 《四家语录》卷二，《续藏经》，第69册，第8页上。

<sup>③</sup> 《古尊宿语录》，《续藏经》，第68册，第9页中。

修的。没有长期读经看教在自心中的陶冶和人格上的锻炼，便没有触缘而悟的可能。所以，圭峰宗密禅师说：“识冰池而全水，藉阳气而镕消；悟凡夫而即真，资法力而修习。冰消则水流润，方呈溉涤之功；妄尽则心灵通，始发通光之用。”

<sup>①</sup>也就是说：凡夫就是佛，要用佛法来熏修，教典来陶冶，就像冰就是水，要借阳光来融化一样，冰融为水，即可流通、洗涤，我们经过读经看教，修法用功，将妄习消尽，也就能现神通，起妙用了。然而，后期禅宗的很多禅者在领会佛法大义后，却只以顿悟直指示人，废渐取顿，诋毁故纸以示无执，呵佛骂祖以示高峻。可见，后世禅宗之所以走向繁荣的末端，不是没有原因的。

按照大乘了义教的说法，万法皆由心所生，故读经看教皆须归就自心，对于罪报的认识也是基于这一点。佛教说罪报观，并不是要加强人们的罪恶感。禅宗在谈论罪报时，并不认为罪报是独立于心性之外的某种实有，而是立足于“万法心生”的角度，强调心在罪报中的决定性作用。所以，菩提达摩讲，“佛性不从心外得，心生便是罪生时”<sup>②</sup>。百丈怀海对于罪报有一段详细的开示：

问：斩草伐木，掘地垦土，为有罪报相否？师云：不得定言有罪，亦不得定言无罪。有罪无罪，事在当人。若贪染一切有无等法，有取舍心在，透三句不过，此人定言有罪。若透三句外，心如虚空，亦莫作虚空想，此人定言无罪。又云：罪若作了，道不见有罪，无有是处；若不作罪，道有罪，亦无有是处。如律中，本迷煞人，及转相煞，尚不得煞罪。何况禅宗下相承，心如虚空，不停留一物，亦无虚空相，将罪何处安着？亦云禅道不用修，但莫污染，亦云但融洽表里心尽即得，亦云但约照境。祇如今照一切有无等法，都无贪取，亦莫取着，亦云合与么学。学似浣垢衣，衣是本有，垢是外来，闻说一切有无声色，如垢腻，都莫将心凑泊。菩提树下，三十二相八十种好属色，十二分教属声，祇如今截断一切有无声色流过，心如虚空相似。合与么学，如救头然始得，临命终时，寻旧熟路行，尚不彻到。与么时，新调始学，无有得期。<sup>③</sup>

斩草伐木，开田掘地，难免伤生害命。若从不了义教、俗情意义上讲，这是罪业，会得罪报。以至于很多人不学佛还好，学佛之后，感觉罪孽感更重，烦恼更多。佛教讲罪报，并不是强化人们的罪恶感，而是认清罪报实质，帮助

<sup>①</sup> 《五灯会元》，《续藏经》，第80册，第。

<sup>②</sup> 《少室六门》，《大正藏》，第48册，第369页下。

<sup>③</sup> 《古尊宿语录》卷二，《续藏经》第68册，第8页上中。

修行人更彻底地放下贪染、取舍、执着，最后达到“毕竟空寂舍”的成佛目标。根据禅宗的观念，我们的妙明真心有如虚空，不沾染一物，罪报又如何能挂在虚空之中呢？百丈怀海说，有罪无罪，不在事相，而在当人，有贪染、取舍、执着心在，即是有罪，若是心如虚空，罪又何立？所以，罪即是我们的贪染、取舍、执着心。若能不贪染一切有无诸法，“割断两头句”，“透三句外”，即是无罪。无罪即是无其情系。“道不用修，但莫污染”，罪本不自言，不自言罪，若是强化罪恶而导致不能释怀，即是污染，即是罪业。

既然有罪恶、罪报之名，则有忏悔之事。忏悔之义，同样不能从俗情意义上理解，还须从自心、自性上看，六祖慧能大师有一段很好的解释：“云何名忏？云何名悔？忏者，忏其前愆，从前所有恶业，愚迷惰诳嫉妒等罪，悉皆尽忏，永不复起，是名为忏。悔者，悔其后过，从今以后，所有恶业，愚迷惰诳嫉妒等罪，今已觉悟，悉皆永断，更不复作，是名为悔。故称忏悔。”<sup>①</sup> “忏”，是忏其前愆，永不复起；“悔”，是悔其后过，更不复作。所以，明罪报之理，行忏悔之事，还须销归自性。一定的罪恶感能引导人们断恶修善，但是过度地强化罪恶感却会成为学人修行解脱的障碍和心理压力，所以百丈怀海的这段开示无论对修行人还是大乘佛教义理的学习都是很有帮助的。

### 4.3 百丈怀海禅法体系之行法

所谓行法，即行证方法，在具体的行证过程中的用功方法、用功原则，也包括“下手处”。研究佛教经典的目的，不应只是局限于文字义理的分析，经典文字很容易懂，懂了经典文字，还要用经典来比对自己日常的思想行为，是为心行，是为切实行履。因为佛陀说法，菩萨造论，祖师开示，留下诸多经典，其初衷本不是要我们只是纯粹地研究它的义理。所以，佛教在说理法、教法之外，还告诉了我们很多修行的方法，即行法。

《圆觉经》从“威德自在菩萨章”以下四章都是在阐述“行法”。“威德自在菩萨章”阐述“单法门”，根据众生根性，方便随顺，其数无量，可归纳为“奢摩他”“三摩钵提”“禅那”三种，依之修行，若得圆证，即成圆觉。“辩音菩萨章”阐述“复法门”，承接上述三种“单法门”，说明二十五种定轮，以“三法”而变化离合。“净诸业障菩萨章”阐述修行过程中所遇到的邪思、邪见等病患，

<sup>①</sup> 《六祖大师法宝坛经》，《大正藏》，第48册，第354页上。

以及去除病患的方法。“普觉章”则阐述了应求“正知见”之人、远离四病、应行之事以及除病发心等方法。一切法都以“圆觉”为体，修行都以证此圆觉之体为究竟，实无差别可言。

佛教在早期就有数息观、不净观、慈悲观、因缘观、念佛观以及四禅八定等行法。禅宗传入中国后，不再用这些有为修成的观法，提倡直指人心，不拘方便，但是有些禅师在教授学人在具体的行证过程中，还是有一些方便性的传授，比如菩提达摩的“四行观”、四祖道信的“念佛”“守一不移”等方便，也包括一些“下手处”。百丈怀海禅法之行法，既有“歇诸缘”“息万事”的禅定渐修，又具南宗顿悟直指的风格；既有在具体事境中的超脱手眼，又有学人依之顿悟真诠的“下手处”。百丈怀海在教授学人行证的方法，全面而具体，自成系统。

#### 4.3.1 如何是大乘入道顿悟法要

若欲知大乘顿悟之旨，无不是遍究经论，禅定渐修，循序渐进，历经艰难而得大成就。百丈怀海在教授学人的具体行证方法中，既有“歇诸缘”“息万事”等悟前渐修，又有渐修基础之上的顿悟。百丈怀海说：

问：如何是大乘入道顿悟法要？师云：你先歇诸缘，休息万事，善与不善，世出世间，一切诸法，并皆放却，莫记莫忆，莫缘莫念，放舍身心，全令自在。心如木石，口无所辩，心无所行，心地若空，慧日自现，如云开日出。但歇一切攀缘，贪嗔爱取，垢净情尽，对五欲八风不动，不被见闻觉知所缚，不被诸法所惑，自然具足一切功德，具足一切神通妙用，是解脱人。对一切境法，心无诤乱，不摄不散，透一切声色，无有滞碍，名为道人。善恶是非，俱不运用，亦不爱一法，亦不舍一法，名为大乘人。不被一切善恶，空有垢净，有为无为，世出世间，福德智慧之所拘系，名为佛慧。是非好丑，是理非理，知解情尽，不能系缚，处处自在，名初发心菩萨，便登佛地。<sup>①</sup>

“先歇诸缘，休息万事，善与不善，世出世间，一切诸法，并皆放却，莫记莫忆，莫缘莫念，放舍身心，全令自在”，这一段开示是断妄之法，与四祖道信“念佛”“守一不移”等方便的作用是一样的，也很像北宗神秀“住心看净”的渐修禅。若学人有禅定渐修之基础，依据这一段开示，在自己心上细细体察，

<sup>①</sup> 《四家语录》卷二，《续藏经》，第69册，第7页下。

很快便能达到身心自在清淨的境界。禅定渐修是南宗禅必须借助且不可逾越的一种方便，若无悟前禅定渐修等加行与资粮，便难有顿悟真诠之意乐。可是，“南宗禅者，个个都是渐修而来，当他们领悟了佛法的根本之后，却只以直指顿悟示人，而不肯再落草度人”<sup>①</sup>，资粮不具，加行不够，纵是棒喝如雷似雨，也没几人能得消息，这也是后世禅宗衰微的主要原因。若能将禅定渐修等悟前加行与宗门顿悟直指结合起来，构成一个完整的次第渐近系统，便会有更多的人循序渐进而得大成就。

“心如木石，口无所辩，心无所行”，这一段开示极容易错会，并不是说心如石头般毫无知觉，不便是非。我们的心本是灵光独耀的，如明镜照物，无物不显，然而镜体却不变，众生因无明所覆，执着外境，认假作真。百丈怀海说“心如木石，口无所辩，心无所行”是一个比喻，有点像菩提达摩的“壁观”之法，意思是说我们的心应如木石般不随相转、不为境迁，应如此做功夫。所以百丈怀海又说：“但歇一切攀缘，贪嗔爱取，垢净情尽，对五欲八风不动，不被见闻觉知所缚，不被诸法所惑”。

“对一切境法，心无诤乱，不摄不散，透一切声色，无有滞碍”，“善恶是非，俱不运用，亦不爱一法，亦不舍一法”，“不被一切善恶，空有垢净，有为无为，世出世间，福德智慧之所拘系”，“是非好丑，是理非理，知解情尽，不能系缚，处处自在”，很明显，这些传授又都是南宗的风格。百丈怀海在教授“歇诸缘”“息万事”“心如木石”等渐修方法后，又更进一步地传授“缚脱无碍”“处处自在”的南宗顿旨。

由此可见，百丈怀海的行法，既具北宗的风格，又具南宗的风格，有顿有渐，顿渐相融，能够引导学人依方便而至究竟，假渐修而达顿悟。

#### 4.3.2 如何得心如木石

百丈怀海在教授学人行证的方法时，可谓娓娓道来，循序渐进。前已阐述“歇诸缘”“息万事”“心如木石”等行法，接着又为学人宣说“心如木石，不为境迁”之理。百丈怀海说：

问：对一境，如何得心如木石去？师云：一切诸法，本不自言，空不自言，色亦不言，是非垢净，亦无心系缚人。但为人自生虚妄系著，作若干种

<sup>①</sup> 苏树华：《百丈禅师及其禅法》，载《寒山寺佛学（壹）》，2002年版，第200页。

解会，起若干种知见，生若干种爱畏。但了诸法不自生，皆从自己一念妄想颠倒取相而有，知心与境，本不相到，当处解脱，一一诸法，当处寂灭，当处道场。又本有之性，不可名目，本来不是凡，不是圣，不是垢净，亦非空有，亦非善恶，与诸染法相应，名人天二乘界。若垢净心尽，不住系缚，不住解脱，无有一切有为无为解脱心量。起于生死，其心自在，毕竟不与诸妄虚幻尘劳蕴界生死诸入和合，迥然无寄。一切不拘，去留无阂，往来生死，如门开相似。<sup>①</sup>

又说：

夫学道人，若遇种种苦乐称意不称意事，心无退屈，不念一切名闻利养衣食，不贪一切功德利益，不为世间诸法之所滞碍，无亲无爱，苦乐平怀，粗衣遮寒，粝食活命，兀兀如愚，如聋如哑相似，稍有相应分。若于心中，广学知解，求福求智，皆是生死，于理无益，却被知解境风之所飘溺，还归生死海里。佛是无求人，求之即乖。理是无求理，求之即失。若著无求，复同于有求。若著无为，复同于有为。故经云：不取于法，不取非法，不取非常法。又云：如来所得法，此法无实亦无虚。但能一生心如木石相似，不被阴界诸入五欲八风之所飘溺，即生死因断，去住自由。不为一切有为因果所缚，不被有漏所拘，他时还以无自缚为因，同事利益。以无著心，应一切物，以无碍慧，解一切缚，亦云应病施药。<sup>②</sup>

百丈怀海以诸法不自生的空观阐明我们的实相真心本来不为境牵、本来缚脱无碍、本来自在解脱之理。一切诸法，不曾言语，无所谓是非、垢净、分别，也不曾系缚于人。只因众生颠倒，攀缘声色，自生虚妄系缚、知见、爱畏。只要了达诸法不自生，只因自己一念颠倒取相才有，心与境本不相关，则当处解脱，一切诸法，自行寂灭。这个“了达”又有理事之别，理上的了达是理解的，事上的了达是亲证的。若学人想在事境上解脱自在，光理解是不行的，不能得真实受用，须狠下一番功夫，亲证一把，方知祖师所言句句真实不虚。

学道人也要正常生活，在生活中也会遇到苦乐顺逆等事。菩提达摩在《二入四行观》中说，若受苦时，应作修报冤行想，逢苦不忧，体冤进道；若遇胜报荣誉等事，应作修随缘行想，喜风不动，冥顺于道。百丈怀海认为，若遇苦乐称意不称意等事，应心无退屈，不念不贪，无滞无碍，苦乐顺逆，一种平怀。

<sup>①</sup> 《四家语录》卷二，《续藏经》，第69册，第7页下、第8页上。

<sup>②</sup> 同上，第8页上。

“粗衣遮寒，粝食活命，兀兀如愚，如聋如哑相似”，这段开示类似于头陀行，粗衣粝食，是为淡化过多的贪求心，如聋如哑，是为减少没必要的妄想心，如此才能与道有少分相应。若能一生都不为境牵，一种平怀，不为五欲八风所动，则生死因断，缚脱无碍，去住自由。

#### 4.3.3 下手处——鉴觉是佛

“即心即佛”是宗门修证的理论基础之一，这个“心”即是佛陀所说的“如来智慧德相”，即是六祖慧能所说的“菩提自性”，即是百丈怀海所说的独耀的“灵光”，亦即诸人自心实相。这个“自心实相”是离一切相（实际是即相而离相），并无形相可以把捉；摄一切法，尽显无边妙用。虽然，体无形相，却可通过起用来达体；性无状貌，却可通过明心来见性。通过它的功能妙用来体验它的存在，这也称为“借功明位”，功是功能妙用，位就是无形无相的性体。很多禅师便是通过“借功明位”的方式作为下手处，指示学人见性的。那个对内在念头和外在尘境之生灭来去（假言内外，究其实际，一真法界，无内无外），都清清楚楚，了了分明，而自己却来不去，不生不灭，不动不摇，那个能知能照的平等无分别的就是我们的自性佛。达摩说：“外息诸缘，内心无喘。心如墙壁，可以入道。”<sup>①</sup>慧能说：“不思善，不思恶，正与么时，哪个是明上座本来面目？”<sup>②</sup>两者结合起来，可以作为宗门修证的下手处，达摩所说息缘断妄，属悟前渐修的行履功夫，是为初来的慧可方便而说的，如此可以入道，为入道创立了条件；慧能所说的一念不生时、能所双忘时的直指。

百丈怀海也是通过“借功明位”的方式作为“下手处”的，称之为“鉴觉是佛”，可以完整的表述为：只如今鉴觉，是自己佛性。《金刚经》云：“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。”<sup>③</sup>“只如今鉴觉，是自己佛性”，大要是：不念过去，不望将来，唯安住于当下心境，纵有念起，不执不取，只回光一鉴，凛然一觉，若能于此处得个“消息”，若能识得这能见、能闻、能觉者，这光明朗照、本来清净之觉性，即是自己佛性，则大事了办。“只如今鉴觉”，百丈怀海有相关表述：

只如今鉴觉，但于清浊两流凡圣等法，色声香味触法，世间出世间法，

<sup>①</sup> 《少室六门》，《大正藏》，第48册，第370页上。

<sup>②</sup> 《六祖大师法宝坛经》，《大正藏》，第48册，第349页中。

<sup>③</sup> 《金刚般若波罗蜜经》，《大正藏》，第8册，第751页中。

都不得有丝毫爱取。<sup>①</sup>

只如今鉴觉，但不被一切有无诸法管，透三句及一切逆顺境得过。<sup>②</sup>

只如今鉴觉，但不被有情改变，喻如翠竹，无不应机无不知时，喻如黄华。<sup>③</sup>

这种“鉴觉是佛”的提法，百丈怀海认为，也是方便药病语，不是究竟法，应当从透三句的角度来理解。百丈怀海说：

从浊辨清，许说如今鉴觉是，除鉴觉外别有，尽是魔说。若守住如今鉴觉，亦同魔说，亦名自然外道说。如今鉴觉是自己佛，是尺寸语，是图度语，似野干鸣，犹属羸胶门。本来不认自知自觉是自己佛，向外驰求觅佛，假善知识说出自知自觉作药，治个向外驰求病。既不向外驰求，病瘥须除药。若执住自知自觉，是禅那病，是彻底声闻，如水成冰，全冰是水，救渴难望，亦云必死之病，世医拱手。<sup>④</sup>

又说：

说到如今鉴觉是自己佛，是初善；不守住如今鉴觉，是中善；亦不作不守住知解，是后善。如前属燃灯后佛，只是不凡亦不圣，莫错说，佛非凡非圣。<sup>⑤</sup>

众生不认自知自觉是自己佛性，百丈怀海提出“鉴觉是佛”，是一味治病的药，为对治向外驰求之病。如果病好了，药也该除去，若不除药，反又成病。“鉴觉是佛”，应从透三句来看，“只如今鉴觉是自己佛”，是初善，为破对外驰求；“不守住如今鉴觉”，是中善，破初善；“亦不作不守住知解”，是后善，破中善。如此三句，也属解缚语。百丈怀海提出“鉴觉是佛”作为下手处，为学人行证指示了一个方向，却不依住于此，又有超脱之手眼。

<sup>①</sup> 《古尊宿语录》卷二，《续藏经》第68册，第6页上。

<sup>②</sup> 同上，第6页下。

<sup>③</sup> 同上，第9页中。

<sup>④</sup> 《古尊宿语录》卷二，《续藏经》第68册，第6页下。

<sup>⑤</sup> 同上，第8页上。

## 第5章 结语

百丈怀海畅演宗乘，肇立清规，对中国禅宗具有不可磨灭的重大贡献。清规传世，使禅宗得以自立自尊。百丈怀海的悟前渐修行履完整，悟道因缘层次完备，包括严持戒律，读经看教等渐修，包括存疑，初悟，印证，大悟，正修等层层推进的悟道因缘，可为禅宗学人的行证和学者理论研究提供参考和指导。

本文的核心，是为建构百丈怀海禅法体系。百丈怀海禅法体系，包括理法、教法和行法。所谓理法，即宗门修证的理论基础，也称为基本见地。以祖师语录开示和佛教经论为依据进行提炼、佐证，总结宗门修证的理论基础即基本见地：人人本具的自心实相，生佛同具，圣凡不异，是万法之本源、修证之根本；但因无明烦恼之缘故，认假作真，心随境转，不得自在；唯有明心见性，觉破无明，顿悟实相，才能究竟解脱。所谓教法，即教化方法，指明眼禅师根据学人根性，观机逗教时采用的方法，后世禅宗称之为“门庭设施”。百丈怀海的教法主要包括：对初发心人的教法，断妄后的直指教法，对洞达本分事弟子的检验，“清浊二法、割断两头句、透三句外”等具体的行证方法，对经教的看法和罪报观。所谓行法，即修行方法，在行证过程中的用功方法、切实的行履，包括下手处。百丈怀海传授学人的行法既有理上的说教，又有在应对具体事上的转化方法，循循善诱，娓娓道来。也有切实修证的下手处，名为“鉴觉是佛”，不念过去，不望将来，唯安住于当下心境，纵有念起，不执不取，只回光一鉴，凛然一觉，若能于此处得个“消息”，若能识得这能见、能闻、能觉者，这光明朗照、本来清净之觉性，即是自己佛性，则大事了办，如此方能得真实受用。百丈怀海的禅法有顿有渐，顿渐相融；有权有实，权实相兼；既有对初心学人的方便教化，又有对修行小有所成后的断妄、直指教法；既有对洞达本分事弟子的检验，又有指导学人方便升进的门庭设施；既有将禅法融入读经看教和罪报观等日常修行的认知，又有切实的行证方法和下手处。总之，百丈怀海禅法有理法，有教法，有行法，自成一套完整的禅法体系，无论对学术理论的研究，学人切实修行的指导，还是圣贤文化的弘扬，都有非常大的启发和指导意义。

按开题计划，本来这篇论文后面还有一章，题为“百丈怀海禅法的特色与传承”，主要论述百丈怀海与其师兄弟的禅法的区别，沩仰、临济禅法的形成于演变和百丈禅法的关系，以及百丈禅法在后世的传承。然而，本人限于能力、

精力和时间，对百丈怀海禅法的研究就只能先告一段落，但百丈怀海禅法的内容远不止于此，希望能借此引起更多同仁的注意，参与百丈怀海禅法的研究。

## 致谢

我对中国哲学专业佛学方向的兴趣主要来自于我的导师苏树华老师，苏老师不仅精研佛教经论，并且用自己的内在生命去体证经教之外的无言之旨，深契经教所言，法尔如是，真实不虚，并且致力于圣贤之道的弘传。学生在苏老师门下学习到的不是知识这么简单，而是人格之熏陶，文化之渗透。非常有幸能在苏老师门下学习，聆听教诲，非常感恩苏老师三年来的教化。

在此一并感谢南昌大学哲学系中国哲学硕士点的杨柱才、杨雪骋等一众老师及师兄弟，感谢南昌大学的培育之恩！另外，本人研三上学期在台湾佛光大学交换学习，学习的专业是佛教学，佛光大学的释永东法师、黄绎熏教授对我的硕士论文的写作提供了指导和宝贵意见，在此一并感谢！

温珍金

2016年4月25日

## 参考文献

### 1. 古籍类

- [1] [后秦]鸠摩罗什译. 金刚般若般若蜜经[M]. 大正藏, 第 8 册.
- [2] [宋]求那跋陀罗译. 楞伽阿跋多罗宝经[M]. 大正藏, 第 16 册.
- [3] [北凉]昙无谶译. 大般涅槃经[M]. 大正藏, 第 12 册.
- [4] [后秦]鸠摩罗什译. 维摩诘所说经[M]. 大正藏, 第 14 册.
- [5] [唐]佛陀多罗译. 大方广圆觉修多罗了义经[M]. 大正藏, 第 17 册.
- [6] [后秦]鸠摩罗什译. 妙法莲华经[M]. 大正藏, 第 9 册.
- [7] [唐]天竺沙门般刺密帝译. 大佛顶首楞严经[M]. 大正藏, 第 19 册.
- [8] [东晋]天竺三藏佛驮跋陀罗译. 大方广佛华严经[M]. 大正藏, 第 9 册.
- [9] [元]宗宝编. 六祖大师法宝坛经[M]. 大正藏, 第 48 册.
- [10] [宋]延寿. 宗镜录[M]. 大正藏, 第 48 册.
- [11] [宋]普济. 五灯会元[M]. 续藏经, 第 80 册.
- [12] [宋]道原. 景德传灯录[M]. 大正藏, 第 51 册.
- [13] [唐]窥基撰. 大乘法苑义林章[M]. 大正藏, 第 45 册.
- [14] [唐]宗密. 圆觉经大疏钞[M]. 续藏经, 第 9 册.
- [15] [唐]宗密. 禅源诸诠集都序[M]. 大正藏, 第 48 册.
- [16] [唐]宗密. 中华传心地禅门师资承袭图[M]. 续藏经, 第 63 册.
- [17] [梁]真谛译. 大乘起信论[M]. 大正藏, 第 32 册.
- [18] [后秦]鸠摩罗什译. 大智度论[M]. 大正藏, 第 25 册.
- [19] [梁]菩提达摩. 少室六门[M]. 大正藏, 第 48 册.
- [20] [明]静山居士重刻. 四家语录[M]. 续藏经, 第 69 册.
- [21] [宋]赜藏主编. 古尊宿语录[M]. 续藏经, 第 68 册.
- [22] [唐]陈翊. 唐洪州百丈山故怀海禅师塔铭[M]. 大正藏, 第 48 册.
- [23] [宋]贊宁. 宋高僧传[M]. 大正藏, 第 50 册.
- [24] [唐]净觉. 楞伽师资记[M]. 大正藏, 第 85 册.
- [25] [清]东樵山人迹删齋著. 金刚经直说[M]. 大正藏, 第 25 册.
- [26] [唐]实叉难陀译. 地藏菩萨本愿经[M]. 大正藏, 第 13 册.
- [27] [唐]裴休集. 黄檗断际禅师传心法要[M]. 大正藏, 第 48 册.
- [28] [宋]圆悟克勤著. 佛果圆悟禅师碧岩录[M]. 大正藏, 第 48 册.
- [29] [明]黎眉著. 教外别传[M]. 续藏经, 第 84 册.
- [30] [宋]宗赜著. 禅苑清规[M]. 郑州: 中州古籍出版社, 2001.
- [31] [元]德辉编. 敕修百丈清规[M]. 郑州: 中州古籍出版社, 2011.
- [32] [南唐]静、筠二禅僧编. 祖堂集[M]. 上海: 上海古籍出版社, 2011.
- [33] [唐]慧能著, 郭朋校释. 坛经校释[M]. 北京: 中华书局, 2012.
- [34] [后晋]刘昫等撰. 旧唐书[M]. 北京: 中华书局, 1999.

## 参考文献

- [35] [宋]欧阳修、宋祁等撰. 新唐书[M]. 北京: 中华书局, 1999.
- [36] [清]董浩、阮元等编. 全唐文[M]. 北京: 中华书局, 1982.

### 2. 专著类

- [1] 元音老人. 佛法修证心要(全二册)[M]. 北京: 宗教文化出版社, 2011.
- [2] 王骧陆. 王骧陆居士全集[M]. 北京: 宗教文化出版社, 2009.
- [3] 苏树华. 洪州禅[M]. 北京: 宗教文化出版社, 2005.
- [4] 苏树华. 中国佛学各宗要义[M]. 北京: 中华书局, 2007.
- [5] 苏树华. 悟心归元[M]. 北京: 宗教文化出版社, 2014.
- [6] 苏树华. 明心见性[M]. 济南: 齐鲁书社, 2015.
- [7] 任继愈主编. 中国佛教史(全三卷)[M]. 北京: 中国社会科学出版社, 1985.
- [8] 石峻等编. 中国佛教思想资料选编[M]. 北京: 中华书局, 1983.
- [9] 汤用彤. 汉魏两晋南北朝佛教史[M]. 北京: 北京大学出版社, 2011.
- [10] 赖永海. 中国佛性论[M]. 上海: 上海人民出版社, 1988.
- [11] 潘桂明主编. 中国禅宗思想历程[M]. 北京: 今日中国出版社, 1992.
- [12] 洪修平. 禅宗思想的形成与发展[M]. 江苏: 江苏古籍出版社, 1992.
- [13] 吴立民主编. 禅宗宗派源流[M]. 北京: 中国社会科学出版社, 1998.
- [14] 吴言生. 禅宗思想渊源[M]. 北京: 中华书局, 2001.
- [15] 杜继文、魏道儒著. 中国禅宗通史[M]. 江苏: 江苏人民出版社, 2007.
- [16] 麻天祥. 中国禅宗思想史略[M]. 北京: 中国人民大学出版社, 2007.
- [17] 杨曾文. 唐五代禅宗史[M]. 北京: 中国社会科学出版社, 2009.
- [18] 方立天. 禅宗概要[M]. 北京: 中华书局, 2011.
- [19] 释印顺. 中国禅宗史[M]. 北京: 中华书局, 2010.
- [20] 铃木大拙. 禅学随笔[M]. 孟祥森译. 台湾: 志文出版社, 1961.
- [21] 忽滑谷快天. 中国禅学思想史[M]. 朱谦之译. 上海: 上海古籍出版社, 1984.
- [22] 葛兆光. 中国禅宗思想史——从6世纪到9世纪[M]. 北京: 北京大学出版社, 1995.
- [23] 葛兆光. 道教与中国文化[M]. 上海: 上海人民出版社, 1987.
- [24] 黎明中主编; 赖功欧等撰稿. 江西禅宗文化[M]. 南昌: 江西人民出版社. 2006.
- [25] 谢重光. 福建历代高僧评传——百丈怀海禅师[M]. 厦门: 厦门大学出版社, 2011.
- [26] 陈垣. 释氏疑年录[M]. 扬州: 广陵书社. 2010.
- [27] 南怀瑾. 禅与道概论(第七版)[M]. 台北: 老古文化事业公司. 1983.
- [28] 黄奎. 中国禅宗清规[M]. 北京: 宗教文化出版社. 2008.
- [29] 钟起煌主编. 江西通史4隋唐五代卷[M]. 南昌: 江西人民出版社, 2008.
- [30] 韩溥著. 江西佛教史[M]. 北京: 光明日报出版社, 2008.
- [31] 净慧主编. 虚云和尚全集[M]. 郑州: 中州古籍出版社, 2009.
- [32] 李继武校点. 敕修百丈清规[M]. 郑州: 中州古籍出版社, 2011.
- [33] 奉新县地方志编纂委员会编. 奉新县志[M]. 海口: 南海出版公司, 1991.
- [34] 释本焕、释顿雄主修. 百丈山志[M]. 江西大雄山百丈禅寺.

### 3. 论文类

- [1] 苏树华. 百丈禅师及其禅法[J]. 寒山寺佛学(壹), 2002, 01:196-203.
- [2] 乃光. 百丈禅要[J]. 禅学论文集(禅学专集之三), 1977, 03:89-121.
- [3] 李瑞爽. 禅院生活与中国社会——对百丈清规的一个现象学研究[J]. 佛教与中国思想及社会(现代佛教学术丛刊), 1978, 01:273-315.
- [4] 潘桂明. 百丈怀海的禅法思想和实践[J]. 禅学研究, 1994, 02:59-68.
- [5] 方立天. 从达摩到慧能: 禅法的演变[J]. 正法研究, 1999, 创刊号.
- [6] 若宽. 百丈怀海《禅门规式》的创制及其意义[J]. 佛学研究, 2006, 00:250-257.
- [7] 释若宽. 百丈怀海的禅法思想及其丛林清规[J]. 闽南佛学, 2007, 05:259-311.
- [8] 邱环. 略论百丈怀海及其禅法的几个问题[J]. 曹溪禅研究, 2003, 03:250-259.
- [9] 邱环. 百丈怀海及其禅法研究[J]. 宗教学研究, 2003, 01:114-117+135.
- [10] 丁希勤. “只如今鉴觉”: 百丈怀海禅法的主要思想[J]. 池州学院学报, 2007, 06:80-82.
- [11] 丁希勤. 百丈怀海禅法思想研究[J]. 五台山研究, 2007, 04:33-36.
- [12] 徐文明. 百丈怀海大师的心性思想[J]. 西南民族大学学报(人文社科版), 2009, 01:214-216.
- [13] 兀斋. 《百丈怀海禅师语录》导读[J]. 禅, 2012, 02:26-43.
- [14] 林悟殊. 唐百丈禅师怀海生年考[J]. 中山大学学报(社会科学版), 2002, 05:54-60.
- [15] 谢重光. 百丈怀海传法弟子考述[J]. 宁德师专学报(哲学社会科学版), 2010, 04:1-13.
- [16] 谢重光. 百丈怀海禅师的禅行与禅风[J]. 五台山研究, 2012, 04:35-38.
- [17] 伍先林, 刘渊. 百丈怀海的禅学精神[J]. 宗教学研究, 2013, 02:86-92.
- [18] 陈文庆. 百丈怀海生年新证——史源学的分析[J]. 法音, 2014, 08:45-51.
- [19] 王月清. 禅宗戒律思想初探——以“无相戒法”和“百丈清规”为中心[J]. 南京大学学报(哲学·人文科学·社会科学版), 2000, 05:100-108.
- [20] 刘小平. 《百丈清规》与唐代佛教寺院经济变迁[J]. 江西社会科学, 2009, 02:127-131.
- [21] 李天保. 《敕修百丈清规》的成书及其价值[J]. 图书与情报, 2009, 04:150-152+160.
- [22] 王永会. 《百丈清规》与中国佛教僧团的管理创新[J]. 宗教学研究, 2001, 02:115-123.
- [23] 王永会. 《百丈清规》及其历史与现实意义[J]. 中华文化论坛, 2001, 01:107-111.
- [24] 国威. 《古清规序》考[J]. 五台山研究, 2013, 02:9-12.
- [25] 李继武. 论《敕修百丈清规》的法律属性与法律关系[J]. 陕西师范大学学报(哲学社会科学版), 2012, 05:119-124.
- [26] 于林洋. 论禅宗《百丈清规》[J]. 湖南工业职业技术学院学报, 2010, 04:70-71.
- [27] 骆海飞. 丛林制度的伦理思想——以《古清规序》、《禅苑清规》和《敕修百丈清规》为例[J]. 佛学研究, 2013, 00:376-385.
- [28] 文碧方, 刘乐恒. 禅门清规与佛教戒律、儒家礼制[J]. 北大中国文化研究, 2013, 00:164-176.
- [29] 真勤. 禅宗清规中的念诵仪轨[J]. 佛学研究, 2011, 00:293-301.
- [30] 欧阳镇. 禅宗兴盛及禅林清规的形成[J]. 江西社会科学, 1995, 02:33-36.
- [31] 徐文明. 唐衡岳大律师希操考[J]. 船山学刊, 2002, 03:95-97.

**4. 学位论文类**

- [1]陈家欢. 百丈怀海禅师研究[D]. 南京大学, 2012.
- [2]陈文庆. 百丈怀海及其语录[D]. 福建师范大学, 2012.
- [3]李继武. 《百丈清规》研究[D]. 西北大学, 2010.
- [4]董艳. 《百丈清规》创制背景探析[D]. 吉林大学, 2009.
- [5]丁仁淑. 百丈怀海禅师之禅法与禅林清规[D]. (台湾) 中华文化大学, 1990.
- [6]蔡琪惠. 百丈怀海禅师研究[D]. (台湾) 政治大学, 1990.
- [7]黄媚馨. 百丈怀海农禅思想之研究[D]. (台湾) 华梵大学, 2015.