



禪觀思想與法門運心

慈光禪學院禪七開示

惠空法師

編著

無念正知 禪教融合



● 禪堂止靜



● 禪堂跑香



永嘉集、高峰禪要 講述

請上網搜尋：<http://216.168.201.146:81/Vedio.htm> 【佛藏山影音專區】

慈光寺每年舉辦 10 期禪七：過年前打七個七，於農曆 11 月初起七；過年後打三個七，於元宵節後起七。



「禪觀思想與法門運心」

簡介

古人打禪七，是以剋期取證為標的，而祖師的棒喝或機鋒對答，也是對利根、久修者工夫的轉折提升或悟境的勘驗。但這些功夫，對於現代眾生根器而言，尚有一段距離。所以慈光寺禪七，定位在精進用功修行，重在實際運心方法及正確知見建立，一步一腳印，踏實的在禪凳上用心、觀心、練心。此中收錄慈光寺民國 99 年冬、100 年春兩屆禪七中，惠空法師講授的禪法課程。其中有對於禪觀思想的總論，也有禪定境界的檢查，及永嘉禪與參話頭具體運心的方法，都是比較實用的禪觀理論。



惠空法師簡介



惠空法師 1957 年出生於台灣屏東市。於大學期間接觸佛法並擔任師大佛學社社長。1983 年披剃於三峽智論長老座下，後於中華學術院佛研所就學三年。

法師長期投入僧伽教育及青年學佛工作，1987 年出任圓光佛學院及佛研所教務長。此後陸續在多所佛學院、佛研所授課，並創辦慈善佛學院、慈光禪學院、慈光禪學研究所。現任台中太平慈光寺住持，淨覺僧伽大學大乘佛教思想研究所教師，並在大陸多所佛學研究所任研究生導師，教授禪宗。

法師長於經論解讀，如成唯識論、俱舍論、瑜伽師地論、中論、楞嚴經、攝大乘論、大乘起信論等，皆能自學並宣講。又以佛法住世不離教、證，創辦慈光禪學院，以各宗禪觀理論導正禪修知見，而專以禪宗法門實修磨冶心性。法師以宣講永嘉集、禪源集都序、圓悟禪要、高峰禪要、傳心法要、真心直指、大慧書信、宏智語錄等做為禪宗正法眼藏指南。

禪宗自南宋大慧宗杲禪師提倡參話頭，及正覺宏智禪師提倡默照禪以來，參話頭及默照禪即被視為禪宗兩大具體可行法門。而永嘉禪法之禪觀理路屬默照禪先驅，而又較淺易條理化，在時間上亦較默照禪早出四百多年。故禪學院提倡「永嘉禪法」及「參話頭」，常住及學院每年舉辦 10 期禪七：過年前打七個七，於農曆 11 月初起七；過年後打三個七，於元宵節後起七，並開放僧俗四眾參與共修。

「禪觀思想與法門運心」DVD 各集內容

一、禪觀思想概論	1. 禪的本質與種類
	2. 三乘禪觀體系
	3. 禪觀思想義涵 1
	4. 禪觀思想義涵 2
	5. 禪觀思想義涵 3
	6. 十二緣起禪觀思想 1
	7. 十二緣起禪觀思想 2
	8. 十二緣起禪觀思想 3
	9. 十二緣起禪觀思想 4
二、禪觀理論 —— 坐中運心方便概說	10. 善根發 (外善根)
	11. 善根發 (內善根)
	12. 善根發 (不淨觀)
	13. 善根發 (內善根)
	14. 善根發 (驗知虛實)
三、禪觀法門操作	15. 參話頭功夫轉進十個過程 1
	16. 參話頭功夫轉進十個過程 2
	17. 參話頭功夫轉進十個過程 3
	18. 行相 1 —— 運心理論
	19. 行相 2 —— 修禪對治
	20. 行相 3 —— 無明行相
	21. 行相 4 —— 無明行相
	22. 永嘉禪法運心理論 1
	23. 永嘉禪法運心理論 2
	24. 永嘉禪法運心理論 3
	25. 永嘉禪法運心理論 4
	26. 永嘉禪法運心理論 5

「禪觀思想與法門運心」教材

目 錄

「禪觀思想與法門運心」簡介

惠空法師簡介

「禪觀思想與法門運心」DVD 各集內容

1. 禪的本質與種類【第 1 集】 2
2. 三乘禪觀體系【第 2 集】 3
3. 禪觀思想要義【第 3-5 集】 4
4. 十二緣起法門相應表【第 4 集】 5
5. 十二緣起禪觀思想【第 6-7 集】 6
6. 觸支在十二緣起禪觀中之定位【第 8 集】 11
7. 十事與三細六粗在十二緣起禪觀中之定位【第 9 集】 13
8. 善根發相【第 10-14 集】 16
9. 參話頭功夫轉進十個過程【第 15 集】 30
10. 打成一片【第 15-16 集】 32
11. 澄澄湛湛（昭昭靈靈）【第 17 集】 36
12. 行相【第 18-19 集】 41
13. 無明行相→無知【第 20-21 集】 46
14. 永嘉奢摩他運心理論【第 22-25 集】 50
15. 意識結構圖【第 23 集】 52
16. 意識在禪修中地位之理論【第 24 集】 53
17. 永嘉奢摩他具體操作【第 25 集】 55
18. 漆桶之義【第 26 集】 57

禪 觀 思想 概 論

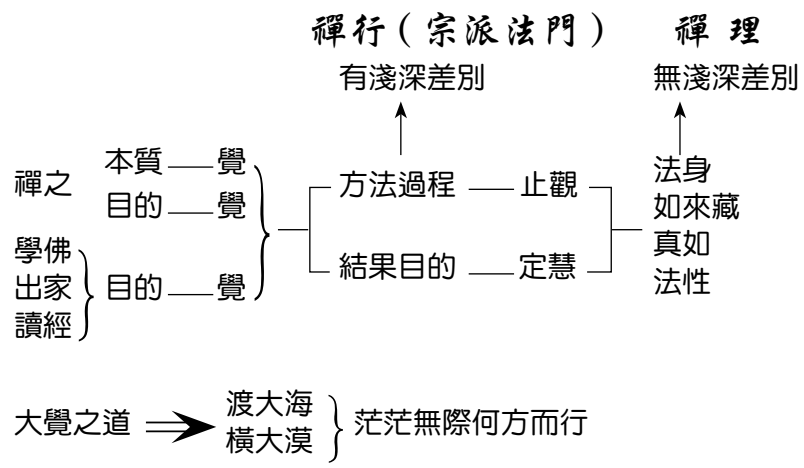


- 第 1 集 禪的本質與種類
- 第 2 集 三乘禪觀體系
- 第 3 集 禪觀思想義涵 1
- 第 4 集 禪觀思想義涵 2
- 第 5 集 禪觀思想義涵 3
- 第 6 集 十二緣起禪觀思想 1
- 第 7 集 十二緣起禪觀思想 2
- 第 8 集 十二緣起禪觀思想 3
- 第 9 集 十二緣起禪觀思想 4

禪的本質與種類

【第1集】

(一) 禪：分禪理與禪行

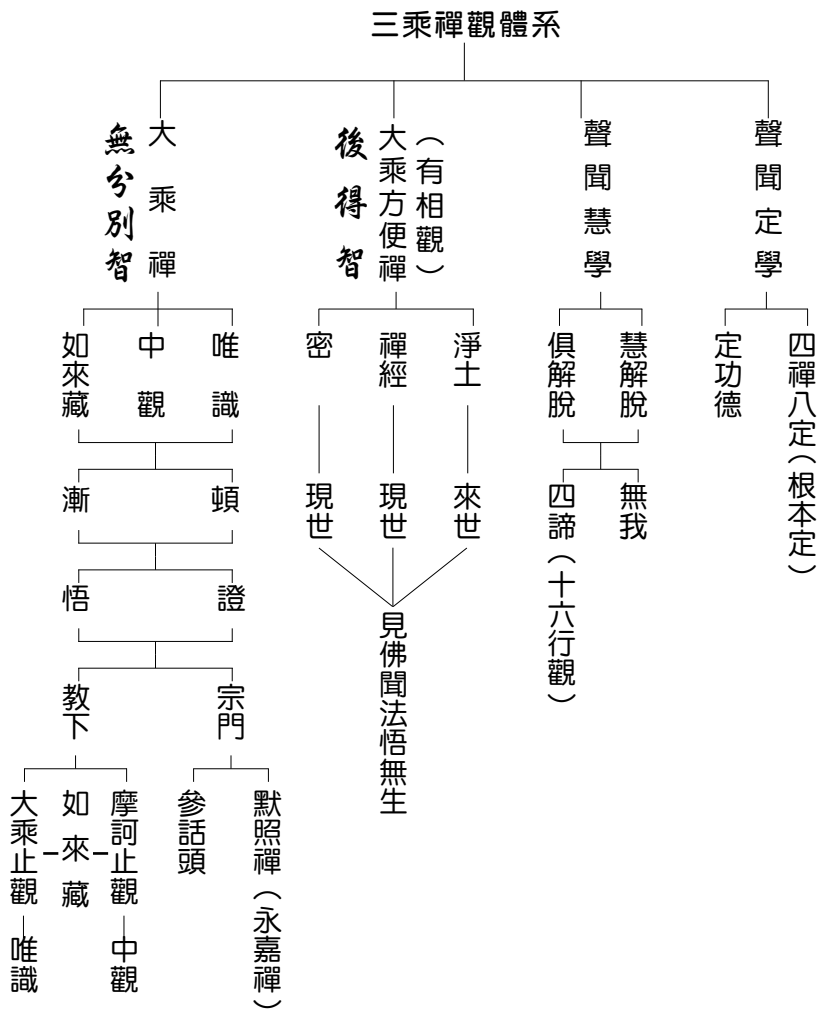


(二) 禪之種類（禪行）：就方法過程而論

1. 凡夫外道禪	四禪八定	定	自力	世間	神通
2. 聲聞禪	法有我無 阿含、毘曇、成實	慧 (少)	自力	出世	神通
3. 大乘有相禪	念佛三昧 密、淨、禪經	定	他力	世間	神通
4. 大乘無相禪	自性清淨、法空真如 中觀、唯識、如來藏	慧 (大)	自力	非世 非出世	神通

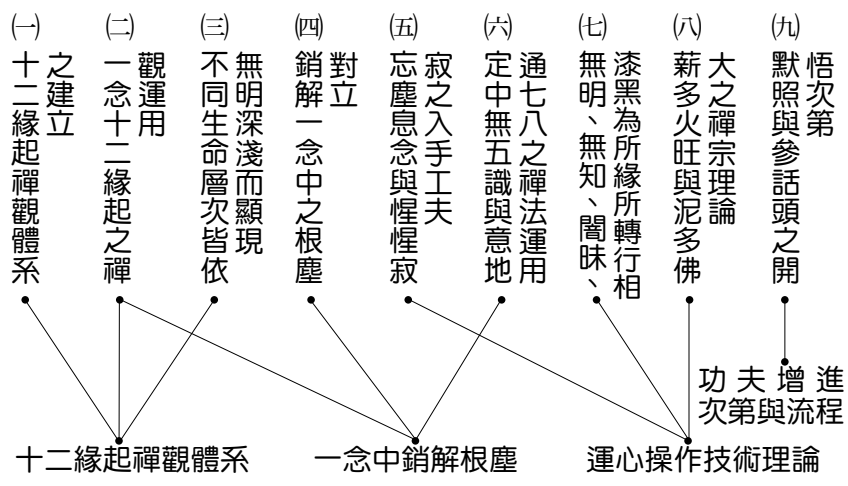
三乘禪觀體系

【第 2 集】



禪觀思想要義

【第3 - 5集】



一念十二緣起禪觀體系

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
十二支	無明	行	識	名色	六入	觸	受	愛	取	有	生	老死
一念緣起覺迷淺深 相應禪觀	如來藏	中觀	唯識	能所雙泯	楞嚴經廿五圓通(體)	初入法空(用) (金剛經不住)	聲聞無我空慧	禪定	戒	懺悔		
<p>無明流轉至生命不同境界</p>												

十二緣起法門相應表

【第 4 集】

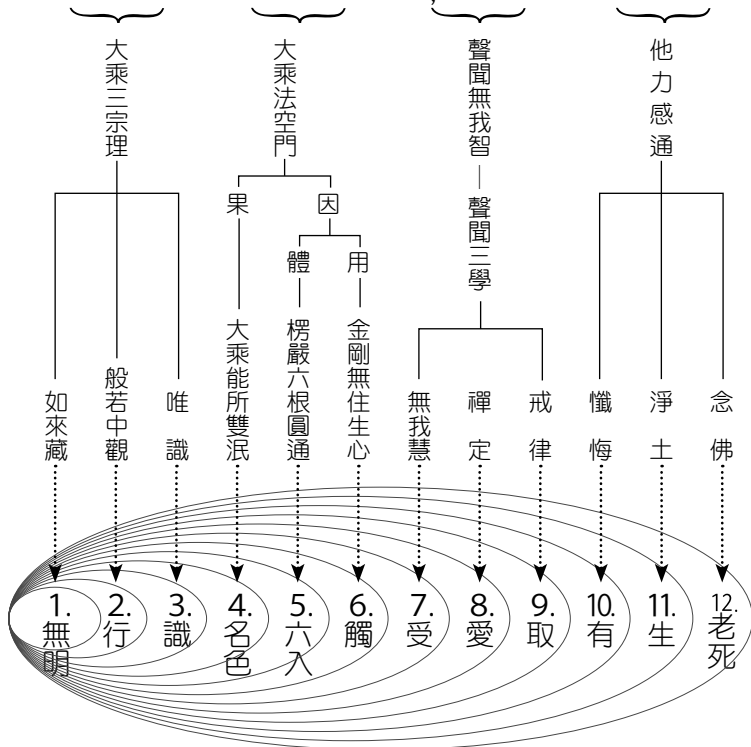
- | | | | | | | | | | | | |
|----------------|----|----|-----------------|----|----|------------------|----|----|--------------|-----|-----|
| 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. | 8. | 9. | 10. | 11. | 12. |
| 前二為第一組， | | | 第二組從「根、塵、識」事法上， | | | 我執落入身見即細微身心執「受」， | | | 須仗三寶力，方能方便拔濟 | | |
| 「無明」「初動」成「賴耶」， | | | 禪觀銷解「能所」， | | | 「取」者造作，防非止惡是為戒善。 | | | 「老死」亦苦報重者， | | |
| 形成萬有之理，是為大乘三宗。 | | | 入大乘三宗得無分別智。 | | | 禪定者離貪婬，「愛」即貪， | | | 「有」者三有業果， | | |

十二支分四組各三支

三乘法義

相應禪觀

一念十二緣起



十二緣起禪觀思想

【第 6 - 7 集】

一、三世兩重因果十二緣起

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
十二支	無明	行	識	名色	六入	觸	受	愛	取	有	生	老死
三世兩重因果	過去	過去	現在				現在	現在	未來			
	惑	業	苦				惑	業	苦			

二、大乘一念十二緣起：十二緣起禪觀理論基礎

1. 《大方廣佛華嚴經》：「三界所有，唯是一心。如來於此分別演說十二有支，皆依一心，如是而立。何以故？隨事貪欲與心共生，心是識，事是行，於行迷惑是無明，與無明及心共生是名色，名色增長是六處，六處三分合為觸，觸共生是受，受無厭足是愛，愛攝不捨是取，彼諸有支生是有，有所起名生，生熟為老，老壞為死。」
(T10, p. 194, a)
2. 《大方等大集經》：「善男子！如來世尊於無道中而轉法輪，為壞眾生三種道故。何等三道？一煩惱道；二者苦道；三者業道。業道者，所謂行、有。煩惱道者，所謂無明、愛、取。苦道者；所謂識、名色、六入、觸、受、生、老死等。」

如是三道，何因緣有？觸緣故有。善男子！因眼見色而生愛心，愛心者即是無明，為愛造業即名為行，至心專念名之為識，識共色行是名名色，六處生貪是名六入，因人求受名之為觸，貪著心者即名為愛，求是等法名之為取，如是法生是名為有，次第不斷名之為生，次第斷故名之為死，生死因緣眾苦所逼名之為惱。乃至識法因緣生貪，亦復如是。

如是十二因緣，一人一念皆悉具足。」(T13, p. 163, c-p. 164, a)

三、聲聞剎那十二緣起

大乘：一念緣起 —— 同時同體
一剎那時，一心念當下，含攝十二緣起

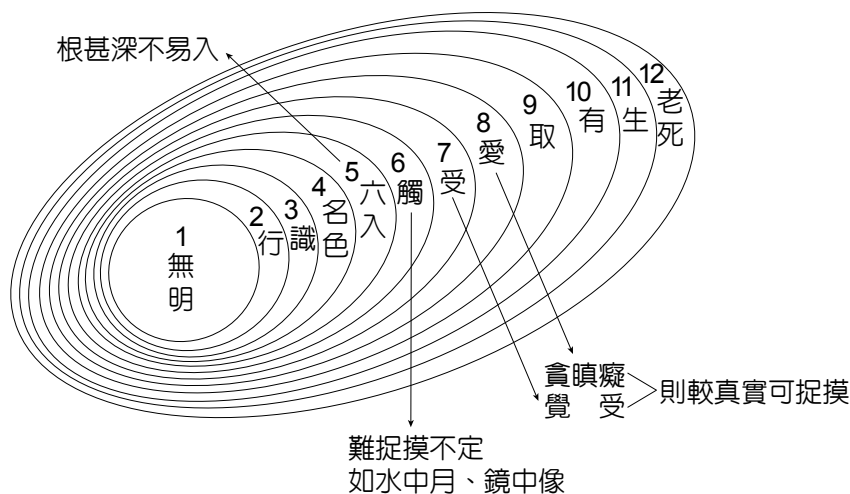
聲聞乘：剎那緣起 —— 同時異體
六根、心所、其他相應法等不同法體，
一剎那間，橫面鋪展成十二緣起

1. 《阿毘達磨俱舍論》：「又諸緣起差別說四：一者剎那；二者連縛；三者分位；四者遠續。云何剎那？謂剎那頃，由貪行殺具十二支：癡謂無明，思即是行，於諸境事了別名識，識俱三蘊總稱名色，住名色根說為六處，六處對餘和合有觸，領觸名受，貪即是愛，與此相應諸纏名取，所起身語二業名有，如是諸法起即名生，熟變名老，滅壞名死。」(T29, p. 48, c)
2. 《解脫道論》：「復次如一心法，以眼見色，癡人起愛，於此時淨樂者心癡，此謂無明。思著是無明緣行；心著此行緣識；知相應心數法及彼所造色，是識緣名色。從受生喜，緣喜故，喜色緣故，諸根清淨，是名色緣六入。

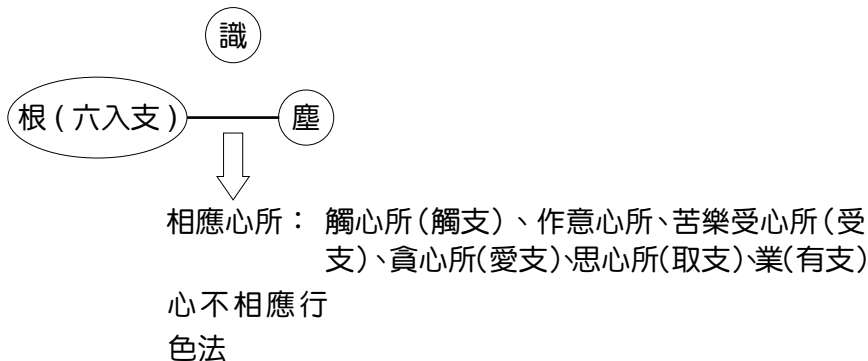
無明觸是六入緣觸；喜觸緣受；欲受緣愛；以著取淨樂是愛緣取；以著思是取緣有；彼法起是有緣生；住已是老；念散壞是死。如是於一剎那，成十二因緣。」(T32, p. 450,c)

四、一念十二緣起與剎那十二緣起比較一法說

(一) 一念十二緣起：同時同體



(二) 剎那十二緣起：同時異體



五、一念十二緣起與剎那十二緣起比較一喻說

(一) **一念十二緣起**：如一人寺院，一人同時擔任十二種職務

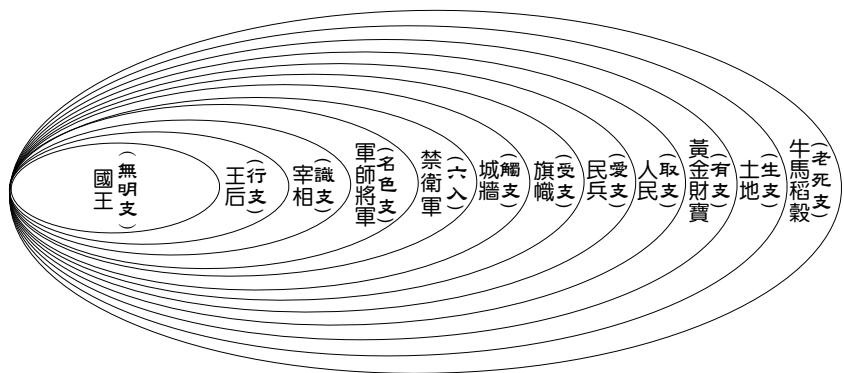
- (1) 住持
- (2) 當家（總管）
- (3) 知客（接待）
- (4) 典座（煮飯）
- (5) 司機（開車）
- (6) 會計（管錢）
- (7) 香燈（殿堂管理）
- (8) 文書（電腦跟檔案）
- (9) 打掃（清潔工）
- (10) 園丁（菜園、果園）
- (11) 維那（負責誦經）
- (12) 庫頭（物品管理）

(二) **剎那十二緣起**：如多人寺院：住持、當家，乃至庫頭等，由不同人各司其職

六、十二緣起支還滅關鍵

(一) **剎那十二緣起**：十二顆珠子，串成一串念珠，從任何一個地方把線剪斷，珠子就散落

(二) 一念十二緣起：攻打無明大王時，須穿過大臣、軍隊、城池、人民等十二重衛護



→ 攻打的戰略：所有十二重衛護（代表淺深無明），都是我們的覺性。

故永嘉云：「無明實性即佛性，幻化空身即法身。」

馬祖云：「凡所見色，皆是見心。」

→ 大乘禪觀修行原則：

1. 一念中具足十二個不同淺深層次的無明
2. 十二支不同淺深的無明，都是清淨的覺性

觸支在十二緣起禪觀中之定位

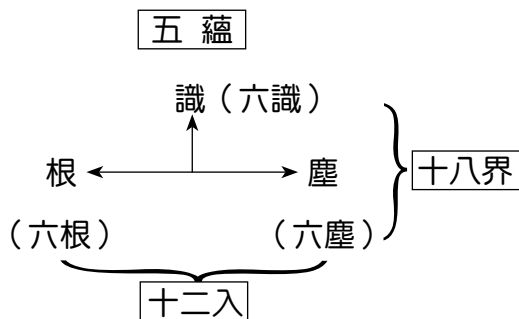
【第 8 集】

一、現實生命境界

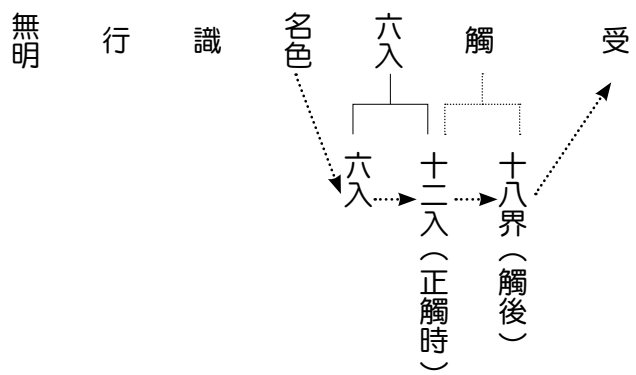
蘊、界、入 = 三科 = 宇宙萬物總合

→ 對宇宙萬物不同觀察角度

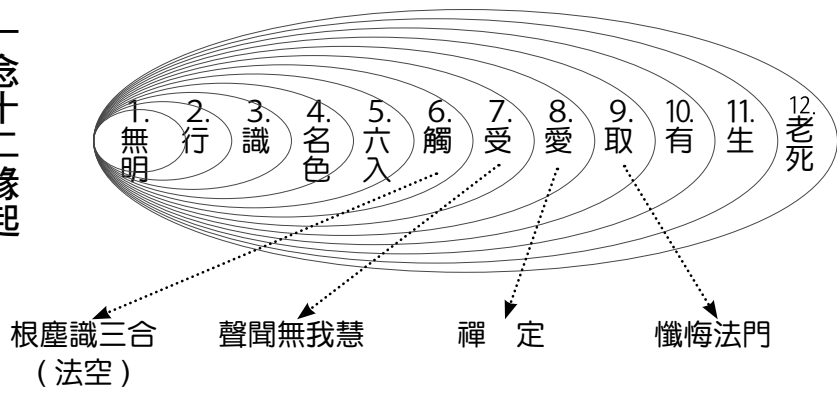
1. 五 蘊：身心聚合
2. 十二入：心念生起之處
3. 十八界：萬物類別（根塵生識）



二、觸支在一念十二緣起之位置



一念十二緣起



十事與三細六粗在十二緣起禪觀中之定位

【第 9 集】

一、瑜伽十事

《瑜伽師地論》：「謂種種相令心散亂，所謂色、聲、香、味、觸相，及貪、瞋、癡、男、女等相故。」(T30, p. 451, a)

	瑜伽十事	金剛經
1. 五 塵	色、聲、香、味、觸	色、聲、香、味、觸、法
2. 眾生相	男、女	我、人、眾生、壽者
3. 煩 惱	貪、瞋、癡	
	禪定 —— 愛支	法空 —— 觸支

※ 瑜伽十事（奢摩他九住心），定位在禪定一愛支
 → 淨化意識中著男女相、五塵相而起的貪瞋煩惱；
 而非銷解現前人我、根塵之境界（法執）

二、十事與三細六粗在十二緣起中之定位

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
十二支	無明	行	識	名色	六入	觸	受	愛	取	有	生	老死
瑜伽十事						根塵識和合	男女	貪瞋癡				
起信論三細六粗	如來藏（無明風動）	如來藏與無明和合	業相（自證分）	現相（相分） 轉相（見分）	智相（法執）	相續相（法執）	執取相（我執）	計名字相		起業相		業繫苦相



法義聞思

A series of horizontal dashed lines for writing, spanning the width of the page.



禪
觀
理
論
—
坐
中
運
心
方
便
概
說



- 第 10 集 善根發（外善根）
- 第 11 集 善根發（內善根）
- 第 12 集 善根發（不淨觀）
- 第 13 集 善根發（內善根）
- 第 14 集 善根發（驗知虛實）

善根發相

【第10 - 14集】

「驗善惡根性者：行人既能善修止門，息諸亂想，則其心澄靜。以心靜故，宿世善根，自然開發；若無善者，則發諸惡法。故經云：先以定動，後以智拔。止為初門，善惡二事之中，必有其一，行者應當明識其相，取捨之間不乖正道，故須分別。」《釋禪波羅蜜次第法門》卷3(T46,p.494, a6-12)

「第一、列善法章門者：

善有二種：一者外善；二者內善。

今就明外善中，善乃眾多，略出五種：

- 一 布施。
- 二 持戒。
- 三 孝順父母師長。
- 四 信敬三寶，精勤供養。
- 五 讀誦聽學。

略以此等五種善根，示表外善發相不同。所以悉屬外善者，原其本行，悉是散心中修習，未能出離欲界，發諸禪定無漏故，說為外善。

二明內善者，即是五門禪：

- 一 阿那波那門。
- 二 不淨觀門。
- 三 慈心門。
- 四 因緣門。
- 五 念佛三昧門。

此五法門通攝一切諸禪，發諸無漏故，名為內善。

第二、次明善根發相。…云何外善根發相？…略出五種：

一明行者若坐中靜定，忽見種種衣服、臥具、飲食、珍寶、田園、池沼、車乘，如是等事。或復因心靜故，自能捨離慳貪心，行惠施無所悋惜。當知此是過去今生，布施習、報二種善根發相。

二行者若於止靜定之中，忽見自身相好端嚴，身所著衣清淨如法，洗浴清潔，得好淨物，見如是等事。或復因心靜故，發戒忍心，自然知輕識重，乃至小罪心生怖畏，忍辱謙卑。當知此是過去今生，戒忍習、報二種善根發相也。

三行者若於坐中，忽見師僧、父母、宗親、眷屬，著淨衣服，歡喜悅豫端嚴，見如是等事。或復以心靜故，自然慈仁恭敬，孝悌心生。當知此是過去今生，孝順尊長習、報二種善根發相也。

四行者若於坐中，忽見諸塔寺、尊儀形像、經書，供養莊嚴，清淨僧眾雲集法會，見如是等事。或復於靜心中發信敬，尊重三寶。心樂供養，精勤勇猛，常無懈倦。當知此是過去今生，信敬三寶，精勤供養，習、報二種善根發相也。

五行者若於坐中，因心澄靜，或見解釋三藏、聽受讀誦大乘有德四眾。或時因心靜故，讀誦自然而入，隨所聽聞，即時開悟。或復自然能了解三藏大乘經典，分別無滯。當知悉是過去今生，讀誦聽說習、報二種善根發相。

行者見如是種種好相，及發諸善心者，此非禪定，多是過去今生，於散心中，修諸功德，今以心靜力故，得發其事。見諸相貌，悉屬報因相；現善心開發，皆是習因善發也。如是眾多，說不可盡，此則略示大意。

復次發習、報兩因，行人根性不同：自有行人，但發報因相，不發習因善心；自有行人，但發習因善心，而不發報因之相；自有行人，具發習報兩因；自有行人，二俱不發。如是等事，因緣難解，豈可謬釋。

問曰：散心善根，何得於靜心中現？

答曰：於禪定中，尚得見過去今生所起煩惱惡業，何況善根扶理而不得見？

問曰：見此等諸相，亦有是魔所作不？

答曰：亦有是魔所作。若欲分別，但魔名殺者，若此等相發時，能令行人心識動亂，或復增諸煩惱，逼迫障蔽，眾多妨難，不利定心，悉是魔之所作。

其善根發者，行人自覺見此相已，雖復未證禪定，而身心明白，諸根清淨，身有色力，所為吉利，善念開發，因此已後，自覺心神易可攝錄，身心安隱，無諸過患，當知此為善根發相。

復次若此等事善根發者，報因之相，則暫現便謝；習因心善，則相續不斷。若是魔作相，則久久不滅，雖謝更來，逼亂行者；善心則暫發還滅，或時變成惡念。當知邪也。復次邪正之相，甚為難測，自非親近明師，非可妄取。

問曰：此諸善根為當一向前發？亦得證諸禪時，於深定中發也？

答曰：此事無定，未必一向定前見也。外善既麤故，先明耳。」

《釋禪波羅蜜次第法門》卷3(T46,p.494,a16-p.495,a9)

「云何名內善根發相？今約五門禪中，辨內善根發。此五門中，一門開為三，合有十五種善根發。

一明阿那波那門。有三種善根發相不同：一數息善根。二隨息善根。三觀息善根。

☐**數息善根者：**行人如上善修三止，身心調和，發於欲界及未到地等諸禪，身心湛然空寂，定心安隱。於後或一坐、二坐，乃至經旬，或經月經年，將息得所，定心不退。即於定中心，忽覺身心運動，八觸次第而起，此即發根本初禪善根之相。於此定中，喜樂善心安隱，不可為論。如是發初禪已，乃至發四禪定空等。

☐**隨息善根發：**亦於欲界、未到靜定心中，忽然覺息出入長短，及遍身毛孔虛疎，即以心明見於身內三十六物，猶如開倉見穀粟麻荳等，心大驚喜，寂靜安快，除諸身行，乃至心受喜樂等，是為特勝善根發相。

☐**明觀息善根發者：**亦於欲界、未到細靜心中，忽見自身氣息，從毛孔出入遍身無礙，漸漸明利，如羅縠中見皮重數，乃至骨肉等亦如是；亦見身內八萬戶蟲麤細、長短、言語音聲，定心喜樂，倍於上說；或見自身猶如芭蕉、聚沫、雲影相等。此是通明觀善根發相。

二明不淨觀中，有三種善根發相不同：一九想。二背捨。三大不淨觀。

☐**九想善根者：**亦於欲界、未到靜定心中，忽然見他男女死屍胙脹。爾時其心驚悟，自傷往昔昏迷，厭患所愛五欲，永不親近。或見青瘀血塗膿爛，噉殘狼藉，白骨散壞等相。此為九想善根發相。

☐明背捨善根發者：亦於欲界、未到靜定心中，忽見內身不淨，降脹狼藉。或見自身白骨，從頭至足節節相拄，乃至骨人光明昱耀。定心安隱，厭患五欲，不著我人。此是背捨善根發相。

☐明大不淨觀善根發者：亦於欲界、未到定心中，見於內身及外身，一切飛禽走獸、衣服飲食、山林樹木，皆悉不淨。或見一家、一聚落、一國土，乃至十方皆悉不淨。或見白骨乃至見自身白骨，光明昱耀等。此為大不淨觀勝處善根發相。此觀發時，能破一切著心。

三**明慈心觀中**，三種善根發不同者：一眾生緣慈。二法緣慈。三無緣慈。

☐眾生緣慈發者：亦於欲界、未到靜定心中，忽然發心慈念眾生：先緣親人得樂之相，因發定，安隱快樂；乃至中人、怨人，悉見得樂，無瞋無恨，無怨無惱，廣大無量，遍滿十方，是為眾生緣慈善根發相。或發眾生緣悲，乃至喜捨，亦如是。

☐明法緣慈發者：亦於欲界、未到靜定心中，忽然自覺一切內外，但有陰入法，起唯法起，滅唯法滅，不見眾生及我我所，但有五陰，於受陰中，有樂受。如是知己，即緣此樂受，發於慈定，無瞋無恨，無怨無惱，廣大無量，遍滿十方，是為法緣慈。或發法緣悲，乃至喜捨，亦如慈善根發相。

☐明無緣慈發者：亦於欲界、未到定心中，忽然覺悟一切諸法非有非無，不見二邊，所謂若眾生、非眾生，若法、非法，皆不可得，則無所緣。以無緣故，顛倒想息，寂然安樂，心與慈定相應，等觀一切，同此安樂，無瞋無恨，無怨無惱，廣大無量，遍滿十方，是為無緣慈善根發相。或發無緣悲定，乃至喜捨，亦如是。

四明因緣觀中，有三種善根發不同者：一三世十二緣。二果報十二緣。三一念十二緣。

☐**明三世十二因緣善根發者**：亦於欲界、未到定心中，忽然覺悟心生，推尋三世，過去無明以來，不見我人無明等法，不斷不常，能破六十二種諸邪見網，心得正定，安隱寂然，觀慧分明，通達無礙，身口清淨，正行成就。此是三世十二因緣觀慧善根發相。

☐**明果報十二因緣善根發者**：亦於欲界、未到定心中，忽覺心識明利，即自思尋：我初生時，攬父母身分以為己有，名歌羅邏。歌羅邏時，名曰無明，因緣則有行、識，乃至老死，名為十二因緣。若歌羅邏時，但有三事合和，無人無我。三事不實，今無明等十二因緣諸法，竟何所依？若不見無明等諸法定是有者，豈是無邪？如是念時，破有無二見，歸心正道，正定相應，慧解開發，離諸邪行，此為果報十二因緣觀智善相發相。如此明十二因緣，出大集經中具辨。作此明因緣相，與苦集正同，亦得約此明四諦善根發也。

☐**明一念十二因緣善根發者**：亦於欲界、未到靜定心中，忽然自覺剎那之心，無人無我，性本無實。所以者何？一念起時，必藉因緣。言因緣者，即具十二因緣。緣無自性，一念豈有定實？若不得一念之實，即破世性邪執，心與正定相應，智慧開發，猶如涌泉，身口清淨，離諸邪行，是為一念十二緣善根發相。此之十二因緣，亦出大集經中具辨，亦得約此十二緣，明一心具四諦善根發也。

五明念佛中，自有三種善根發相不同：一念應佛。二念報佛。三念法佛。明三佛義，出楞伽經，廣分別其相也。

☐**明念應佛善根發者**：亦於欲界、未到靜定心中，忽然憶念

佛之功德，即作是念：如來往昔阿僧祇劫中，為一切眾生故，備行六波羅蜜。一切功德智慧故，身有相好光明，心有智慧圓照，降伏魔怨，無師自悟。自覺覺他，轉正法輪，普度一切，乃至入涅槃後，舍利經教，廣益眾生，如是等功德無量無邊。作是念時，即敬愛心生，三昧開發，入定安樂。或於定中見佛身相，善心開發；或聞佛說法，心淨信解，如是等勝善境界非一，是為念應佛善根發相。

☐明念報佛善根發者：亦於欲界、未到靜細心中，忽然憶念十方諸佛，真實圓滿果報之身，湛然常住，色心清淨，微妙寂滅，功德智慧，充滿法界。不生不滅，無作無為，豈有王宮之生，亦非雙樹之滅，為化眾生，十方佛土普應生滅。如是等功德無量無邊不可思議。作是念時，心定安隱，三昧開發，慧解分明。或作定中，見不可思議佛法境界，即便出生無量願行、無量功德、無量智慧、三昧法門，是為念報佛善根發相。

☐明念法佛善根發者：亦於欲界、未到靜定心中，忽然憶念十方諸佛法身實相，猶如虛空，即便覺悟一切諸法，本自不生，今則無滅。非有非無，非來非去，非增非減，非境非智，非因非果，非常非斷，非縛非脫，非生死非涅槃。湛然清淨，有佛無佛，相性常然，眾生諸佛，同一實相者，即是法身佛也。故大品經云：諸法如實相。諸法如實，即是佛。離是之外，更無別佛。如是念時，三昧現前，實慧開發，即時通達無量法門，寂然不動，一切不思議境界皆現定中。成就之相，如法華經六根清淨中廣說，是為念法佛善根發相。

是中所明，因止發十五門禪相，並悉約初禪、初境界罔像而辨。夫一切禪定證相，不可具以文傳，此止是示表行人過去習因不同故，發禪不等。」《釋禪波羅蜜次第法門》卷3(T46,p.495,a9-p.496,b15)

「第三驗知虛實，略為二意：一正明驗知虛實。二簡是魔非魔。

☐明驗知虛實者：若於定中，發諸禪善根，是中有真有偽，不可謬生取捨。所以者何？若發諸禪三昧時，心不別識，或見魔定，謂是善根發，心生取著，因此邪僻，得病發狂。若是善根，謂是魔定，心疑捨離，即退失善利。是事難識，若欲別知，當依二法驗之，即知真偽：一則相驗知。二以法驗知。

⊖則相驗知者，即有二意：一邪。二正。

邪者：如根本禪中諸觸發時，隨發一觸，若有邪法，即是邪相。邪法眾多，今約一觸中，略出十雙邪法，以明邪相：

☐者觸體增減。

☐定亂。

☐空有。

☐明闇。

☐憂喜。

☐苦樂。

☐善惡。

☐愚智。

☐縛脫。

☐心強軟。

此十雙明邪相，皆約若過、若不及中分別。

☐觸體增減者：如動觸發時，或身動、手起，脚亦隨，然外人見其兀兀如睡；或如著鬼，身手紛動；或坐時見諸異境，此為增相。減者，動初發時，若上若下，未及遍身，即便漸漸滅壞，因此都失境界，坐時蕭索，無法持身，此為減相。

㉓**定亂**：定者，動觸發時，識心及身，為定所縛，不得自在；或復因此便入邪定，乃至七日不出。亂者，動觸發時，心意撩亂，攀緣不住。

㉔**空有**：空者，觸發之時，都不見身，謂證空定。有者，觸發之時，覺身堅韌，猶如木石。

㉕**明闇**：明者，觸發之時，見外種種光色，乃至日月星辰、青黃赤白，種種光明。闇者，觸發之時，身心闇暝，如入暗室。

㉖**憂喜**：憂者，觸發之時，其心熱惱，憔悴不悅。喜者，觸發之時，心大慶悅，勇動不能自安。

㉗**苦樂**：苦者，觸發之時，身心處處痛惱。樂者，觸發之時，甚大快樂，貪著纏綿。

㉘**善惡**：善者，觸發之時，念外散善覺觀，破壞三昧。惡者，觸發之時，即無慚無愧等諸惡心生。

㉙**愚智**：愚者，觸發之時，心識愚惑，迷昏顛倒。智者，觸發之時，利使知見，心生邪覺，破壞三昧。

㉚**縛脫**：縛者，觸發之時，五蓋及諸煩惱，覆蔽心識。脫者，觸發之時，謂證空無相定，得道得果，斷結解脫，生增上慢。

㉛**心強軟**：強者，觸發之時，其心剛強，出入不得自在，猶如瓦石，難可迴變，不順善道。軟者，觸發之時，心志軟弱，易可敗壞，猶若軟泥，不堪為器。

如是等二十種惡觸，擾亂坐心，破壞禪定，令心邪僻。是為邪定發相。

復次二十邪法，隨有所發，若不別邪偽，心生愛著者，因

或失心狂逸，或歌或哭，或笑或啼，或時驚狂漫走，或時得病，或時致死，或時自欲投巖赴火，自絞自害，如是障惱非一。

復次二十種邪中，隨有發一邪法，若與九十六種道鬼神法，一鬼神法相應，而不覺識者，即念彼道、行彼法，於所得法中，鬼神隨念便入，因是證鬼神法門。鬼加其勢力，或發諸深邪定，及智慧辯才，知世吉凶，神通奇異，現希有事，感動眾生，廣行邪化。或大作惡破人善根；或雖作善，而所行偽雜。世人無智，但見異人，謂是賢聖，深心信伏。然其內心顛倒，專行鬼法，常以鬼法教人。故信行之者，則破正戒、破正見、破威儀、破淨命。或時噉食糞穢，裸形無恥，不敬三尊、父母師長。或毀壞經書、形像、塔寺，作諸逆罪，斷滅善根。現平等相，或自讚說所行平等，故於非道無障無礙，毀他修善，云非正道。或說無因無果，或說邪因邪果，如是邪說紛然，壞亂正法。其有聞受之者，邪法染心，既內證邪禪三昧智斷功德，種種法門，外則辯才無盡，威風化物，故得名聞、眷屬、供養、禮敬、稱歎等利。

是以九十六種道經云：人為說法，鬼神加力，則一切聞者，無不信受；一切見者，咸生愛敬。以有如斯等事故，深心執著，不可迴轉，邪行顛倒，種種非一。若如是者，當知是人遠離聖法，身壞命終，墮三惡道中。是事如大品經，及摩訶衍論中廣說。

如一動觸中邪相如是，餘七觸中，亦具有此邪相，應當別知，如根本禪邪相如是，餘十四門禪及諸禪中，若事若理，皆有邪偽之法。其事云云，非可具說。

問曰：發邪觸時，為當具發如上所說二十邪？為當不具？

答曰：或具或不具無在。若觸發時，但有一邪法，不即除之，便墮邪定，何況具足二十邪法。所以者何？譬如二十人共行，若一是賊，則誤十九人。禪中亦爾，有一惡法破壞諸善，不名正定，況復多耶！略辯一觸相如是，則餘七觸邪相亦然。復次更有異禪門邪法，入定中亦應識知。所謂餘禪門境界邪法，如一不淨觀禪入此定中，亦有二十邪法來入此定。餘十四門禪，亦當如是一一分別，是中應廣說。行者若脫證此法，須善識知，方便照了，不著邪定之法，即自便謝。

第二明正相者。若動觸發時，無向二十惡法，具足十種善法。十種善法者：

- 一 觸相如法。
- 二 定相如法。
- 三 空相如法。
- 四 明相如法。
- 五 喜相如法。
- 六 樂相如法。
- 七 善相如法。
- 八 智相如法。
- 九 解脫相如法。
- 十 心調相如法。

云何名如法？若與二十不善相法相違，安隱清淨，調和中適，即是如法，名為正相。……如一動觸正相如是，餘七觸正相，皆類之可知。

問曰：是中一向但逐事說，若隨此相分別是邪是正、是偽是真、是應捨是應取，豈非顛倒憶想，墮邪僻耶？

答曰：正有二種：一世間正。二出世間正。若如世間善法相而說，即是世間正相；出世間解脫善法相而說，即是出世間正相。今明根本觸中十種正相，即是辯世間正也。如摩訶衍論云：因世間正見，得出世正見；若破世間正見，即破出世正見。是故今欲明出世正法，必須先明世間正法。欲因事顯理，借近明遠故，須先分別根本事中，初觸正相。復次若觸內發時，或見三十六物，或發慈心、因緣、正智、念佛等諸餘禪定，若有功德安隱如法，資益觸樂，亦是宿世善根發，各有十種正相，並是正定。但欲修根本禪定成就者，悉不得取是相；若謝不謝，於根本禪無所妨也。然末世行者，善根微薄，證觸之時，多不發諸餘事理禪中境界。今恐有發者不識故，略出此意。餘十四門禪發正相，亦當如是，一一自類，廣分別之。」《釋禪波羅蜜次第法門》卷 3(T46,p.496,c12-p. 498,a29)

「第㊦明以法驗知邪正者，自有邪禪，其相微細難別，與正禪相似，非則相之所能別，應以三法驗知：

- 一 定心研磨。
- 二 用本法修治。
- 三 智慧破析。

如涅槃經說：欲知真金，應三種試之，謂燒、打、磨。行人亦是，難可別識，若欲別之，亦須三種試之：所謂當與共事；共事不知，當與久處；久處不知，以智慧觀察。今借此意，以明禪定邪正之相。

☐**定心研磨**：如發一動觸，若邪正未了，應當深入定心，於所發境中，不取不捨，但平心定住。若是善根，定力踰深，善根踰發。若魔所為，不久自壞。

☐**以本法修治**：如發不淨觀禪，還修不淨觀，隨所修時，境界增明，此則非偽。若以本修治，漸漸壞滅，當知即是邪相。

☐**以智慧觀察者**：觀所發法，推檢根源，不見生處，深知空寂，心不住著，邪當自滅，正當自顯。如燒真金，益其光色；若是偽金，即自黑壞。

如此簡別，以三法驗之，邪正可知：定譬於磨；修治喻打；智慧觀察，類以火燒。又復久處喻磨；共事如打；火燒即譬智慧觀察。餘禪定例爾驗之，邪正可知。

☐**簡是魔非魔**，即為二意：一明是魔相。二明非魔相。

今明魔禪，有二種不同：

☐**明禪非是魔**：魔入禪中。如行者於正心中，發諸禪定，惡魔恐其道高，為作惱亂，入其禪中。若心貪著，或生憂懼，即魔得其便。若能如上用心却之，魔邪既滅，如雲除日顯，定心明淨。

☐**明一向魔作禪定**：誑惑行者。若覺知非真，用法治之，魔退之後，則無復毫釐禪法。

次明非魔相者：罪障於禪。似如魔作，理實非魔，難可別識。若用前所說却之，終不得去。若能勤修懺悔，罪既除滅，則禪定自然分明。復次或入定時，方便不巧，致令境界不如法。若更善作方便，則所證明淨故，知非魔之所作也。」《釋禪波羅蜜次第法門》卷3(T46,p.498,a29-c3)

禪 觀 法 門 操 作



- 第 15 集 參話頭功夫轉進十個過程 1
- 第 16 集 參話頭功夫轉進十個過程 2
- 第 17 集 參話頭功夫轉進十個過程 3
- 第 18 集 行相 1 —— 運心理論
- 第 19 集 行相 2 —— 修禪對治
- 第 20 集 行相 3 —— 無明行相
- 第 21 集 行相 4 —— 無明行相
- 第 22 集 永嘉禪法運心理論 1
- 第 23 集 永嘉禪法運心理論 2
- 第 24 集 永嘉禪法運心理論 3
- 第 25 集 永嘉禪法運心理論 4
- 第 26 集 永嘉禪法運心理論 5



參話頭功夫轉進十個過程

【第15集】

疑情功夫

- 1、話頭攝念：先將六情六識，四大五蘊，山河大地，萬象森羅，總鎔作一箇疑團。頓在目前，不假一鎗一旗。靜悄悄地，便似箇清平世界。（方法）
- 2、行住疑功：如是行也只是箇疑團，坐也只是箇疑團，著衣喫飯也只是箇疑團，屙屎放尿也只是箇疑團，以至見聞覺知，總只是箇疑團。（方法與功夫）
- 3、省力得力：疑來疑去，疑至省力處，便是得力處。（作功夫）

覺明心體

- 4、疑情任運：不疑自疑，不舉自舉。（論功夫）
- 5、疑情成片：從朝至暮，粘頭綴尾，打成一片，無絲毫縫罅。撼亦不動，趲亦不去。（論心智）
- 6、覺心常在：昭昭靈靈，常現在前。如順水流舟，全不犯手，只此便是得力底時節也。（覺心）
- 7、磨光淘汰：更須慤其正念，慎無二心。展轉磨光，展轉淘汰。（覺智）
- 8、覺心一念：窮玄盡奧，至極至微，向一毫頭上安身。孤孤迥迥，卓卓巍巍，不動不搖，無來無去，一念不生，前後際斷。（心源無相）

將悟狀態

9、外現枯木：從茲塵勞頓息，昏散勦除。行亦不知行，坐亦不知坐，寒亦不知寒，熱亦不知熱，喫茶不知茶，喫飯不知飯。終日默憊憊地，恰似箇泥塑木雕底，故謂牆壁無殊。
（外相離識心分別）

10、內持正念：纔有者境界現前，即是到家之消息也，決定去地不遠也，巴得搆也，撮得著也，只待時刻而已。又却不得見恁麼說，起一念精進心求之，又却不得將心待之，又却不得要一念縱之，又却不得要一念棄之。直須堅凝正念，以悟為則。（心自悟）

打成一片

【第 15 - 16 集】

A、成片層次

《無門慧開禪師語錄》：「參禪別無華巧，祇是通身要起箇疑團，①晝三、夜三切莫間斷，久久純熟。自然內外打成一片。②便與虛空打成一片，便與山河大地打成一片，便與四維上下打成一片。豈不見道，③盡大地是學人自己，盡大地是箇解脫門，盡大地是沙門一隻眼，盡大地撮來如粟米粒。心包太虛，量周沙界。空生大覺中，如海一漚發。」(卍續 120, p. 515, b)

B、功夫不間斷

B-1 《緇門警訓》：「身相既定，氣息既調，然後寬放臍腹，一切善惡都莫思量。念起即覺，覺之即失，久久忘緣，自成一片。」(T48, p. 1047, b-c)

B-2 《列祖提綱錄》：「灼然生死事大，須是把當一件無大至大底大事，豎起生鐵脊梁，討教明白始得。十二時中莫雜用心，莫只悠悠漾漾虛度時光，須是打教成一片始得，須是者一念子無絲毫間斷始得。」(卍續 112, p. 660, b)

- B-3 《宗範》：「當此時，我這主公畢竟在甚處安身？愈無理會，愈要搜求。豎起脊梁，卓起眉毛，反覆推尋，拚此生做箇駮漢。工夫緊密，刻不放鬆，便有打成一片光景，或因此豁然入定，人法雙忘。」（卍續 114, p. 577, a-b）
- B-4 《佛果克勤禪師心要》：「此事在當人快利，既承當擔荷知有自己根脚，尤宜卓卓特立獨行。須絕情離照，俾廓然空寂無一法可得，截斷諸緣，令灑灑落落到大安穩之地，綿密無滲漏，所謂壁立萬仞，峭巍巍地，然後却回來涉世應物。初無我相，豈有聲色順違魔佛境界耶！最難是等閑不作意處，驀地被牽轉，便漏逗也。應須相續管帶，使勿走作，久之打成一片，乃為歇場。」（卍續 120, p. 729, b-p. 730, a）
- B-5 《雪巖祖欽禪師語錄》：「本分工夫，須是十二時中，打成一片，無絲毫間斷始得。」（卍續 122, p. 568, a）
- B-6 《高峰原妙禪師語錄》：「何須討許多生受喫。更有一等，成十年二十年用工，不曾有箇入處者，只為他宿無靈骨，志不堅固，半信半疑，或起或倒，弄來弄去，世情轉轉純熟，道念漸漸生疏。十二時中，難有一箇時辰把捉得定，打成一片。」（卍續 122, p. 670, b）

C、身心成片

- C-1 《高峰原妙禪師語錄》：「忽於次月十六夜夢中，忽憶斷橋和尚室中所舉：萬法歸一，一歸何處話。自此疑情頓

發，打成一片，直得東西不辨，寢食俱忘。」(卍續 122, p. 679, b)

C-2 《高峰原妙禪師語錄》：「須要絲絲密密，打成一片，直教如大病一般，喫飯不知飯味，喫茶不知茶味，如癡如呆，東西不辨，南北不分。工夫做到遮裏，管取心華發明，悟徹本來面目。」(卍續 122, p. 680, b)

C-3 《博山參禪警語》：「做工夫，疑情發得起，與法身理相應。行住坐臥如在日色裡，如在燈影裏，淡淡地沒滋味。或更全身放下，坐到水澄珠瑩之際，風清月白之時，正恁麼時，依正報中都成一片境去，清清淨淨，伶伶俐俐。自謂之究竟，不得轉身吐氣，不得入廬垂手，又不肯求人決擇，或向淨白界中別生出異念，謂之悟門。通身是病，非禪也。」(卍續 112, p. 965, b-p. 966, a)

C-4 《天目明本禪師雜錄》：「做工夫看箇話頭，身心勇猛打成一片，如銀山鐵壁相似。既是成一片，身與心，人與境，覷體混融，不容有所知。苟或知是一片，則又是兩片三片了也，安有混融之理哉。如今真實做處，都不要問一片不一片，但有一日精神，參取一日，歲久月深，不自知而以之悟入，決不相賺。」(卍續 122, p. 764, a)

D、智境成片

D-1 《黃檗斷際禪師宛陵錄》：「但去二六時中看箇無字，晝參夜參，行住坐臥，著衣吃飯處，阿屎放尿處，心心相

顧，猛著精彩，守箇無字。日久月深打成一片，忽然心花頓發，悟佛祖之機，便不被天下老和尚舌頭瞞。」(T48, p. 387, b)

D-2 《佛果圓悟禪師碧巖錄》：「豈不是心境俱忘，打成一片處。」(T48, p. 142, a)

D-3 《宏智禪師廣錄》：「非修證，本來具足，他不污染，徹底清淨。正當具足清淨處，著得箇眼，照得徹，脫得盡，體得明，踐得穩。生死元無根蒂，出沒元無朕迹。本光照頂，其虛而靈；本智應緣，雖寂而耀，真到無中邊，絕前後，始得成一片。根根塵塵，在在處處，出廣長舌，傳無盡燈，放大光明，作大佛事。」(T48, p. 74, a)

D-4 《圓悟佛果禪師語錄》：「示諭：綿密無間，寂照同時，歲月悠久打成一片。而根本愈牢，密密作用，誠無出此。應當當處全真，則彼我遐邇，觸處皆渠，剝剝塵塵，皆在自己大圓鏡中。愈綿愈密，則愈能轉換也。」(T47, p. 775, c)

D-5 《圓悟佛果禪師語錄》：「若淨、若穢，一時捨却，令教淨裸裸，赤灑灑，自然一聞千悟。從此直下承當，却來返觀佛祖用處，與自己無二無別。乃至鬧市之中，四民浩浩經商貿易，以至於風鳴鳥噪，皆與自己無別。然後佛與眾生為一，煩惱與菩提為一，心與境為一，明與暗為一，是與非為一，乃至千差萬別悉皆為一。方可攬長河為酥酪，變大地作黃金，都盧混成一片，而一亦不立。」(T47, p. 773, b)

澄澄湛湛（昭昭靈靈）

【第17集】

一、悟境理性

1、《圓悟佛果禪師語錄》：「諸佛心髓，祖師淵源，十成八字打開，遍界全彰勝相。纖洪長短，黑白方圓，一一絕羅籠，處處無回互，澄澄湛湛，密密堂堂，無深可深，無妙可妙。是故佛佛授手，唯授此心，祖祖相傳，唯傳此妙。上根種智略請回光，可以千眼頓開，可以萬緣透脫。」(T47, p. 732 c) 【回互：勾牽、環抱、遮蔽。】

要旨：以澄澄湛湛表示諸佛心髓。

2、《御選語錄》：「必得無明實性即佛性，幻化空身即法身。并此無明佛性，幻化法身之名，亦不可得。夫然後入微塵而不洩，徧大千而不溢，以缶取之盈缶，以甕取之盈甕，以陂取之盈陂，以澤取之盈澤，以江取之盈江，以河取之盈河，以海取之盈海，以天地取之盈天地。澄澄湛湛，寂寂惺惺，雖覺而不覺，不覺而常覺，是乃所為覺海歟。」(卍續 119, p. 762 a)

要旨：此法身佛性大覺之海，以澄澄湛湛而形容之。

3、《禪家龜鑑》：「有一物於此，從本以來昭昭靈靈，不曾生、不曾滅，名不得、狀不得。」(卍續 112, p. 911 a)

要旨：此昭昭靈靈者，眾生本來清淨覺性也。

- 4、《笑隱大訢禪師語錄》：「吾今教汝直下知歸，當頭領略，汝即今自己昭昭靈靈、了了常知底，與空劫那畔，未有人物世界已前，一段廣大光明，曾無少異。」(卍續 121, p. 222 b)

要旨：此昭昭靈靈了知之覺性，與本來光明覺性無別。

- 5、《天如惟則禪師語錄》：「第七日夜將半，忽覺山河大地，草木叢林，徧界如雪天明月下。堂堂一身，乾坤包不得。久之，如聞擊木聲驚醒，徧體汗流，其疾亦愈，踴躍自慶不已，實癸酉年六月廿四日也。且詣方丈舉似巖，巖舉公案詰之，酬答無滯。復示偈曰：昭昭靈靈是什麼，眨得眼來已蹉過，廁邊籌子放光明，直下元來只是我。」(卍續 122, p. 916 a)

要旨：此昭昭靈靈覺性為覺悟之本，為光明之體。

- 6、《恕中無愠禪師語錄》：「上堂：赤肉團上有一物，昭昭靈靈，恍恍惚惚，隨事變通，了無拘束。要知來處分明，不離舉足下足。」(卍續 123, p. 817 a)

要旨：此昭昭靈靈覺性，雖無形段而隨物現形。

二、功夫過程（主旨與高峰禪要大同，DVD 講解時略之）

- 1、《密菴和尚語錄》：「有祖已來，未嘗容易以禪道佛法指示學者，謂之學道捷徑。只要當人去却今時，向父母未生已前，混沌未分之際，直截擔荷。如龍得水，似虎靠山，一切處澄澄湛湛，一切處生殺自由，一切處自能生風起

草，不著有為，不坐無為。如斬一縲絲，一斬一切斬，如染一縲絲，一染一切染。通上徹下，全體是箇大解脫門，佛法世法，打成一片，何處有一絲毫許外物之為障礙。」

(T47, p. 980 a-b)

要旨：澄澄湛湛之後方能自在銷融。

- 2、《續指月錄》：「所以參須實參，悟須實悟，不可弄虛頭，認光影，不求正悟。須向遮裏將本參公案，三百六十骨節，八萬四千毫竅，併作一箇疑團，頓在眉毛眼睫上看定，通身是箇萬法歸一，一歸何處。行也如是參，坐也如是參，靜也如是參，動也如是參。參來參去，通身是箇話頭，物我俱忘，心識路絕，澄澄湛湛，寂靜無為。驀然疑團子，爆地一聲，直得須彌粉碎，大地平沈，迸出一輪杲日，照耀山川，遮藏不得。那時却來嵩山門下喫痛棒。」(卍續 143, p. 921 b)

要旨：澄澄湛湛即是將悟時節。

- 3、《皇明名僧輯略》：「你若纔有切切之心，疑情重也，話頭自然現前。緜緜密密，淨念相繼，凝定身心，回光返照。執而持之，勿令間斷，一念不生，前後際斷。目前空牢牢地，胸中虛碧碧地，澄澄湛湛，卓卓巍巍。到此喚作生滅滅已，寂滅為樂，正好再見真善知識，掃除悟跡，別立生涯，不受天下老和尚舌頭顛。然後水邊林下，保養聖胎，待時龍天推出，方可為人也。」(卍續 144, p. 410 a)

要旨：澄澄湛湛已是休歇之處。

- 4、《揲黑豆集》：「掩關千日，矢明此事，傳屢加勘驗，終不許可。師亦自審，一似有物，昭昭靈靈，卒未泯懷。如是者六載，秋日過銅棺山頂，豁然大悟，忽覺情與無情，煥然等現。大端說似人不得，正大地平沈境界，從前礙膺，渙然氷釋。」(卍續 145, p. 913 a)
要旨：昭昭靈靈尚有一物未除。

三、禪病

- 1.《博山參禪警語》：「做工夫，疑情發不起，將情識妄想心遏捺，令妄心不起。到無起處，則澄澄湛湛，純清絕點，此識心根源終不能破，於澄湛絕點處，都作箇工夫理會，纔遇人點著痛處，如水上捺葫蘆相似。此是生滅心，非禪也。」(卍續 112, p. 961, b)
- 2.《禪關策進》：「初看無字，忽於念頭起處，打一箇返觀，這一念當下氷冷，直是澄澄湛湛，不動不搖。過一日如彈指頃，都不聞鐘鼓之聲。十九在靈隱掛搭，見處州來書，說欽禪爾這工夫是死水，不濟事。動靜二相，打作兩橛。參禪須是起疑情，小疑小悟，大疑大悟。」(T48, p. 1100, a-c)
- 3.《圓悟佛果禪師語錄》：「到這裏，參須實參，悟須實悟，令教透頂透底，亘古亘今。打開自己庫藏，運出自己家財拯濟，莫只向外邊尋覓。爾若拶得一路透去，便與爾同參。爾若只守箇昭昭靈靈，下咄下喝揚眉瞬目，不如這箇，更是大病。」(T47, p. 772, b)

4. 《佛果圓悟禪師碧巖錄》：「看他奇特漢，豈只去認箇昭昭靈靈，落在驢前馬後。須是打破業識，無一絲毫頭可得，猶只得一半在。」(T48, p. 222, c)
5. 《宗範》：「有一般說昭昭靈靈，能見能聞，大賺人！今問為甚睡時又不昭靈？認賊為子，是生死根本，妄想緣氣。只因前塵色聲等法分別有，若無前塵，汝此昭靈同於兔角。」(卍續 114, p. 593, a)
6. 《瞎堂慧遠禪師廣錄》：「所以古人到此，多不肯指注，恐他學者，誤認昭昭靈靈，驢前馬後，為究竟安樂之地。」(卍續 120, p. 955, a)
7. 《憨山老人夢遊集》：「今人作工夫，多墮識情窠臼，錯認光影門頭。但以昭昭靈靈為妙悟，却不知昭昭靈靈者，正熠熠妄想耳。」(卍續 127, p. 408, b)

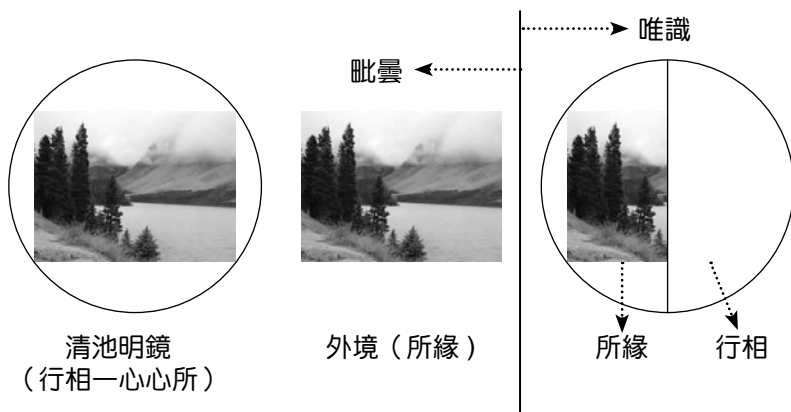
行 相

【第 18 - 19 集】

※ 禪觀理論主要探討內涵

1. 行相（所緣）
2. 運心技巧
3. 過程
4. 原理

※ 行相（所緣）之異說



一、義涵

1. 《俱舍論記》：「言行相者，謂心、心所。其體清淨，但對前境，不由作意，法爾任運，影像顯現。如清池明鏡，眾像皆現。」(T41, p. 26, b-)

2. 《俱舍論記》：「調心、心所法，其體明淨，隨對何境，法爾前境，皆悉現於心、心所上，此所現者名為行相。即由此現，帶境義邊，似前境邊說為能緣。然此行相無有別體，不離心等，即心等攝，非是所緣。猶如明鏡，對眾色相，皆現鏡面。此所現像而非所照，然約像現，說鏡能照，此亦應然。言行相者，謂有境界像貌，故名行相。」(T41, p. 83, b-c)
3. 《阿毘達磨俱舍釋論》：「調一切心及心法，於境界中取差別，名行相。」(T29, p. 288, c)
4. 《阿毘達磨順正理論》：「調心、心所以六內處為所依故，名有所依；以色等境為所緣故，名有所緣。即於所緣境品類相中，有能取義，故名有行相。」(T29, p. 394, c)
5. 《阿毘達磨順正理論》：「又此契經，為顯眼等各有二用：一能為門；二能取境。能為門者，且如眼根能為所依，令心心所，各別行相，於境而轉。能取境者，且如眼根唯為見色。」(T29, p. 366, a-b)

二、義涵別義

1. 《成唯識論》：「然心心所一一生時，以理推徵，各有三分：所量、能量、量果別故，相、見必有所依體故。如集量論伽他中說：似境相所量，能取相、自證，即能量及果，此三體無別。」(T31, p. 10, b)
2. 《攝大乘論釋》：「由二性者，謂相及見。於一識中有相有見，二分俱轉，相見二分，不即不離。始從眼識乃至身識，隨類各別，變為色等種種相識，說名相分。眼等諸識了別

境界，能見義邊，說名見分。又所取分名相，能取分名見，是名二性。由種種者，種種行相而生起故。於一識中，一分變異似所取相，一分變異似能取見。此之二分，各有種種差別行相，俱時而起。」(T31,p. 401c)

3. 《成唯識論》：「故識行相即是了別，了別即是識之見分。」(T31, p. 10, c)

三、行相差別種類

1. 《瑜伽師地論》：「謂薩迦耶見、邊執見、邪見，此三於所知境，起邪了行，於四聖諦迷行轉故。無明一種，是不了行。疑是了不了行。」(T30, p. 627, c)
2. 《瑜伽師地論》：「此中如實不了行相，是名無明。由有如實不了行故，邪執事相，是名為見。謂薩迦耶見由無明力，執我我所。如是餘見，各於自事，邪執行轉。然彼諸見不離愚癡，由癡與見，行相各別，是故此五染污性智，名為無明，不應道理。」(T30, p. 612, a)
3. 《瑜伽師地論》：「①問：分別有何相？答：相為所行相。②問：真如有何相？答：正智所行相。③問：正智有何相？答：真如為所行相。④問：相有何行相？答：應知此相有種種行相、無量行相，由分別行相種種無量故。」(T30, p. 697, a)

四、對治

1. 《阿毘達磨順正理論》：「①世間正見，謂意識相應，善有漏勝慧。②有學正見，謂有學身中一切無漏慧。③無學正見，謂無學身中決定無漏慧。」

一正見言具攝三種，別開三者，為顯異生、學、無學地，三見別故，又顯漸次修習生故。譬如夜分無月等明，雲霧晦冥而遊險阻，所見色像無非顛倒。五染污見觀法亦爾。

①譬如夜分有月等明，除諸晦冥而遊險阻，所見色像少分明淨。世間正見觀法亦爾。②譬如晝分雲翳上昇，掩蔽日輪而遊平坦，所見色像漸增明淨。有學正見觀法亦爾。③譬如晝分烈日舒光，霧霧廓清而遊平坦，所見色像最極明淨。無學正見觀法亦爾。

如如行者，漸習慧生，除自心中愚闇差別。如是如是於諸所緣，正見漸增，明淨有異，非所緣境有淨、不淨。由自覺慧垢障有無，故謂所緣有淨、不淨。」(T29, p. 363, c-p. 364, a)。

2. 《瑜伽師地論》：「由青瘀等種種行相，發起勝解。謂先發起青瘀勝解，或親自見，或從他聞，或由分別所有死屍。」(T30, p. 452, a)
3. 《阿毘達磨俱舍論》：「又為治常、樂、我所、我見故，修非常、苦、空、非我行相。為治無因、一因、變因、知先因見故，修因、集、生、緣行相。為治解脫是無見故，修滅行相；為治解脫是苦見故，修靜行相；為治靜慮及等至樂是妙見故，修妙行相；為治解脫是數退墮，非永見故，修離行相。為治無道、邪道、餘道、退道見故，修道、如、行、出行相。如是行相，以慧為體。」(T29, p. 137, b-c)
4. 《瑜伽師地論》：「謂於相縛及麤重縛。所以者何？若有行於諸安立諦，彼一切行，皆行有相。行有相故，於諸相縛不得解脫。於諸相縛不解脫故，於麤重縛亦不解脫。若有行於非安立諦，不行於相。不行相故，於諸相縛便得解脫。」(T30, p. 657, a)

五、真實觀

1. 《金光明最勝王經》：「是諸聖人，若見若聞行非行法，隨其力能，不生執著以為實有，了知一切無實行法、無實非行法，但妄思量，行非行相，唯有名字，無有實體。」(T16, p. 426, a)
2. 《攝大乘論釋》：「諸菩薩行相 復於所緣中
是無分別智 彼所知無相
釋曰：菩薩行相，於所緣中所現無相，謂即此智於真如中平等平等生起，無異無相之相，以為行相。」(T31, p. 364, b)
3. 《攝大乘論釋》：「此意說言：無分別智緣真如境，離一切相作意行相，以為行相。」(T31, p. 430b)
4. 《大般若波羅蜜多經》：「佛言：善現！若菩薩摩訶薩安住安忍波羅蜜多，修行般若波羅蜜多，菩薩爾時雖以遠離行相、或以寂靜行相、或以無盡行相、或以永滅行相，觀一切法，而於法性能不作證，乃至能坐妙菩提座，證得無上正等菩提。」(T06, p. 793, c)

無明行相→無知

【第20 - 21集】

(一) 無知種類

1. 理無知

(1) 於苦等諦不知

《四諦論》：「於苦等諦不知，是名無明。不知四諦外四皮陀皮陀分等，不名無明。復次正對諦智之相應對治煩惱，說名無明，非是不知一切智者。」(T32,p. 378, b)

(2) 不了達一切無所有

《大般若波羅蜜多經》：「佛告舍利子：如無所有如是而有，若於如是無所有法不能了達，說為無明。愚夫異生於一切法無所有性，無明貪愛增上勢力，分別執著斷常二邊，由此不知不見諸法無所有性，分別諸法，由分別故便生執著。」(T07,p. 867, c)

(3) 不知一切虛妄，執為實有

《大般若波羅蜜多經》：「如以空拳誑惑童豎，彼無知故，謂有實物。愚夫異生亦復如是，虛妄顛倒之所誑惑，於一切法，非合離性妄見合離，謂為實有。」(T07,p. 1104, c)

(4) 不知一切唯心，無外境

《入楞伽經》：「初地乃至六地菩薩摩訶薩，見於三界但是自心心、意、意識，離我、我所法，唯是自心分別，不墮外法種種諸相。」

唯是凡夫內心愚癡，墮於二邊，見於可取、能取之法，以無知故，而不覺知無始世來，身、口及意，妄想煩惱戲論熏習，而生諸法。」(T16,p. 554, c-p. 555, a)

2. 事相無知

(5) 善不善法不如實知

《雜阿含經》：「若比丘！諸惡不善法，比丘，一切皆以無明為根本，無明集、無明生、無明起。所以者何？無明者無知，於善、不善法不如實知。」(T02, p. 198, b-c)

(6) 六根、六塵

《雜阿含經》：「尊者舍利弗言：所謂無知，無知者是為無明。云何無知？謂眼無常不如實知，是名無知，眼生滅法不如實知，是名無知。耳、鼻、舌、身、意亦復如是。如是，尊者摩訶拘絺羅！於此六觸入處如實不知、不見、不無間等、愚闇、無明、大冥，是名無明。」(T02,p. 60, b-c)

(7) 前後際、內外

《大寶積經》：「云何為無明？所謂前際無知、後際無知、前後際無知；內無知、外無知、內外無知……無知、無見、無對觀、無達解。如是等相，是名無明。」(T11,p. 200, a)

3. 緣生無知

(8) 十二緣起諸法

《佛說十地經》：「復次菩薩作是思惟：以勝義相於諦無知，名為無明；無明所作業果名行；行為依止，初心名識；與識俱生餘四取蘊，說為名色；名色增長，

說為六處。」(T10,p. 552, c-p. 553, a)

(9)執起合相、常相，而生諸法

《慈氏菩薩所說大乘緣生稻稊喻經》：「云何無明？於此六界起一想、合想、常想、堅想、常恒想、樂想、靜想、眾生想、命想、壽者想、意生想、儒童想、吾我作者想。生如是種種無知，名為無明。於如是有無明境界，生貪瞋癡，於彼貪瞋癡生行，於彼事施設名為識。」(T16,p. 820, a)

(10)一生三、三生六

《大乘緣生論》：「從一生於三 從三轉生六
六二二更六 從六亦生六
從一生於三者，謂無知，此無知者說名無明。於苦集滅道中不覺知故，名為無知。由故則有福、非福、不動，說名三行。」(T32,p. 487, a)

4. 無知盡除名智

(11)《大般若波羅蜜多經》：「善勇猛！盡智者，謂盡無知故名盡智。由何名盡？謂由無盡故名為盡，不見有法可名為盡。然離無知說名盡智，即盡無知說名盡智。」(T07,p. 1069, b)

(二) 真理與妄境之同異

1. 無明、無知、痴暗為禪智之源

(1)《阿毘達磨順正理論》：「如如行者，漸習慧生，除自心中愚闇差別。如是如是於諸所緣，正見漸增，明淨有異。非所緣境有淨、不淨。由自覺慧垢障有無，故謂所緣有淨、不淨。」(T29,p. 364, a)

- (2) 《金剛經》：若住於色聲香味觸法而行布施，如人入闇，則無所見。
- (3) 《瑜伽師地論》：「此中如實不了行相，是名無明。由有如實不了行故，邪執事相，是名為見。謂薩迦耶見由無明力，執我我所。如是餘見，各於自事，邪執行轉。然彼諸見不離愚癡，由癡與見，行相各別，是故此五染污性智，名為無明，不應道理。」
(T30,p. 612, a)

2. 各宗各法門差別

十二緣起 → 生命境界差別 → 無明深淺

3. 教下依境觀理

妄境 —— 色聲外境

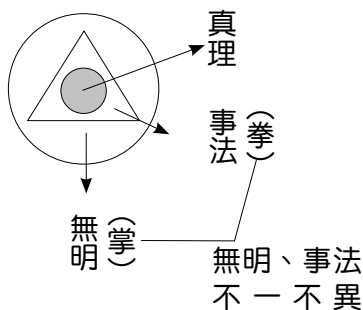
真理 —— 唯心、唯識、緣起性空

知見 → 色聲香 → 不知理、事 → 無明障故，於境不見真理

4. 宗下明心見理，非觀於境

事法妄境，即無明、無知

心中 → 無知之行相 → 闇昧 → 漆桶 → 於理無知



永嘉奢摩他運心理論

【第22 - 25集】

※ 禪觀運心之基礎理論

一、一念十二緣起

- (一) 一念中具足十二個不同淺深的生命境界，本質都是無明。
- (二) 禪觀即是逆返無明。
- (三) 如何逆返？了達所有不同層次的無明，本質即是覺性。故永嘉云：無明實性即佛性，幻化空身即法身。

二、心念特性的比喻：所有禪法，都在現前心念上用功

- (一) 心如瀑流——伏流。
- (二) 電與熱、動能、聲、光。心如電，人體六根如各種機器。
- (三) 隱形人。

壹、忘塵息念：由散亂進入禪定的過程

一、禪定本質——覺性、空性——束蘆

→塵、念相因相待故不有：「念非忘塵而不息，塵非息念而不忘。塵忘則息念而忘，念息則忘塵而息。」

二、散亂與禪定之轉換

三、禪定淺深：從十二緣起定位獨頭、五俱與根塵之銷解

- (一) 意識結構圖【另見】
- (二) 意識在禪修中地位之理論【另見】
 - 1. 定中無五識
 - 2. 意地含七八

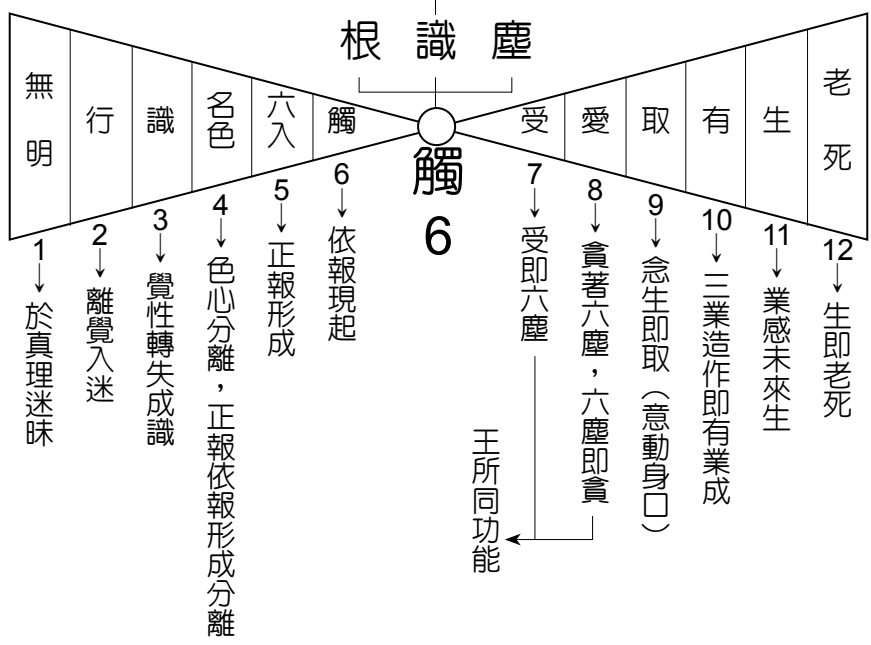
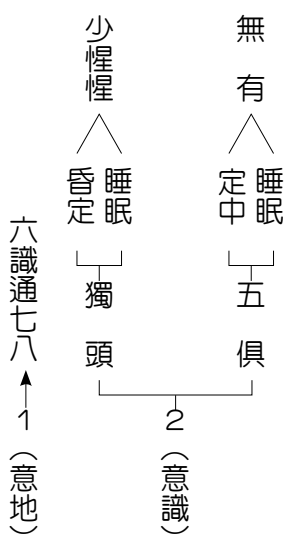
貳、惺惺寂寂：由散亂進入禪定的過程

- 一、先寂寂，後惺惺（先後 —— 生起）
- 二、寂寂為輔，惺惺為主（主輔 —— 功用）
- 三、寂寂惺惺（平衡 —— 保任）

意識結構圖

【第23集】

《瑜伽師地論釋》(T30,p.885c):「六七八識，同依意根…又實義門雖有八識，然隨機門但有六識。六七八識，同第六攝…又六七八，雖皆同有心、意、識義，心法意處，識攝攝故。然意義等，故但言意，皆是思量意根攝故。第八持種，心義偏強；第六普遍了別境界，識義偏強。是故不說心地、識地。」



意識在禪修中地位之理論

【第 24 集】

(一) 定中無五識

1. 《阿毘達磨俱舍論》：「由初二樂輕安攝故。何理為證，知是輕安？初二定中無樂根故，非初二定有身受樂；正在定中無五識故，亦無心受樂。以說有喜故。」(T29, p. 146, c-p. 147, a)
2. 《阿毘達磨俱舍釋論》：「何以故，於第三定中無有身受？以無五識故。」(T29, p. 174, a)
3. 《成唯識論》：「若無五識名無心者，應一切定皆名無心，諸定皆無五識身故。」(T31, p.18 a)
4. 《華嚴經探玄記》：「二乘只有依定發用，不得即定為用。若初教菩薩，在於定中，雖無五識業用，由前願力，擊發餘識，示有作用，說為俱起。若終教菩薩，能即定即用，雙行自在，以理事無礙故。」(T35, p. 329, a)
5. 《瑜伽師地論略纂》：「問曰：如解深密經云：若眼識等隨一識起時，必與意識俱轉。此如何耳識獨起，意不同緣？釋曰：彼經據散心中，五識一起時，恒常俱轉，必有意識故。問：若爾對法第七，如何言：以在定中五識無故？釋曰：彼論據無五識定語。又據若任運境，定中五識，即不起故。若增上新境，現在前故，如此文定中有耳識，大義俱有此一解。又言定中一向無五識者，非也」(T43, p. 224, a)

(二) 意地含七八

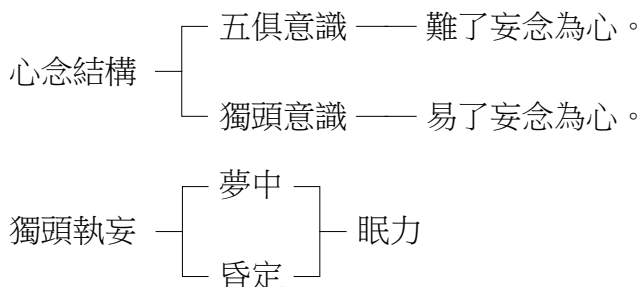
《瑜伽師地論釋》：「六七八識，同依意根……又實義門雖有八識，然隨機門但有六識。六七八識，同第六攝……又六七八，雖皆同有心、意、識義，心法意處識蘊攝故，然意義等，故但言意，皆是思量意根攝故。第八持種，心義偏強；第六普遍了別境界，識義偏強，是故不說心地、識地。」(T30, p885, c)

永嘉奢摩他具體操作

【第 25 集】

壹、忘塵息念

一、塵念結構特質如束蘆。



二、束蘆故，無體虛妄。

三、如人見雲霧如諸形，近則無相。

四、實體操作即「看」1.自起字形影像。2.任運觀妄想。

五、「看」即定中慧，破無明無知由此開始，了達故，妄虛轉成無相。

貳、惺惺寂寂

一、先寂寂，後惺惺

(1) 水靜倒映方明了。

(2) 「定」方有慧力，亂想轉成定體。

(3) 「亂」故惺惺無力，不成壞質。

二、寂寂為輔，惺惺為主

(1) 以空慧為定之體故，惺惺為主。

(2) 空慧方破無明無知故。

(3) 以空慧力故，定方深故。

三、寂寂惺惺——保任。

參、轉進毗婆舍那

毗婆舍那 ————
 ┌ 薪多火旺
 └ 大疑大悟

漆桶之義

【第 26 集】

一、身心即漆桶→無明、無知也

1. 《密菴和尚語錄》：「有般漆桶輩，東西不辨，南北不分，便問如何是向上關楨子？何異開眼尿床。」
(T47, p. 964, a-b)
2. 《兩山和尚語錄》：「晚參。僧問：學人正問話時，本來面目在甚麼處？師云：直下看。乃云：盡十方世界是摩訶般若光，光未發時，尚無佛、無眾生消息，有般漆桶擬向這裡承當，殊不知早被他解脫深坑埋沒了也。」(J40,p. 548, a)
3. 《兩山和尚語錄》：「要識此源麼？天下覓醫人，灸豬左膊上。雖然，此猶是理上平展。若到事上，據令你現前者一隊漆桶，並須喫棒始得。」(J40,p. 530, c)

二、漆桶樣子

1. 《大慧普覺禪師語錄》：「蓋爾不能一念緣起無生，只管一向在心意識邊作活計。纔見宗師動口，便向宗師口裏討玄討妙，却被宗師倒翻筋斗，自家本命元辰依舊不知落處，脚跟下黑漫漫，依前只是箇漆桶。」
(T47,p. 880, b-c)
2. 《千山剩人禪師語錄》：「上堂，舉寒山子偈云：『吾心似秋月，碧潭清皎潔。無物堪比倫，教我如何說？』本權禪師和云：『吾心似燈籠，點火內外紅。有物堪

比倫，來朝日出東。』恁他舉似太殺顯露，然不知多少人向個裏解道。秋月是明底，燈籠也是明底，日出也是明底，喻人心本自明，祇為外塵遮障，學道人必須去其遮障，復其本明，者也說得是。我且問你，喚甚麼作本明底心？你莫認現前鑑覺底是麼？我也不道你現前鑑覺底不是，你纔打個瞌睡便冥然無知，你者鑑覺底向甚處去也？若道瞌睡時鑑覺底便沒了，忽然醒來鑑覺如故，你更不須向別處參究，但看瞌睡時冥然無知，忽然醒來鑑覺如故底，是個甚麼？驀地識得，方了汝心本非明暗，亦無外塵遮障得。山僧不惜眉毛再示一偈：懺懂真懺懂，我心黑漆桶。何物堪比倫？好似海州接引寺路東角頭，盛惡水底缺口大瓦甕。大眾會麼？」(J38,p. 222, c-p. 223, a)

3. 《廬山天然禪師語錄》：「此事貴悟不貴解。于今人聞說即心即佛，即向五蘊中認箇靈靈明明；聞說非心非佛，復撥去見聞覺知，別求寂靜。如麻三觔、庭前柏樹子，不現成承當，即信口皆是種種邪說，皆解也。日者禪云：某甲於此事如黑漆桶一樣。山僧云：正要你者箇漆桶，但行住坐臥祇恁麼按住看，看來看去，自然一日迸斷，自知老漢相為處不要解。來札云：不知在黑漆桶中，求出身是？不求出身是？此正急切欲解也。若有出身與不出身，依前不安於黑漆桶，而欲他日得真悟，無有是處禪。今去祇消仍前做事，不問出身與不出身，做到悶絕時，祇管看，不得打退鼓，不許於黑漆桶上作一分道理。忽然時節到，一腳蹋翻，待相見始有喫棒分也。」(J38, p. 182, c-p. 183, a)

三、功夫到時，漆桶自破

1. 《圓悟佛果禪師語錄》：「老僧聽得忽然打破漆桶，向脚跟下親見得了，元不由別人，方信乾坤之內、宇宙之間，中有一寶，祕在形山。已至諸佛出世、祖師西來，只教人明此一件事。」(T47,p. 775, b)
2. 《大慧普覺禪師語錄》：「此外，時時以趙州無字提撕，久久純熟，驀然無心撞破漆桶，便是徹頭處也。」(T47,p. 938, b)
3. 《靈隱文禪師語錄》：「各人廝結眉毛，打起精神，把生死兩字貼在額頭上，如戎場相陣之勢，一人與萬人而敵，回首不能。行住坐臥念孜在孜，時時靠定挨拶去，挨拶得穩穩怙怙，疑情頓發，蘊在胸中，千沒奈何，萬沒奈何，絕究者一念歸於何處？豁然漆桶自穿，冷灰豆爆，那時玲瓏八面，出語驚天動地，方不負各各雜髮染衣。」(J39,p. 368, a)
4. 《靈隱文禪師語錄》：「二六時中，行住坐臥，透來透去，透到無可透處，奮然漆桶自明。」(J39,p. 368, c)
5. 《憨山老人夢遊全集》：「故古人權設方便，將一則公案教學人念念提持參究，如僧問趙州狗子還有佛性也無？州云無。又如永明教人審實念佛的是誰？即此一無字、誰字，便是斷生死命根之利劍也。然此參究審實，只是觀此無字、誰字，起從何處起？落向何處去？只看這一念起落處，要見生滅根源。若參到極則處，將一念生滅妄想逆斷，打破漆桶，頓見本來面目，方知本自無生，今亦無滅，無滅無生，究竟寂滅耳。」(J22,p. 783, b)

四、打破漆桶後樣子

1. 《古庭禪師語錄輯略》：「以輪迴心生輪迴見，入于如來大寂滅海，終不能至佛之妙見，見無所見。學者把自己業識放教空去，然後向佛祖教人行處，務欲與之掀翻，見其端的。再將自己妄執心識念處，直從根本截斷。念茲在茲，孜孜勿間，于無間孜孜處痛加一憤，直猛向前。不覺打破漆桶，大地光生，灼破虛空面門，觸瞎如來心眼。參悟到其極，則敢保向十方佛祖頂門上行住坐臥，無奈你何。」(J25, p. 233, b)
2. 《憨山老人夢遊全集》：「話頭就于提處即下疑情，審問這念佛的是誰？再提再審，審之又審，見這念佛的畢竟是誰？如此靠定話頭，一切妄想雜念當下頓斷，如斬亂絲，更不容起，起處即消，唯有一念，歷歷孤明，如白日當空。妄念不生，昏沉自退，寂寂惺惺。永嘉大師云：寂寂惺惺是，寂寂無記非，惺惺寂寂是，惺惺亂想非。謂寂寂不落昏沉無記，惺惺不落妄想。惺寂雙流，沉浮兩捨，看到一念不生處，則前後際斷，中間自孤，忽然打破漆桶，頓見本來面目。則身心世界當下平沉，如空華影落，十方圓明，成一大光明藏。」(J22, p. 782, a)
3. 《憨山老人夢遊集》：「若參禪打破漆桶，則先破識陰。識陰既破，則四大無依，故如割水吹光，了不相觸。」(X73, p. 538, a)



法義聞思

A series of horizontal dashed lines for writing, consisting of 15 lines spaced evenly down the page.





法義聞思

A series of horizontal dashed lines for writing, consisting of 15 lines.





法義聞思

A series of horizontal dashed lines for writing, providing a guide for the placement of characters.



— 慈光禪學院禪七開示 —
禪觀思想與法門運心

編著者：惠空法師

發行所：慈光寺 · 慈光禪學院

地址：41151 台中市太平區坪林路 50 號

電話：886-4-23923364

傳真：886-4-23928497

台灣護持帳號

郵政劃撥：22128651 戶名：慈光寺（請註明護持項目）

銀行帳號：合作金庫太平分行 1128717714296

戶名：慈光寺

海外護持（外幣）帳號

銀行（SWIFT CODE）：LBOTTWTP024

帳號：024-101-05392-6

戶名：Che Kuang Temple

本教材配合有惠空法師講述 DVD，免費索取。亦可上網搜尋：

【佛藏山網址：www.fozang.org.tw】

【佛藏山影音專區 <http://216.168.201.146:81/Vedio.htm>】

西元二〇一三年元旦

台灣 慈光禪學院

在教理上：深入各宗代表性禪觀經論。

在禪修上：早晚坐禪，每年舉辦 10 期禪七。

在生活上：以道場作務、生活儀則調練心性，培養自覺自省的能力。



● 學院上課



● 學院上課



● 電腦教室



● 圖書館

台灣 慈光禪學院

41151 台灣台中市太平區坪林路五十號

教務專線：886-4-23922762 【報名簡章備索】

傳真：886-4-23928497

e-mail：tsang20@hotmail.com



慈光禪學院



慈光寺 TEL : 04-23923364

台中市太平區坪林路 50 號

佛藏山網址 : www.fozang.org.tw e-mail: tsang20@hotmail.com