

## 「人間佛教禪法」之特色

性廣法師

「人間佛教禪法」的禪修訓練，除了學習定慧的基本課程，鍛鍊遇事堪任的能力之外，更有培育三種菩薩精神的寓意存焉，此即印順導師所說的：「忘己為人」、「盡其在我」與「任重致遠」。這有對治隱遁獨善的現實性批判意味。

茲就每一種菩薩精神的抽象意涵，標明兩句禪觀修持的具體作略：一、忘己為人——修無緣慈，不入深定。二、盡其在我——如實觀照，不修假想。三、任重致遠——發長遠心，不求急證。此下再配合禪修功課的具體作略，來深入詮釋所謂「人間佛教禪法」的行門要訣。

其一，為何要「忘己為人——修無緣慈，不入深定」？

此因奉持大乘的禪觀行者，必須由深切的悲心出發，才能常懷「忘己為人」的無限精進力。這類菩薩行者的典範就是：雖已能修定離欲，但不夾雜急切求脫的自利思想，也不耽溺禪悅之樂，而只是重於煩惱的調伏與心性的鍛鍊，為利生助人的願行，奠下深厚的修行基礎。

亦即，禪修場域即是實踐菩薩道的場域之一，大乘禪觀能達成「益生利他」的遠大目標；若僅停留在修行者的自受用境，縱能入深禪定，廣證神通，充其量也只是「小乘心行」之再現罷了。

所以嚴格而論，離境獨處而修無量三昧，用觀想來祝願眾生離苦得樂，其實只是長養慈悲和增上意樂的準備工夫而已。惟有實際面對眾生，走入人間，以從事「普緣有情而與樂拔苦」的大慈悲行——無緣大慈，才算是真正落實大乘利他的大慈悲行履。<sup>1</sup>

正如修行者的調心初階，固然以坐姿為佳；然而，靜慮非獨於坐中得。同理，悲智相應的菩薩禪法，應從一切處實踐之：於靜坐中能得安止，在行動中則能深入種種利生行的「箇中三昧」。印順導師在其「人間佛教」的相關論著中，便是根據此一精神，提醒後學：當以彌勒菩薩的「不修禪定，不斷煩惱」為初學者的修行模範。<sup>2</sup>這項初期大乘的教證，正顯其「人間佛教禪法」的特質。

然而，印順導師所引上項教證，在佛教界曾引來爭議；或據此誤以為印順導師是不主張修禪定的佛教學問僧，並質疑道：「不修禪定，如何離染？」筆者於二〇〇〇年十

---

<sup>1</sup> 詳細內容，見本書上篇第一單元之肆：〈行門之二：人間佛教之禪觀所緣——依菩薩淨行入甚深法界〉。

<sup>2</sup> 菩薩有深遠的智慧(住空三昧)，卻更懷廣度眾生的悲願(故不證空)；所以學行菩薩，多為眾生發心，不貪求急證佛位。對崇高的佛果尚能忍而不證，更何況是深定或(不言不動而與木石無異的)呆定！印順導師以此勉勵初心學人，要效法菩薩行誼，以免悲心、功德不足，急修禪定而落入外道味定或聲聞求滅的歧途。

一月間，曾就此請教導師：「不修禪定，不斷煩惱」，其語義究何所指？他明確地說，這是指「不修深禪定，不斷盡煩惱」。

顯然他不是反對修學禪定，而是強調不修無益於「護生利他」的深定——「不深攝心，繫於緣中」；煩惱也不是不斷，而是因「今是學時，非是證時」，對於不障利他的微細無明，姑且留惑潤生。這不是印順導師別創一格的說法，而是本諸初期大乘之教證與菩薩精神之理證。

如《小品般若經》所云：「若菩薩具足觀空，本已生心，但觀空而不證空：我當學空，今是學時，非是證時。不深攝心，繫於緣中。……菩薩緣一切眾生，繫心慈三昧。……住空三昧而不盡漏。」<sup>3</sup>

印順導師所勾勒出的菩薩圖像是：「為法為人，犧牲一切，忍受一切，這就是他的安慰，他的莊嚴了！他只知道應該這樣行，不問他與已有何利益。那一種無限不已的大精進，在信智、悲願的大行中橫溢出來，這確是理想的人生。」<sup>4</sup>他並仿擬文殊菩薩勸勉善財童子的口吻，而作是說：「青年們！解脫生死是不錯的，但不能專為自己的生死打算而厭倦了一切。把你們的心，移到利益眾生上去吧！」<sup>5</sup>這就是「不修深禪定，不斷盡煩惱」的菩薩作略。

其二，為何要提倡「盡其在我——如實觀照，不修假想」？

大乘佛教是「雄健勇猛以利生」的青年佛教，這較諸「痛恨生死的耆年佛教」與「仰賴救度的他力佛教」，有如天壤之別。<sup>6</sup>故筆者提倡的「人間佛教禪法」，亦以培訓積極勇健的青年菩薩為宗旨。其要訣有三點：

1、須如實觀照諸法空相，以增長般若智慧；須實際投入世間事業，以弘法化世，普利有情。因此不可以耽溺於唯心構作的假想淨觀，以致神佛不分，鬼影幢幢。換言之，「人間佛教禪法」所強調的是平實正常的人間性，也是逕依人身而直入佛道的。所以修行菩薩三昧解脫門的佛教實踐者，應避免陷入唯心幻想的禪修假想觀的流弊。

2、廣觀一切法空，但不躡等僥倖，須先近取諸身，以修無我慧觀。不過此中「觀身」之寓意，與聲聞乘人發厭離心而觀身，欲求解脫的動機不同，而是取菩薩破執而不證真的深義。更非如某些南傳禪法，特意擴大渲染不淨相：如緣念人體三十二種身分、死尸解剖、死尸腐敗等影像，以增加厭離世間，厭棄色身之心行等。

<sup>3</sup> 後秦·鳩摩羅什譯：《小品般若經》卷七，【大正藏】第八冊，頁五六八下至五六九上。

<sup>4</sup> 印順導師：〈大乘是佛說論〉，《以佛法研究佛法》，【妙雲集】下編之三，頁一九七。

<sup>5</sup> 印順導師：〈青年佛教運動小史〉，《青年的佛教》，【妙雲集】下編之五，頁一七。

<sup>6</sup> 故印順導師云：「菩薩比聲聞更難，他是綜合了世間賢哲(為人類謀利益)與出世聖者(離煩惱而解脫)的精神。他不厭世，不戀世，儘他地覆天翻，我這裡八風不動；但不是跳出天地，卻要在地覆天翻中去施展身手。……菩薩是強者的佛教；是柔和的強，是濟弱的強，是活潑潑而善巧的強。」見印順導師：〈大乘是佛說論〉，《以佛法研究佛法》，【妙雲集】下編之三，頁一九七。

3、「人間佛教禪法的」實踐者，不但須有成佛是「自力不由他」的氣概，更要能為孤弱眾生的保護者，施與眾生以無有恐懼的安慰，並能深信因果昭昭，故能平和面對自身的禍福、壽夭或窮通際遇，而不妄求鬼神他力的加持；縱使念佛，也不是為了求佛保佑，而是於念佛功德中深誌佛恩，念報佛恩而自期能代佛宣化。<sup>7</sup>

「人間佛教禪法」的修練，即希望從禪觀修行中，鍛鍊出這般青年菩薩雄邁進取的氣象與作略。因此與時下許多佛教道場但求急證的念佛參禪，是大異其趣的。

其三，為何要提倡「任重致遠——發長遠心，不求急證」，以作為「人間佛教禪法」的菩薩精神之一？

此因從諸法性空的觀照中，體證到繫縛與解脫的對立並不存在，這不但是理論上的善巧，更能表現於實際事行。故非但體悟諸法性空如幻的聖者，能觸處無礙地入世度眾；就是初學者，也不妨在世間利生事業的進修上，達到解脫。因此彼等用不著厭離世間或隱遁山林，來急求不受後有的涅槃。以性空慧豁破生死與涅槃的藩籬，大乘菩薩任重致遠的精神，亦能由此而確立不移。<sup>8</sup>

見菩薩道難行而退心，或怖畏佛道長遠而急求速成，其癥結皆在專為自己打算，而且急功近利；故大乘行利他事，饒益眾生而不務空談。

此所以正確修學的大乘行人——呼應「人間佛教禪法」的同道——不專在判地位、排果證上講究，更不專在自己的斷證上下工夫，而是以「我生有盡，弘願無窮，但願眾生得離苦，不為自己求安樂」為修持佛法的歸趣。<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> 印順導師曾描繪菩薩的身手是：「上得天(受樂，不被物欲所迷)，下得地獄(經得起苦難)，這是什麼能耐！什麼都不是他的，但他厭惡貧乏。他的生命是豐富的，尊貴的，光明的。他自己，他的同伴，他的國土，要求無限的富餘，尊嚴，壯美；但這一切，是平等的，自在的，聖潔的。」

<sup>8</sup> 發大心的大乘行人是任重致遠的，但知努力於菩薩行的進修，又何必問「何時方能成佛」？但是，正如印順導師所批評的：「佛教之遍十方界，盡未來際，度一切有情，心量廣大，非不善也。然不假以本末先後之辨，任重致遠之行，而競為『三生取辦』，『一生圓證』，『即身成佛』之談，事大而急功，無惑乎佛教〔按：中國佛教末流〕之言高而行卑也！」見印順導師《印度之佛教》，〈自序〉，頁一。

<sup>9</sup> 此中可參考昭慧法師所著〈我願將身化明月，照君車馬度關河〉一文，其中傳達了菩薩行者此一偉大行誼的感人意境。(《弘誓雙月刊》第四十五期，八十九年六月，頁二至七。)