



07

《禪的生活》

宗通與說通

(禪與教理)

目 錄

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 73 ~ P. 81	無	1. 禪教不分流	1.1 佛滅後，出家法師各有專精 1.2 很多祖師都是禪教兼通
		2. 宗說相資	2.1 宗與說的意思 2.2 離開了禪的修證，一切的經教只是普通的學問
		3. 藉教悟宗	3.1 教的意思 3.2 宗的意思 3.3 禪宗祖師皆主張藉教悟宗，以經典印心 3.4 結論：禪與教必需相應
		4. 神秘經驗不即是禪	4.1 修行很可能會產生神秘經驗 4.2 修行過程需要已有修證的指導者 4.3 有問題的指導者
		5. 不昧因果	5.1 佛法的總綱與原則 5.2 主張不落因果的，是魔說 5.3 禪師在禪七中講瘋話、反話，不是常經常論
		6. 明眼師與瞎眼師	6.1 老師的功能作用 - 禪宗講傳承 6.2 一定要以佛法解佛法
		7. 禪、教、律、密、淨	7.1 宗教的意思 7.2 從釋迦佛開始，就是禪教一致 7.3 各宗各派都當含有禪、教、律、密、淨的成分
		8. 腰纏十萬貫，騎鶴上揚州	8.1 修行法門依據經典，依靠明師 8.2 要將學佛修行當作終生的事

07 宗通與說通(禪與教理)

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 73 ~ P. 74	無	1. 禪教不分流	1.1 佛滅後，出家法師各有專精 1.2 很多祖師都是禪教兼通

1. 禪教不分流

1.1 佛滅後，出家法師各有專精：

1.1.1 佛陀涅槃後，漸漸形成的趨勢：

- 1.1.1.1 通經說法的稱為法師
- 1.1.1.2 持律講律的稱為律師
- 1.1.1.3 諷讚並讀誦經法的稱為經師
- 1.1.1.4 研究阿毘達磨的稱為論師
- 1.1.1.5 習定學禪的稱為禪師
- 1.1.1.6 修持觀行的稱為瑜伽師

1.1.2 聖嚴法師自認不是禪師：

- 1.1.2.1 「以中國古代的佛教型態來講，我不是禪師；以今天的日本型態看，我也不是禪師。」
- 1.1.2.2 雖然聖嚴法師也主持禪七，教人打坐參禪，但是是因為：「目前很少有人能以準確的方法教導人修行，所以我只好濫竽充數，獻我的敝帚。」

1.1.3 聖嚴法師的教禪是：

「透過自己的經驗，將經教中所見的種種鍛鍊身心的方法，加以層次化、合理化地教導有心修學的人。」

1.2 很多祖師都是禪教兼通的

1.2.1 被稱為禪師，有修證，通經教者：

天臺宗三祖南嶽慧思、四祖智者大師智顛，華嚴宗四祖清涼澄觀、五祖圭峯宗密及明末雲棲株宏等。

1.2.2 明末禪師：

有語錄及註釋的共計三十四人，不僅是禪宗語錄，並有經律的著作。

1.2.3 明末之前的禪師，除語錄外，絕少有其他的著作。但宋初法眼宗的永明延壽禪師，是一個例外。

1.2.4 永明延壽禪師著有《宗鏡錄》：

- 1.2.4.1 禪宗的人看，自然有禪宗的東西在裡頭。
- 1.2.4.2 法相宗的人看，有法相的東西在裡頭。
- 1.2.4.3 天臺、華嚴宗的人，亦各見到天臺及華嚴的東西在其中。

1.2.5 明末的蓮池、紫柏、憨山、蕩益等四大師，均持「禪、教、律」並重的態度。

- 1.2.5.1 認為禪是佛心、教是佛語、律是佛行，三業並行始為完整。
- 1.2.5.2 明末以來，很多有名的禪師，都重視經教、重視修行的方法。
- 1.2.5.3 如明末戒顯禪師即著有〈禪門鍛鍊說〉（收在聖嚴法師《禪門修證指要》一書中），為鍛鍊禪者的修行方法。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 74 ~ P. 75	無	2. 宗說相資	2.1 宗與說的意思 2.2 離開了禪的修證，一切的經教只是普通的學問

2. 宗說相資

2.1 宗與說的意思

2.1.1 宗是禪，說是教；「從禪出教」，此是說通；「藉教悟宗」，則是宗通。

- 2.1.1.1 《六祖壇經》：無相頌首句即是「說通及心通，如日處虛空。」
- 2.1.1.2 〈永嘉證道歌〉有「宗亦通，說亦通」的句子
- 2.1.1.3 最早有《楞伽經》卷三：

「一切聲聞、緣覺、菩薩，有二種通相，謂宗通及說通。」

2.2 離開了禪的修證，一切的經教只是普通的學問

2.2.1 研討學問的是普通學者，不是佛法的修行者。

2.2.2 佛法固然多從義理的解門而入，但更重要的卻是修行與證悟的經驗

2.2.2.1 如胡適之、梁漱溟、熊十力、牟宗三等人。

他們也研究佛教，著書立說，但不僅未及禪修，還受他們自己的立場所限，所以無法認清佛法。

2.2.3 宗通了，說出來的話，一定和教理相應，不會違背佛法。

2.2.3.1 如六祖惠能大師：

- 2.2.3.1.1 大師不識字，聞《金剛經》句而藉教悟宗
- 2.2.3.1.2 悟後所說，自然能與經教相一致



2.2.3.1.3 如果他所說的違背了佛法，他就不可能成為禪宗六祖。

2.2.3.2 惠能大師悟後聽印宗法師講《涅槃經》，問答論對之時，即被印宗法師歎謂：

「某甲講經猶如瓦礫，仁者論義猶如真金。」

2.2.4 若不通宗，僅在知識學問中講佛學，經中常謂：「如數他家寶，說食不能飽。」

2.2.5 石頭希遷的〈參同契〉中也說：

「本末須歸宗，尊卑用其語」

「承言須會宗，勿自立規矩。」

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 75 ~ P. 76	無	3. 藉教悟宗	3.1 教的意思 3.2 宗的意思 3.3 禪宗祖師皆主張藉教悟宗，以經典印心 3.4 結論：禪與教必需相應

3. 藉教悟宗

3.1 教的意思：

3.1.1 教是佛語，語以心為宗：

3.1.1.1 《楞伽經》云：「佛語心為宗」，此「心」是指佛心，即是大圓覺海。

3.1.1.2 語為言教，心為本覺的智海，故語以心為宗。

3.2 宗的意思：

3.2.1 禪宗自稱教外別傳，「以心印心」、「不立文字」，意思是真心為根本，言教為方便。

3.2.2 若能夠得到根本的心法，便捨方便的言教了。

3.3 禪宗祖師皆主張藉教悟宗，以經典印心：

3.3.1 初祖達摩以四卷《楞伽經》傳授道育與慧可，一直到五祖弘忍，都是以《楞伽經》為心要，以《楞伽經》印心。

3.3.2 四祖道信的〈入道安心要方便門〉亦云：

「為有緣根熟者，說我此法要依《楞伽經》，諸佛心第一。」

3.3.3 六祖聞《金剛經》開悟，也勸人持誦《金剛經》，云：

「若欲入甚深法界，及般若三昧者，須修般若行，持誦《金剛般若經》，即得見性。」

3.3.4 許多禪師主張「離經一字，即同魔說」。



3.4 結論：禪與教必需相應

3.4.1 中國禪宗主張不立文字，是為了掃除知解葛藤的虛妄分別。

3.4.1.1 即是說不依文字為根本，卻未嘗不用文字作方便。

3.4.2 禪宗行者，雖不立文字，卻又不離經教。

3.4.3 自菩提達摩的〈二入四行〉起，即主張「藉教悟宗」；悟後更以經典印心。

3.4.4 禪與教必須相應，如不相應，就有問題，就是魔說而非佛法。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 76 ~ P. 77	無	4. 神秘經驗不即是禪	4.1 修行很可能會產生神秘經驗 4.2 修行過程需要已有修證的指導者 4.3 有問題的指導者

4. 神秘經驗不即是禪

4.1 修行很可能會產生神秘經驗

4.1.1 也就是在身心方面，生理和心理方面，會有超乎常情，類似神奇、神秘的現象。

4.1.2 西方基督教古代的修道院中，就曾有過神秘主義的教派出現。

4.1.2.1 學者的研究，與東方宗教的禪修經驗多少也有相通的地方。

4.2 修行過程需要已有修證的指導者

4.2.1 很多人對宗教現象混淆不清，以致在修行經驗上，產生頗多似是而非的見解。

4.2.2 此時需要有一位宗說兼通的指導者

4.2.2.1 在某種身心現象產生後，引導修學者通過重重障礙，而不致誤入歧途。

4.2.3 這個指導者，必須是已有修證的明眼人。

4.3 有問題的指導者

4.3.1 「附佛法外道」

4.3.1.1 有些指導修行的人，以自己的知見及自己的信念來解釋佛法。

4.3.1.2 這些人自己在修行的過程中，得到一些異常的經驗，使他們產生自信。

4.3.1.3 進一步以他們自己的經驗來解釋佛經，創造出很多怪名詞。

4.3.2 不信因果的斷滅見外道

4.3.2.1 有一些人，剽竊了幾則禪宗語錄，不從事艱苦的禪修生活，也懶得研究經典。

4.3.2.2 這些人卻高聲唱言：

4.3.2.2.1 持戒是執著，三世因果之說是葛藤。



4.3.2.2.2 參禪在於頓悟成佛，學密在於即身成佛。

4.3.2.2.3 既然當下是現成的佛，即身就可成佛，還講那些宗通與說通做什麼？

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 77 ~ P. 79	無	5. 不昧因果	5.1 佛法的總綱與原則 5.2 主張不落因果的，是魔說 5.3 禪師在禪七中講瘋話、反話，不是常經常論

5. 不昧因果

5.1 佛法的總綱與原則

5.1.1 佛法的總綱：戒、定、慧三學，缺一不可。

5.1.2 佛法最主要的兩大原則：信因果、明因緣。

5.1.2.1 世間因果：不造惡業，不墮三途；行五戒十善，得人天福報。

5.1.2.2 出世間因果：

5.1.2.2.1 修無漏戒、定、慧，得阿羅漢果

5.1.2.2.2 阿羅漢迴小向大，則小乘是大乘的因法，三乘共法是大乘不共法的因法。

5.1.2.2.3 菩薩行是佛的因行，佛是菩薩的果位。

5.1.2.3 或在生死、或出三界，皆不出因果。

5.2 主張不落因果的，是魔說

5.2.1 如果學了禪，便可不在因果中，那絕不是佛法，而是魔說，自斷善根，並斷他人的善根。

5.2.1.1 凡夫造業受報，在因果中

5.2.2 出世的人，以修行為因，以證悟為果，也在因果中。

5.2.2 主張不落因果的，便是野狐的邪禪。

5.3 禪師在禪七中講瘋話、反話，不是常經常論。

5.3.1 打七時，師父會說：通通放下，沒有開悟、沒有佛。

5.3.1.1 臨濟祖師曾說：「求佛求法，即是造地獄業。」所以「逢佛便殺」。

5.3.2 這是對於正在用功的人，破除身心執著的方法，掃蕩身心內外的虛妄情見。

5.3.2.1 故講沒有佛可成、沒有法可學、沒有悟可開。

5.3.2.2 《心經》講「心無罣礙」，又說「無智亦無得」。

5.3.2.2.1 若要完完全全的心無罣礙，當然不能把佛掛在心上。

5.3.2.2.2 既然無智亦無得，哪來生死、涅槃等的因果、因緣法？



5.3.2.3 文殊師利菩薩仗劍逼佛，他要殺佛，他拿的是智慧劍 - 「佛來佛斬、魔來魔斬」，斬的是眾生執著。

5.3.3 禪七裡所講的反話、瘋話都是藥，是針對當時修行者的情況下的藥。

5.3.3.1 不曾生病的，不能用此藥；未曾修行者，不能聽此語。

5.3.3.2 聽了師父的瘋話，如果不得力，那就是不適合你服的藥，對你的毒，不能使用。

5.3.3.3 禪七結束，師父也一再告誡打七的人：

5.3.3.3.1 要修戒、定、慧三學。

5.3.3.3.2 要念佛、拜佛；要學法、供僧。

5.3.3.3.3 要把師父在禪七中所說的毒話，通通還給師父，不要帶回家去。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 79 ~ P. 80	無	6. 明眼師與瞎眼師	6.1 老師的功能作用 - 禪宗講傳承 6.2 一定要以佛法解佛法

6. 明眼師與瞎眼師

6.1 老師的功能作用 - 禪宗講傳承

6.1.1 禪宗唯證乃知，卻不是否定一切

6.1.1.1 禪宗說「離四句，絕百非」，是離文字相、言說相；非理論、非思辨，卻不是否定一切。

6.1.1.2 禪是「唯證乃知」的絕對境界。

6.1.2 禪的修行，悟前要有明師指導修行，悟後更要求得明師的印證其真偽深淺。

6.1.3 禪宗講傳承，老師必然是有修證經驗的過來人，有能力印證弟子的境界，證明弟子是否見了正道。

6.2 一定要以佛法解佛法

6.2.1 若以個人的主觀經驗來解釋經典，可能因人而異。

6.2.1.1 一定要通過以佛法解佛法，以佛經解佛經，以佛經印所證的標準，方為和經教相印的禪。

6.2.2 修行中要能得到宗說皆通的明眼人，為之抉擇 - 這是重視師師相承的最大原因。

6.2.3 如果所遇是瞎眼阿師，給你的印證許可，稱為「冬瓜印子」的偽證，對修行人有害無益。



6.2.4 祖師大德的例證：

6.2.4.1 惠能大師不識字，聽《金剛經》句而悟，悟後到黃梅再聽五祖講《金剛經》。

6.2.4.2 永嘉大師悟後，猶往見六祖求印證。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 80	無	7. 禪、教、律、密、淨	7.1 宗教的意思 7.2 從釋迦佛開始，就是禪教一致 7.3 各宗各派都當含有禪、教、律、密、淨的成分

7. 禪、教、律、密、淨

7.1 宗教的意思

7.1.1 通常指一種對鬼神及佛菩薩等的崇拜和信仰。

7.1.2 佛法中的「宗教」二字，另有深義：

宗是禪，是佛心；教是理，是佛語。

7.2 從釋迦佛開始，就是禪教一致

7.2.1 佛法雖然以心為宗，但佛講了大小乘的三藏教法

7.2.2 祖師們都主張禪教合一，禪不能離教。

7.2.2.1 如唐末被稱為華嚴宗五祖的圭峯宗密，讀《圓覺經》而開悟，又親近神會三傳道圓禪師，而神會為六祖的弟子。

7.2.2.2 圭峯即是融會禪教，主張教有三教，宗有三宗。

7.3 各宗各派都當含有禪、教、律、密、淨的成分

7.3.1 佛法是一味的、不分家的

7.3.1.1 戒律是一切善法的基礎。

7.3.1.2 修行者無不歸宿於各類的淨土。

7.3.1.3 近世禪寺的朝暮課誦，有很多密咒。

7.3.2 掌握戒定慧三學為根本原則

7.3.2.1 宋代以後的中國，禪淨是雙修的；元朝以後，「顯密圓通」之說也極普遍

7.3.2.2 這樣的變化多少都與禪教一致的傾向有關。

7.3.2.3 雖然因此而變成了雜修雜行的佛教，若能掌握戒定慧三學為根本原則，仍不出禪教律一體的局面。

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 80 ~	無	8. 腰纏十萬貫，騎鶴上揚	8.1 修行法門依據經典，依靠明師



P. 81	州	8.2 要將學佛修行當作終生的事
-------	---	------------------

8. 腰纏十萬貫，騎鶴上揚州

8.1 修行法門依據經典，依靠明師

8.1.1 我們不能離開經教而另找修行的方法，修行法門要有經典依據方為安全。

8.1.2 修行方法不但要有效可靠，又必須是明師體驗過的，以其過來人的經驗，來教導人才成。

8.1.3 常有人問聖嚴師父：「你開悟了沒有？」回答總是：「這不重要。」

8.1.3.1 重要的是師父能不能教授人修行的方法，並且安全有效地使人達成修行的目的。

8.1.3.2 師父依弟子的狀況給予教導，師父的事則與弟子無關。

8.2 要將學佛修行當作終生的事

8.2.1 聖嚴師父經常勸勉弟子：

「出家是一生一世的事，修行是多生多劫的事。」

8.2.2 學佛要能成佛，是累生累劫的事

8.2.3 這一生，我們就該將學佛當作終生的事。

8.2.4 不要客串性的玩票，不要一曝十寒，否則，僅僅是種點善根而已。

8.3 努力積聚修行資糧

8.3.1 每天、每月、每年，要安排時間來修行，積聚資糧。

8.3.2 成佛需要資糧，必須下工夫多努力，好好修學佛法，才有成熟的一天。

8.3.2.1 就像有句話：「腰纏十萬貫，騎鶴上揚州。」沒有錢是到不了揚州的。



討論題目

1. 聖嚴法師自述他的教禪有些什麼特色？
2. 很多祖師都是禪教兼通的，請舉例說明。
3. 什麼叫作宗通、說通？
4. 修行需要宗說相資，請說明？
5. 禪宗祖師皆主張藉教悟宗，為什麼？
6. 神秘經驗就是禪嗎？
7. 為什麼修行過程需要已有修證的指導者？
8. 所謂有問題的指導者，是指哪一些人？
9. 佛法的總綱與原則是什麼？
10. 禪宗講傳承，老師的功能為何？
11. 請說明禪教合一、禪教一致的意思？
12. 「腰纏十萬貫，騎鶴上揚州」用來比喻修行需要資糧，請說明。

