



02

《聖嚴說禪》

第二輯

寸絲不掛

目 錄

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 28 ~ P. 51	無	1. 三十棒	1.1 出處 1.2 解說 1.3 問題討論
		2. 藏頭白，海頭黑	2.1 故事內容 2.2 解說 2.3 問題討論
		3. 紅爐一點雪	3.1 解說 3.2 問題討論
		4. 事得理融，寂寥非內	4.1 出處 4.2 解說 4.3 問題討論
		5. 乾屎橛	5.1 出處 5.2 解說 5.3 問題討論
		6. 南泉斬貓	6.1 故事內容 6.2 解說 6.3 問題討論
		7. 寸絲不掛	7.1 故事內容 7.2 解說 7.3 問題討論
		8. 道非物外，物外非道	8.1 故事內容 8.2 解說 8.3 問題討論
		9. 瓶中養鵝	9.1 故事內容 9.2 解說 9.3 問題討論
		10. 庭前柏樹子	10.1 故事內容 10.2 解說 10.3 問題討論

02 第二輯 寸絲不掛

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 28	無	1. 三十棒	1.1 出處 1.2 解說 1.3 問題討論

1. 三十棒

1.1 出處：

德山宣鑑禪師「道得也三十棒，不道得也三十棒。」的公案。

德山宣鑑禪師問弟子問題，不論回答與否或答對與否，德山都給三十棒。

1.2 解說：

1.2.1 「德山的棒」

－ 德山宣鑑禪師的教導方法，回答是錯的，不回答也不行。

1.2.1.1 這是叫人不要在觀念上有一個執著點。

1.2.1.2 這其中沒有邏輯的問題，也沒有對與不對的問題。

1.2.1.3 重點在於正在求道的弟子若把心中所有的知識、經驗、學問用語言表達出來，那就是錯的。

1.2.1.4 要離開心理的活動，離開知識的分別，這才是無差別、才是平等，才是不二法門。所以回答或不回答都不行。

1.2.2 道得不道得都給三十棒

－ 斷絕一切攀緣心，逼入絕境。

1.2.2.1 這是一種幫助弟子開悟的方法，德山對需要他幫助的人，會巧妙地用這個棒。

1.2.2.2 未開悟的人會被老師逼入絕境，向前無法進，向後無法退，向上爬不上去，向下入地無洞。

1.2.2.3 這時會捨掉一切攀緣心，斷絕一切所有可以動的念頭，心中一切東西都不存在了，可以馬上開悟。

1.2.3 一絲不掛，寸草不留

－ 大徹大悟的境界

清清楚楚的心中沒有任何執著，沒有主觀的自我也沒有客觀的環境，這叫一絲不掛，寸草不留，是大徹大悟的境界。

1.3 問題討論

1.3.1 「道得也三十棒，不道得也三十棒。」這一段禪語公案，所表達的是



什麼意思？

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 30	無	2. 藏頭白，海頭黑	2.1 故事內容 2.2 解說 2.3 問題討論

2. 藏頭白，海頭黑

2.1 故事內容：

有人問馬祖禪師問題，馬祖叫他去問智藏禪師；

智藏說他頭痛，叫他去請教他的師兄懷海禪師；

懷海說他不會回答。

於是馬祖向問者說：「藏頭白、海頭黑。」

2.2 解說：

2.2.1 連問三人都不回答：

2.2.1.1 這三位禪師都是馬祖的弟子：

智藏年紀較大，頭髮已白；懷海較年輕，頭髮較黑。

2.2.1.2 不回答的原因：

實際上沒什麼好回答的。

2.2.1.3 馬祖覺得此人需要點一下，因為他始終不清楚別人為什麼不回答他的問題。

因此而有了「藏頭白、海頭黑。」的回應。

2.2.2 「藏頭白、海頭黑。」的意思：

你的問題就如「藏頭白、海頭黑。」還有什麼好問的。

2.2.3 處處都是佛法，處處都是禪，樣樣東西都是道：

2.2.3.1 問問題的人自己看不到，還在問東問西，等於說你自己穿衣服還在找衣服穿，飯就在眼前還在找飯吃。

2.2.3.2 真正的佛法是現成的，不需用語言文字說明。

2.2.3.2.1 根本沒有佛法、開悟、道、禪這些東西。如果有的話，那是心中的執著。

要把心中的一切擺下之後，才是祖師西來意。

2.2.3.2.2 祖師從印度帶來的是什麼？不需要問！放眼都是，吃飯、睡覺、拉屎、

撒尿也都是。然而，心未放下之前，一切都不是。

2.2.4 這類公案在現實生活中的應用：

2.2.4.1 有些人鑽牛角尖，引來許多痛苦：

- 退一步即可海闊天空。

2.2.4.2 禪語教導我們把自己放到非常自由開闊的世界中：



- 不要把自己逼入狹窄的觀念或自以為是的框框裡去。

2.3 問題討論

2.3.1 「藏頭白、海頭黑。」這一段禪語公案，所表達的是什麼意思？

2.3.2 三位弟子都不回答的問題，馬祖最後還是有所回應，為什麼？

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 32	無	3. 紅爐一點雪	3.1 解說 3.2 問題討論

3. 紅爐一點雪

3.1 解說：

3.1.1 「紅爐一點雪」 - 文字本身張力十足

3.1.1.1 從詩的意象上來說非常有張力：

3.1.1.1.1 紅色和白色在對比之下很醒目。

3.1.1.1.2 燒熱的爐子和冰涼的雪也在溫度上呈現兩個極端。

3.1.2 「紅爐一點雪」的意思 - 沒有這樣的東西。

3.1.2.1 正如龜毛兔角一樣，「紅爐一點雪」並不存在。

3.1.2.2 開悟、成佛、智慧等等，都是空洞、抽象的名詞。

3.1.2.2.1 但是對未開悟者要講這些東西。

3.1.2.2.2 因為他們就是被迷惑、煩惱、障礙等這些問題所困擾，名聞利養權勢物欲也都存在。

3.1.2.3 一旦開悟，這些東西都不存在了，不但是身外之物、心外之物，而且連身外、心外也都是幻相。

3.1.3 「紅爐一點雪」是開悟者的境界：

3.1.3.1 心無罣礙：

3.1.3.1.1 人如果有情緒、情感的執著和判斷，就會產生障礙或情執的作用。

3.1.3.1.2 如果心無罣礙，心不受外界所動、所影響，心外就沒有東西。

3.1.3.2 開悟者眼中，一切事物都是「紅爐一點雪」。

3.1.3.2.1 世間任何事物，或是成佛之後所見到的佛、道、淨土、聖人、菩薩，都是紅爐一點雪，沒這些東西。

3.1.4 一般人很難體會：

3.1.4.1 眼前明明有種種人、事、物、環境、情況、現象，怎麼說它沒有？

3.1.4.2 有慧根的人聽了這句話之後卻會馬上開悟，發現往日為自己所貪戀、厭倦、愛憎的對象，都如紅爐一點雪，不是事實，何必執著？

3.2 問題討論



3.2.1 禪修者所謂的「紅爐一點雪」是指什麼？

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 34	無	4. 事得理融，寂寥非內	4.1 出處 4.2 解說 4.3 問題討論

4. 事得理融，寂寥非內

4.1 出處：

南泉普願禪師在寫給弟子的信中提到這兩段話。

4.2 解說：

4.2.1 理和事、內和外的意思：

4.2.1.1 「理」 - 不是道理的理，而是真理或一切現象的根本。

4.2.1.2 「事」指現象，「理」指本體，這是哲學觀點的解釋。

4.2.2 理和事的關係：

4.2.2.1 南泉說「理隨事變」，一般人卻說本體不動，現象會動。

4.2.2.2 南泉說「事得理融」，一般人卻說見到現象不見得見到本體，本體是不可捉摸的、完整的、永恆不變的。

4.2.3 禪的立場：理和事，亦即本體和現象是同一個東西，即事即理。

4.2.3.1 現象本身就是本體的表現，而不是現象之後還有本體；所以看到現象就知道它的根本是什麼。

4.2.3.2 也可以說，有煩惱的眾生和佛是同一個東西，只是他尚未成佛而已，所以呈現出凡夫的樣子；其實一切眾生都有佛性，是跟佛性在一起的。

4.2.3.3 外在的現象和內在的本體根本是一即二、二即一，等號的兩端是事與理，內和外也是一體的。

4.2.3.4 心不在外，也並不在內，否則是在那個之「內」呢？是因為身體、環境在動，心才跟著動，所以心不在內也不在外。

4.2.4 「理隨事變」：現象在變，本體的理就在變動的現象之中。

4.2.4.1 「寬廓非外」，不要以為現象是在本體的外邊，無限的廣大也不在本體之外，不要把現象當成本體的外在。

4.2.4.2 此即理事不二，即事即理，套用哲學名詞，便是現象即本體，本體即現象。

4.2.5 「事得理融」：

智者的眼光看世間一切現象，都是清淨無染的，那與理體的本身無異，見事即見理，理以事現，理在事中。

4.2.5.1 一般人認為理是不動的本體，事是不斷變動的現象，事可見而理難知。



- 4.2.5.2 當你心中已無分別執著之時，看到一切現象雖然在動，心中並不受其影響，所以等於未動。
- 4.2.5.3 凡夫的心境，總想要離苦，嚮往佛國，對於悟後的智者，縱然常住世間的塵囂之中，也等於處身於佛國淨土。

4.2.6 「寂寥非內」：動態既不在外，靜態也不在內。

- 4.2.6.1 許多人認為外在的世界是動的，內心的深處是靜的，故要用靜坐及參禪來開發內心世界。
- 4.2.6.2 禪悟者的立場，事與理既非兩樣東西，內與外、靜與動，也是不可分離的，動態既不在外，靜態也不在內。
- 4.2.6.3 若把內外看成兩極，就有煩惱出現了。

4.2.7 結論：世間本無事，庸人自擾之。

- 4.2.7.1 當有煩惱的時候，所面見的世界是醜惡的，實際上是因為人心醜惡，世界才醜惡。
- 4.2.7.2 有大智慧的人，心不隨境動：
- 4.2.7.2.1 環境如何是環境本身的事，他的內心世界不受影響，也就等於跟他無關。
- 4.2.7.2.2 但他依然會照著環境的動向作適當的處理，那是智慧的功能而非煩惱的心動。

4.3 問題討論

- 4.3.1 試說明南泉普願禪師以「事得理融，寂寥非內」所表達的，禪者對於事理、內外的見解？

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.37	無	5. 乾屎橛	5.1 出處 5.2 解說 5.3 問題討論

5. 乾屎橛

5.1 出處：

有位和尚問雲門文偃禪師說：「佛是什麼？」
雲門回答：「乾屎橛。」也就是清除糞便的木片。

5.2 解說：

5.2.1 佛是什麼

- 5.2.1.1 佛的意思是「覺者」，自覺、覺他、覺滿，是大徹大悟的聖人。
- 5.2.1.2 對修行人來說，知識性的說明起不了作用，沒有幫助。

5.2.2 佛也可以是乾屎橛

5.2.2.1 雲門禪師在回答時，也許正好看到人糞或狗屎，就隨口說佛是那個東西。

5.2.2.2 佛是乾屎橛：

5.2.2.2.1 佛不是物也不是人，他為了幫助眾生，可以在任何現象中讓你受用。

5.2.2.2.2 因此必要時，佛也可以是一個乾屎橛，讓一個人開悟成佛。

5.2.3 禪師就是要破除人的差別觀念

5.2.3.1 一般人可能無法接受「乾屎橛」這種指示或觀念。

5.2.3.2 但禪修者心中有很多疑問想立刻得到答案：

5.2.3.2.1 禪師當下答非所問，並且給予非常強烈的印象，發問者會非常震撼，從驚訝中產生智慧的火花，或可因此而開悟。

5.2.3.3 這是方法上的運用和手段上的便利。

5.2.3.3.1 可以讓人的觀念產生一百八十度的轉變。

5.2.3.3.2 從應受崇拜的佛，一下子成為受人鄙棄的乾屎橛，在他心中會產生非常大的革命，他的生命可能從此得到新的開始。

5.2.3.4 禪宗不傾向正面的解釋，否則隔靴搔癢無濟於事。

5.2.4 這種方法並不常用：

其實禪宗並不常用這種方法，必須視情況而定，用得恰到好處才行。

5.3 問題討論

5.3.1 請說明「乾屎橛」這一段禪語公案，所表達的是什麼意思？

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 39	無	6. 南泉斬貓	6.1 故事內容 6.2 解說 6.3 問題討論

6. 南泉斬貓

6.1 故事內容：

南泉普願禪師的弟子為搶奪一隻貓而爭執起來，南泉要他們說出個道理，否則要殺貓。

大家無言以對，南泉就把貓給殺了。

當趙州從諗禪師回來，南泉把斬貓的事告訴他，趙州就把鞋子脫了，放在頭上走出去。

南泉說：「你當時如果在場的話，這隻貓就不會死了。」

6.2 解說：

6.2.1 南泉殺貓 - 南泉看到寺院中養起貓來，這已經錯了。

6.2.1.1 戒律規定寺院不能養貓，因為貓會抓老鼠，有傷慈悲，而東西兩堂的僧人還



要爭貓，所以南泉就把貓殺了。

6.2.1.1.1 殺貓目的是要使兩堂的僧人去掉爭執的心，也去掉以後養貓的心。

6.2.1.2 養貓已夠不慈悲，殺貓更不慈悲。

6.2.1.2.1 這是禪宗祖師以毒攻毒，以毒治毒，以非常毒的藥來治非常毒的病。

6.2.1.3 殺貓之後，這個震撼力不是一下子就結束了，直到現在還在震撼著我們。

6.2.2 趙州頭上放鞋 - 上下都顛倒：

6.2.2.1 趙州是已經開悟的人，他知道兩堂養貓、爭貓是顛倒，老和尚殺貓也是顛倒，他還有什麼話講？上下都顛倒！

6.2.2.1.1 脫下鞋子頂在頭上往外走，是表示這場佛事整個都是顛倒的。

6.2.2.2 他用顛倒的手法也是以毒攻毒，以毒治毒。

6.2.2.2.1 如果以正扶反，力道不強；如果顛倒加顛倒，可以馬上產生大爆炸、大火花。

6.2.3 聖嚴師父的結論：

6.2.3.1 三方的動作都錯了，但南泉和趙州的目的是對的，這叫「將錯就錯」、「倒正其錯」。

6.2.3.2 這種例子不能隨便學習，否則養狗殺狗、養貓殺貓，會很麻煩的。

6.3 問題討論：

6.3.1 請說明南泉普願禪師為什麼要殺貓？又趙州從諗禪師的為何脫下鞋子頂在頭上往外走？

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 41	無	7. 寸絲不掛	7.1 故事內容 7.2 解說 7.3 問題討論

7. 寸絲不掛

7.1 出處：

玄機比丘尼去參拜雪峯禪師，禪師問過她的名字之後，又根據她的名字問她一天織多少，她答道：「寸絲不掛。」說完就告辭往外走。

雪峯禪師突然喊住她：「你的袈裟拖在地上啦！」

玄機回頭一看，禪師笑著說：「你不是說寸絲不掛嗎？」

7.2 解說：

7.2.1 玄機比丘尼的寸絲不掛

7.2.1.1 對答之間頗有禪味，但是當雪峰禪師一說袈裟拖在地上，她馬上就出現普通人的反應。

7.2.1.2 可見她只知道如何解釋自己的名字，並未在心中了無罣礙。

7.2.1.2.1 剛剛才說到寸絲不掛，可以掛寸絲的心根本不存在才對，怎麼會有袈裟拖在地上。

7.2.2 很多人自稱懂得禪的意義和味道，並不是內心體驗上的實證。

7.2.2.1 其實只是一種觀念上的、知識上的或思辨上的遊戲。

7.2.2.2 一般人要說出「寸絲不掛」這句話，已經不易，至於要體驗，更不容易。

7.2.3 很多人在一知半解的情況下賣弄聰明，還以為自己是內行。

7.2.3.1 這在知識分子來說是最易犯的毛病，只是動作舞出來像是內行。

7.2.3.2 這些人只是以耳代眼、以眼代手、以手代心，實際的內心世界並不是那一回事。

7.2.3.3 在內行人或高手之前，是丟人現眼的事。

7.3 問題討論：

7.3.1 請說明「寸絲不掛」這則公案故事的意思？

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 44	無	8. 道非物外，物外非道	8.1 故事內容 8.2 解說 8.3 問題討論

8. 道非物外，物外非道

8.1 故事內容：

趙州和尚問師父南泉禪師說：「道非物外，物外非道，什麼是物外的道呢？」

南泉拿起棍子就打，趙州把棒子抓住，說：「你以後別打錯人了。」

8.2 解說：

8.2.1 南泉打人的意涵 - 南泉不想落入思辯的圈套，所以打人。

8.2.1.1 「道非物外，物外非道」，其實是同一句話，反覆說著而已。

8.2.1.2 反覆著辯論說明道在不在物內、物外，變成為思辨而非實證，不是禪師需要說的，跟實際的體驗無關。

8.2.2 趙州抓住棒子的意思 - 「我懂你的意思了，你別再打我了。」

8.2.3 佛教中「道」的意思：

8.2.3.1(一)指路線、道路，也是指修行佛法的法門。

8.2.3.2(二)指方向或目標，比如希望成佛成道，希望證果等等。

8.2.3.3(三)指菩提、覺，是一種經驗，證道即是指親自體驗到「道」是什麼。

8.2.4 對禪或究竟的佛法來說，道本身跟一般現象或一般世間事物不能分



開。

8.2.4.1 如果心外求道，那是外道，因為道不在心外，而是在心內。

8.2.4.2 可是心又在那裡呢？如果說心在身體裡，那也是錯的，身體中沒有一個東西叫作道。

8.2.4.3 心既不在身外也不在身內，而是一種精神的活動，亦可稱之為神識、智慧。

8.2.4.4 神識是凡夫，智慧是賢聖，不論是神識或智慧都是跟外在世界相接觸而產生的反應，所以不能說它是在內或在外。

8.2.5 真正禪的體驗 - 不在口舌之辯，語言是多餘的。

8.2.5.1 善於用邏輯分析事理的人大概會經常逞口舌之辯。

8.2.5.2 在這個公案中，語言已是多餘的，這才是禪的體驗。

8.3 問題討論：

8.3.1 請說明佛教所說「道」的意思？

8.3.2 趙州禪師問「道非物外，物外非道，什麼是物外的道呢？」為何南泉禪師乾脆不講，拿起棍子就打？

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 46	無	9. 瓶中養鵝	9.1 故事內容 9.2 解說 9.3 問題討論

9. 瓶中養鵝

9.1 故事內容

陸宣問南泉禪師：「有人在瓶子裡養了一隻小鵝，鵝漸漸長大，出不來了。不打碎瓶子，也不損傷鵝的情況下，你有什麼辦法讓鵝從瓶子裡出來？」

南泉禪師喚了陸宣的名字，陸宣應了一聲，南泉說：「這隻鵝不就出來了嗎？」

9.2 解說：

9.2.1 瓶中鵝如何出來 - 這是陸宣故意考南泉禪師

9.2.1.1 一般人常會遇到瓶頸的經驗，比如事情膠著了或者交通滯塞了等等。

9.2.1.2 陸宣是位居士，自認懂得禪，瓶中養鵝只是一個假設，他故意來考南泉的。

9.2.2 南泉禪師的回應：

9.2.2.1 對禪師來說，根本不需要考慮這個問題，否則就上當了，被瓶子給困住了。

9.2.2.2 南泉很清楚，陸宣把自己的念頭裝到他內心的瓶子裡了。

9.2.2.3 南泉喊陸宣的名字，陸宣一回答，他的念頭就離開瓶中鵝，出了瓶子了。



9.2.3 禪機的運用對真正用功的人是有用的

9.2.3.1 陸宣是否因此而開悟？

9.2.3.1.1 如果是用功已久的狀況，很可能因而開悟。

如果已經用功修行很久，心中已有疑情，想求個答案，此時聽到南泉說：「鵝不是已經出了瓶了嗎？」他會放下瓶子，沒有執著而開悟。

9.2.3.1.2 也可能只是無意義的遊戲：

如果只是個在觀念上有這種聰明而製造出這個故事，此時不論南泉怎麼說，他也不會開悟。

9.2.3.2 如果只是流於遊戲，這種對話毫無意義

9.3 問題討論：

9.3.1 南泉禪師怎樣面對「瓶中養鵝」這則故事？

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 48	無	10. 庭前柏樹子	10.1 故事內容 10.2 解說 10.3 問題討論

10. 庭前柏樹子

10.1 故事內容：

有人問趙州禪師：「什麼是祖師西來意？」趙州回答：「庭前柏樹子。」弟子也懂得一些道理，叫和尚不要用境界打發他，趙州說我沒有用境界表現給你。

弟子再問一次什麼是祖師西來意，趙州還是回答「庭前柏樹子」。

10.2 解說：

10.2.1 趙州禪師回答「庭前柏樹子」的意思 - 見到什麼就是什麼

10.2.1.1 用任何抽象的哲學名詞去回答，實在毫無意義，不如直截了當告訴他，見到什麼就是什麼。

10.2.1.2 弟子認為「庭前柏樹子」是心外的境界，對趙州來說，祖師西來意也好，庭前柏樹子也好，都不是境界，而是同一種東西。

10.2.2 沒有另外一個東西叫祖師西來意：

10.2.2.1 有人認為祖師帶來的是涅槃妙心、正法眼藏等。

10.2.2.2 趙州告訴弟子，祖師從西方帶來的到處現成，放眼皆是，沒有另外一個東西叫祖師西來意。

10.2.3 佛法本來是講心法的，結果有人把心當成一樣東西來執著。

10.2.3.1 在此情況下，只好連「心」這個名詞都不提，因此任何東西都可以是祖師



西來意。

10.2.4 與哲學上泛神論的差異：

10.2.4.1 泛神論只是你對他的信仰而已，他本身並不產生任何功能。

10.2.4.2 祖師西來意是可以體驗實證的，是如人飲水冷暖自知的，是活潑的、生活化的，人人皆可體會得到的。

10.2.5 佛就像庭前柏樹那般熟悉，還有什麼好問的。

10.2.5.1 智慧未開時，祖師西來意即使在你面前，但對面相逢不相識，如此而已。

10.2.5.2 也有人說，你每晚抱著佛睡覺，每天早上又跟著佛起床，只是自己不知道罷了。

10.2.5.3 不過，如果執著庭前柏樹就是祖師西來意，這也是錯的。

10.2.6 結論：處處踏實處處是、處處自在處處活潑，就好了。

10.3 問題討論：

10.3.1 有人問趙州禪師：「什麼是祖師西來意？」為何趙州回答：「庭前柏樹子。」？

