

恆興法師 – 禪問答

2015年9月17日於金佛聖寺

興法師：為了給大家多一點時間討論問題，今日我們就講到這裡。大家有什麼問題可以提出來討論。

問題一：在打坐的時候，用什麼方法來提起“念佛是誰？”的話頭？可不可以分析一下“念佛是誰？”Who 是哪一個？我在一直想，但沒有頭緒，應該怎樣參？怎樣鑽進去？深入這個話頭？

興法師：關於參話頭，其實在虛雲老和尚的開示裡面已經講得很清楚、很詳細了。或者是來果老禪師的開示錄裡面（也有記載）。尤其是來果老禪師開示是很有力的，會給人很一種震撼的感覺。如果你懂看中文，這兩個大德的開示一定要看。你看了以後，不但知道應該怎麼做，而且還會激發起你的道心。他們都講得用通俗的話來說就是，刻骨銘心，很好看！很實在！

我大致介紹兩位古德在教人參話頭上的不同之處。來果老禪師教人參話頭時，先教人念話頭。念話頭就是好像念佛這樣念，一句一句來念這個話頭。念了一段時間之後，就不再念了，就開始參，參的時候就在“誰”字上面著手和用力。那麼它的作用是什麼呢？我們對“念佛是誰”這個話頭不熟悉，尤其是剛開始學，很陌生的。我們對什麼熟悉呢？我們對妄想熟悉，很容易打妄想。為什麼要念話頭呢？他是要讓我們轉生為熟，轉熟為生。將我們熟悉的妄想轉為陌生、不熟悉、不認識的；將陌生的話頭轉為熟悉的，心心念念都記掛著這個話頭。當你心心念念都記得這個話頭的時候，就能不念自念了。當我們把這個話頭抓住了，就開始在“誰”字上用力，用心去參這個“誰”字。這就是來果老禪師教參話頭的程序和整個過程。這個是來果禪師教的。

而虛雲老和尚則是教直接參“念佛是誰”這個“誰”字。講明是參話頭，念佛是誰，參話頭是參話之頭，參一句話之先，就是這個話未出來之前是什麼？所以叫參話頭。如果參話頭念佛是誰，有“念佛是誰”，已經是話尾了，不是話頭了。你要參念佛是誰，有形有相有聲音，這已經是話尾了。那該怎麼參呢？

不知該怎樣下手？虛雲老和尚教在“誰”字上下手，主要是“誰”字，念的時候把它（的發音）拉長，究竟是誰？到底是誰？拉長之後，久而久之，你如果能抓得住，有耐心，把它拉長。上人在開示裡有講過，古人在參禪的時候，有的法師可以把“誰”字拉得很長，就是在禪堂裡面行香走圈的時候，走一個圈，他能夠把誰字拉長到一個圈，都不斷的，就在這個“誰”字上著眼，在“誰”字上鑽進去。從文字上講，“誰”字當然是有形有相的。大家都知道“誰”字怎麼寫，但知道“誰”的內容是什麼，“誰”字要表達什麼？大家知道嗎？

這個誰字在文字上是有形有相，但它的意思，你是沒有辦法拿出什麼給人看、給人知的。就是在這裡鑽下去。在這種狀態的時候，人有什麼情緒呢？就是有一個疑問，這個疑問解決不了，就不斷在這個疑問上面鑽。但又不知道怎麼鑽？又不知怎麼辦？就在這種狀態之下，這個叫疑情，疑問的疑，用這個移情來代表，疑的情緒。這個疑不是懷疑的疑，是疑問的疑。（不是說）這個人有沒有做過什麼事呢？懷疑別人做過不好的事，或做過好的事；而是對一事物你不明白，不知道，你要去了解它、清楚它，在這個問題上起疑，要起這個疑的情緒。是你不知道又想要知道，在這個不知道上鑽下去，這叫做疑情。

參禪最大的作用就是要起這個疑情。所以古代大德講，大疑就大悟，小疑就小悟，不疑就不悟。

問題二：有時候看到別人受苦，於是給別人建議，但往往別人不接受她的建議，繼續受苦，看到這種情形很難過，可不可以看到這種情形不難過呢？如果可以修行到看到別人受苦不難過的話，這是不是不慈悲？

興法師：我們每個人的業有很多是相同的，有很多是不相同的，千差萬別，我們要受的苦和痛因緣成熟我們就是要承受。每個人都是一樣的，無論你是否學佛。所謂所作業不忘，假使百千劫。去幫人，以我們凡夫有限的力量去幫人，會往往都是這樣的情況。雖然幫不上忙，但我們還可以對他祝福一下，希望他能早日了業。如果我們看到人家痛苦，自己也痛苦的話，一個學佛的人，完全透徹地了解、明白佛教的道理，這類的事情在娑婆世界一定是有的，

我們能幫到的，就去幫；我們幫不到的，就請佛菩薩幫。如果佛菩薩都幫不了的話，我們就無話可講了。是嗎？唯有祝福他，或者請佛菩薩慈悲幫一下他，照顧他，只能是這樣子了。最要緊的是我們本身要明白道理，明理這些道理自己就不會痛苦。對世間的事物能看透、看破，看得清清楚楚、透透徹徹，洞悉每一個在自己身邊發生的事情。這些來來去去的事情對你的心都不產生影響，那你就有定力了。

問題三：請問法師，您說參話頭可不可以參六字洪名呢？

興法師：參話頭，參六字洪名，六字洪名是“南無阿彌陀佛”。你的意思是參阿彌陀佛是什麼嗎？（回答參每一個字）參禪的道理主要是講疑情。為了起疑情來參，這個疑情是為了找答案。如果有答案的話，就找到了，並且知道了，這個疑就不成疑了。所以參話頭為了起疑情。怎樣才能起疑情呢？你不明白，不知道，你才會去生起這個疑情，所以才說是話頭，話之頭。你可以參南無阿彌陀佛這六個字，這六個字本身是有形有相的。你可以參每一個字的內容，它的內容是什麼？表達什麼？你可以這樣參。如果能在“什麼”裡面升起這個疑慮、疑情，也是可以的。好像有人參“父母未生我之前的本來面目是什麼？”虛雲老和尚跟鏡融老法師學經教的時候，老法師教他參“拖著這個死屍的是誰？”拖著這個的死屍東奔西跑的是誰？你能夠在這個誰上面起了疑就可以，主要就起個疑，你用什麼方式，什麼文字，只要能撩起疑慮，撩起這個疑這個情緒的，還要保持這個情緒，一直用下去，都有成功的一日。

譚果揚：我想補充一下，其實參話頭是以妄制妄，所以你如果想用南無阿彌陀佛一個字一個字來參的話，你就會生出六個的妄想。每個字一個妄想。如果你用南無阿彌陀佛一句來參的話，你就是以妄制妄。以一個妄制住其它的妄想。我記得師父曾經講過，去參“為什麼媽是女人？”這其實是一個很普通的想法，就是以熟轉生，來參這樣的事情。儘量不要將妄想顯示出來，你打坐就是不要起妄想，你妄想一起就會跟著妄想走了，我們就靜不下來了。

興法師：轉生成熟，轉熟成生是來果老禪師講的念話頭。參話頭的目的不是想要有妄想、無妄想的，這裡來注意。參話頭，用到參字是要起疑情，疑情

能起的話就是參，疑情不起的其實就是念。如果只是念的話，就是話尾，還在話尾的範圍裡面。你參任何什麼事情都行，能夠令你起疑情的就行了。當你起疑情一起的時候，自然就沒有妄想，自然就沒有其它的事情了，只是一個疑慮在。如果不在疑情裡面，沒有掌握疑情的話，都是在念話頭，好聽來講是念話頭，更準確來講是念話尾。

用功的方式方法越簡單越好，不要多，每一個法門都是要專一。譬如我們挖井找水，你挖了3、4尺，不見有水就停下來了，去其它地方挖。你這樣子，挖得不夠深，還沒到有水的地方就不挖了，那當然找不到水了。古人用功，一個功夫用到尾。古代趙州禪師用功用了80年的時間來觀一個“無”字，所以後來他能夠在禪宗裡面做了一番大事業出來，古人用功就是這麼專一。我們找到適合自己的法門，自己喜歡，就要死心塌地抓住去修行，就像我們的救生圈一樣，在大海、苦海裡面能救自己的法身慧命，緊緊抓住，不開悟就不放手，一參到底。甚至有人今生不開悟，好，我再來，發願再來再參。有這類的人，還很多。最主要是要一條心，不要多心。能夠一條心的力量才大，如果你分心的話，力量就小了很多，離成功遠了很多。所謂制心一處，無事不辦，這是佛陀所講的。功夫也一樣。參禪講參禪的法門，念佛講念佛的法門。經教就講經教的法門，主要是一門深入，功夫才深，才有成功的時候。

（完）