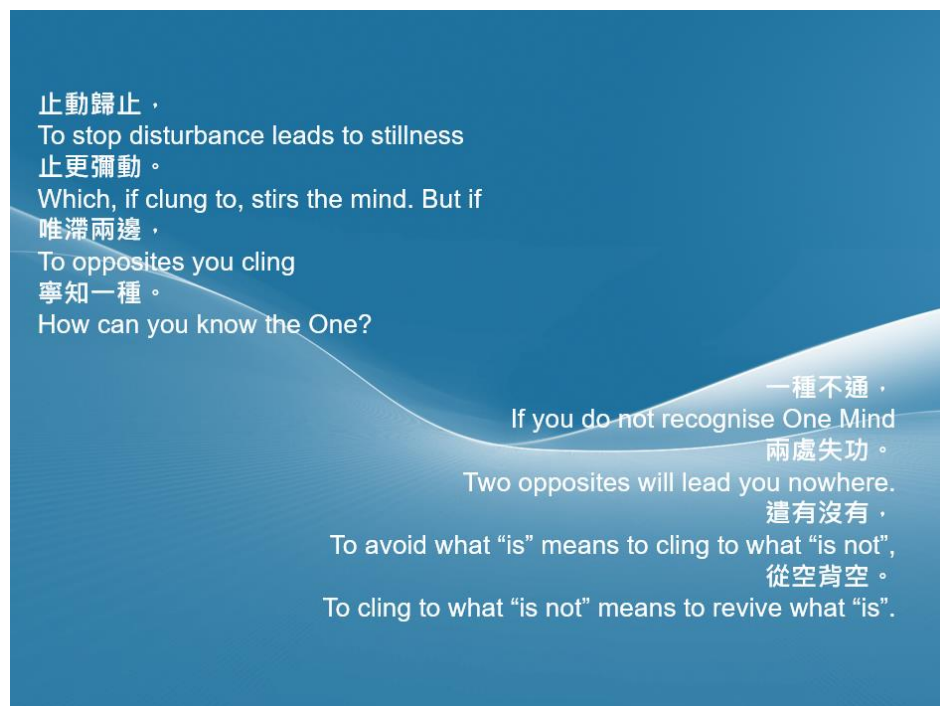


淺談〈信心銘〉2

恒興法師 2016 年 9 月 4 日晚間開示於金佛聖寺



〈信心銘〉一開始用「揀擇」這個問題告訴我們憎愛有喜好、有討厭。這兩種心態、心念障礙了我們天然本性的佛性。就好像晴天生起了烏雲，把晴天晴朗的境障閉了，因此我們真性的力用就用不上了。所以如果我們要恢復自己的真性，我們必須從這種兩極化的、相對的觀念裡面逃脫出來，不要讓喜歡和不喜歡佔據我們的心，遮障我們真性的力用。所以在前面所說的憎愛順逆這些相對，都是障礙我們本體的呈現。但是，我們人活在這個現實的世間，就是用這種相對的觀念活著、生活。這種觀念在我們生生世世的生活裡，不知道累積到有多深厚，一下子我們不能將它放下，所以在後面有很多是針對這個問題去解釋、去說的。我們人是活在相對之中，要想脫離這種觀念，種種的境界、種種的知識我們都要知道不要讓這種觀念把我們卡住，讓它障礙我們。知道這個根本之後，反而能夠運用這種相對的觀念，而從這種相對的法裡面走出來。OK。我們今天繼續下一段。



多言多慮，
The more you talk and think,
轉不相應。
The further are you from it.
絕言絕慮，
If you can halt all speech and thought
無處不通。
You will find it everywhere.

【止動歸止，止更彌動。唯滯兩邊，寧知一種。
一種不通，兩處失功。遣有沒有，從空背空。
多言多慮，轉不相應。絕言絕慮，無處不通。】

「止動」，「止」是停止、歸止；「動」是動相。「止」是靜態屬於陰，「動」是屬於陽，兩種狀態。【止動歸止，止更彌動。唯滯兩邊，寧知一種】，有意在「止」，等於有一點動作。唯滯兩邊，就障礙了，這是一種的呈現，是絕對。【一種不通，兩處失功。遣有沒有，從空背空】，這四句是從空和有去表達相對。下面四句，【多言多慮，轉不相應。絕言絕慮，無處不通】，這裡是表達在靜的時候，你不去障礙它，這個本性的呈現、本性的功用就沒有不通達的地方，能夠包羅萬象，一切都包括在裡面。

下面的解釋：

佛法本自無為.而無不為.則可知知止.而無不止.非止動而後止.
故止動歸止.而止更發.彌滿的動相.以其滯礙於兩邊.豈知一種.
獨立法門.不明獨立.豈能平等.若一種獨立不通.則中道何立.
遂失去真諦俗諦兩處之功能.以其不知妙有.即是真空.而竟遣有.
以為沒有.豈不從頑虛.斷滅等空.而背於妙有真空.真空妙有者麼.
以是之多言多慮.輾轉越不相應嘍.絕不如.絕言絕慮.則盡虛空.
遍法界.森羅萬象.無處不通.

〔佛法本自無為，而無不為，則可知知止，而無不止，非止動而後止，故止動歸止。〕意思是說，無為法以及無不為，這是表達佛法和世間法的分別。怎樣去了解世間法而運用世間法。〔則可以知止，而無不止〕，這裡要連著下一句去理解，〔非止動而後止〕，這裡的「止」不是說停止了、沒有動作了，然後才能叫止，而是在動的時候，就有止的內容在裡面。〔止動歸止〕，然後才有後面的〔而止更發，彌滿的動相〕。這個我們要怎麼去理解這個「動」和「止」，在「動」裡面就有「止」呢？我們一般人都說停止，就是不動，這和

「動」是相對的。在「動」的時候，又怎麼可能有「止」的存在呢？它們是相反的，兩面的。怎麼樣去理解呢？在過去的大德，比如，傅大士在他的詩偈裡面有說「橋流水不流」。我們大家都知道橋是不動的，水是流動的，既然是流水，當然就不是止靜的狀態，那為什麼說「橋流水不流」呢？這是傅大士他所見到的境界。另外也有很多大德說靜止的流水，在他們悟道以後見到這種境界——靜止的流水。流水，我們都知道是動相。那為什麼流水又會是靜止的呢？這些都是功夫的現前。我們可以用比較的方式去了解一下。比如我們看東西，甚至聽東西，聽音樂也好，聽人說話也好，看風景也好，或者開卡通片，或者看電影，或者看舞蹈，這些都是流動的，聲音、聲塵是流動的。但是我們有沒有察覺到，在裡面有不流動的東西呢？問一下大家，有沒有察覺到有不流動的？

有佛友說：膠卷（film）不流動。。。。。（聽不清）

興法師：膠卷不動那怎麼過呢？要一張一張換下去，不然怎麼看下一張呢？

有佛友說：我用卡通來做例子，我們看到卡通裡面的小豬、小兔子那些好像在動，其實它們是不動的，只不過這些動作是用很多張圖畫鏈接起來，一拉這些圖畫它們就能動了。這是我的看法。

興法師：不知道大家接受不接受這種解釋？

有佛友說：我在高速行駛的列車上，我站在車上都不動的，但是外面的景色在動，外面的牌子在動。就像為什麼說橋是動的，水是不動的，因為我是在水裡面，所以覺得水是不動的，橋是動的。

興法師：大家接受不接受這種解釋？

有佛友說：水動是一種現象，橋不動也是一種現象，動和不動都是一種名相，是你的心去識別、去區分。動和不動，只是如是觀的話只是一種現象。如果你的心不動，你沒有去區分它、沒有去識別它，它應該是平等的。

興法師：它應該是平等的。

有佛友說：我記得在中午法師開示講憨山大師坐在橋頭打坐，他沒有被水流聲所干擾。之前他沒有辦法打坐，因為水聲太大。後來他用妙峰禪師的法，他就完全融入到環境裡面。心像虛空一樣，包羅萬象，他包容了水流的声音，萬事的景色、景象都在他的心裡面，所以他可以如如不動，也不受水流的干擾。我用這個例子來說明橋動水不動。只要去包容，在這個裡面的話，就可以證明這一點。我不知道對不對。

興法師：我們剛才講在動的相裡面，是有一個不動的。這句法在《六祖壇經》裡面有，你可以去看一下。那怎麼樣理解在動的裡面有不動呢？我們用眼睛來理解。我們看事物、一件事情、畫像，或者是眼前的境在不斷的流動。不論你是看圖案、畫或者風景，景都是一幅一幅。那我們留意一下我們自己眼前這個看，看東西的看。無論是看風景、圖案、畫，是不是都是眼前的這個看？

在來果禪師有一句開示很精闢，他說：「大道盡在目前，尤被目前蓋卻。」意思是說，道就在你眼前，但是又被眼前所遮蓋。看森羅萬象，種種的境界，看眼前種種的事物，你看之前也好，都是你眼前這一念，眼前這一看。你看後面也好，看左邊也好，看右邊也好，都是你當下，眼前的看，它是沒有變的。種種境界是潛流的，但是這個體是沒有動的，從古至今都是這一個體。但是我們人往往就被眼前的景物所吸引，而在境上起分別。我們就是在這個分別上面不斷的分別，一直分別下去，分別到現在也還是在分別，沒有停止過。分別到現在，就造成一就變成二，二變成三，三變成四，四變成五，無止境的不斷的分別下去，生命就無止境的延續下去。

所以後面一句【止更彌動】，在有意識「止動」的境界裡面，意識「止」就是一點動，就會有所滯礙，落了兩邊了。有無、長短、生死。一種是絕對、獨立的，是沒有分別之前。如果不明白這個獨立的法門、絕對的法門，就是這個一，如果不明白你就會失去了平等。所以後面是豈能平等？怎麼能夠平等呢？如果不了解這個絕對、獨立的法門，不了解、不通達，那中道又怎麼能夠成就呢？你就會失去了這個中道。中道就是真諦和俗諦。

後面有提到真空和妙有的關係。佛法和世間法是沒有分別的。要怎麼樣去運用這個獨立的法門呢？這裡先讓我們了解有這個獨立、絕對的存在。你能夠知道有這個絕對的存在，你才會知道要怎樣去修、去達到這種境界。我回來說這個「真諦」和「俗諦」的作用和功能。「真諦」是說真空，「俗諦」是說妙有。真空和妙有的關係。也可以說是緣起是俗諦，性空是真諦，緣起性空。這是在大乘佛教裡面、緣起法裡面有說很多。以這個「緣起性空」來表達佛法，一切一切都是因緣所生的法。但是，這個因緣所生的法都是建立在真空裡面。在真空裡面成就。也又說一體兩面，實質是一，有兩面的表達。這裡是表達妙有真空，妙有真空。這個「空」不是一本所說的頑空、斷滅這些空，也不是析法空觀。這個頑空和斷滅的空是違背了真空妙有的空。所以說從空而背空，不是真正要表達的空。

【多言多慮，轉不相應】，說多了就不能和真心、絕對的法相應。【絕言絕慮，無處不通】，能夠不說話、不思慮了，整個虛空、法界沒有一個地方不通達，是遍整個法界，森羅萬象，一切都包容在裡面。這裡是用動、靜去表達心的心體。所以說「大道在目前」，這個道在我們眼前，經常和我們在一起。這個傳大士有一首偈：起居飲食，我們自己本有的佛性和我們在一起。我們休息也好，

起床也好，我們的心性和我們在一起，未曾離開我們，但是我們不知道。現在告訴我們，我們有這種本能，有這種性，好讓我們知道怎麼樣去將自己的性，重新呈現出來。這種表達就是「絕言絕慮」，不要說那麼多話，不要思慮太多。動止、止動是我們要靜下來慢慢感覺、接觸它，當你能靜下來到極點的時候，你就會有所感受。如果我們的心不斷攀緣，不斷的奴役這個心，我們就沒有辦法享受這個真心的力用。所以教我們不要分別。接下來

歸根得旨，

If you think success means to return all things to their source,
隨照失宗。

You will differ (from our Sect) by clinging to its function.

須臾返照，

The moment that you look within

勝卻前空。

You surpass your contemplation

前空轉變，

Of the void which is always changing

皆由妄見。

Due to your discriminating views.

不用求真，

Do not seek the real

唯須息見。

But your false views lay down.

二見不住，

Avoid the real and the false

慎莫追尋。

And never search for either.

纔有是非，

Once you start to choose between what's right and wrong,

紛然失心。

You will become confused and you will lose your Mind.

二由一有，

All pairs from the One Mind spring

一亦莫守。

Which never should be clung to.

一心不生，

If the One Mind does not stir

萬法無咎。

Then all things will be harmless.

無咎無法，

Things that are harmless cease to be,

不生不心。

Mind that stirs not does not exist.

能由境滅，

Subjects disengaged from objects vanish,

境逐能沉。

Objects like their creator disappear.

【歸根得旨，隨照失宗。須臾返照，勝卻前空。
前空轉變，皆由妄見。不用求真，唯須息見。
二見不住，慎勿追尋。纔有是非，紛然失心。
二由一有，一亦莫守。一心不生，萬法無咎。
無咎無法，不生不心。能隨境滅，境逐能沉。】

【歸根得旨，隨照失宗。須臾返照。勝卻前空。前空轉變，皆由妄見。不用求真，唯須息見。】這裡是用唯須息見，息滅我們種種的見、意見，真就呈現。我們現在見的都是妄見。【二見不住，慎勿追尋。纔有是非，紛然失心。二由一有，一亦莫守。一心不生，萬法無咎。無咎無法，不生不心。能隨境滅，境逐能沉。】

雖然歸根得旨.猶須覺照之功.既用覺照之功.亦難免失於宗旨之時.此時須臾續加返照之功.亦勝卻前者之析空觀體空觀之二乘聖人.然前空.亦有間斷.轉變之時.亦皆由妄見不清.則可知有求.必有能所.能所當體即妄.故曰不用求真.唯須息見.即是諸般能所之見.故曰二見不住.慎勿追尋.追尋無盡.皆屬是非.所謂開口便錯.舉念即乖.故曰才有是非.紛然不止.即失本心.凡有名相.必以因由.故曰二由一有.然一亦非可守之始.亦屬偏計執也.有執則障.故曰一心不生.而萬法即無過咎.然無咎亦無法.無法亦不生.不生亦不執.不執亦不以為心.能隨所有之境滅.境逐能知之心沉.

【歸根得旨】，歸到根本上，得到意旨、要旨。【隨照失宗】，還需要觀察、覺照這裡是說修行的人，當然悟道了，見到自己的性了，見到自己的真心了，他還需要修，還需要用功。

所以古來有很多修行人去水邊林下、阿蘭若、僻靜的地方去用功，稱為「養聖胎」。聖是聖人，悟道以後就好像懷了一個聖人的胚胎，如果你不好好保護的話，就會受到傷害。所以說有「保任」的功夫。「保」是保護它不受到傷害；「任」是放任，當「保」的功夫做到一定程度的時候，就做「任」的功夫。由著心自己的運作，自己去做，自自然然的。在「保」的時候，要照顧自己的言行舉止，會不會有失覺或者越軌。這種在「保」的功夫裡面，保護它的時候去做。有一些修行人二、三十年都在山裡面都在做這個「保任」的功夫，做到功夫成熟了，很自自然然的，能夠有相當的力量，定力了。然後就去城市，做「任」的功夫。面對種種的境，受一些考驗。會不會因為受考驗而出錯呢？會不會因為有境界就失去了真心的呈現呢？這樣就去市井裡受考驗。在受考驗的同時，將自己的功夫一步一步提升。沒有考驗的時候，環境很好，用心的條件很好，沒有其他境來考驗。但是當考驗來的時候又能不能保持這種功夫呢？這就要到市井裡面去練習、鍛煉。如果有問題的話，心動了，那就不行了，又要再回去靜一靜，再鞏固自己的心的能力。這是「保任」這兩方面的理解。所以悟道之後，還會有從性起修。這個「聖胎」得到了。就用這個「聖胎」的功夫

來修行、覺照，得到這種功夫，就在這種功夫上去磨煉，去累積自己的功力。有的時候難免失去覺照。如果有這種現象的話，就更加需要去訓練自己返照的能力，增加功夫的能力。在這裡有表達這種返照的力量只是少少的作返觀、觀察，都比前面所說的析法空觀更加殊勝，比二乘人所見到境界更加殊勝。為什麼呢？前面所說的空，就是析法空觀的空是有間斷的，它不是絕對的法，不是獨立法門，不是在性上面的，不是整體。而這個見到本性的人，他稍微觀照的功夫，是比析法空觀的二乘聖人更為殊勝就是在這裡，因為它是沒有間斷的。

【前空轉變，皆由妄見。不用求真，唯須息見】。「前空」就是剛剛所講的析法空觀。都是一種見。由分別、分析二來，得到空的定力，是屬於有間斷的。在它轉變的時候都是一種妄念，由於它是有間斷的，所以就不是真，不是獨立的，不是真性上面的東西，不是絕對的法門，不是絕對的境界。由此可以知道你有所求，你想要怎麼樣，就會有「能」和「所」。「能」和「所」本身就是一個妄。故此後面就說不用求真。你不要去找一個真。【唯須息見】。只有你將種種的見，意見停止下來。所以說「唯須息見」。息滅種種的見，不要再分別了，越分別就越多分別，越分別離真性就越遠。OK，今晚講到這裡。大家有沒有什麼問題。大家可以討論一下。

今天主要使用「動」和「靜」去表達有為法、世間法或者說相對的法。在相對下去認識自己，什麼是動的，什麼是不動的。去重新感受自己的不動的體。在這個不動的體上用功。唯一的方法就是不要去分別，息滅一切的妄想，妄分別，就是絕對，就是平等。所以怪不得古來的大德都是教我們修行的人就是要忍。如果我們不能忍的話，當然是有所造作了。無論是造作的大或者小都是傷害心的，動傷害我們真性的呈現。所以不斷不斷的提醒，教我們在修道的立場上，第一個要點就是在任何情況之下都要保持自己的冷靜、清醒。天塌下來，地沉下去，最重要你不要動。你能不動，就能保護自己的真性、真心。你不能定下來的話，你的心就會受到干擾或者傷害。或大或小。就看你自己懂得多少了。有沒有問題？

有佛友問：昨天說「愛」和「憎」，今天說「止」和「動」，我想問：「止動歸止，止更彌動」。這個「止」出現了三遍，動出現了三遍。能不能請法師再為我們解釋一下這三個「止」有沒有不一樣？

興法師：「止動歸止」。第一個「止動」的「止」是說相對的止，和動相對。第二個「止」是歸到我們妙體的方式來表達，就是回歸到我們自己的根本。第三個「止」是假如在根本上面有小小的動，就會引申出下面的事情——「唯滯兩邊」。就落到這個相對的法裡面。所以第一個止是相對的止。第二個「止」是根本的止。第三個「止」是根本的止上面起動，是根本上面的止。就是這樣理解。OK。

有佛友問：「止動歸止」。好像萬佛城冬天禪七是屬於修持（靜），萬佛寶懺就是屬於動，這個兩個法要修，要怎麼歸止？

興法師：說到修就已經在相對之中了。無論是靜坐的法門，用靜相去修；或者我們拜懺，用動相去修。目的只有一個，就是回歸到根本的止。就像昨天說的，就是要我們專一。專一到極點，就所謂「花開見佛悟無生」，就是專一。你念佛念到專一，不念而念；拜佛也是一樣，專一的拜，拜到不知道日，不知道夜，不知道時間。「專一」是一條通道，通往我們自己的根本的本性的一條通道。就是這樣。無論是在靜相的修，或者是動相的修，目標都是專一。因為專一，才能回歸到我們自己的本性上面。就是這樣。

有佛友問：通常有一個心態，我要拜佛或者我要拜懺。因為我們做了惡業，就有一個心態要求懺悔，所以就好像存在一個「有」，所以歸止就比較困難。請法師開示。

興法師：我們用懺悔法去認識。在懺悔法來說。有經文、儀軌讓我們去懺，這叫「作法懺」，依著這個法則去做。

「取相懺」，就是有一個對象讓我們去面對，去禮懺，有懺文讓我們去念誦，或者自己內心說出來自己的過錯。對大眾講，或者對佛菩薩講。這些我們叫取相懺。這是屬於世間法，有動有靜。

另外一種在靜坐中懺悔。一步一步的從析法空觀，二乘聖者修的；再深入一點體性空觀，真空妙有；通教菩薩，妙有真空。大菩薩，真空妙有，妙有真空。一步一步的修上去。這個也是懺悔。這是「無生懺」。

像今天所說的在本性上用功就是「無生懺」。當我們開始打坐的時候，會發覺自己有很多妄想，我們能觀察到有很多妄念，這些妄念是我們以前的造作而形成的一種思想。這些思想一個一個的在我們靜坐的時候湧現出來。我們人的生活、思念、想什麼，就是有這些念所障礙，或者是由這些念去推動，作為我們生活的模式，形成我們生活的圈子、情況。這些都是我們過去的思想所驅使，我們就這樣的選擇。「無生懺」的作用就是把這些妄念切斷。把這些妄念切斷之後，你就可以好好的照顧你當下的念和心。過去種種的妄念平息下來了，不再干擾自己了。那你掌握自己的能力就大了一點，多了一點。在這個地方迴光返照，看自己的心體。剛剛說的「能」和「所」都是妄。有能、有所就不是絕對。現在迴光返照，就是要找出這個能、所之前的是什麼。回歸到性上面。所以在禪宗裡面的懺悔，就是將過去的念切斷。不再需要去顧慮這些妄念的干擾，能更有力量的用心迴光返照。這兩者都是怎樣才能做到專一。專一才能把我們的本來面目再呈現出來。這都是可以做到的。就看我們能不能專一。就看我們專一的程度是多少。就是這樣。

有佛友問：如果在佛菩薩面前懺悔自己的過錯，罪是不是會消滅呢？

興法師：說出來之後你會覺得舒服一點。

佛友問：只是舒服一點嗎？罪不能消嗎？

興法師：可以有幫助。看你懺的是什麼？

佛友問：如果已經在佛菩薩面前懺悔了，還要不要在那個人面前懺悔呢？

興法師：要是你能在那個人面前懺悔，你就用不著向佛菩薩懺悔。

佛友問：如果向兩邊都已經懺悔了，那罪還是有，要怎麼辦呢？就是那個人不管怎樣就是不會原諒你的，那怎麼辦呢？

興法師：做了好過沒有做。看你做的事情是什麼。有些錯是物質上的，實質上的。你懺悔只是表達了你的心意。但是欠別人的東西，你始終還是欠著。

佛友說：可能那個人不領情。我有跟他懺悔很多次了。很煩惱

興法師：你可以在佛菩薩面前禮拜。禮拜那個不放過你的人。禮拜到他可以把這個執著放下。是可以的。

佛友說：我希望有一天。多謝法師開示！

有佛友問：剛剛說的「止動歸止，止更彌動」。其實最重要的就是後面的「止更彌動」。「止動」就是兩邊。所以我們修道的時候呀停止不好的，做好的，就是執著了。到慢慢修上去之後，就不止這兩方面，兩邊都要做。就像你第三行寫的一種獨立不通。中道何立。其實中道就是包括不是一樣東西，而是全部東西，就是止動都包括。不要執著止也不要執著動。如果你知識執著一樣就真俗二諦的功能就不用說了。所以我們從中道方面來研究的話，就很容易明白這個止動的問題。請法師開示。

興法師：這裡用「止、動」去表達，是要我們不要有那麼多分別心，不要為自己打算那麼多。在修行時候，種種的事情我們都要去做，種種的功德我們都要去做，不要執著。「性」和我們是一體的。在動裡面本身就有止，並不是動靜分開，他們本來就是一個，也可以說本來就是中道。但是我們不會運用，或者說我們不知道有這個東西。現在我們知道了，那怎樣才能做到回歸到一呢？這主要是表達這個。怎樣才能回歸到一。用動靜去表達，不要動那麼多念，不要講那麼多話，專一的去用功。專一就是進入絕對的一條路徑。

OK。今天就到此為止，明天再繼續。