

佛法就在當下

林崇安

（靈山現代佛教雜誌，296期，2006）

【前言】

一般家長都想把小孩子送到好的學校去讀書，求職的人也知道要找好的公司去上班，但是奇怪的是，人們遇到困難時，卻不知道去尋找正法，反而去算命、改風水。他們誤以為正法存在於很遙遠的世界，遠到不能解決眼前的問題。其實，想要滅除痛苦，就要在痛苦生起的當下滅除，這才是佛陀的正法所說的。以下我們先釐清什麼是正法及其特色，而後看看六祖在《壇經》中的說法。

【正法】

首先，什麼是正法、什麼是非法呢？在《雜阿含經》中，佛陀說：

有非法、是法。諦聽、善思，當為汝說。何等為非法、是法？謂邪見非法，正見是法；乃至邪定非法，正定是法。

此處指出正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定等八聖道支是「法」。而邪見、邪思惟、邪語、邪業、邪命、邪精進、邪念、邪定則是「非法」。因此，正法的內涵不外是八聖道。這些正法有何特色呢？在《雜阿含經》中，佛陀對王頂聚落主說：

聚落主！如此現法、永離熾然、不待時節、親近涅槃、即此現身、緣自覺知者，為八聖道：正見乃至正定。

此處佛陀指出正法（八聖道）有六個特色：現法、永離熾然、不待

時節、親近涅槃、即此現身、緣自覺知，這六個特色在《瑜伽師地論》中譯作(1)現見、(2)無熾然、(3)應時、(4)引導、(5)唯此見、(6)內所證，並解釋這六個特色如下：

當知八聖支道法最勝、無罪，謂於現法煩惱有無，善分別故，名為『現見』。能令煩惱得離繫故，名『無熾然』。若行、若住、若坐、若臥，一切時中皆可修習，易修習故，名為『應時』。導涅槃故，名為『引導』。不共一切諸外道故，名『唯此見』。遠離信他、欣樂、行相周遍尋思、隨聞所起、見審察忍，唯自證故，名『內所證』。

此中，可看出正法的特色必須如下：

- (1) 現見（現法）：於此時此刻就可看出煩惱的有無，也就是說，在修習正法後，自己的煩惱在此世就明顯地由有而無，不斷地減少，並不須等到臨終或來世才看出來。這種直接而顯著的效果，是正法的一個特色。
- (2) 無熾然（永離熾然）：在修習正法後，必然可以達到煩惱的完全去除；去除之後，不會再生出。這是正法的一個直接效果。
- (3) 應時（不待時節）：正法的修習，不待時節的限制，任何時候，行住坐臥中都可修習，因而可以連續地淨化身心。
- (4) 引導（親近涅槃）：修習正法，必可一路走向滅苦的標的，其效果必會呈現。
- (5) 唯此見（即此現身）：一直走向滅苦的這條道路，是由佛陀所發現。這是一條適用於全人類的法則，唯有依循著正法才能走向涅槃，這是一個普遍的法則。
- (6) 內所證（緣自覺知）：依正法走向涅槃的這條道路，必須由各人親身體驗，而所體驗到的也必然是相同的，有其普遍性，就猶如做化學實驗、物理實驗，依據相同的原則，就會得出相同的結果。

因此，人們所遵循的正法，必須滿足(a)普遍性：任何人皆可採納，(b)連續性：任何時間皆可適用，(c)直接性：能夠針對標的前進，立竿見影，有其實效，此世就可看到效果。正法是公開而不隱藏的，佛陀在《大般涅槃經》中明白地說：

阿難！我所說之法，於內於外悉無區別。阿難！如來所說之法，於弟子是無隱秘、握拳不放。

此處指出正法是公開的，對於內道、外道都是可以適用的；佛陀對一切眾生都視如己子，毫無保留地將正法傳給他們。在經上也可以處處看到佛陀對不同教派的人士開示沒有隱秘的正法，他們依之實踐也都得到了滅苦的相同標的。

【正法在世間】

修習正法後，就在此世，可以親見煩惱的不斷減除，在此時此刻就可以得到正法的利益，不用等到來世，這種「現法」的精神，在《壇經》中一再地被強調出來。敦煌本《壇經》中，六祖說：

法元在世間，於世出世間，勿離世間上，外求出世間。

曹溪本《壇經》說：

佛法在世間，不離世間覺，離世覓菩提，恰如求兔角。

此處六祖指出：正法就在世間，不要離開世間，另外去追求出世間。如果離開世間去追求出世間，那就如同尋找兔子頭上的角一樣，白費功夫，這也就是所謂的「緣木求魚」。所以，修行要立足於眼前，當韋刺史問及「念阿彌陀佛，願往生西方」的問題時，六祖惠能說：

心但無不淨，西方去此不遠。心起不淨之心，念佛往生難到。除十惡即行十萬，無八邪即過八千，但行直心，到如彈指。…慈、悲即是觀音，喜、捨名為勢至。

此處，惠能把臨終往生淨土的問題，拉回到生前當下的直心和慈、悲、喜、捨，把遙遠的西方拉回到眼前，只要內心清淨，當下便是處在

西方極樂世界並且面見觀音菩薩和大勢至菩薩。六祖並不是否定他方淨土的存在，而是要人們回到現實，好好淨化當下這一顆心，使之充滿慈、悲、喜、捨，這才是真正往生淨土的保障。現法的精神是不要期盼未來，不要懊悔過去，而應好好的安頓當下的身心。《壇經》對懺悔的看法，便是如此：

前念後念及今念，念念不被愚迷染。從前惡行，一時自性若除，即是懺悔。…我此法門中，永斷不作，名為懺悔。

因此，修行的著力處是在當下的不被愚癡所迷染，要處理好每一當下，那麼，惡行自然就永斷不作了。針對當時念佛往生、造寺布施的風氣，六祖的回歸自己的身心，確實使韋刺使等人，大為震撼。針對當時人們只知往外尋求依靠、怙祐的心理，六祖提出反求諸己的看法，便是合乎正法的精神。

【正法就在當下】

這種回歸自己身心的精神，貫穿整個六祖《壇經》，我們摘錄一些敦煌本的句子如下：

- 1 心中眾生，各於自身自性自度。何名自性自度？自色身中，邪見煩惱，愚癡迷妄，自有本覺性，將正見度。既悟正見，般若之智，除卻愚癡迷妄眾生，各各自度。邪來正度，迷來悟度，愚來智度，惡來善度，煩惱來菩提度。如是度者，是名真度。
- 2 聞其頓教，不假外修，但於自心，令自本性常起正見，煩惱塵勞眾生當時盡悟，猶如大海納於眾流，小水大水合為一體，即是見性。
- 3 佛是自性作，莫向身外求。
- 4 汝向自身見，莫著外法相。
- 5 我心自有佛，自佛是真佛。自若無佛心，向何處求佛？
- 6 若能心中自見真，有真即是成佛因。自不求真外覓佛，去覓總是大癡人。
- 7 一切萬法，盡在自身中，何不從於自心，頓現真如本性？

【結語】

六祖在《壇經》的這些說法，都把修行的重點回歸自己當下的身心上，這是相同於佛陀所說的正法的修習：

眼睛看到對象時，只是看；耳朵聽到聲音時，只是聽；鼻子聞到氣味時，只是聞；舌頭嚐到味道時，只是嚐；身體觸到所觸時，只是觸；當心中生起念頭時，只是清楚知道它。

針對佛陀所說的這段話，我們就採用近代泰國的佛教大師佛使比丘的解釋作為本文的總結，他說：

看只是看，聽只是聽，聞只是聞，嚐只是嚐，觸只是觸，起念只是覺察，這表示不要造作出「自我」。佛陀教導我們：如果這樣修習，「自我」就不會存在，當「自我」不存在，苦也就止息了。「看只是看」這句話需要解釋：當所看的對象和眼睛接觸時，只要認清對象，知道應該如何去處理就好了，千萬別讓喜歡和討厭的念頭趁虛而入。如果你生起喜歡的念頭，就會想擁有它；如果生起討厭的念頭，就會厭棄它。如此一來，我們自己就成為那「喜歡的人」和「討厭的人」，這就是所謂的「自我」，走向「自我」就是走向痛苦和錯誤。……行善和布施是為了拔除「自我」，持戒和修定是為了調御「自我」，修慧則為破除「自我」。……只要守護六根就是已控制一切，修行圓滿了，這正是修習佛法的核心。