



法鼓山紐約東初禪寺前任住持果明法師於11月5日在法鼓山芝加哥分會為大家講解“六祖壇經無相頌”，歷時近五個小時。

果明法師於1992年追隨聖嚴師父剃度出家。2004年至2008年擔任東初禪寺住持，還擔任過僧伽大學的輔導老師和法鼓山所屬組織的不同重要執事。

現將法師的演講內容紀要如下：

(一). 六祖壇經對於禪宗來講是一部很重要的經典，這部經典的中心思想是“無相”。六祖壇經紀錄了六祖慧能大師開悟的過程，當時六祖在湖北黃梅，五祖為其說“金剛經”至“應無所住而生其心”處，六祖言下大悟，悟入自性摩訶般若波羅蜜。“金剛經”的中心思想是“空”，而空的表現是“無相”，是佛法真正的道理，也是我們修行真正的著眼處。“壇經”中的這首“無相頌”十五首六十句，可以說也是這部經的精華處，為我們講解了佛教教學的中心，學人證悟和修行的方法。

(二). 果明法師向在座學人提問。你們在此修行是否要想出三界？如壇經中所記載，當六祖到黃梅去見五祖時，五祖問他“來此做什麼？”六祖回答道“來此求成佛”。

果明法師對學人的提問直接了當。她說：你們的目標要明確，學佛目的是要出三界。因為現在生死流轉，我們不能作主。我們想到天上，做不到，業力做主。我們執著於我見，平常的習氣很重。中陰身(身前的習性)去投胎不停的流轉。特別是我們有很多慾望，對自己的身體很執著，沒有佛法的教導，我們流轉生死，長劫受苦，但走不出來。

(三). 果明法師引用《天台小止觀》序言中的兩句話為大家講解“愚”與“狂”的危害：若偏修禪定福德，不學智慧，名之曰愚，若偏學智慧，不修禪定福德，名之曰狂。狂愚之過雖小，不同邪見輪轉，概無差別。

法師指出：佛教有兩個重要組成部分：其中教理部份(智慧)講解“苦”、“空”、“無常”、“無我”等基本理論，但有些人不喜歡聽道理，只喜歡打坐，享受禪樂。這樣沒有理論指導，沒有方向指導可能會導致盲修瞎練，愚執自己的體驗為究竟，故稱之為“愚”(指糊塗)。佛教的另一個重要部份是修行的功夫，可是也有人把佛的教法當作一門學問來研究討論，不願意依教確實修行，以求證悟，內心無明煩惱依舊癡狂，謂之曰“狂”(這個狂是指內心顛狂，上上下下，他知道教理，但實際上做不到)。

有些人甚至於追求和推崇神通。法師指出神通原本就屬於我們本有的能力，不需要去求。

“神通”不是我們學佛的目的，我們不可以捨本逐末。真正的佛法是見性法，不是讓人見神通。

(四). 法師強調學人們要修行“三福”

在講解“無相頌”過程中，果明法師指出學人不論選擇那一門修學法門，都應該以修“三福”作為必修共同科目。“三福”之重要，佛陀曾在經文中告訴我們是“三世諸佛，淨業正因”。“三福”是：

(1) 孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業

(2) 受持三皈，具足眾戒，不犯威儀。

(3) 發菩提心，讀頌大乘，深信因果，勸進行者。

法師多次叮囑大家，佛法這麼好，大家不但要自度，而且要幫助別人。“勸進行者”是主動去幫助別人。

(五). 法師為學人逐句講解“無相頌”十五首六十句。

當講到：法即無頓漸，迷悟有遲疾，只此見性門，愚人不可悉。

法師告訴我們：“法”是指見性之法，“法”確實是一，本來沒有頓漸，是因為我們有迷悟差別，所以才有頓漸的差別。

見性門是東山法門，是六祖大師的“本來無一物”，不能放下的，就是愚人，就無法見性，所以說“愚人不可悉”。

當講到：說即雖萬般，合理還歸一，煩惱暗宅中，常須生慧日。法師為我們講解了“常須生慧日”。她比喻我們好像

作繭自縛的蠶，生生世世，繭越作越厚，無明的殼越來越厚。“生慧日”的關鍵是去掉自我中心，煩惱現前時，要清楚的

知道一切都是因緣所生法，一切均是假相，不是真實。我們起煩惱是因為我們執著，執假為真，被自己的習氣所轉。

我們無法改變外界的環境，要以自己的心去改變，要不被外境所轉(影響和控制)，而保持內心世界的福德莊嚴，自己的

心不動才能與“空”性相應與“無相”相應

常須生慧日是要常回到自己的清靜心，不論參禪，念佛，都要放下煩惱，離開二，回到中道。

佛菩薩法身無處不在，隨時隨地都在利益眾生。我們的佛性智慧是本具的，現在我們雜念很多，修學遇到困難

時，要祈求佛菩薩加被，自己的心要保持清靜，不要想過去或未來，一切都是因緣所生法。師父也常祈請

觀世音菩薩護佑，成就他度眾生利益眾生的願望，佛菩薩已成就大智慧，有大慈悲。

果明法師是一位經驗豐富、腳踏實地的老師，她為我們傳授的“無相頌”，文字雖不多卻是學習佛法，信解

行證，各個環節都是最根本的原理。到會的近二十位學人都希望今後法師能再次來芝加哥指導我們修學。

筆者：在下面抄錄的是聖嚴師父的一個帖子，摘自去年十月的法鼓通訊。

“路遇懸峭壁走過去，巧遇人間仙境莫逗留”王翠嫵讚美這對帖子的高境界。我把這對帖子作為師父的“無相頌”記在心中，落實在行動上。