**深切的人文关怀- 刘金国谈禅宗思想与境界**

2014年3月15日，佛家智观居士刘金国先生应邀来到新天地文化中心讲解禅宗的思想与境界，讲座获得大家由衷的掌声，其间并无一丝宗教意味，反而将人心 层层剖析，将身，心以禅宗的定义和分类详加梳理和展示，让人对自我，觉性有了更为深刻的认知和了解，并且引起了大家对禅宗至深处的境界与状态的遐思与感悟。

刘先生从禅宗一些基本概念讲起，讲到心，念，性，悟，禅。心和念是体和用的关系。心=意=识。何为心？集起名心，凝聚成心，像荷苞一片片包在一起，对应心的形状。意是思量，识是识别。这三种意思表达一个东西，是心的三个侧面。我们常听说去掉妄心，回归本心。本心就是觉性，自性。还有常说的三心，过去心，现在心，未来心，这些其实都是妄心。何为念？念就是心当下的东西，是正在活动的。何为性？禅宗讲自性，即本来如此的性，即佛性，觉性。“佛”就是觉悟的意思，指觉悟的人，明白真实的人。何为悟？看到本心为悟。如同遇到难题，忽然找到解决方法的那种豁然开朗的刹那体验。人活一世，只有体验留得住，是渐渐地从外围的妄到本，到真实的过程。何为禅？禅是方法，是悟到本性的方法。佛家讲十八戒，是指六根，六尘，六识，这些是跟外界的沟通渠道，是用在外围的色与相。回归本心就是指不要跟着眼耳鼻舌身意走，而本心也不是真正能够依赖的，要把本心最主要的特点即本性找出来，即自性，觉性。何为觉性？在听时知道自己在听，在尝时知道自己在尝，能时时知道自己的心当下的活动，那种省察就是觉性。

关于禅宗思想的特点，刘先生讲到拈花微笑的故事，佛祖在法会上，拈花示众，只有迦叶微笑。佛祖此教外别传，以心传心的方法，即成为禅宗思想的特点 - 教外别传，不立文字，直指人心，见性成佛。简言之即明心见性。让本来的觉知明亮起来，照亮本心，然后见性成佛。随后，刘先生从禅宗的六代传承历史展开，从达摩祖师十年面壁，二祖慧可立雪断臂，三祖僧璨合掌立化，四祖道信肉身不朽，五祖弘忍自称佛姓，讲到六祖惠能东方释迦，用一套禅宗思想传承发展的传奇故事，引起大家的思考。随后又以两个禅宗公案，带领大家进一步领悟禅宗关于人生和人心的深刻智慧。

随后，刘先生讲出禅宗上的几种境界总结，有两境界，三境界，十境界之说。

禅宗两境界即神秀与惠能为得传五祖衣钵所作关于菩提树与明镜台的诗句。宋代禪宗大師青原行思提出参禅的三重境界 ：参禅之初，看山是山，看水是水； 禅有悟時，看山不是山，看水不是水； 禅中徹悟，看山仍是山，看水仍是水。  这其中即指：开始是我“认为”它是山是水，后来用分析角度看山非山看水非水，在明与不明之间，彻悟后山就是山，水就是水，去除了我见而还其本来。

随后讲到十境界，是由著名的十牛图，用牛和人的关系表达出来的。十牛图并不是一人提出，是佛祖讲经过程中，用牛来表示怎样去修行，后期禅师通过禅宗公案和其自身修行总结出来的十个过程，十种境界。一是寻牛喻迷失自性，寻找觉性，二是见迹喻渐见心牛之迹，三是发现牛喻发现本具之心牛，四是得牛喻已证悟自性，五是牧牛喻悟后调心，六是骑牛回家喻骑乘驯服的心牛归于精神的故里，七是忘牛存人喻既已回到本觉无为的精神故乡，八是人牛俱忘喻凡情脱落而全界无物，九是返还本源，喻本心清净，无烦恼妄念，十是入廛垂手，喻不居正位，入利他之境。其实各种境界讲的都是一回事，境界间是互通的。都是通过渐悟最后达到顿悟，悟后不疑，不再改变，永远停留在真实之中。

在各种境界的讲解之后刘先生又拿出四个禅宗公案让大家尝试思考，看大家是否能悟到禅师的境界。

最后刘先生用惠能开悟之例点出回归自性即是开悟方法，一切万法不离自性，何其自性，本来清净，何其自性，本不动摇，何其自性，本自具足，何其自性，能生万法。而开悟之后又如何修法，刘先生也给出了一条清晰的禅宗脉络，他以图示的方法指出：从了知由无明（心念-一念无明），而起分别（妄念），再聚集成无常（念念相续）的凡俗之路，转向证悟从无我（空念），到无生（正念），达致涅槃（无念）的正道上，这就是“观念头”。

整场讲座在热烈的掌声中结束，大家似乎意犹未尽，禅宗的深义在刘金国先生的讲解后引起了众人浓厚的兴趣，其实兴趣即是一种心念的方向，它在导向着我们的人生。这种兴趣带着大家前来倾听讲座，又将在今后的生活中令大家多了一个思考的角度并可以尝试从这个角度审视并调整自己的心念。正像会后宋国忠先生点评的，我们能够做到清楚了知无明到分别这个阶段其实都是有很大难度的，人贵在反观自我，跳出自我。而今天的讲座，刘先生已将禅宗关于得悟及修炼之法全部讲出，可以说是非常宝贵的人生参考，凝聚了刘先生对禅宗深刻的理解和体会。我们可以不相信佛教中的轮回之说，但是，就在这一世，如果能够开悟得道，并尝试修炼提升自我，修得圆满和平静，才是真的不枉活一世。

文化中心代表所有听众由衷感谢刘金国先生的深刻讲解！更多文化中心活动请见网站 [www.xtdcc.ca](http://www.xtdcc.ca)。

新天地文化中心 宋艳供稿