

南懷瑾文化

南懷瑾

與

楊管北

劉雨虹
編

十年磨劍

結識南師後，楊管老除了隨之研究傳統各家文化外，也聚集一些友好，定期請南師講解禪宗佛學，以及道家的修養、工夫。且自一九六〇年起，又多次參加南師主持的禪七訓練。楊管老在禪七的小參報告及南師的解答，皆刊載於《習禪錄影》一書中，現摘錄部分如下：

時間：民國四十九年（一九六〇年）元月二十九日至二月四日農曆

歲次庚子正月初二至初八

地點：台灣省陽明山新北投居士林

（第四天）

十一點五十五分，楊管老忽然大哭出聲，合掌站著，定住三小時不動。

少頃，南師轉身到楊管老居士身旁，曰：既無心，何必定。天中雲，自然行。

（第四天）

楊老：也說不出什麼，只覺很舒服，也無煩惱，只腿子稍痛。至於聞韓居士哭，向佛一拜，我不自主哭了。於是又想：他人哭，我又何必哭，於是反而哭不出，但心念不起而定住了。但要我說，我亦說不出道理。

南師：你現在說話時還保得住嗎？

楊老：似乎保得住。

南師：望你保住，願明日因緣湊合，能再來參加。

（第五天）

楊老：今日在工夫上說，上午老師講《楞嚴經》一段後，「離一切相，即一切法。」深感在家聽經典與在此禪堂聽經不同。在此聽經，同時且在做實驗，是以聽到離一切相兩句，心內澄然，故一定半小時，而不動搖，雖覺蒼蠅在臉上爬，仍是不理，至不可耐時，才拍它一下。今日聽師說了數段公案，我雖不敢說悟了，但覺深有體會。請問「夜半正明，天曉不露……」

南師：參！伸手打蠅，即一切法；蠅飛去後，即離一切相。

（第六天）

楊老：從前一人坐，現為集體打坐，覺得氣氛當然兩樣。坐時今天有兩次特別好。我向不作打油詩，今天坐至最清淨時，此詩突然而來。心境極安然，現可常常找到它，有把握了。而且今天用耳根特別好，我是我，它是它，分得很清楚。只是不著。從前不會用耳，

今天突然會用。

南師：此乃觀世音入道之門，「此方真教體，清淨在音聞。」但特別注意，「動靜二相，了然不生。」如明了這個，此是多大之收穫。

（第七天）總報告

楊老：參加法會為生平第一次，實際只有三天。一向聽師講經說法不如這三天收穫大，尤其聽各位小參之報告，多有啟發。最後盼各位尤應注意師說，效法普賢願王，行大慈悲救度眾生。再者，我望各位回家，應供一尊佛像，設一佛堂，自己修行。師說無佛，實是權說，應注意師亦說，佛菩薩的確是有，不可錯會了。

時間：民國五十一年（一九六二年）二月六日至二月十二日農曆歲次壬寅正月初二至初八

地點：台灣省陽明山新北投居士林

（第五天）

楊老：今天隨時都可以找到它，清清爽爽，明明白白，就是信不過。自問這四天沒浪費，但不覺得有進步。

南師：工夫上不進步，是身體不好的關係。見地信心不夠，信不過，是慧力不夠。

（第七天）

楊老：本人這幾年道高魔長，我很慚愧。各位都很精進，我學到很多。老師這次抱病主七，我們應感謝，婆心太切了，希望大家學學袁了凡，努力修善。心法，求其在我，一切唯心造，有錢的出錢，有力的出力。慎獨工夫，就是不動惡念，要從起心動念處做工夫。

時間：民國五十二年（一九六三年）元月二十六日至二月一日農曆

歲次癸卯正月初二至初八

地點：台灣省陽明山新北投居士林

（第一天）

楊老：我退步了，去年打七的境界，因出國而全部丟掉了。身體好轉，打坐時念頭反而多了，自覺不夠精進，大是退步。

（第五天）

楊老：這一支香，我一上座就好像昏沉，像是要睡覺的樣子，我又聽到老師說：昏沉就隨它去昏沉，散亂就隨它去散亂，不要去修正它。我就沒有去把清淨圓明的境界用心去把持住，知道自己好像是睡著了，但是清清明明，外面一切響動，聽得清清楚楚，心情非常舒服，就這樣坐了一支香，我不懂這是怎麼一回事，請老師開示。

南師：你跟我學佛五、六年，這一次總算是讓你摸到了邊。這兩天我總是拿話來引你，不要修正啊！不要修正啊！可是你總是翻不過來，知道嗎？這樣才是入定的前象。初禪二禪三禪四禪，跟著就會一步一步到達，一切神通妙用，也要從此定中發出來，要能夠隨時隨地，一切動作云（言說）為，行住坐臥，都不離這個，就可以有大成就。

（第七天）上午九點南師評論各人

南師：楊管老（當日）功用境界，已近破參，且程度較黃老先生深，只可惜在悟境的見地都尚嫌不足。魯居士亦出乎意料；從來說笑指他此生無望，來世再修。不料人怕發狠，狠必有感應，也有所得了，但可惜般若慧力不深，下山後應更加精進，修持要緊。蕭先生此次特別加緊，心已入道，但尚未破了自畫的界限，應更加努力。

時間：民國五十四年（一九六五年）二月四日至二月十日農曆歲次

乙巳年正月初三至初九

地點：台灣省北投奇岩精舍

楊老：何謂金丹？

南師：金丹的範圍有兩種：內丹、外丹。兩種丹又有三類：天元丹、地元丹、人元丹。現在所說的是對內丹範圍的人元丹而言。金丹即將精氣神提煉蒸餾化合而成。大致和密藏中的修氣、修脈、修明點、修拙火相同。金丹的基本是精化氣、氣化神。

楊老：那麼如何下手提煉呢？

南師：即如老子所說的嬰兒「未知牝牡之合而媵作」，睡後或靜中陽具舉起來了，但無絲毫慾念，此時即「一陽初生時」，人在這個時候，慾念一動，便屬後天，沒有用處。而且很可能就漏精了，這時應該立即起來打坐，用淨念工夫煉化了它，打通督脈。

但這一套理論和方法，在佛教中人，動輒就罵它是「外道」。印光法師罵這些人為魔民，學這一套的人都是魔子魔孫。印光法師還會錯嗎？印光在清末民初四大老中，德高望重，一言更勝九鼎之重。（印光和尚——淨土；虛雲和尚——禪宗；太虛法師、諦閑法師——教理。四位同稱清末民初佛教四大老。）他（印光）所大罵呵斥的，應該是屬於後代道家旁門的學理方面，他並未深入道家之中，嚴格講究煉精化氣等等修為的理論與方法，因此不知他們嚴守姪戒，堅持不漏丹的功果，是如何有補於顯密持戒的方便。所以也難免有賢者立言過於儻侗之失。但是，大家都相信他的話，這是外道。「眾口鑠金，積毀銷骨。」

後來學了密宗以後，咦！我發現這一套自認為是正道的密教理論，並不有更外於此者，只不過灌進了佛法的知見而已。當然，學顯教的大師們，也罵密宗為魔道。反正罵過來，罵過去，誰都未得道。其實，中國道家的東西，比起藏密這一套修報身方法的

並不少，還各有所長哩！這些喇嘛都學神通，貢噶師父還以念咒來卜卦，我親眼看見他用的是千支的推演方法。

那是唐朝文成公主到西藏時，帶了五個道士、廿幾個儒生同去時傳去的。至少這兩個宗教有相同的道理，只是表達方式不同而已。這種理論我都自己先實驗過，才敢下結論。但根據很多實際得來的資料，我發現凡修行人，不論在家出家，都漏丹（遺精）。漏丹、意淫，都是犯了基本的戒。換言之，戒不戒先不說，無論學佛修道，身不漏的基本都做不到，道理說得天花亂墜，那有什麼用？人總不可以自欺，對嗎？如欲得定，必須嚴守戒、定、慧之學。不漏丹是最起碼的戒學，但工夫做好的時候，反而會漏丹，甚至受不了而想辦法使它發洩了才輕鬆，但如此一來，辛苦得來的工夫又要完全垮台。而且漏後，一身痛苦，真如下了地獄，可見佛說句句實話，因此還要從頭用功，慢慢修持回來。但等到陽氣發動後，淫慾之念又來了，如此周而復始，永遠凡夫而已。

楊老：有人從東邊走，你往西邊走，但兩人的目的地都能達到。

南師：還不止這樣子，還有一個道理。你讓楊管老把兩次打七，身上氣機發動的情形，以及最近一次的變化告訴你，也讓大家聽聽，聽了以後我再作結論。他第一次如何，但是還沒有大動，他並沒有修氣脈，他是走心性之路。這是一種徵象，氣脈要通不通的初步徵象，必然會來的。宗喀巴大師說：「中脈不通，證得菩提，必無是處」這句話，絕對的準確，這是真話。但是修禪宗的人，絕不講氣脈，不講色身上事，真正見到那一下，氣脈也是必通的，道理在這個地方。假使說是真正見道，而身上氣機不起變化，必無是處，否則就不是真正見道。這是一而二，二而一的道理。所以這一句話的結論，就是必須要氣脈通才能見菩提，這對不對？絕對的對。這個意思懂了吧？

楊老：這個無慾而舉的，是無始以來的劣根性嗎？

南師：非也，絕對無慾而舉，不是無始以來的劣根性，是生理自然現象，是生命本能所發作用之一種。無始以來的劣根性是情慾的念頭。

楊老：那麼您剛才問我們為什麼有動呀？這是不是無始以來的動呢？

南師：剛才周老居士就跟我兩個談了半天，現在你們兩個人可以討論辨別一番呀！

周老：這個動呀，是無明，大概是無始以來的業，對不對呀？

楊老：業也是心造的。

南師：是的，業由心造。

楊老：它是空的。

南師：對的，業性體空的。如果說業是有的話，佛法就成了問題，因為成佛也是善業，（如果）命中註定會成佛，佛法變成宿命論了，可以說宿命論就包括了佛法了。

（楊老連說幾個對！對！對！）

南師：所以剛才周老居士說過的業，是由心造、念造的。身心這個活動積累久了，薰習久了，就變成業力。一股力量、習慣。可是你們把話扯開了，關於那個問題，你們還要去參。

楊老：與這個不同啊？

南師：不同！不同！

楊老：慾念動，業力也動。

南師：是啊！這個便是根本無明了。

楊老：對！業力動，慾念也動。

南師：為什麼它要動？那個要參！同這個不相干。現在是講這個，又回到這個問題了。比如摸摸頭呀！這個方法好得很，久而久之，可以祛病延年，還精補腦，好得很。尤其辦公做事疲勞極點的，隨時可用。久而久之，真正精充滿了，化了以後，在男人來講，兩個睪丸縮了上去，陽物縮進去了，可得「馬陰藏相」。

楊老：我今天沒有什麼，今天吃力得很，並非想睡，但是坐在這裡，很明白，妄念很少。下午觀想明點，我都知道，觀想有個明點，方法不同，一個用眼睛，一個用意識來觀，不管如何，隨時隨地可以保持。總覺得有個明點，自己要把「意」擺在這一點上去看。

南師：此如龍銜海珠，遊魚不顧。隨時隨地可以如此，雜念不起。記住這一句，空中有這一點妙有，始終定住，留「意」擺在這一點上，慢慢可以翻過妙有之關，起真作用。

楊老：我現在問一個笨問題，我們打坐、參究，見到「這個」以後應該怎麼辦？

南師：我們這一堂人，即使見到「這個」，也是所見者甚少，只是見到三際托空，本來面目的一個空的境界。如同圓明居士（雍正皇帝），在嘉陵音那裡，見到這個以後，到章嘉處印證。章嘉說：「你這個見到的對，並不是不對，但只是鑿破了一個小窗子的洞

所看見的天。應該是把這個房子打破，登在高山頂上，所看的天才完整。」於是他回來重新在自己的官邸裡——那時他還是世子——閉起門來，自己打七。七七四十九天的「七」，結果突然間他只覺通身流汗，大悟了。於是趕緊再跑去看章嘉，章嘉看到他進門，還未等他開口，手這麼一招，就說對了，對了，這回對了。他也就這麼回去了。這就是所見者大與所見者小的不同。

你們這堂人所見者小，都是他力所出，所見都淺，見了這個以後應擴而充之，配合行履，變化氣質。不只在靜坐上用功，在定住以後，應在行事之間，待人接物之間，看能否忙忙碌碌之中保持這個。苟有不能，必立刻上座，放下，好好保任，待有充分把握時再起用，必須動靜一如。

楊老：心一境性是不是就是本來面目的如如不動呢？

南師：這是兩回事。心一境性，定生喜樂是禪定。九次第定與大乘願力

配合，即十地菩薩境界；如只落在小乘境界，即羅漢果位。真到如如之地，其中也有心一境性的作用，如真見到真如，如如不動，則豈但心一境性，初禪、二禪、三禪、四禪，直到九次第定，皆在其中矣。自性本自具足。所以心一境性不能說即如如不動；但如如不動，則自然有心一境性的作用，不能混為一談。如如不動之真如自性，可概括九次第定及菩薩十地，乃至菩薩五十二位，乃至三藏十二部，六度萬行；而心一境性不能概括如如不動，其中歸納分析，必須要弄清楚，此乃般若智慧。般若真智，是靠大乘六度的前五度——布施、持戒、忍辱、精進、禪定來配合的。功德不能圓滿，般若真智萬難成就。

總之，修禪是學佛的一種法門，頓悟、漸修，也都是學佛法門的一種方便，福德資糧——前五度的行持不具足；智慧資糧——般若實相不具足，都不能成就。切記禪門古德兩句不易的名言：「實際理地，不著一塵。萬行門中，不捨一法。」由此把穩修持，必

可歸家穩坐。

此會已經圓滿結束，諸位還我話頭來。我還是我原樣，依然凡夫俗子，不必再冒牌了。（一笑下座）