

【佛教论坛】

佛教的解悟、证悟及悟修之顿渐

文／陈兵



一、禅宗之悟与修

关于开悟，禅宗有解悟、证悟之分。《禅源诸论集都序》卷三说，由顿悟而渐修者，是就解悟而言；渐修顿悟、渐修渐悟、顿修渐悟，皆就证悟而言。“若因悟而修，即是解悟；若因修而悟，即是证悟”。是则宗密所言证悟，是指见道证果时的悟，即惠能所谓“证果渐中顿”；解悟则指证果前的悟，即《楞严经》所谓“理则顿悟”，惠能所谓“悟法渐中顿”，只是悟心性之理，安心，得正见，非实证。以此为准则衡量，则达摩二入之“理入”（由修壁观安心）及《坛经》“一念悟时，众生是佛”、“一悟即至佛地”等语，皆讲解悟，“若开悟顿教，不执外修，但于自心常起正见，烦恼尘劳常不能染，即是见性”，当指见道证果时的证悟。

憨山《示参禅切要》对解悟、证悟的解释则有所不同：

若依佛祖言教明心者，解悟也，多落知见，于一

切境缘多不得力。……若证悟者，从自己心中朴实做去，逼拶到山穷水尽之处，忽然一念顿歇，彻了自心，如十字街头见亲爷一般，更无可疑。……然后即从悟处，融会心境，净除现业流识，妄想情虑皆融成一片，此证悟也。

憨山所说的解悟，指通过研读经论对真如、心性的理解，即天台宗所谓“开圆解”；证悟则指通过参究而从离念心体的切实体验所得的悟，包括了宗密所言解悟和证悟。

唐宋禅宗界曾有过“黄龙三关”、“兜率悦三关”等公案。明清以来，禅宗门中将参悟的进程规范化为破“三关”，一般说前后际断、见自心性为初关“破本参”；“大死大活”、心境不二、色空无碍为破“重关”；拂除悟迹、无碍自在为破“末后牢关”。多说破重关方为真悟，也有认为破初关即见性及认为破末后牢关方见性的，又有“一簇破三关，犹为箭后路”，谓三观可一下顿破、顿破亦非圆满见性者，有认见性只有一次，无所谓三关者，众说纷纭，莫衷一是。太虚《曹溪禅之新击节》说：

破本参，即刹那间透露一下而已，所以还要破重关，即把所悟到的作本钱，凭自己悟到的作为修习上的根本，由此伏断无始的虚妄习气。了知修行不离本觉，本觉不离修行，则不滞悟境而透出重关了。工夫进步，用到修悟相应一致，无功可用，所谓“百尺竿头重进步，十方世界现全身”，就透末后牢关了。

其《中国佛学》说：破本参（悟阿赖耶识）而不知有重关（悟心无性）须破，则易落于天然外道；破重关而不知透末后牢关（悟无性心源含融万法），亦易安于小乘涅槃。必须透过三关，始可真实到达佛祖的境界。这种说法较为实际，为明清以来多数禅门大德所认同。

太虚《觉苑应为修七觉之苑》又以七觉支（七菩提分法）配参禅三关：精研一切知解，一丝不挂，点埃不着的深参力究，如择法觉分；专注不懈，行不知行，坐不知坐，所谓“见山不

知山，看水不知水”，如精进觉分；至依正浑融，内外一如，忽得心空境寂，生大欢喜，即是喜觉分，亦即三关之初破本参；断除与舍离烦恼习气，明真息妄，止恶行善，如除、舍二觉分，即是破重关；能观智与所观境冥合不二，打成一片，此心更无走作，似古井不波，即成定觉分；由此定觉无间，念念定慧均等，便是念觉分，到此念念与觉体相应，引生无分别智，方是真证平等真如的真觉，当属破重关境界；百尺竿头更进一步，能所双亡，心境俱寂，与清净法界平等法身如如相应，便为豁破末后牢关。修此七觉支分，正是由四加行位入于真见道位的进程，“所以修七觉分法由加行智入根本智，亲证一真，比之禅宗行者的直透三关，正是相同”。

《宗范》认为，各人悟修的情况容有种种不同，有大悟一二十番者，有三番彻悟者，也有四五六七番才圆悟者，似不必概定三关为程序。这种说法大概比较合理。

关于悟修，禅门中一般多根据《坛经》，自信“顿悟成佛”、“一悟即至佛地”，然《楞伽经》卷一明言清净心地、成佛乃渐修：

渐净非顿，如庵罗果渐熟非顿，如来净除一切众生自心现流，亦复如是。

为离自心现习气过患的众生又可“顿为显示不思議智最高境界”，如明镜顿现色像，似有利根者可以顿悟的意味。《楞严经》卷十云：

理则顿悟，乘悟并消，事非顿除，因次第尽。

实际上，南禅也倾向于顿悟渐修。惠能有偈云：

听法顿中渐，悟法渐中顿，修行顿中渐，证果渐中顿。

汾山灵佑禅师说，初学者依因缘顿悟自性，“犹有无始旷劫习气未能顿净”，须渐修以“净除现业流识”，顿悟仅仅是“出尘阶渐”，并非真的成了佛。禅宗史籍上颇多悟后渐修的例子，如惠能得衣钵后隐于猎人队中潜修十六年；赵州从谏和尚悟后八十高龄犹行脚参访；云门文

偃南北参访十七年，才“心猿罢跳，意马休驰”；香林澄远四十年始得打成一片；涌泉普愿四十九年尚有时走作（忘失心性）；高峰原妙悟后苦修五年，雪岩祖钦悟后修十年，达醒睡一如；无闻思禅师参究二十年身心脱落开悟，但微细隐秘妄想未除，再修十五年才完全颖脱；等等。圆悟克勤禅师云：

悟则刹那，履践工夫，须资长远。

喻如初生鸚鵡，经久羽毛丰满，才能高飞远举。

《禅源诸论集都序》卷三根据根器因缘的不同，分顿渐悟修为四类：一渐修顿悟，喻如伐木，片片渐斫，一时顿倒；又如步步渐行，一时顿到。二渐修渐悟，喻如登九层之台，足履渐高，所见渐远。三顿修渐悟，喻如学射，箭箭皆瞄准靶子，而日久方百发百中。四顿悟顿修，喻如斩一捆丝，万条顿断，此唯上上利根，甚为罕见。四种情况，都是就今生而言，“若远推宿世，则唯渐无顿，今见顿者，已是多生渐熏而发现也”。

太虚《真现实论宗体论》认为：依通常教理，无论如何的顿悟，都是由渐修而来。依禅宗的主张，就悟生佛平等的本有佛性而言，是不论凡圣渐次的。为普遍向一般人开示，强调只要有善知识的善巧指导，学者的恳切参究，无论何人皆可以顿悟，不必要由渐修，这才显示出禅宗顿门的特点。因为是本有的，一刹那相应当下便是，不落阶位，不落功勋。

关于悟后之修，达摩二入中的行入，所修有四种行：报怨行、随缘行、无所求行、称法行，前三种行皆可摄于第四称法行，称法行，谓以与真如法性相应的清净心、无所住心修菩萨六度行，“修行六度，而无所行，是为称法行”。按大乘教义和达摩行入之旨，悟后修行，不仅须渐除自心烦恼习气，而且要积极走入社会生活中、众生中去修利他度人之菩萨行，圆满福慧，方能圆满见性。《梦游集》卷五〈示段幻然

给谏请益〉云：

纵能悟彻法界，若不学善财修习普贤大行，终是不免堕落空见外道，可不惧哉！

太虚《曹溪禅之新击节》说：顿悟之后，又分两途：一、顿悟顿修，直由此顿悟妙慧念念现前，更不立渐次。二、顿悟渐修，令无始习气伏除。其《教观诠要》指出：禅宗入手功夫简直了捷，亦无非导人自悟此当体无生空寂之心性耳，若根器稍劣者，便死于此，只是随缘消旧业，不造新殃，冷湫湫地作个自了汉而已。而根器猛利者，复于此无生空寂之心性中，明见具有无量功德、无量智慧，与虚空、法界、诸佛等，即运无缘大慈，起同体大悲，不般涅槃，不求净土，于三界六道之中出入无间，慈悲无尽。如所谓若不上天堂即便入地狱者，则以进入别圆贤圣之位，而与佛菩萨不思議境界相邻矣。

笔者以为：法界、真心的全体，应分为体、相、用三面，顿悟见性，一般只是现量见法界、真心之体，得证知诸法空性的自然智、一切智，禅宗人所谓悟涅槃妙心，保任不失，可以证得涅槃，了却个人生死，乃至彻悟法界之理，也只是个见地高超的阿罗汉。离成佛尚远。圆满见性，须更圆满真心的相、用，必须在与众生的关系中渐修六度万行，圆满福慧，至成佛位，才得如《涅槃经》所言“如昼见色”般明见佛性了了无碍。

二、藏密之悟与修

藏密对见证心性光明及悟修的次第，有比禅宗更为明确的界定。

修父母二续密法，于生起次第修收摄、整持二种三摩地而证得的“喻光明”，非真正见性，大概可归于宗密所说的解悟。进而修圆满次第，于气入住融于中脉时修观所证的“实义光明”，为真正见性，大概相当于宗密所谓

证悟。见、证光明，不仅有无念、乐、明等觉受，还有外见如日月、黎明晴空相等信号。

大手印法分心性光明的修证为知、觉受、证三层。知，为对心性的理解，是通过意识思量而得或有意识思量的成分在内，属闻思慧。觉受，谓通过观心等修持，对心性有切实的感受、体会。知与觉受，一般可归于宗密所言解悟，大略相当于天台宗所谓“开圆解”。证，谓离言说思量，现量证见心性，或心的实性在内心中自然显现，相当于宗密所言证悟。

大手印的修证进程，分见、修、果三步或见、定、行、果四步，见，为对心性的领悟或顿悟，包括知、觉受和证，当于达摩二入之理入；修或行，相当于达摩之行入。通过观心，认识心性而得大手印见后，以平等、舒展、弛缓三要诀保任本心，不令刹那迷乱，谓之修或定（“大手印定”）。《恒河大手印》诀云：

任运持心安住本明体，分别垢水自当返澄清，障修诸显亦各自隐寂，无取舍心光发而解脱。

是为修定之要。若有散乱、烦恼生起，以如柴芟断、如婆罗门捻线、如婴儿观佛殿、如象入荆棘四诀对治，随其显现，不取不舍，唯于其初生之刹那立即认识其体性，则烦恼妄念自然消融于本住明体中，有如水上画纹，随画随灭。定心稳固后，须深入社会人众中，自利利他，以“无作”为要，修无上密法的普贤行、密行、明禁行、聚行、普颤行、胜御方行等二十九种行，积极主动地磨练自心，不被美色、恶名、打骂、毁辱、病苦等一切诱惑、刺激动摇自心。《恒河大手印》概括大手印见修行果的诀要云：

若离执计是见王、若无散乱是修王，

若无作求是行王，若无所住即证果。

大圆满心中心法关于心性光明的印证，与大手印相近。通过前行观心，正行认识明体而得“澈却见”，当于宗密所言解悟，然后以空寂、广大、独一、任运四诀修光明定，妄念烦恼起

时，随即观察，知其生起与对治均属妄念，不必修断，犹如水上写字，随写随灭，以三法修持：

一空性如虚空法：观自身身口意三业及六根所对六尘境皆如虚空，五根任运了境而不分别。

二明空如镜法：观六根所对境如镜中之像，毫无执着。

三显空如浪法：观所起妄念与能观之心虽然明显而体性本空，同时寂灭。

认识妄念体性，不作取舍，保持明体刹那不迷乱，直到烦恼尽净，心性圆满，当于宗密所言证悟。在澈却定的基础上，依“妥噶”法修禅定，以期现证法界，转化肉身，其现证法性的境界分法性现量显现、觉受增长显现、明体晋诣显现、穷尽法性显现四步，各个阶次的证量都有明确的标准。修至第四级法性穷尽显现，现见自性三身及五方佛净土、报身，离能现所现，方穷证法性，圆满见性。法海喇嘛认为这种境界与禅宗之破末后牢关相当，若如此，则还只是个人解脱境界，并非实际圆满佛果三身五智。

（选自陈兵《佛教心理学》第十四章“明心见性之道”）

作者简介：

陈兵，四川大学宗教研究所博士生导师。



知网查重限时 **7折** 最高可优惠 **120元**

本科定稿，硕博定稿，查重结果与学校一致

立即检测

免费论文查重: <http://www.paperyy.com>

3亿免费文献下载: <http://www.ixueshu.com>

超值论文自动降重: http://www.paperyy.com/reduce_repetition

PPT免费模版下载: <http://ppt.ixueshu.com>
