

認識禪宗

綱 要

壹、禪宗與禪

貳、禪宗的起源

參、中國禪宗的由來與發展

肆、如來禪與祖師禪

伍、參禪悟道之方便：看話禪與默照禪

陸、今日禪宗之修學法要

柒、五宗宗風接引要路

捌、認識公案

認識禪宗

壹、禪宗與禪——

一、禪宗又名佛心宗，亦云心宗，以心傳心，傳佛心印故，雪峰禪師云：「淨智妙圓，體本空寂。非見聞覺知，思惟分別之所能到，此即是禪(禪宗之禪)」。古德亦云：「一切修行在使自悟其無念時之本來面目而已，故曰歸宗」。此中「無念之本地風光，非斷滅之無念，而是離著有著空之寂而常用，用而常寂，不染萬境，體用一如，定慧一體之常住真心」。

二、禪：

(一)禪之一字是禪那簡稱，可說是一種修定心的學問、方法與境界，漢譯靜慮、思惟修、棄惡、功德叢林。

1. 靜慮：即置心一處(止)，寂靜審慮，清清楚楚，明明白白(觀)，成就定慧等持(請參考寶鏡法師所釋，智者大師所著之「修習止觀坐禪法要講述」)。
2. 思惟修：思惟正理而修習，其修習目的及思惟之理，則各有異，有大乘小乘及世間禪等，如小乘禪法之大安般守意經，四念住觀。大乘禪之華嚴六相十玄、法界三觀、天台一心三觀、淨土十六觀等。
3. 棄惡：捨棄一切惡法，遠離一切煩惱如呵五欲、棄五蓋，乃至斷見思惑、塵沙惑、無明惑等諸煩惱。
4. 功德叢林：以修學禪定能開顯自性智慧神通妙用等諸功德。

(二)禪修證入境界之層次差別：

1. 世間禪：如四禪、八定，未出三界生死煩惱等皆屬之。
2. 出世間禪：如斷見思二惑之二乘及權教菩薩所証。
3. 出世間上上禪：即實教菩薩與十方如來所証之如來禪，即自性本具之首楞嚴大定。「首楞」譯一切事竟，嚴譯堅固。謂一切事竟而得一堅固的理體。

(三)中國禪宗以前之禪，是依教修觀的禪，而禪宗則是直下會取本地風光之如來禪。

(四)禪宗之「禪」——禪宗之「禪」字，譯義皆同，然解釋不同。

1. 靜慮：定慧一體。

2. 思惟修：一接觸就明白，明白就知道該怎麼運作。

3. 棄惡：轉一切法成無上菩提。

4. 功德叢林：自性法爾如是，即體即用，體用一如。

禪宗之禪，其體為涅槃妙心，亦即是明心見性，見性成佛之如來上上禪(如來禪)。

所謂如來禪是指頓悟本心，元無煩惱，本自清淨，具足一切法，毫無欠缺，與佛平等無二，不假外修，此為達摩祖師所傳之禪，故達摩祖師云：「明心見性之謂禪」。

貳、禪宗的起源——

此記載於「大梵天王問佛決疑經」，經文記載：佛在靈山，大梵天王請佛說法，以金色波羅花獻佛，佛拈花示眾，直示佛性，大眾根淺未識，迦葉領旨微笑。佛言：「吾有正法眼藏，涅槃妙心，實相無相，不立文字，教外別傳，付囑摩訶迦葉」，乃至多子塔前，分座令坐，以袈裟圍之，告迦葉曰：「吾有正法眼藏，密付予汝，付汝衣法，汝當守護」，故迦葉尊者為禪宗初祖。迦葉尊者傳二祖阿難尊者，依次傳至二十八祖菩提達摩尊者，西來中國傳授心法而有了東土的禪宗。

參、中國禪宗的由來及發展——

一、佛教於東漢明帝(西元 67 年)傳入中國，其後經魏晉宋齊梁陳六代之譯傳，至隋唐而成熟，且中國化，由譯傳之佛學，一變而為論註之佛學，各抒所見而開宗、立派、參綜合併而得大乘八宗小乘二宗。

性、相、台、賢由講解而起信，由教理而起行，是為佛「學」的主幹，禪、淨、律、密是行法，是為佛「法」的主幹。隋唐時代二者俱全，有學有行，是為中國大乘佛教的全盛時代。

二、禪宗在中國始於梁武帝時達摩祖師西來，真正的弘傳，可說始於六祖惠能大師於曹溪開堂說法，時約唐高宗鳳儀二年(西元 677 年)以迄宋末(西元 1276 年)為時約五百餘年，「一花開五葉，結果自然成」，亦可說是禪宗的黃金時期。

三、在達摩祖師西來以前，我國自東漢恆帝建和二年(西元 148 年)就有小乘之禪學的翻譯。如安士高所譯之「大安般守意經」，教以把心安住一處，攝心不亂。「禪定方便次第」教導調身、調息、調飲食、調睡眠、調心之方法；而後經三國、西晉、東晉至南北朝約四百年間，不斷有梵僧來華傳譯禪經，漸漸由小乘禪法演進成大乘禪法。而當時印度受

回教入侵，大乘佛法日漸衰微，達摩祖師依其師二十七祖般若多羅尊者指示，見東方大乘氣象成熟，故泛海東來，傳授心法，而成中國禪宗初祖。

- 四、菩提達摩為南印度香至王之第三王子，原名菩提多羅，遇二十七祖般若多羅尊者付法後，把「多羅」二字更名為達摩，以避師名。菩提達摩，漢譯「覺法」。當二十七祖般若多羅尊者，遊化至香至國時，國王奉為上賓，非常禮遇，並以國寶之摩尼寶珠供養尊者，般若多羅尊者以寶珠試其三子曰：「此珠圓明，有能及否？」，第一及第二王子皆云：「此珠七寶中尊，固無踰也，非尊者道力，孰能受之」，唯第三子云：「此是世寶，未足為上，於諸法中，法寶為上；此是世光，未足為上，於諸光中，智光為上；此是世明不足為上，於諸明中，心明為上；此珠光明，不能自照，要假以智光來辨於此，寶不自寶，珠不自珠」，祖知是法器，後付之予法。師得法後，復問祖曰：「我即得法，當往何國，而作佛事」，祖曰：「汝雖得法，未可遠遊，且止南天，待吾滅後 67 載，當往震旦設大法藥，直接上根」。祖滅後六十餘年，師見東方有大乘氣象，遂於我國南北朝時代，從南印度泛海東來，經今日之馬六甲、暹羅、柬埔寨等沿海，備極辛苦，經三年時間，於梁武帝普通七年，亦有說普通元年，約西元 520 年(有爭議)，始達中國之南海，即今廣州海岸，於當年九月二十一日廣州刺史蕭昂迎接祖師，並奏聞梁武帝，武帝於同年十一月一日迎至金陵(今之南京)，問祖曰：「朕即位以來，造寺、寫經，有何功德？」祖曰：「實無功德」，帝曰：「為何實無功德？」祖曰：「淨智妙圓，體自空寂，如是功德，不於世求」，帝又問曰：「如何是聖諦第一義諦？」祖曰：「廓然無聖」，帝曰：「對朕者誰？」祖答曰：「不識」，帝不悟，祖見話不投機，遂渡江至魏，於後魏孝明帝正元元年，至河南登封縣西北嵩山少林寺，終日面壁而坐，等待機緣，時稱壁觀婆羅門。世俗亦有一說：因祖師終日坐禪，故所傳之法，取名為禪宗(此非正說)。後遇慧可，斷臂求法，而後傳法於慧可。達摩祖師將傳法時，乃命門人曰：「時將至矣！汝等蓋各言所得乎？」，時門人道副對曰：「如我所見，不執文字、不離文字而為道用」，師曰：「汝得吾皮」，尼總持曰：「我今所解，如慶喜見阿閼佛國，一見更不再見」，師曰：「汝得我肉」，道育曰：「四大本空，六塵非有，而我見處，無一法可得」，師曰：「汝得吾骨」，最後慧可禮拜後，依位而立，師曰：「汝得吾髓」，乃顧慧可而告曰：「昔如來以正法眼，付迦葉大士，展轉囑累，而至

於我，我今付汝，汝當護持，并授汝袈裟，以為法信，各有所表，宜可知矣」。達摩祖師付法後，於梁武帝大通二年(西元 528 年)示寂，葬於熊耳山，葬後三年，魏使宋雲從西域返魏，遇師於蔥嶺，見手攜隻履，宋雲問師何往，師曰：「西天去」，宋雲歸，奏其事，帝令啟墳，唯見空棺，一隻草履存焉。

五、故西土二十八祖，達摩祖師為中國禪宗初祖，初祖傳法二祖慧可大師(河南虎牢人，原名神光，俗姓姬)。二祖傳三祖僧璨大師(江蘇徐州人，俗姓無可考)。三祖傳四祖道信(湖北人，俗姓司馬，十四歲禮師，服勤九年，披剃受具)。四祖傳五祖弘忍大師(原栽松道人，入周氏女胎轉世，於孩童時在黃梅縣域遇四祖問曰：「子何姓」，答云：「姓即有，非常姓」，師問曰：「是何姓」，答曰：「是佛性」，師曰：「汝無姓耶？」答曰：「性空故無」，師知其甚深因緣，向周氏女乞兒，收為弟子)。五祖傳六祖惠能大師(本籍河北省范陽縣人，於唐貞觀 12 年，西元 638 年生於廣東省新興縣，俗姓盧)。六祖慧能大師以後只傳心傳，不傳衣法(得法嗣者 43 人)如達摩祖師授偈意，衣不合傳，偈曰：「吾本來茲土，傳法救迷情，一花開五葉，結果自然成」。

六、自六祖大師以後，其後世弟子，依各人修行的方式不同，發展為五宗二派，五宗為臨濟宗、為仰宗、曹洞宗、雲門宗、法眼宗，二派為黃龍派、楊岐派。因二派出於臨濟宗，後又歸入臨濟宗，故今人皆云五宗，少言五宗二派。

五宗宗風——接引要路

臨濟宗 — 戰機鋒論親疎為旨，嚴峻激烈。

為仰宗 — 明作用論親疎為旨，溫文儒雅。

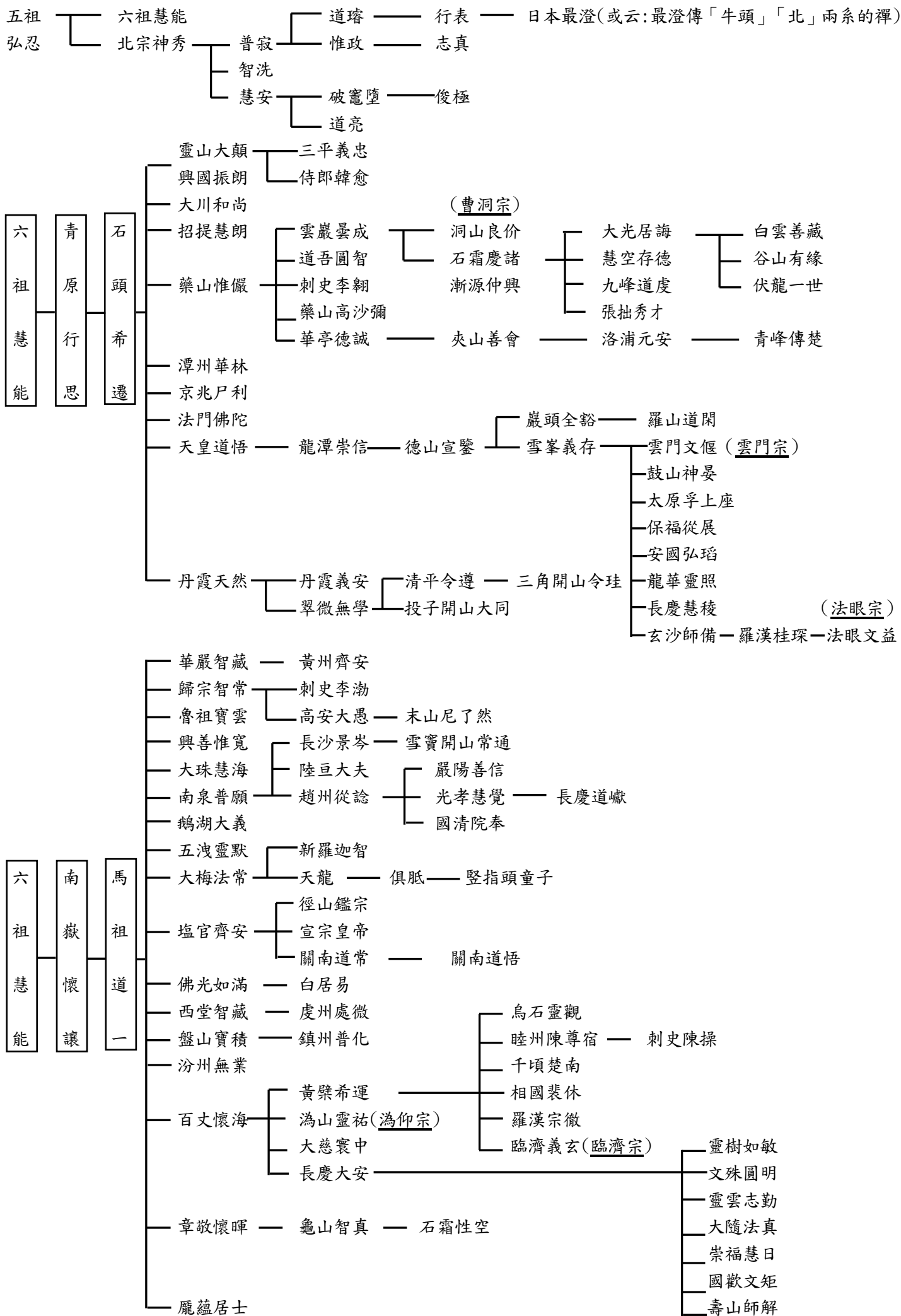
曹洞宗 — 究心地論親疎為旨，親切綿密。

雲門宗 — 擇言句論親疎為旨，出奇言句。

法眼宗 — 先利濟論親疎為旨，因材施教。

五宗接人契入本性之門徑方法，雖然不同，但掃除情識，徹證心源則無二也。後為仰宗滅於唐朝末年，法眼宗流入高麗，今惟臨濟宗、曹洞、雲門存，而以臨濟宗為盛。

七、中國禪宗從達摩祖師至道信大師皆是單傳續佛慧命，至弘忍大師以後而有南慧能、北神秀之南北二宗，後北宗日漸消萎，而六祖惠能大師心法之傳承則發揚光大，正合一花開五葉，結果自然成之旨意，見傳承系統表。



肆、如來禪與祖師禪

- 一、達摩祖師西來，尚以四部楞伽經印心，以印證所證為如來禪(如來上上禪)，及至中唐以後，盛行以棒喝機鋒、坐禪等不立文字，直指人心、見性成佛、直下承擔之禪法來接引眾生。故仰山慧寂禪師乃另立祖師禪之名，以一念返照、契會本心，不立文字，直下會取，見性成佛道之圓頓法門，為達摩祖師所傳之心印。而把如來禪視為教內之禪，故太虛大師解為如來禪是落功勳漸次的，祖師禪是一念返照，頓悟本性的。古德有云:如來禪是證悟佛性本體，祖師禪是發揮佛性妙用的。
- 二、舉公案說明：智閑(香嚴和尚)參漚山禪師，漚山問云:「不問平生學解，如何是汝父母未生前本來面目？」，智閑茫然莫答，泣辭漚山而去，過南陽香嚴寺，乃獨居參究。一日鋤地擲瓦，擊竹作聲，廓然省悟，乃作一偈，寄呈漚山，偈云:「一擊忘所知，更不假修持，動容揚古路，不墮悄然機，處處無蹤跡，聲色外威儀，諸方達道者，咸言上上機」。祖見了，告仰山曰:「智閑徹悟也」。仰山言「尚待試過」。仰山乃謂曰:「師弟，近日見處如何？」。答曰:「去年貧未是貧，今年貧始是貧，去年貧無立錫之地，今年錫也無」。仰山乃謂曰:「師弟雖會如來禪，祖師禪尚未夢見在」。智閑續答一偈曰:「我有一機，瞬目似伊，若還不識，問取沙彌」。仰山聽後，方首肯道:「且喜師弟會得祖師禪」。

伍、參禪悟道之方便：看話禪與默照禪

禪宗極盛於中國唐朝及北宋，依其直指人心，見性成佛之無上妙法，實令許多根熟眾生得大受益，及至後來眾生根機漸微，故此直指人心，教外別傳之圓頓妙法，漸流為口頭禪之文字遊戲，談道者多，證道者漸少矣!故於南宋時代，臨濟宗門下之大慧宗杲禪師，倡導藉古禪德公案法則，來契入心性徹悟之機，以此當作坐禪，故有參話頭之盛行，而當時曹洞宗之宏智正覺禪師則主張以「坐空塵慮」來默然靜照，**兀兀**坐定，不必求其大悟，唯以無所得、無所悟的態度來坐禪，此名「默照禪」。默指「沉默」，專心坐禪；「照」即以「慧」來鑑照原本清淨之靈知心性，而自有水到渠成，証入實相之時。而當時此兩宗，互相批評，大慧宗杲禪師貶稱「默照禪」為「默照邪禪」、「枯木死灰禪」。而宏智正覺禪師則作「默照銘」一文，提出「默照禪」是使慧的作用，活潑，能自然照徹心性之源底，乃佛祖正傳之真禪。文中並譏諷大慧宗杲禪師之禪法，僅是拘泥於公案之「看話禪」而已。實則二宗各有其長，看話禪主開悟，以公案為主；默照禪主

空寂，以寂照無知為本，此皆隨各人之根性而各得其利，若肯認真參究，皆有水落石出之時。

陸、今日禪宗之修學法要

禪宗在今日末法時期，由於知識爆炸，傳播事業的發達，物欲橫流，以及人心的墮落，二障加深，可說是眾生慧淺障深。故時下禪宗行人實非空(般若教理)、有(事上持戒六度)同開、頓(頓悟)、漸(漸修)兼具不可。故末學主張一面以六祖壇經、金剛經、心經、圓覺經、八識規矩頌、大乘起信論、楞嚴經、楞伽經，藉教悟宗，以契本心，並參學禪宗公案語錄以為助緣。同時一面以斷惡修善，懺悔業障，省查心念並積極行事六度、增長福慧的資糧。並配合靜中修坐禪，置心一處，動中依教理修止觀，攝心不亂，日用平常生活起居，依止戒律(五戒、十善、八正道)以漸修。如此空、有、頓、漸全開，方有徹悟心源，照見本地風光之一日；絕不可以少為足，以慧解而誤為實證，而流於狂慧之邪禪。

五宗宗風接引要路

一、臨濟宗：戰機鋒，論親疏。(嚴峻激烈)。日僧東嶺圓慈撰，五家參禪要路門

- (一)機鋒，又作禪機，機指契合真理之關鍵，機宜；鋒指活用禪機之敏銳狀態。意謂師家或禪僧與他人對機，或接化學人時，常以寄意深刻，無跡可尋，乃至非邏輯性之言語，來表現一己之境界或考驗對方。
- (二)親疏：表體、用；理、事；主、賓等。
- (三)臨濟宗為臨濟義玄禪師所創，其接引之手法熱烈辛辣，凡有所問，直以一掌、擒住、托開、喝破等辛辣之手段，令掃除情見，徹悟心源，常以四喝、四料簡、四照用、四賓主、三玄三要等臨濟手法接引學人。
- (四)舉臨濟宗風公案：師上堂云：「赤肉團上，有一無位真人，常從汝等諸人面門出入，初心未證據者看看」，時有僧出問：「如何是無位真人」，師下禪床，把住云：「道！道！」，其僧擬議，師托開云：「無位真人是什麼乾屎橛」，便歸丈室。
- (五)臨濟四喝：臨濟義玄禪師以喝接引徒眾之四種方法。
 - 1. 有時一喝如金剛王寶劍，此為發大機之喝，於學人繫著知見情解，拘於名相、言句時下之，其時有若寶劍截物一般。
 - 2. 有時一喝如踢地獅子，此為大機大用之一喝，於學人為測度師家，來呈小機小見時震威一喝，如獅子哮吼時，野干腦裂。
 - 3. 有時一喝如探竿影草：此為師家為勘驗學人之修行，或學人測試師家時所用，為勘驗之喝。
 - 4. 有時一喝不作一喝用：此即向上之一喝，雖不入前三喝之中，卻能將前三喝收攝在其中。
- (六)四料簡：為臨濟義玄所施設，即能夠應機應時，與奪隨興、殺活自在的教導學人之四種簡別法，此是針對悟境程度(對我法二執之態度)不同之參學者，進行說教之方式。
 - 1. 奪人不奪境：即奪主觀而僅存客觀於萬法之外，不承認自己以破除對人我見之執，接中下根器。
 - 2. 奪境不奪人：即奪客觀而僅存主觀，以世間映現在一己心中，破除對法執為實有，接中上根器。
 - 3. 人境俱奪：即否定主客觀之見，兼破我執與法執，接上上根器。
 - 4. 人境俱不奪：即肯定主客觀各各之存在，全體起用，接出格人。
- (七)四照用：此同於四料簡，破除參禪者對我法之執。照：指對客體之認識。用：指對主體之認識；此係根據參禪者，對主客體之不同認識，所採取不同之教授方法，旨在破除主體、客體為實有之事實之執。
 - 1. 先照後用：針對法執重者，先破除以客體執為實有之觀點。如師家先向參

禪者提出問題，然後據其應答情或棒或喝。

2. 先用後照：針對我執重者，先破除以主體為實有之觀點。如遇僧來，師便打、便喝，然後問僧：「汝道是什麼意旨」。
3. 照用同時：針對我法二執均重者，同時破除之。如在棒或喝中看對方如何承擔，或在師喝，僧亦喝中，邊打邊問。
4. 照用不同時：對於我法二執，均已破除者，即可應機接物，或照或用，不拘一格。

(八)四賓主：乃通過師生(或賓主)之問答方法來衡量雙方悟境之深淺，旨在以四料簡提示禪機，即指導學人時(或賓主相見)，師家(或主)與學人(或賓)之關係有四種：

1. 賓看主：即學人透知師家之機略。
2. 主看賓：即師家能透知學人之內心。
3. 主看主：即具有禪機禪緣者相見。
4. 賓看賓：即不具眼目之兩者相見。

(九)三玄三要：其目的乃教人須會得言句中權實照用之功能，因臨濟並未明言道出三玄與三要之內容，後之習禪者於此三玄三要各作解釋，而一般之闡述為：

1. 三玄：

- (1)句中玄：指不涉及分別情識之實語，即不拘泥於言語而能悟其玄奧。
- (2)體中玄：指言句全無修飾，乃依據所有事物之真相與道理而表現之語句。
- (3)玄中玄：又作「用中玄」，指離於一切相待之論理與語句等桎梏之玄妙句。

2. 三要：依人天眼目卷一所載，汾陽善昭禪師之說。

- (1)第一要為言語中，無分別造作。
- (2)第二要為千聖直入玄奧。
- (3)第三要為言語道斷。

(十)臨濟三句：此為臨濟義玄禪師接引人之三種方法。(三玄三要)

1. 看取棚頭弄傀儡，抽牽全藉裏頭人。

此第一「句中玄」，這只是初悟，執著習氣猶在，故此時自救不了，但在悟後，只要不放逸，綿密保任做功夫，即能了斷，故就做工夫上進的次序分為三要：

- (1)初要：初悟時脫離諸相，識的本真是為「句中玄」初要。
- (2)中要：即識本真，習氣猶在，即當綿密保護，不可稍懈。
- (3)上要：以我保我，則有相像光影，思欲離之，但功力不夠，猶不能忘，此時任你保護嚴密，但有相而不能忘，故臨濟公云「自救不了」。

2. 妙解豈容無著問，漚和爭負載流機。

此第二句「意中玄」指妙理難思議，玄妙至無可言說，即使如無著菩薩的善問，也無能措詞。「漚和」乃水中之泡，和合而成塊也，任你百千萬億

- 有言說問答之漚塊，怎能負擔起，截斷眾流的大機大用。其義為任你百千問答，不如一切放下，截斷眾流，端坐證無為，此就功夫進度上也分三要。
- (1)初要：接「句中玄」上要，因保任功夫綿密，能離卻想像光影，然猶有「離」在意中。
- (2)中要：功夫更加綿密，忘卻「離」字，遂入無為正位，身心輕安受用無比，由返照而寂照，一無事道人而已。
- (3)上要：此時無所謂功夫，無功之功，其功甚大，即無為也渾化無迹，無所謂無為矣！此時不求神通而神通自現，到此位已明兩玄六要，可以教化人天，故臨濟公云：「此句存得，可以為人天師」。

3. 三要印開朱點窄，未容擬議主賓分。

- 此第三句「體中玄」之三要是指身、口、意三要，此三要乃印開心地。「朱點」窄，指發百千萬陀羅尼，建立化門，起度生之妙用，身則外現威儀，口則隨機說法，意則悲智雙運。以此為印「開發心地」，廣大無邊，凡一切料簡，與奪，權實，照用，賓主，不必擬議，而自然歷歷分明，此也分成三要：
- (1)初要：功夫妙到極處，則轉為返淡，此淡乃功夫妙到盡極處，返而為淡，無法可得，也無法可修。
- (2)中要：自性法爾如是，行住坐臥，動靜酬對往來，歷歷孤明，總無絲毫接續斷滅影響之相。
- (3)上要：圓滿菩提歸無所得，凡聖不二，真妄一如，真成一位無修無証者。

二、潞仰宗：明作用，論親疏。(溫文儒雅)

- (一)宗門以現前之作用，乃即體的作用，能徹見此作用即是見性，亦即認識佛性。本宗為潞山靈祐禪師所創，其接引教化學人的手法，將主觀與客觀世界分為三種生，即想生，相生，流注生，並一一加以否定，來接化學人徹見體之真實作用。想生指主觀思惟，謂所有能思之心皆為雜亂之塵垢，必須遠離方能解脫。相生指所緣的境界即客觀世界，亦予以否定。流注生指乃謂主觀與客觀世界，變化無常，微細流注，從無間斷，若能直視而伏斷之，則能証得圓明之智，而達自在之境，其修行理論上承馬祖道一、百丈懷海「理事如如」之旨，認為萬物，有情皆具佛性，人若明心見性即可成佛。本宗禪風為方圓默契，接機多用明似爭奪，而實默契之交談。攝化的方式，以叮嚀懇切為要，恰如慈母對赤子一般，可謂苦口婆心，常以九十六種圓相接引後學，此等皆視學人根基而方便示教。
- (二)舉潞仰宗風公案：潞山摘茶次，謂仰山曰：「終日摘茶，只聞子聲，不見子形」，仰撼茶樹，潞曰：「子只得其用，不得其體」仰山曰：「未審和尚如何？」潞良久，仰山曰：「和尚只得其體，不得其用」，潞山曰：「放子三十棒」，仰山曰：「和尚棒某甲喫，某甲棒教誰喫」，潞山曰：「放子三十棒」，從此公案中可知；本宗接引之禪風是婆心中帶峻嚴性的。

三、曹洞宗：究心地，論親疏。(親切綿密)

(一)心地是指達摩祖師所傳之無上禪心。本宗為洞山良价禪師所創，其宗風在於深究心地，且其家風綿密，不胡亂洩露機鋒。言行相應大闡佛陀一音，廣弘經論宗旨，橫抽正智之寶劍，伐諸見之稠林，該通妙法底源(心地)，雖權開五位，三滲漏、三路等法，能接三根之機宜，卻忌多說，以所謂不言實行為主。以坐禪辦道，勤開向上一路，以探究學人心地為接機之法，即所謂「曹洞用敲唱」，師家應學人之敲而唱之，其間不容毫髮。教義上承希遷和尚之「即事而真」，意謂個別事物(事)顯現世界本體(真，即理，乃指佛性)，理事互回(相應干涉)進而擴充為君臣五位，從理事、體用關係上說明事理不二、體用無礙的道理，勸勵學人，行解相應。不行臨濟德山之棒喝，而著實穩密的垂教，為本宗之家風。

(二)舉曹洞宗風公案：師(洞山良价禪師)問僧：「世間何物最苦？」僧云：「地獄最苦」師曰：「不然」僧云：「師意云何？」師曰：「在此衣線下，不明大事，是名最苦。」洞山提示生死之根本問題，未能解決最苦，謂人眩惑於目前之事物而不究真實(心地)。

(三)洞山「五位」(正偏五位)。

此為洞山良价禪師接引學人所設立之權宜方法，即依偏正回互之理，開示正中偏、偏中正、正中來、偏中至、兼中到等五位。其中所謂「正」為兩儀中之陰，即意味靜、體、空、理、平等、絕對、本覺、真如等。「偏」則為陽，意謂動、用、色、事、差別、相對、不覺、生滅等。即說偏正回互而生正中偏等五位之別，以顯示法之德用自在，此乃開悟過程之五階段。

1. 正中偏：背理執事，從體起用，此一階段之証悟，乃以現象界為主，唯其所見之現象界，已被認為絕對我之境界。
2. 偏中正：捨事入理，攝用歸體，此一階段不再強烈呈現分別見解，現象界之一切逐漸隱退。
3. 正中來：空界本來無一物，此階段已不再感覺身心世界之存在，二者皆泯滅無餘，即本體已達無念之境，應萬象之差別，變現出沒自在之妙用。
4. 偏中至：色界原有萬象形，體用並至，此階段從現象界差別之妙用，體悟現象與本體之冥合，而達於無念無想之境。
5. 兼中到：冥應眾緣，不墮諸有，體用俱泯，此即圓滿總收正、偏、來、至，達到無礙自在之境。

(四)功勳五位：

洞山良价禪師又別作「功勳五位」之說，即向、奉、功、共功、功功，以此五位揭示學人修鍊功夫之階次，即自最初之「歸向」其次之「承奉」乃至最後得不共之「功功」。

1. 向：

趣向之意，然必先知有。不先知有，則無所趣向，且於日常動靜之間，不可須臾忘卻。

2. 奉：

承奉之意，於向之後，接之以奉，如人奉事長上，必先歸敬而後承奉，若背（貪合外塵，背本份之事）則不能奉。

3. 功：

由前「向」「奉」之功，至此頓忘，得契入正位。

4. 共功：

諸法並興故稱共，前位「功」是而諸法俱穩，此位則「一色」消盡，諸法俱現，一色也不可復得。

5. 功功：

此功較前位之功為深，故稱「功功」由前位之有共，此位則不共，非特法不可得，非法亦不可得，理事混然，並無隱藏之機，乃佛道之極致。

（五）君臣五位：

此是曹山本寂承洞山五位之說，藉君臣相對之誼而說明五位之旨訣來闡述修証功夫之五個階次。

1. 君：

指本來無一物之空界，為正位，相當於正偏五位中之正中來，功勳五位中之「功」。

2. 臣：

指萬象有形之色界為偏位，相當於正偏五位之偏中至，功勳五位中之「共功」。

3. 臣向君：

指捨事入理，相當於向上還滅之偏中正，功勳五位中之「奉」，此偏中正將差別之事相，歸於無差別平等界之正位。

4. 君視臣：

指背理執事之意，相當於向下緣起之「正中偏」，功勳五位中之「向」位。

5. 君臣道合：

君臣道合，則天下太平，指冥應眾緣而不墮諸有之意，相當於正偏五位之「兼中到」功勳五位之「功功」即動靜合一，事理不二，非正非偏之究竟大覺。

（六）王子五位：

此為石霜慶諸，亦以洞山五位說為基礎，以王子之出生、素質、根基，及其種種修行努力，所表現之德而說明五種修行階段之差異。

1. 誕生王子：

正宗皇太子，指能頓入一色，全不借功勳，相當於君臣五位之「君」位，正偏五位之「正中來」，比喻本覺佛性。

2. 朝生王子：

遮生之子，苦學力行，身處外朝，居於臣位輔佐其君，以外王之王種姓，故亦稱王子，相當於君臣五位中之「臣」位，正偏五位中之「偏中至」，比喻漸漸修學，悉當成佛之義。

3. 末生王子：

指天子之末子，雖久經功勳而得就君位，然遠謝一切，專事內紹，相當於君臣五位中之「臣向君」，正偏五位中之「偏中正」，比喻用漸次功夫以入於一色。

4. 化生王子：

指旁分帝化轉位就功之子，稟承父命居於臣位，能輔王化，相當於君臣五位中之「君視臣」，正偏五位中之「正中偏」，比喻菩薩化他度生之位。

5. 內生王子：

指生於內宮，克紹君位，與父王之體無異，相當於君臣五位中之「君臣道合」，正偏五位中之「兼中到」，比喻理智一如，本來成佛之玄奧。

(七)三滲漏：

此是洞山禪師將修行人所易陷入之弊害，歸納為三種，以茲辨明修行之真偽。

1. 見滲漏：

猶有我見之意，執著於知的對象，而不見真實，即滯著先入。

2. 情滲漏：

猶存情識之意，取捨分別，乃含有彼此對立之思維方式，即住著己見。

3. 語滲漏：

滯礙於語句，不知文字僅為了了悟真理之方便，徒然用心於文字、語言之解明，即拘泥文字。

(八)洞山三路：

此是洞山禪師為接引學人，截斷學人諸見而設之三種手段：

1. 鳥道：鳥飛空中，其跡不存，取無蹤跡，斷消息，往來空寂處之意。

2. 玄路：幽玄微妙之路，取離言語文字之意。

3. 展手：與垂手同義，不止向上一路，更係為人度生之化他門，前二者屬自受用門，後者屬他受用門。

(九)曹洞宗「四賓主」之說：

臨濟宗，曹洞宗二家各立四賓主之說，然其義各有不同。臨濟宗以四賓主，以提示禪機。依此師家令學人自覺邪正，趣向真正之道。曹洞宗則以「主」為正。體，理之意，「賓」為偏，用，事之意，對參學者示教之方法，其說明如下：

1. 主中賓：

謂體中之用，即從本體之中，引發出作用。譬如大臣奉帝王之命，出而行事，（奪人不奪境）。

2. 賓中主：

用中之體，謂寓存於各種作用中之本體，譬如帝王潛居於闔市之中，（奪境不奪人）。

3. 主中主：

謂體中之體，即法理中未涉及作用，或未顯現為作用之本體，譬如帝王深居王宮之中，其權能雖存，然未發令動員臣民之作為（人境兩俱奪）。

4. 賓中賓：

謂用中之用，即作用與本體，相互乖離，而不與本體相應，譬如化外之民，無主之客。（人境俱不奪）。

四、雲門宗：擇言句，論親疏。（出奇言句）

（一）擇言句，接化學人不用多語饒舌，於片言隻句之間，藏無限之旨趣，無盡的鋒芒，應學人之機，使直下轉迷開悟之活手段。

（二）本宗為雲門文偃禪師所創。文偃初參睦州道明，道明之宗風峭峻，不容擬議，後謁雪峰義存，得法嗣，雪峰之宗風溫密，可探玄奧。雲門得此二風，更自發揮獨妙之宗旨，故機辨險絕，語句簡要，如電光石火，而每有千鈞之重，主張不涉方便，直示諸法源底，與曹洞宗家風大不相同。

（三）本宗宗風即所謂「函蓋截流」，取截斷眾流，師徒函蓋相合之意，故雲門宗有奔流突止之氣概，本宗接化學人有其特別之處，有雲門八要，雲門三句之說。

（四）舉雲門宗風公案：有僧問雲門禪師：「如何是道」？師答：「去」！僧問：「如何是和尚家風」？師答：「門前有讀書人」。僧問：「如何是學人自己」？師曰：「遊山玩水」。僧問：「如何是超佛越祖之談」？師答：「餬餅」。

（五）雲門八要：

1. 玄：指師家接化玄妙，非言語思量所能測知。

2. 從：指從學人之根機力量以接化之。

3. 真要：謂立足於佛道，以拈示宗旨。

4. 奪：指接化學人之時，絲毫不容學人擬議，以截斷其煩惱性。

5. 或：指雲門宗之師家，不受言語之拘束，能自由自在的活用言語，以接化學人。

6. 過：指接化之方式嚴峻，不許學人轉身迴避。

7. 喪：指令學人脫離二種謬見（1）不能鑑照自己清淨之本性。（佛性）。（2）執著己見。

8. 出：指採取自由接化之方式，給予學人，濶然自在之契悟機會。

（六）雲門三句：

雲門禪師示眾云：「函蓋乾坤，目機鉅兩（意謂人之機敏、伶俐，一見即可分鉅兩之細微），不涉萬緣。作麼生承當。」眾無對，雲門自言：「一鎚破三關」，後德山圓明密禪師將此上語分離為三句

1. 函蓋乾坤：中諦，周遍含容。(函蓋乾坤)。
2. 目機銖兩：假諦，理事無碍。(隨波逐浪)。
3. 不涉萬緣：空諦，真空絕相。(截斷眾流)。

(七)巴陵三句：

雲門之法嗣，巴陵顥鑒亦有巴陵三句之說：僧問巴陵：「如何是提婆宗？」(提婆即禪宗西土十四祖龍樹菩薩)，陵曰：「銀盃裏盛雪」，問曰：「如何是吹毛劍」，陵曰：「珊瑚枝枝撐著月」，問曰：「祖意教意是同是別？」陵曰：「雞寒上樹，鴨寒下水」。雲門聞此語印可云：「他日老僧忌辰，只舉此三轉語供養老僧足矣！」因為此三句契合於本宗之禪意也。

五、法眼宗：先利濟，論親疏。(因材施教)

(一)先利濟，指隨順學人根機，懇切提撕，接化自在。

提撕：宗門師家，誘導學人，令開佛知見。

(二)本宗為法眼清涼文益禪師所創，其接引學人之手法，以平易之言句，緩緩施以應病與藥之手法，漸至成熟時，方與直截之施設，箭鋒相拄，句意合機，掃除情解，令轉凡入聖，故人天眼目謂此宗「箭鋒相拄，句意合機，始則行行如也，終則激發，漸服人心，削除情節，調機順物，斥滯磨昏。」法眼禪師崇奉華嚴六相義，以示學人。作有六相義頌及三界唯心頌，理極忘情頌，並說三界唯心、萬法唯識，以融宗教，並以四種機法接引學人，亦名「法眼四機」。

(三)舉法眼宗風公案：

慧超問法眼禪師：「如何是佛」？師云：「汝是慧超」。慧超言下大悟。又一日，師陞座，有僧問：「如何是曹源一滴水」？師云：「是曹源一滴水」。(箭鋒相拄)，其僧惘然而退，而德韶禪師聞之大悟，後出世承嗣師。

(四)法眼四機：法眼宗指導學人所用之四種機法。

1. 箭鋒相拄：

謂師家之接化針對學人上、中、下等各種根機，而彎弓投矢，機鋒相當，接化與領受之雙方，緊密相契，無有間隙。

2. 泯絕有無：

謂令學人超越，有與無二元對立之分別見解，而不令執著於父母未生以前之自己。

3. 就身拈出：

謂佛性真如，原本即顯現於世間各種千差萬別之現象中，師家遂藉此種具顯於人人眼前之現成佛性，信手拈來，一一皆可隨緣點化。

4. 隨流得妙：

謂師家依學人根器，靈巧運用接化之機法，而令學人體得佛性之殊妙。

(五)華嚴六相義：總、別、同、異、成、壞，此六相義，舉一齊收，一一法上，有此六義，經中為初地菩薩說也。