

夢境重重

一九八二年一月於多倫多

小時候，我就有兩重夢境的經驗，舉個例說：在第二次世界大戰，香港淪陷期間，飢荒嚴重，時時都吃不飽，雖然在夢中遇到豐富的食物，但總不去吃它，因為感覺上知道那只是夢境，不可能是事實。睡醒時，食物還放在那裡，於是才去拿來吃，吃飽了，再醒來，才知道剛才還是在夢境中。心裡自然很生氣，類似的重重夢境，在少年時還一直跟隨著我。在皈依後，有一次，偶然向皈依師父慈祥法師問，這些夢境有什麼意思。她的回答是：人生就是在夢中做夢。此後這重重的夢境，也就不多出現了。不過在這次禪七後，我又深深地體會到，我實在還是？在重重夢境中，主七和尚聖嚴法師，要我們每個人做一個禪七報告，我只好寫一些夢中的夢話。

因為從未參加過禪七，在出發前一夜，便興奮得沒有好睡。出發那天還要上班，下班後，便去乘搭十小時多的長程公共汽車往紐約，我想不到竟然是第一個到達的人。主七和尚也沒有和我交談什麼，只吩咐我好好的休息，因為晚上進入禪七後，一切便會很緊湊的，我沒有依著去做，為的是不習慣白日睡覺，還隨著大眾佈置禪堂，土庫下榻的[]具和搬[]房的雜物。

晚上禪七正式開始，主七和尚講說了禪七期間的規矩，同時對幾位第一次參加的人，教授數出息的方法。而助七的果閑法師，也分派了每人禪七期間的工作，在禪堂坐了一枝香，大靜鈴聲響後，便各自去睡覺。

凌晨四時的打板聲，驚醒了疲倦的身軀，洗盥後便立刻到禪堂去坐下，很有信心地把心放在方法上去，由於過去長期都是單盤打坐閱經，很輕鬆地過了一天，唯一不能依主七和尚的話，是不能不被同參的小動作影響。

第二天的開始，數息方法雖然繼續，但胸部感到悶痛，頭也在痛，在打坐或經行時，都見到處處幻象現前，山河懸崖，人物草木等，使集中力分散了，繼續是腿亦開始痛，因為過去未曾有過這樣長時間打坐的經驗，於是仿效了同參的小動作，天曉得痛得更厲害。小參時告訴和尚幻象情形，請問必要時可否閉上眼睛去打坐，免被幻象的干擾，因為在意識上，我知道不應該閉上眼睛的，那會導致睡眠或昏沈。但和尚說：可以，不過在想睡的時候，就張開它，至於那些幻象，只是妄想。而身的痛是緊張過度，現在轉換一個方法，不再數出息，只管輕鬆打坐去。

第三天上午很忙，腿仍然痛，但比昨天好得多，因為不再數息後，坐了一段時間，妄念絡繹不絕而來，我立刻採用觀妄想的方法，觀照的燈閃亮不輟。好像一個警察應付幾十個小偷，疲於奔命。午後沒有什麼案件發生，心中卻想到各種防盜的設計去。在小參時，請問和尚可否改變方法，好得專心去防盜，和尚說：這不是一件容易的事，過去跟他打過多次禪七的人，也沒有人辦得到，如果你現在的方法沒有毛病，就繼續它，因為一切方法效果是一樣的，專心在功夫上吧！

第四天小偷們不來了，警察也無事地？在警局，無聊地坐在那裡，這也給和尚發現了，在上午小參時，和尚問無聊坐著看幹什麼，功夫上有進步沒有，我答說沒有，因為觀妄想是我日常動時用的功夫，在工作上一不專心，我便看它一看，現在它不來，也沒工作。而心裡繼續地說，我根本沒有想到進退得失的問題，我只是來看看打七是什麼一回事吧！亦未嘗發生什麼疑情的。和尚說：只管打坐的方法對你也許不對，現在起改變方法，直下觀心去，不過觀清淨心仍是妄想，不是參禪。到下午小參時，看看情形怎樣，才再參禪吧。當時我意識上立即起了許多文字的反應.....三界之中，以心為主，如能觀心，究竟解脫，不能觀者，永處纏縛.....若能諦觀心不二，即見舍那清淨身.....各自觀心，各見本性.....為什麼說是妄想？.....如來禪，許汝會得，祖師禪，尚未夢見.....祖師禪確比觀心超勝？宗也通，說也通，定慧圓明不滯空，非但我今獨達了，恆沙諸佛體皆同.....這也許是和尚施教的方便，便滿心歡喜地退出。午飯前，還數得亦有二十多個念頭，心力便開始集中，午飯後工作時把？所抹得光亮，內心立刻閃出去月到觀音寺時的情況.....妄想未除，何來清淨，於是立刻把念頭斂起，午後坐下不久，心似成片，身體感覺上輕安舒暢，清楚地一片光明的感受。

晚上和尚開示時間：誰感到今天是最好的一天，我立刻把手舉起，這一動作，頭腦被勝利衝昏了嗎？晚上的打坐，再也不能返回午後的境界，因此心急起來，靜鈴聲響後，我的眼淚不能忍著，飲泣的聲音也打擾了鄰單們，我心中一字一字地把懺悔發願文唸出來.....皈依十方調御師，演揚清淨微妙法，三乘四果解脫僧，願賜慈悲哀攝受.....自迷真性，枉入迷流，隨生死以飄沉，逐色聲而貪染.....迷淪苦海，深溺邪途，著我耽人，舉枉錯直，累生業障，一切僭尤，仰三寶以慈悲，瀝一心而懺悔.....等觀音之慈心，行普賢之願海，他方此界，逐類隨形，應現色身，演揚妙法.....出四生之汨沒，捨萬劫之愛纏，等與含生，齊成佛道，虛空有盡我願無窮.....當我拿手帕擦乾眼淚，張開眼睛看看房間的電燈關了沒有時，只見到無數光明的華鬘，我立刻跑回禪堂去打坐，但結果還是閉上眼睛睡去。

第五天妄想雖然沒有很多來找我，但卻昏沉起來。上午驗見時，也只能聽到模糊對答的聲音，當我覺察到靜

下來，便睜大眼睛看看，當時主七尚正站在我和鄰單中間，我側頭望望鄰單，和尚便過去了，繼而他大聲喝罵，我本能地起了一點憤怒心，仍是昏沉下去，接著香板雨點地落在兩肩上，也起不了作用，午後就索性跪下地上，把精神振奮一下。

晚間和尚開示時說：過去有人用功時，要求我小參，我對他說，你現在知道怎樣做了，我也不再見你，當時用功的人，產生一種孤獨感，好像一個被遺棄的孩子，因為師父不再要他。接著和尚問，你們誰喜歡我這樣對待呢？我不期然舉起手來，和尚說：你要我明天這樣對你嗎？我張目一看，原來只有我一個人舉手，但我並不覺得錯……迷時師度，悟時自度……於是我說：你不是說那人已經知道怎樣做嗎？還沒有說下去，他點了一下頭，我也不再說了，這也是入七以來，他第一次的首肯。

第六天的開始，當時我實在記不得是在第幾天，感覺上是快要到尾聲了，只好全力集在那清淨心上，眼耳鼻舌身意都奮力在方法上，牙關咬得緊痛，也只能辦到小偷不來，和尚午前用懇切激發的語言，引導各人至誠地慚愧懺悔，於是哭聲四起，這正是……大事未明，如喪考妣……一般似的，而我還是觀看那清淨心，隨眾禮佛，……罪從心起將心懺，心若亡時罪亦亡，心亡罪滅兩皆空，是則名為真懺悔……我沒有哭，過去四十多年苦難的人生，……曾經滄海難為水……我實在無法再淌出一滴眼淚來。

小參時，我告訴和尚，今天用了很大的力，有如大石壓草，連牙關也緊繃繃的。他說：不能這樣用力，身體是要放鬆的，用力的只是心。也記不得我在小參對話時，為何話題竟說到佛教上。一提起佛教，我立刻嚎啕大哭起來，無法自制，那時的樣子，相信很難看；二十多年來，在十方大善知識順逆攝受下，我能做到的，就只有為佛教流眼淚。和尚說：這是真心護法，而我卻莫名其妙，離開小參房間回禪堂打坐，繼續的潛然下淚。

晚飯前和尚說晚上在禪堂開座談會，每人都得把禪七的體驗，作一報告。但不用預先去想它……到開會時，我也不想要說些什麼？只默默地坐著聽人家的報告。到了我的鄰座時，我突然醒起學佛的四個程序……信、解、行、證……於是作一比較上的說明，本來和尚在禪七初曾說過：在禪七中不要有比較心，但我這個念頭，是現在才生起的。

在比較學佛程序之前，我還說了自己怎樣克服坐禪的困難，也是有意告訴第一次參禪的禪侶。因為他們有沒有事前準備，我不知道。但在禪七中的小動作，實在影響他人不少，我在禪七中痛，和幻象的克服，都是得力在方法上，只有全力集中方法上，才能忘掉痛苦。

在信解行證上，我感覺上似乎清楚一些，加深一些。

信：知識文字上的接受，是會動搖的。例如……皈依師父慈祥法師循循善誘，她不斷地……未入禪堂前，對禪堂是選佛場亦發生疑念，因為事實上各宗的祖師，他們也有不會進禪堂的。

禪七後：過去信心不真，有負恩師的期望，而方法其實都是一樣的。……把身心都交給和尚，這個不是選佛場還是什麼？

解：經教上的了解，義理的明白，好像電光火石。捨人家牙遺固然不容易，要想真的得個消息，就有如盲人摸象似的。

禪七中：若是有緣遇到有眼睛的人，當下便可明白。

行：未曾真個明白，但能緣聖言量去觀想，縱不致於一曝十寒，也只能得一個模糊的景象……尋好夢，夢難成，有誰知我此時情，枕痕淚共窗前雨，點滴到天明……結果還是個負心漢。

禪七中：在當頭棒喝下，決心步步向前，連夢也做不出來。

證：在過去閱經打坐中，也曾有過幾次短暫的感受……眼前溜過許多文字，不知道是悲是喜，遙遠的晴空萬里，充盈了我底心地……禪七中……不是心，不是佛，不是物……

禪七後：過去的浮光掠影，不過是夢中的夢，畢竟還是在夢中。

第七天早上和尚說：禪七快要結束了，這七天中沒有一人見性，每個人見性的因緣都不相同的，包括時間和空間，見性雖然很重要，但禪七的主要目的，在鍛鍊我們的身心，在生活有規則的情況下，身體健康，便能負擔各種工作，服務社會，在精神集中寧靜下，便能斂發思想，善能抉擇是非。禪是導人於正確人生的途徑上，它不是宗教，但卻採取宗教的儀式來訓練……接著是方便為各人說了三皈五戒，我也接受了五戒。

在結束夢境重重的夢話前，我深心地感謝過去從未謀面的主七和尚聖嚴法師，在禪七中的慈悲攝受，還有那些來自十方的禪侶，雖然這次禪七的因緣並不圓滿，但也到底嘗到幾十年期待禪七的滋味。

三十年來尋劍客
幾回落葉又秋天
自從一見聖嚴後
直到如今也不疑。