

一封信

一九八四年六月多倫多

聖嚴師父：

在決定參加這次兩個連續禪七前的幾個星期，每個週末仍然和孩子們在一起看中文節目的電視。這對生長在外國的孩子，對中國文化的認識，不能說沒有一些幫助。在一齣電影劇裡，主題曲有這樣的幾句話……看不清世事的勝負成敗……難明此中究竟……各顯千秋世人群英……誰人終會獲勝……。我想修行雖然不是賭博，但總要有決心去拼它一拼，這樣才能知道在日常生活，道心有沒有進步。

法會一開張，師父你就警告我們，來參加禪七並不是來交朋友。那時我已經把自己孤獨起來，如同航海時沉掉了船兒，一切都要靠自己。鄰單們發出的音聲，在幹什麼，我是聽而不聞的。這並不是耳朵聾了，要是聾了，就連音聲都聽不見，那只是不用意識去分別它。一旦分別了又怎麼辦？就作為一個警告訊號，因為心已經不是在方法上。工作時一心工作，把心放在洗碗碟的手上；小心去把它們洗擦乾淨，食飯時一心吃飯，把面前吃得的東西放到口裡，慢慢咀嚼才吞下。睡眠時一心去睡，外面嘈吵的環境不要管它，吵醒了又再睡下去。坐禪時就一心放在方法上。當響聲動盪心弦的時候，感覺不到困倦，就連續坐下去。這大概就是我在十四天耕耘的範圍，如果每天都風和日麗，心牛是會很容易被調御的。

第一天的上午，開始時就發生極劇烈的偏頭痛。過去家庭醫生曾對我說過，那是很難根本治療的，現在就只有不去管它；反正痛死在道場中，來生總會再來做個禪和子，繼續去修行。到第二天下午，第一次小參的時候，頭不再痛了，我已經將發生頭痛的事告訴師父，你問我當時怎麼辦，我回答說：不管它，你重覆我的話：不管它。

記得在第五個晚上，大靜的鈴聲響過了，我放身躺下禪床，起七前的圓覺經法會，情況突然出現，當時你演講的是威德自在菩薩章……了知心身，皆為窒礙，無知覺明，不依諸礙，永得超過，礙無礙境……如器中鏗，聲出於外，煩惱涅槃，不相留礙……。那是佛陀開示修習二十五種輪相中，單修三觀中的禪那。記得在我跟隨慈祥法師學習經教的時候，第一本是圓覺經，我當時簡直遇上丈八金剛，摸不著頭腦。她是依天台的教理闡釋，這禪那是圓教的中觀，不是與空有對待的中觀，而是融空有絕待的圓融中觀。在沒有研究過教理的人，是不容易明白的。但師父你只在閒談問答中，便能把禪那最高境界，和修習的方法襯托出來。回想到這許多，我心裡不禁一酸，覺得很難過。便起來到禪堂坐下，用力放心在方法上；直到身心都有些疲倦，才離開禪堂去休息。翌天早餐工作後，在躺下來小息時，第一次來參加禪七的情況又出現，那時有一位美國青年，打算來禪中心出家，在禪七開始了兩天，便跑掉了。當時護七的果開師，大概心中很不安，沒辦法集中精神打坐。師父你開示時對我們說：一切法都是有它的因緣，因緣的道理你們是清楚的，可是對因緣的事實，卻沒有辦法去接受……我當時立刻聯想到昨夜的心景，心裡說：這一切都是因緣，因緣！我實在沒有明白因緣……沒有佛，沒有法，沒有僧，師父你說這些都是因緣……。我感到身體剎那間消失，自己只是一個幽靈，這當然也是因緣……在這天的小參，師父你第一個把我叫進去，我一坐下來，眼淚便如潮湧，哭著告訴你昨夜和早晨發生過的情況，那時我的情緒非常激動，說話和哭泣相間斷續，大概你不明白，我為什麼聽到你說法心裡會難過。我簡單地說：「師父你太慈悲了，從老遠的地方來這裡做開荒牛，為我們開示甚深的解脫法門，使我們能夠從平坦的大道中，返回家園去；但是外邊世界的眾生，他們沒有知道這些道理，也就是永遠流浪在外面，飽受貧窮和困苦，師父你為什麼不幫他們的忙呢？」你說：「這一切都是因緣。」同時也叫我不要再想這些，出去把心放在方法上吧！

第二週的開始，禪侶們減少了一半，環境上似乎感到沒有那麼壅塞；清早坐下來，很清楚自己在方法上，晚上師父對我說：明天你來看時計，我心中立刻說：那會不會使我分心呢？隨即又想到師父在一次禪七中對我們開示說：假如你們在打坐時，集中了注意力。護七的驟然把香板夾臨在你們身上，將你的注意力打失，這時不要慌張，因為你們會很快的又把注意力集中起來，而且會更集中，因此我心裡也不介懷看時計的事，第二天看時計時，也間中看看同參的禪侶，有沒有需要幫忙的地方，但我感到很奇怪，我自己仍然很清楚在方法上。這天藥食後，跟著一個同參，到浴室洗了一個澡，睡前的兩枝香，也沒有什麼特別的感覺，可是到了第二天，集中力開始跟著時間消失……是日已過，力亦隨滅……注意力仍在那裡，散亂心也在那裡。再過一天的上午，也是這樣過去；直到下午，才比較好轉些。晚上，那個洗澡的同參，在開示後對師父說：前天我覺得很奇怪，在洗澡後，便像一個洩了氣的皮球，後來坐了幾枝香，才能回復原來狀態。師父說：洗澡使神經鬆弛下來，這種現象是可能發生的，但每人是不一樣的，我這時不禁驚覺這兩天的狀態，是否也和洗澡有關係。於是在其他幾天的時間，加緊用心在那浮沉不堅固的注意力上去，在心力的推動下，總算每天都有一段好的時光。

翌日的清晨早課中，誦唸到普賢菩薩的宏願時……九者恆順眾生……若能隨順眾生，則為尊重承事如來……菩提屬於眾生，若無眾生，一切菩薩終不能成就正覺……，不錯，証道歌也這樣說……由他譏，任他誹……此即成吾善知識……縱遇鋒刀常坦坦……多劫曾為忍辱仙……沒有毀辱的事實，怎樣成就忍辱波羅密呢？他人譏我，傷害我的情感，是害不到我的真心，就是殺了我，也只是毀了我的虛幻形象，損傷不到我的法身。不變隨緣，隨緣不變。佛教本來就不否定事物物的存在，但求不起我執法執；就沒有事理兩種的障礙，而証得真理。於是我又做夢去了。晚上開示時，師父你曾說過這樣的話：一個人決心去做的事，就不要怕環境和一切的阻撓，一定要堅持下去，才可以成功。

這次禪七期間晚上的開示，仍然是繼續講永嘉玄覺禪師的証道歌。作者本身教理師承天台，後來在維摩經中發明心地，直至遇到六祖後，才頓印本源自性，不再拘執文字言教。可是証道歌中，過半文字都是天台教相常用的術語，這也是很自然的事。自禪七開始了五天，師父你在演講時都說了很多因緣的事例，這在每個人領解中，自然不會一樣，經中說……佛以一音演說法，眾生隨類各得解……這是佛法微妙的地方。

真不空，妄本空，有無俱遣不空空……一月普現一切，一切水月一月攝……，師父你在解釋的時候，用鏡子的譬喻，說鏡子不是一切，但一切都影現其中，而鏡子也沒有。鏡子有能照的功能，所以如月一樣，千江有水千江月，這可以說明成佛後不是斷滅，而且是大用無邊。當師父你解釋到那正的問題，說到離經一字，等同魔說，立刻引起我的分別心，過去我一直？心著自己沒有見性之前，說的做的，雖然都依據著佛經，有許多的因緣，都使我不能沉默，但心中是常存誠心，故此學佛以

來，始終不敢離開佛經。我不是不相信師父你的話，如果是不相信，也不會來跟隨你學禪，特別在這次禪七中，你表現那麼謹慎。晚上開示時，還帶許多參考書，我把你的話，用佛經來比對一下，那會使我更加深信心的.....禪宗重知見不重行履，你接著說修行不是不重要，但見地更重要，知見如航海的指南針，沒有它，就失掉方向，永遠不能到達目的地.....經中說：心道若行，何用行道，又說：沙門行道無如磨牛，身道雖行，心道不行.....。你們這些美國人沒有福，還去指摘禪師的不是，禪師是不會錯的，只是你們的錯.....經中說：從痴有愛，則我病生，眾生病故，菩薩亦病.....你多番說空說有。說空的時候，還說了一位法師把徒弟趕走的故事，因為徒弟執著空理偏一切處，所以把糞來當作佛，你說有的時候，說禮佛像的功德，是感應道交難思議的.....。經中說：無我無造無受者，善惡之業亦不忘。証道歌也說：了則業債本來空，不了還須償宿債.....。

在一次開示後，你說：你們要好好地反省。這話鑽進我的深心裡，我想到普賢菩薩的宏願.....四者懺悔業障.....由貪瞋痴，發身口意，所作惡業，無量無邊，若此惡業有體相者，盡虛空界不能容受.....。現在禪七不要想過去，把握現在吧！可是法師趕徒弟的故事，又再浮現起來.....法師不是因徒弟的見解，一時錯誤而把他趕走的；而是徒弟不聽法師的話，自以為比法師更高明。指責法師，居心是不用說而使人明白，那跟法師學習什麼呢？我因此聯想到有一兩篇禪七報告亦犯有類似的毛病，我把自己不同師父的意見一起寫出來，我不是故意的，但也太不尊重師父了。

梵網經說：孝順父母師僧三寶，孝順至道之法，孝名為戒，我沒有話好說，只能默默地流淚，第二天在最後的一次小參時，我跪在你的跟前俯首懺悔說：我錯了，我希望師父能寬恕我，原諒我的無知，我這樣做，破壞了世間法的形像，佛法是世間法的體性，我的業障重，竟然做出破壞佛法的事，師父你當時吩咐，這次的禪七報告，不要那樣寫吧。

在法會結束的清晨，我在禪床上打坐，意識突然出現童年讀過的一首詞，那太像我修行的夢境了.....少年不識愁滋味，愛上層樓，愛上層樓，為賦新詞強說愁，如今識盡愁滋味，欲說還休，欲說還休，卻道清涼好個秋.....。

禪七中我問過兩個問題，一個是在參禪未入門前，要用一個方法去摸索門路，這方法是包括參話頭和公案嗎？第二個問題是入門之後，一切都是現成，可以不用方法，因為一切都是方法，那時的境界是不是已經開悟呢？你都答覆了，在皈依授戒，感恩和迴向的儀式中，我三次唸到自己名字的時候，全身中有觸電一樣的感覺，這是從來沒有的體驗，那是什麼因緣呢？