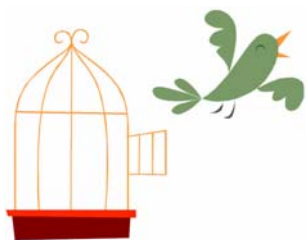


# 海雲繼夢和上禪七開示

美國密歇根州安娜堡 — 2006年4月21日



## N+1：止於至善的生命境界

我們把前面所講的，做一個簡單的總結。修行的根本核心，是要觀看一個心念的運作，心念在五蘊中的流轉。在技術方面，是談及人生的過程。這兩部分都有一個很重要的緣起，就是人生觀一定要健全，統稱為「五大人格性」，一個健全的人格性一定要有。不具備完整健康身心的人，我們不會讓他修行，因為修行不但對他自己不好，對於整個社會也有不良影響。他會擁有一種特別的能力，會傷害到他身邊的人，從而破壞社會的和諧與安寧。想要修行的人，我們都會有前行的工作來矯正他人格的不健全。當然，各位有誠意來參加這種密集的禪修訓練，我們都假設你是健全的。你是否健全呢？這是你個人的問題，要向你自己的因果負責。你必須很智慧，很客觀地來檢討自己，經常反省。這種檢討和懺悔不是原罪，而是出生以來，在生活的過程與前半生的成長過程中，我們被很多道德律與社會環境的影響。再加上家庭教育的不恰當，在奮鬥的過程中所遭遇到的挫折，這些傷害造成恐懼，造成人生觀的不健全，以及看事情的焦距不正確。所以，需要一些前行的工作來矯正。不必過度的懷疑自己，假如你在「置心一處」時經常發生困難，你就特別要檢討。假如你在「置心一處」時沒有困難，那就要採取謹慎小心的態度前進。你不必恐慌，有錯就懺悔，修行就是這麼簡單。

### 從二果位直接成佛

除了前行以外，還有幾個問題要做補充。在「生、住、異、滅」四個階段，真正的修行是在「住」的這個範圍。這裡面也分兩個階段，第一階段就是在初果時只能看到識的流轉，看不到心念。第二階段是在二果位可以看到心念流轉，流轉一遍形成識的時候就可以停住了。嚴格的定義，二果位的人在識形成的時候可以停住，較寬的標準流轉十次；此時，看心念的運作還很清楚，十個識的累積還不會形成概念。識累積很多以後，會形成概念。所以一直看到識在流轉的，是初果位的人，不是二果位的人。

「心念流轉」這個階段是修行人的一個重要關鍵。心念是來自於六塵境界的引發，這個六塵是單一塵境。因為塵境的影響，才有心念。要是能夠置心一處、不起妄念，才有辦法看到單一塵境。一般人所謂的心念，不是單一塵境，是一種綜合法塵。綜合法塵或綜合塵境所引發的是概念的意識型態。綜合法塵是在另外一個層面。為什麼要打坐？從單一塵境來看，就很清楚啦！因為只有把身和心都寧靜下來，這個時候聲塵是最清楚的。微風吹來，你身根的觸覺會起作用；我們通常都是由這種單一塵境來進入狀況。透過這種狀況，我們很快的可以捕捉到識的流轉或是心念的流轉。假如看到的是識的流轉，表示功夫還不太夠，還是在初果位的。當然我假設你是初果位的，不過你實際是什麼果位，我就知道了。

一個二果位的人可以清楚看到心念的流轉，可以直接成佛。成佛是很美的名稱，不過你是入法界的成佛，那是一個很大的成就。第一個是當心念經過五蘊流轉一圈以後，你會看到「能受」、「所受」。當你能夠放下「能受」、「所受」時，就可以破「我執無明」，證「七信位」，能夠「捨識用根」。假如你發現這個「識」是虛妄的，是因為被「受」所影響，是被塵境透過五蘊的流

轉才產生的；既然這樣「識」是虛妄的，那何不放下呢？此時，你就破「法執無明」，證「九信位」，我們稱這階位阿羅漢為「雙破我執、法執的阿羅漢」；這個時候他已經「轉識成智」。

## 你自己就是上帝

真正的問題在此產生！「捨識用根」以後怎麼用根呢？七信位的阿羅漢知道，但是他不會用根。九信位的阿羅漢他會轉識成智，智慧是成就了，但是他不會用智。因為他會享受，但不會起妙用；這個時候就有一個問題。華嚴經的教學非常圓滿，它有個十信位。這個位次，就在使阿羅漢做一種轉化，這裡面牽涉到的就是：這往後阿羅漢要修什麼東西？阿羅漢要修學的法門叫做 Mahayana，他要修學的就是真理，這真理的名字叫 Mahayana。一般人弄不清楚，都把 Mahayana 翻成大乘，不知道它就是真理，真理的本身就叫 Mahayana。我們應該講說：真理的另外一個名字叫做 Mahayana。因為我們沒有見過真理，所以講真理我們也不懂，講 Mahayana 也不懂。我們講真理好像懂，因為真理那兩個字你比 Mahayana 熟悉。其實兩個我們都不熟悉。它們只是名字不同，而真理的那個東西是同一個，這就是這種阿羅漢往後要追求的。

十信位的功能是什麼？十信位以後阿羅漢要追求的，跟十信位以前成就阿羅漢的方法，有很大的不同。十信位以前的訓練方式叫做「微觀」的訓練，另外一個名字叫做「蟲看」，worm view。你注意看，在看心念時，像不像蟲在看？看著地上的每一個細菌，所以叫做微觀。不會微觀的人，常常會造成緊張。本來「微觀」訓練是輕鬆的，可以治療胃潰瘍；可惜因為弄錯了，太緊張，不但沒有把潰瘍治好，結果弄到胃穿洞，肚子也穿了一個洞，因此要開刀醫療。蟲看是微觀的訓練。阿羅漢在十信位以後接受的訓練，叫做「宏觀」的訓練，另外一個名字叫做「鳥瞰」；就像鳥在天空飛，能夠看到森林。可是不成熟的阿羅漢，只看到森林，沒看到樹。就好像不成熟的初果位，他常常把概念當作識。我們不是不成熟的阿羅漢，亦不是不成熟的初果位，看不到識，對於概念也看得模模糊糊，甚至於還把意識形態當做識。對於初果位的肯定是相當嚴格的，十信位所要接受的訓練是相當複雜，詳細情況就像華嚴經涉及的訓練，在此沒有辦法跟各位詳細說明。

另外一個重點是 N 跟 N+1 的問題。N 是有限的，不但有限，而且有「前提性」。這前提性我們就這樣一句話帶過去，但是人類要從 N 到 N+1，是一個非常不可思議的狀況！雖然簡單的說，N+1 是「無前提性」。知道前提性與無前提性的差別在哪裡嗎？我舉個例子讓你參考，所有的宗教都是有神的，並不是無神論。這個「有神論」就是一個前提：上帝創造世界就是上帝創新世界，不能問上帝為什麼。上帝為什麼要創造世界？祂會告訴你：『這是上帝神聖的權利，你是我所創造的人，你沒有權利問這個問題。』，這個就是前提性。你問：『上帝！你造的人應該是好人啊，為什麼還造出那麼多的壞人來呢？』上帝要是仁慈一點，祂就說：『不可說！不可說！』要是祂當時在頭痛便會很嚴肅的告訴你：『那是我的工作，你不可以問！』這個就是前提性，因為你已經把上帝假設在那裡。如此你在修行上會發生一個矛盾：既然你已經把上帝假設在那裡，而你修行的目標就是找到上帝，找到就結束啦！因為你若能證明有上帝，那就證明了死後可以到天國。你認為事情已經解決了，其他要做的，就是做個好人，侍奉上帝，人生就這樣子而已。假如你很辛苦，到一百零一歲才找到上帝，過幾年你就回歸天國，那絕對沒問題，最後幾年你會活得很充實、很精彩。但假如你在十五歲就找到上帝，還有八十幾年的人生，你對上帝的觀念一定會產生改變，懷疑這個前提性很有問題。這前提性令你無法超越 N，無法去體會 N+1 的境界是什麼！

我們講 N+1 它是不設定前提的、是無限的。「找到上帝後，跟著要做什麼？」——這就是問題！經過這個禪修訓練，證了阿羅漢以後要做什麼，這就是問題！大概大家都沒想過，往生天國以後，在天國幹什麼？那裡有沒有工作？要不要煮飯？成天無所事事？是不是就在天國的樹下打坐？坐久了會不會成佛？這個就是 N 跟 N+1 的差別。我們即使成就了，還要再繼續前進、繼續超越。修

行的人，要無止境的超越，即使達到止於至善，還要再超越它；這是非常重要的一个基本觀念。我們的生命是永恆的，所以是永無止境地成長。生命的成長是不可停止的，這是修行人所必須具備的一个基本生命因素。

好，我們針對這個 N+1 還要再談一個問題。當我們會到達止於至善，亦即佛教所講的成佛，不是說你往生到佛的國土，而是你可以擁有一個自己的國土，所以你成佛，你把它叫作神都可以。這裡面有一個觀念：禪宗是無神論的宗教。這個無神論的意思，不是說沒有神，而是說這個神不在外面，也不在裡面。這個神是存在的，是「自性神」，不是自己的「神」，也不是外面的、別人的「神」。問題不在這個神跟我有關、無關，亦不在那個神存在、不存在。你本來自己就是神，只是有一天昏倒了不知道！就像某某總統，有一天在睡午覺，夢到自己是一隻狗，有一隻北極熊在追他，他嚇得一直流汗，一直跑，忘了自己是總統。我們每一個人跟他差不多；你現在作夢，夢中你是個人，你忘了自己本來是誰。

現在透過禪的訓練，我們要從夢裡醒過來，所以叫做覺悟。佛教不教什麼，佛教什麼都教，它是覺醒的教育。它要教育你醒過來，不要再作夢！你記得嗎？你是怎麼作夢的？當你那個「受」，受五蘊流轉產生「識」，當識一再的累積跟成長，你就是在作夢。你的夢很精彩，它發展到概念，當你的夢繼續延伸，由概念到意識形態，那樣不僅有北極熊在追你，老虎、獅子、蟒蛇都跑來，那就是人生大夢！所以我們在做訓練的時候，要你一直回到「住」的這個範圍，讓你醒過來，讓你明白你本來就是神，何需再去找外面的神呢？就像你在夢中要去找一個神，那個找到的、外在的神也還在夢裡，亦有可能你找到的是北極熊。真正的神是你自己醒過來，不再需要外在的神、發現到自己就是神。

在這個訓練的過程中，我們用兩個東西做比較：一個叫「人性」，人人都有人性；神呢？它是「神性」。在你的宗教裡叫什麼性都不要緊。把它叫做「上帝性」也可以。佛教只叫「佛性」。人性跟神性之間有什麼不同？人性就好像金礦，神性就好像是純金。換句話說，人性是還沒有鍛鍊的神性。神性是已經鍛鍊成熟、兌現的人性。這個概念應該很清楚：神性是純金，人性是金礦。不管是人性、是神性，我們都本自具足。因為在傳統的意識形態裡，都將神定義為在外面的神；外面確實有一個神的觀念，使人不能成長，你將永遠是人。套用達爾文的話：「人不能進化為上帝。」照理講，人能夠從猴子進化過來，就應該可以進化到上帝那樣。這個讓各位自己去求證！但是告訴各位，只要能夠經過這一套完整的禪修訓練，你確實可以把自己所具有的神性給兌現出來。你的神性不比上帝少，上帝的神性也不比你多。你可以把神性兌現出來，同樣的殊勝，你不要懷疑，這是絕對沒問題。我們要進行禪宗這一整套的訓練，你就要有這種認知。不要學了半天，只停在半路上。套用禪宗的話：「不准停在 N 那裡，一定要超越 N 的極限，進到 N+1 的領域。」也只有到 N+1 這邊，你才能感受到生命如何是永恆的。生命的能量是那麼澎湃，生命是那麼燦爛，你會毫無畏懼。這個世間沒有什麼會讓你恐懼的，因為你是最健壯的人。你已經擁有一切，你是全能的，自由自在的，你所到之處毫無障礙。這就是上帝偉大的神性，在你的生命裡同樣可以兌現。我們祝福大家健康，一切圓滿。

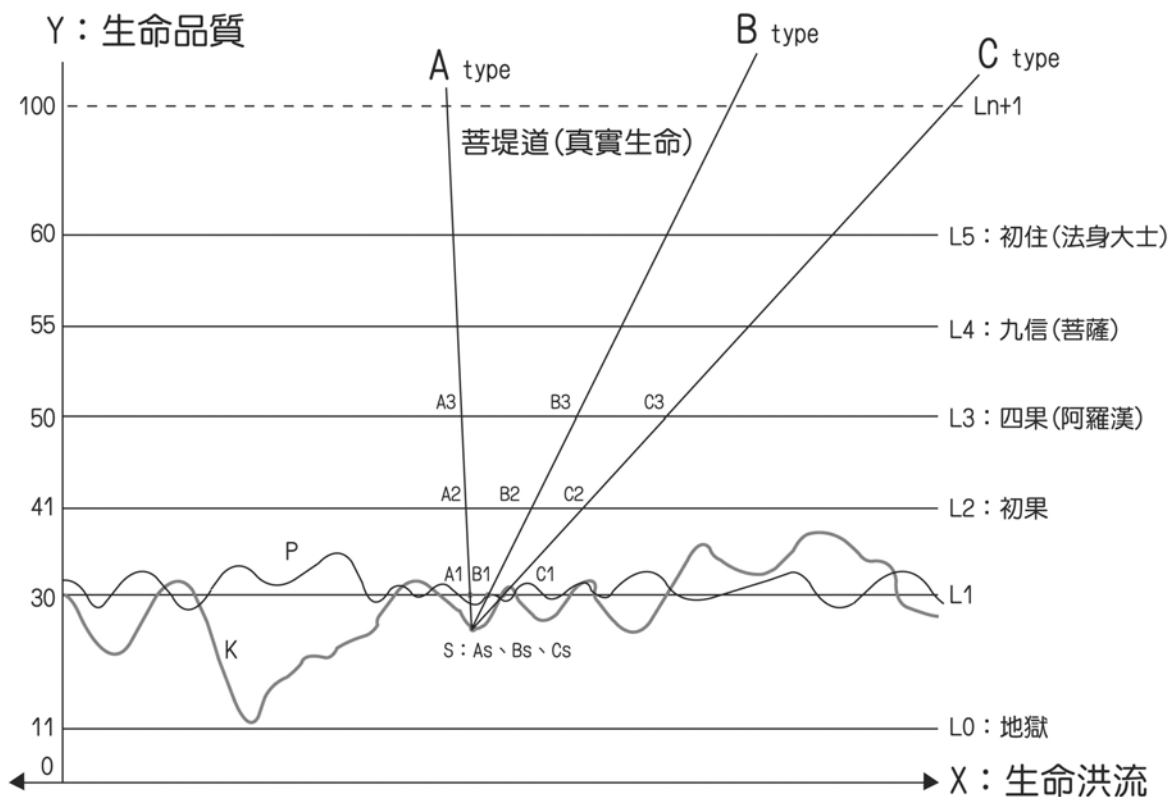
### **起小向大：理法界 理事無礙法界**

剛才提到自性神，自性佛的這個概念。它不是有神、無神的問題，也不是神存在、不存在的問題。重點是，神是絕對的存在，祂不存在外面，也不存在裡面，祂叫做「當下就是」，你們就是、我就是。這個部分需要各位非常深刻的體驗，它是我們生命最深刻存在的一種體驗。禪宗是一種宗教，它沒有辦法用西方的語言來形容，也沒有辦法用西方的想法來思考；它是非常超越的，所以我們在做這種形容，有很多觀念或想法乃至字句，傳統的語言裡是沒有的，我們必須以全新的視野跟

立場來接納它。用有神、無神來評論是不正確的，用佛教或其他宗教，程度不一來批判，也是不正確的。我們只能說要互相尊重；至少以禪宗而言，它可以尊重、包容所有的宗教，不管你有什麼信仰，都可以來接受禪的訓練。

你可能對佛像不喜歡，那你可以尊崇你的上帝，或者任何信仰都沒關係。也許你全不信，你應該尊重自己的靈性；尊重己靈是禪修的起步，你若是不能尊重自己生命的靈性，那你修行就沒用。我們所講的一切都將會變成知識，這些知識對你會是一種負擔，可以不用的。假如你不修行的話，禪的知識是多餘的。你要修禪，首先就需尊重己靈。從尊重自己的靈性開始，你會發現神與我同在。神與我不是兩個，是同一個。神就是我，我就是神。這個觀念各位一定要建立起來。

現在我們做第二個假設，假設你已證阿羅漢，已經從七信位到九信位了，你要進入到第十信位來。我們要告訴你，在十信位裡頭要做的工作。這工作有什麼不同，你知道嗎？原來我們是凡夫，在兌現神性的過程裡，已經把人的種子變成神的種子，這個種子就叫菩提子，或是菩提種。這菩提種在十信位以後就要培育成佛；這十信位在釀的菩提種，對一般佛教徒而言，稱為發菩提心。菩提種到這時候才能開始醞釀，當這個菩提種完全成熟才叫作發菩提心果位。所以這個十位信圓滿以後的下一個起步，就稱之為「初發菩提心位」。從此開始有四十二個位次，我們要用盡未來際所有的生命來修學這些法門。



我曾說生命是永恆的、是永無止境地成長的；從這時開始，我們將以強壯的步伐，邁向未來全然未知的境界。你知道嗎？那是多麼雄壯、多麼偉大的一個人生旅程！你要怎麼走都可以，在一塊綠色的平台上、或者藍色的天空上，你的人生旅途都能夠前進。這就是我們第一天告訴各位的真

實人生的途徑，還記得嗎？L1、L2到L3，即使到Ln+1，你要走A、B或C那個曲線去精進都可以。或者你喜歡在ABC之間換來換去都行。這輩子很辛苦的人，都希望下輩子到C那邊去。這輩子很幸福的人，都希望下輩子到A那邊去。你還記得嗎？痛苦的人都說下輩子要好好休息，不但要休息又要修行；不但要修行又要休息，還要一個美麗的太太、可愛的兒子，那你就走C這條線。假如這輩子很幸福、人生得意、子女孝順、身體健康、事業順利、在家是金枝玉葉、出嫁以後先生又疼如明珠，你想下輩子要好好精進，這些人通常會選A這條路。你要怎麼換來換去都不要緊，大概方向都是向L1，L2，L3一直往上提升，一直到N+1以上，不但在N+1裡面，從N+1上面繼續再加1，這個就是修行人的真實生命觀。只有具足這種生命觀的人，他的人生才有價值跟意義。

我相信各位已經在這修行的領域裡，這時紅色的K1線就不能控制你，你會開始離開L1。別忘了，這是我們共同期勉的，不管你把它提升到那裡，你總是繼續往上提升，一步一步超越你今天的水平。我們期望下輩子，我們在更高的水平再見。

現在要談的是，十信位這個迴小向大的問題，就是從微觀到宏觀。現在講一個比較具體的內容，給各位簡單享受一下，你就知道這個表位怎麼沒有辦法跟你講。所謂「理法界」，就是這一次訓練所講、證得阿羅漢的這個理論，華嚴經裡統稱為理法界。理法界是指阿羅漢所修成就的。現在你理法界已經成就，這理法界是阿羅漢修的範圍；七信位跟九信位的阿羅漢不會用根，也不會用智，因為他只是知道，但做不到。要怎樣才做到呢？他要經過一個轉轍器，轉轍知道嗎？那個火車在鐵軌上跑的時候，可以讓鐵軌轉方向的地方。他才能夠把「理」轉變成「事」。有一個修法叫做「理事無礙法界」。經過理事無礙法界的訓練以後，阿羅漢才會處理事情。這種阿羅漢常常會被叮得滿頭包，因為他滿足了此人，沒有辦法滿足彼人；就算滿足了彼人，也不能滿足這群人。他必須在這種矛盾衝突的痛苦中去成長他的智慧，要一直到他對失敗不以為是失敗、他的痛苦不以為是痛苦、人家對他的譏諷不以為是譏諷。這種阿羅漢要經過的時間，非常、非常的長！你知道有多長嗎？從我們這裡開始向東出發，每隔五百年，每隔五百公里，放一顆米做記錄，把這個世界分成一百萬年的米全部放完，那你看有多少公里？要那麼多的時間，每一公里算一年，要那麼長的時間來做訓練，這種阿羅漢才能轉得過來；讓理事無礙，真正的無礙，這樣子他才能夠真正的發菩提心，這時候的阿羅漢看起來十分可愛。

我們一般所看的阿羅漢，長相都不夠好看，因為他永遠要被普通人欺負。一般人認為你是阿羅漢，所以你就慈悲；我沒飯吃，你的飯要給我吃；我沒有衣服穿，你的衣服要給我穿；我沒有房子住，你的房子要給我住。所以那些阿羅漢都氣得臉都變形了。經過那麼、那麼長的時間，這個阿羅漢已經習慣了，看到眾生就會把他所有的一切都給眾生。眾生問要幹什麼？阿羅漢說你沒飯吃，我給你吃啊。眾生就告訴他，我已經吃飽了。這時候他才說，喔，那我可以吃嗎？那眾生會告訴他說，那是你的事啊！阿羅漢就說：我吃了，你不會餓呵？眾生會跟他說：你神經喔？你吃飯跟我有什麼關係？那時，他才能夠很安心的吃飯。這時候他就開始轉變！他會轉變到跟眾生相處很自在。他再不會受自己內在的微觀所影響；因為阿羅漢一直在他內心最深處看心念的起動，他要從那裡面走出來。不但要觀自心念，還要轉變為觀一切法界。他觀自心念，是自受用的部分。觀自受用是使自己走到真理的原點。他現在要觀法界，觀法界是要令眾生跟一切境界圓融。要知道這是兩種完全不同的觀念。從知識的立場說，是完全不同的觀念；但從生命的立場來講，它們不只是觀念而已，那是兩種完全不同的生命質感，所有的生命因素都會經過轉變。

起初是凡夫到阿羅漢的轉變，現在要談從阿羅漢到菩薩的轉變。這個轉變的路程比前面的路程更長，要證得阿羅漢很簡單，經過前面所講的狀況就可以，他只要前行具備，正行努力精進，就可以了。對於我們現在才要發心的人來看，好難哪！可是站在華嚴修學的立場來看，這個都很簡單，所以叫做「可思議」的解脫境界。可思議就是大腦想都想得到的。因為大腦想像得到，所以叫做可

思議。但是經過十信位的轉轍器以後，也就是要由可思議轉變成「不可思議」，由原來大腦可想像的變成大腦想像不到的，這就是十信位的功能。所以我們說你要花好長、好長的時間。我們在講前面成就阿羅漢的時候，並沒有跟你講需要那麼長的時間。光是從理法界轉換到理事無礙法界，就要這麼長的時間。這個時間看起來很長，事實上是指你在人生的旅途中要接受的那重大挫折跟考驗；那個挫折跟考驗是能到達你所不能承受的領域，雖然你不能承受，你還是要承受。當你跨過去，那時候你就超越了。這麼長的時間，一剎那間，超越了。這叫不可思議，真的不可思議。誰都無法承受的，包括我在內，都能夠超越它。包括你我都不能超越的，我們都能夠超越它，這叫不可思議。

這時候你需要有善知識的指導。要依止善知識，有一個原則——你不能夠跟善知識說：「這個你能承受嗎？你能夠承受才叫我超越。」假如他是一位優秀的善知識，他會告訴你：「我不能承受。因為我不能承受，所以才要你超越。」你能體會嗎？我不知道西方的社會價值觀能不能接受這樣的觀念？因為只有弟子能夠超越師父所不能夠承受的，這才能叫做不可思議。假如弟子所超越的都在師父的領域之內，那麼此弟子將永遠是這位師父的子民，這個師父將永遠是這個弟子的上帝；此弟子將是一個奴隸，不能成為一個完美的聖人，他將永遠無法體會自性神的神性。從這時候開始所要接受的訓練，已經不是上帝訓練營的訓練，它比較像魔鬼訓練營的磨練。他要你一直去超越那可思議的範圍，要一直到不可思議的領域去。所以在禪宗後半段的訓練裡，師父跟弟子打架的事常有；他們不是在那裡打來打去而已，這是真實的考驗，這時候的狀況跟變異念那種染識吵架的情形不同，（這個時候染識的人生是很喜歡吵架的，夫妻吵架…）因為它們已經不是在可思議範圍了。所以後面的階段，現在沒辦法告訴各位。因為後面既然是不可思議，除了一些不可說不可說的以外，還是很多地方是我不會說不會說的。這是我跟各位講所能講的部分，我告訴各位了。其他有一些都是華嚴傳統的術語，我們現在真的是很不會說不會說。

假如有機會，你們接受正式的華嚴經訓練以後，我們再來談後面這些不可思議的教育訓練。後面的訓練，有無量無邊的法門，大致上可以分兩類。一大類就是跟我們前面所講的一樣，它統稱為「次第道」，次第道就是 step by step。另外一種叫「圓融道」，圓融道是由聖階到聖位，就是由聖入聖，不是次第道的由凡入聖。這種圓融道的訓練是華嚴所特有的。現在沒有時間告訴各位，假如以後因緣成熟的話，我們再講這個部分。通常我們講的也是次第道，因為要講圓融道是我們人間能力所辦不到的；我們通常講修行，都講前半段。現在後面這個地方所有的，只是讓你種個善根。我們互相約定，下輩子我們到天上去，我們才有足夠的智慧精力與財富來修學這些法門。到那時候我們彼此互相來往，不一定透過網路，透過腦波就可以了。我們也不必搭飛機，你想找我的時候，叫一朵白雲，你就可以到我這裡啦！假如嫌白雲太麻煩，你也可以自己飛來，雙手張開就可以了，那才叫自在，那時我們再談。但是你記得，我們在安娜堡的時候已經談過了，我們已經約定了，已經約定後面這個部分。我們就到這個地方告一個段落，我們可能一年有一次兩次在北美的地方，有禪修活動。我們會跟各位保持聯繫，有可能，你們那邊可以發起，我們非常歡迎，大家共同來追求真理，讓我們一起來兌現我們的法身。

我們到這裡來幾天，天氣都很好。現在快要結束，龍王來啦，要下雨啦！這不會是龍捲風，這是四大天王來跟我們報告：師父啊！你功課講完了！我們要撤衛兵，不站衛兵啦。原來我們不是告生死假嗎？現在你可以銷生死假啦！這是一種瑞相，風神、雨神，就這麼一陣風一陣雨過去了，一般人不知道，會說這是巧合。巧合也好，就是那麼巧！每次風神、雨神來臨都說巧合。這是真的，不可思議的境界之一。下次你還可以再證明，看是不是巧合？好！祝福各位，一切順利！

2006年安娜堡禪七開示刊登完畢。（編者按：2006年4月17日至21日，海雲繼夢和上在美國密歇根州，安娜堡的五天禪七開示輯錄，分別刊登在北美華嚴季刊，第三至第七期。可覽閱網址 <http://www.huayen.org/quarterly> 2006 秋 Fall – 2007 秋 Fall.）