

二〇〇二年大圓滿禪修營講詞（九）

二〇〇二年七月十日講於花蓮力行禪寺

◆ 鄭振煌 講述

◆ 陳淑蓉 整理

得圓滿見的三方法

我們之所以有「二」的感覺，那是我們的業相，碰到不喜歡的，我們就不能拿來成長自己。不喜歡、不接受，就無法利用那個東西。一位大圓滿修行者對哪樣東西都認為很好，即使現在煩惱、失敗、不如意，都會藉著這個機會來成長自己。我們還未到達那種境界以前，要先認識這種見地。這種見地怎樣來的？怎樣得到這種見地呢？那就靠我們的師父，他用三種方式來教我們認識那種見地。

一、口傳：師父用講說的方式，以各種途徑講解。雖然言說本身不是大圓滿的境界，卻是幫助我們進入大圓滿見地的途徑。沒有透過言說，沒有接觸三藏十二部，沒有透過聽經聞法是無法證入大圓滿境界的。師父根據我們的根器、因緣條件而說，法是適應眾生的根基需要而說的，也就是根據我們的業力而說，這就是口傳。佛法「依法不依人」，定義就是如此，依真理、依法門，而這些真理、法門都是為矯正我們毛病而設的。因此，我們有不同毛病，就有不同對治法門。同時也告訴我們要「依義不依語」，不要只聽到一句話，或只看到一個文字，就當作永遠的標竿。如此，你若就無法絕處逢生，無法超越。「依法不依人」，「依義不依語」，「依了義不依不了義」，在言說的過程中，有些是講勝義諦，有些是講世俗諦，世俗諦只能夠滿足世俗的需要，勝義諦才能夠解脫輪迴，證入涅槃。「不了義」，「分別」、「世間法」都是「戲論」。此外，要「依智不依識」，識就是我們有二分別概念作用，是受到第六、七識的作用，尤其是受第八識所藏業力的影響。眾生對世間的認知都是不清淨的業相，而修行者是慢慢達到喜悅的覺受相，這二種都要超越，而進入到成就者的清淨明相。所謂「清淨的明相」是說「本來無一物」，一切都無一物，連無一物也無一物。一切都不給予成見，一切都超越過去自己的見分，用全然整體的態度來認知一切，這就是「依智不依識」。依四種慧或五種智慧，依五方佛智慧來認知一切。五方佛智慧是轉八識或五種煩惱貪、瞋、癡、慢、疑成為妙觀察智、大圓鏡智、法界本性智、平等性智、成所作智，是轉地、水、火、風、空五大，成為黃光、白光、紅光、綠光、藍光，化為虹身，把物質轉化回歸到光。

二、比喻：見地靠著譬喻去了解它，就好像水晶球清清淨淨，有光線出來它就會反射出不同的光。為什麼會反射不同的光出來？因為光進入水晶球，就會有深淺，因為水晶球是一個球體，所以會有光從球體表面深入一公分、深入二公分或到水晶球的圓心之後，所折射出來的光線都不一樣。因此在本覺、佛性、清淨像水晶球般的情況之中，有那種能，那種太陽光，光進入清淨本覺之後所反射出來的光，顏色都不一樣。換言之，在佛性之中所顯現出來的就會有十法界、六道眾生，呈現出天、人、阿修羅、畜生、地獄、餓鬼，凡夫輪迴的法界，以及修行者、成就者、阿羅漢、辟支佛、菩薩、佛的境界。心、佛、眾生三無差別，三千法界

不離一心，一念三千，指的就是「佛性」、「本覺」。也就是說，所有一切光、一切現象所折射的影像都是來自水晶球。我們用清淨的水晶球來譬喻「本覺」，而眾生的業相來自我們的業力。換言之，我們眾生的心不像水晶球那樣的清淨；也就是說本來明淨的水晶球再也不清淨光明了，而是染污的、破碎的、有雜質的，這樣光線所呈現出來的是黑暗的、扭曲的、各種各樣的不同面貌。這些各式各樣不同的面貌，我們稱為「業相」，也就是「業力」所呈現出來的相，這是一種譬喻。有時這種譬喻是上師教我們的，有時這種譬喻是聞法以後體會的，因為佛、上師都是「譬喻師」。我們稱釋迦牟尼佛為「譬喻師」，什麼是譬喻師？佛法無能說，無言語可解說，佛陀運用各種譬喻讓我們了解真理。

三、禪宗所說「直指人心」：直接指到那種見地，師父不用口傳、譬喻教我們，直接用「直指」。什麼是「直指」？「直指」就是在適合因緣之下，依據師父的觀察。以其身、語、意業讓我們體會大圓滿的知見，好像《西藏生死書》裡面提到的譬喻故事：有一個徒弟跟上師學大圓滿法，學了好多年都無法了解大圓滿的本覺境界是什麼，有一天上師用「直指」方式讓徒弟了解。如何「直指」呢？弟子看見上師出現，就往上師那裡前進，想要親近上師。上師看見弟子過來，因緣成熟，就拿石頭一直丟弟子，丟到弟子昏過去，為什麼打昏弟子？是要打昏弟子的分別心，因為那個弟子一直說：「師父你為什麼不教我大圓滿是什麼？為什麼不讓我體會佛性是什麼？」師父早已講了，是徒弟無法理解什麼是大圓滿？什麼是佛性？不知道「無二離戲」就是「自性圓滿」境界，就是「佛性」。師父用各種方式解說、譬喻、身體語言來示範，弟子始終無法了解，還是在分別，分別說：「師父你為何不教我證得佛性？」「不教我開悟？」「你講那些囉哩囉唆的幹什麼，還叫我們出坡，叫我們去海灘，去採波蘿蜜……」弟子在那裡起分別心，為什麼不叫我們直接成佛就好了，搞這些名堂做什麼？師父一直往弟子那邊丟石頭，一直丟，其實是在丟徒弟的無明妄想，就把徒弟打昏過去。為何要打昏他？是要打昏他的分別心和妄想，消融他的分別心，等他醒過來，當下沒有分別，沒有分別就是「開悟」，那時他就能瞥見本覺、佛性的「無二離戲」境界。虛雲和尚有一天拿著一杯熱茶，因為太燙，將杯子和茶丟到地上，才打破他的分別心，當下就開悟了。但是他如果沒有經過戒、定、慧、聞、思、修的修持，杯子打破了仍然無法證得「無二」境界。他在早期一定有所分別，一直努力修行，到最後某一個關頭、某一個因緣、某一個境界直指人心，直指「無二」的境界，讓他瞥見本地風光，於是開悟了。開悟是不是表示他已經成就了？沒有。開悟只是讓他瞥見真理。瞥見「本覺」是什麼、「佛性」是什麼、「無二離戲，自性圓滿」的見地是什麼而已，這是「直指」。

我們透過上師的口傳教授，透過譬喻，透過直接了當的直指方式，體會到本覺大圓滿的境界，並不表示我們已經成就了，這只是讓我們有所「悟」，悟到本覺是怎麼一回事。你如果要永遠的、恆常的在那本覺之中，處於大圓滿境界之中，就必須靠修行，你若不修行，那種瞥見的體驗一下子就消失了。你可能第六感靈光一現有所體會，但是這種體會只是靈光一現，不能永遠顯現，你要讓它永遠顯現，

就必須有所修，有所修就必須建立在它的見地之上。

它的見地就是說：我們現象界所有的一切，是不二的本覺所顯現，那種不二的本覺境界在《西藏生死書》裡面，把它譬喻為無邊無際的虛空，這是空性境界。空性境界雖然有時被烏雲遮住，雖然被高山擋住，雖然被烏雲、飛機、飛鳥所掠過，但是都無損空性的存在。

換言之，凡夫的佛性與佛沒有差別，我們雖然有煩惱，有業相，但這好像烏雲飄過，烏雲覆蓋只是暫時遮住虛空，虛空並沒有減少，等到烏雲過去了，虛空仍然呈現。我們現在有了煩惱，烏雲出現，暫時被遮住了，業相生起，讓我們無法完全體證到「無二離戲」的境界，但我們的佛性並沒有減少，空性沒有減少，我們的佛性是不增不減的，不垢不淨的，不生不滅的。我們要怎樣將這種見地維持久一點呢？那就必須靠修行。修的原則是什麼呢？我們用八個字來形容它，這八個字就是「如其所是，隨緣安住」。

如其所是 隨緣安住

「如其所是」就是說：是什麼就是什麼，這是大圓滿的修行。大圓滿的修行不拒絕任何法門，不拒絕任何境界，不拒絕任何狀況，每一種法門都可以拿來當作大圓滿的法門。如果你說大圓滿一定要這麼修，這就已經不圓滿了。你一定要這麼修，就表示其他法門不是大圓滿的法門，大圓滿的法門沒有那回事，大圓滿的法門是要讓我們安住在「無二離戲，自性圓滿」的本覺之中，我們要怎麼辦呢？就要「如其所是，隨緣安住」。在這種情況之下，眾生的業相不會產生，不會用二元，分別這個好、那個不好、這個喜歡，那不喜歡。「如其所是，隨緣安住」是修的原則，不拒絕任何狀況，不拒絕任何法門，也不執著任何境界、狀況、法門，認識到大圓滿見地「無二離戲，自性圓滿」，你就能夠「隨緣安住」。

佛法的目的，是讓我們在世間法裡面體證到「勝義諦」，因為世間法都是二元思考方式、二元觀念。二元的思考模式會限制我們，會把我們的智慧、愛心、慈悲限制著。因為我們只要有二的概念，意識作用生起來，我們的智慧就不能夠圓滿運用，慈悲、愛心也不能夠無邊無際去運用。如果看到家人、父母、朋友，我們就比較有愛心，這樣我們的愛心就被限制了，就被限制在家人、父母、朋友裡頭，我們沒有辦法把愛心完全發揮出來，同時我們的智慧也沒有辦法完全呈現。

修行主要是在一個有限的世俗空間裡面，讓我們擴展無限的智慧與慈悲。同時在我們有限的生存時間裡面，能夠打破現在和過去的界限、現在和未來的界限。我們凡夫會貪生怕死，現在之所以會做很有限的反應，會做對世間法貪、瞋、癡、慢、疑的反應，那是因為我們有時間的隔礙。時間把今天和昨天隔礙，把這秒鐘和前秒鐘、後秒鐘隔礙，把這一世和前世隔礙，把這一世和未來世隔礙。透過佛法的修行，就把空間、時間的藩籬整個抽掉，整個抽掉後，我們的智慧、慈悲也就表現出來。當我們毫無限制、無邊無際的擴展慈悲和智慧時，自己本身會覺得安詳，而且圓融自在；整個社會、世間就會變成佛的淨土。

佛法那麼多，要達到這種目的，我們已經介紹了出離道和轉化道的修行方法，今天是著重在自解脫的大圓滿修行方法。大圓滿的修行方法最重要是它的見地。修

行都有根道果，對大圓滿來講也有根道果，或稱為基道果。大圓滿的根，也就是它的見地（知見）。我們有了此見地，以此見地為基礎來修，修的目的是為了鞏固我們的見地，讓我們的見地牢不可破，讓見地毫不動搖地在我們的心識裡面永遠保持，那是修的功能。透過上師的介紹，不管他是口傳講授或譬喻，或是用直指方式直接引導我們去瞥見那見地，我們曉得見地之後就來修，等修道有經驗、有所成就了，就把修道鞏固以後的見地運用在生活上，用在我們的生死裡面，以達到圓滿的境界。

當我們在談根、談大圓滿見地時，我們用八個字來形容它，那就是「無二離戲，自性圓滿」。無二就是表示不管是凡夫的業相、修行者的喜悅覺受相、或是成就者的清淨明相，都是我們「本覺」、「佛性」的顯現，我們一定要有這種見地，我們一定要離開一切戲論。所謂「戲論」就是分別心所創造出來的，我們的分別心覺得蒼蠅是髒的，所以不好，覺得這個好、那個不好……，這些都是我們的戲論。我們要離開戲論，我們的本覺、佛性是離開戲論的，也就是說我們的佛性是無所謂好或壞的，我們的佛性無所謂有或沒有，我們的佛性無所謂在裡面或在外面或在中間，我們的佛性無所謂大或小，我們的佛性無所謂生或滅，它本來如是的、本來如實的。本來如是的自性，在《六祖壇經》裡面解釋得很清楚，《六祖壇經》一開始就講「直了本心，見性成佛」，每一個眾生都具有清淨的自性，「但了此心，見性成佛」，是透過上師的解釋、自己的修行來達到離分別心的戲論，就能回到自己圓滿自性裡頭。

佛法不是哲學，佛法是一種超哲學，雖然在不同宗派裡面，對於人生宇宙有不同角度的詮釋，但這種詮釋不是我們的第六意識創造出來、思維出來的東西，而是歷代祖師大德、佛菩薩透過自己的親身體證而說出來的，為了讓眾生離苦得樂，為了讓眾生開發智慧所說的，因此它是超越哲學的。所有的一切言說都是戲論，所有一切法門其實也都是戲論，所有法門都是為了指引我們到達佛性的方便說法，千萬不要把這些說法當成真，若把方便說法當成真，就好像當我們要觀呼吸時就不知道怎麼呼吸，當我們修數息時就會胸悶或不順暢或不自然了。為什麼？因為我們把法門當真，就執著在那法門之上，不知道法門只是一個交通工具，我們藉著交通工具達到彼岸，一達到彼岸就立刻把交通工具超越，千萬不要死在那個法門之上，否則永遠到不了彼岸。

大圓滿法門不拒絕任何法門，也不執著任何法門，所以任何法門只要有圓滿的精神，就是圓滿的修行法門。它的精神就是「如其所是，隨緣安住」這八個字，「如其所是」，「是」就是「如來」，就是這個樣子，什麼樣子呢？師父教我們這個法門，我們就在這個法門上用功，將來碰到另外的師父或師父教第二種法門，我們就在那種法門上用功，千萬不要用過去的見分、過去所學的那一套來跟現在所學作比較，一比較又是戲論，又落入二元的思維方式，一落入二元思維方式，我們就會發現到新學的法門比過去好或比過去不好，或是我比較能相應或我比較不能相應，一定要「如其所是，隨緣安住」。「緣」就是眾因緣，你是怎麼樣的因緣，你就要安住在這因緣之上，你現在的因緣是扮演學生的角色，你就是學生；

是扮演家庭主婦的因緣，你就是家庭主婦；是扮演商人的因緣，你就扮演商人，你是哪一種因緣，你就扮演那個角色就夠了。

「隨緣安住」並不是教我們學阿 Q，並不是教我們隨便。所謂「安住」，不是要佔人家便宜，讓我可以安住。安住，不僅僅自己安住，也要讓對方安住，也要讓事情安住，也要讓情況安住。我佔人家便宜，我自己可以安住，但是對方能夠安住嗎？即使他忍耐下來，他不見得安住，即使對方很勉強忍耐下來或不反應，但那件事情有沒有就此解脫輪迴？何謂「有沒有就此解脫輪迴」？一切事情都在緣生緣滅，我們凡夫很容易因為過去業力的造作，現在有了果報出來，立刻又產生新的業力，使得本來是在消業障的現象，又造成未來果報的因，如此因果不斷輪迴相續下去，永無止境，這就不算「解脫輪迴」。「隨緣安住」的意思是說我們要在生死輪迴的過程裡面安住，從生死輪迴裡面解脫出來，從十二因緣的任何一支跳脫出來，那就安住了，不要繼續輪迴下去，因緣果報也就此終結。

此後雖然照樣吃飯、睡覺、做事、與人來往，可是我們那時候用的是清淨心、用的是「本覺」、「佛性」的心，無所住而生其心，這種情況和凡夫的造作是不一樣的。凡夫的造作都有一個動機，是貪、瞋、癡、慢、疑，是以自我為中心來造作的，是有所為而造作的，不是像《金剛經》所說「應無所住而生其心」。無所住而生其心是已經證得空性，證得空性但不會侷限在空性裡面，而能夠自然生其心，在真空裡面產生妙有。正因為是在「本覺」、「空性」當中，我們更能知道空性就是因果，因此您體會了涅槃寂靜，體會了空性之後，更能珍惜因果，更會相信因果。全然空性，就是全然因果。「全然空性」就是說只要因緣和合，某個現象自然會生起，所以深信空性的人，必然深信因果，必然更會為自己負責任。我在空性之中，我會為自己身、口、意業負責任，因為我知道一切都離不開因果，一切都是緣生緣滅，這叫做「隨緣安住」。

「隨緣安住」不是隨便，也不是阿 Q；「安住」，不僅自己安住，同時對方、情境、因果關係也要安住，一切都能在寂靜涅槃之中來運作，一切都能夠超越因果輪迴的窠臼，而進入清淨的情況，也就是佛菩薩的清淨明相。佛、成就者，和我們一樣，照樣要吃、睡、走路、生、老、病、死，可是他在一切境界之中都能運用智慧——清淨明相現起。因此大圓滿的修行建立在「無二離戲」見地之上，不僅僅在道場裡面修，離開道場也在修；不僅僅打坐在修，不打坐也在修；走路在修，睡覺在修，吃飯在修，任何一種行、住、坐、臥、語默動靜之中都是在修。

因為大圓滿的見地是「無二」、「離戲」，也就是說大圓滿的修並不是在禪堂裡面才是修，也不是一定要表現出一個樣子，比如說一個經行的樣子、一個打坐的樣子，或是一個很嚴肅、或很自然的樣子，或一定要七支坐法的樣子。七支坐法當然是一個修行的方式，打坐當然是修行，但你下座還是在修，下座和上座是無二的。要建立這種見地，用這種見地來從事大圓滿修行，這才算真正的大圓滿。真正的大圓滿是沒有固定的一套模式，沒有固定的一套形式，在任何時空之下，任何一個姿勢，你坐著也在修，躺著也在修，行、住、坐、臥都是在修，在任何時間點上都在修，您在拜懺、休息、喝茶……，在任何時刻都在修，這才算是大

圓滿的修行。

大圓滿的修要回到「無二離戲」的見地。當我們說要修行、說要靜坐，其實那已經是戲論了，已經有二了。當我們說打坐很好，就表示沒有打坐是不好；當我們說要有智慧，就表示愚癡不好；當我們說要成佛，就表示凡夫境界不好，那都是有二的戲論了。大圓滿的修行建立在「無二離戲」的見地之上，「無二離戲」就是要打破二元概念，打破上座修的概念，但並不是說不要上座禪修、不是說不要修毘盧遮那七支坐法、不要修脈氣、止觀。不是！而是說要把止觀得來的、七支坐法學來的、修行學來的方法持續到你下座之後，持續到任何時間點，任何姿態之上，這才是真正的「無二」。

若只有在禪堂才算修，只有某一個姿勢才算修，怎麼算是大圓滿呢！也就不能夠「如其所是，隨緣安住」。一開始「如其所是，隨緣安住」是辦不到的，《西藏生死書》中有大圓滿修行方法，我們可以從很多師父、上師見到不同修行法，這不同的修行法已提過，大圓滿修行不拒絕任何法門，不執著任何法門。換言之，任何法門都是大圓滿修行法門，甚至不修行也是大圓滿的修行，那就是把修行延伸到不修行的境界、時間裡面。我們看到一些大師們好像沒有在打坐、唸佛、持咒，那裡曉得這些大師們隨時都在修行之中，隨時都在戒、定、慧之中，時時刻刻都在本覺之中。

《西藏生死書》尚有一種修行法——雙眼凝注虛空。這種方法非常自然，自然到任何時間都是在修行，它的自然就是利用虛空生起我們的空性。我們在狹窄的空間，比如說圖書館裡，我們經常會看到書、柱子、桌子等很多東西，由於我們過去的見分，我們沒有辦法停留在直觀直覺的階段。我們眼睛一張開，首先是「看到」，接著就開始「分別」，分別這是書，這是柱子、桌子、拜墊，這是燈等等。這已經是習慣性了。因為我們的妄想、分別心習慣性一直滾下去。我們要修大圓滿，在這狹隘空間裡很難修，因為太多不同的東西呈現，我們的業力、見分使得我們很快的、不自覺的去分別，無法達到「無二離戲」的境界。上師們在西藏修大圓滿修得很好，因為那種湛藍的天空，那種廣大無邊的虛空，那種浩瀚無際的大地，自然容易生起大圓滿心境。

我們在力行禪寺也是這樣，你看！視野多好！我們能安住在高山大海裡面，就能安住在虛空裡面。因為我們一眼望去就能看見虛空，你盡量凝注虛空，把你主觀的心消融掉。當你一凝注湛藍的虛空，把自己的妄想心消解掉，心就和湛藍的虛空合而為一，忘掉自我的存在，忘掉有雲彩、有山、有海、有樹木的分別，這就是慢慢在體會「空性」。所以修大圓滿比較好的環境就是在廣大無邊的曠野、在湛藍天空底下、在視野廣闊的情境之下。師父經常會帶我們到外面，到山裡，到海邊，因為那些地方視野廣闊，比較單純，比較不容易生起見分、分別心。我們若是在一個紛紛擾擾的菜市場，或是在各種各樣情況都呈現的場合裡修大圓滿，那是比較難的，因為我們的見分隨時隨地都會冒出來，會讓我們產生二元分別的概念，讓意識作用引導我們做很多的戲論——這個好、那個不好。大圓滿的修行沒有固定修法，但一定要抓住它的精神，它的精神建立在「無二離戲，自性圓滿」

見地之上，以至「如其所是，隨緣安住」。

「如其所是」就是說在修行過程有了基礎來鞏固前面「無二離戲」的見地，鞏固以後，在其他場合裡面也能「如其所是」。什麼意思？你在車上，在菜市場，回到工作職場，回到人間，照樣能見到空性，因為您已體會到「無二離戲」，體會到「本覺」、「佛性」是沒有任何差別的。我們之所以會有差別，是眾生的見分、妄想、分別心，這些都是我們的想像、假名，我們被這些妄想、假名所困住，妄想搞得我們團團轉，無法清醒的見到空性。空性是什麼？《西藏生死書》裡說：第一個念頭起來，因為無常，必然會消失，在第二個念頭還未生起之前的那個空間，就是「空性」。但是那個空間還不算是真正的空性，那只是空性的一小部分，等到你禪修的功夫夠了，妄念生起的速度就減慢了，念頭消失之後下一念又緩慢生起，前念與後念中間的那個空間就愈來愈大，你就愈來愈能體會「空性」。好像當你凝注虛空，即使有雲彩過來，你凝注虛空的心不動，不起妄念，慢慢練習之後，當雲彩過來時，你不說那是雲彩，你不這麼認為，因為你的心在空性裡面，雲彩過去了，虛空依舊，你只要認證到「空性」、「本覺」，有雲彩來了，不影響你對心性的認知，不影響你對佛性、本覺的認知，因為你知道雲彩是假有，雲彩來了又去，雲彩是無常，只有那虛空、空性才是真實。(未完待續)

