

我已經拒絕了許多這類的提供，因為它們終究會成為障礙。而現在不但沒被這些世間的探尋所耽擱，在我的定中却已出現了許多法身的教示。對我來說這些是比西藏的聖者們所發現的杵、聖像，等等（伏藏）更有價值的。實際上他們並不將這樣的東西據為己有，而是將之安於聖壇供眾敬奉。但是我們若以最高的圓滿証覺為目標，就應當將這類事擱在一邊。

d. 領眾太早。當然應該成為他人的上師（以教化眾生），而且大乘對這件事的強調是太好；但在金剛乘中則說，「先証圓覺，而後究竟渡生。」太早帶領太多人，不但不能導致修行上的進步，而造成領導者之墮落以及其追隨眾之停滯不前。

這四種障礙乃由我親自經歷<sup>收集</sup>而來，並且未曾有古純論及。

### e. 避障障。

在我們最後幾次的聚會之一的时候，陳先生又添了一種障礙。筆錄者打算去泰國習定，因為他想說在那兒種種條件會好些。瑜伽士宣稱，「還有一種障礙：避障障！如果你若是找靜處來習定，那麼你就会有（寂靜）<sup>寂靜</sup>（愛或執著）。那麼，你又怎能在有聲音的地方習定成功呢？」尊者指出，「最寂靜的地方還是會有聲音的，即使那只是樹上的鳥兒或遠處傳來的狼嚎。除非你有個地下室，是不可能找到完全的寂靜的。」陳先生不贊同為逃避聲音而到地下室，然後繼續說，「安靜的地方對初修者可能有助，但也可能變成是進一步發展的阻礙。」

做為另一個例子，他說了下面這個故事：

從前在中國有一位持戒很嚴格的和尚。他從不讓雙眼朝向女孩及女士。如果來訪的施主帶著妻子或女兒，這位和尚就把雙眼盯著面前的地上。因為他如此專注地自製，他累積了很多功德，因此死後遺體火化，在餘灰中找到許多堅固而光彩猶如宝石的舍利子。然後很多人就去朝禮這些舍利。然而，當女士們將之放入手中，這些舍利子就消逝了。看來他只能渡男生，而沒法渡女性。

這兩件事做為例子，說明了我們所說的這種障礙。

尊者接著又給了一個：他說，「我認識一位泰國的比丘，他有一次緊張地問我說，『是不是真的，在西方女士們也會試著要與比丘握手（為禮）？』當我回說，『是的，這是那兒的習俗，』那位和尚就宣稱，『噢！那我可受不了！』以為他是反對那個習俗，我就問他理由。他以顫抖的聲音回答，『如果女人碰到我的手，<sup>我</sup>就會熱情澎湃。』我們都笑了。

### 7. 所有困擾之結語

還是依據我的經驗，有四個原則來免除所有這些障礙。

a. 空性。很徹底地觀空，並達到某種程度的証量。此後即不再會有困擾，因為這是既有力又有效的方法。

b. 培養大菩提心。在山洞中住了兩年之後，我得了皮膚病。這個山洞在中國的群山之間，在一座山的兩側各有一個入口，而其間的通道在地底綿延數里。由於有河流經此洞，而洞頂滴水，所以空氣潮濕達到飽和。我的衣著總是潮的，因此為了保持自身乾暖<sup>足夠</sup>，必需修深呼吸的種種方法以增強体内的火力。出洞之後，我來印度朝佛，而沒有足夠的時間來<sup>維持</sup>修深呼吸。結果，我染上了膿皰病，而快地遍佈全身(的皮膚)。我因而住院一個月才治好這個病。當我住院時此疾之病魔，黑色且令人怖畏<sup>長相</sup>，來找我，並試圖將我身前後晃動。我幻想其身變成很大，並請他進入我身。我祈禱世界上所有的疾病都折磨我以致於他人可以免受其苦。那魔就對我說，「我怕你的菩提心，並且馬上離我而去，之後我的病就好了。」

c. 出離。出離世間並且信賴佛陀。此中有不同的層次。首先，應放捨肉體，並經由禪定成就將自己全信地交給<sup>天</sup>神的手中；在小乘中至少要做到這樣。然後，應在空性昇華中放捨神識，而將自己交付於佛陀手中。此後，應放捨對所有一切的欲望而將之轉化成對空行母的愛，因而得到她的保護。最後，放捨此生，放捨一切，並經由完全証入空性而投入法身的懷抱，在法身中不受任何障礙，也無魔有可能做任何損害。所有這些條件都是很重要的。

d. 金剛乘的修法。行者在當充分地學習<sup>金剛乘</sup>佛果位之修法。甚至極難降伏的魔也可因之而~~被~~被征服，一如蓮花生傳記所述。

### C. 虛偽的成証

1. 一般<sup>見解</sup>。虛偽的內相<sup>成証</sup>是由<sup>下</sup>列十種原由之前九種所導致；第十種則非虛偽的成証。他們是：

a. 五蘊所造成的。

陳先生舉例說，禪修者自見幻相，而非本尊所現。

b. 日常生活之壓力及妄想所造成的。

c. 疾病或苦難所造成的，而看似對四聖諦之洞見。

d. 業報所造成的。

e. 魔王及其魔軍所造成的。

f. 止觀中之因緣所造成的<sup>(修)</sup>

g. 邪見與疑念所造成的。

h. 因進境而起慢心或誤以為已証涅槃之妄想所造成的。

i. 被以小乘之涅槃為滿足而不進修菩薩道的誘惑所造成的。

j. 被真正~~証~~証達佛果所造成的。

2. 光。有些(行者自見之)內相是光,而有許多種亮度的差異。這些不同種類的光,雖然散見提及,却尚未在任何書中詳述過。虛偽的成證之種種光與法身光明有下列之諸差異:

a. 見光者所見之光是相對的。見到法身光明是一種沒有對立的體驗。

b. 錯誤的光是有區域範圍的;或許只在眼前,只在一室之內,只充滿一整個建築物。法身光明是沒有局限的。

c. 錯誤的光,顏色黯淡。見《西藏之死籍》,其中提到見到黯淡的光只會導致在六道中再生。(六道乃天神所修羅、~~人~~畜生、餓鬼及地獄眾)。

d. 空性。縱使然見所見之光有如秋空,透徹無雲,但這會是真正的法身(光明)只有在已經過大乘的空性昇華而得完全成就之後。沒有這個體驗,所見之光不可能是法身的。教示有靈魂或者自我存在的那些宗教不瞭解對空性體驗在完全的精神上之成證之必要性。「神我」或「神頭」也不可視為即是法身,因為這些觀念不需有任何空性體驗便可了知,而後者只在經歷昇華過程後,纔能經驗到。對那些將法身與此或彼認同的人們,應加以如此的質問:「這是你自己的經驗(而非僅某種理論)嗎?你又是以何種修法將微細的我執消滅呢?」

就像陳先生說的,「沒有因,豈能有果?沒有修,豈能成證?」

e. 光之層次。

i. 小乘。在小乘裡要見到真正成證之光,必需修觀無我有成就。如果,除了善修淨化與出離之外,行者尚未體會五蘊之中無有自我,則真正的羅漢光明無從體驗。

ii. 大乘。在圓滿六度及証達人法二無我之後,菩薩之光明便會出現。

iii. 金剛乘。佛之智慧光明會由法身連同大慈大悲之報身及化身一起發出。要能如此出現,必需能在大樂禪修(三灌)中善於圓融四喜與四空(見第十三章,第二部份, A)。在此密法之修行中,光之來源、範圍及特徵都與上述的相當不同。

### 3. 虛偽的証入涅槃

因為有不同層次的証入涅槃,這些有時就被混淆了。

a. 禪定光明。將四禪(見第七章, K)的光明誤認為是小乘的涅槃。在這些境界的第四種中,行者可能以為他所有的煩惱及垢染都已除盡,並且連喜悅都已捨棄了,只留下~~平等~~非苦樂受、念清淨、以及心一境性。他或她應認清這只是証達色界的一種禪定,因此仍在輪迴之內。從前在中國有位比丘,叫做「四禪和尚」;他就是這樣誤認了自己的成就。他經驗到四禪的定中之身,就以之為精神上的身體,然後他很警覺地發現,出定後不能保有之。他就宣稱,「佛欺騙了我!並無涅槃。」他(因此)墮入地獄。

b. 涅槃之三摩地。行者可能修証小乘涅槃之三摩地,而誤以為是佛之涅槃的金剛三摩地。大乘指出~~他們~~他們之間的差異。

c. 不同的涅槃。另一個可能的錯誤是將無餘涅槃與無住涅槃混淆了。前者的特徵是淨除垢障而安住於法身——由輪迴究竟解脫。後者是一種動態的境界，救渡眾生的活動在其中繼續著，並且由於對象的慈悲佛不斷地以許多形相出現。不安住於任何處是此涅槃之特徵，也是救渡的真正情況，可以在任何地方以任何形相出現，不為時空所限。

4. 大手印和大圓滿內之虛偽成証。有八種錯誤的方式：

a. 執著樂受只會墮於欲界天。

b. 執著光明會轉生色界天。

c. 執著於無分別會轉生無色界天。

d. 如果執著見到法身為秋空之經驗，則會轉生空無處。

e. 如果執取一切唯識之見，則會轉生識無處。

f. 認定一切都非實在，不假任何作用，則會轉生無所有處。

g. 專注於非想非非想，當然會轉生彼處。

h. 如果觀空圓滿，但缺乏菩提心及大慈大悲，則墮入小乘之空，而只有該等之成証。

5. 禪門諸墮

依照禪宗祖師曹山，有三種墮：

a. 不斷聲色是隨(逐世間事物)墮，因此必需放捨之。

b. 作得一頭白牛(法身)去，是類墮。

c. 不受食是(自以為)尊貴墮，太關心法身。應當受食而施展報身和化身的功用。

6. (曹山)四禁

a. 莫行心處路。

b. 不挂本來衣。(談及「自然尊貴，或清淨，等」)

c. 何需正恁麼。(要三時都在其中)

d. 切忌未生時。(在偽禪中則教人不思考，並說心中無念便是開悟。這是非禪或枯禪。)

陳先生插說：「在我的《禪海塔燈》中可見到一些這種例子。」

7. 虛偽成証之結語

依照我的經驗，我將給一些可靠且有用的方法來檢驗証德。

不要依據是否有神通來測試他們，因為前五通是佛教徒與非佛教徒都可能得到的。如果有這些通力，是好的；如果沒有——不用介意。真正的測試應當依照三種重要的條件：



2. 哲理上的轉型。一定要經過哲理上的轉化使得行者對(正覺之道)有詳細且週遍的知識；經過小乘的信仰及淨化，大乘的空性昇華及相輔相成的長養菩提心，然後了知五毒以及如何將它們轉化成五智。所有這些教理都應當徹底地研習過。如果這種學習是完整的，那就不会有疑惑留下，不確定自己現在或證上是站在何處。行者就會確切地知道自己的証量如何；這樣子，正確地並且經過忠實的檢驗就可以避免自欺的危險。即使熟悉佛法的哲理，並且對我們所描述的整個禪修體系有好的掌握，行者还是需要自覺之明：「我的個性如何？哪些是我較顯著的煩惱？」立於哲理的知識與轉型之基礎上，便能可靠地判別任何成証(是否真實)。

b. 心態上的轉型。除非在心態上有了轉化，否則終究只是一位學者。首先應認清自己宿生的業(所形成的人格特徵)。行者應徹底自省：「我內心有那樣的菩提心？我觀察自省的能力又如何？」一個問題就總結了其餘的：「我有了甚麼樣的改變？」如果行者不能誠實地說出任何改善，那是在禪修中就毫無進步更談不上有成就了。如果看得到有改變，則應正確地對我們所知的究竟目的——佛果之種種特徵加以比較及評估。細細審察行者應能看出，甚至一天比一天地，不斷改良的內心活動。例如：「初始我沒有慈心(及於眾生)，但現在……」

總是要記得自己是由要一個凡夫轉化成一位佛陀。如果已能維持本尊及諸佛之觀想，或甚至見到他內，但却依然保有原有的自私自利心態——那廢又有甚麼用呢？真正的進展在於人類的心態不斷地轉化成佛心——這是重心所在。

行者也應當自問，「我是否已有足夠的功德能証羅漢，不用提到說證佛位之目標？」這樣子可以令人自知份量。我知道有很多大乘佛教徒說這(証羅漢果)是一種自利的理念，但是當我們四顧尋找心地高尚且慈悲的菩薩時却是少見。實際上，許多被他們的信眾(或甚至他們自己)吹噓為偉大的教師們却甚連小乘的尊貴羅漢之一小部份聖德都沒有。在這許多「菩薩」之中我却見不到像小乘羅漢的尊者。

正如我們可以由他人日常行徑所透露的來評判他們的心態，我們也可如此自省，看出自心的變化，而這就是我们証到的境界之鐵証。

c. 生理上的轉型。在哲理與心態的轉化之後就要考慮到生理上的轉化。即使是修小乘禪修之結果，我們知道一位羅漢(不論是男是女)在入涅槃之前可能展示十幾種神變，而造成神奇的身體上的變化。身體以及個人之其他組成部份都一定會同時起了變化。禪修的進展有時是以行者能以意志改變身體至何程度來判斷。因此，起初行者也許只能治癒或阻止小病；隨著修行進步，身體可能變成更強壯，而在老年時能使身體轉化成年輕的狀態就顯示了更高的法力。然而，要小心只依這種能力來評斷証徒，因為非

佛教徒也可能做到這些。

在金剛乘裡便易於依身體的轉化來判斷証量。經由修習此乘之禪修肉身轉化為智慧光明，人體的氣脈變成智脈，而人之能量變成佛之智慧明點。經由這些之修持而有小成，則能將遺體縮成很小的一團；更高的成就則是在肉身自己燃燒火化之後，只餘毛髮而指甲，而最高的「標準」成就則是在「死」時肉身完全消逝轉化為智慧光明。更高的成就則是仍能保有身形（如蓮花生）而同時又圓滿成佛。

因此，要這樣考察自己：「我的身體有變得更舒適、強健、輕靈、等嗎？」這樣依其質地顯示進展及成就的（程度）。

讀者們可以自行檢驗這些証明，並且它們是，你必需承認，很清楚的事情，不允許出何差錯，除非是粗糙的自欺。

作為結論，我應當說明，我真正希望你徹底且比我更早圓滿証悟，以便你能教導其餘讀者眾都能成証這三種轉化——屆時此書之目的就達成了。