

禪師答問 二零一一年十月九日 美國碧岩寺

我們可以和已離世的人溝通嗎？

問：我們可以和已離世的人溝通嗎？當我們所愛的人轉化後，我們真的能接觸到他們的意識嗎？

我很痛苦，因為我不知道我與已故妻子的交流是不是我的幻想。我知道，當我們延續下去，我們都有意識，我們都是一體，我們都是愛。但我想知道，我們是否仍然可以擁有我們所愛之人的意識。在你轉化了之後，你是否真的能聽到我們的聲音，你是否真的和我們（以及我已故的妻子和其他人）在一起？

答：這個問題讓我們看到了禪修的奇蹟。透過禪修，我們確實可以就這樣的問題找到答案。

假設你看着家庭相冊，你看到五歲時的自己。你問這個男孩現在在哪裏？他去世了沒有？這就是禪觀。你知道這個五歲男孩沒有死，他轉化了很多，而現在的你就是這個五歲男孩的延續。

你能和你內在的這個五歲男孩交談嗎？他，這個五歲男孩，只是你腦袋發明出來的嗎？他是實在的。如果你能和你內在的五歲男孩——其實也就是你自己——交談的話，你也可以和你的妻子交談。前提是你不執着於形相，不被以往你看見她的相貌所妨礙。

就像你看到一朵雲，當你看着一杯茶，你再也看不到雲了。但如果你修習無相，不受形相拘束，那麼你仍然可以看到茶裏的雲。而茶裏的雲並不是我的腦袋發明出來的，它本身是

實在的。你的妻子現在以新的方式顯現，不要認為她只是在你之外，或者她可能在你之內。因此，你可以和她深入而真實地交談。

我可以跟我的母親交談，可以跟我的父親交談，可以跟我的老師交談。我可以非常真實地感覺到他們。我知道我的手，有我的母親在裏面。所以，當我用左手觸摸右手時，我不只摸到我的手，我也摸到她的手。當我用手撫摸額頭時，母親的手也同時撫摸我的額頭。這是非常真實的，這不是幻想，這不是腦袋的產物。所以，什麼都沒有丟失。

雲不會死。你已故的妻子還在你身邊，以新的形式顯現，也許更美麗、更年輕。為了能夠和她聯繫，你應該摒除偏見，你和她聯繫，在某種程度上，你就是她。問題是，你能否和自己保持聯繫。你能與自己，與就是你的那個五歲孩子聯繫嗎？如果你無法與自己聯繫，與就是你的那個五歲的孩子聯繫，你便無法與她聯繫。所以要和自己保持聯繫，如果你成功了，那麼與你已故的妻子取得聯繫，便會變得非常容易。☺



觀看開示片段請瀏覽：

<https://www.youtube.com/watch?v=e2qK2wRmPRs>

梅子禪

翻譯：梅村僧團

一行禪師 (1926-2022) 出生於越南，9歲出家，是臨濟禪師第48代傳人。禪師畢生致力於更新佛法及教導正念生活的藝術，出版著作超過100本。1982年，禪師在法國建立梅村禪修中心，2011年於香港成立亞洲應用佛學院定期舉辦正念禪修活動。