

生命在 微笑 下

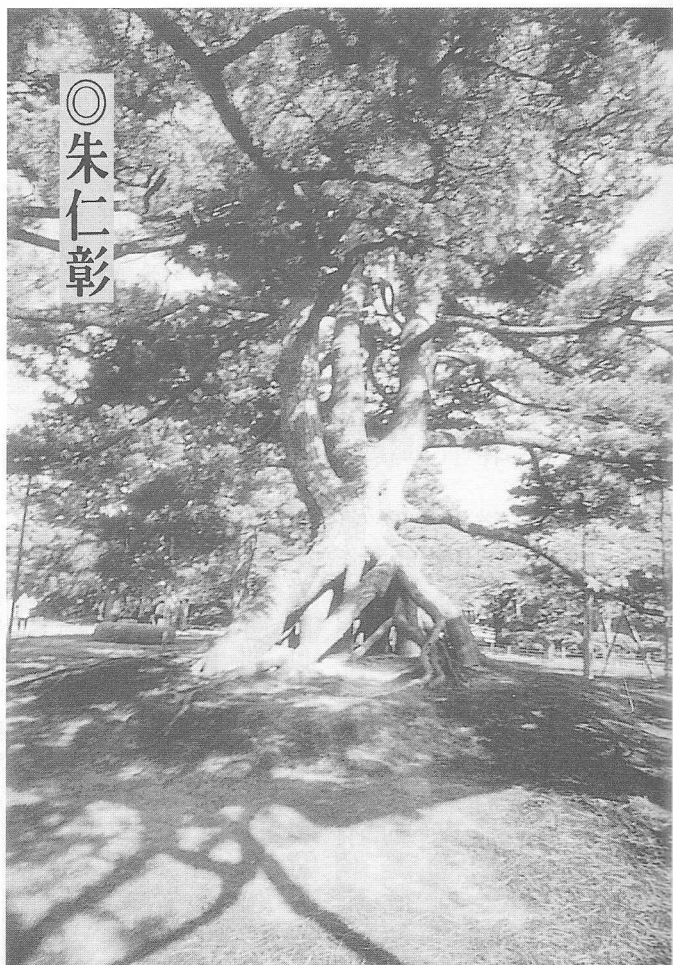
日常生活中，我們接觸的，聽到的，因應的，都是無情。它們都在為我們說法，科學家聆聽其說法而發現了新知，哲學家聆聽其說法而領會到高深的哲理，一個平常的人聆聽其說法，可以受用無窮。但是，只要心中存有一點感覺，便聽不到無情說法了！同登法船的同修們，一定是法喜充滿的

，因為，喜的是在整個修辦的過程中，更能有所引領了！從淨心行善到妙行無住。行善者其心必淨。欲行妙道者必也無所住之心也。現代人的三部曲——忙、茫、盲。

忙——忙碌的生活使我們的人生刻板了，造成了我們身心的疲竭。

茫——由於刻板化的生活已使許多人不知如何來打發空閒的時間，於是只好透過吃喝來消遣自己了。無怪乎有人恥笑到我們一年可以「吃」掉一條高速公路啊！

盲——最後使自己的心靈空虛，為外物所役而不自知！思想，也會帶來快樂的障礙。我們現代人的生活有一種



◎朱仁彰

共同的特質——不快樂。在心理上產生一種永遠填不飽的飢荒感受，使自己成爲富有時代的「飢民」。由於我窮困的是自己的心，所以，會徹底的不快樂，同樣的，開放、民主、自由的思想，提供了現代人平等的觀念，如此良法美意原本建立在每個人能自我肯定，及自我控制的前提下的。但是，開放的社會，並沒有每一個人獲得自我醒覺、了解自己、接納自己、實現自己的的潛能。相反的，現代人把自己拿來和別人比較，譬如：「只要我喜歡，有什麼不可以！」就在這種比較下迷失了自己。結果，只好否定自己的空虛。這也就是快樂不起來的根本原因了。

我們應以金剛經中曾提及的「荷擔如來」的氣概來面對它！思想上的扭曲也是許多人不能快樂的原因。所以，思想

上的錯誤使一個人喪盡快樂，使人無法從容的生活。觀念上的錯誤使我們變得不是爲了生命而生活。如此，虛幻的生活正是現代人普遍的現象。而對治之道即在「承擔」，作一個有擔當的人，要有荷擔如來的風範，就是要發菩提心，精進不懈。

每個人都要在他的工作崗位上（事業、學業、聖業）追求卓越，但不能以十全十美的態度來審度自己的生活！

宋朝善能禪師寫了一個偈子：

不可以一朝風月，
味卻萬古長空，
不可以萬古長空，
不明一朝風月。

即不可把有限的生命留作永恆，而在得與失之間看不開。

不可以貪、嗔、癡上鑽不出來，而生活在狹隘的意識裡。

不可以精神生活上執著，而陷入無盡的苦悶中掙扎。也不能因爲一切本空，而不明白有活潑有朝氣的生命本質。

要好好生活——
在恬淡中發現富足，
在單純中發現喜悅，
在精進中看到光明，
在慈悲中悟入圓融無礙！

記得，小時候前輩們常在論道中會問，你們包袱準備好沒，當時以爲修道還要背個包袱作啥用！原來其中有兩層涵意，其一是包袱中裝的是三綱五常，五倫八德等固有的倫理道德，另一則是我們是不是隨時都把這三綱五常、五倫八德都修備完整！若有則隨時均可

隨著上天的需要而待命！

有一個故事大意如此：一位老菩薩天天去一佛堂禮佛，每天她都起個大早即去佛堂，一定先打理佛堂，打理完畢，必然恭敬的拿起清香三柱默禱曰：

「佛祖啊！您要庇佑我家大小平安，先生外出謀生能賺大錢，兒子赴京趕考能金榜提名，果真應驗，佛祖啊！您何時來帶我走，我都願意啊！」

佛祖十分慈悲，那晚入睡即來托夢：

「老菩薩啊！佛祖我看你每日都勤理佛堂，又十分虔誠，佛祖我要應驗你的要求，你一家大小平安，你先生外出謀生一定衣錦還鄉，你兒子赴京趕考一定金榜提名，佛祖我三天後，自當來帶你走哦！」

那老菩薩聽至此，驚出一身冷汗，隔日即驚慌失措，手

腳發軟下不了床！

雖然，這只是令人莞爾一笑的故事，但我們修行是否犯了與其中主角一樣的毛病，有所求而行，又我們是否隨時隨地都準備好了，可以聽調遣了！你準備好了嗎？

如此，我們方能真切地體悟到真空妙有的精髓！

生命的微笑。生命的過程到這兒，是否有如一朵花開放到最芬芳的時刻，老前人曾在開示道理的過程中，借唐朝寒山子的一首偈子來啓發我們的智慧！那偈子是：

吾心似秋月，
碧潭清皎潔，
無物堪比倫，
教我如何說。

快樂的本身就是一種美德，也是一種生活的實踐，而不是從追求中所得到的報償。因

此，我們無需用任何手段，來抑制煩惱，而是在生活的當下承擔中獲得心靈的豐足，成長與快樂。生活是一種實踐，而非索求，修道亦然，應無所住而生其心啊！開啓您的心胸去接納一切有情，走出狹隘的桎梏和成見，去廣納善緣，很容易就有了清新的情趣和快樂的感受；可是，如果你想刻意追求一些享樂或快慰，它即刻像受驚的啼鳥，驀然離去，反之，如果以踏實的態度去生活，投注其中，就能品味多采多姿的體驗。享受到生命的喜悅！

唐朝僧燦大師的一首偈子即明白道出了一切：

「至道無難，唯嫌揀擇，但莫憎愛，洞然明白，放之自然，體去無住，任性合道，逍遙絕惱！」

生命的過程至此，那個真我不是在對你會心的微笑了

呢！

我們把工作當作一種實現，而不視為一種負擔的積極思想及精進態度，正是現代人所欠缺的，心理學家佛洛姆（Erich Fromm 1900～1980）曾把快樂分成三大類，即倫理精神生活的實現，完成工作或活動的滿足及經過一番辛勤工作的輕鬆。

至此，後學把它轉納為人性提昇的軌跡——生命圓覺之路。宋朝無德禪師的一首偈最為貼切了。

手把青秧插滿田，
低頭便見水中天，
身心清淨方為道，
退步原來是向前。

當我們自己的心智不被物慾矇蔽，不被成見所障礙，不受情緒所干擾時，般若就流露著透澈的省察力，那就是我們

的妙智慧。如六祖開悟時贊嘆：

何期自性本自清淨，
何期自性本不生滅，
何期自性本自具足，
何期自性本無動搖，
何期自性能生萬法。

由此可見，生活的最高理則就是見性，就是把自己的生命本質實現出來，作為服務人群的菩薩行，從而提昇自己的精神生活，功果圓滿，得大自在，這也就是轉識成智和蕩相遣執的本義。所以，壇經又揭示了：「用即了了分明，應用便知一切。一切即一，一即一切，去來自由，心體無滯，即是般若。」般若是妙智慧而非知識，更不是理則和邏輯，而是一種「能含萬法」的可能性。它是認知、創造、生活、實現萬德的可能性。它是一個空性的本體，但卻能應物生智啊！

在緊張、忙碌的現代社會中，要能夠提高自己的生活品質，發揮好的工作效率，維持健康的身心生活，可以達摩祖師的禪定四道行來把我們的慧性給開展出來。

第一道行是「報怨行」。

人必須承擔和接納一切不如意的果報，而非一味的抱怨！不如意的事，可能人人不同，但處理的態度卻是一樣的——即接納。唯有如實的接納，然後才可能以平靜的態度去設法解決！前賢均謂，只要有一分的誠心，上天應有三分的感應，三分的誠心，上天會有七分的感應，端在「誠心」而已！

第二道行是「隨緣行」。

生活是在隨緣中實現，心智也在隨緣中成長。每一個人都要根據自己的因緣去生活，依自己的因緣去成就人生。所以，多做「隨喜功德」吧！有一首

禪詩是最佳的寫照：

不求名利不求榮，
只應隨緣度此生，
一個幻軀能幾日，
爲他閒事長無明。

只有隨緣去發揮潛能，才會得到充分的喜悅和成功的人生。

第三道行是「稱法行」。

稱法就是根據佛法的指引去生活，（即真理、道的轉化！）佛陀對生活的實現提出了三個條件（即三壇上學）戒、定、慧。戒即是戒律，它至少有兩層意義在：即培養良好的生活習慣及訓練正確的工作習慣。至於定學方面，是一個人的禪定功夫，如六祖壇經所提及的：「外離相爲禪，內不亂爲定。」，「若見諸境心不亂者是眞定也。」。在慧學方面，是指不被成見所拘束不被物慾所

欺瞞，不被色相所障蔽，這樣才能覺醒，發揮生活的創造性。

第四道行是「無所求行」

。生活的本質是實現，而非需索。無所求即是空，亦是放下。當我們把一切虛幻放下時，我們開始真正去實現自己，披露自己的「如來」，這樣就有了成就。這也是眞空妙有的第一步，然而作爲一個修行者，並不就此打住停頓，他還要把握成就拿來跟自己的同儕、袍澤，乃至一切有情眾生分享，從布施中實現「無緣大慈，同體大悲」的大乘菩薩行。這又開始進入空的階段，這一次的的空使我們見到如實的本體，這便是眞空妙有的第二步。修行的人不斷地在眞空妙有中提昇自己，不斷在放下和實現成長。最後徹悟了，同時也證入如來的眞實意了！

這四道行正是人類精神生

活的光明之路，也是達摩祖師留給後人的珍貴心傳！

如何圓成生命的微笑，只有自己去開展與實現，才能展露生命的光輝！如下偈子所示：

前念不生即心，
後念不滅即佛，
成一切相即心，
離一切相即佛。

