

# 全然生活

美國全真道院

溫詠鳳

生活是由一個空間轉到另一個空間的心理與生理反應，道是平常心——心、口、意一體的道念。譬如：從前我是怎麼樣？現在我是怎麼樣？將來我又會是怎麼樣？曾經接觸外界不同階層、年齡人士，皆巧合地說著同一句話「要是時光能

倒流，我將不是今天的我」，是多感慨又多無奈！請問：何以用負面的失去而不用正面的得到之角度來看事情，正或負只是一念之差。記取老師的話：「貧賤是苦境，善處者自得其樂。富貴是樂境，不善處者更苦。」至於「道」也是

路，火車循軌道而趨，一出軌必導致翻車；人宜行人道，一踰矩越軌會危及生命安全；猶如十字馬路，好好嚴守交通指揮；紅燈止步、黃燈警覺、綠燈直通無阻。

人生是自然的開始，自然的終結，也無風雨也無晴了



無羈絆，隨緣因應，虔誠地感恩。先天老中、後天母親，後學悻慶始於幼年，家母就把我們八姐弟照顧得非常好，父主外，母主內，誠為越南土生，確成長於傳統的中國家庭。童年難忘事情有許多，其中一樁是當時母校要成立圖書館，董事會決議書籍向內外募捐，家母欣然鼓勵後學把屬於自己心愛的圖書，均是歷年家母親手挑選賞賜所累積的紀念品，慷慨地全部送出去，五十年代前後有黑白、有彩色，包括《小鼠鼠家族連續篇》、《小安琪

兒童樂園》、以及世界少年刊物、名著等等……尤其《美人魚公主》一冊，繪圖製作之精美，教人愛不釋手；時迄今日尚未重刊，已成絕版彌足珍貴。這一批叢書，在家母愛心支持之下後學樂捐，喜獲母校頒予捐書數量最多的榮譽獎狀，衷心地謝謝媽！這一份心就是道心，把過於愛自己的心，轉移到他人身心，這樣才是真正利他的道心。

復憶當年，幸福學子，徜徉在母校搖籃裡，俱接受嚴格之童子軍精神訓練，賞、罰分明之教育方式。後學糗事、趣事一籬筐，拜師長全心全力栽培所賜，奠定了今日修道、悟道事半功倍，無可否認，求學階段是一個平順、快樂好時光，常比喻現今週日回道院，一若學校之步伐輕盈、心情愉快。承蒙點傳師們悉心帶領、

前賢大德、道親同修，共聚在肅穆的課堂上，研究道理之當下，探討人生哲理，指引人生方向，開拓我們的人生觀，化解我們的挫折感，心靈醒悟，行動中表現斷「惡」揚「善」的生活。惟是回顧往昔踏進五色繽紛社會後，卻是一個著「魔」、入「魔」的開始。

六十年代電影明星的尤敏、葛蘭、夏夢三位的確是我的偶像，對著她的大家閨秀風範，玉女氣質，一顰一笑、衣著？扮，要刻意模摹倣仿，視名牌、時尚是成功的象徵……是多麼的陋劣堪嗤，儘管一放下、自在「四個字簡單易明，直截了當，然而後學卻把包袱盡量往身上掛又扛……不巧又遭逢政局輪替、社會動盪不安，毋論精神上、物質上都呈現著今朝有酒今朝醉，反正是看不到將來，不妨來個大快朵

頤，過著紙醉金迷的生活，造成肉身方面……吃肉吃到酸體質；未老先衰，腰圍如水桶，肥腫難分；精神方面：自大狂妄、爭強好勝，攀緣的神不守舍、不能自己，沈溺物越聚越多，蒙蔽了實事求是的客觀公道。誠然後學會偶爾甦醒，短暫覺悟，奈何只消一瞬間，又是隨俗浮沈。鑑鏡自照，奢望重見那朝氣蓬勃、燦爛的太陽。失意、惆悵的反映儘是晚年昏晦眉月，不是嗎？未架上老花眼鏡，朦朧矓矓地，感歎又感歎：外面的太陽依然溫暖，而未來月亮卻映夢難圓。

打從戰雲瀰漫，勢如破竹那一刻起，八姐妹再沒機會同聚一個屋簷下，隨之父親離世，自此溫家第一代之「全家福」套上句號，劃下休止符，煞是後學此生最大遺憾！直至五年前，張老前人醍醐灌頂，

真正地醒悟迷律。「道」確切的玄之又玄，玄妙啊！意識到我們的心地，最可貴在於光明潔淨。臉一天不洗，灰塵滿面，一天不思「善」，邪惡就入侵，過去充斥著八卦新聞、是非投訴、吵架、阿諛取容，生活是一塌糊塗，乏味無聊，苦多於樂。

於去年底，後學遇上車禍，預料善後必然給外子帶來許多不便，因此，抵家第一時間，旋即賠不是、說抱歉，不啻當場迎面給後學訓了一大頓；接著下來一段日子不好過，情緒壞的掉到谷底，動輒得咎，外子不僅粗聲大氣，甚至砸東西大發雷霆。後學居然很能耐，噤若寒蟬，一反過去據理力爭之常態，守「玄」用「三寶」隱約響起老師教誨「退一步海闊天空，讓三分何等清閒……」。每每遇到煩惱，

外子總是向壞處想，往負面看，仔細想一想：如果在生活上，我們掌握正面思想的方向，可以積極考慮當前困難有多大，以解決問題，檢點到開快車，不小心，車在人也在，乃不幸中的大幸，要是總看成不幸、倒霉，情緒沮喪，自己不安、家人也不安。瞭解到不排不拒，放下執著是除煩惱的第一秘訣。瀰合了鴻溝，開雲見日，外子坦誠表示是否老了，往往沈不住氣，容易動怒。繼而豁然開朗，較以前更顧家。理解到流水不腐，水溝塞了，一定要通水溝所謂「溝通」，莫讓心中累積不平、不滿的情緒，應該一切隨來隨遣，用慈悲心化解，彼此都要忘記對方的「錯」，但也希望此後不再犯同樣的「過」。

平常心，存道念，才能從自我狹小天地跳出來，真正往

對方的角度著想，切實體會對方緊張都出於關心我們。因此，內心修為是修行關鍵，人如果執著於自我，內心沒有改變，就永遠改變不了煩惱的人生。並且種種色塵緣境，都可以拿來當作磨煉、考驗，成為一種對「道」的修養——不使外物干擾、紛亂其心，方能存守心中的「善」性，而不致放失。一旦我們生活圓融越大，修養道德才能有所長進，正是眾生放逸，智者精進；眾生沈淪，智者清醒。

「道」已完全改善後學的生活，感恩 上天老中，啟發自己靈明的覺性，得到醒悟，進入真理領域；不再鑽牛角尖，不再胡思亂想，一動一靜，學習如何是合宜、恰當。寧靜中的反省，真是一種絕好的享受；總認識自己到革除脾氣、毛病，不容許後學有半點含糊

來澈底面對現實真相。懂是懂，不懂是不懂，知識是重要，但不要把知識變成包袱，自以為懂，才是死穴。

〈全真通訊〉法音遍施之園地裡，後學負責報告地方班動態，當仁不讓。感悟到篤實志氣，方是「道」任的保障；更何況行「道」本來就是每一位道親所當自勵的事，拾人牙慧之中，點傳師、講師之每一課題及每句話，印象頗深刻，無形中對後學確實幫助很大，可以說是陪著後學成長，從最基本的道理，按部就班學起，以致逐漸對「道」的投入、契合受益良多，尤記當初編輯組宣明月刊宗旨不得偏離於「道」。後學亦堅守此一原則，盡點棉力，期待拋磚引玉，道宏天下，利己利人。工作之餘，爭取時間爬格子或一卷在手，充實自己，圖以親近聖

賢；薰習久了，可以收斂，浮氣而增加定力。

同修們：「道」是光明的，「道」是與樂的，我們保持本真，謹慎修身，陳力就列，善心有福報，淨心達功德。「德」合於「道」，「道」合於「天」。生活即「道」，「道」即生活，無善不修，無惡不斷，無生不度，無事不成，懷抱道德，快樂延綿：

