

# 法的旅程

◆ 真傳法師

壹同女眾佛學院碩士班

本文榮獲一〇一一年度慧炬大學院校佛教文學創作獎學金



覺證「法」，是佛陀弘化足跡的開始。追隨「法」，是道人修學聖道的開始。

這一段旅程，「以法為標的，以法為終點」。法舟上的旅客，來去不止，唯有共以法為乘，共以法為的，才能殊途而同歸。

## 一、起點

「旅程」，一個平凡不過的開頭，卻是心靈萬般風華的開始，有哭有笑，有悲傷有歡樂。每個人，生命都只是宇宙中的

過客，不論對自己有多重要，總有說再見的時候。

出家，是另一段旅程的開始，十年的浪跡，

也累、也收獲豐富，在這十年之間，來來去去的旅客，沒有誰能真正地駐足，陪伴自己走完人生的路，或許這就是人生的現實：佛陀說的愛別離、求不得。真正能夠支持著自己的，是佛法的可貴、聖道的難得。人是流動的，人與人之間的感情更是瞬息萬變，但對法的認可、對聖道崇高的景仰，才是堅定求法心志的力量。師長曾以四句話提示修道路

走得長遠的要訣：「對法有樂欲，對人要淡然，對時要珍惜，對心要清楚。」

## 二、驛站

### (一)對法有樂欲

以前讀到：「當為發心出家者，預說出家苦事。」雖略有疑慮，不能明白何者為出家苦事。然而，隨著修學的時日漸增，才知追求聖道之路，實是逆生死流、逆煩惱流，非是順習之路。因此，同在一處共學，但每個人的成長卻各各不同，

原因就在彼此發心有別，所為何事各不相同。

越學越知道「接受自己的不足」是一件重要的事，因為發現這些經論越來越有深度，我們上課的內容、自己的吸收，都沒有辦法像以前一樣，可以那麼輕鬆地駕馭。然後，就會發現以前的自我滿足，是因為自己站的位子不夠高、看得不夠多、不夠遠，所以覺得自己很不錯；面對這些深邃的義理，要用更謙卑的態度來學習，深知這些都不是我的智慧，只是借用古德智慧的精華，都還不是自己的，實在不想自己滿足於此。這一短暫時間的修學，希望學得面對困境、自己、不同的考驗、不一樣的聲音，有更從容的態度與智慧可以應對，對於經論的智慧可以內化為自己生命的內涵。

好與不好，其實在生命的過程，只是一個短



photo: Hyougushi (<http://www.flickr.com/photos/hyougushi/42234431/>)

暫的片刻，得到再多的掌聲、再多的批評，也只是那一時一刻的事情，但是在面對的當下，自己所要的是什麼，這是要如實觀照的。掌聲、讚美不可能跟我們一輩子，然而歷境的智慧，卻可以幫我們走一輩子的路。在面對順逆境界時，自己的內心究竟要順習，抑或順道，實是個人抉擇的問題。

自己內心對法的那分真摯、熱誠，是否能遠勝外在的順逆境界，在修道的生命中，會不斷地經歷考驗。所以，無論自己在什麼樣的環境、是什麼樣的身分、角色，是出家、

在家，環境是好是壞，學習佛法的心始終不動搖，才能綿密而長久。依賴環境，依賴身分的束縛，是脆弱的。只有自己的內心真正養成好樂佛法的心跟習慣，才能長久地學習下去。

以前覺得那些被欺壓關進牢裡的喇嘛，能堅持地修行，真是偉大！但現在慢慢理解到，對他們來說，不管在什麼樣的環境，修行聖道的心都是一樣的。只有內心堅決地認定：唯有這條修行之路，是真切可行的！才會願意為聖道的修學，吃盡一切的苦而無怨尤。唯有在修

行上不斷地對治自己的習性，才可能做到蕩益大師所說的：「三界津津有味之境，如嚼蠟矣！」

## （二）對人要淡然

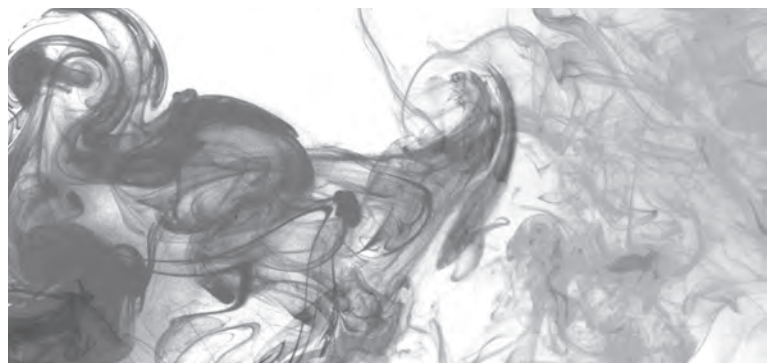
然而，當我們還只是幼弱的小樹時，實需共同修學的力量，以助自己在風雨中仍能屹立不搖。對於道友之間的情誼，應該如何掌握得恰到好處，又是一門學問了。寫書法，墨跡要有濃淡才會好看，但是要有濃淡，就要自己磨墨；生命也是如此，想要活得精采，就要自己用心經營，如果只是接受別人安排的去做，沒有一點自己的意志，那就像是用買來的墨水寫的書法一樣，雖然這樣比較快，但總不像有濃淡的墨韻可以表達出自己的精神。生命不可能一成不變，就好像墨汁沾少一點，也會有乾枯；太多水了，就會暈開。就像禪宗的問答：「是榮

的好？還是枯的好？」

人與人相處的情感，也不可能一直濃得分不開，總會走到平淡無奇的一天；濃的時候是好朋友還不算好朋友，走到淡的時候，還是好朋友、還是依然珍惜相處的時光、珍惜對方，那才是好朋友。生命起起落落、有濃有淡，在濃淡之間、起落之餘，自己的心依舊平和、依舊淡然，路才能走得長遠。雪白的瀑布間絢麗著七彩的光芒，但流向大海的，終究是那平坦的大河；人生有精彩的歲月，但最長最長的時光，依然是每天平淡簡單的生活，淡到不能再淡的體會，人生的路就可以一直

走下去。需要萬丈光芒、照亮別人的時候，就盡力地展現；需要暖暖內含光地保任自己時，就靜靜地退下。當動則動，當靜則靜，就能活出生命不一樣的光彩，有如寫出一幅有濃有淡的書法。

把自他當作凡夫，也視為菩薩，就能在這之間把握住道人的心。認清了自己是凡夫，真真切切地面對自己濁重的煩惱、微薄的道心，努力地對治煩惱、認真地增長道心，發了脾氣就懺悔、起了欲心就慚愧，我為凡夫慚；我篤定了自己要當菩薩，真真切切地鼓舞自己、砥礪自己，常居學處，努力向學，學膩了、學厭了





——罵！菩薩要不住相學、大精進學、為眾生學、速疾道學，自己究竟為何而學？他是凡夫，同我一樣愛自己、有煩惱，不瞋他、不惱他，我們都是煩惱的奴隸，瞋你的是煩惱、罵你的是煩惱、羞辱你、惱你的是煩惱，是煩惱折磨你，不是他，他也只是一個無力阻擋煩惱侵害的人，又何需加惱？他是菩薩，同我一樣愛菩薩道，真真切切地彼此鼓舞、互相砥礪，明知菩提道難走，風雨大，也要一起發大菩提心，在風雨中行走！

### （三）對時要珍惜

生命沒有過渡、不能等待，三年、四年、七年、十年，只是我們蜉蝣生命的短暫停留，在這一段停留的時間，我們想要學到什麼？我們該學什麼？時間分分秒秒過了，我們一直讓它流過，過了的時間永遠不會回頭。學佛的人都知道無常、都知道佛法難聞，可是有的時候，我們常常不記得那些沒有機會讀書的人，或不能前來學佛、跟佛法擦身而過的人……。

有時候，我們也在不知不覺中，成了那個沒有

機會讀書、跟佛法擦身而過的人。到時，我們不能嘆息，因為我們就是讓機會流逝、讓佛法的珍寶在我們心中沒落的人。有沒有發現自己是年輕人？有沒有發現長老接續著在離我們而去？有一天，當擔子壓在我們身上的時候，我們能否承擔得起如來的家業、眾生的慧命？還是只能當一個扶不起的阿斗？

修行人走到什麼地方、做什麼事情，都不能忘了自己的心。越是稀鬆平常到每天都在做的事，要更加地「用心」。修行不能放逸，不是合掌的時候才不放逸，放掌的時候也不能放逸；不是上課才需要認真，做早晚課的時候也要認真。不是佛三、禪五才要把道心、道念提起來，每天的早晚二課、過堂用齋、誦經拜佛、與人相處、上課、寫作業、沐浴、洗衣服，無一不是



photo: h.koppdelaney (<http://www.flickr.com/photos/h-k-d/5437264862/>)



心工作的地方。只要是心工作的地方，那個地方就要有道、有法。

古詩云：「春蠶到死絲方盡，蠟炬成灰淚始乾。」我們是可以死，但我們的絲要貢獻到哪裡去？每個人每天的時間都一樣多，然而我們的每一個選擇——行為、語言、處事方法、花時間在什麼地方，都在影響著別人對我們的認識，想一想別人什麼時候會想到你？而你又希望別人是什麼時候想到你？如果現在別人想到的時機，並不是你希望的，又該如何調整？我們可以成灰，但不能讓眼淚白流；可以為護法、護教而奉獻生命，但蠟燭之所

以燃燒，也許並不一定是護法、護教，就如同這首古詩是為了感情，我們也可能因為情感、也或許外務繁忙、在人事中周轉，因緣瞬息萬變，要學著把時間花在值得的地方。

內心總有許多的理想等待實踐，然而，我們修行也要時時為自己可能即將大病、死亡做準備，在心地上多下點功夫，哪天眼瞎了、耳聾了、變啞巴了、手廢了、腿癱了，不能做利益眾生的事了，自己的內心還能把握住那一點修行、那一點安住身心的力量繼續修道。

#### （四）對心要清楚

初出家時，得到的第

一個修行提示就是：「觀心」，道友曾共勉應當時時觀心、返照，才不致失足而不覺。人生，是在一個接一個不停的選擇中度過，然而自心所願、所樂究竟為何？是道法還是五欲？是夾雜著名聲、利養的道法，還是單為成就聖道的道法？蕩益大師曾說：「修行，要有毫釐心術之辨。」有時，極有可能欺騙自己度過了一生，直至臨命終，方知萬般放不下，怎奈當初不肯修。

修行，念念迷失，便成糊塗道人；心心向法，方不致失足。越是觀察身心，越覺此心難調，忽爾一念不覺，夢中便現；多念不覺，煩惱便出身口，失之毫釐，差之千里，不足為喻。此心一差，縱有功勳，亦成空幻，然而只能就著一片赤誠，念著慚愧，錯了就改，即使進一步而退十步，亦要努力地步步前進，豈非如戒體，



photo : Paco CT ([http://www.flickr.com/photos/paco\\_calvino/460106865/](http://www.flickr.com/photos/paco_calvino/460106865/))

念念不守，則越見羸弱；念念防護，則越見堅固。輪迴的終點，是夢心妄想停止的時候；修行的起點，就是清淨心相續不斷的時候。

修行唯恐不覺己心，唯有清楚自心所作所為，究竟為何，才可能步趨聖道。很多事，遇到了才知道是什麼心情，所以自己要不斷地堅定自心求法的意志，無論再大的風雨、和摧折己心的逆境，不過都是過眼空花而已，唯有三寶是究竟的真實，唯有聖道是出苦的良津，只有這樣堅定的心念，才能助益面對境界的當下，做出符順聖心的抉擇。

與人相處，亦要時

時觀心。一個人的所作所為、言行都是中性的，但有些潛在的想法或習性，可能會影響這一行為給人的感受。我們可以選擇如何去認識、去理解。有時我們對別人的行為下不好的評語，是一種傷害。我們看到、聽到、感受到的，如果都能夠善解，那麼也許對方本來是不善意的，會因而感到慚愧；如果本就是如你所解的發心，就會因而感受到無比真誠的肯定與鼓勵。我們對別人的作為、言語，如果理解為不好的，我們自己的心會發出不善的意念、言語與行為，如果對方本來是善意的，那麼我們的話就會成為惡意的中

傷，而傷毀了那分純淨的發心；如果對方本來是不善的，那麼會讓他更感到無所謂了。一念心，可以造就不一樣的世界。

### 三、終點

路有盡頭，生命也有限期，然而菩薩的悲願，求法的意志，卻是無盡期的綿延。對於志求的法，有無限量的熱誠、好樂，並以此為標的；一起共學的道友，在這樣共同目標的努力下，平淡而充滿法喜地互相砥礪、增上，反省彼此是否都能在道法上提攜、增進；現有的時間，能否運用得恰到好處，盡心地在修行上紮實地步步邁進；對於自心，能時時清楚它的變化是否在聖道的修學上不斷前進。

這一段旅程，也許我不能同行至終點，但若能把目標不移，相信會在旅程的終點相見！📍