

如 果我能活到九十歲

查拾

年歲愈長，愈能咀嚼出佛陀的甘露法味，人身如此難得，我也想好好把握此生修行，心中生起希望活得久、活得長的心念。

但是，年老的種種無常變化，我真的能面對、接受嗎？

近日，聽一位法師開示：「學佛要長壽，對法的體認才會深刻。我剛學佛時，對無常、無我稍有體會；現在出家二十多年，經過人事歷練，對無常、無我體會更深了。如果活太短，對佛法的吸收、消化不夠，修行進步有限……。」聽完之後，心有戚戚焉。我年歲愈長，也愈能咀嚼出佛陀的甘露法味，人身如此難得，我也想好好把握此生修行。於是，心中也生起希望活得久、活得長的心念。

我希望我活到幾歲呢？七十歲、八十歲、九十歲……，如果我真能活到九十歲，也就是五十年後的我，身體還健康嗎？眼睛還能看經典嗎？耳朵還能聽聞佛法嗎？我衷心希望：九十歲的自己能耳聰目明、正念分明、對佛陀的教法受持不忘。我也明白：現在的自己要培養健康過活的習慣——作息正常、生活規律、運動定期、心情愉悅，來保健身體。

如果我能活到九十，除了行動是否自如，聞法成不成問題之外，還會遇到什麼景況呢？

可能，地球暖化問題持續嚴重，溫度上升導致降雨減少，農作物生長大受影響。屆時，有錢也不見得能買到新鮮的蔬果，若能吃到冷

凍的蔬菜、水果，算是幸福了！溫度升高也導致漢他病毒、腦炎、登革熱等疾病增加的機率，街頭常出現清潔人員來噴藥，原本已經夠糟糕的空氣品質，恐怕會讓我有窒息的感覺。

另外，氣候不正常變遷，颱風、暴雨及乾旱，早已不按牌理出牌，農民曆上古老的智慧——廿四節氣也已失靈。每次颱風過後，停電、停水是司空見慣的事，而豪雨成災後，傳染病一出籠，更讓我心驚膽跳。

如果我能活到九十，也可能會遇上全球經濟蕭條的危機，國家政局變動、社會急遽變化，這個月領得到退休金，下個月是否領得到都成未知。再者，我能長壽，不代表我的子孫也能長壽。所以，我需有「白髮送黑髮」的心理準備，唉！想到此，不禁慨嘆：「我晚年的依靠在哪裡呢？」

如果我能活到九十，我身邊的家人、親友可能一一往生了，留下我孤獨老人一個。昔日的玩伴、談心的好友都離我而去，我說的話，聽懂、了解有幾人？當然，兒孫說的話、用的語詞，也超過我的理解，當他們笑成一團時，我只能一旁苦笑、傻笑。雖然兒孫們體諒我年老，不讓我做事，但當我表達：「我可以幫忙。」時，他們善意的回應：「您老人家休息就好。」恐怕只讓我覺得自己沒用了。孤立、孤單，內心是失落的吧。

如果我能活到九十，雖然我用心保養身體，但這色身仍不免有衰壞之苦：除了頭痛的舊疾之外，膝蓋、關節將會漸漸退化，無法久站、久坐。最愛的爬山運動，屆時，得換成平地散步。無法彎下身來拜佛、禮懺，將會是我最難過的。高血壓、糖尿病、心臟病、青光眼……等，老年人常見的疾病，也都一一來訪，讓我有措手不及之感。

不能吃太甜、不能吃太鹹、也不能吃太油……這樣的飲食如何下嚥呢？生活有何樂趣啊？記憶力不斷衰退，連自家住址都記不住，「老年失智症」，會不會逃不掉啊？

如果我能活到九十……唉！不能再想下去了，愈想心愈慌。突然反問自己：「我何苦要活到九十咧！」當初想活到九十的初衷，早就飛到九霄雲外。待我回神，耳邊響起：「活得愈久，對法體會愈深刻！」心中猛然一驚：這種種的無常變化，不正考驗我對無常是否有深刻的信解嗎？我真的能面對、接受身心的變化無常嗎？我潛意識裡，還真排斥無常變動啊！我的心，還真恐懼無法自主、掌控！我真正渴望的是永恆，是完全能在我掌控之內！原來啊！勝解無常，還真需要色身長壽，不斷熏修、累積，才能打破百千萬劫的我執。

心中彷彿打了一針強心劑，腦海中浮現「堪忍無常，恆順緣起。」不管外在如何變化，我要長養的是面對的勇氣與承擔的能力。一股堅定的力量從心中緩緩生起，支持我面對未來、勇於承擔。

什麼九十、八十、七十？我只能告訴自己：「活在當下！」「回到當下！」「如實回到當下！」就從此刻，我還活著的時候，累積到五十年後，如實走過一切的無常變化、變化無常。📖