

# 從煩惱到清淨的七天出家生活回憶

定明

七月廿八日下午，我揹着行囊從寮房步出寺門，抬頭一看，平時是視而無睹的橫額上「回頭是岸」四個斗大的字，像一度強烈的光，直映我的眼簾，內心驀然一震，一種依依不捨的淡淡的哀愁，掠過心頭。我登上小巴，車子風馳電掣往九龍駛去。青山灣的藍天碧水，在眼前幌過，青山依舊，碧波盪漾，這一切，別有一番滋味在心頭。別了！妙法寺。

我幸運地有機會參加僧伽會第十四屆剃度傳戒大會，七日出家淨修，是我生命歷程中最難忘最珍貴的一頁。三十多年來，為生活、為家庭、為事業，我掙扎着、奮鬥着，到處奔波勞碌，顛沛流離，惶惶然不可終日，內心像一張給拉得緊緊的弦線，把我壓得喘不過氣來，回首前塵，像一場噩夢：總是歡樂的少，痛苦的多，得到的少，失去的多！想人情冷酷，世態炎涼，種種災難與不幸，像魔鬼纏身，如影隨形，正是三界火宅，衆苦煎迫，把人折磨得幾乎到了瘋狂的邊緣！感謝香港佛教僧伽會，感謝洗塵大法師慈悲宏願，創立了這一年一度的剃度傳戒大會（願以此七日淨修功德，回向洗公早日却病延年，精神爽利。）感謝妙法寺所有法師、大德居士、十方善信出錢出力，把法會辦得圓滿，使我們有機會把扣得太緊的心弦，放寬一下，呼吸一口新鮮的氧氣，讓心靈得到片刻的安寧，得到一點點的淨化，使我們這些凡夫俗子得有機會一聞法味，讓乾涸已久的心田蒙受法乳的滋潤，得

沾法益，你說這不是幾生修來的福麼？

仲夏夜的新界，凌晨四時半，大地還在沉睡，郊野一片漆黑，萬籟俱靜的時候，大殿上的巨鐘，噹噹響了起來，劃破長空沖破黑暗，在虛空中迴響，一聲聲雄渾嘹亮，喚醒了還在沉睡中的人們。於是，一天活動的序幕揭開了：——來自港九各階層將近三百的男女同修們；穿着整齊劃一的海青，齊集大殿上，由教授阿闍黎永惺法師領導開始做早課。六時早粥，陪堂師了知法師利用過堂時間教導我們；從穿衣吃飯做起，乃至如何坐立，如何捧碗用筷，細嚼慢吞、斯文淡定等等儀規，這看似三歲孩兒皆懂，但八十歲老翁也做不好的課題，是大有學問哩！回想我們世俗人的食相、確是夠瞧；坐時東歪西倒，不是彎腰伏桌，便是翹腳架腿，雙手據案大嚼特嚼，乃至杯盤狼藉，種種暴殄天物不在話下了。相對之下，出家人行住坐臥，都有一定儀規，僅就穿衣吃飯這一點便表現出他（她）們是具有高度文化修養的人，所謂四大威儀具足、種種莊嚴法相，着實令人肅然起敬！更何況他（她）們爲了宏法利生，化導羣倫，捨親割愛，捐除物慾，吃菜果，穿壞色衣，刻苦儉樸，乃至不惜身命，難忍能忍，難行能行，種種自我犧牲，自我奉獻的偉大高尚品質與情操，真乃大丈夫所爲，不愧爲人天師範，堪受人天供養也。接着，八點半聽得戒和尚顯明老法師的開示，真是法味無窮，他老人家權巧方便，把無上甚

深微妙的佛法，融合於生動活潑，妙語如珠的言詞中，使聽者無不歡喜雀躍，法喜充滿哩！至十一點佛前大供，十一點半午齋，下午二時，參聽佛經講座，三時半習儀，四點半晚課，後通啓請戒。七點，審戒懺悔，九點半養息。

七日淨修進程編排得相當緊湊。但我們並不感到緊張吃不消，反而我們是輕鬆的，從內心深處流露出來的是喜悅而寧靜，是安樂而平穩的；我們再不用爲吃爲穿的問題而操心，過去那種爲生活而分秒必爭的緊張情緒已一掃而空，時間的節拍緩慢了，像停頓下來似的。心靈獲得解放似的身心舒泰！除了大會進度時間外，有許多空閒時間，可以各自運用：有讀經誦經的，有靜坐的，持念佛號的，有寫筆記的，有同修間互相參訪的，乃至三五一小組研討着佛經，辯論着宇宙人生種種問題等等，你所面對着的人們再沒有利益上的衝突了，彼此沒有你死我活的鬥爭，那種互相傾軋，勾心鬥角，攻擊、毀謗、陷害，造謠等等不善法不再生起現前了，你六根對六塵境界，却是一片和諧，融洽、祥和、安樂的氣氛，與諸善上人俱會一處。聽木魚卜卜，鐘鼓朗朗，佛號聲與梵音頌唱，此起彼落，你不期然地生起念佛念法念僧之心，處此五濁惡世的香港，妙法寺不就是人間淨土麼？

在此七日淨修中，最使我印象特別深刻，備受感動的，是七月廿六晚上的通宵拜佛，與廿七日上午八時的燃香供佛了，一聲聲「南無本師釋迦牟尼佛」，一炷炷臂香繚繞，像遊子思鄉，聲聲呼喚爹娘，似浪子回頭，悔心疾首，充滿了虔敬誠懇，是如此熱誠悲切，想我業障深重，無始以來，輾轉六趣，生死疲勞，皆由三毒纏縛，無明覆蓋，時至今日，仍因循懈怠，不肯精進修習，致沉溺生死海中，無有出期……面對釋迦世尊，諸佛菩薩，不禁滿眶熱淚，久久不能自己！

現在，法會已功德圓滿，我懷着愉快而寧靜的心情和堅定的信心，返回工作崗位。我要學會用活活潑潑的佛法安頓人生，消解現實中各式各類問題，願化燥熱爲清涼，轉煩惱爲菩提？

## 謝 啓

本巖

觀世音菩薩重修開光暨卅週年紀念，承蒙

諸山長老

鼎力支持，修復

護法居士

菩薩金身，恢復道場舊觀，幸賴布施完成，誠大功德。山僧感德無盡。

謝曰：

十方施主同聚會

祈福消災降吉祥

保佑平安身心淨

晝夜六時沐恩光

又去年秋天，本巖玉佛殿，遭受「愛倫」颱風破壞，重修殿頂，及山僧今春患染中風，均承各位關懷，現在病情已趨好轉，謹此一併致謝。

山僧倫參率徒等合十

一九八四年十月二十日