

# 今既無法登巔峰，切莫停滯山谷裡

高明道

偶然的因緣下，在巴伐利亞天主教神父、教育家兼作家克里斯托夫·施密德（Christoph Schmid, 1768-1854）的日記中讀到他二十五歲時的將臨期（1793年12月），為個人修道生涯立下不少規定，諸如日日清晨、傍晚冥想三十分，上午研讀先知書，下午手抄中古世紀神學家托馬斯·肯皮斯（Thomas von Kempen）的著作等等。他當時身體並不好，備受頭痛的困擾，俗家也出了令人頗為操心的問題，但儘管身心不自在，猶遭繫縛般，第二主日的日記中卻仍然決心滿滿地表示要堅持修行，頂多暫且往後退一步，調整原來選定的座右銘為「今既無法登巔峰，切莫停滯山谷裡」（Kannst du nicht auf den Berg, so bleib doch nicht im Thal）。有趣的是，那句勉勵的話並非出自《聖經》或教父之手，而只不過是一般諺語。這一點，我認為施密德深受其老師約翰·米海爾·塞勒（Johann Michael Sailer, 1751-1832）的影響。

依初步考證，該諺語最早出現於1541年刊行的文獻上。至於其含義，1797年安德烈亞斯·舍爾厚恩（Andreas Schellhorn）講得最好：「在增廣知識和培養人格的好特徵上，你始終必須有些進展，片刻都不可以留滯。」換成佛教的習慣表達方式，可以說歐洲這句代表民間智慧的格言，旨在以「聞」為基礎的「解」以及建立在「思」上的「修」與「行」兩方面，一個人此世縱使達不到最高境界，都應該時時求點提升，不要總是原地踏步，更不可以任性退步。如此，便很有意思，因為從同一言詞平易、描繪生動的俗語，信奉天主的神父和歸依三寶的佛弟子，都可以獲得啟發，受到鼓勵，看到切合實際的努力方向。

遇到特殊時期或因緣，像生日、元旦等，不少人喜歡自我振作一番，規劃未來，定下新年決志，希望痛改毛病，重新出發。這是不錯的，不過必須實在。從未處理的瑕疵，長期醞釀的問題，豈能脫胎換骨於一夕之間？知識不足，功德貧乏，怎麼頓成博學的聖賢？不如務實地參考「今既無法登巔峰，切莫停滯山谷裡」的精神，保護自己久久穩當邁進。一步一步，透過學習先從概念的釐清著手，並培養如理思惟的能力，然後在信受業果的前提下，抉擇不要膠著在負面的思索上，如一心渴望滿足個人貪欲，或如怒氣填胸等等。接著在「解」的引導，照顧言行舉止、謀生方式是否惱害眾生，傷及自己，進而慢慢練習讓頭腦清楚，意識專注。這

些都要花時間，使自己的心逐漸跟法相應。加上慷慨、慈愛、悲憫、隨喜等等正面的心理狀態，每天練習一點，過了一二十年，回過頭看，就知道經過默默學法的歲月，確實不一樣。最可貴的當然是在這一輩子結束時，自己雖是平凡人，卻把握了時光，不僅養成一個實在的學習習慣，同時也種下許多善根，足以安心，無憂無懼。嗯，以這樣的心態迎接春節，也應該蠻有意義，畢竟他山之石，可以攻錯。

