



一行禅师

著作：行禅

人类的未来决定在你的脚步

The Future of Human Beings Depends Up on Your Steps

当你行禅时，请以自然的方式来行走。

你无须合掌也无须扮个严肃的脸。

在公园中或沿着河岸，选一条空幽的道路。

如果是在禅修中心的话，那你随时都可行禅，

因为大家都知道你是正在行禅，

所以也就不会去和你打招呼而干扰

到你。如果在路上你遇到某人，

你只消在胸前合掌即可，然后继续前行。

当我住在法国的 Sceaux 时，

我习惯清晨与傍晚来行禅，

邻居的狗常会跑出来并且向我咆哮。

当我停留在纽约 Tremper 山的禅学中心时，

我带领美国的学禅学生行禅，有一天早上，

有只狗也是对着我们咆哮，

因为美国的狗和法国的狗都不习惯於人们沈静且缓步的走路方式。

如果你提起脚步快走，它们会认为这是正常的，

而不加注意。

我告诉这些学生：

「明年如果我再回来和你们一起行禅，

这条狗在我们经过它时，将不再对我们咆哮，

因为它将对这一年中你们每天的行禅感到习以为常，

并对你们专注地行走的方式熟悉。」

每位学生

都同意我的说法。

我想我们走路、站立、坐下及观看事物的方式绝对会影响动、植物的。

就是因为我们杀害它们或破坏它们的生存环境，

它们才会绝迹的。

而后演变形成的生态，

现在则反过来伤害着我们。

像被污染的饮用水及空气已开始对人类的健康上取回补偿的代价了！

现今，我们制造超出为数五万个的核子武器，

已足以摧毁许多个如我们所能生存居住的地球。

然而我们却还继续制造更多的核子武器，

且好似这一切已无法停止下来。

我们就像梦游者一样，不知道我们正在做什么？

也不知道将走向何处？

人类能否从梦靥中醒过来则端看我们是否能以觉知及专注的步伐来行走。

这就是为什么我说人类的未来，

亦即这地球上所有众生的未来，

决定在你的脚步上的缘故。



此检体版资料录自一行禅著作 HTML 版（繁体）