



一行禅师

著作：太阳我的心

亲爱的，你是谁？

某一天，假如需要一个观想对象，你可以选择一件你关心或者非常感兴趣的事情，这样它可以吸引你的注意力。这个观想对象可以是太阳，毛毛虫，露珠，时间，乃至你出生前的面目。每一种现象，无论是具体的还是抽象的，物理的，生物的，生理的，心理的，还是形而上的，都可以成为你禅思的主题。当你选择了一个主题之后，你就把它植根于你灵魂的深处。为了让一只鸡蛋变成小鸡，需要母鸡的孵化。同样的道理，你必须给你播种的种子浇水施肥。你可以把你的"自我"，或者你最爱的人乃至最恨的人的"自我"作为你修观的主题。只要它深深地植根于你生命的底层，任何主题都可以使你开悟。但是，假如你把这一主题仅仅诉诸你的理性认识，它将不会有结果。

你曾经就"我是谁"这个主题观想过吗？出生之前你是谁？当你的肉体存在还仅仅是一个细微的迹象的时候，你存在还是不存在？你是如何从无中产生出来的？假如在我被怀的那一天，父母各自有别的婚约因而彼此不能相会，那么，我现在会是谁呢？假如那一天我母亲的卵子不是被我父亲的这一只精子而是另外一只精子所侵入的话，那么，我现在又会是谁呢？我会成为我弟弟或妹妹吗？假如那一天我母亲没有嫁给我父亲，或者我父亲没有娶我母亲，而是跟别的人结婚了，那么，我今天会是谁呢？我身体中每一个健康活泼的细胞都控制着各自的活动，但是这表明每一个细胞都有自我吗？在生物学分类体系中，种再分出许多细的属。每一个种代表一个自我吗？对于这些问题，假如带着巨大的信心和智力去追问，并且把它们植根于你灵魂深处，并与你的整个生命存在融为一体，将来某一天，你会有一个意想不到的发现。

你是否曾经凝视着你爱人的眼睛，并深情地问："亲爱的，你是谁？"对于这个问题，你不会满意一般之回答的。"亲爱的，那个走到我跟前、把我的痛苦、幸福、生死视为自己之痛苦、幸福与生死的你是谁？你的自我成了我的自我，那个你是谁？亲爱的，为什么你不是一颗露珠、一只蝴蝶、一只鸟、一棵松树？"不要满足于这些诗性的意象。你必须用你的整个身心、整

个生命存在来追问和回答这些问题。将来某一天，你甚至会不得不用同样的方式来追问你最讨厌的人：“那个给我带来痛苦、让我如此愤怒和嫌恶的你是谁？你是因果链条中的一部分、人生路上锻造我的烈火？”换句话说：“你是我自己？”你不得不变成那个人。你不得不与他（她）融为一体，忧他（她）所忧，苦他（她）所苦，喜他（她）所喜。

那个人和你不可能是“二”。你的自我与他的自我不可分离。你就是那个人，如同你是你所爱的人，如同你是你自己。继续修练下去，直到你从最残忍、最无人性之政治领袖那里，从遭受最惨无人道折磨的囚犯那里，从最富贵的人那里，从饿得皮包骨之儿童那里，看到你自己为止。继续修练，直到你从公共汽车上、地铁里，集中营里、田间地头上的其他每个人那里，从一片树叶，一只毛毛虫，一颗露珠，一线阳光中，领悟到自身的存在为止。继续观想，直到你从一粒微尘中，从最遥远的星系里看到自己为止。

