



一行禅师

著作：太阳我的心

一切取决于安详

假如地球是你的身体，你会感觉到有很多地方正在闹毛病。战争、压迫和饥饿给如此多地区的人民带来了毁灭性的灾难。因为营养不良，有很多孩子双目失明。他们的手在垃圾堆中寻找可以换取几盎司食物的物品。很多成年人在监狱中慢慢地在绝望中死去。另外一些人因为反抗暴力而被杀害。我们拥有大量的核武器，足以把地球毁掉几十次，可是我们仍在继续制造更多的核武器。

意识到所有这一切，我们怎能归隐山林或者躲在自己房子里坐禅呢？我们所寻找的安详不可能是我们个人的专利。我们需要寻找内心的安详，它可以使我们与那些受苦受难的人们融为一体，并做一些事情来帮助我们的兄弟姐妹，换句话说，也为我们自己。我认识很多青年人，他们明白世界的真实处境，并且很富有同情心。他们拒绝让自己龟缩在那种虚假的和平中，他们想参与世间，以便改造这个社会。他们知道他们需要什么。然而经过一阵困窘之后，他们气馁了。为什么？因为他们缺乏内在的深邃的宁静可以带进他们的现实生活中。

我们的力量不在武器、金钱和权势。我们的力量来自我们的安详，内心深处的安详。这种安详使我们坚不可摧。当我们关心那些我们所爱和需要保护的人们的时候，我们必须拥有安详的心态。

在很多人那里，我感觉到了这种安详。他们的大部分时间和精力都花在保护弱者、四处浇灌慈悲和理解之树上。他们属于不同的宗教和文化背景。我不知道他们是如何达到这种内在安详的，但是我已经从他们那里看到了这种安详。假如你注意的话，我相信你也会看到它。这种安详不是把我们同世界分离开来的障碍物。相反，恰恰是这种安详把你带入世界，并使你壮大起来，做你想做的一切为社会正义而战，消灭贫富悬殊，阻止武器竞赛，反对种族隔离，播种理解、和谐、慈悲的种子。在任何斗争中，你都要有决心和耐心。假如你缺乏了安详，这决心迟早会消失的。特别是那些从事社会活动的人，更需要在日常生活中练习提起正念。

