



折翼伤痛化飞尘 林燕妮参禅丢包袱

撰文：林燕妮



一双吊著两枚小小的心型耳坠子，活泼地摇啊摇，妹妹一面开车一面随著摇滚乐在座位上弹来弹去。笑脸仿似朝阳。

场景一转，我站在殡仪馆的化妆间，无言地看著两个女妆验师替妹妹冷硬的身体穿上一套粉蓝色的衣服，我俩一人一套的，妈妈说：「既是你选的衣料，就让她穿这个吧。」妹妹的生命止於青春，癌症夺去了她的身躯，她才 20 多岁。

看著妹妹在医院嗝下最后一口气的是阿弟振强，他最疼惜妹妹，他曾写道：「什么时候我们三个才可以再在一起？」归去、归去，阿弟也归去了，那是去年底。

是否旧魂接新魂？一夜我梦见妹妹穿著粉蓝色的睡袍，在离我十尺之遥站了很久很久，没有过来，只是瞧著我。

雁行折翼只剩我

本来兴高采烈准备给哥哥捐骨髓的小弟振刚，却在检验吻合程度时验出了跟哥哥一样，患上淋巴癌，在哥哥出殡的那一天，他没跟我们坐在一起，只躲在教堂一角说：「我在发冷，抖起来不想让人看见。」小弟鬼灵精地眼珠溜溜，「你得祝我快点好起来啊，不然再没有人叫你家姐了。」

一语成讖，小弟不久也病殁了，我在六个星期内丧失了两个弟弟，真的没人叫「家姐」了，雁行折翼，四人之中只剩下我一个，爸妈在风烛残年之际，孩子几乎全没有了，我说：「不要害怕，还有我在，我不会走的。」

我是一位单亲妈妈，某夜，收拾东西时，身不由己地喊著两个弟弟的小名，无意识地泪流个不停：「阿弟，囡囡，走啦？阿弟，囡囡，走啦？」明知自己不能替代他们三个，面对现在和将来，关爱父母是唯一的路，那便无怨无悔的一步一步走下去吧，不问自己够不够力量，总之去做，那是在禅修中领悟到的。

我本是佛门槛外人，1998年，偶遇美国籍的道门禅师，我问他 **Buddhism** 是什么，他说：「**Buddhism** 不是一种宗教，甚至不是一种哲学，那是一条人生道路。」一道门似乎为找打开了，至少没有了中文「教」字的束缚。

常感到人的思想受所用语文限囿，中国人刚中文思考，英、美、澳人用英文思考，法国人用法文思考，但凡该语言所没有的词汇，我们便想不到了。大家不妨试试，用中文思考、用英文思考、用法文思考，便会发觉思考角度和思路都会有所不同。人类的限制就是仅以所懂的言词去思想，形容词决定了我们的反应，我们说的话都是由文字预先设定的，太狭隘了，有没有无文字的宇宙呢？

我什么都不是

听见道门禅师提起「禁语禅修」，我问可以参加吗？他说可以。那我便跟随道门禅师和香音禅师到大屿山作了三天禁语禅修，初尝「不著文字」的境界，祥和无限，你何必加我是谁。我何必知你是谁？一切尘俗眼光都随文字语言而逝。

同年冬季，我再到韩国华溪寺作六星期的禁语禅修，事前没问过每天的作息表，拿个小旅行袋便去了。

后来一看时间表才叫苦也！每天三时半摸黑起床，直到晚上十时半才完事，其间的五个小时，洗澡、刷牙、更衣、睡觉都包括在内了。禅子从世界各地而来，有男有女，有老有少，因力禁语，只分得出西方人、东方人与黑种人，来自是哪个国籍，干什么的，一概不知，每个人自动平等，自动和谐。

师父叫我们面壁打坐时什么都不要想，一生难得什么都不用想，如获大赦，「不想」很容易，师父只叫我们问自己：「我是什么东西？不知道。」那又是多么一重大赦，我不需要是什么东西，何来恩怨情仇？打坐到第四个礼拜，忽地忍不住笑了起来，我的「仇人」的名字掠过我脑海，竟然有如一个包袱丢掉了，不用再背著，有说不出的愉悦。

生活原是简单

禅修原来不是我想像中的解决问题，而是问题如包袱般掉下，没有了，压根儿不须解决。禅堂外叶子青青，禅堂内各自盘膝，原来美丽安宁就是那么简单。我们平日多馀的思想，有如乱书杂纸似的把书桌堆满了，我们根本看不见书桌，年日久了，会不晓得书桌本来是什么样子的。我们的脑袋不也一样充塞著废物，把自己蒙蔽了，看不见自性？静坐断念，有如把脑袋来个大清洗，禅修了六个星期之后，发觉做事的目标明确了，删除了往日多馀的思想及行为。



禅修的生活很朴素，个个灰袍一袭，睡的是地板上一张三尺宽的被褥、洗澡是

大众浴室、食物是白饭菜汤和四道酱油碟子般大小的韩国泡菜、青菜、腌萝卜、大豆芽菜，还是两个人分的。大家都得盘腿端坐在禅堂，七分钟内用完餐后，用清水洗净碗筷，将洗碗水喝下，把餐具抹乾净用布包好，放回原位。我一共吃了 135 顿同样无味的饭，不引以为苦，因为肚子饿了。有人给我一片涂了果酱的隔夜面包，我已经觉得是天下最美味的食物了，从此我对食物不再挑剔。

没有比较便没有欲望，每个禅子穿的一样、吃的一样，原来这么简单便可以愉快地生活，那给了我很大的安全感，才明白什么叫做「无有恐怖，远离颠倒梦想」。出来之后，人家奇怪地问我：「你林燕妮怎么可以坐小巴？」我问：「为什么不可以？」他说：「车子里的人都在盯著你。」但是我不觉得，心无罣碍。

完美永恒的变幻

禅修除了每天总共静坐八个多小时，还有工作禅，派到什么工作便做什么，比如说扫地两小时，那便扫足两小时。记得每日天还漆黑的时候，我便要开始我的工作，扫乾净山头一些已故禅师的纪念碑，再拾级而下扫石阶，跟著把下面的粗糙沙地扫成一行一行的彩虹弧形。天渐渐亮了，上来朝拜纪念碑的韩国人来了，把我扫得一尘不染的石阶踩上一个又一个黑足印。

我便又从头扫过，工作禅也是禁语的，我不能作声，何况他们又不是故意把地方弄脏的，那让我领悟到完美并非永恒，破坏完美者不一定心怀恶意，那是必经之路，要把必经之路弄得好走，就要扫完又扫。

那片粗沙地本来很丑，但想不到扫成一行又一行的弧形之后居然变成美丽，没有什么可嫌弃的，什么都可以变得更好。扫帚全放在户外储物室里，拿到那一把便是那一把，有的拿的是破扫帚，也得用它去扫，只要多花点功夫，一样能扫出彩虹。我学会不抱怨拿不到一把好扫帚，学会让人踏破一行又一行整齐的弧行，完美只是刹那，要保持美好再扫就是了。到底那是一条路，而路是要让人走的，是不是我扫的没关系，我一点也不重要。

四点零五分的觉悟

禅子唯一可以说话的时候是参禅，英文写著「Interview」，我不知道原来那就是参禅，还奇怪为什么其他禅子那么紧张。通常早上四时轮到我，独自进去，禅师把一只手表放在地上，问我那叫做什么，我便说：「watch」，禅师摇摇头：「英文叫 watch，中文叫手表，韩文、法文、俄文又是另一种叫法，其实这东西不晓得自己叫什么。我再问你，它叫做什么？」细看，针臂指著四时五分，那我便答道：「四点零五分。」「对了。」禅师说。又是一悟，名相何用？重要的是功能，action，行动，佛学是最积极的，并非避世，而是以最清晰直接的方法去入世，不让人迷失在妄想糊涂之中。

禅师也问过我一个与生死有关的问题，故事中人的处境，是左也死右也死的，禅师问我：「怎么求生？」我答了几次都不对，那人是没可能不死的，那便死给他看啦！「对了。」禅师说。

弟妹们都去了，我不会执著於悲伤，亦不会执著於不悲伤，逝的是他们的躯体，留的是我们的兄弟姐妹缘，我们曾经如此相亲相爱，再不舍也得感谢，如果他们不是 曾经今我笑得多，我怎会如今为他们哭得多，我无怨。该做的事只有一样：好好照顾父母。我逗著妈妈：「叹一声，有如诅咒自己一次，笑一声，有如祝福自己一次。他们三个都在一块儿了，我已经叫妹妹不要再霸占叉烧包，不让小弟吃了。」



独自归家，想起挂在崇山老禅师那小屋子外面的一句对联：山堂静坐本无言，寂寂寥寥本自然；何事西风动林野，一声寒雁唳长空。

佛在心中，向外觅佛是愚痴的，找到自性有如归家，何来风浪呢？归家原不涉途程。想起禅修时颂唱的「朝礼钟声」，应悟了。

(图文取自：温暖人间)