

生死兩無憾 鄭振煌

「革命尚未成功，同志仍須努力。」孫中山先生遺像兩旁的對聯如是說，多大的憾事在其中。

十餘年前遊西藏，歸程訪成都諸葛武侯祠，祠內壁上，赫然讀到杜甫〈蜀相〉一詩：「出師未捷身先死，長使英雄淚滿襟。」及其〈八陣圖〉：「功蓋三分國，名成八陣圖。江流石不轉，遺恨失吞吳。」又是淚滿襟，又是遺恨。

古往今來，有幾人能像佛陀在娑羅雙樹下安詳示寂？

臨終前最後悔的事，往往是我們沒完成的事，而不是已完成的事。奮鬥了一輩子，為什麼還有沒完成的事？原因是不了解「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電」；因而不能知足常樂。

大多數人一輩子都在追逐「財色名食睡」，即使滿足了感官的欲望，心靈還是空虛的，隨時都像餓鬼一般，貪婪的往外尋求快樂之道，內心如何能安？

安心的方法不外乎戒定慧。

戒是不說令別人痛苦的話，不做令別人痛苦的事，因為現在的言行，將來的果報還得自己去承受。不想將來痛苦，就要現在注意言行，有所規範。

定是令心不散亂，不胡思亂想，安住當下，接受當下，身心自然可以輕安喜樂。但未來如果想永遠輕安喜樂，就必須以安定的心去觀察壓力源。外面的人事物雖然常被認為是壓力源，實際上是自己去感受、想像、評價外在的人事物，才會覺得有壓力存在。

當親身體驗了外在的人事物、自己的身心等「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電」時，就是智慧。智慧是了知世間的一切都是緣起性空，既不可執著，也是執著不來的。生老病死等八苦，得失苦樂稱譏毀譽等八風，全都放下不執著了，解脫自在。

生死是一切煩惱的來源，生死過程中的一切都是「如夢幻泡影，如露亦如電」，因此就本質而言，生死並沒有差別，甚至一切萬事萬物都沒有差別，何必妄生分別，徒增煩惱？

活在當下，培養正念，接受此時此地的任何情境，不追悔過去，不夢想未來，清淨光明，就是涅槃極樂，也就生死兩無憾。