

死神的鈴聲
馬來西亞 初學者

我想分享這一次參加一行禪師 2010 年九月十五日至十九日在馬來西亞舉辦禪修營的心得。

應該是十年前了，我曾經讀過一行禪師寫的一些書。雖然現在已經不記得有哪些內容，當時讀他的書時，文字在跳躍的輕快、親切感覺仍是記憶猶新。

這一次，帶著期待的心情出發。我屏息等待一行禪師的“出場”。他一出場，就讓我愣住了。親眼見到的他，親耳聽到的他，與我在書本上讀過的他，怎麼好像有很大的距離呢？我看到的他，走路非常地慢；聽到的他，講話也非常地緩慢，與我在書本上讀到的他，活潑跳躍、動感十足，怎麼差距這麼大呢？我像洩氣的球，沒有了力量。

慶幸，很快的，我回過神來了。我嘗試認識眼前看到的他、聽到的他。不再以我過去認知的他，框著一行禪師。我慢慢地體會。慢慢地、慢慢地……我看到了他的從容不迫、他的穩健、他的清晰、他的悲心、他的風趣、他的幽默、他的種種。這樣子轉過來，我接受了一切，放下了我見。

整個禪修過程，非常輕鬆……讓很多人覺得太容易了，太淺白了。可是，這種呼吸的覺知，又有多少人能夠真正用在日常生活中呢？呼吸在當下，如果當下的因緣沒有辦法接受，如何活在當下呢？我知道我在呼吸嗎？我在呼吸，呼吸中有我嗎？我都知道嗎？

有的人從淺白中忽略了……有的人從容易中錯失了……

我一直覺得懂的人太多了，做到的人寥寥無幾。禪修營之前，鄭振煌教授在馬來西亞講了一場非常精彩的課《大乘起信論》。其中說到：懂的人不能做得到，是因為懂得不夠徹底。行難，是因為沒有真正的了知。真正的了知以後，就沒有行難。不是知易行難，而是知道得不徹底。知行是合一的。真的知道了，就能夠做得到。

這一句話，讓我受益不淺。

一行禪師三天的開示，與這些天的精彩活動，從接受與不接受、參與與不

參與，到投入與不投入，讓我體悟到，當下因緣的可貴。如果每一個當下都能認真地過，哪裡還會有因緣不具足的時刻呢？

噹！噹！噹！哦！回到呼吸上，一呼一吸。

噹！噹！噹！哦！回到呼吸上，一呼一吸。

噹！噹！噹！哦！回到呼吸上，一呼一吸。

噹！噹！噹！放下手中所有的一切，回到呼吸上。

噹！噹！噹！放下心中所有的一切，回到呼吸上。

噹！噹！噹！放下所有所有的一切，回到呼吸上。

噹！噹！噹！連放下也放下，回到呼吸上。

噹！噹！噹！就像死神的鈴聲。

是否願意放下？是否願意放下？回到呼吸上，回到呼吸上。

死神一來，不管完成與否，不管未完成的有多少，也不管完成的有多少。還能討價還價嗎？能說等一等、等一等、等一等嗎？

我，回到了呼吸上。