

解決生命的奧秘

——吃、喝、拉、撒、睡

印 祥

人生的目的是什麼？答案不外是「求生存」。然而，人在一期的生命當中之所以能生存下來，這吃、喝、拉、撒、睡是占最主要條件的，離開任何一種，生命就無法延續。可是，當今人類物質文明提高，生活水準也提升，一種企求身材美的潮流隨之而來。全美國現在有六百多萬人口罹患「厭食症」，其中大部份是未成年的小孩。他（她）們對美的信息來自於電視廣告，無知的小孩為了所謂的「美」，也跟著不吃、不喝，最後導致厭食，剩下皮包骨，父母為了照顧得病的小孩而辭去工作。最終，這一家人全要靠美國政府撫養了。不，不只是一家，單獨「厭食症」就有六百多萬家啊！

離開上海後，真正在美國華盛頓州的家中只住了三星期不到就回台灣了。還在上海時，外子在台灣就找到了一份顧問的工作，忙了三十多年，一時半會兒的要他完全退休，很不習慣。新工作的工作量只有原先的十分之一，所以做得蠻愉快的。

在 2008 年就和一些老朋友約定 2009 年的八月底至九月中在上海聚集去內蒙古旅遊。這些朋友幾乎都住在美國西岸，搬去上海以前只有我們住東岸，每回都要在飛機上多花兩天的時間來回東西岸，好辛苦。心想這下可好，換到你們辛苦了。可惜人算不如天算，我們也不住在上海了，這正是驗證了「世事無常」。不過還是比他們方便，到底只要當天就可到達，沒有時差的問題。

八月二十四日開始了行程，由上海飛往寧夏省銀川市，中途在西安轉機。停留了三天，開車前往包頭、呼和浩特，一共遊覽了四天，又飛往北京，兩天後，又坐車往山西，停留四天，飛回上海結束了十四天的旅遊。其間在北京時，還坐了最新的快速火車去了天津半天。

天津有一位工藝人做泥人兒，當時住上海時，有回趁外子出差時也跟著去，看到那麼多的小泥人兒，就想，回美國前要好好來的來買些小泥人兒回去，還是那句話「人算不如天算」，之後就沒再去天津。外子倒是經常去出差

，可是，第一：他太忙，而且他們的工廠離天津市挺遠的；第二：他也不知道我的喜好。這回既然自己來了，當然得買了，可惜行李箱有限，手上又提不了多少，意思意思就好。當時一眼就瞧見一組小人兒，沒看出他們的含意，問了服務員，才知他們一組五個，名字就叫「吃、喝、拉、撒、睡」，多有趣的名稱啊！第一個在吃西瓜，兩腿之間還抱著一個、第二個叨著吸管喝著奶、第三個褲子脫了一半正在拉呢、第四個也是褲子扯了一半在撒尿、這第五個翹著腳托著頭在睡覺呢！太可愛了！他們的大小合適，就買了。

回到台灣，獻寶似地秀給朋友看，其實這些小泥人兒不只是一些擺設而已啊！他們不是正表現了我們一般凡人的人生之所以能生存的必然條件嗎？誰不吃、喝、拉、撒、睡呢！而且只要是動物就都脫離不了這五件事，只是食物和地點有所不同而已。為了區別於動物，所以用文明的字眼說我們一般人的日常生活不離衣、食、住、行。實際上，我們一刻也不離吃、喝、拉、撒、睡與衣、食、住、行。就是佛陀世尊住世也不離這些。如《金剛經·法會因由分》第一：「爾時世尊食時，著衣持鉢，入舍衛大城乞食。於其城中，次第乞已，還至本處，飯食訖，收衣鉢，洗足已，敷座而坐。」佛陀住世也要衣、食、住、行。一切的佛法問答也都是在吃完了齋飯後才開始。

第一次在匹茲堡與師父接觸，並一起用晚餐，大家圍著圓桌一邊吃一邊還講個不停，久久才發現師父只是低著頭吃自己的盤中食，一言不發，大家也趕緊地吃而不再多言。飯後問師父，才知『食不言』是出家人的規矩。師父說：『做任何事都要專心地做，吃飯時就要專心地吃，睡覺時就要專心地睡，就像是做學生的不要在上課時就想著下課時要去打球，那老師講的課當然沒聽進去了。』看來連吃也是有很多禪理的。我們常常會在上班時，老想著為什麼假期還不快些到，等真的在旅途上時，又惦記著公事，因為在上班時老想著假期，該做的沒有達到一定的標準，結果是事情沒辦妥，旅遊也不盡興，當然拉、撒、睡也不會好。這都是因為心不在當下的緣故。

幾年前網路上流傳著一篇台灣清華大學教授賴建誠先生的部落格上的文章，原文如下：

我兒子讀國小二年級，在上學期末時，老師給了一項作業，要他們當小記者訪問爸爸。共有六個問題，有一大半是資料性的：在哪裡工作？負責哪一方面的事等等，其中的第5題是「爸爸的夢想是什麼？怎麼實現？」我說：「我有三個願望。」兒子用半注音半國字的方式寫下這句話，然後抬頭看著我。

「第一個願望是吃得下飯」

他愣了一下，認為我在開玩笑，很鄭重地表示這項作業的分數，是其他作業成績的三倍，所以不能隨便。我說你是記者，人家怎麼說你就怎麼寫，既然不相信就不要訪問好了，他無奈地寫下「第一個願望是吃得下飯」。

「第二個願望是睡得著覺」

他這下著急了，「別人的願望都是要當科學家或是做重要的事情，你的願望連小孩子都會，你是不是想害我被老師處罰？」我又重複先前的說法：不相信就不要訪問。他急得跑去廚房向媽媽哭訴，她也同意說記者就是記錄者，不能要求受訪問者如何回答。他擦乾眼淚寫完這句之後，抬起頭失望地看著我。

「第三個願望是笑得出來」

這下子他失去控制了，「別人的父母都是在幫助子女，只有你才會存心害自己的小孩。」「要不然你照我的話寫完之後，再寫一篇《我眼中的爸爸》附在後面，讓老師瞭解這不是你隨便寫的，而是你爸爸的本性就是如此。」

他覺得有道理，憤恨之下很快地寫了一篇沒分段的作文，我除了把注音改為國字之外，照抄如下：

「我每次重要的問題要問我爸爸的時候，他都想騙我，可是我跟他說：這是很重要的問題，他還是繼續開玩笑，我跟他說：這可是分數最高的作，所以我爸爸做什麼事都是隨隨便便的，每次一回家，鞋子也不脫，就看電視，而且都看摔角、相撲，都是一些無聊的電視。所以這個爸爸還要嗎？雖然他有很多缺點，但是他還是很疼我呀！我爸爸很奇怪，一下子罵人，一下子又對你好，可能我是他兒子吧！也可能是他腦筋有問題吧！老師，妳覺得呢？」

第二天我問他老師怎麼說？他有點不好意思。

「老師上課時叫我到前面，說我的訪問和作文寫得非常好，給我 98 分，是全班最高的，比班上的模範生還高，還把我的作文唸給全班聽。」

「那她有沒有說為什麼？」

「她說她先生的工作最近不太順利，已經有好幾天睡不著覺，也只吃得下一點東西。你爸爸的三個願望很有意思。」

「那你現在瞭解我不會害自己的兒子了吧？」

他點點頭，可是還不能明白為什麼他老師把《我眼中的爸爸》拿去參加作文比賽，得到入選獎，對功課平平的他，這是一大驚奇。

希望他在人生的旅程中，能比我晚許久才體會到：**要實現這三個願望還真不太容易。**

有人認為做人挺沒意思的，每天早上都要穿內衣、穿外衣、還要穿外套；穿內褲、穿外褲、還要繫皮帶；穿襪子、穿鞋子、還要綁鞋帶，到了晚上又要全部脫下，週日復始，直到人生的最後的一天。事實上，只要是人，這衣、食、住、行和吃、喝、拉、撒、睡一樣都免不了；而且，在你還可以做這些同樣的事情時，表示你還是活在這娑婆世界中。假如你認為「做人挺沒意思」是因為穿衣、褲、襪、鞋，而只需要吃、喝、拉、撒、睡才挺有意思，這不是人的正常生活方式，更確切地說，這不是人類的生活方式。正如前面的三個願望，如果人活到了吃喝不下、拉撒不出、睡不著覺、笑不出來。這是什麼人生呢？所以，怎樣才是人的正常人生生活方式？是許多人想要尋找的人生真諦，只要肯下決心，不向心外妄求，直指深探自性本源，總有一天能解決生命的奧秘。「禪」就是在這種深探人生意義的情形下產生的。

宋朝大慧宗杲禪師門下，有位僧人叫道謙。他參禪多年，但沒有發現禪的奧秘。他的師父派他出遠門去辦事，他非常失望。因為半年的遠行，他認為這對他的參禪有害無益。他的同參宗元禪師非常同情他，於是對他說：「我同你一起去並盡我所能幫助你。沒有任何理由會使你不能在路繼續參禪的。」因此，他們倆一起遠行。

一天晚上，道謙神情失望地要求宗元幫他解決生命的奧秘。宗元對他說：「我能幫你的事盡量幫你，但有五件事我是無法幫助你的。這五件事必須你自己做。」

道謙問那五件事是什麼？

宗元回答說：「當你肚餓口渴時，我的飲食不能填你的肚子，你必須自己飲食。當你想大小便時，你必須自己照顧自己，我一點也不能幫你。最後，除了你自己以外，誰也不能馱著你的身子在路上走。」

宗元的話，一下子打開了道謙的心扉，道謙當時快樂無比。

於是，宗元告訴他，他的工作已經做完了，再作伴遠遊下去，已經沒有什麼意義了。因此他們倆人分手，道謙繼續他的遠行。半年以後，道謙回到原先的寺裏，他回寺的時候，在半山亭遇見了大慧師父，大慧禪師說：「這人連骨頭都換了。」

這裏的五件事是吃、喝、拉、撒、行而小泥人是吃、喝、拉、撒、睡。最後一件事雖不一，但從表顯生命的奧秘來說是一樣的。當道謙打開心眼時，就是他證悟人生真諦時，這時的道謙和以前的道謙雖然是同一個人，但他悟後連骨頭都換了，人生也變快樂了，這就是禪，禪就是生活。當然，禪不在語言文字口頭上，正因為禪就在日常生活中。生活中既不離衣、食、住、行，也不離吃、喝、拉、撒、睡，生命的奧秘不離這些。

古德說：「如來示現，順同凡夫。」如來身為皇太子放棄五欲樂，出家修六年苦行而後證悟建立僧團，他的僧團制度是：依糞掃衣、依乞食、依樹下宿、依陳棄藥。由此可見，如來世尊的日常生活來源「順同」何等「凡夫」了！身為世尊，他是順同流浪街頭最窮的乞丐生活啊。因此，比丘的意義除了破魔等外還有「乞士」，乞士便是「乞丐」啊。佛陀自稱他也在僧中，他的衣、食、住、行生活來源與僧人一樣沒有特殊。特殊的是佛陀沒有煩惱、業、報三障。無煩惱障便無「惑」；無業障便無「業」；無報障便無「苦」。無惑、業、苦是禪的生活方式。在解脫上說，如來是不同凡夫的。凡夫有三障，所以受輪迴之苦！有人富裕的生活過慣了，一旦事業失敗，就經不起考驗而自尋短見，甚至有的帶全家一起自殺。這是「無明」的表現，無明就是「惑」，一切從惑開始。如果要想解「惑」，請恭敬讀誦《金剛般若波羅蜜經》，此經總共有三十二分，其中衣、食、住、行排在第一分，由於人生一時也不離衣、食、住、行和吃、喝、拉、撒、睡。這裏邊包含著全經的中心思想——「性空幻有」真諦。當我們證悟到性空幻有，人人本俱的般若智慧現前時，就能照破黑暗「無明」。因為「無明」是生死的根本啊！當你智慧現前時，碰到逆境會自尋短見嗎？當我們的自性若正用時，還會吃不下、睡不著、笑不出來嗎？