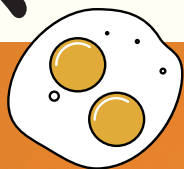


傳燈法師著

饅頭

煎蛋



每個人都帶著一個裝滿業力的皮箱，在生命之流中生死死生，一旦時機成熟便要自嚐其果，不管是甜酸苦辣，不管你喜歡與否，不管你準備好了沒有。



傳燈法師著

饅頭煎蛋



目錄

序一	傳燈路遠 守志常樂	宗惇法師	06
序二	老師的啟蒙	衍璇法師	12
序三	真正的修行，就在每一天的生活	謝建泉醫生	16
序四	點火，起灶……饅頭煎蛋	徐業成醫生	18
序五	細嚼饅頭談滋味	林國嬾	22
自序	感恩一切善因緣	傳燈法師	26

善用這一生

方子	32
病中的甘露丸	38
病因不明	44
放人一條生路	50
幸福溜走了	54

哀傷沒有錯

善用這一生
討債與報恩

討債與報恩

66 60

哀傷沒有錯

無常來的時候

從未見過她如此自在

為什麼佛陀還不來？

饅頭煎蛋

98

家事

104

話別

110

不一樣的憶念

認錯的力量

118

任務圓滿

124

不一樣的意念

130

游泳學

136

不再孤獨

不再孤獨	208
無言老師	202
求不得的心願	196

轉念有新天

轉念有新天	190
換個角度	184
為人妻子的箴言	178
暴風雨後會天晴	174
問心無愧	168
禍中有福	162
一個心念	158
好好了結此生的緣	152
想要改變	146
自己作主	142

佛教院侍部
大覺福行中心

用心過生活

用心過生活	278
當你老了	272
一次病因緣	266
法的療癒	260
惜取今朝	254
女俠師父	246
無聲勝有聲	240
似夢非夢	232
求死？求生？	226
主真的會來接我嗎？	220
一個心願	214

序一

傳燈路遠 守志常樂

我十九歲出家。高二暑假那年在佛教學院掛單，跟隨學長們日復一日暮鼓晨鐘的生活，身心輕安透淨，又看到佛門師長為弘揚佛法不辭艱辛奔波，內心升起無限嚮往，「有為者，亦若是」、「今生再沒有比出家更有意義的事」。但因我高中還沒畢業，學校不允許、常住不允許，只能等待一年後。

高中畢業那年終於如願披剃出家。恩師重視教育，希望我繼續完成已考取的大學學業，於是往後數年，我與另一位法師成了學校的亮點人物。二萬多學生的校園中，幾乎沒有人不認識我們。

以出家身份行走當年所認為的「紅塵俗世」間，心中最嚮往的是布袋和尚「一鉢千家飯，孤僧萬里遊；為了生死事，乞化度春秋。」這首詩

——輕衣簡裝，芒鞋錫杖，踏遍千山萬水，為體驗生命、為印證佛陀的真理，隨緣度化、隨遇而安。

畢業後從事研究及文教工作，仍嚮往著行腳僧隨緣度化的生命風光。認識安寧療護後，到安寧療護發源地的英國取經，有一天，在溫莎 Thames Valley Hospice 遇到已有三十年經驗的教堂牧師，也在該院服務九年的 Derek Nuttal 告訴我們，他每週在 Hospice 二十小時，每天上午來 Hospice。主要的工作內容有：例行性探視病人及家屬；應病人需要，作宗教的、靈性的、家庭生活等交談；參加團隊的個案討論會議；每週評估需要加強輔導的病患名單，並優先執行；主持院內宗教性的活動及喪親悲傷輔導等。

Derek 說，他自「Loiter intent」，每天在院中晃來晃去，「Be a loiter」(閒逛者、閒聊者)，讓自「隨時可以被看見 (visible)」，讓病患需要時，可以想到、找得 (available)。以下是他對自「工作很有意思的描述」：「I won't sit in a room, people won't come and talk to me.」、「I come

to the door without an agenda, and go out the door without an agenda, I carry nothing with me.」。

他和團隊之間有充分的信任關係，和病患之間更是有絕對的、健康的信賴關係。用這樣的基礎，每天輕鬆的、自由的、隨機的、沒有預設立場的在 Hospice 中「閒晃」，意外的「相遇」(encounter)，或讓病患主動來找。用誠實、開放的態度常常可以討論出更多東西。Derek 說九年來他的靈性照顧工作「沒有兩天是相同的！」

赫然發現，原來新時代的行腳僧在醫院、在安寧（寧養）病房！在人間至苦、最無助的時候出現，沒有預設立場，為正受苦中的病人與家屬「指點迷津」、幫助他們「看見希望」。

往後十六年，我在台大醫院緩和醫療病房 (Hospice & Palliative Care Ward)，以靈性照顧研究計畫的因緣，執行臨床研究、教學與服務的工作。

當時我們的團隊每年照顧近四百位病人，十六年下來，閱讀數以千計臨終病人與家庭的故事，更深刻體會到：臨終病人、家屬的苦難與無助，遠超過一般人的想像。每一位臨終者經歷從生到死、從有到無的四大分解歷程，假使之前不曾有相關的瞭解或學習，或者不能有適當的團隊協助陪伴，臨終歷程將會是極端痛苦的經驗。相對的，如果病人與家屬瞭解死亡的意義、死亡過程可能經歷什麼，並且投注一定程度的準備，死亡那一刻到來的時候，我們會看見無盡的希望。

佛教是最重視臨終關懷的宗教。從佛教的觀點，死亡是非常好的老師。臨終與死亡過程是非常寶貴的修行階段、是難能可貴的開悟解脫的機會。如果我們懂得把握，或者如果我們有幸，得到有經驗的團隊協助，臨終歷程是生命裡非常重要的學習歷程。

而願意投入從事臨終關懷的志業，甚至培訓志工團隊走入醫院關懷，更需要大無畏的智慧、大慈悲的胸懷。近兩年，認識香港大覺福行中心，

在二零零九年初由上衍下陽法師（一九五八—二零一五）創立，以「真愛無界限，陪您過難關」為宗旨，行善教化，協助受苦者。更於二零一一年正式成立「佛教院侍部」，提供有規範的定期醫院關懷服務，至今已推展至香港四個醫院聯網，共十多家醫院，歷年探訪院友逾二萬五千人次。

二零一九年四月，應傳燈法師之邀，到香港分享台灣佛教在臨床照顧的專業。傳燈法師邀請我，為即將付梓的《饅頭煎蛋》撰寫書序。這數日閱讀法師已出版的《自己點火》一書，與《饅頭煎蛋》書稿，法師簡潔、清新的文字，淡淡述說臨床故事，字裡行間流露著對佛法真理的洞徹，與慈悲淑世的胸懷。閱讀過程中，經常掩卷沈思，一幕幕往事、佛門的生活、出家的本懷、與病人的相遇畫面浮現腦海。同樣的出家身份、同樣的修道情懷、同樣的理想，傳燈法師卻勇敢的走出我不敢走的路。尤其，傳燈法師的師父上衍下陽法師在《自己點火》的序文「傳燈路遠」映入眼簾，久久感動不已。這是何等的師徒情誼，而我所認識的傳燈法師，我知道他準備好了。

為生命、為佛法、為眾生、為佛教在臨床照顧的專業：傳燈路遠，守志常樂！也期許更多佛弟子重視臨終關懷的修行法門，共同護念與成就。

是為序。

宗惇法師

大悲學苑住持、《生死奧秘——十六個生命的靈性對話與臨終學習》作者、台大醫院臨床倫理委員會委員、臺灣科技大學兼任講師、新加坡甘露關懷協會顧問；曾任台灣臨床佛學研究協會理事長、台大醫院緩和醫療病房佛教宗教師臨床講師、研究員

序二

老師的啟蒙

照顧衍陽法師病時，她的心態非常正確，不放任、不嬌縱。為什麼這樣說呢？

通常人們病時，總覺得是別人虧欠了我們，特別是家人或身邊最親近的人，所以便會任意發脾氣、任意埋怨，將身體的痛及不舒服放得很大，誇張其事。與此同時，又覺得自己是病人，便應該什麼都不做、都不理。

照顧衍陽法師期間，我看到也學到，她知道病、知道痛、知道不舒服、知道是苦，但不會將病痛放大、不被病痛主宰自己的情緒，只是平常的對待，知道它、看着它、接受它。一樣有說有笑、有禮有度，讓身心環境保持乾淨整潔。她因此更具同理心去關懷與理解他人，一如既往。

是衍陽法師的身教給予我人生最大的啟蒙。

生者心安亡者安

因緣巧合，碰上一位病者。

曾經很優秀的他遇上了意外事故，再也不能醒來。家人非常難過，萬分不捨，痛苦難當，對意外的發生更是憤憤難平。但這已然成為事實，並非我們不肯面對，不能接受，不願把心意轉變，就能將他的人生還原。家人執持這樣的思惟，只會將事情變得更糟，不但幫不到他，更因無法冷靜下來，不能配合及理解病者所需，而失去對病者進一步的幫助。

他或會恐懼，或也不捨及不安，很需要親人的幫忙。怎麼幫？生者心安亡者安，只有正面的力量方可兩利！

院侍的發心與奉獻

要從事院侍的工作，除技巧層面的基本要求外，最主要的是發心。何為發心？既需要有愛心及同理心，更需要學習、服務、奉獻及不計較的心態與精神。

每每看到傳燈法師開完會或做完事已是深夜，有時已經準備休息，突然一個電話打來，她便二話不說馬上趕去醫院。有時已經非常勞累、很是困乏，有時或已安排了其他計劃，但當緊急狀況發生，所有正在進行的事都只能放下，生死攸關之事至關重要。

院侍要面對的每個個案都不相同，工作中總是充滿變化與挑戰，以有限的體能及心力，很難想像如何一一面對。一位稱職的院侍需要始終抱持大愛與慈悲心，在佛法上精進修持，持續不斷磨練輔導技巧，才能始終保持積極樂觀的精神與傳播正能量，在這條利益生者與逝者的路上一直前行。

衍璇法師

大覺福行中心住持、三藩市大覺蓮社當家

序三

真正的修行，就在每一天的生活

傳燈法師在她的第一本作品《自己點火》中，表達了對不同宗教的包容，最終讓末期病患者得到心靈的和諧自在。即將出版的第二部著作《饅頭煎蛋》，更將這份關懷情操發揮得淋漓盡致。

書中的最大特色是身為比丘尼的傳燈法師，在醫院擔任院侍工作多年，有豐富的實踐經驗。她的親切陪伴，用心溝通，與病人和家人同行的態度，都使我留下深刻的印象。有時我想，以一身僧服在病房裡出現的法師，究竟是好還是壞呢？原來言行舉止比服式更重要。我認識不少不同宗教的醫院牧靈工作者，他們不單尊重病人，而且尊重病人的宗教。他們那份對不同宗教的包容，不但獲得我們的欣賞，更贏得病人對他們的尊敬和接受。

傳燈法師是一個模範的院侍工作者。她的真實分享，很值得大家學習。

每一個故事的內容，都可以幫助大家學習如何面對自己的生死問題，及如何從中幫助有需要的人，尤其是在靈性方面，更可引導大家深入思考。閱後有一個非常特別的感受，就是愈接近死亡，心靈素質愈有可能提升。

十分欣賞書中的金句和圖片，令人可堪再三細味。不知是否傳燈法師有感這些生死故事太沉重，書中還加入了一些黑色幽默笑話，真是文如其人。

透過書中的故事和一些非常到位的金句，相信讀者自然地體會到書中所說：「真正的修行，就在每一天的生活。」

謝建泉醫生

生死教育學會創會會長、香港紓緩醫學學會榮譽顧問、前臨床腫瘤科專科醫生

序四

點火，起灶……饅頭煎蛋

二零一一年普陀山朝山之旅，經衍陽和衍傑兩位法師介紹，認識了傳燈法師。當時已知傳燈法師是衍陽法師的得力助手，精通電腦和多國語文。

二零一五年衍陽法師為傳燈法師出版的《自己點火》執筆序文，字裏行間可知衍陽法師已覺是深慶得人，既讚嘆傳燈法師有「點火」之能，自己亦已有「傳燈」之意！衍陽法師世緣盡後，傳燈法師在《感恩，讓我遇上——衍陽法師紀念文集》撰文說：「衍陽法師給的教誨、勸諫，能好好履行，就是報答師父！」

數年間，傳燈法師說到做到，把大覺福行中心的醫院關懷服務、生命教育，積極推廣，開導面對老病死苦的眾生；亦繼續透過佛門網《明覺》電子網誌，把個人經歷、對生命的感受和體悟與網友分享。作為傳燈法師

網誌專欄的讀者，樂知法師將擷取專欄中四十二篇散文結集成《饅頭煎蛋》一書，與讀者再結法緣，不禁欣喜。得蒙法師抬舉，邀寫序文，自知筆拙，亦祇好勉力為之！

初讀《饅頭煎蛋》文稿，有如時光倒流，重味當年初讀衍陽法師《心寬就是最好的道別》一樣感動！

老師說教，良師輔導，大師啟迪。這本《饅頭煎蛋》散文集既可配上一杯清茶，伴你舒適閑恬的一天；也可當你的老師、良師、大師！書中那些刻骨銘心的故事、洗練流暢的文字、情理兼備的點評、一語中的的提示，處處開示你要善用這一生，用心過生活。哀傷不是過錯，祇要在困難逆境中時刻保持正面積極的心態，內心不再孤獨，憶念也可有為，轉念便是新天！

在《饅頭煎蛋》一書中，有時饅頭是饅頭，煎蛋是煎蛋，一篇文章敘說一個故事。有時傳燈法師會把饅頭與煎蛋拼成一碟，一則法理含幾段故事，先為讀者融會，方便大家貫通。還有一幀幀配上智慧箴言的圖片，這些大作中的小品，讓大人心領，讓大家神會！

這《饅頭煎蛋》，沒有卡路里，沒有蛋白質，卻有讓人人受益的精神食糧！

徐業成醫生

序五

細嚼饅頭談滋味

在構思寫這篇序文時，我不得不靜下來回顧過去九年的歲月。感恩傳燈法師給我在忙碌的日子中，有這樣的機會沉澱和整理我的記憶。

在整理思緒過程中，發現我非常想念衍陽法師，她的笑聲和教誨言猶在耳。如果說衍陽法師是我佛學的啓蒙老師，那麼燈師父便是我實踐的模範。我不是佛教徒，可是我不得不承認佛學博大精深，即使我只懂得皮毛，卻對我過去八年的人生有莫大的影響。隨燈師父學習靜坐，讓我受益匪淺。

初見燈師父，已敬佩她這麼年青便出家。後來加深對她的認識後，對她的才學，勤奮和克己更加敬佩。我尤愛聽燈師父動聽的聲音，每次看見她祥和溫柔的笑容，即使多麼紛亂的心也可平靜下來。

衍陽法師往生後，她的宏願和工作並沒停下。喜見大覺福行中心已有固定會址，醫院院侍和義工的發展愈來愈大。管理如此龐大的義工團隊很不容易，做得如此有聲有色，非常佩服。對於院侍部的成立，尤其高興和讚嘆，我明白當中的困難不足為外人道，可是燈師父做到了。

大家都知道燈師父致力發展關懷病苦的工作，以為只限於成年人，其實燈師父一直都在做兒童的工作，她關顧的是任何年齡有需要的人。因此每次工作中，遇到有需要幫助的孩子或家人，我都會立即向燈師父求救，她無論多忙也定必回覆，並全力協助。我曾多次親身見證燈師父如何用佛法協助重病兒童的父母，面對和渡過他們生命中最黑暗的日子。這些父母都萬分感激，因為燈師父釋去了他們心中的疑惑，這對他們日後的哀傷歷程有很正面的影響。新建成的香港兒童醫院會設立院侍部，大覺福行中心將會更廣泛的造福兒童、青少年病者和他們的親人。

《饅頭煎蛋》是燈師父把多年工作的經驗和體會，結集成書與大家分享。能夠有緣閱讀，實在是讀者的福氣。因為從中可得到很多啟發，也引發大家好好思考生命課題。

是時候讓自己沉澱下來，回顧過去，計劃未來人生的路向。祝願大家都能隨心而行！活得自在！更祝願傳燈法師身體健康，幫助更多有需要的人。

林國嫵

兒童紓緩服務基金專業服務經理

自序

感恩一切善因緣

讀高中時曾發願想做DJ，最終考上檳城理科學，選修第一志願的大眾傳播媒介系。可是中途我卻改變主意，改修了新聞系，DJ沒讀成，反而當了記者。二零一一年，佛門網邀請衍陽法師主持「家家有本常念的經」節目。師父為了令節目比較活潑、生動及有更多的互動交流，便讓我也加入。因為這個因緣，圓了我早年當DJ的夢想。後來，佛門網邀請師父供稿，師父以法務繁重為由，又把機會給了我，文章後來更結集成《自己點火》一書。

師父的善巧、智慧和寬宏心量，擅於引導他人，處處提拔後輩。

依止師父的早期，經常跟師父去醫院探病。我總是站在一旁，聽師父跟病人和家屬談話。師父很能洞察病人的心理，每次總說到痛處。曾經，

有位老人已彌留多時，她睜著的雙眼已久未闔上。師父抽絲剝繭，從家屬口中探問老人的心結所在。原來她氣丈夫不忠，兒女不孝，師父便讓他們逐一上前求請原諒，最終化解了老人積壓心中多年的怨憤。

經過長時間的耳濡目染，我多少掌握了探病的基本方法。有一回接到急電，一位爸爸替日間中心修理電風扇，不慎從高處墮下，腦袋首先著地，送院時已不省人事。由於師父有個重要約會走不開，我只好硬著頭皮上陣。病人本來很不安，口吐白泡，額頭發黑。我把師父教我的話，跟家人和病人說了，只見病人漸漸安穩下來。在我離開病房不久後，他便往生了。

師父說，佛教臨終關懷的特色，「是讓臨終的人，將一生最放不下的事、最放不下的人，或最糾纏一生的仇恨、冤結解開。」^{〔1〕}而「院侍」的使命，是在醫院侍奉病人的心靈。自從二零一三年出任院侍至今，很感恩在我生命中出現的病人和家屬，以他們走過病苦、面對死亡的深刻經歷，豐富了我的人生閱歷。感恩醫護團隊，在照顧病人病軀的同時，也看到他們在靈

性上的需求。感恩院方打開一扇門，讓勤奮而無私的院侍和心靈大使，走到病床前，聆聽和陪伴病人和家屬。感恩陳廷驊基金會，及眾多的善心人士，資助佛教院侍部，擴展醫院關懷服務。

本書的四十二篇文章，原刊載於佛門網《明覺》電子雜誌 (<https://www.buddhistdoor.org/tc/ningkok>) 及《一門超出》雙月刊雜誌。為了尊重個人私隱，部分人名已作了化名處理，部分細節也有些微調整。

感恩書中每一位主角，示現老、病、死來教育別人的生命。感恩佛門網，讓我分享探訪的見聞感受，讓更多人預早認識生死，未雨綢繆。感恩《溫暖人間》，協助本書的排版和設計，感恩攝影義工挑選會說話的相片。

感恩衍璇法師領頭，與一眾師父和義工團隊，同願同行，共同延續師父未竟的事業。感恩在師父捨報以後，持續愛護、支持大覺福行中心的每一個人。

這一路走來，如果說我有所長進，是因為有善知識的陪伴、栽培與提攜。

感恩一切善因緣。

傳燈法師

〔1〕衍陽法師：《心寬就是最好的道別》，（香港：皇冠出版社：二零一三年），頁十五。



善用這一生

長年累月花時間在追悔過去，

對於傷害你的人記恨記仇，

不如踏實地活好今日，計劃明天。

方子

朋友透過短訊發牢騷：「現在黑雨，應該留在安全的地方，可是寫字樓不安全啊！入伙才一個月已四處漏水，同事用垃圾桶盛水，滴滴答答聲響，建築公司的手工真突出。」

一場雨就能看到真功夫。



租來的房子佇立在綠茵中，屋後的高山形成了天然屏障，擋去了鬧市的喧嘩和霓虹的燈火。只是房子經多年日曬風吹雨打，部分外牆斑剝、天花脫落，柱子也被蟲蟻侵蝕，屋裏還散發著黴菌、腐朽的氣味。髹沐工程花時五個月，其中最費心思的是天台，不但整片的鋪了隔熱板底層，而且

還漆上防水英泥，確保隔熱、保溫又防濕。

從春天到秋天，雨下得格外頻繁，還打了幾次風。漸漸地，雨水連著濕氣不聲不響地透過鋼骨水泥，沿著縫隙滲入屋裏，尤其靠窗白淨的牆上，曾幾何時已形成一片濁黃的斑跡。遇到一連幾天的驟雨時，水便一滴一滴落在櫃子上，流到地板上，形成一灘水。

我們請裝修師傅幫忙執手尾，師傅看了實況，便在漏水的天花注入防水膨脹膠。奇怪得很，堅固的水泥哪來那麼多空間？也不管了，只要能解決問題就好。可是一處弄好了，附近的天花又冒出了斑跡。再請裝修師傅來，又注射了防水膠。下雨天時，牆身仍然濕漉漉的。

前後弄了三個月，問題非但沒有解決，還惡化了。我們下定決心請防漏專家來勘查，這才發現天台的牆邊有整整兩尺寬的地方忘了做防漏。

想徹底解決問題，必須從根本處著手。



一歲的小孩因先天性腎功能差，易流失蛋白，所以天天都要往醫院跑，去打蛋白。在醫院，當然也免不了要抽血、探體溫、量血壓。小孩身上的針固定了不會馬上移除，以備需要時輸血或打點滴。小孩一見到醫護人員或陌生人，害怕又要受甚麼苦，自覺地躲到母親懷裏。

「我真擔心哪天BB也要像這裏的其他小孩一樣洗腎，那將是沒完的噩夢。」小孩的媽媽已疲累之極，可是看到心肝寶貝蒼白浮腫的臉和四肢，又強打起精神。

媽媽常問：「師父，怎麼辦？」

我看過《病是教養出來的》一書，當中寫到，孩子的病往往起源於成長環境缺乏溫暖和安全感，大人關係惡劣、疏離，甚至離異，或者父母在教養上過於著重成績表現，使孩子長期承受壓力和恐懼。

我試問媽媽：「你跟丈夫關係怎樣？」

「我們分房年多了……也很少講話，因為講沒兩句就吵架。」媽媽也很無奈。

她繼續說：「我們吵架時，B B會在一旁『啊、啊』地叫，好像在叫我們別吵了！」

我奉勸：「你們想B B好，就必須各人讓一步，不能再吵了，孩子需要溫馨的家健康成長。」

為了小孩，媽媽願意改，她不再無理取鬧，還當著孩子面前讚丈夫：「爸爸愛B B，親親爸爸。」小孩聽了抿嘴笑。

過去小孩究竟做了甚麼，導致今生的苦果已無從追究，既然果已熟，就必須承擔。唯有盡早播下好因，才有望改善他未來的路向。病只是冰山一角，除了醫藥，衍陽法師還教我們要結合其他方子——誦經拜佛、知因識果、禪心靜慮、慈悲喜捨、積極樂觀、行善修福、愛護他人、廣結人緣、不驚不怖。



想徹底解決問題，必須從根本處著手。



病中的甘露丸

有個夏日炎炎的六月，溫哥華寶林的花園裏，木棉樹幹長出了手掌般大的野菌，摘下來去煎一煎，以適量的鹽巴和胡椒粉調味，味道鮮美極了。那時師父正患肝病，有相當長的日子都吃這類野菌。到了秋天，大概是九月份，花園邊上的六株提子結果了，一串串晶瑩剔透的綠色、黑色的果實從木棚上垂吊下來，初時其他師父也會吃，但後來知道提子汁對師父病軀有益，大家都留給她當藥用。

有位師父建議多摘些提子存放在冷房裏，就不用時時費神費力去摘。可是荷師父堅決反對：「即摘即食的才新鮮。」她毛遂自薦擔任摘提子的工作，大伙兒都拗不過她。誰知晚課後出去一看，提子通通被小鳥吃光了，留下一臉錯愕、目瞪口呆的荷師父！



A院友跟我同月同日生，多次探訪後關係變得相當熟絡。醫院的餐她已不吃很久了，媽媽煮的飯菜她嫌淡而無味，反而想吃咖哩麵、魚蛋粉、叉燒飯，還特別指定要買某家的。病到最後，吃一餐算一餐，我們請她媽媽依她的意思算了；就像師父肝病時常想喝可樂加冰，大夫都會順著她，身體燥熱的像火燒一般，冷飲能給她短暫的舒暢。

有一次A院友說想吃冰棒，院侍知道她已時日無多，便去問醫生可否圓她的小心願。醫生同意後，院侍小心翼翼推她到樓下的「二」，由於店口有門檻輪椅進不去，院侍便按照她說的圖案和顏色，好不容易在一堆冰棒當中找到了她的喜好。

她迫不及待打開咬一口：「嗯，就是這滋味，好好味！」在溫暖的陽光底下，她蒼白的臉盡露滿足，院侍笑了，眼眶裏滾動著淚水。



一個人臨命終時，四大——地、水、火、風逐漸失去功能，最明顯的是身體會變得沉重，動彈不能，連張合口也覺吃力，這是地大正消散中的現象。水大方面，雙腳會出現水腫，嚴重時腫至膝蓋，甚或腰間，唾液、大小二便不由自主地流出。還會忽冷忽熱，蓋很薄的被也覺得熱，有時卻又冷得像冰條似的。氣息也隨著產生變異，有缺氧感、喘促等。

B院友是一位孝子，未病以前經常去看望年邁的媽媽。病重以後臉色又黃又黑又瘦，他不想媽媽擔憂才改以電聯。可他仍期望能當面告訴媽媽自己的病情，說不得已要先她而逝，希望對媽媽表達愧疚之情，表達愛和感謝。可惜兄弟姊妹都反對，他們擔心患有心臟病、高血壓、糖尿病的媽媽會承受不了打擊，萬一聽了一命嗚呼，誰敢擔當！

他明白事情可大可小，唯有一拖再拖，後來索性放棄。這時朋友送來一顆綠豆般大的甘露丸。甘露丸是由眾多藏傳師父連日誦經加持泡製而成的，供奉久了還會繁衍，大家視如珍寶，非必要不會派上用場。朋友說如

是有福德因緣的人，將能延年益壽。

他吃下了，但並沒有好。不是甘露丸沒效，只是他壽元已盡。

很喜歡《藥師懺》中的文句：「慈悲喜捨是藥，忍辱柔和是藥，正信三寶是藥……」；提子是藥、冰可樂是藥，咖哩麵是藥，冰棒也是藥，服了身清涼、心滿足、意清淨的便是好藥。

慈悲喜捨是藥，忍辱柔和是藥……





病因不明

是天意？還是人為過失？撇開因果，誰能解答？

小婉是獨女，自小好學上進，大學畢業後仍想繼續深造。爸媽是農民，生活並不富裕，但他們深信要改寫命運，唯一出路就是培養女兒成才，心中雖感壓力，但還是送女兒到香港修讀碩士學位。

兩老長年守著一片賴以為生的農田，從未離開小鎮。直至有一天，接到校方急電說女兒出了意外。

幾個同學週末去划獨木舟，當時已近黃昏，水上風平浪靜，小婉手裏的水瓶突然滑開掉到水裏，她伸手想去抓，獨木舟隨之翻側，她跟同伴都落入水裏。救起時，她已不省人事。

兩老人生地不熟，校方暫時把他們安頓在大學宿舍，他們急得像熱鍋上的螞蟻，天天往醫院跑，既徬徨又失措。本來健康康的女兒，怎麼突然就不能叫爸媽了？究竟發生了甚麼事？是不是謀害？爸媽有一肚子的疑問卻沒人能解答。

女兒臉頰仍紅潤，睜著雙眼，但眼珠卻漫無目的地遊移，叫她、按她、捏她都沒反應，爸爸狠狠地打她的額頭、擰她的臉頰，恨不得她喊疼，但她依然沉默。一生的努力、希望難道就此破滅？上天怎可如此無情？爸媽心有不甘，無法接受這殘酷的現實。

「她是我們唯一的希望，如果她活不了，我們也不想活了。」爸媽堅決地說。

醫生唯有想方設法延續她的生命，讓她自己醒來。小婉的爸媽沒有宗教信仰，對陌生人充滿懷疑，我們去陪伴的初期他們還能接受，感覺像找

到了知音，有共通的語言能聽懂他們的心聲，但漸漸地也生起疑心，怕我們的介入會加速女兒的死亡，最終把所有的有心人都拒於門外。



佛陀曾對弟子們說，他能觀照眾生輪迴生死的前因後果。就如人們從一扇門進入一棟房子，在那裏造作種種業然後離開，再從另一扇門進入另一棟房子，繼續造業。凡夫眾生輪迴六道，從生到死，受苦而不知其所以然，只懂怨天尤人。

阿慧的媽媽請我們去探望女兒。過年時女兒跌了一跤，四月發病，三個月以來情況反覆難測。病歷上寫的是癲癇症，但院方檢查過無數次都找不出病因，醫生也說不準對治的方法。

媽媽回想女兒說過的話：「姐姐你會失去一個妹妹，媽媽會失去一個

女兒，有人來要我的命，她跟我同名同姓。」

媽媽無法理解，「她是我女兒，那麼善良，為甚麼要帶她走？觀音菩薩為何不保佑她？」

「菩薩憑甚麼保佑她？全醫院那麼多善良的人，為甚麼也會病？」撇開因果，還有甚麼可說？常人沒有這個知見，難怪要罵菩薩罵天地。

阿慧的病情反反覆覆，剛調到普通病房，馬上又不省人事；她有時清醒，有時語無倫次，有時發出「嗯嗯……」的聲音，似是害怕，又似在哭，完全不能自己。

「你願意試試幫女兒誦地藏經嗎？」我無法想到更好的方法，從佛教立場去想，那是冤親債主找上門了，我也請媽媽引導女兒求原諒。

媽媽害怕誦經會令女兒病情發作，我們便一起誦第一品。阿慧明顯平靜許多，也少了先前的躁動和不安。人家會不會放她一馬還是未知之數，但至少自己先認錯、求懺悔。

是天意？是因果？誰能解答。



放人一條生路

去年，院子右側山坡上的野草，經過春雨滋潤後迅速長高了許多。我們無暇打理，又怕蛇蟲鼠蟻藏匿，便請擅長園藝的朋友過來看看。朋友建議分三次噴除草藥，好處是它只除草，不傷及花木。我心想這藥真神，竟然有識別功能。

三個月裏先後噴了兩回藥，果然野草枯黃了，可我也發現，平日常在院子裏覓食、嬉戲的鷓鴣、喜鵲、蝴蝶、蜜蜂瞬間都消聲匿跡了；還有菜心、番茄，以及原本很茂盛的松樹也患了蟲害。

本來還要噴第三次藥，可以一勞永逸，但我們拒絕了。



有些錯失是可補救的，只要肯懸崖勒馬。

朋友的外甥女家住元朗郊區，他們擁有的多畝農田都是一家努力勞作分批購得的。村裏的年青人大多跑到城裏去發展，留下的老人動不了了，便把田地轉售。

夏日豔陽下，一簇簇生氣蓬勃的薑花盡情盛放，散發出獨特的香味。外甥女很能幹，經常工作至天黑。有日她在田裏拔草至晚上十點多，突然從草叢裏爬出一條約兩尺長的毒蛇，她臨危不亂用鋤頭把蛇殺死了。

在電話裏她向朋友炫耀自己的膽識，還揚言要把蛇吃了。朋友聽說蛇有靈性，如沒有害牠之心，牠絕不會攻擊，可外甥女遇到的是條毒蛇，那是壞事即將臨頭的預兆，最好放牠一條生路，否則麻煩事將接踵而來。

「你已經把牠打死，千萬別吃牠了！」她婆心相勸，但外甥女聽不進耳，她決定把蛇膽浸在補酒裏要來補身，更會煮一鍋蛇羹讓家人享用。

過不多久，她在田裏工作時聽見雜草堆裏傳來「沙沙」的聲響，朝著聲音的方向走過去，又發現有條約莫三尺長，差不多手臂般粗的毒蛇被困在棄置的網堆裏。她趕緊用木板把蛇圍起來，心想等丈夫回來便把牠殺死了。儘管很多人勸她把蛇放生，她卻我行我素，一意孤行。

不久，她和丈夫便因僭建問題惹了官司。原來他們向來跟村民關係惡劣，屋旁一條公家路本是與村民共同使用的，但自從購入四周的田地後，他們便築起圍籬，不讓人通行。談判破裂後，村人一氣之下聯署上稟法院。政府很快派員來勘查，才發現他們所住的洋房有一部分建在公家地上，立即下令拆撤；但他們賴死不依，還問官員可否以地易地，免得拆屋，政府不理，還開罰單，每耽誤一日就罰款數百元。

古羅馬哲學家西賽羅（Cicero）說：「只要是人，都會犯錯，但唯有愚人堅持一直錯下去。」當初若他們肯放人一條生路，事情大概不用弄到這般田地。



幸福溜走了

昨晚我一夜沒睡好。

才鑽進被窩，就聽到從屋苑某處傳來吵架的聲音，有個女人嘶厲地喝罵，還聽見孩子的陣陣哭鬧，不久還加入一個男人的反駁。

大概男人不耐煩，狠狠關上房門閉口拒絕再吵，女人卻不罷休，斷斷續續使勁敲打木門，傳來沉沉的「砰砰」聲。

我腦海中浮現很多念頭。

「是不是男人夜歸，女人心情煩躁而展開罵戰？」

「需不需要過去做和事佬，大概他們也會聽我這個師父的話吧？」

「夜深了，左鄰右舍都知道他們在鬧，多不體面啊！」
「萬一……鬧得火熱，取來一把菜刀，就會搞出人命啊！」

爭吵聲透過迴廊傳開去，聽不清楚他們究竟為何而吵，但我不放心，數度坐起來豎起耳朵留意劇情的變化，盤算著必要時馬上伸出援手。聽著聽著，就進入了夢鄉。

翌日，了解到那是對三十出頭的夫妻，育有一對子女，兩人經常因生活瑣事兩天一小吵，三天一大吵，鄰居已司空見慣，但也不勝其煩。

一行禪師曾在書中寫道，發生爭執時要及時回到自己的呼吸空間，比如早已設好的小房間，或自己的蒲團上，沉澱沉澱。情緒平復後由其中一方主動伸手握握對方，或者互相擁抱，聆聽彼此的心聲。



來到香港的這幾年間，我跟師父在美孚新邨住了蠻長一段時間。一棟棟聳高的屋苑形成了半個方型，一樓偌大的平台有水池、花園、台階、休閒桌椅。入夜後燈火亮起，從窗口望出去，可以看到別人家裏的動靜。

印象中也有了一男一女，總在深夜兩三點時展開罵戰。氣上心頭時根本不顧會否影響他人，大家互不相讓，相互吆喝，原本寧靜的氛圍頓時緊張起來。這時我會起床望向窗外，嘗試從仍亮著燈的千百家中尋找聲音的源頭，但總是徒勞無功。

他們後來怎樣了？有沒有和解？或者分手告終？不得而知。只期望他們沒有，未來也不會在一怒之下傷害對方的性命，造成終身的遺憾。



在我讀小學時，爸媽也常因生活時有不和。當時我們居住的簡陋鐵皮

屋，坐落在菜園正中，菜園南邊有鄰居的橘子園，再過去就是密密、黑黑的山林。經過一天辛勞的工作，爸爸常會隻身步行廿分鐘到小鎮去跟朋友相聚，有時也會打兩圈、喝啤酒，一高興就忘了回家的時間。有次媽媽嫌他回來太晚，一氣之下把門門上，不讓他進門。

「開門吧！我知錯了，下次不會了。」爸爸苦苦哀求。

我和姐姐躲在被窩裏很著急，擔心爸爸會不會被虎狼吃了，又或者被壞人捉了，很想去開門卻又怕媽媽打罵。不記得那一次折騰了多久，只是我漸漸厭煩人與人之間一時一樣、時好時壞的無常變化，在小小的心靈深處立下誓願——今後不嫁人，單身就好。

「禍不單行，福無雙至。」經常吵鬧的家不會好，即使幸福來到窗邊也會溜走。發個願，學習放下自我，多站在對方的角度想想，緊要關頭做三個深呼吸，你會找到轉彎處、下台階。



經常吵鬧的家不會好，
即使幸福來到窗邊也會溜走。



善用這一生

一般人把因緣果報看成逆境際遇、冤家尋仇、多病纏身等，每每有障礙便喊「業障重」，或責問蒼天「為何是我」。《慈悲地藏菩薩寶懺》中說：「假如百千劫，善惡業不亡，因緣會遇時，果報還自受。」

善惡業指的固然是過去、現在以至未來，由意志推動而成的身、語、意行為。微細的心念習氣持續地、像播種一般烙印在八識田裏，同時影響著我們下一個行為，除非我們有正知正見、正念正定，否則何以改命？

一次，有個女孩走到我面前說：「師父，謝謝你的一通電話，把我從死角拉出來。」

不記得她為何有抑鬱了，只知道她怕見人，整日躲在家裏甚麼都不想做，經常想死。我跟她在電話中談的不外是人家傷害你，你不該放棄自己；

人生那麼難得，人家三言兩語就把你打垮，太傻！你長年累月花時間在追悔過去，對於傷害你的人記恨記仇，死咬不放，不如踏實地活好今日，計劃明天。

相同的勸諫家人朋友不知說過多少遍，她就是聽不進去。我想她是苦到底了，想找出路。



但始終有人站不起來，錯過了重生的機會。

「師父，我想死，連呼吸也覺得累。」婷婷的情緒再次泛起波濤。

女兒生日將近，她想透過網購給她添件新衣，問丈夫借信用卡被拒。她覺得身心俱疲，家人不理睬她，人生沒有方向，這已經不是第一次有尋死念頭。

本來一家人和樂融融，兩夫妻有工作，一對子女也生性。有一次，弟弟在她不知情之下，以她為擔保人向銀行貸款，終於追數的人找上門，還鬧到公司，結果兩夫妻都被公司解僱，供了一半的房子也被充公。抑鬱病就是從那時候開始的。

親朋好友沒有放棄她，特別請中醫開方，親自把藥送上門，但她喝一段時間後，便不肯再喝。她央求約見師父，但每次都因某種原因而要約。鼓勵她參加一些課，她出席一次後，就因為這個或那個理由而缺席。大家勸她不動，就不再勉強。

她也拿自己沒辦法。每次覆診，醫生說全藥庫適合她的藥都用過了，沒有其他法子，她還是要醫生開藥，每天服三四十粒藥。身體肥胖浮腫，她又想藉著減食來瘦身。她自愧沒有做好妻子、母親、女兒的責任，我鼓勵她每天去街市買菜做飯，她試過，但一到下午就全身無力，無法下床。家裏亂七八糟，衣物、碗筷堆積如山，自己經常幾天不沖涼。她很苦惱，

但無力作出改變。

十多年來，她的情緒起起落落，很想好，渴望有人關心，可惜缺乏信心和動力，沒有安全感，找不到人生方向和生存意義。漸漸，家人不願搭理她，兒子不跟她說話三年了，丈夫要照顧一家的生計，也顧不了那麼多。還好女兒懂她，在她需要時會送上一個擁抱，但她擔心女兒長大後會嫌棄她。

有一天，婷婷媽媽來電說她昏迷送院，不久便往生了。院方認為她有自殺之嫌，向家人了解她入院前的點滴。

從婷婷身上，我看到了業緣的強力，無論她自己或親友怎樣努力想把她拉起來，她就是無法跳出那莫名的深淵，究竟是方法不對，還是力量不足，抑或她自己根本不想？她帶著大半生的怨鬱走，能夠安穩嗎？她的離開，對家人來說是解脫嗎？在關懷她的工作上，還可以做得更深入嗎？

每個人帶著累世的業緣來到這個世界，經過一番造作以後再往開展另一期生命，無論經歷的是逆境順境，都該好好活著。索甲仁波切在《西藏生死書：一日一課》這樣寫道——

我們常常懷疑：「我死時會是甚麼樣子呢？」答案是：我們現在有甚麼心態，是甚麼樣的人，如不加以改變，死時就是這個樣子。這就是為甚麼我們必須利用這一世的時間，在還有能力的時候，努力淨化心流，從而淨化基本存有和性格。

無論經歷的是逆境順境，都該好好活著。



討債與報恩

最近弟弟舉家搬到鄰鎮的新房子去，車程約十五分鐘。若非每年雨季河水倒灌淹入民居，弟弟也不想搬。

「跟爸媽共住近十四年，突然搬開了還真有點不習慣。」弟弟說。

以前爸媽住樓上，弟弟一家住樓下，彼此互相關照。弟弟是農夫，每日在田裏忙，早出晚歸；嫂子教書，同時要照顧三個分別就讀二年級、五年級和中五的子女，又要打理家務，實在吃不消，還好媽媽願意協助煮食工作，下雨幫忙收衫。

我們家就只有這個弟弟。打從很小開始，我們三姐妹就拿定主意要靠自力賺取生活，不會圖爸媽給自己留些甚麼。我們更相信，所有的農田和

物業將來都會給弟弟。果然，女兒們都外出求學發展，弟弟留下繼承父業，同時肩負起照顧爸媽的大任。

有位病人不太認同我出家的選擇，理直氣壯說：「天大地大，父母最大，孝養父母最重要。」我無意改變他的想法。我很感恩善良的弟弟，面對爸媽十年如一日因愛而生的嘮叨，或因營運農田意見相左而難免的口角，或因挑剔媳婦的種種雞毛蒜皮的婆媳恩怨，我佩服他能沉著而善巧地面對、處理，然後放下。

我鼓勵弟弟：「你可以每天固定時間去看望爸媽，或者每逢周末帶孩子回家吃飯。」

你怎樣對待長輩，孩子通通看在眼裏，他朝始終回報到自己身上。



最近台灣桃園市中壢發生一宗駭人聽聞的倫常命案。三十三歲的男子疑毒癮發作，情緒失控，跟母親索取金錢購買毒品不果後，持刀追斬母親。男子落網時胡言亂語，無法清楚表達自己。他接受警方調查時，尿液呈毒品安非他命陽性反應。可憐六十七歲的母親，先是被斬斷頸動脈，正當她不支倒地時，男子再狂斬頸部十多刀至頭部掉下，然後從十二樓住家把頭顱拋下後院中庭。

據說，死者家境貧寒，夫妻育有兩子三女，長子患有精神病長期住療養院，長女已往生，另外兩女已出嫁。疑犯為家中幼子，長年不務正業，且誤交損友，加入詐騙集團，還染上毒癮。死者長期肩負沉重的家庭壓力，對幼子逆來順受。

如果一早勸男子去戒毒，是否悲劇就不會發生？如果事前已備案，是否死者就能逃過一劫？如果家人、社會給予更多支援，是否……毒癮過後，男子會懊悔嗎？或許吧，但已為時太晚。

無獨有偶，新加坡也有個不孝子在獲悉父親變賣房子後，自己卻無分文得利，一怒之下對著已入睡的父親拳打腳踢，並趕出家門。老父親有家歸不得，惟有報警。

把孩子養那麼大，他竟恩將仇報，難怪香港人說：生塊叉燒好過生個無用的孩子。也有人說：不奢望子女成龍成鳳，只要他不作傷天害理的事已經謝天謝地。

推果尋因，一個人格的養成，關乎父母、家庭，乃至社會、教育等各個層面的互為影響。孩子是來報恩或討債，也要看父母與孩子之間的福德，以及雙方累世的因緣果報，錯綜複雜，卻絲毫不差。



Kent 的爸爸住院的二百多個日子裏，他日日風雨不改，跟姑姐和媽媽

分別於早、午、晚三個時段去陪伴照顧。

「我也沒做甚麼，只是陪在床邊，他知道我在，便感覺安全。近日他總是做惡夢，夢見日本人殺人，或者自己被追殺。」Kent說。

大家都以為他早就不行，他卻從冬天撐到秋天，直到骨瘦如柴。由於長期躺臥，所有身體與床褥接觸的點都感覺疼痛難忍。

太太跟他約定：「不如你先到阿彌陀佛那裏，今後我去那裏找你，你要等我。」

他清楚肯定地答：「好！」

「你撐那麼久了，那麼辛苦，你清楚知道身體已是敗壞的臭皮囊，不值得留戀，放下它好嗎？輕輕鬆鬆的去見佛菩薩。」

「好！」又是一聲篤定的回答。

《無常經》中說：「有三種法，於諸世間，是不可愛、是不光澤、是不可念、是不稱意，謂老、病、死。」確實真實不虛，經歷過的人能夠深切

體會。

他臨行時已無法說話，但 Kent 的媽媽明白他的眼神，他想告訴兒子：感謝他一路的細心照料。



哀傷沒有錯

微細的哀傷，總是在不知不覺中浮現，

讓人招架不及。

哀傷沒有錯

秋去冬至，門前和夾道的洋紫荊都爭豔怒放了。

氣溫乍寒還暖，才十二月中旬，石道上已落了一地的粉色花瓣，空氣瀰漫著似有若無的芬芳。大自然就有它的規律，屬於它的季節到來時，便會不驚動地報來生滅的訊息。



在擁擠的病房裏，年屆八十的李伯伯剛剛安頓下來，由於血壓高導致昏眩，女兒趕緊召救護車，請假陪爸爸入院。李伯伯為人開朗，年輕時喜愛遠足，常常單獨往山裏鑽，視野開闊不少，膽量也壯大許多。他曾試過迷路，當時已經入夜，且逢狂風暴雨，山裏黑壓壓一片，蠻嚇人的。所幸

他有手機在手及時求救，才得以脫險。

我們隨意閒聊，當提及太太時，他淡然地說十幾年前過世了。這時，一直站在床邊的女兒突然背過身去，顯然在哭泣。平時上病房並不容易碰到院友家屬，我恐怕錯失了這次機會，不知何時才能再見到她，心裏暗忖著一定要跟她好好談談。

「你很掛念媽媽是嗎？」我問。

女兒點點頭，強忍著眼淚說：「雖然從她發病到離世時間不算短，但我就是無法停止懷念她。」

「是否有遺憾？」已經十幾年了，大概是有心結未解開。

「我和哥哥很晚才知道原來媽媽得的是末期癌症，她一直瞞著我們，自己卻悄悄安排後事。」她娓娓道來，「有時我會氣她為何不坦白相告？好讓我們多孝敬她，陪她走完最後的日子。」

「大概那是媽媽的選擇了，她愛你們，不想讓你們擔心，我們要支持她的決定。」

無論傷痛藏得多深、多久，總有一天需要面對、處理。



尤其微細的哀傷，總是在不知不覺中浮現，讓人招架不及。

感恩節當天，十二歲的女孩傳來音訊：「師父，我的兩條金魚都不在了，我會把牠們埋在院子裏。」她的語氣透露著默默的憂傷，她接著說：「今天左鄰右舍全都出外慶祝了，整個世界像是只剩下我們，感覺好孤獨……我好想念爸爸，他現在不在了，我們再也無法報答他的恩德。」

每逢佳節倍思親。在偌大的房子裏，媽媽、弟弟和她，大家各佔一個

空間，默默地承受著思念的來襲。即使身在另一個國度，也能感受到那股鬱鬱的，叫人窒息的感傷。

我鼓勵小女孩，爸爸沒有離開，他就在你們心中，今天你們是跟爸爸一起過感恩節。

我請她跟媽媽和弟弟商量——外出用晚餐，或者下廚煮道佳餚。不稍多久，女孩寄來一張馬鈴薯咖哩配白飯的照片，並留言說：「師父，你吃辣嗎？如果你喜歡，有機會請你嚐嚐我煮的咖哩。」

不久後，女孩趁著爸爸的生日，託人帶來兩個裝滿禮物的盒子，裏頭有帽子、手套和襪子，還有各式的玩具，她還附上一封寫得端端正正的信：「我的朋友，你好。我的名字叫芷蔚，今年十二歲。三年前我的爸爸過世了，我仍想念他。爸爸常教我要堅強，要行善助人。趁著這個佳節，願與你分享我爸爸的慈愛，希望你喜歡這些禮物，早日康復。願你堅強、不放棄，

珍惜身邊人。」

女孩還說：「師父，十二月是令人傷心的月份，這個月是我爸爸的生
日，我也知道你會掛念陽師父。雖然如此，我們必須開心地生活，這樣才
能報答他們的恩德，也令他們安心。」

哀傷沒有錯，但哀傷的情緒始終要予以梳理、療癒。身處陰霾中，莫
忘了要立定目標，並且付諸行動。



無論傷痛藏得多深、多久，總有一天需要面對、處理。



無常來的時候

清晨，佛教院侍部的電話響起，在話筒另一端的護士說：有位院友因中風入院，情況很危急，不能做手術，家人希望院侍過去給他祝禱。

小小的獨立病房擠滿了家屬，大家緊挨著病床，心急如焚，卻愛莫能助。

「昨夜爸爸仍上夜班，今早交更時已語無倫次，但他堅持到回家，坐在梳化上才暈過去的。醫生檢查後說嚴重腦溢血，已無計可施。」兒子說著便哽咽起來：「他一生勞勞碌碌，工作到最後，卻沒有享到福。」

七十出頭的黃生相貌慈祥和藹，已進入彌留階段，他臉蛋泛紅，一對耳垂脹鼓鼓的呈棗紅色。他氣若游絲，偶爾吐出一口大氣，又下意識地郁

動身體，似在掙扎想起身的樣子。身穿校服的小孫女輕聲喊道：「爺爺，起身了！」但見爺爺沒有反應，頓一頓又說：「爺爺，我愛你。」

子女、媳婦逐一上前跟他說話，重點是道謝、道愛、道歉和道別。黃太坐立不安，一直在抽泣，不時捏他的手臂、搖他的肩膀央求道：「你醒啦！醒來就沒事了，別丟下我啊。」大家都由她。自從兩個內孫出世以來，她就常常忙裏忙外，非常周到，無微不至，有時索性在兒子家過夜。此時此刻她的內心愧疚、遺憾至極。

下午我們再去探望黃生，他已瀕臨死亡邊緣。一個呼吸和另一個呼吸間隔的時間越來越久，呼氣明顯比吸氣長。他血壓高漲，全身發燙，漸漸便沒有了氣息，唯一的生命跡象是脖子上的脈搏拼命地、不規律地跳躍著。身為護士的媳婦很清楚實情，她知道死亡即將來臨，含著淚請老爺勿牽掛，要往光明的方向走。大家都感受到黃生已準備好，只差太太一個支持。

剛吃過止暈藥的黃太已心力交瘁。「怎麼不呼吸呢？你呼吸啊，沒有呼吸是不行的。」在生死一線間，她仍傾力挽留。

我說：「黃生，你是有福之人，你有個盡責的好太太，她不但把家裏打理好，又盡力照顧兩個孫子，好讓兒子和媳婦能安心工作，也因為這樣忽略了妳，妳從來沒有怪她是不是？」我嘗試化解太太的自責。

「他不會，無論我做甚麼事他都會成全我。」太太說。

「是啊！他不但沒有怪你，而且感謝你。」我繼續說，「現在他的身體壞了，靠不住了，需要先去阿彌陀佛那裏，你能不能支持他？」

「我說不出口。」要與至親道別何其困難，誰願意把最愛的人送走？

但我強調：「我們不是放棄他，其實是因為愛他，不願見他受苦，才支持他做的決定。」我再說：「死亡不是甚麼都沒了，生命會延續至無限的未來，他只是先行一步去阿彌陀佛那裏，今後因緣際會時必會再相逢，要在淨土重逢。」

太太點點頭認同，深深吸一口氣後說：「無論你做甚麼決定我都支持你，以後我們一定要再見，你要等我。」說完已哭成淚人。

無常來的如此突然，叫人措手不及。可媳婦回想暴風雨來的前夕，她已觀察到老爺臉色蒼白，且消瘦了，內心有不祥的預兆，卻又說不出個所以然。家人在黃生口袋裡找到一張字條，上面寫著「青松觀」三個字。原來黃生的父母就供奉在那裏，可是字條意味著甚麼呢？他是不是在出事前寫下的呢？這一切唯有留待家人商量。

關鍵是，有了太太的成全和子女的承擔，黃生很快便離開了，嘴角揚起一抹淡淡的微笑。



死亡不是甚麼都沒了，生命會延續至無限的未來。

從未見過她如此自在

站在深切治療病房的獨立房間內，小孩「沉睡」著。昨夜突發的細菌感染令她持續發高燒，一張腫脹的臉紅通通的，額頭上正敷著冰。憂心的媽媽不時伸手去探，「還燒！」又掀開被子摸她的腳，「很凍！」小孩一對雪白的小腳因長期沒有活動，顯得僵硬、萎縮。

小孩八歲，住院三年了，病情每況愈下。自出世以來，她就過著別於常人的生活。醫生說她患了遺傳性腦神經病，經常抽搐，也搶救過無數次。近兩年腦退化情況日益嚴重，抵抗力差，動不動就抽筋、受感染。孩子長年累月臥床，前面的路是沒完沒了的大大小小的治療。

爸爸說，「三年來孩子都依賴呼吸機生存，估計只要一關機，她就會沒命。」爸爸早想讓她走，覺得她這樣的生命沒有價值，只有受苦。媽媽

心有矛盾，尤其每次看她睡得很沉，臉蛋紅粉緋緋，就不忍放手，可是當她病發時卻又很糾結、很掙扎。

媽媽有一連串的疑惑：孩子不能表達意願，這樣讓她走，會不會很殘忍？她會不會不捨得？會不會怨我們？如果她的業報未受盡，現在走會不會害了她？如真的放手，何時才是最適當的時刻？……

在過去八年的漫長歲月中，爸媽盡心盡力關愛照料，一刻也沒有中斷孩子所需的支援。尤其媽媽一直抱持希望，希望有日孩子能好起來。但換作是自己，他倆都不想這樣活著，沒有尊嚴，沒有意義，他們相信孩子也有同感，只是不能表達而已。

我請父母先回去跟孩子說話，幫她「打底」。

有天媽媽在床邊誦地藏經，誦完後不知哪兒來的勇氣，對孩子說：「爸

媽知道你一直都很堅強，很勇敢。因為你愛我們才一直撐著，雖然辛苦也不放棄。如果你覺得太累了，身體不聽話了，你可以去光明的地方，爸媽支持你。但如果你想留下，爸媽願意照顧你。」

翌日，孩子發高燒，媽媽卻動搖了，是否該先予搶救，等她平穩了再談去留的問題？在關鍵時刻，猶豫矛盾是很自然的。可是媽媽思考片刻，又說：「但我不想再給她任何入侵性的治療，這樣只會增添她的痛苦，即使燒退了，壓根兒也只能回到之前的狀態，病情反覆，腦持續退化，而且是一日比一日差。」媽媽忍不住哽咽，內心似乎已拿定主意。

沒有人能說準一個人的壽元、業報何時了。因果有它的規律，生命之所以流轉，緣於我們仍有未完的功課，而每一期生命都是一個難得的機緣，讓我們去圓滿任務。

家長希望孩子皈依三寶，我首先引導孩子懺悔。她這一生看來只有受

苦的份兒，沒有做錯事啊！但佛教深信三世輪迴，雖然她只是個年紀輕輕的孩子，但在過往久遠的生命洪流中，不知何時因一個行動、一句話、一個心念傷害了生命，此時此刻誠心誠意求原諒，發願往後不再犯。

孩子的眼有淚花，突然睜開眼，很快又閉上。我深信她聽見了，而且是用心在聽，我輕聲地對她說：「爸媽不是不愛你，也不是放棄你，其實真是太愛你，知道你已盡了力，完成了責任。爸媽感謝你讓他們更懂得照顧你，在你身上學到很多，他們謝謝你。你也很感恩父母是不是？今後有機緣要報答父母大恩大德。現在你是佛弟子了，要去佛菩薩身邊，記得向光的地方去，去快樂的淨土。」

媽媽問：「我還能為她做甚麼？」

「身體交給醫生，而她的心就要靠你了。盡可能保持平穩的心，把握時間誦地藏經、念佛，在她的八識田裡播種善的種子，才能指引她走一條好路，令另一期生命比現在更好。」

皈依後第二天孩子就走了。本來醫生說還會拖一至兩周，甚或數月，但孩子沒有需要醫生關呼吸機，有了父母的支持，她自己作主了。

「從未見過她如此自在！」媽媽說。



生命之所以流轉，緣於我們仍有未完的功課，而每一期生命都是一個難得的機緣，讓我們去圓滿任務。



為什麼佛陀還不來？

花園裏有棵勒杜鵑長得格外茂盛，不但枝桠粗壯，而且樹葉茂密，花盆大概無法負荷它的生長力，裂開了，根莖由此伸展入泥土中。

朋友說屋裏屋外最好少種帶刺的植物，建議把它砍了，他費了九牛二虎之力把盆底以外的根斬了，還大肆修剪了枝葉。杜鵑像士氣受重挫的將士般，奄奄一息，好一段時間了無生氣。以為它真的不行了，但春天伊始，它卻冒出了新葉。

只要根還在，就有活命的機會。
能活，誰想死？



一位伯伯患有嚴重糖尿病，許多器官都開始失去功能，腎臟尤差，醫生說他將不久人世。伯伯很有個性，不聽講，家人請我多予關照。

我問伯伯哪裏不舒服？他說不出，就是渾身不妥，很不安穩。伯伯一生篤信觀音，每天早晨必燃一炷香。我便引導他一心繫念觀音菩薩，他願意聽，還發願早日放下病軀到西方淨土。但在醫院住久了，感覺度日如年，開始嚷著要回家。

「我們拗不過他，只好請醫生讓他出院。他睡的時間短，情緒起伏不定，我們分班照顧他，真的筋疲力盡。」大女兒說。

再見他時，他已入了寧養病房，女兒悄悄跟我說，他已不肯念觀音菩薩，說念來念去菩薩都不現身。

我試問伯伯以後想去哪裏？他說想回家。

「不去觀音菩薩那裏了？」

「不去了，只要能快點走，去哪裏都沒問題。」

《阿毘達磨》論書中寫道：如同一盞油燈，只要燈油或燈芯，或兩者都耗竭了，火就滅了，抑或因一陣突如其來的風而熄滅。生命也一樣，只要壽命或支助業（productive kamma），或兩者同時耗盡，生命便告一段落，抑或因一場不期而至的天災人禍而終止。

想預知時至，說走就走，需要修行。



「師父，昨天牧師來過，他問我想不想信主，可以替我洗禮，我有動心。」阿芬的眼神充滿愧疚。病太久，藥物導致的副作用太難捱，她很想要早日解脫痛苦。

「有動搖很正常啊！」我安撫說。

初認識她時，她坦率地道出自己曾經做錯的事，尋求諒解和補救方法。她積極接受治療，希望今後能去做義工服務大眾。幾個月下來，本來說話有力、精神飽滿、信心堅固，如今她身心羸弱，意志消沉，已拒絕一切治療，包括繁瑣的檢查。

「為甚麼佛陀還不來接我？」她的聲音跟呼吸一樣微弱。

我當然希望佛菩薩能發力，拔除她的苦，但死也要等時機因緣。

我告訴她：「離目標不遠了，每次一呼一吸，我們就更接近目標。」

病得太久太難過，又沒有生活素質，沒有尊嚴，任誰都不再貪生。這個時候最好引導他回顧一生，確認他已盡了為人父母，為人夫妻，為人子女的種種責任，讚嘆他的人生已臻圓滿；該道歉的道歉，該感謝的感謝，

至於未來，無論相信與否，還有無盡的生命等著他去開展。

所以佛教稱人死為「往生」。

「有時我仍會想起做錯的事，我有懺悔。」阿芬說。

「嗯，你該做的都做了，懺悔以後發願今後不再犯，然後就放下。」我再說，「現在任何事都不重要了，每次一呼一吸念一個佛號，別無他想，不管佛陀何時來，隨時隨地做好準備。」

我告訴阿芬，我曾在同一病房送過一位朋友，她並非虔誠佛教徒，病危時她問師父：怎樣才叫好死？師父說：念佛往生就是好死。朋友從此立定決心要念佛往生，睡時醒時都憶佛念佛。

我們問她：「以後在哪裏見？」

她有文有路地答：「適當的時候在另一個世界再見。」走時，果然萬

緣放下，自在上路。

發願去光明的淨土是一個盼望，一個向善向上的目標。

饅頭煎蛋

麗如才踏進門，便聽到「砰」的一聲巨響，像似物體摔落地面。

她走進兒子房間，想看 he 醒了沒，但兒子不在。找過廁所、廚房，也沒有蹤影。這時她發現廚房窗口敞開著，窗外傳來吵雜的人聲，好像在議論甚麼。

那聲巨響！她突然像明白了甚麼似的一個箭步跑到窗邊從六樓往下望，一群街坊圍著一個小孩，是小峻！

「當時，小峻剛慶祝四歲生日。」麗如拿出手機，翻看著兒子的照片，「這是出事前一天照的。」小峻長得俊俏，紅紅飽滿的臉頰人見人愛。



那天，天色陰暗。

一大早，小峻就嚷著要爸爸帶他出去玩，但爸爸要上班，沒有答應。小峻不開心，回房後睡著了。麗如本想帶他去離家不遠的商場——他自小就愛在那裏玩，順便買些雞蛋回來煎饅頭。等了半晌，他還沒醒，麗如心想反正商場只是幾步路的時間，快去快回，待小峻醒來就有好吃的。

救護車迅速趕到。

樓下的看更伯伯直搖頭，說：「沒救了，沒救了。」

到了醫院，醫護人員立即替小峻急救。麗如一直陪伴在側，緊握著兒子的小手，對他說：「媽媽在這兒，不要怕，媽媽陪著你，媽媽愛你，媽媽愛你！」

醫生、護士輪流替小峻做心肺復甦，但他脆弱的胸襟很快便被壓塌了。醫生想幫他插管，當時小峻還有些微意識，拼死命抗拒，掙扎中還弄掉了

一顆牙。直到所有方法都用盡後，護士勸她說：「放棄吧，讓小孩安心地走吧！」

但麗如不願就這樣放手，更不相信自己的孩子真的沒救了，她跪在地上哀求醫生一定要想辦法救兒子。

每每想起當時的情景，麗如便歇斯底里地痛哭，愧疚自己沒有看顧好兒子，更懊悔讓他在臨走前遭受極大痛楚。

兒子走後，她活得像行屍走肉，生命沒有了意義和動力。每每見到別人家的孩子，她就感到自卑和自責。她把長髮剪短，讓別人認不出她是小峻的媽媽。白天和黑夜，她經常徘徊在孩子上課的學校、玩耍的公園，希望見到他的蹤影或魂魄！去麥當勞，她會給兒子留個位，給他買薯條和可樂。

辦完了兒子的喪事，她開始部署自己的死，想方設法要跟兒子走——她買了老鼠藥，卻擔心太痛苦，死狀嚇人；想燒炭，卻弄得一屋子的煙，驚動鄰居；索性用膠袋套在頭上窒息而死，突然有人敲門。

死，終究不是解決問題的辦法。

親友鼓勵兩夫妻出去散心，轉換生活環境。後來在親戚的協助下，兩人移居美國，落腳不久，麗如便懷孕了，是個女孩。不知是巧合還是兒子來投的胎，妹妹長相酷似哥哥；妹妹的右邊胸部有個紅色胎記，而哥哥出事時，傷的正是右肺；還有，兄妹倆鼻端都有顆痣。

雖身在異地，麗如慶幸有許多朋友的關照，加上師父持續的疏導，壓抑多年的哀傷漸漸紓解。

「現在最重要的是甚麼？」我問她。

「好好把女兒撫養長大。」

四年來不穿金戴銀、不穿華麗衣服的麗如，如今特意選一件紅色T恤，和丈夫一同跟隨義工去醫院探訪院友，以歌舞送上祝福和歡樂。



寫這篇文時，小峻離開剛滿四週年。小峻固然有他自己的前因後果。媽媽有疏忽，需要向孩子說對不起，請求原諒。

每個人都帶著一個裝滿業力的皮箱，在生命之流中生而死、死而後生，一旦時機因緣成熟便要自嚐其果，不管是甜、酸、苦、辣，不管你喜歡與否，不管你準備好了沒有。「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意。」是覺者的教導，人人都懂，讓我們付諸行動，唯有這樣，生命才會不一樣。





死，終究不是解決問題的辦法。

家事

我在獨立病房裡陪伴彌留中的院友——李生和他的家人已有七個多小時。死亡正無聲地逼近中。

一個人臨終時能否走得安心，部分條件取決於親人願不願意放手。

師父在陪伴院友時曾說過：「你不走，我先走了。」當該說的、該做的都說過做過以後，其餘就得交由院友和其家人自己去把握了。

「我先走了。」我告訴李太。

李太問：「他走的時候，我們是否可以像你做的一樣，替他念佛？」

「可以，配合著他的呼吸，清楚但輕聲地念阿彌陀佛，他會聽見。」我內心既訝異又欣慰，原來李太已漸漸接受丈夫即將往生是個鐵定的事實。

我叮嚀，「你們心心相印，你的情緒和思想會牽動他的心念，要盡可能保持情緒平穩。」



當天清晨踏入病房時，李太正冷靜而堅定地呼喚丈夫，「我不捨得你，你不能走，你睡了好久，趕快醒啊，我們一起回家。」說著便去撫摸丈夫的臉頰和額頭，又按壓他的手腳。

看李生沒有反應，她繼續哭著央求，「你不能走，你甚麼都沒說，你睜開眼看我一眼好嗎？我不捨得你。」

李太的妹妹輕聲跟我說，「姐夫昨天第一次做化療，晚上還談笑風生，精神奕奕，約好家人週末去澳門走走。姐姐本想留下陪他，但他不讓，堅持要她回家休息。今早天未亮，就接到醫院來電說他昏迷不醒。」

李太太心急如焚，很想知道究竟發生了甚麼事？問題出在哪裏？沒有人能給她一個滿意的答案。她不停地跟丈夫說話，希望可以把他喚醒。可是眼前的李生明顯地已進入不可逆轉的瀕死階段。

「李太，我很理解你現在的心情，可是這樣會加重丈夫的痛苦和牽掛。」我小心翼翼地開話。

「你是誰？這是我們的家事。」李太太不歡迎外人的介入。

「姐，你別這樣，師父是來幫我們的。」妹妹說。

李太繼續在丈夫耳邊說著，「我捨不得你，你不能走……」一邊幫他按摩。這時李生不知何故用力推開太太。

「怎麼了？為甚麼這樣？甚麼意思？」她更困惑了。

「你細心去感受，究竟丈夫想表達甚麼？」我鼓勵。

一個將死的人會經歷四大分解所可能引起的不適和慌亂，如果家人堅

持不肯放手，加上情緒激動，院友會很容易受其影響。身處這樣的境況下，可說是一場災難，遑論善終？

我把握時機說話，「院友很可能經歷著地、水、火、風四大分解的非常階段，尤其身體會感覺沉重如山，動彈不得，最好只是輕輕地撫摸，輕聲說話。」

說過四大分散所可能出現的狀況後，李太從丈夫身上看到了實際的發生——額頭有汗跡，濕濕黏黏的，身體忽冷忽熱等現象。

我進一步鼓勵她跟丈夫道別，「沒有人想放棄他，只要還有一絲希望都要盡力把握，可是真正作主的是他自己。從發病到現在，他都願意積極接受治療，即使身體極之衰弱都爭取做化療，他相信自己會贏。可是如果現在他想走，你能不能支持他？約定來世再見。」

李太接受我的建議，說：「我好愛你，也知道你很愛我們，如果你那邊OK，你要醒來，我們會照顧你。」說到這裡，她停了許久，才又繼續說，「如果你覺得太辛苦，想走，我們約定來世再見，你一定要等我。」

如果院友與家屬之間有良好的溝通，遺憾就會少一些。

一個人生病，會牽連整個家庭。在心靈關懷的範疇內，院友的「全人」照顧固然重要，可是「全家」的關懷也不容忽視。家人一般是院友的主要照顧者，他們可能承受非一般人所能理解的精神、情緒、經濟等的壓力，需要及時予以梳理和支援。

院友翌日早晨往生了。李太從不肯放手到最後願意跟丈夫話別，喪親哀傷才剛開始，思念的路還很長。只願她與逝者都能平安。



話別

夜幕已經低垂，一月的冬寒顯得格外刺骨。

劉太和兩個兒子，以及親戚朋友依依不捨地將劉生交給仵工。劉太臉上的淚已乾，直愣愣地挨著小兒子。家永遠失去一根支柱。大兒子手把一炷清香，瞬間成熟、懂事許多。



當天中午，我經過劉生病床，他已處於彌留狀態。劉太在床邊踱來踱去，一臉彷徨、無助、疲倦和焦慮。

「你是佛教的嗎？」她見我就問。

「是啊。」

「我信觀音。」她眉心深鎖，「我還能替他做甚麼？」

我請劉太跟丈夫表達四道——道謝、道歉、道愛、道別，透過生命回顧肯定他的付出，此時此刻沒有比這個更重要的了。她聽後立即上前挨著丈夫耳邊輕聲細語，一隻手憐愛地撫摸著他的額頭。

劉生是建築工人，工作時吸入石棉纖維而導致肺癌。妹妹說劉生心有不甘，勞勞碌碌把兒子扶養成人，還未及退休享福就要走了。

下班前我再過去一趟。病房有點忙——護士在派藥，病房助理在分餐，還有各人的家屬正探病中。劉生安靜但艱難地吐著氣。兩個兒子和親友都到了。

「師父，你教我的話我都說了。」太太主動走過來說，「他大概知道自己的事，昨天叫兩個兒子帶女朋友來給他看。」

我趁機邀請兩個兒子談話，「現在是很關鍵的時刻。爸爸一生辛勞工作，只為了這個家，你們可以跟爸爸說，感謝他的養育之恩。」

原本表現輕鬆的兩個大孩子馬上收斂起來，認真地聽著。

我繼續說：「爸爸最放不下的就是你們，還有媽媽，你們可否令爸爸放心？還有，過去生活中大家難免會有磨擦，令爸爸操心或生氣，要說對不起。他很快要離開這個世界，你們可以支持他嗎？請他去光明的地方。」

兩兄弟聽後，弟弟先去跟爸爸說話，未幾已泣不成聲。接著，哥哥、叔叔、姑姑等一一話別。

我最記掛他心有不甘的事。

「劉生，你好本事，靠自己一雙手支撐起整個家，不但培養兩個孩子到社會工作，而且盡力協助有困難的親戚。你千萬不要覺得不甘心，你所做的一切天知地知，你是個盡責的丈夫、父親、哥哥，在大家心目中你是個滿分的大好人。」

大兒子為爸爸拭去盈眶的淚水，一邊說：「不用擔心我們，我會照顧好媽媽和弟弟，你要去光明的地方，不要回頭，目的地就在前頭，快到了！」

不多久，只見劉生微微提起脖子，面部肌肉收緊，然後鬆開，大家像是領悟到甚麼似的不約而同地說：「向著光明走，不要回頭。」

在三個間隔良久的吐氣後，一切赫然停止，原本微睜的雙眼這時已完全閉上。

劉太和姑嫂難忍傷心，「哇」地嚎啕大哭起來，護士見狀俐落地「唰」一聲拉上布簾。房裏還有另外三張病床，薄薄的簾並不能擋去生離死別的氛围，以及喪親者的悲慟情緒。

在這人口高度稠密的都市，死亡即使事不關己，卻可以近在咫尺，很多時在未和心理準備的狀態下發生，赤裸裸地毫無掩飾，往往給人留下沉重的陰影和恐懼。

我盡力安撫留者：「為他好，不要太激動！為他念佛，送他去光明的地方。」

一個寶貴的生命剛結束，喪親之痛已然開始。



不一樣的憶念

懷念一個人，不是每天以淚洗面，

而是將他良好的品德，

在生命中發揮淋漓。

認錯的力量

當我還是個幾歲大的黃毛丫頭時，曾趁媽媽在園裏忙，偷偷從她放在櫃子頂端的銀包，取了兩枚五十仙的圓形硬幣。在大馬，至今仍沿用這款直徑2.8公分的硬幣，握在手裏沉甸甸的感覺很踏實。我把硬幣分別放在兩個口袋裏，以免碰擊出聲，心裏盤算著能買甚麼好吃的零嘴。

可是錢到手後，內心卻忐忑不安起來，一副作賊心虛的模樣，不時留意媽媽何時回來？有沒有發現銀包被碰過？錢少了？……

恐慌了一個下午，我最終拗不過良心責備，硬著臉向媽媽自首，並承諾下不為例。

中三期末考的科學考試，老師大概太信任我們，沒在課室監考。我和幾位同學不知何來的膽量，竟公然互換答案。有人向老師告狀，最終作弊的一律被批零分。那是一次沉重的教訓。老師原來對我們的信賴和疼愛通

通消失無蹤，換來猜忌的眼神及一副不予理睬的臉孔。

記不清花多長時間度過那段後悔、自責、內疚、難過的日子，我跟自己說：今後絕不再犯。



有一天，朋友七歲的兒子到寺院來，不知甚麼事正鬧情緒。一時間勸說不來，我們便讓他自處，冷靜片刻。當晚，小孩發來音訊誠懇道歉：「師父，今天我不聽話……對不起！我頂多每天學乖一點。」

過後她還跟媽媽說：「媽，我會學做個好人，因為將來我想去光明的地方，做壞事的人去不了，所以我會試試每天乖一些。」

知錯認錯，並承諾改錯，孺子可教也！

師父常說：「不要怕錯，重要是懂得改錯。」

處處怕犯錯的人，終究不會成大器。

澳門曾有兩幫水火互不相容的黑社會黨派，經常大動干戈，社會也被搞得雞犬不寧。後來其中一黨的頭領被關進監牢，可他知道事情還未了結。獲釋的當天，果然尋仇的人就在獄門外。

正當兩黨人手握武器準備開戰時，他突然當著大眾「撲通」一聲跪落在地，認錯求饒。這故事畫面太鮮明，令我印象非常深刻。正當千鈞一髮時，只要有一方願意「認低威」，終將熄滅瞋恨、怨懟之火。



一對父子關係極惡劣。做爸爸的在孩子小時候經常出外公幹，與家人聚少離多；難得一聚時，又偏偏擺出一副嚴父模樣，所以二人不是摩擦就

是爭執，往往不歡而散。

孩子在缺乏父愛的環境中長大，對父親又想又恨。父親心也有愧疚，只是礙於身份問題，難以啟齒認錯。後來父親病危，孩子辭去工作全天候照顧，但兩人相見並不多言。明明在乎對方，卻沒有一方願意作出妥協。

這一切，細膩的義工都看在眼裏，嘗試鼓勵兩人把握時機跟對方道出內心的歉疚，抑或怨憤，時日無多，莫空留遺憾！

「孩子，對不起，我愛你。」兒子本想開口請求諒解，豈知父親卻率先致歉。

「爸，是我不對，請原諒我。」兩人緊握著手，眼裏閃著淚光。

師父在《心寬就是最好的道別》書中寫道：「所有恩和怨都潛伏在生命深處，偶爾會浮現，讓我們知道，一切都來自於心。一旦心柔軟了，所有怨恨便會消融。」^[1]

怨恨消融了，逝者善別，留者無憾。

[1] 衍陽法師：《心寬就是最好的道別》，頁九十八。





處處怕犯錯的人，終究不會成大器。

任務圓滿

整理花園時，朋友不小心弄跌了鳥巢裏一隻羽翼未豐的雛鳥。鳥爸媽被嚇飛了，雛鳥的命運從此改寫。

生命下一步會有甚麼變數？只有天知道。

三歲的小孩向來活活潑潑的。兩歲多時，肺膜長了惡性腫瘤。疾病來勢洶洶，群醫無策，最後只能以嗎啡舒緩痛楚。短短幾周的治療，爸媽從心寄厚望，到悲慟難捨，再到接受小女兒將死鐵一般的事實，無可奈何又能如何？

小孩本來很愛笑，還會向爸爸撒嬌，後來睡的時間逐漸增加，睡著睡著就離開了人間。或許她會想，醒來時她最黏的爸還守護在旁。

爸爸從手機找出孩子剛出世時的相片說：「她睡著的樣子跟剛出世時一個模樣。」

愛越濃越深，死別時就越難分難捨；在死神面前，幾乎每個人都無法作主，即使萬分不願意也必須放手。

放手，才能讓逝者善終。



一個十二三歲的少年，入院診治的首個晚上還在跟爺爺下棋，說故事逗媽媽開心。大約十一時許突然頭痛欲裂，迅即不省人事。事情來得太快，大家都沒有心理準備。

在大人眼中孩子懂事乖巧，品學兼優，富創意有愛心，加上是長子嫡孫，更得家族長輩疼愛。如今生命危在旦夕，大家都心焦如焚。

折騰了一周，醫生判定存活無望，建議移除呼吸器，讓他安然離世。

那個時候，小孩全身浮腫，臉上身上都發了紅疹，判若兩人。來探望的人都痛心，問上天為何折磨善良無辜的孩子！年輕的爸爸不願放手，四處奔走尋找名醫教授，希望孩子仍有一線生機。希望落空後，又懇求給他打些甚麼藥物，起碼消消腫留個好模樣，安長輩的心。

彌留的人，四大分散，眼、耳、鼻、舌、身逐一失去功能，但只要意識還在，任何人說的話、想的事，他都可能會收到、感受到。

媽媽跟他說：「爺爺奶奶、公公婆婆、叔叔嬸嬸等人都愛你，你要盡力安他們的心。」

又說：「爸爸媽媽知道你盡力了，如果你想去阿彌陀佛那裏，我們支持你。」

當天晚上，媽媽就夢見他在醫院裏兜兜轉轉，打開了一扇又一扇門，明顯在找出路，但沒找著。孩子還問：「阿彌陀佛在哪裏？怎麼去？」

醒來後，媽媽知道孩子想走，但不知怎樣走。

「阿彌陀佛就在光明的地方，你要發心發願，一心一意去當佛菩薩的學生。」媽媽跟孩子說。

正當整個家族都憂心難捨、躁慮不安時，勇敢偉大的媽媽知道必須沉住氣，穩住全家人的心，這对孩子至關重要。她抑制著哀傷，引導公公婆婆接受孫子將走的事實，請求他們祝福、支持孩子開展新生。

七天過去，孩子身體的腫漸漸退了，臉上的紅疹也消失無蹤，重現俊俏模樣。家長為他換上乾淨整潔的校服，還帶來他喜愛的書本和玩具。

才拔除呼吸器兩分鐘，心跳就停止了。

孩子早可以走了，他只不過多等幾天，為了圓滿最後一項任務——安撫長輩的心。





愛越濃越深，死別時就越難分難捨；
在死神面前，幾乎每個人都無法作主，
即使萬分不願意也必須放手。

不一樣的憶念

「今天我們吃椰絲奶油包和沙翁，以此紀念師父。」師父們聽了哈哈大笑，說我霸道，然後輕鬆愉快地品嚐。

過去每次經過麵包舖，我會電聯師父問她想吃甚麼，她一般會點這兩款，大概是情意結吧！經過以前跟師父一同去過的素食舖，也會特意進去買鹹水角，同樣是憶師、念師的直心表現。

師父在我們生命中留下的印記永遠不能磨滅。面對順逆境界時，想想若是師父，她會怎樣處理，就能在心態上、方法上，找到方向。



七歲的男孩有一天來問我：「師父，你喜歡太陽或月亮？」

我說：「太陽。」

「為甚麼？」小孩好奇。

「太陽代表陽師父，我喜歡陽師父，所以喜歡太陽。」（小孩也認識師父。）
「你呢？」我反問。

他頓一頓，答：「我也喜歡太陽。」

「為甚麼？」我也好奇。

「因為爸爸在那裏。」他輕聲、害羞地說。

男孩很愛爸爸，但他不擅長表達內心的感受和想法，自從爸爸走後，便變得更沉默、更內向了，連媽媽也無法拿捏他在想甚麼。

有一天，他請比自己大兩歲的姊姊來問我：「人死後，身體還會復活嗎？」

我說：「不會，人死了就像一台車子，壞了就不能再啟動。但是你爸爸的神識沒有死，還在，你想他、跟他說你愛他時，他會知道；祝福他，他也會收到。」

孩子再問：「爸爸去了哪裏？」

我問：「爸爸是不是個善良的好人？」

「是，他很愛我們，很愛媽媽。」

「一個好人會去光明的地方，在那裏爸爸有新的任務，如果你們常常想他、念他、不捨得他，他會很忙，常常要回來看你們，這樣就無法全力以赴開展新任務了。」

思念是人之常情，但過分的思念對逝者和生者都有傷害。我不知道兩顆幼稚的心能聽懂多少，只是盡力說得淺白些。

「你覺得怎樣才能令爸爸安心，讓他盡快展開新生活？」我嘗試引導。
「乖些，照顧好自己，照顧媽媽。」孩子看似很懂事。

「還有……」我繼續說：「每當想念爸爸時，可以祝福他在光明的地方，開開心心，健健康康。」

不久後的某天，男孩對媽媽說：「我們別再掛念爸爸了，他已經去了光明的地方。」

男孩甚至發願做個好人，以後也去光明的地方。



兒子走後，陳媽媽就開始跑馬拉松，那是兒子最愛的運動項目。

孩子很好動，但自從患了白血病後就被迫停下來。陳媽媽傾力照顧兒子很長時間，直到他病重、離世，傷心了很長時間；情緒一蹶不振之際，城裏正要舉辦馬拉松比賽，她便去報名。

懷念一個人，不是每天以淚洗面，而是將他愛做的事，透過生命延續下去；把他良好的品德，在生命中發揮淋漓。

陳媽媽年年都跑，把孩子帶在心上，去感受跑在路上風雨打在身上、汗流浹背、氣喘如牛的樂趣，感覺從起點堅持到終點的能耐。漸漸她跑出了理解和體諒，跑出了動力和希望，也領悟到了孩子來去匆匆的意義。

哀傷消散後，她仍在跑，直至雙膝再也不妥協為止。

游泳學

一位知識淵博的年輕教授乘船出遊，在船上結識一位老水手。大家在船艙上談天，年輕教授問老水手：「你研究過地質學嗎？」

「我從未讀過書，哪裏學過地質學？」老水手答。

「喔！你已浪費四分之一的生命了。」教授說。

翌日，教授又問老水手：「你研究過海洋學嗎？」

「我目不識丁，沒有學過海洋學。」老水手答。

教授皺皺眉頭：「你已浪費一半的生命。」

教授再問：「你學過氣象學嗎？」

「那是甚麼？我沒學過。」

「你甚麼都沒學過，你已經失去四分之三的生命了。」教授嚴肅地說。

老水手很沮喪，覺得自己實在一無是處。

半夜，老水手匆忙地跑到教授的艙房，上氣不接下氣地問：「教授！你研究過游泳學嗎？」

「那是甚麼？」

「你會游泳嗎？」老水手急壞了。

「我不會。」

「船觸了暗礁，快沉沒了，你可要失去生命的全部！」



看似平順的人生，處處隱藏暗流。

「姐，你快回來，爸快不行了。」說完，妹妹就「嗚嗚」地哭起來。

「哭甚麼？有用嗎？替爸爸念佛。」姐禁不住在心裏暗罵，平時又不見回來照顧爸爸，情急了才慌亂，根本於事無補。

林伯住院一星期，日夜哭鬧，大家都被吵得快抓狂。林伯哀求道：「替我鬆綁吧！我家裏還有個老母親要照顧呢。」子女們心疼，但為免他胡亂扯掉身上的管子，都沒順從。

林伯已年屆八十，他性格內向、耿直，為人斯文、善良，一生循規蹈矩，不貪小便宜，也不惹事生非。他出身小康，家裏開中藥舖，每日聘有大夫來看診，很有規模，他也順理成章掌管財務，事業一帆風順。除了自己擅長的數理外，林伯也研究過電器，退休後還修讀文學函授課程。

直至三年前，家人發現林伯的手腳間歇性不受控制地震顫，經檢查後確診是柏金遜症。他的精神時好時壞。前一陣子他常在三更半夜吵著要人陪，只要家人走開半步他就哭鬧。有時他會像個孩子似的說：「媽媽，辛苦你了！改嫁後還回來照顧我。」

「我是你老婆，不是你媽。」太太沒好氣地說。

林伯五歲時就沒了爸爸。記憶中大人們曾說，「真苦命，小小年紀就沒有爸爸。」也有人說，「命硬啊，把爸爸剋死了。」又恐嚇說，「媽媽若改嫁，就不會要你了。」他不擅言詞，但把幼時所經歷的擔憂、疑慮、恐懼、孤單、憤慨等情緒深深埋藏在心裡。

林伯一直跟媽媽相依為命。在他卅多歲時媽媽離世了，他傷心欲絕，不能自己，還因昏厥而錯過了送媽媽上山，對此他終生遺憾，自責不孝。病後，林伯對媽媽的思念和恐懼失去的心理表露無遺，他經常把太太看成媽媽，每晚都要牽著「媽媽」的手才能入睡。

太太被折騰的快發瘋，忍不住問：「他為甚麼還不死？」

「不如送他入護養院吧！否則連你自己也會病倒。」有人建議。

「他這樣日鬧夜鬧的，肯定會被人揍。」太太不忍心，寧可自己吃苦。

林伯的疑心越來越重，給他服藥，他會質問「是甚麼？」或說，「想毒死我嗎？」他恐懼死亡，認為死了甚麼都沒了，經常問：「為甚麼病那

麼久還不能好？」算命的人說他的壽元已盡，他卻頑強地、刻苦地熬過一關。

林伯的女兒說他倔強、固執，很難改變他根深柢固的想法。她試過無數招式——引導他向母親求懺悔，肯定他已盡了做兒子的責任，感恩他對家人的付出，提醒他好好把握自己，還誦過經、念過佛、放過生……只是到了這個時候，他不是半信半疑，就是說過就忘。

女兒很無奈：「我爸研究過無數世間的學問，就是沒學過生死學，但願他早日參透這門學問。」

女兒願意多回家協助媽媽照顧爸爸，讓媽媽有喘息的機會，也可傾訴心情。至於爸爸心底葛藤般的牽絆，還需要耐性、愛心、智慧契入要處，施以良藥。



自己作主

院侍接到急電，說有個兩歲的孩子危急，父母希望師父去一趟醫院。

我曾跟師父在同一個病房送過一位早產兒，他的體積只有手掌大，弱小的身軀插了許多管子，醫生說勉強維持生命，只會給小孩增添痛苦。父母在挽留和放手之間掙扎，最終請求在拔管前讓師父給孩子開導、送行。猶記得護士從嬰兒箱裏把他抱起交給媽媽，師父親切地跟他說話，稱讚他，引導他去光明的淨土，去做佛菩薩的學生，這時，未足月的孩子竟睜開眼睛凝視師父。

一個小小的生命能夠感受愛。



「樂樂本是個開心果，但來港求醫期間從未笑過。」爸爸回憶道。

直到藥石無靈，群醫無策時，他們決定帶孩子到美國醫治。聯絡好海外的醫療團隊，連日醫院、大使館兩邊奔波，費了很大勁，終於取得簽證。

「可就在動身那天，孩子的情況卻宣告危急，走不了。機票都訂好了，但他就是不想走。」爸爸說，「現在回想，他一直都在鋪排自己的路，我們只能依著他。」

孩子很快進入彌留狀態。爸媽嘗試問他：「想不想回家？」他竟然點頭。

在醫護人員的陪同下，一家人漏夜驅車北上，直趨北京。一路顛簸，整車人無不筋疲力竭。小孩知道已在回家路上，顯得格外安穩、寧靜。當救護車駛過福州長樂鎮時，他便在媽媽懷裏走了。

「他還沒回到家！」媽媽在電話裏說。

「他已回到祖國了。」



「我一直抱持一個信念，就是賴死不走。」經過廿三個寒暑，阿惠仍堅強地活著。她在四歲時患上血癌，從此醫院成了她第二個家，治療是她的人生功課。

長期生病讓她更懂得照顧自己。她最畏懼插管和打針，回想一次痛苦的經歷，她說：「我因炎症而無法進食，醫生替我置入管子，方便輸入營養液，但搞了好久都沒有成功，我忍著痛堅持著，忍耐著……」說著時，她緊握雙拳，面上肌肉緊繃，似是身歷其境。

「我一直很小心，不知為甚麼今次會這樣差？」她懊惱得垂頭喪氣，「爸

爸還說住院比較好，二十四小時有醫護人員照顧。」

阿惠一直想回家，只要有些起色就歸心似箭，可今次雙腳水腫影響行動，更增添父母照顧的壓力。父母多年來一直陪伴在側，沒有半句怨言。情況好時她可以上班、去旅行，但差的時候就要經常出入醫院。這一次，癌細胞轉移至肝臟，吃不下，拉不出，還有腹水。

「算命的人說我是來討債的，還會令父母傾家蕩產。」阿惠無奈、無助地說。

我沒有正面回應。一家人能聚首，無論是恩是怨，總有錯綜複雜的因緣。師父一生多病坎坷，但明瞭「因果」後不再怨天尤人，反而逆境自強，把握因緣改善自己，慢慢就走出一條好路。

願阿惠以及一切身在苦困中的人，能有善緣襄助安然渡過難關，自己作主。

想要改變

大學時修過戲劇，印象特別深刻有一齣：一個衣衫襤褸的男子，每日天未亮就滿懷希望跑到村口的山丘上向遠方眺望，口中喃喃自語：快來了，快來了。四周一片蕭瑟，他等啊等，從朝至暮，始終失望而回。男子沒有氣餒，次天再跑到山丘上殷切地等待，到夜幕低垂時才又落寞地歸去。日日如是。

第一次世界大戰結束後，經濟大蕭條，人亡家散，百廢待興。人們經歷無情砲火的蹂躪，直問活著有甚麼意義？人生價值為何？劇中主人翁卻堅信和平終將到來。我以為他很了不起，有一次跟師父提起這個故事，師父卻說：「換作是我，我不會傻傻地等，而會創造機緣。」

人類看似被命運操縱，實際上有能力改造命運。



有陣子我常看幾米的作品。

《向左走·向右走》繪本細膩地勾勒出城市人的內心世界。緣於一個習慣，「他」和「她」在水泥叢林中巧合地相遇，然後意外地錯過。雖然極希望再見到對方，卻因為自己的習慣而始終無法相遇。城裏的天氣令人難過，不是陰濕，就是灰濛，或者寒冷；難得放晴，氣溫卻下降，太陽微露出臉，烏雲卻仍堆擠在山頭。

習慣，可以讓人錯過許多，除非我們願意作出改變。

像我認識的一位女孩，樣貌清秀，蓄了一頭短髮。初初探她，她說很累不想談，話篋沒能打開。後來再見，她請我們幫忙整理凌亂的桌子，處理吃不完的乾糧，扔垃圾。她喜歡整潔，擺放東西也有一套標準。腰背因

長期平躺受壓而疼痛，她會請我們扶她坐起身。跟她說話總是有一句沒一句的，精神好時願意多談，沒心情或身體差時，可能立即中止探訪。

「越來越辛苦，怎麼辦？」她問。

聽說她學過打坐，我便建議：「可以的話，嘗試把心安住在呼吸上。」
「我不想聽這個。」她直截了當地說。

本來很好的安心法門，對一個病危的人已力不從心？是這樣嗎？我不知道，只是尊重她。探過她的人都覺得她很有個性，不太願意讓人進入內心世界。

「實在太辛苦時要跟醫生說，請他開些紓緩的藥。」我再建議。

她跟媽媽不知有甚麼深仇大恨，曾說要拔除所有管子，這樣就通通還給媽媽了。媽媽送飯來，她別過臉去不理不睬。我們在場便充當橋樑，傳

遞食物，轉達話語。想她已時日無多，便捉緊機會提醒：不管怎樣還是媽媽，要盡早解怨釋結，勿留遺憾。

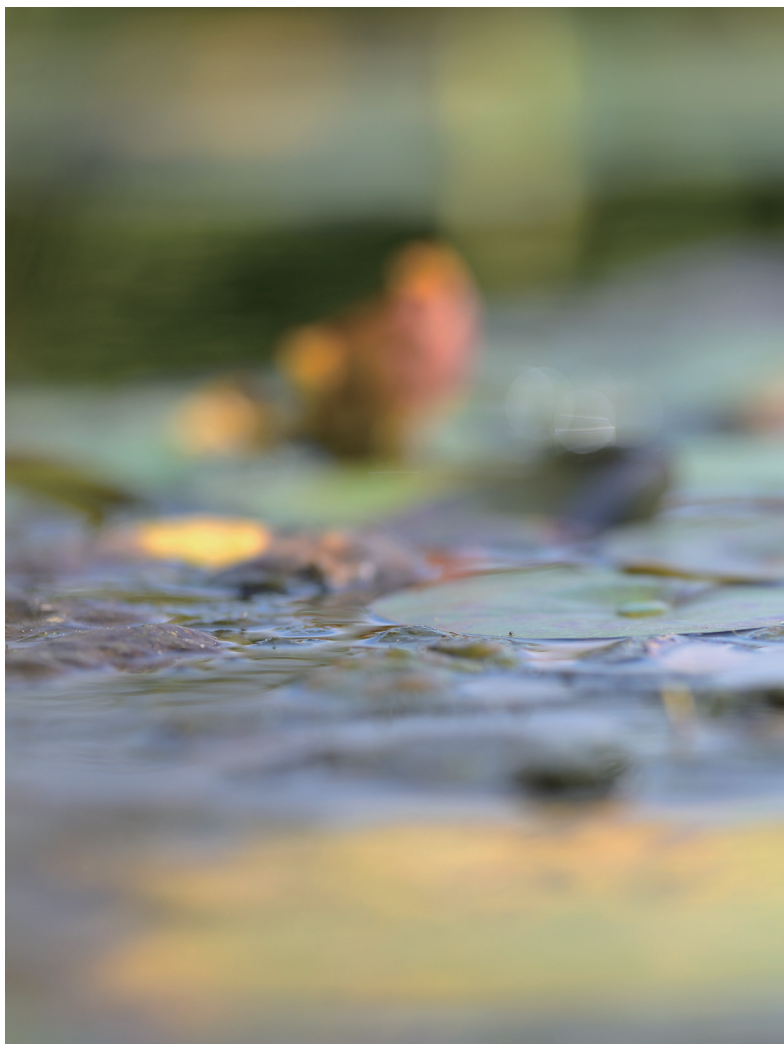
我們沒有送她最後一程。護士說後來她有讓媽媽餵食，中秋節也請媽媽準備佳餚，約同阿姨、姨丈、弟妹在病房會客室團圓聚餐。

在這城市裏，你我如此緊密地生活在一起，同乘一台車，共用一張桌，卻從未相知相識。習慣牽引著我們走同樣的路線，到同樣的目的地，生活一成不變。除非你有意願，想要改變。

《向左走·向右走》中寫著：「兩條平行線也可能會有交會的一天。」春天到來時，「他」和「她」終於重逢。



人類看似被命運操縱，實際上有能力改造命運。



好好了結此生的緣

老伴離世後，家裏設了靈位，供奉著老伴的黑白照。老先生天天對著遺照發呆，看著看著眼淚就不期然地淌下來。兩人相知相識相愛相依幾十年，如今老伴孑然上路，留下自己一人很孤單。

有天，老先生突發奇想，沖洗一張自己的黑白照，擺在老伴旁，心才踏實下來。

正巧兒子的同事到家裏來。

「這是你媽媽？」同事問。

「嗯。」兒子答。

「這是你爸爸？」

兒子點點頭。

談著談著，老先生從樓上下來，兩人卻沒理睬他。老先生很納悶，年輕人真沒禮貌，見到長輩也不打招呼，隨後便出門去了。這時同事才神秘兮兮地問：「剛才你有沒有見到？」



每個人都用自己最舒服的方式紀念親人。

有一天，一百零五歲的王老師跟師父們一起用膳，吃著吃著不知何故開始哽咽起來，而且越哭越傷心，幾乎泣不成聲。

情緒平復後，老師跟我說：「這麼多年來我從未想過生母，但今次拜梁皇懺，竟掛念起她，覺得她好可憐。」她深深吸一口氣，眼睛又濕了，說不下去。她示意我給她一支筆和一張紙，然後開始邊拭淚邊記下心事。

老師出生在陳家，排行老三，上有一個姐姐、一個哥哥，下有一個妹妹。

大約四歲時她被送到沈家當養女，從此依從養母意願，不再跟陳家往來，更不許提陳家的事。

移居美國多年後，老師的親妹妹好不容易找到她。妹妹在信中寫道：「你是我世上唯一的親人，我真想跟你相認相聚。」

妹妹說：哥哥因病很早就過身了，大姐遭人逼害，最終跳樓自殺。唯一的男丁沒了，重男輕女的陳父很快便納了妾，從此對正室不聞不問，視同陌路。老師對生父有很深的怨，不肯原諒他。

老師那麼高壽，大家都想知道她是否遺傳了母親的基因，問她母親走的時候多少歲？老師卻只能沉默以對，她根本不知生母何時離世，享年多少！後來妹妹告訴她，善良的姐夫承擔了照顧生母的責任，不管搬到哪裏，都把丈母娘帶在身邊，侍奉直至終老，享年九十二。

許多年來，王老師習慣了每日清晨誦《普門品》和《金剛經》，下午

誦《阿彌陀經》，完了便把功德迴向給養父養母，沒有他們，自己肯定不會得到那麼多的愛、有機會接受高等教育。如今想起生母不幸的一生，她有很深的愧疚。

「怎樣才能報答生母的恩？」我問老師。

她搖搖頭。人都走了，還能做甚麼呢？

「你每天做功課，也可以迴向給生母啊！」她眼睛一亮，微笑點頭。

有人曾給老師批命——幼年將被送往別戶人家，從此如花草移植沃土，茁壯成長，生活無憂。每個人的生命冥冥中已有個軌跡，相較於其他家人，老師算是最有福的了。算命的還說她活不過七十，但老師卻活過百歲，她感恩佛法讓她知因識果，說「少欲、知足、感恩、惜福」是她長壽的秘訣。

如今老師案前多了生母的名字，每天都祝福生她的母親遠離苦難，前路光明。只願老師慢慢也能原諒生父，好好了結此生的緣。



轉念有新天

每天給心田播下了甚麼樣的種子，

就註定要收穫甚麼樣的果實。

一個心念

看過江本勝的《生命的答案，水知道》後，朋友親自回去做實驗：她把煮好的飯等分成三碗，第一碗隨手寫上「我愛你」，第二份「討厭」，第三份「不理你」，然後放在室溫中。

雖然已經知道答案，但她每日仍然好奇地探查幾次，很期待最後的結果。前面三天毫無動靜，第四天清晨，發現寫著「不理你」的飯長了厚厚一層黃色黴菌，幾乎把飯完全掩蓋；而寫著「討厭」的也稀稀疏疏長了些菌，只有「我愛你」的依然保持白淨，且毫無異味。

一個心念，影響如此深遠。



一位媽媽來找我，說不知如何教育她剛升小二的孩子。她說，有一次孩子頑皮透了，她狠下心連續兩天不理睬他，他反而學乖了，在學校會幫老師忙，還照顧低年級有智障的朋友。他的耐性和愛心獲得了老師的讚賞。

在家，他對姊姊友善多了，既聽話又自動自發做功課。在行為上他改善很多，但跟他朝暮相處的姊姊，觀察到弟弟說話少了。

姊姊對媽媽說：「弟弟很可憐，又不開心，偷偷地哭。」

媽媽很矛盾：「我這樣，是否罰得太重？我心很痛，其實早已原諒他，但又希望他透過這次教訓，認識到自己的問題，從而作出改善。」

我告訴媽媽：「他仍是個小孩，他還要透過犯很多錯，才能懂得分辨是非黑白對錯。如果要他從今以後不再錯，可以說是天方夜譚啊！」

就如飯的實驗，不理他，他壞得更快。

農曆七月十四日的晚上，朋友出外買東西，但走到半路才發現忘了帶錢，她便電聯兒子請他帶過來。

在路邊等著時，看到一位老婆婆蹲在那裏燒冥錢，口中念念有詞，便問她：「你是燒給誰呢？」

阿婆答：「燒給下面那些，讓他們有錢用。」

婆婆又問：「你在等誰？」

「等人拿錢給我。」

阿婆瞬間臉色大變，東西也不收拾就拔腿跑了。



《華嚴經》上說：「一切唯心造」，實無虛設。

一位同學人長得不算標緻，但為人善良聰穎，人際關係良好。奇怪的是，她每次拍拖沒多久就跟男友告吹。

追根究底，原來是她年少時，媽媽經常當著大家的面，嘲笑她是村裏最醜的姑娘。話紫繞在八識田中揮之不去，每每戀愛談到一半，她就開始自卑起來，覺得比不上其他女孩，便主動提出分手。

我們每天給心田播下了甚麼樣的種子，就註定要收穫甚麼樣的果實。時時刻刻嘮叨孩子脾氣壞、沒耐性、叛逆、任性……恭喜你！他就會是你想的那樣；反之，撇開所有負面的字眼，一改讚嘆、肯定、關愛的話語，持之以恆，假以時日，你將看到預期的改變。

禍中有福

「咦！後頭的警車是不是尾隨著我們？」我暗叫不妙。

衍璇師父看了一眼，答：「應該是！」

我下意識瞄一下駕駛盤後的時速——一百四十公里！

「真活該！」但已太遲。

由於是下坡路段，車子花了很大功夫才緩下來，停在路邊。

白人警員走上來，指我的車速超限，要開罰單。

我回想之前一直開在快線上，難怪一台台車子都被我拋在腦後，加上跟璇師父一路聊天，越開越快卻不以為意。

回到路上不過幾分鐘即來到山谷，眼前出現一個大大的彎，一直延伸入山裏，而且山裏正起著濃濃的霧，打了燈也看不見百米之外的車輛。

這時才感恩起那警員來，若非他出現，我們大概是死路一條了。



「恭喜！你的女兒獲頒『傑出之星』榮譽。」鄧媽媽收到校方捎來的喜訊，簡直喜出望外。

女兒說：「從未見過媽媽那麼開心，高興得手舞足蹈，很搞笑！」

班主任還用紅筆在備註欄中寫道：「芷蔚被同輩提名，因為她總把事情辦妥，再三检查工作，且為人獨立、不輕言放棄！」

鄧媽媽寫來短訊：「今天的一切都是有賴師父們的關懷，讓我們能站起來重過正常的生活，所以很想與師父分享我們的喜和樂。」

經歷得失起落，想走出哀傷，個人的毅力、能耐自然不在話下，而周邊的支援也很重要！

自從丈夫走後，家中的歡樂氣氛霎時間消失得無影無蹤。鄧媽媽帶著一對正讀小學的兒女，不知該怎樣繼續走下去。曾幾何時午夜夢迴，她直覺丈夫仍守候在旁，提醒她幫女兒蓋被；連兒女也感受到爸爸的氣息。

她明知知道不妥，但心底裏又接受丈夫的「存在」。太想他時，她甚至動過念願意隨他一起去，只是要撇下一對兒女，卻又矛盾、不捨起來。

女兒的懂事、乖巧令她欣慰：「她履行爸爸的囑咐，真能做到用行動、用心去紀念爸爸，我實在應該向她學習。」

走過喪父之痛，女孩多少明白了世事無常的道理，這大概就是父親在人生最後關頭要留給她的生命教育。

生離死別已夠難受，如對逝者心存遺憾，這心結就更磨人。衍陽師父當頭棒喝：「內疚不如補救。」以前做得不足，求懺悔；愛的人不在了，

好好照顧還在的，甚至去服務有需要的人，怨怨艾艾於事無補。



朋友兩歲的女兒在打盹，她輕輕暫停正播放著的陽師父講座光碟。

女兒醒來，問：「為甚麼沒有聲音？」

她堅持要開著才能入睡。朋友笑說，大概是懷胎時曾聽過師父的聲音吧，感覺親切！

師父離開我們快滿一周年，師父中氣十足的問候「大家……好！」和她諄諄善誘，總能說到要處的開示，記憶宛然。這一年，沒了依怙，真是人生中最難過的一年，卻也是在這一年，我們學習活用師父的教誨，去迎接各種挑戰。我想，這才不辜負師父的苦心。





問心無愧

麗姐在後院播下番茄和合掌瓜種子，時時細心灌溉，還立起竹竿扶正番茄以免東倒西歪，又架起竹棚讓合掌瓜向四周攀延，吸取日夜精華。漸漸地，番茄和合掌瓜都開花了，花開以後就會結果，不日便能收成。只是人算不如天算，連續幾場暴風雨後，合掌瓜從根莖到枝葉漸漸枯黃，番茄也是一副垂頭喪氣、將死的模樣。

記得爸爸說過，番茄最怕雨水。麗姐最終決定把番茄連根拔除，只見枝頭上伶伶仃仃結了兩顆大棗般的綠番茄，也算有點收穫。我告訴朋友，合掌瓜結不成，瓜的嫩葉和著辣椒、薑茸清炒，也是上等菜呢。



碰到人生已近黃昏的院友，我有時會問：「對於自己的一生是否問心無愧？有沒有遺憾？」

有位醫人無數的伯伯斬釘截鐵地答：「問心無愧！」眼裏流露著自信。

他是潮州人，生於五代中醫世家，自己先是修讀西醫，後以中西醫行走天下。他自己沒有信仰，誠信、慈愛是他做人的原則。原來他老早就在家鄉買了風水山地，準備給父母百年歸老後入土為安，可是弟妹嫌他選的地風水不好，決議另覓山地。

我試問：「你會不會很失望？」一般人都會感到難過吧。

伯伯卻篤定地說：「不會！他們覺得不適合，我就留給自己用。現在我很安心，一切都安排好，沒有後顧之憂。」

轉個念頭，複雜的問題都迎刃而解了。



同樣是潮州人，卻有不同的命運。

自從丈夫三十多歲病逝後，陳太靠著一門拿手廚藝在大排檔煮炒，好不容易把九個子女拉拔長大，供書教學到大學畢業。每次迎娶送嫁，她都準備豐厚禮品嫁妝。最近娶孫媳婦，也闊手送了隻金光閃閃、沉甸甸的金手鐲。

陳太談起當年的威水史，簡直眉飛色舞，口沫橫飛。大排檔靠近警局，常常有警察來幫襯，生意很好。陳太直言對得起天地良心，問心無愧，就是不明白為何子女不孝？

「有時站在窗前，真想跳下去一了百了。」她獨居，常常因為子女的一句話、一個臉色而吃不下、睡不著，想不通就想死。以前那麼風光、有權有勢，現在落得自己一人，能開心嗎？所以心理科、情緒科、精神科通通看過，但仍未完全打開心結。

「我怎麼那麼命苦？」說著，陳太忍不住哭了起來。養兒防老是許多人的想法，一旦事與願違便難以釋懷。這個時候唯有陪著她，聽她傾訴。

「第二的最反骨，說話頂心頂肺！」陳太打開手機，指著老二說。

「九個孩子當中有沒有哪個比較孝順？」我們嘗試讓她知道問題並沒有想像中那麼壞。

「有啊！第五的兒子很孝順，媳婦也能幹。」陳太說。

「你平時最愛做什麼？」

「到老人中心做運動，或跟孫子們喝茶。」說著，她好像想起甚麼，「師父，可以送我一部念佛機嗎？我聽到臨床院友的女兒為她念『南無阿彌陀佛』，佛機裏也有這個唱腔，聽了好舒服。」陳太還說，希望明天出院前可以取得。

「原來你也愛念佛。以前你為子女而忙，現在要為自己打算，要愛自己好嗎？佛菩薩不喜歡人做傻事，以後不開心時就念佛，無所事事也念佛。」

如果你的一生都只為別人付出，且期待得到某些回報，大概就要失望收場了。人與人之間的情緣有厚有薄，五隻手指況且有長短，怎能諸事如意圓滿。我遞上名片，希望老人在需要時，有人可以找，可以談。

兩日後她來電：「師父，我已出院。謝謝你的幫忙，我已取得念佛機，正聽著呢！」

責任圓滿了，該為自己打算打算。

人與人之間的情緣有厚有薄，
五隻手指沉且有長短，
怎能諸事如意圓滿。



暴風雨後會天晴

「當我趕到東莞醫院時，他已昏迷不醒。他在昏迷前把名片交給醫生，說『如果我有事，請聯絡我的家人。』當時他的左腿盆骨完全脫臼，小腿骨嚴重碎裂，血肉模糊，好可怕！」林太憶起二十一年前丈夫遇車禍的經過。

「當時司機被拋出車外，飛撞電燈柱，送院時已奄奄一息，第二天就走了。」她繼續說：「我聽說他的孩子還小，便給他太太三千元，可惜後來在忙亂中弄丟了聯絡電話。」

那場意外徹底改變了林生的人生，他先後接受過八次手術，服藥、覆診成了他餘生從未間斷的功課。

七十年代，林生和林太兩人攜手開設製衣廠，與十幾位員工辛勞地縫製一批批品質不錯的服裝。有頗長的日子，林太推著製成品，走幾條街到天光墟去擺賣，收入相當可觀。唯一提心吊膽的是，天亮後常有警察突擊來捉像她一樣無牌的小販，必須打起十二分精神隨時「走鬼」。奇怪的是每次差人出現，他們都好像看不到她，林太說是有菩薩庇佑。

後來天光墟的好景不在，林生被迫轉往東莞與朋友合股設製衣廠，每周只有星期六回家小聚。一個星期六下午，他才到家，便接到工廠來電說貨品被扣關，要他馬上回去看看。林生便又動身北上，但兩小時後卻接到醫院來電說林生遇車禍了。

那次噩耗並非沒有預兆，事故發生前的一星期，家裏的林氏祖先牌位無故傾倒在香爐上，林太直覺不妙。林生說是自己倒楣，能撿回條命已算幸運。工廠剛上軌道卻被迫草草結束；當時三個小孩正讀中、小學，又正值叛逆期，非常棘手。

林太由始至終沒有掉過一滴淚，她說：「因為有媽媽作為後盾，媽媽在，家就在。」媽媽是全家的支柱，由於飽經人生歷練，使她凡事都能臨危不亂，帶領著全家上下渡過無數風浪。

「當時媽媽幫我帶大兒子，弟弟則照顧小女兒和小兒子，我才能日日到醫院看望丈夫。護士怕我支持不住，還請心理醫生來關心。」提到當年手足們互助互愛，還有許多貴人雪中送炭，林太眼眶中滾動著感恩的熱淚。

東莞的生意沒了，但還須維持生活，林太便在街市租了個攤位，以賣菜賺取孩子的學費、丈夫的醫藥費、一家的生活費，一做便是十年。每日凌晨時分起床去批發商拿貨，接著開檔，一直忙到夜幕低垂才收工，日日如是。那段苦日子真是不堪回首，可是她不曾怨過丈夫，始終風雨同路。

「他也不容易，受了很多皮肉的苦，傷口曾發炎至散發出陣陣臭味。現

在他天天自動自發早晚做運動，注意飲食，醫生都訝異他能保持良好狀態，很讚嘆他的毅力。一切都過去了，現在我很享受我的退休生活。」林太露出自信的微笑。

回想過去的日子，林太總結一句：順境時不必太開心，逆境時也不用太灰心。

暴風雨過後就會天晴。而晴天來臨以前，若有親人、朋友的支援，可以大大減輕病人和照顧者的身心壓力，也比較容易渡過難關和考驗。

為人妻子的箴言

自從弟弟把青梅竹馬娶回家後，媽媽總是看她不順眼，說她不勤下廚，周末睡到中午還不起床，不懂教導子女稱呼長輩，不正面對話，出門不交代，甚至常悄悄回娘家……

當你經常注意一個人的壞時，自然看不到他的好。其實身為教師的媳婦不但辛勤工作，下班後要燒飯、指導孩子學習，還要改卷、備課，相當吃力。她內心多希望婆婆可以幫忙一些家事，可以減輕一些負擔；只是婆婆態度強硬，不苟言笑，她不想有衝突，所以避免正面溝通。

佛陀時代，有個大美人叫維沙卡（Visakha），她除了擁有女性五項特點——秀髮、美貌、標緻骨骼、美膚和青春，也很有涵養。出嫁那天，她的父親慎重贈予十項箴言：

- 一．妻子不應對別人說丈夫和公婆的壞話，且不應在別處說他們的缺點或家庭不和的事情；
- 二．妻子不應聽其他家庭的流言或故事；
- 三．東西只借給會歸還的人；
- 四．東西不應借給不會歸還的人；
- 五．妻子應幫助貧窮的親戚與朋友，即使他們不會回報；
- 六．妻子應以適宜的方式坐著；看到公婆或丈夫時，她應站立；
- 七．在用餐之前，應先看公婆與丈夫是否已受到服侍，且應看僕人是否被妥善照顧；
- 八．晚上就寢之前，應巡視所有門戶是否關好，家具是否安全，僕人是否善盡職責，並看公婆是否已休息。按照規定，妻子應在黎明即起；除非身體不適，否則不應在白天睡覺；
- 九．她應謹慎對待公婆與丈夫，就如對待火一般；
- 十．她應敬重公婆與丈夫，如敬重神祇。

維沙卡的公公為人慳吝，有一次他正在吃飯，正好有位出家人來到門前托鉢，他卻視若無睹，不予理睬。媳婦看在眼裏但沒有當面批評公公，只是請出家人到別家去化緣，還說：「我公公正吃著隔夜的飯菜。」意思是公公所享用的是過往生修得的福報。

自媳婦入了門後，公公就對她諸多挑剔，經常在雞蛋裏挑骨頭，想找機會把她逐出家門。可是媳婦生性聰慧賢淑，發心善良，公公不但不能得逞，後來還被度化。



歷史記載，維沙卡兒孫滿堂，一百二十歲才往生。

有一天她來到佛陀面前，全身上下都濕透了。
「佛陀，我的愛孫死了。」她悲痛地答。

佛沒有直接回應她的話，但問她：「你想擁有相等於舍衛城人口の子孫嗎？」

「我想啊！」

「但你知不知道舍衛城一天有多少人死？」佛繼續問。

「有時一天有十人死，有時九人，有時八人，七人……有時一天有一個人死，反正舍衛城不會沒人死。」維沙卡答。

「那麼你覺得你能擺脫憂苦嗎？」

「如果我擁有等同於舍衛城人口の子孫，就肯定離不了苦。」

「有一百個親愛的人就有一百個憂愁，有九十九個就有九十九個憂愁……如果沒有親愛的人就沒有憂愁，便能遠離憂悲苦惱。」佛說。

《四十二章經》中也說：「人從愛欲生憂，從憂生怖。若離於愛，何憂何怖？」

有一位即將失去兒子的媽媽請求醫生，無論如何一定要搶救她的愛兒。她廢寢忘食日夜在醫院守候，直到醫生說已回天乏術了，她才肯放手：「至少盡了力，現在先讓他去佛菩薩身邊學習，以後再相聚。」

生老病死、悲歡離合是世間常理，是不可避免的經歷，當相聚的因緣不再，就要接受、隨緣。

生老病死、悲歡離合是世間常理，
是不可避免的經歷，當相聚的因緣不再，
就要接受、隨緣。



換個角度

在一次靜觀修習中，老師請學員們隨意找一樣物品，仔細觀察。朋友選了一株盆栽，他說平時走進課室只是瞄它一眼，覺得它蠻茁壯茂盛的。可是經過一番細看，原來葉尖早已乾枯，一副缺水的模樣。

我觀察的是一個芒果。首先果皮上三幾個發黑的圓點吸引了我，我趨前去看，發現表皮上凹凸不平，還有若隱若現的紋路。再換個角度，原來色澤也有不同，從綠色漸漸變為淡黃，空氣中還有一股幽幽的芒果香。

在生活中若能允許自己多一些空間和時間，從多個角度去看一件事，得出的答案和處理的方法將截然不同。



走入幽靜的二人病房，一位年屆六十歲的太太坐在靠窗的椅子上看手機。窗簾拉開了，午後的陽光斜射在空著的床上。太太抬起頭打招呼，她斑白的頭髮和眼角的魚尾紋，掩飾不了她的秀麗和書卷氣。

「我丈夫心絞痛入院，檢查後發現心血管嚴重阻塞。」太太粵語不靈光，索性用普通話溝通。

大家正在寒暄，先生坐著輪椅回來。

「醫生在腹部外安置了儀器，說要測試兩天，再決定下一步。」先生說。

先生原籍天津，年輕時南下香港定居，後來被派到廣州公幹。

「我是上海人，當年剛結束第一段婚姻，心想暫別家鄉到廣州闖闖，豈知第一天上班就碰到他。」這時太太話鋒一轉：「我被他騙了三十年。」我望一望先生，他不發一語。

「怎麼說呢？」我問。

「他把我帶到香港，又不教我廣東語，只把我關在家裏，出外時他就跟在後頭。這麼多年我沒有幾個朋友，生活圈子就局限於這個家。」太太像遇到知心朋友般，把心裏的冤屈通通發洩出來。

先生沒好氣說：「我哪敢讓你一人外出？你沒有方向感，還試過迷路。」

「是啊！我一出地鐵就分不清東南西北。唉！每次想到被他騙了三十年，情緒就很差，後來還去看精神科。」太太雖面帶微笑，但心裏卻有很深的怨氣，她把所有的不順心不順意都歸咎於先生。

「夠了，別再說了。」先生忍著氣，隱約可見他眼角泛著淚光。

那麼大的人，如果不情願大可一走了之。我告訴太太：「你說被他騙了三十年，大概你也是心甘情願的吧！相信你很愛他，」說到這裏，我腦筋一轉，「你可以說出先生的三個優點嗎？」

太太有點靦腆，思考片刻說：「他很保護我，不管去哪裏總在我左右。」想一想，再說：「他為人老實，還有說到做到，以前抽菸喝酒，說戒就戒。」

我轉過頭示意輪到先生了。

「她樣樣都好。」先生乾脆地說。

「第一個好是甚麼呢？」我追問。

「她心很細，把家裏打理的有條不紊。」

只見太太笑得見牙不見眼。

「她自小是個千金小姐，十指不沾陽春水，嫁給我後卻願意下廚燒飯。」他頓一頓，再說：「我病了，她不辭勞苦陪我進出醫院。」

我們深愛的人並非一無是處。我把太太和先生的手握在一起，叮嚀他倆往後要互敬互愛，常常欣賞對方的好。太太堅持送我到門外，從她的眼神裏，我深信她會換個心態，與先生走完餘下的人生。



生活中允許自己多一些空間和時間，
從多個角度去看一件事，
得出的答案和處理的方法將截然不同。



轉念有新天

梁皇法會期間，一對年輕夫婦抱著剛滿月的兒子「謙仔」來到會場，說要頂禮師父。小孩乖巧可人，相貌莊嚴，且長有一對漂亮的佛耳，他出奇平靜安穩地窩在媽媽懷裏，任由阿姨們逗他而不哭鬧。

嬤嬤說，謙仔的爸自小任性、難以調教，由於愛之深責之切，她對兒子管教嚴厲，致使兒子性格叛逆、自我，正懊惱著不知如何教養。認識陽師父後，這位媽媽願意調整，一改自己的臭脾氣。兒子非常意外地問：你的師父是誰？他怎樣令你有如此大的轉變？

一次機緣見到師父，兒子馬上下跪，感激師父改變了媽媽，也拯救了一個家。中心開抄經班後不久，他便帶著女友一同來抄心經，第三堂課結束後，他手持花束和戒指於佛前向女友求婚，還懇請師父們見證紀念性的

一刻。我們奉勸一對新人，今後若懷上小孩一定要誦《普門品》。

他們果真聽話。

聽人說孩子出世時會有血水，且大人小孩都可能有生命危險（所以孩子的生日也叫母難日），可是謙仔出世時卻是乾乾淨淨的，也沒有給媽媽帶來太大痛楚。《普門品》中說：「若有女人，設欲求男，禮拜供養觀世音菩薩，便生福德智慧之男，設欲求女，便生端正有相之女。」謙仔的來臨，令全家上下對觀音菩薩的法門堅信不疑。



一點瞋心火能把家毀了，但只要轉念，可以有另一片新天。

莊爸爸是家中老大，由於父親早逝，他與弟妹很早便得輟學到社會謀

生。莊爸爸性格一向剛烈、固執，做事我行我素，跟他溝通是件難事。他與弟妹的感情並不和諧，有兩個弟弟更因處理母親的骨灰問題而變成仇家，不相往來近廿年。

確診患有晚期癌症後，莊爸爸的性情和態度出現了三百六十度轉變，連家人也感到很意外。他願意隨女兒出席中心的地藏共修法會，當聽到陽師父說「人與人之間，尤其跟家人必須解怨釋結」，他便悄悄約了兩位冤家弟弟出來見面，但首次約會卻不歡而散。莊爸爸沒有放棄，翌日拉著一位弟弟到另一位弟弟家裏，坦然剖白自己的病情，也說是自己的壞脾氣令整個家變得支離破碎。

當大女兒才五歲時，太太憤然離家；兒子還讀小學時，便因受不了爸爸長期打罵而出走，至今仍音訊杳然。莊爸爸心痛且懊悔，但已於事無補。如今頭上的腫瘤，終令他柔軟下來，看清一生的對與錯，也奉勸弟弟勿步自己後塵。

手術順利完成，莊爸爸看似平穩，有談有笑，他自滿地說有教授醫生帶著一隊醫科學生跟進他的病情。大家正慶幸他已平安過度，可是未及一周便接到醫院來電說他走了。

大女兒說：爸爸臨走前留下八個字——「莫結新仇，莫記舊恨。」相信那是他一生最深的體悟，留給後人作為借鑑。



不再孤獨

真誠陪伴，不要太多囉嗦，

能融解隔閡，感動人心。

求不得的心願

A君和B君本是車笠之交，後來不知何故反目成仇。A君臨終前叮囑太太，不許B君去送他。但B君一心想解怨釋結，善始善終，便親自到靈堂鞠躬。本來A君遺容安詳的，這時卻瞪著一隻眼，一副發怒的樣子。

廣東人說「勉強沒有幸福」，有的事盡力了，就要順其自然。



阿雯蓄著短短的秀髮，白淨的臉配著細邊圓框眼鏡，她斯斯文文、企理理的，說話陰聲細氣。她胃口不錯，但就是無法增磅。早前醫生建議切除子宮，避免癌細胞擴散到其他部位。可是手術還沒做，她卻中風了，左邊身幾乎完全癱瘓。

「我下個月中會做手術。」阿雯仍抱持希望，「醫生說手術風險很大，可能會導致二度中風，甚至危及生命。」

「對病情有幫助嗎？」我問。

「不知啊！我只希望能重新走路，起碼可以自理。」阿雯邊說邊用右手拍打左腿，由於長時躺臥，全身感覺痠痛麻痺極了，她平淡地說，「但家人不同意，他們擔心手術會令病情更差。」

「萬一出事怎麼辦？」我再問。

「我不怕，頂多不是去天國，我想搏一搏。我已跟家人說好，如有甚麼三長兩短就在天國再見。」

阿雯才五十出頭，未來的路仍很漫長。由於中風情況嚴重，即使請針灸師一天兩回給她施針，作用也極有限。三個月過去後，醫生建議她先回家療養。

到了這個時候很多家人都會很糾結，回家必須有人長時照顧在側，如家中人丁單薄，又要上班，就必須聘請工人姐姐，或入住安老院。另外家居環境也需調整，起碼要安裝扶手，把門加寬方便輪椅出入，甚至改用電動床等。有家人一時拿不定主意，索性跟院方討價還價，或避而不見，或推說自己不是「話事人」，拖得一日得一日。

佛陀曾經教導一位患病的修行者，要身苦而心不苦。

我衷心祝福阿雯在未來的日子裏，即使面臨身體的諸多障礙，仍能好好把握自己，保持正向而平穩的心靈、心態。



阿昌退休不久就確診肺癌末期，而且病情迅速轉差。他的心情糟透了，事情來得太急，他還有許多事沒有交代。

兒子出世後不久，因為在港的工作出現危機，他便隨舅父南下印尼做生意。初時他每周會回家一趟，慢慢地就疏離了。當時多得太太一手扶養兒子，還孝敬自己的父母親。太太信任他，很少過問他在外的生活。他更自責了。

「二十年來，我一直隱瞞著你們，其實我在印尼有另一頭家，有個女兒。」他當著太太和兒子面說出深藏內心多年的秘密。

太太聽了出奇地冷靜，沒有預料中的大吵大鬧，但從此不再去看他。她常常躲在房裏哭泣，不知這些年辛辛苦苦持家究竟為了甚麼？兒子跟爸爸聚少離多，感情本來就很淺薄，如今更形同陌路。

「我沒有怪你，你們大人的事我不理解，只希望你能放下一切。」兒子冷冷地說。其實他有點氣爸爸，連聲對不起也沒跟媽媽說。

阿昌聽著，木木地沒有反應。

「能夠的話，找機會跟太太道歉好嗎？多謝她這些年來養育兒子，照顧兩老。」我說。

他微微點頭。

「對於你在印尼的親人，你想見他們嗎？」我再問。
阿昌毫不猶豫地用力點頭。

事情本來很簡單，見一面了卻心願就是了。但兒子搖頭表示不可能，他明言要保護媽媽，深怕體弱的媽媽會受不了刺激而出事。再說，如果事情揚出去，讓親友們知道了，不但爸爸的名譽掃地，也會波及媽媽和他。萬一對分家產，賴死不走怎辦？左思右想，見一面實屬難辦。

不管怎樣，最後的決定還得交由當事人去抉擇。

臨走前我跟阿昌說：「相信你很清楚自己目前的病情，如果今世無法再見你想見的人，就待今後因緣際會時再見吧！事到如今，所有恩怨情仇都要放下，為自己好好打算，好好把握下去要走的路。」

無言老師

師父曾寫信給香港中文大學醫學院，表達自己對今後成為「無言老師」的想法，我將原文照錄：

人有兩條命，一是生命、另一就是慧命。

不死的人都擁有生命。很多人只為自己而生，或者為少數人而活。人生可以過得平凡，亦可以不平凡，如果能夠將自己的生命成就他人的生命，人生的價值和意義就不同了。

當一個人受了別人恩惠的時候，都會發心、發願、發力去幫助其他人，這就是慧命。

我自己的一生，幾十年歷盡大大小小的疾病和意外，很明白痛苦的滋味，特別是生死關頭時那種掙扎求存而又徬徨、無助、絕望的煎熬，所以大病不死之後，我發願能盡此生幫助其他人，包括在二零一二年，簽署了往生後捐獻大體給中文大學作醫學研究，做日後醫科學生的無言老師。

當人生的責任圓滿之後，還可以奉獻本來已無一用的軀殼，讓其他人在自己身上找到更多的病源，找到減輕其他人痛苦的方法，這種精神和氣魄是超越時空、超越生死，這個奉獻自己的人，一定很有心量和福氣。

很感恩中大，全心為未來的人謀幸福，讓我有這個好機緣，擁有這份心量和福氣。

二零一七年九月，師父作為無言老師的遺願圓滿了。九月四日，遺體火化了，同月廿四日，部分靈灰撒在將軍澳華人永遠墳場「無言老師」紀念花園。十月四日，衍璇師父和我把師父的另一部分靈灰，送往溫哥華寶

林學佛會，準備在衍傑法師和一眾師父、居士的見證下植葬於寶林的花園樹下。

香港中文大學生物醫學學院防腐師伍桂麟先生 (Pasu) 回憶五年前，在聖雅各福群會舉辦的生死教育研討會上首次會晤師父，當時師父的言談深深打動他，也開啟他對日後推廣「無言老師」遺體捐贈計劃，一個迥然不同的視野和路向。當年師父的演說在大眾中播下了無數種子，對於今後計劃的開展有著深遠的影響。相較於二零一一年中大一年接收的遺體不超過五具，部份還是無人認領的，近一兩年遺體數量已大大提升至每年平均一百人。

不說不知，當年師父知道中大窮，支持捐贈遺體的人又不多，所以當她肯定這項計劃的價值和意義後，便決定要做中大的無言老師。

二零一七年初，Pasu 問是否能將師父曾患癌的器官製成標本？這樣做，

火化後的靈灰就會相對減少。我們當然同意，師父都把遺體捐出了，還會反對把器官留起作標本嗎？只要能令醫學生從中學習，惠及後人，師父一定沒有異議。Pasu 還請我們考慮把師父部分的靈灰撒在「無言老師」紀念花園，好讓敬愛師父的朋友可以隨時前往行禮、緬懷，我們也都知道師父一定會同意。

在九月廿四日的圓滿會上，Pasu 說很欽佩師父的捨得，她沒有執著要保留完整的金身，或讓後人在火化後撿拾舍利來供奉，師父希望她的生命能夠在其他人身上升續。出席圓滿會的其中兩位師父，今後也想成為無言老師。從師父身上，相信他們更肯定自己的決定。



不再孤獨

午後的病房顯得格外寧靜。我們輕步走過一張又一張病床，留意到田嫂看似在休息，但雙眼留著一條細細的縫隙，眼皮不停地顫動。下意識告訴我，她並沒有睡。

田嫂平時一天忙到晚，住院期間百無聊賴，許多陳年往事，尤其不愉快的記憶都湧上心頭。最令她心煩的是結婚十年的兒子跟太太離婚了。原以為三代同堂樂也融融，現在不但孫子要托人照顧，兒子每天早出晚歸打一份「牛工」，卻也掙不到幾個錢孝養母親。

「我一生最怕孤獨，最希望一家人熱熱鬧鬧、開開心心過活，萬萬沒想到兒子會離婚，真是氣死我了。」田嫂生了三個女兒，最後才追到一個兒子，對他寄以厚望。

她說：「我自己沒有文化，就是靠一雙手養活整個家。我三歲就死了爸爸，媽媽帶著我和姐姐。在我十二歲那年姐姐因病走了，剩下我和媽媽相依為命。媽媽走後，幸好我有丈夫、有孩子。後來孩子各自成家搬出去住，我跟丈夫就靠種田維生。三年前丈夫死了，我又落得孤伶伶一人。我不喜歡孤獨，我每天拼命用工作來麻醉自己，不去想不開心的事。」說著，她眼眶裏泛起了淚光。

「婚姻是兩個人的事，需要很多磨合，並不是在一起就一定會幸福、快樂。」我說。「或許分開更輕鬆呢。」

「是啊，你說的對。」田嫂像領悟了甚麼似的，「我兒子曾跟太太吵架後離家出走，真把我們嚇死了！」

田嫂突然掙扎著坐起來，一陣喘咳。她撥開頭上的布帽，露出一頭稀疏的華髮，僅剩的幾根髮絲弱不禁風地貼著頭皮，好像隨時都會掉落。田嫂還說十隻手指像握著電掣般麻痺，雙腳乏力，口舌乾澀，吃甚麼都是苦

的——這都是化療的部分副作用。

我安撫說，「兒孫自有兒孫福，讓他們自己作主吧！重要的是他沒有學壞，雖然打一份『牛工』，但起碼是靠自己能力掙錢！」

三十年前田嫂被診斷患上乳癌，經治療後病情平穩下來。近年她獨力照顧比自己大近二十歲的丈夫，因過度疲勞令病復發。最近兒子離婚，她激一激後，病情再受重挫。

「你現在的病有甚麼治療嗎？」我把焦點轉到病情。

「先前打了三針，還剩五針，不知甚麼時候可以完成？」她好無奈。「這次是因肺積水入院，幾乎無法呼吸，好辛苦。」

「當時你害怕嗎？」我問。

「怕啊！我不想入院，但實在忍無可忍才讓女兒叫白車。」

「如果下次再出現同樣的情況，怎麼辦？」我順勢問。

田嫂想了想，說，「我會努力好起來。我希望早日出院，自己種點菜吃，外面的菜總有一股怪味。」

「我們祝福你早日康復，可以回家種菜。但如果身體真的不聽話了，器官功能衰退了，怎麼辦？你有想過嗎？」我嘗試再問。

田嫂像似聽不懂我的話，愣在那裏。

談死的話題並非容易啟齒，死後的世界像個無底黑洞，前路怎麼走？會遇到甚麼？沒有人知道。可我深信，我的話像一顆沉沉的石子，掉進了田嫂的心湖，盪起了波波漣漪。

「你有信仰嗎？」

「我丈夫供奉觀音幾十年了。」

「哇！你真有福，觀音菩薩很厲害的，千處祈求千處應，你有甚麼心事或心願都可以跟菩薩說。」

田嫂的眼睛亮起來，認真地問，「不會煩到她嗎？」

「不會，她是菩薩，大慈大悲、救苦救難。兒子的事你不用煩了，請菩薩指引吧，如果他真有福份，就讓他認識一個好女子，給你一個好媳婦。」

「有那麼容易嗎？他現在已經三十多了。」她有點狐疑。

「你試試看！只要有緣分，天涯海角，早晚還是會遇上的。菩薩是千處祈求千處應的，不管你在哪裏，祂都會聽見。」

「千處祈求……千處應……」田嫂口中念著，想令自己記住。本來有一堆煩惱不知從何解決，現在找到了方法，她心裡踏實許多。

跟田嫂的首次見面只是個開始。臨行前，我們送上衍陽師父的隨身聽，但願她時時心繫觀音菩薩，有日淨化內心的煩惱，開啟本具的財富，不再孤獨。



一個心願

「你有甚麼心願嗎？」我問阿田。

「我最記掛年老的母親，不想她白頭人送黑頭人。」阿田已有半月未見母親，近日兩個哥哥跟老人吃飯過節他未露面，他肯定老人已猜出個一二。

阿田年近五十，是位地盤工人，皮膚因長期暴曬而顯得黝黑。聽說他性子蠻橫暴躁，對太太尤甚。可是當師父出現在病房時，他的態度卻變得異常溫順，語氣也調柔了。

「如果能多活幾年，我發願一心向佛，永不言悔。」阿田雙手合十，虔誠地對天稟告，他懇切希望佛菩薩能聽見他的誓願。

我心想，佛並不在乎多一個或少一個徒眾，佛希望我們看到自己的錯，並願意改過，佛希望我們有正確的心態，佛還希望我們把對自己、對家人的小愛，擴展成對眾生的大愛。

我引導他說：「不單要一心向佛，還要發願如果能好起來，要把生命奉獻出去，服務大眾。」

他頓一頓，照板煮碗地說了一遍。

生命走到盡頭，討價還價是很自然的事。但該走該留，還是要看一個人命運的造化。

「從今天開始先從家人著手，」我趁勢追擊，「脾氣不要太暴，對自己會很傷，對嗎？對他們溫柔一些，太太那麼細心照顧你，要好好待她，好嗎？」

他不語，只是點頭。

善與惡只在一念之間，臨終關懷不單要肯定他的付出，還要讓他看到和懺悔自己的過失，再定立未來的方向。臨終一念能處理好，未來的路就相對好走。



三十出頭的珍珍剛做完婦科手術一周，傷口還未完全癒合。她向來生性、懂事，疼也不吭聲，凡事親力親為，人緣也很好，讓媽媽很欣慰。

我們試問珍珍的心願，她說：「康復後和媽媽去環遊世界。」

媽媽說過只要她能好，就帶她乘郵輪周遊列國，「反正我就只有這個女兒，自小相依為命，只要她好，我甚麼都無所謂。」

珍珍的父親在她很小時就離棄她們。八歲時的一場意外幾乎要了珍珍的命，她躺在床上超過十年，長時處於植物人的狀態。人人都勸媽媽放棄她，但媽媽堅信女兒有天必會醒來，大家都說她瘋了。

當時醫生初步確診她的乳房有腫塊，需要抽組織化驗，可是她想如果自己也病倒，誰來照顧女兒？一旦丟了工作，就沒有能力支付醫藥費、生活費。結果她甚麼都不做，只一心投入工作，同時聘請傭人照顧女兒。

終於等到女兒甦醒的一天。媽媽再多聘一位傭人，一個照顧飲食起居，另一個負責帶她上學、放學。珍珍補回失去的學業，一步一腳印，從小學升到中學，以至大學畢業。無論經歷多少辛酸、血淚，媽媽都毫無怨言，她覺得女兒是上天賜予她的珍貴禮物。

「當時我一放工就要幫她看功課，自己也學了許多。」媽媽笑著拭去臉上的淚。

女兒成功切除子宮腫瘤，但接著還有一連串的治療，不知能走多遠？

「你有沒有甚麼心願？」我問媽媽。

「我希望她比我先走，至少我還有能力照顧她。」

我靜靜聆聽媽媽說女兒的故事。這麼多年的歷程，能走到今天，只憑她由始至終堅定不移的信念——保住工作，治癒女兒。我由衷欽佩這位母親感天動地的愛，願與大家共勉。



臨終一念能處理好，未來的路就相對好走。



主真的會來接我嗎？

還有三年，月婆婆就一百歲了。她的聽覺仍相當靈敏，只要稍微趨近她耳邊，她就能聽見我們說話。她為人樸實，心地善良，一生篤信觀音，可是如今長時臥病在床，內心鬱鬱不樂，她希望早點走。

「你準備好了嗎？」我問。

她肯定地點點頭。

「你知道要去哪裏嗎？」

她愣一愣，說：「我不識字，『求其』去邊度都無所謂。」

一個人病久了，所有意志、鬥志都會被消磨掉，尤其看到身邊的人為自己勞累奔波，覺得早走早著，不要拖累人。

祖師大德教我們要發願求生淨土，還說念佛往生才是好死。

我忍不住說：「不能求其啊！你不是一生侍奉觀音嗎？你有沒有想過去觀音菩薩那裏？」

「我不識字。」

「你雖不識字，但也一手一腳把子女扶養成人；觀音菩薩不會介意你不識字，重要的是你想不想去？」

月婆婆認真地點頭。

「那你記得跟菩薩說，請菩薩來接引。」

當一個人能接受自己的責任已經圓滿，願意萬緣放下，一心求生淨土，無論他最終能否成功往生西方，相信前路會比一般人好走的多。



芬婆婆病情不樂觀，她渾身不適，透過俗稱「貓鬚」的氧氣管用著五度的氧氣。

她見到我就問：「你是誰呀？」

「我是佛敎院侍，我叫燈師父。你覺得怎樣？」

「很辛苦！」

「哪裏不舒服？」我問。

「全身。」

「有沒有食止痛藥？」

「沒用的。」然後繼續呻吟，「救命啊，好辛苦啊！」

「有沒有家人來看你？」

她搖搖頭。

一直站在床邊的菲傭細聲說：「有，每天下班後就來。」並暗示：「她是基督徒。」

人在生病時，地、水、火、風會失衡，尤其到了生命最後階段四大分解時，可能引致極大苦受，神智時而清醒，時而錯亂也是可以理解的。身邊的人切記不要急下定論，或跟病人爭拗，否定他的說話，必須耐性地透過一次又一次照顧，慢慢拼湊出一幅比較完整的畫面。

芬婆婆繼續有氣無力地喊著：「好辛苦啊，救命啊！」

「你有沒有禱告？有沒有請主賜你力量？」

她點頭。

「有沒有跟主約定，以後要去天堂、去主身邊？主會在光明的盡頭等你。」她靜靜聽著，突然說：「主真的會來接我嗎？」

我頓一頓，說：「你試試看，到時候你就會知道是不是真的。」

說實話，究竟佛、菩薩、神、主、耶穌會不會在光明的另一頭接引？只有當事人才會知道，我們能做的只有引導他，放下千絲萬縷的愛恨情仇，放開對身體的執著，提起清淨的一念，這樣大概比較有把握往生善趣。

每個人都各有前因，都有他獨特的人生經歷，前面要走的路更是迥然不同，我們只能視乎個人的病況、心境、信仰等去展開互動。投入醫院關懷工作的時間越久，越是看到自己的不足和渺小，更再再讓我體會到，一個人一生的所作所為是決定「最後那兩年」的重要關鍵。

覺醒
是生命的開始

求死？求生？

「如果媽媽有事，我也會跟她一起走。」十歲的男孩說。

二零一八年二月八日的花蓮大地震吞噬了許多寶貴的生命，男孩聽大人感嘆無常的可怕，晚上睡覺，可能明早就醒不來了。他內心非常恐慌，一直哭一直哭直至進入夢鄉。三年前爸爸離世，他剛剛走出喪親之痛，可是如果媽媽有甚麼三長兩短，他和姐姐將永遠失去依怙，越想越不知如何是好。

「如果我處在那樣的境地，也會覺得徬徨無助。」我同理男孩的心情，但我告訴他：「你的心力非常大，如果你反覆、專注想一件事，就會帶來你所想的結果。」

兩個孩子聆聽著。

「比如你經常想著壞事會發生在媽媽身上，媽媽一定不會好。不如轉個念頭，給媽媽送上祝福？姐姐，你會怎麼說？」

比男孩大兩歲的姐姐認真地想了想，說：「我希望媽媽健康、快樂。」
男孩支支吾吾著。

「慢慢來，你希望媽媽怎樣？」

「希望媽媽沒事。」



生命處處隱藏著未知之數，無論你多麼周詳地計劃，老天總把你打到陣腳大亂，叫苦連天。

短短十五分鐘的探訪，吳婆婆頻頻嘆息，她說：「我沒事，就是渾身癢，雙腳尤其，塗了藥膏還是癢。」說著就忍不住用一隻腳去抓另一隻腳的癢。

「我的男孫來的時候會替我塗藥。」吳婆婆經常提起一位十來歲，由她一手帶大的孫子，每周來都會細心照護她。但近日她卻說兒孫很忙不怎麼來了，說完就是一聲長嘆。

吳婆婆的雙腳乏力，無法下床，除了一周兩回到物理治療室去做些簡單的運動外，其餘時間不是躺就是坐，致使全身無比痠痛。可是她耳朵靈聰，雙眼炯炯有神，能吃能痢，還差一年就一百歲了。

有一回她哭的很傷心，眼淚都弄濕了被枕。我們多次探問她都不願說出原因。

「姑娘說我的兒子正安排安老院，一確定就會過去，聽說離家很近。也好，兒孫、媳婦方便來探望。」吳婆婆說著，臉上木然地沒有表情。

「你自己想去嗎？」我問。

她欲言又止，停頓片刻繼續說：「我都快一百歲，離那一頭不遠了。我的房子很大，以前大家都一起住。我已交代兒子在我走後把它賣掉，另燒一間給我，這樣我在下面就有的住。如果小兒子願意他可以過來跟我住，小女兒喜歡也可以來。唉！我現在沒有甚麼求，只希望快點走。」

吳婆婆的小兒子、小女兒在他們廿多歲時就相繼往生了，在她心目中小女兒最孝順，每月賺的錢都交給她，五十多年前的往事，如今說起宛如昔日，她難掩思念，悽然淚下。

「最近我夢見她拍拖了。」吳婆婆拭過淚，眼神流露著絲絲慰藉。

子女都已成家立室，吳婆婆不為他們牽掛。她愁的是自己的處境——求生很難，家已回不去，醫院床位緊張，安老院的環境能否適應還不知道；求死，也不是一朝一夕能成的事？

一個病拖很久，不但消磨人的意志，也考驗照顧者的耐性。一個人病太久，看不到生存的意義，又喪失個人尊嚴，就會要求一個早走早著、一了百了的方法。

吳婆婆信奉觀音多年，但住院期間友人介紹她去聽耶穌，她也去。

「聽耶穌感覺怎樣？」我問。

「好多人啊！」她答。

「喜歡嗎？」

「好多人啊。」

我鼓勵道：「你侍候觀音多年，如果你願意，可以請觀音給予力量，保佑子孫平安，保佑自己順順利利。」

我們留下字條，希望能與家人聯繫上。我們也決定多去陪伴、聆聽她的心聲，讓她在孤單、無助的路上多一份支持。除此以外，就是祈請觀音菩薩悲憫眾生苦，助她早日渡過難關。

一個病拖很久，不但消磨人的意志，
也考驗照顧者的耐性。



似夢非夢

「我是天主教徒，但這個沒關係，我可以跟你談談嗎？」

初次在院侍部見面時，她剛接受腦腫瘤切除手術，頭上的紗布還未除下，身上的病、傷口的痛似乎沒有給她帶來太大的不適，或許她已習慣了。聽聞醫院裏有師父，她便過來求助。

「我媽媽不見了，她好久沒有回家，你能不能叫她回來？」她單刀直入切入正題。

「你媽媽到哪兒去了？」我問。

「她跑到寺院裏去，大概是照顧我們幾個孩子太累，一聲不響就走了，至今半點消息都沒有。也許她想歇歇，我好想念她。」

「你們有再見面嗎？」

「沒有。」她眼裡噙滿了淚水。

「她在哪間寺院，你有去找過她嗎？」

「找過，但沒有找著，我想她是躲著，不想見我們。」

我們談了好久，她說來說去就是希望媽媽早日回家團聚。我心裏很納悶，無論多辛苦也該出來見個面吧，何況女兒有病在身，哪個媽媽不愛自己的孩子？我下定決心找她的家人聊聊。

後來才知道，她媽媽已經往生了，牌位就安設在寺院裏。

一場大病對身心的影響有多大，只有走過的人體會最深，不但元氣大傷，記憶、心力也大打折扣。



「我在給女兒和兒子寫信，氣促，很難講清楚，姑娘就讓我吧話寫下。」年輕的爸爸說。

我趨前看，字寫得密密麻麻，有點潦草。他說給兒子的已寫好，這封是給女兒的，如有精神要再抄一遍。

對於一對子女他深感愧疚，因自知無法看著他們長大成人了。該試的藥已統統試過，老天卻堅持要他走。成家以來，他主外，負責掙錢；家裏全權由太太話事，兩人共築幸福美滿的家。如今，「執子之手，與子偕老」這個承諾要落空了。

「幾天前我做了一個夢，」他說，「我像是來到一個地鐵站，周遭寧靜一片，只有我一人。」

「怕嗎？」

他搖搖頭，說：「黑暗中我看見一線曙光……呵！我竟忘了向菩薩請

求一條生路。」

翌日，他離開了。給女兒的信還未簽署。



據說一個人臨命終時，一生做過的事會快速地像電影般在眼前上演，尤其印象深刻的、自己很在意的事。也有一些說法，當人在彌留之際會出現幻覺，似夢非夢，或許是記憶中的影像，也可能是過往生的經歷重演。

師父住院時，我經常觀察師父的動靜。

某日我問師父：「您在做甚麼？」

「我去緊大埔。」師父答。

「跟誰去呢？」我問。

「一個女子。」

「燈仔有去嗎？」我再問。
師父搖搖頭。

對臨終者而言那是確確實實的經歷，我們需要做的只是如實聆聽，如實接受。







用心過生活

真正的修行就在每一天的生活中，

無論舉手投足、起居飲食、待人接物，

用心就是。

無聲勝有聲

衍陽師父患病晚期對聲音格外敏感，說話稍微大聲就感到刺耳，難以忍受。氣不夠，神不夠，心力不夠，師父比往常說話少了，書也沒精神看，短訊只看一兩則就放下。很多時只安靜地坐著，用覺知與病共處。

看到師父喘咳，我自作聰明說：「放鬆，放鬆。」

「這是廢話」，師父喘著氣說，「喘咳時又怎能放鬆？」

沒病的人往往自以為是，難怪師父提醒我「要用心去體會病人的苦」。

璇師父照顧師父十八年，彼此建立很深的默契，只要師父喊聲「璇師」，察顏觀色後，她便會知道師父需要甚麼，不消說一句話。



一對夫妻畢生省吃儉用，辛苦把孩子養大，直至投入社會自力更生。兩人約好退休後一起去旅行，過恬淡的生活直至終老。

老天偏偏弄人。

丈夫大概在凍肉庫工作太久，凍壞了身子，手腳麻痺乏力已經一段時間，而且情況越來越嚴重。但他堅持工作，希望捱到領退休金，晚年可以過得安逸些。

醫生檢查後說是頸椎神經受損，手術成功率是一半一半。

「風險很大，但也要試試，免得病情惡化。」太太憶述。

不知甚麼緣故，手術期一拖再拖，等到上手術台時，已是半年後的事。本來雙腳還能走動，後來已須靠輪椅代步。

手術後，醫生毫無掩飾地說：「手術完全失敗。」

病人、家人有如晴天霹靂，前景一片漆黑。

本來還能舀飯喝水，這麼一弄連杯子都握不住了。一個高頭大馬的大男人，連屎尿都要煩人，內心無望無助無奈到了極點。

初初見面，他只是禮貌地打招呼，但沒心情交談。他不想說話，我們便或坐或站在一旁陪伴，默默送上祝福，或者誦《心經》迴向給他。

真誠陪伴，不要太多囉嗦，能融解隔閡，感動人心。一如摯友，在需要時伸出援手。家人太懂對方，有的話不知從何開口。朋友是局外人，一

旦建立互信，可以放心傾吐，不傷感情。

有次過去，他平臥床上，人明顯消瘦了。院方斷定他康復無望，加上病人多、資源少，沒有編排他做復健運動。他更落寞憂愁絕望。

「想死死不去，活著連累家人。」他眼裏泛著淚光。

「唯有靠自己了。」事到如今，求人不如求己。太太一天來兩趟，除了餵食、搞衛生外，也幫他按摩、活動筋骨。

「辛苦工作幾十年，只為個家，為了孩子，」他低聲地說，「現在弄成這樣，是不是因果報應？」

「你覺得呢？」我反問。

一時該如何解答是好？到了這個境地，說「是」，對事情有助益嗎？說「不是」，又是否能安撫他愧疚知過的心？

「如果可以，懇切求懺悔求原諒吧。」我點到即止。

病的人沒有心力、沒有精神聽太多道理，也不愛聽勸告。反正躺在那裏的不是你，誰能確實感同身受？

默默的陪伴，勝過千言萬語。

默默的陪伴，勝過千言萬語。



4

女俠師父

我敬愛的師父：

時光荏苒，師父西行不覺一年，師父，您好嗎？

猶記得去年（二零一五）十二月初，您在大眾前羸弱、吃力地說需要大家的祝福去過這一關。您心裏明白這個病極棘手。經歷過許許多多大大小小的病，您說沒有像肺癌那麼要命的，一息不還，隨時都可能走。病的後期，四大失和，想食卻不能下咽，想睡卻不能平躺，實在無計可施，您的意志雖很堅定，但體力已消耗殆盡。

師父，您已盡全力了。

您說：「如果曾經真正『生』過，死，又有何大不了？」您也說過：「若有一天要走了，您知道在另一個世界有您的使命。」可您並沒有輕易放棄。從確診到離世整整一年，印象中的您是一貫的安靜，您從未因病呻吟，也沒有因不適而動氣；您總是專心地與病共處，覺察背的疼，心口的緊，以及越來越差的一呼一吸。

有一次衍璇師父忍不住說：「真辛苦啊，師父！」

您回應：「你這樣說又有甚麼幫助？」

您從不在苦中製造另一個苦，身體病了，但您的心不病。長時坐著累了，您會建議開車出去兜個圈，轉移注意力；您一日三餐沒怎樣進食，我們讓您少食多餐。至今，我們偶而還會趁「三點三」聚一聚，泡一壺茶，吃吃點心，想想您。

您向來不愛醫院，後來因肺積水入院，先是住雙人病房，爾後醫生特地安排轉到單人房，房裏還有梳化供照顧者休息，早晚出入也不怕吵到人。但您心中有數：「醫生現在是待我如臨終病人。」我的心一沉，不知說甚麼好，只傾力好好照顧您，把一切的不適減到最少。

整整的一周，您的狀況表面上改善了，能多睡一會兒，也多吃了些。我們靜靜地侍奉在旁，沒有太多說話。

「師父，我給您誦《地藏經》。」願如經中所說，如命不該絕，則早日脫離險境，如果壽命已盡，則少受些苦。

您氣若游絲地答：「我已沒精神聽了。」

「沒關係！有精神就聽，累了就休息。」
您點點頭。

「師父，您喜歡阿彌陀佛，或者地藏菩薩？」

您頓一頓，說：「地藏菩薩。」您秉承上聖下一老和尚的囑咐，不但供

奉地藏菩薩，也以菩薩的大願為自己修持的功課。

在您生命的最後幾天，您不時透過感受披肩的質地保持覺知，或郁動手指在寫心經、打拍子。有一回，我們想確定您是否聽見，便哼起《爐香讚》，您一聽，手馬上動起來，一副打鐘鼓的模樣。真欽佩您時時刻刻把修行落實到生活中，即便病重仍不失正念。

您走的那一天，晴空萬里，近黃昏時，天邊還出現絢麗的彩霞。

正當午後的金光溢滿病房時，我內心躊躇，知道若不把握就永遠沒機會了。我走近您的病榻，低聲細語對您說：「師父！我是力仔，很感恩這一生能遇到師父，聽您的教誨，親近您、侍奉您。師父，如果可以，請您『大步檻過』；我們，還有義工團隊，很願意跟隨您去完成您想做的許多事；但是如果您累了，想休息了，我們也會支持您。」

內心很矛盾啊！多希望您能久住世間，但多月來見您受病煎熬，以致消瘦憔悴，即使萬般不願，也不忍為一己之利，讓您多受一點苦。

我深深吸一口氣，繼續說：「師父，我知道一直以來自己任性，跟璇師父常有意見，令您苦惱，請您原諒！我答應您，今後一定改善自己，跟她好好相處，同心協力。」只見您眼角淌下一顆淚珠。親近您八年，無論多艱難您都不輕易掉淚，是真正的大丈夫氣概。

身旁的荷師父安慰我：「別擔心，你師父是女俠，她一定會沒事的！」是啊！親眼見過您無數次從死門關活過來，大家仍抱一絲希望。我姑且相信，也但願如此，但在病房見過好多，護士也說過您不會再醒來，內心悲慟不捨又奈何？

早期，您和傑師父接管了三藩市大覺蓮社後，因法務繁忙，無法長時間留在蓮社。您毫不猶豫地調派自己最得力的助手、侍者、愛將——衍璇師

父去任當家。璇師父聽說要離開熟悉的僧團道場去陌生的地方，哭成淚人。但您待她心情平復後，仍堅決要她去。我擔心您也會把我派到哪裏，老早說定：「師父，我的羽翼未豐，還不能飛！」

這一年，沒有了時時處處可請教的師父，璇師父和我緊記您的話：「只要同心，凡事都能迎刃而解！」我們有商有量，與中心同仁上下一心，依循您立下的理念方向，繼續您留給我們的工作。我倆羽翼仍未豐，但會嘗試飛翔。

一個家庭、一個團體、一個國家要想抵擋住風雨，必須水乳交融，同心同德。正如您於生命教育課程給予義工們的叮嚀：「不與人爭，不與人鬥，被罵不回咀，心中祝福他，團隊才有力量。」

如今執筆，仍數度拭淚，誰說出家人沒有情、沒有義？

在生命的漫漫長河中，但願能多遇幾位像您一樣的善知識，更期望再親近您。天涯海角，相信追隨您的不只我一人。



一個家庭、一個團體、
一個國家要想抵擋住風雨，
必須水乳交融，同心同德。

惜取今朝

童年時，我家屋後有個池塘，雨季時常有小蝌蚪在水裏優遊。我對這小生命很著迷——圓鼓鼓的身，細細的尾巴，額前襯個小銀點。我一天要去牠們好幾回，趕在牠們蛻變成青蛙前。

有日，師父抱病在畫畫，有螃蟹、青蛙、金魚……

「師父，能畫蝌蚪嗎？」我問。

「那很簡單。」師父答。

不一會兒功夫，師父就畫好了，題為「等你們長大」。



霞姨憶述師父兒時的趣事，有一則與蟹有關。

當時師父一家住在低窪地帶，每每雨季都會淹水。有一回，浸水約一尺，比師父大五歲的霞姨取來一個木盆，帶著弟弟和剛滿周歲的師父出去嬉水。她把師父放到木盆裏，師父便歡喜地伸出小手潑水，高興得直笑。

這時，游來一隻烏龜，霞姨便教她說：「龜、龜。」

師父牙牙學語：「龜龜、龜龜。」

又來了一隻紅色的小螃蟹，當時大家管螃蟹叫「蜢蜢」，師父指着說：「蜢蜢、蜢蜢。」

大家全身都濕透了，玩得不亦樂乎。

霞姨還說，師父仍在襁褓中時便很乖巧、堅強。有段時間，家人覺得奇怪，怎麼她跟平時不一樣，總是輕聲地抽泣。於是檢查她身上的衣服，當碰觸到她的手臂時，她便本能地縮一縮。那時候天很冷，師父穿了很多衣服。媽媽小心翼翼把衣袖捲起來，才發現一根針深深地扎在她的手臂上，

傷口已經含膿。

雖然承受那麼大的痛，師父也不哭鬧。



二零一五年九月，師父確診肺癌和接受治療已九個多月。回想那個時候，師父的健康已逐漸走下坡。師父曾在臉書這樣寫道：

這個月我有點難過，難過得近乎不能稍動聲色。

肺部受到感染，喘咳得很厲害，連腸胃也被牽連。痛，無胃口吃東西，在很短的時間內，整個人變成一副又瘦又弱的重病樣。

大家都很為我擔心。但除了應付病，我還有其他責任。九月廿六日有

重建寶林的籌款晚宴，有人說，我們已迎請稍為貴重的銅刻、木雕；也有一般大眾力所能及的供養田地、供樹、供磚、供瓦；有甚麼能再為有心但能力不足的人設想？讓大家可以為寶林盡點綿力就更好了！

吳副校長提議我寫些小品，裝裱好，不標高價，二千元左右與人結緣，皆大歡喜。這建議實在太好啦！

於是，師父開始寫花、果、鳥、魚、蛙、蟹，題字或莊或諧，短小雋永。一管毛筆，一幅美畫，能令師父暫且忘卻身體的不適。師父每天撈著畫一點，努力地在喘和咳、痛和累之間，平衡着線條，專心地加上美麗的顏色。

小品畫作體現了師父面對病苦的堅毅，也滿載師父對生命的尊重，對生死的豁達，對大眾的體恤，對渡生的大愛。只要細細咀嚼畫中真義，就不難體會師父是如此真摯，如此實在。



有幾幅小品寫遊魚。

我在醫院探訪時，曾打開手機讓一位院友欣賞師父的畫作。在四十多幅作品中，她獨愛「自由」的魚。

「師父，我能請這一幅嗎？我渴望早日脫離病苦的束縛。」

當時該小品經已售出。當功德主知道院友的意願時，毫不猶豫答應相讓。

這幅「自由」陪伴院友走過艱難的旅程，直到最後。

有朋友對「竹林雲鶴」情有獨鍾。印象中師父先是畫竹葉，上色，然後才在竹叢中添一隻鶴。

師父題「四野俱寂靜，遠近生裊煙，仍有孤獨鶴，長夜守中天。」朋友說：「師父作此畫時定有感悟。」

二零一七年三月十一日至十五日，我們在大覺福行中心舉辦「惜取今朝」衍陽法師小品展。感恩藏家的成就，讓分散在美加、香港的四十八件小品畫作得以團圓聚首，師父在中心開辦小品展的遺願亦得以圓滿。展覽過後，畫件將物歸原主，從此後會難期。

法的療癒

朋友給我推薦杜正民老師的書——《法的療癒，佛陀教我的10堂生死課》，實在如獲至寶。本書是杜老師面對癌症而引發他走入經藏，探究佛陀如何給眾生開藥，療癒生死病苦的成果。也讓我反思在醫院關懷病患，仍有許多可以提升的空間。

細細閱讀《雜阿含經》病相應群經，彷彿重回古佛時代，跟隨佛陀或其聖弟子去探訪病危的在家和出家弟子，以法為藥，令病者憂慮頓消，身心得安；壽元已盡者，了生脫死。佛陀探病的第一句話往往是「身小差安隱，苦患不增劇耶？」，用現在的話說，「身體還好嗎？不舒服的感覺有沒有好一點？」

病重的人，疼痛最揪心，令渾身不自在，卻難以言喻。我見過一位生

命力很強的媽媽——阿芬，她罹患乳癌，後期已擴散到骨和腦。因為孩子還小，她盡試一切治療，希望保住性命，直到後來醫生宣告再沒有藥可以幫到她。幾乎每次去看她，她都在喊痛，苦苦央求我們幫她調換姿勢，舒緩痛楚，或求護士提早給她止痛藥。癌細胞無情地侵噬她的骨頭，導致盆骨脆裂，更痛徹心扉。

在《雜阿含經》一零三經中，差摩比丘透過譬喻形容他所經歷的痛：

我病不差，不安隱身，諸苦轉增無救。譬如多力士夫，取羸劣人，以繩繼頭，兩手急絞，極大苦痛，我今苦痛有過於彼。譬如屠牛，以利刀生割其腹，取其內藏，其牛腹痛當何可堪！我今腹痛甚於彼牛。如二力士捉一劣夫，懸著火上，燒其兩足，我今兩足熱過於彼。



差摩比丘渾身疼痛難擋，經中並無交代他有沒有服止痛藥，大家更關注他靈性的提升，提醒他佛陀教導觀照「五蘊非我、非我所」，且進一步破除我欲、我慢、我使等深細煩惱，最終達致「不起諸漏，心得解脫，法喜利故，身病悉除。」這真是我們所希求的終極結果。

對於在家人，佛陀都會引導「於佛不壞淨，於法、於僧不壞淨，聖戒成就。」簡言之，是以三寶為依歸，對三寶有堅定的信心，三業要清淨。杜老師說的好：「四不壞淨是佛教徒修行的基礎，也是走向解脫道的起點。」（杜正民，頁六十五）非佛子至少要有三世因果的正知見，可以規範我們的三業行為。

站在阿芬身邊，看到她被病痛折騰得心力交瘁，我們也感無奈、不忍。但止痛的工作還是要交給醫院專業的鎮痛隊伍，我們的任務是透過適切的陪伴，聆聽她回顧生命的甜酸苦辣，令她看到自己與家人、朋友相愛相惜，和睦共處，看到自己處世待人盡心盡責，不枉此生；令她接受死亡已是不

可逆轉的事實，要交代後事，打算未來；令她知道在生死的流轉中，可以追求靈性的提升。

後來阿芬回內地老家了。但願她在走向這一期生命終點的路上，有人照料，有佛菩薩護航，身心安隱，苦患不再。



生命終點的路上，有家人照料，
有佛菩薩護航，身心安隱，苦患不再。



一次病因緣

二零一八年十一月底，我接受了一個婦科手術，把整個子宮切除了。入院前的那個晚上我做了一個夢，夢裏被人窮追，想要拿掉腹中的小孩，我一直逃一直躲一直避，整夜都沒睡好。生平第一次住院，第一次接受大手術，下意識的緊張和焦慮不言而喻。

腹腔內原來長了一個大的和幾個小的良性宮肌瘤，持續觀察了兩年多，我最終決定接受切除手術。醫生說，宮肌瘤九成九是良性的，只要沒有造成太大困擾可以不理它，到更年期時它自然會停止生長或者萎縮。

關鍵是，我才四十幾，距離更年期還有好幾年，加上在這個肌瘤形成到長大的過程中，有過大大小小不同的問題。有一段時期，我感覺腰幹乏

力，做不了粗重工作，拿沉一點的東西就覺得吃力，上樓梯差點絆倒，起床時使不上力等。一經檢查才發現它。

隨著它的成長，身體明顯浮腫，雙腳長期水腫。更糟的是，腎臟和膀胱出現不尋常狀況——尿頻，但量少，嚴重時會憋著，很急，但排得不順；身體感覺疲憊，盤腿容易麻痺，坐久了行走，腳跟感覺麻麻的很不踏實。

我請問過醫生手術的風險，以及後續的照顧。記得醫生曾說過：「子宮主要用來生小孩。」我是個出家人，這碼事與我無關。更重要的是，若肌瘤繼續長大，很難想像日後會造成多少問題。思考過去所經歷的，以及未來未知的情况，我果斷簽了字。

從入院到出院僅僅四天，內心最害怕的是扎針的痛。我在醫院探望病人，有些深刻的經歷難免縈繞心中。有位化療中的病人說，每天一見到護

士就打從心內顫抖，由於長期輸液導致血管收縮，護士往往要花很長時間找血管扎針，有時從一隻手找到另一隻手，或從手背找到手臂、大腿，那種身心的煎熬，並非人人能夠感同身受。經歷過了，就會特別感恩「手勢好」的護士。



有一次我去探望一位六十來歲患腸癌的院友，她剛接受切除腫瘤手術，因憂心病情，愁眉不展，索性把自己埋在被單裏。

經歷過手術，我更能體會她的感受。

「手術剛完，傷口還痛是嗎？止痛藥能幫到忙嗎？」我輕聲跟她說話。她露出半張臉，微微點頭。

「有胃口嗎？」我繼續問。

她搖搖頭說：「吃不下。」

她丈夫每天到醫院看她兩回，她內心過意不去，加上剛剛確診癌症，心情忐忑不安。

我說：「手術剛完，身體需時復原，穩定的情緒很重要，不如先調好身子，想睡就睡，能吃就吃，下一步再聽醫生的治療方案。」

談著談著，她的心情平復許多。



手術完成六小時後我開始可以飲水，但因藥物反應的原故，吞下去的水和藥都全吐出來。腸子一日不蠕動，上下氣不通，便是苦事。難怪醫生、護士每天都問：「放屁了嗎？」

一次病因緣，讓我體悟一個人能夠少病少惱、平安無事走到七老八十，就要謝天謝地了。感恩在手術前、後，身體沒有太多不適，由衷感恩細心專業的醫生和護士，以及噓寒問暖的眾師父和義工朋友，因為有你們，我身在國外的家人才能放心。

在新的一年，祝願大家善用難得的人身，日行一善，利他為上。



一次病因緣，
體悟一個人能夠少病少惱、
平安無事走到七老八十，就要謝天謝地了。



當你老了

病房盡頭傳來陣陣呻吟聲，已經持續好一陣子。

病房助理、護士走過時都忍不住過去慰問：「怎麼啦？哪裏不舒服？」可老人家無法說話，繼續「啊啊」地叫。我原是探望對面床的院友，但老人家的叫喊聲讓人心煩意亂，同房的人都默默忍受著，大家都有自己的苦，誰顧得上誰？

我走過去。老人看上去有九十了，短短的華髮，乾燥的臉蛋，瘦削的四肢，置在鼻孔裡的導管正在輸送營養液。

「婆婆，是不是很辛苦？是啊，知道你不舒服。」我試著安撫。

「以前不管你有哪些事做得不好，對不起別人，或傷害了別人，內心說對不起，請求原諒好嗎？」每個人一生中總會做錯事，在適當的時候求懺悔，內心會如釋重擔。

見婆婆專注地聽著，我進一步引導：「來，跟著師父念佛，阿彌陀佛，阿彌陀佛。」我配合著她的呼吸，不急不緩，一個呼吸一聲佛號，「對了，真叻！阿彌陀佛，阿彌陀佛……」

《三時繫念》中道：「清珠投於濁水，濁水不得不清。念佛投於亂心，亂心不得不佛。」

病房漸漸回歸平靜。

另一位老人中風十多年，孤苦無依，長期臥床，同樣無法說話，同樣靠著導管維持生命。聽說她信佛，護士就轉介給院侍部。老人的牙齒已掉了八八九九，只能睜開一隻眼，但不確定能否看見。每次去探她，她都會以皺眉頭、加速呼吸和睜開眼作為反應。

用心去感受，如果躺在那裏的是自己，不是一天、兩天的事，而是十幾年，情況又反反覆覆，大概會自問：活著還有甚麼意義？病已夠苦，無人問津苦上加苦。老人的眼屎牙垢唾液等污跡久未清理，蓬頭垢面，衣衫不整，見了就忍不住想幫她清理。

我還是引導老人懺悔往昔所造的不善業，一心念佛，祈求早日脫離苦海。



根據二零一六年的統計，香港男性與女性的平均壽命已超越日本居全球之冠，男士平均預期壽命是八一點三歲，女士八十七點三歲。隨之而來的問題，便是如何在風燭殘年活得有意義、有尊嚴？

李老師鼻樑上架著一副舊款眼鏡，鬚髮黑白相間。一見到我就豎起大

拇指說：「你年紀輕輕就能放下一切去出家，實在了不得。」說著，感動的淚在眼眶裏打滾。

問她甚麼病？她說自己沒事，好好的。李老師雖已屆耄耋之年，但說話一點也不含糊：「我告訴你，我年輕時在蘭州大學讀書，畢業後一直教書至今。」

「那是你的終生事業，你教哪一科？」

「中文。」她自信地說，順口念出蘇軾的詩句，一邊作出朗誦的手勢：「大江東去，浪淘盡，千古風流人物……」

她又說：「我丈夫也教書，教歷史。我們在大學就認識，後來一同來港，孩子都在國外。現在大家都老了，他也病了。」說到這裏，她頓一頓，指向右側的床說：「他就躺在那裏。」

可是她身處的是女病房，她所指的床位是我們一向關懷的阿梅婆婆。慢慢發現，李老師有相當嚴重的腦退化，思緒紊亂，但她永遠記得自己是

蘭州大學畢業的，至於丈夫在哪兒？還健在嗎？真是不得而知。如果丈夫就在身邊的認知能令她安心，那又何必揭穿呢？

當人老了，身體功能衰退，判斷能力減弱，性情變幻無常，對時間、方位和人事感到混亂。若有親友照顧基本的需要——漱口、盥洗、梳理、餵食、服藥等，還有衣褲、床鋪髒了及時整理、換洗。雖病卻還是有尊嚴、有福氣的。只是香港人越來越傾向組織小家庭，二零一六年的數據顯示，三人或以下的家庭住戶佔百分之六十九。隨著人口持續老化，今後照顧長者的工作，將大大落在政府或安老機構的肩膀上。

佛教院侍的工作是透過陪伴和聆聽，從心靈層面去支援院友和其家屬，適時、適切而善巧地給予安心的方法。生命如一盞油燈，只要油和芯還在，火焰會繼續燃燒。病再苦、再無奈、再絕望，只要壽命未盡、業未盡，呼吸仍會延續。如何在一期的生命終結以前把握好自己？才是關鍵。

每個人一生中總會做錯事，
在適當的時候求懺悔，
內心會如釋重擔。



用心過生活

「在航海的歷程中，你有沒有遇過海盜、風暴等驚險經歷？」我很好奇。

龍伯伯年輕時畢業於英國的海軍學校，回港後順利地找到一份他喜愛的航海工作，一做便是四十年，大半人生周遊列國，只有冰島沒有到過。

「有一回在日本海域，我們跟颶風擦肩而過，雖然當時風勢已削弱許多，但仍足以掀起滔天大浪，我第一次怕得撒尿。」說起時龍伯伯像身臨其境，歷歷在目。還好他臨危不亂，指示舵手駛入就近的港灣，終於避過了那場浩劫。

又有一回，船上載著約五千人 and 貨物，目的地是新加坡。

「船長是英國人，我們沿著蘇拉威西群島航行。當時已是深夜，天氣極

差，不但下著細雨，而且濃霧瀰漫，海面還有風。那一帶島嶼很多，感覺非常詭異，必須謹慎避開礁石、淺灘。當時船上仍未有雷達或導航裝備，四處漆黑一片，完全看不到天上的星辰，以確定所在位置。

「這時船長下令該拐彎了，但憑經驗、憑感覺，我覺得該多等一等。」龍伯伯回憶道。

他理應順從船長命令，但為了全船人的安危，他懇求船長再等幾分鐘，只是幾分鐘。如果拿捏不準，隨時都會擱淺，後果不堪設想。

船長皺皺眉頭，顯然不大歡喜他的建議，但他更清楚一旦判斷錯誤就要陷入大難，雖不情願，但也答應下屬要求。船隻最終安全駛抵目的地，船長特地送給龍伯伯一隻貴重的金腕錶以表謝意。

用心、仔細過生活至關重要。



我曾應邀到新生精神康復會去跟院友進行分享，四十多位院友和家屬圍圈坐著，安靜而專注地聆聽。

坐在最角落的院友舉手提問：「師父，為甚麼每個人的命運都不同？」

中部阿含經的《小業分別經》說，每個人都是業的所有者，業的繼承人，業使眾生有差別。業就是由意念促使的身口意行為。芸芸眾生中有人高有人矮，有人肥有人瘦，有人健康有人多病，有人長壽有人短命，有人富有有人貧窮，有人美麗有人醜陋……這一切都有前因後果。比如播種蘋果種籽必會收穫蘋果，而非木瓜或芒果，如是因如是果。

院友坦言：「我自少性格偏執、自私、小氣，不但累及家人，也毀了自己一生。幸虧家人沒有放棄我，尤其姊姊。」他別過臉望一望身旁的姊姊，大家都已六七十歲，他溫柔的眼神掩飾不了內心的愧疚，還有渴望姊姊的原諒。我被他的真誠感動，讓他跟姊姊道歉、道謝，謝謝她多年來不離不棄。

只見姊姊嘴角露出淡淡的微笑。

苦困一生，相信他真正醒悟了。

在《有你終生美麗》(A Beautiful Mind)這部改編自真人真事的電影中，男主角是個患有思覺失調的數學家，但他卻在博弈論和微分幾何學領域潛心研究，獲得諾貝爾經濟學獎。他的堅毅和成功源於他的自強不息和背後對他不離不棄的妻子和同事。

人生一帆風順自然能安享沿途美景，但乘風破浪卻能鍛鍊心志、啟發智慧。而真正的修行就在每一天的生活中，無論舉手投足、起居飲食、待人接物，用心就是。





人生一帆風順自然能安享沿途美景，
但乘風破浪卻能鍛鍊心志、啟發智慧。

佛教院侍部

佛教院侍部獲香港公立醫院認可，在佛教界創下先河，於二零一一年八月正式成立。佛教院侍長駐醫院，連同「心靈大使」義工團隊，為病者及其家屬提供全方位的心靈關懷服務。有關服務已推展至全港十多家醫院。佛教院侍部亦定期與院方合辦正念禪修、生死教育講座、工作坊、節日聯歡活動及手工製作班等。

佛教院侍服務

- 床邊心靈關懷與支援
- 與病者同行治療之路，聆聽、分享與支持
- 支援親屬朋友
- 臨終關懷，如有需要，提供安排後事意見
- 皈依、祈福、誦經回向

心靈大使義工服務

- 提供定期床邊心靈關懷
- 陪伴與聆聽病患者心聲
- 給予心靈支持

聯絡資料

電話：5445 2217

5220 5396

傳呼：7285 7272

7280 8822

辦公室電話：3505 3386

電郵：chaplaincy@spga.org.hk

大覺福行中心

大覺福行中心於二零零九年初由衍陽法師（一九五八—二零一五）創立，為香港非牟利佛教團體，以「真愛無界限，陪您過難關」為宗旨，行善教化，竭誠關懷醫院病患、情緒病康復者、安老院長者及獨居長者。二零一一年成立「佛教院侍部」，為病者及其家屬提供全方位的心靈關懷服務。

為適切大眾的需要，中心致力推廣多元化的活動，如生命教育課程、法會、禪修、講座、心靈輔導等，冀盼激發大眾正念能量，走向積極的人生；亦舉辦書畫及工藝品展覽，普廣佛教文化藝術；更開辦 aTeen 社企素食餐廳，為癌症、情緒病康復者等弱勢社群，提供培訓及就業機會，同時提倡健康素食。

《饅頭煎蛋》

作者：傳燈法師

美術設計：黃靜琴（溫暖人間）

攝影：鄺慶業、徐勵馨

出版：大覺福行中心有限公司

香港九龍九龍灣宏泰道12號榮發工業大廈4樓401-403室

電話：(852) 3153 4499 傳真：(852) 3153 4563

電郵：spgahk@gmail.com 網址：www.spga.org.hk

承印：SUNCOLOR PRINTING CO., LTD.

香港香港仔大道234號富嘉工業大廈7樓11室

電話：(852) 2580 9613 傳真：(852) 3583 0264

鳴謝：陳廷驊基金會

佛門網《明覺》電子雜誌

溫暖人間

SUNCOLOR PRINTING CO., LTD.

香港第一版——二零一九年七月

香港第二版——二零一九年九月

ISBN：978-988-143-42-2-7

版權所有，翻印必究

如有缺頁、破損、裝訂錯誤等情況，請寄回或親臨本中心更換。

新時代的行腳僧在醫院、在安寧（寧養）病房！在人間至苦、最無助的時候出現，沒有預設立場，為正受苦中的病人與家屬「指點迷津」、幫助他們「看見希望」。

—— 宗惇法師

十分欣賞書中的金句和圖片，令人可堪再三細味。不知是否傳燈法師有感這些生死故事太沉重，書中還加入了一些黑色幽默笑話，真是文如其人。

—— 謝建泉醫生

這本《饅頭煎蛋》散文集既可配上一杯清茶，伴你舒適閑恬的一天；也可當你的老師、良師、大師！

—— 徐業成醫生



ISSN 978-988-14342-2-7



9

HK\$88.00