

# 我與老師的點滴

圖、文：真安香（西藏頌鉢治療師）

是星是雲  
化成風 化成雪  
太陽總為我照耀着  
化成雲 化成雨  
我們在地上相遇  
化成河 化成海  
我們匯聚成波浪  
黑夜中 化成星  
為我點綴着光芒  
任何時候 任何地方  
你都在我身旁  
我是點滴的小水珠  
輕輕跟在你後方



就是如此，跟隨老師輪椅行過的痕跡一起修習行禪。攝於 2018 越南朝聖之旅。

認識老師一行禪師，是從他的書《你可以不生氣》(Anger) 開始。雖然是一位佛教禪師寫的書，但內容少涉及佛教理論，反而是一本心靈工具書。第二本是《故道白雲》(Old Path White Cloud)，這本書沒有什麼奇怪神話情節，而是很實在地講述佛陀故事。閱讀這本書，猶如看金庸小說，引人入勝、書不離手。這兩本書直接影響我對老師、佛教的認識。

2007年，老師和國際僧團來港，在烏溪沙青年新村舉辦禪修營。當時未認識梅村，沒有心理準備，因此沒有參加，只是去了老師在灣仔會展的公開講座。那日整天下着傾盆大雨，我工作的地方在灣仔司徒拔道口，由司徒拔道走到會展，一定全身濕盡。濕了身、濕了鞋，要在冷氣地方逗留一段時間，又不知會發生什麼事，心裏掙扎着是否要去。最後還是跟隨着心，就去了。

那是我第一次親身與老師和僧團見面。老師帶領僧團念誦「觀世音菩薩」名號（當時我不懂得他們唱什麼），眼淚卻不斷掉下來，唱誦慰藉我這麼多年的傷痛。那個晚上，我與老師和梅村結上了不解之緣。

老師這個法門，改變了我當時對佛教的概念。與法師們相處就像朋友，他們沒有要求我一定要做到這個、那個，反是要我安住在自己覺得舒服的狀態便可。



和平不只是沒有暴力；它是培養理解、洞見和慈悲，與行動相結合。

—— 一行禪師

其後我積極參與香港梅村之友的不同活動、禪修營、正念日，與不同佛法老師學習。於 2018 年接受五項正念修習，法名：心覺長 (linkage name: Enlightenment Expansion of the Heart)。我希望多點認識佛法，從那個時候起，我開始持素。

2010 年首次參加在法國梅村廿一天禪修營，「親近」地接觸老師。每當老師的佛法開示，我必然坐在前方首三行。老師在白板上寫上重要的詞語，我怕會忘記，不斷的抄下筆記。間中他會停下來，望着我，我也停下來望着他，他的眼睛似是在對我說話，是攝心的，像是老爸在教導小孩子般。

2010 年 11 月，參加老師帶領在香港烏溪沙青年新村的禪修營。同月 16 日接受十四項正念修習，成為「接現同修」(Order of Interbeing)，Dharma name: True Peace Fragrance (法名：真安香)。是老師第一批香港的在家弟子。

每當老師和僧團教學之旅完結準備離開香港，我們一起修行的在家朋友總會到機場送別老師。老師也會用「一點時間」坐下來，我們便圍着他席地而坐。有時我們會提問問題，有時老師會「叮囑」我們修習。2010 年如此、2013 年也是如此。

2013 年老師最後一次來港，同修 Sam 筆錄了「機場經」Airport Sutra，當中令我感動的：

在家學生 Doreen 說：「親愛的老師，您是我們的光。」老師回答：「台灣很流行傳千燈 (lamp)，但只流於着重形式。但我在傳『光』，你們也是『光』。」

2014 年再次參加法國梅村廿一天禪修營。禪修主題是「What happens when we are alive? What happens when we die?」老師再一次告訴我們，準備他的離去。2014 年 11 月 11 日，老師腦中風病倒了，這次他以自己的生命，再給我們一次開示。



左 慈孝寺內的三解脫門，老師最後一程是由中門的門出入，攝於 2018 越南朝聖之旅。  
右 2010 年在機場送別老師。老師正在查看字典，想了解「嶼」字的解釋。



當天資訊不多，情況未明，我坐立不安，於是打了電話給在昂坪的法師問個清楚。法師安慰我說：「返回自己的呼吸，靜待消息。法國那邊也很混亂，亦未能即時有最新消息發放，我們只好靜待。」後來聽說，當時醫生告訴真空法師要有心理準備，老師隨時會離去。然而老師選擇了留下來，可能有些事還未完成。之後他靜靜休養，各處梅村禪修中心繼續舉辦活動、禪營，佛法開示項目由佛法老師們擔起。後來在身體許可的情況下，他出來見見大家。不少法師和朋友見到他都流淚，因為大家也掛念他。我在香港聽到他的出現，也感動流淚。

2016 年年尾，參加在泰國梅村的 Year-end retreat。報名後不久，傳來老師要回泰國梅村，是希望多一點時間與年輕法師一起。一下子，禪營已告滿額。出發前，我身體已感不適，是神經抽痛，到達泰國後，「生蛇」症狀表面化了。幸好有內地同修幫忙，用針灸舒緩病情。我的左手手背刺了十多枝針，還要不時修習行禪，幫助血氣運行。為免打擾別人，我便坐在禪堂後方的陽台聆聽開示。想不到老師真的來了，因為老師回來，法師們匆匆忙忙多增設施，包括往禪堂的升降機，讓老師可以舒適坐輪椅上禪堂。老師乘升降機上來，安頓在禪堂外側的陽台，令大家騷動

了一陣子。聽了一會兒法師的開示，老師便要離開，返回寮房休息，那次是我如此近距離見到老師。

2018 年 10 月，香港梅村籌備已久的越南朝聖團終於出發。我們一班同修坐在候機室裏，好像小學生去旅行般那麼興奮，我們要去探訪老師走過的路。無聊時，我翻看手機，看到老師剛從泰國飛抵越南，正在 Da Nang 休息，稍後才返回祖庭——慈孝寺。這一直是他的心願，他希望餘下日子留在祖庭。怪不得法欽法師問了我兩次會否參加這朝聖團。我又可以見到老師了。

時間不是金錢。時間是生命，是愛。

——  
一行禪師

到達了越南祖庭，我覺得沒可能見到老師。因為整個祖庭都是由四方八面而來的朋友，大家都想一睹老師的風采。我們逗留了一會，與我們熟悉的法師見見面、問候一下、聊聊天。之後我們返回酒店休息，明天再來。心想：見不見到老師，隨緣吧，只要他身體安好就可以了。老師希望我們好好修習，不是為了見他而匆趕。

第二天，人少了。法勇法師帶我們到後山坐禪，然後到祖庭旁的特殊學校參觀。大概快要抵達祖庭時，法勇法師收到消息，老師出來了。我們邊跑邊小聲叫後面的同修們「跑快些」，終於大家都喘着氣，然後安靜地站在兩旁，期盼見到老師。法印法師

推着老師慢慢走出來。太陽出來了，暖暖的陽光照着老師，給他溫暖。老師慢慢地經過我面前，他身體是如此虛弱，心一酸，我知道這是我最後一次見老師了。

不捨不捨還須捨。我只希望他遠離病痛，安靜地過每一刻。

**2022年1月22日 星期六**

七點多從睡夢中醒過來。想開手機看看天氣，一打開便看到法師給我的訊息。法師從來未試過在清晨三點多發給我訊息，一定很重要，是他通知我老師圓寂的消息。和他溝通後便決定上山幫忙，於是起床梳洗。打開窗簾，看見外邊下着雨。心想：「呀，天陰下雨了，因為老師已離去。」情緒禁不住，哭了。我告訴自己：「想哭

便哭吧。給半天時間傷心，之後要繼續踐行老師的遺願。」

結果我哭了八天。老師對我的恩情、影響是如此大。沒有老師，我不會接觸正念，不會學習佛法，不會遇上一班靈性上的兄弟姐妹。

2018年我修讀文學碩士（佛學）課程（中文媒介）。當我讀到原始佛教時，法喜充滿，想起老師很多的教導，心裏溢出感動。

親愛的老師，謝謝你的教導。我會好好照顧自己，好好修習你的教導，並把它傳揚出去，給有需要的人。☺

學生 真安香 叩別

2022年2月2日



圖片：梅村香港網頁