

竹篙灣的禪修

在隔離營的第二晚開始，約在晚上十二時，聽到有營友大吵大鬧。細聽內容，得知營友本應符合出營條件，不過一直沒收到離開的通知。「打了三百多次熱線，都打不通！」能感受到他們的無助、恐慌與憤怒。如是者，連續三晚，都聽到遠遠近近的投訴跟吶喊。

因為民安隊沒收到出營紙，所以不能放人，而雙方只能無奈地對峙着。身為第三者，可以體會到不能出營的無助、民安隊員的無奈、以及醫護人員的壓力；每個人都盡力做好自己本份，不過，每個崗位也有自己的無奈。

在營裏的第七天，我們收到民安隊離營的通知。正當我們將行李搬出房間時，同一位民安隊員對我說：「你們三人中，只有兒子與爸爸可以離開，因為沒有你的出營紙，所以你不能離開。」

當時覺得非常詫異，緊密接觸者是兒子，我與丈夫只是自願陪同小孩隔離，為何到最後小孩可以離開，而我卻被留下？

我們走到閘口，打算跟民安隊上司溝通，覺得應該能解決誤會。怎知得到的回應是：「其實我們都很詫異，之前已請示上頭，但因為只有出營紙才能離開。我們唯有跟指引做，很抱歉。」丈夫此時震怒非常，大罵民安隊員。

那一刻，彷彿看到大家在上演一場戲：每人有着各自的角色、反應與對白；民安隊員有民安隊員的對白；營友有營友的對白。每個人的反應都是空的；每個人的反應都因應各自的角色及條件有所限制，而有着某個特定的顯現。那一刻，我體會到如



果我是民安隊員，我所說的並不會跟他們所說的有太大出入；若果我是我丈夫，我也會一樣憤怒；若果我是我的孩子，我都會有着那份無助與傷心。

回到營內，我能深深感受到前幾晚營友的無奈：打了兩小時不通的電話，就算接通，都只是說要等等，甚至告知沒有我的入營資料。

我深深體會到無助、焦慮、徬徨、急躁、以及五蘊的空性：當遇到某個局面，難免會產生某些感受。縱使有禪修練習、有覺知，但那些情緒並沒有因此而減少。不過，唯一的不同，就是覺知讓我深入理解到情緒並沒有好壞；「我」並沒有好壞；一切都只是因緣和合的現象。

感恩，數小時後收到通知可以離開。

每個人都有潛能體驗任何情緒、任何念頭；當條件具足時，我們就會衍生成某個狀態。外在環境與內在環境息息相關；要找到內在和諧，我們得努力灌溉外在的和諧。

話雖如此，有時當不能夠選擇外在環境時，我們卻可以選擇以一個敞開手的態度面對，練習體會一切現象背後的因緣。能全心接納事實本然狀態，內心的平安就自然來。(下) ⊗