

晨之瞎混

月一刀

午夜夢醒，按了一下語音錶，傳出一陣尖銳的聲音
午「現在時刻：凌晨二點十一分」，翻身下床沿著
床緣，走向浴廁，伸手摸索門框，跨步踏進去，確定馬桶坐
墊的位置，便坐了下去，轉動一直閉著眼皮的眼球，腦海裡
思索著剛才的夢境。

自從眼疾嚴重惡化以後，家裡的房門及浴廁門便經常保
持著開啟的狀態，所以半夜如廁時，已習慣不開燈也不用開
門，就可以順利找到馬桶，也習慣坐著尿尿，不用耽心會尿
到馬桶外。

離開浴廁，摸著牆壁走進小孩的房间，用手探觸熟睡中
的小孩的額頭及手腳，再確認小孩身上的被子是否蓋好，然
後才又摸索著回到床上，耳邊聽著身旁老婆深沉的呼吸聲，
研判剛剛的一番行動作為，並沒有吵醒她的美夢。

試著回到剛才的夢境，繼續施展上乘的輕功，幾次縱躍，
翻過數棟樓房後，再運氣躍過高壓電線，飄然落在象山頂涼
亭前的平台，登山小徑上三五成群的登山客，仰頭驚呼；「盲

劍客來了！」

四點，「阿一彌一陀一佛」手機準時響起佛號的鬧鐘聲，是我起床早課的時間到了。

沿著被邊，找到相鄰的二個被角，都交到左手拉住，右手再順著二被邊找到另二個被角，如是完成一次折被，然後放平到床上，將右手的二被角折壓在左手的二個被角之上，拉拉被邊，撫壓一下被子，最後再對折一次，平放在床頭。

走進廚房，開燈，給自己倒了一杯溫開水飲下，然後將不鏽鋼水壺的冷開水倒進飲水桶中，再將水壺放置在水槽邊的流理台上，隨後扭開逆滲透水閥門，將不鏽鋼水壺的壺口對準出水的水流，讓水灌入壺內，透過觸摸鋼壺身的冰涼感覺，以及壺口的水流聲，研判鋼壺內的水量，大約八分滿時，關上水閥，提起水壺，由重量的感覺再次確認水量，接著將水壺放在瓦斯爐上，點火開始燒開水，關廚房燈。

摸索走到客廳，從大門後取出自我按摩的長木棍，側身以兩手扶持著，一端頂著牆腳，讓有圓椎的另一端斜斜向上，對準耳後的骨縫點位，以身體重量斜壓木棍，手稍用勁，讓圓木椎在點位上下揉壓，心裡默念著「南無本師釋迦牟尼佛！」一字揉壓一下，如是揉壓約十下，就將木椎移往枕骨下緣的點位，再揉壓念佛，如是揉壓約三個點位，換邊再按壓念佛，接著將木椎移到頸椎二側的筋束上，每側各揉壓約

三至四點位；接著背轉對木棍，反手扶持木棍，沿著脊椎兩側的筋束，由上往下揉壓下來，直到髖骨而結束脊椎兩側的揉壓，然後單手持棍，側身 45 度的方向，揉壓左右肩膀下方約二寸有一約三角形骨縫凹槽處的點位，最後是揉壓屁股兩側有 V 字形的骨縫。

如是依據疼痛點按摩法的原理，自我按摩一番，揉壓各點位時，或痠或痛的感覺，反映出該點位附近器官的狀況，同時有舒通筋脈的功能，因此揉壓後，身體會有無比舒暢感。我相信揉壓頭頸部的點位，能改善眼睛氣血的通暢，延緩眼疾惡化的速度。據了解人體最初的細胞是脊椎的骨幹細胞，再由這個幹細胞分化長出其他器官組織，現代先進的幹細胞醫學工程就是利用這個原理，我相信揉壓脊椎兩側，可以刺激幹細胞分化長出視網膜健康的細胞，應該有機會修補我那逐漸壞死的視網膜。

自我按摩費時約二十分鐘，瓦斯爐上的水煮開的鳴笛聲，提醒我去關火，開廚房燈，打開保溫罐，置於水槽內，用乾布護手提水壺，以壺嘴就保溫罐，注入開水，若不小心沒對準而讓開水噴灑在保溫罐外，或沒察覺已注滿開水而從保溫罐中滿溢出來時，不會燙傷手，灌滿保溫罐後，蓋上罐口並旋緊，將保溫罐放回飲水桶旁，將不鏽鋼水壺放回爐台鐵架上，讓剩餘的開水逐漸冷卻，關廚房燈。

雖然我曾熟練過不開燈倒熱開水到保溫罐，但我不想冒險操作，避免因緊張而加速眼疾的惡化。

這一天一大早我就為家人準備不虞匱乏的飲用水，我相信那一天，沒有了視力，家人也不會因口渴而找不到水喝的窘況。

大約四點半，由客廳面向巷道的窗戶所透進的對面大樓樓梯間燈光，大略標定出我在屋內的位置，屋裡的傢俱已經無法在這樣的光線中出現在我的視界，我緩慢地移動腳步，穿越沙發前的長桌與電視機矮櫃所形成的狹窄通道，朝著客廳的窗戶方向走去，避免踢到桌腳，上回踢到桌腳的第三及第四腳趾的疼痛記憶，不斷地提醒我別重覆同樣的傷痛。

摸取豎立在窗下牆邊的方形蒲團，平鋪在窗台下約四尺長、二尺寬的清淨地板上，將蒲團有拉鏈的一邊向著自己，讓拉鏈頭在左側，如是即可確認蒲團上所鏤的蓮花圖案是朝前面的方向，然後輕鬆地站在蒲團後，閉目攝心合掌，禮佛三拜，長跪於蒲團上，輕聲念著懺悔偈：

「往昔所造諸惡業，皆由無始貪瞋癡，從身語意之所生，一切我今皆懺悔。」

接著又念發願及祈求的文句，再三拜後回復直立合掌的姿勢，開始無相憶念拜佛；修習這樣的拜佛已經快六年了，還不太能掌握無相拜佛的要領，但喜歡緩慢均速的拜佛動作，

當跪趴下去，頭面平貼在蒲團上，翻開掌心向上，想像著承接佛的兩足，希望早日俱足佛的福與慧，也希望能早日鍛鍊明心見性的參禪定力。

如是無相拜佛約一小時，共拜了四拜，我相信如理作意修習無相念佛，有助於找到那個離見聞覺知的本來面目，親證那個超越肉眼的識心，悟得肉眼所見非見的真實義，則就不必在乎現前眼識的逐漸消失。

最後將如是禮佛的功德迴向冤親債主，我相信在佛力加持之下，能讓眼疾業障有重報輕受的機會，讓我的餘生保有修學佛教正法的眼力，方便廣度與我有緣的眾生，一起邁向佛菩提道。

結束拜佛後，順手將蒲團歸位，此時天色已微明，我能看出客廳大型傢俱的輪廓，便以正常的速度走向浴廁，開燈關門，蹲坐在馬桶上，將積存在體內的固態穢物解出，中醫說這是排毒，一陣屎臭立即襲來，我沒有抵抗，仍然正常呼吸，試著由嗅覺來研判昨日入肚食物消化吸收的狀況。

在此同時，習慣張眼正視牆面白色的磁磚灰縫，檢視現在的視野大小，發現視線凝視灰縫十字中心外第二塊磁磚外緣的灰縫消失了，也就是我大概只能分辨出四塊磁磚而已，轉動頭或眼球，其他的磁磚才會依稀呈現，我知道視野狹窄的問題明顯地比二個月前嚴重了，那時我還可以看到視線中

心外第二塊磁磚外緣的灰縫片段呢！一陣失落感油然而生，深深地，淡淡地在心裡的某處疼痛著。

不過這樣的失落，畢竟不是第一次，我沒有讓低落的情緒擴展開來，按下沖水閘，一陣激流，迅速沖走馬桶內的穢物，順便帶走剛才梗在心裡的不舒服。

站到洗手台前，俯身洗手，提起沾濕的手指，在闔上眼皮的睫毛處，由鼻梁向左右眼角劃了二下，還是沒有眼屎的感覺，想不起來上次起床後，洗臉前眼睛周圍有眼屎是什麼時候了，我一直認為可能是眼睛無法像大腸那樣每天都順利排毒，所以積累在視網膜的血管，造成血流不通暢而壞死，我用力地閉了閉眼，想用力擠出一些眼淚，用濕潤的手指在眼眶四周揉壓了二圈，好像用半圓球形的橡膠吸盤，對準出水口按壓了數下，試著鬆動排水管中的積物，可以順著水流流走，但是這樣的推論，多年來在我眼睛的實驗，卻無法得到印證，還是沒能打通堵塞的視網膜微血管。

抬頭看著洗手台上鏡子裡的那對眸子，眨了眨眼，似乎跟以前沒有太大不同，只是因視物不清而顯得有些呆滯。

凝視著鏡裡的眼睛，我已習慣鏡裡那一張只有眼睛而沒有鼻、口、耳的臉像，不會再像幾年前那樣被鏡子裡少了嘴巴的臉像驚嚇到，然後陷入長長的哀傷之中。

中醫說早上五點到七點是人體大腸經運行的時辰。這一

天清晨如廁，一如數十年來的習慣，自覺身體狀況保持在某種程度的健康狀態，但周邊視野的迅速消失，反映出眼疾造成視力提早老化，超過我這個年齡該有的現象。

而面前這片陳年的鏡子，底部所塗抹的水銀因浴廁冷熱溫度的變化，濕了又乾，乾了又濕，逐漸龜裂脫落，斑駁的現象逐漸由邊緣向中間逼進，雖然鏡面的玻璃都完整而平滑，但只有中間的部份還能呈現可以辨識的影像。

我的眼睛就像這面鏡子，光線從瞳孔穿透玻璃體，投射在視網膜上面，但因視網膜周邊細胞逐漸壞死，有如龜裂剝落的水銀底漆，於是無法完整呈現眼前的景物之像。

然而從物理學光線經過小孔投射的原理，可以得知，眼前景物經過瞳孔投射在視網膜的影像應該是左右相反，上下顛倒，為何我所識別的景物是正像的呢？又視網膜充其量也像鏡子一樣，只是忠實反映出外在景物的青、黃、赤、白等色彩，以及光線的明暗而已，為何我能由這些色彩及明暗，立刻了別眼前所見是何種景物呢？

顯然在視網膜到大腦之間還有一面無形的鏡子或者說不是肉眼的眼，將視網膜上所呈現的像，再次觀照轉換，才能讓我立即了知眼前所見的景物，這非肉眼的眼，也許就是《金剛經》裡所說的天眼、慧眼、法眼或佛眼吧！

這一天對眼睛與鏡子的對照思緒，有如電光石火般快速

地閃動著，我又想到《六祖壇經》裡神秀大師的偈句：

「身是菩提樹，心如明鏡臺，時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」

五祖弘忍大師評為尚未見道，但不失為修養身心的境界，而慧能大師的偈句：

「菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹塵埃。」

境界較高而被五祖認可，堪為禪宗佛法的衣鉢傳人，是為禪宗第六祖。

這個故事給我的啟示是：我不應該執著於世相中的身根或眼根的健康完整，就像有形的明鏡一樣，得勤加擦拭清潔，努力保持它的清淨明亮，但塵垢擦了又會再來，終究無法解脫，只有能體悟樹非樹，明鏡亦非明鏡，才能自塵埃的染汗中，並不失明鏡的清淨體性，也就是肉眼功能的缺損，就像明鏡上的塵埃，是一定會有所染汗的，對我而言這種染汗像鏡子上的簽字筆線條，很難擦拭掉，若能超越對眼睛的執著依賴，則我視網膜細胞的壞死與否，跟塵埃是落在明鏡或地上一樣，都不會被視為染汗的塵埃了。

一日之計在於晨，數年來，眼疾逐漸惡化，慶幸還可以有這樣子的視力及心情，讓這一天有好的開始，雖然知道眼疾的惡化無法療癒，也無法遏止它的進展，但願在未來的每一天早晨，即使沒有視力，也能繼續自在地瞎混。